Q'uo 文集

爱与光图书馆 选集

(1-39 辑)

L/L Research

译者的话

老实说，本来偶并没有打算将网站上这些文章集结出书，不过陆续有些朋友询问这件事，甚至有读书会的朋友认为这些文章比 Ra 的一的法则还要令她有共鸣，所以偶觉得必须认真看待这件事.

为了不愧对热心的网友们，偶将所有文章重新校阅一遍，修改错字、补上遗漏的注解..etc;本来还想到把 L/L 研究机构出的一本儿童着色本"什么是爱"加进来(很适合家长利用此书进行美劳或英文教育!)不过为了维持诉求主题的一致性，后来决定另外出小册子.

最后，希望每位读者都在此书中感受来自宇宙的爱与光，愿基督的平安常与我们同在. Adonai !

--2006/5/25，curious Terry.

相关网址: 一的法则中文讨论区

http://soultw.com/ufo2/

http://tieba.baidu.com/f?kw=lawofone

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

有些译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿:

http://www.llresearch.org

本书符号说明

译者为了使译文通顺易读，主观地使用了一些符号做为辅助工具，一般而言:

小括号( )内的文字如果是中文，表示原文所无之文字，仅是为连贯文句意思加上去的.

如果是英文则表示原文中的人名、地名、专有名词，方便读者上网或以字典查询.

方括号[ ]内的文字的来源有二:

1.原作者的补充说明.

2.译者认定会影响文法通顺，且重要性较低，于是放在方括号内.

粗体字通常在原文都为大写，具有特别意义或唯一性.

谢谢“收看”!

目录

译者的话 2
目录 4

★爱与光图书馆选集 第 01 辑 13

0101：常见问答集 13
0102：耶稣的寻求 20
0103：信耶稣得永生? 31
0104：圣诞节献礼—耶稣与 Q'UO 的祝福 42
0105：耶稣基督的奥秘 51
0106：与 Q'UO 对话 61
0107：地球与我 73
0108：病痛与苦难 81
0109：什么是美? 88
0110：恐怖主义 96
0111：从"国家宝藏"到一元美钞 105
0112：岁末的平安讯息 108
0113：天灾与人类 114
0114：爱的三条道路 117
0115：地球，大自然，与人类 123
0116：个体性与造物者 128
0117：地球的阵痛期 133
0118：冥想之路 138
0119：成为光的通道 142
0120：介绍-- 鲁道夫.斯坦纳 148
0121：凯西档案: 约翰谈耶稣基督 160
0123：透过旅店老板女儿的眼睛 171
0124：爱你的敌人 178
0125："一的法则"是什么东东? 187

★爱与光图书馆选集 第 02 辑 190

0201：改变 190
0202：时空幻象 201
0203：电脑游戏 211
0204：乐队指挥的天性 219
0205：认识自己 228
0206：神秘难搞的靛蓝色孩子 236
0207：我的孩子是靛蓝小孩? 242
0208：你如何对待靛蓝小孩? 258
0209：在家教育靛蓝小孩 265
0210：玛丽亚.抹大拉的生命解读 270
0211：不自然的负面性 274
0212：服务与力量 284
0213：自然精灵与小男孩 291
0214：第五密度 298
0215：造物者提供什么给我们? 309
0216：专注地极化 322
0217：找到基督意识 342
0218：否认基督? 348
0219：时间旁轨 366
0220：西元 1979 年 378

★爱与光图书馆选集 第 03 辑 390

0301：虚度光阴 390
0302：凯西解读启示录 403
0303：欢笑与拥抱 414
0304：一位属于语言与字母的女人 430
0305：生命之屋 438
0306：外在的幽浮现象 445
0307：内在的幽浮现象 451
0308：神奇牙膏 458
0309：寻求觉知 466
0310：新的视野 481
0311：喂养灵魂 491
0312：独特的道路 503
0313：服务的态度 514
0314：意图与行动 531
0315：寻求与放下 545
0316：嘉年华会 555
0317：消失的 M 星球 566
0318：真实的自由 571
0319：艰难的旅程 581
0320：暗黑嘉年华 594
0321：祈祷与和平 617
0322：喜悦与感恩 632
0323：收割的本质 642

★爱与光图书馆选集 第 04 辑 657

0401：(DON)唐·艾尔金斯简传 657
0402：爱斯米兰达的十字架 671
0403：金钱与灵性 677
0404：幻象与工作 685
0405：明日之树 695
0406：一位先知的遗产 703
0407：UFO 调查员 709
0408：Q'UO 与我们 720
0409：活在两个世界之中 731
0410：译者感言 738
0411：附录—SK 与 ELAN_ROLS 的对话 739
0412：流浪者的难题 740
0413：大转变 751
0414：棕皮书之一 770
0415：棕皮书之二 785
0416：灵魂与纪念 798
0417：附录-- 纪念，TANYA 之歌 809
0418：棕皮书之三 811
0419：呼吸主义 826

0420：棕皮书之四.....835
0421：无形的朋友.....851
0422：棕皮书之五.....862
0423：给地球同胞的公开讯息.....867
0424：耶诞夜讯息.....868
0425：棕皮书--完结篇.....874
0426：通灵讯息的价值.....889
0427：肉身之死.....903

★爱与光图书馆选集 第 05 辑.....921

0501：圣母.玛利亚.....921
0502：访问和平勇士.....934
0503：亚伦与 Q'UO 对话之一.....942
0504：棕榈主日.....958
0505：为地球祈祷.....969
0506：宽恕与人生.....974
0507：魔法人格.....986
0508：殉道者与神秘家.....999
0509：人类、意识与理解之一.....1007
0510：第三类接触.....1017
0511：人类、意识与理解之二.....1030
0512：中东情势.....1041
0513：人类、意识与理解之三.....1052
0514：我是谁?.....1063
0515：如果你觉得你是流浪者.....1084
0516：人类、意识与理解之四.....1089
0517：杜威.拉森.....1100
0518：18、哀恸.....1105
0519：人类、意识与理解之五.....1116
0520：接纳 (上).....1126
0521：接纳 (下).....1136

★爱与光图书馆选集 第 06 辑.....1151

0601：人类、意识与理解之六.....1151
0602：亚伦与 Q'UO 对话之二.....1161
0603：人类、意识与理解之七.....1176
0604：诱惑.....1186
0605：人类、意识与理解之八.....1196
0606：骑乘改变之风.....1210
0607：人类、意识与理解之九.....1217
0608：灵性与灵魂.....1228
0609：人类、意识与理解之十.....1243
0610：附录一关于 L/L 研究中心的徽章/商标.....1255
0611：向荣格大师致敬.....1257
0612：光中心.....1261
0613：道路、真理与生命.....1272
0614：人类、意识与理解之十一.....1284
0615：三人行.....1296
0616：人类、意识与理解之十二.....1306
0617：情感 (上).....1317
0618：情感 (下).....1325
0619：为何通灵?.....1338
0620：耶稣在做什么.....1347
0621：人类、意识与理解之十三.....1355
0622：灵性的骄傲.....1367
0623：人类、意识与理解之十四.....1376
0624：受苦与否.....1388

★爱与光图书馆选集 第 07 辑.....1400

0701：性能量.....1400
0702：人类、意识与理解之十五.....1413
0703：我们全是流浪者吗?.....1423
0704：理想与现况.....1431
0705：人类、意识与理解之十六.....1440
0706：恩典.....1453
0707：人类、意识与理解之十七.....1466
0708：流浪者症候群(上).....1476
0709：人类、意识与理解之十八.....1488
0710：流浪者症候群(下).....1499
0711：人类、意识与理解之十九.....1507
0712：时间不够.....1518
0713：附录一成功.....1529
0714：人类、意识与理解之二十.....1529
0715：人格躯壳.....1540
0716：人类、意识与理解之二十一.....1548
0717：简单的讯息.....1559
0718：人类、意识与理解之二十二.....1573
0719：人类、意识与理解之二十三.....1582
0720：发现造物主.....1595
0721：人类、意识与理解之二十四.....1608
0722：一个日益扩大的觉醒与家族圈.....1620
0723：灵性的旅程.....1627
0724：找到我们的存有之心.....1639

★爱与光图书馆选集 第 08 辑.....1652

0801：家族聚会与原型.....1652
0802：人类、意识与理解之二十五.....1658
0803：服务的本质.....1669
0804：我回来了!.....1680
0805：人类、意识与理解之二十六.....1688
0806：镜射效应.....1697
0807：一起走向太一.....1708
0808：人类、意识与理解之二十七.....1715
0809：神魂超拔.....1723
0810：人类、意识与理解之二十八.....1735
0811：保护.....1742
0812：人类、意识与理解之二十九.....1754
0813：人类、意识与理解之三十.....1763
0814：母体与赋能者.....1771
0815：谈能量.....1782
0816：服务与取悦.....1788
0817：失控的通灵(上).....1801
0818：失控的通灵(下).....1809
0819：殉道者与神秘家(续).....1821

0820：神圣介入 1826
0821：认识自己 1842
0822：梦想的代价....1859
0823：个人的辨别力 1870
0824：苦难与真光....1878
0825：在太一中没有我....1886

★爱与光图书馆选集 第 09 辑....1891

0901：十字架与爱....1891
0902：恐惧与爱 1903
0903：永恒之爱 1919
0904：从心出发 1931
0905：给每一个喜欢爱丽丝的孩子 1933
0906：选一个标志....1935
0907：英国奇遇记....1952
0908：E.T. 与 人类....1968
0909：催化剂与我....1982
0910：爱与光早期资料 #1....1993
0911：时间与空间....1998
0912：我的旅程特别冥想 2002
0913：爱与光早期资料 #2....2013
0914：我的成长 2023
0915：爱与光早期资料 #3....2035
0916：第四密度的曙光 (上)....2042
0917：第四密度的曙光 (下)....2053
0918：爱与光早期资料 #4....2063
0919：圣灵与扬升....2072
0920：爱与光早期资料 #5....2085
0921：了解人们是如何觉醒的 2095
0922：基要派的扬升观点 2123
09-23 集:了解人们是如何觉醒的....2135
0924：基要派的扬升观点 2163

★爱与光图书馆选集 第 10 辑....2177

1001：疾病与疗愈....2177
1002：爱与光早期资料#6....2191
1003：金星和地球....2200
1004：爱与光早期资料#7....2208
1005：世界危机? 2215
1006：爱与光早期资料#8....2226
1007：偏见 2235
1008：爱与光早期资料#9....2246
1009：以马忤斯 2252
1010：爱与光早期资料#10 2263
1011：在 2012 之前 2269
1012：体验停工期#6－对二种宝座的礼敬 2283
1013：体验停工期#1－概述 2288
1014：体验停工期#2－木屋里的男人 2294
1015：体验停工期#3－离开木屋的男人....2299
1016：艺术创作的原则....2305
1017：体验停工期#4－神圣的性爱和男人 2318
1018：体验停工期#5－小团队的领导者....2323
1019：爱与光早期资料#12 2328
1020：地球与疗愈....2332
1021：教学和水 2338
1022：爱与光早期资料 #13....2353
1023：2008 百乐餐 2363
1024：真正的财富--爱与光早期资料 #14....2379

★爱与光图书馆选集 第 11 辑 2386

1101：七或十一 2386
1102：透过催化剂学习....2396
1103：爱与光早期资料 #15....2398
1104：亚伦与 Q'UO 对话之二[补充篇] 2405
1105：皇后密室 2415
1106：亚伦与 Q'UO 对话之三 2429
1107：杰克的魔豆....2444
1108：爱与光早期资料#16 2453
1109：光之良药(上)....2459
1110：光之良药(下)....2463
1111：亚伦与 Q'UO 对话之四 2466
1112：传导和成为....2481
1113：爱与光早期资料#17 2491
1114：南亚海啸 2497
1115：爱与光早期资料#18 2506
1116：日本海啸 2510
1117：爱与光早期资料#19 2521
1118：无限智能 2527
1119：爱与光早期资料#20 2537
1120：海豚与鲸鱼....2541
1121：爱与光早期资料#21 2551
1122：主体和客体....2556
1123：爱与光早期资料#22 2568
1124：亚伦与 Q'UO 对话之五 2574
1125：服务他人的动力学 2594

★爱与光图书馆选集 第 12 辑 2608

1201：亚伦与 Q'UO 对话之六 2608
1202：亚伦与 Q'UO 对话之七 2624
1203：力量和女性....2635
1204：爱与光早期资料#23 2646
1205：魔法师的基本功....2654
1206：亚伦与 Q'UO 对话之八 2669
1207：亚伦与 Q'UO 对话之九 2683
1208：爱与光早期资料#24 2695
1209：违背一的法则? 2701
1210：爱与光早期资料#25 2712
1211：工作自己 2718
1212：爱与光早期资料#26 2729
1213：为 2012 准备 2734
1214：爱与光早期资料#27 2748
1215：自由意志的奥秘....2754
1216：爱与光早期资料#28 2766
1217：亚伦与 Q'UO 对话之十 2771

1218：爱与光早期资料#29 2782
1219：同时性 2786
1220：爱与光早期资料#30 2800
1221：爱与光早期资料 #31....2804
1222：肉身之死 2809
1223：今生的愿景....2825
1224：你看见谁? 2834

★爱与光图书馆选集 第 13 辑....2846

1301：沉思:空间和时间....2846
1302：爱与光早期资料#32 2859
1303：佛陀和基督....2863
1304：与高我之间的关系 2872
1305：接触智能无限的障碍与需求 2887
1306：呼吸主义 2902
1307：爱与光早期资料#33 2913
1308：真实的自信....2919
1309：海市蜃楼 2931
1310：臣服 2936
1311：爱与光早期资料#34 2950
1312：亚伦与 Q'UO 对话之十一....2955
1313：创造力 2969
1314：扬升 2980
1315：爱与光早期资料#35 2992
1316：天使 2996
1317：圣诞之光 3008
1318：催化剂与身体疾病 3017
1319：OXAL 的故事....3031
1320：今生的目标....3037
1321：人格的价值....3053
1322：圣诞节问答集 —敏感身体与疲倦—....3064
1323：呼吸主义 (完整版) 3081

★爱与光图书馆选集 第 14 辑....3097

1401：超心灵致意....3097
1402：个人的责任....3104
1403：爱与光早期资料#36 3121
1404：爱自己....3130
1405：超越极限 3141
1406：宇宙创生 3153
1407：爱与光早期资料#37 3167
1408：同时性的运作方式 3176
1409：思想的力量....3192
1410：无意识与驱动力....3205
1411：爱与光早期资料#38 3217
1412：问答：灵性与意识 3223
1413：爱与光早期资料#39 3240
1414：亚伦与 Q'UO 对话之一 3247
1415：造物主的器皿 3262
1416：祈祷 3276
1417：造物主与我....3291
1418：爱与光早期资料#40 3300
1419：负面情绪的价值....3305
1420：正在创造第四密度 3317

★爱与光图书馆选集 第 15 辑 3335

1501：面对阻力 3335
1502：爱与光早期资料#41 3348
1503：道路的故事....3355
1504：巧合 3366
1505：成为造物者....3381
1506：新生的婴儿....3395
1507：得到与失去....3402
1508：爱与光早期资料#42 3414
1509：爱的思想能量 3419
1510：诱惑 2009....3429
1511：爱与光早期资料#43 3442
1512：接受指引 3451
1513：开启心轮 3464
1514：爱与光早期资料 #44....3477
1515：保持正面能量 3485
1516：服务或冒犯....3499
1517：爱与光早期资料 #45....3510
1518：渴望与意志....3517
1519：外部工作 3528
1520：GARY 的难题 关注自我与服务他人 3537
1521：爱与光早期资料 #46....3550
1522：感激的力量....3557

★爱与光图书馆选集 第 16 辑 3565

1601：活在当下 3565
1602：目标 3575
1603：恩典 2009....3589
1604：魔法人格 [完整版] 3597
1605：爱与光早期资料#47 3610
1606：流浪者的困境 3619
1607：自卑 3633
1608：通灵电池 3649
1609：爱与光早期资料 #48....3663
1610：寻求者的旅程 3671
1611：LATWII 与我 3687
1612：2012 以后的服务 3699
1613：谦逊 3717
1614：爱与光早期资料 #49....3732
1615：女性与男性....3741
1616：亚伦与 Q'UO 对话之十二....3752
1617：开放的心 3768
1618：GARY 的台湾行感想....3778
1619：雷霆女神: 完美的心智 3783

★爱与光图书馆选集 第 17 辑 3794

1701：HATONN 的第三密度....3794
1702：正面极化 3800
1703：他的最后四年 3816

1704：Q'UO 对话之十三 3820
1705：耶稣基督的奥秘 [重校版]....3829
1706：爱与光早期资料 #50....3840
1707：亚伦与 Q'UO 对话之十四....3845
1708：尊重他人的自由意志....3860
1709：偏见 3875
1710：如何冥想 3889
1711：一棵树的故事 3905
1712：双胞胎的故事 3917
1713：结晶的能量中心....3934
1714：内在与外在的工作 3948
1715：亚伦与 Q'UO 对话之十五....3964
1716：生命的目的....3978
1717：梦境瑜伽 3995
1718：光明与黑暗....4008

★爱与光图书馆选集 第 18 辑....4022

1801：沉思卡拉的肉身....4022
1802：两种学习 4023
1803：实体与全我....4032
1804：亚伦与 Q'UO 对话之十六....4045
1805：幽默的价值....4062
1806：培养渴望 4074
1807：亚伦与 Q'UO 对话之十七....4094
1808：寻求自由 4112
1809：森林恋人 4129
1810：概论: 太空中的好人与坏人....4136
1811：L/L 图书馆 40 周年纪念....4143
1812：冥想之路 (完整版) 4145
1813：海峡之路 4150
1814：时间与金钱....4163
1815：咀嚼经验 4170
1816：炉边闲谈:奇异 UFO....4185
1817：爱是一种觉知的机能....4188
1818：亚伦与 Q'UO 对话之十八....4195
1819：亚伦与 Q'UO 对话之十九....4205
1820：分辨通灵的来源....4227

★爱与光图书馆选集 第 19 辑....4244

1901：爱与理解 4244
1902：调音的方法....4252
1903：你的极性是什么?....4266
1904：内在的指引....4273
1905：分开红海 4287
1906：主观式通灵....4305
1907：人间天使 4321
1908：L/LEEMA 首次开讲....4337
1909：亚伦与 Q'UO 对话之二十....4356
1910：L/L 图书馆符号说明....4392
1911：UFO 在灵性上的重要意义 4393
1912：亚伦与 Q'UO 对话之二十一 4427
1913：赢得自我 4452
1914：隔绝高我的围墙....4464
1915：形而上学的科技....4479
1916：性能量交换....4491

★爱与光图书馆选集 第 20 辑 4505

2001：太阳语....4505
2002：黑暗与白天....4524
2003：亚伦与 Q'UO 对话之二十二 4535
2004：忙碌的寻求者 4539
2005：外部信息与我 4556
2006：肯定语与真言 4568
2007：故事：探索未知....4581
2008：故事：造物之初....4598
2009：亚伦与 Q'UO 对话之二十三 4614
2010：虔诚的生活....4626
2011：蜕变 4638
2012：存在于当下....4652
2013：圣诞之光 4667
2014：无价值感与愤怒....4676
2015：亚伦与 Q'UO 对话之二十四 4693
2016：圣诞节的意义 4707
2017：需不需要臣服? 4719

★爱与光图书馆选集 第 21 辑 4732

2101：一的法则之编年简史....4732
2102：看见爱....4748
2103：靛蓝色与紫罗兰光芒....4759
2104：我们的太阳....4769
2105：通灵的危险....4786
2106：净化之路 4805
2107：靛蓝双胞胎....4816
2108：寻求者的人格 4832
2109：知晓与接纳....4844
2110：寻求者的四季 4859
2111：觉醒前的人生 4872
2112：心之战士(纪念卡拉)....4886
2113：寻求造物者....4888
2114：自我控制 4901
2115：处理催化剂....4912
2116：性高潮的偏向 4924
2117：帕琪塔的故事 4939
2118：治疗卡拉 4942
2119：消失的马尔戴克....4943

★爱与光图书馆选集 第 22 辑 4949

2201：曙光 4949
2202：爱与悲伤 4957
2203：亚伦与 Q'UO 对话之二十五 4958
2204：时间的知觉....4987
2205：人生游戏 5000
2206：原型的应用....5008
2207：唐吉诃德的追寻....5021

2208：海豚与鲸鱼.....5022
2209：服务的态度 (更新版).....5032
2210：教导与学习.....5048
2211：平衡能量中心群.....5060
2212：亚伦与 Q'UO 对话之二十六.....5071
2213：人生的负担.....5088
2214：圣诞夜默想.....5100
2215：心之知见.....5102
2216：爱与欧洲难民.....5114
2217：人格与灵魂菁华.....5130
2218：神秘的能量道路.....5138
2219：最佳地使用意志.....5152
2220：爱与光早期资料 #51.....5163

★爱与光图书馆选集 第 23 辑.....5172

2301：非二元论的极性.....5172
2302：中心太阳.....5174
2303：恐惧和骄傲.....5186
2304：收割的进度.....5194
2305：流浪者的潜能.....5211
2306：昆达里尼的提升.....5224
2307：能量的体验.....5238
2308：爱与光早期资料 #52.....5253
2309：来自火星的灵魂.....5260
2310：无形的访客.....5267
2311：指导灵的角色.....5278
2312：忆起的过程.....5292
2313：个人发展的灵性原则.....5301
2314：死亡的过程.....5312
2315：亚伦与 Q'UO 对话之二十七.....5330
2316：亚伦与 Q'UO 对话之二十八.....5343
2317：地球的古代部落.....5360
2318：探究服务.....5368
2319：一个傻子的故事.....5380

★爱与光图书馆选集 第 24 辑.....5389

2401：心之语言.....5389
2402：原型与魔法人格.....5403
2403：星象学初探.....5419
2404：关注自我与服务他人.....5432
2405：人格类型.....5446
2406：一个孤单的流浪者.....5458
2407：扬升的周期.....5470
2408：我在这里要做什么.....5480
2409：放下.....5493
2410：帮助地球的收割.....5509
2411：玛雅年历.....5524
2412：服务他人与宠物.....5535
2413：语言和沟通.....5554
2414：一起成长.....5569
2415：密度与振动.....5583
2416：重复出现的问题.....5599

★爱与光图书馆选集 第 25 辑.....5612

2501：爱与第四密度.....5612
2502：分心物的价值.....5625
2503：致力于结果.....5638
2504：改变的四季.....5656
2505：善用时间.....5673
2506：活出一的法则.....5681
2507：星际邦联与地球.....5699
2508：亚伦与 Q'UO 对话之二十九.....5712
2509：亚伦与 Q'UO 对话之三十.....5731
2510：接触指引系统.....5746
2511：生命中的改变.....5766
2512：流浪者的核心.....5779
2513：个人与造物者的关系.....5789
2514：新盖亚的诞生.....5802
2515：圣诞祝福：献给地球.....5813
2516：面对超心灵致意.....5827
2517：心之渴望.....5836
2518：电影：第六个太阳时代.....5849

★爱与光图书馆选集 第 26 辑.....5864

2601：伯利恒之星.....5864
2602：存在与受苦.....5876
2603：一的法则是不是唯一的法则？.....5887
2604：T 弟兄的旅程.....5890
2605：存在与受苦[说明篇].....5904
2606：身份与蜕变.....5909
2607：灵感与团体.....5921
2608：棕榈主日 (2017).....5930
2609：穿越黑暗与混乱.....5941
2610：圣奥尔本斯教堂：CARLA 演讲.....5955
2611：亚伦与 Q'UO 对话之三十一.....5975
2612：亚伦与 Q'UO 对话之三十二.....5992
2613：和基督的关系.....6016
2614：苦難與喜悅.....6025
2615：不理解是必须的.....6041
2616：拥抱改变.....6042
2617：选一个标志(完整版).....6063
2618：一的法则是不是唯一的 ？.....6080

★爱与光图书馆选集 第 27 辑.....6084

2701：不理解是必须的.....6084
2702：正负两面的指引.....6085
2703：活出更大的我.....6098
2704：造就第四密度.....6111
2705：联想遥视技术.....6134
2706：道途上的陷阱与分心物.....6146
2707：伴侣关系与性.....6159
2708：灵性团体.....6173
2709：平衡超心灵致意.....6189
2710：打破形式.....6199

2711：神圣契约 6211
2712：亚伦与 Q'UO 对话之三十三(完结)....6225
2713：做世界的光....6247
2714：灵性途径 6256
2715：恐怖主义(完整版) 6270
2716：G 男孩的深层疗愈....6283
2717：群星之间 6295

★爱与光图书馆选集 第 28 辑....6303

2801：学习与盖亚共舞....6303
2802：住处与工作....6319
2803：觉醒与转形....6333
2804：工作第二脉轮 6346
2805：第三密度的体验....6355
2806：镜射新奇事....6369
2807：催化剂与我(完整版)....6382
2808：和第四密度的能量合作 6397
2809：荣耀与责任....6408
2810：痛苦与恐惧....6422
2811：宇宙和寻求者 6436
2812：人生的新方向 6448
2813：圣诞节与冬至 6458
2814：对的航向 6465
2815：分析式与直觉式心智....6479
2816：当下的力量....6491
2817：两极化的收割 6505

★爱与光图书馆选集 第 29 辑....6521

2901：L/L 访谈集 - 极乐递送 (BY JIM)....6521
2902：耶稣的寻求....6547
2903：第一变貌 6562
2904：联系高我 6573
2905：自我的阴影面 6585
2906：伴侣关系 6594
2907：爱与自然精灵 6606
2908：两种服务 6618
2909：对待地球与其他自我....6631
2910：自由去爱 6645
2911：使命与苦难....6659
2912：平衡生活与灵性追求....6668
2913：灵性的沉睡....6679
2914：山丘上的旅人 6697
2915：THREE 与 Q'UO 的对话 6706
2916：内在与外在工作的纠结 6720
2917：好木头与坏木头....6735
2918：不受打扰的平安与喜悦 6736
2919：成为光....6737

★爱与光图书馆选集 第 30 辑....6739

3001：战争与烛光....6739
3002：罩纱与极化....6749
3003：契约与服务 6757
3004：和平与和谐 6769
3005：地球的人口议题 6782
3006：GUS 与 Q'UO 的对话....6793
3007：开启靛蓝色脉轮 6808
3008：DNA 与人类....6815
3009：信仰与信心....6829
3010：2018 秋季问答集....6851
3011：自由意志与选择 6863
3012：自我接纳 6872
3013：第四密度的发展阶段....6888
3014：癌症与愤怒....6900
3015：双生火焰 6914
3016：生命中的改变 ＆2002 冬季问答集....6923
3017：写一本书 6944
3018：感谢与疗愈....6949
3019：值得被杀害....6960
3020：LL 五十周年铭谢文....6961

★爱与光图书馆选集 第 31 辑 6964

3101：发光的生命....6964
3102：内在层面的居民....6976
3103：UFO 的灵性意义[重校版]....6986
3104：寻求之美 7020
3105：问答集 2019 7027
3106：灵性电影的剧本创作....7038
3107：与 Q'UO 对话[完整版]....7050
3108：催化剂的三个层次 7064
3109：平衡的生活....7076
3110：诚实与造物者 7094
3111：自我形象的力量....7107
3112：感激与感恩....7117
3113：痛苦与病痛(完整版)....7128
3114：光明与黑暗之子....7139
3115：Q'UO 服务的地球及其能量 7144
3116：同时性与第四密度 7155
3117：血肉的自然黑暗....7170
3118：公义的酒 7171
3119：等待的力量....7171
3120：自由在哪儿....7172
3121：爱你自己 7173
3122：希望之光 7174
3123：宇宙是你的子宫....7175

★爱与光图书馆选集 第 32 辑 7176

3201：什么是美(完整版)....7176
3202：宽恕与心轮....7185
3203：灵性的战士....7196
3204：关系与催化剂 7202
3205：忆起 7215
3206：真实的沟通....7229
3207：外在的服务....7241
3208：转变时期的能量....7250

3209：帮助地球的最有效方式 7259
3210：返回开放之心 7271
3211：自我与时代的阴暗面 7281
3212：服务的精细面向 7294
3213：耶稣与凯西资料 7303
3214：创造实相 7313
3215：改变与怀疑 7326
3216：封锁 7334
3217：祈祷与释放 7336
3218：等待东道主的邀请 7337
3219：绝不要跑太快 7338
3220：责备与原谅 7338
3221：善之宇宙 7339
3222：圣诞节的愚行 7340
3223：2002 百乐餐 7341
3224：新时代的能量 7347
3225：新型冠状病毒 7363
3226：缅怀卡拉老师 7366
3227：一法的诠释和使用 7374
3228：原型心智/埃及塔罗之基本名词 7376
3229：RA 给我们的家庭作业 7377

★爱与光图书馆选集 第 33 辑 7379

3301：来自 L/L 的一则讯息 7379
3302：911 与恐惧 7380
3303：911 与催化剂 7390
3304：第三密度的战争 7401
3305：流浪者与业力 7411
3306：形成社会记忆复合体 7425
3307：圣诞节献礼(完整版) 7433
3308：911 的形而上意义 7447
3309：911 与疗愈 7461
3310：新型冠状病毒(完整版) 7473
3311：灵性的母体与赋能者 7486
3312：通灵集训-通灵中的能量支出 7500
3313：通灵集训-器皿的怀疑 7516
3314：通灵集训-器皿的预期 7525
3315：第四密度的啟蒙 7539
3316：简单的生活 7551
3317：寻求的热情与周期 7561
3318：做自己与服务 7572
3319：工作、伴侣关系 7579

★爱与光图书馆选集 第 34 辑 7590

3401：与 RA 接触的 40 周年庆 7590
3402：2020 元月问答集 7590
3403：成长的过程 7602
3404：结束关系 7610
3405：CARLA 老师给 S1 的一封信(摘译) 7620
3406：佛教哲学 7644
3407：收割或扬升 7656
3408：在沟通时保持开放之心 7669
3409：红色光芒的能量平衡 7678
3410：团体一起投生和服务 7692
3411：流浪者的孤单 7702
3412：CARLA 老师给 P 的一封信(摘译) 7710
3413：宗教与灵性 7723
3414：灵性团体的益处 7733
3415：传讯练习：小说与灵感 7745
3416：基督科学教派的治疗 7767
3417：灵性生活中的决定 7783
3418：灵性的辨别 7793

★爱与光图书馆选集 第 35 辑 7800

3501：森豪曾孙女的感言艾森豪曾孙女的感言 7800
3502：身体的讯息 7801
3503：死亡与中阴期 7812
3504：改变的三个层次 7828
3505：婴儿与宇宙 7841
3506：春季问答集(20210414) 7850
3507：焦虑 7872
3508：演化与死亡 7886
3509：情绪与灵性进化 7905
3510：服务或侵犯 7918
3511：觉醒的时机 7929
3512：道途与改变 7942
3513：理性/直觉的心智(20210707) 7955
3514：第三密度的困境 7969
3515：耶诞节讯息 7986
3516：不明智的能量交换 7994
3517：人格的锻炼 8007

★爱与光图书馆选集 第 36 辑 8018

3601：家庭关系(20210819) 8018
3602：个人能量场的南极(20210908) 8026
3603：指引与向导 8037
3604：智力与感激 8051
3605：灵性的小径 8058
3606：培育内在天使 8066
3607：问答集(20210922) 8074
3608：[序言]星际邦联之声 8089
3609：促进灵性进化 8102
3610：渴望 8117
3611：清晰的沟通 8126
3612：太一之舞(20211105) 8140
3613：平衡渴望 8148
3614：共同造物者 8158
3615：力量与控制 8166
3616：内疚 8174
3617：愤怒与挫折 8185
3618：1998 百乐餐 8195
3619：鹦鹉螺、DNA 与长生 8200
3620：接纳与信心 8208
3621：非神圣的六星 8217

★爱与光图书馆选集 第 37 辑.....8226

3701：纯粹(20211213).....8226
3702：心之渴望.....8238
3703：灵性生活的四季.....8250
3704：人际关系.....8259
3705：聚焦及回避(20211019).....8269
3706：人格中的扭曲.....8282
3707：灵性的改变 1998/03/15.....8290
3708：灵性的骄傲 1998/03/01.....8298
3709：内在和平与外在和平 2022/03/23.....8308
3710：寻求指引.....8320
3711：祢的意志 1998/01/18.....8327
3712：物质幻象的价值 1998/01/11.....8336
3713：运用天赋.....8346
3714：臣服与责任(20220428).....8352
3715：为地球祈祷(完整版).....8362
3716：简单的讯息(完整版).....8371
3717：选择的代价.....8391
3718：灵性社群.....8397
3719：爱与光的保护(20220721).....8404
3720：凭借哪一颗星来引导你.....8418

★爱与光图书馆选集 第 38 辑.....8420

3801：海上旅程的比喻.....8420
3802：真正的服务.....8429
3803：复活节前的百乐餐.....8438
3804：教导与服务.....8443
3805：仪式的功效.....8452
3806：新、旧传讯之比较.....8461
3807：火星与地球的关系.....8478
3808：在催化剂中学习.....8494
3809：真相与幻象.....8504
3810：与负面性打交道.....8512
3811：人格的锻炼.....8525
3812：自我的真相.....8533
3813：情绪与平衡.....8541
3814：灵性与喜悦.....8550
3815：灵性的辨别.....8562
3816：寻求真理.....8569
3817：斜线号的微妙意义.....8580
3818：接触与连接.....8593
3819：自我的黑暗面.....8605
3820：男性与女性能量的平衡.....8610
3821：真正地知晓关系.....8615

★爱与光图书馆选集 第 39 辑.....8622

3901：信心与关系.....8622
3902：修补破碎的心.....8630
3903：上瘾.....8653
3904：达成收割.....8655
3905：世俗与灵性.....8667
3906：愤怒的情绪.....8673
3907：内在的声音.....8681
3908：2008 Carla 问答集.....8688
3909：寻求者的周期.....8707
3910：时间不够(完整版).....8715
3911：平衡脉轮.....8727
3912：黑暗面.....8740
3913：牺牲与复活.....8745
3914：脑海中的磁带.....8750
3915：自我的平衡过程.....8763
3916：问答录：能量与交流.....8772
3917：1996 百乐餐.....8781
3918：光之庆典.....8787
3919：真假亚威.....8804
3920：红色光芒.....8814
3921：活在当下.....8826

★其他收录.....8832

0000：亚伦与 Q'uo 对话系列网址.....8832
0001：帮助地球的收割.....8837
0002：魔法人格 (附原声音频).....8853
0003：L/L 访谈集 摩尔秀对 Jim 的采访.....8870
0004： 视频｜马脸姐.....8900
0005：思维对个人实相的效应.....8900
0006：入门的层次.....8913
0007：LL 与 Ra 接触的 40 周年庆.....8926
0008：2020 元月问答集.....8928
0009：成长的过程.....8940
0010：视频｜UFO 解密 - 对唐与卡拉的访谈 (1978)8948
0011：两种教导(20110402).....8949
0012：L/L 纪念集 - 吉姆：关于唐·艾尔金斯的短笺8957
0013：L/L - 一的法则《概念指南》中文版发布.....8966
0014：与高我的关系.....8974
0015：Carla 最后传讯.....8989
0016：L/L 新闻 - 对团体和平观想的呼吁.....9003
0017：一的法则中文论坛上线通知.....9008

END.....9008

★爱与光图书馆选集 第 01 辑

☆ 第 0101 章集：常见问答集

回答者: Carla Ruckert (“一的法则”之传讯者)

(c) 2005，Digested and translated by Terry.

●心灵问候?

Q: 我在想是否有任何一的法则(the Law of One)读者 在阅读这些资料时曾体验过任何种类的心灵攻击(psychic attacks)?

A: 心灵问候(psychic greeting)是灵性寻求者生命中不可避免的一个事实. 当一个人尝试解除一点扭曲 好允许更多的光流入能量体，他们便引来了注意. 从形而上的观点来看，一个纯粹的意图就已经是一个成功的结果，所以游戏开始了.

当你阅读一本书 起了深深的共鸣，激励自己，促使你个人的光芒到达高峰.
另一方面，你拥有的任何扭曲，或者说盔甲的裂缝，都是负面实体尝试夺取这道光，或摧毁它的一个机会，容我说，这是个公平的游戏.

心灵问候的完整定义在流浪者手册
(Wanderer's Handbook)有记载，可以在 L/L 研究网站(www.llresearch.org)的图书馆区找到前三章.

我在二十年前左右停止使用“心灵攻击”这个字眼，改用“心灵问候”，为了将恐惧的

元素去掉，因为恐惧被负面实体视为进攻时伟大的同盟.

●通灵的准确度

Q: 一般而言，您的通灵(channeling)有多准确？你能给个百分比吗?

A: 不,我不能，没有衡量的尺来评估通灵.因为接收讯息的方法并不是现今科学家知道如何去追踪或衡量的.

这也意味着读者的辨别力是十分重要的，我建议读者保持一个开放的心，寻找书本中感觉有共鸣的地方，它会从你内心深处涌出. 当你阅读一个真正“为你”而来的资料，它真地会与你共鸣，你几乎可以感觉到你忆起了什么事情，而非吸收新的信息.

●次元 vs. 密度

Q: 为什么 Ra 喜欢用“密度”(density)这个名词，而非“次元”(dimension)？好比说，为什么不说 “第三次元”而要说“第三密度”?

A: 次元是讲述空间的字眼: 高度，宽度，及深度都是次元.在某些纯理论物理系统中，科学家建议时间或许是第四个次元.

密度是关于一个空间有多满，比方说在衡量气体时，一个特定的区域中有着越多的气体分子，表示密度越大-给予更大压力时，气体会被挤压到更小的空间.

Ra 群体对这个问题没有多大帮助，因为他们常常交互使用这两个字，不做区别.

然而，经过许多的思考，我决定较为正确的词汇应该是密度，越高的密度有越多的”东西”在空间中！精确地说，是越多的光. 当我们从这个密度毕业到下一个密度，光变得越密集/明亮/强烈. 用基督徒的话来说，越高的境域包含越充分的光.

●请求 Q'uo 的支援

Q: Q'uo 常说任何呼求的人都可以使用他们，这种支援是任何人都可以请求，不管他们的灵性平衡层次在哪边？我并不是指通灵讯息，而是他们能支援我到达更深的冥想状态.

A: 是的，任何人都可以这样做，只要在心中请求，并有意识地肯定事情正在发生，如此可提高一个人的觉知 并帮助集中焦点. 有些时候，会发生一种振动，通常是在顶轮附近的头皮有轻微的刺痛感.

●推荐塔罗牌

Q: 我阅读过一的法则，以及 L/L 图书馆的资料，我发现 Ra 跟 Q'uo 都推荐研读塔罗牌，我上网寻找，发现许多不同种类的牌组(decks)，在一的法则第四册中提到你们使用吉沙大金字塔壁画拷贝下来的图案做为 22 张塔罗牌原型. 我想知道你们所参考的是哪一个牌组，这样才能对照 Ra 与 Q'uo 的相关评论来研读. 你可以告诉我吗？

A: 就已出版的塔罗牌组而言，确实已有庞大的分类. 我们没有使用其他任何一

种在一的法则第四册之中，因为它们不是我们需要的真正的古代埃及牌组.

事实上，我们最后在美国国会图书馆进行研究，Jim McCarty 在一本书(by GeorgeFathman)找到一副牌组–并未印制成塔罗牌–我们使用该牌组的一部分.

迄今，我们找到的最适合我们目的的牌组在一本书中，但我不认为它还有出版，可能二手书市场还有一些，你可以到 Amazon 或 Alibris 网站寻找.

这本书的出版信息如下:
Sacred Tarot: Course VI (Lessons 48，22-23)，by C. C. Zain，Elbert Benjamine 圣光教堂(Church of Light*)出版，学者 Zain 的塔罗牌的机构，不肯允许我们使用他们的牌组图案，所以我们就参考 Zain 与 Fathman 先生的图案，自己画一组.

我们只有制作出前七张图案，接受 Ra 的指示，将不必要的占星图案去掉，我想从这七张图案，读者可以找到清楚的指南，处理其他牌的图案.
(*译注:Church of Light 的埃及塔罗牌曾绝版好一阵子，但最近有再版的计划,有心人不妨上网搜寻一下.)

●我要如何找到真爱?

Q: 因为我是个流浪者(Wanderer)，我在地球上”计量”(clock)了很多孤单的时间，我好想要显化出我的伴侣，我人生旅程的真爱，像你们两位(Jim & Carla)一样. 我要如何做到?

A: 我个人绝对不知道一个人要如何显化出一个灵魂伴侣或真正的伙伴. 我跟 Jim

纯粹是幸运相遇吗？或许不是，然而，我们并不是因为向外寻找(伴侣)而碰在一起的.

Jim 与我接触是因为他听到我在广播中谈论爱与光，UFO 与冥想的议题，于是他打电话来要求参与冥想. 他花了两年的时间，然后决定正式加入我们 L/L 研究中心.

我花了 16 年时间研究 UFO 与相关的灵性议题，并每日冥想.

Jim 在遇见我们之前，有 6 年时间在肯塔基州的荒野独自居住，自给自足，教导野外生存，以及灵性大脑发展.

所以回顾这一切，我会说如果要吸引一个灵魂伴侣，追求你自己的寻求，你自己的兴趣，与你对他人的服务. 更充分地做你自己，深化并开拓你的观点，并且努力爱上你自己，或如同 Ra 群体说“知晓你自己，接受你自己，成为造物者.”

有一天，当你看到你良好的工作，寻求路途上不断开花结果，你很可能会发现有那么一个人已经出现在你身边. 从你自身的寻求，以及对方的寻求所产生的自然能量会共同安排出一个相遇. 这完全不是你有意识地去”策划”，而是一种内在的过程所做的安排.，停止向外寻找，开始向内观看，知道一切都是好的，祝你好运!

●我是流浪者吗?

Q: 我可能是一个流浪者，我想要确定一下.

A: 在形而上的领域中，没有什么证据. 这是灵性真理的一个确切特征，不诉诸科学事实或证据. 一个人的宇宙出身也是属于灵性真理保护伞下的一项.你可以做上打的测试来‘证明'你不是土生土长的，但就严谨的科学角度来看，都称不上是真实的证据.

你所拥有的毋宁是一种内在的“知晓”或灵知(gnosis)，这个知晓通常以一种直观或直觉的方式呈现. 当你碰触到你个人的灵性真理，会感觉到一种共鸣.

或许你通过心理医生喋喋不休地说 “这件事给你什么感觉?” 在你的问题上，这的确是个很好的问法. 如果你觉得你是一个流浪者，很清楚地 你得到一些共鸣，一种内在的知晓. 我会建议你跟随那感觉，并看着它继续带给你什么感觉. 它是否解决一个紧绷的状态? 它是否坚定你的寻求，或你感知的目标?

那么，不管那是不是你主观的想法，这个”真理”都有效地帮助你向前走，使用它吧.

●星际联邦

Q: 有没有任何人可以告诉我 Ra 在一的法则中说的星际联邦(The Confederation Of Planets)，到底是什么东西?

A: 以我的浅见，没有! 至少，没有一个精确的答案. 要在这个 3D 世界从通灵中得到准确的信息是个无望的工作. 诚实地说，我不知道到底有没有一个具体的服务无限造物者的星际联邦，或者它是个形而上，看不见的群体，有些人称为天使或其他东西，即使我已经传达他们的讯息 30 年以上!

我甚至不知道我通灵的源头是否外在于我，不管我是传达 Q'uo，或 Hatonn，Latwii，Ra 等群体，他们都宣称来自星际联邦.

但我可以为一件事作证，当我在通灵的时候，真的有某种事情在发生，因为那突然泛滥的话语对我来说是太庞大了，以我地球的人格，可以一直说话而不用任何思考. 有兴趣的人可以自由阅读 L/L 网站(www.llresearch.org)上头的档案库，以检验我的说法.

是狺(yup)，有某种事正在进行，那儿有个源头，它前后一致地说着，并带来有助益的资料.

我会说星际联邦是一群星球实体-整个星球的人口成为“社会记忆复合体”，
并且选择以群体的方式服务他人. 他们设想的一种服务方式包括透过像我这样的器皿来说话，以帮助地球在这关键时刻，顺利抵达第四密度.

这样的协助，对他们来说并不新鲜，比方说 Latwii 曾说他们在第三密度的尾声，曾受到 Ra 群体的协助. 所以这可以说是一群联合在一起的成员，一起向外帮助那些在挣扎的人们，好比是形而上的美国和平部队(Peace Corps).

我们目前的科学仪器无法侦测到心电感应的能量，或许在未来会有进一步的发展. 所以，在评估这类的来源或他们分享的思维，请使用我们的辨别力.

我鼓励所有读者使用辨别力，要非常小心你所拾起的思想并且与之协同工作.
要非常地挑剔，寻找你内在的共鸣，就好比你生平第一次听到你非常喜爱的曲调.

倾听你自己是最重要的!希望这些话有帮助——

许多的爱与光,

Caral wol.Source:

(译注: 以下原文网址已经失效了..还好当初有把它翻译完 ^_^)

http://www.bring4th.org/modules.php?op=modload&name=FAQ&file=index

---

☆ 第 0102 章集：耶稣的寻求

周日冥想 2003 年 12 月 6 日

DISCLAIMER:本译文仅为摘要翻译. 有兴趣了解全文的读者请参考附录并前往 http://www.llresearch.org 之 LIBRARY 区自行阅读原文.

小组问题

本周 我们进入圣诞季节，我们想知道一些关于耶稣-基督，拿撒勒人耶稣，实体的信息，我们非常感激能得到任何关于这个实体或他那一生的信息.

(Carla 传讯)

我们是你所知的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中 我们来到你身边.

我们是星际联邦的一部分，我们唯一的希望是提供这类的思想给那些想要加速心、身、灵进化步伐的人们. 我们来此是回应地球上许多忧伤的哭喊，我们只希望这些简陋的想法可以打开一些窗户，让阳光与空气进入原本黑暗的角落.

我们希望可以光照、供能、赋能给聆听这些话语的美丽灵魂们.

我们感谢你们牺牲时间 专心奉献一段时间于寻求.

我们请求你用心辨别我们的话语，留下那些你喜欢的思想 放下其他的东西.

你们今天问到关于耶稣(Jesus)的事情. 这个实体有好几个名字，他年轻时的名字是 Jehoshua. 耶稣这个名字是阿拉姆语的希腊语版本. 无论如何，我们称呼这个实体为耶稣，因为这是你们惯用的名称.

耶稣的生命确实有些不寻常，因为这个实体是个非凡的存有，他心智的才能与锐利的思维[如同许多流浪者具有的特质，包括在座的许多人]使得这个实体在很年轻的时候就能够研读并掌握抽象的观念. 因此这个实体的本质倾向思索他所不能解答的神秘，在所有神秘中最大的奥秘就是没有限制的想象力.

耶稣内在所感觉到的无限与永恒不断地拉着他向前. 他很幸运地居住在一个小镇，拥有一个简陋但还过得去的家；并住在一个教导灵性与宗教课题的社区. 耶稣喜欢跟这些老师混在一起，阅读 问问题，然后再阅读. 到了青少年阶段，这个实体已经被认为是个拉比(Rabbi*)了. 除了学术上的追求—他主要的嗜好，这个实体也花了许多小时 在他父亲与叔叔身边学习他们的贸易与木工技艺，并采集各式各样的药草(herbs)以及具有治疗利益的天然物质.
(*译注:犹太教律法的专家或老师.)

耶稣是个爱好孤独的人，再没有其他事，比夜晚偷溜出去，更让他欢喜了. 在他家村落的附近，有个居高临下的地方，一个小山丘. 爬到小山丘顶端，带给耶稣

一种内在的平安感，那是他在别处找不到的平静. 他习惯在那儿凝视着繁星，想像什么是没有限制. 这种对于无限可能性的感觉是无以伦比的 在这些片刻 耶稣在灵性上成熟不少; 并不是因为双亲或灵性导师的教导 而是当他在凝视深邃的夜空时 于他内在找到的静默.

在大约 14 岁的时候，耶稣得到一个机会 和其他两个也对灵性研读有兴趣的同乡一起跟随镇上拉比学习. 接下来 有好几年 耶稣与一个团体一起祈祷冥想，这个团体叫做隐修教派*. 这个过程使得耶稣磨掉他原本有些淘气与叛逆的人格，并且进一步精练他内在对于真理的渴求.
(*译注: Essenes，又称苦修派)

渐渐地，耶稣长大成人，他发现他必须旅行 于是他开始走向一条道路，一条每天都有不同感受的道路. 他开始一段朝圣之旅(pilgrimage)，虽然当时耶稣并不会想到这个词汇，他只是单纯地称为道路，由圣灵与静默引领的路. 他走过非洲的一部分，以及印度的一部分. [我们在使用地名上有困难 因为这个器皿对于这些区域并不熟悉]，勇敢地面对飢饿与恶劣的天候，耶稣走过许多哩疲惫的路，造访营火，洞穴 以及神圣的地方，求教于不同的人士，有些人的想法与他家乡的师承一致，其他人则有不同的想法.

总是在学习，累积智慧，从中筛选，挑出精华，逐渐地，更充分地感知到他是谁，并不是那个在学习这些事情的人，而是那个见证这个学习与跌倒过程的存有，然后将这些经验沉淀为真正有用的思想型态.

在这个阶段，耶稣渐渐地，越来越觉察到他未来神圣服务的具像. 我们给予这个器皿: 山脉与甜水的影像，那儿名叫喀什米踌(Kashmir)，是耶稣返乡之前到过最

远的地方，精确地说，他下个旅程的目的地并不是家乡，而是通往[这个十分专注奉献的实体感觉的]未来与他被捡选的神圣服务.

当这个实体旅行之际，他的一个亲戚，即器皿所知的施洗者约翰(John the Baptist)，开始了他自己的神圣服务. 约翰感受到一股真实的强烈冲动 驱使他净化自己并允许所有不神圣的东西从他身上脱落. 约翰开始吸引追随者到他身边，只凭着一个单纯 直接的讯息，那是亘古以来先知们传递的讯息: 回归造物者，停止犯错(error)，并只服侍最高，最佳的(目标). 这个实体开始他所谓的洗礼，象征性、仪式性地以水洗去所有的罪(sin). 约翰的纯净与领袖魅力为他带来更大群的追随者，即使他选择出现在沙漠的边缘 人烟罕至的地方，人们都跟随他. 也就在这种地方，约翰施洗者为耶稣施洗，耶稣受到天启后 开始他的神圣服务.

虽然约翰与耶稣彼此是堂兄弟的亲戚关系，令人惊奇的是，约翰认出耶稣的内在并不只是个亲戚 而是弥赛亚(Messiah)，就他的了解 这个词汇的意思是"奉上主之名而来"[1]. 在那个片刻 一股巨大的力量从约翰移转到耶稣，从耶稣移转到约翰.

那真的是个令人惊奇的一天 我们可以将那一天视为耶稣的转戾点，在那一天耶稣从 见证者移动到演员，从存在(being)到行动(doing)，从潜能到实践，从内在转到外在.

我们在此停顿一下，回顾耶稣的旅程，他走过荒野，与所有找得到的智慧人士谈话，走过朝圣旅程的净化过程，在旅程中没有食物的供应没有舒适的环境;只有两支脚走在沙尘飞扬的路上以及在每日的尽头遇见不同的陌生人.

如果一个人希望创造出一个有深度与力量的生命，如此的训练是必须的; 耶稣做

到了，并不是因为他觉得这件事是对的，而是因为对于真理的飢渴不断牵引着他向前行 同时寻求之美是如此无法抗拒. 所以他的飢渴如同棍棒，内在空间之美如同胡萝卜. 他能够专注于内在是因为长期习惯处于静默，长期的身体锻鍊，以及长期的倾听: 包括他人的声音，和他自己思维的声音.

在这个冥想之前 有几个实体在(刚才)谈话过程中讲到一件十分有趣的事: 单纯地观察一个人的思维觉察它们的升起，不去评断它们，只觉察思维的内含，特别是那些不断重复出现的思维.在这个过程中一个人得以不断地往内在深处探寻只凭借着细心的观察.

在这个时期，耶稣大多数的时候远离任何的人际关系，不分男女. 当然 这个实体仍然有他所爱的男人与女人. 只是一个流浪的传道者，他的人生并不容易与一个伴侣，一个家庭兼容，耶稣感觉这些并不是他能够分享的乐趣. 结果，这个实体大部分时期都是一个人，并满足于无以言喻 却十分深沉的人际关系: 包括他的母亲，兄弟，堂兄弟，弟子们. 耶稣可以看到这些人的心都跟他一样 有着对于真理的飢渴. 几乎所有关于耶稣的文献都与这位老师在三年间诉说的故事有关，我们发现不可能在器皿处于有意识状态下述说这些细节，因为这个器皿每次要求的接触属于特定的种类，这些细节并不在这个范围内.[2]

关于耶稣生命的要旨 我们可以说这个实体的人格是甜蜜却狂热的; 毫不留情地寻求，毫不留情地自我观察，具有掌握人群本质的天赋能力，在某些个案，甚至知道他们在想什么. 这个能力并不会让他受到人群的喜爱，因为一个实体不只能凝视你 还能看透你; 这是件令人惊恐的事，所以他通常是个令人生畏的临在.

无疑地，那些宗教结构的权威人士发现这个实体越来越令人不安. 当时耶稣的家

乡的附近有一大群朱迪亚人(Judeans)，或称为犹大部族，这个部落的观点相当地"右翼"，或者说保守. 他们十分强调身体的姿态，身体的衣着，每日每时的适当仪式等等，他们感觉坚守宗教仪式可以创造一个良好的灵性生活，然而，以耶稣的观点，所有这些条例与规章，一点也没有帮助，反而模糊了一个人对于造物者的视野.

这个实体非常希望人们做跟他堂兄约翰所建议的，改变他们的生命，如同这个器皿在她今早做礼拜时听布道，牧师说"悔改"(repent)真正的意义是"回转"(turn around)，将生命转个方向. 这是耶稣所获致的结论，对他而言，形而上的以色列比犹大部落更重要; 灵性寻求者比外在的形式占更重要.

很自然地，因为耶稣受过多年的神秘主义的训练，并且持续静默的练习，他对于那些把 遵守宗教仪式 与 灵性 画等号的人们没有多少耐心.

再者，由于耶稣实体曾到过大城市的边缘，一些不是很繁华，也不算很蛮荒的地带; 耶稣确信他的基本任务是唤醒所有分散各地的以色列部族.

随着时间的推演，犹太人的四散分离，以及基督徒的拓展，我们可以诚实地说耶稣，在很大的范围内，经过大约两千年，确实使他的讯息分享给所有迷失的人群.

他的讯息一直都是简单的，即使耶稣面临濒死的危机，也没有改变过.

他使用弟子们非常熟悉的东西来教导，在当时的文化环境，伴随主餐的不是水，而是葡萄酒.

他对弟子们说 "当你吃这面包，记得我. 当你喝这葡萄酒，记得我." 再一次，这个词汇"记得"(remember*)，如同"悔改" 是个关键字. 记得就是将所有成员(member)聚集在一起学习，在地球这个大磨坊中一起服务.

(*译注: re-member 这个字可以拆成两个字，re- 字首，有 重新，复原的意思. Member 的意思是成员. 与神对话丛书也曾提到这个字.)

耶稣觉察到(剩下的)时间很短，这个同样的觉察，你可以一次又一次地在那些受到天启的纯净实体中看到，他们能够掌握时间与空间更深沉的潮汐.

就实际的时间而言，两千年似乎不算是短时间. 凝视着横跨七万五千年的周期[3]，最后两千年，双鱼座周期，确实是段短时间.

特别是耶稣，在某种程度，发展出在环形时间工作的能力，因此他能同时觉察大众共享的实相，以及内在次元底下的实相. 在内在次元中，最终时刻已经开始了.

发生在内在次元中的事情远比浮现到物理次元的时刻早许多. 好比一颗巨大的命运之树，它的根部在天堂，枝叶伸展到地球. 当事情发生在根部，然后树干，过了许久才会显现在树叶上，才会在树枝上开花结果.

这个实体并不严格地将他自己视为耶稣-基督，上主之子，如同许多人宣讲的那样. 他看到自己是个已经清空自己，好让他可以承担更大的角色(persona). 他看到自己接受天父的归来，以及献祭自己在天父里内. 他看到自己是个一心只想完成天父计划的人. 值得注意的是，在某个时点，他对弟子说 "我有你们不知道的主食与饮料"[4]. 他的弟子都很困惑 因为他们没有给耶稣任何食物. 但耶稣对他们

说 "我的食物是去实行差遣我来的天父旨意."

再次，在这里，食物与饮料是个象征，表示真正滋养这个特别实体的东西.

这个实体并没有 苛待自己 或 尝试打败人性. 毋宁说，他渴望纯粹，他是如此地渴望，于是纵身一跃，失去自我，失去小我(ego)的结构，因这个结构的渴望与需求和天父的旨意有段距离. 对于耶稣而言，其他所有事情都不算什么，他单纯地允许它们掉落. 并不是这个实体否定他的根，他的过去等等，而是这个实体拥抱一个他视为天命的生涯.

这个天命却只能一天一天地被定义.
他不能在任何一天知道天父的旨意 除了在今天.
因此 他教导的祈祷 要我们专注在今天，并要求一些简单的东西:
让地球成为天堂一般，让我们将天堂带到地球上.
让所有人群彼此照顾. 让人们审判对方的标准 跟他们希望被审判的标准一样.
让所有人赞美，荣耀与大能只归于造物者.[5]

我们凝视耶稣的一生中，有耀眼的情节，显著突出的部分. 然而，基督身分(Christhood)的斗篷并不总是如此光亮.

耶稣承受苦难，并伸开双臂 在树木制成的十字架上 给予了他的生命，他的斗篷，以及全部. 当我们凝视它牺牲的片刻，我们引用 "不要照我的意思，但照祢的意思" 这句话来指出这个实体奉献的力量. 耶稣并不是没有小我，他仍然是个人类.

他有人格，幽默，愤怒，所有的情绪. 他是个正常的实体，容我们说，在常态的参数范围内. 他很幸运地拥有他的天赋，并且纯粹地一直持续他的奉献.

确实，这个实体的生命十分地被人景仰，虽然人们只能透过不完美且记忆贫乏的记载与故事，好比一块烟雾瀰漫的玻璃，来注视他即使有着不完美与扭曲，仍不能隐藏他所带来的合一讯息，这个器皿会称之为一的法则(Law of One). 许多人，包括在座各位，传说着 基督复临(Second Coming).

我们要对你们每一位说，基督身分的斗篷是每一个实体的天命. 从地球走到天堂，从第三密度走到第四密度，那是所有人都将走过的道路. 每一个人都有自我意识，都有人格，然而每一个人也都有天赋礼物与奉献决心，两只脚及一条沙尘飞扬的路. 祝福满满.

问答集

G: Q'uo，耶稣是否觉察到他是个来到地球的流浪者? 耶稣如何面对他的苦难? 当他感觉的愤怒，疑虑，或挫折，或痛苦等等，他会跟自己说什么?

当时 耶稣没有方法觉察到任何宇宙的过往，或其他世界 或外星实体的可能性. 无论如何这个实体受过优良训练 是个神秘主义者，并且感知到内在无限的空间.

关于这个实体面临苦难时 如何处理自我意识，这个实体差不多完全地移动到器皿所称的共振(resonance). 当面临苦难，这个实体会进入意识内在的一个空间，他在其中得以漂流在静默中 并等待共振. 当共振来临时，绝不是以言语呈现，而是纯净的情感，这些感觉远超过表面的愤怒或痛苦的感觉，那是连结与光亮的感觉，所以耶稣得以单纯地断开苦难，让苦难经过，不去否定或抑制它，而是允许

它存在 甚至倚靠着它 将这真实的苦难奉献给无限太一造物者 以全然的信心让它回到完美的地方.

真言总是这句: "祢要我做什么?" 这个炽烈的关切凌驾所有情感与痛苦之上，那是绝对的果决 可以穿透神性(godhead)之愿望 并完成它. 对于耶稣而言，那意味着将所有分散的人们聚集在一起，带他们进入一个觉知，让他们都想起自己是谁，为什么在这里. 这个实体的天才在于他的目标够崇高，而能持续千年之久.

S: 我将抄本，包含许多你的其他话语，读了一遍又一遍，思考它们，重复阅读，这些思想给予我很大的安慰. 我在此表达我永远的感激.

我们谢谢你，我的弟兄. 这是我们的喜悦与特许. 是否还有最后的问题?
我们谢谢你，我的姊妹. 与你同在是个大喜乐.

请了解 我们一直与你同在.
我们离开你们，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开.
我们与你一起欢欣 我们以 adonai 向你道别. Adonai.

(V)2004，2009 Digested，adapted & translated by c.T.
原注:
[1]这段话传统上与弥赛亚相连结，首先见于诗篇(Psalm)，第 118 篇 22-27 节. 全文如下:
诗篇 第 118 篇: -庆节游行曲

２２匠人弃而不用的废石，反而成了屋角的基石;

２３那是上主的所行所为，在我们眼中神妙莫测。

２４这是上主所安排的一天，我们应该为此鼓舞欢喜。

２５上主！我们求你救助，上主！我们求你赐福。

２６奉上主之名而来的应该受赞颂，我们要由上主的殿内祝福你们。

２７天主是上主，祂给我们光明；隆重列队向祭坛角进行。

这段话同时被 马太，马可，及路加福音引用，当耶稣(骑驴)进入耶路撒冷大门时 人群呼喊着这段经文.

[2] 该器皿总是要求在耶稣-基督的意识内，取得最高与最佳的接触，并且以有意识且安定的方式进行.

[3] This Age is much shorter than that in classic astrology，being one twelfth of the approximate 25，800-year precession of the equinox，or 2，150 years. The cycle to which they are referring is the third-density cycle. The major cycle，or the thirddensity length，is broken into three 25，000 year“harvests”as the Confederation calls them，and in turn those 25，000-year periods are divided into the twelve signs of the

zodiac. (译注: 译者对于星象学所知粗浅，保留这段原文，供有心者研读)

大意如下: 十二星座中 每个星座代表的时期约 2，150 年，总共是 25，800 年. 大约而言 星际联邦认为三个 25，000 年的总合 代表第三密度的长度: 75，000 年. 在每个主周期(25，000 年)的尽头 会有个收割.

[4] 语出约翰福音第四章，31-36 节:31 这其间门徒请求耶稣说:「拉比，吃罢!」

32 他却回答说:「我已有食物吃，那是你们所不知道的。」

33 门徒便彼此问说:「难道有人给他送来了吃的吗？」

34 耶稣向他们说:「我的食物就是承行派遣我者的旨意，完成他的工程。

35 你们不是说：还有四个月才到收获期吗？看,我给你们说:举起你们的眼,细看田地,庄稼已经发白,可以收割了。

36 收割的人已领到工资，且为永生收集了果实，如此，撒种的和收割的将一同喜欢。」

[5] 原注: And，of course，“Give us this day our daily bread.”

译注：语出马太福音第六章，

---

09 所以，你们应当这样祈祷： 我们在天的父！愿你的名被为圣，

10 愿你的国来临，愿你的旨意承行于地，如在天上一样!

11 我们的日用粮，求你今天赐给我们；

12 宽免我们的罪债，如同我们也宽免得罪我们的人；

13 不要让我们陷入诱惑，但救我们免于凶恶。

☆ **第 0103 章集：信耶稣得永生?**

DISCLAIMER:本译文结合数篇原文讲稿，仅为摘要翻译. 有兴趣了解全文的读者请参考附录并前往 http://www.llresearch.org 之 LIBRARY 区自行阅读原文.

小组问题:

关于基督教，人们最常抱持的观念是 只要你单纯地相信耶稣的名，你就必得救，无须在生命中做什么或活出何种生命，好比耶稣曾给我们的第十一条诫命:"彼此相爱." 在"活出生命"与"单纯相信"这两者之间 要如何解释其中的矛盾?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

你们想知道耶稣基督是不是上主的独生子，如同基督徒所相信的.

灵性的寻道者盼望一个救主(savior) 这是很可以理解的. 无论如何，耶稣基督将自己看做是个影子，一个将所有希望与真实身分仰赖造物者与天父的人，让天父完全地笼罩(overshadowed)了他.

对于非基督徒而言，听到以下这句话好比被东西砸到脸一般难堪，"我是道路，真理，与生命; 没有人能到达天父那儿除了经过我."*

这使得没有人能够获致永恒，除了被耶稣基督笼罩以外.
(*出处: 约翰福音第十四章)

值得注意的是犹太教的传统中，[耶稣师傅(master)小时后就是一位很好的犹太教学生]，天父最秘密的名字* ，由无法发声的子音构成，其意思为 "本我即是"(IAm that I Am"，或"我是永在的太一"(I Am the One that Is). 那伟大的我是(I Am)确实就是天父以及其他一切. 意识属于天父，天父居住在所有意识中.
(*译注:可能是指 YHWH，字典上查得到)

因此，意识，那起初无扭曲的意识就是爱，就是道路，就是真理，就是生命本身--永恒生命之所在.

我是. 我是. 如果你愿意，这句是造物的真言(mantra). 耶稣的用意不是被看做与天父同等或超过其地位，相反的，耶稣师傅但愿他被看做是一个使者，一个太一差遣的仆人.

耶稣说 "看到我的人，不是看到我，而是天父",
"我什么也没有做，而是天父在做工".
他也说 "这些事情你们将可以做，并且做得更大."*
(*出处: 约翰福音第五章，第十四章)

我们知晓这些事情都被记载下来，学者们可以观看，僧侣们可以拿来教导，已经持续了许多年. 然而，因为一个通道的生命(a channeled life)对于那些想要保存小我(ego)的人们是个陌生的观念.

人们没有看到耶稣师傅虽然是人类，却是透明的，一个活生生的通道，透过他，太一无限造物者 强有力与完美的爱 无扭曲地流过.

你们问到 一个人类无论是多么神圣 怎么能够为了全世界的罪而死? 你们也质疑是否不需要活出修练(discipline)的生命，只要相信耶稣基督为全人类的牺牲?我的朋友们，我们必须精挑细选每个字句，因为这器皿三次拒绝我们的语句. 我们觉得蛮有趣的. 我们尝试将这个庞大的主题以简短的方式述说，如果你们不满意，可以待会儿再提出问题.

耶稣师傅活出一个通畅，充满灵感，十分非个人(impersonal)的生命; 但仍包含着情感与热爱. 耶稣师傅看到一个模式(pattern)在他短暂的服务期间浮现，那是一群好战人群的模式，他自己的同胞，犹太人，希望再一次成为一个伟大的王国 如同昔日曾有的辉煌. 这个导师感觉到这个模式，他的朋友约翰施洗者也感觉到了.

他希望带给他的同胞一个领悟. 他但愿他们领悟到 并真正知道自己的身分，他们的王国是永恒自身. 他希望他们放下那些打造地上王国的武器，相反地，拾起和

平与爱的工具，这些工具可以创造出更伟大的生命 一个比地上王国更伟大的国度. 最后，这个实体希望他的死亡被纪念为一个着意为爱而死的人 这个爱包含那些杀死他的人们.

他希望被纪念为一个爱过的人，他希望成为一个更伟大国度的象征，那是属于他的同胞以及所有人类的国度. 他对于面包与葡萄酒的指令也与纪念有关. 当这个食物被取用时，它不是属于这个地球的食物，不是为了填满这个幻象层面的飢饿; 他希望人们将它看做是真正的玛那(manna)，它是无限的 可以喂养无限的飢饿--对于真理与正确行为的飢渴.

最重要的，他不想要任何想成为门徒的人 在他的桂冠上休息，不断又不断地想着对救主的感激，却继续着一个未依耶稣教导原则而行的生活.

当这个天父的器皿终于来到一个可以饶他一命的官员前面，耶稣实体完全不为自己辩护.

耶稣的判官(彼拉多)觉得困惑，他看到发生在耶稣身上的苦难，以及将要降临在他身上的折磨，他不能理解为什么这个谦卑的老师不为自己辩护. 最后，几近绝望的状态，这个实体问 "你是犹太人的王吗?"

耶稣基督，镇静地注视着他，清晰地说 "你说我是. 然而，我只为一个目的来到这个世界: 为真理做见证."

这个判官立刻着迷了，他问"什么是真理?" 耶稣基督只凝视着彼拉多(Pontius Pilate)眼睛，彼拉多看到了爱的我是(I AM of Love).

在耶稣的末后日子，有一天晚上 晚餐过后，耶稣导师深情地请求学生陪伴他到一个地方一起祷告，因为耶稣充分地觉察到时间已经快要用完了，喔，这个实体对于将来的事如此地不安，如同任何一个正盛开生命之花的人类，年轻，强壮，精力充沛. 他并不希望躺在祭坛上象是亚伯拉罕曾将他的儿子做为祭礼. 他一点也不希望宰杀自己于牺牲的火焰上. 他希望教导，希望分享与爱那些他的亲友与门徒. 但造物者的旨意一直催逼着这个实体的觉知，他不能忽略他感觉为真的呼召. 最后一次 他祷告着 "喔 天父，拜托，如果有一点可能性，让这件事不要发生，让我不要做这件事." 答案是 "不." 三次祷告后 他环看四周 看有没有人与他一起祈祷，三次他都发现所有的学生都睡了，他必须毫无保护地 独自面临这个时刻.

这样简短的一生对于耶稣是个忧伤的事实. (但)耶稣师傅希望将深沉，持久的价值观注入到他的受难，殉道中.

他对于门徒有这些指令 "如果你想要追随我，拿起你的十字架 跟随我." 他也说" 你们应当是成全的，如同你们的天父是成全的一样". 耶稣所希望激励的门徒精神是什么？是牺牲的精神，牺牲对于财富的依恋，以及牺牲大多数实体依附的情绪: 疑虑，绝望，心智的黑暗与郁闷.

这个实体存有的每根纤维都全心全意地相信天国在我们里内 在我们的周围.

他看到天国在种子里，在田野里，在发酵的面包里，在每一个人类的心里. 他希望藉由重生(rise again)将希望给予那些他所知 他所爱的人们. 他希望他们都能分享对于永恒的兴奋. 许多人曾看过离开世间的亲友灵魂 对他们说话，碰触到他们

于是这些在世的人知道生命确实是个无限的过程. 耶稣基督也希望留下这样的纪念-- 关于这点 他做到了.

这是我们的偏见 我们认为耶稣基督的一生或许是第三密度中 最艺术地实践无扭曲爱本质的范例.

第三密度 是个体们尝试学习爱的功课的密度.

所以我们感觉, 只是个意见, 智慧的教导对于即将甦醒的灵魂或许不那么有用;而是对那些已经向怜悯心敞开的人们有帮助. 因为智慧若没有怜悯心的奠基可以是一个冰冷, 漠然的东西. 一切万有的天父虽然可以被描绘成无偏见, 却不是冰冷或是漠然. 因为造物者居住在所有意识当中, 那鲜活的意识可以是任何东西却不会是漠然; 可以是任何东西却不会是冰冷.它的特质是成长与欢欣不断螺旋进入更大的幸福-存在(well-being)以及稳定无限的恩典中.

最后, 我们强烈建议每一个读者忽略任何你觉得不正确的论点. 虽然我们不知道真理到底是什么, 我们相信有个真理在你们每一个人里内. 一个人不是因为外部的权威而去认定一项真理, 而是心与意说着"是的我记得, 那是真理."

有个内在智慧, 内在怜悯, 内在爱与光的火花, 它不像造物者, 它不从造物者而来-- 它就是造物者. 所以天父在一切万有之内, 一切万有在天父之内.

你们将在这一生认识造物者, 或许你可以从研读耶稣激励人心的故事了解造物者, 体验师傅鼓励我们去寻求的爱, 那个爱是滋养的, 支持的, 允许生命燃烧发亮, 在每个寻道者的心与意之中.

耶稣希望鼓励每一个灵魂踏上回家的旅程，愿你们彼此相爱，在回家的路上彼此鼓励-那是耶稣所希望的.

我们在爱与光中离开这个器皿. 我们是你所知的 Q'uo.

***

问答集

(Jim 传讯)

Carla: 刚才我尽我所能地聆听自己的通灵，事实上 我有几次差点中断了通灵过程，因为我对于这次的内容非常感兴趣. 但当你讨论这个问题 "耶稣是否为上主的独生子?" 我没有捕抓到你的内容，你可否就这点做评论?

我是 Q'uo，我们只花了一点时间讨论这个问题，确实 这个问题涵盖了很大的一片领域. 我们尝试给予小量的信息 关于耶稣被天父所笼罩; 以及爱的显化 耶稣视之为天父; 以及跟随耶稣的门徒应具备的精神.

如此，耶稣呈现一个模范 好让其他实体可以获致相似的意识状态，也就是被天父的爱笼罩. 如果有机会 我们可以在未来的集会继续探讨这个有趣的课题.

R: 我有个问题. 当耶稣活在地球上 他建立了一个教会，我的想法是 那与我现在看到的教会不一样. 我对于今日教会的体验与概念是一个有很多权力，阶层式的结构. 我发现的教会是个囚禁 与 紧握人群的教会. 我想知道 你可否评论耶稣对于教会的概念是什么 以及评论耶稣对彼得说的话: "你是彼得，在这磐石上，我要

建立我的教会，地狱的门决不能战胜它." (马太 16:18)

我是 Latwii，我觉察你的问题. 你所说的耶稣个人，我们称他为 Am Ne Ra，造访你们星球 为了协助世上的人成就自己. 他所寻求建立的教会不是个物理结构也不是个神学结构，这些结构在许多例子中成为令人分心与带来限制的因素，这是你充分觉察的. 这教会的基础磐石是: 乐意去服务彼此，以及乐意去彼此相爱.

如你所觉察，在口头建立教会之前 耶稣重复问这个问题 "你爱我吗?" 以及劝告" 喂养我的羔羊，喂养我的羊群." 在这两个概念上，爱与服务，建立教会.要达成这两个概念并不需要任何结构. 你所参考的片刻 发生在户外 而不侷限于一栋建筑物 或是 严格管理的神学会社. 你所指的目前教会 此种社会结构并非没有爱或服务，我们并不认为它们没有价值. 只是正如你们今天傍晚接收到的讯息不见得适合地球上所有的实体; 同样地 这些社会结构的教导及行动对于那些没有受益的实体而言是不适合的. 我们建议 如果在一个场合觉得不舒服产生挫折或不满的情绪，如果最终的结果没有益处 建议避开这个场合.

(停顿片刻)
我是 Q'uo，我们发现已经回答那些慷慨给予我们的询问，我们感谢每一位允许我们出席的人们. 我们每一次加入你们小组都怀着无比的快乐. 期待在未来还有机会参加这样的聚会.

在此时，我们即将离开这个器皿与小组，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是你所知的 Q'uo. Adonai，我的朋友们. Adonai.

(Carla 传讯)

我是 Nona，我在无限太一的爱与光中向你们致意. 我们感觉到医疗的渴望 那是我们对你们的服务，我们透过这个器皿来到这里. 我们在说话上有困难，所以我们让我们的歌声做为语言. 我们在爱与光中离开. 我们是 Nona.

(Carla 传递一首来自 Nona 的医疗旋律.)

附录: 文章出处

[以下摘录自 www.llresearch.org ， LIBRARY section]

1987_0913.htm: 主要来源.

1982_0516.htm: 问答篇的一个问题.

1988_0403.htm: 引用四个段落.

2000_0402.htm: 引用三个段落.

[以下摘录自天主教版新约圣经，与本文有相关的部分以粗体字表示.]

约翰福音第五章

17.耶稣遂向他们说:「我父到现在一直工作，我也应该工作。」

18.为此犹太人越发想要杀害他，因为他不但犯了安息日，而且又称天主是自己的父，使自己与天主平等。

19.耶稣于是回答他们说:「我实实在在告诉你们: 子不能由自己作什么，他看见父作什么，才能作什么；凡父所作的，子也照样作 ..

约翰福音第十四章

耶稣先去为信徒预备地方

「你们心里不要烦乱；你们要信赖天主，也要信赖我。在我父的家里，有许多住处。我去，原是为给你们预备地方；如不然，我早就告诉了你们。我去了，为你们预备了地方以后，我必再来接你们到我那里去，为的是我在那里，你们也在那里。我去的地方，你们知道往那里去的路。 」

多默说:「主! 我们不知道你往那里去，怎么会知道那条路呢？」

耶稣回答说：「我是道路、真理、生命，除非经过我，谁也不能到父那里去。你们若认识我，也就必然认识我父；现在你们已认识他，并且已经看见他。」

斐理伯对他说:「主! 把父显示给我们，我们就心满意足了。 」

耶稣回答说:「斐理伯! 这么长久的时候，我和你们在一起，而你还不认识我吗？谁看见了我，就是看见了父；你怎么说: 把父显示给我们呢？你不信我在父内，父在我内吗？我对你们所说的话，不是凭我自己讲的；而是住在我内的父，作他自己的事业。你们要相信我：我在父内，父也在我内；若不然，你们至少该因那些事业而相信。 」

我实实在在告诉你们: 凡信我的，我所做的事业，他也要做，并且还要做比这还大的事业，因为我往父那里去。
你们因我的名无论求父什么，我必要践行，为叫父在子身上获得光荣。
你们若因我的名向我求什么，我必要践行。
约翰福音第二十一章
15 吃完了早饭，耶稣对西满彼得(Simon Peter)说：「若望的儿子西满，你比他们更爱我吗？」彼得回答说：「主，是的，你知道我爱你。」耶稣就对他说：「喂养我的羔羊。」
16 耶稣第二次又问他说：「若望的儿子西满，你爱我吗？」彼得回答说：「主，是的，你知道我爱你。」耶稣就对他说：「喂养我的羊群。」
17 耶稣第三次问他说：「若望的儿子西满，你爱我吗？」彼得因耶稣第三次问他说：「你爱我吗？」便忧愁起来，遂向他说：「主狺! 一切你都知道，你晓得

我爱你。」耶稣对他说：「喂养我的羊群。」

马太福音第五章

43 你们一向听说过：『你应爱你的近人，恨你的仇人!』

44 我却对你们说：你们当爱你们的仇人，当为迫害你们的人祈祷，

45 好使你们成为你们在天之父的子女，因为祂使太阳上升，光照恶人，也光照善人；降雨给义人，也给不义的人。

46 你们若只爱那爱你们的人，你们还有什么赏报呢？税吏不是也这样做吗？

47 你们若只问候你们的弟兄，你们做了什么特别的呢？外邦人不是也这样做吗？

48 所以你们应当是成全的，如同你们的天父是成全的一样。」

马太福音第七章

20 所以，你们可凭他们的果子辨别他们。

21 不是凡向我说『主狺! 主狺!』的人，就能进入天国；而是那承行我在天之父旨意的人，才能进天国。

22 到那一天有许多人要向我说：『主狺! 主狺! 我们不是因你的名字说过预言，

23 因你的名字驱过魔鬼，因你的名字行过许多奇迹吗?』

24 那时我必要向他们声明说：我从来不认识你们；你们这些作恶的人，离开我吧!

马太福音第二十六章

(山园祈祷)

36 随后，耶稣同他们来到一个名叫革责玛尼的庄园里，便对门徒说：「你们坐在这里，等我到那边去祈祷。 」

37 遂带了伯多禄和载伯德的两个儿子同去，开始忧闷恐怖起来，

38 遂对他们说：「我的心灵忧闷得要死，你们留在这里同我一起醒寤吧 !」

39 祂稍微前行，就俯首至地祈祷说：「我父，若是可能，就让这杯离开我吧! 但

不要照我，而要照你所愿意的。 」

40 祂来到门徒那里，见他们睡着了，便对伯多禄说：「你们竟不能同我醒寤一个时辰吗?

41 醒寤祈祷吧！免陷于诱惑；心神固然切愿，但肉体却软弱。」

42 祂第二次再去祈祷说：「我父！如果这杯不能离去，非要我喝不可，就成全你的意愿吧!」

43 祂又回来，见他们仍然睡着，因为他们的眼睛很是沈重。

44 祂再离开他们，第三次去祈祷，又说了同样的话。

45 然后回到门徒那里，对他们说：「你们睡下去吧！休息吧！看，时候到了，人子就要被交于罪人手里。

46 起来，我们去吧！看，那出卖我的已来近了。 」

☆ 第 0104 章集：圣诞节献礼—耶稣与 Q'uo 的祝福

摘录自 L/L research (www.llresearch.org) 2001-12-23 通讯记录.

作者: Q'uo of the Confederation

传讯者: Carla L.R. McCarty.

Copyright © 2001 L/L Research.

译者的话

圣诞节快到了，虽然在台湾 12 月 25 日已经不放假了，仍然收到几位好友的电子贺卡或祝福. 让我突然想到曾经看过一篇关于耶稣的好文章. 说也奇怪 对于耶稣的故事 偶早就唸了不知道几遍. 然而 当昨天偶朗诵这篇文章 内心不自由主地振动，甚至哭了起来. 偶只想到一个理由，这篇文章带着无条件爱的能量.在圣诞节之前 寄给大家这篇文章 希望你们也会喜欢.

本文

我们是你们所知的 Q'uo. 在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 一如往常，我们要求你运用你的辨别力 选择你想保留的思想 并放掉你不想要的部份. 我们不认为自己是真理的承包商. 我们只想分享我们一路走来的旅程.

圣诞节接近了，全世界 每一个国家 数千万颗心现在朝向这个季节，这个和平爱与给予的季节. 这个能量的高峰点是季节循环的自然产物

关于光与暗，恐惧与爱的循环. 我们曾说过 基督徒的圣诞节是个相当古老的套叠，它底下有着更古老的仪式 来自更早的时节与宗教. 它是社会的心对于最大黑暗与最小光芒的一个反应. 在缺乏光的环境下 创造出一种心境，对于负面思想的痛切且强烈的感受.

无论如何 圣诞节的能量从未有人比耶稣-基督(Jesus the Christ)表现地更加精确了.

这个实体 在他的母语被称为 Jehosua，但我们将称呼他耶稣 因为你们文化的变貌之故. 耶稣以他自己的方式 成为一个政客(politician)，但他的政治办公室在另一个世界，如同他曾说“我的王国不属于这世界.”[注 1]

这个实体将他的王国视为天堂国度. 我们感觉耶稣的讯息流传到今日 有大量的扭曲. 然而，目前剩下的真实话语已经足以形成一个社会记忆复合体. [注 2]

当一个人注视着登山宝训(Beatitudes)，值得注意的是 谁获得祝福. 贫穷的人有福了，温顺的人有福了 飢饿的人有福了，为公义缘故而受难的人有福了，身处逆境的人有福了，敌人有福了，那些恶意利用你的人有福了. 换句话说，不管你做

什么，你都将被祝福. 当这个实体在十字架上痛苦地面临死亡 一个小偷问耶稣当耶稣到达他的王国是否会记得他? 耶稣对他说 “今天你就要与我一同在乐园里.” [注 3]

耶稣不是个傻瓜 他并不觉得所有事物都是好的 他感觉到一些罪恶的事物. 然而他将它们带到更高的层次，在每一个情况 他说 “过去的已经过去. 重新开始你便完完全全地被原谅.”

围绕在耶稣身边的人们却误解其讯息 且认为他应该成为一个政治头角 统治一个实体的国家，一个由十二部族组成的国家. 耶稣实时地拒绝这个建议. 所以如果耶稣要告诉我们如何形成社会记忆复合体的讯息 他会指出一个方向即是宽恕与爱. 宽恕敌人 也宽恕自己 并且愿意重新开始. 这些看似有限的品质 在形而上世界却是无限的. 社会记忆复合体的一个微小范例会是亲密的夫妻或小家庭，当其中的成员开始彼此调和 便会奇异地在另一半还没开口之前知道他(她)要说什么，知道对方感知的东西，知道对方的情绪.

当两人建立起完全的信赖 从灵魂层次而言 觉知将会持续成长.

要达成这点是困难的 它需要时间 需要两人坚持的心，即便在每一件事上都失败. 最终宽恕被放入信赖中，完全信赖的两人允许对方有做错事的空间 允许对方有机会重新开始.

现在 一个第三密度的实体如何达成如此率性又野心的企图 即提早形成社会记忆复合体? 几乎任何寻求者能想到的表达方式都有帮助. 灵性进化有大部分与全然的渴望与坚持的心有关. 渴望是那驱策的火燄 它可以是红色光 橘色光 黄色光

蓝色光 靛蓝色光 或紫罗兰色光. 每一种渴望 或综合几种的渴望 都具有它自身的特征. 一个实体 为了进步 不需要追随其他人的想法 或课堂上的知识，而毋宁去追随她自己的心 她自己的直觉 在书店不期然碰到的这本或那本书 或突然迸出的想法.

你们每一个人都是正在萌芽社会记忆复合体的一部份 如果你们要打帮浦 期望它最好明天就发生 你可以这样跟天主求“请向我展现祢的道路，教导我如何去服务.

求那无形的伙伴给你记号 给你灵感 给你指引与线索，好让你可以选择一条你觉得最有共鸣的服务道路.

耶稣尝试将第四密度的想法应用到第三密度的社会，我们理解这个做法并不普遍，耶稣能够敞开他的心 并且信赖无限的供给. 你们人们制度中与耶稣最接近的，将一切东西为公共所有，为各种社会主义与共产主义的理论形式，将每一个人是为完全地平等 并且平等地值得拥有生存的权利 有地方可以居住 有食物可以吃. 而你们文化在这个时候能容忍有许多，许多的人们吃不饱，穿不暖等等;容我们说，这会拖慢地球的演化 因为它反映出人类成员之间的漠不关心，以及欠缺对于人性质量的欣赏，并愿意将东西给予他人 即使在他人还没证明自己有用之前.

我们鼓励人们在寻求的过程中，热烈地奉献 同时带着轻快的步调 以加快演化的步伐 来到第四密度. 你会发现 当你持续寻求和平 灵感将来到你身边. 我们鼓励你去回应这些想法 因为你们每一个人都是一个造物者. 或许你的礼物是能与他人亲近 或你的礼物是产生别人想不到的新念头.

我们向你担保 你们每一个人都唱着不同振动的旋律. 这些礼物都为地球全人类所共有. 在地球上 正向本质的第四密度社会记忆复合体正在萌芽 时间就是现在.

当你开始表达这新生的第四密度能量 如果你非常觉察 你会感觉到朋友的能量

即使他可能在地球另一端. 当彼此在第四密度的爱中共振 就会有能量的交换这对于彼此都是很振奋 且具有疗效. 我们鼓励每一个人尝试再所有关系都移动到第四密度的观点: 爱, 接受, 宽恕, 愿意继续前进. 在学习的过程中 不要逗留在负面情绪中过久, 毋宁去荣耀那负面情绪, 每当负面情绪升起 跟它一起坐下

不管多久 直到它被接受 被荣耀. 当它被荣耀之际 和平与平衡会到来 以及一些小小的理解, 此时你可以说 “阿门. 我很抱歉 我重新开始.” 允许自己犯错但要停留在太一无限造物者的爱与光中, 每次犯错之后 允许爱自己 而非审判自己. 你当然会判断你在错误中学到的功课 但然后就要释放掉它.

人类之间和平的障碍 跟在一个家庭里的障碍是一样的, 当人们意见不一致 又坚持让问题留着 不去解决它. Jim 曾经说过许多次这个世界需要大量的爱, 这在个人层面是真的 同时在社会层面、种族层面、地球层面都是真实的.

在今天集会中 有着四个人类, 其中就有个强壮与健康的社会记忆复合体在帮助每一个成员. 并不是因为每一个人变得极有能力去抚慰 支持彼此; 而是那存在于四颗心中的纯粹愿望. 在这样的气氛中 由于一切事物都真正为一, 自然地 过了一段时间, 这四个灵魂合而为一 不只如此 还加入了造物者, 造物者与第一个自我开始倍增, 与第二个, 第三个, 第四个自我在一起倍增, 其结果是强而有力的.

当人们开始为灵性的理由聚集，一起尝试彼此相爱，即使他们会犯错，即使他们会有困难的日子，都会产生一个开始运行的反馈系统.

你们是第三密度的实体 你们需要对苦痛与苦难有所回应，如果你不去回应它如果你坚持所有时刻都是爱与光 而不去处理你的感觉 不去处理你的黑暗面，你们绝对无法造成一个社会记忆复合体.

所以为了形成一个社会记忆复合体，你首先要爱的人就是你自己. 如果你能够与自己的暗影相爱，能 360 度地爱自己，你将更能被第四密度的光深远地影响.

有许多你召唤而来的光 是被你的渴望与情感创造，光的所有层面都将注入第三密度 使它转变为第四密度，因为光的所有层面可以被爱照亮. 爱使得食物更好吃 爱使得花园盛开更多花朵 爱使得孩子成长得更健康 爱使得生意兴隆，爱也会让第四正向密度发生 因为你们当中许多人的爱正逐渐接近基督能量，这股能量将第三密度推向毕业阶段.

有人说 耶稣是个圣者 或者 他是神圣的 或 他比隔壁的罪人要好许多，若耶稣听到会笑得很用力 而且笑很久. 这个实体并不会去感觉那些事情，这个实体寻求变得更温顺 更贫穷 更飢饿 以及获致更多苦难. 为什么这个实体要这样做?

这是从第三密度移动到第四密度的奥秘. 为什么这个实体将脸颊转到另一边(给人打)的时候发现如此的喜悦? [注 4]

在拥抱死亡的时候 他是否想着 以这样的牺牲 他可以拯救其他人离开苦难? 为什么这样一个非常不完美的人类举动，选择为了某件事而死，却深深吸引你们文

化的注意力 长达两千年之久？在这个时候 思考这个问题 我们觉得是最有益处的. 因为这个实体在这个时候来到地球，耶稣每一年来到黑暗中，那黑暗却不了解耶稣，对于黑暗而言 耶稣仅只是个错误，一个傻子，一个必须被阻止的麻烦制造者. 因为这个实体单纯地只想去爱. 他不求任何回报 只是单纯地想说天父的话，行天父的旨意.

愿你们追随你们的心 愿你们追随器皿所称的十字架，因为第四密度是个十字架形状(cruciform); 特别是在早期第四密度. 第四密度与十字架有关，它好比是牺牲的印章 它的意义需要被理解 那是言语无法形容的. 在静默中 在心的居所中 可以找到那些充满无限祝福的无声字句，那静止的微小声音将带给你所需的东西. 我们鼓励每一位 每一天都寻求那静默，并且肯定一切都好，一切都将是好的，如此活出信实的生命. 这样的信实给予并释放一个人去爱，允许无惧.

在你们星球中 没有一个人是真正全方位的无惧，但温和且坚定地工作那恐惧是好的，工作那些分离的情绪，并领悟到一切以爱出发的行动，形而上而言，都是正确的. 虽然在地球次元 不大可能总是做出纯粹的选择 有时甚至做出不怎么对的举动，但做得对不对并不重要，重要的是从爱出发. 所以尝试去航行你的船只，尝试走对的方向，但更重要的是:更多尝试开启你的心去爱.

我们感谢这个小组问了这样一个好问题 我们在此时 在爱与光中离开这个器皿. 我们是你所知悉的 Q'uo，天主(Adonai)与你同在，我的朋友们. 天主与你同在.

附注:

[1] 约翰福音 第十八章

(比拉多审问耶稣)

28.然后他们从盖法那里把耶稣解往总督府，那时是清晨；他们自己却没有进入总督府，怕受了沾污，而不能吃逾越节的羔羊。
29.因此，比拉多出来，到外面向他们说:「你们对这人提出什么控告？」
30.他们回答说:「如果这人不是作恶的，我们便不会把他交给你。」
31.比拉多便对他们说:「你们自己把他带去，按照你们的法律审判他罢!」犹太人回答说:「我们是不许处死任何人的!」
32.这是为应验耶稣论及自己将怎样死去而说过的话。
33.比拉多于是又进了总督府，叫了耶稣来，对他说:「你是犹太的君王吗？」
34.耶稣答覆说:「这话是你由自己说的，或是别人论我而对你说的？」
35.比拉多答说：「莫非我是个犹太人？你的民族和司祭长把你交付给我，你做了什么？」
36.耶稣回答说:「我的国不属于这世界；假使我的国属于这世界，我的臣民早已反抗了，使我不至于被交给犹太人；但是我的国不是这世界的。」
37.于是比拉多对他说:「那么，你就是君王了？」耶稣回答说：「你说我是，我是君王。我为此而生，我也为此而来到世界上，为给真理作证：凡属于真理的，必听从我的声音。」
38.比拉多遂说:「什么是真理？」说了这话，再出去到犹太人那里，向他们说:「我在这人身上查不出什么罪状来。

[2] 社会记忆复合体
原文为 social memory complex，大体的意思是一个享有共同记忆的社会群体，每个成员都能立即知悉其他成员的思想，经验，感觉..etc
详情请参阅 一的法则电子书 (www.geocities.com/terahsu).

[3] 路加福音 第二十三章

33.他们既到了那名叫髑髅的地方，就在那里把耶稣钉在十字架上；也钉了那两个凶犯：一个在右边，一个在左边。
34.耶稣说：「父狺，宽赦他们吧！因为他们不知道他们做的是什么。」他们拈阄分了祂的衣服。
35.民众站着观望。首领们嗤笑说：「别人，他救了；如果这人是天主的受傅者，被选者，就救他自己吧!」
36.兵士也戏弄祂，前来把醋给祂递上去，说：
37.「如果你是犹太人的君王，就救你自己吧!」
38.在祂上头还有一块用希腊文、拉丁及希伯来文字写的罪状牌：「这是犹太人的君王。」
39.悬挂着的凶犯中，有一个侮辱耶稣说：「你不是默西亚吗？救救你自己和我们吧!」
40.另一个凶犯应声责斥他说：「你既然受同样的刑罚，连天主你都不怕吗？
41.这对我们是理所当然的，因为我们所受的，正配我们所行的；但是，这个人从未做过什么不正当的事。」
42.随后说：「耶稣，当你来为王时，请你记念我!」
43.耶稣给他说：「我实在告诉你：今天你就要与我一同在乐园里。 」

[4] 路加福音 第二十六章
27.但是我给你们这些听众说：「应爱你们的仇人，善待恼恨你们的人；
28.应祝福诅咒你们的人，为毁谤你们的人祈祷。
29.人打你的面颊，也把另一面转给他，有人拿去你的外衣，也不要阻挡他拿你的内衣。
30.凡求你的，就给他；有人拿去你的东西，别再索回。
31.你们愿意人怎样待你们，也要怎样待人。

32.若你们爱那爱你们的，为你们还算什么功德？因为连罪人也爱那爱他们的人。
33.你们善待那善待你们的，为你们还算什么功德？因为连罪人也这样做。

[Chinese translation by curious Terry. 2003/12/20.]

☆ 第 0105 章集：耶稣基督的奥秘

---

12 月 14 日，1986
小组问题
在这个季节，我们想问关于基督的出生，基督的生命与教导，附带一个问题是圣诞节对于耶稣的意义.

(Carla 传讯)
我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 在祂的名与服务中 我们答覆你的呼求. 我们一如往常地要强调，要记住我们给予的东西是我们个人意见与我们的信仰，并非绝对无误. 所以，以善意聆听我们 但放下那些没有帮助的思想.

我们发现在谈到耶稣基督的主题，我们必须比平常小心以守卫自由意志，因为这个实体对于一些人而言具有核心的重要地位，我们希望我们的话语不要成为绊脚石 或引人进入荒地的歧路; 而是揭露一些有益的中立信息. 要完全理解耶稣基督的本质 有些必须的认知超过你们第三密度的层次. 所以你们在意识心所寻求的耶稣基督 有一部分笼罩在神秘中. 并不是因为我们有意故作神秘，而是
基督的本质是个神秘.

我们将步调放慢，我们与这个器皿一同工作 寻求一个更精准的平衡，我们少一点控制，器皿多一些臣服；我们希望最终允许器皿进入更深的意识层次. 我们感谢你的耐心.

现在继续，Jehoshua 实体，希腊文称为耶稣(Jesus)，或 Jesu，出生在仲夏时节，大约是公元前五年半. 我们相信这是准确的衡量. 关于出生日 我们只能说是在七月中. 我们很抱歉，但你们的记数方式对我们而言没有什么意义. 我们了解你们的月亮，而非你们的数字.

我们不能谈论器皿所称的处女生育(virgin birth)，并启动混淆法则，我们只能说每一个新灵魂当它觉醒并观察到自身为一个永恒的生命 它就经历了处女生育.

耶稣诞生事件诚然困难，但确是卑微的，虽然被一个光学幻象(optical illusion)所照亮，容我们说，天象最非比寻常的排列，造成有几个月期间 夜空出现一个非凡明亮的光团.

基督与一个服务生命的通道(channel)的结合是强而有力的，许多超自然(psychic)事件发生在这个事件的前后. 星象家国王的确跟随星星旅行，无论如何，他们抵达的时期 已经是基督出生后的一年半了. 这样的旅行你们可以好好思量，当作是你个人的灵性冒险，你前往你自己的马槽 寻找那新生的婴孩，由希望所引导.

这希望是你存有中最明亮的一颗星.

耶稣实体被爱着 也还之以爱，但他的心智驱使他成为孤单，虽然在很年轻的时候 他就充分了解他存有的本质，他对于智慧有着巨大的飢渴. 你可以称呼这个实

体为天才神童. 这个实体教导了许多许多事情 远超过目前已知的记载，他可以持续地教导直到永远，然而 目前的记载 就一般教导而言 已经足够 我们不想藉这个机会来调整现有的教导. 因为那不只会侵犯自由意志，我们也不希望动摇那些还没有对基督产生兴趣人们的观点.

就以上所言，有位基督; 以及一位老师，管道，造物者或圣灵的代表. 基督透过许多许多途径说话，说给那些内在耳朵打开且倾听的人们，不只是被动地聆听，而是身子前倾 真正地专心倾听.

基督的概念如是: 智能无限由理则(Logos)经验，这理则带着一些倾向(bias)进入第三密度的经验，并不是抹除耶稣的人格或存有，而是在最大可能限度 与之和谐相处. 需要有一个人愿意牺牲一生迎接造物者日益增加的愉悦与苦恼，体验器皿所称的弹弓与箭矢般的暴虐命运. 这是当基督的本质与第三密度本质相遇必然产生的结果-第三密度缺乏理解; 基督则怀抱着惊奇，喜乐，与牺牲.如此相遇是你们幻象的忧伤 又是令人激动的喜乐与交流.

最终，耶稣人子成为十分能够承受这喜乐与苦恼的实体，这个实体停止经验造物者，有很长一段时间成为经历第三密度的造物者. 这是爱的完美通道.

这完美通道的成就是造物者与幻象合而为一的奥秘.

在这个结合(bonding)之后，通道的负担相当快速地拖累着主导师，耶稣. 在被钉在十字架的时刻，如这个器皿所称，几乎没有一滴眼泪还留在体内，没有一根骨头是完整的，也没有一个同伴没有以这种或那种方式背叛. 虽然如此，耶稣基督活得很好 直到最后一口气离开肉身之前 都没有停止传达(造物者).

我们以感恩与喜乐的心 见证这个基督. 庆祝造物者浇灌到这个通道中，一个分享理则完整本质，爱的本质，造物者强有力惊人之爱 的通道.

你们问耶稣基督对于人们庆祝圣诞节会怎么想. 我的朋友们，耶稣很高兴. 他很高兴看到施与受 在爱，慷慨，欢乐当中进行. 这个实体从未将他的个人生命与他所传达的基督混淆在一块，但最终完全让道给 基督.

他总是知道源头是什么 并称呼它为天父(Father). 你们要怎么称呼它都可以，我们没有教条或教旨，只庆祝爱.

造物者喜悦那些庆祝灵性之光进入黑暗的人们. 然而 造物者也庆祝同样事件发生在你们每一个人的生活中，不管你的圣诞季节是什么，不管何时你的星星在召唤着.

我们发现这样的集中心神 造成器皿比平常疲倦许多，因此我们停止透过这器皿谈话，将通讯传递给 Jim. 我们在爱与光中离开这个器皿. 我们是 Q'uo.

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，在爱与光中向你们致意，最后对于刚才的谈论做个总结:

确实，对于每个寻求解答生命奥秘的实体，总会有个季节来临 所有活动停止 并将注意焦点指向里内.

在寻求真理的过程中，每个实体会面临一些试练与考验，在这些试练中，实体发

挥其极限 并且牺牲自己的所知与未知，臣服于至高无上的力量，你可以称呼它为太一造物者，爱，或 基督意识.

经过这样的臣服，新的觉知与经验种子开始萌芽 如同基督意识的更新与最终的复活.

当然，在生命的路上有许多令人分心的事物，好比圣诞节提供的一些活动.

此时 我们感觉已经分享与你们呼求一致的观察. 我们在此时询问你们是否任有何问题?

问答集

J: 生出耶稣婴孩的实体名称为何?

我是 Q'uo，我们发现要照原意翻译出这个实体的名字不大可能，但可以近似的发声来说，即是你们所知的玛莉亚(Mary).

J: 从今晚的课程 我认知耶稣选择降生到第三密度，但被赐与一种能力 不必经过(遗忘)面纱*的过程，一般第三密度生命再来到世间必须经历的过程. 这样说正确吗?
(*译注: 东方俗称 喝孟婆汤.)

我是 Q'uo，我们发现这个说法有其正确性，虽然我们觉得要完整解释耶稣所经历的觉知本质有些困难. 这个实体能够保持其觉察途径，容我们说，他来到世上透

过生命中连续的经验 轻易地启动其觉察途径，稍后，这个实体能够传达并体验天父或理则的爱，与其人格体和谐共振，却未消灭耶稣的人格.

J: 为什么今晚的传讯过程必须进入更深的专注状态?

我是 Q'uo，原因有两个，首先，这个主题对于这个小组的一些人而言 属于核心议题. 增加侵犯自由意志的风险. 其次，这次的询问属于特定的焦点，为了适当的回应，需要器皿移动到意识的深层，容我们说，可以使静电干扰传讯的程度降低.

J: 非常感谢，清除我的疑惑. 在地球上，耶稣是否曾再次降生于世上?

我是 Q'uo，我们没有发现过.

J: 未来，耶稣是否可能再次降生于地球上?

我是 Q'uo，我们发现并不是耶稣实体再次出现，而是基督意识将流过那些准备一个位置给该意识的人们.

J: 我有点困惑，你能否进一步解释: 准备一个位置给这个事件?

我是 Q'uo，我们在结语提到那些 寻求真理的人们 退隐到自我的内在部分 寻找笼罩于神秘中的东西 最后在此生中允许爱的传达 如同耶稣在他的一生中达成的目标. 耶稣展示了这个过程，最终的高点是基督意识的复活.

因此，每个寻道者藉由如此的寻求与信心的练习 在一生中准备了一个位置给这个复活事件，容我们如此说.

H: 我有个问题. 耶稣基督从坟墓复活之后的瞬间，他的身体是固态的吗，或它可以穿透门，如同蒸气?

我是 Q'uo，耶稣实体在复活时刻 能够传导天父或理则的爱 其程度到了可以影响肉体结构的地步，将肉体充满了光 以致于它能够同时显现第三密度幻象的特征并且能够精练其光之焦点，得以穿透你所看到的 第三密度幻象中的固体.

J: 你能否解释你刚才说的 耶稣基督出生时 天象的排列，创造出光学幻象 或是一个光团?

我是 Q'uo，我们暂停一下 以允许器皿进入稍微深沉的状态. 光的型态对于那些居住在所谓圣地附近的人们是显明的，这是由于行星以及星座非比寻常的排列产生的，它们似乎将它们的光辉聚焦于一点 在当时看来 那一点甚至比月亮还明亮还接近地球. 这样明亮的光点在当时被视为是个记号 特别是对于星象家而言.

J: 当时天体的排列是纯属巧合，或是为了实践关于耶稣基督诞生的预言?

我是 Q'uo，我们注意到这个排列是周期性的事件，它是你们地球演化周期整体的一部分，它提供了一种入口进入形而上的领域，容我们说，它是个信号 一个机会让耶稣开始它一生的服务.

J: 如果这个排列是周期性的，它何时会再次发生?

我是 Q'uo，这个排列或精练意识焦点的机会 出现在主要演化周期的尾声，一个周期大约是 2 万 5 千年. 这个机会允许那些准备好收割或毕业的人们开始最终的课程. 精练意识焦点的机会提供给每一个人，对每个人而言都是独特的.

Carla: 怀着感谢，我想问最后一个问题. 首先 简单的是非题，你所说的主要周期(major cycle)指的是 2 万 5 千年 或是 7 万 5 千年周期?

我是 Q'uo，我们使用"主要"这个词汇表示 2 万 5 千年周期，保留"大师"(master)周期这个词汇表示三个主要周期的总合.

Carla: Ok，最后一个是非题，但我可能要先陈述一阵子. 我仔细思量你所说的神秘. 那是真正的神秘，也是个矛盾，当然灵性议题的本质常是矛盾的. 就我们所知— 耶稣，一个决定做这个工作的流浪者(Wanderer)来到世上. 他觉醒之后 不断地揭开面纱 直到他真正地觉知. 所以基本上，他一生传达基督意识，但耶稣这个人与基督总是有个区别. 现在神秘事情发生了，你说最终 基督变成了耶稣，这好比是基督来临 并接管了意识. 然而，同时你又说耶稣从未忘记基督不是他，基督是造物者 是他所传达的对象. 这个神秘的核心 你是否不可能以令人满意的方式解释给第三密度心智听?

我是 Q'uo，这的确是个神秘，我的姊妹.

在第三密度幻象中，每一个寻求真理的人 将自身置于接受的位置 藉由寻求的强度，信心与意志的力量，以致于到了此生的某个时刻 一个寻道者不只可能发现他要寻找的东西，还能变成他所寻求的东西. 这是第三密度中 复活的意义.

一个寻道者以双手建造一个彰显爱的一生，让爱以纯粹的方式流过该存有. 让造物者纯粹且贞洁(virgin)的意识流过，寻道者获得造物的经验，并在一生中准备一个位置，于是，不只接收到所寻求的东西，还变成他所寻求的东西.

我们可以进一步回答吗，我的姊妹?

Carla: 不，这些思想食物已经足够了. 非常感谢你优雅的答案.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 再我们结束这次的工作前 是否有任何简短的询问?

T: 是的，这是真正的意义. 你刚才说的基本上也是我的想法. 我想问，是否这就是达成太一的真正意义? 换句话说，肉体与高我真正合一. 这样说基本上正确吗?
我是 Q'uo，这是正确的，我的兄弟. 因为继承造物者的每一部分都是太一造物者.

在第三密度的一生中 有许多可以学习的地方 遗忘面纱的启动 导致这个幻象的经验具有相当的强度 从而提供造物者每个部分最充分的机会去知晓爱的力量去救赎及复活 即使是太一造物者的最小部分.

因此，当每一个寻道者到达一个地步 可以完美地传达太一造物者的爱层面，届时每一个生命型态都有了神圣的外貌，一切所见皆为神圣.

我们可以进一步回答吗，我的兄弟?

T: 不，说得好，谢谢你.

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的兄弟. 在此时，我们即将离开这个器皿与小组，怀着喜乐的感面 感谢每一个成员允许我们谦卑的思想透过言语投射到每一颗心之中. 我们再一次提醒每一个人 我们像你一样 仍在寻求，怀着希望 信心，但同样容易犯错. 带走你觉得有意义的话语 放下那些没有意义的话语. 我们是你所知的 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿.
天主与你同在，我的朋友们，Adonai vasu borragus.

附录: 理则的意涵
-- 希腊哲人，赫拉克里特斯（Heraclitus，.540--480B.C.）

赫拉克里特斯常用 Logos（意为「理则」）这个希腊字来代替「神」一词。他相信，人类虽然思想不见得永远一致，理性也不一定同样发达，但世上一定有一种「普遍的理性」指导大自然所发生的每一件事情。

「普遍的理性」或「普遍的法则」是所有人都具备，而且以之做为行事准则的。不过，赫拉克里特斯认为，大多数人还是依照个人的理性来生活。

所以，赫拉克里特斯在大自然不断地变迁与对比的现象中看出了一个「一致性」。

他认为这就是万物之源，他称之为「上帝」或「理则」。

☆ 第 0106 章集：与 Q'uo 对话

---

11 月 27 日，2002

发问者: 第一个问题是，到底谁是 Q'uo，我们说话的对象？通讯过程如何透过 Carla 运行?

(Carla 传导)

我们是你所知晓的 Q'uo 原则. 在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意，在祂的服务中 我们存在. 我们透过这个器皿的途径通讯，这途径位于她已开启能量体之中.

这个器皿以耶稣-基督之名要求最高，最佳的通讯. 因此器皿每次呼求通讯的时候都会以耶稣之名挑战我们，那是她视为最亲密，最高的名字，耶稣-基督.

我们是那些能够说 耶稣是主 的实体们. 我们发现第四密度的无条件的爱 对于第三密度寻求毕业的灵魂们 具有救赎的质量.

在这个时候，差不多在十年以后就是毕业日了. 因此，这个器皿十分敞开地与我们工作，因为器皿觉得宇宙指引的声音对于渴望经验它的人有帮助.

基督意识由耶稣所穿着，并在他的无私给予中彰显. 基督意识等待着那些寻求进一步灵性解答的人们. 因此，这个器皿能够成功地进行接触，并确保这个通讯是表里如一的.

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

发问者: Q'uo 在宇宙中进化的经验是什么？是否也经历过第三密度?

我们是你所知晓的 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. Q'uo 原则由三个实体所构成: 一个属于第四密度，它是 Hatonn; 一个来自第五密度，它是 Latwii; 一个来自第六密度，它是 Ra. 这三个社会记忆复合体组成了这个声音. 其中一个实体属于金星的能量; 其他两个在其他星系经历第三密度.

全体都以独特的方式经历第三密度，每一个实体都以自己的方式精练这些经验.

每一个实体的第三密度经验与你们特别星球相比 都显得容易许多. 这是因为你们属于那些必须留级重读的人群; 有些人甚至在七万五千年周期之前就开始这功课了. 这是一群特别困惑的实体们 他们绵长的经验还没有将自身带到一个清晰的选择，而在 服务他人 与 服务自我 之间随机且毫无目标地来回摆荡. 你们人群欠缺意志力的习性可以追溯到许多，许多世代之前. 于是对于毕业资格而言，既没有增添正面的成绩，也没有增加负面的成绩.

我们希望藉由分享这类信息给那些想听的人们 从而增加收获量. 在给予你这资讯，我们要求你清楚地声明 我们不是权威 毋宁是那些以无限造物者之名来的实体们. 我们走在同一条路上，即道(Tao). 我们分享路上的见闻，但你们只需选择那些有深深共鸣的意见，如此每一个读者是在忆起 而非学习. 那些你没有共鸣的句子 把它放下然后忘记. 如此我们才不会成为任何人的绊脚石.

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

发问者: 你可否解释你所谓的 毕业，及 收割?

我们是你所知晓的 Q'uo，并觉察你的询问. 在座的人都熟悉收割的概念，在这器皿长达五十九年的地球经验中，她一直聚焦在圣经中的教导. 在这本特别的书，收割的形象有着特殊的意义，因为耶稣在他的教导中说了几个关于收割的故事，耶稣是收割的使者，在两千年前就来到地上.

耶稣的收割隐喻之中心推动力(thrust)是田野上已经充满成熟的作物，准备被收割，但却没有足够的工作者来收割，于是呼求那些追随这位老师的人们 拿起这个荣誉的担子 每个人以她自己的方式 尝试唤醒更多灵魂开花结果，好收割那经过七万五千年学习的果实，让他们能跨出最后一步 通过终点线，从一颗胆怯地服务爱的心，蜕变为一颗热情烈火般的心，十分专注且充满爱地，去服务周遭的人以及 地球.

确实，在另一个关于收割的故事，耶稣提到劳工们进入葡萄园收割葡萄 工作了大半天，然后有些来很晚的人 只花了一点时间工作，然而，到了工作天的最后，所有劳工得到的薪资都是一样的. 关于收割 这是真的. 在七万五千年的学习过程中 不管自我的觉醒及觉悟发生在什么时候，重要的是它发生了.

耶稣基督是预告将临时代的第一个使者，现在(这时代)已部分来到: 一个无条件爱的时代 也就是第四密度，那就是第三密度课程的本质. 当心能够保持敞开，在生命半数以上的情况中照顾他人的福祉 幸福 舒适 与安全，毕业典礼就发生了. 心需要被唤醒并被寻求真理的渴望点燃，藉由保持心的敞开 学习过程变得容易许多; 藉由尝试去服务他人，爱的双眼开始被给予理由去敞开.

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

发问者: 如果一个人需要无条件爱使得收割或毕业发生，他要如何克服自身的负面型态以免远离这目标?

我们是你所知晓的 Q'uo，并觉察你的询问.

首先我们建议 这个过程不要被想成克服 毋宁是平衡 并 更深层地移动到真我的本质中第三密度的核心是全然困惑的经验，这个密度的目标为创造一个环境唯有凭藉信心才能看到此刻的健全与完满. 这个困惑的目的是要将婴儿灵魂从生物性做选择的大脑分离开来，并进入第四密度的大门，也就是绿色光芒能量中心或称为心轮. 一旦寻道者能够掌握敞开的心的价值以及知性与人格的限制，寻道者就更能保存意识的一部分来致力于精练接收信息的准确度 并减少情感的偏差.

这是否回答你的询问，我的兄弟?

发问者: 看起来我们地球正移动到一个非常困难的负面时局. 一个人如果希望顺利毕业进入第四密度应如何因应目前的时局以及 2003(以后)将发生的事情?

我们是你所知晓的 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟.

首先我们要说: 政治阴谋、社会不安、恐怖主义及战争是毕业过程的工作成果，因为那些选择服务自我的实体们也以相同的热爱与专注尝试毕业，如同服务他人的实体一般. 这情况掌握在所有觉醒的人的身上，他们了解自己是永恒的公民来到这里学习并服务 持续地学习并服务; 因为在每个实体的每个细胞中都有着向上

-螺旋攀升的渴望.

我们建议自我要留心，开放的心的责任是去无条件地爱 将每一个人事物都看做是自我的一部分. 在不安与冲突的时代 实体们被给予一个更敏锐的机会去观看自身阴影的部分，那啃食内心的狼. 即将到来的年代或许包含着不平静. 我们只能鼓励每个实体以适当的方式去服务他人 发挥自己内在与外在的天份.

光的本质正在改变 使得第三密度的物理载具越来越不可能居住在这道光中. 享受第四密度光的关键在于能够移动到一种意识状态，在那里所有其他自我都被看做是自我，所有的罪恶与成就都被看做是宇宙自我的一部分 然后转动 180 度直到自我被视为所有事物以及造物者. 这样意识的统合将开启自我以不同方式去爱，好比身体爱自己的细胞 而非分离的实体们彼此相爱.

一个觉知的实体即使处在威胁不安的时代 依旧能保持无条件爱的态度 以及向外放射的光辉. 圣方济(St. Francis of Assisi)曾称呼火焰是火焰姊妹，称呼痛苦是痛苦弟兄. 第四密度振动与第三密度决策大脑之间的不匹配正逐渐增加，要感觉舒适将越来越困难. 由于现代的玩具及小玩意 不舒服的体验将显著增加.

这些服务自我的玩具包括你们的大众媒体 以及出自服务自我意图而制作的各种产品.

这两个因素综合起来使得第三密度实体经验显著增加的匆忙，压力，焦虑，甚至沮丧.

对于那些觉醒的实体们，这不匹配有着不一样的效果. 尝试保持第三密度的心敞

开 虽然是颗不完美的心. 无论如何，全然渴望保持无限的爱流过能量体 对于时间/空间有巨大的影响，而非空间/时间，宇宙中的宇宙. 在那个宇宙中 意图与理想是具体的东西. 所以即使一个实体在保持心开放这方面做得很不完美，只要不断重复这意图毫不厌倦，这个实体就能回应第四密度的振动. 因此目标并不是完美 而是不屈不挠地一再返回并想起 无条件的爱. 那是太一无限造物者的本质，那本质渗透并填满整个你所知晓以及尚未能够量度的宇宙.

确实，这个长久以来被认为是真空的外太空(space)其实密密塞满了太一无限造物者的爱与光，比物质中的原子还要密集.

这是否回答了你的询问，我的兄弟?

发问者: Q'uo 能否给予确实可能发生的未来事件的预言，好让人们可以有心理及灵性准备 以做因应?

[我是 Q'uo]，我们希望你考虑预言之类的讯息将使这接触走调(detune)，到最后我们会无法透过这器皿说话. 同时 我们也不认为有可能述说这类的主题 而不冒犯自由意志. 聚焦在信心的坚定上，相信一切都好 一切都将是好的，将会发展出更佳的情况.

我们要问每一个兄弟姊妹，哪一种比较好: 居住在危险的世界，即使有方法准备它; 或是 居住在一个没有危险的世界 肯定你所愿 你所渴望的世界?

每个实体对世界的说法 总合的结果就是你们的未来. 因此，任何超过平常碰到断水，断电等情况的准备措施 都是表达恐惧的一种方式. 就意识的永续进展而言，

造物中没有一个部分可以被贴上安全的标签，也没有一个地方可以被贴上不安全的标签. 没有危险，物理幻象就是个幻象. 收割在你们星球制造出一些物理效应，原因是因为第三密度人群显著落后的振动 因而产生某种阻力. 地球 或盖亚(Gaia)，做为一个星球，承受生产阵痛已经很久了，它需要 许多光浇灌进入到基督网格，或称为第四密度网格 或 扬升网格(ascension grid).

这真的是很紧急的状态. 以现今的地球处境而言，我们的焦点 以及 所有怀着形而上思想的人们都专注在使地球的阵痛减轻 并从这个重复许多次的贪婪，掠夺与战争的周期中 增加灵魂的收割量. 容我们说，防御与个人势力扩张的总合是恐惧与痛苦的产物，这些情感是第五密度负面实体的食物，他们受到激励后启动极端主义的信仰 以及 “以眼还眼”的正义观点.

那些愿在此时服务的人们大可尝试去改善第三密度的全体共识，我们鼓励那些愿意尝试伸出援手的人们 追随真理 通往自我之心. 处在自我之心中，一个实体与那赋予一切生命者合一，而无须过度关切其肉体. 我们并不是建议实体们漫不经心 而是适当地回应发生的事件，同时 拒绝让恐惧的讯息造成心智的负荷.

无论如何，每个在此刻来到地球的实体并不是为了拯救自我 而是伸出手给其他人，所以，当每只手向外扩展，各个手开始相连，实体们开始希望以一种聚焦与和谐的方式 成为律动的一部分.

在此刻 收割量真的可以大幅增加，因为有许多实体只差一小步就到达觉醒，所以我们感觉，象是你们这个光中心 以及所有正面导向的群体们 在和谐中 工作成果日益增加 使得这些中心越来越不象是孤立的灯塔 而是汇聚成像大都市般的亮光.

第四密度的网格可以被看做是所有正面人群手牵手 心连心所构成的.

实体们可以在任何时间选择成为无条件爱的发光体，只要单纯地想要这么做 并移动到冥想状态，也可以想象图像来协助送光的过程，好比说想象紫罗兰光被送入地球网格 然后网格被点亮. 我们注意到你们科学家已经发现这个网格 因此实体们可以找到完整的信息来源 了解特定能量大门 与网格点，这些是这个实体缺乏(科学)语言来讨论的.

然而，对于敞开内心的自我而言 不需要知道网格的构成也能援助(他人).

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

发问者: 一个人想将能量中心与基督网格对准 什么是最好的方式?

我们发现这个器皿越来越疲倦 我们是 Q'uo，我们将这个问题做为此次集会的最后询问.

我们建议在每个狂喜的片刻 都表现出喜乐与感恩. 我们在这个器皿的心智中带到男女相爱的经验，友谊的缔结，发现钟爱的志业，这些经验都开启了心.

美丽，若被纯粹地观察，完全地开启心.

因此，什么可以开启心 对于每一个寻道者都是独特的. 对于这个器皿而言，则是一再一再地返回耶稣的餐桌，当她听到核心字句 "这样做以纪念我*"

这个器皿在心里回答“主，我会记得.”
(*参考: 路加福音第 22 章 19 节)

对于另一个人而言，开启心的关键可能是一首美丽的歌，小鸟飞舞，玫瑰香味，或一个抽象的想法. 每一个实体的平衡点都不一样.

无论如何，每个实体共同的需要是开放心胸，但不是在一个粗心或毫无准备的状态下. 当心被要求打开，首先我们要使能量体来到平衡，开放，与畅通的状态.单纯地要求自我心智移向—爱的灵感，圆满生活的热情，以及最高/最佳的目标.

感觉自我本质的实现 感觉大自然的本质 对于打开心有很大的帮助.

最后我们要求各位记得灵性进化是个改变的过程，改变的特质之一就是使意识朝向不舒适. 当一个实体在一天中对意识做更多工，其意识的新陈代谢就攀升得越快. 好比一个实体锻鍊肌肉的过程一般. 每天花些时间冥想是好的. 我们肯定地建议团体冥想要比各个成员分别冥想 要强而有力许多.

我们建议对自己温柔，因为自己必先被爱 好让我们可以爱人如己. '自己' 是在所有'自我'中最难去爱的，因为一个人知道自己所有的秘密.

我们要求每一个人以烈火般热情追寻太一无限造物者的真理 同时对于幻象的表层保持轻快的步调.

我们感谢发问者以及这个群体的其他成员 举行这次有些不寻常的集会.

(译注: 发问者住在巴西，透过越洋电话询问问题.)

我们享受这次的冥想 并分享我们的振动与你们，我们感谢每个成员牺牲时间与能量 为了能切割出一小段时间来沉思与询问. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们 我们是你所知的 Q'o 原则，在天主中再会了(Adonai vasu).

附录一，纪念我的典故

路加福音，第二十二章

22:13 他们去了，所遇见的正如耶稣所说的。他们就预备了逾越节的筵席。

22:14 时候到了，耶稣坐席，使徒也和他同坐。

22:15 耶稣对他们说："我很愿意在受害以先和你们吃这逾越节的筵席。

22:16 我告诉你们：我不再吃这筵席，直到成就在神的国里。"

22:17 耶稣接过杯来，祝谢了，说："你们拿这个，大家分着喝。

22:18 我告诉你们，从今以后，我不再喝这葡萄汁，直等神的国来到。"

22:19 又拿起饼来，祝谢了，就擘开，递给他们，说："这是我的身体，为你们舍的，你们也应当如此行，为的是记念我。"

22:20 饭后也照样拿起杯来，说："这杯是用我血所立的新约，为你们倾流。

附录二，关于收割的相关圣经章节

路加福音 10:1

(注解: 在英文圣经中，这里的庄稼 = harvest)

10:1 这事以后，主又设立七十个人，差遣他们两个两个地在他前面，往自己所要到的各城、各地方去，10:2 就对他们说："要收的庄稼多，做工的人少。所以，你们当求庄稼的主打发工人出去收他的庄稼。

10:3 你们去吧！我差你们出去，如同羊羔进入狼群。

10:4 不要带钱囊，不要带口袋，不要带鞋，在路上也不要问人的安。

10:5 无论进哪一家，先要说：‘愿这一家平安！'

10:6 那里若有当得平安的人，你们所求的平安就必临到那家；不然，就归与你们了。

马太福音 9:35

35 耶稣周游各城各村，在他们的会堂内施教，宣讲天国的福音，治好一切疾病，

一切灾殃。

36 祂一见到群众，就对他们动了慈心，因为他们困苦流离，像没有牧人的羊。

37 于是对自己的门徒说：「庄稼固多，工人却少，

所以你们应当求庄稼的主人派遣工人，来收祂的庄稼。」

马太福音 20:1

20:1 因为天国好像家主清早去，雇人进他的葡萄园做工，

20:2 和工人讲定一天一钱银子，就打发他们进葡萄园去。

20:3 约在巳初出去，看见市上还有闲站的人，

20:4 就对他们说：‘你们也进葡萄园去，所当给的，我必给你们。'他们也进去了。

20:5 约在午正和申初又出去，也是这样行。

20:6 约在酉初出去，看见还有人站在那里，就问他们说：‘你们为甚么整天在这里闲站呢？'

20:7 他们说：‘因为没有人雇我们。'“他说：‘你们也进葡萄园去。'

20:8 到了晚上，园主对管事的说：‘叫工人都来，给他们工钱，从后来的起，到先来的为止。'

20:9 约在酉初雇的人来了，各人得了一钱银子。

20:10 及至那先雇的来了，他们以为必要多得，谁知也是各得一钱。

20:11 他们得了，就埋怨家主说：

20:12 ‘我们整天劳苦受热，那后来的只做了一小时，你竟叫他们和我们一样吗？'

20:13 家主回答其中的一人说：‘朋友，我不亏负你，你与我讲定的不是一钱银子吗？

20:14 拿你的走吧！我给那后来的和给你一样，这是我愿意的。

20:15 我的东西难道不可随我的意思用吗？因为我作好人，你就红了眼吗？ ‘

20:16 这样，那在后的将要在前；在前的将要在后了（注：有古卷在此有“因为被召的人多，选上的人少”）。”

马可福音 4:26

26 他又说：「天主的国好比一个人把种子撒在地里，

27 他黑夜白天，或睡或起，那种子发芽生长，至于怎样，他却不知道，

28 因为土地自然生长果实：先发苗，后吐穗，最后穗上满了麦粒。

29 当果实成熟的时候，便立刻派人以镰刀收割，因为到了收获的时期。

约翰福音 4:35

32 他却回答说:「我已有食物吃，那是你们所不知道的。」

33 门徒便彼此问说:「难道有人给他送来了吃的吗？」

34 耶稣向他们说:「我的食物就是承行派遣我者的旨意，完成他的工程。

35 你们不是说: 还有四个月才到收获期吗？看，我给你们说: 举起你们的眼，细看田地，庄稼已经发白，可以收割了。

36 收割的人已领到工资，且为永生收集了果实，如此，撒种的和收割的将一同喜欢。

37 这正如俗语所说的: 撒种的是一人，收割的是另一人。

38 我派遣你们在你们没有劳过力的地方去收割；别人劳了力，而你们去收获他们劳苦的成果。

Digested & translated by c.T，2004/02/14

Last update: 2009/09/13

☆ 第 0107 章集：地球与我

2002 年六月 21 日

发问者: 第一个问题是地球可能在未来的八到十个月间经历到大灾难，目前许多流传的预言都这么说. 如果真的如此，我是否应该将时间专心花在帮助人们看清这一点 以愉快与严肃的心情来从事这项服务? 如果地球并未处于很大的危险状态，那么他是否就可以继续做他喜欢的事情: 玩玩游戏，看看电影，去 Pub 跳舞等等?

第二个问题，希望 Q'uo 对于我目前灵魂的进展状况稍做评论，并且给予一些如何与一的法则更加和谐相处的建言.

(Carla 传讯)
我们是你所知的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们很感谢你们形成一个寻求的圈子来欢迎我们的想法. 很高兴藉此机会与你们分享我们的想法. 我们只要求在聆听这些想法之际 请充分地觉察到我们是你的弟兄姊妹，而非权威象征. 因此 撷取你有共鸣的部分 放下其他的部分. 如此，我们得以分享我们的想法而不用顾虑可能会侵犯你的自由意志.

今天的问题关于一个时代的结尾 以及一个新时代的开始，然后是个温和 几乎是

补充说明式的问题 关于发问者的灵性状态.

然而，以某个角度，这两个问题是同一个问题，因为整个世界的灵性状态与每一个实体的灵性状态是非常 非常紧密相连的. 在遥远的未来 考古学家们将把目前地球的故事描述为一个仰赖每一个实体之真实灵性状态的故事，特别是那些有兴趣改变能量网格核心振动的实体们. 世界的命运就掌握在你手中，这样说或许太过戏剧化. 然而，以某种眼光来看，这是非常真实的. 回顾人类历史，其实一直是如此，人类的思想与知觉塑造了人类的经验. 思想之父经常播种 好让子孙后代跟从. 所以 每一个实体的灵性状态与器皿称为的自由选择的游戏盘，地球，有着非常真实的连结.

让我们花几分钟看看发问者的关切，最近有许多来源指出 2003 年之后 人类必须经历一场大灾难. 为了直接面对这个关切，我们在器皿的记忆中 排序出几十年关于预言的回顾. 这个器皿长久以来注意到 关于紧急及危机时期的预言从未 在预定的时期显现或有预言般的效果. 我们曾对这器皿说过，并不是这些危机时期没有发生过，而是它们属于形而上过程的一部分，与地球上的实体们有关.

这个形而上过程会投射阴影到外部世界 位于你们集体共识的实相中，但关于物理本质的危险深度每一次都被过度高估.

继续凝视这个问题，我们注意到 在你们过去的 70，80 与 90 年代; 许多群体一致努力提升地球的意识，在这些案例中，其结果是有越来越多的实体觉醒，加入有意识工作灵性的行列中，藉由祈祷，冥想，甚至是忧虑地球与人类的福祉. 由于这些努力，地球自身的困难被减轻 被改善了. 虽然地球上持续有小规模，非全球性的灾难发生，包括龙卷风，火灾，洪水，飓风，海啸，地震等等.

这些现象没有一个引发预言中的全球大灾难. A 实体指出艾格凯西(Edgar Cayce)曾预言 1998 会有全球地壳变动，这个时期已经过去，我们可以说，这完全是由于正面意识觉醒 彼此相连的效果. 地球上持续成长的正面能量已经逐渐地延后第三密度阴影停止存在的时刻. 换言之，当实体们觉醒 开始提供他们的心，思想，与力量以服务地球及人类，这些正面意识的质量买到了时间: 增加收获的时间，在第三密度末后日子充分发挥的时间.

确实，我们可以说 你们正居住在第四密度之中. 那分隔你们第三密度与第四密度的东西也不过是一种心智的状态而已. 这个心智状态比以往都更容易承受或通透第四正面密度意识的呼求与低语. 因为一个事实: 你们的地球母亲正在诞生第四密度(宝宝).

如同我们曾透过器皿说过，在未来的十年间 这个过程将完结. 但我们并不是暗示到那个时候就会有全球性的大灾难. 确实，这未来完全是流动的，我们说比起十年前更加流动，十年前又比二十年前更流动. 一个接着一个，你们人类开始觉醒，容我们说，并不是如同昔日的制式宗教，是由上而下的威权命令. 而是以更为现代与民主的方式，容我们说，它是个属于灵魂到灵魂，记忆到记忆的草根式运动，开启的心是如此地吸引人，那呼求是如此地强烈 使得实体们对那能量飢渴，而被牵引，被呼求进入觉醒.

再一次，在地球上，单纯选择爱，信心，和平这一边将越来越具吸引力. 谦逊与温顺的人们开始在他们的正面与负面经验中获得信心. 实体们已如此接近毕业时刻，那伟大的极性(polarity)选择不再像以往那般致命与痛苦. 因为有许许多多的实体们也正在尝试开启他们的心，在每天生活中表达太一无限造物者光与爱，这

些尝试成为一种支撑的根基力量.

如我们曾说，这完全是个谦逊与个人的运动，实体们被自身呼叫投入收割者的服务，当其他实体被唤醒，他们随之成为唤醒他人的收割者；并不是因为他们出外以威吓 或用事实，资料去说服任何人. 仅只是因为唤醒他人去经历无条件的爱实在是如此具吸引力. 所以一旦实体的亮光开关被打开，他们自然会召唤实体到他们身边，并帮助其他实体记得为什么他们要在此刻投胎到地球上. 因为每一个人都有个隐藏的记忆，其中包含一个非常好的计划；一个非常好的理由在此刻来到地球，分毫不差地 就是此刻. 每一个动机 每一个催化剂 将你们带到此刻，这些都不是随便安排的. 正如 T2 所观察到的，有许许多多的道路，但它们全都通往顶端，这的确是真实的.

发问者有条特别的路径，他可以与之合作得很好，以他的好奇心去探索，去调查. 这是小孩子最常有的特质，却往往在变老的时候失去. 鼓励自我拥有这无限的好奇心是很好的，这种开放的态度，探询的心智，在持续寻求的过程中将带来很大的益处. 无论如何，心智所能服务一个实体的范围有其限度. 有许多灵性觉醒的实体有一种倾向，感觉自身与常态与传统信仰世界有个距离，于是他们觉得采取哲学姿态才有安全感，以这种姿态，一个实体有个很好的遥远观点，基本上成为一个观察者尝试去理解事物运作的方式. 这跟我们描述过的另一种方式相反:一个实体单纯地敞开心，拥抱每一天 不管遭受何种攻击 都以大爱与喜悦迎接.容我们说，尽管智慧带来许多益处，唯有开启的心与热情能带给一个实体在灵性学习上最佳的结果. 因为，如你所见，在准备自我的毕业典礼 前往爱与理解密度的过程中，最有效的方式就是实体在第三密度的鲜活体验.

发问者关切如果真的会发生全球性的大灾难，他应该做些什么. 我们从未否认全

球性大灾难发生的可能性，我们只是无法决定这个可能性是否高到可以一说. 因为你们每一个人都是强有力的，都已经对第四密度能量网格做出改变.

在维持 收割 与 舒适地降落到下一密度 之间的平衡上，人类种族是从事这项工作最洽当的人选.

是的，有很大的灾难潜能. 看看现今的地球，一个人可以看到许多灾难. 然而，我们不是该鼓励大家去思考这些灾难被精巧地放置在不同地方与时程，避免了累积效应? 同时在每个灾难后，人们是否增进了彼此关心，互相帮助，与共同团结求生存的能力?

关于全球的变迁的主题，我们鼓励实体们不要聚焦在负面的未来可能性. 因为一个人关注的焦点就会使它更为可能发生. 如果全体人类都聚焦在以恐惧为基础信息，那真的会使令人恐惧的状况发生. 在阅读预测未来的议题要仔细辨别，许多通灵者有着很好的意图与正面服务的希望，纵使如此，当他们收到以恐惧为基础的问题，如负面事件发生的时程，尝试去满足这个询问时，信息的来源就变得可疑了. 容我们说，我们不想答覆任何关于全球大灾难的特定问题. 我们只单纯地要求每一个人选择一条有意义的能量线: 恐惧的能量线，守卫 保护确保安全处理第三密度的关切; 或是无条件爱的能量，信心，希望，服务的渴望，以祈祷与自信去感觉一切都好，一切将是好的.

哪一条能量线是你想要选择的?

每一个人都正面临个人的全面大灾难，这是无庸置疑的.

你们每一个人都将面临肉身的死亡; 或许不是今天，希望不是明天 或下周，或明年.. 但很快地，无可避免的. 每一个微粒都有无限造物者吹入的生命气息，也都将停止呼吸，再次归于尘土. 对于意识心而言，关切全球大灾难 与 关切身体健康，身体安全，防卫死亡大敌等 是一样的质量.

一个实体可以毫无颤动地从小宇宙移动到大宇宙看到同样的能量在运作: 恐惧与爱，保护 与 成长. 你想要 保护自己，维持你所有的，捍卫你的东西等等;或者你想要释放所有恐惧，以爱与信赖拥抱一切 并相信一切想望的事物 即使还看不见它们?

这或许有帮助，当心智关切这个世界，将这个关切带回到一个实体的身心灵国度，因为你们每一个人都确实是造物者的小宇宙; 创造与被创造于一个无限的塞踈特结(Celtic knot)当中，每一个实体都是不同的结，然而在复杂的编织型态中每个实体都保有全然合一(unity)的优雅.

Jim 跟 T2 稍早对于发问者的关切开玩笑地说: “不管发生什么事情，我们肯定都要跳舞.” 我们同意这个评估，难道生命本身不就是个舞蹈? 难道享受生命的秘密不就是记得它正在跳舞? 记得那听不见的音乐? 那音乐永远拨放着; 它由矮牵牛花与凤仙花演奏着; 由玫瑰与小鹤花演奏着; 鸣鸟在林间歌唱着它，还有天空 火焰 及 大海; 每一个在无限太一活着的微粒都播放着它. 这音乐是永恒的，是无限的，它比你的呼吸还靠近你. 你们每一位都活在美妙的音乐、韵律、舞蹈的海洋中，造物中的每一的东西都有韵律地移动 超过人脑所能理解的范畴.

你的身体也是这美妙韵律的一部分，除非心智中的负面思想箝制你过多 导致身体无法表达和谐状态.在生活中进入一的法则的技巧就跟在生活中学习去欣赏任何

事物是同样简单的技巧. 以敞开的心去活出生命，在最微小的杂务中发现其深度; 在最艰难 及 最卑微的工作中 都看到其神圣性; 同时也看到这个幻象短促得如同一根蜡烛 很快即将熄灭. 在美丽与无意义的并列中 发现喜悦，考虑所有事物都可以被翻转从另一面来看待，确实 到了某个时点 这是必须的能力 能够看到一体两面 并从这两边中获致平衡.

我们不会阻止发问者去分享他觉得有助益的信息，我们只是建议每一个人 分享信息的方式有正面与负面两种方式. 如果一个实体以正面的方式处理事情，将有助于建立第四密度架构; 如果以悲伤，末日，升起恐惧的方式来处理事情，这将不会鼓励第四密度形成.萨，耶稣回答 “让凯萨的归凯萨; 属于造物者的归于造物者.”

你可以看到凯萨大帝昂首阔步地走在世界舞台上，不管他们来自哪个国家，那龙尾的毒刺，那恐惧的顾虑 为了确保资源的累积无虞. 生命可以被关切地球的苦难的情绪所淹没 然而这对于收割毫无帮助 也对于软着陆到第四密度没有帮助.

所以，我们鼓励发问者去跳舞，去玩游戏，了解宇宙没有错误. 分享自己认为重要的信息完全是好的，但同样重要的是表达出开放与流动的心之质量 这样的心奠基在信赖上 并能透过身心灵表达出无限供给的爱. 这是所有此刻于地球上觉醒的人们共享的核心任务. 你们来到这里的每一个人都决心带来一些不同.

每一个人都有必须的工具与资源. 关键仅在于凭着信心与平安，踏出脚步，并知道每一个人都不孤单.

在此我们愿意鼓励每一个人都更有意识地理解到连结自己的灵性家族所带来的力

量. 我们察觉到在这个寻求的圈子中 每一个成员都有困难去享受地球的每一个层面. 容我们说，你们有些 更好时光 或更快乐振动的记忆存留着.

然而，一旦一个人开始以舒适及潜意识的方式与灵性家族相连结，他就能够恢复一些舒适的感受，知晓在群体服务上 个人是不孤单的. 因为这个任务不是一个人就能完成的 而是藉由一个群体. 耶稣曾指出 如果一个实体有完美的信心 他可以移动一座山. Ra 群体指出虽然需要一个完全纯粹的实体才能移动一座山，如果一个群体尝试去移动一座山，群体中每个成员的扭曲程度只要在可接受范围内，仍然可以移动一座山. 这是灵性家族深沉的连结力量.

我们将家族这个词汇定义得非常松散，因为你们有个非常大的家族. 它不只是一个来到地球的服务群体，毋宁说，你们正在经验一个非常复杂 互相关联的许多群体 来自第四密度，第五密度，以及第六密度，来自内在次元 以及其他星球. 所有实体在此刻被吸引到地球 因为地球正以 震摄人心的清晰度 从 一个天与地通往 下一个天与地.关于如何在生活中反映出一的法则，我们再次鼓励大家每日冥想，常走在大自然中，邀请静默的来临，花时间与造物者相处. 我们是如此多话，我们能做的就这么多了.. 但，喔 那静止 微小的声音，它的口才方可称为雄辩狺!

我们赞许努力与心建立关系的人们，你们将觉察到一切万物的活力，生命力，与无限的价值. 所有的实体，所有的想法，所有的特质与存有，所有的石头与天空，任何可以被指向或思考的事物都有它自身的神圣性，荣耀与价值. 你们也是其中之一. 这是没有凯萨面孔的国度. “我的国度不属于这个世界”— 耶稣肯定地这么说. 我们愿意向你们每一个人说，做为一个形而上的存有，你的国度不属于这个世界. 你身处于这个世界，对于这个世界 你是个祝福，但你不属于这个世

界.你舞动着你稍纵即逝的身体，你舞得十分美丽.

我们感谢发问者问了这个有趣的问题，并在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿. 能在此时与你们说话是个很大的蒙福与喜悦. 我们谢谢 Carla 并离开这个群体. 我们是你所知的 Q'uo. Adonai vasu borragus.

Digested & translated by curious Terry，2004/2/26.
PS: Q'uo 在结尾前关于舞者的一段话(以标楷体显示)，仅献给罗曼菲女士，愿她在天之灵照看我们--2006/5/25

☆ 第 0108 章集：病痛与苦难

---

8 月 9 日，2002
T1 的问题: 今天的问题是关于病痛与苦难，我的腰间很痛 让我睡不着 连站立都有问题. 我不禁要问为什么 病痛 或 疾病 经常发生在人们身上? 我知道自己本性善良，为什么还常常生病?

圣座达赖喇嘛曾说 生命的目的就是处在快乐中. 我深深同意这点，有些哲学书籍教导我们 病痛可以帮助我们成长，我对于这种思想感到不舒服. 是否可能直接跟高我沟通 问它到底要怎么做它才会开心 不要给我这种折磨了!

(Carla 传讯)
我们是你所知的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 在祂的名中 我们怀着喜乐服务.

我们很感谢你们形成一个寻求的圈子来欢迎我们的想法. 很高兴藉此机会与你们分享我们的想法.

我们只要求在聆听这些想法之际 请充分地觉察到我们是你的弟兄姊妹, 而非权威象征. 因此 撷取你有共鸣的部分 放下其他的部分. 如此, 我们不致成为绊脚石, 而是增加每一寻道者在觉醒过程中得以使用的资源.

今天你们询问病痛与苦难的价值是什么. 确实地, 两者都与身体与这文化珍惜的价值观相反. 身体的本能 与 人类从小受的教育都建议舒适 安全无虞 的价值观. 在意识心(conscious mind)中 不会有任何计划去邀请苦难 不管是肉体上、心智上、情感上、或灵性上 都是如此.

很清楚地 T1 的意识心没有一次曾经要求体验过这样的肉体苦痛.

要了解为什么苦难存在 我们必须向后退几步来看 暂时脱离苦痛的焦点 转而注视肉体苦痛升起的机制.

第三密度的目的是唤醒自我 找到真实 与 不断深化的自我认同. 这目的牵涉到几个关于自我的关键概念.

其中一个概念是 改变的概念 灵魂进入此生的意图 是去改变振动频率 以及 自我的振动力量. 也就是说, 自我渴望同时改变 自我看待幻象的方式 以及 自我

在面临各种催化剂*时的承受力. 第三密度实体的自然倾向, 不管是觉醒的 或沉睡的, 是抗拒改变. 然而如果不拥抱改变 降生的目的即永远无法达成.

(*译注: 本文中 催化剂表示所有被我们感官察觉到的事件. 与化学中的催化剂较无直接关联.)

另外一个概念 也跟达成第三密度的目标有关，即是逐渐增加的 对于极性动态局势的洞察力. 什么是正面? 什么是负面? 许多从宇宙其他地方来到地球的流浪者通常之前在第六密度非常努力工作 目的是在爱与智慧两者取得精确的平衡.

这意味着 能够经历极性并得以回应的机会是很珍贵的，因为唯有藉由收集并筛选催化剂 自我才开始能重新定义 爱与智慧两个力量的准确平衡.

这两个概念工作在一起 创造出一连串的催化性事件 每一个实体都有责任处理这些催化剂 使用处理过的催化剂来整合吸收新的学习，最后催化剂成熟转变为经验. 于是自我得以知道更多自我 以及自我内部的极性动态局势.

关于极性的选择 最常出现的情况是所谓的道德(ethical)抉择，第三密度幻象相当地厚重 以致于人生的体验有一些舞台剧的属性 有时候人物只被粗略地描写，舞台相当简陋 台词写得也很差. 在这个被深深弯曲的幻象中 人们有技巧地 或笨拙地予以回应.

说了这些，我们可以注视达赖喇嘛说的话: 活在快乐中. 但快乐不必须建立在任何可见的催化剂上，仅因为做自己即可在快乐的状态. 对于那些假设快乐是有条件的人们而言，这是个具挑战性的概念. 一个人必须处在安全 舒适的环境中才会快乐. 无论如何，我们认为达赖喇嘛使用这个字，快乐，更多的意涵是指永恒的宇宙之心 也就是喜乐，并不是因为有舒适的生活而快乐，毋宁是发现自我内在的平衡 找到自我的中心，这样的自我与自己和平相处 并能够释放所有恐惧.T1

心里质疑着为什么必须有病痛与苦难 他的感觉绝对是正确的 并不一定需要受苦受难. 然而 它几乎是无可避免的 因为改变是无可避免的 而改变的过程几乎对于所有实体而言都是不舒服的.

Ra 曾说自我的能量首先是属于心智的 于是催化剂先来到心智这里 身体是催化剂的第二接收器，接收那些心智尚未平衡的催化剂. 当催化剂来到身体这里定居下来 成为各个扭曲点，有时候会引起症状 可以被视为病痛 或 受苦.

确实，许多实体有心智上的困难，这是因为他们没有能力认出催化剂的真相 或无法充分地回应催化剂.

无论如何 这次的问题主要针对肉体的病痛 所以我们的焦点放在这部份.

举例来说 这个器皿目前的催化剂是有太多东西要处理，日常杂务 与工作义务等等，结果当这个器皿安顿下来 准备做冥想的时候发现腕部痠痛. ?什么器皿在这个部位体验到疼痛? 因为有太多东西要处理 这个负担从肩部移动到她的双手，表示她的双手负载太多事情.

我们建议 T1 检查发生疼痛的身体部位，太阳神经丛能量中心是表征地球的能量中心，它是黄色光芒能量，包涵了社会议题，家庭关系，婚姻与小孩，工作，社会团体等等. 从这些项目开始揭露情感与恐惧纠缠，这些纠缠扭曲了原本正常，开放的能量流动.

这个主题有大量的微妙细节 我们不认为有个简单的答案 可以让一个人免于病痛与苦难. 我们宁愿建议的是 去体会自我不会被任何人生的细节所束缚; 一个人来

到世上是为了学习 经验，及改变. 在体会的过程中 将带来很大的力量与能力.

当一个人越了解自己，自我-知识逐渐在质与量两方面增加，自我开始能辨别出扭曲的型态. 知晓哪些对于催化剂的反应是笨拙的，于是一个实体可能介入扭曲的过程，去除或至少减轻一些扭曲 使得催化剂顺利地被吸收转变成经验.

有许多时候 造成扭曲的原因是一些关于自我的负面意见. 有些时候自我将催化剂解释为自己被遗弃了；有些时候一个实体将催化剂解释为自己不够好. 不管是哪一种负面的自我观感，这类的观感夺去自我的和平，天份，与魔法. 如果一个实体不能愉快地自我相处，如果一个实体不感觉自己做得好，这种态度将阻碍实体准确判定催化剂的本质，因为所有负面的观感会将恐惧的网紧缚着灵魂，在这张网中的灵魂不能呼吸 不能表达自我的自由与准确度. 自我唯有处在爱的气氛中才能开始清楚地看清自我.

移除恐惧并不意味着自我的举止完全圆满，而是意味着每当自我观察到自我犯错了，则去爱，荣耀，接受，宽恕那个错误. 同样的，当自我展现德行与表现优异，也以同等的欢喜鼓励自己.

回到极性的想法，重要的是去爱自我负面的部分，自我阴影的部分，如同爱意识阳光的部分. 一的人最想要与世界分享的是阳光的那部分. 但若一个实体不只能分享正面的部分 也能够以平静，和平，宽恕，接纳的心与世界分享他对负面部分的观察；这个实体是蒙福的. 这样做不意味着该实体拥抱黑暗 变成杀人者、强暴犯、小偷、懒鬼、傲慢者、忌妒与憎恨者. 而是自我遭逢这些情绪时 自我能勇敢不眨眼地面对，不被判断所困扰 而维持和平与安闲的心境. 害怕自我的黑暗面等于是邀请更多器皿所谓的吸血鬼[从事心灵攻击的实体]来到生命当中.

一个经历负面情绪的实体很容易卷入向下的恶性循环. 当自我-判断, 自我-鄙视的情绪升起 外在的共识实境逐渐提供更多的镜子 显现出更多恐惧感觉的影像, 于是 该实体更加考虑自己是个失败; 变得更愿意活在恐惧中, 于是将自己关闭在和谐, 合一, 开放的流动 之外. 最终苦难发生.

无论如何 关于释放恐惧 即使是最小的改善 都有很大的益处. 当一个实体观察到之前未发现的恐惧, 它就开始观察到那些增加恐惧的关键元素. 一旦这些潜在的负面催化剂被找出来, 自我开始能够切断造成恐惧的催化剂. 这是个微细且长时间的过程. 这种觉醒是十分有益的 且得来不易.

有些方法可以提高一个实体工作催化剂能力, 可预期地 我们认为可以从静默开始. 进入静默对于属地(earth-bound)的实体是不自然的决定.

训练自我进入静默需要极大的释放, 释放智能心智的内容. 我们衷心地建议每日冥想, 因为这种训练就好比肉体运动可以强化肌肉一般.

进入静默之后 进一步的精练方式是器皿所称的平衡冥想[1], 推荐在每日结束之前进行, 或许在一个人准备休息之前, 自我在想象中 回想今日的遭遇 记得每个感觉的强度与内容, 不管是负面或正面的; 然后想象相反的事件发生, 体验反面的感觉.

这是个持续进行的过程 并不会停止. 没有一个点可以让一个人说 "我懂了 我完成了寻求过程. 我是个悟道且至福的生命, 已经完全觉醒 来到了第四密度."不是这样的, 第三密度的学习不会停止 直到肉体停止呼吸的那一刻.

所以主题变成 一个人希望如何雕塑或创造自己这一生的故事，T1 目前正经验产生恐惧的催化剂，T1 要如何回应呢？答案就在这个灵性觉醒且十分诚挚的寻道者的学习过程中．我们不会为 T1 解开这个谜题，但我们希望方才分享的想法 能够提供许多思考点．

记住 每一个实体都的确是爱自身．那不收缩的爱 不恐惧的爱 赶走恐惧的爱．

如果一个实体能体验到自我为爱的生命，他会更有技巧地体验自身为有力量，魔法，和平，蒙福的个人．一个人观察为真理的东西就会变成他的真理，因此，要极度严格地选择什么可以被接受为真理．

一个人可以保护自我 或者移动到无惧的状态，释放保护 拥抱学习．这似乎会增加痛苦，事实上 它可以有效地减低生活的痛苦．

我们建议 一个人寻求去拥抱那不被了解的事物 请求理解 但不强求；宽恕并接纳自我，在每一个新的早晨 无惧地向前行．

每一个实体的痛苦都是独特的，并不是所有实体都承受肉体的病痛，但我们向 T1 保证 所有来到世上的生命对于负面催化剂或病痛都不陌生．

我们请求你不将它看成是种惩罚 而是丰富自我土壤的肥料，允许土壤长出更美好的花朵与果实，产生更好的收获．我们祝福每一个美丽盛开的灵魂都逐渐觉察自己的创造者-自我(creator-self)，逐渐地愿意放下恐惧以及观察到的自我限制好拥抱起初思维(original Thought)，也就是造物者、理则(Logos)、创造性的爱．

此刻 我们感觉回答到这里已经足够了，也欢迎更进一步的问题. 现在 我们感谢这个器皿 以及在座的各位成员，还有 T1. 我们拥抱每一位 在太一无限造物者的爱与光中围绕你们. 我们离开这个群体，我们是你所知的 Q'uo.

附录: 平衡冥想的原始出处

[1] (摘自 一的法则，第二卷，第四十二场集会)
发问者: 我将做个声明 并要求你评论它的正确程度: 我假设平衡的实体不会被正面或负面的情绪所左右 不管在它可能遭遇的任何情况下. 藉由在任何情况下都保持毫无感情，该平衡的实体可以清晰地分辨适当及必须的回应 且在各个情况下都与一的法则和谐. 这样说正确吗?

RA: 我是 Ra，关于我们讨论过的平衡 这是不正确的应用.
(平衡的)练习首先体验感觉 然后有意识地在存有中发现其对立面的感觉 这个练习的目的并不是在正面与负面感觉中平顺地流动 同时保持毫不动摇. 毋宁说保持毫不动摇才是目的. 这是一个较为简单的结果 但需要许多练习，容我们如此说.

☆ 第 0109 章集：什么是美?

2002，6 月 28 日
T1 发问: "我注意到我的双眼总是会被漂亮的女人所牵引，而对于外表比较不出色的女人则不会如此. 当然，我知道有许多美貌的女人却是残酷的，而外貌平凡的女人却拥有美丽的灵魂. 我不觉得欣赏外在美是件错事，但我却不能欣赏所有女人的美丽. 更严重的是，即使我知道有的女人是属于蛇蝎美人的类型，我还是会

对她有所遐想. 我发现我无法将所有人视为造物者. 我对于这样的情况感到很担心. 这是我个人的问题而已，或者，也是一般男性的问题? 美丽在我们的灵魂进化中扮演什么角色或催化剂呢?

(Carla 传递 Q'uo 的讯息)
我们是你们所知的 Q'uo. 亲爱的人们，我们在太一无限造物者的爱与光中向你致意. 能在这个午后加入你们的冥想，并与你们分享关于美丽这个主题，是我们极大的特权与喜悦. 一如往常，我们要求你敞开心胸来聆听我们的话语，但同时 不假思索地将任何与你心灵没有共鸣的句子抛开. 在这个前提下 我们才能提供我们的意见 而不用担心侵犯你们的自由意志.

这器皿的一天充满了美丽，我们发现这是个快乐的巧合来进行我们此次关于美的谈话. 器皿体验到她周遭一切美丽的事物，器皿的花园正盛开着各种花朵: 百合花，含羞草，野花等. 当器皿注视着她的伴侣，看着他的脸，肩膀，上颚与喉咙，让器皿十分愉悦. 亲切与服务他人之美几乎快淹没这器皿的情感; 她这天所收到的美丽礼物包括 T2 亲切的志工服务，C 送的好石头，以及 器皿的老公辛勤工作好支付账单，确保这器皿安全，温暖，与舒适. 这些丰盛的礼物多到让器皿无法以言语来表达，无法以她的人格体 来形容这精致夏日的富足体验.

哲学家说得好 "情人眼里出西施"(Beauty is in the eye of the beholder). 到底什么是美?

这不是个无聊的问题，因为美和洋葱的建构有许多相似之处. 你将洋葱切一半你会看到一层又一层又一层的结构. 所有这些层面都是洋葱，但每一层面都有些许的不同. 好比我们的能量中心或气轮(chakra)也具有一层层的结构，因此从这个角

度来看美丽，它就不再是个肤浅简单的东西. 每个实体工作的主要中心不同，一个主要工作红色光芒的实体看待美的角度就跟主要工作橘色或黄色光芒的实体不同，以次类推.

所以关于欣赏美丽这个问题不能以简单的方式来回答，T1 问到观察肉体美的问题，所以我们首先从红色光芒来探讨此问题，也就是根气轮，性欲的基座以及求生存的渴望. 在这个能量中心里头，对于美的定义有大部分取决于爬虫类与哺乳动物的大脑，那是本能的，主要关切的议题是滋养与群体. 本能上，大猩猩被驱策尽可能地去交配 ，繁衍后代. 这个生存机制是很深沉的 并且是构成你们男人与女人重要的一部分. 因为男人与女人的生物角色不同，性能量对于美的流向有所不同. 男人倾向尽可能与许多女人交配只要该女性具有成熟以及可以繁衍后代的记号. 这点，如同 T1 所臆测，不只是他个人的体验，也是男性共同的体验. 在女性间，也有着厚重的生物倾向从红色光芒来看待美丽. 女人的本能会将以下特质认为有吸引力: 一个好的供应者，具有生殖力的男人，维持忠实并长时间忠于家庭. 对于女性而言，一个外表不那么吸引人的男性，但拥有吸引人的人格特质，也可以是个好伴侣.

结果，对于男性而言 可以肯定预期在他的成熟期，其注意与欣赏焦点将围绕在那些可以生小孩，健康，外在吸引人的女性身上. 以服务他人 及 服务自我 的角度来看，这种现象既不是正面也不是负面特质. 它只是男性肉体被如此设计来与灵魂的其他能量系统互动.

从橙色光芒来凝视，美开始有更多的深度. 在这里，沟通，人格特征，相似的兴趣开始增加或减少肉眼所看到的美. 个人关系的能量创造出一种美学，主要焦点为享受自我，并且在自身内感觉安全，在与他人的关系中感觉安全.

每一个人对于美的选择变得越来越主观. 在红色光芒的审美观中，社会文化多少决定了吸引性的标准，在一个族群中，许多人会一致同意怎样的人算是美丽，怎样的人不算美丽. 然而，在人际关系的动态中，橙色光芒开始分散人们的选择，人们开始更加地欣赏情感之美、灵性之美、心智之美，以及其他无法轻易从肌肤看到的美.

这里有个感觉值得被注视一会儿，一种感觉被锁在小房间 从红色光芒层次被迫去注视肉体美. 这是个本能是如此强而有力，它存在于人类动物中，它对于人类的肉体存活是如此重要. 如果这种本能不存在于人类的骨肉之内，心脏会忘记跳动，肺脏会忘记呼吸，肉体会忘记繁衍小孩. 这对于种族的生存并不洽当.必然地，特别是男性 会被一个人的肉体所煽动(hounded)，我们要提醒那些觉得被这种强迫注意美女症所限制的人，这个倾向是没有极性的，体验短暂的吸引以及幻想跟美女有关系并没有过错. 确实，对于女性而言 这在某种程度上也是真实的. 这是具有肉体的实体几乎无法逃避的层面，如前所述，这是灵魂完全可以接受的有益功能.

从黄色光芒来凝视，美成为一个更加细微且具有丰富纹理的东西，因为黄色光芒对应到家庭与伴侣关系，在这种延续关系的安全与亲密感中，那些灵性成熟的个体得以大大地开拓及增益自身对于美的观念. 伴侣，母亲，父亲，小孩，或兄弟姐妹可能是极端地不完美. 然而，经过一段时间，一段共同分享的历史带来的祝福，在家庭或伴侣关系中的实体，受到爱与被爱的光泽(patina)的深度吸引，即使是外貌最不漂亮(homeliest)的实体也变得完美，变得美丽，只因为是那个人. 最终，对于肉体美看法的沉重负担开始起飞，如同一只风筝，在爱的能量风中翱翔高飞.

当心房开启，美丽开始从绿色光芒被检视，此时整个关于美的问题被爱转形了.

因为，在心的层次，灵魂的眼睛是开启的，所有实体不再被视为肉体 而是存有(being). 在心轮中，美丽是一个人内心的功能. 外在美的暴政终于被解除了，唯一的侷限是那些没有察觉到自身美丽的人们. 如果一个实体不能观察到自己是值得的，美丽的，好心肠的; 那该实体对于自我的贫乏看法将会投射其丑陋的阴影到外面的世界，这颗贫乏的心看不到自己的太阳，也看不到它闪耀的荣光.

对于我们来说，凝视着你们每一位，我们看到你们的美就好比是不停流转的万花筒. 你们每一位都拥有无尽的美，然而 是你们自我能量光谱的组合与和谐最为吸引人，你们每一位都是一个振动复合体，一个振动套叠在另一个振动之上，以此类推，藉由你在此生中做的许多选择与伴随的偏见，你的振动在每一刻以上千种不同的方式流动，虽然你们大多数人没有察觉到这点，然而，在能量体的流动与细微区域中，改变是恒常的，没有一个实体 其振动在两个不同瞬间会是完全相同的. 因此每一位在灵魂层次都是无比的美丽. 确实 每一个实体 身为造物者都具有超乎一切想象的美，因为每一个实体都是一切万有，每一个实体都包含整个宇宙. 那么，每一个人不都拥有美丑所有的面相，美学的完整范畴?

这许许多多的宝藏埋藏在人格里面，等待被 适当的环境与激励开启.

这个器皿，做为一个形而上功能正常的实体，它长期以来就被创造美丽人生的概念所吸引.

它并不特别关切其肉体的美丽，虽然在装饰自身的时候 它感到很大的欣喜，但

大多数时候，这个器皿判定自己对于其行动的美过分关注.

当主题来到行动与功能，这个器皿通常选择一个不切实际且困难的道德决定，因为对于器皿而言 这是个美丽的东西. 于是这个器皿的生命中 总会在路上出现有趣的同伴，这条路是较少人行走的.

美丽真的是很主观的. 无论如何，我们引用你们诗人济慈(Keats)的话 "真理就是美，美就是真理." 这是你们全都知道的，知道这点就足够了.
(译注: 虽然没有明白指出，以上这段讲的应该就是蓝色光芒部分.)

当我们从靛蓝色光芒的观点来衡量美，这个器皿所做的许多选择成为美的焦点.

在一个灵魂品性的纯然力量之前，所有脸蛋的曲线 ，肉体的吸引，优雅的沟通表达 都显得黯然失色. 因为对那些工作意识的人们而言，他们双眼看到的美完全取决于一个实体的力量(power)与和平，在于一个实体展现欢乐，至福，以及真智慧的能力.

确实，这个实体在他许多的前世中 养成了一种偏差，使得它的灵魂演化有些偏移. 那些灵魂演化卡在红色光芒的人们有祸了！因为那好比一个人从未能剥开洋葱，从未能到达洋葱内部. 无论如何，我们要对 T1 说，我们极度地怀疑 T1 被卡在红色光芒中，毋宁说，T1 误会了，它将某种特定关于美的体验当成是美学的整个音域.

哪一股能量最吸引你呢？这是个不断变化的问题，不是吗？当然，如果一个实体发现自己着迷于肉体美貌，就有些平衡的工作需要被完成. 因为在形而上的工作

中，过于偏好任一情况都是不被接受的. 就灵性的成长而言，沉溺于任何事情都会产生一个有毒害的环境. 灵性进展的伟大钥匙就是平衡.

因此 我们建议要工作如美丽之类的概念，将自我移动到美丽的不同经验，观察并欣赏每个层面的深度与能量，当每一个能量中心的美被发现，一个实体的思想质量也整个被改善了. 从任何一个层面来体验美都是愉悦的. [注 1]

但，从更高能量中心发现的美 具有更深切的奖赏. 然而，我们不会在任何一刻想要移除那美妙，活泼的滋味-- 关于欣赏肉体的美与愉悦.

难道一个男性不应该欣喜于女性的美丽？难道一个女性不应该欣喜于男性的俊俏?

难道一个人不应该欣赏美酒与佳肴?
难道一个人不应该欣赏歌曲，舞蹈之美，那些肉眼及双耳可享受的盛宴?
难道一个人不应该享受柔软与坚硬; 平滑与粗糙?
难道一个人不应该象是个水獭在这齣充满喜怒哀乐的生命戏剧中欢欣鼓舞?

我们不觉得为美丽欣喜会有什么错误或伤害，我们只是鼓励每一个实体更加地张开双眼; 更深沉地使五官清明以欣赏每天经过我们身边的美好事物.

什么是美？以小孩的双眼凝视你的童年期，那时难道你不是辉煌地美丽吗？你对于任何事都是天真的，但愿在生命每一个经验狂喜.

然而随着困难的事件一个接着一个发生，慢慢地，天真之美受到了刮伤，逐渐变形弯曲，最终 被双亲与权威人物; 或其他小孩残忍的嘲弄; 自我对自己的失望

击打成碎片

确实，我们可以说大多数进入觉醒过程的实体们，他们欣赏美的能力已经受到阻碍与歪曲. 所以，在此生有许多工作要做 好恢复眼睛与耳朵的天真，允许她感受每一个事物的本质，或者如这个器皿所说: 本来面貌(ding an sicht，德语).

欣赏每一个事物的真心与精髓是达到平衡美学的关键.

当美学被平衡了，并且在此生都是平衡的，在此生所做的决定也就不会有附着的业力了.

在这方面，我们鼓励每日平衡你的情感，每天睡前做平衡冥想是非常有帮助的. (译注: 关于平衡冥想，可以参考一的法则第一卷，故在此不赘述.)

这个器皿告知我们，提醒我们已经讲太久了，我们将总结这个非常有趣的问题，我们鼓励每一位在静默中进入自我的本质中. 允许静默对你述说，因为它比话语，比念头，比思想 更能掌握真理的心与精髓.

什么是美，什么是真理? 进入静默，扭转钥匙，进入你的心房，进入一个充满无限发现的宇宙.

我们感谢 T1 问了这个问题，我们在太一无限造物者的爱与光离开他与这个群体.

我们欢欣鼓舞并且在爱与光中离开你们. 我们是你们所知的 Q'uo 原则. Adonai.

Digested & translated by curious Terry in 2004.

[注 1] Carla: 在千钧一发之后的兴高采烈狂喜体验可以是完全的红色光芒 本能反应，然而这种感觉是深沉且纯粹的. 因之 任何感觉都是本然的美.

☆ 第 0110 章集：恐怖主义

十月 3 日，2004 年

小组问题: 本周我们想问所谓"恐怖主义"的根源. 我们定义它为一小撮人尝试获取他们觉得属于他们的东西，并使用暴力的方式获取. 我们认为远从旧约亚伯拉罕(Abraham)时代 就种下阿拉伯人与犹太人对立的种子. 我们也希望 Q'uo 能够告诉我们这类能量的哲学背景 以及 如何在今日的地球上 解决这个问题.

(Carla 传达)

我们是你所知的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

今天的询问指向一个有些热门的议题，如这个器皿所说. 请允许我们分享我们的思想 同时请你自己决定是否要相信这些话语.

当你的自由意志被确保，也就允许我们能自由地说话.我们谢谢你的理解.

今天的询问一部分与恐怖主义背后的哲学有关，我们发现很难创造出一个好的答案. 因为我们相信哲学一般而言与恐怖主义是不兼容的.

当道德被讨论为一门哲学，它并不关切夺取其他实体自由的方式 而是如何防卫他们的自由.

尼采的超人哲学[注 1] 或许是最能够为恐怖主义辩护的哲学了，而其辩证论点可以被简化成一句话 "力气(might)即为正义". 我们不想为这种哲学辩护，但我们发现它仍持续地运作着.

关于恐怖主义 最适当的速成哲学结构是 "吱吱叫的轮子先得到润滑油"*，这句话与其说是适当的哲学，不如说是对于个人或群体诉诸使用恐怖方式 的解释.
(*译注: 这句话跟我们的俗语"会叫的小孩有糖吃"有异曲同工之妙 ^^.)

就我们所知，造物者是无限的，超越所有的描述，限制，或区别.

造物者就是一切万有，可见与不可见，已知与未知，可能与不可能.

另外一方面，尝试描绘造物者的一些特征，好让特定密度及文化之内的实体理解造物者 这尝试是有帮助的.

所以我们不会要求你停止尝试去理解造物者，我们只要求你领悟你们人类所写的关于造物者的作品都是文字，它们不是全部的真理.

你们的询问带出一个特定的 有创造力的实体 名为亚威(Yahweh) 或 耶和华(Jehovah)，据说，它的指令引起约书亚(Joshua)及所有参战人员的战争行为，目的是争夺领土，这些故事在你们圣经旧约的摩西五书中有记载.

有无数人尝试理解旧约人物亚威的心智，这就是为什么我们先前声明没有一个文献记载的人物能完全捕捉创造原则的本质.

无疑地 被知晓为亚威的实体缺乏一些我们理解的创造原则之明显特征，如它的普遍性 与 合一性. 对于造物者而言 所有事物为一，所有生命都是同一个双亲的小孩，太一造物者的兄弟姊妹; 那么一个创造原则又如何会将一个实体竖立于另一个实体之上?

无论如何，被知晓为亚威的实体是个强大的力量 透过摩西(Moses)，约书亚，与亚伯拉罕演出.

我们可以描述亚威是个地球守护者 它开始一个服务他人的计划 却没有思考这样的计划可能产生的各种结果. 它们选择一个似乎比较适合的族群 透过基因工程创造出一个新的次种族，这是创造原则绝不会做的事，但这些守护者实体们认为它们创造出一个更好的种族 有更多空间改善其心，身，灵.

为什么这些守护者实体们没有想到这件事会引发战争獭的行为，以致于许多无辜者被屠杀，我们说不上来. 无论如何，事情就是如此 因为这个干涉 你们的历史以及这些族群的心灵能量因此被永远地改变了. 它创造了一个明显地不公平情境. 无疑地，以萨(Isaac) 与 以实玛利(Ishmael)的儿女们为这个干涉 以及它所带来的许多复杂后果而哀恸*.

(*译注: 以萨是亚伯拉罕与正室所生的儿子. 以实玛利是亚伯拉罕与偏房所生的儿子. 前者被认为是犹太人的祖先，后者被认为是阿拉伯人的祖先.)

任何情境 一旦进入了历史的溪流 它同时也进入了神话的溪流.

你或许尝试追溯以萨后裔 与 以实玛利部落的轨迹等等，然而真相已经是十分模糊了. 除了部份故事已经失落，残留的故事也无可避免地被掌权者以有利于自身的观点重新诠释. 说话最大声的人有权讲故事 这种事情在历史的每个阶段都发生过 包括你们今日的(西方)文明.

然而，回顾战争与恐怖主义的历史，一般而言 我们可以看出这些议题与 一些族群觉得独占某些东西[注 2]是他们与生俱来的权利. 这种应得权利的感觉是暴力，战争与恐怖主义的核心.

就创造原则而言，所有土地都是一体，所有人群都是一体. 你们第三密度的设计是你们每一个基因族群都被期待占有优势一段时间. 一个族群，好比你们白人族群，长期占有优势并不在原先预期之内. 每一个族群的能量都有一个特定的方式开启心胸，以及不同的方式看待创造原则. 因此能量被预期呈现漂浮的状态，从一个主宰文化 流动到下一个文化，再下一个，以自然且韵律的方式进行.

目前全球人群有一个希望，倾向以女性原则做为创造原则. 因为，以第四密度即将诞生的角度来看. 这股创造性，女性能量持守服务他人的光，会以适当的方式协助地球或盖亚(Gaia)进行她十分女性 十分深沉 的分娩.这件事还没有发生.亚威群体放置某个族群的能量创造了一个停滞点，好比有人放了一个路障在地球的能量流动上. 因为该能量宣称一神论，宣称只有一个上帝; 却又陈述它只是一个部族的上帝*. 很明显地，它仍旧是多神论系统的一部分，一个有着许多上帝的系统. (*译注:正牌的亚威并未宣称它只是犹太人的神,这是后来有个冒牌的亚威说的.详情请参阅一的法则--Law of One)

在摩西的时代，世界正尝试进入真正的一神论. Ra 群体也尝试在那个时代跟埃及

的王子们讲述真正的创造原则-- 太一.

摩西相当知晓这个真正的一神论，他在这个系统的训练中长大，他的心也奉献给这个系统. 然而，在他的时代 人们沉浸在许多神明的文化中，他发现要同时 持守对于单一上帝的纯粹信仰，以及 成为他同胞的领袖 是不可能的事. 你们历代的领袖都面临这个挑战，一个领袖对于他的族群有责任，他必须守护群体的权利与东西，同时捍卫并维护所有其他群体的权利 他要如何兼顾这两件事?

我们将你的注意力带到圣雄-甘地(Mahatma Gandhi)身上. 甘地十分地聪明，他所学习的哲学 有大部分保留给服务自我. 然而，这个实体的眼光强而有力地聚焦于合一 它拒绝接受任何关闭心胸 对抗他人的想法，即使是那些收买并限制他自己同胞的对手. 在甘地与 握有印度统治权的英国政府打交道的过程，甘地在任何时刻都避免关闭心胸 去对抗 或拿起武器朝向公认的敌人，英国人.

使用朴素且易于了解的实质隐喻，好比纺纱(spin thread)，这个实体能够在他同胞面前展现自我价值与独立的形象. 一个实体要如何在将棉花纺成纱的制程中看到独立与自我价值?然而，印度人民接收到了甘地所提供的功课*.

(*译注: 甘地选择纺纱有两种意义: 抽象而言 纺纱是个转形的过程，象征殖民地转变为独立的过程. 实质而言，鼓励人民纺纱 以自给自足 减少对西方服饰的依赖. 甘地的一生波澜不断，但他始终坚持非暴力手段，十分发人深省. 有心的读者可以上网搜寻 '甘地' 或 Gandhi 获取更深入的资料.)

在许多，许多方面，甘地把那些英国统治者搞得十分难过. 然而，这个实体从未有一刻是不真挚 或 失礼的. 如果他不是来自一个真诚爱的地方，他的思想无法

生根 他也不可能成功. 如果甘地痛恨他的敌人，即使他做了一模一样的事情 做同样的政治表态，他仍不会成功. 他的动机是如此的正直与纯粹 以致于不论是印度人 或 英国人 都能够看到它，感觉到它，最后，尊敬它并回应它. 因此，他协助同胞的工作 从未沾染暴力或恐怖主义的阴影 而始终保持 信、望、爱 的美好色泽.

当你看到大小群体无法抵抗恐怖主义手段的时候，我们要求你看着这些被卷公义及应得权利等议题的群体，在每一个情境，都有一条通往和平的道路. 这条道路开始于内心，它呼唤着聪明且悲悯的人们，它呼唤着那些理解服务自我手段但同时拥有敞开与纯净的心灵的人们 呼唤他们使用无条件爱的方式.

没有任何理由能为暴力辩护，然而 潜藏在人类内心有种渴望: 保护自己的群体对抗那些族群外的实体. 这是每个人类与生俱来的本能，沿袭自大猩猩肉体载具的习性. 如果你检视这些大猩猩的习惯，如德斯蒙-莫里斯(Desmond Morris*)已完成的研究，你很快就可以清楚地发现 暴力是每一个人都必须对付的课题，它并不是远方的事物，而是一个亲密的朋友，是你人格的一部分. 在你们每一个人的身体中都有一个寄宿者，叫做暴力.

(*译注: Desmond Morris 是英国著名的生物学家，专门研究动物行为，成名作为赤裸的猿猴-Naked Ape，著作等身，请参考 http://www.desmond-morris.com/books.php)

G 先生*说他不相信自己会扣下扳机对抗另一个人类. 这是个高贵且值得赞赏的情操. 然而，说这句话的人从未处于一种情境 即他所爱的人面临性命危险.
(*译注: G 为在场参与冥想的成员之一)

当一个人受到威胁 他的本能确实就是扣下扳机. 当一个群体受到威胁，群体的本能同样是致命的反应. 不管有多少层外交 礼节 覆盖于上，在每一个情境的底部双方其实都接受一个模式 -- 一个群体可以凌驾于另一个之上. 一旦这个基本的假设被接受，总会有一个基本理由导向暴力. 一个暴力发起国得到其他国家的认可，便属于公正的一方 (并得以发动战争). 有些群体得不到这样的认可 于是别无选择 被公认为不法之徒. 当一个不法之徒尝试获取应得的权利 便被认为是恐怖主义. 这是恐怖主义与战争的唯一差别. 这种人工的区别奠基于一个人工的假设: 群体们定义自己为彼此分离的.

或许你已经注意到人们倾向分割团体为次团体，再将次团体分割为次次团体 永无止境地分割下去. 人们喜欢看到自己的团体做对事 其他团体比较不成功.

人们不断追寻一种 比其他团体 更优越，更强壮，更有理 的感觉，因为这种感觉实在好. 找到归属的地方感觉很好，属于一个善良 有道德 正直的团体 感觉真好. 因此许多扭曲的故事不断被述说着，胜利的一方总是公正的，而输家活该处于贫穷之中.

我们认为 每一个应得权利都是令人质疑的，而每一个公正的团体基本上都是不自然 且 没有帮助的. 然而，第三密度存在的整个目的就是要面对每一个人，以及由个人组成的团体 所衍生出来的种种问题. 在解决这些问题的过程中 每一个实体都有机会在灵性、心智、情感、肉体的进化旅程中成长.

你们要怎么做才能将这个世界变成深情，统一，和平的世界?

容我们说 这个愿景从你开始，就从今天开始. 不是以轰轰烈烈的方式，而是以微小的方式开始，从你周遭的人开始: 你的伴侣，小孩，父母，家人. 在你面临每一个决定 检视你的想法，其中是否有保卫的渴望? 是否有保护的渴望? 或者是拥抱太一(One)的渴望? 仔细地检视你的思想 过滤掉那些与开放心胸缺乏共鸣的念头.

我们也要求你聪明灵巧，与你们文化的限制与扭曲偕同工作，而非尝试丢下它们.

尝试在这些限制中工作 好让那些原本被设计来限制的东西变成解放的东西. 这件工作需要投注大量的聪明敏锐的心力 然而你们每一个人都有良好的心智，良好的推理与想象力，以及创意的才能. 我们建议你再加上幽默、耐心、以及无尽的感谢. 持续保持感谢的心，你会发现每一扇被关闭的门都只是暂时的现象，这些被愤怒、失望、与 敌意关闭的门，将被 信、望、爱 再次开启.

这个器皿提醒我们时间快到了. 我们全心感谢你们，与你们分享我们的想法是如此喜乐的一件事. 我们希望我们可以鼓励你们 并在追寻真理的道路上，支持你们. 我们祝福你们每一位 谢谢你们，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是 Q'uo 群体. Adonai，adonai.

原注

[1] 尼采的超人哲学: The theory that Nietzsche offered was that there was “a mode of psychologically healthier being beyond the common human condition. Nietzsche refers to this higher mode of being as ‘superhuman' (ubermenschlich)，and associates the doctrine of eternal recurrence—a doctrine for only the healthiest who can love life in its entirety—with this spiritual

standpoint，in relation to which all-too-often downhearted，all-too-commonly-human attitudes stand as a mere bridge to be crossed and overcome.”这段大意是说有些人的心理比一般人健康，这种处于较高模式的人被尼采称为'超人'．只有最健康的人才能全面地去爱生命.

(http://plato.stanford.edu/entries/nietzsche/)

[2] perquisites 定义：“Something claimed as an exclusive right.” 一个东西被某人宣称具有独占的权利.

[3] The Road Not Taken(未被选取的道路)，by Robert Frost*:

Two roads diverged in a yellow wood
and sorry I could not travel both
And be one traveller，long I stood
and looked down one as far as I could
to where it bent in the undergrowth;
Then took the other，as just as fair，
and having perhaps the better claim
because it was grassy and wanted wear;
though as for that，the passing there
had worn them really about the same，
And both that morning equally lay
in leaves no feet had trodden black.
Oh，I kept the first for another day!
Yet knowing how way leads on to way，
I doubted if I should ever come back.
I shall be telling this with a sigh
Somewhere ages and ages hence:

Two roads diverged in a wood，and I—

I took the one less travelled by,

and that has made all the difference.

[*译注：原注 3 对应的是 Q'uo 问答部分，该问题大意是耶稣如果不殉道，选择继续活下去 结果是否会更好？回答时，Q'uo 引用了这首诗，这部分没有翻译出来，一方面是时间有限，另一方面觉得与本文相关不大．但这首诗相当优美动人，所以还是放在这里，让大家欣赏 =^^=.]

Translated by curious Terry，2004/12/14.

☆ 第 0111 章集：从"国家宝藏"到一元美钞

[一元美钞放大图案]

Carla：在美金一元钞票上的金字塔上方有只眼睛，这跟塔罗牌第三号牌的眼睛有什么关联吗？

Latwii：…做为人类，你们人群曾经享有共同的经验，如你所称，在美钞上的金字塔 顶端有只凝视的眼睛，它是个标志 许多人称之为第三只眼，位于眉心轮(brow chakra)，代表看到另一个实相.

你们存在于一个幻象当中，一个似乎是分离的幻象，这个部分与另一个部分 分离；黑夜与白天，男人与女人，右边与左边，善与恶..等等．凭借着极性的双眼你在幻象中只能看到微弱的景象．有了第三只眼，单一的视力，一个实体开始寻求看到所有造物的合一性．这只眼睛被记载于许多修鍊学派中，从塔罗牌中，从各式各样的会社 如共济会(Masonic)，甚至以扭曲的形态出现于你们的货币中．这只

眼睛对于你们人群有一般的意义 同时对于每个实体也有特定的意义.

发问者: 我想知道关于班哲明-富兰克林(Benjamin Franklin)的事情 以及他是否为敌基督(antichrist)?

Latwii: 我的兄弟，我是 Latwii，我察觉你的问题. 我们尝试保持严肃，然而，我们必须告诉你敌基督是个思想形态，有几个实体会被称为敌基督，但它只是个概念. 就好比没有所谓暗黑神祈，只有太一造物者 爱的造物者，所以不会有所谓暗黑神之子 因此也没有敌基督.

无论如何，人们心中有种思想形态，人们认为那些 有权有势 同时负面导向的实体们 似乎就是敌基督，的确，候选人早已浮上台面.

被知晓为富兰克林的实体是个幽默的家伙，容我们说，他对于社会的价值远超过所谓的敌基督.

他涉入一些智能的谋略，这是真的，不过亨利-季辛吉(Henry Kissinger)不也如此 季辛吉也不是敌基督.

基本上，富兰克林是你们所称的流浪者，一个从另一个(星际)文明降生到这个地球，带来好几种发明 以便利你们国家的文明 以及全世界.

我们了解你无法看到敌基督这个想法里头的幽默，但从我们的制高点来看 我们都存在于完美爱的海洋中，虽然人们偶踈会有些误解的想法，我们开始理解到你们必须承受的巨大哀伤 因为你们无法全天候看到你周遭的爱，我们无法想象一

个人会如此地信服暗影 以致于可以给它一个名称. 我们很抱歉无法完全地进入你们人群的理解中 但我们希望我们说的 对于你们会有些帮助.

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

发问者: 老实说 这就是所有我想知道关于班哲明的事了.

Latwii: 很好 我的朋友，我们愿意再说一件事 希望对在座者有所启发. 有几位你们所称的"国家的父亲们"(开国元老)，他们共同参与一个有些负面的计划，或许可以称为一个俱乐部，你们称之为"光明会"(Illuminati). 他们原先确实不想造成伤害而是要改善人类. 但后来发生的事 已经不在你们的杰佛逊(Thomas Jefferson)，麦迪逊(James Madison)，富兰克林的计划之内了. 这个组织的印记直到今日还可以在你们的(美元)钞票上看到.

发问者: 我读过许多关于光明会(Illuminati)的报导 听过关于国际银行家的消息.它们存在吗? 这两个组织是同一个 或 不同?

Latwii: 我是 Latwii，我们的回答是再你们地球舞台上 有着许多演出者. 有些人的角色看起来十分地沉重，十分黑暗 属于暗黑的本质，你们归类为光明会.

有许多人被影响 并朝光谱的黑暗端极化(polarize)，朝向黑暗的分离经验 远离了天父.

确实，在你们地球振动中 总有某个时期经验并表达这股黑暗力量，每一次当你遇到一个同伴而无法认出他里内的神性;

每一次 当你选择背对无限造物者的光照，你们便朝暗黑或负面性极化一步. 这个过程确实创造一股能量可以被取用，被用来引诱他人朝向那个方向.

我们建议 如果这类的生命确实存在于你的世界，最重要的考量是你，你自身，如何活出你自己的生命; 你如何能够彰显爱的振动. 因为，我的朋友们 爱是包含一切的力量.

文章来源: L/L Research，www.llresearch.org
原文发表日期: 1984_0415，1980_0907，1980_1207

其他建议阅读
(英文网站)
http://www.caterpillar.org.uk/warning/
-- 共济会与光明会阴谋论
http://users.1st.net/fischer/FREEMAS.HTM
-- 共济会的正面介绍
http://en.wikipedia.org/wiki/Illuminati
-- 光明会介绍
http://www.crystalinks.com/templars1.html
-- 圣殿骑士介绍

☆ 第 0112 章集：岁末的平安讯息

---

12 月 28 日，1975

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我与你同在，我将我的平安(peace)带给你们.

你们最近的大师 耶稣曾说 "我所赐给你们的，不像世界所赐的一样". [注一]

我们也提供我们的平安给你们，不是这个世界会给的平安，而是更真实的平安.

我是服务无限造物者之星球联邦的一员. 我越过许多银河，通过无次元的大门，进入你们所谓的实相，你们这个特别的地方，你们的宇宙.

我们来到这里是因为你们的呼唤. 因为在这个宇宙中，那些希望知道真实的实体们发出呼喊.

这些呼喊并未被忽略，在这无垠的宇宙中 我们听见了你们 于是来到这里. 其他实体听到了，也来到这里. 你们星球 较精细层面的实体也准备好伸出援手.

所有途径皆为一，我们只是告诉你另外一条道路. 有些人能够听得下我们的话却不能听别人的话语 虽然都是讲同一件事.

今晚我有几个主题想说，但朋友们，我相信我最想先说的是 爱

让我们再次引用耶稣的教导 "凡你们对我这些最小兄弟中的一个所做的，就是对我做的." [注二]

天国就在你周围，造物者就在你所碰到的每一个人的脸庞之中.

每一个陌生人，每一个朋友，每一个敌人都是造物者. 难道你不知道 所有人类都是兄弟吗? 你寻求爱，你寻求知晓天父，然而 天父就在你所看见的每一张脸孔之中.

我的兄弟姊妹，开始注视彼此，生平第一次，真正地看到彼此里内最棒的地方.在耶稣的心中有个视野 属于爱的视野.

那些围绕在他周围的人并不是受赞许的一群. 他所爱的人之中 有妓女(harlots)、税吏、酒店老板、乞丐; 以及许多生病，残疾的人们. 但耶稣没有把他们任何人看低 而是视每个人为天父. 他以爱的眼光看世界，他看到每一个"堕落"朋友里内的可能性. 对着罪犯，他说 "今天，你将与我同在乐园(paradise)."*
(*出自路加福音 23 章 43 节)

这些都是你们熟悉的事情，所以我把它拿来做为良好的范例.

有其他大师 他们以其他话语展现内在的造物者. 但我们相信透过这个例子，你们最容易理解我们要说的话. 我们注视着你，我们看到光，我们看到完美，与你们通讯是我们的喜悦.

你们都很有可能与爱的振动合一，这个怜悯的振动将转化你的生命 进入天堂的国度. 关键在于平衡两种相反的寻求态度，也可以说是两种危险，我们带点幽默感说这件事，因为危险不是真实的. 在这两者之间找到平衡会使你进步. 我的朋友，这两个危险是骄傲与卑下. 骄傲使人认为是他的爱将周围的人保持在光的道

路，是他的怜悯心光照了他人，这样的人有祸了！因为人格的爱有限，它有用完的时候，当他醒悟到这点 将会十分悲伤.卑下 使人说”我是不值得的，在我的卑下中 我必须承认我不能够成为一个适当的管道 来传递造物者的爱. 不要期望我进行不可能的任务，因为我是不值得的！我的朋友，这两种情形都离平衡有段距离. 如果你发现自己处于骄傲或卑下的情况，请在 自信 与 知道自己人格的不完美 两者求得平衡点.

你是一个管道 透过你 造物者得以表达祂自己，造物者是爱，祂的表达也是爱.

当你看到某个东西，在你的肉眼看来 它可能没有什么，一块平常或难看的石头，形状笨拙 有着奇怪颜色. 然而 对于爱的眼睛，这个石头将是大师可以雕琢的素材 它可以成为美丽的雕像 有着美妙的线条与颜色.

人们也是这样 既是素材 又具有完美的可能性.

造物者使这些可能性彰显在这个物理世界上.

你当然不能靠一己之力做到，你只能对造物者说 “请为我活出此刻，允许我的眼睛闪耀着祢的光辉.”

对于肉眼而言 这是个十分黑暗的世界. 但在黑暗中有光 如果你允许它照耀的话 它绝不会被抵销. 想象你的眼睛好比窗户 当窗帘放下的时候 光即无法穿透;这些窗帘是由偏见，评判，小心眼，各式各样的负面态度所编织而成.

你被赋予人格 好让你可以工作这些负面态度. 但一次又一次地 你会发现窗帘不

断地降下，然而 只有此刻才是重要的. 如果你曾犯错，只要选择此刻释放那个错误 将窗帘拉上 让光穿透. 过去的事就算是完结了.

(H 传讯)
在你的人生旅程中 有时候你会感觉你没有在进步.

你们对于开悟过于焦虑了，你们觉得自己错过了一些进步的机会.

所有这些感觉，情绪 都是时间内的概念.

然而 时间不是真的,时间只是你们目前经验的一部分.

你将会领悟 我们每一个人都早已开始并完成了他(她)的旅程.

我们哪儿也没去，我们什么也没做，然而 我们已经去过了所有地方，我们已经完成了所有事情，而时间一秒也没有过去.

不要担心你的进度，我的朋友. 你的灵性进度是自然的 就好比你的呼吸一般.虽然看起来 有些人进步得比较快 然而 一旦你们到达目的地，你们将真正地觉察到 无限造物者的爱与光 存在于所有事物之内. 不要分离造物的任何一部分，不要将你自己置于任何存有之上 或 之下. 我们都一起旅行，一起了解我们去过的地方 做过的事. 敞开你自己 接纳造物者的爱，不用担心时间的因素. 你所需要的 只是一个愿意接收造物者的爱的渴望.

朋友们，再没有什么 这个宇宙中再没有什么是值得渴望的. 只要渴望爱，因它即

是一切.

(Carla 传讯)

现在 我希望你们跟着我到一片田野 在那儿有着浓厚的花香. 我们要你现在放松，将你的双脚踩在这片柔软有弹性的绿草上，感觉温暖的阳光照在你的肩上，你的头上. 倾听造物的音乐，感觉大自然的爱与光. 我们要你冥想，在冥想中 你可以发现开启大门的钥匙. 冥想并聆听; 你的耳朵将听到爱的节奏，光将充满你内在的眼睛，并以许许多多的方式碰触你，只要你愿意在心中倾听 观看 并理解.

我的兄弟姊妹们，我在爱与永恒的光中离开你们，我是 Hatonn. Adonai vasu borragus.

注解

[1] 约翰福音 14:27 : "我留下平安给你们，我将我的平安赐给你们。我所赐的，不像世人所赐的；你们心里不要忧愁，也不要胆怯。"

[2] 约翰福音 25:37 ~ 25:40

25:37 义人就回答说：‘主狺，我们甚么时候见你饿了，给你吃，渴了，给你喝？

25:38 甚么时候见你作客旅，留你住，或是赤身露体，给你穿？

25:39 又甚么时候见你病了，或是在监里，来看你呢？'

25:40 王要回答说：‘我实在告诉你们：这些事你们既做在我这弟兄中一个最小的身上，就是做在我身上了。'

Digested & translated by curious Terry. 2004/12/28

———————————————

☆ 第 0113 章集：天灾与人类

四月 18 日，1976

[南亚海啸灾民在水中艰难地移动]

(来源: Yahoo!News 2005 照片选集)

(Carla 传讯)

我是 Hatonn. 今晚 我们在无限造物者的爱与光中向你们致意.

你们小组想要知道关于地球未来的预测讯息.

虽然 我们一般并不处理特定的信息，但我们感觉这个请求属于灵性的范畴，并不是想要找到证据. 因此，我们将就我们能力的极限说这个主题 而不侵犯自由意志. 你们地球的地壳里面有许多能量，由于磁极移动带来的摩擦，而被释放.

在温暖的季节，在暗月的时分，将有可能造成海啸(tidal waves). 我们不知道它将有多严重，因为你们每一个人的能量都对于地球表面有深远的影响.

无疑地 在某种程度 将有真正的灾难发生，但规模会多大 我们不知道.

无论如何，那些干燥的内地 受难的程度将不如临海地区来得严重.

我们曾经 一而再 再而三地告诉你们，你们每一个人都是爱与光重要的源头. 在你们的幻象中 要清楚看见冥想的助益是困难的. 然而，我们跟你说，你所赖以生存的地球 是活生生的.

当你们聚集成一个群体 传送你们的爱，这个举动将爱增强许多倍 你们可以帮助(地球).

有许多光之团体早已这样做 从而减轻了地球的一些困难.

每天花一点时间 将你的爱送给地球,你所生长的地方.

记住，你们很快就要进入新的时代了.

我的朋友们，你的本质就是爱. 所有你看得到的东西都是爱.

因为一切都是爱，在爱中没有负面性. 因此，爱 做为最高的能量，没有任何负面电荷可以穿透这股能量.

我的朋友们，时间苦短，你们要常常练习冥想. 我们会一直与你同在，只要你如此渴望. 看到你们体验到爱的能量 是我们最大的满足.

关于爱，曾经造访你们星球的伟大老师们—佛陀、耶稣基督、默罕穆德，他们所教导的都是同一件事，无条件地爱每一个人，包括你自己.

当你发现自己在与某人争辩这个信仰 或 那个信仰好，停止争辩.

当你发现自己在说服别人，停止说服.

爱并不对耳朵讲话，爱对着心讲话

若是以这种方式生活 即是你们许多人知晓的天堂了.

我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我是 Hatonn.
Adonai vasu borragus.

问与答
十一月 30 日，1980
我是 Latwii，我很高兴与你们在一起.
我们有个问题，来自一个目前不在现场的人，在我们讨论这个问题之前，是否还有其他的问题?
…. (现场没有人发问)

好吧，我们不喜欢讨论这类的信息 因为它有些枯燥，但我们被要求讨论地震的情况. Don 先生想要知道关于地震的信息. 很可惜他不在这里，因为如果他在的话，我们会说他早就知道地震的事情，并且于过去二十年间都在谈论地震.

他很可能在猜想是否真的会有更多的地震发生? 是的，我的兄弟姊妹 将会有更多的地震. 这种情境的发生的原因如下: 虽然你们人群有大部分有显著的改善;

地球上有越来越多光的中心 与 自觉的人类，产生更多的爱与光. 但正面的爱能量尚不足以完全消除不和谐的存在 导致地球必须要表达出这部分 所以地震将会发生.

我们乐意说一件事，也就是这些(地震)事件并没有原先预期的严重 因为许多人，包括你们小组，所产生的爱 对于这些事件造成细部的改变.

我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我是 Latwii.
Adonai vasu borragus.

2004-12-31 translated by curious Terry

☆ 第 0114 章集：爱的三条道路

一月 12 日，1974
我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很荣幸在这个傍晚与你们同在. 我乘坐的载具目前位于你们房屋的高空. 你们看不到我 因为我所在的位置太高了.

你们地球人类对于我们的存在见解不一，有些人深信我们就在这里，有些人完全不相信我们. 这正是我们致力达到的状态，这个状态将创造最大的成果 促成个人去寻求: 寻求我们存在，或者我们不存在的真相. 这样的寻求将引领他寻求其他的想法，这些想法存在于你们过往的文献中，可追溯到数千年之久.

这种对于事物的质问，寻求，与思考的状态 正是我们尝试藉由模糊通讯来产生的状态. 一个人以自己的努力找到某个东西 要比 他被教导一个原则 更有助益.

一个人在寻求造物基本真理的过程中 有时间去反思 并检验自身的每一个观点.

这样将获得最大的理解，远比在短时间被教导许多原则来得多.

星际联邦对于接触不了解我们存在的星球有套标准程序，因此，我们选择将我们的接触侷限在一个狭小的范围. 无论如何，我们致力于在有限的时间内尽可能地散布无限造物的真理，以及人类在其中可发挥的真正作用.

我们希望能帮助你理解寻求的重要性，因为有一个伟大的真理: 你必须寻求 才能找到. 必须寻求 才能成长. 不要轻忽你个人的寻求，那是你所做的事情中 最重要的事.

我希望(对你们)有所服务. 我现在离开你们，好允许这个器皿让我的其他兄弟使用，我是 Hatonn，Adonai vasu.

(停顿片刻)
我是 Latwii.，我与这个器皿同在. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很荣幸与你们在一起. 因为我们未曾与你们在一起过，当然，在全体性之中 我们是不可能分离的.

我是 Latwii.，我们是服务无限造物者的星球联邦，我们很荣幸与你们地球人类说话，我们感到抱歉 必须以这种(心电感应)方式通讯，我的 Hatonn 兄弟已经解释其中的原因. 因此，我将继续使用这个器皿 给予特定的想法，真诚地希望能帮助到你的寻求.

这个星球是太空中的一个球，一个光球. 但你看上去并不是如此，原因是在整个造物中 所有的东西都是由光所构成. 光是所有物质世界的基本建造基石.

当我们在祂的爱与光中向你致意，我们是在造物中唯一存在的成分之中向你致意: 爱，形成的力量 与 光，建造的基石爱与光包含了一切万有，那就是我们想做的: 向造物之中的所有东西与所有生命致意. 所有这些部分其实都是单一的东西，如果你想象一个无限大的纯粹光球，绝对的爱铭刻在这球体之上，然后凝结出无法想象 浩瀚广大的受造部分，每一个部分都被太初之力所连结，也就是我们无限造物者的爱.

我的朋友，我们每一个人，以及一切万有，都是由单一的质地所组成 -- 光.

我的朋友，爱并不是你所想的那样，在你们的语言中 它有各式各样的解释，它不是这些解释. 我们使用这个字 是因为它是最接近我们想传达的概念. 爱是一股力量 所有造物的事物都藉着它完成. 所有事情，甚至包括那些你们解释为没有爱的生命. 如果不是这样的爱，人们连做(坏)事的自由选择都不存在. 只要个人领悟到我所说的真理，他就能做那些造物者打算让我们做的事情.

祂打算让我们做的事情相当令人惊讶，它们远超过你们目前的限制 我不可能向你表达出这些能力的范围与广大. 无论如何，让我向你保证，透过适当的方法推进你的认知，你可以重新获得你应有的权利，那些深藏你里内的知识，即透过爱使用我们造物者之光的知识.

我的朋友，寻求爱的理解 是非常，非常重要的. 不要满足于你对于这个概念的第一个诠释，因为它的范围远远超过你能想象的，它涵盖一切万有.

我即将教导你们爱的用途，这个方式有些不寻常，请忍耐我们一下.我们发现这样

做是必须的.如果你们想要快速地获得爱的理解,你们目前旅程中最重要的观念,必须要教导一种不寻常的思考方式.有三条道路可以通往爱的知识:

第一条路是放松，让你的心智静止，这是冥想的方式. 如果一个人可以每日这样做，他不可能将亘古永存的爱关闭在门外，他将觉知真实的造物 及其意义.

第二条路是走入人群中 并服务他们.

他们将以爱回报，你将吸收这股爱 并储存在你的存有之中.

我必须在此时告诫你们 对人群的服务必须是他们想要的服务才行.

不要犯下许多人曾犯的错误，尝试铭印一个不需要 或 未经请求的服务 在你的邻居身上. 服务你的同胞需要很多的规划与注意力，因为人们对于服务的诠释各式各样 有很大的差异. 为了有效的服务，你必须先遵循第一条路，也就是冥想.

路是将你所有的全部给予你的同胞，如果做到这点，你将不会被物质资产所拖累. 你不会再把一部分的爱给予你占有的物质. 将爱给予你所有的物质是种极度的浪费，浪费了你的能力. 这是地球上大多数人犯的错误.

如果一个人尝试走这条路，他得将自己与物质欲望离婚(divorce).*
(*译注:关于这点,圣经有类似的说法,请参看附录一.)

你可以走这三条大道的任何一条，每一条路都有助益. 目前，活在你们这样的社会 要把三条爱的道路都走完是很困难的. 因此 我们星际联邦建议你首先走第一

条路. 我的朋友，冥想将允许你决定你涉入其他两条道路的程度，因为有时候照字面地遵循其他两条道路是不切实际的，因为你尝试服务的对象可能也不理解你的做法. 然而，我们建议你将这三条道路都放在心上，因为它们都是重要的.

地球历史上 有许多纷争都是源于人们对于物质资产的依恋，他们拥有一个谬误的观念，即资产所有权的观念. 一切万有都由光所构成，所有这些资产，所有存在的东西 都是我们造物者的所有物. 祂提供充足的物资给所有空间中的所有人，不需要贪图任何物质，因为它们全部都是你的一部分. 目前，你们星球上有着许多纷争，人们觊觎着许多财产，但财产对于这些人而言是无益的. 因为即使他们得到他们想要的财产，他们表面上的占有时间却是非常，非常短暂的.

我是 Latwii，我希望我有所服务，Adonai vasu.
(停顿片刻)
我是 Oxal.，我与这个器皿同在. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很荣幸与你们谈话，我目前位于一个(飞行)载具内 在你们的高空中，大约有几百哩那么高. (译注:1 哩约等于 1.6 公里).

如你所说，我是那些居住在飞碟里头的一员，我尝试铭印这个事实有个明确的原因，请忍受我一下.

我，Oxal，服务无限造物者的星球联邦，居住在(飞行)载具之中已经有许多年了该载具绕着你们星球的轨道运行. 我有个服务与职责，尝试给予你们地球人类一个东西 它比任何其他东西都更重要，我尝试给予爱.

在你们星球上，这件事并不容易达成，你想想看 如果在某个街道上 我遇见一群

人 然后告诉他们这件事 他们的反应会是什么?

我恐怕这样做完全没有效益，要将爱给予你们人群是个大问题. 我们星际联邦全体成员都尝试做这件事，你们人类似乎并不想要我们的爱.

喔，是的，有些人接受我们，但绝大多数对于接受我们的爱并不感兴趣.

他们对于我们感兴趣，但不包括我们的爱.

我们能做什么补救这个状况? 我们能做什么唤起人们渴望接收我们的爱?

为什么需要将这个爱带给你们人群?

我的朋友，这是你们需要的，这是你唯一需要的东西.
(译者插话: Beatles 以前有首名曲，Love is all you need，不错听!)

造物者充分地提供你们一切的需要，我们只是单纯地尝试将祂原先计划给你们的爱重新分配，因为你们许多人曾经拒绝这个爱.

这是个漫长且困难的任务，但我们终将成功,因为我们不容许自己懈怠，我们将继续把造物者的爱带给你们.

我们必须加速我们的计划，将来会有更大规模的尝试 为了唤起那些希望知道我们目的的人们. 所以我们继续努力 将唯一可能的礼物带给你们，因为除此之外没有任何东西值得给予.

我是 Oxal，此刻我将离开你们，我在无限造物者的爱与光中离开你们，Adonai Vasu.

附录一

马太福音第十九章

16 有一个人来到耶稣跟前说：善师傅，我该行什么善 为得永生?」

17 耶稣对他说：「你为什么称呼我为善? 没有人是善的，善的只有一个，即上主。 如果你愿意进入生命，就该遵守诫命。」

18 他对耶稣说：「什么诫命？」耶稣说：「就是：不可杀人，不可奸淫，不可偷盗，不可作假见证，

19 应孝敬父母，应爱你的近人，如爱你自己。」

20 那少年对耶稣说：「这一切我都遵守了，还缺少什么?」

21 耶稣对他说：「你若愿意是成全的，去! 变卖你所有的，施舍给穷人，你必有宝藏在天上； 然后来跟随我。」

22 少年人一听这话，就忧闷的走了，因为他拥有许多产业。

(译注: 此段经文依照天主教圣经，并参照 King James 英文版做细部校正.)

[This article is digested & translated by curious Terry，2004/1/7]

☆ 第 0115 章集：地球，大自然，与人类

周日冥想

公元 1988 八月 14 日

小组问题: 地球温室效应是否造成气候异常的变化 ? 地球目前的状况如何?

(Carla 传导讯息)
我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意.

你们想要知道地球目前的状态，你们想要知道你们可以做些什么，想要知道情势是否已经不可逆转? 然而，我们不能告诉你地球的精确状态，我们也不愿意这么做. 我们可以告诉你的是停滞并非自然状态，毋宁是改变与演化，这包含所有的密度. 演化是不可避免的. 因此，你们所称的地球将经历不只一次的大灾难. 你必须记住地球的寿命与她的孩子们的数量远超过你的想象. 你们星球曾经一度无法让生命居住，未来也将会再发生. 这是生命历程的本质. 好比你们肉体一般，每一个新生的微笑婴儿，必有一天衰老 满脸皱纹，最后停止呼吸.

地球上的第二密度觉知与第三密度觉知[人类]有着很大的不同. 地球自身躺在理则(Logos)的怀抱中，她并不惧怕改变，即使是天崩地裂的大灾难，地球也不会害怕. 或许她会感到忧伤，但她仍然与理则同在，仍然充满着爱，只希望给予并接受爱.

我们鼓励你们每一位放下恐惧，如同大自然一般，只知晓无限造物者的爱与光.

这是一个服务他人*的星球，你可以从大自然中看到许多例子，树木吸入动物排出的气体，然后呼出氧气 让动物呼吸. 第二密度所有动植物都具有这样的特质:服务，充满爱，给予.
(译注: 精确地说，应该是服务其他万物，但为了简化用语，译者通常以服务他人代替，在此特别说明.)

在我们继续之前，我们注意到黄色光芒的肉体同样是第二密度的生物，我们现在讲述更为重要的观念，关于一个人可以做什么以帮助地球.

所有在地球上的生物都会成长或开花，迎向光. 牠们与地球一样都具有意识，这个意识会因接收到充满爱与甜美的关注而欢欣鼓舞，奏出和谐的乐章. 这就是为什么怀着爱心唱的歌曲能帮助花朵，轻柔的声音可以帮助植物成长.

除了肥料与杀虫剂之外，有更基本的东西可以帮助地球.

如果你改善土壤，或种植正确的作物在适当的土地上，你确实帮助地球增加其生产力，但如果你对于种子没有爱心，对土壤没有爱，那么即使你辛勤照顾这些第二密度生物，它们不会变得有自我-觉察力，或觉察它们自己的美丽，或自身的有用性，或自身的牺牲.

美丽、机能、与牺牲是自我-意识的三项伟大的原则. 在第二密度的生物尝试具备足够的自我意识，也就是被投资足够的自我个人意识 以成为完整的人类，开始在地球上行走，彼此互动，再一次学习爱的课程; 那是他们在第二密度毕业阶段时 为了进入第三密度而放弃的东西; 在第三密度他们可以研读，思考，经验，感觉与整合其中的催化剂，然后在爱的两个面相之中做出选择: 服务他人 或 服务自我.

因此，一个人可以帮助地球的地方就从走在草地上开始，觉察并感谢地球给予的能量. 与第二密度的生物建立关系，跟它们说说话，或安静地照顾它们，将爱投资在它们身上，到了某个时候，这些生物不只会自然地转向光，还知道它们正在转向光. 第三密度，人们对于如何使用这股光 开始有困惑，喔 独立光荣的人们

多么容易选择用这股力量做出自由的选择，而不是朝服务他人极化. 确实 有许多积极的自我毁灭的灵魂，既不朝向正面 也不朝负面极化; 而是用坏东西妨碍好东西，或用好东西妨碍坏东西，永远停留在漠然的井内.

关于协助地球，我们敦促你们每一位祝福它，欣赏大自然的各种事件，盛开的花朵. 我们敦促每一位觉察到这绿色大教堂(大自然)的美丽，真理，与圣洁. 如果你的肉体不是很脆弱，我们鼓励每一位睡在大地上，与地球产生连结. 因为第二密度的肉体有股来自理则的活力，但第三密度实体(人类)的心智复合体常常会将它关闭，由于文化制约的缘故.

地球希望帮助人类，她爱在她上面行走的人类，它觉察到有许多负面能量被储存在地壳之中，然而 她并不怨恨，仅只觉得悲伤 因为她有时候必须被迫释放负面能量 而伤害第三密度的生物们. 地球本身并没有负面的感觉，地球内部的负面东西是那些居住其上的思想形态所堆积而成的.

此时，我们高兴地说，地球已经抵达提升全球意识的临界质量. 透过众多的流浪者(Wanderers)的帮助，她完成了这项工作. 流浪者之中，有许多人选择艺术，特别是音乐来表达他们的观点，好比器皿说的"援助非洲"(USA for Africa)的大型活动.

还有世界和平日等全球性活动，这些活动可以倍数地增进你们挚爱地球的内在之光的质量.

所以，你能够为地球做最深沉的改变 就从自己开始. 你或许觉得只有你的双脚接触到地球，然而 是你的心与地球之心接触，地球之心则与大我之心，太一造物

者接触. 因此，如果你的心智充满着光，你对地球的和谐回应也将充满着光.地球上所有的人也会感觉到你带来的光.

关切气候，大灾难，或其他地球事件是一种对于大宇宙的关切，就如同你对于小宇宙，自我，会十分关心. 你平常如何照顾自己身体的细胞，你可以比照办理 用于照顾这个星球. 确实，没有一个密度不被 爱的诚实宣告、信心、与无条件的支持所感动. 我们不要求把这件事视为义务，而是在你相信的事物中找到肯定，并且常常重复它们. 或者只是简单地告诉地球、树木、花朵、植物; 在心里说 或大声地说 "我爱你". 享受阳光，享受雨水，对它说: "你带给我喜悦"，如此，你就协助一个第二密度的实体极化朝向个人性(personhood).

愿你们每位走在土地上时 知道它就是圣地. 愿你们的心与一切万有 共同韵律地跳动着. 愿你们感觉并允许自己成为无限造物的一部分. 愿你们在每日静默冥想中寻求万有-意识.

最后，我们要求你使用辨别力去聆听任何话语，特别是我们说的话，因为我们有我们的意见，但我们不是永远正确的.

我们感谢你们的呼求，感谢 H 提供这个有趣的问题，允许我们有机会平衡一些人的恐慌. 不要怕，地球自身会做一切必要的事情 以调整到新的振动，继续兴旺与成长. 愿你们爱地球，如同她爱你们一样. 愿你们彼此相爱，愿你们爱护自己的身体.

我们觉得还有更多东西可以讲，然而器皿说我们今晚已经讲太久了，我们尊重这个器皿对于地方性时间的感觉，因为我们在过去总是错误地衡量你们的时间; 请

原谅我们.

[译注: 后面问答的部分省略...主要是关于通灵练习的讨论，意者请参阅 L/L 网站，1998_0814.htm]

我们是你们所知的 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位，Adonai，我的朋友们，Adonai.

Digested & translated by c.T，2005/8/3.

☆ 第 0116 章集：个体性与造物者

公元 1989 年一月 29 日

小组问题: 我们的生活中是否有个体性? 有什么外界力量在导引或影响着我们? –例如 星象学，前世的命定?

(Carla 传讯)
我是 Latwii，我在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意.

一如往常，我们要求我们说的话不被视为权威，每位读者自行辨别其中的真理.

因为我们要说的不必然是你的真理. 我们是在同一条道路上旅行的兄弟姊妹. 我们分享一些意见. 因此我们要求你不要把我们视为毫无错误的实体.

你们想要知道你是谁，哪部分是你自己，哪部分只是外界的影响？答案是矛盾的，你将发现灵性寻求的特质即是矛盾经常会发生. 你们是意识，在意识中包含这个幻象的全体经验系列.

这或许不是你希望听到的答案. 然而，个体自我中最重要的一部分就是造物者自我(Creator Self). 你们同时是意识的个体化单元，又是一切万有.

你们每一个人透过自由意志的行动，朝渴望的目标前进. 所有个体都是由太一伟大的起初爱的思维蹦出来的. 意识的每一个单元都提供造物者其经验，包括偏见的各个极端，或感觉的强度. 容我们说，个人的内部经验表达 越多颜色 越多强度 越多回响，结果就越好. 因为造物者对于所有事物都有兴趣.

无论如何，做为一个爱的造物者，祂有一个偏好，祂创造出一条服务他人之爱的道路 要比操控他人的服务自我途径 来得好走并且愉悦. 因此，你们每一位在这里的基本目的就是选择一条道路. 做出这个选择之后，在接下来的人生 不气馁坚持走下去.

我们建议那些开始走在这条道路的人们，第一步并不是去服务他人，毋宁是知晓并钟爱自我，与自我交通连结. 因为自我对于自己常常批评地最严苛，进而撕裂一个人的自我价值感. 这些负面的声音需要被考量，需要被平衡. 这些声音述说着痛苦，你必须探究这些痛苦 并原谅一切相关的根源.

耶稣说“爱邻人如己”. 一个人必先原谅并爱护自己才能做到这点. 一个不爱自己的人要如何去服务他人呢，因为其他-自我事实上不都等同与自我？所有人都是被钟爱的，因为所有人都是太一无限造物者的兄弟姊妹；祂给于我们许多、许多

的爱. 这位造物者对于我们每一个人的品味都极感兴趣，并且津津有味地品尝每一个人的经验. 为了回报祂，我们无数的兄弟姊妹永远发心 重新进入那不变的觉知-- 爱的意识.

我们的大脑就好比一台生化计算机，它被程序设定接收特定信息. 当我们渴望改变，计算机程序必须被改写. 特别是与关系相关的情况，旧程序必须被丢弃 换上新程式. 这些改变有时是不舒适的. 冥想可以快速地缩短这个过程，因为冥想允许高我运作出一个所谓的超级程序(metaprogram)，它能够影响一个人大脑内的各种程序.

冥想就好比一个人在等待并倾听挚爱的人的声音，会有一种亲密的期待感. 冥想者的渴望就好比站在爱人前面产生的渴望. 这样的态度将打开心房，让更多能量流入. 如果一个实体希望快速向前进与学习，它可以在冥想中达成目标.

我们发现在灵性寻求的旅途上，一个人可以找到的最强韧，最舒适的联盟是伴侣关系. 当一对爱侣设法清除许多琐碎的意见分歧，同意一起工作自我，他们的灵性工作将大大地强化与加速; 因为一个有爱心且真诚的人是面绝佳的镜子，比玻璃做的镜子要好太多，太多.

现在我们移动到影响这个主题. 确实，我的朋友们，你们受到很多影响，而它们大部分的目的是使你分心，忘记你的游戏目的. 正如你们的学校是场游戏，学生们尝试在学期末通过测验. 人生也是如此，生生世世都是游戏，灵魂穿过一次又一次又一次的人生经验，测试哪些偏好经得起许多考验，于是坏习惯逐渐地腐蚀溶化. 你也在不断的选择中逐渐接近爱: 对于自身的爱，对于造物者的爱，对于所有周遭人的爱，对于所有具有生命的东西的爱.

在这个幻象中，混乱似乎是不可避免的，但很多东西都是短暂的. 让我们来观察造物的一个永恒规则: 自由意志，造物法则(Laws of Creation)中的最高条例. 也就是说，每一个实体都具有完整的自由意识去做选择. 因此鼓励你自己更加地觉知，更加地知晓自我，却不过于专注在自我身上. 一旦自我处于和平状态，实行每日冥想，准备好要服侍的时候，便将双手展开迎接当下.

许多人觉得如果他们不做戏剧化的事，就不算是服务. 事实并非如此，当一个实体在当下问自己“我如何可以服务?”，它已经在做最大程度的服务了. 张开双眼，凝视眼前的东西，在这其中就包含着首先的服务. 通常，它不是新的服务，甚至不会带给自我十分正面的感觉. 这是你的第一个挑战，第一个选择，凝视这样的情况，问问你自己需要怎样重新改写你的程序，输入你的生化计算机好让你可以表达与显化无限造物者的爱与光.

你们每一位的基本服务就是允许自我成为开朗，欢乐，轻快的实体. 这有时是个很大的挑战，特别当你面对一个负面经验，承受许多痛苦的时候; 你是否仍然能正面肯定自我，开朗地看待生命，脸上浮现笑容，双眼闪耀光芒? 如果你觉得要做到这样很困难，我们建议你停止任何关于服务他人的问题，允许它暂时留在待办事项中. 因为你的首先服务是做你自己，你是独一无二的. 你们每一位都是宝石，虽然有时你觉得自己充满瑕疵，然而 每一位都是造物者. 当你看到这点，要在逆境中获致和平，快活，正面态度的困难就会越来越小.

现在我们来谈渴望，不管你现在工作哪部分的经验，要让你的渴望非常清晰并且容易理解，好让你的觉察意识接受，因为你的意愿将会以这种或那种方式回到你身边. 有些时候，一个人没有想清楚就发出一个愿望，它仍然会接收到它渴望的

东西. 我们请求你仔细思量你的渴望，并且定期检查你的渴望，看看是否需要改变你的生化计算机其中的程序. 我们鼓励你们发愿找出一件事情，是你愿意抛下一切去追寻的东西. 但愿那个东西是服务他人，让你尽最佳努力去实践它，同时不要把焦点放在你努力的结果. 因为你的努力或许成功，或许失败，然而那并不重要. 只要你知道你已经尽了最大的努力，结果真的不重要，因为你表达出存有的中心，充满爱的那部份; 事实上，你成为高我的一个管道，你依然是你自己，却更加美丽，更加集中焦点，更有恒心. 你能够将光透过自身照耀出来，于是你是这个世上的一大恩典.

最后我们来探讨命运与星星. 由于器皿告诉我们尽量简短，所以我们简短地谈论这个主题. 你们所称呼的星星是一群闪耀着太一无限造物者爱与光的实体，它们将特定的能量输送到每一个人的能量网络中，影响较精细的身体，可以称为形态-制造者; 所以特定的潜意识感觉与偏好是深层心智地理的一部分.

在任何特定的日子，星象家可以将天体的影响纪录与描绘. 但如果你说这表示一切是命定的，就好比看着美国地图的道路说: 因为这些固定的道路，旅程就是命定的. 一个人可以选择任何他渴望的道路，但每个人在路上发现的东西都不尽相同. 每一个选择确实都是由自由意志产生.

你们每一位都知道你们是很幸运的，或许我们应该说超级幸运，因为你们赚取到在这个时候活在地球上的权利. 有许许多多的灵魂希望在此时降生却还没有机会呢.

这个星球的状态是允许灵魂可以快速地学习，如果该灵魂有决心与毅力的话. 在这艰难的学习过程中，如果你觉得太严肃，觉得不快乐，你可以向后退一步，唱

唱歌，到大自然玩耍，或开怀大笑，或跟随音乐的节奏跳跳舞，或做任何你渴望自由去做的事情. 这个宇宙，以我们所知的最大限度，存在于恒常的喜乐之上，近似于你们所称的性高潮. 这个强度创造了你们的肉体载具，也是开始理解造物者的一个方法.

愿你们在寻求的过程中蒙福，愿你们内在得到慰藉，愿你们在爱与喜悦中彼此服侍. 我们是你们所知的 Latwii. 我是一个 Latwii，然而当我感到困惑时，我会立即请求其他实体的援助，它们也叫做 Latwii，于是我们可以得知关于服务更深的理解. 因此，我是 Latwii，我们是 Latwii.

此时，我们离开这个器皿与小组，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开你们，我们是你们所知的 Latwii 群体，Adonai，我的朋友们，Adonai.

(V)2005，2009 Digested，translated，and adapted by c.T

☆ 第 0117 章集：地球的阵痛期

公元 1991 年 4 月 7 日

小组问题:
在过去一年间，地球振动能量似乎强化许多. 一般而言，许多人经历到紧张，焦虑，以及更密集的经验，我们想知道这跟地球周期性的韵律是否有关联? 在这个密度的尾声，我们似乎正穿越不同层级的振动? 您可否描述这个过程对我们产生的效应?

(Carla 传导讯息)

我们是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意.

我们能够藉由你们的耳朵聆听，你们的眼睛观看，你们的皮肤感觉，这真是一个特许的优待; 让我们生动地想起这个第三密度幻象是如此具有说服力，你们每一位是如此地勇敢去尝试看穿这一切幻象，看入幻象以外的东西.

你们希望我们讲述时代的征兆. 但我们首先要求各位记住我们并不是全知全能的，我们有可能犯错. 请每个聆听这个讯息的实体用自己的判断力决定是否接受我们分享的思想.

其次，虽然我们将讲到一些特定的问题，我们要强调这种问题相对的不重要性.当一个实体能够看穿世俗幻象可衡量的现象之后，它才开始能够获得更为宽广的视野.

[在此前提下，我们讲述今天的主题.]

有几个因素造成你们地球意识明显的改变.

第一: 你们居住其上，活生生的实体，你们称为地球妈妈(Mother Earth)，这个器皿称之为大祖母(Grandmother); 她在环绕太阳系的过程中，目前整个移动到一个从未栖息的空间/时间，这是一般所谓新时代的核心意义.

这个新的空间/时间蕴含更密集的无限光芒 或 造物者之光，这个周期已经开始，因此每一个在地球之上的生命都正回应这股逐渐增加的振动频率，不管它们是否

有意识知晓这个过程.

第二: 光明与黑暗两方面的对比加剧，这是由于每个生命本能地觉察到环境的变迁. 对于许多实体而言，这是希望与光明的火花，因为可使用光的强度增加，使得那些准备好接收这道光的实体们觉得精力充沛，这就好比你们的肉体在充满氧气的环境下会相当高兴.

然而 有一大部分人群不觉得需要去寻求日常生活以外的答案，它们工作，休息，寻求满足与快乐. 这些尚未极化的实体，基本上会无法预期地感到不舒适，其他时候则出乎意料地被这些振动所充能. 因此，有些时候 它是令人不安的影响，有些时候是激励人心的影响.

那些走在负面极化路径上的实体们也欣喜于无限光的强化，如同正面实体一般.

然而它们表达与使用光的方式会展现更多的负面性，换句话说，更加专注于自身的利益，更多的暴力，更贪求权力. 当这个星球移动进入更充满光的密度中，你可以想见 负面与正面双方都可预期地更加极化 与 更加地活跃.

第三: 由于数个一心想要向外征服的国家利用地球能量完成的工作，导致这个星球的电磁振动频率有一些改变，甚至可以被你们的科学仪器测量出来. 这个工作的结果会导致人群焦虑，不确定，偏执狂，以及过度关切小事情. 它的理论基础最早是由特斯拉(Tesla)发现，现在却被用在不道德的用途上，地球妈妈也无法接受这样的事情.

地球原本是个滋养与疗愈的地方，让造物者的儿女们学习与成长的地方. 当她觉

察到这些纯粹的能量被撷取用于 掌控 以及 使人衰弱等目的，慈爱的地球妈妈本能上必须重整自身以避免她的纯粹度被进一步地滥用.

在未来的岁月，上述的因素将越来越显著，在分娩过程的地球妈妈似乎成为一个负面经验的给予者，因为这并不是一个容易的分娩过程. 地球妈妈对此感到很遗憾，然而正如同人类母亲会有的生产阵痛一般，地球此刻正凭借着本能 持续地净化她所疼爱的人类所产生的负面情绪与负面行为. 从最深的观点而言，如果每个人都能释放自己的负面情绪，宣告放弃使用负面力量，这对于地球妈妈的分娩将是最有帮助的一件事了.

在进行第二阶段之前，我们要停顿片刻，好让在座的每一位可以分享我们的喜乐与振动. 我们不希望我们的话语带来任何不安，请你们允许温柔的接触，好让我们以更个人的方式分享无限太一的爱与光，我们是你们所知的 Q'uo 原则.
(停顿)

我是 Q'uo，我们必须说要返回语言的狭窄通道是困难的，刚才与每一位寻求者歇息片刻是个很大的优惠. 我们再次于爱与光中 向你们致意.

有许多人希望做好事，分享爱. 因此我们敦促你们每一位更加地监督自我，不只在行为或思想方面，还包括基本的意图 与 内在自我的希望.

第三密度幻象被创造的目的之一是将痛苦，苦难，以及其他负面扭曲的冲击 最大程度的放大. 这个幻象不能主宰你们的地球，除非人类转头背对那些朝向美丽，良善的心意. 当人们不能使希望之光持续闪耀，负面性的基本振动就被允许进入地球内部，为了医治这些能量，地球妈妈会发烧，这是治疗疾病过程的一般

症状.

人类的无望与无助感就如同病毒一般，导致地球妈妈感染流行性感冒.

大部分的人类并未觉察是他们导致地球发烧与疼痛. 你们当中有许多正面导向的实体将焦点集中在地球表面的物理伤害; 然而，那只是非常轻微的伤害，虽然对于地表上的居民而言，看起来是相当严重的; 若与那些失去希望，失去爱心的人群造成的伤害相比，地表上的有形伤害真的算是轻微的.

根本而言，我们敦促每一位关心地球的人类思量自己的个人力量，那绝不是软弱的，每个人都有权利取得巨大的力量，可以造福人群 或 带来灾难.

当所有好人咬牙切齿地审判那些不爱惜美丽大自然的人群，形而上而言，这些好人正在伤害地球 因为他们丧失对于地球自我疗愈的希望. 许多正面实体不明了这个幻象就只是个幻象，只是个幻象. 幻象会持续地制造各种可能的催化剂. 幻象本身并不在困难之中，但它会映射正面实体们的绝望 与 无力感，比起所有那些迟钝的人群对于环境行使的下流肮脏举动，将对地球造成更大的伤害.

最后我们再次呼吁每一个正面实体领悟到环境污染对于地球妈妈而言，并不是那么严重的疾病; 更严重的是许多正面实体逐渐丧失信心，无法相信一切都是好的，一切都将是好的. 并不是对于这个幻象的信心，而是信赖不朽意识的场域，信赖地球不朽灵魂的无条件与创造性的爱.

不去污染地球的山林河川当然是好的，但你来到这个幻象，你也将离开这个幻象.

在幻象之外，你与地球的理则(Logos)之间有一个信实、关爱、充满希望的关系.

如果你在尝试医疗物理地球的过程中有审判的心意，那么这个审判带来的伤害将大于 你尝试以审判的方式教导爱护地球所带来的帮助.

我是 Q'uo，我们藉此机会感谢在场的每一位，谢谢你们邀请我们加入你们的寻求. 我们全心感谢你们，透过你们的邀请，我们才能以更觉知的方式与你们一同行走在寻求的旅途上，并学习服务之道，让造物者透过你们向我们说话，这对我们而言 是无价之宝.

我们在此刻离开你们，再次感谢各位，在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

我们是你所知的 Q'uo.Adonai，我的朋友们，Adonai.

[注: 本文为摘译，关于完整原文，请参阅 L/L 网站 www.llresearch.org ，1991_0407.htm]

Edited & translated by curious Terry.

☆ 第 0118 章集：冥想之路

五月 25 日，1974 年

Copyright © 2005 L/L Research

(Carla 传讯)

你好，我的朋友们，我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中 向你们致意.

我们想要说一些关于物理幻象本质的东西. 你们每一个都觉察到在此生有一些特定的功课要学习. 我的朋友们，如果你在这辈子遭逢一系列相同类型的困难，那么你几乎可以肯定那是你的一个(重要)功课. 你可以了解，你无法避免这些功课，你要学会它们.

在遭遇这样的功课，你会发现经常阻挡你获得真正理解的竟是你自己的思考.

你有意识的思考过程相当有能力执行自我毁灭，也就是说它常会协助你避免掉一些你真的想学的功课. 因此，当你碰到一个人生课题，我们建议你暂时地搁置你的头脑分析过程. 然后，你可以有更清晰的想法，准备好学习你要学的功课，而不是避免它.

我们知道要全天候处于冥想状态是很困难的一件事，因为我们也曾经在你的位置. 所以我们敦促你们仰赖某种正式的冥想，然后尝试保持在半-冥想状态; 我们的意思是达成一种专注状态，好让你的毁灭性脉冲不会到处乱窜，完全地阻塞你的心智，从而阻挡你学习此生要学习的功课.

此时，我们将尝试联系被知晓为 Don 的器皿.

(Don 传讯)
我是 Hatonn，我刚才说到你们在这个物理幻象中所持的态度. 你们对经验的反应几乎都是基于你对于目前幻象的智性理解. 这样的理解是完全虚假的. 有必要建构一个完全新的理解基础. 这个新的基础可以与真理沟通，唯有透过冥想方能建构这个基础.

冥想过程可以提供答案给你所有的问题. 我的朋友，你在此时有许多的问题，但是，当你透过冥想使自我接触到真理 你的问题将会失去其意义. 因为你将发现你所寻求的答案不再有意义. 你将会建构一个全新的思考系统，全新的觉知，全新的理解.

不要依照一般公认的反应去经验这个幻象，透过冥想 让你自己接触真理，然后你将理解来到你身边的每一个经验.

此时，是否有任何问题?

发问者: 当你脱离这个幻象，你会立刻知道吗?

是的.

发问者: (太小声，听不见. 可能是问耶稣如何以冥想寻求真理.)

是的，我将继续. 你们知晓的大师级老师，耶稣，能够透过冥想觉察真理.

他对于经验的反应引起(当时)许多人的关切. 他们不理解他对于这个幻象的反应，因为他的反应是基于对真理的理解. 这个理解允许他直接担任这个造物的特使.依循造物者的法则行动，他得以实现许多接触者的渴望.

他对于世上经验的反应目前只有部分被人类知晓，但这些已经足够做为一个范例. 他的反应是爱，不管是什么样的经验，都以爱回应. 这种爱跟你们一般人表现的

爱并不相同，许多人不理解这种爱，因此，这个人被许多人憎恨 但被更多、更多人钟爱. 他表现爱的本质十分纯粹，跟你们人群表达的情感方面的爱不同. 它是一种单纯的展现，对于人类同胞实现渴望的完全关切. 耶稣尝试实践他们真正的渴望. 而他尝试服务的人群大部分无法理解他要服务的 是他们真正的渴望.

我的朋友，这些渴望是单纯的 即是灵性的成长. 因此，很少人理解他的服务 除了那些直接在肉体上得到帮助的实体们.

他考量一个人的灵性成长比他肉体的福祉要重要得多. 为此，他的作为有时候似乎与人们对于爱的理解有所分歧.

冥想去除这些虚假的幻象，花时间在冥想上 并觉察实相. 真正需要理解只有几个简单的概念，我们以前说过很多次了: 去除个人的小我(ego)，除了服务别无其他渴望. 如果这点能完全地被理解与实现，你所服务的幻象将立即地溶解; 然后你将直接地在造物者的光中服务. 这是起初的造物; 每一部份服务所有其他部分，不要求任何东西，不期待任何东西，于是接受到一切事物.

你们许多大师已经以许多方式说过这些，然后地球人类仍然难以理解.

我的朋友们，透过冥想 你现在听的话语将变得有意义，你再也不会有疑问.

透过冥想 打开你的心智与心轮，当你觉察到这个简单的概念 你将不再会有更多的问题. 你将不再质疑你同伴的动机，不再害怕人类同胞的作为. 你将单纯地

投射造物者的爱到所有造物的部份，因为你将是所有的这些部份; 你将觉察到你

与所有这些部份的合一.

你将不被理解，但没有关系，因为你会去理解.
你将不被喜爱，但没有关系，因为你会去爱.
你的灵性将与所有你的经验和谐相处.

我是 Hatonn，我在此时离开这个器皿. 能够向你们传达这个理解是个大恩典.
我的朋友，你们寻求，我们指导. 我们指导一个简单的接受法门.Adonai，Adonai vasu.

-- Digested & translated by c.T.

☆ 第 0119 章集：成为光的通道

1975 年 12 月 28 日
Copyright © 2004 L/L Research

(译注: 由于译者的健忘症 >_< 本篇文章跟先前的 "岁末平安讯息"，竟然采用同样日期的原稿#$%@; 所以有不少重复的部分，本来想整合成一篇，但后来想说可以让读者比较不同时期翻译上的差别..其实是偷懒啦..不便之处尚请各位读者海涵.)

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，很荣幸能在这个聚会中对你们说话. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我是服务无限造物者的星际联邦的一员.

我穿过数不尽的银河，通过一个无次元的大门，进入你们所谓的实相，进入你们存在的这个宇宙. 我的弟兄与我来此的原因是你们曾呼叫我们.

因为在这个宇宙中，那些想要知道实相的实体发出的呼喊传了出去.

而总是会有那些倾听的实体们，在这个无限的宇宙中，没有一个呼喊会被忽略.

我们可以告诉你一条道路，另一条道路: 所有途径皆为一.

我们全体都是兄弟，在无限的造物中 所有生命在每个层级全都是兄弟(姊妹).

在这个傍晚，我有几个不同的题目可以讲，但我首先渴望跟你们讲述爱.

我们知道你们每个人可望寻求智慧，寻求灵性事物. 然而，请允许这个知识的寻找 从你内在的经验中 开始 与 结束.

你不是在寻求一个替代品，一个不同的实相. 你是第一次寻求知晓你自己的实相.

即使在此刻，你正居住在实相中. 经文上写的是真理: 天堂就在你的四周. 天国在你里内，在你周围. 你的经验即包含你所寻求的国度.

你是一个通道，透过你 造物者得以表达祂自己.

造物者是爱，祂的表达是爱.

当你看到某个东西，从你外在的眼睛观看 他可能只是一块普通的 甚至令人讨厌的石头. 一块不起眼、有着奇怪颜色的大石头. 然然从内在之眼、爱的眼睛观看，这个石头将是大师可以雕琢的素材 它可以成为美丽的雕像，拥有美丽的线条与着色.人们也是这样 既是素材 又具有完美的可能性.

是造物者促使这些可能性显现在这个物理世界中.

你不能做到-- 当然不能. 你只能对造物者说 "请为我活出这个片刻. 允许我的双眼闪耀着你的光辉."

对于外在之眼而言 这是一个十分黑暗的世界. 黑暗笼罩着你，但黑暗之中有亮光. 如果你愿意允许它照耀，它绝不能被否认. 这道光或许不能照亮所有的黑暗，但你所在的地方将会有亮光.

想象你的双眼如同窗户，你确定地将阴暗窗帘掀起 光线就会照耀进来.

这个窗帘是由偏见、审判、小心眼 以及 各种负面性所组成.

你的人格是为了让你能够工作这些事物，一次又一次地，你将发现自己将窗帘拉下. 现在这个片刻是最重要的，如果你曾经犯错，只要在此刻选择释放那个错误，让窗帘上升，让光线照进来. 过去发生的事情就完全了结了.

我将离开这个器皿，我是 Hatonn.

(H 传讯)

我是 Hatonn，再一次，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我的朋友，从时间开始之前，你选择踏上一个旅程，穿越数不尽的次元 你仍将继续地旅行.

你旅程的目的是去学习并发展你做为造物者的能力.

你藉由你的思想创造. 所以要觉察你的造物对于整个造物的影响.

我们建议你遵循造物者 爱的法则来经验生活.

你的旅程是无限的，一个无限的圆，如果适当地使用经验，你将不会重复旅程，不断地朝宇宙的太一性前进.

对于你真实的身分而言，时间是个外来陌生的概念.

在旅程中，你有时会感觉自己没有进展，你对于开悟过度地焦虑.

所有这些感觉与情感都是时间内的概念.

我的朋友，在适当的"时间" 你将会理解我们每一个人早已 开始 与 完成 他(她)的旅程. 我们哪儿也没去，我们什么也没做;

然而 我们已经去过所有地方，我们已经完成所有事情; 然而 没有任何时间流走.

无须关切你的进展，你的灵性进展是自然的 如同你身体的呼吸一样自然.

表面看起来 有些人比其他人进展得更快. 然而 一旦你到达彼岸，你将真正地觉察到无限造物者的爱与光存在于所有生命.

不要分别造物的任何部分.

不要将你自己置于任何生命之上 或 之下.

我们一起旅行，我们将共同领悟我们曾到过的地方 以及 我们曾完成的事情.无须关切时间的因素，只要觉察你拥有的渴望 即保持敞开 接受造物者的爱与知识就已足够.

我的朋友，没有别的事物，在这个宇宙之中 再没有别的事物是值得渴望的，只要渴望爱，因为它即是一切.

我将再次转移这个通讯，我是 Hatonn.

(Carla 传讯)

我再次与这个器皿同在.

我想要你们全体跟着我 来到一片田野，空气中瀰漫花朵的香气.

现在全身放松，将你的双脚站在这片柔软，有弹性的绿色草地上.

感觉温暖的阳光照耀在你身上、你的双肩、你的头上.

倾听造物的音乐. 感觉你此生的爱与光.

我们希望你冥想，不管我们说过多少次，都不嫌多.

冥想与倾听，光将会淹没你内在的双眼，以许多、许多的方式碰触你.

在我离开之际，我的弟兄 Laitos 将穿过你们，他将给予你们他的能量与调节的振动. 你只要静静地坐着 保持敞开.

我的弟兄姊妹，我在爱与永恒的光中离开你们. 我是被知晓为 Hatonn 的一员.Adonai vasu borragus.

-- Digested & translated by curious Terry @ 2006
(中场休息)
Hi！唠叨的 Terry 又来了.
目前翻译 L/L 研究机构的爱/光图书馆的部份已经到此告一段落.

接下来有五篇文章并不是来自 L/L 研究机构，纯粹是译者个人觉得合乎爱与光的原则，故收录在网站中. 有两篇是关于鲁道夫.斯坦纳与人智学的入门文章. 另两

篇是凯西(Cayce)档案，都跟耶稣-基督有关. 最后一篇是金恩博士的演讲. 其实在一的法则都有提到他们，所以跟主题还是有点相关. ^_^

狺..还忘了提网站上的流浪者手册--第一章，这是本很棒的书，但由于偶考虑请朋友帮忙，出版单行本，所以目前没有收录.Anyway，希望你们也会喜欢接下来的文章.

☆ **第 0120 章集：介绍-- 鲁道夫.斯坦纳**

一代伟人-- 鲁道夫.斯坦纳 (Rudolf Steiner，拍摄于 1908)

新世纪的使者

历史上，偶踌会出现一种天才，只能以全方位形容之. 李奥纳多.达文西(Leonardo da Vinci)就是这样的天才; 他是画家，雕刻家，建筑师，解剖学家，植物学家，地理学家，天文学家，数学家，发明者，作家与哲学家. 在 18 世纪，出现一位近似杰出的人物，他是哥德(Goethe): 伟大的诗人，科学家，与哲学家.

从 1861 到 1925 年，有个人物 他的成就甚至比达文西或哥德更加伟大，在他的心智内 似乎居住着没有边界的大地及宇宙的智慧，他是鲁道夫.斯坦纳(Rudolf Steiner).

在英国，他的名字通常与教育连结在一起，包括一般与特殊教育. 偶踌，在农业，医学，文学，与艺术等领域也会提到他. 然而，只有很少人听过这个名字，对于他作品的重要意义只有模糊的印象. 即使如此，在过去一百年间，甚少有人

能具备像鲁道夫.斯坦纳那样广泛的天赋.

无论如何，他并没有被完全地忽视.

在大英百科全书中，几乎有一整个专栏是献给他，但很少提到他创立的人智学(Anthroposophy).

纳粹集团认为他的书具有足够的重要性，因此禁止它们的出版，并且取缔任何基于鲁道夫理念成立的学校.
(译注:希特勒在周围谋士的建言下，曾下令在柏林车站设陷阱 谋杀鲁道夫.斯坦纳，所幸他躲过一劫. 据说，鲁道夫.斯坦纳能够预先洞悉纳粹集团的每一个阴谋.)

无论如何，一些声名卓著的人士认可鲁道夫.斯坦纳的伟大，兹引用他们的话语如下:已故的 Russell Davenport 先生，财富(Fortune)杂志的前任编辑，大概没有人会说这种人是不食人间烟火吧，他曾说 "学术圈设法将斯坦纳的著作归类为无关轻重，不值一提的东西，这真是二十世纪的一大奇景. 任何一个怀着开放心胸的人，只要仔细阅读他的作品[少说有 100 本吧]，就会发现他看到了人类有史以来最伟大的思想家之一. 他的神秘程度并不多于爱因斯坦. 他是个科学家，毋宁说是一个敢于探索生命奥秘的科学家."

伟大的医者，史怀哲先生，如是说 "我与鲁道夫.斯坦纳会面后，他的思想总是盘旋在我脑海中，我觉察到他的重要意义... 我们两人都感到有义务引领人类再度走向真正的内在文化. 我为他的成就欢欣鼓舞，他深奥的人道精神将影响这个世界!" (Lambarene，November 1960.)

鲁道夫.斯坦纳的作品数量用著作等身已经不足以形容，以德国目前出版的作品集(他是奥地利人)而言，就有将近 350 本. 已经销售百万册以上.

在翻译方面，几乎所有欧洲语言都有对应的版本，还包括希伯来语，日本语，印度语，土耳其语.

我认为鲁道夫.斯坦纳必定将在历史上有一席之地，因此容我简单介绍他的一生:

自传--精简版

鲁道夫.斯坦纳 1861 年 出生于当时的奥匈帝国，以现在来说 则是克罗埃西亚共和国(Croatia). 他死于瑞士，Dornach ， 1925 年.

在他的童年，他就察觉到有个超越五官的世界，跟物理世界同样的真实. 他觉得很孤单，因为他的同伴没有一个提到这个'另外的世界'.

在大学期间，他研读各种科学课程 (数学，化学，物理，动物/植物学，矿物学，地质学)，同时也自修古典文学，他对于文学与艺术也很有兴趣. 他的博士论文标题是 "真理与科学"，随后取得哲学博士的学位.

在 23 岁，他被要求参与编辑一本探讨哥德科学作品的杂志，他很快成为这方面的权威，他认为哥德对于这个世界的灵性观点与他自己的十分相似.

他对于这个世界一面倒地信仰物质主义感到忧心，他深信有需要让人们了解灵性

的议题，他认为这是人类未来福祉的基石.

1900 年，鲁道夫.斯坦纳博士已经在世界上奠定一定的声名，他将近 40 岁，他认为已经是时候公开地向大众演说一些祕传的知识.

他的第一个机会是向一群神智学者演说，他觉得神智学(Theosophy)与他的观点有许多共鸣之处. 然而，他并不完全同意神智学的思维，特别是他们相信基督会再度降生于一个年轻印度男孩的身上.
(译注: 后来他们选中了克里辛纳穆提--Krishnamurti--为基督再临的人选)

有一群人注意到演说者的重要性，于是决定发起一个新的学会，邀请他做该学会的老师. 于是人智学会(the Anthroposophical Society)在 1913 年诞生.

[值得一提的是，这个学会对所有人开放，不管你是什么教派 或什么肤色都可以参加. 它不要求你为任何学说背书，它的统一原则是努力寻求宇宙与人类灵性的知识.]

之后，他广泛地四处演讲，特别是四福音以及基督脉冲(Christ impulse)的重要性. 他只从他自己的灵性探索与知识出发，没有特定的宗教观点.

(译注: 鲁道夫.斯坦纳一直是个严谨的科学家，他曾经公开批判教会的许多作为，然而在一次神视中，他亲身体验耶稣基督在各各他受难的实况，从此完全改变他对基督信仰的观点.)

如果我们考量一个人的知识与创造力的极限，对照鲁道夫.斯坦纳一生的成就，真

是令人无法相信，一个人怎能成就这么多东西，然而 无可置疑的证据比比皆是.

它存在于广泛的著作中，他的书籍与演讲.
它存在于教育界，农业，医学，艺术领域中.
它存在于哥德美术馆(Goetheanum)，以及人智学学会中.
最后，它存在于人们的心灵与头脑中.

以下是作者从一个医生朋友听到的真实故事:

这位医生参加一场斯坦纳博士的演讲，他心里想获得一个特别治疗的建议，但又担心影响斯坦纳博士忙碌的行程，因此保持沉默. 演讲会后，斯坦纳博士主动靠近他，伸出手向他致意，并说 "如果我能以任何方式帮助你，请让我知道."这只是许多这类事件的一个例子.

对于任何人而言，做一个称职的老师已经是十分足够的志业了，但鲁道夫.斯坦纳同时还是创意非凡的艺术家，他将人智学搬上舞台，每年在瑞士公演; 同时还涉足雕刻与建筑学，他也是和谐律动(Eurythmy)，一个新艺术运动，的发起人.

当华踈道夫(Waldorf)学校于司图加特(Stuttgart，位于德国)成立时，为了实践他的教育理念，他亲自指派种子教师，一路指引他们的工作，他认识学校中的每一个小孩.

使命

这种种的成就诚然令人印象深刻，但我们仍然需要澄清一点，鲁道夫.斯坦纳的本

质是什么？他的灵感来源是什么？或者说，他的使命是什么？

我们想到圣经的一句话："一个在旷野呼喊的声音；准备上主的道路．悔改，因为天国将近."

今日世界被各种问题困绕，社会秩序快速地恶化，各种危机充斥在人类社会中.这种说法已经是老生常谈了．如果说鲁道夫.斯坦纳拥有这些问题的解答，似乎过于专断．或许我们可以说鲁道夫.斯坦纳拥有解决问题的建议书，但人们需要有意愿去尝试.

鲁道夫.斯坦纳在二十世纪之初就了解自然科学的单方面发展将导致人类的堕落，必须有其他影响力将倾斜的局势平衡回来.

许多有识之士也有相似的看法，但一般的改革者 他们的观点与人智学有何不同呢？传统上的改革者认为民主，普世教育，社会计划，回归过去的道德价值可以带来救赎，或许甚至期望神圣力量的介入.

斯坦纳博士要求一个新的方式，具体地说，他认为将天国，灵性国度，的知识公开于世的时机成熟了．在过去，人们必须参加某个教派，接受导师的启蒙，才能接触到这些知识．现在个人凭借一己的努力即可获得.

因此，现代的悔改并不是搥胸顿足，感觉后悔遗憾；而是改变自己的态度.

当我们说斯坦纳博士拥有解决世界问题的答案，我们并不是说他有医治世界疾病的快速药方．恰好相反，他呼求的是人类升高自身的觉知，并持续地努力．他给

予我们灵性的知识，并要求我们有相应的灵性活动.

许多社会学家，经济学家认为唯有物质-经济力决定人类的发展，灵性只是一种观念上的想象架构; 斯坦纳博士个人经验了灵性国度，他觉得很难苟同这些学者的看法.

他确信解决世界问题的答案并不能在经济或政治领域中找到.

宗教或灵性知识在过去就是灵感的来源，到今日亦如此，虽然我们必须以一种不同的方式来获取知识.

斯坦纳博士透过自然科学的思考方式，带领人们进入灵性的世界.

这就是鲁道夫.斯坦纳博士的原动力与使命: 探究灵性世界，并将灵性的知识带到俗世可以理解的层次; 以科学的解释方式辨证宗教的主张; 创造一道横亘于物理与灵性世界之间的桥梁. 他要给予这个世界的东西，他统称为人智学.

---the End --- 作者: Roy Wilkinson (英国人)

Digested & translated by curious Terry.

参考来源

http://www.anthroposophy.org.uk/

Rudolf Steiner. An Introduction to his Spiritual World-View，Anthroposophy.

? Roy Wilkinson 1998

The Spear of Destiny ， by Trevor Ravenscroft. Publisher: Weiser Books.

(命运之矛，一的法则传讯者 Carla 推荐阅读.)

人智学与灵性知识 鲁道夫系列之一

什么是人智学？我们无法简单地回答这个问题，如果我们有个德国字汇--世界观(Weltanschauung)，或许可以如此形容之.

或许我们可以说它不是什么，藉此驱除一些假象：它不是一个系统，也不是一系列的理论，不是一个教派，学说或教条．它涵盖的范围太广泛了.根据学者的意见，Anthropos 这个字汇的意思是人类，sophia 的意思是智慧或知识.

同时，anthropos 的语源有些重要性，它的原意是'转向向上'，因此一个 anthropos 表示一个人向上看，看入高处．所以我们可以说人智学(Anthroposophy)是'人类的智慧或知识，考量他/她的生命源头在于高处'．也可以说是同时包括物理人类与灵性的知识.

鲁道夫.斯坦纳将这个词汇与灵性科学视为同义字．为什么他要用人(anthropos)这个字？我们可以说灵性科学是神圣智慧 [Theos 的意思是神，有另一门学问称为神智学--Theosophy]．然而，人类即是神圣造物的一部分．鲁道夫.斯坦纳说"人类是世界谜题的解答."

一般而言，人类到了 12 岁左右会开始思考自身与世界的问题："我是谁？我是什么？生命是怎么一回事?" 当人类长大以后 越来越忙于日常的琐事，童年的问题可能退隐到背景之中．但对于真理的探求是永恒的旅程，有史以来，人类不时会问这些问题：宇宙有上帝吗？生命有意义吗？进入棺材以后 生命还会延续吗?肉

身死后会发生什么事? 人类的起源从哪里开始? 可见的世界背后隐藏了什么东西?

这个充满智慧的大自然是个美妙的世界，然而单凭感官世界的知识是无法完全解答存在的谜题，人类内心深处知道灵魂需要灵性的知识.

这个灵性知识或许比过往更加迫切地需要被知晓，以平衡目前盛行的物质主义思维. 一个健康的内在活动能够中和 外部世界使人筋疲力尽的效应.

人智学提供许多的观点，举例来说，考量人类与世界的关系，我们可以说一个人有四方面的特质:

矿物王国-- 人类的肉体由矿物质，及其他物质组成.
植物王国-- 共通点是生长的能力.
动物王国-- 共通点是感觉与感情的能力.

最后人类因自我意识产生个体性，使他能够凌驾与其他三个王国之上，并且有能力进一步提升.

一个个体是永恒的.

个别的实体从这辈子到下辈子不断进展着，在死亡与重生之间，他进入一些领域以获取下辈子所需的能力. 他遇见较高的权能，天使阶层，圣经中提到的名称如撒拉弗(Seraphim)，基路伯(Cherubim)，大能天使(Powers)，与 掌权天使(Principalities).

除了告诉我们生死的奥秘，人智学还解释世界与人类的进化. 人类原本以灵魂型态存在，然后承担物理外貌 与地球进化并行. 现有的进化理论因而有了新的意义.

在古老的时代，人类与众神同行 一起交谈. 后来他们丧失这个能力，取而代之的是思考的能力. 历史因而展现新的光芒，并让我们更接近找到人类谜题的答案.

不仅如此，人智学还提供许多线索，让我们理解 人类堕落(the Fall)的奥秘，基督的使命，邪恶的问题，地球与宇宙星系的关系，还有上千种的知识.

人智学不仅是一门学问，它还是转变的要素，光是知道事实是不够的，人类可以藉此发展他灵性的感官. 因此除了阅读之外，冥想与消化是必须的.

在古老的世界，思想被认为是来自灵性世界的东西. 直到希腊时代，哲学的开端，人类才开始认为思想升起于他自己的心智中. 从这里，我们看到思考与灵性实境的一个连结. 在这个时代，思考主要的导向是物质世界，如果我们将思想的边界加以延伸，人类将有可能再度感知到灵性世界，这一次以更清醒的方式进行.

实际应用

人智学的另一个特色: 它是一门实用的科学，或许我们应该说它可以实际应用到日常生活中乍看之下，灵性议题，跟永恒关联的问题怎么会实用呢?

然而，我们应该记得所有活动都是从灵性的脉冲引导出来的. 首先，灵性领袖接收到灵感，随着时间的演进，灵感变成了传统. 这个原则到现在仍然适用，套句

林肯的名言 "如果我们更知道我们从哪里来，知道我们要往哪里去; 我们会更加知道要做什么，与如何去做."

人智学的思想带动了一个新的教育运动(例如，华踈道夫学校)，然而这些学校却没有教导人智学，它成为课堂上老师授课的背景. 在其他新萌芽的运动，情况也是如此.

对于刚造访人智学建筑物或鲁道夫中心的初学者而言，他们可能会发现很多喜欢的东西，同时也会看到一些很奇怪的东西. 当人们碰到崭新的观念，这是很自然的反应. 我们建议初学者多花一点时间去消化这些新东西.

关于斯坦纳博士的书籍，.我们曾指出许多书本包含在特殊情况下发表的演说，因此并不是每一本书都适合初学者. 这就好比一个小学生拿起微积分课本，看了几秒就把书本放下，但他无法理解这本书 并不意味着书本内容是无用的.

斯坦纳博士所说的东西 大部分可以用一般常识与智能去理解. 并不需要一开始就相信它，你可以视为经验的测试. 这些观念有作用吗? 是否能解决我们心中的问题，满足我们内在的需求? 再者，我们可以在许多领域看到人智学应用的结果:

在学校中，在花园中，在医学界中，答案是肯定的.

给读者本人

如果你从上一篇文章读到这里，你已经学到一些关于鲁道夫与人智学的东西，我们假设这些观念吸引你，并且你想要更深入地钻研.

人智学的并不是一门抽象的科学，而是一个可以'活'用的东西.

如果你读到一些觉得奇怪的资料，先不要立刻接受或否决，你可以问自己：这个东西有道理吗？它是否帮助我理解我所居住的世界？

在研读的过程中，你可能会领悟到睡眠并不只是空白的阶段，而是给予我们一个机会去会面更高的存有. 也许有一天，你会感觉可以把白天的经验带入灵性世界，让它们可以被转变，被审视. 如此，在醒来之后 你会感觉意气昂扬，并有力量持守最高的理想.

在这方面的进阶研读，你可以阅读更高世界的知识(Knowledge of the HigherWorlds)，或神秘学与通神学(Occult Science and Theosophy)的相关章节.

如果你拥有哲学家的心智，你或许会想探究自由哲学或灵性活动的哲学(The Philosophy of Freedom or The Philosophy of Spiritual Activity).

在灵性科学的大门前(At the Gates of Spiritual Science)是本相当直接的书，并且触及许多基本的观念.

鲁道夫.斯坦纳的作品并不容易阅读，它们写作的方式彷佛要让阅读本身即是一种灵性的练习. 因此即使你觉得其他人写的介绍有帮助，阅读鲁道夫本人的作品仍是十分必要的.

Rudolf Steiner. An Introduction to his Spiritual World-View，Anthroposophy.

? Roy Wilkinson 1998

Digested & translated to Chinese by curious Terry. (c)2005

☆ 第 0121 章集：凯西档案: 约翰谈耶稣基督

---附解读 5749-4

--本文由云思腾编译，特此感谢 -- 2006/5/16 --

在凯西的所有解读资料中，这个解读是最明确的说明我们每个人均可以直接与基督接触。这个解读报告是在一个夏天的下午给予已经经历六年“探索上帝”的学习小组(成员)。其中有三个人带来了他们的每日的经历和问题，希望得到源头(the Source) 的指点。他们想知道是否可以真的与基督交流。

这个解读的开始就显示出其不同与其它解读的地方。因为超过 99%的解读，都是凯西的自我超意识在提供讯息---或是提取某人的阿卡西(Akashic)记录，或是直接在某人的潜意识中找到有过资料。但这个解读 5749-4 看上去很奇异，因为凯西是乎只是一个讯息管道---有灵界个体透过凯西提供信息。在这个解读中，灵性个体是圣徒约翰。约翰三次特别地提及自己。但我们仍然不清楚，有多少比例的讯息是由约翰给出的，多少由凯西的超我给出的。

但并不是圣徒约翰的来到使这个解读变得特别，而是这个解读所提出的肯定的答案：任何人，任何人，只要你诚心愿望---以行动证明---均可以与基督直接联络。

基督在那里？怎么找到他？这个解读直接地回答了这个问题。自然地，我们的物理显意识想到的是有空间、时间的坐标的地点，我们可以前往参拜。但他不在地球层面上。然而凯西建议道，如果我们仍然想在某个地方直接与他联系，就要理解他做为“一个个体”，在我们的内心，可以透过调谐去意识其存在。

调谐是与基督个人接触的基本要求。基督意识是一种宇宙意识，存在于一个灵魂当中。也是一个生活在两千年前的一个杰出个体的意识---他仍活生生地存在着，活动在灵性世界里。

如何与他接触？改变振动频率，使我们到达一种整体合一状态---一种我们感觉到自我的意志、愿望、能力均指向同一方向。许多人曾有过这样的经历，感觉到与非视世界本能地连接的瞬间或阶段。用圣经记录的语言就是，先知摩西在旷野中举起了蛇---我们的生命之气。

调谐的理论是许多凯西解读概念的中心，包括祈祷、冥想、治疗。调谐要求身体、心智、意志的参与---将所有的这些参数和谐与灵。也许与基督交流仅是一个心理事件，但解读说这要求身体的每一个原子的调谐。

在心理世界，有两个关键点：第一是信心。确信透过自己的潜力，可以也将会与基督交流。第二点是放弃害怕。我们从看到基督在说“不要害怕，是我”。我们的显意识也(从)在想，我们没有害怕。可是在内心深处，确实是这一心理障碍让我们躲避---正如伊甸园中藏起来的亚当，因为发现自己的丑恶而害怕。而正是害怕让我们无法调谐。

还有一个要点需要提及，就是意志的使用。凯西指出了这个经常为人们忽略的元

素。如果我们想要与基督的直接联系，我们必须积极地将“我们的意志合一于他的意志”。在生活中反映这样理念的就是用我们的行为说出我们的信心和信仰，“所有事情均可能发生。”

在我们内心深处，我们都明了这意味着什么。但我们的一部分抗拒着。尽管我们不承认我们知道要求是什么。但我们仍可感觉到与这些事情有关：从心中于人为善、花时间倾听诉说等等与他人有关的事件上。而不是整天被淹没在自己的时间表里。解读指出了爱的行为的实现与将基督之灵置于首位的互为因果，而这是我们每个人都可以伸手可及的。

第 1 辑 20、凯西解读 5749-4[中英对照]

这个灵异解读由凯西在他的维吉妮亚海滨市家中，于 1933 年 8 月 6 日给出。解读要求由在场人士提出。

出席：
爱德加?凯西(Edgar Cayce)；格秋(Gertrude Cayce)，导读人；戴维斯(Gladys Davis)，速记员；Minnie and C. A. Barrett，Esther Wynne，Florence and Edith Edmonds，Frances Y. Morrow，Mildred Davis，Ruth LeNoir and L. B. Cayce.
内容：
解读时间：4:30--5:00 P. M.

GC: You will have before you the Norfolk Study Group #1，members of which are present in this room，who seek more knowledge of，and that a reading be given on，Jesus the Christ. We would appreciate all knowledge that might be given on

Him at this time，after which you will answer the questions that may be asked by each individual present.

格秋：你将发现这个房间里的瑙福第一学习小组成员，他们在有关耶稣基督的信息。我们十分感谢所有可能给出的关于他的知识。之后，你将回答个人提出的问题。

EC: Yes，we have the group as gathered here; and their work，their desires. We will seek that as may be given at this time.

凯西：是的，我们发现了聚集在此的团队，以及他们的这项工作和渴望。我们将在此刻寻求可以给出的答案。

"I，John，would speak with thee concerning the Lord，the Master，as He walked among men. As given，if all that He did and said were written，I suppose the world would not contain all that may be said."

“我，约翰，愿意讲讲关于主，导师，以及在他行走于人世间的意义。正如经上所说，如果关于他的所为、所言都记录下的话，我想整个世界都盛不下。

As He，the Christ，is in His glory that was ordained of the Father，He may be approached by those who in sincerity and earnestness seek to know Him - and to be guided by Him. As He has given，by faith all things are made possible through belief in His name.

当他，基督，在天父赋予的荣耀之中时，那些真心渴望地想去认识他的人们可以接近他---可得到他的指导。他给出过，凡在以他的名的信心中，所有事情均可能发生。

Believest thou? Then let thine activities bespeak that thou wouldst have，in spirit，in truth.

你信吗？那么让你的行为在灵性中、在真理里，讲出你的所信。

Seek，then，each in your own way and manner，to magnify that you，as souls，as beings，would make manifest of His love，in the way He will show thee day by day.

以你自己的模式和方法去寻找；作为灵魂存在---正如他每天给你的爱一样---去扩大你自己 去彰显祂的爱。

As He came into the world，as man knows the world，then He became as man; yet in the spirit world He seeks to make manifest that sought by those who do His biddings.

当他来到这里---人们知道的这个婆娑世界---就成为人间一员，但在灵性世界里他寻找那些愿意实现他的意愿的人们来显现。

For，as He gave，"If ye love me，keep my commandments. These are not new，and are not grievous，that ye love one another - even as the Father loveth me."

如他给出的："如果汝等爱我，按我的戒律行事。这些戒律并不是新的、也不难受，只是要求汝等彼此相爱---就如同天父爱我一样。"

问答时间

(Q) [993]: Please explain why during meditation last Monday noon I had the longing to seek more knowledge of，and a reading on，Jesus the Christ.

问[993] ：请解释为什么我在上周一中午的冥想期间，感觉到非常渴望了解更多的关于耶稣-基督的信息。

(A) The inner self approached nearer the attunement of the consciousness of the Christ presence.
答：原因在于内在自我更加接近基督意识临在的调谐。

The Christ Consciousness is a universal consciousness of the Father Spirit. The Jesus consciousness is that man builds as body worship.
基督意识是一个天父圣灵的普遍意识。耶稣意识是人们建立起来的身体崇拜。

In the Christ Consciousness，then，there is the oneness of self，self's desires，self's abilities，made in at-onement with the forces that may bring to pass that which is sought by an individual entity or soul. Hence at that particular period self was in accord. Hence the physical consciousness had the desire to make it an experience of the whole consciousness of self. Seek this the more often. He will

speak with thee，for His promises are true - every one of them.

在基督意识中，有来自于本我的合一性、本我的渴望、本我的能力，透过合一之动力为个体灵魂带来答案。这样，在那个特殊的期间本我与太一协和。肉体意识希冀与整体本我意识相接。经常如此寻找，他将与你讲话，因为他的保证是真切的，对任何人都一样。

10. (Q) [560]: Please explain: While meditating I had the realization of the forces within and the forces without being the one and the same force. Then as if someone said: "Why not look to the within?" When I turned to the within，I received a realization of the Christ which seemed to take form in body.
问[560] ：请解释：在冥想中我认识到内心的力量与外在的力量同一且同源。然后似乎有人在说："为什么不转向内心？" 当我转向内心时，我接受到了使用生理身体的基督的事实。

(A) In this the body-consciousness experienced much that "I，even John，experienced when I looked behind me from the cave and saw that the without and within are ONE，" [John 11:38? John's witnessing the healing of Lazarus?] when the desires of the heart make each atom of the physical body vibrate with the consciousness of，the belief and the faith and the presence of，the Christ life，the Christ Consciousness.
答：这个生理意识经历了许多，"我，甚至约翰，经历过。在我从墓穴前看到的那样内外同一"，当心之意愿使物理身体的每一个原子含有同样的意识、信心---即基督生命的显现---基督意识。

Life is an essence of the Father. The Christ，taking up the life of the man Jesus, becomes life in glory; and may be glorified in each atom of a physical body that attunes self to the consciousness and the WILL of the Christ Spirit.
生命的精华是圣父。基督，透过耶稣人子的生活，显示生命的荣耀，即透过体内每一个原子与基督圣灵意识之意志调谐而荣耀。

11. (Q) [69]: Is the Celestial Sphere a definite place in the Universe or is it a state of mind?
问[69] ：灵界是宇宙中的一个地方还是一种思想状态?

(A) When an entity，a soul，passes into any sphere，with that it has builded in its celestial body，it must occupy - to a finite mind - space，place，time. Hence，to a finite mind，a body can only be in a place，a position. An attitude，sure - for that of a onement with，or attunement with，the Whole.
答：当一个个体，一个灵魂体，经历任何空间界，均对灵性体有所影响。从有限思惟的角度来看，这个灵性体一定占据着某个空间、地点和时间。因此，一个身体只是在某个地点和位置。但就特征来看，这是有同一性的，或者说是与完整调谐的。
For，God is love; hence occupies a space，place，condition，and IS the Force that permeates all activity.
因 上帝是爱。因此，(身体) 占据一个空间、地点，一种状态，也就是原力弥漫于所有行为活动中。

So，Christ is the ruling force in the world that man，in his finite mind - the material body，must draw to self of that sphere of which the entity，the soul，is

a part，of whatever period of experience，to be conscious of an existence in that particular sphere or plane.
这样，基督成为世界中统驭力量的名称，这个世界上的人们，以有限的思惟和物质身体，必须将这种概念引入自我：个体灵魂---无论在什么经历中---是在那个空间或层面的意识存在的一个部分。

12. (Q) Is Jesus the Christ on any particular sphere or is He manifesting on the earth plane in another body?
问：耶稣-基督现下在某个星球空间，还是他显现于地球层面的另一个身体中？

As just given，all power in heaven，in earth，is given to Him who overcame. Hence He is of Himself in space，in the force that impels through faith，through belief，in the individual entity. As a Spirit Entity. Hence not in a body in the earth，but may come at will to him who WILLS to be one with，and acts in love to make same possible.
答：正如我们讲过的，天地间的所有力量均赋予给得胜的祂。因此在这个空间作用于信心和信仰的所有动力均与他有关。他是灵性实体，此刻不在地球的某个身体中，但某个个体均可以透过将自己的意志调整于与他合一而见到他，也可以透过爱的行为来实现。

For，He shall come as ye have seen Him go，in the BODY He occupied in Galilee. The body that He formed，that was crucified on the cross，that rose from the tomb，that walked by the sea，that appeared to Simon，that appeared to Philip，that appeared to "I，even John."他将使用在加利列(Galilee) 时的那个同样的身体到来。就是那个上了十字架的身体、那个在坟墓中复活的身体、那个走在

海边的显示给西门、菲利普看的身体，也正是显示给“我，约翰” 的(身体) 。

(Q) Wherever He is，how may I contact Him so that I may see Him and hear Himspeak?
问：不管他在那里，我如何联络他、看到他、聆听他的讲话？

(A) The making of the will of self one with His will makes a whole attunement with Him. He WILL，with the making of self in accord and desiring same，speak with thee.
"Be not afraid，it is I." [8/20/33 See 262-51，Par. 8-A，9-A in re Mrs. [69] making herself more in accord so He will speak.]
答：将自己的意志与他的合一，由于你的意愿和协和，他将同你讲：“不要害怕，是我。”(在解读 262-51 中，更详细地回答了[69] 女士的问题)

14. (Q) [585]: Was the vision I saw early one morning several months ago a vision of the Master?
问[585]：几个月前的一个早晨我看到的一个幻像是导师的吗？

(A)A passing shadow，yes. Pray rather to the Son，the Father through the Son，that He walks with thee - and He WILL walk and talk with thee. Be NOT satisfied with ANY other. He may oft give His angels charge concerning thee，yet know the Master's touch，the Master's voice; for He may walk and talk with thee. HE is the Way; there is no other. He in body suffered; for himself，yea - for thee also. Wilt thou turn，then，to any other?
答：是的，一个短暂的背影。毋宁向圣子，并透过圣子向圣父祈祷，要求他与你

同行，那么他将与你在一起、同你讲话。不要满足于任何其它形式。他经常派遣天使看顾你，但你要了解导师的接触模式和声音。他就是道路，没有其它。在肉体中他为自己，也为你，忍受苦难。踌等会转向其它幺？

15. (Q) When Jesus the Christ comes the second time，will He set up His kingdom on earth and will it be an everlasting kingdom?
问：当耶稣-基督再次到来时，他将在地球建立起永恒的王国幺？

(A) Read His promises in that ye have written of His words，even as "I gave". Heshall rule for a thousand years. Then shall Satan be loosed again for a season.
答：读读记录下的他的言语，甚至用来“我给出”的字句。他将统治一千年，然后撒旦会再被释放一段时间。

16. (Q) [379]: How may I raise my vibrations so as to contact the Christ?
问[379] ：我如何提升频率以接触基督？

(A) Making the will，the desire of the heart，one with His，believing in faith，inpatience，all becomes possible in Him，through Him to the Father; for He gave it as it is. Believest thou? Then，"according to thy faith be it done in thee".
答：让(你的)意志、意愿与他的合一，在信心和耐心中，一切成为可能，并透过他达到天父。他早已给出过，汝信吗？那么，“依照汝之信心，让它在汝里内成全”。

17. We are through.
解读完成。

-- Revised a little by curious Terry，2006/5/18

☆ 第 0123 章集：透过旅店老板女儿的眼睛

凯西解读:1152-3 号

译者的话:关于艾格凯西(Edgar Cayce aka.爱德加.凯西)的生平，请参考"睡着的预言家"一文.

(http://big5.zhengjian.org/articles/2002/12/16/19573.html)

从他生平所展现的奉献，信实，与博爱精神，译者觉得这个故事的可信度极高. 当然，最终还是由各位读者决定是否相信这个故事的真实性. 译者只希望将这篇故事当作耶诞礼物 送给我每位亲爱的朋友，Merry Christmas!

背景介绍

1936 年，11 月 27 日，艾格凯西以超心灵能力解读一位 61 岁的寡妇(编号 1152-3)的生命纪录. 主要描述该女士的某一世 当时她是一家旅店老板的女儿，耶稣基督在世的年代.

解读的所在地: At the home of David E. Kahn，20 Woods Lane，Scarsdale，N.Y.

列席者: 艾格凯西; Gertrude Cayce(凯西的妻子); Gladys Davis(速记员/秘书), Steno，Mrs.[1152]

(译注: 在此省略一段主持者的开场白与问题，大意是要求艾格凯西针对[1125]女士在巴勒斯坦一带的前世 给予生命解读.)

本文

艾格凯西：在那次的(人生)旅途中，我们发现该实体当时只比来到旅店的年轻圣母(Mother)小一岁，该实体正协助爸妈的生意.

在自然发展过程中，该实体产生一股求知的渴望，同时，她也感觉到世界即将发生一些伟大的事情.

该实体当时的名字是莎拉(Sara)，请求她可以协助准备圣母，与圣父的住所.

当莎拉满怀期盼地等待的时候，旅店里一片闹哄哄的，许多民众在此歇脚 准备前往耶路撒冷参加集会，或是缴纳税金.

该实体外貌秀丽，在当时 被一位户籍员所追求，但莎拉拒绝了他-- 虽然该实体在此生又与他相遇，他们之间的交往意义重大，但也带来许多的困扰.

接着 该实体协助准备一切就绪 傍晚来临之前，充满荣光的太阳照耀在 巴勒斯坦的山丘上，大自然之声宣告一个新希望即将来临，地球的新生，在上主中荣耀人类的希望 -- 基督之星(His Star)照耀在傍晚的天空中 带给所有目击者敬畏 与惊奇的情感.

该实体正在焦虑之际，仰望天空 惊奇且敬畏地看着这一切非凡的经验，喜极而泣 -- 一种新的光照，新的视野，新的经验 正从她生命的每一个原子中诞生.接着 当她知道马槽已经被占用了-- 喔，她飞奔而去 渴望知道那会是怎样的经验 该实体整个存有都被这些念头盘据!

当她做完家中的工作，该实体在那个黄昏走到一个空旷的地方，基督之星的光亮

越来越近 越来越近. 她听到，牧羊童们也都听到: "和平来到地上 给予所有善意的人们". 该实体再次感受到那股敬畏之情，感觉一个新的造物，新的经验的降临 -- 唯有想到就近照顾圣母的念头促使她加快脚步; 在那一刻 世界所有的喧嚣与嘲弄都停止了!

当她赶到圣母躺着的住处，怀着敬畏的心情，基督之星的光芒充满这个地方，该实体首先专注地看着圣婴(the BABE). 那是她的顶峰经验，直到她恳求可以将那光荣的婴孩拥抱在她的双臂之间的那一刻!

接着 当这个请求成为事实，那些感觉 那些经验 -- 喔 她希望让全世界知道基督生命的华美 喜乐，与荣光，(不是理性的知道)从内心，心智，与生命里头知晓.

她也看到牧羊童的集结，以及隔天早晨 三贤者(Wise Men)骑着满载的骆驼，前来赞美，虽然他们一路上孤单旅行 --然而 上主与他们同在!

之后 该实体寻求继续与圣母，与圣婴保持联系，但随着敕令*的发布 她的心被恐惧撕裂着，纵使她拥有那值得珍惜的经验，法令带来的恐惧与憎恨很自然地在那些被迫害的人们的心中升起.
(*译注: 这里指的可能是希律王下令，屠杀所有犹太家庭的第一胎男婴)

该实体的父亲常被质问 那帮人往哪条路走 一共多少人，以及他们从事什么违法的活动 竟敢违抗罗马当局 以及希律王的命令.

几个星期过去了 几个月过去了 该实体一直想知道他们的消息.

旅店的生意繁忙，她的工作负荷日益沉重，她的身心都觉得困顿. 然而宁静的傍晚来临，该实体回顾过往的事件，她越加地寻求基督之星，以及 祂的光.

随着基督之星退去，圣家逃往埃及，该实体辗转从朋友口中得到一些消息，她悄悄地将这些讯息保存在心中，当薄暮来临 她彷彿又听到那天上的音乐，晨星的歌唱，当大地静默之时 和平又进入她的内心. 直到隔日又开始一天忙碌的工作.

几年过后，最终该实体在靠近伯大尼(Bethany)与橄榄山的地方定居下来，在通往伟大都市(耶路撒冷)的路上.

该实体再次寻求那光荣 不可思议的经验，那个在她内心持续燃烧的经验.

然而当迫害来临，罗马人 与 撒该都教徒(Sadducees)日益迫害她所属的团体*，该实体在这个团体找到许多帮助，许多的惊奇 -- 现在疑虑与恐惧升起..
(*注: 这里指的应该是艾赛尼教派--the Essenes)

表面上，从她所听到的传言，圣婴只是将成为(犹太)族群的另一个(领袖)，然而祂是为了全人类而来!

直到圣家来到耶路撒冷登记户籍 该实体才知晓真相.

在那个时代，所有以色列的小孩都必须过踰越节，该实体再次寻找圣婴，那光荣的婴孩已经成长为少年，正在圣殿诘问博学之士，她设法靠近耶稣 好听见他们的对话. 随后，她决定放下所有与男人结合的想法，可以说她是第一个 奉献自己的心智，身体，与生命给一个目标，一个婴孩 的女子.

该实体继续寻求任何关于祂的进展的话语，有些几乎成为传奇故事；然而她持守那些经验，当她看见那道光，当她看见圣母怀抱中的圣婴-- 以及那光荣的时刻当她双臂抱着圣婴，以她的双唇亲吻圣婴的额头!

当耶稣人子开始他传道的使命，该实体把握每个机会 不放过任何可能收集到的耶稣话语. 当人子的行脚越来越接近她的住所，她听到伴随而来的群众的声音，觉得有些恐惧.

当耶稣首先开始传道的时候 被祂自己的同胞所排斥，该实体知道这件事之后留下羞耻的眼泪，为那些应该知道 却怀疑的人们感到难过.

终于 那个日子到来了 当耶稣一行人凯旋地从伯大尼进入耶路撒冷，到达圣殿，该实体也是那盛大欢迎群众的一员，她跟着群众呼喊着 "和撒那* 归于至高者 -- 吾君王来临!"
(*Hosanna，赞美与崇敬上主的称号)

再次地 该实体感到失望，那股强大的力量，光荣的造物，人中之人并未被宣告为君王. 此刻 祂似乎很少实质地运用光荣的力量解决人们的病痛，疑虑，与恐惧!

该实体认识的人中 有许多曾被耶稣治愈，该实体当时与 Bartaemus*住得相当靠近. (*可能是某位使徒)

当耶稣受的十字架苦刑结束之后，该实体跟圣洁女子们站在一起，协助支撑这个

大家庭，因为有些成员开始觉得圣母玛莉亚可能误判局势. 然而莎拉从她自己的经验清楚地知道，她并未忘记天上宝座传出的合唱 "光荣 光荣在至高之天，和平 - 和平来到地上 给予所有善意的人们".

那些经验，直到今天 她还保有着; 虽然该实体是首批的殉道者 在罗马士兵企图驱赶群众的粗暴过程中死亡. 纵是身体破碎 肉体承受苦难，然而即使到今日 她依然恒常地注视着耶稣，对于那些全然信赖祂的人们而言，祂是生命，光，与不朽.

坚守这点，喔 旅店老板的女儿，喔 见证祂光荣的观者; 喔 那喜乐 恩典的感觉充满汝的灵魂与生命，在祂的脚下 大地的富饶倾流而出. 牧羊童们虽然出身卑微却不妨碍他们经验那光荣的景象 看见救主的面容. 喔 女儿狺 你也同样可以知晓祂的面容-- 但 向内寻求! 因为汝在那儿才能遇见祂，正如同汝在那些岁月里 经常于内在细数那些光荣的经验，光荣的事件.. 当耶稣圣婴躺在汝的双臂间. 因祂对于所有呼求祂的圣名者都是非常亲近的. 祂曾经允诺 祂的许诺是确切的，针对你(you)，给你(YOU) -- 给 Y O U; 在你里内 你会知道! 不要倾听那些恐惧的声音，但倾听那些惊奇美妙的经验. 现在就拥抱祂，如同汝在那光荣的日子中 感觉汝的君王，汝的创造者 祂来到地上 成为地球的一部分; 好让你也可以在基督里内(in Him)承担上主-- 成为祂与人类交通的一部分!

Q&A

准备回答问题.

(Q) 在旅店老板女儿的那一世 我做了什么工作?

(A) 如前所述，照顾家里，以及许多之前提到的活动. 迫害行动最终导致父亲的死亡，于是该实体自己准备经营一家旅店，位于橄榄山上，靠近伯大尼的地方，

在从 Gizeh 通往耶路撒冷的道路上.

(Q) 我在旅店老板女儿的那一世 对于我的生命有什么助益?
(A) 如前所述，它带来一种寻求，渴望如此地靠近(祂)，并愿意奉献自我. 喔一个人别的不要 只乐意让自我成为被使用的管道，如同耶稣基督给予我们的话"不凭我的意思 但照祢的旨意，喔 上主 让它透过我 在我里内成全." 那已是所有生命的经验与呼喊，那么该实体藉此可以知晓祂的面容!

(Q) 圣家在伯利恒(Bethlehem)停留多久?
直到洁净的时期过去之后，29 天，依照你们今天太阳历的计算方式.

(Q) 我此生的丈夫在那个时期跟我有关联吗?
如前所述，他是那位户籍员 -- 被你拒绝了.

(Q) 我那时跟露丝(Ruth，1158)，耶稣的妹妹，有何关联?
(A) 如前所述，有一些变迁的时期，曾有一些疑虑与恐惧，该实体不理解为什么圣家的其他成员看不见圣婴，人子内在的东西.
惟等到十字架苦刑，复活的日子过去之后，人们对他有更多的理解 -- 如同许多罗马人说的 "确实 这是上主之子"，然后该实体跟露丝开始有十分亲近的联系--然而这关系只维持非常短的时期.因为，如前所述，她(Ruth)加入另一个阶级或族群(罗马人)，是该实体憎恨的对象;因为他们迫害并质问他父亲 最终导致他父亲死亡.

(Q) 为什么拥有如此珍贵的经验，我现在还没有成为洁净的，以及成为我想要成为的样子?

(A) 如果-- 如果汝愿意清空自我，汝可以被那光荣充满 如同那个时候!
不要去数算那些属人的审判，因为人类观看的是外在的容貌，但天主看见(一切)
-- 如你在那些岁月中经历到的 与心的亲密 与目标的亲近，那种意志 那种渴望!
我们完成了此次集会.

Edgar Cayce Readings (c) 1971，1993，1994，1995 by the Edgar Cayce Foundation

---

☆ 第 0124 章集：爱你的敌人

演讲人: 马丁路得.金恩 Martin Luther King，Jr.
公开布道 [public domain sermon]
演讲地点: Delivered at Dexter Avenue Baptist Church
Montgomery，Alabama，17 November 1957.
原文出处:
http://www.ipoet.com/ARCHIVE/BEYOND/King-Jr/Loving-Your-Enemies.html

今天早上 我被迫带着一些障碍来到这里. 事实上，我来教堂之前去看过医生.医生建议我最好早上待在床上. 我坚持我必须来此讲道. 所以他同意我来 附带一个条款，那就是布道时间还没开始之前 我不能上讲台. 布道之后，立刻回家躺在床上. 接下来我会尝试遵守医生的指示.

我今天要讲的主题是你们很熟悉的，事实上 我尝试将它变成一种传统，每年都讲一次这个主题，但添加一些最近的经验与洞见.

所以这次的主题是 "爱你的敌人"，在马太福音第五章，我们读到主师傅说了一段很引人注意的话 "你们听前人说：'当爱你的邻舍，恨你的仇敌.' 只是我告诉你们：要爱你们的仇敌，祝福那些诅咒你的人，对憎恨你的人行善，为那些恶意利用你们的人祷告；这样你就可以作你们天父的儿子."

当然这些是伟大的话语，提升我们到宇宙视野的话语. 两千年来，许多人争辩这是一个过度困难的指令. 有些人甚至说人们不可能真正实践这个光荣的指令.

他们继续说这只是另一个证据 说明耶稣是个不切实际的理想家，从未活在现实当中. 但恰好相反，耶稣是个实际的务实者. 耶稣这段话在我们的眼中 闪烁着新的迫切性. 这段话绝非乌托邦式的理想，而是确保我们文明存活的必要指令. 是的，这个爱将拯救我们世界 与 我们的文明，在敌人面前也不变的爱.

现在让我赶忙说明 耶稣在给予这道指令时 是非常严肃的；他不是在玩文字游戏. 他知道爱敌人是很困难的，爱那些蓄意打击你的人是困难的，爱那些专说你坏话的人是困难的. 他知道那是很痛苦，迫切地困难. 我们身为基督徒 身为一个人，有责任去发现这些话语的涵义，并找出我们如何可以活出这道指令，以及为什么我们应该依此指令生活.

首先一个实际的问题：我们如何去爱我们的敌人？我想第一个步骤是：为了爱你的敌人，你必须从分析自我(self)开始. 我确定这点听起来有些奇怪，我接下来会说明这点.

有个事实是：有些人不喜欢你，并不是因为你对他做了什么事，而是其他的因素.

好比有些人不喜欢你走路的样子，不喜欢你说话的样子. 或者，你的工作表现比他好. 或者因为你太受欢迎. 有些人不喜欢你头发比他短，或比他长. 有些人不喜欢你的皮肤光泽比较亮 或 比较暗. 所以由于人性中种种忌妒的反应，导致他们不喜欢你.

但回顾这些事情之后，我们必须面对另一个事实，那就是某些人不喜欢我们 是因为我们过去曾做过的一些事情，我们甚至忘记这回事. 而这些事情激发那些人的憎恨反应. 这就是为什么 我刚才说 从分析你自己开始.

这个道理也适用于国际冲突，我们看到美国与苏联的冲突，除了共产主义具备的邪恶与弱点之外，我们必须看到我们民主制度中的弱点与邪恶.

在我心中，民主制度是人类历史中 最伟大的政府形式; 但我们从未触及它的弱点. 我们是否将大众必需品取走，为了使上流阶层享受奢侈品? 我们是否经常藉民主之名 践踏个人与民族? 透过西方列强的力量，我们不是曾经鼓吹殖民主义与 帝国主义? 我们必须认清一个事实，今天共产主义的成功是由于民主制度的失败，我们并未活出民主制度具有的崇高理想与原则.

这就是耶稣所说的 "你怎能只看见你兄弟眼中的尘埃，而看不见你眼中的大梁?"

这是人性的一个悲剧.. 所以我们爱敌人的第一步 是先观察了解我们自己.

一个人寻求爱敌人的第二步 是发现敌人里面好的元素. 当每一次 你开始讨厌某个人，要知道在他里头有一些好的东西，注视那些好的特点 可以平衡坏的特点. 我曾在许多场合说过，我们每个人都有一点精神分裂的人格特质. 好比我们一生

中都在进行内战.. 就像柏拉图说 人格就象是双头马车，每匹马都要走不同的方向. 我们每个人在内心都曾发出如保罗使徒的呼喊 "我看见 也赞许生命中美善的事物，但我所行的却是邪恶的举止."

所以简单地说: 在我们当中最好的人，他里头有一些邪恶. 我们当中最邪恶的人，他里头有一些良善. 当我们看到这点，我们对待他人就会有不同的态度. 当你持续看到这点，你将会在每个人的脸上 看到他最深沉的部分 即宗教家称呼的"上帝的形象".

爱敌人的另一个方法是: 当你有机会打败你的敌人，那个时候 你必不这样做.在许多情况，会有那么一个时机，那个最恨你的人，那个最苛待你的人，那个最会讲你八卦的人.. 你将有个机会打击那个人. 或许是需要你的工作推荐函; 或许在生命的转折点 他需要帮助. 这个时候，你必定不要趁机打击他. 这就是爱的意义. 追根究底，爱并不是我们常说的某种情感的东西. 爱是创造性的，一种为全人类的理解善意. 爱是拒绝去击败任何人. 当你的爱提升到这种层级，你只会寻求击败邪恶的体系，你爱陷入这个体系的个人，但你寻求击败该体系.

我以前常说 希腊语言 在这点是非常有力的.

它美妙地帮助我们更了解爱的哲学，爱的意义与深度.

在希腊语言中，有三个字眼形容爱.

第一个是 美学之爱(eros)，柏拉图在他的对话录中有很多篇幅谈论 eros，一种灵魂对于神明国度的渴望. 我们可以把它视为一种罗曼蒂克的爱，它是美丽的. 每

个人都体验过 eros 的美，当你发现某个人很吸引你，你将所有的爱慕倾注在她身上，那是 eros.

接着希腊语言中谈到 亲近之爱(philia)，这是另一种美丽的爱，它是一种个人朋友之间的亲密情感. 这种爱是你对那些与你友善的人们产生的爱，他们可能是你亲密朋友，电话聊天的对象，一起共进晚餐的对象，或大学的室友. 它是一种相互交流的爱，在这个层级，你喜欢一个人 因为那个人喜欢你. 在这个层次，因为你被爱，所以你去爱. 你爱一个人，因为他有令你喜欢的特点. 你们喜欢一起做些事情，这是 philia.

希腊语言中谈到另一个形容爱的字眼，叫做 圣爱(agape). 圣爱超过 eros，圣爱也超过 philia; 圣爱是一种理解，创造，给全人类的救赎善意. 这种爱不寻求任何回报，它是满溢的爱; 神学家会称之为上帝的爱在人的生命中动工. 当你上升到这个爱的层次，你开始爱人类，不因为他们讨你喜欢，而是因为上帝爱他们. 你看着每一个人，你爱他 因为你知道上帝爱他，而他或许是你曾看过最糟的人.

这是耶稣的意思，当他说 "爱你的敌人"，重要的是他并没有说 "喜欢你的敌人".

喜欢是一种感情上的东西. 我发现有许多人很难去喜欢，我不喜欢他们对我做的事，我不喜欢他们谈论我及其他人的方式，我不喜欢他们的态度，我不喜欢他们做的一些事情，我不喜欢他们的态度. 我不喜欢他们，但耶稣说 爱他们. 爱比喜欢更大. 爱是一种理解，给全人类的救赎善意. 所以你爱所有人，因为上帝爱他们.

你拒绝做任何击败其他个人的事，因为你的灵魂中有圣爱. 即使他做坏事，你讨

厌他的作为，你还是爱他.

现在还有一点时间，让我们从实际面的 '如何' 移动到 理论面的 '为什么'. 我们不只需要知道如何去爱敌人，还需要深入质问为什么我们应该爱我们的敌人. 我想第一个原因即是耶稣思想的中心，那就是在宇宙中 以恨回报恨，只会强化憎恨与邪恶的存在. 如果我打你，你打我，我再打你 你再打我，不断继续下去，你可以想见 这可以无止境地继续下去. 需要有个具备足够的宗教情怀与道德勇气的人来切断这条憎恨的锁链，并注入强有力的爱元素.不久前的一个傍晚，我的兄弟与我在田纳西州开车，由他驾驶车辆，那一晚 公路上的驾驶都很粗鲁，他们迎面而来的时候并未调暗车灯，几乎没有一个驾驶将车灯调暗. 我记得很清楚，我的兄弟 A.D.看到这个情况 愤怒地说 "我知道该怎么做了，下一辆经过的车子如果拒绝调暗车灯，我也不要调暗车灯 还要把灯光调到最强 全部放射给他们." 我很快注视着他说 "喔 不要，不要这么做，这样公路上的灯光会太多，结果是所有人互相毁灭. 在这条公路上，一定要有个明智的人才行."

一定要有个够理智的人把灯光调暗，这就是困难所在，不是吗?

历史就好比一条公路，所有文明在上面移动，许多文明看其他文明拒绝调暗车灯，于是他们也决定打亮车灯. 史学家汤恩比(Toynbee)说世界兴起的 22 个文明中，只有 7 个没有被丢到毁灭的垃圾堆中. 如果我们不记取历史的教训，如果没有人有理智把灯光调暗，我们所有人的结局就是互相毁灭.

另外一个你应该爱敌人的原因是憎恨扭曲一个怀恨者的人格. 我们通常只想到被憎恨的人受的伤害，但更可悲的是那个怀恨的人，他受的伤更大. 当一个人开始憎恨，他开始做不理性的事，他不能看得清楚，他也不能走得笔直，视野也扭曲

了. 再也没有比一个心中充满恨的人更可悲了.
[...部分录音被中断]

你们要跟自我整合，整合的方式就是确定你遇到每一种情境时 都以丰盛的爱回应. 绝对不要憎恨，因为那只会带来悲剧，与神经病的结局.

现代心理学家呼吁我们要爱，憎恨容易引发罪恶感，进而导致精神病两千年前，世界最伟大的心理学家在加利利(Galilee)的山丘上告诉我们去爱. 他看着人们说 "爱你的敌人; 不要憎恨任何人." 因为憎恨同时摧毁怀恨者，以及被憎恨的人.

现在 为什么要爱敌人的最后一个原因，我想是由于 爱的里面有一股救赎的力量. 这股力量最终可以转变一个人. 那是为什么耶稣说 "爱你的敌人". 好比有个邻居对你做了错事，你仍然对他友善，继续爱他. 不要做任何使他困窘的事. 他无法支撑太久的. 喔，一开始 他们会有许多方式反抗. 他们会尖酸地讽刺你，因为他们很生气你还是爱他们. 他们的反应中带着罪恶的感觉，在过渡时期 他们可能会更加恨你. 但藉由你的爱的力量，他们将会承载太多爱 而瓦解所有心防.所以爱你的敌人.

我想到一个最佳的实例，我们都记得美国最伟大的总统，亚伯拉罕.林肯. 在他竞选总统的时候，你们都记得有一个人在全国奔走 谈论林肯，他说了很多林肯的坏话，很多不友善的话. 有时候他甚至直接批评林肯的长相，他说 "你不会希望一个手长脚长，高高瘦瘦，又无知的人来当美国总统吧." 他就这样一直保持这种态度，写许多文章来批评林肯. 最后，林肯竞选胜利 当上美国总统，接着他要挑选内阁成员，当到了选择陆军部长(Secretary of War*)的时候，他眺望全国，决定选择一个人 名叫史丹顿先生(Mr.Stanton). 当林肯跟他的顾问们提到这件事，他

们对他说 "林肯先生，你是傻子吗？你知道史丹顿先生都怎么说你的？你知道他曾经尝试以各种手段击败你？你读过他贬损你的种种言词?" 林肯站在顾问面前说 "喔 是的，我都知道，都读过；我还亲自听过他的演说．但环顾全国，我发现他是这个职务的最佳人选."
(译注：经查考，当时美国内阁成员在军事方面有分陆军与海军两种，那个年代还没有空军．故不直译为战争部长．参考来源:
http://en.wikipedia.org/wiki/Secretary_of_War)

史丹顿先生确实成为国防部长，几个月之后，林肯被暗杀过世．如果你去过华盛顿，你将发现所有献给林肯的吊词中，有一段最伟大的声明 就是由史丹顿先生发表的．史丹顿站起来说 "现在他属于世世代代了"(Now he belongs to the ages) 在声明中，他美妙地描述林肯的人格与外表．如果林肯当时憎恨史丹顿，如果林肯回应每一句史丹顿说的坏话，林肯就不会转变与救赎史丹顿．史丹顿到进棺材那一刻都痛恨林肯，林肯进棺材的那一刻也痛恨史丹顿．但透过爱的力量，林肯救赎了史丹顿.

就是这样，我们世界还没发现这股爱的力量．两千年前，耶稣发现了；数年前 印度的甘地发现了；但大多数的男人与女人从未发现，因为他们相信以牙还牙，以眼还眼，以恨还恨．但耶稣前来告诉我们 "这条路行不通."

历史不幸地让某些民族被压迫，某些民族成为压迫者．被压迫的个人有三种方式对付这些迫害．一种是揭竿起义，以实质暴力与憎恨对付压迫者，但这行不通.

暴力创造更多社会问题，远比它能解决的问题还多．对于所有为自由挣扎奋斗的有色人种们，特别是黑人，我要说 如果他们屈服于使用暴力的诱惑，未来的子

孙都将尝到这漫长的苦果，我们留给未来世代的遗产将是无止境的混乱. 暴力不是正道.

另一种方法是默许与让步，顺从压迫者. 历史上有人这么做，他们发现通往应许之地的旷野旅程太艰辛，他们能可走回埃及 接受那里的暴政. 因为旅途太过艰难，所以他们顺从被压迫的命运，这也不是正道，因为不与邪恶合作 跟 与良善合作 两者都是我们道德的义务.

但还有另一条路，那就是组织大规模非-暴力的反抗团体，奠基于爱的原则之上.

在我看来 这是迈向未来唯一的一条道路. 让我们就从这里开始发展，从这里开始移动，我们必须发现爱的力量，那股具有救赎力量的爱，当我们发现了那样的爱，我们就能够使这个旧世界成为新世界，爱是唯一个道路，耶稣发现到这点.

不只耶稣发现这点，甚至伟大的军事领袖也发现了. 有一天拿破仑走到军旅生涯的尽头，他回顾过往的岁月 -- 伟大的拿破仑在很年轻的时候就差点征服了世界.

他没有就此罢休，直到他进入来比锡战场，然后在滑铁卢溃败. 同一个拿破仑回顾过去 他说 "亚历山大，凯萨，查理曼，与我都建造了伟大的帝国. 但他们仰赖的是什么? 他们仰赖武力. 但千年以前，耶稣开创一个仰赖爱的帝国，直到今日千万人仍愿意为他而死."

在基督内 不分东方 或 西方
在基督内 不分北方 或 南方
只有一个伟大的爱的互助会

这是唯一的道路.
(翻译注: 不同信仰的读者可以将基督转成其他可以接受的词汇，如 佛性 宇宙造物者...etc)

今天早上，我看入你们的眼睛、 看入所有阿拉巴马州(Alabama)弟兄的眼睛、看着全美国 全世界，我对你们说 "我爱你们，我宁愿死 也不要恨你们." 我是够傻的，我相信透过爱的力量，即使是最顽强的人也会被转变. 我们将进入上帝的国度. 喔 上帝，帮助我们在生活中 在所有的态度中，能够运行这股爱的力量，这股力量可以解决我们面对的所有问题，特别是原子时代的问题，国际问题. 让我们大家团结在爱的联盟下，一同弯腰礼拜耶稣. 给我们强烈的决心这样做. 以基督的圣名与圣灵，我们祈求. 阿门.

--译后感言: 我们很难想象 10 年前的计算机是多么笨重，甚至 3 年前的计算机都没有人要买了. 而这篇将近 50 年前的演讲 直到今日仍如暮鼓晨钟般提醒我们什么是人类根本的要素. 翻开报纸杂志 ， 我们可以发现 比起科技进步的一日千里，关于这个根本的要素...我们几千年来 这方面的进展 似乎有些缓慢~~~.
最后，希望这篇文章能在这寒冷的季节带给您一些温暖，， Happy 2006!
Digested & translated by curious Terry. 2005/12/21

☆ 第 0125 章集："一的法则"是什么东东?

---

the LAW of ONE
一的法则(the Law of One，又名 RA 资料) 简介
远古航天员是谁? 当初他们爲什么来到地球球? 爲什么他们现在又回来了? 在古代的伟大纪念物的建筑过程 他们扮演何种角色? 关于古代文明与现代文明的形

成他们扮演何种角色？我们跟其他哪些生命共同分享这个宇宙？地球在宇宙计划蓝图中目前位于哪个位置？还包括生命进化的过程，金字塔的奥秘，从历史名人的一生中学习成长的秘诀，以及塔罗牌与生命原型的关系..等等.

经过二十年的心电感应之实验工作，终于得到"突破性"的进展— 与 Ra 对话，全部记录在本书中. RA 资料记载了产生这个通讯的过程，同时还包含超过数百页的资料，忠实记录每一个对话的内容!

"一的法则"读书会

the Law of One 中文网址:

http://loo.soul.tw

欢迎旧雨新知前来探讨大小宇宙的奥秘 ！

每月固定第二周与第四周的周二举行.

(ps: 由于 Amy 老师的教室课程很多，最好先打电话来确定日期)

时间: 晚上 19:20 ~ 22:30.

地点：Amy 老师的新教室，场地更加宽敞舒适 ^_^

地址：台北市仁爱路三段 5 巷 1 弄 21-1 号 (就在帝宝后面，听说风水粉好!)

交通: 在捷运忠孝-新生站下，然后朝仁爱路方向前进.

或者沿仁爱路坐公交车，在仁爱新生站下车.

每次费用: 200 元

PS:意者可向公馆佛化人生书店购买一的法则第一、第二，第三册.

书店电话: 02-23632489，由亲切善心的福长+阿本夫妻经营.

读书会联络人：Terry Hsu.

Email: terahsu@ms28.hinet.net

Mobile#: 0916223412

★爱与光图书馆选集 第 02 辑

☆ 第 0201 章集：改变

周日冥想

2003 年九月七日

群体问题: 我们看到今日的世界有着许多快速的改变，有的是暴力的、激烈的、带来灾难的. 我们想知道对于改变，什么样的回应是恰当的? 我们正在形成一个社群，你可否告诉我关于改变 与 社群的议题，什么是回应改变的最佳方式?

(Carla 传讯)

我们是你所知的 Q'uo 原则，怀着大欣喜，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的服务中 我们存在.

我们感谢你们每一位，欣赏你们美丽的振动、纯粹的心灵、与保留一段时间寻求真理.

我们只要求聆听这些话语的人们了解这些只是朋友间的谈话，而不是某个权威的演讲. 我们请求你用心辨别我们的每一句话语与思维，选择那些对你有帮助的，毫不犹豫地丢掉其他部分.

我们至为喜悦地谈论这个合时宜的问题: 如何回应改变，以及如何思考改变.

每个人这辈子第一个改变就是诞生到这个世界. 如同这个器皿常常会说”诞生就好

比从飞机上坠落，不管有没有降落伞，一定要降落!”

并且这辈子也一定会有个结束，从尘土中升起，也终将归于尘土.

套用你们的说法，你们此生就如同在上学，一辈子就如同一个学期，这是你们的课程，生命 331B，我们开了一个数字的玩笑，但就我们最大的认知，这个概念是真实的.

在这个时候来到地球的人们都有一个渴望，寻求一个更为密集的改变与蜕变的经验，以及 有机会重新平衡自我能量体内的智慧与能量，这些好处是难以抵挡的. 于是你们每一位都选了特定的课程要在此生学习，这些课程的名称不外乎“无条件地去爱”、”创造神圣空间”、”圣化生活的光芒” [也就是在生活中升华七个脉轮的光芒]，等等. 不同的实体选择有些不同的课程，因着不同的课业负担，有着些许不同的经验.

从灵性的观点来看，每一个人的人生过程都是受到守护，是安全的. 然而，在人生中，这点并不明显. 于是，你们在幻象中上生命 101 的课程时，会感到许多的混乱
(译注: 美国大学的课程编号，通常 1xx 表示一年级上的通识课，2xx 表示比较进阶的课，以此类推..)

因此，我们首先要提醒你去记得你永恒且无限的灵魂能流，那股能量即是你，从现在到永远. 那能量的一部分移动进入肉体载具，两者错综复杂地交缠在一起.

然而，你并不是这副肉体载具，它并不能完整地包含彩虹自我，也就是你的能量

体. 这彩虹自我摇曳发光，超越肉体性的所有界限.

我们建议一个有趣的练习，当一个人想要学习更多关于自我 以及 自我阻塞的地方，只要单纯地在冥想状态中休息，直到一个人开始看见能量体是如何取得平衡. 或许这个技巧是去问自己 “‘让我看见我的能量”，然后在内在视野中允许彩虹[红、橙、黄...]的到来. 这里的重点并不在于技巧，而是信赖 以及 “允许成真”. 它不是心智的技巧，毋宁说是 意志与心的技艺.

当一个人觉察到人生结构的基本基本观念，他就能自由地信赖出现在面前的每一个课题. 如果你想为未来可能的改变 事先做好准备，你可以考虑以下几个练习: 每日的冥想、写梦的日记、或纪录每日的思维. 都有助于检验你的生命.

人们在面对改变时，常有的反应是恐慌、失落感、以及跌跌撞撞 不知道前方的道路.. 这些反应都可以被缓解，简单地信赖一切都是好的，不管你经验到什么都是珍贵的，值得你的注意，值得你尽最佳的努力去面对它.

如我们以前说过的，这是个特别密集的改变过程，整个行星的能量正在改变，你们的星球正处于几个大大小小周期的尽头，地球自身正处于过渡的阶段.

于是，你们许多灵魂在此时来到这里，计画着各种课外活动，主题都与服务他人、服务地球有关. 今天的聚会圈子中，有些人感觉自己是地球的原住民，对于地球有特别的亲切感，觉得自己与地球存在着长期的关联. 这个特别的星球，你们称为地球，我们则称为亚特兰提斯，事实上，这个名称是 形而上界 或 时间/空间中实体们对该星球的称呼，这些实体居住在[你可以称为]环形时间之中，已经体验了你们星球上的所有音阶，也就是地球上形形色色的经验，它们可以穿越

到你们所称的过去 以及 未来.

你们人群目前的能量是亚特兰提斯能量，在此时 它与你们有更尖锐的关联，你们全体人类正尝试去重新平衡亚特兰提斯的能量；这股能量是建造亚特兰提斯文明与埃及文明的动力；这两个文明学习到科技与先进工艺，却没有学到人格的修练，好让他们可以把这类专门技术用在正面与无条件爱的目标上.在你们的密度，高于一切的课程即是爱. 然而，它不是罗曼蒂克的情爱，也不是手足之爱，它不是任何文字能够包裹的东西，它即是无限的道(Word).那样的爱即是太一无限造物者，它同等地毁灭与创造，慷慨地 永恒地继续造物的过程.

爱 与 智慧 似乎是两个分离的概念，然而它们只是幻象中的两道阴影.

超越一切幻象之上的真理即是太一造物者永恒的爱.

所以，当你尝试学习没有尽头的爱，牺牲、奉献、甚至为了他人而走向十字架[人类神话中 描写无条件爱的极致]，但这只是爱的一个层面.

还有一个爱的层面被恐惧所包裹，它被黑暗笼罩着，然而在这自我阴暗的深渊中，给予整体一个结构与实质的东西，在无限的光爱之中 创造一个居所，不只为了灵魂、也为了肉体载具、肉体感觉、经验、强度等等.

换句话说，第三密度中一个蒙福的层面是有能力去感觉痛苦、能够感到困惑、被迫走出心智的建构，去学习外在文明给予你们每一个的 半真理，与 非真理.

当自我了解到自我处于重度困惑、步履蹒跚、四处游荡，这时候欢呼似乎是很变

态的事，然而 这些也是祝福，那是机会的祝福，黑暗的祝福.

黑暗被光明环绕着，光明也被黑暗环绕着，这是你们昼夜周期进行的规律方式.

然而 我们求你看到光明与黑暗以外的东西，看入你们课程的本质，爱 本身.

去看到那”在各种变动以外的东西”[1]，正如这个器皿今晨在教堂服务中颂读的经文，造物者来自那不变的光，在即是一切的太一中 没有任何改变.

你们每个人都具有彩虹自我，它恒常地 创造 与 再创造 你自我的真理. 你处于一种恒常流动的状态. 当一些短促的坏心情击打你，它或许会改变你自我的颜色，于是你的灵光比较不能诉说你的真理. 这也是好的，你可以问自己 “在目前的场景中，有哪些是可以被和谐地整合到自我之中? 我是否可以找到一条路增加和谐、重新平衡 显露更多真理，在关系、对话、群体场合中找到更多的中心; 我怎样找到一条路去平衡爱、智慧、意志的能量?”

(星球)改变的能量在很早以前就开始了，现在正处于全速转弯的阶段，并移动朝向一个终点. 换句话说，很快地 地球将成为正面第四密度的星球，能够承受并继续住在这个大气层的人们将是以第四密度方式思考与生活的存有. 所以关于如何回应改变，我们建议你问自己: “如果我处于第四密度，我会怎么看待这个情况?” 如 Ra 群体曾对这个小组说 “此刻，爱在哪里?” 这就是第四密度的思考方式，愿意全然接受所有的存在，尊重所有灵魂的平等，与每一个生命合一，并且没有能力不和谐.

当一个人，身处第三密度，感觉到不和谐，他只要觉知他只是依照第三密度幻象

的规则去思考与反应. 但你有另一个选择，是我们推荐的，即选择移动进入心的神圣领域. 因为心从未离开太一无限造物者的无条件之爱.

在第三密度中，一个人的心智部分被遮蔽，但身体没有被遮蔽; 灵性也没有被遮蔽. 这个机制只是为了产生经验改变过程的能力，感觉混乱. 这个过程是经验幻象、打破幻象、并重新组合与创造自我. 我们在较高密度中 就没有这样的特权. 结果是，我们不能那么生动地、快速地、有效地重新调音 或 重新平衡 我们的能量. 于是，我们不断地精练早已做出的选择.

你们当中有些人不是地球原住民，毋宁说是来自外太空的流浪者. 你们来到这里与地球一同工作，因为她正要进入第四密度. 在这个时候，一股伟大的能量正在全球流动着，这股统合的能量逐渐变得显着，单纯地说，所有灵魂都被数算，所以生灵都值得同等的尊重与荣耀，所有实体都是神圣的.

所以 我们请求你更多 更多地 进入这样的领悟. 无论何时，只有你能够，进入纪念的空间，想起你是谁，你的自我即是造物者的一个火花，你是训练中的造物者. 这是你真实的本质，你们都还十分年轻，然而 你们终将无可避免地、坚决地走向你的源头，你的尽头，太一无限造物者.

在每一个幻象、每一个密度，当它逐渐向八度音程的上方移动，便能够包含更多的真理，随着光的特性改变，它可以持守更多的资讯.

想像你的心轮开启，允许你沉睡的心智部分甦醒，要求更多的清醒. 因为那些要求的人将得到; 那些敲门的人，门将为他们打开.

你们的问题还提到世界上巨大的改变，确实 我们此时看到你们的人群朝向彼此的毁灭，更大规模的屠杀无辜. 我们看到这个可能性.

我们也看到另一个可能性，即器皿说的 草根运动，如野火燎原 无法遏止.

那是一个能量融合的真正革命，实体们齐聚一堂，在和谐中共同工作，为了恢复地球的元气、为了公义、为了平等、为了真理、为了存在本身 一起努力.

我们多么鼓励你们都向这个可能性倾斜，这是群体的重要意义.

在第四密度中，实体们一起和谐地工作，每个人贡献自己最棒的东西，结果将远胜于任何最优异的个人才能. 因为群体联合的工作 不只是线性相加，而是倍增、再倍增.

诚如 Jim 在冥想前所说: 是时候了，志同道合的人们聚集在一起、共同服务、共同去学习、彼此支援. 这个实体有一首最喜爱的歌曲:

彼此相爱 如同我爱你们，彼此关心 如同我对你们的关心.

背负彼此的负担，分享彼此的喜乐. 彼此相爱 把彼此带回家.

我的朋友，什么是 ”家”? 家就是你所属的地方.

属于彼此，敞开你的双臂 于是所有的实体都会属于你. 照顾彼此，关心彼此，将你们的地球带回家.

我们在此将通讯转移到 Jim 身上，好让更多问题可以被提出. 我们感谢这个器皿，并在爱与光中进行转移. 我们是你所知悉的 Q'uo.

(停顿片刻)(Jim 传讯)
我们是 Q'uo，再一次，我们在爱与光中向各位致意，此时，我们有荣幸提供自我尝试讲述任何你们的简短询问. 此时是否有任何询问?

S: 我有一个. 当一个人在灵性寻求的路上，撞到一面砖墙，于是跌倒了. 他不确定要怎么做才能起来，接下来要往何处去. 你对于这个情况有任何建议?

我是 Q'uo. 通常，寻道者发现前有墙壁时，有种可能是什么也不做，直到他被内在的渴望所驱动为止. 在休息的时候，可以探索自我的内在 看看是否有新的优先目标，是否有任何其他方向.. 以及 什么东西可以给予自我目标感，自我意义?
(录音带第一面 结束)

(Jim 传讯)(Jim 传讯)
我是 Q'uo，是否有其他询问?
(停顿片刻)

(Carla 传讯)
我们与这个器皿同在，我们是你知悉的 Q'uo.

在 Jim 为带子换面之后，他被一个新的程序所惊吓 而没有回应.

结果，我们重新接触 Jim，他也尝试继续说话. 然而，他的正直性促使他正确地表达退出通讯的渴望，因为他不觉得现在能以最高的纯粹度执行器皿的工作.

目前这个器皿的状况比大部分的成员稳定，所以我们在这个时点更换通讯对象.

此时，是否有任何询问?

G: Q'uo，在一的法则系列丛书中，Ra 说第三与第四密度在电性体上不相容. Ra 说如果一个第三密度实体拥有完整的第四密度觉知，他的电性体会失效. 所以我的问题是，在第三密度中 我们能觉知第四密度的能量到什么程度呢?

我们是 Q'uo. 第三密度的载具缺乏第四密度的电路，因此无法完整实现第四密度的电性能量. 我们刚才鼓励你们在第三密度自我中活出第四密度价值，很可能令你困惑，然而第四密度的阴影，投射在第三密度中已经是足够了.

就好比一扇门虽然是关着，从门底下透入的光指出房间内有充足的光. 我们建议你注视那穿过门缝的光，凭着信心知道那房间是明亮的，那光芒是真实的.
此时，是否有其他的询问?

G: 如果器皿还有能量，我有另一个问题. Q'uo，在一的法则系列丛书中，Ra 说“……我们的存在希望可以成为一个尖锐的范例，我们尝试去教导，一种基于需要以及接近绝望的尝试.”我在想你能否进一步详细地解释这句话?

我的兄弟，我们觉察到你的问题. 如你所知晓的 Q'uo，我们包含很多种类的教导你们熟知的 Hatonn 能量群已经教导了很长一段时间; Latwii 群体以及 RA 群体也

都教导了很长一段时间. 的确，Hatonn 与 Latwii 都接受 Ra 为他们的老师

所以. 即使在我们的原则之中，我们仍有着教导与学习的约定.

做为一个原则，我们全部的优雅姿态都是为了教导，然而，如果我们使用这个器皿的惯用语，那我们会说 “LOL”*，也就是一笑置之，或暗自偷笑，因为 我们如何可以教导呢? 我们知道什么呢?我们只知道一些看法. 我们只能够轻轻地抛出我们的讯息到风中. 并希望一些有帮助的观点从一个造物转移到另一个造物，所以我们横跨许多个世界到处去传讲.
(*译注: 这是网路会话的常用语，LOL = laugh out loud 的缩写.)

我们喜悦的注视着你们造物当中的每一个人.你们都是大师. 你们当中只有少数人知道这件事. 我们希望鼓励你们去觉察你们的本质，然而我们只有一个简单的故事要述说，我们只有一个基本的思维要分享.

你是一，我们全部为一.而那个一即是爱.

我们尝试发挥创意，我们使用各种通讯管道，好比现在这位，我们可以闪现这个管道的人格所有的色彩. 依照那个人的能量与人格躯壳的内涵，编织出十分缤纷的故事. 然而我们的故事都是相同的 对于单一实体而言，这么点燃料是不够的，不足以让他获得领悟与蜕变.

此刻，我们闪耀着我们的光芒. 并且我们也请求你们发展你们的光芒，当你感觉到它就在你的内在时，去诉说你那闪耀的真理. 当你内在闪烁的真理是: 其实你一无所知，让它发光吧! 让它成为一件美好的事物去闪耀吧! 因为它是在我们觉

察的道路上一件很棒的事.

所以我们教导的对象早已是大师，却忘记自己的身分.

如果罩纱降下，你们这些正在学习的实体们 可以取代我们的位置.

然而 你把自己放在目前经历的黑暗之中，好让你可以改变.

所以，教导几乎是无望的，但一个人类或灵魂还有什么可分享呢?

除了爱 没有其他言语了. 当尝试去分享时，它必定要经由结构和限制，以及对每个结构的逻辑的迫切依赖. 这些限制几乎是无望的.

也就是说，它们创造了一个无望的局面，彷彿一颗小石子丢到伟大永恒的真理大海之中那般渺小;而那真理是如此地单纯，以致于无法被清晰地表达.

我的兄弟，我们可以进一步回答你的问题吗?

G: 不用了，谢谢你 Q'uo.

我们要求你把一件事放在心上，那就是放心地知晓你没有犯过所谓的过失，在你的人生课堂中 一切都在轨道上. 不论你的感觉是什么，你们每一个都做得很漂亮，并且表现勇敢且真实. 我们仅鼓励你继续持守信心、相信你自己、相信你的催化剂、相信人生计画的正确性.

树木们在风儿的吹拂下鞠躬，季节开始变迁. 当冬天到来，树叶必须落下，所有一切似乎都死寂了；然而当春天的曙光来到 草木重生，再度从黑暗的土壤升起，冒出新芽，沐浴在光中.

一切都好，我们在冥想中与你相遇，在那祈祷之屋与你相会；在那儿 所有时间都为一，所有生命皆为一体.

向前走，信赖那黑暗与光明皆为一，本质是一样的.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿与小组.Adonai. 我们是 Q'uo.

Digested & translated by curious Terry & SUI. 2006 July

原注[1] 这句语典故出自圣经雅各书
1:17 各样美善的恩赐和各样全备的赏赐都是从上头来的，从众光之父那里降下来的；在他并没有改变，也没有转动的影儿。

☆ 第 0202 章集：时空幻象

中阶集会
1979 年，七月 19 日

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，我们传送祝福给你们，并感谢你们允许我们在你们当中.

我们今晚要问你关于宝藏的事，我们觉察到那在你心中的宝藏有时候被埋葬了.

你们的圣经写道“你们宝藏所在之处，也是你的心之所在.”我们还要对你说:你的心可能包含任何你渴望的财宝. 因此，关于宝藏的问题 其实更可以说是你们埋藏(内心)深处的渴望.

我们今天傍晚只会对你们说简短的几句话，但我们非常、非常希望鼓励你们以最大可能的强度 去渴望. 你曾经渴望过吗? 你今天是否曾经渴望? 你的渴望是小小的、很容易被满足的? 你可曾仰望可爱的穹苍，寻求并梦想与希望取回自己天赋的权利 — 爱与光?

我的朋友，你今天渴望过吗?

我们以造物者之名询问你.
此时，我们停顿片刻，好让 Laitos 可以来到你们当中.

[停顿，小组吟唱“嗡-姆”(om).]
我是 Laitos，我跟器皿同在，感谢我们的 Hatonn 姊妹. 我们刚才要求这个器皿重新校准 与 调音这个小组，因为有新的弟兄姊妹的加入，我们感到无比快乐，与你们的和谐同在.

我们要在此时调节 并 传送医疗能量给 E 实体. 我是 Laitos.
[停顿]

在停顿的时候，我们已经与你们每一位进行工作.
我们现在要与 L 实体工作，请她放松. 我是 Laitos.
[停顿]

如果器皿 N 可以开放自我给我们的通讯，我们想要透过 N 做结尾. 我是 Laitos.
[停顿]

(N 传讯)
我是 Laitos，我现在与这个器皿同在. 朋友们，当我观看你们星球的灵魂，我们有时候渴望伸出双手，直接地协助你们，但我们知道我们必不可如此；因为无限造物者的意志在此时并不以这样的方式工作. 我们看到上百万、上千万的人群正在演化，我们知道最终他们全都会到达一个更高意识的状态. 我们对于我们看到的痛苦感到忧伤，虽然我们知道有一个伟大的计画.

我的朋友们，我们传送我们的爱给你们，我们总是与你同在. 以我们的观点，你们在这个星球的时间只是一瞬间，但它是一个珍贵的(礼物)... 我们爱你，我们在光与爱中离开你们. 我是 Laitos.
Adonai vasu borragus.
[停顿]

(Carla 传讯)
我是 Latwii，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，我十分感激你们渴望再次听到我聒噪的评论 [以幽默的口吻]. 既然你们已经请求我们在此，我们非常愉悦地与你们同在，我们十分诚挚地将爱传送给你. 我们此时回答问题，如果你们有任何问题，我们鼓励你现在发问.

N: 我有个问题，但我不想说出来，如果你感觉可以回答，我会很感激.
[停顿]

如果我们允许想像力自由奔跑，我们会说答案是 不行.

然而，我们尝试更负责任一些: 我们请求你等待，因为在等待中，我们弟兄在这个会议中说的计画将会实现. 这是否回答你的问题，我的兄弟?

N: 是的，谢谢你.

我们感谢你，此时是否有另一个问题?
[停顿]

H2: 我有个问题，几个礼拜前，你曾说我们人类被播种在这个星球上，然而 我们没有说话的权利-即我们在这件事上别无选择. 为什么呢?

我的兄弟，我能怎么说呢? 我们之中 没有一个实体有选择权; 我们全都是造物者. 造物的状态一直存在; 它将永恒地存在着. 如果开始是个可能性，你们在黑暗中开始，关于这点 我们并不确定. 然而 我们确定你们就好比旅行者，看到一个漂亮的颜色就被吸引，于是远行进入一个具有那漂亮颜色的幻象. 你们是造物者，你别无选择-我们都一样. 然而 你有无限多的选择与时间去决定你清晰表现造物者本质的方式. 如此，矛盾-灵性真理的要件 –获得满足. 你没有自由意志，你有完整的自由意志. 藉由你的选择，你被播种. 没有一个神秘、甚至令人质疑的园丁曾经来地球播种. 众多的园丁就是你们自己-不受时间与空间的限制，而是为这

个造物的颜色欣喜.

这样是否回答你的问题?

H2: 一部分吧. 矛盾对我而言是个谜题. 以我的理解, 你是说我们在被创造这件事上没有选择, 然而 我们有选择来到这里?

这并不精确, 你们不是被创造, 你们是造物者. 你们是一切万有的一部分、你们是无时空的一部分. 你们同时是造物者与造物. 确立这些概念之后, 我们可以说你的问题的第二部分是正确的.

如果一个实体要在灵性上进展, 矛盾是绝对的必要条件. 如果你这个时候没有面临到矛盾, 那么 你尚未努力尝试. 所以, 不管什么时候 你都会碰到谜题, 我们只希望这个谜题是值得的; 当你从这个矛盾推进到另一个矛盾, 你逐渐活出你不能理解的东西; 这点, 你是理解的.

H2: 我想到另一个矛盾; 那就是, 如果有轮回转世, 如果没有时间, 万物都是一体, 只有当下, 那么 所有的前世、现世、与未来世都是当下. 如果这些都是真的, 那么为什么活在过去的我们所住的雄伟的建筑, 今天却成了废墟? 如果一切都在活生生的当下, 为什么几千年前还屹立的建筑物, 今天我们看到的只是废墟?

请原谅我们, 我们必须花几秒钟校准这个器皿, 因为她有些不适应我们振动的强度. 我是 Latwii、我是 Latwii、我与这个器皿同在. 我们现在有较佳的通讯, 我们感谢你的耐心.

这个器皿的心智中有个相当老套的说法：把你的拇指刮一点细胞，用超高倍数的原子显微镜观看，最终 你可以看到造物-银河、太阳系、星球. 在你的手指上有着众多的生命，以你们的时间尺度，他们的生命有多久呢？当你拇指上的一个细胞从生到死，有多少文明从盛而衰呢？当一个超新星爆炸，终结所有生命，对于那些生命 永恒是什么？

你们自身所处的时间与空间，相对而言，要比许多宇宙来得缓慢. 造物具有无限的多样性，但有一个统一的真理，在时间与空间之外 存在合一性. 你们生活在一个幻象中，那些理解幻象的实体可以操纵它. 我们自己可以在无时间之中旅行.你们当中有些人能够驾驭好几个时空之外的次元. 无论如何，只有当下. 问题在于只有那些没有手表 也不知道时间的人才理解这个当下. 当下是当下，你们经验当下、另一个当下、再一个当下. 彷彿你站在一个轮子上，不断地转圈圈. 但如果你能够站在轮子的正中心，你可能会旋转，但你不会跑到别的地方，这个点即是当下的状态. 你们一些最着名的灵媒*(medium)能够存取这点的资讯. 有些人把这个点，以这个区域而言，称为阿卡西纪录(Akashic Record). 这是可能的，因为所有时间事实上都为一. 你们并不是活在一条直线上；你们活在一个圆圈内. 开始即是你的结束，于是 没有 开始 或 结束.我的兄弟，这些是否回答你的问题？
(*译注：艾格凯西--Edgar Cayce--为其中之一.)

H2：我还是不理解. 比方说，我在这个幻象中 拿着相机纪录巴特农神殿的废墟，然而 在过去的某一刻，苏格拉底与他人在那儿欣赏它光辉的样子. 我所困扰的事.. 或许无法被回答.. 如果一切都在当下，巴特农神殿在那儿，苏格拉底与他的同伴也在当下；而我也在当下，我看到废墟，我的相机也纪录它是废墟，难到说我的相机也有幻象？

你的相机也是你们幻象的一部分. 我们必须区别你们的现在当下(now now), 以及你的其他当下(other now). 你们活在现在当下, 就好像一个 喵-喵, 它不过是个普通-普通*的东西 [以幽默的语气]. 结果是, 为了理解现在, 你必须活在另一个现在, 在那其他的现在, 你可以看到你想要看的, 并真正地理解你想要理解的东西. 但你不能同时在 现在当下 与 其他当下. 于是, 这个幻象对你而言 是个学习时间, 幻象看起来是真实的.
(*译注: 这段原文很有趣, 提供给读者参考: something like a muu muu, and it is only so so.)

你或许有兴趣知道, 如果一个物理学家描述巴特农神殿, 不管是在原始状态, 或是废墟状态, 他会描述一个空间的结构. 物理学家之间或许有很大的不同, 但他们普遍同意 任何物理结构不是 几乎没有质量 就是 完全没有质量, 包括人体;毋宁说是一系列的磁场. 所以, 理论上, 一个人可以将她的手穿透巴特农神殿、一个人、一个桌子、或任何东西. 不过, 在现在当下, 这是不可能的, 你的相机也是现在当下的一部分. 在现在当下, 你可以发现许多征兆, 知晓有些人不在现在当下之中, 这些人可以直接走过任何东西, 如此向你指出 现在当下 并不是唯一的当下.

这些话有帮助吗, 我的弟兄?

H2: 有一些帮助.

现在我们可乐了! 此时还有其他问题吗?

H2: 我有另一个问题，Latwii，你几个礼拜前提到绿色充满一个房间，我们居住的另一部分-不是这里，而是别处-你还说你享受我们的第五次元—我假设是我们第五次元的振动. 这意味着我们同时存在于别处与此处?

这不是位置的问题，我的兄弟，因为次元之间彼此穿透. 无论如何，依照你的能力，你存在于越来越明亮的振动. 你们存在，即将进入第四次元; 你们当中有些行家此时正活跃地工作于第五次元，并尝试理解第六次元内在王国的某些教导.有少数人工作的范围远至第八次元. 在这个房间中，有两位实体曾经在异像(vision)中看见 并 觉察它的本质; 虽然他们只能很短暂地维持这个状态. 这是你们宇宙的八度音程，这些是八度音程中的次元. 要超越这些，你必须释放化学身体; 所以这个房间里的参与者应该近期内都不会这么做.

无论如何，在这些次元中 有着许多、许多无限有待探索，以及许多智慧可以学习. 为此，我们敦促你继续向前; 因为路途将变得更轻快、教导更真实一些、而笑声更爽朗一些.

你想知道关于绿色的振动?

H2: 绿色?

绿色.

H2: 不，你以前提到绿色，那是一个参考点.

啊，对了. 绿色纯粹是这个特殊小组的重要颜色，事实是它有医疗的属性，这个

小组有许多成员能够使用它. 所以我们尝试以绿色振动环绕你们.

还有其他问题吗?

H2: 既然我们刚才谈到其他的存在，以及 所有事物都在当下，是否可能另一个我就住在我家对面的街上，或地球上的另一个角落，或有好几个其他的我?我的兄弟，在这个特殊的宇宙，你是一个时间旅行者，而不是空间旅行者. 因此，你平行地活着你每一世，但你和你(其他)自我却不在同一个空间. 尽管如此，为了觉察过去或未来，你必须抵达一个改变过的意识状态，唯有适当地尊重知识，才去完成这件事. 知识，如同我们先前所说，伴随着责任.

H2: 你尝试给我一个关于责任的讯息吗?

我的弟兄，这是一般性的讯息，并不只针对你. 简单地说，如果你知道一个道理，却不依此行动，后座力效应将会伤到你; 于是，你将真正开始知道这个道理. 这是灵性知识的法则.

H2: 非常谢谢你，我也感谢这个小组让我占用这些时间.

我的朋友们，此时还有其他问题吗?

K: 我有一个问题，从灵性发展的观点，我们觉知前世是否对自己有帮助? 如果答案是肯定的，我们如何去执行?

对我们来说，这是一个困难的问题，因为我们不知道什么东西可以触动任何存有

的灵性发展. 通常而言，一个人知道自己的前世，在灵性上 并没有什么价值. 一般来说，对于一个人真正有力的事件是与一个快乐的人在一起，某个人有寻求者没有的东西，暗示寻求者可能还不知道某些事. 这是为什么我们要透过不同器皿说话的原因-尝试去激励，伸展人们的好奇心，促使你唤起你自己想要进步的本能.

不幸地，了解前世似乎成为你们人群中的一个流行. 如果你特定的人格与另外一个人有冲突，知道前世或许有帮助-但不在灵性范畴，而是人际关系的领域 –回到前世找出过去做了什么事，导致今生得到的后果. 然而，如果你可以学习宽恕的艺术，你不需要知道某个人对其他人做了什么事. 如果你能全心请求获得宽恕，并全心地宽恕他人，你已经打破业力(karma)法则. 如此，你并不需要神秘或超自然的知识.

不幸地，这类资讯经常被误用，我们稍早解释过责任伴随知识而来. 因此，如果你知道你的功课是什么，却逃避学习它，你的功课会变得越来越难，直到生死关头，你必须学习 为止. 为了让你自己轻松一些，在探究过去世之前，先去探索此生爱的可能性、与周围人群的关系、这个环境、以及这个幻象.

因为只有在这辈子、这个片刻，你才有机会觉知地掌握自己的命运，加速你自我朝向光的旅程，好比你们在这个集会祈请的光.

我的兄弟，这样是否回答你的问题?
K: 的确回答了，谢谢你.

一如往常，我们感谢发问者，因为如果你没有问我们问题，我们一个字也不能说.

我即将离开这个器皿，因为她开始疲倦了，如果 H2 愿意，我们将透过他结束这次的会议. 我是 Latwii.

(H2 传讯)
我是 Latwii，我与这个器皿同在，我希望他更放松一些，“我保证不会伤害你”.

“你曾经想知道为什么我从上次集会后没有与你谈话，你太急躁了，你要得太多. 你必须学习接受来到你身边的东西. Oxal 是你主要的通讯对象.

你们希望改善自我，这些希望不会白费，在某个时间框架 你将会演化到更好的状态，因为那是你们的命运. 但你们可以协助它现在就发生，藉由你的追求过程. 它也可以是往后的任何时间，我的朋友们，让它现在发生. 我们真的爱你，我们关心你. 我们传送爱与光给你们.
我是 Latwii，adonai vasu borragus.

Digested & translated by curious Terry. 2006 July.

☆ 第 0203 章集：电脑游戏

Copyright © 2006 L/L Research
特别冥想
2006 年 3 月 28 日

T 的问题: Q'uo，时下年轻人似乎越来越喜欢玩线上游戏. 我记得 Ra 曾在”一的法则” 提到有些小孩具备双重启动的身体，既然如此，我觉得这些小孩花太多时

间在线上游戏是很可惜的一件事. 我主要的问题是: 电脑(含游乐器)游戏对于这个世界的影响是什么，特别对于年轻人而言?

(Carla 传讯)
我们是你所知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意.
如同往常，我们要求你们十分谨慎地辨别我们的思想，请抛弃任何你觉得不正确或不优良的部分. 我们不想成为你路上的绊脚石.

你们今天的问题关系到许多人聚集在一起玩的游戏，特别是年轻人. 电脑游戏在你们的文化是相当流行的一个活动.

这个器皿知道这些游戏包含很广的范围，我们透过她的眼睛来看这个现象，以及你们询问的衍生意义.

首先，让我们来看看年轻人的状态，如同 T 先生刚才提到，你们许多年轻人拥有第四密度的潜能身体，拥有这种双重启动的身体的人 对于未说出口的思维 以及未表现出的情感都很敏感，于是在大多数时候，这些年轻人发现要和平地居住在第三密度的环境中有些困难.

在这种内在混乱的氛围中，很自然地，他们会寻求可以抚慰与镇静他们不安心情的东西.

这个器皿在玩的游戏可以让她放松，思绪暂时离开烦恼的琐事. 这是最简单的电脑游戏，它是单机游戏，与他人无关，它的目的只是让玩家放松心情，释放紧张，在长期脑力工作后有个轻松的消遣.

这类的游戏，如重复的牌戏*等，可以降低一个人的压力，降低血压..等等. 对于这个器皿而言，它是生活中愉快的一部分，是可以接受，并且在灵性上 为中立的一部分.
(*译注: 微软 Windows 内建的小游戏大多属于这类.)

另一种游戏是具有敌意的. 你们许多的电脑游戏都涉及大量的戏剧性动作，即虚拟人物之间的战斗，游戏中有大量的毁灭与破坏. 为了要完成这种游戏，玩家必须采取侵略的态度，在战斗中战胜敌人.

这类的游戏具有混杂的极性.

在某一方面，一个人心里觉察到在她内心深处有许多敌对与侵略的感觉，她无法在日常生活中，秉持良心去表达这些感觉，这样一个寻求者可能有意识地选择玩这种侵略性游戏以表达自我的阴暗面，好比愤怒、没耐心、评判、与憎恨等; 却不会冒犯任何人的自由意志.当有意识地玩这类游戏，以不伤害他人的方式来表达这种感觉，该玩家经验到一种心理的释放，卸除心中有毒与有害的情感.

然而，更远为常见的情况恰好与上述相反.

大多数选择玩这类游戏的玩家并不是为了卸除负面情绪、保持爱心而花时间在上面; 毋宁说他们享受有权力的滋味，享受成功防卫自我的感觉，这背后的驱动力以恐惧为基础.

许多人对于目前的文明感到不舒服，这个器皿就觉得许多重大决定都是由掌权者

控制，她感到十分困惑，甚至感到困扰. 然而，这些情绪算是温和的. 你们有些人看到一个充满敌意的世界，一个对于温柔与敏感无动于衷的世界，这样的观感在一个人心中建构恐惧，于是他渴望一个可以掌控的环境，即使是在游戏的幻象中.

最后一类的游戏是多人线上游戏，这是另一个层级的表达方式，与群体有关.

许多人感觉孤独，生活不舒适. 外在的环境常常显得苍白凄凉，不只年轻人有这种感受，而是包括所有年龄层的人.

在线上游戏的世界中，玩家们遵守严谨的游戏规则，在一个受到控制的环境中游玩，这些虚拟的戏剧引人入胜，十分负责，并且表现自我. 一个人有机会在某个线上游戏中重新创造全新的自我，有机会认识某种同伴. 它在某种程度上取代人们在现实生活中的人际互动.

我们现在把视野放远，观看线上游戏发生的地方-社会.

确实，有许多人不住在都会区，然而，有蛮大的百分比的人口居住在都市中.

反讽地，人口越密集的地方，人们有越强的疏离感.

或许这样的环境使得人们倾向在虚拟世界中寻找娱乐与同伴.

电脑游戏是你们文化的一部分，一般而言，它的效应是钝化玩家的觉察与感官，这也是你们文化的倾向. 从灵性追寻的观点而言，这是不幸的.

你们的文化重度地鼓励人们保持沉睡的状态，不管是游戏或其他普罗文化，大众觉察到一些名字、游戏、事件、或社会情境，然后聚焦在这几个记号上，而排除探索自我的旅程.

我们发觉在这个主题上，我们只能讲到这里，因为其中的灵性原则很少，我们能提供的评论也有限.

此时是否有其他询问?

T: 一般而论，这些游戏带给这个世界比较多正面或负面的极性?

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们觉察你的询问.

因为游戏产生或损失的极性非常地少. 当然，有些实体早已朝向负面极化，充满侵略与敌意的游戏可以帮助他们磨利他们愤怒与狂暴的刀锋.

但在大多数情况，这些游戏造成的结果是分心与沉睡，如同你们的电视、电影、其他娱乐一般.

此时是否有其他询问?

T: 线上游戏是否有助于社会记忆复合体的成立?

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们觉察你的询问.

游戏本身并不具有建构社会记忆复合体的特性.

我们乐于看到对于游戏有兴趣的玩家们能够创造出一个符合形而上原则的游戏，在玩游戏中检验生命、社会、以及亘古的问题: ”什么是真理? 什么是美? 什么是良善? 什么是公义? “ 诸如此类. (注一)

一般而论，网际网路(WWW)的现象拥有更多这样的特征，可以唤起人们的全球觉知意识. 如同器皿曾说，它是某种训练工具，协助人们去思考所有人类都是同一个家族. 当一个人在网际网路上从这个网站跳到另一个网站，他可以在地球上个各个角落跳来跳去，他很快可以理解自己是全球社群的一份子.

再者，网际网路似乎是一个十分友善、高互动性、与活跃的社群，因此我们看待网际网路如同社会记忆复合体的雏型，而非侷限在游戏世界中.

此时是否有其他询问?

T: 既然自由意志是我们必须尊重的原则，我们对于爱玩线上游戏的孩子们应抱持何种态度? 我们应该对他们说些什么?

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们觉察你的询问.

不管是与哪个年龄的其他-自我打交道，最好是到他们(常去)的地方相见.

你们每个人都有特定的时间; 在生与死之间经历特定数目的心跳. 如果一个人很

严肃地生活，尝试在每分每秒都有用地、建设性地活着；这种态度，虽然值得称赞，却造成情感上 干枯、贫乏的一生.

其他人可能选择一辈子无所事事，不做任何有用的事.

以我们卑微的意见，关键在于每个人独特的平衡点，一个人将玩乐的渴望、完成好事、学习服务众人与造物者的渴望整合在一起.
玩耍、分心的消遣、娱乐都是生命中正当且正面的部分.

所以我们鼓励你融入孩子的环境中，分享他的娱乐.

一般而论，对待小孩或晚辈的关键是聆听他们的关切，同理他们的言语.

不是以教师的身分进入他们的生命，而是以一个愿意倾听与学习的个体身分. 不管你跟孩子的年纪相差有多大，将你自己视为他的同伴. 当然做为一个年长的同伴，你很自然地会渴望去保护、关心、与支持较小的同伴.

当你面对孩子时，总是要记得孩子真正"懂"的是你内在的本质，而非你想要推销的自我形象.

最后，我们单纯地鼓励诚实，你的意见不见得完全正确，但你的意见是给孩子的一个礼物.

如果你发现一个孩子感兴趣的游戏是负面的，或令人困扰，诚实且开放地与孩子讨论，分享你的内心. 这样，太一无限造物者的爱自然会找到进入你们对话的方

式.

你的目的是与孩子同在，会话的方向并不重要，一颗心倾听另一颗心，一个人对于另外一个人的思维感兴趣，进而创造出一个充满爱、鼓励、与支持的环境，那才是重要的.

我们特别感谢 T 先生问了这个问题，因为在其中 他表达了他的心.

此时，容我们问，是否有其他询问?

T: 根据 Ra 的言论，我们即将进入第四密度，所有人工的或人造的东西都将消失. 那么在第四密度，灵魂们都玩哪种游戏呢? 我假设他们也需要有些娱乐，不是吗?

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们觉察你的询问.

我们不觉得这是我们可以回答的问题，我们为此感到抱歉.

我们可以提供一般性的概念，说明在较高密度有什么好玩的.

我的兄弟，当那沉重的罩纱被揭开之后，你的眼界大开，你将发现到处充斥着极为华丽的刺激、热情、与喜乐. 你心智的内在工作可以具体化; 想像变得明白可见. 如果你心中的图形、图画、故事都可以具体化，让其他人看见，你会创造出什么呢? 你还会缺少乐趣吗?

再一次，我们很抱歉不能说得更详细. 无论如何，这个询问牵涉到自由意志的议

题，虽然并不明显. 然而它却如同一道砖墙结实地把我们挡住了.

在我们离开这个器皿之前，是否有其他询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: (代表 T 发言) 我相信就这些了，Q'uo.

在这个情况，我们将离开这个器皿与小组，感谢每一位成员贡献这段时间寻求真理. 我们也谢谢 T 先生发起这个集会. 我们感谢并欣赏你们美丽的振动.

我们是你所知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. Adonai，adonai.

(注一，其实 Q'uo 描述的正面游戏，很早就有人设计出来，而且还很畅销喔..那就是创世纪四-Ultima IV 游戏. 有兴趣的朋友可参考以下连结:)

http://boneash.oldgame.tw/Apple2/apple2-rpg-7.html 创世纪游戏免费下载网址
http://myweb.hinet.net/home4/dreamerwolf/uos/history/uolist.htm 创世纪游戏的介绍
http://www.tk421.net/ultima/ 创世纪的人格测验—English

(V)2006，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0204 章集：乐队指挥的天性

作者: 马丁路德.金恩 牧师/博士

今天早上我想用一个主题来传道“乐队指挥的天性”. 我们今天参考的经文来自大家非常熟悉的马可福音第十章，从第三十五节开始，我们到阅读这些字句“载伯德的儿子雅各伯和约翰走到耶稣跟前，对他说：「师傅! 我们愿你允许我们的要求!」 耶稣对他们说：「你们愿意我给你们做什么？」

他们回答说：「赐我们在你的光荣中，一个坐在你右边，一个坐在你左边。」

耶稣对他们说：「你们不知道你们所求的是什么；你们能饮我的杯吗？或者，你们能受我受的洗吗？」

他们对他说：「我们能。」耶稣就对他们说：「我饮的杯，你们必要饮；我受的洗，你们必要受；但坐在我右边或左边，不是我可以给的，而是给谁预备了，就给谁。」

耶稣最后说“但你们中间，却不可这样：谁若愿意在你们中间成为大的，就当作你们的仆役；谁若愿意在你们中间为首，就当作众人的奴仆.”

看完这节之后 很快地 我们很自然地谴责雅各伯和约翰，我们会说他们好自私，为什么他们要做这么自私的要求? 但在我们急着谴责他们之前 让我们平静地诚实地看着我们自己，我们将发现我们也有着同样的基本渴望，渴望被认可 渴望具有重要性. 同样渴望受注意 渴望在首先. 当然 其他弟子对于雅各伯和约翰感到愤怒，你们可以理解为什么，但我们必须理解我们也有一些雅各伯和约翰的特质. 在我们每一个人的内心深处都有着这样的天性.

我们都有着“乐队指挥的天性”，我们都想成为重要的人 想要超越他人 与众不同 领导游行队伍. 伟大的心理学家阿德勒(Alfred Adler)断言这个渴望受注意，渴望与众不同的冲动 是人类基本的冲动，是人类生命的基本驱策力，这个乐队指挥的天性.

如你所知 我们很早开始就要求生命把我们摆在第一，我们出生的第一个哭声就在寻求获得注意. 在整个童年中 乐队指挥的天性就是我们主要的沉溺.

现在我们长大成人，我们仍然有这个天性 我们从未真正跨过它.

我们想要做些好事 你知道的，我们喜欢被赞美.

事实上 每个人都喜欢被赞美. 当我们被赞美 当我们的名字被印在某个东西上我们就感受到一道温暖的光辉 这种感觉是给我们小我(ego)的维他命 A.

没有人会因为被赞美而感到不开心 即使他们知道他们不配这样的赞美 或甚至不相信它. 惟一会对赞美不开心的人 是当太多的赞美跑到别人身上的时候.

现在 这种乐队指挥的天性 解释了为什么我们常常被广告商所诱骗. 好比说为了成为一个出众的男人 你必须喝这种威士忌，为了使你的邻居忌妒 你必须开这种车. 为了成为可爱的女人 你必须用这种脣膏 或那种香水. 在你还没明白之前 你已经买了那个东西. 那就是广告商的做法.

我前几天收到一封信 那是促销新杂志的广告信 里头写着“亲爱的金恩博士，你被我们归类为 高度聪明，进取，艺术与科学的爱好者，我知道你将会阅读我接下

来要说的话..” 当然 我照做了 看完他说了这些话 把我诠释得如此精确，我当然想要阅读它.
[听众笑声]

但说真的，乐队指挥的天性是很真实的 你知道它还会产生什么作用吗?

它常常造成我们入不敷出. 你是否看过人们买的车 是他们收入无法负担的车?
[听众笑声]

你曾看过人们开着凯迪拉克，克莱斯勒; 赚的却不足以买部福特新车? 但这种举动喂养受压抑的小我.

你知道的，你看过人们一次又一次地自愿让乐队指挥的天性主宰他们. 人们努力想要超越隔壁的琼斯. 他们买这件大衣是因为它比玛莉的大衣好看一些.

我必须要开这种车 因为这种车比我邻居的车要好一点.

我不知道这种物质生活的比较 其尽头在哪里.

乐队指挥的天性可能促使一个人最终所有行动的目的都只在于获取注意. 罪恶学专家们告诉我们 有些人就因为乐队指挥的天性而被驱使犯罪.. 他们不认为透过正常社会行为 能够获得足够的注意，于是他们转向反社会的行为为了撷取注意为了感觉自己的重要. 所以他们拿到一把枪，然后抢了银行，为了获得重视，为了具有重要性.

因为乐队指挥天性而扭曲人格 其最终的悲剧是一个人尝试将他人压下去 好让他自己上来. 不管什么时候 一个人这样做 即从事最邪恶的活动. 这样的人会散布邪恶 说谎 诽谤他人等等.

乐队指挥天性带来的另一个问题是排外主义. 我知道有的教堂也会有这种情况.有的教堂成员会说 “我们有这么多的医生 这么多的学校教师 这么多的律师 这么多的实业家在我们教堂.” 那本来很好 因为医生需要去教堂 律师 生意人 老师都需要到教堂. 但他们的说法 甚至连牧师都有这种心态—他们的说法彷彿其他的人群都不能算是教堂成员.

任何一个教堂若违反了 “不管是谁 只要他想来 让他来”这个原则, 那是一个死去, 冰冷的教堂. 只不过一个小小的社交俱乐部 夹带着细细的一层宗教信仰.一个忠实于自身本质的教堂不会让乐队指挥天性被曲解. 它是一个人人平等的地方所有的人都是兄弟 因为他们都是同一天父的孩子.

乐队指挥天性不只造成种族的冲突 也造成国家之间的冲突. 世界各个国家争夺至高无上的超强地位. 现在俄罗斯有两千万吨的核子弹 足以在三秒内摧毁像纽约这样的大都市. 同样的 我们也可以在俄罗斯及中国境内 做同样的事.

许多国家也感染了乐队指挥天性 “我必须成为第一” “我必须成为超强” “我们的国家必须统治世界”. 我很难过的说 我们居住的这个国家正是最大的罪犯.

我要持续对美国这样说 因为我是如此爱这个国家 而不忍看到它漂移太远.

上帝并没有召叫美国去从事一场没有意义 不公正的越南战争.

我们是那场战争的罪犯 我们所犯的战争罪恶几乎比世界任何国家都多 我要继续说下去.

三不五时 我会重新阅读吉朋(Gibbon, Edward)写的罗马帝国兴衰史, 我看着美国我对于这两者平行的相似感到惊恐, 我们已经误用了乐队指挥天性.

但 让我加快进行到我的结论, 因为我要你们看看耶稣真正想说的东西. 那是很有趣的. 我们可能会想耶稣应该会谴责他们 猜想耶稣可能会说 "你们逾越自己的位置 你们很自私 为什么要提这种问题呢?"

但 耶稣没有这么做 他以完全不同的方式来说 他话语的实质意义是 "喔 我知道你想要在前头 你想要成为伟人 你想要成为重要人物. 好吧 你应该成为这样的人物. 如果你要成为我的弟子 你必须是这样的人." 但他重新调整优先顺序他说 "是的 不要放弃这个天性 如果你正确地使用它 那是个好的天性. 如果你不扭曲它 不误用它 那是个好的天性. 不要放弃 持续感觉 成为重要人物的需要; 持续感觉成为第一的需要. 但我要你首先要在爱之中. 我要你首先在卓越的道德之中. 我要你首先在慷慨之中. 那是我要你做的事."

于是耶稣给予我们伟大的新典范. 如果你想要成为重要人物 –非常好.

如果你想要被认可 --非常好. 如果你想要成为伟大的人 –非常好.

但要知道 你们当中最伟大的人 将成为你们的仆人. 那是对于伟大的新定义.

今天早上 我喜欢的事情是: 藉由这个伟大的新定义 每个人都可以是伟大的, 因为每个人都能服侍. 你不须要有大学学位才可以服务. 你不需要懂得让主词与动词一致才可以服务. 你不需要知道柏拉图, 亚里斯多德才可以服务. 你不需要知道爱因斯坦的相对论才可以服务. 你不需要知道热力学第二定律才可以服务.

你只需要一颗充满恩典的心, 一个由爱衍生的灵魂 你可以成为那个仆人.

我知道一个人 –我只想花一分钟谈论他. 你们或许将发现我在说谁, 因为他是个伟大的人.

他出生于一个黯淡的村落, 一个穷苦平民女人的小孩.

他在另一个黯淡的村落成长 从事木工 直到三十岁.

然后有三年时间 他凭着双脚 四处传道. 他没有什么东西 从未写过一本书 也从未有个办公室. 他从未拥有一个家庭 从未拥有一个房子.

他没有做任何世间认为的伟大事情 他没有正式的证书 除了他自己

当舆论开始反对他时, 他只有三十三岁. 他们称呼他为暴民煽动者 称呼他为麻烦制造者. 他实行公民不合作 他破坏律法. 于是他被递交到敌人手上 并经历充满嘲弄的审判. 讽刺的是 是他的朋友将他递交到达敌人手上. 他最亲密的一个朋友否认他. 当他濒死之际 那些杀死他的人们正在赌博以得到他的衣服, 那是他在世上唯一的财产. 当他死后 透过一个朋友出自同情的帮助 他被埋葬在一个借来的坟墓.

过了十九个世纪 他依旧挺立 是人类史上最有影响力的人物.

所有的军队 所有的国会 所有的国王 加总起来都没有影响这个人在地球上的生命. 他没有任何东西 他只是不断地服务 做良善的事.

就在这个早晨, 你可以成为他的左右手 如果你愿意服务. 那是惟一的道路.

我们每个人生命具有一个共同的分母—我们称之为死亡.

三不五时 我会想着我自己的葬礼 我并不是以病态 或毛骨耸然的观点来看待这件事. 我问自己 “我希望被人们怎么说呢?”

于是我将这些话留给你们.

我不想要一个冗长的葬礼 如果你找到某个人诵念悼词 告诉他不要讲太久.

告诉他 不要提起我有个诺贝尔奖 –那并不重要.
告诉他 不要提起我有好几百个奖项 –那并不重要.
告诉他 不要提起我上过哪些学校.

在那一天 我想要某个人提起 马丁路德.金恩 尝试给予他的生命服务他人.
在那一天 我想要某个人说 马丁路德.金恩 尝试爱某个人.
在那一天 我想要你们说 我尝试站在战争问题上 正确的一边.
在那一天 我想要你们说 我的确尝试喂养飢饿的人.

在那一天 我想要你们说 我的确尝试给那些赤裸的人们有衣服穿.
在那一天 我想要你们说 我的确在这一生中 尝试造访那些在监狱的人们.

我想要你们说 我尝试去爱并服务人类.

是的，如果你们要说我是个乐队指挥，就说我是正义的乐队指挥，说我是和平的乐队指挥. 我是公义的乐队指挥. 所有其他浅薄的事情都不重要. 我不要留下任何的金钱. 我不要留下高级 豪华的东西. 我只要留下一个献身的生命. 那是所有我想说的话.

当我死去时 如果我能帮助某个人
如果我能以一句话或一首歌鼓舞某个人
如果我能向某个人指出 他走错路了
那么我的一生就没有白费.
如果我能做到一个基督徒应有的义务
如果我能为这个世界带来救赎
如果我能散布师傅教诲的讯息
那么我的一生就没有白费.

是啊 耶稣 我想要在你的右边或左边，不是为了任何自私的原因.
我想要在你的右边或左边，不是为了政治王国或野心.
而是我只想要在爱 正义 与真理的地方，并且献身给他人，
好让我们能够将这个旧世界打造为新的世界.
----------[完]
Delivered at Ebenezer Baptist Church，Atlanta，Georgia，on 4 February 1968.

原文出处:
http://www.stanford.edu/group/King/publications/sermons/680204.000_Drum_Major_Instinct.html.

Digested & translated by c.T. 2004 May.

☆ 第 0205 章集：认识自己

周六冥想

Copyright © 2003 L/L Research

1979 年 11 月 3 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我的朋友们，我在无限造物者的爱与光中 向你们致意. 今天傍晚

能与你们同在是我们的荣幸，因为你们早已觉知永恒的重要性，不再需要我们激励或挑起你们的好奇心，去寻求更多资讯.

因此我们可以面对面地谈话，无须遮蔽我们的话语. 我们觉察到你们方才的会话，我们将安慰与祝福送给你，好让你们不会过度关切未来.

因为未来只存在于此刻，谨慎不必然是良好的灵性健康的构成要素之一.

当然，你必须好好照顾你的肉体，才不会成为他人的绊脚石. 维持良好的日常习惯，对自己的生活负责，我们绝对不会鼓励任何人去抛弃这些东西，这些是一个平衡与稳定的灵性工作者不可或缺的. 但我的朋友，你必须留意一个故事: 从

前，有位年轻人接近耶稣导师 问他怎样可以成为这位伟大拉比(rabbi)的弟子?

这位年轻人倾听耶稣的话语，相信他的教导，并且希望投入更多时间学习. 耶稣转身对他说: “你是一个很好的学生，如果你想要跟随我，你只要再做一件事 –将你所有的东西变卖 给予穷人，然后来我这里 跟随我.”

你们已经不是初级学生，你们知道一个寓言不需要完全照字面解释. 重点不是你必须把所有物质的东西变卖，毋宁是 那些拥有你、綑绑你的东西，它们阻碍你认识你自己 以及 你真正的渴望; 你要将这些东西脱掉，如同一条蛇将老旧的皮脱掉一般. 这些东西不见得是有形物质，它们可能只是一些想法 与 态度.

你们曾听说 — 认识你自己! 这是最重要的事.

我们要求你考量一点，不用放眼未来，而是专注于现在，每一个片刻; 你现在渴望什么? 这个世界上许多人认为做自己渴望的事乃是自私的行为; 特别是一个人的渴望不符合社会模式的标准时. 然而，我们对你说，如果你不做你渴望的事，你永远不会满足; 你永远不会觉得安定; 你也永远不会全然地知晓目前这一刻.

你们人群中有个广为流传的误解，你们以为自己是被环境塑造的存有; 我的朋友，并不是这样的，除非你允许它成为事实.

如果你能够保持与造物者的接触，你的生命可以完全独立于环境之外. 这是一个很大的'如果'，需要恒常地忆起你与起初思维的合一性，好让你充满喜乐，那不是你个人的喜乐，而是整个造物的喜乐. 这样的喜乐带来生命，将死亡转变为重生. 如果你能维持与造物者接触的一定水平，透过高我来工作，你将会找到自己

的道路，让你觉知什么东西对你是好的、恰当的. 你不会因此预先知道什么; 甚至在前一刻 你都不知道会发生什么. 但你内在会有个坚定的信念，伴随着信念，平安的到来!

我们觉察到你们宏伟的希望，我们诚实地说 我们不知道未来包含什么，因为有许多个未来，我们不知道你们将选择哪一个. 但我们要告诉你，那些敬爱与寻求天父的人们将发现任务已圆满达成，不管计画的进行状况是如何，也不管一个决定怎样引导到另外的决定. 因此我们求你以爱心的方式活在今天，总是对自己说 “我将遵从冥想的声音; 我重视这些思维.”

我们在静默中离开你们，我是 Hatonn.

(Carla 发出两次调频的声音)
我在无限天父的大爱与和平中向你们致意. 应你们的要求 我来到这里. 我是你们知晓的耶稣. 今天傍晚 你们的振动传到我这儿，我观察到你们是真正的门徒，你们都十分熟悉我的话语，即 你必须拿起你的十字架 并 跟随我.

我锺爱的孩子们，冥想什么是你的十字架 好让你可以更佳地拿起它. 记住，透过十字架 你方能为了你周遭所有人完成救赎; 透过你伟大的爱与牺牲 以及 最终的复活. 当你逐渐成长朝向基督意识，你会越来越察觉天父造物中无尽的奇观.

透过恩典与在你们当中居住的圣灵，你拥有所有为善与为爱的力量. 难道你以为你不配这些奇观与喜乐?

脱掉你的不值得! 你不需要它，它也不需要你. 知晓你的十字架，热爱并接受你

的十字架，如此 你将被医治.

恒常地站在爱的意识之中可以医治你的灵魂，用那爱不断不断地清洗 直到你成为干净的. 让这个过程保持隐密 不要跟任何人说. 因为这个世界不会理解你以天父之名行的事.

但那内在的东西将会出来，因之，你将成为爱的器皿. 我内在所有的爱也是你的，
你们是我挚爱的兄弟姊妹，你们与我的心紧邻着，如同所有觉知的存有.

不管你站在何处，总是寻求你双脚上的圣地，我在祈祷中与你同在，当你冥想时我在你身边. 我的爱跟随你，我给予你们 我的平安.

我是你们知晓的耶稣，我的平安来到你们当中.
(录音带 第一面结束)

(Carla 传讯)
我是 Latwii. 我是 Latwii. 我是 Latwii. 我们老是与这个器皿有些麻烦 因为她十分纤细，我们开始的力道太强 必须减轻我们的振动. 这是罕见的状况，然而她很善于接收; 我们有点不习惯这点 因为我们与你们人群的沟通往往不成功. 所以我们假设这个器皿的构成中有相当额度的光(light*)振动，或许是由于她的体重之故-哈哈!

(*译注: light 在英语同时有光 与 轻盈的意思，在此可能是一语双关.)

我们觉察到手边的问题有点复杂. 由于这个器皿只有少到可怜的地理知识，我们只能说个大概. 无论如何，Hatonn 群体最近在中国(China)工作，因为那里极度复杂的国际情势. 我们将尝试整理出个头绪，但你必须了解，我们的答案是有些简化的*.

中国是个拥有许多人民的落后国家. 它没有北方强邻—俄罗斯—的经济实力. 虽然看起来它们会是天然的盟邦. 此时，中国有一组领导对于俄罗斯领导怀有剧烈的敌意. 你们一定要理解 我们认为意识形态是十分荒谬的东西，那是由于你们人群无法活出爱. 即使在你们的美国，你们认为追求快乐是人类最重要的权利而非追求对爱的理解. 因此你们整个国家都在玩耍，而缺乏足够的修为与智慧去运用你们所支配的广大资源.

中国有一些智慧，但此时 并不在它的领导群当中，他们寻求在全球事件中损害俄罗斯的进展. 他们已经在中南半岛(Indo-China)区域燃起熊熊大火，现在呈现失控状态. 他们尝试跟美国结盟，藉由提供在中国投资与科技合作为诱因，同时也计画在最方便的时机，使用核子武器同时摧毁俄罗斯与美国.

因为在中国，领导们十分相信马克思的古典意识体系，也就是会有一场世界性的斗争，最后胜出的赢家..将是中国人. 他们憎恨俄罗斯，因为他们看到俄罗斯已经松懈它朝向统治世界的步伐，而只满足于做一个强有力的共产势力. 中国人在国际政治上玩的游戏要比俄罗斯人聪明. 他们的影响力远达你们的西岸，好比菲律宾目前社会动荡不安，部分是由于中国领导的煽动.

Hatonn 群体极度关切这件事，不断将爱的振动传给这些领导们. 因为一旦玩得太过火，俄罗斯领悟到中国认真思考的议题，它很可能接着攻击西欧，因为在这个

时候，西欧几乎完全无力抵抗他们的武器. 当然在核子武器摧毁一方之后，被攻击的国家很难不回击，接着摧毁另一方. 结果剩下的是残破不堪的物理幻象.如果你们地球上的人们想要轰炸彼此，我们不觉得我们有权利去违反这种自由意志.

如果我们以前曾说过，我们工作为了要拯救灵魂，而非肉体. 我们会 并且 曾经成功地中和核子武器对于乙太体或电性体[或者你们可以称为灵魂]的裂解效应.

再者，中国人对于俄罗斯人与第三世界国家的来往感到兴趣，并且积极从事间谍活动 涉及偷窃核分裂材料，以用于未经许可的核子装置.

有些国家的领导者并未有心智能力去理解他们可能解放的能量，只知道拥有核子装置带给自己威望，这样的核子扩散是非常危险的.

因此，Hatonn 身为我们星际联邦中 爱心最强烈的群体，有数次将它整个星球的意识朝向这些(中国)领导者，偶而朝向俄罗斯.

这样是否回答你的问题，我的姊妹?

发问者: [听不见声音]

我的姊妹，我们乐于回答这个问题. 我们的振动是单纯的. 我们曾经走过你们的经验，也走过 Hatonn 的经验. 我们的经验水平比较靠近起初思维，所以我们不再拥有肉体，而通常以光球的样子到处移动.

我们所处的振动水平，也是你们所谓的天使移动的水平. 所以我们在唱歌、欢

笑、各种音乐、颜色与形状与和谐中找到很大的喜悦. 我们此时的任务是监看与理解你们地球在各个密度的不同振动，好让我们可以更佳地协助地球上的生命. 于是，我们花了很多时间检视你们各个密度的振动频谱. 我们非常享受这个过程，我们聚焦在每个颜色上，我们沉浸其中，并漂浮其中 如同一根弦上的泡沫.

你们的星球十分美丽，尽管由于负面性而存在许多阴影，我们发现它是一个十分美丽的地方，并尽一切努力去保存那美丽的思维. 当你大笑、低声吟唱，当你在酝酿一个想法，请知晓我们与你同在 并参与你们的笑声.

这样是否回答你的问题? 我们特别请求你 如果你忧伤的时候 呼唤我们? 当你充满光的时候，你无法忧伤，而光即是我们的振动. 此时是否有其他问题?

发问者: [听不见声音]

我的姊妹，这是正确的. 天使被指派给人们.

发问者: 是否每个人都有一个天使?

我的姊妹，这是正确的. 天使被指派给人们.
大多数人都有一个以上的天使，要看他们有多惹人厌.
那些和蔼可亲的人们，对个人与他人都是如此，最多会有 12 位天使，这通常是一个人能拥有的完整类别的天使群.

天使的存在做为一个人的较高人格，为了给予个人指引、自信、以及受支持的感觉. 你们人群中只有极少数知道如何呼求自己的天使. 无论如何，他们就在那儿

充满爱与光 与我们一样. 但他们是你们星球的成员，因此他们有权比我们做得更多一些. 换句话说，他们有权与你同在，不管你是否请求它.

然而 当一个人否认有这种存有，否认神祈、圣灵、与爱自身，这种态度不会将天使赶走，但会让该天使完全地无助，所以天使耐心地、一致地，不断地设置各种情境，让一个不相信的人看到某种东西，如果他去思考一下，即可打开相信的大门. 天使可以做这种事; 我们不能. 只有当我们被特别地呼叫，我们方能前来.

因为我们不属于你们星球，因此必须遵守造物的法则，即完全的自由意志.

发问者: [听不见声音]

这要看你的相信状态，关于天使是否可以具体帮助你. 如果你相信他们的实相，他们几乎可以做任何事，因为恩典是给那些相信的人，天使则是那恩典的使者.

他们也当过人，在许多辈子学习到光荣与赞美造物者. 因此，天使可以传递力量，与祈请光. 所以如果你祈祷并听到天使翅膀沙沙声，放轻松点，你已经与你人格的一部分连线，将你与造物者的完美连结在一起.

无论如何，天使负有义务去知晓造物法则的界限，以及天父的意志. 因此天使的法则并不属于你们的幻象，而属于实相. 所以有时候你的要求似乎没有被满足，那是因为该要求不属于你的高我的意志，即分享造物者的完美. 记得你是共同造物者，因此是一个完美的存有. 你自我的一部分知道你必须学习，以及你如何在这个特殊的经验中学习. 那些完整利用冥想、祈祷、信心的人们过着和谐的一生，你可以预期一个活在造物者的计画与爱的知识当中的人，也会有如此的生活.

天使只是他爱的使者，如同我们一样.

这样是否回答你的问题?

发问者: [听不见声音]

我的姊妹，我们谢谢你，因为没有你 我们只能跟空气讲话. 此时是否有其他问题?

(停顿片刻)
在我们离开你之前，想要与你分享我们目前经验的一个颜色. 它是紫罗兰振动，我们发觉它极度地美丽，并且与你们在此时十分合拍. 如果你们愿意停顿几秒，我们将传送这个振动给你. 我是 Latwii.

(停顿片刻)
我将在此时离开这个器皿. 我们很荣幸与你谈话，我们总是很惊喜被你们邀请，因为我们不常对许多团体说话 除了那些准备好接受我们有些疯狂态度的人们.我们希望这些愚蠢的话语有些帮助. 我们在最伟大的 属于造物者的爱与光中离开你们.
Adonai，我的朋友们，adonai vasu borragus.

☆ 第 0206 章集：神秘难搞的靛蓝色孩子

UPI Religion & Spirituality

A Small Medium at Large

By Carla L. Rueckert-McCarty

路易斯维尔，2006 年 8 月 23 日

当我七岁的时候.我们全家搬到一个新地方，那儿有一群幼童军，是较年幼的女童子军。我被一个玩伴的母亲邀请加入这个团体。可以见到新的人群让我非常兴奋，而且满怀希望能够结交一些新朋友。

我第一次的会面也是我最后一次。我们的会议计画是把每一张有颜色的厚纸版剪成一个样式，用胶水把它粘成一个小小的糖果篮子. 我们打算在篮子里装满口香糖并分给附近孤儿院里头的孩子们。

我看清这个样式的结构: 一个人可以轻易地在一张纸版上容纳两个样式。我认为原来的做法太浪费纸张了，于是我受到激励把我改良的成果拿给这个团体的领袖看，我认为她应该会很高兴。然而她却对我大发雷霆并要求我立刻离开会议。我被驱逐出境了，无法申诉。

在那个邻里我不曾再交任何朋友。二个女孩也从那个会议中被除名，其中一个是罗马天主教徒，她母亲不希望她的玩伴是新教徒---我是圣公会教徒。另一个是顽固的南部浸信会教友，而她妈妈不希望她的玩伴是天主教徒。我回头读我的书，唱着我的音乐、自己一人扮演男人婆的角色，喔 我离题了。

我要谈的重点是，我是一个靛蓝小孩的典型例子。我从来都无法盲目接受命令。每件事都需要对我解释。我感觉到，现在我仍和我当孩子那时一样，我的头脑是周遭最被信任的一个。我是内向的 而且我发现要成为大团体中的一员对我来说

是个很大的挑战，除非我可以自己挑团体。

这些全部是靛蓝小孩的特征。
让我更加精确地列出这些特征:

*他们不能接受没有解释的命令，以及没有机会分享他们自己的看法。
*他们倾向于反社会并且是内向的 。
*学校对于靛蓝小孩来说经常是非常困难的，因为班上的同学对他们来说没什么意思，而且因为他们很容易知道的跟他们老师一样多或者更多。
*他们自我价值的意识是相当高的。
靛蓝儿童网站(http://www.indigochild.com/)描述他们以皇族的感觉进入这个世界。
*他们不会做一些事，譬如说排队。
*他们是制度的破坏者 当制度对他们来说没有意义时。
但这并不代表他们就是叛徒。他们只是天生的进步论者并且想要改善他们所居住的环境而已。
*您无法藉由威胁他们来让靛蓝小孩感觉有罪。
*令他改变行为的唯一希望就是用磋商得出解答的方式，要求他帮忙。
*他们以为来到这儿是他们的权利 并倾向告诉父母什么是他们需要的。
*他们易于拥有高度的感应与直觉力，还有许多右脑特征，譬如像艺术家、音乐家和作家。
*他们具有非常聪明的倾向。
*他们倾向表现出 由接受传统训练的医师以他们的方法诊断出来的 第一型或其他型的注意力集中障碍。

他们听起来就像调皮捣蛋的小鬼！这些孩子是怎么回事呢?

首先，这里是心理学的版本，那个版本是心理学家 Jan Tober 的用语，"靛蓝孩子展现了一个新的而且不寻常的心理学属性 ，同时显示了以前不曾被证明过的一般的行为模式。

Jan 和 Lee Carroll 是主导这个主题的两位作家。他们合着了一本非常好的书，名为"靛蓝小孩" 。他们的感觉是，这不仅仅是在美国地区，而且是发生在全世界每个角落的现象。他们阐明，或许在目前出生的孩子中，有 80% 具备这些特征。

并且那百分比平稳地上升，就如同我们有更多人不时以自然的死亡方式毕业一样。

这些心理学家们提出这种现象，认为 这些孩子已经带着一个 使命导向 的心智出生，而且他们已进展成为 旧式人类存有 所不及的精神大师。他们同时拥有右脑和左脑特征，以便进入左脑文化，因为他们想要平衡这个左脑文化。

顺便提一下，靛蓝小孩这个名字是由一位灵媒 Nancy Ann Tappe 在出神状态时所创造。她报告: 现今大多数的婴儿在出生时都有靛蓝色灵光围绕在他们四周。

星际联邦来源，Q'uo，经由我们小组的通灵管道，对于这些小孩为什么会在这里有一个不同的解释。

我以前曾经谈过 关于密度的概念。第一密度是行星的元素和能量，像空气、水、火和土壤。第二密度是植物和动物。第三密度是像我们这样的人类存有。

第四密度，下一个密度，是从我们的环境提升上来的，是能够学习爱与理解课程的人类。第五密度是能够学习智慧的人类。第六密度是能够学习爱与智慧的平衡和进入完美平衡与合一的人类。

Q'uo 报告，那儿已经有三波人类为了从事一件工作 从第四，第五和第六密度以肉身状态进入地球。那件工作就是来到这里爱每一件事和每一个人:这行星上的植物和动物、我们自己和其它人类还有所有较高密度的美好德行。

据说，天哪 我们在地球第三密度的人类尚未学习到这个密度的课程，亦即彼此相爱。这几波的流浪者已经反应出 此刻地球人为了期终考试，而拼命努力学习的需要。第三密度即将结束。下一堂课将在 2012 年开始，地球将成为正面的第四密度行星。

第一波流浪者，包括我，在 1940 年左右开始来到地球。我分享了许多靛蓝者的特征，但是相较于靛蓝者(的一般特征)，我自我价值感的能力被妥协掉(减弱)了。但是我热情地陷入从事服务的想法中并感觉我在地球上有个使命，就像许多靛蓝小孩一样。那是第一波流浪者的特性。

第二波流浪者在 1970 年左右开始降生，他们并非特别地服务导向，而是为了自己个人的进化而来到地球; 在他们自己的本质中工作爱与智慧的平衡。帮助行星和上头的人群是次要的任务。 如同我们现在的处境，正流向 2012 年的关键期，我们的环境提供丰富的学习经验 那将给第二代流浪者机会去从事平衡的工作---如果他们太聪明了，就要学习去拥有一颗开放的心。如果他们有太多的爱，就要学习打开智慧的能力。他们若想要服务他人也可以，但是必须努力工作自己 才

能忆起那件事。

关于第三波流浪者，星际联邦这么说，他们是从第三密度的地球毕业的。他们是第四密度的先驱。他们从这里的第三密度毕业后 在 1985 年左右开始流入我们的地球世界。

这是相当大的牺牲. 他们选择从他们的新密度回来帮助那些在他们的故乡行星中尚未毕业的人们作为他们的首要任务。

他们也想要作为服务员 大大地修复地球自身的平衡。他们强烈地感觉到了这个双重的使命。

他们是天生的第四密度人种，小心地观察他们的情况。他们身处我们所享受着的巨大的类人猿、笨重的化学槽身体，但他们还记得 活在较轻、较少情绪反应的身体里相当美好的感觉。当他们用第四密度内在的能量身体进入第三密度的肉身当中时.也能运作的同样好.

Carroll 、Tober 和 Tappe 都感到这些孩子是大师。但这并不必然是如此。他们都是孩子!然而，当然，他们有潜力成为大师，比起那些罩纱较厚的人们，他们可以用较少的努力就可以忆起他们在第四密度期间如何思索以及做决定，要如何使用第四密度的价值观像悲悯、和平、美好和进步的想法。(把它们用在第三密度里)

这三位研究员将靛蓝孩子与神圣女性的能量连接，这股能量的典范是苏菲亚(Sophia)与观音，许多主流的想法和通灵管道世界的说法相同.他们都感觉到这股

能量是这个世界此刻所需要的。

下个星期我将继续这个主题，书写关于如何处理这些孩子的问题。

您可以发现，你自己，是早来一点的靛蓝小孩。或者您也许会发现您是第一波或第二波的流浪者。对于这个讯息您应该做什么？您可以阅读我的“流浪者手册”以学习更多。那本书在我们的网站(www.llresearch.org)提供免费阅读。或者您可以买列印版本。

对于这个资讯的核心工作是：用你全部的心去回应！回应！如果您意识到在地球上您有一个使命，要知道那个使命的核心就是爱。在这里让你自己去爱并接受其他人的爱。那即是你的使命。它几乎是太简单以至于难以掌握。无论您在外在世界做了什么，从事什么工作，它都只是这个基本使命的旁枝。

我张开双臂拥抱你的灵性。不论今天你正在做什么事，充满爱去做它。不论你今天遇见谁，让遇见他们就如同遇见完美珍贵、奇特耀眼、不可思议的年轻造物主一样。超越行为与判断只要去爱，爱，爱!

2006/9/20 translated by SUI.

Reviewed by c.T.

☆ 第 0207 章集：我的孩子是靛蓝小孩?

关于这个手抄本的内容：这场通灵记录采自于岩湾研发试验所(Rock Creek R&D Lab.)与爱/光研究中心合办的周研习暨冥想集会，希望它能对你有所助益。就如星

际联邦总是强调，请在评核这份资料时运用你的辨识和判断力。如果有某个东西与你共鸣，的确很好；如果毫无感应，也请置诸脑后，因为我们及那些星际联邦成员均不欲变成任何人的阻碍。

特别冥想

2006 年 11 月 16 日

发问者 W：我想我的孩子是个靛蓝小孩。可以帮我确认一下吗？

(Carla 通讯)

我们是你所知的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们问候，在他的圣名与服务中 我们今天前来加入你们小组的追寻。感谢你们所作的呼求，我们感到十分欢喜能够答覆有关 W 的询问。

一如往常，不管怎样，开始之前我们会要求，不只针对他 还包括了所有可能读到或听到这场集会的人，请用你们的辨识力去抉择我们哪一个想法是你愿意进一步去了解的部分。

当你发现一个似曾相识的真理，去寻求共振回响及感觉，如果你没有感觉到那股共振，那么请把我们的思想抛到脑后。我们感谢你们给予的辨识，因为它将允许我们畅所欲言我们的思想 而无需顾虑侵犯了任何人的自由意志。

我的弟兄，我们可以确定你的孩子是靛蓝小孩。是否还有进一步的询问？

我们是 Q'uo 群体。

W: 主要问题是，我寻求了解我那靛蓝孩子的变动过程。对我而言，我小孩向我显出一股如此有力的超心灵连结，以致于 即使是我的心理与忍受挫折的能力出现些微的变化，有时候都会反映在他充满愤怒与挫败的挑战情绪之中，这可是个准确的理解?
假若如此，可有任何隐喻、研究领域、心象、类比或灵性原则 开始在这种进展

关系里 运转，它们可以帮助我经历这场关系，以及用最充满爱与灵巧的方式对待我的儿子?

我们是 Q'uo 群体，也注意到了你的询问，我的弟兄。就某方面而言，心中所显示的影像是希腊传说中的德狄列斯(Daedalus*)及其子伊卡勒斯(Icarus)。
(*注: Daedalus 为雅典名匠，曾在克里特岛建立迷宫.)

当你问及你们的父子关系时，和那来自你们能量里的紧绷的相互牵系性，遂导引出那段幽远的神话景象。在那独特的故事中，儿子充满野心 急欲高飞，于是父亲为他造了一双翅膀，

但终因他太靠近太阳而坠回地球燃成灰烬。你是德狄列斯，希望协助你儿子不要飞得太高或压得太低。我们并未藉此表示你是个警察，的确，你感知到跟儿子间的紧密性是准确的。

假使你愿意用这器皿所熟悉的语言或术语，那么靛蓝小孩可谓是第三代的流浪者。

第一代流浪者的组成份子如同这个器皿，基于地球的呼求而自较高的密度前来，

进入人身并跟这个星球上的祈请者一同分享来自太一无限造物者的爱与光，努力尝试转移该星球之能量朝向光。

第二代流浪者包括了那些也有兴趣帮忙地球的人。然而，这一批的流浪者比起第一代要更具信心，但也较少服务他人的奉献精神；因为他们投胎第三密度后期的主要动机是为了要利用地球的氛围做为新兵训练营，以从事他们认为急速与混浊的工作，好调节他们在爱和智慧上的能量平衡。对某些人来说，这意指着开放心胸。

对其他已经敞开心胸的人们，这意味着智慧的重要，并要求开放的心去领受那来自指引之最高最佳的自我智慧，以及将这个智慧注入爱的悲悯，好(并)让平常心与你献身服务的热情相匹配。

关于第三代流浪者的组成份子 包括这个器皿在内 许多人称之靛蓝小孩。还有许多关于这类孩子的称谓。然而一般而言，他们是第三密度地球收割期的第一批毕业生。这些灵魂已通过门槛而进入更广大的生命中。他们已脱开了肉体的外衣，并跟随内在指引进入疗愈的过程，接着 在所有内在次元的保护与滋养实体(天使)的陪伴下，穿越死亡与再生的过程.

进一步地，他们走过光的阶梯并通过毕业考试。

这些(孩子)是第四密度的流浪者，他们的第一个行动是选择让他们最快乐的事情，即是回到他们挚爱的家乡星球(地球)，不只为了协助地球上的人群，同时也-或者说更首要的任务是协助地球本身。

这些实体的特征是拥有较薄的罩纱，允许他们得以记起更多有关自己的身分和降生于此的目的。一种使命感或天命的知觉在第三代流浪者身上是十分常见的。你的儿子及所有像他一般的靛蓝小孩，当他们达成一种心智与情感上的成熟 而与其灵性上的天赋相匹配时，他们的本性会比你们当中许多人要显得坚韧的多，不仅能够对付艰难的时刻与处境，还有能力吸收快速的转变。这些本领对这些靛蓝小孩是相称的。

然而，就这些特征也有副作用，就是你刚才评论的困难时期与麻烦的情绪。

的确，目前在地球诞生的孩子几乎全是靛蓝小孩。

在跟靛蓝小孩相处方面，好好谨记在心，虽然这些实体具有他们独特的智慧，他们仍然是孩子，跟任何其他孩子一样很需要良好的、稳定的、一贯的指导。

然而，就留意到你与你儿子极端的相关性而言，包括动作与情绪的节奏，和从这类情绪而衍生的行为，你也确实是对的。

我们要求你想像一片滚动的海面：一场风暴除了拍打着浪头，更驭风于岸上，掀起阵阵波澜与风雨的足印。而那骇浪惊涛的水面下，则躺着洋流会聚时所激起的大浪，轻易地将实体自停泊的港湾拖离，流向大海。在那水平面更下面是宁静的海：稳定、古老且美丽。

对大多数人而言，地球上的暴风雨现象就好比是他们每天的自然氛围。

除非实体们随时随地都特别谨慎地努力保持在当下状态，生活之流动包罗了许多

突如其来的阻滞和急转弯，许多态度上的改变，以及对正在发生的许多变迁，无不召唤出许多新鲜又意外的情感。

我们并非建议你在每天的父子应对间去改变这场暴风雨的自然行进，我们建议的是把它当成一种游戏，这建议并不只是一个隐喻。我们要求你看待自己与孩子的能量如同一支舞蹈的一部分，你跟你儿子正在创作这支舞蹈。你俩正跳着一种镜子舞，他模仿你而你也模仿他。

当你和他正从事着充满爱心且肯定积极的行动时，这就是场快乐之舞，或者说你会这么认为；当有所挑衅、烦乱和敌意时，那似乎就成了不悦之舞。

无论如何，为了要更灵巧地玩你的游戏，我们会请求你不要将你们父子许多的心情交换贴上好或坏标签，说得更明确些，我们会请求你看待这整个模式如同一场持续进行的舞蹈。

在一支舞蹈中，我的弟兄，会有许多闪失的舞步。这并不代表乐声中断或就某方面而言你没把舞跳好，更确切的说，我们鼓励你在任何时候都能够带着轻快的心与澄澈的观察力来舞蹈。而这个留意细节的游戏是很有帮助的。如你说的，连最微不足道的事物中，你儿子跟你似乎都有着超自然的链结。的确，所有实体均有这样的心灵链结，以靛蓝小孩为例，其人身被赋予了更多的觉知能力。

所以，诸如此类的孩子比起昔日的孩童 常显得更敏感并知道父母亲的心情，还有未说出的感受，容我们这么说吧。

你不需要抚平你儿子的情绪，正如同你儿子也没有责任要抚平你的情绪。

你目前正与孩子进行一种密集的亲密关系，只是他的力量大于他所能掌握的范围，甚至超出他的理解，或者以任何方式去表达。

当一个孩子在表达内心之所有时有障碍，他可能变得非常的挫折，而这点为靛蓝小孩的常态。

我们并非鼓励你去找某种方法来教导这个孩子；就另一方面而言，我们会要求你对任何跟孩子分享的问题或闲聊给予相当的回应。这样的表现是对你的邀请，你可以讲述你的故事、分享你的智慧、并在爱与接纳之气氛中拥抱孩子。

最重要的是，我的弟兄，我们请求你去探索你和孩子为一的概念，而那确实是孩子向你展示的一面镜子-- 好让你工作自己，这样的态度将以至善的方式服务你和孩子。

当你使用这面镜子时，用它来工作自己，看看有什么，对映你的内在，并工作你内在的那股能量。

你的孩子会感受到你负责地在做灵性的工作，他在知觉或智性上也许无法表明这份理解，但当你以自身之存在平稳又坚定地屹立在地面上，并且执行来到你跟前的工作，你的孩子将看到与感受到有股安定且支持的氛围在接纳他 以及他提供的形象。

因此，当你做这工作时，你呈现给孩子一面特殊的镜子；在镜中，孩子将看见正面的讨论，不是对他说教，而是默默的以身教来示范。

当你工作自己之际，你将要为孩子创造最佳的支持结构。当你接纳自己之际，孩子将觉得被接纳。当你看见你内在的不平坦并予以接纳时，孩子也将觉得自己的不平坦是被接纳的。

然而，偶尔地，假若一个小孩正在干扰家庭，而哄诱的方式无法使他改变其行为，他就必须被告知可接受行为的极限。你可以选择以自己的方式来这么做。我们给这器皿关于她教养猫咪们的图像- 猫咪们不懂语言，但牠们可以理解水跟”不行”有关联。

因此，猫可以被训练成懂得避免特定的行为以免引发”不行”的讯号—被水溅湿[1]。

我们不晓得你会怎样地强调”不行”-- 这个字眼偶尔带有坚定与限制的意味。

但我们真的鼓励你仔细去想并跟配偶声明家规事宜，如此一来，在不适度的举措上，才有个稳固及前后一致的限制条规可供遵循。

为了教养小孩 而将他调离某个环境，这个器皿把这个举动称为一次中场休息(time-out),

我们认为这个观念是合适的，亦适用于任何以非暴力表达”不行”的手段。

有些时候，设定一个限制似乎是件残酷的事，然而，对于一个孩子的人身经验而言是有帮助的；从一开始，孩子就确切知道，事情总是有限度范围的，他的生活

不是一团混乱 没有任何意义的，而是在规则、理想、和平与美的条件下，成为一种具意义的存在。

假如不给孩子一份有关限制及规则的确实感，他就会任其混乱下去，不知道怎样去尊重他的感觉、想法和梦想。

在结束回答此询问之时，我们观看「梦想」这个字。你有梦想，我的兄弟，而你的小孩也有。你是那些有梦想的同类，而我们皆如是。但你与孩子间的特殊梦想只有你知道。除了爱与被爱之外忘却所有一切，并分享你的梦想。让想像透过你们的亲子关系飞翔，

当你对无言之爱环绕着孩子的同时，让你的创造力绽放；

让你的小仙子、地精灵及大天使们栖息在他的国度 而使其受到保护，

这些全是发自你至诚至感爱力的创造物，它们也将成为你孩子的好同伴。

现在还有其他问题吗？

W：我相信要作个有爱心的父亲须仰赖我的心究竟多敞开来定。我有意藉由这个关系所提供的机会去认识我自己并且扩展对宽恕、轻率、悲悯、信心与疗愈的含容度。您会建议使用那些原型来使我家中的所有互动关系变得清晰，特别是跟孩子的关系？

我们是 Q'uo 群体且觉察到这个询问，我的弟兄。环绕你们父子间的原型能量为

师生的能量，你是教导/学习者而孩子是学习/教导者。即使你儿子在许多方面天赋异禀，它们亦尚未发展开来。你是位历经艰辛锤鍊，拥有成熟性灵的实体。

很幸运地，我的弟兄，生活从未能减弱你的光华。它令你疲累不堪，我们同时也见到你内心并不想变得如此疲累，但它尚未使你失去信心或放弃梦想。因此，你是位好师父、好老师/学生，对你孩子而言。与其坚持师生之间的固定关系，我们鼓励你对教导/教授转变为学习/教导的微妙处开放，反之亦然，因为你的孩子有东西要教你，你也有东西要教他。

就许多方面来看，你对孩子的支持有如潜意识*的代理人。你的小孩并非生来就明了形而上原则；因此，允许像我们的书、你的资料等等对你和孩子深具意义的东西在你周围。花时间回应即便是些小的问题，要知道你小孩人格上的失衡将导致他处事不决断，落入一种拐弯抹角又不直接的姿态中。跟着那些能量移动，在他的漫游里随之运转，如此一来你才能和他一起来到一个你不曾期待的地方。
(*注：原文为 the unconscious，精神分析的术语为无意识)

他正以一种晋级方式找寻着方向，因此你的存在要比你的举动来得更益于他。这，诚如你说的，会使你一遍再一遍地从行为转向临在状态。你对自身情况的觉察与你对待孩子的举措所造成的密切影响一样重要。你是否觉知、意识清晰、活在当下？或是陷入了像 Eckhart Tolle 所称的含量(content)？[2]

永远从含量前移至本质，从细部前移至本质，从这个事实与那个事实移至本质。

它会常显得不切实际，然而就以地球如同烈火般的学习环境来粹炼你们父子的角度来看，它可是最灵巧的选择了。

有进一步的询问吗，我的弟兄？

我儿子对自己在班上的与众不同有异议。我愿意支持他的自尊却也担心妨碍其自由意志。我该思虑他成年时在地球上的表演舞台吗？什么是我主要的灵性关照，在栽培孩子上？

我们是 Q'uo 群体，也觉察到有关你的询问，我的弟兄。在处理任何关系上你最首要的灵性关照是将真正的自己带入该关系。于是，我们运行将能量从你与他人的应对收回，放到你将是什么的焦点上。你将如何为自己创造一个氛围 以提供一个良好环境去追求灵性进展？

我们的建议正如过往所给予他人的意见，我的弟兄，因此不只针对你个人的一份每日静修课表，建议你每天一致地遵守。我们所建议的生物周期[3]正符合你体内的日常韵律。如果你养成一种每天定时静修的习惯，在第一个月内，你的身体将穿越一切对静坐或静心有关之抗拒，它可以丢开并开始能够在寂静中休息。它需要相当次数的训练只为要使身体安静下来，那么它才不觉得受到威胁，由于无所事事之故。

当毫无内容(no content)时，身心就变得焦躁。它需要时间去产生一种独处静默的习惯，你的身体才因而欢迎、期待它，而非被其所扰。一旦你训练了自己的身心和情绪，你便不再有痉挛、头疼等等之粗糙症候而可以安坐静默之中，然后你终于有机会，在那无以言喻的强有力的静寂中休养生息。太一无限造物者的光与爱于寂静无声中全然地明表了。

尝试以任何声音、文字、音乐、诗集来转译静默之相是极度困难的。亲近造物主的最简易之道乃为透过不诠释、不昭示的静默。让它成为你存有的一部分，而它将即时地，置你于一种心智状态- 更或者说是远观方式来警醒你勿远离当下以及因琐事而教你变得分心。

你不能希冀不被分心。没有一个第三密度实体是被期望保持着不分心状态的。

生为人之目的即是一贯又周而复始地被各种事物分心。

每一次的分心都可以教导你自己 以及 你以为你是谁，而非真实的自性。

工作以上要点，那将是你孩子的安全居所。当他看见你每天都处在赞颂、冥想、祷告中，他将知道此生中有比玩耍、工作及睡觉更紧要的事。

他将自己看见，不用旁人一字一句地教导，而是从那些他重视的实体的灵性生活中获得启蒙。于是他也会感到好奇，孩子的天性是喜欢模仿的。藉着你的存在、你的追寻，你将给他机会去观看那曲调怎么进行，接着他可以自行试验。

孩子们看到什么就会去尝试，并且以自己的方式与时间工作这些东西。

我们愿建议你始终要回应问题，但你切莫企图教导 除非有问题被问起。

适当时机会来临的，当你疼爱及照顾孩子时，他自然而然就会循线索问到相关的灵性课题；那时，我的弟兄，依你所知的 直接且满怀爱意地分享你的真理，明了爱胜过许多错误。

此时还有其他询问吗？

W: 有时，我想我是名流浪者，请您确认？

我们是 Q'uo 群体，我的弟兄，也觉察到有关你的询问。我们可以确认你是流浪者。还有进一步的询问吗？

W: 我感到被呼召去做出灵启的、虔诚的音乐。有时候我发现以纯净的音声取代文字的表示方式是很适当的。您能对此发表看法吗？请对我有生之年的这项外在工作所涉及的灵性原则予以建议。

我们是 Q'uo 群体，且觉察到你的询问，我的弟兄。任何艺术家的作品都是一项转译工程。容我们说，一名艺术家一旦把概念转译成型时就已被扁平化了；概念是个非常浑圆又活生生的实体，它为一整体并且拥有无限的容量。人类的智能不与概念一块行事，却随文字而起舞。

智力把文字摆在一起以作为想法和句子的依据，并奋力地从 A→B→C 去学习。

艺术家则是以另一种智力部分被唤醒的实体，而人人皆含有两种智能。

在你享用的这个肉身中附带了「智力」，那是个作出选择的智能，它收集真相和促成决定，而且做得极好。无论如何，它并不是一种能够跟概念交流的智力，可是它渴望那在它之外的东西*。
(*注: 这里也可解释为两种智力的另一较高智力)

从另一方面来说- 你与地球所有生灵的心，寄宿于概念之域。它在寂静中如此进行着，随着情感、洞悉力、灵感及预感而作用。艺术的才华是透过智能的无地域性、无线性部分而来的，因此当你在使用音乐来表现时，是要接住那概念的球，那是你希望制造的声音产物。接着你在细节上着手铺陈它，由传达情感的文字与形式开始。

当情感及情绪远远奔驰在你被驾驭的前方，为了要转译概念成文字，你所得到的是旋律以及不那么多的文字，这正是你在经验的东西。有关此我们愿意提示，你取代文字用的音声更精确地表明了你企图不以任何文字去传递的情感。因此，我们会推荐你的心智 对以母音作为你部分音乐的音调概念 予以敞开。

你祇想要比语言更纯粹的型式来表现位于地底的某种质地或精华，净化的情绪河流乃是原型心智的片段。你打算要把这些深沉的旋律提领至意识觉醒里，而果然，就在你这么做时，容我们说，它将成为服务他人的某个音键。

然而，这样的工作不能急就章。因此，当你感到是在一个特别的时间上工作，却少了作品中的某种要素时，我们会建议你将它带入你的心，且在你聆听时让它自己发声。

若移动一下，会对你有所帮助，就像在散步或从事某种韵律活动诸如日常的杂工、割草、捡树叶、或某个不费心的、反覆性的工作，视其为陪伴你那未竟之歌的一支舞，舞动它并让它向你自行歌唱。而在那无压力无烦恼的状态下，存放你心中的那件必要元素便会来至你跟前。

如果它不以文字现形，那么就让它无文字同时也信赖你对适当的母音的敏感度[4]，从无意识心智带出某些一定轮廓的情绪。

基本上我们告知你的是 全然的鼓励你去信任自己。相信自己，别根据你完成的事来评审自己。丝毫不审判自己，除了去认识你和造物主是合一的，你整个渴望是成为那创造性原则的一部分。这是你的真心而且是颗好心。你是值得的。

以那份自信与平静连同这认知：即你的不完美也是值得的，于是你将敞开地接获来自当下的礼物。还有，我的弟兄，当你能够放松且自我提升至纯然喜乐的存有状态，你就已经为接收灵感获得建立了最佳的可能性环境。

此刻还有别的询问吗？

W：我感觉到一股延宕的能量盘旋在做出音乐这件事情上；以灵性层面来讲，究竟是怎么回事？请谈谈我创作里这来来去去的表面阻滞情况？

我们是 Q'uo 且觉察到你的问题，我的弟兄。延宕发生在自我的一部分觉得尚未作好准备。就如我们曾说过，水面之下总有暗潮汹涌。涉浪前进十分容易，甚至于用冲浪板去享受乘风破浪的乐趣，但在你生命中许多过去由经验和事实所设下的引爆点，却还未被平复。它们好似暗流般捕获你并将你抛离核心，你因此故而不再与你的谬思女神沟通，容我们说。你已跟你的指导灵失联。

许多人觉得这较像是沮丧感而非心神不专注。然而它迎向你，发出了你已失焦的信号。你正在拉扯自己，部分的你想要创作而部分的你感到没有就绪。为了化解僵局，我们会鼓励你在这样的时刻下再次地走入寂静，并且将 对于不顺遂的创

作力的挫败感献给静默。

到底会从那份寂静冒出什么东西来是未知的。你可能获得一股真正的撼动能量，让你有能力创作。也或者，你会感觉到 最好是移动到其他事情上，从不易达成的工作里搬离，并给部分的自己相当的时间及空间去沉淀孕育一切。

当你在和潜意识能量工作时，你还没有特权得见你的所作所为，你必须握有许多信心，你必须信靠在你之内的创作过程将自己完成，假如你让自身的乐器保持音准状态。那即是寂静之必要、专注之必要。你是造物主的一个工具而且祈愿他来使用。所以，保持音准同时准备给予回应，当精灵的风拂过你的琴弦。

可有最后的询问？

W：哪位大天使或其他的灵界体有可能助我进入一个最足以利益大众的词曲型式的灵感之地？

我们是 Q'uo 群体并觉察到你的询问，我的弟兄。这个问题对我们而言太靠近自由意志的界限以致不能直接给予回答。我们会要求你去信任和认识你确实拥有一位谬思女神，而且她全心全意地支持、鼓舞和赐予你灵感。谬思女神是怎样的形像，我的弟兄？你该怎么称呼你的灵感泉源？从一开始你就渴慕谁的协助？说出它的名、要求它、运用它。

由我们为你点名指导灵与那激励者会是全然无用的，这是你自己的积极过程 我们预祝你有个快乐的寻宝旅程!

我们感谢这次集会期间的 W 君，我们感谢寻求美的振波及这个寻求圈子里的每位组员，这一切已给了我们一回超越的爱的经验。与你们分享我们的能量并经验每位组员的美一直是种真实的快乐。

在一切万有中 即太一无限造物者的光与爱，我们离开你们如同我们发现了你们。

我们是你们所知悉的 Q'uo(原则)，我们在爱与光中离开这器皿还有这个小组。Adonai。

[原注]

[1] Jim 与 Carla 夫妻在随手可得的地方准备喷水罐，方便在家里管教猫咪，罐子里头只有清水，所以猫咪们绝不会因此受伤.

[2] Q'uo 参考 Eckhart Tolle 在“New Earth”书中的文句。

[3] 生理周期(circadian): 形容词 意味日常的 或 “与生化韵律周期有关，间隔大约 24 小时”.

此处使用网址 www.dictionary.com. 中解释的定义。

[4] 英国摇滚乐团【创世纪】(Genesis)即以此方式创作，以主唱 Phil Collins 轻吟曲调为起头，接着找到更多准确的母音表达出触动的情绪，并在音乐过程的结尾才出现歌词。

☆ 第 0208 章集：你如何对待靛蓝小孩?

UPI 宗教与灵性专栏

http://ReligionAndSpirituality.com

一位自由发声的小灵媒

By 卡拉. 卢可(Carla L. Rueckert-McCarty)

出版日: 8 月 30 日，2006

在上周的文章内容里，我曾描述有关一种新型小孩的崛起，并在去年时引起大批媒体的关注。针对这些伶俐聪敏的初生之犊，坊间已有许多不同的称谓，但最常被使用的名词即是靛蓝小孩。

心理学家诸如 Jan Tober，称他们是世界的希望，并描写他们有大师之风范，降生于此是为了拯救这颗星球。根据我的通灵讯息来源- Q'uo 的解释，他们的高智能与对愚昧者的低容忍度，恰是那些值此全球转变之际，已自地球毕业之灵魂的典型性格。虽然已毕业，然而，他们第一个愿望却是重返地球当个拥有双重启动体的众生，已装备好要同时住在第三密度，即我们所知的地球世界，和第四密度，即下一个密度或被称作学习等级。

且让我们近观些，因为这个要点是了解靛蓝小孩处境的关键。靛蓝小孩已投胎进入人类全体的实相且基本上是个第三密度的存有，背负着人类沉重、会有化学反应的身躯。那有重量的身躯始终携带一只厚重的罩纱，亦即星际联邦所谓的"遗忘的罩纱"。当我们出生时，我们便忘记了自己灵魂的本质。我们遗落了如何做才是合乎神圣计划的知识。我们忘记万物一体的真理，而当我们伤害别的众生时就是在伤害我们自己。

最重要的，我们承受伴随这身躯而来 第三密度的情绪品质。我们具有高度的情绪反应，我们是被吸入人类狭小又琐碎之世界的猎物，人们说着卑劣的事情，硬生生切断我们的去路，还有许多类似这样无意义的事件 不断发生.

靛蓝小孩被困在同样的身躯和情绪，除了有项重要的区隔：靛蓝小孩的罩纱轻薄得多。在人身期间，他们能够更轻松地唤醒自己的真实本质。他们对爱与理解之密度的记忆，他们才刚毕业 准备前往的地方，十分地靠近表层。他们记得一个更美好而崇高的道路，并想要行走其上。

若以地球的措辞来说，他们视地球为一需要调整的地方，而这正是他们前来这里的原因。他们充满使命感。他们不受驱使人类集体抓狂的所谓「全球性疯狂症」的影响；由于习性使然之故，人类宁可彼此争战而不愿坐下来共同寻求足以利益全体的和平与统一的解决方案。

2004 年 8 月 18 日的一场集会里，来自 Q'uo 的讯息这么形容靛蓝小孩：“当一个人拥有双重启动功能的身躯，某些事即已为这实体改变。它们包含了一只较为轻薄的罩纱，如此一来才比较容易忆起投胎前的档案资料；而倾向灵媒体质的天赋异禀，也大半由于较轻巧的罩纱所致；他对第三密度结构没什么耐心，特别是那些妨碍他们，对他们而言是毫不合理的非难，更是碍难苟同。”

也难怪，此外，那些靛蓝孩子倾向于大量反对关于他们眼睛所遇见的世界。无论如何，违抗着合乎周遭文化标准期望的行为，这习惯可能令父母亲掉泪!

Q'uo，在同一场集会上 特别强调，这些靛蓝者仅是孩子而已。他们指出，"这样的孩子进入肉体载具时. 并没有同时携带了也许是称之为成熟或常识的东西。他们没有知道正确行为的本能。他们像所有非常年轻的人一样，自我投入的、永远探寻的，永远没耐性和对知识、想法、必然之路径及一切种类的面具感到无比好奇的一群，他们是实验者，正在寻找方法表达他们感到正确的事。”

对许多靛蓝小孩来说，学校是个艰难的环境。校方的威权通常乃建立在盲目服从的基础上。靛蓝小孩不欲追随任何对他们而言是不合理的规定。这对设法应付一群小孩子的老师们来讲，可是高度不便的。当一个孩子要求解释所有的规定，可想而知将造成相当混乱的结果。靛蓝小孩常被认为是闹事者，并时常受到惩戒。

因此，许多父母选择让他们的靛蓝小孩在家自学。但 Q'uo 群体并不推荐这样的解决方案，而绝大部分的主流心理学家也不赞同，原因是靛蓝小孩是天生的独行侠。假如把他们从公立学校系统带开是为了避免人类文化的洗礼，他们会因而变得更无法妥善培养出社会技巧，如交朋友以及在团队中工作等.

蒙特梭利或华尔藤(Walden)学校为教育靛蓝小孩而提出了相同的解决方案。在这两所学校的教育理论中，幼儿被给予主动的尊重，并从中形成他们自己的学习课题。这样的互动性和尊重孩子意见的氛围，这两者对于创造一个更好的学习氛围都是关键。

当然，并非所有靛蓝儿童的父母都能够负担起如此特别的学校。但无论如何，只要知道您的孩子在公立学校中是在对抗什么，可能对于您协助他们一起应付(困难)会比较容易些。了解他们混乱的主要原因是，在学校的一天当中，一个人会得到接踵而来、难以置信的大量资讯。别的孩子全部吱吱喳喳兴奋地讨论着新的内容。对其他孩子来说，有非常复杂的规则都要与之产生连结。但你只记得你对你的学校感到晕眩(惶惑)！您(尽力地)应对了！但有时候它是如此的混乱！靛蓝者会有一种混乱和纷乱无秩序感被升高的感觉，因为在这个文化中 让他们觉得有意义的观念是如此稀少。在我们成熟之后我们已经够掩饰这种情形。但他们(孩子们)没有。

当您作为一个靛蓝孩子的父母，尝试与那孩子建立一种关系---不但是他的父母，也好像是环境中某种形式的合作者。给孩子坚实，衷心的价值观是很重要的。他们需要限制，就跟其他的孩子一样多。所以，进入到父母的身分中，下定你的决心 决定好您真正的核心价值是什么。决定您希望如何创造您的家庭环境。当您的靛蓝婴孩成为学步的婴孩 然后成为孩子之际，稳健地留在你的航道上。

要理解给予靛蓝小孩一个盲目的指令可不是个好主意。当您要求孩子去做件事，不要只告诉他该做什么，而要陈述其中的理由。它不必是个复杂、聪明的理由，靛蓝小孩希望帮得上忙。你的原因可以简单得像“因为我现在很累，而如果你愿意帮我做此事.那可就帮了我个大忙囉。”

时常牢记住靛蓝小孩是天生的急进派，让我们面对它吧！在这个文化中，我们累积的善行义举是需要靠道德来修补的。比起不尊重他人，我们知道有更好的对待方式，但做为一个国家和文化的时候，我们却还是这么做。

这里有个明显的案例: 纽奥尔良。卡翠娜(Katrina)飓风侵袭后的整整一年中，在那美丽城市的贫户区仅 1/20 比例的居民能够重返家园。原因是那城市、那个州和国家的政府公权力，全都对帮助穷人返回纽奥尔良感到兴趣缺缺。

主张用人唯亲的法人公司 313 所被委任的重建工作比起任何已告完工的专案，成果是极为不彰的。在较低窪的第九区里，没有水、电或电话通讯。那些从联邦紧急救难管理局(FEMA)获得房屋拖车的幸运儿，必须把它们开到安置之所，由于该地点离城市太远，以致难以在纽奥尔良找到糊口的工作。他们也不能重返那座城

市，不然他们会连原已就少得可怜的东西都化为乌有。

用一年时间使之恢复正常，是几乎难以置信的。我们应该感到愤怒！但这只是其中的一种表达方式，特别是在我们文化里头只管嘴上呼吁：平等、正义、公正、怜悯和一颗开放心，实际上却还未升级到起而行的阶段。

为什么孩子不应该反对这样的欺骗呢？靛蓝小孩想要开始进行推动社会前进的工作而进入上述那些原则的实践中，这不是一件好事吗？

那么，照顾靛蓝小孩的核心要义就是适切地拥有你自己的原则和道德观。言行一致。不管怎样，你都与真理的追寻相连，每天找时间增进灵性部分的修持锻鍊。勿以每周上教堂礼拜而心满意足。每天追念有关神圣品质的记忆，不用大惊小怪，做就对了，再平凡不过了。以坚实的价值系统支持他，你的靛蓝小孩将感到支持的力量。这孩子必是朝灵性发展的。

许多靛蓝小孩被诊断为躁郁症的某种类型。对一个无法集中心智的孩子所施予的一般性治疗，是给一种粗糙的化学药物 Ritalin，它不具任何疗效，它只能减缓分心征状与外显的行动。因此针对靛蓝小孩课题，Q'uo 群体与心理学家们皆不认为使用药物治疗是个好办法。

主流心理学家建议必须回归自然饮食。他们建议，靛蓝小孩的身体化学构造，对入口的食物会感觉特别敏感。人类的文化在食物选择方面已向下沉沦至一条危险的路途。 Dale Figtree，一位撰写关于靛蓝小孩的心理学家觉得：靛蓝小孩对我们文化中热爱的没营养的垃圾食物是会产生过敏现象的。

他建议做点简单的改变，像是提供你的孩子一颗苹果而非苹果汁。从树上摘下来的一整颗新鲜的苹果，营养成份很难被破坏掉。把表皮洗净后，它就是个完整又完美的食物。用同一颗苹果，他说，将它榨成汁，水果里的纤维质就会不见；若经由加热，几乎全部的维他命都被取走，而你就得放入防腐剂以增加其保存期限。他还建议了其他的直接处理机制，即为你的孩子选择更好的食物。他建议阅读产品标签，如果有加防腐剂、糖和染色物，就换另个更健康的品牌。他建议寻找天然食物，像糙米、全麦面包和全麦面食。他建议大量吃生食如沙拉和新鲜水果。

如果您想阅读更多关于他的既明智又可行的意见，请参观他的网站
http://www.experiencefestival.com/a/Indigo_Children/id/222780

你的靛蓝小孩将来可能长成为一位大师。果真如此的话，你的引导将是他所接收最紧要的成长训练，而你要明确地迎向这份任务。记住两件事：

时时刻刻尽你所知地 诚实地做自己，因为靛蓝小孩知道并且渴求真相。

做好协商准备，因为靛蓝小孩期待参与某些有关他们自身的决定。

尤其重要的是 爱他们，只要爱他们。这对他们是最重要的。他们是从爱的密度来的新鲜人。当他们无条件地被爱，他们在这世界就会觉得好像回到家一样。让你的爱成为他们的家！

我展开双臂拥抱你的灵性。假如你自己是个靛蓝者，那么试着对你的周遭事物多点耐心！你来这里是为了爱这个世界，不只是要审判它。假如你是靛蓝小孩的父

母，要晓得你不需要是绝顶聪明或当百分百的好父母。你只需爱你的靛蓝小孩以及让他也爱你就行了!

作者 Carla L. Rueckert 是一的法则系列("Law of One" series)的传讯者，以及通灵者手册("A Channeling Handbook")一书的作者..etc. 请前往 www.llresearch.org 阅读她更多的通灵讯息与日记.

(c) Copyright © 2006 by L/L Research

Chinese translation by SUI，Paul.　　Reviewed by c.T.

☆ 第 0209 章集：在家教育靛蓝小孩

UPI 宗教与灵性专栏 http://ReligionAndSpirituality.com

一位自由发声的小灵媒 By 卡拉. 卢可(Carla L. Rueckert-McCarty)

路易维耳市，9 月 20 日(UPI)-- 五岁的时候，我接受智商与社交技巧测量。母亲希望我跳级学习，当时我的阅读程度已达七年级，并开始把代数当成坐车无聊时玩的游戏。我的高智商够资格进阶，但由于我生长的家庭鼓励讨论与阅读 而不是玩玩具，我的社交分数竟然不及格！我那时一心一意只想找负责测试的行政人员商讨一番，但他也没办法重新评分。

不管怎样我都很兴奋要上学了。然而，我的兴奋之情很快地暗淡下来。我接到一本陪伴初级读者的工作书-“看斑点狗跑”(See Spot run)，对我而言几乎没啥挑战性，但我喜欢这本书并在同一天将它完成。不幸的是，老师命令我擦掉所有的工作，并跟随同学们的进度重新做它。

莫妮卡(Monica L)，本专栏的一位读者，在阅读我之前发表关于靛蓝小孩的系列文章后写信给我说，虽然她喜欢我在这主题上的引介，但她觉得我更仔细地观看在家自学的概念。她指示我看约翰(John Holt)的这本书“自己教”(Teach YourOwn)，该书帮助她决定在家教授她的儿子，大卫。

90 年代之初她读了约翰的书，当时的她正陷入进退两难之窘境。早在前一年，她就把四岁的儿子送去一所昂贵的蒙特梭利式的私立预备学校，并因此对这样的决定感到沾沾自喜。然而，莫妮卡报告说，「在大卫上幼稚园时，他已在读四年级的书了，可是校方却要他和其他孩子们背诵字母。他脑海里正练习着 4x8 的数学公式，而校方却坚持他得练习 1+1 的作业。以致于到今天，他都还不喜欢数学。」

她决定在家教导大卫。她告诉我 那并不是限制性的氛围，在家自学可以是很自由无拘的，因为家长们形成的合作小组，共同分担了一些课程及户外郊游的部分。莫妮卡记得那些课程包括画图、彩绘、雕塑、钢琴、演讲、戏剧、下棋、新闻学与化学实验室的实验。当大卫开始对在家自学环境之内的制约感到焦躁时，莫妮卡发现他有资格参加社区大学课程，由此取得高中与大学的双重学历认证。

大卫现在十七岁。他已为两个在家自学合作社架设网站，目前则被「最佳购买」(Best Buys，电子商品连锁店)聘任为一名顾问。他在全国测试上获得高分，这样的现象亦先先后后出现于 在家自学者身上。他们的平均分数远高于那些接受公立学校教育的孩子们。

莫妮卡为在家自学树立了很棒的典范。关于在家自学她有一项关注，即绝大多数对在家自学有兴趣的父母，以其信仰系统言之，乃为基督教基本教义信徒。靛蓝

小孩很少能够跟保守的基督教教规与其不逻辑性打交道，而大卫也不例外。从家庭教育转至社区学院教育是基于大卫自己的请求，他的问题出在合作课程所教授的教条。

我通灵的星际联邦讯息并未区分在家自学与在校学习，却提出了所有的学校教育皆不仅包含简单事实 还包括以一种偏见去呈现这些事实的倾向。

因此他们建议靛蓝小孩的父母最重要的事情是：供给孩子们一种日常的灵性修练。

对习惯待在一种宗教环境的父母亲来讲，修练的方式或许是研读圣经和其它教义方面的材料。对其他比较不传统的父母亲来讲，灵性的修练则可以包括静坐和任何有助于孩子成长的阅读或歌唱。

星际联邦之所以对于正规教育不感兴趣的原因是 他们关注人类基本的灵魂天性而非专断的学校课程所显示的教育、社交 外在图象。

当星际联邦论及教育，他们感兴趣的部分是在于协助我们揭露我们自己的真实本性。

到目前为止在家自学只是一个小小的运动。美国现在或有两万名孩童正在家自学中。运用合作社观念，在家自学的孩子获得了多样的学习经验，而这在以前有些学校只有一个教室，由一个老师负责所有年级教学的景况而言，是那么地常见。

我们可以清楚地看到，比起待在一集会式的学校，孩子们只被安置于一个轨道(或

班级)且常停留在那轨道中，即同年龄的小班制；反而更多真实的社交是发生在这般(不分班级)的氛围里。

再者，约翰(John Holt)在报告中指出 班级(tracks) “与家庭收入及社会地位全然地相关；最富有或社交表现力最强的孩子们位于班级顶端，次富有的居次，以此等往下推，最穷的孩子们则位于底端。”显而易见地，这是种不公正和自我限制体系的教学。

约翰报导了一则案例，一名老师被校长叫到跟前，因为她给一些进展缓(slowtrack)的学生最高分的成绩。她说两名学生的工作表现优良，但她却被告知一定是弄错了，因为属于她的班级里并没有优良学生。当这老师回溯以前这批孩子们所被编配的班级，发现他们进入这体系的第一阶并非因为测验成绩的优异，而是端看孩子们在课堂、竞赛等方面的表现。

我相当感激莫妮卡对在家自学的评论。深入查看她所推荐的资料来源，包含约翰及曼菲瑞(Manfred Zysk)的着述，我可以看出做为今日特殊小孩的父母 他们为关切孩子教育问题所做的一切决定，并非是那么简单化约的。

靛蓝小孩一个容易被忽略的层面-- 他们是学生 同时也是老师 两者无分轩轾。根据 Q'uo 群体的说法，他们在此投胎为人，如同地球上「灵魂的学校」的毕业新生。

而当他们到达「天堂」并能够选择他们的下一步骤时，他们想要返回地球以帮忙每个众生都毕业。几乎每个现在生下来的孩子都符合这样的特质描述。

依照「天堂」的价值观，它到底是种什么样的生活呢？星际联邦用不同的措辞来言述它– 第三密度属地球而第四密度属天堂- 但这些说法大致上均意味着同一件事。他们说在第四密度，也被称作爱的密度，之内，真理可以被全体看见。

每个人的想法彼此无碍地沟通。不必对自己有所隐藏是种巨大的自由。当所有人的不完美曝露于外时，一个人便无论如何地被全然接纳了，生活也变得更没有压力了！所有年龄层、族群和性别倾向变得和谐，人们互相包容彼此的怪癖奇径。

靛蓝小孩刚从那个自由又具接受力的环境而来，然后他们碰撞地球上被严厉持守的审判，对一个逻辑的心智来说，这些审判大多数是不正确的。

例如男性不比女性好；女性也不及男性优之类的断定。

由此向外延推，便知道靛蓝小孩何以找到我们偏见上的不合理性。

他们倾向不遵守通常是僵固的道理.

正在养育这些孩子的我们，需要更坦然地准备接受他们的教导。他们教给我们的是关于活在当下、真实与可信赖.

我张开双臂并拥抱你的灵魂。如果你正和一个十分特别的孩子有所往来，我向你致敬并且祝你好运，在你为他(她)探寻最富于可能性的环境的过程中。

始终要明白你最开始同时也是最伟大的教导即是你的临在、你的本质、你的爱与

你的歌。

作者 Carla L. Rueckert 是一的法则系列("Law of One" series)的传讯者，以及通灵者手册("A Channeling Handbook")一书的作者..etc.请前往 www.llresearch.org 阅读她更多的通灵讯息与日记.

Copyright © 2006 by L/L Research

☆ 第 0210 章集：玛丽亚.抹大拉的生命解读

来源: 艾格凯西(Edgar Cayce)中文网
http://blog.wenxuecity.com/myblog.php?blogID=2430
译者: Winston Cui(观赏网路影音: http://caycetv.com/broadbandmenu.asp 进入网站后点选网页右上方 Show #5)

好莱坞把畅销书<<达芬奇密码 DaVinci Code>>搬上银幕。Tom Hanks 扮演 Langdon 教授试图揭示耶稣和玛丽亚.抹大拉(Mary Magdalene)之间的惊人的秘密。

大家可能都知道<<达芬奇密码>>的两个主题。第一玛丽亚不是传统意义上的妓女；第二她是耶稣的情人，可能是他的妻子，他们的后代仍然存在，并带有一组奇特的基因。

尽管此书自认为一部小说，为了娱乐目的的幻想作品，但许多人仍然怀疑是否确有其事。有些研究人员从埃及 Nag Hammadi 书卷---诺斯底福音中找出证据来

证明这些论点。

阿卡西记录是如何描述这个神秘、惊奇的女子已经她与基督耶稣之间的关系的？我们来看看凯西这位最棒的阿卡西记录者的报告。

凯西说这个曾经是玛丽亚.抹大拉的灵魂个体(解读档案#295 号) 经历她的第一次人世是作为亚特兰提斯的一个公主 Amliea。她在通过磁性手段---与亚特兰提斯人的水晶疗法有关---来保持人们物理身体的生命力。

她可以驱除和净化被其它灵魂占有的身体。有着高贵的地位和过人的才能，她经常担当祭祀的重要人物。凯西解读说她没有很好地控制这种声望，渐渐变得与人不友善甚至与她不同意见的人作对。

她可以将高层能力传入地球物理层面，但个人的性格使其倾向于 与任何反对她的人争辩。

她的又一个重要的转世不是在妇女主导的亚特兰提斯时代，而是在埃及最高祭司 Ra Ta(凯西的一个重要转世) 的时代，她是神殿乐师叫 Islta。当最高祭司因他的错误被流放时，她进言法老要求为所有人的利益考虑而召唤祭司。Ra Ta 返回后，她继续她的音乐工作，最终使得她有可以使用高层能量来改善人类的思想和身体。睡着的凯西说她的许多音乐作品将会在尚未挖掘的金字塔里发现。

但在埃及一世，她开始有了对他人的不信任，而且她对这个世界和大多数人们所持有的理想的不满意度在增加。

她的下一个着名转世就是玛丽亚.抹大拉。根据凯西的解读，她非常美丽。他说达芬奇的画“抹大拉(The Magdalene)” 画得非常好。她身高 5'4” 重 121 磅，“头发偏红，”蓝色眼楮。凯西解释说她有希腊和犹太血统。

解读给出时间是在上世纪三十年代，人们一直人物凯西的信息有误：从没有人见到过和听说过达芬奇的画“抹大拉 ”！

但就在 2005 年 10 月，<<达芬奇密码>>畅销的高峰时刻，两幅达芬奇的画作现世：一幅是耶稣的妈妈，另一幅就是玛丽亚.抹大拉。非常及时!

但在凯西阅读的阿卡西记录里与电影里对玛丽亚.抹大拉的描述大不相同。解读说她确实曾是罗马宫廷和犹太上层的妓女。解读还认可她是 Martha 和 Lazarus(死了四天被耶稣救活)的姐妹，并且她还是因通奸被带到耶稣面前要求用石头打死的那个女人，耶稣说：“让没有罪的人扔第一个石头。”

凯西说耶稣把她的兄弟从坟墓里救活时，玛丽亚.抹大拉 22 岁，对她的思想和心得震动很大，她发觉与一个从死亡中复活的人共同生活很惊奇。

在她 23 岁时，凯西说“基督清洗了她身上七个邪魔：贪、恨、放纵、自私、无望、亵渎。”

在耶稣十架和复活之后，她和耶稣的妈妈一起住在门徒约翰家里。期间有许多其它门徒来访。她的姐姐 Martha 和兄弟 Lazarus 已经死在罗马人的第一轮屠杀中，还有约翰的兄弟 James。凯西解释到统治阶层必须将 Lazarus 先杀掉，因为他的活着就是在提醒人们对基督耶稣施展奇迹的宣传。

凯西说同她的兄弟一样，她也成为一种在这个世界里的“纪念，缅怀基督的生命对灵魂的影响”，因为她曾是一个罪人，为耶稣所净化并呈现出全新的思想和行为方式。她的存在为许多人带来赐福，包括那些在她净化前后认识到她的罗马人。

约翰全家离开耶路撒冷前往小亚西亚的 Ephesus(现土耳奇境内)，以逃避罗马人的屠杀。玛丽亚.抹大拉一直在 Ephesus 生活和教导直到离开那一世。

当有人问她是否是耶稣的情人时，凯西明确回答说不是。

她的下一个转世又捡回她的皇家身份，这次是作为法国路易十六---最后一个路易---的女儿。她再次面对风起云涌的、对她家族统治的不满。路易退位后，革命开始，她躲开了她家庭的命运，逃至奥地利，更名为 Marie Augusta。在这一世里，她是个非常有才华的和受欢迎的歌手。

下一个转世，她加入了凯西的团队，帮助组建探索和领悟协会(ARE, Associationfor Research and Enlightenment)。她的治疗天赋再次显露，睡着的凯西选择她为 欢喜助手祈祷小组(Glad Helpers Prayer Group)的七个初始成员之一。

凯西有一次梦见她可以对小组成员提前讲出凯西的下一个解读要讲什么!

在这次的转世，解读说她需要克服对他人的不信任 以及 她对不同意见和观点的对抗天性。凯西鼓励她要深刻理解不用谴责自我的重要性，因为智慧的种子在耶稣说这句话时已经种下：“我也不会谴责你 (Neither do I condemn thee)。”

达文西密码电影很有娱乐性，加上神秘和惊奇的线索，变得很流行。但这个灵魂的真实经历却是非常有意义和启发的：我们如何经历一个个人世，寻求最终的解脱和领悟，并帮助他人走上回家的路。

在欣赏电影的同时，别忘记此生我们灵魂的使命，如凯西解读所言：这里一点、那里一点，一步步地我们发现/找回天堂般的意识。

更多关于耶稣生平信息参阅：
http://blog.wenxuecity.com/blogview.php?date=200608&postID=3946
有兴趣进一步研究的网友可以购买根据凯西协会出版的玛丽亚.抹大拉日记：
http://arebookstore.com/product.asp_Q_pn_E_598

云思腾编译于凯西网上电视：http://caycetv.com/broadbandmenu.asp (Show #5)

☆ 第 0211 章集：不自然的负面性

---

11 月 18 日，1979 年

Copyright © 2003 L/L Research

DISCLAIMER:本译文不完全依照英文原文直译，仅为摘要翻译. 有兴趣了解全文的读者请到
http://www.llresearch.org 之 LIBRARY 区自行阅读原文.

周日冥想

(无名氏 传讯)

我是 Hatonn，在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们很高兴再一次透过这个器皿跟你们说话. 我与我的弟兄们的数量众多，我们在此时向你们靠近.

当你们越是对这个造物的真理敞开，我们协助你们的意愿也随之增加.

我们尽我们所能述说主宰这个宇宙的真理与法则，但我们要强调这些真理与法则早已从许多源头流入你们社会中，遍及整个地球的文明，我们没有提供任何新颖的东西.

我们星际联邦曾经多次说到即将发生在你们星球上的事，我们不希望特别讨论精确的事件，然而 我们想要对你说这其中的意义.

在这个宇宙中的改变是有益的，不管它们表面上是多么地悲痛，因为如同你们的生命经验，伴随着每个改变到来的是一个更大的理解，不只是对于生命复杂性的理解 也是对宇宙的理解.

你们曾经听过一句谚语“每一朵乌云都有一个银色的衬里”一个简单的真理!

你们今日社会中的每一个毁灭性的事件本质上是负面的，它呈现在人类面前有二:首先是人们不知不觉地在自己的思维过程中创造它，其次是让人们可以见证到不想要的东西，然后渴望再次改变，好经验到一个更为正面的东西.

然而，地球上的人类持续地坚持经验这个造物的负向局面，你们许多宗教教导你们要恐惧上帝之怒，从某个角度而言，这是可耻的，人类必须以恐惧来教导. 因

为上帝不是恐惧，绝不应该被你们惧怕，上帝是要被尊敬的，造物者是神圣的并且 完全充满着爱 具有全部的知识.

人类必须学习释放恐惧，在这么做的同时 他将释放自我 脱离他过去创造的强烈负面的环境; 好让宇宙的能量 也就是一切真理与爱的菁华 更均匀地穿透他的存有.

想像你自己是一块海绵，宇宙的真理就如同是生命的液体，你被一层玻璃纸包住了; 无惧地将它移除，你将会吸收到所有你一直以来寻求领悟的真理.

人类是神圣的，如同造物者一般. 知晓自己，你将知晓你的造物者! 恐惧你的造物者，你就恐惧你自己!

说完这些话，我将这个通讯传给另一个器皿，我是 Hatonn.

(Carla 传讯)
我与这个器皿同在，再次地，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，他是我们全体的源头 以及 中心太阳，是我们在无限生命的完整性中将会回归的地方.

我们继续透过这个器皿讲话.

我的朋友，当你想到你是一个无限生命的存有，你的身体不过是一个短暂过渡的意识载体，你可以看到没有任何东西是可怕的.

然而 我们了解虽然你们有某些合一性的知识 虽然你们良好地掌握爱的理想与伦

理 你们在此时忍受着种种困难 跟地球目前粗糙与厚重的实相有关.

所以，我们想要为你做个区别，增进你们理解周遭事物的能力. 你们所称的负面性有两种类型.

第一种类型是非常有益的，比方说夜晚是白昼的负面，夜晚很有益处，给予我们劳动后的歇息，是一日烦恼后的一个快乐结局.

清凉是温暖的负面，当你在大太阳底下待太久 没有任何事情比跳到清凉的浴池中洗澡更令人爽快了.

你可以在人群中找到同样的负面性，你可以发现发怒是耐心的负面，然而发怒带出诚实 而诚实带出理解. 你发现疾病是健康的负面，然而疾病衍生医疗的唯一机会，从而理解你们称为圣灵的力量.

所有这些所谓负面的东西都是珍贵的，当它们是你生命的一部分，分析它们与理解其中的平衡对你是好的，因为美丽与喜乐并不只有一边，有不同梯度的美丽与喜乐 一直延伸到负面-- 即美丽的缺乏 以及 喜乐的缺乏.

当你忧伤的时候，了解到你是自然的; 你是一个平衡原力的一部分.

正如同一个钟摆移动的方式，你的灵魂也寻求它的平衡，不是藉由静止不动，而是藉由摇摆振动，喜乐，忧伤! 喜乐，忧伤! 这是俗世的方式.

我的朋友们，还有另一种方法，唯有透过冥想才能使用. 当你进入无限生命的超

凡喜乐，与神圣的天使与神灵合一，赞美造物主，于是 就不需要平衡. 事实上，真正的喜乐不是一种感觉，而是一股创造的原力；另外一个代号是爱. 我们总是以此向你们致意，也以此向你们道别.

我们先前提到有另一种负面性，你不需要恐惧它，但你或许需要去理解它，那是一种不自然的负面性.

一个不平衡的负面，但有些实体 把自我 与 造物者持续进行的合一性 分开;他们蓄意地、乖张地 选择了这个负面性. 这是一个分离的选择，我们会称为积极的负面性，因为它被积极地寻求与鼓励.

是的，我的朋友们，在你们人群中有些人明显是不自然地负面，这是他们已经选择的途径.

我们不会要求你去爱、原谅他们 或 宽大为怀；因为这些选择必须由你自己决定，我们不能帮助你选择你自己的灵性实相.

在你们的神圣着作中提到"审判之日"，那些邪恶的实体会被永远地谴责. 然而，你们的神圣着作也提到 “是的，纵使你走到地狱的大门，我将与你同在.”

我的朋友们，你可以相信老师 而不相信那些跟随老师的判断性宣告. 你的天堂与地狱此刻都在你里内. 当你离开肉体之际，你在天堂世界的存在状态将完全仰赖你在此生的振动. 所以我们请求你善用正面与负面之间的平衡行动，好让你恒常地学习，恒常地在进化的螺旋中移动，如此 当这个密度的简短生命经验结束之后，你将得到安慰与舒适，并能够将安慰给予他人.

此时 我们开放问答时间.

发问者: 是否真的有个外在的地方? 一个地狱.. 一个灵魂被放逐的地方 如同圣经讲述的.. (其余的听不见).

我的姊妹, 我们可以两种方式回答, 有些行星完全把自己弄得如同一个地狱, 若没有外在的干涉 将持续处在完全骇人的状态. 这样的星球再没有能力把自己从完全的惊恐解救出来. 他们是如此地害怕 以致于他们的灵魂紧粘着彼此, 到最后形成一个无法穿透的恐惧的纠结, 每一个实体都感觉与他人完全分离, 也与造物主完全分离.

你们星球尚未走到这条路上, 你们人群中有许多实体十分地正面, 你们星球在这个时期没有机会成为这种星球.

就我们对你们宇宙的认知, 这是最接近地狱的存在状态, 然而, 我们并不是完美的, 我们的资讯也不是完全的. 我们只是比你们看得多一些. 但我们的理解是进化过程如同一个不断向上的阶梯, 在每个阶梯的尽头 有些实体可以继续前往下个阶梯; 有些实体则需要重复这个阶梯直到他们学会这里的功课. 因此, 天堂与地狱的称谓是相当主观的.

对你们而言是天堂的地方 对我们未必如此; 对我们而言是天堂的地方 你可能无法理解. 因为我们每一位都有自己独特的心理构造, 那是灵魂经过无垠岁月发展出来的.

最后 你们的神圣作品，被称为圣经，提到的天堂与地狱是某种困境的结果，这个困境是人们不能轻易地理解他们必须改变个人的生活. 这是不幸的，拯救的基督同时也代表审判者，这个设计原本是要使他的追随者有资格通过审判，但结果并不成功.

我们对你说的真理是内在的真理，那是不明显的，我们不要求你相信那你无法相信的东西，但请求你倾听 并 拿起你需要的话语.

此时 是否有其他的问题?

发问者: 你可否告诉我们关于位于伊朗的囚犯们的现况，(部分听不见)，这个事件将如何发展?

我们觉察到你的问题，我们无法回答这个问题是因为不确定性，即那些握有你们同胞生杀大权的实体们的下一步是不确定的.

我们不知道他们将会做什么，然而，我们的恐惧并不在伊朗人身上，因为他们主要想藉由把自己暴露在殉道的处境下 展示他们的勇敢，而不是为了杀害他人.

你们对于殉道这个概念或许感到陌生，然而 这却是他们文化的一部分.

我们此时的关切针对像你们这类的国家(USA)，以防你们过度反应并挑起战争.

是有潜能造成这个结果，为此 我们请求你们祈祷，一如往常，祈祷和平可以充满世界上的每一颗心.

不用担心似乎许多人心中没有平安，因为如果你的心充满平安，你已经帮地球一个大忙了.

此时 是否有其他的问题?

发问者: 我属于一个团体 (听不见)，今天下午我们看了一部电影叫做漫长的寻找 (the Long Search)，关于印尼的宗教趋势 (听不见)，在那儿 人们以动物献祭，吃肉.. 等等. 但这些人是十分纯真的生命，他们不诡诈也不会算计，(听不见)，不像我们文化中的一些人. 我在想，如果一个人真诚地渴望灵性真理，他是否非常需要成为一个素食者，而不是一个肉食者 (听不见).

我的姊妹，我们觉察到你的问题，这是一个清楚的问题，我们可以回答，无论如何，答案不会如问题一般简单. 你们的神圣书籍写着 有些人很需要吃特定的食品如果偏离这个原则对自己有伤害; 而对于其他人 什么东西都可以吃.

你可以看到，这是心智的一个机能. 至于吃东西的灵性后果，你必须理解到你的身体是一个电磁场的基本系统，它们运作的方式不同于你所相信的方式，毋宁说基于思想运作.

因此，你所思想的东西支配你大部分的感觉 以及 你身体反应的方式.

一般而言，这个说法是可靠的，也就是说 如果一个人感受到成为素食者的呼召，那正是该个体应该做的事，也确实将帮物这个人. 就是这么简单，每个人都有不同的呼召. 不是所有人都应该成为素食者，也不是所有人都应该成为肉食

者，这完全关乎你的灵性集合，是你多生累世发展的一组特定偏好.

所以，这是一个简单的真理: 进入一个人的食物不能展现该实体的本质，毋宁是从他而来的思维、言语、与作为.

是否还有其他问题?

(停顿片刻..)
如果没有其他问题，我将简短地讲说一件事，我们了解在座有几位对于耶稣感到好奇. 好比说这个器皿是一个有坚定信心的基督徒，虽然我们有时觉得她的概念蛮天真的，我们不认为她的基督信仰会造成通讯上的困难，反过来说，她也不认为我们会对她的基督信仰构成威胁. 然而，这样的理解不是所有实体都有，他们可能会质疑 如果我们星际联邦说所有宗教、所有文化都是一体的，那么 耶稣到底是谁? 我们会尽最大努力回答这个问题，藉由业力的概念来解说，在场大多数人相当熟悉的观念. 业力是一个因果的型态，先前的思想与作为累积到现在需要某种的补偿或平衡. 因此，当一整个文化已经发展出十分大量的负面业力，便带给意识一个机会，好比你所知的耶稣意识，这个意识是特别的，它的确与那起初思维如此地靠近 以致于几乎很难理解这样一个存有降生进入你们的化学幻象. 无论如何，这个意识确实渴望如此，做为一个最优的质变器，当耶稣实体被钉在十字架之际，他转化了过去聚集的负面业力，让它不复存在.

两千年前，你们的人群重新开始，业力的往事一笔勾销.

然而，我的朋友们，你们人群已经创造出另一个有些倾向负面的情境.

为了你们好 也为了我们好，希望你们能够抑制你们的战争本能，在你生命的每一刻，记得造物者与其它生灵，一点一滴地减轻(负面)业力，好确保再也不需要另一个十字架苦刑.

这是我们对于耶稣的理解，我们也认识他，并觉得他是一位老师，是一个与天父合一的实体，他无惧地拯救他的族群(flock*)，他(在这方面)没有相等的对手.
(译注: flock -- 在古英语中有"人群"的意涵.)

但我们必须提醒你，一定不要崇拜一个人，而要崇拜造物者，如同耶稣在神圣着作中对你们说 "不是我，而是我内在的天父在做这些事情." 所以让这句话与你同在，不单是你 让造物者也可以活出你的生命. 每一天，不管外在的情况如何，都与造物的和谐合一，让一种特别的阳光与爱充满你. 我将透过器皿 B 来总结这次的通讯，我是 Hatonn.

(B 传讯)
我与这个器皿同在，我们与你们分享一些思维与理解. 我们星际联邦在此为你们服务，你只要发出意愿 我们就会与你同在. 我的朋友，冥想是通往天父的道路，唯有透过冥想与祈祷 笼罩你们星球的负面性才能被刺穿 好让光可以中和它、战胜它. 这在你的能力范围之内，在这个地球的关键时期 这是你服务的一部分.

我们在此协助你，我们的爱与支持与你同在.
我的兄弟姐妹，我们在平安中离去.
我的爱每一刻都与你同在，Adonai vasu borragus.

☆ 第 0212 章集：服务与力量

周日冥想，1981 年 5 月 10 日

(Jim 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中 怀着大喜乐 向你们致意.

我们很荣幸在这个傍晚对你们说话.

我们 Hatonn 族群已经有许多年尝试协助像你们这样的寻道者.

我们尝试这个协助，因为我们理解到所有的造物都是一个思维.

所有的造物，不管它是否意识到自己与造物主的合一，都是造物主的一部分.

我们 Hatonn 族群走在有意识的进化道路上，我们有一个责任与荣幸去服务那些走得比较慢，但同样寻求觉知、真理、与爱的实体们.

藉由这类的服务，我们不只协助那些寻求的实体们，我们也协助了我们自己.

因为，难道我们不都是一体吗?

在这个服务中，难道所有造物不都向前迈进一小步?

当一个实体受到启发，全体闪耀的光变得更明亮一点，天父的造物的每一个粒子都更充分理解它与造物主的合一.

我的朋友们，直到此刻，没有一个实体可以停歇它对他人的服务，因为如果一个人停留在黑暗中，难道这黑暗不是降临在全体之上?

我们总是与你同在，在你的冥想中、你的灵性奋斗中，只要你要求我们的协助，我们会深感荣耀地回应，确实，我们已经回应许多、许多次，纵使你可能不知道

是 Hatonn 的协助，我们不寻求得到服务的褒奖，因为服务自身即是奖赏.

我们都是一体，当任何一个实体获得理解，全体都从而增进理解.

我们刚才说到服务的荣耀，我们请求这个小组每位成员仔细考量服务的概念.

当你遇见每一个人，在每一个活动，每一个思维，都想起那连结你们每个人的合一.
当你面临各式各样的困难，形形色色的经验，我们请求你考虑将每一个回应都视为一个服务的行动我们不会详尽解释要怎么去考虑，因为真正的理解来自于你的思量.

我们将在此时转移通讯到另一个器皿中，我是 Hatonn.

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，再次地 我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们现在开放提问.

L(先生): Hatonn，我手上有几张纸写着一系列的声明，我稍早曾请您浏览. 在不违背混淆法则的前提下，你可否告诉我这些声明是否正确?

我是 Hatonn，朋友，我接受你的问题，但无法给你一个简单的答案. 你所获得的知识来自于一个行家. 你得到它的原因是过去世的经验允许你在一个特殊意识状态下取得这个层级的资讯.

如同你们常说的，任何权力都有使人腐化的倾向，而一个行家的工作是放射光芒、照耀四方、并协助力量(导向正途).

你偶然接收到的理解可以称为力量的各种名称，跟大自然的特定元素有关.

如你所知，所有事物都是活的 并且 值得赞扬.

天父的造物由爱与服务的网络交织而成，分裂这个网络的力量在你的存有之内，你不会想无意地做这件事. 衡量这点，并在你服务造物的所有过程中寻求和谐.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

L: 是的，在这系列的声明中 有一部分对我特别重要，因此 我想重述这些声明以确定它们的准确性. 声明如下:

首先，我可以指派名字给这些实体，好让我可以与你讨论它们，而不会召唤它们.

其次，这些实体有潜能承担与指派名字相关的特征，除非在那个当下 该特征是

被禁止的.

第三，我可以指派名字，同时禁止这些实体承担任何与那些名字相关的特征.

第四，关于我已经指派给这些实体的名字，如果另一个人知道，并不会允许他召唤这些实体.

上述声明是否正确?

我是 Hatonn，我的兄弟，我们尝试以一般的方式回答这些问题，并警告你不要急切地使用尚未在此生发展的才能，虽然那是你在过去世已发展的技艺.

你的假设虽然不是完全错误，基本上是一些误解，由于一个事实—名字背后的是思维，在你目前工作的领域 思维具有力量.

名称是那力量的象征. 新的名字就只是相同力量的新符号，你给予权柄的名字，可以束缚或解放; 在另一个不那么正面的实体的眼中，可以拿来使用，前提是该实体有力量藉由你指派的任何名字去束缚或解放.

让我们举个例子，你自己的振动包含几个名称 是你会回应的. 有一些对你而言有很大的力量. 比方说，‘爸爸'. 然而你并不叫这个名字.

当一个实体有权利使用这个名称，他就会支配你完全的注意力.

你所说的这些实体也是如此，它们是你的伙伴，是值得珍惜的.

如同你可以被命令，它们也是如此，你最好知道如何要求，并且充分地理解它们的本质精华.

在正式工作开始之前，我们建议不要使用名称.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

L: 是的，我的经验是透过练习以及处理你所描述的重要事项，一个人可以获得这样的能力，但我很迟疑是否要展开练习，我想要进一步学习伴随这个能力的必要功课. 在这方面，你可否提供我任何建议?

我是 Hatonn，我的弟兄，这个答案可能因为过度使用而生锈并发出嘎嘎的噪音.

然而我们还是回答你—冥想.

在冥想状态中，允许你的问题传送到你伟大的存有的内在次元中. 首先在思维次元中带给你一些非文字的理解.

然后，物质幻象的次元将反射一些[被你的寻求吸引的]东西给你看，做为一种协助.

此时是否有其他的问题?

M(小姐): 是的，我有一个问题. 在我们居住的新区域，我们无法决定要寻求一个

新的团体，或尝试等待一个好时机. 我们来来回回地思考该怎么做. 你是否觉察另一个你有接触的团体，位于科罗拉多州?

我是 Hatonn，是的，我的姊妹，那儿有一个团体跟我们有通讯. 然而，我们的感觉是你的理解有足够的进阶程度 [如果可以使用这种措辞]，相较于一个只对特定资讯感兴趣的团体，跟你自己的团体工作的经验更有帮助.

请注意一件事，我们的爱与你同在，我们星际联邦从未远离这个团体的任何一位成员，不管你的住家与集会场所的地理距离有多遥远，因为一切即一，一切即是造物.

因此，容我们大胆地说，我们乐意接受你以任何方式寻求真理，但不会对其他团体这样说. 因为你们这个小组，如我们先前所说，是比较进阶的.

这是否回答你的问题，我的姊妹?

M: 是的，谢谢你.

(Carla 传讯)
.... 我们提供单纯的思维，我们曾说过和平，然而你们知道我们说的和平不是你们人群的和平，因为你们人群没有真正的和平，只有毁灭与麻木的感官. 你们的神圣着作中记载耶稣说“我来不是遣送和平，而是刀剑*”
(*译注: 这句话出自 马太福音 10:34)

真正的和平在你的生命中也将呈现上述的光景.

当你能够以 觉知的、有爱心的方式观看你的经验，倍增你存在的真正和平；这样的洞见将切过你周遭人们的感觉与偏好，他们不喜好真正的和平 毋宁喜好幻象. 如果你寻求和平，知道这点：它真的值得你每一分的付出，然而，有时候 它似乎像是损失. 那么，在你的冥想中安歇，在爱的真实和平中歇息，当你找到一种理解，你随后的行动将让周遭的人看见不同之处；要知道那些散发爱的人常被视为傻子.

我们稍早曾说过服务，真实和平有一大部分包含服务他人.

在每一刻，你都有无尽的机会将你的处境视为服务的机会，一个种下 镇静、爱、与 亲切种子 的机会.

一次又一次，你会被认为是一个傻子，但我的朋友，是这个世界的傻子们带来救赎，只有一个傻子能够不评判地去爱，只有一个傻瓜会渴望去服务那些不可爱的人；为那些 不漂亮以及受冻受苦的人群 祈祷.

那么 做个傻子吧，加入开心的傻子群体，因为那些愿意爱的人们总是像傻瓜.

记住，你们人类评断的方式有千百种，不过我们以为评断是不可能的，但是透过你们每人都有的内在之光的恩典，确实.. 可能去爱.

我们伸出双手拥抱你，在无限造物者的爱与光中 喜悦地离开你们. 我被你们知晓为 Hatonn.
Adonai，我的朋友们，adonai vasu.

我是 Nona，在无限造物者的爱与光中，我向你们致意.

我们被呼叫到这次会议中，为了协助增强 P 实体的医疗振动.

我们现在尝试传送医疗能量，我是 Nona.
啊 .. 啊 .. 啊...

我是 Oxal，在无限造物者的爱与光中，我向这个小组致意.

我们很荣幸能够简短地对你们讲话.

我们请求你记得伟大的十字以及圆圈: 嘴巴、心、双手-大十字存有.

如果这四个在物理幻象中的点可以被整合，你便开始流入永恒-当下的伟大圆圈之中. 你可能努力再努力，却始终找不到那存有的伟大圆圈; 所以我们对你说:以你的心去奋斗，将闭锁在你心中的伟大自由释放出来，那么你的双手与双唇将向外展现爱与光，即你的心努力要达成的结果.

我的朋友们，我通过这个器皿离开你们，但总是与你们同在.
我是 Oxal，adonai，我的朋友.

☆ 第 0213 章集：自然精灵与小男孩

周日冥想

1982 年 8 月 8 日

译者的话:我们希望藉着这个可爱动人的小故事，让更多人接收到爱与光的讯息. 建议各位读者可以把故事本文独立出来，然后转寄给你们的亲朋好友，因为一般大众对于星际联邦这样的概念不一定能接受. 但我想很少人会拒绝一个美好的童话故事...

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 能够与你们分享我们的想法是我们希望得到的最大机会. 在这个傍晚，我们想以一个寓言故事来传达一些哲学思维. 我们将从一个管道移动到另一个管道，我们建议你们每一位在心中调频并挑战我们，如此 你们可以省略开头与结尾的致意，直到故事的结尾.

故事本文

从前的某个地方有一座灌木林，一个美丽的茂密林间空地，在这个小森林中住着许多自然灵，有些人称之为小仙子与精灵. 对于它们而言，最小的牡丹花宛如一棵高耸的大树，而一株红菽草便足以做它们的屋顶.

这个世界对于小仙子而言 是一个如同田园诗篇的美丽仙境，洋溢着平安与和谐的氛围. 它们过着与世无争的生活有好些时候.

这些小仙子感受到与万物合一的宁静与平安，然而在平静的和谐之中，它们总觉得少了什么，它们不缺食物，然而 它们渴慕多一点什么东西.

于是它们召开一个大会，跟以往的庆祝大会不同，这次的大会是为了解决一个问

题 -- 它们的生活已经如此丰饶，充满乐趣、和谐、与平安，到底还少了什么东西?

在小仙子居住的环境中，有时候会有其他生灵闯入. 大多数时候都是森林的居住者在寻找大自然的滋养物的过程中 进入这个地方，牠们与小仙子们和平相处.

但这次不同，有个前所未见的生物闯入小森林，是小仙子觉得全然陌生的生物，一向和谐的林间空地似乎出现了不协调的声音.

这个生物跟森林栖息者是如此不同，它可以笔直站立 甚至比牡丹花丛还高. 它是一个五岁大的男孩，他深深地感到苦恼 因为他看见一些他不理解的东西，但他并不害怕，他蹲下来 脸蛋十分靠近地面 然后问小仙子 “你是谁?”

所有的自然精灵都笑了，小仙子说 “喔 我们是自然的精灵，你可以叫我们小仙子. 我们使花朵盛开、树木长高、草地在阳光中微笑; 我们告诉蝴蝶们何时要破茧而出，我们跟忙碌的昆虫们聊天.”

小男孩说 ”喔 我知道了，你们真得好美，你们可以用翅膀飞翔吗?”

小仙子说 “当然囉 你想看看吗?” 接着 许多小仙子集体从地面飞到牡丹花丛顶端，再飞回地面. 小男孩用力地拍手 “哇! 好棒! 对了 去年我在这附近玩耍弄丢一些弹珠，你们可不可以帮我找找?”

小仙子说 “当然，你说的是不是那些我们搬不动的大圆石?”

小男孩高兴地说“对，对，没错.”

小男孩很开心认识这群小仙子，他原本困扰的心因为疑问获得解答很快就安静下来. 于是他把许多过去放在心里的问题拿来问小仙子: “你们会不会变老?”

小仙子们回答它们会变得很老，但不会死. 小男孩回想 在家人与朋友中，有几个人死掉了. 接着 他问生命与死亡的意义是什么. 它们回答说 在服务的过程它们找到生活的意义，好比它们提供各式各样的动植物协助，让牠们顺利地成长，兴盛，出生与死去.

小男孩认真地思考花朵的成长、盛开与死亡，以及仙境中其他东西都经历一样的过程; 他似乎比较不害怕了，因为难道花朵不是把美丽带给这个世界，花朵不是已经回馈这份美给那些曾经帮助它们的小仙子们?

小男孩仔细地思索自己可能也像这个花朵，在许多人的帮助下，日益成长茁壮，有一天 他也要回报那些帮助过他的人们.

他想起有许多次他跌倒，膝盖擦伤的时候; 有许多吻种在他的脸颊上 让他可以安稳地睡着. 他想起好些快乐的脸蛋在早上跟他打招呼，为他准备早餐，并送他上学.

然后 他惊讶地想到自己似乎没有回报这些微笑与温暖的拥抱，虽然他心里很感恩，但似乎很少用具体的行动表示他的感激.

在他准备离开小森林之前，他感谢小仙子们，并告诉它们关于他的回馈计画，小

仙子们都笑得欢乐，其中一位小仙子有点害羞地说”或许 你不需要跟大人说你在哪儿发现这智慧.” 小男孩有些心不在焉地说 “喔 好啦.” 他拨弄口袋里的弹珠 发出叮当的响声，然后一路吹着口哨回家. 小男孩的妈妈正在厨房忙碌，

“嗨 妈咪”，“哈囉 亲爱的.”

小男孩说: “妈咪 弯下腰，因为我要种一个吻在你的脸颊上，好比你在花园中种玫瑰那样.” 这位母亲笑着弯下腰. 小男孩又说: “我还要给你一个大大的拥抱.”

小男孩的妈妈开心地说 “今天是我的幸运日.”

小男孩说 “我爱你，妈咪.”

这位母亲欢喜地享受儿子的拥抱，看着他 微笑地说 “现在 告诉妈妈 你从哪学到这些的?”

“喔 那些小小人..”

母亲说 “什么小小人?“

这时 小男孩想起小仙子曾说的话 “不要跟大人说关于我们的事”，但妈妈已经听见了. 小男孩回答 “喔 没什么啦，森林里的小小人使东西成长，并且找到我去年丢的弹珠.”

小男孩的母亲细心地找张椅子让他坐下，她说 “听着 儿子，我很高兴你找到弹

珠，但你要知道森林里 没有什么叫做小小人的东西.”

妈妈无法理解小男孩的敞开与天真使得他可以看见森林中的精灵，她只害怕小男孩在森林看见与听见的东西都是他自己的想像，表示他没有活在现实世界中.

小男孩渐渐发现那些对他自己最重要的事物与思维通常难以精确地与周遭的人分享，他开始领悟小仙子的警告中蕴含的智慧. 于是他开始用行动表达他知道的东西，而较少用言语表达. 在小仙子的协助其成长下，他的存有散发爱的光芒.

有一天，小男孩放学回家 将书包放下，走到他经常去的可爱小森林，他再也找不到那些小小人了. 他哭喊着 ”你们在哪里啊?”，”你们在哪里?”

他小心地蹲下来 一边注视三叶草底下 一边说 ”我好害怕我会踩到你们”小精灵族群观察他，知道对于这小男孩 人间终于变得比造物主的王国更加真实.

小仙子在它们的次元中很安全 不会被任何生物踩到，它们怀着极大的爱意观察这位年轻的朋友，对它们而言是个巨人. 他金色的头发挑起灌木的叶子，他蔚蓝的双眼充满着悲伤，他哭喊着 ”你们在哪里，你们在哪里?” 他的眼泪开始掉落..

小精灵族群的国王开口说“同胞们，就是为了这个神圣的礼物，我们聚集在此举行各项仪式，因为即使我们是明智的，我们没有眼泪的礼物，我们没有那种因失落而哭喊的爱，因为一切万物对我们都是合一的. 然而，我的子民，好好记住这一刻，当你们老去但不会死亡，记住这个珍贵的礼物.”

小精灵族群观看这个男孩，看见他经验到某种东西 却是它们无法知晓的.

小仙子们活在一个被精致安排的和谐环境中，一切所需都垂手可得. 然而，这个男孩拥有的一种爱的层面 是它们无法领受的; 这个爱的层面允许爱向内探索，汲取造物主更深的理解. 它们没有机会藉由(人生)经验成长.

[故事--完]

结语

(Carla 传讯)

我们隶属于服务无限造物者之星际联邦，当我们凝视你们人群时 我们充满忧伤.

我们希望激励你们去协助你内在的蝴蝶诞生，让你内在的花儿盛开.

但只有你能够将眼泪的礼物带给这个星球. 你们对于眼睛未见的事物有信心,

怀有爱与真理的理想，你们凝视着不存在于物质世界中的东西,

它带给你们一个渴望—去彰显爱，放射光芒，感觉更多的平衡、更多的神圣性.

你带给这个星球的礼物是你的觉知，你的信心.

你可会大声哭喊，以免你与周遭的人失去那些可贵的东西?

你可会大声哭喊，为了那些从生到死 却不知晓完美知识的人们?

住在幻象中的人们啊，记住眼泪的礼物.

你们充满了惊奇与愚蠢，你要选哪一个?

你有多在乎?

用尽我们所有的知识 我们无法做到你能提供的服务.

我们鼓励你保持敞开、天真、纯净的心境; 不管在幻象中面对什么嘲讽，遇见什么惨剧; 让你的意识交托在爱与真理的手中，你拥有一个强大火焰，即你的关怀以及 你的信心与纪念的眼泪.

请将你的光与火焰奉献给迫切需要的地球.

我们是 Hatonn 群体，我们感谢你们每一位的大礼，与我们共同工作 创造出一些可能对人类有益的想法.
我们在无限造物者的爱与光中离开你们.
Adonai vasu borragus.

(V)2007，translated by c.T.

☆ 第 0214 章集：第五密度

周一冥想

1982 年五月 23 日

我是 Hatonn，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

你们生活在一个恐惧的年代，某个人做了某件事 即可能产生骨牌效应，带来世界大战.有些人则恐惧大自然的灾难: 地震、风暴、火山爆发等等，担心这些灾难将带来大量的死亡与毁灭.

朋友们，所有这些事情都可能发生 也可能不发生. 如果一个人老想着尚未发生的事，或已经过去的事，他很可能承受一个风险-- 没有活在当下.

每一个片刻都提供你选择，每一个片刻都提供你一个机会去寻求爱与光. 当你开始这么做，你对于地球就起了一份作用. 虽然你可能自己都没有察觉，然而每个人加总的作用就决定了地球的未来.

在这个时代，地球上有许多人开始寻求造物者、爱与光，这个情况正在发生.然而也有些人居住在黑暗中 寻求服务自我.

在这个时期，存在一种不断变化的平衡 受到以上两种作用的影响.

我们请求你活在当下，允许你自己去经验、去感觉此刻的爱与光，无须急着冲向未来. 允许你自己缓慢地存在于每个片刻 处理当下的每件事.

我们是 Hatonn. 我们了解在你们的幻象中要存在于当下确实是件困难的任务.你们每天被这个世界的各个面向所轰炸，你们恒常地受到其他人的压力 企图左右你的思考. 但你总是自由的 你有权选择你要做的事情.

我们希望你们在冥想中 允许自己向爱与光敞开，渐渐地 成为爱与光.

朋友们，我们觉察到你们不只寻求知晓太一起初思维的真理，还想要找到一群可以互相支援的伙伴，一起走这条朝圣之路.

你们询问 如何建构一个奠基于灵性追求的社区，我们几乎不可能回答这个问题，因为每一个群体都有独特的需求. 然而，我们自己的社区也是奠基于同样的追求，因此我们可以提供一些想法 或许可以协助你.

当你们今晚坐在这个住所中，你们经验到社区的高度，共同分享的经验、共享的理想、共享的渴望. 当你们找到合一的方式，发现彼此的个人需求，社区便逐渐成形. 或许是某个人需要同情、一双拥抱的手; 或许另一个人需要倾听的灵魂，需要同伴的支持与保护. 但他们都寻求同样的理念，分享同样的经验.

有些人认定社区是有一群人紧密地共同工作在一起，你们当中有好几位致力创造这样的社区.

这种分享，若正确地理解，将大有帮助.

另外一种社区是定期形成的—好比现在这个聚会-也是非常有帮助的.

留意创造社区的机会，不要以你自己的逻辑去判断，而是凭藉你的理想、愿景，爱会为你指路.

圣经上写着: 天堂的王国就在内心.

一个社区属于这样的王国是个大祝福，欢庆吧，庆祝你可以将爱/光与陌生人分享；庆祝你们彼此相爱，并在造物的每个原子中找到力量、信心、与 安慰.

我是 Hatonn，我们在属于你们的伟大永恒社区中离开；在无限造物者的爱与光中离开你们.
Adonai vasu borragus.

问与答

我是 Latwii，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们在此时开放提问，第一个问题是?

发问者 C：在新约圣经中提到 如果我们抵抗恶魔 它会缓慢地迷惑我们，这是什么意思？还有，“恶魔”意味着什么?

我是 Latwii，我的姊妹，我们相信这个陈述曾经被错误地叙述. 就我们的理解[虽然是卑微且单纯的]，抵抗恶魔或任何黑暗/邪恶势力 只会强化该势力的作用.

这个概念是基于一个事实 即一切为一，因此那些追求黑暗途径 或 服务自我的实体们，同样也是太一的一部分；尝试去抵抗 或 战斗 造成一股反作用力 强化了分离的力量. 黑暗力量藉由分离 与 控制他人获得其动能. 因此 不管在任何程度进行抵抗即是肯定分离的实相，于是肯定黑暗势力的权力基础.

容我们说，更协调的方法是遵循合一的原则，接受所有黑暗或光明实体皆为自我的一部份，认知到太一造物者存在于所有实体之中.

接受、宽恕、并爱这些实体即可提供自身所谓的光之护盾.

我的姊妹，恶魔仅是造物中黑暗的部分，它寻求分离，并在掌控其他自我的过程中 追求它通往造物者的途径.

当然 这条途径的光是有限的，它与造物的基本结构，合一，并不完全一致.

所以这条途径有其尽头，在某一点，如果负面实体想要继续进化，它必须加入正面途径 — 接纳一切、热爱一切、宽恕一切、并看待所有生灵皆为太一造物者.

发问者 C: 人们唸诵玫瑰经与地藏轮(prayer wheels) 以及其他为祝福人群的祷词，它们是否成就了某些事情?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察到你的询问，这些人们确实成就某些事情，他们想要在爱与光中协助另一个实体，在某种程度上借由这些活动达成该目标.

寻求服务的纯度 与 意志的力道 将决定这个渴望成功的程度.

如你所觉察有许多方式可以提供这类服务，对于想要从事服务的人们最需要关切的是渴望的纯度与意志力. 至于要用何种方式一般而言都没有差异，除了有些实体想要更加精鍊与规律化这类服务，那么这些实体会采用其他的技艺.

我们可否进一步回答你，我的姐妹?

发问者: 谢谢你，你回答得非常好.

我是 Latwii，我们感谢你，我们很高兴能够服务. 此时是否有其他问题?

发问者: 是的，Latwii，一场核子冲突是否会影响其他地方、或其他次元、其他世界、或只侷限于地球的第三密度?.

我是 Latwii，我的兄弟，我们觉察你的询问. 如你所知，宇宙是合一的，当整体的任何一部分受到影响，其他部分也会受影响，因为一切不都为一?

核子冲突在其他地方发生过，也在你们的太阳系发生过. 如果它在地球上发生确实会有个可感知的效应 使特定的平衡变得歪曲，因此需要在造物的各个水平进行平衡的动作.

我是 Latwii，此时是否有另一个问题?

发问者: 目前在地球上，是否有任何实体曾经验过亚特兰提斯的灭亡?

我是 Latwii，我的姊妹，有许多地球人曾经验过这个情节. 的确，几乎你们地球上的每个实体都曾是亚特兰提斯大陆的一份子.

发问者: 我假设他们当中同时有正面与负面极性?

我是 Latwii，一般而言，这是正确的. 虽然你们人群中有大部分尚未选择其极性，而是在两者之前来回摆荡，在有意识与潜意识水平上皆是如此.

发问者: 选择正面极性的实体数目是否比负面极性的多?

我是 Latwii，我的姊妹，这是正确的. 在这个时候已选择正面极性的实体相对于整个地球人口仍属少数; 然而 这个数量远超过那些选择负面极性的实体们. 不过我们比较常见那些选择负面极性的实体 [容我们说] 坐在权力的位置上，因为这是负面极性的自然栖息地.

发问者: 那么我假设他们当中有些人是今日的统治者，或至少位居政府要职?

我是 Latwii，我的姊妹，这是正确的; 我们补充说明 (另外)有许多这类的实体并未在公开场合现身.

我是 Latwii，我们感激你，此时是否有另一个问题?

发问者: 你可否告诉我们一些关于你自己的事情?

我是 Latwii，做为开场白，容我们说，我们十分高兴你问到我们枯燥的存在，跟你们人类各式各样的经验相比 我们的生活可说是无味.

经过数千数万年，我们的生活变得相当单纯，我们逐渐属于单一的心智.

我们 Latwii 群体居住于光的密度，智慧的密度，编号五.

我们寻求合一的密度，那将允许我们平衡我们[社会记忆复合体]在第四密度获得的怜悯. 我们强烈渴望寻求太一造物者，这点对于我们的进化很有帮助.

我们拥有的经验是知晓关于进化的大量不同途径. 因为我们 Latwii 群体一直派遣流浪者到这个银河的许多部份，熟悉一大群的行星、人群、以及进化的过程.

所有这些经验都被带入我们的存在，并从而学习太一造物者即是那合一的经验，即是所有实体寻求的(目标).

在我们毕业到下一个密度之前，我们也要工作许多催化剂，完成许多经验.

然而，我们的幻象架构比你们的更为精细一些，因为它是光的密度，我们能够任意塑形光，所以我们可以轻易地满足简单的需求. 这点对于你们人类不那么明显，这是因为人类仍居住在遗忘的罩纱中.

我们 Latwii 群体已经在第三密度使用遗忘的罩纱完成毕业典礼. 我们现在进化的步伐比较慢，但我们能够看见我们幻象的每个部分皆是我们自己创造的结构.

我们偶尔居住在[你们称为]太阳之中，但因为目前无法平衡智慧与爱，我们不能在这样的配置中停留过久.

我们正常的环境位于光的领域之中，并由光的焦点组成，我们从中找到特定的功课去学习--- 这些功课与精练智慧有关. 因此，我们的环境并不是恒常不变的.

我们定期会尝试进入其他的行星环境，例如你们的地球，好研读光的配置，那是你们人类进化过程的一个基础.

你可以称呼我们是比较科学导向的，相对于我们的 Hatonn 或 Laitos 弟兄姊妹，它们发现哲学上的探索比较符合它们的口味与天性.

发问者: 它们是否跟你们在同一个密度?

我是 Latwii，虽然我们都在同一个造物中，我们的密度相距于它们有一个密度.Hatonn 与 Laitos 群体的密度是第四密度-属于爱与理解.

发问者: 非常谢谢你.

我是 Latwii，我们感谢你，并且很高兴我们炫耀自己的东西能使你开心.

发问者: 我现在经验到一个功课，关于是否要跟另一个自我沟通的选择. 我已经找到我感觉到的最佳决定，但我很有兴趣知道 Latwii 是否愿意提供任何忠告?

我是 Latwii，我的兄弟，我们只能建议你去做你感觉最佳的决定. 因为你的内在居住着那些寻求平衡的偏见; 如果我们建议一个实体去做任何不是它想做的事，这样对于他的进化并没有帮助，不如该实体凭藉自己的意愿去做决定.

我的兄弟，你不可能犯错，你可以从所有经验中学习.

Carla: 我想再探讨 C 的问题，我了解不抵抗邪恶是因为它是我们的一部分，因为

我们都是一个造物，我们接受与爱所有实体为自我的一部分，当邪恶的部分被接纳 被宽恕，因为它成为自我的一部分 它就没有威力了.

最近我跟某个朋友讨论一些特定问题 好比想戒掉贪吃、或想要戒烟，或者我自己的弱点是买一些我不是很需要的衣服. 这时候 似乎一个简单的”抵抗”祈祷就很管用. 这种有限度的抵抗是否也有它的优点呢?

我是 Latwii，我的姊妹，你说所说的活动只跟自我有关，相较于牵涉其他自我的活动，有着显着的差异.

当一个实体寻求平衡它自己的偏见与扭曲，有些活动可依自己的意志从事，并可能有助于平衡. 在行使意志的过程中，单纯地失去不恰当的渴望是可能的.

当牵涉到其他自我，一个想要走在正面途径的实体不适合将意志凌驾于其他的负面极性实体之上; 因为这么做即使卷入一场战斗，这样的想法属于负面实体的地盘，容我们这么说. 卷入意志的斗争无可避免地将减损正面实体的极性.

比较好的做法是不要行使意志反对这类实体，而是退出这场斗争，在冥想状态中寻求把爱与光送给负面实体，并真切地感觉它也是伟大自我的另一个部分.

Carla: 我想我懂了，你的意思是说，比方说，当耶稣说: “撒旦 滚到我的后面”，他戏剧化的表现并不是针对恶魔，而是使用他的意志不去接受特定的诱惑，然后会那些迫害他的人们祈祷，如同他赴义前在旷野的四十天祈祷. 于是圣经这部分的句子容易误导读者将焦点放在邪恶的人格代表，而不是放在一个人有权选择这个或那个方向.

这样说正确吗?

我是 Latwii，我的姊妹，一般而言，我们同意你的摘要. 我们可以进一步评论，当圣经提到撒旦，它代表一个负面性的概念，也就是那些想要减损耶稣极性的负面势力，使他的工作无法完成.

虽然耶稣完全地在心里接受那些负面或黑暗势力，爱他们，宽恕他们，怜悯地对待他们; 然而他对那些势力说他想要追寻另一条途径，耶稣不能接受他们提供的诱惑，虽然他的确接受并珍惜这些实体.

所以，耶稣并没有对抗黑暗势力，而是充分地爱着他们，同时 拒绝他们的提供的条件.

Carla: 非常谢谢你，我想探讨另一个主题，在 UFO 研究圈中有个盛传许久的传言，大意是 UFO 会介入圣经上称为狂喜升天(rapture*)的事件. 这个狂喜升天的生意已经进行了 1 千 8 百年左右. 在周期的尽头 不管有多少的收割量，有些人被 UFO 载到天上 其他人留在地面上，我总是感到好奇这个事件是否有任何真理的种子? 我猜想有些 UFO 的通灵者，因为熟悉圣经之故，会将狂喜升天跟太空船挂勾在一起. 我希望你能够评论这个事件，因为我以为这整个概念是有伤害性的，它使得人们分心，不能集中精神在你们的讯息上. 救赎来自 UFO 的机械式援助?

我是 Latwii，我的姊妹，我们很高兴能对这个主题评论，我们也发现这个现象颇令人惊慌.

容我们说，我们看到这个概念的核心真相是会有那些属于第四密度振动的实体将欢迎你们地球上顺利完成收割过程的实体，他们将进入第四密度，也就是爱与怜悯的密度. 这些第四密度的实体扮演的角色是欢迎者，导引者，以及老师，他们的配置与耶稣相似，他们在某种层面实践了所谓基督再来(Second Coming)的预言. 这些实体全天候准备欢迎那些地球上的人们，在他们每天日常活动中，在每一件事上寻求更纯粹地了解太一造物者.

当你们地球即将进入理解与爱的密度，这些实体将是为地球开路的先驱者...
(录音带到此结束.)

(译注: Rapture 一般翻译为狂喜，但这名词对于信仰末世论的基督徒有特殊意义，意指当末日来临时，所有虔信的基督徒同时被运输到天堂，与耶稣基督同在. 详情请参考 Wiki 百科 http://en.wikipedia.org/wiki/Rapture)

(V)2007，Digested & translated by c.T

☆ 第 0215 章集：造物者提供什么给我们?

周日冥想
1982 年 9 月 26 日
(Carla 传讯)
我是 Hatonn，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

容我们在此时感谢并祝福在座的每一位，很荣幸有这个机会分享我们的生活与想法.

我的朋友们，我们责无旁贷要提醒你们注意大量的过度行为，特别是:
过度供应、过度客气、以及过度的灵性伪善.

我的朋友，你需要多少的世俗财产才能建立你完美的存在，达成完美的寻求?

你的床要多柔软才算舒适? 你的衣物需要多少才足够? 你的住家需要多少房间，多少家具摆设才让你满意?

再看一次，用最谨慎的双眼看这些事情，在令人目眩的诚实之光中审视这些现象.

在你是谁 以及 你如何行动 之间，是否有任何差异?

我的朋友，我们并不是建议你放弃礼节，丢掉所有家具 然后住在很小的居所;

我们也不是建议你必须在物质上有所匮乏. 恰好相反，我们尝试做的是给你们一个眼界去看到造物者的确提供所有必须的东西. 然而，这并不必然包括大庭院，以及 大批的朋友全天候说你的好话.

不，我的朋友，造物者提供给你们的是吗哪(manna)，这个字语出旧约圣经，它意味的一种不可或缺的补给，没有它 你无法居住在这个特别的密度中.

造物者提供给你们无限度的爱，凭藉着它 你可以选择最神奇的课程.

是的，我的朋友，，你可以选择去爱，这是心的吗哪，透过反射法则(Law of

Reflection)在你的灵性生活中运作，这总是最难穿透的.

造物者提供辨别力，这是灵性的吗哪，用在你自己身上，在所有事件中 询问你自己穿透爱的理解的能力，在这方面 灵性的吗哪是最充足的.

你可以工作自己 其程度与你的渴望成正比. 你渴望什么-- 物质的吗哪?

心的吗哪? 灵性的吗哪? 很好，你的道路将变得更清晰. 伴随着每一个困难，会有吗哪来到你身边，你的意志与信心将带你进入愉快的场域,

使你的心得以歇息，灵魂得以安住.你们人群有个很大的混淆，相信任何事物都值得爱 除了吗哪.

享受那些你已有的东西，但留心注视造物者每日每年提供给你的东西 总是一样的. 你与天父本为一，你的身体在他的看顾之下，你的心拥有爱的礼物，使你可以闪耀造物者的爱到地球的尽头.

那么 每当钟声响起，对你自己说: “我有一个选择，因为造物者与我同在.”

你即是造物者，你所看见的一切都是造物者. 注视闪亮的盘子，日光照亮的窗子，干净房屋的美好味道. 或者当你在扫落叶时，观察天父的造物，充满如此多的惊奇，然而 你与这一切都是合一的.

在你的内在，一片叶子即是一个奇迹，而你是观察者 同时也是这奇迹的延伸.

每当我们沉思”无限造物者的光”这句话，我们的心智彷彿静止了片刻，因为这些思维超过我们能理解的范围. 当你听到每天的新闻与地球上的纷扰，确实很困难持守信心. 但，我的朋友，活出美好的生命是你可以选择的，因为造物者的力量就在你的周围. 它好比你呼吸的空气，好比你偶尔感觉到的静默.

诗篇(Psalm)作者写得好 “静下来，知晓(我)”.

最后 我们藉此机会提醒你们，我们尽最佳的努力与理解 与你们分享我们知道的真理，但是，我们无疑地容易犯错，我们持续在学习的道路上前进.

如果我们的话语激励你思考灵性的成长，我们感到荣幸.

旦你必须检视我们每一个想法、每一个概念，决定你自己的真理.

没有一个老师或先知能够为你指定真理. 因为造物者给予你们每一位机会为自己选择你的途径，行使你的自由意志去学习你想要的功课，去经验你想要的学习机会.

我们很高兴有这个机会从另一个观点 给你们一个新鲜的洞见.

我们在无限造物者的爱与光中离开你们，我是 Hatonn.

(Jim 传讯)
我是 Latwii，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们感谢在场每一位给予我们机会回答你们的询问.

容我们问现在是否有任何问题?

Carla: 首先，我要特别感谢你在过去某日出现在我的散步途中，你当时是否觉察到我正被一个第五负面密度的朋友致意，于是你尝试保护我，或单纯地与我同在?

我是 Latwii，容我们说 在那个时候加入你是我们的荣幸-也包括其他时刻 –回应你的祈祷. 因为我们 Latwii 群体有个荣耀 担任安慰者(Comforter)的角色去服务形形色色寻求慰藉的人群.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 不了，十分感谢你，Latwii.

S: Latwii，可否请你讲说被称为"懒惰"的概念?

我是 Latwii，你们人群使用的每个字眼依照其用途常包含某种言外之音. 在你们的幻象中，忙碌的活动，完成一个任务 然后又一个 再一个任务，似乎永无尽头，这样的过程被赋予很大的价值. 在这样的任务中，确实包含了一些教导爱的功课.

然而对于那些选择不这么忙碌生活的人们，你们文化归类为懒惰的人;懒散度日放松生活 进入一个人存有的本质，通常不受你们人群重视.

但我们要问你，我的朋友，难道你真正的本质没有价值吗?

那些永无止尽劳动的人们似乎具有很大的价值，但一个实体的价值难道可以只用这种方式衡量? 如果真的只用这种方式，那么 太一造物者居住在你们幻象中的每一颗粒子中 没有去工作，他的价值是什么?

不动的大树有什么价值?

只会流动的河，生物从它的存在得到滋养，难道它没有价值?

天生不会移动的泥土是否没有价值?

造物者为它的存在而欣喜，居住在你的存有之中，没有任何运动，所以它没有价值?

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

S: 谢谢你.

E: 接续 S 的问题，为什么我们大多数人都把生活弄得如此忙碌 而没有时间平静或 慵懒地生活?

我是 Latwii，我的兄弟，我们发现在你们的幻象中，有一个必要的伟大遗忘.

一个人存有的本质具有无限的价值，但忘记它将允许增加存有内涵的可能性，透

过做事或行动增加经验来达成这个可能性.

实体们透过各种活动表达造物者的特质，藉由这种表达 蒸馏出造物者的精华，然后 这股精华喂养给存在性，于是完成做(doing)与是(being)的完整周期，彼此互相平衡.

在你们的幻象中，最常见的现象是专注在明显的事物上，即所有生命表面上的分离，以及因为这表面上的分离能够以无限多样的方式去行动.于是这个过程允许每个实体内在的造物者更充分地知晓它自己. 每个实体有必要以存在去平衡活动. 在如此强烈的幻象中，即使要穿透存在最单纯的神秘都不是个容易的事.

在你们的幻象中，很少有人真正地衡量它存在的原因，与 生命的目的.

然而 在某个时机，每个人都会这么做，不管是有意识或潜意识地作出决定.

每个人在投胎之前 都已经决定去行动、去存在、去平衡.

E: 换句话说，如果一个人走过这一生 没有犯任何错误，他学到一些东西. 如果另一个人走过这一生 犯很多错误，他会学到更多东西?

我是 Latwii，我的兄弟，我们不会选择”错误*”这个词汇，毋宁看到所有活动皆为造物者知晓自我的方式. 因为，如果只有(一个)造物者演出 与 存在，怎么会有任何误解*呢?

(*译注: 原文 mistake 具有错误与误解双重意义.)

J: 我想问一个问题，有一种心智疾病叫做边缘人格(borderline personality)，你可否告诉我这个疾病的本质?

我是 Latwii，我的姊妹，你们研究人格的学者专家发明了这个名词，为了方便分类的缘故. 然而被视为边缘的人格仅只是该实体表达的方式有些无法以一般的方式去理解与描述. 一个人格不总是居住在你们幻象的正常范围内，偶尔会越出边界 表现出一种难以理解的现象 只有该实体的深层自我能够理解.

就我们的理解，即使是所谓边缘人格，该实体仍然有机会去学习爱的功课.

虽然以一般的观察方式 可能无法理解这样一个跨过边缘的实体如何能利益他人或自身. 然而，在太一造物之中 并没有什么边缘，每一个实体都自由地旅行它想去的地方. 大多数人选择以雷同的方式旅行 于是形成一股惯性，大多数的旅行者创造出正常范畴的参数. 然而，如果仔细研究每个实体，我们可以发现在各个人格的某一部分不在这些正常参数的范围内，并的确跨过边界. 因为每个实体自身都有大量相异的表达方式，有时候一个实体的表达会被认为不正常.

因此，当一个实体表达方式有较多比率被视为不正常，这样的人就被冠上边缘人格的称号.

J: 让我尝试理出一点头绪，那么，你的意思是说 罕见或不正常的现象不必然就是病态的. 接续这个论点，那么是否需要矫正或使不正常的情形变得正常?

我是 Latwii，我的姊妹，最准确的回应应该同时包括 是 与 否.

对于一个被诊断为病态的实体，经验这种模式即是一种服务；其他人尝试以这种或那种方式治疗它也是一种服务. 这两者的互动将产生催化剂，用来教导双方.

不管该实体变得所谓的正常，或维持病态都不重要. 该实体与周遭所有人之间的动态相互关系即是一个经验，这经验提供机会让每个人学习爱.

J: 我开始看到一个重点，心理疾病就如同任何其他疾病，它提供催化剂，这一切都是恰当的. 就是这么回事吗?

我是 Latwii，这是正确的，实在地说 你们整个幻象都可以这个方式看待.

K: 我想问关于梦的课题. 一个人是否能选择自己的梦，或者我们从日常生活中收集材料 成为梦的内容. 我并不清楚关于梦的机制，我们可以选择梦的内容吗?

我是 Latwii，我的姊妹，只有那些行家能够选择即将经验的梦. 虽然梦有许多各式各样的用途，它主要的用途是以象征的形态反射一个实体日常生活面临的催化剂，好让该实体得以再次复习与利用催化剂.

任意选择梦境意味着 很有效率地使用催化剂，表示行家有意识的认知到这点，提供自我一个(加速)进化的方法.

容我们说，规划一个梦就如同一个人在投胎前规划自己的一生，这需要许多的能力，通常一个人无法在一辈子累积到这样的功力，但这是有可能的.

Carla: 接续 K 的问题，我最近经常做两种梦，一种很平常 跟大家一样，我在教导某人，或某人教导我；另一种很像是法柜奇兵(Raiders of the Lost Ark)的电影情节，在其他的行星上 某个好人对抗某个坏人之类的故事. 我没办法把这两种梦跟日常生活的催化剂做连结. 还有一种梦似乎也跟催化剂没关联，就是我有几次在梦里看到未来发生的事情，而且后来真的发生了.

所以，除了工作催化剂，梦是否有其他用途，但这些用途没什么重要性?

我是 Latwii，我的姊妹，梦确实有许多各式各样的用途，没有一个用途是更有价值 或 更没价值.

你提到到这几种梦是对于生命经验的特定视角.

举例来说，难道生命不能被视为一个教导与学习的过程? 每个人不都彼此教导?

当你在这一生旅行的过程，接受各种催化剂的教导，难道不能被视为一场伟大的冒险? 偶尔 一个实体可以在梦中看到所谓的未来，确实，有许多个未来[如你所称]. 预知未来梦的发生代表深层自我与该实体的一个特别连结，这个事件对于该实体有特殊的价值.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 首先我刚才想到一个烂笑话(冷笑话)，跟大家分享.

提货单上写着一货车的牛，猜一个字?

答案是催化剂(catal-lyst*)

(*译注: 此字谜取其谐音，催化剂= catalyst = cattle + list = 牛的清单)
[现场发出 吃吃的笑声 以及 呻吟声]

Carla: 我另外一个问题是... 抱歉啦! 我以为 Latwii 会喜欢这个笑话，Latwii，你没有在笑.

我是 Latwii，我们发现自己笑到抽筋.

Carla: 谢谢你.

(我是 Latwii，）我们欣赏你的幽默，你知道的，请继续.

Carla: 我另外一个问题是我很想懂的问题. 即使一个医者失败了，他在尝试医疗的过程学习到爱的功课. 由于我母亲恰巧是一个心理学家，我常听到一些难以想像的精神并症状. 举一个单纯的例子，有一个讲西班牙语的女士，体重 160 磅，当她不攻击人的时候就跳舞唱歌，她已经攻击了 19 个人，目前有好几个受害者躺在病床上. 没有任何人能够使她集中注意力，没有任何药物可以治疗她的症状，除了大量的镇静剂可以使她停止攻击别人. 然而当她攻击的时候又似乎不带怒气. 我们现在谈论的不是那些对生命有一点不同看法的人，我们在讨论的是某些很不一样的人，他们无法以任何方式和其他人沟通，这样的人要如何学习爱的功课? 如果你不能回答，我可以理解.

我是 Latwii，首先 我们认为医者绝不会失败，只是他努力的结果可能跟原本预期的不同. 我们也认为你刚才描述的这个实体，它的确可以学到爱的功课，只是需要较长的岁月. 它在此生的行为 在其他人眼里是相当地古怪，这样的偏差将教导该实体特定的功课. 从此生累积的偏差将协助该实体决定要走哪一条路继续它学习爱的过程. 有些时候，爱的功课进度相当缓慢，然而，总是会有进度，一个人的一生可以比喻为海滩上的一粒沙.

Carla: 你的意思是即使没有任何动作，全无反应，外面没有东西进来 里面没有东西出去，在这种处境的人仍然可以从经验中学习，虽然表面上 他什么也没有经验到? 回答是或非就好了，我已经占用太多时间了.

我是 Latwii，我们的姊妹，虽然我们回答"是". 容我们建议在此生活动的实体不过是它的自我的一部分，虽然这个部分从它多样的经验中学习有困难，然而 这些经验确实教导爱. 你可以看待每一辈子都包含大量无用的细节，这些细节本身没有价值，但一个细节叠着另一个细节叠着又一个细节创造出一个偏见，这个偏见开展了经验，而经验教导了爱.

Carla: 谢谢你，Latwii.

I am Latwii. 我们感谢你，我的姊妹. 此时 是否有其他的询问?

M: 我有一个问题. 当 Hatonnn 与我们同在的时候，我有个奇异的感觉，漂浮在云上向下看向下看，漂浮好长一段时间，最后向下看到地面，看到一个相当暴力的景象，在一个荒废的街道，有一些狼或狗在咆啸与战斗. 这景象是否有任何意义?

我是 Latwii，我的姊妹，我们很高兴看见你已经把自己从洞穴中拉出来，那是你上次集会中所在的位置.
(笑声)

L: 那可真是令人狂欢(hole-arious*)啊!

(*译注: 又一个谐音，狂欢 = hilarious hole-arious，hole 是洞穴的意思)

(我是 Latwii，) 的确 每个经验都有一个意义，但必须由经验这个知觉的实体来决定它的意义.

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

M: 不了，我不认为我这辈子可以理解它.

我是 Latwii，我的姊妹，不要低估你自己，上周你还相当绝望 怀疑自己能不能从洞里爬出来.. 下一周可能带来更大的奇迹.

J: 我有个观察，一般而言 在第三密度中 我们认为一个成功的人是健康的、有计画地生活、事业顺利等等. 我现在开始以一个更超越的基础去看这件事，即没有一个方法真的可以衡量一个人的进化程度. 好比一个经验大量催化剂的人，经济破产，肉体与心理都有疾病，或经常沮丧，然而他可能位于一个更进化的水平.. 你可否评论这个观察?

我是 Latwii，我的姊妹，的确 一个实体选择什么变貌都无关紧要，都有课程要学习. 如你所觉察，每个人都是相当独特的，每个人学习的方式也不尽相同.你可以观看到任何人的社会、政治、经济等地位，然而无法决定该实体踩在进化道路上的哪个位置.

当然，你们的文化有各种公认的标准衡量一个人的成就，就好比孩子们在游乐场集合时 ... (需要制定一些游戏规则..)
[录音带到此结束]

(V) 2007，Digested & translated by c.T

☆ 第 0216 章集：专注地极化

周六冥想
1982 年 12 月 11 日
(L1 传讯)
我是 Haton，我在无限造物者的爱与光中向你们问候.

我的朋友们，你们存在于一个幻象的世界中，这是一所学校 里头有许多课程是必修的，通常一个人可能需要许多次的转世才能完成这个任务. 这是理所当然的，因为造物者渴望他的每个孩子都经验到造物的全体性、完整性.

你们目前存在于第三密度之中，大部分时候处在两个极化选项的中间地带.

这两个极化分别属于 服务自我，以及 服务他人.

虽然我们星际联邦致力于服务他人，我们要强调两条路径都通往造物者，因为在服务自我的过程中，一个人也服务全体的一个面向，于是服务了造物者.

这个过程符合造物者的意志，然而被许多地球人类误解.

我们不想要侵犯你们选择个人途径或极性的权利，然而，我们强烈鼓励你们地球上的人们专注地努力于极化，不管是哪个方向.

因为拒绝在此生选择一条途径将导致另一次转世、再一次、一次又一次的转世，知道该实体选择了他或她服务的途径，并且致力于此.

因为我们 Hatonn 群体已经选择遵循服务他人的途径，我们提供服务给你们地球上的实体们. 但我们不愿意侵犯一个人的自由意志，也就是实质地向任何人证明我们的存在，因为这样不是会严重影响你们的决策?

为了同样的理由，我们对于讨论你们地球的未来的特定资讯保持缄默，因为如果这样的资讯被证明为真的，也将大大地影响你们相信或不相信我们的意愿.

如果在任何时间，你渴望我们在场，或接收到我们的安慰，你只需这么要求; 但请了解我们不会替你做决定. 我们进一步地提醒你们注意服务他人与服务自我的一个区别，即是否愿意声明特定叙述或评判.

此时，我们将让出对这个器皿的使用权，好让我们的弟兄姊妹 Latwii 得以执行回答问题的服务. 在无限造物者的爱与光中，我们向你告别，我们是你们所知晓的

Hatonn.

我是 Latwii，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，我们相当急切地想要贡献一点东西，此时是否有任何问题?

S2: 你可否讲述一个现象，也就是说一个人确实寻求服务自我 却假装是服务他人; 或者 一个人真的在服务他人 却假装是服务自我.

我是 Latwii，关于你的问题，首先让我们声明星际联邦的成员全体都在服务他人当中，联邦成员在任何时间都不会尝试扮演服务自我的角色，因为这样做即是剥夺接触者在两个极性之间做选择的机会.

因为我们渴望去服务他人，一个人可以理解我们不情愿提供一种情境，也就是只有一种选择，即服务自我.

关于那些诚挚渴望服务自我，而扮演服务他人的角色，我们以为在这个动作当中，他们首先诚挚地渴望有所服务.

当一个人施加一股力量作用于造物或宇宙之上，事实上等于一个形而上的呐喊需要更多的知识或协助，而对于协助的渴望总是会被回应，双方极性阵营都会尽其所能地回应.

如我们先前所说，服务他人的极性将如实扮演自己，因为这样子 他们可以成为最佳的服务.

然而，那些服务自我的实体，在发觉到召唤的实体的渴望强烈倾向服务他人时，他们会尝试稀释或发散该实体奉献的强度，他们伪装成一个致力于服务他人的实体，却供应一些资讯或建议 属于相反于服务他人的途径.

一个简短的例子是他们会建议或暗示被接触的团体一个观念，即他们在某方面是特别的、独特的、或跟其他兄弟姊妹有所不同.

我的朋友，真相是没有精英阶级，你们地球上的所有人都是一体.

我们可否进一步回答你?

S2: 是的，对于我们这些活在混淆中的人们，想要理解我们自身到底倾向哪个极性，你可有任何建议或忠告?

我是 Latwii，我的姊妹，我们首先建议一个人感激这个混淆，因为它的价值在于使你缺乏明确的保证 允许你做出选择; 而不是追随一个明显的信号 这样你的选择就没有意义了. 同时朝向两个极性是很自然的倾向，因为两个极性都存在于造物者的宇宙中，你经常会发现自己被服务他人与服务自我两种渴望拉扯.

为你做决定不是我们的角色，无论如何，我们建议你们当中努力成为与造物者更亲近的同盟的人们，请强烈考虑选择一个极性的价值 以前进到你的教育之下一个阶段; 我的朋友，为了顺利毕业 你必须通过考试.

A1: Latwii，我想你早就知道我很想笑，我感觉曾经遇见过你，我脑海一直想的是你是如何底可爱，我以前阅读你的文章时从未有这样的感觉，这是种蛮舒服的感

觉.

我想请问你的是 — 在第三密度中 请您告诉我们什么是基本的信任(trust)?

我是 Latwii，我的姊妹，首先 我们在你发出这些叙述之前 仔细地评估过其内容，在不影响你的极性的前提下 声明你的认知是相当准确的. 我们再次欢迎你的振动，我的姊妹.

在你们的密度 要定义信任是件困难的工作，因为信任这个字是一个符号，你们人群经常以形形色色的方式来诠释它.

无论如何，我们愿意尽一份心力回应你的问题，提供以下话语作为参考.

信任可以被视为一座桥填补人与人之间的缝隙.

每个人内在都有力量去破坏这座桥 或 在旧有的基础上重建它，这个行动 [如果我们可以借用一个措辞] 将考验人们的灵魂.

不管怎样，一定不要将信任视为一种契约，像是一种互相交换的商品;

因为信任里头并不包含要求回报.

一个人不能控制信任如同贸易一般，它必须是爱的一种形式，自由地给予 没有企求回报的渴望.

在困难的环境或情境中要稳定地维持这座桥是相当艰辛的，然而 你内心是否真正渴望去摧毁这座桥呢?

一个人可能说 ”在他/她对我做了这种事之后，我不再信任这个人了.”

然而，这么做，不就是给信任贴上价格标签，在如此贬低信任的同时，清楚地勾勒出他们爱的意愿的界限，因为信任必须被无条件地给予.

如果一个人说 “我信任你 如果你也信任我”，并且认真地期待自己能够信任，这其中的荒谬性十分明显.

我的姊妹，信任另一个人就如同说 “我愿意爱你，这样的爱将不会中断，不会被破坏，因为我信任你如同我自己. 我认出你就是我自己. 因为我们都是一面镜子在彼此的身上看见造物者的镜像.”

我们可否进一步回答你?

A1: 不了， 感谢你 Latwii，谢谢你充满爱的回答.

S2: 我想再稍微探索这个主题，当一个人信任某个曾经背叛他的人，这个人会倾向对于新的信任关系有些恐惧.

你刚才说的是毫无恐惧的信任，也就是去理解你被他人背叛(的情况) 等同于 当你不小心背叛他人的信任时 你并非故意去伤害他人?

我是 Latwii，我的姊妹，没有任何人可以伤害你 除了你自己.

也没有人可以使你喜乐、痛苦、忌妒、罪咎，除了你自己.

如果另一个人的行为被视为背叛一个信任，而这个状况并非来自于你渴望限制他人的行为，那么你将发现背叛并未发生.

如果是这样，你是否有权去冒犯另一个人的自由?

我的姊妹，你们密度中有个好处是最为困难也最被误解的，也就是感情的存在与强度. 感情是一组工具，它可以被使用或被滥用.

在你的生命中 只有一个人可以把爱带入你的生命 就是你自己.

只有一个人可以决定要不要爱另一个人，(就是你自己.)

因此 另一个人是否可能强迫你去经验感情的创伤?

或者更正确的说法是 “我期待另一个人有这般的行为，由于看不到必须的行为，我决定以感到情绪的痛苦做为回应.”

我的姊妹，信任就是信任，它不是交换.

我们可否进一步回答你?

S2: 谢谢你，你不只回答我的问题 还包括我未说出口的问题.

L2: 看见即将到来的事物是否有个用处?

我是 Latwii，我的姊妹，如你所觉察，这个宇宙并不被时间侷限，因为此刻存在的东西过去一直存在着，未来也将如此. 一个有这种渴望的人可以调频感官去接收所谓的预录资讯，因为时间是你们幻象的一个面向，描述早已存在的未来 [以你们的称谓]. 一个人有能力去发觉这些纪录 等于是说他有能力察觉很可能发生的事件. 然而未来可能发生的事乃基于一种或然率，如你所知，选择的自由总是存在的.

L2: 谢谢你，在你的面前 我感受到大量的爱，感谢你.

我的姊妹，我们 Latwii 群体也感受到大量的爱，我们感谢你.

D: 我有一个关于自由意志的问题. 许多不同的人对于自由意志有不同论点. 有些论点认为好比你目前与我们的通讯就是干扰自由意志.

也有的论点正好相反，认为若没有资讯与知识，没有完整的资讯，自由意志无法被行使.

看起来，你们已经碰触到中间地带，这在地球上是不寻常的.

大多数时候，哲学家们不是选这边 就是那边，通常找不到中间地带.

我想知道你对于自由意志的详尽定义.

我是 Latwii，我的兄弟，在详细定义之前，让我们讲一个比喻.

如果你愿意，思量一个学生正在做家庭作业，该学生有选择去猜答案；或者透过辛勤的工作，没有外来的支援 自己获得答案.

或许该学生会寻求家教的协助. 如果我们可以决定我们参与你们的自由意志的特征，我们会形容自己为一个亲切朋友，兄弟或姊妹，渴望看见地球上的人们成功达成他们当初来此的目的，然而 我们谨慎地不提供答案，毋宁提供资讯给个人，让个人藉此努力使自己发现答案.

自由意志的主题一般被称为混淆法则，要以你们的语言定义是相当困难的，因为口述语言先天在沟通上有其弱点. 容我们提供第二个比喻，考量一条律法 “汝不可偷窃”. 表面上来看，这是一个清楚、简洁的规则.

然而在特定的情况，偷窃这个举动又是十分恰当的，一个快饿死的人偷窃食物，就律法而言 应当受到谴责；但这里所有人都了解到这样的判决是不公平的.

因此，让我们说 混淆法则已被书写在你们的心中，你们无法清晰地，简洁地定义它；与你有没有能力理解它；这两者之间并无直接关联. 我们可否进一步回答你?

D: 是的，假设你无法定义自由意志，并且你明显地不觉得该通讯会干涉自由意志. 我想问你们当中 是否有其他实体感觉你们目前做的事情干涉自由意志?

当然 这个问题在我们社会中被提起许多次，举例来说 我们与原始文化的关系，要到何种程度 我们才算干涉他们的活动，我们是否干涉他们的自由意志？不同人的意见构成一个光谱，从十分赞成到极度反对都有.

这样的情况是否也发生在你们当中?

我是 Latwii，我的兄弟，定义你所谓的自由意志并不是透过文字符号来达成，而是透过一个人的行为与意图. 操纵任何其他自我都是对自由意志的侵犯，星际联邦的所有成员都渴望避免这类的活动. 为了这个原因，特定的成员被选定通讯的任务 接触像你们这样的团体. 我们也要强调你所询问的对象并不是一个分开的个体，而是一个群体[你或许会称为一个行星的人口]的觉知. 你接收到的答案来自于该集体[或称为社会记忆复合体]觉知谨慎考虑后的答案.

我们可否进一步回答你?

D: 不了，谢谢你.

我们感谢你，是否有另一个问题?

L2: Latwii，我很欣喜能听到你的智慧，在我十分锺爱的爱默生与莎士比亚的作品中 我认出同样的智慧.你当时肯定与他们同在，或许，他们现下就在你们当中?

我是 Latwii，我的姊妹，我们感谢你. 虽然我们不能够定义你提到的这两个实体在宇宙中的精确位置，我们可以确定地说，虽然他们不在我们这个社会记忆复合体

之中，他们的努力成果受到我们的喜爱.

J:在阅读纪博伦(Kahlil Gibran)的先知一书时，该先知说他自己: “我们是流浪者”，他对流浪者的定义是否跟你们星际联邦相同？他是流浪者吗?

我的姊妹，我们诚挚地惋惜不能回答你的问题，因为如果我们不想定义该诗人的特定状态，也不想贬抑他的努力. 我们不愿意去评判其他自我的东西.
我们可否进一步回答你?

J: 不了，谢谢你. 我感激你尊重我的自由意志.

L2: 我有个诗意的问题，你或许会喜欢，为了让一棵树枝叶茂盛，哪个地方是种树的最好地方?

我是 Latwii，我的姊妹，树木总是茂盛的.

L2: 谢谢你.

S2: 我们每个人来到世上都有些独特的属性，好比说美丽 或 聪明，或 耐力等等. 一个人是否在投胎前会选择此生的属性，或者这些属性是上辈子累积的成就，在每次转世的过程中不断成长?

我是 Latwii，我的姊妹，考虑一个水电工的生活，这个人到达你家，准备进行一项特定的任务，他带来一组工具协助他完成工作. 他的工具不能确保成功，毋宁说便于他成功完成任务. 一个人可以了解当水电工带的工具是书法用品或核能反

应炉，他很容易失败；因为这些工具并不是为他的任务设计的.

然而，当水电工完成每日的工作，回到家时 他不会继续带着扳手、槌子等工具到餐桌或床上；因为任务完成之后，他就卸下他的工具.

工具的潜能是无限的，它们并不会从这一世延续到另一世，如同一组宇宙的参孙工具(Samsonite).

我们可否进一步回答你?

S2：是的，有些属性好比智慧与怜悯，这些也是属于工具的类别，或它们是该实体自身的一个核心部分?

我是 Latwii，我的姊妹，怜悯心是一个人对于延伸爱与同理的意愿. 这股潜能存在于所有实体之中，它比较是我们内在的神性，而不是一个后天学习的属性或技能. 在你们幻象中，智慧一般可以被定义为两种型态：一种是透过大脑的运作得到的，我们认为这是一种相当受限的智慧形式，好比牌桌上的把戏；真正的智慧不在于任何才能或技能，毋宁是一个人愿意敞开自我 迎接瀰漫在整个宇宙的觉知，这样的知识是真实的、永恒的，它无所不在 但只有那些选择聆听的人们可以取用.

是否还有其他问题?

A2: Latwii，我刚才突然想到一个小问题. 大脑是身体的一部分 或 心智的一部分?

我是 Latwii，我的姊妹，考虑你的双手，这个物质的构造是你身体的一部分 或你灵魂的一部分？肉体躯壳难道不只是一个工具，一个物质的形式 由你的本质主宰？心智与大脑是不同的，心智与你在生生世世一同出生，是你全体构造的一部分;而你的大脑是一个物质装置,设计来执行与完成有限的任务,无法重覆充能,不需要保管处.
(现场低声轻笑)

P: Latwii，一个人要如何有效地敞开自我，并倾听那瀰漫宇宙的智慧与指引?我是 Latwii，我的兄弟，你的世界被创造的目的即是使你分心，因为它是被那些居住其上的人们所创造. 它形形色色的特征是经过人类十分久远的努力成果，都是为了避免你刚才描述的问题.

因此，我的兄弟，我们建议第一步是尝试使自己尽可能远离分心的来源. 当这点达成后，我们高度推荐冥想，因为它可以协助你管理主要以及最后的分心者，也就是你的大脑. 大脑就如同一只难以管束的狗，它恒常叫嚣着 需索(主人的)注意力与情感，当它被忽略时 它会加倍努力使自己得到你的注意.

所以，我的兄弟，不管人们是在哪个极性奋斗 并渴望加速进展，我们会推荐每天拨出一段固定的时间 透过冥想来调教这个难以管束的孩子，在静默中 一个人可以听见那无所不在的声音.

P: 一个人如何发展自己的信心，以确认自己不只听到大脑的饶舌，而是确切地接收到超越自我的智慧与指引?

我是 Latwii，我的兄弟，没有任何东西超越自我，因万有皆为一体. 无论如何，我

们提醒你 在你的生命中有一段时间你对自己说“我陷入爱河，我爱这个人.”

你认得这绝不是喋喋不休. 我的兄弟，你的心之声不会对你说谎. 如果你渴望，你敲门，门将为你打开; 你所请求的 你将接收到.

我们可否进一步回答你?

P: 我的内在有一部分欢喜着，因为你提醒我那曾经听过的东西，我谢谢你.

我是 Latwii，我们也感谢你，我的兄弟，你所分享的即是我们都必须分享的-- 在我们的觉知中成为一体. 我们之间并无分别 除了我们自己建构的(隔阂).

我的兄弟姊妹们，我们很感激，因为在此刻 在这个房间中 只存在一点点的分别. 是否还有其他问题?

A1: 是的，Latwii，我现在体验到与这个小组还有你们的合一. 我感觉在我知晓语言之前 我就经验过这样的感觉. 一种造物主的感知在我里内，一种统一的和谐、一种太一性的感觉总是在那里. 不管(外在)是多么不调和，彷彿造物主的双臂总是紧紧地抱住我 在那合一中 我的双臂也紧紧抱住他.

即使在愤怒的情境 当我感到其他人的大量负面性之际，我想我依然可以站在他们的处境去设想.

就在刚才 我觉察到 每当我感到疲累，觉得愤怒，我只想要逃离这一切，我总是会体验这是我僵直臂膀的造物主[这是我头脑中的字眼]，现在我有个新的觉知，

我僵直臂膀 而不能去拥抱的 并不是造物主，而是我自己.

在这段演说之后，我只想问你一个问题，一个是非题: 你们星际联邦是否一直与我同在，我感觉你们是如此的?

我是 Latwii，如果这是允许的，我们要延伸答案 超越是与否.

我的姊妹，我们一直与你同在，正如这个房间中的每个人都一直与你同在;

正如我们努力去服务的造物者 我们努力前往的太一性，也都一直与你同在.

因为在真理中，我的姊妹，没有你 没有他或她，宇宙间只有单纯的太一性，它可以被承认或被拒绝. 我们发现自己比较喜欢承认那太一性.

我们可否进一步回答你?

A1: Latwii，这是一场疯狂的急速起飞(mad scramble)，一场疯狂的起飞，我不知道我能否承载更多，谢谢你，在每一件事上 我感谢你.

我是 Latwii，我的姊妹，经常 一个人忘记那等待我们每个人的爱与喜乐; 当她终于被点醒时，那喜乐将如排山倒海般巨大，不仅对于回家的人是如此; 对于那些在家等候的人们也是如此.

是否还有其他问题?

R: 在处境变得艰难时 一个人要如何认出并发现内在的造物主?

我是 Latwii，我的姊妹，可以的话 我们改写你的问题为“一个人活在这个密度的期间 如何成功地达成主要任务?”

我的姊妹，我们的回应相当有限，然而我们相信这已经十分足够.

我们建议你选择去彼此相爱，因为在这其中已经包含你们来到这星球的所有奋斗. 我们了解对于这个复杂的问题 这个答案似乎过度简单. 但我的姊妹，答案是简单的，它即是解答.
是否还有其他问题?

S2: 这是个两方面的问题，你可否讲述利他主义(altruism)与服务他人的差别; 其次，我在此想到的是我们对于自我的误解，服务他人是否会在任何方面否认服务他人?

我是 Latwii，在你的允许下，我们先讲你的问题的第二部分. 我们再次提供一个小的类比，一个母亲，孩子年纪很小，在某个早上花了很多时间处理各种冲突与人际关系，结果让这个母亲相当心烦与暴躁.

这位母亲曾经答应孩子去某个游乐场所远足，然而她发现今天不愿意这么做 因为心情不好. 这位母亲在此刻最强烈的渴望是花些时间离开小孩以及其他人 好让她重新建立情感的平衡. 我们要问你“这位母亲这么做是否服务她的小孩?”

这位母亲的行为可以明显地被诠释为服务她自己，然而，她的行为不也对她的小

孩有益？因为如果在这个时候 该母亲勉强带孩子去游乐园，这个小孩很可能经验到水深火热的情境.

表面上的服务自我的行动，实际上却可能是服务另一个人的最佳行动.

利他主义跟服务他人几乎是同义词，然而它有些受限，因为一般而言 人们从表面的衡量来解释利他主义，而非动机的觉知.

一间大公司慷慨地捐献一座博物馆馆或孤儿院，一般被认为是利他的举动，虽然他们的意图是减免可观的税金 (或赢得好名声).

服务的核心在于从事该服务时的意图.

我们可否进一步回答你?

S2: 你已经解说服务一个人的自我不会否认服务他人，你可否更直接地讲述服务他人是否涉及服务你的自我?

我是 Latwii，再次地 你寻求辨别的核心在于意图.

虽然针对他人或自己的服务的结果，都可能利益另一方; 意图如同折射光线的钻石 [如果我们可以幽默地提供这个比喻] 显现出一个人真实的颜色.

S2: 我听到你的意思，你说选择去服务自我不会限制一个人的行为举止看起来跟服务他人一样?

我的姊妹，不管是服务他人或服务自我的渴望 都不会是一个侷限. 在服务之上没有限制，除了拒绝执行该服务之外. 表面上服务他人 骨子里是服务自我 这种事情经常发生. 如果我们可以举例，有许多实体相当快乐地尝试自称是 Hatonn 群体[我们的弟兄姊妹]，在伪装提供服务给你们这类的团体的过程中，误导同样的团体 并服务他们自我.

我的姐妹，外观并不光照，而是意图带来赏报.
我们可否进一步回答你?

S2: 好的，我目前迷失在大量的细节当中，我个人强烈地倾向自我的服务，因为我感觉所有其他人都是我自己，我唯一有意义能提供他们的服务是服务我自己.我没有意图去误导他人，如同你刚才说的假冒 Hatonn 的例子，我诚实地觉察到我的意图是服务我自己，至少在当下 服务他人的主要前提是他们也是我自己.

对于这些声明 你是否有任何回应?

我是 Latwii，我的姊妹，我们相信你了解我们没有能力回应细节.

无论如何，我们愿意提供以下关于服务的评论:

渴望去服务自我并没有善良或邪恶的涵意，因为行动仅仅是个行动; 服务其他自我也是同样的推理.

然而，如果我们竟可以去协助一个人选择(极化的)途径，我们会提供这个观察—

服务他人的途径需要大于 50%的分数才能毕业; 服务自我的分数则大于 90%.

这是因为诚挚地服务他人 不期盼任何回报，这点明显比较困难; 同时 服务自我相当容易 并且 经常被达成.

所以 我们建议那些渴望离开这个密度的人们检验他们的生命，有多少百分比用于 服务他人 或 服务自我，以成功地完成他们的目标.

是否还有其他问题?

S2: 你给我很多思考的东西，谢谢你的帮助.

我们感谢你，我的姊妹，是否有其他的问题?

S2: 是的，我们有没有任何方式可以服务你?

我是 Latwii，我的姊妹，在我们服务你们地球人类的过程中 我们有些茫然，因为整体而言 人们对我们渴望提供的服务缺乏兴趣.

我的姊妹，在给予你的耐心与注意力之际 你已经给予我们服务，我们感谢你.

J: 我知道我们已经进行一段长时间，我将简短地询问 并请求一个简短的回应.我觉察到最近许多人很忧伤与沮丧，我怀疑是否 沮丧与新的觉知这两者有个关联?也就是说 在宇宙新计画开展的同时 感到困惑的人们正经验沮丧的情绪?

我是 Latwii，在我们评论之前，我们先声明我们提供的是一般性的观察，不一定适用于发问者提到的特定人选.

你提供的观察在某种程度上是正确的,比一个决定爬某个楼梯的人,临阶梯的数量与陡峭的角度,然被惊吓到.

我们愿意附加说明 你们地球学校的课程距离学期结束的时间相当有限，为了这个原因，可观的催化剂被引介进入你们的生活中，从而加速事件发生的频率，以协助达成自我的改造.

A1: 我想问一个很简短的问题，是否有实体出生之后的状况是天生可以穿透遗忘的罩纱? 于是，对这些人而言 催化剂不只来自外在，也来自内在?

我是 Latwii，你的观察是正确的，在一个人投胎时带来的许多工具之中，过去的记忆可能是其中之一.

举例来说，一个实体在封建时期想要与邻居达成和平的关系，然而在达成目标之前 他的肉身就已经终结了; 于是 在新的转世期间 忆起一个强烈的驱策力朝向相同的目标，并进一步建立你们所称的联合国.

如你所描述，(一个人的)记忆可能变得相当详细与准确; 或者仅只是一个模糊的驱策力 (使人)往特定的方向努力. 清晰度取决于该工具的特性与用途.
是否有其他的问题?

S2: 我想要赞美你 你在使用我们的文字与文法以传达意思的能力上 进步很多.

我是 Latwii，我们谢谢你，我的姊妹，并且坦白承认我们很努力了解你们困难的用语的正反两面的意思，并且感到相当自豪.

A2: Latwii，我们是否使器皿疲累了?

我是 Latwii，我们认为该器皿还能够再接几个高飞球，但建议转移通讯到另一个器皿 如果有可能要熬夜加班的话.

A1: Latwii，我没有问题，我只想说我感到多么地喜乐! 多么地喜乐! 我感谢你是这喜乐的一部分.

我是 Latwii，我的姊妹，我们分享你的喜乐 如同你分享我们的一般.

是否有其他的问题?

(停顿片刻)
我是 Latwii，既然没有更多问题，我们将解除对这个器皿的使用，我们诚挚地感激在座每位的耐心 以及 愿意不带偏见地倾听. 在无限造物者的爱与光中，我们向你们道别. 我是你所知晓的 Latwii.

(V)2007 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0217 章集：找到基督意识

【美国合众国际社】宗教与灵性论坛 灵媒逍遥游专栏

作者 Carla L. Rueckert-McCarty 04/05/2007 发表

路易斯维尔市 - 在这系列的前两篇文章中，我请求诸位随我进入世俗事务，去正视我们在社会里具有价值的思维与行为方式，现在我则要邀请你与我一同自形而上的见解移动进入内心深处去沉思价值。

稍早 我曾提过一些关于如何去内化耶稣基督之意识的事情。在一个宇宙中 那是一个伟大的存有者，而我们均为其一部分；那是个统合且具互动性的身体，而我们均是当中的细胞；故此我们与生俱来便与基督意识同一体，这是合乎逻辑的。我们是无限造物者的全相景观(holograms)。我们存有的每颗细胞皆充满了造物者，我们是爱的产物。

无条件之爱的基督意识与理则合一，他创造了一切万有，在这一点上，我所传导的星际联邦资讯与基督教教会的信条乃是一致的。

约翰福音一开始即写道：「太初有话(Word)，而这话与上帝同在，这话即是上帝」(约翰 1:1)

约翰以希腊文书写圣经，希腊文的「话」即「理则」之意。对约翰与教会来说，理则或话为肉身耶稣，一个带来伟大故事的活生生的存有。对星际联邦来说，理则乃是一个创造一切的伟大原初思维；一种非生物的存有；一门既无限又难以掌握的奥秘。

对大多数人而言，星际联邦观点有个大问题在于没有一个伟大的故事来掳获我们

的注意力并促使我们去思考，没有可供认同的人物，没有负伤的英雄可供追随，唯独一张非个人的、充满矛盾与奥祕的网络。

据星际联邦的教导，我们已经是造物者，虽然我们可能并不知道这点。由于我们的心思受世俗琐事的牵绊，我们还未允许基督意识或理则意识的核心本性自我们心念的神圣中心显露。

我们如何与这个奥祕同工呢？为了对基督意识有更多觉察，星际联邦建议我们使用的主要方法为进入寂静之中。所有通灵讯息均一再强调 寂静里的真理比言语更为深遂，他们建议我们可以，呼吸这个奥祕，即为基督意识。

1989 年 11 月 26 日来自 Q'uo 的讯息指出：「你必须更深入一些，你必须从责难、审判、估算等等的心智状态中迁出，到达内心，那里永驻着恒久不灭的无量光点，此正是内在的造物主，是自我最值得的部份，而且因为你承载着它，在这现世的器皿内，无限太一之辉煌完满，所以你可以迁入造物主就在你内的观点，犹如造物主宽恕一个因童年犯错而易于变坏的、多重面孔的、悲伤的个体。」

作为一个灵性的生命，我当然感觉自己像个孩子。

假如我是造物者，我感到自己是个非常年轻、愚笨及容易犯错的造物者。

来自 Q'uo 的讯息向我们再三保证：

「造物主早已经原谅你能做的一切。你自身，无论如何，必须原谅自己，与自己和平相处，承认所有有关自己的想法，并尽全力地试着变得更好。充分地了解完

美的行为不仅是不可能的而且是无意义的。是心、是爱、情感使你有价值，而当你那造物者之爱与同胞手足之爱与你自身之爱的强度增长，你也必将成为愈来愈形而上的光之存有，宁愿从你的力量 –即内在的造物者 –肯定地行进，也不愿逃开、规避或对任何被限制的、略带无知的、以及通常是举止偏狭的孩子会出的许许多多的错而感到丝毫窘迫。」

拿我个人来说，虽然我喜爱寂静并每天与之共处，我对耶稣基督和他伟大的故事仍怀有一份巨大的尊崇。

在他之中 我才有个对象去爱和追随。力行他活出生命的方式，他所给予的教导和他的本性是一名旅人的指南，还附上了关于王者之路的平坦途径。

耶稣自己，藉由他的教理，领我们与他融合为一体，小心翼翼又善解人意，从不否认与他合一会是高昂的代价。在约翰福音里 他说：「我实实在在告诉你们：要不是一粒小麦落在地里死了，它仍只是一粒种子。要是它死了，就生出许多种子来 …人服事我就该跟随我；而我在哪里，我的服事者也会在哪里。服事我者我的天父将尊荣于他。」(John 12:24，26)

那不断重申的「跟随我」响遍新约各福音书并穿越各个千禧年，而基督徒们也已忠诚地试着跟随耶稣。

多半来说，我们基督徒透过外在的表现以示忠诚。我们参加服务，我们捐钱，我们听牧师讲道并试着辨认如何去跟随上主。在倾听及重复听着伟大的故事时，伴随着盛装的诱惑与美德、天使与大天使们、魔王与恶魔们、先知与使徒们、受苦与服务、殉难(passion)与绝对之爱，于是我们感觉沿路上都有援助.

一般而言，我们对耶稣基督意识的第一手知识仍欠缺。无论如何，我算是个特例，做为一名基督徒兼灵媒 两个世界在此相遇了。我好几次拥有第一手的耶稣基督知识。就在我们追求形而上的祕密时，它会连接我们生命中所有松散的线尾，展现形而上学中奇异的一致性 。

当我还是个小小孩，2 到 5 岁之间，我个人认识了耶稣。他是那魔法森林的一部分，趁着该小睡的时刻，我就到那儿修复自己。他会同我坐在一起并握住我的手，以爱的双眼注视我。

当我 5 岁时，我的双亲发现了关于这座奇幻森林的事，并说我弄错了，它不是真的，我再也不能到那儿了，虽然我尝试过。之后，我挣扎了一阵子，锺爱又渴慕着耶稣，而每次上教堂，那些门虽是敞开的，我的感觉却比以前来得更遥远。

接着那时刻到来，在我深入从事开启外星讯息管道之时，我发现我也可以跟圣灵讲话。我开始注意到每天触摸我头部的火焰；基督意识即在手边，比我真实的身体还要亲近。

所以如果我是如此地觉察内在基督，我为何仍然上教堂呢？

我有三个理由。前两个理由较不具实质性：我喜爱由信实的人们组成的灵性团体而且我又爱唱歌。第三个且较实质的理由则是它让我保持在一种对于我所是的记忆状态。

每个星期天我拿起面饼，这样做以纪念我；

我拿起酒杯，这样做以纪念我。
我重新设定我内定的观点并誓愿跟随他进入新生命。

耶稣基督过了一个谦卑的世俗生活。虽获封政治的权柄，他却予以断然拒绝。

他透过一份教导和疗愈的圣职 行走到十字架前，并从那最甜美的树头翱翔到天堂。

因他的死 我被埋葬，因他复活 我得以再生。
我重生了，确确实实，在每个周日。

德籍的赞美诗写作者 Johann Heermann 于 1630 年写道：「对我而言，仁慈的耶稣，乃汝之化身，汝之死的忧伤与生之奉献；汝之至恸之死与苦涩之受难，为了我的救赎。」

这是个伟大的故事。耶稣基督屹立准备用他真实的生命赎回我全部的罪。

如果我尚未能了解怎样去宽恕自己，起码我知道自己是被我的救赎者所宽赦。

灵性的追寻是个非常亲密的旅程。我们当中的一些人不需要藉由一则故事来理解；不需要跟随某个人；

不需要外在的结构。就我而言，我需要。我是至为感激的，在复活节的前一周(HolyWeek)，站在他十字架的庇荫下唱着：

“我知道我的救赎者永远长存。光荣赞颂哈雷路亚！”

我张开双臂拥抱你的灵魂。无论你在寂静里抑或在教区教堂中寻求奥祕，我都敦促你今天一心一意追忆你的本性- 一个爱的创造物，被包覆在爱中 在爱中被差遣前来，成为世界中的爱的意识。

(V)2007 Translated by Paul，reviewed by c.T

☆ **第 0218 章集：否认基督?**

周日冥想

三月 27 日，1983

Copyright © 2003 L/L Research

(Carla 传讯)

我是 Oxal，我在太一无限造物者的爱与光中向你们问候.

你们知晓的耶稣导师对他的门徒说“你将否认我”，赛门彼得(Simon Peter)说“我绝不会否认你”.

然而，在特定的境遇下，这个门徒的确否认他的老师.

现在 看入你内心的深处，发现你内在的老师，找到你内在的教导.

你今天会不会否认内在的教导?

当你脱去日常生活的外在面具，里头肯定或否定的东西即是你所是的本质.

当你否认你已经成为的那个人，那么你就如同彼得一般，开口说“不，我不认识耶稣这个人，你一定是认错人了.”

这个实体，彼得，具有优良的特质 为人亲切，他的领导能力得到他老师的认可.

在他的领导下 诞生了你所知的基督信仰[同时包括好与坏的层面].

这不是一个脆弱或胆小的男人，然而他曾否认他知晓的东西.

我的朋友，不去知晓是多么容易，不去成为是多么容易.

要成为内在教导所引领的目标是多么地困难.

当导师告诉他的门徒“你将否认我”，他的声音并不包含怨恨，他知道(负起)责任的困难，这是我们在这个傍晚想跟你们说的主题.

你们每一位都要对自己所学的负责. 我们并未暗示有一个确切的知识，因为我们的老师也没有宣称知道所有东西.

我们希望传达的重点是负责地做你自己.

当你觉得在表达某方面的学习上有困难，这个困难即是你的老师.

你的困惑是有原因的，你并非来到这个地球只是为了以同样的状态返回你原来的地方.

你意图知晓造物者更多、更多的荣光，并且负起更多、更多的责任.

你想要展开一场伟大的狩猎，你的猎物是爱的本质，你的武器的口径大小取决于你有多么仔细衡量成为你自己过程中的困难. 绝对不要以外在的行为来判断你自己，持续地尝试去学习.

我们对你说“彼得，彼得，你将否认爱一百万次，但在每一次的否认 你将更佳地知晓我.”

有些陌生人对你说“难道你不是那个知晓爱的人?”

这些造成你(去)否认的人们都在协助你.

不要忘记在心里感谢他们，因为这是学习爱的方式.

学习的道路是弯曲的，许多表面上美好的途径最后证明是困难的.

而那些最艰难的途径却是最美好的，因为它给予你另一个否认，又一个阶梯.

那么，你是否将找到爱? 我的朋友，你别无选择，那是你的本质.

你是否将加速地找到爱，在这方面，你有一个伟大的选择.

我谦恭地在你面前鞠躬并感谢你. 如果我的任何话语触犯了你，请将它从你的心智去除. 我们很高兴能服务这个群体. 我们来自太一造物者的无限光芒与幸福的爱之中. Adonai vasu.

(H channeling)

我是 Hatonn，在无限造物者的爱与光中向你们问候..

我们星际联邦渴望服务人类，不管是多小的方式，目前这种通讯方式允许我们以最有效率的方式工作. 我们星际联邦感谢你们，给我们机会与你们相会、对话、分享知识与经验，最重要的 分享我们所有的爱给所有地球上的弟兄姊妹.

如果你在生命中寻求服务造物者与你的同胞，那么敞开你自己 在静默冥想中接收造物者的直接指引.

造物者给予你这个生命与这段时间，你们理当在冥想中把时间给予造物者.

在此时 地球上大多数的人四处游荡，每天每天地生活 却没有觉察到他们看到的东西，或 他们要前往的地方.

环顾你周遭的世界，见证这混乱，见证分离主义，不同信仰彼此对抗，国与国之间互相对抗.

你可以看到地球上的疏离状态日益增长，唯有透过各个光的团体的努力才能致使

这个星球重新回到合一的状态，并担负在宇宙中恰当的位置 与我们一起手牵手服务造物者.

你们没有义务去告诉你的亲朋好友 未来有什么危险或困难的局面.

你只需要去爱他们，与他们分享造物者的光.

无声的语言经常是为有效的，特别是你以爱去表达的时候.

未来可能有灾难与困难的时局，然而，轻松与喜乐的态度是最具感染力的，即使在困难的时候，请记得所有一切都是一体的，表面上是大灾难的事件其实是清洗地球的一个方式.

在结束这个议程之前，我们鼓励你们每一位将内在之光闪耀出来，放射你的喜乐、平安、与力量之光. 倾听内在自我的提示，认识你自己. 你将发现，的确，你周遭的人都将接收到祝福.

我们在无限造物者的爱与光中离开你们，我们欢庆并感谢与你们相处的这段时光，我是 Hatonn，(Jim 传讯)

我是 Latwii，在无限造物者的爱与光中向你们问候..

我们很荣幸被这个团体呼求，再一次，我们能够提供我们简单的服务 尝试回答你们的询问. 让我们开始第一题吧.

C: Latwii，最近 我经验到很大的困难，我无法冥想；我同时还经验肉体、情感、精神上的困难. 我不确定与你们的通讯，它再也不舒服了. 你可否给我任何创意性的建议?

我是 Latwii，并觉察你的询问. 我们只能以一般性的辞汇讲话.

因为当一个学生面临困难的课程，对该学生最有帮助的是以他自己的努力找到那途径，然后以确切的步伐走该途径.

但我们可以给予一般性的观察，也就是说，当你发现自己面临困惑、挫折、愤怒、与疑虑，要知道 在每个机会中都蕴含着爱.

要知道 在困难的考验中发现爱 可以培养发展你发现爱的力量.

当你处在这些困难的课程中，你经常会觉得无助与绝望，在这些时刻，请记得你的生命是完整且完美的，你在幻象中经验的困难即是为了找到你内在的完整性、平衡、与爱. 当课程变得困难时 不要气馁，只要去找到你存有的核心的爱，透过信心与意志继续前进.

造物者给你的每个经验都是一个宝藏，透过每个经验 于是你成长 并更接近造物者的太一特性.

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

C: 我觉察到你刚才说无助的感觉，但这并不是最困扰我的事. 而是担心我正在伤

害周遭的人. 因为我有好几周没有与他们一起冥想，我感觉我在伤害他们.. 我没有参与他们的活动 是否造成伤害?

我是 Latwii，我的兄弟，任何实体的困难的源头都是观点的侷限.

如果你愿意看待你的经验，以及每一个在你周围的实体的经验 皆为太一造物者的经验，你们之间没有分离，你将看到除了服务 再无其他.

在(绝对)真理中，没有伤害，没有极性，没有对或错，因为你们都是一体的.

L: 我在一周前生病，一直到现在 我仍然为此受苦. 你可否给我任何指示 为什么这些病状仍然缠住我?

我是 Latwii，我的兄弟，再一次，我们只能以一般性的辞汇讲话.

当肉体载具经验到疾病，一个人可以看到该疾病的象征机能，以决定心智的配置中 有哪些部分没有善用已规划的催化剂.

你是一个水晶般的生命，你的能量中心如同一道彩虹. 当你观看每一个能量中心，发现肉体的困难与它的关系，然后你将看到催化剂的象征意义，提供你进一步学习特定课程的机会.

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

L: 是的，本周稍早的时候，我遭遇到一个相当没意义的汽车事故. 这个事件是否

有任何重大的意义？你可否给予我任何资讯？

我是 Latwii，我的兄弟，我们建议 在某些情况中 是随机催化剂的突袭. 然而，即使是随机催化剂也有它教导爱的价值. 因此，一个人可以观看每个经验 并尝试找到其中的功课. 由我们为你完成这功课并不恰当，因为这是你的学习课程.

此时是否有其他的询问？

K: 是的，就在本周，我阅读一本书叫未知的实相(Unknown Reality)，我将大意描述如下: 疾病与受苦都只是创造性能量被误导的结果. 这些能量是中立的，它们可以是疾病或者是健康. 所以疾病与健康仅只是一个铜板的两面. 有人说受苦对于灵魂是好的，但在此，书上说受苦对于灵魂是不好的，除非灵魂为了学习不要受苦. 你可愿评论这个相当强有力的叙述？至少对我而言是很有力量的!

我是 Latwii，我的姊妹，我们认为你说的观点是有益的，以我们卑微的意见，它大部分是正确的. 然而，我们愿意为这枚铜板多加一面或两面.

一个人可以良好地或贫瘠地使用每日的催化剂，一个人可能很拙劣地使用催化剂以致于肉体承受能量中心阻塞的负担，呈县痛苦或受损的状态，容我们说，这个现象就好比在前额贴上一块告示牌 引起该实体的注意.

这算是被误导吗？或者它单纯地意味着 该实体应该学习的部分. 我们选择不使用评判的字眼 “误导”、”不正确”、”错误” 等. 我们只单纯地观察催化剂对于一个实体的作用.

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

K: 这本书的内容跟你刚才说的似乎有些不一致. 我假设，催化剂的目的是让我们学习成为完整与健康. 这个假设是否合宜?

我是 Latwii，我的姊妹，我们不认为存在一个不一致，而仅是不同的观察与描述方式. 我们再次同意你的叙述，发现你的完整性与完美是你学习中的一大部分，因为你们确实是完整与完美的，因为你与一切都是合一的.

然而，在投胎前，每个实体可以规划特定课程来学习与一切合一的爱，而这些课程可能需要把告示牌贴在前额，特别是当注意力涣散 催化剂没有被良好使用的时候.

Carla: 我可否假设不管一个人生病或是健康，不管怎样，一个人的目标都是不变的，也就是在这一生 去学习. 我的假设是否正确?

我是 Latwii，我的姊妹，我们同意你大部分的叙述. 然而，有时候 催化剂被使用的状态十分良好 于是额外的课程变得可能，基本的目标扩展为获取经验 以及极化朝向服务其他 或 服务自我，并且成为该实体一生中的根本主题.

此时是否有其他的询问?

C: 我想问一个关于颜色与脉轮的问题. 我觉察到 Ra 给予的颜色体系，但其他资讯来源也有给其他的颜色体系，其中 某些脉轮颜色不一样，还包括其他的子脉轮，包括脚踝、膝盖、手腕、手肘、肩膀等. 可否请你就此评论?

我是 Latwii，我的兄弟，我们先从问题的最后部分开始. 如你所称，确实有许多的子-脉轮在肉体载具中，也在心/身/灵复合体中其他较轻盈的(光)体中.

当进阶学生已经掌握七个主要脉轮的基本功能与目的，并且开始进行第八脉轮[位于顶轮上方]的穿透，可以研究这些子脉轮.

每一个脉轮或能量中心的颜色远不及每个中心的功能来得重要.

社会记忆复合体 Ra 给予的颜色从 低处或鼠蹊部 到 高处或顶轮 以彩虹的形式呈现，即红色到紫罗兰色. 而它们个功能是最重要的.

红色做为一个实体的所有经验之基础，它具有性交繁衍的主要功能，通常这个中心不能被有意识地工作，因为它是开始，它即是它本然的样子.

橙色中心则是该普那(prana)进一步的精练，普那从红色进入存在的个人表达，不管是服务自我或服务他人. 前者的表达是以力量凌驾他人之上; 后者则是开始去爱与接纳其他人，以及自我.

黄色中心持续精练太一造物者的内流普那，于是该实体开始扩展爱的表达到它认同的群体之中.

绿色中心做为进入悲悯、理解、宽恕、与接纳的伟大入口.

蓝色中心进一步将这股能量精练，注入到 自我与其他-自我的清晰与自由的沟通

之中.

靛蓝色中心进一步精练太一造物者的普那，并结合意志与信心的发展.

这是行家的诞生，该实体有意识地觉察它寻求与太一造物者的合一.

在这个中心，所谓的超自然现象是可能的.

被笼统认为是魔法的工作在此首先开始，也就是说，有意识的使用无意识心智.在紫罗兰光芒中，我们完成了整个回路，并发现这个中心不能有意识地[藉由此生的经验]被改变. 因为它是一个实体的指示器，显示该实体心、身、灵的平衡状态.

当该实体已经充分地清理每一个肉体中的能量中心，该实体有可能从靛蓝色光芒穿越紫罗兰光芒 到达第八个能量水平，接触太一无限造物者的两个部分:智能能量 与 智能无限.

与后者的接触将产生难以言喻的喜乐，因该实体知晓了太一无限造物者的完整临在.

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

C: 谢谢你，我想再问一个问题，关于我们都即将进入的第四密度. 我想知道更多关于第四密度中的身体的机能. 你可否加以说明?

我是 Latwii，我的兄弟，这个星球将居住着正面第四密度的实体们，他们的身体

包含更密集的光以及普那[即太一无限造物者的爱/光].

你们地球上有许多人研读奥秘与玄祕的事物，他们称呼这个身体为星光体(astral body).

它是绿色光芒的能量体，相当于你们现在居住在黄色光芒的能量体. 这个身体可以更流动、更即时地回应从靛蓝色光芒中心发展的意志与信心; 于是一个实体渴望的动作或人工制品可以更轻易地被制造，透过靛蓝色光芒中心与智能能量接触达成. 这允许人格的修练获得更进一步的发展，一个实体在旅行上、在与所有人通讯方面[使用心电感应]、以及处理催化剂的方式上 都享有更大的自由.

因此，身体具有更大的可塑性，更加服从该心/身/灵复合体(的意志).

C: 当你说到旅行，是否意指心灵移动(teleportation)?

我是 Latwii，我的兄弟，在某些情况，特别是第四密度的晚期，这是真的.

心灵移动的能力，我们称之为人格的修为，当一个实体寻求加速自己的进化过程，这个能力就越来越被发展.

第四密度有许许多多实体尚未能以这种方式旅行，必须使用某种力学装置来旅行，跟你们现在用的交通工具有点类似，虽然它们使用的装置远比你们的工具要先进，却仍然不是纯粹心智的产物.

M: 如果我看到一个第四密度的生命，我会觉得他们长得像我们，或相当不同?

我是 Latwii，我的姊妹，大多数的第四密度生命在外貌上相当不同(于人类). 但我们提到唯有在它想要被看见，你才有可能看到第四密度的生命.

每个实体从第二密度的肉体演化到第三密度，持续沿用过去的肉体载具，一直到第四密度，基本形态仍是相同的；唯有当该实体毕业到第五密度，才能够凭藉心智的力量改变外形.

Carla: 问一下器皿的状态，该器皿是否疲倦或可以继续?

我是 Latwii，我们发现有足够的能量库存进行几个询问，然而我们建议喝水.

(停顿片刻)
Carla: 你要我喝水吗? 抱歉，Latwii，我没看到你的手(端水).

L: 还好他不用去上厕所.
(小组发出吃吃的笑声)

我是 Latwii，我们欣赏你的轻浮，我们感谢卡拉(Carla)的饮料与笑声.

此时是否有其他询问?

A: 我有一个小问题，当你刚才回答关于第四密度的问题，一个故事涌上心头，我在想这是一个相当简单的类比，也就是强纳森(Jonathan Livingston)的海鸥* 以及他的生命的改变，这两者是否有雷同之处?

(*台湾常见译名为天地一沙鸥)

我是 Latwii，我的姊妹，确实，我们发现你所说的故事与我们说的概念有很大的雷同处. 这个概念即是蜕变. 在一个人生命中的每个重大关头都蕴含着机会，让该实体更能够充分表达太一无限造物者的本质，一步一步地进行是重要的.

在你们的幻象中，你居住在肉体载具中 有着特定的特征与能力，似乎就没有别的东西. 为了表达太一造物者的完整本质需要许多辈子的工作、许多个准备阶段，好让实体的各个能量中心与光体载具能接受更多太一造物者的爱/光普那的流动 [穿过内在的存有].

是否还有其他的询问?

K: 是的，我们的祖先中 是否有些人是第四密度的流浪者? 好比说 爱默森(Emerson)，他是否来自第四密度?

我是 Latwii，我的姊妹，虽然我们发现爱默森属于流浪者，他所在密度不是爱的密度，而是智慧的密度.

K: 你是说爱默森来自第五密度?

我是 Latwii，这是正确的.

K: 那么我假设富兰克林与杰佛逊以及几个着作(美国)宪法的祖先也都来自第五密度? 是否正确?

我是 Latwii，我的姊妹，许多你们美国文化的所谓创立者确实是流浪者，在那个时期，有一波庞大的流浪者投胎到地球好将自由的概念与选择的自由提供给地球人类.

大多数来到你们星球的流浪者来自第五密度，属于智慧；以及第六密度，属于合一. 很少流浪者来自爱的密度，第四密度，因为成为一个这样游荡的实体需要大量的意志的力气，以及你们称为的鲁莽勇气. 需要很多经验以及催化剂的使用来发展这些必要的条件.

通常第四密度的实体没有这么好的准备面对这么严苛的经验；每一个来到地球的实体都必须参与遗忘的过程，原因是让实体们在这选择的密度可以在全体的存在性中 承载更多的重量.

此时是否还有其他的询问?

M: 我有一个听起来蛮放肆的问题，几周以前 我跟一只狗谈话，这只狗告诉我有些人可以重新回去做宠物，如果他只需要爱 不需要责任，为期七或十二年.这只狗说得对吗?

(小组传来低声窃笑)

我是 Latwii，我的姊妹，我们认出你话语中的大量幽默，然而我们提醒每一位 你们全时间都在与太一造物者对话，智慧就在你们的四周.

就我们最佳的理解，一个实体通常不会选择将心/身/灵复合体放在较不先进的肉体载具中，进一步限制该实体扩展视野的潜能；但有可能一个心/身/灵复合体的一部分藉由魔法手段居住在第二密度与第一密度的生物与法器(artifact)之中.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

M: 谢谢你，旦我猜那只狗说的多少有些好处?

我是 Latwii，我的姊妹，在所有的话语与概念中都有一些好处，无论它们来自何处，同时每个话语也都有一些误导，因为话语的本质就是去限制那无限制的东西. 此时是否还有其他的询问?

Carla: 我认识一些很受喜爱的无赖，他们没有任何责任，也相当人性；这是不是那只狗想说的重点?

我是 Latwii，一个无赖很容易认出另一个无赖，我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 是的，我想那八成就是狗儿的意思. 我也在想一些令人心碎的小孩，他们生来就比一般人的智商低，他们被深深爱着，确实没有任何责任. 虽然这些小孩通常活不过两岁. 这是不是狗儿的话语中另一层比较严肃的意义?

我是 Latwii，我的姊妹，一个实体的确有可能选择限制理性或肉体能量水平来学习爱的功课，它将与周遭的人达成协议，于是在此生 他们不仅帮助它学习爱，也帮助他们自己，藉由提供必须的服务以弥补该实体的限制.

我是 Latwii，我们目前还有足够能量进行最后一个询问.

C: Latwii，你可否评论一套书叫做奇迹课程(A Course in Miracles)?

我是 Latwii，我的兄弟，我们觉察你的询问.

我们发现在这个案例中，我们必须再次以一般的方式讲话.

由我们来替另一个人决定道途，以我们卑微的评估，这是不恰当的.

我们建议走在进化之路的学生以最宽广的视野去看任何的资讯源头，捡取那些有价值的资讯，留下那些对你较无价值的资讯，然后以你觉得适当的方式去使用已拾起的资讯.

对于一个学生而言 在某个时期有一特定需要，而这个学生在另一个时期有不同的需要; 故每个学生在所有(不同)时期的需要都是独特的.

某个资讯来源对于一些人在某个时期可能有帮助，但在另一个时期则不见得. 每个实体都使用它独特的电路系统来处理催化剂; 因此 所有的需要不必然要相同以达到同等程度的意志与信心.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

C: 谢谢你，很好的答案.

我是 Latwii，很荣幸与这个小组谈话，并向旧雨新知致意.

我们感谢在场每一位邀请我们的实体. 我们提醒你，我们只是你们谦卑与容易犯错的弟兄姊妹. 在我们的话语中 拿起对你有价值的东西，放下没有价值的部分.

我们将我们的爱、光、与喜乐送给你们每一位. 在爱与光与喜乐中，我们离开你们. 以太一无限造物者之名，我们向你道别，Adonai.

(Carla 传讯)
我是 Nona，我与这个器皿同在. 我们在无限造物者的爱与光中向你们问候.
(Carla 传导 Nona 的吟唱，以两部合音进行的曲调)

附录: 路加福音 第二十二章
22:28 我在磨炼之中，常和我同在的就是你们。
22:29 我将国赐给你们，正如我父赐给我一样，
22:30 叫你们在我国里，坐在我的席上吃喝，并且坐在宝座上，审判以色列十二个支派。”
22:31 主又说：“西门！西门！撒但想要得着你们，好筛你们像筛麦子一样；
22:32 但我已经为你祈求，叫你不至于失了信心。你回头以后，要坚固你的弟兄。”
22:33 彼得说：“主啊，我就是同你下监，同你受死，也是甘心！”
22:34 耶稣说：“彼得，我告诉你，今日鸡还没有叫，你要三次说不认得我。”

(V)2007 Digested & translated by c.T

☆ 第 0219 章集：时间旁轨

特别冥想

2007 年 4 月 14 日

Copyright © 2007 L/L Research

Q: 到底什么是时间旁轨？是不是表示说在幻象中较虚幻的幻象，或者是像星舰迷航(Star Trek)中拟真式的练习场(holodeck)？

放眼望去，所有的星星、星球都是所谓的时间旁轨，都是全相式(holographic)的幻象呢，只有地球相对比较真实？

或者反过来说，若一开始地球就没有所谓的时间旁轨，那地球现在会变成什么样的光景呢？

A: 我们是你知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.一如往常，我们请求你使用辨别力，仔细地倾听，将那些没有共鸣的部份抛开，运用你的自由意志去区别对你有用与无用的思维，我们感谢你的细心考量.

一如往常；关于这个问题，由于器皿 Carla 对于数学、物理科学上没有多少知识或字汇，我们的回应不能很精准，虽然如此，我们仍将尽最大努力分享我们的想法.

当地球到达第二小周期的尾声，那时候土星议会感到有些关切，因为整个太阳系

可以达到正常毕业的状态，然而只有一颗星球的进度有些落后，于是土星议会决定要为地球创造一个时间的旁轨，并且将地球放置于一个严格的隔离状态，同时当时所有在第三密度中，进度被中断的实体们都被带到地球，加入地球通往收割的进化周期.

所以，你们地球的形而上部分，或说 时间/空间的部分，跟主要的轨道再次相连，地球的时间/空间，与 空间/时间以某种方式演进，好让它是被隔离，被保护的，就有点像是在温室里，好让灵魂可以自然的成长.

它跟时间/空间的主要轨道一样的真实，它是一个被十分小心创造的旁轨，而它会很自然的将旁轨上所有的进展或状态回馈到主要的轨道，

在时间旁轨的终结点，地球上的人类会利用这个机会的好处，很适切结束第三密度，好迎接这七万六千年的周期的结局。

所以这其实比较不是物理上的转变，而是形而上的转变。所以在时间旁轨的终结时候，我们看不到物质的，物理的标记；事实上，这个时间旁轨的实验，跟过去的实验比起来，算是相当成功的.

逐渐觉醒的兴趣正在累积中，它也在改变地球的一些振动路线，这些觉醒的力量是比较晚近才开始的。然而它开始快速的蔓延，并且不断的增长力量，在地球的每一个部分，每一个人种或者文化，以及所有地方，你们的世界真的在觉醒中.

再次地，这些活动主要是形而上，而不是实质可见的。

地球振动的改善，在物理上可能不明显，然而值得庆幸的是地球仍然在正常运作而不需要极地转换.

我们可以去回想在 20 世纪的最后一年，那时候是有个可能性，就是因为沉重的地球的振动而导致地球被摧毁，但是那个灾难已经过去了。

无论如何，有许多光的团体的工作，好比 L/L 团体，他们创造出一个可能性，就是让这个时间的旁轨更加有力量，并且稍许将它延长，好让更多的实体能够觉醒，并且选择两个道路的其中之一，不管是服务其他(others)或服务自我。

再一次的，这些描述和物理的改变没有直接关联，但是在你们宇宙的原子的核心振动中已经开始改变，一颗原子接着一颗原子，一个细胞接着一个细胞，一个生灵接着一个生灵。

你们问到说时间旁轨的方式是不是像全相体验舱(holodeck)，我们要说确实，不管有没有时间旁轨[你们在其中经验的东西经过小心的隔离，与那思维完全的光谱隔绝]，你们都有同样的材质和单一的议程去向前迈进，去实现你进步的希望，在此生，在第三密度中。

此时 是否还有其他询问?

Q: 在这么庞大的银河系中，时间旁轨这样的实验，是不是在别的星球也有发生过呢？如果有，这些时间旁轨实验是不是都很正面，结果都是成功的?

A: Q'uo: 我们察觉到你的询问，我的兄弟，这样的实验确实不时会发生一次，结

果不一而论，实验的结果一半一半，有成功有失败，对于成功的描述大概是说，在这星球上各式各样的群体，会逐渐从争斗转向于统合更为单一的视野，亦即从充满纷争的各个群体变成单一的族群，而其他的现象(指不成功)则会造成整个行星能量的流失，然后甚至不可能将这些智能生物带入单一统合的灵性的集体的存有，或者说社会记忆复合体。地球实验有一个比较特别的地方，就是我们的子理则(即太阳系的太阳)选择的实验室极度的丰富，可以让我们充分的玩耍，充分地尝试自由意志，那要如何达到这个目的呢？就是使罩纱相当的厚重，并且几乎是不可穿透，这么厚重的罩纱可以让自由意志自由的去玩耍，但也可能造成一个结果，就是智能生物可以选择不要转向造物者。而单单依赖自己的智慧、能力，去找到解答，去迎接所谓的挑战；

而在先前的实验，有些星球的罩纱是比较薄的，故相对的自由意志就比较不那么充分；所以你们的星球(地球)有个倾向就是会停留在原始状态更久一点，相对而言 在罩纱比较薄的星球 实体们就会比较快理解到一切皆为一体的精神；所以因为这层厚重的罩纱，在这次的周期 地球上的人们会发觉许许多多的理由宁可彼此分离而不要统合。有许多理由要彼此争论、斗争、而不努力去寻求大家的共同点，也比较缺乏动机去寻求这个星球上意识的统一，然而在这个时点，我们可以说这次地球实验的成功机率是相当高的。

另一方面我们可以说较高密度的一些负面的存有，他们对地球有什么期待呢？

他们希望地球上尽可能愈多人有这些期望愈好-- 就是决定活在恐惧之中，持续地寻找敌人，持续地战斗，表明自己为胜利者，控制所有可用的能量资源，唯有这样，才可以得到安全的环境 并且成为灵性阵营中正确的一方。

我们说的这个现象不止包括物理界，同时也包括形而上界的现象。如果真的如负面存有的期望的话，那这样的一个全球社会复合体将会进入恐惧的纠结，这个情况就会造成大部分地球人自愿选择不要重回正轨，而使这个星球闭锁在第三密度的周期，而且没有更多能量去进展，成为奴隶般的星球。在其中，所有的生灵永无止境的战斗，永无止境的受苦，同时源源不断的创造食物给第五密度的负面实体去使用，因为这些负面实体长久以来已经觊觎这个星球很久了，非常希望征服地球。

再一次，我们并不知道最终的结果，因为这完全要你们集体的自由意志来决定，我们只能说目前的可能性漩涡是朝着胜利的方向，当然是指服务其他的有利方向。目前的事态看起来是有希望的，因为愈来愈多觉醒的意识，选择以更好的方式，选择不要以斗争的方式来生活。所以当人们对于真正的和平和爱合一的渴望愈来愈强烈，就会有愈来愈多的人成长，看起来这个时间旁轨的终点站将有一个正向的结局。

此时 是否还有其他询问?

Q: 进化到第四密度似乎是个遥远的目标，有没有什么简单的方法可以衡量我们离第四密度的路口有多近呢？活在地球上单凭信仰信心似乎单薄的很，我们很容易失去信仰，那在这个过程中，有什么灵性原则是有关的呢？
Q'uo 有什么务实的建议，可以提供给我们呢？
PERSONAL—Questioner is Mr.Da-An!

A: 我们是 Q'uo 群体，我们察觉到你的询问，这个问题分两部分，我们倾向分两个回答来回答这问题。

首先回答关于信心(faith)的部分，然后再请 Jim 重复问第一部分的问题。

我的弟兄，信心是使用意志的产物，你就是选择去知晓一切都是好的，它并不是可以衡量或可以量化的。然而每一个人都会知道信心是什么，因为他们会被信心所吸引，并且被那道光所祝福，人们藉由具有信心的双眼，信心的声音，以及信心的双手表达那道光。

在此所牵涉到的灵性原则非常接近造物的开端，因为在此牵涉原则是一个成熟的理解，理解自由意志的机能，以及组成你们身心灵结构的要素，因为这个罩纱是厚重的，所以你们要在第三密度去证明信心是非常困难，甚至是不可能的。

所以信心并不是去寻找一个可以证明的东西，不管宗教领袖们是多么喜欢用逻辑或者话语去制造一个气氛，去说服信徒们只有一条路可以遵循，只有一条路可以找到救赎。

确实信心在每一个人心中诞生，当每一个人选择在信心中休息，有绝对的信心相信一切都是好的，这个选择就不断的在我们内在强化，就好像锻鍊肌肉一样，每一次的使用我们的肌肉，它就越来越强壮。

然而我们注意到有一些人群，他们选择不要成为强而有力，就是说有些人喜欢仰赖外在的援助，好比是许多宗教所提供的；就我们的思考方式，所有这些努力在潜能上是有帮助的。我们鼓励每一个人以各种方式寻求造物者，好比说定期参加聚会，或是组织灵性的团体等等，或者研读神圣的着作。然而一旦我们将神圣的力量给予他人，就好比说我们需要一个仲介者在人与神之间，我们必须要透过一

个仲介者才能够得到亲切，怜悯心及恩典，这样的人可能还没有能够接受责任，就是说要善加运用自己的力量，确实你们身为一个人创造自己的实相，你们人类群体创造一个地球村的实相。

如果你不喜欢你现在的实相，你是有能力去改变它的。

然而为了改变你的实相，你必些相信你有能力做到，你必须要相信你自己选择的力量，当你在极化的过程，经由一个一个又一个的选择。我们邀请你们去看，寻找那赐与你们每一位的光，寻找那唾手可得的智慧，并且深深的去挖掘你们的内在，去发现就在你内在心轮中的怜悯心，你的心轮中央不会被任何人类的错误所碰触。因为在那儿，你是与造物者合一的。造物的真实本质就是善意以及爱。在你身体里的每一个细胞，在细胞的每一个原子中，都是存在的。你真实的本质与太一造物者的无限爱与光是共振的。

你自己就是一个造物者。但并不比其他任何造物者更加伟大，你能够选择自己的实相，并且将它显化。另一方面，我们每个人也都在这个世界上选择各式各样的方式，去过生活。同时也看到我们选择的结果。然而我们现在提到的是一个可以改变你的存有的振动的那种力量，所以当你调频你的思维，当你持续坚忍的工作你的信心，你就会成为你转移过程的一部分。

你不但可以减轻你的振动，同时也可以减轻这整个星球沉重的负担。有许多宇宙的生灵正在看着这个伟大的地球实验。他们很感兴趣，想知道有多少人会培养出烈火般的爱并且能够以纯粹的方式去分享这股爱。这样的爱并不会制造隔离，也不会将自己与他人分离。我们希望在相对很短的时间，这个星球能够成为一个整体，并领悟发现到一个方式去表达太一无限造物者的爱与光。

这样的方式，将与第四密度的的能量更加的一致。

容我们现在请 Jim 重复刚刚的问题的第一部分。

Q: 进化的第四密度似乎是一个遥远的目标。是不是有个简单的方式衡量我们离第四密度有多近呢?

我们是 Q'uo 原则，我们察觉到你的询问。

你应该可以猜到，你们已经很靠近第四密度了。我的朋友们，事实上你们已经在第四密度，然而因为你们还在第三密度的身体中，所以还未能够看到这不可思议美丽的第四密度婴儿正在地球诞生。同时现在第三、四密度是彼此交错，又同时存在的。无论如何你们在你们的潜意识的深处，你愈来愈察觉到你的力量，你的真理，以及你的美丽。

罩纱越来越薄，已经发生好些时候了。当这些能量彼此互相穿透，事实上在这个时期，第三密度的能量已经非常非常的稀少，但是还是足以让人们做出一些重大的选择，还有几年的时间。好让这些人有机会能够从第三密度毕业到爱的密度，也就是你们的第四密度。

此时 是否还有其他询问?

Q: 在星际联邦文章中好像存在一个矛盾，关于 Latwii 的故乡．我不是故意要挑毛病，而是想确认永久居住在太阳光体内是不是第六密度生命的专属特色?

A: 我们是 Q'uo 原则，我的兄弟，确实第六密度生命能够居住在太阳之中，而第五密度没有办法有足够的纯度去承受这样的热度，居住在太阳体中。

然而，当第五密度的男性能量和女性能量在结合的时候，他们产生的互相的爱，表达一种融合的(fusion)能量，是光到光，爱到爱的过程。这股能量无法一直持续，所以 当爱的表达过程结束之后 第五密度生命就要离开太阳体，回到它们第五密度的肉体中，容我们这么说.

Q: 我希望知道 Q'uo 的意见。想知道 Q'uo 对东方智慧的看法，比如说佛教、风水、中国医药、命理等。

A: 我们是 Q'uo，我们察觉到这个询问。在这个询问的部分，我们也必须要非常小心，因为我们不愿侵犯自由意志。无论如何，一般而言，我们的看法是，所谓东方宗教、习俗，或是民间信仰，是和西方的宗教信仰习俗是同样有价值的。你可以从刚刚我们提到宗教的一些说法猜到几分，也就是说我们感觉所有的经过组织化的尝试理解太一无限造物者，或者理解自我的方式都是有价值的。

我们并不想去打分数或者比较哪一个比较有价值。我们注意到有人可能对于关于理性上的讨论或者沉思感到被吸引，其他有些人可能对于爱的纯粹的放射感到被吸引。而有些人对力量的表达有兴趣，并且希望跟那个力量看齐。

每一个宗教的仪式，每一个民间信仰多少会依这三种路线[理性、感情、力量]走其中一条，或两条。不管是理性上的理解或是抽象的理解，或是非理性上的寻求洞见跟领悟，或者是灵知，或者是试图去操纵自然界的力量，为了自我的安全以

及利益，等等。然而在所有的结构体下都是意图追寻所谓的真理，而真理就在你的心中，它是无声的造物，它以静默向你说话，它给予你的资讯，比起任何字句都来得更加有力量。

所以当一个人尝试去发现自己的道路，就是去与静默对话，然后在某一点自我的领悟就会发生。对我们而言，我们并不在乎一个实体是采取哪一个方式去调频自我，去寻求真理。根本的重要性就是去触及自我的内心，在那儿 静默对你说话。

此时 是否还有其他询问?

Q: 在我们上次的聚会中，有讨论到红色脉轮与性能量，所以想要请求 Q'uo 给一些建议。如何将红色脉轮能量更加提升或打开这方面的阻塞呢?
我觉得自己大部分的能量多在支撑我的大脑，而我认为下三轮的能量较弱，希望能够强化我的红色脉轮，让我的能量流能够从靛蓝色冲到顶轮(紫罗兰脉轮)

A: 我们是 Q'uo 原则，再一次，我们必须要很小心的回答这个问题，以免侵犯自由意志。

首先让我们尝试从不同角度来看待这个问题。首先，要更正一个误解，就是所谓的去除红色脉轮的阻塞，好让能量可以移动到顶轮。这样的逻辑并不正确，因为我们要让红色脉轮保持畅通的最主要理由是将力量带入心轮，虽然说我们在开启红色脉轮跟较高脉轮之间没有直接的关联，但是有一件事，我们必须一次又一次地去做，就是说我们在每天生活中，很可能都有几个脉轮会阻塞，不管是因为恐惧，或者是过度活跃，或者是过度渴望等等。

第二个误解就是，发问者认为说能量几乎都流动到心智当中，那我们一般很容易去联想到能量体就是心轮和心智有一个动态的关系。那确实在能量的移动中。

其实并没有一个实体可以叫做”心智”(mind)。无宁说有好几种能量在能量体中我们可以说心智的能量可以被视为橙色轮脉以及红色轮脉能量的组合。 那你们一般人称为 ego 就是小我。所谓小我或是说人格的躯壳。他主要跟两股能量有关，第一个即橙色的能量，就是在集中个体表现其个人的力量。而橙色能量怎么被阻塞呢？好比说我们可能觉得不喜欢自己或是感觉自己没什么自尊，没什么价值。有可能我们觉得不喜欢其他人，或觉得其他人没什么价值，也可能造成阻塞。

黄色脉轮是一个强有力的脉轮。因为你们正在黄色光芒的密度当中。在这个脉轮中，你们表现你们的力量，做为一个群体的部分，好比你们人类是相当喜欢社交的团体，你们彼此互相依赖，彼此供应生命之所需。所以这是一个自然的倾向。当一个人加入，比方说宗教团体或者一个大家族，或者娶妻生子之后，以第三密度的方式，他会觉得自己更有力量。

当你说到你的能量几乎主要进入你的心智，你其实应该在说你是阻塞或是过度启动你的橙、红、黄色脉轮。这表示说你的能量可能没有完全的贯穿进入心轮。以我们的意见，工作能量其实是供作一个感觉的结构，以及各式各样表达感觉的方式。当你成功的保持你的各个光芒的敞开，对于那能量流你就是成为透明的，所以并不是说你去做任何事去清除你的脉轮。无宁说你们已经成为一个器皿，一个像是管风琴的乐器。就是风在其中自由的流动，然后让造物者可以弹奏你，让造物者可以将灵性的风吹过你，所以你可以自然的创造出一首歌，一首爱的乐章，以及透过你的器皿闪耀的发光。

在这一天当中有多少次认为你的思想是美丽的呢？有多少次你曾经很仔细地考量你的想法呢？我们鼓励你们每一位每天都检验你的思想和感觉，有哪些在今天已经改变你，有哪些让你的情绪远离平安，有哪些感动了你，有哪些是正面的，有哪些是负面的呢？又有哪些东西今天吸引了你，哪些东西让你感觉到愉快感到厌恶呢？这些事件，这些形象都是你想要去平衡的，因为你们是一切事物，没有任何事情对你们是陌生的。所以你可以尝试去收集你完整的自我，并且去了解说开除一切外观或是表象的东西。你可以去看到它的反向，或者去看到它更深入的地方。我们也请求你去考量这个可能性就是停驻在某个脉轮，或者另外一个脉轮并不是灵性追寻者的目标。

毋宁说灵性追寻者主要的目标是服务太一无限造物者，因为这么做，器皿或是乐器的所有音符都可以被弹奏。我们脉轮没有哪一个比另一个更加的重要。每一个对能量体的运作都是必须的。

一个强健的红色脉轮跟强健的橙色脉轮，跟强健的靛蓝色脉轮都是同等的重要。如果你真的要工作你的意识，你必须对你的能量有一个健全的观点。去珍惜你每一个感觉的层面。我们使用感觉或情绪，用来描述一般的东西，因为我们很困难使用言语很深入的去探究那原型情感河流深层的流动。总体而言 你的能量体的综合速率与解读就在你们的紫罗兰光芒脉轮。

当你尝试要开启你的心，并不是直接从心轮跳跃到靛蓝色脉轮，而是单纯发现到你能够使用心轮的资源，使得工作你的意识这件事变得愈来愈可能，所以你的心不只是敞开，同时会不断地调频，不断得维持敞开直到最后。你有一个很习惯的设定，就是你会很自然的敞开心，并且仰赖爱的概念，并且成为地球上光与爱原

则的一部分。

藉由这样一个爱的方式，可以让你的系统敞开，并且准备说出爱的话语，唱出智慧的旋律，练习与爱合一。容我们问此时是否是有其他询问呢？

Romi: 有许多问题在我的心里，但它们都被享受静默盖过，因为在静默中 即是答案之所在。

Q'uo 说：我的兄弟，我觉察到你渴望静默，所以我们在静默中离开你，我们感谢这个器皿，以及这个小组创造这个寻求的圆圈，并且邀请我们参与。

我们希望我们卑微的话语，对你们有些用处。我们荣耀你，并在太一无限造物主中，离开你们；我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，Adonai，Adonai vasu。

(V)2007，Transcribed by River，Reviewed by Da-An. Digested & revised by c.T.

☆ **第 0220 章集：西元 1979 年**

周二冥想

1979 年九月 18 日

[1979 年能源危机，美国某处的加油站]

(无名氏 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们问候. 在这个傍晚 非常荣幸与你们在一起.

(停顿片刻)

Carla: 我可以问一个问题吗?

(停顿片刻)

Carla: 你有没有可能透过 Don 继续这个通讯?

我为延迟感到抱歉，我们有些困难.

(停顿片刻)(Carla 传讯)

我是 Hatonn，再一次 我在爱与光中向你们问候.

我们正在使用这个器皿，虽然她不情愿在此时传讯，她渴望透过另一个器皿听到我们的讯息.

通常 Carla 是在这个团体中唯一的管道，她没有机会现场收听我们的话语，多年来 这是激励她的因素之一. 因此，我们尝试使用 Don 做为器皿，不只为了满足 Carla，也因为这次的讯息比较科学导向，由 Don 传讯将更为精准.

我们现在尝试转移通讯，我是 Hatonn.

(停顿片刻)(Carla 传讯)

我再次与这个器皿同在，我们必须使用这个器皿，所以我们将尝试尽可能地使用她的辞汇来清晰地说话. 或许你们已经觉察，虽然大部分人群都没有注意到，你们整个星球正飞奔朝向最大的一次危机.

你们人群忽略大自然的力量，我的朋友，你们人群不配拥有天父的美丽造物.

在你们文化中，越来越多生物缺乏创造力与想像力，因为他们与人类创造的机器成为一体，与各个政府在一起，因为他们缺乏理解，你们正站在许多灾难的边缘. 只是因为有许多人在冥想中将爱与光送到地球意识之中，近年来的许多天然灾难才没有造成更多的伤亡. 分离的极性是显着的，也就是，缺乏创造力. 什么是创造力？不就是对造物的理解；什么是造物？就是爱！什么是爱？就是合一！

现在 我们观察的焦点从自然灾难转到人为灾难. 你们知道人群逐渐变得麻木，对于正发生的灾难无动于衷. 你们所谓的通货膨胀以及各种社会的病态，劳动被视为谋生的最低等的方式；而你们所谓的五鬼搬运*，没有做任何劳动，只有对群众与金钱的操控，却被视为工作的最高形式.
(*译注：原文为 wheeling and dealing，字典的定义：为达目的不择手段)

于是那些踏实劳动的人们感到十分愤怒，他们联合起来要求更多的东西，他们被闭锁在无止尽 求生存的挣扎循环之中.

在各国政府中，有许多领袖，不是一些，而是许多人，他们真的考虑全球毁灭，也不愿放弃某个意识形态，出让一块土地或势力范围.

在你们地表上的领袖之中，有人尝试使用核子武力获取利益，这点是你们地球目前最深重的困难.

把毁灭一个星球当作外交工具不是个创意之举，它的确是个自杀的举动.

但你们的领袖已经变得如此麻木，因为他们玩这个权力游戏已经太久，因为他们周遭的文化处在深沉的睡眠中，只知道更大量地抓取地球上仅存的能量，而不去尝试恢复地球的能量.

我们位于你们东方世界的上空，尝试应付那些中国的统治者，他们正观察中东地区的情势，并有强烈的意图想把这个相当复杂的外交角力战转移到对他们有力的局面. 中国的领导者完全地冷酷无情，如果他们认为可以打赢这场战争，他们会毫不迟疑地使用核子武器.

我们可以说你们所处的这块土地上，嗜血的程度比较轻微.

因为这个国家曾经使用核子武器，相应地觉察到这些武器的恐怖性.

容我们说，你们美国人真的渴望和平，四海一家的精神在你们人民的心中尚未死去. 我们请求你们在冥想时 为地球的和平祈祷，因为在此刻 它被迫切地需要.

再次地，我们为必须透过这个器皿讲话感到抱歉.

如果我们能有一个具有科学背景的器皿，我们可以把相关的物理学知识说得更清楚，这就是为什么我们欢迎更多人加入传讯的服务.

发问者: 哪一个国家可能使我们暴露在核子危机当中?

苏联的领袖们意见分歧，但是他们大多数希望在此时横扫欧洲，如同二次世界大战的冲突一般; 当时阿尔道夫实体席卷大部分的东欧，并且深入俄罗斯.

苏联的领袖觉察到现在是一个适当的战术时机，他们拥有一种不属于核能的武器，他们觉得部署之后 可以迅速地歼灭北约(NATO).

无论如何，他们不情愿部署战术核武.

你们所称的神的选民也有一个渴望，想要忽略他们伟大的文化遗产，因为在你们的旧约圣经中写道 犹太国家应该一直爱在他们当中的陌生人，因为他们过去不也曾是埃及土地上的陌生人？看起来 他们已经把这段话从神圣典籍中移除，因为他们的是如此憎恨一群在基因上与他们非常相似的民族，即巴勒斯坦人，以色列人当中有些人认为 如果他们可以的话 将使用核武(对付敌人).

但由于以色列人有限的经济资源，重度仰赖他国的意见以确保他们的福祉，因此这个结果比较不可能发生.

然而俄罗斯或中国则没有这样的顾虑.

你们所称的第三世界国家，虽然他们没有核武，如果他们的领导能够拿到战术核武装置，他们很可能会启动这个装置.

而你们所谓的间谍世界从没有像现在这么活跃过，因为他们知道这盘”赌注”的风险越来越大了.

现在几乎每个愤怒的国家，如果被推到适当的位置，都会考虑使用核子武器. 举例来说，在你们的大陆上，魁北克(Quebec)区域的人民如果进入权力的位置，并

有管道取得核武，很可能他们会考虑用它来为威胁(加拿大)以取得独立的地位.

我们尝试告诉你们现在的局势是如何艰难以及风险的蔓延，建造核子装置不是不可能的事，最大的困难在于建构引爆装置，我们无法透过这个器皿说得更详细，她没有这方面的知识.

你们地球此刻面临很大的危险，我们正专注地与中国的领导们一起工作，因为我们发现这些领导相当地无法无天.

是否有进一步的问题?

发问者: 此刻最大的威胁是什么，核子战争?

你们人类是难以捉摸的，目前最具爆炸性的局面集中在以色列与中东产油国的冲突. 中国与俄罗斯都在观察这个局面. 我们其他的弟兄正将爱的振动送给俄罗斯的领导们，以及中东国家的各个领导，包括以色列.

我们只能说在这些国家中 最没规矩又具备核武能力的是中国.

他们欠缺至高霸权的事实使得这个民族更愿意去冒险因此我们与他们共同工作，将爱与和平的思想传送给他们.

我们不晓得将来会发生什么，我们只能说如果发生大战，后果可能将移除地表上所有的智能生命. 我们请求你们的祈祷.

许多年前 当以色列的祖国被创造之际，这些困难就开始产生了.

这是一个历史性与决定性的创造，并满足了许多预言. 如果你阅读过这些预言，你可以看见未来各种困难的可能性.

然而，我的朋友们，这个困难已经来到.

但未来并未被刻写在石碑上，未来是开放的 沿着无限多条线路前进.

因此我们请求你们持续为世界和平祈祷，一直到地球完全进入下一个振动层级为止. 好让那些必须重复第三密度的人们得以平安地离开;也让那些准备好迎接爱的振动的人们开始重建家园.

是否有其他的问题?

发问者: (声音太小，听不见)

我的姊妹，这是无可避免的，因为这些种子很久以前就被种在你们人群当中. 你们人类长期以来好战，你们对于占有土地、金钱、与权力的渴望有增无减.

许多世纪以来，你们的商人、银行家、政府官僚、外交系统持续地打造一个差异的分流，隔开这个人群与另一个人群.

我的姊妹，有多少次 你看过地图上的土地被着色为绿色、黄色、蓝色、以及粉红色? 我的朋友们，我们诚挚地问你们，造物主的土地怎么能够被人类这样地分

割，这样地被争夺?

虽然有许多的困难，确实 没有什么好担心的. 因为不管你过着自然与和平的生活，或者你提早离开肉体，我们都会在这里，确保没有灵魂变得破碎，即使发生了核武战争.

Don: (部分录音听不到) 所以核子爆炸(可以伤害)灵性体.

我的兄弟，这就是当初我们来到这里的原因，因为原子弹的发明意味着你们转移到下一个(进化)周期将有困难，这也意味着你们人群真的可能摧毁灵魂.

Don: 在长崎与广岛的核爆事件，发生什么事?

我们当时在那儿，没有失去任何一个灵魂.

我们能够中和核爆的特定部份，移除它干扰内在次元的效应.

我们不认为避免物理毁灭是合宜的，因为我们觉得当人们看见已经发生的后果，或许他们就不会再做这样的事.

我们唯一的危险是当核子首次试爆时，我们没有在现场，那次的运气不错 我们没有失去任何灵魂.

如果 Don 没有进一步的问题，我将在爱与光中离开你们，我是 Hatonn.

(停顿片刻)

我是 Latwii，我想要将我愚蠢的声音加在 Hatonn 弟兄睿智的声音之后，我们至为感激能与你们分享一些话语.

我们觉察到地球的现况看起来有点走下坡. 但从我们的视野来看，事情并没有那么糟.

我们要求你单纯地释放你所有的重担，去享受你独特的正面与快乐.

不管你背着怎样的担子，只要你把它放下 就没有任何重量了.

你无须背负伟大的责任，你只需做你能成为的最好的人，全心全意地爱造物主，让你的心在爱的精神中碰触他人. 让造物者的光从你的眼睛闪耀，那即是你全部的责任.

你来到这个世界为了展现造物主的爱，你已经在过去的多生累世培养这种天份.

然而，这个天份无法在忧虑或悲伤中被展现.

我们不是说地球上的许多困境都不是真的，而是你在其中的任务是去爱. 不管发生什么事，你的角色是去爱.

当你去爱，记得造物主与你的任务，你已经提升地球的意识水平.

所以 穿上你的鞋子，尽可能地发挥你的爱心.

当你发现自己内在的负面性，要知道这经常是世界挤压你的效应，不是你的本质.

由于你身处在这个社会中许多年，你无法马上把它甩开，但每一次 你能够中和一个负面的感觉，并以一个觉知的爱取代之，你不仅改善你自己 也改善地球的思潮.

时间是一个幻象，你现在参与其中. 在这个时间幻象中，你们正完成一个周期，由于人群振动中的困难 有一些事情走歪了. 你可以做的就是尽最佳的努力去爱.

当这齣戏结束的时候，你回顾它 享受一齣有趣的电影.

当你走出电影院，你会跟同伴说 “你觉得这部电影怎么样? 你喜欢它的结局吗? 情节编写得怎样? 剧中的英雄表现如何? 喜欢里头的服装吗?”

当你从幻象抵达一个相对真实的次元，这差不多就是你会跟自己说的话.

因此 我们鼓励你成为人生电影中的英雄，尽可能地睿智，尽可能地有爱心，分析你失败的原因，也对你的优点有自信. 拥有一个这样的英雄，夫复何求?

我们都是我们自己拍摄的电影的英雄，所以，让这齣电影成为你将来会乐意观赏的好片. 现在你是一个演员，但同时也让你自己成为观察者，与导演. 这样你的角色会保持平衡. 不管地球上其他人在做什么， 总是记得你是造物主的特派员，你是造物主的一部分.

当时机到来时 许多跟你一样尝试助人的同伴将与你同行，届时 我们将与你相遇! 我们以及星际联邦的兄弟姐妹们，那将是一场宏伟的会议，我们大家一起大笑与欢庆，你会看到我们如同光，我们看到你也如同光.

我们请求你们每一位，做你的事情，每日祈祷.

只依照你的理想、信心、与对造物主的爱去行动.

不要被这个世界的陷阱困住，它们不会使你欢笑，也不会带给你大喜乐.

唯有你内心的东西能使你欢笑与喜乐.

我们并不是说 拥有财产、地位、权力是不对的，所有这些东西都是中立的，只要你的内心记得造物主，并且你爱每一个人.

将来会发生什么，我们 Latwii 群体并不知道.

你们是极少数我们曾经对话的团体，我们感谢你们给予这个机会.

我们敦促你们总是保持轻快的步伐，加入我们一起捧腹大笑，因为你们拥有一个十分有趣的星球，一个十分迷糊 十分傻瓜的星球.

有时候 当众人皆醉你独醒，你一个人寂寞地大笑.

但即使你是孤单的 也不要忘记大笑，这只是一场电影；咬一口爆米花继续看下

去. 我的姐妹，这就是我们想告诉你的所有东西了.

当你需要的时候，我们希望你可以听到我们的笑声与喜悦.

我们在无限造物者的爱与光中离开你们.

我是 Latwii. Adonai.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 03 辑

☆ 第 0301 章集：虚度光阴

周日冥想

1982 年五月 2 日

(C 传讯)

我是 Hatonn，一如往常，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们观察你们地球有很长、很长一段时间. 我们发现在这个季节，地球上洋溢着许多快乐，因着充分的阳光以及周期的更新. 在你们的星球上，周期是短暂的.

每个短暂的季节都被你们第二密度的生物充分地使用.

牠们知道时间不能被浪费，牠们在有限的一生中 尽其所能地延续物种.

牠们没有你们拥有的选择，虽然牠们的自由意志有股本能驱策牠们.

我的朋友，你们拥有增强的觉知 以及 选择的使用权，却通常不了解时间的短暂性. 跟宇宙时间相比，你们的一生就如同万分之一秒那般微小.

你们星球上许多人漫无目的地游荡，热衷于不断收集让肉体舒适的东西，很少去理会自我寻求的那部份，而将它推到一旁.

虽然时间是短暂的，如果你愿意尝试把每日一小部分时间用于静默与冥想、允许你的存有觉察造物主的光，你的时间将变得充足.

肉体载具需要维护，它与灵性自我是相连的，彼此互相影响.

但在照顾肉体自我的同时，灵性自我也需要被照顾，灵性跟肉体同样需要成长.

如果你环顾四周，你可以看到一些人在浪费时间，无须为他们忧虑，你只要停下来 静静地想一想，默想你此刻如何使用你拥有的时间.

在你们的星球上，肉身死亡等候着每一个人，不是为了干扰，只是如同一个(光)点，告诉你时间是有限的，每一世都是短暂的，请有智慧地使用你的时间.

照顾你自我的每一部分，锺爱你自我的每一部分，努力维持肉体与灵性的成长.

你们人群通常有个习惯，他们会说 晚一点再开始，现在还有其他关切的事.

我的朋友，如果有任何疑虑 不知何时开始，那么就从现在开始，即使只是一小步. 我们不想让你们觉得 我们尝试去吓唬你或催促你，只因你们星球的时间正日益地缩减.

许多人类开始有些觉察，却很容易分心，没有持续发展这觉察.

我们希望有更多人开始觉察，同时也希望他们明智地使用剩余的时间，真正地开始缓慢的觉醒过程，真正地觉察造物主的爱与光.

我们 Hatonn 群体等待服务任何发出请求的人，因为我们急切渴望伸出援手.

在你冥想的时候，只要提出要求，我们就会与你同在，也包括星际联邦所有的兄弟姊妹. 当你们成长 我们也成长，我们与你们为一体.

我们停顿片刻好让我们兄弟姊妹 Laitos 可以来到你们当中，我们是你知悉的 Hatonn，现在离开这个团体. Adonai，我的朋友们.

(Carla 传讯)
我是 Laitos，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们只说几句话，因为我们知道我们的兄弟 Latwii 正等着向你们说话.

我们要说的主题是肉体载具以及睡眠.

睡眠是肉体活动中被低估的一环，你们有许多人睡眠的时候仍处在醒着的状态，而无法沉睡进入真正的无意识.

你们的肉体载具是一个伟大的能量接收网络，依照你的渴望被使用在白昼的各项活动中. 然而你在与环境互动的过程，尤其是与其他人互动时 身体会接收到许多扭曲的能量.

当白日将尽，你们准备休息时，几乎所有人都会有一组特定的扭曲在体内.

无论如何，当肉体进入睡眠，身体的能量网络中的扭曲多多少少获得疗愈，跟睡眠的深度成正比，也跟一个人尊重睡眠的方式有关.

如果是筋疲力尽的睡眠，没有感激的睡眠，那么 睡眠的正面机能就十分不明显，甚至有可能醒来之后仍是疲惫的.

睡眠的潜能是巨大的，能够解除每日的扭曲，我们建议你在进入睡眠之际 觉察到这点，因为你的肉体拥有伟大的智慧，每一个细胞都内建一个自主管理的因子.

在睡眠中，有可能请求天使与你同在. 是的，我的朋友，感恩与感激 加上一些对睡眠机能的理解 将使你的睡眠更可以解除疲劳; 更重要的 它也是你学习经验的一部分，睡眠的每一时刻都跟你白日的经验同等珍贵.

我的弟兄姊妹 Hatonn 刚才向你们说不浪费时间的美德. 当你进入睡眠，也要了解这点. 因为睡眠是个蒙福的活动，有大量的疗愈、学习、以及[容我们说]内在肌肉的练习在睡眠中发生.

我们在此时让路给 Latwii，感谢你们允许我们说话.

若你再任何时间渴望我们的相伴，你只需开口.

我在无限造物者的爱与光中离开你们. 在太一起初希望的伟大无限中离开你们. Adonai，我的朋友们，adonai.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，我在造物者的爱与光中向你们全体致意.

此时 依照我们的惯例，我们开放现场问答，此时是否有任何问题?

发问者: 跟随刚才的睡眠主题，在上个礼拜，我有些令人挫折的梦，我醒来之后不大记得，但我觉得疲倦. 那时我突然想到这些梦的起因可能是能量的阻塞. 于是我开始观想，想像将祝福送给每一个我知道的人，然后延伸到地球各地，这个过程大概持续十五分钟. 然后我在冥想的尽头得到完全的休息，一整天都得到平静. 我是否在这个过程中解除能量的阻塞?

我是 Latwii，我觉察到你的问题，我的姊妹. 容我们建议，的确 当任何实体传送爱、光、医疗能量给其他实体，它就在自己的内在打开一个管道，使得给予生命的能量流过这样一个管道. 因此，“施比受更有福”这句话是真的.

因为当一个人给予他人，这个人不得不接受(到祝福).

我们不确定你的梦是否与能量的阻塞有直接关联，让你内在的寻求找到答案.

但我们认为你在传送给予生命的能量给其他人的同时 的确打开了一条小径.

我的姊妹. 我们可否进一步回答你?

发问者: 当我这么做，其他人是否真的从这股能量中受益?

我是 Latwii，我的姊妹，当你执行了刚才描述的活动，不管你的观想的长度有多

少 冥想的深度有多浅，都会对你们星球的振动水平有提升的作用. 你提供的爱与光的额度一开始很少，但如果你定期地 规律地做这个活动，每一次的传送 其效力都会加倍; 另外 每增加一个人加入能量的传送 效力也会加倍.

地球本身为了你们的努力 到处回响着喜乐之声.

发问者: 太棒了，我得花点时间好好消化.

我是 Latwii，此时是否有其他问题?

发问者: 是否有时候 给予对于某些人并没有益处?

我是 Latwii，我的姊妹，当我们用比较小的参考框架，一个人可以看见把答案给予另一个寻求的人，可能是一个伤害性的服务; 因为如果这个人能够以自己的寻求找到答案 将可增加他寻求的力量.

然而，如果扩大参考框架，在刚才的例子中，接受别人答案的寻求者只会承受短暂的(副)作用，它将通往其他课程 让寻求者凭自己的努力找到答案. 因此给予他人答案的行动对于双方都只有很渺小的(副)作用.

我的姊妹. 我们可否进一步回答你?

发问者: 那么你是说寻求的经验或许比结果更有意义，或两者相等?

我听到你说寻求的经验是此生中最关键的层面，结果没有对或错.

我是否正确理解你的话语?

我是 Latwii，我的姊妹，我们同意你基本的假设是正确的，我们附加说明 事实上，寻求及其结果都只是一个过程的部分，这个过程是造物主的经验. 因为寻求产生结果，该结果则发出另一个问题. 就我们所知，你们所称的学习没有有尽头.

所以，寻求以及找到的结果是相等的; 因为每一个环节都喂养经验的过程 让该实体持续寻求内在的造物主.

我的姊妹. 我们可否进一步回答你?

发问者: 我唯一有点不清楚的部分是关于告诉别人答案的选择. 我听到你的意思是不管给或不给答案都是好的. 但鼓励他人自行寻求答案是否比直接给答案要更好?

我是 Latwii，我的姊妹，我们服务无限造物者的星球联邦采取的观点为给予答案给一个[可能凭自己努力找到答案的]寻求者不是一个被渴望的服务.

我们使用这个参考框架去应对地球上的团体，好比你们.

但我们也认知到从一个更广大 属于造物主的视野来看，不管我们做什么 或任何实体做什么 都没有关系，因为所有行动都提供经验 而所有经验都教导课业.

我的姊妹. 我们可否进一步回答你?

发问者: 不了，谢谢你，非常清楚，非常谢谢你，Latwii.

我是 Latwii，我们至为感激你，并再次为我们偶尔的囉唆*感到抱歉. 我们很享受有机会表达我们卑微的理解.

(*译注: 这部分的原文问答比译文多一倍左右.)

此时是否有其他问题?

发问者: 我没有问题，只有一个请求，也就是在我祖父从这个世界离开的过程中，你们可以在现场.

我是 Latwii，我的兄弟，我们想你保证每一个历经死亡过渡期的人都有大批的天使存有随伺在旁，包括指导灵以及过世的亲朋好友，还有监督这类过程的星际联邦的实体们. 每一个走过这个过渡期的实体都被良好的保护与照顾; 而那些留在第三密度的亲友们可以给予的最大协助为希望该实体"一路平安"，将喜悦、爱与光送给该实体.

容我们问是否有其他问题?

发问者: 我有一个问题，地球上是否同时存在新的与老的第三密度存有?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的问题，在你们的星球，你所说的情况确实存在已久. 然而，在这个周期将尽的时候，目前没有"新"的第三密度存有.

因为在此刻，老资格振动的过程已经进行许多年，好让那些有机会在此生毕业的实体能优先投胎.

由于第三密度的功课需要大量的时间去完成，故那些刚从第二密度毕业，来到第三密度的实体们并不适合在此时投胎到地球上.

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

发问者: 谢谢你，解答我的问题.
我是 Latwii，此时是否有其他问题?

发问者: 我有一大群朋友谈论基督的二次降临，你则谈到收割. 这两者是类似的事件 或是 相同的一件事?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的问题，基本上 这是正确的. 我们可以补充一些有益的知识，你们所知的收割或毕业，它是一个过程 发生在地球 7 万 5 千年周期的尾声. 所有实体在这个时期都被收割，因为地球本身有它自己的进化过程，并且将有一小段时期不适合第三密度生命的居住.

因此，每一个实体都将有机会继续前进到存在的另一个层级，不管是正面导向[服务他人] 或是 负面导向[服务自我].

这两个群体将经历到所谓的基督意识再临; 这个经验包括振动的升高，对于正面导向实体 将伴随着红色、橙色、黄色、与绿色能量中心的开启; 对于负面导向实

体 将伴随着红色、橙色、黄色(的开启)，与蓝色(脉轮)的短暂开启.

“基督意识再临”单纯地表示实体们毕业之后 表达出第四密度的理解.

那些尚未获致这个水平的理解的实体们处在两个极性之间，虽然经过收割过程，但并未经历“基督意识再临”，于是将被允许在另一个第三密度星球展开又一个伟大的经验周期，为时七万五千年.

耶稣-基督 是基督意识来临的一个榜样，这个实体在很年轻的时候就能够轻易地打开其能量中心，从红色到绿色，并且述说这个经验 “天父与我为一”.

这样一个经验提供给任何真正寻求太一造物者的实体，不管是”服务自我”或”服务他人”的极化途径.

我是 Latwii，此时是否有其他问题?

发问者: 像希特勒这种人 曾经造成我们星球大量的麻烦，他们的结局会怎样?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的问题，当这样一个实体成功地追逐到负面极化，在 95%的时间展现服务自我的伟大渴望，那么这个实体也能够毕业，然后选择一个属于第四负面密度的星球，加入它的社会记忆复合体.

你所提到的阿尔道夫实体，过去在他的意识中 并不能获得这个成果，承受一些极性损失，在他最近这一世无法毕业，正在你们地球的中层星光平面 接受一个医疗过程.

发问者: 是不是有些人在正面与负面极性中来回摆荡，或者一个负面的人会一直维持负面 通过所有的密度?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问，在你们第三密度的幻象中，确实你们大多数的人都在正面与负面两端来回摆荡，并未朝向服务他人或服务自我极化. 于是这些实体必须重复一个伟大的学习周期，因为在这个造物的八度音程之中一个实体必须选择这条或那条途径 好让进化得以发生. 在这个选择之后 并且成功获致必要的纯度，然后该实体追寻极化的途径 并穿越若干个密度.

然而 那些走在负面途径上的实体们在第六密度的某个点发现它必须加入正面途径，因为灵性熵数的发生，使得他们必须进行极性的切换，也就是说释放负面的位能 使得自己的导向变得正面.

我是 Latwii，容我们问 此时是否有其他问题?

发问者: 最近在我的冥想中 我有一个十分不寻常的思维，一个令我震惊的思维: “我的心智的家乡在群星之间.” 我把它写下来，我几乎被这个思维淹没. 这样一个思维从何而来?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问，这样的思维来自你的存有的核心，因为你们地球上的每一个实体的家乡确实都在群星之间. 然而 很少人在他们的一生之中觉察到这个事实. 这是每个实体与生俱来的权利，每个实体投胎到地球为了宣告这个权利. 是否有其他问题?

发问者: 有好长一段时间 我深爱一个朋友，但最近四年 在跟她亲近这方面 我有许多挣扎. 我即将离开她 很可能再也不会看到她. 我感觉我想要跟她联络，我真的很挣扎，我不知道你是否能告诉我任何有帮助的话 但不管怎样 我还是告诉你这个问题.

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问，每一个地球上的实体都会经验到所谓的困难时期，通常这样的困难发生的起因是一个或数个特定的实体，因为每个实体都有能力教导 以他的能力提供别人学习的机会.

机会最常伴随问题一同来到，因为一个实体必须有某个东西去推动 才能学习.

当一个实体经验困难时期，各种问题，以及不和谐，这些经验向该实体指出学习的区域，学习解决不和谐，学习去解答问题，学习使困难的事情变得顺遂，学习去爱、去宽恕、以慈悲对待自我与其他实体.

你感觉想要与她联络表示你渴望去学习、去爱、去接受.

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

发问者: 不了，我现在有更加的理解，谢谢你.

我是 Latwii，我们感谢你，此时是否有其他问题?

发问者: 关于服务他人，比方说在医院当志工，不是很忙碌的工作，这样是服务他人吗?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问，确实 当有意识地从事这样一个活动它即是服务他人.

要辨别什么活动属于服务他人是十分困难的任务，因此所有生命都参予服务其他，然而 所有生命也都参予服务自我，因为难道所有实体不都是太一造物者的一部份?

在你们第三密度中，最合宜的辨别方式是考量有意识的选择. 当一个实体有意识的选择属于服务他人的活动，相较一个没有觉知他人是否被服务的实体，他的意识将更有效地极化. 所以要辨别一个活动是否属于服务他人并不那么容易. 但我们提供这个思考架构给你考量.

我是 Latwii，此时是否有其他问题?
(停顿片刻)

我是 Latwii，我们至为感激此次的服务机会，虽然我们的回应是贫乏的，我们总是热忱地提供这些话语. 我们希望每一位了解到我们的回应的参考架构并不是全知的，但的确包含那些我们认为的真理核心. 如同你们一般，我们也在寻求存有的奥秘的解答. 我们感激每一个问题，让我们有机会将自身的振动与你们调和在一起. 我们提醒每一位 你们在冥想状态中 只要一个单纯的要求 我们就会来到，欢喜地融入你们的振动.

我们此时离开这个群体，在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是你们所

知的 Latwii. 我们现在离开你们. Adonai，我的朋友们.Adonai vasu borragus.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0302 章集：凯西解读启示录

译者: 云斯腾

：缘起篇(In the Beginning)

太初有道

太初有道，道是太一，是上帝，是全部，是元灵，是一个巨大的原创能量之源。它是开始，也是终结。或者说既没有开始，也没有结束。没有死亡，也没有诞生，所以永恒的道无始无终。老子则说：吾不知其名，字之曰道，强为之名曰大；又称其为“有”，也可叫“无”；并说这二者“同出而异名”，是同一的。

“包括地球在内的所有起源均是原创能量，存在于缔造者的思惟中，因为上帝是永恒---昨天、今天、永远不变。”(900-340)

但在人们的认识中总需要一个开始。于是凯西在“高我”的感知中，试图用我们物理世界的语言去传递那无法言传的无限太初，于是近似地描述为：“他开始动，灵魂---他自身的部分---有了存在”。而摩西在他的恍兮惚兮的状态里写下了：上帝说‘让这儿有光！'

“如已经给出的：上帝动了并说‘让这儿有光'，于是有了光。不是太阳的光，而是

那些---并且透过那些的(而显现的)---灵魂的存在。在实相中，你在道之中活着、爱着、存在着。(5246-1) ”“每一个灵魂是上帝体内的一个血球(3395-2)”“上帝动了，灵开始闪烁。在运动中有了光…(3508-1)”

在那光的海洋中---道的体内，所有灵魂个体均是光点，是那原创能量的一部分。所有光均是振动的形式，所有的都是道的一部分，都是上帝的意志的表现。元灵的思惟是这些意志推进和持续的力量所在。所有的思惟都是上帝的意志，做上帝构想的。任何的存在都是上帝思惟的一个表现。每个灵魂光点都知晓彼此和全部。所有均和谐在光的海洋里、在太一中、在道内。

合一的概念还显示在宇宙的组成的基石上。解读认为宇宙---包括我们的三度空间---的建造材料是同一的。“我们发现世界、恒星、星云、太阳系统启动于一个原一起因。”所有均是能量及振动。而由于形式和波长的不同，而产生了多样化。当然所有宇宙的形态均在那伟大的思想中孕育，而我们熟悉的三度空间的物质宇宙仅成为一种结果或投影。

灵魂和宇宙的起源是无法言状的，各种宗教甚至科学界均从自身的有限词集中寻找确切的相关描述。由于凯西的基督教背景，出神、入定中的凯西在解读中使用许多圣经用语。但他也指出过，上帝一词已经有太多的世俗化内容，会引起歧义。于是原创能量(Creative Energy)、原一起因(First Cause)、宇宙意识(Universal Consciousness)等等成为解读中对灵魂的来源和归宿的近似替代描述。

“灵是原一起因，是元始，是驱策力---上帝是灵。”(262-123)

[2925] 先生的一个冒失的问题，给了我们一点提示：

问：我什么时候成为独立的个体的？

答：…最初的存在，当然是在缔造者的思惟中，那时所有的灵魂成为创造的一部分。至于时间，这就是太初。太初是什么时候？有了原一意识(First Consciousness)的时候 ！那时没有时间，也没有空间。因为有了戒令，第一次你知道你的灵性目的。(2925-1)

灵从来没有被创造出来过，因为灵是永恒存在的---存在于那没有时间、没有空间的太一虚空之中，保持着与上帝同一的讯息。其原一意识是灵性，原一存在是在上帝的思想中的灵性存在。这种原一存在与原一意识、原一起因、原一运动都是合一的。而实际上“所有动力、力量、运动、振动、吸引和排斥都是源于一种力、一个源泉 …上帝、原一起因、原一原则、原一运动都是存在！是太初！现下是、过去是、将来也是…”(262-52)

“每个灵魂之所以存在，是由于起初的来自原创能量或原一起因的推展力。什么曾是---现下也是---原一起因呢？如果有关于原一起因的法则存在的话，那个法则就一定是永恒的法则，是“吾乃真吾(I AM THAT I AM) ！”…原一起因，是被造者应该成为缔造者的友伴；被造之物会显示出自己不但值得被创造，而且也是可以成为友伴的。”(5753-1)

“问：第一个问题是关于创世/起源(creation)。这应该是上帝的意愿去经历自己还是上帝的寻求友伴的意愿(desire for companionship)，还是上帝寻求一种表(desire for expression)，还是其它什么？答：上帝的意愿是为了友伴和表达。”(5749-14)表达是宇宙出现的缘由，而成为友伴则是我们每个灵魂的最终宿命和目的。 “在

太初，当创造开始时，或者说在所有个体由于呼唤而有了存在时，我们为成为天父之伴的目的而被创造出来。”(1567-2)

成为友伴是凯西解读对灵魂存在目的的一种叙述。凯西进一步解释说，其实我们每一个灵魂都是共同创造者(Co-Creator) 。解读数次引用圣经里的话：“我们就是神” 。我们就是太初的一个个迷你小上帝，拥有道之体内的全部知识和智慧。我们的显意识部分无法认清这点。就象佛教里讲，小我无法当下承认自己是佛。“难道你不是上帝之子吗？难道你不是他的共同创造者吗？难道你在太初没有与他同在吗？”(294-202)

“我们是我们称之为上帝的、我们称之为宇宙力量的那种能量的共同工作者、共同创造者。这种能量显示出一种完满，如果懂得‘主---你的上帝---是太一' 以及所有能量、所有动了来自同一源泉，我们将会明白自己和我们的能力。” (391-4)

“不要与上帝分离而成为仆人，而是要如导师经常指出的：我和天父是同一的，我是你们的兄弟，你们是上帝的共同创造者。保持你的灵性，正如在天堂里的天父一样。” (5104-2)

上帝说：“让我们按照我们的样子造人。” 上帝是灵，按照灵的样子造出的我们也是灵。“灵魂是按照上帝的样子造出的，目的在于成为建设性、创造性影响力的友伴(1257-1)” 。

而我们有能力成为上帝的友伴，必然有什么特别之处。解读说：“只有人类被赋予了…自由意志。”(5757-1)

“个体灵魂永远是宇宙意识的一个部分”“自由意志的给予使人超越其它被造之物”(3340-1)

在这里，解读和圣经都在使用“人”这个字，解读在更多的时候使用个体(Entity)，或灵魂(Soul)来表达同样的意思。灵魂的特性有三个：灵(Spirit)、心智(Mind)、自由意志(Will)。那伟大的缔造者---道不仅给我们生命和存在，赋予了我们的生存目的，还给予了一个礼物---一个巨大福分，同时也是巨大的包袱：自由意志。“要知道每个灵魂生来都具有选择权，即自由意志”(2329-1)

“每个个体都有选择权，没有人可以超越这种权利---甚至上帝也没有！”(254-102)

“有了自由意志，我们成为上帝之子；如果没有它，我们就只是自动人；也许有美丽的自然特征，但仅此而已；而人的灵魂可以成长至与原创能力平等、同一”(1453-1）。

解读甚至说“…我们被创造出来的目的是成为他的友伴，虽然比永恒见到他的面容的天使们稍低，但我们是继承者”，有潜力与他平等、合一。 自由意志是成为上帝友伴的必要条件，同时巨大的风险则是自由的选择会导致与宇宙法则的对立。“一旦赋予了自由意志，他就没有阻止。”(5749-14)

因为只有我们拥有同样的特征：自由意志，我们才会成为真正的继承者和共同缔造者。 这样，我们从太一中而来，带着生来的成为友伴的欲望和目的，有了无与伦比的选择权利，在道的灵性格局中创造着、观察着。灵魂保持着与上帝的同一知识，同时开始经历自己的经验和知识。这是一个无限和谐的状态，灵魂的意

志与上帝的意志是同一的。作为共同创造者，我们无所不在、无所不能(Omnipotent and Omnipresent) 。“你是灵魂，而不仅仅是拥有灵魂的你。”(262-89)

“灵魂是上帝的部分活在你之中，一个活生生的神。”(262-77)

但是，“上帝希望人类自由，给予了自由意志---那是一种甚至可以否定上帝的自由意志”(3976-29) 。

随着个体经验的增加，有些灵魂有了冲动：更关注自我的创造和实践，与伟大的道的连接减弱了。

夜与昼

“上帝将光面与黑暗分开。上帝把光明称为昼，把黑暗称为夜。”(创世记 1：4-5)
“用比喻的模式来说，有了光明和黑暗，即夜与昼…从灵界的思想领域来讲就是善与恶。”(262-55)

但是善恶从何而来的呢？解读明确地给出“开始的罪，就是在上帝的计画和道路之外寻求自我表现。”(5749-14)

有些灵魂在感受和表现上帝的创造中产生了不和谐，有些则开始更多地关注自己的创造，而不是上帝的计画。“自我荣耀、自我夸大、自我放纵的影响力玷污了每个灵魂中灵性，使他们与他的知识分离了。”(1293-1)

“什么使得灵与原一起因分离，造成善和恶呢？
是欲望！欲望！那种与上帝旨意对立的欲望。”(5752-3)

关注小我，就忘记了他人，忘记了上帝赋予的使命。拥有自我的计画“在灵魂的思想里带来了反叛，罪产生了。”(5753-1) “罪与上帝无关，是他的子女们将由于自私而带来的错误，带进灵魂的经历中。”(479-1)

“如果灵魂在任何阶段、任何的创造表现都与法则、超灵、原一起因、或者那伟大的灵魂之源保持完美的一致，那幺就只有连续永久性的与原一起因同一。
但是，一个灵魂或个体，在某个创造阶段---无论是在什么意识层面---表现出了自我放纵，那幺就需要一个课程，使得此灵魂理解到达意识到错误的路途。”(815-7)

什么时候有这种计画外的创造表现的呢？“在消化知识---没有智慧的知识时，就是在为了带来欢娱、自满、和自我荣耀时”。(815-7)

但是灵魂拥有可以分离一切的自由意志，当他们选择关注自我创造时，没有任何其它力量可以阻止。“圣经中给出的最值得信赖的一条是什么？‘上帝没有意愿毁灭任何一个灵魂！’但是，人类经常强硬无情地与其缔造者分开！”(262-56) 灵魂有了按自我想法去创造，甚至去扭曲规则。

上帝的记忆之卷

在数千个生命解读中，凯西躺在沙发上，进入自我引导的催眠状态，去提取寻求之人的阿凯丝记录。通常情况下，失去意识的凯西对自己讲述的一无所知。但有

这幺几次，他可以忆起这个过程。他描述道：

我看到一个点从自己的身体出来。立即发现自己为黑暗所包围，有一种极度的孤独感…突然我意识到有一束白光。作为一个小点的我立即跟着那光向上挪动，不然就会被遗失。在跟着那光束移动中，我逐渐对意识的层次有了认识。第一层有模糊、恐怖的形态---就象梦中遇见的鬼怪。继续前行，在两边出现有畸形的人---他们身体的某些部分放大了许多。…景况又变化了，我意识到了灰色笼罩的形态向下移动。然后逐渐地感觉到了彩色。然后方向改变了，那些形态在向上移动，其外部的彩色光更明亮。…接着在两边出现了模糊的房屋、墙壁、树木等等，但一切都是静止不动的。继续前行，就有了更明亮的光和运动，看上去是正常的城市和村庄。随着运动的加快，我开始意识到了声音，开始很不清晰的嗡嗡声，后来有了音乐、笑声和鸟鸣。光越来越强，色彩越来越灿烂，优美的音乐出现。房屋没有了，只剩下浑然一体的声音和色彩。…突然，我来到了记录大厅，没有墙壁和天蓬。我感觉看到一个老人，手中拿着一本大书---这就是我要替那个人寻找的讯息记录。(294-19 补充材料)

问：什么是生命之书(Book of Life)?
答：上帝的关于你的记录，你灵魂内心的知识。(281-33)

问：什么叫生命之书?
答：个体自己写于时空之卷上的记录上帝的关于你的记录。藉由耐心，当自我调谐于无限，它可以被打开，调谐至那个意识就可以阅读…

问：什么是上帝之记忆之卷(Book of God's Rememberances)?
答：就是生命之书。

问：阿凯丝记录(Akashic records)?
答：就是上面所说的，个体造就的(记录)。(2533-8)

“所有动力、物质均有其灵性驱策力… 发出它们的辐射…记录在意识思想所知晓和经历的时空上。甚至可以像印刷品一样读取…”(833-1)

要注意的是这些记录“不仅仅是与物质有关的，也与思惟有关。”(815-2)

“个体对于心智世界建立起的记录，正如物质界的照相机记录照片的活动。从个体的角度来讲，在给定的日期、时刻、和地点---这些宇宙之源的相对指标，就可以观察这些阿凯丝形式的记录，读取那个经历。”(275-19)

在梵语里，阿凯丝指的是“无际空间” 。可以看成是个巨大的数据储存处。在这里时空中的所有事件，每个灵魂在所有地点和时间点的所为、所言、所感、所思均有其记录。“在解释个体的这个记录于时空卷轴上的记录，使得他可以认识到和意识到我们今天的现状是我们过去的作为和所设立的理想共同作用的结果。”(1549-1)

“个体应该知道这个记录就象光一样真实，因为它进入星光能量层(Etheronic Energies) ， 记载于时空胶片之上。” (871-1)

“个体的记录写于时空之上，是为时空之卷轴。它们可以称为影像。思绪是真实的存在，它们的营运在时空上留下影像。”(1562-1)

解读显然认为这与时空有关，而时空是三维度的概念。经过无数的转世，我们逐渐地获取灵性的认知。凯西直接引用耶稣的话，“…于耐心中，你意识并拥有你自己的灵魂！”(922-1) 难怪凯西将三维定义为：时间、空间和耐心。“要明白，个体的记录存在于时空上，自我可藉由耐心读取它们…”(1688-6) “如果有了意愿和目的…无论个体是在星光意识层面还是在地球物理层面…记录可以为个体读取。”(1562-1)

“对于个体---包括这个世界来说，耐心这一课，是在物质层面必须掌握的。个体可以这样想：心智层面的时间、空间和耐心可以看作是‘圣父、圣子和圣灵'的表达，或者是身、心、灵。它们都是三维度思惟的表达。在耐心中，人类可以越来越意识到生命之连续性，明白灵魂是整体的一个部分。耐心成为人类在有限界活动的组成部分，正如时间和空间表现出的创作和驱策力。”(1554-1-3)在圣经中摩西和大卫分别提及这样的记录。而但以里书和启示录里则把记录与圣灵之审判联系起来。凯西这样说，“每个灵魂在物质界的目的就是：打开记忆之卷，明白与其缔造者的关系。”(1215-4)

下面的解读与约翰福音 14 章 26 节遥相呼应：

“当个体转向内在，并驻留于那里面对缔造者，承诺变为活生生的经历---你自己可以读取你的生活、你的世界，知道你显现的肉体源自于他…正如他给出的：这将带给你自这个世界太初的所有记忆。”(1152-3)

“我们于时空记录中发现不同地球游历和物质体现的经历。你可以透过耐心的使用，于他人的交往中意识到这些记录，或者你可以透过众师之师的教导，意识到你的灵魂，并其与上帝的合一特征。” (2410-1)

这幺看来，阿凯丝记录可以作为灵魂进入物质界的最终宿命。我们每个人可以透过自己的调谐、耐心的使用来认识和读取这个资料。但作为现下的我们，如何理解和解释这个记录呢？

我们的物理意识局限与三维范畴，“很少接受非三维的特征。至于所谓的四维、五维等需要证据的概念，对于大多数人来说是迷雾一团。”(2271-1) 对这个记录的研究、分析和领会，解读认为需要有对分离的充分认识。每个个体的记录均是宇宙意识(Universal Consciousness)的一个部分。“记录的读取的真实程度取决于此灵魂具有多强烈的探索欲望，或者说灵魂对这种活动负起多大的责任去调谐到那种经历层面，那种模式或管道。”(559-7)

“解释和理解倚赖于什么模式的运用。对于在物质层面的个体，以事件和发生的行为(来认识)，依据其对理想的回应赋予个体以景象(Vision)。”(1448-2)

“我读取是正确的吗？从那里来的呢？…他给出过，‘如果你坚守我的路，我珍爱你，与你同行，并给你带来自世界之初的所有记忆。'…你会在你自己的内心发现所有的真知和答案。”(2072-8)

对记录读取的目的凯西非常重要。“在给出这些记录时，…其目的和愿望是为了对个体带来帮助性的影响力，是为了此个体更好地完成目前经历的任务。”(2554-1) 显然，读取的记录是有选择性的。

阿凯丝记录的另外一个功用是对生命连续性的认可和证明。

“在为此个体读取的这个资料---于时空之上的上帝记忆之卷，我们发现生命作为整体，是连续的存在---永恒源自能量和上帝意识。”(1472-1)

“这些讯息和关于自我的，自我必然连续地面对自我。因为生命是连续的经历。心智、灵魂、意志透过物质层面的作用和影响，带来改善、发展或阻滞其整体经历。”(1235-1)

这样，选择和运用成为我们纂修自己的阿凯丝记录的手段。来自无限的我们充满向往地进入实际体验物质层面---三度空间的地球。

☆ 第 0303 章集：欢笑与拥抱

周日冥想
1982 年十月 24 日

(C 传讯)

我是 Hatonn，我与这个器皿同在，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

今晚 我们将训练所有希望练习发声管道的实体们，让每个实体都说几句话.

这个器皿有一段时间没有练习，所以我们在通讯上有些许的困难，我们将停顿片刻以强化我们的通讯 ...

我是 Hatonn，我们现在感觉通讯已经获得改善，请这个器皿放松并自由地讲话. 你们地球上的时节已经来到秋天，温暖的夏天让路给清凉与风吹的季节.

你们星球上的各个物种正准备面临寒冷的冬天，一个考验的时期，所有给予生命的东西变得更难找到，滋养的粮食难以寻获.

我的朋友，当你觉得孤单、失落、不确定自己的路径，这些感觉可以比拟为你的冬天. 但如果你可以记得每一件事都是一个学习的机会，在每一件事物都可以发现爱，那爱可以滋养你 你将不会使自己”饿死”.

当一个人开始以爱与光去看，他即准备好迎接困难的时期，能够度过暴风雨、寒冷、与表面的黑暗. 我们即将转移这个通讯，我是 Hatonn.

(M 传讯)

我是 Hatonn，我与这个器皿同在，我们在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我想说几句关于笑声与幽默的话语. 仅次于爱，没有其他东西可以比笑声与幽默更可以减轻你的负担，它就像是阳光. 当你觉得阴沉，思想严肃时，笑声可以使你的观点变得明亮; 帮助你不那么紧绷. 如果你可以对自己的处境大笑，你就不会变得太认真 甚至变得消沉. 欢笑是一个很好的平衡度量器，那些能够欢笑的人们绝对不会变得太沮丧.

笑声改变你全部的存在状态，它让你的龙骨(keel)保持平衡，使你周遭所有事物运作良好，笑声就跟(天然)维他命一样好，它可以调频与增强你整个系统. 笑声仅次

于爱. 我是 Hatonn，我离开这个器皿.

(A 传讯)

我是 Hatonn，再一次，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们停顿一秒钟好重新调整这个器皿... 我是 Hatonn，我们现在继续.

我们曾经多次跟你谈到分享与给予的概念，我们希望以一个新的光照来探讨这个主题，你们地球上许多人全心全意地贡献自己，他们花费一生与他人分享，却把自己排在领受行列的最后一名，这是他们的选择，因为他们觉得让别人排在前面比较重要. 然而，他们忘记自我感到的需要，灵魂需要一些自我给出的东西.

但你们的社会并不总是推广这个想法，于是一个人很快就相信自我应该要站在队伍的最后面. 重要的是自我不是最后一个，而是许多人当中的一员，接受所有该个体给出的东西. 不需要太多东西来取悦一个人的自我，但它的确需要起初的努力 首先给予自我. 我们全都是一体，因此，当你给予爱与光的同时 不要丢下任何一个人. 我们现在将转移到另一个器皿，我是 Hatonn.

Carla: 卡拉(Carla)在此，以我的看法，刚才有些微的弦外之音，这个 Hatonn 不是(真的) Hatonn. 我乐于将我们的爱与光寄送给这个不是 Hatonn 的 Hatonn.

我要求这个实体成为无名，我了解这个实体只留下微小的痕迹，因为器皿 C 不小心被催眠 造成我们小组的一个开口.

亲爱的朋友，我们不属于你的极性，我们送给你爱与光，我们祝福你并向你道别. 永远离开我们的圈子，并知晓我们认得你 总是会要求你走开.

你将不会使我们不舒适，因为我们单纯地爱你. 再见，以基督之名.

在任何人开始通讯之前，让我们观想一点光.

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，朋友，我们在无限造物者的爱与光中向你们致意.

容我们向每一个器皿道歉，类似这样的困难以后几乎不可能再发生，因为这个器皿将不再用放松的技巧，这技巧在过去曾带来许多灾难.

但万一你感到不舒适，并且你要求它离开仍无效时，我们请求你宁可不要传讯，以免使你接收的频率失焦. 我们怀着感激说每一位的传讯有大部分都是我们的话语，除了很小部分的偏差可能会通往服务自我极性的方向. 每一个意见都是平等的，由你自己选择.

由于这个器皿的独特人格，我们现在对你们讲述爱的主题.

从前有一个年轻人想要知道真理，他很确定一句话:"真理是爱，爱即是真理."

于是他问一个朋友 “什么是爱?”

他的朋友说 ”你想要多少?”

他说 “我想要全部.”

这位朋友说 ”我不知道你是否可以拥有全部，但下个周六的夜晚，跟我走，我将确保你得到一些.”

年轻人说 “我不认为那是我寻求的东西.”

他的朋友回应 ”难道你不喜欢(肉体)快乐?”

年轻人说 “怎么，我当然喜欢，但我寻求的是另外的东西.”

接着他去找另一个朋友问，“什么是爱?”

他的朋友说 ”爱是关系，爱是人与人之间的通讯. 爱是理解其他同伴的想法，并知道双方的需要都被满足.”

年轻人想了一会儿，确实他的生命有许多时刻都涉及关系，在一段关系中，他不喜欢令对方失望，也不希望对方使自己失望.

他对朋友说，你说的很有道理，但我将继续寻求.

他找到另一个朋友问，“什么是爱?”

这位朋友说，许多人以为性爱或个人关系即是全部的爱，但我告诉你思想的爱移动国家，你愿意为了伟大思想的爱而死.

再次地，年轻人认真想了很久，因为他曾被许多演讲激励，也看到理想与真理的失败通往无止尽的人类过错. 他的心尚未被满足，他对朋友说“我将更深入地寻求.”

然后他找到另一个朋友问，“什么是爱?”

这位朋友说“我有一个理论，真理是爱，爱就是为他人奉献自己的生命，用整颗心去爱，将你所有礼物抛到水中 再也不回头. 这样子，你可以感觉到最大程度的爱.”年轻人感到热血沸腾，因为看起来 他终于得到一个适合自己的答案.

于是他开始将他的爱抛到水面上，而水池通常是浑浊不清的.

他协助同伴，即使这个同伴似乎不想要被协助.

到最后，他对自己说“我想我要找寻更多.”

他已经找不到可以问的朋友，于是他寻求一个睿智的陌生人，他说“先生，我勤勉地 有决心要找到爱的本质，因为唯有在爱中 我才能发现真理.”

这位贤者说“你居然会这么说，真有趣. 事实上，你说的每一句带有感觉的话都是可爱的. 爱是沟通，跟你自己、跟造物者、跟所有周遭的人沟通.”

已经不那么年轻的年轻人说“阿-哈! 我曾给予爱，但我没有说出来.”

于是他开始沟通并发挥爱心，许多人成为他的朋友，他们都锺爱着他.

然而 然而，他还是没有找到真理.

最后 已经找不到任何人了，他在静默中坐下，他问自己“什么是爱? 它不在身体中，不在关系中，也不在社会中; 它也不是同等地爱每一个人，不在沟通中.什么是心，我在何处失落了真理?”就在同时，一颗金色太阳从他内在心智的黑暗中冲出来，爱如雨般洒落在他身上，不是来自上方，而是来自内在.

他打开双眼，金色太阳闪烁并照耀在他的心中，他知道世界如同他自己，他同时知晓光与暗，他宽恕许多，他给予许多. 但始终，他找到内在的源头.

我的朋友，你们每一位都在寻求，确实都在寻求爱.

但你接收到的答案取决于你问的问题，如果你问一个一般性的问题，你在冥想中即会获得一个一般性的概念.

因此，寻求汝 一再一再地 寻求汝，在每次的寻求精练问题，随着每次的精练，你学到越来越多的真理; 一个不在幻象中的真理，唯有当你的双眼闪耀着内在太阳的光芒，方可以看见它.

我们传送造物主的爱与光给你们，并沐浴在那内在(太阳)中 离开你们...

[录音带第一面结束]

(Carla 传讯)

我是你们知晓的 Hatonn，我们再次为使你们经验不舒适的通讯感到抱歉，但为了万一这个器皿与 Jim 都不在的情况下，我们非常希望你们对自己有信心去做分辨. Adonai，我的朋友. Adonai vasu.

(M 传讯)

我是 Hatonn，我与这个器皿同在，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

你们星球的人群对于碰触有许多禁忌. 然而这是与你的其他-自我沟通的一种方式，它是一件很有疗愈功效的事. 迄今，你们地球人类不会自发性地彼此拥抱，它比许多言语更有意义. 你们星球上许多人自杀因为他们觉得没有人关心.

如果你们人群能形成表示情感的习惯，即使男女之间亦是如此，如果人们能自然地彼此相爱，人类就不会觉得孤单.

当你跟一个人极度地亲近，你倾向看见他的优点 而看不见缺点. 当你退后一步，你冷漠地看待他. 在你们星球上，没有很多的拥抱、碰触、与亲吻.

我知道你们人群对彼此有爱意，但为什么你们不表露出来？你们探寻医疗的艺术，疗愈的碰触；但爱的碰触也是十分珍贵的. 甚至在你们的调频过程，当你们说主祷文时，彼此握住双手使得这些话语更有意义. 彼此拥抱是一个十分好的调音方式，让你遭遭的人知道你与他们同在. 当人们以纯正的感觉去彼此拥抱通常

可以调和他们的差异. 所有人在某些时候会感觉十分孤独 因为没有人拥抱他们.

男人与女人应该以全然的情感彼此拥抱，但在你们星球上，这几乎是禁忌.

我们了解到触感是一个珍贵的工具，而你们人群并未享受它.

如果可能的话，在任何情况尝试鼓励人群彼此碰触.

但你必须要小心，有少数人感觉如此孤立以致于他们不想要任何人的碰触.

对于这样的人，如果你去碰触他们即是侵犯其人格.

然而有许多人飢渴地渴望情感，许多人觉得没有人关心.

如果可能的话，尝试每一天拥抱某个人，尝试使它成为你生命的模式，过一个拥抱的生活. 依照你所拥抱的人数，你的生活之美将成正比地升高.

我是 Hatonn，我离开这个器皿.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

感谢你们邀请我们出席. 容我们问头一个问题是?

C: 因为似乎是经由我，一个令人困扰的影响进入我们团体，我很想知道我能做什么好强化自我 以避免这种意外事件再次发生.

我是 Latwii，我的兄弟，我们感觉到你询问的中心，首先，容我们说你可以从今晚的事件中向后退一步，看到这不只是由于你做为器皿的缘故，这个小组所从事工作的特质吸引一个不寻常的临在，同时 你们已经知道与 Ra 群体的接触也产生各式各样的效应，因这个临在寻求以各种可能的方式瓦解这样的通讯.

其次，放松技巧的使用造成一个意外，因为这个技巧特别对于你是不利的，对于其他器皿也没有好处. 所以，我的兄弟，不要把责任都揽在自己身上，你可以做的就是确保在未来的集会中维持正面的通讯，做法跟任何器皿都一样，也就是，以任何对你有意义的东西去挑战任何通讯; 不管是以耶稣基督之名，或基督意识，
服务他人的极性，或任何在你的认知中 有份量的东西.

持续这个挑战，直到你获得坚定的回应，这个过程可能要用掉一小部分时间，但如果你愿意追随这个一般的建议，你大可放心只有正面极性的实体会留下来使用该器皿.

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

C: 是的，今晚一开始的接触是舒服的，平顺的，然后就突兀地中断，然后又继续一段舒适的时间，我是不是在那个时间接收到混杂的通讯?

我是 Latwii，我的兄弟，我们觉察到你的询问，你的接触在起初的通讯中止时变

混杂，负面影响加入并不容易被发觉，所以无论何时 在你的心中有疑虑时 随即挑战该通讯是否具有纯粹的正面极性.

我是 Latwii，此时是否有其他问题?

发问者: 我有一个问题，除了可能传导这个负面实体的讯息，是否还有其他不便之处是我们可能会注意到的?

我是 Latwii，我的兄弟，我们可以说确实这样一个实体已经现身在这个团体当中，它未来可能尝试强化该团体成员的日常催化剂.

每一个实体在寻求的路上都会碰到不舒适、愤怒、挫折、沮丧、忌妒等等情绪，这是一个实体学习平衡这些扭曲的正常方式，并看见在每个机会中蕴含太一造物者与爱. 负面实体，不管是这个实体或其他的来源，总是站在你们意识的双翼准备(出击). 所以当你凭藉自己的自由意志以负面方式回应催化剂，这些实体便可以穿戴负面性的面具与戏服，并且强化这个经验.你们可以称这个过程为一场赌博，因为当一个实体即使在这样强烈的片刻中，仍能够看见太一造物者的爱与光，那么他可以更纯粹、更正向地在他的道路上进展. 于是黑暗的武力协助该寻求者的正面追寻.

然而，也有可能这样一个强化作用在当下变得太过巨大，随后 该寻求者可能移动离开纯粹的正面途径，并且有段时间寻求服务自我. 在这个案例，黑暗的武力在那个当下增加他们的寻求与服务.

我是 Latwii，此时是否有其他问题?

A: Latwii，为什么你将服务自我称为黑暗的力量?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察到你的询问，针对负面极性有许多的描述，黑暗是描述负面的一种方式，如同 Don 实体最近描述的，一个流动率；也就是说，负面极性的实体汲取太一造物者的爱与光，保存在他们里面，因此移除周围放射光给他的潜能，于是以爱与光的角度来看 (这一带的)实体经验到黑暗.

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

A: 我想澄清一件事. 对我而言，我觉得持续用这么不可爱的方式形容服务自我有点不公平.. 我困惑的原因是因为若一切都在太一造物主之中，这些分别似乎是很渺小. 对于服务自我与服务他人有不同的偏见是否不好?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察到你的询问，确实 任一条途径都没有错误，不管是正面或负面. 我们无意去评判，我们无意说这一条途径是好的，另一条是坏的.

黑暗本身并无错误，因为在灵性的太古深遂的黑暗之中，太一造物者的爱与光获赋能 转变成存有.

在你们的造物之中，两者都是不可或缺的，所有事物确实都是一体的.

以任何词汇描述太一性质(oneness)的任何部分都是一种扭曲.

A: 感谢你，你澄清了许多术语.

我是 Latwii，我的姊妹，我们感谢你，此时是否有其他的问题?

M: Latwii，我想知道如果一个人忧心负面影响进入传讯过程，那么他在一开始以较短的时间传讯是否可降低负面影响侵略的机会?

我是 Latwii，我的姊妹，我们建议这不是一个降低该影响的可能性的有效方法;要降低这个可能性，一个人可以从去除忧虑开始，以恐惧或忧虑回应这样的潜在可能只会使这扇门更加敞开. 在你的正面选择中欢庆，赞美太一造物者，为每个服务的机会感谢. 在你的存有的心中寻求以你存有的每根纤维去服务他人. 然后当成为发声器皿的服务机会来临，挑战该通讯 坚持到你深具信心为止，最后以你最佳的能力去说话. 此时是否有其他的问题?

K: 是的，让我尝试使 A 的问题更清楚一些，我们在圣经中读到耶稣的话“爱其他人如同爱你自己一般.”这句话似乎就心理学而言是很健全的，因为我在这种医院工作，看起来 那些讨厌自己的人们也会讨厌别人; 因此一个人必先爱自己然后才能爱别人，这是合乎心理学的. 然而又有人说要否定自我，这似乎有点不协调，你可否评论耶稣的陈述“爱其他人如同爱你自己一般”？

我是 Latwii，我的姊妹，服务他人以及选择正面途径即是去爱所有的造物，看待所有事物皆为一，这观点包括自我，因为全体为一. 服务自我是去爱自我，然而排除给他人的爱，并且寻求使对方服务你，将他们的爱带给你，他们的宝藏献给你. 一条途径排除其他，一条途径包含一切.

(One path excludes others. One path includes all)
我的姊妹，我们可否进一步回答你?

K: 不，我想这真是... 我看到不同处了，谢谢你.

我是 Latwii，我们谢谢你，我的姊妹，此时可有其他的询问?

Carla: 对了，我最近有一个神秘经验. 在教堂服务的时候，有好几分钟，我意识到我不在教堂之中，但意识到我坐在耶稣旁边，参与最后的晚餐. 我可以闻到、感觉、看到所有正在进行的事物，虽然影像十分模糊; 我记得最清楚的是耶稣的袖子，宽大，像是粗麻布的材质，他的手臂越过我提供面包 那时他说 “这是我的身体”，我感到很困惑，不管我那时是谁，耶稣要我把这块面包想成是他的身体，这点让我很迷惑，这没有任何道理，但我决定照做 因为他这么说了，我是他的门徒. 经过一会儿，我回到我自己当中. 我确定我不是唯一拥有这种神祕经验的人，因为在圣经中有多处地方详细描述耶稣做过的事情，这些描述一个虔信的人心像中创造出一种神祕经验. 是否在那个晚上，有许多人来自未来，他们的振动层层套叠在一起，或者我应该用另一种方式询问?

我是 Latwii，我们将在不侵犯你的自由意志前提下尽可能地回应; 因这样一个经验有很大的潜能打开你内在存有中 爱的持续经验.

有史以来，许多人环绕着耶稣基督的信仰系统建构各种特征的这类经验，对于像你这样尊崇这位大师的人而言，这类经验储存着大量的潜在意义.

你们知晓的耶稣大师选择十二位门徒，每一位象征太一造物者的一个面向，就好

比一个珠宝上的各个切面. 你们小组曾研读过理则，属于它的原型心智拥有多个面向，于是这十二个门徒代表太一造物者的一件瑰宝的各个切面.

你们地球上的每个实体都有特定的倾向、爱好、偏好、寻求的方式，每个实体都能与至少一个这样的切面产生和谐共振.

你的经验就好比在基督信仰的变貌之下，观看太一造物主，然而又具备一个更精微的变貌，(成为)那些门徒中的一员.

你将因此开启新的能量，藉由这个经验 你可以更充分地发现 爱在你的生命中盛开.

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

Carla: 好吧，我不大情愿说这个，因为这是一个美丽的答案，但我在想这个经验的根源可追溯到物理实相，或是一个思想形态(thought-form)的实相 与其他相同信仰的人们共享?

我是 Latwii，我的姊妹，两者都有可能，对于任何如此深入经验这个现象的实体，要详细描述你的经验会是一个冒犯，为此 我们建议你冥想这个询问.

Carla: 我真的一点也不在乎这是一个真实的亲身经验或者是一个思想形态，所有事物都是一体. 我所感兴趣的是一个可能性，即这些人可能来自于(事件的)未来，所有这些人肩上背负的信心抛掷到过去，所以在那个房间中不只有十二个人，而是许多、许多、许多人在场. 不管是我或另外一个人都没有差别，我只想知道有

没有可能是这样.

我是 Latwii，我的姊妹，这是相当有可能的，不只在这个经验的范畴中，还包括所有时刻中 每一个实体的每一个经验；因为每一个实体做为太一造物者，并且在全时间都是同时发生的，这两个太一造物者的经验的条件使得每一个实体有可能创造出一个模式或架构，或 学习的蒸馏法，可以在任何未来、过去、或现在时刻 被任何其他实体利用. 因此，(这个)造物者从(那个)造物者之中学到东西

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

Carla: 不用，感谢. Latwii，这回答棒极了.

我是 Latwii，我的姊妹，我们谢谢你，此时是否有其他的询问?

K:是的，我不知道我是否能描述得很好，但容格(Carl Jung)曾说过集体潜意识，我假设那就是 Ra 所说的社会记忆库，最近在我的冥想之后，当我正要做自己的事情，有些思想会跑到我的心智中，我的问题是当我调整到某个频率，我是否拾起那些来自集体潜意识的思想，我确定所有人都经验过相同的事件，这些思想是从哪儿来的?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察到你的询问. 你们幻象每一个实体都有权利进入你所称的集体潜意识，每一个实体藉由直觉的练习接收来自集体心智的讯息;这类的讯息也可以从冥想、睡梦、以及异像(visions)等经验获得.

在你们幻象中，你们地球以及人类的潜意识心智期待罩纱的穿透，这罩纱分隔了

你们的显意识与潜意识心智，好让每个地球人拥有更大的资讯、经验、与启蒙的储存库，支援每个实体的寻求过程. 寻求的作用是穿透罩纱，容我们说，这罩纱隔绝 幻象中的每个实体 与 太一造物者的完整光辉*.

(*译注: 这段的原文相当饶口复杂，译者可能翻译不周，建议有心人前往原文网站深入研究--http://www.llresearch.org)

K: 所以，在冥想中，我想有时候只是使显意识安静下来，好让潜意识可以穿透罩纱，这是你在说的重点吗?

我是 Latwii，为了澄清我们的陈述，或许将一个实体视为一棵树是有用的，树的大枝干好比是你的显意识心智，附属的.. (?)

[录音带到此结束]

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0304 章集：一位属于语言与字母的女人

【美国合众国际社】宗教与灵性单元
小灵媒宇宙逍遥游专栏
作者 Carla L. Rueckert-McCarty
发行 02/05/2007

上周我决定为文介绍关于 Dana Redfield，一位优秀的作家兼幽浮经验演讲者以及

我个人多年来的朋友。她最近因癌症而过世。我要向我们地球上的族人和造物主分享她无与伦比的天赋，因为她是个才气纵横的写作人与哲学家，却在主流的艺文世界里几近默默无闻。

正值找寻一个进入她作品的切入点之时，我在上周发现自己越俎代庖，论及关于有力量的言辞并吁请人们得更加小心使用他们必要说的语汇。因为这会是她一直以来的首要希望：帮助人们更觉知到言语、文字和声音的 奥祕、奇迹与神圣性；以及就它们本身而言 犹如风管乐器将它们生出一般。

本周我们将进入 Dana Redfield 本质中稍微深沉的层面，更近距地观看她此生工作的其中一项推动力：语言与文字的基本性质。

当我透过信件初识 Dana 时，她还没有电脑。我们遂缓慢地以邮件通信了多年。

直到公元 2000 年她才接受了使用电脑以省时间的必然趋势。先前，她都用钢笔将每个字写在一张纸上。直到她生命的尽头，那样的笔耕促就她创作出精彩绝伦的小说如"约拿，露西与光的女儿" 与 "以西结的双轮马车"，以及如"受召唤"与 "人类-ET 连结" 这般证据确凿又煽惑力强的非小说书籍。

她对言语与文字的崇敬是惊人的。她认为字母本身远超过一份随机排列的字母清单。她视每个字母为一个实体。她最后的作品，不论称其为非小说或哲学，皆是个难解的谜，这本简洁却充满无穷张力的小册子叫做【字母马赛克】(The Alphabet Mosaics)。

她在该书中的致谢栏写着：

"这个作品始于 1993 年的一个好奇之想，「我要亲密地认识每个字母。」一旦开始了这个探求，没想到许多扇门因此开启。像是一条路径的开口。

起先，当我跟字母与数字们一块工作时，我经历了内心的言谈。接着我得非常认真地学习有关辨识的功课。"

Dana 发现自己从事这项工作不断地受到各种奇人异事的砲轰，诸如：一朵玫瑰在消失前悬吊于半空中；天使的出现；视见地球根部以及一条银线形成她的外星(ET)本我。

她经年累月追索这个奥祕，就在她的厨房桌上，读遍所有找得到的语言、文字和书信公文，并且制作图表与绘画，她终于找到了她的极乐世界。她在 2000 年一月给我的一封信里面如此表示：

这个奥祕是我千年来的追索；我极想要在这齣戏中做更多事。我站在老故事与新知识间的大门处。

我的热情已点燃，因为它是我想要解开的奥祕。我知道我不可以，然而一头栽进尝试对我算是福荫。我有种真正的'追寻者'的心态，是它使我超越被人类理解之限，继续埋首于字母和数字的游戏。

对 Dana 来说，跟文字工作即是跟字母工作，而跟字母工作即是渐渐开始去了解这些活生生的实体，并能够讲述它们的故事。她愈深入探究每个字母，其根源与其主观的寓意就自动向她招手，她遂愈见这项工作犹如勃勃生气的为现正展露头

角的新时代(New Age)去揭开原型的基础。

Q'uo 群体，我常帮 L/L 研究室传导的外星资讯来源，热诚地同意 Dana 的说法。对他们而言，同样地，文字确实比纯粹的理念要显得狭隘且有限，然而在我们使用它思及有关彼此间的统一与和谐时，它仍然还是神圣的工具。在以下将要介绍的引述中，他们正试着把当天出席的寻道圈的学员们带入一种对沟通抱持感激的升华之觉察。这场聚会的时间是 2005 年 12 月 11 日：

"我们会要求你们每个人要很负责地维持一名护卫驻守于自己的庙堂闸门。请留意关于你所承接的思想材料。假若一个观念似乎有助或有效于你，你当然可以跟随它。那是我们分享这则消息的原因。

然而，我们并非总是正中核心的。要觉知这一点。不是所有来自我们的思想都针对你而发。假使有人似乎没感到助益，那么我们则吁请你毫不迟疑地立刻抛诸脑后。

我们谢谢你的这项支持，因为它使我们能够畅所欲言，且无需挂虑会侵犯到你的自由意志。

我们刚才透过这器皿说了这些话，我们已经指出你们的言语当作沟通的工具是有效率的。我们愿意厘清该要点，因为我们先前说的许多关于言语的评论似乎都在中伤口述之字或听闻之字的力量，然而我们绝不是在暗示你所听到的或你说的话没有任何力量。

记得你是受造物，唯一进入生命的状态是吸气与呼气。此时你们每位坐着的寓所

的外边，灌入耳际的火车笛哨是个风管乐器，经空气挤压发出声响或信号。你们各位，同样地 且 满怀希望地具备了更多感知，亦是个风管乐器。你们拥有比一组双音还要多的音律去唱出你们的歌曲；在你们随时准备说一个字前，你们拥有一切关于声音的色泽。

藉由声音的简单传递，便足以告诉别人你们的身份，并唤醒他们内在因彼此能量互换之牵动而造成的情感。我们鼓励你要对你的气息怀抱极大的敬意并赋予极大的尊荣。你偕同它于第三密度环境中渡过生命的风浪；而偕同那声音，偕同那如此排出的气息，你开始塑造模式。"

Dana 在【字母马赛克】中以更为压缩的语言回应了他们的思想，这是她有关字母 L 的部分诗文：

(译注：由于这是首字母诗，我们决定保留原文，好让读者欣赏 L 字母之美)

If we always color
如果我们一直
inside the lines
在线条内上色
and adhere to the letters of the Law,
并且固着于律法中的文字，
we might succeed in the world
我们也许在世界里飞黄腾达
but may lack in lightness,
但可能欠缺了轻快的心

in love and laughter.

欠缺了爱与笑声。

Language is the paradoxical obstacle to luminescence.

对于光明而言

语言乃似是而非的障碍物。

Left brain，right brain，fishes and loaves？

左脑，右脑，

鱼肉还有面包?

don't get lost in the labyrinth of lofty logos.

别走失在

巍峨高耸的字语迷宫中。

Life is simpler and purer，closer to the lotus.

更为简单与纯粹的生命，

更贴近莲花。

这里收录的这首诗并没有包含一些带来冲击的编排细节，

因为作者费心地以罕见的加洛琳王朝*字型来写作此诗，并且一会儿朝中心排列，一会儿离心排列，使得每行字句有它自己的样式，但至少你可以在此获得她的

文辞智慧。

(*译注: Carolingian 王朝，由 Charlemagne 建立，742 ~ 814，世称查理曼大帝，于 768 ~ 814 为法兰克王)

她说：「语言乃光明之似是而非的障碍物。」我们，挣扎不断地以使自己清楚明

白的人们，说、说、说出一切，却有个显然的遗忘倾向，即言语并非是完整的交流；它们更如花朵往内绽放。正如 Dana 在字母 R 的诗文里提到：

Too much reliance

过度倚赖

on reason and rectitude

理由和确实

can make the Rivers of Life run dry.

可令生命之河干涸

Rhythm，rhyme and romance

节奏，韵脚与浪漫之情

are part of the dance.

皆是舞蹈的一部分。

再一次，她的字母"B"诗写着：

Let there be breath in your banter.

就让呼吸在你的戏谑之中。

Between every letter of every word

每个字的字母间

Is a spacious manor.

都是个宽广的采邑。

Dana 对于语言和交流的视野是如此这般的活灵活现！我喜爱那「文字不只是文字」的想法；它们是舞蹈，诗篇 和 闪闪发亮、悸动的爱之浪漫的原质。

最重要者，即在言词之间有许多宅厦。

Dana 和我的友谊，建立在对彼此字语之使用及写作作品之相互欣赏的坚实基础上，也包括我的通灵成果。我们大量地写，尤其是 Dana，当她首度轻松无拘地以电子邮件作为交流。而我们是个双向往来的赞美会社，总是因彼此选择的字辞与特殊的陈述方式而创造的样式感到不亦乐乎。

每回耶诞夜，我们会写给对方一个字：「耶稣」。首次她在我们上主的生日唸出那名字，她哭了，我想这件事很可能坚固了我们永远的友谊。

Q'uo 群体说到有关那些字语和模式的选择：

"你刚开始的言语是什么？对大多数的实体而言，刚开始的言语是那些共同分享空间单位的熟悉个体：妈妈、爸爸、阿公、阿妈。我们发现在这个器皿的心中，它刚开始向亲爱的母亲说的第一句话是 '放我下来'。

在人类能量中，有一份几乎对等的需要去承认亲密性并创造个体化或个人状态。

言语的作用两者兼有之。因此，在说一段对话里的第一个字前，问问自己，'这是设计成增进亲密性的言词模式，或是增进个体化的模式？"

我张开双臂拥抱你的灵魂。当我们变得愈来愈觉察到言词的力量，愿意我们可以使用它们创造真诚的沟通，真实的亲密性，纯真的情爱，温雅的智慧之光以及来自造物者全然的爱之思惟的氛围。

———————————————————

☆ 第 0305 章集：生命之屋

【美国合众国际社】宗教与灵性?单元

小灵媒宇宙逍遥游?专栏

Carla L. Rueckert-McCarty 执笔

五月 9 日，2007 刊登

在这一系列对 Dana Redfield 之生命与研究的专文里，我已在传布她一生工作中，那紧密相连的织线，以便你能够分享一些她惊见的灿耀与其雄伟的眼界。今日我将再以一文更深入地前往她至感兴趣的字母之基本细节部分。

假如你对玄祕能量特别敏感，请留意你的脚步，当你我一同遨游于 Dana 的作品时。我今日即将报导的素材里，有许多开启超心灵(psychic)感应的暗码被构筑，我因而会建议尚未准备好的人把这个专栏先放在一旁。

当我告诉我丈夫，我会以一份警告作为专栏的起头，他怪异地望着我问：「你难道不要人们阅读你必须讲的东西？」我回答：「我当然想啦，然而，有些主题是比其他主题更具威力，而依我之见，这则主题的内容即为灵性的强力炸药(TNT)。」

今天的故事始于卡巴拉(Kabbalah)以及相关的生命之树。卡巴拉是犹太教的一个内在且神祕的面向，如同伊斯兰教中的苏菲派，佛教里的禅宗和密修的基督教派与基督教里的白魔法，卡巴拉提供一些隐藏的钥匙，并宣称可以解开宇宙的奥秘。

其中一把钥匙即是一种称为字码学(Gematria)的卡巴拉修炼。字码学中的根本假设是每个字母皆持有一个数值。希腊人对字码学之运算比希伯来人还要来得更早些。而相对地像 17 世纪牛顿(Isaac Newton)之类的现代科学家们曾以该系统工作，牛顿的信念是“上帝藉由数字、重量及测量创造一切万物”。

根据 http://www.inner.org/gematria/gematria.htm 网站，字码学是：

关于字母、单字或片语之数字等值的计算，并依据那基准，获得洞悉不同概念的相互关系与探究词语及观念之间的交互关系。

潜藏底部的信念为 既然造物者以话语创生世界，每个被造的字母或声音必有其独特的特性和代表着创造原力的一个不同的面向。

Dana 以巨大的热情 彻底地投入字码学的研习。她觉得这工作里头，铺着一条通往另类意识状态的大道，还有来自非尘世存有体的正向的有益指引。她指出字汇“卡巴拉”的意义是“去接收”。关于这项工作她写道：

“曾经 人类如同动物一般，那时我们对许多事情大多不知不觉，这些事情现在对于我们而言则甚为明显；当通往超意识的门被猛然推开之际，你将会浑身颤栗，满怀敬畏，同时包围你知觉的无形高墙开始崩塌。”

“你的心智犹如一位既聋又哑的盲眼战车长，驾驭飞行，潜伏的动物本能疾奔向风的呼唤；土地的方位。对一个向来只知晓行动的人而言，想像那种震撼如同闪电霹雳，瞬间修复了听力、视力以及声音。”

"别怕。在你心智深处存放你的设计者群永久铭印下的远古记忆智慧：密码、指令、地图。首先你必须安抚身体。好比长久以来未系缰绳 奔跑四方的小公马，对于突然的猛力拉扯会受到惊吓。告诉身体，没事、没事，我在这里。我有地图、密码、钥匙。"

"现在我们自由了。"

其中一个有关 Dana 进程的范例将满足以下二者，即展示字码学运作方式 以及渊博学识与深层直觉的不可思议的溶合 带入她的研习中。

这是她写字母 Z 的部分诗文介绍：

"Like a time capsule for the heart,

From ox-head A

To weapons in the sky Z

The Archer zinged the arrow Zayin

Across the ages

To find us here

Contemplating the seals."

"像一粒心的时间胶囊，

从牛首 A

至兵器在空中 Z

射手之箭禅音飕飕

横越世世代代

才找到我们在此

沉思那些封印。"

一开始读那篇诗文的时候，我需要查 Zayin 的字义。它是希伯来文的 Z，希伯来字母表的第 7 个字母，字码数值为 67，这个数目在希伯来文系统中代表「理解」或是象形生命之树上的 Binah 节点 (参考文末的注一)。

不过，这字母也意谓两样表面上看来似是而非的东西。大写字母 Zayin 的造型像把刀剑，所以还有「兵器」之意。。然而，这字母源于一意为「补品」或「食物」的字根。许多世纪以来 学者们早已利用这种吊诡，去描写这场为发现真理的滋养之言的灵性战役。

Zayin 身为希伯来文字母表的第七个字母，带有七的能量以及针对基本教义派之要求所形成的玄奥基础，即地球仅有 6，000 年历史。根据希伯来人的卡巴拉传统，Zayin 之工显露的开始是亚当时期，为期 2，000 年之久。接着是亚伯拉罕时期，同样也维持了 2，000 年。轮到弥赛亚时期登场，再次续延了 2，000 年。这使我们来到了当前的时刻，当天国时期宣告开始，这时期将持续 1，000 年。这丁点的玄祕学也多多少少解释了为什么许多基本教义者觉得，当王国来临之际，我们随时准备好要在闪光之间离开尘世。

Zayin 还代表希伯来系统中的耶稣，弥赛亚。在这形象中，耶稣被视为一位养育羊群的牧羊人，准备以他的守护者之剑来护卫羊群。

然而这整个讨论仅抓到对一个字母所进行的卡巴拉研究之皮毛而已。

Dana 跟字母工作，始于象形卡巴拉的生命之树，它有 10 个站点与 22 种鍊结的关系。这些站点代表 10 项卡巴拉的品质【注一】或造物者创造宇宙时的发声语

调。

我们的英文字母群以视象及梦境亲自对她深刻地述说，并且带她进入一组不同的象形文字的完整制作，她遂称之为生命之屋。她将其发展成一棵拥有 26 个站点的“树”或一栋“屋子”，每个站点代表一个英文字母，她也见到造物者用发声语调造出这个世界。不用说，生命之屋内鍊结的可能关系数字大大地超过了生命之树的规模[22 个关系]。

她感受到字母们 "可作为表示人类意识进展的象征性路标"。她看见字母表的前段字母们与较低脉轮有关，中段字母们与太阳神经丛及心轮有关，而末段字母们与追寻者之新意识层次的觉醒有关，其中连结了蓝色、靛蓝色及紫罗兰色脉轮与岁月的变换。

Dana 住在生命之屋里，没有一刻怀疑她的工作的重要性，虽然也许不可能去完全说明白。她是一位为新时代创造连贯之神话学系统的先驱。

她感到生命之屋是提供人生旅途四条旅途的一个系统，它们是:

右道，绝对之善途;
左道，绝对之恶途;
中间道，没有力量却以「纯粹参观」为安全牌的一条路;
还有颠簸之道*，具有最大力量之道，因为它含纳所有其他路途并且从中寻求平衡。

的确，就在我书写时，我们都一起走在 Dana 的颠簸之道上。

(注: the Jagged Path，查考牛津英汉辞典，它有双重意义，一个是锯齿状的路径，另一个是凹凸不平的道路.)

此乃为她对(字母)J 的礼敬：

"On the Jagged Path,

When our jobs are done,

We return to the joy whence we came.

Tune your ears ?

The jongleur will lead you

Past your fears."

"走上颠簸之道,

当我们工作完成,

我们回到了喜悦的源头。

调整你的双耳

那吟游诗人将引领你

走过你的恐惧。"

一个周六的傍晚，Dana 离开了人世，她的【字母马赛克】书卷尚未出版。她把那份着作留给 L/L 研究中心，希望我们可以募集足够的捐款，以使这本教人难以置信的强有力作品得以付梓印刷成书。我们将倾全力促成此事，接着我们肯定会把她在这个领域的所有着述做成一本电子书，那样一来就可以通行全球了。

一旦她因癌细胞遍及全身而瘫痪时，我为她迅速离开人间而心感欢喜。

所以，在隔周的星期一，当我从一名头颅按摩师(cranial-sacral therapist)那儿接获了以下影像，其意义于当时并未立即地显而易见。

当治疗师 Liz 为我作头颅按摩时，她告诉我 她正不断接收一个持续存在的影像。

其中，有两座金字塔之配置如同一具沙漏。两座金字塔尖相碰触的接点乃是个

平衡处，消溶所有男性与女性的能量。这个接点被一具十字架所刺穿。

我对她的讯息感到困惑，便拿了一张 Liz 画的象形卡片回家加以端详。

后来它撞击了我。Dana 以她寻常的风格在向我道别。

在卡巴拉以及白魔法(系统)中，两个三角形或金字塔是男性与女性能量之代表。代表柔弱的阴性能量(Yoni)是顶端朝下的金字塔，代表刚健的阳性能量(Lingam)是顶端朝上的金字塔，彼此相交叠，形成大卫之星并创造出我们所知的世界。当两者被再度带开并被分解成沙漏的轮廓时，这个形象暗示了我们已知的(肉身)生命已经终结。而扬升点，那两个顶端相触的力量处所，被我俩人挚爱的耶稣之十字架穿透了。

她向我担保，以那成綑的讯息，她已经迈入了下一阶段的探险。我惊异地想着她会在那儿创作出什么样的东西！

我张开双臂并拥抱你的灵魂，愿我们在生命的颠簸之道上，找到内在世界里引领我们迈向爱、光与永恒生命的涡旋(律动)。

【注一】The Ten Sephiroth：Divine Emanations

1. Keter：Crown / Da'at：Knowledge

2. Chochmah：Wisdom

3. Binah：Understanding

4. Chesed：Loving-kindness

5. Gevurah：Might

6. Tiferet：Beauty

7. Netzach：Victory

8. Hod：Splendour

9. Yesod：Foundation

10. Malchut：Kingdom

(V)2007 A tribute to Dana Redfield & Carla from Taipei workers.

☆ 第 0306 章集：外在的幽浮现象

[美国合众国际社] 宗教与灵性单元

[专栏] 小灵媒宇宙逍遥游

作者: Carla L. Rueckert-McCarty

2007 年 5 月 23 日出版

本周我们将透过 Dana Redfield 的眼睛以及我自身的经验观看有关幽浮(UFO)的主题。她的作品的这部分将含盖两篇文章：本篇以 外在幽浮现象为重点，而下一篇则聚焦在隐藏的或超感应的幽浮现象介绍。

1970 年时我 27 岁，当时我为一位物理学家兼机械工程师 Donald Tully Elkins 工作，他自 50 年代中期便一直浸淫于超自然界的研究探讨。他同时也是位飞行员且时常为一座位于肯州(Ky)路易斯维尔的私人机场「射箭场」(Bowman Field)出飞行任务。

Don 习惯把他的薪资投注在有别于其帐款获利的一些工作上。当其中一个收集幽浮资讯的组织请他于肯塔基州一带执行一项幽浮接触案例时，他会租架小飞机并作一份田野调查表以确认事实情况。我就曾跟随他在一些像这样的飞行任务上。

或许我们所调查最有趣的案例是：一名卡车司机从女友家返回住处时发生的「失时」现象。他在看完一个深夜电视节目的冗长独白后 即行离去，凌晨两点钟回到家。车程仅需 20 分钟。他对驱车返家的记忆片段为：看见卡车前方有一架幽浮在空中，他的卡车引擎爆废，接着发现自己竟然还在路上，车子依然发不动，但感觉有事情发生却怎么也记不得了。

我跟他碰面时的经验挺新鲜，他的眼睛血红依旧-由于此类的「近距离接触」[J.Allen 海尼克博士对这些目击者直接经验幽浮的统称] 所导致常见的辐射线灼伤现象。

年轻的卡车司机渴望知道在那些消失的分钟里发生了什么事，Don 于是对他施予催眠并把他带回车子引擎爆废的那一刻。

催眠下的他忆起了幽浮上的情况。他遭受到一种体检。这些外星人既不似人或连动物也称不上，他们是形影。一个看起来像一台饮料机，一个紧张兮兮的高瘦红箱子；一个是镇定自若的大白箱子；一个是隐形肩膀上有块薯片的较小黑箱子。

这些存有体投射针头并从他身上取走许多 DNA 样本。

我信不信幽浮是真的？我信不信幽浮就在这里？是的，千真万确是。我知道他们是真实的。在整个 70 年代 我为 Don 所作的田野研究与研读在在向我提出了决定性的证明，即某件事正在发生，某个东西在土地中留下凹痕，事件地点可被测量的辐射威力及实际经验者的双眼充血现象，一再又一再重演着。

1981 年 1 月 26 日，Don 询问 Ra 群体为何幽浮访客们要在此地广告他们在场，却又无从证明他们的容貌呢？他们回覆说：

思考一下，假如你愿意，你所迈入的生命之路。思考一切巧合与零星情况，导致事件的攸关连续性，思考清楚这点。每个存有体都将获得需要的机会，这则讯息对你们当中那些追寻者而言，并无益于生命的成长；因此广告乃是针对普罗大众而非设计成特定材料，却只有暗示关于幻相的实相面而已。

换句话说，Ra 间接表明了见到幽浮外星生命体相，就是被计划要去警示经历者对那似乎显得理所当然的世界，留心它核心中的奥祕。他们犹如晨间的闹铃。

Dana 过去是一位拥有此类造访经验的常态性接触者。她对此保持着轻松的心同时也感受到他们赋予的重担。那轻松的一面如实展现在她 2000 年 4 月 2 日所写给我的信上。「我听这些故事描述人们亲自驾驶太空船。也许真有此事，但它跟我可不是同一伙。

我仅能在此驾驶这破铜烂铁般的老式说写机器，而且它没离开地面。」

相信 Dana 有办法找到一种她得以控制如宜，以缓和特异经验倾泻而出的方式。

在她 1999 年由 Hampton Roads 出版的书”召唤”(Summoned)中的第 173 页，她对这个论题显得更加认真了。她写着：

"从心、脑和经验而论，我相信外星人的真实性、多样性及在场的证明。我相信有些具有天使或恶魔的品质，并都共存于我们的'多重宇宙'*内。我相信有些是如此高度地进化，以至于不再记得我们所谈论的好与坏。他们的目的在于看顾我们的演化发展。他们的专注似乎几近于无情；他们的爱纯粹又不会陷入多愁善感，而我们却往往将它误认为热情。"

[*原注：这是受人尊敬的老作家 Jacques Vallee 对我们的多层次实相的命名]我当灵媒的经验是，跟这拥有同等进化次第的族群沟通，因而提供了一个有关无条件之爱与统合的讯息。藉着这份通灵档案 Dana 和我首度交心。当她于 1983 年读到一的法则时，她认出我俩灵魂的族谱以及一份分享的联系，并写信给在 L/L 研究中心的我们。长达 20 多年的这份联系日益深厚，Dana 以其特别之美与欢愉的幽默感 丰富了我的生命。

Dana 清楚知道幽浮现象的其他面向。她写有关幽浮之阴谋，使她意外踩到两齣案件的边线。其中一件为申请靠近 51 区(Area 51)的一份工作，她竟被政府人员足足面试了 5 个小时。她觉得这回面试跟工作毫不相干，反倒像要测知她对幽浮的了解程度究竟有多少。

她明了有些物理现象与幽浮脱不了关系，像从被幽浮绑架者体内取走 DNA，以及自解剖的牛畜取走血液和某些器官，明显地是由那些毫不尊重地球生灵之自由意

志者所为之。她也感受到这两组人马基本上即一枚钱币的正反面：一面是关怀我们甚深的"善人"主角，另一面是希望利用我们的"恶人"敌手。她觉得正如圣经上所言，一场「天上」战役正在开打，而这些幽浮存有体均在其列。在"召唤"第 173 页上 她写道：

"我相信我们都陷入了我们称为灵性战斗的一场意志力之役中，而最后的战利品是什么呢？我们自己，我们的灵魂，或是我们灵魂能够断言的力量，一旦我们觉醒并以我们的意志力给予呼求。"

"虽然亦有许多存有体在此协助，唯有我们才可以行动，因为爱我们的生灵们不能够直接参与战局，否则便是对我们生存的必须要件：「意志」的违背。"

透过 L/L 研究中心所通灵的讯息来源对此看法深表同意。1976 年 2 月 22 日来自星际联邦的 Hatonn 即说：

"我们的目的是要协助你的智力增长，这样你的智商才可能跟你经由冥想而获得的灵性知识齐头并进。我们热忱的相信我们分享予你的知识讯息，是你求道路上的大福利。每个人必须选择他想要遵循的路径，且每个人在作选项时，必须明白他已选定的道路将导向与所有其他路径交会的终结点，即太一之点。"

"思考一下，假如你愿意，就如一个拥有数不尽之轮辐的转轮；每一根轮辐皆代表一条完全不同的路径，却全都连接至相同的中心点。所有的轮辐皆由一个中心点向外伸展，就如所有的道路皆来自造物主。"

星际联邦说: "每个人必须选择他的路径"。

Dana 说: "他们的目的在于看顾我们的演化发展"。

这些讯息一再诉说着关于塞满资讯的静默之善美，使我们鼓起了勇气关上大众传媒(的管道)，接着向 自我深邃的理智与心灵之浩瀚资源 敞开。

幽浮是个广大又谜样的题材。我还没讲到关于 Dana 被植入的东西，或她养育「太空宝宝」的经验，或任何她曾有的任何其他外在的经验。虽然这些现象是有凭有据的，但接触的核心其实是它们带给我们内在的感觉、冲动与引导力。

Dana 在”召唤”第 29 页上头记载了这一点:

"1986 年 8 月 22 日，是我醒来发现植入痕迹就在双手上的日子。几乎立即地尾随此事件，我被迫去研究量子物理学，这对一名富有艺术家资质的人来说真是怪异。我也被牵曳至古文明史、遗传学、神话学及相关科目的研习。"

她突然被这些重大事件吸引是因为植入物之故吗？Dana 相信是如此的，逡游于这些科目研究的路径，为其日后繁复的字母、符号、数字与神圣几何学的工作，开启了大门。

Dana 感受到她今世始终被召唤或被选为当一名 UFO 传讯者。她有个抱怨是她并不适任这份差事。同一本书的第 25 页 她写着:

"我所知的属于广大到无法让任何一颗心含纳的一份知晓，一如我的头脑无法用意识处理所有以特定方式向我捎来的资讯，对于尚未准备就绪的心智 这些资讯是

难以理解的。"

然而在其写作里，她十分成功地出示了强力又证据凿凿的讯息，当仔细地阅读时，使得 UFO 之奥秘不仅变得清晰易懂，更具备一种高雅的设计，其中人类被要求的一个部分即是醒悟和选择。

我们该不该选择无条件地爱造物主、我们自己和所有其他人，以此做为我们的途径?

或者 我们将选择以服务自我作为替代，并为自身的利益而学习操纵与控制他人之艺术呢？重点是两者选其一，然后用我们毕生之坚持去精炼这个决定。

我张开双臂拥抱你的灵魂。愿我们这一天选择无条件之爱的道路并服务他人。

也愿我们以轻盈与欢喜的心这么做，知晓- 如 Dana 所教导，宇宙造化其实是如其神圣意涵般的盛满了圣神的欢笑。

(V)2007，Taipei worker.

☆ 第 0307 章集：内在的幽浮现象

【美国合众国际社】宗教与灵性单元

小灵媒大宇宙逍遥游专栏

Carla L. Rueckert-McCarty 执笔

2007/5/30 刊登

这是讨论 Dana Redfield 毕生工作的第五篇文章，我们来观测一下幽浮(UFO)现象的内在与玄奥面。对于幽浮研究的这个领域，其实绝非像史帝芬史匹柏 1977 年拍摄之同名电影【第三类接触】般的众所皆知。

史匹柏要人们了解我们并不孤单，所以他聚焦于外在的现象，如物质体的幽浮造成的地表凹痕和与近距离接触攸关的许多「电磁」现象。史匹柏之后又于 2002 年以一齣十集播毕的杜撰故事影集"幽浮入侵"(Taken)衔接原来的电影情节，其中并对物理现象有巨细靡遗的观察。

电影中，当片中主角[理查.瑞弗斯--Richard Dreyfuss--饰演]于用晚餐时，在全家人疑惑又惊骇的注视下，疯狂着迷地以马铃薯泥塑出一座迷你模型版的恶魔塔，表明了史匹柏所认同的「内在幽浮现象」。理查.瑞弗斯所演的剧中人物被驱使前往目的地，并在影片结尾时到达怀俄明州，那真实版的恶魔塔岩块前，和其他亦被激励前来的人群共同见证一架附有大批特效，且音符反覆如咒的巨型活力幽浮现身。那种场景却一点也不实际。

真实的情况为，当发生幽浮绑架事件时，他们绝不会敲锣打鼓地大肆宣扬。他们以现身、绑架与经验干扰正常的生活步调。他们在这里；然后消失。其中有些案例乃透过物质体相去经验，更多的现象却祇发生在经历者的心智之内。

Dana 虽拥有许多关乎幽浮的外在物质经验，但其大部分之外星世界的、幽浮有关的经验，是属心灵感应或内在视象性质。她收到外星人以心灵传信的讯息，已密密麻麻地超过了四十本笔记。

正如琳达(Linda Moulton Howe)在 Dana 病逝后写道，「Dana 感到 非-人族群们真实地将她从正规的、属人的、日程表般的生活中唤起，并传召她写下他们之间的心电通讯。她并不孤单。无数的其他人在日后始被认知为‘人类绑架并发症'的情况中，也曾受到激励去写出每项‘下载外星人以心电传信的思惟'之觉察。」

有关这些经验，Dana 写在一份未出版的抄本叫做【明日之影的岁月】(All My Days
Are Shadows of Tomorrow):

"我的经验并不灿烂壮观。没有证据，没有目击者。伤疤、照片、细琐小节记录与传送资讯不算证据。它们本来就是伤疤、照片、细琐小节记录与资讯的传送。"

"证据是盗贼潜入家门并窃走你的银器。有可能你还无法证明银器是否曾经存在过哩。你所有的不过是个天鹅绒衬里的盒子，以及一齣故事。"

"我的不祇是接触和相遇的一齣故事而已。我被讯息疲劳轰炸着，大部份的教导乃针对我个人而来。但某件东西理应拿出来分享。某件东西是具有争议性的：历史、智慧、预言。

某些部分已经与我自己的文字混杂在一起。而某些部分，传送者宣称其着作者的身份。清晰辨别是有必要的。迎向我的每件事均以心灵沟通方式滤过我个人感知的萤幕。跟福音书毫无干系。"

"管你到底相信外星人绑架还是人类历史，那是你的事。随你怎么称呼。乱棒与飞石也许可以打碎我的筋骨，但这就是我的人生。我住在明日之树的凉荫下，那儿

的树影长又长。"

这棵明日之树是什么呢？Dana 常使用这个图像。在"连结"(Link)一书中第 x 页，她论及做为一名流浪者，一个选择来到地球上展开终生的服务的实体。她说："一具人身里的外星灵魂 …… 感觉如何呢？皮肤不怎么合身；这双臂膀，没有振翅的力道；

这双脚离眼睛太远，经常为地上的小东西跌倒；这张嘴，安装这么多牙齿是不是外星牙医们的阴谋？肯定是宇宙性的误会，因为这具生来凹凸有致的躯体被安排在成年期生儿育女，在这个年纪却有太多人还无法在生活上自理甚至疾病上医治自己，乃因于身心的失衡实来自太多尘世诱惑的谎言，揠压了枯风中的枝枒摇曳，此实为智识之争已甚于追求真相之缘故。

闪电霹雳，一举敲开了年迈的树干，为意识之雾中那棵光明之树开路，创生的磁电劈啪作响。"

明日之树与光明之树是同一件事的两个名字：一种形容生命原力的方式，不可避免与转型的改变正处于地球改头换面的进程中；假如我们愿意就会改变我们全体，只要醒过来来跟这些能量合作。

她主要的通灵来源称自己是「那些隶属于你所知的第五级星- 昴宿星团中的主星爱尔赛妮*」她的"第五级"就相当于是 L/L 研究机构 通灵讯息中的第五密度，即智慧的密度，同时 第四密度为爱之密度，第三密度为选择的密度。地球目前位于选择密度的最高峰。

(*译注：Alcyone 是昴宿星团七姊妹之中央主星、最亮之星，有'昴宿星团之光'的美誉)

这显而易见地说明为何她认为我们 L/L 研究机构的通灵资料与她自身的资料源头讯息系出相同的星际联邦之因。我们小组已接获来自第四、第五及第六密度的讯息[第六密度为合一的密度]，那些密度紧跟着目前第三密度的地球经验。

当她读到 1985 年透过我们小组所传递之【一的法则】(The Law of One)讯息时，文中雷同的古语使用以及临别签字"Adonai，Adonai"使她深受震撼。她主观地确信我们和她属于同一批的"流浪者"。她而且感到我俩之所以选择生在地球，即为了传达服务的宗旨，就如成为讯息的管道一般。

我也一样。而且我欢喜地给予生命中的每个气息，去唱颂这首星际联邦群体们协助我成形之歌。

为什么这种讯息现在有需要？在【明日】原稿中她说：

"有烟必有火，有智者指出，也许是一个跪在小山岗上的瘦小男人，以一条毛毡扇出的火燄。虽然现代的沟通方式益趋繁复，其原则依旧不变。我们可以忽略烟火或者可以环聚在各自的营火前，讨论这些信号可能代表的含义。"

"也许发信人只是寂寞而已，也或许他正试着要警告我们，他看见有东西往山谷走下去，那是我们眼界未及之处。 也许他想使人困惑或娱乐观者。不论这空中缱绻的烟幕信号有何意义，它们对所有能够或愿意的人提出邀请，详细考量之必要。祇要风还愿意合作。"

而他们邀请我们考量什么呢？他们暗示整颗星球的一个意识之巨大转换期的来临，这个转换就落在地球人身上 而我们尚未准备就绪。她斥责她的外星来源不说得更公开些，但他们的回应是他们不能。在【外星-人类链结：我们即是讯息】

(The ET-Human Link: We Are the Message)一书的第 12 页，他们告诉她：

"真正的奥祕将持续被罩纱掩盖，直到你们造出新的结构足以去接收这份资料为止。在这期间，我们可以指明、描述和表达，提醒你有关目前展露的戏码，如此人们将更平顺地通过准备期，以因应这个次元所带来的转型局面，推开穿越一道道的闸门，亦可以说，是为一个陌生领土上的新旅程作好万全准备。如你们所知，所有新的领土刚开始都显得陌生。"

Dana 问："这个次元停止存在了？" 他们答说：

不！它被高举了！蜕变了！次元这个字，是描写一个你已拼好的特殊经验图，并因此相信真有个地方/空间的存在，虽然没有任何地方/空间是固守原位的。一切皆为动态起伏的。还有偶而一些极大浪升起，引发一场大骚动。

欢迎来到当前形而上的大海啸！我想我们全都理解到，某件事正运行当中。我们已经历时间的加速度。我们曾被一波波的能量波涛给击中；当我们寻求对应这些既新又不熟悉的振动时，能量有可能使我们感到不舒适。Dana 和我们小组的外星资讯皆说，我们变得不舒适乃因于被力量驱迫，藉由这些新振动的至真性，变成对自己坦诚的观照，特别有关那些信仰系统将我们掌握在这个"现实"内，藉由

我们的阴暗面。

我们受到鼓舞，去拥抱这些更清明的真理以及新生的振动。一如 Dana 在【明日】中提出，"如果我们真的要成为一个合一的社群；如果那是绕梁乐曲在变动之风里弹奏的讯息，那么真理之负担便是让所有的心灵作出决定，进入交流共享，抵达我们心智准备要去承认或接纳的范围。"

我们准备接纳什么呢？我们准备为我们的现实负起责任吗？假如我们不重视我们当前的现实，我们还能保有心的单一性去活在这样一个方式中，犹如要去示范关于活出另一个实相、另一种典范的生命力吗？因为，这些讯息来源说，我们有能力创造任何我们希望的实相。

而我们不会失败。我发现最后一丁点令人振奋的消息，是它一再被重覆着，在我们以及 Dana 的通灵记录，也在许多其他的讯息来源里。我们不会失败。

显然地对当下的阅读者来讲，这篇关于内在幽浮现象的检析是不完整的。这个题材挑战任何意欲汲干它的尝试。然而仅这么点资料便足以开始你个人的调查研究，如果你感兴趣的话。竭尽所能地放远目光吧。Dana 的非小说书籍【召唤】(Summoned)与【外星人-人类链结：我们即是讯息】仍在印制中。很快地我们将印制她的【字母马赛克】，并在我们网站上刊登或以书的形式或两者皆有之。依循那些书籍中广博的目录/附注指引，你就可在这片迷人的领域中就你个人的才智发挥，顺利的起航。

Dana 的外星接触者爱尔赛妮，留给我们这段忠告：

"持续祈祷，持续寻求内在指引，测试所有事物，详细考量一切事物 并真实对待在你心湖最深处牵动你的东西。"

"我们是来自第五级星的群体，你们知晓为昴宿星团里的主星爱尔赛妮。

Adonai，Adonai，我们是爱/光，一切万有之造物者 的仆人。"

我张开双臂拥抱你的灵魂。今天让我们也来当“爱/光，一切万有之造物者 的仆人。”让我们找到那片心湖中幽深的水域，扬帆航向明日之树!”

(V)2007，another tribute to Dana Redfield.

☆ **第 0308 章集：神奇牙膏**

周日冥想
1983 年七月 3 日

(Carla 传讯)
我是 Latwii，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们感谢你们今晚的呼唤，很荣幸透过这个器皿说话，我们不常这么做. 我们想要提供一个小故事，然后我们将一鞠躬出场，好让我们的弟兄姊妹也可以讲话.

从前从前，有一个星球住满了人，所有的人每天都会刷牙，从无例外.

有一天，一家牙膏公司推出一项革命性的产品 改变了全世界.

这家公司推出的新型牙膏可以让你的牙齿洁白发亮 主要成分是一种二氧化物.

于是所有人峰拥而至去买这个神奇的牙膏. 但牙膏公司没有想到 这种牙膏有个副作用，就是如果你在刷牙的时候 一边使用神奇牙膏 一边讲坏话，只要空气中含有两个氧分子以上 你的下巴就会僵硬起来 你就不能说话了!

首先"中标"的是大卡车司机，就在他们刷完牙，讲出第一句话的时候，一瞬间许多大卡车都安静了起来，平常热闹拥挤的民用无线电频道一下子变得空荡荡的.

下一个受害群体是家庭主妇们，当她们一边刷牙，一边说着"我讨厌这些..."

她们本来想说的是洗碗盘的烦人工作，但她们再没有机会说完这句话了.

很快地 她们的老公加入无声的行列，当他们前往上班途中，讲了许多坏话的时候.

在新牙膏推出的第一天之后，该星球有超过 95%的人口无声了. 几乎听不到人类的言语.

甚至大法官也变得无言 当他们说"我以此宣判你..."之际，这未完的句子成了他们最后的话语.

牧师与神父们是少数到第二天还可以开口说话的群体，但很不幸地 他们培养出一个习惯，喜欢说其他教会的坏话，于是 第二天结束之后 他们也都变得无声，

再也不能站在讲坛上宣讲圣爱与荣光.

所有的战争机器都停摆，因为没有人能够发号施令.

最后最后，在这个小小的星球，只有一个人能够说话: 所有人当中最棒，最亲切，最善良的人.

他环顾四周 发现没有一个人可以说话，最后他终于说了一句话 "我竟是世界上唯一还可以说话的人，如果不是那该死的..."

朋友们，如果这样的牙膏在你的嘴巴里 你讲话会有多小心呢?

你知道所有振动都是真的 而每个话语都是一个振动?

一个微笑，一个笑声，一个谅解就可以让你的爱与振动传递给别人.

而每当你察觉 挫折，忧伤，愤怒，或评判 你也可以感受到

你拥有的负面力量; 你可以选择去使用它，但你真的愿意这么做吗?

祝福你们，我们在无限造物者的爱与光中离开你们，我是 Latwii.

(C 传讯)

我是 Hatonn，我与这个器皿同在，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致

意. 我们今晚不是平常那个阴郁的自我，因为在我们的 Latwii 兄弟[姊妹]说了这么愉快的故事之后，依然故我是不恰当的.

我们在你们散发的爱与光中欢庆，你们是个小而团结的群体.

你们已经发现的合一、爱、与同伴关系不会被距离打破，也不被你们的时间打破. 爱闪耀着，并触及远方. 我们 Hatonn 群体的确很荣幸提供小小的服务给这个团体. 你们实质相聚的时光或许是短暂的，但精神保持相连.

每位成员给予彼此的爱以你从未知晓的方式协助彼此.

在你们的爱中欢庆，在你们的同伴关系中欢庆，我们是你知晓的 Hatonn.

Adonai，我的朋友.

(Jim 传讯)
我是 Latwii，我的朋友，再次 我们在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们很荣幸来此回答各位的询问，容我们请求第一个询问?

C: 你可否扫描我的肉体与灵体，并给予建议，例如我目前经验的(脉轮)阻塞?

我是 Latwii，我的兄弟，我们在不冒犯的前提下，给予一般性的评论.

然后你可以冥想这些一般性的评论，并依你的选择进行特定的应用.

人格(identity)的思维可以被视为维护人体健康过程中最重要的成分，因为在大多数情况，你们的肉体载具的运作方式如同一个回馈系统，反应的区域表示你在思考上忽略或阻塞的地方. 你可以将这些模式与能量中心做关联，如果某个思维模式没有被心智充分注意到，那么你可以见到它在身体复合体中再现.

红色能量中心通常不会被直接工作，因为它是你的肉体载具的基础、根源.

橙色能量中心关乎自我的表达; 自我与自我的关系.

它是力量在身体上的表达，不管是正面或负面的变貌.

在这个中心之中的困难将显现在肉体载具上，通常是腿部、脚部运动肌的障碍，在某些情况，双手与双臂有障碍，因为四肢允许你在周遭环境中表达你内在充满的力量.

黄色能量中心的困难反映出该实体无法充分接受亲近的人们，并且无法让这些人成为他们本然的样子. 该实体对亲近的人们设下情爱的条件，造成这个能量中心的阻塞，显现在肉体的腹腔，因为太阳神经丛在这个领域的效应最为显着.

绿色能量中心的阻塞在你们星球上蛮常见的，因为大多数人类花费大量时间学习这个振动的功课，也就是 无条件的爱与接受所有生灵.

在这个能量中心的困难此时(1983 年)很少跟肉体载具有特定的关联，因为如同我们曾提到 该课程被摆在你们地球人前面，但一般而言尚未被掌握.

属于清晰与自由沟通以及灵感的蓝色光芒(中心)在你们人群中很少被启动，对于大多数人而言，它的效应并不常作用在你们的肉体载具之上. 但有些人在启动蓝色光芒方面有一些进展，当这些人的说话受到阻碍，肉体中掌管说话的区域会有些困难.

靛蓝色光芒中心(的启动)此时在你们人群当中最为罕见，它对于肉体载具的效应更少被注意到.

当一个实体看见肉体复合体中的任何困难，最有益的方式是注视该困难对于该实体生命产生的效应; 因为这个象征性的阻碍从心智复合体被转移到身体，并且注意到它抑制该实体的表达的手段，如此可以决定它的源头，并指出被阻塞的能量中心.

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

C: 你说绿色光芒能量中心已经或正开始被启动，一旦这个事件发生，它是否可能回到休止的状态?

我是 Latwii，我的兄弟，这不仅可能，而且经常发生. 任何已经被启动的能量中心可能三不五时被阻碍，因为该(能量)中心的课程正持续精练中.

我们此时可否回答另一个询问?

C: 这不是一个问题，只是想要谢谢你的回答与今晚的故事，它对我有很大的意

义.

我是 Latwii，我的兄弟，我们很高兴我们的小故事与卑微的话语对你有意义. 每个读者都将找到不同的意义，每位都将决定它的用处.此时是否有另一个询问?

(停顿片刻)

我是 Latwii，在这个傍晚 我们有些惊讶这么早已经耗尽所有的询问. 我们感谢你，我的朋友们，谢谢你们的耐心，以及你们持续寻求我们贫乏与愚蠢的话语.

与你们团体说话是我们的特权与大喜乐. 我们希望我们曾提供一些小帮助. 当你冥想时 只要发出请求，我们即与你同在. 朋友们，我们现在离开你，在太一造物者的荣耀，爱与光中离开你们. 祝福常在你们与太一合一的旅程中.

我是 Latwii，Adonai vasu borragus.

(Carla 传讯)
我是 Oxal，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，至为荣幸与你们团体同在.

我们此时想说说器皿心中的事情，也就是，爱国志士日(the patriotic holiday).

我们要求你们考量什么是爱国志士. 一个爱国志士愿意武装极大量的杀手，接着使他们与其他爱国者战斗好获取造物的部分. 第二密度中没有爱国者，需要第三密度的先进意识才能组织屠杀.

检视你与你热爱的国家的关系.

我们发现有个句子从这个器皿的心智流过“我们只想要和平，但如果别人来打我们，我们要怎么办?”我的朋友，你看，你们的能量中心尚未结晶. 你们尚未被精鍊. 你们才很粗浅地开始启动黄色光芒中心; 你们才刚开始精通群体行动的复杂性. 将你已经学到的绿色光芒，全然悲悯的爱，投入群体行动中即可去除你们与我们的分野. 没有需要战斗的对象，没有人会输，也就没有理由成为爱国者.我们觉得很有趣，这个器皿尝试学习地球上的国家界线，却没有成功. 她尝试去学习粉红色，黄色，绿色，与蓝色的边界.

(Jim 传讯)
如果你站在外太空看着地球，没有什么颜色去区别这个国家与那个国家，没有任何国界，没有真正的理由去防卫.

我们请求你考量你在此生想要多少天赋权利?

如果你想要宣称学会爱的功课，你必须抛开对于国歌的骄傲情感与多愁善感.

爱的天国彷彿在你之外，它(其实)在你的内心，你只是尚未驾驭它，如果爱是匹野马，你就必须驯服它，宣告你的主权，不管有多少阻碍你的事情，将热爱生命置于所有事情之上. 当你骑上令人惊叹的爱，你将做什么? 骑马奔驰，并改变所有你所接触的事物. 什么是自由? 自由是在爱中服务. 以我们粗浅的意见，完美的爱并不是爱国主义.

我是 Oxal，我们再次感谢你们允许我们前来说话. 我们在寻找我们天赋权利的过

程中离开你们; 我们在日光与完美的爱中离开你们.

我们在造物中离开你们，因为还会有其他东西吗?

我们在合一中离开你们，所以我们根本没有离开你们.
Adonai，我的朋友，adonai，adonai.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0309 章集：寻求觉知

周日冥想
1982 年五月 16 日

(C 传讯)
我是 Hatonn，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们十分荣幸能够向这么多寻求爱/光的实体们讲话; 我们不常有这个机会.

越来越多人开始他们的寻找，开始感觉一股驱策力去知晓爱与光，你们现在生活的状态开始变得剧烈，一个实体需要经验各项课程 但学期结束的时间越来越近.

你们人群开始感觉一种急迫感，想要快速学完所有东西. 但我们请求你无须追赶，无须抓取，不用像准备学校考试那样 尝试在考前拼命填鸭.

你所寻求的觉知以缓慢的步伐发展，并且不总是平稳地前进.

要开始去经验、去感觉，你需要停下来，花时间在静默中冥想，允许你自己敞开，开始缓慢地 将你的存有暴露在爱与光中. 这份觉知似乎偶尔灵光一现，但它绝不是一道闪光，而是被缓慢地建构.

虽然你所知的时间可能逐渐结束，你不需要冲刺. 慢下来，我的朋友们，允许你自己去体验; 允许你自己流动. 不需要去推挤或抓取.

我的朋友们，你们人种有个倾向 去忽略为一个人的行动或缺乏行动负起责任.

常常听到你们说某个人或某个团体是蒙福的.

这么说的人以为祝福是随机分配的，来自于某个外来的实体; 而事实上祝福是某个人或某个团体努力的结果.

以同样的逻辑，我们这个团体中许多人是蒙福的，因为他们的努力获得成果; 并且 因为在灵性次元的成就反射到物质次元，于是这些成果对周遭的人而言是相当显着的.

当选择的时间变短之际，狂热地进行考前冲刺是个很诱人的选项，你们渴望不要少记任何东西.

我的朋友，这不是灵性发展的途径，不要害怕未来，同时，也不要被类似恐惧的东西所驱策，因为它彷佛是石头遍布的地面，草木难以生长.

毋宁，接受一个事实：你驱策自己有所成就，你以意志使自己进步，你对于学习的努力将支撑你、滋养你；不管你将来会投胎到哪里，喜乐地接受这辈子结束之后的生命将是最适合你学习途径的一生.

我的朋友，不要让期末考试成为你的目标，毋宁让最后的成就成为你的目标.

此时我们将透过另一个器皿讲几句话，因为这里有强烈的渴望以这种方式服务，我们渴望锻鍊该器皿，我是 Hatonn.

(L 传讯)
我是 Hatonn，每当有人渴望从事这项服务，我们都觉得很鼓舞，因为有许多许多人渴望听到我们尝试传达的讯息，但愿意从事传讯服务的人们又是那样地少.

如果没有人提供服务为我们说话，我们就变成了哑巴，为此 我们感谢所有器皿的努力与服务.

此时 我们即将离开 好让我们的 Latwii 姊妹[兄弟]可以执行他们回答问题的服务. Adonai，我的兄弟姊妹，我们所爱的人们，我是你们知晓的 Hatonn.

(L 传讯)
我是 Latwii，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我的朋友，我们总是愉快地对这个团体讲话，特别是今天有大批的观众，我们必须承认在我们集体的特征中有一个面向享受成为众人注目的焦点；为此 我们特别

感谢这个团体允许我们炫耀我们的本领(stuff). 现在是否有任何问题?

S: 我有一个难以措辞的问题，即强迫某人做某件事 但长期对某人有帮助，这算是服务他人或冒犯他人? 我猜我想说的是—我们是否有权把该决定拿到我们手中，或让他们工作自己的催化剂?

我是 Latwii，我觉察你的问题，我的姊妹，你必须觉察这个问题的答案牵涉好几个参数，举例来说，监督孩子的父母亲施加意志在另一个实体(小孩)身上，这可以被视为服务自我 或 服务他人; 关键因素是执行该行动的意图.

[录音机停止运转]
我们停顿片刻，好让我们无价的话语得以存续到子子孙孙.
(译注: Latwii 式幽默..)

我是 Latwii，我再次与这个器皿同在，在所有这类的情况中 最关键的因素都是执行者的意图. 一个人可能有各种原因要去操控或对另一个人施加压力，然而从正面极性观点来看，这些原因都是相当可疑的.

一般而言，我们可以说如果一个人渴望朝正面极化，当他与孩子应对时，特别是尝试直接影响孩子的时候，要觉知自己的意图以避免负面极化.

当新生的孩童逐渐长大，并适应这个环境，你与孩子的互动已经是两个成熟实体之间的关系，这时候如果对孩子施加影响力很难不减少正面极性.

为此，如果正面极化是你的意向，我们强烈建议避免这种情况发生.

我们感谢你，是否有其他的问题?

C: 是的，在我们与同伴应对的过程中，我清楚地觉察到我们都有自己的功课与问题要去处理. 有些时候，一个特别的实体似乎十分需要帮助，通常我难以决定是否要耐心倾听该实体的声音，或者直接叫他走开 叫他好好工作自己，或者拍拍他的背 说一切都没问题. 您可否说一说这样的情况?

我是 Latwii，我觉察你的问题. 我的朋友，你在生活中遭遇的许多情况 可以明显看到其他人经历的困难. 容我们重新阐释你们一位着名的祖先的话语，我们说穷苦的人将永远与我们同在. 那么 问题就变成-- 一个实体选择渴望的方向，是去减轻另一个人的受苦; 或辨认出那一个人的苦难是他课程的一部分 因此不侵犯他的学习过程. 如你所熟知，这不是个容易的决定.

我的朋友，在你们每个人的内在都有完整造物者的一部分，只要你允许自己倾听，那微小、静默的声音不会直接回答你的问题，因为如此将阻碍你的学习; 然而，当你与兄弟姊妹们互动时 你将收到对你有益的指引.

你有许多形式可以协助弟兄或姊妹，一般而言，我们建议避免冒犯他人的功课，当受苦的实体提出要求，才提供你的援助.

如你所知，受苦者经常在两个层级提出要求.

口头上，该实体可能悲叹自身的命运，只渴望获得关注; 然而带领他们寻求与你互动的意图常常来自更高的源头，驱策该实体前往关爱他的人的面前，接受责骂.

事情本应如此，因为怀着爱给予的东西有益无害. 我的朋友，在你所描述的情况，只要你充满爱心地给予，不管是拍拍背 或 严厉责备，都是有益的.

无论如何，你的功课在于选择哪一项对于该实体最有益处，以执行最佳的服务.我们感谢你，是否有其他的问题?

K: 这个念头浮现过好几次，我们读过巫术的知识，邪恶之眼.
有些人就是很难相处，我认识好些人以双眼凝视你的样子有点吓人.
什么是邪恶之眼? 你可否评论一下，是否真有这种东西?

我是 Latwii，我的姊妹，这是一个常见的趋势，当一个人尝试施展影响力在另一个人身上，将视觉集中注意另一个人 好让自己可以完全施展显意识心智的力量. 这个过程不但使显意识心智专注，也执行了一个特定的仪式 带来附加的力量给这个尝试主宰他人的实体. 你们地球人的俗语说 “眼睛是灵魂之窗”，我们的观察是检验另一个人的眼睛通常可以揭露那个人的意图与极性之本质，眼对眼的接触对于传递资讯是有利的.

我们可否进一步回答你?

K: 那么，如果一个母亲以吓人的方式使用双眼，藉此控制一个小孩，如果这个小孩接受控制，那么这位母亲是否朝负面极化?

我是 Latwii，我的姊妹，使用哪个工具控制小孩并不重要-双手、 双眼、或声音; 使用工具时的意图才是关键. 举例而言，一位母亲严厉地斥责小孩 因为他尝试用

尖锐的工具玩耍，这位母亲的意图很可能朝向服务孩子. 在这种情况，我们以为并没有人施加威力去支配谁; 毋宁说她促使这位年轻的个体到达一个独立的安全水平. 所以我们愿意重申 重点不是采取何种行动，而是行动底下的意图. 我们感谢你，是否还有其他的问题?

M: 你可否讲述自杀这个主题?

我是 Latwii，我的姊妹，我们没有意图或权利去审判其他实体的行动.

为此，我们强烈建议在场的所有人觉察到 这样一个举动，虽然在大多数情况都不是正面极化，对于那些寻求不同的前进方式的人们而言，却是一种可接受的死亡形式. 我们属于正面导向之实体，我们认为这是一个有害的动作，因为它终结了继续学习课程 以及 达成目标的可能性. 同时，对于选择跟这位死者互动学习的实体们而言，这也是一个不那么无私的举动.

再次地，因为这个举动影响了其他人的学习进程，它对于负面导向的实体则是有益的. 然而，对于大多数寻求正面极化的实体来说，我们强烈建议避免走这条途径. 我们可否进一步回答你?

M: 不了，我想你已经回答得非常好.

我的姊妹，我们十分感谢你的赞美，是否还有其他问题?

R: 我有一个问题，你可否就你的知识来解释三位一体(triune)上帝的奥秘?

我是 Latwii，我的姊妹，因为你在这个领域的寻求，我们必须非常谨慎进行这个讨论，避免损害你的学习过程. 如果我们获得许可，我们会建议造物主不只存在于许多形式之中 而是存在于所有形式，因为不属于造物主的东西无法存在.

人类努力创造一些架构的结果产生造物主的一个结构化形式，目的是使那些关切的实体们更佳地寻获理解. 我们可以相当真实地说你所指的三位一体上帝确实存在，但另一个陈述也是同等地准确: 即 造物主存在于所有形式之中，并不侷限于任何人描述上帝的概念.

我们感谢你，是否还有其他的问题?

K: 是的，新约圣经说“若没有鲜血流出 就没有罪的赦免.”我大部分的朋友都是教堂的朋友，我犹豫是否要跟他们有很多对话，我害怕我将以某种方式触犯他们.. 我有些朋友把这句话看得十分认真，如果耶稣不曾流下鲜血，就没有救赎..你可否讲述这点?

我是 Latwii，我的姊妹，在你的同意下，我们尝试分开讨论这个问题，我们感觉这样对于通讯将更为有益.

不幸地，救赎(salvation)这个概念被广泛地误解，它被认为是一个时间点，一个实体在此时具备足够的成绩通过测验; 或者另一个实体执行必要的行动去拯救另一个实体 使它能够毕业进入他心中的永恒天堂.

如果我们获得允许，我们认为救赎更精确的定义是一个恒常的过程，藉此 个体医疗自己内在的不平衡，当该个体达到更大的灵性发展，他同时有更大的灵性知

觉，看到自己内在越来越精细的不平衡 需要灵性的膏药医治；到最后 该个体成为完美，与造物者合一.

血液的流出(shedding)或许可以更准确地转译成血液的流动(flowing)，这表示对血液做为经验的载体之理解. 你的身体的红血球不只具有物质上的用途—传送氧气到各个细胞；同时还具有形而上的用途—运输聚集的经验到身体各处，好让经验得以被整个身体所吸收与维持.

因此，罪的赦免，或者更正确地说 更正各种不平衡，这个目标透过经验与吸收经验 以及这些功课散布到全体人类中 来达成. 以这种方式，你们地球的灵性体的治疗，你们称为救赎，得以完成.

我们感谢你，是否还有其他的问题?

R: Latwii，当耶稣活在世上时，他曾建立一个教会，我对教会的想法却不是我所看到的. 我看到教会拥有很大的权力，阶层性的结构；我发现监禁人群的现象.我想知道你可否评论耶稣对教堂的想法，当他对彼得说“你是彼得，在这块岩石上，我将建立我的教会，地狱之门将无法胜过它.”这是什么意思?

我是 Latwii，你所指的耶稣，我们知晓他为 Am Ne Ra，他造访你们星球为了协助当时的人取得他们的成就. 他寻求建立的教会不是物质或神学上的结构. 在这块岩石上创建的教会是乐意去服务彼此，愿意去彼此相爱.

如你所知，在耶稣口头建立教会之前，他重覆地问“你爱我吗?”然后是一个热情的劝告“喂养我的羔羊，喂养我的羊.”教会奠基于这两个概念：爱 与 服务.要成

就这两个概念不需要任何建筑结构. 你大概已经知道，你所引用的话语发生在户外，并不在一个建筑物或神学组织之中. 你所意指的教会结构并非没有爱或服务，我们也不是暗示它们没有价值. 无论如何，正如同你们今晚接收的讯息不见得适合所有地球人; 相同的 这些教会结构对有些人并不适合.

我们感谢你，我的姊妹，是否还有其他的问题?

M: 我读到有些流浪者不大能适应第三密度，如果他们在困惑中死去，他们将停留在第三密度，或者 他们回去他们平常的地方?

我是 Latwii，一般而言，进入第三密度的流浪者跟该密度的原住民相比 并未拥有更好的配备; 因为经验遗忘过程之后，流浪者不被允许汲取其完整的经验资源.

基本上，流浪者在赌一个机会，也就是他们自然朝向正面的倾向将自行发挥作用，然后他们将成功地造福周遭的人，并获致足够的极性 在肉身死亡之际 有权选择回到回到家乡密度 或 进展到下一个服务的行动.

然而当一个人在赌机会，就有爆冷门的可能性，在这种状况，流浪者欠了一些赌债，你们称为业债，必须要偿还，如果在第一次投胎没有完成，则需要更多次的投胎以完成这个目标.

我们感谢你，是否还有其他的问题?

A: 你刚才说到流浪者，他们投胎到第三密度，并经历遗忘过程，他们有没有可能在肉身时 掀起遗忘的罩纱，忆起一些他们的经验?

我是 Latwii，在特定的状况下，这有可能发生. 一般而言，这与一个流浪者在投胎前的意图服务的项目有关. 举例来说，一个在地球出生的流浪者，长大以后经验催眠回溯，允许这位流浪者回想起特定的经验 发生在不同星球或不同密度.

这个经验通常是为了激励该流浪者开始服务的行动.

在这种情况的记忆有些模糊与晦暗，因此导致流浪者缺乏被证实的信念.

这个流浪者觉察到在他的记忆中有些混淆，或者参杂一些想像. 以这个方式，流浪者受到一些线索的激励，但从未被给予不公平的好处. 如果流浪者在很确定自己身份的情况下执行服务，他所获得的极性会少很多. 因此流浪者必须总是在某种疑虑的环境下工作，以获得他们自己的极化.

是否还有其他的问题?

A: 沿着相同的路线，流浪者是否可能在冥想中想起某个经验，彷彿潜意识记得，显意识只记得部份，显意识不知道它来自过去，然后使用它处理生命中的许多情况; 这是否可能?

我是 Latwii，你引用的状况很有可能发生. 然而，另一个相同的可能性是这个实体忆起前世的经验，这个回忆无法定义该实体为流浪者，而只是他在地球上过去的某一世. 是否还有其他的问题?

J: Latwii，我想问关于衰老的问题，在这种状态下，一个人经常心不在焉，他还有

继续学习与转变的机会吗?

我是 Latwii，你所指的衰老状况一般而言是在肉体的黄昏之年将注意力集中此生的细节，重新评估不平衡的地方，加以更正或平衡，并完整吸收过去的(人生)功课. 这就好比在递交一份重要论文给老师之前 需要先做一次校对. 它如同是一个恩典时期，可以说是对于此生的努力之最后润饰期.

年老的实体经常没有觉察到当代的环境细节，这单纯是因为大部分的功课已经完成，由于目前缺乏课业要做，使得该实体的注意力施展在扫描此生过往的功课，好拾取剩余的稻穗.

我们可否进一步回答你?

J: 谢谢你，这是一个美丽的答案，感谢你.

我们感谢你，是否还有其他的问题?

K; 你刚才提到在衰老时期，一个人检阅他的一生，他可以修正过往的错误，或平衡此生的某个时期?

我是 Latwii，举例来说，在特定的情况，一个人还没有原谅他自己过往的行动，那么在这个时期可以找到一个原谅的机会. 一个人也可以在复习自己的(人生)经验时，觉察到过去忽略的一个功课，但如果他单纯地将注意力放在这个功课上，他仍有机会学习，不管这个功课最初发生在五十年前或昨天.

是否还有其他的问题?

M: 在一的法则书中曾提到有些流浪者(wanderers)知道自己是流浪者，有些则不知道. 知道这个身分是好处还是坏处?

我是 Latwii，我的姊妹，这要看该流浪者担负的责任而定. 有些人觉察到他们过去的(身分)，而能努力去服务. 有些人则对于过去无知，方能最佳地服务.

是否还有其他的问题?

R: 耶稣这个实体是否为上帝之爱的完整显现? 还有，耶稣跟天父的关系是否超过我们与天父的关系?

我的姊妹，造物者的最完整显现即是你，以及所有人; 因为造物者以无限的方式去爱，你与一切事物都是造物者的一部分，他同等地爱他自身的所有部分，那是无限程度的爱. 在耶稣降生的时期(2 千年前)，耶稣与造物者的关系明显与其他人不同，因为耶稣实体愿意让造物者的爱无阻碍地流过他，相反地，当时你们星球上大多数人不让这个过程发生，而是阻碍造物者的爱与光. 遗憾的是，这种事到今天仍在发生，虽然程度比较轻微.

一般常见的描述是耶稣热爱造物者，同时造物者单单挑选耶稣给予特别的爱.

但我们呈现一个观点让你检验: 当造物者无限平等地爱他造物的所有部份，是否还存有特别关系的可能性?

R: 我有另一个问题，在成为与转变的过程中，是否有那么一天—我们只是存在，或者我们将永远地转变？你懂我的意思吗？

我是 Latwii，我的姊妹，当你成长之际，造物者也在成长.

造物者透过他所有部份之间的互动来学习与成长，这样增加造物者对自己的觉察以及爱他自己的能力；也就是说 他进一步地(懂得)欣赏他所有的部分，他们的行动，以及他们的成长.

在这个基础上回答你的问题，我们认为你永远都在转变，但你绝不会发现自己因为恒常地努力而到达灵性衰竭的地步，因为当你努力朝向灵性进展，同时也将获得一种满足或完成感.

是否还有其他的问题？

R: 我们将会变得像上帝一样吗？

我是 Latwii，你们从未停止像上帝的过程，我们可否进一步回答你？

R: 不了，谢谢你.

是否还有其他的问题？

K: 有，我知道时间拖很久了，我问个是非题，我觉得在过去 10 到 15 年间，我知道有许多人开始相信轮回转世，对不对？我只要一个简单的是或否.

[大笑声]

M: 这就是你的自由程度啊!
[笑声]

K: 我想说的是，我不要求一个长长的答案.

我是 Latwii，我们感谢你们给予欢笑的机会，我的姊妹，我们回答你的问题: 是.
[笑声]

无论如何，我们想要指出，你们星球上有可能收割的灵魂正不断地增加中，因为越来越接近终结点，对这个(轮回)概念的觉察已经是过去的工作，所以大多数的实体终于发觉要辨识这个概念相当地容易.

K: 谢谢你额外的资讯.

我们感谢你，是否有其他问题?
[停顿片刻]

我是 Latwii，我们得说 我们发现此刻的沉默震耳欲聋，既然没有更多的问题，我们再次感谢每一位让我们有美妙的机会 分享你们的喜乐与友谊，以及允许我们提供服务，虽然它是微不足道的. 我们此时向你们告别(adieu)，我是你们知晓的 Latwii.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0310 章集：新的视野

周日冥想

1982 年七月 25 日

(C 传讯)

我是 Hatonn，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们十分荣幸地欢迎新朋友加入这个团体，也欢迎老朋友回来.

我们珍惜每个与你们分享我们卑微话语的机会.

今晚我们要提醒每一位，你们并不孤独. 你有许多兄弟姊妹与你同行，你无须将过度的负担放在自己身上. 你只要敞开自我，让其他同伴帮助你.

彼此分担重担，这个旅程将愉快许多. 每一个人都提供机会学习，每一个人也提供机会去教导、分享.

在任何时候，只要你在冥想中发出请求，我们星际联邦就会加入你们并给予援助.

当你的觉知成长，你内在的光也在成长，那爱即是你. 伸手向外并碰触他人，你将有更多更多的机会去学习、分享、成长...

(M1 传讯)

我是 Hatonn，我们再次于太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

在教导过程中，我们确实在学习；在给予的过程，我们的确在接收.

这些机会让我们欢欣鼓舞-与你们一同获得合一性的机会.

你们活在一个如此美丽的经验中，的确 当这个经验变得越来越具挑战性一个人很难去欣赏它. 但每一个摆在你面前的挑战都是得胜的机会，使你以越来越快的速率，靠近无限造物者的太一觉察.

我的朋友，不要把阻碍视为一面墙，而是看作是一个踏脚石，每一个阻碍都是让你成长的机会，有些甚至是你来到地球之前就要求的机会哩.

(M2 传讯)

我是 Hatonn，改变对于所有人都是很好的. 当你去到一个平常很少去的地方，你注视，你真正地看见. 你嗅闻、感觉. 接着当你回到家，你有一双更清晰的双眼，更锐利的嗅觉，以及更灵敏的触觉.

当你待在同一个地方很久，你可能忘记向上仰望天空；忘记去闻森林的气味；忘记碰触周遭的东西.

当你旅行回家之后，你将以全新的眼睛去看所有事物.

如果你无法旅行，可以每周做一次有趣的练习，想像你只有在今天可以看见、嗅闻、碰触. 如果你每周做一次这样的练习，你可以将兴奋心带入你的生命，你会看见你错过的美丽. 世界有这么多的神奇被视为理所当然.

在旅行中，同样的天空看起来不一样，因为你的视野不同.

将看见这世界的美作为一个(生命的)重点，不要让它与你擦身而过.

(D 传讯)

我是 Hatonn，我们想要说说你们每个人拥有的财富.

在你们的世界有许多种财富，但最值得渴望的是你内在存有的知识财富，而你拥有的最伟大工具是走入内在的能力，去学习你真正的存在，学习你来自的源头.

任何地球人，只要他走入内在，在此安歇并知晓他属于造物者，那么他就是最富有的. 因为那些属于你们世界的东西，你所碰触的东西，都只是工具、玩具.

人们在一生中，放下许多东西 又渴望其他东西，人们恒常地在追求某种东西，却不知道那是什么，直到他开始往自己的内在观察.

(个人)寻求是第一步，但参与一个团体，共同转向内在，是更伟大的一步. 因为团结在一起，你们的能量可咬合(mesh)在一块儿，与个人独自修练相比，可以成就更多更多.

我的朋友，你的人生只是你所穿戴的一个面具，它对你的成长有益. 但它只是你寻求的真理的微小一部份. 在这个星球上学习爱的功课，然后你将毕业进入一个爱的环境. 寻求，汝将会找到. 寻求爱，那即是你的赏报.

(S 传讯)

我是 Hatonn，我们再次于太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我的朋友，我们今晚说过这个辞汇许多次，我们还将继续说许多次，因为去知晓造物者的爱与光即是你们来到这里的原因; 太一造物者的爱与光是我们透过每个器皿说话的原因，因为他们在这个献给造物者的服务当中，他们服务的祈望达到顶点.

在日常生活中，每个人以微小的方式服务许多人、许多事. 这些服务在当时看起来不值一文，但服务造物的最小部份 你服务了造物者.

我的朋友，小宇宙影响大宇宙.

你所做的最小事情也将开花，虽然你可能看不见这个行动的最后结果.

啊，我的朋友，给予其他自我一个美丽的想法，给予其他自我一个微小服务，你们做出怎样的善工啊.

记得你们圣经的教导: “你希望别人怎么对待你，就如此对待他人.”

如此简单，又是如此真实.

我们在同样的爱与光中离开你们，并祝愿造物者赐给你每一种幸福.

我是你们知晓的 Hatonn. Adonai，我的朋友，adonai vasu borragus.

(Jim 传讯)
我是 Latwii，我与这个器皿同在，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 一如往常，很荣幸被邀请加入这个团体，并尝试回答在场各位可能的问题. 此时是否有任何问题?

C: Latwii，我有最近私下冥想碰到一些困难，我想主要的问题是调频的部分，你可否评论我哪边做错了，因为它使我在冥想后变得相当疲乏并且易怒.

我是 Latwii，并且觉察到你的询问. 我的兄弟，我们建议任何时候你想要透过冥想寻求时，首先的部分[在心中]奉献给太一造物者，不管是祈祷，吟唱，唸咒，或观想都没有分别. 用这种方法精练你寻求真理的正向渴望. 那么如果你只有一刻冥想，不要怕这时间太短，因为给予太一造物者的时刻无法被计时; 在那一刻安歇，将你的小我与意志向天父的意志臣服，知晓在那一刻 你已啜饮你的存有的精华. 那么，向前去，恢复精神，充满且完整. 我的兄弟，你的渴望将一路照看你，而你并不缺这个最重要的元素.

此时是否有其他的问题?

Carla: Latwii，你能否述说 爱、智慧与殉道?

我是 Latwii，并且觉察到你的询问. 我的姊妹，你的讯问涵盖一片很大的领域.我们迟疑了片刻，想要找到个焦点.

爱是你们幻象密度的救赎，爱看待造物为一个存有；这个存有有许多的面向，这个存有在每一张面孔之中，在每一个经验当中；当一个实体观察到另一位自我的痛苦、哀伤、受苦，该实体的回响是感觉造物者的爱如同一种痛苦、哀伤、受苦，必须加以照顾. 该实体感觉到这种爱，然后如果他纯粹地感觉这爱，而不附带任何智慧，寻求以任何可能的方式治疗受苦，平静哀伤，并使破损的东西完全.

该实体将这份爱给予其他正在受苦的自我，他愿意毫无保留地给出全部，好让造物的其他部分得到医治与抚慰.

另一方面，一个寻求并经验智慧之道的实体同样寻求看待太一造物的每个部分为太一造物者，但不同的观点在于他看待每一个经验都是一个幻象的一完美部分，每个经验只有一个目的，就是教导爱.

一个纯粹透过爱的双眼看待造物的实体，缺乏智慧之眼，他可能在服务他人的过程中，成为你们所知的殉道者，因为他毫无保留地给出自我.

我们不能说 前往殉道途径的实体 比 走在智慧途径上头的实体 服务得少.

每一条途径都在合一中看见造物者与造物.

殉道者是献给造物者与造物的一种完美表达爱的方式，无论如何，殉道者限制了

服务的数量或品质，容我们这么说.

一个能够以智慧平衡大爱的实体拥有一个额外的工具，因为该实体能够看出有时候，更大的服务是允许其他人以这种或那种方式经验这个幻象，不管是否包括忧伤；好让人们可以最纯粹地学习他们的功课. 知晓何时该服务的智慧 对于一个想要以最深沉的形式去服务的实体而言 是至为有助益的工具.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 不了，Latwii，我真的需要听到这些话语，我正在工作这个课题，我特别请求你在往后几周的冥想中协助我.

我是 Latwii，我的姊妹，我们的确将与你同在，并与每一位要求的人同在.

此时是否有其他的问题?

M2: 是的，那么在这个脉络之中，如果耶稣不选择成为一个殉道者，他有可能提供更大的服务，对不对?

我是 Latwii，我的姊妹，我们对于先前的询问的答覆是一般性的，它不一定适用特定的状况. 你们人群知晓的耶稣有一个特定的降生目标. 如你所觉察，这个实体被知晓为一个流浪者，他降生的目的是将一个典范给予你们，并且在多年之后你们人群仍然用得上. 这个典范是以最大可能的纯粹度去爱其他自我.

为了做出这个宣告，容我们说，需要必须的力量使它存活世世代代；你们知晓的

耶稣在降生前即决定尽可能地以纯粹的方式行旅在爱的途径之上，这个方式，如同我们曾提过的，是殉道者的途径.

的确，经文曾写着：一个人为另一个人放下自己的生命，没有比这更伟大的爱了. 耶稣看见你们地球上的人群需要一个如此的典范，因此他最终决意献出(自我)，

好让该典范的一些变貌存留，并影响那些跟随他[某部分]脚步的人们.

假设 这个实体当时决定不要完成该使命的目标，也就是不成为殉道者，那么他在地球那一世的教导受重视的程度就会少很多.

这个实体在他的那一世有特定的目标，并且实践得很好.

我们不能说什么方式是对一个实体最适当的，但只给予一些指南，每一个实体能以他或她自己的方式去诠释.

此时是否有其他的问题?

K: 是的，我的女儿在一趟旅行中生病了，她的喉咙酸痛 她的鼻子不通，无法呼吸；于是我必须送她到医院的急诊室，我们一共花费七十美元[含税]. 大约在三四个晚上之后，我们到达拉斯维加斯，她第一次玩基诺(Keno)的小游戏就赢了七十美元，这件事似乎有点奇怪，她居然花了七十元，然后又赢了七十元，这是意外吗?

我是 Latwii，我的姊妹，我们的意见是每一个实体在旅程中累积并学到各式各样

的课程，三不五时会出现一些共同的事件(co-incidences*)向该实体暗示的确没有所谓的意外.

对于你女儿而言，或许偶尔以你所描述的方式学习是恰当的.

比方说，这样一个实体可能需要知道宇宙支持她，造物者就在她里内，于是不需要惧怕偶发的伤害或遗失的事件[容我们这么说]，因为总会有造物者的一部分准备好去教导相反的课程.

因此，对于这样一个实体，在很短的期间接收到这种资讯是有帮助的，好让她觉察到造物之中平衡的精髓.

此时是否有其他的问题?

(*译注: 在此，这个字竟有三重意思: coincidence，co-incidence，coin-cidence! 读者不妨自行玩味)

R: 我在一个新的生意中遭遇一些问题，这是一两个人带给我的问题，他们并不是怀恨在心或怎样，特别是其中一个人把我带入一个僵局，但我还是能够从另一家获得我需要的东西，我们刚刚收到这些东西.

原先那个阻挠我的人现在似乎有些忧虑他曾做过的事，他是否会成功地保持下去?

我是 Latwii，我的兄弟，我们感觉我们能尽的最大协助是以概括的方式来回答.

我的兄弟，你们居住在一个幻象之中，如同每一个人，你们已经忘记太一造物者的存在. 忘记这个伟大的真理是十分有益的，好让大量多样的经验随手可得，然后使得这个真理触及寻求者的存有深处. 你可以看待这个困难为一个课程，一个成长的机会.

虽然每一个这样的课程都经过独特地裁减，它们的目的都在教导宽容的能力，轻柔的碰触，以及能够在每一个实体与经验之中找到太一造物者的爱与光.

所以，我们建议不管这种或那种努力是否成功都无管紧要. 因为你们的幻象教导什么？我的弟兄，它教导爱：去知晓爱，给予爱，成为爱，在这方面的努力，我们可以向你保证，每一个人都将十分成功.

此时是否有其他的问题?
[停顿片刻]

我是 Latwii，我们感谢在座每一位，谢谢你邀请我们加入你们的冥想.

能够加入你们团体一起寻求太一造物者的爱、光与合一是我们莫大的荣耀.

我们提醒每一位实体，我们虽然比你在寻求的旅程上多走了一些路，当你询问时，我们分享我们的洞见，但我们并非绝无谬误.

我们继续往前寻求，我们知晓我们都是一体.

我们此时在太一无限造物者[他居住在所有生灵之中]的爱与光中离开你们.

我们是你们知晓的 Latwii. Adonai，我的朋友们. Adonai vasu borragus.

(Carla 传讯)

我是 Nona，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们刚才在调节这个器皿，因为她不情愿延长这个通讯.

然而，来自内在次元以及在场有些人要求我们声音振动的治疗.

我们请求你们每一位观想一个最近离开你们幻象的实体，同时我们透过这个器皿唱一首旋律，对于这个实体的指导灵有很大的意义，并且这首曲调对于这位刚过世的实体移动进入更大的领域的过程有显着的影响.

(Carla 传导来自 Nona 的一首曲调)

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0311 章集：喂养灵魂

周日冥想

1982 年九月 5 日

(M1 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

你们的地球有这么多污染的原因之一是你们没有停下来享受溪流之美、公园之美、日落/日出之美.

看到自然之美的人们不会把东西丢到溪流中，不会制造污染.

同样地，如果你们看到每个人的原初本质，就不会有人被苛待.

绝对不要忙到没有时间停下来享受花朵之美、树林之美.

(A 传讯)
你们活在一个幻象之中，但如果没有这个幻象，你会错过一些最伟大的课程 –学习去爱与关怀的课程.

你无须许愿要到别的地方，看看你的四周，难道不是一个伟大与美丽的地方?

不要太快去看那些不好的东西，因为所有东西都有一个目的与原因，不管它看起来是多么荒凉.

(M1 传讯)

我是 Hatonn，我再次于无限造物者的爱与光中向你们致意.

延续我们稍早的谈话-怀着爱、友谊、美丽，使你自己变得更辽阔.

你今天看到某个美丽的事物吗？你是否停下来赞赏它？

你跟朋友在一块儿吗？你们是否彼此感受到对方的情感？

你是否看顾你真正锺爱的那个人？这些事情都将扩展你的灵魂.

不要专注于物质世界的东西，以致于你的生命与灵魂之美未能实现.

(Carla 传讯)

我的朋友，我们对你谈论美丽，以及活出一个满溢且慷慨的人生，的确 这是爱的功课的伟大第一部分—去了解你们环境的本质，你的机会之本质，以及你自我的本质；去了解太一无限造物者躺卧于万物之中，从最小的粒子到最远方的车声，车子里头有位陌生人前往你不知晓的地方.

不管那陌生人走到哪儿，你也一起随行，你与所有生灵都在一起.

你是一切万有的一部分，尽管如此 学习爱的功课的机会是无穷尽的.

我们现在讲说(爱的功课)伟大第二部分，那是剪下花朵的手，收割谷物的收获者.

确实，我的朋友，有一股平稳的宁静，最深邃的夜 没有任何星光照耀，它就在你里内，你可以进入那个地方寻求安慰与智慧. 但在那爱、力气、与能力的伟大

泉源，会有那么一刻 你必须从冥想中站起来，向前行.

我的朋友，如果你可以，尝试去知晓每一天所收获的感觉.

每一天，你在过去播种的东西都可能在今天开花结果.

每一天，你在过去做不到的某件事，或祈祷能够做的事，现在终于做到了.

每一天，检验你可以收割的东西，接着奉献给这个宇宙.

我们来此寻求；我们与你一同寻求.

但你最大的资源即是你自己谨慎且美丽的过去，不管你过去搞砸了什么，你犯下怎样的错，你都已经播种了许多思维、想法、意图，以及对真理、爱、造物者的渴望. 每一个思维都会在它的时机开花，而每一朵花都被需要，所以看顾你的花园. 我们现在离开这个器皿，并转移到 K.

(K 传讯)

我是 Hatonn，我们在你们的圣经中读到一盏灯要置放在山丘上让所有人看见.一盏灯在黑暗中照耀 的确相当容易看见. 我的朋友，当你从事一些似乎不重要的例行公事，甚至是乏味无聊的工作，但如果你愿意练习宁静、平和、与喜乐；你就彷彿是置放在山丘上的一盏灯.

这可能有点困难，但你想成就的任何事情都需要练习，所以我鼓励你们在每日生

活中练习这些属性. 你不只帮助周遭的人，你也将在这过程中成长.

(M1 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

滋养你的身体 因为它收容你的灵魂，肉体是很重要的.

但记住它只是你灵魂暂时的遮蔽，每一天 滋养你自己 也滋养你朋友的灵魂.

当你与朋友说话时，你赞美他们，这个善意要比请他们吃饭更大.

喂养朋友的肉体只是暂时的，扩展他们的灵魂却是永久的.

尝试去看见每一个人内在的好，但绝不要忘记告诉他们.

许多时候，你欣赏朋友具备的美好特质，而你忘记告诉他们，

你因此没有机会扩展他们的灵魂. 绝不要在一天即将过去之际，还没有意识到你的灵魂有所进展.

肉身对于灵魂是很有帮助的，但它就如同一阵龙卷风.

你们都觉得一天要吃三餐，然而有多少人停下来 喂养自己的灵魂?

当你晚上准备睡觉时，你是否想过你今天给你的灵魂什么食物?

保守你珍贵的灵魂，其他所有事物都是无味的，基本上 长期而言，都是不重要的. 我是 Hatonn，我离开这个器皿.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们至为荣耀地再次被邀请加入这个团体，那么 容我们问是否有任何起头的问题?

K: 这是我们全体即将关切的主题，也就是从一个地方搬到另一个地方. 我晓得可以从中学习 认识新的人群并成长. 我现有的困难是感觉哀伤，必须离开亲爱的朋友与家人，你可以给我一些帮助吗?

我是 Latwii，我的姐妹，容我们首先建议，虽然在你的生命中 有些时间似乎维持不变，你们幻象的真实本质却是恒常的改变. 每一刻都提供机会给你扩展你自我的经验，也同时扩展太一造物者的经验.

当你穿越每一刻，都有无止尽的不同机会去发现爱、去知晓智慧、去感觉合一，或做出任何你想给的回应.

对于每一个实体，人生中有些时期具有较大的意义，以及较大的蜕变机会; 好比结婚、生小孩、组成社区、搬家等等. 这些经验提供该实体一个新的开始，不只提供该实体已经达成的成长，也提供一个重新打造自我的机会.

看看你的四周，你停留在这个地方有一段时间，你可以看到你的过去已经产出一些果实使你成为现在的自己，祝福那些经验，因为它们已经圆满达成任务.

但也注视你的未来，让你内在出现象征性的开口，以允许进一步的经验，因为你的生命不是一个停滞的水池，而是一条流动的河川.

此时是否有其他问题?

K: 圣经上叙述耶稣驱逐恶魔，其门徒也谈到驱逐恶魔，你可否评论这件事的意义?

我是 Latwii，我的姐妹，地球上的一些人们寻求生命的意义、真理的本质，曾有无限多种方式回应这些呼求. 你所参考的圣经是其中一个例子. 或者更正确地说，圣经包含一系列的答案回应一系列的呼求，因此你可以注意到圣经中有不同的辞汇描述所谓的恶魔或邪灵.

我的朋友，不要忘记，只有太一造物者与单一造物，造物有许多部分被称为较暗的一面，因为造物中有夜晚也有光亮，两者加在一起构成一天.

那些负面特质的实体们追寻服务自我的极性，也就是说，他们汲取周遭的光到自己身上而不反射或照耀给其他生灵. 于是在某些时候，所谓的负面实体似乎跟正面的实体作对.

然而，事实并非如此，每一边都服务另一边，好让居住在两方的太一造物者得以

更大的多样性与强度去知晓他自己.

不过，容我们说，短期而言，正面与负面的结合过程会有些不和谐.

当正面实体服务其他的尝试被阻挠时，这个阻碍即是造物者之舞的一部分;

这舞蹈的另一部份可能包括正面实体寻求净化他们的存有、处所、服务型态，好比圣经所称的驱魔. 虽然那些正面极性的实体要求负面实体离开邻近的环境，他们认知到一切生命都被视为太一造物者.

在幻象的几个特定密度中，三不五时，进行净化是更恰当的举动，然而，所有行动都是造物者在经验他自己.

我们可否进一步回答你?

K: 是的，我想澄清一点. 如果一个实体寻求爱与光，寻求成为山丘上的灯台，而另一个实体属于负面极性; 那么有时候 这个寻求爱与光的实体最好离开那负面的实体，对吗?

我是 Latwii，我的姐妹，一般来说，这是一个正确的摘要. 我们仅仅补充一点，透过净化的方式，发生两个极性分隔的幻象，这个仪式最纯粹的达成方式是该实体领悟到 事实上 没有分离. 这似乎是一个矛盾，的确，你们居住的幻象拥有许多这些表面上的矛盾.

此时是否有其他问题?

K: 有本名为玉兰厦(Urantia)的书，你可否评论它的正确性?

我是 Latwii，我的姐妹，一般来说，这本称为玉兰厦的书是由所谓内在次元平面的实体们所编纂; 这些实体寻求有所服务，藉由他们的辞汇来解释地球上造物与进化的特质，然而使用了某种薄纱覆盖这些解释. 这些实体的服务是回应多年以前 一些人类的呼求. 如同所有的回覆，这些讯息陈述的方式只针对那些呼求的人们; 因此我们看待这个资讯具备有限度的用途，如同任何通讯的资讯，包括我们提供的资讯.

我们可否进一步回答你?

K: 那么我假设这点也适用于圣经?

我是 Latwii，我的姐妹，就我们的知识，任何回应呼求的资讯都适用这点. 因为任何资讯都是一种变貌(distortion)，尝试传达真理、造物、与造物者的本质. 有一些实体旅历过一段寻求的途径，发现越来越多跟真理相关的东西，他们尝试以言语描述它，但这不是揭露真理，仅是指出一个朝向真理的方向. 言语并非经验，因此所有的言语文字都是经验的变貌.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

K: 是的，那么就我的理解，我们可以说当意识进化的同时，真理也恒常地在演进，对吗?

我是 Latwii，我的姐妹，就某一方面来说，这是正确的，因为对于任何实体而

言，唯有他觉察到的东西才是真实的. 对他为真的东西持续在改变，于是一个实体的真理也在改变.

然而，一切万有的本质 其精髓不会改变; 因为一切万有即是它本然的样子.

迄今，太一造物者是一个寻求经验他自己的存有.

太一造物者有一个部分被知晓为智能无限，它不是受造物，因为它并不是造物的一部分，而整个造物从智能无限中跃出.

它的本质即是它本然的样子. 然而，从中跃出的造物恒常地演化，并且似乎增添它; 尽管在这增加之中没有真正的改变.

再次地，这是一个矛盾，我们无法使用语言文字为你解决这个矛盾，这是我们目前与你沟通的方式，但我们在这方面受到阻碍.

我们为此道歉，因为我们了解我们没有能力表达出这个概念的核心.

此时是否有其他问题?

A: 我有一个问题，在这个冥想团体中，我们努力调频 好让我们向一个光的中心思想敞开，有时候在冥想过程中，有人必须离开该团体，你曾提过这样会造成这个寻求圈的破裂，我在想是否可以做任何事 以减少这种破裂?

我是 Latwii，我的姐妹，万一发生这样的事，一个人必须短暂地离开寻求的圈

子，如你所称，最简单的方式是尽可能地安静离开；在离开之前，寻求圈中的每个心智观想即将空出的位置被光封印．然后，当这个人重新进入该团体时，看见寻求圈再次强化，并在你的心智中 使得这个光圈更强壮，并再次感觉你们寻求的合一．此时是否有其他问题？

M1：我有一个问题，关于多重人格．使这种人格重新整合，或者让它们保持分离比较好？

我是 Latwii，我的姐妹，我们无法以概略的陈述去涵盖每一个分别个案例，因为有些实体经验你所称的多重人格，其中原因只有当事者才知道，甚至终其一生他都不能完整地知道．一般认为 一个实体的存有拥有统合的焦点是比较好的，有助于 该存有工作自己的心、身、灵的进化过程；对于地球上的大多数人而言的确如此．

但对于某些实体 他们有可能需要将自我分裂一部份出来，好让自我分开的各部分形成一股动态张力，于是得以拥有特定系列的经验与课程．

你们星球上的每个实体时常会经验某种形式的分裂，容我们说，当这种分裂在特定的界限内完成 它是增进该实体的经验的一种方式，因为自我的特定部份能够更深刻地表达它的特征，于是更容易被该统一的存有注意到．

今晚，这个团体的每一位成员在某个时候都会觉得自己的一部分飘移出去，离开自我的大部分，通常会有精神分裂的感觉，容我们这样说，或感觉有段时间失去自我的控制．以长期而言，这些状况是有益的，因为它们允许经验的发生，然后增添该实体发表的课程．

我们可否进一步回答你?

M1: 不了，非常好的答案，谢谢你.

我是 Latwii，我们感谢你，此时是否有其他的问题?
[停顿]

我是 Latwii，既然我们没有察觉进一步的询问，我们很荣幸参与你们团体.

我们至为感激每一个分享我们贫乏思想的机会，我们提醒每一位 我们只是你们的兄弟姊妹，我们提供的思想并非毫无错误.

我们建议你们沉思并接纳你认为有意义的话语，抛弃任何没有价值的思想.

在任何时间，只要你要求我们光临你的冥想，我们会十分荣幸地加入你.

我们此时在太一无限造物者的爱与光中欢庆并离开你们.

我们是你们知晓的 Latwii.

Adonai vasu borragus.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0312 章集：独特的道路

[Oneness] painting by Barry Stevens

周日冥想

2007 年二月 18 日

小组问题: 这个问题有关于地球上各种各样的宗教。这些宗教似乎都包含一个真理的中心，然而，不同的宗教各自有众多的信徒，他们以自己的理解加以解释、狂热的追随，试图让宗教成为教条，告诉人们应当并且只能如何。这是否为人类的特性呢？那我们如何知道属于我们每个人的真正道路？

似乎每个人的心中都闪现着造物主之光，与其说我们是在知晓真理，不如说我们是在回忆真理。

Q'uo 是否能给予我们一些一般性的原则，关于如何看待宗教以及我们的“道路”在何方？

(Carla 传讯)

Q'uo：我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，我们的朋友，在太一无限造物主的爱与光中向你们致意。感谢你们创造这一个寻求的圈子，感谢你们邀请我们参与这个圈子。感谢你们这个极好的问题，这有关于一个寻求者如何在各种看似分离的理论体系中找到他自己独特的道路去知晓天主和造物的本质。在这个有趣的问题上能与你们分享意见，我们感到荣幸。

一如往常，我们希望每一位听者在话语中寻找共鸣，不仅仅是我们的意见，对任何其他源头的观点也是如此。你们有能力完全地感知那些共鸣以及那兴趣的火花，我们鼓励你们去等待那些共鸣和火花，而不是把我们所说的每一句话视为同等有用。

我们感谢你们在座每一位的辨识力，这允许我们自由地说话而不用担心侵犯你们的自由意志或打扰你们神圣的心、身、灵的进化过程。

今天你们所问的问题有关于如何在惊人的诸多哲学和宗教理论中找到适合自己的道路，这些理论都关乎神性的本质，造物的本质，以及人生的本质和意义。

如果在过去，这个主题无法使我们开始地如此简单，得益于你们科学的进步，我们能够相对直接地进入主题，讨论受造宇宙的本质。

你们的研究已揭示，那似乎是固体物质的东西在很大程度上是由一些"密实场" 1 组成，或者是一个没有质量的空间，极为稀疏地分布着能量漩涡。

这些能量漩涡构成了原子、分子，进而构成了组成你们身体的细胞，以及任何你们所能看见、感觉、触碰、闻、尝的材料。

(原注 1. Plenum，充满物质的空间，与真空场相反的意思.)

这些能量场有不同的吸引、排斥的极性，以不同的模式相互作用、相互巢状，形成你们看到的宇宙。科学研究已经证实：宇宙的任何部分都与其余部分互相联系和关联，所以宇宙为一体。这些讯息并不来自于你们的牧师和先知，而是来自你

们的科学家。如果我们能够来命名，这些科学家称得上是你们现代文化的牧师和先知。

那(宇宙的)本质究竟为何？那些振动形式按照阶层组合创造了整个的振动能量序列，并以此创造了从原子、分子、你身体的细胞，乃至你们银河系中的所有星系？我们，属于服务无限造物者的星球联邦，辨识出这个有次序的、合一的、和谐的能量场为属于爱的存在体。

创造星星的能量是爱；创造你们的能量是爱。但这不足以定义爱，因为爱即是一切万有，没有什么能与之比较，没有什么能与之对照。

爱的无扭曲形式永远是一个神祕，无法被自我觉知意识的各个中心所探知。

这个宇宙最深远的真理就躺卧于太一无限造物主之爱与光的广邈神秘之中。

这个宇宙是合一的，并且以某种特定的模式合一。他的合一性是全息的。

无限造物者的任何一个部分的闪光都包含了太一无限造物者的全然本质。

你身体里的每一个细胞都在唱太一无限造物者之歌，太阳也在他们的运行轨道中唱着太一无限造物者之歌。宇宙中的丰富性是如此强烈，彷彿宇宙的每一个粒子与微尘都被塞满 进而爆发出生命的爱与光。

你所经验的人生就如你的吸气和呼气。你问这个经验是什么，因为你在感知你自己。同时必然地，你会听到许许多多的声音，乐于去精准地解释什么是人生，以

及如何以好的方式去过那一生。

请理解，当你检视过去，你会发现一些困难的经验，诸如威权人物试图告诉人们应该相信什么，每个尝试服务无限造物主的个体都有可能掉入 T 所称的“陷阱”之中，以至于那些听信威权话语的人们的能量受到阻碍。

为了能以更富怜悯和仁慈的心去知晓是什么在驱动这些个体，让我们注视那些乐于教导的威权人物的能量。

当一个个体被任何的媒介、人格或富于灵感的作品所触动和激励，他开始意识到他走上了一条独特的道路。他开始意识到他是如此地有活力，他会想，“我必须将这个礼物，这个美妙的感受给别人。我必须传递这个美妙的灵感。”

通常来说，此时除了这个好的意图之外，尚未伴随其他目的。然而，教条的陷阱一直在等待着这个教导者。

一个智慧的教导者用他个人对神的经验之外的方法来帮助别人寻找神圣。

在一个追求井然有序的社会中，各种哲学和宗教所共有的核心--神秘主义，虽然非常有吸引力，却难以教导。当你说到一些难以形容的东西时，语言就失效了。

人们倾向于在此时为太一造物主的神祕建立一个组织。不同的宗教因为不同的原因建立不同的信仰架构，这些架构逐渐僵化而成为教条。

如果太一造物主是无限的光与爱，如果宇宙是在永恒地不断地进化，那么持续进

化的真理会比过去的多。同时意识的觉知在持续不断地扩展。任何教条的问题所在，将是它不能重塑自己以包含更多时时刻刻从那创造性原则所流出的新真理。

四季交替更迭，青草几枯几荣，人们的觉知不断进化成长，你是那觉知中的一个点。在你每一个的身体细胞中，在你每一个关于太一造物者本然形式的思绪中，你触及到你的真正本质。

然而，那真理深藏于你之中并被保护着。它不被你每个不经意的思想侵害，它不被你每日暴风雨般的显意识经验侵害，它坐落于你内心之中，被善加保护。

所有心智和理性的力量都无法攻下这个开放之心的堡垒。

接着，实体们寻求与别人分享他们的一小块真理。他们将之定义、编纂、组织成思想体系，使之成为一条寻求太一无限造物主的道路。借由后见之明的才能，学者们通常以武断的口吻表达某个宗教是错误的，或者某个宗教是完全的正确。

然而，一旦对太一无限造物主的寻求成为对某个特定观点的编纂和组织，与其说这有着扩展的影响，不如说这将会造成限制人们的影响。

许多教会和不同的宗教倾向于跳过理性上的探索，而更信赖开放的心。他们热衷于穿上特定的宗教服装，用特定的宗教语言，在一首接一首的歌曲中赞美太一无限造物主。他们的成员被鼓励在欢欣中高声地祈祷。同时，在歌声的韵律和节奏中，在祈祷和赞美中，太一无限造物主的爱与光似乎伸手可及。

相比较那些把头脑作为工具、从理性角度探求人生意义的宗教，这条寻求造物主

的道路有较多的纯度。

有趣的是，爱是每一个个体都密切知晓的一股伟大力量，但它却完全地抗拒任何的定义。确实，用言语去描绘爱就好像试图用鹅卵石搭建出一座大厦。

爱即是一切万有。那太一思维即是整个造物。在那心之源泉中，你能够从某个港口启航，探寻思想的海洋。因此，你和宇宙中其他个体有着一样的装备探索太一无限造物主。你有着接触造物主的直接经验。

的确，正是为了那个目的，你进入到这个幻象。你不断搜集讯息，你不断透过你人格和渴望的偏好与这些资讯互动。当你不断地收集你的人生经验，每个人都在作出选择，每个选择都通往一条前进的道路。

并且，你们每一个人有了觉醒的经历，你们意识到自己是真正有力量的个体，有能力去质问、有能力去寻求。

一旦一个个体开始觉醒，开始深入地提问，在造物者和受造者之间开始出现一股律动。提问和回答成为互相交织的心跳，不断进出，不断跳动、跳动、再跳动，所以当你提问的时候，你得到回应，再提问，再得到回应。

在每一次心跳、每一次呼吸的瞬间，你都有机会去提问，有机会去得到一个回应。这里的关键点是答案来自于静默的神祕之中，当这静默渗透到你有意识的经验时 几乎是一种惊奇。在这种渗透中你学习并浸泡在真理之中。

当你在生活时，你的思考告诉你学习到什么。而更多的教导和开悟是在静默中发

生。在各种形式的冥想和沈思中，你的心中呈现太一无限造物主的奥祕。

你即是意识，这不是你所拥有的什么，也不是你的特征。

到某种程度，意识活出你的生命，使你人格的每一个细节不再成为绊脚石。

然而，你人格的每个细节都具有宝贵的价值。因此，对一个怀有虔诚愿望的学生来说，最完美的渴求应当是消除个人的个性，而把自己完全奉献给静默。

对大多数个体来说，这个解答并不会令人满意，在每个个体个性和差异的背后都有一个原因。这些看上去充满挑战、艰难和悲痛的特质时常在生活中警醒你，为的是使你学习而不是使你跌倒。

信仰宗教的个体会接受一些特定的教条来简化他们的道路。如果他们能够在那简化了的思想体系中居住，不去掉入那些评判自己和评判那些不和自己同样信仰的人的陷阱，他们所寻求的通往太一无限造物主的道路很可能是有效的。因为每一个宗教都在教导爱他人和爱太一无限造物主。

如果一个个体爱造物者、爱邻人如同爱他自己一样，无疑地，他通往第三密度毕业典礼的道路是清晰的。他已经选择了服务他人，这个工作是好的。

然而更多的情况是，个体们在第三密度反覆轮回，他们发现自己不能够被教条或特定的宗教约束，从而他们会寻找一种新的途径，在这条独特的道路上他们得以创造自己。任何个体都能内在地创造这条道路，只要他怀着爱出发，也怀着爱走完这条路。

我们不愿批评和损害任何宗教或哲学。因为有多少怀有寻求意识的个体，就会有多少通往太一无限造物主的道路。你自身的道路会是独特的，正如其他人的道路对他们来说也是独特的。

了解宗教的强有力影响是有益的。当你了解宗教的力量企图涵括属世与天堂的领域，你将会认识到一个新宗教的能量是如何变的沉重以至于陷于教条和政治的泥沼。

让我们着眼于这个器皿所了解最多的宗教：基督教教会。这个宗教起源于爱赛尼(Essene)的神祕主义，你们所知的耶稣基督接受爱赛尼之道以及犹太教的学院派的训练与锻鍊。

这个实体的故事和寓言是简单的：成为一个和平缔造者，了解到一个人爱囚犯、孤儿、寡妇就是爱耶稣基督；了解喂养飢饿者即是喂养耶稣基督。

耶稣要求人们彼此照顾，共同持有一切事物。他的教导中并没有任何建立教会的指示。

事实上，这个个体甚至没有一个家，在他漂泊不定 2 的牧师生涯中，在几乎不带有任何世间财产的状态下，走在布满灰尘的小路上。
(原注 2: peripatetic，巡回的，到处行走与旅行.)

以他之名，人类创造了难以置信的富有的、傲慢的行政组织，建造了许多美丽的通往天堂的 带有十字架和尖顶的教堂。然而，美德并不存在于这些建筑物之

中，而是存在于那些仍旧寻求无限造物主的个体的心中，他们使用这些神圣空间进行寻求的仪式。

任何这些新的观点都是鲜活的。其中都有振奋人心的力量，人们喜欢将这力量传递给他们的孩子，传递给他们的孩子的孩子。所以他们又建造了另外一座建筑，创立了另外一种宗教，另外一种理论体系去捕捉那些无法被捕捉的概念。

同时，你们必须感谢宗教为这个地球上的个体们所做的一切。它给予理性某个东西去咀嚼。人们有机会透过各种不同的道路遇见造物主。
当你在宗教的范围内探寻，或者是在你自己创造的道路上探寻，你将会借由你的本质见到造物主，一次又一次。那些发生在你身上的事物对你的人格有着各种意义，由此你的觉知将会从这一点移动到那一点。无论你是一个从未读过一本书的土着，一个汽车技术工，一个大学教授，或是一个在世界屋脊--尼泊尔或西藏虔诚冥想的神祕家，在你每天的生活中，你们见到造物主的机会是同等的。

去欣赏那些宗教为你们所有人带来的东西。

在太一无限造物主的奥秘之中没有道路，没有路径去思考神圣。

你唯一的机会是成为神圣，于是 从内而外地知晓他。

在全世界的教堂、庙宇、清真寺中，个体和群体们保留特定的形式以便帮助许多寻求无限造物主的人们。例如这个器皿很久以前，在她的童年时代，选择基督教教会作为她人生的道路。

正如她曾经懂得的，也正如她现下懂得的，献出她的生命给基督成为她独特的美德。这个实体在这个宗教中是一个特殊的奉献者，也就是，她并不急于吸收那些教条，而更热切地寻求那突破教条束缚的奥祕。

(卡带第一面结束)
(Carla 传讯)

正如她所理解的，在任何神圣的作品中，在不同的生活环境中，人们一次又一次察觉到那灵感思维的资料库可以突破语言的侷限。这个实体以她自己的“生活规章”生活，她不断地使用一个相同的资料库 --《圣经》，她所有的生命都在研读《圣经》。然而，她有意识地决定不接受任何教条。

现下，每个实体都有能力为他们自己做出这样的选择。并且确实，用一个艺术家的眼光来仔细看待这个问题是有必要的，例如怎样活出自己的生活规章。

我们建议每个实体都为自己规划生活的规章，但我们无法建议这个生活规章的内容。你应当走你自己的道路，并注意那些特殊的时刻。

有些个体难以抗拒地被基督信仰吸引，有些实体只被佛教吸引。每一种个性都有相对应的道路。然而，就真理是无以言喻与奥秘的角度而言，所有这些途径都只有真理的最贫乏的骨架

但是这些宗教的途径都代表一种失败，没有一个能满足所有渴望知道真理的人。

这个器皿提醒我们应当在这个时刻结束讨论，所以我们想以这些话结尾：你是真

理的拥有者，但是你并不知道你是。虽然，造物主慷慨地安排你在第三密度幻象之中，在这里你难以真正知晓什么，然而，你能够知晓一条特定的、和你自己的真理有共鸣的道路。

你无法催促它发生。你唯一能做的是架设一个能够保有你的灵知的环境。

因此，相信你自己的感觉、感受、和想法。当你开始寻求觉醒的时候，当你开始寻求服务的时候，心中的共鸣会告诉你适合的路径。一旦你开始寻求共鸣，你会发现整个造物都为你提供充分的讯息。

每一个时刻，在更多的倾听之中，你听到更多向你述说的声音。

在我们的心中，在我们的思想中，我们高举你们并光荣你们，因为你们有探察黑暗的勇气，你们知晓除了光之外，并没有其他东西。我们祝福在你们寻求的道路上一切都好。在你们自己的寻求道路上，感谢你们提供这个机会让我们分享卑微的意见。

我们想知道在这个时候是否还有其他询问？我们是你们所知的 Q'uo。

（没有进一步的询问）

我们是你们所知的 Q'uo。我们已耗尽这个小组的问题；我们只想说在这个傍晚能够陪伴你们是我们的快乐和特权，你们的美令我们吃惊。你们对于造物主的爱鼓励着我们。能成为这个寻求圈子的一部分对我们来说是极大的祝福。

我们在太一无限造物主的爱与光中离开这个器皿与团体。

我们是你们所知的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友们，Adonai。

版权所有: www.llresearch.org
岸芷汀兰(Sherry)翻译于 2007-8-15。

Reviewed & edited by V，2007/8/16.

☆ 第 0313 章集：服务的态度

周日冥想
2007 年一月 7 日

小组问题：我们今天的问题，Q'uo，是关于一个渴望服务的寻求者，假如他或她怀疑这个服务，怀疑他们自己，或者他们在提供一个很好的服务的时候自我感觉太好，那将会如何影响到他们自己和这个服务本身？一个寻求服务的实体的态度会如何影响这个服务者及其服务？

(Carla 传讯)

我们是你们所知的 Q'uo 原则，在太一无限造物主的爱与光中向你们致意。在他的服务中，我们今天得以来到这个寻求的圈子。

感谢你们花费时间和能量创造这一个寻求的圈子，感谢你们呼唤我们分享意见，这对于我们来说是一种特权和祝福。我们很高兴有机会在这个主题 「服务者诸如骄傲和怀疑的态度将造成的效应」上，与你们分享意见。

一如往常，我们要求每一位听者和读者意识到你们都是富有力量的人。在这个时刻，无论我们所说的听起来有多么明智或多么动听，你是那个唯一的有能力为你自己辨识哪些内容对你的灵性进展有用、哪些内容对你的灵性进展没有用处的人。

你是你自身灵性殿堂的守护者，当倾听我们话语的同时，请你把握好自己。对于那些与你们有共鸣的句子，请你一定接受并尽你们所能运用他们。而对于那些没有共鸣的句子，请你们把他放在一边然后继续前行。感谢你们的体谅，这使得我们能够自由地说话而不会侵犯你们的自由意志，不会阻挡你们前行的道路。

我们感谢 R 的询问。为了更好的回应关于服务态度的作用的问题，我们必须先从这个特定的问题倒回许多步。这个问题由一个所有哲学问题中最为深奥的问题开始，即「我是谁？」。

你是谁，我们的朋友们？你是那个在思考的实体？你是那个在这个房间里坐在椅子上的实体，穿着衣服，看上去有着特定的样子，并且在这个时刻沉思个性、历史、以及此生为人的价值？

你是你所扮演的那个角色吗？你是那个你所诉说的样子吗？

正如 D 所指出，在形而上的世界里，我们的思想都是实在的东西。所以在这个世界里你所做的并不是全部。形而上地来说，当你的思想不断衍生出另一个思想又一个思想的时候，他们围绕着你，你产生这些思想做为蜕变或周期性忧虑的工具，也或者你会丢弃它们。

你们是谁？我们又是谁？我的朋友们，你们知道我们是无条件的爱的使者。我们并不是在爱中来到这里，而是你们和我们都是爱，因为我们都是一。

所以你们的询问可以对照我们的背景，即觉察到我们都是相互作用、相互渗透、具有不同观测点和焦点的一体，好让造物主可以用来观察、消化、收获经验。

从而，当你服务他人的时候，你即是服务自己。

同时，为了能让你们可以使用这个资讯来工作灵性，我们意识到需要更多的讨论。我们现在靠近一步问题 来谈论关于你以及与你互动的人们。我们刚才已经说明，你们和其他任何人都是这个整体宇宙的部分。然而，正如所有有益的灵性原则，它们都涉及一个矛盾，即每个人都居住在他自己的宇宙之中，你是那内在宇宙的造物者。

所以，你彷彿是一颗太阳，放射无法想像的 满满的太一无限造物主之爱与光。其他的人也是太阳，也在放射他们自己的光芒与灿烂光辉。

在你们之间的距离，就好像恒星之间的遥远距离，容我们说，海洋一般的间隔。

每一个在有形身体中居住的实体们深深地意识到人与人之间隔着巨大的相异性

(otherness)汪洋。虽然，所有这些「相异性」都是幻象，这是真的。

然而，以下的陈述也是真的，你知觉你与造物的其他部分不同，这是被仔细安排的特色，为了创造出一个氛围，你可以在其中做灵性的工作。

造物主曾经尝试创造一些第三密度的宇宙，每个身处其中的实体意识到合一的真理。在这个氛围中，实体们全然地意识到他们是谁，他们没有动机作进一步的寻求。容我们说，这覆盖 知晓全体造物为一 的罩纱被发现是一项设计的改良版，这里指的是第三密度教室的设计。

于是，在你们的特定造物中，你们都被罩纱遮蔽，远离那惊人的身分觉知。正如你自身居住的身体，的确，它的种种限制和防御机制将你和世界的其他部分划分了边界。

当你开始与他人交流，彷彿是两颗恒星变成两艘轮船在航行中不断地靠近再靠近。自然地，人们并不希望彼此碰撞，他们带着一定的小心航行于彼此之间。

同时，每一个人的内在都渴望与他人建立正确的关系。人们从心底渴求，能在和他人相处的时能够找到和谐、平安、放松和彼此的关爱。

你如何看待你自己确实影响到他人对你潜意识的认知。这是因为你的行动胜过言语。你的肢体语言，你的手势，你的讲话，你脸上的表情，你的眼神，都以你在镜中都无法察觉的方式传递给别人。

你看不到他人眼中的你。你或许永远不会知道有些人认为你是多么美丽，你或许

不希望知道 有些人认为你是多么的不迷人。你被装箱在你对自己的看法，虽然别人对你的看法可能冲撞你的堡垒，它却不能拆毁这堡垒。

所有你怎么看待你自己的想法 即是你造物的内容，即是你的宇宙蕴含的东西。

当寻求者作出选择，这个时刻--也许在此时，你将改变你看待自己的方式。

对于你们星球表面许多实体而言，这个时刻尚未到来，也或许根本不会到来。

当你作出决定服务他人，并朝着这个方向极化，你创造了一个期待、一个希望和一个目标。

自然而然地，你无法精确地想像应当如何服务于他人。但是你已经决定了你的意图。藉由这个意图，你的船只开始有了方向舵，你的恒星开始形成了它的轨道。你已经在你的宇宙中创造了希望的北极星(Pole Star)。

形而上地来说，这为一个实体在灵性上创造了从不成熟到成熟的道路。

虽然你总是不断有工作可做，好使自我的果实成熟，但直到你经过深思熟虑之后，作了给予一切以服务他人的重大决定，你尚未从轮回的梦境中醒来。

当你慎重地决定你愿意完整地奉献自我，希望成为这个世界当中的爱，如你此时所体验的，你成为一个魔法的实体。你比其他任何尚未作出这个选择的人都更清楚你是谁。

在这之后，你服务他人的角色也许并未有明显不同，然而，对你自身来说这是一个改变! 这个深远的改变在于 你将会负起责任 主动寻求许多资源和素材帮助你知晓如何服务他人，如何能够更灵巧地服务。

所以你的手中握着一把发令枪。我们用这个比喻是因为一旦你作出了服务他人的选择，就好像发令枪响，马拉松比赛开始，但这个特别的马拉松得持续一生的时间。当你寻求平稳地前进，正如这个器皿的赞美诗中的句子，「怀着上帝的恩宠，跑那笔直的道路」。1

同样这首赞美诗带领我们进入下一个要点，接下来的诗词是「睁大你的双眼仰望，寻求他的面容。」我的朋友，当你选择服务的时候，你生活在恩宠之中。

在你选择服务之后，有大量的帮助将会环绕着你。

当你选择去爱，当你选择去表达宇宙和造物主的本质，恩宠将充满这地。

你的选择直接与真理一致，那真理是一种没有人能用语言清晰阐述的伟大奥秘。

当你提升自己，凝视你自己的想法，自身的过程，以及你显意识存在的细节，你便将你自己提升到了一个良好的状态。你将自己提升到了一种构想的层次。

让我们花点时间注视这点，自我身分 它自身是一个概念，当你在询问态度如何改变你的服务时 你便是在询问这个概念。

当你让自己从自我这个概念提升的时候，并不意味着你回避自我这个概念，而是

寻求一个更为有益的、更具深入的视野 关于什么是自我的觉知。

所以，作为一个愿意服务其他众生的光之仆人，你有一个对于自我的双重认知：你的某部分意识到那些与你互动的其他实体都是你自我的一部分。

你自我的另一个部分是由你头脑中思维所决定、身体形体所限制、以及肉身自我的观念 所形成的自我觉知、自我意识和自我约束。

终其一生，这两个概念同样有用和准确。当你早上来到大门拿报纸的时候，你移动的不仅仅是你的爱[居住在你的肉身之中]；你也在移动一个注意早晨天气的 还想睡的人类。 从而当你在信箱里取出报纸的时候，你同时是那个庄严崇高的存有，也是那个在世间处理细节和琐碎的存有。

让这两个不同的自我概念融合是一门艺术。我们鼓励你们总是为那个想睡的、早晨到大门取报纸看新闻的那个你腾出空间。

当你取得灵性上的进展，你不需要嘲笑那些生活中的琐碎和平常，因为那些时刻同样是神圣的。

确实，我们的回答想要表达这样一个概念：允许你自己渐渐地意识到，你的自我是多么的丰富和有深度。不要回避自我的任何部分，或是那些文明和文化的虚饰，或是那些略为深邃的种族本质，或是某些教义和文化。永远不要回避性别的差异，而是拥抱并认可他们。你的转世是因为好的理由而来，所以不要背对它们，而是去欣赏它们，去发现它们提供给你的那些，这有助于你服务他人。

服务他人可以视为由两个部分组成。简单来说也就是：你意图给予别人的服务和你实际上给予别人的服务。除此以外，对你自身来说还有一个全然私人的、重要的第三个部分。

你意图给予别人的服务会和你服务他人的选择一致。你已为你的人生目标作出了选择。每一次你有意识地重复那个服务他人的决定之后，你倍增了你的极性。

你正在塑造一个越来越有力的自我，一个能够任意成就意识上的改变的自我。

你正成为一位魔法师，就这个名词的最高意义而言。

你把你的信箱和故乡置于身后，你直接与希望之星联结。

当我们看到你不断地尝试服务他人的时候，你的提升是如此光荣和美丽。

这些服务的意图并不会消失。在你们的现实世界中发生的"那些事件"，容我们说，在形而上的世界里是无关紧要的。

服务他人的第二个部分，容我们说，是这个服务本身。当你服务于另外一个人的时候就好像你给予了他一个礼物。你不得不将这个礼物用特定的包装纸和丝带包装。你是你本然的样子，所以你的礼物包装通常都由你个人的偏好构成。

在某种程度上，这个包装会影响人们如何使用你的礼物。

我们说这些不是为了让你过于关切这个问题，我们的话语的目的是使你了解当你

怀着一颗纯净且善良的心给予的礼物，你不需要为人们的反应负责。

你只需要为你的献礼负责，并尽可能把它雕琢得美轮美奂。

当你选择去给予服务，无论是一句话，一个手势，一些钱，一段时间，一个意图，或是你所给予的任何东西，这些都已经脱离了你的双手，就彷彿是你的孩子已经离开了他的住所，永远不会回来。

同时，在另外一个人的宇宙中，他获得了一个礼物。

当一个实体接受了你的礼物后，他如何对待你的礼物与你并没有关系。

无数次地，当你尝试给予，你们彼此都感受到了欢愉和快乐。

无数次地，我的朋友们，人们并没有认出你的礼物，那些礼物被人们破坏、归入尘土，它的最终归宿会与你的意图相反。

你不得不认识到这些都是正确的。你不能尾随你给予他人的服务，将之这里打扮一点，那里修饰一下。你必须由它去。

当你发现有人不接受你的礼物。我们建议你研究它，思考它;

正如 R 先前所说的，允许它成为你意识的一部分，并问自己:
「我如何才能更好地服务？」

服务的第三个部分，也是内在的部分，是关于你对待这项服务的态度。只要你还是居住在你的个性之中，你总是会不断猜测你的服务。凭着你的天性，你总是会认为这项服务也许还不够好，或者你也会因为这个服务的成果而感到骄傲。

这些对这个服务的本身来说影响甚微。因为你的服务已经被移动到了另一个实体的世界里。你对自己的怀疑并不能影响你的服务，服务并未被阻止，你也无法因为你的骄傲影响到你的服务。

然而，我的朋友们，一切都是磨坊里的谷物，包括那些你的行动、你的思考、你的话语。透过你的世界中的理性范畴内，你有无数种方式探寻你的想法。你可以怀疑自己，鼓励自己，感到罪恶，思考你是否能做的更好，或是其他许许多多的情感。依次地，这些变成了你现在看起来的那个样子。

如果你简单地观想你自己，并意识到这个过程，你最终会获得领悟。

我们一直鼓励每一位花时间与静默相处，来接收那静默中的丰富。

沉浸在静默中能够释放你对自我的概念。

现在与我们一起，每个人，想像你们处于一间小房间，里面空无一物，像一个修道场。当你进入这个房间，你感觉到快乐，因为这是你祈祷和提问的地方。在这个房间里，你被内心的强有力的静默充满。你跪在那空无一物的地板上，移开你对自我的认识。我的朋友们，移开他们，移开那些所有的概念和认识，只是允许自己跪在太一无限造物主的爱与光之前。

当你溶化了你对自我的概念，你变成了一个空的容器，在这内在房间中 爱与光灌注到你的内在。

那么，现在你是谁，我的朋友们?

当你腾空你自己的时候，你能够盛装爱与光的礼物。这个时候的你就站在耶稣基督的位置，如同他跪在客西马尼(Gethsemane)花园之际，他说: 「不要照我的意志，而要成就祢的意志。」

当你起身再次走出那个内在的房间，你会发现地球是一个熠熠生辉的地方，处处洋溢着欢欣。你会感觉到你周围的空气嗡嗡作响，欢迎你来到这个世界。

然后，你将知晓你是谁。

你无须辨识、定义或描述，你就能体会到那活力。因为当你从那个内在的房间起身的时候，你不再是那个你自己。我们曾教导过，你是那个非个人的自我。

那个自我位于所有实体的自我的许多层面之下。在那里，那些表面差异将会瓦解，细节的限制也将不存在，你将会成为你自己所描述的样子。

当你成为那服务的”我”的时候，你是完全自由的。

所以，我的朋友们，不必去忧虑你们做的好不好。你无须怀疑你自己，因为这不会使得你去拍拍自己的背。

你和这个行星上的大部分实体一样，你无法让那样的情绪停留太久。同时，你也无意在那里停留，因为你让自己有事可做。让自己变的成熟，能够很好地平衡自己，这和给予他人服务同样地重要。

当你预想并且聚焦你的能量时候，当你希望睿智地使用这些能量的时候，平衡显得重要。无论遇到什么问题，你的生活中始终持续着一种动态平衡。去找寻平衡，而非对错。去找寻共鸣，当你内在的自信说:「是的，这就是我在的地方。

这就是我希望的服务。这是最好的环境。」

当你感觉你在对的地方、对的时间，你的内在会很放松。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

不要去改变这个世界呈现给你的东西。你已经确认你自己是那个服务的「我」，恰当且谦卑地穿上你的基督斗篷，同时不要忘了引以自豪。

我的朋友们，这样你将会卓越地服务。

我们意识到我们仅仅擦过这个课题的表面，同时我们也发现这个器皿提醒我们继续前往下个阶段。我们想知道，你们是否有进一步的提问，或是关于这个主题的其他问题？我们是 Q'uo。

S：如果你愿意怀着无条件的爱去服务，然而你周围的人并不喜欢你所给予的东

西，这个时候你该如何?

我们是 Q'uo。我们相信我们了解了你的问题，我的兄弟。

我们刚才通过这个器皿已经说过，当你已经给出你的服务的时候，这个服务就不再属于你。有时候这似乎是一个残酷的真相，因为你的献礼掉在了无情的坚硬地面上。

但这与你的献礼无关，我的兄弟。那包含着你的善心和纯粹意图的礼物即是它本然的样子。在概念和形而上的真实世界中，它不会被嘲笑和忽视。虽然在幻象世界中，那些你们所称的舆论的份量，并不能确保每个人都一直知道那是你的礼物。

我们相信，当耶稣基督说到那些神贫的人是有福的时候，那些不幸的人是有福的时候，那些哭泣的人是有福的时候，那些处于诸多困境的人是有福的时候，他也处于这样的境地。在所有这些描述忧伤的场景－－对这个世界似乎是忧伤的－－耶稣都说「那些...人是有福的」 我们相信，在这个时候你们需要听到的是「内心谦恭的人是有福的，因为他们将继承地球。」

那些不被理解和不被接受的都会受到祝福，这些祝福会带你到一个更为深远的地方。在那里，你将你自己奉献给你灵魂的爱人--无限造物主。在你的哀伤中，有一种美将不会被误解。我们能给你的全部建议是: 我的兄弟，在这个时刻，你应当聚焦在这个情境的祝福上，并允许它让你变得愉快，因为它使你谦卑。

从那谦恭和愉快之中，将冒出新希望、新生命的苗芽，你将遇到新的能量，与新

的爱的致意。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

S：不了，谢谢。

我们是 Q'uo。我们也谢谢你，我的兄弟。在这个时候是否有其他的询问？我们是 Q'uo 群体。

T：是的，我想问一个问题。我们之前曾说到过有关冥想、和冥想时的一些困难，有时候我们在冥想中感知时间，有时候我们让这个过程就这样过去。我曾经在睡前为自己作编程规划，试图探索各种各样的事物。我猜测那样做会有一些效用。我觉得那是有益的，如果可能，你是否能够对此加以评论？

我们是 Q'uo，我们相信我们听懂了你的问题，我的兄弟。这看上去是一个很不灵性的事物，本质上，作为一个灵性寻求者，如这个器皿，所处理的一系列的事物的方式非常接近计算机运作的方式。这里面有一套程序，通常来说，在你的生活中有一套预设值。这些预设值中的某些部分是你与生俱来的，另外一些则由那些希望告诉你们你是谁的人教导，这构成了人生程序的初始状态，正如 R 刚才所询问的那样，关于你的态度如何影响服务。

在你临睡前为你某个特定意图作规划的时候，你就正在试图改写你的初始程序，并让这个程序属于你自己。这是个极好的事情。当你设置意图的时候，那就真实地、真诚地、谦卑地去设置它，然后将它释放。

然后，将它释放是很重要的，因为当你允许它成长的时候，它将会成长。这个程序将会向你生化电脑中的其他程序预警，容我们说，这有关于接受其他帮助以及增强自身的感知力来接受指导。当你继续沿着这个意图前进，你会大大加速你灵性成长的速度。

为平衡这个卓越的事物，我们单纯地提供你一个相对应的、平衡的动态，映照到所有加速你灵性成长的意图。

也就是说，当你的规划越有技巧，你的生活似乎将改变得更多。改变通常会伴随着困难。当你沉思这个困难的时候，你可能会觉得对自己造成反服务(disservice)。但这并不是真实的，因为你只是在要求自己能在灵性上进展得更快，而你的俗世部分可能觉得不太适应。

所以，当你在睡前试图做这个规划并将之视为一个稳健的实践的时候，你可能会发现生活中的许多事物都跳出来对你说，「我是一个问题，我需要被处理。」

是的，是你向你自己要求了这些，这就好像你在转变中先经历了一个 10 分钟的小测验。这并不意味着你想做的这些并不是一个好主意，而是当你试图达成这个规划的时候，会有一系列动态的回应。容我们说，当你越来越接近你所希望成为的样子，在那个方向上的挑战和催化剂就越需要努力地平衡。因为你是严肃而认真地去做了这个规划，那些挑战和催化剂才会变成那个样子出现在你的生活中，好证明你是玩真的。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不，谢谢。

我们也谢谢你，我的兄弟。这个时候是否有一个最后的询问？

Jim：这个器皿正尝试写一些文章来向那些需要的人们解释原型，这些原型在哲学意义上最重要的应当被理解的东西是什么？

我们是 Q'uo。我们察觉你的询问，我的姐妹。在这个努力上，我的姐妹，你的(文字)艺术虽然是苍白无力的，却是必须被使用的工具。

你的文字可能是没有效用的，但也是必须被使用的。

你正试图去学习如何教导，这个信息在这个时刻有着积极的意义。我们不能侵犯你的自由意志来为你做决定。

我们知道你已知晓并察觉这会是这个问题的回答。仍然，我们与你分享我们的鼓励。我们鼓励你放松你的心灵，并在每天的写作之前进行祈祷。你有几次忘了这样做，我的姐妹。不要忘记祈祷，向指引敞开会比你能够想像到的收获来得多。

正如许多艺术家一样，你有着卓越的心灵。然而，你希望歌唱的曲子已经超越了你的自身所限，也超越了所有人类的自身所限。那么，将你自身向灵感与直觉敞开，从行动到祈祷的过程中，询问:「我将如何服务？」

在这个时刻，我们将离开这个器皿和这个小组，我们必须说我们感到很遗憾，因为你们的陪伴使我们感到无比愉快。你们的美丽使我们震惊。

在你们一同营造的神圣空间中，同样也收容我们。谢谢你们。

我们在太一无限造物主的爱与光中离开你们。我们是你们所知的 Q'uo 原则。

Adonai. Adonai.2 爱与光。光与爱。

（完）

【. 2007 L/L Research 保留版权。由岸芷汀兰(Sherry)翻译于 2007-8-17】

Edited by V，2007 Aug.

1. [原注]

The second verse of J. S. B. Monsell's 1863 poem，“Fight the Good Fight，” is:

Run the straight race through God's good grace.

Lift up thine eyes and seek his face.

Life with its way before us lies.

Christ is the path and Christ the prize.

2.[译注] 圣经当中就有对神称呼「主」（Adonai）

「主」这名词在希伯来文是 Adonai（Adhon 或 Adhonay），字根的意思是「主人」。

圣经一般翻译为「主」。Adonai 在旧约中用了 449 次，其中 315 次是和耶和华的名一起使用的。

Adonai 强调一种仆人——主人的关系（比较创二十四 9），显明一种神作为主人的权柄；至高的

统治者神，是有绝对权柄的（比较诗八 1；何十二 14）。
Adonai 的意思应该是「一切的主」，或「至高的主」（比较申十 17；书三 11）。
Adonai 也可以用作个人的称呼，意思是「我的主」。

☆ 第 0314 章集：意图与行动

周日冥想
2007 年一月 21 日

小组问题：上周我们看了一部电影 1，讲的是在一帮坏人面前，男主角舍弃生命去拯救他的朋友。在这个过程中，他杀死了一些坏人。他试图拯救他人的意图是纯粹的，但是他的行动是混杂的。我们想问 Q'uo，当我们意图是好的，然而行动却是混杂的时候，将如何影响到我们的极性？

(Carla 传讯)

我们是你们所知的 Q'uo。我们在太一无限造物主的爱与光中向你们问候。在他的服务之中，我们今天来到你们中间。感谢你们邀请我们参与你们的寻求圈，一同分享关于意图、行为和极性如何作用的看法。确实，我的朋友们，今天你们问了一个丰富的问题，我们将会尽我们所能去挖掘这个问题蕴含的宝藏。

一如往常，我们要求你们成为你自身灵性殿堂的守护者，成为那守卫大门的狮子，只接受那些有共鸣的讯息，并且工作这些讯息；而把那些没有共鸣的话语放在一边。我的朋友，以这种模式你将维护你的自由意志，避免我们不恰当地影响

你们的灵性进展。我们感谢你们考量这点。

今天你们所询问的主题来自于一部电影，如这个器皿所称的《第九配置》(The Ninth Configuration)。 许多时候，行为是暴力的，而动机相对的单纯，正如《第九配置》中那个反英雄(anti-hero)。

无论是代表个人、或是代表例如一个国家的集体，大多数卷入暴力的实体们并没有处于愤怒、恼火或是其他暴力情绪的习惯。出于保护自己所珍视之物的需要，他们作了如此的回应。最终，为了保护他们的爱人，为了保卫民族与国家的安全，许多实体们因卷入暴力而死。

然而，也有些人以暴力为乐，他们寻找机会去进行残忍和毁灭的行为。

到目前为止，你们行星上的大部分实体们都朝着 真、善、美 努力，他们不喜欢暴力，也不喜欢那些导致侵略他人的黑暗情绪。虽然某些人的行为会让人以为地球上充满暴力，但你们整个星球上 大多数人的理想和意图远比那些行为来得纯洁和正面。

在这个方面，我们希望提及你们的文化，在电视和电影中都上演着暴力画面，有时甚至还以此为荣，但这并不能使人们走向灵性寻求的道路。

你们的年轻人在他们的玩具中表现暴力，在电视节目和电影中上演暴力，在电动游戏与(虚拟)战场上展现英雄主义与勇猛; 在其中 他们假装杀死了一个又一个的目标之后达成一种无敌感，从而 他们正在成长的心智倾向于在接受暴力时变得麻木不仁。

的确，你们当中有多少人见过暴力行为？有多少人，我的朋友们，有过会虐待自己孩子或者亲近的人们的家长？你们当中 有多少人在上学的时候，经历过那些在操场上欺凌弱小的恶霸，或比较不明显 但同样暴力的言语、卑鄙手段、吝啬、谣言，见过那些使用这些手段使局外人[那些尚未适应环境的人们]痛苦，并乐在其中的人们？

这些情况助长了一个普遍接受暴力的环境氛围。在这里，我们不想讨论关于一个国家透过战争来维护自身原则的权利，现在不是讨论这个话题的时刻。

但我们看待暴力的立场来自于某个站在战壕里的士兵，某个街上的人，而不是那些社会或政府组织，它们协助创造出一个环境，是你们此刻正在享受的环境。

在这个氛围中，正如诗人威廉(William)写到的，”光荣缭绕的云朵 2”，你们来自一个完美之爱的地方，进入地球今日暴力遍布的环境，光荣的云朵离去，罩纱降下，年幼的孩子们从绝对的无觉知、无意识、和愚昧中启程，向有意识、觉知和理解迈进。

你并不是你所处的环境，你的遗产也并非只是人世间的，你的族谱也不只继承地球的血脉。你是那群星闪耀的天堂里的公民，你在寻求的路上持守着内在的真理。这些确实都安全地深藏于你记忆与习惯之流的深处，在你累次的转世中累积着。

你们中一些人已经充分地调查过并意识到你们是谁和为什么要来到这里，你们有些人已经嗅到理解与觉知的猎物，你们追求它们就好像一只猎犬闻到狐狸气味的

反应。

我们鼓励每一个人坚持不懈地寻求，当每一天来临时，让智慧和理解(之水)滴落到你的环境中，如同天堂的甘露掉落在草地上，如同吗哪降落在青草上 给那些跟随摩西的人们享用。

你也不是环绕你周遭的那些想法和念头。你是那个直接能从你的灵性中获得滋养的人。正如这个器皿所称的，你们确实有过多的坏消息。你们有些人想知道一个实体是否有可能成为一个真正有道德的人，因为在他的估计中 每个灵魂在道德上都是如此妥协。然而，你们同时也会有许多美好的讯息源头，所以我们要求你们提起勇气。

看待道德的模式有几种，比如拉达曼提斯(Rhadamanthys3)的模式，是严厉和苛刻的。

在那样形式的正义系统之下，是完全的世俗的，并且完全罔顾有关无限或意识的特征，例如杀人就是有罪的。

拉达曼提斯形式同样也存在于你们现行的法律和司法制度，以及政府机关彼此之间的相互制衡之中。从而，当一个人会站在被害者的角度站出来说，这个人是有罪的因为他犯了谋杀。也会有另一个实体站在受审人的立场提出，他这么做是出于自我防护。在这样的司法制度下，你们法律系统所称的十二个正直好人陪审团会权衡斟酌这个杀人犯的罪行，然后宣布他是否有罪。

在你们的世界里，即使两方面都有它的真相，这样的问题总需要以某种模式解

决。然后 最终将会做出裁决，这个实体无疑地将会因为他的罪行入狱，也有可能最后他自己被这个严厉的司法制度判了死刑。

第二种价值观是：意图与行为。这个被称为 Jim 的实体在稍早时候曾说到某一场 Ra 集会的内容，Ra 群体曾陈述，当耶稣基督宽恕那些把他钉在十字架上的人们，以及身边的小偷，并且说 ”今天你将和我一起同在天堂乐园” 的时候，他童年的暴力行为才得到赦免。

从这个角度观察极性的作用，你们所知的耶稣基督在童年的时候因为对另一个人施加了暴力行为，即使他当时并不是故意的，已使他在这件事上他处于业力的负债状态。他没有原谅自己的行为，因为他内心无法释放自己的罪恶感，他在业力上 与那件事和那个人綑绑在一起。

他无法勉强自己原谅他的罪，经过慎重考虑后 我们用”罪”(sin)这个单词，因为这将会是我们要谈及的话题。也许你可以用”过失”(error)这个更为情感中立的单词来替换，以表达某个失误的判断而导致的不幸后果。

当你们所知的耶稣面对这个自认是小偷和杀人犯的人要求给予宽恕的时候，耶稣基督不仅宽恕了这个人，一道洞见的闪光穿透了他真正的内心，即他领悟到他有能力宽恕这个世界上所有其他的人，却将自己置于宽恕的救赎能力之外;而他正是为此而来，以他自己的意图将宽恕带给这个世界。

于是 最终，他感谢地、愉悦地，将自己从他过往的过失中释放，他宽恕了自己并获得了自由。

值得注意的是，我们现下要讨论的并不是哪些事情是对的、哪些事情是错的，也不是那些错误的事情将必定受到惩罚。那些是存在于你们星球上的拉达曼提斯正义体系。我们所谈论的是当人们以一种不平衡的模式互动同时不去工作那个不平衡的时候，业力将如何作用于他们。只有极小部分的业力工作模式是外在的。

换句话说，你们所知的耶稣这个实体可以选择前往那个童年时被他伤害的实体的家庭，然后寻求他们的原谅，很有可能这个家庭从心底里也愿意这么做。

然而业力之轮并不藉由别人的原谅而停止，而是凭藉自己对自己的原谅而停止。说来奇怪 人们不情愿去释放他们的罪疚。在世人的眼里，过去的已经过去，曾经发生的错误将永远不会变得正确。

但那是恐惧使得一个灵魂无法站立在道德之光照耀的日子里，向无限造物主承认自己的过失和内心的黑暗，并请求宽恕。这是一种向外寻求的自我宽恕过程。

以一种外在的模式想像在你之上有个造物主的架构是有益的，你可以伸出你的双手向充满宽恕和爱的天父祈求原谅。不过，事实上，这是一种内在的过程，而你所祈求的造物主早已居住在你的心之源头之中。

(回到这部电影) 这个反英雄全心努力 朝向完全的正面，虽然最终他也施展了大量的暴力和杀戮，于是，在这个层次上的业力，将取决于当他死的时候他是否原谅自己。

他因为觉得自己有罪，所以他不愿得到别人的帮助，也拒绝让任何人知道他已经受伤。他希望能以死来弥补他所做的一切，从而最终他以拉达曼提斯的模式自己

审判了自己，正如这个器皿所知。

电影中并没有解释最终这个反英雄是否原谅了自己。如果他没有原谅自己，那么他与那些被他伤害和杀死的人们之间仍然存在业力的束缚。如果他原谅了自己，从业力的角度来说，他不再负有业力的债，因为那些业债已经透过宽恕的行为在平衡的另一端得到”偿还”。

还有第三个层次来思考意图和行为如何影响极性。也许这个层次比先前我们讨论过的两个层次更靠近你们所询问的关键。这个层次的考虑是完全形而上的。从这个层次考量，我们将不只看到表面的真相: ”谁对谁做了什么？”

在这里将不会被考虑。因为在这个水准上，每一个实体都完全居住在他们自己的三维世界里。

这是一个没有遮蔽的世界，形而上来说这是你所处的地方。这是一个比你做为一个地球公民所生活的那个实相更为真实的世界，你在此是永恒的公民。

在觉知和心灵的环境下，我们所看到的并不是显化而是能量的支出。我们观察每一个实体拥有的振动。在形而上的水准上，这个振动的复合体就好像你们的指纹或者 DNA。让我们简要地解释一下。

在基础上，你们所有人的意识都精准地相同。当你向着成熟不断前行的时候，从灵性角度而言，你将发现意识是非个人的，它带有造物者的本质和天性，也就是理则或无条件的爱。你们每个人都带有这个意识与(相关)作品，不管是断断续续地或稳定地持有，你在瞬间的洞见、作梦等事件中拥有这个意识。

任何特定的时刻你的行为都可能影响你的振动。你有改变并提升你振动本质的能力。确实，你将透过一生的经验逐渐改变你的振动，无论你是否想要得到进展。如果你确实想要进步并且专心于你能量体的发展，在你的责任和道德问题上支出能量将会加速你的灵性进程。

当你将越多的道德考虑融入你的思考时，你评估处境的能力将会变得越清晰。当你越多地询问关于道德问题的指导时，你对于你的世界的感知网络将会越来越准确。

仍然，最终你只须尽你努力做到最好，你不能完全地限定或控制你的能量。这就好像你的呼吸或心跳。你可以有意识地暂停你的呼吸，但不久你会下意识地再次呼吸。你可以透过强烈的体育运动将你的心跳提升到每分钟 200 次，但当你停止锻鍊的时候，它将恢复到原有的水准。

但是，当你反覆练习屏息，最终你将会使你的肺变得强壮。同样地，当你有规律地进行身体锻鍊，让你的心跳加速再让它回复，你会发现，你的心跳降低了跳动速率来为你的身体供血，然而它的帮浦效率得到了提升。

所以做为一个有血有肉的人，在某种程度上 你能够影响到你身体的工作模式。但是你也是在与你的本能共同合作，你并不能最终决定你的心脏是否跳动或者呼吸是否停止。你的能量身体也是相同的情况。正如狩猎者找寻他们的猎物一样，你也在注意和警惕你的道德观。你可以要求你最高和最好的自我，你的指引系统，来帮助你作出道德上的选择，以此将你自己提升到一个新的水准，在那里将你所理解的代表美德的思想付诸行动。

你能够做到你说的那些。在这个练习里，也是在强化和改变你的能量身体，使得它能够更有效率地让太一无限造物主的光与爱流入心轮，在那里深藏着太一无限造物主那令人震惊的奥祕。

在这个系统下判断意图和表现的动态关系，说意图是全部并不精确。

而是意图是这个方程式中的唯一的形而上部分。所以意图描绘了你的振动本质，作为结果你将之付诸行动。

如果在这个系统下 评估这个反英雄的情况，我们想说这个实体在死亡的时刻无疑地是处于服务他人的振动。我们猜想这位编剧试图描绘一个天性极度服务他人的实体。所以关于这个虚构的反英雄，我们想说，当他被作者和演员塑造成影片中的那个形象时，这个实体毫无疑问地将从服务他人的极性中毕业。

确实，再一次，我们并不仅仅因为他的意图给予这个评价，而是他完整的存有，当它自然地振动到超出他的控制时，表达出他真实的自己，包括那些他自己都不曾发现或者已经发现但又将之埋藏的祕密与奥秘。

确实，我们今天给予你们思考的是一种相对而论的道德。纯粹的道德，如康德派学者寻求的那种绝对的戒命，即一旦正确就必须永远正确的要求无论在地球或是在群星璀璨的天堂世界里都是行不通的。

当然，这些理想本身是纯粹的。但是正是因为它们不属于尘世，理想才被称之为理想，这些思想提升我们并激励我们。它们是那些吸引我们并让我们着迷的纯粹

领域。它们的本质是，它们也是实体，有生命的实体。当然，这不是指像人类那样的生命，而是像神话中的天使、仙女、天神或女神。它们是那些理念和概念，在它们自己的世界里，它们是有生命的存在。

你可能对真理稍有研究，对正义稍有研究，或者对公平稍有研究，从而，你将会获得那个纯粹的想法的能量。但是当移动到你的能量身体的时候，它将会根据你的预想和偏好染上不同的颜色，将你的扭曲放在意识之中。在这一点上，所有人都是如此。

从提升你每日的振动的角度来说，沈思并记得这些有关真理、无条件的爱、美、希望、仁慈、正义和公平的理想，邀请它们穿过你 如同一座灯塔照亮这世界，这是有益的。

但请了解到 能量交换是一个复杂的连续过程。虽然你只做了一分钟的祈祷，这过程对于你的平衡、清晰度、能量额度、能量体都是一个显着的调整。正是你的能量身体，特别是你整个能量身体的七个能量中心的读数，将在任何一个特定时刻决定你的极性。

你不能储存你的极性。你无法做很多好事和很多坏事然后将它们的差异加总在一起。你从时间的维度上经历幻象的进程。你们所知的泰利斯(Thales4)说:“你无法踏入同一条河流两次。”同样地，我们想对你们说，你们无法停留在同一个行动或者思想上两次。它发生了 然后你继续前进，它会永远的离去。那些你思考、祈祷和行动的机会将会永不回来。这些都继续穿越你此生的每一个心跳之中。

你总是在经历着你生命中的最后时刻，然后发现你度过了那个时刻继续活着。把

你生命的每一刻看作是最后一刻然后去行动是有益的。这指出了你道德选择的主旨和重力，也使你在其中倾注更多的注意力。

因为惟有凭藉这些道德选择，一个接着另一个，你才能养成习惯 接收到每个当下蕴藏的道德涵义，从而最大限度地利用了你的时间。

(卡带第一面结束)

当你迈向毕业的时候，你并不需要达到 100％服务他人的水准。仍然，造物主似乎在一条曲线上打成绩。如果你只有 51％的服务他人，你已经准备好要毕业了。每一次当你有意识地选择服务他人，你已跨越了 51％并且充裕地朝向正面极化，并准备从行星地球毕业。你越是习以为常地实践你的选择和你最高的道路，越多的慈悲心和爱会与你回应，你也将越能够调音你的能量体，从而，它将会从极性上越来越趋向服务他人的振动。

你永远不能从人类身上解开善与恶的纠结。我的朋友们，因为作为人类种族的一员，其中既有善又有恶。在你整个实体之中，你包涵了善与恶的所有品性。

透过一系列的选择，你已经找到了成为你自己和通往外在世界的道路。你关闭了你天性中的许多阴暗面，因为那并不令人愉快并且难以负担。诸如发生在《第九配置》中那个反英雄身上的不寻常的情况使我们震惊，那场战斗同样让那个反英雄吃惊。

那么，我们要求你们，不要停留在对自己或他人的评判之中。虽然你会情不自禁地去评判，我们也不阻碍你们去那么做。我们简单地要求你们从一个人类的本质

立场上去判断，但不要停留在那里，而是向着造物主那蒙福的 散布着光的领域前进。在这个地球学校中，当你找到运用你宝贵能量和时间的模式时，邀请阳光和智慧以及无条件的爱(相随)。

这个器皿提醒我们时间差不多了。我们必须承认 要离开这个有趣的问题使我们感到遗憾。我们经常都感到非常遗憾，我们不得不收起我们的肥皂箱，将它塞到我们的手臂下，把手推车推出海德公园*外。

(*英国海德公园允许任何人在那里发表他们的演说，当时人们把肥皂箱当作临时讲台，并因此闻名。-- Sherry 译注)

我们想知道在这个时候是否还有后续的询问或其他问题?

R: 我这里没问题，Q'uo.

(暂停)

我们是 Q'uo，我们意识到我们已经耗尽了这个寻求小组的好奇心。我们重申，能够与你们同在是一种祝福。透过分享我们卑微的话语，开放我们的心，我们得以与你们共同思考，你们给予了我们服务他人的机会。

我们也同样与你们分享传递于你我之间的伟大的爱与情意，这对我们是一个祝福，我们为此至为感谢。能来到你们中间，欣赏你们清晰的能量中那令人惊奇的美也是一种祝福。我们惊叹你们每一个人内在的勇气和善良。

在太一无限造物主的爱与光中我们离开这个器皿和这个小组。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则.

Adonai. Adonai.

（完）

. 2007 L/L Research 保留版权，由岸芷汀兰，aka Sherry，翻译于 2007-8-21。Reviewed & edited by cT.

==========

注 1：《第九配置》，由 William Peter Blatty 撰写、导演、出品，Stacey Keach 主演。1979 年首次发行。这是 Don Elkins 生前最锺爱的电影之一，为了让 Gary 欣赏，我们放映了它。标题反映了电影的主题，正如世间生活的真实存在，这个关于科学的《第九配置》指出生活需要一系列特定的条件和原素，并暗示了某些高等力量或目标的存在。

注 2：这个引用的文句出自于 William Wordsworth 在 1803-1806 创作的诗歌，题为“不朽中的宣告，选自童年回忆集”。上述的引用出自第五节，开头如下：

Our birth is but a sleep and a forgetting:
The Soul that rises with us，our life's Star,
Hath had elsewhere its setting,
And cometh from afar:
Not in entire forgetfulness,
And not in utter nakedness,

But trailing clouds of glory do we come

From God，who is our home:

Heaven lies about is in our infancy!

译文：

“出生犹如入睡与遗忘;

伴同我们升起的灵魂,

这远方来的生命之星,

已经沉落在别的地方;

不是在全然的疏漏中,

不是在全然的裸露中,

而在蔓生的云辉里

我们来自天主，他是我们的家乡:

襁褓时天堂就在身旁!”

（译文主要来自《英国文选精粹》）

注 3：拉达曼提斯（Rhadamanthys），在希腊神话中是宙斯和欧罗巴的儿子，他在他的世间生活中伸张了正义，并在死后成为了冥界的判官。他的名字被用来指代那些毫不通融与严苛的司法系统。

注 4：Thales，living seven centuries before the time of Christ in Miletus，was the first recorded Greek philosopher and was considered one of the Seven Wise Men of Greece for his exhortation on Unity. He was the first man to attempt to explain the nature of the physical world philosophically—by the natural processes of human thought—rather than mythologically—by the supernatural. Thales' basic theory is that everything in nature is one thing. He thought that one

thing was water; hence the significance of his statement above.

译注: 赫拉克利特(Heraclitus)因他的”人不能两次跨越同一条河流”(We both step and do not step in the same rivers.)观点而闻名...
故这句话应当是赫拉克利特说的，原文却以为是泰利斯，而泰利斯是希腊七贤之一，原注 4 中还提及了他万物合一的观点，有兴趣的朋友可以查看上面的原文或者 Google 搜寻此人。
^_^ Sherry.

☆ **第 0315 章集：寻求与放下**

周日冥想
1983 年五月 1 日
(C 传讯)

我是 Hatonn，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我的朋友，人类将三个字串在一起“我爱你”，人们经常不经意地述说这三个字;但如果不知晓它们的意义，这些字句什么也不是.

我们这次想说你们地球上 人与人之间的沟通，你们与所有地球人经常发现很难将感觉传递给彼此. 人们被语言困住 而无法碰触内在的自我去传达他们感觉到的事物. 许多言语，包括爱这个字，都容易受到扭曲，因为它经常被肤浅、空洞地使用. 如你所觉察，爱不需要述说才能被传达. 一旦你觉察到内在的光，它会向外伸展，碰触所有周遭的人. 你无须言语把自我给予他人，一个简单的碰触传达

的意思远比你们的语言要多许多.

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我再次于太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们继续讲沟通这个主题. 或许人们主要的假设是 你必须有野心去寻求并掌握你想知道的东西，然后是你想沟通的东西.

虽然圣经上写着 “寻求，汝将找到;请求，汝将获得回应; 敲门，它将为汝开启.”

然而，到了某一点，怀抱野心的寻求不再有形而上的意义，甚至带来反效果.

因此，你们似乎陷入进退两难的局面，做为一个寻求者 你必须寻求，你必须有野心，必须不断地伸展与掌握.. [部分录音听不见]; 然而为了充分地成为寻求者，在某一点，过往的掌握与寻求成为负面或无益的方式.

这个困境的起因正是拿取的本质.

你是否想望有一天如同造物者那样的光荣?

你是否寻求在人际关系中 成为其他人尊敬与注视的对象?

你是否寻求伟大智慧，也就是爱的荣光?

在你的工作中，你是否寻求一个好印象，拿取并建造，掌握一个好名声?

你是否幻想有一天，你可以经验神圣的光荣，你天赋的权利?

如果你们当中有谁对这些问题都给予否定的答案，我们会很惊讶.

因为对于那些辛勤工作的寻求者，希望有个结果是他们的特性.

但沟通的第一条规则是没有拿取，只有给予.

所以，在沟通的过程中，你必须给出你所有的东西.

你在关系上有困难吗? 那么你必须把这个关系完全交出去.

你必须失去所有东西 好让你在这个关系的结果上 没有利害关系.

不需要去感动谁，不需要抓住什么意义. 你单纯地在这里 倾听并给予.

你可以把这个原理应用在你们幻象的任何一个区域，任何你拥有的名誉、骄傲、希望服务更多的思想..等等.

因为那些还有任何筹码在桌上的人 有太多可以输 而不能沟通爱.

你的心智或身体是否有任何财产 是你害怕失去的? 在你的心智中，将它放掉.

释放它并跟它道别. 你将持续地道别，因为一个学生时时刻刻在累积表面上对自我有用的东西; 然而在沟通的过程中，每一件事物都必须被放弃，因为唯有放下所有筹码 没有东西可输 在慈悲的完全光芒中 你才能真正地听到另一个存有述说的声音.

我的朋友，你可以做许多事，在你尝试全体造物的太一性的过程中，你所做的每一件事都是好的，美妙且值得的.

但光荣并不在这些尝试之中，而是存在于那些已经放弃所有事物的实体之中.

你可以给出所有东西，然后第一次经验到真正的丰盛.

直到你给出所有东西之前，你无法不以显着的扭曲沟通爱.

如果你真的要跟一个其他自我沟通，你必须在振动上与该实体的深沉自我一致，如果你有任何筹码在桌上，你甚至不能自由地与一个实体沟通.

在冥想中时时更新你的领悟，了解到你的存有性不仰赖任何东西，而是它本然的样子，那么你可以开始经验到圣经上说的心灵贫瘠的礼物*.

(*语出马太福音 5:3).

我们了解这点对于那些全心全意 寻求太一无限造物者的人们是容易困惑的.

因为一个人需要很大的意图与使命感将双脚屹立在道途上，并持续地向前行走，

跌倒时 能够自己站起来，当自我价值低落时 能在冥想中得到慰藉.

然而 你们每一位早已充满使命感，并认真地寻求，因此，平衡是必须的.

你为自己寻求，然后你给出你找到的东西 交给无限造物者.

你没有失去什么，也没有获得什么，你总是在这个旅程之上，你总是在全然与无可言喻的喜乐边缘之上.

单纯地记得 不管你手上持有什么，你的理智或心识拥有什么，你都可以安全地给出去. 这是一个人如何以行动去爱; 你受到无限的祝福.

想像一个强盗会多么惊讶，如果他来到你的屋子，你说“我的朋友，我的兄弟，拿走我所有的东西吧. 拿走我的鞋子，我还有更多.”

这样一个态度比世界上所有杰出的演讲都要传达出更多意思.

不管是什么人在做什么事，在他的面具底下 都蕴含造物者的眼睛，跟那位造物者沟通，不要停止冥想，好让你与无限之爱的接触总是自由地流动，好让你可以接触它，接着它可以碰触他人.

一如往常，我们告诫你抛开那些对你没意义的东西，保留那些有帮助的东西.

我们很荣幸对造物者说话，我们礼敬你们每一位，我们也是相同的造物者.

我们在时间与改变之风离开你们. 我们在你们的幻象中离开你们; 这个幻象是座不可思议的监牢，你选择这里以学习到如何从中逃脱.

我们在无限造物者的爱与光中离开你们，我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，我在我们无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们很高兴再次加入你们团体，并提供我们卑微的服务，尝试回答你们的询问.

第一个问题是?

R: 我对于性能量转移的机制有些困惑. 我知道男性与女性双方必须经验高潮，我希望不会使任何在座的人困窘，我的问题是男性的高潮是否必须发生在女性体内，才能发生能量转移? 我不大确定我理解这机制的完整运作方式.

我是 Latwii，我的兄弟，性能量转移不必然需要达成高潮，特别是对于那些良好极化的伴侣，在这种情况下，能量转移是一个恒常进行的现象，透过 有意识的性爱分享、慈悲、理解与宽恕的分享，得到大量的强化.

在不同的文化与组织中，有一些修练派别追求不利用高潮来达成性能量转移.

举例而言，谭崔瑜珈(Tantric Yoga)就使用这类的法门.

对于那些想要使用高潮的人们来说，的确 如果男性的高潮发生在女性的生殖器官之内是最有帮助的，我们注意到这也是你们大多数人一般的方式.

这个区域最具有象征性，不只如此，这也是基底能量中心的位置，当双方共同从事能量转移，肉体上的激动感觉会启动该能量中心. 从这点开始，能量中心依序被启动，当下个能量中心没有显着阻碍时，能量就会持续前进，直到碰到阻碍点为止; 在每一个能量中心都有一特定性质的振动回应此能量转移，增进双方的生命能.

我是 Latwii，此时是否还有其他问题?

Carla: 我不是一个很好的学生，但我似乎记得 Ra 资料曾说只要伴侣中有一个人到达高潮，双方皆可分享能量转移，这是真的吗?

我是 Latwii，我的姊妹，这是正确的. 关于性能量转移的主题，这是我们尚未涵盖的一个分支. 我们可否进一步回答你?

Carla: 我想确认一件事，前几天我跟一位朋友聊天，我们两个都有过一种特殊的性高潮经验，似乎不只与伴侣有一股连结，还跟宇宙连结在一起. 但迄今，在我们一生中，这种经验只发生过两三次. 你可不可以告诉我这件事是如何做到的?

我是 Latwii，我的姊妹，我们发现自己在这个询问中大大地受限，因为你所描述的是靛蓝色光芒的能量转移，这情况在你们地球上至为罕见.

这是行家的工作，对任何寻求行家资格的实体描述这个方法等于是替他走这个旅程，我们认为这样做是一种冒犯. 一个实体在与另一个实体分享转移性能量的过程中 可能偶尔击中寻求的核心，正如同一个练习射箭的新手偶尔会射中准心.

然而 能够重复这个结果的方法则必须由寻求者自己发现，虽然每个实体都在类似的途径上旅行，每个实体的方法都是独特的.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 好的，所以基本上 这是初学者的运气囉? 还有一个问题，这条途径是否可追溯; 对于每对伴侣都是一样的 从基底脉轮到靛蓝色脉轮; 或者对于每对伴侣而言 都是独特的途径?

我是 Latwii，我的姊妹，我们无意造成混淆，容我们建议两种可能性都是正确的. 详细地说，人类要学习的功课可以由各个能量中心代表，绿色表示与其他自我分享无条件的爱; 蓝色表示自由且开放地接受其他自我; 靛蓝色表示行家的工作，该实体寻求使用潜意识心智改变显意识的感知. 寻求行家资格的实体必须精通每一个能量中心代表的课程，然而精通的方式对于每个实体都是独特的，对于每对伴侣又是加倍地独特. 这是因为每个实体都累积了许多世的记忆，造就此生独特的课程规划，每个实体也以相当个人的方式走在寻求的途径上.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 让我浓缩你所说的，看看我是否真的懂了. 你所说的是必须条件是不变的

水平，但满足这些条件的方式形形色色 因人而异. 这是你刚才说的大意吗?

我是 Latwii，我的姊妹，我们欣赏你的能力，将我们许多的话语蒸馏出精华的能力. 我们可否进一步回答你?

Carla: 不了，我让其他人有发问的机会.
[停顿]

Carla: 既然其他人没有问题，我有另一个问题. 我对于今晚的讯息有点困惑，我并不理解它. 我将再读一次. 如我们已学习到，意志的机能是非常重要的. 但 Hatonn 这次尝试表达的几乎是否定意志. 我想在这条路上有很多矛盾是自然现象; 但转身背对自己的寻求 以便通讯，这点使我困惑. 我感到奇怪，我们经常被提醒关于意志的机能，在通讯过程中 意志的机能是什么? 你是否志愿失去你已获得的东西? 什么.. 我就此打住，你可以说任何想说的话. 我很困惑.

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的困惑. 我们希望在这个主题上可以帮助你.

当寻求者持续其旅程，有需要恒常地精练寻求的方法. 我们的 Hatonn 弟兄姊妹尝试提供这种精练方法给你们考量. 当一个实体开始有意识地寻求 它的努力是巨大的; 寻求者环顾自我的四周寻找基本问题的答案—我是谁? 生命是什么?要如何活出这一生? 关于这些问题 你们地球上有许多团体提供各式各样的答案.

许多寻求者到各种团体之间游历，如同一个大拍卖期间的购物者 去尝试很多种衣服. 寻求者尝试许多可能的方式观看周遭的宇宙，以及身处其中的自我. 有许多技巧可用来静止心智，使注意力集中，提供健康的思想与食物给心智与身体;重

复诵唸真言，唱歌与跳舞. 于是寻求者累积一组常用的曲目，可用来追寻心身灵的进化. 寻求者走过这条路，发现各个转弯处，太阳与月亮轮流照耀它的旅程，改变之风吹拂过 不断向前迈进的寻求者的脸庞. 最终，寻求者必须向内看 从自我的内在找到最终的启发，那将激励寻者再走一步，接着 再多走一步.

我们的 Hatonn 弟兄姊妹尝试传送的讯息是关于寻求者开始精练寻道的(转折)点，好让它在任何情况都不执着于结果. 虽然藉由致力于呈现结果 寻求者逐步增强其意志，这个过程就好比是根枴杖 最终必须要把它放下，好让寻求者凭藉自己的力量去行走. 对于任何事件 放弃事件结果的利害关系，这方式并不适合初学者. 一个人必须先从第一步开始.

放弃利害关系 与 对结果的执着，这句话其实暗示寻求者成为他所寻求的目标，寻求者成为他一直都是的身分，甚至在时间揭开它存在的卷轴之前 他即具备的身分; 于是寻求者被热心地劝告 成为他寻求的目标-太一无限造物者.

因为事实上，寻求者即是太一无限造物者; 虽然他可以用许多种枴杖到达这个领悟点，最终 寻求者不再寻求任何枴杖 只是成为他之所是—造物者.

这是一个意志精练的过程，于是意志以另一种方式被导引，它有着更轻快的步调，容我们说，矛盾的是 这一个步调拥有更大的力量.

我的姊妹，我们可否进一步回答你?

Carla: 你把我击倒了，我要找时间好好阅读这一段，谢谢你，Latwii.

我是 Latwii，我的姊妹，我们感谢你，并希望我们的出拳没有擦伤你. 是否还有

其他的询问?
[停顿]

我是 Latwii，我们发现已经回答在场所有人的询问，因此我们在此时离开这个团体. 一如往常，我们怀着喜乐离开你们，而每一个感觉到太一造物者的爱与光的人都知道这喜乐，好比你们这个团体. 造物的每一部分对于那些寻求真理的人们都唱着和谐之歌. 我们感谢你们每一位的认真寻求，并提醒你 只要你发出请求我们与你同在，我们总是在喜乐、平安、爱与光中 来到这里.

我们是你知悉的 Latwii 群体，我们再太一造物者的爱与光、大能、与平安中离开你们. 我是 Latwii，Adonai vasu borragus.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0316 章集：嘉年华会

周日冥想
1983 年五月 15 日
(无名者 传讯)

我是 Hatonn，兄弟姊妹们，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

这次的聚会有这么多人加入使我们感到很大的喜乐，你们在一起寻求，对我们而

言是多么美妙的景象，将我们的振动与你们的调和，让我们成为一.

我的朋友，这个傍晚，我们意愿分享一些关于如何与你的弟兄姊妹合一的想法.

虽然在你的周遭，有些人不如你的期待，有些人与你有冲突，然而 在你自我的内心了解太一性、同一性、自我的映照 仍在那些人当中.

当收割逐渐靠近，我的朋友，学习与那些你认为是麻烦人物的实体们成为一体是伟大的功课 并且值得感谢.

[Carla] 让我们观想一道明亮的光完全地绕行并持守这个团体.

(无名者 传讯)

我是 Hatonn，我们继续.

让我们将 对其他自我的感知 比喻为 一种镜子.

这种镜子常在你们的嘉年华会上出现. 你在这种镜子不会看到适当的反射，每一面这种镜子都被刻意地歪曲，好让参加嘉年华的人们看到各种不完美与扭曲的影像. 有些镜子似乎反射出欢乐与和谐的影像，使得一个人大笑; 其他的镜子似乎反射出阴森与威吓的形状. 于是当你每日每天走过这个幻象，你感知并分类从镜子中看到的所有影像，良善 与 邪恶; 朋友 或 陌生人; 和谐的 与 不和谐的. 你没有领悟到你身处一个嘉年华会之中. 做为一个嘉年华会的游客，你越是强调镜子中的扭曲，那些影像就变得更扭曲、更复杂、更有趣.

每个游客选择他娱乐的特质，藉由选择他喜欢看到的影像，并加以命名，以他自己的方式称呼.

在嘉年华会的某个时点，不管是好运来临，或灵感降临，或冷静使用智能礼物，游客突然发现在这座镜子之屋有个出口.

于是游客决定找到这个出口，离开镜子大厅..

看啊，他又进入了另一个镜子大厅!

那些你抛弃的东西不再出现，那些你不认得的东西维持在你意识的反射表面上;于是新的嘉年华会开始，它相当于寻求者在冥想中到达的新的觉知层级；嘉年华会继续进行，旗帜挥舞，旋转木马播放愉快的曲调，而你仍然看到每个其他自我受扭曲的影响，在许多情况 都比先前的扭曲少一些，直到有一天 好运来临，或灵感降临，或冷静使用智能，游客再次找到了出口.

会有那么一刻，你看到所有的镜子都被风吹走，或彷彿所有的玻璃镜都少了铅去反射影像，于是你清楚地看到每一个人都是自己，你一再一再地说 “那一个影像也是我”. 这样的领悟是美妙且喜悦的，但我们不能保证你可以持续保持它，因为你处在幻象中的目的就是要与这些镜子共同工作.

在任何时刻，当你觉得沮丧，请你在第一时间停下来，注视你内在的镜子，它将给你一个真实的影像，我们说的镜子即是静默，因为你可以在里头找到一个中心，一个希望与喜乐，以及一种爱 可以为你们与地球创造一个新的国度.

你可以离开这个嘉年华会，它有个出口，当你提升你自己并离开之后，你可能还会再次降落并加入这个嘉年华会，骑上旋转木马，一边吃着棉花糖，一边开怀大笑，接着选择在这镜子大厅中找到良善与亲切的影像.

你选择怎么看待自己？这是你的幻象，你的决定.

我们不否认那些负面的东西，我们不否认憎恨、死亡、妒忌、痛苦、或失落，我们只是要对你说 它们都是这幻象的一部分，而在这些事物的核心中 都有一个如此正面的蜕变 可以使你在学习过程中所流的每一滴泪 跃出喜悦的精灵.

因此，不管你看到哪一张脸，将你的名字放在上面，不要让任何世界的意见左右你，单纯地看到其他自我为造物者，你可以将光的讯息带给与你们相遇的每个人.

你今天的嘉年华有些忙乱吗？你想要让自我有更多的收获吗？很好，我的朋友，那么从完全地原谅自己开始，藉由最真挚地爱自己，透过冥想将你自我提升到光中，在那光中有慰藉，在那爱中有疗愈.

我是 Hatonn，我离开你们，虽然就无声的观点 从未真正离开.

如果你渴望，我们总是乐于与你们同在. 我们请求你们在聆听我们时 至为用心地运用你的辨别力，因为我们是不完美且容易犯错的，如同你们一样. 使用那些对你有益的思想，抛弃其余的思想. 我们向你致意，并向你们道别. 我们是

Hatonn 群体，我们在太一造物者神圣的爱与无限光芒之中离开你们.

Adonai. Adonai.

[停顿]

我是 Latwii，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们很荣幸被邀请提供我们卑微的服务，尝试回答那些对你们有价值的问题.
容我们问 第一个询问是?

发问者: Latwii，在这个时期 跟二十年前相比 是否有更多的遥视者、灵媒、与医者?

我是 Latwii，是的，我的姊妹，你可以注意到这类的实体不只在数量上有增加，同时在人口比例上也呈现上升(趋势).

发问者: 谢谢你.

我们感谢你，我的姊妹，此时是否有其他询问?

发问者: 这现象是由于第四密度小孩的诞生，或与流浪者有关; 或两者皆是?

我是 Latwii，我的姊妹，不只这些因素，还有更多可以考量.

流浪者带着潜在的能力投胎到地球，等待时机启动这些能力以服务地球; 还有来自其他第三密度行星 可收割的小孩提早一步来到这个第四正面密度行星...

[录音带第一面结束]

我是 Latwii，我们继续，以及那些地球原住民*，他们具有老灵魂资格，此次投胎希望能达到收割的标准，或者说成功地毕业进入下一个密度. 这些实体经过多生累世，发展出特定的能力，现在可以更轻易地使用这些能力. 你还可以考量催化剂的振动层级的升高，允许许多实体在日常生活中允用这些更强烈的成长机会，从而发展出所谓的超心灵或超自然的能力.

(*译注: 意指一个灵魂一直都待在地球成长、进化，而非外星系来的流浪者.)

此时是否有其他询问?

发问者: 今天早上我的个人讯息是忘记我的属世的道德责任或义务，让我自己无拘束地走我的路径，不被特定一个领域绑住. 你可否详述这点?

我是 Latwii，我的姊妹，我们可以一般性地谈论这类讯息的特质，而不能针对个人详细解说，因为这个讯息是一种深层沟通，是深层自我与显意识自我的沟通，当显意识自我察觉到内在存有反射出的讯息，它需要更多更多地寻求清晰地赶知道这些从内在升起的讯息.

允许自我敞开且无拘束地行走在进化路途上，这个概念的意义是一个实体运作着蓝色光芒能量中心[喉轮]. 寻求者经验到如此的能量配置将促进 自我与自我、自我与他人的清晰沟通; 接纳自我与他人; 以及 自由地向周遭的人表达自我. 当你将自由与接纳给予自我，你也将自由与接纳给予他人; 因为你也是一面镜子 将你

存有之所是反射给所有周遭的人.

因此，当你寻求自由地行走在进化路途上，你也将自由给予他人，并以如此的自由激励每个与你接触的人. 你可以在冥想中思量这样一个讯息的更深暗示与衍生的意义，这是有益的，你可持续精练你眼前的旅程. 当你继续这个旅程，你将发现来你深层自我的讯息越来越频繁，越来越清晰.

此时是否有其他询问?

发问者: 这个问题很难转变成文字，但我试试看. 我跟一位朋友在最近一周半以来，一直经验到一种压力或张力感，几乎感觉是地球的反响，彷彿地球自身处于某种特别的压力或张力，我们想知道是否有个特殊的原因或起因?

我是 Latwii，我的姊妹，你们行走其上的地球也正在参与近化的过程，因为造物的所有部份皆为一，当造物者开始觉察到自我，造物与造物者一同移动.

如你所知，这个周期即将在地球上结束，而地球的转形过程并不平顺，因为这个星球上的许多人在领悟上有困难，这个领悟是了解爱存在于每个片刻、每个情境、以及每个实体中. 因此，许多人经历到表面上不和谐的镜像有很长一段时间，于是这些不和谐的振动进入地球里面，当地球开始进入爱的密度之旅程时，在振动频率上产生暂时的不匹配. 这股不匹配对于那些敏感的人在很多方面是明显的. 但我们向每一位保证，这股不匹配或压力只是暂时的，它同时提供更大的机会给每个人类与地球自身，让他们发现此刻的爱 以前未曾找到的爱.

爱是所有造物的核心，没有一刻会没有爱自己无限的分享. 因此，当你感觉悲痛

或苦恼，记得为地球欢庆，因为它正在分娩中，同时这个分娩过程得到爱的照顾.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

发问者: 不了，谢谢你，那是我所期待的答案.

我们感谢你，我的姊妹，此时是否有其他询问?

发问者: 是的，让我再深入一点探讨这个主题，现在这些振动比以往强烈，它们是否开始渗入一般人[那些完全未察觉这类事件的实体]的意识中?

我是 Latwii，我的姊妹，这是正确的. 你们地球上有许多人尚未以敏感的内在存有去感觉，于是这些振动的强度以比较粗糙或一般的方式反射，也就是说，许多人会缅怀那所谓"美好的老时代"，那些时期比较平静 并且有时间反思与感到自在. 你可以看到心智想要回到这样的日子，展现在娱乐界，服饰界..以及形形色色人们表达内在存有与感觉的方式. (注: 复古风!?)

所以，这振动的强度被你们地球上的每个人注意到，然而注意的方式有无限多种.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

发问者: 你说的有道理，非常感谢你.

我们再次感谢你，此时是否有其他询问?

发问者: 我想再追踪一下这个问题，当我最初问这个问题的时候，我心里想 这个状况像是产前阵痛，但我不想这么说，但你刚才说出这些话语.

当人类分娩的时候，阵痛通常在频率与强度上都会逐渐增加，同样的模式也适用地球吗?

我是 Latwii，我的姊妹，虽然未来不是已知的，我们住是你们地球与各个族群移动的方向，我们可以认为这是最有可能的情况，因为地球有很长一段时间承受人类敌对的权力表达方式，这些振动已经创造一种惯性残余物，将会停留一小段时间 寻求平衡. 最有可能的情况是惯性力被允许全部释放，催化剂的强度将持续增强，好让在剩余时间 催化剂可以被最有效地使用. 你可以思量，伟大的学习与创伤的情境一同来临. 在很短的时间，当牵涉其中的实体觉察到需要呼唤那伟大与被深藏的内在储存(能量)，伟大的蜕变即可发生; 然而 在此之前 每个人通常只微弱地觉察到存在于自我内的东西.

发问者: Latwii，一个人将正面振动传送给另一个人，可以做到什么程度?

我是 Latwii，我的姊妹，根据该实体清理与平衡能量中心的程度，能力的程度是变动的，范围从 最没效力 到 无限有效 不等.

此时是否有其他询问?

发问者: 我最近碰到一个很不寻常的情况，我认识一个朋友，他的妻子遇到这种不寻常的状况两次. 她过去曾怀孕，经过四五个月左右，她的肚子逐渐隆起，然后突然怀孕状况消失. 你可以会以为是假怀孕(hysterical pregnancy)，然而她先生

是
位医师，并亲自听到小孩的心跳. 是怎样的实体需要这种滋养形态?

我是 Latwii，我的姊妹，在你说的这种状况，你看见一个实例，即一个实体只需要第三密度幻象中短暂的时间达成它原先设定的目标. 自由无拘束地打开双眼，你可以看见这个密度提供各式各样 存在的方式，以及学习课程的方法.

你刚才说的这种经验并没有你相信的那么不常见. 在此时，有许多实体寻求短期的幻象经验，这些课程具有很大的价值，因为这类的课程通常具有完成的特性，也就是说，毕业近在眼前 只剩一个学分还没修完.

此时是否有其他询问?

发问者: 这感觉像是一个私人问题，但我还是想问，Latwii，你目前是否具有肉身，位于空间/时间的某个位置?

我是 Latwii，我的姊妹，我们此时的存在是我们居住在光的密度中的空间/时间肉身载具，我们居住的载具虽然类似你们的肉体载具，但你们大多数人无法以任何方式感知，因为内含光的密度之缘故. 当我们透过器皿通讯，我们在一个时间/空间 或 思想形态中传送讯息; 我们的空间/时间物理载具产生一个思想的形态可以穿透彼此连结的密度与(次元)平面，抵达敞开的器皿.

因此，回答你的询问，我们通常的存在是处于一个光的空间/时间物理载具，但当我们要跟第三密度的群体通讯时，我们共同进入类似你们的冥想状态，然后在一个思想形态载具中传递我们的思想.

此时，是否有最后一个询问?

发问者: 谢谢你，Latwii，对这个社会而言 何处是带入新医学之道的最佳处?

我是 Latwii，我的姊妹，我们发现没有一个地方不呼求你所说的医疗型态，因为在你们星球上，每个人内在的忧伤、受苦、以及对合一真理的无知是巨大的.

许多人寻求健全，却不知道他们早已是健全的; 许多人寻求爱与接纳 却不知道他们是爱 他们是被爱的; 许多人活在这个幻象中 相信他们所见的幻象即是一切万有，接着他们在潜意识心智中呼求 想找到这个幻象的出口.

它可以被找到，然而人们不知道向自我内在观看即是进入合一，离开幻象的出口.

因此，当一个人寻求成为医者，不管以什么形式进行医疗，我们认为你无法错过指标，因为你周遭的人都在呼求你要给予的治疗，容我们谦卑地建议各位，最伟大的治疗即是你存有心中的爱，在你生命的每一刻 你都可以把它与遇到的每个实体分享. 再没有任何魔法或治疗方式可以比 爱、宽恕、与慈悲更伟大.

因此，尽你所能地给予，做你真正的自己，你的礼物将如同夜晚的灯台，那些呼求的人们将注意到，接着疗愈将发生，因为如此即是太一无限造物者之道，所有的周期都将满全，所有造物的片断都将被重组为一，而所有寻求爱的实体将发现他们四周全都是爱.

由于这个器皿有些疲累，我们感觉这是离开的适当时机.

我们感谢每一位呼求我们卑微服务的实体，我们提醒每一位我们只是你们在光中的兄弟姊妹，我们并非完美 也容易犯错，拿取你觉得有价值的话语，放下那些没有价值的部分. 在你的私人冥想或群体冥想中，不管何时，只要你呼求，我们就会与你同在. 现在，我们在太一无限造物者的爱与光、大能与平安中离开你们. 我们是你们知晓的 Latwii 群体.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0317 章集：消失的 M 星球

来源网站: http://ipsmediaworks.net/issa/
即时收音(必听!): http://ipsmediaworks.net/issa/miller/space/msts-4.ram
传讯者: Richard Miller
图. 小行星带(白色区域)

三月 8 日，1956 年

你们好，我的兄弟们，我是你们所知的 Mon-Ka.

我们这次 要对你们讲述的主题是关于在你们早期圣经时代发生的一个事件.

你们的科学家计算太阳系的行星只有九个，事实上有十二颗行星-九颗是可见的，一颗被摧毁，两颗还没被发现. 今天我们讲述的目的是这颗被摧毁的行星.

在你们的神圣着作中，有些段落提到晨星(Lucifer)，早晨之子，堕落的天使.在此提到的晨星过去位于火星与木星之间. (注: 今日的小行星带)以我们的语言，它的名字是马尔戴克(Maldek)，火焰之舌，马尔戴克是太阳系的第五颗行星，它存在的历史有千万年以上. 它的文明甚至比你们今日的地球文明更宏伟. 我现在调整水晶记录器(crystalgraph)与启蒙电话(ediphone)的连结，后者是一个转换装置 能够将我们的思想与话语转成你们的语言. 一个星际联邦时间监控器描述时间的连续关系. 请等一下.

[音调改变]

“Teritia，Maldek，elonto solex polita. 喔 马尔戴克，太阳的朋友，
我们久远的眼泪. 嗳呀，为什么你们不能预见你们自己的灾难?
喔 Vadur 城! 为什么汝以如此之盛怒鞭挞汝之姐妹城 Karna?

那是你们自己的肉欲与飢渴招致这场争斗-你们自己的生命，缺乏我们闪耀太一之光.难道我们没有呼吁汝之政府踌躇片刻并仲裁此事?

我们恳求汝不要使用那神秘能源(vril*)之原力，因这么做的回报将是毁灭.

听啊，喔 马尔戴克，我们哀求汝不要使用那原力.做为你的兄弟，我们曾经见过雄伟的火舌照亮我们系统的天空.你们没有权利去行使如此盛怒在彼此身上.

马尔戴克! 喔 马尔戴克!

不要这么做! 你们只剩下一个时期. 我们恳求你们重新思量.难道你们的科学家没

有告诉你们在一切都太迟之前停下来？失去汝之星球对事情并无帮助.

来自所有空间，喔 马尔戴克，我们呼求并说 停！在事情无法挽回之前停止.

我们随时待命准备帮助汝等，我们的弟兄. 我们只等候你们的呼求.
(*参考 http://en.wikipedia.org/wiki/Vril)

“喔 马尔戴克，太阳神(Sol)之光！为什么你们要以这种方式战斗呢？汝之困难从汝自身之欢愉、汝之忽视吾等之真光—造物者 升起. 没有这道光 汝等不会有真正的成长！喔 马尔戴克，汝之时间越来越少了.

宽恕彼此，不要鲁莽地使用神秘能源之光芒. 我们呼吁你们，喔 马尔戴克，趁着还有时间 留意我们. 汝之生命曾是美丽与明亮的，汝之城市令人自豪，汝之人民长久以来受到照顾. 你们的时刻居然会以这种方式度过 没有人会呼求这个结果的. 听啊，火焰之舌，我们说 汝等还能够拯救自身. 等待并祈求汝之争斗终止.呼求那原理之光并央求它光照汝之世界.”

我，Mon-Ka，中断这录音以说明这事件的缘由. 晨星，马尔戴克，曾经有一个伟大的文明 存在了许多世纪. 这群人走过进化的周期，经历战争与冲突，最后抵达一灵性觉知的状态. 在它地表上的两大主要城市是卡娜(Karna)与维德(Vadur).

在那个时期，总共有三十亿的居民住在这两个宏伟的城市之中. 人类(MAN)已经满足他所有的需求.

维德是一颗闪耀的美丽珠宝. 星际联邦中有许多人曾造访这座人类的梦想之都.在

这个地方 有足够的美让所有人分享.

经过数百、数千年之后，马尔戴克的居民曝露在核子分裂产品的放射之下，那是他们的政府冒险去探索一些可能性的后果. 在此 一个大灾难发生了，一颗飞弹装载卡尼托炸药(Calnutronite)，它极可怕的力量尚未被研发透彻，却被擅自玩弄，于是它在卡娜城的郊区引爆. 被释放出来的放射线散布在马尔戴克的大气层之中，灼烧地表上所有的居民之心智. 一种疯狂症感染了所有人群.

卡娜城控诉维德城蓄意造成这个事件，激动的人群们宣告维德大陆上的人们必须获得应有的逞罚. 我不需要说接下来的细节. 缓慢降落的尘埃煽动 妒忌、贪婪、与憎恨 的情绪，加上放射线的效应 这些人群失去所有的理性思考.

一场核子武器战争增长到失控的程度.

我们，隶属于星际联邦，受到合一法则的约束 无法干涉这个状况. 虽然我们派了许多代表使节前往恳求马尔戴克的两大势力，我们无法影响他们了解他们追求的东西是多么愚蠢. 最后，重复的警告都没有获得注意，我们撤退并驻扎在一个远端控制的观察太空船上；一具接近该行星的时间监控器纪录并广播这个星球濒死时分的事件. 我现在将播放一些该监控器当时的广播.

“喔 马尔戴克，你们的存在之光适切地在我们的萤幕上发亮着，你们过去的光辉已经开始消退. 一具装载着鲜活之氢元素的飞弹进行它重大的一次飞行 它正穿越你们的大气层. 我们再也不能停留 再也不能恳求你们的存在. 这个时刻已经到来!-Adonai，喔 马尔戴克-- (停顿约 12 秒) --- 一切都结束了，喔 光辉的太一!

我的兄弟，我 Mon-ka，要将这点说给你们地球人听. 卡尼托炸药(Calnutronite)的前三个字母是造成马尔戴克最终毁灭的因素，它们代表镉(Cadmium)、铝(Aluminum)、锂(Lithium)三种元素. 我在这个时刻(1956 年)说你们的科学家有可能组合这些元素，我还需要说更多吗?

你们地球人要决定你们要何种结局-重复曾打倒马尔戴克的宿命; 或在合作与服务，在爱与光中，达到星际间和平共存 之伟大命运?

喔 地球人，你们称为的土星环 以及 小行星带 都包含那颗曾经存在的行星之证据，那颗与你们地球相似的行星. 这个事件的日期可以由你们的神圣着作中找到，该着作中曾写着“从天际带来一道巨大的光，各个河川都要变红，彷佛流血一般. ”这个状况是由于马尔戴克(爆炸后)的落尘，它不只搅乱你们的大气层，也影响到我看护的火星(Masar*)
(*注: Masar 是火星的古名)

我请求你们，所有听到我的话语的人们，好好思量我们已经陈述的故事. 现在，我的弟兄们，我必须离开. 好好想想你们渴望的未来. 我们被允许的干涉或调停远不及你们自身的作为. 让我们看看你们地球人决定怎么做.

我希望有机会再次与你们说话. 我现在离开你们.

Adonai，我的兄弟，我被称为 Mon-Ka.

为了方便你参考，这个名字的拼法是 M o n-K a.

Vasu borragus.

延伸阅读:

1. 一的法则 卷一: 第六场，第十场，(新版)第二十一场集会

http://geocities.com/terahsu/book1.htm

2. Wiki 百科-- 小行星带 (Maldek 残骸)

http://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%B0%8F%E8%A1%8C%E6%98%9F%E5%B8%A6

http://en.wikipedia.org/wiki/Asteroid_belt

(V) 2007，translated & edited by c.T

☆ 第 0318 章集：真实的自由

周日冥想

1984 年七月 15 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们感谢你们邀请我们在这美丽的黄昏时刻分享一些我们的思维.

你们的栖息地是多么可爱，你们的第二密度生物是多么地优雅，鸟儿在树梢上歌唱，树林举起它们的手指朝向太阳的最后光芒. 你们的居所是多么安静，它怀抱着你们，使你们舒适地安歇.

而另一方面，我们可以看出人们如何认为宇宙是僵硬的，因为房子不会移动，它不会站起来跳舞；树林似乎也不会为了欢乐拍手；鸟儿的歌声跟幸福的祝愿无关.

这些都只是可预期的现象，在许多情况中，人们似乎必须活在一座监狱中，住在这里似乎没有足够的选择 或给予你足够的自由.

从前有一个年轻的男孩在寻找自由. 他感觉到双亲的限制，常常叫他做许多杂务，对他有许多期待，他无法满足他们全部的期待；不过他并不想去区别他能做到哪些 又做不到哪些. 他单纯地想要自由，从所有的期待与责任之中解放出来.

所以这个年轻的男人离开家乡，出外寻求自由. 他很快地发现给予自己足够的钱是明智的，它可以买那些使他快乐的事物，于是他开始累积自由的装备，他拥有各种美酒使他感觉很快乐. 他尝试各式各样的改变意识状态的化学制品，使他感觉到狂喜. 他在漂亮的年轻女孩中挑选对象 接着发现性满足增添他的快乐. 他买喜欢的衣服，过他喜欢的生活. 有一阵子，他很快乐 因为他已经找到他的自由.

到了某个时候，没有一种酒可以使他开心，没有一种心智-转移药物足够满足他寻求理解的需求；甚至 没有一个漂亮的女孩可以完全地吸引他，因为他只凝视外在的部分，完全不知道里头那个人是谁. 然而，他早已假设这些事物构成自由，于是他领悟到他必须重新评估自由是什么.

这个男人真的感到困惑，所以他开始往内在寻求一些更有趣的渴望，可以使他减轻他的奴役状态，的确 他被食物的欲望、每天休息的需要所奴役，然而 他不可能没有这些东西 除非他愿意冒失去性命的风险，他不愿意这么做，这样的自由对他而言太过混乱. 不过 他仍想要自由.

不安又愤怒，这个男人随着年月成长，他花了很久时间寻找自己的答案.

他开始尝试看见事物表面底下的东西. 最终，他娶了一位他喜欢的女人，发展出一个家庭，他成为孩子的父亲，女人的丈夫. 再一次，他被要求负起责任，远比孩童时期要多许多. 他也再次发现他可以达成一些期待，以及无法达成另外的期待. 随着光阴的流逝，这个男人觉得很明显地 他已经找到自由，因为他已经找到可以去爱的事物. 他发现有可能藉着沟通表达出他可以做到哪些事，以及他做不到的事. 同时他选择的女人将他从那些他做不到的事情当中解放出来，并且感激地赞美他能做的那些事情.

他发现自己对妻子与小孩要求很多事情，他惊讶地发觉自己成了一个被告者，对他人期待过多，并且无法分别哪些是别人能做的，哪些是别人做不到的.

我的朋友们，每个投胎到地球上的人类都会经历多到令人迷惑的刺激. 你们每一位都是独特的，对其他人而言 你是一个神秘，因此误解是无可避免的，每个人都觉得自己被关在监狱之中，毫无目标地生活着.

我的朋友们，你有一个自由，那就是你可以选择你存在的方式. 你的存在越是跟爱有关，你的显化就有越多服务，服务那些你所爱的人们.

你所执行的每一次对他人的服务都是沿着自由道路上的一大步.

每一次，你选择你存在的方式，你即给予自己一个大恩赐.

无可避免地，在有些时候，你的生活方式看起来一点也不自由，

你被要求的责任超过你的能力范围.

你们每一位都有两个能力，一个是属人的. 通常，即使是一个圣者有时也会说“我无法做到你希望我做的，原谅我，我无能为力.”那么你们则有更多的机会说这句话.

你的内在还有另一个能力，当你呼求它，你能够成为它的管道 好让爱流过你，你可以成为一个无限有效率的器皿，能够彰显任何被渴望的东西 不管在任何情况下. 要做到这点，你必须把自己置于风险中.

在你成为一个清晰的管道，你可能会失去许多，因为真正的自由是一个很大的风险. 我的朋友，真实的自由涉及深沉的选择，当一个人做出这些选择，他就接受了一个清楚明白的责任与义务.

你被要求在似乎没有任何爱的情境下 仍然看见爱，接着你在看不到任何东西的情况下 踏出一步，不知怎样，空气开始变得凝固，你的双脚下开始出现你未曾看过的地面.

风险就在选择之中，每一个选择都必须是真实的，而你必须有耐心等待你寻求的真理之显化.

我们建议你用三种方式协助你灵性的进化: 每日冥想、每日沉思、每日分析自己的想法.

当你寻求快乐，那是一个幻象.

当你寻求自由，那可能是 也可能不是一个幻象.

如果你寻求逃离责任的自由，你已经在一个梦境中创造另一个梦，

你将成为一个奴隶 不是自由人.

当你寻求的是 爱与服务的自由，你站立在坚实的地面上—不是安全的地面，
因为去爱并不简单，去服务至为困难，与人沟通是多么不安全，
深深地分享你自己是痛苦的. 然而爱坚持等候 并吸引你到它身边.

你想要成为自由吗？那么准备迎接一个颠簸的生命车程，
但却是一个喜乐的旅程，因为当你给予而不数算成本，你买到了无价之宝.

你们的圣经写着“凡流泪播种的必欢喜收割.”

愿你们的眼泪蒙福，愿你们的喜乐是巨大的，
愿你们的寻求充满太一无限造物者的爱与光，他透过我们向你们说话，
再透过你们向我们说话，不断地 回声 再回声 回响着感恩的韵律.

我的朋友们，树林确实会拍手，鸟儿确实为喜乐而歌唱，
这个居所也不是静止的 而是一个滋养且鲜活的环境.
但你们有两个东西 是房子、树林没有的.

你们可以移动，你们有自我意识.

愿你们在运动中找到自由，愿你们今天在平安中前去服务与关爱.

你们不知道明天会如何召叫你，你只知道今天要求你做什么.
因此我们请求你们尝试以现在进行式去服务.

将你的姿态、思维、智能 与情感都专注在此刻的情境中.

你有自我意识，你将怎么运用它?

在最黑暗的时刻，我们请求你使用自我意识寻求天父的国度，它就在你里内，并以爱心与亲切的方式充满你，使你可以显化你想要的东西.

你们可以依靠彼此，但总是要记得每个人都是有限的，每个人都可能难以沟通表达他自己的限制.

首先仰赖造物主，恒常地在你里内 在平静与信心中 寻求造物主，因为你只寻求记得，你只寻求回归.

啊 在生命狭窄的期间 一个人找到喜乐是多么惊奇，一个人找到忧伤又是多么不稀奇. 我的朋友，愿你恒常地感到惊奇.

我们在无限造物的爱与光中离开你们，在无限造物的欢笑与合一中离开你们.

再次感谢你们允许我们分享这些愚蠢的想法，再次谦卑地请求你们无须依赖

Hatonn 或任何其他的灵性来源，只需依靠你自己，你听到(看到)的所有东西你是唯一的评定者.

在灵性的路径上 没有确切的保证，只有一个承诺 即你将承受一个巨大且持续的风险，那个风险是你将变得容易受伤 以及一直保持的敏感度.

我们与你一起在这条路径上，容易受伤，愚蠢，同时也是完美的;

在爱中完善，并与造物主合一. 我们是 Hatonn 群体，Adonai，我的朋友们，

Adonai vasu borragus.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，我的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们感谢你们邀请我们加入你们团体，再次欢喜地提供我们卑微的服务.

此时是否有个讯问?

Carla: 我有个关于先前讯息的问题. 在什么层级上 一只鸟为喜乐歌唱 或树林拍手鼓掌? 我以为鸟类鸣叫是因为牠们发出飢饿或求偶的讯号等等?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问.

我们认为你所说的为喜乐歌唱的生物 以及 为喜乐鼓掌的植物 在它们存有的十分基本层级是真的，在同样这个层级 造物的每个部分于存在之中歌唱、拍手、跳舞与欢庆. 在这个层级，你可以看到存有的实在本质，分子结构的实质物，那儿凭藉太一 清楚地认出太一，当这个存有层级越来越被带入显意识，它变得越来越能被第三密度所理解. 当鸟儿歌唱，牠可能的确在表演求偶的仪式 或 保卫领土的符号，然而那驱动歌声与仪式的能量即是该实体存有之真正本质; 在那本质中 在那层级之中 生命之歌在生命中欢庆着.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 所以 在细胞核(nuclear)的层级 一个人的自我与身体都处在欢喜的状态，对吗?

我是 Latwii，我的姊妹，你是相当正确的，我们可否进一步回答你?

Carla: 疾病在人类之间是如此普遍，如果一个人能够接触到那喜乐的层级，在我看来 由自我产生的疗愈瞬间即可发生，是否正确?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问.

我们发现你再次击中这个题材的核心，因为这是太一造物者的特质，当一个病患请求时，他就会医治. 所有我们向外界寻求的治疗方式 它们的效力都有一定的限

度，与寻求医治者接触欢喜层级的深浅有关，该实体的存有在这个层级蕴含太一造物者.

我们可否进一步回答你?

Carla: 一个人要如何接触意识中的这个层级?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问.

我们看见你从另一个角度探寻这个古老的问题，我们要给你的答案 你可能已经听过许多遍.

每一个寻求者踏上的旅程被形容为一条笔直且狭窄的道路，然而 在旅行的过程中 会经过岩石与险阻，有许多的迂回与转弯，刺耳的北风呼啸而过，烧灼的阳光照耀在寻求者身上.

每一位寻求者都需要达成存有的结晶化，以及平衡所有扭曲，净化(自己)服务他人以及寻求爱的渴望.

这是一个简单的陈述，然而却是一个困难着手的工作.

但当爱在存有的每个部份被发现，这条道路就变得更笔直一些，另一个石头被移开，寻求者踏出另一个步伐，然而每个寻求者都有某种方式存取意识中的这个层级，但大多是无意识的连结. 这个与太一造物者的连结在每个细胞中欢庆，并支持寻求者有意识地行走在黑暗之中.

接着，当寻求者找到爱与光，黑暗被照亮，这个连结变得越来越有意识，于是寻求者能够越来越有效的治疗自我，凭藉着他自己努力找到的爱与光.

我们可否进一步回答你，我的姐妹?

Carla: 当我们停止 Ra 工作时，我们那时专注的焦点是原型，我在想原型心智是否跟这个细胞的、核心的、喜乐的意识同样深邃? 换句话说，一个人可否使用原型的暗示与线索来触及同样的层级，或者原型也是一种工具，它的层级没有细胞核意识那么深?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问.

这不是一个容易回答的询问，然而我们仍将尝试回答.

你所描述的合一性与喜乐的细胞核觉知属于全体造物，它一直存在于你存有的每个细胞之中，在你存在的每一时刻之中. 它瀰漫在一切存在以及一切非-受造物之中. 它是太一造物者的总合与实质.

与各式各样的工具 它们似乎与这个觉知的本质分离，可以被寻求者用来揭露与掀开这个觉知的本质，然而 在每个工具之中同样可以找到属于存在的相同喜乐与合一. 你们的确可以从利用原型，一组概念复合体，这个途径去获得更大的理解[如果我们可以用这个误称]; 对于存在于所有事物与情境之中的喜乐与合一的理解. 不过，不要被物理工艺混淆或误导，在你的思想与行动中 首先与首要的重点是寻求所有造物之心，以及你自己存有之心; 接着利用任何物理工具辅助寻求，

但焦点总是摆在渴望的核心上.

我们可否进一步回答你，我的姐妹?

Carla: 不了，谢谢你.

我是 Latwii，我的姊妹，我们至为感激你. 此时是否有其他的询问?
[停顿片刻]

我是 Latwii，我们发现目前我们已经耗尽所有询问，同时为了器皿的舒适度，我们藉此机会向这个团体道别. 一如往常，我们感谢你们每一位要求我们卑微的服务. 并提醒你们 我们的话语只是我们的意见，我们旅程的结果，一个在喜乐中的旅程，一个在爱与光中的旅程，我们将这个旅程与你们分享.

我们感谢你们，我的朋友，并在此时离开你们.

只要你发出请求，我们总是与你同在.

我们是 Latwii 群体. Adonai. Adonai vasu borragus.

(V) 2007，translated & edited by c.T

☆ 第 0319 章集：艰难的旅程

周日冥想

1989 年六月 18 日

小组问题:

大多数人觉得当一个人走在灵性旅程上越久，他应该觉得更轻松、更快乐、更健康. 然而事实似乎并非如此. 在许多情况中，似乎有更多的困难或挑战出现在诚挚寻求者的旅途上. 为什么一个人旅行越久，旅途却没有变得更轻松、更快乐、更健康?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们感谢你们怀着渴望来此聚集为一个寻求的圈子，单一地渴望真理，在圣灵中合一.

在你们的文化中，你们的情感、灵性、与身体有一种状态被器皿称为耗竭 (burnout).

这个状态是因为你没有把那些不结好果子的部分交托出去，因此这部分尝试接管好的藤蔓，如你们的圣经所述.

你们每一位已经做到每日冥想与沉思，以及怀抱炽热的渴望去服务造物主以及你所有的兄弟姊妹. 因此，我们先从世俗的观点进入这个主题.

当你面临一个挑战性的任务，那通常是令人兴奋的，如果你有机会在另一个工作开始前 结束这个任务，你会感到很满足.

但如果你正在完成第一个任务的过程中，又要开始另一个大任务，对于时间分配的焦虑与压力就会升起；并不是因为时间不够，而是因为你只依赖你自己.

这是一个世俗的社会，一个世俗的文化.

你们知晓的大师耶稣提供的合一与无条件的爱受到学说与教条的破坏与污染，似乎所谓的基督礼拜不复存在.

然而我对你们说，我的孩子们，这不是真的. 你们可以打开自我 朝向你自己比较非个人的面向，在那儿找到力气，找到时间，找到恩典去知晓造物者的意愿并去实践它.

所以我们建议你每天固定一个时段，如果可能的话，规划一个特别的地方 你可以在其中倾听内心的声音，开启内心之门 找到基督意识、爱的意识. 这个意识是无限的，你可以取用它 让它流经你，你就不会疲惫或失望或悲伤；也不会有耗竭，不会有厌倦，只是单纯地想做更多更多 因为在做的过程中体会的喜悦.

做为一个寻求者，经过前几年密集的灵性生活之后，他将培养出一些好习惯. 这些好习惯通常是规律的、每日的礼拜. 花更多时间思想太一无限造物者及其爱的本质；更少时间花在考量这个特殊幻象的财宝.

单单凭藉着信心，你每天在静默中问“有什么是我可以做的?”然后找到一种感觉做为答案.

用你的心灵之眼注视周遭的环境，那是一个柔弱之美，今天盛开 明天就凋零.

然而 每一朵完美盛开的花朵 都有它光荣的时刻，对于造物者而言都是难以言喻的美丽. 我们请求你去看看大自然，你们如此倚赖的第二密度，它努力地更新自己，尝试医疗人类加诸其上的伤口. 我们请求你在每日冥想中为地球的和平与完整祈祷，因为当你们每个人都这么做，这个星球的意识将变得明亮 同时越来越多人可以准备好自己 毕业进入下一个密度.

随着人生经验的增长 你们已经体验到事情变得越来越困难，我们请你思考你们的学校系统: 一年级、二年级、三年级，等等.

你们可以把年级类比为密度，你们现在正处在第三与第四密度的交会点，结束旧的振动，开始感觉新的振动.

此时 在这个星球上 没有一个人是没有机会毕业的. 你们每个人藉由老资格振动赚取到这次的投胎机会，这次宝贵的经验能让你踏出重要的一步: 想自己优先于他人，或 想别人优先于自我.

如果一个人在一年级要学习微积分，到十年级才学习阅读，事情会变得相当混乱，不是吗? 因此，我们缓慢地起步. 第一密度是岩石、海洋、火焰与空气; 第二密度是植物与动物，它们全都亲密地与爱同在，这就是为什么你们许多人在旷野中体验到被深沉的平安所环绕.

所以你在第二密度中学习到面向光，在第二密度的尽头 你已经成为一个独特的实体，不管你以前是动物、植物、或岩石.

第三密度，你们现在享受的经验，在这个密度 有一件事被高举 让每个人都看得见. 那就是一个选择: 信赖或疑虑; 光明或黑暗; 希望或绝望.

每一次当你通过烈火的考验，你学到某件困难的事物，你擦擦额头对自己说:

“喔 现在我希望这就是我所有需要学习的东西了.”

我的朋友，你的高我对你是很有野心的，它不会满足于一点这个 一点那个，它要求你整个人生，而它回报你的 是永恒生命的觉知，因为你们每一位都是上帝自性的一片火花.

当一个人走在旅途上 事情变得更困难有几个原因.

或许最显着的原因是没有完整学习到的爱的功课.

每一个来到你身边的挑战都包含一个爱的功课，如果你没有透过冥想、沉思、灵感与分析的协助来学习这个功课，你可能无法完成这个功课.

你或许宁可决定 你有一个更光荣的职务，一个更令人兴奋的礼物要给予这个世界，你缺乏耐心，然而在无时性之中 没有空间留给急躁，我的朋友，你所有的灵性成长发生在这无时(timeless)的此刻. 直到你将自己从今天、昨天与明天移

除，你尚未接触到无限；那是你渴慕的无限，因为那是你天赋的权利.

任何没有被成功学习的功课将会以更强烈的方式重复发生，好让你可以越来越清晰地听到内在的急迫感，在正面与负面途径之间做出选择.

任何寻道团体最可怕的一个误解是精英主义，因为一个人在教导、通灵、或寻道，相较于那些爱看电视与畅饮酒精饮料的人们，他就比较优秀、特别、并且是神的选民.

你们每个人的高我都十分有耐心，它不介意你要花多久学会一个特定的功课，它的度量基准以百万年计. 只是当你第一次忽略某个功课，它会在第二次给你更严格的功课，甚至第三次更困难与严格的功课.

因此感觉事情变得越来越难的首要原因是一个人抗拒改变.

我们建议你，不管你的强项是直觉、分析、冥想、祈祷、或沉思，你都可以每日聚焦于此，认真诚挚地寻求知晓你要如何给予爱，寻求(造物主)给予你机会去分享那份爱. 如果一个人这么做，功课还是可能变得更难，但至少你比较有兴趣去完成它. 当一个人抗拒(重复的)模式时，他就必须不断不断地重复这个功课.

当一个人旅行越久，道路却变得更崎岖难行，其中原因是你越来越能聆听心门内的微小的神秘声音，于是你对自己无法满足；因为你想要让那些自我内在奇怪的部分[不再有服务的机能]脱落，想要将那些空缺的地方填补上服务他人的选择.

另外一个导致课程越来越困难的原因是服务他人的艺术涉及的微妙之处.你们许多

人把取悦他人跟服务他人混为一谈.

当你看待每一个需要服务的请求，不要从取悦自我或其他人的角度去看，而是从在这个情况 爱在哪里的观点去看，让爱与光的北极星做为你的指标.

你们每一位被摆在这里为了一个选择，你可以自由地与所有人同在，成为一体;或者 把自我挑选出来 视自己为世界上最重要的人物.

现在有个把戏(trick)，我们厚颜地这么说，为了协助还在慌乱挣扎的灵魂；那是:

如果一个人请求造物者，他将给你任何你渴望的东西.

的确，从某个方面来看 这句话是如此真实，我们为说出这真理而不安，因为你所盼望的，你必然将得到它. 你们许多人有些时候想要十分自我-毁灭的事件，因为你对自己不满意. 不要让幻象困扰你，只要驻留在你的内心中、你的灵性中，继续行走你的途径，因为所有的途径都通往太一无限造物者.

当你渴望寻求真实的服务，而非取悦其他实体，最好花时间在静默中，允许所有情境、感觉、他人的期待等等冲洗你，流过你；然后将你自我调频到你已知的最高与最佳的频率 并且是你可以稳定承载的频率.

我们说的都是简单的真理，没有什么新的东西.

我们无意建立教堂或神庙，我们只关心一件事：一次服务一个灵魂，一个人.

朋友们，你们每一位都是值得的、不朽的、完美的、美丽的.

无可避免地，每一年级都将比上一个年级困难，也更有挑战、更有趣.

或许最好的学习钥匙是允许内在的智慧告知你什么是最佳的服务. 然而你可以怀着欢喜与快乐的心去做手边的工作，毫不浪费时间在疑虑上. 不管在任何时候，你似乎遭受残酷的失败，避免去评判自我.

学习总是一件痛苦的任务，但当一个人回顾过去，当时的学习是令人惊奇的且充满刺激; 他觉得自己像是个航海家，准备要以爱与光去征服新大陆，拥抱全世界..

正当你这么感觉时，下一个功课又要开始了. 这过程都是你为自己规划的，使你在服务他人的路线上产生最大限度的极化.
[停顿]

我们停顿片刻，单纯地享受这个寻求圈的美好，我们感谢并祝福你们每一位.

我们感到莫大的福气能够分享我们的思想给你们. 当我们与你们说话，当我们分享你们的悲痛与喜乐，我们重新经验第三密度幻象，所有幻象中最沉重的一个，我们看见 并被你们的勇敢与勇气所激励，我们敬佩你们的决心—不管要付出怎样的代价，都希望执行天父的旨意.

我们在此时转移通讯给 Jim 实体，感谢这个器皿与所有在场支持的人 [做为能量电池]. 我们在爱与光中离开，我们是 Q'uo.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向你们致意.

此时是否有任何询问?

发问者: 你刚才说到 我们做为主要通灵管道的电池，你可否再多说一些这个过程?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟，在这个傍晚，当每个人进入这寻求的圈子，在每个心智中有个至高无上的渴望，即是参与团体的寻求，以获得真理与光的一部分 用来激励自我内在的服务他人(渴望)，并引发更大的理解 关于如何提供服务，如何在心身灵三方面进化.

因此每位成员带入寻求圈的渴望[经由一生的服务而增强]可以被视为一种服务或供能的原力，当每个成员的渴望累加起来 提供通灵器皿可观的能量 让它去汲取.

我们用无线电做为比喻，天线能够接收远方的信号，而天线的接收能力与无线电系统的电力或能量大小成正比.

因此 在座每一位都提供该能量的一部分，我们至为感激这项服务，我的兄弟.

是否有其他询问?

发问者: 我有一个关于黑暗或邪恶力量的问题. 我听说邪恶力量是一个幻象，唯

一的邪恶只在你的两耳之间，它并不真的存在，我们在这个幻象中学习倚靠、朝向光. 我的问题是，在那倚靠的过程中，一个人是否还需要承认黑暗的存在，(既然)它是个幻象?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟，我们首先提醒每一位，造物(creation)自身是一个被精细塑造与精巧设计的幻象，使得造物主的每个部分都有个方法透过相同的经验去知晓它自己的每个部分.

在这造物的幻象中，有些是属于正面或放射的，有些属于负面或磁吸的.

有许多词汇被用来描述原力的双重性，这两股力量一同形成动态的张力保持这造物在妥当的位置，如同一个显化的思维 可以被使用来服务或成长.

在这个造物的幻象中，有个东西并不是幻觉，从这个东西之中 产生了造物，他即是太一造物主，超乎思维，超乎心智，超越意识.

于是，从合一的真理中 创造出你们所知的造物.

接着 有一条真实存在的途径，合一; 以及一条虚假存在的途径，分离.

然后从这两条途径，(寻求者)可旅行这两条可行的路径之一 通往太一造物主.

一条路径尝试看见所有造物的太一性，在每张来到你面前的脸孔认出他，这是服务其他(人)的途径; 属于放射、给予、正向的途径，比负向途径延伸得更远的途径. 负向途径增强表面分离的概念，将之带到合乎逻辑的结论，服务自我的途径

尝试为自我取得光之力量，并用它来征服周遭的生灵，使得每个(周遭)实体的力量移转到那行使控制者身上.

在你们第三密度的幻象中，这两条途径(分别)被视为良善与邪恶，这是一个扭曲.

你可能觉察到这些途径的真实特质，比较困难的途径是负向极性，你们文化习惯称呼它为邪恶，因为一个实体尝试使他人的意志屈服自己的渴望 将面临获取之力量消散(dissipation*)的困难，因为该实体与另一个实体融合寻求力量的过程受到分离的阻碍，由于该实体一直追求并增强分离(概念).

这条路径最后的终点是 第六密度—统合的途径，在此的必要条件是每个想要继续前进的实体得看待所有生灵皆为造物主. 对于正向极性的实体而言 这并不困难，因为正向极性的途径从根本上尝试将一切视为造物主. 对于那些负向极性的实体而言则有够困难，以致于负向极性必须在那一点被抛弃，容我们说，然后立即发生极性的掉换，因为力量是相同的，来自相同的来源，于是带着一些困难可以将这力量(方向)反转; 好让该实体的寻求可以继续，以(更新的)双眼看着一个新的世界，新的造物，以及对自我新的感受(觉知).

(*译注: 这个字有个科学的定义-- 电性能量以热的形式被释放.
来源: www.sciencelobby.com/dictionary/d.html)

是故，那被称为邪恶或负面的途径，我们可以视为一个(特别的)旅程，旅人转头远离一切正面的东西，以反向的方式找到他的欢乐在那些黑暗与隐藏的东西之中，并在其中找到机会 也就是牺牲别人以晋升自我.

无论如何，各个途径的终点与最终的目标都是太一造物主，因为再无其他目标，再无其他源头，再无其他旅程. 然而，(宇宙中)有两个领悟与完成这个旅程的方式.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟，此时是否有其他的询问?

发问者: 我对于能量感到好奇，就我所知，此时有许多能量倾盆洒在地球上，你曾说负面实体在这个时候可以增加他们工作的能量，我猜想对于正面实体也是如此? 这个现象将持续发生直到地球完全进入第四密度?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟，我们发现你已经在本质上回答你自己的问题. 的确，就我们的观察 当你们的行星球体移动进入时间与空间的一个新区段，该区段有更多的爱与光可以被感觉到，爱与光川流不息地通过地球的能量漩涡网络，而每一个人类都是一个能量的管道. 这个现象就好比书本上的文字透过放大镜变大了. 因此一个人不管是选择 正向放射 或 负向磁吸，他的方向与向量都获得增强.

于是在这个情况，有更多的能量可以被呼求，并且它成为日常环境的自然一部分，所以 每位在地球文化中的个体都可取得更高阶的振动能量，它影响日常活动以及个人的感知，导致经验的强化.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 告诉我们，为什么我们喜欢猫科(feline)动物，为什么我们被猫(cat)引?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟，我们注视你们文化中的猫，猫科家族的一员; 我们看到在很久以前 [以你们第三密度幻象的尺度]，猫就担任守卫的角色，牠谨慎地看守真理寻求者行经的途径. 从你们地球的历史显示有许多文化尊崇猫的看守者、守卫者角色，并且给予特定的滋养照顾给真理的寻求者 [走在正向极性的途径上].

因此，那些具有敏感度 朝向在内寻求的实体们会被这种特别的动物吸引.

在许多个别的情况，有些人在过去世生活于一个尊崇猫科动物的文化中，因此更加受到猫的吸引. 我们特别指出古老埃及文化大量使用猫的形态与机能，将它做为许多启蒙密室[被用来学习与服务他人]的守卫者. 因此在你们人类的原型心智中，猫是古老的，地球上许多人在过去世曾与这些照顾人的动物相处，他们将猫摆在一个珍爱焦点上.

在此时，我们感谢每个寻求圈中的成员，邀请我们分享一些思想，讨论你们在寻求旅途上最感兴趣的议题.

再次地，我们提醒每一位，我们提供的话语只是我们的意见，我们在自己的旅程上学到的东西. 我们不希望任何这些话语成为读者的绊脚石.

请忽略任何对你没有共鸣的话语，使用那些对你最有帮助的话语.

我们此时在太一无限造物者的爱与光中离开每一位.

我们是你们知晓的 Q'uo. Adonai，我的朋友. Adonai.

(V) 2007，translated & adapted by c.T

☆ 第 0320 章集：暗黑嘉年华

周日冥想

1984 年十一月 11 日

Copyright © 2003 L/L Research

[aka. Don Elkins，RA 资料 发问者]

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，我们以存有的全部服侍他. 在这个傍晚，这个群体呼叫我们 这是我们极大的荣幸.

我们自己从未有任何东西要告诉你，因为依序而言 我们也是通灵管道，传递那超越我们薄弱理解的东西，然后再透过这个器皿传递讯息给你们.

我们说的话不一定正确，我们也不希望你们将我们的话语当作一个沉重的负担，聆听每一个字并衡量它的意义，或许你此时无法接受这些字句 (请将它们放下).

在我们的感谢与责任声明之后，我们要对你讲一个游乐园，一个壮观与光辉的嘉年华会，一个市集 在其中所有的商人展示他们的商品，成千上万的游客来此碰碰运气，来参观人造的优质手工制品，最重要的，游客来此欢庆 感觉自己是快乐群众中的一份子.

从一个深层的观点来看，这是每个有意识投胎到第三密度地球的实体的动机之一部份. 你们可能活过许多辈子，但当你不处于肉体载具之中，你不可能记得嘉年华旗帜会凄凉地、缓慢地、忧伤地颤动; 啦啦队的旗子也会受到严重损伤并且破裂. 而那些运转摩天轮，旋转木马，各种游乐设施的机器不总是正常工作.

在心智的思考中，活这一生看起来很简单，学会你自己设定的功课要比写一份计画书简单. 你们许多人都是野心勃勃，而你们的生命计画早已使得你经验到大量的[你所谓的]痛苦、苦恼、灾难、失望以及困惑.

让我们一起散步，走出游乐园，来到街上. 这是一个黯淡的夜晚，游乐园座落于该城市的贫穷区域. 空气中的寒气使得那些无家可归的人们綑绑任何找得到的东西在自己身上，好抵抗寒冷. 你可以发现某个人躺在人行道上，迷失在酒精或其他令人醉倒的物质之中. 你现在会不会坐下来 跟这个造物者讲话，或者从他身边经过?

你会不会走回热闹的嘉年华会，骑上木马，高兴地挥舞你的旗帜与礼物?

这是你要做的选择.

我的朋友，每一天，如果你敞开心胸，你可以听到周遭人的呼喊，你将快速地觉

察到没有一天 那些穷苦的，飢饿的，无家可归，灵性荒废的人们没有向你个人哭喊. 所以你有一个灯光明亮的嘉年华会，当你漫步走出大门，你发现一个暗黑嘉年会，你看不到精致的衣裳，只有无业游民的破布衣服.

没有许多的游乐设施，你看到的是使人迷醉的酒精，或是使人遗忘的药物 而非娱乐的药物. 你会做什么以有所服务?

在你们当中有一位老师叫做耶稣基督. 这位老师选择比较黑暗的马戏团，他选择收为弟子的人们都确实是可怜人: 一个妓女，一个税吏，一个迫害者，一个辱骂者. 然而他带着明亮与闪耀之光走进这个马戏团，俗丽的演出，以及形而上的骑乘. 他坐上旋转木马，也跟那些被生活经验綑绑的人们一同乘坐摩天轮.

他也没有谴责任何选择活在感谢与欢喜经验中的人.

他在圣殿中讲话，他的教训奠基在一套被称为律法(Law)的坚硬规则，

在这个舒适的世界，旗帜飞扬与挥舞地如此美丽，耶稣与其他老师不同之处在于

他指出心比律法更重要. 他会走进街道中，将那些陷在水沟，倒在人行道上的人们拉起来. 在你们圣经中 讲述了许许多多的故事，我们愿意吸引你注意一则故事: 有一对结婚新人正等待贵宾来赴盛宴，当所有贵宾都没有出现，椅子都是空的，这位老师的指示很简单，到外面去，在各个街道中聚集所有你可以找到的人，然而，如果他们没有婚宴的衣服，他们不可以进来.

我的朋友，我们觉察到 你已经被拉开，远离你的嘉年华会，欢乐，与喜悦，为

了见证一个受苦的人，你不禁问自己“为什么？我可以做什么?”

我们必须将这个问题留给你，因为这个实体经历了两种游乐园—光明与黑暗. 如同你们大多数人，他贡献出所有他知道的东西与方法. 如同你们大多数人，他曾面临困难. 那么我们是否应该谴责一个躺卧水沟的人 只因他没有双脚?

我们是否应该嘲笑飢饿的人 因为我们没有给他们面包?

当一个无限与永恒的灵魂加入了暗黑嘉年华会，我们是否应该将勇气与尊严都从他身上移除？那是你的选择，我的朋友，而你的极性肯定会受到这个选择的影响. 有太多文章讲述美德: 照顾那些贫困的人，身处黑暗者; 真正被完成的部分

又是那样地少. 什么时候 一个灵魂变得不值得被喂养?

什么时候 高贵身分得与造物主的慈爱一刀两断?

我的朋友们，你们都在一个漫长的旅途上，嘉年华会将会结束，就在你肉身死亡的时刻，然而你[做为一灵魂]将自由向前移动到你下一个经验. 一件必须的事情是你将回顾这次的经验，我们请求你对自己轻松一些，对自己诚实.

今天有什么可以帮助人的事物摆在你眼前 是你没有去做的?

有什么学习纪律是你没有去追求的，只因为一些短暂迫切的考量?

你可以如何服务？这个器皿曾经写作一篇短文，她想像耶稣导师重回内在都市，

她写着“他会坐在水沟中，拿起花生酱三明治，剥开它 让所有亲自接触他意识的人们都有足够的食物.”

你们的日用面包只是一个象征，我们请求你一次又一次地考量这表面实相的寓言式与象征性的本质. 向后退，采取永恒当下的观点，你们如何彼此相爱?

你们如何倾听? 你们如何接纳? 你们如何将自由给予那些穿着另一件衣服，另一个肉体载具的你?

我们觉察快要踩到这个器皿的疲劳极限.

我们也觉察到这个团体在今晚的感情能量极度地强烈，我们将只运作这种能量，因此 我们在此时停顿 在你们当中移动. 如果你要求调节效应，只要在心中请求. 当这个器皿停顿时，它将被执行.
[停顿]

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，再一次于无限造物者的爱与光中向你们致意，

我们想要鼓励你们活在一个领悟中，也就是你们都将离开这个有许多摊位、奖品、刺激与起伏的旅行蓬车; 你们将再次拥有一个较大的观点.

我的朋友，这是你的机会，你已经将这个机会给予你自己，无疑地 你感觉在此刻 你咬下的部分超过你能咀嚼的能力，因为无法处理生命中的催化剂，你认为自己不能成为爱与光与服务的真实管道.

当然，你可以的，事实上，这是学习爱的功课的精要：拿取超过你能咀嚼的(催化剂)量，然后沿路上祈祷，冥想你的道路，沉思、分析，坚守你行进的方向，直到力量被赐与，不是来自你，而是藉由你(传达).

勇气有许多种类，容我们说 你们已经见证其中一种.

在这个实例，一个极端且不凡的例子，你们知晓的 Don 展现一种难以表达的勇气. 这个实体曾有一个愿望—保护他周遭的人们，他也如此做了.

你们做的许多事也将被误解，虽然比较不激烈.

我们敦促你去做你想要做的事，只要求你每日在冥想中使自己集中于中心，并在服务他人中将自我扎根于大地上. 让旗帜飞舞；啦啦队上场，骑上你的木马. 兴高采烈，分享意识的喜乐. 接着当你走出游乐园，进入寒冷阴雨的黑暗街道时，知道这也是一个充满喜悦与神秘的嘉年华会，看见水沟中的那个人戴着嘉年华面具，在那面具之后找到你自己；正如同在马戏团中优雅的参与者 你也为找到你自己感到高兴.

如果所有事物对你来说都是一体，那么你可以与万事万物合一，接着你将学到最伟大的功课，你可以转头面向所有遇见的人 并且说 “我将在乐园中与你相会*”因为实践那太一性是在第三密度中最强而有力的领悟.
(*译注：语出路加福音 23:43)

为此，欢庆吧，彼此相爱，彼此庆祝. 分享你拥有的东西 以及 你的感觉.

当你走进冰冷结霜的街道，注视无业游民的火堆与身上的恶臭.

尽你所能的 提供你的夹克、帽子、食物、物资；怀着单纯与欢喜的心这么做.

看见造物者，于是造物者也将看见你.

我们将你浸泡在我们的爱中，彷彿置身瀑布之中.

能与你们说话是我们大大的喜乐，我们即将离开这个器皿，感谢每一位回应我们的调节效应，我们向每一位保证 不管你是否选择成为通灵管道，每一位都同样值得被珍惜. 除了通灵服务，还有许多、许多、许多其他服务具有同等重要性.

我们请求你们加入我们 每天都在天堂国度中倾听宇宙自我[那也是你]的声音，了解你要做什么—为了一个人，接着另一个人，然后为了所有人类.

我是你们知晓的 Hatonn，我们感谢 Latwii 与 Laitos 协助我们进行调节的过程.

我们感谢一位伟大的老师，我们知晓的 Amira，借给我们能量 在今晚灌注到这个特别强有力的团体.

我们感恩并赞颂你们每一位，愿你们的心欢庆与快活，因为你们还能够去爱 以及被爱，去照顾 与 接受滋养，伸手向外 与 拥抱. 简短地说，你们可以去经历第三密度幻象的嘉年华会—一个宏伟的幻象 有着许多、许多个镜子，所有这些镜子给你们一幅扭曲的图画 [关于太一起初思维].

我的朋友，冥想，允许这些扭曲脱落.

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中离开你们，永远记得你们的花生酱三明治，如同五饼二鱼*，对于那些再也不想挨饿的人们 它们是无限的供给品.
(*译注: 语出马太福音 14:17)

将这些三明治剥开，分给他们，因为这是一个无限的宇宙.

Adonai，我的朋友们. Adonai. Adonai. 我是 Hatonn.

(Jim 传讯)
我是 Latwii，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，不囉唆，容我们开始接受第一个询问.

R: Hatonn 刚才提到勇气，关于 Don 想要保护他周围的人，你可否详述这点?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的兄弟. 我们正工作这个器皿，与我们平常的频段相比 尝试以更窄波的频道传递这个概念，因为这个实体觉得它无法毫无扭曲地给予资讯，而不能良好地服务. 因此，请忍耐我们一下 如同我们忍耐这个器皿.

我们的弟兄姊妹 Hatonn 说的勇气对于许多人可能并不明显，但我们向你保证一件事. 当一个人面临看起来是悬崖的地方，当一个人领导一个团队走在这条路上，他必须做个选择: 是让整个团队跌落 全体都消失; 或者 领路的人先走，藉

由走在前面 向其他成员指出悬崖的位置，使他们知道向后退，因为一个人已经走了.

我们将尝试进一步澄清，Don 实体看到刚才描写的暗黑嘉年华，如果这个近来开始的经验继续下去 他看到等在前方的困难，毁灭的影像充满 Don 的心智，这个实体在他自我深处希望尽可能将困难保留给自己，好让他的伙伴可以免于额外的困难. 该显意识心智以它自己扭曲的作风使用这个决定，首先从悬崖边跳下好让其他人可以避开它.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

R: 我想要正确地理解，你的意思是说 Don 的极性在这个过程中受到玩弄，或者他只是被负面影像淹没? 我不确定我理解.

我是 Latwii，我的兄弟. 我们将尝试照耀一些光亮在这个至为复杂的概念上.

让我们首先提醒各位，站立在光中是个荣耀，但同时承载一个责任: 尽可能地纯粹地放射光芒. 这个小组经历与 Ra 通讯，这个荣耀也带来巨大的责任.

每个成员在这条路上都曾跌倒许多次，每个成员也都为这些困难受苦.

这个通讯的本质是具有灵性效力的. 当(该小组)继续以这样的方式尝试纯粹一段长时间，会产生一种效应 即增加进一步跌倒的潜能. 当跌倒变得越来越不安全时，为了允许已经完成的工作能继续开花结果 必须决定设法停止造成很大困难的潜能. Don 实体感觉已经完成的工作足以照亮许多人的路途，但如果整个小组都在

悬崖边跌落，这个成果将受到危害. 于是，他做了这个选择 以一种扭曲的方式踏出那一步.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

R: 不了. 非常感谢你.

我是 Latwii，我们至为感激你. 此时是否还有其他询问?

N: 我想问一个问题，Don 教导我如何...

Jim: 等一下，N，等一会儿.

N: 什么地方出错了，Jim?

Jim: 是的，等一会儿.

[Carla 晕厥，停顿]

Carla: 抱歉，让我们重新调音一下. Don 喜欢 ”划，划，划你的船”，“妈咪的宝贝”. 抱歉，死党们，我晕倒了.
(该团体歌唱“短面包”1，重新调音.)

(Jim 传讯)
我是 Latwii，再次与这个器皿同在. 我们欣赏你们关切 Carla 实体，我们将尝试以

另一个方式使用这个器皿，藉由比较快速地复诵声音振动复合体 这样比较不容易进入出神状态.

请继续这个询问，我的姊妹.

N: 我想知道 Don 现在所在的密度. 他是一个十分聪明的男人 教了我许多东西，我在想因为我们都在第三密度，如果因为他的死亡属于一个负面的方式，这样是否会影响他前往更高的层次?

我是 Latwii，我的姊妹，我们将尝试这个包含许多部份的询问. 每一个在这房间的实体尝试第三密度爱的功课. 每一位依据他独特的能力型态去学习.

Don 实体在地球的此生学了很多，也教了许多. 因着他离开这个幻象的转折过程有些突然与创伤，这个过程稍微有些困难. 但我们可以向各位保证，这个过程将良好地完结，Don 实体将清楚地体验到他即是太一造物者. 这个观点将如此地照亮(启发)Don 的存有性，以致于方才结束的此生被视为揭露那些错失的路标，并且提供 Don 机会与特惠权在另一个时段，藉由经验的重建 将那些路标设置在正确的位置.

我的姊妹，永远记得你们幻象的视野是至为受限的，好让创伤性的经验可以被获得，当视野宽广 并且 自我被视为太一造物者，这样的经验是不可能的.

那么，当自我被知晓为太一造物者，那些在第三密度幻象获得的经验都是宝藏，它们成为太一造物者存有的一笔真实滋养的收获. 事实上，没有东西会遗失.

一切都将变得完整. Don 实体将在时间与空间中移动，将再次经验这些功课，以光荣太一造物者.

真相是，没有正面或负面的行动. 只有太一造物者正知晓他自己.

Don 实体确实将经验到他的每一个生命型态，都是他为自己设置的.

一切都将在喜悦中被追寻. 在这个微小幻象中被视为失败的经验，在另一个时间，它将被视为伟大的荣耀与特权，充满着太一造物者充分的喜悦.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

N: 不了. 非常感谢你，Latwii.

我是 Latwii，我们感激你，我的姊妹. 此时是否还有其他询问?

T: 我有一个类似 N 的问题. Don 离开这个幻象的经验是创伤的，如果我正确地理解你，如果一个比较不觉知的人做同样的事 会遭遇更多困难?

换句话说，Don 通过这个过程会比较容易，并且从中学习?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的兄弟. 一个对于演化本质有更多掌握的人 可能在创伤经验中离开人世之后 比较容易继续往前进展.

我们前一个回应的意思是 每一个离开这个幻象的实体，都拥有更大的视野去洞

察一切. 在你们的幻象中，死亡被视为一个伟大的事件. 一个由自我带给自己的创伤性死亡被视为十分地悲惨. 然而从另一个角度来看，它可以被看成一个伟大的机会 在没有爱的地方发现爱，在没有光的地方发现光，以太一造物者的临在照亮黑暗. 那么，这就是 Don 实体面临的机会.

它也可以被视为所谓的业力，然而 它可以被视为一个伟大的机会，一个伟大的荣耀以及责任.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

N: 不了. 非常感谢你.

我是 Latwii，一如往常 我们感谢你，我的兄弟. 此时是否还有其他询问?

S: 有没有什么事情是我们可以做的，协助 Don 而不要送出使他被绑在地球或关切我们的振动?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们建议每一位感觉失落的痛苦，因为当一个兄弟离开(人生)旅程，无可避免会升起空虚的感觉，感觉那悲伤，允许悲伤完成与结束.

那么 看待 Don 正继续他的旅程，从你的内心与真实存有送出爱与光给这个实体，让他有一个舒适的旅程. 祝愿他好，送给他喜悦 并且 允许他离开不带着滞留的悲伤. 这将安抚 Don 实体的旅程，接着这个实体可以继续他所设置的计画，同时太一造物者透过他移动，透过他的经验去了解他自己.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

S: 不了. 感谢你.

我是 Latwii，我们感谢你，我的姊妹. 此时是否还有其他询问?

Carla: 嗯，沿着相同的路线，我在思考一件事，既然他的确是自杀而死—当然，他很早就缓慢地这么做，但这个结束仍是那么突然—我在想虽然美国人死者之书(the American Book of the Dead)有一些诺斯底的(Gnostic)特质，它可以做为一个定锚仪式，好让 Don 确切知道他在哪里，以及他要往哪里去.

你想这样做是否有帮助，或这答案会踩到混淆法则的红线?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们建议不管为 Don 实体做什么，最有效的帮助是单纯地传送一般形式的爱与光，好让 Don 实体不会分心 也没有牵绊. 允许悲伤找到它的中止点是有帮助的，然后传送和平与喜悦，爱与光，并祝福正在离开的实体安好; 每当想起这个实体时 将他高举到光中，不管什么样的

经验被记得，都将不会有任何絪绑将这个实体留在此幻象中.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 只有两件事. 我想到另外一个做法，就是每日去我自己的教堂，持续数周，专门为了他的过世而奉献. 我还考虑做一件事，就是寄卡片给参加过冥想团

体的人们，或知道他的人们，让他们知道我们即将种一棵杜松做为对 Don 的唯一纪念. 这两件事是否会拖住他，或帮助他?

因为我想要他能够回家.

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 在这个情况，我们发现必须减少一些回应，才不会冒犯你自己的决定. 如同我们先前所说，最有帮助的是以你任何的姿势或动作将该实体高举进入太一造物者的爱与光，那是每个人都可永远取用的. 容我们说，从某个距离尝试教授的仪式会产生一个效应，延迟死亡过程，因为收到通讯的死者必须处理特定资讯 并且 必须有某种回应.

传送一般形式的爱与光不需要(死者)向后回顾，使得向前的旅程更为容易.

意图将该实体高举进入太一造物者的光是最有益处的，不论奉献的形式为何.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 不用，我想我抓到你的要旨. 我第一个建议会拖住他，那些跟诺斯底有关的东西. 第二与第三个建议是一般性的，我将记住它们，并且肯定会执行它们.

我很谢谢你.

我是 Latwii，我们非常感激你，我的姊妹. 此时是否有其他的询问?

J: 你可否再多说一些关于 Don 感知到的悬崖的本质，好让我们可以退后 远离

它?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 这个概念并不容易阐释，但我们将尽我们最佳的尝试(shot*)，请体谅这个双关语. 我们并不希望保持我们的回应在阴郁的振动中，如果可能的话 我们试图使气氛轻快一些. Don 实体面临的悬崖是一个或许太巨大而无法完成的责任. 持续进行一段时间的这个工作对于这个实体的心智的要求大过他所能提供的限度. 或许，事实上，甚至导致更大的负担，大过他能承受的程度. 于是那些已经被收割的果实将不能被那些寻求收获的人们取用. 于是 这个实体为了确保已收割的果实能保持更长一段时间，(做了一个决定). 我们可否进一步回答你，我的姊妹?

(*译注: shot 在此为双关语，另外的意思是射击或子弹.)

J: 不了，虽然我不怎么了解你说的话.

Carla: 那么你是说，他看到一个状况，即我们这些团结在 Ra 资料背后的人们可能陷入一个情境，我们的名声受到玷污，或者 我们的生命机能停止，而无法散布这份资料; 于是他选择不要让这种事发生. 这是否为你的说法?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们将再次尝试以一种方式使用这个器皿，该器皿觉得难以接受的方式. 我们试图在自由意志法则的范围内移动，给予各位十分关切的资讯..

Carla: 容我打断你一下，我想在座每一位都知道这件事，在我们与 Ra 通讯的最后一场集会当中，Ra 说除非存在大量的赞美与感恩，我自己可能拿取这个机会

产生肾脏问题 接着离开人世，于是不可能散布这些资料. 你继续说吧，或许我刚才说的能使你离开混淆法则一点.

我是 Latwii，感激你额外的解说，我的姊妹. 我们发现 Don 实体觉察到等在他眼前的巨大困难，以及这个[参与 Ra 通讯]小组每个成员将面临的潜在困难.

他不但预见自己的死亡，也看到当他的状况停滞过久时 (将导致)其他成员的死亡，因此他希望避免那样的结局.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 不，谢谢你.

我是 Latwii，我们感谢你，我的姊妹. 此时是否有其他的询问?

Carla: 我刚才发现一个小小的基本事实，我想只要我握住某个人的手，我就不能进入出神状态; 我想最多就是晕倒，对吗?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 这是相当正确的.

当肉体载具被碰触，出神状态是不可能的，因为心/身/灵复合体一直被呼叫停留在载具之中; 进一步说 当气场(aura)被打扰时 不会允许(灵魂)外出.

你刚才经验的晕眩效果是短时间进入无意识状态.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 为什么是双手? 身体其他部分不行吗? 双脚，脸孔—我的意思是 双手是不是有特别之处?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们很高兴你提出这个询问.

考虑握住膝盖或肩膀的困难，虽然这样可能足够，但十分难以持续.

Carla: 所以不是因为双手有许多神经末端，只是双手可以紧握 而肩膀不行，这是你想说的?

我是 Latwii，我的姊妹，基本上这是正确的. 虽然双手的确有更多的能力去传送与接收振动 可以截断气场，于是阻止心/身/灵复合体外出.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 不. 如同我常说的--“帅呆了”.

我是 Latwii，我们感谢你，我的姊妹. 此时是否还有其他询问?

N: 是的，我有另一个问题. 看起来，我亲近的一些人杀死自己，他们都非常、非常聪明. 我觉得忧心与诧异，似乎最近有许多人都是非常聪明，曾经被困扰，接着杀死自己. 我在想是否他们看到我们不知道的东西. 地球是否处于困难，或时局快速走下坡 或 只是这个情况刚好频繁地发生在我的周遭?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 那些拥有心智分析才能的实体们可以说是拿着一根精密指向的笔在寻求; 对每一个经验都完整写下 包括最微小的细节. 每一部分，不管是正面或负面经验，都深度地被纪录、观察、与感觉.

这是拥有心智敏锐度与聪明者的潜能，这样的人很容易聚焦在困难上，因为困难在你们幻象中是如此显而易见. 虽然每个困难都有个解答，这些解答却不那么明显 并且 一个人必须全心全意地努力寻找它.

于是 一个看到其他人忽略的细节的人，他停留在困难视野的倾向比一般人大.

如果一个人具有看见困难之伟大能力，他必须具备另一种相等的能力—在困难中看见信心，赞美并感恩以及找到解答; 否则各种困难将持续增长.

当情况持续恶化，如果这个人缺乏赞美与感恩，找不到太一造物者的爱与光，那么就很可能建构他自己的一道能量(墙)，对于那些观察不那么仔细与精密的人们则不可能产生相同后果.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

N: 在我看来，表面上，有这么多的杀戮与自杀，情况似乎是如此无望，你知道的，人们变得更容易放弃，更容易愤怒. 是否时局变得更糟 或者 只是我个人的情况?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 这是一个正确的观察，因为你们星球接

近所谓的收割(harvest)，许多人的经验将被强化，因为迎接收割的时间日益缩短，为了达到收割(标准)，必须在更短的时间完成工作. 当时间短暂时，必须以强度取代失去的时间. 意识中的伟大工作可以在这段短暂时间中完成，赶上你们星球的灵魂之收割. 这当然有其风险，因为工作变得更困难了，然而这是一个加速进化过程的伟大机会，在地球历史上 这是前所未有的机会.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

N: 不，谢谢你.

我是 Latwii，我们感谢你，我的姊妹. 此时是否还有其他询问?

发问者: 我有一个很想问的问题，Jim 实体似乎在这所有过程中 被视为理所当然. 每一个人都曾关心 Carla，我想知道我们做为一个支援团队 有没有什么是我们可以为 Jim 做的，以及什么方式是 Jim 可以接受的. 你可否给我任何建议? 当然，祈祷是可接受的答案.

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们请求 Jim 站到一边去，才不会妨碍他提早得到圣诞礼物的机会. 现在我们继续..
[大笑声]

我是 Latwii，我们感激你们欣赏(我们的幽默). 这个实体感激你们供给的所有服务，另外希望大家 -- 我们努力挣扎要找一个该器皿可接受的字眼-由衷且诚挚地体谅 Don 实体. 至于 Jim 实体，单纯地传送光即可. 最后我们提醒这个实体，这一切不一定要在一夜之间完成.

我们可否进一步回答你?

发问者: 不，谢谢你，Latwii，谢谢你.

我是 Latwii，我们感谢你以及这个团体中的每一位成员. 我们发现此时是离开这个器皿与团体的适当时机. 我们感谢这个器皿允许我们讲述这个对他而言很困难的主题，因为这些概念是他(生活)经验的一部分.

这个器皿将学到更多的幽默，我们赞许他持续的尝试.

硬脑袋通常到最后是好脑袋，只要简单地敲一两下.

我们体会每个人为了往生者而感觉到的困难. 当兄弟姊妹们行旅在困难的途径上，在合一中 每个人提供彼此伟大的支持，以及喜悦与笑声. 当一个人离开人世，通常会有十分强烈的忧伤充斥那真空地带. 我们希望我们可以激励你们 在忧伤过后 重生喜悦. 在你们的幻象中，忘却一切万有都是太一造物者是必须的，好让太一造物者能以最大的强度、多样性、与深度去获得最伟大的经验. 如此太一造物者知晓他自己，同时 他的每个部分授与他自己光荣.

不管获得的经验是什么，在这个伟大的旅程 [属于太一 穿越太一 到达太一]，每一个经验都是一个宝藏. 我的朋友们，记住，在真理中，一切都是好的.

这个旅程可能有许多转弯，每个转弯都似乎很困难，然而，这些困难对于太一造物者都是荣耀的事物，因为若没有它们 造物者的自我知识会减少. 那么，一个生

命除了经验 还有什么可以奉献给太一造物者?

怀着大喜悦与欢呼继续你们的旅程，在采集你的经验的过程中 要有信心，没有任何错误是大到无法平衡，没有任何经验是伤痛到无法给予喜悦，也没有任何生命是太过短暂 以致于无法成为献给太一造物者的无限纪念与赞颂.

我们是你们知晓的 Latwii. 我们在太一造物者的永恒之爱与无限之光中离开你们，他居住在每个实体当中 以及 所有经验的每一个部分.
Adonai. Adonai vasu borragus.

(Carla 传讯)
我是 Nona，我们只待一会儿. 我们刚才被呼叫，在无限造物者的爱与光中提供医疗，在他的服务之中 我们服务. 因此我们祈祷你们与我们同在，一同发出振动医疗那位一再发出请求的实体. 我们感谢你与这个器皿，我们感谢这个宇宙它是一个如此美丽与充满爱的地方. 我是 Nona.

-- 谨以本文献给 Don Elkins，一位英雄，先行者，宇宙学者，与导师. --
(译者建议: 读者可以接着读 一的法则卷五--片断九，以得到更完整的拼图.)

(V) 2007，translated & digested by c.T

译注 1-短面包(Short'nin' bread)原本是美国黑人的农家歌曲，在收音机发明后，这首歌广为流行，
以下是原文歌词:
Put on the skillet，slip on the lid，

Mama's gonna make a little short'nin' bread.

That ain't all she's gonna do,

Mama's gonna make a little coffee, too.

Mama's little baby loves short'nin', short'nin',

Mama's little baby loves short'nin' bread,

Mama's little baby loves short'nin', short'nin',

Mama's little baby loves short'nin' bread.

Three little children, lyin' in bed

Two were sick and the other 'most dead

Sent for the doctor and the doctor said,

"Give those children some short'nin' bread."

Mama's little baby loves short'nin', short'nin',

Mama's little baby loves short'nin' bread,

Mama's little baby loves short'nin', short'nin',

Mama's little baby loves short'nin' bread.

When those children, sick in bed,

Heard that talk about short'nin' bread,

Popped up well to dance and sing,

Skipped around and cut the pigeon wing.

Mama's little baby loves short'nin', short'nin',

Mama's little baby loves short'nin' bread,

Mama's little baby loves short'nin', short'nin',

Mama's little baby loves short'nin' bread.

Slip to the kitchen, slip up the led,

Filled my pockets full of short'nin' bread;

Stole the skillet，stole the led，

Stole the gal makin' short'nin' bread.

Mama's little baby loves short'nin'，short'nin'，

Mama's little baby loves short'nin' bread，

Mama's little baby loves short'nin'，short'nin'，

Mama's little baby loves short'nin' bread.

Caught me with the skillet，caught me with the led，

Caught me with the gal makin' short'nin' bread;

Paid six dollars for the skillet，six dollars for the led，

Spent six months in jail eatin' short'nin' bread.

Mama's little baby loves short'nin'，short'nin'，

Mama's little baby loves short'nin' bread，

Mama's little baby loves short'nin'，short'nin'，

Mama's little baby loves short'nin' bread.

☆ 第 0321 章集：祈祷与和平

特别冥想

2007 年七月 31 日

问题：亲爱的 Q'uo，在巴勒斯坦区域，有许多虔诚的老师与信徒，包括伊斯兰教、希伯来教、基督宗教等，他们日以继夜地祈祷，我相信他们都是为和平与爱祈祷，那么 为什么在以色列与邻近区域还是有许多冲突与战争呢?

(Carla 传讯)

我们是你所知的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 在他的服务中，我们今晚来到这个寻求圈.

与你们在一起是我们的荣幸，我们希望藉由提供我们粗陋的意见能对你有所服务.

一如往常，我们请求你们以内在的耳朵聆听，如果我们的想法使你有共鸣，保持它们并工作它们. 然而，请放下任何你没有共鸣的想法. 如此我们可以自由地述说我们的心智，而不会冒犯你的自由意志 或 打扰你灵性进化的过程.

我的弟兄，许多人观想中东以及世界和平，他们的祈祷、希望与梦想以特定的角度来看 是很有效的. 这些祈祷并不是用来干涉世界事务，干涉那些不想要觉察太一无限造物者之爱与光的实体. 它们的用途是对宇宙意识发出警报，特别是那些无条件爱之力量. 这些祈祷的效应是从草根阶层唤醒整个星球. 许多人在此刻觉醒因为那些炽烈的祷告，来自于那些深深恳求太一无限造物者(协助)的人们.

形而上而言，你们星球的迎接收割的情况已经比三四十年前要好很多了，因为各个宗教圈，灵性团体的努力. 形而上而言，一切都好，没有一个祈祷不会被太一无限造物者听见.

我们也听到你们人群的祈祷，这就是为什么我们此时伴随你们人类的原因，并且在适当时机与场合回应你们，提供我们对灵性进化本质的卑微意见.

不过，你们的政府则完全没有聚焦在和平、知足 或 悲悯上头.

那些握有政治权位的人们，他们保持权力的方式是放下那些他们认为天真与过度单纯的希望. 他们已经接受一个事实: 如果他们想要服务国家，他们无法成为完全正直的人类. 明确地说，组织编制与权力安排都是服务自我.

有些实体在绿色与蓝色光芒之中振动着，他们至为真诚地尝试改变国家事务的氛围，然而 这些实体不是因为无法接受一个腐败的系统而被淘汰 就是 变得无能为力从内部进行变革，因为他们已经习于权力的特别利益，并且开始以服务自我的方式去思考事情，同时宣称这么做乃是为了更大的善 以此合理化自己的作为. 藉由自己的选择，他们与纯粹形而上的正直溪流越来越远，直到他们再也不记得面对挑战性催化剂时 要如何做出纯粹正面的回应.

的确，我的弟兄，这些在你们国家掌权的人们专注的焦点是过去你们地球上掌权者的惯常目标，历时数千数万年之久. 这些目标也是你们大猩猩祖先的目标.

它们围绕着对家族以及部落的爱.

当他们界定好部落的范围，他们尝试捍卫自己部落的财产与土地面积，接着去蓄积资源 好让自己的部落可以在这个资源日益减少的世界中 过个好日子.

这些人或许在过去多次掌权，于是养成一种习惯，对权力无休止的渴求. 在这点，他们是不会屈服的，他们不会留空间给服务他人的目标—好比真实的自由，真实的平等，真实的正义，以及真实公平的地球资源分配.

我们请求你们不要过分关切你们地球上 外在工作的状态. 我们请求你们的关切放在为这些领导者祈祷上，祈祷他们可以被宽恕，因为他们不知道自己在做什么.

他们将会归于尘土，如同所有(毒)龙*的下场.

此时此刻 他们正濒临死亡，旧世界掌握一般人心的能量正在衰减，这股能量每天都在减少.

(*译注: 原文是 dragon，但西方文明对于龙的印象多是负面的，与东方文明尊崇龙恰好相反.)

从形而上的观点，没有什么东西是表面上看的样子. 因此，关于中东议题，愿你们的关切是肯定与确定现存的和平、爱、与悲悯 要比 摆首打尾的(毒)龙强壮.

因为龙将死去，但爱、合一、希望、信心与喜悦将永远活着.

当你的内在肯定与确定这些价值，你正在为将来的事物创造基础，同时，你也正为自己创造一种能力，可以穿越目前的转折期 进入第四密度.

当你注视中东，知晓一切都好. 如果想要探索暴力与侵略的政治细节，那些血腥的头条新闻，就去研读与研究，但不要绝望 而是更加清晰地知道这个你投胎到此 准备去爱的世界 的本质.

我的兄弟，我们请求你 不要让评判进入这份爱. 赞美主，祝福那些似乎在迫害与伤害一般人的实体们. 让你的理智与心肠都在和平中安歇.

我们推荐你，如同这个团体，每天安排一段时间，即使只有几秒钟，观想和平、

和谐与谅解遍布全世界. 我们向你保证 这么做对于内在次元平面有美妙的影响.

允许其他东西自然脱落，因为帝国兴起又坠落，但灵性进化不受外在幻象影响继续向前移动.

容我们问 此时是否有其他的询问，我的兄弟?

发问者: 亲爱的 Q'uo，我在九人议会 1 的论述中找到这一段: “冥想是不够的，一个人需要行动!” 在这方面，除了冥想之外，是否还有任何实用的方式可以在我们的日常生活中促进世界和平?

在此时 Hatonn 也是 Q'uo 原则的一部分，然而 Hatonn 并不是说话的实体. 我们是 Q'uo 群体. Hatonn 十分渴望提供他们的爱与光在这个询问上. 容我们请求你重唸这个询问 好让我们有一个干净的开始.

[该询问被重述]

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的兄弟. 圣经上说 ”你们可凭他们的果实辨别他们” 2.

的确，所有的宗教与哲学系统的灵性来源都有伟大的鼓励，不只提供内在的修行提升一个人的灵性，同时还教导一个人活出每日生活的灵性果实.

首先，我们提供你合一的概念，因为你与世界都是一体的. 因此，如果你能够在生命中活出爱、正义、悲悯与谅解的原则，你已经显着地改变整个地球的振动，

因为你是其中必须与全像的一部分. 如果你想要拯救世界，请工作你自己. 这是我们此时对你的主要建议.

我们向你保证虽然这个建议是简单的，却要花掉你一生的时间去活出灵性天赋、恩典以及你被祝福的果实; 并且你将持续受到祝福. 我们并未给予你一个简单的任务，我们给你的这个任务值得一生的服务.

其次，如果你想要促进第四密度的价值观，好比平等，服务照顾众人、理想以及你周围的大地. 我们建议你看看四周，你无须向远方寻找这些事物，在家乡附近你就可以实质地帮助那些贫穷与受压迫的人们.

在你们的社会中 有一些人是飢饿的. 你可以去那些提供免费饮食给穷人的地方，帮忙准备食物，以爱心服务，当你清洗锅碗瓢盆时 给予感恩与感谢的祷告，因为那些飢饿的人们现在已经饱足.

在你们的社区中有孤独的老人，在生命最后的日子里 过着困难的生活. 如果这情况感动你，找出他们，陪伴他们，藉由你年轻的笑容与充满爱的双眼 给予他们希望与同理心. 让他们知道你荣耀他们的智慧 并且 珍惜他们的存在.

在你们的社会中 有些不安的灵魂迷失他们的道路，因为他们沉迷在毒品或有毒的想法之中. 鼓励他们重新拿回生命权，远离海洛因、鸦片或偏激狂热的想法.

如果这情况打动你，陪伴他们，鼓励他们，清醒地与他们同在. 教导他们如何欢笑，以及再次轻快地活在地球上.

地球上到处都有人污染与破坏大地. 或许在你家附近 有一座工厂正排放有毒气体，如果这情况打动你，看看你可以做什么，联合所有邻居一起造成更好的改变.

成为地球妈妈的爱心管家，因为盖亚(Gaia)十分感激那些帮助她更健康的人们.

的确，我们特别鼓励你们照顾地球. 因为如器皿所称，有大量的”集体业力”来自那些尝试要毕业的灵魂们，他们过去曾经在天狼星、天鹅座(Deneb)、火星、马尔戴克以及亚特兰提斯摧毁他们生活的环境.

整个人类族群中 有很大一股哀伤在心中，关切地球妈妈遭受破坏.

你们人群可以在居住的地方，参与服务与锺爱你们美丽的、脆弱的岛屿之家，这是非常有治疗功效的.

除了上述的建议方式，因为时间的缘故 还有许多我们未能在此详述. 你可以依据你在内在次元平面接收到的东西去活. 圣经上写着 “你在黑暗中接收到的，你在亲密的内在圣所接收到的，要在屋顶上唱出来.” 3

将喜乐表达出来，它属于爱与希望的拯救恩典，它在无止尽的溪流中流动，流过你的心，然后 藉由你的祝福 进入这个世界.

你们的确可以带来改变. 然而，绝对不要把你行走的外在部分 与 真实的行走混淆在一块儿. 总是从静默开始，透过你的祈祷、冥想与感谢.

我们是 Q'uo 群体，此时是否有其他询问?

发问者: 既然西元 2011 年很快就要到来，我想问关于收割的问题. 在这个过渡期间将发生什么事情? 我们的资本主义世界是否将在 2011 之前完全崩坏?

过渡期将持续多久? 短如一周，或者十年或更久?

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的兄弟.

我们不知道地球未来的外在事件，因为它们尚未发生. 或许你们听过物理学的一个理论，在每个时刻 你有上千的方向可以选择，因着不同选择产生不同的宇宙.

所有的可能性都存在，直到做出一个选择. 这个理论在这里也适用.

我们可以向你保证，这个星球不需要崩溃或飞到太阳中间或做任何猛烈的事情;许多预言来自于那些将 对死亡的恐惧 与 世界文明资讯 混为一谈的人们.

当你们听到毁灭与阴暗的预言时 在你心里头知晓这是内在对于死亡的恐惧向外投射的影像.

那些拥有权力并且有能力摧毁地球环境的人们，或许才值得你剧烈的关切. 因为那些人养成帝国的习惯，曾经摧毁文明一次或两次，已经尝到歼灭的光荣快感.

对于那些一心趋向征服的人们而言，即使是力量的负面表达也是令人满足的.

做你们能做的，我的兄弟，对于那些你们选出来的执政者，以和平与正义的方式

引导他们.

至于地球本身，盖亚正移动进入第四密度，事实上 只差一点点就完全浸泡在第四密度的振动之中. 这个变换曾经是你们人群中恐惧的起因，此时正在发生.

它已经发生一些时候了，还将会持续一段时间. 我们无法看见你们前面的路.

如同我们从前无法预测 你们今天，做为一个地球村，会呈现如此优异的样貌.

全球各地，有许许多多的群众正在觉醒，觉醒于爱的确切性(rightness)，无条件与悲悯的爱. 生命的力量越来越充满光亮，于是黑暗势力慌乱地躲进角落中，尝试创造一股恐惧的氛围 以扑灭亮光. 因此，如果你可以培养无惧的习惯 你就对地球以及自我贡献伟大的服务.

我们请问你，我的弟兄，你害怕死亡吗？或者你把它看作到达更大生命的入口？当你把它看作通往美妙事物的一个入口，死亡不再有凌驾你的力量. 当地球作为一个整体，你可以将它过渡到第四密度的过程视为一个进入更大生命的自然步骤，死亡对你将不再有支配权.

我们认为目前的可能性/或然率漩涡指出我们说话的对象(包括读者)都将自然地活完这辈子，自然地死去，然后行走光的阶梯 看看是否可以从第三密度毕业，或者必须重新学习第三密度的课业.

不管是哪个情况，都没有什么好惧怕的. 如果你是成熟的，你将收割你自己. 如果你尚未成熟，你将接收到一个机会，在另一个第三密度星球度过显着的时间，

再次学习爱的课程.

我们建议如果你想要更充分地了解这个主题，你可以研读其他的通灵集会，因为过去有许多人问过类似的问题，你可以在 L/L Research 网站上找到这些资料.

我们是 Q'uo 群体，此时是否有其他的问题?

发问者: 每一个灵魂是否都有一个灵魂伴侣? 如果是的话，灵魂伴侣对于我们每个人而言，具有什么意义?

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的姊妹. 我们发现"灵魂伴侣"很容易产生误解. 因为它暗示在全世界，只有一个实体匹配你的性情、人格与服务的渴望. 事实上，你接触到的每一个实体都是潜在的灵魂伴侣.

无论如何，你与某些实体的共鸣与化学作用的确超过其他实体. 如果一个人抛弃化学作用的外在原因，例如长相好看 或 拥有金钱与权力，只集中焦点在那些更深的思路上，我们感觉这是你询问的重点，那么你将发现自己被特定的实体吸引.

在过去世，你可能曾经与他们一起工作几次或十数次，你可以已经拥有过许多不同的关系. 以某个观点而言，你不可能去定义或证明你与特定的人有一个连结.

如果你与对方都希望发展出一个连结，那么 藉由深度对话、共同冥想、一起服务，伴随着共享的历史，你们的确可以在灵魂层次上 结为伴侣.

单一灵魂伴侣的想法是一个浪漫的神话，它源自灵魂、心与人格体的强烈渴望，

企求一个机会去完整地爱，并且完整地被爱.

我们向你保证，任何两个人来到造物主面前屈膝 请求造物主成为他们伴侣关系的一部分，他们都有机会成为灵魂伴侣.

我们鼓励你成为你配偶、家人的灵魂伴侣，藉由 亲切、谦卑、完整、不带评判地去爱. 你能够支持他们，鼓励他们; 于是他们也可以支持你，鼓励你.

有时候，他们会跌倒，你也一样，当这样的事发生，我们敦促你不带评判地重新开始，并且无须担忧. 在灵性的世界中，每一天都是一个新的造物.

此时 容我们问是否有其他的询问?

发问者: 我感觉自己的灵性水平持续地提升，结果我发现很难跟其他人沟通. 有可能我正遇到一个瓶颈. 我感觉十分孤独，我该怎么做?

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的姊妹. 对于已经觉醒 并且尝到无条件爱之美酒的人们，很常见地 他们努力将所有时间花在和谐的较高脉轮中: 无条件爱之心轮，沟通与怜悯之喉轮，以及工作意识与信心之眉心轮. 这些位置是美好的，你愿意花所有时间在这些天堂般的领域之中.

然而，活出平衡生命的关键是恒常地将这些较高能量生根在大地，并且恒常地将较低能量提升带入敞开的心. 赞美并祝福那些似乎把你拖下水的能量—例如性欲，礼貌，责任等等. 知晓并找到方法去更清晰地发现生命中没有一个部分是不神圣的.

你的身体自身是一座神殿，你可以将较高能量灌注其中，藉由 清洗它、照顾它、关心它，尽你所能喂它正确的食物，荣耀它所有的自然机能，如此 你祝福身体并藉由你的荣耀与尊重，救赎所有较低能量.

不管你正在清洗浴室或厨房，或洗衣服，安住在喜悦与感谢之中，知晓这些都是值得的工作. 这个器皿一辈子都活在基督信仰中，这个信仰经常提到，要成为一个领导，你必须为那些你认识的人洗脚，贬抑自我，成为他们的仆人.

从更大的观点，你可以看待地球上的一辈子如同看管一栋有两层楼的房子. 一楼是厨房、浴室、寝室以及客厅—这些环境可以比拟为你的较低脉轮的渴望、需求与责任.

清理浴室，擦亮厨房，替客厅的花浇水 使它保持新鲜以迎接客人; 做所有必要的事去荣耀与祝福一楼空间，它属于红色、橙色与黄色光芒.

唯有当你已经清理、擦亮、祝福、感谢与荣耀一楼，你方能攀升到二楼的房间—冥想室，沉思室，以及意识工作间.

置于一切之上的是— 保持轻快的步伐以及幽默感，好让你美好的人生绝不会成为沉重的一生，毋宁使它可以照耀，发光，如同光自身.

笑声对于孤独的人是美妙的药方.

回到刚才的问题，我们会说如果你感到孤独，前往你们的公路与小径，寻找那些

需要陪伴的人们. 你将发现，在服务他人的过程中，你将发现寂寞感不见了.

在你真正领悟到他们即是你自我的一部分的过程，当你服务他们，当你伸出援手，你很快将发现你的生命已经完全地改变. 因为你给出的能量将倍增，并且百倍、千倍、甚至百万倍地回向给你. 爱是无限的. 无论如何，有时候你需要发起这个行动将爱给予那些真正需要的人们，然后你开始感觉到爱与被爱的互惠性.

那些经验到较高脉轮之喜悦的人们倾向远离这个骚动忙碌的世界. 然而 我们向你保证 你的信心将愉快地处理所有的世间活动 以及 外表上缺乏美丽的事物.

因为如果你将你的爱带到一个情境，那个情境确实将转变.

我们发现还有能量进行再一个询问. 此时是否有最终的询问?

我们是 Q'uo 群体.

发问者: 流浪者是否曾考虑过他们投胎的风险? 举例而言，如果他们任务失败，对于他们所属的社会记忆复合体以及自身会有什么冲击?

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的姊妹.

的确，成为一个流浪者的承诺不可被轻忽看待. 它经过一段时间的仔细思考，确实，一项任务有时需要好几个世纪的时间，让工作的承诺被完善、精练、磨出瑞利的刀锋. 成为一个流浪者是一个需要伟大勇气的行动.

流浪者通常不了解一点，一些从罩纱的另一面观看 如此明显与简单的事物，等到进入地球极度厚重的罩纱之后，却变得无从解读 又是那样难以承受.

所有流浪者的风险是无法醒来，或者如果只是局部甦醒，他将只会抱怨环境不舒服，想要回家，一定要离开这个充满污染与脏乱的地方.

对于后者，感觉到这些事情的人们，我们建议—就是因为这个星球是如此需要较高的振动，你们才会在此时来到这里服务，协助减轻地球的负担. 若没有投胎到这里，没有成为人类大家族的一员，你无法执行这个工作. 你的爱是如此巨大于是你踏出了那一步. 现在 你已经醒来，你知道这一步是多么地艰难. 我们鼓励你们持守这份荣耀，以及成为流浪者的责任.

那些你在较高次元知道的东西，不管是依稀记得或清楚记得，将它们带入你的心，让它祝福你眼前的环境. 你在这里并不是要把地球清理干净，不是要使一切变正确，你不是来这里修理故障的环境. 因为所有的外在世界都是一个幻象. 你在此的目的是爱这个世界. 将这个世界带到你的双臂之间 然后紧紧拥抱它. 这是你如何服务的方式，这是你的光荣与冠冕. 好好地穿戴它 欢庆在这里的时光.

至于如果流浪者没有醒来会怎么样，如同所有人类家族，他们也要走光之阶梯，如果他们已经在此生学到爱的功课，他们就可以自由地继续旅程，可以选择回到他们家乡密度. 反之，他们在此生沉睡，他们将接受补习课程，前往另一个第三密度星球学习.

不管是何种情况，一切都是好的. 你们拥有宇宙的所有时间去移动穿越所有自然的能量与韵律 最后重返造物主之中，他一直怀着大喜乐在等待你. 于是你不想太

快回去，因为造物主想要知道你完整的经验，你的感觉，你的情绪；这些收获是你要带给造物主的. 不管是什么东西，他都喜爱，现在与永远，他爱你.

我们是你们所知的 Q'uo 原则，如同我们刚才所说，Hatonn 今晚特别期盼流露无言与静默的爱与光，那是敞开心胸的精华. 我们停顿一下 好让你可以感觉这股能量.
[停顿片刻]

我们是 Q'uo 群体，心轮敞开的兄弟姊妹们，你们是被爱的 超过所有的叙述. 我们在太一无限造物者的平安、力量、爱与光中离开这个器皿与团体.

Q'uo 群体祝愿你们在爱与光中. Adonai，Adonai.

原注

[1] 欲知更多关于九人议会(The Nine)的事情，你可以找一本由 Andrija Puharich 写作的书--URI—在该书的附录中找到相关资讯. 这本书虽然已经绝版，在线上书店(如 Amazon)仍可以找到. Phyllis V. Schlemme 也写了一本跟九人议会有关的书，书名是：唯一具备选择的星球(The Only Planet of Choice). 她的网站有介绍该书: www.theonlyplanetofchoice.com/puharich.htm.

[2] 圣经，马太福音 7: 15-16: 你们要提防假先知！他们来到你们跟前，外披羊毛，内里却是凶残的豺狼。你们可凭他们的果实辨别他们：荆棘上岂能收到葡萄？或者蒺藜上岂能收到无花果？

[2] 圣经，马太福音 10: 27: 我在暗中给你们所说的，你们要在光亮中报告出来，你们由耳中所听到的，要在屋顶上张扬出来。

(V) 2007，translated & digested by c.T

☆ 第 0322 章集：喜悦与感恩

Foreword: This article is especially dedicated to our Lady Carla who is in pains now.

周日冥想
1990 年一月 7 日

小组问题: 今晚的问题是一个人如何在承受痛苦、限制、作呕、不舒服等一连串糟糕的情况下还能维持喜悦、赞美、感恩的诚挚态度?

另一个问题是，基督是上帝的独生子吗? 成为上帝之子(Son of God)的意思是什么?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我与这个小组同在，感谢在座每一位呼叫我们提供意见，因为对于我们而言，能够教导是一个伟大的服务，因为教导/学习者总是比学生学到更多.

你们今晚首先询问恼人的心情平衡 特别是在困难的状态下. 我们觉察到这是该器

皿的问题，因为这个器皿正经历两次住院，并且全心希望在这些经验之中能够为造物主创造一首赞美与感恩的诗篇，而不是喋喋不休的抱怨与哀嚎.

首先，我们提醒所有处在第三密度的实体们，平衡痛苦 以及 数算祝福需要庞大的意志力. 如果痛苦没有得到平衡，只是单纯地被压制，它将带来更多伤害.

最好当负面情绪刚升起时，就使它找到出口，而不是让它升高到危机的程度.

吸气、吐气，这是第一个祝福. 你是活的，你处在这个幻象中，你正在学习，你赚得这一次的降生(投胎).

你曾小心地选择哪些事件将来到你身边.

你曾小心地评估你的极限，接着把催化剂数量移动到那个极限，因为你想要一次就彻底学会无条件自我-原谅的功课，接着开启通往悲悯之爱的大门.

因此，我们建议的第一件事是不管何时，尽可能地安住在太一无限造物者的全然悲悯之爱与立即的临在.

我们了解当肉体载具急迫要求大量能量控制痛苦时，要心智良好地工作是困难的.

但给予赞美与感恩的话语是简单的.

单纯地为了你的创造感谢造物者，为了你安全地活到今日，持续地经验与学习;为了此刻的机会 以及 将来的时刻. 你曾被创造，你支撑到现在，所有给予你的事

物都是你的高我所给予，在器皿所谓的恩典中给予，我们会称之为无条件爱之原则，这个原则即是每一个人的自然与本质存有，不管(健康)状况是如何.

你，做为人类，必须面对事实 也就是人都必有一死，并且得承受血肉之躯的弱点. 只有很少人不曾经历酸痛、痛苦、过敏等. 保护自己免于自我评判的基本秘密在于呼求无条件爱之原则，它随时等待你 准备伸出援手.

愿你的心柔软如同春天的土壤，让它适合耕作，让爱的种子可以被种在痛苦的灰烬中，并持续加上冥想与关怀的肥料.

当你想要数算你的祝福，你的处境使你不能清晰思考，你仍然能够数算靠近你的人格体的祝福. 你可以感谢造物主亲自地爱你，不是因为你的多样性，不是因为你的自由意志，而是因为你的一部分在造物主之中，造物主一部分在你之中.

对自己亲切是有益的.

我们也发现对于某些人，呼吸练习是很有帮助的，因为当一个人使用呼吸时 他正使用自己的生命能. 同时，我们也推荐你们对自己唸一些增加感恩觉知的书籍.

甚至重复地阅读激励的话语也是有益的，因为有时候人们抗拒对自己有更好的感觉，以及接受自己的限制; 以致于不能持续奉献赞美与感恩给 太一无限造物者. 这器皿告诉我们要简短一些，因为还有别的问题.

我们相信处在痛苦的人，好比这个器皿，可以透过药物的帮助，导致睡眠，然后滑入感恩之中，感谢所有照顾她的灵魂们，感恩造物主对她的爱，因为唯有信心

的礼物可以使人承受那无法承受之重，忍受那无法忍受之痛.

我们认可每位朝圣者的坚忍不拔. 这点胜过任何其他特质，虽然坚忍不拔有些缺乏幽默感，却是通往灵性成长的钥匙.

做为一个朝圣者，你不能只是从灵性书架中挑几本书看一看，试试看，然后把它们放回书架; 你必须从中学习，并且把学到的东西应用在生活之中.

你们必须看待你自己为英雄，你们是神话人物. 你们并非世俗的，这个世界是一个幻象. 你感觉到的(肉体)痛苦在这个幻象之中，更糟糕的是感觉被排拒的灵性痛苦、低落的自我价值、挫折与愤怒. 只要你属于人类，你都无法避免这些事情.

当你从严重的疾病中逐渐康复，尝试无间断的祈祷是好的，感谢所有你想得到的人—那些爱你的人们，滋养你的造物主，以及与你一起努力的医者.

重复是学习一个习惯的有用工具，保持正面态度是一个好习惯.

你可以抱怨，或你可以数算你的祝福; 但你很难在同一个呼吸间同时做两件事.

使用呼吸增加可用来赞美与感恩的能量，也就是生命能，这是值得推荐的，不管是透过吟诵、歌唱、大声祈祷，或阅读可以激励自己的着作.

再次地，重复不是坏事. 如果在你阅读时 发现某句话对你很重要，品味它，祝福它，认可它成为你个人的真理.

我们被告知必须在这个时点停止，好让我们可以回答其他问题. 现在我们开放时间给下一个问题.

Jim: 成为上帝之子的意思是什么？我们如何显化这点？有可能在我们生活中达到吗？耶稣是不是上帝唯一的儿子?

我是 Q'uo，你们知晓的耶稣现象是理则或爱的一个原则，如同任何其他实体，耶稣移动穿越各个密度，但他被创造的方式跟你们这些在幻象之海之下游泳的实体们稍微有些不同. 这个实体也希望活出一个如诗的生命，献给造物主. 一次又一次，经历一个又一个的星球，这个实体进入一次特别的降生，一个具有部分纪念(回忆)的人物，换句话说，这个实体包含的理则或爱超过自由意志; 而你们每个人包含的是爱与自由意志的接合，由于此因素 你必须挑战自己去找到存有的合一性.

这个实体是一的法则讯息的好老师.

一次又一次，这个讯息被误解; 一次又一次，造物主遣送他自己特殊的一部分，保有无条件爱之意识，而不是让它消失在罩纱底下.

这个实体曾经帮助许多、许多的文明社会.

你们每一位都是相等的，都是上帝之儿女; 但你们也都深陷于一个负面导向的尘世中. 你们没有这个特别实体的感知能力，能够在喜悦中执行造物主的意志，不管境遇如何，不管代价是多大.

无论如何，你们每一位都是这个基督原则的兄弟姊妹.

基督原则永久居住在你们每个人当中，你的本质是基督.

但你们与这部分的自我分离了，你会感觉到不公义、罪恶感、不和谐、愤怒、与挫折，藉此给予你自己催化剂，那是成长与极化必须的东西.

[极化指的是在你所做的各个选择中，你决定服务他人或服务自我.]

你是否有一天将成为一位基督?

只有一位基督，造物主或理则的一部分，获得特准无须在第三密度中遗忘.

这并不表示你们是比较低下的，这意味这你们面对的是更困难的境遇，你们奋斗的目标是充满信心的一生，而非知识.

对于耶稣实体，在他自身、在人类中、在造物主之中，都只有很少的奥秘.

至于造物的其他部分，还有一些庄严的问题有待他们回答，一个有待追寻的真理，虽然这个真理在这个密度中尚不会到来. 生命有种本能的飢渴，渴求越来越靠近那自由给予的意识原则，无条件的爱.

你们在巨大的障碍之中艰辛地行走，不要气馁，以这个特别实体的话来说，当一个人犯了错，它并不会被计算，它只是一个重新调整生命型态的机会，好让这个人可以再次学习这个功课.

我们建议每一位花时间宽恕自我，并未那些表面上不帮助你的人祈祷，因为基督意识也会这么做，爱的我是(I AM)也会这么做.

你们每一位都有我是，它被深深地埋藏在深沉心智之中，它被一层又一层的偏见、经验与反应所覆盖. 一如往常，我们推荐信实的每日冥想，或某种形式的祈祷，好让一个人觉察到他站在神圣的地面上.

没有一处地面不是神圣的，但当一个人很快速地处理当天的世俗事务，他很容易忘记他与无限太一的关系.

称呼你们自己为浪子吧，因为你们已经浪费了许多遗产.

地球曾受过的许多伤害现在落在你们每一位的头顶上.

愿每一位都觉察彼此，并祈祷情况得到改善.

如果可能的话，愿每一位都志愿帮助那些一无所有的实体，改善他们的处境.

是的，我的朋友，只有一个基督，但他是一个意识 一个原则，可以降生，再次降生，再一次降生. 当他降生时，他唯一的不同是他不会忘记你们地球人类确实忘记的东西: 太一无限造物者的光荣、惊奇、美丽、平安、笑声、爱与光.

沿着基督意识曾展现的路径行走，并不是不可能的事，因为你们也是无限太一的儿女. 当你冥想，慢慢地 越来越熟悉深沉自我，那无限制与永恒的自我，你将发

现自己谦卑地喜悦于一件事-- 你能够成为爱的原则的仆人.

此时，容我们问是否有其他的询问?

K: 你能否谈谈“接受你的限制”这句话的意思?

我是 Q'uo. 接受限制既是简单的，又是极为痛苦地困难.

接受一个限制即是努力不去对抗它，而人类本性是看见任何限制或缺乏自由 就要去战斗.

当一个人出于义务去做一件事，他没有真正接受他的限制. 因为我们这里说的不只是肉体的限制，还包括理智、情感与灵性的限制. 接受自我本然的样子即是接受限制.

现在，举例而言，这个器皿是无法接受限制的好例子. 这是人类的特征，它被设计的方式与自我臣服的灵性原则直接对冲.

然而，每一个寻求的实体都被授与决心与意志，可以完整地自由使用. 所有如果某个限制没有被尊重，而是被使劲对抗，这其中没有差错，也不是一个错误.

结果只是增加该限制带给该寻求者的不舒适与分心程度
但如果一个人真的去接受他所有的限制，他绝不会有所改变.

我们真正想说的是，接受限制的意思是一个人不管在什么状况下 都能接受现状.

当然在可能的程度 帮助自我是好的...

[录音带第一面终止]

故接受限制其实是一个很个人、形而上的问题. 如果一个人的人格无法接受某个限制，但他还是接受了，他并不算真正接受限制，毋宁说是为了尽义务，而义务是一种负面的情绪.

所以我们给各位的建议是: 尽你所能地 怀着喜悦 去改善一己的状态; 然后去面对哪些你无法喜悦面对的事情 怀着平安与接受的态度.

每个实体都是独特的，有着独特的限制，因此，我们建议那些想要接受自己限制的人，不管在任何情况都奉献赞美与感恩给自己的存有本质以及太一无限造物者.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

K: 不用了，谢谢你.

我是 Q'uo，原谅我们占用一些时间沉迷在一座温暖与许多泡沫的瀑布中，这瀑布是由你们每一位对造物主以及彼此的爱所构成.

我们觉察到这个团体不具备可以让 Ra 使用的力量.

而 Q'uo 可以在一个安定与安全的层级上使用这个团体。

我们与你一同在宁静与和平中安歇. 你们对于我们即是美丽与戏剧性的光芒，你们处于意识冒险的核心当中. 现在是选择的时机 -- 藉由服务他人来服务造物者; 或服务自我 于是服务内在的造物者.

我们请求每一位持续坚持每日的早晨奉献. 我们了解你们的圣经中说到 只有有两三人聚集在一起，无条件的爱就会在这个团体当中.

因此，团体冥想，只要聚焦在真理、爱与和平上，可以创造一个十分强化的资源给每一个成员，同时促使每个成员进入一个不安全，令人困惑，充满风险的环境.

愿你们祈祷有这样的风险，有这样的机会去应用你所学的东西，越来越靠近无条件之爱—你不朽存有之核心.

我们在太一无限造物者的爱与光中即将离开你们.

你们都是舞者，在第三密度中舞出你们的命运.

愿你们好好地选择，从每一个过失中学习，为了全体 宽恕自我，

每一日 每一天，更新(自我的)承诺 在崭新的灵性中向前走.

你们都被高举进入无限太一之光，感觉这股祝福，它很强烈，不是吗?

我们请求你找到你存有的中心，你自己的精华、热情、承诺与核心; 于是你将越来越能表达内在的我是(I AM)原则.

我们在爱与光中离开这个团体，我是你们知悉的 Q'uo.

我们希望每个读者知道我们说的并非绝无谬误，只是我们的意见.

我们感谢你们允许我们将这些意见与你分享.

Adonai，我的朋友们，Adonai vasu borragus.

(V) 2007，translated & digested by c.T

☆ 第 0323 章集：收割的本质

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想

1986 年十一月 30 日

小组问题: 关于收割的本质，是否肉身会死亡，以及穿越收割的实体型态，流浪者对于收割的效应.，等等.

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们感到荣幸与蒙福能够在今晚分享你们冥想的振动. 我们向你们致意并祝福每一位，特别是那些从远方跑来听我们卑微话语的人们.

你们询问关于收割的主题，首先我们恳求你们掌握一个事实，即我们并非毫无错误，我们跟你们一样，寻求一条途径带我们进入奥秘中.

如同你们伸出援手给那些请求教导的人们，我们同样带着我们的经验与思维来到你们这里，然而我们不要成为你眼前的绊脚石，我们请求你们使用所有的辨别力倾听我们的话语. 接受那些对你有用的概念，毫不犹豫地放下没有用的部分.

你们今晚选择了一个庞大的主题，因为收割不只是一个主题，而是两个. 所以我们将分别讨论物理变化的概念，接着是形而上的收割概念.

你们居住在化学元素的幻象中，你们很喜欢自己的化学排列，感到十分依赖它们，处在这个幻象中，这念头是应该的. 然而当你担心收割时 你的肉体会发生什么状况，你正在混淆你自己.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们关切的是你灵魂的收割，也就是说，你的心智、身体、与灵性位于最统合与真实的形态，你们称之为灵性或灵魂.

你们的物理地球在此时已经移动进入第四密度的振动空间，你们的地球正经历一些困难，这是由于(人群)紧张与压力的思想植入全球心智. 可能会有一些地理结构的破裂，以及气象上的混乱现象，甚至超过你们目前不舒适的状态.

这些是变动的能量网络的力学显化，与你们灵魂的收割时间并无显着关系.

第三密度的化学身体可以存在并经验第四密度空间/时间一段时间，所以你们的肉

体将不会瞬间就被移除，因为收割是一个过程而非一个事件.

先排除你们人群敌对行为的后果 [它的确可以摧毁你们地球上大多数人的身体]，你的肉身以及你们的小孩的肉身都将移动到自然的终点. 虽然你们将持续看见肉身接触精细振动遭遇的困难，真光正越来越频繁地冲击你，纵使你们第三密度的双眼无法看见，有时候它带来的生命能量对于你的部分肉体以及周遭人确实是太多了.

我们现在移动到收割的中心议题，我们感觉在这点上可以服务那些倾听我们话语的人们.

我的朋友，你如何准备存在？存有需要什么准备？

或许你可以看到不可能做任何准备，因为你是处于所有时间的存有(生命).

我们在此并不激励你成为什么，而是严肃地看待你自己为存有，好让你越来越意识到你基本振动型态的价值，因为是你的意识将被收割 (而非其他部分).

这个意识努力学习，接着结出那崇敬与服务的果实，将它给予造物主以及一切万有之中的造物者面容.

瞬间收割的概念并没有什么帮助，我们不鼓励每一位读者将收割想成一个事件.

你们是多么渴望知道你何时准备好了，然而我们对你说，在此刻 你必须准备好.

如果你现在还没准备好，你现在就必须工作(自己)，祈祷、冥想、臣服，接着请求成为太一起初思维，造物主，的爱与光之管道.

让我们以稍微不同的方式看待这件事. 你们每个人在工作或社交生活之际，都会走过一些街道，进入一些建筑物，遇见这个人或那个人，有些人希望从你身上得到一些东西，有些人想躲你，有些人可能忽略你. 你事先并不知道你将遇见谁，也不知道对方对你有什么期望. 然而那个人可能极度渴望爱，不是那种握握手与摸摸头的爱，而是全然接受的悲悯之爱，没有评判的爱，这样的爱流经你，而非出自于你.

你可能只有一瞬间成为无限造物者之爱的管道，将他的面孔展现给这位实体.

一瞬间，再无更多时间. 那时，你将成为爱的管道吗？我们知道你希望如此.

然而，如果在某个片刻，你不是爱的管道，我们请求你进入理性与心轮之中，找出那些阻止你成为这个管道的东西，接着尽你所能的将你的意识带到爱的意识当中. 你们不知道你的收割何时到来，然而我们曾经说过并敦促你了解这些日子的确是你们第三密度的最后时期.

你是否急切地向往第四密度，你是否想要毕业?

如果是的话，放下你对未来的焦虑与负担，一个可能永远不会发生的未来.

毋宁凝视你的存有，好让你现在就可以传导爱，如果你在此刻没有准备好收割，或许下一刻就太晚了.

这个照字面解读的器皿开始用她分析的头脑思考我们可能在暗示现在就是收割期. 不! 我的朋友，不是下周二，也不是下个月或明年. 我们无法向你建议一个明确的日子. 我们只想要训练你的心智，让它集中焦点在目标上，敦促你的双脚强壮起来，跑完全程; 敦促你实现你目前的努力，不是为了别人，而是为了你自己. 因为你无法收割他人，你只能收割自己.

由于延迟的时机以及接近你们所谓最后一日的午夜，有许多较高次元的实体投胎到你们当中 试图协助你们，也就是你们所称的流浪者.

有许多悲痛存在于你们人群中，也包括流浪者.

因为许多人拿取收割的概念，却一次又一次地转向幻象以表达他们对爱的渴望.然而，一个人不能将两个桃子配对 然后产出橘子.

同样地，一个人不能改善外在的东西，然后接收内在的祝福.

那些使你感觉舒适与满足的东西，那些你过度珍爱与珍惜的东西可能使你注意力动摇，中伤与减损你的存有.

那么，尝试将你的能量、渴望与寻求聚焦在永恒的事物上，在那些无限的价值上，直到你是如此充满对造物者的赞美与崇敬，于是你确实是爱的通道.

最好不要对你的意识或创造那意识的造物者失去热情.

难道你不爱你的父母，难道你不感激他们给予你去经验(世界)的机会?

那么，思考一下，知识、领悟与理解的价值，如果它们的终点不是锺爱太一无限造物者，又有何价值? 于是在感激之中，你渴望是造物主表达爱的双手，以及造物主述说喜悦的嘴唇.

准备好现在即可死去，现在就准备好收割.

那么你可以自由地为造物者而活，不管你的肉体载具可以呼吸多久 你都在他的服务之中; 你的肉体爱你，将它自己给予你自由使用，爱护你的肉身，让它协助你，但不要成为它的奴隶.

规律与信实地进入冥想，绝不要谴责自己缺乏这方面的技巧，因为从深遂心智的观点看，即使一瞬间与无限太一同在至圣所中即是所有时间与所有空间.

冥想时间的长短不是关键，而是渴望寻求爱的面容的强度将牵引你进入对太一起初思维的更深沉、更清晰的感知.

沿路上你有同伴，那些一起寻求的人们可以彼此帮忙，彼此劝告，忠告、鼓励与赞美对方. 置于一切之上的是，我的朋友，彼此相爱，因为唯有你爱其他人，你才感觉到爱; 唯有你真正地爱自己，你才感觉到爱. 你不是因为自己或别人的外观而去爱，而是为了你与他人都具有的本质性，那原本就完美、完整、毫无瑕疵的本质. 造物者接受你，因为你即是造物者.

我的朋友，你们每一位都在意识中负载造物. 你的振动样式是独特的，它是造物

者面容的一个独特全像代表. 那张面孔会有多扭曲? 你的感知、存有、意识又是多接近爱?

在你们称为圣经中有一个寓言故事，一些未婚女子正等待新郎到来，她们留心观察，祈祷与整理油灯. 有些女子认为在午夜钟声之前还有些时间休息，然而午夜到来之时，那油灯，光—爱，却尚未点燃.

在下个午夜到来之前，可能是漫长的一日，然而多花一点时间研读并不可耻.

现在是你的收割时分，现在是你应当准备好的时机.

当你准备好，你将是自由的，在服务太一无限造物者中真正地自由，如同我们一样. 庆祝你的意识，在一切好的事情中肯定它，如果你觉得它有什么差错，修正它. 但不要为了未来而准备，而是为了新郎就在这一分钟、这一小时、今晚敲门而准备.

我们十分享受与你讲述这个主题，并且很乐意继续讲下去，然而我们感觉这个团体内还有其他问题，故在此时转移通讯，好让我们可以透过 Jim 说话. 我们感谢这个器皿的服务，我们是 Q'uo 群体，我们在此时转移.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我在爱与光中透过这个器皿再次向你们致意.

此时是否有任何询问?

H: 是也，我有一个问题. 到了第三密度的尽头，那些还没准备好被收割进入第四密度的实体们会怎么样?

我是 Q'uo，关于这些实体，他们有无限多的时间可以利用以演进到第四密度. 他们将找到另一个刚开始第三密度进化周期的星球，接着在该球体上移动与生活.

我是 Q'uo，我们可否进一步回答你，我的兄弟?

H: 现在没问题了.

发问者: Q'uo，当这些实体迁移到另一个行星上，他们是否会感觉他们仍在所谓的地球上，感觉他们还停留在他们熟悉的同样一颗星球上?

我是 Q'uo，我们可以分两方面回应你的询问.

首先，第三密度星球提供的课程永远都是一样的: 学习无条件地给予并接受爱.

因此，当这些实体以肉身生活在该星球的期间，这些课程促使他们想起过去的(模糊)回忆以及一种熟悉的感觉.

其次，在内在王国中，也就是中阴身，这些实体将觉察到他们现在居住的行星是独特的，并且提供新的环境让他们尝试爱的功课.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

发问者: 谢谢你.

发问者: 我想问关于”星星小孩”的问题，他们跟流浪者是否不同?

我是 Q'uo，我们以为这些实体天生具有更深入的资源可以呼求以支持此次的降生，容我们这么说.

称呼这些实体为流浪者可能不恰当，因为他们第四密度的家乡就是这个星球，你们的地球.

无论无何，他们进入这个地球影响圈稍微早了些，提早进入是个荣耀，目的是协助那些尚未能够无条件给予爱、接受爱的人们. 容我们说，你们星球逐渐迫近收割期，这段经验是如此地强烈与紧张，以致于这些实体不只可以协助其他第三密度实体，同时还可以大幅度加速他们自己进入爱的密度之步伐，并且完善那份爱.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

发问者: 不了，非常谢谢你.

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的姊妹. 是否有其他的询问?

Carla: 我今晚突然想到一个问题，我觉得很有趣，但真的不知道答案—我猜有两种可能. 首先，你是 Q'uo 的一个代表，拥有所有可得的群体意识之资讯; 或者你是不具人格的原则，在服务地球的过程中 代表这个群体意识的最佳部分?

我是 Q'uo，我是一个更大族群的一个个体化部份，我们以统合的方式寻求—你们可以理解为一个社会记忆复合体. 因此”我”与”我们”两个称谓是可以互换的，每个称谓都描述我们承担的特质.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 不了，你答得很好. 我了解你说的，我很高兴有一个个体化的人代表社会记忆复合体，因为我从你那儿感到大量的爱，我想要回向给你，寻求者对寻求者，非常谢谢你.

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的姐妹. 是否有其他的询问?

H: 假设第三密度还有一年就终结，如果我现在肉身死亡 却还没有毕业资格，我是否会重新投胎，只为了短短几个月的学习?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟. 我们以为那是可能的，如同其他许多不同性质的机会. 我们建议一个人无须过于忧虑一个周期结束的细节，因为所有经验的运动都藉由太一造物者的爱变得可能与高贵.

在你们的幻象中，许多事物都被隐藏，然而如果一个人可以记得并且信任一切都是好的，因为的确，一切万物都是一体的; 那么 这样一个人可以至为容易地在和谐中移动，穿越所有的周期，在每一刻发现机会知晓太一造物者.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

H: 没有更多问题，谢谢你.

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的兄弟. 是否有其他的询问?

Carla: 嗯，你刚才说到服务他人，以及这点对他人的重要性，只有一瞬间对他人展现爱. 但是有很多时候，人们根本不会回应任何种类的爱. 你绝对无法控制某个人是否准备好看见爱. 你知道，出色地表达爱 然后别人也同时看见爱，这样的情况真的很罕见. 这要不要紧? 我的意思是当你谈到结出果实，我对着自己想“这蛮棘手的”. 你可否评论这番话?

我是 Q'uo，容我们建议，我的姐妹，你无法知道任何从意图诞生的果实. 对于你自己的进化过程有重要影响的是你的意图，它引发任何思想、话语、或行为.

那么，将面包丢到水面上，不管是否有任何回馈，这个思维是最重要的.

因为在你的幻象中，你才开始去看，许多部分是神祕的.

受到意志驱动的信心是一个人可以呼唤的最真实指引，所有服务与分享的意图启动行动与言语，都因无条件的爱而变得高贵.

这点不会被任何东西改变，不管别人怎么看待这个思维、言语或行动.

我们可否进一步回答你，我的姐妹?

Carla: 不了，Q'uo，十分感谢你.

发问者: Q'uo，在知晓我们都是一体的过程中，看起来，难道这不加诸给我们一个难以承担的负荷，要我们得非常积极?-我很难清楚说出我的想法，因为它是如此不寻常. 接受一切万有为太一，我们可以如何协助一切为太一? 我们如何将爱带给全体?

我是 Q'uo，我的姐妹，既然一切都确实是太一无限造物者的部份 都与那造物者一起和谐移动，那么 不管这和谐的运动型态是否有意识地被认出，一个人可以对这生命样式有信心，生命将带给一个人机会去服务周遭的一切，并在每一刻以最恰当的方式分享爱.

因此，我的姐妹，无须将视线超越此时此刻，接着惊奇一个人怎么可能在一生中有所服务并放射爱; 你可以认出此刻的爱，只要你在每一刻渴望寻求真理，并持续在遇到的每张脸庞上发现造物者的面容，的确，他也在你的脸庞之中 以及环境的每个部份之中.

我们可否进一步回答你，我的姐妹?

发问者: 谢谢你，我谢谢你回答了这个问题. 在我看来，地球上的苦难多过我所能处理的限度，因为我似乎什么事也做不了. 我想或许你能给我一点线索去思考这些事情.

我是 Q'uo，我的姐妹，我们希望在这个方向已经给予一些小小的服务.

我们认知当任何真理寻求者注视这个幻像时遇见的困难. 你们的世界有许多的忧伤与苦难似乎没有正当的理由，甚至有更多表面上无解的悲剧. 我们只能建议每一位尝试去超越任何情况的表相，看见所有实体与事件的核心—即太一造物者以另一种看似无法理解的方式去知晓他自己; 然而在这样的奥秘中躺卧着无限的爱的潜能，等待被发现. 确实，没有一件东西不是由这个元素构成的.

此时是否有其他询问?

发问者: 当我们进入第四密度身体，遗忘的罩纱是否就不存在了? 我们是否可以向后观看，看见更多我们来自的地方，甚至也可以向前观看?

我是 Q'uo，的确，这种远视(far-seeing)的能力将得到大幅度的增进，加上遗忘罩纱产生更大的裂缝后，允许意识移动穿越这道裂缝，于是一个实体有意识的努力可以继续分解那些表面上分离彼此，分离自我与造物者的东西; 结果一切开始被置入一个更为统合的眼界.

我们可否进一步回答你，我的姐妹?

发问者: 不了，谢谢你. 但我想说我真的欣赏你的答案与爱，非常感谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹.

在我们离开这个团体之前，是否有最后的询问?

Carla: 我真的很粗鲁，前来问最后一个问题，我感觉自己是宴会中拿走最后一块

蛋糕的那个人. 但我真的很想问这个问题，因为我们刚才谈到身体，我之前想过这个主题，但忘记问了.

我注意到我们正发现许多次原子粒子，好比夸克(quarks)，没有人真正知道该拿它们怎么办，物理界中有各种急躁的想法乱窜. 我知道光子(photon)是比夸克还微小的粒子，我不禁要想在第四密度，有可能一个肉体不是由原子、分子、无机混合物组成; 而是由次原子粒子组成. 有没有可能磁场之间可以互相渗透是因为次原子很小可以穿透第三密度磁场中的巨大洞穴，从较高密度的观点而论?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姐妹，我们发现在这个询问中，你已经不只进入形而上的领域，还包括造物的物理学. 我们有些困难找到适当的辞汇，透过这个器皿回应你的询问. 我们发现在这个敏锐的询问之中，你已经开始更完整地掌握第四密度身体之建构本质.

光子，光的可描述部分，构成造物的每一部份. 它在第四密度中开始登上更快的旋转与更高的频率，相对于第三密度的经验而言.

加速的振动，属于次原子或光子，允许粒子群的互相渗透.

于是一个由次原子组成的载具可以表达更多光的属性.

以你们的说法，你们会看见这个载具更加地闪耀，并且在清醒的意图下，更能够以特定的方式传导太一造物者的智能能量.

我们是否需要以更具体的方式回答，我的姐妹?

Carla: 不了，我不要使这个器皿过度劳累. 看见我在正确的轨道上对我真的很有帮助.. 我知道我代表大家说话，十分感谢你的光临.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹. 我们很感谢在场的每一位，在这个傍晚邀情我们出席. 能够将我们的振动与你们的调和是一个伟大的荣耀.

我们再次谦卑地提醒各位，我们只是你们的兄弟姐妹，与你走在同一条路上. 捡取你觉得有价值的部份，放下那些没有价值的部份，因为我们不想在你的道途上放任何的绊脚石. 我们在此时离开这个器皿...

[录音带到此结束]

(V) 2007，translated & digested by c.T

★爱与光图书馆选集 第 04 辑

☆ 第 0401 章集：(Don)唐·艾尔金斯简传

传记作者: Carla Lisbeth Rueckert-McCarty

Copyright © 2007 L/L Research

童年时期

Thomas Tully Elkins(父亲)

Elizabeth Hauenstein Elkins (母亲)

唐.图里.艾尔金斯(Donald Tully Elkins)，伊丽莎白.艾尔金斯(Elizabeth Hauenstein Elkins)与汤玛斯.艾尔金斯(Thomas Tully Elkins)的独生子，出生于肯塔基州，路易斯维尔城，诞生时刻为 1930 年 2 月 27 日午夜.

Donald Tully Elkins

他是个美丽的宝宝，父母亲充满爱心，生长在一个团结的家庭中，逐渐成长为一个高瘦、内省的孩子.

他的父亲是许多公司的销售代表，因此他们经常搬家，迁移的范围包括卡塔基州、密苏里州、以及密西西比州.

唐(Don)是个很聪明的孩子，却是一个糟糕的学生，因为他很不喜欢上学.

如同唐生前所说，他喜欢”站在胖小孩后面”，这样他就不会被老师点到.

他的母亲在结婚以前是一位学校老师，她习惯性地为唐写家庭作业，确定它可以过关. 她很清楚唐知道怎么做功课，然而他拒绝写家庭作业.

有一次，唐的母亲请求他可不可以为了她，拿一次好成绩. 他答应了，接着交出一张全部是 A 的成绩单. 然后立刻回到勉强过关的成绩表现.

唐以前常说认清一件事唤醒他了解教育的价值—当他读高中时，他领悟到如果再不改变读书习惯，他很快要去做劳力的工作，那是他不喜欢的工作. 于是他上紧发条，在毕业学年表现优异，于是他进入路易斯维尔大学，快捷科学学院(Speed Scientific School).

#1 #2

他最快乐的童年岁月在梅菲尔德(Mayfield*)城的一座农场度过，从 9 岁一直到 15 岁. 他在农场上做杂务，跟在骡子后面耕田，并且在田野间打猎，然后将一些小猎物带回家成为家庭晚餐中的一道菜肴.

他的父亲大部分时间都不在家，忙于销售的工作.

他的母亲总是在家清理环境，烹饪三餐，有时也帮别人煮菜与打扫.

那时是大萧条(Great Depression)的日子，邻近的家庭都会互相帮忙.
(*参考注 3.)

唐对于乡间有很深、很深的热爱，一生都是如此.

他喜欢钓鱼，跟狗狗一起玩耍.

#3 #4

他最喜欢的同伴是他姑姑，玛莎，他暱称为陶特(Tot). 她只大唐十岁，所以她同时是玩伴以及临时保母.

下面这张照片是玛莎跟他一起钓鱼时拍摄的，那时他十岁大.

#5 Don and his beloved aunt

当他 15 岁时，他的爸妈决定唐必须在路易斯维尔城完成高中学业，于是他与母亲一起搬去跟外祖父、外祖母一起住. 在那儿，他就读男子高中，于 1947 年毕业. 底下这张照片是他与(外)祖父一起在家门口拍摄的.

#5 Don and his grandpa

居住在城市中并未阻止唐过他的乡村生活!

每个周末，他都会跟两个最佳死党深入乡间，他们分别是查理斯(Charles P. Sutt)与威廉(William Rue). 他们拥有一艘小船，可以划船横跨俄亥俄州去拜访住在印第安那州的一位渔夫与枪匠，他会在那儿把玩枪枝，练习精准射击，或协助蝴蝶捕鱼作业，或在森林中闲逛，他们经常整个周末都在乡间不停地走路，把袜子都走破了，据说威廉口袋随身都会带一双袜子以防万一.

#5 #6 #7

军旅时期

1951 年，唐加入军队. 在韩战期间，他成为有史以来最年轻的士官长，这是由于他惊人的射击能力与优异的领导能力.

他的朋友，一位军官与唐的高中同学，告诉我一个故事，说明他是如何在短短几个月就从二等兵升到义务役中的最高阶. 这位军官邀请唐一起参加军官射击练习，唐很快就把六发子弹射完，训练教官跑到这个六呎半高的家伙旁边咆啸，责怪他没有花足够时间去专心瞄准. 然而当他将射击卡拉出来，他哑口无言，所有弹孔都在中心位置. 训练教官觉得其中有鬼，要求唐再示范一次，唐重复一次，再次交出完美的成绩. 信服的训练教官当场要唐即席教学，给在场所有军官一堂射击课. 唐照做了，从此唐快速升迁，只受到文书作业速度的限制.

唐具有冷静、公正与幽默的能力，一个完美的例子如下:

一位苦恼的将军下令军士官对属下演讲两小时，说明在军中敬礼的必要性.

于是艾尔金斯士官长准备两个小时的综艺秀，说明如何在滑稽与奇异的状况下敬礼. 他找来一些同僚参与制作，当整个营区的士气如同暴风雪的气温一般低落，艾尔金斯却使得他的士兵欢呼大笑.

唐天生懂得与人群相处，人们想要为他表现良好，讨好他，跟他在一起，聆听他说的话.

唐并不以此为傲，但这是一个单纯的事实，唐可以使得任何事情变得好玩，甚至包括如何操作一座榴弹砲的程序.

少年时期常在森林徒步旅行，生活在荒野中，总是保持活跃，这些经验使得他成为一位完美的训练教官. 在十英里的行军中，他可以全程绕着士兵们跑步都不会喘不过气.

以那个年代的特有说法，唐是只酷猫(cool cat*)，其中的秘密是他完全不在乎生命的小细节.

不过他非常高兴成为一位士官长，因为他可以有私人的房间，那是他十分重视的一件事.(*参考注 4.)

教学生涯

1953 年，他光荣地完成从军义务，回归老百姓生活，他继续学业，拿到三个工程学学位，接着取得机械工程的硕士学位. 毕业后在路易斯维尔大学快捷学院教书，教授物理学与机械工程. 同时他加入国民警卫队*第 452 分队，13 年后退伍. (*请参考注 1)

以下这张照片是唐正准备离开姑姑(Aunt Tot)家的情境，他与姑姑全家每周末都有一次晚餐聚会，然后出门执行国民警卫的工作.

#8，Don as a national guard

有一年的时间，1960-1961，他跑到阿拉斯加州，为阿拉斯加大学[位于费尔班克*]开创机械学课程. (*参考注 5)

他喜爱那里原野的环境，然后为了两个原因离开：冷死人的冬天；以及费尔班克斯市区内一长排的停车收费器，他想如果这里也变成停车收费城，那他不如回家乡，至少路易斯维尔的停车收费器比较温暖!

于是他回到路易斯维尔大学教书直到 1965 年.

在我读大学的时候，他是我男友的物理学教授，所以我知道他有多么受欢迎与喜爱. 他对待年轻人的方式可以使顽固、强硬的叛逆学生都变成艾尔金斯的粉丝.

再次地，这是因为他真的不在乎人们怎么想他.

然而他总是把焦点放在年轻人的需要上，他改善考试方式，在十次小考中 只取学生表现最好的七次成绩. 当时一学期为十周，他的规则很简单又公平，每周一次小考，不囉唆.

他发明众多的方法以说明各式各样的原理并促使学生们真正去思考，同时使他们开怀大笑!

以下描述的连环事件是我最喜欢的故事之一:

首先，学生们在他的桌上放一只死猫，他看到之后，冷静地在黑板上写“下一次，给钱.”然后立刻开始上课.

在下一堂课开始之前，学生们共谋一个恶作剧，于是当他再次进入教室，他们全

体将一大堆美分(penny)硬币丢在他身上. 他细心地捡起每一枚硬币，放在口袋里，一句话也没说，开始上课.

这些学生最后的整人计谋是找一个兔女郎[一个学生的女友]到班上，当课堂进行到一半，她盛装跳着华尔兹舞进入教室，手上拿着一个碟子，上头还有一张餐巾.

唐把餐巾掀开，底下有一杯马丁尼(martini)，他喝了一口之后，简短说了一句“苦艾酒成分太多”，然后转身面向黑板，继续教学. 这个可怜的女孩愣了几秒钟，发现教授没有任何反应，于是迅速逃离现场. 全班学生开始鼓掌叫好.

从此，这些学生再也不去尝试动摇冷静如山的艾尔金斯.

我可以诚实地说，他是我见过最棒的老师，同时拥有最伟大的心智，他的思考兼具广度与深度. 他的注意力如同他的视力[20/15*]一般敏锐.
(*参考注 5)

超自然研究

1962 年，他从底特律的一个 UFO 接触团体收到一些资讯，开始对于 UFO 的长期与广泛的研究. 同年，他建立一个通讯团体，我也是其中一份子.

1965 年，唐离开大学的终身教职，前往东方航空(Eastern Air Lines)担任飞机驾驶员.这样他有更多的薪水，以及更多自由时间从事超自然研究.

他常在下班时间用自己的钱与私人飞机飞到美国各地，调查 UFO 接触个案，调

查超自然现象，访问降灵会，以及参加芝加哥的通灵集会等等. 他几乎跟这方面的专家学者都对话过，包括约瑟夫(J. B. Rhine)与乔治(George Van Tassel)*.
(*请参考注 2)

并不是所有团体或个人都能立刻提供唐有用的资讯，他只是小心地收集每一个”谜题碎片”，接着花许多时间思考这些碎片如何可以拼成一块.

1968 年，唐与我正式成为工作伙伴，握手协议一切利润平分，包括我们一起写书，制作电影，以及其他共同创造的智慧财产.

有了我的协助，唐得以充分扩张他的研究成果. 不过，到了 70 年代中期，我的身体越来越残障，直到我再也不能工作，必须向政府申请残障救济为止.

由于我糟糕的健康状态，唐开始对调查另类医疗感兴趣，在这个时期，我们一起探究菲律宾与墨西哥的超心灵(psychic)外科手术、神恩医疗、按手、极性疗法、水晶治疗、颜色治疗、以及催眠治疗.

1974 年，唐与一些同伴开始一连串密集冥想，直到他训练出一批新的通讯管道，因为 60 年代训练的那批人已经逐渐搬走或解散. 在他的要求下，我终于开始学习传讯(channel)，等我学会之后，大部分时间，他自己都保持超然，在场外观察，让我指导这些同学练习.

1978 年，吉姆(Jim McCarty)开始参加我们的团体冥想.

1980 年，唐邀请吉姆加入我们的工作团队，同年的圣诞假期，吉姆正式加入我

们.三周以后，Ra 通讯开始发生.

核心志业

Ra 通讯开始于 1981 年一月 15 日.

一如往常，我以基督之名挑战这个通讯的源头，我当时全然不知这次的通讯跟以前有何不同. 通讯开始不久，我立刻睡着，一直到醒来后发现唐大喜过望，那是我从没见过的表情. 他毫不迟疑地判定这次的通讯是截然不同的.

随着一场又一场的 Ra 集会，超心灵攻击日益加剧，许多奇怪与不幸的事件发生在我身上，这个趋势深深地困扰唐，于是他减少集会的频率，好让我能有更多时间恢复元气，一般而言，每次集会之后，我会减轻一磅到三磅不等的体重.

每一次集会由唐发问，将大量的思维转变为问题，我们都贡献一些想法，但主要的发问走向还是由唐完成，因为他具有多年探查幽浮(UFO)接触的经验，让他发展出足够的智力基础将这许多不同谜题的碎片拼凑在一起; 他还具有关键的直觉感官，当 Ra 给予出乎意料且深奥的答案时，能够当下做出反应，进一步提问，善用这些新的洞见.

唐一直觉得与 Ra 群体一起产出的这些资料是他毕生工作的核心.

挚爱

唐与我的故事是一个爱的故事，也是一个共同工作的故事，两者都高度地不寻

常，两者都至为深奥.

1962 年，我第一次遇见唐，我看入他深遂的蓝色眼睛，坐在桌子对面凝视着我，我看见他眼中巨大的孤寂. 大多数人对唐的第一印象跟我不同，他们的第一印象是“他能看穿我”，人们第一次看到唐的反应通常是敬畏或害怕，直到与唐相处一段时间后.

1968 年，唐与我开始同居，下面左方的照片是我们在公寓拍摄的，我们在那儿一直住到 1980 年. 右方的照片是在一个朋友的农场拍的.

#9，Don and Carla

#10，Don ，Carla，and friends

唐不相信婚姻就如同他不信任情感的外在表达一般，所以我们一起维持愉快的不结婚状态 16 年.

他对我一无所求，只需要我的陪伴.

我从未见过一位更无斯的男子，也没见过比他更能表达纯粹情爱的人类.

这股情爱完全无法言喻，因为唐觉得言语是廉价的，特别是”我爱你”已经被滥用到毫无意义的地步. 因此口头赞美只适合给予比较不亲密的朋友; 他认为这些话

语会妨碍我的成熟发展.

尽管如此，他对待我就如同一位父亲对待孩子一般，他经常过度保护我，到达我想反弹的程度.

在我们相处的 16 年间，每一年情况都比去年更好，我们分享大大小小的笑话，曾经在许多个夜晚畅谈到深夜，唐经常与我分享许多不可能的梦想，并尝试将它们带到现实世界中.

我们是两种不同的生物，唐是典型的男性，不接受任何多愁善感的东西；而我则是天生的浪漫家，一个信仰基督的神秘主义者. 我很喜欢音乐，唐则说那会伤他的耳朵.

尾声

到了 1983 年，我们清楚知道需要搬到离唐工作地点更近的地方，这样可以减少唐漫长的通勤时间. 由于当时航空业景气不佳，唐几乎要不停地飞行，使得他十分疲累，Ra 集会的间隔时间也越来越长.

搬迁到亚特兰大标记了唐的改变，居住在亚特兰大期间，唐的体能减弱，并开始请病假，逐渐罹患心理上的疾病.

经过一年，唐的沮丧状态逐渐恶化，他不接受其他判决，除了他自身的死亡，那是他曾预见的.

在他生命的最后一年，我们两个都过得很艰难，但在他死前的最后一晚，他最后一次问我“我们还是我们吗(Are we still us)?”

我回答“是的”，我的心充满 16 年的爱，我永远也不会忘记其中的任何一部份.

1984 年 11 月 7 日，唐死于头部枪伤，时年五十四岁.

警方判定为他杀 而非自杀，因为他当时无法控制自己的行为.

藉由这篇传记，我们荣耀对唐的记忆，纪念一个奉献生命的人，日复一日，年复一年，一个不断寻找真理的人.

唐将永远活在他的着作中，也活在所有一的法则之读者的心中.

Don Elkins 生平着作

??The Crucifixion of Esmeralda Sweetwater (1967 写成; 1986 出版) (with Carla Rueckert)

??UFO 的秘密，Secrets of the UFO (1977) (with Carla Rueckert)

??一的法则(THE LAW OF ONE)，Book I (曾命名为 Ra 资料) (1976-1983) (with Carla Rueckert and Jim McCarty)

??一的法则，Book II (1982) (with Carla Rueckert and Jim McCarty)

??一的法则，Book III (1982) (with Carla Rueckert and Jim McCarty)

??一的法则，Book IV (1991) (with Carla Rueckert and Jim McCarty)

??一的法则，Book V: 个人资料与选自前四册的片断(2000) (Commentary by

Carla Rueckert and Jim McCarty)

录音带

??Joy (Sunday meditation)

??Messages from the UFO (channeling by Brother Philip，of SECRET OF THE ANDES，channeled by George Hunt Williamson (Michel D'Obrenovich))

??The Spiritual Significance of UFOs

影片制作

??The Hidan of Maukbeiangjow (1973) (writer，producer，assistant director)

??Abby (1974) (researcher)

??The Force Beyond (1978) (researcher，on-screen interviewee)

注解

1.美国国民警卫队

美国国民警卫队（United States National Guard），常简称为国民兵，是美国军队的重要后备力量。

美国 1903 年民兵法案（Militia Act of 1903，又称迪克法案，Dick Act）将各州的民兵组织组合成今日的国民警卫队体系。不过除个别时候联邦可召命外，国民警卫队仍是由各州政府指挥，因而不能跟其他专为军事作战目的而训练的后备军相混淆。

陆军国民警卫队（Army National Guard）是美国陆军的一部分，占其可用作战力量的约一半或支援体系的约三分之一。空军国民警卫队（Air National Guard）是美国空军的一部分。这两种国民警卫队均由国民警卫队局管理，其局长是参谋首长联席会（Joint Chiefs of Staff）的一员。

美国陆军多次裁减后，一些陆军师成建制的转为陆军国民警卫队。所以有的国民警卫队师实际是小型的正规部队而不是民兵，例如朝鲜战场表现不佳的第 24 师

就被降格为国民警卫队。这和中国将陆军乙种师改为武警机动师是一个道理。

取自: Wiki 百科，条目--美国国民警卫队

2. George Van Tassel-- UFO 接触者，UFO 学者

http://en.wikipedia.org/wiki/George_Van_Tassel

Joseph Banks Rhine (aka J.B. Rhine) -- 超心理学研究先驱

http://en.wikipedia.org/wiki/Joseph_Banks_Rhine

http://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%B6%85%E5%BF%83%E7%90%86%E5%AD%A6

3. Mayfiled 城市网址，位于肯塔基州

http://www.city-data.com/city/Mayfield-Kentucky.html

14

4. Cool Cat-60~70 年代美国流行的卡通人物，外观很像顽皮豹.

http://en.wikipedia.org/wiki/Cool_Cat

5. Fairbanks city，阿拉斯加州内陆最大都市.

http://en.wikipedia.org/wiki/Fairbanks，_Alaska

6. 20/20 为标准视力，20/15 表示一个人可以在 20 呎就看见一般人在 15 呎才看到的字母. 详情请看以下网址:

http://en.wikipedia.org/wiki/Snellen_chart

资料来源

1. www.lawof1.org 现在已经关门了 >_<

2. http://en.wikipedia.org/wiki/Don_Elkins Wiki 百科英文版

3. The Crucifixion of Esmeralda Sweetwater，该英文小说之前言

4. 一的法则卷一，序文

(V)2007 Edited & translated by c.T.

☆ 第 0402 章集：爱斯米兰达的十字架

[书摘]

原文电子书下载网址:

http://www.llresearch.org/library/the_crucifixion_of_esmerelda_sweetwater_pdf/the_crucifixion_of_esmerelda_sweetwater_pdf.htm

或者从以下网址进入，点选 ”The Crucifixion of Esmeralda Sweetwater”的连结

http://www.llresearch.org/library.htm

编按

这本英文小说的全名是爱斯米兰达.甘露的十字架(The Crucifixion of Esmeralda Sweetwater)，是唐生前与卡拉合作撰写的小说，也是唯一的一本.

由于人手不足，笔者第一次尝试以书摘的方式呈现这本书的重点. 希望能抛砖引玉，吸引义工加入翻译全书的行列. 无论结果如何，希望各位读者在阅读这篇书摘之后有一点收获或心得. Now，enJoy the reading!

序文

本书于 1968 年写成，1969 年修改与精鍊. 主要故事情节由唐负责，人物角色的细节由卡拉负责，然而卡拉描述许多细节如同看电影一般自然流入脑海中.接下来是追忆唐的一篇文章，已经整合到唐.艾尔金斯的简传之中，故不在此赘述. 由于许多出版社都拒绝出版这本书，一直到捐献金额足够之后，本书于 1986 年才正式出版.

本书之架构

这本小说的头尾是路易斯维尔小组在 1968 年通灵的资料，编者推测，可能有小部分经过修改，好与整本书的情节衔接.

除了序诗以及结尾的寓言之外，本书共有 18 章，故事大意描述一对外星兄妹被召唤到地球服务，却因为一场意外，衍生出连环的事件，最后找出幕后的魔头，展开最后的决战，以及出人意表的结局.

本书可说是一本预言式的小说，首先，吉姆在 1980 年圣诞节加入唐与卡拉，但这本小说中的一位主角悉尔多(Theodore)的面貌与个性几乎跟吉姆一模一样.

另外一位小说人物帕布罗博士(Dr.Pablo)则与现实世界中的普哈里契博士(Dr.Puharich)很像，甚至连庄园的布置都一样! 作者是在小说写好之后，拜访普哈里契博士才发现这个惊人的巧合.

主要的男主角约书亚(Joshua)与唐很相似，女主角爱斯米兰达与卡拉相似，这点不稀奇. 不可思议的是他们在书中的重大遭遇，当 12 年后的 Ra 通讯开始后，几乎都在真实生活中发生了.

在一的法则卷五，片断#39 中，Ra 明确地肯定这本小说具有魔法属性.

序诗

在这个章节，作者以简洁又诗意的方式点出地球进化的轨迹. 最后描述地球已经成为忧伤的星球，因此有一对神仙兄妹决定接受召唤，光临地球，展开服务的工作.

故事大纲

[编按: 原文小说只有章节编号，这里的章节标题是编者自行添加的.]

第一章 帕布罗博士与悉尔多

- 帕布罗教授喜遇天才学生悉尔多
- 帕布罗鼓励悉尔多参加一个特别计画
- 悉尔多与爱斯米兰达的初次相遇
- 什么是真实魔法，跟魔术戏法有何不同?

第二章 约书亚

- 约书亚与秘书苏珊的互动，藉此衬托约书亚独特的人格
- 约书亚收到帕布罗的好消息，找到关键人物了! 约书亚大喜过望

第三章 变幻的灵光

- 爱斯米兰达生平第一次发现帕布罗叔叔的黑暗面
- 爱斯米兰达与帕布罗温和地辩论光明与黑暗的意义
- 爱斯米兰达惊讶地发现帕布罗灰暗的灵光可以瞬间变回明亮的样子

第四章 召唤

- 在约书亚的魔法密室进行净化、驱魔仪式，最后进行召唤仪式
- 描述爱斯米兰达与约书亚以及悉尔多之间的关系，与尚未明朗的情愫
- 约书亚的内心独白，他有点怀疑引进外星帮手是否干扰人类的自由意志

第五章 麦斯帕

- 麦斯帕(Mathpart Feddler)是帕布罗的庄园的仆人
- 麦斯帕埋怨家猫的生活都比他优渥
- 他成为第一个目击橘子 UFO 的人
- 起初，他很兴奋，觉得上帝捡选他当神的代言人，后来他看见从 UFO 走下来的男女跟爱斯米兰达与悉尔多长得几乎一模一样，他开始觉得这个 UFO 很可能是苏联派来的间谍!
- 太空少年凝视麦斯帕，溶解他想要射杀他们的意图

第六章 炫丽的舞会

- 太空少年进入魔法密室，学习阿卡莎纪录，以快速了解地球的游戏规则
- 太空少女发现公路旁的一间小酒馆正在举行舞会
- 太空少女曼妙的舞姿与前卫的装束成为全场的焦点
- 悉尔多跑去将电源总开关切断，在黑暗中带太空少女离开失控的现场

第七章 绑架!

- 帕布罗从纽约市回来，就撞见一群狠角色威胁麦斯帕透露帕布罗庄园的房间分布图
- 一场小规模枪战
- 太空少女被歹徒绑架了!
- 太空少年走出魔法密室，上完第一堂课之后，他觉得或许无法做什么来服务地球人类
- 帕布罗坦承近几年从赌马事业赚了不少钱，很可能因此招致同行忌恨...

第八章 追捕

- 爱斯米兰达与太空少年一起合作，在星光层面寻找太空少女的下落
- 他们被两台车跟踪，展开一场公路追逐
- 他们好容易甩开跟踪的车子之后，又被当地警长夫妇认为是不法之徒
- 邱吉上校(Col. Church)登场

- 爱斯米兰达查到太空少女灵光最后残留的踪迹
- 太空少年遭到射杀！开枪者是阿姆斯壮士官长

第九章 绑架者与托斯翠克

- 绑架者有两人，一个是大块头，一个是小个儿
- 他们终于发现绑错人了，爱斯米兰达才是他们的目标
- 太空少女一直尝试与这两个家伙沟通
- 托斯翠克(Trostrick)首次登场，在他与绑架者的短暂会面过程中，他展现的原力令人印象深刻

第十章 复活

- 爱斯米兰达与约书亚共同执行魔法仪式拯救太空少年
- 在魔法力量的协助下，太空少年复活了
- 太空少年在车内专注冥想，但始终找不到太空少女的下落

第十一章 健康检查

- 在阿姆斯壮士官长的坚持之下，太空少年被送往医院体检
- 医生使用各种探测仪器，惊讶地发现太空少年体内的子弹逐渐缩小
- 太空少年对于军队以及坦克车的观点非常天真有趣

第十二章 犯罪现场

- 爱斯米兰达带领一行人前往太空少女消失前最后停留的地方
- 到达现场后，发现两个绑架者的尸体
- 约书亚向邱吉上校解释为什么在地球上，白魔法的力量不及黑魔法
- 约书亚发现托斯翠克就是帮助帕布罗完成赛马实验的藏镜人

第十三章 太空少女的新导师

- 太空少女的沉思，为什么她现在无法进入星光与心智层面?
- 到达海滩时，太空少女发现地球的海浪要比她家乡的海洋要汹涌许多
- 太空少女与新导师针对饮食进行讨论，一场刺激思考的讨论

- 新导师向太空少女解释地球与光的星球(她的家乡)有何不同
- 太空少女接受新导师的提议，身体受到严重的侷限
- 太空少女的灵体脱离肉身，到达新导师的祭坛...

第十四章 飞行

- 约书亚发现托斯翠克的能力已经到达 Ipsissimus 的位阶
- 约书亚与悉尔多搭机前往营救太空少女

第十五章 托斯翠克之家

- 厄尼斯托登场，一个肥胖的古巴移民，受雇于一家侦探社，寻找太空少女的下落
- 约书亚: “我们现在面临的危险远比肉身死亡还要严重!”
- 约书亚与悉尔多闯入托斯翠克的庄园
- 一名绿色眼睛的彪形大汉是托斯翠克的私人保镳
- 千钧一发之际，厄尼斯托出手搭救
- 托斯翠克的肉体被一艘不明快艇运走

第十六章 睡美人

- 约书亚与悉尔多找到太空少女的身体，但里头没有灵魂
- 约书亚: “讲话是白魔法师最弱的武器”
- 约书亚与托斯翠克的辩论是整本书的高潮
- 托斯翠克坦白承认他玩弄恶魔的力量

第十七章 士官长逆袭

- 阿姆斯壮士官长又来了
- 他全副武装，一路直奔帕布罗庄园

第十八章 最后的仪式

- 爱斯米兰达: “地球上的正面力量四分五裂，很难结盟在一起”
- 需要一个特别的仪式警醒大量的光之原力

- 爱斯米兰达花许多时间与悉尔多沟通
- 阿姆斯壮把悉尔多打晕，开枪乱射
- 约书亚听到枪声，冲出来制止阿姆斯壮的恶行
- 太空少年，太空少女终于回家了!

后记

- 洞穴的寓言故事
- 蜡烛、青苔、小动物与野兽
- 小动物与野兽各自决定如何使用这烛光
- 金光闪闪的太空少年与少女，他们是否达成服务地球的任务?

☆ **第 0403 章集：金钱与灵性**

Copyright © 2003 L/L Research

旧金山冥想

1986 年十二月 20 日

[这场的录音品质较差，故有些部份不是很清楚]

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，他在每一颗心与每一个造物中运行.

我们感谢你们的呼求，因为在服务你们的同时，我们能够工作我们自己的进展，让我们进一步理解太一伟大起初思维的爱. 我们的意识充满你们同行的喜悦.

你们询问我们金钱与灵性的交往关系. 你们的圣经上头写着热爱金钱是所有邪恶

的根源. 我们愿意指出，如同任何形式的偶像崇拜，对金钱的锺爱是分离的根源. 不管是对于木头与石头的热爱，或对数算(金钱)的热爱，都会使得焦点与那伟大的神圣奥秘分离. 并不是金钱本身与灵性背道而驰; 而是由于人类企图模仿造物主的丰盛，而建构的偶像崇拜之爱所造成.

在你们的幻象中，对权力的喜爱是可以理解的，因为你们相当有目的地将肉体载具设计成几乎没有什么力量，相对于大自然环境的伟大力量而言.

确实，你们被给予生存的本能以及生存的挑战，以这两点做为你们在第三密度学习的基石. 喜爱金钱是崇拜力量其中一个类别，因为拥有这个人工物质模仿真实的繁荣，以一个简单的算术公式操控环境，这个公式是: 越多金钱等于越多时间.

你们会注意到有些人已经拥有大量的金钱却完全没有崇拜金钱的意识，相反的，由于充分地觉察人工丰盛的各种后果，于是寻求更真实的实相，关于自我本质更清楚的图像.

无论如何，即使是人工的丰盛也能创造一个繁荣的意识. 然而，这样将移除幻象中一大部分的催化剂，大多数灵魂决定投胎到地球时不具备真实丰盛的意识，对生存的关切创造出匮乏的意识.

当缺乏金钱造成无数的不舒适，一个人是多么容易去爱钱，这是合乎逻辑的.

因此我们要说，你不用浪费时间关切有那么多人喜爱金钱，或去奋斗 促使人们领悟真实繁荣并不等同于金钱这个偶像.

或许我们可以建议最有益的事情是透过冥想鼓励丰盛的意识，一如爱总是驱逐恐惧，真理也总是驱逐虚假. 丰盛的意识并不意味一个人所有想要的东西立刻到来，或经过特定的时间即会出现; 它意味一种觉知，知晓一切该来的都会透过自然的富裕原则到来.

观察那些已经找到丰盛的人们，有些人很有钱 有些人相当贫穷，但他们都有一种觉知，不只意识到此生拥有的优秀事物，还包括自己活出的杰出生命.

这个结果通常是努力赚取而来，而非与生俱来; 特别是那些受到物资匮乏困扰的人们十分认真地要赚取(丰盛).

有些人的幸福在于孩子，有些人的平安在于爱，还有些人在学习中找到满足; 甚至还有些人的天赋是做真正的自己.

对于大多数人，需要特定的舒适水平以获致丰盛的意识. 一个快饿死的人很难欢庆周遭的丰盛. 然而，有些灵魂确实做到了，一直到进坟墓的那一刻都为了天父造物中丰富的祝福，歌唱赞美与感恩的旋律.

或许我们可以提供第二个建议给那些想要从偶像崇拜中解脱的人们，那就是意识到他人的需要，如果一个人可以将任何天赋与才能表现在服侍上，那么丰盛的大门将开启，这个人将被丰盛充满. 我们不要求你将金钱视为达到目的的手段，我们也不要求你停止思考金钱. 我们不要求任何智性训练的系统—我们只要求你们认清所谓的偶像崇拜并不是非一个令人满意的极化或加速进化的方式.

首先透过冥想、分析行动与思维去寻求爱的意识，你将会获得所有需要的东西，

依你投胎前的意见为衡量标准.

所以你看，不管操控与外显的幻象是什么，所有这些东西都会加给你，所有东西都确实是自由[免费]的. 而那些不真实的东西将不会存在. 每一个人都为他自己设计一个特别的人生，提供强有力的匮乏与丰富的经验，痛苦与平安的经验.

如果你只有一点点钱，不要以为你不值得更多.

如果你有很多钱，不要以为你应该拿少一些.

但不管你的环境为何，将你对造物主的爱充满它，允许那份爱抵达造物主快活脸庞的无限之中，于是他的光得以穿越你无限地照耀，你得以成为他人的丰盛.

金钱与你们的幻象相关，如果你拥有它 就享受它，如果你一定要 就寻求它；如果可以的话 忽视它，不管怎样 显化丰盛与爱的意识.

我的朋友，我们至为喜悦地与你们谈话，只要求你们将我们的声音当作兄弟姊妹的话语，而非权威演讲. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

愿丰盛的一切照耀你，穿越你，并从你而来.

Adonai，Adonai，我们是 Q'uo 群体.

[录音机被关掉，不久，再次开启]

Carla: 好的，让我们接受一批问题.

L: 我想知道所有关于方便法门的东西，为了我自己，也为了将来传给其他人，重点是所有跟接触智能无限相关的工作，获取指令，获取指引，也跟开悟的进阶工作有关.

Carla: 好啦，你要的不多，对吧?

[Carla 传讯]

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们至为感激这个器皿敏感地体察我们的需要，因为刚才发生一些困难.

当每一个实体更加靠近光的寻求，就会有同等的机会给予那些想要给予较黑暗、较悲伤的讯息. 我们能做的只有等待与希望，我们请求那些光之原力的器皿要小心警戒.

我们感激该器皿的停顿，并且重新调音这个团体，回应了我们的请求.

藉由你们强健与合一的对光的奉献，藉由你们合一的爱的意识，你们建构了一条难以攻陷的光之公路，资讯得以在其上流动.

我们请求你们守卫这条公路，意识保持警醒，以你最佳与最真的能力传导讯息.

这个问题是关于如何与智能无限达成接触，为了自己也为了他人.

这确实是个有趣的问题，或许我们应该从一个故事开始说起.

从前，在你们人群当中有一个女人，她的生命充满了太多豪华的物品，寂寞与匮乏的经验却是太少. 这个实体很渴望所有年轻女人热望的东西—赞叹、美丽、友爱，以及其他富裕生活所必须的目标.

不久，这个实体发现自己坠入爱河，她锺爱的这个人，她对这个人的了解胜过父母亲、朋友、敌人. 这个实体称呼这个人为她的救主，她知道，这个人要比她的血与肉更真实，她愿意为这个人而活，并且乐意为他赴死.

她加入一个修道会，从事佣人的工作，如同那些收下贫穷、贞节与服从婚戒的人们.

她所碰触的地方就获得治疗，所以她被差遣去做一个护士.

她隶属的修道会并不富有，除了在理想方面，所以她将自己投入协助最穷困的人们. 于是她身处印度城市的街道，无家可归的人以街道为家，饥饿的人在街上乞讨面包，她日夜曲膝在那儿工作. 这个实体接触过许多脸孔，半张脸被害虫、疮疤与瘟疫侵蚀，她在这些脸庞中看见她的救主与丈夫. 这个人就行走在你们当中，这个人可能就是你.

你们每个人都知道，你不是天生就热爱救主的脸庞超过(自己的)血与肉.

我的朋友，我们对你说，如果你想要接触智能无限，你必须知道你爱什么东西超

过血肉，以及你自己的生命. 深深地看入奥秘太一的理想，你们可以称为一个救主，接着当你找到那张脸孔，你可以去爱 全然地爱; 那么你将找到通往智能无限的大门. 没有任何知识或理解可以将你带往观看太一脸庞的旅程.

因此你必须每天检视爱，在冥想中，每天寻求爱.

你不能服务他人，然后找到爱的脸孔—首先你必须知晓爱，你必须拥有主观的确认.

光与爱对你而言必须是真实的，并且比所有事物都珍贵，你将交托并放弃所有东西，为了那个你看不见的存在，然而它比你的呼吸更靠近你，比你想得到的任何东西更为宝贵. 你如何能爱一张你绝对看不见的脸孔? 你如何具体化造物深不可测的奥秘? 有多少个意识注视爱，爱就有多少张脸孔.

当你开始寻求，你的救主将会来到你身边.

每一天，每一刻都孕育着完整实践爱的无限可能性，为此 你乐意交托一切. 然而，不知道在什么时刻 你最终将选择向爱敞开.

如果你只想得到行动，当然，务必在行动中寻求爱的脸孔，但要知道你花费在寻求爱的行动时间需要在静默中的寻求来平衡，大约两倍或四倍的强度，不管是以时间的长度或关注的程度来计算.

因为在发展你的意识、在修鍊你的人格的过程中，你最终将靠近一股无法抵挡迷醉的初恋; 如同天真的初生之犊 疯狂地漫游在造物主后面.

如果你此刻不能够坠入爱(海)，那么智能无限的大门还不属于你，因为你游荡得不够 未能知晓爱. 爱是愚笨的(folly)，因为唯有愚笨能够创造你看到周围的一切奇观，唯有愚笨想要知晓自己，唯有爱可以看见生命.

我们很抱歉没有技巧可以提供给你，除了一种: 寻求、寻求、再寻求，
耐心地，坚持地 奢华地(寻求). 找到各种方式去欢笑，去祝福你的眼泪.

尝试在每个人与每件事上看见爱，当你做不到时 原谅你自己.

绝不要让任何的严肃、罪咎或不快乐将你与爱的寻求分开.

知识并不属于你们的幻象. 藉由一股充满慈悲与服务他人的爱，你彻底寻求去知晓造物主的面容. 所以你们一定要彼此相爱，彼此欢乐，彼此鼓舞; 并且了解如果你们将彼此带到渴望的安歇处所，那是爱的引领 不是你的知识.

我的朋友，为了爱，在爱中寻求爱，其他一切自然会跟随.

那抚慰的意识无所不在，你们不是孤独的. 不管你在这条路上必须独自做什么事，总会有无形与可见的实体为你做见证，在每个转弯处提供慰藉，并且怀着无限的耐心在你休息时枕着你的头; 因为这是一个慈爱的宇宙，造物主在其中只有一个思维，那即是爱. 通往智能无限的大门即是寻求那爱.

我们是 Q'uo 群体，谦卑的使者与朋友. 不要以为我们无所不知，我们只是你们的兄弟姊妹. 然而当我们有任何贫瘠的意见，我们乐于与你们分享.

我们在太一[他是一切]的爱与无限之光当中离开你们.

Adonai. Adonai vasu borragus.

(V)2007 Edited & translated by c.T.

☆ 第 0404 章集：幻象与工作

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1987 年五月 10 日

小组问题: 经过一段辛勤努力后，似乎无法达成目标，我们在其中需要学习什么功课?

(生日快乐，Jim McCarty!)

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，

与你们一起分享这次的冥想对我们是个很大的祝福，让我们在静默冥想中停顿一些片刻，让我们真正可以与你们合一，我们开始停顿，我们是 Q'uo.

[停顿]

我们再次与这个器皿同在，我们是 Q'uo，再次地，我们在那即是一切的太一的爱与光中向你们致意，你们的询问关系到所谓的抱负，想要成功的抱负，想要实践

潜能的抱负，这是基于一个有趣的假定，就是有个比生命经验小的东西 叫做工作. 难以辨识一个人真正的工作的问题起源于力量的工具，你们称为金钱.

人们假设做某件事以交换金钱就是一份工作，于是人们甚至假设当一个人做某件事没有收到钱，表示他还在训练阶段，经过特定一段时间，才开始真正的工作.人群的变貌与金钱创造出这样的扭曲.

我们的意见，我们强调这只是意见 不是最简约的真理—我们认为唯一可被称为”功”(the Work)的事情是作用于意识之中的工作，在降世为人的一生中，不断极化朝向服务造物主与他人，最后离开人间，由自我判定的净值结果.

因此，人生即是工作，工作即是人生.

如此，我们可以重新调整这次询问的思维，也就是 “经过长期努力之后，没有得到预期的成果，其中可能的原因是什么?”

强调成果(的心态)是受到你们金钱系统之扭曲.

如果你可以看到一个人的人生即是一个礼物，在人生的尽头完成，那么你可以看见真正的功并不在于结果，而是在于训练期间所养成的态度与倾向，不管一个人经过训练阶段之后 有没有预期的成果，这个过程都会继续下去.

我的孩子们，让我们退后一点，以更深入的方式讲话.

你们知道每一个人对于造物主都是一个惊人且独特的完美; 正如同造物主对每个

人而言皆是独特、惊人、神秘与美妙的.

你们知道当你凝视彼此，你们凝视伟大奥秘的面容.

然而，不知怎的，每一个实体设法蒙蔽双眼，摀住耳朵，与每一个片刻的奇迹隔离好让自己可以在推挤忙乱的人生经验中正常运作.

比喻地说，在忙碌工作之后，将鞋子踢掉，口中嚼一片青草叶，凝视无边的天空做白日梦，这是多么享福的事情. 能够放轻松，让自己的心智漂浮，这是多么好的感觉. 我的孩子，这不只是愉快的，它即是你内在的生命，它正学习真正的功课，并且执行此生真实的工作.

我们这里意指的是冥想，以及相关的心智状态.

没有一个渴望不会被实现，当一个人感觉已经工作了一段长时间，然而仍然无法完成目标，通常值得向内重新检验心与意的深沉渴望.

当一个人经年累月承受表面上的失败，他可能为了更深入的学习，有一个远为深沉的渴望.

苦难创造一个心智的架构，使得我们的深沉感官越来越敏感，于是开始做出选择.

我们质问每一位拥有未完成梦想的人，在受苦中，在失望中，难道你不已学习到许多东西？那是你在长期满足与幸福中未曾学到的.

渴望的力道是渴望之结果的衡量标准，因为这个宇宙是全然韵律的，它回应任何的请求. 关于存在，有一个自发的同时性，在那静止点之中，如你们的诗人所称，那是真实舞蹈之所在. 当一个人历经巨大的苦难、希望与寻求，终于在冥想中歇息，他最终将瞥见深邃自我已经学到的东西.

对于那些已经获得这一瞥的人们，再也没有什么苦难显得十分困难.

对于那些有幸抓到深遂实相的人们，就内心的深沉渴望而言，
他们过去不曾不成功，而是超越他们的梦想底成功.

你看，我的孩子，人格发展的过程是从事物的表面不断移动到更深入的境地，直到最终，寻求与被寻求合而为一，同一件事，于是你不只是在冥想，最后你成为冥想，这个冥想是你完美的诗篇，你的意识的编曲，于是你瞬间知道这个意识将是你要献给造物主的礼物.

我们觉察到，在你们人群当中，接受自我为造物者的时刻必定是很稀少的，因为你们物理幻象的功能就是有效地愚弄你. 如果你没有在某方面受苦，如果你不是被环境弄得不舒服，难道你还会寻求吗?

我们的研究发现我们第三密度的经验并不如你们星球上的经验那么生动. 这是由于我们的理则并未选择如此鲜明的原型，以表达太一无限造物者.

在这一生，持续一贯地寻求，不管表面上的任何结果，以我们的看法，这是你所能创造的最佳礼物. 你们正在创造这次的人生，直到你呼出最后一口气，你伟大的事业都不算完成. 接着你将从空间/时间移动进入时间/空间，你将充满光与自

由. 然而，此时此地，被囚禁在尘世身体中，却是你伟大的机会对你自己的意识信实. 我的孩子，在寻求的道路上保持信实对于想要越来越极化朝向服务造物者的人而言是十分有帮助的事情. 我们相当推荐你们在天鹅绒*底下发展意志的力量. (*译注: 在此或可诠释为柔软的罩纱.)

在这个傍晚，我们发现这个团体有一些问题，我们想要尽可能地回答它们. 我们是 Q'uo 群体，我们感谢这个器皿，并开始转移通讯给 Jim.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向你们致意，

我们提醒每位我们提供的只是一些兄弟姊妹的意见，而不是权威的证据. 那么，容我们开始接受第一个询问?

发问者: 最近我读到一些关于水晶的文献，有些是正面的，有些是负面的. 你可否评论对于一个寻求者，水晶有什么用处，它可否协助一个人极化其寻求的方向?

我是 Q'uo，我们发现在这个主题有许多可以说的，我们渴望只说那些最有用的部分. 一个实体内心对极化的渴望与纯粹度是决定水晶能带来多少帮助的关键.

这点也适用于任何其他小玩意. 因为自我[人格]的结晶化及是每个寻求者的进化过程.

当一个寻求者能够规律化其思想、渴望、行动与话语，并且将这些能量聚焦在服务他人方面，朝向正面极性，这个实体就正在使自己[更明确地说，形而上自我的能量中心或脉轮系统]如同一种水晶，能够接收太一造物者的白光，并且以一种平衡的方式绕射，使得每一个能量中心都表现独特的振动染色，然后再次地产出白光.

如果一个实体想要加速进化的过程，那么该实体可以寻求透过使用水晶来进行治疗.

治疗过程首先用于自我，当该实体在人生旅程上累积经验，并且允许经验的果实穿越其存有进入水晶，与之产生和谐共振，然后透过这股共振得到扩大；接着移动到其他需要 平衡能量中心 或 医疗 的自我之中.

当水晶被利用来增进、平衡、或治疗自己或其他自我的能量中心；你们一定要理解那伴随而来的责任. 也就是说更多的能量或更高的经验意味着更大的责任，要求一个寻道者尽可能以纯粹的方式奉献爱给太一造物者.

我们可否进一步讲述，我的兄弟?

发问者: 不用了，谢谢你，讲得非常好.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄. 是否有其他的询问?

发问者: Q'uo，关于水晶，如果它没有被人利用，只是放在那边，它自身有什么额外的特别价值? 跟其他事物相比，水晶有什么价值?

我是 Q'uo，我们看见有许多方式来回应这个询问. 我们看见这个询问主要聚焦在这个东西本身的价值. 确实，被称为水晶的创造物有其价值，一如太一造物的任何部分. 它更特别的价值是做为光的一个规律化部份，以一种和谐的方式强化光的移动. 因此，水晶提供一个走廊给形而上之光使用; 并且藉由增进附近的存在性，服务太一造物的其他部分.

这种品质就好比你们居家的水龙头，提供口渴以及疲惫的人滋养与更新.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

发问者: 谢谢你，解答了我的问题.

我是 Q'uo，我们感谢你. 是否有其他的询问?

Carla: 所以你(今晚的演讲)主要讲述如果为了一个目标努力工作，但没有达成目标，然而若这个尝试 已经结晶化这个人的形而上人格，那么真正的目标就完成了，虽然表面上看起来，目标没有被完成，对吗?

我是 Q'uo，我们发现你已经大致上总结我们今晚尝试讲说的主题...

Carla: 但有时候人们大大地成功，我的意思是不是每个人都无法达成目标，所以那些人其实并没有那么成功?

我是 Q'uo，我们刚才还没讲完，我们会在此时尝试额外涵盖你现在的问题.

就我们的观察，你们地球人相当成功地在心智复合体周围安置罩纱，遮蔽了心智的远观(far-seeing)能力，于是从形而上的角度来看 任何寻求者的努力成果大多是未知的；你们在这个幻象中寻求的是爱或慈悲的品质，集中心神地表达慈悲将极化存有以致于它可以接受越来越多来自太一造物主的爱与光能量.

极化过程准备该人格体，好让它得以安定地接受增高的振动能量，不致于分解.

精确地辨别这个过程的完成度需要智慧的功课，你们人群尚未抵达智慧*的品质，它允许一个实体清晰地感知白光移动穿越整个造物的过程.

(*译注:这里指的智慧应该是指第五密度，与我们一般认知的智慧不同，详情请参阅一的法则丛书.)

因此，你们凭着意志与信心，坚忍不拔第寻求爱，为了进一步的寻求锻鍊人格，这个过程大部分是无形的，并不仰赖特定的结果.

你们的尝试与意图将进一步增强意志与信心，从而极化存有，一个实体工作这些特质，寻求经历这些片刻，经历混淆、挫折、与各式各样的磨难，考验该实体奉献于服务与寻求的纯粹度；而这些困难的时刻很少被你们人群欣赏，视为完成更伟大工作的时期.
通常，当寻求者表面上达成一个目标，他期待看到一个工作圆满完成的记号，然而，我们的看法是在你们幻象中，人们几乎不可能清楚地知道何时工作真正地被完成，一般而言，那些困苦的时期对于寻求真理者却是最为珍贵的.

一个人可以寻求提供更多的服务，然而最佳的方式是不屈不挠地寻求，却无须数算回报，这个方式对幻象中的寻求者是至为宝贵的，因为你们寻求的果实是形而上的，在大多数时候，逃离你们的侦测范围.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

Carla: 我想趁这个机会再问一个问题，由于霸占发言权，我向在座所有人道歉，因为我在这里有个重大的筹码(利害关系).

两年前，我失去一个非常、非常宝贵的朋友，我挚爱的伙伴 Don Elkins. 它发生的方式十分令人忧伤. 从那个事件以后，我的心智一直充满着悲伤.

即使我出现在如此喜悦的场合，好比我的婚礼，甚至当我很快乐地准备(婚礼)的同时，那忧伤的情节依然萦绕着我. 彷佛我就是 Don，回到他受苦的时期 思考 Don 的想法，于是我仍然在受苦. 纵使我确定他已经向前迈步，我却依然停留在他生命中最后的日子与时分，他真的感觉孤单，而我什么也不能做.

我只是在想，我所经历的苦难是否本质上有价值? 我知道我在去年完成的许多工作是承受最深沉苦难的结果，我在这过程中发现许多关于我的人格的东西，以及如何成为一个强有力的人格.

我是否应该单纯地欢庆这持续的苦难，假定它具有一些价值? 或者说，未完成(实现)状态本身具有价值?

我是 Q'uo，再次地，我的姊妹，我们提醒你，你的经验的真实本质有大部分是隐

藏的，你无法感觉或观察到. 确实，受苦本身具有价值. 难道你不是从苦难中产出果实? 难道这果实不能滋养他人?

更广义地说，当你怀着一颗喜悦的心承载苦难，造物主能够透过你的苦难得荣耀; 因为这表示一个人能够在没有人期待找到爱的情况中，发现爱.

一般而言，在献身于苦难的人生时期，寻求者想要有意识地找到小量的爱都是困难的. 然而，确实在每一个这样的时刻 都存在太一造物者，完整与完美，充满喜悦，平衡于爱与光之中.

当受苦的寻求者在此刻发现超过苦难的喜悦，那么 寻求者又揭开了另一层的面纱，获得更大的视野.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

Carla: 不了，Q'uo，我感谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 是否有其他的询问?

Carla: 我们只想好好谢谢你，今晚来到这里.

我是 Q'uo，我们感谢每一位的爱的礼物. 我们享受与你们一起分享寻求的旅程，以你们的说法，我们期待在未来的集会，再次加入这个团体.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(Carla 传讯)

我是 Nona，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们被召叫到这个团体当中提供我们的医疗之声，我们感谢这个团体请求医疗，我们不大习惯言语，所以我们留下我们的歌声. 我们是 Nona 群体.

(Carla 传导一首来自 Nona 的旋律)

(V)2007 Adapted & translated by c.T.

☆ **第 0405 章集：明日之树**

[小灵媒宇宙逍遥游] 专栏
作者：Carla L. Rueckert
发表时间：2007/6/6

我们于该系列的文章里，一直观看着 Dana Redfield 的人生及工作。这是我向她行礼致哀的方式，在她跨入更广袤之生命的时候。上个月 Dana 因癌症去世，而我想不出有比介绍她的一些工作与概念来得更好的献礼了，以敬告那些可能错过她的人们；她如星般璀璨、数量庞大惊人之讯息贡献，攸关着当今地球上一股深奥的意识变迁，亦为 Dana 笔下的「明日之树」，所呼吁我们深思的一个非常时刻。

树乃自古以来许多宗教和神话体系中之灵性文学的形象。圣经里的善恶之树所结的果实，禁止亚当与夏娃食用，因为他俩对这正/负原动力的知识是毫无所知的。好比伊甸园中生长的动植物们，视一切事物为平等共享，从不觉罪恶也不觉羞耻。于是当吃下了「禁果」后，便立即地，被逐出这无所知的花园，降落至那些拥有善恶知识的尘世之土。

然而我的感觉是，这个故事并非关于许多曾经暗指的罪与愚行的类属，它更倾向以人性与人类降生目的为核心的一则故事。它推算出地球上对于我们选择的密度或称第三密度之主要的灵性工作。如同 Dana 在【明日之影的岁月】的 31 页中说："那来自亚当与夏娃的遗产即是，我们乃知善知恶之人。我们的双亲由于丧失了天真无知，致使我们有可能发展出辨别力。"

屏住这个思维。

希伯来人卡巴拉的神话学与文献着作中，树亦扮演了一个中心的角色。生命之树是属于那支系统的一个中间象形文字，而它也于数世纪前，受到以基督教为主之的西方白魔法传统所接纳采用。这棵树看起来是往下且往泥土生长的，生命之树的根部埋在天国之中，同时它的枝干向下触伸，愈来愈深，深入至我们生活的显相地球世界。

Israel Regardie 在【中柱：心智与魔法的平衡点】(The Middle Pillar: The Balance Between

Mind and Magic)书中第 26 页里记载着："生命之树的魔法概念以图表来表达魔

法观点，相信回射在这象形符号上的映像将产生跟无意识里之各部分相关的启发性思维。”

“生命之树所展示的十块球体，被排设成一个几何式图案，形成三道脊柱或轴线，每块领域皆是对本我其中一个不同之特性的形容；也就是说，这图像依据十项颇为分明的功能，表达了身而为人所必备的完整天性。这十项要素的统一性加总起来构成我们选择称为人类的实体。”

以一种比散文与辩论更为创意和简明的手法，这棵具有三道轴线及诸如美与智慧等十项特征的结构”树”，将人类的内在天性标示在前，并呼唤魔法师去研究它以及其中的二十二种关系，以发展出洞察力。

屏住这个思维。

美洲原住民传统亦有棵具中心代表的树叫和平之树。琼安(Joanne Shenandoah)便以这棵和平之树为题旨，创作出一片音乐的视景，收录在她那感人且歌声曼妙的专辑【和平缔造者的旅程】(The Peacemaker's Journey)里，由银波唱片公司(Silver Wave Records)发行贩售。她描述一名和平勇士，乘着一艘白石制成的独木舟，前往易洛魁族(Iroquois*)联盟的五支部族- 即摩和克族(Mohawk)，安伦达加族(Onondaga)，卡尤加族(Cayuga)，奥奈达族(Oneida) 与塞尼加族(Seneca)，进行和平任务。

(*译注: 昔居于纽约州之北美印第安人之一族，性强悍好战，文化程度颇高)

这名和平使者说：「我在这人间土上种植和平之树。如果你们遵循和平的伟大法

则，欢迎你们来到和平之树的庇荫下。循着树根前往地球四隅，而你将永远安宁无虑。」

「他赐给原始住民们和平与力量，他们接受了这份好消息，联盟之火永不熄灭，炊烟袅袅飘升至天府，全地都将看见。」

由于对这棵和平之树的信仰，正是理解何以几世纪以来的北美印第安民族，持续尝试跟那些侵略性的、没悲悯心的、夺取土地的非-印第安族之入侵者谋和的一个关键。和平是他们的道，而他们遵从它的教义，甚至当他们逐渐地且在最终果断地将其与生俱有的部落土地，拱手让与来自欧洲的侵略者。

但就在失去土地的同时，他们保有了灵性的完整无缺，多么令人惊叹的妙理啊。

这则消息与对和平之树的灵视，现已真正开始被所有地球生灵看见了。他们予以保存并且传递至我们身上他们的洞察力量。

屏住这个思维。

Dana Redfield 的作品亦包含一棵树的隐喻，她唤之为明日之树。她视这个隐喻全部在描述洞察力。她在【明日】手稿的第 134 页中说：“选择就像沿着字母 Y 的直梗上行；好比一棵树的主干。虽然我们正在向上移动，但同时又注意到前方的叉路。主干于此点分裂成一个 V 字，我们作出选择。”

“两股分枝在上方一齐贯穿天际。”
“假使两条路都通往同一目的地，那么我们的选择哪一个分枝又何干？”

“明日之树(她给生命之树的新命名)的枝桠已长得太高大，刺穿了防护盾，外来物正进入生命的溪流，一场暴风雨在酝酿中，从上而来的压力重重加诸，闪电将袭，树将劈裂中枢。”

“当其他枝节将砰然坠地，有一根大树枝与所有分枝都会在树上挺立；倒下的大树枝，以及所有分枝内的种子将遍撒地表；有些将长成新的树，其他则将被土壤吸收，成为明日之树的粮食。”

“至于树之挺立部分，那大树枝与所有分枝，将开花且结出果实。”
“你选择哪一个分枝的确有关系。”

这是个对选择的清楚暗喻，选择遵循“善”/服务他人 或 “恶”/服务自我。

现今的、第三密度的地球世界、一再被我的外星讯息来源描述成选择的密度。要定义善与恶是困难的，明日之树的两条分道，就某方面而言即情感上的中立。圣经使用“善与恶”似乎够分明了，但也十分的审判性。其故事留给我们去辨识，在此地球生活的困惑中，到底孰者善孰者恶。那通常是极痛苦的难题，我们的智力在此没什么用处。

然而我们必须辨识那原动力，为了自己。我们在此为了真正辨识正面极性与负面极性的差异，并选择其中一端，坚决而确切。

Dana 于【明日】说道：“某个时刻就要临降在一切有情生灵之中，当我们被唤起记忆知道我们的身份以及来此的目的，值此之时我们被赐予机会选择将要走的路

-- 或将要攀爬的分枝。”

“如同约拿(Jonah)，我们可以走得不情不愿，一路抱怨到底，或者我们可以找寻那棵继续开花结果的树荫，即使闪电来袭后，四周已陷入一片火海。”

我们有许多人抱怨这个闪电时刻与迫切性抉择的多重挑战。我们发现自己在这闪电的锐光照射下感到不适，它剥去我们外在的诡计与伪装，并要求我们去考虑到我们最深沉的真理；我们诚心的选择。

然而这个时机正落在我们身上，当下形而上的瞬间乃是选择的时刻，我们交由自身的洞察力做成并紧追那选择；Dana 则劝告我们在作选择时要放轻松。

【明日】的第 204 页写着：“新芽正从地球萌发，而且有一棵树已长得又高又大，足以为人遮荫。明日之树的凉荫在烈日下显得凉爽无比，它的枝干强健得足可支撑一张吊 。它掷出的荫影有如一只伸出的长臂，直抵 我感到颤栗、害怕去开启的那道后门，寂静抓住我形同囚犯。”

“此景将不再有。现在我擦亮火柴，现在我看见火光，光亮得足以使我前去填满头顶上方的油灯，假如云朵遮盖了太阳。不要紧。种子已散播，而一棵树巍然挺立。”

那乃是属于正面极性并承认万物合一的「太一树」。就在我撰写本文的同时，

一位来自大不列颠的朋友 Ian Bond 寄给我这首诗：

一只手指和一只拇指的故事

从前有只手指某回遇上了拇指，

两者都紧抓着一根树枝干 快要冻僵了。

「甚么风吹你到这儿？你叫什名字？」

手指向拇指说话。「你没羞耻心吗？

这树枝是给我们手指同类而准备的，

不是给形状怪异的家伙，像汝这样！」

拇指遂向手指们回话，「对啊我不是

你们那批长相怪异的品种。

我的造型是一种美，比汝等更伟大。

无论我选哪里打滚及弯曲，

我可以任意动来动去，如此的灵活！

不管我要使用任何东西 我都可以紧抓不放！」

「好吧，」手指和他的所有朋友们说，

心里不满又生气，拇指确实有所冒犯，

「我们将不靠近你，因为你很没礼貌！

你那臭屁的自命不凡。」

随之而来的即是四指大大张开，

拇指坚定的紧抓力迅速被否决，

于是全都摔了下来。然后它们才看见一只手

接合在一根臂膀，还有人的身躯上。

「我们在干嘛呀？」

手指向拇指说。

嘎吱-脆裂！

「我们忘记我们是一体的。」

那儿有个清晰的洞识，我们是一体的！唯有藉着选择正面极性作为我们的生活方式，我们才能表达这份合一性。唯有藉着拥抱我们的一体和谐作为一支全球部族，我们才能主张对和平之树根基的依循。唯有藉着选择「善」，我们才能选择在正值开花时节的明日之树的枝荫下歇息。

从我在 1979 年写的一首标题为<生命之树>的诗中，出现了这则想法：
“我为何想说这些事？
我为何要唱这首歌？
我渴望停止生命之树的燃烧。”

那些字语对今日的我仍如真理之钟，而我相信同样的柔情也在 Dana Redfield 的一生及工作中激励着她，虽然她当时的表达有所不同。她好渴望唤起人类同胞对那将要来袭、冲撞明日之树的暴风雪有所警醒！她好希望并祷告能以其服务、歌曲和生命，带领人们掌握良好的资讯来到这选择的时刻。

【明日】的第 207 页说：“以心相印，具备勇气，我被告知我们正在聚合，悄悄地、确定地，从地球的各个尽头往一个中心地点靠拢，我们终将在此再度相遇。”

我展开双臂拥抱你的灵魂。祝福我们因爱而聚首，祝福我们再度相遇于一片光海之中。而此时此际，当我们活出了爱与和平的生命，祝福我们觅得明日之树荫下的轻松自在。

(V)2007 Translated by Paul，reviewed by c.T.

☆ 第 0406 章集：一位先知的遗产

专栏：小灵媒宇宙逍遥游

作者：Carla L. Rueckert

刊载网址：ReligionAndSpirituality.com

刊载日期：2007 年 6 月 13 日

这是有关 Dana Redfield 作品系列报导的最后一篇文章*，我们且看这位明日之树的先知所留给人类的遗产。晚年时期的 Dana 经历了一种灵性启动(activation)活性催化的过程，她感到自己的心智本领有被提升，好变成一名更完善与精准的灵性传讯者。一旦受到启动，她发现自己早已被嵌入密码开关，有可能在听到一个字或片语，她便会接着触发引爆巨大数量的讯息出来。
(*编注:上一篇是”明日之树”.)

过去 15 年间，她的通灵书写已爬满了超过百本笔记。每当她将讯息写下，她感觉自己的意识彷彿就在往外扩张。尚未出版的手稿【明日之影的岁月】(All My Days Are Shadows of Tomorrow)第 83 页写着：

“加速意识发展的矛盾处乃在于，一个人总觉知到自己所知的有限。我想倘若我真是个谦卑的人，我会保持缄默。但倘若我真那么谦卑，我就会跟许多失效的传讯者一模一样。由于所有人类故事及讯息的最后结果是作用于意识上的一个冲击，意味着要去通知盛行的蜂巢心智(hive mind)，如此人类的社会才能更能够基于真相而非幻相作出选择。”

许多次她自问着：「为何是我？」为了依循她活跃的心智的要求，她的生活因此

过得颠颠倒倒。为何选上她呢？在【明日】第 8 页 她思索着：

“有关肉体的、心智的、情感的或灵性的环境改变，最先是由那些较不受集体心念所影响的个体们获致讯息，这乃是合理的。远古时期的传福音者通常为牧羊人，他们远离市场的喧嚣挤攘而索居；今日告知变迁的使者则位在一个较复杂之文明的田野与山岗地带俯瞰一切。今日的牧羊人山岗可能仅是某人静居的房舍，从蜂巢心智活动的吵杂声中抽离自身。其重点并不在于地理位置，而是我们给予专注的焦点。”

Dana 的确住得宁静。由于对媒体极为敏感，她从不晓得每天发生的新闻。她像艺术家兼作家般地工作着，并像个隐士般地过活。关于「蜂巢心智」，Dana 意指我们日复一日易于跟从在主流价值的生活圈中。它调配了我们从电视上获得的所见所闻，我们锺爱的名人的一举一行，我们锺爱的球队目前的进展，还有我们锺爱的乐手正在唱的新歌。当人们集结，在闲聊天气后选择这些话题来彼此交谈，觉得把时间耗在分享这些熟悉、共同主题是舒适的。

这种蜂巢心智的吸收很早便已开始，孩子从广告中拾取资讯的最新最佳项目时，伴随着卡通与晨间麦片粥；小学生满脑子的念头都是要购买甚么样的衣服与玩具。家长们绝大部份都配合演出，并与他们自己心中对最新设计的精巧科技玩具、时装、汽车和旅游景点的欲求产生共鸣点，大众媒体已经说服我们，使我们相信需要这些东西。

我们全都愉悦地散步在分心与沉睡的享乐之路上，除了像 Dana Redfield 这样的先知之声，才足以唤醒我们启动自身潜藏的意志能力。在【明日】第 183 页 她如此传讯：

“每一个人均被赋予一股被称为意志的奥祕；当与你的同类群体互动时，每个人亦被委以学习独立行动之任务。这是使你有别于动物的地方，因为动物们不具有这样的才能。但假若你有违付托或拒绝发展它，你就退守至一蜂巢心智的系统，欠缺独立行动的各种成份。”

“你是否忘了你的任务？可曾运用你的心志去拒绝这份天赋礼物，以致于失去潜力去主宰这个高度精密的智力系统？

如果不去开发动物层次之上的心智状态，人类的遗产又是什么？

而迄今你仍端坐人造机器前，靠它们哄骗你进入心智衰退状态中，还有持续增加的电路刺激，发展出相当于头脑缺乏灵活运用而导致脑力生锈的征状。”

我们有许多人跟 Dana 一样，已然被唤醒与启动，成为(宣讲)变迁的使者。

一旦我们已经进入启动状态、一旦我们知晓改变正临到我们头上、一旦我们想要和别人分享那(灵性)启动的呼唤，她的通讯来源十分清楚指示我们该做什么。

这些通灵指示写于【明日】第 202 页：

“关于那些人，晓得或忆起或感知到有比肉眼所见还多的事情正在发生，他们该做什么呢？

挑选一个地点，升起一团营火并向那些知道、忆起或感知到的灵魂招手，加入你

们的行列中。”

“每日以曾被教导表达感激的任何礼仪来付出感恩心，感谢(自己)有机会参与这个别人也共同在其间探索、学习、发展及创造的环境。”

“拥抱奥祕莫恐惧。”

“尽所能帮助任何人。但别试图逼迫他们「看见光」，那是一种对意志的冒犯。即便是一丝微光，所有看见的人将迎向你犹如飞蛾扑火。”

“你的营火并非人人适用，虽然你会乐意堆上更多柴薪，以多「拯救」一个灵魂。”

“知晓你们即上帝之子女，每个人皆无条件地以力量和热情去爱。它无关乎你对上帝、或神灵或灵魂的感知，感知如同一座雨林内的昆虫种类那样繁多，如同石头与小羊毛之间的差异。”

“最重要的是 你们如何对待彼此，以及所有生灵。

而你们的举止则仰赖极多复杂因素，超出任何人的理解范围，因为那就是要点：在此的生活的本质为信仰与发现、考验与表现、机会以及战胜彷彿不可能之障碍等。所以不要评判。”

“所有进入火中而未灼伤的人；所有立于光中而未裂解却还焕发光彩的人；全都将蜕变。”

“你们一起发现爱并且表现爱，一起成为你们心所企盼的灵魂，你们一起为多样化与个体性而欢喜，你们一起加入设计与创造新世界的团队。”

“经上写着：无人独自跨越。故高高筑起你的火炬，邀请那些贫穷、孤寂、绝望的人们；所有能够坐在光中的人们，所有愿意这么做的人们。

很快地来自所有营火的光将扩大并且合并，很快地将只有一片光(海)。”

由许多光的工作者所点燃的营火，对我而言似乎是这个真理的回响。身为灵媒，我与许多其他通灵者与先知通信。我至少对资讯大爆炸现象还有点觉察，这现象来自遍布地球受到灵启的人们，他们有时候因不顾一切地去履行分享新的光与真理的任务。

做为一个迈入 60 岁的通灵者，数十年来始终担任着信号灯的角色，我会提议每位光之工作者皆成为异地异乡人[而这正是人们觉醒后的感受]的移动之家；突然间，那蜂巢心智不再是家乡，这些异乡人觉得被孤立；不少人已写信告诉我，我为他们捎来了家乡的欢迎消息。

因此我会在 Dana 的意见附加一点：当你已开始讲述自己的真理时，即使你犯错，知晓你正在良好地服务，此时 行动远比保持沉默要好得多，即使你在过程中有一些失误。

因为我们即是活生生的家。我们的爱是营火。如果我们已于工作周围建立了组织，那些组织也维系着家的能量。正如 Dana 在【外星人-人类链结：我们即是

讯息】(The ET-Human Link: We Are the Message)的 271 页说：“光之从事者不寻求逃离家，因为我们就是家。”

这听起来有点抽象，然而对那些觉醒并且找到我们的人而言，它倒是颇真实的(经验)。最近有位来到 L/L 研究室的访客谈到她的经验：「感觉真的像终于回到了家中。此生中我很少有十足的安全感，放不下的自动式自我检查一直是我恒常的负担，在此处如此自由开放地表达自己，不用惧怕显得异样或古怪。」

当灵魂感到安全，它们才能够扩展，成为真正的自己。

所以你若是一名觉醒并也是光之工作者，喂养你的火源吧，让它熊熊燃烧，同时欢迎所有走向它的人们。当他们从你/你那儿获得一切真理，他们将继续前进。

祝福他们上路。继续让你的生命成为真实，允许你的真理闪耀着。

又假使有人不觉得你的讯息是有根据的，别费时间为你的真理辩护。如爱尔(El)，Dana 的星际联邦接触者，透过她在【连结】(Link)第 62 页上说：

“记住 我们正在作万全准备，考虑到众多的觉知层级，虽然你能看见的仅为片面。故有助于一个团体的东西对于另一个团体却是愚蠢的。

每位作者或呈献者均拥有一群特定的观众，而智者不批评那些不明了的人，却理解他们只是取道不同而已，就像你只能以特有的方式去获得答案，按照你所发展的层次而定。”

先知的工作是去教导心，而非智性；Dana 的工作正提供了那样的协助。她带出古老的教理，如她在神圣音节及语言上的事工。她不断地恳求我们打开心房，学习慈悲；她燃烧我们内边的爱火，恳求我们根据灵性原则而作出选择。

最重要的，她呼求我们注视一个新地球的形成，在那儿，明日之树为我们及子孙花开满枝。她敦促我们于此重建世界的筹备时期，根据我们对平衡与和谐有意识的理解，去滋养彼此。

她留给我们的挑战何其之大！她为我们筑起的火炬何其宏伟!

当她请求我们成为自身真理之火的守卫者以及那些加入我们之灵魂的拥抱者时，她的声音又是何其清晰与慈爱!

我张开双臂拥抱你的灵魂。愿我们遵循自身的真理并筑起自己的营火，让爱与光经由我们照亮，以协助这个世界的意识转换，迈向无条件的爱、合一、和谐与安平之土。

(V)2007，Translated by Paul，edited by c.T.

☆ 第 0407 章集：UFO 调查员

-- 记者 Bruce Swain 专访 Don Elkins

The Courier-Journal Magazine

来源网站: http://www.lawof1.org/elkins (已失效)

发表日期: 1978 年六月四日，周日

对于 UFO 迷而言，今年是个好年.
首先如同一千五百万个美国人，美国总统*向大家报告他看见一个不明飞行物(简称 UFO)，接着是千万大制作的电影 ”第三类接触”(close encounters)上映，片名成为家喻户晓的辞汇. 还有美英两地都分别有外星人相关的影集播映.

(*译注: 当时的美国总统为卡特，Jimmy Carter.)

所有这些消息令唐.艾尔金斯(Don Elkins)高兴，看起来，社会大众终于开始赶上他的副业的程度. 在过去 30 年间，艾尔金斯[飞行员，路易斯维尔大学物理教授]致力于他称为这个时代中最伟大的奥秘: UFO 现象.

对于艾尔金斯来说，这条线索从 1947 年开始，汤玛斯(Thomas Mantell)，一所飞行学校的教练—唐的老师，开的飞机失事，并且根据通联记录，他当时正在追逐一个飞快加速的金属碟型物体. 从那时候，这条线索引领艾尔金斯广泛地研究超自然领域、催眠回溯、以及调查成千上百件的目击报告，还有他最有生产力的资讯来源-- 那些与外星飞行员(UFOnauts)心电感应的人们.

他的结论? 如果想知道全部的故事，你必须要读他与卡拉.卢可(Carla Rueckert)的新书 “UFO 的秘密”(Secrets of the UFO). 但在最近一次的采访，唐与卡拉谈到 UFO 讯息的要旨，他们说与人类进化比较有关，而不是那些人们期待从外星访客身上看到一些世俗的目的.

问题: 我可以了解你身为飞行员可能增加 UFO 对你的魅力，但你在物理学上的学养呢? 这方面的东西是否帮助你探索 UFO?

艾尔金斯: 在物理学上的训练的确对于研究 UFO 接触相当有用. 物理学家学到我们明显地固态物理世界事实上几乎是完全空虚的空间，各个能量场在其中互动. 所谓的”新物理学”提供一个十分有趣的宇宙模型，特别值得注意的是杜威.

拉森(Dewey Larson)的交互理论(Reciprocal Theory)，该理论假定宇宙的基础本质是 运行(motion)，由空间与时间的互动关系所构成. 这假定开启了一个纯理论的宇宙，在其中时光旅行是普通的事情. 这些概念与许多 UFO 接触资料相关.

问题: 当你提到接触者(contactee)，你所意指的到底是什么?

艾尔金斯: 接触者是那些宣称与外星飞行员有接触的人们，不管是肉眼看见、心电感应、或透过其他的机制.

问题: 你对于这些人都没有任何怀疑? 他们会不会是自己编造故事?

艾尔金斯: 当我刚开始检验这些接触者报告，我必须承认我跟正统科学家站在同一边，我怀疑早期的接触者都是骗徒，因为当时我没有足够的 UFO 学背景使我能以不同角度去思考.

他们的故事无法以任何正统科学去”估算”.

但当我阅读越来越多世界各地的接触者报告—这些人彼此不相识，也没有出名的渴望—我就更加地被这些接触者讯息的相似度所震撼.

问题：你在哪里找到这些接触者报告?

艾尔金斯：嗯，有好些地方接受这些报告：警察机构、空军、私人调查机构—NICAP、APRO、MUFON*、以及海尼克博士(Dr. Allen Hynek)的 UFO 研究中心.目前为止有成千上万的相关纪录，它们很可能只代表接触案例的一小部分．许多见证者倾向不报告他们的 UFO 接触经验，因为他们不想出名，不想被嘲笑．我在这些年来已经收集许多这些"沉默见证者"的报告．如果任何人有 UFO 接触的经验，欢迎他们写信到我们的信箱 P.O. Box 5195，Louisville 40205.

(译注：为了方便读者上网查询，将全名列举如下:
NICAP --National Investigations Committee on Aerial Phenomena
APRO -- Aerial Phenomena Research Organization
MUFON--Mutual UFO Network)

问题：但大多数科学家不是忽视这些接触者资讯?

艾尔金斯：在 50 年代，大多数科学家确实如此．但那些花时间去检验这些逐渐增长的 UFO 资料 变得感兴趣起来.

海尼克博士是个优秀的案例，他在 1949 年受雇于空军去拆穿 UFO 的真相，去追踪 UFO 目击事件的自然成因.

大约 20%的报告是很难搞的，是无法解释的.

现在，30 年以后，海尼克博士领导一群正统科学家，也是 UFO 学者，尝试获得

主流的资金从事 UFO 现象的研究.

问题: 空军的研究情况如何? 他们不是已经决定 UFO 不是真的?

艾尔金斯: 空军曾做过几次的 UFO 研究，从 1948 年到 1968 年，然后他们将资料交给科罗拉多大学的一个民间委员会，由康敦博士(Dr. Edward Condon)主持.

最终的结论是这些物证无法显示进一步的科学研究是有助益的.

政府与民间都没有宣称 UFO 不存在.

空军起初的恐惧是我们的天空受到 UFO 影响变得不安全，他们现在并不觉得 UFO 构成安全上的威胁.

当然，许多疑似接触者强调 UFO 来到这里并非要进行任何敌对任务.

问题: 你是否曾亲自探查 UFO 目击事件或 UFO 接触者?

艾尔金斯: 是的，两种都有. 但你知道，做这类的侦探工作并不特别地浪漫，它最终还是回到平凡、老式的挖掘线索方式，检查物证，接着比对各个故事.

问题: 举例来说，如果某个人宣称被 UFO 接触，你怎么分辨他是否说谎?

艾尔金斯: 好的，我给你一个实例. 我们在书中提到一个案例，在 1963 年，肯塔基州，羊齿溪流，四个年轻的男孩报导有一架飞行载具降落，穿着太空衣的人形

生物走出来. 于是我们将这些男孩放在分别个房间进行冗长的审问.

四个故事比对一致，并且他们对人形生物的描述与 NICAP 保存的 200 多个档案是一致的，连细节都一模一样.

我补充说明，当你在这个领域工作越久，你就越容易一眼看出任何捏造的情节.经过 30 年的工作，如果某人谎称他遇见 UFO 就好比某个人告诉你日常工作的一个小细节，你立刻可以看出那是假的.

问题: 你刚才提到你对于接触者讯息的相似度印象深刻，相似之处为何?

艾尔金斯: 嗯，许多接触者首先报导 UFO 目击事件时，都会提到"遗失"时间. 他们看见飞行器来临，接着离去，然后他们发现自己无法解释在某段时间，他们到底做了什么事. 稍后，透过自身或催眠回溯的技巧，他们开始记得与外星飞行员接触的细节; 不管是心电感应沟通或突然被带到飞碟上头.

问题: 什么是催眠回溯技巧?

艾尔金斯: 催眠是一种技巧，使得一个人能到达高度的专注. 时间回溯指的是催眠师暗示接受催眠者将心智投向过去的时间，以清晰地记得过去发生在他身上的某个事件. 我曾经使用这个技巧在 UFO 接触者身上，以及许多想要探究过去世可能性的人们.

问题: 前世记忆跟 UFO 有什么关系?

艾尔金斯: 嗯，UFO 接触提供更多转世轮回的证据，而大多数的宗教[基督教除外]将它视为信仰的一部分. 许多 UFO 接触者的讯息提到轮回与生命目的之关联，这部分的讯息具有强烈的宗教或哲学风味.

问题: 你的意思是，UFO 接触者报导的不是"带我到你们的领导面前"那类的讯息?

艾尔金斯: 完全不是，它们大部分与人类的灵性进化有关.

问题: 人类的灵性进化? 你可否举个例子，说明这类的 UFO 讯息?

艾尔金斯: 当然，在我们的书中，我们提供众多的实例. 以下是一个典型的例子: "我们来到这里的目的是帮助加速你们的反应，好让你们准备好接受地球的频率转变. 这个过程已经进行好些年了. 你们当中，许多人在心理上感到不舒服，另外一些人则觉得灵性提升... 目前运作的计画是预备地球迎接意识的主要提升，你们称之为基督意识，但我们称之为与宇宙能量沟通."

问题: 这个讯息说到频率转变，听起来比较哲学，而非物理议题.

艾尔金斯: 物理学与哲学正越来越靠近，什么是哲学的物理? 什么是物理的哲学? 藉由胡塞尔(Husserl)的现象学研究以及"物理学的道"(The Tao of Physics)等，我们开始看到知识的边境正在统合.

问题: 回到频率改变的议题，地球振动率的改变，以你的物理学背景，讨论整个星球的振动率增加是否有意义?
这样的改变真的会发生吗，一直深入到原子层级?

艾尔金斯: 不要太看重我的正统科学背景，资深的科学家会首先承认，所有我们视为理所当然的事物，只因为它”管用”，其实都相当欠缺理论基础.物理学家可以花费一生在实验室，尝试发现一个氢原子有多少个夸克，但当他们完成这件事，他们仍然不知道什么是氢原子.

问题: 好吧，那么大规模的振动转换呢? 这种事真的会发生吗?

艾尔金斯: 嗯，奇怪的事情-那些没有办法以科学解释的事情-一直在发生.好比心灵传动，一个人用意念使某个物体移动. 或者尤里.盖勒(Uri Geller)凭藉心智弯曲金属，盖勒说他的力量受到 UFO 的导引，而其他人说盖勒只是一个不错的魔术师. 然后是泰勒教授(Prof. John Taylor)在伦敦进行的实验，证明许多孩童可以做到盖勒在电视上表演的弯曲金属的”把戏”.

我自己曾在菲律宾与墨西哥见证过超心灵外科手术，他们的手术方式违背所有我们对卫生与疾病治疗的认知规范. 很明显地，有很多进行中的事情，我们不是称之为伪造诈欺，就是将它贴上超自然的标签，因为我们现有的科学法则无法涵盖它.

所以，回答你的问题，振动率的改变当然可能发生. 顺带一提，有些讯息说到振动上的改变正是 UFO 可以突然出现又消失在空中的原因.

问题: 这刚好是我下一个问题，UFO 如何飞行?

艾尔金斯: 我不怎么关切它们来来去去的机械原理，虽然我的确认为有件事很有

趣，在过去时代的 UFO 报告中，UFO 经常被描述为航行的船只，上头有外星飞行员穿着那个时代的衣着.

我更为关切的是他们为什么来此，他们尝试传递给我们的东西.

问题：那么你的结论是他们尝试帮助我们，警告我们?

艾尔金斯：是的，或许有些(外星人)只是来观光，参观实相的其他次元. 但大多数的接触者讯息都在讲提升我们的全球意识.

问题：我们应该要做些什么?

艾尔金斯：那是服务的一个层级.

另一个层级，更远为重要的，他们说是任何可以提升人类同胞的灵性水平的事情. 那是更为永久的服务种类.

在他们所有的讯息中，核心讯息是我们需要透过冥想与造物主的意志和谐相处.

问题：这开始听起来像是一个宗教讯息.

艾尔金斯：只因为我们已受到制约，于是认为这类的讯息是宗教性的.
当然，他们说的东西在所有主流宗教，以及伟大的灵性导师当中都找得到.

卡拉.卢可：因为我是个活动中的基督徒，人们经常问我是否在基督信仰与 UFO 研

究两者之间感到冲突，我的答案是不会.

耶稣说有两个伟大的诫命：全心、全意、全灵地爱上主，你的天主. 接着是爱邻人如同爱自己. UFO 讯息反覆地共鸣这些指导方针.

问题：如果我们不留意他们的讯息呢?

艾尔金斯：那么，讯息说，我们将自食其果，将会有大灾难发生，也就是世世代代人们预言的世界末日之战(Armageddon).

问题：是核子战争吗？或原子能意外事件?

艾尔金斯：有可能，我们现在进行的这些事引起 UFO 实体们很大的关切.

但讯息只有明确地说地球上大变动的原因将是大多数的人类没有准备好接受更高阶振动能量的后果

问题：启示录灾难并不是无可避免的囉? UFO 上的外星人并不是到处闲逛，等着拯救生还者或某些神的选民?

艾尔金斯：你说得对，他们似乎说结果由我们决定. 振动的转变正在发生，但它可以是和平的或十分伤痛，端看我们对讯息的回应，也就是全球和平与四海皆兄弟的讯息.

问题：如果这是他们提供的另一个选项，如果他们明显地降落，公开宣布我们有

哪些选择，这样不是更有效率，一劳永逸?

艾尔金斯: 每次我谈到 UFO，总是有人问这样的问题，为什么他们要跟我们玩捉迷藏的游戏?

答案跟我们的自由意志有关. 他们不能干扰我们选择的自由，这样会妨碍我们灵性的进化. 以下是我们书中的一段讯息:

“我们隶属服务无限造物者的星球联邦，我们尝试在过度曝光与过少曝光两者之间取得平衡，如果我们成为太过寻常的现象，我们的存在将无可置疑，那么，我们将减少人们寻求灵性真理的兴趣. 所以我们造访与通讯的证据必须允许任何人可以拒绝或接受.”

正邪的战斗一直都在我们里内的世界进行，那可能就是圣经预言的末日大战. 我们每个人都与地球的命运相关联，超过我们想像的程度.

问题: 你一定碰到很多人认为这所有这些故事都是一派胡言.

艾尔金斯: 的确如此. 但我不尝试改变人们的主张. 我只想使 UFO 讯息到达有兴趣的读者手上. 当然，如果人们想要”证据”，我可以指出一些外星飞行员的预言最后获得证实.

在 1950 年代，一些讯息谈到不久的将来，超自然能力 好比心电感应 将成为平常无奇的事. 现在我们有许多这样的能力被报导与探究.

当然，人们还是可以自由地拒绝这些现象，说那些全都是造假的.

或者，我可以告诉人们，他们自己就可以接收到来自 UFO 的心电感应通讯.

问题: 任何人都可以?

艾尔金斯: 嗯，你必须有个开放的心胸，不抗拒. 你必须进入冥想的状态. 在我们过去 15 年的接触者实验中，我们发现如果现场有另一个有经验的接触者，并且以团体的方式进行，都是有帮助的. 我们已经在这里看过数百位新的接触者的诞生.

问题: 他们接收的讯息都类似吗?

艾尔金斯: 是的，这些讯息听起来都有一个相同的主旋律: 地球上的人类并未活出他所继承的天赋，他可以透过冥想、记得造物主的爱、以及服务人类同胞等方式重新发现这份天赋.

(V)2007，Digested & translated by c.T.

☆ 第 0408 章集：Q'uo 与我们

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1987 年八月 23 日

小组问题：当 Q'uo 群体与这个星球的人群互动时，包括回答呼求与尝试传讯，Q'uo 学到什么？

(Carla 传讯)
我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，

我们祝福并将爱给予你们每一位，同时 我们感激你们邀请我们加入你们今晚的冥想.

今晚讨论之前的停顿有些延长，这是因为该器皿感知到两个通讯，以我们的看法，第二个通讯与我们十分接近，是旗鼓相当的对手. 我们很高兴并感激该器皿胜任挑战灵体的工作；因为我们不希望为了发言进入一场斗争，因为属于正面极性的实体被呼叫时才前来，不会(主动)呼叫自己来到你们身边.

我们给予这个资讯是为了使该器皿确认这个情况的动态张力.

如我们所理解，这个实体正尝试理解从事口头传讯时必要的安全措施.

今天在我们前面的问题是：为什么我们曾说在通讯过程中，我们获得的比你们

[从我们这儿]获得的还要多. 你们很想知道你们如何服务我们，因为你们应当是学生，而我们是老师. 要给你一个完整的答案将超出今晚的范围，无论如何，我们将尝试阐明一些我们发觉有价值与可爱的东西，关于第三密度之中的实体们，即觉察到黑暗并寻求光的你们.

我们曾经跟你们一样，也就是说，处在第三密度的幻象中，拥有稠密的化学身体，需要每日的燃料(食物)与众多物件，只是为了在自然既定的环境温度中萃取一些舒适等等.

我们曾经跟你们一样，经过多生累世，逐渐觉察到正在发生的事情并不是表面上呈现的样子，也就是说，我们对于发生事件的感知并不完整; 接着我们以自由意志选择，坚持探究我们自己、我们造物的本质，以及躺卧在背后的神秘，那超越自我本位的东西.

如同你们，我们曾忙碌于探寻造物主的面容，那空白与神秘的面容，可能在许多世之中，曾有一次从眼角中惊鸿一瞥; 或者在一个无尽的片刻看到一片耀眼的光，然后遗忘，因为没有一个具肉身的灵魂能承载这样的知识.

如同你们，我们寻求那不可知(之奥秘). 然而，对我们来说 拥有化学身体的日子已经过去，一个化学身体的魅力与光荣，使我们感官迷乱的化学身体，使我们感官知觉侷限在肉体的化学身体，那些日子已经过去.

伟大选择的日子已经过去，隐藏在重重罩纱之中，被一层又一层的神秘、幻象、欺骗与偏见所覆盖，人们要做出服务他人(众生)或服务自我的重大选择，那些日子已经过去.

当时，我们注视着混淆 看见秩序; 我们注视着秩序 看见混淆，那些日子已经过去.

在那选择之前，无法想像的时间已经过去，事实上，有数百万年之久，我们凝视

那个选择，希望、祈愿、祈祷可以看见爱并选择爱，看见分离并避免它.

我们已经做出选择，并且我们已经在这条笔直狭窄的道路，当下之路，上走了许多步. 我们在掌握服务他人这方面进行许多精鍊; 因此我们对于一切万有之奥秘造物主的本质的理解获得许多精鍊.

寻求的道路是笔直狭窄的，因为寻求的途径包含一个当下，然后另一个当下.

不是带着过去负担的当下，也不是枝枝节节的当下.

每一个踩在寻求道路上的步伐都是一个进入当下蕴含的庞大深度、力量、与丰富的步伐; 我们致力于达成这个领悟.

当我们凝视你们每一位的生命型态，我们看见庞大的活力与乐趣，以及对当下的爱，我们学到许多.

我们看见人们彷彿在水底下劳动，受到笨拙肉体载具的妨碍，依然能看穿时间闪烁不定的表面，不去看时间之河的滴答声，不漂浮在浅薄思想的独木舟上，带着如斯的累赘，依然能深深地潜入此刻，并从中收集到爱的宝藏，我们觉得难以置信，并深受感动.

我们发现你们人类具有无尽的创造力，创造力即是对于时间的本质有一种美学的觉知，也就是说，全神投入此刻似乎是真实的东西，不管它是一盆花，斜倚的裸女，一座山，一片海景或任何激励艺术之眼的东西.

了解到时间并不是一条河流，每一个当下都是澎湃与耀眼的，都满溢着更深意义的深邃流动，以及无尽的言外之音，传授寻求的灵魂关于造物主本质的知识.

我们能够观想与经验时间的种种礼物，这没什么了不起，身为更为光亮的存有，我们的视野与感官能够纪录更多每一个片刻蕴含的爱、创造性运动与惊人的能量. 但当我们发现每一个正在寻求、信赖、并找到当下之活跃与创造原则的实体，我们受到感动，在我们的心中升起一股巨大的怜悯. 那是爱的自发性流露，也是我们所知的最高服务. 当然，我们能够在客观(非个人)的基础上做这件事;的确，有些地球的实体正奉献自身在这件事上头，也就是成为遍及造物的辉煌之爱的灯台.

或许你觉得我们看待你如同婴儿或孩子，在某个方面确实如此，我们感觉要给予你们滋养与照顾，如同一个母亲或父亲会有的感觉; 因为我们看见你们的脆弱，本能地想要照顾你们.

然而，我们对于你们人群高于一切的感觉是一种钦佩的感觉，因为你们现在行走的地方是迄今最有挑战性的幻象，一个最难穿透的密度，最难在其中发现爱的世界.

另一个你们服务我们的方式非常简单，你们呼叫我们.

我们是那些等候询问(要求)的实体们，我们贡献此生的一部分与那些想要加入灵性进化的人们一同工作.

如果没人呼叫我们，我们就得站着发呆，将我们的爱送给那些没有要求的人们，而他们通常无意识地拒绝这份爱. 虽然我们的爱围绕你们的星球与人群，如果没

有人请求我们的协助，我们就如同敲门却没人应答的传教士.

我们能为你们星球做的事很少，虽然我们极为愿意伸出援手. 然而，谁知道对于一个寻求者而言 什么东西可以造成不同?

在对的时间听到对的字句是极为强大的效应，我们总是希望如此阅读寻求者的心与意，好让我们可以碰触某片痛苦或后悔的叶子，某朵变脏的花朵[只因为它太快被摘取或没有充足的水分]; 于是我们可以帮助你们盛开，并找到你自己.

在尝试服务的过程，我们得到许多的收获.

最后，我们说: 我们获得的比你们获得的还要多，这是因为你我双方都寻求造物主，但我们凝视着你们，你们却不能凝视我们.

这好比我们透过电话传一个讯息给你们，你看不见我们，不过我们能看见你舞动的思想，你的灵光场，以及你感情的流动如大水一般.

由于你们五官的限制，你看不见你内在的造物者. 我的孩子，你是多么美丽的存有，如同宝石一般; 我们深深地感激能与你们一同工作，从你们身上学习，同时分享这个冥想.

关于这个主题，绝对不是这样就说完了，然而这个器皿希望我们不要讲太久，才不会令在场的冥想参与者因为在同一个位置坐太久而不舒服. 你看，我们都没有考虑到这点，因为我们的(身体)载具不需要休息. 关于服务，我们还有很多要向你们学习，像刚才的考量 我们应该很容易看到的，然而以我们所有的思考与学

习，我们仍然忘记这点 直到这个器皿说出来为止.

在我们失去身分，再次进入源头(Source)之前，我们将是温和(高尚)的存有，你们每一位也将如此. 通往存有之高尚状态的道路在于寻求当下，看见当下，深深地潜入当下，接着在那片刻的深度水域的黑暗之心中，突然地、无可挽回地与造物主脸庞的夺目之光相通. 寻求并知晓这是可能的.

我们在此时转移这个通讯，感谢这个器皿，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向你们致意，我们很荣幸在此时接受各位的询问. 此时是否有任何起头的询问?

Carla: 嗯，我有一个实在偏离主题的问题，但 J 本周写信探询你是否跟 Djwhal Khul 属于相同的振动，或基本上是相同的实体? 我不知道你怎么说，虽然我的印象是从我第一次挑战你的时候，你的确属于那个振动，但并不想要包括内在次元(平面)的振动，因此我不情愿这么说，除非我从你这边得到答案. 你可以告诉我吗?

我是 Q'uo，我们的振动与你所知的 Djwhal Khul 群体十分类似. 然而，我们现正追求的研究更为全然地[容我们说]与调和智慧与怜悯[我们有幸在第四密度时期获得的成果]相关. 因此，我们尝试将我们提供的智慧揉合你所知的怜悯.

是否有其他的询问?

Carla: 在第五密度中是否有肉体或心智上的疾病? 如果有，它如何显化在一个社会记忆复合体当中?

我是 Q'uo，这个询问有许多回答的方式..

[录音带换面]

并不是所有第五密度的实体都选择在社会记忆复合体当中进化，因此某些不平衡，你所认为的疾病，并不总是表现在社会复合体中. 但一般而言，我们认为这样的疾病较多时候是以一种渴望的形式呈现，或者说强烈地渴望从事一个尚未完成的服务. 因此，在服务与学习方面 尚未平衡的部分呼叫我们，就好比一个寻求被充满的真空. 我们内在空洞的地方代表一种可能的服务方式，但未被使用，当适当的时机到来，它将揭晓自己，于是获得实践.

是否有其他的询问?

Carla: 从您的观点，最近的和谐汇聚(harmonic convergence)，也就是地球各地的光之团体各式各样的努力，意图创造人类意识的提升，您觉得它对于全球有什么效应? 对于进入地球的能量有什么影响?

我是 Q'uo，这个询问有许多回答的方式..

如果你可以在心智中观想许多人聚集在你们的神圣场所，接着想像每个参与者唱着同样的喜乐圣歌，每个成员以他自己的口音与方式歌唱，你可以开始理解到这

类团体庆典的本质，因为在这样的聚会中，开始形成意识的全体意见模型.

于是，当越来越多人的双眼、理性、与心识开始聚焦在这个议题或那个议题，产生一个朝向共识的运动，标示出社会记忆复合体的开端；那即是心身灵继续在第四密度幻象进化的方式.

当注意力的焦点逐渐向更高处移动，种族与全球能量中心与个人的能量中心的关联度也随之升高，这个焦点的振动频率也因此升高，以致于对自我的关切移动到对另一个人的关切，移动到对自我已知的其他群体，再到自我未知的其他群体，然后到达提供全体福祉的关切，以此类推，注意力的焦点就好比不断上升的音阶，每一个音阶对应到扩展的感知，以及人群表现自我的方式越来越接近无条件的爱或慈悲.

我们可否进一步述说，我的姊妹?

Carla：那么你是说大规模的祈祷日，好比新年的和平祈祷日，还有大型摇滚音乐会，如”美国为非洲歌唱”(USA for Africa)；以及各种练习都在运作同一件事，使我们逐渐成为一个第四密度的社会记忆复合体？这么说是否正确?

我是 Q'uo，这是正确的，我的姊妹，并且值得进一步评论，我们以为所有调和大量人数的努力都提供相同的机会—操练这个星球的大众意识.

我们可否进一步述说，我的姊妹?

Carla：那么延续刚才的路线，泛美运动会以及奥运*都有一些相同的特征，当然，

除了在国与国之间有些竞争，这样说对吗?

(*译注: 真巧，今年是奥运年，并且在北京举行.)

我是 Q'uo，这的确是正确的，当每个群体中的实体的视野能够超过自我，到达自己的群体，或许就可以到达一起分享竞争的其他群体，那么 感知的边界获得扩展，而能包括先前排斥的部分. 为此，这样的机会是扩展感知边界的优异训练方法. 我们可否进一步述说，我的姊妹?

Carla: 那么，巨大的悲剧，好比空难事件，或者最近爆炸的太空梭—我知道全世界都在悲悼那七位失落的灵魂. 这些也是统合的灵性经验，不是吗?

我是 Q'uo，我的姊妹，再次地 这是正确的，不管是巨大的喜乐或悲伤事件，透过这种注意力的集中焦点，全球意识的许多部份开始认出自己存有的本质.

我们可否进一步述说，我的姊妹?

Carla: 那么 一些艺术家及其作品受到全世界的注意，从毕卡索(Picasso)到猫王(Elvis Presley)，那些顶尖的艺术家，你知道的，不管在俄罗斯，美国，或日本，每个人都知道他们. 他们的价值不只在他们制作的东西，还使得全世界可以谈论同一件事，他们使得人群更靠近社会记忆复合体，不是吗?

我是 Q'uo，我的姊妹，这是相当正确的.

Carla: 嗯哼，那么科技的确是我们的朋友，因为透过卫星*，许多事物可以让全世

界看到. (*译者补充.. 别忘了 Internet!)

我是 Q'uo，确实，在过去数十年间的科技进展提供一个训练的辅助工具，让地球的大众意识与地球人口使用. 我们可否进一步述说，我的姊妹?

Carla: 综观全部这些陈述，诱使我想说“我们能做什么?”

由于我的内在并没有野心去警醒整个星球在同一时间注意任何事情，我是否应该把我的远景拉回到适当的比例，不要烦恼如何协助(形成)社会记忆复合体?

我是 Q'uo，我们不想说话逾越临界点，以致于导引一个人的行动，在个人与大众心智的进展过程中，每个实体的自由意志都是至高无上的.

容我们说，每个实体都在它自己的影响圈中移动，根据投胎前的计画，与许多其他个体的计画结合在一起，好让该实体在此生可以追求各式各样的课程与服务，以协助许多实体的心身灵成长.

于是，当每个实体在 存有与经验的样式中移动，他开始觉察到万事万物中有一个浩瀚与无限的相互连结，一个人的思想与行动可以影响许多人. 最终，全球人口的心智被带到一个地步，也就是每个人能以他/她自己的感知方式去取用全体的资源，每个实体能够汲取这浩瀚的资讯图书馆使得个人独特表达服务的方式更为进步.

我们可否进一步述说，我的姊妹?

Carla: 不了，我的老师，今晚就这些了，感谢你.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姊妹.

是否有其他的询问?
[停顿]

我是 Q'uo，我们再次感谢每一位邀请我们出席的实体. 我们大大地享受与你们的振动调和的机会，并且将我们在寻求道路上获得的果实与你们分享，虽然只是我们卑微的意见. 我们欢喜地与你们分享这段旅程，并期待再次与各位分享这样的聚会. 此时，我们将告别这个团体，在太一无限造物者的爱与光中离开每一位.

Adonai，我的朋友. Adonai.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0409 章集：活在两个世界之中

专栏：小灵媒宇宙逍遥游
作者：Carla L. Rueckert
单元：宗教与灵性网站
发表日期：12/09/2007

昨夜我做了两个梦。
第一个梦，我是个一个小灵修团体的带领人，与真实生活吻合。我们住在市中心

老旧地区的一间公寓的二楼阴暗房间，这点与真实生活并不符，事实上我们目前居住在路易斯维尔的郊区，而非梦里的「波特兰」贫民区。

在实际生活中，因为没有电，我们的住宅漆黑一片。似乎没电状况持续好一阵子了。我丝毫不烦恼缺电，因为我们前往 亚法隆农场(Avalon Farm)--L/L 研究中心的灵修避静所与生物机能农场，在那儿我们有太阳能，我的心情很宁静。

我有可靠的笔记型电脑及一组 24 粒包装的 AA 电池喂我的滑鼠。我知道我的工作在于沟通，而我可以那么做。

这个梦境的开场是个死寂之夜。我们知道我们必须在早晨之前解开令世界处于惧怕状态的难题。我思忖着「我是何方神圣 足以拯救这世界？」

就在我们讨论这样的处境时，一群劫匪闯入我们宅内。他们搜刮整个住所，为了找食物。由于一无所获，他们便离去。他们丢下一个包裹好的巧克力盒，我瞧了瞧这礼物的标签，是其中一名劫匪打算给一位朋友的糖果。我很确定他们不是故意遗漏那东西。

在友人们陪同下，我下楼至街道上以找出这帮劫匪的位置，如此一来我才能归还他们糖果。我们很幸运，找到了他们并把巧克力当面交还。我对他们说: 「你们一定曾掉了这些东西」。

这群劫匪由衷地感激并被我们的信任所感动，他们因而请求加入我们。

我们带着我们的新朋友们回到公寓，再度开始工作我们的两难局面(dilemma)。

在第二个梦里，我参加一个航海之旅。起初一切颇令人享受，我们是一个大团，且每人都有愉快的境遇可秀给其他团员看。然而，回程的路上，在跟一位朋友拜访一处名胜古迹时，我错过了跟另一名友人的约会，她在码头等候我。明白我已「错过了那班船*」，我尽速赶回，转乘一艘艘非常不便又不适的小船。她仍在等候我。她问我一路可好，我回答：「辛苦啊」。

她又问了有关我们航海之旅的船名，我回答:「转变」(Becoming)。

(*译注：英文片语 miss the boat，也可意译为"错过那个机会")

不教人惊讶的是，我今天的梦竟然有着黑暗的音符，因为在我书写此文时，正逢 911 事件六周年。这天的新闻充满追忆，而媒体亦对这历史上沉痛的日子鸣放警钟。

911 事件留下的落尘(fall-out)确实是黑暗的。美国现在有种近似第三帝国(纳粹政府之盖世太保的同等作风出现，甚至连他们黑色制服的设计，也出现在我们的家园安全警卫身上。我们的国会已投票去除了我们的隐私权与人身保护令，至少现在是，虽然法庭正开始检讨国会修改我们宪法的权力。

我近来有篇专文便针对这个非常事件，讨论自己，一个无辜的人，曾如何地被威逼恫吓，在搭机前往马基诺岛(Mackinac Island)演说时，我的随身袋受到了安检人员搜查。

那篇文章刊出后，许多信件纷纷涌入。其中一份回响来自 L/L 研究中心的一位老

友莫妮卡(Monica L)，9 月 2 日她写着：

“听到这个国家的处境目前已影响到你个人，我感到甚为难过。那必然是个可怕的经验！”

“这正是为何我去年向 Q'uo 请教有关我们应否作个行动主义者的问题。

因为 Q'uo 的答案，我始终尝试着避免恐惧，只专注于照耀光芒，以任何我做得到的小小方式去进行。然而，一次又一次地 我觉得自己被政治议题吸入，一次又一次地 我似乎已经被说服，唯一使这场戏告终并以另一种和平之实相取而代之的方法便是人们向真理甦醒。”

“我曾挣扎试着去判定 我是否跟着恐惧起舞，或遵照我已签署的某项灵魂任务而行事。那答案却难以捉摸。”

当检阅我们网站图书馆中的档案资料库后，我找到她提及的那次通灵集会，时间是 2006 年 11 月 12 日。莫妮卡向外太空的 Q'uo 羣体询问的问题如下：

“从 911 事件以来，我一直关心这个星球可能走向一场灾难性的战争。我觉得有股落败、无助又无望的感受。我觉得自己走向全然的绝望。我已开始质疑第四密度地球的分娩过程是否一切都好？这个星球的实验已经走偏了吗？

如果真是如此，需要什么样的灵性原则才能转化绝望变希望，怀疑变鼓励？”

对此问题，Q'uo 羣体的回答一开始便解释为何他们的讨论必须维持在灵性原则

之内：

“我们无法直接了当地处理你的问题，我们乘着无条件之爱的振动来此。我们的接触并不具备一名内在层面之存有可能带有的一种针对细节，富于俗世概念的实际天性。地球不是我们插手管理或介入其一般性事务的地方。”

“我们之可以透过这器皿说话，乃是基于她保持的一种特定的调频状态。假若她从这调频范围中滑脱出去，我们就不能继续供给她讯息了。”

“我们对你说这些事，如此你才了解为何我们没有卷起袖管一起努力清理地球。的确，我的姊妹，我们没见到那景象。让我们谈一点此刻我们真正看见的地球。”

Q'uo 论及接受我们察觉到的周围世界之中的苦难与恶事，将它们内化并在我们灵性路程当中萃练它们。当我们在这个世界里疗愈了自己与其他自我间的分离感；当我们得以视见所有人类皆与我们为同一体 [照他们说] 我们就正在疗愈这世界。

对这样一个建议的自然回应是，感到它竟是无可救药地不足。我们的思想怎能改变世界？Q'uo 说出了以下的重点：

“我们请你要去了解，我们是站在一个因果律的特殊水平上在发言，远远超过世俗事务的因果律之水平。我们并非说一旦你今天疗愈了自己的分离感，明天的世界就会有所改变；我们是说当属于人类族群的个体们，一个接着一个地选择服侍爱与光以及避免与恐惧为伍，那样的态度会散播开来，那情感的安全网将开始向外蔓延。当愈多人在内在从事这种工作，整体环境就愈以此种方式从内改换；那些

尾随你之后的人，将会越来越容易做意识内的这份工作。”

Q'uo 继续说：

“我们不能告诉你不去关切政治、社会、经济与文化。仰赖你自己的判断与自己的自由意志，我们鼓励你和所有实体去追随你们的心，去阐释那些你们可能感觉要分享给社会及文化的天赋，而那有可能使一切更好。这是你的自由意志和你希望做的好事。我们在此跟你所说的话，关乎某种简单得多、同时又更加伟大的东西。我们前来告诉你一则关于爱的故事：爱无条件；爱无侷限。”

“我们愿鼓励你去看自己是否选择要认识真我，你的双脚站立在你生命与经验的土壤上，你的双臂于礼赞及感恩中向所有事物的造物者展开，你是拥有伟大力量的人。”

“若你选择采纳和拥抱信心，没有痛苦可以击垮你，因为你选择了真理，而其他一切均为幻象。”

“若你选择了希望，那些羽翼将载你飞往你需要去的地方。”

这个回覆似乎让我得到平衡。如果我们被行动主义吸引，那么它即我们的途径。然而我们一定不要因为畏惧正在发生的事而成为激进行动者。

反之，如果我们受到个人罗盘的牵曳而去游行、禁食或冥想，我们必是受到一股对社会的爱之激发，以及我们意欲见到我们国家恢复其心爱与公正的宪法自由。而如果我们被牵曳至完全的内在工作--疗愈自身的分裂状态，那么此即是我们近

在咫尺、正当且合宜的使命。

关于莫妮卡对于地球进入宝瓶年代的过程之担忧，星际联邦的 Q'uo 群体说这过程属于第四密度的一部分，同时 Q'uo 提供这项保证：

“第四密度通常以一种健康的方式诞生。许多团体，包括这个小组[我们今日谈话的对象]，经常说到光与爱。而这字语已被传递，其影响或许比你能明了的程度还更深远，在草根阶层，在土生土长之人的阶层；还有才刚摸索找到某种实质意义之文明世界的阶层。”

“我们看见这个世界向爱觉醒，我们看见它开始认出其对于爱的渴盼。我们看见它开始回应，爱在爱里返照。在那草根阶层存在着伟大的希望，在政治与帝国之雷达所不及的地方。”

在我的第一个梦，爱在爱里返照- 当我选择归还巧克力给劫匪，于是爱再次返照 - 劫匪们从服务自我极性的窃盗，转换成为服务他者之极性，加入我们这帮出来拯救世界的唐吉诃德梦想家队伍，Q'uo 之「情感安全网」真的起了效用。

我的另一个梦亦充满了伟大的希望，我们难道不正走在一段艰难的旅程上？而更甚之，难道一切不都关乎转变？我们是何方神圣足以拯救世界？我们是人类。

【新典范手册】(Handbook for the New Paradigm)之祈祷文叩响我心：“我是人类，请帮助我转变。”

我张开双臂拥抱你的灵魂，愿我们找到恩典与勇气以同时活在两个世界，一个是

痛苦与限制的世界，一个是充满爱、美与真理的灵性世界，我们的心与脑不再分裂。一同走在这艰难的旅途，愿我们往内生长，进入内在灵视召唤我们去转变的一切种种。

☆ 第 0410 章集：译者感言

翻译这篇稿，彷彿经历好几层次的灵魂洗礼，内在外在，份外感触.
Carla 的第一个梦，很像通过光子带的暂时黑暗期，然而内心的神圣道场，才是我们如如不动的安住之所，并在非常时期与上帝之光紧紧相依..

文章里的真诚之声，或从绝境中重新燃起的希望，一切的质疑，气馁，无助与无望，引动对自我信念的动摇，不信任，不接受甚至- 愤怒，崩坍等，然而这是必要的过程，尤其对我们同修当前所面临的冲击考验，我认为- 本文会对兄弟姊妹们带来些安慰.

新典范，这是当时多少意兴风发之发愿者的自我期许;现在大家却在一种集体低靡中动弹不得.我思索着人的最崇高价值，原来是- 回到完整的人的本质，以此作为起点再出发 ... 突然想到 Elan_rols 回应 S.K 那段话，使我深深感动于做为人的一种思考能力和不为物役，在不断辩证中升华自己的感性与理性，而那却是磨亮心识之光，使思想产生力量的必须锻鍊.

拉里拉杂，也算先分享了译后感 la ~~
With God's Blessing &Love,
the Child
(V)2008 Translated by the Child.

Reviewed by c.T.

☆ 第 0411 章集：附录—SK 与 elan_rols 的对话

回复: 问我关于 ET 的问题

S.K. 2008-01-10 01:52:08

[[何为"真正的生命"? 有死亡，是否就一定有复活? 一点补充: 对于透过 ST In BG 传讯的 ET 们"生命"几乎是永久的，他们已经无需经历人类躯体有的肉体衰亡过程.

#8 回复: 问我关于 ET 的问题

elan_rols 2008-01-11 02:41:12

我是有意的在以有限的生命视角提问 我记得一些，在过去，或是将来，我不在此肉身中的生命的景像.

那是在肉身之中时无法想像的光景.

做为永远的生命.

但是，每个经验对与造物者都有者同样重要的意义.我在此，身处于受限的生命中，观看那惊人的奥祕.

若非受到限制，若非身处于这肉身之中，我便不会如此，强烈的寻求.

若非受到限制，苦难，悲伤，痛苦，绝望与孤单，这样的经验是无法取得的，做为完整的

我.

最重要的，在黑暗中发现光，在没有爱的地方找到爱

那是只有在此处才能成就的荣耀

我在这个世界中观看着这个世界.我看到许多许多的人此刻，正在朝着爱前进，我

看到了许多许多的光点，在黑暗中闪耀.我可以看到正在不断汇聚的，光之海洋.是的，在这里，我看到了许多许多的生命，他们的光辉在黑夜中如此的耀眼，如此的惊人!

凡流泪播种的必斩获喜乐，而且乐上加乐!

真正的喜悦，带给人的不是大笑，而是泪水!

我在此，为爱作见証，因为只有爱才能看见生命，只有生命才有真正的光辉.

当我提出问题之时，我其实就已得到了答案.超出言语与理解.

谢谢

引用 Carla L. Rueckert 的话:

我张开双臂拥抱你的灵魂。愿我们遵循自身的真理并筑起自己的营火，让爱与光经由我们照亮，以协助这个世界的意识转换，迈向无条件的爱、合一、和谐与安平之土。

BY: elan_rols

☆ 第 0412 章集：流浪者的难题

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1987 年十一月 15 日

小组问题: 关于流浪者(wanderers)在第三密度幻象中经常遭遇的困难，流浪者必须走过遗忘的过程，获得某种对过去存在的记忆 以及 忆起此生的目标; 然而还可能遭遇如何完成它的问题等等.

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，今晚与你们同在是我们很大的恩典. 我们特别想要向那些新来的人们致意. 我们祝福并问候在场的每一位.

你们请求我们讲述身为流浪者的主题.

或许我们应该先声明，大部分的人类并不是从这个星球的第二密度中进化而来，而是以第三密度的形态漂泊到地球，所以在大部分的人类当中，内心仍有一个原型或种族记忆，记得自己从另一个星球、另一个境遇来到这里完成第三密度的经验.

说完这个前提后，我们首先公开承认我们对于一些流浪者的怜悯，他们感觉自己是身处异地的陌生人，感受深沉的酸楚与寂寞.

感觉到不在家乡的剧痛，这不是怯懦的事情.

想要处在家乡的气候与友善的脸孔之中，这不是怯懦的行动.

然而我们讲话的对象，不只单单想要接受(他人)同情他们的困境，还想要学习更多如何庆祝挑战以及为前方的时间欢喜的方法.

你们每一位在过去都有过实地协助贫困人们的经验，在这个经验中，双方都在学习，双方都在教导. 有过这样经验的人通常会感觉这样的差事虽然很艰难，却是值得去做的. 然而，这样的时期是十分强烈的，对于一个流浪者而言，整个人生都是这种经验.

有些人享受你们文化各式各样的器具与玩具，舒适地处在沉睡与分心的状态；相较起来，你们在每个片刻更敏锐地感觉生命.

流浪者有更多的时候觉察到平静意识水面下湍急的能量，将理想分解成道德，再将道德分解成状况.

但是，我的孩子们，你们来到这里，欢喜地接受服务造物者的挑战，而优雅地移动穿越这令人苦恼的幻象之钥匙是信赖.

信赖那更大的自我，因为在投胎之前，你已选择处在这幻象之中的方式，你创造一个地方，在其中你感觉可以提供爱给周遭的环境；你已遇见的人们，你将遇见的人们，这些组合将触发新的开始，你在此生已经储备了许多财宝，好让你在这一生可以挖掘.

进一步说，你在面纱的另一边携带的意识的频率与更完整的爱共振，这是由于你在此生之前的经验使然. 因此，你的无意识自我具有不凡的丰富资源.

所以流浪者有义务特别留心于每日的冥想，找出你的真我，它在显意识思维之门的背后等着你，在你存有的无意识之中，为爱而生的直觉与热情从那儿冒出.

而这真我即是你要给予这个需要协助的星球的礼物.

对于一个卑微的人而言，很难去感知每一个意识都是一份礼物.

有许多时候，套用器皿的辞汇，你感觉比较像是使用前而非使用后的状态*.

虽然我们不想干涉你的自由意志，我们可以说一般通则是极少人在这个幻象中能察觉到什么时候是他们服务太一无限造物者的最佳工作状态.

你将发现每一次当你尝试评估你的服务，你就停止了那服务的流动.

我们并不是说检验一个人的行动是不好的，而是说不评判自我是个很好的主意.

(*译注：原文为 before picture，after picture；最明显的例子是减肥广告，平行贴出使用减肥药之前与之后的照片. ^-^)

流浪者在无意识层级中拥有更广大的经验宝藏，可以带到这个幻象的生活戏剧之中. 不管你带什么礼物来到这个人世间，你必须使它在这个环境中兴盛.

有些流浪者或许拥有比较少的爱与光，而那些还没法承载第四密度光芒的人们可能拥有更少的爱与光.

但在爱的流通系统中，你拥有多少无关紧要，而是在乎你的意向，你是否想要增强无限之爱的流动，方法是恒常地觉察你与无限太一的接触(沟通).

如这个器皿先前曾说过的，我们也声明流浪者的工作是以完全地敞开的方式跟所有接触的人们交流爱. 所有其他活动都是这个服务的衍生产物；因为一个生命除了想要服务 又为何四处漂泊?

一个服务可能是以十分卑微的方式完成，然而如果你以纯净的心意服务一个实体那就彷彿你完整地服务这个星球.

无条件地去爱另一个人，跟组织新的社会机构或创造某个提升意识的计画相比，似乎后者比较伟大，你们显意识的心智有些难以接受这两种服务是同等的.

我们可以说那些选择比较公开与戏剧性生活的流浪者 其孤独的程度与知名度成正比. 对于流浪者而言，默默无名是一个伟大的祝福.

我们请求你把自己想成是种子，一切万有是造物者，你们都是造物者，你们是爱. 你们在爱中讲话、行动与移动; 你在所有遇见的人事物上看见爱.

爱的扭曲有许多形式，于是爱经常以负面的形式呈现，然而所有种子都在这条路上，有的落在路径的两侧，有的睡在路边，或跑到路径的邻近区域.

(无论如何)种子不可能真的消失. 你们都是造物者面容之中很年轻的表现.

跟第一次穿越第三密度的实体相比，流浪者发觉做出服务他人的选择比较容易，它似乎是比较明显的道路.

因此，既然你已经做过选择，直觉地 你处于哥哥的位置. 现在，那些身在地球第三密度中的实体们处于浪子(弟弟)的位置. 我们意指圣经中的寓言故事*，耶稣师傅描写这个浪子，一个离家出走，拿走父亲部份财产的小儿子，他漫无边际地玩耍，直到每一分钱都花光，挫败到最低下的地步. 而他的哥哥从未离开父亲身边. 多年以后，哥哥凝视着浪荡的弟弟，他疲倦蹒跚地走回家，只希望成为父亲家中

的一个奴隶，并且乐于有这个机会.

他终于做出选择，回到他远离的正面性之中.

于是父亲喜悦开心地祝福这个浪子，并为他举行盛宴. 但哥哥呢?

(*译注: 关于这个寓言的全貌，请参考路加福音 15:11)

你们这些流浪者，你们当然能够感到那苦境.

浪子的哥哥说: “父亲，你从未给我办派对，你从未为我兴奋焦急.”

父亲转身说: “但我拥有的一切都是你的.”

容我们敦促每位流浪者在意识中进行浪子旅程，不是以行动表现，而是让心智空白，如同一个干净的书写板，从头开始做那个选择，一路穿越冥想、沉思、祈祷，最后是感恩. 因为除非你允许自己 经验离家、诱惑、失败，丧失所有资产与特权(的过程)，你将不会感觉到你已经回到爱的天家.

你看，灵性上而言，有一点对流浪者是致命的，就是特别强调自己的处境，期待或预料自己与造物主更加亲近，或觉得自己更为觉察造物主的意志.

的确，你们必须更努力工作，因为你们只有在想像空间中是浪子，你几乎不可能去否认你与造物主之间的连结.

缩小你的焦点，我的孩子们，当你感到迷惑，当这个幻象的苦差事沉重地压在你的肩膀上，记得你是来这里工作的，你来到这里为了承受这个负担，一个沉重的负担，然而不会错过你的负重极限. 你将自己装入一个很必须、很有用的肉体载具，它有效地将你与同伴之间的觉知隔绝. 不过你并不孤单，有无形的力量与你同在，那些你需要遇到的人 你将遇见. 那些已需要觉察的思想 将会来到你面前.

确实，一旦你与高我之间建立信赖(关系)，你只需要做眼前的事，一刻接着一刻，一天接着一天. 在每日的尽头，回顾这一天，看见一个微笑、一句话、一个碰触，[或诚心地忠于]一个理想是如何照亮其他人的道路.

我们多么希望能将你带入我们的振动网络，如此你可以有片刻感觉不受肉体阻碍的爱，然而 我们不能这么做. 不过，你可以透过冥想，发现自己站在圣地之上，与无限造物者手牵手，心连心.

我的孩子们，造物主是一股具有惊人强度的爱.

想像力滔滔不绝地描写造物的无限性，然而这股爱建造、创造、供能，并活化一切万有，却只用到无限能量的一小部份.

这股爱正于你的内在甦醒，那是
共同造物者对造物主之爱，
孩子对父亲之爱，
起初对那尽头与源头之爱
将你自己集中在爱与悲悯之上，尝试成为无害、用意良好的人，
最重要的是，彼此相爱.

当你认为自己失败了，如果你想要，可以悲伤，但不要太久；因为在灵性层面中意向会被记录，幻象中的行动相对而言是附带的枝节.

我们请求你们滋养自己与造物主之间的关系，调频、锻鍊、与强化你与太一[它是一切]交流过程中感到的喜悦与爱.

练习归向造物主可以将每个实体带到他当时可能达到的最高水平.

我们每个实体仍然有课程要学习，不管在什么水平，我们问题的答案源头都是无限造物者，他就在意识的每一个部分之中.

更深更深地信赖你自己.

对你的无意识求爱，就好比追求少女的恋人一般：温和地、锺爱地，轻抚地对待.

并且尊重那些你在梦境、异像与直觉中接收到的东西.

愿你们与无限智能的交流越来越美妙，愿你们信赖每个早晨、中午、与黄昏，每个时段都足以让你行使较高自我的意志，那个更为靠近一切万有的父亲与母亲的自我.

你们每位都将从内在闪耀，愿你们也照跃自己，愿你们热爱并尊重你内在的造物者，以我们卑微的意见，不管是流浪者或原住民，这些事情都是一样的.

这个器皿通知我们，我们又开始多话了，我们感到抱歉. 能与这么接纳我们的团体分享思维是一份很大的喜悦. 因为你们如此接纳，我们特别要提醒各位，我们不是全无错误的，我们只是你们的兄弟姐妹，比你们多走一段路，知道沿路的地形，知道哪里有坑洞，哪里可能发生山崩，于是我们在思想中来到你们[我们同类的流浪者]当中.

我们但愿我们可以拿走你路上的每一块大石头，填补每一个危险的坑洞，好让你可以笔直地行走在寻求的道路上.

嗳呀，我们却必须看着你们辛苦地走上坡，不时跌倒，感到疲惫与绝望.

然而 我们与许多其他实体都与你同在，只要你请求保慰者(Comforter)的协助，你立刻可以收到帮助. 有些人称呼这些实体为指导灵，或圣灵. 不管叫什么名字，它们的功能都是滋养. 对于一个流浪者而言，这点有时候极为重要.

流浪者啊，在你的苦痛挣扎中，你将安慰许多人;
在你的孤独中，你将分享爱，
而每一滴眼泪，每一个酸楚，每一个痛苦[如果你尊重这些感觉]
都是献给造物主的结晶化[各种苦乐滋味的]礼物.

我们在此时将这个通讯转移给 Jim，同时感谢这个器皿. 我是 Q'uo.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向你们致意，此时 我们有幸能提供自我尝试

回答在座各位的问题. 此时是否有任何询问?

D: 我们的工作是去解开这个幻象(的纠结), 或我们只需要在其中工作?

我是 Q'uo, 在你投胎以前, 你已经设定好在这个幻象中的责任.

因此, 你此生的安排将允许你利用该幻象的各个面向去协助达成你所设定的目标. 每个实体的一生有一部分用来学习与导向自我意识的成长; 另一部分则是服务他人, 好让自我学习到的成果能与其他自我分享.

于是当你学习与服务, 你透过你的觉知 自我蜕变, 当你蜕变之际, 你以新的眼睛看着周遭的幻象, 藉由你的感知, 幻象自身也获得蜕变, 然后太一造物者较大的一部分透过他自我的各个部份知晓他自己.

是否有进一步的询问, 我的兄弟?

D: 没有, 你讲得很有意义, 谢谢你.

我是 Q'uo, 我们感谢你, 我的兄弟. 是否有另一个问题.

Carla: (她最近在咳嗽) 我知道为什么在医院里要降低感染是困难的物理原因, 但大多数住在医院里的人们并未罹患传染病. 这就好比把一所医院跟一栋旅馆相比, 人们不会因为住旅馆而生病, 但病人在医院中感染疾病却是很常见的现象.我不禁要想是否有什么形而上的因素, 当人们的免疫系统能力下降, 压力升高时, 容易获得超心灵致意? 我不相信细菌有任何极性, 但它们可以被不友善的极性(实

体)所导引?

我是 Q'uo，我们感觉回应这个询问最佳的方式是建议，这类感染的基础是心智喂养特定的概念，然后反映在身体复合体之中，通常的手段是降低免疫防护系统的能力，于是你所谓的疾病状态能够找到一个开口，并且以某种方式工作，结果符合该实体表现的思想样式.

在你所描述的(医院)环境中，可以发现许多实体需要经验心智复合体的不平衡，其程度足以使肉体载具反映这个扭曲，好让显意识心智明显看到某些扭曲需要被关注.
因此，心智向自己反映出需要被照料的部份，为了使得心/身/灵复合体达到更大的平衡与和谐.

我是 Q'uo，　是否有另一个询问.

发问者: 是的，在我认识的人群当中似乎有两个理论，一个是地球上的一切都进行得很好; 另一个理论是某些事情可怕地出错，许多人受苦，包括孩童，特别是在第三世界; 地球遭到毒害以及地表的混乱状态.

是否某些事情真的严重地出错? 如果是，我们应该做些什么吗?

我是 Q'uo，　我的兄弟，在此时 你可以发现你处在一个似乎是最不和谐与需要大量关注的幻象. 我们认为这个幻象提供许多人一个机会去学习大大小小的课程，在许多方面都是强烈与困难的，然而　并非没有解答.

藉由经验表面上人与人之间最大的分离，愿每个实体最终找到彼此之间的系结，那揭露所有造物之合一的系结.

每一个处在幻象中的人都可以拿起这些成长与服务的机会，接着进一步地扩展对合一的领悟.

因此，我们可以用国民小学来比喻你们的幻象.

在教室中，学生们可能有许多意见不合的地方，接着在运动场上，有一些人打得鼻青脸肿，然而每个学生都从这幻象中学到许多，继续他的学业，将自己的边界不断向更远处移动，最终　穿越表面上人与人的分离，开始溶解这些分离的幻象，好让每个人得以看见造物者的面容，不只在镜子之中，而是跨越所有那些分离国家与实体的边界.

我们此时乞求您的宽容，我们发现需要结束这次的集会，因为能量正逐渐耗尽.我们感谢每位邀请我们出席的成员，我们在太一无限造物者的爱与光中离开每一位.

我们是你所知晓的 Q'uo 群体.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ **第 0413 章集：大转变**

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2007 年二月 11 日

小组问题: Q'uo，我们本周的问题是:很长一段时间以来，每年我们都至少看到有一个通灵的源头会说: "这是一个人们在意识上会有巨大改变的年度."

有一些人预言 2007 年将是这个时代的改变，而非 2012 年. 我们想知道，当得到这些通灵讯息的时候，什么样的灵性原则将有助于我们看待这个情况?

(Carla 传讯)
我们是你们所知的 Q'uo 原则. 在太一无限造物主的光与爱中向你们致意.我们非常感谢你们邀请我们加入这个寻求圈子分享我们的看法.今天的主题是关于时代转变的预言和它们运转的模式.

仍然，一如往常，在我们开始之前我们鼓励你们每一个人担起你灵性进化的责任.

不思考这些讯息对你个人是否有共鸣，而直接地接受是不明智的.

它们大部分是能帮助某个人的有用意见; 很少一部分是可以帮助你的真实思想.

在这个时刻你必须辨别这些思维，哪些对你有用，哪些只是有趣但并没有共鸣.

如果你能够花时间去这样做，我们将确定你已经对你自身的(进化)过程负起了责任.

这样，我们将不担心侵犯到你们的自由意志. 感谢你们的体谅，我的朋友们.

今天你们所询问的有关于不断出现的关于蜕变时期的预言.这些预言可能立刻发生在传讯结束之后，也有可能发生在不久的将来，通常是 2 至 5 年之间.

你们询问这些讯息为什么会不断地出现，而且总是伴随着良好的论述和道理.

要回答这个问题，有几个不同的层次，因为在这些通灵和你真实接收到的讯息背后存在几个不同的灵性原则.

第一个层级是，一个以灵性为导向的实体，当他在某一刻觉醒时，

他将会认真地询问以下问题[所有灵性寻求者都觉得重要的问题]:

"我是谁?"
"我为什么会在这里?"
"我应该做些什么?"

或早或晚会领悟的是，那些说模稜两可的话的时候已经过去，接着灵性工作的时刻开始. 这是一种非地方性的紧迫感，不与 时间空间连结. 然而，你作为一个第三密度的实体，还是居住在空间/时间之中. 自然地，作为一个人类你将会去思考这些在你冥想和沈思中的某些感觉，然后觉得它是某个事件的暗示.

就最广泛的意义来说，这个事件早在耶稣基督时代之前就已经开始建构. 这个实体在 2000 年之前就来帮助这个时代的转换，那时他已经感觉到了从事这个工作的紧迫感，并且向服务他人或服务自己做为人生道路的选择前进.

你们所知的耶稣基督感到一股紧迫感，你们所知的约翰.施洗者也是如此.

在他们的讯息中，末世的内容是可观的，你们在<新约圣经>中都可以看到.

这么久以前，人们已觉察到需要改变他们的意识，以及行星的意识，因为这个行星是人们心爱的家园，是人类生活的部落，而他们也是被珍惜的一部分。

在这个层次上，你能够发现它是一种原型的能量，当一个实体甦醒时，他将对世界传达(投射)他的觉醒。

从某个角度来说，这是一个合理而有效的观点。每个实体都是他自己特定世界的创造者。无可否认地，有一些参考讯息对大部分人的世界是有普遍性的，包括那些关于他们所在的社会和文化的资料。

然而，每个实体的造物都是属于他们自己的。他生活中的偏好变成了他的世界的偏好。这些实体是富有力量的人们。他们是神性原则的一部分。

所有的实体们，甚至是元素、动物、以及所有自然界，都有这个力量。但是它们并不知道它们拥有这力量。因此，能够轻而易举、纯粹地使用它，不能改变他们的本质，只能实践它。

作为一个有自我意识的实体，你拥有更为伟大的创造力，因为你意识到自己。

你察觉你是一个正在寻求的存在体。你有一个观察者的功能。确实，许多实体们

拥有一个十分复杂的观察者的功能，该观察者在观察那个正在关注发生什么的观察者。

你们能够创造很大的复杂性来描述你是如何感知事物，以及你如何选择你的关注焦点。

因此，当你经历你每一天的生活经验的时候，你特定的创造有时候会和你身边的世界有着戏剧性差异的色彩。当你成功地获致一种力量感，并致力于正确使用那股力量时，你成为一股超越常人能量范围的原力。

因为作为你自身宇宙的创造者，你已经唤醒了你的潜力，当你以合乎道德的方式来指引你的选择的时候，你就是在根据自己的意愿创造
你的宇宙，你开始发展一种不仅仅是关于你人格的能量，而是属于造物的能量，这个造物开始被想像进入你的生命中。

因此，当你已经进入这个有意识发展自己与造物的过程，你不仅是在为你自己工作，而是在为整个行星层级的能量工作。这个状态并不是你所想的东西变成了别人所想的东西，而是支持你工作的振动(能量)将会向外放射，好像灯塔的光芒向外照耀、穿越黑暗与风暴的海洋。

当你允许你的光和你的宇宙照耀四方的时候，你已开始实践你内心最深处的目标：你正在改变和转换行星层级的意识。在这一点上，我们想强调，我们不是在谈论那些不能用语言表述的事物，我们正在谈论的是一种观点的转换。

每个实体都以某个视角观察这个世界。在觉醒过程开始之前，这个视角确有一些

局限性。作为猿猴家族的一个分支，你本能的动物天性与你们的家庭和部落有关。你希望他们安全，衣食无忧。你会储藏那些必须的资源以确保它们不会被用完。并且当你感到家人受到威胁的时候，你会去保护他们。

以上这些字句描述一个尚未觉醒者的骨架，即他对生活主要的关切，与任何灵性层面无关. 因此，你的工作，虽然是私下进行，却无需诉诸言语，它是一个魔法、强有力的工作; 一个值得去做的工作.

第二个层级是一个完全不同的水平，它是第一和第三层级之间的转折点。

在这个转折的层级中，你已经注意到了关于你的星球的事物。

正如这个器皿和这个小组的其他成员在冥想之前，曾有一系列的讨论，一个重复上演的主题，关于主宰你们星球历史的帝国，以及这些特定历史的运作。

确实，古生物学家和考古学家指出，在有历史记载的久远之前，一些以帝国为目标的生命能量便存在了。在被发现的一些最早的史前人类的遗体中，有一个实体因头颅后部的袭击致死。

以诉诸武力来解决问题的能量自古以来就存在于你们的行星上。它们早于你们行星本身的能量，因为在最近的 75，000 年的过程中，地球从一些星球那儿接收了那些未能从第三密度学校毕业的实体，因为他们在原先的星球上大规模使用暴力，导致那些星球不适于居住，或受到彻底的爆炸毁灭。这些所有的实体此时都在这里，正在学习突破他们的旧习惯。

所以，当进展没有发生的时候会存在灵性熵数 1，这意味着能量变得越来越无秩序和越来越混乱，因为这些能量在经过某一特定点后变得无法使用。

进一步的说，即使一个实体并没有用暴力解决问题的倾向，他们仍然没有侦测关于帝国思想的感官，并即时发出预警。

当他们听到有关在地球上生活必须感到恐惧的话题时，他们确实会觉得有些过分。在同时，他们也不会对于那些听起来合理审慎的话语怀有防卫的心态。

这些看起来合理的解释可以归因于，首先，你们每个人在地球上都经历了好几次这样的过程并且已经习惯；第二，你内在的惯性使你并没有被唤醒的意愿，因为那个过程令人不舒服。

当你被唤醒时，你发现看到事物并不是你想的那个样子，接着你觉得你要给这个意识一个回应。若你意图变得越觉知，越是你自己，你就越是神性原则的一部分，你就会给予越多的回应，从而你人格最深处的改变会越多的发生。

当你要求觉醒，要求改变，并真实地在你能力所能及地最深层次的水准上服务的时候，你就是在请求那些蜕变的力量进入到你的生活。你们所知的 M 在早先谈论过关于用水作为净化机制的功效，我们希望指出，有许多的实体已经发现了水或者其他净化模式都是有用的，因为，当你改变的时候，你将会倾卸大量的有毒材料，属于灵性的、情感的、以及心智的。

当实体确实已经觉醒，并了解到转变意识对他们是极为迫切的议题之时，他们会觉得让别人也转变他们的意识是必须的。这会导致一种我们认为的灵性唯物主义

倾向，这表示你想要每个人都以一种新的模式生活。

在这个关系上我们建议，熟练的选择总是工作自己，无需顾虑与其他个体的互动。你察觉到该为这个世界作些什么，然后行动，服务他人的工作在你自身中开始和结束。

直到你被询问特定的问题，那么你可以用灵性上有益的方式回答。

你作用于自身的工作已是充足的，从影响地球意识的角度来说也是远远足够了。

改变你自己便是改变这世界。这说明你真实的本质是多么具有力量。

我们希望谈及的第三个层级是时间/空间和空间/时间的层次，在这个层次上你们星球的改变确实正在发生。在目前能透过这个器皿表达的范围之内，我们需要花时间讨论一下你们现下所处状况的架构。当我们与这个非-科学家的传讯管道共同工作时，我们希望你们能够容忍一下。

在早前的观测中，跟预定的进度相比 你们地球的第三密度收割量远远落后，也确实发展地不那么好。于是可以看到，从其他星球引进的实体们、以及那些更多的外来的用于改进人类基因的样板，深化实体们使用自由意志的力量，却缺乏灵性能力去看见自由意志要往哪里去，造成了无法预见的结果。

另一个后果是--人们更有能力去藉由权力和帝国的故事来娱乐自己，沉迷在其中。接着，整个文化，透过自由意志，已经移动到一个令地球守护者十分关切的地步。于是，它们为这个星球创造了一条时间旁轨*，相当于在你们原本自然发展

的主要时间空间轨道之外的一条平行轨道。

(*译注: 读者若有兴趣，可以进一步阅读爱与光图书馆选集二—“时间旁轨”)

你从未在完全自然的物理环境中经验生命，因为你已在一条隔离的时间旁轨上生活了数万年，它们希望藉由将这个星球与任何外界影响隔离，人类的自由意志被期待将会自发的聚合，并领悟到如何做出合乎道德的选择，比基本感觉更为进步的选择。

这个基本感觉指的是当受到威胁时，适当的回应是暴力，因为这能解决问题 并且速战速决。

从而，乘坐在这辆行驶于时间旁轨之上的火车，你们已重复经历了许多次的帝国浪涛，一个帝国繁荣昌盛，接着衰败灭亡，然后下一个帝国再崛起，再衰亡。

如果你观察周遭的环境，你会发现甚至到现下 这些武力仍在工作着，周而复始，取悦着一部分人类的深层心智，他们习惯于这些能量并且感到舒适，并不是因为这些能量是好的 而是因为这些能量就是地球存在的一切意义*。

(*译注: 这段话说明一部分人的心态，并非 Q'uo 的观点)

在这个黑暗世界里，迸发出新生活是平常的事件，因为黑暗无法扑灭光。

接着，人们 一个又一个接着一个 体会到闪耀的洞见，他们看到以以暴制暴并非明智之举。

越来越多你们的实体投入时间、才能与财宝在寻找不同的针对黑暗的回应，他们将之建立在黑暗中的光之上而非黑暗本身，这些光是黑暗无法熄灭的。实体们聚焦在第一支点亮的蜡烛，这一点微弱的光进而点亮了更多。于是你自身的觉知开始发光。

这个时间正在来临并且垂手可得，你们所称的决定性时刻也即将来临。

确实此时它正站在你们的面前。那个决定性的时刻是什么？

容我们说，它是测验民意的投票，一种非正式的投票，如果你愿意，作为人类的一员，去看看那个时刻大多数的实体究竟是愿意把他们自己从任何其他途径分离只投身于暴力，还是希望进步到第四密度以及更远的地方。

来自服务自我的第五密度的一些实体正尝试闪电般的一击，容我们说，他们的目标是营运于平行时间轨道上的人类列车。他们不希望列车再回到主要轨道。

这个星球的守护者和那些你们行星上供给光的实体，无论是可见的或是不可见的，都在天与地之间全力行动，按字面意义来说，他们正在减缓时间的力道，以便让每个可能的时刻都有助于地球上人类在那个民意测验到来之时，选择在每一天的生活中，去服务他人而不是服务自我；选择发光、和平与融洽而不是对立、战争与敌意。

我们充满乐观的希望，如果那最后的时刻就是今天，民意调查暗示你们的行星将重新回到典型的、正常的空间/时间进程。而那些负面的实体们希望做的是将那个

决定性的时刻推向另一条道路，并让人们说:“不，不，战争是重要的，我们需要资源，我们要保卫我们的家庭，”因为在整个细目清单中这些事项被猿猴族群考虑为与生俱来的 最优先的事物。

在那个层次上，几乎不存在使一个第三密度的实体做出服务他人选择的空间/时间或是时间/空间。你们的密度现下已经成为第四密度，这不需要等到今年、甚至是几年以前，而是已经不再创造第三密度的光，振动已提升至第四密度。

为此，那些行走在地球上的第三密度的实体们变得越来越敏感，因为他们不再被那些隐藏大部分真理的第三密度之光支持，毋宁说他们那些属于第三密度的世界认知已被第四密度的光穿透，确实这些都在发生，真理、光明和理解正一波又一波地冲洗这个行星。

第四密度是爱的密度，或者被称为理解(同理)的密度。这些实体们正面临的是，他们的思想和未经检验的假设在每一天都以镜像的模式显现下生活之中，好让他们能够看的更清晰，他们不再能够大量地掩盖不费力的谎言，因为如果他们在灵性上觉醒，他们内在的能量将决定去挑战那些未说出口、不能服务大众福祉的假设。

所以，如果你还是第三密度未觉醒的实体，你将会简单的发现生活变得越来越艰难。似乎不断地有极端的事情发生。你自己也感觉不好，你失去更多的工作。

无论如何你正在生活中工作，生活似乎成为了问题并且比以前显得更难。这是因为你的真理不再像过去那样地保护你。

现在，那些觉醒的实体经验同样的情况，他们也经验到更多的苦难与更困难的时期. 无论如何，他们拥有的同盟是服务他人的意图，以及知晓真理以服务他人.

这个意图创造了一个第四密度的支持系统，它是强而有力的，并且可以取代过去未觉醒者的舒适(生活).

然而，当你觉醒并且将你的意图设为一个合乎道德的存在，值得生活在第四密度，当你在思考服务他人的时候，你也会要求你自己以第四密度的清晰价值观生活。

服务他人的原则隐含于每一个完成的事情之中，当你与此刻相遇时，你以一个服务者的角色经历此刻。

这给予了你一个基于服务他人的立足点，并将你带到一个更宽广的视野，接收到(内在的)指引。当你寻求真理的时候，真理就在你的面前，请求 你便能得到。

接着，你对你的行为负责，当你过去在灵性方面无知时，这样的责任是无法想像的。

当你意识到自然演化中的灵性进展之际，你同时也有责任遵照那个知识行事。

因为这些因素，这并不是一个轻松的时刻，正如此次冥想之前那首歌 2 所唱到的，可能实体们站在爱与光的河流当中，却仍旧感觉飢渴，奄奄一息。

因为他们不知道如何勺取那给予生命的液体 饮入他们的身体、心智、与心灵之

中。你如何打破世俗生活的外壳 让阳光照耀进来?

幸运的是，我的朋友们，那不是一下子打碎你的生活，让阳光照耀进来，而是打碎你的人格，觉察到无限供给的阳光早已闪耀着，它进入你的心轮，你的心智与意识，进入你生命的每一根纤维和每一个细胞，同时包括 物理 与 非-物理的层面。

为了总结这第三层级，我们想说在我们所知的最佳范围内-- 这只是一个意见 并非绝无错误 -- 你们行星的时间表是事先订好的。地球自身，减去(minus)时间旁轨，将在 2011 年的冬至完全转换进入第四密度。

这个时间附近的区域将不会被计时，因为这个改变不在空间/时间中，而是在时间/空间中。容我们说，转换时间的灰色地带(penumbra)大约从 1998 年开始。

当我们给予这个器皿日期之际，请意识到我们并不擅长数字。

在这个行星的能量系统中的(过去)某个时间点，曾需要一个(磁极)调整，让地球透过自然的方式移除全球人口，因为它逐渐远离收割的门槛。

这个极地转换(pole shift)在 1998 年被避免了，(因为)有许多团体，包括这个小组，都觉察到人们的意识需要被照亮，做为荷光者，他们花了很多时间与能量;

还有一些团体(专门)讲述这些能量，这些(转变)时期，以及与进化相关的灵性原则。

这些工作使得这个行星拥有了额外的实质空间/时间，以增加此时仍具肉身的个体达成收割的机会。同时也提供机会给那些较早从第三密度毕业的实体 能再次回到地球，协助提升意识转换。容我们说，他们的筹码堆越来越高，使那个临界点越来越靠近正向，促使地球重回空间/时间的主要轨道。

我们确信，你们的星球将会重新加入自然的运动与进展，进入第四密度的空间/时间。

(卡带第一面结束)

(Carla 传讯)

我们不相信那些在此时试图闪电出击的实体们能够使这个地球上的大多数人相信，只有基于恐惧和暴力的方案才是目前正确的道德困境的解答。

如果实体们相信只有战争武力才是正确的，是值得投资的，那么你们的星球将会迷失，将会成为那些以恐惧和苦难为食物的第五(负面)密度实体的觅食处。

这会是所有奴隶同意的一个必须之奴役制度。

我们确信你们的民众会摆脱奴役制度的束缚，并且持续负责任地进行努力，成为真正自由的人类、持续进化与进步。

一如往常，这是地球上所有人的选择，没有其他实体可以在这场(地球)公民投票中投下一票。

这一切都在你的手中。每天都有一波波的能量来到这个星球，你们为之欣喜愉悦，在每一天、每一月、每一季、每一年，这些能量不规律地发生，因为它们的基础是时间/空间的事件，而非空间/时间，无论如何，它们提供独特的能量波浪，虽然有时令人高度地狼狈。

这些是闪耀、光荣与诚实真理的能量，尽可能地拥抱这些能量，看看你如何能与这些能量合作。如果这些能量带给你生命中不想面对的事物，请给自己一个微笑，因为你需要它，然后坐下继续你的工作，我的朋友。

请记得你是谁以及你为什么会在这里；请记得你所想要做什么以有所服务。

然后注视你的阴暗面 你曾将它丢到九霄云外，双眼直接面对它，感谢这个礼物，请意识到这并不是真正的你，而是你尚未检验的真理的一部分，因此你尚未将它带入你内心的光与爱之中。

不要轻易把你的这些想法加给别人。把它带到你的生活之中，你的内心之中，负起责任处理好那些干扰你的能量。

亲爱的朋友，你完全能够做到。你的一切才能已垂手可得：你的智慧、你的直觉、无论任何方法让你看到的那些，还有你生命中的每一个选择。你可以说 2007 年的确是转换的一年，你可能是对的。

你也可以认为 1962 年的预言是对的，这个器皿初次意识到一个通灵小组预知了末日决战(Armageddon)，以及人们有必要迁移到安全地点，从此以后的每一年

(都是如此)。

当下的关键是，(事件的)可能分叉路径是无限的。这个世界因为你每一刻所做的选择而成为那个样子。虽然你在一生中已积聚了大量选择，但是灵性上而言，没有一个能与这样的选择相比：你意识到你的选择是受祝福的，是一条拥抱你的真理、进展、与加速进化的中心道路。

让当下就成为这个时刻。来到(约旦)河畔，正如约翰在《新约圣经》中的作为，献出你自己接受他粗野的教诲，在荒漠中修直一条公路，通往无条件的爱。

悔改并且回归，悔改你的无知，并回归你所知晓的真理，认出它，请求它，寻求它。

你无须为你所处的境遇感到满意，也无须为之不满。你正行走在一条漫长的，有时是险峻的，但总是令人兴奋的旅途上。一旦你意识到你如同一位追寻光的骑士，愿你的旗帜闪耀，愿它述说爱、美、真理、与慈悲。

请用你的每一个决定去擦亮你光的盔甲，尽你最佳的努力去服务太一无限造物者。

不要觉得你是那个和所有事物战斗的人，而是那个为光屹立的人。

让你所有的礼物流经你并向外流入这个世界。那个时间就是当下，
一直都是如此。

这个器皿在询问我们是否可以继续，因为能量有限，以及还有后续的问题需要回答。此时是否有任何问题？我们是 Q'uo 群体.

R: 我有一个问题，Q'uo。我对时间支线是如何再加入地球的主要时间之轨到好奇。是否与你先前提到的，与守护者监督的(地球)民意测验有关？

我们是 Q'uo，已察觉你的询问，我的兄弟。确实，它是守护者的设计，不过，这也是自动发生的。前提是这个行星的能量渴望朝向光与爱，将会发生时间旁轨的自动停止，如我们先前所说，这个灰色地带开始于 1998 年，目前运转良好，行星正在调整自身空间/时间的位置，已经跨越那个精确的时刻，进入一个新的时空位置，接收不同的模式的光辐射。

它是自动的，你会发现越来越多的实体们正觉知到有些事情正在发生，这个行星并不以它先前惯有的方式运作，并且由于人类缺乏爱心，心不在焉地管理与照顾地球资源，地球正为此受苦。

于是，为了表达从平行旁轨转折到主要干线的崎岖过程，磁极转换或某种自然灾害发生的可能性无法被完全排除。

如同一列快速行驶 通过转折点，从这个轨道移动到另一个轨道的火车，车厢内的人们会感到上下震荡。确实，你们已经感受到这个震荡，它也将会继续下去。最终，留在这个地球上的人们至少能在一定程度上处理第四密度的能量。

由于强有力的真理的能量在地球与日俱增，使得越来越多的真理和事实能以种种模式被看见，许多实体们已不得不远离地球之舞台。那些用悲痛来回应这些能量

的实体们，在相对年轻的时候罹患疾病，通过(死亡的)大门，进入更广阔的生命之中。这些疾病从心脏病到癌症，以至于你们自身设计者的疾病，容我们说，如性传播疾病或是其他疾病，作为将特定能量从地球舞台清除的媒介。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：不了。Q'uo，这听上去很有趣。我想说的是，星际联邦在谈及这些事的时候没有恐惧。人们经常听到恐惧，所以我认为我们之中许多听到这些讯息的人们会衷心感谢你们信实的努力。

我们是 Q'uo，谢谢你，我的兄弟。确实，我们无所畏惧。因为从我们有利的位置来看，每一个灵魂都是正当的、神圣的、高尚的，无论这个灵魂在这个特定的时刻在你们行星上正扮演何种角色。在灵魂的水平上，所有实体都是造物者。

当这个时间分支结束，那些仍旧呼吸着第三密度空气的人们将继续挽救残局--你们已经在做的事，我的朋友们--没有和你们共同达成转变的人们都将通过死亡的大门 进入更广阔的生命，在他们穿透遗忘罩纱的进程中，会得到无微不至的看顾、珍爱和支持。他们将会有每一个机会去思考他们的生命、去选择他们的道路。他们将会前往一个不同于地球的第三密度星球，再一次学习他们的课程，尝试不仅为第三密度做选择，也是为随之而来的更高密度作选择，直至第六密度中期。

你此时此地所做的，对你长期的工作来说非常重要。你在此设置一个选择之基准，这是你在第四、第五、或者第六密度都不能做的事。

我们不希望任何实体迷失，事实上任何实体都不可能迷失。
没有一个地狱深到 使我们失去无限造物主的爱与光;
没有一个监狱的围墙(厚到) 使我们与无限造物主的爱与光隔绝
(人们的)短视观点会使暂时的困难显得更巨大。

我们看到的是所有实体都被看顾着，每个大步向前 寻求第四正面密度之光的实体都被同等的照顾；与之同等重要的是，那些选择在课程中停留更长、学得更好的学生，同样也准备万全，他们有所需的一切来实行他们每一个凭藉自由意志的选择。

我们认为，没有任何理由能够引起恐惧。在你们的行星上，这只是在此刻发生。

它将如何在地球之舞台上演出，我们不知道，因你们每一个人对此都有发言权。

我们知道的是，你们正在灵性之水域中设定你们的意图、设置你们的航线，寻求灵性之风为你导航，带你到需要去的地方。

愿你们欢庆，我的朋友们，在这一刻。

我们始终与你同在。如果你希望我们来深化你们的冥想，请在你坐下沈思之际单纯地在心里呼唤我们，我们非常乐意加深你们意识的状态。

我们将在此时离开这个小组和这个器皿，因为能量正大幅消失。

我们离开你们，正如我们找到你们的情况，荣耀你们每一个人的美好、勇气、你

们心中的爱，以及你们热情的色彩。

我们凝视着你们能量形成的五彩光晕，就我们看过的景色，再没有什么能比得过你们相聚在一起的美丽。

谢谢你们又一次与我们同在。这是我们的喜悦和特权。
我们在太一无限造物主的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai. Adonai.

(V)2008 Translated by 岸芷汀兰 & her lover.
Seriously reviewed by c.T.

☆ **第 0414 章集：棕皮书之一**

简介

唐.爱尔金斯(Don Elkins)从 1955 年以来一直在研究 UFO，并且透过电话或亲自拜访许多曾与 UFO 接触的人们，包括 Dan Fry1 ， George Van Tassel 以及 Orpheo Angelucci.

1961 年，他遇见刚从底特律搬迁到路易斯维尔的海尔.普莱斯(Hal Price).

海尔是华特.罗杰斯(Walt Rogers)在底特律的(外星)接触小组的一员.

华特向唐出示棕皮书(the brown notebook)，里头是他们与星际联邦通讯的纪录，唐阅读之后，设想了一个传讯实验，成立了路易斯维尔通讯小组.

我们将棕皮书在这个网站*公开，好让读者们看见我们的源头. 由于这份资料开启了我们产出传讯资料，也是许多灵性寻求者感兴趣的资料.

后来，路易斯维尔小组正式更名为爱/光研究中心.

(*原始网站--含所有完整的原稿 --
http://www.llresearch.org/origins/origins_toc.htm)

这份资料尚未被完整地审阅与编辑，但我们希望它提供一些有趣的资讯给每个喜爱阅读的读者!

[1] 关于更多关于 Daniel Fry 的资讯，请前往以下网址: www.danielfry.com.

译注:

- 这篇译稿并非棕皮书完整的逐字翻译，仅为摘要翻译.
- 在 1958 年的大部分通讯中，星际联邦实体并未表明自己的身分，这并非译者的遗漏!

本文

1958 年，九月三十日，星期二

我的朋友，你们好.

今晚，我想对你们讲关于爱的知识.

爱是宇宙中最伟大的原力. 它经得起时间的蹂躏，并且以胜利的姿态出现.

你们人类不理解爱的真正意义，你们看待爱为占有.

它应该是给予，给予你的思想、时间、与你自己去帮助他人.

造物主透过一切事物爱你，你们也应该如此.

看待你的邻居与自己皆为完美，那么你就知道真正的爱.

我现在离开你们，Adonai，我的孩子.

***

1958 年，十月一日，星期三

我的孩子，你们好.

这段简短的讯息可以在许多方面帮助你.

你们人群在生活中许多冲突的困扰，对他们担保造物主的爱，一份超越你们理解

的爱.

你们知晓的原罪(sin)不必然是牴触造物主的罪，而是牴触人.

它们都是人造的，造物主看待你们皆为完美，如同你被创造时的状态一般.

人类意愿去惩罚自己.

你们人类喜欢财富与权力，如果改为彼此相爱，那该有多好!

财富与权力使人陷入被奴役状态，于是他无法领悟自己真实的存在状态.

造物主永远都充满爱心，永远引导我们，永远保护那些接纳他的实体们.

这一切都非常简单，地球上的人类啊.

你们称为耶稣的男人说得简单，彼此相爱，就是那么简单.

爱你的造物主，彼此相爱.

你们群众应该这么做，它将实在地改变人们生活的基础.

如果你们人群想要在即将到来的巨变下存活，这是一定要的.

造物主正在将这个太阳系带回平衡状态，我们也必须做我们份内的事.

活着，去爱，去学习造物主的愿望. 你就不会走错.

Adonai，我的孩子.

***

1958 年，十月八日，星期三

我的孩子，我在光中向你们致意.

我很高兴今晚与你同在.

越来越多地球人了解到有好事正在发生，是他们从未知晓的东西.

透过新个概念与想法，启蒙正在你们整个星球中发生.

这些概念来自像你们这样的团体，致力于服务地球上的人群.

许多奇异与美好的东西将来到，促使你们人群思考.

思考是人们唯一准备的道路，通往金色黎明的理解年代.

当新时代到来，特定的事物将会消失;

贪婪、金钱、疾病、憎恨、色欲都会过去.

这些东西都会被爱取代，造物中最伟大的原力.

许多个宇宙都是被造物主的爱创造，爱是这些庞大宇宙中唯一的统治原力.

当这股爱消失时，我们就失去平衡，如果我们不能平衡自己，这个工作就被造物主接管，他将以睿智与公正的方式执行.

地球上的人们还有时间平衡自己，“喔 地球上的人类，善用你剩下的时间好让你真正可以回到天国的家.”

Adonai vasu，我的孩子. Adonai.

***

1958 年，十月十一日，星期六

我的孩子，你们好.

关于昨晚，我们十分抱歉，我们遇到很大的困难.

如果你们愿意继续这个讯息，我们将这么做.

(传讯者: 我说 我愿意.)

谢谢你，小伙子. 我们将继续.

耶稣，人子，出生在一个卑微的家庭. 做为一个孩童，他最大的渴望是成为一个希伯来人的拉比(rabbi).

当他来到适当的年纪，他成为一位拉比.

透过研读神圣着作，他发现真实的造物，当他得到这个领悟，他离开希伯来人的教堂，开始他自己的教导. 凭藉这个新发现的理解，他能够施行许多的奇迹.
(由于干扰，通讯中断)

晚安，我的孩子.

看起来 我们要把这份讯息传给你有很大的困难.

我们将再次尝试，讲述耶稣的故事.

这位人子在他的时代做了许多的好事，他也留下美妙的教导给这个星球的人群.然而，有些已被更改，有些被遗忘，所以只有留下一些原始的教导.

许多人知道耶稣人子与他的教导，接着许多人跟随他 好尝试成为跟他一样的人.

那个时代的统治者看见人们都在追随耶稣，他们以为如果这个现象继续下去，他们会失去对人群的控制，于是决定摧毁他.

如你所知，他们就这么做了，耶稣的教导被摧毁或更改，于是它们对人们的益处变得很少. 因此这些统治者保持对这个星球的权力，直到今天.

他们晓得 一旦人类领悟自己与造物主的真实亲族关系，他就不会被任何人统治除了造物主.

我相信这个讯息可以解答你们许多的问题，我的孩子.

许多人不会相信他们在此阅读的东西，但如果他们为自己思考一个改变，他们将看见真理. 人类被创造时就是自由的，为全宇宙的大师，不被任何实体统治，除了我们全体的大师，我们的造物主.

这是一个十分重要的讯息，我希望它启动你们地球人去思考.

我的孩子，现在我离开你们，Adonai vasu.

***

1958 年，十月二十六日，星期日

午安，我的孩子.

我们这次要讲述爱.

爱，统治宇宙的伟大原力. 爱，统治每一个实体.

爱，是造物主的规则. 追随这股爱，你将精通所有的状况.

这股创造全宇宙的爱，也创造了你.

所有爱来自于造物主，他以这股爱创造所有事物，所以你与全造物都是合一的.

你与天父合一，在汝之内的我是(I AM)也在吾人之内.

这个逻辑适用于造物中的所有事物，一切都与天父合一.

如果你能掌握这个思维，我的孩子，你就真正底知晓你在造物中的位置.

所有的混淆都是人类带来的. 天父从未混淆.

宇宙是在平衡状态中被创造. 人类因着他的思想变得不平衡.

返回完美与平衡的思考，回到起初被创造的完美.

继续你们的冥想，对你们是有益的.

我们还有许多东西要说，我的孩子，现在我离开你们，Adonai vasu.

***

1958 年，十月三十一日，星期五

早安，我的孩子，我很高兴再次与你们在一起.

这次我们想谈一点我们的生活.

我们活得跟你们十分不同，我们是一个属于天父的大家庭.

我们没有你们拥有的婚姻. 我们爱造物中的每一个人与每一个东西.

我们不会限制自己只爱一个人，或拥有一个小家庭.

我们平等地锺爱所有小孩，所有人群.

这是事物本然的样子.

这个造物在爱中被创造，在爱中活着本是理所当然，而不是你们星球中常见的占有的态度. 人类要为这个星球的种种限制负责，而不是造物主.

造物主在爱与和谐中创造所有事物，人类将它改变到另一个方向.

彼此相爱，这是你们导师耶稣留下的诫命.

这就是道路: 爱，爱，爱.

我的孩子，现在我离开你们，Adonai vasu.

***

1958 年，十一月四日，星期二

早安，我的孩子，我很高兴与你们在一起.

我们希望使你们铭记改变思考的重要性.

我们不希望看到任何人发展迟钝.

无论如何，直到你们人群领悟真理，这是必然的现象.

而真理就是造物主创造一切皆为完美，并且始终如此.

唯有人类藉着他的思考带来另一个方向的改变.

历经了世世代代的错误思考，人类创造出如此强壮的邪恶，

以致于他无法看见真实的造物.

我们希望帮助你们人群，但他们也必须帮助自己.

看待你的人类同伴如同造物者，那么除了完美 所有东西皆会消失.

我的孩子，现在我离开你们，我们将再次讨论，Adonai vasu borragus.

我是 Hatonn.

***

1958 年，十一月五日，星期三

早安，我的孩子，我很高兴与你们在一起.

我们想向你们人类传达一个事实，所有受造的人类都是平等的.

打从造物开始，这点就是真的.

人类在造物主眼中是完美的，一直都是如此.

造物主并不因为人类误入歧途[如你所说]就停止锺爱人，

当人类误入歧途，他获得经验 学习到什么是不该做的.

这点对你们而言似乎有点奇怪，但这是我们看待生命的方式.

造物主不处罚任何人，乃是 个人处罚他自己.

造物主只想要他的小孩得到好东西.

如果你接收到任何其他东西，那不是来自天父.

(因为干扰，通讯中断.)

***

1958 年，十一月六日，星期四

早安，我的孩子，我很高兴与你们在一起.

造物主，或上帝(God)，是全然的善，全然的智慧. 他存在于所有广大的宇宙之中.

起初，只有造物主，一切都是造物主的思维与表达，这些思维与表达各不相同，但在完美天父的眼中，它们都是完美的.

人类被给予自由意志去选择，透过这个特点，人类转头背向天父，制定许多规则来满足自已，而非造物主. 一旦人类再次学习到真理，转向造物主，他们再次知晓天父丰富的礼物.

人类是挥霍的浪子，他唯一需要做的 是回归到天父身边，接受他的祝福.

我的孩子，现在我离开你们，Adonai vasu borragus.

我是 Hatonn.

***

1958 年，十一月十六日，星期天

早安，我的孩子，很高兴再次与你们讲话.

我的孩子，你们想知道如何走入内在与接触里面的自我或造物者.

这对你们人群而言是困难的. 大多数人不知道要怎么做到.

它需要耐心与冥想，你们人群只有很少的耐心，也很少去冥想.

冥想的秘密在于清除脑海中所有的想法，然后专注在一个你想获得协助的主题或问题. 经过一小段专注的时间，让这个想法也离去，让你的思绪四处漫游.

这是冥想的基本方式. 当你继续下去，你将发现其他不同的方式.

我的孩子，尝试去思考造物主、思考爱以及所有造物中美好的东西. 或许你将接

收到你的答案，以全然诚挚的心这么做.

唯有透过冥想，你才能找到通往天父的途径.

他恒常地与你同在，但他何时显现则端看你的决定.

尽可能多多地冥想，我们会以各种方式来协助.

我的孩子，现在我离开你们，Adonai vasu borragus.

我是 Hatonn.

***

1958 年，十一月二十七日，星期四

早安，我的孩子，很高兴再次与你们讲话.

我在无限太一之光中向你们致意.

今天你们国民分别出一天做为感恩节，如你所称.

如果每一天都是感恩节，那该有多好!

感谢造物主，感谢你的同伴.

而你们只在一小段时间做这些事，这造成你们人群的困难.

你们应该恒常地实行这些事，于是你们可以接受天父的祝福.

天父在爱与理解中创造你们，他同时希望他的孩子们都活在伟大的爱与理解之中，而不是你们现在过的生活，以憎恨、怀疑、缺乏关心的态度对待你的同类.

天父，最闪耀的太一，在爱、和平，与和谐中创造所有事物.

人类改变这样的氛围，而非天父.

天父爱他所有的孩子，一旦孩子决定返回天父的怀抱，

他们将知晓从创世以来就属于他们的祝福.

我的孩子，现在我离开你们，我们稍后再聊，愿天父的祝福光照你的道路.

我是你的朋友与导师，Hatonn，Adonai vasu borragus.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0415 章集：棕皮书之二

1958 年，十二月三日，星期三

晚安，我的孩子，我在无限太一之光中向你们致意，这伟大之光来自天父，它穿透并环绕造物中的一切事物；这光即是推进人类、行星、恒星与宇宙的原力.

人类，如你所知，直到他领悟他与全体造物都是一体之前，他绝不是自由的.

我们觉得奇怪，为什么你们人群想要停留在目前这个监狱当中.

他们已经拥有自由的秘密那么久，却不选择去使用它.

你们的神圣着作写着“知晓真理将使你自由”.

真理就在你们的神圣着作之中—全心全意地去 爱上帝或造物主.

名为耶稣的人说“彼此相爱”这是他唯一的诫命，他也说“天父与我为一”这些事都是真的，你必须知道这些事情才能得到自由.

一旦你是自由的，你将知晓天父的祝福.

我的孩子，我现在离开你们，我是 Hatonn，你的朋友与服务的同伴，

Adonai vasu borragus.

***

1958 年，十二月八日，星期一

早安，我的孩子，我在最灿烂的太一之爱与光中向你们致意.

在你从事服务工作时，有许多问题来到你面前. 当这种情况发生，冥想并走入内在寻找你的答案. 透过冥想与适当的生活，你将发现内在的天父.

人类是天父最完美的创造，然而在你们星球上，人们活在黑暗与艰苦生活之中.

人类应该活在爱、和平与和谐之中，这是造物起初的意图.

错误的思考将人类带到现今的毁灭状态.

这样的事以前在地球发生过，当时人类必须从底部从新开始.

这样的后果不会再发生了，因为这个星球与太阳系正在移动进入一个新的振动区域; 现在这些状态不可能在新的振动中存活.

这就是为什么地球人类必须学习关于天父造物的真理.

爱、和平与和谐是存在于天父真实造物中的一切. 许多人将不会相信我们的故事. 如果他们不相信，也不会受到天父的惩罚. 他们只会单纯地迁移到另一个行星，在那儿 他们将重新开始学习爱、和平与和谐的课程.

所有星球的智能生命都必须活在爱、和平与和谐之中，他们方能接收到天父完整的祝福.

我的孩子，我现在离开你们，我是 Hatonn，你的朋友与服务天父的同伴，

Adonai vasu borragus.

***

1958 年，十二月八日，星期一

早安，我的孩子，很高兴再次与你们相聚. 我在无限太一的爱与光中向你们致意.

无限太一，也就是我们全体的天父，你们许多人使用这个称谓，但到底多少人真正知道它的意思？它意谓着不管种族、信条或肤色，所有人都是最璀璨太一的儿女，不只是少数选民(chosen)的权利.

这也意谓所有造物中的事物都来自天父，如果你们人类能领悟到真是如此，你们星球上会发生多大的改变啊!

许多、许多星球都知道这点，同时活在造物之道中. 爱、和平与和谐是起初造物的状态. 为什么憎恨、战争与不睦 一直遍及你们的星球呢?

你们当中有些人以为他们比其他人好，事实上，并没有.

所有人都一样是天父的孩子. 其他人尝试以武力统治，这是不应该的.

这不是自由意志被创造的用意，为什么少数人的错误思考要强加在许多人身上呢?

所有这些事物制造你们星球上的不平衡状态，有时候 天父必须要平衡太阳系与某些星球，这是即将发生在你们星球上的事.

你们星球上的状态能够造成整个太阳系的不平衡，所以它必须被重新平衡，回到造物的平衡状态.

地球将真正成为一个天堂般的星球; 地球，是全宇宙中最美丽的星球之一，

“为什么 喔 为什么，地球的人类，难道你们不能领略天父的爱，并安住在他充满爱、和平与和谐的王国?”

Adonai，我的孩子，我现在离开你们，我们下次再聊. 我是 Hatonn，你们的朋友与服务最璀璨太一[即天父]的老师，Adonai vasu borragus.

***

1958 年，十二月十日，星期三

早安，我的孩子，我在无限太一之爱与光中向你们致意.

我这次想跟你们谈论爱，爱以许多方式被表现，在一个人的思想中，在两个人实际接触中，在一个人对其他人的举止中.

但爱的真正意义是能够注视你的同胞时，看见造物者，不管这个人是如何表现他

自己. 这就是真爱. 你必须获得这份爱以进入天堂王国.

这份爱创造所有宇宙，是的，美丽遍及所有的造物，你们大多数人缺乏看见美的能力. 美丽无所不在，因为一切事物都是由天父之爱创造. 爱造物中所有的事物即是通往天父王国的道路.

练习这份爱，看待所有事物、每一个人皆为造物者，你将真实地找到你的天堂，无须离开地球.

Adonai vasu，我的孩子，我现在离开你们，我是 Hatonn，你们的朋友与老师，Adonai.

***

1958 年，十二月十一日，星期四

早安，我的孩子，我在无限太一之理解与爱之光中向你们致意.

我的孩子，在你们星球上，爱与光的真正追随者实在太少.

你们大多数人应该学习这种生活方式，好让他们可以享受天父的造物.

天父锺爱他所有的小孩，他只想要他们有好东西. 如果他们不想接受天父给予的东西，他并不会以地狱火与硫磺火惩罚人类，如同你们人类许多世纪来被教导的那样.

天父知道他大多数的孩子必须透过经验学习什么是对的，什么是错的.

你们人类有句俗语“经验是最佳的老师”. 这句话十分真实.

人类由天父之爱创造，他是全然的爱，不是憎恨与处罚，那么 为什么天父应该惩罚那些不遵守他愿望的孩子们?

在人类存在的航道中，他将处罚自己许多次，直到他终于发现天父怀着爱与理解等待所有人，不是一些人相信的，只等待被捡选的少数人.

该是时候了，让这个星球的人们在爱与光中站出来，大步行进天父的道路.

我享受与你们谈话的过程，我的孩子.

我现在离开你们，我是 Hatonn，你们的朋友与老师.

Adonai vasu borragus.

***

1958 年，十二月十六日，星期二

晚安，我的孩子，我在无限太一之爱与光中向你们致意.

我今天要讲的主题是爱，你们尚未充分理解的东西.

你们许多人感觉爱就是娶(嫁)一个人，给他(她)需要的东西，在许多物质方面帮助他.

这不是真爱，这更像是一种占有的态度，并且宣称这个人是你个人的财产，以你们的说法而言.

真爱是你可以注视一个人，看见他是全然地好，全然地完美.

当天父注视你们每一位，他以这样的爱看着你们.

他的孩子都是完美的，都是美好的，天父从未改变其中任何一位.

如果你们人群能以这股爱的一小部分看待彼此，你们星球将开始返回正常的平衡状态.

彼此相爱，爱造物中的所有事物，如果地球人类想要脱离这个(第三密度)星球的侷限，这是人们必须完成的任务.

努力地去尝试，我的弟兄姊妹，如此 你们也可以加入我们，活在天父王国的自由之中.

我以这些话向你们告别: 爱天父，彼此相爱. 没有其他人可以帮你做这件事，你必须为你自己做这件事.

Adonai，我的孩子，我是 Latwii，你们的老师与朋友. Adonai.

***

1958 年，十二月十七日，星期三

早安，我的孩子，我总是与你们同在. 我在无限太一之爱与光中向你们致意.

那些行旅在造物主爱与光之途径上的人们，他们的赏报是大的.

你们人群拥有这个爱与光的知识已经有几十世纪之久，然而为了种种原因，他们择忽略它.

耶稣留下来的教导已经足够让每一个人知道什么是必须的.

你们的人子耶稣说: “彼此相爱，天父与我为一. 天父在我里面，我也在他里面.所有我做的这些事，你们也能做 而且可以做更多.”

地球的人群啊，你们想要一辈子都活在贫穷、疾病、劳苦与无知当中吗?

天父有一个更好的生活方式等着所有人取用，如果你们愿意努力去获取它的话.

你们的神圣着作写着 “上主帮助那些帮助自己的人们”.

地球的人群啊，尽你们的努力，获得你们在天父王国中正当的位置.

人类是天父最完美的创造，难道他应该居住在黑暗中那么久，只因为憎恨、无知，以及喜爱物质的东西?

一旦你来到天父面前，你的生命将改变，它将具有新的意义.

你将知道天父对于他的孩子只有爱，而非你们被教导的地狱之硫磺与烈火.

当一个人感觉在开始之前就注定要毁灭，他怎能有任何进步呢?

我的弟兄姊妹，尝试打开你的双眼，看见天父的爱与光从天而降，将这个星球真正打造为一个天堂，天父王国中的一部分，一个只被爱充满的天堂.

知识的工具都在你们的手上，使用它们来欢迎天父的到来.

我现在离开你们，我是你们的朋友与老师，Latwii.

Adonai vasu，Adonai.

***

1958 年，十二月二十四日，星期三

晚安，我的孩子，我很高兴与你们同在. 我在无限太一之光中向你们致意.

你们的圣诞节就快到了，这一天 你们星球上到处都在庆祝这个节日.

没有许多人了解关于这一天的真理，在这一天，一位伟大的老师诞生在你们星球上.

耶稣人子是一位老师，他透过诚挚与认真的努力，实践他的完美，以及他与天父的合一性.

耶稣人子教导人与人之间的手足之爱，以及对天父的爱.

透过他对天父与造物的理解，他能够展现奇迹，套用你们的说法.

这些并不是奇迹，而是一般、自然的事情，当一个人领悟自己与天父的亲族关系，并表现出天父的爱，他就可以做到.

这是耶稣教导的真正理由：向人类显露如果一个人活在手足之爱、和平与和谐之中，他能成为怎样的人.

耶稣人子的举止与思维是单纯且简单的. 这些是必要的配方：简单生活、用单纯的行为与思想对待天父与人类同胞.

在这一天 你们许多人只想到礼物，明亮颜色的包装纸与缎带，却没想到圣诞节真正的意义是尝试活出并理解耶稣的教导.

耶稣并不是上帝的独生子，我们这么说没有任何不敬的意思.

所有人都是天父的儿女，不只一个.

我们尊敬并喜爱耶稣人子，因为他能够实践并展现他与天父的真实关系.

所有人都能做到，只要他们愿意学习真理，并且去除自身的憎恨与恐惧.

这没有什么困难的，活出正常、自然的爱之道，如同你起初被天父创造的样子.

一切被创造的东西都是爱，为什么还必须有任何其他东西呢?

我现在离开你们，Adonai vasu，我是 Latwii. Adonai.

***

1958 年，十二月二十五日，星期四

午安，我的孩子，我很高兴与你们同在. 我在天父的爱与光中向你们致意.

对于许多人而言，今天是礼物、派对以及好时光; 其他人想到手足之爱以及和平来到地球，善意给予人类.

但有多少人能保持这份手足之爱以及和平地球的感觉超过圣诞宴会的时间?

太少人这么做了，如果你们所有人都能保持这份手足之爱在心中一整年，这个星球会是多么美妙的地方!

这是耶稣教导的真正理由: 向人类显露当一个人活出天父意图的生活，他真实的样子会是什么.

人类透过他的爱的思想与行动以及生活方式带出天父的信心与爱，不是单靠嘴巴说说而已.

耶稣诞生时是一介平民，如同你们许多人一样，但他实践与天父的亲族关系，并且能够做天父有意让所有孩子们做的事情.

你们的导师耶稣说“我做的这些事，汝等也可以做 还可以做更多.”

地球的人群啊，你们相信耶稣兄弟会说谎吗?

不，我不这么认为，只是你们还没学会天父真正的爱与理解.

你们的耶稣兄弟说“彼此相爱，敬爱天父”，地球的兄弟姊妹们，就这样做，好让我们可以手牵手横跨无垠的太空，并且一起生活，如同我们很久以前做的事一般.

在这一天，愿天父的爱与祝福照耀穿过无知的迷雾，照耀在你们忧伤的星球上，向众人揭露天父之光.

我现在离开你们，我的孩子，我是你们的老师与朋友，Hatonn.

Adonai vasu，我的祝福与你们同在.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0416 章集：灵魂与纪念

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年二月 26 日

小组问题: “灵魂是纪念(remembrance)的精华.” 在这句话的背后的意义是什么?

(Carla 传讯)

我是 Latwii，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，今晚来到你们寻求的圈子是我们很大的蒙福. 我们祝福并感谢在场的每一位.

我们加入你们一起荣耀与赞美那无限奥秘，他的面容是爱.

我们至为快乐能透过这个器皿工作，因为这个器皿拥有的内在特征使得我们能够更容易地以幽默方式表达我们自己. 我们总是感激有这样的能力 在讨论最严肃的主题时 能以轻快的风格表达我们的意见

在你们身处的完整幻象中，寻求真理经常伴随着巨大的挫折，就我们现在所知没有言语与概念可以包含无限造物者的伟大奥秘. 在如此完整的未知(unknowing)

面前，拥有幽默感是好的，在一个人的寻找过程中，自由地感觉欢乐；因为愁眉苦脸对于灵性的快速成长没有益处. 当每一个人处在这个经常令人痛苦的幻象中，三步五时就不由得拉长面孔，(因此)我们希望可以鼓励人们寻求喜悦，一个在灵性道路上最受祝福的品质.

另外一段开场白是一个注意事项. 我们是你们的弟兄姊妹，不是绝无错误的资讯来源. 我们不会故意给予你们错误的意见，无论如何，我们仍在学习.

即使是我们的老师也表示他们缺乏最终的理解.

所以请把我们的意见看做是走在同一条灵性追求路上的同伴传来的，表达不同观点的纸条.

我的孩子，看待你自己如同点燃的蜡烛，颤动着 摇曳在灵性指引的风中.

在每一次冥想中，寻求倾听那包含静默微音的风；在其中放置着所有我们无法述说的东西，那些所有的记忆[是你天赋的权利]，当你再次听到它们，你将认出它.

接着我们来到今晚的问题，这是 R 先生在冥想中接收到的一句陈述“灵魂是纪念的精华.”

(译注：中间有两段描述灵魂从第一密度到第三密度的进程. 由于时间有限，暂且省略.)

我们讲述这些经验架构的基石，我们以为这些是必要的，接着我们可以直接讨论

主题 -- “灵魂是纪念的精华.”

让我们定义”灵魂”(soul)为你存有中那不朽的部份，在你们的世界形成以前，在大地与天空出现之前，它已存在；当你所知的一切都成为空无，它仍存在.

你已赚取(earn)的不朽存有是一独特的意识，在所有时间中，你的灵魂都是献给造物主的一份礼物，来自造物的主动原则，它是好奇的，并且学习穿越一个称为回忆的过程.

让我们凝视这个字“精华”(essence)，这个精华不是眼睛可见的，想要精密地找出你的亲友的(灵魂)精华并不容易，因为面纱横亘在显意识与无意识心智之中，使得你们的心电感应能力被遮蔽，你们被迫要以文字语言沟通，恒常地离开你的自我的精华，那深邃无法被言语触及之处.

让我们凝视这个字“记忆”(memory)，记忆被认为是一个跟时间绑在一起的现象，也就是说，当一个事件发生，一个实体观察该事件并将它登录在记忆中，我的孩子们，记忆过程并不是这样的.

每一个寻求者拥有的感知(perception)，时时刻刻，都是许多、许多选择的产物；这些选择在潜意识的水平上，依据大脑的生化电脑[容我们说]的程式产生，通常在该寻求者很小的时候就设定好了，于是该寻求者并不了解自己的感知程式.

因为时间幻象的特质以及生化电脑的限制，一个实体通常不会使用超过 5%的原始感官资料，你不知道你丢掉了什么，忽略了什么，因为你早已避开它了.

因此，如果在回忆此生经验时，如果遇到困难，返回程式设定的时间是个好方法.

现在，你可能推测到，你从感官接收到的资讯大部分受到无意识程式的偏向(而倾斜)，少部份是显意识的影响，然后通过一个复杂的选择程序.

这些选择关乎一个人如何回应他感知到的东西. 感知是阶层性的，任何实体首要的关切是生存，自我的关切排第二，接着是关系的考虑，然后是对社会的关切，经过这些事情后，来到第一个纯粹的灵性关切，即敞开心胸，不是针对另一个人或另一件事，而是关乎强化、授权与结晶化一个人的权柄，成为太一无限造物者爱与光的管道之权柄.

因此，一个人的记忆在任何时间都没有机会是客观的，它从一开始就是偏向的，当你的记忆变得越来越老旧与蒙朧，它开始穿越两条简单路线中的一条，它可能遇到一双爱心的手，与之一同滑行，强调它的美丽与深度的意义、它的尖锐意涵与真理; 或者它单纯地阻塞或隔离那似乎太具自我毁灭性的东西，那在此时此刻无法被治愈的记忆内涵.

在此生经验的尽头，你，做为一个不朽的存有，因着你所享受的幻象 你的存有已经改变. 不是你的智力改变了，因为你不会携带它从这辈子到另一辈子.

也不是人格，那个社交花蝴蝶或笑话高手，获得改变.

而是那不朽的观点获得偏向或极化，它不是朝向服务他人(万物)，就是朝向服务自我，以及主宰压制他人.

我们走在仆人的途径上，我们不否认有条相反的途径，我们单纯地不教导它.

穿越许多、许多次的生涯，从地水风火等元素的经验开始，你们持续建构你的习性，独特性；做为无限造物者之中的一个火花，你已经验过所有你在这个世界看到的东西，从岩石、海洋、云朵、盛开的花儿，你记得，不是完整的经验，而是它的精华；这份精华独特地属于你，因为你不是任何其他人. 你是完美的自己.

每一个实体对它自己而言 都是正确的，是它所学的总合.

你们每一位都想要加速学习的过程，这是值得称许的，因为还有许多事情要做.

这个世界呼喊着 需要更多光亮的意识，它们愿意唤起对元素密度 以及 动植物密度的回忆精华，那些都是你不朽自我的部份，你献给无限太一的一份礼物.

现在你们坐在最伟大的决断的正中间，在整个八度音程经验[你们称为人类与天使的过程]之中，这是你要做出的最重大抉择：选择去爱 或 选择得到(众生的)服从. 一旦你做出决定，它便成为你的任务，如同(电影)"不可能的任务"的台词所说，如果你想要完成它"，选择在你可以接受的时候 不断不断地给予；

当自己需要安慰的时候，去安慰他人；

当他人轻蔑与嫌恶地背离你的时候，你仍能感觉与关爱(他人).

事实上，每一个小选择都是一个越来越大的选择，因为每一个正面选择建立在另一个选择之上，于是你的灵与魂在气力与能力上持续成长，你开始真切地感觉与

思考自己是一个形而上的存有，在无限宇宙中永恒地活跃着，在这个宇宙中没有其他东西居住于此，除了你的自我，以许多、许多面镜子的外观存在.

凝视任何人的双眼—它们向你展现你的自我.

凝视树林、天空、星星，它们也是你的自我.

当你从这个教室毕业，开始学习爱的第一堂课，那么你将身处[一些人称为]天堂或乐园，享受一个稍为舒适一些的氛围，然而你不会短少你的工作，因为你将继续学习. 这是灵魂的精华，因为灵魂是爱[造物者之所是]与自由意志的综合体，而自由意志始终是好奇的，始终是浮躁的.

然而，自由意志的真理不会永远持续下去，唯有那属于未知的奥秘才是真正不朽的，如同你们每一位的本质.

因此，你们此时之所是 可以称为一个灵魂，那是你不朽的部份，是核心，是透过催化剂留下的感觉与音调，是经过经验的泼洒留下的颜料痕迹.

而这些事物你持守在一个恒常变化的回忆之中; 于是你的灵魂的品质有大部分仰赖你的回忆的品质，也就是说，你信实地遵从内在真理的能力，你只能透过经验自身习性与日常冥想，不断寻求 安住在无限太一之中，知晓这点;

接着打开通往你天赋权利的大门，通往蕴含你所有真实本质、真实感受的记忆.

我们想要导引你的注意力到基督信仰的一个崇敬仪式，它被称为圣体仪式(Holy

Eucharist). 几乎在所有基督教派中，举行这个礼拜仪式时都会引用圣经中的同一段话: 耶稣基督拿起一块简单、朴素的面包，这个贫瘠晚餐的主食. 这个实体感谢这丰盛的面包，接着他剥开面包 拿给大家说 ”将它拿去吃，以纪念我”.

然后，他拿起葡萄酒，一瓶年份不清的寻常献酒，他说 “饮下这杯酒，以纪念我”.

这个实体并不想要被纪念为一个实体，而是一个管道，为此，太一无限造物者的爱与光流过该实体，并使之完全变容(transfigured).

你们每一位都需要一份圣餐(Eucharist)，一个聚焦在纪念美好与真实事物的方式，好让你的灵魂得以最信实地回忆.

一次又一次，我们建议在静默与倾听中每日冥想.

我们提供一个简单的原理: “这样做 以纪念我.”

这里的我不是指我们自己，一如耶稣导师说这句话时 也不是指他自己; 毋宁是意指我是(I AM)，也就是意识自身，那创造一切万有的伟大起初思维.

我们呼求的纪念对象是这个我是，它使我们的记忆来到中心，是这份纪念使记忆的精华变得高贵.

记得人生中的微小改变一点帮助也没有.

人们需要的努力是建造一个结构，在那儿，一个人得以每日感谢与纪念太一无限

造物者，每个人必须为自己选择这样一个结构.

然而我们要对你说，如果你想要你不朽的自我尽快上升到你们所称的天堂王国的光中，最伟大的工具是每日纪念那伟大的思维，在你们的语言中 它的名字是爱. 爱创造了你，爱支持你，爱是活耀的，并且关心你，与你同在，导引你，协助你并保护你.

...

我们必须停顿片刻，我是 Latwii.

[录音带第一面结束]

(Carla 传讯)

我是 Latwii，再次与这个器皿同在，我们发现录音装置有些幽默，但我们理解以某种方式录制这个不死不灭的(deathless)散文的必要性*.

(译注: 这似乎是一个来自星际的冷笑话..!?)

我们继续，我们鼓励每一位滋养内在的婴儿灵魂，的确，以整个八度音程横跨的经验而言，你们都是十分年轻的灵魂.

你们此时正在做最重要的工作-不是最难的工作.

我的孩子，精鍊这个选择是一个漫长的挑战，以你们的时间尺度，它需要花费百

万千万年以上的岁月.

我们赶忙补充一点，以鼓励你们，那就是我们感知时间的方式与你们不同. 我们十分强调—我们不会无聊，因为一般人想到要在同样的肉体中度过百万年 可能会这么想.灵魂是纪念的精华.

你今天会将什么铭印在记忆中，有什么事物的精华将偏向(影响)你的灵魂?

你对于你的灵魂有什么愿望?

你将记得什么，如何记得?

我们非常感谢每一位邀请我们的成员，感谢能够讲述这个有趣的问题.

当然，我们要提醒你们在这个问题中有一部份对于发问者是独特的，我们已经提供一般性的答案，而那些专属于个人的奇特资讯则不在我们讨论的范围.

我们希望 R 实体(发问者)掌握这点，在消化这份资讯之后，在自己的选择中继续向前，前往一个更完美、更真实、更完整的纪念之精华，更全然的本质，更加地与 造物主同在，(他即是)众多灵魂之大灵，众多自我之大我，众多爱人之大爱.我们在此时转移这个通讯，怀着一颗欢乐的心，感谢这个器皿，我是 Latwii.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，我再次于爱与光中向你们致意，

此时 我们很荣幸接受任何在场成员的询问.

是否有任何询问?

Carla: 如果一个人即是其记忆，那么 逻辑的推论是造物者，就他主动原则这部份来说 即是他的记忆，这是否属实?

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姐妹，你所称的太一造物者的主动原则，不只是他的记忆[包括他每个部份的记忆]，还远超过于此; 因为即使是造物者的主动原则也拥有潜能，具有无限成为(to be)的能力.

因此，造物者那个移动自己进入造物，并经验一切事物的部份不仅透过所有这些经验，同时还藉由那等待他各个部份之自由意志选择的潜能 变得更丰富.

容我们揣测有一个伟大的等待存在状态，热切地想要成为，想去知晓.

是否有另一个询问，我的姐妹?

Carla: 这是否暗示造物者有情感，除了爱以外的情感?

我是 Latwii，我觉察你的询问，精确地说 情感并未出席在造物者的心智中，在这个领域中的术语都是有些神话的，过于异想天开的东西.

无论如何，造物者有一个渴望去充分地知晓他自己，透过他的造物，去爱所有受

造物，以及经验的过程. 从而，这个知晓的渴望，这股伟大的、沛然无法抵挡的爱的感觉，相当于你们称为的情感，就我们能确定的最大极限，这是太一造物者最类似情感的部份.

我们并不宣称我们拥有太一造物者体现的伟大奥秘中的完整知识.

是否有另一个询问，我的姐妹?

Carla: 最后一个问题，跟随你的陈述，合乎逻辑的推论是 那从自由意志中跃出的渴望即是造物者之主动原则的一部分? 正如有个渴望从我们内在的自由意志中跃出，使得我们好奇地想知道更多?

我是 Latwii，我们不想要玩文字游戏[容我们这么说]，但以我们的看法，更接近正确的说法是自由意志提供造物主一个方法，让造物主知晓他自己的渴望得以实践，因为造物主的渴望存在于实践手段之先，因此，在这个特定的案例中 自由意志跟随渴望(而出现).

是否有另一个询问，我的姐妹?

Carla: 没有，谢谢你.

我是 Latwii，我们谢谢你，我的姐妹.

其他人是否有另一个询问?
[停顿]

我是 Latwii，此时 我们再次表达我们大大的感激，感谢在座各位邀请我们出席.

能够分享我们的意见是很大的喜乐，我们渴望与你们一起知晓更多真理与喜悦.

再一次，我们提醒每一位我们的言语并非绝对正确，如果任何字句在你脑海中没有发出真理的铃声，请毫不迟疑地忘记它，只保存那些增添你自身理解的字句.

此时，我们将离开这个器皿与团体，一如往常，我们在太一无限造物主的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友们，Adonai.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0417 章集：附录-- 纪念，Tanya 之歌

(译者: 在翻译的过程中，一边听着 Tanya 的歌曲，突然发现其中一首歌名跟这篇文章主题一样，好巧! 读者们不妨去找原曲听听，敝人主观认为此曲的旋律跟这篇文章很搭配喔，至于歌词部份，嗯~~可以视为一锭情感催化剂)

纪念- 蔡健雅(Tanya)
想念变成一条线
在时间里面蔓延
长得可以把世界切成了两个面

他在春天那一边

你的秋天刚落叶 刚落叶

如果从此不见面

让你凭记忆想念

本来这段爱情可以记得很完美

他的样子已改变

有新伴侣的气味.. 的气味

那一瞬间 你终于发现

那曾深爱过的人 (嗯)~~

早在告别的 那天

已消失在这个世界

也许那一次见面

是生命给你机会

了解爱只是人所渴望的投射面

只是渴望会改变

他的爱已经不见 已不见

那一瞬间 你终于发现

那曾深爱过的人 (嗯)~~

早在告别的那天

已消失在这个世界~~

那一瞬间 你终于发现

心中的爱和思念

都只是属于自己 曾经拥有过

曾经拥有过 曾经拥有过 的纪念

☆ 第 0418 章集：棕皮书之三

1959 年，一月 28 日，星期三

你们好，我的孩子，我很高兴在无限天父的爱与光中向你们致意.

我是 Latwii.

在我们的致意之中，我们把你们比做我的儿子或女儿，在这么做的同时，我们尝试传达的想法是 我们尝试牵着你的手，导引你，如同一个父亲导引他的孩子一般. 喔 地球的人群，我们对你们的爱要比一位父亲对孩子的爱还要大; 啊 是的 甚至比一位母亲的爱还要大.

我们对你们的爱是我们在此的原因. 我们想要帮助你们找到天父与他的祝福.

与他人分享是生命中一个大喜乐; 你绝不会知道什么是伟大的幸福，除非你能够与他人分享天父的爱.

在这个星球返回爱与光之前，许多事件将会发生.

我们尝试减轻这些负担，你们越是更多地知晓天父，你们的负担就越少.

地球上的人们，来到天父这边，如同一个小孩，在爱与光中 与你们的弟兄姐妹重新获得你们应有的位置.

***

1959 年，二月 11 日，星期三

早安，我的孩子，我很高兴在无限天父的爱与光中向你们致意.

我是 Latwii.

在某些情况，原则对于你们人群十分重要，好比贸易与政府. 有大量的努力投注在这些原则上.

如果你们星球的人类愿意投注同等的努力在寻求与学习生命的原则上，此时就不需要我们的造访了. 你们人群会知道要做什么以活出天父意愿的生活.

你们有些人曾说他们以为我们过的生活经过一阵子会变得无聊. 我希望你们全体知晓活出天父意愿的生活是如此地充实，使你惊奇天父造物的广大无边.

做为你们的兄弟，我们离了解天父所有的造物还很遥远，因为我们学到的每一件事物，似乎总有更多一点是我们需要学习的.

我们的生活在此刻非常充实 尝试帮助我们在地球上的兄弟姊妹. 这需要时间，但我们为天父提供这项服务给你们人群.

我们的动机是协助地球达到应有的位置--天父的许多华宅之一.

我享受我们的小聊天，但我现在必须离开，怀着爱与光，我是你们的老师与朋友，

Latwii. Adonai vasu.

***

1959 年，三月 7 日，星期六

你们好，我的孩子，我很高兴与你们同在. 我是 Latwii，你们的朋友与老师.

我在太一的慈爱之光中向你们致意.

你们已经听我们说了无数次“冥想，走入内在”，在其中蕴含你所有的答案，你的完美，我们全体的天父. 唯有透过冥想，你可以真切地知晓天父在那里.

许多、许多人并未觉察他们都是造物者.

造物主所有事物，所有良善，一切的完美.

你们必须使你们的人群觉察这点.

造物主不是你们被教导去相信的一个妒忌的父亲.

天父是爱，谅解一切.

天父爱所有事物，爱所有生命. 天父不会惩罚.

人类做的事情使他们自己受够了.

所有事物都来自天父，要给他所有的孩子.

然而，在你们星球上，少数人拥有丰沛物资，许多人拥有一点点东西.

这不是天父的方式.

众生皆为平等，人人应该将所有事物与兄弟姊妹们*分享.

(*译注: 多嘴一下，这里指的是中华文化中的四海之内皆兄弟，并非仅限血亲关系.)

一旦这样的生活方式被带入你们地球当中，天父的祝福将是大的.

彼此相爱，你再不能为你的人类同胞做比这更大的事了.

爱即是回答地球上所有问题的答案.

看待每一个人如同造物主看待你的方式: 全然地好，全然完美，全然合一.

Adonai，我的孩子，很荣幸与你们谈话.

我是 Latwii. Adonai vasu.

***

1959 年，三月 11 日，星期三

你们好，我的孩子，在这个早晨 我很高兴与你们同在. 我是 Latwii，你们的朋友与老师. 我在慈爱天父之光中向你们致意.

我的孩子，你们询问上帝的定义.

上帝或天父，是遍及整个造物的创造原力.

天父是心智中心，从他那儿 所有造物、爱、完美的思维从中涌出.

只有一个心智，那即是天父的心智.

上帝或天父，也是光，遍及整个造物的光原力.

它穿透并环绕天父之造物的每一个原子.

上帝是所有事物，所有生命，所有地方.

这就是为什么我们说你们都是造物者. 你们是天父创造原力的显化，

天父之光围绕并覆盖你们. 你们的思维是全体的思维，所有的思维皆为一.

我们全都是一体，我们全都是天父的完美显化.

我们与造物中的所有事物都是合一的，当你们能够领悟这些事情，

那么你们将表达真实的你，造物者.

我希望你们获得这个讯息的协助，我的儿女.

它可能相当困难，然而很容易去理解.

我现在离开你们，我是 Latwii，

你们的朋友与老师. Adonai vasu.

***

1959 年，三月 14 日，星期六

你们好，我的孩子，在这个傍晚 我很高兴与你们同在. 我是 Latwii，你们正在服务的兄弟. 我在慈爱天父的永流之光中向你们致意.

穿越时间的流沙，人类在这个星球上向上攀爬，他曾与来自其他世界的弟兄们沟

通，并且缔造出伟大的文明 甚至超过今日的规模.

人类曾一次又一次地坠落，因为他们缺乏对彼此的爱与谅解.

这个模式持续在这个地球上演着，人类在过去一百年间成就了许多，大部分是物质上的进展.

跟两千年前 耶稣导师行走在地球上的时代相比，人类在灵性道路上并没有走得更远. 耶稣的教导被改变来方便人类，而非合乎天父的心意.

藉由保持人类对灵性真理无知的状态，人类被他在地球上的兄弟所控制，这些兄弟活在没有天父亮光之处.

这个时候已经到来了，如同你们圣经的记载，天父爱与光的势力要与地球人类负面思考的势力战斗.

愿意让全体得着爱与光的兄弟姐妹们，当天父乘着风的羽翼牵引他的孩子们之际，汝等必须准备好收受他金色的光辉.

爱即是我们受造时的生活方式. 地球的人类，到底发生什么事? 你们竟然无法看见天父之光? 要觉察.

在你不知何处与何时之际，天父来临.

恒常地警戒 好让你得以领受他的爱与光.

Adonai，我的弟兄，我是 Latwii，全体的仆人.

Adonai vasu.

***

1959 年，三月 19 日，星期三

你们好，我的孩子，在这个早晨 我很高兴与你们同在.

我是 Latwii，我在慈爱天父的爱与光中向你们致意.

我们经常碰到一些人偶然想要做天父的服务工作，很快地 他们就准备退出，因为他们看不到服务的利益.

唯有当你们是诚挚的，并且付出真心的努力，才能获得利益.

你们必须学习给予，而不总是接受. 施比受更有福这句话十分真实.

当你给予你拥有的东西或知识，你将领受更多. 此即是天父的普世法则.

给予爱，你将接收更多爱. 给予理解，你将接收更多的理解.

同样的，如果你给予憎恨，你将收割更多的憎恨.

如同你们的老师耶稣所说，汝将收割你所播种之物.

爱是天父的方式，憎恨是人类惯常的方式.

领悟这些事情，你将知晓你与天父以及兄弟姐妹的合一性.

爱是天父的神圣原力.

Adonai，我的孩子，我现在离开你们，我是 Latwii.

Adonai vasu.

***

1959 年，三月 26 日，星期四

你们好，我的孩子，在这个早晨 我很高兴与你们同在.

我在无限太一的爱与光中向你们致意，我是 Hatonn.

对我们在地球的兄弟姐妹打招呼是我们期待很久很久的事.

我们曾经等待地球人群发展他们的思想，好让我们得以接触他们.

这是一个漫长的等待，看起来 你们大多数人只爱自己，而非彼此相爱.

理解是地球人群现在需要的东西: 理解天父的造物以及生活的方式.

一旦人类获得这个理解，他的进步将是大的.

地球的人群啊，因为没有活出天父之道，你们不知道你们错过了什么

你们人群已经创造出如此强壮的幻象，以致于要辨别真理与谎言是困难的.

当你已经获得必需的爱与理解，你们将能够漫游在宇宙中，并且与其他世界的弟兄姐妹们缔结伙伴关系.

尝试去征服宇宙没什么用处，因为你们连自己都无法征服.

你们也无法如同弟兄姐妹般和睦地住在一起.

为什么不向前踏步，再次进入天父的光中? 活出天父意愿的方式?

天父已经给予你们支配世界的权利，只要你配得它.

天父的造物中有爱、和平、和谐、理解; 但最重要的必定是爱,

用爱去看见天父创造的一切皆为完美.

留下我的祝福，我现在离开你们，我是 Hatonn，你的朋友与老师.

Adonai vasu borragus.

***

1959 年，三月 29 日，星期日

早安，我的孩子，我在这个神圣的日子向你们致意.

我是 Latwii，你的兄弟与老师.

我在最耀眼的天父的爱与光中向你们致意.

你们人群称呼今天为复活节(Easter Day)，许多人向一位伟大的存有致敬.

许多人参加各种仪式、典礼却不知道这一天的真正意义.

两千年前，你们知晓的耶稣展现生命的真实道路，即天父起初创造的方式.

透过这样的生活方式，他能够做许多事情，你们人群称为奇迹.

我的朋友们，这些并不是奇迹，而是天父的礼物，所有人都能做到，只要他们活在天父真实造物的爱与光中.

如果在那个时候 地球上的人群已经接纳耶稣的教导，你们的星球现在不会处在混乱中. 憎恨、猜疑、贪婪在你们的星球上横行肆虐; 而非耶稣-基督曾带来的和平、爱、与和谐.

耶稣是这个人的名字，基督是他所在的意识状态，给予他力量去做那样的事情.

他向人们示范，当一个人活在基督意识中，他可以做到的事情.

他展现超越肉身死亡的主宰权.

在你们圣经中的一个段落，耶稣说“我来，好让汝等得以拥有生命，并且更丰盛地拥有它.”

地球人类很少领悟这些话语的真理.

天父创造我们去拥有活在爱中的生命，而非活在憎恨中的死寂.

醒来吧，地球人，注视天上，当天父乘着爱的羽翼来临，准备迎接天父之光.

爱是生命的唯一道路.

我现在离开你们，以你们导师耶稣的话语做结尾:

“我做的这些事，汝等亦可做 并且做得更多.”

思考这些话语，我的朋友.

清楚地了解 这里头有什么东西等待你.

Adonai，我将爱与祝福给予你们全体，我是 Latwii. Adonai vasu.

***

1959 年，三月 30 日，星期一

你们好，我的孩子，在这个早晨 我很高兴与你们同在.

我是 Hatonn，我在无限太一的爱与光中向你们致意.

我的孩子，地球人们过的生活并非天父创造的生活样式，这是个忧伤的事实.

人类成立不同国家彼此分离，而非天父意愿的共同生活.

人类迟早会了解他们即是这些状态的创造者.

你们非常多人属于宗教机构，并且声称正活出你们神圣着作教导的生命.

我的朋友，如果这是真的，你们会知道已住在天堂国度中，不是以后 是现在.

所有的生命层级，不管你在哪里，你都处在天堂国度中. 为什么?

因为天父并未把某个地方造得比另一个地方更好.

如果你们表达出爱，不管你在哪里，你都知道你处于天堂国度中.

地球上的人们，无须注视未来，因为天堂国度全时段环绕着你;

天父以爱与美创造它. 当你开始了解到这点，你的生命将呈现新的理解.

我的孩子，了解这一点，即你们是完美造物中的一个完美部份，我们全体的天父在爱与理解中创造我们. 寻求这股爱.

这么做将使你完整，单单活出爱，单单知晓爱，单单创造爱，
这些事都在你的力量范围之中.

我现在离开你们，我是你的朋友与老师，Hatonn. Adonai vasu borragus.

***

1959 年，四月 16 日，星期四

你们好，我的孩子，在这个早晨 我很高兴与你们同在.

我是 Hatonn，你们的朋友与老师.

我在无限太一的爱与光中向你们致意.

我的朋友，许多时候，你们遭逢生活的种种问题，当这情况发生时，

停下来思考，并且冥想这些问题. 答案就藏在我们每个人的内在当中.

我们有美妙的思考与推理的心智礼物，但很少人在乎要好好善用这份礼物，对他们来说，有其他更重要的事要处理.

但 还有什么比学习关于自我、天父与造物的知识更重要的事?

当你们星球移动进入空间与时间的新区域，你们人群将觉察到许多无法理解的事物. 我们将尽可能地协助你们.

我们需要许多团体的帮忙，有越多团体的加入，变迁的时期就会变得更轻松.

我们孩子，思考这一点，知晓你自己，好使你可以告诉他人你所知道的东西.

置于一切之上的是，思想爱，活在爱中. 这么做即是回到你起初受造的样式.

留下我的爱与祝福，我离开你们，我是 Hatonn，你们的朋友与老师.

Adonai vasu borragus.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0419 章集：呼吸主义

周日冥想

1987 年十一月 29 日

小组问题：呼吸主义(Breatharianism)，意指一个人仅凭靠空气或日光，普那(prana)生活，无须吃固体食物或液体.

第三密度的人类身体需要什么好活在真理之中?

是否总是需要正常的食物与水，或者在某个时点，有可能不需要这些成分，而是凭藉比较纯粹的物质生活，即我们称为的空气或普那?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，服务无限造物者的星球联邦的一员. 我与兄弟姊妹们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

怀着喜乐，我们欢迎并表达我们的爱与祝福给在场的每一位.

容我们说我么是多么感激被这个团体呼叫，并得以提供我们卑微的意见.

要知道我们旅行进入你们次元只有一个原因，那就是服务你们.

因此如果我们任何的话语构成一个绊脚石或没有向你响起真理的铃声，
我们真诚地请求你忽略这些话语，因我们全体都是意识的公民，研读我们内在的造物者，以及造物者之中的自我. 做为同行的旅者，我们在喜悦中向你致意.

我们发现今晚的询问与净化生命经验有关，尤其聚焦在此生的身体经验上，好让它得以反映一个更高的灵性实相.

呼吸主义并不是个愚蠢的东西，虽然其原则被误解. 它是多层次的，让我们一次揭开一层，尝试解开这个谜题.

首先，基于第三密度的正常意识状态，我们感觉抛开面包与水去生活不是一个值得尝试的目标. 这么做可能导致大量的肉体伤害，而那些的确可以只凭空气生活的人们透过恩典达成该目标，而非透过人为的设计.

有些人一出生就带有音乐的记忆，在没有人能预期这些人的优异演出之际，他们已经令所有听众震惊.

有些人带着特定的关键记忆来到这世上，从前世带来的记忆; 这些实体藉由恩典能够工作肉体与灵性体的连结，于是喂养细微体，然后吗哪(manna)雨降在肉体之上. 我们想要强调这样的天份并不是值得骄傲的，它也不是一个可以被赚取的成就. 凭藉恩典，你们每一个人记得特定的经验、技巧、偏好等等.

当一个人谈论人格体的礼物，它的寿命跟你们在这个幻象中短暂的一生相当.

这是思考该主题[只靠空气生活]的第一层.

第二层的探究是身体意识，因为它也朝向造物者伸展，尝试禁食并且只以最充满光的空气灌入肉体载具，这么做对有何实质用处?

首先，慎选摄取的食物不只对身体健康是重要的，同时也创造适宜进行灵性工作的氛围. 我们相信在座每一位都觉察到过多的食物、过多的蛋白质、过多的碳水化合物无法使你的性灵觉得优雅、活泼，律动感等等.

换句话说，进食重口味的食材 好比高蛋白肉类以及精制的碳水化合物 将使肉体多一层盔甲，使它无法接收心智与灵性引颈期盼的微妙概念.

的确，吃少一些，吃得自然些 对人体是好的，这些都是明显的道理.

其次，对于肉体有更高的意图可以创造一个更佳的情感、理智与灵性的工作环境. 然而，最好不要互相比较彼此的脚步.

或许某个人的身材拥肿走样，然而他具备伟大的慈悲.

或许另一个人饮食都遵照灵性的净化与简朴原则，他的身材苗条健康，

然而情感与灵性水平却停留在黑暗当中.

尝试使肉体处于越来越纯净的状态，可以使心灵变得更敏锐，这是一个有效的工具，然而它不是唯一的途径.

现在让我们凝视普那或呼吸的概念. 你我的造物都是一个实空间(plenum), 一个广大无边充满光的无限, 而光即是生命的第一显化.

吸入充满普那的空气就是吸入造物主的原初之爱.

呼气就是呼出所有要被排除的物质.

另一方面, 谨慎、有意图的呼吸可以排解一天的压力、疲倦与忧伤.

因此, 吸气就是吸入生命自身, 呼气就是跟脱离自己的过去, 所以有意的呼吸一直都是有益的练习; 吸入大量的生命普那到肺部里头, 进入身体的每一个细胞, 然后全心希望成功地完成这个练习, 呼出所有暗黑与污浊的经验; 每一次呼吸都增加光的流动, 并获得提升.

在一个安全可靠的地方进行这个练习将格外有帮助.

我们也推荐你们将有意图的呼吸与冥想结合, 或许在冥想开始之前, 配合观想, 进行一段有意的呼吸.

你可以努力吸入所有空气, 然后呼出所有气体, 但如果你在这个过程中没有渴望与观想, 没有冥想状态来使这个经验扎根与定锚, 那么 呼吸练习就只是你的另一个灵性玩具, 拿出来把玩一番 然后扔到一旁.

我们现在来到该主题的内在层面(第三层). 你们知晓的耶稣基督经常禁食, 他不只

想要达到一个纯净的生活，更想要达到一个另类的意识状态，肉体与意识分离，于是与天父结合为一. 通常，造物者以恶魔或撒旦的形式来到耶稣面前，这是因为任何提供优异灵性奉献的尝试都会敲响警钟，引起一些实体的注意，他们不想要让如此纯粹的光照耀在这个世界上；负面导向的实体们相信(世界)早就属于他们.

精确地说，我们并非推荐禁食，毋宁说 是焦点的转移，好比耶稣基督有一次遭遇撒旦[造物者的一部分]，他说人类并非只靠面包生活，而是靠天父口中的每一句话. 耶稣所表达的是一个原则，而天父的话指的就是我们所称的理则或爱.

有一种食物可以使你不再飢饿，有一种饮料终于可以解渴.

这种食物与饮料即是爱、道(Word)，你寻求成为的目标，也是耶稣基督的目标. 耶稣，一位凭靠爱之道生活的人子.

因此，一个人若想要在思考、感觉、生活三方面都变得更纯粹，他必须每天每日寻求那天堂的食物以及乐园的饮料，因为爱存在于永恒的当下之中.

在结束之前，我们提供两个练习，单纯的呼吸练习可以帮助你冥想过程的深化.

在做这些练习的同时，观想你吸收爱的物理显化，接着呼出每一个负面思想与感觉，压力与忧虑.

第一个练习是快速呼吸，重点放在呼气.

透过嘴巴十分快速地呼吸，这样可以构筑大量的充实感，体会造物之美.

在这样的呼吸中有律动(motion)，然而在律动中缺乏注意力.

第二个练习紧跟着第一个练习的尾声，首先完整地吸入空气，接着以吞咽的方式关闭喉咙，然后倾听正在休息的自我，充满生命与气息，然而此时没有律动；在这几秒钟或几分钟停止呼吸之间，创造出一个很有助益的环境，大量的普那流通到身体内的每一个细胞，而最后的呼气可以冲洗整个循环系统，清理那些化学与肌肉的扭曲，避免它们阻碍灵性的寻求.

做为结尾，我们重申只靠空气生活并不是一个可以认真尝试的目标，唯有恩典可以达成这个目标. 然而，单纯与自然的饮食，以及减量饮食都是值得鼓励的方式.

所有净化肉体的形式都是有益的，只要个体的性灵意识参与其中.

恩典这个字眼对于许多人而言有不同的意义，但我们的意思是恩典是一座桥，它将生命的无限慷慨接通到你的灵性存有的能量网络. 在寻求生命的气息的过程中，你正寻求位于你四周的天堂国度，而你所寻求的 你将十分确切地找到它.

不管你寻求的水平为何，不管你寻求的步伐是快或慢，我们都祝愿你好，并且只要你在冥想中呼求我们，我们都将与你同在.

这个器皿告知 我已经讲太久了*，我们知道她并不是在骂我们，但我们感到抱歉.

无论如何，这次询问是在一个非常高的寻求水平，我们渴望提供一些话语做为灵

性的吗哪，我们在此时转移通讯权到 Jim 身上. 我们怀着感谢 在爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo.

(*译注: 原文内容比这篇译稿要多许多.)

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我们再次于爱与光中向你们致意. 我们希望在此时答覆任何个人的询问，并藉这个机会精鍊我们的服务. 此时是否有第一个询问?

Carla: 我有一个跟食物相关的问题，吃很多肉的人是否在提升意识上有特殊的困难?

我是 Q'uo，一个常吃肉类蛋白质的人，他在消化这些物质的困难程度直接与他的信仰成正比，也就是说 他有多关切哪些物质对于追求灵性是理想的，哪些是不理想的.

在第三密度中，人体的消化道的设计比较倾向消化单纯的蛋白质，好比谷类与乳制品，而非过多的肉类蛋白质.

然而 一个实体对于食物的意图、态度、渴望比其他考量都更为重要，因为一个实体的核心主要是由他所相信的，以及相信的力道构成; 胜过他所摄取的食物.

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla: 不用，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，是否有其他询问?

Carla: 关于你刚才描述的练习，在屏息之前 一个人应该吸气多久?

我是 Q'uo，时间的长度并不重要，重点是主观的感觉到生命力在吸气的某一点达到一个高峰，在这一点停止吸气，好让这股生命力得以被观察与经验.

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla: 空气污染呢? 是否在一个空气比较纯净的地方做这个练习比较好? 污染跟普那有关联吗?

我是 Q'uo，虽然生命原力或普那跟空气污染并无连结关系，为了练习者的舒适着想，一般建议在最和谐的环境进行这类的练习，不管是在户外或住处内.

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla: 最后一个问题，我为我不知足的好奇心道歉. 但你刚才举耶稣为例，四十个昼夜在旷野中. 你的建议是禁食经验有显着的一部分是为了净化自我，与花费更多时间在神圣地面上，他在这过程中，好几次遭遇诱惑，引诱他自我膨胀或趋向撒旦. 是不是只要一个人长期禁食，都得事先了解 将会遭遇超心灵致意?

我是 Q'uo，我的姐妹，以某种程度而言，这是真的. 所有以禁食方式或以其他精

鍊的方式寻求纯粹度都会招引诱惑.

常见的诱惑是一个以禁食净化自我的人看待自己比较先进，或比周遭的人更优秀. 产生骄傲的概念之后，进一步的诱惑将作用在这个感觉之上.

因此，每一个寻求净化钥匙的人最好谦逊地看待自我，看见自己在宏伟的宇宙中只是小小的一粒沙，躺在无垠的空间与时间的沙滩上; 好避开骄傲的陷阱与其他相伴的困境.

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla: 不用，谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们感谢你，是否有其他询问?
[停顿]

我是 Q'uo，我们发现已经耗尽此次集会的询问，我们感激有这个机会分享我们卑微的经验，希望对你们寻求的旅程有帮助.

此时，我们将离开这个团体，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。

Adonai，我的朋友们，Adonai.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0420 章集：棕皮书之四

1959 年，四月 17 日，星期五

你们好，我的孩子，我是 Latwii，我很高兴在这个早晨与你们同在.

我在无限太一的爱与光中向你们致意.

历经数万年，遍及整个地球，这里的人群一直活在邪恶之中，没有活出天父意愿的方式.

很快地，你们人群将不能像以前那样任意创造邪恶.

在即将来临的新时代(new age)，邪恶将不能显化在你们星球之上.

那些将爱与光当作灯台的人们将继承地球.

你们的神圣着作已经提到“温顺者将继承地球.”

确实如此，邪恶将必须到其他地方显化.

迟滞你们的发展只会使你更慢达到目标，这是不必要的.

活在爱中，地球的人群啊，单单知晓爱.

透过爱所有事物 照耀你的目标.

这即是道路，通往天父的道路.

Adonai vasu，我是 Latwii，你们的朋友与老师，Adonai.

***

1959 年，四月 21 日，星期二

你们好，我的孩子，我是 Latwii，我很高兴今天与你们同在.

我在光辉太一的爱与光中向你们致意.

我注意到我的兄弟 Hatonn 昨天曾对你们讲话，我们共同工作，我们发现这是做事的自然方式.

看起来，在你们星球上 做事的自然方式是彼此扯后腿，这不是你们原初受造的样子. 起初 所有生命都和谐地住在一起.

在你们星球上，你们有多次机会应该表达爱，你们却表达憎恨.

你们发现许多事物是可恨的: 你的邻居、别人的宗教、别人的财富、别人的权力、相异的种族等等，实在是族繁不及备载. 在爱中接纳这些事情不是比憎恨容

易许多?

难道你们不想尝试，地球上的人们? 在爱与谅解中看待彼此，看着你们的困难消失如同冰块溶解一般. 彼此相爱，要做到这点有这么难吗?

你们都是太一天父的儿女，为何不试试看?

Adonai vasu，我是 Latwii，你们的老师与朋友.

***

1959 年，四月 29 日，星期三

你们好，我的孩子，我是 Hatonn，我在无限太一的爱与光中向你们致意.

持续冥想你是谁，这是值得努力的一件事. 知晓你与天父为一体，你即是完美.

这是整个团体都要努力的目标: 不只说出这些事，并且在你的显意识心智知晓它们. 透过这个过程，你将知晓你的内在自我，内在的天父.

当这两部分相会，并和谐相处，许多事情将向你揭露: 亘古的智慧，天父的知识—如此靠近又是那样遥远.

当你越靠近天父，你的服务就越大.

服务就是忘记你自己，然后服务他人(万物). 此时，在你们的社会中，这是非常困难的事. 你们人群似乎什么都要，却什么都不给. 如果他们愿意尝试天父的给予之道，他们很快将了解他们的环境与生活方式将发生巨大的改变.

将爱给予全体，它将适时地回向给你.

我现在离开你们，我是 Hatonn，你们的朋友与老师.

Adonai vasu borragus.

***

1959 年，五月 3 日，星期日

你们好，我的孩子，今晚 我愉快地向你们致意. 我是 Latwii，你们的朋友与老师.

我在造物者的慈爱之光中向你们致意.

我们恒常地，持续地将我们的爱送给地球上的所有人. 我们是你们的兄弟，锺爱地球的人群，虽然他们并未觉察我们的存在.

我们全都是一体，我们全都是造物者的孩子. 你们人群必须学习看待所有事物皆为一; 爱每一个人如同自己，爱每一个人如同造物者，因为造物者是一切万有.

造物者是爱，爱是其造物. 爱永在，因为爱是一切万有.

不管你与其他人怎么想，这点总是真的，你无法改变这点.

爱、爱、爱: 它无所不在，寻求爱，寻求你自己的爱与理解.

将爱变成你单一的思维，因为造物者是爱.

我们要如何使你们人群看见爱的重要性呢?

去爱是自然的，任何其他东西都不属于天父的创造.

爱、爱、爱: 它是你们世界所有问题的答案.

找到这股爱，使用这股爱去帮助你们人群，

这么做即是存在的理由.

我现在离开你们，我是 Latwii，你们的朋友与老师.

Adonai vasu.

***

1959 年，六月 3 日，星期三

你们好，我的孩子，今晚 我很高兴与你们同在. 我是 Latwii，你们的朋友与老师.

我在太一，我们全体的造物主，的爱中向你们致意.

我们全体的造物主: 这是我们在此的原因，这就是我们在此的目的. 我们是造物主的特使，尝试将地球带回羊圈(fold)，如你们人群的表达方式.

地球上的人类已经太久活在习惯的方式中，很难穿透他们的意识.

你们人群需要某个东西来剪断这个常规，如你所说，泡泡即将破裂.

我们所在的位置能够知道你们星球上各地发生的事情.

将金钱、权力、财富置于你们的同胞之上是生活的虚假方式，你们人群很快将学习到这点.

金钱在你们的星球上十分重要，它可以买到众多的东西，甚至是你们人群所称的正义. 但它买不到生命中重要的东西: 对自己与同胞的爱与理解，天父的生活之道. 天父之道是自由，不是负担. 你们人群今日拥有的经济系统是负担.

少数人拥有很多东西，许多人拥有很少东西，这是天父之道吗?

不，我不这么想; 爱、理解、免于恐惧与匮乏的自由—这才是天父之道.

醒来吧，我的弟兄姐妹们，了解到你们在金钱与财富中创造的怪兽.

了解到你们与天父的合一状态，宇宙是你们的.

你们拥有天父的爱与理解，就看你怎么运用了.

我现在离开你们，Adonai vasu.

我是你们的朋友与老师，Latwii. Adonai.

***

1959 年，六月 8 日，星期一

早安，我的孩子，我很高兴与你们同在. 我是 Hatonn.

我在无限太一的爱与光中向你们致意.

我的孩子，你们星球今日的状况是可悲的. 地球同胞将他们的信心放在物质的东西里头，而非天父之中.

你们人类很少去了解在爱恋金钱、财富与权力的过程中，他们不断在伤害自己.

这些东西都是人的造物，它们不是由天父创造.

天父创造人类去统治所有造物，但不是透过财富、金钱与权力来统治他的同胞.

当真爱临在时，这些东西无法存在.

你们许多人对于即将到来的变迁会感到十分不快乐，因为他们已经依赖物质之爱许久，而非天父之爱.

物质不是永存的，天父之爱可以延续到永恒.

人类在地球上创造他自己的堕落，这不是天父的作品.

你们人群很快会了解帮助来自天父，而非物质的东西.

天父是无限的，所以他的爱是无限的.

汝等地球人，寻求天父的爱吧. 许多存有在此帮助你. 你喜欢何者:
来自天父的爱与理解 或 来自人类的麻烦与苦难?

我现在离开你们，我的兄弟，好好准备你自己迎接前方的时代.

你们人群将需要大量的爱与理解，人们将需要你的帮助.

Adonai，我是 Hatonn，你们的兄弟与老师.

Adonai vasu borragus.

***

1959 年，六月 9 日，星期二

你们好，我的孩子，我是 Latwii.

我在永生之光的爱中向你们致意.

你们星球的情况每天都在恶化.

你们人群大多数时候只想到自己，而不是同胞以及可提供给他人的服务.

你们许多人塑立众多的敌人，又摧毁他们只是为了收割更多的金钱、财富与权力，然而你们都知道当人们离开肉身生活之后，一毛钱也带不走.

更好的生活难到不是与你们的人类同胞一起生活在爱中，那么当你离开肉身生活之后，也将人类同胞的爱与思念一起带走?

爱与思维即是一切万有: 爱的思维，喔 地球人类啊，但愿你们真能领悟爱的思维是非常、非常地重要.

爱的力量是壮观的，它可征服一切事物. 天父需要你做的所有事情就是拥有爱的思维，与你们的人类同胞在爱中共同生活. 其他一切都由你自己选择.

活出天父之道，并收割天父许多的祝福. 帮助你们人群了解这点，我的兄弟.你们

星球是如此需要爱.

我现在离开你们，Adonai vasu，我是 Latwii，你们服务天父的朋友与兄弟.

Adonai.

***

1959 年，六月 11 日，星期四

你们好，我的孩子，我是 Hatonn. 我在无限天父的爱与光中向你们致意.

我们全体的天父，你们人群很少领悟这个措辞的意义.

天父只有一个，造物只有一个; 你们人群怎能相信他们彼此相异，某个人要比另一个人更好，或天父偏爱某个人胜过另一个人?

当人类能看待自己为爱与完美，并且看待人类同胞都与自己一般，那么行星地球就真的将成为一个天堂王国.

地球上的人们，了解你们与造物中所有事物的一体性，知晓你们与天父为一.

你们是天父的一部分，天父是你们全体.

爱与理解是你所有需要的东西，这即是我们在此的目的.

你们所有人都能够行出这份爱与理解，尝试，只要尝试.

这么做将使你活下去(live).

Adonai，我是 Hatonn，你们的朋友与生命老师.

Adonai vasu borragus.

***

1959 年，六月 18 日，星期四

你们好，我的孩子，我是 Hatonn. 我总是与你们同在.

我在无限太一的爱与光中向你们致意.

我的孩子，我们持续地尝试唤醒你们人群. 透过群体与各种方式，我们尝试唤醒人群，好让他们可以充分了解天父的造物以及其中蕴含的礼物.

虽然我们很努力地尝试，还是会有一些人没有足够的兴趣去付出努力，好使自己发现这些礼物，怎样都好，我的孩子，每个人必须选择他自己的进展速率.

从造物之始，天父就给予所有生灵一个特权—为自己思考.

我们不强迫我们的信仰在任何人身上. 我们只提出建议与导引,

如何选择由个人决定.

只有伟大的爱能够给予人类这样的特权.

我的孩子，能够住在天父的屋子是个特权，有些人思考方式与天父原创的方式不同，虽然如此天父之家的大门总是为浪子敞开的.

你们人群对天父做了很多不公平的评论.

许多人相信天父报复心很强，并且喜爱某一个团体胜过另一个团体.

这是虚假的，我的孩子，天父只知道完美与爱，因为这即是他创造的一切.

任何其他的想法都是将天父带到人类的水平，好好思考这点，我的孩子.

我现在离开你们，我是 Hatonn，你们的朋友与生命老师.

Adonai vasu borragus.

***

1959 年，七月 15 日，星期三

你们好，我的孩子，我是 Latwii. 我再次与你们相聚.

我在最光辉太一的慈爱之光中向你们致意.

反射最光辉太一的慈爱之光是件值得努力的事，我的孩子.

让你外在的表达向所有人事物展现你觉察到天父之光就在你的存有里头.

它就在那儿，在所有天父的孩子的内在之中.

我的孩子，知晓天父就在你的里内，等待被你揭露.

置于一切之上，为了一切万物 知晓爱. 那是你通往天堂的钥匙.

爱是天父创造所有事物的力量，这股同样的爱也可以是你的力量，使你的生命与周遭所有人的生命都变得更喜悦、更丰盛，活在天父的祝福之中.

不要害怕去表达这份爱，到处都是爱与美.

彼此相爱，不是占有的爱，是天父珍贵的礼物.

不要将这份爱装入瓶中，让它透过你爆发出来，如同一波又一波的光，瀰漫在天父的宇宙当中，所有人都可以做到.

怀着太空兄弟的爱与祝福，我现在离开你们，我是 Latwii，Adonai vasu.

***

1959 年，七月 23 日，星期四

你们好，我的孩子，我是 Latwii. 我总是与你们同在.

我在全体太一的慈爱之光中向你们致意.

持续地，我们发出爱与理解的光束给你们人群. 我们等着看人们要往哪个方向走; 是天父的道路 或者 重回老路子，继续憎恨他人与漠不关心的态度?

但愿你们人类能领悟天父之道的美与爱.

宇宙有充足的爱给予每一个人，只要人们活出天父的法则，一切皆为一.

没有一个生命比另一个更渺小或更伟大.

所有人都是太一天父的孩子，那么人们就不再因为肤色、种族、或宗教信仰而彼此憎恨.

过去曾经有许多导师将这样的生活方式带给你们，但他们的教导没有被注意或被窜改以符合人类的念头.

唯有当你们人类了解到只有一个天父，一种生活方式—彼此相爱; 地球才能重新

恢复它在天父王国中应有的位置.

做为你们的兄弟姐妹，我们请求你们，地球上的人们，与我们手牵手走在爱与理解当中，并活出我们造物主意愿的样子.

留下我的爱与祝福，我现在离开你们，我是 Latwii，Adonai vasu.

***

1959 年，七月 28 日，星期二

你们好，我的孩子，我是 Hatonn.

我在无限天父的爱与光中向你们致意.

死亡对于你们星球上的大多数人而言是一个大神秘.

然而，你们许多人曾经与另一边[容我们这么说]的灵魂对话，但这样的人不是被嘲弄就是被逐出你们的社会.

恐惧、迷信、缺乏适当的教导与理解是发生这种情况的原因.

你们许多人相信人类不应该知道所谓的生命奥秘.

但，天父不是从造物起初就给予人类掌管所有事物的权利?

你们的导师耶稣不是说“我去为你们准备一个地方，在我天父的家园中 有许多宅邸.”

这不就意味着人类肉身死后会去到某个地方，并且仍然可以掌管一切?

地球上的人类啊，关于天父美妙的造物 你们还有许多要学的东西.

最佳的起头方法是学习爱，爱所有事物、所有人，也包括你自己.

你必须先知晓你自己，然后你将知晓他人. 因为我们在天父的造物中都是一体的，没有谁比较伟大或低下. 在天父的眼中，一切都是平等的，一切都是完美的.

造物主爱所有事物，如果你想成长 你也必须这么做.

你们的神圣着作不是说“寻求，汝将找到”？

的确如此，有许多许多东西等待那些寻求的人.

你必须付出努力，没有其他人可以替你完成这个工作.

我现在离开你们，我是 Hatonn，你们的朋友与老师.

Adonai vasu borragus.

☆ 第 0421 章集：无形的朋友

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1988 年三月 13 日

小组问题: 在这个宇宙中有各式各样看不见的能量或生命-形态，三不五时一些人可以看见它们，从 UFO 一路到植物与矿物界精灵，以及其他我们通常尚未觉察的生命与能量形态. 我们如何能与它们接触? 我们如何成为它们的朋友? 我们如何使用它们教导我们的东西好服务其他人群?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我向你们每一位致意.

我们至为感激被呼唤到你们的会议当中，与你们分享我们的思想.

我们特别高兴遇见第一次来此的实体们，我们将天父的爱延伸给你们.

在我们开始讲述今晚的问题之前，我们想要确定每一位了解到我们跟你们一样，都是走在一条途径上的朝圣者.

你们要求我们分享你们美丽的冥想，并成为你们一致的寻求圈的一部分，这是你

们给予我们的一个大服务，因为如果你们没有呼叫我们，我们就无法服务你.

藉由服务你们，我们自己得以学习、成长、与精炼我们对太一无限造物者的爱与知识.

我们即将开始，并总是请求你们记得这点：拿取你觉得正确的东西，将其他东西放到背后，如此 我们不会成为任何人的绊脚石.

许多人投胎在这个星球是为了协助行星意识做出它最终的选择—成为统一的存有.时间越来越迫近，每个实体必须为自己做出选择，在合一与分离的途径中选出一条道路，在服务他人与服务自我两者之间做出选择.

在这个星球当中，寻求和平、光与喜悦的人口逐渐增长，几乎到达临界质量.

每个寻求者倒退一步，接着向前走两步，跌倒了 再爬起来继续寻求，我们都是这样跌跌撞撞地走过来，当每个人坚持地走下去，地球周围的光之网络就变得更强壮，地球意识也获得蜕变.

显着数量的灵魂将通过收割，移动到一个不同的实相，一个不同的幻象，更精炼的课程，以及一个在情感、理智与肉体上更温和的经验；另一方面则需要远为漫长的时间(学习).

讲完基础资讯之后，我们接着讲述这些现象：好比看见许多光、看见清晰的异象、听见讯息、祈祷获得答案等等；当人们从沉睡中觉醒，开始将双眼转向无限造物，寻求知晓幻象背后更深的真理，将经验到上述这些现象.

你们的科学家正发现这个世界真的是由能量场互动构成的幻象，虽然它看起来相当坚固与真实.

然而事实上，你们每个人都是由神圣意识形成的光，包含一颗永恒的宝石，那部份的你自己以永恒的双眼看这世界，拥有无限的补给去爱与给予.

身处在尘世身体的监牢中，你或许不能无限地提供那些你想要分享的东西.

或许你感觉你的确需要从这些现象中获得智慧.

我们请求你们看见这点: 当你们凝视现象时，不管它多美丽或令人信服，它都不过是尘土与灰烬，不持有任何意义，除非它敲打到你认知的心弦.

因为事实上，你们都是造物主的一部分，你们的内在都有神圣的火花，藉由恩典你们拥有终极的资源. 从这个观点，你无须学习，而是记得并认出那些属于你的必须真理，好使你的意识拥有最佳的氛围 朝向服务他人的方向极化.

这个观点特别适用于流浪者，那些从无限造物的其他地点的实体，他们来此服务尝试完成收割的人群，通常有一些母星的代表祝福这些流浪者旅途顺利，属于更高的密度，这些代表以光的形式出现; 有些时候 这个现象只表示一个远方朋友的造访，并无意传达资讯，仅只表达支持与致意.

在某些情况下，那些看不见的实体，环绕在造物主的孩子们周围的助手，他们有时候会短暂地显现 做为一个路标指出造物的奥秘.

有许多你们天空中的光点是为了奥秘打广告，建议并提醒那些尚未深入思考的人们，他们尚未思考人类什么也不知道，你们所谓的科学是奠基在可观察的事物，而非可理解的事物，科学家们使用的基础价值属于未知的起源与特质.

一种神秘感对于许多正在执行天父工作的实体们是非常非常强烈的激励作用;并且可以唤醒那些尚沉睡在人体中的灵魂[他们认不得自己的监牢，仍在其中欢庆]. 每一个实体都有他冒出监牢的时机，看穿铁窗，发现打开有限性之大门的钥匙，找回自己永恒的本质.

有另一个范畴的光现象，有某些 UFO 现象表达与显现的方式企图造成负面情绪、恐怖、掌控、恐惧以及诸如此类的东西; 走在负面途径的实体提供这些经验. 有些实体选择在你们的学习密度中追随服务自我的途径，他们有其哲学观点，提供给那些愿意传播这类讯息的实体们.

这些实体也出现在光的载具中，或以光的外形出现，这是由于崇敬造物主的实体们只能服务，不管他们服务他人或服务自我，一切皆为一，结果是如果他们的服务具有足够的纯度[即使是负面的方向]，他们也可以使用造物主之光，因为造物主但愿所有生灵都是凭藉完全的自由意志，每个机能都燃烧着圣灵之火，在无可抵挡的爱中来到他当中.

我们尚未讲述什么是更有效率的方法，好从这些无形的源头中获得协助.

最有效率的工具可以被称为冥想、祈祷或沉思; 它不只包括向内的恳求，为了自己与他人的需要; 同时也包括安静地倾听，持续地 每天地聆听那微小的静默之

声，那启蒙的真实之声.

逐渐地，该实体自己可能不会注意到，但他身边的实体确实会注意到，并且受到光的祝福，受到该实体心之焦点的祝福[因为他看入每个人的心，看见每个人都有完美的基督与基督意识]；这即是你们真实的本质，自由地、睿智地、温柔地、慷慨地 给予并接受爱.

去爱，存在于爱中，开始发现自我身处爱中，这些是减轻地球意识负担的基本工作，虽然它看起来是最平淡无奇的工作，的确如此. 虽然它看起来最不可能产出世界的财富，的确如此. 为了照亮地球意识而工作是一个服务他者(others)的行动，每天这么做对于你们锺爱的，脆弱的(地球)家园是一个祝福.

关于你们接收到的异象，感受到的无形能量，我们希望你们清楚地表达一种渴望，即只接受那些愿意协助服务他人的实体，当意识重复地下这个决心，它开始穿透潜意识的罩纱，在其中运作，于是那些属于负面导向的实体将在你的潜意识大门就被停止. 将守护服务他人之爱尽可能送往心智复合体的深处，这是至为实际的作为，让那些从非个人源头进入意识的事物能带来造物者之美，造物者的亲切之爱与祝福之光，每日每天皆是如此.

我们发觉该器皿正提醒我们已经超越谈话的时限*，我们再次为我们的囉唆道歉，但这个主题对我们而言是那么有趣，因为我们来自智慧与光的密度，这不是在夸耀我们自己，只是在描述我们目前享受的环境.

(*译注：译文并未逐字翻译原文，比较简短.)

我们赞赏你们每一位与全体人类，我们的决定是容易的，因为我们没有罩纱.

潜意识心智、原型心智、非个人或造物主心智，所有这些觉察层级都对我们敞开，我们也跟社会群体的所有实体分享我们的想法.

我的孩子们，我们的双眼是开启的，我们的心是敞开的，我们仍然有工作要做.

然而，你们的双眼被最厚重的幻象覆盖，如大海般的经验淹没你的双耳与所有感官，沟通经常失败，并被痛苦折磨；这些事情在进化的下一步骤都不会发生.

我们看见我们又开始了，我们必须停止. 我们为冗长的发言道歉，但我们至为欢喜能被邀请讲述如此有趣与主要的问题

最后我们要强调，只要一个实体致力于爱的意志，造物主的意志，他的每一个天赋、想法、行动都可以是神圣的. 我们在此时转移，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我在爱与光中透过这个器皿向你们致意.

此时是否有任何我们可以讲述的询问?

Carla: 我注意到你说了关于基督的事情，然后也称呼它基督意识，这两个词汇以互换吗?

为了最一丝不苟的考量，我们可以将 一个保有职位(office)的实体 与 职位自身视为有差别. 然而，这个职位的特质是 任何与天父[该职位的意涵]一同移动进入合一的实体 随即成为该职位. 因此对于那些发觉 这个实体 与 它的位置或职位皆为神圣的读者，我们不会做区别.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

Carla: 好也，谢谢你. 我曾经自我思索，为什么 为什么这个人必须经历这一切，明知他即将面临一个毛骨悚然的死亡，即使他并不相信法利赛人与犹太律法深信的牺牲程序，你知道的，将一个人的血液洒在祭坛上等等. 是不是因为他必须创造一个架构，使得他的故事保持到后世，吸引人们的心思一段长时间，于是人们可以藉由他的帮助工作自己的途径?

他曾经说“这些事情，汝等皆可做到 并且可以做得更多”，表示他认为我们都是基督或基督身分的继承人，但为什么只有他必须被钉在十字架上呢?

在耶稣那一次独特的受难之后，然后我们全体都发现我们的苦难开始有了意义?

这个故事必须以这种方式完成吗?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 你们知晓的耶稣-基督(Jesus the Christ)想要提供全体人类一条途径的象征标志，好让所有人都以某种方式行旅这段路，成为天父之爱，并且将这样的爱表达给他人.

尘世与生命牺牲的特质由这个实体示范出来，耶稣牺牲一切好让人类同胞可以拥

有—生命— 知晓一个人不只活在这个世界，还属于一个更大的世界.

藉由如此戏剧化与实践自我的方式，他做出这个牺牲，于是这个事迹灌注在人们的心中，使他们转向爱的真理，转向一条无惧与光辉且熊熊燃烧的途径，如斯，对于这个旅程的本质以及牺牲的价值，再不能有任何的疑虑.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

Carla: 它仍然是一个伟大的奥秘，我将继续思考这点，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹，是否有另一个询问?

发问者: 在圣经中，耶稣说他就是道路、真理、与生命，所有人必须透过他到达天父那儿，这是绝对的真理吗? 那么，那些追随佛陀或印度教的人们怎么办?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 耶稣过去之所是，与现在之所是都远超过一般人[行走在人群之间，以特定的方式过一生].

这个实体所有的教导都是以寓言的方式呈现，好让那些俯首倾听，用心观看的人们得以觉察更大的真理，能够超越表面的教导，更深入地挖掘里头的真理宝藏.

你们知晓的耶稣-基督所示范的，最重要的，即是无条件的爱，一股如此伟大的爱使他愿意埋葬尘世的生命，好让他人可以永恒地活下去.

因此，这样的生命型态被给出，而每个人都可以从一个独特的开端接近它.

许多人发现自己的旅程所在的土地似乎离耶稣-基督陈述的地方很遥远，然而当每个人透过经验与时间，越来越靠近寻求的目的—真理，每个寻求者将发现自己越来越靠近耶稣-基督示现的爱心，无条件的爱与悲悯，那即是每个人在进化过程中都必须通过的一扇大门.

如此，虽然许多人行旅的道路与(耶稣)这条途径不同，却有一个交会点 在那儿时间与空间合而为一.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

发问者: 我不大熟悉你讲话的方式，所以我觉得有一些困惑.

Carla: 你(Q'uo)是不是说无条件的爱等于我是(I AM)，好比"本我即是"，旧约圣经中上帝的名字? 也就是说，无条件的爱即是道路，真理与光?

我是 Q'uo，我的姊妹，这基本上是正确的，因为在你们的幻象中，每个人都必须做出选择以进一步的前行.

这个选择是如何去爱，毫无条件地去爱，如同耶稣-基督所展示的.

你们所有的伟大宗教与哲学的教义核心都是教导无条件的爱.

耶稣-基督是这样的爱的完美范例. 因此，你们第三密度幻象的伟大功课即是学习这个课程.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

发问者: 我想我比较清楚了，感谢你.

我是 Q'uo，我们也感谢你，我的姊妹，是否有另一个询问?

Carla: 这是否说明耶稣曾说，除非你们成为小孩子，你们无法进入天堂王国，因为小孩子尚未学到不信任，并且他们无条件地爱?

我是 Q'uo，这是正确的，我的姊妹.

发问者: 我有另一个问题，让人们看见奇迹与神妙的事物，使他们信服上帝(God)的能力与存在，于是决定朝向上帝进化其生命，这是好的吗?

我是 Q'uo，我的兄弟，我们发现这问题反过来说比较真实，也就是说，人们在经历自己的人生时，决定越来越坚定地奉献一生在知晓上帝或生命的真理上头; 这些人的双眼将开始打开，将看见那些其他人看不见的经验.

重点是做出朝向爱与服务的自由意志选择，然后该选择开始打开双眼、双耳与心胸通往另一个更大的实相.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

发问者: 所以，换个角度来说，对于一个灵性沉睡的人而言，不能以任何方式唤

醒他，除非他凭藉信心决定这么做?

我是 Q'uo，我的兄弟，这是一个大略正确的陈述，因为如此一个核心关键的选择，它的力量与价值来自决定前往特定方向之实体的选择.

如果一个人被给予无可否认或奇迹般的真理展示，那么这个实体的工作已经被完成，好比一个孩子的学校作业被家长做完一般.

虽然该实体知道了正确的答案，他将不能在自己的一生中重现这个经验.

因此，许多人缓慢地前行，有些人较快地前进，建立起知晓真理的渴望，直到该实体内在诞生一股信心，确信有一个更伟大的实相支撑着生命与生命的目的.

我们可否进一步讲述，我的兄弟?

发问者: 不了，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟，是否有另一个询问?
[停顿]

我是 Q'uo，今晚的询问已经告一段落，我们感谢提供这些询问的每一位实体，因为这是可以使我们的服务[给每一位与太一造物者]更进步的方式.

此时，我们将离开这个团体，再次感谢每一位参与者，并在太一无限造物者的爱与光离开你们. 我们是你们知晓的 Q'uo.

Adonai，我的朋友们，Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0422 章集：棕皮书之五

1959 年，八月 18 日，星期二

你们好，我的孩子，我是 Latwii，你们活在服务中的兄弟.

我在无限太一的慈爱之光中向你们致意.

大量的人群将陷入混乱之中，他们将需要天父之道的导引.

当时机到来，你们与其他团体将从事这项服务.

你们应该觉得帮助他人是个特权.

消除自大，只想到别人，因为事实上，你这么做才真是为自己设想.

我的朋友，如果你们能只活在爱之中，如同我们一样，你们的生命与星球将变得多么美丽. 天父将赐与你们无数的祝福. 你们星球上的人类将是自由的.

我恐怕你们人群甚至还不知道自由是什么. 你们以为你们现在是自由的，但真的

好好想一想，你们将知道你们尚未自由.

我们无法强迫你进入这样的生活方式，无论如何，我们能够导引，建议你们，希望你们可以领悟，好让你们可以与你们的兄弟姐妹们一同攀爬生命的阶梯，这么做将置你们于天堂当中.

我离开你们，我是 Latwii，Adonai vasu，我留给你们 我的爱.

Adonai.

***

1959 年，九月 14 日，星期一

你们好，我的孩子，我是 Hatonn，很高兴在这个早上与你们同在.

我在无限天父的爱与光中向你们致意.

我们觉察地球人类的考验与苦难，这些状况大部分是你们自己招致的.

当你们人群学习与生活天父意愿的方式，他们将发现这些状况消失无踪.

这点，我们相当肯定，在很久以前，我们做出这个选择，超越了当时面临的考验与苦难，现在我们透过爱与理解享受生命，享受造物中的每一件事物.

一切事物都属于天父，一切万有都是天父.

你们真的不拥有什么，你们在生命的各个水平都只有使用权.

活出合一，与一切事物成为一体：这即是道路. 不去拥有任何东西，除了爱，那么一切都是你的. 对于你们人类 这听起来很奇怪，但这是管用的，而且可以改善现状，我郑重向你保证.

我们等待地球人类改变，已经等很久了，我恐怕这个等待不能再延长了.

尝试吧，我的弟兄姊妹们.

尝试去爱全体，理解全体，得到你应有的收获：爱，和平与和谐.

我在爱中离开你们，我是 Hatonn，你们的朋友与老师.

Adonai vasu borragus.

***

1959 年，九月 21 日，星期一

你们好，我的孩子，我是 Latwii.

我在无限造物者的慈爱之光中向你们致意.

持续地，我们在天父的服务中调节你们的位置. 这个服务已经进行许多、许多世纪了. 在接受天父创造的生活方式上，地球人类的进展一直十分缓慢.

这个行星的人类似乎有一点独特，过去有许多、许多导师来此帮助你们人群提升灵性的思维. 然而，在很短的时间 他们又重回老路子，如你们的说法.

憎恨与毁灭，人群之间的分化: 这似乎就是地球的方式.

天父不会报仇，他在爱与理解中做事情.

地球人类应该用这种方式解决他们的歧见.

使用爱，这是一个小小的字眼，但一旦使用 将发挥如此的力量!

爱即是能够平衡地球的原力，我的弟兄姊妹.

地球上的人群，难道你们不尝试一下这个方法?

结果将使你震惊. 爱即是天父之道，不停地爱.

我现在离开你们，我是 Latwii，你们在天父之道其中的老师.

Adonai vasu.

***

1959 年，十一月 11 日，星期三

你们好，我的孩子，我是 Hatonn. 在这个早上 我感激有机会与你们通讯.

我在无限造物者的慈爱之光中向你们致意.

许多、许多次，许多人被呼叫 但只有少数人回应这前往服务的呼叫.

你们人群很难对任何事物感兴趣，除非它涉及很多金钱或刺激.

他们很少了解到只要他们付出努力去提升灵性的存有，天父为他们准备的东西.在天父的造物中没有限制.

天父意愿你们去爱一切万有，管理一切万有.

注视你自己，在你的里内蕴含了所有给你的答案.

我在爱与光中离开你们，我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

———————————————————

☆ 第 0423 章集：给地球同胞的公开讯息

1959 年，十二月 9 日，星期三

你们好，我的孩子，我一直与你们同在.

一个给予地球行星上全体人类的讯息:

你们人群透过一个名字 Hatonn 知晓我. 我来自这个银河系的某个行星.

跟许多实体一样 我此时坐在你们知晓的飞碟当中，在此时 许许多多的实体从天父之宇宙的各个角落来到这里.

我的朋友们，我现在对你们说，在这个造物中 有上亿上兆的智慧生命是你们尚未觉察的.

我们此时来此只为一个原因，过去许多年 我们观察你们星球，我们发现你们星球上许多人渴望一种包含爱、和平与和谐的生活方式. 我们从其他的世界来到这里，我们是你们的弟兄姊妹，因为我们拥有相同的天父—太一造物者—我们在此时帮助你们达成目标，你们对爱与和平的渴望.

许多人反对我们的探访，因为他们知道一旦人群渴望造物者起初创造的生活方式，他们将无法被那些心中充满憎恨、毁灭、战争[还有其他我们现在不想谈论的题]的人统治.

目前有许多人已经开始寻求，并且将帮助我们的服务. 我们将提供老师与资讯以帮助你们的寻求.

我们只会带来天父与他的造物之真理. 我与星际弟兄们都期待与你们人群相遇，当人们抵达一个对爱的新理解，以及对天父造物的理解，相遇的时机就成熟了.

很荣幸对你们讲话，我现在离开你们. 我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

☆ 第 0424 章集：耶诞夜讯息

1959 年，十二月 24 日，星期三

你们好，我的孩子，我很高兴今天与你们同在.

你们星球上人们正盛大地准备庆祝一位伟大导师的生日，你们许多人是如此忙碌以致于他们甚至不明了为什么这一天是耶诞节.

往回追溯更早的地球史，在耶稣的生日之前，人们庆祝天父造物的诞生，这远比一个小孩的诞生更为重要，然而人类甚至已不记得这一天.

你们的天父是你们的造物者，如果你愿意 可以为此庆祝.

但为什么一年只庆祝一天呢? 为什么不将你的爱与谅解展现给其他人呢?

全时段地活出这样的生命，不是只有在某些时刻如此.

你们起初在爱中被创造，活出这样的自然方式.

去除所有的虚伪，活出真理. 这即是你们导师耶稣生活的方式

他向你们展示爱的道路. 全时段活出爱，那么 每天都是耶诞节，

不只是一年一次.

有许多途径通往天父，但它们都从爱开始，了解这点，朝你们的造物者前进.

在天父的爱与光中，我离开你们. 我是 Hatonn，Adonai vasu borragus.

***

1960 年，一月 12 日，星期二

你们好，我的孩子，我总是很高兴与你们同在.

我在无限天父—造物者—的爱与光中向你们致意，我是 Hatonn.

造物者? 是的，对于造物者是谁以及他的居处 你们人们有许多想法与概念.

只有一个居处，那就是造物，造物即是一切万有，所以造物者无所不在.

一个人并不需要去寻找造物者，只要觉察到一个事实，就是不管你在哪儿 他都在，因为你是造物的一部分，也就是造物者的一部分.

造物者并不坐在一个宝座上统治宇宙，他在所有活生生的东西当中，在造物中没有一个东西是死的.

你们有些人在思考天堂或地狱的过程中找到很大的乐趣.

如果他们了解他们现在就身处天堂，他们会找到一个更大、更大的乐趣.

人们总是活在天父的造物之中，而天父创造一切的美好.

有许多可以思考的，我的儿，需要一些思考来理解它.

我们等候你们的思考.

我是你们的朋友与老师，Hatonn.

Adonai vasu borragus.

***

1960 年，二月 5 日，星期五

你们好，我儿，我总是与你们同在，虽然你们并未觉察这个事实.

在你思考与行动时，在你承受考验与苦难时，我都与你同在.

我们责无旁贷每天以笑容向所有人致意，以爱与谅解对待所有人.

让你们知晓所有人都是完美的，你们不是审判人的判官.

每一个人都是独立的个体.

大多数人必须在尝试错误的过程中进步. 除了你自己，你不能为任何其他人负责.

每个人必须按照他思考的速率进展. 天父不做审判，那么为什么你应该呢? 难道你比天父更有资格(当判官)? 我不这么想.

在爱中活出每一天，彷彿今天就是最后一天，很快地 你将找到你寻求的目标: 爱、和平、全体和谐. 这是天父的方式.

持续使你自己这样生活，我是 Hatonn.

***

1960 年，二月 10 日，星期三

我在造物主的无限之爱当中与你们相聚.

无数次 你们人群想要知道圣经中—“看啊，我永远与你们同在”—这句话的意思.

你们的导师耶稣意图说 他是你们的一部分，如同他是天父的一部分，如同你们是天父的一部分.”

在天父的王国中，所有生灵都是一体的. 耶稣是上帝的假设是真的，但你们也同样是上帝. 一切万有都是造物者，或你们称呼的上帝.

你们是天父的一部分，而他是你们全体. 在造物中每一个活的东西皆是造物者;

在造物中任何一处都没有死的粒子(particle)，在造物中任何一处都没有死的粒1,

你们世界将很快发现这点.

(原注 1. 这个句子在原始文件中重复两次.)

你们是上帝，你们可以表达上帝 或 表达你想望的东西，这是来自造物主的一份礼物. 你即是你所想的，因为在创生之始 一切都是被想出来的—造物主的一个思维.

我是 Hatonn，你们的朋友与老师.

Adonai，吾儿，Adonai.

***

1960 年，二月 22 日，星期一

你们好，我儿，我在这里教导你们灵性真理，你们地球人类很少看见的真理，已经度过漫长的岁月.

我开始看见为什么这些真理被人们隐藏起来.

这个行星上的人类并不想要听真正的真理.

你们人群习惯于一直以来的生活方式; 许多、许多人并不想要改变.

他们无法打开心胸去领悟新的真理，许多人曾经开始学习新的真理，但逐渐地又退回旧有的生活方式.

自大与骄傲高举它们的头，你们人群乐于听从它们的指挥.

如果你们愿意进步，你们必须将老旧的方式用爱替换掉: 不是专注在自己身上的那种爱，而是一种可以围绕宇宙一切事物的爱，一种只能看见良善的爱，

一种只能看见完美的爱，一种无法审判人类同胞的爱.

这些事情要做到是困难的，然而，这是你们起初受造的样子，你们必然会返回你的本质.

这就是造物主全部的要求: 彼此相爱，爱每一个生灵.

吾儿，冥想这点，唤回你本是之完美.

我是 Hatonn，Adonai.

☆ **第 0425 章集：棕皮书--完结篇**

1960 年，三月 18 日，星期五

你们好，我的孩子，我总是与你们同在.

在我们里内是造物主给予的生命，这生命遍及整个宇宙.

每个生灵都有它必须的东西，所有东西都是生命，但位于振动的不同程度中，每个生灵依照它的理解表达(这振动).

你的使命是穿越所有振动表达出造物主要你表达的东西.

在全时间表达爱与完美，那么你将演出造物主的愿望.

要知道你们皆为一，一个实体不比另一个实体更伟大.

没有一个实体占有比其他实体更多的造物主之爱与光.

只由于他们以不同的程度表达出这爱与光造成人类之间的相异之处.

看看你四周，思考并知晓正发生在你周围的事物.

你们现在身处天堂王国，要觉查到这点.

我是 Hatonn. Adonai vasu borragus.

***

1960 年，三月 24 日，星期四

你们好，我的孩子，我再次与你们同在.

我已经研究你们人群的习惯好些时间了，我发现人们很不情愿去做那些有益的事情. 他们会走各种奇特的门路去获得某个事实上只有一点点益处的东西.

我想讲的重点是你们人类并未更多地寻求灵性发展，至少还未到应有的程度.

他们出席教会仪式，但他们只是为了遵守规定而坐在那儿，(灵性)讯息直接越过他们的脑袋. 他们脑子想着其他的事物，大多数是物质的东西，在实相中没有多

大意义的东西.

你们在圣灵中受造为造物者，返回这圣灵 那么所有事物都是你的.

需要一些努力，如果你尝试，你将得到.

否则你将在这里或那里跌倒，不能实践你伟大的天份.

它们就在那儿，但你必须把它们生下来. 我们正在帮忙，但我们能做的就这么多了. 尝试吧，我们一直在爱与理解中与你同在.

我是 Hatonn. Adonai vasu borragus.

***

1960 年，三月 29 日，星期二

你们好，我的孩子，我总是与你们同在.

我是 Hatonn，持续以造物主的爱与光环绕着你们.

爱与光在天父的造物中十分重要. 光是创造的原力，但爱将它带入活动之中.

光无所不在，没有它 你无法存在，造物无法存在，这是来自天父的原力，所有天父的孩子都可以使用它，但必须以爱来使用它.

没有爱，这股原力无法被启动于有用的目的上，这股原力可以用来保护心爱的人，你自己，或任何你导引前往的对象. 它可以在许多方面帮助人们，疾病、忧伤、许多你们在地球上发现的困难.

看见你自己与他人都被覆盖在这光中，透过爱启动光，看见它将执行的奇观.

所有物质都会回应光与爱. 持续地爱将增长你的光好让你可以用来帮助他人.

我儿，试试看，结果将使你惊奇.

我现在离开你们. 我是 Hatonn，Adonai vasu borragus.

***

1960 年，四月 14 日，星期四

你们好，我的孩子.

我是你们的兄弟. 从人类受造之初，我们就享有这样的关系.

所有人类都是兄弟，因为我们都是由太一造物者所创造.

所有生命都是太一天父的小孩.

如果你们人群能领悟这点，你们星球上此时不会有这么多分离的机构.

也不会有这么多的教会组织. 所有人都会认出并知晓太一造物者的规则.

你们人群把事情搞得如此困难，创造出许多困难的问题，这些在起初造物都不存在.
一切都是爱、和平与和谐; 尝试以这些原则解决你们的问题，地球人类啊.

我是 Hatonn， Adonai vasu borragus.

***

1960 年，四月 15 日，星期五

你们好，我的孩子，很高兴今晨与你们同在.

你们人类有项杰出的艺术: 创造某个东西来庆祝，各种故事、仪式等等; 然而我们群体都在等待你们人类庆祝他们的启蒙，通往真理的启蒙.

打从造物之初，真理就在这里了. 让你们人群庆祝这点，以及所有人都是太一造物者的兄弟姊妹这个事实. 让人们每天都庆祝这点，不只是在特别的日子.

你们跟宇宙中每一个活生生的东西都有关联，这真地可以好好庆祝.

以爱庆祝你们的造物，你将收获天父在许多方面的祝福.

你们的导师耶稣以及许多其他导师都将这样的爱带给你们，做为一个生活方式的典范. 地球人类已经谈论许多这种生活方式，但他们似乎无法去活出这种生活.

现在是时候了，把握每一个机会向所有事物表达爱，很快地 你将会领悟这即是道路，通往天父的道路.

我现在离开你们. 我是 Hatonn，Adonai vasu borragus.

***

1960 年，四月 21 日，星期四

你们好，我的孩子，我今晨与你们同在.

我的职责使我有段时间都在另外的地方，我是 Latwii，我在永生造物主的爱与光中向你们致意.

一切万有皆为生命，不朽的生命.

你们人群被教导如果他们是好人 那么可以上天堂，领受不朽的生命.

人们却很少领悟你们早已是永恒的，造物主在起初就给予你们这个礼物.

任何人说任何事都不能改变这点. 你们必须觉醒，觉察到这个事实.

造物主以他的形象创造你们，不是你们现在的样子.

你们是在爱、和平与和谐之中被创造.

许多人相信他们创造出的环境可以比一个原已完美的造物更好.

这就是麻烦之所在. 所有人必须觉察到他们的完美，并返回天父的造物.

你们现在的样子是造物主的一个虚假映像.

很高兴与你们谈话，我是 Latwii，你们在太空中的朋友与兄弟.

Adonai vasu borragus.

***

1960 年，五月 11 日，星期三

你们好，我的孩子，我很高兴今晨与你们同在.

我是 Hatonn，我在最闪耀太一之爱与光中向你们致意.

一切都是来自造物主的爱与光，所有事物都是在爱、和平与和谐中被创造.

当人类能够如此生活，他将觉察到天父之真实造物.

你们许多人无法看见自己是天父的神圣创造，这是因为目前的教导使得人一出生就处在原罪当中.

天父的造物如何能是罪恶的？人类从起初就是神圣的.

人类披上了一件外衣[比喻性的说法]，而蒙蔽了神圣的自我.

当地球人类重获对自己神圣本质的觉察，日子将会很快乐.

我们帮助你们铺路，但这个觉察只能透过爱来到，对天父的爱，对彼此的爱.

你们星球长久以来处在黑暗中，不是因为造物主，而是因为人类思想的缘故.

觉醒前往新的思考模式，地球人群啊，唤醒你们自己神圣爱的本质.

我现在离开你们. 我是 Hatonn，你们的爱与生命的老师.

Adonai，我儿，Adonai.

***

1960 年，五月 17 日，星期三

你们好，我的孩子，我很高兴与你们同在.

我是 Hatonn，我是你们在服务中的兄弟.

我们以许多不同方式服务你们人群，但最重要的: 我们尝试将对彼此的爱灌输到你们人群的心中. 即使在听过我们讯息之后，许多人继续他们自己苍白的生活方式，如同过去一般. 他们已经这样生活太久了 以致于无法看见爱的道路是最棒的.

你们的领导者大可接受这条爱的道路来裁决他们之间许多的歧异.

该是时候了，他们要了解他们对世界人类的伟大责任，你们的领导者应该行动像个男人，而不是打斗中的小男孩—采取你打我，我就打你的态度.

是时候了，这个星球上的所有人都要了解他们不是孤单的，他们与兄弟姊妹们住在一起，爱的道路是最棒的.

你们星球将持续面临困难，直到你们人类了解到只有一条道路，那就是造物主的道路，属于公义与理解之道.时间不多了，朝真理之光甦醒，你们不是孤单的.

我是 Hatonn，Adonai vasu borragus.

***

1960 年，六月 15 日，星期三

你们好，我的孩子，我是 Latwii.

我在我们无限天父的爱与光中向你们致意.

你们有些人很快就转身离开寻求真理的方向，有时候，他们因为某个不理解的事情而停下来；接着放弃寻求.

然而，事情不应该是这样的，如果你们不能马上理解某件事，不要放弃，先把它放在一边，它迟早会进入真理的图画之中.

总是寻求，有这么多的东西可以学习. 即使多生累世 你也无法全部学完.

但持续你的寻求，你将发现沿路上在许多不期然之处找到援助，解释并照亮你的寻求. 承认寻求过程中的挫败只会延迟你自己，你们应该只往一条道路进展—向前与向上通往造物主的伟大之光.

如果你保持自我的敞开与善于接纳，造物主将以许多方式启发你.

这整个进步的过程中，爱是主要的推力. 爱：所有事物的骚动(agitation)与起因.

我是你们的朋友与老师，Latwii.

Adonai，我儿，Adonai vasu.

***

1960 年，七月 22 日，星期五

你们好，我的孩子，我是 Hatonn，很高兴与你们同在.

我在我们无限天父的爱与光中向你们致意.

我儿，无数次了，我们对你们人群说：冥想，走入内在，发现所有你的答案.

我推测不去冥想的人们给予的最好答案是“我没有时间”.

相较于你们每天花在那些十分愚蠢的事上的时间，冥想只要一点点的时间.

对于人们想要做的事，他们找时间去做它.

我确定任何花在冥想的时间将不会浪费.

我知道你们许多人不寻求灵性的增长，但那不是你们需要关切的.

你们只要做好自己的事情，其他人也必须这么做.

你们可以建议或引导，但要怎么做必须由他们决定.

在某时某地，人们将领悟灵性启蒙，在时间范围内 所有人都将如此，而人们有

永恒的时间去这么做. 许多恐惧隐藏了对启蒙的渴望，但时间成熟后 恐惧的罩纱将消失，人们将自由地透过启蒙通往真理.

我是你们的朋友，Hatonn.

Adonai，我儿，Adonai vasu borragus.

***

1960 年，八月 12 日，星期五

你们好，我的孩子，我是 Hatonn，我在无限太一的爱中向你们致意.

我很高兴今天与你们同在.

我们的任务每一天都有越来越多的进展，有更多人感到好奇.

他们开始自己做一点思考. 我们过去曾告诉你们这是一个大计画，一点一滴地，各个拼图碎片落入适当的位置.

我们乐于见到许多人寻求真理; 但我们也看到许多人的冷漠，不关心任何事情除了他们自己与他们拥有的物质，这点使我们忧伤. 这些人必须在未来某个时刻学习真理，接着他们的生活将会更充实、更快乐.

在这个大变迁的时代，将发生许多事情; 对于所有服务的人们而言将是一个伟大

的经验.

我们全都是光之仆从，但我们必须保持服务的觉知，去完成那将成之事.

我是你们的朋友，爱与生命的老师.

Adonai，我是 Hatonn. Vasu，我儿，我总是与你们同在.

***

1960 年，九月 1 日，星期四

你们好，我的孩子，很高兴与你们同在. 我是 Hatonn，我在他的光辉之爱中向你们致意.

我正持续尝试理解你们人群. 他们可以活在天父之光当中，然而 许多人持续活

在黑暗之中. 他们忙于要一些在天父造物中十分不重要的东西.

在天父造物中 你们早已拥有一切东西，只要你意愿去觉察它.

许多世纪以来，人们创造许多思想与东西，现在你们的星球将要收割这些后果.

什么时候地球人类才会看见自己愚笨的方式，了解到他们无法做得比起初就存在的方式更好? 在你的思想中 为全体创造良善以医疗那将临的伤口，我儿，将会

有许多个伤口.

Adonai，我是 Hatonn. Vasu，我儿，我总是与你们同在.

***

1960 年，九月 1 日，星期四

你们好，我的孩子，我一直与你们同在. 我是 Hatonn，我目前位于太空船，你们星球的高空上，在爱与光中向你们致意.

我们探访带来的许多神秘将逐渐脱落，很快地 你们全体人类将知晓.

许多人将嘲弄这事，不管有怎样的证据; 但其他人将欣喜于他们发现的东西: 许多世纪已经未解的问题得到解答.

你们人群只剩一条路可以行旅，那就是爱的道路

.

他们在憎恨与毁灭的道路上旅行够久了，该是改变的时候了.

这是真的: 你们有眼睛 却不去看，你们有耳朵 却不去听，你们有一颗心 却不去谅解，你们有爱 却不去表达.

试试看，我的朋友，你们一直要更好的东西，就是这个: 爱，更多的爱给所有事物，甚至包括你自己.

我现在离开你们. 我是 Hatonn，Adonai，我的朋友，Adonai.

***

1960 年，九月 12 日，星期一

你们好，我的孩子，我是 Hatonn，我再次与你们同在.

我在无限太一的爱与光中向你们致意.

粗率的思考是一个悲剧事件，地球人类很少了解他们透过思想所做的事.

就世俗的理解水平，你们会说时间可以冲淡一切，抹除许多邪恶与毁灭的想法.

然而这些想法已经建构一股壮观的势力，准备反扑地球人类，照你们的说法.

造物主允许一个行星与其上的人群一段时间进化到一个更高的程度.

然而，地球的现况并非如此. 这个星球已经准备好某个更高的改变，但地球人类还没准备好. 因此这个改变并未完成，甚至 这个行星上的憎恨已经比爱更壮大.

人类能够驱动的毁灭就到此为止了，然后他必须为自己造成的错误而受苦.

你们不能责怪上帝，你们许多人却习惯这么做.

人类曾种下坏种子，现在只能收割坏的作物，这是造物主的宇宙法则，从创世之初就是如此.

唯有透过爱，所有地球上事物得以更正：不是你们人群以为的爱，而是普世的爱，对所有事物的爱；藉此 人们能够看见造物主，并且活下去.

我离开你们. 我是 Hatonn，Adonai vasu borragus.

[棕皮书--完]

☆ 第 0426 章集：通灵讯息的价值

Copyright © 2002 L/L Research

特别冥想

1988 年八月 2 日

小组问题：主题是通灵讯息的价值，以及考量任何通灵团体都可能碰到负面实体提供的诱惑而偏移了起初传讯的目的.

对于真理的寻求者，考量全部的资讯来源，通灵讯息的一般价值是什么?

一个实体在收集资讯的整体过程中，应当如何权衡通灵讯息之轻重?

[影像纪录*]

(*Carla 原注: 在这次集会，我们使用录影设备来纪录此次的通灵过程. 该设备与现场的灯光并未搭配良好，并且有收音上的困难，因此这些录影带没有派上用场. 幸运地，我们惯用的录音带系统运作正常，我们才能够抄写这次的集会.)

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们十分荣幸与你们分享我们的思想，经验你们的振动之美.

我们发现我们不只对这个小组讲话，还包括一个更大的观众.

我们也祝福并传送我们的爱给每一位可能看见或听到这些话语的人们.

因为我们并非为了某个人或特定的团体来此服务，而是为了所有在寻求真理过程中 呼求协助的人们.

你们此次集会的问题与通灵有关，(人们)在这方面的学习有许多困难. 它很花时间，并且通常需要许多经验才能使一个人成为一个清晰的传讯者(管道)，一个会谨慎选择接触对象的传讯者，一个能贴切表达与公正综合我们与管道之概念的传讯者.

接着我们首先大略讲述你们享受的这个幻象的实在本质.

你们已经注意到，服务他人(others)是多么地困难，因为服务他人真的就是去知道他人渴望或需要的东西，然后毫无疑问地将这些东西给他人，这是一个困难的服务. 虽然如此，服务他人是每个人内在感觉到完整性的一个记号，一个人已经做出选择的记号，这个选择即是这整个幻象被设计出来的目的.

或许你选择服务自我，成为头号人物(numero uno)，并且跟随那些自我的虚假形象，拿起你们文化要你戴的面具? 很好，我们在爱与光中与你们同在，并荣耀你为完美的存有.

你是否宁可选择交托小我、野心的自我、贪婪与饥渴的自我; 清空自我中卑劣的东西，让一个更伟大的自我协助你的意识进入更快速的成长与服务他人?

很好，这就是我们在这里的原因，也是这么多实体在这里的原因—去帮助那些想要更快进步的实体们.

在这个脉络下，知晓一般的苦难，知晓服务他人的困难，接着我们谈论通灵的主题. 通灵(传讯)是许许多多服务他人方式中的一种.

它是一种合作方式，传讯者内在最高最佳的品质与一个相当非个人的爱之源头合作呈现出一个更大的观点.

我们做为接触对象，与这个器皿为平等的伙伴，彼此互相尊重，经验逐渐增长的友谊. 这个传讯者至为谨慎地挑战所有生灵，我们感到至为悸动与兴奋，因为我们的服务很容易被错过，这是由于总是有那些不以服务他人之名前来的生灵，它们想要拿走新的管道，或动摇该管道 使之偏移最高与最佳的调频; 它们的目标

是: 减弱传讯之光、人们的寻求之光、与群体的友善之光[这些光芒可以增强地球上的光之网络].

我的朋友，从事服务是多么地困难，与另一个人分享而不强推你的意见是多么困难，不从灵感启发移动到教条主义也是困难的. 然而，这是通灵资料的纯正标记.

这是我们对你的服务，尝试提供资讯与灵感，不是睿智的资讯，而是悲悯、关爱、与服务的资讯. 我们讲述太一起初思维给那些想听的人们; 在合一中，你们每个人都是太一起初思维的一份子，全体皆属于造物主.

通灵(传讯)可以帮助人群吗? 我的朋友，我们相信答案是肯定的，不然我们不会在这里.

我们提供的讯息十分简单: 合一的讯息; 完美慈悲与爱、不带批判的讯息; 平安与喜悦的实相讯息. 这些讯息与这个幻象交错相连，并且超越这个幻象.

我们敦促人群首先进入冥想状态，经验和平、宁静、与爱; 直到寻求者对自我感觉良好，准备好进入服务他人的行列中. 这是转向内在的开端，我们尝试支持这点并鼓励每日冥想、沉思、与志向相近的人谈话，欢庆途中有同伴相随.

当准备自我的工作告一段落时，寻求者自然会发现要做的服务，或许是一连串的服务. 这服务可能是养育小孩，对于母亲而言，即是(圣母)玛莉亚的缪思(muse).

有些人接受乐器的呼唤，或工艺品的呼唤，他们创造出美好与神奇的东西供人观赏，他们以歌唱或跳舞或创作接近缪思.

还有少数人感受到特别种类的缪思之呼唤，一种你们人群无以名之的哲学性缪思，我们可否称之为哲学家缪思？有些人被呼唤以合作的方式去激励与告知(听众). 于是这些人做出选择，选了一个老师，着手一个计画.

这个学习计画包括许多意识中的工作、清理较低能量、与纯正之深邃自我共同工作等，这个(学习)过程不只对声音传讯有帮助，也对传导医疗或其他能量有帮助. 做为一个传讯者，你可以提供两个伟大的协助:

首先，在越来越成为一个有意识地接受导引的信实人类过程中，每一个寻求者成为一道越来越明亮的光芒.

其次，那些加入这个传讯团体的人们形成的光以指数比例增加，光的气力的增加远超过线性人数的增加. 因此，藉由单纯地尝试传讯，这个星球变得更光亮，这个星球的意识获得提升，伟大的工作正在完成.

对于那些渴望帮助环境，渴望以政治或社会型态帮助的人们，我们要说“知晓你自己，知晓你的缪思，不管它是正义、荣誉、美丽或公平; 接着问你自己这个缪思承载了什么真理.

真理是我们在此讨论、发现与欢庆的对象. 然而，没有一项真理可以被言语或心智表达，只有一种对真理的感觉心音，一种对事物的确切感在每个人内在升起.

真理并不在你的外面，你的外在是一个相对性的幻象.

真理就在你的内在，我们传讯给器皿时 希望将这些思想放入它的心智中，好让每个实体得以尝试成长，同时看见所谓的失败与错误都只是这条路上的一部分，让自我能够拥抱、接纳、宽恕它们；然后继续前进.

你想要从事传讯的服务？教学的服务？

那么你必先每日工作自我，自我的本质即是爱自身.

虽然持续工作自我，朝自我实现方向努力似乎是自私的一件事，然而，难道你不必须充分地爱自己，才能够充分地爱你的邻人？

每一个陌生人都是你的邻人，都是造物主的另一个面孔，给予这样一个实体礼物当然是一个惊奇与祝福，于是这个实体将回报给你更多的礼物，所以牺牲与受苦的尽头总是喜悦.

现在，我们知道有许多人曾遭遇超心灵问候，也就是这个器皿称为的忠实反对派；他们也在爱与光中服务无限造物者，但走的是负面途径，他们想要模糊与抹除这个星球上的光芒. 我们鼓励每一位(读者)爱他们，献上你们祈祷的馨香给你们走在负面途径上的古老兄弟，无须感觉恐惧，只要清晰地、坚定地请他们离开；或者如果他们很顽强，则工作自我的内在，开启自我去领悟每一个自我皆为一切万有，于是外在的负面状态仅只是内在的负面状态的一部分.

现在 显化是你们的，经验是你们的，此刻即是你选择的时间.

首先选择是否去服务自我或服务他人，进入冥想的时期，敦促你的伴侣与你共同

进入，好让你们可以一起改变，一起成长. 接着，在一个月、一年、十年之间，在你的心之时间中，在造物主的时间中，服务的需要将来到你身上，它是工作也是喜悦，接着你的工作将成为你的喜悦；你的喜悦成为你的工作.

我的祝福并欢迎你们每一位，来到我们这里成为声音传讯者.

我们祝福所有服务无限造物者的生灵，你们全都以你自己独特的方式服务.

愿你们在寻求路上信实与百折不挠，一心一意地渴望知晓无限造物者的奥秘，最重要的，愿你们彼此相爱，尝试去服务彼此，因为当你们如此做之际，你们将进入天堂王国[套用该器皿的称谓]. 是的，我的朋友们，这天堂王国就位于你的内在.

能与你们谈话真是一个祝福，我们无法表达足够的谢意，感谢你们呼叫我们.

愿你们知道，我们总是聆听每一个呼求，我们愿意扮演一个通信载波，协助深化你们的冥想. 你们只要在心智里请求这项服务，服务无限造物者的星球联邦将听到每一个实体，确保他们在自己的振动样式中接收到保慰师(Comforter).

我们感谢这个器皿，并在此时转移通讯管道，透过 Jim 实体传讯. 我是 Q'uo.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再一次 我在爱与光中向你们致意.

此时 我们尝试回答在座各位的问题，我们希望各位知道我们提供的只是一些意见，我们寻求过程的果实. 请拾取那些在你心中响起真理铃声的话语，毫不犹豫地放下那些没有回响的话语. 此时 是否有任何我们可以讲述的询问?

Carla: 你能否跟我讲关于精灵(devas)，自然灵的事情?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，这个主题是一个相当庞大的领域，我们可能无法在这么短的集会中说得很全面. 但容我们建议，关于你所描述的自然灵，精灵，它们浓密地居住在植物与动物王国当中，数量不亚于地球上的植物与动物.

这许许多多的精灵与自然世界共同联合工作，如同某种照顾者，并且做为第二密度生命与第三密度人类之间的沟通者.

依照植物与动物的渴望，它们告知动植物们自我觉察意识[此为第三密度的正字标记]的知识，因为所有生命都移动朝向太一造物的爱与光，所有生命在这移动过程中都有指导灵的协助. 有些生命比较不觉知它们要移动的方向，藉由它们前进的渴
望，呼求必要的协助.

在动物与植物生命形态的例子中，回应呼求的实体们即是你们所称的自然灵与精灵. 是否有其他的询问?

J: Q'uo，我有一个关于缪思的问题. 如果我正确地理解你，在我们的传讯过程，或在我们探索自我知识的过程中，我们回应你们的缪思之呼求?

我是 Q'uo，我的姊妹，关于你的询问，我们所用的缪思与一个寻求者寻求的方式有关，跟寻求者内在的品质，或一串特质有关，它们以特别的力量与光荣发声，容我们这么说.

因为每位寻求者在寻求的旅程中，将会发现特定的途径引起他特别的兴趣，而无法在其他途径停留很久，或保持如此强烈的兴趣.

如此，我们可以说每一个寻求者都必倾听内在缪思的声音.

诗人倾听文字的用途以表达出比文字本身更伟大的概念.

画家注视着调色盘与画布，做为他表达内在缪思之歌的背景.

对于每一个寻求者，他的缪思都是将真理说得最清楚的那个声音，于是，每位寻求者可以追随那声音，倾听缪斯的话语，好让寻求者知晓更多存在的真理，更多表达真理的方式.

是否有另一个询问，我的姊妹?

J: 是的，谢谢你. 刚才的答案的确解释了我想知道的东西.

接着，你曾提到某些关注的领域比较容易吸引那些想要使光黯淡的实体们，而有些
领域则不会吸引它们. 我的理解是否正确?

我是 Q'uo，我的姊妹，这基本上是正确的. 因为当任何寻求者在寻求与放射太一造物者的光芒上变得更有效率，这道光在形而上或时间/空间的层面上被视为一股力量，于是在这层面中的其他存有受到光的吸引而移动. 负面实体被这样的光吸引，因为它是一种灵性的力量，他们想要利用来达成服务自我的目的.

我们可否进一步讲说，我的姊妹?

J: 是的，我还有一个问题，但我需要几秒钟来明确地陈述它.

Carla: 我趁这个时间空档说话，延续刚才的主题，好比你是一个水管工人，你可能追随铜金属或某个东西的缪斯，但你不会吸引负面存有，因为你并未朝正面极化，你只是把水管置入适当位置. Q'uo，这是不是你的意思?

我是 Q'uo，我的姊妹，这是正确的. 因为真理寻求者努力的目标即是增加极性或欢迎太一造物者之爱与光的能力. 正如同你们汽车内的电瓶能够作用的原因是正负电极的电位差; 同理 真理寻求者能够在意识内工作乃根据他有效地朝正面或服务他人方向极化的能力.

当极化到达足够的程度，它就等同于一个能量的源头，可以用于 进一步的服务他人，以及继续在这条途径上向前旅行的动能.

或者，这道光可以被负面极性实体使用，如果他们成功地侵犯这股力量，容我们说，这并不是他们自己设计的手段，而是正面的真理寻求者可能在某个片刻无心地、轻率地远离了他知晓的真理，进入不和谐状态，结果构成一个开口或邀请，允许负面实体强化这个开口，到达某个程度时，该实体或许能够使这段光黯淡一

阵子，并将这股力量挪为己用.

是否有另一个询问，我的姊妹?

Carla: 我将发言权交还 J，谢谢你.

J: Ok，在通灵越来越受到欢迎的前提下，除非这个活动被谨慎地教导，似乎负面实体将被吸引，企图将这道光转向或熄灭，这类事件的机率将大为增加.
你们有什么建议，可以使我们避免这类的事情发生?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 不管以任何(风格)方式成功地提供服务给他人，该实体将受到诱惑，这是一种平衡机制，好让这个显化服务他人渴望的实体也有相等的诱惑远离那服务，并以某种方式加入负面途径一段时间.

你也可以将这诱惑视为一个机会，去强化服务他人的渴望，当荣耀自我或获得权力与表彰自我的诱惑被认出与拒绝，该实体将更持久地，更信实地走在这条路上.

如同耶稣.基督在沙漠中度过四十昼夜，接着经验所谓撒旦的诱惑，耶稣强烈地要求所谓的撒旦退到他身后. 每一位真理的寻求者将发现当前进一段路之后，会出现一些机会考验这个进展是否真实，以及他表达服务他人的式样中是否有漏洞，透过种种困难，那些漏洞或比较脆弱的区域将被突显，于是真理的寻求者得以修补这些区域，并感激地答谢任何协助指出这点的实体.

因此，我们认为无须恐惧负面实体与他们提供的诱惑，这些只是你们幻象中进化过程的正常的一部分，好让各个途径的进展，透过正面与负面的互动，彼此强化;

好让太一造物者透过这些经验更充分知晓他自己，同时 每个处在造物中的实体透过这些经验，更充分与强烈地知晓自我与太一造物者.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

J: 所以，这种事件是一个强化信心的机会，是否正确?

我是 Q'uo，这是相当正确的. 我的姊妹，是否有其他的询问?

J: 没有，非常感谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹.

是否有其他的询问?

发问者: 喔，明显地，负面性是这个造物的必须机能之一，负面实体们藉由服务自我同时也服务了我们这些属于正面极性的实体们，让我们可以经验两造的偏见. 我不大确定我的问题是什么，我猜我尝试发现这里发生的事情都是整体不可或缺的部分，有时候 要对那些负面实体有分离的感觉是困难的，因为我们知道他们是造物的一部分，我们全体本质的一部分，我们全都处于这个造物之中.

我是 Q'uo，我们愿意评论你的感想，的确，我们认为不管是正面、负面、或没有极性，全都是同一个造物者与造物的一部分. 对于一个正面导向的实体，应对负面极性的最实在方法就是在心中产生澎湃汹涌的爱给对方，并且在冥想状态中将爱送给对方，然后以你感知的方式将该实体沐浴在太一造物者的爱与光中.

因为所有存有都真的是自我与造物者的一部分，当真里的寻求者注视内在，发现自己内在的真理，发现在寻求旅程中遭遇的所有经验或实体都反映出内在真理的某个部分，接着寻求者能够将所有造物主的表达汲取到自身中，看见所有生命为造物者，都是自我，都是爱，然后他们成为他们的本质，不再是表面的样子;当(他们的)人格面具去除之后，真理寻求者站在镜子前面，看入自己的灵魂与造物主之心.

此时是否有最终的询问?

J: 我有一个问题关于负面极性掉换到正面极性. 根据一的法则，负面极性最终必须寻求正面. 我的问题是，我们现在见证地球的情境，似乎负面极性正在累积，并且负面极性想要转换? 我尝试要找出最初呼求光的决定从哪里开始，是来自那些本
来就属于光的实体，或来自那些负面极性的实体?

我是 Q'uo，我的姊妹，对光的呼求很早就从这个行星发出，源头是那些已经选择服务他人的地球实体. 这个选择就好比一个需要协助的呼求，因为任何寻求学习任何艺术的学生 都可以从一个老师身上更有效率地学习.

许多给予真理寻求者的协助是无形的: 许多巧合与惊喜，预言的梦境，遇见一个改变你生命的实体，还有许多许多.

因此，你们行星的大众意识移动前往正面方向，最主要原因是那些持续坚定寻求光与服务的实体们发挥的作用，而非负面实体渴望转换跑道，因为负面极性的渴

望存在的期间远超过你们行星目前的进化程度.

负面极性以巨大的气力进入第四密度，爱的密度；接着进入第五密度，智慧的密度. 一直到第六密度，爱与智慧联合并调和为一，到这个地步，负面极性必须抛弃服务自我极性，转换焦点到服务他人上头，方可继续寻求与太一造物者联合的进展.

此时 我们再次藉此机会感谢每一位邀请我们出席的成员. 我们很喜悦与每一位寻求者一起唱颂寻求之歌、爱之歌、太一造物者之歌；忆起经验这个造物的伟大奥秘、冒险、与喜乐. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体. 一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. Adonai，我的朋友. Adonai.

(Carla 传讯)

我 Yadda，我与这个器皿，在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们喜欢这个器皿. 她以耶稣基督之名挑战，我们说 “佛陀如何?”

我们不充分了解这个器皿的狂热信仰，但即使她是乡巴佬，我们说”OK”，因为她热情，她关心，她真实. 我们也是如此. 我们在无限太一的爱与光中来此.

我们来此的唯一原因是想要强调欢笑的需求、快活的需求、生命强度的需求，而非外在的生命. 你们必须忘记所有你穿在身体上，穿在脑袋上的衣服. 你们穿戴的所有帽子—父亲、母亲、老板、员工，所有这些事物，把它们抛开.

你想要名声吗？不要进入灵性追求．先生，你在那儿找不到名声．

你必须想清楚，你是否对内在旅程的兴趣大过外在旅程．你知道你会死，但你知道你为什么活着(alive)？

你们喜欢吗，我抓到”L”音了，我刚才说活-着(a-Live)，我做到了，我讲得更了！

我们敦促你丢弃许多东西，如此你得以找到你存有的真实强度．

愿你们在欢闹(jollity)中这么做，啊 欢闹！我几乎学会这个器皿的语言了！

我们很欢喜与你们谈话，感谢你们的呼求．我们祝福每一位，我们走，因为我们不长谈．

我们 你们的 在无限造物者的爱与光中．我们代表这个热情的基督徒，这个乡巴佬，还不知道宇宙的实体，对所有你们乡下人说，不管你相信什么，热情地相信，全然地相信；不带思考与判断去相信；不带名声与威望去相信，但要找到欢乐时光．

Adonai. Adonai. Adonai，我的朋友．我 Yadda．

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0427 章集：肉身之死

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年三月 25 日

小组问题: 我们如何将死亡的概念与我们地上的生活调和?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们发现你们每一位的振动都至为美丽，我们祝福并感谢每一位给予我们机会分享这些振动.

我们请求你们尝试保持清醒，但我们保证如果有人不小心打呼，我们将不会抱怨太多. 一切都好，我们只是说出我们要说的话，我们知道如果某部分是你无法接受或无法辨识的，你将会忽略它，把它放到一边. 如此，我们不会成为任何人的绊脚石. 我们有我们的意见，但并非绝无错误. 或许我们比你们多走了几步路，但我们的双脚仍然走在与你们相同的旅程上，仍然布满了灰尘，继续前行.

当我们与你谈到死亡经验的本质，一般而言 我们无法完整地述说. 我们想先退几步，谈论 M 实体考虑为这个询问的一部分，也就是信心(faith)，它与相信(belief in)不同. 我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们并不极力鼓吹对这个或那个”有信心”，因为任何可以形成文字的东西总有一天会鸣出虚假的铃声.

因此信心的概念必须与所有客观参考物分割，一个人准备死亡经验的最佳方式为

学习在信心中活出一生. 基本上，信心没有客观的参考物，因为造物主不是一个客观的参考物. 这不是可感知、可触摸、可测试、可见的造物主.

毋宁说造物主是无限智能，一个无法使用你们语言充分表达的概念.

我们可以找到最接近的辞汇来描述造物者的主动原则是那不恰当的字眼: 爱.

结论是，如果一个人必须对什么有信心，那就对爱有信心; 那创造、毁灭的爱; 既美妙又骇人的爱，它即是一切万有.

神圣与创造的爱是一个伟大的奥秘，对于这一个奥秘有信心是真正地有信心，因为信心并不在确切的事物上安歇，而是歇息在那不可见、不可知、无法证明的事物上.

如果一个人在濒死的时候，唤起自己对爱的信心，这个人的过渡时期将是最容易的. 现在我们将谈论一些容易扭曲与混淆死亡这个主题的东西. 虽然每个实体都完全知道人都会死，然后进入一个更大的生命.

然而，我们发现在你们人群中，有一股深沉的恐惧，害怕失去这个承载你们的动物，你们称之为人类. 我们发现该器皿也称之为没羽毛的两足动物，但我们只是为了幽默的缘故增加这个称呼.

在任何事件中，这个动物，不管叫什么，都不是你. 你在你的脚指里头吗? 如果你切掉一根脚指，你会消失吗? 如果你切掉一条腿，你会离开吗? 你身上有哪一个部分一旦被移除，你就不再是你自己?

你是意识，而意识有其自然法则，这些法则中最大的一项仰赖于你的选择.

我们但愿每个人记得这辈子是最为特别的，因为在这个特别的时期[以你们的称谓]，那些想要参与地球上意识极化的实体(数量)远超过收藏这些意识的动物提供的机会. 因此，移动进入这些人类躯体的灵魂们必须具备振动的老资格; 这意味着你们每一位都能够在这一生达成一个朝向爱的可收割态度; 换句话说，你们每一位都有能力去更多地关心别人，爱护别人，照顾别人，安慰别人，宽恕别人; 超过自己被理解、被爱、被安慰、被宽恕的需要.

爱具有牺牲的特质，当一个人花更多时间去协助他人超过协助自己的程度，那将是一股可观的助力，使得该实体加速地极化，于是当你的肉身死亡，进入更大的生命之际，你将能够使用来自无限造物者的必要额度之光芒.

现在，我们不想要让你感觉只有一条途件，宇宙中也有负面的途径，我们感觉非常困难，我们并不教导它.

它的效力是正当的，虽然有其限度，就我们最佳的理解，这条途径无法完成整个通往造物主的旅程，到某个程度，它的极性必须被反转为正面.

你们所经验的死亡，看着他人变老，留下他们的肉体，不幸的，死亡通常包含一个临走前的时期，这个时期通常带有大量的痛苦. 这个过程，如同生命中所有其他事情，都为了吸引一个人的注意力，允许一个人有机会或理由去思索他即将经验完毕的此生的伟大奥秘.

现在，那些不清楚什么是在信心中生活的人们，那些花费大量时间工作 为了显化物质财富，热爱那些物质财富的人们将发觉关心他人超过关心自己是困难的.

不过，如果一个人能克制占有欲，看见所有的财富都来自天父，那么他可以训练自己成为造物主之货物的管理员.

因此，如果你已经拥有许多财富，停止将它们想成是你的，了解到你是造物主的管家，正在照顾造物主的东西，而每一个原子与每一个能量圈都是他的，如此你的过渡时期会变得容易许多.

还有一件事会使得过渡时期变得困难，那就是十分强烈地集中焦点在俗世的事物上. 战场中的士兵有时候并不觉察他们已经被杀害一段时间，因为它发生得如此突然. 那些过度着迷于某个物体或对象的人们可能成为地缚灵，直到着迷的物体消失，或某个实体出手协助，他方能离开较低星光层面.

(译注: 关于此段描述的灵界见闻，推荐大家一本描写更详细的免费好书—终极旅程下载: http://geocities.com/terahsu/UJ.pdf)

所以，我们建议每一位在此生中从每日冥想开始，将自己扎根在造物主的爱与光中，聚焦在服务他人之上，爱自己也爱彼此，无惧于死亡，因为意识没有中断点，意识的火焰不会熄灭; 只是承载你的动物躯体变得无法存活.

在你们人群中，这个事件十分地感人与深刻，的确，在我们的密度中也是这样，我们悲悼我们的伴侣与老师，但我们不会紧抓不放，每个实体都有自由留下或离去，然而在你们的幻象中，有时候 人们并不知道他们拥有的自由.

在肉身死亡的过程中，一个人可能经验许多不同的事情，有些事情极为不舒服，容我们祝愿每个人一个舒服的死?

无论如何，一旦肉体被抛下，有各种经验可能发生，依照个人的意识而定. 在许多情况中，需要进行疗愈的工作. 在某些情况，需要先创造一个相等于前一世中最快乐的时光之氛围，好进行主要的疗愈过程，直到该实体强壮到足以面对前一世中艰难的部分.

在其他情况，一个实体具有足够的觉知，在前一世中已接收到天使的导引，那么他将无惧地移动，带着知识与好奇心前往不管是什么额度的光之境域，只要该实体可以舒适地吸收与使用当地的光.

最终每个实体都被疗愈，每个实体移动到造物的一个部分，那里的光将是该实体感觉最舒适的程度; 接着 藉由恩典 在高我的陪同下 该实体评判前一世，回头凝视，翻阅此生的书页，或用另一个隐喻，仔细地查看这幅织锦画，由情感、思想、行动构成的一生. 你的织锦画是否美丽?

你可曾使用丰富的颜色与爱意的情感? 或者它完全布满冰冷的情绪与愤怒的扰动? 你如何制作你生命的织锦画?

你将是你这一生的判官，今天就使你自己满意，那么 审判将不会那样困难.

(译注: 这一大段使用的前一世指的均为此生肉身死亡后的最近这一世.)

一旦回顾检阅完前一世之后，你已经判定你学习人生课程的成绩，以及还有哪些课程尚待学习，然后你可以规划下一世.

你们的密度正位于一个特别的时间，你们许多人希望的目标，你们有些人将达成的目标: 收割. 这即是我们的同伴，Ra 群体，所说的，(地球)社会记忆复合体的开始.

为什么花费你的时间在滑行掠过生命的池塘上头? 打破薄冰，潜入深邃意识的纯净温暖的水域中，在冥想中造访至高者的圣殿，因为它就在你的里内.

荣耀你内在的圣殿，强调你内在的圣殿.

让大我打开一条导管通过你，让大我得以在无限能量[你自己绝对不能持续供应额度]中流过你. 你越是花时间从事意识中的工作，你的小我就死去得更快.

或许 我们可以给予那些对身体死亡感兴趣的人们最佳的忠告是指向真实死亡，那是正面与负面途径选择强烈要求的东西. 你有选择的力量，这是你选择的时机.

在这个厚重的幻象中，你必须做出选择.

这个幻象设计的方式是你们只有很少的线索向你揭露造物主之奥秘的真实本质.

你们在黑暗中做出选择，在影子大地上 你什么也看不清楚，错的事物似乎不那么错，对的事物似乎令人质疑. 在这个幻象中没有什么是理想的、终极的或巅峰的. 然而，我们对你说，你自己绝对是无以伦比的，在无限造物之中，你是独特

的. 你对于造物主而言，非常 非常重要，并且备受疼爱. 当你知道这点，或许打开心胸去回馈这份爱会容易些，或许打开嘴巴说出赞美与感谢的话会容易些.

或许渐渐地，从别人的观点或更大的观点去想事情会容易些.

现在 你们每个人都将失去肉体载具，而我们最佳的忠告是活出一个有爱的人生.

在你的心中鼓励爱的意识在无限造物者中成长，你只要请求它，渴望它，因为你所渴望的，你将接收到.

如果你想要证据，我们建议你加入那些技术专家，你们称为科学家的一群人，他们创造出许多许多新玩意，使用一些对他们来说是奥秘的原则，虽然他们不会承认那是奥秘.

你想要活在一个充满观察、重复与测试的世界？或者你想要活出一个充满爱与信心的人生？

(译注：并非所有科学家都是唯物主义者! Latwii 在此使用一个鲜明的对比来提醒我们.)

愿你们全都移动进入第四正面密度.

愿你们全都为了造物主与自己找到许多的爱，好让你能够爱他人超过爱自己，并在他们里内看见无限太一.

那么你的死亡将只是换一件衣服的过程.

这个过程只有一瞬间，然后你将处在你需要在的地方，伸开双手朝向那些你希望(前来)欢迎你的存有们.

容我们说，当你搭便车到达目的地时，即是你自然死亡的时刻，你们曾经签下一份非常困难的任务合同，一个非常困难的义务之旅程.

愿你们在自我之中找到属于信心与爱的部分，并且想要给予，透过冥想与渴望，滋养这部分，直到你生命的织锦镶嵌上一个又一个的宝石，绣上一个又一个的花样，于是你成为献给无限造物者的一首诗，一颗果实—来自信心中的生命，包含和平、爱与喜悦；也包含忧伤、苦难与死亡，它们全都受到祝福.

以爱的双眼凝视一切，那么当你凝视死亡时，你将想到造物主与他的光芒与爱.

这些是我们建议的准备事项：将注意力转向爱，透过冥想滋养造物者的觉知，每日微小的思维将个人带回中心点.

肉体的死亡是短暂的，你们奉献此生于准备，容我们说，期末考试.

我们孩子们，好好做你们的功课.

我们在此时感谢这个器皿，因为她本身是一个可怕的(terrible)笑话高手，于是我们能够透过该器皿更多地表达我们幽默的人格，跟其他小组相较而言*.

我们希望你们不要介意我们的兴高采烈，因为我们坚定的相信没有轻松的步调，灵性途径可能变得太过严肃，从而失去它的明亮与喜悦. 我们希望每一位行走在这条布满石头的路上也能找到喜悦，同时一路上有许多伙伴同行，我的孩子们.

(*译注: 参考棕皮书中，底特律团队通讯 Latwii 的风格)

我现在转移通讯到 Jim 身上，感谢各位的鼓励. 我是你们知晓的 Latwii.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，再次地 我在爱与光中向你们致意. 我们再次提醒所有在场的各位，我们分享的只是我们的意见，虽然我们以很大的喜悦分享，它却不是绝无错误的. 拿起那些你觉得有用的话语，忘记那些没有触动你心坎的部分.

此时，是否有任何询问?

M: 是的，首先，我想要感谢你回答我个人的问题，我觉得非常感动. 你刚才说到意识没有中断点. 你也说过时间与空间都是幻象. 我曾经验过意识的中断点，我假设当时我正被动手术，我进入无意识状态，这是否相当于死亡? 我穿越一段时期，我甚至认不得时间的存在，我不晓得我在什么地方，也没有我自己的想法，这种无意识是否相当于死亡?

我是 Latwii，透过你们的医生注入麻醉药的程序，通往潜意识心智的门户暂时开启，进入的意识有大部分(期间)没有觉察. 因此，虽然这类的经验跟穿越死亡的门户有些雷同，但并未真正模拟死亡的过渡期，因为在死亡过程中的经验将唤醒显

意识心智记得它更多的存有状态.

附带一提的，当一个人的心智静止下来，将活化潜意识与显意识的直觉连结，于是潜意识得以适当地告知显意识一些令人鼓舞的经验.

是否有其他询问，我的兄弟?

M: 是的，谢谢你. 沿着相同的询问路线，换句话说，如果我正确地理解你，你是说死亡好比一种大量经验的唤醒，那些已经遗忘的经验. 我假设这意味当你结束这一生之后，你仍然觉察这一生的内容. 然而，我发现那些死去的人们与活着的人们之间的沟通似乎非常少，为什么呢?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问. 那些已经通过死亡大门的实体 与 还在肉身之中的实体 很少沟通的原因主要是尚具肉身的实体很少尝试与另一边的往生实体沟通. 因为你们(西方)人群很少相信这样的通讯是可能的或得当的. 你们人群对于未知的事物情愿让它保持原状，不要涉足这类神秘的领域，容我们说.

另一个理由是，那些已经穿越死亡门户的实体们在他们的存有中有一种完成的感觉[针对才刚结束的一生]，接着有一股巨大的渴望，想要去探索那些明显在前方寻求旅途上等候他们的东西，所以，他们很少渴望要移动返回那个才刚离开的幻象.

无论如何，在某些例子中，相爱的人们当中，有人刚完结这一生时，存在一个最后的通讯. 通常，这个通讯并不以言语或文字的形式发生，而是一种尝试通讯的一方感觉到对方的精华与自己调和在一起.

(译注: 在此 推荐大家看一部老片: 心灵点滴--Patch Adams)

是否有其他的询问，我的兄弟?

M: 我想澄清一点，就我的理解，你是说我们大多数人不相信我们真的可以与我们已死去的挚爱亲友通讯，但我也大致理解如果我们相信，如果我们以正确的方式尝试，则有可能办到，对吗?

其次，在地球上 是否有任何人以看见的方式在做这件事?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问. 与那些已经穿越目前幻象边界的实体们沟通的能力的确是可以学习的，先决条件是具备强烈渴望与持续练习的恒心，方能成为一个清晰的意识的接收者与传送者.

这个过程涉及谨慎地检验生命样式，好让人体内的能量中心或脉轮得以成为清晰的管道，允许造物主的智能能量或爱流过这些(能量)中心而没有显着扭曲.

这个过程迫切需求毫不留情的诚实[容我们说]，以致于很少人真正精通这个能力，亦即首先清楚没有漏失地与自我沟通，随后允许非口语地与其他实体通讯，不管是具备肉身或无形的存有.

是否有其他的询问?

M: 现在没有了，非常感谢你.

我是 Latwii，我的兄弟，我们感谢你. 是否有其他的询问?

K: 我对于 UFO 感兴趣，你可否在不冒犯我的自由意志之前提下，评论我曾遭遇的近距离接触?

我是 Latwii，我们对你道歉，我们无法评论.

因为你询问的这个领域必须完全地停留在你的自由意志范畴之中，因为这类事件的神秘特质，不只吸引你的注意力到这个(事件)经验本身，同时还指向你这一生的经验.

是否有其他的询问，我的兄弟?

M: 我想进一步探讨创造服务的一生这个想法，我想这是一个非常高贵的野心，就我的理解，同时对于我们的进化也非常有用. 然而，这似乎是一个矛盾，或许你能够帮助我理解这点. 我想要发展服务的能力，超过我现在具备的能力，然而，看起来想要这么做是有些自私. 换句话说，这个服务的过程是一个人可以学习的吗? 或者这个过程应该是自然的过程，当一个人进化时自然发展的能力? 我这样表达还可以吗?

我是 Latwii，我的兄弟，我们的确觉察你的询问. 渴望服务他人好增进自己的进化旅程确实有些自私的成分.

我们发现在你们第三密度幻象中的所有行动都从自我之中心开始，然后向外移

动，每个实体的移动方式都是独特的. 一个实体从完全聚焦在自我身上，只关心自我的生存、成长与学习[为了这个幻象中的经验]; 持续(向外)移动 将关注的焦点放在其他自我上，真正地关心周遭人的福祉，[容我们说] 以致于天平倾斜到另一边，也就是关心他人的强度超越对自我的关切.

这个过程，如我们先前陈述，必须从自己开始. 于是，这个学习过程透过必须的互动[也就是日常活动的一部分] 以及此刻之必需 从事服务他人; 在这种情况，一个人无须思考地与其他自我互相牵涉，这个人周遭的实体对他发出请求，不管是公然地或藉由自身的临在(呼求)，因此，首先需要学习的能力是在潜意识层次与其他自我互动，直到这个人开始看见这个互动与服务其他众生为自己的存有与活动中自然的一部分.

当一个人透过寻求生命的目的以及生命样式的可能性，他有意识地变得更为觉察; 那么这个藉由依照必需的服务[容我们这么称呼]得以扩展，于是在服务他人(众生)的过程中带有特定程度的愉悦. 持续地，有意识地寻求生命的目的以及生命样式的本质将提供真理寻求者更新的机会去提供自己独特的服务给其他自我.

那么 我们认为真理寻求者会发现在服务他人(众生)的过程中，有着比服务自我更大的喜悦与满足，同时也了解到自我有特定的基础需求，寻求者必须提供给自我这些需求好让自我能够继续他第三密度的经验.

我们看到有一个(关键)点位于比 50%服务再超过一点点的地方，在这个时机渴望服务他人的渴望超过服务自我的渴望，然而 服务自我的渴望的确还是显着的.

容我们说，这是可接受的，因为服务他人的意图百分比到达 51%或更多，则该学

生可以毕业或迎接收割. 一个学生必须有持久不懈的服务他人之渴望，程度超过51%，好让这个学生能够耐得住更强烈的光放射，容我们说，属于第四密度经验的正常边界内的(光).

因而，第四密度的经验具有足够的苛求程度，提供进一步成长机会给刚毕业的学生，他们能够从第四密度幻象的较低水平开始，接着继续学习第四密度的功课，汲取该密度上头的资源从事进一步的服务与学习.

是否有其他询问，我的兄弟?

M: 我想你真的十分亲切，提供这些细节. 我有一个麻烦..的问题，我们曾经谈到人类有一个选择，但我感兴趣的是有些人没有选择的能力，好比一些生来重度迟钝的人，或天生的精神异常病患，或有些人甚至还没生下来就被堕胎. 你可以说说他们如何进化，他们是否必须重头来过?

我是 Latwii，我的兄弟，我们觉察你的询问. 我们要提醒你，我的兄弟，目前这一生，虽然看起来是你们所有的可能性与存在，事实上，只是你们在第三密度幻象中进展行列的一个片刻而已.

每一个进入这个幻象的实体都有个选择，关于他经验该幻象的方式.

有些人为了特定的原因与过去世的经验，有需要经验更剧烈的一辈子[在你们的幻象中].

如同你刚才说的许多情况，还有更多更多的情况，在此 表面上 这些实体只有很

少的有意识选择，关于此生要如何进展，以及从此生可以收集到什么东西.

我们再次提醒各位，任何一世的经验都具有平衡过去世的经验的目的，同时也提供一个起点，好让进一步的平衡发生在你们所称的未来世.

所以，没有任何肉身经验会遗失，有许许多多的经验在它们进行的当下是无法理解的，无论如何，当此生停止时 该实体在中阴期间回顾此生，由于更大的视野，允许该实体看见这些移动的势力，也就是他在此生或更早以前种下的各个种子以及随后长出的果实，于是不管采收到什么果实，都可以在灵魂的整体成长中被利用.

有许多辈子可能结果都远不如当初预期的目标，然而，一个也不会遗失，虽然这一世所学的功课可能不如当初的期望，在灵魂整体的观点中 全部的转世与经验的确有所教导.

是否有其他的询问，我的兄弟?

M: 不了，谢谢你. 你刚才说得真好.

我是 Latwii，我的兄弟，我们感谢你. 此时 是否有最后的询问?

Carla: 我有一个问题. 有两种人写信给我们[L/L 研究机构]，他们发觉要找时间服务他人有困难 或者 他们感觉未曾服务他人.

一种是生意人或上班族，每天花很多时数工作，把自己搞得很疲倦，所以无法好

好冥想，也没有很多时间思考或阅读.

另一种是家管或母亲，她们要打扫家里，照顾小孩，接送家人，去超商购物，忙得像个安静的疯子，环境吵杂，没有很多时间坐下来放松.

我对他们说，你们凭藉自己的意识就一直在服务他人. 这是我想得到的最佳回应，

你可否就此评论? 还有，这些人要如何服务，如何组织他们的服务?
我是 Latwii，我的姊妹，我觉察你的询问. 你们人群被日常活动淹没，这是一个相当常见的经验. 表面上，每日的细节是最重要的考量，一个实体必须适当地解决每个考量(利害关系)，才能将注意力移动到其他考量与其他实体上头.

我们提醒每一个实体了解 (自己)存有内心的渴望才是一生中[不管在什么时代]最重要的考量. 渴望将每一个关系与每一个活动尽可能地浸泡在爱与服务之中，这样的内在品质将提供该实体 心智的平安，以终极的角度而言.

我们觉察到每位实体注视自己的生命样式，在这方面的进展可能还不值得恭贺，并且看待自我远远落后起初设定的形而上目标. 然而，一个人恒常地落后于渴望的目标，就灵魂整体的成长过程而言，这并不重要. 重要的是，在这个过程中，渴望去寻求，渴望去服务，即使当一个人觉得自己什么也不是 只是一个失败者时，仍渴望继续前行.
...

[录音带结束]

最后，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. Adonai，我的朋友.*

(*译注: 译者自行加上 Latwii 通常在结尾必说的话，算是为本书做个总结. ^_^)

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 05 辑

☆ 第 0501 章集：圣母.玛利亚

[圣母.玛利亚于 Fatima 显灵]

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想

1990 年三月 11 日

[这场的录音品质较差，故有些部份不是很清楚]

小组问题：在这个时代，许多人认为世界末日时期就是现在，在地球的物质界与形而上界都有大量的活动，我们看见在世界各地发生大规模的困难，大量的混乱，大量的战争、痛苦、贫困. 同时，童贞圣母玛利亚在世界不同的角落显灵，我们如何在童贞圣母玛利亚的显灵中找到一个意义，她在这个时期要提供给我们的讯息是什么?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的名下，因着你们的呼求，我们来此服务. 我们至为感激在这个时候分享你们的关切，以及你们振动之美 与 合一的寻求、冥想.

我们请求每一位在这整个集会中继续调频，因为我们提供给这个器皿的资料虽然在自由意志的边界内，然而一旦通讯过程出现缺口，就有可能太靠近个人的研读

领域，妨碍个人的寻求过程.

今晚，你们问我们关于上帝的童贞圣母成为肉身，显现在末后日子这件事；你们人群在这些特殊事件的地点上建筑纪念物.

我们不否认个人的真理，因为个体灵性进化的本质是全然个人与主观的.

不过，童贞玛利亚的显现的确有一个普世的意义，值得有益地探索.

我们必须停顿.
[停顿]

我是 Q'uo，我们继续. 你们折磨人的幻象并不适应人群，而是要求人群去适应它.

你白天醒来的眼睛看不到平衡、美丽、诗意与真理的生命.

然而，在你们的内在次元中，早在数千年前，已经开始加速的过程；接着 逐渐向下进入甦醒的觉知当中.
这个加速过程的效应在你们这个世代特别容易注意到，这一代人的经验完全与他们双亲的经验不同，你们一位诗人曾说“中心不再固守”，的确，中心不再固定，鸟儿不再遵从主人，猎鹰自由飞去，猎人只剩下自己的本能、信心与直觉.

什么是活着？什么是有意识？什么是尝试找到你们本能狩猎的意义？

难道你们每一位不是在寻找那不固定、不停留的中心？

缺乏了这个中心，你们要达成信心与单纯不再容易.

少了被保护的感觉，少了鲜活信心与朝气蓬勃的感觉，一个人觉得自己成为猎物，不朝向正面，而是朝向负面的意义.

在你们心智的习性中，你们远为轻易地认为负面要比正面有力量，因为这是该幻象表面上运作的方式，即使是你们最(具)理想主义的实体也无法否认这点.

这个幻象的本质就是要挑战你的理想，直到你存在的最底部(bedrock)的地方.

这个幻象的本质是尝试减弱内在的永生灵性，给予灵魂一个造物的坚固图画，好让你发现选择的可能性. 随着时间增长，越来越逼近所谓的新时代.

新的振动，虽然是细微的，却将扰乱那些缺少鲜活与有力信心的人们.
[停顿]

我们很抱歉必须经常停顿，但我们发现这个器皿被持续地致意*，如果我们不能停顿下来让这个器皿饮用液体，它很快地将不能说话. 我们感谢你们忍受这些短暂的寂静，因为唯有这个团体的能量保持强健，我们 Q'uo 方能维系通讯.
(*译注: 这是 Q'uo 对于负面实体攻击的礼貌性说法.)

继续我们的讨论，末后日子不只正在靠近，末后日子已经开始好些时候，并且将持续许多年. 目前我们还不可能告诉你何时这个过渡期将完结.

我们只能告诉你，那将是非戏剧化的，那些可以收割的实体将在自然的一生终结时被收割.

唯有那些景仰与崇敬太一无限造物者的实体，充满信心与爱心的实体方具备收割资格，得以接收与使用更强烈的光、更稠密的振动型态。

有史以来，一直有奇迹与征兆，但从来没有像现在这样令人兴奋，对于那些信心动摇的人们，这类公开的现象是可见证与无可否认的，这是活生生之爱的证据.

奇迹与征兆经常出现在最无学识、最不复杂、最敞开的人群前面，他们最愿意相信这些现象，透过这信心的能量，它们不只显现在这些人面前，也对那些渴望不要怀疑，却不知如何停止疑虑的人们显现.

现在，让我们明确地将焦点转到童贞玛利亚的能量上头.

让我们注视这个实体与太一无限造物者的关系与她的故事.

当那个历史事件发生时，这个实体才刚满 15 岁—永生造物者的使者来造访她.

这位年轻的女子在一个极度限制的环境中被养育，以你们的称谓，那是一个男人的世界. 当时的人们以权力与所有阳刚的属性来表述造物者的概念.

在当时的社会，太一无限造物者之爱的温和、养育与体贴的品质并不受重视; 同时 那些代表造物者这一面的实体—女人—只被认为是一项财产，一个必须完全屈从的人，一个不得说话除非被告知、一言一行被严密监视的人，一个不许梦想

的人、不许离婚的人.

这样一个实体是纯洁的处女，还太年轻 不精确地知道前方有什么，但岁数大到足以知道她即将嫁给一个年纪较大，负责任，慈父型的男人，这并非她的愿望，而是家人的安排，这是当时的习俗.

在这个情况下，一个异象出现在这个年轻女孩眼前，她的年纪是现代人认为完全不用负责、未经考验、还没有资格被认为是成年人的一个年纪.

然而，玛利亚实体倾听这一位天使的声音，说她愿意生下一个孩子 在她与丈夫有亲密关系之前，因为这是无限与无法言喻之造物主的意志.

对于一个有良好教养，被细心养育的女人而言，好比玛利亚，正常的反应该是惊恐地逃跑. 在那个时代，谁会相信她呢？谁不会认为她八成已打破自己的誓言，跟另一个男人有染？接着，生下一个儿子 成为她那广受尊敬与负责的丈夫的耻辱？事实上，看起来这是一个死亡(毁灭)的宣判，一个迅速肯定的宣判.

然而，这个实体，虽然年轻纯洁又天真，却是一个具有亘古与永恒信心的女人，她的反应代表[在面对几乎不可能的理想时] 终极的勇气与理想的行动.

当时，她立即接受这个异象的权威，而非抽离这个将带给未来丈夫耻辱的情境，她将所有忧虑抛到风中，光荣太一无限造物者 ，于是她成为这美丽故事的一部分，成为那伟大许诺的一部分，那许诺是“奉上主之名前来的他”.

她如何能相信？她如何在这样一个不寻常与古怪的造访中找到鲜活的信心？

她的信心具有如此的力量使得她接受造物主先于所有其他事物.

于是她纵身跳入一个似乎是末日的状况，只为光荣造物主.

这样一个实体，玛利亚，凭藉信心 她是如此地光明，如此地充满她的异象，以致于她的婚约对象无法否认她，而宣称她与婴儿都是他自己的.

这是一个属于永生信心的戏剧性与情感流露的古老故事.

当耶稣.基督移动返回源头、造物者之际，他释放基督自身进入圣灵，进入属于每一个人的保慰师(Comforter)，因此耶稣无法以个人身分，显灵在单纯的人群面前. 然而，玛利亚实体在这个救赎故事中保持一个最蒙福的角色，经过许多世代，仍然强烈地掳获人们的心与意，想像与忠诚.

玛利亚实体是一个永生的女性原则.

对于那些寻求太一无限造物者滋养的一面的实体们，玛利亚维持一个至为重要的角色. 当然，造物者的爱有时是严厉的，他出的功课看起来反覆无常；然而，同样真实的一面是，太一无限造物者无限地滋养(众生)，也无限地属于女性的能量；在你们享受生活的(西方)文化中，这股能量由玛利亚实体做为拟人化的代表.

许多世纪以来，人们紧紧依附造物主阳性的那一面，无限太一创生与毁灭的那一面；代价是失去领悟同样一位造物主的另一面：永恒的温柔、友善、与关心.

因此，在这个深深令人感动的故事中，耶稣在肉身死亡的过程中认可玛利亚，在所有的家族、兄弟姊妹、门徒当中，他挑出一个人以确定她会受到照顾，那个人是玛利亚. 他将珍贵的母亲给出去，不只针对一个门徒，而是给予这个世界.

看见这个行动的普世性是重要的; 正如同造物主的阴性面在十字架上 原谅一个承认犯罪的实体，简单地说 ”今日你将与我同在乐园.” 这两件事具有同等的重要性，它们是这个伟大与原型故事中的两个元素，向人们指出永生造物者无限滋养的特质.

所以三不五时，当机会之窗出现时，有一群单纯、愿意相信的人们，通常是小孩子，玛利亚便显现说话. 她一直是她当时的身分，一位母亲，在犹太的传统下被带大，她置于一切之上的愿望是照顾她的孩子们，陪伴他们、照顾他们、为他们担心、为他们祈祷.

那些疲惫不堪，在疑虑中迷失的人们，当他们遇见这些事件中无可否认的证据时，这些疲惫的灵魂终于得以歇息，在这个信仰智力的干枯大地上，终于发现永生造物者甘甜与温暖的爱. 因此，这些事件将在这过渡时期持续发生，直到地球完全进入第四密度. 如同所有女人，玛利亚代表着这样的爱.

愿所有女人都觉察到内在滋养的潜能，成为周遭人们的安歇之处.

在女人脆弱与渺小的心中，居住着最伟大的个人悲悯.

每一个寻求者所寻求的圣杯是一个女性的标志，一个滋养、关心与保护的标志.

你看不到小刀，看不到长剑，你在无限太一的爱之前鞠躬致意.

你可以选择拿取我们说的话语的任何一个层次，我们对于你的信仰或信心在哪一个水平没有兴趣. 我们只希望你们去看见造物主的平衡.

造物主不只创造与毁灭，他还是一个关怀个人的养育者，无时无刻不在滋养造物中的每一点意识火光，在热情中你们被创造; 在热情中你们被养育.

你们的世界可能看起来是不安全的，但你的内在中有一个全然安全、美丽、庇护的世界. 愿你在那儿遇见造物主，在每一个时刻了解太一无限造物者的爱.

在冥想中，将你自己献上 给予这个爱.

将你自己献上 以使用这理想，允许你周遭表面的混乱退去，进入永恒的爱与光中，在那里 你得以真正安住，从那个观点 你得以张开双眼，成为一个灯台照亮四周.
一如往常，我们非常感谢你们 邀请我们出席. 我们尝试说得简短，我们很抱歉

我们在掌握时间上有些困难，请原谅这讯息的长度.*
(*译注: 原文的长度比较长.)

此时，我们将这次的工作告一段落，将通讯管道转移到 Jim 身上.

我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向你们致意.

我们提醒每一位我们以一颗全然喜悦的心分享我们的意见，但希望你们了解我们并非绝无错误，希望每一位利用内在的辨别 自然地分辨出哪些话语对你有帮助，其他部分则没有帮助.

此时是否有一个询问?

S: 是的，Q'uo. 我将你的话语放到心坎中，我也感觉到需要软化锋利的边缘，去感受造物主女性的一面如同安全的避风港.

然而 严厉的能量仍然在我的里内汹涌，除了否定这个严厉之外 是不是有其他的策略? 在悲悯的经验中，这严厉是否被质变?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问.

当一个人观察自己在幻象中显化的特质，最好是允许这经验完整地跑一次，容我们说，不要强迫自己去否定它，然后换上自己想要的特质.

当你允许以更有智慧的方式表达你自己，然后你可以使用这个经验的音调做为进一步冥想的焦点. 接着，你可以实验另类的可能性，检验一下 如果在某个情况中你表达一个更有悲悯心的回应 而非智慧的回应，你会有怎样的感觉?

注视必要的心智或感知架构，那使你产生更多悲悯回应的架构.

注视你的内在，找出那些早已具备悲悯心的品质，找出它们之间的连结，在同样情况中表达更大的悲悯心，这是你冥想的焦点. 仔细地检验这些连结.

专注在那些你想要增进的内在品质，好让你内在的花园准备好生产新的感知方式. 必要时，经常地重复这个过程，就如同你需要对新种植的花草 灌溉与施肥.

于是，你将协助这个改造或质变的过程，如你描述的，将有些严厉的智慧品质变为悲悯的品质.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

S: 否，非常感谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟. 是否有其他询问?

Carla: 我们如何对圣灵的滋养品质更加敏锐 [这个品质就是耶稣留给我们的基督的女性原则]？

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问.

要更多地觉察你所谓的圣灵即是增广你感知的门户，以及邀请圣灵进入你内在的住处.

再次地，我们发现冥想状态最有助于打开这些门户，并开始感知到圣灵的确在你的邀请下，穿越这些门户，接着居住在你内边的房间中.

规律地练习这种感觉，感受完整的滋养与激励的临在，于是你内在的感觉开始在你的意识中蔓延，到某个程度后，日常的活动都被碰触、染色、与蜕变.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: [部分收音不清楚] 我想要探讨... ，在我看来 不管是生物男性或生物女性，他们成长的环境，他们所处的社会具有相当旺盛的男性特质，在世俗世界中，使用智力、使用逻辑，在职场上竞争等等... 许多人忽略内在滋养的那部份..

我是 Q'uo，我的姊妹，我们基本上同意你的观察，因为你们居住的幻象是为了让显意识心智的练习(学习)而建构; (因此)它已经与潜意识心智的滋养与告知等品质隔绝，好让显意识心智做的选择带有更多的极化重量，相对而言 若显意识心智完整且自由地与潜意识通讯，就没那么多重量.

容我们说，如此容易的互动无法提供必要的困难来提供价格不斐的珍珠[容我们说]. 对于任何寻求的实体而言，经过长久寻得的东西要比轻易赢得的东西更有价值，更值得重视.

我的姊妹，在你们的幻象中，每一个选择都使你在进化的伟大旅程中向前走一步，而我们发现自己也仍在这条路上移动.

此时是否有其他询问?

Carla: 我没问题了，谢谢你，Q'uo.

K: 您刚才提到耶稣留下基督，或者说圣灵的女性原则，给我们. 我对于你所说的玛利亚有点困惑，你提到一个停留的原则，三不五时显现在某些实体面前.

第三密度实体，玛利亚，是否为了这个目的留在后方，而不通过收割过程; 或者该实体继续她的进化，留下一个类似的原则?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问.

玛利亚实体，在那次的肉身之旅完成后，再次移动回到她的来源，并且在那些领域中，在适当的时间与地点 显现给那些崇敬该实体的人群面前，当这些人看见该光体之后，可以激励他们进一步的寻求以及进一步灵性激发的感知.

因此，玛利亚实体在这个星球的内在次元平面[以你们的称谓]中工作，并且在适当时间透过光体来激励与致能许多人的寻求过程.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

K: 那么 这个实体是否选择暂停她进化的途径，好让她可以那种方式服务?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问.

服务即是学习，因此当一个人选择去服务，她自己的进展无须等待或延后，毋宁

说是增进与强化自己的成长.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

K: 我没问题了，谢谢你.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们谢谢你. 此时是否有其他询问?

Carla: 我有一个最后的疑惑. 就我的理解，那些可以前往更高密度的实体们，却选择停留在第三密度内在平面，他们的确做了一个伟大的牺牲，即使他们可以学习与服务，如果他们继续前进，会有不同的学习与服务方式: 也就是说，只要这个星球的第三密度持续的一天，他们就持续为第三密度的人群做牺牲. 我这个理解是否不正确?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问.

并不是说这个感知不正确，它只是不完整.

不管在什么地方，只要有机会去服务，就有机会 进步.

的确，对于许多停留在内在平面的实体们来说，离开这一个好机会，反而会增加成长的机会(机率).

如我们先前所述，成长暂停是不真实的，相较于那些不尝试服务的实体而言 他们的成长是加速的.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有，你的回答澄清我的疑惑. 感谢你.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们再次感谢你. 此时是否有其他询问?
[停顿]

我是 Q'uo，我们似乎耗尽今晚的询问，我们希望我们冗长的演说不是耗尽询问的主要原因. 我们衷心感谢每个在场的实体，邀请我们加入你的寻求的圈子.

很荣幸加入这个团体，我们在此时启程离开这个器皿与团体，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开每一位. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友们，adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0502 章集：访问和平勇士

采访者: 赛门.杭特(Simon Hunt)，受访者: 丹.米尔曼
文章出处: www.spiritual-endeavors.org

译者的话

翻开”爱与光图书馆选集”前四册，资料来源的不是外星高灵讯息(当然，这是 L/L 研究中心的本行!)，就是已作古的伟人 ，这回来个”鲜活”的，让我们来看看一位有血有肉(笑)的畅销书作者要对我们传达的讯息! EnJoy the reading!

(为节省篇幅，以下以 S 代表 Simon Hunt，D 代表丹.米尔曼--Dan Millman)

***

S: 丹，你最为人知晓的是你的畅销书. 你的第一本书，和平勇士之道(本地译为深夜加油站遇见苏格拉底)，曾被数百万人阅读过，翻译成 12 种语言，并且有一部同名的电影正在开拍. 但体育是你的初恋，显然地，它仍然是你心所爱的. 你目前位于拉斯维加斯(Las Vegas)正为世界特技学会募款. 让我们就从这里开始.

D: 好的，我即将造访世界特技学会，他们在那儿举办一个主要的活动. 我将在会场演说主宰生命与灵性法则的议题. 然后我将为这些有天赋的孩子们募款.

S: 你在史丹佛大学有个美好的教导体操与教练的工作，你却在四年间到各地产出世界级选手. 你将所有心力放到工作中，却没有停下来收成，为什么?

D: 当我领悟到我钦佩其他队伍的程度跟我自己的队伍相同时，我就停止教练的工作了. 我并不在乎谁赢，我关心是否每个人都尽最佳努力玩一场好游戏.

在我的观点，没有人输，因为每当你在玩的时候，你正学习到某个关于你自己的东西. 我对待竞争阵营的选手如同潜在的老师，而非敌人.所以，我决定这工作不

再适合我.

S: 我理解你在那时使用某些非比寻常的技巧; 现在是平常的东西，但当时是没听过的方式.

D: 是的，其他教练以前习惯嘲弄我，因为他们觉得我是某种怪胎. 他们会说“我听说你曾经要你的选手在竞赛前冥想?” 我会说 “当然不! 我要他们在竞赛的过程中冥想.”

S: 从一个运动员与学院教练开始，你如何进入写作行业，撰写和平勇士之道之类的书?

D: 我的写作生涯开始于为一家体操杂志撰写训练的自然法则之系列文章. 随后，这些原则扩展到更广的训练领域，好比跳舞、武术、与音乐.

在这段时间，我写了一本名为内在运动员的书，主旨是如何成为一个自然的运动员，以及训练的潜能与更大的成功希望.

写完这本书之后，我工作的范畴扩展到日常生活，我继续写出和平勇士之道与随后的书籍.

S: 我了解这件事并不如一些人想得那么重要，为了正式纪录之故，苏格拉底是真实或虚构的人物?

D: 苏格拉底是以一个真实的老人为基础，我在加州柏克莱一间老加油站遇见他，

时间是清晨三点，一个满天星辰的夜晚.

S: 他真的能够跳到屋顶..等等?

D: 不能，他也没有捉住我的头 接着把我”送上”内在旅程，或使我忘记乔依(Joy)许多年，或在群山中的一个洞穴里把我的头骨”敲碎”.
苏格拉底成为我许多老师的发言人，同时包括外在与内在的老师.

S: 这本书到底有多少是真实的?

D: 除了我刚才提到的那些项目，本书大部分是事实. 我的确去过柏克莱，我曾是世界弹跳冠军与体操选手. 我的确在一次机车事故中造成右大腿骨碎裂，然后复原回到我的团队，最后赢得大学联队(NCAA)体操冠军.

我的确到世界各地旅行，研习各种武术与灵性传统. 我与琳达(Linda)结婚并且有一个女儿，荷莉(Holly).

我的确有过一次[你可能称为]”小我死亡”的经验，与持续浮现的强有力的洞见.

S: 如我先前所说，我知道该问题不重要，但有些人将会非常失望.

D: 有些人知道这本书不全部为事实，感到十分失望，因为相较于俗世的生活，他们强烈地希望世界中的”魔法”. 我的意图并非创造幻象，而是指出日常生活的非凡事件，就是现在.

让我们将头顶在云中，但双脚踏在地面上. 为什么要关心出体(out of the body 旅行，甚至在我们还没真正进入这个身体之前?

让我们不要沉醉于”濒死”经验，以致于我们疏于注意此刻即是一个濒死经验.
我们有些人想要知道所有过去世与未来世的事情，他们尚未真正关注这一世.

S: 我理解. 我们灵性进取(Spiritual Endeavors)网站也有同样的功课. 理想上，我们乐于免费给予每个东西. 但漫步在云端的哲学无法使灵性进取机构存活，除非帐单都付完了，我们无法继续利益他人. 我想像你在这两方面都如此成功，你一定在”金钱与灵性部门”里头花了好一番功夫?

D: 有些人对于金钱有负面、不实际或太理想的观点. 特别是他们看到灵性教导与金钱关联的时候，我们大众心理对灵性的第一印象是印度苦行者或隐士，除了一块腰布，什么也没有; 或是托钵的佛教僧侣.

还记得美好生活(It's a Wonderful Life)这部片吗? “有钱人”已经成为一个污辱人的名词. 金钱既不是我的上帝也不是我的恶魔，它是一种能量，倾向使我们更多地成为我们早已是的本质，不管是贪婪或爱心.

如果一个人独自生活，他可以无须太多钱生活; 如果一个人需要养家，像我这样，并且希望孩子们上最好的学校，家人都过得舒适，那么这个人需要工作.

我靠写作与演讲维生，我索取相当的费用 给出所有我能给予的东西. 这就是我的方式.

S: 在灵性进取机构的每一天，我们都更清楚地理解这一点. 让我暂时扮演一下恶魔的代言人，有些外面的人会说 “丹，你有这些人们应该知道的资讯，你将该免费给出去，而非贩卖它.”

D: 任何不同意的人欢迎表达他们的观点，毕竟，如果我们全都在所有事情上意见一致，只有一个人是必须的..

S: 说得好.

D: .. 欢迎人们表达同意或不赞成的意见，或批评我. 没有人是不能批评的. 我不要求人们相信或信赖我. 我鼓励他们信赖自己. 测试我们读到或听到的东西是重要的，看看它们是否适用于我们自己的生命经验.

S: 这是多么重要啊! 这很可能是我们灵性进取机构最努力尝试传达的一个观点. 有许多”新时代信徒”大口吞下最新的哲学，而从未好好咀嚼一番. 真正的灵性知识是永恒的，并且经得起所有时代的鉴别. 你对于你的书籍被归类到新时代(New Age)有何感觉?

D: 我真的搞不大清楚新时代是什么. 首先，它不真的是新的; 大多数的萨满、正向思考、亚特兰提斯医疗、玄祕学、外星人、下意识、肯定用语等等 都有其古老的根源. 其次，“新时代”(思想)跟勇士传统有别，因为“新时代”没有阴影，它是攻击性的和平主义，理想主义而非实际主义，过于充满希望到了否认的地步.
不管怎样，我现在五十岁了，我已经要求许多书店将我的书籍移出新时代的书区，把它们放到”中世纪*”的书区.
(*译注: 在英文中，它也有中年人的意思~~)

S: 丹，这是个令人愉快的访谈. 或许我最好为你的读者群问一些问题. 有些读者认为透过你与苏格拉底的经验，你已经开悟了，你如何回应?

D: 我们都曾阅读过那些理想化的人物，他们已经"抵达永久开悟境界". 我对此有一点怀疑. 如果生命是一系列的片刻，我们每个人都有开悟的时刻，以及沉睡、无知的时刻.

有些时候，我是一个有亮光的家伙，有些时候 我的行动像个蠢蛋. 我确实拥有比过去更多的好时光. 一个观察我生命的人会发现它相当有怜悯心、平衡感、奉献，运作正常，利益他人; 而在其他时刻则比较看不出来. 这样的观察似乎比谈论开悟更实际些. 虽然谈开悟可能很迷人，对我而言，开悟比较不像打开一盏电灯，比较像逐渐像是一个旋钮，将黯淡的环境渐渐变亮.
就某个观点，只要我们留心更大的图像，随着时间流动，我们全都越来越"悟".

S: 你相信上帝吗?

D: 我最喜欢的一个谚语是 “有上帝，然后是没有专心.”
对我而言，这跟我相信或不相信什么一点关系也没有.

任何人注视深邃的海洋，或抬头看着满天繁星，或真正地注视一朵花或一棵树等等，他也以某种方式凝视上帝之心. 至少，我是这么看的.

但如果你的意思为我是否同意或声明归顺这一本或那一本神圣典籍，那么 我的答案同时包括 “是 与 非”. 一条山路是我的教堂，都市的街道也是我的教堂.教堂

无所不在 因为圣灵无所不在.

S: 圣灵无所不在，在许多方面，网际空间也是如此. 你维持你自己的网域与网站. 你是否发现网际网路(Internet)是一个有用的工具，伸展你的个人发展(Personal Development)的听众?

D: 我对于网际网路几乎有种宗教式狂热—但并不是针对科技本身; 对我而言，网际网路是地球妈妈的神经系统，我看到的是一个鲜活的生物正在连结其系统.事实上，除了看我写的书之外，要得到关于我的工作之资讯的唯一方式是检查我的网站*. (*译注: http://www.danmillman.com)

我鼓励所有朋友都上网，节省纸张，增加通讯与彼此的联系. 对我而言，我们正处在量子跃进的进化过程中，我们不可能预测在未来 它将意味着什么.

S: 您目前有哪些工作计画?

D: 我的下一本书，“每日开悟: 通往灵性成长的十二扇大门”，即将由华纳书商(Warner Books)出版，预计在 1998 年 4 月出现在各个书店. 我还在工作许多故事，包括一个特别的圣诞节故事，一本范围广阔的小说，以及一本关于原则、引用与故事的书.

S: 二月的时候，你要不要参加我们的周二集会，来场客座演讲?

D: 我很乐意.. 啊，我要到周四才有空去你们那儿，或许 下一次?

S: 丹，算你一份. 你真的非常优雅大方. 最后，有没有什么你想添加的东西?

D: 当然! 这是我仍在写作的原因. 当我没有任何要添加的东西，我就停下来.让我以这段话总结: 有些人为这个或那个问题求助—可能是人际关系，或健康、财务问题，或困难的抉择. 我最后总是说同样的事: 信赖你生命的过程.

如同我的一本书“你生下来要过的生活”(The Life You Were Born To Live)指出，从某个观点 我们的一生或许是注定的，然而 我们也有自由意志去做选择 去塑造我们的生活. 没有终极的对或错，但有后果. 责任意味着承认我们对自己与他人行动的后果. 信心是一种勇气 去行动与生活彷佛我们 ”不可能做错误决定”.

换句话说，我们做自己的选择与生活，彷佛这些就是最佳的选择.

我们选择的某个途径可能后来变得困难，但不意味它是错的选择. 让我们对待困难如同灵性的举重练习. 我们在此生所有能做的就是处理我们眼前的事物，接纳我们自己与他人. 我们可以对自己温柔与慈爱，同时呼唤出我们内在最佳的东西. 这其中有矛盾; 有幽默; 有日常生活的途径，此即和平勇士之道.

S: 谢谢你，丹.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0503 章集：亚伦与 Q'uo 对话之一

介绍

摘译自 www.llresearch.org

亚伦(Aaron)/Q'uo 对话是一系列的共同通灵集会，由芭芭拉(Barbara Brodsky)传导亚伦与卡拉(Carla L. Rueckert)传导 Q'uo 群体共同完成.

这些集会一共有九场(或更多)，时间横跨 10 年以上!

我们共同传讯的目标有三:

- 我们希望产出对于灵性寻求者有益的资料
- 我们希望展示正面导向的传讯者可以不自大地共同工作
- 我们希望展示正面资讯的协调，即使资料来源似乎来自深刻不同的传统

亚伦，一位佛教大师，他的最后一世距今 500 年前，目前是内在次元平面的指导灵. Q'uo 群体是 ET 来源，服务无限造物者的星球联邦的一部分.

这份资料目前正在编辑中，计画印刷成册. 在此同时，我们感觉将这些草稿放到网上是一个良好的服务，好让你们可以使用它们. 亚伦与 Q'uo，芭芭拉与卡拉全都希望你们很喜悦地阅读这份资料，如同我们制作它的过程中经验的快乐.

带着爱/光 ，

芭芭拉与卡拉

亚伦问答集

Copyright © 2000 by Barbara Brodsky

译者摘录自 http://www.deepspring.org/

问题: 你是真的吗?

亚伦: 我跟你一样真实. 不, 我没有"死", 谢谢你喔! 我只是存在于一个不同的次元平面. 你们是由光与物质构成; 我只由光构成. 当你移动超越你们人类物质形式之后, 你们也将 只是光, 直到你下次投胎为人; 你们称呼这过程为死亡, 我称它为我们通往成熟的进化过程中的一步而已.

问题: 你可以直接对上帝讲话吗?

亚伦: 我们全都能直接对上帝讲话. 你是否认为因为人类的形态模糊了你对他的清楚感知, 他就少听你一些?

问题: 你目前是否感觉痛苦?

亚伦: 我感觉不到肉体疼痛, 我没有一个身体好酸痛. 我的确偶尔感觉痛苦, 但不会像你们将它个人化. 取而代之的是, 我允许它流过我, 如同宇宙的能量的一部分.
我感觉所有受苦的存有的痛楚, 并且送爱给他们.

问题: 所有宗教系统都宣称是真理, 我们如何分辨哪一个确实是真理?

亚伦: 有一条佛教徒的教理是一个人必定不要错认指月的手指为月亮本身. 所有宗教的思想系统都是指月的手指. 佛法(Dharma)不是真理; 基督教圣经不是真理; 可兰经不是真理. 鞠躬、吟唱、头手相连 面向东祈祷, 这些不是真理. 它们都是

指月的手指.

当你凝视这些"手指"，这些途径，其中有一个会说到你的心坎. 它将召叫你以如此的方式集中注意力，直到你终于开始看到手指以外的东西，接着清楚地看见它所指向的标的; 然后你将找到真理.

你们将持续对于这条允许你看见真理的宗教途径有着深深的爱与敬意，但你将知道这条途径与目的地的差异.

问题: 有时候我感觉有股推力去工作灵性事物; 其他时候我觉得懒惰. 这样有关系吗?

亚伦: 你永远都在工作"灵性事物". 你的生命的每一刻、每一个想法与感觉、每一个事件，都是你的路途的一部分，并且被计画用来教导你. 你有自由意志，你决定是否要利用这些机会去学习你来此要学的东西.

没有时间表; 你拥有所有你需要的时间. 但你必须认出每一刻都是珍贵的. 只有一个"当下". 在此刻学习你所能的东西，接着你在下一个"当下"将成为一个更睿智与慈悲的人.

本文

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 1

Copyright © 2005 L/L Research

1991 年二月 28 日

芭芭拉: 我们寻求知晓自己与造物主，但不晓得如何去做，我们害怕我们内在与理解的不完美，没有能力做到，我们可以如何进行?

Q'uo: 当一个人缺乏对这个人生旅程的觉察，造物主将经常被他挡在门外.

无论如何，地球从未远离合一、爱、与协和的核心.

我们建议你再次在这次投胎的经验中探究你的自我. 每一个实体都是全然的可爱与全然的不可爱. 然而，每一个实体可以做出许多选择使他(她)更偏向成为一个充满爱，爱的给予源头; 因为在臣服生命于服务的过程中，该实体成为一个奇迹、惊奇. 让自我更多更多底知晓、尊重与爱这个实体. 让这个实体成为伟大的安慰、保护，以及最重要的，一位伙伴. 因为当自我领悟到他的身分为流露爱之选择的鲜活见证，该实体接收到所有礼物中最伟大的一份: 真实友谊、真实伙伴关系.

这并不是说一个实体是自己最好的朋友，该实体则永远是完美无缺; 而是说可信赖的友谊与伙伴关系必先从自我开始，接受自我觉察到的各种谬误. 在接受这份友谊的过程，灵性皮肤的毛孔开始敞开啜饮[明显可感觉的]爱的万灵药(elixir). 当你是自己的朋友时，你可以在孤单的情境中放松 并维持真实友谊的舒适.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

芭芭拉: 我急切地想要交托自我去服务，但我们知道自己是多么受限，并且恐惧我们无法成功，担心我们将会用完爱与能量的食物. 我们如何看待这个问题?

Q'uo: 做为一个灵魂，你不需要食物. 做为第三密度中的一个实体，尊重肉身自我，深厚地爱这只羊，因为羊儿必须被喂养方能处于完美的饱满状态，允许灵魂的声音流过，而不会耗尽第三密度的显化自我.

是否有进一步的问题?

芭芭拉: 当我看见自己有如此多的不完美之际，我如何可以学会完全地爱与接纳自己?

Q'uo: 我是 Q'uo，我们没有发觉爱你自己是困难的. 当你走在灵性黑暗之中，单凭信心做出决定，我们凝视着你的勇气. 当时局看起来几乎无望、处处危险，你们英勇地选择在此显化，我们深深受到感动.

很明显地，设计第三密度的目的是让完美相当不可信，在这样的镕炉中，易脆裂的钢铁被锻造，直到它成为可弯曲、有弹性与强壮.

若一个实体在你们密度中表现出完美，这样一个实体必须为所有知道该肉身的存有负责. 这样一个责任超乎你的高我此刻的意图.

你所说的不完美正是你与那些挚爱的人们之间的连结.

有一个状态，你在其中可以良好地领悟完美，那就是安坐在无限造物者的临在当中，也就是伟大的起初思维.

那完美对你非常好，当你与无限太一同处于圣殿中，爱—无限的完美—将喂养你.

当你张开双眼，保持那份完美的参与感. 在每一刻记得那无限的完美，允许它与你深深地、宽广地共振，使你经常受限的感知得以扩展.

你们可能会认为我们来自的密度是完美的; 然而，若我们投胎到第三密度，我们会成为一个赌徒-不多也不少.

你的自我的赌注是，不管有多少自我感知到的失败，这个自我将不害怕也不会低头，而是毅然决然地选择再爱一次-不多也不少.

只要你找到勇气继续在希望中表达爱，那么你将在这布满灰尘与困惑的幻象中，成为人间完美的典范.

不要被智力或五官的感知欺骗，这两者都是被设计来拥抱幻象 排除所有绝对事物的机制.

我们可否进一步回答，我的姊妹?

芭芭拉: Q'uo，非常感谢你. 我有一个很简短的问题. 当我放松，不再尝试从 K 的手语 1 中了解卡拉传讯的内容，有许多次我感觉我无须读唇即可了解讯息，彷彿是心电感应. 我有没有可能在心里听到这些话语?

(原注 1: 芭芭拉的耳朵听不见)

Q'uo: 我是 Q'uo，你或许可以听见我们的笑声. 是的，我的姊妹，我们被辨识为

许多名字，但置于一切之上的，是爱的信差. 做为社会记忆复合体(复数)，我们可以对任何与我们调频的实体讲话. 你的确是一个敏感的器皿，我们现在有些困难使这个器皿[卡拉]不要一直露齿傻笑，因为我们是如此快乐；我们在喜悦中欢笑. 我们感谢你，我的姊妹，因与你心爱的自我沟通之愉悦的缘故.

我是 Q'uo，你或许可以听见我们的笑声. 是的，我的姊妹，我们被辨识为

我是 Q'uo，我们这次工作已经充足了，此时 在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿与团体. 我们以 Adonai 向你们道别. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

卡拉: 我一直在努力学习珍惜存在(being)，而非行动(doing). 这对我非常重要，因为我的肉体能力越来越受限. 关于我如何最佳地寻求这条路线，你有什么建议?

亚伦: 很荣幸今晚与你们同在，并且谈论你的问题. 在我开始之前，我留意到从这个房间发散的光芒是灿烂光辉的.

卡拉，我们注视你的问题，关于存在与行动的对比，我恐怕你有些东西不大清楚. 当你真实存在，即是行动.

这回到我刚才分享的真理，我看见你们为光—就是这样.

你们每一个人都放射出一道非常美丽与独特的光.

当你的存有达到最纯粹的程度，你允许那一切万有能量流过你，流出去；于是你获得宇宙之爱的充能. 然后，流过你的光受到你自己内在能量的增强. 所以，真

的有两个光的来源.

你们每个人都是造物主的一个电光，想像一点小余烬与大营火. 然而这点余烬拥有许多的力量. 因此一个人是他自己的源头，同时也是宇宙源头的一个管道.

除了放大那爱与光，还有什么更重要的事可以做? 还有什么更深沉的服务方式?

当你的肉体在活跃状态，是否比肉体在静默状态更能够做一个爱的管道?

所以存在与行动两者的差异并没有你以为的那么明显与强烈.

反过来说，处在行动中，你无法总是清晰地传导爱与光，毋宁说，你持续使用自己的能量，感觉必须完成某件事，你的内在是不足的.

就某个层面，这即是刚才 Q'uo 对芭芭拉说的: 开始理解到你是无限制的，任何流过你的东西都得增益. 当你允许这股能量流动，行动就单纯地成为另一种存在的方式. 只要你仅是为行动而行动，将遗失许多的光.

你是否想要进一步的澄清?

卡拉: 我有什么不同的选择? 你能否为我澄清你感觉到我必须从中选择的东西? 我感觉当人们写信给我，我想要给他们某种他们可以持守与听见的东西.

亚伦: 有两件事同时在此发生. 卡拉，一件是你以如此的方式能够服务他人，并且从中找到喜悦; 然而同时 你偶尔将自己推向舒适的肉体界限之外.

喜悦地给予 以及 感觉很渺小的”我应该做这件事”，这两者相当地不同.

你能否看见在 ”应该” 其中的所有批判？它不会抹杀你想要服务的层面，但两种声音在同时间说话: “我想要” 与 “我应该”. 因为你此生与”我应该”的历史渊源，你的内在能量开始搅动.

我曾在上周四说过能量流过你的方式，你即是造物主能量的管道. 一旦渺小的”我应该”进入这过程，就好比你体内的能量开始卷绕，于是成为内在一股激烈的骚动，能量流过你的方式不再相同. 我在此描述的东西很单纯，那即是我看见能量与光的样式; 你经验的这个非-流动如同胃里的翻腾，或许是升高的肉体疼痛.

你能否开始分辨“我想要” 与 “我应该”？注意到那非常安静的 “我应该” ？

它非常安静，如同一个耳语，但那样就够了.

当你越觉察到你进入”我应该”状态，你越能笑着说 “啊，我应该又来了!”

当你能够对它大笑，你就能以更少的批判向它致意，然后能量持续流过你，这股能量不再有扭曲.

”我应该..” 是行动(作为); 而”我热望去..”是存在(本质).

你看见了吗？冲突点并不在于你做什么，而是你做它的方式.

当 ”我应该” 将你推出肉体界限之外，你的内在会发展或累积憎恨与随之而来的痛苦.

你是否注视自己的肉体 然后说 “这是粗糙的，我不要它”，或者你尝试去爱它? 学习去你身体的情绪部分则更为困难许多.

在你学习到接受你内在的所有情绪能量之前，你无法接纳其他人的情绪.

这是你正在感觉的，一直以来 我请求芭芭拉荣耀这个肉身.

当你是灵体的状态，你不容易学习到无条件的爱、慈悲、宽恕; 因为灵性平面的情感力量并不相同. 所以你们在此有机会去学习.

卡拉，你能否看见重点不是选择如何回答读者信件，或是否要回答信件; 而是如何与渺小的”我应该”建立更充满爱的关系，于是你开始和谐全部四个(光)体，从完整的存有出发. 一旦你开始这么做: 你并不尝试去除”我应该”，而是接纳它.

你将领悟到没有什么东西是需要被去除的.

不再需要的东西将自动脱落. 这个观念并不是我原创的，我引用 Q'uo 的话.

”我应该”将会脱落! 它还需要存在的原因是你尚未学习到接纳它.

当它脱落之时点，你将理解到存在与行动真的没有差别.

行动最纯粹的形式即是存在的一个方式; 当你存在，你总是在行动.

你是否有进一步的问题?

卡拉: 是的，我只是不知道如何最佳地服务. 你说“当你存在，你总是在行动”，但我经常无法做任何事. 你能否说说这点?

亚伦: 在我回答之前，我要先问你一个问题: 你的疑虑是基于不知道走哪条路可以提供最佳服务 或 处在肉体疼痛时，你逼着自己去回应; 或两者都有?

卡拉: 前者.

亚伦: 卡拉，如果你可以接受，我将谈论两者，因为你的身体正在承受肉体的负担. 首先，我要你很仔细地观看，看见你渴望服务他人，透过给予他们某个可以持守的东西; 以及为了减轻缺乏(自我)价值感而渴望服务.

你能否看见这两者同时存在?

我想要你们与我一起观想你的能量[如我看见的方式].

当你允许能量在最小扭曲范围内传导能量，我看见从身体出来的能量样式如同丢到池塘的一颗小石子，产生许多同心圆，一个接着一个向外扩散.

当内心有任何愤怒、贪婪、憎恶、怨恨等，我看见尖锐的大钉子 就像孩子画太阳的样子.

这就是为什么，当你在一个房间中，另一个人生气时，他不需要讲话 你也可以知道他的愤怒的临在. 当你感觉爱的临在，也无须任何言语. 愤怒与爱都是明确有形的. 现在观想，当那些愤怒的尖钉碰触爱的同心圆，会发生什么事，尖锐的顶端会温和软化，随着每一次接触，更加地软化 直到它慢慢地磨损，平顺地成为一个圆圈.

当我说到存在对比行动，你能服务另一个存有最佳的方式是单纯地送出那些光的同心圆，它们将软化另一个存有的愤怒或恐惧.

卡拉，当人们写信给你时，要透过邮件送出爱并确定对方感觉到是很困难的. 你能够送出爱，并知晓有些存有能够感觉到，但其他人可能会误解. 你在这点是对的. 你必须问自己两个问题，首先: “我回应什么东西? 我送出什么东西出去?”

当你在回信时 有任何憎恶或压力或不确定，对方接收到的不是柔软的圆圈，而小小的尖钉. 我并不在暗示你的信件不够技巧与爱心，但你必须真的仔细地寻找那小小的”我应该”，或任何肉体的枯竭，好让这封信蕴含爱心的服务渴望.

第二个问题是: “什么是他们的需求?” 你知道你不能为他人学习，然而你的痛苦有大部分是因为你有这么多智慧，你的挫折来自分享智慧之际，其他人听不见你，因为他们自己的恐惧.

你问，想要伸手向外帮助那些向你求救的人们是笨拙的举动吗?

首先 确定你的回应纯然属于爱. 如果在回答的过程有任何的抗拒或阻力，单纯地

把它放到一边，等晚一点或另一天再开始，确知这个回应来自你内在纯粹的爱之处所— 一个服务的渴望，设法使它穿戴最小的扭曲. 在心里问你自己: “我是否尝试改变他们，使他们听我的? 我是否以爱与确信之声说话? 如果我怀着爱讲话，他们听不见我的声音，这样也没问题?”

提醒你自己你无法为他们学习，你可以打开一扇门，但你不能推他们过这扇门.” 卡拉，简单地说，你有一个想要解决别人问题的倾向; 但你知道你不能做这一件事，你觉得十分为难.

你能否开始使你与自己的痛苦舒适地共处，我说的不只是肉体痛苦，还包括你自身存在的痛苦，于是你不再需要带走他们的痛苦?

你能否看见这件事给你的功课? 当你更深地接纳自己，你对他人的回应将变得更为有技巧; 与其改变事物来帮助他们，不如协助他们更深地接纳自己?

你是否理解，是否有进一步的问题?

卡拉: 是的，但我必须先想一想.

亚伦: 是否有进一步的问题?

卡拉: 是的，我的肉体与情感能量水平总是很低. 我需要学习什么，以及我如何医疗自我 好更佳地服务?

我不能做所有我想做的事，这点使我愤怒; 然后因为愤怒使我感觉罪恶感.

救命!

亚伦: 我感知你体内有正常额度的能量，但由于愤怒 部分被阻挡在心轮底下，于是能量流动受到限制. 所以让我们来谈谈愤怒. 一般人有个误解，以为对应愤怒或任何沉重的情绪只有两个选择: 一个是表现出来，谈论这情绪; 或压抑它.

还有第三个选择: 真切地注意它.

你不需要练习你的愤怒，口头表达它 或 丢枕头来发泄. 在某个层面，这些练习将升高这愤怒. 或许对于一些有很多困难辨认愤怒的人来说，这个练习可以做为有用的第一步. 我单纯地偏好当一个人脚指撞到时 自然的处置方式.

请你跟我一起尝试一个实验? 想像你自己坐在山顶上，这是一个美丽的日子，晴朗无云. 你看见远方有一朵云，然后你转身背对它，继续享受风景. 那云朵接近了，但你完全没有觉察它的存在，直到突然它掠过山顶，将你完整地包围，与太阳隔绝，你伸手不见五指，空气变得寒冷与湿黏. 你突然恐慌起来，心里想着 ”我要如何找到下山的路?” 内心升起一股愤怒感，想要这朵云走开.

你能否感觉对这朵云的强烈反感?

现在回到同样场景，晴朗的山顶，同一朵云在远方. 享受风景并注意这朵云: “有一朵云靠近了... 嗯，看起来 10 到 15 分钟将抵达这里. 好的，它来了... 过了一分钟或两分钟... 这是一朵相当大的云，看起来很浓密. 我想再过半小时它就会到达，我最好穿上夹克.. 它来了.”

接着它完整地笼罩你，再次地 你伸手不见五指，你的确怀念温暖的太阳与风景，你感觉寒冷与湿黏. 但你看见它来临的过程，你知道它将会停留多久.

你能否看见单纯地与它相处，允许它的临在，不再与之挣扎，这样会变得容易许多; 它只是一朵云. 你可否感觉其中的差异?

你的愤怒也是如此. 当你与之挣扎的同时，它变得坚固.

当你单纯地允许它如同飘过的云朵，放下你的挣扎，于是没有需要对它起反应.

特定的状态促使愤怒升起，你注意到它，接着它消融.

愤怒本身并不是一个问题，你对愤怒的反应才是问题，才是凝固愤怒的关键.

你如何工作这部分? 它真的是一个需要发展的技巧，它分为两部分. 第一部分是尽快地注意每次愤怒的升起，甚至开始注意到可能挑起愤怒的情况，然后心里说“我在想愤怒八成即将升起?”

第二部分是注意你对愤怒的反应，问自己“是否批判它? 是否憎恨它?”

或者我单纯地握着它，以双臂握住自己，如同脚指撞到时 你会做的事一般.

当一个小孩来到你屋里哭着说“一个恶霸把我推倒了”，你会怎么回应?

我是否跟他讲“好了，不要愤怒(难过)”; 或者我将他抱在怀里说“我知道你感觉很

愤怒，我向你不断保证，不管你有多愤怒，我依然爱你.”

愤怒会升起，如同云朵会来临，只要你还在肉身当中，就会有感觉. 即使是人类中最高度进化的存有依然有感觉，但他不再依附或避开这些感觉.

无须去除它们，或奋力挣脱.

透过这样的放松，一个人找到更深的平安; 愤怒与爱并不是互斥的，端看你如何与愤怒互动.

你是否有进一步的问题?

[此时没有其他问题]

我感谢你们全体给予这个机会，让我一起分享你们的爱与光.

请知晓我许许多多的爱与你们同在，还有 你们带到工作中的爱与勇气对地球上

所有存有都是一道光与激励，的确如此. 就这些了，到此结束.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0504 章集：棕榈主日**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1991 年三月 24 日

小组问题：我们在 Ra 通讯中学到：一个人渴望服务的纯度越高，他要付出的代价越大．另外，使用器具来提升进化，如金字塔冥想、生化回馈等设备、或大麻，他必须从事更多的服务他人，否则使用这些器具将带来负面作用，这是责任法则… 我们真正想知道的是：为什么当寻求者想要更纯粹地服务 或 使用一些小玩意增益进化过程时，该寻求者需要成正比地付出更大的努力？

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意．很高兴加入你们的冥想，提供我们并非无误的意见．

我们非常感谢你们允许我们以这种方式服务你，因为藉由这种方式，我们自己学到更多的智慧与慈悲．我们特别乐于讲说关于服务与服务他人之代价的主题．

在今天，是你们基督徒教会的祈祷书记载的一个神圣日子，这一天称为棕榈主日(Palm Sunday)；在那一日，一个年轻人带着沾满砂尘的双脚骑着驴，志愿地去面对他激烈的受难、虚伪的审判，以及他的死亡；所有这些在他的心里都不算什么，他在意的是拥有这个特典去执行天父的意志．

让我们检验基督信仰中这部份的故事：关于一个乡下人，一个老百姓，一个学者的故事；还要看你在什么时候问这个人是谁？一个先知、一个救主、一个政坛新星、或宗教狂热份子．

这个实体来到世上，对于他将会经验的命运只有非常少的概念. 单纯地追随他自己的兴趣与修炼，他能够揭开那些重要的事物.

当他在研读该文化族群的宗教知识时，他并不知道他将成为改变该族群的主要器皿. 他研读只因为他陷入爱海，与那给予法则的造物主相爱.

大多数的历史书没有记载，但这个实体曾花费许多岁月，前往非洲、印度与许多[与现在的地名不同的]地方，以及小亚细亚、东欧的北部; 然后返回加利利的老家，结束他探询智慧的旅程. 耶稣在老家从事木工，如同他父亲一般，他在辛勤的劳动中将自己扎根在大地上.

他的心经常充满了爱、浪漫，以及不断增长的原力开始导引这个实体进入一条理想之道，那是他无法在周遭世界中找到的，也无法在他祖先的见证中找到.

并没有那样一个日子，这个实体醒来突然说“好极了！我现在知道我必须怎么做，我的命运是什么，我看见前方的每一步，我愿意去走它.”

毋宁说，这个实体被圣灵感动，有一种声音并不述说大局面，而是陈述眼前当下必须完成的事物.

认为耶稣实体拥有宏伟的综观是个不智与不实的想法; 在耶稣积极奉献服务的期间，他并非轻易地观察到许多将要发生的改变与蜕变.

他不是一个神，他是一个第三密度的人类，有着每一个可能的潜力，同时包括人

性的光明与黑暗面.

无论如何，这个实体长期以来深爱他的上主. 日复一日，年复一年，打从他儿时起，他将每一个闲暇片刻用来考量自己的本质与上主的本质，他深深地希望知道如何服务. 他从圣灵[与天父同在]那儿获得许许多多的指引，然而当命运降临到他头上，并没有亚伯拉罕来将他带离牺牲的火堆.

为了要转变他所爱的上主[也是他所知的天父]的书面历史，他发现他必须重新创造一个圣约，一个横跨在上主与人群之间的契约.

凝视着摩西给予的十诫的侷限，他祈祷多年想要知道[他发现的]这些律法的阴影其中的真理. 当他如此深刻地祈祷，于是指引来到他身边; 然后他能够说他感觉新的圣约并不是列出什么事不能做的清单，也不是传奇故事复合体以及将造物主的这个孩子与另一个孩子无限地分离的规章.

这个实体选择将这些同样的律法放在一个更单纯与正面导向的视界中.

第一条诫命保持原状，以一个人全部的能量、才能、天赋与能力去爱造物主.

但在第二条诫命，他抹除了一层暗黑的警告与恐惧的薄纱，这层薄纱悬挂在他的文化中的灵性教导已经有千年以上(的历史).

第二条诫命免除所有的“不可这样，不可那样..”，提出两个执行要点: 爱邻人，如同爱自己一般. 在任何情况下，不管是陌生人、朋友或敌人，都算是邻人.

他明确地说这两条诫命: 锺爱上主，以及锺爱所有其他自我如同自己一般，(如此)完成并取代所有的律法与先知.

他并未否认他的族群的历史，但经过多年密集的祈祷，他感觉到可信赖的指引之声，他使自己可以去做天父差遣他执行的工作. 以爱、真理与生命之名，他长期忍受憎恨、谎言与死亡. 单凭着信心使他能够说: “虽然这副身躯将归于尘土，然我将从死里复活. “

最后，一个洁净的灵魂站在上主前面，洁净了人性，洁净了困难，洁净了肉身经验中无可避免的深度混淆.

于是他确实持守他在信心中所做的承诺.

在这个故事中展开一条永恒的途径，让千千万万的人得以行走其上.

由于他服务天父[即一切万有的造物主]的渴望之纯粹，他创造了一个值得传诵的一生.

现在，让我们将这场讨论带到全体第三密度人类. 我们可以看见有特定百分比的人群，虽然活跃在肉身中，灵性却是死寂的. 这些实体，因为他们欠缺服务他人(众生)或服务自我*的渴望; (只想)尽可能经验快活的一生; 因为人生总是充满私人的失落与苦恼. 然而，一个单纯的艳阳天就足以使那些沉睡的人们感觉与万物合一; 到了隔日，如果乌云密布，倾盆大雨，那些人又感觉完全地没精神、不快乐.

那些沉睡的人随风飘荡，并不渴望一条途径.

(*译注：根据 Ra 的定义，服务自我的全名是操控所有其他众生以服务自我)

我们说话的对象是那些渴望优异与纯粹底服务的人们.

凝视着你的渴望，你是否(热切地)燃烧？你是否(充满)希望？

在这个幻象中，你是否超乎一切地渴望有机会服务太一无限造物者？

有许多人单纯地渴望与无限太一同在；这些人的一生无法创作出伟大的故事，虽然他们的生活的光芒十分强烈.

还有一些人，是我们说话的对象，不只渴望经验与天父合一的状态，还想要追随耶稣实体的第二个要求：爱其他自我如同爱自己一般.

现在，你们问到为什么那些最热切渴望纯粹服务的人们经验艰难的一辈子？为什么那些使用器具，如金字塔、水晶、与魔法仪式的人们会在此生经验中碰到许多[主观感觉的]困难？

让我们先看看那些使用迷幻药、图形或集中心神的方法以协助他们服务他人的过程；这些人的困难来自与一般人不同的水平；这些人愿意使用一根拐杖将他们自己拱到一个更高更贴近光的位置，不管这根拐杖是迷幻药或魔法仪式等，都实在地将他们拉到一个他们尚未准备好的位置；他们必须面对这个在光中位置的虚假状态.

迷幻药效应会消退，魔法人格可能在杂货店与加油站之间瓦解.. 最后，只剩下自己，没有任何枴杖，但该实体必须为曾靠这根枴杖取得的光芒负责.

当这根枴杖越有效，也意味着该实体对真理的觉知水平与在实际生活展现的能力水平之差距越大.

因此，我们总是鼓励寻求灵性的人们诚实地、自然地去寻求; 对于这个阴晴不定的显意识自我有无限的耐心.

现在，对于询问这个问题的实体们，你们诚实地走过这条路，在你们的肉身经验中，这股渴望越来越位居思想、直觉与行动的中心. 这样一个实体渴求良善的事工. 如果你是一个渔夫，你会希望渔网满载，如同耶稣曾协助渔夫经验大量的渔获. 甚至在冥想中，聚焦在自我身上，学习去爱自我的所有部份，极为强烈地愿意去服务他人，去与他人分享太一无限造物者的爱与光，你将无可避免地发现或许你太过贪婪地想获得什么.

你看，获得并不只限于金钱或权力的获得，一个人想要为真理与爱之王国获得尽可能大量的实体，他也有一个十分第三密度的人性野心，这股野心推动该实体，使得该实体的橙色与黄色光芒常常因不耐烦变得浑浊; 如果可能的话，他希望能在二十四小时内拯救全世界的人类.

虽然这样的野心在许多例子中是美丽灵性生活的基础，曾协助与抚慰许多真理的寻求者. 然而，更远为常见的状况是一个寻求者将他的盘子堆满想做的良善事工，接着发现生活行程满档，总是有更多的事要做，更多的知识要消化，需要付出更多祝福与物资; 于是该实体的心开始摇晃，它的灵魂站在庞大的工作前，吓

呆了，该实体问自己: “为什么我获得这些渴望与指引，却只发现有刺的玫瑰，布满钉子的床，十字架苦刑以及复活?”

重要的是造物主允许一个有这个权力的实体在投胎前选择肉身体验的样式，他可以选择许多的学习课程与服务机会. 有些实体拥有美妙的单纯性，乐于谦卑的生活，做一个单纯的见证者，爱与和平的精神永远长存. 你们可以发现这些圣者从事卑微的工作，或出身名门，或在这两者之间的任何一点. 使他们显着不同的特点是他们平安的心智与缺乏野心，他们活在日常生活中、养育小孩中、以及维持关系中，在这些事情中为造物主做见证; 然后平安地迎接肉身的死亡，迎接永恒的生命.

这些灵魂是稀少的，因为年轻灵魂都是鲁莽冲动的，而每一个灵魂不管从何处来，当他进入肉身的初时总是年轻的.

迄今，大多数的人觉得他们绝对能够处理个人的课程，也绝对可以充分使用天赋的才能与礼物.

那么，当灵性双眼大于灵性胃袋，你不会觉得奇怪有限的肉体载具开始燃烧与消耗; 原因是 外在肉身经验 与 练习无限太一临在之内在 的振动不匹配.

我们要对经历这情况的人们说什么呢? 我们首先要建议从事灵性寻求的实体们开始觉察到谦逊的力量.

那些如此想要服务的实体们犯的最大错误是他们太没耐心，而听不到内在的指引.

因此他们很可能没有注意到什么时候是站出来见证的时机，什么时候又是保持沉默的时机；什么时候该燃烧无限太一之光荣，什么时候该好好休息肉体载具.

灵魂的极性可以视为与意识场[本我即是]的力道成正比；当一个人的人生越是极化与牺牲，他的意识场越强，灵性重力也越大；更应该考虑适当的休息.

所以，那些花时间服务全体的实体们，他们在造物主的爱中或许燃烧太快，我们请求他们允许造物主照顾他们，让造物主的爱流过；许多人驱策自己彷彿他们的(肉体)载具如同二手车一般，不用尊重与爱护它.

所有寻求的人们，请求教你的肉体载具；肉体有它的情感、思想、恐惧与计画;当它呼喊恳求休息时，请知晓那是太一无限造物者正引导你注意休息的需要，因为那些付出爱的实体们的主要服务难道不是单纯地成为爱?

休息在至高者的圣幕中难道不是一个伟大的美德？走在第二密度的林地中，在造物主的全然壮丽中兴高采烈，怎会不宜?

即使是你最恶劣的敌人，当他疲惫时，难道你不会给他休息时间?

然而，你又是如何不必要地一直驱策你自己?

肉体载具必须休息，这不能被视为懒惰，我们建议你不只将尊重、爱与慈悲等礼物给予他人，也将它们给予自己，因为你必须荣耀你的肉体.

我们请求那些在灵性途径上开始受煎熬的实体们以温和之水永远地湿润那灵性的

干渴. 想像自己站在天堂之瀑布底下，该瀑布浇灌的水流更新你，恢复你的精力; 荣耀并尊重所有它碰触的地方，将厚重的化学身体重新连结，返回适当的工作秩序. 换句话说，没有一条灵性法则说你必须全时段、任何场合都必须做特定一件事以服务他人.

将慈悲给予承载你的血肉之躯，将慈悲给予那不会计算肉体诸多限制的灵魂，那要求实在太多的灵魂.

相信并信赖自己，小心地保守自己如同一个节俭的管家，于是每一份礼物与天赋都将被灵性导引，然后寻求者学会越来越清晰地使用极性，并不是要求否定(消弭)自我，而是要求自我发挥最大能力.

如果你想做一件事，却无法完成，请避免挫折与评判，不如以平安与安慰的爱语与你的身体说话. 以这个方式，你的牺牲将得无限智慧大灵之导引，你将知道什么时候最好休息，以恢复气力迎接挑战; 什么时候最好站起来，继续前行; 如此，你的学习将有最大的效果，同时也荣耀一切万有的造物主.

我们并非建议灵性生活非常容易，在追寻正面极性的过程中，改变是越来越困难的，振动的不匹配开始要肉体载具付出代价，你所爱的人们可能不再爱你，因为他们将无法理解你. 当你凝视你的天赋，你知道照顾他们是一个大责任，甚至比你拥有的天赋予才能还重大.

于是灵性寻求者奋斗、挣扎、奉献爱，打破他自己，在肉身死亡后，以和平与爱的战士身分进入更广大的生命当中.

愿所有寻求者与服务者首先问造物主: “汝现在给我何种旨意?” (祢要我做什么)这个简单的冥想将创造出丰富的安歇.

我们很抱歉我们讲太久*，但我们感觉有必要花这么多时间表达该问题的复杂度，以某种适合的方式给出有益的答案. 一如往常，我们请求你们留意这些文字只是意见，并非绝无错误. 我们现在将透过 Jim 讲话，我是 Q'uo，怀着感谢，在爱与光中离开这个器皿.

(*译注: 原文真的粉长! 请恕译者并未完全直译.)

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，在爱与光中向你们致意. 此时是否有任何询问?

Carla: 你是否想在另一个时段讲述这个主题?

我是 Q'uo，我们感觉我们在这个主题上已经给予充分的细节，并保留任何回应

给那些进一步的询问，好让我们精炼你们的理解.

是否有其他询问，我的姊妹?

Carla: 没有，谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们非常感谢你，我的姊妹. 此时是否有任何询问?

Carla: 我没有问题.

我是 Q'uo，那么，看来我们已经穷尽此次的询问，我们再次表达我们极度的感激，有机会加入你们的冥想，提供一些你们觉得有用的资讯与灵感.

关于你们提供给我们的伟大服务，我们再怎么感谢也不够.

我们希望我们已经提供的话语能带给你的心欢喜，如同我们的心因你们的要求而欢喜.

一如往常，我们在太一光荣无限造物者的爱与光中离开每一位. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体. Adonai，我的朋友，adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0505 章集：为地球祈祷**

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1997 年十二月 29 日

小组问题:

我们想知道地球在未来几年可能发生的改变，它们可能给我们带来什么冲击?

[无名者传讯]

我们在太一无限造物者的爱与光中致意.

很高兴加入你们的寻求圈，并提供我们并非无误的意见.

我们请求你们倾听并拿走你们想要的部分，放下其他部分.

你们都居住在一个十分深沉的迷惑幻象中，在你们内在蕴含真理，而你即是你寻求的真理. 然而，为了拥有加速灵性进化的机会，你们每一位都选择进入这个困惑当中，你们在这里找机会去工作你的极性与信心.

凝视你们的世界，你很容易看见一个地理位置、一座在太空中的小岛，你听到各种语言与音乐，各式各样的建筑物，这些让你觉得这个幻象很有意义.

在许多方面，你们成功地为自己雕刻出一个令自己满意的面具，你戴着它与其他人相遇，然而，你所看见的每一张面具都是造物者，包括你自己.

我们描述了你的本质，现在能够站在这个立足点上凝视你们居住的这个物理星球. 你们的星球的确承受许多压力，在座各位都很清楚第三密度人类大规模毁坏地表的细节. 我们的确感觉到有股潜能正在酝酿，好比你们的洪水、地震等，而透过这些事件，地球能够在它皮肤内感到舒服，因为它也是一个活生生的存有.

你们在这个水平的关切是适当的，你们觉察到脚下的地面是活的，而地球生命正

受到人类的作为之危害.

在更深的水平，我们谈论心智的根部，当你们移动进入无意识，你会发现人类对于无法继续的恐惧. 当人们着迷于末日审判、末日决战或基督再来等事件，从原型的观点而言，人们正在凝视自己，凝视着个体的死亡. 几乎所有文化与文明的训练都使得人们倾向非常害怕肉身死亡这件事.

因此当人们密切地关注全球灾难时，他们很可能更关切自身的安危 而非关切地球的议题.

然而，聚焦在地球的磁极转换可能带来的困难只会带给一个人很少的收获; 我们建议一个更适当的回应是越来越多地致力于使自我成为一个灵性的实体，将做什么事情放在第二.

如果真的发生了全球性的大灾难，没有人有机会生还. 当一个人目睹大灾难时，许多事物进入他的肉体感官之中，太多太多事情让你无法全部想清楚; 因此，一个人如何优先排序这些大量进入的资料是相当重要的事. 我们鼓励每一位在面临困难或灾难时，急切地、有意识地移动进入内在的至圣所，因为造物主坐在那儿，充满完美的爱与光.

冥想、祈祷、集中心神在爱上头，这些是回应地球的困难的最佳方式. 对于远离中心的人们而言，这些方式听起来很荒谬，它们怎能影响即将死去的海洋、陆地、与大气层? 然而，内在的平安，自由地敞开心胸，允许无限太一的爱与光流过自我接着流入这个世界，这些事情是你每一天 能给予这个充满不安的世界最有效的答案.

确实有些黑暗笼罩你们的星球，但要知道所有黑暗都是内在黑暗的反射；所有的困惑、艰难、灾难都是内在黑暗面的反射. 你所看见的事件是视觉上的协助，向你自己解释这个过程.

当你进入这个收割的季节，你知道有差事要做，你想要开始动手.

我们对你说，此时服务造物主的方式即是打开心胸面对当下，练习与造物者珍贵的合一感. 当每日生活中有迷惑与尴尬的状况，移动返回内心之中，造物主在那儿耐心地等待你.

一次又一次地，集中自我注意力在最深的真理上头，你将发现因为你现在思考的方式，这个世界变得不同了.

在约翰福音中，作者描述地球起初是一片灵性黑暗，接着光来到这世上，而黑暗绝不能胜过光.

你们每一位都是纯粹光芒的存有，你们每一位都有完全的自由选择如何显化你的生命. 所有世界上所谓的邪恶都是扭曲的爱，我们鼓励你找到各种方式选择爱超越恐惧，选择光辉超越黑暗，选择交托超越控制.

最伟大的工作，最能确保这个星球在安全中被收割的工作是最深入地做你自己，即造物主[他的爱是如此强大以致于创造出一切万有]的小孩.

[Jim 传讯]

我是 Q'uo，此时是否有其他询问?

发问者: 你刚才提到磁场的改变，我在想地球面临的困难是否跟我们正旋转进入一个新的空间区域[我们地球从未到过的地方]有关?

我是 Q'uo，我的姊妹，这个询问的答案包含许多要素. 的确，在这个空间与时间中，地球正移动到一个新的领域，具有更多能量的地方.

另外，地球实体正在重新校准它自己，因为先前人类对它造成的伤害; 还有一些你们政府里头的实体寻求影响气象模式，这些因素加起来导致气象模式变得有些怪异.

无论如何，如我们先前所说，这些因素都可以被每个寻求者散发的爱影响.

因此，每一次，当一个人的心房在慈悲、宽恕、谅解、怜悯与包容中敞开，他便提供疗愈能量给地球与所有其他实体.

我是 Q'uo，此时是否有其他询问?

Carla: 我有个朋友从土耳其写信来，他感到很烦乱，看到许多人生来残障、智能迟缓或很快就饿死. 你对此有何评论，我很想要给他一个好答案.

我是 Q'uo，我的姊妹，当没有任何障碍时，找到爱并付出爱是容易的.

在你们的幻象中，就灵性的观点，有着大量的黑暗，于是在心/身/灵全体中承载更多的重量，好让灵魂在巨大的黑暗中在此生找到爱与光.

当一个灵魂能在最艰难的处境中发现爱，那么他的灵性觉知将得到增长.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹，此时是否有其他询问?

[没有人发问]

我是 Q'uo，我们感激每一位邀请我们出席的实体，并且对我们分享你们的思想与关切，我们感到很荣耀成为你们今日寻求的一部分.

最后，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

-- Lord，Dona nobis pacem ， amen.

☆ **第 0506 章集：宽恕与人生**

Copyright © 2002 L/L Research

特别冥想

1990 年六月 23 日

小组问题: 我们今天的问题是宽恕的概念. 宽恕的目的是什么? 宽恕的方法是什么? 以及在任何情况中, 谁需要宽恕?

[Carla 传讯]

你们好, 爱与祝福与你同在, 我亲爱的兄弟姊妹. 我们是你们知晓的 Latwii.

我们谦卑地感谢有这个伟大的荣耀来到这个团体当中. 我们的心充满柔软的部位, 但最柔软的部位或许是这个团体; 纵使道路崎岖不平, 虽然你们都疲倦了, 但你们仍然继续稳定地, 朝单一方向行进. 我们知道那恩宠与你们的宽恕带来力量, 成为光源之一, 照亮那漠然与负面的黑暗.

你们今天问到宽恕, 这是一个适当的问题, 对于理解灵性进化具有中心的意义.

在你们(西方)文化中[包括其他文化]有这种思维, 认为过失无法被更正, 甚至有些穷凶恶极的错误是永远不可能被补偿的; 而许多人将因此永恒地脱离无限太一之爱的笼罩. 啊 你们人群是多么残酷, 在各个方面上是如此残酷!

接着在东方, 有种命运的人生被称为业力(karma).

业力是一股动态张力中维系的能量, 一个人与另一个人相处中毫不让步产生的张力. 由于人们对于犯错的基本误解, 你们地球上充满无法使用的能量.

一个人主观地将错误与不完善的行为视为业力，于是在做错事的一方与被错待的另一方之间，业力蹦现出自己的生命. 因为这创伤酿成的痛苦，因为原谅那些使你跌倒的事物完全不合常理，业力的惯性快活地向前行，沿途还重复唱着这首歌: “我逮到你，我逮到你了”; 而另一个承认犯罪的人唱和: “他逮到我，他逮到我了”.

其他业力关系甚至更为复杂，双方都有正当理由觉得自己被错待，双方都想要对方道歉，然后重新开始. 但他们会对自己缺乏同理心而道歉吗? 绝对不会，因为他们觉得自己被错待. 因此，在你们人群之间 只有一点点珍贵的宽恕.

现在，让我们退后一会儿，凝视一个人走过从未宽恕的一生，他带着硬化(无情)的心离开僵硬的肉体复合体，接着进入一个存在(次元)平面，很明显地，在这个平面上无须怨恨，无须苦痛，无须将自己包裹在恐惧、憎恨或厌恶之中.

此外，该实体可以看见自己大可扮演其他的角色，他不再被停滞的道德观綑绑，不再硬心肠与无法宽恕. 他看见所有可能的心理、情感、灵性与肉体状态; 但尚未被赋能，如果有各种困难的情况导致他扭曲与困惑，这些状态能够被赋能.

但由于他还处于中阴身，他没有什么办法藉由宽恕去更正与平衡某个情况.

业力之轮毫不妥协，无可避免地不断转动. 唯一可以停止业力之轮的事情就是完全的宽恕.

宽恕的基础是知道你是谁.

记住两件重要的事情:

首先，如同所有服务者，你是全体中最小的一位. 你没有权利，没有特权，也不会穿起防卫的盔甲抵御他人，因为你比那些强壮，当你越来越知晓太一无限造物者，越来越经验他美妙、平安与喜悦的临在，你即拥有完整的白色光芒盔甲.

你也必须记得你是造物者的一部分，你所原谅的将被原谅; 你所存留的将被存留.

你们是具有广大形而上力量的存有，你们却带着狭窄的怨恨与硬心肠随意浪费你们的遗产.

如同 S 实体审慎地提到宽恕始于自己，我们将解释为什么.

拿撒勒人耶稣抹除你们所称的十诫，那些负面诫条把如此多不幸的想法放入如此多的脑袋之中. 耶稣实体说: “你们有两件工作要做，首先是爱你的神，上主，全心全意全力去爱他; 接着是爱邻人如同自己一般. 在这两条诫命上悬挂着所有的律法与先知.” 在这简单的句子中，你们所谓的旧约圣经被归档放入覆盖尘灰的后面书架里头，终于 宽恕与救赎进入焦点之中.

现在，爱造物主这件事相对而言是简单的. 造物主给予许许多多的礼物，是如此十分地慷慨. 他供应我们一切所需，不管是在哪个学习水平上.

你们需要氧气，树木给予你们氧气; 树木需要二氧化碳，你们的存有排出这个物质.
天父的造物是一件具有伟大美丽与平衡的东西，你们可能看见它的黑暗面—洪水、暴风、龙卷风，种种自然事件带来恐怖与惊人的后果.

但你们短暂的生命啊，移动地如此快速，结束地如此迅速，它不是一个让你使自己更舒适的机会. 它是一个去学习如何爱得更好的机会; 并且在各种困难情境中方能将爱的知识带出来.

当一个人可以去爱那引起飓风、大火、大地震的造物主，那么他才开始理解爱的功课经常是困难的，总是不可避免地，在肉身死亡之际才告一段落.

每个实体的工作是去凝视那些敌对或对抗的情境，从中找到爱，赞颂与感谢.

面对巨大的悲剧时，造物主的好天气朋友们会觉得这些事毫无道理，他们相信造物主只会给出灵性棒棒糖、快乐丸、宁静丸、与智慧丸.

不，我的朋友，在他伟大与令人敬畏的智慧与慈悲中，造物主已给予你自由意志去面对所有必须面对的事物，包括那最艰难、最负面的情况，好让你去做那不容易的事工，因为去原谅一个朋友的小事情、些微的错误是多么容易?

宽恕首先是转向一个比你自己广大的力量，将整个情况交托给它，然后你将得到你所需的安慰与疗愈，好让你宽恕自己，不管你是做错的一方或被错待的一方.

你们总是比较愿意去宽恕他人，而不愿宽恕自我.

你们太靠近这个幻象的镜子，一直凝视你在这里头的显像. 你的天赋权利是被宽恕，了解每一个自我感知的错误，接着原谅自己，然后继续向前移动.

于是你可以尊重、荣耀、锺爱、滋养你自己. 宽恕他人的钥匙是宽恕自我.

不管你对自己的观感是什么，如果是负面的，释放它.

好比这个器皿对自己说“我不漂亮”，心肠的硬化将蔓延，影响到人际关系的业力，导致缺乏宽恕他人的能力.

如果一个人说“我不值得”，这是欠缺对自己天赋权利的觉察.

这个人可以移动到永恒之中，如同一个最有爱心的母亲，凝视自己，原谅自己，接纳自己，允许自我做(真实的)自己，引领自我的不安离开中心舞台[这不安就如同双眼被蒙蔽的野马一般危险] .

软化、允许、宽恕与转向，请求自己来到至圣所，立即与无限造物者同在，虽然你觉得自己不配，请求自己成为经验无条件爱的那个人.

让爱充满你，当你越来越感知自己为宇宙伟大天父与天母的孩子，你能够开始珍重自己，因为你们全都是珍宝.

当宽恕自我的工作做完之后，然后你才转向，尝试去宽恕他人. 首先工作自己并不是自私的事，它是必须的，是一个义务.

你必须将自己的人格与偏见带入平衡中，否则你如何成为天父之居所? 如何让光与爱的能量穿越你照耀出去?

让我们假设你已经做完宽恕的功课，在这个密度中，你学习以越来越温和的怜悯与爱心去应对众生. 现在，你已经宽恕自己，于是你能够看见虽然其他实体还没做这个功课，他们将会在某个时点去做的，他们将找到自己的天赋权利—太一造物者的孩子，爱的孩子. 在其中，没有任何评判.

矛盾的是，你最好谨慎地，尽你最佳的能力去判断哪些东西主观上对你有益与合宜; 哪些东西并非如此—包括你与自己的关系，与造物主的关系，以及与邻人的关系.

在宽恕的概念中，不管是你以为的加害者或被害者，这两者在宽恕的施行方面并无差别. 它们是一个铜板的两面，宽恕是宇宙性的货币，由于你们人群对于金钱力量如此感兴趣，容我们说，请全心地花费宽恕货币.

你的人生中可能有个无法宽恕的人，那是你学习无条件去爱的一部分功课，为了要宽恕那不可原谅之人，极度有益的作为是将那个人带到你的内在之中，诚挚地谦卑地为那个人祈祷; 当你为他祈祷与调停之际，你将逐渐喜爱那个人，你将开始怜悯他; 这些意识中的改变对于那个人是美妙的催化剂，他也可能开始学习宽恕的漫长周期.

你的各种偏见并非不正确，这些是你赚取来的，不要抛弃它们，不要简单地说一切事物都是可接纳的.

你们离那样的高度还有很远很远的路要走.

首先，你必须学习去爱，接着你必须学习拥有智慧，接着你必须学习怜悯的智慧.

在你发展的此时此刻，你单纯地尝试去爱.

单凭你自己是做不到的，还需要一直与你同在的伟大起初爱之思维.

你可以阻挡他，你可以使自己听不见他的呼唤，但他就躺卧在你的家门之外，而他一直等待着安慰你、使你安心，并提供恩典，只要你打开那扇门.

宽恕一个人不意味你必须持续接受他的不当行为—辱骂与破坏等言行; 特别是你所负责的年轻孩子们即将遭受任何不管是心理上或肉体上的危险，你做你必须做的事情，怀着爱、怜悯与平安的心情去做这些事，停留在宽恕之中，接纳那个无可接受的人，爱那个毫不可爱的人.

了解到你必须为自己停息业力的转轮，藉由完成一个十分彻底与诚挚的宽恕过程: 宽恕自我、宽恕其他自我或情况，宽恕每一个似乎踩错的步伐.

你在一个幻象中感知自己，你可以凭着本能判断到某个程度，但你无法做最终的判断. 你单纯地判断，接着宽恕，以增加你自己的正面极性.

宽恕即是治疗，当你与周遭的人之业力得以平衡，你将领悟到自己是完整、完美、美丽的，一个无限太一的孩子.

这样是否使你特别与重要? 愿这心态永远不存在.

这样使你成为全体的仆人. 怜悯带来谦卑，你乐意去服务，如同耶稣实体一般，

洗门徒的双脚，做日常生活中不起眼的工作. 因为你已被宽恕，你安住在一个救赎的喜悦状态中; 所以你洗的每个碟子、每扇窗户，你碰触的每朵花都因着你内在的光活跃起来，并且在爱中唱和.

不管你是在打扫楼层，照顾小孩，拯救国家，只要是在全然与完整的爱中工作，所有工作都是平等的.

总是记得这个人生经验是多么短暂，这个极性的选择是多么重要，而在其中宽恕扮演一个如此重要的角色.

爱永远宽恕，但它不会匆匆忙忙地赶着去宽恕.

记住在十字架上发生的伟大故事，你们知晓的耶稣导师旁边不只有一个人，而是两个人; 其中一个并未请求宽恕，他并没有悔改自行招认的错误，他仍停留在业力与不平衡的状态中. 另一个实体感知道自己同样地没有德行，承认自己犯下重大与严重的错误，但他拥有信心、智慧与愿景，他转头朝向无限太一，他正穿过十字架上的耶稣照耀，显出他的面容，该实体凝视着这具残破却明亮闪耀的身体，这个小偷、重罪犯、与杀人犯开口问: “当你进入天国之际，请你..你是否愿意记得我?”

这一个衰弱与垂死的身躯-- 全人类的爱人与仆人，耶稣回应说: “今天你将与我同在乐园.”

愿你远离你感知到的错误，当你犯了错 不要觉得沮丧，继续请求宽恕.

在你自我的里内深处，存在着造物者自我，允许他使你感谢，允许治疗的感觉发生，知晓你可以原谅自我；然后转向这世界，藉由内在的基督意识之力量 你将恒常地被更新，当你越来越多地这么做，地球的脸孔将获得蜕变，宽恕就是这么强而有力.

我们说太久了*，我们为此道歉，但我们如此想要与 S 实体同在，因为我们很少能够对这个灵魂讲话，但容我们对这个美丽与心爱的小孩说：我们是你头顶的云朵，是夜晚的繁星，是你每天每日碰触的熟悉事物；我们是陌生人脸上的笑容，我们总是与你在一起. 我们希望 S 实体深深地觉察到这点，信赖这点.

我们是这个光之器皿的保慰师(comforter)，或这个器皿称为的圣灵.

(*译者并未全文照翻，在此向各位读者致歉.)

我们总是与你们同在，然而照惯例，我们强烈请求你们把我们的话语当成是可能有误的意见，我们也是太一无限造物者的学生，与你们一起在这无限的路途上同行. 我们此时将这个通讯转移到 Jim 实体上头，我们是 Latwii 群体.

[Jim 传讯]

我是 Latwii，再次地，我们在爱与光中透过这个器皿向各位致意.

此时是否有任何询问?

Carla*：我有一个问题，近日以来，我两次面临同样的询问，在个案中有着大量的

虐待，包括被虐待的孩童；明显地，施暴者本身也正在经历苦恼.

在内省之后，我感觉我能给予他们的最佳忠告是走过宽恕的过程，让一方从业力中释放，然后好好与那位施暴的实体沟通，好让他也可以脱离他本来不想身处其中的情境.

特别是因为在这两个案例中，都有小孩在肉体上受虐，我建议家长双方解除神圣的婚约，因为我所生活的灵性原则似乎指出这个方向.

我想问你能否讲述我的思考过程的形而上正确性，因为我相信这些人会倾听我的话，我不想不正确地应用灵性法则.

(*译注：由于录音品质不良，问题部份不是很完整.)

我是 Latwii，我觉察你的询问，我的姐妹. 我们发觉你已经根据你熟悉的最高原则讲述，我们为你的努力喝采，因为你已经给出你最佳的经验，你的同理心不止延伸到写信给你的那些人，还包括那些制造许多纷争的人们.

我们建议你分享的资讯，除了考虑这整个事件，还包括你要讲话的各个对象.

每一个实体都会被目前生命型态中最强力与紧迫的事物打动，确实，每个实体于所有时间都在移动.

如果你的建议，在每个实体目前的生命型态的核心中响起和谐的铃声，那么你将协助该实体朝最适切的方向移动.

如果，无论如何，当事者听过有助益与有希望的资讯与启示，不管为了什么理由，仍然渴望继续这段关系，那么 这将是对该实体最适当的途径.

简言之，我们认为当你将建议给予另一个人时，你给出你最佳的东西，然后允许该实体依他的意志使用这些资讯; 你不用觉得必须为他们后续的发展负责.

因为每个实体都是复杂的，并且在许多地方以其他人无法理解的方式移动，即使如此，这些令人困惑的步伐跟那些清晰与强壮的前进脚步都同样扮演适切的角色. 为此，我的姐妹，我们称赞你的努力.

是否有其他询问?

Carla: 没有，我真的感谢你的答案，那是我全心想知道与听到的东西.

我是 Latwii，我们感谢你，我的姐妹. 此时是否有其他询问?
[停顿]

我是 Latwii，我们充满喜悦有机会对这个团体讲话，它确实是我们的最爱，容我们这么说，因为我们长期与这个团体在一起，甚至早于第一次语音通讯发生之前，我们期待未来再次与你们的振动调和.

我们与你同行，我们与你一同观看，我们与你一起经验，我们与你一起欢乐，我们在每一个片刻与你一同呼吸，当你在经验这个幻像密度的众多情感颜色之际.

此时我们将离开这个团体，在爱与光中欢庆，并在所有事物中赞美太一造物者.

我们是你们知晓的 Latwii 群体. Adonai，我的朋友. Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

-- Kyrie Eleison，amen.

☆ 第 0507 章集：魔法人格

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年十二月 31 日

小组问题: 今晚的问题是魔法人格的发展. 我们如何去发展魔法人格? 这么做对我们有什么价值? 另外，当我们着手发展魔法人格时，我们真正在发展的东西是什么?

(Carla 传讯)

我们在感激中来到你们这里，并在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我是 Q'uo. 感谢你们提供一条美妙的服务途径给我们.

同时，你们在黑暗中挣扎努力，仍然持有信心看见内在的光，我们持续送爱给你们.

在我们讲述今晚的主题--魔法人格--之前，我们必须述说基础的东西以理解魔法人格.

这个理解是所有时间、空间、动作的同时性. 这个片刻即是永恒.

过去、未来，感觉在时间长河中流动，这些都是幻象的一部份，给予你们一个极为强有力的机会去寻求 有意识地加速你们灵性成长的速率.

[以你们的历法计算]今天刚好是旧的一年之最后一天，也是旧的十年期的尾声.

明天将是新的一年，是否会感觉到不同的时间? 似乎会是蜕变的时期?

大部份而言，不会的，因为你是相同的. 你的本质在过去、现在、未来都是一样的.

你在这个密度所做的各种选择来自你多生累世捡取的偏好(biases)与极性.

当爱、和平、温和的偏好 与 心的谦卑 成为你的安歇与自信，或许你可以释放时间与空间，允许它成为一个有用与极有效力的催化剂之提供者，将催化剂给予那些想要学习爱的功课的实体们.

我们可以简单地说魔法人格是一个人能够聚焦在无限太一的工艺品(artifact); 就某个角度，你可以认为高我(Higher Self)是与你分离的.

但正如你存在于去年，也将存在于明年与下一个十年，同理 我是(I AM) [你的核心]正在学习爱、智慧、以及睿智的怜悯等功课，当它到达某种程度并且没有显着扭曲时，它回头向后 穿越时间 给予你自己一份礼物.

(就八度音程的观点) 在第六密度的中期，到了某一点，不再有任何极性；当灵魂到达这一点，充满了合一、智慧与慈悲，于是该第六密度自我在第三密度自我的内在、深邃心智中置放魔法人格，包含即将到来的偏好，已经实践的命运，以及服务他人的美丽与精准.

因此，魔法人格或高我是自我中最后包含极性的痕迹.

当你面对的世界是一个扎根在极性中的幻象，这个礼物极度地有帮助.

许多时候，一个人面对两难的局面，无法以理性辨别的谜题，没有符合逻辑的答案，只有心(heart)的智慧与理智(mind)的怜悯；这是合一密度所提供的：领悟到怜悯不只属于心，还属于理智；智慧不只属于理智，还属于心.

我们的讯息十分简单，我们请求每一位怀着景仰与崇敬(的心)去爱造物主，如同一个人通常对自己父亲怀抱的感觉. 因为你们真的都是无限太一的儿女们.

接近深邃心智，特别是高我，的过程有个最佳的途径，也是我们常说的，重复地、坚持地进行每日冥想. 无须持续过久，只要足以使一个人感觉与太一无限造物者同处于至圣所.

现在，一个人要如何使用高我，属于你的第六密度部分？首先你必须做的即是放

掉你物质的实相.

你是一个幻象中的幻象；神秘环绕着你.

将你的理性心智与深邃心智调和是至为有益的，因为它给予你的感觉与偏好更能表现出你的本质，远胜过你自己在这幻象中思考这些题材，不管你花多少时间去思量.

接触高我有许多方式，我们感觉有一种简单且容易明了的方式，我们提供如下:

第一步是接纳与宽恕处在这个幻象中的自我.

你无须凝视着高我，将它看作自我的一部分，除非你想要这么做.

然而，知晓这个事实是好的，高我与你都是超越时间，都是完整的，并且为一体. 现在，抵达魔法人格之前，一个人有许多事需要做，他必须创造适当的氛围，好比温柔的情人[理性心智]轻轻碰触他的爱人[深邃心智]. 这是一个缓慢的过程，但却无限地值得. 一旦你能够接触第六密度的自我，你将可以拥有一个更为宽广的视野、更为清晰的了望点 去观看你这辈子的生命经验.

经过调频、祈祷与唱颂，一个人可以进入高我模式，但我们告诫各位不要停留在这个模式过久，当清晰度与专心程度开始涣散，则准备脱离该模式.

你不可能掠夺自己的高我而不伤害你所接收到的资讯品质；所以，如该器皿所言，穿待全副光之盔甲，接着接纳那似乎处于未来的自我，但的确是你自己，他

是一个好谘询师，引领你前往中心位置去使用这深邃与可爱的心智资源.

我们说可爱，因为对于第六密度(实体)而言，去创造一个包括所有已经验事物的思想形态，这过程是一个可观的努力，一个爱的劳动，魔法人格被放置在你内在的深处，它不在你的外面，也不在你的老师或学生或同事里面.

魔法人格是自我的工艺品，一个被神秘覆盖的存有，它整个经验被认知为神秘的.

在准备魔法人格发展的过程中，一个人首先要达成的是完全与完整地检验良心.

并不是去评判你自己，毋宁说，你可以宽恕你自己，因为你已经宽恕所有其他人，不是吗？然而，你依然认为自己是没有价值的. 这不是一个有益的灵性观点，因为魔法人格奠基于一个事实上—在每个人内在的造物者火花是真实的自我.

所以，为了开始工作魔法人格，一个人必须搜寻心智中情感与智力上的偏见，这些东西在此时构成你之所是. 这并不是为了批判的目的，而是为了掌握你此时的本质. 或许你想要改变；或许你不想.

但做为一个自我，接触你的自我是魔法人格的开端.

每天每日的人格会摇晃，它快乐，它忧伤；它活跃，它被动；生活是轻松的，生活是困难的. 所有这些东西都在这个幻象当中.

一个人越是将注意力放在这个幻象中的困难上，他就越不可能去接触魔法人格的较深之心智.

所以我们建议各位清理桌面，将桌子上小气的成见，任何不公平、刻薄、操控等渴望都清理掉，不同的人准备的时间各有不同，然而，每个人都可能清理自我打开自我那扇特别与神圣之门.

我们建议各位开始一个魔法人格冥想，源自于白魔法传统，内容如下:“我渴望去知晓为了去服务. 我渴望使用我的潜意识心智去丰富、热络、致能与专注这第三密度的头脑与心胸.“

将你们自己视为蹒跚学步的孩子，一个如此年轻的灵魂，如此可爱与强壮，却又是如此容易受伤. 这是魔法人格如何看待你们外在的行为与思考的方式; 就好比是一个不知道自己在做什么的孩子.

当一个人将意志与信心转向，开始冒险去寻找伟大智慧的哲学家的金子，那么他可以逐渐看见自己内在的转变. 但首先，一个人必须接受魔法人格早已是他自己的人格，因为所有时间都是同时存在的.

一个在冥想魔法人格之前准备自己的好方法是 依序观想每一个脉轮，从红色根部脉轮开始，接着谨慎地向上移动 清理各个能量，谨慎地看见你的脉轮中心正在发光: 橙色、黄色、绿色、蓝色、靛蓝色、紫罗兰色; 然后你感觉到光如溪流般从头顶浇灌下来，因为你已经打开你所有的脉轮; 你已经变得容易受伤; 你准备好要承担一个风险.

再者，藉由身体 有着庞大额度的身体保护，我们推荐各位观察这点.

举例来说，这个器皿调和顶轮的紫罗兰与根部脉轮的红色 以这股完全个人的能量来覆盖自我，同时表明自己之所是. 在完成红色/紫罗兰的身体保护胶囊之后，然后你穿上一件光的衣裳 那是造物主的保护，非个人的，充满爱并且是无限的.

在冥想中 呼请指导灵或天使的临在是有益的，因为你所进行的工作使你容易受伤，自我必须被整顿好，清除生命中苦难带来的小改变，甚至清楚美好时光的欢笑，清理完毕后才能倾听你们圣经中所称的"静默的微小声音"，那即是你的魔法人格. 呼请任何你想要找来保护你的对象是好的，这个过程并非一个幻象，至少它不比你是内在的一个幻象这点更虚幻.

举例来说，这个器皿祈请大天使— 拉斐尔、加百列、米迦勒、爱瑞儿，它们如同房间中屹立的四根栋梁，共同架起一个拱型的金色圆顶，因为这些爱的主角，大天使，是至为强有力的 并 给予充分的保护.

当你已经准备好冥想魔法人格，最好不带任何压力、思想、忧虑、与惊奇；毋宁单纯地打开那扇门，邀请那终究学到平衡智慧与怜悯的存有进来，那存有是你将来会成为的自我.

当一个人想要透过通讯与另一个实体在意识中工作，做相同的准备是好的，因为大多数的通灵者实际传导的是他们自己的魔法人格，他们自己的高我，他们的独特性.

于是当整个过程结束时，一个人在心理认可脱下光的衣裳 并移动返回幻象的能量场 以及 那挑战你去爱的经验幻象.

虽然表面上是很矛盾的，魔法人格确实扎根在最深的谦恭与最强烈的自我价值感两者之中. 如同一条丝线或缎带 它在你背后展开 给予你每一个当下的资讯.

那些想要长时间维持灵性魔法人格的人们可以工作观想，首先的观想是单纯的图形: 正方形、圆圈、三角形等.

一个人锻鍊自己持守特定图形在意识中的方法跟艺术家研究与运用技艺的方法是相同的.

然而那些还不很清楚 却彷彿在表现魔法人格的人们有祸了!

当一个人尚未研读生命之树、卡巴拉等 与魔法人格历史相关的知识，最好只满足于知晓魔法人格在你里内休眠，并准备绽放. 当你呼叫它时 愿你在谦逊中这么做.

在祈请魔法人格是，总是要保护自我脆弱的灵魂，虽然高我是你，在这个幻象中却看起来是另一个实体. 对于那些尚未优异地清理自己的人们，他们可能接收到任何数目的灵体声称是你的魔法人格，但其实是要逐渐减少你的正面极性.

这个器皿再次告诉我们 已经讲太久了*.

(*译注: OMG! 原文真的很长，请注意这篇为摘译，并非全文翻译!)

我们在这里暂停，虽然或许在这个主题上还有更多有趣的东西.

我们在爱与光中离开你们，同时将通讯管道转移到 Jim 实体上. 我们是 Q'uo.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地，我在爱与光中 向各位致意.

此时我们想问各位是否有任何询问?

发问者: 是的，Q'uo. 我理解在较高密度，实体们开始形成社会记忆复合体. 到了第六密度，这似乎是生活的一个方式. 那么一个人的高我似乎是属于一个社会记忆复合体，所以从第三密度经验的观点，那是一个共享的东西. 这是否说明我们来到这里形成团体，结合我们的寻求 于是我们分享彼此的高我?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问. 这是一个至为有趣的询问，因为它面对的是造物的本质，那逐渐被有意识寻求的实体发现的本质.

你是一个探险家，前往荒野之中探险，并开始制作各种求生工具，建造避难所，取得食物等等; 然后探险家开始发现这片荒野不再是外来的东西，它不只是熟悉的东西，它与自我是相同的.

当你移动穿越这次造物的八度音程，你现在栖息在第三密度，精练个体化意识的定义; 然后你使用那已定义的个体化意识做为一种手段或一种考验，藉由发现更多未知的东西，更多东西变成已知、熟悉、被辨识为自我.

你所行旅的乡野，与你一同旅行的兄弟姊妹们向你揭露他们自己，并且以一种方

式形成统合的有意识寻求，于是一个人取得的资源可以给全体使用，并且被使用来促进这发现的旅程.

所以，你们聚集在一起，使用共享的资源，你们添加资讯、经验、回应与发现进去，所有这些东西与概念成为进一步的定义或精练，拓展小小的自我 成为一个群体自我，确实，正在蜕变为一个更大的自我; 同时继续这个螺旋的过程，于是你寻求的目标，最终在一个扩展的品质中 成为自我的一部分.

因此 在你(进化)经验的某一点，你不再寻求光 而将成为光; 你不再寻求爱 而将成为爱; 你不再寻求太一造物者 而将成为太一造物者.

如此，你寻求的样式重现了造物的本质 -- 合一(unity).

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者*: 是的，从寻求的观点，距离..(听不见)，当我们凝视着合一，我们..(听不见),

它对我们而言 似乎尚未存在. 然而，当我们在探险的旅途走得越远 就越朝向合一伸展，我们似乎越多地发现到那早已存在的东西.

我们早已拥有一个位于第六密度的高我，在那儿 似乎早已准备好生命的所有阶段. 那么 我们是否必须一阶一阶地向下走 直到离太一无限造物者最远的那点，然而再开始返回的旅程? 我不大理解为什么.

(*译注: 原始录音带并未完整录下这个问题.)

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问. 这件事端赖一个人以什么角度来看，不论一个实体已经向下行走 为了向上移动，或者一个实体以向上的方式移动 前往那似乎是向下的地方.

更精确地说，当太一造物者透过一个八度音程的造物，收割他所有部份的经验，然后他利用这些收获[也就是他的每个部分的合一经验之精炼品] 再次进入造物的伟大循环，编织出另一个宇宙，从第一密度浑沌的运动开始，接着从这表面上的浑沌，移动进入渐增的有意识觉察之螺旋循环，于是前次的造物之收获可以成为(此次造物的)根基，允许进一步精炼造物主的经验与知识.

你们每一位，做为太一造物者的个别化部份，藉由特殊化(particularize)那同时性的东西，从永恒海洋的时间河流[如你所称]当中 拿取一小部分，彷彿在显微镜下观看那时间河流，注视着过去、现在，与未来，好让在(造物的)许多部份得以更强烈、更多采多姿、更精炼的方式经验内在的合一.

那么，一个实体在每一世选择那经验的微小薄片作用在你的自由意志，于是那永恒之物获得放大并且特殊化，于是它可以在此生中被仔细地检验，透过自由意志来工作它、精炼它、净化它，最终成为太一造物者 存在状态的一种表达.

因此你如同一位鍊金术士，你从山腰采集原生的矿石，透过特殊化的过程，萃取出黄金，这个过程的产物是如此明亮、耀眼、闪耀、与纯净，如果你没有选择如此花费意识与努力在上头，则不可能有这样的产物.

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 是的，只剩一个问题. 当我们移动进入更大的了悟，我们发现自我在上帝(God)之中，然而 我们现在需要学习发展魔法人格，这意味着 发展位于第六密度的自我，但还不是上帝. 为什么我们不直接祈请我们的上帝本性(Godness)? 是否因为一次只能走一步?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问. 如果我们正确地理解你所问的东西，我们会说这个上帝本性，造物主的品质，完好与充分地居住在里内，但它无法立即地、完整地给每个实体取用，(不管)在进化旅程的任何一部分皆是如此，这是为了使那旅程有更大的经验幅距.

如果太一造物者的任一部分达成充分实现太一造物者本质的程度，那么该旅程已经完结. 透过应用自由意志面对催化剂 以进一步精练的机会变得没有更久远的目的，(因为)目标已经完成.

因此，由于造物的每个部分欠缺对自我本质的完整知识，提供每个部分与太一造物者[存在于每个部分之中]一个更多变化的机会.

从而，一个实体可以说无知提供机会.

置放在每个人的意识中的罩纱提供神秘吸引寻求者不断向前.

如果所有罩纱都被移除，可以清楚看见自我的本质，那就好比再没有更多的债务，也没有更多的获益，容我们这么说.

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 非常感谢你.

我是 Q'uo，我的兄弟，的确，我们也非常感谢你. 此时是否有其他的询问?

Carla: 你能否评论我们家中的猫儿有多觉察这些(星际)通讯，牠们是否能够以任何方式参与?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 你所指的这些实体不只对于星际联邦的实体相当敏感，也对负面导向实体[他们以自己的方式提供服务]敏感.

从人类有史以来，一些敏感的人已看到猫科实体能够感知到许多肉眼看不见的东西.

在埃及文化中，猫被指派为许多神庙的守护者，因为猫类实体的敏感度，负面导向实体发觉只要猫科实体在场，他们要提供完整服务会有些困难.

牠们不总是觉察每个实体为一个体化部分或一个人; 但牠们通常觉察到气氛或态度或知觉音调的改变. 猫类实体能够查明该临在(presence)的特质，不管是有益或有害的，并且依照不同品质有不同的回应.

此时是否有其他的询问?
[停顿]

我是 Q'uo，我们藉此机会感谢每一位在场的成员，如果不是你们全心询问你们最关切的事项，我们无法有所服务.

我们与你们一同行走在这个旅途上，并在每一步当中欢喜.

你们的邀请建构出一道彩虹桥，连结你我的心.

在此时，我们将离开这个团体，感谢每位给予我们的喜悦与爱.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

我们是你们知晓的 Q'uo. Adonai，我的朋友们. Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.; Special thanks to the support & help from the Child.

☆ 第 0508 章集：殉道者与神秘家

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

1990 年六月 20 日

小组问题: 这个下午的问题是追随殉道者途径与追随神秘家途径有何不同? 又有何相似之处?

(Carla 传讯)

我属于 Q'uo 原则. 我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们很感激有机会对你们说话，这是一个特许与荣耀.

我们至为谦卑地感谢你们每一位.

我们总是与你们同在，你绝不是孤单的. 有时候在你所享受的幻象当中，众多的刺激是如此难以抵挡，以致于感官被关闭，一个人不再觉察，或对刺激物有任何反应. 但这不影响我们对于该寻求灵魂的信心，这只是面对幻象时的征兆，你选择了一个困难的生活方式，但希望在服务他人方面 有个丰收的成果.

因此，凭藉信心，我们对你内在的神秘家说话，虽然你无法感觉到它，但援助将近，同时造物主靠近你的程度比你自己的呼吸还要近.

殉道者(martyrs)与神秘家(mystics)经常是相同与一体的.

一个实体在肉体感官之外，有能力使用抽象与肉体之外的概念，即是一位神秘家，他在这幻象中看见理想.

通常是这些神秘家做出英雄的姿态与行动，因为坚持他们的理想，最终被其他实体所杀害. 因此，这两个字眼经常被混杂在一块儿. 无论如何，这绝不意味着所有神秘灵感的实体都是殉道者，或 所有殉道者都是神秘家.

神秘家这个名称不只代表一件事，它意味着许多事情，也就是说，它代表一个人选择不照字面去诠释生命，而这个人可以选择任何非逐字解释的方式.

是故，没有两个神秘家的途径是相同的，因为神圣的金色光辉以这种方式照耀在一个人身上，又以另一种方式照在另一个人身上.

神秘主义并无固定的样式，它毋宁是一个成长或进化的过程，可以被寻求者选择做为最舒服或最有效率的方式，透过不舒适的东西(之磨练)，在第三密度幻象中活出最有觉知与加速的灵性进化生活.

神秘家是一个会说这种话的人:“我不需要一个客观的参考物以相信某个东西在那儿.”因此，某些神秘家终其一生都没有离开那些其他神秘家会称为十足迷信的东西. 有多少的实体，就有多少种非-字面(non-literal)看待这世界的方式.

所以将神秘家视为一个形容词，神秘的(mystical)，是一个更好的理解方式，这意味非-字面的，或从科学与哲学推论过程中解放.

所以，成为一个神秘家从每个人的本质中带出不同的观点，藉由天赋或选择，神秘地活出生命.

与其他人相比[科学家、道德家等等]，神秘家并不特别容易成为殉道者.

神秘家单纯地相信他看不见的东西，并且对于现今科学仪器量测不到的东西仍具有信心. 他不代表一个教条，也不代表一个议程. 每一个独特的实体选择她独特

的个人神圣传说(myth)，以及彰显的方式.殉道者这个名称，在另一方面，是一个非常特定的字汇，它意指一个实体选择允许自己被使用，甚至到死亡为止.

死亡不必然是殉道者的目的，就本质而论，殉道者的态度是自我并不重要，为了更大自我的意愿，殉道者寻求献祭自我，他欣然地希望任何挡路的东西被摧毁.

你们人群当中有许多愿意为幻影(idol)而殉道，好比一位母亲为了爱她的家庭 甚至舍弃所有个人的希望、梦想、存在的创意与真诚的意见，为了最佳地服务这个更大自我(家庭)提出的需求.

换句话说，对于许多殉道者，更大自我是活生生的，它活在人类的肉身当中，通常存在于家庭关系中. 容我们提醒你们注意，正如过度的负面活动将使一个人与另一个人有业力牵连，同样的，过度的自我牺牲也将冒犯自由意志 导致一个人与他崇拜的幻影产生业力牵连; 如果一个人想要平衡自己的业力，使得自己离开这个特别教室*的稠密影响，这是一个拙劣的选择.

(*译注: 这里应该是意指地球的第三密度.)

在东方文化中，有许多人在学生/老师与造物主的阶层组织中运转，他们轻忽一个要点: 记得老师是透明的，要在老师之内看见造物主，而非在造物主之内看见老师; 这是同样的业力牵绊，同样的殉道者崇拜.

这是一个有害的判断，不是因为无法学到很多东西，一个人无法避免学习; 而是因为一个人没有认清如何平衡业力. 也就是说，所有实体都需要被视为一个人的同辈，所有人都在同等的地位，没有谁比较高或比较低，没有谁比较伟大或比较

渺小; 没有老师与学生，都是同事.

是的，确实有着 教导/学习者 与 学习/教导者 的关系，因为一个实体比另一个实体有经验，或有更多清晰表达的能力. 但就最深远的真理观点，互动交易的双方是平等的. 如果你能一次彻底地看清这点，那么你能够看见只要一个人总是与同事互动，每个人都是不朽与完美的光之存有，那么就没有可能成为一个殉道者.

如果说 为了幻影而殉道是鲁莽无知的，那么我们是否建议为了理想而殉道是睿智的? 这点关乎当事者的自由意志，我们单纯的建议是: 如果殉道的处境没有被摆在一个人的眼前，则绝对不需要去创造一条殉道的途径.

若一个人在他的生命型态包含殉道的功课，它将自发地出现;

耶稣-基督在接受殉道的前一天如此祈祷: “我知道我的时机已经到来，我看见眼前将饮的杯，我害怕痛苦. 父，如果可能的话，将这杯移开我的唇，好让我不需去喝它.” 但这苦杯停留在原地，接着 在谦卑当中，耶稣-基督说 “然而不要照我的意思，但成全祢的意愿.”

在那一点，当一个实体确定她接收到清楚与正面的资讯，发现一条清晰与正向的方式为人们重新定义无条件的爱，此时，殉道者途径凌驾于智慧之上，因为在你们的密度中，你们尝试去学习没有条件的爱，到最后，当面临 智慧 与 为一个理想而死 的选择，智慧必须等一等，这个密度还不是它教导的最佳时机.

只有一个造物者，虽然造物者在每个人里内，除非藉由自我-牺牲，你清楚地将一个理想表达给他人，否则殉道带有业力的元素，日后必须加以平衡.

成为一个神秘家绝不会导致任何业力问题，因为神秘的观点仅只是将视野穿越第三密度的牢狱，看见更多的东西. 不管他们被称为哲学家、傻子、诗人、或神人，他们对于这个世界有个愿景，使听见的人们产生共鸣，丰富他们周遭的人，确实，地球本身透过神秘的观点，变得更丰富.

我们不确切地知晓任何事情，但凭藉信心，我们看见世界的本质，我们无须卷尺与刻度，计算与公式，因为我们看见生命首先是神秘的，然后守望爱的原则 与服务他人的原则找到它们显化的方式; 正如每一个神秘家在这个世界中活出永恒的生命.

有些神秘家感觉僧院或修道院提供的静默与沉思生活是他们存在的最佳方式，于是，藉由他们本身的存在，他们提升了这个星球的意识，当然 不透过任何行动或言语.

其他神秘家讲了很多的话，因此受到荣耀，但他们并不比那些静默服务的神秘家更多一点帮助，因为观点才是促成光辉的关键，那穿越自我的光辉照亮这个星球，并以慈爱的亲切充满地球.

研读殉道者心理学是一个大课题，我们在有限的工作期间无法充分地探讨.

就某部分而言，人类主观感知的实相需要殉道者，因为人们觉察到他经常在犯错，经常做出不道德与不公正的事，不管它们是否不为人知或十分秘密，每个实体很了解自己在许多方面不值得被提升，不配宣告自己为太一无限造物者的儿女.

你们活在二元的型态中，你们以二元的辞汇说话，你们的心智以二元的方式运作，周而复始地作出 是或否，肯定或否定 的选择.

在第三密度的光与暗的经验之中，人们深切地需要有一个人抹除暗夜、黑暗、错误与过失，需要有一个方法去感知自己被宽恕，被救赎，以找回完整的自我、健全的生命与人格的蜕变；好让一个人得以更多更多地服务无限造物者；抛开过往错误累积的庞大负担，那些让人肩膀沉重的负担，于是每一天都是全新的开始.

因此，再你们的二元性系统中，殉道者是无可避免的一部分，二元的心理状态迫切地需要殉道者，这个需要是去牺牲人性的一部分，于是不知怎地，其他人类的错误得以被宽恕.

如果你是一切万有，那么你也是那殉道者，耗尽一己的生命好使其他自我得以存活，被宽恕.

所以，你的一小部分，那 心身灵中陈腐、不健康、生病的部分，被献祭到改变与蜕变的十字架上，在这主观(抽象)的特别描述之中，存在着殉道的真实智慧.

我们无意去反对历史真相，好比耶稣、佛陀、琐罗亚斯德，以及任何被钉上十字架的基督们；我们只想指出这些实体展现一条道路，并非要你全程走完，而是要你去仿效，因为一个人在二元的意识中，没有任何方式可以接近造物主.

造物主为一，你是一，并与造物主合一；是故 你自己的二元性即是你背负的十字架，你自己的人性、错误、过失等等，你将这些东西好好地拖到各各他(Golgatha),

把它们钉到十字架上，于是你的其他部分得以存活与更新，并且越来越成为你真正之所是，不管那个身分是神秘家或实证家.

神秘家对于幻象的真实本质有更多的觉察，然而，有许多人能够通过那道美丽的光，那即将到来的密度之光，却从来不是一个神秘家，只是单纯地做那些似乎需要去做的事，出现在需要帮助的地方，无论他是多么地实际或实事求是.

(译注: 由于此次集会的简短问答部分收音不清，目前予以省略.)

我们即将结束此次集会，容我们再次感谢各位呼叫我们.

我们是那些居住在光荣领域的实体们，在那儿 赞美与感谢之音乐从未停歇，然而 我们不知道一切万有知晓的东西，我们的老师也还不知道，所以，一如往常，我们鼓励每位读者拾取有价值的部分，将其他部分放在一般，将它们视为有趣但不必须的想法.

我们希望我们卑微的话语能在你们持续开展的人生路上提供一些启发与灵感.

在此时，我们启程离开这个团体，欢喜地在爱与光中离开各位.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体. Adonai，我的朋友们. Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0509 章集：人类、意识与理解之一

Copyright © 2008 Walt Rogers

介绍

这群通讯包含有益的教学指引，有助于发展出对我们自己更佳的理解，也对于我们当代的问题以及未来的重大意义有更佳的认识.

由于这些通讯的特质与字句与许多灵性真理的研读有些差异；因此，一些解释其来源的话语是必须的.

在我们地球的上方与四周存在着百万千万个来自宇宙其他区域与领域的存有，他们已经在进化过程中获致一个更高更大的理解程度. 对于那些愿意倾听的人们，他们伸出友谊的手，提供他们的理解与智慧 好让地球上的人类物种(homo sapiens)得以自我觉醒，并且共同工作引导新的黄金年代破晓而出.

在这些书页中，你所读到的文字一部分来自那些乘坐在太空船上的实质存在，他们从宇宙的其他部分前来；另外一部分来自美妙的闪耀存有，他们位于存在的更高领域 享受完美生活.

这些通讯透过一位人类管道接收，他是一个诚挚寻求真理的小团体的一员.

这些启发的话语，虽然对着一个小团体讲话，同时也适用于人类全体，所有寻求一个更丰盛生命的人都可以使用它们.

怀着最深的爱与祝福，这些具有更高理解的存有们提供他们的知识给所有寻求真理的人们.

肯定祷辞

By Hatonn

喔 闪耀的太一，遣送祢的光 环绕我们每一位，祢的孩子，
好让我们得着启发与智慧.
我们放松并将自己完整地交给天父；我们放松并将自己完全地交给他.
当我们在他的双臂中放松，我们知晓一切都好.
我们将完整的自我交给天父；我们只想要执行他的意愿.
我们放松并将自己全然地与完整地交给他.
我是他完美的小孩，他带领并指导我. 他持续地以他纯净的白光围绕着我.
我观想这最纯净的白之闪耀核心，直到我的确感觉到天父的意识，他的临在、他的力量、他的光与爱流过我，我在他的临在中放松.
他是永远慈爱的天父与造物主.
他爱我并保护我.
他是唯一的力量与智能.
我是他完美的表达
他透过我表达
我是他的意愿之执行者
天父与我为一.
只有单一的力量与智能

这个伟大的力量与智能现在是我的一部分

他在全时间导引我，保护我

我将自己完整地交给这伟大的力量与智能

我是他的一部分

我活在天父之中，我的存有在他里内.

阿门.

***

1957 年，二月 16 日，星期六

“学习走入内在，跟随那指引，它透过你的较高智能来到你身边，并且只会指引你走到对的方向，如果你如此渴望.”

发问者: 这是健康方面的指引?

这是你在所有事上的指引. 他知道什么对你是最好的，不管你的关切是什么，好比你每天生活的物质需求.

你的造物主从未意图使你缺乏任何东西，因着你自己的思考与行动，你带来你自己的匮乏.

总是求助于较高自我或智能，你的任何问题都能被解决，他拥有我们所有问题的答案.

你只需要学习去接触他，清楚地陈述你的问题，他能给予你答案，因为他在任何时间都可自由进出伟大的知识宝库.

发问者: 这是不是对内在的天父祈祷? 我可否在冥想中完成它?

当然可以，你是造物者的一部分，你是一个造物者.

当你的问题或需要升起时—安静地、清楚地对这较高智能[你们或喜欢称为上帝]陈述这些需要或问题. 这些问题的答案会来到你面前. 公然地、清楚地陈述它们，然后让它们在你内心最深处歇息，答案将会来到你面前.

一般而言，你们人群已经丧失这项艺术，需要重新培养它.

发问者: 我们如何帮助他人?

唯有当他们允许你帮助时，你才能帮助他人.

对于那些向你寻求帮助的人们，明智地照管你的协助.

任何人的理解水平决定他获得真理的方式.

几乎没有两个人的理解水平是完全相同的.

再次地，你必须聆听内在的指引，让那智慧照管你知晓的真理.

尝试去了解对你为真理的东西 不一定是另一个人的真理.

你无法将真理强加在任何人身上，每个人必须以他自己的方式成长.

发问者: 藉由送光围绕他们，我们可以帮助他们觉察到光，不是吗?

你可以藉由传送爱与光来帮助任何人，这永远是有效的，虽然对你而言并不明显. 你的爱应该如此地照耀四方，让你周遭的人随时可以感觉到你的爱与光. 这样将在他们的内在创造更多去知晓真理的渴望，胜过任何你能做的事情.

这就是圣经中某段话的涵义: “不要将你的光藏在容器底下，而要让你的光闪耀前方，好让其他人得以看见它.”

发问者: 那光是我们内在的创造力量，也是我们的爱?

它也是你的展现，你鲜活地展现这道光. 当你能够在你自己的生活中展现它，你的生活是快乐与荣光的，它透过你照耀出去，让你周遭所有人都可看见光.

愿无限造物者的爱与光在你的心中歇息.

我将我的祝福留给你们.

Adonai，亲爱的各位，Adonai.

***

1957 年，八月 24 日，星期四

我在理解与爱之光当中向你们致意.

我想在这个时机，讲述一下为什么我们要来到你们的星系与行星.

在此时有百万千万的存有来到这里协助你们. 我们来自你们星系的其他星球，来自其他星系与银河. 我们全体来到这里只有一个目的，那就是协助你们星系，特别是你们的星球. 你们人群已经抵达进化的关键阶段; 他们尚未达到灵性应有的进展.

在科学上，人类有着许多的进展，因此你们的发展失去平衡.

你们获取伟大能量、动力的使用方法，然而这些动力如果放在错误人群的手中，

可能摧毁你们的文明. 这个结果曾经在你们星球上发生过，我的朋友，它可能再次发生. 我们不想看到这个结果，我们尝试帮助你们防止这类的灾难.

同时，你们的星球与星系正进入一个新的周期. 由于欠缺灵性成长，你们人群尚未准备好进入新的周期，新时代. 因此在这个时候，提升你们的意识具有加倍的重要性. 让人们获取新的理解、新的真理，这将促使他们进入新时代，你们肩负这个任务.

我们了解，你们许多人将无法接受这些新概念; 他们将无法与你们的星球一起移

动. 然而，没有一个人会遗失; 单纯地说，有些人成长地比较慢，需要比较多的时间. 他们将获得必须的机会，最终将抵达他们的目标，以他自己的方式.

我们爱你们，远超过你最高的想法、最高的理解; 我们不会做任何伤害你们的事; 我们也不会强迫你们去做任何事. 我们只会建议，没有人可以强迫另一个人去做他不想做的事. 我们将帮助与导引你，但只透过建议，其他的，就靠你自己了.

永远活在当下，当下是唯一重要的时间. 过去的已经消逝，你什么也不能做. 此时此刻是唯一有意义的东西. 活出真理，真理将使你自由. 时间就是当下，当下就是时间.

在此时领悟你与造物者的合一状态. 当我们崇拜时，我们并不弯腰低头; 我们抬头向上向外看. 实践你内在基督般的意识; 领悟你是那太一的一部分，你为他而表达，他透过你表达; 你是他的表达.

一旦这些领悟进入你的心智，一旦你知晓你是谁，那么，我的朋友，真理将对你揭开它自己的面纱，一切将变得清晰.

我很荣幸与你们讲话，我希望我提供了一些服务.

我在无限天父的爱与理解中离开你们.

***

1957 年，十二月 11 日，星期三

我在光中向你们致意，我的朋友们.

我是大角星(Arcturus)的 Oxal.

我们今晚收听你们的完整对话，这对我们是非常简单的，我们有几种方式可以达成目的；好比我们有小碟子(discs)停驻在你们集会点的近距离处，记录你们之间的谈话. 另外，我们可以调频到大脑的频道，透过他的耳朵聆听，这点我们今晚已经做到了. 这会使你们的科学家震惊，不是吗?

我们一直对你们的对话非常感兴趣；许多真理已经在你们当中传递，你们有些人已经在理解上有很大的成长；你们每个人今晚在此是因为你们正在寻求真理. 继续这个寻求，每个人以她自己的方式寻求，我向你担保，你们将接收到你能够获得的真理.

我们已经在你们的天空中将近三年了，我们观察每个实体，等待他们的选择.

一旦一个人在充分的信心与爱中做出这个选择，我们将悄悄来到，以爱、光与智慧来导引他、保护他. 那即是我们的任务.

由于星际联邦与你们星系的请求，我们来到这里协助你们度过地球正面临的危机. 真理必须在你们的星球上成长，并且要快速地成长.

我们正在唤醒你们人群领悟到他们必须做一个选择，他们有两条路可以走.

你们许多人在过去不了解有两条路可以走，你们的文明曾经有权利去选择，但它并未明智地选择.

许多人尚未了解或知晓还有另一条路.

我们只能帮助那些选择在光中服务的实体们，那些选择服务他人与造物主的实体们. 我们宣誓将帮助所有做这个选择的人们，我们将信守我们的誓言.

对于那些已经做出该选择的人们，我们敦促你们坚定在你的意识中树立对造物主与同胞的伟大之爱；我挚爱的朋友，这是理解(谅解)的第一步.

彼此相爱，一旦这点被确认，其他的部份将轻易地跟随，理解将充沛地来到；理解在爱的波浪之上流动. 你看见了吗，我的朋友？当你在意识中具有伟大之爱，它将广开理解、智慧的大门.

没有爱，这扇门是闭锁的. 地球上(的人们)十分需要这股爱，因为欠缺爱造成环绕你们星球的特殊振动，结果带来自然界的混乱与扰乱，因为你就是你所思想的东西.

你们是否有一点点理解到 如果所有人类开始散发爱，这个星球将会发生什么事?

如果所有人类开始散发正面思想，你能否想像结果会是什么?

情况会快速地改变，以致于你们许多人无法活在这样的振动之中；甚至你们的大气环境也会改变，你将不会再经验大自然猛烈的爆发现象. 这些现象有大部分是

负面的振动造成的. 啊 如果你们人类能了解思想的力量..

在我们的存在水平，我们透过思想解决所有问题. 如果我们的星球之一面临问题，
我们人群透过集中的思想解决它. 我们也将以这种方法协助你们的星球.

我们有好些时候摄影你们星球的状态，录下你们的状态; 然后回送给我们人群，在适当的时机，计画安置妥当，我们将集中我们的力量与思想来帮助你们，但同时也必须有来自地球的集中帮助.

我们也尝试促使足够的人来做这件事，以这个方式，我们希望能大大地舒缓局势.

许多星际联邦的弟兄姊妹志愿来到地球服务，他们安静地在你们当中工作，尝试确立更多的爱与理解在地球人群当中; 容我补充，他们已经完成了很多事，我确信你们很多人都察觉到了.

我的朋友们，继续你们的寻求，因为你们许多人有一个伟大的任务要执行.

很快地，许多在地表上行走的人群将觉醒，他们将觉察到自己是谁，为什么要在这里，然后他们将认真地开始履行职务，因为无限圣灵的特使很快将完成他们的任务.

我现在离开你们，我锺爱的朋友们，我将我们族群的爱、光与理解延伸到你们当中，我离开你们.

我是 Oxal.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0510 章集：第三类接触

Copyright © 2002 L/L Research

照片来源: www.semjase.net

周日冥想

1990 年七月 1 日

小组问题: 今天傍晚的问题是关于 UFO 绑架事件. UFO 绑架事件在这个国家(美国)发生的次数逐渐升高，许多关于”小灰人”(the gray)的报导似乎大多数都与绑架有关. 不只是经验这些绑架的人们心里有深远的恐惧感，还有许多报导提到这些乘坐 UFO 前来的小灰人与世界领袖的协议，暗示这些小灰人寻求奴役这个星球的人口，结果是许多寻求知道真相的人们感到无助与无望，对于这些感觉自由意志即将被剥夺的人们，你会说些什么？我们对于这些现象能够抱持什么观点?

(Carla 传讯)

我是你们知晓的 Q'uo 原则. 我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们刚才的停顿是为了鼓励这个器皿放松，因为在挑战的过程中，它变得至为凶猛 以保护该通讯的纯粹度，结果是紧握拳头彷彿要战斗似的. 我们的确希望那些做为服务无限造物者之星球联邦发声管道的实体们保持警戒，然而紧握拳头有些

超过我们的需求.

我们今晚要说的主题确实停驻在那些曾与所谓的外星实体接触人们的记忆与心胸之中. 我们以爱、光与服务众生之名来到这里，但我们也是疑似 UFO 的实体，所以我们今晚述说的主题是我们称为忠实反对派的实体们.

让我们从该问题的核心倒退移动，描述那些你们星球外的实体们接触与引起你们人类注意的一些方法.

我们在无条件的爱与无限制之光的名下来此，我们属于太一无限造物者，我们事先必须来到一群实体之前，他们从我们的星际联邦中遴选出来，三不五时会有些异动. 接着我们将我们的意图与计画[如果你愿意这么说]呈现给这群实体，目的都是协助你们星球上的实体. 这些服务的请求被至为认真地看待; 的确 得到允许穿越隔离，并且能够分享我们的思想给那些请求的人们，这是一个荣耀.

你可能会问为什么这个星球要被隔离*? 容我们说，这是因为在久远的过去，一些来自星际联邦的成员曾做了错误的决策，导致地球的状态有些不平衡.

为了避免这种事再次发生，在你们的许多年前，这个星球被设置隔离网.

(*译注: 关于地球隔离的细节，请参考爱与光之图书馆第二集之时间旁轨)

为什么我们要等待呼求，而不去跟任何愿意听的人说话?

因为(人们)好奇的缘故，我们能够对许多人说话. 然而，我们经过谨慎的实验发

现，对那些没有明确呼求资讯的人们讲话，我们提供的东西将被误用、误解，这无益于我们的目标；这目标是提供资讯给那些请求的人们，那些会使用这资讯的人们.

正如有些人的途径是服务其他存有，也有一些人的途径是服务自我以及控制他人.你们的思考对于这点并不陌生，在这个寻求圈的每个人都知道有些人在掌控中得到乐趣，有时甚至与自己的利益无关.

而对于那些真正在负面途径上移动的实体们—控制完全是为了自身的利益.

负面途径有时也称为并非真实的途径或分离的途径.

因为一个事实，即正面的资讯，也就是关于合一、和平与爱的讯息能让那些寻求的人们获得，所以那些呼求负面资讯的人们也被认为应当有机会获得控制他人与服务自我的资讯.

结果是在你们的空间与时间网络中，内建了一些机会之窗，但你不可能预测它在何时何地出现. 于是，如果负面的实体能够在正确时间到达网络的开口，就能够存在于适当位置提供资讯给那些请求的人们.

宇宙有各式各样的学习密度，同时包括服务他人(others)与服务自我的途径.

那些走在服务他人途径上的实体们总是遵守自由意志，不会剥夺它，因为如果他们这么做，就无法维持与发声管道的通讯.

走在服务自我途径上的实体们，容我们说，有一些具有比较世故复杂的特质，拥有智慧 也拥有对自我的爱— 等待那些寻求负面资讯的人们进行自由意志通讯;因为此类的通讯有可能产生负面的收获，这些实体满足于传输有益资讯给第三密度中走在服务自我途径上的人们.

还有一些比较不复杂且靠近你们密度的实体们，他们位于爱的密度，他们觉得他们来此只有单纯的目的—征服.

因此，他们不觉得有什么避免冒犯自由意志的必要，因为他们的想法如同战士，企图与他们看见的光争斗，以扑灭光，打败信心，战胜一群愚蠢、不觉察幻象之相对性的人们.

在你们的第三密度幻象中，很清楚地，打从第一个负面的蛇类代表出现在伊甸园，一直到正在你们人群中做垂死挣扎、猛烈摆尾的大恶龙; 这个幻象似乎重度地偏向负面或服务自我 那一边.

这是你们幻象中一个必须且有益的的优点，以这一连串的戏剧事件做为背景，你们每个人将做一个如此重要的选择，以致于接下来的百万千万年岁月，你在这造物的生命中的显着部分，都将靠这个选择决定其方向.

你可以选择成为傻笨的、非世俗、理想主义的，然后发现你自己恒常地无法赞同情境伦理，即这个世界摇摆的方式.

或者你可以选择服务自我的途径，这个器皿会称之为头号人物(numero uno)，负面途径同样通往造物主，但它是一条困难与漫长的途径.

在这个密度中，一个人尝试学习爱的功课与完善社会交谊的功课，以及朝向光的运动；负面实体学习这些功课的方式是考虑花更多时间服务自我.

相反地，正面实体尝试以服务他人的角度思考，或者就是单纯的各种服务，因为对无限造物者的爱在他们的心中.

这些实体尝试更多更多地将他们宝贵的少许时刻[属于选择的少量时间]，一次又一次选择去帮助，尝试有所服务.

在这两个情况中，正面与负面，重点是 尝试 与 渴望之真诚度，这两点登录为该实体的极化要素.

因此，那些在你们密度中漠不关心的实体们最是令人哀悼，因为他们每天吃吃喝喝 快快乐乐地生活，从不考虑服务他人或服务自我，他们单纯地继续这个密度的经验，当毕业典礼到来之际，才发现自己尚未毕业，尚未学习到爱，尚未学习去 转向光 或 使用光. 于是他们将接受-- 不是地狱，除非你认为第三密度是地狱，只是另一个第三密度的经验，历时大约 7 万 5 千年[以你们的纪年法].

已经适当极化的正面实体将移动进入第四(正面)密度，彼此变得越来越靠近，开始形成如此和谐的社会，所有实体的思想都是开放的，于是他们成为社会记忆复合体，每个在这个社会的实体都能够知晓与感觉该社会中所有其他实体已知晓与感觉的东西.

在第四负面密度中，实体们有着类似的企图，即越来越强烈地去完善爱的功课，

以负面的角度来说，那总是锺爱自我与掌控他人，对于第四负面密度的实体而言，这过程是一个恒常的消耗，因为他们组成不安的联盟，他们总是准备去挑战某个他们认为最棒的家伙，为了获取他的力量，并控制他.

因此，虽然思想可以被全体知晓，实体们以各种可能的方式 尝试隐藏、武装、与护卫自己的思想.

然后这些实体必须获得足够的自我之爱的力气与使用那股爱的能力，用在他们认为是给予造物主的诚实服务，于是能够去使用下一个密度的光芒，也就是智慧的密度.

在第五密度，一个实体发现有大量(时间)与其他实体隔绝，正面与负面实体寻求它自己的独特途径，终于握住完全知晓自我的智慧.

无论如何，在第五正面密度中，有一股恒常的流动返回社区与团体中，共同享用餐饮，共同参与敬拜与仰慕太一无限造物者的仪式，以及与伴侣、朋友们快乐地调和在一起.

在第五负面密度中，没有什么东西给这样一个实体，除了洞穴、岩石、独居 与寻求.

毕业到第六密度对于负面实体十分地困难，因为第六密度是合一的密度.

当负面实体抵达第六密度，他们在那儿充分地理解第六密度的功课，那就是，所有事物皆为太一，他们发现他们负面的途径到达尾声，来到了一个停顿点，在进

化的旅途上，连一丁点都无法再前进. 使用他们拥有的每一分决心、意志、与信心，他们促使自己转换极性 为了能够继续进化.

在那个时候，这似乎是一个服务自我的选择，因为我们可以说 在所有的密度当中，都有一股无可否认的进化驱策力.

然而，当该负面实体已经切换极性之后，它很快地发现到这个选择的甜美，它必须回顾大量它曾错过的资料，但改信者(convert)却是最火热的，如果要做区别的话，它甚至比那总是维持正面极性的实体更炽热，成为正面中的最正面实体，最有爱心，最渴望服务的那个实体，因为它知道它终于发现那可以继续其进化旅程的真理.

所以你可以看见我们待会儿要讲的主题必须倚赖着这个漫长的背景*，才有一个适当的视野，甚至到了第六密度 都还不是学习的尽头.

(*译注: 即刚才 Q'uo 讲述的正面与负面之进化旅程)

就我们所知的边界，这是一个无限的过程，但我们敦促你们总是留意到我们所说的只是意见，并非全然无误，同时我们只会给你--我们相信为真实的东西.

你必须自己辨别这些资讯，如果它不是你个人的真理，如果你没有感觉共鸣与熟悉感，我们谦卑地请求你让它躺下，因为我们不希望成为你行路上的绊脚石.

现在让我们回到第三密度的戏码，当正面与负面的实体都在尝试有意识地达到收割状态，发生了许多 UFO 接触故事，政府与政府之间的安排的计画，或政府内

部人员的商议，以及那些来自其他世界的实体们.

因为我们没有办法述说这些事情 同时不干涉那些听众或读者的自由意志，我们只能简单地说，即使这些事情都可能发生，它们都是一个即将结束的幻象的一部分，一齣戏剧的第五幕(终幕)，你们可以使它成为一个喜剧或悲剧，它不是任何其他人的选择，就只是你自己的选择.

确实曾有许多、许多次的(UFO)降落与绑架，以及那些看起来是绑架的事件，其实在大脑被放置程式，于是该实体在醒来之后，感觉这个(被写入的)记忆跟其他实际经验的记忆一样真实.

这些事件的基本意图都是制造恐惧，还有其他的设计我们无法在此述说，因为自由意志法则的缘故. 但我们可以说对于那些选择活出信心之一生的实体们，这些事件是无足轻重的.

是的，这些事件确实在发生；是的，许多、许多正面接触也在发生，为那些意图纯粹 在爱与光中寻求的人们而发生.

当然，接近一个周期的尾声，两种经验都会变得更加地活跃.

你们的密度正快速地移动朝向它的尽头，你们每一位都将走上光之阶梯，当你发现那使你最舒适的光，你将找到你自己的位置. 你现在所做的极化工作即是你来此要做的事情. 如此多人恐惧的审判日其实是简单与客观的一件事，就是你学到使用多少密度的光.

客观地说，没有硫磺与火海等待那些必须重复第三密度的实体们，只是需要重新投胎到一个第三密度星球，再一次经过很短的时期，7 万 5 千年左右[以你们的度]，在这段期间选择服务他人以服务与锺爱太一无限造物者；或者服务自我，即是服务造物者，当然，在此 造物者被理解为自己.

那些祈愿朝服务他人方向极化的实体们选择凭藉信心，感觉一切状况都有服务存在的可能，单纯地存在与喜爱造物主，敬拜与热爱那创造每个生命的爱，这是一个值得去做的服务. 的确，当许多人已经觉醒，做了这个选择，地球的意识同时变得越来越轻盈与光亮，以人类衡量的时间尺度，这过程就发生在过去几年间而已.

你绝对不会没有能力去选择什么事发生在你身上，因为如果你毫无恐惧，你可能遭遇负面经验，但你只看见一个具有挑战的环境，让你去学习爱的功课.

正面实体可以凝视着一个忠实的反对者，接着在这个接触中，发现一个机会去领悟那个实体也是自我的一部分，它需要被爱、被祝福、被关心、接受祈祷与祝福，并且被带入(你的)心中.

你们的神圣着作曾说：爱那些爱你的人们是容易的，更棒的是去爱那些辱骂你的人，不当利用你的人.

这些被称为”小灰人”的实体，或任何其他实体与状况都在尝试使一个人感觉无助、失控等. 透过爱，这些状态完全可以锻造、获得蜕变.

爱不受任何恐惧的阻挠，所以，真的没有什么好恐惧的.

你，你自己并不是一个好人或坏人. 如果你能考虑好与坏加起来是一整个圆，则你是一个 360 度的存有. 藉由你的选择，你定义你是谁，以及你的忠心、信心要放在哪里. 当你越来越往前进，构筑一个又一个的选择，以太一无限造物者之名极化朝向服务他人，成为无限太一的爱与光当中 一个越来越透明的管道.

我们了解我们已经说太久了，我们为此道歉，但确实有许多资讯可帮助人们透视这些表面上令人惊吓的事件; 这些是区域性的第三密度现象. 藉由爱、信心与诚实的领悟一己与万事万物的和谐联盟，这些现象不会失控.

二元性是一个幻象，你是所有事物，透过你的选择，创造出独特的你，并且在一个接着一个接着一个的密度中 精炼这些选择. 这是你的选择，这些日子是你宝贵的时刻.

在你的心中知晓你有多么热情地想要继续前进，继续灵性的进化，你是一个不朽的光之存有. 你们在这个密度的肉体进化将近结束，你们的灵性进化正在开始.

愿你炽烈地、慎重地、坚持地做出选择(复数).

为了协助你的选择过程，我们请求你们两件事.

首先，我们请求你找到一条包括对无限太一之爱的途径，即每日透过崇拜、礼拜或单纯的注意来表现这份爱.

我们不要求你追随任何特定的途径，你选择对你管用的途径，它将你带入真实自

我，建立与无限太一的真实关系. 每天花时间在静默中，聆听那(内在的)大音希声，可以协助这个选择的过程.

我们对你的另一个请求是 希望你保持轻快与欢乐的心，找到每个喜悦的机会，彼此相爱; 在服务的过程中，你将获得真正的自由与平安，你不是只为了极化而去服务，而是全心、全意、全灵、全力地去服务.

在敬拜中欢乐，在服务中欢乐吧; 因为你正在做出千百万年以来最严肃的选择，如果你了解到这个选择的重要性，你可能会自己的严肃所击溃，一点幽默感可以带来拯救的恩典.

看着这个幻象以及你做的选择，不只是生死交关的选择，还是难以想像的有趣人类喜剧的一部分，这齣肥皂剧叫做第三密度之经验.

喔 你的情绪高涨，你觉得每件事都如此重要. 每当你感觉强烈的不安、忧伤、绝望，无可慰藉时; 向后退一步，看见此刻之前与之后的千年万年，看见真正的状况. 如果你对某个人感到挫折，在你的心思中叫他演出荒唐的角色，把他脱光光，摘下小丑的帽子，接着无害地挥打那个人，同时马戏团的观众爆出笑声.

做任何你觉得必须的事 以打破这个幻象的魔咒; 然后向上凝视星空，它们是无限造物者之爱的一部分，知晓你是一个舞台上的演员，你的确选择了喜剧与快乐的结局，你并不想要在莎士比亚的伟大悲剧中，扮演第五幕中被尖刀刺穿的那个角色. 你可以确信剧评家[就是你自己]将对于你的喜剧有一个较佳的评论.

我们感谢这个器皿允许我们述说这个主题，由于她长时间地研究该特殊主题，使

得她对这主题不那么感兴趣.

无论如何，我们听到许多想要这份资讯的呼求，我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她，此时 我们移动到 Jim 实体当中，我是 Q'uo.

(Jim 传讯)

我 Q'uo. 再次地 我在爱与光中向你们致意.

此时 我们尝试述说任何简短的询问，再次提醒你们，我们只是给予我们的意见，不过我们快乐地、诚实地给予. 我们请求读者只保持那些在你心中响起真理铃声的话语，将所有其他部分抛诸脑后. 此时是否有任何询问?

Carla: 我有一个问题，我拒绝给予特定的资讯，这点是否不会冒犯自由意志?

我并不想给出任何跟政府势力有关的资讯，我不想要那种关切，我不想要那种知识，我不想传导那种资讯. 结果是我的自由意志被保守，或者在场所有人的自由意志都被保守?

我是 Q'uo. 我的姊妹，我们刚才提到的自由意志即是你自己方才描述的自由意志，同时也包括那些接收这份资讯的实体们的自由意志. 因此，我们选择不给予特定的资讯，因为我们不想要成为任何人的绊脚石. 是否有进一步的询问?

Carla: 你是否认为我不想讨论的东西有任何灵性价值，对于地球上的灵性寻求而言?

我是 Q'uo. 我们认为这类资讯只有很少的真实价值，它就好比是闪亮的玩具，在全体存有状态中只持续片刻，然后被另一个玩具取代.

我们希望给予持久的资讯，不希望因为给予短暂有趣的资讯 使得人生旅程上的实体们分心.

Carla: 那么 你是说 所有可见现象都指向一个存在于幻象背后的奥秘造物主，不管这现象是 UFO、大脚、水晶头颅等等，这样说正确吗?

我是 Q'uo，我们基本上同意你对于现象学的摘要论述. 在这个时候，你们文明中的许多人在日常活动中接触许多分心的事物，有许多资讯主要聚焦在一些现象的外在风貌上，于是可能造成更大的分心. 因此，我们想要讲述的是实体们与事物的核心. 我的姊妹，是否有进一步的询问?

Carla: 那么 这是不是造物主之计画的一部分? 我指的是这各式各样的生活步调，令人悲叹的事件，以及没有解答的问题，但却指向一个奥秘，因此有它的价值? 换句话说，这些现象的价值在于指向奥秘，或本体，或不朽?

我是 Q'uo，这是正确的. 我的姊妹，是否有进一步的询问?

Carla: 没有 我满足了，谢谢你.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，是否有另一个询问?

Carla: 我有最后一个问题，你们是否仍然瞄准(指向)一个奥秘?

我是 Q'uo，我们的确瞄准 朝向伟大的存有之奥秘，越过我们有限之所知 注视着伟大的距离、深度、高度 与 寻求与知晓的远景，存在与(正在)成为，于是我们越来越多地发现 我们的选择(复数)如何成为造物主知晓他自己的(精华)本质. 是否有另一个询问，我的姊妹?

Carla: 没有了，谢谢你，道途上的同行者. 感谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，是否有另一个询问?
[停顿]

我是 Q'uo，看起来我们已经耗尽询问，我们将启程离开这个器皿与团体，感谢每一位邀请我们出席的实体，我在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

我们是你们所知晓的 Q'uo 群体. Adonai，我的朋友们，adonai.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0511 章集：人类、意识与理解之二

Copyright © 2008 Walt Rogers

Oxal 之星舰奇航

1957 年，十二月 15 日，星期日

我在光中向你们致意，我是大角星(Arcturus)的 Oxal. 我将我们族群的爱与问候带给你们.

由于在场有些人还不熟悉我们的故事，我将概略地说明我们来到你们星系的目的. 我们位于 Otavana 星舰内，我们并不属于你们的星系.

我将参照你们天文学家的说法，称呼我们的星系为大角星.

我们乘坐的舰艇在你们太阳系漩涡之外. 由于你们星系中一些星际联邦成员的请求，我们来到这里. 我们来此帮助你们星系，特别是你们的星球正处于危机时期. 以你们计算时间的方式，我们已经在你们的天空中将近三年.

我们并不孤单，有许许多多的舰艇在此时环绕你们的星球.

它们有的来自这个星系的其他行星，有的来自其他星系.

每个实体都有他要执行的任务，每个实体有其特殊的能力执行自己的任务. 但在今晚简短的谈话中，我将焦点专注于我们族群以及我们的使命.

具体地说，我们的母舰长度有 120 英哩(193 公里); 直径为 36 英哩(58 公里); 它搭载超过两千五百万的人口，以及大约五万艘的小型舰艇. 你们很难料想有这么大的船舰，但我们不以小规模的尺寸做事，我们只会尽全力去服务.

你们人群经过世世代代，一直有选择的权利; 但他们并未明智地选择，所以，在你们这个时代，你们面临一个巨大的危机. 如同许多其他实体，我们来此帮助你

们. 我们正大量地唤醒你们人群，并不是传受任何伟大的知识，而是让人们认清一个事实，即他们必须做一个选择，他们可以追随两条途径之一. 有些人已经选择以各种方式服务人类，并且追随爱、光、理解的服务道路; 我们立誓去帮助这些人. 我们将以爱、光与真理来导引他、保护他.

我们将不会降落在你们星球上，因为我们所有的工作可以在星舰内完成.

我们无法将你带到我们的船舰上，因为你们目前还不能承受这里的振动.

我们可以在船上执行任何任务，我们族群的力量是任何一个成员能够站在你们星球地表上，并且执行许多你们宗教历史上描述的任务.

我们无意夸耀我们的成就，因为我们是仆人，为了一个伟大目标努力的仆人. 我们谦卑地感激有机会服务你们.

我们许许多多的弟兄姊妹正在为你们的星球与族群工作; 有些正在你们的天空中飞翔; 许多实体正住在你们当中 安静地服务. 如果他们的身分被揭晓，他们的工作将大大地受到阻碍，因为这曾是(我们)过去的经验.

当我们尝试来到你们人群当中，表明我们自己的身分，有些成员被人类膜拜为神祈，我们并不是神; 其他人类则倾向谋杀我们.

在此时，百万艘以上的舰艇环绕你们星球，它们保持准确的纪录，持续地观察所有正在发生的事情. 我们拥有一些仪器可以持续地登录你们地球上断层线的每一个运动; 这些事情被密切地观察.

你们所有政府(国家)的首脑，我应该说你们主要政府(复数)都曾被我们接触过. 他们相当觉察我们的存在.

我们曾经提出很棒的提议给他们，我们想要与你们分享科学与灵性知识，但在每一个案例中，我们都被拒绝了.

由于你们的经济结构，组织型态与习俗，他们觉得无法接受我们的提议.

你们的利益系统将无法在我们提出的合约条款下良好运作，因为我们提议是为了全体，而非少数团体; 这合约是为了全人类.

我们现在与人群接触，当足够的人群在自己心中建立爱与理解，那伟大的改变是无可避免的.

我的朋友们，你们以为什么是宇宙中最伟大的力量?

团体: 爱是最伟大的力量.

我的姊妹们，你们说的是真的. 爱可以达成任何事情，它是瀰漫在宇宙中的原力.

亲爱的，我对你们说: 彼此相爱. 透过这份爱，你们将上升到理解的伟大高度.

我的朋友们，我离开你们，我将我们族群的爱与理解带给你们.

我是大角星(Arcturus)的 Oxal.

***

1958 年，一月 4 日，星期六

我在无限造物者的爱、光与理解中向你们致意.

我今晚一直与你们同在，聆听你们的对话. 所有在场的人都真诚地寻求真理、理解与智慧; 我的朋友们，你们每个人将依照自己的程度获得这些东西.

我是新来者，我昨晚才第一次透过这个器皿讲话，对我来说 这是一个新鲜与愉悦的经验.

我们的任务是与那些真诚寻求光与理解的人们共同工作.

虽然你们许多人不察觉我们的存在，我们正持续做这件工作.

你们也依照各自的角色服务你们的姊妹弟兄.

让我们每个人在每一天都重新奉献自己在各自的服务上头. 让我们越来越觉察到服务的机会，发送出我们的光，让它闪耀以帮助他人，我们最有效的教导方式就是透过范例(以身作则)，透过示现真理 好让其他人得以看见.

在屋顶上或转角处大声呼喊只能获得一点点成果; 但透过范例，我们能达成很大

的成果，因为当其他人看见我们的光，他们也会想要自己应得的光，于是来到这里寻求. 因为当他们真诚地来寻求时，只有在这个情况下，我们能够引导他们.

光的孩子们，你们有许多工作要在地球人群当中进行，大量的光必须被散布;需要像你们这样的人，奉献一生在这个目标上，在爱、理解与谦卑中执行工作，这些人们将继承这个星球.

我锺爱的朋友们，时间已经越来越少了，你们必须快速地发展 以实践你们的使命. 透过较高意识往内在寻求，那儿即是伟大的知识、智慧与光的储存库，你的创意部分能够伸出触角去使用这个宝库.

我们花费许多时间在冥想上，这样可以更大程度地将光、爱与理解传送给你们.

我锺爱的朋友们，宇宙没有奇迹，只有法则. 你只需要去理解与应用宇宙法则.

这些法则从过去到未来永远存在，事实上，我们不知道这个螺旋何时结束，它超越我们的理解，也超越所有与我们接触之实体的理解，但我们知道一件事: 当我们上升时，这个螺旋将变得越来越美丽，越来越可爱，直到永远.

所以让我们一起向上爬吧，亲爱的人们.

总是要伸出援手给那些还在下面挣扎的同胞们，当我们伸出双手时，另外的实体也将伸出他们的手给我们. 这是一个永无止尽的锁链，所有共同在爱、光与理解中工作生活的实体们都不断地向前向上移动，在服务中成长.

在我离开之前，我将爱与祝福送给你们每一位，只要一下子就好了..

现在，亲爱的人们，我离开你们. 与你们谈话总是愉快的. 我将我的平安、祝福与爱留给你们.

Adonai，我的朋友们. Adonai.

***

1958 年，一月 18 日，星期六

我在爱与理解之光中向你们致意.

理解! 在所有我们努力获得的东西之中，最重要的是理解; 因为智慧伴随着理解而来，有了理解与智慧之后，力量随之而来.

没有理解与智慧的力量，最好不要去拥有. 看看你们今日的世界，你就明白了.

你们星球上有许多人获得凌驾他人的力量，但却没有智慧与理解.

于是，你们面临不和谐的状态，接着是混乱、战争、不健康，与各式各样的疾病.

我的朋友们，所有事物都由宇宙法则支配，造物主并未处罚任何一个实体，他不会为了把你带入正轨中而处罚你. 人类创造，他是造物主的一个延伸，所以你知道人类也是造物者. 因此每一个从你心智传出的思想都是一个造物. 守护这些思

想，因为它们至为重要，它们带来结果、造物. 你即是你所思考的本质. 好好地思考这点.

我们此时来到你们星球的目的是带来一个新的觉察—尝试使人们觉察到一个新的真理、新的理解. 在这个时候，你们人群非常需要觉察你们的太阳系，在它穿越空间的行旅期间，目前正进入一个新的周期，新的空间区域—振动率将会变得更高—也就是说，第四次元.

为了让地球人类进入这个新时代，你们的灵性觉察必须提升.

在这个星系中，你们星球是唯一没有准备好迎接这个转折期的一员.

这就是为什么我们星际联邦来到这里的原因，还有那些来自乙太王国(Ether Realm)的灵体们也正在协助你们.

在转折期的过程，许多改变将发生在你们星球的地表上，你看，星系、行星与个人都恒常地在进化，这个攀爬永远向前向上进行. 所以，我们继续移动，恒常地向前与向上看，前往一个更新更高的理解. 那些在我们之上的实体，总是伸出援手给我们，同样地 我们服务那些还在我们背后挣扎的实体们; 这是一个永无止尽的锁链.

现在，我的朋友们，我必须离开. 我将祝福、爱、与理解献给你们.

Adonai，我的朋友们.

***

爱与理解

1958 年，一月 25 日，星期六

我的朋友们，我在爱与理解之光中向你们致意.

我是你们称为的地方性接触；我已经许多次与你们讲话.

由于你们都市中有另一个存有也正在与你们进行接触工作，我应该给你们一个识别. 如你所知，我们没有名字，我们透过振动知晓彼此. 因此，我现在创造识别名字给你们—R 先生.

我有许多事想跟你们说，拿取你们觉得有价值的部分—你即是裁判.

如果我说的对你有用，我很高兴这些话帮助你走向更高真理.

亲爱的朋友，这一天已经来到，即你必须辨别真理的时机.

你们的宗教曾教导许多真理，以我们的意见，你们的宗教与教派拥有一些真理.

但地球上没有一个宗教可以说它已垄断真理.

我想陈述真理是永无止尽的，它在我们前方持续向前移动. 我们只能够依我们目

前的理解水平接收到相称的真理; 所以，我们必须恒常地努力提升我们理解的水平. 在座所有人都知道，所有真理都奠基于宇宙法则; 它们不只适用在你们星球上，还遍及空间中的众多银河以及所有其他形态的生命. 我锺爱的朋友，在这些法则中，哪一个是最伟大的?

团体: 爱是最伟大的.

你们说得好，我们首先必须学习去爱，爱我们的造物主，这是第一条律法.

如果我们爱造物主，那么我们无法不去爱我们的人类同胞，我们无法不去爱自己，因为我们即是那造物主，这就是为什么我们都是一体，我们都是整体的一部分，因此我们必要彼此相爱.

所有遍及造物的法则都是公正的，你们的造物主并不会创造出你们无法遵守的律法. 在创造这些律法的过程，他考虑各式各样的生命层级，好让所有生命都有能力符合律法的水平.

曾经有许多关于造物之法则的着作，但当你们尝试将一些想法放入文字中，你们面临诠释上的挑战. 但这不完全是一块绊脚石，因为如果一个人是真诚的，他会使用上帝给予的推理能力，并且透过较高意识探寻内在; 他找到的答案将带来真实的意义.

在你们当中讨论这些事是好的，因为通常另外一个成员说出的话如同在你心智中引爆一点火光，带给你对某个问题更清晰的理解.

所以，你看，保持敞开的心，开放的理性是重要的，不管你的弟兄的理解水平在哪儿，留意他的表达；因为通常智慧的小宝石从地位低下者的嘴里流出.

你可以在任何地方找到智慧，大自然蕴含许多智慧，你们许多人在研读昆虫、花草、动物、大自然中获得伟大的智慧. 你可以在所有地方觉察真理.

时候到了，地球人类必须学习去理解宇宙法则.

那些没有耳去听，没有眼去看的人们，他们将不会跟随这个星球一起进入新时代.

我们可以给你许多东西许多言语，然后说“就是这样—你必须相信这些”，但这不是我们的方式，因为你必须选择，我的兄弟姐妹，在你的选择当中，你将证明你自己. 我将重复许多实体说过的话：“我们无法为你做选择，你必须自己来”.

好好地思考我刚才说的话.

你们可以贡献很大的服务，但在你们的环境中，要成为谦卑是不容易的，一定不要让你的自我膨胀. 你必须成为最小的一个，才能成为最大的，因为我自己什么也不能做，而是我内在的天父在行事功. 我自己什么也不是，但我与天父一同是所有事物—天父与我一起时，可以做的事情没有任何限制.

我是(I AM)，这个称谓在你们圣经中被错误地诠释. 你们伟大的爱之化身(Avatar)经常说到我是，但你们人群如何诠释它?

他们认为那意味着人子他自己；但他说的我是不是指这个人，而是每个人都拥有

的我是; 你们内在的天父，也就是造物主.

你们看见了，在他的教导中 有许多东西因为被错误诠释而遗失了真正的意思.

我再次向你们说: 彼此相爱，因为你们在这个伟大造物中 都是一体.

尝试去理解爱的真实意义，因为它的触角远远超过你目前能理解的范围.

一起学习，彼此互相帮助，领受彼此给予的爱与理解，因为在这么做的过程，你们的成长将会大大地加速.

发问者: 我们是否必须在我们之间建立更多的爱，才能更理解圣经与许多事物?

这是正确的，那是必须建立的; 首要的事情当然要先做，等到这件事确立之后，所有其他事物自然会来到. 你们的主导师曾说，在所有诫命中 最伟大的是去爱.

我的祝福 与 我的爱，我留给你们.

晚安，亲爱的各位.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ **第 0512 章集：中东情势**

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1990 年八月 12 日

小组问题: 今天傍晚的问题是关于中东地区的活跃能量，为什么那儿有着如此的混乱与对峙冲突，并且持续了好几千年? 中东地区一带到底有什么样的能量型态在持续运行?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，你们好，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

今晚加入你们的理想是怎样的一个祝福啊，如穿针引线一般 将我们的能量与你们的交织在一起，感觉与你们相处的合一状态，我们一起寻求属于一切万有的造物主之奥秘.

我们特别高兴地欢迎那些第一次参加集会的实体们，我们希望不要因为我们讲太久使得你们的心智也跟着滔滔不绝.

这个器皿经常在心里对我们提到我们的多话，所以我们今晚在这个问题上翻滚之前，只提出一个想法. 我们确实请求你们每一位负责任地聆听与理解，了解我们说的只是一些意见，并非毫无错误. 如果你觉得有任何东西不正确，毫不犹豫地放下它、忘记它. 如此 我们不会误导你 也不会成为你寻求路上的绊脚石.

你们地表上，众所周知的圣地(Holy Land)，数千年来 一直是一个触发点，如该器皿所称. 在这个地方，一个实体无论做什么意识上的工作，都会倍数地放大.

它是一个强有力的地方，一个起源之处. 一个在时间根源中失落的地方.

许多的注意，许多爱放在这个地方. 在你们星球地表上有特定的地方有它自己的力量，但没有一个地方的潜力比你们所称的圣地更大了.

世世代代以来，许许多多的人们热情地渴慕理解，在喜悦中学习，在恐怖中哭喊与祈祷，这些能量都被放置在地球中、天空中与更远的地方.

假设所有这些人都以魔法的方式被移动到达克里夫兰(州)，他们不会做他们现在做的事情. 毋宁说，他们会回应这部分的地球表面，这个特定地方本质上没有灵性力量，除了那无处不在的力量，由于印地安人的缘故，这股力量获得某种程度地提升，你们的大地获得祝福; 因为印地安人十分觉察一的法则，他们的生活方式可以称为魔法的、信实的、有意识的(方式).

那些住在圣地的人们住在一个特殊之处，一个实体心中所想的 都会被放大.

就我们所知，这的确是真的，也就是在这个特殊的星球上，学习的密度(第三密度)关闭的时间已经接近，结果是 许多实体不顾一切想要及时学习到足够的爱的功课，为了能够毕业进入下一个密度; 在那儿有多许多的和谐，那儿的功课属于那些已经选择去爱与服务他人的实体们. 那的确是个与你们现在经验的环境不同的氛围; 当然与你们的圣地也不相同.

圣地是一个力量的位置，如同你们挖掘的水晶矿一般.

不同的水晶蕴含不同的属性，有一些医者能够使用这些属性引发改变，使得实体们感觉更健全或被疗愈. 但人们通常没有想到的是 医者本身的结晶程度至少必须他所使用的水晶之程度相当，否则治疗的效果很有限.
所以我们看到住在圣地上的人群全是有潜力的结晶化存有，甚至在物理层面来说也是如此.

你们的肉体有大部分是由一种结晶[水]构成，你们都是潜在的结晶化存有，然而，大部分时间 它没有被充能.

你们的意识有大部分没有被使用，这部分位于你们的前额页，当你将内在意识集中在额头之能量中心[靛蓝色脉轮]，有很大的机会结晶化(自我).

此外，有一些结晶体，你们辨识为金字塔、人面狮身(Sphinx) 与 其他文化遗物，它们存在的目的是平衡这个复杂与苦恼的地球. 这些结晶体原本有着伟大的力量，但随着时间流逝，与过去人们的误用，它的排列不再准确，失去它应有的功能.

结果是，这个地方蕴含伟大的能量，它聚集如此多人的最深遂的感觉与思维与祈祷，以及来自无限太一之关注; 另外有些没有肉体的信实者，他们希望帮助稳定这个地方以及地球，但他们越来越无法发挥效力.

(因为)这里的人群已经拿走结晶化的力量，并且选择分离的途径，控制他人以利益自己的途径. 这个地方被许多人称为神圣，它现在经验一个复杂的人类丛林，许许多多的实体活在圣战与英勇作战死亡的负面念头上.

在地球这个关键的时候，所有具有良好信心与意志的人们要领悟到自己的重要性，你们每个人要负起责任，提升这个心智的沉重又强力的状态，好让这整个星球不会被愤怒与忧伤的暗黑狂潮所吞没.

当你冥想的时候 知晓你的意识是你拥有的最重要的东西.

如果你的思想是喜悦的，你的意识即是光.

如果你发现一个感谢与赞美太一无限造物者的理由，你的意识即是光.

藉由你的笑容 与 不带评判的耳朵，你能够与人们分享那道光.

他们不需要知道你怎么能够提供这个东西，绝对不要志愿透露这个资讯.

只有当有人问你这些事情时，你才发言.

这个世界不会因为你有说服力而改变，但因为你真诚、热情、坚持敞开自我，

校准自我 成为结晶化实体，这个世界将改变.

我们要说 结晶化之轮廓提供空间，一个宽阔无边的空间，任何你想望的光都能够来临其中.

每一次 当你决定为某个人指出爱，示现自己无私的特性，你正在结晶化自己的

存有 并且 使得你们星球之意识更明亮.

我们必须对这个区域正在发生的特定事件保持距离，避免失去这个通讯.

我们只能说现在的时机是关键的，这个被称为圣城的地方不是因为造物主认为它是，而是因为它是古老的，因为具有自我意识的实体住在这里的时间超过任何其他地方. 数以百万计的灵魂将它们的心、意与魂放在这里，为了保护这里，为了到此朝圣，它们对于圣地有深深的尊敬.

那些处于中阴期间或选择继续没有肉身的灵魂们对这里也非常敏感，好比加利利(Galilee)、耶路撒冷等地.

不幸地，在这个区域，最为虔诚的实体具有更多的结晶状态，他们却选择将结晶化的力量用在获取更多更多的权力、财富与重要地位，而没有真正了解到他们是引爆点，于是这个特殊的区域真的成为一个充满敌意与战争的地方.

持续的战争席卷这里所有的人，极化他们朝向彼此分离的方向.

这不是我们乐见的后果，我们鼓励你们每一位允许自己越来越成为一个完整结晶的存有，一个行星医者，一个示现爱的实体.

我们总是会跌倒，总是会犯错. 我们会忘记冥想，没有想到自己的个人力量 以及自己最深的理想. 不要以任何方式责骂你自己，或因为没有做到上述的事感觉很失败; 如果你能做到全部，那么你已经消耗完所有课程，不用学习了.

只要单纯地 再一次开始，坚持、忍耐与爱.

关于实体们结晶化的特质，以及金字塔与其他结构如何结晶化，还有更多可以说的，但我们不想要冒犯(你们的)自由意志. 所以我们满足于此，给予你们灵性原则说明这个特殊区域比其他地方更敏感的原因，并且给予一些想法 说明在那儿的实体选择如此行动的原因.

你可以改变他们吗? 不，你无法改变.

然而，你可以是解答的一部分. 你可以祈祷或观想爱、喜悦与和平.

允许你自己如同一个灯塔放射光芒，知晓你是百万人群中的一员，尝试在此时促使这个星球照亮这个意识，使它感觉相当地结晶化，越来越充满爱.

许多实体在问: 什么是我的服务，什么是我的途径，什么是我必须做的，我为了什么来到这里? 我们对任何人与所有人说: 你来此首先与最优先要做的事即是

在面对一个冷冰冰与没有爱的环境之际，(仍然)是一个慈爱的存有.

[录音带第一面结束]

我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我们将继续，并了解到这个器皿告诉我们必须赶快结束.

这个幻象倾向给人一种感觉，即一个人是无助的 并且 任由环境所摆布.

你们并非无能为力，你们总是拥有选择的力量.

选择去寻求那超越我们讲述或理解的奥秘，同时也超越你们的理解. 寻求灵性真理的奥秘与吊诡.

将你自己浸泡在爱当中，知晓你是被爱的，于是以爱回报，并且经验一股笃定感碰触你真正的灵魂，于是在每一个与所有的境遇中 宽恕你自己; 然后你可以宽恕你周遭所有的实体. 如此将可以打散迫近你们星球之收割带来的潜在困难.

我们感谢你的聆听，我们敦促你相当认真地看待你自己与你的意识.

因为你们的确是爱的小孩，单凭你自己似乎很渺小，然而聚集在一起，你们有力量蜕变为结晶化存有，没有小或大的概念，只有成为爱.

这样的爱可以转化这个地球的面容，你们如此深爱的地球.

我们希望你认真地看待你自己，却不要否认自己大笑、欢乐或喜悦的权利.

当你遇见尚未学习到喜悦的阴郁寻求者，保持喜悦的心，那是伴随爱而来的产物.

我们感谢你们，由于这个器皿踢了我们一脚，我们必须离开她.

我们感谢这个器皿，感谢她愿意与我们一起工作.

我们在爱与光中离开 Carla 实体，我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向你们致意. 我们很荣幸地在这个时段尝试述说在场各位的问题. 此时是否有任何的询问?

Carla: 关于伊甸园(the Garden of Eden)的故事，我从来不知道是否存在一个真正的伊甸园，或者它只是一个象征 代表住在第三密度的实体们?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的讯问，这个关于人类造物的故事，这个发生在伊甸园中的故事，它使用一些语意学上的图像与实体做为传达形而上资讯的手段. 因此，没有一个物理位置可以与这个特别的故事相关连; 除了概要重述在每个实体内在造物的过程，也就是一个实体成为一个有意识寻求之存有的过程.

是否有其他的询问?

发问者: 我替 B 女士问这个问题，她最近与一个 Kega 实体接触，并且几次通讯的经验都十分正面. 她称呼这样的通讯为天真无害的. 她注意到她的通讯与星际联邦通讯有很大的不同. 特别是对自由意志的考量方面，比方说，星际联邦认为有可能冒犯自由意志的地方，她的天真通讯似乎完全不认为这是一个问题. 您可否就这些差异做评论?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的讯问. 曾经在这个星球上以肉身行走的实体们是地球的自然公民，容我们这么说; 当他们"退休"之后，返回没有肉身的状态，也

就是这个星球的内在平面，仍然保有这分公民权 允许他们谈论更广泛的议题，关于这个星球的能量，其他人类，以及未来的各种可能性.

对于这个星球而言，我们属于外来的起源，我们回应来自地球的呼求，并且在提供服务之前，优先考量混淆法则或自由意志法则.

因为我们的参考架构不只与这个特殊星球不同，同时在一些参数上也不同，所以我们必须遵守一般的概念或原则，以统合我们的尝试，给予那些呼求者一致的服务.

因此我们在自由谈论方面，受到更多的限制.

因为在许多方面，我们能够看见在一个特定区域或实体周围聚集的能量与实体;以及这些能量如何影响这个区域或实体.

我们能以更错综复杂的方式看见这些，同时 在某些方面，我们的评论可能更容易引起误解，相较于这个星球的原住民*而言.

(*译注: 等同于先前 Q'uo 提到的自然公民)

因此 我们发现如果我们停留在那些合一的原则上，我们的服务将更有效力; 反过来说，我们不将焦点放在描述表面外观的原则，以及分离彼此的检验，也不去描述一个实体或地方有比较多或比较少的这个或那个特质.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

发问者: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我的姊妹，谢谢你，是否有其他询问?

Carla: 我有最后一个问题，然后我保证不会再烦你了. [某大学教授]问了很多关于奥秘的东西，他想要知道是否可以问特定的问题，因为他有个同事希望你可以告诉他，该同事的社会安全号码*为何，如此你可以向他证明你是真的.
(*译注: 相当于我国的身分证号码)

这位教授觉察到这个问题没有什么灵性或形而上的意义，他的问题是为什么他对于没有形而上意涵的事物感到好奇?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的讯问. 你提到的这个实体获得我们的通讯资料，并且激起他足够的兴趣，他好奇地想知道进一步的资讯，于是他行动的方式好比是一把散弹枪; 也就是说，他想知道这种通讯是否能给予进一步有趣的资讯，他还想知道能否以客观的方式向他的同事证明这种通讯的确存在，并且能变一些把戏[容我们这么说].

我们不觉得这种态度是罕见的，因为你们星球上有许多人寻求启蒙与灵感的资讯，同时他们也关心这个寻求是否客观; 因为在这条路上的许多东西似乎稍纵即逝，似乎都是心智的作用，似乎有一点不真实. 这个舞台布景就好比一个傻子完全不在乎下一步会踏到什么地方，接着走出悬崖的边界.

这是形而上旅程的特质，的确，形而上实相是你们物理实相底下的支柱; 然而，

我们提醒每一位寻求者，你无法对任何人证明那些最重要的原则、概念与品质.

是否有任何实体曾经证明爱？是否有任何实体曾经证明智慧或穿越(passeth)理解的平安？然而，每个实体持守这些品质，视为他理想的一部分，甚至愿意为之献出自己的生命. 我们很乐于讲述任何询问的哲学与形而上特质，不管是关于数学或任何其他领域. 不管怎样，我们将把所有的证明过程留给那些以笔书写、以尺量度的实体们. [录音带结束]

我在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

我们是你们所知晓的 Q'uo 群体. Adonai，我的朋友们，adonai.*

(*译注：没看到 Q'uo 惯用的结尾语，总觉得怪怪的，所以特别把它放进来)

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0513 章集：人类、意识与理解之三**

Copyright © 2008 Walt Rogers

选择
1958 年，四月 1 日，星期五
晚安，我的朋友们，我是 R 先生.

当你冥想时，将你的思想、光芒、与祈祷给予那些不信的人们，这些人十分需要

你的帮助. 时间快速迫近一个关键点，所有人都必须明确地做出自己的选择.

分歧的时机越来越近，亲爱的人们，很快地，你们人群 不管反对与否，都将觉察到我们的目标—我们将友谊的手伸给所有愿意接受我们协助的人们.

亲爱的人们，你们尝试奉献自己在服务上，你们的努力不会被忽视，你们获得的协助将超过你所了解的. 磨利你觉知的触角，好让你更佳地使用我们传送的帮助.

进入那合一状态与爱之中，使用你获得的力量与智慧.

朋友们，你了解蕴含在爱当中的力量吗?

一旦你开启内在的真实爱之中心，所有其他东西都是你的.

这意味着一个伟大的胜利，一个全新的概念，但这一切必须从爱开始，爱你的造物主，爱你的人类同胞，爱一切你所做的事—只表达爱，就只有爱回向给你.

地球的人类啊，你们已经失落太久，耽搁太久，现在你们必须找到那道路.

在许多许多年以前，那伟大的师傅曾行走在你们的大地上，他曾把道路展现给你们，但你们的耳朵是聋的，你们的眼睛是瞎的; 你们并未留心他的召叫.

喔 地球人类，再次地，他召叫你们，他就在你的门前敲门; 他再次将道路展现给你们，你会追随吗?

所有的造物都在对地球人类招手，呼唤人类回家.

天父张开双手，怀着宽恕的心，等待你们; 你只需以完整的信心、爱、与理解回应这个召叫.

我们，包括其他世界与其他领域，都随时待命 准备以各种可能的方式帮助你们，让你踏出这一步，进入新的生命，光荣的生命，一个属于爱与理解的生命.

我的平安与祝福，我赠予你们.

Adonai，Adonai.

***

真理与爱

1958 年，四月 20 日，星期日

我的朋友们，我在光中问候各位，我是大角星的 Oxal.

我的朋友们，寻求真理需要努力与坚忍不拔的精神，这样才会带来结果.

许多人开始寻求真理，但他们发现这需要努力、耐心，以及最重要的: 显着的真诚. 许多人发现必须要努力去挣得真理，他们就倒在路边了，他们渴望真理，却假设不需要为它工作.

任何会来到你身边的东西都是因为你的努力.

许多时候，需要伟大的牺牲以获得真理与经验，将你带入更高的理解.

事情本来就应该如此，因为毫不费力，毫无牺牲得来的东西不会被珍惜，不会被重视，于是很快就遗失了.

当我们透过艰难、真诚的努力与受苦获得的东西将真正利益我们，带来灵魂的成长，那是永久的结果.

没有信心的工作是没有价值的，我们能够给予你们许多展示，说服你们许多我们说的事情，但这只会是暂时的. 只有你透过自己的努力、寻找、受苦获得的东西才是永恒的. 你们必须建立内在的信心，方能抵达你所热望的高度.

对于看见与目击的人们，相信这件事是没有问题的，但那些没看见，却凭藉[对造物主与人类同胞的]信心相信的人，伟大的觉醒与经验将来到他当中.

对你自己证实这些真理，使它们为你工作，如果你没有先试用一项真理，你无须接受它.

看见别人展现一项真理并不会使你及格.

你们每个人都必须让真理在你的生命中彰显，建造你光荣的灯塔，让所有人都能看见.

关于爱的力量，你们所有人都听过也讨论很多了，我相信你们每个人都清楚这股力量，这股被知晓为爱的能量. 现在是时候了，挚爱的人们，对你自己证明这点.

许多次，我问你们—什么是全宇宙最大的力量？你们都回答我—爱.

为什么不去尝试一下？我再说一次，我挚爱的朋友们，时间越来越少了.

很快地，你将需要这股伟大的力量救赎自己以及其他人，因为许多事件的警兆正在浮现. 许多事件虽然是必须的，对于地球人类却不是愉快的.

因为在这些事件中，黑暗势力必须死去，必须永久被驱逐.

然后，一个新的爱、和谐与理解的时代必将到来；在那个时代 每个人都将为了利益兄弟姊妹而活，而非只为自己；所有的问题的解答将不是什么对我是最好的，而是什么对大家是最好的.

当一个地方充满爱、平安与和谐时，甚至周遭的大气层都会改变；所有造物变得和谐，大自然变得更为温和—大自然直接地反应人群送出的振动.

你们以为 为什么大自然渐渐变得越来越猛烈？

地震、龙卷风、暴风越来越盛行，并且程度越来越剧烈，在你们星球上，群体振动变得越来越负面，于是大自然据此回应.

发生在你们星球上的大灾难并非来自造物主，而是你们人群错误的思考、错误的作为所造成. 你们的造物主不会审判你们; 你们依照自然的法则审判自己.

这就是为什么我们持续地说，如果足够的爱与光建立在你们人群当中，可以避免掉许许多多的未来灾难.

我锺爱的朋友们，我想我已经漫谈够久了，我们的爱与理解 我留给你们.

愿伟大创造圣灵的平安在你们当中歇息.

我是 Oxal.

***

辐射性云朵

1958 年，四月 21 日，星期一

我的朋友们，晚安，我是 R 先生.

以无限造物者之名，我将爱与祝福献给你们.

我应该藉此时机，给你们加深印象，明了事态的严重性.

我愿在此强调核子试爆的后果. 朋友们，这个后果远比你了解的还要严重.

最近的试爆已经大大地增加你们星球周围的辐射云，迄今 这些云层被你们的太空兄弟们所管控. 大量对人群的伤害已经造成，并且数量逐渐增加中，我们还能避免这些实验造成的灾难多久，我们也不知道.

新的疾病正在你们星球上出现; 有许多是这个疯狂状态的结果.

那些靠近核子试爆的人群远比一般人觉察它的后果，无论如何，他们正被说服这些现象不是核子能量造成的后果，但我们告诉你，的确是这样的，除非这种疯狂行为能停止，否则这些现象将更为猖獗.

你们的一些大地震正是这些试爆的直接后果，如果我们过去释放那些试爆之后的辐射云，大规模的毁坏将在你们星球上肆虐. 我们逐渐地将这些辐射云中和掉，但如果人们继续制造更多的辐射云，超过我们能处理的极限，结果将是可怕的.

我们正尝试影响你们星球上特定的人，希望他们停止这疯狂的行动，但他们是如此一心一意地专注在他们要做的事，几乎不可能穿透他们的心防.

不管怎样，地球人类必须要觉察这个疯狂状态，强烈要求停止试爆，因为除非人群的声音呼喊得够大声，黑暗势力将机灵地吞噬这些声音.

我们不想要看见这巨大的苦难发生在你们星球上，我们尽一切努力避免这些状态，但 除非地球人类大规模地回应，否则要避免是很困难的.

我并不想要惊吓你们，锺爱的朋友们，或许我应该说，做为一个保证，那些坚定

地站在造物主之光与爱中的人们，将受到保护. 但我们不想看到无辜的群众因为缺乏认识而受苦.

你们许多科学家了解到情况的严重性，并试图去更正它，但他们面临很大的反对势力，即你们世界上的好战份子.

让我们每个人都做一点事情，以协助避免这个状况. 有以下两种方式:

首先，帮助人们觉察这些危险，我不是暗示你们走出去大声呼喊，而是每个人以他简短的方式播种，种子将会成长，因为你也必须恒常地觉察反对势力.

其次，你们可以尽可能地安置所有的光，将它送入地球的乙太层中，这样可带来大量的帮助; 正向的思想，任何提升地球大气振动的想法，都将带来帮助.

对于你们每位，以及所有在光中的工作者，我们以无限天父之名请求你们去做你份内的事，协助救援一个急需帮助的文明.

我的朋友，我将爱、光、与理解围绕你们，我离开你们.

爱、平安 我留给你们.

(睡前)晚安，我锺爱的各位.

***

1958 年，十月 17 日，星期五

我的朋友们，我在光中问候各位，我是大角星的 Oxal.

让汝之目光单一，锺爱的同道，好让汝永远得见造物之荣光.

不要将你的思想或眼界朝向那不愉快、不是最高的事物.

保持你正面的意识.

你们地球的振动频率不断提升，促使人类的真正自我显露，从现在起 要隐匿你真正的自我将不再容易. 然而，它带出正面的东西，也带出负面的东西.

你们有一首歌是这样写的“着重正面 并 消弭负面”，因为这样做，你将抵达一个更高的意识状态.

我们已经讲过许多次，时间不多了，朋友们，确实如此，你们在这短短的时间内有许多需要完成的工作.

锺爱的朋友，你最大的任务是你自己，因为你们全体此时最重要的角色是在理解中成长、在爱中成长，理解你自己，在这么做的过程中 你将理解与喜爱你的人类同胞.

即将到来的事件将需要伟大的理解.

如果你想要成为光的工作者，你必须能够示现你所说的东西.

因为除了以身作则，你如何能够教导他人?

你如何能够教我某个原则，如果连你自己都做不到?

在前方的日子，你将需要展现爱、理解与光之力量. 朋友们，你将发现将会有个时期 这些是你唯一的保护. 相信我，当我说这伟大的寰宇本质能保护你免于任何伤害，我是认真的.

当光在你的周围建立，我说没有东西能够穿透它，那是一个完整的保护.

朋友们，透过练习、真诚、知性的追寻，你能够做到，但它并非一蹴可及，你需要付出必要的努力，即思想的力量.

观想，学习去观想这伟大的纯粹之光; 以你能想像到的最纯净的白光，它完整地围绕与淹没你. 在你的心智之眼，描绘一道光墙，它从天上延伸下来 环绕着你，如同一个管状的通道.

一旦你完成这个秘密，你也可能为他人做这件事.

当足够的人一起这样做，你们可以将这一道光之护墙围绕屋子，城镇，甚至国家.

亲爱的朋友，我说的清楚吗? 唯有透过你自己的努力，你将成就这些，我们无法为你做. 无论如何，我想补充说明，负面思想倾向拆毁这道光墙. 因此，你无法

怀着负面思想建造这道光.

发问者: 透过机械装置，好比特斯拉(Tesla)的发明，是否有助于建造光墙?

以科学手段达成这目的是可能的，但这需要很多的设备、时间、与努力，而机械装置总是有可能再最需要的时候当机. 为什么要用机械方式，如果你能够以思想创造它? 朋友们，你不明了蕴含在你里面的力量，你自己思想的力量.

思想具有创造力，你想的每个念头，每个被送进乙太层的想法都有创造力.

锺爱的朋友，这就是为什么你们如此需要保持爱心与正面的思维.

我们以前说过，地球人类的负面思维与举动在地球周围创造一层负面的灵光(aura)，造成地球上大量的混乱与不幸.

随着你们地球移动进入宇宙中新的位置，这种情况将被消除.

对于想要继续前进的人们，我们建议你付出全部可能的努力在爱与理解中提升你的意识.

现在，我的朋友，我必须离开这个器皿，同时将我们族群的爱与祝福献给你们.

愿他的平安与你们一同安歇.

我是 Oxal.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0514 章集：我是谁?

密集通灵课程一: 家庭作业

2008 二月 7~10 日

每位参加者写出针对“我是谁”之问题的答覆，并且向其他现场人士大声唸出来。这是一份依字母顺序呈献 并在所有作者允许下的论述之记录。

Gary Bean

我不该描述人格里固着任性的自己，它无望且长久地曲扭成谜。我宁可描述处于正中央的我心深处，在时而休止时而热烈的创造性节奏中跳动，存在与作为。

我是谁？减化至其最单纯的型式：我寻求太一。这是我的回应，
这是我的目的、我的热情、我的信念、我的服务、我存在的理由、
我的独特身分。我是寻求太一者。

在我的内在世界中 没有什么比我肯定的这点更真实：“我寻求太一”。
那是我安立足履的不变基石，那是内边的北极之星，
那是我自己的北极星。在这些绕行太阳的连续循环周期里，
其他一切事变变换换，转形 接着萎缩。它在力量之中持续与生长：
我寻求太一。

在这场找寻太一的路程中，我不知道自己何时以及如何地有了所谓的进步，
我不知道有限的自我和无限的自我将如何在这灵魂内相会，
但我知道透过特定的心智机构，能够加速反应并且往上升级其进程。
一的法则说:“你们内在的意志能力如同共同创造者般强而有力。再怎么强调这份天赋才能的重要性也不为过。”

而且，“内在之光就是你的存有之心，其力度等于你寻求光的意志力量。”
我已发现一的法则所说“进化的引擎活在我内边前往光的方向。牠，那蜷卧的蛇，已在我内边甦醒。”

我已打开按钮；它呼唤我“我祈请它；它推动我向前”-我运用它作为前导，我寻求太一。
在这个寻求中，我不能以一种即刻看见前方道路的技术航驶我的路线，因为我真正地在盲目中前移，看不见前方并且毫无所悉我的真实处境。在感受到能以技巧标出一个通往合一的航程中，我是很无助的；我并不持有这份知识并在制图方面全无训练。

那在我里内的力量是，我有意识地将此生交付给“Gary Bean”，是为了要增强我内在的这股意志：为要增长决心、绝不放弃坚持、要纯净我的欲念、要洗涤我的心、在努力尝试过程中，永不改变。

我觉得，对于意志的强化即是强化一盏归乡之灯。
当我肩负起重担，由于意志之故
这归乡之灯 完成了大量的工作，

大部分运作在意识觉醒的入口下
小心翼翼地导向服务他人，
明白它所展现的归乡路。

纵使我是只呼吸自由空气却尚未即刻体知自由的笼中鸟，
我仍是个保有意志的造物。这意志，恒续地被运用，
聪敏地呼唤那些
以每个牺牲小我之举动
自其物质牢狱里释放自我的契机。
作为那只鸟，我使用这意志来寻求太一并且放开鸟笼。

我对意志之终极的、最后的与真实方向的认识乃透过信心而来；
因为没有信心，这意志就永不离地。藉由信心 单单凭藉信心
我信任我的寻求将有结果；藉由信心我完全被说服相信蜕变是可能的

并且正在我内部发生；藉由信心我认识这条道途的正确性
藉由信心我认识道途自身的存在；藉由信心我锻鍊意志
以跳出下一个悬崖(始终冀望那最后一跃的机会 纵身进入无限)；

藉由信心，我的航向无有过失，即使过程中犯下明显的错；
藉由信心我走在笔直的窄路上，即使我蜿蜒漫行的时候，意志
遂又敦促向前寻求；藉由信心我了解宝藏埋在幻相表面下，
等候我发现；藉由信心我明了，显化的肉身之内，永恒的
实相能够被实现，经验与太一之结合，而智能无限接触所有
为了服务而真心寻求知晓的人们。

藉由信心我寻求和无限共舞在
表面上有限之锁链之中，以经验式地知晓所有存有之
根基以及，从那级次，于所显化世界的平凡事务中运行。
藉由信心我轻松以对 并 知道一切均安好。
我寻求太一而且藉由信心我知道我是谁。

我不能失去这份寻求，我不能将这份寻求遗忘太久，(我怎能背弃我自己？)
没有其他事情可以凌驾这份寻求太久，因为它是我的天性犹如太阳之照耀；
从内边，它不断地浮出表面；我寻求去栽培它，对它更具意识，且腾出更多空间
给它，它是那围绕着已雕好的我之成年人生的力量，它是那驱使力
将从我内在照耀 直到最后一口气息。我像行经深沉泥沼的牡牛。

我累了，我负荷沉重，但我向前望的眼神坚定不移，并且我前进，
徐缓却稳定，直到我离开泥沼为止。我寻求太一。
当我工作时，我寻求太一，当我玩耍时，我寻求太一，
当我驾车前往女友家时，当我在杂货店购物时，
当我阅读新闻时，当我吃花生酱时，当我形成自己对世界之理解时，
当我对有关我的那些作出反应时，当我迷失在困惑以及骚乱时，
我寻求太一。在每个我遇见的人之中，在每只和我相会的动物之内，
在光芒反照于我眼内的每株植物里，我寻求太一。在一切情状下，
我的寻求如是。没有一刻造物者置身于外，
以我之意识觉察的说法；没有任何活动位于寻求之外。

真道(Tao)不能逸出正轨；一切事物均为认识太一之工具和符号。

从此岸至彼岸 我将要横越，我的竹筏由所有可能的方法打造;
在一切与通过一切经验中 我寻求太一。
然而我不只是主动的男性原则。我亦是女性的，
亦是被动的。我寻求太一，让阴极能量流经一只手
以及阳极能量流经另一只。因此当我有所触及，我等候，充满接受性。

当我大声呼唤造物主，我聆听他。
当我启动了意愿，我保持平静。
当我因崇高热情而升扬高涨，我耐心以对
不执着于结果。当我是戒备警觉的，永远地看守与观察，
我即是被动的，彷佛毫不积极进取。当我观看多样化，我以单一视野看见--太一。当我在虚空中寻求自由，我也拥抱形相--如同镜像效果。我寻求那不可见但无论如何是可以感知的东西。我寻求太一。
我是那寻求的意志。我已下了决定，我已作出承诺-- “在此生或者下一世-- 我将领悟我寻求的东西，我将经验所寻求的一切，我将成为我所寻求的东西。

当信心开启紧密的思考容器以至不可测之深度及高度时，
我将超越言辞、概念与我自己的思想，去汲饮纯然的奥祕，
而从中 那有限的东西跳跃出来。

我将释放人格与获取那精要之物。我将接受发生在我身上的例行活动，禁绝与牺牲以自我为中心、自我为兴趣、自我为意愿的渴望、乞求和嫌恶，为太一理出空间透过这个自我的导管。我寻求太一。

藉着这份寻求的功效，这些最上层的意识 我感到有几分熟悉，对太一而言

这个小我在许多概念上是个不透明的阻碍物，
将被精炼为一道清朗明澈的出入口，经由此处 太一被认识
因为我，如同所有其他的人，均是那藉着自身以认识太一面貌之
出入口。我是 实实在在的门，那存于内在的大门。我寻求太一。

小我是我的起点。从那儿我开始并且--立稳于自我接受与自我认知，变得谦逊与透明，对我外显的扭曲以及全然的完美有所觉识--我将无条件地爱那随时做错事的小
我并且驾着飞梭驶向智能无限。这个持续的冷静观察--需要一致而且有纪律的意志--
腾出空间给理则之光 以照入与照耀那表面人格。
我寻求太一并学习去爱这由幻象组成和在其间迷失的
自我，却亦是藉着太一恩典而重获新生。我寻求太一。

最终，那寻求太一者亦非“我”，一如我理解自己不过是造物者通过我在寻求。我的寻求是造物者在我之内甦醒过来，灵魂变得觉知它自己。我增强这股寻求，我助燃，以及我专注地归返于此。

我促使它更加强韧，小心翼翼指引它，并让那寻求
从我之所在位置向前行，及对回应这般呼求的太一招手示意。

那起初的渴望在我之内醒来，我的心正开始明白那置于甚至超越所有
其他之上的，它喜爱且又渴慕太一。我的心喜爱美丽、和平、力量、
庄严、多样中的统一性、爱、光、还有过程，日复一日不歇地奋战以找到安歇。
它喜爱气力与独立 以继续用其双脚而行，步步神圣。

如此它寻求向太一献供自己，去奉献其生命并且祝圣所有行动献给太一。
我最内部的心核寻求那挚爱，那超凡的，那内在性的(immanent)，那空无，那瞬间即现之万有。我寻求太一。

我是那寻求的意志，就如在冥想中，同样也就在我例行活动中。
在活动/存在两种模式里，我是那不屈不挠的坚持，一遍又一遍再一遍
--温柔、悲悯地--归返至中心
由此太一被寻求。穿过心猿意马，我回归静止点；
穿过心智上对真理的管理失当，我回归内心；
穿过满足分离之我之无止尽的好恶之诱惑，
我温柔地归返至真正的渴望；

穿过未知与痛苦的偏狭之处，我平静地回返至一个均衡的心的期盼；穿过工作时日的压力迫使我心匆匆忙忙闯入下一个片刻，
我回返我的焦点至唯一的时刻，即当下；
穿过头脑涣散
对于每日之自我的想法，我随门徒归返至单一的敏锐状态；
穿过震耳欲聋之西方世界噪音与扭曲的咆啸，我再度归返
至寂静无声。我是坚持不变的意志。

我是一个不断覆诵无名者之名的存有—- 在我思维之中，
在我真言之中，在我动作之中；
我是他不稍歇地祈求觐见以认识那无脸者之面容。
我拥有意志 并且 我是寻求的意志。

献上我全部的心 我喜爱并寻求太一。

无限就在这里;

永恒就是现在。

我正在造一座桥通向它们,

我正在择取它们,

我即是那座桥。

我即是寻求的意志。

Tom C.

?????? 我是谁 ??????

因为，事情的结果为，Carla 女士将是那些老师之一，她真正期待我去思想和参与，所以开始啦。

所以，你要求我自问心中的我是何人。那么,

我倒要问问你,

您又以为我是谁呢?

我已被那般告知:

我是。

我是 被造的一切万有。

我是 携带一切万有之造物的基督。

我是 一切万有造物的爱之源。

我是 一切万有藉以创生的光。

我是 灵，一切万有经由灵被创造。

我是 心智.....

我是身体.....等，等，等。
...或至少那是我以为我被告知的我是谁也。

假使真的如是 我必须在此时问:“在什么等次，思维或讨论之阶层 为你或我想要穷追不舍的这个问题，因为我是这儿/那儿。我是在任何赋予之时刻来自上方的任其一与所有，或我可以是以上皆非。”

你瞧，我是那由思想或情感、情绪、需要或欲求；能量，假使你愿意这么说，不管它是安装在肉体、心智或灵魂的配置。
牛顿的第一运动定律，有时被参酌为惯性定律，常被如此陈述：”静者致静而动者致动，以相同的速度和相同的方向，除非受到一个不平衡的作用力。”

我相信这则所谓的定律既是形而上的 也是物理的。
因为我是藉由这些能量或曲或移，我听其开与关。
我向灵的果实开放，且对肉体的作工闭阖。{圣经加拉太书第 5 章}
当藉由这些相同能量十方转动时，
每个片刻与颠倒逆行皆是真实；而我在此中
始终被明了位在何处。

我是谁？啊，我是个活生生、既无知，困惑又充满矛盾的范例。
我是任何我呈显的样子或你认为在每个片刻里的我之显化。
我很复杂因为我如是，在任何这与那或其他的时刻。
我很单纯因为我们都一样。我是正如你是。

当耶稣被问到他是谁，他没作答。

当他问起学生 人们以为他是谁时，他得到许多不同的答案。
当他问起学生们，他们以为他是谁，彼得的回答十分玄奥:
“您是基督，是永生上帝的儿子”{圣经马太福音：第 16 章 13-18 节}
而耶稣的答覆似乎更加玄奥，因为
那回答竟是一份玄奥的赐福，由于彼得认出那事实--
即磐石上--会众（教堂）将被建盖起来。我因此得出的结论为
我认出基督在我眼前之一切中，包括我在内，并在我没看见的一切中，
乃是我对我是谁的理解。

喔对了，假使你明天问我的话，我将更可能地给你个不同的回答;
端赖于我所置身的能量状态。换句话说，要看我的心情怎样。
我是谁？待会儿再问吧，兄弟。现在 Carla 要我忙忙碌碌
试着写下我认为自己是谁，今天，现在，当下此刻。

注:
反思式诠释
1/9/1991
我看见
我看见自己。
我看见你。
我看见自己正在看你。
我看见你正在看你自己
当你看见他人的观点。

另一个注:

耶耶！也许改天吧。我厌倦了思考和写作。

P.S.下个问题，无疑地，会是：什么样的情形会使我确切地、毫不怀疑地赴死？

答案依然悬而未解！！！.....待续

致关心者，

假如这篇文章看似伶牙利齿、自鸣得意、平凡迂腐、不恭不敬、或有所冒犯；

敬请宽宥；

那并非我的意图。这整个主题实在是压倒性地令人难以抵挡。

我没有崭新的洞见可分享。我听说

我们走在一条没有尽头的理解这个问题的道路上。

就像今天，2007 年 12 月 7 日星期五，这是我必须献上的最佳作品，而它花了

我半天时间去写出来，我的手指和脑袋都冒烟了。

结束

或

起点

Neil E. Christie

我是

我是我，一名踏上旅途的青年，而我不知何时开始了

这趟旅程，因为我明白时间不过是个幻觉。我是一名青年，

曾一度是个婴孩 并一度是个小男生。我是个惹人厌的家伙及开心果。

我是一个小坏蛋和一位天使。我既顽固不通又合作无间。我既充满弹性又严厉

僵硬，

我是好辩和安静的。我是和平和暴力的。我仁爱又恶毒。我慷慨又吝啬。

我既有礼又愚昧无知。我既愤怒又无忧无虑。我是所有这些事物 还不只这些...

我是个战士。我是个情人。我是个懦夫。我是个玩笑家。我是个杀人犯。
我是个强奸者。我是个小偷。我是个殉道者。我是个祭司。我是个老师。
我是个学生。我是个劳工。我失业。我是一个伟大王国的国王。我是游民。
我是个清道夫。我是个从政者。我是个店主。我是个律师。
我是个长官。我是个士兵。我是个水手。我是个飞行员。我是个战斗员。
我正在打一场好仗。我是敌军。我是战争中一名惨遭杀戮的儿童。
我是战争中国家受到割裂的一名被逮捕的平民。我是个饥饿的儿童。

我是所有这些事物 还不只这些...
我是我及我的兄弟。我是我及我的姊妹。我是我及我的父亲。
我是我及我的母亲。我是我及我的祖父。我是我及我的祖母。
我是我及我的叔伯。我是我及我的姨婶。我是我及我的甥姪。
我是我及我的孩子。我是我及我的爱人。我是我及我的朋友。
我是我及我的敌人。我是我及我的邻居。我是我及我的仇人。
我是所有这些事物 还不只这些...事物。
我是我和那些云朵。我是我和那雨。我是我和太阳。
我是我和羣星。我是我和风。我是我和水。我是我和火。
我是我和地球。我是我和那片树林。
我是我与花草植物。我是我与虫鱼鸟兽。我是每个
曾经走过地面，游于海洋河川的生物。我是每只在苍穹里
翱翔的生物。我是每棵滋养地球土壤并给予
天空呼吸的植物。

我是所有这些事物 还不只这些...

我是彩虹的所有颜色。我是所有我知道和不知道的感受与触动。

我是所有我尝过和未尝过的美味佳肴与恶心食物。

我是所有我嗅闻过和就要嗅闻的天香味与腐臭味。

我是我知道与不知道的一切。我是所有事物。

我是无限。我是永恒。我是爱。我是光。我是黑暗。

我是个造物者。我是个共同造物者。

我是太一无限造物者。我是合一状态。我是 Neil，现年 26 岁，

我是个寻求者 寻求更广大无垠地知晓它自己。

我是个寻求爱的寻求者 而且要更深切地爱自己。

我是爱。

Carol Crane

我是谁?

我乃一切万有的根基，

我是大地。

我是给予生命者及其表情，

我是造物者也是受造物。

我是太阳衍生的丰盛能量，

我是非-专制的力量。

我是灵性进化的醒悟之心，

我是无条件的爱与慈悲。

我是太一无限造物者的一个表达，

时空中的一个逗号。

我是智慧与觉察，

一个跟自我和谐的记忆。

我没有分裂，我只是扩大;

我成为我们

我们成为太一

太一成为我，

我是。

Steve Engratt

我是某个找到寻求者罕至之路的人，也许吧。

这路虽然宽广，却蜿曲而漫长

然而又在我们的人生地图上被找到。

兄弟，我将与你赛跑至路的终点!

我知道一些需要回避的角落!

可智者们绝不因绕行之种种

而出卖自己。

兄弟，我想那就是终点线了

让我们把影子留在身后

充满新的课题，虽然听起来如此美好

但没有影子我们就成了瞎子。

对那些非属心智的实体们来说

也许假以时日才能收割你植栽的麦种

然而如太阳般闪耀，那些实体们则有可能成为

你所播的种。

我已觅得这份真理，从一场场

他人在侧的赛跑中。

当我缩短步伐，我的影子追赶上来

为了学习我曾是那个兄弟。

Gerri Goodwin

我是谁？我是个有目的性、独特的、个性化的神圣表达，

从无形无相被带进有形有相之中。

我的生命目标为了要每天时时刻刻去知晓这点：

有些心态使我难以观照明白；每当我陷入其中就会忘记。

其中一个障碍我的即为欲望的心态；

渴望不适合我的东西，对此我可有篇长长的历史故事。

我有一则家庭故事如下：

小时候，蹒跚学步的我会强行要求爹地为我摘天上"桃色般的月亮"，他不那么做时我就会哭。每当我生气或难过时，我也忘记了我是谁。

当我受到那些感觉左右，似乎我就成为那样的感受状态。

因此这样的诵念常经由我心，助我记得自己是谁：

上帝造我如是。我是这世界的一道光。上帝造我本如是。我是。我是。我是。

喔~~ 对啦，我是。

Gerri

Leonard Goodwin

我来自宇宙建筑师的国度，透过使用声音振动，

从空无中汲取物质材料。我自愿化成肉身来到地球上，

为了要转送带有高频能量的电功率，以协助地球及其上之住民的进化。

1997 年 6 月 3 日当天正躺在病床的我，因一场严重的心脏病情而虚弱不已--更

失去了 30%的心脏功能-- 遂使得我眼前现出濒死的视觉影像，
一道光墙显现眼前。我靠近那面墙，并被告知自己的任务已了，
并可以穿越墙面回家；或我可以留在地球上做任何我喜欢的事，同时我的心脏功能会被修复。
我觉得自己在地球上还可以做更多事，于是谢绝穿越光墙这件事。
在我内人 Gerri，一个才能天成的疗愈者之协助下，
加上其他的努力，我逐渐地痊愈。一年半以后，一项压力测试显示，
我的状态比起一般同年纪的人要好很多-- 即便心脏测试下来，
仍有 30%的功率丧失。我相信种种之经验都在准备我，
104
在地球处于更高次元/密度之扰乱的转换期间，作出有用的贡献。
Lorena Lucille
〝我是谁〞以及什么是我生命的支柱，我将据此挑战(讯息来源)?
针对〝我是谁〞的问题，我内在的回答是〝我是我〞，我是个持续完善自己的完美存有。
我像一颗完美的定音符，或被柔软吟唱，或被高分贝吹奏。也许是散发自音叉的回鸣，或婴儿的嚎啕。我可能来自个人或其他人的肺腑，来自一种或另一种乐器，或偶然或有意，然而我总是不走音。我很完美却又恒常改变。
我生气却依然完美，我有时憎恶自己却依然完美，我发现自己妒嫉他人却依然完美，
我忘记自己和在此地的目的却依然完美。我本如是而且必须如是。我用每个作为、思想、和每一刻朝向造物者生长，却依然是完美如我的本来模样。
我是造物者经验着他自己。我本如是。我是我。
这个答案对我而言始终没变。我记得小女孩时期即明了到我是我。”我在这里”，
我会对自己说，”我存在。我有自己的思想，我可以移动自己的臂膀且它是我的臂

膀。我在此地且我是我”，我会一直反覆地对自己这么说，每次对它又再多些明白。”我存在”，就像真正的清醒，那是我生命里最巨大的时刻之一，而我依然如此鲜活地记得它。
假使我要将这答案延伸为一种挑战，我将会说我以自由意志之名来挑战。我们的意志毋需交由别的人或物来掌握，因为一切即太一且太一即是完美。我的意志毋需被改变或受审判，因为一切即太一且太一即是完美。我就是我。我做的每件事是我而且我是完美，毋需成为什么，只需按照我的自由意志决定我的迈向完美之旅。
本质上，我渴望让他人作他们美好的自己，并找到他们迈向造物者的自我之路，如同我渴望以自由意志为自己做相同的事。

Jim McCarty

如同我曾说过，我是一个舞者。我喜爱以韵律感的动作，盘旋与飞扑、蹦跳与跃地移行。我喜好使用身体的大块肌并有力地穿透时间与空间。我喜欢留下记号，那代表我对生命总体及我例行之个别活动所作的快乐回应的一份印象。

我们做的每件事情可以优雅又有风格地被完成，像一支舞蹈般。我相信，那就是”顺着流走”(be in the flow)的真实意义。我最大的缺点是我容易走得太快，我最大的学习是要放轻松和享受。

Carla Rueckert-McCarty

我是一名耶稣-基督的追随者，我把生命完全交给无条件之爱，我时时刻刻都浸溶在他的爱中。每天我都寻求让爱自己经由我而照耀，我希望自我人格的透明

化，使得造物者的光可以经由我闪耀辉煌如同穿透一扇彩色玻璃窗一般，当它通过我流向世界之时，现出属于我的人性色彩之余，却依旧保有基督-意识之光。

我视自己为神性原则的部分，故我因而选择了服务他者的路，以表达正面极性之神性原则。

我有生物女性的肉体，并于基督的母亲玛利亚之后，形成了我的意志。她的歌是“我的灵魂确实歌诵上主，我的神识在上帝我的救主内欢喜”而那也是我的歌。有许多机会表达人际关系里的母亲、姊妹以及女儿之能量，我很荣幸与周遭人享受那些角色的点点滴滴。

对我的祭司-丈夫而言，我是女祭司-妻子。在神圣的性爱中，我们的能量结合成一体，满怀喜乐与感激。

每个早晨我唱这首歌曲，它概述了我是谁：
取走我的生命让它去
使它圣化 供养汝，上主。
取走我的分秒日夜
让它们流入不歇的赞颂。
牵我的手让它们随
汝之爱的脉动行移。
牵着我的双脚让它们得以
为汝敏捷且美丽。
领我引喉歌咏
永远只为我君王。

统合我的才智任汝选择

加以运用每份力量。

让我的意志成为汝的;

使它不再归附我。

最后连自我也拿走

于是我将永远、单一、全部为汝。

Mike Toth

我是谁?

这是个至今造物者自己还在问的问题，因为这即是推动力 起初思维由此滋长。

我想要认识自己一如造物者想要认识他自己。它在那美好当中，以致于我对我是谁这个提问有所共鸣。为了回答这问题我尽心尽力连结自己与起初思维。

思维即为一切万有。先有思维才有形态。

在显化和演化之前，思维已经存在。

在诞生以前，思维即存在。

我是思维。我是一种思维的表现。

我的臂、腿、眼、唇、鼻不是我本人或代表身份，

它们是思维的(复数)表现。造物者想要觉察他的

第三密度世界并赐给我这些为他工作的事物。

我双眼存在因为思维生起欲察知色彩之美与存在物体之想望。

我双腿存在因为思维生起关于存在之流动性的想望。

事情、物体、我的身体若无思维便不存在。

所以，我是思维。我是爱与光注入显化之中，因为

思维允许它，意向允许它，欲求与意愿允许它。

这些事物是一切思维而思维是事物。对我们的世界来说，
似乎思维是个次要的东西，各种动作的副产品，某件不怎么重要的东西
因为你无法握住它。
假如思维是我们最终之所有，最后之所是，那么我
再次问道 我是谁？
我是否，处于核心，一个好思维，一个坏思维，它有需要被分类吗？
我是当下之任何我选择在我心内抱持的思维。如果我聚焦于爱，
我以爱共振且就是爱。如果我聚焦于信念，我则邀请信念进入我生命。
如果我聚焦于同理心(empathy)，我获得看见世界的能力
就像周遭人们之所见闻。这是一项宇宙真理因为每件事，每种可假想的可能性，
存在我们内边 在任何一个我们存在的既定时刻。
我能否成为所有这些事物并且更单纯地聚焦于每个存在之美呢？
如 Ra 可能说的，也许不是很有可能但永远有可能。
我是谁？某个试图克服逆境的人。
我们是我们的注意焦点。我是我选择聚焦的事物。
真理对所有人而言都是主观的，幸福与“正道”亦如是。
更进一步地提问，我终极的问题必为，“什么是我最高又最棒的真理？”
因为在这么问之中 我即在问最高又最棒的思维或那些思维为何物，
使我能够或对我正在经验之任何现下程度的感知产生共鸣。
最高又最棒的并非理想而是心境、思维。
什么是我可以允许自己去经验的最高又最棒的真理？
是否我与单一、与一切万有相共鸣，如此实质，如此
体恤，以致我能够如此有效率地跟我周围世界沟通并且仅藉由
意念使得物体挪移？是否我的最高又最棒的真理很彻底被了解，
我与太一以及一切他的造物之关连彻底到不容争议

以致我仅藉由意念便得以存取那资讯之无限大海?

我是谁?我是我聚焦的事物。

在可知的背后是不可知;那无法藉由逻辑能力、遣词用句予以表达,

或藉由物理的觉识加以悟认。它需要信心。我通常缺乏的信心。

我是那未知大海里的存在。

我是谁?一个必须专注信心的人,为了要进入这些未知国度。

一个必须专注信心的人,以体验我尚不知需要思及的思维。

我是个寻求者,一个太一的器皿,希望知晓更多关于自己的知识就如

造物者心之所欲。信心是那艘船,必须领我之舵穿越未知大海

当我偶而登陆在可知的岛屿上。

船的材料密度硬度愈高、愈坚固,我愈得心应手。

我是一个导师(Nagual),我是一个学习者。

一个领导人 与 追随者。如同所有好的灵性原则、灵性思维,

我是一个矛盾,我是许多个矛盾。

这也是何以逻辑、措辞、与物理的觉识并非君王之缘故。

它们无从代替直觉与信心。

它们是针对我真正是谁的语言诠释者。它们为幻象。

幻象生于思维,故此那思维能翱翔至先前未曾想过之新高度。

许多我已说的话被奥祕覆盖,对于大多数读者而言 这些话只有一点点的意义。

也许那正是我如何知晓的方式,知道自己正在依循着一条发现我是谁的正确之路。

(V)2008 Translated by the Child. Reviewed by c.T.

☆ 第 0515 章集：如果你觉得你是流浪者

Copyright © 2008 L/L Research

编辑: L/L Research，Source: www.llresearch.org

什么是流浪者(wanderer)? 有些流浪者是来自其他地方或星球的 ET; 还有其他流浪者是在地球土生土长的居民，因为灵性的成长到达某个程度，从而觉得这世界变得比较不真实，感觉自己是身在异乡的陌生人.

这两种流浪者都处在同样的情况，他们通常不大适应这里，因为他们认为的"真实"世界已经从尘世转移到形而上世界.

每个流浪者都是独特的，并且以各种外型与大小来到这里，但他们最有可能相同的特征是一种疏离与孤独感. 所有流浪者共同的功课与任务是给予与接受爱; 他们共通的服务是做自己，在每一刻尽可能真实与深刻地做自己.

流浪者主要的任务是保持敞开的心胸，成为光的定锚，如此 当他们每一次呼吸，就把光带入地球层面中.

L/L 研究中心致力于找出各种方式巩固与强化流浪者群体的工作，一起协助第四密度之光的网格成形. 我们每天早晨 9 点与晚上 9 点举行盖亚冥想，为地球妈妈的平安祈祷. 凭藉我们联合为一体的心，我们共同合作 磁化/吸引地球第四密度.

请在你允许的时间内，加入我们的冥想、观想与祈祷.
给所有来到这个网站的流浪者

如果你想要分享你的觉醒故事，我们十分感激能收到这个故事 并且 储存在我们机密的资料库中. 在形而上研究的领域中，共享的故事与忠告都是宝藏.

感谢您愿意打开心房分享，请使用以下连结将您的故事寄给我们:
http://www.llresearch.org/contact.aspx

如果你觉得你是一个流浪者、外星人，一个地球的局外人，L/L 研究中心有三件事要告诉你:

你是被爱的

“你与繁星是一体的，你是无限造物的一部分，安歇在这更大的身分中，知晓太一无限造物者锺爱你，在时间与空间存在以前，你已与造物主同在. 你是永恒的公民，一个属于无限的存有.在你的心中之心，最深邃的自我中，你没有任何限制，没有任何位置，也没有如你现在经验这世界之固定人格外壳.” –2000 一月 16 日

“最重要的，我们鼓励你们相信你自己对的感觉，因为一个激励你的东西或许不会激励他人，但那没关系. 不管是什么东西感动你，不管你以为你是谁，你为何在这里 又要往哪里去，我们都大大地赞同. 我们享受与你们这类的团体调和在一起，看见你们所有的渴望与希望的颜色，你们的野心与恐惧; 不管你是什么样的人，我们爱你，我们认为你们每一位都是我们的朋友.” –2000 一月 16 日

“安住在爱中，知晓你是被爱的. 安住在光中，知晓你将成为一束光; 在这样的知晓中，交托放下.” –1986 一月 12 日

“花朵盛开的时期只有一瞬间，但花朵并不在乎，它只关心在今天畅饮阳光与清风，在空气中振动，将它的香味与周遭的生命分享.你们也有外显的礼物要提供，你的气味，你透过思想、感觉与经验创造出特别的个人香味，你的振动与其他任何人都不同，并且能使你的朋友们微笑. 造物主是多么爱与欣赏你们每一位的本质.尽你所能地欣赏所有周遭的生命，或许你只是在遇见另一个人时 表现一个笑容或动作，但那个人会察觉到你的礼物蕴含的深刻内涵.” –2000 五月 21 日

“超越所有的改变，你就是你自己. 在时间与空间存在以前，你已经被创造，从过去到未来，你是唯一的，独一无二的.你实在是珍贵的，造物主中爱你，珍惜每一个扭曲与外表的不完美，它们在烈火般的学习环境中敲打与撞击你，造就独特的你. 你与某个特定的和弦共振，那是无法被复制的，那即是你至为美丽的本质.”–2000 九月 23 日

你并不孤单

“单纯地知道你并不孤单，在这个知晓里头就有可观的力量，不是因为你的受苦或困惑，毋宁说你们每个人都是数个内在存有的关切、爱、与保护之中心.

每个投胎到第三密度的人都至少有三个这样的指导灵. 透过你的能量、希望、服务、美感、理想与信心，可能有更多的光明存有加入支援你的小组.”当你请求天使与指导灵的帮助时，最好从感谢、赞美与信赖的话语开始，送给你自己，也送给那些帮助你的实体们，以及那表面上相当不完美的完美.” –2002 十一月 3 日

“我们鼓励每一个人都更有意识地理解到连结自己的灵性家族所带来的力量. 我们察觉到在这个寻求的圈子中 每一个成员都有困难去享受地球的每一个层面. 容我

们说，你们有些 更好时光 或更快乐振动的记忆存留着.然而，一旦一个人开始以舒适及潜意识的方式与灵性家族相连结，他就能够恢复一些舒适的感受，知晓在群体服务上 个人是不孤单的. 因为这个任务不是一个人就能完成的 而是藉由一个群体. 耶稣曾指出 如果一个实体有完美的信心 他可以移动一座山. Ra 群体指出虽然需要一个完全纯粹的实体才能移动一座山，如果一个群体尝试去移动一座山，群体中每个成员的扭曲程度只要在可接受范围内，仍然可以移动一座山. 这是灵性家族深沉的连结力量. 我们对家族这个词汇定义得非常松散，因为你们有个非常大的家族. 它不只是一个来到地球的服务群体，毋宁说，你们正在经验一个非常复杂互相关联的许多群体 来自第四密度，第五密度，以及第六密度，来自内在次元 以及其他星球. 所有的群体在此刻被吸引到地球 因为 地球正以震摄人心的清晰度 从 这一个天与地 通往 下一个天与地."–2002 六月 21 日

"我们鼓励每一位向上伸出双手给那些希望帮助你们的天使.
我们请求每一位知晓你并不孤单，祈祷都会获得回应，请求都会获得援助;超自然的存有与你同在，锺爱着你，并愿意在每个方面保护你. 造物主并不在远方，他离你非常非常地近." –2001 五月 20 日

"我的朋友，你并不孤单，有成群的天使在此时到各个需要协助的地方传送光芒. 当你们的冥想团体集会并传送光芒时，你们的光与许多许多其他生灵的光汇聚在一起，并移动进入那些遭逢困难的区域."–2001 九月 23 日

你有(服务)任务要在地球上执行

"我们鼓励 T1 去跳舞，去玩游戏，了解宇宙没有错误. 分享自己认为重要的资讯完全是好的，但同样重要的是表达出开放与流动的心之品质 这样的心奠基在信

赖上 并能透过身心灵表达出无限供给的爱. 这是所有此刻于地球上觉醒的人们共享的核心任务. 你们来到这里的每一个人都决心带来一些不同. 每一个人都有必须的工具与资源." –2002 六月 21 日

"每个人发现自己拥有一艘没有磁北针也没有方向舵的船. 毋宁说寻求者尝试捕捉灵性之风以驱动船帆. 一旦这个实体能够, 即使只有一瞬间, 在灵性之风前面奔驰, 感觉船帆鼓涨的态势, 那么他将能够辨识事物的韵律与对的感觉.就我们最佳的认知, 每个人都有他的天命, 每个人都有一个使命. 每个人都来此学习与服务, 学习总是关乎爱, 服务总是关乎信赖此刻的正确性." –1999 三月 21 日

"做为一个流浪者, 不管是从另一个星球来的或是在地人, 他们共同的特征是极为渴慕有机会去服务. 你们每一位的主要服务就是做自己, 当你至为真实与深刻地成为自己, 你的心是敞开的, 你成为一个接受、蜕变能量的水晶, 接着释放能量到地球之中. 你们每一位都有自己的天赋可以分享, 以及可以提供的外在的服务, 我们鼓励你们以各种方式去分享你们的礼物. 但在这所有外在的作为之外, 内在的本质是你此生真实与核心的礼物, 一个无比美丽的礼物, 需要花费你全部人生才能给出的礼物. 不管你在这辈子从事什么工作, 记得给予这份礼物." –2001 三月 18 日

"你所做的事情不会发光, 而是你做事的当下放入的爱才会发光. 你们许多人到处寻找什么是他们可以给予这个世界的灵性礼物, 他们寻找一个戏剧性的角色: 教导、治疗或预言等等. 然而这些事情与主要任务相比永远是次要的. 你们每个人眼前的主要任务很单纯, 就是对每个来到你面前的人事物敞开心胸. 然而, 达成这个单纯任务的条件需要多生累世的内在工作; 因为一个人如何在一个沉重的幻象还能够无惧? 人类的大脑, 一个决策者, 并非天生就无惧. 的确, 只有傻子才

是无惧的，然而你们的导师，耶稣-基督曾说过只有傻子才获得智慧，只有那些活得如同小孩一般的人方能继承天国.你披上了肉体的外衣，将你自己埋藏在阴影重重的世界中，只因为你想要带来不同. 你听见周遭居民的忧伤，你但愿能挺身而出，成为一个爱的通道. 这个时代是你伟大的机会，你所盼望与准备已久的时机，我的朋友，时间真的过得很快，不是吗?” –1997 一月 19 日

尾声

感谢你们的聆听! 坚持留在这里，不要让流浪者的忧郁击倒你太久! 光之工作者的服务有些时候是困难的，但这牺牲是值得的. 返回你的深邃心智，重新捕捉你在投胎前的清晰感觉; 全体流浪者都热切地来此并展开服务. 现在就是这么做的时刻. 当我们活在地球的短暂时间中，愿我们能带着美丽、品味、优雅与喜悦~~一起服务!

(V)2008 Digested，edited & translated by c.T.

☆ 第 0516 章集：人类、意识与理解之四

Copyright © 2008 Walt Rogers

失落的金句

1958 年，十二月 1 日，星期一

我的朋友们，我在光中问候各位，我是 Oxal.

你们伟大的主导师曾说过 “寻求真理，真理将使汝自由”

但有一句话被删除了，因为他曾加上这句“首先寻求在你理解之内的真理，即你可以掌握与使用的(真理).”

因为唯有以这个方式，你才可以准备自己迎接更高的真理，换句话说，一次踩一步就好. (先)精通你拥有的东西，然后继续精通更多的东西，因为除非你能够运用该真理在你的生活中，真理对你而言没有任何价值; 除非它对你有益，它没有任何意义.

我们刚才聆听你们的对话，我们感到很高兴，你们从这样的讨论中得到收获. 你们每个人都有任务要执行，尝试以智慧与理解去执行它.

如同我们在这里说过的，那一天近在眼前，你们只有一小段时间准备好自己.

挚爱的朋友们，自我-发展的时间就是现在，学习去知晓你自己，辨认出你是谁，宣告你与造物主的父子关系; 为你的同胞、为全体造物发展爱与理解.

没有时间去评判、谴责、批评，不要谴责你自己，因为你每一次这么做，你就降低你的进化程度. 毋宁抬高你的头，宣告你与造物主之间的正统位置. 你们的造物主不会不公正地待人，他不会因为你的过失而谴责或批评你，他对你只有爱，一旦你确实领悟到这点，你的进展将会快速地增长.

我们曾多次声明，我们只能帮助那些已经做出选择的人们; 那些怀着充分信心，选择以任何可能方式服务人类的实体们，那些愿意给出自我 致力于服务，成为造物主永续爱与光之工作者. 对于这些人，我们宣誓我们的保护、指引与协助.

许多人已经做出选择，还有更多更多人没有这么做，他们只剩很少的时间去做选择. 对于已经做出选择的人们，我们发自内心地感激你们，并提供我们卑微的服务，有一个远比我们伟大的理想，我们只是它的仆人.

我现在离开你们，将我族群的祝福、理解、与爱献给你们.

我是 Oxal.

***

1959 年，二月 16 日，星期一

平安与你同在，我的朋友们.

今晚，我观察你们每一位，我看到你没有在自己身上看到的许多东西. 挚爱的，提高你的眼界，实现你的潜能. 知道在你的里内蕴含宇宙的力量. 你看，你们是多么容易怀疑你自己的能力、力量，而很少去尝试实践你内在的潜能.

接受你今天的挑战吧，面对它们 无须关切未来，你只能一次活出一个片刻; 在那个片刻 活出你内在中最佳的品质. 如果你这么做，每一刻、每一个小时、每一天都将落在适当的位置. 接受每一个来到你面前的任务，并且有意识地知道你在做什么.

我知道现在你们有些人在此时 心中有股急迫感要去做特定的事情，你应该好好

考虑这个急迫感、驱策的渴望，你需要许多的智慧与冥想来执行它.

挚爱的，你们每个人都应该十分感激有机会去服侍. 在这个时期，地球将在它的攀爬过程中，抵达它最伟大的高度，到那个时候，你们的文明在科学上与灵性上的变革都是你们再这个时候无法料想的.

黑暗的笼罩开始消散，苦难、疾病等都将消失，从地球表面上消失; 取而代之的是明亮的健康、心智的平安，全人类都如同兄弟姊妹，这些都是以前从未存在的情况.

朋友们，你对我说，可是现在看起来只有更多的苦难、更多的混乱、更多的恐惧与不安. 我的朋友，这点不是真的. 你们会这么认为是因为地球人口大量增加，通讯大大地改善，在这个时代 有更多的资讯来到你耳中，如果你曾活在其他时期，或记得在其他时代发生的事，你会了解真相的.

这是真的，非常真实，这是个改变的时代，许多人都受到影响，许多内在的东西浮出表面，以百分比而论，改善的幅度正大幅地上升.

如 Hatonn 弟兄曾经告诉你们的，不要让你的心受困扰，也不要让它惧怕.

在这即将到来的新时代，地球人类将不再知道恐惧，它将消失无踪. 恐惧一直是人类最坏的敌人，真的没有什么好恐惧的 除了恐惧本身以外.

挚爱的朋友们，我在和平与爱中离开你们.

晚安.

***

1959 年，四月 13 日，星期一

我挚爱的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我是 Hatonn.

当你们的行星与星系越来越接近它在宇空中新的位置，你将注意到更大的改变正在发生. 新的振动将带来许多改变，甚至你们大气中的原子结构也正在改变，令人难以理解的改变将发生在原子爆炸实验中，使得你们的科学家感到大大地受挫.

我们在此的单一目标就是帮助这个星系面对即将来临的改变，我们很想看到这个星系与星球以最轻松的方式度过这个改变. 如你们早已觉察的，有成千上万的存有已经志愿来到这里，活在地球表面上，协助这次的改变.

这些人被知晓为流浪者，世世代代以来 这些流浪者已经协助各式各样的星球与星系，因为他们的协助被需要.

如我们在数周前曾提到，我们不相信你们国家将与其他超级强权起巨大的冲突，但这并不是说没有任何冲突，看起来 将会有些冲突.

但那伟大的老鹰*，如果有可能的话，将免于此灾祸.

(译注: 美国的国徽为老鹰.)

在此同时，准备抢救剩下的东西，并在人与人之间建立兄弟关系，使地球得以加入这个星系的其他行星. 你们星系的其他行星等待这一天已经很久了，我们希望在不久的未来 可以看到这件事发生.

地球人类必须学习一起在爱与理解中生活，我了解在这个时刻 这件事似乎不可能; 但我向你们担保 它可以发生，我们相信它将发生.

人类必须知晓自己，一个人知晓自我就能够活在爱与理解中，因为知晓自我就是知晓造物.

向内寻找你的真理，因为还有谁能比你自己更懂得建立你的真理?
在这个时刻，我们坐在太空中，距离你们地表有 500 英里高，我们拥有肖像扫描器(Iconiscan)调频到你们的位置，我们能够坐在这里观察你们每个人的坐姿与环境. 透过科学的方法，我们也能够捕捉在这个地方发生的任何声音或思想.

挚爱的，我们希望很快有一天能够与地球人群分享这些东西. 当你们准备好了，我们有许多东西要给你们. 我们期待那一天的到来，我们可以来到地球人群当中，并且在爱与理解中接受你们的欢迎.

现在，我必须离去，愿你们每一位都抵达理解之伟大高度，愿你每一位都能够与你接触的人们分享，好让他们也能增加理解与爱.

晚安，挚爱的.

***

先行者

1959 年，四月 27 日，星期一

平安与你们同在，我挚爱的朋友们，平安与你们同在.

地球人类从未站在这样一个伟大的决定点，挚爱的，这情形在你们整个地球上都是相同的. 人类必须做出一个伟大的决定，他必须选择一条途径.

但这不必然意味大多数人会做出正确的选择，不过，历史上有多少伟大的进步是透过大多数人开始的?

不，我的朋友们，将是少数人把和平与手足情谊带给所有地球人.

在你们的成长过程，你们持续地在选择，但它不总是一个容易的决定，因为我们倾向于允许我们的小我涉入其中.

关于这个难处，我相信你理解的.

挚爱的，你的途径只能由你自己选择，没有其他人可以; 不管兴起任何状况都不能改变你的途径，除非你选择如此. 我们必须总是对自己诚实，这点并不容易做

到；我们被习俗与人类的规则所影响．如果一个人没有十分地小心谨慎，他将成为一个习惯的傀儡，种族意识下的受害者．

人类必须自己思考，必须做出自己的决定，必须选择自己的途径，尝试提升你的视野到更广的范围，向外探索超越所有人为的规则与律法．

如果你活出宇宙法则，你的幸福不会被摧毁；有些时候 我们倾向怪罪该法则，但如果我们对自己诚实，我们将发现困难的起因都在我们里面．

挚爱的，你们每个人的内在都有伟大的智慧，不要让这份智慧被小我或自怜所扭曲．将所有的问题带到内在中，谘询你的较高意识[它将给你所有的理解]，好好地思索这些问题．

我的平安 我留给你们；我的平安 我给予你们；挚爱的，我是你们的仆人—我是你们当中最小的一个．

平安．

***

1959 年，五月 2 日，星期六

突破 Otavana—在光中向各位朋友致意，我是大角星的 Oxal．

由于技术上的困难，我们在穿越的过程中有些微的延迟，我们现在透过另一艘太

空船传递讯息. 朋友们，我们偶尔也会遭遇技术的困难，但这不是我想要讲的主题.

我知道你们头脑中有许多的问题，一个寻求者的心智总是这样的.

我们愿意回答所有的问题，我们愿意给予你完整的理解[以我们所知的]; 但我确定你了解这是不可能办到的，因为人类只能接收他目前能够吸收的东西，因为人类在真理中的成长具有周期性.

如同你们，我们仍然在寻求，我们只比你们在理解的道路上多走一步或两步.

我们曾旅行太空 穿越过许多个星系，许多个银河，我们尚未发现终极，也尚未发现任何生灵觉得自己拥有终极的真理. 生命是广大的，也是一个永无尽头的螺旋，恒常地向前向上移动 朝向真理的更高理解. 当人类学习更多关于自己的东西—开始理解自己的存有—他就开始理解与知晓生命.

地球人谈论许多爱的课题，但理解爱是不同的一件事，直到人类理解与知晓他自己的存有，他不会知晓爱，也不会感觉那寰宇大爱.

当人类知晓与理解他自己的存有，并且与所有其他生命与造物合而为一(at-oneness)，然后他开始知晓爱，因为我们在这个广大的生命之海中都是一体—每个人表达个体性，然而都是整体的一部分.

这些事情很难用言语说明清楚，唯有透过内在的知晓，使你真正地理解.

我曾说过很多次，在你们每个人的内在蕴含所有真理.

除了往内在寻找，一个人绝不能发现真理. 因为这个较高意识，较高自我，或不管你喜欢怎么称呼的存在—它是你的一部分，这一部分能够接触太一智能，于是从中汲取所有知识，因为在造物中 没有什么是新鲜事.

从过往到未来都是这样的，当人类逐渐进展 越来越靠近这伟大的智能，他便汲取到越来越多之真理.

没有一个老师，没有一本书或资讯来源可以胜过你自己的较高意识，以[你能理解的]更好的方式给予你真理. 但为了接触较高意识，带出这个合一状态，人类必须使外在平静，才能深深地汲取内在，这就是你们伟大的导师的意思，他曾说要进入私人密室中，关起门来祈祷. 你们必须学习关闭那扇外在的门，与内在合一，我的朋友，这点需要努力与耐心. 但每个人都有能力做到，有些人早一点做到，有些人晚一点做到，但时间是永恒的，没有尽头，事实上，没有时间.

我们位于 Otavana 船舰上，依这里的要求来到这个星系，我们在你们星系大约停留了四年. 我们尝试帮助地球人去帮助他们自己. 这即是我们所有能做的极限，我们不会尝试去强迫任何人. 但地球上许多人已经了解在过去几个月或几年中，他们来到一个决定的十字路口，他们必须做出一个决定.

你们的行星与星系正移动进入宇空的一个新区域.

在这个新时代 许多事情将改变—甚至你们星球的表面都将改变.

你们正活在一个伟大改变的时期，事实上，再过一些不长的岁月，千年万年以来最伟大的改变将发生在这个星球，这个星系当中.

我们特别有兴趣帮助地球，帮助你们人群度过这个改变，因为地球人比起其他地方的生灵之准备程度要少许多.

这个改变将越来越明显，你们有些科学家正觉察到这些改变，你们政府中有些成员觉察这些改变以及即将来临的改变.

人类必须理解更多生命的知识，我们充满同情地看着地球上的群众只有一点点这方面的理解.

大多数人完全不知道过去的人生，或未来的人生. 很少人认知到肉体只是经验的传输工具，生命是一系列的经验，它不会在这一世终结，也不开始于这一世; 因为它需要上千上万次的生命[在不同的层面]，才能成为一个面面俱到的存有.

人类透过经验学习，我的朋友，你们每个人，以及全体人类，选择自己的经验，因为只有当事者才知道他需要什么经验成为一个面面俱到的存有.

我的朋友，我不要求你们相信我说的话为真理，因为那只是我说明的真理; 但请将所有这些东西带入你内在的存有，好好地冥想与考量它们，只有这样 你才知道它们是不是你的真理; 如果对你而言是真实的，那么使用它们; 如果不是 把它们丢出去.

但总是保持一个开放的心智，不要拒绝任何真理 直到你于内在确定那不是你的

真理.

现在，挚爱的朋友们，我必须离开，我将我族群的爱、光、与理解献给你们.

我是大角星的 Oxal.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0517 章集：杜威.拉森

简传

杜威.B.拉森(Dewey B. Larson)，出生日期: 1898 年 11 月 1 日.离开尘世日期: 1990 年 5 月 25 日.

拉森是一位美国工程师与理论家，出生于北达科他州，麦坎纳(McCanna).

他着作了数本关于宇宙之基本特性的着作，并且是物理学互动系统(the Reciprocal System)之原创者. 拉森是发展出一套包罗万象且一致的理论架构，可以解释从次-原子粒子到超级-银河系的现象.

他的理论可以回答以下的棘手问题:
“为什么光有时表现得如同一个粒子；有时如同一个波?”
“什么是重力的源头?”
“银河与似星体(quasar)有何关联?”

我们认为，从过去到现在，没有一个科学着作的宽度与广度能超过拉森的理论着作.

他的首部出版品，物理宇宙的结构(1959)，奠定未来进一步的基础. 经过 20 年后，扩展为一系列的着作: 空无一物-除了运动(Nothing But Motion，1979)，运动的宇宙(1984)，以及 物质的基本属性(1988)，拉森呈现宇宙的另一种典范，空间与时间只是宇宙基本元件之两个互动层面，这个元件即是运动.

在其他作品中，拉森列举现代物理科学的一些缺点，包括相对论、量子力学，以及原子理论等.

访问拉森
录音时间/地点: 1984 年 8 月，盐湖城.
记者: Jan Sammer (以下简称 JS)
受访者: 杜威.B.拉森(以下简称 DBL)

JS: 你如何开始认真对待真正的问题? 是从原子之间的距离开始吗?

DBL: 我曾经虚度时光，处理这个与那个小问题，然后我决定要认真看待最重要的问题，我想探索某个东西，我知道我有答案，然而尚未有人回答，至少我这么感觉，那个东西是计算化学合成物的一些物理属性. 我在这个问题上工作许多许多年，从那个时候开始，它引导我注视根本的东西，接着我有个构想: 改变物理学的根本基础.

JS: 你的研究的首先显着成果是什么? 我了解你大约从 30 年代开始得到结果，特

别是原子之间的距离方程式.

DBL: 嗯，这有点难以确定，我那时同时工作好几件事，计算原子之间的距离是其中一件，但这件事最终把我推到一个角落，迫使我放弃建构数学解答的想法;从那时起，我的工作角度就从获得正确的数学方式转为获得问题的正确观点.

在大部分的情况，当我得到正确观点，我不需要任何数学，举例来说: 光子(photon)的振动. 为了拥有一个振动，你必须有两股力量—一个使它失去平衡，然后另一个力量将它带回来. 从这个观点来工作，就是一个数学问题，如同其他人，我开始计算，但我们没有一个人到达目的地.

最后，我的结论是我必须获得一个更好的观点，我最后领悟到 一个简谐运动(motion)就如同一个线性或变位(translational)运动一样根本. 我获得的答案不需任何数学，你从运动开始，运动可以不同形式发生.

JS: 所以你了解简谐运动可以是永久的，加上你找到的三个次元，你得出一个结论: 光子是建构原子的基石?

DBL: 让我们这么说吧，将光子视为简谐运动的概念事实上跟伽利略看待变位运动是同一件事. 根据亚里斯多德的概念，必须有某个东西促成持续的运动，问题症结在于辨认出那个东西—我想亚里斯多德采用天使来推动星球. 伽利略则发现不需要任何东西来解释，运动本身即是持续的. 现在 我只是把相同的概念延伸到简谐运动，一旦启动之后，它就是一个持续改变方向的运动. 当你有一个振动式运动，你在空间中产生一个物体; 当我解释放射现象时，我只要让这个物体与该振动呈垂直方向运动即可.

JS: 当你在 1959 年出版第一本书时，发生什么事？有打广告吗？有人评论它吗?DBL: 我寄送许多本书到许多地方，只有收到一些国外的注意. 我收到好几封反对原子之案例(The Case Against the Nuclear Atom)的书评，包括艾西莫夫(Asimov)的评论. 不过，那本书跟理论没什么关系，基本上，其他着作在这个国家没有引起什
么关注.

JS: 是否有科学家在早期接触你?

DBL: 没有知名人士，我得到的关注大多数来自跟我工作雷同的人们，以及学生. 有不少学生与我通信，最初 我大部分的演讲都是由这里或那里的学生团体赞助，通常是在教职人员反对的情况下进行.

JS: 关于非-物质界领域，你能够进入多深?

DBL: 我的重点是我们正在开启一个前所未有的通路. 目前的科学观点是所有东西都被涵括在物质参考系统之内，所有东西都存在于空间与时间之中. 如果这种观点是真的，哲学与宗教宣称的东西将没有什么价值. 特别是一些信奉科学观的哲学家会告诉我们道德是废话因为它在实相中没有根基. 啊，长期以来，这是许多科学家的酸痛点，因为他们觉得自己对于这类的议题有一种直觉性的理解，然而他们无法以科学方式充分证明自己那份直觉性的理解.

现在，我的重点是消除这限制，既然我陈述空间与时间是宇宙的内容，而非宇宙的设定，那么 没有特别理由去说宇宙不能有其他的内容.

所以 我们革命了整个对待事物的方法，这并不必然意味宇宙的确有其他内容，但我们将大门打开，允许人们寻找证据而不会被现今的科学理解方式所阻碍.

JS: 什么是阻挡科学家接受新理论的主要障碍？几个月前，我将丁格尔(Herbert Dingle)的一篇十字路口上的科学寄给你，这篇文章记载他如何努力说服同僚特别相对论包含一个重大的缺失，虽然丁格尔是相对论的早期拥护者，并且备受同侪尊敬，但当他开始反对相对论时，他的进展似乎不很远.

DBL: 你看，问题在于目前的物理思维有着可观数量的错误，但在每个案例中，都会做出一点调整好跟其他项目一致；也就是说 你无法改变任何一个项目，如同丁格尔尝试做的事，因为如果你这么做 该项目与其他项目就不合调了.

所以你必须做批发式的修改，难题在于你如何使科学家们接受一个批发式的修改？我想最近这本天文学的新书或许有可能做到，因为我们几乎涵盖天文学的所有范围，不是针对单一的物体.

译者的话

在一的法则第 20 场集会，Ra 清楚地赞同拉森物理学之正确性；然而，中文网站几乎没有相关的中文资讯！于是译者尝试当个开路先锋，期能发挥抛砖引玉之功效，吸引在这方面学有专精的网友继续深入研究.. Amen.

由于译者是物理学之门外汉，本文若有任何谬误，一概是译者的疏失，与拉森先生无关. 敬请各方先进不吝赐教.

有心深入研究拉森物理学的网友，强烈推荐以下网址，几乎包含所有拉森先生的重要着作与演讲，堪称是新物理学宝库:

http://www.reciprocalsystem.com/dbl/index.htm

参考来源

http://en.wikipedia.org/wiki/Dewey_B._Larson

http://larson.rstheory.com/

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0518 章集：18、哀恸

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

1992 年十月 14 日

S 的问题: 我们这个下午的问题是关于 S 的情况为什么离原本的服务途径这么远? 当她的丈夫 R 还活着时，她有机会处在一个伴侣关系当中，帮助这个家庭的沟通与成长，她觉得这是她能充分发挥的角色. 现在 R 已经死了，她面临的各种可能性似乎都不对劲了—去学校，上一些她不喜欢的课程，追寻家庭以外的职业，她似乎走到一个死胡同. 我们在想她需要首先考量哪些事情，她是否错失了什么，在她的人生图像中 什么东西出错了?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，你们好，我特别的朋友们. 我们感谢你们呼叫我们来到这个寻求圈子，并至为荣幸地提供我们的意见，但并非完美的知识，请选取那些有帮助的思

想，将其他部分抛诸脑后.

千年万年以来，你们人群寻求又寻求，想要发现某些方式可以让他们找到一个舒适、愉快与有生产力的生存方式；他们寻求从灵性或激励话语；从该文化的神话中得到帮助；然而没有一个觉醒者获致这样一个领悟：进化的本质是十分舒适的，地球这个大房屋被谨慎地创造，好让灵魂可以舒适地居住与学习.

这么极度的不舒适为何是(进化)计画的一部分?

这么一股无法想像之纯爱为何创造出这许多痛苦与受难?

在我们与你们的振动调和之际，我们发觉我们不需要花费太长的时间讲说冥想与其他的灵性修练.

我们鼓励你们考虑将短期，甚至短暂的时光花在请求造物主上头，沉默的讯息是最有效的，花在与无限太一为伴的时间是无时的(或超越时间).

净化的渴望允许寻求者短暂地思想造物主，那是冥想中强有力的一部分；长坐的冥想远为通常的目的是成为一个更公正的观察者，而非与无限太一合而为一.

关键是渴望，它移动每个实体更靠近造物主，并持续地与造物主对话.

一般人通常会假设那些活出灵性生活的人们得到一个最大的恩惠：平安.

的确，奉献一生在信心中的人有平安；然而，一般人通常忘记或不知道一件事:朝

向永恒的朝圣之旅固然大大地加速灵性进化的步伐; 却是骇人地不舒服与不方便.

在这个圈子的每个人早已觉察自己并非来自这里; 也就是说每个人已觉察自己是一个流浪者. 每个实体进入这个特殊的经验，纵身跃入这幻象的黑暗中，透过一个肉身生活，凭藉意识的品质有所服务.

你们每个人都志愿来到这里，从第四或更高密度的角度，每个人已经或正在经历的苦难似乎都只是很微小的事情; 在这个幻象中，它开始膨胀，似乎成为压倒性的暴风巨浪，如同身体的重症一般致命.

我们只能鼓励每一位转身离开 ”为什么..”的问题，每天花一些时间与无限 造物者相处. 答案都在你的里内，只要你呼求 正面无形能量可以提供的协助远超过你能想像的多.

从前某个时候，两个人从此过着幸福快乐的日子，我们知道在第三密度中，很少人曾经验这样的童话，然而一旦它真的发生 将超越所有的喜悦. 然后，当这个故事被否决之后，当事人会质问 “为什么”? 容我们提醒每位，最好寻求造物主的意志，在那寻求过程中 会出现指引.

我们使用这个器皿的基督徒偏好来陈述: 造物主最爱的那些人是那些接受考验的人.

做为流浪者，你们来此有两个原因: 去服务 与 接受考验. 流浪者在这幻象中总有种感觉，很希望没有第三密度的厚重身体与沉重的经验，然而一旦此生自然地结束之后，该寻求的灵魂向后凝视，心里想着 “为什么我当时没有多学一些? 多

么棒的一个机会啊!”

从前从前，每个寻求的灵魂有一个时刻，对于这里的每个人来说，此刻已经到来，你们已经做出此生之伟大的决定，现在 每个人致力于爱全体的源头，并且爱所有其他-自我如同自己一般；现在剩下的工作只有承认任何情绪上的感觉，认可并尊重你自己人生中的独特苦难；真正的平安并不是一个舒适的平安，而是知晓你的命运之路是真实的，并且笔直地朝向无限行进.

当这条路经过沙漠荒凉地带，阴冷的荒野地带，看起来没有任何希望；我们敦促你们每一位在信心中彼此鼓励，那表面上不和谐与痛苦的情境是正确与值得的途径；容我们说，事实上 别处的青草地不会比这里更绿.

我们将来会回到这个器皿当中，不过，我们现在想要交出我们的发言位置给一个内在次元的实体. 请接纳必要的停顿好开启这个特殊的管道. 我们简短地在爱与光中离开你们，我们是 Q'uo 群体.

我是米迦勒(Michael)，在爱与光中 我来到你们这里，讲述一些我们能提供的安慰话语，我们想要分享可接受的自由意志资讯，我们指的是 R 实体，这个实体现在可以在某种程度上透过这个器皿讲话...

甜心，我好高兴能对你讲话. 嗨，我与你同在，我觉得十分不爽，我必须离开，而你必须留下来! 如果我们当中有一个人必须留下来，多么希望那个人是我. 为什么不能是我? 我想要你知道没有一分钟 我没有在你里边，那是我一直想要在的地方. 我在你的心中，我从未离开你. 我只希望 Carla 能弄一些雪茄烟雾 你就能看见我了；但这女孩没有这种能力，所以我只想说，蜜糖，你坚持下去，自然

地流动，因为事情总会有结果的. 我们以前做每件事都很顺，我知道你将持续这么做. 我得走了，但你知道我与你在一起，我可以请你帮个忙吗?

S: 可以.

请你偶尔对我讲话，说一些特别的东西? 我真的好喜欢，只要告诉我 你的感觉与闲话.. 暂时再见了.

我是米迦勒，我们今天不能继续使用这个器皿从事内在次元的工作了.
我们很抱歉必须切断 R 实体的讲话，他尚未表达他感觉到的巨大之爱与合一.

不过他很好，并且等待将只有几分钟，所以他快乐地等待 S 实体，当她在此生的学习完成之后，他们将一起开展新的经验、新的功课、与新的苦难，好让造物主能够学习、学习、再学习.

我们在此时离开这个器皿，好让 Q'uo 得以接受询问. 如果 Jim 实体愿意传讯，我们将进行转移，我们在爱与光中离开这个器皿...

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我在爱与光中再次向各位致意. 是否有任何询问?

S: 是的，我的确常常对 Ron 讲话，但我感觉与他之间是切断的，这个事实困扰着我. 当他还在地球上时，我能够感觉他的存在，不管他是否在附近. 当我最后一次在病房亲吻 Ron 时，他还有气息，但我知道他不在身体里面了，他已经走

了.

现在我期待，我以为可以感觉到他与我同在的什么东西，但我没有，这让我惊吓，我知道在某个层面上，他大多数时候与我在一起...

(录音带第一面结束，部分讯息没录到)

(Q'uo) ... 在梦境中接触你，在那儿向你沟通他的爱与合一. 有许多这样的梦没有存在于你的记忆当中，但在这些梦中 你与他已经合而为一. 如果可能的话，开放你的心去爱这个生命与经验，将开启一个管道，R 实体将可以找到一个更容易的方式使你知道他的存在.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

S: 那是一个很高的要求水平. 对啦(yeah)，我有另一个问题，我真的很困惑 关于要去哪里... 我感觉无法继续走下去，简单扼要地说，我缺乏向前走的能力，我缺乏渴望，我有股强烈的感觉 想要去死. 喔..上帝，这件事毫无进展. 我缺乏继续下去的能力，我感觉生命走到这一点，这次的考验就是我会不会杀死我自己; 我真的不相信我会这么做，因为我知道这么做需要付出一个很大的代价，所以我一值在祈祷与希望...你知道，这真的很奇怪，有一次 我正在观看一个乳癌的电视节目，我心里想 嘿，我希望我很快得到这个病，你知道的，我就*.. 我不知道要往哪里去，我是如此困惑 看起来没有一个方向是对的; 但同时 就实际而言，我不认为我可以坐着等待某件事向我显现，你知道，我不想要等到一个地步，我成了提着袋子流浪的女人，只希望得到一个答案. 你能否从这里 理出任何意义?

(*译注: 原文中并未明确指出 S 是否罹患乳癌.)

我是 Q'uo，我的姊妹，我们觉察你的询问; 并且觉察你此时承受的巨大痛苦与忧伤. 我们十分同情你，因为你与 R 曾共享的爱之经验似乎在此时被切断了，但以更大的生命观点，只是一瞬间的经验即可完成此次的人生，虽然以你的观点 可能需要花费许多年.

我们建议你重新检视你与 R 共享的基本信念，我们觉察当你挚爱的人死去之后，你对很多信念都感到质疑，但我们推荐你重新注视你们共享的信心，生命会继续，一切事情有个目的，不管这件事看起来是多么地荒谬，接着 你开始重建你与 R 共享的态度与理想之地基.

在这个幻象中到处都有苦难与困惑，因为藉由这样的考验，这些基本的原则得以在烈火经验中被焠炼，在每个人的心中升华. 对你自己温柔一些，不要期望太多，每天在你面前放一个目标，更新自己的信心，确信在这个幻象中没有什么是真正的错误; 这里有的是庞大的谜题与拼图，以及困惑与疑虑的经验，每个真理的寻求者都将遭逢这些，并且必须为之挣扎奋斗.

在你的挣扎过程中，我们鼓励你并希望给你安慰，当这个悲痛与忧伤的经验持续之际，我们认为你将产生一种能力去抵挡它们，甚至可以去克服它们.

每个实体必须信赖已选择的命运，并以坚忍不挠的意志强化那信赖，知晓 纵使困惑、忧伤、苦难有它们风光的日子，在这个幻象的某个点 将有个解决方案，于是每个寻求者将找到某个征兆 确信自己真的走在对的途径上.

我们知道在过去这一年，你已经承受大量的剧痛，我们无法充分表达我们内心的同情，因为在你们的幻象中 很少人曾经拥有这种和谐的、充满爱与诚实的关系；而你有幸经验过这种关系，失去他真的是失去很多、很多.

但我们鼓励你，我的姊妹，坚持下去 超越困惑、超越疑虑，以任何你找得到的方式去这么做，去领悟你已经良好地选择一条行旅的路径，虽然在这个时候 它正通过一条深远与幽暗的峡谷.

那纠缠你的只是死亡的阴影，事实上 没有死亡，只有在这个幻象中的生命与经验，它的目的是证实与承认太一造物者之合一，那(合一)甚至经得起最艰困的挑战.

你并不孤单，我的姊妹. 你不只与你的挚爱在心与意中偕同行动，还有一大群光亮的灵魂欢喜于你每一个继续下去的决定，并在你的决心动摇时 给予支持.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

S: 是的. 在做决定方面，我对于要如何找出一个可遵循的标准有困难，似乎我做的每个决定在当下都感觉 OK，但接着又感觉不 OK，感觉不对，我想这是一个坏决定，这决定不管用，这决定不是...

对于我任何的决定，我都不真的感觉有什么灵性上的重要性，除了留在这个星球上，我知道这是正确的事. 我自己感到困惑，有什么最佳的方式去应对这个决策过程?

我是 Q'uo，我的姊妹，我们觉察你的询问；做各项决定是属于这个幻象的伟大经验，使用每个机会去选择光，去选择爱你面前的东西. 我们知道这是困难的，即使在你们所称的[该幻象中]最好的状况下，都是困难的.

当你发现自己心怀巨大的忧伤与困惑，做决定变得更加困难，但随之而来的是收获更大形而上益处的机会.

至于你在此时要如何最佳地做出困难的决定，我们能说的非常少，因为正是这些选择将形成你未来的经验，从而提供最伟大的学习与服务机会.

此时，我们发觉最恰当的建议是从寻求服务与寻求去爱两方面来着手决策过程.

那些你所照顾的实体们，我们看见他们的福祉是你生命中的主要关切，跟你自己的生命旅程同样重要. 寻求在每个机会去选择最充满爱与服务的途径.

我们发觉你早已全心如此尝试，我们重申先前的建议，如果可能的话，请你再一次敞开心房 即使是最小程度的热爱生命，你不只将发现感觉 R 的存在变得容易，同时可以感觉你要走的方向，因为这即是生命之爱的共生关系—你对生命的爱，生命对你的爱— 如此将允许你感觉到你的行动是被引导的，并且是适当的.

我们建议在每天结束之前，在不被打扰的情况下，在心中冥想你的感觉，并观想一条爱的通道正在敞开，感觉你与生命的连结以及各种机会与挑战. 如果能够规律地继续这个冥想练习，你可以再次重建与这个生命的连结感，那曾经因 R 死亡而被切断的连结.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

S: 没有. 非常感谢你，我将工作这些建议.

Carla: 我有一个问题，我想知道某个未实现的期待. 我原本期待如果我们听见 R 的话语，R 会像 Don 死后一般，他会大笑他在生前是如何地严肃看待每件事，并且呈现很好的外观. 但我感觉到一个实体深度地震怒，对于一大堆事情感到很愤怒，特别是必须离开 S. 这是否意味他还没有放下，他还抓得很紧? 到底发生什么事? 一个执着的人格躯壳的呈现? 我完全糊涂了，他是否经验了大量的负面情绪? 我想知道他在哪里，什么样的形态-制造体，中阴身的事情.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们觉察你的询问. 我们与这个器皿(沟通)有些困难，但将尝试一个简短的答覆. 透过你们的器皿讲话之 R 实体，他感觉这是对 S 实体尽最大服务的一个方式，因为 R 实体觉知 S 实体在此时有着巨大的忧伤与苦难，虽然他相当觉察爱的原则、光与合一的原则，他的看法是如果在他离开人世时，他也感觉一股巨大的撕裂与失落感，那么 S 实体将得到更多的安慰.

R 实体此时居住在绿色-光芒体中，一个瀰漫着爱与怜悯与巨大热情之情感的(光)体; 这个实体正忙着精炼在肉身中学到的许多课程，并如米迦勒所言，R 正等待 S 的归来与重聚，R 知晓 S 的人生[以你们的度量]还有许多、许多年，但在 R 享有的幻象中，那只不过是短暂的一刻.

R 实体已经实现其目标，然而如同任何至为正面导向的实体，他但愿能做得更多，从事更多的服务，对于现在不可能实现这些感到忧伤.

然而，这个实体知晓一切都真是好的，并在此时以他自己的方式提供鼓励，也将持续这么做.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 一个后续的问题，他是否跟 Don 在一起?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 我们发现 R 实体与 Don 实体是一大群光之实体的成员，他们在此时以类似 群体意识的方式服务这个星球; 每位成员仍保持个体化的能力与意向，于是以独特的方式表达爱与服务.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有. 谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姊妹，此时 是否有最后的询问?

[没有其他询问]

我是 Q'uo，我们很荣幸提供一些意见给这个寻求的圈子，我们感激能被要求以这个方式服务，我们无法表达我们拥有这样机会的喜悦于万一.

我们感谢你们，朋友们，我们希望今天说的一些话语能够带给每个在场的心一些安慰.

我们提醒每位坚强勇敢的寻求者，这个幻象将测试你存有的每根纤维，同时将经炼你寻求与服务的渴望.

这是该幻象被打造的用途，虽然看起来它是一个漫长与充满折磨的旅程，在你更大的生命幅距中，那只是永恒中一眨眼的瞬间，你将至为感激拥有这个机会去经验这个幻象，当这个机会结束之后，你发现自己位于这个幻象的另一边，为你已获得的欢庆，更多地为你已给予的欢庆；如同 R 实体很清楚的一点，你所带走的爱即是你所制造的爱.

我们是 Q'uo 群体，我们此时在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

Adonai，我的朋友们. Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

译后感言：非常推荐大家看美梦成真(What Dreams May Come)，这部片在许多地方与本文是相通的.

☆ **第 0519 章集：人类、意识与理解之五**

Copyright © 2008 Walt Rogers

科学与丰盛

1959 年，五月 16 日，星期六

我在光中问候各位，我是大角星的 Oxal.

今晚 我想花一些时间对你们讲地球上的某些状态，以及在不久的未来必须更正的地方.

多年以来，强权习惯于扣留科学的发展，只因为它的效应将冲击某些人的投资与股份或经济状况. 我的朋友，你将感到惊愕如果你知道目前被扣留的科学发展有多少; 许多地球上的集团认为任何科学发展都是没有价值的，除非透过他们的组织提供. 某些人在这方面采取的观点非常地狭窄.

我的朋友们，我对你们说，今日所有被扣留的科技发展足以消弭所有的贫穷以及所有的疾病，只要它们以正确的方式用在全体的福祉上. 这些东西不在未来，它们就在此时此地.

有许多真诚的人尝试带出这些新发展，但他们无法做到，因为他们会被残暴地迫害. 我确定你们有些人至少看过某些例子，或者没看过 但有些觉察. 但除非地球人群开始觉醒，并且为自己思考 为自己带来领悟，这些事情才会有所改变.地球上有大量人群陷于睡眠状态中已经太久; 他们被教导允许他人为自己思考，这就是为什么，我们发现你们许多机构都有腐败现象.

朋友们，全人类必须建立手足情谊，每个人方能站上他应得的位置，每一个人都应该尽自己的职责利益全体福祉. 没有空间留给憎恨、贪婪，那么社会上的匮乏、贫穷与疾病都将随之消失.

宇宙法则是公正的，每个人的付出与获得皆为平等的，当人类心中有理解与爱，那么他愿意去赚取自己的进展; 他愿意去工作以获得理解，朋友们，没有一个东西是不花力气可以获得的.

我将我族群的理解与爱献给你们，我是 Oxal.

***

1959 年，六月 2 日，星期二

我存有的挚爱，我在造物的伟大圣灵之光中来到你们面前.

藉由特别许可，我透过这个器皿对你们讲话. 我观察你们一些人的成长，对于你们的进展有很大的兴趣. 我来到你们这里带来一些鼓励的话语. 在你们的集会中，你们一起在爱与理解中成长，你们将发展出一个新的以及更大的理解. 如你所了解，数目中蕴含力量，当那些心性相似的人为了相同的目标聚集在一起，这股力量将快速地倍增.

如果你保持你崇高的意图，目标明确，你的成就将快速地到来，因为当你学习去知晓你自己的存有，你将获致伟大的启发.

我们乐于帮助你们，我们与你同在的时间超过你能了解的程度.

如果你愿意尝试锐化你的觉知，我们对于你有更大的价值.

尝试在全时段觉察所有事物，特别是那些内在的感觉，从内在很深的地方涌现的冲动，这些感觉在你的经验中是重要的；这些庞大的冲动来自内在，它们将导引你走上理解的途径. 觉察你拥有的每个经验，尝试从中汲取知识、智慧与理解.

你们每个人的内在都有力量去采收伟大的寰宇知识，那是你的天赋特权. 我挚爱的朋友，你的内在盛装着宇宙的力量，你只要去宣告它，宣告你与造物主的亲子关系，因为没有人能领受 除非他领悟自己的存有.

知识必须快速地在行星地球上散播，现在光之子已获得理解，在稍后的日子 他们将承担更大的责任. 所以，亲爱的朋友们，祈祷你能够接受这份责任 并以智慧、理解以及对全人类与造物的爱来经营它.

我的平安 我留给你们. 晚安，我深爱的朋友.

***

1959 年，六月 15 日，星期一

你们好，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我是 Hatonn.

随着时间流逝，你们将看见许多改变发生. 每个想要在理解中成长的人需要花许多时间在发展自己的理解上. 清楚地觉察较高意识会引领你进入各种经验与途径，那将带给你理解.

适当的冥想具有最高的重要性，我想花点时间讲这个主题.

首先，将你自己放在一个适合冥想的位置，最佳的冥想应该是以坐姿进行，舒适地坐着，但保持笔直，双脚稳固地放在你的前方，保持身躯与头部直立. 将双手

打开，朝上放在膝部. 允许那些奔驰的思想继续奔驰，不要尝试强迫它们停止，只要把你自己带入一个放松的感觉，让你的心智放松; 不尝试去控制它，接着你将发现这些奔驰的思想随着时间逐渐变慢，越来越慢直到最终的停止. 随着持续的练习，我的朋友，这段时间将越来越短，在适当的时机 你将快速地抵达静止的状态; 在这静止的状态之中 你与造物合一，生命开始对你说话.

在这静止，非常静止的寂静中，所有事物流向你，因为你的心智是敞开的 易于接收到更高的知识.

在这内在的伟大静止中，你与造物主合一，他将许多事传递给你 它们将扩大你的理解.

现在 对于你们某些人而言 要在这个姿势放松似乎是不可能的; 但我对你们说，那是唯一的真实放松.

许多宇宙能量穿过脊椎来到你里头，但除非脊椎是直立的 能量无法流动.

一旦你精通这门艺术，你将惊讶你所能做的事情，你有可能与大自然中的任何东西调频，接着汲取你寻求的资讯.

在前头的日子，你将发现这项成就对你有很大的好处，如果你愿意使用它的话.

现在，我的朋友，我将离开. 愿你们每位，如果你如此渴望，快速地精通这门艺术，并从中收获许多利益. 我的爱与祝福 我给予你们.

Adonai，我的朋友. Adonai vasu borragus.

***

1959 年，七月 12 日，星期日

平安与你们同在，我亲爱的朋友.

虽然我希望我没有在这深夜时分打搅你们—但若你们允许，我想要对你们说一些话.

团体: 我们乐于有你在身边.

谢谢你们.

你们全体都觉察你们星球此时正身处一个伟大改变的过程中，我不想要以更多的预言来烦你们，但今日存在的状态十分重要，我的孩子们，你们都要了解它的意义.

随着即将来临的改变，每个人都需要从内在促成伟大的改变.

很少很少地球人会认真地看待这些事，容我们说，他们沾沾自喜于现况与环境，他们很难了解他们即将面对的事情，但我对你们说，朋友，你们正位于这个时代的末后日子.

许多预言描写的日子即将笼罩你们，朋友们，我以全然的诚心说：每个男人与女人都责无旁贷，必须为这日子做准备．觉察到这些将临改变的你们对于人类同胞有份责任．

不管你是否了解，你有份责任，你对自己有份责任，你对人类同胞有份责任．

一天一天的过去，随着事件的发生，渐渐地 有更多的人变得更有觉知，你对弟兄姐妹与上帝的义务是在人群中播种—刺激思考的种子；促使人们迸发渴望知晓真理的火光．这是你的责任与机会，细心地观察与觉察这些机会，因为这么做，你不只从事服务，你还为自己累积宝藏，同时偿还一些债务，我说得清楚吗？

团体：清楚．

我的朋友，挚爱的朋友啊，你们活在一个如此伟大的时期，有如此伟大的机会去服务；而你们却很少、非常少去了解这点．

这些机会并不常来，善用这些优势，喔 地球的朋友们，如果地球人类只要知道一点点手足之爱的涵义—将会造成巨大的不同．．啊是的… 啊 是的．

地球人几乎不知道其他存有为他们做了什么—不知道较高领域的存有为了人类做了怎样的牺牲．

挚爱的孩子们，让伟大太一的平安沉入你的心中．

永远感激伟大太一给你的祝福，透过这个感激将有伟大的平安与知晓来临；因为

如果我们为生命中的小事感激，不可避免地 将有更伟大的事物来到.

让无限太一的伟大平安与爱充满你的心，如此地饱满以致于没有空间容纳憎恨、仇恨、妒忌等等，因为这些东西无法存在于居住着爱与平安的地方.

我对于你们全体很感兴趣，我曾多次、多次与你们同在，并观察着. 我对你们的爱是大的. 愿你们对于大师们与造物主的爱越来越大，愿你们在他的平安与爱中成长时 越来越明亮.

挚爱的孩子们，我离开你们，我走了.

大师们的牺牲

1959 年，七月 13 日，星期一

你们好，亲爱的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我是 Hatonn.

你们大量地思索人类的意识，以你们目前的理解水平，你们不可能理解人类意识的全部. 但随着人类恒常地向前移动，延着进化的螺旋向上成长，他将越来越觉察自己的意识; 他的意识将恒常地扩展.

人类能够延伸其意识横跨宇宙广大的区域，并遭遇以往认为不可能的经验.

亲爱的朋友，此时重要的是去尽最大可能去使用你所拥有的东西.

今天就使用你的知识与智慧，恭敬地使用它，以神圣的方式使用它.

一旦人类真正踏出这一步，将这一步置于一切之上，那么他将在既定的方向上快速地移动. 这并不是毫无努力与牺牲就可达成的，必须牺牲许多舒适以获得这个知识.

伟大的大师们做出这些牺牲已达成这个目标，他们继续地牺牲.

你可了解大师们今日为了地球一直工作着，他们做出伟大的牺牲; 他们放弃伟大的平安与舒适，离开家乡与朋友，历经许多不舒服与牺牲的过程，但他们没有抱怨，他们也不认为这些牺牲是牺牲，他们对于人类的大爱激励着他们，因为他们渴望看见地球人类的提升，能够脱离他所居住的恶臭环境.

地球人类很少了解到这些大师们的牺牲，有多少地球人愿意离开自己舒适的家，在贫民窟当中工作，并且居住在肮脏的环境中?

一旦你熟悉较高次元平面的生活，接着返回到行星地球现在的环境，你就是在做完全一样的事情.

这些大师完全凭藉自己的选择来到这里如同志工一般，他们没有被要求来这里; 他们没有被告知来这里，经由他们对人类的大爱，做出他们的选择.

挚爱的朋友们，我将祝福与爱环绕你们每一位，我离开你们.

我是 Hatonn.

***

1959 年，七月 25 日，星期六

我亲爱的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我是 Hatonn.

挚爱的朋友，我们今晚在此建立一个光的场域环绕着你们，这光是整体宇宙能量，它将带给你们每位一种健康的幸福感，只要你们每位敞开心胸与心智，观想这股伟大的能量，将它带入你的存有 导引它穿越你的每个细胞、每根纤维，导引它进入你的血液-系统 允许它流动; 你能够接收到大量的[肉体上与心理上的]好处.

在我讲说的过程中，这个场域将维持不变，所以尽量地使用它吧.

一般而言，地球人类之间有个大哉问: 为什么人类在这里，人类可能成为什么样子. 有些人大量地思考这些问题，而其他人轻轻地略过; 但迟早，人类必须领悟他是谁，为什么他在这里，以及生命的原因.

人类迟早必须领悟他就是太一伟大存有意识的一个延伸(子集合); 这个子集合披上个体性的外衣，并且持续地表达、经验，跟随一条途径; 穿越一个又一个再一个的经验; 最终返回到他的源头，这条路可以是短的，也可以很长，端看每个人的作为.

当人类行旅穿越时间的长廊，他很快学到那些落在他肩膀上的责任; 它的重量变

得越来越沉重，他也下沉地越来越深，直到他终于领悟他必须面对生命，必须面对他的责任; 他必须学习与生命同行. 地球人类正处于这样一个关键点，他必须学习面对肩头上的责任—对于造物主与人类同胞的责任.

他必须学习他不只为自己而活，他的弟兄姊妹也是他的责任. 当有足够多人有这样的领悟，情况将开始改变，人类的负担将减轻; 他将在自己里边找到伟大的平安 那是他已经未曾知晓的. 他将看见所有生命披上新的外观.

如果一个人获取大量的财富，但内在没有平安，他什么也没有.

人类不能在物质中找到平安; 他只有在与造物主以及周遭环境和平相处时，才找得到平安; 不管你在哪里 你都能找到平安.

当足够的地球人为自己找到平安，并且联合他们的努力，地球将成为一颗新的行星; 它将能够加入这个星系的兄弟会，生命将开展一个全新的阶段.

挚爱的朋友，我希望你们每位都善用今晚的能量，愿你们每位都从这股来自源头的伟大能量接收到许多益处. 现在 我必须离开你们.

我的爱与祝福 我留给你们. 我是 Hatonn.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0520 章集：接纳 (上)

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1990 年九月 9 日

小组问题: 今天傍晚的问题是关于接纳，以及在困难局面中 如何平衡一个人的责任. 我们有能力去行动、反应、思考、分析与回应，最终，如果一个人发现怎么做都没有用，似乎接纳这个情况是必须的.

在一个难局中 我们需要努力改善现况 以帮助自己与他人，同时也需要去接纳现况，我们如何平衡这两种需要?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在无限造物者的爱与光中向你们每位致意. 我们至为高兴再次与你们分享我们的思想，并且接受你们的冥想. 我们使用一些词汇如荣誉、荣幸与感激，描述我们对这个机会的心情，看起来我们似乎礼貌或客套; 实际上 我们并非客套也不是有礼貌，我们此时与你们人群同在就是为了这个目标.

我们与颜色的工作在这个时期结束，如你所知，我们已经在 Latwii 的同意下 成为一个原则; Latwii 已经脱离研究你们的颜色复合体之工作，为了能够协助忧伤的弟兄姊妹，你们知晓为 Ra(的群体).

在这个特殊的空间/时间中，我们只有一个希望，那就是服务; 我们在服务他人的同时也加速我们的灵性发展的步伐，所以 这并非单边的服务，我们并没有俯身对你们说话，因为你们是我们的平辈，事实上 你们是我们，而我们即是你们.

其他的都是幻象，因为一切都是爱.

你们今晚提出的问题 表面上似乎是一个挑战，如何面对不可能获致满意结果的事情. 当一个实体无法接受某件事，这个不可接受通常不是肤浅的，也与琐碎、世俗的事物无关.

通常，一个人不管为了什么原因无法接受某些关系，这些关系都是学习催化剂的重要部分，是你在投胎前就已经设计好的; 这些关系是你想要工作的功课.

在投胎前，你拥有无罩纱的知识，于是你为自己设计这些功课; 目前在地球上，几乎所有人都有足够能力在中阴期间为自己的来世安排催化剂. 因此，那些你觉得无法接受的事物都是你的计画，为了你灵性工作的目的而设立.

有些时候，一段强烈不合的关系是源自于双方在过去世尚未解决的问题.

无论如何，在这个时候，业力(karma)只是关系不合的其中一个原因而已.

一个十分重要的原因是人们渴望从这个密度毕业，看到自己缺乏一个特殊方式去爱，于是跟一些没有业力关系的实体们达成协议，为了进一步工作自己去爱的能力，好让该实体可以毕业，前往下一个密度学习更和谐与不同的课程.

每个人都需要在这些关系中学习同样的爱的功课，我们相信在你们的问题中，这个关键字就是"接纳".

当你处于一段难以接受的关系，我们建议你想起对方与你都是纯粹与美丽的灵魂，而那个人无惧地、大胆地、勇敢地做出这些协议，愿意走这条充满严酷考验的路径—不被理解，也不被爱.

当你面对一个无法接受的人，我们建议你立刻退后一些，沉思灵性进化的过程，每个事件都是一齣戏，任何你想演出的戏码.

所以，最好把理性放一边，去领悟这个你无法接受的人对你是重要的，重点不是去找到解答，因为这些在投胎前达成的协议通常是因为双方都有很深、很深的偏见要给对方催化剂.

如果这是业力关系，单纯地行使宽恕，课程就结束了. 大多数接近毕业的人们多半超越这课程，或至少只有很少的业力困难.

那么，你可以做什么？如同该器皿喜欢引用的句子: “在这样的状况，爱在哪里?”

虽然这是个简单的答案，却很难清晰地表达.

我们可以向你保证，不管一段关系是多么乏味或忧伤，你拥有大量的筹码去迎接这相当重要的挑战.

在这个圈子的每个人都是流浪者，你们都希望去帮助他人.

由于第三密度的许多机会，想要服务的实体通常也想要越来越透明，以传递无限造物者的爱与光; 当然，这就意味着有能力去接受不可接受的存有，去爱那不可

爱的存有. 你来到这里并不是为了学习如何被爱，你来到这个特殊的星球是为了去爱.

让我们退后一点，检视在你们幻象中，人们沟通的方式. 在你们的幻象中，事物是有限的. 你们人群中最高的沟通形式为言语，一个最难以获得理解的方式，因为即使是最聪明、最专注的沟通者还是会使用那些对自己比较有力量的话语，但对于其他自我不见得有相同的力量. 结果是，在逻辑、显意识水平上的沟通几乎注定是极端地困难，但并非不可能.

这听起来像不像是你会给自己的一个挑战?

我们以前曾说过镜子(比喻)，当有一段无法接受的关系产生，有一部分的爱的功课是了解到这个你不接受的实体就是你自己，并不是因为你们两个之间有什么独特的东西，而是因为我们都是一体.

当双方把自己放到一个艰难的关系中，人类自然的反应是尝试沟通或避免它; 避免处理这段关系就是转身背对 你给予自己的挑战.

我们补充说明，把这个挑战看得太严重将使你的心蒙上阴影.

如果你还无法记得自己为什么要选择这段关系，看入那肉体载具中蕴含的爱，在信赖与信心中去看见.

如此，当你每次看见一个难以接受的实体，你可以对自己说: “我来到这里为了去爱与服务，我不必然要被爱，我不必然要被理解，我不必然要被安慰. 因为所有

这些资源都在我里边.”

当一个人说出“无法接受某个人”，这个人就正在评断自我与其他自我，这个念头本身就是有伤害的. 如果可能的话，集中心思对自己说“我在此为了服务，我在此为了去爱，我在此为了宽恕与疗愈.”—透过交托小我，这些事情都是可能的.如果你能花几秒记得你是谁; 如果你每当发现自己心里说“这是不可接受的”立刻更正自己; 那么你十分有可能大大地进步.

你的进步并不依赖其他人的进步，你的角色就只是学习如何去爱，无条件地爱. 在关系中，最好轻轻地走在你的思想路线上，避免指责你自己或其他人，认知到你们双方尚未学习到你们是谁，以及你们要往哪里去.

在第三密度中，学习的环境只有十分黯淡的灯光，一个人必须在一个通常相当负面的环境下 凭藉盲目的信心做出选择. 你是你的境遇吗? 你是你的关系吗? 或者你是共同-造物者?

现在，我们将以两种方式 回答处理这种状况的脚踏实地[*原谅我们的双关语]的工具.

(*译注: 原文为 down to earth，请读者自行体会这其中的趣味.)

首先，有必要看见对于这个反应的责任并不是那个催化剂，那催化剂没有过错，只是一个状态; 指出你尚未能够看待其他自我为完整与完美的.

你来到这里为了要转移与改变这个态度、偏见.

对于一个没有恐惧，只想去服务与爱的人而言，任何事物都是可接受的，因为每个实体都是造物者，或以这个器皿的信仰变貌来说，每个实体都是基督.

你们所有人都是潜在的基督存有.

关键在于你要如何在这条通往无条件之爱的路上前行.

第二个方式: 我们建议你思考这个状况，凝视你自我的内在，先尝试与自我沟通，而非其他人，因为表面上庞大的困难，其根源往往就在你的里内，你的内在还保有一些控制的渴望，保护自己的渴望，好让你不用了解 当你看到他人的过失 其实都只是你自我的一个镜像.

你已经学到的东西成为人类喜剧的一部份，让我们轻松愉快地说，你们的人生目标不只是去服务与爱，还包括看到越来越多的生命，欣赏各种经验，最终 在人类经验的所有面向中找到欢乐.

人类同胞们每天吸入无限造物者的无尽的爱与光，却没有任何外在的知识或证据去知晓这件事.

所以将这面镜子清楚地转向你自己，在你心中释放那些难以忍受的人们，在你自己的沉思、祈祷、与冥想中工作自己，因为你唯一能够造成内在改变的实体就只有你自己.

需要恩典或单纯的信心，才能使一个人脱离对抗与轻率沟通的诱惑.

最好记得一个人总是一个仆人，你是人类群体中一个谦卑与充满爱心的仆人.

因此，当你开始觉得另一个人差劲，找到一个方式打破既有模式，你会评判他人单纯的原因是你在相同的领域也有工作要做，因此你觉得不舒服.

你过去已经知道这将不是一个舒适的人生; 你已经预期这一生的工作将会十分艰难: 交托所有控制的渴望，以及不管是否获得回报 都付出爱; 不管有没有人理解你，都去理解他人.

这些工作在你服务的道路上具有最高的地位.

你为你自己做的事即是你给自己的礼物. 珍惜它，诚实面对它，感谢它.

当你身处困难的处境中，觉得无力解决，如果需要的话，暂时离开这个局面，直到你能够再次获得属于无限的眼界.

你并没有敌人与朋友，那些都是幻象. 在真理中，你的确爱所有生命，如同你爱自己一般; 如果你不爱某个人，你必须看入你的内在，找出你烦乱的原因，不能接纳的原因.

所有生命都是一个存在，那么你如何能憎恨或无法接纳你自己的意识?

这么做等于是在你灵性进化的旅程上踩煞车.

在这个主题上，我们并不建议你们变得严肃拘谨.

出状况的时候，或许最有效的工具就是一些幽默感，帮助你更快地移动.

如果你对于人类的状况有一股纯正的深刻幽默感，那么，当一个人越是令人难以忍受你就发现越多无法想像的有趣人类喜剧正在上演.

你不是你的身体，你也不是你的智力，你持续工作以敞开你的心.

我们并不建议你拥抱仆人身分甚至到了自我-毁灭的地步，除非你感觉这是你应该走的途径.

事实上，你想要做的 是认清与接受此生的目的 不是快乐或满足，而是服务他人(众生)，以及为你自己学习如何无条件地去爱.

当你努力再努力，却没有达到预期的成果，我们请求你不要气馁. 长期的关系因为彼此不接纳而使彼此受苦，你通常需要同等漫长的时间来解开这些纠结.我们了解 一如往常，我们讲太久了.*

(*译者: 读者可参考 Q'uo 的原文讲稿，当有更深刻的体会..)

我们正充满热情地打算推进到更深入的探讨，但我们感觉我们的时间用完了，这个器皿想要我们说再见，我们将遵照办理. 我们感谢这个器皿讲述一个她讨厌去传达的主题，因为她自己也是发问者之一.

我们希望我们提供的一些工具能为你所用，帮助你在爱与接纳中进入和谐状态，允许所有实体都做他真实的自己，当然 也包括你自己.

你无法强迫一朵花浮出地面，你必须等待、滋润、喂养与灌溉它；让阳光照耀它，然后将所有功劳、光荣与赞美献给造物主，是他造就这开花过程.

你们皆是那无可衡量的丰富财宝的管家. 你们的胎记即是无法节制的喜悦，以及对全体压倒性的爱.

我们祈祷、希望，并且有信心 每个人在工作自己的催化剂过程，都可以找到这个胎记.

无论如何，如果我们的话语没有帮助，没有说到你个人与主观的真理，那么我们总是请求你忽视这些话语.

此时 我们转移通讯到 Jim 那儿，我是 Q'uo.

(Jim 传讯)

(译注：由于这几段问答主要是 Carla 老师询问 Q'uo 与 Emmanuel，Aaron 高灵合作的细节，同时收音品质不佳，故译者决定省略，有心人可直接上 L/L Research 网站阅读原文.)
[停顿]

我是 Q'uo，我们观察到问题过程的止息，以及团体能量的减弱. 我们感激这个寻

求圈中每个成员的专注，因为每个实体的专心加总起来 可以提供器皿一股恒常额度的能量，我们总是很高兴与这个团体共同工作，因为这里汇聚的专注、兴趣与渴望都相当高昂，并且相当稳定.

在此时，我们将离开这个团体，以你们的说法，期待于未来再度与你们相聚.一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开每位. 我们是你们知晓的

Q'uo 群体. Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0521 章集：接纳（下）**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1990 年九月 16 日

小组问题: 今天傍晚的问题延续上周的问题，关于如何面对一个完全令人无法接受的人或情况，即使你已经做了所有该做的事.
一个人如何平衡 可能的作为 与 接受现况?

Q'uo 在上次似乎有更多的资讯没讲完，我们这次想要这些资讯.

最后，如果您有时间，可否给我们一点 Q'uo 形成的资讯? 你们是如何办到的?一份 Latwii 加一份 Ra，搅拌一下，在 350 度高温下烘培，等冷却之后上桌，还是

怎样?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

为了她* 我们奉献服务.

(*译注:有时 Q'uo 会把代表造物者的 Him 改成 Her，据说是 Carla 的偏好)

获得请求加入你们这个傍晚的冥想真是我们的荣幸与荣耀，我们欢喜你们要求我们继续进一步讲述无法接受这个概念.

一如往常，我们请求所有读者记得我们并非绝无谬误，请求您用心辨别.
每个实体都知道他自己的真理，将不适合的部分丢到后面，因为我们不要成为你通往太一的旅途上的绊脚石.

我们继续讲述该主题: 接纳那无法接受的(人事物)，宽恕那无可宽恕的(人事物).

我们已经一般性地谈论这个主题，所以我们想要针对这个问题的一个面向来讲述，我们很高兴有更多时间来讨论它.

你们每个人都相当清楚那些在远方的东西看起来很小; 相对地 近在眼前的东西变成庞然大物.

许多人称这个现象为比例感，在理性观察上，这是一把有帮助的钥匙.

在不使用理性的场合，这种比例感或距离感持续是一个优秀的工具，帮助心—真实与深沉心智—可以学习 由无法接受与无可宽恕的人、事、物呈现的课程.

我们早已说过爱，现在我们讲述那超越理解的自由意志，即是智能无限的第一变貌；没有它，幻象物质无法被创造；没有它，不会有次元或时间幻象；

没有自由意志，将只有未知与不可知的爱存在，也就是说，那精华，爱的理则—即 造物主.

正如爱是无条件、完整与纯粹的，自由意志则是绝对地无可预测.

因此，每一个子子理则—你们每一位—选择进入加速灵性成长的道路，你们面对的是一个感受敏锐的心智，它与身体、理智、情感的需求坚固地连结在一起.

你们所做的许多、许多选择并未奠基在灵性原则之上，因为你们的生命经验偶尔移动地太快速，使得一个实体对于正在发生的事情缺乏一种比例感；这与自由意志的原则紧密相关. 没有两个实体是相似的，也没有一个实体终其一生会维持原来的样子. 肉身状态是一股恒常的起伏流动、学习、失去 以及机会.

自由意志如同一阵风，在所有实体当中到处吹拂，无可避免地，那些计画在一辈子中尽可能学习大量课程的实体们将安排一些严重与重大的挑战，好让自己理解或掌握无条件爱之原则.

一个实体如果想要做到这点，它必须找到那与自由意志交织在一起的东西，并且与之共同工作，直到你至少可以暂时地解开爱与自由意志缠绕的双绞线.

当你看见、知晓、并信赖爱的绝对性，理智得以更轻松地歇息，心性得以觉察到正真实的智能，以及负起责任面对艰难关系的挑战，接着 不可能(解决)的情境开始从外观上改变与蜕变.

我们[隶属于服务无限太一之星球联邦]经常讲述人格修炼的必要性.关于这点，我们并非意指控制、压制或压抑任何真实的感觉，真实的想法，或任何你感觉恰当的行动.

当一个人的关切主要还停留在世俗的、没有灵性意义的事情上，他无法做出这个选择(--人格修炼).

事实上，所有事物都充满着灵性教导，所有造物都对你唱颂爱之歌. 但唯有已修炼之人格获得洞察力了解运用理智的价值 以及 心性的无限智慧具有更远为广大的价值.

因此，当充满挑战的状况发生，一个将生命坚实地建立在信心之上的实体将不惧怕 无可宽恕的存在，也不惧怕 无法接受的存在; 事实上 也无须做出反应，除非他打从心里感觉可以在灵性上协助那个(令人)无法接受的实体.

于是，你唯一的责任是去爱，你在这此没有一个自由意志的责任，因为自由意志不会原谅，爱才会原谅.

对于困难或无法忍受的情境或实体，你单纯地送出爱，使用你的理智能力去找出这个无法忍受的状况之起因，凝视这个情况，并非以解决事情的眼睛去看，而是以理解(谅解)的眼睛去看这个无法忍受的状态或实体，当这个过程完成后，原谅这个状态，原谅你自己，接着毫无畏惧地凝视这个情况或实体，因为在这个机会中蕴含爱与服务.

以上是一段简单并且表面上相当流利的摘要，但它并未考虑在你们幻象中 要做到这些事情有多么地困难.

所以 接着我们要讲述你们幻象的一个面向，对于幻象绝对必要的东西，但这个东西几乎使得所有的实体为之困惑.

如果你知晓风，你便知晓自由意志. 风移到这里，风移到那里，它带来雨 对你们的地球而言 是一个恩泽.

风带来暴风雨，摧毁你们地球上的生命. 风儿可以是柔软的清风，在夏季的夜晚碰触爱人们的脸颊; 风儿可以挟带狂暴的雪使那些挑战它的实体们目盲.

简短地说，风是一股无法被影响的影响力.

就形而上意义而言，吹拂你，在你四周移动的风，在你无法觉察的水平上，它即是自由意志，它不能被预测.

它无法被完整地理解，然而它是所有实体的相同经验.

形而上世界的东西比风更加微妙，自由意志的效应也是如此.

自由意志在你的能量网络中设置一些情境，使你在面对另一个人的自由意志带来的爱的挑战时，变得敞开与容易受伤.

所以并不是你发觉自己无法接受另一个人，或者另一个东西是无法接受的. 你们都有相同的本质，但你并没有昨天的自由意志，到了明天 它将再度转移; 对于其他实体 情况也是如此.

属于你的自由意志部分，而非你最深沉的自我，产生评判--好比"无法接受"、"无可宽恕"等.

透过人格的修炼，一个人在心中释放这些评判，自由地选择一条服务的道路，爱即相随; 于是对于那个处于极度苦恼，只为了做出不合宜的行动 成为造成你痛苦的催化剂之实体，你的本能是传送爱给他.

在这个痛苦的催化剂当中 你得以看见另一个人的自由意志选择，自我由于扭曲的理解做出的选择.

结论是，所有评判他人的陈述都不是由心发出，而是凭藉理性与未修炼的自由意志，因为心不会评判. 心只会接纳，允许自我做自己，也让其他-自我做自己.

在属于基督信仰的灵性变貌中，风经常被用来比喻圣灵.

所有事物都是神圣的，如果每个成员都能接受，我们将使用"保慰者"(Comforter)

这个称谓. 圣灵之风所承载的东西是活生生的，基督意识的圣灵是鲜活的，它对今日世界述说着“平安、平安、宽恕、安慰、赦免，先从你自己开始.”

保慰者给予的安慰并不比过去耶稣-基督给的更多.

这个实体给予治疗，自由地将力气给予弱者，将视力给予外在的瞎子以及内在的瞎子; 将气力给予跛行者的双脚. 但这个实体可曾要求被理解?

在你们的经验中，是否有任何你认为伟大或睿智的实体曾要求你去理解她/他?

似乎不大可能，因为对于那些以心生活的实体们 这一点也不重要.

他们不需要被理解，于是他们也不试图被理解. 圣灵并不尝试被理解，在他的理解中自有安慰，你们的安慰也是在理解当中.

退后、退后，退到时间的开端，退到造物的真实开端，你们在你们的环境出现之前就被创造.

你们是光，造物主的主动原则，我们用这个称谓是中肯的，当我们使用”原则”这个称谓，我们希望你们理解它的意义.

就最深邃的知觉而言，你们即是造物者，同时套叠着层层的变貌，因为你们的幻象以及你自己在其中的偏见，你们或多或少是造物者的一个变貌.

于是，你开始将灵性之风的不可预测性与神圣指引带入内在，不带恐惧地 你能

够凭着感觉移动，能够学习你觉得需要学的东西.

一点一滴地，透过锻鍊自由意志，它逐渐臣服于冥想、沉思与经验；你将这股风带入内在，那是最完美自由意志的自律之风，它愿意去寻求、知晓、并成为那流过全体之爱的透明展示品.

自由意志在原生与未驯服的状态几乎就与真正的意志之自由相反，这种意志属于一个经过修炼得以自由选择的实体.

心的智慧充满着你生命的蓝图，被逻辑与自由意志统治的显意识心智绝不能达成这点.

从头脑移动到心胸，同时保持理智的概念，就解剖学而论是不合理的，但这是我们为了描述该深邃之爱能找到的最佳字汇，当你接纳内在之风，你将找到这深邃之爱与安全，因为你是圣灵.

当你将自由意志贡献给你已为自己设计的蓝图，你成为自由的，并且在你的行动中活跃自如.

在这个觉知中，没有任何东西是不可接受、不可原谅的，只看见未驯服自由意志带来的这个或那个爱的变貌. 如果你凝视另一个人，发现不可接受的地方，了解到那是一面镜子，让你知晓内在的某处需要被宽恕.

因为 如果你评判他人，你尚未宽恕自己.

如果你完全地宽恕自我，你绝对没有需要去评判，因为你没有恐惧，也无须捍卫什么东西.

你以最自然的方式想像自己，拥有一个脑袋与脊椎，两个手臂，两只脚，以及必要数量的器官与手指、脚指.

当你凝视着你的肉体载具，你无法理解你自己.

当你看待自己为肉体载具，或者 看待自己为灵魂，这两者的差异在于前者随风飘荡，后者则成为良善的风 总是吹动爱的气息，敞开、无惧、易受伤，不害怕.

良善之风即是你的本质自我，它是谦卑的、毫不评判、完全无惧、完全自由，完全愿意去倾听，去理解与爱那些在幻象中饱受折磨的心灵.

如果你寻求透过评判与各种保护尝试使你自己在肌肉与骨头的牢笼中更加舒适，你只会伤害他人，也受到他人的伤害，你无法飞翔，无法翱翔天际.

当你找到内在的纯粹之爱，你不受侷限，你不是有限的存在，你已经找到你自己的永恒. 在这永恒之中，当下此刻之风提供所有的课程.

如果你能够让你的爱自由地骑乘灵性之风，你将一直跟随你曾为成长设计的蓝图.

在这个(第三)密度当中，你们决定周遭所有实体的特质，以及你自己的特质，伴随这个理解，你选择如何去服务那创造一切万有的奥秘.

你想要透过评判与清楚表达自己的观点，将双脚固着在泥土中?

或者 你选择乘着灵性之风翱翔，不评判自己与他人，而请求、再请求，寻求并希望成为爱，成为真理的管道，在无限之中分享，好让你的光成为关键催化剂，将被囚禁的其他人解放出来?

我们对于谈论太久感到抱歉*，但我们相信这样可以深化我们在前次集会中提供的理解.

(*注: 本译文删减 Q'uo 原文讲稿的几个段落，有心人请参考英文讲稿.)

刚才有个关于我们的问题，我们感觉可以相当快速地回答，我们将简短地述说这个问题以结束这个器皿的通讯.

我们是一个社会记忆复合体，我们选择的老师是第六密度的 Ra 社会记忆复合体. 我们跟你们一样尊敬这个复合体.

我们早已与这个团体有十分和谐的接触.

已经发生的事(与 Q'uo 通讯)，虽然总是可能的，却是罕见的，因为一个传讯实体通常不能接收某个密度与另一个密度[同时是它过去已放手的]之资讯.

我们的老师，Ra 群体，很高兴这个团体避免继续尝试接触一个实体，它的通讯能力严重地受限于对和谐之需求 [不常在你们的密度看见这样的和谐].

这些 Ra 实体很感激这个管道完全的心甘情愿，以及这个小组以这样一个方式服务，都位于每个实体此生的蓝图范围之内；虽然这意味着每个实体的牺牲.

当每个实体经历最严重的超心灵致意之后 仍然存活并以同样的程度继续奉献，即使在一位挚爱的伙伴表面上中止生命之后，也没有受挫. Ra 群体感觉与这个小组通讯仍然适当，只要这个实体能够以稳定的方式承载讯息；于是你们知晓的 Ra 向我们建议一个不凡的荣耀，那就是在社会记忆复合体的水平上分享，分享我们老师的智慧与悲悯.

这个计画与一的法则传讯(系列)是分离与分开的. 我们 Latwii 群体透过这个器皿说话，依循一般的显意识通讯方式，测量该团体的稳定度回馈、该器皿的纯粹度与稳定度，于是我们知道可以分享什么而不会伤害该器皿，以及什么(讯息)会使该器皿牺牲太多自己才能带入人间.

所以我们同时是 Latwii 与 Ra；或者你可以这样思考：我们 Latwii 恒常地教导 并且比大多数的老师与学生处于一个更为靠近的配置；或者你可以把我们看作一个融合的原则，因我们都服务太一造物者，我们都在同样的途径，并且具有越来越多 Ra 的特质；当较低觉知与更高真理与灵性原则紧密关联时 它总是不断地受到祝福.

同样地，这个器皿曾有过成为 Ra 群体一部份的经验，因为它曾花费许多小时陪伴着 Ra 群体；当我们社会记忆复合体为 Ra 讲话时，Ra 照看着它.

对于这个发生的事件*，我们唯有感谢造物主，感谢他的认可，以及我们能够执行这个服务，我们为这个机会全心感谢你们.

(*译注: Hatonn 在稍后亦加入 Q'uo 原则，详情请参考爱与光第一集—“与 Q'uo 对话”)

我们此时将透过 Jim 实体结束这次会议.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次透过这个器皿于爱与光中向各位致意.

我们了解我们已经讲太久了[以你们的说法]，但我们想要在此时尝试讲述在场各位还存有的问题. 此时是否有任何询问?

K: 你刚才提到这个事件的认可，我假设是指 Latwii 与 Ra 两个群体的联合计画--这个认可是什么东西?

我是 Q'uo，这个认可不只属于各个社会记忆复合体，还属于在位与服务的议会，你们会称为这个特殊星球的守护者，那些实体监督星际联邦服务这个星球之尝试. 这个议会，集会议会，你们知晓为九(the Nine)，或土星议会.

是否有另一个询问，我的姐妹?

K: 我假设理解你刚才谈论的东西，那么一的法则传讯也必须被带到这个议会面前通过认可，还有所有这些社会记忆复合体透过发声管道提供服务时，这些计画都需要议会的认可?

我是 Q'uo，这是正确的，我的姐妹，如你所知，这个特殊星球有一层所谓的隔离，因为先前 我们星际联邦的成员努力想要服务这个星球的各个群体导致的结果，这些成员虽然用意十分良好，然而在执行服务的过程中犯了各种错误，从而冒犯地球上某些群体的自由意志.

因此，现在 星际联邦与地球人群之间的通讯都被仔细小心地守护着.

是否有另一个询问，我的姐妹?

K: 我假定流浪者也必须个别在议会前面寻求认可?

我是 Q'uo，这也是正确的，我的姐妹，因为每个从别的地方[容我们说]来到这个星球服务的实体都有可能显着地影响这个星球. 每个流浪者的服务的效应必须被仔细地测量，好让提供的服务做为资讯点的催化剂，而不会冒犯(自由意志).

是否有进一步的询问，我的姐妹?

K: 流浪者来此服务之前 心中是否有特定的计画，或者只是以一般的方式来这里协助意识提升的收割过程?

我是 Q'uo，每个流浪者都有不同的服务要提供，首先是临在，流浪者属于一个比较光亮的振动品质，于是无须任何行动即可藉由本身的临在照亮这个星球振动.

第二层服务是你所称的特定形式，每个实体投胎进入地球时都会将自己的才能与本领带进来，接着以一种更为特定与聚焦的方式去运作，容我们说，就好比外科

医生的手术刀.

第三层服务的特质比较个人化，因为该实体也趁着这个机会不只服务他人，也寻求平衡或调和自身存有的某些部份，如同所有人际关系的互动都提供一个服务的催化剂，这也是可贵的，虽然这里头有一点个人的因素.

是否有进一步的询问，我的姐妹?

K: 没有了，非常感谢.

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的姐妹. 是否有其他询问?

(译注: 以下几段问答主要是 Carla 老师询问 Q'uo 与 Emmanuel，Aaron 高灵合作的细节，与主题关系不大，故译者决定省略，有心人可直接上 L/L Research 网站阅读原文.)

我是 Q'uo，我们再次感谢在座各位给予这个机会，让我们的振动与你们的调和，并且述说每个实体心中对真理的渴望. 我们希望这些资讯对读者有一些利益.

无论如何，我们主要怀着自由与喜乐分享，我们乐于在你们的学习与服务道路上与你们一起走几步路.

对我们来说 这是一段蒙福与珍贵的时光，我们再怎么感谢你们也不为过.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体，在此时，我们将离开这个团体.

一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开每位.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 06 辑

☆ 第 0601 章集：人类、意识与理解之六

Copyright © 2008 Walt Rogers

1959 年，八月 1 日，星期六

我锺爱的孩子们，平安与你们同在.

在你们所有人的心中升起许多问题，要理解比你们更先进的存在平面是困难的，但让我们向你保证，你们每个人藉着遵循你的指引，内在的驱策，你们将找到自己的途径并实践你们的命运.

我们很想要与地球人群分享许多的科学成果，然而 地球人群，特别是那些掌权的人们，尚未抵达一个成熟的阶段以善用科技利益人群，反而是用于自私的利益上. 我们可以举一个例子，地球上的一些强权错误地使用力量，你们的军事势力使用特定个人的神圣天赋去获取资讯，应用这些力量去获取自身的好处.

如果其他特定的能量与科学知识被他们知道，他们会以同样的方法使用它.

你们的科学家正发现越来越多宇宙的力量，以及你们称为的超心灵(psychic)力量，你们人类应该怀着敬意去使用这些力量，并且为了全人类利益而使用.

所有地球人在他的里内都有追求灵性知识的渴望，问题在于如何触发它，点燃这个火焰，让它在人的内心中燃烧，驱策他向前.

许多地球人已经拥有服务的伟大机会，在许多例子中，他们在短时间内服务良好，然后 他们的弱点击败他们自己，他们无法克服诱惑，他们不够强壮，无法说“撒旦，退到我的后边去” 这样的话. 或许你的机会即将来到，但持守耐心，我的朋友，耐心地准备，因为将需要强壮的灵魂以战胜难关.

当弟子准备好了，老师就会出现. 继续你的准备，因为你不知道何时被呼叫，我没有权炳去说出这时机，但该时机多少取决于个人.

因此，让我们每个人每天都准备自己，为了服务的伟大机会，当那时机来临，让我们每个人都以最充分的能力去服务; 同时在爱、谦逊与理解中去服务.

在爱中 我离开你们.

***

1959 年，八月 10 日，星期一

平安总与你们同在.

亲爱的朋友，当两个或更多人以我的名字聚集，我就在他们当中.

如果不是这样，我不会这么说.

锺爱的孩子们，增多你的光，好让它得以向前发光，照耀你们黑暗的世界，在这

个时分需要大量的光.

再也没有比建造你自己的光 可以给予你的同胞更大的服务了，使用它来照亮你周遭的人们. 你无须在神殿中传讲你的真理，或在屋顶上大声呼喊，非也，不是这样的，因为活出法则的人自然会吸引那些寻求知晓的人们.

不要将你的珍珠丢到猪只的前面，不，但让你的光如此闪耀，充满你所接触的人们的生活; 这样的人将成为神殿，将真理带给地球人，而不是那些人工建造的神殿[为了把人们带往主事者想要传播的东西而造].

地球人与真理隔绝的时间已经够久了，现在他将有机会知晓真理，那些以我之名虚假教导的人们有祸了! 他们的业力将是大的.

在威严太一的眼中，石头打造的巨大神殿不是必须的，他的真理在人类的心中揭晓.

汝等要彼此相爱，因为当你这么做 你正在活出法则.

抛开琐碎的抱怨，让伟大与闪耀太一的爱充满你的心.

不要谴责你既有的东西，而要祝福它 并使用它以光荣真理，因为当汝等已找到天国，所有这些东西都会加给你.

在他的天国中，什么也不缺; 在灵性中 失去一个人的财产即是获得，因为在真实的灵性理解中 不会缺乏任何东西.

过去 曾有许多伟大的上师行走在你们的地表上，每位大师都带来伟大的真理教导，但黑暗将这些真理隐藏起来. 所以，让那有眼的人看啊，让有耳的人听啊，并知晓真理.
真理不会在雄伟的神殿中被找到，而是在人的心中.

难道汝不知尔等即是造物之神殿?

喔 地球的人类啊，敞开你们的心房 领受此时给你们的伟大光芒.

钟爱的光之子，打开你的心，让光的河流得以流向你，接着将你高举，远远超越你能料想到的高度.

祝福归于尔等，每一位，祝福归于汝.

愿无限天父的爱充满你的杯 甚至满溢，愿你们的存有如此充满他伟大之爱，好让你们的光向前照亮，所有人都可看见，愿这道光透过你散发出去，提升这个星球的意识到一个新的水平.

平安与你同在，我的朋友们，平安、爱 与 理解.

***

1959 年，八月 23 日，星期日

我在光中致意，朋友们，我是大角星(Arcturus)的 Oxal.

你们今晚在此相聚，正是我们发射卫星的前夕，这颗卫星是为了帮助地球人的灵性觉醒.

我的朋友，这是真的，如同许多其他已经为行星地球完成的事情，这个装置的目的是尝试扩大那些真诚灵性寻求者的努力成果. 每一个朝向灵性进展的努力都将是有效的，只要该努力与心意是真实的.

任何个人尝试以自私的意图从这股能量中获取利益都是枉然的，同时，任何由你们送给大师们的爱与光都使他们增多爱与光，接着 他们可以再次地扩大它，回向给地球的人群.

我强烈建议任何寻求灵性启发的人可以在这些时期付出额外的努力.

我特别建议你们使用某种呼吸练习，在你们现存的着作中可以找到相关描述，我不认为有特权去深入这个主题，因为我想你们已经拥有这些资讯.

藉由使用这个方法，你能够将这些能量汲取进入你的存有，要比平常的接收量提高许多.

为了避免地球上发生毁灭性的灾难，必须促进人类的手足情谊; 唯有人类接受造物主的法则并遵守之，才有可能达成上述的目标，在这些法则中最大的一项是“尔等必须彼此相爱”，因为憎恨他人就是憎恨自己，你们是整体的一部分，所有人类在造物中都是一.

是时候了，地球人该了解到自己真实的存在，停止只为自己生活，开始为整体而活.

地球人的一个大困难是他不理解，他以为爱是情感，但真实的爱是理解(谅解)，所以我们首先必须学习理解自己.

当我们学会理解自己，接着我们开始理解我们的手足，接着当我们理解人类的本质，我们开始去爱.

我们知道人类就是这个样子，我们了解人类的各种表达只是为了获取经验，好让他可以知晓真理，当我们有了这个理解，我们除去憎恨、贪婪、妒忌、憎恶，以及所有那些使得今日地球出许多状况的东西.

在人类拥有任何具有灵性价值的东西之前，他必须先有理解，理解的第一步是知晓你自己，当你为此冥想时，你将发现许多答案来到你的里边.

当地球人类获致理解，即使只有小程度的理解，和平将在行星地球上风行，因为只要一丁点的理解，人类就可以看见战争、憎恨与贪婪是完全无益的.

所以，我亲爱的朋友，把握每个机会去提升你的意识.

鼓励你的朋友们也做同样的事，因为当你们提升个人的意识，你们也在某种程度上改善地球的种族意识，最终 这件事将扭转干坤. 时间就是现在，行星地球的时间已经快用完了，各种预言正在兑现中，因此地球人类没有什么选择，人类唯一

拥有的选择是跟随他的行星进入新时代，或者 离开这个行星 前往另一个属于类似振动的行星.

当地球进入新时代，它将拥有一个更高与崭新的振动，为了能够居住其上，灵性的理解将是必要的.

现在，朋友们，我必须离开，我将我族群的祝福与爱献给你们.

我是 Oxal.

***

1959 年，八月 31 日，星期一

今晚 愿平安、爱与理解围绕你们每个人的心.

我锺爱的朋友，行星地球与其上的人群发现自己处于如此一个不安的局面，只因为他们允许贪婪、憎恨、妒忌、自怜、自大等等因素进入内心.

我们这些住在爱与理解的环境中的实体们很难想像地球人类可以如此遗忘这两件事，以致于导致他自身的殒落.

许多世纪以来，人类一直有机会学习这些法则，一个接着一个的大师来临你们星球，带来真理与爱的讯息，告诉地球人类这些宇宙法则，并且请求他们遵循这些法则.

佛陀、克里辛那(Krishna)、耶稣、(穆罕默德)以及许多其他大师将这个讯息带来地球人，大批的地球人宣称自己遵循这位或那位大师的教导.

在你们的西半球，许多人自称基督徒，他们宣称自己追随尊贵大师，你们称为拿萨勒的耶稣，之教导，然而 真正尝试遵循他的教导的人是那样地少.

你知道有多少人愿意多走一英里，愿意将脸颊的另一边转过去*，以及做许多其他必要的事情好成为这位伟大的大师之真正追随者?

(*译注: 请参考 路加福音 6:29)

一些所谓的基督徒教会将部分的耶稣教导移除，他们决定什么东西可以给群众，接着个别的实体自己决定要追随哪些教导，如果不符合自己的目的，他就忽略这部分的教导.

这样是行不通的，如果人类想要收获宇宙法则的益处，他必须全程走完，不能只走四分之一，或一半.

我不能爱右手边的邻居 却憎恨左手边的邻居，这样做没有实践法则.

我不能 因为某个人符合我的真理 就向他伸出友谊的双手，而另一个人不同意我的真理或理解，就不伸出双手给他.

这些状态存在于地球群众当中，构成了现存的种族意识.

你们每个人都能够透过自身的努力 超越这种意识，一路向前，去掌握宇宙法则.

我的朋友，你们这群人将可以把地球人的种族意识带往一个全新的方向.

我并未暗示这群人占大多数，毋宁是少数，但一小群人可以做许多事情增进地球人的演化. 因为全人类都或多或少正在寻求，而启蒙老师散发的光将足以吸引其他人的加入.

我再一次对你们大家说，汝等要彼此相爱. 看见每个人内在的完美，啊 真实的你是多么地美丽，让我们看见这美丽，让我们看见自己与兄弟姊妹们真实的面貌.

愿无限太一的平安、爱与理解充满每个人的心，以致于满溢.

就是这样，就是这样，永远都将如此，吾爱.

***

1959 年，九月 12 日，星期六

愿平安在汝等的头上停歇，我的朋友.

愿伟大上师们[在你们星球的内在与外在]的祝福在汝等的头上安歇.

朋友们，尔等要寻求理解与知识，在你们的内在发展理解之爱，甚至超越理解的

爱，向你内心深处探索，将那些排斥爱与理解的因素都丢出来.

没有人可以来到天父面前，除非他心中有爱，除非他丢掉所有妒忌、憎恨与憎恶.

喔 亲爱的孩子们，你们了解这些东西带来多少伤害吗？我们不禁要质疑，地球人怎能如此盲目，他们怎能描述另一个人的所有缺点-- 然而，却对自己的缺点完全盲目？然后他们怀疑为什么他们的灵性成长没有丰盛地到来?!

一场宏伟的大扫除即将在行星地球展开，， 当这件事完成之后，地球将完整地被清理，并准备开始她自己的旅程.

我很少对你们说话—然而，我又说的很多. 思量我的话语.

你们怀疑我到底是谁，这有关系吗?

我是否说出真理?

我是谁.. 你是谁...?

我是一个智能，太一伟大智能的一个微小部分，我还能是什么?

我请求秩序宇宙的众上师与领主们 将他们的祝福、爱与理解放在你们每个人的心中.

在爱中 我离开你们.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0602 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 2

Copyright © 2005 L/L Research

1991 年三月 1 日

芭芭拉: 昨天 Q'uo 的谈话未被我录音下来，而我能使用唇语阅读的部份少之又少。我冥思已获取到的资讯内容并感受 Q'uo 的存在，感觉 Q'uo 知道我的行止或不了解之处。我不想要求 Q'uo 为我或我的疑问担负责任，然而我也不想要求重覆讲述。Q'uo 可愿意重新分享我所错过的，也就是昨晚他们分享的东西?

Q'uo: 我是 Q'uo。我在遍布一切存有之太一无限造物者的爱与光中问候你们。我的姊妹，针对一个意识的需求而作出回应，没有重覆讲述这件事，因为每个实体在这个当下即为一个崭新与不同的人，不似于任何其他片刻的该实体。

这就是为何历史，特别是个人史，与在此刻当下之生活及爱的伟大工作是风马牛不相干的。

我们意愿提到耶稣实体所给予门徒的那句格言: 「喂养我的绵羊 1。」

(原注 1，圣经 约翰福音 21: 16，17)

许多人是太一造物者的爱的仆人，他们渴望喂养其他羊群却不明了首先他们也需要食物来喂养，不只是肉身载具所需的食物，而是远为重要地，灵性友谊的面包与酒。

有位伟大的同伴等候着所有留意她内心的人；那是，来自于你们星球的第一与第二密度。

你们脚下的同一陆地不仅生机盎然，并因为从未衰减的、无限之爱而脉动着。

每块巖石，每片草地的区段，或足下的松叶，均带着祖母地球之心系结着一个第三密度实体。

这存有好爱你！来自地、空、风与火等自然精灵的友谊；来自所有植物界的守护神；以动物形体示现的恒常-上升意识，全都等待拥抱那位停下来以专注及安适停驻在你称之为自然大教堂之中的个体。

当一名实体准许自己成为这些神圣且有爱心的灵的入口，空气里遍布着纯真无邪的普智天使，树林间炽爱天使们笑声缭绕，天使们升升降降，在每团火中、在每场暴风雨中、在每回无波的宁静中、在活力阳光的全体光芒中。此地到处是灵的食粮。

现在 我们进一步提到另一名十分真切与实在的友伴。

许多人觉察这个实体为耶稣-基督。其他人则可将这基督能量想成是个活生生的基督圣灵对世界说话，昨日、今日及永远。想像那位已知为耶稣的精神体就在你

左右，并且在心里牵起那伸出的手。如此，掌连掌、心印心、神圣之爱对有形之爱--一份源自无限信赖、无限慈悲、无限亲切的友谊关系，无量爱因之生成且分分秒秒地重新再造。当一个人独自走在所选择的爱与利他的道途中，若以第三密度之眼四下观望，沿路似乎难遇同行的友伴；然而每阵轻柔的和风、每只静默的小鸟、还有一切感觉经验即是你爱的友伴；接着 与基督的同伴关系，无论它如何被感知，它比你的呼吸更靠近、比你的手或脚更亲、比任何第三密度的友伴更亲密无际。

所以，在任何生命的气候里，暴风雨或平静无波，它是第三密度实体必须在每个当下忆起那极当下的协助和友谊关系，而那些沉睡的人却没有感知道这些。

爱与关心始终都在。关键是实体必须记得得去打开那友谊之门，向那可触知的爱伸出手来，几乎可以想像那是基督圣灵的肉身形体。

尤其当外在的情况因沉重的顾虑显得阴霾又浮夸时，寻求者仅藉着忆起将手伸向圣洁的基督之友谊，就会发现那些顾虑轻而易举地被搬开了。

现在那圣洁的临在真的就在每位寻求者之内，犹如整个宇宙般。

你是你自己之个别造物的创造者，以及造成那经验过程与如何经验它的无限智能合伙创造者。虽然你不能成为他人的造物，却不得不成为你自己的造物者。

所以，从此刻到彼刻的决定间，莫因你的落单而使内心消沉或胆怯；因为有一种更胜于你们第三密度显化形体的友谊关系，永远等候你单纯的认可与接受。

所有实体是何等地被爱着！然而若没有意图为那爱伸出信赖的手，一个实体便可能永远走在自己造成的孤寂之雾中。

我是 Q'uo，此时可有进一步的问题？

芭芭拉: 谢谢你。Q'uo，我觉知自己内在一股服务的渴望似乎来自两个地方。当我感到服务的渴望来自私我的任何地方，它使我畏惧私我将会导致工作上的扭曲而抽身离去。接着那畏惧触动和扭曲了满怀爱与虔敬之渴望以从事服务的诚实处。它令我困惑。

当畏惧出现，我虽听见了 Aaron，却也对其感到质疑。然而当爱存在，并得以全然体验上帝以及那四面八方来自 Aaron 的爱，我遂知道毋须怀疑。

对此 Aaron 已与我有一番长谈，但不知还有任何你要补充的东西，以帮助我理解和平衡这些力量？

Q'uo: 我是 Q'uo，我们会提到两种心智(minds)及两种心性(hearts)。第一种心智为理智心智，在其中只能存在心理上的障碍恐惧，因为一位冒险家安住在自己的心智之内，故畏惧的屏障不升起。然而，理智心智几乎完全在处理相对性幻象，在其中每个现刻经历并享受着人生之舞。于是乎，一个人即使可能在智力方面感到好奇，却不能利用它跃进那不可测的深渊，此乃为了要达到第二种心智的必须条件。

第二种心智通常被称为心(heart)。敞开的心内贮存着产生智慧及悲悯的真实心智，无量无边且不用费力，如同一朵开放之心的爱。

无论如何，许多事情在具体的此生之中发生，它们可能倾向于导致一个实体筑起防御的围篱，以使这颗珍贵之心的伤痕不再新增。

因此，为了要开启第二种心- 智慧之心- 一个人首先必须在接受与爱中凝视筑起的围篱，因为那曾是自我的需要，准许它们维持原状直到不再需要它们为止。

然后心才可以打开，而智慧才可以无惧地收纳并且平等无惧地示现于前。

耶稣在神圣着作【圣经】里说道：「我是葡萄树，你们是分枝 2。」

让我们来看“我是”(I Am)。 “我是”乃为无限太一的真名。

“我是” ，在你心里这么说：「我是。我是永远与你同在。我是道路。我是真理。我是生命。3」每个实体皆为我是。从而，每朵开放之心接收、揭露及显化那伟大意识树根的果实，一切万有之我是。

当葡萄树的分枝们于一股谦卑的觉识中交托其自负自大之态度，觉知若没有根源我是，它们的我是只会是尘土与灰烬，于是各个分枝开花结果与播种，无穷尽地滋养大地。

(原注 2，圣经 约翰福音 15: 5)
(原注 3，圣经 约翰福音 14: 6，马太福音 28:20)

现在 让我们来讲述第一与第二种心性。这也一样有助于找到且允许释放出恐

惧；因为第一种心性里面含有智慧，但只对具滋养性的恒久状态[即是爱]有所觉知。

第一种心性常常努力试图去绽放、去滋育、和纯粹地给予，因为它的饱满以及周遭的人需要滋养与补充。

第一种心性，虽有智慧，当饱满乃由于它无节制的悲悯之情，也是算愚笨的。这种愚笨对我们而言是优美的，并且是对开放心不可思议的慷慨与力量之见证。

尚有第二种心存在，而那心也许被设想成--无关于男性或女性的形体-- 生命的子宫。那颗心完满地移动而毋需去服务，毋需做任何事情 祇需成为完满。

第二种心性是子宫，永远因爱而怀胎，永远从完满给出生命，进入那实际地完满中。因此，第二种心性的回应并非由于他人之需要，而是它，如同阳光，必须散播它的光以及永永远远地繁衍它自己的我是，此情形- 因着这第二种心性的子宫愈加成熟地被经验- 就变得愈来愈靠近那未扭曲、非受造的理则，即是爱。

我是 Q'uo。还有进一步的疑问吗，我的姊妹?

芭芭拉: 目前没有。谢谢你，Q'uo。

Q'uo: 我是 Q'uo。我们也谢谢你，我的姊妹。

现在 我们将花一点时间讲说一下关于所谓的耐心。有耐心真无聊啊，当心正如麋鹿跳跃，并希望在欢乐、灿烂、在完美的爱之觉识中飞越高山峻岭，还得在一

旁等待及观察!

然而在肉身中的实体们之意志并非藉由运用它而变得完美，而是藉由交托对一己意志之使用给太一无限造物者之意志，而变得完美。

在你的幻象里似乎存有一个时间走廊。在这幻象之外，所有时间皆为一，所有时间同时发生。然而幻象之内，黑暗笼罩头脑与心，有时这些守夜又显得绵绵无尽期。然正因身处于午夜的黑暗之中，了悟、光明、及爱的使者才非常安静地前来，脚踩着我是，我是，我是…的沉默步履，除非那颗心正在观看、祈求和等待，否则便无以听见其足音。

此即耐心的用途- 不是迅速地消耗时间，而是要珍惜时间，那新娘新郎所感受的期望，如同俩人等候预定婚囍之日的到来。在具体人生之中，一个灵魂有许多个婚囍之日，许多个辉煌灿烂的佳节庆典；但那些庆典是标点- 我们可以说是礼物 - 在充满期待之冗长文句中间的逗点和句号。于是乎，向等待之练习致上崇高敬意是合宜的，以全然的信心耐心地守望，即使求道者不知道下一个婚囍之日，却知道它将到来。在这欢愉的俱备状态中有个大无畏存在，不会因为黑暗时刻或独守夜阑而畏缩不前。说得更确切些，它等候着，以一股具耐心之信心，以一份如临磨刀边缘的意志去倾听、去交托，以及成为那我是，即是对当下之圆满成就(consummation)的囍宴贺礼。

此时 我们将离开这个器皿，感谢来自你们每一位的美妙振动。与你们同在始终是我们的莫大喜悦，藉由你们强烈且美好的呼求和需要，我们来到了你们小组当中。我们希望已经提供有助益的见解，但一如往常，要求每一位记得去丢弃 任何未讲到个人真理的话语。我们是你们所知的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai，我是 Q'uo。我在无限造物者的爱与光中离开你们。

芭芭拉: 亚伦，上周您提到服务的驱使来源于情绪体，靠向心智体的则是一种纯粹去爱的意欲。您较早前曾说过这两者之间的不平衡并要将它们带入和谐状态中。今晨的静坐我开始去看有关以上事项的相反面；我感到心智体正是阻塞真正的爱之情绪的主因，当我进入那圣殿时，感觉像是情绪体开启而任何的分离皆起于心智。您愿意对此作进一步说明吗？

亚伦: 我将问候与爱献给你们全体。我是亚伦。今晨很欢喜前来和你们为伴，感受从这个小组透显出来的爱与光；还有我感谢 Q'uo 原则所给予的分享。

听见同样的事情由不同的声音再度重申，真是极大的安慰！这是关于信任方面，因为的确，我能说的事情 没有一件是你们不知道的。

然而我们的话语为你们再添保证，并且协助你们信任自己内心的智慧。

你问关于这些体性(bodies)的问题。你了解今日晨间，正值你想那问题时，你的问题有部分参考卡比尔那篇强有力的诗文 4，其中他写道："用我们的四大体性去感受那爱，有何等之难！那些试图理解的人终究失败。"
(原注 4，卡比尔之书 The Kabir Book，第 43 篇)

对有关我所说的概念以及置于那些概念下的经验，你有意识地觉察；但或许只到某个程度，于是 我们不再分享同样的语汇。让我首先讲述一下，祇是为了确立我使用之语汇，如此你才能无有误解地听见其义。敬请随意自在地替换成- 为你

所熟悉、而我附加上经验的标签吧。

有四大体性之存在：物质体(physical)、情绪体、心智体与精神体(spiritual)。在你的人身生涯里，你跟它们全体打交道。星灵体(astral)即你所经验不在这物质体之内，而是在中阴的灵界中 祇经历情绪体、心智体和精神体。物质体与星灵体-正是你惯用在此时此地，作为一名第三密度存有的两个体性。

情绪体缓慢地脱离。以人类的术语言之，你从这第三密度毕业了。虽仍有几分的情绪体在，却不会再有什么反应。其感觉如同我昨晚讲的浮云流过；你不用做任何事，只需观察那情绪团来了又走了。当你跨越过因果层，情绪体完全地脱落且只剩下心智体与精神体部份。这儿的存有正学习一种慧觉，因为思想依然有需要。

是的，有两种智慧存在：一来自于心性，另一来自心智。如 Q'uo 方才所指，它们不过是那同样的知晓之路的两种层次。慢慢地这个心智体也因不再需要而脱离了，当你返回进入 Q'uo 刚才所说的造物者的核心。于是，存有进入你表述为第七密度的界域，更纯净地朝向纯粹的精神体演进，亦即灵魂。那是灵魂之所是，完全休息而非被丢弃的精神体，不是因为有所厌恶，仅不过是脱落，如同夏日艳阳高照时 你脱掉衣物的情况。

现在回到你的现实世界，在这第三密度里，因为你开始了解，在这四大体性中没有一个要比另一个来得成熟或不成熟。

每个体性各有其服务宗旨。今晨你经验了心完全地开放而接着又经验了对于开放的惧怕，既非是孤离的心智体也非是情绪体。

惧怕是一种情绪，它来自许多地方。并非是情绪体的不成熟，而是它比较不被接受；当处于一些深层的静坐时，你觉晓有关超越概念性思维的益处，你不因为用头脑想而自责。却因为感受而常常自责，直到习惯性地筑成一种情绪上的怕惧。在本质方面，你已将自己退避至我们已谈论多时的那个隧道。

我在别的通灵资料 5 有提过“隧道”，一个十分安全的窝；你在这子宫里很舒适。也许你会但愿它为只有一端开放的洞窟，并在洞口横放着缕缕的蛛网，以保护自己不受伤害，避开他人同时也是自己个人的愤怒，保护自己不受隔离感之苦，避开忧伤愁绪。而你所张挂的一缕一丝已经合于一个目的，因为你感到需要那份防护。然且，隧道之内阴暗而之外光明；而你已到达一处想要允可光线照进来的地方。你可感受到这股惨无人道？假设某人该要牵住一只手，进而撕破所有的蛛网，所有的丝缕，那么你又会如何惊惧地瑟缩，抗拒撕下所有的防护罩呢？

(原注 5，1990 年 11 月 21 日;未发表;取材自 深泉静坐与灵性谘询中心;地址/3455 Charing Cross Road，Ann Arbor，MI，48108]

然而温和地带着饱满的觉识，你可以伸张开来，一次搬移一缕线，并给予检查。这份惧怕是什么？我仍需要它吗？何以会出现？我必须抓住它多久？看着一根丝线 也许是愤怒或是贪婪，注意到那贪婪或愤怒如何地从惧怕和隔离感中出现。看见惧怕助长隔离感的许多方式。该自我于是发觉了自身的分隔，感到有需要给予保护并允许愤怒或贪婪作为防护罩：“万一我需求落空该怎么办？万一我受伤害该怎么办？”

但这祇能由一股对他人与我的感知而来。若没有分离，便不可能有愤怒。你能开

始看见惧怕所导致的分离感究竟如何将自我觉知带往第一个扭曲状态吗？这个扭曲状态激发了一个尚未全然陷入分离感，却正在经验一种人与我之区别的人，去培育那允许怕惧所导致之扭曲的第一道入口。注意观察，你就得以开始了解这过程如何在你里面工作。接着当怕惧或分离感出现，你可以轻柔地推开那阻挡光源的愤怒丝线，注视它，并自问："我仍需要这样或我现在能够把它搁在一旁了？"总是温和而不着力的这么做，绝不要求自我刻意的作为而是接受自我之本然，如此一来这个存在体虽将一直被挑战，却也一直同时地被接受与被爱。就这方面情绪体不是某个要去抗争的东西，而是你整个和谐之自我的一部份。

你要求我进一步讲授有关情绪体内的扭曲，来自于因惧怕感而生出的服务他人。

当对自我产生一种不适合感，遂使致出现一股为了证明自己而需要有所表现的感觉，为了减轻那痛苦，于是其自身之中的服务变得扭曲。今晨 你体验了圣灵之爱，该灵魂在上一世化身为耶稣，以及你感到那股毫无扭曲的爱之能流贯穿的力量。

昨晚我说，以人身形式让能量免遭扭曲地完整流动是不可能的。这是因为一旦有了服务他人的概念，便形成了他人与我的差别。于是乎，我们回到一个事实--自我觉知是一个扭曲。Ra 称之为第一个扭曲，而我亦同意此说。

对不起，(说错了) Ra 称自由意志为第一个变貌(扭曲)- 肇因于一位主动且本质为理则或爱的造物者的赋能状态 6。

但为了去爱，就必须存在可被爱的东西；而那需要自我觉知，因此从某种意义来说，我们以不同方式谈论同一件事情。

(原注 6，请参阅一的法则 卷二)

如果你愿意，想像有条河流过一座清净无比的沙床，且附带了一道急湍。水湍下座落了颗大石头，恰好足以曝露在水面外，并且看得见环抱石面周围的碎涟波。让我们称那第一颗石头为自我觉知。河水倾全力地围绕它奔流，然而在那水流中有个小小的扭曲现象。从自我觉知生出了如此多的怀疑和怕惧：比较心；竞争力；以及如下的想法“我够不够好？我可不可以被接受与被爱？”突然间我们令使一大宗载量的石头扔进这条河里，而现在水流窜入许多碎涟波中。急湍依旧；但假设你该由那同样的第一颗石头处，顺着流去使一根竹杖漂游，它将会顺畅地一路漂游而下。假设你由那第一颗石头处摆放一根逆流而上的竹杖并注视它，你遂看见它是如何地围着那颗石头乱窜，失去特定的方向和推进力。

现在让那根竹杖顺着流下移至所有这些石头的座落点，并看它如何在小漩涡羣中转旋。

因此，当你迷失在任何的扭曲当中，你的能量流动便不顺畅。静坐中你感受到耶稣他那畅流无碍又足以提升所有进入其中的能量。

所有分隔的情感，甚至连爱，均造成了扭曲和动乱。心智体透过理性来平息动乱，然而理性却从河流的力量中隔绝了实体。就宛若某个人，看见河床内所有那些石块，被堆建成一座堤堰，使河水从石堆处转向，这样的话便不再造成泛滥，但也因而阻扰了水流的畅行。

每个扭曲必须被来来回回地工作，始终带着温柔与慈悲，始终自问着，“我被赋予

学习的是什么课题？我怎样能够更有技巧地跟这些恐惧、这些在我里面的力量一起工作？我怎样能够祥和地开始搬开每块石头，以朝那无分隔的完美觉知前进，这个觉察的自我不是隔开的，只不过是宇宙的部分力量罢了。”完全进化的灵魂归返至它的火源；然而它的归返，已非初始之时的星星小火，而是内边有个光辉灿烂的太阳，升扬强化着那原初太阳的力量。

你要我再进一步说明，或还有其他问题？

芭芭拉：对此我没有更多问题了，亚伦，谢谢你。我不知道其他人是否要发问。

K：关于有技巧地工作愤怒，我了解 留意、感觉并允许愤怒路过的观念，当它在日复一日之生活中造访时。我不确定该怎么处理多年来的这些愤怒- 只要藉着忆起任何相关之情况，我就会随时踩入愤怒之中。每个情况里，我假想愤怒跟我的感觉有干系，即不知怎的我一直都蒙受着冤枉；而我知道我需要能够接受和彻底的原谅自己，以及任何所牵涉之对象。但这对我似乎是一整辈子的功课，至少，有关以任何意义深长的方式去对付那些长期以来的愤怒上，让我深感绝望。你可否对此置评？

亚伦：你说这似乎是一辈子的功课，而那使你感到绝望；然而，你正是为了该疗愈而诞生，因为前几世的你已以几乎同样的方式紧抓着愤怒，学着慢慢去放手，了解到愤怒仅不过是愤怒。而现在你已了解到超越愤怒、让它离去的益处，而这可是一辈子的功课呢；然而你已在运转它并且有了进步。你正在我刚才讲的那个布满丝缕的隧道里头。当眼前的愤怒出现，你已有技巧地学习去注视它，而不需依附于它来穿越洞口。但那儿仍有着所有来自于过去的千条万缕。

我建议你在静坐冥想做以下有用的事：当你觉得有勇气和准备就绪时，去移开每条线缕并检视它。切勿以最沉重的那些线作为开头。用较轻盈的丝线来建构你的力量。当你忆起某个震怒的时刻，自我感到遭受另一个自我某种程度的攻诘，因而感到被错怪了，只要温柔地看着那丝缕以及浮现的感觉，遂问自己：

“这个愤怒为何？为什么会在这儿？其功能为何？我仍需要它，或我准备把它放下？”总是知道纵然你有受伤、害怕之感，你可以再把它放回原处，假如你需要的话；信任当你逐渐成长 将使你愈来愈不用采取那种做法。

你们每一位在此都要学着更全然地爱自己及他人，去学习信心与爱。愤怒是你十分简单的学习工具。无条件的爱在一片安详之爱中是非常容易的，然而当你被激起自我防卫、当那分隔出现时，你又当怎么爱呢？当留意到恐惧、分隔以及愤怒的出现，你还能继续爱吗？当你在当下生命中所出现的每个小小愤怒上运转得更有技巧时，你将找到信心与爱的回归 [在大怒之时仍去爱]。

这里还有件事，你说你知道这是你得做的事- 我感到其中的评判。有某种感知认为直到你付出行动之前，你不大适任或你有需要被改正的错误。

你毋需这么做；反之，当你成长之际 你允许自己这样子做。

你能明白其间的差异吗？允许你自己安身于现在立足之处，总是展望下一步，但从爱的感知里向外延伸，而非来自一份轻蔑感。

以爱去对待你内在之一切是很重要的，因为你的蔑视将只会进一步升高对分离的感知，且进一步分裂自我为可接受与不可接受的两个部分。

你懂了吗？还有进一步的问题吗？

K: 感谢你，亚伦，我想我懂了。稍晚我也许还有更多问题呢。

亚伦: 我愿意简短地补述一件事，为了强调我对于 Q'uo 所提的耐心之主题。你能想像自己正在逆流而上吗？你知道最后你会来到河水的源头。可是现在你正好在享受游泳，注意着下方乐悠游的亮彩鱼儿，感受水的沁凉与背脊的阳光，时而停下来休息时而再继续。当你愈进一步往上游，河道遂开始一点点地变窄，突然间你开始有个感知，或许你会到达这条河的源头之处。

现在，你停止游水并往上瞧，想知道还剩下多少里程；但当你停在那儿，急湍便推着你向后而使你失去动力。你开始再度游泳。离源头愈近的你，愈感觉水质的清新与源头能量的增强。只要你开始四下张望以及说："还有多远？我等不及到那里了。"你遂失掉过去属于单纯享受玩水、享受水中生活、享受它所带给你身体上的感动的那番乐趣。这发生在所有生命体上，当他们愈靠近源头的时候。这不是一个过错，仅是个你必须觉察的东西，如此你才可以开始注意消退的耐性，且允许自己返回这辈子的喜悦，知晓你确实愈来愈能够超越对重生(rebirth)的需求，以更深邃的感知愈来愈认识你的真实自我，还有更深沉地连结那爱与光的源头。

但那将会发生的事就会发生，并且这个时刻是当下。珍惜这个当下罢，它将不会再重来的。

由于没有再多的问题，我想要感谢你们全体所分享予我的爱之陪伴。我珍惜你们每一位，并期望你们每个人能够越来越珍惜自己，一如那些环绕着你们之充满爱

的神灵和朋友们对你们的珍惜一般。

就这样。

(V)2008 Fully translated by the Child，reviewed by c.T.

☆ 第 0603 章集：人类、意识与理解之七

Copyright © 2008 Walt Rogers

1959 年，九月 22 日，星期二

我亲爱的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，我是 Hatonn.

我今晚在一个飞行载具中对你们讲话，该载具位于你们的大气层当中.

在此刻 我们调整我们的肖像扫描器(Iconiscan)对准你们的位置，透过这个装置，我们能够观察你，彷彿我们离你们只有几呎之遥. 你们有些人可能难以理解这件事. 但当那一天到来，我们能够与你们分享我们的科学，你将看见许多更令你惊奇的事物.

亲爱的朋友，你们今日活在一个大变迁的时代，改变的程度远超过你们的想像或了解. 你们也将于内在之中经验到大改变.

你们每个人都在寻求知晓真理，这件事将带来内在的大改变，因为你走在通往真理道路的每一个步伐都带来改变.

因此，让我们保持敞开与接受的心，如此我们可以学习.

当一个人关闭他的头脑与心胸，自行决定他拥有所有的真理，这样的人等于是死了. 因为真理不断地向前移动，我不知道它的尽头在哪里，我不知道终极的真理是什么.

我曾经旅行过太空的广大区域，发现在每个角落的生命，但我尚未找到终极的(真理). 你看，我们也一样在搜寻、在寻求更高的真理. 我们跟你们没有不同. 容我们说，我们只是比你先走一两步. 于是我们回头尝试帮助我们的弟兄姊妹，如同那些在我们前头的实体也回过头来帮助我们.

所有造物都是以这种方式移动，每个实体尝试服务他的兄弟，因为当我服务我的弟兄，我也受到服务，我的朋友们，记住这件好事.

为了接受，我们必须给予，这条法则适用于我们所做的每件事，如果我们拥有伟大的真理与理解，却只用在自己身上，我们什么也无法获得.

而行星地球上每天每日都发生这样的事情，导致人群当中的大混乱.

时间不多了，你们将发现自己在许多方面遭受考验，我的意思是你们将面对许多挑战，有些挑战 将相当令你震撼. 所以，我建议你们花费许多时间在祈祷与冥想上，准备你自己迎接即将到来的事物，准备你自己去服务.

在不大遥远的未来，你们身为光之子将有机会为人类同胞提供大量服务，该需求

将远超过你了解的范围.

行星地球必须通过一些大的改变 好使自身被净化与平衡，接着她将在空间中移动进入到下一个次元.

我们星际联邦将照看这个过程，确保这个伟大的行星不会失落，如同许多年前另一颗行星的结局那样. 我们将不会干涉地球人类的进化，除非绝对必要.

但如果情况变得有这个必要，我们将采取行动，因为就在此刻，我们有超过四百万艘船舰随时待命，以应付任何紧急状况. 你们看，我们是有充足准备的.

现在，朋友们，我必须离开这个器皿. 我很喜悦并乐于同你们讲话. 愿你们每一位在寻求真理的道途上都抵达伟大的高度.

也愿你们在面对挑战时，能够适当地回应，这个过程将带给你伟大的爱与理解.

Adonai，我的朋友们. Adonai vasu borragus.

我是 Hatonn.

***

1959 年，十月 7 日，星期三

站在你们旁边的这个人对你们确实有兴趣，他是你们的老师或拍档.

他一值与你们同在，并且与你们保持接触. 当生活变得艰难时，他从旁协助. 在战争期间，日子很辛苦，他与你们一起飞行.

他说他的确来自乙太领域(Etheric Realm)，套用我们的说法. 他肯定不是来自环绕地球的星光领域(Astral Realm)，因为他说“我们对于物质有完整的控制能力”，如果他愿意，他可以显化一个肉身，与我们一起谈话. 那些星光领域中的灵魂无法做到这点.

地球人主要需要去做的事为提升自身的意识，更为觉察事物的本质.

当我们进一步踏入我们真实的空间或密度，我们将得到更佳的理解.

意识这个主题是如此广大，我们需要许多本书来解释意识的延伸与意识的各式各样之划分.

当我们演化到更高的理解状态，我们变得越来越觉察意识本身，以及意识在遍及宇宙的生命体系中扮演的角色.

举例来说，有些生命是纯粹的意识，不需要一个星光躯壳或肉体，这些生命能够分化再细分他们的意识. 所以你可以看到，这是一个宽广的场域，需要许多辈子才能获得清晰的理解; 甚至我们也没有一个完整的理解.

地球人必须学习的最要紧的事为在理解(谅解)中共同生活，尝试理解他的同胞，并且克制优越感. 在这个星球上，没有一个国家能够宣称自己比其他国家更为优

越.

人类必须更关心弱势族群，去帮助那些比较少理解的人们，而不是为自己带来更大的成就；因为当他服务自己的弟兄姊妹，他自身的理解将自动增加.

行星地球已经抵达一个临界点，人类必须学习共同生活，那是唯一的救赎；

你们二选一的题目：选择这么做 或 全面毁灭.

你们许多人在此时感到一股驱策力，当我们越靠近新的密度，这股驱策力就越大，
吾儿，回应这股力量.
就是这样了.

***

1959 年，十月 12 日，星期三

愿无限太一的平安在你们每个人的心中安歇.

我亲爱的朋友，我在爱与和平中向你们致意.

亲爱的朋友，是什么东西啃咬人类的心，驱使他不断向前，寻求与搜索?

人类不总是了解这个渴望是什么，他内在的驱策力要寻求什么，于是不同的个体

将这股力量转到许多的方向；有些人朝向财富的追求，有些人追求享乐，其他人追求知识等等，但不管你将它导向何方，在你们每个人内在燃烧的火光都是相同的，那是知晓真理，知晓更多生命的内在驱策力.

然而 地球人是如此陷入自己的小圈子 以致于看不见眼前发生的重要事情.

地球人正在危害地球的生态，毒害自己的人群，将人群带到大灾难中，纵使他的内在蕴含伟大的力量与资源 足以消弭所有的问题，以几乎不用成本的方式造福所有人类.

地球科学家了解他们正在运作的能源的危险，然而 他们坚持要使用这些能源.

他们已经被告知有几种能源、能量是完全安全的，但他们却不去注意.

为什么呢，我的朋友？有没有可能是为了自私的原因？

有没有可能特定的利益团体看见地球引进特定的改善科技后，他们的权力将会崩溃，于是...？有没有可能？我让你们自己决定.

如果地球人群被告知那些强权拒绝的新东西，你猜他们会相信吗？

我恐怕他们不会，地球人群已经被哄骗进入一个深沉的安睡状态，他们满足于让其他人为自己思考，让别人导引自己、保护自己 [他们这么相信着].

你们有位诗人曾说“喔 怎样的工具 我们凡人是!”

有些时候，我不禁认为他可能是对的，然而 人类可以自由地去选择，没有人能够强迫他选择正确或错误. 他依照自己的意愿去选择.

现在 我的朋友，我已经说得够多了. 愿太一伟大神灵之爱、和平与理解在你们每个人的心中安歇.

人是什么?

What is Man?

1959 年，十月 26 日，星期一

平安与你们同在，我亲爱的朋友，在你们的许可下，我将花一些时间同你们讲话. 人-这个称为人的东西是什么? 你如何定义人? 在你们的存在平面中，我们看见人位于一个具体的化学身体，透过这个化学身体作用，透过大脑来控制这具身体及其行动.

但在另一个存在平面，人的运作大大地不同，他在一个星光躯壳(astral shell)中运作，在这里 他移动、思考，他的一生与你们的平面差不多，然而他不需要一具化学身体来运转，也不需要透过大脑来操纵其星光躯壳.

在某些方面 他发现生活变得大为不同，他发现思想在这个平面变得大为有效，如果他渴望什么东西，只要创造一个想法，很快地他的想法将具体成形.

他只要花很少的努力，就可以建造自己的环境，这完全仰赖他思考的能力.

什么是人？他到底由什么东西组成？我们向更远处移动，我们发现其他的存在平面，其他水平的生命. 我们稍做停顿，我们发现具有更大理解的存有，我们发现这些存有具有更多的宇宙知识，这些个别的实体同样在思想的世界中运作，但他们拥有使用这股力量的更高知识，也包括对许多其他力量的伟大知识. 我们发现这些存有能够透过思想的力量去控制与操纵物质. 他们能够将它改变成不同的形体，并且依照当时的目的特别塑造. 他们能够传送自己到其他地方而无须交通载具的协助. 然而，如果他们渴望有一个旅行的载具，他们也能够透过思想创造出来. 这些存有当中有许多实体能够进入你们的存在平面，并且为自己暂时创造一个化学身体，行走在你们当中，然后在任务结束后，再次返回虚空状态[它所来自的地方].

什么是人？我们如何定义人？我们应不应该往更高处走？

当我们向前移动，我们发现自己被一群具有如此伟大智能、光芒的存有围绕，以致于我们对他们的理解几乎是零.

除了光 我们什么也看不见，这些存有拥有如此伟大的知识、智能、意识，可以任意控制物质，这些事超乎我们的理解.

他们拥有如此伟大的宇宙知识，知晓宇宙的运作，知晓造物，他们理解意识.

他们能够分化再细分其意识，将它遣送到许多星球与平面，帮助提升其他平面的存有之意识，好让他们有一天也得以进入光的意识平面.

这些存有，我只能陈述为纯粹的意识.

你问，这是不是人的终极形态？我必须回答，我不这么相信，因为我理解人能抵达的境界甚至远超过这些.

所以，亲爱的朋友，你如何定义人？我对人无法定义，容我们说，因为人是不可思议，无可想像的. 在我的理解水平，我想我必须这么陈述.

人拥有所有这些潜力，迟早 人将返回更高的意识状态，我们一步一步地攀爬.

因时间永不终止，我们前往终极的攀爬也是如此.

平安与你们同在，我的朋友，平安与你们同在.

***

1959 年，十一月 9 日，星期一

你们好，我的朋友，我是 Oxal.

在此时 地球人群当中似乎有着大量的困惑，并且正持续增加. 为什么呢？

无论何时，当你发现大量人群开始觉醒，他们一起探索真理，这个困惑状态将会盛行一阵子，我们并不认为这是一个警讯，而是一个成长的记号.

从困惑当中将产生理解，但对于许多人而言 这个过程并不容易，原因是他们还没学到适当地寻求；换句话说 他们尝试伸手向外，从每个角落抓取真理 接着填塞进入他们的存有当中. 他们吃得太快，超过消化系统能够处理的极限. 他们没有做区别.

你们看见的，理解来得缓慢，我们必须允许它成为我们的一部分，使我们能够使用它并证实其价值. 许多人倾向撷取真理的片断，然后环绕这个片断建造一个哲学系统，藉着尝试聚集一群追随者，但真理无须证明，真理即是自身的证明.

今日 你们的宗教机构全都依循这个样式，这就是分离存在的原因，你们的人群彼此对抗，每个人相信自己的团体才拥有真理. 地球人群必须很快学习一点：真理与理解必须透过努力获得，透过个人的努力.

一个人寻求更多弟子，尝试在不信者面前解说真理，或尝试贩售自己的真理给任何人，这种人不是真理的真正导师.

真理的真正导师绝不会到处嘶喊，或以任何方式贩售非物质商品.

他们等待被真理的寻求者找到，当他们被找到时，他们在理解与爱中给予，自由地给予.

他们非常地小心谨慎，确认他们的弟子学到东西，并且能够吸收与理解.

今日 行星地球上存在大量的困惑，其中一个原因是那些贩售非物质商品的实体

们; 还有那些过度热心的实体们，他们以为找到真理的一个小片断，于是急切地去分享，跟每个碰面的人讲说，通常 他们讲述自己的真理的同时 却不知道自己在做什么，因此他们散布困惑.

唯有透过安静的冥想，冥想这些真理，一个人才会获致真实的理解，让真理流动，好让我们得以观察、测试它们，将它们带入我们的存有之中，带来平安、爱与理解.

聆听他人的经验与真理是好的，但不要让它们混淆你，因为它们只是他人的经验，你的理解不会透过他人的经验来到，唯有透过你自己的经验.

所以让我们学习放松，学习自然的开展，放掉各种紧张，向内汲取 好让我们得以接收到对自己的经验之理解，于是我们能从中获得益处.

除非我们藉由自己的经验成长，我们并未真正地进步.

所以让我们不要谴责或批评我们既有的东西，而是好好为了最佳的益处去使用它们，于是我们得以恒常地向前向前，每一次 每一步 都更靠近我们完美的目标.

我将我族群的爱与理解献给你们，我是 Oxal.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ **第 0604 章集：诱惑**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1990 年十二月 2 日

小组问题: 这个傍晚的问题是，从形而上的观点而言，当一个管道与支援小组开始接收到正面通讯，会发生什么事? 特别就吸引负面诱惑与注意方面，是怎么发生的; 以及为什么这么多团体通讯的结局是奇异的混合资讯?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，他的名字 虽然永远无法言说，他的本质从未揭露，却是一切万有[所有曾发生的，所有将发生的，所有幻象，所有我们不知道的] 之源头与尽头，然而 我们希望知晓，那躺卧于奥秘之外，无法被人格、言语、意识或活动知晓的太一无限造物者.

我们以无法命名者之名说话，我们崇敬与仰慕一个我们无法衡量的奥秘，并在其中讲话. 我们谦卑地来到你们面前，因为你们对我们而言是容纳那奥秘的锺爱自我; 如同我们对你们(的关系)一样.

然而，我们无法把它给予自己，我们必须将它给予他人，接着你们以百倍的份量将它给予我们. 我们是你们的兄弟姊妹.

我们决定对这个器皿做出一次主要的让步，因为它重复地请求我们指派自己一个比我们指定的名称更多的称号，事实上，是更少的; 因为这个器皿并未凝视与寻找新的模范.

这个器皿是乡下人 与 古代人，要求我们在对你们致意时 使用”天使”的称号.

如此可增加她传讯的能力，也协助我们彼此的极化. 我们发现这个器皿崇拜造物主的个人偏好并没有污染，其偏好只是用神话故事来聚焦在那奥秘上.

结果是，我们可以对你们说，我们隶属于服务太一无限造物者的天使与星球联邦. 我们将尝试对这个器皿演说，但我们不要求你们接受我们的天使地位，或外星人地位; 我们不在乎. 把我们单单想成是这个器皿的心智(的想法)，这样即可满足我们，也满足这个器皿.

于是 我们移动进入你们今晚的询问.

一个管道(channel)的首先诱惑是在创造一条个人神圣途径之前，就尝试去传讯.这条神话般的途径，是该管道视为神圣的，是他抱持热情与奉献精神去持守的;如果必要的话，愿意用一生去护持它.

唯有那些知道自己为什么而活，为何种不死的原则而屹立的管道; 他们才能够承受每一个诱惑、每一个诡计、每一个愤怒、每一个怨恨、每一个将正面极性与文字代理人的灵魂割裂的人类情绪.

必要的关键是获致与持续长达一生的正直状态，于是该器皿成为一个奥秘的辩护者，不再与”为什么”奋力挣扎.

那些必须航行的人们就是天生水手，其他人留在陆地上可以过得很好.

那些想要使用灵性通讯并保持纯度的人们，好比这个团体，他们必须持续地实行他们神话般途径，从过去、现在、未来直到太一无时间的无限，无空间的永久状态. 这个要件的中心地位再怎么高估也不为过，我们不介意你选择什么目的去站稳脚步，我们只在乎你已经选择，并且是在全然盲目的状态下做出选择.

绝不，永远不要因为某个人的途径或某个人的真理而去选择. 因为只要是有效的途径，所有途径都通往同一的地方. 而你为了知晓自己创造的那一条途径即可达成目的; 只要它包含崇敬、礼拜、与情绪的净化; 如同这个器皿的神话途径.

确实，这个器皿并未负载许多基督徒认定的神话; 耶稣-基督从他布道之初就没有打算创造理解，而是创造困惑、挑战与奥秘.

有哪一条真实的灵性途径[许多人证实有效的] 曾经提供证据，或宣称知晓神祈面纱以外的东西?

谁可宣称在任何东西中知晓造物主，除了透过经验?

假设一个器皿准备好了，将自己献身于一个神职服务*，并且事先知道(自己)有许多人的属性将被剥夺，同时获得喜悦的经验，却也放弃快乐的迷人魅力; 那么该器皿可以进一步聆听.

(*译注: 这里的神职应做广义解释，并不侷限于西方宗教的特定工作)

但我们想像许多人会就此停住，心里说着“或许，我有一些工作要做; 或许我需要检视自我，这样一个终身的选择或许现在对我而言太沉重，我还不知道要往哪

里去；我必须继续移动 因为我还不知道回家的途径.”

让那些寻求 但尚未感觉要奉献于神职服务的人们继续凭藉盲目信心移动，但不是为了任何其他原因，而是为了天职的感觉，一次爱一个人，绝不是全人类，而是像你自己一般的个人；是这些个人聆听你，不是全人类.

这即是第一个，最大的诱惑，以为你可以拯救地球. 我亲爱的朋友，这里有许多我们的同伴，数目大到你无法理解；他们却不能够做任何事，除了对那些准备好觉醒的人们讲话.

第一个诱惑是想要超过仆人，超过一个愚蠢的虔诚者(的地位).

那些无法忍受成为傻子的人们绝对不能提供他人任何神圣领域(Holy Ground)的激发性描述，足以使听众开始感觉一些无法言喻的概念.

对于血肉之躯而言，许多人认为询问特定事件是应当的，但人们通常没有清楚地看见，就是在黑暗的岁月中，在危机状况中，一个人才会想到肉身必死的结局，

接着当肉身停止存活时，如何让她的蜡烛不要被吹熄?

于是 一个管道必须准备好，不是去预测身体的安全方式，而是确保灵魂的安全.

现在 为什么(一些)器皿们选择忽略我们单纯地拒绝回答呢? 你们可能会称之为小我(ego)问题，虽然这在术语学上是不精确的，由于这是一个极为偏袒的医者所使用的行话，我们并不选择这个术语.

我们选择将所谓的”小我问题”进一步地明确定义为较低能量中心的困难，也就是较低能量不平衡或阻塞. 而较低能量中心的阻塞，将阻止爱的完整能流到达心轮. 你们每个人寻求学习的功课都与爱有关.

结果是，任何较低能量中心的阻塞将导致一个新的器皿，或甚至一个很有经验的器皿，希望它对于这个或那个问题有一个答案，或许管道本身想要述说一个概念，当它察觉到我们的拒绝，于是决定提供自己的建议，因为它是无害的，又是这么好的一个建议; 虽然并未在能流之中，也没有成为爱的仆人.

那些做到最佳传讯的实体们事先清楚定义他们的需求，接着以谨慎严格与诚挚奉献的态度与大师连结，不与无法通过需求的灵体连结. 在大师面前，他们自豪地做为仆人.

敞开的心是对付这个单一最显着的反调频(detuning)机制—那就是管道本身的干扰.

想像看，你们人群当中有多少人不是在某方面被恐惧或依附所綑绑，你可以理解人们带着许多许多问题来到你这里，因为他们不知道从何处开始.

每个文化都已选择自己的宗教习俗，于是分化了合一(unity)，在任何一个宗教系统中，你找不到合一. 每个信仰的奇特之处与其它的逻辑与人性之产物互相竞争，伴随着无尽的口角与分裂; 再也没有其他事可以令忠实的反对派更开心了.

检视你们看待人们的方式，你如何评断他们? 你们的文化似乎遗弃十诫的全部，

但有一条诫命似乎不能废除，即“汝不可贫穷”.

在你们当中，你将发现你们充满欲望、古怪的想法、花俏的想像等等.

我们并不批判，只是强调你们在此拥有的时间很短，要做的内在工作却是惊人地多，并且要成为爱的见证者.

如果所有心力都浪费在虚荣、感觉良好、地位、权力、野心，爱与服务又在哪里?

我的朋友，你们每个人都比那更好，比那更强壮，比那更单一，比那更少需求.

如同这个器皿的用语，你们每个人都有基本的资格成为一位活生生的圣者，成为一个毫不动摇的爱之仆人，但是，喔 那选择者前方的工作是多么大.

我们对你说，在每一个时刻 你都有这个选择: 为永恒做很艰难的工作; 或者 在这个学校中很有野心.

如果一个最有钱 或 最有权势 或 最高地位的人来到你面前，如果你对他代表的价值有依恋，你的依恋有多深，你受到的测试就有多大.

在测试中，你尚未被诱惑，你只是看到两条路，一条是困难的，另外一条似乎是容易的. 留心那容易的道路，那流畅、简单、无痛的快速道路.

留意那个改变你生命的周末，或 一次永远唤醒你的意识之研习营; 因为你所寻求

的 你将得到，但你必须准备面对那份责任，因为每个荣耀后面都跟着一份责任，每个学习后面都跟着相关的作为.

一个在奉献与静默当中传讯的实体已经舍弃许多，让那些正面管道个别告诉你他们的故事吧. 我们向你保证，他们不会觉得自己放弃了什么东西.

对于一个追随基督[该器皿的用语]的实体，痛苦总是在那儿; 我们比较习惯称之为基督意识. 因为我们不想成为任何人的绊脚石，也不想显得亵渎，因为我们是那奥秘的爱好者，我们荣耀耶稣，这位大师为许多人开启通往永恒的感知大门; 这些人选择背起生命的十字架，活得彷彿每天都是生命的最后三个小时.

每一天 都如此炽热地燃烧，你将看见内在人性许多部份被烧掉，取而代之的不是冷漠，或缺乏感知，关心或怜悯; 毋宁是比较净化的成分，并且站在这个立场，至少能够了解如何将自我调频到可能限度中的最高点.

我们并未否认人性，它是珍贵的，每一个生命的每一时刻都珍贵无比，超过任何言语; 因为造物主选择这里为他经验的特质，你们都是那内在意识的发言人.

你们是爱与光，被一个动物承载，牠是纯粹、优秀、本能的生命，牠愿意服务因为牠看见这样做更靠近无限太一. 爱你的身体，祝福你的身体，关心牠，珍惜牠;但不要以这种或那种方式依恋牠.

许多人寻求智慧，可以使一个人感觉特别、精英、与众不同. 好吧，你们每个人都是不同的，你们每个人都是独特的，在整个造物中 只有一个你.

但如果任何人心中有股渴望想要 表面上成为比别人更好的管道，成为比别人更聪明或更先进的学生，拥有比别人更高深的理解水平，啊 这些事情将使一个人成为被优先挑选的对象；因为没有一个讯息来到你们面前不是受到请求而来的;即使是那些负面实体 如果这里没有买家 他们无法卖出他们的非物质商品.

那些不惧怕的人不会购买恐惧，那些不买(接受)爱的人将购买恐惧.

这个幻象十分地短暂，希望你们不要依恋它，确定你自己活出一个信念，如果必要的话 你愿意为这个信念而死；我们不轻易地说这句话，那些为爱成为傻子的实体们 他们的生活与死亡方式都是非凡的，他们为了神圣与圣洁之爱 给出一己的生命.

我们说的不只是殉道者，还包括那些生与死都在信心(faith)当中的实体们，他们总是被历史遗忘，但总是走在他们的道途上 永恒的大门为他们开启.

另外一个议题是清空自我以成为一个适当的仆人，因为我们必须使用最纯净的器皿好提供最纯净的通讯，于是我们谦卑地提供服务给你们，为此 我们十分感激.

我们听到你们录音机的喀嚓声，表示我们讲说的时间已经到了尾声.

我们是如此、如此开心，受到你们的呼叫与陪伴的祝福.

我们希望你们可以在喜悦中前行，闪耀如同太阳一般，带着幽默感与轻盈的步调凝视这世界，在任何场合总是祈请欢乐.

这是第三密度，选择的密度，你是否已经做出选择，并且在选择之后，你是否成为自我真理的见证者?

我们现在离开这个器皿，转移通讯到 Jim 实体身上，我们再次大大地感谢你们，我们是你们认识的 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次地 我们透过这个器皿在爱与光中向你们致意. 此时是否有任何的询问?

Carla: Q'uo，你是否真的让我说"天使"，我想要确定不是我..[听不见]

我是 Q'uo，我们的确这么做了，我的姊妹.

Carla: 这是我收过最美好的圣诞节礼物了，谢谢你，Q'uo.

我们乐于提供一个更令人愉快的包装纸，然后送出这个包好的礼物，我们感谢你的服
务. 此时是否有其他询问?

此时 我们将离开这个器皿与小组，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开大家.
我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友. Adonai.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0605 章集：人类、意识与理解之八

Copyright © 2008 Walt Rogers

1959 年，十一月 30 日，星期一

平安与汝同在，我的朋友们，平安与汝同在.

今晚，亲爱的，一个特别仪式正为汝举行. 汝等每位都有一位智慧顾问(Wisdor)，外加两个实体正在进行仪式；进行这个仪式的主要目的是提升你们每位的振动，以及这个集会场所的振动.

现在，亲爱的朋友，让尔等尝试保持一个崇敬与感激的态度，从而开放道路 让这股好的振动进来. 当我说话的同时，该仪式将继续进行.

不要让你的心受困扰，也不要让它恐惧，因为 看啊，我是(I AM)在全时间与你同在. 为什么，我的朋友，恐惧在地球人的心中如此盛行?

地球的人类，世世代代以来，被教导恐惧，恐惧已经成为他意识的一部分.

人类如果想要进步，他必须超越恐惧去生活.

人类必须深掘自己的意识，将各种潜伏的恐惧连根拔出.

让我们仔细地看见它们的样子，当我们在爱中观看它们，我们将发现它们渐渐消失于无形虚空中，即它们真正的本质.

为什么我们惧怕他人的言语？让我们仔细检验这个心中的小恶魔；让我们看看它包含什么，当我们靠近观看，发现它是自大(ego)与骄傲很亲近的伙伴.

我们发现自大正不顾一切地战斗 好让它不受到压制.

它渴望站出来，受到注视，它如此想要存在于世上.

我们发现为了要消除这个特殊的恶魔，我们必须避免让自大先生出场，当我们这么做，我们发现这只恶魔消失了，我们发现那些我们原本惧怕的话语或声音不再带给我们伤害，我们甚至发觉它们带给我们一些好处.

亲爱的朋友，如果我们将心中的小恶魔 一只一只拿出来仔细检查，我很确定，你将发现它们都没有根基.

为什么我要告诉你们这些？你心里说“我知道也了解恐惧是我们文明中的一个大问题.”但，朋友们，我质疑你们真的了解地球人被他自己的恐惧阻碍的程度.

朋友们，好好地思考这点，好好地思考这点，然后为你自己的发现下结论.

愿太一伟大力量之平安、爱、与理解在你们每个人的心中安歇.

我将平安与祝福送给你们.

我是 Anthon.

***

1959 年，十二月 21 日，星期一

你们好，我的朋友.

在你们的许可下 我今晚可以待在这里一会儿.

这个星球上的大批人群，称呼他们自己为基督徒，正准备要沉溺于一场大规模的庆典，根据我的理解 这个庆典的主题是—平安降临地球，对所有人表示善意.

不是这样吗，我的朋友？有大量这类的话将在未来几天述说，但我质疑有多少人真正去思量它们？从我们的致高点观看，看起来 这个主题已经几乎完全迷失在俗艳的喧嚣之中.

世世代代以来，你们导师的出生故事年复一年地被传述，由于你们宗教记载的错误，这个故事只有部分是准确的，但这并不很重要.

你们人群已经接受这个故事，却很少去努力尝试以科学的方式解释这些事件. 好比说你们的故事中提到的漂浮在天空的星星，你们的科学家如果在今日看到那样的现象，应该不会在没有科学解释的情况下接受它.

但为了理解这个现象，你们的科学家需要更有灵性，因为当他们变得更有灵性，他们将接受与理解许多宗教记载中述说的事件.

让我们回到讨论的主题，地球人已经逐渐了解和平的重要性，但为了将和平带到人间，他必须先从自己开始.

所以，当我们来到这个欢庆的季节，让我们每个人都很努力地在我们心中建立一个和平、爱、与理解的意识.

当我们这么做，我们尽我们的本分去建立真实的合一状态与手足情谊，我们将为地球带来一个爱、和平、与理解之新纪元.

很高兴同你们说话，这是我第一次有机会透过这个器皿说话，我很欢喜.

我将平安与祝福献给你们.
就这样子.

***

1959 年，十二月 28 日，星期一

在光中问候你们，我是 Oxal.

我们收听你们今晚的对话，发觉你们的讨论相当有趣.

如你所知，人类的故事相当冗长与复杂.

你们花了一些时间谈论经验，以及人类如何需要去经验，朋友，这是真的，因为人类没有经验就不能知晓. 我相信你们当中有个人大致是这样说的: 你们想要上升到比信仰更上面的地方，进入知晓的阶段，我说得对吗?

团体: 是的.

那么，我的朋友，你们必须经验，因为唯有透过经验 你才能知道. 我可以花许多小时详述我的经验，但这样不会带给你知晓.

行星地球上有许多、许多的宗教，形而上与玄祕教导，每个派别都以整体真理的一部分，然而 我们尚未发现任何一个拥有完整的真理，但每一个都是寻求者可用的台阶. 因为每个人都在不同的理解水平上，每个人依据自己的理解能力去寻求.

寻求新经验的人将为自己带来新的知晓; 但人类必须在寻求真理的旅程上 再多走一步，他必须也寻求与渴望去服务.

因为纵使人类获得所有的知识 却不服务，他的知识对他只有很少的用处; 人类将发现当他同时寻求与服务时，他将在理解的螺旋阶梯中 不断地向前向上攀升.这个螺旋在哪里终止，我们不知道，它是如此广大，以致于我们对它的认识只有一点点.

我想稍微提一件事，或许可以缓和某些人的焦虑.

当人类移动穿越进化的过程，他通过许多经验的时期，你们现在正通过的生命或存在时期，是在这条陆上一个最重要的经验；在这个(存在)平面上 各种生命的意识有很多样化的状态.

尝试以一个人在此生的表现去评判一个实体是至为残酷的.

许多人在这个星球上度过多生累世，然而，他们现在记不得过去发生什么事情，

亲爱的，这本应该如此，因为如果许多人能够回顾过去的多生累世，他们会在极大的恐惧中畏缩起来.

然而，过去这些经验对于个体的进化是十分必须的，因为当这些经验聚集起来成为一个意识状态，于是该实体能够适当地评估它们，他将拥有一份伟大的知晓.

任何人的灵魂成长不能从他在这个(存在)平面上的表现来决定.

亲爱的朋友，寻求你自己的经验，你的内在意识会导引你，你将找到你需要的经验.

那么 我将来自天主子(Sons of Adonai)的爱与祝福献给你们.

我是 Oxal.

***

1959 年，十二月 28 日，星期一

祝福你们，我的朋友，平安与你们同在.

喔 伟大与荣耀的造物之圣灵
让您的孩子们的双眼打开

于是他们得以看见眼前的奥秘
于是钥匙得以向他们揭露—
打开生命之门

愿他们的知识、理解与知晓
现在变得了了分明

愿他们的心敞开，每个人以他自己的方式
进入对普世大爱之理解
如同在生命较高领域中知悉的方式

愿理解在您的孩子当中增长
于是将他们带到合一状态—
那永远不再破裂的状态

就是这样—就是这样—就是这样...

***

1960 年，二月 1 日，星期一

平安与汝等同在，我的朋友，我将问候与爱献给你们每一位.

我是 Anthon.

我经常觉得我是这个集会的一个永久成员，因为你们集合的时候，我很少不与汝等同在. 我今晚只讲一会儿，亲爱的朋友，因为我们将介绍一个人给你们认识，他有许多年居住在你们的星球上头，他来自远东的一所神秘学校，但今天他在人类当中移动，并执行一项伟大的工作; 你们马上将听见 Yom 的声音.

Yom: 你们好，我亲爱的朋友，我感谢有这个机会进入你们的家，我希望我是受欢迎的，是否如此，朋友们?

团体: 是的，谢谢你.

我曾经是地球上一所神秘学校的老师，在那儿教学多年后，大约在一年前，我的职责是离开那学校，移动到地球人当中，尝试提升人类的意识.

我希望你们原谅我的英文能力，因为我并不大熟悉你们的语言.

今日，你们星球上的大师们正大力推动一个工作，以及许多乙太层级与高度进化

星球的生命共同加入这个工作. 完成这个工作是非常必要的，好让行星地球得以做好准备，与你们的太阳系一起移动进入宇空中新的位置.

憎恨、消极、贪婪与纵欲已经在你们的文明中获得稳固的立足点，也已设置一个广大的负面能量场围绕你们星球; 必须要设法使它消散. 我们正在尝试做这件事，需要许多的帮助，你们每一位都可以帮助我们，藉由在日常生活中散布爱与理解，还有在你们的冥想中，在心中传送爱与光给我们，可以大大地帮助我们.

我们将十分感激您的协助，同时 你也为自己带来许多好处.

就我的理解，你们刚刚成立一个团体称为理解. 这是很好的，我们高度希望这个理解团体将日益成长，并将人群都带入理解当中.

我必须说这个立意非常好，但除非你真正工作于散布理解，这个名称不会带给你多少好处.

只用一个名称是不够，我们必须传播理解，我们必须致力于将理解带给地球人群.

我们必须尝试去理解邻居、朋友与所以我们接触的人.

我们必须示现理解; 光是讲述理解是不够的，我们必须成为理解.

朋友们，让我们先从那些亲近的人们开始吧，然后 让我们看看这份理解的散播.

朋友们，许多世纪以来 地球人群说了一大堆关于爱与理解的宗教与哲学，但就

到此为止了.

现在，该是时候了，让我们展现 那些我们谈论很多的东西. 一般而言，人类使用发声系统太频繁了，然而 他却没有足够地使用双眼与耳朵.

有人告诉我，我的时间已经到了，我现在将离开你们.

我要再次感谢你们，愿意接纳我到你们的家中，谢谢你们，我希望我还有机会与你们再次谈话. 这是我的荣幸.

朋友们，我希望你们都将获得伟大的理解.

我的祝福给予你们，愿无限太一之平安在你们每个人的心中安歇，现在与永远.

晚安，朋友们，晚安.

***

1960 年，二月 12 日，星期五

我在无限造物者的爱与光中问候你们，我是 Hatonn.

地球人目前正面临最巨大与快速的改变，地球人的进化正以不断增加的速度行进中.

今年是 1960 年，有几件事将使你们的科学家受挫. 对了，我应该说他们将感到大大地困窘，在他们尝试以权威的身分给予解释之后，发觉他们必须收回自己的话语; 对于知识份子而言 承认自己在专业领域上缺乏知识似乎是件困难的事.

我们可以说，知识份子的大脑通常相当自负，朋友们，伟大的真理并不来自所谓的权威，毋宁是来自普通人、谦卑的人与专一奉献的人.

人们常说我们的接触对象应该找那些权威与官员，也就是所谓的台面上人物; 然而 当我们做了这类接触之后，结果都是负面的. 因为这种人物的自负(ego)是如此庞大，那恐惧不允许他们将这些真实的经验与人类同胞分享.

但真理无法被压制太久，因为真理不管任何反对势力 都以一套找到目标的方法. 真理的路径总是对那些寻求的生命敞开，一步接着一步，你将找到真理.

然而，我们不知道地球上有任何一个人包含完整的真理.

因为对人类来说，真理是个人的事情，因为没有两个存有站在同样的理解水平，

因此 也没有两个存有拥有相同的真理.

对于个体而言，真理是恒常-改变的.

确实，我们拥有绝对，但亲爱的，它躺卧在极为遥远的未来.

如你所知，我们不宣称到达绝对，因为我们也正在成长，我们在理解上比你们前

面一两步，于是 我们有义务对你们伸出援手；好比在我们之上的生命也协助我们. 亲爱的朋友，这就是爱与理解.

我们只能指出一条路，我们希望你们将来对那些走在你后头的存有也这么做.不，朋友们，行星地球并非在(进化)阶梯的底部，还有其他存有在后面跟着，你们对于这些生命有一个义务，我们希望你看见这个义务 并且在不久的未来实践它.

现在，我的朋友，我将离开.

愿你们每一位 每一天在爱与理解中抵达新的高度
愿你们每一位 在人生旅居的经验中 变为更睿智更好的个体
愿璀璨太一之爱与理解与你们同在

Adonai，我的朋友.
Adonai vasu borragus.
我是 Hatonn.

***

1960 年，二月 16 日，星期一

在光中问候你们，朋友们，我是 Oxal.

行星地球与她的人群的行动此刻正被密切地观察.

我们对于你们科学家与工程师正在进行的许多实验很感兴趣.

你们人群对于这些实验知道的很少.

关于这些实验与研究，你们人群被允许看见或听到的消息有大部分都是幌子.

在几年前 其他行星的个体给予你们政府与科学家特定的有趣物体.

你们的政府目前拥有两架我们的飞行器以及几个其他的工具与装置.

他们花费许多力气 尝试去解决他们认为的奥秘.

然而 直到今天，他们尚未从这些东西获得很多知识.

看起来 他们还不能领悟人自身的重要性，人内在蕴含的力量.

不过，渐渐地，解答开始在少数人的心智中露出曙光，我们很有兴趣地观察着，观察这场正在发生的改变. 从这些人当中 以及其他尚未觉醒的人们，将产生伟大新时代的领袖群.

很快地 即将发生的事情将困惑地球人，促使他去思考与了解自己的知识有多么渺小，促使他收回自己部份的想法，从一个新的观察点重新出发，接着在一条不同的路径上 前往一个新的、更大的理解.

在这个时候 你们的科学家、天文学家对于天空中的某些事物感到十分困惑. 他们

很少谈论这些，因为迄今 他们尚未学习到谦卑.

他们必须了解自己的责任并面对它. 你们最近的新闻报导一个物体，一个在你们星球轨道运行的物体，我们为此负责.

无论如何 我无法详细地描述它，它没有什么重大的后果或重要性，它只是促使一些人去思考.

地球人的心智不能一下子接受大量的真理，为了他们好，必须慢慢地喂养，每一次比上一次多一点点养分. 这不是一件容易的职务，因为时间很有限.

我们发现必须运用各种可能的捷径，好达成我们必须遵守的行程.

我的朋友，你们每个人都能以你自己的方式去加速地球人的进展，藉由寻找任何可能的机会去洒下种子；当你感觉到指引时 持续地去喂养羊群.

你们许多人已经做了许多，我们为此感激你们. 我确定，当你从事这个服务时你的心中已经感受到奖赏.

现在 我离开你们，我将我的族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

☆ 第 0606 章集：骑乘改变之风

2008 Tom Kenyon. All rights reserved.

原始网址:

http://tomkenyon.com/winds-of-change/

(c)2008 Gilad [以色列戈兰高地]

A Way of Human Live gone Forever

简介

在古埃及神话中，Hathors 是 Ra 的妻子；在星际联邦系统中，Hathors 相当于 Ra 的合作伙伴或开路者，不管你相不相信这些，其实都不那么重要.

重点是这篇文章中传达的讯息，相当切合时局与大环境，可说是相当大众化的讯息. 感谢突来的蔷蜜台风，让译者找到这篇文章，并有时间及早翻译出来与大家分享.

祝各位展读愉快. 欢迎大家转寄给您觉得有需要的亲友.

当然，这一段简介可以省略，或可避免无谓的麻烦.

附带一提 本文发表地点是观光景点，很美也.. 请参考以下网址?

http://hsuenchin.pixnet.net/blog/post/19289701

本文

2008 年七月 20 日

希腊，帕罗斯岛

我们想要探讨目前正在发生的全球与次元之间的改变，以及人类心理反应的几个层面.

敏感的个人最容易产生这类的反应，然而他们也为了那些在灵性上尚未觉察与聚焦再物质实相的人们做出示范.

我们现在描述的是一种全球性的无望感，有些个人已邻近绝望的边缘，感觉做什么都无法改变事件的航向. 对于某些人，这感觉导致一种沮丧，缺乏动力；过去曾给予生命 意义、目的、与喜悦的东西，现在似乎都是空虚.

对于其他人而言，则有一种与日常生活极度脱节的感受，彷彿他们正观看一部电影. 他们走过生活的各种动作，但他们的心不在里头.

对于另外一些人，他们有意识地与生命网络连结，物种的损失、生态系统的破坏，使他们感到特别难以为继.

对于那些主要聚焦在物质实相的人们，他们生活在三度空间当中，这些日子变得越来越挑动他们焦虑的神经，因为我们先前预测的财务忧虑此刻正临到你们头上，它们只会更加恶化.

除此之外，来自[我们曾提到的]宇空深处的进化与催化的波浪正持续升高中.

那些尝试透过经济、政治与宗教来控制你们的人们发觉这件事日益困难，然而他

们正在强化他们的努力；有些个体觉察这两股张力 感觉自己被夹在中间.

的确，从时间与空间的立足点来看，你们被夹在中间，进化与退化的两股张力使你们夹在中间.

从灵魂的立足点来说，这是一个强而有力的时期.

全球的改变正在发生，如果你们能够采取集体与个别行动，一些比较剧烈的毁灭性改变将获得缓解.

你们身为灵魂的机会，也就是一个过着人类生活的灵性存有，即是航行度过这些表面上负面的改变，进而强化你自己，向上提升你自己.

我们先前已经给予我们对于最近未来的观点，我们不再重复，你们如果有兴趣可以看网站上的存档.

在一片充满恐惧、敌意、偏执、谎言与操控的大海中，你如何安然地航行通过?

入门者(Initiate)的旅程即是一条意识提升的途径，找到穿过织针之眼，或 暴风之眼 的一条通道.

让我们使用飓风、龙卷风或台风的例子，因为它们在数目与强度上都将逐渐增加. 如果你们正处在风暴的边缘，你将暴露在风与水的毁灭性力量底下.

但如果你位于风暴之眼，矛盾的现象，则是平静的. 你可以看见远方的风暴边

缘，但在中心，一切都是平静无波的.

以我们的视野来按，你们必须自己找到风暴的中心点，这是入门者，灵性大师，的道路.

没有一个人可以教你怎么做，只有你可以拯救自己脱离迎面而来的风暴；我们说的不只你们外在的东西，天气的风暴、政治与经济的风暴，也意指你内在的风暴，心理与情绪上的冲突等.

当你们活在一个现正逐渐溶解的世界，而新的世界尚未完全成形，只存在很少的坚实地面，这样的状态激起大多数人心中的焦虑.

你们大多数人尚未学到如何优雅地与混乱共舞，但不要担心这点；

很快地，你们将有许多舞蹈课程与机会，学习与混乱伙伴[一直起漩涡的不确定性]和平相处.

在这些时候，对那向下的螺旋投降似乎比提升容易；然而，活出向上提升的意识即是你们为什么此刻在这里的原因.

正是为了你的灵、心与识，一场战斗在地球上展开，我们先前谈过这场操控的特性，我们无须在此讨论，再次地，如果你很有兴趣 请参考网站上的存档.

我们想说的重点是，即使在逐渐增多的混乱、困难与表面的灾难当中，你们要在心中找到灵性的勇气，找到向上提升的生活方式.

我们说到表面上的灾难，因为这些事件其实是跨越次元的，好比暴风、飢荒、失业等等，其本质都是跨越次元的.

当然从你们所在地方性空间观看，这些事件非常困难，十分难以处理.

但站在你的跨次元自我[灵魂，意识的火花]之立足点观看，这些事件却是大好机会，可以大幅促进灵性进化的速率.

是故，你目前的处境并不会綑绑你，关键是你如何观看它 决定它将囚禁你 或释放你.

不管在什么情况下，我们对你说，有许多门户通往意识的自由.
有些门户牵涉到与他人互动，踏出过去的感知框架，以新的方式互动.
有些门户是与你所谓的敌人 找到一个共同之处.
有些门户是个人的，单纯地找到你与跨次元实相之间的一个新关系.
有些大门将导引你跳出既有思考的限制，发现新方法去解决地球与人类的问题.
有些大门将引领你超越地球，进入其他的灵性实相.

让我们更具体一些，举例来说，你最近丢掉工作，你收入的来源，这是一个非常有挑战与令人焦虑的处境. 恐慌是其中一扇门，责备是另一扇容易打开的门.

还有一扇门是好奇，如果你选择对于未来会发生什么感到好奇，你为自己打开新的可能性; 那么 你将不会关闭自己的意识 朝恐慌、愤怒、与责备等较低的振动方向沉沦. 如果你保持好奇的焦点，看着混乱将把你带往何方，你可以更快速地

发现新的解答.

我们了解阅读这些话语的读者们位于许多不同的理解水平上.

因此对我们而言 要找到一个对所有读者都切实可用的建议是一个挑战.

你们有些人早就知道我们在说什么，知道你们内在的各个门户，开启之后将带领你通往更高的命运 与 快速的解决方案.

你们有些人思考并感觉，当其他人都在受苦与禁闭当中，自己没有权利去追求心与识的快乐或自由.

但我们对你说，你能够提供给人类同胞的更大服务是解放你自己，脱离侷限意识的囚禁，因为如此 你方能以新的方式与他人互动，透过这些互动 新的大门得以向他们揭晓.

所以 当你发觉自己气馁、破灭、失去连结，对于生命没有渴望，了解到你只是漫游通过内在意识的一扇门而已，有一些势力庆祝你的冷漠，因为这样将更容易控制你.

当你认出自己处于较低的振动表达，抓出这一刻，踏出那扇门，踏入另一扇门.不管在什么情况下，你都拥有选择的力量.

即使再最困难的时刻，当所有门户似乎都关闭，没有一个可用的选项，我们有一个简单的建议. 它听起来可能陈腔滥调，会太过简单，但它却能发挥杠杆作用.

因为改变一个局面，你只需要一个意识内的小步伐，然后从这一小步开始，释放你内在巨大的力量.

当你身处个人的大苦恼当中，外在的困难接踵而至，如何踏出这一小步？找到某个可以欣赏感激的东西.

一个简单的例子：当你的呼吸受限时，你做一个深呼吸，然后你感激这个呼吸.或者 欣赏天空中的某个颜色，或某个使你发笑的东西.

这里的重点是，当所有选项似乎都关闭了，如果你找到某个可以欣赏或感激的东西，不管是多小的东西，你都在意识中创造一个小的动作，接着伟大的事物得以开展.

我们觉察你们有些人将骑乘改变之风 优雅地穿越这些风暴. 但即使如此，三不五时 当旧世界消溶进入新世界之际 你们将受到挑战，仍然可能陷入混乱时期的网罗中；届时 我们希望你回想起这个简单的建议，记得找到某个可以欣赏的东西，随着那意识中的移动 你将找到并开启新的大门.

我们在心与识中，为你们与人类家族保守一个伟大的崭新实相之愿景，

愿它成真. 愿你们使它成真.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0607 章集：人类、意识与理解之九

Copyright © 2008 Walt Rogers

1960 年，二月 22 日，星期一

亲爱的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，我是 Hatonn.

此时我乘坐在一个载具中，位于你们上方 距离不超过 8 英里.

为了你们的好处 我们建立了一个宇宙能量的场域，你们有些人称之为浓缩形式的普那(prana).

在这个时候，这个房间完整地浸泡在这个能量场当中，现在 将你们的态度调整为尊崇与感激，尽可能地强烈地观想—这股能量流过你; 观想它流过你存有的每个细胞. 观想这股能量流过脊椎，接着进入身体的神经中心，分配到肉体结构的所有地方. 深深地将它吸入你的肺部，导引它前往身体的所有部份，特别是比较虚弱的部份. 我们现在中止通讯，允许你们花一些时间吸收这股给予生命的能量. [15~20 分钟之后]

我们真诚地希望你们接收到一些好处. 你们呼吸的大气包含大量的这种能量.

一旦你们学会如何汲取内在这股能量 并加以应用，你可以导引它到任何需要的地方. 你们可以经长做这个练习，我确定你们将获得很多益处.

现在，我的朋友...

[遭到现场发问的中断]

发问者: 不好意思，在你走之前 我可以问一个问题吗?

可以，我的女儿.

发问者: 当第三个卫星进入轨道，是否有更多的普那可以为我们所用?

你在全时间都可以取用，它就在你呼吸的空气当中，你只需去使用它.

发问者: 你与 Oxal 先前不是陈述 这颗卫星上轨道后会增进这个东西?

那是完全不一样的东西，普那瀰漫在大气之中，只是地球人还不了解他呼吸的空气之重要性. 人类必须学习去使用他的心智，那蕴含于人内在的创造性力量.这些卫星使用的装置是为了扩大一种不同性质的宇宙能量; 当人怀着爱与敬意送出能量，也会增进这些宇宙能量; 接着它们返回地球人身上 帮助他的灵性成长与理解. 这样说清楚吗?

发问者: 普那跟宇宙能量不是同一个东西?

不，普那就在你们的大气当中; 环绕你们行星的这些行星使用的能量不在你们的大气层之中，这些能量不存在于地球的大气当中.

发问者: 那么 我们必须将爱传送给大师们?

的确，你们的爱、感激，爱即是能量，大师们拿取这些能量 加以放大，然后回向给人类.

发问者: 那么祝福与喜爱地球，与卫星; 那就是爱之能量，不是吗?

(是的) 如果，你是在爱中做这些事.

现在，朋友们，我必须离开你们，我将吾人之爱、祝福、与理解献给你们.

愿辉煌太一的平安环绕你们，全时间与你同行.

Adonai vasu，我的朋友. Adonai.

***

1960 年，二月 29 日，星期一

我的朋友们，平安与你们同在.

在不算太久的岁月以前，我双脚踩在这个星球的地表上，我靠捕鱼维生，然后伟大的导师与师傅到来，使我成为一个渔人者.

我已经观察你们星球的进展许多年，逐渐地 我注意到人在科学上的大幅进展.地球人感觉自己在文明的进展上大步迈进，这是真的，然而 地球人在思想或态度

上尚未有很大的改变.

贪婪、纵欲、与憎恨仍然在地球人当中盛行; 特别是在一些所谓的高度文明的国家之中，人们远离对造物主的尊敬态度.

人类宁可转身投向强大美元的怀抱，用你们的话语，金子就是他的上帝、他的力量. 他不信赖造物主，金子与银子成为宗教机构的律法. 他们甚至尊敬金银胜过造物主，虽然表面上 他们尝试做相反的表现.

地球人现在站在十字路口，人们必须做出选择，用爱与理解取代憎恨、贪婪、诈欺与色欲. 地球人必须很快地进入爱的理解 好让他的文明得以存续.

时间就是现在，光的孩子们.. 接受你对人类的义务与责任，向造物主祈祷 使你拥有力量与智慧去执行这些责任与义务，然后透过爱、光与理解强化你前行的决心，做你必须去做的事.

今晚与你们相处一些时刻是我的荣耀与喜悦.
我的平安与祝福 与你们同行.
我将永远准备好帮助这群十字军(Crusade)，现在 我在爱中离开你们.
我是约翰，平安.

***

1960 年，三月 31 日，星期四

大家好，我是大角星(Arcturus)的 Oxal.

当行星地球向前移动，准备站到它在新时代的位置，它面临一个伟大的改变，不只地球如此，整个星系都在移动. 将临的改变远比你们大多数人设想的巨大许多.

地球人有一个伟大的任务—准备好自己进入这个新的领域.

挚爱的朋友，时候到了 地球人必须引发一个理解的新纪元，但最重要的，他必须理解自己.

人类必须从当下所在的位置开始，他必须一步一步地在理解中成长.

今日 行星地球十分需要人类获得对自己与同胞足够的理解，好让他能与兄弟姐妹在和平与爱中共同生活.

人们必须消除贪婪、纵欲、与憎恨，而唯有透过爱与理解 才能够分解它们. 这种爱不是地球上一般人思考的爱，而是延伸到全人类与所有造物的爱.

人类做为个人只到某个程度，然后他成为整体的一部份，你在我里面 我在你里面. 你的问题就是我的问题，我的问题也是你的问题，每个存有为了整体的好处共同工作着. 朋友们，这即是缔造一个强有力星球或强有力星系的要素.

地球上的居民必须学习共同生活与工作，因为很快地 地球必须学习它在银河中的新位置，并准备好与星际联邦中的其他行星协同工作.

行星地球已经孤立自己够久了，是时候了 它该肩负起进化道路上的职份.

地球人必须了解这些事情的重要性，亲爱的朋友，你们每个人都可以尽自己的力量促成这些事. 时间很短，要达成的事情很多.

当地球人进入新时代，将成为一个新的族类. 由于新的太阳即将移动进入你们的系统，人类曝露在新能量底下; 将使得人类成为一个更为高尚与精鍊的族群.

我的朋友，我离开你们，将我的族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1960 年，四月 11 日，星期一

平安与汝同在，我的朋友，平安.

(在演说之前 有一段唱诵)

我知道你们在想这是怎么一回事，所以我将给予尔等一个简短的解释.

我们在你们周围建构一种振动，我并不是孤单的，尔等每一位今晚都有援助在侧.

我只是透过这个器皿带出这吟唱，好让尔等可听见. 挚爱的朋友 这是为了你们的

益处. 我们已经在此建立一个伟大能量场 对于你们每一位都十分有益.

现在 亲爱的朋友，我想要每一位将这股能量带入你们的存有当中.

我建议你们每一位挺起腰杆坐在椅子上，深深地将它吸入你的肺部.

我将透过这个器皿展示动作，当你们将这股能量引入你的内在，深深地将它吸入你的内在 接着持守它—不要将它呼出—让它一点点地渗入，然后在脑海中导引这股能量到达你身体中任何需要帮助的部份. 观想这股能量流到这个位置 带来平衡 以及该处细胞结构的福祉.

发问者: 我们是否该将它观想为一道光?

以任何你喜欢的样子观想它，但观想它流到你最渴望协助的地方.

另外一些解释: 将能量透过鼻孔引入; 不要勉强尝试屏息，当你呼气时 只要让它慢慢地、渐渐地流出，缓慢地—好让这股能量停留在身体之内.

现在 朋友们，让我们开始.

吸气 ...

(练习大约十分钟)

就这样子，朋友们，我想问你们大家是否在这个练习中感觉到一种刺激?

团体: 是的.

我的朋友 这令我们满足.

发问者: 不管您有没有建立这个能量场，我们是否都能从这个练习中获益?

是的，我的女儿. 在任何时间进行这种练习都能获得许多好处，但今晚我们增强能量之故 你们可以获得双重的好处.

我很高兴为尔等举办这种练习. 我最高的希望是你们全部都接收到很大的好处.

现在 愿无限太一的平安、爱与理解在尔等的内心深处安歇.

我的爱与祝福与你们同在，我是 Anthon.

平安与你同在，平安.

晚安，我的朋友.

***

1960 年，四月 18 日，星期一

平安与你们同在，我是 Anthon.

再次地 今晚我的朋友 Yom 与我同在，在过去的某个时候 他曾与尔等谈话.

我在想 你们是否想要再听他讲话?

团体: 是的.

那么 我将站到一边 好让他可以与你们讲一些话.

Yom: 朋友们，傍晚好. 再一次 我很开心来到你们的家 与你们共度一些时光.我感谢你们恳切的礼貌与善意.

几千年以来 人类的灵性程度提升得非常、非常少.

人类对于自己知道甚少，也不知道人生的目的. 地球人的心智状态相当地令人悲叹. 无论如何 人类开始稍微地瞥见某个比自身还巨大的东西，某个潜藏在人生之外的东西，此时此地 ...

发问者: 不好意思，在你离开之前 我们可否问一个问题?

是的 我将在我最佳的知识范围内 尝试回答你们.

发问者: 你是否愿意在灵性医疗上 给予我们更多的帮助?

具体而言 你们想要知道什么?

发问者: 更多关于脊椎与椎间圆盘的医疗知识.

人类在这个环境中受苦有许多的原因，同时也有许多方式带来治疗.

有许多伟大的上师在每个时期行走在这个星球之上，他们拥有伟大的治疗力量.这些上师拥有伟大的宇宙法则的知识，他们拥有伟大的灵性与科学理解，因此他们能够从事伟大的治疗工作.

但 朋友们，治疗另一个人不总是解决问题的答案，因为我们大多数时候受的苦是我们自己行为、思想的后果. 最要紧的是 将平衡带入我们的肉体存在之中—我们需要正面地思考 消弭那些带来苦难的东西.

发问者: 肌肉或骨头受伤是否需要物理矫正或操作，或置换的手术 伴随正向思考?

不必然，因为透过病患自身的行动，许多、许多这类的损伤部位可以自行回复到正常状态.

进一步地说 许多所谓的脊柱与椎间圆盘的伤害位于椎骨[你们也称为软骨]之间，你们的西医不知道这些伤害有解药.

他们告诉你 一旦这些软骨受伤 它们绝不会痊愈 因为在这个材质中没有血液流动. 但我对你们说 它们已经痊愈; 许多人都有过这类的伤害 然后自行痊愈.

因为大自然能够治疗任何她创造的东西.

有些人拥有巨大的力量可以带来治疗，但除非该病人自己消除一些导致受苦的状态，他的康复无法维持太久.

我确信你们每位都知道好些这类的例子.

发问者: 为什么这些医者不能来到我们当中 治疗所有苦痛 好让我们能够更轻易地进行正向与充满爱之思考?

曾经有许多医者住在你们当中，朋友们 我必须说 不管一个医者有多么伟大，除非该病人做好自己的本分，医者是无能为力的.

有许多故事述说你们伟大的师傅，你们称为耶稣，在他在世的时期 耶稣带来许多伟大的治疗，但所有这些故事都没有讲述他多次失败的经验，因为许多来到他面前的人们寻求医疗 却没有信心，他们心中也没有爱，于是他们没有痊愈.

朋友们，如果你寻求治疗 先将你的心充满爱.

不要让你的心变得愤怒，因为心中一秒钟的愤怒造成的伤害 即使十小时的爱也无法抵消.

朋友们，如果你寻求治疗 请开始储备平安、满足与爱在你的存有之中，当你这么做，某个实体将在对的时间帮助你，接着你将接收到你需要的帮助.

我被告知 我与这个器皿相处的时间已经到了.

他的老师就站在他身边 持续守护他.

我再次感谢你们邀请我来作客.
如果我说的任何事情对你有益处 我很高兴.
我希望我说的东西没有打扰你们.
现在 我向你们道声晚安，我将祝福献给你们.
再会 朋友们.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0608 章集：灵性与灵魂

Copyright © 2002 L/L Research
周日冥想
1991 年一月 6 日

小组问题: 这个傍晚的问题与心/身/灵复合体的本质有关，特别是关于灵性(spirit)复合体，它跟我们所知的灵魂(soul)有何关联? 这样的知识如何帮助我们学习认识自己，以及能够提供更多服务?

(Carla 传讯)
我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们至为蒙福地 能够与你们分享这次的经验; 另外我们可能在你们的寻求过程中提供服务给你们，使我们更加地蒙福. 以你们的说法，我们此时的寻求全部聚焦在透过尝试服务你们来学习.

因此，你们的问题是给我们的一份大礼物，因为这是我们此时学习与服务的方式. 我们同样走在通往无限太一的道途上，我们同样是有限与有瑕疵的存有.

我们是错误制造者，我们给予一些意见; 但我们绝对无法完全地准确，因为准确不在文字当中. 我们只能给予你们一些我们理解的概念 然后转换为近似的语言. 我们感谢你们给予这个机会，但请求每位读者运用自己的辨别力，你将认出那些属于你的概念，彷佛你早已听过似的，只是突然想起来.放下那些不属于你的概念，在任何情况下，不要让我们的任一个谜题成为你的绊脚石.

这次的问题是关于灵性复合体的本质，以及它与你们称为灵魂的实体之关系.

在开始之前 我们请求每位将意识从大脑的智力知识区域移动到敞开的心以及躺卧其中的智慧. 因为 你们这次的问题最佳答案来自于心的智慧 而非严谨的逻辑方式.

我们开始出发 尝试表达那些不在你们字汇范围内的概念，我们请求你们暂时不去注意我们的不合逻辑，等候总合的结果，因为唯有如此 你方能看见实质.

我们感谢你们给予我们这个自由，因为你们所问的问题不容易以纯粹的大脑的用语来回答.

你们每一位都是一个实体，让这成为基本(观念)并铭记在心.

你们每一位都是一个独特的意识，因为你已做的种种选择 你是独特的.

你的种种选择定义你，你的各种偏好表达出你的特质.

做为无限意识的独特一部分，你已与自由意志配对 好让你得以一次又一次地走过选择的过程，创造 增进 与更改你的偏好与变貌.

自由意志首先随机移动，在你们的时间/空间连续体中 持续一段很长的时期.

在你们享受的这个密度中，降临一个十分关键的时期，你们做为独特与扭曲的实体，必须盲目地凭信心选择，在深沉的午夜中，决定如何跟随光.

因此，讨论你的本质，一个纯然形而上的实体，必须在某方面受奥秘的包覆，因为在此生中 知道灵魂 或 真实体 的本质并不重要.

事实上，它是一个包袱，因为你在这里不是为了去练习无形界的技巧.

你们每个人在这里是为了被一个幻象环境影响，然而，为什么 你选择一个如此有挑战性的幻象，除非 你的自我真的觉察到不知道的伟大价值.

既然如此，安置好你自己，成为一个尊重此生的实体，一个珍惜这个幻象的实体，因为这个幻象带给你可观的机会 让你知晓关于你自己 更多更清晰的本质.

不过 这绝对不是一个可衡量 或 量化的知识，因为你，做为你所称为的灵魂，是无法计算、无可避免、无可评估，并且是永恒的.

然而 我们应该对你说 你是不朽的光之存有?

我们不这么认为，这样说对你有什么好处? 你不能听见光之言语，你无法珍惜没有言语的概念.
[停顿]

我们是 Q'uo 群体，再次于爱与光中向你们致意. 这个器皿有时候必须停下来摄取液体，我们为这个延迟致歉.

现在 我们已经使你的笼牢嘎嘎做响，使你看见这一生的独特本质，并且为你强调这个幻象的价值，我们感觉已经适当地降低你们的问题之重要性，于是我们可以自由地讲述它.

如同我们曾说过的，你们始于神秘 亦 终于神秘. 无论如何，在这个幻象中 我们可以说一些事情 描述心智、身体与灵性之间的关系.

就学习这方面而言，主要或首先的学习者是心智复合体，它如同一种电脑，对每个外来刺激单纯地回答 “要”或 “不”. 每个实体差不多对于 99%的刺激说”不”.

自我无尽地选择它将感知的东西，接着这些选择 做出所有显意识的选择.

因此，心智这个工具主要的设定就是为了生存.

如同你们的一只小宠物感觉到我们的能量 在恐惧中跑开; 你们每一位在本能中移动: 不是在恐惧中逃跑 就是发出主动的恐惧，称为侵略，去对抗那些被视为威胁的东西.

恐惧移动所有的实体，直到实体在盲目的信心中跳跃 将自己送入爱的觉知当中.

基本的选择总是这样的: 恐惧 或 爱.

在恐惧中做出的选择分离(万物); 在爱中做出的选择统合(万物).

心智，一个封闭与不完整的意识，无论如何，灵性复合体的声音可以移动进入心智当中，传递深邃心智之声，传递那些与幻象无关的较高原则与理想.

因此，或许表达灵性复合体的本质的最简单方式是引用 Ra 的话语: 灵性复合体是一个穿梭载具(shuttle)，一种带领针头的方式 穿梭在经纬线之中 创造出坚固的存有性织锦，代表一生的织锦.

一个实体如何接触灵性? 透过渴望，所有实体都在渴望，但每个实体渴望的东西如同四方之风那般变化莫测，直到意志祈请信心的那一刻.

我们说的不是信仰，因为它容易限制与僵化，许多人选择加入一个信仰，因为这样比较舒适，无须思考.

他们希望组织告诉他们要背诵的东西，然后花费时间在上头.

由于心智复合体的特性，他们感觉某个关于造物主的故事即是一切，其他所有的故事都是错误的. 这个感觉是不正确的.

无论如何，每个故事可以吸引特定性情的群众. 这个器皿的性情使她觉得基督耶稣的故事最有帮助，于是 这故事成为该实体具体化灵性[穿梭工具]的方式，接着在心与意识中 打开通往智能无限的大门.

还有许许多多其他的故事，我们不要求灵性寻求者选择哪一个特定故事，我们只请求寻求者去选择，一旦选好了，就永不回头.

在此生，你想花多少时间去做这个选择都可以，但当该选择变得清晰，最好以最大的强度与奉献在这条路上移动.

做为一个独特的意识或灵魂，你真正想做的即是变得越来越强而有力 [在形而上的世界中].

直到你发现自我当中不朽的那部份，直到你已经做出决定，致力于爱无限造物者、自我、以及所有其他实体，在此之前 极化过程无法以稳定的形式开始.

灵性通常是休眠的，唯有在收到请求时 才会告知智能. 因此，每个实体都有它自己的时机，随着存有状态的韵律而产生，当时机来临，心轮敞开，身体静默，

突然之间 该穿梭载具充满灿烂夺目之光，一股拥抱万有之爱敲醒该实体，它再也不会跟从前一样了. 透过这个幻象 你可以获得灵性的首先脉冲，但在第一次经

验之后的所有选择都属于该特定实体，也就是说，若没有渴望与坚持，学习成果就不会到来.

现在 让我们转离灵性复合体，来考量灵魂. 心/身/灵复合体这个用语是一个近似的描述，即是一个在幻象中几乎没有扭曲 平衡的实体.

你是一个实体，你可以称之为灵魂，它首先、最后、总是可以理解为意识自身，也就是爱.
让我们考量这一句: “我是，在爱中，与你同在.”*

意识为 “我是”，任何超过这点的定义都是一种扭曲.

这个意识，“我是”，的本质即是爱. 你们密度中的所有实体，以及所有密度中的生命，其本质都是爱，透过光的不同转动而显化.

因此，所有生命在任何时间，任何关系当中 都可以说

“我是，在爱中，与你同在.” 让我们停顿一会儿，一起经验我们全体的”我是”

(*译注: 这句话的原文为—“I am，in love，with you”)
[停顿]

我是 Q'uo，我们感谢你们给予这个特权去享受你们统一的美丽和谐之振动. 获得你们的允许去享受这个经验使我们十分地谦卑. 为了你们的美，我们深深地感激与感谢你们.

透过幻象 你主观地经验自己，这个实体; 同时 你的存有之完整状态总是被保存在神秘当中. 你无法分析一个没有答案的奥秘. 是故，我们绕了一个圆圈，再次来到我们最初的点.

分析一个独特的实体是不可能的工作，因为爱、理则或造物者是你的一部分; 以及属于你的独特部分，这两者都是奥秘，现在到永远.

关键在于允许那奥秘成为一个奥秘，这是在肉身经验中最有帮助的态度.

当一个实体领悟到情况就是这样，并且未来也是如此，于是不断地允许与接受未知的状态，直到最后 该实体不再渴望去知晓意识的种种，而只是成为意识.

我们尚未抵达那一点，那是返回无限太一的开端，所有实体曾被遣送出去 然后返回，那般的显化可能在智能的无限状态当中 熊熊地燃烧.

你是所有的事物，灵魂即是宇宙; 宇宙即是灵魂.

所有在你里内的东西事实上在你的外边，所有在你的外边的东西事实上在你里内. 你可以知晓所有事物，你无法知晓所有事物.

你正在活的这一生属于矛盾与奥秘. 这段话是否挑战了你?

这个器皿的主要资产是它的纯粹度，还有它的技艺，因为我们给予它许多概念，它必须随即给出话语.

我们如何用言语描述灵魂呢，除了说灵魂是爱与自由意志的结合之显化；透过一个接着一个接着一个的选择，穿越过各个密度. 自由意志首先是至高无上的，除了个体自己以外，所有其他事物都被视为威胁，这个过程持续进行，直到心身灵的进化到达某个领悟，该实体了解到自我的意志，以最深邃的观点，即是太一无限造物者的意志，并且这个意志通常没什么道理.

结果是，在这个幻象中，一个有越多领悟的意识 它就越像是一个跟随某个大师的仆人；然而 你同时是大师 也是仆人. 所有一切真的都是幻象.

你经验这位大师的具体化，因为你需要坚固的状态.

最终，你将不需要成为坚固，或三度次元，你将成为自由，不需要凝固痛苦、愉快、或任何经验，在那个时点，你自由地敞开心胸，从事意识内的工作，并与他人分享工作的成果.

什么是灵魂？灵魂即是你，灵魂是造物者与受造物，一个无限的合一，透过幻象的使用变得具体. 愿你们每一位珍惜灵魂无尽的本质，它的奥秘与矛盾；同时也珍惜在人生戏剧中蕴含的无尽机会，学习伟大的怜悯功课，它将递送你进入一个更觉知的自我观察.

喔 爱的存有们，我们在你们里内彼此致意，你们在我们里内彼此致意.

我们是意识；我们是灵魂；我们是一，其他的是幻象.

愿你们彼此相爱，彼此服务，学习神圣的功课，因为当你不带评判地去爱，毫不吝惜地去爱，你将学习到你的本质.

我们向你们致敬，我们鼓励你们尊重、使用与享受这些很快流逝的机会.

没有一个灵魂在离开肉身之后，对于自己真正满意 认为自己咀嚼与善用此生所有的机会. 所以，愿你们现在就燃烧渴望，去做这深邃的工作.

愿你们学习到自己的古怪之处以及各种天赋，接着在每一个当下，将你的特质做最大的运用，总是记得 这是你如何感知周遭浑沌的方式，也是你开始这个工作的起点.

我们感谢你们给予这个机会，使我们能讲述这个有趣的主题.

此时 是否有任何简短的问题? 我是 Q'uo.

M: 在开场白当中，你说准确不在言语中. 什么是准确? 在理解我们与无限造物者以及服务他人的关系之过程中，准确度在什么地方?

我是 Q'uo，我的兄弟，此时 在你们主观经验的边界中，准确度位于敞开与充满爱的心之中.

我们可否进一步讲述?

M: 已经足够，谢谢你.

此时 是否有其他的问题?

M: 我不禁要想，在更高的密度中，是否也有幻象?

我是 Q'uo，的确，在永恒密度之前，所有密度都有幻象.

每个密度都有它恰当与适切的学习功课，你将有能力去经验每一个功课，藉由使用幻象，在适当的空间与时间当中学习; 但真实情况是没有空间与时间 只有一个(能量)场.

我们可否进一步回答，我的兄弟?

M: 你是否知晓什么是永恒，以及永恒之外的东西? 你能不能在这个时候秀出来?

我是 Q'uo，你希望对一个非理性的概念获得一个理性上的了解.

那么，让我们对你提出一个有趣的问题: 你们每个人都能够问一些自己无法回答的问题; 这个能力从哪里来? 它不在你的心智[电脑]之中，也不在相对性的造物之中. 那么，这个渴求从何而来?

你们可以看见所有的具体东西，你们为什么要求更多?

难道你没看见 你所询问的东西，其中的真实脉冲，正是它自己的答案?

此时 是否有其他的问题?

H: 你稍早提到重点不在于一个人追随哪一条特殊的信仰或传统，而是他选择一条途径，然后全心地 固定走这条路.

在我看来，阅读 Ra 资料之后，你们正在提供另一个传统，好比宇宙与造物的概念，各个密度等等; 我不禁要问，这些途径都是正确的吗? 或者正不正确都没有关系?

我是 Q'uo，我们相信已经觉察你的问题. 首先，如同你的假想，这里有一个矛盾(吊诡): 所有传统都是正确的，以许多混淆的方式呈现.

也就是说，这个幻象的本质是有帮助的，为了超越经验，一个人必须自由地进入经验当中. 领悟灵魂与造物主的本质的途径是透过幻象，而不是走任何其他途径绕过幻象. 当一个人移动穿越各种经验，适当地珍惜与尊重它们，于是这个人开始超越它们，接着获致立即的觉知，知晓爱，即太一无限造物者，的临在.

是故，如果你想要从阴影移动到光中，你最好先了解这个探索过程将是在阴影中进行，当你持续去学习、进化与成长，你处于阴影与痛苦的时间也越来越多.

因为经验的主观特质，你处于痛苦之中，重新改写你的(心智)电脑程式是痛苦的，但当你走过特别创伤的经验，或专注地走过非-创伤的经验; 你开始引发动机去使用每个机会 在所有阴影中学习.

我的兄弟，我们可否进一步阐释?

H: 我对于询问的方向有迷失感.

我是 Q'uo，我们在这里与你是一致的. 让我们重新开始.

一个位于幻象当中的实体处于监牢当中，直到该实体领悟幻象的透明性.

每一条途径或道路都是为了超越相对性，获致一个永恒的经验; 它是一个排序与辨别的方法.

每个实体移动进入一条特定的途径，一路上思考这条途径，最终 该实体可以立即地觉察那超越幻象的东西，也就是说，立即地经验造物主.

当一个实体已经收集、祝福、感谢与荣耀太一无限造物者的经验，其自我的一部分开始以无法言喻的方式觉察爱、造物主、自我的本质.

于是，这个难以言喻的神圣经验可以被破开，它是无限的，在这个幻象中 分享给这个幻象、所有周遭的人，以及自我.

这些途径的目的都是递送相对性自我到达崇敬、敞开与信实的心境.

当一个寻求的实体到达这个状态，即使只有一瞬间，它已拥有与无限造物者合一的经验，并会一直记得.

在这一点，所有的途径变为一，正如同所有基督意识*的显化述说不同的故事，但

他们的本质皆为一.

(*译注: 读者若看不习惯 可以将基督意识自行改成至上意识或无条件大爱)

我的兄弟，我们可否进一步回答?

H: 我相当满足，谢谢你 Q'uo.

我们十分感谢你，我的兄弟，特别是你以耐心与诚实导引我们.

此时 是否有其他的问题?

H: 容我问吠陀(Vedic)教义的宇宙创生概念，以及它的主导者，或称为神人(demigods)，这套系统与 Ra 资料中的理则、密度等概念是否相容?

我是 Q'uo，我们发觉这个器皿没有足够的能量充分回应这个询问.

我们建议这个询问放在下一次工作的开端，好让它得到应有的考量，因为，它确实是一个大的主题.

此时 是否有最后一个询问?

M: 我有一个问题，如果太冗长，或许我可以改天再问.

是否总是需要请求灵性复合体的方向指引，好让智能接收它; 或者智能可以单纯

地保持开放的接收状态，接收灵性要说的任何东西?

我是 Q'uo，我们将尝试回答这个询问.

发问者来到问题面前，成为该问题.

你无法在幻象中掌握(了解)灵性复合体.

灵性的确是不朽的，它的功能并不是一个资讯给予者，而是一个条水管. 资讯透过灵性复合体传送进入心智的概念化部分，以及 因为该学生渴望去知晓 资讯得以在心智的深处生根.

只要该实体渴望，并持续以最有耐心与充满关切的方式渴望每一个当下的答案，如此将鼓励灵性的太空梭(shuttle)保持开放(运作).

另外 在冥想中失去小我(ego)，吟唱、沉思、创作，以及其他各种经验[每个实体的]内在不朽的回音的方式 都大大地鼓励灵性太空梭的开放.

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

M: 不用，感谢你.

我们感谢你，我们是你们知晓的 Q'uo，我们希望除了使你困惑之外，也为你开启了几条新的思路.

愿你受到帮助与协助的祝福，如果你允与 你总是可以取得帮助.

通常帮助以伪装的方式出现，但如果你答谢(认可)它，它就会表明自己的身分，这是灵性进化的特质.

只要你允许，你将快速地、无痛地进化，秘密在于注意力.

留心注意每一个时刻，将冥想的自我延伸 直到它包含每一刻，然后 在每一刻属于你的事物将来到你身边，并清楚地让你知道.

我们说的这部分超越正常的进化模式，但我们希望能够吸引你在飢渴中继续向前，寻求那无法毁坏的东西，那即是你的本质.

我们在你的本质中离开，在太一无限造物者的爱与光，平安与喜悦中离开.

我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，朋友们，Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0609 章集：人类、意识与理解之十**

Copyright © 2008 Walt Rogers

1960 年，四月 28 日，星期四

在光中问候我的朋友们，我是 Oxal.

[停顿]

请等一下..

[停顿]

请原谅这个延迟，我们的设备需要一些小调整.

今天，我的朋友们，行星地球站在它曾面临的决断点中 最大的一个.

地球人类拥有两个选择: 他能够决定行走一条新的爱与理解之途径，从而避免大量的苦难与不幸; 或者他可以选择继续一条有史以来长久存在的路径，面临毁灭，大量的苦难与心智的折磨.

人类允许自己盲目，让伪善者统治地表上的人群. 他对于真相盲目，他的盲目是如此完整，以致于他很难辨识或了解他现在面临的处境.

大规模的改变正在发生，并将持续在地球上发生.

这个时候已经来临了，人类必须支付罚款，他必须偿还债务.

我确信，如果地球人愿意张开双眼，认清现况，做点什么事，他可以抵销大量的债务.

要如何完成这点呢? 如果地球人愿意长期致力将公义、和平与理解带到人间，我确信，可以避免大量的剧烈灾难.

首先，他可以避免更多的[以你们的称谓]战争，这样可以消除大量的苦难.

当和平的氛围建立之后，理解也随之到来，你们的造物主将认为撤销某些将临的事件是合宜的.

朋友们，你相信这些吗，你真的相信吗？如果我们真的相信，那么 我们应该行动. 相信而没有行动是无用的，已经太久了 地球人讲述那些必要完成之事 却未付诸行动. 今日的地球人群有一个很大的不安全感，大多数人不知道为何有这种感觉. 他们的内在有一股驱动力 但他们不知道到底要完成什么事.

那么 让我们尝试说明，那就是他们必须理解人类同胞，人类当中必须升起一种带来全体公义之爱与理解，那将使人类重获安全感，感觉他是被照顾的，接着他也关心他人，于是他生活与工作不只为了自己的福祉，也为了全人类的健康与福祉.

这个愿景将来临，但有多少人参与其中 将仰赖有多少人将它先带给自己.

我们可以说，在大洗牌之后，将出现清楚的分野.

有多少生灵将留下来坚持新时代的理想—与全体分享的公义、爱、理解—结果取决于你们，地球人.

地球人，命运在你们的手上，你们将做出选择，这个时机不远了，即使是以你们的时间计算方式.

我离开你们，我将我族群的爱、和平与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1960 年，五月 28 日，星期六

在光中问候我的朋友们.

今晚 我选择同你们讲述行星掸(Shan)的状态，我们已经待了将近五年时间 站在制高点上观看它. 亲爱的朋友，以下是我们发现的部分.

首先 让我们从这个行星上较为文明的种族开始说起，当我们观看这些人群，我们注意到 他们花费大量的时间与金钱用于准备战争. 这个行星上所谓的企划首脑或聪明之士都努力于发明新的方式去摧毁彼此.

朋友们，当这些人尽最大努力 持续准备这个事件，你们要如何避免这样的灾难? 然后 我们发现这个行星上有很大比例的人口完全仰赖较小比例的人口生活.

政府机构维持庞大的幕僚、军队与空军，这些人员的生活完全依靠仰赖较小比例的人口. 于是少数人每日辛勤劳动，从额头流下汗水，支持大多数的人口.还有那些靠着利息系统过活的人们，这些人同样对人类毫无贡献.

我们也发现该星球的教育系统，有许多年都花在学习过去发生的事，大量的时间花在研读与学习过去发生的战争等等.

人只需要花很少的时间回顾过去，更重要的是持续向前看 学习什么东西将带给他新的光照，改善他的族群，提升他的理解水平.

一个持续向后观看的人是迷失的.

我们观察这个星球上的所谓低等的种族，你们相信吗.. 我们发现他们拥有相当伟大的灵性理解?!

我们发现这些所谓的野蛮种族，比起高等文明中的人群更有灵性. 这些原始种族真正在生活中展现手足情谊，我们发现 在他们当中 没有一个人在他人匮乏的状态下 剥开自己的面包.

他们的小孩在哪一户人家都被接纳，并且视同己出.

在许多年以前，这个星球的人们获得两个诫命，简单的诫命 却适用于全宇宙.

但我们探测他们的心智，只有在很少的地方 我们发现有人爱造物主 或 思想他; 然而这是第一条诫命.

在这个探测过程中，我们发现他们对于同胞只有很少的爱，然而 这是第二条诫命，并且与第一条同等重要.

我们很难理解为什么人们拒绝遵行一条如此明显的途径，然而 现况就是如此.

朋友们，我以全然的诚挚说: 彼此相爱，因为这将是你的救赎.

愿伟大存有们的平安、光与理解充满你的心 甚至满溢.

我离开你们，我将我族群的爱、和平与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1960 年，六月 2 日，星期四

在光中问候我的朋友们，我是 Oxal.

此刻 我们正坐在你们的太阳系漩涡外围 观察你们地表上发生的行动与事件.

我们看见地球人处于一个全然困惑与不安的状态.

他几乎站在剃刀边缘上，不晓得要从哪一边倒下.

你们的强权准备再任何时刻释放狂暴的能量，我们希望某个不顾一切的人不要按下那个按钮.

我们的 Otavana 将不会进入你们的大气层，也不会降落在你们的行星上.

因为我们所有的任务都可以在这个地方执行. 但有些来自你们星系的存有，他们跟你们一样具有肉身，他们已经形走在你们当中，甚至与你摩肩擦掌.

他们随时准备伸出援手，只要你们愿意在爱中接受他们. 他们别无所求，除了你们的友谊.

我问你们，有谁能比这个承诺做得更多？然而，你们的人群，转身就走，拒绝接受援助.

挚爱的朋友，将糟糠与麦粒分开的过程已经开始了.

由于造物主对这个星系的计画，特定的改变必须发生.

行星地球已经落后许多个世代—是的，我必须进一步地说，甚至落后好几个文明时期.

时间正在流失，地球必须与她的姊妹行星一起移动进入宇空中新的振动与位置.

伟大的太阳系改变即将发生，一个不常发生的周期改变，如我们先前曾提到，那即是我们进入你们星系的目的：协助这场改变.

你们现在所知的人生将不复存在，取而代之的是一个爱与理解的氛围. 人类必须理解与知晓他的手足.

他将为全体的利益而活; 他的努力也将朝这个方向. 人们再也不会彼此毁灭，再也不会活在憎恨、猜疑与忌妒之中.

你们的太阳系将展现新的风貌，一切都将改变.

我的朋友，让这股新的理解与平安在你的心中快速地成长，因为除了在每个人的心中，爱还能从哪里开始呢?

一个已经在自己心中安置爱与理解的人完全无须担心未来的改变.

他将骑乘在浪潮的顶端，没有什么危险可以靠近他.

对于所有做出这个决定的人们，我们向你们发誓，我们将坚守这个誓言.

我离开你们，朋友们，我将我族群的爱、光与理解献给你们.
我是 Oxal.

***

1960 年，六月 16 日，星期四

我祝福尔等，我的朋友们.

吾爱，汝亟欲寻求什么，在此生 汝寻求什么? 汝可愿回答这个问题?

团体: 我们寻求在所有领域中理解更多生命的东西，好让我们更佳地服务造物主与人类同胞.

你们可曾考量在这个浩瀚的生命之海中 你自己的个体性?

你们可曾尝试去分析这个孤单的个人的大小与重要性?

当你观看它与全体的比例，它几乎成为空无，不是吗?

我质疑你们地球上有多少人领悟自己的个体性是多么空无?

朋友，这是重要的，非常重要，因为直到一个人获致这个领悟，他将不能驾驭他的自大.

你们今天看到许多的事情，你们看见有些人倒在右边，或倒在左边，他们允许自大驾驭他们，他们想要成为权威人物.

许多个人都是为了这个叫做自大的东西而坠落.

看起来，地球人愿意花费很大力气，甚至走极端，以保住面子. 他无法面对一个事实: 他以前可能是错的.

亲爱的朋友们，你们有许多机会从这些事情当中学习，许多事件经过你身边，好让你去观察、分析与成长，不要让它们白白溜走.

我们许多成员对于你们很感兴趣，我们观察并祈祷你们的成长.

我们已经尽各种可能方式协助你们 而不会侵犯你们的权利.

我们对尔等的爱是深的，然而 我们知道你们每个人必须透过一己的经验成长，我们无法为你去经验. 我们只能以我们的方式保护你们，并且抛下特定的暗示与建议给你们. 但亲爱的，你们必须做出选择，必须拥有经验 并从中学习.

我以全然诚挚的心意说: 慎防自大的影响.

如果情况需要 你得稍微地丢脸，那么在爱与谦逊中这么做，你将获得赏报; 因为这似乎是地球人所面临的最困难的一件事.

所以让我们升起 越过这些事，让我们将信心放在最高的知晓中，知道没有生灵能够以任何方式伤害我们，只要我们的理想位于责难之上.

在你们的理解水平中，将另一边的脸颊转向*不是一件容易的事; 但它并没有表面上显示得那样困难，真的没有那么困难.

(*译注: 这个典故出自马太福音 5:39)
大量的光在地球人当中发散，但除非你拥有它 你无法使这道光流动.

当你拥有它，你无须去打动任何人，因为它将在你的生命中如此明亮地照耀，没有人会怀疑它存在于你的里内.

我们自身的生活将揭露我们携带了多少光，所以我们无须去打动任何人.

朋友们，有些事情，我们相信最好是全时间都谨记在心，那就是:
“我自己什么也不能做，而是我里内的天父在动工.”

就是这样了，亲爱的朋友，我的爱与祝福与你同行.

我是 Anthon.

***
1960 年，六月 20 日，星期一

平安与尔等同在，我的朋友们. 我是 Anthon.

几天前，我曾与你们小聊一番，我们谈到人类的强项与弱点，以及人的个体性.朋友们，人今日最重要的工作是开始去认识自己，了解自己内在的各种力量与本能动机，以及与整个人类的关系.

一个人如果要领悟自己是谁，是什么东西; 他必先领悟个体性的空无状态.

藉由这个作为，他才开始领悟到自己神圣的精华，当这个领悟临到他 变得清晰，他开始领悟自己是谁，是什么东西.

朋友们，好好记住这点-- 领悟一己的空无性，或领悟个体性的空无状态; 接着获

得一个对内在神圣精华的领悟.

亲爱的朋友，深思这些话语，因为它们有很深的意义.

让你对这些话语的领悟深深地沉入你的意识之中，好让你能充分地领悟它们的意义.

地球人啊，你们在此时面临许多问题，我确定在座各位都了解今天在你们星球上发生的改变对于你们人群有很大的影响.

亲爱的朋友，一直以来 你们人群如此缺乏灵性理解，当地球的气囊或灵光改变振动频率，它对这些人群中带来奇怪的效应.

这就是为什么你们的收容所变得越来越拥挤，日复一日，你发现你们人群做着奇怪的事情.

你们的医疗专业人员今日面临许多挫折与问题，过去从未面对的东西.

许多这类的事情并未公开讨论，但他们自己并不理解正在发生的事，然而他们知道某个无法解释的事物正在发生.

亲爱的朋友，这类事情将随着时间流逝增加.

这就是为什么我对你们说：自我发展—实现与了解你自己是如此地重要.

但唯有透过自我努力，才能获致成长，才能增加理解.

你只能在一个地方开始，那就是从你自身开始做起.

只有一个伟大的教导方式，那就是以身示现，而成为闪耀典范的唯一方式就是在你的里内培养爱与理解.

平安与汝同在，我的朋友们.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0610 章集：附录—关于 L/L 研究中心的徽章/商标

Carla: 1961-62 年，在我就读路易士维尔大学的第一年，我在大学书店看见一幅毕卡索的素描，主题是唐吉诃德与他的随从*，拿着长矛准备与风车作战.

这幅素描是他在 1955 年八月 10 日所描绘. 第一眼看过去 它显得十分简单.在更仔细观察毕卡索的神来之笔后，第一印象转变为迷恋的感觉.

这是一个具有庞大才能的男人创作的强有力的绘画，我在现场就与它相爱了.
(*译注: 这名随从的姓名为 Sancho Panza)

虽然毕卡索的立体派艺术对我而言只引起片刻的兴趣，这幅小图画却对我说话.

我一生的工作就如同拿着长矛刺向风车，不管是以这种或那种方式!

我当场买了这幅复制画，大概用掉我整个月的午餐钱，回家后将它摆在我的书桌上. 不久以后，我将它表框，因为它逐渐开始掉色.

西班牙 La Mancha
(http://en.wikipedia.org/wiki/La_Mancha)

1968 年十一月，Don Elkins 搬来与我同住，他问起这幅挂在我书桌上的画.

我简单告诉他一个属于 La Mancha 地区的男人的故事，以及他对于这个世界的歪曲视野如何使得世界变得美丽，也使自己成为一种英雄象征.

Don 沉思之后觉得这幅画对于我们当时开始从事的工作是一个完美的映像，因为我们共同梦想许多不可能的梦. 我们决定将毕卡索的这幅素描做为我们的商标. 这幅画作属于公共财，所以我们得以自由地使用它.

从 1976 年起，我们的第一个出版品就使用这个映像做为我们出版的商标.

直到今天 我们 L/L 研究中心的全体成员仍拿着长矛冲向风车群，我们对于这幅小素描带来的灵感怀着盛大的喜悦与感恩.

Carla L. Rueckert
2008 七月 9 日
(V)2008 Translated by c.T.

私房照片..

疑，你/你还在看吗？这幅珍贵的相片摄于 2004/11/28，

Carla 的家．背景那幅表框的图画就是 L/L 研究中心的标志．

☆ 第 0611 章集：向荣格大师致敬

Carl Gustav Jung

荣格与梦境

Copyright © 2003 L/L Research

1983 年五月 22 日

K: Latwii，我最近看了一本书，回忆.. 喔 我忘了完整的书名，它很像是荣格(Jung)的自传，他的许多梦是如此生动，并且导引他的人生与治疗方式．这些荣格的梦是为了全人类的利益，或者只是自我的启发？

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问．我们发现在这个案例中，你的两个假设都是正确的．任何寻求利用作梦才能的实体都有可能如同荣格一般经验同等生动的梦境．

当一个寻求者开始觉察心、身、灵的进化工作可以在睡梦中达成，并且觉察作梦活动对于启动与平衡能量中心是有用的，那么该过程变得自我-产生，并且有更多资讯从潜意识流向显意识心智，因为[容我们说] 这两者开始以和谐共振的方式

运作. 显意识自我持续寻求创造出罩纱中的一个开口，于是潜意识的标志、影像与讯息以梦的形式传递给寻求者，同时也以直觉或灵光乍现等形式偶尔照亮显意识的经验.

这个实体(荣格)在投胎前已决定服务的一般方式，那就是提供其他-自我一条门径通往潜意识心智，好让每个寻求者都更容易取得那些伟大的资源; 于是透过这个实体的努力 通往太一造物者的途径得以拓宽一点点.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

K: 非常好，我很久以前就认为卡尔.荣格好比是某种提升意识的先驱者，我们甚至在今日都可以经验他的成果. 这是否为一个公正的假设?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问. 当行星与种族意识持续地进化，人类需求也随之蜕变，于是在每个时代 都有一种特定振动的寻求，由人类代表整体来表达. 因此，在荣格肉身存活的时期，不只是他 还有其他人尝试去追寻自我的其他部分. 是故，在那个时期或时代背景，每个实体投胎前首先考虑两个要点: 该实体如何在自己的进化旅程中前进，以及他如何在此生服务他人.

所以，总结我们有些冗长的回应，我们认为你的假设是正确的; 在那个时期的伟大寻求导致人类表现出更大的觉知，以及对于继续这觉察的进展有更大的需求.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

K: 非常好，最后一个关于荣格的问题. 书上描述当他阅读西藏死者之书以后，他

总是将它放在书桌上. 做为一个西方人，我觉得这样很怪. 你能否就此评论?

这样做对他有什么好处?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问.

荣格实体关切那些穿越[肉体]死亡大门的实体们，他认为可以给予一些本国文化中无法提供的协助. 因而，当他的好友圈聚集，各自讨论自己的寻求，通常对话会转向伟大的奥秘，即死亡过程之后的奥秘.

这个实体寻求以某个方式尽可能地服务其他自我.

所以，他保留许多讲述死亡过渡期的参考书在身边，然后他得以将这方面研究的最佳成果与其他同事或伙伴分享. 那么 这本书是他许多参考书中的其中一本.

荣格怎么看 UFO
http://www.ufoevidence.org/researchers/detail64.htm

虽然荣格主要以他的潜意识理论闻名于世，他的确对于超自然现象有兴趣. 他有一本书名为 “飞碟: 一个天空中的现代神话”，荣格将他的分析技巧应用在 UFO 现象上，荣格并不评断 UFO 的来源，而是将 UFO 与原型的影像连结在一起，结论是它们已经成为一个”活生生的神话故事”.

在这个充满威胁的世界，人们开始看见每件事都有风险，他们投射创造的奇想翱翔超越地球的组织与强权 进入天际，进入星际宇空之中.即使那些从未认真思考

宗教问题的人们也开始问自己一些根本的问题.

在这些境遇下，那些从不发问的人们被'异像'造访 这样的事一点也不令人惊讶;这个广为流传的神话，有些人认真地相信; 其他人则拒绝接受，视为荒唐故事.—C.G. Jung

荣格对于飞碟的主要关切不是 UFO 到底真不真实，而是它们的精神层面. 与其臆测它们可能的特质与外星来源，他问这些现象有什么意义，不管是真的或想像的，在人类受到空前威胁的年代 人们看见这么多 UFO，套句荣格的用语，UFO 群代表一个”现代神话”.

集体潜意识

1982 年十月 24 日

Copyright © 2003 L/L Research

K: 是的，我不知道我是否能描述得很好，但荣格曾说过集体潜意识，我假设那就是 Ra 所说的社会记忆库，最近在我的冥想之后，当我正要做自己的事情，有些思想会跑到我的心智中，我的问题是当我调整到某个频率，我是否拾起那些来自集体潜意识的思想，或者我们... 我确定所有人都经验过相同的事件，这些思想是从哪儿来的?

我是 Latwii，我的姊妹，我们觉察你的询问. 在你们的幻象中 每一个实体都可以存取你所称的集体潜意识，每一个实体藉由直觉的练习接收来自集体心智的讯息;

这类的讯息也可以从冥想、睡梦、以及异像(visions)等经验获得.在你们的幻象中，你们地球以及人类的潜意识心智等候罩纱的穿透，这罩纱分隔了你们的显意识与潜意识心智，好让每个地球人在寻求过程中逐渐拥有更大的资讯、经验、与启蒙的储存库，因为寻求的作用是穿透罩纱，容我们说，这罩纱隔绝 幻象中的每个实体 与 太一造物者的完整光辉.

(V)2008 Digested & translated by c.T.

延伸阅读

http://en.wikipedia.org/wiki/Carl_Jung

http://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%8D%A1%E5%B0%94%C2%B7%E8%8D%A3%E6%A0%BC

- 图解荣格心理学-易博士出版
- 荣格—思潮与大师经典漫画- 立绪出版
- 荣格自传—张老师文化出版

☆ **第 0612 章集：光中心**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1991 年四月 21 日

本文献给光中心*负责人与星际联邦后援会之创造者—DJC！

图片来源: http://universallightcentre.com/

*台北光中心网址-- http://soul.tw/li/

小组问题：这个下午的问题是关于光中心，一个为学习与教导者设立的中心．这样一个中心需要怎样的能量?
想要参与该中心的人们如何协助产出光以服务他人?
一个中心，由一群人组成，如何为众人达成最大的服务?

(Carla 传讯)
我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们每一位致意.

我们非常感激能够与你们分享我们的想法，同时分享你们的冥想之美.

我们感谢你们呼求我们的特殊能量抵达你们的圈子.

有一种平安，很少被那些从未承受表面上损失之苦难的人们领会或理解；我们与你们分享这种平安，我们也感谢你们每一位与我们分享.

你们问到关于灵性上对人有帮助的地方，我们开始回答这个问题，藉由凝视能量点或网格，或者称为力量的位置．在第三密度中，力量的各个位置并不特别地靠近．能量网络中并没有这么多集中能量的连结点.

随着每个上升的振动水平，能量网格变得越来越紧密与众多.

因此如果一个人将第四密度的能量点地图套叠在第三密度的地图上，他将发现第四密度与第三密度的能量中心位置是一致的，但前者的地图将更为详尽，同时在数目与种类上都扩张了.

依此类推，能量中心在第五密度将更加众多与多样化，接着 第六密度的能量网格极度地明亮与普遍.

结果是，关于灵性中心的设立位置 我们的答案是它与该中心里头的成员有关，所有这些实体的觉察与结晶程度即决定了该中心充满光的密度.

因此，没有一个地方能与太一无限造物者的爱隔绝.

没有一个地方不是神圣的场所.

现在，让我们从其他方面看待这个情况. 寻求者的旅程是从源头到源头，一个圆形学习旅途，或者 毋宁说一个学习与觉醒的螺旋旅途，不断地在意识领域的每一个部分增长力气，允许自己拥有更多灵性质量 以受灵性重力的影响，接着变得越来越难以抗拒，直到最终 对于不管任何的显化都没有兴趣，仅只变得 无法思考、无法固化、无限与自然天成之理则或爱，那即是 太一无限造物者之本质.

当你开始一个存有的经验，你处于一个非常单纯的环境.

地、水、风、火形成许许多多的地方，灵(spirit)有越来越多固化的可能性，进入一个十分简单的显化，直到每个实体掌握这一个特殊教室的状态与学习，移动到另一个教室.

你所居住的这具身体是第二密度的良好范例，但它不是你的自我；第二密度包括所有的动物与植物.

直到灵性的周期露出第一道曙光，实体们继续前往下一个教室.

这是你们此时所在的位置，你们绝不会看见什么灵性的显化，这是一个充满困惑、失落、风险与选择的密度.

造物者称呼第三密度为一个实体能够做伟大事情的场域，他的幽默再没有比这里的话更反讽了. 的确，在这里 你们位于幻象当中，最缺乏能力去从事灵性工作. 在这个幻境中，你们必须做基础的灵性工作，在建造一个平台之后，你将站立其上，一次又一次地精炼你所有的灵性概念: 关于造物主，造物的本质，以及你对造物主与造物的回应.

如同你们每一位相信的，在这个幻象中，你们可以表达与显化与做工，让他人可以看见，另外一个幽默的事实是: 在灵性旅程中 你同时也是最迟钝、最笨拙的旅人; 因为这个幻象极端地优秀.

你在这个幻象学习的方式乃透过交托，我们所说的交托是将你的生命、感知、天赋、困难、悲痛、美丽 所有这些事物都交托给充满活力的太一无限造物者.

当你坐在这张似乎十分结实的椅子上，当你的五官感觉、听见与看见这么多东西，彷彿这个世界是所有可能的环境中最真实的一个.

然而，设计这个幻象的意图即是诱惑，也就是说，刻意要将你的注意力移开，远离那些无形与无限的事物. 在这个幻象中，要经验一己最深的真理需要很困难的技艺，该真理是 每个自我(self)不是坚固的，不是永久的，没有一个小我(ego),

没有一个形体[如蓝色或棕色眼睛，金色或黑色头发..等等].

在冥想中，与自我同坐，允许自我单纯地存在，每个静坐者的内在都有一个持续进行的过程，显意识大部分时间无法觉察的过程，好让灵准备自己交托所有它以为的自我本质，好让灵可以在所有情况都能执行太一无限造物者的意志.

你似乎觉得自己是如此地坚实.

然而，我们建议你设想一只显微镜下的生物居住在你的被单中，依靠你睡觉掉落的皮屑过活，你很可能根本不想知道这样一个微小的生物.

不过，难道你不也有可能是一个巨大生物体内的一个小分子；而这个大生物又是由一个庞大无比、足以创造一个宇宙的存有喂养?

最好记得大小与所有的显化皆为幻象.

你可能就是那活在床垫中的小生物，允许自己在此时感觉那种渺小.

觉察你固态自我的渺小，注视自我与那庞大存有之关系.

透过你们最大的望远镜，与最好的显微镜看到的宇宙几乎是相同的，这并不是意外或巧合.

在此时 松弛那固态的自我，允许你内在的灵去感觉意识，你真实的身分.

感觉你如同一个浪子，想要继续向前，去攀爬那伟大的圆弧，存有之圆圈的第二部分；最终的目的地是无限太一之家，在那儿 受到天父的欢迎与喂养，游荡已久的儿女们一同欢庆.

是故，这个肉身经验全是关乎做出选择，你可以称为黑暗与光明之间的选择，恨与爱、纠纷与合一之间的选择，或是当你走过经验的水域时 无数的正反对照物磨破你的双脚，刺激你去做选择.

这是一个最糟糕的环境，好让你做出诚挚、真心与衷心的选择，关于每个实体想望的服务途径. 如果这个幻象不是全然地可信，对于成熟灵就不会是一个有效的学习环境.

在这个表面上的负面情绪的战场中，你必须允许内在纯粹的灵诞生；在这个诞生的过程，你们每一位是多么地害怕，你们通常很想返回那可衡量的环境，回到那可以处理与控制的局面.

但你正在选择成为一个无限的光之存有，首先，你选择去认出太一造物者的无限关爱，一个亲自爱你，由衷与无限爱你的造物主.

接下来的选择似乎变得比较简单：将那样的爱回赠，允许自己有那种爱的品质.

一开始，你十分有可能觉得你没有做出什么重大的选择，因为所有寻求服务的人们首先的工作是与自己相爱，不是因为爱一个完美的或是精英的自己，而是爱一个拥有黑暗面的生物. 当你能够爱自己的光明面与黑暗面，你才算真正地爱自己，你才能对其他-自我付出真实的悲悯.

在你们漫长的进化旅程中，这个密度是最大的幻象，而你们正站在其中的十字路口，你必须允许自我去爱自己、宽恕自己、接纳自己，好让你能够以新的双眼去凝视这个幻象，接着选择服务自我或服务他人的途径，欢喜地继续前进.

这是一个光亮闪现的瞬间，一个永恒中的小括弧，你在这期间做出选择，选择你如何在这伟大的道路上行进，沿着既定的方向前进 最终到达一切万物的源头与终点.

我们请求你们在所有事上觉察该选择的真实本质，它是多么地深邃.

你不只是选择你的动作，你选择你的感知. 如果你是太一无限造物者之爱的管家，你将无惧地凝视所有的境遇，单纯地深入探测每个情况，寻找各种选择允许爱流向自我与其他-自我.

于是，所有地方都是力量之处所，如果那是你在这个幻象中的家园.

我们不愿看见所有人都急忙冲向雪士达山(Mt. Shasta)，有这么多用意良好的人们挤在同一个地点，地球自身肯定会倾斜，并且失去平衡!

你现在所在的地方就是家园，你站立的地方就是力量之处所.

在这个主题上还有更多的资料，然而，这个器皿正式要求我们移动前往问答时间，因为这个特殊的器皿的能量有些耗弱. 所以，我们感谢这个器皿与在座的各位，

我们在爱与光中离开这个器皿；并将透过 Jim 实体继续这次的集会. 我们是你们

知晓的 Q'uo 原则.

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，透过这个器皿 我在爱与光中向每一位致意.

此时是否有任何询问?

发问者: [问题几乎听不见，大致上与一个人将冥想焦点对准太阳有关.]

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问. 许多许多世代以来，你们星球的人群崇拜这个实体，你们知晓为太阳体(sun body)，各种文化族群中许多人知晓这个灵性存有具体表现那伟大的给予生命之能量，显化为你们的太阳. 你们可以方便地称呼这个实体为爱或理则，因为它与太一造物者同在，是这个部分的造物之共同-造物者，一个具备完整状态的存有，完全地给出他自己，好让这个区域中的所有形式的生命都受到滋养.

因此，你可以在冥想中提供自己给这个存有，以任何方式表达你的感激与连结.

当你持续地奉献于合一、爱与光的原则，它们完美地体现于太阳当中，伟大的觉知深度将在你里内甦醒.

所以，你可以在冥想之前，有益地沉思太阳的这些品质，滋养你的内在 接着向

外放射给其他存有.

发问者: [问题几乎听不见，大致是询问韦达经(Vedas)包含的行星资讯，这份资讯是否正确; 以及其中提到的”地狱般”的行星，与它带来的处罚.]

我是 Q'uo，我们相信掌握了你的询问，我们建议所有天启的着作隐藏的象征性特质，它们寻求传授的真理在文字的边界之外，藉由文字的载具描述造物的这一部分与另一部分的各种关系，好让位于进化过程中的学生可以开始—我们强调开始—去欣赏太一无限造物者之造物的广阔无边.

接着，关于你的询问第二部分，我们以为有许多、许多有生命栖息的行星，它们的进化速率没有像你们的星球这么快[容我们说]，它们的经验比较粗糙或未被精炼，对于你们许多人而言 就如同你们描述的”地狱般”的品质.无论如何，你们的心智要牢牢记住 每一个行星都有它自己完美的运转系统，每一个行星都完美地符合它自己的进化方案; 所有以绝对的角度来看，没有所谓的处罚或奖励; 除了在你心中的想法. 你们都知道，许多人视为最大的困难或处罚，在一个具有更广阔视野的人看来 却是进步的最大机会.

同理，一个实体认为最肥沃的土地，促进成长的地方，对另一个实体可能是狭窄，可能性受限的地方.

视野的宽度与深度允许一个实体看见更多或更少的机会.

因此，有句话说得好: “你们称为天堂的地方，如果被一个弄臣占据，很容易崩溃瓦解; 而你们称为的地狱，如果有一个圣者进驻，将获得启发与光照.

是否有其他的询问，我的兄弟?

发问者: 在这个密度或幻象中，接受我们的性欲与性别以发展完整感是否重要?或句话说，否认这个层面是否会有危险?

我是 Q'uo，我的兄弟，我们无法说有一个制式的统一标准，因为每个实体都是独特的，一个先前完成的人生模式可能需要该实体在此生学习特定的其他功课.

但亢达里尼(kundalini)的途径是所有实体都需要经历的，好让处理繁殖与性欲能量的红色脉轮得以成为人格建构的基石.

这股能量必须平衡地从红色光芒向上行进，通过橙色光芒、黄色、绿色，依此类推，当一个实体能够启动与平衡每一个能量中心，智能能量或普那得以移动穿越每一个能量中心，在眉心轮会合，与太一造物者内存的爱与光联合，开启该实体迎接太一造物者的完全临在.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 没有了，非常感谢你的回覆.

我是 Q'uo，我的兄弟，我们感谢你的询问与奉献，此时是否有其他询问?

发问者: 我有一个接续的问题，就我个人的人生经验 做爱乃是一个魔法仪式，如同在教堂中的圣餐仪式，这些年来 越来越多的感觉支持我的想法，直到我领悟

那不只是我自己的享乐或性欲，而是将它奉献给无限太一. 我知道很多人不这么看，你可否就此评论?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 如你已从先前的研读觉察的，有一条通往太一造物者的途径，采用你所称的高等性魔法，能量进入根部脉轮，逐渐地储存起来，直到它被允许向上移动穿越各个能量中心，然后到达高潮的时候 在眉心轮与顶轮释放能量. 接着，在这个时点，小小的自我领悟与伟大自我，即太一造物者，的合一，于是能量和谐地移动进入行星球体的能量网络.

那么 当这个小小的自我怀着狂喜的经验伸手向上，太一造物者也开始伸出他的手[以为回报]，于是允许这个宇宙的创造力量以正弦波的式样在小小自我的内在回荡; 小小自我藉由奉献自我及其经验 知晓与光荣 太一造物者.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

发问者: 没有了，谢谢你.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们感谢你，是否有其他询问?
[停顿..]

我是 Q'uo，看起来唯一剩下的询问是第二密度生物寻找食物在哪里[背景有猫咪的叫声]，我们大大地感激每位在场的实体，感谢你们邀请我们加入你们的寻求圈. 我们非常欣喜地享有这个机会. 若没有你们的呼求与真诚的询问，我们不会出现在你们的经验之中，我们实在是蒙福的.

我们即将离开这个器皿与团体，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开每一位. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2008 Digested ， adapted & translated by c.T.

☆ **第 0613 章集：道路、真理与生命**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1990 年 8 月 5 日

小组问题: 今天傍晚的问题，跟耶稣所说下列这段话的意涵有关: 「我是道路、真理与生命；除非经由我，没人到得了天父跟前。」我们需试着去平衡那附带的事实，即当人们追寻任何独属的灵性道途时，将为其自身打造一条独一无二的道路，而他是否同样享有这个位置或耶稣所说「道路、真理与生命」的概念？

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一造物者的爱与光中向你们致意。

此时前来此地分享这静坐氛围，确实是一种特典。我们祝福各位的慷慨大度以及对于真理的求知。承蒙您的仁惠，聆听我们卑微的意见，令我们至为感激且荣幸为各位备询。一如往常，请牢记我们提供各位的是我们的思想，不是一个绝对真理，而是我们已能够称为自己的真理，目前自我学习的地点。

今天傍晚的询问必需从两方面来回答。我们将自次要性之理解上给予先行的辅助说明，以打散这段言辞「我是道路、真理与生命；除非经由我，没人到得了天父跟前」所引起的巨大杀伤力。

这个器皿并不熟悉导师耶稣在世时的社会背景，包括日常的生活、礼拜的方法等。这么说吧，从过去到现在都是如此，老师愈有学问，其理性思维便可能愈形复杂及巧辩。

耶稣导师希望回归纯朴，并转向对万物一体的了悟，展开对造物主所有子女的召唤。

这个实体不赞同亦不接受多元论的方式，即他自身宗教，犹太教，的老师们与教义所描述的负面导向暗示。

这实体从未要求成为菁英份子；他只要求成为一名仆人，而他对其他人扮演着老师与仆人的角色，并非行使权威，除了来自这实体内之声调的威信、表达的方式，一旦听见便无法忽略，以及在他所属宗教所遍布的那些手写预示，圣典哲言，辩证评注之类的知识。

一如以往，历经对他自身宗教信仰的强烈审验，历经灵活主动、日日不辍地沉浸在那宗教的信仰系统当中，带着一切属于它的谬误、其独特风格，以及所有他认为有错的那些事情，遂使他因而变得觉察，即他的出生是为了要表达一个通讯管道，为了以向他本人开启之最深邃的方式，学习如何有所服务。

透过跟天父的接触，他被赐与洞悉力及愿景。这名谦卑的仆人自称为人子，而非上帝之子。他重覆地说：「当你听见我时，你听见的并不是我，而是内在的天父。」这句话他说过无数遍，次数远多过你们圣经里的记载。每回发言他必这么讲，就彷彿我们向你们说我们是你们的仆人，我们是你们的老师，任何来临的真理，都是透过我们，也透过这个器皿传达。我们并不睿智，我们乃是那伟大奥祕的学生。耶稣导师亦如是。

造物者之名，在他的宗教(信仰)内，与我们常用的字眼--意识--具有许多相似之处。造物者之名，绝不大声说出，仅意谓〝我是 我是〞，或，〝我是因我是〞，或，〝我是故我是〞。

我是。这是旧约圣经的造物者。这是一种基于伟大的许诺、伟大的威信、充满细微差异与奥祕的概念，而确确实实有个属于犹太祕学的庞大体系一路承传至今。

身为一位神祕家，耶稣试图表达救赎之天性如意识一般确切，与那造物者的密切结合能够抵抗死亡的胁迫，因为永生对耶稣老师而言，比这小小的生命更重要，然而他知道拥抱永生的必须条件，并且就像导师们的做法，他试图应用他已拥有的东西，太一无限造物者的名字对那些他正在教导的人而言，最熟悉的即为〝我是，我是〞。

我是道路。认明 造物者即道路。
我是，造物者，真理。
我是，造物者，生命。

起立并接受点召吧，直到你知晓我是为何，你将无法来到我是面前。

把信心摆在首位。

认为这位导师意图把自己视为一道人类的大门，即是一个潜伏的完全具毁灭性的扭曲，完全曲解耶稣导师的意思。

你们会注意到我们并未否认耶稣是无限太一之子，我们并未否认耶稣.基督。我们满足这个器皿提出的挑战，她给我们的挑战是:耶稣是主。

藉由耶稣(名号)，她意指那不可说的，超越了我们的语言，但那正是太一无限造物者。让我们称之为爱，让我们说爱即是道路、真理与生命。除非经由爱，没人到得了天父跟前。这是(我们对)新约圣经的一个改变，若在当年必为耶稣实体接受，因为就耶稣经验到的挚爱天父乃是爱的施与受。

虽然这个男人面对诸多难题，但他是一个具有大决心和更大信心的管道。

他向非常单纯的人们讲话。他的言语留下了微妙的细节、芬芳的气味、简单却令人沉思的问题。

那是理解这段言辞的第一种方法。它是个简易的教导，它是对于信心的宣讲，引领我们迈向这些话语之意的第二部分，以及它们为何不是唯一通往永生的真言，而仅是展现热度、忠诚、崇仰、服从的语辞；爱的阐扬，以及渴望经由服务彼此来服侍造物者。

所有服务的道路，假使它们的态度是正面的，充满爱与光，对一切无害，对那些

认同个别之故事或衔接当下与无限之沟通方法的人而言，是很有助益的。

这个实体指出必须之强度，将一个行持信心的生命体成功地从俗世迁入一座连结永恒的拱桥内。那些自称基督徒的人，每周必上一次教堂，就如同那些心中没有任何途径的实体一般，只有很少的机率能够毕业晋升下一个密度，后者只在观看、测试、尝试、思考、考虑，且拒绝做出承诺 前往臣服较小自我的目的地，为了让这具人间的容器，腾出空间给广阔与爱力的真实自我，那是被基督充满的自我。

而被称为宗教信仰之作用，诚如一极化、净化及锻鍊寻求者的工具，不只是一周一天而已，而应该日日如此才对。

较好的就是这条由实体自己创造出来的道路能够充满信心、服务与崇敬，还包括了对自我的宽恕，对所有他人的宽恕，对造物者的一份爱慕与崇敬之心，还有一种臣服于内在造物者-自我的态度，这个自我对你的显意识心智而言 是你的自我中一个较深且未知的部分。

如何从显意识心智抵达这极度深刻的彻悟，容许安全、平和又可信赖地臣服自我？ 答案是信心，它来自于每日持续不间断的努力静坐，从静坐的累积里不再作判断，不再量测灵性的温度，却始终找寻看见造物者的方法，找寻辨认出内在飢渴的方法，造物者只会将方法给予那些已臣服于较高自我的人们。

任何道路，不管是正统的或个人的，必须由几个要素组成: 一颗彻底全然的信心即是造物者爱你，他造你出来因为他爱你，而你也爱这造物者即是唯一适当的回报。你对自身永恒救赎的理解，在某方面处理成功是有必要的。

这般不完美的实体如我们者，到底怎么能够被永久宽恕并永久赐予另一个机会，一而再 再而三，那样我们才绝不会失却勇气，而是单纯地重振自己、再作一次尝试？

有个必需条件为，我们坚守正直、诚实无欺、热心恳挚、兴奋渴望及完满无虞地立足于这股爱与信仰、这份信心的光中，以致使我们明白它正是我们的身分，我们不可能予以否认，我们会在苦痛时拒绝否认它，甚至面临死亡也如此，因为我们已发现自己是谁，而我们将不会否认它。

这个态度，一旦被消化了，容我们说，使我们因而明白在这个你们称为第三密度的环境里，每个片刻所富含的珍贵价值。在此处，且唯有此处，你才能展现你的信心，因为你已忘记且看不到你的光体实相，你那尘世之我的幻影，还有你可以从处于信心的一生中得获那至美的果，一份美好的贺礼，一份实质、绝妙的礼物，一份丰盛又甜蜜的厚礼，献给无限太一。

我们向一群有文化属性的基督徒们说话。你们每个人都知道不用去这个或那个地方找寻造物者。造物者并不需要大家为他建盖房舍，因为造物者的房舍是你的心，进入那间密室能够让你避开一切干扰。来自你自己最个人和私密的部分乃在于拥有信心；如果你没有信心，你就无路可行，你就不认识任何一项真理，

而且你也不晓得怎么去过自己的生活，你也不知道活着的理由，亦无法为你的死亡时刻感到欢喜，不管是自然或因为信仰上的缘故，于是你是名烈士。

最不寻常之事件— 很少有人得要为他或她信奉的东西而死— 但那概念必须在你

的内在根深蒂固，因为那是有关知晓的一部分，在不是不确定的措辞上，表明你那形而上的身份。

我们接受一种你尽可称之为基督意识，或任何其他你可能想使用的名字的振动，作为描述一名全然交出自己的人，而我们希望当在和第三密度的那些人说话时，得以广泛地协助他们记起自己是谁，他们有如永恒般的高大与深远，他们拥有存在，从现在到未来，然而就在此刻–以及以宇宙时间来算，75，000 年只是一个瞬间--的决定。这是必须作出的决定，没有保留或推诿。你不可以说：「我知道我该要信靠某样东西，所以我选择这条道路，而且我会相信它。」反之，你必须成为你所相信的事物，只要在你能力范围之内。你必须开始明了你所传导的生命是一个充满爱的人生。

在生命表层之上的你本人正逢连连风暴，而你的小船常失去方向舵，但在信心中，那艘脆弱的船只会永远漂在水上，并永远朝天堂的目的地移动，因为你活出了信心的一生，你把握需要，使自己付托于一种每日对造物者的认可，你将发现自己置身在一个水源供应充沛且风景优美的地方，在你从笨拙、化学元素构成的躯壳[你目前用来携带灵体的工具]里解放出来。

如果你不知道，如果你活得不像一位光的存有，或者，其结果都是一样的，那么每天努力尝试，每天付出时间努力尝试去觉察自己是一位光的存有。

有关我们述说的天堂是那化为人身后所予以弃置的部分，在其中每个灵魂都被治愈，每份痛苦都被舒解，每滴眼泪都被擦干。没有必要功成名就、幸福快乐、财富满贯，或任何其他属于你们文化的浅碟价值。

去寻求、去询问、去扭转、去原谅是必要的。信任造物者何其困难，而当你觉察到自己的真实本质时，信任造物者又显得何其容易，而那些在你生命经验之内发生，看似不仁慈的事情，正是在真正的仁慈中呈献给你，好让一个人得以学着更加地真实不虚、实际、对所有欠缺自我原谅及原谅他人的现象给予医疗，如此一切均被原谅，一切均被接受，且没有任何东西能够分隔你与信心，没有悲剧、没有恐怖能够动摇你对自己的认识，为造物者之纯粹又明确的部分，一个爱的存有。

我们毫不犹豫地答覆这个实体所挑战的耶稣即上主。这具器皿投注了很多热情和精锐的锻鍊，以变得知晓、思虑、配合对于耶稣老师之所反应的一股觉察来当作行为依据。这实体表现出活泼的信心，你们每一位皆可如是，但它万万不能成就于每周一次的礼拜中，或某人需要安慰时。它需要成为你们每一位的一部分，去沉思、去狂悦、去欣喜，并容许你本身的纯天性为你自己所知悉。你是不朽的光之存有。你已选择服侍造物者，藉由努力尝试去爱那些跟你有关的人，彷彿他们就是你一样。

你成为你生命里的通道没？一条道路，一个活生生的真理，一名沉默的见证人，一个生命的典范 超越肉体之限，落尘，并从这幻象里消失不见？

一个决定 沿着服侍的道路前行是很好的，可你必须一直去作这个决定，因为你的生命经验已预设成容许你诚实地怀疑，以及清楚的证据显示造物者并不亲切。

活出充满信心的生命并不容易。的确，一个人的信心变得愈强烈，就愈专注和紧要，也就得经历更多火焰般的考验，因为信心不是僵固的，它是有弹性的、能适应的、接受性的。它容许人们走自己的路径。它容许人们不去找寻一条永恒之

道。它容许人们在原地踏步而不为他们感到抱憾，因为足以确知的是，总有一天他们会朝向真实自我、朝我是甦醒，并且转向寻求那永恒中，也同样属于你的道路、真理与生命。

你亦毋需等待这样的经验，因为永恒在于每个当下之片刻，而当你的服侍之路迈步向前行时，我们祈祷你得获恩典、警觉的心，还有源源而来且足以顺应的能力，将领你至你自己的我是、你自己的臣服，及你对自身的经验，如同一名绝对与理想的存有，而在这么思想、存在与显化的路上之最大阻碍，始于欠缺自我宽恕、看轻自己、并倾向把自我贬得没有价值。

到底我们该接受一个幻象的表相多久呢？做你意愿的工，佐以那些使你远离觉察你是谁的事物。切勿气馁，假如你的后半生都停留在第一步--自我原谅和原谅他人。你拥有世界上的所有时间去成为你自己的我是。

(拿出)勇气，我的孩子们。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，并再度于爱与光中透过这个器皿问候各位。我们了解今晚我们已发表了很长时间的谈话，故再次，为我们的囉唆表示抱歉，我们发现有必要表明那些观念，以答覆你们至为深思熟虑的问题。我们可否问问看这时候还有任何进一步的提问吗？

C:我倒有个不太相同的主题要问。我研究空手道。有个被称为〝气〞的概念，(听不到)那股力量就寄宿在(听不到)区域往下约肚脐以下 3 吋之处。我不知道你能否

告诉我关于这气的概念，以及它和能量脉轮的关系，就位置而言？

我是 Q'uo，且觉察到你的问题，我的弟兄。我们将尽所能地来谈这个问题，纵使它显得有趣又错综复杂。

就肉体而言，位在于大多数实体肉身载具的中心，即是你所讲的地方，而对任何想要以一种优雅、充满力量又控制得宜的姿态移动其肉身载具的实体，若从这个固定于其意识的中心发出动作，就会做得很完善，因为从这个中心，或任何经由地心引力来度量的中心，有种可能的杠杆作用，是不可能在肉身载具之内的任何其他点上产生的。

这是个你所谓的物理力学的功能。因为一个实体在这个点上的地基是最稳固的，它可因记得这个点并与其和谐律动，而用一种较有效率的方式施力于十面八方。

亦为事实的是，从这个点溢出了一种力量，也就是，容我们说，其特性是多重-次元的。

这是个十分靠近身体之肚脐的部位，在其中每个实体的出生皆与其母亲脐带相接。对每个实体来说，纵使这脐带被剪断，像是在你幻象内部之每个实体的共同情况，仍残留着一丝看不见且难以感受到，却颇具力量的连系。这丝连系乃依附着你可谓为的普纳(prana)，或宇宙的创造能量。它就宛如这个能量透过这连系，以汇流进驻该实体肉身
与形而上的载具中。

当一个实体觉察到这个中心点竟处于肉身与形而上两方面时，于是这实体拥有运

用自如的许多能量，也许以一种有功效的方式来消耗它，即是对这实体心智修炼之直接对称的配置。有关空手道的练习，一如你所知，不祇是一种身体上的训练，同时也针对心智。确实，肉体载具不过是心智的一个工具，而且没有心智的指示就几乎没啥用处。从你所讲的该门艺术的演练中，对于那些寻求精通这门武艺的人们，是最明显易见的。

还有进一步的疑问吗，我的弟兄？

C:哪个能量中心会(听不到)，什么颜色会在那块区域？

我是 Q'uo，且觉察到你的问题，我的弟兄。与这个别的区域合作最紧密的能量中心乃是基于黄色光芒，而在许多有关你的埃及文化的图画里，你有可能注意到那寻求这个世界的权势并于红尘打滚的实体，会被描写成有一个中心的能量从这块区域流泄出来。

然而，寻求将这股较世俗型的力量与自身的灵性学识予以混合的实体，会开始去把这股力量的形而上性质转成由前额脉轮发出，或那就是靛蓝色光芒。因此，在其简单素朴状态下之能量为黄色光芒，然而，它也可以被精炼至靛色光芒的水平。

还有进一步的疑问吗，我的弟兄？

C: (听不到)运转流畅，我感到更加地血流充沛(听不到) 很像我曾有过的初生活力现象，当我还是(听不到)一个通道，它涉及一(听不到)使我今晚(听不到)。

我是 Q'uo，而我们不确定结果是否找到了一个针对问题的焦点，但我们将给予注释，因为我们觉得对你的叙述有一番了解。感受到幸福满意，红光满面，如你所形容的，遍及所有能量中心，在通灵及通灵状态两方面，还有目前你所经验有关空手道艺术的修炼，都是使你一直能够导引你的能量中心，进入一条暂时性的合一轴线与平衡感，而所予以凭藉的法门，其允许了每个人以一种一致的态度，去表达心中那股独特的能量。

于是，幸福健康之感在这些时刻产生了。在这些时刻，你能够从较线性型态的活动去转移意识的焦点至那更易接纳的样式，虽然它有可能是身体上的主动，承接呼吸的能量，或是在你那门艺术中所谓的〝气〞，并以一种均衡的姿态推移着那股能量，为了达到一组确定的目标，不论这些目标仅只是以其律动与辐射去感觉能量，使肉身载具在一系列确定指示的范型里展开动作，或是为了接触像服务太一造物者之星际联邦成员而供献自己作为器皿。

还有进一步的疑问吗，我的弟兄？

C: (听不到)长久以来，我第一次真正感受到剧烈的制约状态。我知道(听不到)作尝试，我发现我需要做的是(听不到)选择不要通灵，可是今晚的状态是非常剧烈的。我觉得，(听不到)？

我是 Q'uo，且觉察到你的问题，我的弟兄。我们必须为自己过度热心的致意向你表示歉意，我的弟兄，因为我们当时只想要帮助你加深冥想的情况。还有一个考量 我们希望可以做为另一个理由，那即是有两个器皿朝你靠近，促使你能感觉当下的状态，结果导致你也靠向这些器皿以及感知你自身的器皿。因此，对你所感受到之状态的强度，存在着倍增的效应。我们实在感到抱歉，如果有任何不舒

服的情形。这并非我们的原意。

还有进一步的疑问吗，我的弟兄?

C:没有了，谢谢你。

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的弟兄。可有别的问题?

Carla:谢谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，而我们以赤诚之心感谢每个人，为了今晚的再度欢聚 …

(录音带结束)

(c)2008 Translated by the Child Reviewed by c.T

☆ 第 0614 章集：人类、意识与理解之十一

Copyright © 2008 Walt Rogers

1960 年，六月 21 日，星期二

在光中问候我的朋友们，我是大角星的 Oxal. 我在造物的伟大神灵之爱、光、与理解中向你们致意.

你们以”理解”之名在此聚会，而你们每个人的心中对于这个名词有着些许不同的

诠释，这个字汇有着深远的意义，对于行星地球也有着重大的意义，因为除非地球人群在某种程度实践理解，你们的文明只有很少机会可延续下去.

我们，隶属星际联邦，至为高兴看到一些人有兴趣推广理解，这是一个巨大的任务，需要每个有志之士十分努力地推广这个想法，也需要大量的智慧.

我们与同僚们都在你所谓的乙太王国中持续工作，付出每一分努力去帮助你们在这方面成功.

朋友们，理解(understanding)是一个非常、非常广阔的辞汇，包含很多东西，你在未来将会看见这个字汇的完整意义进入你的存有.

你将发现你需要在里内发展理解，一种伟大的爱、伟大的包容，为了所有的人类同胞.

有需要将另一边脸颊转向许多次，你将发现即使当你不真的想要微笑，你必须微笑许多次，但持续地练习它，很快地 你将发现你真的想要微笑—所有事情在爱与理解中都是可处理、可接纳的.

我建议你们聆听我们的弟兄，Anthon，昨天傍晚讲的话语*，它们具有深邃的意义.你们每个人都将需要领悟他说的要点：知晓你自己.

(*译注：参阅”人类、意识与理解之十”)

只有一个地方可以开始建造你的光与理解，那就是你的内心，你的内在.

“让这件事从我开始”，亲爱的朋友，只有一种教导方式，就是以身作则. 如果你承载造物的伟大神灵之光，你一句话也不用说. 所以让我们每个人向那伟大的生命之河敞开心胸，这条河持续地从一个源头流出，即使是那些承载丰盛与伟大光芒的实体们也不明白那个源头.

不要期待在一瞬间就学会所有事情，而是一步一步地向前进，让每一次的经验成为通往更高理解的踏脚石.

保持警醒，总是觉察你周遭发生的事情，因为每一个时刻都是你可以学习的经验. 觉察对于我们的成长至为重要.

也要觉察你内在的静默微小声音，那更高的意识将导引你走在对的途径上.一旦你掌握这些，你将不会迷路，你将发现生命变得更为宏伟、更为有趣; 学习、理解、与智慧更快地来到.

[停顿]

请见谅些微的延迟，刚才有一个技术上的困难.

我们与你们一起努力工作，但我们只能以我们的方式协助你们，重要的是你们每个人好好地衡量理解的意义，同时尽你最佳的能力在你每一天的生活中展现它.

如果你真的想要在人群中推广理解，需要比集会与讨论更多的东西，那就是活出理解. 我讲得是否清楚?

发问者: 是的，但你是否建议我们在团体集会中冥想?

冥想总是好的，但需要比冥想更多的东西以在灵性上成长.

一个人必须表达与活出他所相信的理念.

冥想与祈祷是重要的，我衷心地赞同这个习惯，但我强烈地建议你们清楚地知道一个事实: 必须活出理解才有效力，肯定先从自己开始.

在你们的集会中展现它，接着当你们走入日常生活中 持续展现它.

发问者: “将另一边脸颊转向”，这句话是什么意思?

这相当简单，让我用我们做为例子，如果我们来到你们星球，遭遇敌意行动，我们将被摧毁. 这种事在你们星球的地表上已经发生过了.

甘地曾许多次展现这句话的精神，他成功地达成任务.

为了完全地理解这些事，你们必须理解生命.

没有人能够摧毁你，或许你今日的肉身可以被摧毁，当你没有被摧毁; 我相信你们所有人都察觉到 生命是永恒的.

这样是否回答你的问题，我的朋友?

发问者: 是的，但我们是否应该允许那些内心没有理解，只想破坏的人继续为所欲为?

这是你们系统造成的结果，除非你找出问题的根源，这个问题无法解决; 所以摧毁这个人也无法解决问题.

你们社会有需要处理这些状况，但它尚未明智地处理好.我们不允许某个人不分青红皂白地 到处杀人，必须要做点什么处理这种状况.

我们有些困难以文字清楚地解释给你听，我不确定我在这个议题上是否清晰地表达.

发问者: 如果我面对一个充满敌意的人，我如何保护自己? 什么是正确的举止?你们的诫命是什么?

“汝等不可杀人.”

那就是你的答案囉，因为如果你杀人 你就打破诫命了.

我比较倾向让那个人打破诫命，但针对这件事 你必须要自己决定.

你看，律法已经制定，你有一个选择: 遵守它，或打破它. 没有模糊的地带.

但如我先前所说，你无法被摧毁.

现在，朋友们，我必须离开你们，很高兴同你们说话.
愿你们每一位都在寻求理解的过程中 抵达伟大的高度.
我离开你们，我将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1960 年，七月 25 日，星期一

你们好，我亲爱的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我是 Hatonn.

很高兴再次与你们讲话，我在最近这几个月较少同你们说话，因为我发觉不需要.

你们已经进展到某个程度，你们每个人都相当了解有什么东西等在前方，以及你们未来的发展需要什么东西.

亲爱的朋友，你们经常如此涉入周遭的事物，以致于忘记去觉察内在的指引，它对于你的成长与福祉都非常重要.

在你们的文明史中，再没有比现在更需要灵性发展.

我敦促你们每一位把握每一个机会在灵性上成长，我们做所有必须的事将机会带到你的门口，但我们不能为你做功课. 你们必须付出努力去善用这些机会，唯有

你能够提升你自己的意识.

伟大的觉知必须在地球人当中被唤醒，人类需要觉察他真实的身分，并觉察人们需要在爱与理解中联合起来，怀着充沛的渴望去这么.

当越来越多地球人如此行动，地球妈妈的子民就越不需要受苦受难.

每一个人都有一个伟大的机会去散布光，只要允许理解之光在他的内在发展与成长.

当理解之光在你的意识之内增长，你周遭的人都会感觉到，他们的意识也将自动地提升，你连一个字也无须说.

许多世纪以来，你们星球上成千上万的人曾尝试透过话语在灵性上提升人类，但话语并不管用，除非里头有光与理解；你无法给出你没有的东西.

所有每一个男人与女人都只在能力范围内给予，因此让我们藉由增长我们自身的内在之光，来提升我们的能力水平.

挚爱的朋友，我很高兴与你们共度一些时刻，我从未忘记你们，你们对我是如此地亲近与亲爱.

我对你们的爱不是地球上一般的爱，而是一种更为深邃的爱，将来有一天 你们会理解的，当你真正经验这种爱，我确信那将是你伟大的经验，即使以最大笔的金钱财富与你交换这个经验，你也不愿意换.

愿光在你们每一位的内在成长，到达一定的程度 让每个接触你的人都感觉到内在之光的利益.

Adonai vasu.

***

1960 年，八月 8 日，星期一

你们好，我的朋友，我是 Yom.

由于该器皿与他的老师之特别许可，我今晚来到这里.

我感觉无须自我介绍，因为我觉得我们是老朋友了，不是吗?

团体: 是的.

谢谢你们，我确定你们每个人在此时都开始了解自我发展的重要性.

你们必须领悟再真正的实相中，一切都是意识，你的意识在哪里，你的理解就在那里. 因此，亲爱的朋友，你们需要使用所有可能的方法去扩展这个意识. 尝试去了解这件事的重要性，因为你的意识容量越大 你方能接收到越多东西，朋友们，我说得有道理吗?

团体: 是的.

我发觉要精确地表达我想讲的东西有些困难，我希望我说得够清楚.

在过去某个时候，我们曾尝试带给你们机会去学习扩展意识的新方式.

你们有些人使用各式各样的呼吸练习，这些是好的，将在灵性与肉体上 都带给你很大的好处. 透过这些发展，你将发现更新更大的经验来到眼前，扩展你的意识. 有好多东西等待你们去觉察，因为你在物理世界所见的只能小程度地扩展你的意识，还有许许多多肉眼看不见的东西. 所以，我的朋友，我们再怎么敦促你也不为过，这个(意识的)发展实在是太重要了.

你们全体都觉察到伟大的改变正接近你们的星球与星系，它们正快速地来临.

你们所在的太阳系将会改变，这整个太阳系将存在于一个新的振动水平，并且对于这个星系中的所有行星上的人群有巨大的效应.

我相信在座的大多数人都觉察新时代到来之后，你们的星系将曝露在两个太阳的光芒当中. 你们将曝露在完全不同的光芒之中，产生巨大的效应.

这就是为什么增长灵性理解对于地球人这么重要了，因为两个太阳的综合光芒与振动是如此巨大，除非人类到达某个程度的灵性发展，他将无法承受这样的振动. 在这里 我确定你们所有人都想挥舞着飘扬旗帜*进入这个新的振动，只要你如此渴望，你们每个人都做得到. 即将来临的新时代，其雄伟与华丽是你们从未见过，甚至从未梦想过的，朋友们，这个前景听起来是不是值得为此奋斗?

(*译注: Flying colors 是航海术语，原意是指「迎风飘扬的旗帜」，现在常用来表示「显着的胜利，巨大的成功」)

团体: 是的.

那么 我全心地请求你们去工作这个目标，好让你们每个人都能够享受与经验新时代.

我要感谢你们，愿意接纳我进入你们的圈子，我很高兴与你们同在.

我的朋友，你们有没有问题?

发问者: 是的，你能否告诉我在一个人的内心发展伟大之爱[为了造物主与同胞]的最佳方式?

我的朋友，这是一个成长的议题，你们需要伟大的自我-修练与努力.

在你们的环境中，你们生存好久的环境，你们已经成为种族意识的一部分，地球人生存的思维是以眼还眼、以牙还牙，他先思考服务自己，然后服务同胞与造物主. 当你们遭逢他人的批评、谴责或憎恨，你的第一个反应是什么? 反击，打回去，讨回公道，不是吗?

你们的伟大导师在这方面说了什么?

发问者: 将另一边脸颊转向.

是的，陪对方多走一哩路，关于这个议题他还说了许多. 但我问你们，你们做到了吗，你们是否尝试去实行它们? 这需要很大的自我修练，不是吗?

为了灵性成长，你们必须锻鍊自己，不要允许愤怒进入你的心，因为你们都知道愤怒带来的影响，不是你能快速抵消的; 如果你允许它继续蔓延，它将摧毁你的心智与肉体. 朋友，我是否回答你的问题?

发问者: 是的，谢谢你.

我的朋友，有人告诉我，我的时间已经到了，我必须释放这个器皿，我向你们道晚安. 很快乐与喜悦能与你们同在.
晚安，我亲爱的朋友.

***
Copyright © 2007 L/L Research

1993 年，九月 26 日
我们是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们属于 Q'uo 的原则，我们无法充分表达我们是多么感激能够有机会与你们分享我们卑微的思想.

你们对我们的服务是极大的，因为当我们教导你们，同时学习你们如何聆听我们;

这代表我们在爱与服务无限造物者中成长的方式.

我们隶属于服务太一无限造物者的天使与星球联邦，我们曾被称为忧伤的弟兄姊妹，因为受到地球人群巨大的痛苦与忧伤呼喊之感召，特别是在过去两百年间，尤其是在过去五十年间.

我们看见你们的工厂与科技如何在你们的文明中鼓励闲暇时间，那些不用挣钱过活的时间. 我们看见同样的这些工厂与科技如何尝试使你们每日的休闲变得琐碎并使人分心，这的确具有它自己独特的平衡.

我们不谴责这些事也不建议你们这么做，无须谴责科技或工厂，或大众媒体、报纸、杂志、时尚，以及人为制造的知名产物等等; 但我们建议你们知道在所有事上，你们都拥有自由意志，我们鼓励你们谨慎善用你所有的时间、空间、关系，怀着高亢的精神、嘲讽、反讽、双关语与冷笑话使它们发酵.

肆无忌惮地放声大笑，慷慨地给出你嘲讽的评论，这些看似琐碎的模仿他人与自我嘲弄的时刻，如同酵母一般，减轻你整个人生织锦的重量.

我们希望你们练习灵性天职的艺术，了解到不管你以什么生活方式创造金钱能量，你的工作可能不是一个明显的灵性职务，然而这对于活出灵性天职毫无相干.

因为你的内在有一只心之眼，伟大意识之眼，你将在此生滋养它成为强壮又有活力的存在. 这只眼睛以关怀与悲悯去看世界，以灵性的活水去滋润干枯的职责.

灵性天职将一个人此生所有的经验都导入一个清楚的脉络中.

无须试图把你自己拖入某个学派，好使你成为灵性的；而只要单纯地在每一个当下做你自己，并自然地回应；不要被一些想法打败：“我应该… 我应当…”，而是向内看，寻找爱在哪里，找到那条金色丝线，开启更多的内在领域，于是你可以恒常地在你的心智地图中发现新的泉水.

造物者就在你眼前，就在你的面容之中；你张开双眼，看见天父的造物，你凝视人类同胞的双眼，看见造物者. 这是一场美妙的化装舞会，我们希望你享受生命的许多场舞蹈.

最后，我们想要你确切地知道，毫无疑虑地知道我们总与那些呼叫我们的人们同在，不是以言语沟通，而是如同爱的载波伴随你，所以你永远不是完全孤单的.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0615 章集：三人行**

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1991 年九月 22 日

小组问题：秋天到来前的日子，一个季节结束，新的季节开始. 我们的问题依旧，我们三人组共同在此维持了一个季节. 表面上，如果我们主观地观看，我们三个人努力形成一个服务小组 结果是失败的. 但，我们想要知道从你的观点来看，你会有什么看法？也请你评论 当 K 前往她自己的道路，继续她的旅程；Carla

与我如何留在这里做我们该做的工作.

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 原则，透过这个器皿 我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 当你们呼叫我们，我们看见你们的心中充满生命的哀伤，背部承载着生活的重担，以及当你们在灵性上奉献自我之际 伴随而来的压力、困惑、混乱与巨大的内在之成长阵痛; 导致你们恒常地感觉不舒适.

我们在这个小组中看见一些喜欢处在不舒适状态并寻求真理的人; 我们只能与你们分享我们的祝福，同时 你们允许我们同你们讲话即是给我们的祝福.

总是要知道我们的意见与那覆盖苍穹的奥秘相比，什么也不是; 我们贫瘠地、衣衫褴褛地在我们的舞台上跳舞与踏步，模仿、演出、唱歌、跳舞与讲好听的故事，做任何我们想得到的事情去警醒那些早已觉醒的人们 展开对真理新一波的寻找，那觉察奥秘的能就在万事万物当中，亦超越万事万物; 那奥秘事实上即是你，你们每一个人，我们每一个.

我们觉察你们想要知道一件事: 一些完全真诚的真理寻求者但愿团结在一起，共同有所服务，是什么变动的力量导致这个愿望有时候管用，有时候不管用[以你们很主观的衡量方式]？

做为开头，我们请求你们每一位凝视做出承诺的时刻，当你们每一位最初说: “我奉献自己给予服务的一生，这个特别的服务方式叫做 L 与 L*”，一个特别、永久与非凡的承诺，这样一个承诺将你从人性抽出来，使你成为一个没有其他能力除

了持守承诺的人？我们请你你们非常小心地注视这个问题. 我的朋友，难道你看不见，你们再那个时刻绝对地奉献出自己，同时也带着绝对的无知，不知道需要做出怎样的牺牲去创造一个共同的服务途径.

(*译注：爱与光的英文缩写)

我们隶属于服务太一无限造物者的星际联邦，我们做出这样的承诺 并能够持守它；因为我们在某方面能看见你们看不到的东西：人际关系的和谐音. 我们能看见哪一段音调是无解的；我们能看见两人组、三人组、四人组或一个社会记忆复合体当中固守的要素，使得这个组合不会瓦解的要素.

我的朋友，你们每一位都是第三密度的学生，不管你投胎到地球之前是什么身分，当你进入了这个世界，你接受黑暗、灵性的盲目，以及未知的深渊 即使穷禁你的想像也很难掌握它的深度. 你在此生唯一的工具就是你投胎时带来的灵性倾向. 一路上 你的确有伙伴相随，你很想要给出的服务也已经给予. 只不过在第三密度中，有些组合就是不和谐到骨子里，于是这些人必须先处理彼此的问题，这是一个很有教育意义的过程，学习完全地信赖彼此的善意，即使被拒绝也没有任何恐惧，单纯地继续做一个人觉得恰当的事，知晓你们的工作并不开始于所谓的 Ra 通讯，也不因该通讯的结束而终止. 你们的服务并不从出生开始，也不在肉身死亡的时刻终止.

你们已经成就的是一个重要的东西，我们想要你现在凝视它.

在学习和平共处的过程中 有着许多层次的成就.

你们每个人一直在学习尊重的功课，以及一个人无法理解 然而必须接纳的慈爱; 在逆境中坚定地维持友谊，在不舒服的状态下 对彼此忠实.

请看见这些美好，因为这些花朵，虽然是在干旱的季节养成 虽然是痛苦地诞生，在造物主的眼中是美丽的.

这个三人组已经完成许多事，它已将许多话语带入物质界，不必然是单单服务他们，而是服务任何可能阅读到这些文字的人们.

但我们请求你们注视这主要的服务，你们感觉表现不怎么优秀的服务，那就是在这个黑暗与月光的世界中，成为一个运转中的三位一体(trinity).

在此刻，在悲悯中看着你自己; 怀着悲悯看着你内在的痛苦; 所有与这些关系有关的痛苦，看着它 祝福它，因为它教导你们许多事情. 在这些关系中 当所有其他东西都是黑暗的，凝视那无法浇熄的希望之神灵. 在盲目的信心中，你们对彼此展示勇气，共同朝更高的和谐目标努力行进，凝视这个勇气.

注视困扰你们每一位的适应性与弹性，你们认为自己不够有弹性. 凝视并看见每个实体之所是，尝试营造表面的和谐会带来伤害，然而否认自己的本质将带来更巨大的伤害. 看见这并不是失败，只是一次诚实的努力，欢喜与全心地给予. 看见有三个朝圣者走在这条路上，他们是彼此的安全住所. 在这一次的人生，在这个幻象中，这三个人聚集的和谐音韵是极度强有力的，然而 尚未完整地解放恐惧. 总是会有一些分离的感觉，因为那是必须的. 我们无法将寻求者之间的分离感视为一种失败.

我们必须单纯地看待这件事，当一个人尝试奉献一生给造物主 那需要庞大的灵性勇气，特别是当这个奉献与其他实体密切相关.

我们请求你们将未完成事项的重担从你的肩膀上移除，你无须去背负它们.

你们曾计画背着背包徒步旅行，你们选择了一座高山；虽然青草地上盛开的花朵很美丽，空气渐渐地稀薄，温度越来越冷，岩石、裂缝与峭壁，使得攀爬的旅程越来越艰难.

在这三人小组中，他们投胎前并未带着和谐的天赋，允许每个人可以承担另外两个人. 不，我的朋友，你们每个人都有不同的功课要去学习. 成为一个社会记忆复合体并不是变成一个理想社会，里头全是一对对相处良好的伴侣.

在第四密度中，你们在此刻观察的状况持续是可观察的，但心智的领悟与原型心智大大地向你们敞开，远超过第三密度的程度. 在第四密度中，K 还是 K，Jim 还是 Jim，Carla 还是 Carla. 你们的和谐音韵仍是相同的，你们会表达与不表达的东西相同，选择同意与不同意的事项相同.

不同的地方在于这些事物不会令你悲痛，因为你可以看见它们皆为完美，你会看见自己以这种与那种方式和谐歧异. 在第三密度中，你倾向将所有你感觉没有做对的事情都合并在一起；然而 在座的三个人之间，确实发生了伟大的学习.

你们每个人都值得信赖，都已经给予，都曾受苦；感觉这点，尊敬并荣耀这过程.

你们看不见的东西总是在你里头工作，如果你愿意光荣你那内在的奥秘，那么这

些在你里头工作的东西将打开你们的心，清理双眼、声音与耳朵，使你们的心对智慧敏感.

我们请求你们不要将这个经验看为开始、中间与结束. 你们过去没有开始，现在也没有结束. 你们曾经一起工作，你们将再次一起工作. 你们已经给出最佳的自己，你过去曾这么做，未来也将这么做. 沿着这条路，你们一直是伙伴.

现在 我请求你们以稍微不同的方向看待有所服务的概念. 人们一般感觉完成可以计数的事情，表示他们有所服务. 提供多少灵性启发的字数，完成多少件工作，以及其他人可以看见的出版书卷. 凝视着过去，凝视着未来，思量可以做什么以更佳地服务造物主，还可以添加什么新东西与奉献多少东西.

我的朋友，我们并不是说这些事情是既虚幻又徒劳无功; 不是这样的.

当一个人尝试对无限造物者有所服务，他就确实有所服务. 那个成果当下就在永恒当中. 我们请求你们各位，特别是这个器皿，考虑的是服务的开端在哪里，当可量化的东西并不位于镁光灯的中心焦点，服务居住的地点在哪儿?

是这些话语有所服务，或者 是一个实体的人格与决心 敞开他自己以正确的方式通讯?

如果这些文字都不存在，谨慎小心的调频与热切的寻求还有帮助吗?

是的，我的朋友，那的确会有帮助. 它不是某个可以跟这个世界展现的东西，但许多、许多的东西已经展现给你们的世界; 当实体们益发尝试与努力去研读真

理，同时发生许多、许多的复杂事物；于是真理变得越来越详细、越来越复杂、越来越刻意. 你们真的看见你们最大的服务是在那一大堆的文字中再增添一些你们提供的资料，不管该资料的意图有多好或多有启发意义?

或许我们可以移动到一个稍微非量化的方式衡量你们的服务.

你们已经花费时间在寻求上，你们将那一去不复返的珍贵钱币花掉了.

在服务、振奋、灵感的时刻，最重要的是在奉献中，全心希望并乞求能以任何方式达成无限造物者想要你完成的服务.

是的，你们仍然在工作关于数量的思想，你们仍在说:“我给出了这么多时间”，所以你们知道这也是空洞的.

以下的话语或许是对你自己更诚实的评估:“我给出我的存有，我没有做其他的事情，我就在做这件事.”你这么述说自己，对着你自己与微笑中的造物者说，接着在那喜悦的微笑中 宇宙突然成为无限，而你已经将时间转变为永恒.

我们请求你们注视你们真实的自我，你们牺牲了什么与彼此同在，你们已经以最佳的真心去尝试提供服务. 在嘴巴与头脑充满刻薄的言语时，讲出柔软的话语.

当心智踌躇不前，心智说:”我害怕”，你仍能信赖内心的声音. 你们以勇气对待彼此. 你们彼此信赖，你们已经超越你过去以为能做到的极限.

我的朋友，你们每位都已经成长，每个人都是彼此的老师. 让你的爱之祝祷传给

彼此，虽然你们在表达这点上曾有些困难，让爱充满你们的心. 我在这个时刻停顿，感觉你们共享的大爱.

[停顿]

我是 Q'uo，记住这个感觉、这份爱、这一刻. 你们曾经挣扎奋斗，对彼此亲切与关心; 但在这一切底下，你们已经是三个受伤的士兵，为爱与和平作战的士兵.

士兵受伤了，有时候死去，无论他们是在憎恨终战斗 或是 为了拒绝憎恨而战斗. 你们每个人都曾有伤口，这个小组在这场持续进行的爱的战争中有过意外伤亡.注视与观看 欢庆你们从未停止尝试去爱、支持与关心彼此，从未停止以造物主之名去服务他人(万物).

你给自己拴住的马车是否有点笨重? 有些时候，一个人渴望做太多事，他移动的速度比他最深邃的自我的步伐还要快. 所以，解开这条拴住的绳索，让马车自行走开，你已经拉着它够久了. 总是做为新的实体、新的灵魂、重新奉献的成员集合在一起，彷彿是参加第一次的集会.

你们曾经是士兵，你们将持续是士兵，让那些内在的深沉感觉导引你前往新的每一天与每一个新的战场，爱与恐惧在其中奋斗争战.

由于你们毫无畏惧，确切地知晓你们是老兵，你们将坚持下去.

你们并未因过去共处的时光而减损你们的力量，虽然你们曾经称呼自己是失败者[以这个器皿的称谓].

你们并未失败，你们已经开始尝试成为一个社会记忆复合体，你们将在每个关系、与自我的关系，继续如此，做为并肩作战的伙伴 关系越来越和谐.

总是记得你们过去与现在都是一个伟大与结实的团队，你们真诚地、一心一意地渴望寻求真理，渴望去知晓无限太一的爱，并且在这个服务中 提供你的所有本质，以及未来所有的可能性.

从这次集会之后向前走，无须说再会，因为你们只是移动到这条路途上的某个部分，在此 你们不会频繁地看见彼此，你们仍然在一起工作.

最后 我们请求你们思考成为一个社会记忆复合体的隐含意义. 我们刚才说一个人不只伴侣关系上学习成为一个社会记忆复合体，你与所有其他人的关系都同等的重要，不管你经验这段关系为正面或负面; 成功或失败; 你都在尝试学习认识一个是你自己，又不是你自己的心智，该心智在分离的幻象中隐匿在你的视野之外. 安心地知晓一个事实: 除了所有无形的指引，你们每个人已经学到在彼此的内在发现一个完全值得信赖的实体.

这样一个实体，你跟她说痛苦的东西是安全的.
这样一个实体，你知道他不会以任何方式故意伤害你.
这样一个实体，你知道他并不卑劣 也不丑恶.
这样一个实体，你知道可以在任何事上给予最佳的信赖.

这些事项并不只发生在你们称为的婚姻关系当中.

你们已经尝试的目标在第三密度中几乎是完全不可能实现的; 你们已经尝试以金色与完美的意图去组成一个灵性家庭，我们请求你们绝不要怀疑你们已经完成的东西是真实地美丽，并且没有污点.

让所有其他东西都掉落，只要记得这点: 这三个实体锺爱造物主，共同工作与祈祷，并在可能的绝对上限付出时间、能量与意志 尝试去服务.

知道你们曾做的任何工作都没有白费，因为你们在不利的环境中 依然去爱与被爱，此即是这个密度的功课.

我们将再次相会，你们称为的时间幻象移动地十分快速，我们将与你同在.

我们怀着爱与赞赏祝福你们每一位. 我们觉察到忧伤的存在，但我们请求你们不要紧紧握住它，而要一点一点释放它，直到你们之间的所有事物都是正面与自由的. 你们每个人都完成高贵的工作，最后，我们将不对你们说再会，而是说哈囉!

哈囉，你们在这一刻是全新的. 我们以最深的敬意注视你们从旧我携带到新我的东西，因你们已经做出睿智的选择.

你们并未陷入绝望，你们没有放弃，也没有谴责自己没有能力去服务.

哈囉，我的朋友，我们将再度相遇，我们很期待这个愉快的前景.

在此同时，我们与你同在，如果你想要我们与你同在 安慰你 使你平静，

你只需提出要求. 我们不会再那个时候与你讲话，但你可以感觉到我们的爱、祝福与支持，正如同你知道这个房间中的朋友对你的祝福、爱与支持.

在任何时间，所有时间，你都可以拥有这些，你只需 要求.

我们是属于 Q'uo 原则的群体.

总是与造物者同行; 总是成为你朋友的造物者 并且允许你的朋友成为你的造物者，此即是” adonai vasu borragus”的意义.

我们渐渐地离开你耳朵的听力范围，但从未远离你的意识，在那伟大的起初思维—爱，以及在所有的显化区域中—生命.

当你感觉自己逐渐朝永恒移动，当时间越来越无法抓住你，一如往常 我们单纯地请求你们带着爱心，无惧地面对你的各种经验，怀着爱与光去面对.

我们是属于 Q'uo 原则的群体，当太阳再次升起 照耀我们所有的灵魂，我们献给你这早晨之爱; 而那太阳即是爱与理解的王国.

Adonai，adonai vasu borragus.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0616 章集：人类、意识与理解之十二**

Copyright © 2008 Walt Rogers

1960 年，八月 18 日，星期四

愿无限太一之平安围绕汝，喔 亲爱的孩子们.

喔 亲爱的孩子，汝寻求什么？寻求平安？那么先与你自己和平相处，然后平安将围绕汝. 寻求理解？那么寻求理解你自己的存有，如此你才能拥有真实的理解.

寻求智慧？那么在你做的所有事情中实行智慧，因为任何汝寻觅的东西必先在汝之内在中找到. 如果你想增长真理的高度，你必须获致这个领悟.

你的意识没有限制，所以尝试去提升你的视野，当你在爱、真理与理解中成长，你的想法将恒常地拓宽，持续地看见新的地平线，远超过你能够设想的地平线.

喔 亲爱的孩子，提升你的视野到新的高度，让造物的荣光流向你. 掌握所有来到你身边的机会，使用它们，将它们带入你每日的生活中；因为除非你活出真理，它们对你只有很少的用处. 你看，我亲爱的孩子，这是许多世代以来 地球人的弱点，人类老师说了许多更高的真理，但却不去实行，他教导人们这样与如此生活，但他自己的行为习惯却是相反的.

所以，挚爱的孩子们，除非你活出你的真理，你很可能还不知道真理.

为了活出你知晓的真理 你愿意走多远？每天问你自己—我愿意走到什么地步？

我真的爱我的人类同胞，我愿意为他牺牲，我愿意为了同伴献出一己的生命？

如果有需要，我是否愿意把我的弟兄带进家中，给他温暖，并喂养他?

亲爱的朋友，仔细地评量你自己，看看你愿意为了活出你知晓的真理走多远?

知晓你自己，喔 人类，知晓你自己. 愿你们每一位都领悟你真实的本质，并且从那儿开始 提升你的视野，你将看见你在爱与理解中成长地有多快速.

我将我的平安与理解留给你们，祝福，我的朋友，祝福你们.

***

1960 年，八月 20 日，星期六

傍晚好，我的朋友，我是 Yom.

我曾经对你们一些人说话，对于那些我不熟悉的人，我将简短地解释我是谁. 有许多年，我曾是远东地区的一所秘义学校的老师，几个月前，我从那所学校出来，

目前正在工作一项任务，尝试尽我的本份去提升地球存有们的意识.

我们许多人都在为此任务工作，希望减轻未来地球人面临的困境. 我向你们保证，我们许多灵魂都在乙太王国中工作，我们尽一切可能的努力去达成我们的使命.

我们的英文不是很好，请你们见谅，我不大熟悉你们的语言.

我们想要恳求你们在每一个可能的方面的协助，你们每个人都可以提供帮助.

当你们送出爱的思想波，你们就帮了很大的忙. 尝试使你每一个念头都是爱的思维，都是正向的思维，这将带给地球更多和谐的振动.

许许多多世纪以来，负面的势力主宰你们星球，于是大量的负面性累积在你们地球的外壳中. 过去几个月发生的事件，好比非洲、古巴与许多其他地方，快速地增加这股负面的振动，因此地球人有义务去尝试以各种方式去抵消这负面的振动.

对于你们某些人，或你的同伴而言，以下的事实可能毫无道理，但我诚挚地告诉你们，每一个从你心智中散发的思想都是一股确实的原力; 它具有力量 并且是持久的力量.

思想拥有的力量超过你认为或了解的程度，因为你们活在一个思想的世界. 不管你懂不懂，这是一个事实. 如果不是思想，你不会在这里，你现在坐的椅子也不会存在. 因此，朋友们，你们责无旁贷 必须十分谨慎地注意你的思想.

所以，朋友们，你们身为"理解"团队的一份子，我们请求你们在可能的任何事上给予协助; 持续地管制你的思想，严防自私、妒忌、憎恨的思想偷偷爬到你的心智之中.

当你感觉这些思想在你的内在升起，把它们丢出去，以爱、平安、幸福的思想取

代它们，某个东西将会向前进 改善你周遭的氛围. 我们希望许多许多这样的团体在地球的表面上到处冒出来，大家一起真诚与勤勉地朝这个方向行进.

朋友们，我必须从这个器皿里内撤出，还给他一个正常的自我. 今晚 我很欢喜来到你们当中，我感谢你们的接纳，并倾听我的.. 我的论文，容我这么说?

愿无限太一的爱与平安居住在你们每个人的心中 永远到永远.

我的爱与祝福 我留给你们，亲爱的朋友，晚安.

***

1960 年，八月 29 日，星期一

平安与你同在，我的朋友.

再次地，很高兴与你们谈话，我希望能提供一些服务给你们.

朋友们，让我们总是记得寻求开悟的最重要地方就在我们的意识里面.

我们可以学习别人教导的各种技巧，我们可以在 这里与那里、远处与近处 在知性上寻找真理，但直到我们能够安静下来，走入内在，在我们存有的宁静当中，我们方能开始扩展我们的意识; 我们方能领悟一切都是意识.

没有一个东西能够存在 除非它先成为意识的一部分.

你的生活有许多地方受到潜意识的管制，比任何的高灵影响的程度都要多许多.

了解你的创造力量. 你是一个造物者，你持续地创造各种状态，经验.

这就是为什么我经常说要小心你的想法，小心你的说话，因为在你思考与讲话的同时你正在创造.

我经常对你们说 要成为大自然的学生; 看见大自然如何协调地运作，然后使你自己与大自然以及世界心智协调相处.

我们只能带给你们一些机会，其他的还是要靠你自己. 许多时候，你们将发现透过你自己的努力，这些机会将来到你身边.

有些时候，努力似乎毫无用处，但亲爱的朋友，如果你的努力是真诚的，你的目标是纯粹的，好结果将会来到.

我再次地对你们说，每天尝试去扩展你的意识; 将它延伸进入在此之前未知的领域，透过你自己的努力，在适当的时间，你将经验伟大的平安与福佑.

我的平安、爱与理解，我献给你们.
晚安，亲爱的朋友.

***

1960 年，九月 7 日，星期三

傍晚好，我的朋友，我是 Yom.

我很高兴再次成为你们家庭的客人，或许你们开始以为我是你们的成员之一?

我想欢迎今晚的新朋友，我想说你对我而言 不是陌生人，虽然你可能认为我是.

我们所有在光中工作的存有都觉察到你们以各自的方式协助与服务. 你们做得相当好，你们提供一个踏脚石[比喻的说法]通往更高与更高的理解，透过你们的努力，你们也将抵达更高的理解. 毕竟，难道我们不都在寻求? 我确定是这样的.

我的朋友，首先让我们考量潜意识，你们都觉察到它是一个储存你所有经验的仓库; 每一个经验、每一个通过你的显意识心智的想法、每一个动作或举止都储存在潜意识当中. 但不只如此，它对于我们的生活是一个十分有影响力的因素.

我们在一段时间中将许多概念喂养潜意识，接着，这些东西流出并成为我们意识的一部分. 我们内在的潜意识并不会区别善或恶，潜意识的力量持续地为我们工作，将我们意识准备好接收的东西带入我们所谓的实相.

我的朋友，你看，我们接收的任何东西都是我们意识的一部分. 我们可能在当下并未察觉许多概念已经进入我们的潜意识，所以我们不理解为什么我们在人生当中有特定的经验，不管是我们喜欢或不喜欢的经验. 你们人生的模式是由进入潜意识的东西所塑形的. 因此，如果我们不喜欢我们正在经验的东西，我们应该开始将我们渴望的东西放入潜意识.

现在，我的朋友，需要多久 改变才会发生？这就端看你的准备程度了，你是否准备好领受你渴望的东西?

许多人尝试，或宣告特定的好东西，结果却没有得到.

为什么，为什么它没有发生？因为，他们并不期待它发生. 你们必须有很大的期望，或者说信心，不管你怎么称呼它，你们必须学习去领受.

造物主将所有人们渴望的好东西都放在伸手可及的地方，但人们必须领受.

你看，如果我宣告一个好东西给自己，在同一个呼吸之间，我又告诉自己我不值得这个东西；我希望上帝给我这个东西，但我不值得拥有它. 瞬间，我就为自己设置一个阻碍，那么 好东西就不可能流到我这边.

所以，在我们的冥想中，让我们尝试去扩展我们的意识，将所有的好东西放入我们的潜意识当中. 在冥想中，让我们扩展意识去接触更高的领悟，真正崇高的领悟，我们将发现我们整个人生开始起反应，我们的理解将开始反应在我们的人生当中；当你拥有真实的灵性理解，你的人生将是和谐的.

许多人谈论伟大的灵性理解，伟大的灵性体验，但他们的生命中没有这种反应;朋友们，我要说这些只是空洞的梦境；他们尚未领受灵性理解. 因为当一个人拥有灵性理解，他的心智不会有疑问，他的每一个动作、每一句话都展现灵性理解.

真实的爱从这个人里头全时间地放射四方.

我的朋友，我希望我冗长的会话没有使你厌烦. 如果我能带来一点点帮助，我会感到快乐. 感谢你们接纳我出席你们的集会，我的爱与理解 我献给你们.

平安与你们同在，朋友们，愿你们每一位都在寻找理解的过程中 收获伟大的结果. 晚安，我的朋友.
爱与理解

** Love & Understanding **

1960 年，九月 8 日，星期四

亲爱的孩子们，我的平安与祝福 我送给你们.

朋友们，你们认为什么是最伟大的绳索 可以将全人类连结在一起，如同兄弟姊妹一般?

某成员: 爱.

说得好，我的姊妹，当地球人是如此松散地使用这个字眼，我们要如何定义这个字，爱? 它是一种情感，或我们情感的一个阶段? 它是我们存有内在升起的一种感觉? 我们如何跟一位同胞描述这个叫做爱的东西?

我只能给予你们我的诠释; 或许你们不会同意我的说法.

让我们也考量另一个被你们人类广泛使用的字眼，理解. 今日地球人讲论许多理解的课题，说明你们人群当中必须互相理解，人类方能在和平中共同生活.

现在，我们如何获得对自己与同胞的理解? 有一种方式是透过交往，与爱结合的交往，那么 当我们获致理解，我们也实现爱. 所以我们无法分离这两者—我们必须下个结论: 爱就是理解，同时 理解就是爱.

在我们能够抵达任何程度的灵性理解，我们必须先培养对人类同胞的理解.

许多地球人宣称他们拥有伟大的灵性理解，然而 这点没有反映在他们的生活当中. 许多人企图去评判其他人的灵性成长，你会听到他们评论这个人或那个人的灵性尚未发展; 和谐不存在他们的人生当中. 当你发现这个结果，你知道里头没有任何一点真实的灵性理解; 因为除非你在心中对周遭的人有着真实的理解与爱，你将不会达到伟大的灵性理解.

让我们一起工作，去推广人类之间的爱，好让所有人可以延伸灵性的理解. 我们已经多次提供地球人大量的帮助，希望更快地促成这些状态，然而 我们多次遭到拒绝; 因为不知怎的 地球人尚未充分地了解四海皆手足的重要性.

地球人目前活在借来的时间当中，他几乎不了解那些理解宇宙法则的实体们努力了多少次，才使人类得到更多的时间.

但最终，这个过程也必须结束，人类将要做出他最终的选择. 当这个机会流过之后，那些没有真正做出选择的人们将必须透过另一次的进化过程，再尝试一次.

平安与你们同在，我的朋友.

***

1960 年，九月 29 日，星期四

在光中问候你们，朋友们，我是 Oxal.

我的今晚的通讯比上一次更成功. 我们上次尝试接触你们受到干扰的破坏.

所以，今晚，我很高兴有机会再次对掸(Shan)星球上的人们讲话.

地球人很快地将站在其他的星球上，比你们想像地还要快速.

今天 你们的政府正准备许多交通工具，即将旅行到月亮与其他邻近的行星.

从地球出发的首批太空访客将带回一些令人震惊的资讯.

从地球有文明以来，改变的步伐从来没有像现在这么快. 你们许多人站稳脚步，准备去帮助其他人面对这些改变. 但这不意味着你必须强迫灌输一些概念给尚未准备好的人们. 在许多方面，你以播种的方式工作，好让人群有所准备，好让这些改变不会对他们造成厉害的打击.

大多数人需要权威的认可，才能接受一份新的资讯; 当真理的冲击开始临到他们头上，他们将了解依赖权威是愚蠢的，他们将开始从其他地方寻找真理.

你们这群相信新时代的人们，你们相信人类即将自我觉醒，我们敦促你们花一些努力去获致理解，好使你成为一个合格的服务者.

你们不大可能去设想所以即将来临的改变，但我对你们说 它们将影响人生的每一个阶段; 它们将改变生命的整个概念，你们所有人目前的生活方式都将变得不同; 甚至你们地球人都将成为一种全新与不同的存有.

我的朋友，我离开你们，同时将我们族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0617 章集：情感 (上)**

** In Memorial of Emily，a Wonderful Teacher & a Shining Friend **

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年十一月 12 日

小组问题: 对于一个灵性寻求者，情感在人生中的功能是什么?

一个寻求者尝试揭开情感的完整疆界，特别在 关心周遭的人，感觉生命的活力，以及表达流过一个人内在的感觉等方面，这样做有什么价值?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向这群灵魂致意. 我们很荣幸被呼叫来到这群光之存有当中，我们沉浸于你们的寻求与爱之光辉之中.

说到情感，我们有些语意上的困难，因为在你们人群当中 长久以来 情感受到(社会)系统化的价值低估，对于一个寻求透过第三密度幻象显化太一无限造物者的爱与光之实体产生损害.

情感能量最常见的阻塞有两种，一种是过度活跃的情感特质，一个人对于每一个催化剂以浅薄与本能的感觉反应，这些情感的忙乱品质带来困扰与混淆，并非情感的真实功能，也就是说，它的真实功能是进一步地知晓自我，并使得生命的表达变得高贵.

我们多么希望能够协助那些陷入表面情感的人们，然而 每个人都有自由意志去选择使用其理智、表面情感 或者 在意识中移动进入心智与心轮中更有帮助的焦点，好让一个人得以发现真实、深邃与永久的情感 进而创造出信实的一生.

另一种常见的情感阻塞也与文化环境有关，你们社会并未以深邃与持久的情感来珍惜年轻人；相当常见的情况是以僵化的规则取而代之；双亲恒常地要求小孩做这个做那个，于是导致许多习惯于情感的麻木. 理智观察到一个人对那些将深沉情感视为不规矩与多愁善感的人群表达情感带来的痛苦.

几乎每一个在此时居住在你们星球上的人都倾向其中一种情感偏见，而非以纯净

与深入的角度去欣赏情感.

当能量因情感的过度活跃或麻木而阻塞，灵性的途径变得更浑浊、疲惫与困惑.这是因为这类的阻塞阻止能量完整地进入心轮.

在灵性生活中，纯粹情感的功能是创造出活力、热情与强度; 这些东西不是凭空创造，而是从内在发现.

现在，我们要问纯粹情感的定义为何? 我们不使用宗教的辞汇，单纯以另一种角度来诠释: 当一个人能够越来越有自觉，能够感觉自我-宽恕、自我价值、充满希望、欢乐与平安; 倾向更生动活泼地为太一无限造物者工作.

人类的动力来源并不是汽油或煤炭，毋宁说是灵感、热情、分享与关心. 因此，当一个人越能够汲取那纯粹情感的深邃与响亮的音符，他就越有能力去彰显无限太一之光，照亮一个黯淡的世界.

渴望是重要的，然而单凭渴望是不可能创造出纯粹精炼的情感，因为渴望可以带你到达那情感的边界，然而除非你碰触到深邃自我，渴望只会将情感制造成某个拙劣的成品.

你们许多人企图靠自己创造出深邃的情感，这是一个徒劳无功的练习.

同时，你们的一些宗教习俗鼓励，甚至驱策 参加成员在团体的喜悦刺激中 进入一种高亢的情感状态，从外在的氛围人工地感动成员的心. 无须重视这样的习俗.

的确，智力通常是主人，即使是最投入的灵性寻求者也难以幸免.

承受理性心智的负担，寻求者通常很少重视深邃能量的自由流动，保持灵性自我与 理智、情感自我之间的通路敞开.

造物即是意识，而该意识是纯粹的情感，不是纯粹的智力.

当一个人感觉爱透过自身源源不断地流动，一个人便实现了活在地球上的根本与主要使命，那就是成为一个光亮的存有，成为许多人的光；不是藉由行动，而是凭藉着生命能，灵魂之甜美，以及爱的表达；对于一个已经打开通往深邃情感的寻求者，爱持续地透过他流动着.

或许一条通往更清晰与深入经验情感的道路 始于沉思太一造物者 慷慨、无限与令人震惊的爱；造物主自身的本质即是爱无限.

我们建议每日藉由肯定语来校准自我，与内在无限的爱亲近.

许多负面情感困扰那些尚未找到纯粹情感的人们，他们感觉受到评判，能力不足，缺乏爱心；这是因为表面的疗愈情感来自一个人的小我，它很容易耗尽，或转变为负面情绪：挫折、愤怒与罪恶感等.

因此，一个人当寻求那无法言喻的东西，让它充满自己的存有，使自己充满活力，满溢着爱，爱无限. 在这种氛围中，每个实体都成为医者，每个实体都成为爱的管道.

纯粹的情感，完整与无暇的神圣之爱，具有无限的容量给予悲悯与服务.

没有这种深沉的情感，生命经验即缺乏鲜明的色泽，一个寻求者将缺乏坚定的心与强烈的热情去做出选择: 服务众生 或 服务一己.

你们都相当了解，在你们的密度当中，所有你肉眼所见的东西，包括你自己的身体，都是幻象. 事实上，你一个电磁场的复合体，其中维持着一个珍贵与无限的意识，当它被净化之后，与无限造物者是合一的. 因此，当你清除每一个情感的阻塞，你将发现多出一块空间，一种空虚的状态，这是绝对必须的，好让一个人得以从表面的情感、日常事务中移动到一个更敏锐的自觉，知晓自己与造物主合一，成为一个爱的承载者，光的使者，照耀你遇见的所有生命.

任何的追寻过程都隐含危险，发现自己的深邃情感也是如此. 深邃自我的特质是微妙的，它无法从外在操纵; 毋宁说，关键在于忠实与坚持地在冥想中寻求，并在每日生活的每个细节观察深邃情感的回响.

当一个实体越来越是一个具有强烈热情的光之子，他就越来越不会沉溺在那些似乎很重要的日常事务，而是越来越和谐对准创造之爱的自发行动.

当一个人已碰触到自我之心，并释放许多阻塞的能量，他以悲悯的态度去服务他人的能力将大大地增加.

许多寻求者心中有个理想，然而第三密度幻象无法支持理想，它总是被现实问题、调停、妥协 追赶与超越. 因此，一个寻求者最好规律地退出人类竞技场，从内在寻求，聆听内在的声音，请求知晓自我当中最深邃，最聪慧的部分; 这些部

分在情感与原型中移动.

对于大多数人，发展一种真诚的纯净情感是漫长与辛苦的艰难工作，由于你们文化的种种制约，使得灵魂对于活在地球上的真正目的感到麻木，那就是坚持地、耐心地、虔诚地去知晓并与太一同在.

当一个人领悟自己的内在蕴含圣地，他将更为信赖内在的寻求途径.

这个实体通知我们必须缩减我们不合宜的冗长论文*. 我们对于无法查觉时间的流逝感到抱歉，但你们经验与认知的时间对我们来说至为困难，关于这个主题还有很多可以说的. 我们简单地说，唯有透过太一造物者无限的爱，才有可能释放与疗愈各种负面情绪，好比罪恶感、愤怒、羞辱与憎恨等.

我们鼓励每一个人去寻求内在的圣地，看见太一起初思维的荣光、华美、无限的壮丽，并给予赞美与感谢. 天使们歌唱他的光荣，树林与山岳舞蹈着，所有的恒星与行星唱着一首热情的爱之歌，献给未显化造物者，以及你们每一位，你们是领受完整自由意志的已显化之造物者.

(*译注: 本篇译稿为原文之精简版)

我们鼓励你们每个人去寻求内在中更深奥的真理，沐浴在无条件爱的光中 允许负面情感自然地脱落. 愿你们每个人于一己的内在密室中发现无限，那处于颠峰力量状态的纯净情感即是理则(Logos).

什么是情感的功能？它是一种产生深奥与根本蜕变的智能；唯有从所有限制中解

放的心能够如此. 敞开自我 迎接自由浮动又抽象的信心，信任一切都是原初计画的样子，信任原初的计画是有益的，并且充满爱；这个计画至为迅速地推动寻求者向前，在灵性进化的道路上快速前进.

欢庆吧，为每一个从麻木或表面情感上瘾症中解脱的灵魂欢庆；当你寻求自我之心的同时 我们与你一同欢庆.

尊重深沉的情感，了解一个人的生命能量是基于他的信任能力，以及安住在无条件爱的情感状态之能力.

我们建议所有寻求者每日冥想与沉思，以及善用大脑的分析能力；因为你们寻求将改变带入那不朽的自我觉知当中. 宽恕是一种情感，不是理智的过程，它是自我极化以服务太一无限造物者的钥匙. 愿你们尊重并鼓励热烈、展现爱的情感;愿你们在冥想中逐渐强化内在的深层自我.

我们感谢这个器皿，并且将透过 Jim 实体结束此次会议. 我们在爱与光中离开这个器皿，我是 Q'uo.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我透过这个器皿在爱与光中向各位致意.

我们觉察这个圈子有点疲倦，但我们乐于提供自己回答任何可能有帮助的询问.此时是
否有任何询问?

T: 我没有什么问题，但我想表达我对今晚讯息的感激，那真的是我需要听到的东西. 我非常感谢你.

我是 Q'uo，我们至为感激你，我的兄弟，因为你提出的询问，我们才能提供资讯.你将某些人由衷关切的议题带给我们，于是我们有条宽广的途径提供我们的服务. 此时是否有任何询问?

K: 你提到关于这个主题 还有很多可以说的. 在未来，如果我们渴望更多的资讯，是否可以请你就这个主题继续讲述?

我是 Q'uo，在未来的会议[以你们的时间衡量标准]，我们乐于从今天傍晚结束的地方开始讲. 我们只请求在那个时候，你们重新振动发声该询问，好让我们可以再次找到这个小组已经精密调频的焦点.

是否有其他的询问?
Carla: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 我们发现这个傍晚的会议进行很久了[以你们的时间衡量标准]，我们目前也耗尽所有的询问，我们将起程离开这个小组，再次感谢每位成员提供我们机会提供服务，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是你们知悉的 Q'uo 群体. Adonai，我的朋友. Adonai.

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0618 章集：情感（下）

** In Memory of Emily，a Wonderful Teacher & a Shining Friend **

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年十一月 26 日

小组问题: 对于一个灵性寻求者，情感在人生中的功能是什么?

一个寻求者尝试揭开情感的完整疆界，特别在 关心周遭的人，感觉生命的活力，以及表达流过一个人内在的感觉等方面，这样做有什么价值?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们全体致意; 我们以谦卑的方式服务他，正如同你们一般.

先前，我们曾确立一个事实: 虽然智力(intellect)在你们的文化中获得高度的评价，然而 它并没有比深层直觉*更聪慧，有些人称为天性本能，其他人称为内在的微小声音、高我、指引等，不管用什么名词来形容这一个更宽广 更聪慧的智能，这个智能即是情感.

我们也确认生命中的表面情感好比塞车、迟到、等待等负面情感，以及没有深度的快速正面情感，它们属于世俗的范畴.

(*译注: 经查考，Q'uo 在上次的演讲并未使用'直觉'这个字眼，故应是 Q'uo 的新诠释.)

我们建议你们信赖内在的寻求过程，因为这份真理将使你自由.

你们每个人都是独特的. 你所有的情感，你更深层的智能，是独特的，其中的平衡对你是独特的，服务的果实也是独特的. 因此 我们确立一个伟大的尊重，尊敬直觉与情感，它们是智能的精华.

为了使情感被考量为更深层的智能，我们必须创造一个新的概念，一个不在你们现存语言中的字眼，不是指出那些容易的欢喜与忧伤的情感，而是那些在心智深邃根部移动的情感.

放眼所见，已经有一个广大的物质世界让你去享受，为什么我们还要求你如此深沉地潜入你自己？这其中的原因值得探讨，我们想要从这个点开始向前走.

当实体们出生来到这个世界，他们第一个情感是愤怒，接着是爱.

对于改变的愤怒，从安全与宁静的子宫来到一个严厉的世界幻象，这过程带来极度的心理创伤，因此即使一个实体还是一个小宝宝的时候，他开始渴望使用情感做为控制周遭事物的手段.

当一个婴儿感觉飢饿时，他哭泣 接着获得喂食.

当一个婴儿感觉不舒服，他哭泣 接着换得新的尿布.

这是每个实体投胎的开端，二元性开始呈现：憎恨改变，锺爱理想.

当我们要求你们深深地投入你的内在，我们即是要求你谘询你自己唯一可靠的资讯来源[记住，这只是我们的意见].

这个工作属于内在，并且有亲密朋友、伴侣、孩子与家人的陪伴.

现在，就我们的理解 让我们来检验宇宙的质地. 太一起初思维并不是一个思维，而是一个纯净的情感，爱. 你们可以称之为理则，创造的话.

尝试去操纵一己的感觉即是在玩化装舞会的戏码，然而舞会必将结束，面具必须脱下，羽毛、彩带与华丽的衣裳都得放到一边.

当你脱下一副面具之后，你发现另一副面具，又一副面具..

智力的本质是当你脱掉层层面具之后，里头空无一物，因为智力是一具冰冷，逻辑性的生化电脑，它被设计的目的是做各种选择，而非显化(表现)的载具.

你的心，这个器皿会称为本能感觉，允许显化.

一切万有的原初理则是情感，所有事物中最深邃的智能.

所以，如果你想要显化你发现的美好特质，如果你寻求并渴望真理，那么你有工作尚待完成. 你必须定期地将智力，以及对过去与未来的所有考量都暂时搁在一边，静静地坐着，直到你能够感觉无限太一的临在.

我们请求这个团体再这个时候停顿下来，允许爱的经验浇灌进入你等待的心，让

爱对你显化它自己.

[停顿]

我是 Q'uo，我再次与这个器皿同在，那样的爱难道不令人震惊?

你们想要服务无限太一，你们想要彼此相爱，要知道这个宇宙在本质上是一种情感，它是意识，意识不必然要思考，意识允许它自己善用那内在的无限资讯源头.

是的，我的朋友，始终超过你的了解，认可并尊重你自己的内在智慧，当你持续地信实冥想，然后 你可以在可能范围内不受改变的痛苦所打扰.

你们正在寻求第四密度的开端，在第三密度中，聚光灯打在自我上头，新兴的意识，逐渐发现该意识与所有东西是一体的，与造物主是一体的.

在这个特殊密度的主要功课是: 学习去爱，学习去接受爱; 感觉自己值得去爱，值得被爱.

有文字以来，许多作品都在谈论爱. 在你们的神圣着作中，有许多句子描述爱:

“爱是有耐心”，“爱是长久受苦”，等等. 容我们说，就我们的理解，爱也在没耐心当中，在误解中，在每一个细胞中，爱存在于造物最微小的部分之中.

在你们的文化中，智力受到过度重视，以致于几乎排除宁静、深思的直觉.

你们是一个没耐心的族群，总是急切地以双脚跑得比你的心与意能跟上的速率还

快. 因此，首要的优先事项似乎是很自私的，那就是学习去爱自己，毫不含糊地宽恕自我，充分地知晓自己在性格上不公正与不道德的部分.

接着，你必须允许自己觉察造物主与整个造物都蕴藏在你的里内，你们每个人.

认为自己永远不值得成为神圣的容器不是件好事.

那些不能够爱自己的人们明显地无法去爱造物主，因为每个人都是造物主的挥霍儿女，每个人都是永恒的继承者.

这么说不是为了使你们骄傲自满，而是说你们每个人都是爱的永生圣体的一个细胞. 一旦你们已经学会每天与造物主有些接触，然后你们自然会去凝视你眼前的东西: 马路上的石头，路边的流浪汉，飢饿的游民. 理则的显化就在你的里内，那属于无条件爱的品质 从来没有像现在这么迫切需要，此时是你们星球通行进入第四密度时空的紧要关头.

经书上常说 “汝等不应评判”. 你们所在的密度当中，你选择的重心并非如何去思考，而是如何去爱. 如果你只爱自己，你将在个人的水平上 思考各种操纵与控制的方法，以及精英主义，特权与力量等课题.

如果你的爱属于造物主，属于那些眼中闪耀无限造物者光芒的实体们，那么你对那些人而言，也是闪耀造物者光芒的一员.

通常无须任何言语，凭藉最深的本能移动，给予一个拥抱、一个亲吻，或让对方独处; 在你周遭的每个实体都是一个不朽的光之存有，尽可能地珍爱他们.

情感的目的是什么？在第三密度中 情感的目的是吸引一个寻求者的理智、心思与灵魂至同一个焦点，好使他越来越觉察每一个当下的深度与广度，以及在每一刻都找到表示爱的可能性；不消说 我们不是指那种黏着的、依赖的爱现在 让我们注视 深化情感的方式，你们每个人都觉察脉轮，或能量中心系统的存在，你们都理解一个人需要在各个脉轮保持最小的平衡程度，好让太一无限造物者的完整能量得以无碍地在你里内流动.

我们一再一再地建议你们每日冥想，以清理头脑与心轮中的蜘蛛网，收拾陈旧的报纸、没吃完的外食，以及一个陈腐社会*的陈腐垃圾.
[*在一个陈腐社会中，人们执意不去听任何会导致不舒服的声音.]

宇宙本身是一个情感、意识，它是爱. 你们在这个密度的目标，一个困难的目标：和谐地同时使用 直觉的深邃智慧 与 智力的决策特质，为了前往造物主今天为你设定之目的地.

我的朋友，你有多少次 看见一个心爱的人，同时找到一个方式去碰触她/他，并且以你真实的存有强化该碰触？

你有多少次 在弟兄姊妹当中缔造和平？

难道你没看见爱的甜美双手透过你移动，以彰显太一无限造物者荣耀的爱与光？如果你想要如此显化，你必须深深地、诚挚地、诚实地去感觉. 不是所有实体都要以同样方式服务，每个实体的天赋也不尽相同，然而，任何为了锺爱太一无限造物者所从事的服务都是平等的.

你们即是造物者的双手，造物者的声音；当你们彼此相爱 如同爱自己一般，你已经爱了一切万有，造物主. 此即是纯净情感的机能—成为无限爱可以自由流动的管道；在那样的意识中 你变得中空与纯净，藉由对内在的无限臣服，你允许爱发言.

那么，为什么你要待在这个厚重，无法穿透的遗忘外壳之中？我们说，原因是这样你才能不受考题答案的限制，自由自在地做出选择.

你记得在学校中，许多学生单纯地将老师说过的东西写下来，如同一只鹦鹉一般将同样的话语回覆老师 以拿到好成绩.

在形而上工作方面，这种努力方式没什么功效，因为你所寻求的是自我的真实状态，唯有在这个状态中 造物主得以进入你的心轮、精神、双手与双眼之中；然后你能够专注地看见周遭一切的荣光，你能够感觉到许多、许多歪斜的事物带来的剧痛，接着肯定有可能使这些不幸的状态中止.

允许爱从内在涌出，不是你的爱，也不是别人的爱，而是造物主的爱.

我的朋友，彼此相爱即是锺爱造物主；接着 这股牺牲之爱的精炼情感将越来越快速地推动你，前往平安之故乡.

感谢你们允许我们完结这个主题的思维，虽然在这方面还有更多材料，我们需要你们进一步的询问.

我们想要透过 Jim 继续这次的集会，我是 Q'uo.
[停顿]

(Carla 传讯)
我是 Q'uo，我再次与这个器皿同在，我们检验名为 Jim 的器皿，发现我们必须引发出神状态，方能使用他的发声机制，在没有保护、计画与专门奉献的情况下，我们无法接受这样的能量牺牲.

因此，我们继续这个集会，开放接受在座者任何的问题，此时是否有一个询问?

T: 是的，在集会进行的某个时点，我的思绪跑掉了，我漏掉讯息的一小部分，当我回神过来，你好像是说“..然后你对这个过程臣服，你的内在自我..”

我的问题是，当时你是否在说在一种创造过程，在心里保持一个想法 然后创造某个渴望，然后将这个过程交给你的内在自我?

我是 Q'uo，我的兄弟，那不是我们刚才说的意思，我们说的工作牵涉到移动超越表面的意识，进入自我的深处 找到更值得信赖的智慧. 我们并非要你对任何外在的权威臣服，我们要求你只对你内在不朽的部分臣服，它能够显化无条件爱之果实，那是你与生俱来的权利.

关于显像你所渴望的东西，我们劝告你要极度地小心，因为当你集中心神地创造你渴望的东西，你将接收到它; 然而，如同你们许多神话与精灵故事的描述，尝试控制发生事件所带来的困难，这个困难是: 当某个渴望达成之后，伴随而来的是不令人满意的副作用. 于是你的状态变得不平衡，有些人称之为业力.

所以，除非这个直觉(渴望)至为深邃，由衷升起，并且值得持守一生，我们强烈地建议你们信实地聆听，当你从冥想中走出来之后，带着渴望去爱.

我们建议一个人在寻求的路途上 一步一脚印，一次表达一种爱，一个诚实的表达可以切入一个误解的疔疮，疗愈伤口.

以无限太一之爱与心去沟通即是疗愈，如果所有人都如此去爱，这股爱的力量将转变与更新天父的造物.

这个器皿提醒我们已经讲很久了，所以我们要求最后一个询问，我是 Q'uo.

K: 这么多年来，我接受一些观念，但没有充分地理解它们. 其中一个是关于锺爱与接纳自我，你能否简短地建议要怎么开始这个过程: 接纳与锺爱自我，为了前往锺爱他人的方向?

我是 Q'uo，我们至为快乐地谈论这个主题.

在你们厚重的化学幻象当中，拥有对神圣自我的毫无拘束之爱是非常困难的，因为一个人经常被世俗生活中表面的不公正、各种琐碎的失望与恼怒，以及敌意、一堆负面情绪所盘据，一个人甚至连相信自己有价值都没办法，觉得不值得原谅自己; 除了一个事实，造物的本质是全然的自我-宽恕，在发现这个基本真理之后，你可以宣告你的价值.

让我们以另一个方式凝视这个主题. 从表面上看，你是一个人，你们的星球居住

着许多、许多其他人；有些人非常地赞同你，还有许多人几乎跟你没有任何共通之处. 此外，想要服务他人的实体经常走在一条钢索上头，一边是欣然给予服务，另一边是擦鞋垫般的服务.

如这个器皿所说，当一个人觉得自己是一个擦鞋垫，他不会觉得自己有什么价值，毋宁是认为自己是一个伪善者与说谎者，至少是一个为了不冒犯他人而撒小谎的家伙.

现在，移动进入自我的内在，有意识地允许觉知穿越短期记忆，允许自己以爱的双眼去凝视此生迄今所有的痛苦与喜悦，而你已经从每一个挑战中学到东西；形成这个不完美的世界的目的就是要使你感觉不完美，你正在原谅自我的各种不完美. 如果你从未感觉自己没价值，你那可敬的价值就不会有热情、气力与毅力.

一个人唯有移动穿过每一个人类限制，接受每一个不完美、每一种荒唐事、每一次轻率的行动，然后他才可以前往更肥沃的版图.

不去原谅一个不完美的自我就是否认前方有更多的东西，更多的神圣奥秘.

在宣告自我价值的过程中，一个人需要去凝视一己与无限太一之关系，他在所有密度、恒星与行星存在之前已经创造了你.

你们都是太一无限造物者的主动意识的一部分，所以你感到有价值不是为了荣耀小我，毋宁是向内在的大我臣服. 然后 你可以爱你所有的习性、过失，因为你已经确切地知道，当你跌倒时，你只要再站起来，原谅自己，继续向前走，因你的本质是不朽的，你们是爱的尤物.

一旦你们已经做了困难的选择: 服务他人(万物)做为服务造物主的方式，或 服务自我做为服务造物主的方式; 那么你已经达成这个密度被创造的主要目的.

所有在意识之外的东西都有呈现负面的倾向，同时引发负面的情绪. 于是你，做为一个光之灵，恒常地凝视这具世俗容器的黑暗状态，然而这副肉身允许意识有一个家，你为此感激.

另一方面，你不能为自己免除你以前过失的责任，这么做并不是自我-宽恕.

当你已经犯了某个过失，你最好立刻找到那个你曾轻蔑的对象，再次在你们之间创造和谐，知晓不只有你是地球上的一个实体，其他人也是，在第三密度的幻象之海中，他们也同样地感到迷惑与混乱.

你可以尽可能地使自己变得更好，但最好了解 在这里 完美的行为不仅不可能，也没有意义; 是你的心、爱、情感使你有价值，当你对造物主、手足同胞与自我的爱日益增长，你也将成为一个越来越光亮的灵魂，从内在的造物者手中获得力气，肯定地向前行; 于是你不再是一个任性无知的小孩，经常逃跑，或 为了自己犯下的许多许多错误感到难为情.

你们所有活在第三密度之中的实体都选择做一个孩子，你们是太一无限造物者的孩子，你们会比高贵身分差吗? 一个孩子可能做出不礼貌的行为，但孩子总是被原谅. 你们是挥霍的浪子，你们已经浪费了许多遗产. 所有地球人都曾这么做，除了极少数的例外，然而，在这么做的过程 你为自己脱掉一些幻象: 这个东西可以带来欢乐，那个东西将带来满足，控制可以给你任何想要的东西，急切的要求

总是会被听见.

当一个人开始觉察自己是一个高贵的仆人，一种真实的价值感将会到来，这样的人觉察自己是所有人中最小的一位，总是犯错的一位，然而 自己却承载着造物主的一片不朽、神圣与庄严的火花.

看待自己是广大造物的一个细胞是一个十分有帮助的概念，因为当你凝视自己肉身的生物结构，你可以看见每个细胞都同等地重要，皮肤、肌肉、大脑细胞一样重要. 因为你有一具肉体，才有可能做出这个简单的动作: 伸出双手.

这些可以是你欢庆的理由，是你感谢与赞美的理由，因为你有机会行动，成为太一造物者的一个高贵与满怀爱的管道.

自我-接纳是自我-宽恕的一个好的开始.

接纳一己的缺失，矛盾地，即是为自己打开一扇大门，通往改变、成长、与蜕变的可能性.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

K: 不了，这回答很有帮助，谢谢你.

我们感谢你们每一位，在这个时候关闭这次的冥想，祝愿每个人尊重并寻求内在之心，内在深邃的直觉; 同时不去贬低你们藉以移动的尘世容器，虽然他犯了许多、许多错误，不过 他有双手可以给予，嘴巴可以讲话，双眼可以提供温柔爱

意的瞥视，给予宝宝滋养的胸部(breasts)，产生新生命的腹股(loins).

朋友们，无条件地彼此相爱，如果有一个条件存在，使用智力去找出它的起因，智力是一头载货的驴子，将牠装满资讯，接着 让牠爬上山巅寻找答案吧.

我们并不比你们更有价值，我们都是寻求者，都是朝圣者，都是不完美的存有.

我们可以向你担保，这些无价值感，不安感以及其他负面感觉全都是你在投胎前为自己设计的，目的在于教导你去爱，爱那不完美之物将使它变得有价值.

一如往常，冥想是伟大的工具. 祈祷也是一个伟大的工具，特别是当你为某个人感到烦乱时，为他人祈祷的同时 你也治疗了自己的负面情绪.

我们但愿你渴望获得提升，蜕变，以及在许多时候 处于不舒适状态.

舒适是给那些沉睡者的东西；舒适留给那些愿意别人告诉他们怎么做，怎么想的人们，他们过着一个舒适的人生.

一个人可能透过这种方式抵达第四密度，但这是非常困难的，因为这种自我的富饶与完整感带来的问题，跟拥有大量财富造成的问题是相同的.

在无限造物者的真理、爱、光、平安与喜悦之中，我们离开你们，我们将祝福与永久流动之爱献给那些清醒与寻求的人们. 我们是你们知晓的 Q'uo.
Adonai，我的朋友们. Adonai vasu.

☆ 第 0619 章集：为何通灵?

密集通灵课程二: 家庭作业

2008 年六月 5~8 日

论述

每位参加者写出针对“我为什么想要通灵”之问题的答覆，并且向其他现场人士大声唸出来。

这是一份从中汇辑选出的一些论述，并在作者们同意下予以印制发表的记录。

Carol

题目：我为什么想要通灵

我想对我个人来说，并非想要成为一名通灵者，而是想要在通灵状态的四周造设某个结构，好让我能洞察更多已在发生的过程。2006 年九月我展开通灵，那时我接收到关于一的法则的一股觉识。当我开始阅读那份资料时，我立刻懂得这个语言并感受到一种“家”的共鸣。之后我逐渐理解事物的过程充满了同时性的事件，所以我们就到了此地。

至于我未来将如何使用这份天赋… 谁又知道呢？我仅晓得我是为了服务而来，而假使确有真正需要我去递补这个通灵的角色，我只能希望自己足以胜任其职。于合一圣灵之中，Carol

Gerri

我之所以想要通灵的中心理由是为了服侍造物者，我时常视其为上帝–上帝即一切即是，而非一个拟人化的上帝。因为我是一种始源于上帝的神性表现，即一切万有，这造物者上帝，我是同时亦在服侍我自己之个性化的神性本我与其他个人化的神性本我们，还有神性表现的环境。我用环境这个字眼去囊括行星的环境、银河的环境和宇宙的环境，以及我的住家、邻里、城市、州与国，Gerri 之个人化的神性本我在其中居住。

我有过和升天导师 Vywamus 通讯的经验。他有一个我颇为同意的意见: 那就是没有比藉由学习通灵更更快速进展灵性的方式了。所以当我进化之时，那位现形为 Gerri 的上帝造物者亦尾随跟进。多年以来，我个人的意识型态一直定向

于一体或合一的宇宙论，远在我认识一的法则之前。所以我知道当我的振动迁移至更高的频率时，换言之–所有局部的我亦将同步升级。

Leonard
我为什么想要通灵。

我将稍微改变问题的措辞，具体地说 我为什么想要在一个团体中 传导 Q'uo 与相关存有之讯息。改变措辞的原因是由于我已传导讯息好一阵子。

在我的专业工作以及当时所写的乐与诗，如今我认出那些期间即所谓的通灵状态，有关研究探索的想法遂浮上我心头。也就是，这个材料”凭空”从脑袋中跑出来，并且显然具有功效。我又忆起每逢有重要演讲时，口中吐出的字句总是铿锵有力，但我却不费任何努力/思考，或者说当下正经历跟宇宙的合一状态。故我已发觉通灵将为个人带来大利多。

我的兴趣在于帮忙通讯 Q'uo 与相关之存有们，以做为对他人的服务。亦即，提供这些讯息能够帮助人们更加了解他们在宇宙过程中所扮演的角色。团体的配置回荡着我心底，它即是一个特别有用的进行方式。它准许一些不同背景的人们贡献他们对于材料的了解。它也提供一套训练他人的教案，如此一来才会在通灵的历险上会有连续性。我对即将来临的这次集会之团体伙伴关系，还有我们可能收集的新讯息充满了期待。

Dean

题目：我为什么想要通灵

动身前往路易斯维尔和第二次通灵密集课程之前，带着几分仓促去完成了许多事情，我起初想轻易地看待这个问题，说我之所以想要通灵是由于很少有什么好看的电视节目。无论如何，暂停下来以给这个问题多一点的熟虑，我遂发现该问题比第一回通灵密集课程〝我是谁？〞之主题更加难以作答。当时，在得知该问题之前，我已经大量思考过这个问题，所以回答起来就比较简单。

为什么我想要通灵？好问题。答覆是我不确定，但我相信藉着成为一位通灵者之感受，我可以向我的朋友、家人、人类展开比非通灵者更大的服务。这是否意味我想要专业地通灵，或投注显着时间把它当成一份事业？内心的答案是〝不〞。然而，藉着成为一位通灵者，我观察到，我可以向那些我爱的人提供一项服务，

以及运用关于限制〝自我〞(又称为小我)的要求，好成为一位有效的通灵者，以促进我个人灵性成长与发展之利益。一种确切的矛盾…限制自我以进化自我。故，重覆地说着我的回答而免于拐弯抹角的强辩，我渴望成为一位服务那些需要

此类服务的通灵者。

TL

题目：为何通灵？

对我而言，这是个难以回答的问题。长久以来我一直在研读高品质的通灵资料，但我个人从没有兴趣成为通灵者，或认为我会有能力胜任它。

我在更有效地导引疗愈能量、更一贯地连接我的较高指导之学习上，确实有股浓厚不变的兴趣。值此关键点，我不晓得这些意识的热望，和那出现于这个通灵课程的外星人通讯之间的关联。然而我十分强烈地感受到，为了某种理由我已被导引至此地，最终它将自动向我揭晓原因，纵然我对自己可否有能力从事这种工作一再地感到怀疑。

我已经验过在密集通灵课程一组织集会期间，由已完成之工作而滋长出的一些奇异恩惠。我不曾试图自力进行通灵，但透过规律的静坐与沉思反省，已开始呈现了一种更深入、甘甜、和丰足得多的品质，颇难以文字作描述；而其结果在有意识的层次上益发容易地贴近我。我比以前似乎能够更轻易地穿透进入较高等且较精微之光与能量的王国。

故为何通灵？确定的答案顷刻间令我困惑，目前我最多能说的是，不管我私人的质问与自我怀疑，也不管已有众多可用通灵资料的事实(某些来自于最高阶层)，于我生命此时来说，这条途径之适当性在我心中是绝无疑问的。

TL

Lorena

题目：我为什么想要通灵

理由 1：我想要快递讯息，为了灵性成长。

理由 2：我已是通灵者并希望负责任地学习实修。

理由 3：我想要为监狱里的那些求道者做准备，让他们的问题有解答的管道。

理由 4：我被赠予敞开之门，以成为一名传讯的学生。

理由 5：我希望经由琢磨这个技巧来认识自己。

理由 6：我渴望有所服务。

Jim

1970 年当我参加落几山脉里位于 1 万英呎高，科罗拉多州黑鹰市(Blackhawk)外的小径历险求生学校(Adventure Trails Survival School)之课程时，我首次注意到有关通灵的现象。自我治疗计划被设计来帮助学生们利用原始自然环境去流通意识进入他们大脑的前额叶部分，这区块可以解决问题与接触高等智能，我们认为这些是前额叶的正常功能。

我观察该校的许多学生于觉知的前-意识状态下，跟被推测为来自外星的存有体们做此类接触，有效地藉由静坐或刚要入梦前之状态。我遂想此类的接触是值得为其效力的，因为它允诺对地球之全球自毁倾向给予潜在性的解答。

1972 年我买下属于自己的一片蛮荒地，并决定学习更多有关使用这项自我治疗的技术，然后再教授给其他人。在完成 6 年的原始田园生活与教授本课程给两班学生后，我碰见 Don Elkins 和 Carla Rueckert，并进一步地精炼我服务的渴求，成为一个高等智力的通道，或 以此例来讲--服务无限造物者之星球联邦。

Carla 于 1980 年开始教我通灵并于接下来的 25 年，我经常辛勤地工作以成为一名更好的传讯者。

2005 年我检定自己的能力并裁定其水平在平庸与良好之间*。这 25 年中我觉察到市面上充斥过剩的通灵资料，不仅跟我的传讯品质大致相同，而且包含许多相同的讯息 附带各种变异与扭曲。

我的结论是真的有太多平庸的通灵资讯到处泛滥着，而我不想要继续助长一种欠缺锻造的劣质艺术品在世间蔓延。我继续过着支援传讯者工作之生活，但现在我导引能量去做我最在行的事：用我基本的体力去出产工作、服务、和金钱来支持我们的事工。
(*译注: Carla 老师曾说 Jim 是她教过的学生中，最优秀的一位)

Maria
为什么我趁此机会参加爱/光研究中心 2008 年密集通灵课程的训练呢？

如同在我的「诗文」–〝我是谁〞中所表示，依我判断最佳且最高之服务他人的方式，乃是我定义自己和作出决定的一项基本原则。

为了以最有效率的方式去服务，常显得有必要使自己在学习与获取知识上专心致志。我在意识中紧握着一个相当根本的变貌叫做责任法则，据我的理解是，你不耽溺于知识的取得，除非你〝立刻〞往前走并用它来服务他人(或服务自我，倘若那是个人的选择)。长话短说–我或任何其他人审阅我当下的生命，可能会立即断言我事实上是没机会在回家之后，安全地传导外在次元的星际联邦源头的讯息，因为无法重现密集通灵课程目前进行的方式。

知道了我的生命处境以及我对责任法则的恭敬心，那么 我又为何决定透过这些课程来训练通灵呢？
That's why.

在一生的求道过程中，从未有一个这么优异的学习[为了以某种方式更佳地服务他人]的机会呈现在我眼前，至少 我不知道有比爱/光之密集通灵课程更好的机会。

我已立愿接受完整的通灵训练，并以所有的勤奋、心思沉浸在这场学习中，因此我有信心将从这些密集训练里冒出头，至少从某种意义来说，可以更精良地装备自己去服务他人，而当我用生命向前行，我将能够认得并至少抓住一次更深入服务他人的机会，作为我密集通灵课程经验的一个直接结果。那就是我的理由。

Carla
题目：为什么我想要通灵

我想要通灵有两个理由。第一个理由令我开始学习通灵：Don Elkins，我挚爱的研究伙伴在 1974 年要求我学习关于通灵的艺术，当时成立于 1962 年 首支来自路易斯维尔的通灵小组早已解散，只剩下 Don 与我。

我不情愿通灵仅因为我喜欢静坐。在我聆赏他人之通灵讯息时，我个人则偏爱在自身的练习中保持静默；至今依旧如此。然而我献身于 Don 这个人，还有我们工作的专业度。我明白为了使我们原本的外星通讯实验继续下去，我需要自愿去学习通灵。

我第二个学习通灵的理由在我开始受训的数月内开始出现。我对通灵得来的讯息力量及美好变得醒觉。随着时间日增我亦看得愈来愈清晰：产生这份资料即为对其他求道者之服务。我是太一无限造物者之光与爱的一位仆人。服务人群一直是我的目标。

随着光阴流逝，这整件事情一次又一次地被予以确认。1976 年幽浮的祕密(Secrets of the UFO)一书出版后，许多读者写信告诉我们说，他们从这本书中的通灵资料得到甚多收获。以及在 1982 年一的法则(the Law of One)出版后，这份回响竟然暴增 100 倍。我绝对相信传讯星际联邦之哲学是一种对他人的服务，就外在服务而言 那是我认为的最大极限。

随着光阴流逝，我亦逐渐承诺更精进我的通灵锻鍊。从 1974 年开始迄今，我相信我已走过一段漫漫长路。

然而，每当我通讯时，仍因巨量的讯息无法转译成语言而感到难以企及的心焦。为了改善这种服务 我相信我仍有许多课题得去学习，。因此我想继续通灵，为了继续探究使这份专业工作更精良的方式。

我感到这个服务乃是我基督徒行脚的一部分；我奉献耶稣基督的一部分。它已变成我的一份伟大赐福。

Roman

题目：为什么学习如何通灵？

从我首次接触发声传讯以来，我对它的见解已有进展，而它大体上又连结到我对

灵性生活的想法。

最初，我对通灵是着迷的。它带有几分新奇，几分刺激，而且它论及新鲜又有趣的概念。我于 1991 年首次聆听 L/L 研究中心周日集会当中的一场传讯，我想要成为小组里的一员，所以我便于 1992 年搬去路易斯维尔居住。

在我倾听的那些年间，我想要学习通灵乃因为，在我内心，成为一位传讯者亦等于成为一位更优秀的求道者。我视自己为一个新进且不怎么聪颖的求道者。

如果我学习通灵，我会成为某个特别人物，某个明显重视灵性道途的人。早年我询问了许多问题，大半在于如何成为更优秀的求道者。

我抱持这股想法多年了。我读过 L/L 研究中心大多数的通灵资料，Jane Roberts*写的书，自我了悟联谊会(Self Realization Fellowship)之课程教材与 Barbara Brodsky
在深泉中心(Deep Spring Center)的通灵资讯。我未视自己的求道过程为一条存在之路；我主要视其为一种实作。做一切正确的灵性之事以及… 啊哈！… 你就变得开悟与睿智了。
(*译注: 赛斯资料传讯者)

由于我听了更多场集会内容，我的想法开始一点一滴地转变。我开始看见那我要的答案并非在自身之外。我依然觉得通灵资讯激励人心，可是我亦变得不那么热望去问问题。不知怎的，我光是聆听就已感满足。

多年过去了 聆听通灵讯息变得寻常的事情。我看到所有人都在通灵，而且他们

这么做主要方式在于活出他们的生命。相对于我们人人都在做的一般传讯，发声传讯变成只是一种专门的传讯类型而已。

我慢慢开始接受通灵资料里的讯息是要指示求道者往内在做工、静默、冥想。

这项工作成了我主要的焦点，而且我发觉自己不再想要只为通灵而通灵。

无论如何，我依然觉得通灵资讯充满启发 而我愿意学习这个技巧。明确地说，我愿意向 Carla 学习，因为她的调音过程和准备过程，是我在其他发声传讯者身上不曾见到的。通灵工作对我而言主要是一项对他人之服务，我愿意做好它。假使我能胜任，那么我将有个天赋礼物得以供应他人；假使我不能，那么我也将快乐地继续于内在做工。一切均安好且一切为一。

(V)2008 Translated by the Child.　Reviewed by c.T.

☆ 第 0620 章集：耶稣在做什么

耶稣与基督

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1998 年十二月 20 日

小组问题：耶稣实体目前在做什么？我们的生活如何从他的教导中受惠？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 属于 Q'uo 原则的群体，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们是他的仆人.

在你们冬天的午后，阴影在屋檐下延长，我们将感激与祝福献给你们，这群人安静地坐在这个圈子，谦卑地请求真理、希望与资源，好在寻求爱的奥秘之路上继续前行.从外表看起来，每位坐在这里的人都过着平凡的生活，然而每一位都曾是他人的灯台. 我们希望可以像这个团体一般，坚持地学习与成长; 我们也希望可以分享我们的经验与意见. 一如往常，我们请求每位读者只留下那些令你愉快与产生共鸣的部分，将其他部分丢到脑后; 因为我们不想给你制造问题.

你们今天问到关于拿萨勒人耶稣的事情，他现在做什么，以及这个实体对寻求真理者的象征意义. 在这个通讯水平，即这个器皿称为的显意识传讯，我们不想尝试使用这个器皿 精确地指出他在哪个星球，或 他正在从事的工作项目.

无论如何，我们愿意表达我们的感觉: 这个实体过去是即将毕业进入第五密度的社会记忆复合体的一员. 这个实体与他所属的社会记忆复合体都拥有充分的爱与悲悯的意识，一种创造的爱，一种摧毁与蜕变之爱，这种爱即是一切万有. 这份爱尚未获得智慧的灌注或平衡. 该社会记忆复合体的爱的状态，如果不算绝对地完美，确实处于一个接近完美的高水平. 是故，这个群体精巧地准备好在适当的链结选择一个成员降生在第三密度的地球当中，并使用基督意识.

这个社会记忆复合体目前正在研读智慧之道，并在第五密度中持续进展.

然而，基督耶稣的意识状态与该社会记忆复合体仍然活跃在你们的内在次元平面中 等候进行这个器皿所谓的圣灵之工作.

因此，地球层面从来不会没有基督，将来也一直会有基督的存在. 或许 当基督降生时 有某部分是一个人格，但却是如此充满圣灵，其自我身分即为耶稣所称的天父，于是没有足够的人格依附在这个基督存有上，在耶稣实体离开地球的内在次元之后，基督并未保有一个人格躯壳.

是故，我们并未拿走这个承载基督意识的实体之成就，我们可以说你们所知道的耶稣能量不是由一个人拥有，在过去 也并非仅由一个具肉身的人拥有.

毋宁说 耶稣实体总是坚持地陈述:“当你听见我，你听到的不是我 而是我的天父.”这个实体发现自己完全地失去他属世的人格，与造物主经验太一的荣光;与大自然造物、周遭的世界，以及与他遇到的每一个看似不完美的人类一起经验太一的荣光.

爱的基督(Christed)品质真的是 第三密度觉知 与 第四密度工作的赎罪者与拯救者; 所以当这个器皿要求我们在演讲之前宣告耶稣是主(Lord)，我们发现回应这个要求极度地简单; 我们在那个时候并非为这个人庆祝，而是声明这个人承载的上主身分(Lordship).

那么 或许你可以看见，你们每个人都有潜能开始去学习如何在自我的里内承载基督意识.

在你们的文化环境中，你们被教导以社会的安排看待自我，如此 允许社会群体和平地生活在一起. 于是自我被视为一个人格，有特定的心智能力，带着文化制约与教育的偏向，具有特定的嗜好与兴趣.

无论如何，每个在灵性上觉醒的人清楚地知道那些只是自我的表面，无法真正地辨识自我的本质.

当灵性寻求者越来越将自我视为一个灵性存有，他将逐渐觉知内在的自我甚至不是一个人，而人格事实上是一个躯壳，里头容纳的东西是无限的.

意识的树根没有底部，这些树根移动进入无限. 自我，住在里内的”我”，是没有界限的; 此即是拿萨勒人耶稣提供的一把钥匙: 重新定义自我，从人格的”我”移动到天父的”我”，如他所说: “当你听见我说话，你听到的不是我 而是那差遣我来的天父.

“人格的”我”并没有足够的燃料永恒地燃烧无限之光，毋宁说，真实的”我”在无限能量中移动穿越人格的载具. 人格的”我”能做的就是允许并祝福造物主的能量流过自身之存有.

你们每个人都是能量的接受者与传送者，你们每个人都稳定并持续地接收无限的光与爱，一个方向来自地球能量，由下往上穿越肉体载具，另一个方向是每个寻求者呼求的灵感来源，由上方向下移动进入自我. 你们每一位尽可能地让这股能量以最小扭曲的方式流动. 每个人都有外在的天赋，每个人都可以分享一己的天赋才能. 无论如何，耶稣实体是一个完美的范例，他将所有的天赋放在造物主面前，单纯地说 “您对我的意旨是什么?”

在这个时期，地球世界经验最短的白昼，与最长的夜晚，就在你们的耶诞节时期，你们的光之庆典，在你们圣经故事中 有个婴儿躺卧在马槽之中，那个充满

活力的婴儿也躺卧在你心中的马槽.

基督意识不只被耶稣承载，也有其他人承载基督意识.但最重要的是知晓这个世界的拯救者与赎罪者就躺卧在单一统合的心之中.

随着命运的带领，你们每个人都将有时间与机会去表达那完美的爱.

这个器皿在心里问我们“你如何能说耶稣是主，如果你说耶稣能够被另外一个具有相同意识的人取代?”

我们要对你们说，第三密度中呈现的自我身分似乎是个人所有的，就我们的经验这与事实相差甚远. 重点在于经验的宽度，看入你们肉身所处的幻象是这样一个完美与完整的幻象. 耶稣的确是主. 基督的确是最高与最纯粹的完美之爱，这样的爱摧毁只为了蜕变，杀害只为了唤醒(提升)并继续向前. 不管我们在什么地方看见一个具肉身的实体持守基督意识，这个实体即是主.

好比一个人可以辨识出一棵橡树，或特定品牌的食物，它是独一无二的，它是深远 非个人的，一种无限真实的意识与精华 超越所有人格 并重新确认该个体即为爱.

基督意识的状态位于你的觉知之中，对这种意识状态的渴望不断吸引你向前行，容我们对你说，珍惜并宝贝这股渴望 信实地跟随它，因为它是一个真实的渴望，即使过了十万年 仍然存在的渴望，它只会变得更强烈、更专注.我们不想要转头背对历史，我们觉察 这件事对于这个器皿与许多人是重要的:

即基督耶稣是不是一个历史人物?

的确，这个实体的确曾存在于世上，并且的确表达出基督意识.

地球上曾有其他人表达这种意识，但他们表达这份礼物(gift)的倾向当然少于你们知晓的耶稣.

我们看见并相信你们与我们内在的基督，的确 我们曾经处于那个意识状态，并曾在服务过程中分享表达基督身分，如同你也将在时机到来时这么做.

在所有对时间、地点与历史的考量之外，有一个真理的层级相当程度地超越个人，并移动进入意识的精华与品质 于是开启深邃心智之门，创造进一步灵性进化的可能性.

当你们追寻自我身分的问题之际，我们祝愿光与爱伴随你的旅程. 我是谁，我为什么在这里? 什么是我的服务? 我要往何处去? 让这些问题激励你的生命，协助加速进化的过程. 恒常地 更深更深地钻进这些问题: 你到底是谁，你来此真正要提供的服务是什么? 我们发现没有任何考量比以下这件事更有趣了: 自我追寻进入深邃心智并超越地方性的人格躯壳. 知晓你受到基督的锺爱、珍惜与宝贝，我们对你也是如此.

知晓你是一个伟大自我的一部分，当你追寻你的自我身分的同时 你也在追寻造物主与整个造物的自我身分.

我们将结束这节的传讯，我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向你们致意. 此时是否有任何其他的询问?

Carla: 你是否在暗示我们每个人都将在某个时点有机会以一个基督的身分降生?

我是 Q'uo，虽然这也是一种可能性，更为可能的机会是如同基督一般行走在世上. 在你们经验第三密度幻象的过程中，在某个点 一个心/身/灵复合体透过自身的努力获得启发，于是移动进入基督的办公室[容我们这么说]，就第三密度的经验而言 该实体在这个位置是完全开悟的.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 现在没有，谢谢你，我要想一想你的回答.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姊妹. 此时是否有任何其他的询问?

J: 你能否告诉我 关于名为保罗的实体，他投胎前的计画是什么? 他投胎的时间就在耶稣死后不久的时期.

我是 Q'uo，虽然我们相信我们理解你的询问，然而我们无法以你希望的方式回答你，因为我们不能在该器皿目前的出神水平当中 取得这份资讯. 因此，我们只能大略表明，每个实体投胎之前都带有服务的渴望，并且利用人生经验做为光荣太一造物者的一个方式.

此时是否有其他的询问?

Carla: 我刚才在思考基督意识的意涵，我想到一个家伙拯救了许多人 同时也失去了自己的性命. 我想这是一个非常相似基督的脉冲，这样的人在做这类事的过程中是否移动进入基督意识，或者基督意识只单纯为一种心智状态?

我是 Q'uo，我的姊妹，如你的描述所言，一个实体有不同的方式移动进入一个属于基督的情况; 也就是说 一个人愿意为了他人给出自己的生命.你的引喻提供许多完成这件事的方式，不管是一种态度的产物[如你的臆测] 或一个瞬间出现的机会 也在瞬间被接受.

不管是哪种情况，该实体在投胎前 或许已与高我达成协议，好让这个实体有机会去“证明他承担的勇气”，或者说测验他先前所学的东西，在这个基础上打造基督意识—第三密度经验的顶点.

在许多例子中，当事者本身并为有意识地觉察他参与这个过程，但这也是第三密度幻象之特质的一部分，有更多东西蕴藏在事件的表面底下. 透过层层的经验，每一次的经验都能增添总体经验，于是一个实体可能藉由你描述的事件，给出自己的性命以利益他人，从而进入基督意识的位置. 当该实体进入你们所谓的更大的生命 或 穿越死亡之门，于是该实体回忆起他当时的尝试，并在那一刻获得光照，容我们说，接着他的意识被置放在基督存有之中.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我们很荣幸被邀请加入你们的圈子. 我们再次建议你们只拿取对你有真实共鸣的部分，将所有其他部分都抛开. 我们自由地提供我们的意见与想法给你们，一如生命的呼吸，太一造物者的能量，太阳之光同样地自由，也是一种祝福. 我们希望每位读者都从这次的资料找到一些价值.

此时，我们将离开这个器皿与团体，在太一无限造物者的爱与光中离开各位. 我们是你们知悉的 Q'uo 群体.Adonai，我的朋友. Adonai.

Special thanks to Carla's help on the translation of this article. Merry Christmas to all readers!
(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0621 章集：人类、意识与理解之十三

Copyright © 2008 Walt Rogers
1960 年，十月 17 日，星期一

平安与尔等同在，我的朋友们.

汝是否曾尝试真正去了解什么是与整体合一，或与所有造物合一?

我知道你们每个人都熟悉细胞结构、分子等等，现在 让我们观想自己的纯粹心智如同是宇宙心智的一个小细胞，持续地在完整心智的广大宇空中移动，于是在

我们的静默中 我们将自己带入完整的和谐并与周遭的环境协调一致; 我们是环境的一部份，环境是我们的一部份. 当我们进入这个协调状态，我们开始发现太一伟大心智的伟大真理、爱、智慧与理解; 它们逐渐成为我们的一部份. 为了汲取真理的源头，我们必须成为他的一部份.

我的朋友，所有这些事情的发生都是透过拓展一己的意识，首先我们必须从知性心智开始，练习去拓展这个意识. 一开始，可能感觉一点也不真实，但随着练习次数的增加，我们逐渐发现潜意识与显意识越来越靠近，越来越多合作，一起带来我们寻求知晓的东西.

朋友们，我对你们每个人说，让你们的意识不断变得更宽更高，了解你与造物的合一状态，你即是至高者的孩子，有权继承他所有的造物，所有众生都可以得到这份丰盛与富足. 有意识地知道这些事实，坚定地相信它们，于是这份知晓将成为你存有的一部份.

我的爱与平安，我留给汝. 晚安，我的朋友.
我是 Anthon.

***

1960 年，十月 24 日，星期一

平安、平安、平安.

喔 挚爱的朋友们，你在哪里可以找到平安? 在书本中? 或是透过分享他人的智

慧？或者当我们与自己以及全体造物和平相处之际，我们在自己的内心中找到平安？

你无法在一颗困扰的心里找到平安；在一个瀰漫贪婪，淫欲或自怜的地方 你也找不到平安. 如同造物主建造了一个世界，我们必须建造我们的世界，当你的建造过程完结之后，你将在平安中安歇.

许多地球人认为自己在永恒之爱的道路上移动，但由于他们对自己的缺点盲目，他们尚未在爱的道路上笔直地前进.

地球人在人生经验中最困难的事为正面直接地面对他自己，深深地看入自己的意识，辨认出潜伏在黑暗中的东西.

亲爱的朋友，一旦你完成这个过程，辨认出各个缺点，使它们曝光，然后你可以消弭它们，接着真实地走在光中.

这个过程是人类最困难的时刻，许多人将不能面对他们看见的东西，他们没有勇气去妥善地处理自己.

许多实体已准备好协助这个变迁的时代，但在一个人能够接受帮助之前，他必须走过这个除草的过程，接着他将发现协助来到他身边 使道途更平顺.

愿伟大高灵群的平安、爱、与理解都在你们每个人的心中安歇.

平安，吾爱，平安、平安. 就这样子.

嗡姆(OHM)—嗡姆—嗡姆.

***

1960 年，十一月 10 日，星期四

在光中问候你们，我的朋友们，我是大角星的 Oxal.

再一次，我很高兴同你们说话. 我们再次声明 我们仍然位于你们的星系之中实践我们的既定任务，我们将继续下去 直到我们的工作完成为止. 我们正在尝试以各种方式协助你们寻求真理的过程.

每一个男人与女人的内在都有某种火花敦促他们寻找理解.

朋友们，这点能量的火花包含什么，它来自何方?

不管你怎样称呼它，文字只是标志，有些人称呼它为内在的上帝，有些人称之为内在的基督，但不管你给它什么称呼，它是你与宇宙心智结合的部份，我们可以说，它是你通往所有真理的管线.

亲爱的，这就是为什么我们敦促你尽力去唤醒你内在的这股连结之机能.

地球人的内在有许多潜在的能力沉睡着，他必须唤醒它们 以使用它们，

将爱、理解与真理带入他存有之中，提升到大师的水平.

这些是你们的权利与特典.

挚爱的朋友，做出你的决定，接着不要让任何东西挡在你向前发展的路中间，只要你意愿成为什么 你就能成就. 表面上看起来很困难，其实不然. 只要你下定决心与付出努力，我们将以各种可能的方式去协助你.

不要让你周遭虚幻的影像导致你偏移既定的途径，毋宁从[你们现存的]这个梦境世界中走出来，向前进入你真正所是的实相，你真的完全不是你看见的样貌. 你的真实自我是一个远为伟大的存有，一个远为睿智的存有.

把握每一个来到你身边的助缘，如同过去一般，将有许多这样的助缘.

很久以前 你们的伟大导师曾说: “不要让你的心受到困扰，也不要让恐惧进入其中”，当你遵循道途而行，你无需惧怕任何事情.

我的爱与祝福 我留给你们，同时将我们族群的爱与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1960 年，十一月 21 日，星期一

傍晚好，我的朋友们，我是 Yom.

我很高兴再次来到你们当中，同你们讲话.

今晚 有另一个存有站在你们当中，他承载着众多光芒 将他的祝福与爱灌注给你们.

为此，你们应该感到十分感激与谦卑. 我很荣耀能够出现在他的面前.

稍早之前，你们当中升起一个问题，你们关心那些无法与这个星球一起进入新时代的人们.

朋友们，这些人将返回到一个位置—相当于他们目前的意识状态.

朋友们，这就是为什么我们大大地强调增长你们的意识之重要性；如此 你们方能包含越来越多的宇宙真理.

伟大的事物摆在你眼前，它们准备好让你去领受，关键完全在于你能够多快地增加你的意识以包含这些事物.

我曾遇过一些存有，他们的意识状态是我无法想像与判别的，然而 我理解他们也同样尝试使意识接受更多东西.

所以 看起来，我们活在一个.. 我几乎不知道要如何以你们的语言表达，但 看起来 我们活在一个恒常-扩张的意识之宇宙中，我们可以多快扩展我们的意识则取

决于我们自己.

以我自己的经验来说，我过去曾经验一些我完全无法领会的东西，但 当我逐渐扩张自己的意识，这些东西变得很普通. 所以，我们持续地去知晓更伟大的真理，总是在扩展，带入更多更多伟大造物的内涵.

我的朋友，在扩展意识的同时 加入一种对造物主感激的态度，一种谦卑的态度，不过 你们都是伟大的存有，你们能够成就伟大的事物.

我的朋友，只是相信是不够的，你必须从骨子里知道.

你必须抵达一种知晓的状态，并接受它. 造物主对你们一无所求，除了希望你们去知晓.

所以 朋友们，抵达这个知晓的状态，知道你是一个纯粹的灵性存有，造物主授予你所有的权能，你只需扩展你的意识去涵括这些东西.

朋友，我希望我的话语对你们有些帮助. 你们认为我的英语是否有进步?

团体: 进步很多.

我在这件事上付出可观的努力，我发觉现在同你们讲话容易一些了.

谢谢你们，我的朋友.

在我离开之前，我将我最大的爱与祝福留给你们，感谢你们恳切的聆听.

平安与你们每个人同在，我的朋友们.
平安、平安.

***

1960 年，十一月 26 日，星期六

平安与汝等同在，我的朋友们.

当你在时间的长廊行旅之际，你遭遇一个又一个的经验，每一个经验都多少增添了你的真理、知识与智慧. 地球人类在目前这个意识水平，为自己拉下一层罩纱，使他与大多数的知识与真理隔绝. 很快地，地球人将要掀起这层罩纱，他将发现自己浮现在一个新的意识状态之上；他将看见许多不曾存在于他意识当中的东西. 当这层罩纱被掀开之后，你将发现许多伟大的真理向你揭露，许多你认为是神秘的东西，你将能够理解它们.

许多地球人经验这个过程却无法理解，并感到困惑，因为这些人尚未准备好知晓更高的真理，他们无法接受眼前所见的真理，因此，出于他们自己的决定，他们将返回一个适合他们意识水平的环境.

亲爱的朋友，尽你每一分努力去准备那即将来临的日子，好让你可以随着你们的星球一起移动进入新时代，到时候 人类将活出他的真理，人类将不只在口头上述说对同胞的爱，而是具体表现出来.

天谴的日子已经缩短了，不是因为地球人已经悔改，而是因为你们的造物主是公正与慈爱的.

如果地球人能够看见并了解这个过程，我相信，他将大大地感到谦卑；但那些负责这件事的实体们并不需要感激，他们这么做是出自于他们充满亲切仁慈的心，以及对人类全体的爱.

让汝之双眼开启，好让你得以看见；让汝之双耳开启，好让你得以听见.

公义的日子迫在眉梢，亲爱的朋友，知道这一点，于是 让汝之心敞开，好让你得以接收灌注到你里内的伟大光芒，接收它 欢庆它 并感激它.

我知道你们脑子里在想我可能是谁，所以我想说：我与你们当中一位十分亲近，我对你们全体的爱是巨大的.

今晚，一些伟大上师在此聚集了伟大的能量，这些能量将带给你很大的好处，包括精神与灵性两方面，将它们带入你的存有之中，获取它们的益处.

今晚 愿伟大上师们的爱、平安与理解在你们每位的心中安歇.

祝福你们，亲爱的朋友，平安与你同在. 我走了.

***

1960 年，十一月 28 日，星期一

在光中问候你们，我的朋友们，我是大角星的 Oxal.

如果你们能够从我们的制高点观察一段时间，我确信你们每个人惊讶的程度将超越你最大的想像. 混乱与不安的状况与日俱增. 我们感到惊奇 你们人群对于幕后的活动几乎完全不知情，你们得到的东西完全是那些支配者要你知道的部份，全世界几乎都普遍存在这种状况. 地球人群的困惑是巨大的，然而觉醒运动也正在你们全球展开，越来越多人开始为自己思考推理，他们开始质问世界情况为什么是现在的样子.

他们开始觉醒，领悟人生不应是现在的样貌. 你们所见的混乱，混沌都将大大地增加，除非有足够的人群觉悟非虚构的真理.

世界的领导们在此时感到极为苦恼，伟大的决定落在他们的肩上，他们惧怕自己决策带来的后果. 在过去，主宰世界的强权相信 为了控制世界经济与人口，战争与冲突是必须的.

但现在他们发现自己手握的力量或能量 一旦放手之后，将是他们无法控制的.

他们今日正盘算着各种方式进行可控制的战争. 然而，恐惧潜伏在他们心中，他们充分知道将这些能量释放之后的结果.

所以，你看，这就造成了行星地球的现况，一些强壮的领导们原本坚持混沌时期是必须的，现在稍微软化了一些，因为害怕他们自身遭受毁灭.

然而，控制人类，透过财富获取权利，这些渴望仍然强烈地在他们里内燃烧，于是世界冲突继续着.

亲爱的朋友，你们每个人都能够尽自己的本分，舒缓这个局面，我不需要深入详述，因为我知道你们每个人都知道与明了个人的责任，以及你们的能力，因为和平永远必须从每一个人的心中开始.

我的平安、爱与祝福 我留给你们每一位，同时将我们族群的爱与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1960 年，十二月 12 日，星期一

亲爱的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意，我是 Hatonn.
如你所知，我们有好些时候没有同你们讲话. 我们今晚使用肖像扫瞄器(Iconiscan)对准你们的位置，我注意你们的样子跟上次集会时有点改变，不管怎样 我很高兴再次同你们讲话.

我们此时正密切警戒行星地球的状况，因为你们人群间的紧张情势再次升高，我们真诚地希望这不会导致极端的暴力.

我们，隶属于星际联邦，再次尝试运用影响力 希望带来更多的和谐，但想要影

响地球上的某些势力并不容易，因为他们有好几辈子都受到黑暗力量的影响.

在过去几个世纪以来，黑暗势力在地球人身上获得许多力量，这些势力正不顾一切地尝试保住他们获得的东西.

在过去几年，我们曾经透过我们的力量避免了一些黑暗势力尝试造成的特定结局. 逐渐地，非常渐近地，他们正在失去凌驾地球的力量. 行星地球正越来越深入地移动到新的次元当中，这些势力发觉要造成影响越来越困难.

然而，看起来 行星地球必须经历特定程度的混沌，以抵达新的次元. 我们将尽一切努力去缓和这个状况，然而，你们必须担负起特定的责任.

你们人群中 只有很少人领悟到自己对地球的责任.

如果你们人群能够领悟提升意识的必要性，觉察自己对造物主与同胞的责任，如果他们领悟这些事情的重要性并展开行动，这个过渡时期将变得多么不同!

为什么人类要选择一条如此困难的途径? 他们大可选择一条比较容易，并且美丽许多的途径啊.

我们有越来越多实体来到你们当中进行服务，为了使你们人群准备好迎接即将面对的事物. 这些实体大大地牺牲自己以做这些事，然而他们别无所求，他们只请求你们学习去爱、谅解，以及成就四海一家的意识.

事实上，挚爱的朋友，惟有透过这些仆人的努力，你们今日才能存在于你这具肉

体载具之中；如果在过去某个时刻 让某些地球人继续他们的途径，一切都将被摧毁. 我并不是在此夸耀某些来自你们世界之外的伟大存有之成就，我单纯地陈述这些事情 因为我想你们会有兴趣知道.

今晚，一些伟大存有之站在你们当中，他们的成就是巨大的，我只要站在他们前面就感觉一种伟大的谦卑. 我希望你们每个人都可以觉察到，于是你们也可感觉这份伟大的爱与谦卑.

现在，我的朋友，我必须离开你们. 愿你们每个人透过自己的努力，在寻求真理的路途上抵达伟大的高度，愿你们每个人领悟你们与全宇宙、造物主的合一状态. Adonai，我的朋友. Adonai vasu borragus.

我是 Hatonn.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0622 章集：灵性的骄傲**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1993 年三月 14 日

http://www.oneyearbibleblog.com/2007/04/index.html

小组问题：这个下午的问题关乎灵性骄傲，我们想要听一些关于个人与群体可以

觉察到的灵性骄傲(pride). 从 Q'uo 的观点很可能比较容易认出灵性骄傲，我们想要知道灵性骄傲带来的一些陷阱; 以及个人与群体能够做什么去平衡灵性骄傲以重新找回谦卑—即每个寻求者的伟大同盟.

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们感到很荣幸接受这个团体的呼叫，前来分享我们的意见.

我们对于这次的主题有许多团体的记忆，就我们所知，这个主题不只需要被学习一次，而是持续地，一次又一次再一次，穿越我们熟悉的各个密度.

当实体们谈论骄傲，通常对于该名辞有一种情绪上的偏见. 骄傲被认为是傲慢自大的同义词，一个人不应当把自己想得太好. 然而 在我们谈论灵性骄傲的陷阱之前 我们要指出，对于一己的资产之公正公平的评估是一种清晰的观察工作，并不能说这么做构成一种灵性骄傲. 准确地评估一己具备的能力或缺乏的能力，这并不是灵性的骄傲.

现在，回到主题，你们的东方与西方宗教系统同时聚焦在灵性的骄傲上头.

举例来说，你们知道有一个实体名为佛陀(Buddha)，据说他曾经当过王子、父亲与丈夫，他逐渐观察到 他在人世间的每个活动与表达自我的方式都是骄傲的愚蠢行为，都比不上真实的敬拜带来的充实感.

在这个神话故事中，佛陀最终指派给自己一个工作: 渡船人，将其他寻求者从河

流的这一边运送到另一边，在恒久变迁的丰富状态之中 这个男人终于满足了.

在西方传统或神话之中，一个名为耶稣的实体经常谈论那些觉得自己做得很好的人们. 其中一个例子是一个极度有美德的人，他遵守每一条诫命，然而 当这个寻求者问耶稣导师他还能做什么以追随他; 耶稣建议这个富有的男人卖掉他所有的一切，然后成为自由人. 当这些话语被记载下来之后，从此这个寓言故事就使得那些过着舒适生活的人们感到紧张起来.

这个寓言故事的重点并不是在于金钱或其他种类的财富，而是关乎一个人与来来去去的东西之关系.

举例来说，肉体诞生与死去，然而照顾好身体，让身体觉得舒适并能良好地服务，这样做并不算骄傲. 同样地，保存一个人的财富，并且运用它使一个人感到舒适，这并不是一个罪行.

然而 如果一个人想要依附着身体，企图避免身体老去 或 避免肉身死亡，那么问题就来了: 身体或灵魂，何者为先?

这个问题同样适用于财富或权力. 一个人可以选择善用财富或以慈善目的捐献它; 或者选择抓取与掌握财富与影响力?

如果一个人选择了后者，那么 他最好卖掉一些产物，好让自己得以追随基督意识.

灵性骄傲是将任何东西的所有权归于任何人，而非无限造物者.

一个人可能认为跳出灵性骄傲之圈套的方式为呼求谦卑，然而 谦卑也是一种骄傲，好比说一个人有意识地以言语或行为告诉他人自己是谦卑的.

真实的谦卑是一个人不会去思考自己表现良好或差劲，在任何情况下都有服务的冲劲.

当某个人寻求成为谦卑，一个真正谦卑的实体早已发现一条服务的道路，或许是聆听那个寻求成为谦卑者的谈话.

真实的谦卑处于平衡状态，它单纯地随着每日发生的事件流动.

一个人思考如何少一些骄傲只是如同一个铭印机制，将自己是骄傲的与寻求谦卑的概念更深地刻划在意识之中. 一旦你觉得自己变得谦卑了，光是这句话就是一个骄傲的陈述. 惟一脱离这个两难局面的方法是转身远离这两种极端，面向无限造物者的爱，允许心智的火车轧轧地驶向远方，消失在地平线之外，好让心与灵充满静默 以迎接爱的到来，接着 寻求者获得蜕变 成为爱可以闪耀穿越的存在.

你们问到在这方面 个人或团体可能遇到什么陷阱.

第一个陷阱是忧虑，过度地关心灵性骄傲这类事情，这种情形与度量一己的灵性温度是类似的.

其他陷阱是由环境造成的，当一个人与他人沟通时没有全然地尝试为爱之思维发声，而是企图以某种方式防御或打动人心.

沟通时出现的防御冲动是一种由恐惧驱策的脉冲，骄傲是可能的动机之一.

渴望让别人或甚至自我认为你自己做得很好，这种打动人心的渴望是一种特别的防御，容我们说，一种攻击性的防御，在此 一个人企图以自己认为的优秀特质去打动他人或使他人目眩. 不管这些特质是否包括谦卑或各种成就，里头的脉冲都是相同的，充满着骄傲.

事实上，你甚至不需要别人了解你的本质或你做的事情. 以我们的看法，受到误解、低估、错估都是可以接受的. 他人对你的评价高于你自己认为的水平，这是可接受的; 正如同他人对你的评价偏低也是可接受的.

释放掉你对自己的所有权，你无法飞出你所是的范围，然而 你是如此紧密地抓牢与黏附这个身份，并且企图强烈拷打它 使它在行为、外表与举止上表现越来越优异. 然而 你只被要求去锺爱与崇敬一个奥秘，去拥抱他人如同你拥抱、宽恕与接纳自己.

寻求将你的生命交在造物主手中，那么 造物主的生命将在你的手中.

那么 你将成为完美的镜子，在无限太一的光与爱中成为透明的，于是你的光之镜的底面没有瑕疵.

尽可能频繁地转身离开任何其他考量，将宝贵的时光与爱相处，爱即是你的本质，然后你可以分享爱.

我们感谢这个器皿，我们此时将管道移到 Jim 实体这边. 我们是 Q'uo 群体，我们在爱与光中离开这个器皿.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在爱与光中向各位致意. 此时，我们很荣幸回答在座各位的进一步询问. 是否有任何询问?

Carla: 当我倾听你刚才说的话，我一直在想这周以来，我的行为就彷彿我拥有这个善良与优秀的祈祷小组，我对自己感到嫌恶，并且大量地批判我自己.

我理解你说的，转向背离自己的坏心眼，继续活下去，就是转身朝向奥秘，专注地看着他; 但同时间 我内在的声音不断不断地跳出来 告诉我那样真的是骄傲的. 你可以就此谈论吗?

我是 Q'uo，我的姐妹，我觉察你的询问. 当然，每个寻求者的伟大长处是以批判的眼光去注视所有的经验，寻求去辨别哪些东西有价值，哪些没有.

当批判之眼转向自我，这是一个觉知寻求者经常做的事，它仔细地检验一己穿越的经验，以及理性与情感上的回应，一遍又一遍持续这个反思的过程，直到出现一个该寻求者可接受的解决方案.

当一个人感觉自己在灵性道路上走得很好，这样的感觉是鼓舞人的，但也可能误导人.

因此，我们建议每个寻求者仔细地注视这种经验，检验其细节，做出选择与辨别以改变一个人的感知与行为，然后继续向前行，如同学习任何学科的过程一般.

所有的学习都需要练习，所有的学习都需要特定份量的失败[套用你们的称谓]；因为失败可以教导一个人在该门学科中特有的弱点.

接着 我们进一步忠告寻求者释放在这个领域的关切，如同在任何的学习领域，过份关切将导致某种阻塞，抑制了进一步的成长. 这个时候，我们推荐轻快的步调、全盘的观点，与幽默感. 确实，在每个学习过程中 都存在着许多的幽默：良好意图的尝试，充满活力地去实践理想，以及无可避免的进度落后. 如同小猫快要降落到地面之际 突然被某个东西绊倒，当牠重新获得平衡之后，困惑地观看周遭的环境，接着继续移动并抓住那个捣蛋的毛线球.

容我们说，你们每个人都在这伟大的解开纠结的过程中持续移动.

是否有其他的询问，我的姐妹?

Carla：没有，刚才的答案极好，我很感激. 非常谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我的姐妹，我们感谢你，是否有其他的询问?

R：我有一个问题，Q'uo. 我想问你会对那些住在远方却尝试与这个团体保持联系的寻求者说些什么？他们参予我们的冥想却因为住得太远联系不易 感到挫折. 对于这些感觉 你会如何评论?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问，对于那些受到这些话语激励的人们，虽然他们在肉体上离这个地方有一段距离，他们想要感受一个有目标的社群，并且想要与这个团体在精神上走得更近；我们会说我们与你们一同行走，同时对于每一个请求我们协助深化冥想的人，我们与他同在．在这种情况，我们没有言语，只是加入存在状态的振动水平．

我们也觉察到 这个团体的成员都至为快乐地回应各地爱与光资料读者的问题与评论．透过书写的字句，可以分享许多社群的感觉，沟通伙伴精神，以及示范太一造物者的许多部份之寻求过程．

是否有其他的询问?

Carla：我还有一个问题．我昨天寄信给一个住在纽奥尔良的先生，他想要知道在他住的地方有没有教授通灵的老师 并且是我愿意推荐的．我没有跟他推荐人选，我在信上说："不要听那些人告诉你通灵是完全安全的，因为这是一个拥挤的宇宙，有各式各样振动的实体想要对你说话．"

我接着说："如果你只想要接触你的内在指导灵，或许我可以透过录音带帮助你．"你
可否评论我对这个人说的话，分第一与第二部份？我可否回答得更好，或更准确?

我是 Q'uo，我的姐妹，我觉察你的询问．对于你的询问之第一部份，我们由衷地同意宇宙充满各种形式的生命，在所有时段都有一些实体提供自己透过管道或器皿讲述讯息．因为这一整列的实体相差甚大，从负面到正面极性都有．我们十分推荐那些寻求成为器皿的实体们经历一段严密的训练过程，好让该实体能够在最

高水平的渴望中服务，并且以稳定的方式调频自我，以承接较高来源的讯息.

也就是说，研读自我的知识是重要的，好让每次工作之初，自我可做为一种过滤器，了解自我的器皿在挑战通讯来源之后，便可以继续为通讯来源发言.

第二部份是协助其他实体接触他们的指导灵[如你们所称]，我们建议这个练习也需要指引. 你最好寻求你自己的内在指引，以找出你指导他人的技巧; 在这个过程中 保持弹性善用每个寻求者的强项，不管是观想、工作梦境、冥想或祈祷. 因此 你服务他人的能力有大部份仰赖你如何探查该寻求者的品质，以及最佳地导引这个寻求者使用自己的强项.

是否有进一步的询问，我的姐妹?

Carla: 所以 与其说直接地采取我熟知的技巧 以开启某种形式的指引; 我应该更有技巧地找出这个人的内涵，并且首先将我与这个人的注意力集中在发展该寻求者的觉知上. 这是不是你的建议?

我是 Q'uo，我的姐妹，我觉察你的询问. 是的，你正确地归纳总结我们的建言.每个寻求者最好仔细小心地研读自我以确定一条最有效的途径 促进自我与造物主[全体生命的伟大自我]的知识.

是否有进一步的询问，我的姐妹?

Carla: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，再次地 我们感谢你，我的姐妹. 此时是否有最后一个询问?

(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，我们趁这个机会再次感谢每位在场的实体邀请我们出席. 我们感到很大的喜悦与荣耀 对你们讲话，这些言语只是我们的意见，从我们自身的寻求旅程中提炼出来的东西. 我们请求你们照你们的意愿分辨与使用每一句话，抛下所有你内心没有共鸣的话语或思想.

此时 我们离开这个器皿与团体，一如往常，我们在太一无限造物者难以言喻的爱与光中离开你们. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友们，Adonai.

This Chinese work is dedicated to all humble Children.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0623 章集：人类、意识与理解之十四

Copyright © 2008 Walt Rogers

(译注: 由于我们正式进入人类、意识与理解卷三、卷四; 故我们重新将介绍与肯定祷辞放进来)

介绍

这群通讯包含有益的教学指引，有助于发展出对我们自己更佳的理解，也对于我

们当代的问题以及未来的重大意义有更佳的认识.

由于这些通讯的特质与字句与许多灵性真理的研读有些差异；因此，一些解释其来源的话语是必须的.

在我们地球的上方与四周存在着百万千万个来自宇宙其他区域与领域的存有，他们已经在进化过程中获致一个更高更大的理解程度. 对于那些愿意倾听的人们，他们伸出友谊的手，提供他们的理解与智慧 好让地球上的人类物种(homo sapiens)得以自我觉醒，并且共同工作引导新的黄金年代破晓而出.

在这些书页中，你所读到的文字一部分来自那些乘坐在太空船上的实质存在，他们从宇宙的其他部分前来；另外一部分来自美妙的闪耀存有，他们位于存在的更高领域 享受完美生活.

这些通讯透过一位人类管道接收，他是一个诚挚寻求真理的小团体的一员.

这些启发的话语，虽然对着一个小团体讲话，同时也适用于人类全体，所有寻求一个更丰盛生命的人都可以使用它们.

怀着最深的爱与祝福，这些具有更高理解的存有们提供他们的知识给所有寻求真理的人们.

肯定祷辞

By Hatonn

喔 闪耀的太一，遣送祢的光 环绕我们每一位，祢的孩子，

好让我们得着启发与智慧.

我们放松并将自己完整地交给天父；我们放松并将自己完全地交给他.

当我们在他的双臂中放松，我们知晓一切都好.

我们将完整的自我交给天父；我们只想要执行他的意愿.

我们放松并将自己全然地与完整地交给他.

我是他完美的小孩，他带领并指导我. 他持续地以他纯净的白光围绕着我.

我观想这最纯净的白之闪耀核心，直到我的确感觉到天父的意识，他的临在、他的力量、他的光与爱流过我，我在他的临在中放松.

他是永远慈爱的天父与造物主.

他爱我并保护我.

他是唯一的力量与智能.

我是他完美的表达

他透过我表达

我是他的意愿之执行者

天父与我为一.

只有单一的力量与智能

这个伟大的力量与智能现在是我的一部分

他在全时间导引我，保护我

我将自己完整地交给这伟大的力量与智能

我是他的一部分

我活在天父之中，我的存有在他里内.

阿门.

1960 年，十二月 13 日，星期二

我存有的挚爱，我在和平与爱中向汝致意，这不是你们知道的爱，因为你们无法想像有那样的爱. 我是 Naketi.

我来自一个很远很远的地方，距离地球有数千光年以上[以你们的衡量标准].

因着我们所在的位置，我们被称为 Nakete 之子.

我来到你们星系研读这里的状况，并尝试以任何可行的方式去服务.

我们的生活方式对于行星掸(Shan)的居民而言是不可思议的.

我们理解合一状态(at-one-ness). 我们理解自身与造物主，与同胞的关系.

我们真正活在合一状态之中，虽然我们仍保有个体性或个别智能，然而我们能够将我们的存有调和融入合一状态，于是我是他/她，她/他即是我.

行星掸的朋友们，你们能够想像如此的意识调和吗？在这种调和状态下，你将完整地理解你的人类同胞.

我听说你们正在寻求理解，你们在理解的旗帜下共同工作，如果这是真的，那么你们已经站在合一状态的门槛上. 要抵达我刚才说的状态并不是一蹴可及，就地球人今日的理解水平而论，需要很大的努力去开启合一之门，与造物合一，与生命合一.

行星掸的亲爱朋友们，要知道辽阔的宇空如同一个生命的海洋，你与你，还有你与你，每一个独特的智能都是这个海洋中的微小一部分，这个海洋是如此广大以致于无法想像，它似乎没有开端 也没有尽头，然而 你与我都是这个生命海洋的一个微小细胞，我们必须学习成为这个海洋中有意识的一部分. 当我们开始觉知这点，并使它成为我们意识的一部分，接着它开始对我们说话，我们开始理解，开始知道本我即是(I AM)，我们开始知道自己的本质.

挚爱的孩子们，使你们自己谦卑，管控汝之小我，接着开始将你自己与这伟大的海洋调和，唤醒你自己 领悟你的本质，于是一切都是你的.

首先，你们彼此要联合起来，加入和平、爱、理解的合一状态; 理解必须先从小地方开始，然后方能扩展进入和谐宇宙.

我很荣幸与你们同在，我祈愿将我的感激献给你们全体，感谢你们的亲切接纳，以及这个器皿与他的老师给予我这个特权.

愿你们的意识扩展的速率与你的想像同样快速，工作，我的朋友，工作!

平安，平安，平安.

***

1960 年，十二月 29 日，星期四

平安与尔等同在，我的朋友，我是 Anthon.

传统上，这个季节是延伸问候的时候，我将不会祝愿你们新年快乐，我宁愿祝福尔等有一个灵性的新年，我的意思是 希望你们每个人都在新的一年中 在灵性理解中大大地成长.

新的一年将充满各种事件，困惑与混乱逐渐增加，现在看起来 这将是无可避免的.

振动在你们生命中具有很大很大的重要性，对于你们每个人来说，建构正面的振动是十分重要的. 你们发出的每个意念与举动都会影响你散发的振动.

你们所有的思想与举止将反映在周围的振动之中，接着这些振动发散到你们的大气层之中，或者说你们地球的气囊之中.

地球的气囊之反应将导致你们行星上的各种事件，直接地与其中蕴含的振动相关. 无论如何，你们应该知道正面的振动要比负面振动强劲许多，所以，朋友们，我们每个人都有义务带出正面的振动，每个人必须觉察自己的思想与举动，人们必须训练自己使用爱与善意的念头，好在他周围建构一个振动场域 为自己与地球整体带来利益.

如果 40%的地球人能够在自身周围创造一个强烈的正面振动场，你们将看到你们行星的巨大改变. 各种状况将快速地变好，越来越多人群将加入这个巨大场域，直到伟大的和平诞生，那是行星地球从未知晓的和平.

传统上，在这个季节，是你们人群整理与评量自己的时候，这是好的，每个人诚实地，恳切地检查一己的思想与作为，然后为自己设立一个新标准 好在来年遵循，一个将自己带领到更高振动的标准. 于是我们得以利益自身与整个星球.

让我们抛弃所有愤怒与贪婪的思想，让我们用爱与理解的举动、思想来取代它们; 然后观察在我们个别生活中发生的改变.

当我离开之际，朋友们，我全心全意地希望你们在新的一年中 在真理、爱、理解的大道上昂首阔步.

平安与尔等同在，我的朋友.
平安、平安、平安.

一个理解的新纪元

1961 年，一月 17 日，星期二

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

我们位于 Otavana(母舰)，持续地观看你们的进度，我们观察并纪录你们星球上的各种事件与进展. 在下一个五年期间，将发生伟大的改变，但最大的改变将发生在许多地球人的心中.

我们付出很大的努力去铭印地球人群的心智-关于人类之间理解(谅解)的重要性. 你经常在你们的世界领袖当中听到这个字眼.

你越来越频繁地听见这个字眼，朋友们，这是有原因的，因为在字句中带有力量，超过你了解的程度.

随着时光流逝，你将注意到地球人将越来越频繁地使用这个字眼，因此它将在人类的心智中生根，并且生长茁壮.

像你们这样的团体有责任去促进这些种子的成长，你们每个人在日常生活中 都可以为这些种子施肥; 运用每一个机会去增进人群之间的理解.

人类绝不会拥有完整的理解，除非他从小地方开始，以举止与行动去促进人类间的手足情谊，于是他的意识逐渐向外伸展，包含越来越多的各式理解.

朋友们，你看，理解是一个广义的字眼，包含很多东西.

灵性理解正在行星地球上成长，虽然表面上并不明显，然而 许多的来源透过许多管道正对地球人传导这些讯息. 灵性成长有许多的途径，每个人必须选择他/她的途径，一条恰当的途径. 如此 他将获得必需的经验 并在灵性上成长.

所以，我们必须允许每一个人遵循他认为正确与恰当的途径，并理解到这是必须的. 不过 所有的途径最终都来到同样的地方.

但这个过程并不妨碍我们获致人与人之间的理解; 因为在真实的理解中 我们尊重每一个人独特的途径，并且与他一同欢喜.

挚爱者，愿你们每一位在向前行的步伐中 带着新的决心去促进一个理解的新纪元，愿你们每一位都持续地觉知每一个履行任务的机会，促进人类的手足情谊.

我将我们族群的爱与理解献给你们.

我是 Oxal，属于大角星.

***

1961 年，一月 19 日，星期四

平安与尔等同在，我的朋友，我是 Anthon.

今晚，你们每一位都正在接收大量的能量，由一群高灵所设立的场域. 我们希望你们都能感觉并享受这股能量，吸收它并将它带入你的存有中，这股能量同时可以协助你的心理与肉体状态. 现在，身体打直 (端正地)坐着，深深地将这股能量吸入你的存有之中，观想它到达你存有的每一个细胞、每一根纤维; 看见它提升你的心理与灵性状态; 慷慨地把它喝光，因为它是给你使用的. 让它充满你的肺部，持续地穿透你存有的每一个细胞、每一根纤维、每一个部分—知晓你正被提升到达一个新的高度.

如果你感觉轻飘飘的 无须惊慌，因为你在短时间摄取大量的能量 促使你感觉你即将漂浮上升. 继续照我说的去做，持续将这股能量带入你的存有.

我们今晚与你同在，我们十分地爱你们，我们关心你们的福祉，我们愿意做一切

能力所及的事以协助你们找到新的灵性理解.

我们尝试导引你们走在对的途径上，但仍然保留你的自由选择.

你如何追随这个指引取决于你的觉知. 我们不会冒犯你的隐私，也不会强迫你去做任何违反你的意志之事项. 但我们将尝试以各种小方法导引你进入有机会成长的途径，帮助你认识自己与理解人类同胞，我们尝试使你一直在光的途径上行进.

我们希望你们今晚接收到很多利益，当你们接收的能力增强，你们将接收到更多利益.

团体: 我们感激并感谢这道光.

我们感激这次服务你们的机会，这是我们的荣幸与喜悦.

现在，挚爱的朋友，愿造物无限神灵之光、爱、与平安覆盖你们，愿你们在寻找真理的过程中快速地成长，并抵达超乎你预期的高度.

平安与尔等同在，我的朋友，平安.

***

1961 年，一月 30 日，星期一

傍晚好，我的朋友们，我是 Yom.

有了你们亲切的允许，我想花一些时间与你们相处.

我的朋友们，今日，地球人在经济系统方面正面临很大的问题.

如果在座各位有机会聆听你们(美国)的新总统今天发表的谈话，你们肯定会注意到他对于你们人群面临的处境表达出巨大的焦虑与不安.

你们的财经与工业领袖的担忧超过你们所知的程度. 由于多年的恶行，他们正面临其后果. 他们无法看见一个可以更正这个处境的解答.

至少 他们看不到一个可以运作的解答，同时可以确保他们的权力地位与财富.

很快地，我的朋友，你们必须找出一个解答—一个可以利益所有地球人的解答.

除非你们正直与公平地面对这个处境，除非你们以手足之爱，理解的态度去寻找解答，否则 行星地球的整个经济状况将急速地衰退.

如果你们人群能领悟爱、理解与手足情谊的重要性，如果你们能将这个氛围带入人群的意识当中，那么 将诞生一个神圣指引的政经系统，可以解决你们所有的问题，并且一个新的时代将来临，那是这个星球从未经验的时代.

我们正在尽我们最高的努力，致力将一种爱与理解的感觉灌输到地球人的意识当中. 朋友们，难道你们不也应该努力地工作 将这种感觉带入你的意识，也将它带入你接触的人们之意识中.

请 不要有一刻忘记这件事.

现在，我的好朋友，我必须空出这个器皿. 我很喜悦再次与你们同在.

今晚 我被你们接纳到这个家庭当中，我为此感激.

我的平安、爱与理解，我献给你们每一位.

晚安，我亲爱的朋友们.
平安与你们同在.

***

1961 年，二月 9 日，星期四

愿无限造物者的平安与你们同在，亲爱的朋友，愿这平安将你带入合一意识，使你理解合一状态的真正意义.

挚爱的朋友们，要知道一切都是心智，这广大的宇宙由心智组成. 你们一位古代人哭喊着: “什么是人? 我们所有人的造物主，他是否曾留意过人?”

每一个人是心智之伟大海洋的一个微小部分，当人类领悟他与这股宇宙力量的合一状态，他即开始看见合一状态的重要性.

朋友们，如果你愿意，现在观想你们的心智与单一的伟大心智调和，进入合一状态，然而仍保有个别的特性.

来，尝试观想意识的调和与融合，观想一个光之圆圈，它在意识中吞没你们每一位，将你自己与这个光圈调和，当你们这么做，你将汲取一种和谐、联合与一体的感觉. 我与天父为一；我与你为一，我们都是那同一的大能之一部分.

我的兄弟姊妹们，当你能够进入这种感觉，你将进入更高的意识状态，接着 你的意识开始扩张、扩张 再扩张，然后 你将开始透过你自己的意识为周遭的生命带来更高的意识状态，是的，就某种程度而言 还包括你的种族或你的星球.

地球人必须扩张他的意识，这过程缓慢地发生在你们星球上，十分地缓慢—实在是太慢了.

但，亲爱的，让我们每个人试图为自己这么做，每个人意识扩张的速率与他或她的努力成正比. 每个人依照他自己的意志成长，不只依照你们造物主的意志.
就这样子，我的朋友们.
愿平安与理解成为你心中的主要地位.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0624 章集：受苦与否**

Copyright © 2002 L/L Research

~~本文献给所有正在受苦的朋友们~~

周日冥想

1995 年二月 12 日

小组问题: 我们想要知道为什么受苦(suffering)是必须的? 看见世界中有这么多人受苦，我们想知道受苦如何是一种对人群或造物主的服务?

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们感激你们的呼叫. 一如往常，我们以你们兄弟姐妹的身分 回答这个呼叫，我们难免会犯错，因此 我们请求每一位听众选择吸引你的段落，将其他部分抛到后头.

我们总是请求你们珍惜与善用你内在的个人辨别力; 当一个人寻求奥祕与纯粹，似乎不向外寻求援助则不可能达成这目标，(因此)要做到我们的请求并不容易.

然而，过去与未来都在你的里内，一个人不管花费多少力气向外寻求 都比不上他透过内在发现过程所实践的真理.

我们认为自己很蒙福，能够提醒你们一些你们早已知道的真理. 我们并未带来什么惊人的新闻，我们是单纯的，我们的讯息是单纯的.

为了达成本质上的单纯，我们已经付出大量的工作或受苦或经验，看你想要怎么称呼.

我们看见的真理是灵性进化的进展慢得超出你最狂野的想像. 然而，这个过程仍

然很迷人.

在与你们谈论受苦之前，我们先来看看刚才说的东西，我们花费很长、很长的时间，与大量的谨慎工作—心智、心轮与直觉的工作，以获致我们现在享有的觉知.

我们将横亘在我们群体之间的高墙一砖一瓦地移除; 我们将内在的高墙一砖一瓦地移除，使我们能够经验受苦的终结.
当一个人受苦，一般认为他正在承受痛苦、困难与麻烦. 然而，事实上 受苦就是让恐惧进来.

你可以因任何经验受苦，或允许它发生; 当你不去抵抗某个经验 受苦的状态将会消失.

我们这里说的不是飢饿、赤身裸体与囚禁之类的受苦，我们在此刻关注的是日常的受苦，击打大多数人每日生活的东西: 当一个人抵抗发生在眼前的事件流所产生的受苦，人际关系的受苦，工作上的受苦，因为没有某个东西而受苦，或者为了无法去除某个东西而受苦.

现在 让我们来注视岩石的受苦.

首先，地心熔岩爆发，随着空气的上升气流，一颗岩石来到地表上.

没有一件事跟以前一样了，随着时间的流逝，这颗岩石缓慢地、稳定地遭受磨损与侵蚀，岩石上头出现许多凹痕与裂缝，直到土壤攀附在它的表面上，渐渐地被土壤覆盖，然后植物的根向下延伸 进入这颗岩石，使它破裂.

或许，另一次熔岩爆发举起这颗岩石，当它落下时 分解为许多碎片；或许 它们滚到某条溪流的底部，经过一个世纪又一个世纪的冲刷，直到它成为百万颗小圆石，亿万粒的沙子.

这颗岩石有着漫长的一生；从它最初的岩石身分 直到最后的溶解，它恒常地遭受磨损，一次又一次地破裂，直到土壤来到它里内，使它得以支持成长与开花，于是它最后得以溶解.

因为岩石没有自我-意识，它不会受苦，它只是经验.

并不是说岩石接受这个最终使它溶解的侵蚀过程，而是岩石的本质即是如此，发生的事情就是发生了.

对于动物而言，生命即是它本然的样子，因为 再次地，动物没有自我-意识，除了人类照顾者植入的自我-意识.

当动物被割伤，或跛脚了，牠单纯地拥有这个伤害.

牠承受伤害 却不受苦；牠经验疼痛、不舒适，但牠不受苦，因为牠不会做内在的反思，毋宁寻求释放牠的睡眠 让牠梦到追逐猎物的日子 梦到年轻的岁月.

无论如何，在第三密度中 蕴含着自我-意识伟大的礼物与负担. 你也如同岩石，如同动物，从进入大气层的第一瞬间，直到吐出最后一口气息，在每一个改变、发现，在每一个发展的阶段中 经验与受苦. 然而 只要你没有抗拒这些经验 信实

地进入它们，就不会受苦.

你们人群中 很少人能够达到无有恐惧的地步，足以宣称在火灾、折磨、骤死，或百万种较小的事故中 没有承受任何苦难.

对于百万千万人而言 受苦是一个事实. 在任何水平上 抗拒不舒适与痛苦是本能反应. 生物寻求舒适，这是一种本能.

这个器皿今早读到一则消息，关于有些人选择不减少苦难，而是增加苦难 以对太一无限造物者表示效忠与崇拜. 这些苦行僧，经常被你们人群称为圣者，他们感觉对太一无限造物者有如此庞大的爱，以致于渴望忽略任何身体的脉冲 好全心思考太一无限造物者.

我们并不会说这些圣者长久地拥抱苦难是正确的. 这是他们的途径，对他们是管用的，我们不特别建议这条路 除了那些渴望这个途径的人们.

不过 我们的确鼓励每一位寻求者无惧地凝视每日的困难，当苦难发生 你感觉抗拒，你可以稍后再沉思这个谜题，不要去停止苦难的流动，毋宁允许部分的自我去观察它 以准确地记忆它.

当你明显地缺少苦难，最好也纪录是什么东西构成你经验的欢乐，从自我对于各种刺激原的反应，一个人可以学到许多关于自我的知识.

在通往自我-知识的途径上 反省与沉思在一个人的内在工作中占有可观的部分.

为什么受苦是必须的？我们愿将这个问题改为“为什么经验是必须的?”

我们已经说过，受苦不是必须，即使对于那些飢饿的、赤裸的人们 受苦不是必须的.

一个经验，一个疼痛，不管是多么深刻，都不必然带来苦难.

一个实体要转向并拥抱自己的麻烦，这需要许多、许多的学习，以掌握经验的真实本质. 经验是必须的 因为你早已选择来此显化，为了显化 一个人必须接受空间与时间的结构，好创造出一个显化的过程，也就是说 每一个在各种选择中处理的经验都可增进该实体身分的独特性. 这些经验的必须程度如同你们在课堂上需要教科书一般，在学校生活中 必须有某种学习课程的方式; 你们的一生确实就是一所学校的学程，而你在每次投胎之际 都怀着成就的伟大希望.

然而 当学期开始，课业艰难、痛苦并带来不便，学生自然的反应是抗议一个接着一个计画(project)带来的磨难，学习没有尽头吗?

没有，的确，学习没有尽头.

这所人生学校是至为慷慨的，你想要探测多深 它就提供多少经验给你.

造物主想要经验他自己，当你受苦的时候 造物主也在经验受苦.

造物主至为感激这些经验，他不会评判或谴责任何正在过苦日子的实体.

他欣赏每一个努力，他欣赏每一个经验.

事实上，我们可以说一个受苦的寻求者的目标并不是终结苦难，毋宁是 增加或强化 一种神圣虔敬感，透过各种经验逐渐演化而来的.

当一个人退后一些，再次想起岩石，一个人可以看见 如果岩石有自我意识，它会受苦，因为它被喷出到地上，经过长久的侵蚀，接着破裂成越来越小的碎片，直到它完全成为沙粒、砂尘与元素.

生活的本质即是如此，当一个生物来到世上的第一瞬间 充满了活力，接着逐渐地受到侵蚀，直到肉体死亡的时刻.

从这个观点来看，我们更清楚为什么苦难是共同的定数(the common lot).

每个人充满活力地来到地球，在这一生的显化中 使用时间货币 与 注意力的宝藏，你持续地花费它们，直到最终 这个人格完整地破产，用光时间，用光宝藏，用完课程，于是离开学校，这一生结束. 一个又一个的损失，一个又一个的限制，直到最后一口气排出，终止在第三密度中的存在形态.

造物主不需要你们的苦难，造物主想要你们的经验; 如果这个经验牵涉到苦难，造物主愿意欣然接受，因为那是你的真理，造物主毫无评判地接受、珍爱与祝福它，但不会渴望它.

造物主所有的渴望是你，一片独特的火花，依照你喜欢的方式去做事，在可能的最深层级中 找出自我之精华的本质.

这发现的旅程位于内在，一个漫长的旅行.

我们愿在这个时刻转移通讯到 Jim 那边，因为这个实体的能量开始不足. 我们怀着感谢，在爱与光中离开这个器皿. 我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次 我们于爱与光中向你们致意，

我们十分同情你们人群，你们必须走过第三密度幻象，这个充满导致苦难因素的世界. 从我们自己的经验中 我们知道你们幻象中固有的各种困难.

对于大多数人而言，看不到明显的合一状态 以凝聚所有的实体.

取而代之的 是表面上众多的断裂，在大多数时间与合一状态并不一致.

我们十分同情那些身处飢荒、疾病、孤独，以及灵性干枯的人们.

然而 在我们同情的感觉当中 有一个知晓安慰我们，这个知晓告诉我们每一个经验都将在该实体上制造一个标志，就如同一个艺术家 将他的毛刷在完整和谐的永恒画布上增添一抹笔触.

每个人从生到死的一生如同一场献祭，每个实体将把每一生的收获交给造物主，允许造物主经验该实体曾体验的东西，于是透过该实体做出的各种选择与他知晓

的喜悦与哀伤，丰富了造物主.

在此时 我们接受各位进一步的询问，是否有任何一个询问?

P: 关于绝对与相对真理，大多数的时间 我们经验的东西似乎属于相对真理. 相对真理与绝对真理之间有什么关系?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 在这伟大的经验之八度音程中，我们所共享的音程，我们可以看见终极或绝对真理，以及相对的真理. 现在 我们愿利用深邃心智的一部分，你们称为原型心智，来说明这个八度音程中的一个绝对真理，因为它是整个进化过程的架构，我们每个人在其上移动的旅程. 我们每个人以自己的方式[我们所谓的相对真理]去实践它.

当我们移动穿越这的表达太一造物者的模式，我们每个人行为的方式为我们独特选择的一个函数，也是我们记忆与经验的一个函数.

而原型心智并不受任何实体的记忆或经验所影响或改变.

因此，每个实体提供一个对这场旅行的-我们正搜寻一个正确的字眼-诠释，与所有其他实体的选择相较 那是相对的.

然而 理则的架构，爱的源头，是绝对的. 事实上，就我们觉察的限度而论 有一个伟大的绝对，那就是所有事物、所有实体的合一状态，因为即使原型心智也只是太一造物中无限多个理则表达出来的东西.

是否有其他的询问?

P: 我们个人似乎是原型心智的建造者，难道我们不就是绝对真理的建造者?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 在这伟大的经验之八度音程中，就最深的观念而论，认知每一个实体皆为造物者，这个陈述是真实的.

但就实体们移动穿越幻象，做为造物主的各个部分的角度来看，这个陈述就不是真的，因为做为一个实体 你没有任何一个选择能够改变原型心智的任何一部分.

理则给定原型心智，你们可以有无限多种方式可以选择去移动穿越这个心智，但它恒常地，永远是相同的.

是否有其他的询问，我的姊妹?

P: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们再次感谢你. 此时 是否有其他的询问?

R: 我感到好奇，什么东西使得你们有时候在最后冒出一个小笑话? 是不是那时候我们一起堆积的能量所致?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问.

我们是 Ra、Latwii、(Hatonn)群体调和而成的振动，其中每一个社会记忆复合体

都欣赏你们所谓的幽默.

这个团体很了解 Latwii 群体的幽默. 就我们的看法，幽默是以正确的比例感去看待一个状况. 当一个人从某个观点看一个状况，可能是困难与沮丧的，如果他能够以一个更完全的观点去看，通常会有机会去平衡这个状况，容我们说，在紧张的局面中增添一点喜剧性调剂.

更大的视野可以缓解困难，我们觉得幽默是一种恢复更大视野的优异方式，特别是当实体因为画面的某一部分有些过度紧张的时候.

是否有其他的询问，我的兄弟?

R: 没有，感谢. 我欣赏这个答案.

我是 Q'uo，我的兄弟，我们感谢你. 此时 是否有其他的询问?
[停顿]

我是 Q'uo，既然我们观察询问的过程停歇，我们假设我们已经讲述每一位的关切，我们感激每个实体提供我们这些分享的机会. 我们十分高兴地这么做，并且总是可以依靠这个小组以周详与深奥的方式进行询问.

此时 我们离开这个器皿与小组，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体.
Adonai，我的朋友们，Adonai.
(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 07 辑

☆ 第 0701 章集：性能量

Copyright © 2002 L/L Research

http://search.japantimes.co.jp/cgi-bin/fq20080307a2.html

周日冥想

1995 年四月 9 日

小组问题: 今天下午的问题跟性特征有关.

Q'uo，我们想要知道男性与女性在这方面的自然表达是什么？什么样的原型图像或力量协助或促使这些表达？我们如何最恰当地去感知我们自己以及彼此里内的性能量？我们也想要知道是否有一个方式让性能量交换可以用来经验造物与造物主的合一？

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

一如往常，我们很荣幸与喜悦地加入这个寻求的圈子. 我们祝福每位将其振动复合体借给这个圈子的实体，这联合的能量至为美丽. 我们请求在座每位再聆听我们的话语时使用自己的辨别力. 我们请求你们不要接受我们的任何意见，除非它触动你内在的心弦，因为真理是一个很个人的东西，我们请求你们谨慎地守卫你自己的真理.

当我们向你们谈论性能量，我们需要从它的脉络说起，如此我们不至于造作地孤立这种能量，毋宁讲述一条道路允许每个实体看见与感觉性的礼物之完美. 的确，这是很大的礼物 包含伟大的力量，伴随而来的责任也同等地巨大; 每个实体守卫、欣赏并分享这股能量.

你们肉体载具的泉源是性活动，灵感的结果实者经常是性活动.

疼痛，甚至深沉的痛苦之医疗者时常是性活动. 所有友谊，以及人与人的接触形成社会等等，这些能量需要被安坐在强壮与健康的性特征之中，好让这些过程具有深度，能量藉此移动朝向无限能量的完美之光.

那么 就原型的说法，第三密度实体的性特征开始于男性[伸手碰触]与女性[等待碰触]的动力关系. 这是一个原型的结构，原型的逻辑. 事实上，男性与女性都同时向外碰触，并等待碰触.

但为了找到一条路以掌握这股能量升起的方式，看见男性[主动碰触]与女性[等待碰触]的动力关系是一条核心途径.

寻求真理者发现他寻求的困难经常与性特征完全无关，而是一些压抑人的事情:配偶或家庭状况，寻求者开始认为自己到处受限，于是他必须离开目前这片似乎是负面的海洋，以释放自我去自由地寻求.

相当常见的实情是该寻求者正开始工作较高的能量中心—心轮，喉轮，与眉心轮，我们会称呼它们为悲悯、通讯与工作意识(的脉轮). 当然，这些能量在呼唤

你，喔~ 寻求的学生是多么飢渴于更多的智慧，更多的知识，更多的洞见与更多的理解!

然而，任何植物的生命都始于土壤，虽然你不再有可见的根部与大地相连；负荷你的肉身的生命是源自于它与地球存在平面的合一协调品质.

在大地与肉体载具之间振动的纯然能量是惊人地庞大，然而一个只工作较高脉轮的实体无法良好地认知与使用这股能量；除非他拥有耐心、谦逊与决心去与大地接触，与自我的土壤接触，一如其他肉身表达的能量，性特征是个体灵魂强有力且完全独特的一部分.

这股能量创造了一株健康的植物，一个健康的身体—该能量给予存有一个根本的”赞同”(Yes).

再者，如同所有能量，性能量是一种神圣、圣洁的能量；性交活动是红色光芒的圣餐仪式，身体的神圣交流. 这个结合扼要地重演天与地的合一，男性与女性的合一，触及与等待的合一品质.

当我们谈论性，我们不单指述说性行为，因为这股能量是恒常的，虽然它出现在显意识心智的样貌是周期性的，它在事物发展过程的位置是恒常的.

现在，一个人要如何工作红色光芒？首先，一个人必须单纯地能够精准地表达自己的态度，因为我们发现你们人群很会用概论与半调子的概念来掩盖不舒服的主题. 无可避免地在每个实体内在产生一些扭曲.

如同其他的人生工具与资源，性就是会促成大量的催化剂，促使实体们感觉各种迷乱、愤怒、悲痛等等情绪. 三不五时，人们发现这档事是困难的，因为从头脑到心轮的旅行必须在每个能量水平都被教导.

所以，不管一个人有没有一段关系或一个活跃的性生活，一个人都可以工作这个议题: 在红色光芒方面越来越平衡.

容我们说，一个人在做家庭作业上，不管处境是什么，每个实体的性特征位于个体特质的核心，每个实体都必须工作自己的性特征.

如造物主的意愿，第三密度总是关系到二元对立面的动力关系，在红色光芒中，男性探求(reaching)是最强的动力，女性的等待(waiting)是最强的动力. 所以，让我们简短地关注探求与等待.

不是只有心智与灵性涉入探求的过程，因为肉体载具的本能是非常清楚的.

生物族类的永续完全仰赖男性探求的必要性. 因此，身体自己就有探求的本能，当然 那些拥有丰沛男性能量的女子也会发现自己不知不觉地向外探求(那些)吸引目光的男性. 这股能量可能被感知为非常地负面 因为它可以是充满对抗的，因为对于一个等待碰触的实体 (她)最深的本能是保护.

现在，越过明显的(目标) 男性探求的东西是什么? 就灵性而言，这股能量的核心是什么? 一如往常，是那合一状态(unity).

有些实体想要净化与强化这股能量 直到他在自我内找到平衡，这些实体将获得

伟大的礼物. 因此，男性有必要去处理任何具吸引力[并且可能得手]的女性带来的催化剂.

确实，男性能量在思维中能够于狂想中探求，甚至不需要有女性在场的刺激.

只要地球还可以居住 这种倾向确保该族类的生存延续.

另一方面，女性能量位于这个动力关系的相反面，同样有合一状态，[却是]一个串接的(articulated)合一.

那些拥有许多女性能量的男子也会发现自己不知不觉地受到吸引，沾染上保护自我的习惯.

这股能量是如此地强大—这个器皿有些困难找出我们想说的字眼—这股能量是如此地巨大，以致于女性或阴极能量有必要保持警戒、谨慎与防护(之态度).

女性能量不是为了无分别的探求，毋宁是谨慎的保护，因为在男性与女性之间被表述(articulated)的合一即是那奥秘，也就是单一伟大的起初思维.

女性能量加强(potentiate)男性能量 等同 潜意识能量流动穿越显意识管道.

所以，每个实体变成爱，单一伟大的起初思维，之管道.

在两个人的性交配过程中，若他们掌握做爱能量的深奥与中心地位，就有可能触摸智能能量，在这融合当中，两个人真正合而为一，从这里升起的男性与女性是

蒙福的、平衡的、痊愈的.

我们请求每一位考量称为”爱人”(Lovers)的原型，在这张图像中，一个男性两边各站着一个女性，其中一边是纯洁的(virginal)，另一边则是世俗的，卖淫的(prostituted)女性能量.

对于正在拥有性特征的男性而言，最明显的选择，首先的选择将是他一辈子的催化剂；去探求女性当中那明显的性特征. 的确，任何男性能量都有一部分总是受到卖淫的与肤浅的(能量)吸引. 这是自然的.

然而，当一个男人持续寻求 直到他找到一个可以在全然谦逊中共同工作的女性，届时 这个实体将获得大量的协助.

当男性与女性平等地在这样的能量水平一起工作，那么 双方都可以获得恒常的转移能量之补给—对于男性，是灵感；对于女性，是生命能—每个实体将他拥有的丰富能量给予对方，互补其不足之处.

我们提到这个原型是因为实体们持续地需要重新配置，重新平衡自我；因为一个寻求者只有很小的可能性在一次又一次的自我修炼练习中表现完美.

男性能量的丰沛与气力是一个祝福，不过很可能在某个季节，各种影像一次又一次地来袭并进入心智，于是看起来 他心里除了淫荡好色以外什么也没有.

对于女性而言 则有一种倾向允许适当的保护堕落成为苦毒与恐惧，从而产生分离.

因此，在关系中 彼此共同工作的过程中，我们称为宽恕的能量是至为重要的.

如同这个幻象中的所有能量，设置性能量的目的是导致一次又一次的混淆与迷惘，当一个人面临挫折与失败，经验负面情绪是自然的，于是性这个主题似乎并不值得这所有的工作.

女人有一种原型的倾向成为所谓的”泼妇”(bitches); 男性有一种原型的倾向成为所谓的”沙猪”(pigs)，这些是歧视性的用语.

这个器皿特意使用它们 因为将它们大声说出来可以拿掉这个无可避免的事实其中的一些毒刺; 那看似泼妇的成分只是保护的健康倾向的突出; 女性以言语战斗.

男性的天性就是无分别地探求，不管一个男性的灵性进展多远，该男性的肉体载具将持续地无分别探求.

形而上的学生大多数时候试图忽略随机的刺激，持续地将注意力重新放在伴侣关系上头，男性将总是难以完美地做到这点.

女性可以试图表达宽恕，谅解等等，再次地，失败是无可避免的.

我的朋友们，如同所有其他事情 以这种方式，你们彼此互相帮助，我们十分鼓励每一位以慈悲与怜悯的眼光去凝视性特征提供的动力关系，很快地去宽恕对方，并且愿意一次又一次地尝试去信赖.

当这个水平发生不调和，许多能量受到阻碍，形而上的学生在这个水平有某种程度的阻塞是常见的情况.

我们曾经说过 如果一个人没有先清理较低能量中心 就开始在意识中工作，将产生一些危险；我们再次提醒各位：首先的工作即是最低的，最卑贱，以及最基础的工作.

(然而)首先的神圣状态就在这里，双足与土壤接触之处，灵性与血肉交会之处.

在这里，在这个水平，是婴儿出生的地方. 在这里，实体们表达他们最深的肉体本质，这里是一个良好工作的开端.

所以，我们请求每一位看待工作性能量为一种神圣的行业，一个神圣人生的一部份. 让它成为美妙与有趣的，释放自我去欢庆这股能量之美.

有时候，这是一个漫长的过程，不过 在这个工作中有着许多的欢乐.

此时，我们将转移通讯管道到 Jim 实体当中. 我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她. 我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我们在爱与光中问候每一位. 此时，我们很荣幸讲述在座各位可能有的任何询问. 容我们问，现在是否有一个询问?

发问者: OK，我要问一个问题. 我在思考关于鲸鱼的作爱过程，鲸鱼似乎是智能的生命，我在想 对于这些巨大的生命来说 作爱是一件庞大的事. 你能否评论这些生物之间的能量交换? 除了肉体上的能量交换，他们是否经验一种全面的能量交换? 除了物质界进化的目的之外，他们是否也为了爱向外伸展?

[停顿]

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在. 我觉察你的询问，我的姐妹.

我们刚才的停顿是因为这个器皿需要再次进行挑战过程，我们乞求你的原谅.

回应你的询问，容我们说 你们知悉的鲸鱼类，其中有许多物种[虽然不是所有种]居住着一种意识，很像你们自己的(意识).

但容我们说，在某些方面，他们比你们更为先进，因为这些实体能够感受彼此的情感、动机与这两方面的自然表达.

在红色光芒性能量交换方面，许多鲸鱼实体拥有黄色能量中心以上的管道让该能量移动与分享，所以这类的分享经常是合一的表达，这些实体感觉到与对方的合一，与周遭造物的合一. 在这样的表达之中，很少会有混淆与扭曲，而这些却经常折磨他们在陆上的两足兄弟姐妹们.

容我们说，他们的能量表达更为纯粹，并且清澈到位、清晰到位; 接着 他们的意识移动超越了繁衍族类与满足红色光芒性欲的立即点.

是否有进一步的询问，我的姐妹?

发问者: 是的，我能否从你的评论延伸一个结论: 鲸鱼是第三密度，自我-觉察的物种? 他们是否如同流浪者—从更高密度投胎到第三密度肉体的生命?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姐妹.

这是不正确的，这个物种，鲸鱼类的成就是他们自己在这个行星地表演化的结果.

是否有进一步的询问，我的姐妹?

发问者: 那么 我只想澄清一点: 鲸鱼是起源于地球的自我-觉察实体，对吗?

我是 Q'uo，这是正确的. 是否有其他的询问?

发问者: Q'uo，我在想灵魂如同一种白纸，一种协助记忆的物质，它从中心太阳或智能无限之中被抛出，接着逐渐地在多生累世中具备身份，这个关于灵魂的起源与本质的概念是否错误?

我是 Q'uo，我们发现这个概念基本上是正确的，故它是可用的概念.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 是的，Q'uo，谢谢你刚才的回覆. 我还有一个问题，在这个宗教的季节当中，我在想所谓的圣经四福音: 马太、马可、路加、约翰.

我想知道你是否愿意谈论这些书籍的作者，以及它们写成的年份?

我是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟. 我们认为着作这些书籍[你们称为”福音书”]的实体们是在记录他们与耶稣-基督两千年前相处的经验，并且能够汲取一小部份属于耶稣实体的教导 并对他们是有意义的，因此他们渴望与其他实体分享.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 你能否给出这些作者的身分?

我是 Q'uo，我们觉察你渴望知道这些启发性书籍之作者的精确特质与身份，我们则渴望不要冒犯一个人的自由意志，于是必须保留特定的身份辨认，因为公认的作者与他们的真实身分有一些不一致，我们发现有必要维持现况.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 我想没有了，谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟，此时 是否有其他的询问?

发问者: 我有一个. 我有一个想法，一个迷失的念头… 关于性，它的主题跟牺牲有关… 一个女人牺牲了她的贞操; 因为她从此有可能怀孕生子. 而男性则牺牲了整个人生; 因为女人愿意给予男人的牺牲，男人牺牲一生去保护与支持(家庭).我在想这个念头是否有意义或者我位于错的轨道上? 在我看来，女人几乎是一场性

仪式的祭司.

我是 Q'uo，我们觉察这个询问包含的宽广可能性，这是一个大课题，我们无法在一个简短的回应中公正地答覆该询问. 因此 我们得降低标准 提供一个有些不令人满意的答案.

你们族类的女性，的确做出伟大的牺牲，因为有许多责任落在女性肩上，因为她必须承担两性结合后的果实，必须滋养与哺乳幼小的婴儿 持续一段显着的时间.

男性做出的牺牲是他变得渴望，以较高的动机，去协助这个过程，与女性共同建造一个家庭单元，他们将共同成为孩子们的老师.

那么 我们可以看待男性牺牲了在其他女性之间游走的自由.

在你们目前地球的社会当中 这件事对男性有些困难，因为在你们所有的文化中任何与性相关的讨论都伴随着许多的混淆.

各种强烈的经验领域都将持续提供强烈的催化剂，确实 性的领域是一个力量的基本区域—在你们许多文化中受到误解的力量— 于是 受到稀释的性能量交换折磨与烦扰了许多地球人.

是否有进一步的询问，我的姐妹?

发问者: 没有，谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹. 此时是否有最后一个询问?

发问者: 如果其他人没有问题，我想要问关于这次传讯过程中的能量交换. 嗯..你提供给我们的服务是明显的. 这个传讯对于你的灵性成长是怎样的服务? 你从这些传讯集会中拿到何种能量? 它如何帮助你的灵性成长?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姐妹.

在这个询问中 我们很高兴地说这个答案相当简单，因为当你们允许我们服务你们 我们就已获得你们的服务. 这就彷佛是造物主的一只手给予另一只手 一个生命的碰触，在这个碰触过程中 他接收到他给予的东西.

是否有进一步的询问，我的姐妹?

发问者: 就这样子，谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹. 此时 我们要离开这个团体，因为我们觉察到这次的工作时间已经很长了，我们不想要使在座各位过度疲倦. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中离开各位.

Adonai，我的朋友. Adonai.

译者: 这篇译文得以顺利完成要感谢加拿大友人 Ian 的大力协助，特此铭谢.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0702 章集：人类、意识与理解之十五

Copyright © 2008 Walt Rogers

1961 年，二月 13 日，星期一

你们好，我的朋友，我在理解与爱的光中致意，我是 R 先生.

许多来自其他行星的实体们在你们星球上进行大量活动，他们尝试拓宽你们人群的意识—使他们的意识包括比这个小小星球更多的空间.

这些尝试现在开始在你们人群当中显现效果，你们人群越来越准备好接受一个事实: 或许在这个小小世界之外 还有其他事物是他们尚未觉察的.

这个现象越来越快速地在你们人群的心智中蔓延，这是理所当然的，因为很快地，你们人群将探索太空，发现他们被告知的事情是真的，那就是有许多其他存有一起分享这个太阳系，这个伟大的宇宙. 外太空并不是过去人们以为的 是广大的虚空，而是充满了生命，到处都有生命. 人类只是这片广大无垠的生命之海的一个微小部份.

他们将开始欣赏造物主的众多作品，一旦他们开始真正瞥见地球以外蕴含的东西，一种伟大的崇敬感将席卷他们，因为当人类看见这伟大的美妙作品 他无法不感觉到一股对于万有之造物主的伟大崇敬.

我们已经在太空中旅行，曾见过它的奇观，已享受过它的美好；我们举目凝视这广大无边的美，感谢并赞美造物主，因为一个存在具有创造这一切[包括人类]的力量，他必定具备伟大的爱、伟大的美、伟大的理解；我们寻求学习更多属于他的智慧.

地球人啊，这一切都是免费的，你唯一需要做的事即努力去寻求，并将它应用在你的生命之中．为什么还要等待呢?

亲爱的朋友，至于我自己，我将恒常地寻求这伟大的真理与知识，好让我更丰盛地享受生命，同时持久地在真理、光、理解的道路上向前迈进.

亲爱的朋友，让我们一起向前走，包括你们的星球，我们的星球，不断地进入更高更美好的理解与真理.

来吧，属于地球的朋友们，加入我们 在你们星球上，创造人类的手足情谊，创造一个和平、爱、理解的氛围.

消弭憎恨、贪婪等负面情绪，让我们联合起来，共同赞美与崇敬这伟大的，创造我们全体的智能无限.

现在，挚爱的朋友们，我必须离开，我将我的祝福、爱、理解都献给你们．愿造物的伟大圣灵在你们每一位的心与意中安歇.

我将在适当的时机返回，再次同你们说话．我很快乐与喜悦能再次来到你们当中.

晚安，挚爱的朋友.

***

1961 年，二月 27 日，星期一

尔等是蒙福的，你们每一位都是是蒙福的，在今晚.

平安与你们同在.

汝在此寻求什么，挚爱者?

团体: 真理与理解.

啊 是的，真理. 愿伟大的真理向你揭露，愿你们的寻求不断地成长茁壮; 愿你们找到你们寻求的东西. 寻求即是拥有，每个人将依照他/她的努力获得相称的赏报.

朋友们，理解是一个珍贵的东西，它比珠宝或黄金都要贵重.

地球人付出巨大的努力去寻求世俗的货物，如果将这努力的一小部份花费在寻求理解与真理，他会变得更为富有，因为如果一个人的内心没有平安 他能够拥有什么?

地球人类正开始越来越了解自己对于平安与福祉的需要，有一股巨大的渴慕从他的内在涌现，然而他还不很清楚那是他的灵魂或较高意识的寻求.

放下你对于今天要吃什么，要穿什么的焦虑感; 用知晓自己、 知晓真理的渴望取代它. 理解生命真正的本质，将你自己一劳永逸地带出黑暗[这个梦幻的世界]之中. 站起来 宣告你与造物主的父子关系.

不是凭藉大脑去知道这些事情，而是凭藉深刻的灵性知晓.

当这真实的知晓进入你的存有，挚爱者，你已经开始真正地活，你已经开始知道生命应当呈现的样子.

你不再活在梦境的状态之中，而是开始绽放，如同玫瑰盛开一般.

你开始以一种更为广大的角度去经验生命，你开始看见造物真实的本质.

你开始对于造物主与人类同胞怀有真实的爱，你开始感觉与所有造物合一的光荣状态. 并且开始理解你在这其中的角色.

愿伟大的平安、爱与理解于你的内在升起，并点燃内在火燄，它将带你进入新的意识状态.

平安与你同在，我的朋友，平安，平安.

***

1961 年，三月 9 日，星期四

日安，光的孩子们.

我用这个称谓是因为你们每个人都尽最大的能力走在光中.

继续这么做，我的朋友们，让你的光不断地增长，好让你可以恒久地走在更明亮、更美丽的光中.

今晚，亲爱的朋友们，我们将尝试为你们每一位创造一道更大的光，好协助你们日常的生活. 你们每一位的智慧导师都来到这里.

所以，亲爱的朋友，放松，放手—敞开你的心胸与头脑，让这股能量流过你的存有. 以你的意愿接收它. 当我说话的同时，这个过程正在完成之中.

你们的行星此时十分需要光，但地球必须先经历一段巨大的黑暗时期，然后方能感觉天父之光的完整效应.

但时候迫近了，这伟大的光将瀰漫地球，如同你们的宗教历史曾陈述，一个新天新地将会出现. 这个陈述是实实在在的. 你们真的将拥有一个新天新地，甚至人类自身都将获得更新. 地球人将成为一个属于更高智能的存有，拥有一个更为高度精炼的身体结构. 他所有的感官将是活跃的，他将知晓自己真正的本质.

今日的地球人，有超过三分之一的感官是关闭的，他的头脑有超过 90%的机能是关闭的. 地球人尚未使用他拥有的机能，人类必须延伸其意识，他必需不断地将它像外扩展，因为当他的意识增长，他使用自身各项机能的程度也随之升高，向

外探寻，不断地向外找寻新的、更高的理解.

一些伟大的导师曾经来到地球，他们花费很大的努力尝试去唤醒你们人群靠近新的真理. 但那些相信的人们崇拜他们如同神明，然而他们不是; 而那些不相信的人们试图摧毁他们.

这些伟大的导师对你们人群示范许多事物，他们并未宣告它们为奇迹，虽然你们历史如此记载着.

他们尝试传递给人群的讯息是: 每个人的内在都有这样的力量，只要一个人愿意去发展它. 但一个人只能透过辛勤的找寻，以及探寻理解来获得这力量.

曾经有一位伟大的导师说过: “当两个或更多人以我的名聚集在一起，我便在你们当中.” 对于大多数人而言，这只是一句空话，但我要对你们说，我的朋友，甚至在今晚 他已经站在你们当中，还包括其他的导师.

挚爱的孩子们，打开你们的双眼，凝视看入天堂，在那儿寻找真理.

你没有别的路，除了走入内在，以充分获取真知识与理解，接触宇宙心智，一切万有的储藏室，它就等你去拥有.

我的朋友们，汝等是宇宙造物真正的儿子，汝等是你们自己的造物者.

我希望今晚 你们每位都接收到光的许多好处，当我说话的全程，你们都位于宇宙能量的场域之中，其中包含拯救生命的宇宙精华.

愿无限太一的和平、爱与理解在你们每个人的心里安歇.

走在平安中，我的朋友，我走了.

***

1961 年，三月 21 日，星期二

我在光中致意，朋友们，我是大角星(Arcturus)的 Oxal.

你们在此以理解的名义会合，我的朋友，这个字眼被大量地、广泛地在你们星球上使用，然而人们只付出一点点努力去练习与使用它.

首先，你必须试图在你每日的生活作息中练习理解.

尝试去理解你的同胞，为什么他做这件事，说那件事？为什么他相信这个，做某些动作?

尝试去理解他的环境可能跟你的有所不同. 献给他你的爱、友谊与理解.

许多许多年以来，其他星球的人种将他们的理解与友谊献给地球人群，然而他们被拒绝，甚至被非难. 这些存有曾经给出伟大的提议以协助你们人群，提升你们文明到达新的标准，然而地球上的权力机构 毫不注意 或 无法接受 这些努力.

这些存有曾提议将新科学，新的经济系统带入你们星球，同时消弭所有恶疾与病痛— 前提是地球人必须消除所有战争，所有人群同意在和平与爱中一起生活.

但 你们的领导争辩说 地球人目前的理解水准不可能做到这点，同时 为了带来这样的改变 会带给人群巨大的混乱与苦难.

但 从我们的制高点来看，反对我们计画的人们最恐惧的是失去自己的权力，因为如果计画实现，所有人都会为全人类的利益工作，而不会考虑只将一己的努力用在提升个人的生活水平上.

你们人群需要有大规模的灵性成长 以具体实践这计画.

但 再次地，朋友们，我们有各种方式在这方面帮助你.

我们来到地球没有别的想法，除了伸出援手，协助我们在行星撢(Shan)的手足提升到新的高标准，不只是人群之间的和平，还有内心的平安，这是人类可以拥有的最大成就.

但 除非人类理解自己、手足与宇宙，他将不会知晓真正的平安，接着在自我内在中升起一种爱，允许他与所有造物合而为一.

当人类达到这个程度，他经验真实的平安、真实的爱、真实的理解、真实的生命;于是他真正开始活. 他知晓寰宇造物之中的爱，不是你们在一般生活中知道的爱.

我们，Adoni 之子，就在你们的天空中等待，观察每个人，帮助与导引那些选择

努力抵达这个理解状态的人们.

朋友们，我现在离开你们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1961 年，三月 22 日，星期三

平安，平安与你们同在，挚爱者.

让尔等的心在平安中歇息，在这平安之中，起来吧，喔 孩子们，起来并向前进. 因时间迫近，光之孩子们必须站出来.

是的，他的王国彰显的时机就在眼前.

很快地，伟大之光将照耀行星地球，人类将再次知晓自己. 但如果一个人想要抵达更高的目标，他必须站出来.

为了看见他必须知道的真理，人类还有许多要完成的事项.

我们再也不能只站在宗教仪式当中，我们再也不能躲在矮树丛之中.

人类必须面对他的命运，躺卧在前方的充分知识.

人类必须快速地扩展意识以抵达阶梯的更高层. 他再也不能因为困窘就闭上眼睛不去看. 人类必须认清自身的错误，并展开更正之道.

在庙堂之中寻求真理的日子已经过去了，人类必须向内寻求，在他心中的殿堂中蕴含所有真理.

人类必须学习解开那扇门的锁，让真理流动.

挚爱者，唯有在你自己的密室的静默中 你才能使它发生.

将你所有的负担放在造物主的双足前，接着高举你的头首，充分地知晓你即是大师.

曾行走在地球上的大师们试图将真理与理解带给你们，让你们得以持有它们.

但不要扣留你的光，毋宁让它闪耀 让所有生命可以看见.

先与你自己和好，然后你可以与同胞和好.

当平安在你心中享有至高无上权威时，平安就无所不在地围绕着你.

所以，不要让烦恼在你心中逗留太久，毋宁创造平安的意识.

许多人是真理的学生，然而 只有很少人将他们头脑知道的真理实际地应用在生

活中. 除非我们使用内在的力量，知识对我们只有很少的用处.

我必须再次重申: 尔等要从人群中走出来，向前站，如同一个知晓真理者，领悟自身内在的潜力，掌握它 并且为了全人类的益处去使用它.

愿所有伟大上师的平安、爱与理解环绕着你们每一位，并充满你的心 直至满溢. 平安，挚爱者，平安，平安.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0703 章集：我们全是流浪者吗?**

(c)Copyright © 2008 by L/L Research

UPI 宗教与灵性单元

专栏: 小灵媒消遥游

作者 Carla L. Rueckert-McCarty

刊登日期: 2008 年十二月 16 日

过去八周以来，我欢喜地回答 ”郑-喜悦”(Joyous Chee)所提出在灵性阶层与服务无限造物者之天使星际联邦方面的多项问题。

今天，我则取他第三和最后一个问题来作申论: 「既然我们全都是多重次元的存有，难道每个人不都是流浪者吗？」

答案既是也不是!

首先我愿意谈一谈关于流浪者的定义。这是个贴近我内心的题目，因为我感受到自己的生命藉由做为一名流浪者而一直被塑形。

70 年代中期，当爱尔金斯(Don Elkins)跟我正着手研究外星接触之时，我们偶然从阅读乔治(George Hunt Williamson)透过无线广播电台接触外星人的小书，发现有关流浪者的概念。记载于那些页数中的讯息源称流浪者为“苹果”。这些“苹果”是来自其他地方的灵魂，投胎到地球上为了要在收割时节展开服务。

1976 年间，我们出版的<幽浮的祕密>即有一章在讨论流浪者，当中使用我们已收集到的三个接受催眠者之资料，我是第一个。

处在催眠状态下，我描述了藉由”漂泊”至另一个星球并帮忙拯救一个文明的古代器物(artifacts)而达成服务。我当时说有一整个族群(clan)选择一起来从事这份服务工作。我还提到今生我的两位朋友正是那批流浪族群的成员。

Don 接着把那些朋友们安置于催眠状态，并未告知他们这么做的理由或从我这边收集到的资讯。他们亦形容了这支族群和它的流浪性质。

综合之下，三个独立接收的故事彼此不仅完全吻合呼应，并且均描述一种跟神殿有关的生活方式。我们如同一个团体般的生活及工作着，偶尔我们会担起前往别的星球之派遣工作。为了要在那颗星球展开工作，我们会投胎到那儿并成为该星球的原住民，直到工作完成为止。

1981 年当时，我们正为<一的法则，又名 Ra 资料>卷一汇整出一篇介绍文，我们

决定请求第四位人士，即最初三名对象之一的弟弟，也志愿被施以催眠，因为他姊姊始终视其为该族群的一员。

确实，在催眠状态下的他描述了一样的族群、一样的神殿和一样的流浪选择，为了要提供服务。在此我遂引用在卷一介绍文中有关他的部分催眠内容。他曾述及离开家乡星球前来地球的过程。

Q：你为何在地球？此生之目的为何？你打算在此做什么？你被指派到这里做什么？
A：彷彿是，为协助而来。

Q：协助什么？特殊事物吗？
A：某件事 …

Q：你已经在这块领域有所帮忙了吗？或你要协助的问题尚未到来？
A：它还未发生。[注意这是 27 年前所讲的话]

Q：你在期待什么？
A：只是…只是很大的需要。

Q：依你所知将会发生什么事，以致需要你提供大力的支援？关于灵性成长？灵性发展？物质上的需求？
A：我收到的感觉为有些人迷失了。

Q：你能帮助他们吗？这可是你的任务？

A：我感觉就像那是我得要做的。协助那些人。

Q：那些人？
A：迷失的那一群。

每当我们思索这短句“迷失的那一群”时，很容易就想起失去物质身体的人们，但那却不是他所意指。

流浪者并不操心那些他们要帮助之人的肉体，毋宁是他们的灵魂。

值此地球收割时期，有许多迷失的灵魂，被锁在我们文化之肤浅价值与消费主义之内，并且安然无恙地远离「我是谁？」及「我为何在此？」之类的思考。

他们舒服地睡着了。一般而言，这现象不会使外星人担心，他们愿意让人们随顺各自的内在时间表去进行演化的。然而 76，000 年为一循环的周期即将在地球上落幕并且收割时间到了。因此，许多流浪者已选择藉由投胎到地球上以协助收割，展开服务。

在<一的法则>第 52 场集会里，Don 曾问：「为什么这么多流浪者选择在地球收割时节降生于此?」

Ra 群体则回答：「这些忧伤的弟兄姊妹降生的最主要原因乃是，藉着减少行星意识之扭曲与提供催化剂给其他-自我的机会，形成援助其他-自我的可能性，因而将增加收割量。」

一名流浪者所提供的首要催化剂即是他的真实存有，始于他之本质自我的振动率。我们之所是永远是服务他人的最大礼物，而非我们对外服务所获致的结果。成为最深邃的自己并且找寻及分享我们本质里的天生灿烂，乃是流浪者工作的核心。

无论如何，许多流浪者在此生也携带艺术或专门技术的天赋以分享大众。

许多歌手们，不论唱摇滚、乡村、流行或其他类型音乐，全是流浪者。许多一直关心着我们生活品质的科学家们全是流浪者。各种艺术作品充满流浪者献予我们的礼物。

据星际联邦消息指出，不是所有流浪者都已觉悟到其本性或目的。故时下流浪者们的一个附加目标是去协助那些已沉睡在地球梦乡的流浪者，唤醒并帮他们忆起来这里的原因。

从某种意义来说，流浪者是个独特的羣体，并非每个人皆是流浪者，虽然现在可能有 90%以上的地球出生宝宝们是流浪者，在持续一些年之地球收割中，从毕业式中再生为新鲜人。据 Q'uo 之讯息，许多早已被地球收割的灵魂值此收割时节，已经立即选择转生地球，因为他们希望能够扩大人类同胞的收割量。

你们当中有孩子的人可以告诉我许多有关这些时下之”靛蓝儿童”的故事，他们是多么不同！

然而，就另一个观点，所有已经觉醒的人皆是流浪者。假使某人承担流浪者之职并具有流浪者的全部特征，那么就那功能意义而言，那人便是流浪者。

遍布此星球的人们正在觉醒。当愈多人醒来，行星振动便显光明，而这出自光之加值的振动力，遂成为唤醒他人的一份激励。而人们觉醒的情况又为何？

他们不再适合于我们文化的“盒子”。来自消费社会的积习重量使他们疲惫不堪。

他们转而往另类的思考方式去发展。“少即多”，源自于建筑家凡·德罗(Ludwig van der Rohe)之极限主义者哲学的座右铭，开始引起人们的兴趣。

我的丈夫麦卡地(James Allen McCarty)，当他一拿到佛罗里达大学初期儿童教育学学位，立刻就感到那股召唤。不愿作一名老师，他遂动身前往乡间。在肯塔基州乡野，他找到一块被他称为蜂雀山(Hummingbird Mountain)的美丽土地，且在那儿盖起他自己的小屋。他居住在那里，种植和准备他自己的食物，结果又造了个养蜂房与一小栋客房，还在荒郊野地区举办研讨会以拓展灵性之可能性。

麦卡地期望在蜂雀山上度过一生。偶尔做做农舍苦力和石砌工人，然后把赚得的工钱拿去购买那些他种植不了的东西，他有能力隐遁世外。他把晨间时光献给静坐与研究。从中午到日落则在他的土地上工作。接着他坐在自己的小小门廊上看日落，夜幕低垂时聆听夜莺啼鸣。他的饮食是查帕蒂饼(chapattis)和豆实、自制面包和自己种的菜。那是个美好的生活。

70 年代的“回到乡土”运动已转型为拯救地球之空气、水及土壤的当代流行运动；去都市化；见到每个人都拥有良好的健康照护，每个孩童均受到良好的教育。

从另一方面来说，我们全是流浪者：几乎我们所有人都来自其他地方。

星际联邦形容亚威(Yahweh)如何藉由地球的大猿猴与复制的基因物混合交配，进而造出人类来，除呈现出卓越的脑力、完全直立行走的能力外，还改善了双手的灵巧度。

完成这个过程的时间与火星居民造成他们的星球无法居住的时间是相同的。

当时火星人的灵魂仍在第三密度中，必需前往另一个第三密度行星。所以他们来到地球并投胎在这些“新造与改良的”身体内。

还有来自大约 16 个行星的人口加入这里的火星-地球人群体，他们全都没有通过以往在第三密度的毕业收割。就某方面来看，我们人类全是一群异乡少年犯之后裔!

现在 收割已为这个星球启动。当我们离开这个世界，我们全都将踏着光的阶梯，发现我们是要准备继续往第四密度去，抑或有必要再重复一次第三密度。

这是个促使我们全体从这场地球之梦醒来的绝佳时机。

假若你觉得自己是流浪者，那么醒来赞颂剩余的白昼，让你有时间从事你来这里要做的工作！停止抱怨这星球有多粗暴，并着手付出爱及奉献你最好的一切给这个亲爱珍贵的星球与她的子民。

假若你觉得自己不是流浪者，现在对你而言仍是觉醒时刻。

该是跟你的真我联络的时候了，真我是永恒的公民。

请你向自己最深邃的我睁开眼睛，真理便位于那本质自我之内。

犹如一名觉醒的灵性存有，使自己重新适应这世界，同时让你的光发亮。

在两种情况中，一旦你已经觉醒，你们就是完全的平等。

流浪者没有任何特殊身份。当他们投生在这里，就变成了地球原住民。

所以我们皆是生命共同体!

我展开双臂拥抱你的灵！让我们一起合作去实现“伊甸在人间”的理想！并让我们穿上属灵的靴，如同那些活在爱与合作之新典范之中的人一般，我们同心合力可以预见并将这典范充分实现，同时 我们真正地“升扬与闪耀”!

***

Carla L. Rueckert 为<一的法则>系列通讯者以及<通灵手册，A Channeling Handbook >、<流浪者手册，A Wanderer's Handbook >、<每日之书，Book of Days >等着作之作者。
请上〔爱与光研究中心，L/L Research〕网站阅览其通灵资料和线上日记〔卡麦勒日志，Camelot Journal〕。

(V)2009 Translated by the Child　Reviewed by c.T.

☆ 第 0704 章集：理想与现况

Copyright © 2002 L/L Research

http://2simple.cn/archive/2006_01_01_archive.html

周日冥想

1995 年五月 21 日

小组问题: 今天下午的问题是关于我们持守的理想与我们实际的经验之间的差异. 我们想要知道看待该差异最有效率的方式，以帮助我们的成长.

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们抱歉在谈话之前有些耽搁. 我们的器皿感到困惑 因为 Oxal 与我们都同时回应这个问题; 于是该器皿必须分别挑战各个群体. Oxal 群体同意最后讲话.

我们感谢这个寻求圈的每个人，感谢你们转向与倚靠这个存在于寻找智慧、真理与意义之中的慰藉.

这个团体的信心与坚韧是值得称许的. 由于你们不退转的关心与奉献，使得我们很容易执行我们的服务.

今天的问题折磨所有想要表现优异的实体们，这个问题关乎人性缺点，而灵性并未继承这些.

肉体载具是一个古怪的东西，一个介于空无与无限之间的中继站，一个属于限制与数量的幻影世界. 这个幻影世界精巧地、优雅地对准你们密度的需求: 被混淆的需要，去努力的需要，与其他人类结交的需要; 在此同时 直觉与作梦的触角每天都在思想与想像结构中发现新的银河.

肉体载具承载着意识 移动穿越一个接着一个的决定. 在那灰色地带中 你的肉眼看不清日常事物发生的极性.

一个寻求的灵魂穿越每一天 却无法感测最根本的品质，或许你们会称呼这个品质为理想，但我们宁愿称之为形而上; 因为它与心智提供的试金石[假想的完美]是相同的品质. 然而 这个完美与日常生活有何关联?

心智是一个好奇的工具，一个伟大的资源. 它辨别的力量通常在人类之中得到良好的发展，这是应该的 因为受过训练的心智依据努力赢得的判断力去挑选与排序所有进来的感官资料. 很自然的，人类会将判断力转向自我，于是看见理想与现况之间的距离. 然而 真理并不在判断之中 也不在避免判断之中; 毋宁说 真理无法言喻地躺卧在当下此刻之中.

很难以言语去表达这个概念，但如果你能够设想这个当下充满了一切万有之光，塞满了一切过往的事物 或 一切将发生的事物. 这个性高潮的瞬间，这个欢喜的瞬间，这是我们对于实相的知识能给予最接近的形容—没有时间，没有空间，没有判断，只有纯粹的白光，一个赤裸裸的爱之显化. 每个寻求的实体都可以接触到这一个真理，然而 进入这个当下的门户对于 那些评判自我或他人以致于造成损伤或伤害的实体们 是闭锁的.

在这个世界的范围内，判断是必须的，但如果你想要以最高纯度来工作自己，那么 将你的双眼转向 远离小我[幻象中的一个小插曲]是必须的.

现在，我们不会夺走任何人的辨别力，因为拥有洞见的能力是可贵的 是你们努力学会的. 无论如何，我们鼓励每个人首先检验是否基于亲切与悲悯下判断，然后 吝惜地、准确地应用该判断; 因为每个来到人世间的实体如同一株擦伤的芦苇，一个受伤与脆弱的生物; 若你坚定地将评判的负担加诸在一个在不安中生存的人类同胞身上 这即是一种残忍的行为.

我们请求每个人学习这些价值观: 仁慈、怜悯、柔软的心、谦卑的灵. 因为批判是一个骄傲的实体，然而 智慧潜藏在接纳一个对自我之谦卑，甚至羞辱的评价当中.

最健康的方法是放弃任何想要准确地判断自我的努力; 或者，如果做不到，(至少)温和地 不去强调判断自我的重要性; 因为你们寻求变得更轻盈、更中空.

你们正移动穿越一个浓密的乙太媒介中，呼吸给予-生命的空气.

与形而上经验相比，你在此的呼吸(甚至)是吃力与厚重的. 要转身离开评判，不去注视希望目标与现有状况之间的距离完全不是件容易的事.

然而，我们相信，智慧不在于检验那个距离，毋宁是转向光 舍弃评判，赞颂太一无限造物者，因为不管你已经完成理想 或 你彻底地失败，你都同等地值得钦佩.

什么东西比感官资料与相关反应更基本、更具决定性作用？那即是意识之眼，一半观看此生，另一半注视造物主.

当一个人能够找到另一半的自我，那居住在永恒中的另一半，伟大的平安圣灵将来到他当中. 这个另一半超越评判，当心智之眼回顾自我 努力找出自我的分数是多少，又完成了多少百分比的成就，一个人看不见另一半的自我；唯有当他将双眼转向 去看见为了服务还有什么事情需要完成，他看见这个另一半的存在.

我们觉察到在你们的第三密度经验当中，人们赋予成就很多价值，特别对那些有远见的男人与女人 他们似乎已经成就他们的理想，经验与表达优异成果.

我们不否认以属世的双眼去看事情有它的价值，但我们请求你们考量这个价值是否比 转向当下、转向太一无限造物者[覆盖一切的爱] 更为根本？

这个器皿知道一首诗："带着上帝美好的恩典 跑那笔直的竞赛，举抬汝之双目并寻求他的面容. 把握生命，它将是汝之喜悦与荣冠，永远地. "

我的朋友们，我们感觉智慧蕴含在这些诗句中.

举抬你的双眼，寻求他的面容，那个面容是爱；这个器皿的宗教系统将它个人化为耶稣实体. 该实体知道他的生命具有象征意义，于是使他自己与该象征学符合一致.

爱还有许多其他的面容.

我们鼓励每一位去寻求对你而言最能核心地象征爱、覆盖一切之悲悯的面容，那宏亮的宇宙性”赞同”(“yes”).

你在此生拥有的身体与大脑都已调整为给予你特定种类的资料，以致于你无可避免地不能做到你了解的完美境地.

你们物理环境的整个结构有一个特征，一个必然的倾向去展示以下尝试是无用的: 试图一直保持在合乎逻辑、明智的、理性的、顺从的状态.

虽然人类很自然地尝试去控制环境、个人行为等等; 第三密度内含的能量无可避免地引导寻求的灵进入一个无路的、无方向的，以及全然困惑的参考架构，因为那高傲的部分必须被抛下; 而那内在谦卑与低下的部分必须被举起.

灵性旅程是一件简单的事情，然而 它使智性的检验受挫，因为它是在所有事上交托自我的骄傲[它显化为优秀的工作者，勤奋努力的灵魂等].

每个希望达到理想的人，他无可避免地要跌倒，所有这些心智与情感的受苦都有它适宜之目的: 将能量拉向心轮，好让心轮得以敞开.

向当下此刻敞开，向等同一切万有之爱敞开.

荣耀你的理想，当你继续寻求靠近自我的理想价值，荣耀你自己.

然而 知晓，允许你自己真正地去知晓真实的可贵价值在于执行造物主召叫你去

做的事，那些就在你眼前的事物；欢喜地、一心一意地，并怀着一颗轻快的心去执行.

心的明亮是一颗具有无比价值的宝石.

当你感觉阳光灌注到心中，当你感觉心房已整理干净，不再因沉重的负担弯曲，然后你感觉并知晓真理，人性中最深的真理即是爱.

我的朋友，进入这伟大的竞赛，尽你最佳的努力，当你失败之际也要欢喜，因为你在头脑到心轮的旅途中又迈进了一步，这其中有喜悦.

打开你的怜悯之手，将那为寻求太一无限造物者之爱与光而鼓翼的鸟儿释放，你们的诗人艾蜜莉．狄金生(Emily Dickinson)将这只心中的鸟视为希望*.

(*参考连结: http://academic.brooklyn.cuny.edu/english/melani/cs6/hope.html)

当一个人看穿评判与骄傲，并且释放自我进入当下此刻，他必具备这些特征：希望、信赖，坚守在信心与和平中.

愿你们一次又一次地打开那扇门 进入当下.

我们在此时将通讯权转移给 Jim 实体，我们是 Q'uo 群体，我们在爱与光中离开这个器皿.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我在太一无限造物者的爱与光中向每一位致意.

此时是否有进一步的询问，好让我们讲述?

Carla: 我想要问我是否接收到关于 Oxal 与 Q'uo 的准确资讯?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹，我们的回覆是肯定的. 我们乐于执行我们定期的任务，讲说你们提出的询问; 然后我们会让道给 Oxal 群体，好让他们可以透过 S 实体讲述结尾的话语，如果 S 实体接受的话.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有，我只是担心我刚才是否接收到准确的资讯.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们感谢你，此时是否有进一步的询问?

[停顿]

如果没有进一步的询问，我们将离开这个器皿，允许 Oxal 群体透过 S 实体发表简短的谈话. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开每一位. 我们是你们知道的 Q'uo 群体.

(S 传讯)

我是 Oxal，我们很高兴有机会继续这份关系，我们过去曾有段时间与 Ra 群体与我们的兄弟姊妹，Latwii，共有的关系. 我们曾经问 Ra 一个问题，或一系列的问题，类似今天这个小组问的题目；因为我们是一群行旅在智慧之道许久的实体，我们使用判断这个工具来登记各种区别与辨别，好允许我们以一种有根据的方式去行动.

我们在漫长的航程中学习精炼的意识，最终发现我们遵循的路径绕行成为一个完整圆圈，与返回原点，这并未留给我们一个成就感，而是一种矛盾感.

是那悲悯使我们赢得通往另一个世界的权利，我们在其中探索与串接许多智慧，我们已经将智慧变成第二天性. 唯有当我们，一个社会记忆复合体，开始看见这些智慧竟然如同尘埃与稻草一般，我们需要转向 Ra[或相近的]群体，他们已经找到一条路超越智慧，到达那等同疗愈的悲悯. 我们在此时寻求这份疗愈，我们至为敏锐地珍视这个两难局面，那些感觉到有需要去行动，有需要去精炼与熟习动作，为了得到自我之稳定映像的人们，他们面临这个窘境.

当这个映像以破碎与残缺的样貌返回，我们至为深刻地感受一种困惑感，甚至寻求映像这件事都必须受到质疑. 于是我们正开始学习放手的艺术，释放掉对他人的评判 那是我们发现那源自于评判自我. 我们已开始学习没有努力的努力.

对于那些同样在注视更高悲悯的实体们，我们可以述说一个真理，我们感觉可以替 Ra 的话语[对我们也很有启发]增添一点东西...*

那就是每一次的接受，它同时也是在给予一个礼物.

这样的恩典允许一个人全方位地看待自我，一个人在学习路上 一次又一次地失败，无法达到标准；同时他发现在这自我中有个核心，这核心是一个神圣与灵性的存在，它在任何情况下 都绝对不会无法达到标准，因为它永远单纯地是它自己：完整与完美.

(*译注：以上这段收音可能不大好，少了一小段，原文中以...代表)

在这个时候，我们请求终止这次冥想，将发言权还给 Carla 与 Q'uo 群体，是他们促成这次的魔法事件. 我们是 Oxal 群体.

(Carla 传讯)

再次地 我们在无限太一的爱与光中向你们致意.

如同海边的砂粒，如同天空中的繁星，无限多个闪耀的人灵，他们在这个造物中具备形体，在赞美与感恩中 将他们光辉的面孔转向造物主.

在这个时候，许许多多未具肉身的存有们成群地进入你们星球的内在次元.

对于那些寻求帮助的人们，他们数以百万计地前来提供他们的烛光力量以加强那些需要援助者的内在光辉.

你们的密度是第三密度，请求帮助 你就会得到帮助. 向外伸出双手，无形但真实的爱就将充满你. 你们是被爱的，不是因为你们已成就了什么，而是因为你存在，做为无限造物主的一个小孩. 无形滋养的双臂紧紧地抱住你、覆盖你.

你身体的每个细胞皆是完美. 你的真理即是一切皆为完美，没有需要努力奋斗，因为一切都好.

我们只是在阳光中飞舞的微尘，但我们全心地爱你.

请求帮助，彼此互相服侍，你们产生的光肯定是美丽的.

当你受苦，当你经验失落与限制，一切都好.

经常地转向当下此刻，在其中自有完美、完整，以及赞美与感恩的恢复健康力；因所有你看见、知晓的与各种作为都是在神圣地面上完成，

在各式布景下都存在着这个地面.

我们在这样的存在地面中离开你们，在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0705 章集：人类、意识与理解之十六**

Copyright © 2008 Walt Rogers

1961 年，三月 27 日，星期一

傍晚好，我的朋友，我是 Yom.

今晚 我与 Anthon，我的朋友，来到这里，他与该器皿坚持我同你们讲一些话.

我希望你们会同意. 我必须对这里的新朋友解释，那就是我的英文不大好.

事实上，在我透过这个器皿说话之前，我从未尝试使用你们的语言.

所以，我将请求你们忍受我，并包容我在讲英语时可能的错误.

或许我们甚至必须在字汇方面帮助我，你们愿意这么做吗?

团体: 好的.

谢谢你们! 我希望我正在改善中，我正在努力更加适应你们的语言. 无论如何，我确实可以流利地讲其他几种语言.

今晚 我们来谈谈光，你们是否同意?

团体: 是.

谢谢你们!

这个我们经常讲述，叫做光的东西是什么?

嗯，在我的经验中，在我的理解中，我发觉它是一种非常强力与真实的能量.

较高存有们知晓它，光能包含所有给予-生命的质素，这股能量存在于宇空之中，存在于永恒之中.

不管你在哪里，只要你呼唤它，它就在那儿.

换句话说，透过你自己的思考，你自己的思想力量，你将这股能量集中地带入你的周围. 你并未创造光，因为它就在那里，它无所不在，它是宇宙的能量. 没有这股能量，你不可能存在肉体中，甚至无法以一个灵性实体存在，因为它是所有造物的给予-生命之能量.

我尝试找出一些字汇来对你们解释这股伟大力量的工作方式.

你们或许可以将它比拟为你们的电力，你们有些熟悉的东西.

你们可以有一个电路，它可能是低伏特(voltage)或高伏特，当你增加伏特数，你就有更多的电力. 换句话说，你们正在将更多同类能量集中在同一个地方.

光也是这样的，你越多地集中它，它就变得更有效. 有可能集中足够的光能在你的周围，创造出一个无法穿透的保护力场. 我的朋友，这不是很棒吗?

有许多方式集中这股能量; 那些拥有较高科学理解的人们能够透过科学方式做这件事，我假设，或许透过某种装置来达成该目的.

但这并不是必须的，因为你们能够透过观想，心智的集中，来做这件事.

透过观想与集中心神，唤起这股能量，在你的周围建造它，灵性之眼真的可以看见它; 在某些集中形态中，甚至你们的肉眼可以看见它.

但有特定的自然律有效地管制这些能量，爱是其中之一，当你处在爱、奉献、谦逊、崇敬的态度中，你集中这股能量的力量将增多许多倍.

地球人群常用的爱并不是我说的爱，我很难用言语描述我们意指的爱.

我应该说，这样的爱更像是一种崇敬，一种与所有造物合一的感觉，同时 你以一种很渺小的方式对所有造物负责. 有些像你们对于你们小孩的爱，但又有点不同，因为地球人群倾向于占有他们的小孩，这不是真爱，我们必须了解孩子并不是给我们占有的，他们毋宁是这个造物的一部分，我们只是促成他们来到物理世界的工具.

我知道有许多父母对于孩子的爱很接近我们要表达的爱.

然而，也有其他种类的父母，他们并不了解孩子是生命的一个独立表达，孩子们必须以他们自己的方式表达生命.

你无法真正地理解爱，除非你完整地实践它，并且真正开始感觉与所有造物的合

一状态. 我感觉我没有清楚地表达这点，但这是一件至为困难的事，尝试以话语清晰地表达这种爱.

[以太阳语同 Anthon 交谈]

我的朋友，我被告知还有一些时间，所以我将快乐地尝试简短地回答一两个问题，如果你们对于刚才的谈话有问题的话.

发问者: 我们是否可能在这一生实践这个与所有造物合一的状态?

这是相当可能的，因为我以为，至少 我相信，我实践这份爱的程度还算中等，并且我现在还活着，如同你们，我处在一具肉体、化学体之中.

没理由说 这点无法被实践.

发问者: 我们能否藉由更频繁地集中我们周遭的光，然后更快速地抵达这个合一的状态?

我相信我可以说这是有帮助的，因为光能具有灵性效应.

换句话说，集中光能有助于开启你们灵性(能量)中心，当然也就加入你的灵性成长. 但在使用任何能量或宇宙法则时，总是要记得在爱中无私地运用它，对于这股伟大力量怀着爱与崇敬的态度，因为事实上 光即是你们说的上帝，他自己.

发问者: 你可愿给予我们一个对谦逊的描述?

当然，当你们看见谦逊 你们必定知晓，不是吗?

你们的伟大师傅，耶稣，难道他不就是一个谦逊的存有?

难道他不总是认为自己是他们或你们当中最小的一位?

朋友们，我并不是比你高等的存有，我的老师也不是比我高等的存有，他只是位于一个不同的理解水平，他并未感觉他比我更好，或更睿智; 他只是尝试帮助我，帮助我到达一个更高的理解水平. 但他不放弃最低下或卑劣的人; 他并不感觉他在任何人之上.

发问者: 你能否同我们密切工作，好增加我们服务他人的光?

我们无法增长你的光，我们可以将我们的光添加给你们.

我们在光中工作，我们持续地将光遣送到地球最需要的地方.

我们乐于在任何时间，以任何可能的方式帮助你们.

我想要声明，我知道你们的老师全都密切地与你们每一位工作，
容我们说，他们全时段给予他们的光，好让你使用.

所以，你看，朋友们，重点在于你们使用这些帮助的能力.

如果你们遵循你们老师的指示，你们将活在他们建议的爱中.

如果你们消弭自大、愤怒与其他负面东西，你们的光将大大地增加.

这样是否回答你的问题?

发问者: 是的，感谢你. 我希望你可以跟我们说更多关于你自己的事. 你目前在美国吗?

不，我不在... 关于我的事，没有什么好说的. 我不是什么重要人物.

我可以说，我是这个器皿的老师的好朋友，因着他的要求，我来到这里许多次.

他曾告诉我许多关于你们的活动，我感到很有兴趣.

我很开心见到人们尝试在地球人群当中散播爱与理解与手足情谊.

我要对你们说，朋友们，再没有一个时间如现在一般 行星地球如此地需要这些.

现在，朋友们，我已经进行够久了，我不想要烦扰你们.

我很高兴与你们同在. 现在，我必须离开，我将我最深的爱与祝福献给你们每一位，愿你们在灵性理解的路途上，依你们热望的程度，快速地攀升到新的高度.

晚安，我挚爱的朋友，晚安.

***

1961 年，三月 27 日，星期一

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

从我们的制高点观察你们世界领导们的技俩：以和平之名谋取权力与利益．我们相当惊讶这些伟大的知识份子对于宇宙法则只有很少的知识.

相较于他们拥有的各种摧毁彼此的手段与方法，就比例而言 如果他们心中有一小部分的宇宙法则，如果他们了解他们的行动将导致的后果，他们应会在惧怕中颤抖，并缩减他们目前心中的想法.

人类无法继续这样下去 而不用收割其后果.

然而 人类每一天都找到新的点子，新的作品去毁灭他们认为的敌人.

什么时候 地球人才会领悟他唯一的生存之救赎在于他与同胞和谐生活与工作的能力?

什么时候 地球人才会领悟他其实无法拥有任何东西，在他的作为当中，他只是在沙滩上建筑地基，它终将被冲刷殆尽.

为什么地球人要获致这样的领悟如此困难?

人类将他的渴望、希望完全围绕着自我建构，忽略一个事实—人类并非单独生活，人类是由高于物质渴望的多股绳索绑在一块儿.

你们一位伟大的导师曾解释，他说要在岩石上建筑地基，并在灵性层面建立财宝，而非物质层面；因为你的财宝在哪里，你的心与意识就在那里.

我亲爱的朋友，搜寻你的内心，看看你的财宝埋在哪里，然后依照你的理解扩建它. 从群体中站起来，准备好成为一个为真理屹立的实体，永远地寻求更高与更大的真理，全时间保持一颗敞开的心；持续地在自己的岩石上建筑地基，直到你抵达某个高度，透过一己的生活 示现生命之光.

在所有时间知晓造物主已在你们的里内安置能力、渴望与知识，好让你抵达最高的目标，同时也知晓 当每一天太阳升起时 你已迈出下一步，持续地向上攀爬，到达更高的真理与理解.

不知怎的，地球人似乎害怕宣告自己的正当位置，确认自己与造物主的关系.

许多人有这样的渴望，然而 他们却没有勇气这么做.

亲爱的朋友，你们常有机会把火花放置在人们的心中，帮助他们站出来，不要错过这样的机会. 这些人需要一点火花，让内在的火焰被点燃，于是他们开始通往理解的旅途. 纵使一个人拥有全世界的东西，如果他没有理解，他什么也没有.朋友们，在你们的黑暗世界中，你今天站在哪里？你是否站好准备服务你的主师傅？挚爱者，只有你能够为自己回答这个问题.

今日 有数以百万的星际存有围绕你们的星球，他们等待并希望地球人群即将醒来，并请求他们的帮助. 他们准备好服务地球人群，帮助他们通往生活的新方式远超过大多数人能设想的样子.

他们单单等待你们的请求，他们曾提供服务 却被你们拒绝.

他们退后一步等待，希望在地球人造成过多毁灭之前，有足够多的人群愿接纳他们. 宇宙法则不会允许他们违反你们人群的意志去调停事务.

所以，你们知道，地球人群的未来就掌握在你们手中. 有多少人能够度过即将来临
的改变，也将取决于你们.

对于那些尽力做自己本分的人们，我们献上我们的感激与鼓励.

我们希望这样的人会大大地增加，让你的光闪耀吧-透过你的生活，其他人将受影响，想要跟随.

我将我族群的爱、光与理解献给你们每一位.

我是 Oxal.

***

1961 年，四月 19 日，星期三

傍晚好，我的朋友们.

有了你们亲切的允许，我将花一些时间与你们同在.

就我的理解，每一个拥有物理界生命的行星，它的周围有一个包覆层，或大气层.

在每一个此类行星上头，存在某种形式生命会改变自身以适应环境，同时拥有某种范围的灵性发展. 以你们的星球为例，存在相当宽广的理解范围，有些人对于这个特殊环境只有一点点的理解，而有些人则有相当程度的理解.

人类如果想要离开这个星球，他必须有某种保护的东西，好让他可以将他的环境带着走. 这就是为什么，地球人目前的运输工具无法超越地球包覆层的原因.

为了达到这目的，他们将会拥有一个载具，然后在其中创造他们习惯的大气.*
(*译注: 人类于西元 1969 年首次登陆月球)

你们知道，其他行星的人们来到你们行星必须经过一个准备阶段，然后才能降落在你们行星上面，并舒适地存在于此.

这就是为什么，你们所谓的星光层面是空间中一个特定受侷限的区域; 他们无法超越某个点，直到他们精炼肉体与灵性体—或许我应该只讲灵性体，因为一旦你已精炼灵性体，它自动会照顾肉体. 因为你不会创造出一具无法包含灵性体的肉体. 你是否理解我尝试要说的东西? 我知道很难用你们的话语明白地说明这些事

情.

这个过程在任何行星上都是真实的. 所以，你看，那些在另一个行星的乙太层中的存有，他们又位于另一个发展状态.

我不喜欢用更高或更低的辞汇，因为我们全都是这伟大的生命之海里头的兄弟姊妹，我们每个人都努力抵达理解的更高点.

依据我此时的理解，这是一个漫长、漫长的旅程.

因为我知道还有很多我不理解，无法设想的东西 位于理解的更高领域.

生命即是在理解的阶梯上持续地攀爬.

回到我们起初的主题，以我的理解，有些星球的地表上不包含任何物理界生命;但有生命居住在该星球的包覆层之中.

然后，还有一些生命甚至连这个也不需要，他们居住在宇空之中.

每一个生命都有它个别的水平，与存在的类型，这点与环境有莫大关系.

我们调整自我去适应我们生存的环境.

有人说，如果大量核子辐射能被释放到地球的大气层，生命将无法生存.

我的朋友，以目前的生命型态而言，这是真的，但如果这个状态持续下去，你们会发现有一种生命发展出来，它能够在这种状态下生活.

你可以环顾你的星球，你们的动物生态，你们的海洋生态等等，很明显地，生命会调整自身适应它所处的状态.

我是否有帮助到你们，我的朋友?

团体: 是的.

我已尝试将这个情况告诉你们，好让它澄清你们心智中的一些问题.

现在，时间不早了，这个器皿相当地疲倦，我们将不再继续以我的讲话烦扰你们.

团体: 你并未烦扰我们.

谢谢你们，我的兄弟，谢谢你们.

我将感谢与感激献给这个屋子里的所有成员，谢谢你们的接纳与宽容. 我很快乐地来到你们当中.

团体: 感谢你的来临.

我将我的爱、祝福与平安献给你们每个人.

愿你们每一位在寻求真理与理解的过程中，获得巨大的成功与喜悦.

晚安，我的朋友们.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0706 章集：恩典

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1995 年十二月 17 日

http://garden.punt.nl/

小组问题: 我们正在谈论恩典(grace)，关于恩典从何而来?

我们不禁要想恩典是不是形而上界与我们的某种沟通方式?

这是不是我们获得礼物的一种方式?

恩典一直与我们同在，或只有在特殊时刻与我们同在?

在我们的灵性生活中，有没有什么方式可以有意识地使用恩典?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

接收呼求来到你的团体是我们独特殊荣，我们祝福每一位坐在这个寻求圈子的成员. 我们问候你们如同一起同行的朝圣者，我们持续地寻求单一的奥秘，他创造

了我们，在他之中 我们得以存在，朝向他 我们逐步地返回.

我们只请求你们将我们视为兄弟姊妹，而非权威人物.

我们欢喜地与你们分享我们的意见，我们并不宣称它们绝无错误.

所以我们请求你们使用辨别力，选择你愿意深入考量的思维，将其他部分丢到后头.

你们这次要求我们讲述恩典的概念，由于你们语言文字是不精确的，我们发现这个主题经常使人困惑或产生偏见. 不同人讲的恩典可能代表不同的意义.

或许，我们可以发现一个更精确的方式来描述我们看见的恩典之概念.

我们将恩典视为一种心智状态，对于一个自我-觉察的实体 它是一个自然的状态，能量可以自由地、平衡地在该实体中移动.

以电脑为例，恩典即是它的(出厂)预设值，一个全新的良好状态.

现在，一个自我-觉察的实体经常倾向使这个状态变得不可得，因为心智有离开它自然平衡的倾向，因为它并不觉察有一个自然状态，于是寻求某个外在的并不受自我控制的东西.

探测恩典的原型根源，我们可以说恩典状态等同于伊甸园(Garden of Eden)，或自然的理想状态.

你们的文化训练年轻实体的方式倾向完成心理与实质的目标，并且尝试使他们适应该文化中的各种思考与行动模式. 年轻的孩子被教导要有礼貌、要分享、要服从权威的指示，等等.

结果是，成长中的实体没有方法获致自然的心智状态. 毋宁，年轻的实体越来越漂离从心发出的完全感.

大多数实体在其人生经验中，只有在 宇宙是亲切的，所有需要的东西都出现时，才觉察到恩典状态. 于是，大多数实体将恩典视为人生的插曲，偶尔在这里出现，偶尔在那里出现.

当恩典似乎靠近与碰触该实体的时候，事实上，那即是该实体无心地或有意识地允许自我变得完全自然的时候，歇息在存有的中心的时候. 彷彿自我是一具间歇性工作正常的接收器.

那么 以一种过分简化的说法，将恩典经验最大化的方式即是尝试达成一种内在平衡的感觉.

这个过程需要该实体逐渐揭露自我内在的一种觉察，并且渐渐增加一种对自我的信赖，信赖自我有一部分可以超越自我并与一切万有连结. 你们人群很少这样教导小孩. 通常，孩子们被反覆地教导必须做什么以获得赞许; 必须做什么以满足他想要取悦的人.

在日常生活起起伏伏的节奏中，有许多事情使得一个寻求者失去自然的平衡姿

态，一个人要觉察自我中深邃与不变的部分并不容易，或许形容这部分自我的最佳方式为采用情感的辞汇.

你们人群很少去关心情感，那些富含情感的人常被认为是情绪化，失去平衡与控制的个体；但我们的观点恰好相反，我们认为那些感受情感的人们正在移动进入真理中，因为他们开始净化与精炼这些情感.

一个实体透过人生的历练与人格的修练，能够去表达与显化纯粹情感，这样的实体将更靠近平衡，更靠近对恒常恩典状态之觉察.

你们许多人认为恩典是三不五时出现的拜访，恩典是从外在而来的东西；好比进入一个人生命的天使 成为恩典的使者，或个人的指导者，或我们这样的实体.

在各个文化中，有些许不同的方式来感知这同样的心智状态，我们请求你们考量语言的不可捉摸性，以及话语的限制性.

而恩典是在显意识思维结构底下的东西.

我们目前是逻辑结构的一部分，你是有意识的个体 尝试谈论更深的形而上问题.

我们是真的吗？我们是否从一个物理行星来到你这边？我们是这个器皿的深沉心智的一部分？所有这些在该器皿心智以外的东西都是幻象？

以上这些问题的答案都是肯定的，你们的心智却难以掌握了解.

我们是谁，你是谁，你的基础本质，这些真理的问题超越心智的学习范围.

那些寻求存有之真理的人们命定要去追随一个奥秘，一个单纯决定信赖那个奥秘的实体会获得许多，信赖自我的基础本质，并不是要成为自己不是的东西，毋宁是成为自己最真实之本质. 你们每个人的内在都有纯净与完美的光，在一个十分深沉的水平上，在全时间与所有地方，你们每个人都安住在一个恩典状态.

你们能否透过思想或有意识之行动来增加恩典的经验?

我们发现难以回答这个问题，因为每个实体都有他自己处理这个深沉幻象的方式. 每个实体都有他达到平衡的独特方式，因此恩典经验到来的方式也是独特的.

冥想总是有益的，但我们也建议你们有意识地尝试去经验感恩，即使一切事情都似乎平凡无奇，灵性寻求者经常错过这个蒙福的状态. 在这宁静的能量流之中安住着壮观的力量、喜悦与深沉情感; 这些流动穿越存有的深处.

当显意识心智转向，为了每个平凡的日子给予感恩，这种感恩、感激之情开启了心轮，促使内在的平衡 更加强固与常态化.

除了这个感恩练习之外，我们无法说有一条可靠的道路能获致恩典状态; 因为你们居住的幻象并不是用来给予平衡的经验，毋宁是给予一个人不平衡、迷惑与困惑的感觉，好让自我有实质东西去推动，并从中学习.

这个器皿建议我们空出更多时间给会后问答时间，所以 在此时 我们将转移通讯权给 Jim 实体，我们感谢这个实体 并在爱与光中离开她，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我们是 Q'uo 群体，再次地 我们在爱与光中向每一位致意.

我们很荣幸提供自己讲述你们可能的进一步询问.

此时是否有一个起头的询问?

K: 首先，我要问一个问题: 恩典状态在我们投胎以前就已存在，在过去它不足以使我们做出服务他人或服务自我的选择; 这是因为在恩典状态 我们感觉与造物主合一，这个状态使得我们不去做功? 是否正确?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟. 我们愿称赞这其中的清晰度，因为这一个感知是相当正确的.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

K: 我对于灵魂的起源有兴趣. 我们的灵魂是如何开始的，你们的观点是什么?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟.

灵魂的起源即是进化过程的故事，太一造物者藉由利用这个八度音程的基本密度来促成你们所称的心智、你们所称的形体、你们所称的灵性(spirit)，这些复合体合起来形成所谓的灵魂(soul)，该实体来自太一造物者的精华变得有足够的个体

性，能够去追寻一条看似相当个别化的灵性进化之途径.

心智部分有很大程度在第一密度经验之中形成，在此的觉知十分单纯，觉察所有的存有，显着的特征与地、风、火、水有关.

当这个向上引领螺旋光的过程持续下去，第二密度提供心智复合体一个更为个体化的焦点，以植物与动物的特质呈现.

当意识向前移动朝向光，以群体的方式移动更为确切，好比成群的鸟儿，群集的鱼儿，一窝蜜蜂等等.

当光的线条持续向上移动，当太一造物者的个别部份能够充足地给出与接收你们所知的爱，该部分已准备好增添灵性复合体，于是完成了必须的复合体，进入第三密度的自由意志选择—所谓正面或负面的进化途径. 在第三密度的这一点，在大多数情况中，灵魂完整地产生成形.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

K: 所以你是说灵魂并不是从造物主中出来后就是一个活生生、有意识的思考实体，而是透过几个密度发展过程，才成为一个真正的灵魂?

我是 Q'uo，你的陈述基本上是正确的，我的兄弟; 因为这个过程从完全的合一开始，移动进入表面上的分离，逐渐到达第三密度中似乎完整分离的地步，然后开始返回所有事物之合一状态的运动.

是否有进一步的询问?

K: 是的，那么灵魂是一种意识囉? 它是不是一种从太一造物者分离出来的灵性素材，然后可以取用各个密度的经验? 到底那个首先从太一造物者的东西的本质是什么?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，但不确定有方法以可理解的文字描述灵魂的本质.

因为每个灵魂的本质即是灵魂的精华，也就是太一造物者的精华，这个精华的核心是奥秘.

那儿有能量，那儿有智能，那儿有无限，那儿有合一. 所有这些都是这个灵魂精华的一部分.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

K: 没有了，P(小姐)，你说一些.

P: 当我们坐在这里聆听你的话语，我注意到我怀中的小孩的活动. 我在想这个活动是随机的，或者这个小孩正在回应该团体的能量?

我曾在其他时候注意到他好像在回应我的想法，但我不是很确定. 你能否就此评论?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们认为这个年轻的实体对于环境的振

动频率是敏感的，不只是你的肉身之直接环境，还包括这个寻求圈的感觉-音调，或[以稍微不准确的方式说]情感的环境.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P: 谢谢你，这回覆令人安心. 我接下来的问题关于伊斯兰(Islam)的历史. 你能否评论可兰经(Koran)的起源?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们与这个器皿工作，容我们说，给予她一个答案的影像.

这个神圣着作的起点与传输方式为穆罕默德(Mohammed)能够敞开自我在人生不同时期接收灵感，他将这些奉献给太一造物者做为一个礼物或赞颂，因为这个实体曾有许多与万物一体的经验，他十分渴望将这种灵感带给他的族群，好让他们也同他一般蒙福.

因此，在这个神圣着作中收集的资讯受到神圣启发，虽然难以用当时的语言描述，然而这个实体设定这个目标，并且一心一意地追寻这个任务，容我们这么说.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P: 是的，在这本书中提到穆罕默德受到启发，并且讯息经过加百列(Gabriel)传递，该着作本身是上帝的话语，它是绝对的 毫无瑕疵的. 你能否告诉我加百列的密度，以及加百列的身分?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们将试图回应.

加百列是一群协助这个传讯过程实体当中的一员，他做为该努力的焦点，与穆罕默德实体一起工作，因为这个实体在那次的投胎之前 曾与他同类的族群共同工作，容我们这么说.

于是，这群属于爱与光平衡密度的实体付出努力，他们是第六密度，为了这样一个任务，与那些属于相同振动水平的[但选取肉身]实体们 共同工作.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P: 当你讲述那些属于相同振动水平的实体们，那么 你是否意指穆罕默德是第六密度实体，曾投胎做为一个第三密度实体?

我是 Q'uo，这是正确的，我的姊妹.

是否有进一步的询问?

P: 你能否评论在这本书中，负面或猎户影响有多少份量?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹.

如同所有服务他人的力量付出此类的努力，都会招引邻近实体的注意，容我们这么说. 通常那些所谓的猎户帝国会注意这情况，接着他们能够利用这个行星的隔离系统之平衡效应 给予他们自己的资讯，并且使这个作品看起来跟先前吸引他

们注意的着作是一样的.

因此，所有这类灵性启发资讯都有这个特色，就是会吸引那些所谓忠实反对派的平衡努力.

是否有进一步的询问?

P: 可兰经中说到这本书是绝对的真理，并须被绝对地遵循，而不是给予人们一个自我-超越的方式. 我不禁要想这部分是不是猎户的作品?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 但我们发现这个问题的回覆超过混淆法则的范围，因为在这一点 所有实体必须注视他得到的材料，并且为自我选择该着作的核心.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P: 在穆罕默德接收天启之后，从事服务并交付可兰经给人群，然后他离开人世，你能否评估光与暗两个势力之间的搏斗，容我这样说?

在伊斯兰的发展历史中，是不是有一个方式可以说某个势力占上风? 或者你是否可以评估两个势力的能量，哪一个比较强大?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们再次发觉难以回答，因为这个问题指向辨别主题的核心，我们只能建议即使是最神圣与最纯粹的灵性启发着作，当它落入人间，就会有人类错误在某一点进入其中，不管是偶然或故意设计，当个

人的俗世课程接触到那神圣的着作，错误是难免的；于是产生扭曲的机会，并且将这些启发用在与起初意图不同的地方上.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P：如果一个实体想要服务与帮助那些身处伊斯兰文化的人们，他必须要应付一些固定的影响，如可兰经与他们的历史在其社会中彷彿结晶为一个既定的结构.当一个人想要提供一条路给这些人群，使他们了解或活出真理、自由、幸福与喜悦，在这样的社会中 什么是最佳的工作方式？当你无法挑战如可兰经这般的权威着作，什么是处理种种扭曲的最佳方式，使一个人保持清晰度，并有所服务?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们推荐的路径移动到主题的核心，照看这个工作的完整性.

耶稣实体以两条诫命置换掉许多摩西的律法：全心、全意、全灵地爱上主；以及爱邻人如同自己一般. 这个实体移动到该工作的核心，并且完整地给出自己，允许自己成为一个容器或器皿—不凭自己的意志，而凭天父，太一造物者的意志.

如果你愿意以如此的奉献给出自己，并且移动到所有造物的核心 以及 你所崇敬的着作，那么 你将与一切万有和谐地移动，并且在最大的可能极限下 纯粹地提供你自己.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P：你看见的是 移动到主题的核心，我看见的是 它来自内心，耶稣的声明是来自

内心的. 我觉得也需要有来自心智的工作做为平衡. 你能否评论从内心工作与 从心智工作的平衡? 我猜更真切的说法是 智慧与悲悯之间的平衡.

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们再次推荐你从内心出发，并终止于内心. 那就是说，因为你爱 而去做所有你正在做的事.

以你的心智考量你将要做什么，如何去做，何时去做，跟谁一起做，制作这些计画. 尽你所能去做，然后交托所有对特定结果的执着，将你的意志臣服于太一的意志，并以许多的喜悦接受任何来到面前的事物.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P: 从你刚才所说，我的理解是心是我们行旅的方式，而心智似乎是一个工具，好比塔罗牌中的傻子所执的手杖，它可以用来辨别路况. 这个比喻是否正确?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我们认为这是一个良好的比喻，因为心智具有知识与理智去精炼从内心大量涌出的爱，在仔细考量他人要求后，该实体能够更有效地服务他人.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

P: 你稍早述说恩典的概念，你说恩典的首先状态如同伊甸园，我有一幅塔罗牌图像，太阳，在这张牌中 男性与女性在一个圆圈中面对面、手牵手.

这张牌与恩典的概念，即伊甸园，是否有关连?

我是 Q'uo，确实是如此，我的姊妹. 我们认为你已经找到一个显着的相关性，你描述的内容是精确的.

是否有另一个询问，我的姊妹?

P: 非常感谢你们，为了所有的灵感、协助与清晰度，我感谢这个团体.

我是 Q'uo，我们为着相同的理由 回响你的感激. 在这个圈子的每一位向我们询

问心中重大的问题，这样一份礼物使我们至为感激.

[录音带结束]

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0707 章集：人类、意识与理解之十七**

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1961 年，四月 27 日，星期四

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

我的朋友，再一次，我想要评论我们在宇空中观察的东西. 你们星球上的紧张情势一天一天地升高. 每当你们星球的经济系统开始摇晃，就增加了紧张情势.

控制金钱系统的强权们十分关切他们的系统; 他们必须促成一些情况以支撑开销. 他们想要发动战争，却不要酿成巨大的灾难，而每一次都比以前更困难.

你们过去建立的系统迟早会失效的. 令我们最惊奇的是观察你们所谓的伟大心灵当中的愚蠢; 他们希望继续运行一个奠基在贪婪、权力与欲望上的交易系统;然而他们的双眼对真理目盲，他们看不见 也听不见.

你们邻近星球的实体好几次尝试指出你们系统的荒唐愚蠢，他们想要协助你们，将道路展现在你们眼前; 然而，每一次的尝试都失败了.

地球人群已经建立了一个权力与贪婪的意识，并且无法穿透这样的意识.

你们伟大的国家(USA)，虽然看起来伟大，事实却非如此，因为它也同样被巨大的金钱系统控制，该系统几乎控制地球上所有国家. 朋友们，要打破这些脚镣并不容易，但脚镣终将被打破，人类将再次成为自由的，因为那是造物主的意愿.

人类必须觉醒，他必须知道人并不单靠面包生活，还有许多事更为要紧，它们与人类的自由与理解有关.

地球人类必须建造一个爱与理解的意识，一个和平与福祉的意识.

人们必须学习与其他人在和平、爱与理解中共同生活. 人类必须了解他对造物主与造物的责任. 直到一个人真正领悟这些事，他无法活在平安中.

亲爱的朋友，所有这些事必须从人的心中开始.

一种领悟如黎明般正在百万千万地球人的心中升起，他们开始领悟这些事的重要性，并了解必须从自己的心中开始.

这个过程如草根运动在你们人群当中蔓延，许多人将涌出这样的领悟，渴望追寻理解(谅解)、公义之途径. 那些在内心找不到这般渴望的实体们将从这个星球淡出. 挚爱者，那么 让你们的祈祷是: 愿地球人快速地找到这种意识，好让各种事件得以快速地通过，接着你们的星球得以获得她在你们星系中应有的正当位置，越快越好.

让你的光在生活中闪耀，好让它在人们的心中散布这份渴望; 因为再没有比活出真理更快速的传布真理之方式. 这是唯一的方法，所以让你的实例成为他人的指路灯.

我离开你们，朋友们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1961 年，四月 28 日，星期五

平安与尔等同在，朋友们，我是 Anthon.

我的朋友，你是否觉察周遭发生的事情?

你是否觉察四周快速发生的改变?

挚爱者，你们周围的每一个地方都在进行改变，在你们的大海中、土壤中、大气中，与你们的文明当中.

人类的内在正在经历一个伟大的改变；然而 大多数人并未觉察这些改变.

他们所觉察的 只是特定强权要他们觉察的表面东西；由于缺乏足够的勇气去寻求真理，他们的双眼失明了.

我挚爱的弟兄，Yom，他的任务是去协助地球人，为此 他大量地研究地球人，虽然他跟你们一样存在于一具肉身之中，透过他发展的能力 他可以延伸自己进入地球的遥远角落，进入汝等之秘密场所，并且看见第一手实况与幕后消息.

如果你们乐意聆听，我想要给他一个机会告诉你们一些他已发现的状况.

我确定他乐于这么做，因为你们是一群寻求知晓真理的人们. 所以，挚爱的朋友们，我将退到一边，让他有机会讲话.

Yom: 傍晚好，我的朋友们.

再一次，我很荣幸同你们讲话，并与你们分享我的理解与经验.

由于 Anthon 要求我告诉你们一些我的调查结果; 我发现你们人群的所谓秘密会议，并且参与其中. 我想这些人如果知道有某个人有能力悄悄地与他们坐在一起，他们却看不见，朋友们，你是否同意他们有些人会相当吃惊?

群体: 是的.

我的朋友，如果你知道幕后进行的事情，你会感到惊奇; 你们的人群对于真正的统治权力如何控制你们的生活几乎一无所知. 你们所谓的金钱系统，大约在 150 年前或更早的时候开始运作，在那个时候 特定强权开始控制金钱系统，经年累月下来，他们累积越来越多的权力与金钱. 我曾秘密地坐在瑞典境内的会议中，主题是金钱利率，我亲自听见这些人讨论各种带来混乱与战争的方式与手段，好让他们可以获取贩卖与制作战争物资的利益.

这些事情经过精心策划; 有组织的宣传活动，以及如何激起人群的情绪，煽动他们进入更高昂的情绪状态 以支持虚假的爱国主义.

对我来说，爱国主义是你们文明中表演最过火的行动之一.

什么是爱国主义? 人类只寻求自由，但我对你们说，行星地球上没有自由人群.你们人群还不知晓自由，因为当一个人是自由的，他免于所有焦虑，他的心中有真

实的平安.

在你们伟大的国家中，你们拥有一个超过大多数国家的高水准生活，但这个水准是由虚假的方法所提升；透过一个巨大的利息系统来提升，你们的人群越来越被这条鍊子锁住. 迟早有一天，这个系统必须崩溃，因为一个奴役人群的系统无法存活，而你们人群正在被利息所奴役.

我的朋友们，你们看，今日人类文明令人哀伤与惊慌，因为你们的科学发展如此迅速，但你们的灵性成长是如此地缓慢，这趋势已经严重失衡，于是造成巨大的危机. 如果你们的灵性科学与物理科学可以更均衡地发展，那么你们不会有这些棘手的状况；也就是，某些人透过他们对权力的贪婪 正在奴役其他人群.

在这些场景的背后，有一个大型的活动组织尝试促进人群间的战争，却不会使用核子装置.

大量的努力投入发展各种战争机器与装备，必须这么做 好使金钱利息系统获取利益. 但这些强权了解这些战争必须侷限在某个规模之内，如此 他们不会受到连带影响，并且可以赚取利益，他们就快乐了. 他们心中对于核子战争有很大的恐惧，所以他们举行各式大型会议，许多的讨论，为了妥善处理这样的事件.

你们看，为了发生战争，你必须挑拨两边，你们许多的政府高官并不觉察这些麻烦的真实来源，他们也被爱国主义点燃，他们真的相信他们目前的作为是对的，却不了解资助这些事件的源头.

有些时候，这个情况是相当滑稽的，当你清晰地观看两边，每一方都完全地深信

他们是正确的，但真相是没有一边是对的.

朋友们，如果人类能够理解他的同胞与自己，如果人类寻求真理与理解，这些状况不会存在.

不久以前 你们伟大的强权曾举行一次会议，应该是你们世界中最伟大的心灵齐聚一堂. 这些人不是在你们政府中有位子的人，但他们是掌握巨大财富的人，至少以你们的标准是如此; 他们握有你们世界上的广大资源，他们的力量可以触及全球.

如果你能够听到他们的讨论，你会感到惊奇. 他们当时在讨论他们在所有国家持有的财产—大工厂、大农场等等，我无法详细列举，那会花掉太多时间.

当他们谈论之际，他们提到将不同的人选安插到特定的控制位置，接着他们如何在不同的企业操作并成功获取大笔的利益; 有许多人被利用 只为了少数掌控的人，可以这么说 这些人肆无忌惮. 当某个人失去作用，或没有做符合他们最佳利益的事，或做任何反对他们的事，这些人会毫不犹豫地摧毁他. 对于他们而言，金钱或财富实际上就是力量—他们唯一的兴趣. 这件事可以带来多少力量，这是他们评断所有事情的准则.

当然，金钱只是他们使用的工具之一.

在地球上，没有一个人能超越这些强权的触角范围，除非他能发展自己的理解，自己的灵性发展，于是提升自我，不受这些事物的影响.

现在，有一个比较明亮的画面，因为很快地 这些强权将崩塌，这个过程并不容易，它将是一个净化的时期，然后 一个新的公义纪元将浮现，人类将真正获得释放，真正经验自由与理解.

朋友们，我想我的时间到了，我不想继续详细说明来烦你们.

发问者: 您提到这个强权团体，可否称为国际银行家组织(the International Bankers)?

是的，你可以如此称呼，它是一个国际性的控制系统，它控制你们星球的金钱，同时也控制你们星球的企业与资源.

发问者: 我们政府的首脑们是否觉察这种控制?

你们的政府受到这个强权的控制.

发问者: 他们是否觉察此类控制?

许多人有觉察，有些人没有. 我的英文是否有任何进步?

发问者: 有的!

谢谢你，我希望如此. 现在，朋友们，我必须撤离这个器皿，我感激你们欢迎我来到这个房屋当中.

发问者: 这是我们的荣幸，Yom.

我将我的爱与祝福献给你们每一位，晚安，朋友们.

***

1961 年，五月 16 日，星期二

傍晚好，我的朋友们，我是 Yom.

我是否可以打断你们现在的冥想?

团体: 可以.

人类开始变得越来越对自身好奇，不管是在所谓的铁幕内，或自由国家之中，许多人正在寻求真理. 许多人尝试发现自己是谁，他们问自己 “我由什么东西组成，我的力量与能力在哪里，我可以成就什么?”

人类相当复杂，然而 人类相当简单; 我们存在于这个物理与化学的存在平面，附带一点，这是一个梦世界，因为事实上，这个存在平面是一个梦世界，因为人类真的不只是你在此所见的人类. 人类是一个灵性存有，他的内在有巨大的创造力量，一旦他打开意识 真正开始看见自己的本质，他将发现自己拥有庞大的力量. 那些真正拥有这份理解的存有们可以创造任何东西，并带入他的意识当中.

空间中充满质素，所有曾发生或将要发生的事物都存在于当下; 关键只在于如何

转化能量或质素成为任何你渴望去创造的东西.

心智拥有伟大的力量，重点是利用这些力量去造福人类与自身.

人类的真实存有没有限制，但你看，我们创造了一个充满障碍的梦世界.

所以，朋友们，了解我们为自己创造了一个匮乏、疾病的世界，让我们开始看到完美，看见一个丰富、健康与幸福的世界，并学习去接受这些事情.

光是相信是不够的，你必须知晓，朋友们，这么说对你有意义吗?

团体: 是的.

那么 让我们知晓，让我们向前走，知晓我们全都是强有力的，我们能够创造我们需要的东西. 但让我们也保持谦卑，保持感激，让我们恒久地恭敬造物主，让我们总是在嘴上哼着感谢与感激之歌，怀着服务的渴望，去服务我们的人类同胞们. 让我们从内在打造一种爱的意识，献给我们兄弟姊妹[即众多造物者]的真实之爱与理解; 让我们总是将力量用于利益所有人类.

朋友们，让我们向前进，抬头挺胸，让我们仰望造物主，知晓我们与造物主原为一，他总是居住在我们里内. 因此，我们被授与他全部的力量，我们只需唤起它们.

朋友们，今晚与你们同在是我的荣幸. 我感谢并感激你们的接纳，我希望我已提供一点点服务给你们，如果我有做到，我感到快乐. 在我离开之际，我将我最深

的爱与理解献给你们，我希望你们也愿意这么做.

团体: 我们愿意.

谢谢你们，我的朋友，这是我的荣幸.

晚安.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0708 章集：流浪者症候群(上)

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1996 年四月 28 日

小组问题:

今天下午的问题与流浪者及他们面临的问题有关. Ra 曾在某次集会提到流浪者由于不适应这个星球的振动，比较容易产生心理问题. 我们想知道 Q'uo 能否谈论流浪者可能面临的各种困难，与这个星球的原生住民面临的困难又有何不同? 最后，特别请 Q'uo 推荐一些方法，帮助流浪者去和谐他们的各种状况.

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

祝福你们，并感谢你们在今天呼叫我们. 我们至为感激有机会将我们的振动与你们的调和，提供我们简陋的意见. 我们只请求一件事，那就是拿走你觉得有用的话语，毫不回头地放下其他部分. 信赖你的辨别能力，而非其他存有的权威，因为你的智慧深藏你里内，我们只是帮助你记起一部分.

我们感谢你们给我们的伟大服务，因为没有那些寻求、飢渴、渴望知晓真理的人们，我们就没有权利分享我们的观点.

你们今天问到的主题是我们的心很珍视的，因为我们曾经是流浪者，曾经经历一个与原生灵魂不同振动的环境. 我们知晓成为一个流浪者的呼唤，我们知晓遗忘面纱对于年轻流浪者具有的巨大效应.

然而，我们从未后悔曾以流浪者的身分服务，我们希望你们每一位都能够感觉你们想要提供的服务值得牺牲舒适，值得以艰难与孤独感换取.

这是一个大的主题，在这次集会中，我们想要以能量中心的结构来讲述，如此我们以比较逻辑的方式分享我们的思维，而非逐一说明流浪者各式各样的挑战.

我们觉察每一位都良好地理解各种能量位于一条能量线上头，最初的根部位于红色光芒能量中心，能量由此进入，接着向上移动穿越身体的各个能量中心，最后从紫罗兰光芒中心出去. 正如同你们每一位从基础开始移动，到达更为先进的爱之课程. 你们来此重新学习，彷佛你从未知道它们似的.

我们从红色光芒开始，那伟大与强力的...

[Carla 正在应付 Mo 猫儿，牠想要爬上 Carla 的膝盖]

你们的文化与人群，基本上受到恐惧与飢饿的驱策，受到需求与渴望的驱策；于是你们许多人真的相信获得金钱与权力即可得到满足.

这些很本土的信仰，如此普通 如此地普及，但流浪者在这最基本的水平上无法产生真实共鸣.

所以红色光芒能量中心首先的挑战是生存的本能，它感觉这具身体彷彿无法存活. 或许矫正这个感觉的最基本方法是观察每个人事实上已经存活，我们接下来的话语可能不会带给你喜悦：那就是，每个人将继续地生存，直到所有你想做的事都完成，所以你渴望学习的东西都学会了.

做为一个流浪者并不会提早给身体判死刑，毋宁说，由不匹配的振动现象产生一些慢性的症状，好比各种过敏症，疾病，心理与情绪上的种种困难.

现在，每个人能够做什么以打开并强化这个全然重要的首先光芒?

我们请求每一位花时间照顾自己的肉体载具，不管你正在打扮、洗澡与穿衣，滋养它，做一些你感觉可以帮助它的事. 在各方面给予这个脆弱、不知所措肉体载具最多的尊重与爱意；将它放在你心理的双臂中摇晃，抱着它并对它说：“我爱你，我爱你，放心地休息吧，我爱你.”

你是这具身体唯一的人类连结，你被赐与这具珍贵的肉体，它白白地给出自己，

将它本能的生命给予那从未出生也从未死亡的意识.

这样的身体直到最近，还活着大猿猴的生命，这是它完整的牺牲，于是知晓你能够滋养这具身体，它也需要你的爱.

另外一个打开这个能量中心的途径是认真对待性欲[提供肉体载具的手段]. 凝视这经验，并不断地更靠近地觉察这股能量的圣餐(sacramental)特质.

那被称为性欲的东西只是那创造所有密度的驱动原力之表面流露.

彷彿你们每个人的内在都有一个邻近永恒海洋的港口，透过女人的肉体载具，生命的海洋在其中流动; 而在每个海岸 各个男性能量来临并进入以知晓无限的爱、无限的能量，以及从永远诞生进入当下的奇迹.

当男性能量与女性能量聚合在一起，流向彼此，接着创造所有极性，所有密度，所有你能想得到的东西.

所有极性的首先表达在红色光芒之中，所以不管你表现出这股能量或独身禁欲，都无关紧要，重点是你知晓并尊重这个基本能量的良善，它如同一座永不停歇的能量源泉，总是给予生命，总是增进生命.

橙色光芒或第二脉轮与腹部相关，这股能量的困难起因是自我与自我间的动力关系，以及自我与其他个体的互动. 对于流浪者而言，与其它自我的互动经验通常是困难的，橙色光芒呈现的挑战是在一个敌意的环境中仍保持开放，仍然愿意与人群有进一步的接触.

通常流浪者不会完全地觉察到他接受自己方面的困难，于是，流浪者将这个困难向外投射，于是他感觉自己无法应对其他人群. 然而 其他人群是映射自我的镜子，有可能无需其他实体来工作爱的课程，但这个可能性并不大.

这一面面的镜子碰触你的生命，给予你资讯帮助你转向内在，一点一滴地 发现各种方式深化你对自己的爱.

现在，每个人会说: “我当然爱我自己”，然而 有一个批评自己的自我，总是要求自己做更多，对于已经完成的成果从不满意; 这个器皿称之为对自己严厉无情;更深入地说 在每个流浪者内在的某个地方 他依稀记得有可能更多地给予、实行，成为更大的自我.

我们不否认有更多东西，但我们请求每一位看见这完全不是重点.

为了协助橙色光芒中心，我们请求每一位工作的目标为更多地接纳、原谅、支持自我，即使在困难的环境中 也凭藉信心去生活.

有些流浪者找不到某种食物而感到飢饿，随着太阳每一天的升起与落下，他们的疲惫与日俱增，然而这个状况不是必须的，对于一个学会如实接受自我的人，他的黑暗面完整无缺，其身体不会再生 也不会重生，而是一个沾满各种污垢、带着每一个黑斑与肿瘤，流着鼻水的身体，自豪地展现在人间.

挚爱者，知晓你的肉体载具总是会受到挑战，你对其他自我的反应总是包含无可避免的偏见，在肉体与情感方面障碍你，但开阔你在其他方面的行动.

我们建议你在面对自己时，最好的态度就是慈悲. 悲悯与宽恕带来疗愈，它们疗愈自我，接着提供其他人一个地方 好让他们也能够选择疗愈自我.

那么 让你对这股强健能量的见证具有爱心与慈悲的品质.

继续向上移动进入太阳神经丛，我们发现黄色光芒是这个密度的主要光芒，

在这个光芒之中 一个人能够提供最大量的学习与服务之工作.

在这个光芒之中 流浪者必须学习与不同的群体与机构一起工作.

黄色光芒的困难映射与延伸橙色光芒的困难，无论如何，处理群体动力就某方面而言比较单纯，但就正常情况而言 远比一对一的个人关系复杂许多.

在这个光芒之中 万国兴起并衰亡，宗教兴盛并荒废，人群移动穿越各个大陆，各种文化开始演化、成熟与陨落. 在每个群体之中 有一条比较平衡、充满爱与悲悯的途径.

在各式各样的群体之中，每个实体在这一生中将遭遇伴侣、婚姻、家属与塑形当下与未来的革命(revolutions).

在这个能量中 每个实体与群体心智、国家心智、种族心智、与原型心智有了更深的接触.

这里是每个实体内在的权力席位，这里是控制本能与影响力居住之处.

这里是蜘蛛建构其网络或决定成为另一种实体的地方.

这里是你们爱之课程的坩锅(crucible).

在这些群体中 或许最常见也是最有挑战的 是家庭.

在这个小团体中 实体们拥有最稳定、深沉、与持久的机会，无论是福是祸.

每个成员都有能耐成为他人经验中[所谓]善的一部分，或成为宿敌与复仇者，足以摧毁另一个人.

家庭是第三密度经验中如此深刻的一部份，如此充满了肥沃的机会 可以用于服务自我 以及 服务其他-自我，我们再怎么强调这些极化的机会也不为过.

这些极化机会潜藏在自我与各个团体应对的挑战与情况之中.

社群是流浪者本能理解的东西，它几乎总是会穿过遗忘的面纱.

流浪者记得一种充满爱、支持与稳定的家族；记得大人与小孩们不只由姓氏与血缘连结；还是为了共同持守的信念而联结.

这些记忆造成流浪者的苦境，生活在小家庭(nuclear family)中感到非常、非常地孤单；因为在这类家庭中 似乎没有一个恒常与稳定的爱的氛围，当面临黄色光芒

的各样挑战，许多实体，流浪者与原住民都一样，就会退回到橙色光芒能量，尽可能地远离人群，或者 取而代之的是选择将自我献祭，投入到一个特定团体或某个”主义”，再也不需要做出个人的选择.

我们鼓励每个人抓住这些撤退，甚至恐慌的感觉，接着对自我表达一个关键字—“回忆”，因为如果流浪者能够记得来到这里有一个好理由，应对这些群体有一个好理由，那么 虽然还是有疲惫与疼痛，但也将升起勇气与力量，因为你知道你是谁，为什么你在这里，以及你要往何处去.

这三个一组的能量是困难的，对于任何实体[原生或来自他乡]都是艰难的工作.

事实上，我们愿意走到最远的可能边界对你们说：流浪者最好了解当他选择来此提供服务，他已经将自己置于与地球原生实体相同的处境.

也就是说，要从这个存在平面中毕业，不管是流浪者或原住民都必须行走光之阶梯，每一个阶梯都具有更完整、更密集的光；如果流浪者陷入生活的痛苦中 接着在能量流中创造一个持续的不平衡，那么该流浪者肯定与任何地球原住民一般，得停留在第三密度当中，直到该流浪者再次变得平衡，并且充足地极化 能够承受第四密度较充分的光为止.

移动进入心，绿色光芒脉轮，我们在此暂停 请求每一位思考能量运作的方式.

现在 如果你在红色或橙色或黄色脉轮有紧绷或阻塞现象，能量流将受阻，进入心轮的太一造物者之能量将减少. 实际上，能够抵达心轮的能量是自我可用来开始在意识上头工作的能量.

人格的各项修炼—学习去沟通，学习在所有事物上发现神圣性，如果一个人在较低能量中心没有达成某种程度的平衡，他无法好好地从事这些爱的课程；在所有情况中 这个情况或许对于流浪者最有破坏力，因为流浪者如此渴慕家乡的振动、感觉与关连，以致于他们没有精神与能量去清理那些阻塞，于是允许混淆盛行，陷入混淆的大海之中.

这个器皿告知我们时间，我们已经花太多时间与你们讲话，这里的能量有些衰退.

所以我们简单地在这一点休止，或许在另一次集会上，这个寻求圈会想要进一步探索这个有意思的主题.

我们请求每一位了解每个人都是完美、完整的，并与一切万有完全地合一，这即是实相，其他的皆为幻象.

每个人都是他自己的星星，知晓希望与信心就如同你知晓你的手指与脚趾一般，安住在爱中. 如同耶稣曾说“爱造物主，彼此相爱”. 亲爱的，如果你能够记住这些简单的事情，每一日都是可行的，每一夜都是感谢与赞美的理由.

因为还有一些能量给其他问题，我们将透过 Jim 实体继续这个通讯，我们在爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我们在爱与光中向每一位致意.

此时是否有一个起头的询问?

R1: 我想要问我们，身为流浪者，如何更佳地服务造物主与造物?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 无论一个人是来自遥远星球的流浪者，或是他生长的根就在地球上，爱即是服务. 寻求更完整的服务之道将给这个渴望更多的燃料，接着机会自然会呈现给一个想要更多服务的人.

因此，我的朋友，我们对你说 渴望这么做即是开始这个过程.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

Carla: 我有一个延伸的问题，我知道 R1 想说的是透过电脑网路等工具帮助人们，让流浪者有一个地方聚集 好战胜孤独. 所有这些东西是否有用，或者我们的服务主要只是活着?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 这许多的选择只是技巧与细节，渴望去服务是所有服务的地基，那么 助长这渴望之火吧.

寻求以任何适合你的方式去服务，那些属于你的方法将来到你面前，并通过你展现. 是否有进一步的询问?

E: 我想知道是否有实体积极地运作以打击流浪者的进展，如果有 我们要如何认出他们?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 的确有一些实体，你可以称为暗黑天使，以他们自己的方式提供你所说的催化剂. 任何水晶都会沿着它最多瑕疵的纹路开始破裂. 因此，照看你自己的存有样式，看见那些诱惑的机会，那些使你远离锺爱与服务每个实体的机会.

当这些机会呈现在你面前，依照你的自由意志选择 你决定如何继续进行.

或许这选择是你无心轻率的行动，而非经过深思熟虑，于是暗黑天使或忠实反对者在这个选择的地基上，强化你自由做出的这个选择; 于是流浪者就好比一盏灯，受到诱惑去黯淡那爱与服务之光.

如果可能的话，暗黑天使寻求熄灭或控制这一盏灯. 这是他们提供的服务，于是他们在负面的服务自我途径上进化，将(人事物)放入次序中，获取权力以凌驾他人. 他们也是幻象的一部分，如同光一般确切，因为太一造物者并不特别对光明或暗黑眨眼，这两者构成造物自身之本质，以及它在第三密度幻象中的表达.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

E: 当一个人变得越来越觉察，业力(效应)是否也越即时?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们感觉你的知觉至为敏锐，你认知到这个原则，因为当一个人变得越来越觉察他想要完成的东西，并且成功地达成目标，那么 各种挑战将变得更剧烈，回馈也变得更立即. 这是有效率的学习，虽然它的伪装经常是痛苦、磨难与困惑，然而藉由坚持到底，运用信心与意志，真理

寻求者的两大权仗，一个人得以移动穿越这些痛苦、磨难与困惑.

是否有进一步的询问?

R1: 我们能否在第三密度幻象时期消除业力?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们建议或许以平衡取代消除这个字眼，因为消除业力即是消除你在投胎前规划(编程)的课程，这就像是消除一个人存在的一部分，反之，平衡那些已编程的课程即是移除业力效应，它将一个人绑在生生世世之中，直到达成平衡或意志消耗殆尽.

是否有进一步的询问?

K: 流浪者是否必须停留在第三密度之中，直到他们自己的光达到第四密度水平的平衡?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 流浪者如同任何一个第三密度实体，都必须满足同样的标准: 给予爱，提供悲悯，无条件地敞开心去爱. 这些是第四密度的纯正标记. 是故，流浪者必须满足这些相同的标准.

是否有进一步的询问?

K: 流浪者完成这里的收割之后，他们是否可以返回各自的家乡密度?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 如果原先的协议是这样，流浪者可以这

么做，或者，该协议也可能是停留在这个他选择服务的星球一段特定经验时期.

是否有进一步的询问?

R2: 我感到好奇，在我们冥想结束后，你们是否会待在某个幕后，与我们一同吃东西?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们总是欢喜并被这个团体的爱与光充满，当你们从这个圈子散开，在餐点与会话中彼此分享你们的光与爱，我们也参与其中，经验在你们当中流动的光与爱.

此时，我们再次感谢每一位邀请我们进入这个寻求圈，希望你们愿意原谅我们讲这么久，但我们在讲话的时候并未察觉时间的流逝，我们总是高兴与你们同在.

此时，，我们行将离开这个器皿与团体，我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友们. Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0709 章集：人类、意识与理解之十八

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共

鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1961 年，五月 24 日，星期三

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

再一次地，我的朋友，我很荣幸同你们说话.

我们正坐在宇空中，位于你们太阳系漩涡之外，持续地观察与计算，我们发现世世代代累积的负面状态已经进入你们星球的灵光圈中，并开始反应在你们人群与相关事务上头. 一股巨大的紧张状态在你们人群中生长，一种巨大的不安感.

但我们进一步观看，我们发现在这不安的后头有一种渴望在人们的心智与意识中开始成长.

我们在最初与你们通讯就提到地球人正在觉醒，了解有一个选择. 他们开始了解有两条路可以走，而他们必须做出一个选择.

无论如何，许多人的选择并不是我们乐见的；有些人不使用正面服务的途径，光的途径，爱与理解的途径.

朋友们，所有人类的心中燃烧着一种渴望，那就是真正地知道他是谁，真正地了解内在人(Inner Man).

地球人尚未领悟他自己是一个伟大的灵性存有，被赋予伟大的创造力量，他的内在具有造物者的完整力量. 如果人类只要对此有一点点的领悟，他必将抵达理解的新高度，经验的新高度，此经验甚至将超越他最喜欢的梦境.

朋友们，寻找真理是一个漫长的搜寻过程，当人类踏足在时间的长廊中 他了解每一个瞬间，每一个经验都使他更靠近某个伟大的领悟.

我们比地球人经验的东西要多一些，然而 我们对于前方这股伟大的力量只有些微的理解. 我们也在寻求更高、更大的真理. 我们了解我们也必须寻求与成长.

我们了解有些实体的理解走在我们的上方，他们回头对我们伸出援手，于是，我们也必须向下伸出援手给我们较少理解的兄弟姊妹们. 如此这般，我的朋友，每个实体都伸出援手给他的手足，于是我们一起成长.

有些时候，我在想 我们担忧地球人掌握这些领悟的程度甚至超过人类自身.

人类必须靠自己的努力在灵性上成长，当他付出越多努力，他就得到越多帮助.

许多人类文明在你们星球上来来去去，每一个文明的失败都是由于缺乏平衡.

人类似乎倾向付出很大的努力去达成科技进展，而忽略灵性成长; 因此变得越来越不平衡. 当人类获致科技的知识，但缺乏灵性的理解去妥善处理科技带来的力量，结果是 人类造成自身的毁灭.

地球人再次地站上了这个关键点. 我们希望将这一个领悟带入人类的心中，好让人们可以带来自身的救赎.

我们不想要干涉人类事务，我们真诚地希望没有需要这么做.

我们将尽一切努力协助人类领悟他必须靠自己带来救赎.

相信我，你们许多位居高官的人们不那么容易被影响，他们对于权力的贪婪是如此地盘据他们的心头，我们不容易触及他们.

人们可能必须通过一些很不愉快的经验才能将这些领悟带入心中. 这些事情是人类自己的行为造成的后果.

我离开你们，朋友们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1961 年，五月 31 日，星期三

傍晚好，我的朋友们，我是 Yom.

再一次，我很荣幸来到你们当中，并与你们分享我的理解.

朋友们，我们很密切地观察你们人群，当我说'我们'，我说的是来自许多地方的众多存有，包括你们的星球，其他的星球，以及宇空.

来自四面八方的生命正在密切地观察你们人群. 他们对于地球人的进化很感兴趣，并且关切正在你们星球上发生的大小事件.

从你们的世界外围观看，你可以说是有趣的，观察人群的反应与行动与日常生活，人们试图在理解中成长，抵达进化的更高水平. 但，朋友们，人们经常错失机会由于他们缺乏对宇宙法则的理解.

人类从有文明以来，发展出各种你们所称的黄金律*好让你们遵循，然而 人类知道这些事项之后，似乎完全地忽略这些东西.

(*译注: 辅大进修部有篇不错的文章可供参考
http://night.ntcc.fju.edu.tw/edu/master/class03/931_c03_03.doc)

人类说了很多关于理解同胞的道理，说了很多人们必须学习共同生活的事实，由于现代科学的进展，地球相对变得越来越小，人们必须学习和平相处，如果他想要继续存活的话; 不过，他的作为恰好相反.

所以，当你从外围观察这些事情，你会感到相当滑稽. 我们观察到那些真理的学生，那些自认为是公义的人，然而 他们对于人类同胞却只有很少的包容. 如果某人不同意他们的想法，或不做一些他们认为正确的事，这对他们来说是难以容忍的; 于是他们很快地去批评、谴责、批判这个人. 这难道不是真的，朋友们? 环顾你的四周，难道你没有发现这个情况?

地球人必须领悟他唯一服务与拯救文明的方法是进入内在的成长，在他的里内建筑一个爱与理解的意识；能够包容人类同胞 同时领悟每个男人与女人都依照各自的理解去表达.

你们知道，如果我们的内在成长到一定程度，我们可以在生活中展现出来，我们会成为一个闪亮的范例，于是那些与我们往来的人们将想要拥有我们已有的东西，然后他们的生活也会改变，因为他们内在的渴望将如此明亮地燃烧，致使他们开始改变自己的生活，好让自己得以经验我们已经验的东西.

我们能够讲一大堆话，但 除非我们将这些东西带入我们自己的生命，它们对我们只有一点点的用处.

我的朋友，我了解我并没有告诉你们任何你不知道的东西，但 有时候 稍微检视我们自己的生活是好的，看看我们到底活出多少自己在谈论的东西.我知道在我自己的生命中，我发现我必须经常做这件事，提醒我自己恒常地觉察内在发生的事，因为这是最重要的；因为除非我们首先改善自己的生命，我们无法去改善我们居住的这个世界.

现在 我想我已经进行够久了，所以，朋友们 我即将离开你们.

我想要将我的爱、祝福与理解都献给你们.

晚安，我的朋友们，晚安.

***

1961 年，六月 16 日，星期五

祝平安，我的朋友们.

今晚 我很开心认识一些新朋友，虽然我已在你们当中好几次了，你们并未觉察我的出席. 我是一个在你的城市中工作的团队之一员，我待在你们都市已经十年了，我的家乡基地是金星.

我跟我的同事对于你们城市中的理解(Understanding)运动都非常有兴趣，这个名字本身就暗示了它应该做的事.

在你们今日的星球上，以及过去的许多世代，你们人群当中只有很少的理解; 因此，如果你们人群想要获致和平的状态，更高的进展，那么 这份理解必先从人群开始. 你们人群将这个世界大部分的麻烦怪罪政府，但是 朋友们，这只有部分是真实的，另一部分的原因是你们人群欠缺理解(谅解).

如果你们的组织想要成功，我们当然乐见其成，那么 你们每个人需要透过努力在每天的生活中展现出理解，否则 很少人会了解你们组织是做什么的.

你们需要把在冥想中接收的理解用出来，并与其他人群接触，透过这些接触，示现你学到的较高理解.

人类只能接收到这么多，然后他必须给予，因为遍及整个宇宙有一个法则，这条

法则说人类必须给予方能接受更多，为了给予 他必须处于平衡状态.

造物中的所有事物都必须在平衡中方能运作正常，人类也不例外.

你不能给予你没有的东西，但自由地给予你拥有的东西，好让法则得以还给你原本是你的东西.

人们以小团体的方式集会，一起冥想、寻找与领受，这是好的；但也要了解你们对于地球上的人群有一份责任.

了解你的责任，并试图尽你最佳的能力去实践它.

尝试去看见各种需求，接着尽你的职责去满足它们.

我知道你们所有人都真诚地愿意在你的岗位上提升你自己的意识，持续地攀升进入更高的意识.

但当我们需要加强某个区域的力量，朋友们，呼叫众人的时间到了，所有寻求光的人们得放下自大、人格与所有的歧见，团结在一起，成为单一心智，将每个人的力量与能量聚合在一块儿，接着为你们人群带来更佳的理解.

我们曾经观察许多人尝试寻找一个更高的灵性理解，他们聚集起来，形成一个团体或组织，由于不同的人格与误解，于是半途而废；有部分原因是因为小我的意识作祟. 现在请将小我放一边，因为重大事件的预兆已经浮现.

你们的星球正快速地面临一个危机，群众的意识却没有快速地改变.

当我说时间很短，我就是这个意思. 群众的意识必须在四十年内改变，考量目前如此缓慢的步伐，朋友们，你能够乐观看待吗?

你们在座的每一位都可以帮助这件事，在日常生活中接触你的人类同胞，推广一种理解的氛围. 除非我们对于自己与他人有相当的理解，我们能帮助他人的程度是很少的.

从我们的制高点，或许我们看得比较清楚，你们人群欠缺理解的程度远超过你们了解的程度.

我们将尽一切可能的努力，促使人类意识的快速改变，好让末后的过渡期可以缩短. 但单凭我们无法成事，必须有地球人大量的合作，如此地球的问题方有解答.

发问者: 你们有没有可能与我们更密切合作，给予我们更多确切的指示，一个蓝图?

从你们的观点，一个蓝图或许大大地简化问题，但如果我们这么做将会违反宇宙法则，其次 你们不见得会跟随这样一个蓝图.

我们过去曾经做过类似的尝试，我们发现地球人群尚未准备好，总是有些人格无法管好自己. 我们不是神，我们不喜欢人群崇拜我们，地球人似乎还没长大，仍需要这些东西.

现在 我必须撤出这个器皿，与你们相处是我的乐趣，或许我还会来看看你们.

在和平中去吧，我的朋友，平安.

***

1961 年，六月 20 日，星期二

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

我对于我们的延迟抱歉，因为我们的仪器有些状况，现在已经适当地调频，对准你们眼前的接收器皿.

看见你们团体为了共同的主张而聚集，这是好事；我们很高兴地注意到你们的奉献心与参加人数都有增长.

我们在 Otavana 星舰上主要观察地球的个人，纪录人群的进展，我们注记每一个已经做出寻求与服务的实体.

我们拥有你们每个人的纪录，我很确认，如果你能够看见它、阅读它，你会发觉我们的纪录揭露的东西要比你自己的显意识心智知道的更多. 事实上，看见你有多么不知晓你自己 将是一个相当难忘的经验.

不管怎样，时候到了，那些已经做出选择，尝试服务与提升意识的人们啊，你们要站出来，团结在一起，彼此互相认识，用出你们的力量，好支持地球人类的意

识.

我感知你们许多人的想法，许多人感觉缺乏能力这么做，抛弃这种感觉! 使用你拥有的东西，使它变得更强壮; 因为如果你不使用拥有的东西 它只会变得更虚弱. 当你的四肢怠惰许久，它将会萎缩; 同理 唯有当你努力并且为了他人使用力量，那么你才会获致真实的灵性成长.

许多人曾经踏上不朽光芒的途径，却半途而废，他们没有勇气走到底，或者因为缺乏智慧而跌倒.

人类，在他搜寻真理的过程中，他必须维持平衡并使用智慧.

他必须全时间保持警戒，保持崇高的目标，恒常地持守理想，让它不断地带着自己通往更高的领悟.

召集每个寻求者意味许多事情; 它表示每个人需要创造一个合一的意识，每个人必须抛开小我的阻碍，尝试创造一个爱的氛围，在人与人之间促成理解.

很快地 你们将有机会团结在一起，组成光之力量. 你们可以为人类同胞做出伟大的贡献，因为你们为地球付出的每一盎司之力量，其他来源将会加给地球一英镑*. (*译注: 一英镑 = 12 盎司)

现在，朋友们，我必须离开. 愿真理的伟大领悟在你的心中高高升起，

我将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0710 章集：流浪者症候群(下)

Copyright © 2002 L/L Research

图片来源: www.2heartsnetwork.org/SacredHeart.htm

周日冥想

1996 年五月 12 日

小组问题:

我们想要继续两周前举行的集会，我们当时讨论流浪者在这个密度中可能面临的各种问题，我们工作各个能量中心，在进行到绿色中心时结束.现在，我们想要完成这些资讯.

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们至为荣幸接受你们的请求，来此提供我们的意见并在这个可爱的春天时光加入这次的冥想集会.

在我们分享意见之前，我们请求每一位拿取有帮助的部分，抛下其他部分.

我们信赖你们的辨别力，请求你们谨慎地信赖你自己，因为有许多人愿意将群体的辨别力取代个人的辨别力. 然而，每个人的灵性寻求都是独特的，你们文化的世界观并不总是响起真理的铃声.

我们单纯地请求你留心注意聆听那真理的铃声.

当它来临时，信赖它; 当它没来的时候 信赖你自己.

在讨论流浪者在第三密度地球上 特别易于面临的挑战之际，我们已做了一些综合性的概述，我们将继续这么做. 但每个实体寻求的方式不同，所以我们鼓励每一位继续提出问题，好让我们更能够服务在座的每一位.

我们上次正要开始讨论绿色光芒能量中心及其特别的挑战，所以我们将拾起这个主题，注意到当心(轮)能量来临时，就某个方面来说，是一种成果，一个休息与静养的地方，一个人可以在此获得存有本质之综观，了解活在肉身中的本质，以及心之大道的本质.

心是那沐浴在悲悯之中的智慧席位; 那是心最终之命运，通常流浪者能够感觉调频良好的心之更深中心地位.

然而 心(轮)能量也很容易受伤，原因是较低三个脉轮的阻塞或过度启动都会影响它. 此外，即使寻求者已经在较低脉轮达成高水准的平衡，心(轮)在提供资讯给感官的过程仍会产生可观的噪音，夹杂在那些深沉 与 真实的信号[敞开心之精华]当中.

我们先前指出，绿色光芒能量中心对于通过较低脉轮而来的能量是怎样地敏感，这是一个基本重点，因为每一个流浪者深深地想要经验敞开的心能量，接着移动进入较高能量中心，于是流浪者自然的倾向是想要离开较低能量的工作，移动进入心，然后进入沟通的能量与意识中的工作，因它们提供那么多的祝福与香膏(balm)可敷抹在流浪者的许多伤口上.

寻求者最好缓慢地前进，并且监看自我的状况，好让自我不致于空转轮子[容我们说]，那就是 当很少能量进入绿色光芒中心时，自我却试图从事较高能量中心的工作.

爱的课程似乎在较高能量中心中比较令人振奋，对于知识份子而言特别是如此.无论如何，我们的看法是 唯有当寻求者开始平等地珍惜与平衡每一个能量中心，真实的敞开心能量才会产生，然后才能要求较高能量中心发挥作用.

这个团体经常谈到自我的黑暗面，以及每个人如何工作这个黑暗面，看见它如何地扭曲红色、橙色与黄色光芒能量. 那么 我们鼓励每一位越来越能欣赏与包容这些似乎很基本的课程，因为事实上 每个能量中心都是同等地珍贵.

自我的每一道光芒对于无限太一都是美的，所以你们的职责变为澄清与精炼催化剂带来的感官印象，如果自己与其他自我有较低脉轮方面的问题，我们鼓励一个热忱的态度，积极地去工作，去处理每一个通往心轮路上的扭曲或阻塞.

无须评判，只要滋养自我，发现你真正在思考与感觉的东西，然而 不带评判地，再次转向敞开的心.

每一个在世间的人都会犯许多错误，这个幻象设置的目的就是强迫错误，带来有益的各种挑战. 外表看来如此沉重的催化剂是高我给予自我的一份昂贵礼物.

当一个人能够凭信心去拿取这份礼物，他已经跨越了阻碍敞开心轮的一块大绊脚石.

现在，当一个人已经与首先的三个能量中心和平共处，他能够感觉充分的能量流入心轮，还有一个工作需要处理，一个精微与谨慎的工作; 即针对心中的感觉与思想进行筛选与去芜存菁.

每个实体的心轮中心都有所有的爱之各种表达，从最精炼的表达到最不成熟、最无组织与最扭曲的表达.

心的所有感觉就某个水平而言，都是真实的; 但心的表面情绪可能只是推理小说中混淆视听的手法，引导你到错误方向的线索. 如果每个寻求者能够看待自我如某一种酿酒厂，你可以看见各种情绪如同原料，全部进入制作葡萄酒的过程中，这可能是一个好的比喻，葡萄带有果皮、枝梗与一些霉菌; 糖带有一些杂质，水也有一些杂质，你必须精炼与净化它们，方能制作出一瓶好酒.

当新的催化剂来到，一个人的心中产生的各种情绪通常带有杂质，很少有人能够清晰地聆听、看见、碰触与感觉催化剂; 通常，他的回应带有某种程度的困惑.

因此单纯地劝告寻求者依循内心而没有补充的说法并不是很好的建议; 当然一个人真的需要追随内心，但首先一个人需要允许心里的酿酒厂精炼与净化每一个经验.

看起来，每个人都是时间的囚犯，然而 就我们刚才使用的比喻而言，唯有在时间与空间幻象的自由当中，自我觉察的情绪得以完成第一道净化手续.

要求自我荣耀所有的感觉，在适当的时间沉思它们，接着在平衡与置中的模式中，允许你感觉的较深真理移动穿越精炼之火，让它提炼出纯粹的情感.

现在 我们站在敞开的心轮当中，向后凝视那些强有力的能量，向前凝视那些越来越形而上的能量. 这个绿色光芒中心只有一个真实极性，的确 那些寻求服务自我途径的实体们必须跳过绿色光芒能量中心. 所以，对于每个想要透过服务他者来服务造物主的实体，我们对你们说: 尽可能地花费时间在敞开的心轮之中，因为它是中心，它所散发的光向后移动到根部，向前移动到所有可能的能量之峰顶(crown). 热情这个字，如同爱，拥有太多影射的含意而无法成为一个纯粹的字眼; 不过 我们要对你们说 纯净热情之心是全宇宙中最伟大的力量*.

心轮是你们人生经验出发之起点席位，将它保持干净与清晰，一个人不管重复多少次这个任务也不为过.

(*原文如下: The passion-pure heart is the greatest power within the universe.)

现在，能量的运动进入喉轮，或蓝色光芒能量中心，在这个区域当中 造物主经常慷慨给予他的礼物，因流浪者是天生的沟通者，反讽的是 流浪者常见的沟通经验是令人挫折的，因为无法与人沟通. 无论如何，这并不是因为流浪者不能沟通，而是因为流浪者讲话的水平与其他倾听者的水平并不相同.

当然 沟通的技巧有大部分单单是思考与表达思维; 然而 如果没有站在对方的思考水平上去沟通，失败的沟通是必然的.

所以，沟通者的一项显着技巧是具备聆听的耳朵，能够辨识出对方的心与意目前居住的位置. 很明显的，一个人跟大多数六岁小孩沟通的东西不能用来与六十岁的老人沟通. 不过，你们密度中存在着不同水平的意识 以致于一个六岁的靛蓝小孩理解你的程度可能胜过一个六十岁，却仍在未觉醒之福佑中沉睡的实体.

因此，我们鼓励每个流浪者练习倾听的技巧，并尝试去调整沟通方式以配合对方的需求，并完全地尊重对方. 这是一个精微与谨慎的工作，我们感觉它是一个好的修炼方式，流浪者迫切需要的修炼，因为能够与他人分享一己的精华是一份美妙的礼物.

当我们移动进入靛蓝色光芒，我们发现那或许是流浪者最大的问题，过于沉迷与渴求灵性 以致于无法平衡地持守能量的完整分布范围.

靛蓝色光芒工作的巨大吸引力是诱人的. 我们鼓励每个流浪者修炼人格，并且从事意识中的工作以精炼自我与自我觉察，但我们也鼓励每一位缓慢地、谨慎地、恭敬地做这项工作，每次走一小步，设定小目标; 因为意识中的工作在较高密度将变得越来越精微.

第三密度的工作大部分为于前三个能量中心中，所以 虽然我们鼓励每一位在机会来临时从事意识的工作; 同时 我们也鼓励每一位凝视自我与能量排列状态，如果需要从事净化较低脉轮的工作，不要感觉好像受处罚，而是抱着感激的感觉，因为在这个空间与时间的幻象中，你有机会返回敞开的心轮，从那儿看见[你们认

为的]基本脉轮与[你们认为的]高尚脉轮之间的平衡，正如你们的神圣着作所说: 首先的将成为最后，最后的将成为首先.

所以你视为低下的东西事实上是强有力的. 正确地使用力量真的是意识中的基本工作，透过平衡较低光芒 可以改善力量的表达.

我们尝试沟通的重点如下: 第三密度并不是一个人纵身一跃，跳入乙太(ethers)中的地方; 毋宁说，这个地方的主旨是精炼你的基本选择: 服务自我，或 服务他者.

这似乎是一个简单与基本的选择，然而 这是你这一生的主要工作，为了光净化这个选择，你将带着 360 度的自我进入那道光中，你将不会因为心中的内容物受审判，因为所有实体的内在都有光与暗.

你的自我将评判你自己，标准在于你接受更多光的能力.

那些真正先想到其他实体的人将自动地增加他们承受下一个密度中更密集的光之能力.

因此，不管是流浪者或原生居民，都需要看见这个选择的首要重要性.

一个人不是做一次选择就算数，而是一次又一次又一次地重新做这个选择.

当你在这个幻象中行旅，进行这个精炼过程之际，每一天都会有诱惑企图使你关闭敞开的心，并远离光.

或许说有一条捷径并不是错误的说法，我们指出的捷径可以用两个字汇总结:

赞美与感恩. 不管在你的生命经验中发生什么事情，不管在你的团体或星球中发生什么，它都是一件礼物. 许多礼物是残忍的: 死亡、痛苦与受难，它们似乎是暗黑的礼物，然而 在每一个情况中 都存在一个机会去选择赞美与感恩.

如果一个人能够接受酿酒场的比喻，我们可以说 通常最浓黑的葡萄、最臭的霉菌与枝梗，若给予适当时间甜化，它们将提供最深厚的祝福.

因此，我们鼓励每一位在所有的情绪气候中都找到信心与意志去提供赞美与感恩，为了在这个空间与时间中(得以)有意识地，有觉知地去做出伟大的根本选择: 暗黑 或 光明.

[录音带结束]
***

一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，Adonai.
(译注: 星号后面的结尾，参考 Q'uo 惯用的用语，由译者自行添加.)

图片来源: http://easter.newarchaeology.com/easter-clip-art.php

祝大家复活节快乐! Happy Easter Festival to all!

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0711 章集：人类、意识与理解之十九

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1961 年，六月 23 日，星期五

你们好! 我在无限造物者的爱与光中向你们致意，亲爱的朋友们，我是 Hatonn.

有了你们的允许，今晚 我想要谈论一些冥想的技巧与准备工作.

我的朋友，在人的一生中再没有比冥想更重要的事了.

冥想是一个人从日常生活的一般功能中退出，然后将自己与和谐宇宙合调.

使用这些能量获取智慧与理解，于是他可以走出来，将服务给予他的人类同胞.

首先，一个人必须锻鍊自我，每天空出一段时间练习，关于冥想的艺术之练习一

周一次或一个月一次都是不够的，应该要成为每天进行的仪式.

因为除非你这么做，你精通这门艺术的进展将是缓慢的.

一旦你熟练这门艺术之后，你就可以在更短的时间内抵达与无限心智接触的状态. 当一个人开始练习冥想艺术之际，他也应该立即整顿他自己的生活; 因为除非你将自己的屋子整理好，你将在精通这门艺术的过程中遭遇巨大的困难.

当一个人将屋子整理得井然有序之后，他可以更快速地使自己安静下来，将自己沉浸在造物之光中，并且与太一伟大心智融合.

在进入静默的早期阶段，拥有一个专注的目标是有帮助的.

比方说，你们的瑜珈学派专注在所谓的"第三只眼"，其他学派专注在某种光或颜色上头. 这些技巧并不很重要，但可以帮助你释放自我，将自我从四处奔跑的显意识心智中拉出来.

另一方面，不要强迫你的显意识心智停止思考，因为这样做只会造成紧张.

放松，让头脑的思绪自然地流过，当这些东西释放之后，你发现你的内在意识开始觉察，你变得觉察肉体的每一个细胞，似乎每个细胞都有它自己的觉知.

当你在这个练习中逐渐进展，你变得越来越觉察内在的东西，接着你发现你正意识到"宇宙心智".

朋友们，透过这个冥想的技巧，你有可能与任何东西或存有合调. 有些人长期献身于冥想，他们能够与植物生命、动物生命或任何你想得到名字的东西沟通；因为意识无所不在，而他们正在将自我与该意识合调.

当你在冥想时，将脊椎打直，维持直立的坐姿，如此流过你的能量得以更自由地流动. 肉身架构的脊椎是你们存有的中心，所有来到你体内的宇宙能量必须流过这些(能量)中心.

许多人在冥想的时候想要睡觉，这个现象是可以避免的：透过专注的方法，以及在冥想时保持良好的姿势.

朋友们，现在 我必须离开你们. 愿你们每个人努力寻找真理，在你攀爬理解之山的途中，抵达伟大的高度.

愿你们每个人很快地精通冥想艺术，于是你们得以快速地与"无限心智"合调，不管在什么时候.

Adonai，我的朋友. Adonai vasu borragus.

我是 Hatonn.

***

1961 年，六月 30 日，星期五

傍晚好，我的朋友们.

再次地 很开心来到你们当中，今晚 我想要特别问候我们的新朋友，我以前没有见过他.

我的朋友们，你们正随着地球，太阳系，移动进入一个新的纪元，在这个过渡时期将发生许多事，甚至将改变你们整个太阳系. 我将只简短地谈一些，因为我知道你们的某些着作已经包含这些资讯，你们可以自己阅读.

在你们的过渡时期的末后日子，另一个太阳正在移动进入你们的星系，新的原力与能量将导致所有的行星转移位置，接着你们将拥有双子星，换句话说，你们的星系将拥有两个太阳!

目前的太阳将会移动到更远的位置，另一个太阳此时正移动朝向这个星系，在适当时候，你们的天文学家将看见.

无论如何，我相信有些天文学家早已觉察这个事件，但他们没有公开谈论，因为他们对于该事件所知甚少.

在过去两年间，我们发现觉醒的人们大幅度地增加. 也就是说，有越来越多人渴望或迫切地寻求一个更高或更好的理解，对于人类自身的理解.

地球人大量地需要灵性成长，然而，人类必须在内心点燃这份渴望.

有许多实体在你们人群中工作; 他们志愿投胎进入你们的文明当中; 他们制约自我，或者我该说，他们调节他们的肉体结构为了来到你们的星球地表.

还有一些实体在无形领域中工作; 你们称之为乙太存有; 他们集结各自的力量, 尝试点燃地球人心中的渴望. 我必须说, 他们得到许多成功的结果.

我们也了解你们许多人正在尽一己的职责帮助其他开始寻求真理的同伴们.

我们感谢你们, 并鼓励你们尽最大能力去帮助这些人群.

当你试图帮助这些人之际, 尝试发展一种内在的指引, 如此你可以在恰当时机给予他人需要的东西, 而不致造成人们的困惑.

朋友们, 许多观念已经深深植入一些人群的意识之中, 需要许多时间将老旧的概念拔出, 换上新的概念. 我想, 或许, 大多数的地球人都必须大大地改变自己的观念, 因为你们宗教机构教导的东西 有许多必须要改变. 虽然你们有些人对于改变这些观念会感到相当地困难

你们的精神病院已经人满为患, 我恐怕将来还会更拥挤.

所以当你将真理带给其他人的过程中, 尝试去强调思想开放的重要性, 不要变得教条与武断; 你们的观念或许他人无法接受, 不要造成他们太多的困扰, 因为他们不必须要接受, 但如果他们愿意考虑 则是一个明智的决定.

现在, 朋友们, 我想我已经详细说明够久了, 我不想要使你们厌烦, 在我离开之前 我想感谢你们接纳我来到你们当中; 我将我最深的爱与祝福献给你们全体, 愿你们每一位在寻找真理的旅途中, 怀着谦逊与喜悦不断向前行.

我是 Yom.

***

1961 年，七月 14 日，星期五

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

今晚 要请老朋友忍耐一下，为了你们的来宾，因为我想要讲的介绍辞，有些人已经听过了.

我隶属的族群目前位于一个飞行载具之中，我们停留在你们星系已经七年了.

我们来自大角星(Arcturus)系统，你们的天文学家知道我们的恒星.

我们目前生活在这艘飞行载具之中，它或许会使你们有些人惊愕. 星际联邦一般称之为 Otavana，你们的某些上古先民也知晓它.

我们的飞行载具之长度为 120 英哩，直径为 30 英哩；我们的载具携带大约 2 千 5 百万的人口，简言之，它自身就是一个缩小版的行星，我们能够在这艘载具中自给自足，并且没有期限.

如果 Otavana 靠近你们的星球，你们有些人可能会大大地惊恐.

我们将不会降落在你们的地表上，我们的任务没有这个需求.

由于星际联邦的要求，我们来到你们的星系当中.

如果我们当中任何一个乘员站在你们的地表上，他都能执行你们认为的奇迹.

我们并非在吹嘘我们的发展，因为我们在永恒不朽的爱之光中感到谦卑，它是如此地宏大，我们对它的领会只有一点点.

在你们需要的时候，我们很荣幸能够服务你们的星系，特别是地球的人群.

你们许多真理的寻求者正在谈论新时代，这是真的，朋友们，新时代正在成形，但不只为了你们的星球，也是为了整个星系.

然而，行星撢(Shan)的进度落后，许多其他行星的文明十分关切行星撢是否准备好迎接跃升的转折期. 所以，他们付出许多努力，尝试加速你们星球的进展.

我们 Otavana 族群，在星际联邦之间被知晓为 Adoni 之子，我们来此为地球人群执行一项任务. 我们一直在促进你们人群的觉醒，并不是醒悟什么伟大的知识或服务，毋宁是了解每个人必须做出一个选择，在两条路之间做出一个选择.

对于那些选择服务人群，选择追随真理、爱、与理解之道的人们，我们立誓要协助你们. 你们将得到指引，通往新的理解与新的生活方式.

行星撢的人们啊，我们是 Adoni 之子，我们正在你们的天空中观察每个实体，等

待你们的选择.

我想补充的是: 许多实体来自其他行星，他们与你们一起生活，他们默默地进行工作，希望为地球人群带来更多的科学与灵性知识.

这些人长得跟你们很像，你可能多次与他们接触却不知道这点; 你会说: “为什么他们不表明自己的身分?” 他们有一个伟大的任务要执行，他们做出巨大的牺牲以来到你们当中，在每一次的案例中 只要他们的身分曝光，他们的工作就会受到阻挠; 大多数的地球人只要发现这些人的力量，就会立刻会展开造神运动，想要崇拜这些人; 不然就是想要杀死这些人. 似乎没有任何的中间地带.

所以这些人来到你们当中，成为你们的一份子，为了你们的利益工作，并尝试将理解带给地球人.

现在朋友们，我离开你们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1961 年，七月 21 日，星期五

平安与你们同在，我的朋友们，平安.

你们每个人都有一个较高导师，我们将在你们周围建造一个能量场，好让你们可

以从中汲取很大的好处；你们只要敞开心胸，放轻松，抱持接纳的态度.

你们每个人的智慧顾问(Wisdor)即将协助将能量集中起来，所以，如果你们愿意忍受一会儿，我将给予你们进一步的指示.

[传讯者吟唱了几分钟.]

现在，挚爱者，伸直你的脊椎，直立地坐着；浓缩的宇宙能量围绕着你们，如果你们适当地将它带入你的存有中，对你的心智-身体-灵性都有很大的好处；你的内在将感到很大的平安与幸福. 现在，当你们直立地坐着，观想这股来自无垠宇宙的能量正朝你而来，深深地将它吸入，当它深入你的腹部时—稍微地持守它—放轻松. 请继续这么做，每次间隔大约一秒钟.

[练习完毕]

当你将这股伟大的宇宙能量吸入之际，感觉它流遍你存有的每一个细胞、每一根纤维. 导引它到达身体的每一个部分，到达喉咙、肺部、腹部、双腿与双脚. 照看它行遍周身.

[练习完毕]

保持你的心与意敞开与接纳；怀抱着感激与谦卑的感觉，以及对寰宇造物的崇敬感，继续这么做，直到我喊停... 将它深深地吸入你的体内.

[练习约五分钟]

就这样子，我的朋友，愿你们每一位依照你的意愿 已经接收到你想要的东西. 平安与你们同在，我的朋友们，平安.

***

1961 年，八月 1 日，星期二

我向汝等致意，挚爱者. 愿无限太一的平安深深地在你们每一位的心中歇息.

亲爱的朋友，当你们接近即将来临的变迁，尝试去了解这些变迁是为了全体人类的好处.

人类必须很快地了解一个更大的概念: 我是谁? 为什么我在这里?

人类必须逐渐地成长，进入寰宇造物的意识之中，逐渐地领悟他自己也是一个造物者，他的每一个念头、每一个行动都是寰宇造物的一部分.

人类必须了解他内在蕴含的力量，即他心智的创造力量; 亲爱的，你们创造了目前的局面，但你却不了解原因.

人类的意识必须升起，升起，再升起; 恒常地扩展 进入更大的领悟之中.

人类必须学习对于自己内在的创造力量有信心.

宇宙中瀰漫着一种伟大的原力，从这个银河蔓延到那个银河.

人类只是这伟大原力的一个延伸，你们将这原力称为上帝.

这个伟大的智能作用在每一个男人、女人与小孩身上.

人类必须学习让他主导自己，让他现前并表达善意，领悟这股伟大的原力透过他自己作用. 原力均等地作用在所有造物当中，他不偏爱任何人，他不奖励也不处罚.

这股伟大原力只藉由法则运作; 透过法则的反作用力，人类收获他的奖赏或处罚.

如果人们想要随着这颗星球一起进步，他只能透过自己的努力与经验成长—每一个经验都是通往更大理解的踏脚石. 正向地观看这些经验，尝试在每一个经验学习到东西，接着为此给予感谢.

唯有当一个人开始理解与认识他自己，他对于同胞的态度才会成长.

因为当一个人开始理解他自己，他也开始理解所有人类，于是一股爱与理解的意识开始在他里内发展. 当这股意识在地球人群中蔓延开来，全球意识开始生根，人类将学会和平相处，不再有战争、憎恨与贪婪存在. 每个人的思想、举止与行动都是为了全人类的利益，而非单单为了一个团体、国家或种族.

对于地球上年轻的一代，我建议你们拥有开放的心与意，怀着一种崇敬的态度.

因为你们的双手握有地球的未来，偶尔花些时间仰望天空并对宇宙的奇景感到惊讶. 观看这一切，你怎能不感到对于造物主的巨大崇敬?

你是否思量过这些事物，你是否想这一切怎么来的? 百万千万颗的行星与恒星在各自的轨道上规律与精确地运行，这些事物都是偶然发生的?

不! 我的朋友们，没有任何东西是偶然发生的.

你们并非活在一个偶然的环境中，你们都是造物者，你们透过思考与行动去创造.

于是你觉察你的每一个思想与行为都是一种创造，并且会产生作用力与反作用力，或许不是今天，也不是明天，而是发生在未来的某个时候.

愿寰宇造物的伟大神灵之平安、爱与理解完全地拥抱你，并为你带来属于你的

平安与理解.
平安.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0712 章集：时间不够

--Time to do our work --

http://de-vino.blogspot.com/2008/12/time-and-timing.html

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1996 年九月 15 日

小组问题:

本周的问题与一种感觉有关，我们感觉没有足够时间去完成我们来此要做的工作;就时间而言 何时这个工作算真正的完成? 当我们忧虑时 会发生什么事?跟我们谈谈时间、忧虑与灵性工作.

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在无限造物者的爱与光中向你们致意.

容我们感谢每一位来到这个寻求圈; 我们很感激收到你们的呼叫，我们来到你们的集会中与你们谈谈时间的主题与它隐含的意义.

当我们谈话的同时，我们请求每一位运用自己的辨别力，因为你们每个人都有力量与智慧去辨认出属于你的真理. 彷佛你的真理就藏在里内等待你去重新发现，去忆起你早已知道的东西. 如果我们的一些思维在你心中响起真理的铃声，我们为你全然地开心，如果我们没有击中标的，那么我们请求你单纯地放下这些思维，继续前行.

谈到时间即是谈论组成你们幻象的一个原初变貌. 虽然我们无法十分确定，我们认为时间是建造幻象的一个基石，时间的存在提供一个序列的幻象，让造物主的孩子们可以经验表面上有序列的大大小小之事件.

现在，我们将你们可感知的物理宇宙标注为空间/时间，也就是空间-斜线-时间，这个注记指出空间明显地比时间占优势，这是你们在其中度过一生的幻象.

另外还有一个宇宙，这个器皿喜欢称之为灵的世界，这个形而上宇宙由时间/空间构成，或称为时间-斜线-空间，在这个宇宙之中 时间的幻象具有优势，它的情况与你们的物理宇宙有很大的不同.

无论如何，不管是物理宇宙或形而上宇宙都是同样地虚幻，它们被创造的最重要目的是创造出一个序列的幻象. 就我们知晓的极限，最少幻象的状态即是没有空间与时间的状态，所有事物的根源都位于这个真实状态.

然而，没有这些幻象，寰宇造物会在合一之中安歇，它不会作梦也不会对自己讲话; 的确，一个人可能异想天开地称呼空间/时间与时间/空间为太一无限造物者的大梦，在这个大梦中 造物主希望知晓他自己. 造物主希望他的每一个单元[也就是爱的存有，你们每一个人都是爱]都将经验各种事物，于是增添造物主认识他自身的知识. 造物主慷慨地将他完整的本质给予每一个共同-造物者，给予我们也给予你们，给予最高尚的存有 也给予似乎是最低下的生物; 造物主的本质即是爱.

藉由时间/空间与空间/时间的设计，实体们做出选择. 每一个爱的单元都在进步，都有着众多的行动、思维与方向. 宇宙不会企图控制任何实体的思想与反应，因为每一个实体都以他的本质受到珍爱.

造物主爱得如此地完整，如此彻底，如此纯粹，以致于他爱每一个微小的想法，

每一种存有，以及自我的每一个面向，也包括这个器皿称为的人格之黑暗面.

你是如此被爱，(因此)没有地方可以去，也没有事情需要去完成好让造物主更多地称赞或锺爱你. 甚至在你的灵体存在之前，你早已受造并且被锺爱，你是那已被遣送出去经验的单元，你也将再次返回进入合一之中，这个出走与返回的循环已经发生过许多、许多次，就我们觉察的极限 这是一个无限的宇宙.

现在，我们请求各位考量正确地使用时间首先是正确地使用注意力. 在你们的文化之中，你们进行中与完成的行动具有重要的份量，经典上说: “藉由这棵树的果实，你将知道它的品质.” 大多数人都会认为果实意味花费的金钱或完成的计画或爱心服务等等，当然 这些成就都是优秀的，就我们所知，都是正确地使用一个人具有的礼物.

然而，远为重要的是一个人的意识对准起初思维[爱]之振动的精确度.

在我们的心智中，我们无法设想一个人可能会不够时间做他的主要工作，因为一个人的主要工作即是尽可能清晰地、无扭曲地经验所有来到面前的催化剂; 因此你的振动必须尽量靠近爱的频率以执行该工作.

每一个人都是独特的，因此每一个人调频接近爱的方式也是独特的，无须透过团体的教导，并规定每个成员死记硬背. 通往最清晰的自我觉知之途径对于每个寻求者都是独特的.

不管怎样，我们鼓励每一个思考正确使用时间的实体首先要考量的为 自我是否与爱的振动匹配，每个人都可以感觉这内在的爱之常数，我们此时停顿一会儿，

以允许每个人移动进入心中，将注意力移动进入绿色光芒能量中心. 这里是所有神圣中的至圣所，完整、纯粹与无扭曲的爱安住在这里; 移动进入这内在的神圣空间，敞开心轮，感觉太一无限造物者的爱.

如同太阳照亮天空，充满力量的造物主在你里内歇息，照亮你的道路. 打开这扇通往自我圣心之门的钥匙乃是静默，转向内在去聆听静默，培养这个习惯，首先将心神集中在造物主上头，如果 你们将站在很好的位置上 准备去寻求自我之真理以及自己的旅程.

我们向名为 O 的实体致意，他正快乐地、高亢地发出吱咯的声响，我们向这个圈子里最小的成员保证 我们与他一起欢庆.

从内在包含真理与爱的地方出发，一个人可以开始感觉到一种灵性能量，一个十分处于当下的助手陪伴他的旅程，这样的协助将允许一个人认出并承认自我与生俱来的各项天赋; 每个人来到世间都至少有三件必须要做的事: 去经验，个人学习，以及使用一己的天赋服务彼此. 在服务彼此的过程中，你即服务了太一无限造物者.

我们请求你们将彼此视为造物主的双手、声音与面容. 造物主无法对任何人微笑，对任何人伸出双手，喂养任何人，或为任何人穿衣.

你代表爱，藉由你对每个人的服务，你给予爱一个意义，而造物主存在于每个人的里内，此时 你与其他人一起分享宇宙大海中的这座脆弱孤岛.

无论社会或大众的眼光认为你的服务是小或大，重要或不重要，那都无关紧要.

重点是你试图去敞开心，尝试去使用你的天赋，并且在你的经验中尽可能找到意义. 这些是你在此生中的基本承诺.

你可以在每一分钟，每一天执行这些服务，对于这个世界而言 你可能没做半点有用的事，但对于每个 体会你的笑容、友善、握手、拥抱之光辉的实体，他们知道你的作为一定不只是消磨时间而已.

当实体们尝试将时间思考为一种价值，无可避免必 他们感到完全地挫折，因为时间是虚幻的，它与空间绑在一起，正如空间与时间绑在一起创造出这个幻象—某件事正在发生，有一个过去与一个未来. 事实上，就我们的理解，我们全都在空间与时间之外，没有分离.

所有正在发生，已经发生，或任何将会发生的事物都存在于这个一瞬间之内.

它是一个整体，它是爱，透过时间的幻象 爱得到清晰地表达，并映射返回其源头，这个过程深深地、深深地满足了无限造物者.

所以当你思考着如何花费你的时间，释放你自己远离所有那些狭窄的束缚，认为特定的东西才构成服务与爱; 因为藉由你与世界的相遇，藉由你的感官来感觉与观看这个世界，你们每一位正在将宇宙中最伟大的礼物给予造物主，给予彼此以及这个星球; 我们感觉值得去强调这一点，因为你们的星球与整个太阳系正在旋转进入一个从未经过的时间与空间区域，它正在靠近，越来越接近真实的第四密度空间/时间.

空间/时间的特质正在改变，每个实体感知时间与空间的方式正在缓慢地改变.

甚至你们物理学家尝试理解的价值，次原子粒子与各种新近发现的粒子，它们乃是第四密度空间/时间中的一部分.*

(*译注：次原子粒子与近代兴起的量子力学有密切关系，读者有兴趣可以上网搜寻相关的科学知识.)

你们每个人都是一盏明灯，当你透过敞开的心允许造物主的无限之爱更自由地流动，流入这个世界，世上的光将会越来越明亮.

你个人无法爱，因为你的人类之爱十分有限，唯有当一个人放弃尝试成为爱，允许爱从无限流过自我，那么该实体方能够承受得住那伟大的原力，并能够持续地提供爱.

不管你要给予这个世界的礼物是什么，最深邃的服务永远是你的振动，你就是你自己，充满了荣光，充满了无穷尽的生命.

我们要对你们每一位说，没有需要去忧虑不当地运用时间.

一个人的忧虑在某种程度上影响敞开的心轮，造成心轮的收缩，当一个人不断地出现以下的念头：不足够，不值得与恐惧；这将造成心轮的关闭.

无论如何，你凝视着那些开创丰功伟业的人们，你问自己他们是否胜过那些为婴儿包尿布的人，照顾宠物的人，或度过艰难的一天而没有抱怨的人？

结果你将发现他们做的事都是平等的，因为真正重要的是每个行动中蕴含的爱.

这个器皿很喜欢纪伯伦(Khalil Gibran)的一句话: “工作是将爱变得可见.”

不管你以笑容表达爱，或以一千个成就来突显爱，爱就是爱，它是振动，不是行动，爱是你给予无限太一的真实礼物.

http://aarynbartel.blogspot.com/2006/12/Scrooge-McDuffgenius.html

所以，如果你有各种忧虑，请务必将橱柜打开，数算你的忧虑，尽兴地享受它们，让它们滚滚而来，如同小气鸭(Scrooge McDuff)喜欢待在钱堆中一般.

做任何使你关切的事，不管它看起来是愚蠢或睿智的，不管它似乎是有用或无用的. 你的直觉有时候会对你建议一切古怪的事项，然而 只要它们不会干扰你的健康或他人的自由，那就放手去做你预感是对的事情吧.

真诚的怜悯可以转变夜晚成为白昼，那么 总是寻求集中心神在爱里内，尽情享受无限太一的爱，那么你将清楚知道你热爱的工作，以及你的爱可以闪耀的地方.

在我们结束这个主题之前，让我们注视一下信心. 信心是一种对你的人生经验的信赖，相信一切都上轨道，你所遭遇的事件都是在你投胎之前就计画好的.

但你绝对不会接收到一个客观的证据，来证明我们说的东西是正确无误的.

如此 你们有自由的选择权，选择以这种或那种方式去服务与热爱无限造物者.

允许信心的小小种子在你的思维花园中成长.

活着彷彿你已拥有完美的信心，那么你的命运将会来到你身边，所有你需要的事物都会在适当的时间被你吸引而来. 注意那些主观的有趣暗示与同时性事件，它们在对你说: “是的，你正位于对的轨道上; 是的，你做得对.”，你们每个人都有各种类似的经验. 你们将在这些主观的有趣巧合中找到越来越大的满足与喜悦.

我们感谢这个器皿提供的服务，我们在爱与光中离开这个器皿，并将通讯管道转移到 Jim 实体身上. 我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，透过这个器皿 我们再次于爱与光中向你们致意.

此时 这个团体是否有任何其他的问题?

P: 关于第四密度带来的改变，它会如何影响孩子们的生活?

我是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的姊妹. 这个星球上的年轻实体具有老资格的振动，他们选择在这个收割的时期投胎到这里. 容我们说，他们充满生命的精华，拥有许多的历史，以及大量的期待与各种才能; 他们将为你们的存在平面增添多样性、丰富性与经验的强度. 这些实体似乎是另一种族类，因为他们能够觉察与运用的能量是巨大的，如同一大袋的种子正等待被伟大的播种者撒向大地.

收割的确已近在眉睫，许多的年轻实体将参与其中.

是否有其他的询问，我的姊妹?

P: 我们能做些什么好协助他们的工作? 这个世界的老旧想法似乎与他们即将要做的工作有一段落差.

我是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的姊妹. 我们认为与这些实体互动是至为重要的，需要强调家庭关系，因为家庭可以在他们每一次的兴奋与专注的兴趣上头给予支持. 每一个新世代对于既有文化的方式都似乎是另外一种的秩序，虽然社会提供许多基石给新的建物，然而并非在每一个案例中都适切地密合，所以你们需要辨认与滋养这些实体的独特个体性，规律地、定期地导引他们赞美与感恩太一造物者，让年轻的实体们对于寰宇造物之广渺无边与无限感到惊奇.

年轻的实体需要发现他在这无限造物中的位置，当他的家人与朋友提供稳定的支持时，该实体方能够在一个安全与鼓励支持的环境中大展身手.

把你认为最重要的价值观给予这些年轻实体，透过纪律与锻鍊向他们展现待人处事的一贯方法，同时考量年轻实体的个体性与他人的权利.

使你的纪律同时充满爱与坚定态度，于是该年轻实体可以觉察周围实体确实在关心他.

是否有其他的询问，我的姊妹?

P: 此时没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 是否有其他的询问?

Carla: 是的，我们一个朋友，R，最近刚完成肾脏移植手术，你能否给她一段特别的讯息?

我是 Q'uo，我们觉察你的询问与请求，我们对 R 实体说: 手术与移植过程成效良好，它们被设计来延长肉身之寿命，因为这个实体仍然充满服务的渴望，知晓造物主的渴望，以及学习爱的渴望.

我们可以跟这个实体保证，在这个星球上没有任何力量可以在她的大限到来之前剥夺其人生，而那个时间来临的当下，她也将欢喜地离开人世.

同时，我们觉得适合告知该实体她早已觉察的事物，那就是有许多内在次元平面的实体们与她一起律动，在全时间，提供她需要的指引、灵感与协助.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有，谢谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 此时是否有其他的询问?

[停顿]

我是 Q'uo，我们将启程离开这个器皿与团体，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中离开你们.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0713 章集：附录—成功

To Laugh often and much;
To win the respect of intelligent people and the affection of children;
To earn the appreciation of honest critics and endure the betrayal of false friends,
To appreciate beauty;
To find the best in others;
To leave the world a bit better，whether by a healthy child，a garden patch，or a redeemed social condition;
To know even one life has breathed easier because you have lived.
This is to have succeeded.

---爱默生(R. W. Emerson)

☆ 第 0714 章集：人类、意识与理解之二十

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1961 年，八月 7 日，星期一

平安... 平安与你们同在.

挚爱的孩子们，汝为何安静地、孤独地坐在这里? 汝寻求什么?

当我讲话的同时，亲爱的，不要听我的声音，而要听那些从内在临到你的话语.

这些话语—考量它们是你内在的一个声音—在静默的孤寂中对你讲话.

不要让烦恼或恐惧在你的心智中歇息，因为我永远与你同在.

你在静默中真的要寻求的是找到我. 我永远在那儿，因为我是你的一部分 如同你是我的一部分. 你是树枝，透过你 我得以表达; 但如果你真的要找到我，你必须打开门，允许我现前.

我是你藉以生存的法则; 但如果要表达我最真实的形态，那么你必须打开门 认出我们的关联. 你必须认出爱是一个开启门户的催化剂.

我的表达之真实形态是一种喜乐、平安、感恩，恒常地感激生命给予我的各种机会；恒常地准备好以我最饱满的能力去服务我的同胞们.

要知道 人类恒常地处于进化的状态，在生命的辽阔大海中，人类在他的经验中不断地提升自我，不断前往更高的理解水平.

你能够认出多少我的本质，我透过你的表达就有多完美，因我是自有永有者(I AM That I AM). 总是知晓我一直准备好透过你显化完美，只要小我已被移除，或者说完全的交托.

平安与尔等同在，朋友们，平安… 平安… 平安.

***

1961 年，八月 11 日，星期五

我的朋友，傍晚好，我是 Yom.

我很荣幸再次来到你们当中，同你们相处一些时光. 朋友们，在这个傍晚 你们想要谈论什么呢?

发问者: 我们的圣经中提到以色列人或神的选民，你能否帮助我理解什么是真实的以色列人与神的选民?

我的女儿，你的造物主已在这个星球与其他星球的地表上创造许多灵魂，还有许

多不住在行星上的灵魂. 以我目前的理解水平，我无法理解任何族群能够宣称只有自己是神的选民，因为在造物主的眼界中 所有受造者都是平等的.

有些人可能被选中从事特定的任务或工作，但如果说任何一个团体或族群是造物主特别捡选的，那又是另外一回事.

你们的宗教纪录包含了许多东西，使用了许多文字，但我们必须了解这些是过去的历史纪录，它们由人所纪录，在许多转译的过程中，可能产生许多的错误.

朋友们，我们必须学会在所有的纪录与资讯中 挑选出真理，我们在健全的冥想中 能够分辨，将真理带入我们的存有之中.

当我们学习真的走入内在，与无限的智慧与力量合而为一，我们每个人都拥有这股力量，我的没有比你的多，你的也没有比我的多.

唯一的关键是 我们必须学习去使用它，唯有透过练习 方能完成这个过程. 我们的生活需要锻鍊.

发问者: Yom，我想要问一个问题. 关于往后的日子，以及我们在其中的位置与角色.

你想要知道往后会发生什么?

发问者: 更具体地说，我们自身能够做什么以协助他人进来?

我的朋友，我感觉你尝试传达的东西有一点混淆. 我尝试为你理出头绪.

我不是很清楚地读取你的思想，但我尝试与你达成相互的理解.

我发现在你的心智中，你有些关切未来以及未来将发生的事，是的，你想要知道今晚聚集于此的团体有什么职责或任务. 是不是这样，我的朋友?

发问者: 是的.

现在，我清楚了.

探究未来的每一件事会花掉大量的时间，所以我只能给你一般的概念; 我们任何一个人都无法知道这些事件的确切时间，因为透过地球人群的努力，这些即将来临的事件可能被抵销，因为没有什么事件是必须存在的. 任何一个事件的发生皆是透过相对性法则或因果法则. 我确信在座的各位都知道你们的星球将发生巨大的改变，我无法给予超过你们已知的资讯.

至于你们未来的路，再次地，这取决于你们每个人在理解上的进展. 因为当你攀爬到理解阶梯的更高层，你就越能为那些寻求者做事，特别是那些在最后一分钟觉醒 决定跟随光的人们.

你们的星球上还有许多、许多人尚未觉醒; 许多人将不会觉醒，因为他们并不想要醒来，他们喜欢停留在这个梦幻-世界之中，所以，让他们停留吧，直到他们决定往前走远一点为止. 因为人类必须被允许做他最渴望的事.

但，对于那些正在觉醒的人们，那些真诚寻求的人们，你将能够为他们做许多事，这将是你们许多人的一个任务. 你能够做多少端看你拥有多少，因为你无法给予你没有的东西，就是这么简单，我的朋友.

发问者: 阁下...

朋友.

发问者: 我很想知道你是否会在底特律城中建立一个避静(灵修)所，好让我们能够暂时离开这个世界，在某个山丘上聚集在一起，共同研读一整个礼拜左右. 你难道不能这么做?

朋友，如果你喜欢，世界上有许多避静所供你选择.

发问者: 我想去你正在教导的地方.

你确定这是你的答案? 我的女儿，世界上有许多避静所，但身处避静所中还是会有问题，那儿仍然有人群.

那儿的问题不会一样，但仍然是个问题.

我曾经在这个星球上待了很长的时间，我曾经待在你所谓的避静所中，我待过许多地方，我曾搬迁到你们的城市之中，去过许多国家，但问题总是与我相随，我必须把这个问题带出来，无惧地、干脆地面对它，于是看见真实的我.

如果你认为避静所有帮助，我能够推荐许多个.

发问者: 我的想法是如果我们集中在去除小我，或 专心注视自我，而非煮菜、洗碗盘，工作等等，如此可以加速这个过程，对吗?

就我的理解，我恐怕无法同意你.

因为不管我正在洗碗盘，或挖水沟，或不管我正在做什么，我都必须觉察.

当我充分觉察，我以一颗爱意的心、一颗愿意的心去做事，我欢喜有机会去做这件事，我发现我在哪里都无关紧要.

如果你愿意环顾四周，就在你们人群当中，你将发现许多典范，许多人在最恶劣的环境中，仍然攀升到灵性理解的伟大高度.

发问者: 那倒是真的，但你担任神秘学校的老师许多年; 另外戴维斯(Roy Davis)跟随尤迦南达(Yogananda)多年，除此之外 他什么事也没做; 我只是感觉在这样的条件下 一个人能够更快地发展灵性!

你能够更快速地获得知识，但知识不会成就每一件事. 在你所说的这些地方，除非你愿意将自己置于锻鍊之下，必须是严格的锻鍊，否则你的成就将是很少的.

如果人类真的要成长，他必须锻鍊自己.

发问者: 我懂了，那么 我们必须在各自的环境中完成锻鍊，然后才能在一个避静

所当中得益?

不尽然，你可以在任何地方做，不管是避静所，你的居家环境，或任何你身处的地方. 不可能每个人都待在避静所或灵性学校之中.

我确定，如果你们任何人真的有这个需要，你将发现机会呈现在你面前.

现在，时间不早了，我很高兴与你们共度这段时光.

我希望在分享我的理解的过程，我对你们有一些帮助.

朋友们，不管你是否接受，我不会觉得难过，因为那只是我的理解.

我将感激献给这个屋子里的所有成员，感谢你们欢迎我进入这里.

我将爱、祝福与感恩献给你们.
朋友们，晚安，祝你们晚安.

***

1961 年，八月 17 日，星期四

在光中致意，我的朋友，我是 Oxal.

再次地，朋友们，紧张情势在你们星球上升高；人们再次感觉恐惧在他们的心中

升起，恐惧即将降临的大灾难. 我们正在尝试，并且相信我们能够再次地帮助你们人群避开强权之间造成的巨大冲突与混乱.
套用你们的说法，我将容许你进入我们一个小小的行动计画. 我们已经在你们的总统，甘迺迪先生，与赫鲁雪夫先生，以及一些在幕后握有权力的人们心中产生一个异像—关于这个冲突的后果.

他们并不理解其中的原因，对他们来说 彷彿做了一个恶梦，但这的确留下一个印象，使他们的内心惧怕，他们在许多个睡不着的夜晚中将好好思量.

但我们真正的工作是试图将一个领悟带入人群的心中，这个领悟正在许多人的心中生根.

我们全时间觉察你们每个人生活当中发生的事，并且留下纪录; 地球人群逐渐了解理解的必须性.

对于每一个关心人类福祉的人，请尽一切努力去促进全人类之间的理解. 有许多方式可以进行，但唯有透过人群，而非你们的领导，才有可能诞生人类的手足情谊与彼此的理解.

随着你们的通讯与运输系统的日益改良，你们将找到越来越多的机会去做你的工作，对远方的同胞展现你的爱与善意.

随着这股意识在你们的星球上逐渐增长，它终将向外触及宇宙，你们将发现自己对那些来自地外的实体们致意，你们将爱与理解献给他们，接着他们光临的人数越来越多，并互相伸出友谊与协助的手，你们人群将拥有从未经验的成长机会.

这些听起来是否值得去努力，朋友们?

团体: 是的.

那么 我对你们说，向前去吧，对所有你遇到的人伸出友谊与爱意之手，展现你的决心—你愿意并准备好去理解你的同胞.

我现在离开你们，并将我们族群能设想到的 最伟大之爱与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1961 年，八月 25 日，星期五

在光中致意，我的朋友，我是 Oxal.

今晚 我们透过一个装置调频对准该器皿的脑波频率，这个房间中发生的所有声音都被我们清晰地纪录. 同时我们拥有肖像扫描器(Iconiscan)，它对准你们的位置，于是我们能够清楚地看见你们.

今晚 你们有个人提供关于科技资讯的问题—我们曾经带给你们人群许多种科学进展，我们乐意带来更多; 但是，困难在于你们早已严重失衡，你们的科技发展远远超前你们的灵性发展. 一个文明如果想要成功地进展，这两者必须平衡发展;

朋友们，你们知道的，除非人类拥有灵性理解，否则他的科技发展将建立在很危险的地基上，这即是地球人今日的处境.

地球人现今拥有的力量是他自己无法应付，朋友们，所有的能量可以用在正面或负面用途上. 所以，你们知道，灵性发展与理解是重要的，除非人类拥有这个理解，他不能够接收宇宙的伟大知识. 人类的科技进展是没有限制的，但除非他拥有智慧与理解去妥善处理这些东西，他只会带来自身的毁灭，这个后果已经发生在你们过往的文明当中，也发生在其他行星上.

甚至 你们的恒星系统中有一颗行星因此完全地毁灭自身，我们不愿意看见这种后果再次发生.

我们积极地促使地球人群了解一件事—了解他们可以追随两个途径，一个是爱与理解的途径，服务人类兄弟姊妹，担负一己对人类同胞的责任; 或者他可以选择毁灭的途径，暗黑的途径.

人，穿越亘古以来 拥有选择的权利，你们人群也不例外. 因为人类受造时即拥有自由意志去做一己的选择. 然而一条显而易见的途径摆在眼前，他却无法睿智地选择. 如我们已经陈述许多次，对于那些选择以各种方式服务人类的实体，我们将导引与保护他们. 虽然他们不总是知道或了解为什么他们现在做的事，但他们了解他们正在做对的事，好的事; 并且一起协助人类文明提升到理解的一个新高度.

当你们的恒星系统逼近伟大的改变，我们谦卑地服务你们，我们对于能够在真理与理解之光底下服务感到谦卑. 那些做出选择的人们，他前方有一个伟大的未

来，远超过他现在能设想或了解的程度. 行星地球即将与其他行星共同就座，她将不再被分隔，而将成为伟大的星际联邦之一员；星际通讯与旅行将变得寻常，一个崭新的生命地平线将展开.

所以，挚爱的孩子们，让你们的意识向外探寻，因为在将临的日子中，你必须扩展与开启你的意识，以掌握你眼前发生的事物.

我现在离开你们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0715 章集：人格躯壳**

Copyright © 2002 L/L Research

www.biotechmashup.com/2008/03/13/a-crabby-personality

周日冥想

1997 年四月 20 日

小组问题:

今天，我们想要一些关于人格躯壳[我们在这个幻象形成的身分]的资讯，它的目的为何？它在我们的进化过程中如何运作?

(Carla 传讯)

在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们是你们知悉的 Q'uo 原则.

这一天 你们想要探索第二密度身体与意识的接合处，你们称之为人格躯壳(personality shell). 一如往常，我们欣喜地与你们分享我们对这个有趣主题的想法，

我们只有一个要求: 那就是每个寻求者依照他自己的个人辨别力去判断我们的想法，因为每个人都被给予这个力量，能够在正确的时间与正确的水平上知晓真理，听到那清晰与明显的真理钟声.

如果我们的思维并未在你心中响起真实的钟声，我们请求你将它放下并继续前行. 如果我们的思维对你是一种资源，我们至为开心.

不管是哪种情况，我们感谢你们每一位呼叫我们来此，因为能够以此种方式服务对我们真是一个祝福.

正当你们每个人在这美丽的春天下午放松着，你们住家的周围振动着一首无止尽的喜悦之歌; 每一朵郁金香与水仙花，每一株紫荆与山茱萸都对着微风绽放其花朵，欣喜与舞蹈着，如同小羊般蹦蹦跳跳的. 那儿有着完整知识的福佑，因为每一朵花儿知晓造物主，只知有造物主.

每一个动物都有相同的本能觉知，感觉完整地、完全地身在家乡之中. 对于这些植物与动物来说，没有什么自我-疑虑，也不会担心他人或自我的意见，因为(它们)没有自我-觉察. 对于到来的事件，不管是摧残花朵的强风，或是 终结小动物

的创伤，一切都被接受为完美. 如果有任何痛苦，它只是单纯地被忍受.

在这完美的动物觉知之中，某个东西被拿走，并添加了某个东西，好让第三密度得以提供机会给人灵去学习、成长与进化.

在这无毛猿的大脑本能觉知之中，令人吃惊与震摄的自我觉知降临.

这个动物看镜子的时候 不再只是看见空白或只是看见另一个同类动物，还会想跟牠玩. 现在 每一个人类看到镜子的映像都觉察到那是自己.

第三密度中的人类与一种知识隔绝，那知识位于传讲之外，是关于一个实体在生命的流动之舞中的完美位置.

人类无法毫无疑虑，确切地知晓一切皆为完美，宇宙中只有爱以及爱回应爱的韵律回音. 自我-觉察的伟大礼物与令人惊奇的自由意志携手同行，接着将第三密度的寻求者置于一个窘境，他找不到一个最终的答案，至少不是在此生之中.

是故，那儿是本能的生物实体与太一起初思维相遇之处; 这个纯粹与创造的思维没有人格，没有限制，也没有任何可以直接描述的特征. 所有描述爱的特征之努力都无可避免地失败，因为不管你如何谄媚地赞美爱，或 苦心地、准确地观察它通过的过程，爱自身继续是那造物者与毁灭者，超越一切的传讲，永远被奥秘覆盖着.

这个动物是哑的，不会说话; 意识也是沉默的 没有话语. 所以意识没有方法对那生物实体表达它自己. 于是在你眼前，一个人灵承担这个任务，进入那伟大的严

酷考验，你们称之为一辈子. 你与自我之心[高我]在事前考虑良久，要在完整自我[超越空间与时间的存在]当中挑选自我的一些特征，那些你觉得有用并且有潜力的特征，所有这些礼物、阻塞与特征将那无限制的爱之光染上颜色，刻划出独特的性格; 于是显化与学习得以开始进行.

选择该人格躯壳的自我并不希望一个平易或轻易享受的人生，毋宁说，设计这个人生的目的是使该肉身在这个或那个处境中不舒适，因人格的这个或那个特征而上钩，你(原先)并不希望一个和谐与愉快的生活，而是希望自己能够勇敢面对、检验与处理那些爱的学习，关于尚未完成的爱与被爱之课程.

在这方面，为了这个目的，你美妙地、创意地组合一些强项与弱点，于是将你一次又一次地带入与自我面对面的会议之中，希望越来越纯粹、越深入地选择去爱太一无限造物者.

再者，每个人已选择某些才能、天赋与礼物，那些你认为最适合与他人分享的祝福. 如果在该人格躯壳中有显着的艺术天份、学术才能、科学头脑、与人群合作、滋养家庭，或任何突出的才能，你获得这样的天份自有其用意.

然而，不是所有的才能都能让你自动地想到其用途. 举例来说: 这个器皿具有舞蹈与学术研究的天份，还有其他的天赋都并未被直接地使用. 然而，这些天赋为该器皿创造一连串的礼物，可以用来与那些寻求其谘询服务的实体们交流，促进能量的流动. 当一个人注视自我的人格，他将发现一个人的各项才能与明显的用途几乎从未有直接的一对一之关系.

我们在这个器皿的心智中发现这点，的确在你们生活的文化之中，一般人感觉自

我即是人格躯壳.

然而，在每个寻求者的心中有一个呼唤—超越人格与个人的一种生活方式，一个活出非个人生命的呼唤. 于是灵性寻求者经常看轻与贬低人格躯壳，他简单地将人格看为幻象的一部分，一个需要被超越的幻象.

我们感觉这样一个看法并未给予人格躯壳适当的尊重，的确 它充满了错误，由于人格的特征、偏见与成见，无可避免扭曲流入的感官资料，造成寻求者以不完美的方式表达自我.

雪上加霜的是那些与生俱来的各种阻塞，它们逮住寻求者，并将寻求者带离有利的位置(catbird seat)，即远离充分觉察自我本质与未来方向的位置.

但我们愿意称许你的专注力，你们注意到混淆的美德，被逮住、遭遇难题的有益特性，于是自我自发性地对自己揭露自我. 这些自我的特征提供一个第三密度中学习的结构，它们向寻求者呈现一组巧妙安排的选择，它们主观的导向是提供一个意识极化的最佳机会. 若没有人格体，只有单纯的自我-觉察与选择，一个寻求者将毫无错误地移动进入完全的觉察，不过 这种觉察不能教导什么；它并未与那生物实体连结，无法增进灵性的进化.

是那愚蠢的人格，小我(ego)，那个在心里有着百万种念头，会做百万种行为的自我，那个不断与自由意志交互作用的可笑实体，却只有他找得到越来越深邃，越来越真实的选择；接着创造、再创造、再创造一个全新的自我.

那么，这些你所认知的不完美却是连接意识与显化的朦胧与必要之桥梁.

因此，我们鼓励你们为你的人格自豪，并享受它.

我们鼓励每个人欣赏困惑的真实价值，当一个人发现自己变得太紧张，太这个或太那个，花点时间对自己温柔地说: “我知道你感觉愚蠢，但这个愚行能够教导.” 于是，持守在平安之中，允许困惑做它的工作，从这一连串撞击人格躯壳的事件中将产生关键的催化剂，给予你[做为寻求者]所有你渴望的东西: 一个强化与加速灵性进化的机会，这个过程位于造物主的火花[也就是你永恒与无限的自我]之中.

我们在此时将通讯管道转移到 Jim 实体身上.

我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，透过这个器皿 我们再次于爱与光中向你们致意.

此时 我们要问是否有进一步的询问?

B: 你能否澄清这个词汇，[听不到*] ?
(*译注: 依照原文直译，读者们可依据回答自行推测这个词汇是什么?)

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟. 我们谈论这个词汇与周边的想法为了说明存在于第三密度幻象中的实体，即生活在地表上的人类群体，他们无法充分地欣赏创造一切的爱，在某些案例中 甚至不知道有这样的爱，这个爱是每个人一

生中的激励原力，在这个厚重的化学幻象之中，几乎覆盖与隐藏所有的珠宝，我们指的是造物主赠与每一个居住在这个星球上的实体之礼物；这个现象背后的原因，当然，是为了让每个参与这个幻象的实体拥有做选择与负责的能力.

这爱是如此地庄严宏伟，存在于这个幻象的每一个部分当中，虽然恒常地临在，却又恒常地对忙碌于日常活动、追寻无数种目标的人们隐藏起来.

然而，一个人永远可以为了灵感、支援与连结万事万物 汲取这爱.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

B: 我有另一个主题想问你，关于心智的原型，傻子(Fool). 我们从未真正拥有所有必须的资讯以做出正确的选择，这是不是为什么这个原型被称为傻子的原因?

我是 Q'uo，我们相信已掌握你的询问，如果我们的回覆不令人满意，我们请求你再次询问.

傻子原型，一个做选择的实体，该原型可以代表置放在这个幻象的各个选择，象征创意人格体的一部分，或者 它可以代表一个实体已经精通心智、身体与灵性的能量，接着手中握有这些优势，现在能够选择进一步的进化途径.

因此，你可以看见在某些情况中，傻子被标号为零，表示初学的寻求者具有持续选择的能力.

在其他的情况中，傻子被标号为二十二，表示该实体已经精通这个幻象，现在从

这个幻象出发，前往一个更精细的幻象.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

B: 没有了，非常感谢你.

我们感谢你，我的兄弟. 此时是否有其他的询问?

Carla: 让我跟进这个问题，所以 当我们人群感觉我们知道造物主，这不是一个完美的知晓，因为我们仍然觉察我们的人格躯壳?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 这个知晓造物主的感觉在地球上的一些文化中已经获得较大程度的精炼，所以当一个对造物主的知晓仍包含人格躯壳时，该实体知晓造物主，同时也知道它依旧是一个实体.

还有一种对造物主的知晓，在知晓的过程中 这个经验造物主之实体不再经验自己与造物主有任何形式的分隔. 因此，许多实体认为这是一种对造物主的较高认识(知晓).

是否有进一步的询问，我的姊妹?

[录音带结束]

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0716 章集：人类、意识与理解之二十一

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1961 年，九月 15 日，星期五

平安、平安、平安.

光的孩子们，尔等蒙受三重的祝福，因为你在这里为了寻求，并寻求知晓真理，理解汝自己.
你们人群中只有很少人正在寻找真理，这让我很伤心. 你们人群如此努力追寻以权力满足自己，这个情况令人忧伤. 巨大的权力疯狂症已经席卷你们的世界.

今日升起的高度紧张情势只是大量追求权力的结果.

不管在任何星球的地表上，人类都绝对不应该渴望凌驾自己同胞之上的权力.

在伟大的丰饶之地，人类不需要权力以维持生命.

一个文明居然会追求这些东西到达毁灭的地步，这是令人伤心的.

我的孩子们，你们正在寻求知晓与理解真理—将你意识的触角向外伸展，为你自己建造一个爱、真理与理解的世界；唯有藉由这个方式 你方能逃离那些权力狂人所造成的后果. 我挚爱的孩子，为你自己聚集理解；学习去知晓汝自己 那么你可以知晓所有人.

使你的生命成为一个服务与奉献全人类的过程，站起来，站出来，成为一个知晓真理并活出真理的人.

所有我说的这些东西都将过去，但一个在岩石上建造地基的人，他将永远屹立着，如同一座真理的不朽纪念碑.

每日，重新投入你自己到你的目标当中，持续地提醒你自己的天赋权利，认知你的本质，你是造物主的一个延伸；将这点全时间牢记在心，持续地宣告你的圣子身分(Sonship). 即将在地球上显露的新文明将包含那些追随这条途径的人们，他们的成就将是伟大的，超过尔等思考或了解的范围；因为人类的真实形态是无限的力量，他自己即是一个造物者，所以让我们不要忽略这个事实，因为人类必须真的学习去爱他自己，接着 当他真的学会这点，他就真实地学会去爱全人类，因为他已体现与人类的合一.

不要让大大小小的事情将恐惧或憎恨带入你的心中，毋宁保持一种崇敬的态度、一种感激的态度，要知道— “这些事情并不属于我，它们也不影响我，因为我是自有永有者.”

现在，我挚爱的孩子们，我待会儿就要离开这个器皿，我要站在你们每个人的面

前一下子，并且为你们祈请一个特别的祝福.

[停顿]

我感谢汝，我的孩子，愿意接收这份祝福.

现在 尔等正接收兄弟会中所有伟大上师们的爱与祝福.

平安、平安、平安.

就这样、就这样子、诚心所愿.

***

1961 年，九月 19 日，星期二

我的平安归于汝，朋友们.

我在我的族群中被称为 Sojan，我第一次有荣幸与你们说话.

我只花一点你们的时间谈论一个你们心中关切的主题—今日 在你们人群中，有许多关于建立和平的讨论— 人们迫切地想要发明各种方法以促进人群之间的和平. 许多人倡导建造大规模的军队，囤积大量的战争物资，以吓退你们的敌人，藉由展现强大的火力，让对方害怕攻击.

但，朋友们，这个做法合理吗？持续地准备争斗，以避免争斗？

难道你们的导师耶稣不是对他的门徒说过：“靠刀剑生活者亦将死于刀剑下”？

当大家都在准备战争，和平绝对不会来临行星地球.

和平惟一可以来临的途径乃是透过一个伟大的改革运动，在人们的心中铭印和平的重要性，因为和平只能够透过人的心呈现.

人类必须于他的内在发展一个企求和平的大渴望，在他的存有里内找到和平.

当人们不再有与邻居或同胞起冲突的渴望，那么 和平将来到你们人群当中.

每一个人，不管他的生命处境为何，在他的内心深处都有一股寻找和平的渴望.

当一个人在他里内找到和平，他也将与所有人和平共处；他一点也不会觊觎属于其他兄弟的东西. 人类必须开始搜寻、搜寻、搜寻，进入内在意识的深处，终于他找到内在蕴含的答案，即真实的和平. 直到人类抵达这个内在和平的水平之前，和平将不会在人群当中盛行.

所以，我亲爱的朋友，勤勉地在你里内搜寻这个和平，当你找到之后，伟大的启示将在你的意识之中开展；这些启示将提升你到达理解的新高度、新的概念与崭新的生命观点. 但首先必须在你里内找到并确立这个和平.

就这样子，我的朋友，平安.

***

1961 年，九月 22 日，星期五

平安归于汝，朋友们，平安归于汝.

今晚的人数不多，我将讲述一些你们每个人心中珍惜的东西. 每个人都在寻求发现内在的平安; 一个带来理解的平安. 所以 我们将谈论如何整顿一个人的屋子，接着找到带来宁静的平安.

你们的种族意识中存在大量的憎恨、评判与所谓的自卫本能.

许多这些东西深藏在地球人的意识之中，人们必须将它们带出来，并且妥善地消弭之. 人类必须保持一种宽恕的态度、感恩与感激的态度. 现在，似乎有些时候我们不觉得有什么需要感激的; 然而 如果我们愿意检视我们的环境，我们将发现有许多可以感激的东西，许多值得感谢的东西; 当我们开始采取感激的态度，它将开始成长，接着我们发现越来越多值得感激的事物，我们发现越来越多东西流到我们身边，都是令人感谢的.

现在，亲爱的朋友，我们不是在讲一些华丽装饰的话语，感谢某个神明的说辞;我们谈论的毋宁是一种意识的状态，某个持续流过我们意识的东西，某个成为我们一部份的东西. 那么 我的朋友，我们必须检验我们自己，看看我们是否允许憎恨与偏见悄悄爬进我们意识里头. 亲爱的朋友，有时候，我们很难认出它们，因为它们已经成为我们的一部分，除非我们仔细地察看，我们甚至不知道它们就在那

儿. 当我们发现我们对他人表现偏见或憎恨，让我们立刻以祝福与爱的骤雨取代刚才的态度，当我们这么做 我们很快发现自己不再有偏见或憎恨，而是维持一个给予全人类祝福与爱的态度.

让我们在任何时间都不要允许愤怒进入我们的意识之中，再次地，我们可以运用祝福的力量，当一个人冒犯我们，让我们微笑 并允许祝福静静地从我们的心流入对方的心中. 我们无须捍卫真理，因为真理不需要防卫.

如果我们在真理中行动，则无须捍卫我们的行动，因为在真理中完成的东西不需要防卫，有什么需要防卫的? 又有什么东西会被冒犯?

亲爱的朋友，当我们允许这些负面情绪在我们意识里头滋长，它们将成为溃烂的伤口，导致各式各样的身心失调或疾病. 所以，我们要专注地找寻那些带给我们平安与理解的东西. 朋友们，如果你们愿意练习我们以上的建议，你将获得庞大的赏报.

此外，挚爱者，修鍊是十分必须的，人类必须学习成为他自己情绪与肉体渴望的主人; 因为如果你允许它们统治你，你将无法找到你寻求的平安.

为了你的利益、幸福与快乐，造物主将所有东西放在你面前，任你自由运用; 但在所有事上 温和节制是必须的.

好比有些人允许自己饮食的欲望统治自己，于是毁了自己; 所以你们全时间都要记住这点，同时记得你拥有的潜力不少于任何伟大的上师，甚至造物主自身.

任何人的思考都不应该包括自我谴责，毋宁说 他必须尊重自己，他必须了解自己的潜力与伟大，但以谦恭的态度去了解. 一个人必须保持谦卑、谦逊与爱的态度，也了解自己是一个全然有力的灵性存有，他可以运用宇宙的力量; 但，他必须抱持节制、智慧、爱与理解的态度去使用这些力量.

我已完结我同你们的谈话，我希望对你们有些帮助.
愿我的祝福、平安、爱与理解在你们每个人的心中歇息.
平安与你同在.
平安、平安、平安.

***

1961 年，九月 28 日，星期四

平安，我挚爱的孩子们.

今晚 我来到你们当中 感激有这个机会与你们同在，并且同你们讲话.

今日，你们正活在一个充满伟大事件的时期之中，服务人类的机会再也没有比现在更多了. 我们希望你们许多人将奉献自我在这个服务上，以各种可能的方式服务人类，忘却自我，恒常地留心人类受造的本质为太一，人类的真实本质是去服务; 因为唯有透过服务 人类得以经验与成长.

许多人相信他们的成长将来自脱离生活，他们相信以这种方式可以抵达伟大的理解水平，从过去许多世纪以来，都有人们愿意长时间与世隔绝，期盼以此抵达灵

性理解的伟大高度.

但人类受造的目的是去生活、经验与服务，唯有透过服务的经验 人类才能成长. 我们希望在接下来的几个月中，你们这些正在寻求理解与真理的人们将开始找到你自己，我们将尽一切所能去协助你们这些真诚的寻求者. 如果一个人要找到他的真实存有，他必须深入地进入内在. 亲爱的孩子，在你们目前的理解水平上，真实存有是你们难以想像的，即使对那些拥有伟大理解的人也是如此; 因为，亲爱的孩子，你是所有事物，你是所有事物. 你能否想像成为所有事物，所有造物中的东西?

当你在寻求真理的道路上移动时，牢记这点，很快地，你开始稍微瞥见你的身分与本质，你将开始从内在获得重大的发现. 人类必须领悟他自己的伟大特性，同时 他也必须领悟无我的状态.

好好地衡量这点，挚爱者，因为它具有伟大的意义.

开始在你的里内培养一种伟大的觉知，觉察你身体的每一个细胞，觉察你全然的行动，你的每一个念头与每一个动作. 在你的静默中，觉察内在的声音，你的真实部份，你或许会称之为神; 在适当时机 你将发现这个真实的内在之声带来伟大的启发.

接着 如果你是谦卑的、感激的、真诚的，伟大的觉醒将在你里内发生，你将发现自己来到一条不断向外扩展的道路上，这条路不断到达更大、更大的地平线，似乎永远没有尽头.

在我寻找真理的过程中，我从未找到这些地平线的尽头. 挚爱者，难道这点不是很令人期待与热望？当这些领悟开始在你的心中萌芽，过去的事物似乎都不重要了，你再也不会回头看；因为向后观看的人绝不会成长. 让过去的死者埋葬它的死者；恒常地向前观看，绝不向后看，因为这样容易跌倒.

我亲爱的孩子们，如果你们愿意，请放松自己 建立一种爱的态度，如同一个孩子在母亲的怀抱中 完全地放松；因为我将离开这个器皿一会儿，我将站在你们每个人面前，我很高兴为你们祈请一个特别的祝福.

现在，挚爱者，请不要紧张，不要尝试去感觉什么，只要放松—放手—允许我..
[每个人接收到祝福]

我的孩子们，尔等蒙受三重的祝福，现在 汝接收我们兄弟会的爱与祝福.

就这样、就这样子、诚心所愿.

***

1961 年，十月 5 日，星期四

愿伟大存有们的平安在你们每个人的心中深深地歇息.

平安、平安、平安.

挚爱者—我的儿子.

今晚，我很荣幸与感激来到这里. 要知道，没有一件来到你身边的事是偶然的，对我们任何人也是如此— 在我们进化以到达终极目的的过程中，生命是一个伟大的计画.

在你们的允许之下，我们将探讨地外生命与人类的神圣性.

现在 跟随我，让我们一起前往远方，甚至越过这个恒星系统.

我们开始看入迄今未曾见过的不同密度. 我们发现有些生命到处移动，拥有社会关系，也有他们的都市与乡村. 但，当我们在这些生命之中游走，我们注意到一种对我们来说有些古怪的态度.

我们看见这些实体并未忙进忙出，对于自己的福祉也没有焦虑感. 我们发现他们的每一个需求都得到满足. 我们发现他们不担心任何事. 我们逐渐觉察他们的想法与态度，我们发现他们的心中没有憎恨、恐惧，也没有忌妒. 我们只发现在他们的意识中有一股巨大的爱与服务的渴望.

他们没有想到自己，他们只想到全体. 我们发现缠绕在他们意识中有一种觉知:我们是一个广阔无边的生命之海的一部份. 他们看待这片生命大海为单一的伟大存有，每个实体只是其中一个细胞，每个细胞执行各自的职责好使这个存有成为一个完美与和谐的存有. 我们发现这种群体意识的特质，每个成员了解自己的个体性，同时也了解自己是所有造物的一部分，这一部分与任何其他部分都同等重要;他们这片伟大力量之海流过每一个细胞; 使得每一个部份，不管多么渺小，在这伟大存有之中 都是同等重要的一部份.

朋友们，现在，你们都同样是这伟大的生命之海的一部份.

当我们领悟我们的神圣性，了解我们的真实自我，我们将知晓我们的位置，我们将能够将一己的意识与这生命之海的任何意识合拍，不管它是植物或动物生命或你接触到的生命，挚爱者，相信我，当你知晓这些事，所有东西都会回应你的渴望.

你将可以与大自然的任何部分沟通，你只要单纯地将你的意识与对方合拍，你们说:“这棵树会跟我讲话吗?”我对你们说:“会的，你还会知道它跟你说什么.”所有生命都会回应爱与理解.

挚爱的朋友，你们如果愿意与你们的星球一起进入前方的新时代，学习这些东西是很重要的. 醒来吧! 地球人恳求一种虚假的神格已经够久了.

该是醒来的时候了，人类惟一找到神性的地方就在他的心中.

所以，亲爱的朋友，在内在深处搜寻，找到你一直在找的神圣力量，将它带出来并 成为这股力量. 我至为真诚的希望地球人很快地领悟这些东西，因为时间真的很短.

很高兴有机会对你们讲话，我的儿子，我至为感激有机会对你们讲话.

在我离开之前，我想要说今晚你们蒙受一个大祝福，因为这个银河的评议会的一位伟大上师就站在你们身边，这对我是一个大荣耀，我确信你们一定也这么想.

我的平安、我的爱与祝福献给你们所有人，平安与你们同在，
我的朋友，平安，我的儿子.
平安… 平安… 平安.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0717 章集：简单的讯息

Copyright © 2005 L/L Research
特别冥想
1997 年八月 3 日

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们每一位致意. 容我们感谢每一位坐在这个寻求圈的实体，我们觉察每一位为了成为这个圈子的一份子所做出的选择与牺牲，我们感谢并祝福每一位诚实寻找更深真理的实体.

我们很荣幸分享我们的想法，只请求你们每一位专注倾听，对那些没有在你心中响起真实钟声的话语 毫不犹豫地将它们抛在脑后，因为当属于你的真理来到你面前，你的辨别本能将带给你一种特别的共振.

我们发现这个团体的能量十分愉快，再次感谢各位允许我们成为这次工作集会的

一部分. 我们问自己 在我们进入问答时间之前，我们想要提供什么呢? Carla 实体与其他成员已经说了很多，我们发现几乎没有什么可说的.

我们的基本讯息总是一样的，一个简单的讯息，太过简单以致于大多数人无法相信或运用. 无论如何，那是我们必须提供的—那就是一切万有皆是爱，这不是描述浪漫氛围的字眼，也不是描述友谊的字眼，而是理则，那单一起初思维，所有东西从他而来.

理则选择使用自由意志去创造显化的幻象，你们正在其中享受着. 当你们舞动穿越这些幻象，我们单纯地请求你们记得每个实体是爱; 每个实体都是那创生与毁灭之爱的创造品. 如同你们幻象中的所有东西，每个实体的能量网络里头的爱相当有限，如果一个寻求者尝试自己给出爱，他的爱很快就会干枯，只留下疲惫与恼怒的情绪; 然而，每个实体都有能力清除每日的杂音，让内在变得镇定与静默，接着在这个内在的中空地带，无限之爱能够流过该寻求者.

我们提醒每个人记得你是谁，记得为什么你来到这个困难的幻象. 是什么东西重要到足以把你拉进这个伟大的幻象? 就我们所知，不管在什么情况，答案都是一个愿望—纯正地希望去服务无限太一.

你们每个人都曾努力地工作才获得这个权利: 在这个特别关键的时期投胎到地球. 每个站在地表上的人都具备老资格振动.

不过，你们也都有机会陷入所谓的业力情境，因此，我们建议并鼓励你们每天都花时间在心中使自我居于中央，在那一刻知晓你是被爱的，你可以传导无限之爱进入这个渴求无条件爱的世界; 为此 你来到这个肉身之中. 不管你外显的优点与

成就有多少，它们都远不及存在的服务—即做你自己，敞开心胸 怀着最大的爱去面对此刻.

我们在此时开放第一个问题.

发问者: 轮回(reincarnation)的意义与目的为何?

我们是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟. 轮回这个概念的核心是实体们持续地存在，不管是在投胎前后或居住在肉身期间，每个实体并未受到时间与空间的束缚，而是永恒与无限的. 这些密度的安排与重复的人生是逐渐发展出来的架构，你们的太阳，做为一个子理则，拿取前一次造物的基本献礼，然后为了学习的缘故稍微地修改它.

轮回的原因是在前一次八度音程造物过程中，逐渐地发现每次学习期间结束后需要伴随一个休息、复原、疗愈、与计画的时期.

每个实体轮回转世的目标都是单一的，那就是努力地、越来越接近爱的振动，因为你们每个人的内在都有那完美的无条件爱，那创造一切万有之爱.

重点在于未受教的自我如同一颗原石，里头蕴含一只大象.

在每一次的人生，该寻求者削去不是大象的部分，想像一下 需要敲击多少次雕刻工具才能恢复那清晰的大象雕像?

所以在投胎之前，你们每个人凝视着自我，掀起累世的书页，最后决定还有哪些

爱与被爱的面向最需要研读，因为每个实体都是独特的，每个实体都有他独特的途径.

因此，你们每个人在此生都有一个计画，确保各种情况呈现在你眼前，好让你选择去扩大你的能力—给予以及接收无条件爱的能力. 领悟这份爱的方式有许多个角度，所以有时候你会发现很少人能够与你讨论你的特殊任务. 尽管如此，信赖你的内在指引，坚持地追随该指引，因为这是珍贵的机会; 如这个器皿曾经说过，这个机会是单凭信心去给予爱，什么也不知道，却可感受所有事物.

当你越来越能够放掉对任何特定结果的执着，安住在爱中，你就越能够与[你为自己设置的]命运合作.

我们鼓励每一位对自己的命运有信心，相信自己可以实践命运; 在每次的人生中都将有困惑与受苦，因为忘记合一之纲要，忘记真实的本质; 当一个人披上肉身外衣，他就与无条件爱与合一的知识隔绝; 虽然如此，合一就躺卧在你里内，所以我们鼓励每一位造访内在之心，在这内在的至圣所当中，你的事工得以完成.

发问者: 感谢你的回覆.

我们谢谢你，我的兄弟，此时是否有其他的问题?

发问者: 我很好奇为什么这群人会在这个时候聚集在这个地方?

我们是 Q'uo，并理解你的询问. 啊，我的兄弟，多么令人愉快的一个问题!

确实 为什么你们在这里? 你们牺牲了什么，你们做了什么，又没做什么，方能够抵达这个遥远的、不像是真的 目的地?
在每个人的内在，都有能力认出与感受那些光的工作者参与的集会. 在每个人的里内有一颗心回应沿路结伴同行的好处与祝福.

在每个人的头上安住着一顶皇冠，带有荆棘的皇冠; 在每个人的肩上，有一条绳索与包袱; 但如果大家一起拉这包袱，就可以分担包袱的重量; 虽然这顶皇冠有些刺痛，在同伴的祝福下，这些义务与劳动在光中变得欢喜与快活.

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

发问者: 这是一个非常优美的答案，我真的懂了.

很好，我的兄弟，此时 我们将转移通讯权到 Jim 实体那边. 我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我们在爱与光中透过这个器皿向你们每一位致意.

此时 是否有另一个询问?

发问者: 是的，一旦我们成就与领悟我们内在的无条件之爱，我们然后应该寻求什么?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 探求这颗”昂贵之珍珠*”的伟大旅程，对

于大多数人而言，笼罩整个人生，因为要对周遭的人敞开心 安住于无条件爱之中，这是一个足够困难的任务，令大多数人困惑与混淆；因为在这一生中，得罪别人、因故恼怒、仓皇失措等状况都太、太容易发生了，并且充满诱惑(的机会).

无论如何，当一个人有幸尝到无条件爱来回流过一己的心，那么这种经验的祝福倾向为一己打开下一扇门，再下一扇，再下一扇，于是分享这爱的机会恒常地临在. (*译注：语出马太福音 13:45)

这爱有一种给予自身之力量，无以伦比的力量. 它吸引那些表达爱的人们，也吸引那些需要爱之服务的实体们. 我的弟兄，不要忧虑你将要做什么，因为它会摆在你面前，并且将成为你的事工.

此时 是否有其他的询问?

发问者：野(yeah)，我想知道我们称为的灵性(spirit)与意识之间是否有一个系?

我是 Q'uo，确实，我的弟兄，在这两个概念之间有一个至为密切的关系. 的确，所有的实体都是太一造物者的一部份，每个实体被遣送如同探险家与冒险家一般，勇敢进入造物的伟大未知领域中 以发现自我与造物与造物主之间的关系，去发现这所有一切都为一. 然后，在造物的每一个密度中 每个实体需要不同的载具与配备.

在第三密度幻象之中，需要一个肉体载具好让那完整与完美的灵性[存在于每个实体的里内]有方法去经验这个幻象；伴随着肉体载具，在它诞生之前存在的是意识，

每个实体的身分.

那么，灵性藉由使用心智；意识利用肉体载具，特别是身体的各个能量中心，于是形成此生的样式，每个人都将行旅此生为了发现内在的造物者，为了给予造物者一己的人生经验 让造物者知晓他自己.

那么，每个人拥有的意识是一组动态规则，每个人藉此共同创造这个幻象，每个人得以共同创造该给予以及接受爱的经验. 这些经验是众多的，穿越许多次转世与许多个密度，因为这个造物是丰富的、多彩多姿的，提供每个寻求者一个场域去充分地探索太一无限造物者.

我的弟兄，是否有进一步的询问?

发问者: 所以，灵性与意识是同一件事? 或者是怎样?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的弟兄. 每个实体的灵性，[如果你愿意接受]也就是灵魂身分，它是一切开始的核心概念，那么，从这个核心概念创造了意识，居住在各式各样的实质形体中；这些载具与意识都是灵性的表达工具.

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 没有，你讲得很清楚，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄. 此时是否有另一个询问?

发问者: 有，我们族类是否来自不同的行星? 是否有一群土生土长的地球族类?在远古时代，是否有其他族类与我们地球族类混种繁殖?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的弟兄. 确实，这个行星球体的人口来自本银河系的许多地方; 地球本身从第一与第二密度已产生她自己的人口; 其他十六个行星来源也有贡献; 当其他第三密度星球抵达七万五千年的第三密度顶点，接着发现有一部分的人口尚未极化，因此无法继续前往第四密度. 因此，这些星球将这些需要进一步极化的人群送到这个星球，有些人群比较早来，有些人群经验你提到的[与所谓的外星来源]混种繁殖，为了工作基因构造，希望有助于极化的能力，不管是正向或负向，好让每个人的进化过程得以继续 最终超越这个第三密度幻象. 是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 很棒的答案，我谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄. 此时是否有另一个询问?

发问者: 在好战活动背后是否有一个目标与需要? 更高的力量需要一群人企图摧毁地球 以增进特定人群的灵性成长，或者 这是一个对希望保护地球之人类族类的考验?

我是 Q'uo，并觉察你的询问. 并不怎么需要好战活动来促进灵性进展，毋宁说，较高密度的实体需要服务那些追随进化旅程的实体们，如此 他们可以继续自己的进化; 因为正面极性认为从事服务是必须的，如此 该服务实体得以继续意识中极化的过程.

是否有另一个询问，我的弟兄?

发问者: 如果某个人成为好战活动下的受害者，是否会延迟他的灵性成长?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的弟兄. 首先我们来看这个词汇—“受害者” —我们以为每个实体在每一个情况都在他存有的某个水平上选择参与该经验，不管它的特质为何，因为所有经验都属于太一造物者，所有经验都教导爱、光或力量的某个部分，都与太一造物者有关.

我们要探究的第二点是”延迟”这个词汇，我们以为某些学生学得比其他学生快，如同在所有研究领域，都有这样的现象. 无论如何，所有人都将学会爱的功课，因为每个实体都有足够的时间，不管他自然的步伐是快是慢，因为确实，每个在无限造物中学习的实体都将找到最贴近他自己步伐的课程.

是否有另一个询问?

发问者: 地球是否很快就要进入第四密度，地表上的人们都将上升到第四密度的振动状态?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 这个行星球体大约在你们的五十年前已经进入第四密度的振动，并且持续以稳定的速率移动进入绿色光芒之振动. 在不久的未来，伴随着宇宙其他地方的一些协助，这个行星球体的确将成为第四正面密度实体们的家乡星球.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

发问者: 我们是否很快就要进入光子带，接着在 2012 年之前，我们都会跃升到第五密度?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 虽然有些学生的确学得很快，我们发现这个星球进入第五智慧密度的时间幅距要比你列出的数字要大很多.

的确，在这个星球中 第五、第六、第七密度处于潜伏状态; 然而，第四密度横跨一段很长的时间[以你们的标准]，还有那些等着第四密度人口的课程.此时 是否有另一个询问?

发问者: 我有一个问题，Ra 是否以任何方式与我们所知的马雅(Maya)先民有关联?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们发现 Ra 群体对于这些实体有一种影响，该影响是心电感应的，并且给予灵感式的资讯，容我们这么说.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 有谁待在外围行星(outer planets)上?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们假设你意指这个太阳系的外围行星?

发问者: 正确.

我们看到的是有一群来自他方的实体，它们使用这些行星球体做为某种基地，因为目前在这些行星上并未居住着第二或第三密度的人口.此时 是否有另一个询问?

发问者: 我想要问一个问题. 是否有任何实质或灵性的技巧可以用来帮助刺激我们对实相的觉察，帮助我们在探寻的旅程上逐渐靠近目标. 我们可以使用什么工具来帮助自己? 我们成为充满爱之存有的终极目标是什么?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们总是推荐一个伟大的工具给每一个真理的寻求者，因为在我们的经验过程，在我们学习爱与智慧之道的旅途上，这个工具一再展现它的价值; 该工具就是冥想.

我的朋友，隐退到内在之中，进入那静默的房间，你在其中与太一造物者交流.

关上那扇门，每天在该房间中安静地以心聆听，以整个存有倾听太一之声.

当你已经在心中找到这个平安之处，接着注视今天的日常活动; 注视任何的伤害、困难、喜悦、学习、灵感等等，注视那些在你脑海中留下记号的东西.

照看那些艰难的时刻，重新经验它，看见你在其中扮演的角色，看看你如何能重新写这个脚本，你如何医治那受伤的部分，如何使破裂的碎片合一，如何澄清那混淆的部分.

在这个房间中做出决议，同时采取任何必要的步骤去恢复你心中的爱，你周遭人心中的爱.

在你每天的生活中，大部分时间你是活跃的: 你思考，你做事，你讲话; 需要有一种平衡，一段时间，好安置今日的活动与学习进入你的存有中，于是它可以被用来从事进一步的学习 或 成长进入爱，进入与周遭实体的合一之中.

每天冥想一小段时间是一件简单的事，然而 它却可以帮助你与自我、意识、无限造物者重新连结，接收那永恒、给予-生命的活水以滋养一己的灵魂.
我的弟兄，在那儿找到爱，接着将爱与周遭的存有分享.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 感谢你美妙的答案.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄，此时 是否有另一个询问?

发问者: 我想要为我害羞的妹妹问一个问题，是否有一种灵性病毒会影响人类行为?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们需要更多关于你所谓灵性病毒的定义，因为在这个星球上的人群之间有着许多互动影响，而那些来自他方的负面极性实体有可能被描述为某种病毒.

发问者: 好比生化病毒会导致我们肉体结构的损坏，是否有一种病毒会损害灵性结构?

我是 Q'uo，我们感觉更充分地掌握你的询问，就我们的知识范围而言，我们认为

没有这样的病毒，因为每个实体的灵性都是完整与完美的，并且全时间与太一造物者安住在完全的合一之中.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者: 你能否澄清你对”灵性”(spirit)的定义?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们称呼灵性为太一造物者的个体化部份，灵性曾决定在物理宇宙中成形为了在这伟大的进化旅程中前行，在寻求与知晓太一造物者的旅途中前行.

我们可否进一步讲说，我的兄弟?

发问者: 可以.

我是 Q'uo，我们无意造成困惑，我们的意思是你是否有进一步的询问.

发问者: 现在没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄，此时 是否有另一个询问?

发问者: 哪些食物对于我们的身体[接着是心智与灵性]是理想的、不可或缺的?化学杀虫剂与其它添加物对于我们的灵性成长有何影响? 最后，无限造物者是否意愿人们吃肉?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 无限造物者意愿每一个实体都行使其自由意志. 因此，每一个实体可以自由去做它想做的事.

至于摄取何种食材有益于肉体载具，我们觉察在这个寻求圈里的许多人都注意到这些食物. 简单地说，我们建议 穀类、蔬菜、水果是优质的，还有动物的衍生产品，好比你们的牛奶、乳酪等等.

关于可保存的动物肌肉，则由每个人自己判断，审慎决定一个最小数量与最高品质的摄取，容我们这么说.

我们不推荐使用化学添加物，因为它们强烈的化学特质通常会在你们肉体载具的不同部分造成有害的结果.

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 野! 那么对我们肉体载具有害的效应接着会影响我们的灵性意识与觉知?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们发现毋宁是因果关系颠倒了. 也就是说，一个实体表达他灵性特质的能力决定他在此生会利用的食材种类.

此时 是否有最后一个询问?

发问者: 第三密度的周期是七万五千年，第四密度的周期大约是多少?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 迄今 第三密度是这个八度音程经验

中，在这七个进化密度中最简短的经验. 第四密度是第二简短的经验，长度为三千万年[以你们的纪年法].

此时 我们要再次感谢在场的每一位，感谢你们允许我们同你们讲话并加入你们的寻求圈. 我们很荣幸能够这么做，并期盼下一次的机会.

我们是 Q'uo 群体，我们希望能够对每一位有一些小小的服务. 我们是 Q'uo 群体，我们在此时启程离开这个团体与这个器皿.

一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

Adonai，我的朋友. Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0718 章集：人类、意识与理解之二十二

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1961 年，十月 24 日，星期二

平安归于尔等、我的挚爱.

今晚我们将为你们集中宇宙能量，因为在场的每一位都需要它. 现在，我锺爱的朋友，我即将要给你们一个小技巧，并且稍微解释它的做法: 这些宇宙能量线持续地流过你们的大气、你们的身体; 它们是给予生命的能量，若没有它，你们没有一个人，也没有任何生命 可以在此生存. 透过这些能量或原力线 你们方能移动与存活. 今晚我们要做的是促使大量的原力线集中并加以弯曲，如同我们弯曲光一般. 人类还不知道这些技巧，藉由弯曲光 你们能使一个物体无法被人类双眼所见，因为你们是透过物体反射的光来看见该物体; 同理 这些原力线也能够被弯曲.

现在，朋友们，放轻松，无须紧绷，观想这些原力线大量地在你四周流动，看见大量的原力线流过你，接着，如果你愿意，观想这团能量的一部分开始弯曲，转变成一个更为集中的能量团; 然后 观想这个集中的能量团流动进入你的肉体中最需要帮助的区域，你可以依照你的渴望改变这部分的结构.

记住，亲爱的朋友，在你的思想型态里头有着伟大的力量. 透过心智的专注力量你能够导引能量，你能够促使事情以你渴望的方式发生. 对于你的心智力量要有很大的信心，因为事实上，亲爱的朋友，一切都是心智.

挚爱的朋友，我即将对你们说一些关于意识的主题，当我说话之际，允许你自己完全地放松，透过你们的智慧导师(Wisdors)之协助，我们将保持这里的能量集中，当我说话的同时，我要你们每一位继续练习这个技巧.

过去人们说了许多关于意识的东西；但，挚爱者，你们全都十分需要了解意识状态的重要性；举例而言，你们在冥想集会之前曾说一个人很容易染上疾病．现在，我挚爱的朋友，我无意批评，我以全然的诚挚与爱 述说—这个现象是意识的一个状态．可以这么说，任何持续折磨我们的东西就会成为我们意识的一部分．

人类精确地等于他的意识包含的东西以及可以设想的东西．现在，挚爱的朋友，你可能觉得很难以接受；或许你会说："这个或那个不属于我意识的一部分；它超出我的控制．"但我对你说，亲爱的，如果你愿意诚实地在你的意识里头搜寻，你将实在地找到那个东西，当它停止成为你意识的一部分，它就不再于你的生命中表现出来．

人类，或者说，一个人如何表达或成就许多人认为不可能的事？在他的意识中，他必须怀有这个东西，没有一个东西不是先在意识中思索完成，然后才显化在物质界当中．

所以，拓展我们的意识 难道不是最重要的一件事？持续地，恒常地拓宽，当我们能够思索某些事物，它们就成为我们生活中的真实情况；但 挚爱者，这无法以缺乏热情的方式进行，你必须认真以对，你必须行动．没有行动的话语，或 没有行动的思索是不会有结果的．你愿意为你所设想的实相走多远？挚爱的朋友，这点只有你可以决定，因为只有你能够扩展你自己的意识．

那些不断扩展意识的人们将进展进入较高理解．

关于这个目标，你们无法一蹴可及，但当你努力这么做，你将发现每天每日逐渐的改变．所有人类都很需要这么做；但你们必须以完全无我的态度去完成它；不是

为了一己的权力，而是为了理解、智慧、与真理；当你接收到这个新的理解，使用它利益你自己的生命与人类的生命.

挚爱的朋友，今晚 由于该器皿的智慧导师之邀请，我同你们讲话，我来自你们银河系的评议会. 我很荣幸与喜悦有这个机会，或许小规模地对你们有些协助.我希望你们已经成功地熟悉这个小技巧，我想要建议你们在静默的时间中练习这个技巧；或者在躺上床准备休息的时候练习.

我相信只要你们练习一段时间，你们将精通这个技巧，并且得到很大的帮助；因为这股给予-生命的能量属于全体人类，并且绝不会耗尽，因为供应的源头是无限制的. 所以，挚爱者，大量充分地使用它，它是供你使用的.

愿所有伟大上师的平安、爱、与理解都在你们的心中安歇，我将我们兄弟会最饱满的祝福与平安献给你们每一位.

平安... 平安... 平安.

***

1961 年，十一月 2 日，星期四

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

我们怀着巨大的关切观看今日地球发生的种种事件. 有特定的强权想要藉由展示强大火力来造成地球人群心中的惧怕. 这些人竟然被允许污染你们的大气层到这

种程度，真是令人悲伤.

结果是，你们很快将看到人群感染癌症与白血病的机率大增.

如果造成这些状况的人们领悟将临到自己头上的业力，他们或许会对自己的行动感到犹豫. 但，在他们疯狂追逐权力的过程中，他们已经失去所有对人类同胞的责任感; 于是人类全体因他们的双手而受苦.

事情绝不应是如此的，极少数人能够决定整个文明的命运. 这些人就如同小孩在玩耍炸药一般. 我们已经警告过你们人群—关于玩弄这些能量的后果，这些东西是宇宙的纯粹能量，人类不应擅自去干扰它们. 当某些人违反这些法则，他们只会为自身与同胞带来苦难与毁灭.

你们的科学家当中，大多数人对这些能量所知甚少，也不清楚使用它们将带来的毁灭. 引爆这些能量的效应将造成地球的浩劫. 目前我们所有的力量都集中在尝试影响这些软弱的心智，使他们了解自己的责任，以及他们正在对人类同胞所做的事. 但他们许多人是如此迷失在追逐权力当中，以致于他们的心智变得极为疯狂.

我们真诚地希望不需要实质地出面介入以拯救地球，但在此刻 看起来这不是不可能的事. 我对你们每个人说，运用你们自己的心智力量，集中在这些人身上，如此将帮助我们正在做的工作.

我亲爱的朋友，我说这些话不是为了将恐惧带入你的心中，但我感觉你们每一位都足以接收真相，同时 在你们了解真相后 会尽一己的职责去帮助你们人群避免

进一步的不舒适. 你们可以遣送爱与光的思想，集中地送给这些心智. 如果足够的人这样做，将会产生可观的影响力.

我们并不想要看见无谓的受苦受难，我们过去许多的努力与尝试似乎都徒劳无功，我们对你们的领导指出这些事物的愚蠢之处，并指出一条更佳的路线，然而，他们很少去留意我们的警告.

我在此预测不安的情绪将在人群中滋长，直到你们人群开始大量聚集起来，从事抗议活动，大量的群众之影响力完全有可能警醒那些掌权的实体，在一切都太晚之前.

朋友，我向你们承认，这不是一场令人愉快的谈话，然而一个人必须面对真相.

因为，除非我们面对它，否则就是在逃避. 没有行动，无法改变现况.

没有行动，无法成就任何事. 所以，挚爱的朋友们，是时候了，地球人群需要行动 方能避免这些事件.

我离开你们，并将我族群的爱与理解献给你们.
我将我最真诚的祝福献给你们，我是 Oxal.

***

1961 年，十一月 3 日，星期五

祝福你们，我亲爱的朋友们.

我第一次有这个荣幸对这个团体讲话，我将只会占用你们的一点时间.

我想知道，挚爱的朋友，你们有多么认真地看待这个事实—你们必须准备好自己以迎接即将到来的伟大改变？我们以及其他领域的众生都认为这是对地球与太阳系一次非常、非常伟大的进展. 我知道有些人声称他们等不到那个时候去看见这些改变发生.

但，我对你们说，朋友们，你们全体都将在四周见证这个伟大的事件. 届时 你们可能在化学肉身当中，或者在电性体当中；不管怎样，你们全体都将见证这次伟大的改变. 不管你所在的生命阶段为何，准备工作都是必须的.

对于那些在化学体中经验这些改变的人们，他们需要一个更大的觉知与准备. 我的朋友们，我们多次谈论这个事件许并非没有意义.

从我们的制高点来看，我们看见这个事件是如此广阔与伟大.

一个人如果想要留下来，他必须承担一个全新的意识；他必须向外探寻，扩展意识以接纳更多更大的宇宙知识；他必须理解宇宙法则的运作；他将学习知晓自己内在蕴含的力量，并凭藉智慧与理解使用这些伟大的宇宙能量带给同胞与自身更大的益处.

朋友们，不要不经意地看待这些事，毋宁以崇敬、庄重与真诚的态度去找寻理解，如此将帮助你度过新时代来临前的各种改变. 有些改变可能不会令你愉快，

但如果你开始扩展意识与觉知，你将克服这不愉快的状态，并且有大量的援助等着那些真诚的寻求者.

当这些时期过去之后，人类将在地球上建造一个新文明，远远超过你们任何人能想像的程度. 人类将盛开绽放，转变为一个新的族类，加上伟大存有们的协助，行星地球将站上她应有的位置—加入星球联邦，加入智能生物的伟大联盟，于是人类了悟他与所有造物的合一状态. 而这份领悟之价值远高过你可能拥有的任何东西.

我感到十分、十分荣幸有机会与你们共处一些时刻. 愿所有伟大上师们的平安与爱成为你的一部分. 我将我的平安与祝福留给你们.

平安归于你，朋友们，平安归于你.
平安.

***

1961 年，十一月 21 日，星期二

在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

挚爱的朋友，今日 地球人活在一个前所未有的时代，增进理解的机会再没有比现在更大了. 你们人群很快地在科学知识上有大步的进展，但灵性的理解却只有很少的进展.

当一个人同时拥有灵性与科学知识，他与一个只有科学知识的人相比有着巨大的差别. 因为前者会确保他的科学知识用在利益全体人类的地方，他不会为了自己或少数人的利益而使用这份知识.

虽然我们不是多么睿智或拥有难以想像的知识，然而，我们很愿意将这些渺小的知识与地球人分享，只要我们能确定这份知识是用在利益全体人类的地方.

但在过去的每次尝试中，我们只发现我们的资讯与援助都跑到少数人的手上，被他们用来获取更多凌驾人类同胞的权力.

事情不应该是这样的，一个人竟然寻求去控制另一个人，或掌握超越另一个人的力量. 毋宁拥有这样的渴望— 愿意去提升同胞的意识，将知识与理解与他人分享，帮助同胞的生命更为丰盛.

区分良莠的时机就是现在.

牧羊人看见迫近的风暴，他知道大雪即将覆盖青草地，于是他聚集他的羊群，他将给予这些羊奥秘，因为他们将依照造物主的意愿去使用它，他们必会为了全人类的益处去使用它.

朋友们，你只需回顾地球过往曾兴起的文明，你将发现是什么东西摧毁了这些文明. 不要让这种结局重演，领悟你与所有造物的关系，那就是—没有你的兄弟，你无法生存; 没有你，他也不会存在. 要知道，当你提升自己或兄弟的意识，你已经提升全人类的意识. 这是我们经常讲述的伟大合一状态; 地球人都必须领悟这个伟大之合一状态.

每一个人都是伟大的存有，但没有彼此 我们什么也不是.

朋友们，我离开你们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0719 章集：人类、意识与理解之二十三

Copyright © 2008 Walt Rogers
L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1961 年，十一月 27 日，星期一

平安、平安、平安.

挚爱的，尔等寻求理解，寻求通往伟大经验的途径; 尔等寻求隐士的奥秘. 我亲爱的朋友，这些事物都等着你去接收.

你们每个人都是至高者挚爱的孩子，所有存在的东西都等着你去认领. 为什么你还没站上你应得的位置? 你需要踏出这一步，人类是他自己最坏的敌人.

人类紧抓着憎恨、厌恶、与贪婪，拒绝放掉这些东西，使得地球人今日依旧处于被綑绑的状态.

亲爱的，将这些放掉，以喜悦、爱、与理解取代它们.

今日地球面临的大问题可以被轻易地解决，如果人类在谈判中能将这些负面情绪拿走; 如果他们愿意坐下来，在心中怀着造福全人类的目标，那么人类将解决所有的问题. 当人们怀着只成就自己的心态，没有问题能获得真正的解决.

我们最好保持喜悦、感激的心情，感谢任何来到我们面前的东西. 让我们看待所有人都如同自我的一部分，了解到所有人都是伟大的，所有人迟早都将转变为纯粹的存有，每一个人都在朝这个目标攀爬，我也一样.

有些人爬得比较高，有些人位于较低的阶梯，但这有什么关系?

所有人类都一起攀爬，有意识或无意识地尝试抵达这个纯粹的存有阶段.

挚爱的朋友，你们全都走在真理的途径上，你们将在短时间内穿越许多扇门，在每个房间中，你将获得伟大的经验，接着抵达真理的新高度. 请充分利用这些经验，如此 你将抵达另一层的阶梯.

当新时代来临，你将发现自己在理解(谅解)中成为一个新的存有. 允许寰宇之爱从

你的意识中盛开绽放，那是你理当拥有的东西.

平安、平安、平安.

***

1961 年，十一月 30 日，星期四

我挚爱的光的孩子们，真理的寻求者.

你们花了许多时间与努力寻找真理；然而，你们的脑袋觉得要达成这个目标有很大的困难.

但，亲爱的，我对汝说，尔等之努力并未白费.

不过，我想建议拓宽尔等寻找真理的范围. 到处观看与寻求真理，因为所有造物中的事物都向汝揭露真理，我说，造物的每一个片段都包含真理.

地球人长期被教导必须在神庙与书本中寻求灵性真理与理解；但 朋友们，真理必须被四处寻求，许多时候 你会在最没有期待的地方发现真理. 往往，伟大的真理藏在非常卑微者的心中. 所以，挚爱者，恒常地留心这些事物，因为真理无所不在.

人类很努力地去分别，将事物分割成不同的片段：真理、科学、形而上学、各种宗教. 在整个造物中，没有东西是分离的；因为一切为太一，太一即一切.

你们伟大的各个宗教，没有一个包含所有的真理，然而每个宗教都包含一个片段. 如果我们真的想要在理解中成长，必须发生一个伟大的调和，一个聚集与排序的过程，将许多、许多片段拼凑起来，于是人类可以透过理解获得一个丰盛的生命. 你们的造物主从未分别任何给你的礼物；只有人在分别这些东西. 尔等可拥有大量丰富的礼物，只要你们愿意尝试去了解宇宙法则. 尝试去领悟你们与造物与一切万物的关系.

我再次对尔等说，这句话已经被说过许多次了—彼此相爱. 我不是指地球人对爱的一般定义，而是一种寰宇之爱，一个人不再只想到自己，而是以全人类的观点思考，对全人类好的东西 也就对我好.

挚爱者，预言的实践迫在眉梢，你们伟大的星球即将穿越一个伟大的改变期，你们一些古老的先知早在述说的事件. 然而，我们发现 有些时候，许多真理的寻求者心中会升起疑虑，怀疑这个事件是否真会发生？我不禁要想，如果今天就是期末考，有多少人愿意确实踏出最后一大步，一路走到底，抛下所有的虚假神明?

许多寻求者仍然崇拜虚假的物质主义之神，虽然他们自己都不承认 这个状态存在于他们的意识之中.

我们最好定期地，十分诚实地评估自我，将我们自己投入严峻的考验(acid test)，看看我们到底站在哪里. 如果我们公正地、诚实地执行这个测试，许多人将发现在他们的意识当中有许多虚假神明，超过他们原本以为的程度.

亲爱的朋友，我们所有人责无旁贷 要将真理的基础建造在坚固岩石上头，然后

当期末考来临时，我们得以坚定地屹立不摇，接着从这个基点移动到更高的位置，在这永无止尽的真理与理解螺旋中 持续地上升.

愿所有伟大上师的爱与理解充满你们每个人的心，愿你们每个人快速地抵达你所渴望的目标.

平安与你同在，我的朋友们，平安、平安、平安.

***

1961 年，十二月 8 日，星期五

平安归于汝，我的朋友们，我是 Anthon.

今晚 你们讨论了一些十分深奥的主题，我知道许多这些事情在尔等的心智中是奥秘. 对于某些人，造物似乎显得相当复杂，它的确是如此. 然而，随着理解在人的心智中成长，随着人的意识开始成长，这些复杂的东西就变得相当简单.

思量造物的不同层面是好的，但 对于那些超出你们目前理解的主题，不要太严肃地去估量，只要怀着耐心与真诚地渴望成长，在适当的时间，所有这些主题将自动变得清明.

我也了解，在场有些人对于未来感到焦虑，当你们的星球即将展开新的旅程，你们有些人对于未来的寻求之路将通往何方感到焦虑.

亲爱的朋友，我再次对你们说，耐心伴随着真诚的觉知 就是你全部需要的东西，不管你在当下面临什么事件，始终真诚地服务人类；接着 每一个当下自会照顾自己并引领你在这条路上继续前进.

偶尔，你可以跌倒，你可能在这里或那里摇摇晃晃；但你只要遵循上述的原则，就确定可以到达目的地.

所以，朋友们，无须焦虑，无须对明日焦虑，因为每一天都是一个新的世界，在你眼前开展；或许今天就是带给汝伟大经验的日子.

一个走在平安、爱与理解的人，他就必定可以走到他所寻求的目的地.

愿所有伟大上师的平安、爱与理解在你们每个人的心歇息.

平安与你同在，我的朋友们，平安与你同在，平安.

***

1961 年，十二月 14 日，星期四

平安、平安、平安.

我的朋友们，我是 Anthon.

我挚爱的孩子们，今晚 让我们认真地，从我们心里的最深处，考虑我们的态度

与感觉. 在不太久的未来，当你们有些人被呼叫去执行需要巨大牺牲的任务，需要的努力可能超过你愿意给出的程度.

在你们的宗教中，经常提到一个人在需要的时候 必须给出他的全部—接着他愿意将脸颊转向另一边，愿意多走一哩路*. 然而，从人们嘴里讲出这些句子不过是空话罢了. 因为，如果人们被呼叫去做最小的牺牲，他们就会撤消刚才的声明.

(*译注: 请参考新约圣经中的四福音)

我不禁想问地球人是否知道宇宙存有们为他们所做的牺牲; 这些伟大的存有远离家乡，给出一切的所有，为了让地球人得以从居住许久的黑暗中升起; 那些过去住在天堂乐园的男性与女性，他们抛下所有，历经巨大的不舒适与不方便，尝试去帮助拯救一个族群— 一个不曾付出思考与努力救自己的人类族群.

挚爱的朋友，你可曾凝视你存有的最深处，接着问你自己: “我愿意走多远? 如果我被呼叫去服务我的同胞: 一个浪费生命，给自己带来痛苦与毁灭，造成自己与他人生活中巨大混乱的家伙; 我是否愿意真的去服务这种人?”

挚爱者，我想要你们在脑海中思量这个问题，看看你的答案是什么.

因为，挚爱的朋友，那一天可能来到，你将被呼叫去做这一件事.

所以，我全然真诚地对你们说，请你们好好思量这些事情.

所有受造的人类都具有自由意志; 他拥有服务或不服务的选择，做或不做的选择.

人类总是必须选择，因为宇宙造物即是一条双向公路，你可以选择走右边或左边.

就我卑微的意见，一个人最好诚实地衡量自我，真实地、理性地检验他要行旅的道路，接着在一己的心中决定走哪一条路.

我不再占用你们宝贵的时间，在我离去之际，我将再次为你们每位祈请最真诚与充满爱的祝福.

[吟唱 Om]
平安、平安、平安.

***

1961 年，十二月 19 日，星期四

我在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

当我们观察地球人群准备这个盛大的庆典，这个过程从未停止使我们惊奇，因为这类的准备与庆祝都是献给一个如此伟大的存有，但就在庆典结束的那一刻，人们迅速地忘记他所代表的一切.

这位存有做出巨大的牺牲来到你们星球上，为了带给地球人一些真理，可以让人们从束缚中解放的真理.

然而，他的真理却被轻描淡写地看待，并且经常遭受蓄意地曲解. 许多时候，那些想要控制人群的实体们蓄意扭曲这些真理.

不过，还是有些人受惠，这些人愿意牺牲足够的时间与能量去挖掘出他的话语中蕴藏的真实意义.

他诞生的故事，如你们宗教历史所述，并非完全准确，因为当时的记载是由那些看见却不理解的人所写，他们只能以熟悉的表达来述说该事件.

今日的人类在科学上有许多进展，对于宇宙有更多的知识，似乎，人们会尝试去找到这些故事中的真相，但他们没有这么做.

我确信，今晚在场的各位会同意我以下所说: 行星与恒星不会任意离开它们的轨道，引领人群前往目的地; 你们的天文学家知道恒星系统以很精确的方式运行.

造物主创造这些宇宙、银河系，使它们依照宇宙法则运转，即使它们也不会、不能去改变这些法则.

挚爱的朋友，我可敢对你们说，这颗星星来自的基地是一颗更大的星星，它在宇空中绕着你们星球运行，并且 同一个伟大的存有就乘坐其中?

这不是你们所想的星星，而是一艘庞大的舰艇，能够从事宇空旅行.

那一夜的光来自这艘大舰艇，该导引光线遥控那艘小舰艇.

再次地，在不太久的未来，这个存有将从这艘舰艇中显露，并行走在你们人群当中. 但，届时 你们的地球将被洗涤干净，呈现新的风貌；是的，甚至你们的太阳系都将展现新的风貌，甚至人类也将经历巨大的改变.

亲爱的朋友，当你们庆祝这个存有来到你们星球上，思想他为一位伟大的真理师傅，在心里给予感谢，因为有一天 你们可以有机会再次欢迎他来到地球.

我离开你们，挚爱者，我将我族群的光、爱与理解留给你们.

我是 Oxal.

介绍

这群通讯包含有益的教学指引，有助于发展出对我们自己更佳的理解，也对于我们当代的问题以及未来的重大意义有更佳的认识.

在我们地球的上方与四周存在着百万千万个来自宇宙其他区域与领域的存有，他们已经在进化过程中获致一个更高更大的理解程度. 对于那些愿意倾听的人们，他们伸出友谊的手，提供他们的理解与智慧 好让地球上的人类物种(homo sapiens)得以自我觉醒，并且共同工作引导新的黄金年代破晓而出.

在这些书页中，你所读到的文字一部分来自那些乘坐在太空船上的实质存在，他们从宇宙的其他部分前来；另外一部分来自美妙的闪耀存有，他们位于存在的更高领域 享受完美生活.

这些通讯透过一位人类管道接收，他是一个诚挚寻求真理的小团体的一员.

这些启发的话语，虽然对着一个小团体讲话，同时也适用于人类全体，所有寻求一个更丰盛生命的人都可以使用它们.

怀着最深的爱与祝福，这些具有更高理解的存有们提供他们的知识给所有寻求真理的人们.

肯定祷辞

By Hatonn

喔 闪耀的太一，遣送祢的光 环绕我们每一位，祢的孩子，

好让我们得着启发与智慧.

我们放松并将自己完整地交给天父；我们放松并将自己完全地交给他.

当我们在他的双臂中放松，我们知晓一切都好.

我们将完整的自我交给天父；我们只想要执行他的意愿.

我们放松并将自己全然地与完整地交给他.

我是他完美的小孩，他带领并指导我. 他持续地以他纯净的白光围绕着我.

我观想这最纯净的白之闪耀核心，直到我的确感觉到天父的意识，他的临在、他的力量、他的光与爱流过我，我在他的临在中放松.

他是永远慈爱的天父与造物主.

他爱我并保护我.

他是唯一的力量与智能.

我是他完美的表达

他透过我表达

我是他的意愿之执行者

天父与我为一.

只有单一的力量与智能

这个伟大的力量与智能现在是我的一部分

他在全时间导引我，保护我

我将自己完整地交给这伟大的力量与智能

我是他的一部分

我活在天父之中，我的存有在他里内.

阿门.

***

1962 年，一月 5 日，星期五

平安与你们同在，我的朋友们.

我很高兴有机会对你们说几句话. 我知道在你们的脑海中有许多关于生命的问题. 或许，你们放眼望去，看见生命中似乎有着许多的不公义. 然而，我对你们说，人类总是会获得公正的对待. 当那个时候来到时，你将会确切地看见我意指的东西.

在过去，同样一批灵魂曾经历至少三次的文明变迁，每一次 他们面临一个关键点: 是否发展为一个全球文明? 但他们选择为自身带来毁灭，接着 再次回到穴居人的生活，重新开始攀爬阶梯 以成为一个人类种族.

今日，由于你们太阳系的移动，目前的种族不可能在地球上重演一样的戏码. 曾有人告诉你们，一个公正并且对同胞有爱心的人没有什么好恐惧的，这点是真的.

地球人认为自己抵达智慧、科技的高峰，藉由控制一些能量 甚至能够摧毁一个星球; 他们很少去了解这些东西一点也不重要，他们完全忽略灵魂的重要性.

为了某种原因，地球人似乎总是将重心放在错误的一边，所有这些东西对人类都没什么益处，除非人类拥有灵性理解与发展，否则他们只会摧毁自身.

造物主意愿让人类拥有所有必须的东西 好变得幸福. 他供给人类各方面之所需，确保他的福祉与平安. 但，他也给予人类一个自由意志，一个选择的机会，因为人类若没有自由意志，无须面临选择，那他只是一个机器人!

因此，人类必须智慧地选择，他必须单一地观看，寻找真理.

人类必须依赖他人而活，所以 人类可以共同工作，成为一体，所有人在造物主的眼中都是平等的; 人类将一次又一次地攀爬这个阶梯，直到这个领悟成为他存有的一部分为止.

没有人有权利去夺取他人的性命，或 夺取他人辛勤工作的成果.

所有人都必须有创造力.

在你们的文明当中，浪费的能量与人力真是令人惊骇.

如果你实际去估算地球上真正有生产力的人数，这个数量之少将令你惊奇.

朋友们，这并非造物主当初的意图.

如果你们文明想要加入宇宙智能生命的伟大兄弟会，这些事物必须改变.

当人类得以成为伟大兄弟会的一部分，他移动进入生命的一个新阶段，他找到一股巨大的平安与宁静的感觉，这感觉将进入他的生命之中. 于是人类真正走在真理与理解的道途上.

我已经闲聊够久了，朋友们，我将最大量的爱、平安与理解献给你们，

我离开你们. 就是这样了.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0720 章集：发现造物主**

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research)，然而这篇译稿，如同先前许多篇 Q'uo 译稿，其实经过译者的主观筛选与些微的改编. 有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/1999/1999_0418.aspx

***

周日冥想

1999 年四月 18 日

小组问题:

我们今天的问题是如何在我们每一天生活的每一个层面都发现造物主.

我们理性上知道造物主创造一切万有，最终 当我们进展穿越所有的经验，于是所有一切再次合而为一. 但是 我们想知道 Q'uo 可否给予我们资讯，关于如何在每一个时刻都找到造物主，不管我们是在洗碗盘，或开车，或躲避科索沃(Kosovo)的武力冲突，或坐在飞机中，或我们正在做的任何事; 在美好时刻看见造物主是比较容易的，但当情况转坏或日子变得无聊、荒唐，我们要如何找到造物主?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与无限之光中向你们致意，在他的名之中 我们前来.

我们感谢并祝福你们每一位，你们呼叫我们加入你们的寻求圈，这是我们的荣幸与快乐，来此同你们分享有趣的日常灵性事务.

我们请求你们倾听我们的话语就如同一个兄弟或姊妹在跟你说话，因为我们不是完美的，也不是任何在你之上的权威.

我们服务太一无限造物者，当我们寻求之际，我们知道你们也在寻求这份美好、真理、奥秘、道途、生命.

拥有你们这样的同伴是好的，一个赐给我们的大祝福，我们感谢每一个成员.

当我们在你们舒适与美丽的调和振动中休息，我们发现你们每个人早已从生命经验中感受太一无限造物者的提升.

每个成员都有美丽的故事可以述说，当一切事物都是那样清晰，全世界似乎是一首美妙、和谐的交响乐曲，所有的人群与关系与大自然都韵律地共同移动，在每一个崭新的时刻跳着可爱的舞蹈.

现在，每个成员都充满渴求，希望时时住在这种和谐与公正的水平上，生活洋溢着对的感觉. 然而，我们要说 没有一个保证开放的入口让你进入这样一个心境或内心世界; 日常生活的幻象充满着活力，使你难以如意地控制心境或觉知.

假设，我们能够保证你们每个人都从幻象中完全解脱，我们也不愿意毁掉你们每个人渴望经历的苦难.

让我们来看这个关键点，为什么一个灵魂[充满造物主爱的知识]自愿将自己置入遗忘的罩纱之中，然后要求自己承受苦难、学习与蜕变? 为什么你想要沉入这片充满困惑与艰难的幻象之海?

为什么任何人想要这么做? 除了一个简单的原因: 造物主的每一片火花本能地想要学习与服务.

现在，你们来到你们这里希望服务你们，当我们对你们说话的同时 我们发现自己学到的东西可能比你们每个人都多两倍. 这即是给予礼物的特性，这份礼物将

返回祝福给予者— 两倍、三倍，甚至百倍.

在你们每个人投胎之前，你们都清楚地看见什么是凭信心而活，什么是肯定每一个时刻的神圣本质，以及自我的神圣本质. 每个人都看得很清楚，我们也看得清楚; 现在不同的是 我们没有幻象的的罩纱，而你们穿起了血肉的衣裳，并依靠生化机制运转你身体的各项机能.

我们看得清楚，但因为我们看得如此清楚，我们的选择是容易的.

我们不费力地选择放射，或者 更确切地说，轻易地允许起初思维的无限爱与光透过我们照耀放射.

因此，我们无法经由 爱得更多 或 服务更多 或 学习更多 来极化自己.

套用这个器皿的说法，我们无法变成更好的人*.

我们无法轻易地改善我们的振动复合体，我们能做的是凭藉无限的耐心在无限的时间中一点一滴地增加我们的极性; 而那些无法清楚知道与看见真理的人们，他们拥有粗糙的、跌倒的，却十分快速的学习与能量交换.

(*译注: 在此，忍不住推荐一首好歌.. 罗比的"Better Man" !)

信心(faith)对我们就只是一个字眼，这个字汇意指一种知识: 一切都好，一切都将是好的.

对我们而言，看出窗外，看见雪就称它为雪，就是这样，但在你们的世界中，这过程完全不是清楚的.

我们现在不是在说雪景，我们的重点是在你的心中看见爱，看见每一个原子、每一个微尘、每一个可见或看不见的东西都充满着太一无限造物者的爱与光.

从你们的肉体的双眼观看，你所凝视的东西不见得会对你说话.

我们具备清晰的视觉，因此每一个原子、沙尘、地板与扫把都是相似的— 都是造物主的显化世界中一个美丽、鲜活、变化万千的片段.

当一个人注视镜子里的自己，或注视另一个存有[其他-自我]，很容易看见肉体双眼所见的东西: 头发的颜色、脸蛋的气色、重量、身高等等.

但在那自我镜像里头，其他-自我的里内，你可以看见蕴含着一个无限的自我，一个连结所有其他-自我与所有造物的自我.

这个连结是如此地强力，以致于 即使是一个小团体都可以集结可观的能量.

当你们怀着同一个目标与希望聚集在一起，你可以感受这个团体的光能量逐渐增长. 每一个灵魂与另一个灵魂的连结都是圣化的，蒙福的; 这就是为什么你感觉需要参与团体，需要以团体的方式表达你们对造物主的爱.

在该团体中，每个成员的能量倍增彼此的能量，所以你们整体的力量远超过个别力量的加总. 如此，你们团体集结的光能量将对这个受苦的世界带来很大的治疗

效应.

在这个幻象中，单独一个实体要记得自己的本质是比较困难的.

当一个人从事日常活动之际，他很容易有一种灵性的孤立感.

这个孤立感是基于来自外在环境的资料，透过这个人的各种偏好过滤资讯，并排出使用的优先顺序.

如果你们每个人要注意所有感官接收的外来资料，每个人将会被洪水般的资讯所瘫痪.

所以，每个处于肉身中的灵魂很早就学会什么东西要先吸收，要先处理；什么东西是次要重要、第三重要.. 等等. 在这个过程中，很有可能大量有益灵性的资料被删除了，因而减少你们与内在灵性建立更亲密关系的机会.

现在，每个在这个寻求圈的成员都高度地依赖这个社会与文化，你们在其中生活.

每个成员都做出许多选择，将一己带到今天这个觉察点，这些选择似乎都是必须的. 我们建议有可能透过观察，重新调整接收资料的优先顺序，将某些资料调整到较高的顺序. 其中一个例子就是天父的造物. 你们的双眼感受最多，当然，鼻子、双耳与其他感官都可以感觉到造物：土壤、空气、风、火、水等元素；以及惊人的复杂生态圈，看起来无限地肥沃，美妙地丰饶.

每一个树丛、每一根小草、每一片叶子、每一片云朵都传播一种难以言喻之美，

但日常生活的觉知几乎没有注意过；因为你无法将这种美用在获取舒适或安全或食物或金钱，为了自我与家庭.

容我们说，自然造物是一组相当大的资料，人们倾向将它排在很低的顺序，因此，显意识自我倾向不去欣赏它.

当然，一个人觉得晴天比雨天好，沐浴在阳光中感觉很好.

但去欣赏每一滴雨，或每一道阳光，看见每一根小草的奇迹，却很少人这么做，因为它没有生存价值.

一个需要处理生活各种细节的人会说这不是生活必要的一部分.

然而，正是这种美，看见每一种造物的完整性，能够将信心、希望与爱的课程收获带回灵性的家乡，那是每个灵魂确实渴慕的.

每个灵魂都是永恒的公民，不单单只是一个人格体—成长、发展、生病、衰老、最终返回尘土.

我们建议你们每个人都需要返回自我的深度编程，一再一再地问自己要将注意力放在哪边，留意一根小草教导的课程.

你们会问，是什么课程啊？让我们来注视这根小草，你看见这株植物的尖端刚从肥沃的泥土中冒出来. 你看见在大地仍然寒冷的日子，它的绿意带来的希望，它勇敢地、大胆地开始朝冬天尽头的太阳向上伸展；在土壤底下埋藏着那些单凭信

心度过寒冬的草根.

如果这根小草不幸地长在一个花盆中，除草者尝试将小草拔起，它会用存有的每根纤维去抵挡，因为它热爱生命.

它不会做别的，它只会生长朝向光，并祝福所有踩在它上面的生命.这是一根小草的故事，那么问问你自己，地板与扫把与灰尘里头有什么课程?

那么，愿你看见，灰尘表现一种耐心，满足于做它自己. 的确，灰尘是最有耐心的朋友，它就停留在原地，它不会旅行，它知道自己的位置，并且快乐地待在地板上，这个地板曾经是一棵树，这棵树承受大量的苦难，它被巨大的锯子切割成许多片厚木板，然后被捣入锯木厂加工，成为某个屋子的地板，然而它愿意将美丽的纹路，柔软弹性的质地借给人们，并且有能力保存可爱的、耐心的灰尘.

它们把这些礼物给你们，不管你有没有发现.

还有那难以置信的装置，具有运转力与捡东西的能量，这个美妙的工具将地板上的灰尘吸走，将清洁还给地板.

在这个卑微、无聊的劳务中，蕴含一个优异的灵性探索，渴望去揭露自然美，渴望去净化与祝福一己的环境.

对于干净的热望的确是灵性的，将布满灰尘的环境整理为干净发亮的地方是一场灵性仪式.

每个星期日的早上，Carla 女士前往教堂，献唱给无限造物者，享受圣餐仪式；在此同时，Jim 先生则将歪斜扭曲的物品整理好，将沾上灰尘的东西清理干净，怀着大量的爱与情感进行这个清洁仪式，于是祝福了这整栋房屋.

当你们清理了你们的空间，净化了居家环境，那些穿过大门，进入你家的客人将惊讶地发现自己如此受到欢迎，觉得如此舒适，却不知道为什么；但你知道那是因为你锺爱这个空间，并将它打扮整齐，洗刷得亮晶晶，于是这栋房屋为自己感到骄傲，并且觉得十足准备好去祝福所有进入其范围内的生灵.

所有你可见的东西，没有一个不是神圣的. 你所做的任何事，没有一件不能是神圣的. 在你们的环境中，没有一个东西是死的. 所有东西都是活的，都是由爱所制造，并藉由光显现. 对于那些凭藉信心生活的人们，所有事物都是他们用以表达信心、爱、与希望的各种方式.

我们无法致使你感觉到这一切，就算我们能够给予你神奇的视觉，看见日常琐事的神圣性，我们也选择不这么做；因为我们只会给你一个没有真实力量的领悟，并且剥夺你的学习.

确实，你们每个人都必须凭藉信心而活，你们每个人都必须为自己学习爱与服务的功课，只凭藉你自己的自由意志做选择.

你们无须走出去，四处寻找造物主，每当你说<我是>(I am)的同时，你也在述说造物主. 每当你说<我是>，你正在述说爱，述说神圣本质，述说信心. 这样的觉察是你感知网的一部分，然而它的优先顺序是如此地低，以致于很少浮现在显意识心智上头.

这个器皿要求我们结束这部分的冥想，所以我们透过这个器皿总结，我们建议一个活在信心之中的生命从这个假设开始：一切都好，一切都将是好的.

如果你想要将神圣带入你日常的觉察中，你宣告自我的神圣本质，并重新调整注意力的优先顺序. 你所寻求的东西就在你里内. 你所站的的位置就是神圣之地.

你所寻求的东西就在那儿，比你的呼吸更亲近，比你的双手或双脚更靠近你.

我们在此时转移通讯到 Jim 实体身上，好让我们可以回答你们此时可能有的任何问题. 我们爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我们在无限造物者的爱与光中向你们每一位致意.

此时是否有另一个询问?

Carla: 我一直以来与愤怒的倾向斗争，并且容易走向自我防卫. 我不知道如何彻底地走出这个感觉，当我感觉愤怒的时候 我几乎不可能宣告自我为任何东西，除了愤怒以外. 你能否给予任何评论或建议?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹.

我们发现我们可以谈论这个问题的某些层面，但还有许多部分等待你努力去发现.

我们认为长期的痛苦压迫同时耗损肉体载具以及心理的支撑架构，也就是你们说的神经系统.

当一个人几乎恒常地承受肉体多处的痛苦，很自然会产生一种倾向，即某些自动反射动作，并成为他行为模式的一部分.

无论如何，有充分可能去重新编程这个反射动作的系统，使得该实体比较不会失去一己的中心或平衡. 需要有意识地注意自我，以重新编程这些自动反应.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 我没有，我待会儿要仔细地阅读这段话.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姊妹.

此时是否有另一个询问?

R: 当我坐下来冥想，我的头脑(mind)拾起一个情况，接着创造出一个我称为心像电影的东西，然后就没完没了. 我可以有意识地停止它，返回静默之后，它又接着再次上演. 我尝试空出一块地方允许它的存在，但我不禁要问 有没有其他我可以做的，或者 随它去吧?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟.

大多数第三密度实体，好比你自己，的头脑都受到相当的刺激，在许多水平上活

跃着，这由你们的文化与生活型态有关.

你们的许多工具与小玩意进一步强化这个经验，将一个人很快地带到这里或那里，并且向一个人要求大量的资讯、时间、心力与思考.

因此，你们的头脑如同一株被大量水分、阳光灌溉的植物，由于过分强调它的功能，它开始有自己的动量，容我们说，因为我们觉得难以适当地描述你们人群的心智复合体到底有多活跃.

我们发现冥想状态确实可以使一个人接近头脑的寂静，然而 也一次又一次地发现它的狂野不羁.

你能够觉察到这个头脑的动量或饶舌，并且能够三不五时用单点的静默焦点取得这个喋喋不休，这是一个值得注意的成就; 这条路最终会通往平衡，于是有可能无碍地进入心智复合体中的神圣空间.

因此，我们向你建议持续你正在做的事，不屈不挠地继续做下去，每当头脑开始运转，随后将那心里图像放在一边，好让心智的主要基点得以返回对准静默的单一焦点. 如果有一柱馨香，或音乐，或吟唱可以让你放松，我们建议以可以采用这些东西强化使头脑放松的过程.

对于任何身处这个环境中的人，想要找到内在的和平圣所都不简单，因为每个人必须处理这些心理活动，以及头脑倾向夺取焦点，我们只能建议你坚忍不拔，并且在这么做的同时保持轻松的心情.

你付出的努力，以及规律的冥想，这些才是关键，决定你在冥想练习中有真正的收获.

随着你继续投资时间与努力，将会产生一股动量，它最终将建立一个冥想的坚实根基. 是否有进一步的询问，我的兄弟?

R: 没有，我必将好好照看这些建议.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟. 此时是否有另一个询问?

[没有其他询问]

我是 Q'uo，看起来 我们已经耗尽目前的询问，我们藉此机会感谢每一位邀请我们前来的成员. 我们至为感激能够在你们的旅途上同你走几步路. 我们也要提醒你，每个人都有许多这类的朋友与你同行，并且在每一个步伐与你欢庆，与你一起赞美太一造物者的和谐合一.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我们行将离开这个器皿与团体，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友. Adonai

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0721 章集：人类、意识与理解之二十四

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1962 年，一月 11 日，星期四

平安、平安、平安.

我挚爱的孩子们，许多次 我站在你们当中，深深地凝视你灵魂的最深处，我看见的不是你在一般镜子看到的东西，毋宁 我看见一个十分美丽、深邃与强壮的存有.

我看见一个实体准备觉醒、开花转变为一个伟大的爱之存有，也就是你真正的本质.

亲爱的，当伟大的绽放之日来到你里内，你也会凝视你周遭的灵魂，并且看见我所说的这份美.

亲爱的，所有人的内在都有这份美，只要你能够看穿虚幻世界，并看入实相.

当你在时间的长廊移动，让你的觉知成长.

观察你周遭一切的美好; 观察造物主的手工艺品遍布在他的造物当中.

观察大自然中的植物、动物生命; 然后凝视穹苍，真正地看见这些伟大的作品.

仔细地观察，允许你的意识敞开，真实地将蕴含其中的美吸入，很快地，你的意识之中将开始浮现一个对造物之伟大的领悟.

然后，这个领悟将带你继续了解创造人类的真实伟大性. 人类被给予一个伟大的主权，接着 你将真正了解人类究竟是什么; 不是以一种自大的方式去膨胀你的小我，而是以一种谦卑与成熟的方式去了解; 那么 你将了解人类拥有这些主权与力量之后，他必须承担的责任— 人类拥有伟大力量，必须调和在一起，成为一个完整的兄弟姊妹同盟，并且理解(谅解)彼此.

接着，有一股领悟将在你的意识之中滋长—领悟你与一切万有的合一状态，逐渐地，你将开始融入这宏伟的造物之海，融入所有的人群当中. 然后，对于造物奥秘的真实理解将在你的存有之内开展; 于是，挚爱者，你将真正地踏上真理与理解之路.

挚爱者，我必须先警告你，这不是一条短路径，而是一条漫长、持续的开展之路; 因为有许多东西要学习，许多东西要理解.

但，随着这份理解不断地成长、成长，你将发现这条路变得益发美丽、益发迷人; 一步接着一步，你对于吸收伟大真理的渴望不断地成长茁壮，伴随着伟大的和平，伟大之爱的感觉，这些是你从未知晓的. 挚爱者，这个过程超越一切的言

语，它是那样地美，而无法诉诸言语，毋宁是要人类去经验.

我对你们说这些事，因为我知道在你们每个人的内在都有这片微小的火花，它将恒常地帮助你向前，寻求更多.

我知道这片渴望的火花想要从你们的内在伸出触角；以我卑微的方式，我试图去煽动这点火花，让它变得更亮一点，好让你们感觉更多它的影响.

我知道，当我凝视看入你们每个人的灵魂最深处，这份渴望远远大于你们自己认为的程度，很快地，它将爆发成为一片烈火，将温暖带入你的心中，并帮助你迅速移动前往你所渴望的道路.

我将最深、最深的爱与祝福献给你们每一位.
平安、平安、平安... 就是这样了.

***

1962 年，一月 16 日，星期二

傍晚好，我的朋友们，我是 Yom.

与时间相关的人类进化，或许，对于你们有些人而言 并不容易想像.

你们经常谈论的人类进化经常指的是目前这一个文明(阶段).
但，我的朋友们，这并不必然如此，因为，在地球人的进化过程中，曾经有一个

以上的文明曾来到一个美妙的地步，盛开出一个美丽的人类种族.

但，由于不智的思考或选择，他又失去已获得的成果，他选择一条没有灵性理解的科学途径；容我们说，人类对于科学的兴趣大于对灵魂的兴趣.

于是，当人类逐渐在科学方面获得进展，他就离灵性越来越远.

在这一个文明之前，人类曾经取得相当的平衡，其水平胜过目前这一个文明.

在前一个文明当中，大多数的成员拥有很好的灵性理解，伴随着科学的理解；于是他们的科学获致伟大的进展，甚至超过你们今日的科学水平许多.

但是，在某个时点，该文明的特定组成份子开始渴望凌驾人类之上的力量. 换句话说，这些人开始怀疑他所学到的某些宇宙真理，于是他允许权力的渴望滋生—凌驾人类同胞的权力.

当这股权力开始增长，他的渴望也越来越快速地增加，人的灵性就变得越来越虚弱，他的权力开始摧毁他自己；最终，造成巨大的浑沌局面，一个伟大的人类种族遭受毁灭；再次地 他们发现自己掉到这个阶梯的底部.

他们过去是亚特兰提斯人(Atlanteans).

所以，人类再次攀爬这进化的阶梯；但，并不是说那个文明中的所有人都在爬这个阶梯. 因为在那个时期，有一些人坚定地追寻真理与理解，坚定地持守爱与理解的法则，于是继续他们的进化旅程，不过，他们为数甚少.

所以，这个过程将再次重演，只有人类他自己可以做出选择，人类总是有权利去选择他的道路.

圣经上说，没有人知道那个日子的时分，朋友们，这是真的. 没有一个活在地球上的人，有这个本能去知道那时间; 但我在心里知晓，那一日，那个小时，那个事件取决于人类的行动.

我的朋友们，我知道你们许多人感到很需要与他人聚集在一起，虽然 表面上没有什么实在的理由; 你们试图断裂或拉开彼此，不过，你们一次又一次地彼此吸引. 朋友们，这点难道没有告诉你什么? 你们有些人要在一起做很多事，当你追随这些脉冲，你将发现这股磁性的力量，整个情况开始一目了然.

朋友们，记住，人类并非单独存在着，人与人之间是彼此依赖的. 你们的文明似乎在某种程度上忘记了这一点. 在不久的未来，我确定，你们将发现对彼此有很大的需要，你们将从彼此身上找到伟大的力量与协助.

我的朋友，你们眼前有一条美妙的道路，只要一个人拿出勇气与真诚，他就有许多机会成为人类之兄弟姊妹同盟的一份子.

朋友们，我对你说，恒常地跟随你前方的光，向前行.

抓住每一个现前的机会，好使你成为一个更纯粹的宇宙小孩.

造物主赋予你们每个人特定的能力，尽你最佳的努力 为全人类使用这些能力;当

你这么做，你将走在真理的道路上，并一步一步地发现自己的内在发展出更多、更大的能力.

我很高兴再次与你们同在.

如果我已给予你们一丁点的服务，我很感激.
我衷心将我最深、最深的爱与祝福献给你们每一位.
愿你们的发展与寻求 最终都到达最高的视野.
祝你们全体晚安，朋友们，很愉快与你们共度一段时光.

***
1962 年，一月 24 日，星期三

傍晚好，我的朋友们，我是 Yom.

我知道在座许多人对于一个天文现象感到很惊奇，即所谓的行星汇聚(conjunction).

朋友们，我不是一个先知，因此，我不试图去预言.

但请仔细地观察这一年的事件，因为这将是充满事件的一年.

某些事件将对于你们地球上的两大强权产生很大的效应，这个事件的影响将有深远的影响，延伸到未来的许多年. 我就只能说这么多了.

我的朋友们，记住 你们活在一个能量的宇宙当中. 甚至你，你自己是纯粹的能量. 在你们的星球上，你们所谓的电力扮演很重要的角色. 也请记得，你们的星球不只是一大团的物质，它自身即是一个实体.

朋友们，这是一件值得思量的事，或许你们觉得有点难以想像，虽然如此，这却是真的. 有一天，当你们对于伟大的宇宙有更大的理解，你们将同意我的论点.

你们的星球外围有一个包覆层(envelope)，你们称为大气层，它由许多不同气体组合，并有着许多层次，比方说有一层包含纯粹的氢气.

现在我们换个方向，来谈谈你们的思想，思想的力量远大于你们能了解的程度;思想即是位于某个频率上的能量，也可以被分解为许多不同的频率，如同你们的电流，我用这个比喻是因为你们比较熟悉它. 你们的科学家证明电流有着成千上万种的频率，还有一些频率是他们尚未发现的.

思想也可以透过许多种频率传递，这将决定它带给你们地球的包覆层之效应.

当这些思想能量释放之后，它们并不会在短时间消失，而是进入地球的包覆层.

它们对于你们地球包覆层的影响将取决于思想的频率.

现在，你会问: “什么东西决定思想的频率?”

首先，思想背后的动机将在某个程度上决定该频率.

举例而言，憎恨、厌恶、恐惧都有它的频率，并且最终会在包覆层中寻找同类的振动，于是越来越大量地在地球包覆层中累积，对地球造成影响；如气候的变异，地震等等. 地球包覆层的影响力远超过你们科学家了解的程度.

朋友们，你们懂的，当一个星球的人群活在和谐之中，为了彼此的益处而活，大家的头脑全时间用于正向思考，这样的星球不用面临险峻的情势；当一个星球的人群不认可与思考这些事情的重要性，结果则相反.

所以，亲爱的朋友，行动背后的思想是如此地重要. 因为如果没有思想，不会产生行动.

在你们的宗教书籍或圣经中提到一个审判日，你们一些宗教很认真地看待这件事，他们相信在那一日，所有死人都会活过来，所有人都要接受审判，比方说你是好人 到这边，你是坏人 到那边.

嗯，朋友们，真的有一个审判日即将来到，但不是以上述的方式进行，没有一个伟大的神明坐在雄伟的宝座上分别他的羊群.

然而，每个人都将收到公义，依据他自己的思想；他将审判他自己.

你们许多人，或者我该说，你们全体都将见证这场审判，不管你此刻有没有一具肉身.

审判日将是影响深远的，它包括所有的地球人，包括物质界与星光(astral)界的众生. 但，你们早已被告知：那些正确地使用力量的人，那些努力活出公义生命的

人，那些看见同伴需要并提供所需的人，他们已面对他们的责任—所以没有什么好惧怕的，因为一切都将是好的.

我很开心与你们共度这段时间，我感激这户人家接受我进入这里，或许 我们将再次相遇，我诚心地希望.

我将我最深的爱与祝福献给你们每一位，愿你们每个人在寻求理解的路上，抵达高峰. 我鼓励你们每个人勤奋地寻求.

向你们道晚安，朋友们，我十分高兴与你们同在.

***

1962 年，一月 26 日，星期五

平安与你们同在，我的朋友们.

首先，我要称许你们全体集结在一起，试图去扩展你们的意识. 今日的地球上，太少人做任何这样的尝试.

你们天文学家说你们活在一个恒常-扩张的宇宙之中，这点是真实的.

那么，如果这是真的，人类必定也要持续地扩张他的意识，如果他想要与这个宇宙共同成长的话.

地球人在这方面还没有做得很好; 他的努力经常花在错误的方向上. 他太常以自己的方式做事，于是发现自己与宇宙的伟大法则相冲突.

如果你想要发现这些自然能量的法则，这个促使众星系运转的法则，那么你首先必须观察这些能量的作用力，仔细地观察它们.

在你们的第十九世纪的后期，一个特定的个体志愿投胎到你们星球上，为你们人群带来这些能量的部分知识.

现在，这个人，当他行走在这颗星球上的期间，他并未完全觉察自己的任务; 然而，一股伟大的驱策力在他里内燃烧，他清楚地知道必须去做这些事，这个人的意识里内蕴含一个伟大的知晓，为了使它具体成形，他必须观察，观察自然的作用力. 他必须十分仔细地研读她的作用与反作用力，他的确做到了.

他密集地观察这些作用与反作用力，接着内在涌出各种伟大的启发.

当他逐渐了解这些研读与观察的重要性，越来越大的启发在他意识之中开展，直到一个临界点，他将他的发现与知识等展示给你们的科学世界，进展地如此快速，致使当时的科学家迷失了，他们甚至连跟随都来不及.

但，世界的强权阻挠这些伟大的发现，因为他们将自我的利益摆在人类的福祉之前. 所以，这个人的许多发现都没有公诸于世; 在他的晚年，他领悟到一点:

地球人尚未发展到可以接收这些东西的地步.

挚爱的朋友，我告诉你们这些只是为了说明我的论点.

如果你们想要向前成长，不要允许各种墙壁在你的意识中建筑起来；而要保持各个门户的敞开，如此你得以扩展. 一旦这些墙壁建立起来，就很难把它们拆掉.

大自然并不以这种方式运作，你也不会以这种方式成功.

认出你内在升起的驱策力，认出它的本质，成为你自己的主人；因为只有你能决定这股驱策力可否造福你的同胞与你自己.

不管你的驱策力前往哪个方向，请尝试仔细观察围绕在该驱策力周围的法则，在仔细观察的过程中，你将发现大自然对你揭露答案. 但你必须是真诚的，你的动机必须是崇高的，那么结果就会是好的.

讲完这些，我的朋友们，我将动身离开。
平安与你们同在，平安，平安.

***

1962 年，二月 1 日，星期四

平安、平安与你们同在，我挚爱的孩子们.

今晚，我在你们静默的期间来到你们当中，将我的祝福与爱同你们分享.

孩子们，我对你们的爱是深的.

我希望能够与你们分享那来自爱的至福.

我希望能够将这个爱的伟大知晓带来的感觉、满足化成言语.

挚爱者，我看着你— 不是一个沉浸在罪中的实体，也不是一个缺乏知识与理解的实体; 我看见你如同一朵玫瑰花苞，即将以全然的荣光与美丽的样貌绽放.

孩子们，你们要感激自己选择了这个时代，因为伟大的机会等待着你; 但如我已对你说过许多次，或许将会说更多次: “彼此相爱.” 允许这股伟大的宇宙力量透过你表达，如果你持续地耕耘，它将不断地成长、成长、再成长，你将经验到的至福超过你最大的期待.

允许你自己接受宇宙意识之伟大海洋的洗礼; 这是约翰-施洗者的标志，当他为人行浸洗礼时，水即是意识之伟大海洋的象征. 今日，这个伟大的存有再次行走在你们的地表上，并且将扮演重要的角色，协助行星地球建立一个充满手足之爱、公义与和平的王国.

对于真诚寻求真理的人们来说，最重要的是使你的视线专注单一，你只看见人们内在的优点; 认知并培养这个习惯，将为地球带来和平、爱与理解.

遍及全地，你们许多人一直信实地追随造物主与理想，你们有一天将接收那光.这件事已记载在你们的宗教历史之中.

挚爱的孩子们，不要让恐惧、憎恨或厌恶进入你的心；总是看见那良善的、公正的、正义的东西；如果你能做到这点，你的道途将是平顺的，沿途的风景将更为美丽，生命本身变得更为丰富；和平开始定居在你存有的周围，接着你开始与所有造物合而为一，造物的真实之爱开始在你的心中破晓升起.

平安、平安、平安.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0722 章集：一个日益扩大的觉醒与家族圈

Copyright © 2006 by L/L Research

专栏：小灵媒宇宙逍遥游

作者：Carla L. Rueckert (卡莱)

刊载网址：ReligionAndSpirituality.com

刊载日期：2006 年 9 月 6 日

路易维耳市— 1962 年，我与一个名叫唐-艾尔金斯的男人开始一段关系，十二年之后，导致我开始学习传讯. 我们共同的研究成果吸引越来越多人的兴趣.

打从七十年代晚期，我们的团体—L/L 研究中心，持续为热心读者们举行工作坊、研习营、与年度回家(Homecomings)聚会；我们尝试服务他们，希望帮助他们在觉醒的过程中发现他们各自的真理.

我们才刚在劳工节假期举行 2006 年的 L/L 回家聚会.

我们讨论的基础包括我最近写的，有关脉轮的一系列文章，以及从一的法则系列萃取的部份段落.

我们今年的团体规模较小，恰好十二个人登记参加，接着一位神奇的第十三位参加者，他是 L/L 研究中心的老朋友，在抵达机场后打电话给我们 才发觉我们的活动计划.

幸运地，我们能够在我们普通规模的客厅中，为他安插一个位子!

在这个假期中，每一位参加者花时间来到我们这里，慷慨地、壮丽地敞开他们的心，真诚地感激来到这个开放的家园. 他们许多人第一次体验到真实家庭的感觉.

那些被我们的资料吸引的人，通常是一群古怪的人. RA 资料，也被称为一的法则，包含许多个问题，由一个疑似外星人的群体负责回答，名为 Ra.

发问者是一个十足十的科学家与物理学家，唐-艾尔金斯教授.

Ra 群体对艾尔金斯各种硬派科学问题的答覆是非常稠密的资料，光是阅读就不容易了，更别说去理解它.

对于 RA 资料有反应的人们通常是很聪明、反主流文化的人，独行侠、孤独者，喜好科学或科技的族群.

这些人在最初觉醒的时候开始寻找方盒体制外的资讯，他们寻找各种灵性、宗教

与祕传资料. 他们细读一些宗教或祕传典籍，通常找不到什么共鸣.

然而，在阅读一的法则的过程中，他们听到了共振的铿锵声，因为艾尔金斯的方法对他们而言是合理的，这颗中立、广泛、清醒与极为博学的头脑是 Ra 群体传递资讯的理想载具.

当觉得 RA 资料有用的人们聚集在一起，很自然地 他们对彼此有很多的共鸣.

这就彷彿一个人，从未找到可以深谈的朋友，突然之间 他找到一个团体，他可以与每个成员交谈，这是一个强有力的事件，并带出许多次一整夜的长谈!

我们这次的团体包括一个刚会走路的婴孩，聚会期间 我们围成一圈，中间摆着一个幼儿围栏. 当我们安定下来研读、冥想与学习，渐渐地我们感觉越来越像是一个家族. 这个小女孩成为每个成员的孩子，许多双手臂在这段时间都曾拥抱过她. 我列举这些细节是因为我要陈述一个重点，但我在此打住，以提出一个对称的东西; 现在请与我一起流动到另一个主题.

昨晚，斐斯克(Robert Fisk)先生，一家英国报社的记者，接受爱咪-古德曼(Amy Goodman)主持人的专访，这个新闻节目叫做”民主 现在!”(Democracy Now!)，绝对是今日美国境内最棒的新闻节目. 它没有任何宣传手法，只寻求真相.

在我看来，这个节目与古德曼女士都是我们的国家宝藏，

斐斯克是长住中东地区的战地特派员，在三十年间，他看尽人间冷暖. 他们全家都住在贝鲁特(Beirut). 他会说当地居民的语言.

昨晚，斐斯克谈到以色列境内有十三万户家庭被非法的集束炸弹所摧毁. 这些炸弹杀死一千名以上的老百姓.

以色列当局宣称这次的瞄准轰炸如针尖一般精准，如果真是这样，以色列军队则是特意瞄准平民攻击，因为在那个区域并没有任何硬式目标*.

(*译注: hard target 意指具备防卫武力的军事设施或单元.)

在轰炸行动之后，斐斯克前往一个小村庄探视损害的情况. 当地没有任何像是军事设施的地点; 一个纯净与单纯的村落. 他开着四轮驱动车前往目的地，当他抵达现场时，他看见整个村落都被夷为平地，提醒你们一下，地面上不是瓦砾，而是灰烬.

他说上一次看到这样全面毁灭的场景的时候是看他父亲拍的照片，拍摄时间是第一次世界大战，地点位于法国.

斐斯克说，在灰烬中挖掘的过程，他们迄今发现 36 具尸体，所有人都是平民，那些跑不了的小孩与老人.

以下是斐斯克对这个事件的简短结论: “传奇与颂歌*”. 我直接引用他的话语.他说所有活跃于中东地区的玩家都汲汲追求胜利: 以色列、黎巴嫩、叙利亚、巴基斯坦、伊朗、伊拉克、英国与美国. 这些国家拥有一种 ”令人惊奇的自我-妄想能力”. 美国、英国、以色列等国的右翼极端份子十分满足于永远停留在战争状态，同时藉此重新安排与收刮这个星球的资源.

阿拉伯世界的右翼极端份子则集中力量在抵挡与击退西方世界的阴谋.

(*译注: “legend and song”表示以色列军队的辉煌战史，但在此却隐含强烈的反讽意味)

当我们宣告要摧毁恐怖主义之际，我们也变成了同样残忍的恐怖分子，一点也不输给中东境内所谓的恐怖份子组织.

斐斯克说，我们曾经对伊拉克使用集束炸弹，这似乎给了以色列人对黎巴嫩如法泡制的权利，至少 他们脑袋里会这么想.

古德曼小姐问斐斯克: 我们要如何从这样一个向下沉沦的漩涡中抽身，如何消散这个越来越具侵略性与敌意的螺旋? 因为任何人都可以看见这一个螺旋不断强化之后的最终结局.

美国当局早已公开谈论要在伊朗境内使用战术核子武器.

虽然五角大厦迄今否认这样的宣告，并说这个想法是难以想像的坏政策.

然而，这个意识型态的基础依然毫发无伤，不受任何道德煞车或缰绳的约束; 如同诗人叶慈所说: 那兽垂头走向伯利恒*.

(*译注: 这句话出自他着名的诗作，The Second Coming.)

再次地，请留下来，我正要切换主题. 我到底为什么要把你们拖下水，囉哩囉唆地叙述国际间的灾祸? 我这么做是因为这篇文章攸关真实的希望、真实的愿景、真实的爱.

当古德曼小姐问斐斯克这样一个问题: 什么东西可以给他希望?

斐斯克撕去英国人一贯的绅士作风，坦白了当地说: “绝对没有任何东西”.

然而，希望是在的; 无形却是真正的希望. 这个饱受困扰的星球的形而上状态要比表面上的样子好很多.

当任何麻烦发生，地球公民就集合在一起展开援助.

尽管政府对于区域性的困难经常是冷漠的，当地居民自行召开会议，进行讨论，提出计画并贡献各自的时间、能量与爱去补救这个局面.

纽奥良(New Orleans)的心是大大地敞开的，各色人种在第九区低地(Lower Ninth Ward*)创造他们自己的复原计画.
(*延伸阅读: http://magz.roodo.com/article/967)

不管是我们这个小小的回家团体，在这个普通规模的客厅中设法挤进十三个人，并且和谐共处，同时给予马利亚(Maria)妈妈一个空档，暂时不用照顾缇亚(Tierra)宝宝; 或者是一个城市或国家找到方法去照顾自己，这些是好人一直在做的事;而这个世界充满了好人.

那么，如果一个人要发现这个世界的美好，他的目光必须离开世界政局的大厅;然后，转向去注视世界各地的草根民众，你在每一个地方都可以找到觉醒的人们，他们是一群准备伸出援手给邻居的人.

RA 资料有一段很棒的话语*，很适合放在这里.

艾尔金斯曾问 Ra 群体: 一个觉醒的寻求者是否藉由他的振动多少帮助增添地球的振动，好比 电位极性 或 充电一个电池? 他的肉身存在是否就协助了地球?

Ra 的回答充满了希望，他们给予一个比喻: 想像一家储存各式商品的杂货店，里头有愤怒、战争、杀戮等罐头，但一个人也可以在这家店找到和平、爱、光、喜悦的罐头. 这个漩涡(机会)可能十分地小，但如果(你)完全背对它 就是忘却此刻蕴含的无限可能性. 你们的星球有可能在一个美好，强健的灵感片刻极化朝向和谐吗? 是的，我的朋友们，它并不是极有可能;但它的可能性一直都在.

(*译注: 这段问答出自一的法则卷三，第 65 场集会)

我张开双臂 拥抱你们的灵魂. 亲爱的地球家族的兄弟姊妹们，让我们到处寻找那个装着爱、光、和平、与希望的罐头. 我们拥有它，但它只存在于我们之间，我们需要一起合作!

让我们一起预想一个世界，不只是获得修复，还是一个被我们重新想像的新世界. 让我们在爱与希望中，一次从事一个行动，一次弥补一个关系，一步一步地抵达这个宏伟的目标.

***

作者 Carla L. Rueckert 是一的法则系列(The Law of One)的传讯者，以及流浪者手册、通灵者手册、一的法则-101 等书籍的作者..etc. 请前往 www.llresearch.org 阅读她更多的通灵讯息与日记(The Camelot Journal).

她的电邮(email)地址是: contact@llresearch.org

(V)2009 Slightly adapted & translated by c.T.

☆ **第 0723 章集：灵性的旅程**

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

然而这篇译稿，如同先前许多篇 Q'uo 译稿，其实经过译者的主观筛选与些微的改编.有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/1999/1999_0502.aspx

***

周日冥想

1999 年五月 2 日

小组问题:

今天，我们想要获得一些资讯以帮助我们澄清一件事: 在我们日常生活做的事情中，哪些事具有形而上特质.

通常，许多人认为灵性旅程只从心轮开始运作，接着向上通过喉轮与眉心轮，从

事那些明显属于灵性的工作.

但我们想知道，当一个人在每日生活中，拥有各种良好或糟糕的关系，他要如何将生命聚焦在灵性旅程上?

Q'uo 能否给我们一些资讯好帮助我们澄清这点: 我们如何每一天都聚焦在我们真正的灵性工作上?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与无限之光中向你们致意，在他的服务之中 我们存在.

我们感谢并祝福你们每一位，你们呼叫我们加入你们的寻求圈.

你们提供给我们一个伟大的机会，我们热切地收下它，除了一个约定: 每个人拿起对自己有用的部分，将其他部分抛到后头.

你们今天问的主题与清晰度有关，这个清晰度可以令你在每天生活的各种事件中看见最有用、最清楚、最清明、最有灵性帮助的观点.

我们接下来要讲的方向并非该器皿预期的东西，我们从她的记忆库中挑选一个清楚的记忆，在此时 这个记忆对于我们的意图是有益的.

在那次的事件中，该器皿经验一次几乎完全缺乏生命的状态; 也就是说，该器皿

在那个时候非常地接近死亡. 她自己也觉察到身处极度的困境当中.

该器皿当时住在医院里头，她的肉体并未适当地运作，在她周围的人都十分地关切; 在这个环境之中，该器皿躺卧在一种祈祷状态，离清晰的状态很远，毋宁是如同一片浓雾，在海上的迷雾.

这确实是该器皿在那个时候内在所见的影像.

她觉察自己是一个灵魂，并未在海里或海上歇息; 而是待在海边观看这片浓雾，渐渐地 她看见两点光，穿过浓雾 蒙眬地发出微光. 有时候，她能够看见它们;有时候，她又看不见.

在某一个片刻，她突然地领悟到一个事实: 这两点光是她认识的灵魂，她知道这两个实体是她的亲人; 他们在这极度危急的时刻为她祈祷，于思想中与她同在.

当她觉察到这一点，一个明确的视野出现，那并不是幻影，她看见浓雾消散，接着 出现百万千万个光点照亮了整个天空.

她再次地有一个领悟，她知道所有这些实体都是地球的子民，他们在那个时刻处于祈祷状态，为所有在地球上受苦的人群祈祷.

在这么多的光点之中，几乎没有一个实体认识她或知晓她的困境; 然而 他们却出现在她的宇宙之中，因为他们一直为减轻人类的苦难祈祷.

这个异像有它自己的清晰度，它呈现出实相的深度与人格体的肤浅状态.

虽然，该器皿当时觉察并认出前面两个祈祷的实体，一旦她将这个宇宙看得更清楚，看见祈祷的能量如何帮助该器皿，该器皿立即超越人格体，并看见那些实体振动散发着如基督一般的爱.

我们选择这个记忆是因为它剥掉许多个感知与习惯层次，人们倾向以这些层次来思考自己，知道自己在做什么、做得如何，以及如何将灵性工作做得更好.

灵性进化的追寻是一个充满诱惑的追寻，不管你追随这条或那条途径 都是一个朝向愚行的诱惑; 因为一个人格体的肉体与心理部分的本能几乎没有灵性清晰度可言; 于是他几乎无法知道每日生活中 每一个时刻发生的灵性事件.

在那个时候，因为该器皿处于一个极度危险的位置，因此她可以向那不遵循明显逻辑的觉知敞开.

在这个时机，我们要求你们花一点时间，移动进入一个空间，你们将发现自己是光. 我们在此时停顿，允许你们每一位移动进入那个空间，在那儿 灵性是真实的.

[停顿..]

当你们每个人与这个观想过程挣扎之际，每个人开始看见当我们谈到灵性议题，理性思维变得多么诡诈. 在试图看见自我为一道光的过程中，头脑立刻升起一种自我批判的感觉，好比“我不是十分明亮的光”、甚至“我根本没有被点亮”.

我们曾多次透过这个器皿说 你们的本质即是一个振动.

你是一个形而上的实体，你表达出一个振动复合体，该振动是清晰且独特的；你的名字可能会跟他人重复，你的振动复合体却是独一无二的.

你即是这个振动复合体，它就是一个光之存有.

你不是你的身体，你不是你的人格体，你不是你的心智，你也不是你的情感.

你无法穷尽你自己的品质，不管你看得多远，搜寻得多深入，或你多么虔诚地挖掘深邃心智的矿脉；也就是说，发展魔法人格，这个器皿常称之为自我修鍊的工作. 虽然这些都是好的，甚至是一场重要的冒险，但它的用途是有限的，适用于这个幻象之中，而非用来改变你们振动的配置.

的确，我们能够凝视这整个光谱：包含所有这些以显意识工作自我人格的各种方式，我们可以指出它们构成一个灵性进化的唯物观点.

该器皿立刻对自我说：“怎么可能有这种东西，灵性唯物论?”

因为第一个动力关系、第一个矛盾即是灵性与物质世界之间的动态张力，的确是如此.

不过，这不意味人格的修鍊是个坏主意，透过这类的灵性练习，一个人可以获得可观的清晰度，以及可观的好处. 同时，一个灵性觉醒的实体运用灵性练习可以感觉到它是有用的，并且有生产力.

但，你们看，当你思考如何更具有灵性的生产力，你的思考方式就如同从事物质界的工作一般，相当于将你的工作伦理带入灵性生活之中.

再次地，我们要说没有一点意思要去推翻你尝试成为一个更好的灵性存有的种种努力. 只是要指出一点: 当你完全不去想自己在灵性方面表现如何的时候，你的灵性
以最清晰的方式表达它自己.

你是光之存有，该存有只与你的身体轻微地连结，甚至与你经验的这一生也只有淡淡的连结.

事实上，一个人从这辈子的开始，到这辈子的结束，他的振动复合体的变化是极微小的. 虽然第三密度已经比任何其他更高的密度有更大的可能性去实质地改变这个振动; 然而，一个人开始这一生，到离开这一生，他的振动几乎是相同的.

这并不意味灵性工作是无用的，只是意味着 存在的力量是如此地包罗万有，以致于各种摆放在无限之爱的基本振动上的扭曲相对而言变得相当、相当地渺小.

这个过程与自我即为光的配置是相当不同的.

当情况似乎变得阴暗与充满冲突，我们建议你将实相与幻象分开，回想起你自己是谁，充满敬意地回想与你互动的实体是谁.

然而，你能够看见自我与其他-自我的差异是无可避免的，因为每个人都是他本然的样子. 你与对方都获得这个机会在一个幻象中共同工作，尽可能地发现一种流露爱的互动方式.

当你看见那些问题制造者为美丽的光之配置，这个看见或许不能解决问题，但它给予寻求者某个无须工作的东西，某个早已是完美的东西，它存在于每个实体里内. 于是它给于寻求者一个能力，一个觉知，知道即使是遵守最严厉的灵性练习，或 完成最极致的人格修鍊，那仍是个扭曲.

这看起来是不公平的，这么多灵性寻求与灵性工作都被打入灵性唯物象限之中，但，它们的确设立一个基准线，这个器皿会称之为家庭作业. 的确，许多住在地表上的人们认为灵性生活即是一个学习的过程，这是一个相当好的隐喻，当考虑特定的困难时，一个有用的工具.

当你透过冥想、平衡经验的练习，以及在核心关系上的工作 来学习，我们向你保证，你可以获得领悟并学习到爱的功课.

我们对 P 说，这份工作的渴望，想要理解经验的渴望，这是一个好的、适当的渴望; 然而，达成任何一个目标都无法满足该渴望的深度，因为每个实体是光的配置，也就是说 他们是振动.

在灵里有一种渴求与飢渴是无法被灵性工作或灵性成就满足.

所有的灵性成就终究是荒唐(nonsense)，从幻象中孵出的东西.

然而，为了这份荒唐，每个人来到这里怀着最高程度的爱、尊重与正直努力去做，并且希望越来越有能力.

真实的你，光之存有，几乎一直是它本然的样子；唯有穿越无可想像的亘古时光，它才会改变. 整个经验的八度音程可以为所欲为，然而你[这个振动]依然是你.

无论如何，你们真正想要创造的一个实体从未存在过，直到你们将自己放入韵律中，有意图地生活，带领你们自己越来越接近一个目标，这个目标与你们彼此互动的方式有关.

你们试图建造的实体即是一个世界灵魂或社会记忆复合体.

光单纯地存在，不过时间与空间创造出移动的需要，它正在觉察在习惯中 优雅地移动，在各种思考的方式、人格修鍊、净化情绪之中优雅地移动；于是你能可靠地希望与信赖自己将有所进展；你将在此生结束之际不带显着扭曲去看见自我与其他-自我；当你哇哇坠地，发现自己在这个幻象是孤独的，那时 情况是相反的.

我们很欣赏这个问题的深度，我们极为感谢能够有机会尝试与你们分享我们有限的理解. 在你的存有之中，我们向你致敬.

在你做事的模式之中，我们也向你致敬. 每个水平都是可接受与真实的.

就记忆而言，我们认为关键为：你就是你，别人就是别人，而你与他人都是完美的. 的确，我们建议每个实体都把自我与其他-自我想成是基督. 你们是那个理想、那个原型，那个爱得如此深入与慷慨的灵魂. 你们轻易地达到基督的状态，你所遇见的每个人也都是如此.

渴望去影响结果，对于正义的渴求与飢渴，这些不是虚假的，只是有一些受限.

我们有些不情愿地在此时结束谈话.

关于这个有趣的主题，这是我们初期讨论的全部；因为这个器皿毫不犹豫地告诉我们 — 时间到了!

我们晓得还有其他的问题，并希望能够进一步与你们谈论这些课题.

我们将这个通讯权转移到 Jim 身上，在无限太一的爱与光中离开这个器皿.

我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我们在太一无限造物者的爱与光中向你们每一位致意.

此时是否有任何进一步的询问?

Carla: 首先我想问为什么刚才当我重温那个记忆时，我会被感动到流泪，这件事

以前从未使我流泪. 我感觉强烈的情感，我不能说那是快乐或忧伤，那是一种几乎无法承受的情感强度. 你可否就此评论?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 光与爱的影像充满了存有的心，揭露了爱的连结，因此打开许多人的心，释放许多人的情感.

你们存有内在有这个现象并不令人惊讶，一个人发现自己是如此地被爱，另一个人的心为了你而跳动，对于许多尚未感觉这般的爱的实体而言，这个发现如同洪水泛滥的浪涛，如此地难以抵挡.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有，谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你. 此时是否有另一个询问?

Carla: 是的，许多年来，我听闻人们询问特定的(非永恒的)问题，这些问题由内在指导灵或其他实体回覆与讨论; 发问的人在这个过程中感受到大量有价值的资料. 但我感觉这是一件令人分心的事情，我的评判是否不公正?

向形而上源头询问特定的情况或关系，这里头的基本价值是什么?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 我们隶属于服务太一无限造物者的星球联邦; 我们已发现最适当的谈论是只针对哲学问题或一般通用的原则回答. 因为我们的原生星球不是地球，我们无法有一个清楚的视野去避免冒犯自由意志当一

个通灵者针对特定的询问给予答案，他很容易感觉自己帮助了其他人；然后，亲眼目击发问者逐渐失去寻求与辨别的力量；因为形而上的源头似乎比个人的辨别力更可以信赖.

因此我们将特定问题的议题交给那些居住在这个星球上的实体们，不管他们是住在内在层面或外在层面. 让他们决定梦的意义、一本书的意义，碰巧遇见某个朋友的意义.，等等. 这些事件在人生中的确有一个意义与目标，这是无庸置疑的.

他们的答覆的价值仍取决于发问的寻求者，她将做出判断，透过直觉的练习去辨别、释放潜意识的力量、调和显意识与潜意识，进而强化她这方面的能力；就好比锻鍊肌肉的过程一般.

我们为无法在这些特定领域上服务感到抱歉，但我们觉得有时避免评论是一个更大的服务.

此时是否有另一个询问?

R: 所以，就某方面而言，你们跟我们在做同样的事，注视来到你面前的催化剂，接着强化你辨别的肌肉，然后找到一个最佳的方式去使用它，于是你在自己的途径上继续前进?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 一般而言，你是相当正确的，因为我们总是需要去运用辨别的肌肉. 在所有的经验水平上，有许多潜在的服务途径提供给所有的寻求者；选择途径的能力是给予那些最谨慎或最有爱心或最机警的实体们；因为总是需要考量适切性，以及是否会冒犯他人自由意志的选择.

我们每个实体都是太一造物者的一部分，他以最谨慎与最密切的方式将我们彼此相连在一起. 当我们给出能量、关心、注意力、爱与光、资讯、灵感，我们影响接受这些分享的实体们. 影响别人的方式最好是提供对方一个机会让他自己进行内在的发现. 这是困难的方式，无论如何，这个尝试是值得做的，我们将继续这么做，你们每个人也是如此. 当我们行旅在这个旅途上，我们希望一只脚站稳了，再踏出另一只脚; 我们不会因为自我某部分达不到某个标准而丢下它，我们不想要否定现在的自己，或过去的自己; 而是学会去接纳我们现在所有的一切，我们所有的过去，以及我们所有的未来，全都是太一造物者的一部分.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

R: 如果我们继续讨论今天的主题，并从中形成另一个询问，你们是否想要进一步谈论它?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们的确乐于在另一个工作集会 再次谈论这个询问，或者 一个类似的询问[如果你们有心考量并以不同的措辞发问].

此时是否有另一个询问?

Carla: 你刚才有个声明把我卡住了，你说我们能够与他人互动，团结在一起，接着创造社会记忆复合体.

我的想法是: 你们并不想要我们变得完全一样，我感觉如此，那么，这个模型应该是一个无限和谐的互动，而非大家完全一致?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 我们同意你的描述是好的，太一无限造物者的各个部分的调和过程就如同一个合唱团，在其中 每个实体都贡献他自己独特的声音.

Carla: 所以天使们的歌声真的是和谐的情感与人格(组合)，他们不是只吟唱 “哈利路亚! 哈利路亚!” 每一个天使的每一根存有纤维就如同是献给造物主的一首歌，这是不是你刚才说的意思?

我是 Q'uo，这是正确的，我的姊妹. 是否有最后一个询问?

Carla: 没有. 我问完了，我只想感谢你带来一次迷人美妙的集会. 说得好!

我是 Q'uo，我们感谢各位准备这么一个充满微妙之处与衷心渴望的询问.

在此时，我们要离开这个器皿与团体，在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友. Adonai

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0724 章集：找到我们的存有之心**

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与些微的改编.

有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/1999/1999_0523.aspx

http://s307.photobucket.com/albums/nn286/achampong/

周日冥想

1999 年五月 23 日

小组问题:

我们本周的问题与三个礼拜前的问题有关，当时我们开始询问虔诚奉献的人生以及如何活出虔敬的一生；我们想要跟随那个问题，接着问我们要如何找到更多更多自我的本质，也就是我们的存有之心.

我们想听 Q'uo 谈论各种方式 以发现更多我们真实的本质，我们在投胎前就计画好的机会，一个表达我们灵魂精华的途径.

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 群体原则，我们在太一无限造物者的爱与无限之光中向你们致意.

今天，可以加入你们的冥想 我们至为快乐与蒙福；我们大大地感激你们给予的问题. 诚然，神性就被包裹在这个问题— 如何成为真实的自我.

如 Jim 今天稍早阅读一的法则其中一段: 每个人都是造物者. 这个挑战摆在所有活在幻象中的实体面前，那就是如何更加地觉察每一个人为无限造物者.

上帝与人类[套用这个器皿的称谓]的运作方式是复杂的、多样的，如海滩上的砂粒那般繁多.

很难充分地理解这无数个造物者之火花，正如同你们或我们，都在尝试成为真正的自我.

甚至将范围侷限在你们的星球上，即使是数十亿的实体中的一个小孩子都有着一长串的历史: 尝试求生存，与周围的人打交道，达成肉体、社会、心理、情感等目标. 这其中的深度是难以衡量的.

虽然如此，数千数万年以来，人类经验基本上保持相同.

这个器皿回想所有她曾读过的书籍与学过的课程，不管在哪一个世纪或时代，人类之心保持相同的目标: 寻求智慧、寻求悲悯、寻求真理; 年复一年，一个世纪接着一个世纪，基本上关心着同样的东西.

当每个实体坐在这个寻求圈之中，他将所有在此生曾经历的东西带到此刻，在一个能量场中蕴含这一生的历史，以及更大的规模: 该灵魂的历史.

你们每个人都拥有可观的、漫长的转世历史，包含各种经验、天赋、恩典、与机会; 如果我们要述说你们当中任何一人的完整历史，我们花再怎么多时间都讲不完这个主题; 因为你们每个人都是一切万有，你们每个人都是饱满、完整、与无限的.

一如往常，当一个人尝试到达一个更多觉知的地方，上选的工具是静默. 在冥想

中，在静默中，一个人可以在存有的表面底下完成许多事. 没有言语的限制，没有禁制的荆棘，静默以自由与开放的方式讲述神性.

当一个人越大量地进食静默，她就越深入地觉察内在的造物主.

我们听见你们谈论服务的渴望、将自我给予他人与这个星球的渴望，我们赞许如此的能量与希望，因为你们每个人的确小心地在人格体中纳入独特的天赋，为了此生选择的各种天赋. 寻求一己的天赋并发现各种方式将它用于服务他人，这么做是睿智的.

当我们使用"睿智"，或 "智慧 "的辞汇，我们尚未抓到这个特殊密度的核心意义. 在这个时点，摆在你们眼前的功课无疑地与智慧无关，与成为智者无关，毋宁是发现无限之爱的涌泉.

在找出一个人的存有之泉源这方面，理性心智能做的其实有限. 它可以带你到一个好地方，安排一个有最佳效果的环境. 然而，一旦舞台设置完成，除了一颗跳动的心、安歇的身体、渴求造物主的寻求心智，似乎什么也没有.

在这卷曲的身体、静默与时间之中，它感觉孤单、静止、位于海边. 接着理性心智问这个希望、时间与能量的螺旋如何能将一个人带给他自己?

个体性是一个很靠不住的东西. 我们并非否定你们的个体性，但 它是一个令人迷惑的东西，因为它使一个人倾向于思考人生目标就是找到一己更多的个体性，在更多地成为自己的过程中，一个人将变得更有个人的特色. 无论如何，关于一个人如何成为更完整的自己，以上的倾向并非我们的理解.

理性心智想要向外探寻，将一切有用的东西拉进来，以帮助寻找自我之心的过程.

它有一种增长的感觉，收集更多资源以帮助该寻找过程. 然而 我们的感觉是更多地成为自己是一个掉落的过程，一个减法的过程.

我们给予这个器皿一个双层的工作模型.

就外在层面来看，一个寻求者想要更多地成为他自己，他试图将自己放在一个有益的环境，可以给出他的礼物，可以学习他的课程，并且信守在各种关系与道德考量方面的承诺; 以及持守个人荣誉与职责.

寻求者在单纯化与规律化其环境中获得有效的好处，不管是在正职或业余工作中都可找到自我的果实.

有一些外在工作是有益的，值得做的，当一个人想要更大程度地移动进入自我之心，我们不会说他应该弃绝这些外在的工作: 人格修鍊、净化情绪、与发展魔法人格. 一个人将心智、注意力与时间用在这些工作上是正当与有益的.

无论如何，就内在工作而言，一个人的挑战则是找到各种途径去允许不属于自我之心的东西掉落. 这并不是说一个人决定要从心智移除这个或那个扭曲. 当寻求者感觉他知道需要放下什么好更加地成为自我之心，就某个水平而言，他正在欺骗自己; 因为自我里头没有任何方法可以看入能量的样式，然后找出本质上是太一无限造物者的各种扭曲.

结果是，没有一个理性的方式可以让你变得越来越没有扭曲.

工作自我以变得更少扭曲，这个过程自身就是一个扭曲.

当一个寻求者试图以各种方式导引自己成为造物者，相反地，他最有可能发展出各种思考型态，而这些型态成为额外的扭曲；于是产生更多的扭曲 而非减少扭曲.

我们尝试要说的是：一个人是多么容易在某个根本不是工作的事上 太努力工作. 重点毋宁是一个逐渐成长的甘愿心，这是我们今天想说的核心.

在这个甘愿心的所在，事情可以任何方式改变，不管是向内的或向外的，关键是以一种开放的可能性、无所畏惧的态度去观看当下或未来.

如果我们今天建议的事项你都做不到，但只要你长养一种甘愿的态度，愿意接受命运浪潮的摇动，那么我们即感到无比的快乐.

回想你投胎前的那一刻，在一个无限的宇宙之中，你选择了这个星球、这个时间，突然之间，你诞生在地球上，这是所有时间中的当下，所有地方中的一处，就是这个密度，就是这个经验.

以某种方式，这似乎是一个奇迹，你的诞生如同地表上突然爆发出一个小太阳，这就是你. 就在此时此地.

想像自己即是一个太阳或一朵花，任何跟人类无关的东西.

因为将自己想成为人类总会移动到外在层面，而你的真实自我不是外在的东西.

你的真实自我毫无扭曲，它在爱中是无限的.

我们无法教导你去实践悲悯，你也无法教你自己如何实践内在的悲悯. 即使你以最艰难、最不妥协的工作去撞击自我，你依然无法为你的人格体增加一点点悲悯. 你可以教导你自己去执行悲悯的行动，但你无法在教导与学习当中找到那通往无限悲悯的钥匙; 它被闭锁于当下此刻之中，唯有当你走入当下，你方能卸下盔甲，进入更深沉的自我领悟.

所以，我们今天鼓励你们更加地觉察此刻的价值，在当下失去自我.

当一个人谈论虔敬的生活，再次地 他将自己拉进外在世界的各种思维中.

你们这次问: 如何学习更多地成为真实的自我. 这个问题没有答案，只有一个方向，这个方向说: “进入当下此刻.” 不是生活，不是一个过程，而是一种存有的状态，它躺卧的位置超越所有的过程.

现在 让我们在水中观想自我的形象.

自我就好比在汪洋上的一个泡沫，而每一个泡沫都想要消融进入存有的大海.

不过，做为一个人，在这个经验中，在这次的人生，你不能消融.

还不到你消融的时间，在这一段时间，你要做一个泡沫.

这个泡沫有一层皮肤，与一个连贯的躯壳保留自我 与大海隔绝.

一个人会说泡沫里头什么也没有，然而 正是在这个体性的泡沫之中，蕴含着真实的自我.

所以，你可以接受成为水面上的那个泡沫，但你一直在接触这片水域，它带着你前进. 我们鼓励你们每个人去感受波浪效应带给你 一种律动感与脉动感.

你无法选择承载你的波浪将带你前往何方. 或许，你可以好好地坐稳，以免波浪过度地使你震荡摇摆. 你完全没有方向，只有海洋知道，不管它带你到哪里，你将跟随.

观察这个波浪动作，以及创意地尝试与该波浪能量线协调一致，这是一门无止尽的艺术.

你们做为人格躯壳的责任即是活在当下，在这次的个体经验旅程中，去观察与回应. 当你从事外在工作的同时，仍然了解你是海洋上的泡沫.

你为自己设置一个双层的进攻计画，外层大部分是尝试与命运之能量达成韵律的和谐，那将带给你所希望的经验，那些帮助你学习的限制，以及分享你天生带来的礼物(天赋)之机会.

在此同时，总是保留一些自我 以立即经验什么是潜入当下此刻.

这个器皿稍早谈到她在花园工作的至福，对着植物生命讲话，与自然精灵的能量一起工作，她惊奇地问自己：“这种感觉是不是太超过这里实际的意涵?”

我们要对这个器皿说：“不，这一点也不会太超过.”

在这个实例中，这个器皿的确潜入当下此刻，找到存在于每一个此刻里头的至福之心.

那么，我们鼓励每一位找到某些情境，在其中 你可以最轻易地完全忘掉自我，单纯地存在着.

对于这个特殊的实体，她的方式为来到花园与第二密度的能量互动，这样的状况鼓励她完全地走出自我，进入此刻.

我们鼓励每个寻求者找到这样的状况. 对于有些人 那状况是伟大的音乐，对其他人 则是美术.

对于有些人 那状况是在林间徒步旅行，对其他人 则是沉思庄严的思想结构.

所有人拥有的共通之处是结果，有限的自我爆发进入无限的当下.

你们每个人都是 一株转向光的盛开花朵.

我们请求你们每一位记得援助一直等候着寻求者.

宇宙有许多层级的援助、指引、鼓励与安慰.

一如往常，我们鼓励你们培养耐心、坚持与幽默感.

对于那些在外面寻求的人们，有许多种成就可以成为他们的指标.

对于那些真正寻求成为自己的人们，只有一种喜悦：那就是泡沫爆开，成为海洋的喜乐.

我们鼓励你们怀着全然的信心与希望，继续这个寻求的旅程.

我们在此时将透过 Jim 实体总结这次的通讯，我们在爱与光中离开这个器皿.

我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次地 我们在无限造物者的爱与光中向你们每一位致意.

此时是否有任何进一步的询问?

R：为什么这个宇宙被设置为现在的样子？设置这个八度音程，伴随着互动的学习，最后崩塌进入另一个八度音程?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 虽然我们不期待自己能够给予一个完整

的答案，因为这个询问如同造物本身一样宽广；但 我们可以给予一些想法，这些是我们曾经思量过的，以及我们经验到的部分.

我们觉察有一些生命是已完成的存有，你们曾称之为理则(Logoi)，他们有责任拿取太一造物者的无限心智的素材[容我们这么说]，接着以如此这般的方式精炼它，于是好比我们与你们的实体[都在该理则的照顾下]获得更多更多的机会去知晓自我之心，以及知晓太一造物者的心；然后发现一个人不管是 知晓自我，或知晓造物者，他所在的位置都是一样的.

造物的无限与造物者的无限相比变得矮小，当每一个实体发现越多的太一造物者，越多的自我，每个实体即更密集地探索一个能量中心*，直到他完整地探索该能量中心，于是自我获得一个机会，进行量子跳跃前往另一个能量中心.

(*译注：这里可能指的是一个真实颜色密度，而非人体的能量中心.)

是故，每个实体在每个密度都获得渐增的机会去知晓更多部分的造物、造物者、自我. 这个造物的真实结构提供太一造物者的稳定增量，允许每个实体稳定地成长，而不会因过度刺激导致一个实体的感受器官烧坏掉.

因此，每个实体获得一个可靠的方法去行旅这整个造物，所以容我们说，它是一个完美平衡的 与 激励自我生成好奇心的机制.

我们感觉这些或许是我们形容这个造物的最佳方式；然而有无限多个方式可以形容它，每个方式以它自己的角度来看，都是正确的.

每个实体感知他准备好感知的东西，接着在肉体、心智、灵性复合体中向上移动穿越各个能量中心.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

R: 这些已完成的存有，理则，是否位于时间与空间之中? 或者，它们站在一旁如同牧羊者，驱策其他实体，直到一切再次成为一，并进入另一个造物?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 你后者的假设比较正确，因为理则位于时间与空间之外; 它是你所描述的牧羊者，照顾所有出自与它的实体们.

理则是一种完成的实体，它自己并不参与演化的进程: 从第一密度到第二密度，依此类推. 但 打从宇宙造物的开端，它即是一个完成的实体，它注视前次八度音程的存有状态，寻找一些种子，将会成长进入下一个八度音程的种子们.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

R: 所以，因为理则是完成的实体，它们有能力感知其他的经验之八度音程.

接着，我猜想它们选择站在一旁，非而成为造物者的一部分?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟. 与其说那是它们的选择，不如说它们的本质是既定的，它们与造物者合一，不过具有足够的差异，好让它们有能力去收割前次经验之八度音程已学到的东西，接着扩展这些种子、课程、存有的结晶体，并参与存有的进一步八度音程.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

R: 听你讲述更大的图像总是令人迷醉. 谢谢你，我今天没有其他问题了.

我是 Q'uo，我们感谢你全心准备这些询问给我们.

此时，是否有其他询问?
[没有人询问]

我是 Q'uo，再次感谢在这个寻求圈中的各位邀请我们出席. 一如往常，我们很高兴加入你们，我们提醒各位，我们全时间与你同行，因为在太一造物者的爱与光中，我们都是一体.

在任何时间，我们邀请每一位呼叫我们，以深化你的冥想状态.

在此时，我们将离开这个器皿与团体，在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友. Adonai

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 08 辑

☆ 第 0801 章集：家族聚会与原型

Copyright © 2006 by L/L Research

专栏：小灵媒宇宙逍遥游

作者：Carla L. Rueckert (卡拉.卢可)

刊载网址：ReligionAndSpirituality.com

刊载日期：2006 年一月 17 日

我是谁？我们每个人对这个问题都有很多好答案!

心理学家设计各种测试以标示出我们的人格性向.

宗教狂热者解释一个人的存在状态很简单，我们不是上天堂，就是下地狱.

喜欢我们的人与不喜欢我们的人描述我们的方式可能是截然不同的.

我们自身一直是个奥秘，我们持续地打开自我的包装，想要发现里头有什么东西.我们一边走一边发现自己.

在每年的尽头，人类大家族有个共同的习俗，那就是以氏族为单位聚集在一起，庆祝冬天的深度与即将来临的春天之希望.

今年，我们的卢可家族聚集在路易维耳市(Louisville)，吉姆(Jim)与我在家里招待

十三位客人，包括我两个兄弟的家庭以及我父亲这边的堂兄弟.

一周以来，我们一起聊天与欢笑，分享老时光的回忆与新照片，并跟上每一条家庭新闻.

做为我们家族的唯一女儿，我继承母亲的所有收藏，每一年 我们都会将它拿出来，将五颜六色的装饰品摊开展示，如同鲜活历史的彩页.

我们煮菜与烘培，使这个屋子充满了美妙的气味.

我想像你们每个人在岁末的这个时候都有某种相连的习俗.

为什么我们在岁末时分需要聚集在一起？我想这是我们人性中无可避免的一部分. 人类聚集本能的起源要比书写历史古老. 当考古学家发现一个古代遗址，通常发现的骨骸是成群的.

卡尔·荣格(Carl Jung)认为这种”扎根”(rooting)的本能是深邃心智的一股脉冲. 荣格假定我们分享同一的深邃或原型心智，所以我们人类集体拥有相同的思想模式、影像与无意识的点子. 当我们参加家族聚会时，我们经验某种水平的扎根过程，重新经验、重新磨亮我们共享的老回忆与老关系. 当我们一起回首我们的生活，<我们是谁>这个问题变得更为清晰，因为我们看见我们共同生长的环境.

在这样的时候，我们也经验一种垂直的扎根过程，当我们回想那些不在人世的亲人：祖父、祖母、双亲、叔伯阿姨等，这些人的故事形塑我们早期的思考，帮助我们探索我们日益增长的身分感；以及我们向上涌现、朝向造物主的扎根过程.我

怀疑我们西方社会如此地缺乏魔法的原因之一是我们失去对大地的认同感，我们通常不会在同一的地方待太久，我们到处搬家.

当然，每一次我们搬到新的地方，我们扎下新的根，然而，这跟住在你的父亲与祖父生活的地方相比，是两件不同的事.

我们的无根状态似乎是自然的，因为我们已经习惯如此.

无论如何，缺乏真实的根部侵蚀我们的魔法基底.

Ra 群体，我们小组的传讯来源，不是某位埃及神明或"星际之门"(Stargate)影集中的那个坏家伙，Ra 鼓励我们工作原型心智，Ra 群体定义原型心智为:

"这个星球的理则所特有的心智. 因此与伟大的宇宙全体-心智不同，它包含的原料是令该理则欢喜的 用来做为献给伟大宇宙存有性的精练品. 于是，原型心智即是包含所有可能影响心智或经验的面相."

这个星球的理则是我们的太阳，星际联邦实体们认为造物主为所有的宇宙设立一个普遍的蓝图，然后 每一个恒星体对这个基本模板增加一些精巧的东西，所以每一个恒星系统的原型心智在细节上都有一些不同. Ra 群体解释说:

"没有两个理则的原型心智会是相同的，就如同从不同星系的行星看到的恒星亦不尽相同. 你可以正确地推论较靠近的理则在原型(系统)上也确实比较相近."

就灵性角度来看，他们认为我们的全球性挣扎其中一部分原因是我们地球有许多

来自不同行星的群体住在这里，都是为了学习爱的功课；其中有大部分来自火星与马尔戴克(Maldek)，他们的灵魂来到地球投胎以完成他们的爱之学业．还有来自更远星域的灵魂，他们来到这里都是为了从”第三密度”的学校毕业．

所以我们在地球上可以在不同的社会中经验各式各样的原型系统；通常 当两个不同的社会群体尝试和谐地混合在一起，两个不同的原型心智之细节会彼此撞击，产生冲突．

这些原型对于我们全体有着深远的影响，不过，这个影响大部分位于潜意识．我们西方文化并未教导我们去追寻深邃心智的研究．幸运地，我们有许多来源，好比 Ra 团体，强调研读原型的好处．

Ra 团体建议我们有三种方式去研读深邃心智的原型部分，他们说：

“深入研究原型心智的一种已建构且有组织的变貌是恰当的 好让(该实体)抵达适当位置，能够任意地成为与经验原型．”

“你们有三种基本选择：你可以选择占星学，十二星座，如你所称的(地球)行星能量网的这些部份，及所谓的十大行星．

你可以选择有二十二张所谓大奥秘(牌)的塔罗．

你可以选择研读所谓的生命之树，有着 10 个神圣光体，并且在站点与站点间有着二十二种关系．”

”去探究各个学科是好的 非以一个业余玩票者的身分，而是以一位寻求试金石，希望去感受磁石拉力者的身分. 这些研究的其中之一对该寻求者来说将更具吸引力，那么就让这个寻求者在根本上运用三种学科中的一种来探究原型心智. 在一段时间的研究后，充分地精通这门学科，于是该寻求者可以完成更重要的步骤: 也就是，超越文字之外的行动 以便以一种独特的方式去表达对原型心智的理解 [请再次谅解我们使用这个名称].”

在这三个学科中，在我们文化中最常见的是占星学，然而，这门科学已经被庸俗化，几乎到了无可救药的地步. 无论如何，一个人仍然相当有可能去穿透占星学外在的教导，接着开始去看见深入的样式与结构，获得某种”蓝图”式的洞见，窥见我们是谁.

我们的研究小组选择透过塔罗牌图像去探究原型心智. 我们使用古代埃及人使用的图像，询问 Ra 群体关于塔罗的”概念复合体”的种种细节. 这部分的主题几乎占去<一的法则卷四>的全部篇幅，您可以前往以下连结阅读本书: http://homepage8.seed.net.tw/web@1/tloo/book4iii.pdf

我喜爱这种感觉—越来越多地与这些原型样式连结.

于是 最终我不再研读这些原型，我即是(I AM)原型.

现在 新的一年已经来到，我们立下新的决心与意图，准备迎接一个崭新的明亮季节.

我的确感激我的水平根源，即我所有活着的家族成员; 以及垂直根源，我的祖先

与他们的生活方式.

我携带着不同民族的血液，我的外祖母是英法混血儿，我的外祖父是苏格兰人，而我父亲那一边是德国人.

再一次地，我知道我是谁，或者说 知道我从哪里蹦出来的.

在垂直的扎根过程中，我再次有意识地与造物主连结; 当我向深处探寻，我碰触繁星点点的天际; 当我向内探寻，我环绕所有的造物.

智慧从哪里开始? 它从人类的心之奥秘开始.

诗人叶慈(William B. Yeats) 说得好:

因为是在纯净的心境中成长完善,
那些形象绝妙，但自何处源起?
街上清扫的垃圾或一大堆破烂,
旧水壶、旧酒瓶、一只破罐子,
废铁、残骨、破布、那柜上收钱的
长舌妇。既然我的梯子已丧失,
我只得躺倒在心的污秽废品铺
那所有的梯子起始之处*
(*傅浩 译-- http://www.zftrans.com/bbs/simple/index.php?t16012_7.html)

我们的确是从泥沼、堆肥、碎片当中开始我们的人生旅程. 从这么一个看似无望

的起点开始，处在地球大温室之中，我们长养我们的灵魂.

我喜爱 Ra 团体描述原型研读之限制的这段话，他们说:

“不要让任何对于 小鸟或野兽、黑暗或光明、形状或阴影的考量 阻挡任何实体寻求合一的核心考量.

我们不是复杂体的使者，我们带来合一的讯息. 唯有在这个眼界中，我们才可以肯定具备行家资格的寻求者掌握、阐明、与使用这个资源的价值; 该资源属于深邃心智，由原型的各个概念复合体示范.”

我张开双臂 拥抱你们的灵魂. 愿你们在扎根的过程中找到安慰与认同感，愿你们寻求自我的深处，愿你们发现你自己的爱与喜悦的泉源，并在这过程中得着更新.

***

作者 Carla L. Rueckert 是一的法则(The Law of One)系列的传讯者，以及流浪者手册、通灵者手册、一的法则-101 等书籍的作者..etc.
请前往 www.llresearch.org 阅读她更多的通灵讯息与日记(The Camelot Journal).
她的电邮(email)地址是: contact@llresearch.org

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0802 章集：人类、意识与理解之二十五

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1962 年，二月 7 日，星期三
祝你们平安与幸福，挚爱者.

有些时候，要选择一个令大家都有兴趣的主题是困难的. 所以，今天傍晚，我决定为你们回答一些问题.

发问者: 感谢你，我想我们喜欢这样的方式.

你们喜欢这样? 我要请求你们一件事，那就是请保持你的问题在非个人的层面.朋友们，让我们开始吧.

发问者: 在可预见的未来，会不会有和平与繁荣?

现在我们进入预言的领域，亲爱的朋友，我必须对你说: 我只能给予一般性的预测. 在这个问题中，我们也面临诠释的问题，因为一个人认为的繁荣不见得是另一个人的繁荣.

在近期可预见的未来，我看见许多人拥有繁荣，我也看见飢荒与匮乏.

将你们星球的所有国家视为一个整体，我看见为了维持你们人群的繁荣，将有一段大挣扎时期，我看见这个挣扎将越来越壮大，而其效果却越来越微弱.

因为你们星球现行的体制绝不可能永远地屹立不摇.

除非人类对于他的同胞有更大的理解，除非人类对于服务同胞的渴望大于服务他自己，世界和平与繁荣才有可能真正到来.

说到和平，很难想像世界和平真的有来到地球的一天，因为光是人们坐下来讨论和平都会带来冲突；因为 迄今，你们的领导者对于和平的形式尚未达成共识.

发问者：谢谢你.

发问者：我可否问我们正在对谁说话，请问你的名字是?

在我存在的生命平面中，名字是不必须的.

我们唯一使用的识别称为适用来标示我们服务的种类.

如果你们一定要有一个识别名称，你们可以称呼我“强尼”(Johenie)，但这个名字除了提供一个识别之外没有特别意义.

发问者：谢谢你.

发问者: 强尼，我想问一个问题. 我们在地球上都有一个家庭系统，通常我们与其他人是分开的，但我们与亲人与孩子等等一起生活，一般来说 我们生活的范围不会超过我们所谓的家庭. 这个系统的重要性是什么?

就后代来考量，这个重要性只是繁衍你们的种族. 这纯粹是自然的法则.

你们与家庭的关系逐渐变得与本能不同，那是你们人群发展出来的各种习俗.

自然的法则自动地在男人与女人之间设置一种本能，让双方有渴望去产生后代.

你们在大自然中，在动物世界中可以发现这个现象. 然而，在动物世界中 后代并没有被背负这么久，我必须说，你们人类经常把孩子背负太久了.

当一个灵魂在肉体中抵达某个成熟的水平，他们应该被释放，允许自由的表达.

你们西方文明在这方面有很多要学习的东西. 因为在地球上，有其他种族在一个孩子很小的时候，就知道该灵魂的能力或天份. 于是，一个孩子获得适当的导引与训练. 所以，在他们的社会中，没有所谓的不适应者.

在地球文明中，有许多、许多的不适应者，我相信你们常用的形容是: “方形的木桩放入圆形的洞”，或“圆型的木桩放到方形的洞”*，如果你们的孩子可以依照灵魂的导引去自然地发展，这个现象就不会存在. 我是否涵盖你脑海中的东西?

(*译注: 这两句谚语衍伸出来的意思就是「格格不入」，
请参考: http://www.english.com.tw/modules/news/article.php?storyid=3646)

发问者: 是的，我沿着这条路线思考，我想问关于所谓的家庭义务，这个东西是否只存在于我们的脑袋里头，或者 它是一件对的事?

你在思考因为血缘关系而对另一个人有义务，我说得正确吗?

发问者: 正确.

为什么对于一个体内流着你的血脉的人，你就必须担负更大的义务?

如果所有人都是一体，那么 我们对于所有人的责任是相同的. 我们都是太一伟大智能的孩子.

不管是谁的血液在一个人的血管中流动，那都无关紧要，因为，肉体只是用来经验这个环境.

人类必须学习以这种角度来看待生命，当这份理解在地球人的头脑中变得明显，

你们才能真正地表达手足情谊，因为我们全都是兄弟姊妹.

发问者: 我想问一个问题，每个人似乎都有一个活在这里的原因，找出自己在地球上的任务的关键是什么，好让我们每个人都可以发挥我们最佳的能力?

每个选择在这个环境投胎的灵魂都有一个渴望，他渴望经验特定的事物以获得成长. 在他很小的时候，这些渴望或才能就开始透过肉体与大脑展现出来.

有太多时候，你们的教育系统，父母自私的渴望，希望他们的孩子遵循自己的脚步，于是这个灵魂的真实渴望与才华都被推到后面、越后面，很快地，这个孩子的脑海产生很大的困惑，他变得不能决定自己到底应该做什么.

但如果我们可以密切地研读这个孩子，我们很快可以找出他应该跟随的途径，一旦他开始这条路，他的人生将变得和谐，这个灵魂的渴望将开始自然地展现与表达.

由于许多孩子脑袋中的大困惑，于是他们造成你们所谓的青少年犯罪，这些事件都是不必要的. 如果孩子们的灵魂可以自在地渴望与表达，这类事件就几乎不会发生. 如我们先前所说，你们不会把方形的木桩放到圆形的洞.

我确定你们每个人都偶尔可以认出这种想要做某些事的渴望与冲动，但由于环境限制，你们感觉那是不可能的，接着你持续地将这些渴望推到后面、推到后面.我可以说几乎每一个人都曾有过的经验.

在你们的文明之中，以你们社会的标准，有许多人是成功人士，然而却没有表达出他们灵魂所呼喊的东西，这些人并未在他们的成功之中找到快乐; 他们的健康欠佳，并尝试以许多方式克服困惑，他们内在的不快乐是因为他们没有表达出他们应该是的本质.

在你们的文明之中，许多这样的人变成酒鬼、毒品上瘾者，虽然以你们的社会标准而言，他们是成功的，他们仍然不快乐，并尝试以其他管道抵达快乐，许多人因此完全地摧毁他们自己.

其他人有问题吗?

发问者: 关于这件事，我或任何人要如何使人们理解你刚才说的东西，人们很少去理解自己; 他们不想要理解或不能理解. 现在，有没有什么衡量方式可以知道一个人是不愿意去理解或无法理解，我们要如何帮助那些人?

我的儿，这是一个非常好的问题，我知道在许多真实寻求者的脑海中都有这样的问题. 你们可以看见，在你们文明当中，你们的政治领导、宗教领导等权威人士已经哄骗许多人入睡[比喻的说法].

你们人群已经被教导去接受特定型态的个体为权威，透过这些人的教导与习俗，巨大的高墙建筑在人群的意识之中，这些高墙经过多生累世不断地被加高，越来越难以破坏; 直到某个事件发生在一个人的生命经验之中，让他终于明白唯一的权威就在他的里内.

许多、许多人认为自己具有高度的灵性，拥有伟大的灵性理解，事实上，这些人却拥有最大的高墙; 他们花费大量时间向某个远方的神明祈祷，光说不练，因此在灵性上几乎没有成长.

如果一个人完全地没有接纳的心，只有封闭的头脑，你想要传递讯息给他几乎就是浪费时间. 触碰任何个体最好的方式就是透过我们自己的生活，让我们自己成为范例.

当另一个人观察到你是快乐的、闪耀着喜悦与平安，他会注意到你的不同，

所有人都寻求这样的品质，但不是所有人都有意识地承认他们正在寻求.

当一个人透过生活展现这些品质，他将吸引其他人，他们将渴望知道这样一个人拥有的东西.

我确定你们许多人有些渴望知晓真理，然而他们无法打破接受权威的习惯.

我真心地相信，你们在地球上能做的最伟大的事就是对一个人指出这个或那个权威讲了什么并不重要，真理就在一个人的里内— 等着你去发现.

当他们是敞开与接纳的，然后你可以点燃他们内在的真理，你知道吗?

发问者: 是的，那是真的.

一旦他们敞开心智，你可以讲述你的真理，但他们必须自己决定你说的是不是真理. 当然，我也不要求你们接受我说的每一句话为真理.

在你的存有里内评估我的话语，让你的内在决定我说的是不是真理，而不是因为我说了这些话.

发问者: 我非常、非常谢谢你.

我很荣幸，很快乐与你们共度这段时光. 我将我最深的祝福、爱与理解献给你们每一位.

在和平中前行!

***

1962 年，二月 9 日，星期五

平安归于你.

我的孩子，你们在心智中衡量伟大的问题. 在你们的存在平面，看起来 许多人对于寻找自己的模式或道路有很大的困难. 为什么要找到那内在燃烧的冲动是如此困难? 因为，人们通常受到他人意见与许多自我-创造的渴望之拉扯，与他真实的灵魂渴望发生冲突. 除了透过真实的灵魂表达，人类将无法找到真正的幸福.

现在，挚爱者，你知道你拥有自由意志，你们拥有意志与机会去做各种决定，你不需要追随任何一条道路. 然而，如果你追随的道路并不是属于你的道路，你的灵魂将呼喊，它会变得叛逆，这个结果将反应在你的生命旅程之中，你的生活模式将陷入混乱，你的健康、补给与益处都受到扰乱. 这些事件都是你应该留意的路标.

当人们在他们的道路上移动时，他们会逐渐地靠近彼此; 因为，绝不要忘记人类受造的目的并非单独地生活与工作，而是要依靠他的弟兄，如果人类族群想要成长，想要繁荣地生活在一起，所有人都需要依靠彼此.

你们都知道你们正处在一个快速变迁的时代. 许多事物的诞生可以造福所有人类.

需要一群真诚且有默契的人们努力地工作，为了人类的福祉带出这些事物.

透过他们的生活与生命，向人类展现爱、理解、公义、和平的必要性.

在你们的星球上，这样的人已经聚集在好几个地方，他们需要很大的勇气持续地这样做. 因为，他们站出来，努力尝试在地球人群当中促成一份新的理解，他们将发现自己遭受各方的批评与谴责，这条路从各方面来看都不是平顺的.

然而，这群真诚的人，因着他们为人类付出的努力与爱，他们将为自己收割一份伟大的满足与平安，没有其他人能够损害这份收获.

当一个人的努力用在对的方向，他的收获没有别的，就是内在的平安与满足; 这是无法被拿走的成果; 而物质上的财富则不然.

我是否有所帮助?

团体: 是的，谢谢你.

要讲这些事情并不容易.

愿服务人类的平安与喜悦在你们每个人的心中找到住所.

平安与你们同在，我的孩子.

***

1962 年，二月 9 日，星期五

我问候你们每一位，挚爱的朋友们.

再一次地，我很高兴与你们同在，与你们一起分享. 挚爱的朋友们，你们刚刚跨过一个门槛. 好些日子以来，你们都处在靠近的边缘，现在 你们正已跨过这个门槛，进入太阳系与行星地球的一个新周期.

从这里起，你们将曝露在新的影响力之中，当你在时间之中前进，这个现象将变得十分明显；时间本身不会移动— 而是你穿越时间，时间只能以各种事件来衡量.

这些影响力将在你们的生活中越来越具优势.

这些效应将在你们人群的心智中以两个方向运作，该方向取决于个人的心智.

对于那些人，决定前往服务的方向，与奉献人类的一群人，他们将发现这些影响力带来更敏锐的觉察，开启他们的感官；他们将发现新的地平线在眼前展开；他们也将越来越容易觉察服务与成长的机会.

另一方面，也有一些人选择相反的方向，他们已选择贪婪、憎恨的道路，他们将发现这些东西在他们的生活中越来越有支配力.

这些影响力的确将一个人的真相带出来，而那些选择后者的人们最终将在适当时

间离开这个星球.

但伟大的改变正等候这颗美丽的星球，伟大的改变等候着那些选择服务途径的人们. 许多人在执行服务、任务的同时，他们发现生命当中的伟大改变; 伴随这些改变而来的是伟大的测试，为了测试他们的真诚.

许多人发现他们必须拔起花了一生扎根的东西，这不是一个容易的决定. 但这些决定将证明一个人的真诚，因为他渴望将自己与同伴拉出来，脱离今日人类面临的各种状况.

人灵必须是强壮的、坚定的、专注的、真诚的. 许多人将发现伟大的觉醒临到他们，正如扫罗(Saul)前往大马士革的路上遇到的事件. 朋友们，这并不是无聊的话语.

今日，你们的星球上住着许多伟大的灵魂，他们只需要被唤醒. 所有这些事都将在不太遥远的未来发生，而你们，我的朋友，都将在那儿.

就是这样.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0803 章集：服务的本质**

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与些微的改编.

有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/1999/1999_0926.aspx

周日冥想

1999 年九月 26 日

小组问题:

本周的问题关乎我们的渴望，我们想知道当我们试图服务另一个人，我们做了什么? Q'uo 能否与我们谈谈服务的平等品质: 洗碗盘、照顾小孩、送火箭到月亮上头、教导、喂养千人，不管我们做什么都是平等的?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 群体原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天，我们感谢你们呼叫我们加入你们的寻求圈. 我们至为快乐地同你们分享我们的想法与意见—关于服务他人的本质与相关的细节; 这的确是一个迷人与中心的主题.

我们请求你们好好地辨别我们说的话，拿取对你有用的部分，将其余部分通通丢掉.

我们来此只有一个简单与一致的讯息: 一切都是一，而那个一即是无限造物者，即是爱. 我们看见的宇宙是统合的、一体的.

我们也跟你们一样看见无限阵列的复数宇宙，每一个宇宙都是独特的，正如同没有两片雪花是相同的. 一切万有明显地具有无限的变化性.

我们注视这个宇宙，看见这个合一的各个部分都隐含一个自然的本能，可以彼此配合，于是所有生命都获得喂养，所有需求都得到满足.

我们看见的宇宙是有次序的存在，第一个水平是看起来无生命的物质，好比岩石、水、空气与火等元素；第二个水平是有生命的东西，植物与动物们自然地转向阳光，并依照自身的力量四处移动.

第三个水平，你们目前所在的位置，我们看见在这个水平中，服务的本能被埋藏在心灵深处. 第三水平的生命本能就想要有所服务，想要有一个目标，想要帮助或改善周遭的处境. 这个本能有很大的程度受到文化的影响.

在你们的西方文化中，我们看见重度地强调活动与物质界的成就.

因此，当你们每一位想到服务他人，通常会想到外在世界中发生的各种行动.

无论如何，当实体们[好比你们]致力于活出一个服务的人生，他们即是以永恒的公民之身分在工作，而非空间与时间的公民. 对于一个有意识尝试活出这般人生的寻求者来说，她的世界的地形开始转变，从具体物件与活动的世界转变为思想、点子、意图的世界. 这两个世界在寻求者的里内逐渐地融合为一，因为寻求者在同一时间活在两个世界之中.

寻求者活在一个十分具体的，约定俗成的实相；在这个世界中，似乎喂养一千个人要比喂养一个人更好，医治一千个人要比医治一个人更好，安慰一千个人要比安慰一个人更好. 再者，若一个寻求者投入可观的能量与时间在自我的里内寻

求、冥想、与沉思，这类的活动在这个世界不算是服务他人. 甚至明显地是一种自私与服务自我的活动.

寻求者经常感到困惑是因为这两个世界提供冲突的图像，并给予冲突的资讯.

在灵性的世界中，医治一千个人要比医治一个人更好? 这个推论一点也不明显.一个人花费时间在自我发展上，这种事一点也不显得自私.

事实上，恰好相反，在形而上的世界中，花费时间在发展属灵的天赋与技巧很清晰地被视为最高次序的服务他人之工作. 让我们来注视这个概念.

当这个器皿思考谁在服务他人方面表现最优异，她立刻想到耶稣-基督.

在这里，我们看见一个实体并未依照他所处的文化之常态标准去表现举止. 因为这个实体的父亲是一个木匠，在他出生的文化环境，他被认为将成为一个木匠.

这个实体并未满足约定俗成之实相推挤给他的种种要求. 毋宁，该实体受到内在指引的感动，首先寻求他自己文化里头的智慧，然后寻求邻近土地上其他文化的智慧. 这个实体从未拥有一个职业或赚取金钱. 因此，就他的文化的公认标准而言，这个实体对于社会没有贡献; 该实体也没有结婚，没有小孩，也没有成为一个睿智的老者.

毋宁，这个实体从一个地方漂泊到另一个地方，只拥有非常少的东西，他在自己的心中寻求，依据内在的指示移动.

禁食、祈祷、对那些愿意谈论灵性旅程的人们讲话，这个实体最终聚集了一些学生，逐渐地 该实体开始拥有一些卓越的能力. 然而，耶稣实体最终能够提供给周围群众的医治与显化并不是外在或俗世的产物; 毋宁是经过一段漫长与艰辛的自我发现与自我净化过程的果实，这是一个非常有天赋的实体感受到一个呼叫而去追寻的旅程.

当这个实体能够开启一个内在的通道，让许多奇迹得以发生，该实体所凭藉的不是任何他曾做过的事，而是 透过他所是的本质. 这一个实体已经辛苦工作了很久，为了打开他自己的心智、意识与心灵的更深层级.

当这个实体以耶稣-基督之名挑战我们，我们能够回应她并不尽然因为这个实体死在十字架上，希望透过他的牺牲来拯救这个世界; 毋宁是因为这个实体拥有一个存有的品质，该品质具有最大的纯度与最深刻的意图. 或者以另一种方式说，因为他全然绝对的爱.

你们每个人都有一颗充满爱的心，然而，那是一颗装着人类之爱的心，当它面临压力，人类的补给很快就会用完.

每一个寻求者的希望是持守更高品质的爱在心中，这个希望是越来越多地移动进入永恒的世界，远离空间与时间、因与果、数量与特性的世界.

使徒保罗曾写下最美丽的文句 1: 一个人可以做各式各样美妙的事，但如果他没有爱，他就什么也不是，不过是一只鸣的锣、响的钹.

或许这个种子思维可以为你开启服务他人的本质. 重点不是你做什么服务，而是

你在做一项服务时所蕴含的爱，那使得所有服务变得平等.

重点不是医治或喂养或换尿布或洗东西，而是你在做这件事时所携带的爱之品质.

除了向内移动，注意自我的种种过程之外；你要如何发展自己的存有以容纳更充分的
爱?

许多时候，这个过程令你感觉自私、只顾自己与自恋，你心里想着：“我正在走这些步伐，想这些点子，四处鬼混，没做什么有用的事.”于是我们自己贬低了一个最可以帮助我们深化自我品质的过程.

我们刚才说”我们”，因为这个议题不只存在于第三密度，我们仍然深深地希望与祈祷可以更多地学习如何去服务.

你们做为第三水平的人类，正来到一条无限之路的开端，正要开始熟悉自我，正要发现你到底是谁. 当你工作自我，坚持地注意自我的各种思维之际，你正在打

开与深化一个连结，衔接永恒世界与空间/时间世界的连结.

这个器皿长久以来坚持创造出一本书，她称为流浪者手册(Wanderer's Handbook)，在这个过程中，她认为自己踩了许多次错误的步伐. 我们要对你们每个人说，这个充满许多错误步伐的模式表面上似乎是无用的，其实富含了学习的养分.

许多时候，当你似乎停顿的时段，似乎没有任何方法可以向前移动；许多时候，似乎有进展的时刻就是成功.

然而，这些都是幻象，因为在本质存有的水平上，不管是在虚假的起点或停顿的时刻都没有什么失败感；当这个世界说你拥有成功，也没有所谓的成功感.

毋宁是，只有太一无限造物者，还有一个自我完全地与造物主同在，透过信心、意志，他希望能够越来越像无限造物者，越来越少像是一个梦中梦中的一个梦境.

对于一个灵性实体来说，除了当下与此刻蕴含的爱，何处是实相呢?

为什么所有服务方式都是平等的？因为它们关注的对象都是相同的，它们都来自同一的存有.

从理性之眼观看，依据一个人的天赋与才能去决定他可以做的服务，这是完全合乎逻辑的. 这个人可以做粗活吗？这个人可以医疗吗？这个人可以教导吗?

然而，从信心之眼观看，自我的问题就不是—“什么是我的天赋?” 毋宁是: “无限太一，您给我的意旨是什么？您为我准备的美好事工有哪些？帮助我看得更清楚; 当我看见它们时，帮助我成全这些事工.”

在你们的世界中，我们彷彿是一阵烟雾，我们是风儿上头的旋律，我们是心智中的一个念头. 我们是这个管道所汲取的一个能量与觉知水平. 我们十分故意地不是肉与骨，不是那些在你们地球上降落的实体.

我们不认为我们的服务包括外在的显化，好证明我们是真实的.

我们单纯地情愿成为风儿上头的一个安静与可得的声音，我们在这里感知到我们服务的位置.

就这个世界的观点，我们的服务是模糊不清的，并且在许多方面是无意义的.

但我们持续为这类接触带来的祝福感到满足，因为我们相信关键不是我们的话语，而是伴随我们话语的振动，那是我们服务的本质.

你们知道我们的心，因为我们已经对你打开它，你从我们的存在状态中感觉舒适. 我们为此满足，因为我们已经提供我们所知的最高服务.

再次地，我们知道我们给予安慰与安心，我们给予你们思想的食物.

但我们认为我们真正的服务是提供一个存有状态的品质，潜藏在我们所有述说的讯息底下的不是我们，而是太一无限造物者. 我们不想要你们注视我们，我们想要加入你们一起注视太一无限造物者. 我们在你的里内看见他; 你们在彼此里内，也在我们里内看见他. 那安慰与归属感的品质从造物主移动到我们这里，再移动到你们当中，接着进入这个世界.

我们可以看见这股能量通过我们流动，然后你们也允许它通过你们自身，我们为此感到谦卑与深深地满足.

我们鼓励你们每个人看待自己为一个纯净的管道，透过你，无限的爱与光通过你

流动，接着向外流到你周遭所有需要安慰与安心的众生之中.

只要你倾听，你的人生目标自然会找到你. 所以，我们单纯地请求你歇息，确切地知晓你不是孤单的，你也没有迷失. 所有你希望的、寻求的东西将以各种方式来到你身边，并且使你惊奇. 总是坚持你的梦想，鼓励助长你内在的信心.

放松地进入当下，那蕴含着喜悦、悲伤与每日各种状况的当下.

要知道，即使在最简单与平常的环境中，神奇与强大的原力都在持续运转，它将对自我揭露自我，将服务对寻求者揭晓.

我们将透过 Jim 实体完成这次的通讯. 我们在爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次地，我们在爱与光中向你们致意.

此时，我们很荣幸提供自己去谈论你们任何的询问. 此时是否有一个询问?

Carla: 是的，我感测到有很多题材是我尚未抵达的，我不知你是否能透过 Jim 实体继续这一连串的思路，于是开启一些我尚未打开的题材?

我是 Q'uo，我的姊妹，你是正确的，关于这个主题确实有大量可得的资讯. 无论如何，我们觉察这个团体设置的时间限制，我们尝试遵守这个限制 好让我们不会使在座各位过度劳累. 因此，我们找到一个良好的落点停下来，接着可以聚焦

在你们提出的简短询问上头.

Carla: 我只想说，有时候开启潜意识的大门，看见庞大无垠的思想结构，我却只能说出其中的一点点，这真的令人感到挫折; 我但愿我能够进入那些广大的思想结构里头，尽情地探索.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们同意你的想法，不只在这个主题上，几乎在大部分的主题上都蕴含大量的有机资讯. 当然，你们全都知道，这是因为每个实体的所有思想之间存在一个十分紧密的连结. 因为太一造物者是强健活泼的，他强烈地思考所有事物. 然而，难道所有这些精致与复杂的结构不都消融进入一个统整的爱之中? 这个爱创造了我们全体、我们的思想以及我们思考与观察自我的工具.

在第三密度之中，必须考量时间参数，因此，我们观察你们寻求资讯的方式，接着我们将自己的意见塑形为一个适当的外观以配合你们的需求.

举例而言，如果我们只有五分钟谈论一个主题，我们会尝试更多地击打高点[容我们这么说]，而不是将各个高点仔细地交织在一起，那是我们在这次工作期间的原初渴望.

此时是否有另一个询问?

Carla: 是的，我有一个完全不同的问题. 有一个小伙子寄来一封 e-mail 描述他的一个梦境: 他看见一个骷髅头射出一道绿色光芒进入他的双眼，接着他感觉自己受到改变，然后看见他的影子向他走来 与他结合，从那个时刻起，他已经净化了身体. 他现在是一个素食者，并在冥想与沉思之中寻求.

他问这个影子是什么，它是外来添加的东西，或是他内在的某个部分，到底发生了什么事?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 的确，在作梦状态中，每个实体都有机会感觉一种复甦、更新、再奉献与灵感，于是移动一己超越先前的自我.

在今天你描述的经验中，有一种由自我制作的连结 那是深奥与强力的，一个人可以注意那些新增的潜在力量，显意识的寻求自我变得可以取得潜意识心智的精华. 是故，在这个特殊的经验中，影子可以良好地代表那些隐藏的属性，该实体在投胎前已规划的事件，在人生的某一时点，他将寻求打开通往潜意识心智的大门，于是在有意识寻求的过程中，潜意识心智与显意识心智结合.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 没有，我感谢您的答案.

我是 Q'uo，我的姊妹，我们感谢你. 此时是否有另一个询问?

R: 我没有问题. 感谢你这次给予的所有话语.

我是 Q'uo，我们感谢在场的每一位，谢谢你们邀请我们述说我们单纯的思想与意见. 我们再次请求每一位运用辨别力去选择你想要放入生活样式的部分，将其他部分丢到后头.

我们是 Q'uo 群体，行将离开该器皿与这个团体.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开每一位.

Adonai，我的朋友. Adonai

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1]: (中文翻译摘录自--灵修版线上圣经—哥林多前书第 13 章)

13:1 我若能说万人的方言，并天使的话语，却没有爱，我就成了鸣的锣、响的钹一般。

13:2 我若有先知讲道之能，也明白各样的奥秘、各样的知识，而且有全备的信，叫我能够移山，却没有爱，我就算不得甚么。

13:3 我若将所有的赒济穷人，又舍己身让人焚烧，却没有爱，仍然与我无益。

***

I Corinthians 13:1-3: “If I speak the languages of men and of angels，but do not have love，I am a sounding gong or a clanging cymbal.

If I have the gift of prophecy，and understand all mysteries and all knowledge，and if I have all faith，so that I can move mountains，but do not have love，I am nothing.

And if I donate all my goods to feed the poor，and if I give my body to be burned，but do not have love，I gain nothing.”

☆ 第 0804 章集：我回来了!

Copyright © 2008 by L/L Research

专栏：小灵媒宇宙逍遥游

作者：Carla L. Rueckert (卡拉.卢可)

刊载网址：ReligionAndSpirituality.com

刊载日期：2008 年九月 5 日

今天，我加入那些在旷野中高唱爱之歌的众多声音之行列.

从去年冬天到今年的春天，有许多次我怀疑自己是否会返回这个专栏，继续写这些文章*.

(*译注: 这个专栏上次发表的时间是 2007 年 10 月 10 日)

我的健康状态摇摇晃晃，在去年秋天整个跌落谷底. 迄今仍未恢复最佳状态，当我要去比较远的地方，我必须乘坐轮椅. 由于呼吸短促与其他难解的症状，我发现自己几乎完全动弹不得; 我必须比往常更为缓慢地工作并花费更多时间集中心神. 就实际层面，放弃撰写专栏文章以聚焦在更大的计画上，这个念头是很诱人的.

去年十月起，我就是这么干的. 我放下所有事情，只保留两个计画: 撰写一本书描述一的法则之原则，书名叫做活出一的法则 101:选择(Living the Law of One 101:the Choice)*. 另一个计画是编辑与整理一系列的通灵对话，该计画定名为亚伦/Q'uo 对话录.

(*译注: 这本书正由国内知名部落客爪子翻译中，未来的正式中文书名可能会变

动.)我将每一分每一毫的能量都浇灌给这两个计画，我终于在上个月完成它们.

然后，做为一个整齐有序的图书馆管理员，我整理了一份两页长的待办事项. 在接下来的两个礼拜，我努力工作以处理办公室的各项延宕多时的杂务.

在预定时程的十分钟前，我不欠任何一个人电子邮件(e-mail).

三天过后，我不欠任何一个人邮寄信件. 我将家庭剪贴簿更新到今天，开始学习如何种植番茄. 接着我尝试赶上阅读老爹*文集的进度.

(*译注: 原文为 Papa，他是 Carla 的心灵导师，现居美国.)

然后是回家聚会(Homecoming)! 爱/光研究中心(L/L Research)每天都会在劳工节周末举办回家聚会. 在能干的助手葛瑞(Gary)的协助，我们花了两个礼拜准备这个聚会. 就在这个周末，我们在家里后院的开放式帐棚中举办回家聚会. 那是一个有创意又好玩的聚会. 昨天，我们刚把最后一个来宾送上飞机.

突然之间，秋天到来. 大计画终于结束了. 办公室的事务也不再落后. 回家聚会刚刚落幕. 该是评估我真实渴望的时候，到底值不值得花时间与心力去生产这些文章? 我真正的感觉为何? 在根本的水平上，要如何将工作转变为喜悦，再次返回专栏写作的模式?

当我问自己这个问题，我发现有一个阻力点: 我是否有能力增进读者的生命经验，提供资源给寻求者?

这个问题一直萦绕在我的脑海中，因为我知道自己在许多方面是肤浅与愚蠢的.

一个喜欢双关语胜过有意义话语的人；一个享受牛排与伏特加胜过豆腐与茶的人；一个喜爱遁逃进入浪漫与侦探小说胜过研读严肃性灵着作的人，这样一个人发出的声音对于其他人会有价值吗?

在仔细思量之后，我把这些考量完全摆旁边. 不管我在这个旷野发出的声音有什么价值，那就是我想要对你们说的东西.

因为我有美妙的事物要分享，在新闻媒体的雷达底下有一股稳定的好消息之流.世界上有许多英雄与女杰尚未被歌诵. 还有许多与地球的生命与时辰相关的议题等待被提出.

所以，我回来了.

在今年的回家聚会，每位参加者现场发表一份报告. 我的报告是关于我开始纪录荷莉日志，我称这段过程为<使用逆境>. 在我返回规律的写作行程之前，我想要从这个题目开始，因为它在我过去十个月的灵性过程中占了很大的份量.

去年秋天，我的耳朵受到感染，当中耳炎痊愈之后，我耳朵后面的颞骨乳突部残留着液体，这使我几乎快聋了. 于是医生帮我插了一些管子，但对于我的听力尚未有帮助.

我的双眼开始肿胀，而且持续不退，所以我的双眼酸痛并且周缘产生眼袋.

圣诞节过后，我罹患严重的支气管炎. 当我终于脱离这个症状，清理胸膛与肺部之后，某个难以诊断的东西突然冒出来使我无法动弹，再加上类风湿关节炎与肠道的老问题，这一连串的肉体感觉是我不可能忽略的情况.

我将我的困难带给荷莉(Holly)，我的内在指导. 荷莉是我给圣灵(Holy Spirit)的暱称.

我经常与荷莉对话，最近开始正式地纪录荷莉日志. 去年十月下旬，我问荷莉:

“请跟我谈谈这个日志，我感知我应该持续这个习惯，是否正确?”

荷莉回答: “亲爱的，这是你的选择. 如果你觉得那是个负担，你不会觉得它是有用的. 如果你渴求公义、纯净与公正，这是个好主意，但你得留心我们的讨论.”

我回答: “我被提醒要留意这个讨论，我的疾病敦促我了解，如果我想要良好地进行外在的工作，我需要灵性的支持. 我个感知正确吗?”

荷莉说: “是的，当你热切地去服务，一些帮助者来到你身边，他们非常地光亮.你与他们调频的同时，你自己的光却缺乏足够的清晰度.”

我问: “我要如何使自己的光越来越清晰?”

荷莉回答: “你将发现祈祷过程是强有力的.”

这句话使我呆住了，我还以为我一直有在祈祷. 我有些粗鲁地问: “什么样的祈祷

过程?”

荷莉说: “清空你头脑中的世俗东西，在上主面前俯首. 然后聆听他神圣的话(Word).就你的情况，我们是上主的信差与你的高我;所以，你的祈祷涉及与我们的谈话. 然后，当每次集会结束之后，将你的意图集中在执行这句话.”

我回答: “很好，我会全心请求您的话，今天您要给我的话是?”

荷莉建议: “在所有事物中寻求并服务造物主.感觉自己像是一片敞开、未耕种的田地，放下烦躁与烦心，接着拥抱、拥抱、拥抱.”

“拥抱什么?” 我问.

荷莉说: “你的各种关系. 从你自己开始，因为拥抱你自己即是拥抱他人.让你自己一劳永逸地忘却值不值得的问题. 一切都是值得的，如同没有一个是值得的.
然后拥抱所有你看见的存在.练习上主的临在，请求他使你走得更深入，请求他赐与纯净以完善你服务的渴望.看待你自己为一个器皿，让爱调频你，在它里内放松.”

做为一个遵守仪式的爱好者，不意外地，我很快养成一段礼拜时间，包括祈祷、冥想与询问荷莉今天要给我的话. 不到一个礼拜，我被引领到一首圣歌里头，它的标题是”献我全生”(Take My Life). 我当时还不知道所有的歌词，于是我查阅我的诗歌本，唱颂的感觉很对味，完整歌词如下:

“上主，取用我的生命，请祢为它祝圣.

取用我的时光与岁月，让它们在无尽的赞美中流动.

取用我的双手，让它们在祢圣爱之脉冲中移动.

取用我的双脚，让它们为祢成了迅速与美好的工具

取用我的声音，让我永远 只为吾王歌唱.

取用我的智识，听祢选择去发挥每一份力量

拿取我的意志，使它成为祢之意志，它将不再属于我

拿走我自己，我将永远地 一切只为祢.” *

(*译注: 读者亦可参考以下连结: 一个比较雅致的翻译以及一个关于作词者的感人故事.http://www.cdd.org.tw/Costantinian/535/53542.htm)

我问荷莉是不是她传送一个脉冲让我唱这首圣歌，她的答覆是肯定的. 然后我说: “昨晚是怎么回事，我从未感觉这么不舒服，同时我的疗愈过程又是如此顺利.”

荷莉回答: “我的孩子，超心灵致意的特质是对于光起反应.这股势力最想要把你消音，不然就将你的声音变得无足轻重;他们很不乐于看见你的奉献因着每日祈祷达到新的水平. 亲爱的，你已经寻求我的帮助，但尚未真正地祈祷你的生命归属于上主.你以为你知道一切必须事项，然而 你只知道形体 而非精髓.”

所以，我得准备好继续生病?

“确实，这个情况会持续一段时间. 然而 光总可以照耀穿越任何夜晚，你将会找到一个新的平衡点，然后你的身体将获得平衡.”

接着我问荷莉今天要给我的话，她说: “爱、爱、爱，你只需要爱; 这两首披头四

写作的歌曲蕴含深沉的真理*. 安住在爱上头，思想爱，将你自己沉浸在圣爱里头. 然后你的灵感泉源将自然地流动，为了你的形体与精髓的最高益处而流动.”

(*译注: 事实上，这里应该只有一首 Beatles 的歌: All You Need Is Love)

就这些了，如同许多的朝圣者，在生命的灵性道路上，我发现很多的挑战与限制.

不过，它们不会再烦扰我.

因为我每日敬拜我挚爱的耶稣-基督与荷莉.

我将每天奉献给他，我请求他以大能改变所有需要改造的部分，好让我能以最佳状况服务他.

我可以感觉喜悦浇灌着我如同阳光照耀穿越窗户一般; 在那样的热力之中，我所有的需求获得满足; 我所有最深的渴望在爱中溶化. 我真的相信在祈祷生活中我终于从形体移动到精髓.”

你是否也在限制与挑战中辛勤劳动着? 你可以尝试每天规划一段礼拜时间，如同我与荷莉的心得分享. 每个人的指引系统不尽相同，不管你找到何种适当的指引方式，尝试每天接触该指引，请求它的忠告. 接着，努力尝试跟随该忠告!

执行以上的过程将我的感知从限制改变为丰盛，从担心改变为无惧.

很快地，我将在往后的专栏同你们分享许多位缔造不同者(Difference Makers)，这

些人将这个世界打造成一个更甜美、更有爱的地方.

我将讨论读者们寄来的各种问题，我将持续分享我个人的过程.

在这段安息的时光，感谢所有关心的卡片与 e-mail，知道我的话语受到想念 这是一种美妙的感觉.

如果你有任何问题或议题，请务必将你的想法寄给我，我将只为你写一篇专栏.

我回来了！让我们玩得愉快吧!

我张开双臂拥抱你的灵. 今天 让我们四处传送爱!

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0805 章集：人类、意识与理解之二十六

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1962 年，二月 20 日，星期二

在光中问候你们，我的朋友，我是 Oxal.

今天 在你们地球上，你们人类抵达科学的一个新的里程碑*. 人们兴高采烈，即将展开盛大的庆祝. 另一方面，从这次实验获得的知识正被科学家分析中，好使用它来增进你们摧毁他人的能力.

如果今天地球人在灵性进展上抵达一个新的里程碑，我不知道你们会举行多盛大的庆典?

(*译注-参考连结: http://en.wikipedia.org/wiki/1962_in_science)

从我们的制高点观看，我们同时纪录地球人的各种行动，人类为自己持续创造复杂的事物，这个过程总是不断带给我们惊奇!

今日的地球人发现自己被他所创造的复杂事物所围绕着，这个纠结已变得如此巨大，以致于他几乎无法超越这个纠结.

很快地，人类必须领悟他们的科学知识与成就已经超过自己可以处理的极限.除非人类回头去强化文明的基础，不然人类文明将会崩溃.

一个人如果想要盖房子抵御自然元素的力量，他不会将房子盖在沙滩上; 同样地，如果人类希望他的文明屹立不摇，他不会将文明建筑在物质主义上头.

那些已抵达高度进化的星球文明能够行旅宇宙，知晓并接收伟大的宇宙科学，他

们都将文明建立在一个健全的灵性基础上.

他们已经知晓人类的真实存在状态，并学习到造物主的法则，他们依照这些法则生活. 他们知道每个人就是伟大宇宙当中的一个细胞，正如同你们的肉体有不同的个别细胞，然而 每个细胞互相依赖，每个细胞都为其他细胞与自己而活.

或许，对于许多地球人而言，要观想自己是这样一个细胞是困难的，因为这个”我”变得如此重要，以致于人们被”我”统治，而不是单纯地存在着，单单成为这个伟大造物的一部分.

这份觉知必须从人们的心中产生. 挚爱的朋友，这个周期几乎要过去了，你们可以为人类文明做这件事的时间是非常短的.

在同一个恒星系统中，有许多来自其他行星的存有付出巨大的努力 尝试将这个领悟带给你们人群. 你们世界上的一些伟大领导曾与他们接触，却拒绝聆听，充耳不闻. 他们也曾提出许多提议给你们世界主要强权的领导，但他们总是遭受拒绝. 我们知道，你们很多人难以相信这些陈述，不过事实如此. 于是地球人活在借来的时间当中. 如果不是因为其他世界的朋友(的帮助)，你们没有一个人今晚会坐在这里. 你们的领导们相当知道这点，但他们我行我素，继续策划毁灭性行动.

和平一直是一个大议题，你们的领导与人群谈论许多和平的计画，然而 一些讨论和平的会议本身就带来纷争、冲突，因为人们无法谈妥一个和平的方法.

和平不是一个我们需要谈妥的东西，如同真理即是，和平亦即是.

直到人们在心中找到和平，地球上不会有真正的和平.

我们真诚地希望你们许多人可以找到这份内在的和平. 只要足够的人这么做，将可以避免许多、许多的冲突. 我们感激那些帮助人们找到和平的实体，好比今晚在此聚集的各位.

亲爱的朋友们，我在离开你们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1962 年，三月 8 日，星期四

亲爱的，平安与汝同在，我是 Anthon.

既然你们都熟悉一位伟大老师[你们称之为耶稣]的教导，我将引用他的教导.在你们的经文中写着: “有眼的人，让他看; 有耳的人，让他听.”

打从他行走在地上，在人类文明中，“有眼去看，有耳去听”的人是多么少啊!他经常以第一人称说话，你们的宗教领袖直到今日仍照字面去接受它. 举例来说: “劳苦、背重担的人们啊，到我这儿，我将给你们平安”.

这句话的意思是否为你们必须接受他为个人的救主，只要相信他说的话，你就会获致他说的平安?

“我是道路与光… 信我的人有永恒的生命… 我是即我是*.”

(*译注: 推荐一个深入探讨 I Am that I Am 的网址: http://www.fhl.net/cgi-bin/n_read1?/home/fhl/spring/WWW/Bible/Note_1071)

一个人得接受所有这些责任，放在自己身上，这不是很荒谬吗?

你们有多少人能够思索他说的我是之概念—我是在他里内，我是也在你里内.

如果我们将耶稣的话语照字面解释而没有适当的诠释，那么这位伟大老师说的话将有许多矛盾之处; 他说天父位于天堂之中，他也说: “天堂王国就在你里内…所有我做的事，尔等也能做，并且做得更大.”

你们的一些所谓伟大的宗教老师竟然可以从这些话语中导出如此荒谬的教导，然后称之为灵性理解?

(译注: The below poem is translated by Betty in Taichung.)

我疯狂地搜遍圣殿 找寻汝，但找不着汝
我焦急地登上山顶找寻汝，找不着汝
涉水走过溪谷，到处寻觅，找不着汝
航行大海 历经数不清的明月，不分日夜地找寻—

每一次的落日使我更加绝望，因我找不着汝

有这么一刻，我安静地坐在孤寂中，
深深思索着，在我内在灵魂中深深地搜索—
我终于在那儿找到了汝，有了汝
我同时也找到了多生累世寻求的平安.

平安与你们同在，我的朋友，平安.

***

1962 年，五月 10 日，星期四

平安，亲爱的朋友们.

你们每个人都寻求更大的理解、更大的真理；你们想要获得更有力的知识，更丰富生命的知识. 我看见这些渴望蛰伏在你们每个人的心中. 亲爱的，如果你愿意成就这些事，我恳求汝做以下这些事:

将所有憎恨、恐惧从你的意识中移除，不要让它们悄悄地爬进你的意识里头.

不要允许觊觎与妒忌的思想产生. 再你的内在意识[你们或称为潜意识]深深地挖掘，因为你在里头经年累月地储藏了这些东西，根据自然法则，这些东西迟早将浮到表面.

挚爱者，当这些东西来到表面，来到有意识的水平，将它们丢到一旁，立刻以爱、亲切的思维取代它们. 长期以来，地球人被教导去收纳这些东西，但如果人

类想要知道生命中更伟大的事物，想要在灵性理解上成长，这些东西必须消失.

必须失去小我，必须让一种合一性的新意识取代小我意识，一种与全体合一的意识. 因为，挚爱者，这才是你真实的本质—在伟大的意识之海中的一个微小细胞.

你们虽是意识大海中的一个小细胞，然而，却是很重要的一部分，你们有能力去获取与使用这片大海中的所有知识.

挚爱者，或许你现在觉得这些难以想像，然而这是真的.

当你逐渐成长，了解更多真实的你，你将领悟这些事物.

当你发现越来越多真相，你将开始领悟你的内在与宇宙拥有相同的能量，所有人也都包含这股伟大的能量. 你发现你是这伟大全体的一部分，跟任何其他细胞同等地重要.

挚爱者，思考这些事，在你静默的时光思量它们，开始为自己准备迎接那即将属于你的领悟.

在和平中去吧，挚爱者，在和平中去吧.

就是这样.

***

1962 年，五月 17 日，星期四

在光中问候你们，我的朋友，我是 Oxal.

今晚有一些新来的成员，我将简短地介绍我们族群. 我们目前乘坐在一艘太空船上，星际联邦知晓它为 Otavana. 我们人群不属于你们太阳系，而是来这里协助你们的恒星系统与这颗行星. 我们主要关切你们的星球，因为它是这个恒星系统中唯一尚未准备好迎接未来改变的行星.

我们这次来到你们的太阳系大约有八年之久；我们的太空船先前已多次造访你们的太阳系，并被你们的一些祖先看见. 我们理解你们的问题与处境，我们对于能够服务你们的星系与行星表示感激；这个任务并不简单，因为你们人群大体上难以接触.

创造伟大宇宙的造物主并未颁布人类的命运，因为人类被给予一份自由意志，于是人类总是可以为自己做选择，为自己带来他所渴望的状态.

造物主照着他自己的形像造人，人类事实上是造物主的延伸，人类被赋予的创造力与造物主相同，然而 许多人渴望体验新奇与不同的经验，于是将自己带入黑暗之中，历时好几万年.

透过经验各种事物，人类逐渐地从黑暗中走出来.

今日，许多暗云笼罩行星地球. 你们许多人选择活在黑暗之中；因为他们在周围创造了一个黑暗的未来. 我们，偕同许多领域的生命，尝试移除这片黑暗，好让

人们看见光，领悟一己与造物的合一状态.

朋友们，黑暗仅只是缺乏理解、知识. 总的来说，地球尚未超越旧有的习俗与虚假的信仰. 地球人必须选择他自己的命运，将自己唤醒，离开自我催眠的状态，开始看见真理的本质，那么 他的命运可以快速地改变.

我们无法强迫你们人群这么做，我们只能建议并协助那些正要进入光中的人们.

你们有些人坐着期待某位弥赛亚(Messiah)的到来，让他肩负人群的命运，地球人啊，这将不会发生，人类必须负起责任，改变自己的命运.

我们希望足够的地球人可以了解执行这些工作的必要性，透过他们的智慧与他们对同胞、造物主之爱，地球文明将可以自我蜕变为一个新的文明，同时 这个情况将允许大多数的地球人达成蜕变，顺利进入新时代的振动当中.

事实上，行星地球与你们的太阳系早已跨过新时代的门槛，新的影响力与振动早已被你们的人群感知.

当你们在这个新纪元走得越远，将出现越多具体的证据; 这个过渡期依照你关心的程度，它可以是容易的，或是艰难的. 所以，亲爱的朋友，每个地球人都有义务付出每一份心力去扩展一己的意识，越来越多地了解你自己的本质，去做符合宇宙法则的美善事工，将你自己完全地、完整地奉献给服务，服务你的同胞与造物主.

持续进行意识的锄草工作，将所有憎恨、贪婪、妒忌以及负面思想都赶出你的意

识，然后种植爱的种子在心田. 当每个人都拥有一个爱的意识，在某种程度上领悟自己与所有造物的合一状态，一个伟大的人类兄弟会即将跃出台面.

我锺爱的朋友，我离开你们，并将我族群的爱、光与理解献给你们.

我是 Oxal.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0806 章集：镜射效应

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/1999/1999_1121.aspx

周日冥想

1999 年十一月 21 日

小组问题:

我们希望 Q'uo 可以给予我们一些关于镜射效应(mirroring effect)的工作方式，以及我们如何在自己的生活中利用它?

在每日生活中，想要获得一个客观的自我观点是很困难的.

客观地帮助他人的问题与催化剂似乎是比较简单的，我们如何使用镜射效应来增进我们对自己的理解?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

今天傍晚，在造物主的服务之中 我们来到这个团体当中.

容我们感谢你们每一位渴望知晓真理，并呼叫我们前来你们的工作集会.

能够以这种方式说话是给我们的一个大祝福，因为透过这一个器皿，我们能够自在地提供意见而不致侵犯我们服务对象的自由意志.

因此，你们允许我们服务你们，这即是给我们的重大服务.

一如往常，我们请求你们每一位以敏锐的耳朵与心灵聆听我们的想法；因为真理不是一个固态与不变的东西，有多少人灵就有多少种个人真理.

所以，关于我们提供的思想，请你们依照自己的意愿选取，只保留你觉得有帮助的部分.

今天你们询问我们关于如何善用人际关系中的催化剂，例如那些刺激你，使你恼怒或困扰的人们.

你们说你们理解其他实体即是自我的反射. 或许我们可以工作这个论点，将它带入一个更清晰的焦点. 你们每个人与我们每个人都是太一无限造物者，他存在于每一个微尘、原子、细胞当中. 不管你此刻遇见哪一个人，他都是一切万有的一

部分，同时 一切万有存在于那个部分之中[如全像照片一般].

因此，当你看见另一个人，并对他起反应，这是造物者看见造物者. 不管你凝视哪一个人，起了何种反应，这一个真理都如是.

从你们有书写历史以来，很明显地，人与人之间存在巨大的差异. 有些人拥有庞大的财产与财富，另一方面 其他人只有一点点财物. 有些人拥有巨大的影响力与权力，另一方面 其他人是无助的，任凭掌权者的处置.

世世代代以来，这个明显的不公平待遇依旧存在，因为造物者位于你们每个人的深邃核心. 需要许多、许多辈子的工作好开始将这个位于存有核心的真理带入有意识生活的光中.

不管表面的视界有多么深沉，不管横亘在两个族群之间的深渊是多么深不见底，不管两个族群之间的不公平待遇有多少，在深邃核心之中 每个实体都在那无尽与完整的合一中永远地结合在一起.

从这个密度进入下一个密度，从这个八度音程进入另一个八度音程，这个过程可能永远地持续下去，而你仍然与每一个打扰或烦扰你的实体合一，你也与每一个令你尊敬、仰慕、喜爱的实体合一.

不消说，这个幻象的功能不是让你在其中发现核心真理，毋宁，这个幻象的功能是把你一次、又一次、再一次丢入混淆之海，虽然如此，你内在的灵却不会完全地陷落.

现在，你们每一位，做为一个永恒与无限的存有，在时空的某一点，在你决定投胎到地球层面之前，你与高我以及指导灵一起坐下来，仔细地考虑你即将出航的人生旅程. 你们考量需要哪些关系给予你必要的催化剂，好帮助你的灵性成长.

你很好地考量这些关系，就一个没有厚重化学幻象的实体而言，你凝视着第三密度丰富的学习经验，你感到十分欢喜，兴奋地摩拳擦掌，你心里想着 这将是一场美妙的探险，一个值得记住的经验，一个增加你极性的伟大机会. 最后这点具有中心地位，因为你们每个人都曾选择一个催化剂，它可以直接地作用在你的极性上头，也就是说，那是你渴望的强烈催化剂，不管是为了服务他人或服务自我.

在投胎之前，一切对你似乎都是那么地明显，你在此生面临的各种关系与动态张力都是有益的.

只是，你当时没想到的是.. 或许，你可以迷失方向; 或许，你可能完全地淹没在混淆之海里头; 你可能短暂地 一次又一次地在这片混淆之汪洋中溺水，变得完全失去了希望.

当你从无限与永恒的观点了望，你并不知道几分钟与几小时可以是无尽地漫长;一段困难的关系可以在情感上十分地折磨你; 长时间地活着度过各种困难的关系，这个过程具有累积性，可能使你悲痛到极点.

当你处于永恒与无限当中，做为一个热切与积极的灵魂，你不会想到这些事情.

简单地说，你当时没有想到遗忘的罩纱竟然对于你的真实觉察有如此强大的影响力.

无论如何，正是这个痛得令人失去知觉的遗忘过程将你摆在一个理想的工作位置，好让你极化与锐化这份渴望，渴望更真实地、更深入地、更纯粹地去服务.

尽管如此，在座的每一位的心依然是热切的、诚挚的，你们依然怀抱崇高的理想.然而，你们每一位也都感到困惑与担心，因为你们看见自己的一些失败，有时候你们无法保持快活的态度，无法感受无限造物者的光与爱围绕每一个情境.

我们只能对你说，当你处于黑暗之际，在你处于困惑之际，请平静下来.

知道一切都好，感觉恼怒与烦心，这是可接受的，并且是一个很有益的学习经验.

它可能令人沮丧，可能显得十分令人困惑，或者令你感觉你犯了一个肮脏与罪恶的错误；虽然如此，当你每一次觉察到你并未对待另一个实体如同造物者，对于那些正站在人生起跑点的灵魂而言，你已经站在一个很令人羡慕的位置.

因为在这个情况，没有可能行使人类的宽恕.

你看，你们每个人都被故意与你的完美切割.

你们拥抱人的属性，因为它很容易犯错，也因为你可以对太一无限造物者变得目盲、耳聋与哑口.

你可能会问："难道我就要一辈子在这片混淆之海中挣扎前进？难道没有方法可以帮助我从表面的状况移动到更深层地感激这些催化剂？"

我们对你说，你大可尝试越来快地觉察真实的状况，从困惑移动到信心，但绝不要不愿意去接受人际关系中各种烦恼与焦躁带给你的机会.

现在 你们问如何能够将每个人都视为自己的反射，我们建议将你自己与他人都从人性的狭窄侷限中释放.

在你们的人性之中，只有很有限的资源可以表现爱. 你的补给很快用完，你自身并不具备无限之爱. 在人类的设计蓝图中并不包括这样的容量. 在你这一生的学习经验中，有必要使你反覆地发现人类资源的穷尽，于是被迫去注视重要的选择: 绝望或希望，疑虑或信任，放弃或持守信心?

因此，当你们开始在人际关系[朋友、亲戚、爱侣]中体验恼怒或烦躁，请立即移动到宽恕自我的位置. 因为你在意识中的真实工作与其他实体无关，只与自己有关.

现在，在这次的通讯之前，这个器皿(Carla)曾在谈话中给出一个范例，也就是有一个人要求的东西是该器皿无法完全敞开心胸给予的; 于是该器皿立即地陷入一个状态: 避免给予催化剂给其他实体.

无论如何，R 先生精确地指出，除了在沉默中承受困难，还有别的选项.

有好几个选项，其中一个是选择愤怒，在真理的烈火中，以毁灭的火焰轰击自己与其他-自我，提供进一步的催化剂给双方. 这是工作恼怒催化剂的一个可行方式.

还有一个选择是尝试表达自我的感觉给其他-自我，这个选择稍微比较巧妙，它考虑到在这个互动过程中，其他实体也是一个无限与永恒的存有，对方可能想要谨慎与细心地工作自己. 在这样一个敞开的通讯过程中 存在着许多希望与信心; 愿意将自我的贫乏之处暴露给他人知晓，付出这样的努力可以增加自我的(正面)极性. 因为这是一个在信心中进行的开放心轮之通讯.

另外一个选择是该器皿在面临烦恼与愤怒处境时经常做出的选择，也就是保持沉默，这个选择如果加上一个十分轻盈的步调，将是一个比较巧妙的选择. 大多数实体处于负面情境时，通常的本能反应是情绪越来越沉重以及越来越深的担忧. 相反地说，一个在沉默中受苦的巧妙做法是停留在静默之中，同时娱乐自我，找到内在的笑声，获致一个观点去看待这整个人与人之间愚蠢的口角其实就是瞎子引导另一个瞎子，结果双方都掉进水沟里.

或许从这个解说中，你可以看见我们并不特别关切你选择哪一个选项，因为每一种过程都会提供你可能的学习功课. 当你在工作极性时，有两个要素在运作: 信心，与渴望. 照看你的渴望，好让它成为你所知的最高与最佳的渴望.

总是要记住，在形而上的宇宙之中，意图才是重点，而非显化.

记住，你在这一生与存有当中尝试表达的是信心. 信心没有什么道理，它也不给人骄傲的途径. 在所有芦苇中，信心似乎是最薄弱的一根芦苇，然而，那些凭靠信心生活的灵魂，依靠信心的人灵们，拒绝放掉这根芦苇的人们; 他们将获得进展与极性，这样个成就不仅增益肉身自我，更回向到那永恒与无限的自我.

因此，不管你正爆发愤怒，保持沉默，寻找沟通管道，或单纯地让自己放轻松，在做这些事的同时，留着一只眼睛持守信心.

什么是凭靠信心去生活？不正是注视着一个似乎无望的情况，接着说："我相信一切都是好的."

容我们说，在所有的表达，所有的灵性显化之中，这句肯定语是最强有力的，最能打开所有学习管道，并赋予学习荣耀.

另外一个是宽恕，当你注视一个你不想见的人—寰宇大我的特定部份，你觉得自己不可能原谅那个人，也似乎不可能原谅自己. 容我们进一步说，如果没有将自我释放并接受帮助，一个人不可能原谅自我或其他-自我；因为在你存有的核心有一种援助等待你的请求. 具有无限之爱与无限耐心的无限造物主就坐在你心里的一小块角落的一张卑微椅子上，等待你的呼求，等待你将他带入心的中间.

太初有话(Word)，话与神同在，理则即是神，神即是爱(Love)，那爱即是你.

你的存有之心蕴含所有你一切之所需，直到永远. 你的存有之心蕴含无限的真理，无限的能力，无限的气力.

当你可以放下自我身分的负担，允许自我的核心说话，那么无限能量将笼罩着你；在那些时候，你经验恩典，在你祈祷并接受祝福之后，你变得有可能去爱与宽恕他人与自我.

要知道，不管你感觉自己成功或不成功，这些都不重要. 当你单纯地在早晨起

来，呼吸空气，接着尽你所能地去回应每日的繁忙与喜悦，你已经做得很好了.

一切都好，这句话可以是你的真言. 一切都将是好的，这将是你们的希望.

允许你自己受挫，允许你自己烦心. 这里没有灾难，有的只是学习与成长的机会.

要知道，各种援助都在你身边，比你自己的呼吸还要靠近你. 伟大爱与智慧之高灵们围绕着你们，锺爱你们，想要支持你们，倚靠那无形的援助，总是知道一切都好.

此时，我们将转移这次的通讯权给 Jim 实体. 怀着感谢，我们在无限太一的爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次地，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

此时，我们很荣幸提供自己去谈论你们任何的询问. 此时是否有一个询问?

S: 你如何花费你的时间，当你没有与人类团体说话，你们都在做些什么?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问.

我们的经验有一大部分是探索那些第三密度人群无法触及的领域，因此容我们说，对于你们的经验没有什么意义.

关于你们星球，我们尝试密切观察你们人群发现无限之概念的进展，因为这个无限的概念是一把钥匙，可以打开未知的各扇大门.

知性头脑的经验在你们人群中相当盛行，这一个经验大部分保留给那些第三密度的实体；因为它允许你们获得最大量的人格特征，接着开始敞开心的过程.

每个实体从第一密度的简单觉知开始它的经验，接着移动穿越这无时的(timeless)经验，进入第二密度，寻求并朝向光移动，该个体化的过程表面上不断远离完整的合一，然后在第三密度中到达顶峰；容我们说，接着那些愿意对太一造物者与寰宇造物敞开心轮的实体们牺牲了伟大的知性能力.

是故，我们收到许多人的呼叫，好比你们，然后我们注视呼叫的人并决定以何种方式协助他们是最有效的；不管是讲述我们的意见，或提供一个激励灵感的梦，或者，更有帮助的可能是提供人与人之间一个巧合的会面[在第三密度幻象之中]；好让他们可以彼此分享寻求的心得. 如此这般，我们将大部分的努力投注在这个星球与此刻正在进行的收割上头.

是否有其他的询问，我的兄弟?

S: 我在想，当我在作梦的时候，我是否可能与你们相会，并分享你们的环境?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问. 这类的会面的确是可能的，如果你能够在作梦阶段有意识地导航(灵魂)，这种技巧需要许多的(自我)工作，容我们说，需要好一段时间. 那些能够在梦境中有意识移动的实体在你们的地表上为数甚少.

如果你能够成就这个技巧，我们至为乐意在那儿与你相会.

是否有其他的询问，我的兄弟?

S: 没有了，非常谢谢你们.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟.

此时，是否有其他的询问?

Carla: 最近有些很奇怪的事发生在我在电脑上着作一本书的时候. 最近似乎有许多小妖精在作怪，我把这现象视为一个好征兆，这表示这个计画正在累积好的能量，于是吸引了一些注意. 你是否同意(我的想法)呢?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问. 电脑与软体故障在大多数情况都是硬体、软体与大脑的互动关系有些失调. 无论如何，如你所说，有小程度的干扰来自忠实的反对派[套用你的说法]. 不过，我们发现这个计画正以最适切的态度持续进行中; 这个态度是赞美、感恩、坦率开放地给予爱与光，此即是你们伟大的保护.

此时，是否有其他的询问?

R: 没有问题，只想要感谢你同我们分享的每一件事物.

我是 Q'uo，我的兄弟，我们也感激你的话语. 正如同我们在此次集会的开头所

说，你们的呼叫对我们是一个伟大的服务. 没有这样的呼叫，我们不会存在于你们的幻象之中. 此时，在这个第三密度星球之中，有大量呼求协助的声音，不管是何种源头，只要它可以提供开启爱与悲悯之绿色光芒.

这是我们的大渴望: 对于所有寻求我们协助的人们，参与他们唤醒心能量之过程，因为再没有比<为爱呼求，对爱呼求>更伟大的呼求了; 每当一个地球人经验开启心房的过程，来自太一造物遥远疆界的实体们都为之欢庆.

在这个时候，我们将离开这个器皿与团体，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开各位. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0807 章集：一起走向太一**

Copyright © 2009 by L/L Research

专栏：小灵媒宇宙逍遥游

作者：Carla L. Rueckert (卡拉.卢可)

刊载网址：ReligionAndSpirituality.com

刊载日期：2009 年六月 9 日

我 19 岁的时候，刚从第一段心碎情事走出来; 陪伴我一年多的男性友人向我求婚. 可惜的是，我对他说，我绝不会嫁给他.

我爱慕查理(Charlie)，但我可以轻易地用一根小指头要求他做任何事. 我们相处得十分愉快. 查理是上帝造人以来，最亲切、最真实的绅士! 但(与他)结婚从未是个选项.

[原注: 查理后来婚姻美满，是个快乐的一家之主，直到今日]

那时，查理给我的求婚辞如下: “我爱你的天真无邪，我想要保护你不受这个尘世的污染; 因你不知这个世界的运作方式，我希望你永远不要知道.”

当他说要保护我，我感到越来越焦躁，我开始形成一个重大的决心，一个把我的家人与老师搞得天翻地覆的决定.

当时我获得福特基金会的研究奖学金，可以前往牛津或剑桥大学就读. 我拒绝这份奖学金，事实上，我转身背对一个稳定安全且前途看好的未来.

接着我寻求父亲[一位爵士乐手]的帮助: “我想要在爱迪小屋工作.”

你可不可以为我问问老板，请他帮助我?

老爸对我皱眉说: “爱迪小屋是间下等酒馆，妓女带着恩客来此作乐. 那个地方满是下流人士，只有妓女在那里工作. ”

我说: “这就是为什么我需要你跟老板说情.” 因为我并没有意图转行尝试世界上最古老的职业，我只想要当一个酒吧女侍. 老板最后同意了，于是我开始在爱迪小

屋上班.

我的计画很简单，如果我能够在爱迪小屋工作，并以我真实的本质获得人们的接纳，那么 我就确实知道这个世界运作的方式. 如果我做不到— 如果这个世界比我的性灵还强壮，现在就是发现这个事实的时机.

当然，在工作初始，好些人要跟我"约会"，但当我解释我不是做这行的，老顾客都能够理解.

我在那儿获得无限的尊重. 有一个晚上，我穿着网球鞋，一不小心在地板的积水处滑倒，当时 我拿着一个大水罐，里头是否满满的啤酒与杯子; 虽然我一屁股跌坐在地上，那个大水罐依然笔直站着，每个玻璃杯都是完好的. 当下获得全场的起立鼓掌.

有时，在中场休息时间，喜爱我的客人会叫我上台清唱一首民谣.

通常，爱迪小屋充满了噪音，但当我歌唱的时候，你可以听到一根针落地的声音. 我在
那儿真的受到大家喜爱.

我也爱我的客人. 是的，在外面的世界，他们是皮条客、妓女、恩客，或下层社会的小角色，负责乔赛马*赌局与贩卖毒品. 但在我的世界中，他们是具有无限价值的灵魂. 在很短时间内，他们都成为我的朋友. 爱在爱中获得反射.

(*译注: Carla 的家乡肯塔基州是着名的赛马圣地)

这间酒吧并没有改变，除了因为我的清理，桌子变得干净. 那儿的人并未洗心革面，改过干净的生活. 我没有计画去改变任何事! 我只想要做一个实相检查，看看我是否了解这个世界运作的方式. 而我是对的.

人们对待我的方式正如我对待他们一般. 人们看我的方式正如我看他们一般. 我感到满足.

当新的学期开始，我在那年秋天辞去那份工作，我从三月起在酒吧工作.

我重新拾起求学之线头，一年后，结束我的大学课程.

迄今，我偶尔都会想起 在我生命中那段美丽又充满冒险的时期，当我的工作结束之际，黎明正要来临，路易斯维尔(Louisville)的街道空荡荡的，彷彿全都属于我.

我没有一分钟曾后悔当时那个特立独行的选择. 我仍然看待它是一个绝对必要的选择.

好些人依然倾向将我视为一个需要保护、住在象牙塔里的角色. 我再也不为此烦恼. 我知道真相; 就我来看，是那些喜欢嘲讽、保护自我、漠然无情的人们将这个世界搞得乱七八糟. 我感觉，他们已经被尼尔(Neo)所谓的母体(Matrix)吸收.

在这部同名电影(the Matrix*)中，统治阶层很聪明地设置母体; 身在母体中的民众不知道它是一个人造的结构，他们相信它是真的，并且活得很绝望.

就我的看法，这个世界的现实面，也就是我们每天在新闻与广播中接收的东西，有很多内容与这部同名电影描述的现象相同. 而我并不相信它是真的.

(*译注: 台湾片商译为骇客任务，大陆片商译为黑客帝国)

我不是说这个世界不能伤害我，它可以的.

我也不是说我不会感觉这个世界的苦难.

我可能生病，可能变贫穷，可能死在街头; 但我将在一个爱的世界中生病、变贫穷、渐渐死去.

Q'uo 群体在 2009 年五月 23 日在 L/L 研究中心谈到:

“你们目前位于选择的密度，你们生活的环境培养你们能够辨识自我为一个以伦理*为基础的存有; 并且做出伦理的选择，那就是极化自我朝向服务他人的北极，或服务自我的南极.”

(*译注: 今日，伦理学的范畴已经大为延伸，请参考以下网址: http://zh.wikipedia.org/wiki/伦理)

“设计这个环境是用来摇撼自满自得的人，挑战他的假设. 目的不仅是给予寻求的灵魂某种程度的受苦，更是为了设置一个舞台，好让伟大的极性选择显化，这个选择在更高的密度将继续获得精炼.”

“你在第三密度做的工作对于你的未来影响深远，并极为关键. 决定一己是谁，你相信什么，你将如何做选择，以及你存在于此的原因，你希望在第三密度成就的东西；这些事都很值得你去沉思，我们鼓励你们每位以各自独特的方式去思量这些议题.”

Q'uo 群体并未将我们看做是任何人的游戏棋盘中的卒子. 企业员工很容易看待自己为工作卒子，被囚禁在工厂或办公小隔间里头，还得与管理阶层虚伪地对话.军人或保全人员可能看自己如同一个砲灰单位. Q'uo 看待我们每个人为奔驰在灵性道路上的骑士，这条道路目前刚好位于这个物理世界之中，然而，它的实相仍然是形而上的.

Q'uo 接着说:

“当你们在第三密度的人生道路上前行，在物理层面上，你们透过讲话、做事、感觉来表达自己；在形而上层面，你们透过恒常流动与改变的能量体来表达自我. 我们经常对你们说，我们无须知道你们的姓名，因为你们能量体的综合振动已经清楚地提供你独特的身分，如同一个刑事专家可以透过任何指纹辨识犯人.”

我对于能量很敏感，我知道你们很多人也是如此. 于是，当你遇见某个人，你可以感觉到他的能量”指纹”，你也了解一个人的能量指纹要比他的作为更能说明其特质.

每当我为了接收讯息而调频，我会用圣咏(Pslams)的一句话来祈祷:
“主，遣送祢的大灵，我们便受造；祢将使大地焕然一新”

满怀着希望，但愿我的人格变得越来越透明，好让圣灵全然地照耀，于是我成为他传唱歌曲的一个乐器.

我想，这就是我们如何重新打造这个世界的方式:

当每个人都决心活出灵性的生命，自由地给予、接收爱; 当每个人选择将每个挑战视为圣灵的礼物，无惧地拆开它，创意地处理它，那么 我们正在减轻地球意识的负担.

我们达成目标的方式不是去改变另一个灵魂，也不是去战胜任何世上的仇敌. 我们的工作乃是减少我们振动的”指纹”与太一的”指纹”之间的差异.

Q'uo 说:

“我们可以说 灵性进化即是降低你的基本振动与太一无限造物者之间的差异，太一的本质与振动是无条件与绝对之爱. 在你们八度音程中的每个寻求者都以他特有的方式去走这条长路，借用克里斯实体的说法.”这里提到的克里斯(Kris Kristofferson)是位歌手，他有首歌叫做”朝圣者的历程”(Pilgrim's Progress)，部分歌词如下:

“我是否年轻得足以相信革命?
我是否强壮得可以跪下来祈祷?
我是否在进化链上站得够高，
能够尊重自我、兄弟与姊妹，

并以自己特有的方式去完善自我?”*

(*MV 连结: http://www.youtube.com/watch?v=zla6uT3voFo)

返回 Q'uo 的演说:

“太一无限造物者的振动即是起点与终点，这里的范围不只是一辈子，而是整个八度音程的经验. 穿越许多个密度，穿越无数的经验，逐渐创造出你个人的偏好与变貌，你无止尽地寻求返回家乡、本质、源头与终点.在你本质的最深处有这一份渴求与热望，要比你的思维更深邃，比所有的文化、语言与表面学习更贴近你. 太一起初思维是颗试金石，一个实体可以在各个密度经验他. 然而，这个理则的经验从意识的根源进入有意识的觉知，它以如此这般的方式被安置在你们密度的环境当中，为了使你能够辨识与代表那爱，即无条件慈爱的理则之振动.”我张开双臂 拥抱你们的灵魂. 让我们一起在这个环境中欢庆当下，“以我们特有的方式去完善自己”; 当我们碰见爱时，能够辨识它，并在每一个思想与行动中反射爱; 于是 我们共同演出一齣爱之舞蹈 更新地球的面容.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0808 章集：人类、意识与理解之二十七

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1962 年，五月 24 日，星期四

傍晚好，我的朋友.

有了你们的允许，我将与你们快乐地共度一些时光. 我将祝福献给你们每一位.

既然你们人很少，你们想不想要来点友善的聊天，这应该是你们的称呼—聊天? 所以请你们开始聊天? 不要紧张，我跟你们没有什么不同，我跟你们一样，都是正在学习、经验，与充满爱的存有. 所以，涌现你们的智慧珍珠吧，好让我从中学习.

发问者: 为何男性老师通常比女性老师讲更多话?

这完全是老师自己的决定; 他们决定何时要对你说话. 我不知道他们的理由是什么.

发问者: 我在想是否女人不很重要?

我亲爱的朋友，没有一个人比另一个人更重要. 性别与这个问题无关.

你在这辈子是男性或女性并没有特别的意义.

发问者: 女人是否比男人更有直觉力?

或许吧，女人比男人多一些直觉力，这是因为女性或阴极的天性—[容我们说]某种滋养的母性特质；大自然将它灌注在你们肉体的阴极表达里头．这是必须的，因为阴极的实体负责照顾幼小，所以他们得拥有更多的直觉能力．无论如何，阳极表达的实体也可以发展这个能力，但他们不觉得有这个需要，所以不去发展它—虽然并非所有男性都如此．

发问者：你是否愿意讨论为什么这么多想要服务与寻求灵性成长的人却在财务、健康等方面有许多问题？

这些东西是过去思想的结果．每一个人创造他们自己的世界— 不管他们想不想要当— 大家都是创造者．我们创造我们自己的情况、环境等．这就是为什么，我们十分、十分必须从潜意识层面清理杂草．

你们的文明教导你们去相信特定的事物，好比你们必须面临疾病、缺乏补给的情况，而且你是无能为力的．但，朋友们，不是这样的，因为你的潜意识会影响环境．你放入潜意识的东西将反映在现实生活中，这是一个宇宙法则．

发问者：为什么一个人第一次遇见另一个人就感觉很关心他，愿意为他承担责任？

为什么人会坠入情网？这是一种强烈的吸引力，两个人觉得没有对方就无法活下去；然而，几年过去之后，他们竟无法忍受对方．

发问者：想要另一个人的爱与理解，接着将自己的爱浇灌给他，这难道不是一个自然的过程？

是的，确实如此. 但地球人的大麻烦是他们很容易把真爱与情绪搅在一起; 人们必须学习区别爱与情绪. 情绪是一种欲望; 爱是一种意识状态，你在其中与全人类、宇宙合而为一. 那不是占有的爱，也与性欲无关，而是一种给予的状态—只想要别人得到最好的，当别人获得时 为他们欢庆，没有想到自己.

“我是你们当中最小的.” 你是否看见伟大导师要表达的意思? 他是在为门徒洗脚的同时讲这句话. 朋友们，这即是爱，不是情绪.

你们常说的爱没有什么不好，婚姻中的爱，给孩子的爱，只要以对的方式去表现，这些是美好的，反之，它也可能如恶魔一般.，爱的意义真多啊!

现在，朋友们，我想要你们给予几颗智慧的珍珠.

发问者: 关于你的工作或活动，你能否告诉我们一点?

我们工作位于给予的领域，其份量是微不足道的，但如果我们每个人都尽自己的本分，即可带来伟大的成果. 朋友们，今日地球很需要这些成果. 大多数地球人只想到自己，他们常说: “什么对我是好的，我可以为自己拿到多少好处?”

而不是我可以给出多少，我可以为他人的益处付出多少努力?

朋友，有些人愿意给予，但数量很少，如果地球人差不多有一半比例愿意开始采取给予的态度、服务的态度，那么你们星球的状况将快速改变，人类将形成一个大家庭.

然而，你们现在看到的是伟大的地球面临越来越多的威胁与毁灭. 我们很难理解为何当正确的道路清楚摆在眼前，人群仍要跟随目前这种模式?

迄今，成果还不明显，因为愿意觉醒、走出催眠状态的人群还不够多，许多人仍活在一种催眠状态之中.

嗯，朋友们，我很高兴与你们相处，若你们允许，我将撤离. 感谢你们的接纳，并与我讨论你们的问题. 如果我有带给你任何帮助，我为此感激.

我要将我最深的爱与祝福献给你们，愿你们每个人在寻求的过程中都领悟与同胞获致理解(谅解)状态的重要性.

在和平中行进，我的朋友.

晚安.

***

1962 年，六月 21 日，星期四

挚爱者.

你们先前请求获得治疗的能量，我们已为你们做到了，

依你的意愿去接收这些能量，既然我们谈到这个主题，我应该为此说几句话.
如果你愿意接收这治疗之光，你得知道特定的必要步骤好接收它的完整益处.
我的朋友，首先了解你活在一个意识状态之中，一个思想的世界，在其中 心智比你所思想或知晓的还有威力.

如果活在一个健康的意识中，健康将为你显露.

如果活在一个生病的意识中，疾病也将为你显露.

或许，我们经常活在一个习以为常的意识状态中，以致于我们不真的了解它的本质. 因此，一个人最好十分仔细地观察自我，深深地看入一己的意识状态，谨慎地研读它，或许 我们将领悟我们实际生活的意识状态跟我们自以为的状态是不同的.

心智在肉体的运作上扮演一个重大的角色. 一个人思考的每一个念头都会反应在肉体结构上.

你们每个人应该认同 当愤怒在意识里升起会造成肉体的某些腺体的猛烈反应;惊骇、畏惧、震惊、妒忌、偏见、憎恨等情绪也各自有它的效应. 因此，我们都有义务去关照自己的心智反应. 如果我们想要显化一个健康、强壮的肉体结构，我们就得将心智中所有的负面情绪消弭，接着把良善、公义、友爱等品质放入心智中.

现在，我想要给你们一个小小的治疗练习:
选择一个安静的时段，舒适地坐着或躺着.

然后在心智中观想你自身沐浴在纯净的治疗能量之中.

如果你愿意，观想你沐浴在美丽的光芒之中，它如同阳光一般.

然后，用你的心智之眼观看，强烈地观想你所有的憎恨、负面情绪都被吸入那伟大的治疗光芒中；允许你自己完全地放松，感觉所有的担心、忧虑都渐渐地流走. 看见你自己成为一个强壮、喜悦、快乐的存有，看见你自己享受所有的人类，也领悟每个人的伟大，也领悟所有人不管属于什么种族、宗教或肤色，但他们内在拥有的东西跟你是一样的；每个人都是造物主的完美孩子，每个人在伟大的生命之海中都是同等重要的一部分. 领悟你与所有人的手足情谊，并为这个事实欢庆 如果你愿意持续这个练习，让它成为你意识的一部分，让你的意志成为一波巨浪席卷所有的善念，只允许善念停留在意识里内，如果你愿意这么练习，让这些知识在你的心中生根，你将成为一个强壮、健康、闪耀的宇宙之子，你将知晓所有受造的人类皆为平等.

现在，尔等接收这伟大的光，宇宙的治疗能量，让它带给你益处，也带给所有人益处.

现在，尔等同时接收我们兄弟会(Brotherhood)的祝福、爱与理解.

就是这样，就是这样.

在和平中去吧.

***

1962 年，七月 5 日，星期四

平安与汝同在，我的朋友，我是 Anthon.

挚爱的朋友们，我们在这个时期与你们通讯，尝试将真理与帮助成长的技巧带给你们. 我们也将攸关你们文明的问题与解答告诉你们. 我们试图以许多方式向你们指出一些明显 却为大多数人忽略的事情.

我们发现许多人似乎很真诚地学习，并且努力增进与拓宽自己的意识，然而，许多人缺乏勇气，抱着一个升斗(bushel)遮住自己的光，偶尔轻轻地举起它，让一小部分的光放射出去. 亲爱的朋友，当众人如此迫切地需要服务，想要服务人类的实体必须丢下一己的升斗，让光透过自己照耀; 有勇气贯彻自己的信念，站出来让所有人看见.

究竟有什么好怕的呢? 你们可能会怕这几件事:

没面子，遭受批评与反对，被贴标签.

挚爱者，今日何者更为重要? 是为了害怕而保留真相，或者促成地球文明参与宇宙的兄弟会，于是所有人都活在和平、爱、理解之中?

是保全面子，或是促使人群学习自我的真相，发现人的真实本质?

我们真诚地希望人类文明，在这次的进化过程中，得以安全地通过门槛 进入一个新的生命概念，挣扎与混乱都不复存在，人类活在真实的和平之中，再也无须挣扎地求生存，而是知晓生命的真实精华.

如此伟大的东西等待着人类文明，只要人类能够跨过这个门槛，人类将获得他们现在无法想像的伟大与高贵.

我直接问所有寻求真理与理解的人：为了这个目标，难道不值得你们去奋斗，付出一切努力，做出一切牺牲?

亲爱的，愿你们每个人都获致伟大的成功，愿你们每个人都在服务中展现伟大的勇气，愿你们努力带领这个文明跨越门槛.

平安与汝同在，我的朋友，平安，平安，平安.
在和平中去吧.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0809 章集：神魂超拔**

Source: www.nsf.gov

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明：这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/2000/2000_0116.aspx

周日冥想

2000 年一月 16 日

小组问题:

本周的问题是关于神魂超拔(rapture)的概念. Q'uo 能否给予我们神魂超拔相关的资讯? 有些人说，进入神魂超拔过程的人将无须经历死亡过程，我们想问 Q'uo 对这点有何看法，以及 Q'uo 觉得神魂超拔对于我们的灵性旅程有何价值?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在造物
主的服务中，我们存在.

此时，容我们感谢每一位加入这个寻求圈的实体.

我们觉察你们每一位热切地渴望寻求真理，这是给我们的一个伟大祝福，因为接收呼叫并同你们说话是我们此时的服务.

所以这类的会议允许我们去服务，我们对这个机会至为感激. 一如往常，我们请求每一位考量我们说的话，保留在你心中响起真实铃声的部分，将其他部分全部抛弃，因为我们不想要成为任何人的绊脚石.

你们的小组问题是关于所谓的神魂超拔，其他人曾称之为羽化升天(ascension)，如同我们经常碰到的状况，我们发现必须从该问题倒退一些，确立一个比较基础或基本的姿势.

我们要问你们每个人: “你今天想了什么？什么东西盘据你的心智？什么东西使你充满了希望或恐惧？你今天关心什么?”

你们每个人都是具有独一无二特征的创造物，同时 你们每个人都是造物者.

那纯粹无扭曲的爱位于你们存有的真正核心之中；它即是伟大的起初思维，一切万物由他创造，同时 他恒常地流动穿过所有的受造物.

那么，你们每个人都是造物主的一部分，同时你们也选择在幻象中显化一个人格躯壳与一具肉体；显化的特性就是产生扭曲，不可能没有扭曲，因为扭曲即是空间与时间的真实特性.

你们内在有份渴慕去追寻绝对的纯度、绝对的真理、绝对的爱. 当你移动穿越许多经验、许多人生、许多密度、许多世界，是那无扭曲的爱始终吸引你不断向前，越来越靠近一切万有的源头与终点.

你们可以将自己视为造物主的一个扭曲(distorted)版本，你们每个人以独特与迷人的方式扭曲，在投胎之前，你们已选择此生的天赋与限制，特别是容易造成摩擦与产生触媒的人际关系，你经验盛开、间断、失败等阶段，提炼其中的精华. 在这个人生旅途中，你们每位都有许多工具可兹取用，然而，总是独自使用.其中一个工具叫做想像.

当你寻求真理，当你寻求实相的本质，你快速地移动进入深邃心智的未知水域;深邃心智的思考方式与显意识心智不同，对于显意识心智、知性心智来说，逻辑工具是有用且有益的. 然而，就灵性议题而言，逻辑与推论通常不会使得图像更清晰，甚至将其轮廓弄得更模糊.

那么，当心智尝试思考灵性议题时，它可以汲取神话的资源做为一种辅助.

当我们说神话系统，我们意指的是整个宗教、哲学及宇宙学的范畴，不管它们是所谓的[一般社会公认的]正统学说 或 非正统、古怪的学说.

不管这个世界怎么看待任何特定的神话、宗教、哲学系统，那都无所谓.

重要的是何种思想结构可以吸引并唤醒一个人的内在渴望.

当一个神话系统深深地吸引该寻求者的注意力，那么他就会知道这里是肥沃的土地，他可以在这上头探究与沉思好一阵子.

只要这个特殊的愿景或思想持续吸引心与意，那么 这正是该寻求者需要去注视与思考的东西，因为每一位寻求者受到吸引的思想结构将帮助他思考神性、奉献与服务. 此即是人心与深邃心智的特质，它是一个无法以任何方式被预测的过程，它是一个充满惊奇的过程.

你今天以心与意酝酿的思想过一段时间将会逐渐造成改变—我们在寻找一个恰当的字汇上有点困难.

我们将鹦鹉螺的图像显现给这个器皿看. 鹦鹉螺的外壳每年随着里头的生物成长，逐渐形成一个美丽卷曲、恒常增广的号角. 思考灵性议题的过程也是如此，将那些感觉与经验安置在人格躯壳中，接着以螺旋的方式环绕移动，于是你重复地触及相同的题材，却每一次发现全新的思想途径.

所以 你看，工作神话系统是一件极为有帮助的事. 有史以来，受到启发的实体们尝试以自己独特有趣的方式去分享其愿景，其中一幅图像即是神魂超拔或羽化升天.

以我们的浅见，在你们星球上，灵性进化主要是形而上的过程，并非物理过程.我们绝非暗示这颗星球此时没有面临分娩的困难，确实，你们的星球正在经历毕业典礼，即将诞生一个新的纪元，进入一个充满更多太一无限造物者之光的密度.

许多来源曾暗示如果有需要的话，行星地球本身将改变其磁极性，接着如同一只狗甩掉身上的跳蚤一般，甩掉它上头所有的生物.

的确，许多流浪者首先来到这个特殊的星球的原因为透过自身形塑太一造物者的无限爱与光，然后投射进入地球平面，创造一个光之网络以减轻与缓和地球现正体验的地壳苦痛(压力). 我们认为这个计画虽然没有完美地运作，却达到足够的临界质量，允许你们星球的苦痛分散为许多个小规模的灾难，从而允许你们星球上大多数人继续享受这个幻象.

无论如何，有另一种毕业典礼正在你们人群当中进行，就我们的看法，神魂超拔或羽化升天是一种描述方式，描述我们曾提及的光之阶梯.

当一个人肉身死亡后，该灵魂与高我一起回顾此生，考量该学习过程的进展，以及下次学习过程的焦点. 当这个回顾过程完成后，该灵魂适应环境之后来到某种楼梯前，从下到上的每一个阶梯代表越来越密集的光度. 在这个过程中，人灵单纯地向上走，直到他抵达一个顶点，即在安定状态下能接收到最大光度.这个顶点可能位于第三密度、或第四密度、或更高的密度.

与其说有一个裁判在测量人灵的成绩，不如说这是一个单纯的事件，每个人灵自己发现下一次展开学习的最佳位置.

现在，我们转回神魂超拔的问题，针对这个主题的着作几千年以来已令许多、许多寻求者着迷. 我们的看法是: 这类的着作采用一个创意与有益的方式去看待肉体的死亡. 在一个表面的世界中，肉体的死亡即是一切的终点，尘与土的起初与终末. 然而，肉身内的人灵反抗死亡的限制，它说: “一定还有更多，我当然不会被武断的肉身耗尽所阻止.”

我们发觉你们渴望复杂的事物，因此我们几乎不可能完整地涵盖这个主题.

我们的讯息一直朝向单纯化，我们感觉你们每个人的心中都蕴含所有你需要知道的东西，它被安全地隐藏在你的骨骼与肌肉组织之中. 对我们来说，你是一个振动，你是爱，当我们凝视着你，我们看见爱的反射.

对我们来说，每个实体都早已上升. 对我们来说，你的能量早已是完美的.

我们鼓励你们每个人以任何有益的方式寻求，一如往常，我们鼓励冥想.

单纯地点燃蜡烛，坐在蜡烛旁边，如果你持续地做这件事，它将是一个改变生命的习惯.

最重要的，我们鼓励你们相信你自己对的感觉，因为一个激励你的东西或许不会激励他人，但那没关系. 不管是什么东西感动你去思考你是谁，你为何在这里又要往哪里去，我们都大大地赞同.

因为每一个实体都无可避免地、孤单地从事内在的寻求; 所以尽可能地给予彼此支持与理解; 或当有人询问你，分享你诚实的情感与意见，或只是单纯地对陌生人微笑，或在从事日常劳务时 与他人互动.

我们享受与你们这类的团体调和在一起，看见你们所有渴望与希望的颜色，你们的野心与恐惧; 不管你是什么样的人，我们爱你，我们认为你们每一位都是我们的朋友.

此时，我们将转移这次的通讯权给 Jim 实体. 我们在感谢、爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地，我们在爱与光中向你们致意.

我们很荣幸提供自己去谈论你们任何的询问.

此时是否有一个询问?

P: 我有几个问题. 上瘾是我人生道路的一部分; 有些人说如果你不照他们的方式做事, 你就无法抵达目的地; 人间有各种的瘾头: 食物、金钱、购物、工作、性爱等等. 这些都是我们要克服的问题. 除非我克服上瘾的问题, 我无法去帮助任何人. 我相信神魂超拔, 我想要经历这个过程, 接着在适当时机回来帮助他人.这是问题的第一部分.

我是 Q'uo, 我们仔细地聆听你提供的东西, 我们没有发现一个清晰的询问. 能否请你重新发问?

P: 我是说世上有许多条道路, 每个人必须走自己的道路. 有些人不理解这点, 于是批判那些跟自己走不同路的实体. 这些人困扰着我, 因为我喜欢他们, 对他们敞开心胸, 同他们分享我的灵魂; 然后他们发现关于我的某些事, 令我受伤与沮丧, 但我感觉那些瘾头仍是我道路的一部分.

第二个问题是, 我在这本圣经上放了三个护身符要送给两个朋友, 我在想你能否为它们充能, 好让它们协助护身符未来的拥有者打开心轮?

我是 Q'uo, 我们感激你提供给我们的问题. 我们至为高兴地将治疗的振动增添给这些护身符. 我们祝福每一个护身符并将爱与接纳的感觉授与这些物体; 如你先前所说, 那些严厉批评你的人们有点欠缺这种感觉.

我们同意每个实体的道路都是独特的; 不管这条路是否配备你所谓的上瘾都无关紧要, 因为每个实体都会以对他有意义的方式开创自己的旅途. 第三密度幻象的

旅途全都笼罩在奥秘之中，你们来自奥秘，你们也将返回奥秘之中.

太一无限造物者超越所有的理解，同时 太一造物者满满地存在于每个实体之中，虽然为了特定的目标与时段，人们穿上伪装的外衣；到了特定时间，这件伪装的外衣将被丢弃，每个实体终将再次返回太一造物者的完整领悟与经验之中；因每个实体都是如此受造，毫无例外.

我们觉察每个实体都有一些特质可能被自我与他人接受或排斥；而这个幻象的伟大课程即是带着开放的心去爱，无条件地去接纳...

[录音带翻面]

我是 Q'uo，再次回到这个器皿当中. 我们对于延迟与停顿感到抱歉，那是为了让在场的各位重新加入这个寻求圈.

此时，是否有其他的询问?

Carla: 我注意到最近家中的电脑很奇怪，这个礼拜，虽然我找到一个资料库却无法开启它；我检视我的经验并未发现任何超心灵致意的元素. 这似乎只是一个人在工作期间经常会碰到的小故障；但我想问你是否有任何洞见，因为我真的想要以最佳状况来工作这本书*.

(*译注: 依照时间推算，这本书应该是流浪者手册.)

我是 Q'uo，我觉察你的询问. 在这方面，我们认为困难的起源单纯地是里头的臭

虫(bugs). 我们称许你在这方面的耐心. 因为从事你刚才提及的工作需要特定程度的温柔，加上毅力的平衡，它们将护送你度过任何困难.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla: 目前有两件事正在发生: 首先，我极度地满足拥有更少东西. 第二，我感受的喜悦与至福(bliss)来自于更少东西: 做杂务，在花园清理杂草，在厨房里煮菜，就是做一些平常的事情. 这些小事似乎包含我能在这个世界找到的所有真理、美好、学识. 就你在第三密度的经验，这是不是一个典型的进展，那就是人间的至福并非来自越来越远的地方，而是来自越来越近的地方?

我是 Q'uo，我觉察你的询问. 的确，我们发现这陈述是真的，不只适用于你们第三密度的幻象，也适用于所有后继的幻象. 因为每个经验的真实财宝是位于经验者的心中. 对于那些对造物主敞开心胸的实体们，完整与完美的太一造物者就在每一个片刻、每一个微小经验当中.

然后这满满的爱与合一浇灌进入当下，直到此刻本身成为完整与完美的，存有的真实财宝受到赏识.

我的姊妹，是否还有其他的询问?

Carla: 没有，非常感谢你.

我是 Q'uo，我们再次感谢你. 此时，是否有其他的询问?

P: 我想要知道关于孟德柏集合(Mandelbrot Set*)的知识，科学家最早在 1981 年发现这个集合. 我曾看过相关的影片与图像，简直令我目瞪口呆. 它是一个无限的数学公式，可以创造一连串的图像. 科学家似乎不知道该拿它怎么办. 我感觉它就是每个人在寻找的统一场，它是宇宙创生的方式，一种蓝图. 你对于这个主题有何洞见，这个公式对我们有何意义?
(*译注，推荐影片: http://www.youtube.com/watch?v=G_GBwuYuOOs)

我是 Q'uo，兄弟，我觉察你的询问. 在这个幻象中，想要完整地解释孟德柏集合是不可能的，容我们说，这里头有太多东西超越理解.

但就你对这个现象的理解的要点而言，我们同意这个公式不过是呈现太一造物之完美性的另一个范例，对于首次窥见幻象边缘外的人而言，这个完美性开始变得明显. 太一造物者在一次无限的行动中重制他自己，他的大能在这类的数学表达中仅仅显露一点端倪.

还有远为壮丽的奇观存在着，不只对能够理解的头脑开放，也对敞开的心[沉浸在无所不在之太一的充分理解与接纳之中] 开放.

我的兄弟，是否还有其他的询问?

P: 神魂超拔的事件是否即将发生?

我是 Q'uo，我们不想冒犯任何人的自由意志，我们无法回答这个是非题.

此时，是否还有其他的询问?

P: 没有了，非常谢谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟. 此时是否有最后一个询问?

Carla: 只是一时兴起，我想问 Q'uo 原则中的 Latwii 部分在这些日子是否注视我们内在层面的任何特定颜色?

我是 Q'uo，姊妹，我觉察你的询问. 社会记忆复合体 Latwii 正忙着研究通讯的各种品质，位于你们光谱的蓝色范围. 在这个时候，如同所有的地球人，这个群体需要一个对该颜色的定义; 因为清晰的通讯可以消化许多催化剂[容我们这么说]. 这里需要很多以心传心的话语，于是，所有能量中心的开启与平衡可以协助打开心轮能量.

此时，我们感谢每一位邀请我们加入寻求圈的朋友，这是我们最大的荣耀. 我们提醒每一位: 我们乐于加入你的私人冥想，我们不会讲话，而是深化你的冥想，允许心智更多的静默，心轮更多的敞开.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

在这个时候，我们将离开这个器皿与团体，一如往常，在太一无限造物者的爱与无以言喻的光中离开各位.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0810 章集：人类、意识与理解之二十八

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1962 年，七月 20 日，星期五

傍晚好，我的朋友，我是 Yom.

再次来到你们当中真好.

有了你们的许可之后，今晚 我想要对你们说一些人类文明比较明亮的一面.

一旦你们跨过门槛，穿越人类文明的危机点，那么 等待你们与子子孙孙的东西将超越你们的设想. 届时，你们将能够从事宇宙旅行，探访其他的行星，获得那些科学先进种族的知识.

你将发现你们的物质科学大幅进步，人类将拥有大量时间去旅行、学习，你们将

不再需要每天工作许多小时，你们的工厂的机器将可凭藉思想操作；当人类渴望更多灵性理解、更多自我知识、人际关系与造物主的知识，人类将抵达一个新的境界，他的闲暇时间可以用来获得更伟大的知识与智慧. 人类将不再需要汗流浃背地工作.

当人类的智慧进步，更知晓宇宙法则，他能够移动到越来越远的地方，进入新的领域，进入生命的新阶段，因为宇宙有许多许多生命的阶段位于彼方，你们的圣经记载："在我父的家园中，有许多栋宅院."比喻而言，当人类不断地进化，他将恒常地向前进，迁入越来越壮丽的宅院.

当你们进入新时代，将会诞生新的学习方式. 你们目前的教育系统耗费大量时间在教导上，孩子平均需要 20 年或更久时间学习以获得硕士学位. 在新时代，只需要大约 5 年! 人类可以在很短的时间获得大量的学识，这是不是很棒?

还有许多好事将来到，你们将学会消弭所有的病痛、传染病；苦难将成为一种古迹. 这是不是很美妙?

发问者: 你是否意指未来的人类世代?

的确是.

发问者: 他们是否有能力将这份知识用在好的地方?

一旦他们穿过危机点，他们将明白，他们将领悟所有人的合一状态，每个人与造物主、宇宙的合一状态. 接着他们将获得巨大能量的知识，这股能量比核子能还

庞大，核子能将成为过时的东西.

你们将发现更有适应力、更有弹性、更便宜的能量.

你们将从天空、阳光等媒介汲取能量，你们将发现遍布在大气层中的原力线.

你们的家庭将不会有灰尘，你们将发明新装置可消除所有灰尘，你们的家庭主妇不再需要抹布到处清理灰尘.

你们将发明纯粹能量构成的窗户—不是玻璃窗—没有空气可以穿过这窗户，你却可以将手推出窗户之外；你们还可以控制外面冷热空气进来的比例与分量.

发问者：食物方面怎么样?

食物将变成一个十分次要的问题，你们将需要一些食物，但你们将发现各种能量取代许多种食物补充身体所需.

同时，当你们文明成长，获得更多的知识与理解，肉体本身将精鍊与改变. 你们许多的器官很可能消失，其他新的器官将出现，因为大自然会自我适应与改变.

我想谈论这些事很有趣，但我想说生命是永恒的，你可以抛弃这个身体，接着为自己创造另一个身体. 所以你们无需忧虑自己不能享受这些新事物.

发问者：届时，我们能否再生现有的身体?

喔，是的，这可以办到. 但有时候，你知道的，我们喜欢变换身体，我们对于这具身体感到厌倦，我们就想要获得一具新的身体模型.

发问者: Yom，你曾告诉我们你曾活在现有的身体超过 200 年，我们是否也可以学习如此长时间使用我们的身体?

一旦你理解灵性与肉体的关系，就没有东西会耗损肉体. 肉体会耗损是因为我们滥用它，以及我们以为它将会耗损. 我们必须恰当地思考— 我从未思考它会耗损，我只把它想成一个执行工作的载具，当我结束此生的工作，我将抛下它，而它的状况仍然跟新的一样.

现在，我的朋友，我很高兴与你共度这段时光. 我感激你们的接纳，这是我的喜乐与特权. 愿你们每个人在寻找理解的过程中快速地进展，愿你们每个人能够成为一道伟大的光，将你们文明带入新时代，一个理解的新纪元.

在和平中前进，我的朋友.

***

1962 年，七月 26 日，星期四

平安，我挚爱的朋友.

经文上写着: “和平缔造者有福了.” 若你们允许，我想在这句话上头耽搁一阵子，因为你们人群似乎认为和平缔造者指的是一个到处奔走，尝试在不和的两造[群体

或国家]之间缔造和解.

但，挚爱的朋友，真正的和平缔造者首先是在他存有的内在确立和平，接着透过他自身的存在，成为一位和平缔造者. 因为他的内在有和平，他散发大光明感染四周，于是所有接触他的人都大受影响，他们的和平水平都得到增长. 你看，他无须说一个字即可示现和平. 任何认识他的人都会渴望在内心确立和平，开始长养内在的和平; 那么他即是一位真正的和平缔造者.

经文也写着: “不要让你的心受困扰，也不要让它害怕，看啊，我是(I AM)永远与你同在.”

亲爱的朋友，这句话被地球人大大地误解. 伟大上师们曾说过许多话语，尝试帮助你们星球，结果人们常以字面意思来解读.

上师们经常用的我是，人们以为是个人的我是，这并非他们的意思.

上师在世的日子，有些人懂得这个词汇的意涵，但后来接手的老师不懂，于是在黑暗中教导人群.

我确定在座诸位都清楚地理解我是，知道它即是你们内在的创造源头— 你们许多人提到的上帝. 此即是你们真实的本质，每一个行走在地球上的人都是潜在的上帝，一旦他的内在确立对于我是的真实理解，他将是一位真正的造物者.

你们对于这些事有一些理解，可以去帮助许多人. 你们都学到上师话语的真实涵义，每当你有机会就使用这份知识将真理的种子植入人群的心中，好让他们成长

朝向更大的理解. 请成为一个和平缔造者，因为人的各种喜悦没有比这件事还大的.

现在，尔等领受我们兄弟会的祝福、平安、爱、理解.

在和平中前进，在平安中前进，平安.

傍晚好，我是 Yom. 我只说一点话. 关于刚才对你们讲话的存有，他今晚刚好来到我这里，我请求他是否愿意随我前来 对你们说几句话，他慷慨地答应了. 就我而言，他是一个具备伟大理解的存有，他不属于你们世界的领域，他来自乙太王国，另一个生命阶段. 他很高兴同你们共度这段时光. 我讲完了，我将我最深的爱与祝福献给你们.

祝福你们全体. 晚安.

***

1962 年，八月 11 日，星期六

傍晚好，朋友们，我是 Yom.

我的朋友，你们生活的日子或许是你们文明中最有趣、最关键的时期. 你们许多人将发现自己的伟大部分，找到自己许多的隐藏能力. 这些人付出努力去领悟自己是谁，他们将能够对于同胞提供伟大的服务.

你们都该知道，除了自我发展以外，你们对于身处的文明有份责任，因为不久的未来，你们的文明将悬挂在一个纤细的平衡点上，它会倒向哪一边端看有多少人领悟这点.

来自宇宙的各个领域，有的生命来自其他的先进星球，有的生命不需要行星，他们全都关心，甚至为你们文明感到焦急；他们希望人类文明可以穿过危机点，加入星际联邦，加入伟大的兄弟会，于是人类可以真正地了解自己并享受生命的伟大事物.

朋友们，一旦地球通过自我毁灭的危机点之后，你们没有人能够想像有哪些伟大的事物等着你们的文明.

朋友们，你们的确对于人类文明有一份责任，因为你们是这个文明的一部分.我并不是说，你必须到处去说服每一个人自我发展的重要性，尝试去说服别人必须做这个或做那个；而是你们文明中一般智力的人们都了解有一个大问题，许多人感到无望因为他们看不见问题的解答—事实上，还有很多人甚至不知道有什么问题；因此在你与人群交流的时候，你至少可以为他们指出问题之所在以及问题的解答.

当越来越多人了解到问题的严重性，他们的思考方式将改变，接着所有这些人汇聚成一个大规模的运动，足以拯救一个伟大的文明.

那些已跨过门槛的帮手只能为你指出一条路，他们只能说：“亲爱的，走这条路，这里有光，你愿意跟随吗?”我们很难不干预，很想推你们一把，但我们了解地球人必须为自己做这些事，否则他将一无所获.

地球人今日拥有的能源若跟他即将发现的能量相比，简直就是玩具. 所以，你知道的，人们必须发展出伟大的理解与智慧，学习与邻人和睦相处，学习知晓自我.

当一个人已经知晓自我，他可以毫无障碍地去爱邻人. 当我们理解自我，我们也就理解邻人，社会问题将不复存在.

我知道在座的各位都很渴望发展这份理解，在灵性上成长，向过去一些伟大的老师看齐— 只要你们真诚地愿意付出努力，你们可以达成这些目标.

但，我亲爱的朋友，在你寻找真理的过程中，不要忘记你对于邻人或人类文明的责任. 要知道每个人都是这伟大整体的一部分，请让你们的兄弟姊妹也接收到这理解. 你们正在接受教导，你们必然也同时是老师.

挚爱的朋友，我已经占用你们不少时间，我不想让我的闲谈烦扰你们.

很荣幸与你们共度这段时光，我总是享受与真理寻求者相处. 我知道你们每个人都将在寻求的道路上大步迈进，我将我最深的祝福与爱献给你们; 愿伟大上师们的祝福与平安都临到你们头上.

平安与你同在，朋友们，平安.

☆ **第 0811 章集：保护**

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/2000/2000_0402.aspx

周日冥想

2000 年四月 2 日

小组问题:

本周的问题与保护有关，我们想到两种保护方式.

第一种是我们从外在祈请的保护，好比天使的保护、耶稣的保护、圣者的保护，或任何你觉得有帮助的内在次元的指引或能量.

我们也想要 Q'uo 谈论另一种保护，该类保护来自于一个人的生活方式，聚焦在存有与服务他人.

Ra 曾说"结出果实是一个受到保护的活动"，这句话是否暗示一个人拒绝去惧怕任何可能令他需要保护的东西?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们每一位致意，在造物主的服务中，我们存在.

能够加入这场集会，我们无法充分表达我们的愉悦. 感谢呼叫我们来此的每一位成员，我们也趁这个时候提醒你们，我们并非凌驾于你的权威，我们有的只是基于我们经验产生的意见与想法，我们乐于与你们分享，因为这是我们在这段时间

对造物主的服务，那就是同那些寻求这类资讯的实体通讯.

无论如何，我们请求你们辨别我们说的每一件事，因为只有你才能感觉你自己的真理之共振. 如果在你的心中对于我们的想法没有扎实的共振感觉，我们请求你将它丢掉后头，因为我们的工作是分享，而非告知. 我们同你们一样，都是同一道路的学生，这条道路呼唤我们全体朝向太一无限造物者的奥秘与完整前进.

你们今天问到保护，我们选择从所谓的外在源头之保护开始讨论起.

呼求一位强力帮手的习俗由来已久，人类从远古时期就相信外面有许多的强力帮手. 你必须看见这是你们密度的特性: 你无可避免地，在此生一次又一次地想要呼求其他实体的帮助. 因为整个第三密度的目标即是社会生活，学习去给予并接受爱，学习亲切地给予并接受必须的鼓励与支持.

举例而言，这个器皿在调频过程中习惯呼叫大天使与所有地球的天使，这个器皿请求他们来临并成为工作集会的一部分，请求他们协助保护该器皿、通讯本身、在寻求圈的每个人、集会的场所、与周围环境.

容我们说，一个实体呼求他崇敬的理想存有与精华是有效用的. 呼求帮助如同任何祈祷可于内在次元中设置一股原动力. 我们将特定的忧虑也纳入这个类别，当一个人重复地忧虑某件事，如果这些忧虑能够加入更多的祈祷，这些忧虑即转变为一个有效用的呼求.

无论如何，你或许已经注意到，以这种方式请求保护是将危险视为"外来的"，而这个对抗危险的保护同样是"外来的"; 也就是说，它们都位于一个人的肉体、思

想、感觉与灵性之外.

结果是，这类的请求帮助有其自然的极限. 祈求保护的有效性与祈祷者的态度有关，如果祈祷者对于呼求帮助这件事没有什么信心，那么 保护的效用将大打折扣. 所以，在寻求外在来源的帮助这方面，信心(faith)机制扮演十分重要的角色.

现在，我们来注视一个拒绝外在帮助的觉醒实体之态度; 我们想要注视你们熟悉的耶稣老师的某些作为.

耶稣实体非常觉察跟请求保护相关的议题. 经文上记载耶稣实体曾在沙漠中度过四十昼夜，在此期间，耶稣实体禁食并受到诱惑. 其中一个诱惑是负面实体对他说: “向前走，将你自己扔下悬崖，天使必会接住你，不让你有丝毫损伤.”

耶稣留在原地不动.

那个声音接着说: “你饿了，从石头中变出面包吧.”

耶稣吃蝗虫果腹，还是饿得要死.

这个实体领悟到他无须外在的保护，因为他没有什么好怕的.

对于一个新接触耶稣故事的读者，他可能感到纳闷，很想知道当一个人没有食物、没有住所、没有舒适环境，却拒绝任何援助，这其中的关键点是什么?

对于耶稣来说，唯一必须的东西就是知晓他与天父为一体.

在沙漠中，没有东西可吃，他与天父为一.

在肉身死亡的过程，他与天父为一；接着他再一次于圣灵与真理中，与天父合一. 在任何人类的处境中，他都能够与天父合一.

耶稣将这个价值置于一切之上，那就是全然地相信— 太一无限造物者底下的万事万物皆为一体.

在这个理解中有一把伟大的钥匙，只要一个实体持续地住在至圣所，与至高者、全能上主(El Shaddai)、造物主、理则同在，其他所有事物自然会明朗化；其他事物包括限制、困难、疾病、死亡等.

我们并不是说无惧或信心可以保护一个人免于健康衰退或肉身自然的终结.

不管怎样，让我们继续注视耶稣-基督的态度吧，如果曾经有人拒绝外在保护，耶稣就算是一个.

在耶稣的末后日子，耶稣知道这是他活在地球上的最后几天.

一天晚上，在晚餐过后，耶稣导师深情地请求学生陪伴他到一个地方一起祷告，因为耶稣充分地觉察到时间已经快要用完了，喔，这个实体对于将来的事如此地害怕，如同任何一个正盛开生命之花、年轻、强壮、精力充沛的人[都会有同样的反应].

他并不希望躺在祭坛上如同亚伯拉罕曾将他的儿子做为祭礼. 他一点也不希望宰杀自己于牺牲的火焰祭坛上. 他希望教导，希望分享与爱他所有的亲友与学生.

但造物主的旨意一直催逼着这个实体的觉知，他不能忽略他感觉为真的呼召.

最后一次 他在祈祷中说: "喔 天父，拜托，如果有一点可能性，不要让这件事发生，让我不必要做这件事." 答案是 "不." 在三次祷告期间，他环看四周，看看有没有任何人与他一起祈祷，三次他都发现所有的学生都睡了，他必须毫无保护、毫无防卫地，独自面临这个时刻.

当关键的时刻到来，这个小避难所瞬间涌入许多士兵，他的学生弹跳起来要保护耶稣. 但耶稣摇摇头说: “不要，放下你们的刀剑，我的王国不属于这个世界. 不要打架，拜托.”

他立刻将自己交给统治当局，自愿地、牺牲地走向他的最终命运. 在接下来的二十四个小时期间，他内心必然有过上千次的诱惑，告诉他起来防卫自己，呼求强大的朋友或天父或天使群，但他从未如此祈祷: “把我救出这里!”

耶稣太忙于观察另一个付出爱的机会. 当他最后被钉在十字架上，在他最悲惨的时候，他持续寻找各种展现爱的小方式. 他看见母亲，于是建议他的一个门徒照顾她; 建议母亲照顾他的门徒. 耶稣为那些谋杀他的人祈祷，请求天父原谅他们. 没有任何藉口，没有愤怒. 只想再多找一种方式献出爱.

行刑当天另外有两个罪犯挂在十字架上，其中一个小偷嘲弄耶稣，另一个罪犯斥责那个小偷并对耶稣说: “很抱歉发生这种事. 我想知道，如果你成功抵达天国，

你可愿带我一起走?”

耶稣说: “今天你将与我同在乐园.”

任何听到这个故事的人确切地知道两件事: 耶稣-基督爱过.

那个请求的罪犯在那一日进入乐园.

现在，如何将如此强烈与纯粹的爱带入你的生命，如何请求这样的爱去除你所有的恐惧? 我们不知道，因为每个实体的人生礼物、人生境遇与功课都不相同，这些东西大大地形塑你人生的韵律节奏.

的确，我们每个人在投胎之前都为自己设计一个议程，它关乎需要平衡的关系，以及学习如何做出巧妙的选择.

我们曾说，你们的第三密度是一个社交的密度，你们来到这里是学习去给出爱与接受爱. 但你会感到惊讶，通常给予爱并不困难，接受爱才是困难的，向爱臣服是如此、非常地艰难.

我们知道这点，因为我们曾经历许多许多的经验，但我们仍然有一层纤细的分离薄膜分隔我们与前方的目标. 我们尚未看见所有事物皆为一，所有表达皆为一，甚至最可怕与负面的表达也是爱的一个变貌.

不过，我们发现如果我们能够移动进入那种觉察，看见所有灵魂、所有行为都是爱的变貌，那么 即使对方采取负面的行动，我们能够持续敞开心胸并允许无限

造物者的爱流过我们，接着流向对方.

从人类的观点，不管一个负面行动看起来有多么地会晦暗，当我们的觉察提升到某种水平，将所有实体都看为纯净的灵魂，我们就有能力去领悟一切真的为一，一切都真的很好，一切都将是好的.

上述的”很好”跟世俗认为的”很好”是否意义相同？当然不是!

灵性观点的”很好”包括限制、困难、疾病或死亡.

这是一个物质的密度，它不是永恒的. 你自己有一部分是肉身，它在此生结束后就不会存在，它有充分的权利去害怕死亡.

在这里，你需要信心的跳跃，纵身跳入绝对的未知.

没有人可以在这件事上头作弊，没有人知道当你跳入半空中，降落伞是否一定会打开，信心就如同跳伞；因为信心就是看到一个极为需要保护的情况，又看不见任何人为求助的途径，单纯地说：“一切都是好的，一切将是好的.”

我们向你保证，在所有你能祈求的保护中，信心是最强大的保护.

那么，这个信心从何而来？

关键在于你，具备人类与灵性双重身分，你站稳脚根对自己说：“我就在这里，聆听我，我是真实的. 我不是那个被生出来的肉身，当我的肉身死亡 我也不会消

失. 我是永恒的公民，我遵循一个更高的法则，我遵循一条更高的道路、遵行更高的真理与更高的生命.”

当你找出你愿意为之而死、为之而活的理想或概念，你就有勇气跳入空中，同时说着: “我凭信心做这件事，我凭信心而活，它不是言语，不是举止，不是推论，不是智慧，不是逻辑; 我将凭信心活下去.”

正在说话中的这个器皿，她曾经走到生与死的十字路口，由于各种顽强的疾病，她充分觉察自己命如游丝，在这个危急情况下，这个器皿的反应是高举两段话.

第一段话来自她锺爱的圣.保罗，那是一段漫长的经文 描述流血受伤却不低头，遭逢困难却昂首向上，以及那些疼痛与苦恼[该器皿正在经历的东西].

另一段话很简单，她改写星际争霸战(Star Trek)电视剧的开场白*，这个器皿辛苦地写下这句话: “信心，人类的终极边疆”，接着把它放在醒目的地方 好让她可以分分秒秒都看见它. 因为她知道唯有信心可以延长她在世的时间.

(*译注: 科幻迷对这句话应耳熟能详: 太空，人类的终极边疆!)

当这个器皿走过一个又一个的紧急状况，度过一个又一个艰辛的复健过程，她始终记得这句暗语: 信心，人类的终极边疆. 确实，这句暗语能够打开每一扇门，平息每一种恐惧，安抚每一种焦虑. 但关键原因是该器皿进入的心智状态: 她不在乎任何事，除了一直记住这句暗语.

就我们的认知，信心的态度是一把钥匙，这把钥匙通往最高的生命、工作、成果

的保护，不管你位于肉身之内或之外，它都是有效的. 信心是一个价值与资产，它在第三密度特别地强力，因为它无法在此获得证明.

你没有办法与某人坐下来，接着辨证信心.

你没有方法去证明信心，你也无法与某人辩论 使他拥有信心.

信心没有理由或根据.

然而，就我们的理解，这就是造物运作的方式.

对于那些拥有信心，在信心中向前进的人，宇宙是敞开的，他们的脚步将越来越自由，持续移动穿越爱的密度、光的密度、以及合一的密度.

现在，你要如何去建筑自己的信心?

我们对你建议三件事:

首先，我们建议聚焦在爱上头. 这个器皿喜欢说: “这个时刻之中有爱，它在哪里?” 这个器皿并未精确地引用 Ra 的话语，但这个观念是重要的. 在所有的关系之中，都有一条更充满爱的途径. 我们鼓励每个人花时间去思考，清晰地看见与爱的途径合作之方式.

这不必然是个容易的选择，因为一个人在投胎前选择的人际关系通常不见得是愉快或友好的，反而很可能是令人愤怒与恼火的，因为正是透过这些摩擦与火气，

你的人格得到淬鍊与精炼.

你的人生将会有一段测试时期，你将学习做出更有技巧的选择，并且与此刻蕴含的爱合作，而非防卫自我.

第二个增进信心的协助是冥想.

你们都注意到，我们不曾错过任何机会鼓励寻求者冥想、祈祷、赞美与感恩.

这些强有力的技巧可以调整心智与心轮的振动，并且有累积效应.

当你第一次选择进入寂静，或 第一次尝试真诚地、深入地与无限造物者对话，成果似乎并不明显. 但如果你持续这么做，一次又一次地进入寂静，该寂静将扩展与照亮，接着成为神圣中之神圣，你在其中与造物主坐在一起. 确实，造物主早已坐在你的心中之心里头，等待你的到来并加入他.

第三个增强信心的面向是正确地使用意志. 的确，信心与意志并肩同行，我们鼓励你们每个人恒常地增加你对意志的尊重; 因为是你的意志决定你将渴望什么，如何渴望，以及你将多强烈地去追寻它. 我们鼓励你们每个人去琢磨与净化你的渴望. 总是问自己: “我是谁? 我的渴望是什么? 我的最深自我与最深渴望是什么?” 因为当你越多地知晓自己，你就越能够接纳与宽恕自己; 于是负面导向的实体们越无法绊倒你、令你失去平衡.

在你运用意志之前，在你决定以意志去实践渴望之前，我们鼓励每个人仔细谨慎地注视你的渴望，看看它是否与爱的法则调和? 看看它是否冒犯他人的自由意志?

当你设定意志去完成渴望之前，要十分确定你正在跟随爱，你的渴望真的是一个充满爱的渴望.

关于保护的主题，我们认为这是一个好的开始，这个器皿正在鼓励我们做收尾的动作. 那么我们很乐于在这个时候将通讯权转移到 Jim 实体身上，准备回答在场各位可能有的任何问题. 我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我与这个器皿同在.

再次地，我们在太一造物者的爱与光中向你们致意.

我们很荣幸地在此回覆在场各位的询问，请问是否有进一步的询问?

S: 我最近阅读到一篇关于磁性装置的有趣文章，其中提到该装置的源头是寰宇(universal)心智，你可否详述寰宇心智?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问. 每一个实体都有个体性，似乎有自己分别的心智; 如果向更深处探索个人心智的根源，将为渐次通往越来越大的累积心智，好比种族心智、全球心智、理则的原型心智，最终进入智能无限的领域，你们可能称之为太一造物者的寰宇或宇宙(cosmic)心智.

因此，如果一个实体能够有意识地移动穿过[分别显意识与潜意识之]遗忘的罩

纱，他最终将会来到所有心智的源头.

S: 我与他们交谈数次，但他们没有回覆我最近的 e-mail，我应该在这方面有耐心吗?

我是 Q'uo，我们认为耐心始终是美德，此时是否有其他询问?

S: 没有，感谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟. 此时是否有其他询问?

(没有其他询问)

我是 Q'uo，我们至为感激每位邀请我们出席的成员. 与你们一起走过每次的冥想集会一直是我们的喜悦，我们期待这类的事件.

在此时，我们将离开这个器皿与团体，在太一无限造物者的爱与无以言喻的光中离开各位. 我们是 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0812 章集：人类、意识与理解之二十九

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1962 年，八月 23 日，星期四

祝福你们，我的孩子.

当我讲话的时候，我请求你们放松; 让你的心聆听，因为我们再次将有益的宇宙能量带到这里，如果你的身体有需要，你只要在心里导引这些能量到需要治疗的区域，你就可以接收到很大的好处.

亲爱的朋友，今日的地球人即将面临伟大的决定，这个决定需要你的勇气，这个决定将决定你们人类文明的未来.

在我看来，地球人要从他最内在的存有找到真理，接着做出决定是很困难的.

对于那些已经在寻求真理与理解的人而言，知道正确的决定应该不难.

不过，地球人似乎有种倾向: 当他人不同意自己，或看不见自己看到的东西，就会想要令他人受苦受难.

你们国家(USA)或许是今日地球上最伟大、最强壮的国家; 你们的祖先曾为了人类福祉成就伟大的事情，在其他土地的人群眼中，你们是一支先进的民族. 因此，你们国家站在一个最好的位置，透过以身作则，领导地球人到达新生活的开端.

你们的国家，拥有庞大的财富、食物、资源，如果你们运用智慧，或许能够展现地球有史以来最大程度的手足情谊. 然而，你们人群不愿意这么做; 他们情愿让多余的食物在垃圾桶中腐臭、发酵，也不愿去喂养飢饿频死的人们.

挚爱的朋友，如果我可以使用你们的词汇，这是一个很大的罪恶.

你们看，当大自然丰盛地产出各种果实，她并非为了浪费而生产.

丰收是好的，人类受造是为了获得丰收，但自然法则也关心浪费，当人类蓄意浪费滋养生命的东西，自然法则会起反应. 人类迟早会为如此的浪费付出代价.

所以，挚爱的朋友，你们的国家有义务去明智地分享它丰盛的财富.

你们许多人赞成这么做，然而，有更多更多人反对，他们不愿意多走一哩路，不愿将另一边的脸颊转过来*.

(*译注: 以上两句话的典故出自新约圣经四福音)

他们一定要以眼还眼、以牙还牙— 但这不是真理之道.

如果人类受造是为了自己独立生活，那么就没有需要创造他了.

直到人类领悟自己与造物主、人类同胞的关系之前，他尚未找到真理.

挚爱的朋友，人类必须抵达这个伟大的领悟，当他抵达这一步，此即是迈向认识真理的第一个大步；这也是理解造物与伟大法则的第一个大步.

是的，亲爱的朋友，搜寻并找到这份领悟，当你拥有它之际，你已抵达人类进化的一个伟大里程碑.

挚爱的孩子，我希望你们每个人都能够接收我们传送的能量，并获得益处. 在伟大的宇宙中充满这些免费的能量；它们是供养生命的能量. 若没有它们，你们无法生存. 只要你渴望，你可以任意取用它们，因为我们都是造物主的儿女；这些是我们的继承物. 让我们丰富地接收它们— 我们不受限制.
(咏唱..)

愿人类的伟大兄弟会的平安、爱、理解都在你们每个人的心中安歇.

就是这样了.
在平安中去吧，挚爱者.

***

1962 年，九月 21 日，星期五

在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

在开始之前，我想要献上感激给那些回应我上次建议的朋友. 我们满足地看见专注奉献的实体们为了人类文明的益处付出努力，他们急切地志愿去传播这些话语— 我向你们担保，你们已经完成的东西远超过你们知道的程度.

我，在此时此地，委托你们每个人一个照顾人类文明的责任，我真诚地希望你们每个人愿意接受这份责任，付出每一分的努力去承担与实践它. 你们混乱不安的文明十分需要专注奉献的实体，以及那些努力造福与导正人类文明的实体.

我向你们保证，亲爱的朋友，透过这些努力，你们将结交许多新朋友，因为并非所有人都要与你唱反调.

事实上，今天有越来越多人正开始了解人类文明正站在一个伟大决策的入口前，它不是找到一个解药治疗其病症，就是面临毁灭. 许多人开始聆听与思考.

所以，挚爱的朋友，我对你们说，尽你们全力去支持这些计画，因为唯有透过这些努力，你们才能存活. 在这个时刻，从我们的制高点观察，我们看见你们文明觉醒的机会是一半左右；但还有许多工作等待你们去做. 当你们尽一己小小的本分，你将发现许多机会在你面前开启. 我们希望你不会允许任何事物阻挡你的去路. 不要害怕那些反对者的批评或谴责，毋宁奉献你自己在一个正当的目标上.

如果你接受这份责任并实践它，你将发现奖赏是大的，并非世间的奖赏，而是你在内心发现的平安、喜悦与满足. 此外，我想要提醒你们一点，我们曾在过去立誓：不管是谁，只要他选择真实的信心与爱心，我们将保护与引导他. 我们仍旧坚守这份誓言. 对于那些致力于传播真理的人们，那些奉献自己以服务永恒之爱

与光的人们，没有任何伤害将临到他们头上. 记住这个誓约，我的朋友，因为我们准备履行它. 所以，在今夜，我委任你们每个人怀着一颗奉献的心与坚定的决心向前去，透过你们与所有奉献者的努力，你们的文明将幸免于难.

现在，亲爱的朋友，很快地，这个器皿与他的伴侣将动身前往一个新的服务，抵达人生的一个新的阶段. 但在他们离开之前，我们将在下次聚会同你们说话.

现在，我离开你们，并将我族群的爱、光、理解献给你们.

我是 Oxal.

***

1962 年，十月 18 日，星期四

傍晚好，我的朋友，我是 Yom.

我感觉这里有合一的振动，所以我来到你们当中，我将花一些时间与你们同在.或许，我将不再有这样的机会了.

我的朋友，能够与你们成为朋友已经是我很大的快乐与荣幸，我感激你们的合作，愿意聆听我很粗浅的意见，并且忍受我差劲的英文; 但我感觉我们已经成为很好的朋友.

挚爱的朋友，这个器皿与他的伴侣即将前往一个新的经验与人生的新阶段.

我确定你们都为这次的离别感觉喜悦而非悲伤，因为你们知道这对于他们的发展是必须的.

由于你们的知识与远见，你们将在未来的事件中辨识出古老预言的实现.

在每一轮来临的事件，都使得巨大的改变越来越靠近.

再过几年，你们将看见地理的改变变得越来越剧烈.

以前就有人曾说 1962 年将是充满事件的一年，难道不是这样，我的朋友?

现在，我的朋友，当你观看这些事物，了解到这只是一场净化的开端，为了让行星地球建立永久的新时代基础，地球必须接受净化.

那些真诚去服务的人们，那些追随真实内在指引的人们，他们不会受到这些事件的影响，他们将成为新时代的一部分.

然而，你无法找到真实的内在指引，除非你真诚地、专注地、心无旁骛地去寻求它，如同你们的宗教着作所言: “在我面前不可有其他的神.”

你们看，朋友们，在这整个宇宙当中，没有一件事要比一个人的灵魂发展更重要. 在你我里内的我是(I AM)为所有宇宙中最重要的东西，因为当我抵达对这点的完整领悟，我即抵达一个理解的伟大高度.

我们必须先寻求这些东西，在我们灵魂的最深处搜寻，在那儿 我们将发现指引，它将引领我们通往我们最大的发展、最大的安全、最大的喜悦.

朋友们，不管它要带我们到哪里— 不管是海上或山上或外太空，我们都将在该处接收到最大的益处，获致真实的幸福，真实的爱与理解.

朋友们，你们是否看见了：喜悦只能从一己的灵魂中找着，喜悦只能从执行较高意识或高我(higher self)请求我们的工作中找着.

你们许多地球人过得并不快乐，因为他们没有追随内在灵魂的指引；当人们真正地追随它，他将散发喜悦与爱，并将喜悦带给所有周遭的实体. 因为他将爱给予万物，万物也喜爱他. 你看，就是这么简单.

我一直在随意乱讲，我有时候会失去自制力，开始演讲起来，我没有恶意.

如果你们有什么想说的，尽管问. 时间已晚，我一定不要留住你们.

发问者：我很努力地尝试去知道我是自有者(I Am that I Am)的意义，我成功了吗?

当一个人面临大量的外在影响并肩负许多的义务，他要使心智安静并走入内在深处是相当困难的. 但一个人必须进入内在深处以了解这件事.

我是 这个词汇有着伟大与深远的意义，我是因我是一切万物，此乃真实的我是. 他不是人们肉眼所见的东西，也不是你们每天面对的日常事物.

事情是这样的，地球人在许多情况下对于什么是必须的有一种扭曲的观念，他感受环境的压力与需求，于是相当容易受到环境的控制，而不是去管理环境；他变得难以抽身，无法带出真实我是的领悟.

当人类真实地觉察他与宇宙的合一状态，将这点置于一切事物之上，当他将这点越来越多地放入他的意识之中，获得真实的领悟就变得越来越容易. 这些领悟分有许多个阶段，如同你们的知识也分有不同程度的学位；当你的领悟变得越来越深，你即进展到领悟的更高程度.

不要觉得气馁，需要时间去抵达一个充分的领悟，一个很伟大的领悟. 有些时候，当我抵达特定的高等程度，远远超过我目前的领悟— 我在那儿看见有浩瀚的伟大事物横亘在前方.

我必须清空这个器皿，与你们同在令我十分满足. 如果我有提供一点点的服务，我会很感激，因为生命唯有透过我们提供的服务方能丰富地体现.

挚爱的朋友，现在，我离开你们，我将我最深、最深的祝福给予你们. 我请求那些拥有伟大责任、伟大智慧、伟大理解的实体们将祝福赐予你们. 我知道这件事必成.

愿你们透过服务接收到平安与喜悦—愿你们每个人都大大地受到祝福.

愿你的喜悦盛大，愿你的平安带来满足.
晚安，我的朋友，晚安.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0813 章集：人类、意识与理解之三十

Copyright © 2008 Walt Rogers

L/L 研究中心声明: 这份资料来自于底特律的 Walt Rogers 通讯小组. 请善用您的辨别力去评估这份资料. 如果某些内容在你心中引起回响，很好. 如果没有共鸣，请将它放下，好让这份资料不会成为任何人之绊脚石.

***

1962 年，十月 19 日，星期五

在光中致意，朋友们，我是 Oxal.

今晚，我来到你们当中，请求你们一次又一次地奉献自己去服务人类文明.

因为，如果你们的文明想要延续并进入新时代，它需要很多的协助. 朋友们，这个选择就取决于地球人.

你们的宗教历史记载许多关于末后日子的预言，关于即将降临的大灾难. 但让我对你们说: 公布预言的原因就是让人类有机会去避免这些后果. 预言不是一定要被实现，因为人类的命运完全掌握在他自己的手中!

预言是对某个样式的认知，但这些样式是可以改变的，朋友们，地球的人群啊，你们有力量去改变，去避免这些后果.

如同我已陈述的，你们的文明此刻正悬在天平之上，钟摆将荡到哪一边取决于地球人. 如果有足够的人选择服务同胞，选择爱、光、和平的途径，你们的文明将经验到地球创生以来最伟大的进展.

人类文明曾经两次抵达这个高点，又向下坠落. 你们是否将再次坠落，或越过山巅，真正地实践全人类的手足情谊，这全仰赖你们— 所有的地球人.

你们恒星系统中的其他行星都准备就绪，愿意以各种可能的方式去帮助你们.

我们曾提供协助给你们星球上掌权的人士，却遭受拒绝; 不过，我们仍然随时准备好伸出援手，一双友谊之手.

我们无法为你们解决问题; 我们只能为你们指出方向; 因为我们的代劳对你们没有益处; 然而，你们可以参考其他找到道路实体的经验，这对你们的旅途有益.

再次地，我想要称许你们这些已付出努力，奉献自我于服务的人们. 我们帮助你们的各种方式超过你所知晓的范围，我们知道你们的每一分努力、每一份成就;因为我们持续地观察与纪录所有地球人的行动. 我们觉察你做出选择的时机，我们觉察你选择的程度.

我十分荣幸能与你们一起工作，如果我们的论述能够带给你们一点点的帮助，我们谦卑地觉得感激，因为我们认为有机会在理解与真理之光中服务是一份伟大与罕见的特
权.

或许，我下一次有机会以这种方式对你们说话是许久以后，在离去之际，我想要将我最深、最深的祝福、爱、理解留给你们；我感到十分荣幸.

我了解还有一些其他实体想要献给你们一些话语，所以我们将撤离这个器皿，他们将以他们的方式与你们讲话.

再次地，我将我族群的爱、光、理解献给你们.
我是 Oxal.

***

1962 年，十月 19 日，星期五

傍晚好，我的朋友.

再一次，我十分喜乐地来到你们当中. 今晚，我不能错过这个同你们讲话的机会，如我已经所说，我感觉与你们全体十分亲近；我感觉你们每个人都是很亲密的朋友，我希望你们对我也是这样的感觉. 我们曾一起共度许多愉快的时光，不是吗?

现在我再次有机会对你们说话.

我相信你们大多数人知道，我是你们星球上的居民. 我已经在行星地球上生活与工作很多、很多年. 我不想详细地描述这些，因为你们大多数人都知道，你们可以跟任何不理解的人解释.

但，朋友们，我一直对于你们组织很感兴趣，这就是为何我多次对你们讲话；我也对许多其他在光中工作的机构很感兴趣，他们也在尝试将光带给地球人.

当我看见地球上四处都有人努力这么做，我感到十分、十分满足. 但唯一令我哀伤的部分，我的朋友，就是这么做的人还是不够多. 在这个时期，似乎有比较多人了解地球文明正面临的挑战；我们大大地希望这种觉醒将越来越快速地进入你们人群当中.

当然，你们全都知道你们面临的问题以及解答；唯一要做的就是让更多、更多人了解；你们底特律团队在这方面做得非常、非常好. 我们愿意称许你们，你们工作产生的结果远超过你们知晓的程度，这是好的.

如果有足够的人来推动这些事物，一起尝试去唤醒你们的文明，朋友们，你们无法想像等在你们文明前方的美好，就在不远的未来.

如果，如果人类能够越过危机点，再也不想要去摧毁彼此、不信任彼此；那么你们的文明将真正开始向前行. 嗯，我的朋友，你们都知道这些事情，但我真诚地希望你们会持续地努力，并鼓励其他人也照样做.

如我很亲爱的朋友 Anthon 所说，如果你继续这么努力，你所得到的帮助将远超过你了解的程度. 我们只能协助你的努力，除非你先做努力，我们什么也不能做.

啊，要是地球人都了解宇宙众生是怎样地帮助地球就好了，你们很多人知道，如果不是他们的帮助，今天你们没有一个人会坐在这里.

所以，朋友们，你们付出的每一分努力都是很重要的；因为每一丁点的努力都会被察觉，不管这努力是向外或向内.

你们有许多工作的方式，你可以向外做这些事；你也可以在心理层面发展自己的光，让它照耀射入你们星球的乙太层，因为那儿也很需要更高的振动.

所以，你们有各式各样的方式去做这些事，总是要记得花时间走入内在，建筑你自己的气力与理解，深入你的灵魂去搜寻答案. 朋友们，我请求你们做这些事.

这个器皿与他的伴侣移动到其他地方是必须的；朋友们，这个改变不只对他们好，也对你们好. 我们想要对他已提供的公众服务表示感激，还有他非常亲爱的伴侣 在过去一直是他的"右手"(得力助手)；或许应该说他的左手与右手，她已成长许多:没有她的协助，你们就不会现在这些印刷好的通讯集，她还完成了许多幕后的工作. 所以，为了所有这些事，以及你们全体的努力，我们想要感谢你们，表示我们的感激.

我们，我在此代表所有曾经对你们说话的不同老师，因为他们不可能都在今晚对你们讲话，所以我代表他们全体说话，他们对你们的爱是巨大的，超过你们有生以来能够思考或了解的程度；因为这种爱是你们尚未理解的东西. 在他们的眼中，你们每个人都是杰出的珠宝，因为我们看见的是你们的本质—造物主的纯真孩子，每一个都散发与表达他的美好.

你们每个人都是我们的兄弟姊妹— 我们是一体 — 我们全都属于伟大的太一存有. 我在你里头，你也在我里头；所以，你知道的，我们不可能分离，我们全都

是一体，都是寰宇造物的伟大圣灵的一个小细胞.

外显的表达无关紧要，唯一要紧的是实现我们的圣子身分(Sonship)，我们在这伟大生命之海的角色.

挚爱的朋友，我们爱你们，我们祝福你们，我们将伟大上师们的祝福、爱、理解都授与你们每一位；他们的爱是如此地宏大以致于我们不可能描述里头的概念；

不过，我知道透过你们的请求，他们已经实现.

平安与你们同在，我的朋友们. 在平安中去吧，知道你是一切事物，知道你总是处于那宏伟、巨大的智能之双手中，他持续地导引你进入你寻求的明晰理解.

平安与你们同在，我的朋友，平安.

***

1962 年，十月 19 日，星期五

平安与尔等同在，我的朋友，我是 Anthon.

我想要趁这个机会，花一些时间将我的爱与祝福献给你们.

我也想要陈述我们十分开心看到你们这个组织进展与成长到现在这个地步.

像你们这样的团体，在各式各样的名义下形成，然而全都为了实现他们对人类、造物主的真实关系而工作着. 你们怎么给自己贴标签并不重要; 要紧的是你们正在寻求真理，在你们寻找真理的过程中，请恒常地留意一个事实: 真理是广泛深远的，当人类持续穿越进化的长廊，他将收集越来越多的宇宙真理.

最终，人类的进化与寻找是一条漫长与狭窄的途径，你们不会在此生抵达终点，也不会在下辈子，而是穿过生命许多、许多、许多个阶段之后才抵达.

宇宙中有些在理解上很先进的实体，以你们的词汇来说，他们已经历无限久远的时间，他们的成就是地球人无法想像的，甚至对那些已超过你们理解水平许多的实体来说，也是难以想像的.

不过，就他们的认知，他们还没有抵达理解的终极点.

所以，你们看，当这个寻求继续下去，人类变得越来越睿智，他的理解变得越来越广大. 然而，如果这个寻求结束了，人类会觉得快乐吗?

对于那些寻求真理的人们，生命绝不会变得无聊，因为真理永无止尽.

所以，挚爱者，保持你高远的眼界，怀着敞开的心智恒常地向前移动，同时带着寻求与辨别的心智，在寻求的路上总是运用大智慧，因为这一路上有一些陷阱.

挚爱的朋友，我的儿与他的伴侣在他们的路上向前走，他们并未离开你们，因为在心智中没有分离. 在心智与神灵中，我们全都是一; 在生命的伟大造物之中，我们全都是一; 时间与距离在心智与神灵中并不存在; 知道这点，我的朋友，你

将不会知道分离.

我很荣幸与你们共度这段时间，还有许多其他众生想要献上他们的祝福，他们向你们保证，只要你们持续进行你们的工作，援助将以各种方式来临，比你们知道的方式更多样.

我知道在许多情况，你们将不会了解，但援助必定会在那儿. 在你们的脑海中记住这些事，继续在你的服务途径上行走，当你服务人类同胞时，你已服务造物主.

我的平安，我留给你们.

愿所有伟大众生的平安、喜悦、理解都授与你们.

平安与你们同在，我的朋友，平安. 平安.

肯定祷辞

By Hatonn group

喔 闪耀的太一，遣送祢的光 环绕我们每一位，祢的孩子，

好让我们得着启发与智慧.

我们放松并将自己完整地交给天父；我们放松并将自己完全地交给他.

当我们在他的双臂中放松，我们知晓一切都好.

我们将完整的自我交给天父；我们只想要执行他的意愿.

我们放松并将自己全然地与完整地交给他.

我是他完美的小孩，他带领并指导我. 他持续地以他纯净的白光围绕着我.

我观想这最纯净的白之闪耀核心，直到我的确感觉到天父的意识，他的临在、

他的力量、他的光与爱流过我，我在他的临在中放松.

他是永远慈爱的天父与造物主.

他爱我并保护我.

他是唯一的力量与智能.

我是他完美的表达

他透过我表达

我是他的意愿之执行者

天父与我为一.

只有单一的力量与智能

这个伟大的力量与智能现在是我的一部分

他在全时间导引我，保护我

我将自己完整地交给这伟大的力量与智能

我是他的一部分

我活在天父之中，我的存有在他里内.

阿门.

(后记：人类、意识与理解历经三十回合连载，到此结束，感谢各位耐心'收看'的读者!)

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0814 章集：母体与赋能者

Copyright © 2001 L/L Research

译者声明：这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望追求原汁原味 100%的 Q'uo 演说，请前往以下网址阅读?

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0329.aspx

特别冥想

2001 年三月 29 日

小组问题:

心智的母体(Matrix of the Mind)的本质是什么，它如何与心智的赋能者(Potentiator of the Mind)关联*?

我们如何将这份资讯应用在我们的日常生活?

(*译注: 对这些专有名词不清楚的读者可参阅<一的法则>卷四)

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们喜悦地在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们至为高兴有机会与这个独特的团体讲话，我们感谢该器皿与这个团体的奉献，感谢你们做出必要的牺牲以聚集在这个地方.

我们十分感激你们对真理的渴求，对持久与美妙的话语飢渴，于是创造出此次工作的能量，也吸引我们来到你们当中.

我们很高兴分享我们的一些想法，关于母体与赋能者，一如往常，我们请求每位成员用具备高度辨别力的双耳聆听，带走那些对你有价值的思想，将其他部分丢到后面，因为我们不想要我们的想法成为任何人的绊脚石.

当无限造物者想要知道他自己，他伟大的心脏跳动出整个造物，包含所有的密度与子-密度，以及所有附属的样式. 他召唤出时间与空间，于是先前那些无法衡量、无法知晓的东西变成一连串的幻象，自相矛盾地，它们在某种程度上是可知的，而造物主很渴望这些知晓的幻影. 接着，每一片火花与幻影变成太一无限造物者的代理人，每一个都是自身独立的思维，都围绕着太一起初思维周游.

所以，你们每个人都是一个理则，降频再降频，直到你能够经验现在这个幻象.你们每个人都已穿越越多的经验与许多个密度，来到此时此地，每个人都在当下此刻获得精巧的平衡.

当每个人歇息在这当下此刻，每个实体的本质是什么？每个实体都是理则，又尚未是充分实现的理则；每个实体是人类，属于尘世并受到限制，然而又没有完全被限制，没有完全属世，因为造物者的觉察在每个实体里内成长. 所以你们每个实体都是一脚踩在地球[物质世界]上，另一脚踩在无限的世界[思想世界]中.

进入思想的世界、意图与原则的世界、渴望与理解与爱的世界，移动进入心的世界，我们请求每个实体让肉体的世界退去. 当你歇息在灵性的世界中，你拥有一个独特的观点，你在灵性世界中关切的东西即使过了一千年、一万年、甚至百万年都是重要的，这样的东西是可以信赖与倚靠的.

当你们尝试去理解原型心智，你们很容易以忙碌的物质世界观点去看它.

然而，它完全是在灵性王国中移动，喂养、告知、成就心智树根的各个结构，于是当人灵凝视着进化的螺旋，他可以拥有这些工具与资源去导引自我.

在这个文脉下，我们开始注视母体与赋能者的本质，以及它们之间的关系.

母体/赋能者轴线或动力可以有益地视为单一能量的两个部分，不过，因为这些关系的复杂度，将这两个人物看成完全分开的也十分有用. 你们密度的基础是极性，每个实体来到第三密度都希望透过这个彻头彻尾的极性环境，创造越来越多的方式去调查做出服务选择的过程. 所以，母体与赋能者位于心智的深邃根部，如同一对魔符(sigils)，揭示关系之道、互相渴求、互相帮助、互相感觉之道.

母体这个字汇甚至没有暗示一个活生生的存有，毋宁是一个结构、一个容器、一个网格、自我的某些品质与面向.

母体的基本外形被描绘为皇家人物，这并不是一个差错; 因为，做为一个灵性存有，每一个寻求者的确是最高的皇族，的确是王子、国王、造物者.

母体的人物具有巨大的潜能，因为它是空无与等待的; 对进化的飢渴被缝入、被织入母体[被小心连结的存有之网]的每一根纤维.

拥有皇冠、权力、皇室身分，这一号人物并不缺乏自我尊重，也不担心自己没有价值，没有任何尚未治愈的议题.

做为一个人，要抵达母体心智需要好些时间的工作. 因为许多人类的忧伤、羞耻、低自尊、无价值好比一个人的鞋子与外衣，无须去否认它们，而是在这个时候需要脱掉它们.

要进入母体，一个人必须变得赤裸裸，如实地接受自我是一件强有力的事，它是

如此地强大以致于难以去做(这事); 这是第一扇大门，我们建议每个实体打开它以进入深邃自我的未进食(unfed)心智，当你脱掉自我-意见的衣裳，你并未脱掉自我的精华.

不管你用任何心智的把戏、头脑的聪明，都无法移除自我的精华.

因为你就是你自己，你无法逃脱代表你的能量场; 该振动链结即是你，生生世世回响着，从这个密度到那个密度，一路穿越天父的造物.

你即是你之所是，你的独特签名很美丽.

一个人很少有机会在肉身中直接经验该精华的实相，所以，你们必须凭着信赖去拿取它. 在你的自我感知中，你成为裸体的，而你将仍然存在.

你可以将那样的自我[造物主所爱慕的]，真实的你，放入未进食心智之母体.

该母体能够接纳所有的你为一个精华; 这个适切的过程是自然的、当下进行的.

练习进入未进食心智之母体是有益的，立刻经验你庄严尊贵之本质，同时经验全然的谦逊与净空. 因为做为母体，你什么都不知道，除了感觉口渴与饥饿.

你是一个渴慕与寻求的生物，你的食欲很强烈、永无止尽，受到灵性之风的驱策，从这个造物寻找到那个造物. 一旦安顿下来，进入母体的角色，所有的思维都移动指向寻求、探索、并希望有所成就.

赋能者同样也被分派为一位皇家的存有，或许以下的描述是有良效的，我们在此时描绘赋能者为守护天使、精神导师、神圣改变的代理人.

这是一个尊贵的实体，有着同样的造物者身分，充满了太一起初思维[爱]的精华.

虽然每个参与者可以在其他时候看待这个代理人为自我，并获益良多；不过，在这次的讨论，我们看待这个代理人为一位礼物-给予者，对于一个张开双手不知道自己拥有什么的人，该代理人将礼物给他.

当母体伸出手去碰触赋能者，母体的需求创造赋能者的礼物. 灵性进化并不是一连串线性的课程计画，照着 A、B、C 等等的步骤去学习与工作.

毋宁说，彷彿未进食心智凭藉它强烈的渴求与寻求的方向，创造出一座连绵不断的果树园，于是水果掉入该寻求者的手中，然后他吃下这颗水果，接收到专属于这片土地的知识.

这里有一个恒常的有机过程：向外探寻的母体与等待那探询的赋能者之间往复地交换资讯. 每一次赋能者从罩纱后面释放果实，所有隐藏在赋能者里面的东西都会改变. 这是未知事物的隐藏特质.

一个人在某天接收到来自圣灵的果实；同一个人在另一天，只是在态度上、心境上、寻求方面有最微小的改变，然后他接收到一个完全不同的果实.

所以我们无法提供舒适的保证：一切都安全无虞，一切都准备妥当，所有人都将走同一条路.

原型的旅程远比那些更有创意、更有可塑性.

超越所有传讲，有个东西值得信赖，那就是意识中工作的受保护特质. 它就彷佛是: 当寻求者奉献自己于一个认真决定的渴望，该举动警醒一大群无形的保护，该实体可能会称为内在次元或天使. 不管你怎么描述这股能量，它十分投入地确保寻求者的工作成果，不管他的人生状况如何，健康状况如何，这份渴求与实践将受到祝福.

当讲到母体与赋能者，我们站在一条很深远、深远的道路之开端，它也是一条果实累累的道路、一条希望无穷的道路，你不只在此生或这个密度中行走这条道路，还会在将来的好几个密度中持续前行.

你们正位于自我知识旅程的起点，它将带来一个接着一个的惊奇，一个接着一个的觉察，不过我们要对你说，在每一个觉察的螺旋，包括你现在所是的这个螺旋，你早已是你希望成为的那个存有. 藉由毫不遮掩的尝试，你在各个原型中寻求，你将那个存有的共振部分带回你醒着的人格体，如此可强化并倾向治疗醒着的人格体.

因此，我们鼓励每个实体去做意识中的工作，无须慌张匆忙，不能没有敬意，当然，不能没有准备.

因为在没有准备的情况下从事这类工作可能会破坏能量体的平衡. 所以我们告诫每个实体，执行这类意识中的工作之前总是要先冥想、平衡能量系统、清理各个能量中心，好让你在执行这类工作时不会有显着的不平衡.

因为当阴影阻挡能量进入心轮，接着就没有足够能量进入穿过绿色、蓝色、靛蓝色能量中心，那里是意识中工作发生的之处.

是故，在冥想原型之前，我们鼓励你们进行准备工作：平衡能量系统，使它稳定运行，让肉体与形而上体都处于平衡状态，方可接收那从心智根源流动过来的尖锐能量，接着这些能量协助醒着的意识结出更多果实.

我们要在此时将通讯权转移到 Jim 实体身上，我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她. 我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次地，我们在太一造物者的爱与光中向你们致意.

我们很荣幸地在此回覆在场各位的询问，请问是否有进一步的询问?

S: 是的，我有一个问题. 首先，我要感谢 Q'uo 群体与两位器皿，你们英勇的事迹超越一般的使命召唤. 这些讯息对我非常、非常有帮助，我为此感激.

我的问题带入形意者的概念，因为母体与赋能者的聚合涉及形意者. 我对于牺牲的概念特别感兴趣，我将这个概念与形意者、母体与赋能者的聚合关联在一起，这样做是否有益处?

我是 Q'uo，我的兄弟，我们觉察你的询问. 我们也感激有机会将我们的振动与在座各位的振动调和在一起.

回应你的询问，我们认为牺牲的概念，即为了利益另一人或某个原则而给出自我，容我们说，这是母体与赋能者融合的一个突出特征，好让这个融合的果实[你们第三密度的素材]可以成为形意者或显着自我的一部分.

形意者是宇宙舞台上的演员，因为母体与赋能者的努力，形意者能够成为比它现在之所是更大的角色. 牺牲舒适、便利、机会或任何给予该实体安定与保障的品质，这个举动被登录为显着自我寻求实践的伟大渴望.

每一个寻求者的自我都渴望与造物主合而为一，渴望造物主、自我、寰宇造物的知识. 当一个实体为了反映这伟大的渴望，热情地寻求，愿意牺牲一切，他方能获得这份知识.

因此每个实体在每一世热切寻求的经验，都是以高昂的代价买到的.

容我们说，付出的牺牲越大，获得的知识、经验就越多，与太一造物者的合一程度就越大.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

***

S: 是的，感谢你们，这个答案非常好. 另外一个问题，我感觉来自我挚爱的 M.当夫妻中有一方做出许多牺牲; 另一方要感觉自我价值，并持续抬头挺胸，感觉自己也做出贡献，似乎是非常困难的. 关于这个议题，你能否给我一些鼓励的话语?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问. 我们认为你在这段关系是如此完整地投入，M 也是如此，双方都付出充满勇气的牺牲，我们也看见在你们的幻象中，是多么容易误会什么东西是有价值的.

世俗衡量成就的标准事实上只有肤浅的价值，因为每个实体内心寻求造物主的渴望才是最重要的.

太一造物者从他的存有抛出无限的造物与所有栖息其上的实体，好让他以各种方式去知晓他自己，在造物诞生之前，这些方式并不存在.

当一个实体，特别是在第三密度幻象中，决定以最纯粹、最有热情的方式去寻求造物主，即 M 实体已执行的任务，这个举动以最显着的样式回响到太一造物者的内心. 因为藉由移除在俗世工作的能量，一个实体为自己设定挑战，那就是尽可能地在这个幻象中对准焦点. 容我们说，整个红尘世界都撇到一旁，只为了单一地在爱与服务中敞开心轮，这点，M 实体的确已经做到了，以最有效的方式，她在形而上的极性方面有显着的成就; 所有曾接触这个实体的人们都觉察到她内在的璀璨之光.

是否有进一步的询问，我的兄弟?

S: 没有，非常感谢你.

此时是否有最后一个询问?
[没有更多的询问]

我是 Q'uo，我们感谢每位参加这个寻求圈的成员. 我们至为感激可以与你们同在. 此时，我们将离开这个器皿与团体，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与无以言喻的光中离开各位. 我们是 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

后记

(感谢 Carla 老师提供 S 与 M 的真实故事，并获得 Dr.Steve 的分享同意)
<Carla 来函日期: 2009/10/13>

这次发问的 S，全名是 Steve Tyman，他最近写了一本卓越的书籍，主题是他对于原型系统的研究，这本书叫做”一个傻子的现象学”(A Fool's Phenomenology).S 的前妻是 Marilyn，也就是 M.
由于长期的疾病，她大约在五年前过世. 当她逐渐瘫痪的时候，S 照顾她的手脚，喂养她，穿扮她，为她洗澡.. 持续了许多年.
在这整个过程，双方都深爱着对方，S 尊敬并荣耀 M，他们的两个小孩也是如此. 当她死去的时候，他们都极度地悲痛. 这是一个美丽且充满牺牲的真爱故事.
Steve 最近再娶，对象是同一个哲学部门的同事，他与现任妻子都是该大学的教授.

———————————————————

☆ 第 0815 章集：谈能量

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年一月 29 日

(译注: 这是 Latwii 在该次演讲后的答客问，主题演讲是"个体性与造物者"，详见爱与光之图书馆选集一)

(Jim 传讯)
我是 Latwii，再次地，我们在爱与光中透过该器皿向你们致意.

此时，我们很荣幸地在此回覆在场各位的询问，请问是否有进一步的询问?

发问者: [收音不清楚...] 我们的能量有显着的部分来自食物，有一些证据显示我大部分的能量来自外在. 由于这个问题影响所有人的生命能，我想要你们回覆这个问题: 驱动我们身体与灵性的能量有多少部分来自外在 [...收音不清楚]?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问. 你们的肉体载具就类似一个暖炉，你必须添加燃料让它移动，执行各种日常活动.

因此，肉体载具是[你们摄取的]食物之主要受惠者. 无论如何，如同心智与灵性载具，不属于物质食物的能量也可以活化肉体载具.

在你生活的每一时刻，都有一种能量灌入你的能量中心或脉轮系统; 不同的宗教

或文化或灵修团体给予这能量不同的名称. 有些称它为普纳(prana)、造物主的气息. 其他团体称之为爱或光，一种智能能量.

这股能量进入肉体载具或电性能量场，肉体载具的灵光，它从脚底进入，随即穿越基底能量中心[位于脊椎的底部]，向上移动穿越各个能量中心.

每个实体的心智与灵性复合体有大部分受到这股智能能量的激励;

此外，灵性复合体还参与一种能量的品质，你可以形容为合一，或这个团体称之为智能无限. 这个存有性的品质活化灵性复合体，那是该实体参与所有造物的主要连结; 它确保与支持本体的精华，该存在从未与太一造物者分离，也从未离开造物的任何一部分. 心智复合体以第二手[以你们的称谓]的方式接受该品质的滋养，透过它与灵性体的连结，分享存有性的能量或品质.

太一造物者的爱与光是主要的能量来源，每个实体每天在有意识的行动中利用该能量; 当这些能量移动穿越脉轮，从而活化:

一、生存与繁衍的需求; 向上移动,
二、与自我的关系; 进一步移动,
三、与家族以及好友的关系; 再向上移动,
四、与所有周遭实体的关系，不管自我认识或不认识;
五、建立清晰，自由给予的通讯; 自由地分享学到的东西;
六、无须言语，照耀四方的存有品质; 接着移动到最终的中心,
七、与太一造物者重新团聚;

透过有意识的分析、祈祷、冥想，这些能量(中心)一个接着一个被启动，但若没有太一造物者的智能能量之灌注，这些过程不可能产生.

是否有其他询问，我的兄弟?

发问者: 当我听到你谈论自己，看起来，你们的团体可以进行超心灵(psychically)沟通，我的意思是 [收音不清楚...] ，这是真的吗?

其次，你能否以超心灵的方式理解我们的思想?

最后，我主要想知道的: 我们人类是否有可能以超心灵方式彼此沟通? 这是一个我们可以学习的技巧吗?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问.

由于我们(所处)的幻象之特质，我们的通讯相当地简化，我们的实相是相当透明的. 在我们的复合体之中，我们既不能也不愿隐藏任何的想法或存在的品质，因为这是我们在进化过程这一点上的特质— 自由地、开放地分享我们所有关于太一造物者、自身进化旅途、与服务他人的学习成果

来到第二个询问，我们能够以心电感应来察觉你们心智复合体中的各种思维; 然而，我们渴望尊重每个呼叫我们服务的实体之隐私权.

因此，我们限制我们的能力，只专注于那些口头发出的询问，好让我们不只能讲到重点，同时尊重了你们人群很珍惜的隐私权.

来到第三个询问，只要一个人有坚忍不拔的精神，他的确可能学到心电感应的沟通方式，不过，他不只要尝试学习这门特定的技巧，还要尝试探索自我到达必须的程度，方能成为一个清晰的传送与接收管道；因为心智中有许多杂念与纠结，如同某种静电会干扰心电感应的通讯.

我们发现，该理则或那八度智能水平的伟大存有负责造物的这个部分，他发现让第三密度幻象的子民依赖发声与符号的通讯要比心电感应更有益，因为这样可增进催化剂的使用，或者说 增加学习的机会，这也是你们第三密度幻象的目标.

换个方式陈述，假设心电感应通讯在你们幻象中获得广泛使用，那么，所有造物的合一状态就少了许多神秘感；于是人们也少了许多动机去穿透这个奥秘.

所以，发声与符号的通讯是一种附加的挑战，人类进化的过程可以藉由这种方式得到强化，促使人们有更多的渴望去知晓自我与造物的本质.

是否有其他询问，我的兄弟?

发问者：我想确认一下，这是否意味当我们祈祷的时候，好比对上主祈求帮助等等，我们应该发出声音吗?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问. 发声念颂祷辞或咒语不是必须的，虽然声音并不会影响它的品质.

当一个人以特定的方式对特定的实体或品质祈祷，宇宙就发展出一条路径，相当

准确与快速地到达祈祷的焦点或源头，好比你们文化中的电话铃声.

所以，你有没有发出声音不是重点，关键是祈祷的意图、祈祷的内容，这些品质决定你会收到这种或那种回覆.

是否有其他询问，我的兄弟?

发问者: 近来，我对于一种精神疗法越来越感兴趣，它的基础是自由流动的能量穿过身体对于人类的幸福与正常机能是不可或缺的.

他们主张当人体的肌肉硬化，即是一种对抗负面状况的反应，举例来说，当你在生活中对某个负面东西持续有相同的反应，你的身体特定肌肉团块就会硬化.

他们宣称这个硬化阻碍身体内的能量流动. 我想要你对此评论，这是真的吗?

因为我一直认为身体的能量主要穿越神经系统，其他都是次要的; 但如果肌肉以不正常的方式限制自己，是否会限制流过身体的能量?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问.

这个陈述一般而言是相当正确的，不过，它其实是另一个能量流的更根本的阻塞的副产物; 这股能量流具有心智的特质，因为你们幻象的课程或催化剂首先移动到达心智复合体，寰宇造物中的进化过程主要是一个心智的过程，意识藉此发展它个人对太一造物者的表达，缓慢地，但确切地扩大其观点，直到它能够看见、接受、锺爱、宽恕所有周遭的实体，就如同太一造物者. 的确，最终它将看见所

有存在皆为太一造物者，包括自己.

当观点有一些限制，该实体的心智配置就无法接受经验的某些部分、自我或其他人的某个部分，然后穿过该实体的能量就会受到某个程度的限制，限制的程度与观点的限制成正比.

当心智的能量持续阻塞，而没有显着的理解动作，那么该阻塞将以某种象征的方式转移到肉体载具之中，于是心智可以更快速地注意到这个阻塞.

因此，如你刚才所言— 特定肌肉团块硬化，以及许多器官与结构性的病症皆为象征性的代表，它们指向最初发生在心智复合体的能量阻塞.

是故，去除肉体能量阻塞最有效方式为工作问题的根源，也就是心智方面的阻塞，解决心智的问题之后，能量得以自由流入肉体层级.

若一个人只聚焦在肉体阻塞上，那么，他主要工作表面的症状，而非根源的起因.

是否有其他询问，我的兄弟?

发问者: 首先是一个简单的问题，我想问关于你们的社会记忆复合体，你们是否曾在某个时期全都住在地球上?

第二个问题是: 地球上是否有一个宗教比其他宗教更有效或更有益?

我是 Latwii，关于第一个询问，我们并非你们星球的原生居民，但我们拥有一个

荣誉: 遣送我们族群中的许多人来到你们的星球当中，他们同样参与你们的投胎过程，目的是将他们的光给予地球及其进化. 每个承担这份荣誉与责任的实体都走过相同的遗忘过程，如同你们每一个地球人.

我们希望他们在人生的某一点开始想起自己一部分的投胎原因，接着开始提供一己独特的服务给周遭的生命，并尝试使你们地球的振动更轻盈.

在我们服务你们星球的同时，我们自己的演化进度也向前推展一些，因为透过服务，我们可以最有效地学习，我们感到很喜悦、很荣耀能够这么做.

我是 Latwii，我们感谢 Carla 实体提醒我们讲述第二个问题. 我们感觉每一种宗教与哲学都有各自的历史与文化，每一种系统都有很多东西给予那些追随者.

也就是说，我们不认为有一个特殊的 ...

[录音带到此结束]

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0816 章集：服务与取悦

Copyright © 2003 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

2003 年五月 4 日

小组问题:

Q'uo，今天的问题是: 请详述服务与取悦的差异. 爱/光研究中心的传讯抄本多次提到它们，却没有多做解释，彷彿我们早就知道似的. 所以，我们感谢 Q'uo 告诉我们服务与取悦的差异.

(卡莱 Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的服务中，我们存在.

我们十分感谢每一位允许我们分享这次的冥想，感谢你们在忙碌的时程中拨出时间与能量来到这里寻求真理. 我们乐于同你们分享我们的想法，关于你们这次的问题: 取悦他人与服务他人的差别.

无论如何，我们请求你们每一位在聆听时运用个人的辨别力，因为我们提供的内容可能部分有帮助，其他部分则没有; 我们很感激你们只接受那些有共鸣的话语，允许自己忘记其他部分. 因为我们不想要成为任何人走在进化旅程上的绊脚石.

当我们凝视这个有趣的问题，这个器皿(卡莱)的记忆中有许多早年的事迹，她在那个时候多次尝试提供充分的服务，却自己评价为不成功; 这样的记忆来到我们面前，我们将以此做为这次论述的开端.

这个器皿一直以来的中心关注都是如何去服务，她关切的程度超过你们星球的一般水平. 她的童年以你们文化的标准而言是不寻常的，因为这个器皿比一般小孩有着更多责任，并饱受各种义务折磨，相当于一个大人承受的义务. 这是因为她的家庭环境、双亲的职业等缘故. 结果是，这个器皿恒常地服务他人: 执行看顾婴儿、烹饪料理、打扫清洁等家庭劳务.

无论如何，这个特殊的器皿享有双亲的陪伴，他们十分地聪明，天生的批评家，同时由于生活型态的关系，经常处于毫不清醒的状态; 于是这个器皿得恒常地服务，也的确服务得很好，然而，父母总是恒常地告诉她做得不好，在他们看来，她做的事没有一件是"令人满意"的.

于是，这个器皿长大以后花了许多年工作自我，有意识地返回童年，安慰与锺爱那个小孩-自我，(她)甚至现在就坐在该器皿的膝上，终于是一个受宠爱的孩子，这个器皿以她想到的各种方式去疼爱、照顾这个小家伙.[1]

诚然，这个器皿已经发现重新捕捉天真青春与梦想的魔法之秘密，那就是宽恕自己对孩童-自我曾有的严厉批判.

这个治疗还是现在进行式，这个器皿不断地将她的小孩-自我聚合到自己的心中，并成为那个十分人性、容易犯错的卡莱小孩之母亲与父亲.

当一个实体感知内在缺乏爱，在思想中返回(过去)，接着进行意识内的工作，这样的能力是一种宝贵的资源; 对于想要以最高、最佳方式去服务他人的实体来说，这种能力十分地有帮助.

现在，让我们结束说故事时间，来到远方的一座山丘，我们站在那儿俯瞰形而上的大地，让我们一边横越它，一边讨论如何服务的问题.

根据这个器皿如此喜爱的宇宙学，地球及其经验可以被称为一所学校.

地球是一间美丽、奇妙的魔法教室，实体们在上头出生，接收每一个必须的催化剂为了激发新的思想，蜕变为一个崭新的存有，不只一次而已，而是一个持续的螺旋进程. 当灵魂完成在世的工作，地球感激地接受肉体回归尘土，接着脱离肉身的灵魂寻找造物主召叫它前往的下一站.

地球是一间特定种类的教室，目前行星地球位于第三年级或密度，在这个年级的主修科目是: “如何去爱，如何接受爱.”

所有课程都与爱有关，但有不同的线头去理解，在爱他人与接受他人的爱之间创造了许多、许多不同的人生课程的选择，有些课程重度地与爱的责任、实际地表达爱相关，有些课程与一种强劲却无形的催化剂有关，主旨是抗拒或无法接受爱，不能怀着信赖与信心去迎接他人提供的爱.

每个实体都有独特的课程，并在此生受到谨慎地护卫. 有一个方法可以精确地指出自己的人生课题，那就是回顾这一生，开始看见有许多螺旋一次又一次地返回相同的主题.

举例来说，这个器皿的人生课题有部分是学习不求回报地付出爱. 这个独特的课程不只在其亲生父母中显现，也在她其他的人际关系中出现，这些关系产生一个

相同的主旋律、乐旨、问题，以促进该器皿的灵性成长.

这个器皿另外一个课题是接受其他人提供的爱，她已为此做了大量的意识工作.

由于早年催化剂的伤害与挫伤，没价值的心态早在卡莱之心中酝酿已久，造成她缺乏自信，自我漂离了情感的安全中心，这样的实体恒常地倾向自我怀疑，容易产生沮丧与没价值的感觉.

现在，以这个器皿为例，她在此生的关系都已经过仔细地拣选，不是为了快乐的原因，而是因为它们设置一种动态张力，让该器皿得以最佳地学习这门独特的课程. 于是，她的人生计画美妙地运作至今. 这些动态关系使得这个器皿一再碰到某种人— 就是一个非常值得爱的人，却没有能力在情感上做回馈.

于是，这个器皿成为这种人的老师，他们能够接收爱，却不能回报这份爱; 这似乎是令人苦恼的难题，然而这个器皿感激地喝下这杯苦酒，促使她进入灵性的寻求，在静默中恳求: 等待并聆听内在声音的返回.

一般而言，要辨识如何取悦一个实体是容易的，辨识什么东西可以取悦一个实体是容易的; 因为要取得那个被渴望的东西通常是相当容易的.

所以我们不觉得有需要谈论如何取悦他人.

确实，彷佛是这个文化的传染病，只要是生为女性的实体，就会接受文化与家庭大量的训练，学习如何取悦他人.

这个文化对女性的教育着重在取悦他人并且使周遭人感到舒适. 当然，女性人格在这方面天生就很有天赋.

服务某个人则是完全不同的一件事，它不必然等同于取悦某个人.

服务某个人不必然要为她或跟着他做任何事.

就根本而言，服务某个人是一种觉知: 那就是你与服务的对象是一个实体，你们是合一的，并且是绝对平等的.

一个光的仆人欢庆表象的差异，然而他将其他人都视为自己人，知晓自我与其他人都同样是永恒的公民，超越时间与空间的居民，大家都住在一个无限宽广的宇宙，同时，它也与人心的内部一样渺小.

的确，从我们的眼界来看，容我们说，整个宇宙就处于你们每个人的心中，而所有的恒星与银河都真的居住于内在.

所以，当你坐在毛毯上凝视满天星斗，精确地说，你同时也在凝视内在的景色.

躺卧于你内在的是无限、祝福、恩典与无限造物者[他的意识即是一切万有].

服务与这份知晓是密不可分的，当一个光的仆人，也就是神性原则的仆人，当他凝视一位其他-自我，不管那个人要求什么，基本的服务都是毫无评判地与合一连结，只带着绝对的信心，确信对方是一位灵性的实体，应当受到荣耀、锺爱、与尊严地对待.

什么是服务？表面上看来，这是一个问答题:

“请求，你将领受；敲门，它将为你打开”;
“你能否为我做一个花生酱三明治?” “我当然可以”;
“我可不可以分享你一半的三明治?” “你可以拿走比较大的部分”.

这种物质性的服务是容易了解的.

当你想要服务另一个人，但你们之间的关系线有些纠缠混乱，这时候问题开始扩大，身体脉轮的阻塞导致无法充分地沟通.

在这种氛围中，飢饿无法获得满足，干渴无法获得滋润.

在这样的窘境下，彷彿整个宇宙都充满了所谓的”困难泡泡”，不断地冒出来创造混淆，以致于看不见通往至高服务的清晰途径.

当服务在一个核心的关系里陷入僵局，好比 T1 现在经验的情况，被服务的人要感到喜悦的机率很小，因为那个被服务的其他-自我无法查觉这个服务的纯度或特质. 容我们说，即使如此，也绝不会稀释或抵销真爱的服务，即 T1 自由提供的服务. 我们毫不犹豫地声明: 所有付出爱的人都在服务.

让我们来检验当一个人付出爱时，发生了什么事.

当一个人付出爱，他表达自我的本质—爱. 地球是一所爱的学校，你们在此享受

里头的各种课程，但它很谨慎地隐藏一个简单的真理：一切万有都是一体.

在这里，每个人似乎都有独特的外表，并且自我与所有其他人似乎都是分离的.

所以，在这所学校的学生有个主要工作，那就是寻求穿越浅薄的皮肉表象，穿透所有东西外表的坚硬假象. 对于那些能够进入内心，向爱敞开的人，幻象开始闪烁、晃动，最终 偶尔完全地掉落，看见那伟大的合一与爱之海洋；接着整个造物提供可观的情感支持给那些能够穿越表象的寻求者.

当一个人知晓他是无限造物者的一个完美与珍贵的火花，同时也是呆瓜、可怜人、与罪人；终于，迷雾散去，他清楚地看见：一切都是好的，所有事物都是太一；存在即是服务，作为是次要的细节.

现在，这使我们重新思考服务的本质，从作为移动到存在.

对他人做的事必须服从自由意志的规则，冒犯他人的自由意志是不好的，非难或批判他人是不好的，在任何情况下都没有必要做这些事. 不过，当一个人难以在表象[行动]的世界与本质[能量、意图]的世界之间来回切换，服务的动力就变成一种挫折.

那么我们要说，专注地进入服务之中，服务的核心是完全的接纳、尊重、荣耀其他个体如同自己一般，对待其他个体如同对待自己一般.

每一个实体在心、身、灵的进化过程中，需要谨慎地、持续地关注自我的(意识)工作. 当一个实体看见某个地方有伤害，纵使看起来明显是另一个人造成的，圆

满解决这个难题的适当钥匙总是工作自我，你愿意对那个人做的事，先对自己这么做.

因此，如果另一个人投射出许多批判与掌控能量，似乎造成人我之间的隔阂，那么自我可以有技巧地移动进入内在受到批评、评判、控制、不悦的区域，彷彿自己的这块区域是其他人.

那么，这个尝试服务他人的自我首先工作自己，肯定自我的价值，尊重自我，了解自我的需求，全方位地将服务他人的企图转向内在.

看起来，这样的自我仅仅服务自己，然而，正是服务内在自我的这个人，研读人生爱之课题的这个人，方能独立于任何反应之外地付出爱，超越任何条件地去爱.

当服务发生的时候，自我只有在事后才逐渐地明白.

服务的优良印记是在每日生活的决策过程中始终保持心轮的开放.

当双方共同工作彼此纠缠的关系时，会产生许多话语；以及许多感觉，能量的平衡与再平衡的过程.

然而，当某一方成功地、不断地提供服务，就代表该实体持续地、固执地，绝对坚持看待自我与对方都是值得的、友爱的、慈悲的个体，双方都努力要去解决隐含在人性中的奥秘：如何在物质世界中表达自我的形而上特质.

物质世界似乎对于灵魂是充满敌意且不友善的，不过这不是真的.

因为在物质世界中，不只蕴含人工建筑、电脑晶片、人类对帝国的梦想；还包括鸟儿的呼唤、植物与动物的祝福，以及地、水、火、风的祝福.

所有的实体与能量都是使者，很容易受到各种新闻的铭印与磁化，这些新闻只为你发布、只在今天、只在当下存在.

我们无法事先告诉你会有怎样的鸟兽、怎样的门牌、标志或书籍将成为你的路标. 但我们可以向你担保，只要你寻找它们，它们将群聚在你周围，希望获得你的注意. 资讯厚厚地躺在地面上，飞舞在你周围的空气，在无限造物者遣送的每一道光芒中来到你身边.

这个宇宙是鲜活的，它是智能的，以单一无限存有的方式运作；你们都是其中的一部分. 不是机械性的零件，而是一个活生生的、正在呼吸的实体，他呼吸着永恒的空气，他的关切超越表象时间的束缚.

当努力服务的成果似乎出了差错，我们单纯地建议自我深深地呼吸，吸气与吐气、吸气与吐气，离开纠缠的细节，潜入生命表面浪涛的底下，找到深层的真理.

想像你的人生表面是波浪起伏的海面，凶猛的浪涛拍打着海岸；同时知晓在这片海洋的深处是你存有的真理，就如同地球的液态核心：沉静的水域，安静、深沉、强有力、无限且健壮. 这即是你的本质、你真正的菁华. 你是爱.

当你允许太一思维的确切感瀰漫你的存有，感觉所有的担心一一掉落，只留下圣灵的火燄，只留下那创造所有星系，亘古永在的爱.

在此时，我们感谢 T1 实体提出这个优秀的问题，我们享受同你们一起工作，虽然我们恐怕我们的话语十分贫乏.

我们感谢这个器皿，并在太一造物者的爱与光中，同时将通讯权转移到 Jim 实体身上. 我们是 Q'uo 群体.

(吉姆 Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次地，我们透过该器皿在爱与光中向你们致意.

我们很荣幸地在此回覆在场各位较短的询问，此时是否有其他的询问?

S: 来点比较轻松的，你认为方尼(Funny Cide)会赢得这次的马赛三冠王吗?

我是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟. 我们发现自己在预言马赛结局方面没什么天份. 我们很抱歉在这方面没能给你什么帮助. 此时是否有其他的询问?

S: 没有，我每年都会问一下，我只是觉得很趣味，谢谢.

我是 Q'uo，我们感谢你的轻浮与关切，此时是否有其他的询问?

C: 是的，Q'uo. 我这里有另一个来自 T1 的问题，她说: “我们被告知，爱不会冒犯自由意志. 当爱送出的时候，到底发生什么事? 它是否提供一个增高的机率或潜能，让爱可以无意识地进入该实体的生命中? 它如何是一个服务?”

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 当爱被送给任何实体，那么它就是一个资源，那个实体有可能会去使用. 通常该实体无法有意识地认知这份爱是从哪里来，或何时送出；但无意识地认知一己的存有状态获得增益，拥有更多的资源.

因为在每个寻求者的心中都有来自太一造物者的每日礼物，一份爱的补给；或者说理则提供给每个实体的生命能量. 于是，当一个人传送爱给另一个人，就相当于放大已有的能量，并建立一道和谐波进入接收者的意识领域，增强他感知与运用太一造物者之礼物的能力.

是否有其他的询问，我的姊妹?

C: 我代表 T1 继续发问，所以，以任何方式去爱一个人都不算是冒犯自由意志?

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹，的确是如此.

无论如何，我们看见许多实体对于爱有许多不同的定义，关于爱，我们认知的主要品质是无条件的.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

C: 我有另一个问题，我想代表 T2 询问: “非典型肺炎(SARS)背后有什么形而上的意义? 如果爱滋病(AIDS)反映大众对性的恐惧，SARS 反映了什么? 我们能做什么来正面地看待 SARS?”

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们发现这个询问的内容会冒犯许多人

的自由意志，所以我们能说的很有限. 至于该疾病[以你们的称谓]的形而上涵义，我们认为在这个时候，有许多事情在你们第三密度的幻象中发生，其中有许多人群正成为实验对象[容我们说]，所以在人生经验中产生额外的困难度. 超过这点，我们无法再回应. 是否有其他询问，我的姊妹?

C: 是的，T2 有个后续问题，我代表他询问，虽然他说他了解你可能无法回答: “SARS 是不是一种生化武器，被某个族群用来对付另一个族群?”

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姊妹. 我们可以做概略的答覆，我们认为这个询问的要点基本上是正确的. 是否有其他询问，我的姊妹?

C: 没有，我代表 T2，还有 T1，非常感谢你，Q'uo.

我是 Q'uo，我们感谢你以及他们，我的姊妹. 此时是否有其他询问?
[停顿]

我是 Q'uo，如果还有问题，我们乐于回应最后一个询问.
[停顿]

C: 似乎没有更多问题了，Q'uo. 但我们的确感谢你.

我是 Q'uo，我们也至为感激，我的姊妹，我们感激每位寻求圈的成员邀请我们出席. 我们请求每位读者运用辨别力，好让我们说的话语不会成为你寻求时的绊脚石. 如果任何句子或概念没有对你响起真理的铃声，请毫不犹豫地把它抛诸脑后.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体. 此时，我们将离开这个器皿与团体，我们在太一无限造物者的爱与无以言喻的光中离开各位.

Adonai，我的朋友，Adonai.

Raggedy Ann doll

附注:

[1] 卡莱: 我的老师，Papa，在一年前送给我一个褴褛的安[布偶]，我决定宣告她就是童年的卡莱，紧接着，我以一个新妈咪的身分，炽热地爱着她! 我请求她告诉我 她的梦想，她真的回应了!

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0817 章集：失控的通灵(上)

Copyright © 2002 L/L Research

特别声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿的风格比较特殊或奇异，在此引用星际联邦一贯的声明，请读者善用您的直觉与辨别力.

选取有共鸣的部分，抛下其他部分. Amen，Adonai.

密集冥想

西元 1988 年八月 4 日

[原注: 原始录音的品质很差.]

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我们透过这个器皿在无限造物者的爱与光中向你们致意，我们致力以生命的一切来服务他.

一如往常，我们敦促你们只拾取有真理共鸣的部分，接着毫不犹豫地抛弃其他对你没有帮助的部分；因为我们提供的只是我们粗浅的意见，分享我们在寻求路上的果实. 朋友们，真理十分简单，我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们带给你们相同的简单讯息；不过，有许多方式可以解释与展示这个真理，因此，每个人都将找到对自己有价值的讯息；并在自己选取的途径上继续前行，直到他们与彼此合一，与造物主合一.

朋友们，你们都觉察到— 这的确是实相的真实本质，尽管表面上的种种分离存在于你们幻象之中. 你们也觉察到— 寰宇造物的一切持续地融合它自己，越来越靠近太一起初思维.

在这个过程中，所有生命不只将找到真理，而且将会成为真理，因为在你寻求的过程中，你只看见部分的伟大真理，朋友们，这是因为你们厚重的幻象遮蔽了许多东西.

于是，当你越来越多地穿透幻象的罩纱，你似乎在不同时期找到有些不同的真理.

在你探求真理的旅途上，我们请求你不要气馁，因为虽然路途漫长，终极的真理恒常地退后远离，超出你的掌握；然而，寻求真理的人们自然地形成一种路标，大家一起沿着路途前进，偶尔摇摇晃晃，偶尔跌倒，然后爬起来再继续这个旅程，并彼此勉励.

你们与我们都是这一大群真理寻求者的部分，因为探求真理的旅途从这个密度延续到那个密度. 当你发现有个东西在你内在深处产生纯粹与清晰的共鸣，我们敦促你们珍爱这颗真理与智慧的珍珠.

朋友们，将这份宝贵的真理持守在你里内，确保它的火焰熊熊地燃烧，因为它就彷彿是一座烽火台，帮助你周遭的寻求者看得更清楚.

是故，我们全都是朝圣者，我们一起在这条路上行旅，愿我们每个人都紧握各自独特的火炬，让真理之光在你的灵魂内明亮地燃烧. 我们将彼此的光结合起来，共同寻求去启蒙与照亮你们身处的这个星球.

我们渴望帮助你们的找寻，帮助你擦亮灯台. 朋友们，在任何时候，只要你在心里呼唤我们，我们将乐于提供任何能力所及的协助.

在此时，我们在太一无限造物者的爱与明亮闪耀之光中离开这个器皿与团体.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体. Adonai.

(Carla 传讯)
我 Yadda，我在无限造物者的爱与光中来到这里；我们也带着感谢来此.

Yadda 实体会怎样.. 我们请求这个器皿或许直立起来... 这样比较好工作，躺下来，没法工作.
我 Yadda，我现在尝试转移到[听不见]实体身上. 我 Yadda.

[停顿]

(Carla 传讯)
我 Yadda，我再次与这个器皿同在. 我们说: “哈，我们差一点就成功了，我们希望他有些耐心.” 我们现在转移到 R 身上. 我 Yadda.

(R 传讯)
[大叫] 我 Yadda，我与这个器皿同在. 这实在很有趣. 我们很想要做这件事. 喔，我原谅我自己. 我来，无限造物者的爱与光，最后在基督的[听不见]之中. Yadda!非常好! 这个器皿练习 [听不见]. 嗯~~ 很久很久以前，Yadda 行走在地球上，Yadda 想要感谢这个器皿的耐心，因为 Yadda 非常焦急地[听不见] 等待，等待、等待、等待! 有好长一段时间，他一直在等待，有些时候，你知道的，这是很难熬的，不管怎样，啊哈，我们开始.

或许我告诉你们一个故事，但我不大知道要如何进入它.

这个器皿，他... 这么办吧，我们将让这个器皿休息，因为我们这里有好东西.

我们很小心(carefuL)对待这个实体. 他 不错，你们知道为什么? 为什么? 为什么? 我正在等待为什么? 他喜欢这样.

Carla: 你的'L'音说得越来越好了，Yadda.

你们知道吗? 你们的'L'烂透了! [团体发出笑声] Yadda 真的没有错. 你们让'L'变得纯粹，当 Yadda 发出正确[听不见]... [团体笑声]

这个器皿倾听. 他也高兴，但有时候他想要进来玩一下. 必须找到一个方式把他摆在某的地方. 你们知道吗? 他说 OK，他玩真的，我没有开玩笑. 他说: “我可以说这段话?”

是的，他说: [不清楚，虽然很大声，听起来像是 “transplay”!]

她从未说这个，从未! 她害怕，那就是原因，但这一个人不怕，Yadda 保护 [声音非常大，却口齿不清而无法理解].

Yadda 几乎用不愉快的字汇，我不知道— 或许我管他的，还是做了. 好吧... 这样很容易，这个人，因为他喜欢诅咒. 但你知道为什么我停止? 因为这个人给我话语! 嘿哈! 我不从这个人拿任何话语，我理当[听不见]不是提词者.

哈、哈、哈、哈. 这笔非常快乐的生意，我十分喜欢. 你们可能很厌倦 Yadda 了，嗯~~.

请，请务必理解，这个[听不见]Yadda 告诉你们秘密.

Yadda 来到这个人跟来到那个人的方式不一样. 那边的那个人，我爱她，因为尽管她恐惧，还是让我说话.

她知道我是好的，只不过有些粗糙(rough)，出糙(RUFF)、出糙、出糙.

我需要一个像这样的声音，因为我告诉你一些事. 她 对的，Yadda.. 不是这个. 因我告诉你们，我不管怎样还是使用它.

你们是亲切的. 我背负包袱，我不想要说包袱，我背负包袱. 我背负谋杀，因为有很长一段时间，YADDA 恨! 恨、恨、恨、恨、恨!

现在 Yadda 爱. 在这里头有很多可以学习的，我想. 我过去没有告诉你们我恨什么，我恨中国人. 中国人杀、杀、杀、再杀!

Yadda 学习如何去杀，喔，Yadda 可以做得很好，如果你可以说这算好的话— 但它也不坏，而是有教育意义!

不要忧心— 我放弃了，我不再需要做这档事. 我也不再恨中国人. [很轻柔地] 爱中国人. 我告诉你们为何我爱中国人. 我可以这么做吗? 我爱中国人，因为中国

人令 Yadda 憎恨，当 Yadda 憎恨，Yadda 发现爱是什么.
这个器皿认为 Yadda 很像 Ramtha，Yadda 不像 Ramtha.
Ramtha 在那里，Ramtha 想的是惹火尤物(hot stuff)! Yadda 想一想 这个器皿性感人物. 因为现在 Yadda 可以说话，大声说话，说出你们想知道的东西. 因为你在这个团体中说话，Yadda 说话. 你们全体都在这里谈论负面... Yadda 喜欢. 你们谈到负面，令你厌恶的人. OK，我这么说，因为那使你厌恶的负面，你使服务看起来变成那样. 你必须爱他们! [一些无法理解的大叫句子]
必须有恨，我失去自制力因为这个过程漫长又艰难.
喔~~ 思考那是什么感觉. 佛陀关心. 这个人不以佛陀之名挑战，不要忧心，小家伙，他挑战的方式很聪明，他的挑战... 他说: 我进入基督之永恒真理与兄弟会. 到处都是基督，我跟基督之间没有问题! 只对耶 — 苏有意见.
但我跟你说，这个人不认识佛陀，所以他说，如果我以佛陀之名挑战，我不知道什么[听不见]，我不用那个字，我给你一个新字，他[听不见]这个人，因为他不喜欢编造他没听过的东西.
闭嘴! 你知道什么?

[原注: 这个录音非常难以抄写，接下来又继续好些时间，演说的方式时而猛烈地大声，时而微弱到完全听不见，然后又返回彻底的咆哮. 这是一场不清晰的录音，伴随着大量的背景噪音. 除此之外，演说的内容夸大、充满情绪，夹杂牙齿摩擦声，导致许多子音听不见，真是太难去抄写了. 不管怎样，你必须亲自聆听才会相信.]
[在 Yadda 爆炸性的结尾之后，该团体重新调频.]
(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我透过这个器皿以太一是一切、一切即太一之名在爱与光中向各

位致意. 我们首先要确保 Yadda 实体已经完全释放 R 器皿，并且为了避免我们的弟兄姊妹过分热心，太快返回到这个器皿身上，我们请求 R 器皿移动到后面，保持这个姿势，Yadda 就无法使用该器皿.

在这个年轻的通讯者内在有[听不见]要说话，不过 Yadda 自身只想要提供灵性原则，并在智慧中有可观的工作测量自我的耐心，使用一个维持稳定力量的器皿.

我们建议 R 器皿请求最高、最佳的通讯，并且能以稳定的方式承载通讯，如此可避免他肉体载具变得有些痛苦. Yadda 实体需要使用肉体载具的能力前后摆动，为了可以充分地呼吸.

我们感谢这个器皿的合作，在刚才的通讯期间，我们一直待在他身边，正如同一场冒险，该器皿是其中的一部分.

我们请求这个器皿无须过度担心刚才提供的内容，因为这是新手的正常开始，当经验逐渐累积，Yadda 话语的百分比自然会增加.

Yadda 是许多生命的一个代表，或许，你们(西方人)认为这个实体述说中国人的故事似乎没有用处; 不过这的确是事实. 中国人在这个星球上与[听不见]都是一支古老的种族; 还有那些地表上的东方民族也是如此.

Yadda 很难得在你们西方文明中找到一个器皿，因此 Yadda 实体强烈地想要精炼、得胜、锻鍊以制造更为纯粹的[听不见] .

我们替 Yadda 表达他真挚与温暖的喜悦.

我们现在前往下一个阶段，我们要对 E 器皿说，她应该想像赤脚走在大地上，感觉双脚踩在舒适柔软的草地上、嗅闻周围的花朵、听见蜜蜂的嗡嗡声.

在她前面耸立一棵大橡树，后面是一棵大枫树，右手边是一棵紫杉，左手边是美洲杉. 我们为 E 器皿接地，并建议她藉由自我扎根来调频，感觉地球的保护与无限能量，因为这个器皿想要服务地球，因此地球充满了爱，无限地爱这个器皿.

当这个接地过程完成，我们将停顿片刻，好让[听不见]实体可以与 E 一起工作.

我是 Hatonn.
[漫长的停顿，然后是 E 器皿冗长但听不见的传讯]

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，我们感谢 E 实体愿意使用这个机会接触这个等待她的讯息源头...

[Carla 的部分传讯听不见]

发问者: Latwii，很早的时候，我感觉你与我同在，然后 Yadda 来临时，你就离开了，我在想为什么会这样?

我是 Latwii，觉察你的询问，我的姊妹. 当 R 实体起始传讯过程时，我们 Latwii 寻求协助 R 实体，在那个时候，还有其他的星际联邦实体一起帮忙. 因为 R 实体经验一个独特的通讯，需要所有可能的协助，因此我们在一旁站岗[容我们说]，尽可能地给予协助，然后在适当的时机返回你的器皿.

是否有其他询问，我的姊妹?

发问者: 没有，非常感谢你，我刚才以为你大概被吓到了.

我是 Latwii，我们不会轻易地惊恐，我的姊妹; 但我们的确享受 Yadda 实体的幽默面向. 这个实体有很多[听不见]，但我们感觉他很可以学习善用(肉身)器皿而不会这么疲累与难过.

此时，是否有其他的询问?

[录音带结束]

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0818 章集：失控的通灵(下)

Copyright © 2002 L/L Research

(译注:以下内容是 Q'uo 在主题演讲后的答客问，题目是"地球，大自然，与人类"，详见爱与光之图书馆选集一)

周日冥想

西元 1988 年八月 14 日

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地，我们透过这个器皿在爱与光中向各位致意. 此时，我们很荣幸地回覆在场各位进一步的询问. 再次地，我们提醒每个人知晓我们提供的只是一些意见. 我们喜悦地提供意见，你们可以任意地使用，抛下那些没有真实共鸣的部分. 此时是否有任何询问?

Carla: 好，我有一个问题. 你刚才说完“爱护你的身体”之后终止，你就这样停住了，彷彿还有更多东西，对不对? 在那个时点，我们是否应该问: “我们能做什么以爱护我们的身体?” 或者，我们可以现在问这个问题?

我是 Q'uo，当我们那时把该意念给予你的器皿，我们想起你关于时间的告诫，因此，在往后的工作[好比这次的集会]，如果你们请求额外的地球家园之资讯，我们将至为快乐讲述关于你们地球与身体的题目，还有这两者的关系，以及如何照顾修护地球与你们的肉体.

Carla: 我们肯定会等候那场工作集会，感谢你.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹. 是否有其他的询问?

Carla: 嗯，马尔戴克(Maldek)还有火星的人群都将他们的行星炸掉. 基本上，人类持续这样的模式，将自己的栖息地彻底摧毁. 第三密度的人种是否无可避免要做这种事? 不，无须回答这个问题，你们早就讲过了. 我只是觉得很奇怪，这种事一再、一再、一再地发生.

我是 Q'uo，我们的评论是在你们太阳系中有各式各样的经验，从最不和谐到至为和谐的程度，在这样的经验范围中，实体们可以学到很多东西. 并不是所有进度

都是以和谐的方式达成，有许多爱的课程是透过经验相反的极性来学习.

是否有其他的询问?

J: 我的问题是关于即将到来的地球调整期，如果我们的关注聚焦在个人生存上，这样是否构成服务自我? 当我们过度关切个人生存，是否会分心，偏离服务他人的中心?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹.

许多人在这个时候关切的肉体生存问题，在大多数情况，负面或服务自我的实体并未追逐这个目标; 因为负面途径是一条严酷的道路，它要求一个人利用自我所有的能量与关切去主宰其环境与他周遭的众生，好让这些实体去服务自我.

由于世界各国日益增加的科技能力，地球上许多人担心毁灭的潜在可能，并希望能存活下去. 一个实体可以用各种方法去利用这个处境，从而增加或减少极性与收割能力.

一个人可能注视这个处境，接着看见一个无私给予的机会，将自己一生累积的能量与能量贡献出来，将如何解决困难的知识分享给大众.

另一个人可能注视相同的处境，找到挫折、困惑、无望的理由，于是将属于自己的催化剂染上恐惧、末日、与可怖的颜色，然后抽离自身，与世人隔绝.

还有人可能注视这个处境，接着以为它不大可能发生，或即使可能发生，也大大

超乎一个人关切的范围，因此忽略这整个局面，退回去关心家庭与自身.

你们星球上的人群有许多、许多方式去看待任何的处境，然而，这个受到关注的处境并非决定一个人极性的关键，毋宁是一个人如何看待这个处境，以及他如何回应. 这个基本态度有很大程度受到过去世的编程或参考架构的影响.

我们可否进一步讲说，我的姊妹?

J: 我的确有个问题，但尚未组织好，如果任何人想问其他问题，尽管开口，感谢你们的回覆.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 此时是否有另一个询问?

Carla: 我猜想我必须详读刚才的答覆. 让我用另一个方式询问. 如果你享受田野，于是搬到乡村，这样是服务他人; 但如果在危急时刻，你不允许其他人同你一起享受田野，就算是服务自我? 这是不是你基本的论述?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹. 我们发现这是一个新的探究领域，比先前的询问之范围更为明确. 再次地，一个实体可能以任何方式去利用搬家到乡村这个举动; 进而极化朝向服务自我或服务他人，或在大多数情况，保持在两者的中间. 不管采取什么行动，一个实体的动机或意图才是造成偏向，决定极性的关键.

这是我们在前一个回覆中尝试分享的原则.

[录音带第一面结束]

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在，此时是否有其他的询问?

Carla: 欸，我讨厌霸占这个场子，但我的确有个询问，如果你认为会冒犯自由意志，请明白地告诉我. 我不会详述在 R 身上发生的事，只单纯地问你是否有任何评论，不管是针对当时的局面，或建议教导/学习者如何侦测、改善、避免类似的情况. 我知道这是一个广泛的问题，但我感觉实际的评论不会这么广泛，所以，你们八成会告诉我必须自己思考，对吧?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹. 我们发现在这个案例中，你渴望大量的资讯为了在未来的教学集会中达成更和谐的经验; 因为 R 实体经历的困难造成每个成员的担忧. 我们添加我们的祝福给每个感觉担忧的实体，在你们曾经验的过程，有许多可以学习的.

容我们说，我们感觉每位都已经能够再这次的经验中获益，重新对自我确立必要的照顾，好继续教导与学习以声音传讯的过程.

我们已经讲完可以分享的部分，没有冒犯自由意志，我们很抱歉似乎如此辞穷、缺少忠告.

Carla: 我了解，因为我的关切是我是否应该继续教导通灵，而你们不能告诉我答案，对吗?

我是 Q'uo，我的姊妹，我们选择不去冒犯你的决定，因为我们看不出这是一个服务，如你所知.

Carla: 我了解，我只是心很软，我不想伤害人或置他们于可能崩溃的处境. 我猜我有很多需要思考的地方. 感谢你们. 这种事从未在我面前发生，所以 .....

我是 Q'uo，我的姊妹，我们分享你伟大的悲悯心，我们认同在你存有中非常、非常明亮地燃烧的服务渴望. 藉由这个渴望，你现在考量的方法将继续下去，我们祝福你的各种考量.

Carla: 感谢你们.

此时是否有其他的询问?

J: 我想要讲述跟 Carla 相同的问题，再次地，我明了你们可能不想回答，那也 OK.但身为"R 经验"[如果可以这么称呼]的一部分，我必须说我有点受惊吓，做为一个新进通灵领域的学生，如果我必须拥有这样的经验，我情愿是在上轨道之后发生，而非在第一周就遭遇它. 我必须承认它令我陷入一个严重的困惑状态，我理解你们不能谈论个人问题，我将继续工作自己.

但或许有某个方式允许你评论这次的经验，或许建议一个正面的观点，帮助我们继续学习传讯(通灵). 基本上，我感觉自己不大信赖这个场域的保护，或者我不理解这些保护. 我迄今尚未提出一个清晰的问题，我猜想我真正要问的是某种理解，好给予我信心再做尝试，如果你能够评论的话.

我是 Q'uo，觉察你的询问以及它对你的衍生影响，我的姊妹. 首先，我们认为你称为的"R 经验"是一次相当不寻常的经验，并不是很多学习发声传讯的学生会遭遇的经验. 这个经验需要十分不寻常的条件:

R 实体具备观想与深沉冥想的天赋;

整个正面导向的团体在分享资讯期间创造一个极度强化的能量漩涡;

以及 R 实体在他个人关键的成长过程中，忽略了保护的技巧.

这些条件分别来看并不显着，但综合起来之后，的确产生了一个异常的经验.

我们鼓励每个新进学习发声传讯的学生了解这个过程本身是相当简单的.

相关的保护也是相当简单的，然而，每个学生的理智与心轮都必须有清楚的理解，好让这些简单的程序以纯粹的方式完成.

每个学生必须检验一己的渴望与动机，以最谨慎的方式检验，如此可确保存有内的管道以清晰与单纯的方式开启. 当这些保护完成之后，这个过程即可继续进行，对于学生只会有一点点的风险或危险.

我们可否进一步谈论，我的姊妹?

J: 不用了，感谢你们.

Carla: 我只想简短地询问，你们能否确认我给予这个寻求圈的保护是充分的，甚至是非常充分？好让参加的人员有信心，除非新的管道在人格某方面出问题，即使如此，我也没有审判的权利，这也是为何我当时只能对 Yadda 讲话，只能确定 Yadda 正尝试控制局面. 我相信以上就是整个过程，你们能够确认吗？

我是 Q'uo，你的假设基本上是正确的，我的姊妹. 你做为教导/学习者，提供保护给这个圈子里的新进器皿；每一个圈内的成员提供彼此保护；再次地，这个保护的效力取决于每个成员清晰与单纯的动机、渴望、与练习. 我们引用你们的俗语，这个圈子的强度即是最弱环节的强度.

无论如何，即使最弱环节都可以经由每个成员综合的努力获得强化. 所以，每个成员都增添光之墙的厚度.

是否有其他的询问，我的姊妹？

Carla: 我要任意地在此打住，因为我不想要耗损这个器皿. 非常感谢你们，我将在另外的时机询问.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 是否有其他的询问？

J: 我有一个问题，我了解你们可能无法回答，但关于"R 事故"，我了解事实上…那是我们的事故，我要在此澄清，让大家了解我们都是那个局面的主要参与者.

我感到困惑的是当事故发生时，有多少内容是 R 在传导自己的讯息，又有多少是传导外面的某个讯息？我关心的原因是，他讲的某个东西与我有关，已经 [听不

见]. 让我尝试以另个方式提问，好方便你们回答.

OK，如果可以的话，你们可否给予我百分比数据，比方说，R 传导的讯息有多少是他内在的东西；有多少属于星际联邦，有多少属于超心灵致意?

我是 Q'uo，我们发现难以回答精确的百分比，因为 R 实体一方面努力做为发声器皿，另一方面，R 实体努力处理一个困难的个人问题.

我们认为所有新进的器皿—包括 R 实体—在开始传讯之初有相当显着的部分属于自我. 这是为了让新器皿得以开始这个过程，隶属于服务太一造物者的星球联邦，我们发现激发新器皿的个人记忆与经验是有益的，特别是与爱的法则、理解法则、合一法则一致的部分.

当新器皿变得越来越有经验，出自个人的资料将缩减，下限大约是 30%，于是我们的讯息将增多，上限是 70%.

于是你们可以看见，新器皿一开始有大部分的资讯是源自于自我的内在. 所以，我们建议你们无须过分担忧 R 实体传递的资讯. 我们不建议你们过于重视 R 实体传递的资讯.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

J: 没有，感谢你们. 我真的感激你们的回答，我喜欢你们的答案.

Carla: 我受不了啦— 我必须问一个相关问题，从我能辨别的范围来看，当 R 实

体躺在地板上，他正在传导一个混合来源，其中一部分属于一个负面实体，他以任何他想要的名字称呼自己，并且想要掌控；另外一部分属于 R 实体人格的一部分，拥有相同的基本动机，从而形成一个相当有效的服务他人管道，虽然这个器皿的本质十分敏感与正面. 你们能否确认这点？在地板上讲出的讯息没有星际联邦的东西？

我是 Q'uo，我们基本上肯定这点，只额外注记在你的询问中，关于已提供的服务，你可能有些微的错误观察.

Carla: 是不是跟我的基督徒背景有关？跟那个变貌有关？

我是 Q'uo，我们单纯地想说：你使用的辞汇 ”服务他人” 可能是错误的陈述，毋宁是”服务自我”.

Carla: 喔，非常感谢你们，对啦，我的意思是服务自我，是也(Yeah)!

我是 Q'uo，此时是否有另一个询问？

Carla: 这是不是他不让我碰他的原因，他不让我进入圈子中？因为我的极化大幅度朝向服务他人？

我是 Q'uo，我们发现自己迫近冒犯的边界线，此时，我们不想要踩到那条线.

Carla: 容我问是否他有更多动机不允许这个碰触？或者只有一个动机？这个答案可以帮助我的思考.

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹. 此时，我们不想混淆或澄清你的思考，因为我们感觉这么做是一种冒犯. 因此，我们选择不谈论这个询问.

Carla: 那么你们会推荐单纯的分析?

我是 Q'uo，我们推荐你运用分析的力量，附加祈祷与冥想的力量，随着时间的流逝，事态也会更加明朗.

Carla: 我当然十分感谢你们的回答，我一直在烦扰你们. 我感到抱歉，我就此停住.

我是 Q'uo，我们感谢你，不只为了你的询问，我的姊妹，还为了你服务的深沉渴望. 此时，是否有其他的询问?

发问者: 我确实有一个问题，今晚，我们的寻求圈中有位很年轻的绅士，因此给我这个灵感火花，我们先前谈论到地球的调整期[我喜欢的用语]，我们要如何最佳地让孩子们做准备，或者 我们如何对孩子讲这类的事? 如何让他们理解自己的角色? 我这里说的孩子大约在十八岁以下，还不特别觉察自己的个人力量，所以他们不理解自己的确要扮演重要的角色. 你们会给他们什么忠告? 这个问题有意义吗?

我是 Q'uo，我们感觉这个询问里头有足够的意义，可以让我们讲述. 这个宇宙是每个学生的教室，不管该学生是年轻或年老，每个人的生命样式之中都有宇宙的一部分; 每个实体可以注视生命样式的任何一部分，接着看见内在的反射与外在

的反射.

你们所属的太阳系就好比你们身体任何部位的分子. 每一个分子可以比拟为一个宇宙，许多原子以惊人的变化与速度在其中移动.

每个人可以说是由许多器官、动脉、静脉、神经与肌肉组织构成，每一个单元都扮演一个角色，影响整个有机体的健康.

每个人都处于一个家庭之中，生活在一个社区或一个教室之中，每个人都扮演一个角色影响整体; 相对地，这整个教室、家庭、社区也对每个人产生影响.

每一个实体所制造的碰触、记号、气度不只家人感觉得到，教室的同学与社区的邻人也会有感觉; 甚至整个行星存有、太一造物都有感觉; 因为造物中的所有部份都是相连的.

如同某个乐器弹奏出一个音符，任何位于该声音范围的耳朵都可以听到这个音符，于是自我将聆听的感觉、思想与作用纪录于内在，家庭内部，地球里面; 确实，每个音符都被听见，遍及太一造物.

因此，每个生命的学生可以从注视小东西来学习大东西，也可以注视内在的东西来学习外在的东西，或者以相反的顺序学习.

这些连接的纤维与途径连结我们彼此，也连结每个人与星球，连结每个星球与寰宇造物; 这些途径引领我们从这一种理解通往另一种理解.

愿每个人都发现并领悟自己内在的王国.

我们是否需要进一步讲述，我的姊妹?

发问者: 不了，感谢你们.

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姊妹. 此时，我们将离开这个器皿与团体.

一如往常，至为感激你们邀请我们加入寻求圈，我们希望已提供你们要求的服务.

我们怀着喜悦期盼每一次的未来[以你们的说法]聚会. 同时，只要你提出请求，我们就会与你同在.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0819 章集：殉道者与神秘家(续)

Copyright © 2005 L/L Research

(译注: 这是 Q'uo 在该次演讲后的答客问，主题演讲是"殉道者与神秘家"，详见爱与光之图书馆选集五. 附带说明，本次原稿有部分收音不清，以致于不是十分完整.)

特别冥想

1990 年六月 20 日

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地，我们透过这个器皿在爱与光中向各位致意.

此时，我们很荣幸地回覆在场各位进一步的询问. 此时是否有任何询问?

S: [听不见]

我是 Q'uo，我们相信已经掌握你询问的要旨，我的姊妹. 殉道者在此生开始前就已经决定这条路将是最优先的途径，他追随这条路是为了最充分地光荣造物主，并在正面极性中服务造物主.

当一个人在此生中考虑这条路径，他还不确定自己的服务是什么，于是将这条路与其他选项放在一起衡量; 于是，该智力在此生中做的工作相当于该灵魂在投胎前做的工作.

并不是说如果该智力尝试在殉道者途径上摇晃前进，这一个人将在负面途径中移动; 毋宁说，当一个人使用智力选择一条路，将这个选项与那个选项互相比较，分析利害得失，如此一个人倾向远离对自我真实的东西，然而，对每个实体最适当的途径即是他在投胎前已谨慎规划好的路[有着许多朋友、指导灵、导师的协助].

在这一生中，一个人可能多次感觉自己的双脚远离先前已知的清晰途径，于是在此刻感觉困惑，怀着巨大的渴望但愿以任何方式提供服务，他尝试藉由分析与智力的方式建构一条让自己再度安心的途径.

这样个选择很少会推动一个人进入负面极化或服务自我.

更多的情况是：一个人会在一个遗忘地带(limbo)里头经营人生型态；也就是说，一个人尚未来到投胎前选择的核心地带，而是尽一己所能的向前移动.

现在有许多、许多人发现自己处于这样的状况中；这些人才刚觉醒，正在看见生命中更大的视野与目标，他们通常尝试去仿效其他受到赏识的实体，为了加速其进化的旅程，因为他们感觉那醒悟的能量以爆发的速率穿越一己的觉知.

我们推荐每个实体衡量这个要点，先考虑双脚如何安置在大地上，当自己找到那份完整与确切的感觉之前，无须踏出下一步；当你站稳脚步，找到安心的感觉，你将毫无疑问地知道下一步是如此这般.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

S：与方才的主题无关，[听不见].

我是 Q'uo，我们扫描你的记忆，你刚才的询问至为有趣并具有高度象征意义；这是你的潜意识心智建构的一个(梦境)，为了提供一些象征，与某种程度的谜题.

在这个时刻，森林对你是最为重要的，我们感觉你已经开始越来越清晰地确定其原因，虽然还有许多部份仍是不清楚的.

考量在森林中生长的任何一棵树的天性，它从土壤深处汲取养分，同时也受到太阳那给予生命之光芒的滋养；它最后成为一棵古老、强壮与睿智的树，即使面临干旱、高热、大雨、冰冷等严酷气候，对于这棵大橡树都只有很少的影响.

你已经良好地感知你经验中的蛇群，我们感觉牠所象征的智慧行动与反应正在你的生命样式中上演. 总而言之，我们认为你已经良好地感知深邃心智给予你的各种符号，所以你总是可以使用这条途径，它在此时以必要的方式滋养你.

S: 在我的森林与我对[听不见]的想法与生命之树[听不见]之间是否有个连结?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹. 你可以看待我们方才给予的资讯如同一个竞技场，或一组参数；思想、感觉、想像、直觉与行动的精炼过程可以在其中进行. 当一个人注视生命之树(Tree of Life)，他可以看见许多能量表达的中心，可以连同特定原型的关系[潜意识赋能者鼓舞或告知显意识心智]一起探究，如此可以更深入地理解一个人每天遭遇的世俗经验；当一个人想要应用原型心智的原则，这个过程适用于每一个案例. 你已经发现这些不同的原则，并且决定设法进一步地研读这些领域，这对你是好的；因为你同时有这个需要与能力去穿透自我与生命型态中对应到站点(stations)与原型的领域

是否有进一步的询问，我的姊妹?

S: 这是真的，有点奇怪；但某个东西一直在我的心智后头，为什么我有[听不见]

在这里?

我是 Q'uo，我的姊妹，当你以老师的身分服务他人，有个问题经常进入老师的心智中，为何有些学生比较有灵感，或者说 比较会驱策自己表现优异?

为什么任何事物是它现在的样子? 你为自己选择了一个特定种类的服务，它在大多数情况隐藏在未显化自我之内.

无论如何，当许多人正开始醒悟到内在的驱策[与这个星球的时间周期有关]，所以将有许多人正在突破先前的边界，从暗色土壤中冒出鲜明的枝芽，最终在这个特殊的星球上形成一片新的森林. 因此，粗糙地说，你与这个周期、地球、投胎前的选择一同韵律地移动.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

S: 没有，感谢你们[听不见]

我是 Q'uo，我的姊妹，我们感谢你，此时 是否有最后的询问?

[没有更多的询问]

我是 Q'uo，我的姊妹，我们非常高兴能够加入这个圈子. 我们的言语不足以表达我们的感激，但我们希望每个人知道我们珍惜这些时光.

我们希望我们简陋的话语可以在你们[一步一脚印]持续开展的人生旅途上提供一

些光亮与鼓舞. 此时，我们应该离开这个团体，欢喜地在爱与光中离开各位. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体. Adonai，我的朋友. Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0820 章集：神圣介入

Copyright © 2003 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

西元 2003 年五月 25 日

小组问题:

Q'uo，今天的问题是关于自由意志的概念，以及服务太一造物者的星球联邦与行星地球的交流关系.

考量所有的污水、肮脏空气、核子扩散、战争、疾病、贫穷等等蔓延在地球的负面情况; 特别是在收割典礼结束之后，我们不禁要问，是否有任何情况会促使星际联邦考虑缩减自由意志、出面干预、净化空气、净化水源、摧毁核子武器、提供食物与服务给需要的人群? 或者有其他的考量是我们应该思考的?

我们感谢 Q'uo 要告诉我们的任何话语.

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的服务中，我们存在.

我们甚为感谢这个圈子里寻求的灵魂们，感谢你们聚合在冥想中并呼叫我们来到这里. 能够分享你们的冥想是如此地荣幸与愉快，能够提供我们一些想法给你们使我们的心感到温暖.

一如往常，我们请求你们在聆听时，最大限度地使用辨别力，仔细考量我们提供的东西，因为真理是非常个人的，我们没有意图去剥夺你学习的乐趣或冒犯你的自由意志[属于那至今仍在施工中的神性原则].

你们今天的询问环绕着自由意志的话题，关于这个至为有趣与丰富的话题，我们现在愉快地分享一些想法.

首先，我们来看宇宙造物诞生前的造物主-大我. 在这个阶段，从造物主绝对与完整的合一中跃出的第一个变貌是自由意志，这个原则允许造物主问: “我是谁?”

紧接着这个问题，一个非常个人与全然投入的行动将该问题带入大我的振动; 这个振动使得造物主能够思考，它是起初思维，如我们说过许多次，起初思维相当于你们一个苍白的字眼，爱[1].

现在，造物主的爱绝不能说是苍白的，因为它创造、毁灭，它显化、隐藏，它是

奥秘，
它是经验，它是空无，它是一切. 再者，这个思维具有一个特定的振动.

这个振动拥有力量去创造运动，该运动即是你们称为光的变貌.

所以造物主，接着是自由意志，然后理则(Logos)，然后创造光，最后是外显宇宙.

以上的描述重点在说自由意志不只与我们缠绕在一起，它还是天父造物的第一与最初的特征，它是造物主的特性；它是造物主每个部份的特性.

介入的问题包含特定路线的扭曲，我们将就此探索. 你们的询问是在什么情况下，我们会发觉有可能去废除那些迫害倒楣人民的实体之自由意志. 无论如何，这个询问是个无法回答的问题. 因为你们每个人不可能为自己移除这份特典、责任、荣耀、与服务的职责—为你所在之处的光做见证.

在表面生活的水平上，在大众媒体与政治生态的水平上，的确，你们的星球受到少数人的控制，损害许多人只为了少数人的利益.

从灵性责任或成熟度的立场来凝视地球，则是完全不同的图像.

在这个图像中，没有任何力量要给予任何思想形态或可见的实体. 毋宁，每个人都与力量、锻鍊、自我焦点有密切关系. 当一个人处于没有锻鍊的范围内，就很可能只有一点点力量.

你们每个人都已选择生命经验的元素，也选择了一个议程，它与政治、政策、权

力只有一些周边关系.

毋宁说，你们每个人来到这里为了在你的神性原则中挖得更深一点；你选择神性原则的一小部分来渗入你的人格躯壳，并让它在你的身体里内涌出.

你们每个人来到地球，希望使用这个幻象的腐蚀与严酷的特性来击打、捣碎自我的矿石，以揭露造物者身分的宝石.

在泥板岩[每日细节]的许多碎片中，在众多砂砾[我做什么维生]之中埋藏着伟大的珠宝，即自我未发现的面向、未发现的结晶构造、洞见与觉察之金块.

当你已慎重地、有意识地完成这份工作，经过一段时间，光之器皿开始调频它自己，如同钢琴调音师在调整琴弦. 调音、调音，直到该琴弦发出正确的音高(pitch).

你们每个人都有一个真实的音高，当你们正在寻求内在的造物者之道，同时也在调整自我之音调.

当你拿着"我是谁"的小铲子挖掘，手推"我在这里做什么"的除草机清理杂草；你正在准备这片土地，好撒下许多种子，等待它们茂盛开花，成为你来此分享的礼物. 也就是，自我的精华盛开转变为虔诚与爱意的慈悲，关心居住在该幻象中的人们，同时知晓他们不会陷入该幻象的圈套.

E 先生正伸手去拿他的信心与希望之特殊枕头[2]，我们鼓励每个人拿起这些枕头，这些话语，这些工具，这些资源，只要它们可以鼓励并强化你们.

因为你们来到这里为了成为强壮，你们来到这里为了在主动与个人悲悯中提供力量，伸出双手拥抱这个星球与人群；不是因为你想要拯救或改变他们，而是因为这些实体等着你去爱，正如同你是周遭实体爱的对象，不只是那些活在肉身中的实体，他们以不完全的话语表达爱；还有更多无形的实体，他们在静默中向你揭露无条件的爱，于是自我在其中终于感觉安全、安稳，得以在心之圣殿中休息，那是自我之心，也是地球之心.

这些难道不都是同一件事?

当你们星球上有数以百万计的造物主火花正在调频自我，直到他们爆发出最美丽、最和谐的爱之歌[这个世界从未听闻的旋律]，还需要我们介入以拯救你们星球吗?

在这个时候，有越来越多人正在这个星球上觉醒；然而，恐惧、惊吓、不适的氛围从来没有比此时更为浓厚.

即使在恐惧与负面的重重弹幕下，人们仍在觉醒，这是因为那些早已觉醒者提供的服务，那些人找到各种方式去表达鼓励、喝采、激励、强化周遭人的内在之光.你们很容易、很快地会想到一些演员、歌手、舞者等，他们在显目的公众场合称职地使用他们的力量.

然而，举例而言，每一次 G 先生发心地让一个陌生人搭便车，这个宇宙就变得更甜蜜一点.
每一次，当有人对你皱眉头，你却能以微笑回应；听见刺耳的话语，还能以柔和

的言语回应；每一个温和与爱意的行为[如J小姐慷慨地帮这个器皿调节身体]都促使这个世界变成一个更协调与和平的居所.

一个人不能从拯救第三密度的角度来面对世界的局势.

不管在转变的过程中会有什么事件发生在你们星球上，实体们即将移动进入第四密度，接着他们将与地球实体一起合作整修这颗星球.

的确，甚至在此刻，许多人正一点一滴地修护地球表面，藉由热爱地球，对地球说话，并与自然精灵偕同合作，这些人认知到所有东西都是活的，所有事物都在韵律与和谐中共同工作，所有生命不只锺爱彼此，还知道他们都是一体，除了那些还深陷在第三密度遗忘泥沼的人们.

在这个气氛中，因为这个时机聚焦在第四密度的诞生，成为一位强力、具魔法的个人之可能性是巨大的；实际上，现在地球上的第四密度能量与第三密度能量是同等地真实. 在物理世界中，你们现在只能在次原子(量子)的领域中看见一些异常效应；但是在你们的内在多层次的生活中，你们每个人都以更清晰与明显的方式看见改变，当两个密度处于互相贯通的过程，大自然或巧合的原力更为容易发挥效用，你想要关注的东西将更快来到你眼前，引起你的注意.

这就是为什么，在如此充满挑战的时期，如此充满改变的时期中，你们每个人仍可感觉到无形实体的沿路帮忙，无形的手不时推你一把，天使们在无预期的时候来临，给予非凡的指引.

此时，你们每个人的优雅姿态即是在灵性奋斗的水平上重新找回自己的自由意志.

积极地投入主动的悲悯中，聚焦在媒体照片的一双双眼睛上，而非惊吓与恐怖的细节. 聚焦在灵魂学习的过程上，许多灵魂正在蜕变，正在提升自我以进入新的课程与新的密度.

许多实体早已清理完第三密度的功课，进入第四密度的环境; 这些实体正在这个时候带着变更后的 DNA[含第四密度意识]返回地球. 所谓的靛蓝小孩与水晶小孩就是这些早已收割完毕的实体，接着在一个新的密度开始新的生活，在第四密度生活的脉络中，他们相当于(新地球)的原生种族.

你们每个人或许对于地球人目前的科技水平产出的小玩意与把戏过于自信.

然而，在下一个等级的科技将是与光流畅地合作，而非去控制光; 这个转变将打开各种能力，相较之下，你们现在以为的先进科技事实上就如同小刀、打火石、鱼钩一般.

许多单纯存在于真实的爱之中，生活在这敞开心的单纯氛围中，实体们能够明确地做他们想聚焦的事物，全心去爱并释放所有对结果的执着.

举例来说，这个器皿有宏伟的希望，想要藉由传布资讯的一连串活动劝导所有实体和谐地转向爱与光与个人的悲悯，这些对你们是真实的调频方式.

然而 她觉察到，单凭她自己，她什么也不能做，她能做的是每天诚心诚意地祈祷: “造物主，教导我汝之道路; 对我展现汝为我准备的途径.”

这似乎有点把力量交给指引的意味，不过这是取用力量去请求指引 接着去运用

指引. 这跟以下的现象是两码子事: 有些人对世界众多问题有无力感, 因而请求外力拯救.

我们向你担保, 在灵性的途径上, 每个人都具有深奥的强大力量; 当每个人开始觉察团体的气力与动力, 一起调频各自的意志去爱; 这股优雅的力量将变得越来越清晰, 于是人们开始以各种方式去看见一个难以形容 但十分真实的愿景.

该愿景就是真理绝不能被隐藏, 真光从来不从被暗黑熄灭, 一切都是好的.

有一件事可以给你们深邃的满足与责任感, 那就是知道像你们这样的团体, 各地的团体综合的正面能量[肯定爱、光、合一], 早已缔造可观的差异, 协助地球转换到第四密度的进程.

至少有二十年的期间[照你们的时间尺度], 我们已看见这个器皿所谓的橡皮筋(放松)效应, 当越来越多觉醒的人产生光影响全球的转换, 这过程就好比橡皮筋被缓慢地、一次一点地释放. 这就是为什么许多地震与天灾没有演变成毁灭地球的超级灾难之缘故.

那些积极涉入, 努力减轻地球沉重振动的人口大约占百分之五, 不过这批少数人已完成许多事. 同时, 这批少数族群以指数比例迅速地成长中, 越来越多人开始醒来, 然后藉由他们的影响, 开始照亮周遭的氛围, 接着允许其他人拥有无惧的自由, 开始觉醒.

放弃自由意志并不属于你的权责, 介入地球事务也不属于我们的权责.

毋宁说，你们每个人的权责是从内在开始，从第三密度的视野移动到第四密度的视野.

当你们深入地挖掘自我，最后来到中心，你在那里发现什么？造物主.

当一切都被拿到一旁，最后一道罩纱离去，无限造物者躺卧在你的心里，等待着你，那即是你真正的本质.

当你来到内心的这块地方，在灵性至圣所中与造物主相处，你与造物主的自由意志之差异逐渐消失，只存有平衡、治疗、复甦之大爱.

我们鼓励每个人尽量找时间待在你内心的这块区域，因为即使只有一刻待在这个神圣中的神圣所，它都能活化与充实一个人今天的经验.

你们每个人凭藉自由意志决定来到这里缔造不同— 为了自我而学习，为了地球之光而服务.

学习与服务如同一条强健绳索的两股线，紧紧交织在一起 无法分开.

我们向你们担保，你们人群的一切状况是好的.

收割量已大幅地成长，我们至为愉快地看待目前的状况. 从我们的立足点来看，形势十分良好.

你们星球的振动能量开始提升，许多部分已然完成.

接下来，就看你们这些觉醒的人们了，你们要觉察这个时代及其可能性，一天接着一天，一个行动接着一个行动，一年接着一年，十年接着十年，一个领悟接着一个领悟.

这是你们任务的真正核心. 这个服务的核心是存在(being)，存在蕴含的调音将带领地球与人群进入早期第四密度.

现在就是早期第四密度，你们正在第四密度中振动.

当然，你们的第三密度载具在适应新振动的过程中有其挑战，然而，身体是心智的创造物. 当你的意识开始舒适地悠游在无条件爱的水域中，你的身体也将发现自己越来越能够享受第四密度振动.

地球就在你们，你们每个人，的手中.

我们不会拿走你们的学习或服务机会.

这个器皿曾听她的老师说过: 地球能量此时偏移到一个旁轨，一条时间支线*.

(*译注: 延伸阅读—爱与光之图书馆选集二，时间旁轨)

黄色光芒第三密度地球如同一列火车，由于光明之子[促进和平与喜悦]与暗黑之子[促进战争与苦难]长期持续的冲突行动，这列火车已被推挤到一条支线上头.

就外在意义而言，这些少数的暗黑之子一次又一次地在其他行星与地球上兴风作浪，在许多不同的社会中选择战争之路，为了他们自己也不清楚的原因做这样的选择；他们受到那些远远比自身聪明之实体的操控，这些实体藉由无止尽的战争，将第三密度的受难与痛苦做为食物. 是时候了，请停止以恐惧喂养这些第五(负面)密度的实体.

这个星球唯一返回正常时间轨道的方法就是抛掉恐惧，不以犹豫回应所有状况，而是以信心回应；不是感觉某件事需要有人去做，而是知晓某件事正在进行中;透过每个人的心智与心轮完成这件事.

在这些领悟中，每个人彼此帮助的力量是巨大的.

每个人都是老师，每个人都是学生，这是一个学习的圆圈.

我们在此时离开这个器皿，因为她的能量变得有些低落，同时将通讯权转移到 Jim 实体身上以回应这个团体的其他问题.

我们感谢 Carla 实体，我们是 Q'uo 群体，我们在爱与光中离开这个器皿.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地，我们透过该器皿在爱与光中向你们致意.

我们很荣幸地在此回覆在场各位的询问，此时是否有其他的询问?

G: Q'uo，如果这个答案不会太长，我想知道，从形而上的观点，从爱的观点，你们对某个事件的看法，在上一个世纪的中期，印度教徒(Hindus)与回教徒(Muslims)共同放下武器，结束一个暴力、死亡的向下螺旋，只为了结束甘地的禁食，只为了抢救他的生命?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟.

这两个伟大的信仰，印度教与回教，透过甘地实体的行动与服务，它们能够赏识甘地敞开的心，以致于两方的信徒愿意放下久远的歧见，为了使他们如此崇敬的实体能够停止禁食，继续活在他们当中. 我们在此良好地感知，当一个如甘地这般的实体大幅地敞开心轮，没有任何一个边界可以阻挡爱的给予.

甘地实体成功地打开自己的心，爱的意志透过他运转，那些接近他的人们可以轻易地认出爱.

是故，当这个实体明显地愿意给出一己的生命，为了促使交战的各个教派和平相处，那些教派因着这个实体的缘故，找到通往自己心轮的途径，随后愿意停止敌对行动，好让甘地实体愿意终止禁食，继续逗留在他们当中.

这是人性闪耀的时刻，因为这些宗教派别过去甚少愿意放下歧见，直到甘地的行动带给他们电击般的刺激.

是否有其他的询问，我的兄弟?

G: 我这边没有，感谢你们.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟.

J: 野，Q'uo，我刚好有一个简短的问题，我希望你能帮我澄清这点. 在我来到地球之前，有没有可能我来自昴宿星团(Pleiades)中的一个星系，我以为是 Alceon*，你能否为我确认一下?

(*译注: 经查考，这颗恒星应该是 Alcyone，http://en.wikipedia.org/wiki/Alcyone_(star))

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹. 我们发现你在过去某些转世居住在这个特殊的恒星系统[你称为 Alceon]，这些经验对你有些影响.

但不必然表示你的源头是在那儿，而是你曾经在那儿有生活经验，如同你现在居住在行星地球一般.

是否有其他的询问，我的姊妹?

J: 没有了. 感谢你们今天与我们同在.

我是 Q'uo，我们也感谢你，我的姊妹.

此时是否有其他的询问?

G: 如果没有其他人有问题，我有一个. Q'uo，在寻求与知晓爱的过程中，一个寻

求者的人生有许多不同的时刻，有些时候被情绪打败，有些时候是干枯的. 我在想，如果我们只是发起意愿去看见爱，不管心里有没有感觉爱，不管这只是空洞的话语，这样做有何种效果?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟. 当真理寻求者踏上人生旅程，每个寻求者都有一些上升的时期: 增强的寻求，增强的渴望，增强的热情.

在这些时期，寻求者藉由每一个额外的寻求渴望为自己奠定形而上的基础.

每一次，寻求者敞开心胸去更新自己对真理的探求，与他人分享创造万物的爱，那么，寻求者就为自己再增添一颗石头，稳固他形而上旅途的根本.

如你所言，在有些时期，寻求者感到热情减少，寻求爱的渴望减少. 这些都是正常的经验，如同一年有四季，与不同的周期.

你的意愿就如同种子，受到关注力的滋养，在某个时候开始发芽，打开坚硬的外壳，长出第一批根茎，长出第一批嫩叶，开始表达爱之道，因为爱早已编码在每个实体、每个种子、每个寻求者里内.

于是，你发现有些时期，一波大能量穿过你的存有，在这个时候，你寻求与分享爱的渴望获得滋养，当你持续走在寻求的旅途上，你将开始越来越地为自己创造这份渴望，不只在潜意识中感觉那遍及所有造物的正常韵律.

于是寻求者在更连续的基础上，有意识地寻求去知晓位于所有造物之中，与位于自我内在的爱之源头.

此时，是否有个最终的询问?

G: 非常感谢你们，Q'uo.

Carla: 我有一个来自 K 的问题，她说: “在约伯(Job)的故事中，上帝似乎用各种惊骇的事件痛击他忠实的信仰者，关于这个寓言故事，我有两个问题: 一、为什么要以这么暗黑的方式描写造物主? 这个故事是否准确无误?

二、造物主是否有个黑暗面，它的性质是什么? ”

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹. 你们圣经中述说的故事，约伯记，是一个范例，它说明那些负面导向的实体们如何尝试去冒充你们的造物主，为的是控制你们称为犹太民族的人群; 这个民族很早就与许多来自别处(elsewhere)的许多资讯源头建立各种关系，容我们这么说.

约伯实体的经验沿着施与受的路线，其目的是控制这个民族的行为.

当然，有一个真正属于太一造物者的爱之源头，它的完整本性存在于万事万物之中，存在于有形与无形界当中，存在于光明与暗黑界之中.

然而，有些较小(lesser)实体从遥远的恒星系统旅行到各式各样的星球，好比你们的地球; 他们将自己置放在太一造物者的位置，为了行使某种控制，他们能够说服人群崇拜他们为太一造物者.

我们为这个器皿今天有些散乱的特性感到抱歉，他有些分心了，我们只能在某个有效程度上使用这个器皿.

我们想问是否还有个最后的询问，我的姊妹?

Carla: OK，这是我自己独立的念头.

我的问题是: 我假设并感知金字塔是一个完整的奥秘，我也知道金字塔的时代已经过去了. 我在想，麦田圈可能是星际联邦将奥秘放入我们第三密度的一种方式; 所以，事实上，你们以自己的方式持续提供奥秘给我们去解答或使用. 你们说，这个想法是否正确?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姊妹. 确实，服务太一无限造物者的星球联邦的某些成员用这个方法将奥秘呈现给你们人群.

我们已发现奥秘的概念是开启(人类)意识的一个很有效的通路，同时，它似乎为渴望之火添加燃料，促使人群进一步寻求爱与光，结果是，你们许多许多人正在接触关于奥秘的形形色色讯息来源.

此时，我们将离开这个器皿与团体. 我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位.

Adonai，我的朋友，Adonai.

原注:

[1] Carla: 有些读者可能想知道，当爱被用来指称理则或造物主的时候，为什么我们不把爱(love)的头个字母大写？我们避免聚焦在这个字汇上头，因为它已经在日常语言中被过度地滥用. 这个"爱"远远超过一般人习惯的意义，通常人们使用这个字汇来表达浪漫、感伤、随意的感觉.

[2] E 先生最近换了新的抱枕，他用来在冥想中支持身体，抱枕上面写着"信心"与"希望"的字样，表示他需要这些品质.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0821 章集：认识自己**

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%原版的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

Know thyself !

周日冥想

西元 2004 年一月 4 日

小组问题:

Q'uo，今天的问题是一个人如何真正地认识另一个自我，而不会将自己的一部分投射到另一个人上头. 我们何时开始更清楚地看见早已在那儿的东西?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的服务中，我们来到你们这里.

今天，我们十分荣幸与喜悦收到你们的集会呼叫，我们感谢这个圈子里的实体们集合在这里寻求真理. 关于你们问的这个有趣问题，我们很愉快地同你们分享一些意见，相对地，我们只要求一件事，我们请求你们尊重并善用辨别力，因为我们不是权威人士；毋宁说，我们是你们在寻求无限太一路上的同伴.

为了让我们可以自由地分享想法，我们需要知道你们能够拒绝那些对你不产生共鸣的话语. 我们请求你只保留那些有共鸣并且有价值的部分. 在这个前提下，我们感觉可以自由地讨论这个问题：一个实体如何毫无扭曲地认识另一个实体.

“扭曲”(distortion)这个字衍生的意义是：缠绕的，有一股扭转的压力施加在某个东西使其扭曲. 以这个解释，它或许不是最清晰的字汇，无论如何，我们在你们的语言系统找不到一个更清晰的字汇了.[1]

的确，大自然是它本然的样子；创造原则是它本然的样子；太一起初思维，理则，或造物者都精确地是他自己.

创造原则是一个无限的名词，揭露一个无限精华的大存有.

在你们自我身分的核心，做为具肉身的一个人，这个神性原则作用为自我.

这个器皿行走基督徒的道路，她喜欢引用戈德史密斯(Joel Goldsmith)的一句话:基督是我的'大我'.[2]

那么，每个实体都有相同的基本要素，然而，这个要素蕴含在身体每个细胞的核心中，每个思想的核心中，每个真实情感的核心中.

它并不是整个细胞或思想或情感，它是赋予精神的原则.

现在，所有带入此生的东西，就你生而为人的经验，都受到扭曲*.

你与你的指引系统、高我为了你的存在本质创造了某种衣服，这个器皿称为”人格躯壳”，你们的心理学家则称为小我(ego).

(*译注: 这里的扭曲是中性的，并没有负面的意涵.)

或许你们已经注意到，婴儿来到这个世间并非一张白纸，毋宁说，他们带着一个确定的人格躯壳或小我结构进入世间.

每一个实体都为自己创造一个人格躯壳，为了拥有必须的资源去研读与工作某些关键的人生课题.

举例来说，在这个圈子的每个成员都选择两个或三个，甚至四个人生课题.

在大部分情况，选择这些课题为的是提升能量载具的平衡水平，而这个载具包含

了全体精华的许多层面.

明显地，在一般公认的现实层面上，每一个实体对自己、对他人都是一个奥秘.

有一个真理在这个层面上从不明显：所有实体之间都有一个鲜活、坚实的连结;任何一个人的能量场与所有其他人的能量场都是合一的.

从显意识心智的观点，一个人无法知道另一个人的思想本质；一个人无法知道其他人行动的真实动机，等等.

结果是，许多实体们将在世的时间不是用在觉察当下此刻，而是用在改善关于周遭人的资料库，好让他们可以更准确地预测其他自我隐微的思想过程.

在某些情况中，练习开放式沟通可以降低彼此的焦虑与混淆.

但在大多数情况，很少有机会创造一个完美的沟通—所有的扭曲与(自我)投射都获得平衡，沟通是透明的，而非反射式.

那么，从这个观点，似乎没有可能毫无扭曲地认识另一个实体. 但正如 V 实体的建议，将凝视的目光转向内在，这个状况有任何不同吗？难道你对于你自己不是一个奥秘？难道你没有无尽地质问自己的各种动机？难道你不曾多次为自己内在的感觉而困惑？在任何时间，你是否能对自己说："我彻底地认识我自己，我知道自己能做的事. 我知道我是谁，为什么我在这里，我全都知道. 我没有任何问题，我完全地觉察."在这个圈子里，如果有谁可以绝对无疑地说上述这些话，我们要对他致敬.

我们发现在这个器皿的脑海中，她总是被她自己在当下的反应感到惊讶. 有些时候，她对于某些反应感到快乐; 有些时候，同样的反应却令她严厉地批判自己.不管她的判断过程为何，无论如何，惊奇持续地到来，因为新的状况、新的能量、新的事件组合，等等.

在新状况进入其他自我的世界之前，你就是第一个被自我的反应吓到的人.

自我全时间都在学习关于自我的一切. 的确，这个过程简短地重演造物主知晓他自己的举动.

如果一个人能够看见广大造物中，实体们绕着存有的圆圈工作，再一次地前往神性原则，他就能看见栽种意识作物 接着收获新经验、新思维、新知识的过程.

肉身中的自我努力尝试这一个过程，但结果总是不完美，因为这个特殊幻象已经内建它有限的边界与预设的扭曲[容我们如此说].

所以，就算有一个人能够极为熟练地操作你们公认的幻象世界，他的技能也只侷限于理解与使用更大系统中一个非常微小的部分.

在你们的一生中，大多数的东西无法被知晓，只能透过反射或[光受到某个物体的阻挡产生的]侧影; 如同柏拉图的洞穴墙壁之暗示，一个系统的侧影.[3]

迄今，一个人无法真正地看入本质，不管是自己的或其他-自我的.

虽然如此，在不可知中，在奥秘中，发现自我的工作、喜悦、与过程持续进行;在这个过程中蕴含着极为丰富与丰盛的资讯来源.

这些资讯来源从自我开始，接续与其他自我的互动，再绕行着大自然里头广大华美的各种能量，还有无形界的各种原则与实体.

所有这些资讯来源如同阳光和雨水滋润自我的田野，促使那些栽种在人格躯壳内的种子开始它们寻求光的过程，发展它们特有的花苞与花朵.

你们每个人都是一个十分有机、强健的实体.

你们的深层心智的结构如同你们的骨骼，有着良好的组织与许多适切的机能.

很难对你们表达你的生命系统之复杂性，但或许，唤起你们对能量体组成的方式就足够了.

在第三密度中，你们拥有从红色到紫罗兰色的子密度，一共七个;而每一个子密度又包含七个子子密度，所有每一个脉轮都是一个充分整合的系统.

潜在而言，你是一个具有无限存在层次的系统.

大多数人的一生或许可以探测三或四个存在的层次.

而像你们这样的寻求圈，每个成员长期地从事内在与灵性的工作，或许你们已开始穿透越来越多个存在的层次.

在这样的复杂度中，彷彿你就是一个世界、一个星球，旋转绕行你们起源的太阳— 太一无限造物者. 那么，在那天体轨道中，你们每个人都是一颗恒星、一个给予生命、闪耀璀璨的鲜活存在. 所以，当你的轨道与他人的轨道交会，因着你们各自的定向迸发出一股力量与气力.

我们可以观察到，有些实体的轨道相当平顺，在共识实相中，人们会认为这样的人是稳定或具有一个易于了解的独特观点.

其他实体有个比较古怪的轨道，彷彿他们的圆形程度尚未完成，一些不规则的特性导致他们运行的轨道有些不平稳. 在你们的共识实相中，这样的人看起来欠缺一个良好整合的人格，可能无法与自我达成一个舒适的关系.

有些时候，这些实体呈现精神耗弱的症状[套用该器皿的说法]; 在其他情况中，由于他们正常表现的外在生活，几乎不可能侦测他们内在轨道的奇特性.

然而，内在轨道欠缺和谐或圆满终究会产生某种后果，那就是其他人不能真的”懂”这样的实体; 一般而言，这是由于该实体不能”懂”他自己的本性. 当我们感觉无法清晰地去理解某个人，通常，这个人在自我中有着相同的困难，他无法提供自我一个平顺的轨道，于是必须以有些随机的方式呈现人格躯壳的不同面向.

以下的假定是永恒智慧的一部分: 一个人述说他人的观点跟自己比较有关，而非他人. 我们感觉这部分是发问者 G 尝试要平衡的东西. 就我们个意见，这一小片普世接受的智慧是真理.

每一个实体对其他自我形成的印象与意见总是有一个显着的弯曲或扭曲；这是由于自我在拾起其他实体人格的品质与面向过程中，这些品质与面向总是述说着自我差劲或良好的部分.

许多时候，这个器皿对另一个自我有批评的意见，通常在稍后时间，压力减轻后，经过反省之后，她发现自己的反应指出她个人的黑暗面，那是自己不想去看的部分. 所以那个正受到批判的其他自我*只是一个传递消息的信差: “那是自我的阴暗面，这就是它长的模样，这里有一面镜子.” 这是其他自我给你的礼物.

(*译注: Q'uo 经常用其他自我或另一个自我来描述其他人，提醒我们本来都是一的)

在此同时，藉由你对周遭世界的诚实与即兴反应，你正在执行一项关键与珍贵的服务: 提供镜子给其他人，好让他们可以在你身上看见自己.

认识更大的自我是一个无止尽的过程: 从认识你这个人开始，接着是你所有接触个人，所有你未曾接触的人，甚至超越这个星球的范围，好比我们这个群体. 它是一个动态的、无限的、持续进行的过程.

天父的每一个寰宇造物，包含所有无限的时间、空间、过程，都仅只是造物主认识他自己的无限广阔经验中的一次心跳.

一个人能不能找到方法，毫无扭曲地认识另一个人?

我们相信是有可能的，虽然是十分困难的，如我们先前描述的许多限制，尝试指

出身处系统中要去理解整个系统的困难度.

无论如何，确实有可用的方法，可以帮助人际关系单纯化，为你带来清晰的视野. 这份工作与其他自我无关，而是在自我的里内工作. 如果你考量自我如同一颗水晶，你可以有些水晶是反射性的，其他水晶是透明的.

反射性的人格是不被自己知晓的；透明的人格则是自己知晓的.

这个器皿经常说她的目标就是成为透明的. 她的策略一直是尽可能地活出一个敞开的人生，好让其他人知道所有关于这个器皿的事情，不管别人认为那是好事或坏事，正面或负面. 藉由开放已知自我的全部，让他人知晓，这个器皿的希望是成为一个可以被看穿的人格躯壳，好让无限造物者的爱与光能够穿透这个人格体. 我们看见这个器皿的思想，她并不认为自己做得非常好，但她日复一日地朝这个目标工作，使自己成为一个更好懂的自我，更自由地、自然而然地对他人揭露自我. 彷彿她想要丢掉存有的固体状态，只为了成为清澈与透明的，让所有人都能看穿.

这种能量，这种意图，是十分有益的.

首先，流入自我的能量从来就不会浪费，表面看起来，花时间与自我相处、倾听自我、休息在造物主的怀抱中是自私的举动. 然而，这些追寻的努力一点也不自私，因为你正在改善自我能量场域的特性，让这个场域更清晰、更平衡. 再者，作用在自我身上的工作是一种休息，它拿走尝试控制或操控其他自我的工作时间.

当一个人有更多的自我知识，就几乎自动地减少控制局面或操纵其他自我的需

求，因为他感觉自我的能量是强健有力的，不会担心自己的气力与能量会被拿走，或受到他人狭窄的观点之侷限. 再者，自我知识带来亲切、温和、谦逊.

柔和伴随着自我知识前来，于是另一个自我只要待在你身边，就会感觉很舒服，更能够做她自己，虽然她自己无法解释为什么.

在这样的氛围中，自我能够以一种无威胁与安全的方式对你揭露自我; 结果是，自我知识创造一种氛围，在其中，开放式沟通获得升高、深化、锐化、强化.

我们鼓励花时间与自我相处，不管是行走在林间，或在黎明时分凝视烛光，或每日冥想. 不管以何种形式，移动到自我的内在，在静默中请求觉知，都是非常有益处的，可以强化自我的能量场，同时创造一种氛围，在其中，一个能量场能够包容与拥抱其他能量场，即使有些人格体表现出古怪的轨道，也不会感觉受威胁或批判.

当一个人越多地自我觉察，自我与其他自我的沟通管道就越少扭曲，双向沟通的资讯得以更准确地流动在两者之间.

总而言之，我们感觉这个想要毫无扭曲地知晓自我或其他自我的意向即是寻求真理的意向.

当一个人往自我的内在寻求真理，这个意向将对其他自我沟通，当这股能量在自我的里内获得改善，来自其他自我的资讯串流也获得改善. 重点并不是去搞懂某人，因为一个人并不是封闭的系统. 一个人属于持续进化的造物主，一个正在进化的部分. 更确切地说，关键是安住在奥秘之中，欣喜地观看关于奥秘的一切，

对自己述说关于自我的故事，述说生活的经验，以这种方式，自我越来越多地敞开，允许越来越多惊人的大量资讯进来，它们来自内在次元、物质世界、以及自我，全时间流动着.

想要知晓真理的意向是把钥匙，保持意向的纯粹，保持心的敞开，于是全体都获得宏伟太阳[无条件之爱]的恩惠. 没有其他东西比这个意向更能让你的亲友关系结出累累果实.

在爱中歇息，让无条件之爱流过你的存有，接着向外进入这个世界，关于寻求其他自我的真理，这是一个最好的开始.

在这个时候，我们开放接受简短的询问，此时是否有其他的询问?

G: Q'uo，如果你可以的话，为什么 Ra 说的这句话是真的?

“成长或滋养意志与信心只有一个技巧，那就是集中注意力.”

我的兄弟，我们觉察你的询问，我们发现在你问了这个问题之后，我们没有办法回答. 是否可以请你以另一种方式陈述你的询问?

G: 我试试看，如果你不能回答，我可以接受. 集中注意力，冥想中的一项练习，如何促使一个人的信心增加，又如何同时强化意志?

我们是 Q'uo 群体，觉察你的询问，我的兄弟.

如果你愿意思考催眠控制的过程，催眠师一个人的过程，或许你可以看见以催眠诱导一个人进入出神状态基本上就是集中注意力的一种手段. 催眠师会说: “注意听我的声音，只要聆听我的声音.” 一点一滴地，催眠师引导这个人从每日生活中散弹枪式的显意识转变为一个集中在单点的注意力，而这一点即是催眠师与自我的介面.

当催眠师开始发问，在这样的集中状态，自我能够穿透数个不同的自我表层，向下移动进入自我当中比较不受时间与空间限制的区域，于是拥有一个更大的知识与资讯来源.

正是以这种方式，灵性寻求者选择去集中自己的注意力，在那个焦点付出的努力将创造一股进展式压力.

如果一个人良好地选择其工作的焦点，这个工作将改变这个人，自动地为自我、对自我下定义，什么东西使自我滴答(运转)，什么东西激励自我; 接着这过程转译为意志的改善，当这个过程向前移动，自我变得越来越沉静，于是接收到更佳的资讯，这个资讯基于意向的特性产生; 创造出各种催化剂，信心在其中接受测试，随着每一个测试，信心变得益发强壮.

所以，集中注意力与增进信心+意志之间并不是一对一的关系; 毋宁是，发出意向为自己聚集力量、能量，不断转化为一个越来越连贯、善于表达、透明结晶的自我，如此创造一股压力，越来越多地为自我、对自我定义他的本性、动机、目标与修为.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

G: 不，一如往常，一个优异的回答，Q'uo. 谢谢你，谢谢这个器皿.

我们也感谢你，我的兄弟. 此时是否有其他的询问?

G: Q'uo，我将拿起麦克风. 我想要知道右耳与左耳音调[听不见，但可以从内在听到]之本质?

我们是 Q'uo 群体，觉察你的询问，我的兄弟. 在这方面，使用垂摆(pendulum)是有帮助的，它在这个方向旋转表示"肯定"，朝相反方向表示"否定"的答案.在每个存有的能量系统中，都有一个自然的右边/左边动力. 有些人的能量系统是: 右耳音调表示正面，左耳音调表示负面; 对于其他人，则刚好相反. 所以，一个人的垂摆特性必须由自己来确定. 无论如何，它可以被视为一种检查个人思想的系统，如果一个人内在正思考某件事，听到正面的音调，很可能表示圣灵或指导灵的肯定，于是这个思考值得被继续探索. 如果听到负面的音调，可能表示这个思考有些扭曲，可能要对这个思考持保留态度，或沉思如何穿透这个警告背后的意涵.

此时，是否有最后一个询问?

G: Q'uo，一个简短问题. 在一的法则系列中，发问者曾询问罗斯福总统(FDR)的事迹，并询问他在那一生的进化过程. 我想知道，如果有一个你可接受的人选，或者他已过世一阵子，允许你能够谈论他. 在未来，如果可能的话，我们能够给你一个人做为范例，接着你能够给我们某种图表或追溯那个人的成长与人生课程，类似于 Ra 回答的方式?

我们是 Q'uo 群体，觉察你的询问，我的兄弟. 在这方面，我们有其限制，因为这个器皿目前使用清醒的传讯方式. 如果这个器皿不知道你要问的人物，我们很可能无法提供特别有效的资讯. 所以，这类问题的答案无法很精确，我的兄弟. 在这些限制下，我们能够同你讨论这些人物.

容我们感谢你们如此甜蜜地在这个圈子内安歇，彼此无私地、美丽地共享能量.

当我们看到人们为了聚集，一起进入比言语与显意识更深邃的层次，对我们是一个伟大的鼓舞. 我们感谢你们帮助、支持、丰富彼此. 我们感谢你们的研读与寻求，与你所有的本性. 我们至为锺爱你们每个人，我们欣赏每个人的华美. 非常感谢你们同我们共享这段时光，我们获得许多乐趣.

此时，我们即将在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 愿你们找到各种欢庆与感谢的理由. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2009 Digested，adapted & translated by c.T.

原注:

[1] 韦伯斯特完整版辞典: 扭曲(Distortion): 源自拉丁文，distortio，古拉丁文为，distorquere，转动或扭转的意思. 它的定义为“扭曲的行动，将一个东西扭转，使其脱离规则的外形; 一种扭转或翻滚的运动.”

(译注:一的法则的中文译者，曾获原作者 Jim 同意，在适当的时候将 distortion 译为变貌')

[2] “Christ is the ‘I' of me.”
这个基本概念在 Joel Goldsmith 的<无限之道>着作中重复多次，在此摘录该书第 97 页的一段话:
“我们在无限之道中首先学到的是，在静默与冥想中，放弃寻找上帝，只因领悟到我与天父早已为一… “
(Living the Infinite Way，出版商: London，George Allen and Unwin Ltd.，[c1954])

[3] 洞穴寓言
(译注: 柏拉图之洞穴寓言是哲学史上非常着名的故事，译者在网路上搜寻到一篇比较详细的中文版本，在此与英文原注并列供有心的读者深入研究.)
***
(出处 D.R 部落格)

http://blog.udn.com/dount6/1546932 在《理想国》第七卷，柏拉图作了一个着名的比喻，其直接目的是要揭示“受过教育的人与没受过教育的人的本质”的不同及相关问题，人们一般称之为“洞穴喻”。在这个比喻中，柏拉图作了如下设想:有一个洞穴式的地下室，一条长长的通道通向外面，有微弱的阳光从通道里照进来。有一些囚徒从小就住在洞穴中，头颈和腿脚都被绑着，不能走动也不能转头，只能朝前看着洞穴后壁。在他们背后的上方，远远燃烧着一个火炬。在火炬和人的中间有一条隆起的道路，同时有一堵低墙。在这堵墙的后面，向着火光的地方，又有些别的人。他们手中拿着各色各样的假人或假兽，把它们高举过墙，

让他们做出动作，这些人时而交谈，时而又不做声。于是，这些囚徒只能看见投射在他们面前的墙壁上的影像。

他们将会把这些影像当作真实的东西，他们也会将回声当成影像所说的话。此时，假如有一个囚徒被解除了桎梏，被迫突然站起来，可以转头环视，他现在就可以看见事物本身了：但他们却以为他现在看到的是非本质的梦幻，最初看见的影像才是真实的。而假如有人把他从洞穴中带出来，走到阳光下面，他将会因为光线的刺激而觉得眼前金星乱蹦，以至什么也看不见。他就会恨那个把他带到阳光之下的人，认为这人使他看不见真实事物，而且给他带来了痛苦。

不过柏拉图认为，只要有一个逐渐习惯的过程，他的视力就可以恢复，首先大概看阴影最容易，其次是看人或事物在水中的倒影，再次是看事物本身，在夜间观察天象，之后就可以在白天看太阳本身了。此时他便明白："造成四季交替和年岁周期的主宰可见世界一切事物的正是这个太阳，它也就是他们过去通过某种曲折看见的所有那些事物的原因。"于是他回想当初穴居的情形，就会庆幸自己在认识上的变化而对同伴表示遗憾。他既已见到了事物之本身，便宁愿忍受任何痛苦也不愿意再过囚徒生活。然而，如果他返回洞中，那些同伴不仅不信其言，还会觉得他到上面走了一趟，回来眼睛就坏了，对"影像"竟不能如从前那样辨别。他的同伴们不仅不想出去，甚至想把那位带他出洞的人逮住杀掉。

***

原注:

(英语文章出处)

www.philosophypages.com/hy/2h.htm

The Allegory of the Cave Plato recognized that the picture of the Divided Line may be difficult for many of us to understand.

Although it accurately represents the different levels of reality and corresponding degrees of knowledge，there is a sense in which one cannot appreciate its full significance without first having achieved the highest level. So，for the benefit of those of us who are still learning but would like to
grasp what he is talking about，Plato offered a simpler story in which each of the same structural components appears in a way that we can all comprehend at our own level. This is the Allegory of the Cave.
Suppose that there is a group of human beings who have lived their entire lives trapped in a subterranean chamber lit by a large fire behind them. Chained in place，these cave-dwellers can see nothing but shadows (of their own bodies and of other things) projected on a flat wall in front of them.
Some of these people will be content to do no more than notice the play of light and shadow，while the more clever among them will become highly skilled observers of the patterns that most regularly occur.
In both cases，however，they cannot truly comprehend what they see，since they are prevented from grasping its true source and nature. (Republic 514a)
Now suppose that one of these human beings manages to break the chains, climb through the torturous passage to the surface，and escape the cave. With eyes accustomed only to the dim light of the former habitation，this individual will at first be blinded by the brightness of the surface world，able to look only upon the shadows and reflections of the real world. But after some time and effort，the former cave-dweller will become able to appreciate the full variety of the newly-discovered world，looking at trees，mountains，and (eventually) the sun itself.
Finally，suppose that this escapee returns to the cave，trying to persuade its

inhabitants that there is another，better，more real world than the one in which they have so long been content to dwell. They are unlikely to be impressed by the pleas of this extraordinary individual，Plato noted，especially since their former companion，having travelled to the bright surface world，is now inept and clumsy in the dim realm of the cave. Nevertheless，it would have been in the best interest of these residents of the cave to entrust their lives to the one enlightened member of their company，whose acquaintance with other things is a unique qualification for genuine knowledge.

Plato seriously intended this allegory as a representation of the state of ordinary human existence. We，like the people raised in a cave，are trapped in a world of impermanence and partiality，the realm of sensible objects. Entranced by the particular and immediate experiences these things provide，we are unlikely to appreciate the declarations of philosophers，the few among us who，like the escapee，have made the effort to achieve eternal knowledge of the permanent forms. But，like them，it would serve us best if we were to follow this guidance，discipline our own minds，and seek an accurate understanding of the highest objects of human contemplation.

☆ 第 0822 章集：梦想的代价

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%原版的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

西元 2004 年四月 4 日

小组问题:

今天的问题是改变. 我们在这个圈子中谈论我们正在经历的各式各样的改变; 甚至地球与太阳系也正在走过一个改变过程.

我们想知道在日常生活中，我们如何去面对改变，Q'uo 能否给我们这方面的资讯.不管我们想要改变什么，或我们面临改变，看起来，改变有两方面—务实面与理想面. 调和或平衡这两者似乎是个真正的戏法. 所以，Q'uo 能否谈谈如何在这两方面关注改变的概念?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的服务中，我们今天来到你们这里.

来到你们当中，经验你们的振动，共享你们的冥想，这些于我们是一个大祝福.

我们感谢你们今天呼叫我们来到这个圈子谈论改变的概念; 一如往常，我们请求一件事，好让我们自由地讲话: 请求你们每个人谨慎地守护自己的判断与辨别力，用小心与独特的耳朵聆听我们的话语，在吸收新资讯的过程中保持谨慎.

我们不是权威; 我们跟你们一样都在寻求. 虽然你们欢迎我们分享的意见，我们但愿你们了解这些意见并非完美，我们也可能会犯错. 因此，请守卫你学习的入

口，只接受那些引起你深深共鸣的东西. 因为真理好比一个正在成长的东西，它有一条个人发展的途径，而每个人的途径都不相同. 在理解这个前提下，我们感觉可以自由地谈论，而不会冒犯你们的自由意志，我们感激你们每个人的配合.

我们凝视这个器皿心智的内在，找到一个起始点; 她今天正在清理房屋墙壁上的常春藤，因为它们阻碍紫丁香树的生长.

我们看见常春藤盘旋向上生长，努力尝试去寻求阳光，然而当它这么做的同时，将所有周遭的存有都当作支点好让自己上升接近光与温暖的源头. 正是以类似无辜的方式，你们每个人最初养成的习惯似乎是有益的，却蕴含盘绕的效应，到后来不那么有益，甚至窄化或限制你们的成长与改变.

正在发生的改变如同一条溪流，有它自己的能量.

你带入观察与这条溪流的每一个细微态度都会影响该溪流.

当你在这条溪流[这个器皿松散地称之为命运]中没有阻力，溪流就会静静地带着一个人流动，不管命运的河流如何变换，这个人的愁苦与错位感都维持在最小水平.

彷佛宁静与自我信心是一条小筏，确保一个人在命运的河流上维持干燥状态.

建造这条小筏的最佳材料是安静与信心，使用任何其他材料将造成两种状况:

(1) 一个人持续地抵抗命运的流动，这只有很少的用处，因为他直接地对抗改变

的过程.

(2) 或者，一个人真切地拥抱改变，却怀着过于激动的热忱，使得改变无法适当地或轻易地发生. 因为这个人拿起桨之后，疯狂地划桨想要帮助溪流向前移动.

首先的阻挡能量是恐惧的能量; 就某方面来说，过分急切的能量也属于恐惧的能量. 那么，歇息在宁静与信心的独木舟上，这就是最少阻力的途径，但在许多状况中，它也是最难采取的途径. 这是完全可以理解的，对于许多人而言，当他接近一个已知的改变过程，他首先希望尽可能快速通过这个过程.

所以，我们建议首要事项为在你的心智中建立一个改变的模型，这个模型十分受到一个早已流动的过程影响，该过程的源头是你过去的意向与焦点. 你在过去为未来播种，现在，你收获你很久以前播种的作物. 允许这个过程依照事物的自然时序发生，无需费心思量它要怎样发生.

接着，每天问自己这些问题是很棒的主意: 我今天思考什么，感觉到什么? 保持自我内在的通讯线路畅通. 这些通讯线路至为有益，它们对意向十分敏感. 告诉自己，要求自我创造内在的空间，好学习更多关于改变的过程，如此将产出结果，不管是在梦境中出现，或清醒的异像，或主观的有趣巧合.

有鉴于抵达第三密度晚期的新能量日益透明化，在你拥抱改变与适应命运之流的过程中，了解到你有更多的能力去观想、设定意图、请求更为微妙的能量之协助，这些是以往不容易达成的任务. 许多来自第四密度盖亚(Gaia)的可观力量正开始形成，你们的深层自我在许多方面与这些力量连结; 第四密度的社会记忆网络正在诞生中，甚至当你们集会的时候，在偶然闪现的瞬间可以体验这个网络.

当你们接近改变的过程，你们正在尝试使用第四密度水平的资讯面对该过程.

这份资讯并不直接来自第三密度中创造言语的过程，这当中须要一个转译过程，好比这个器皿已创造一些方法，以有意识地从潜意识过程中产生话语，无论如何，这是一个后天学来的技巧，一般而言，潜意识过程灌输资讯给你的途径与理性或逻辑心智无关.

结果是，你们目前的挑战是当你还不具备充分的心电感应能力，或者说，尚未敏感到可以听见树木、野生动物的声音，确实，各种元素，“愤怒的玛瑙大理石咖啡桌”，与天空也都有各自的声音. 一切万物都有它们的声音，当 D 实体指派一个主动个性给前述的桌子，并非全然不正确. D 实体有些倒楣地撞到这张特定桌子，并感到疼痛. 这张桌子是否因此愤怒起来? 这张桌子是否提供资讯? 或者，这整个插曲表达出某种资讯，以这种特殊方式最容易传递资讯给当事者? [1]

所有迫近你的事物都有一个主观地有趣意义，你可以注视它所带来的益处，好比这类催化剂带给你怎样的情绪等等.

改变的过程并不单纯只是改变行为的过程，或 改变周遭环境的过程. 它毋宁是一个相当复杂的微调系列，允许一个人平衡事件与情感的流动.

当每个人发展意图前往的方向，这个旅程可以突然地转弯，山路突然地隆起与下降，带来各种惊奇. 在这个过程中找到恩典与自在可以帮助你创造一个轻松的情感、肉体等经验.

再次地，挑战是允许而不变得消极. 若一个人单纯地将自己交给某个空白的造物者身分(Creatorship)，接着说: “我没有任何责任，一切都在造物主的手中”; 这并不是一个值得渴望的态度.

保持个人的兴趣与动力，努力的方向是精确地发现自己渴望什么，这个态度是有智慧的.

服务造物主，成为灵性原则的一部分，并不意味否认自我; 毋宁是对自我揭露自我，发现你内心真正想要做的事. 然后，允许自我的觉知以最佳方式成长，将你的梦想带入实质的显化.

所以，我们并不鼓励你们弃绝任何个人的感觉，宁愿只渴望服务造物主.

你有一个共同创造者的身分，这点对你与造物主都是重要的. 你所瞄准的方向即是你所渴望的，这对造物主是重要的. 一旦你找到这份渴望，将它磨得锐利些，追寻自我的知识，直到你对它很确定. 追寻自我的问题，发现自己真正渴望的东西，自己真正的动机是什么. 不只问一次，接着问第二次，第三次. 因为改变的过程并非发生一次，然后就此结束. 它是一个不断循环的经验过程，直到你的肉身死亡为止.

在目前的氛围中，你有三个最佳盟友: 你的指引系统、意识、自然世界.

你周遭的自然世界就是第一与第二密度，它从未离开太一造物者的爱，因此对于那些沉思改变的人们，它构成一个强有力的资源.

你的指引系统有着大量的资讯与资源，还有许多层次的帮助. 不管它具有什么特征，好比这个器皿称之为圣灵，或高我，或你想要如何生动地描述它; 这股能量是你的本质之真实的一部分，它从未与你分隔. 所以指引系统总是会提供你有益的资讯.

你的第三个盟友是你所承担的意识，这个意识并不是你的思维. 你的思维骑乘在意识上头，如同海水上面的白浪. 你的意识位于思维底下与周围，它是你的本质，它从未与创造原则分离，你的圣堂就在它里面— 那个与太一无限造物者接触的单点，你随时可以走入那个圣幕，在那儿，灵魂得以舒适地休息.

这个器皿喜欢想像耶稣实体拥有一只巨大的手，接着她爬进去那只手，在那手掌中睡着，安全地歇息.

在其他时候，她想像自己缓缓地爬入造物主的怀抱，像是一个小婴孩，接受母亲温柔地摇晃; 当她感觉酸痛与疲惫，她就会走入她的圣堂.

你们每个人的内在都有这样的圣堂，不是因为你想了什么，或你如何去感觉. 在你里内的水域比任何表面上的风风雨雨都要深邃. 你也是那深邃的水域，永恒与无限的水域. 你是爱，你是光，你是太一起初思维，也就是造物主自身. 当你忙着向外寻找援助，这份资产是多么容易被忽略.

除了静默、时间、与请求，没有其他入口可以通往这个强大的盟友. 所以，我们鼓励你们花时间静默与请求，要知道，太一无限造物者一直聆听你请求的任何事物，他比你的呼吸更靠近你.

我们在这个时候停顿，请问各位对于这个开场主题是否有进一步的询问？或者，我们可以回答另一个询问．我们是 Q'uo 群体．

R: 我没有问题，Q'uo，但我真的想要说，从表面上说，回到这个团体，透过这个器皿 Carla 听到你的声音真好；同时，我想要感谢你们在这两年期间的陪伴，不管我到哪一个地方，你们都安静地支持与激励我．

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，容我们说，你也激励了我们，因为 R 先生一直是一位真正的骑士，总会擦亮他的盔甲．

此时是否有另一个询问？

G: Q'uo，在寻求真理的过程中，你能否评论以下两种态度，哪一种比较有效？

1) 寻求者付诸行动，寻求自己的身分(identity)；也就是说，致力于寻求身分的工作．

2) 不必要去寻找，而是宣告对一己身份的知晓— 肯定地宣告："我知道我是谁．"

我十分感激你的任何回应．

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们觉察你的询问．关于知晓的问题不是一个轻松的问题，确实，世界上有多少个哲学家，对于这个正知的问题就有多少种答案．

大胆地宣告你知道的东西是优秀的表现．

大胆地宣告你不确定的东西则是不成熟的.

除了当事者，没有其他人能够知道不确定与探寻之旅何时变成绝对的确定感.

有一个发现自己确定感的最佳方式，那就是问自己愿意为某个立场而死.

如果某件事重要到足以为它而死，那么[如这个器皿常说的]也就重要到足以为它而活. 这是一个人在心里确认自己有多确定的方式之一. 我愿意为这个原则而死吗?

我愿意赴死只为了成为这样一个人?

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

G: 不了，Q'uo，感谢你优异的回答.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的兄弟，此时是否有另一个询问?

G: Q'uo，就你的知识，这个星球上许多灵性途径都通往同一的地方，一般而言，是否到了某个点，寻求者需要声明他们愿意付出的”代价” ?

是否在开悟或伟大的自我知识来临之前，需要决定好一个代价?

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们觉察你的询问. 的确，如果一个人凝视原型

的图像，好比 G 实体最近在凝视的东西[2]，这组图像丰富地暗示着意愿去付出一个代价是原型运动中合理的，甚至为必需的部份. 这个实体最近看了一部电影叫做受难记(The Passion of the Christ，by Mel Gibson). 在片中，耶稣实体确实遭逢一个问题，他愿意付出多少来表达真理? 起初，这个实体并未全然地确定他要不要付这个代价. 然而，他真的希望，如影片中表达的场景— “更新万事万物”; 就这个实体的思考方式，他认为值得为这个目标而死. 在这个行动中，这个实体最终拥抱了肉身死亡. 不过，故事继续述说着，当他已付出这个代价之后，他获得救赎;

确实，与其说那是个代价，还不如说是份礼物; 而耶稣实体不只是个受害者，还是一位祭司.
于是，这个问题“你愿意为这个结果付出什么代价?”这个问题是一把原型的扭转之钥，它可以改变能量，并在自我与意向之间创造一个强力连结，它的确是一个合理与公正的询问.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

G: 我要找时间好好回顾，感谢你，Q'uo.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的兄弟，此时是否有最后一个询问?

G: Q'uo，在一的法则系列中，我记得 Ra 说，当一个人进入金字塔接受启蒙时，他必须集中心神在造物主上头; 或者说，必须集中存有在寻求造物主这件事.

我在想这类的自我集中心神可以在一些圣者身上看见— 这些人将每一个清醒的

时刻用于思想、仰慕、崇敬造物主，这些以各种内在与外在的方式与造物主交通— 这是否为 Ra 所说的将生命集中于寻求造物主?

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们觉察你的询问. 的确，这是表达此类意图与奉献的一种方式. 我们相信，你此时奋力搏斗的东西是奉献的概念.

有许多方式去表达奉献，如同有许多方式去服务造物主.

对于许多实体，奉献之道是非常刻苦的，几乎不带有任何情感.

对于其他人，他们的奉献如歇斯底里般，带有大量的情感.

每个寻求者的人格躯壳都不相同，因此最有效的奉献造物主的方式也不尽相同.对于有些人，好比这个器皿，每天早晨与黄昏的冥想，加上阅读灵性资料，就很有帮助.

对于其他人，差不多二十四小时都在感觉接受带领，总是感觉与太一无限造物者有直接的接触.

有许多表达奉献的方式，奉献分有许多层次与种类，我们鼓励 G 实体玩味这些感觉，找到自己锐化焦点的方式，找到如何影响自己的情感集合的方式，找到如何抚慰自己”狂暴的胸膛”[3] —不管是透过音乐或艺术，透过优美的话语或静默.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

G: 不了，感谢你与我们同在，Q'uo.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的兄弟，同时感谢每位成员给予我们特权同你们分享一些想法.

此时，在太一无限造物者的爱与光中，那儿是我们找到你们的地方，也是我们离开各位的地方. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，我的朋友，Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注:
[1] D 先生当时正准备坐下来，却没有算好距离，膝盖重击到我们的大理石咖啡桌边缘; 在那个时候，我们开玩笑说咖啡桌正感到愤怒. 或许这句话不完全是空洞的俏皮话.
[2] G 先生最近正在准备一场幻象探索(vision quest)，藉由阅读神话与哲学书籍做准备.
[3] 威廉-康格里夫(William Congreve. 1670-1729)，英国剧作家，这句话摘自悼亡的新娘(The Mourning Bride)第一幕，Scene 1: “Music hath charms to soothe the savage breast，to soften rocks，or bend a knotted oak.”

☆ 第 0823 章集：个人的辨别力

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%原版的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

西元 1993 年一月 10 日

小组问题*:

(*译注: 关于 V 的问题，为了方便有心人上网查询，所有不同的讯息来源一律保留原文.)

这个下午的问题来自圣地牙哥的 V 小姐，她想知道一点知识，关于某些书籍、团体，还有一个她持续接触的通讯来源. 首先是关于 Metatron，一直与她工作的灵感与讯息源头.

她也想知道一本叫做 The Keys of Enoch 的书.

还有一本书叫做: Love (and Love): Through the Doorway，作者是 Solera. 重点是关于 1991 年一月 11 日的特别门户.

她也想一个叫做 Starborn Unlimited 的团体，他们似乎来自其他星球与其他密度.

最后她想知道一本小册子叫做 E. T. 101，由 Intergalactic Council Publications 出版，作者是 Master Jho. 他们似乎与 Council of Nine 有关联.

我们想知道 Q'uo 对于 V 的这些话题有何评论.

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们很荣幸可以共享你们的冥想，

我们不是权威；我们跟你们一样都在寻求. 虽然你们欢迎我们分享的意见，我们但愿你们了解这些意见并非完美，我们也可能会犯错. 因此，请守卫你学习的入口，只接受那些引起你深深共鸣的东西.

能够分享你们的冥想是我们的荣幸，你们这次关心的问题是不同实体撰写的书卷的正确性或权威性.

我们首先声明，我们对于你们没有任何权威. 我们易于犯错. 虽然我们提供的意见是我们感觉有价值的考量，却不构成全无错误的资讯，毋宁是一个正面或服务他人之实体的谨慎意见.

每一个群体或实体[这包括任何有能力活动、评估、判断的生命]都没有能力逻辑地、理性地证明任何外在的权威.

就我们的意见，不管是自我、高我(higher self)或任何仍在思考说话的老师，没有实体拥有无限造物者的奥秘知识.

我们说这些话是想要建立一个基础，当一个实体站上判官的位置，准备评判他自

己的造物之际，她首先可以倚赖的是 外面没有最终的权威.

没有任何一只手或话语拥有大师权威足以凌驾无限太一的仆人，因为无限太一已安置一个事实，那就是在所有显化造物中 没有最终、可证明的答案.

当实体发现似乎具有决定性的答案，他将发现知识的极限边缘又被推到更后面的地方，拓荒者的知识边疆横亘在前方 仍然是无限的奥秘.

现在，不管一个学生主修何种科目，收集工具与资源，从事研究、阅读以促进理解都是好的. 然而，那些沿着灵性路径寻求的人们与那些寻求去学习如何操作机器或学习一个以前不会的技能的人相比，其实没有什么不同; 都需要持续地研读，将许多事实综整为主观的类别与组织，到最后，学生对于研读的科目拥有一个更启悟的观点.

我们鼓励每个飢渴的、尚未吃足灵性食物的读者去寻求有形或无形实体给予的资讯，尽情地去享受每一页、每一个思维.

然而，这并不是说单纯地接受所有的资讯，我们也不是说如果一份资讯里头有许多[似乎是]错误的东西，这份资讯就一无是处; 因为即使是最不准确的通讯，即使它谈论充满恐惧的主题，都是服务太一无限造物者的一种尝试. 对于那些正倾听或阅读这些[或许是]错误与恐惧讯息的人们，至少他们是为了灵性的探究而聚集在一起; 当这股能量促使人们一起去寻求，不管这个团体表面上有多少缺失或过错，每个在场的意识都会发挥帮助的效应，在该寻求圈的每位成员将彼此帮助.

有几种方式去考量如何形成一个人的意见并予以评价.

我们建议当寻求者正在衡量一份资讯时，他先停下来反思哪一个能量中心受到这份资讯的启动. 举例来说，聚焦在生存议题的资讯就受到红色光芒的本能能量之驱动，很自然地，关系到肉体的生存.

如果一份资讯关系到某些人与其他人特别不同; 或指出加入某个团体 或避开某个团体，那么，你们可以看出 这里头有许多黄色光芒的能量.

如果一份资讯关乎这个或那个弥赛亚(messiah) 或特别受捡选的实体，那么读者必须自行衡量这个救世主的吸引力是否与红色、橙色 或/和黄色光芒共振.

所有这类的资讯倾向不去启动或强化绿色光芒或敞开心轮的治疗力量. 通常是在比较深奥与抽象的纯理论领域中，那些话语或思想可以打开心轮或沟通的力量与能量.

最后，不管是任何的资料，惟有学生的内在方能启动靛蓝色光芒; 因为这是意识里内的工作，学生的意识必须专注地从事这个工作.

关于个人辨别力的主题，或许我们可以从另一个方向来探讨.

现在，我们单纯地说，每一个灵性寻求者拥有自己的宇宙，他必须且应该为自己衡量所有进入五官觉察网络的刺激讯号: 从第一印象到最曲折难解的论证. 所有经过灵性学生处理过的东西对该学生即是准确的; 因为虽然无限造物者提供恒常的爱与支持，他并不想要影响任何存有的经验. 所有存有在选择的过程中，都可自由地去经验; 这就是寻求者献给无限太一的礼物.

以我们的意见，没有一个外在的权威足以取代个人内在的意见架构. 所以，我们鼓励每个学生将自己视为对无限造物者负责的实体，而他的意志即为: 要有爱.

每个生命是爱，每个生命经验爱，就我们知晓的范围，此即是真理. 将这个真理显化是一项任务，该任务的特征是极性或明显的差异，没有这个特征就不会有显化，因为爱被经验为爱是一种永恒的同义反覆(tautology).

所以，你们每个人都是君主— 对于所有引起你注意的事物，你拥有裁决与审判权. 如果你们接受这点，那么你们可以看见一个工作认真负责的灵性学生拥有特定一组特征或特质.

你们知晓的老师，耶稣-基督，曾对学生说: 你们要睿智如蛇、天真如鸽.

巨蛇是智慧的象征，它在表面上的显化也是睿智的.

第一个观念与象征有关，在你们的文化或神话中，巨蛇给予人类的礼物乃是分辨善恶的知识，换句话说，智慧与个人判断能力有关，即判断某个东西对个人是否有益的能力. 这类别的决定是全然个人的，没有一个实体应该以教条的方式为他人做这种决定.

另一个观念也可说明巨蛇是睿智的，那就是当一个潜在或实际的敌人靠近巨蛇的感官范围，巨蛇会非常小心地远离敌人.

当一个人考量鸽子般的纯洁，可能会问这特质与判断资讯有何关系? 我们只能建

议你们观察一个现象：对于某些人，所有事物都是失望、麻烦、毁灭的征兆；另一方面，某些人处于同样的状况 却找到许多欢乐的东西，许多值得感谢与赞美的事情.

天真、纯洁— 敞开绿色光芒能量中心的原生特质，一颗开放、悲悯、充满爱的心几乎可以在任何情境看见美好.

我们认为关于这个主题，这是一个好的开始，我们欢迎这个团体进一步的询问，或在未来，由 V 实体继续发问. 我们希望这次的传讯已经清晰地说明为什么我们避免回覆不同来源的可信度或准确度.

在我们离开这个题目之前，我们只想说，在任何人类的经验中有着许多、许多的恐惧. 肉体载具是脆弱的，并且注定要死. 许多人，包括这个器皿，认为受恐惧驱策的话题只有一点点有效真理，然而从更大或原型的意义来看，它们是真理，因为关于当下此刻，它们流露出一种美妙的迫切感. 现在是你此生的最后时分，你可能有百万千万的最后时分，但它们可以被数算. 是故，存在一种深沉与自然的恐惧能力，因为一个人最糟的恐惧就是赤裸裸地，没有实证答案地走入灭绝.

在肉身经验的最后时刻，寻求者的意识穿过那扇门，接着大门关上，留下那些仍在经验第三密度幻象的人们，仍旧对肉身死后将发生的事保持无知.

对于这种存在的恐惧，有个比较慈悲的应对方式，那就是领悟并肯定每一个当下此刻的惊奇与祝福.

如果一个大灾难属于一个人命运的一部分，它就会发生，不管这个人做了什么计

画想保护自我幸免于难.

如果寻求者在最后时分充满了平安，纵使周围上百人惨遭杀害，他还是平安的.

对于没有答案的存在窘境，有一条途径是比较慈悲的，那就是怀着爱意的一颗心去凝视这一切. 欣赏每一个时刻，充分地住在每一个时刻中；那么，不管外面发生什么状况，内在的灵性旅程都将充满光照与祝福.

我们在此时停顿，请问你们是否有任何询问?

发问者 1: 我没有，Q'uo，非常感谢你们，很有帮助的内容.

发问者 2: 我也没有，Q'uo，感谢你们.

我是 Q'uo，我们也享受与你们在一起，我的兄弟，感激你们允许我们提供服务.

我们总是愿意与这群好同伴再相处久一些，但该是我们行进的时候了. 我们在兄弟式拥抱中珍爱每一位美丽的人灵；我们总是在太一无限造物者的圣名中，提供我们的爱与祝福. 我们在那造物主的爱与光中离开你们. 在这个季节中，光逐渐增长，愿造物主的爱与光的每一道射线都进入你们的心，找到一个快乐的家.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友，Adonai.

☆ 第 0824 章集：苦难与真光

Copyright © 2009 by L/L Research

专栏：小灵媒宇宙逍遥游

作者：Carla L. Rueckert-McCarty (卡拉.卢可)

刊载网址：ReligionAndSpirituality.com

刊载日期：2009 年十二月 30 日

我这一次坠入神经痛来得又快又急.

打从我十三岁起，风湿性关节炎就一直是我的同伴. 我今年 66 岁.

疾病的症状沉睡多时，直到我 25 岁那年，我第一任丈夫离开我，各种症状在我体内肆虐，在几年内，我每个关节周围的滑膜组织都被烧掉，表面上的肿胀现象消失，只留下 X 光射线与痛苦.

这几十年来，我的生活方式随着身体的改变而变化，首先要划掉的工作是一般家务: 清洁环境、洗衣服、烫衣服等; 然后我没有办法煮菜. 最近，我变得无法在花园里除草或出外运动.

我嫁给一个了不起的好家伙，这些变化从未困扰他.

每个周日的早上，他养成清理房子的习惯; 每两天洗碗盘; 每个周六煮好一周的菜肴. 花园没有以前那么整洁，但它的美丽依旧耀眼.

我们以前每天会一起做伸展运动，现在 Mick 必须自己运动，没有我的陪伴.

当我们调整作息适应需求，我们仍旧快乐得像两个蛤蜊*.

(*译注：隐喻蚌壳带给蛤蜊的安全感，参考网址
http://www.wisegeek.com/s/happy+as+clam)

这几十年来，我的背部与肩膀偶尔会旧疾复发，多年来，我只需一剂口服可体松度过暴风圈. 最近，我必须仰赖硬膜外注射，将可体松注射到脊椎里头.

突然之间，我的安全时间彷彿用完了，命运之弓射出的第一箭是洗碗盘伤害.

当时我正翻转一个陶土碟子打算清洗它的底部，突然间，我的左手臂陷入神经痛的烈火之中.

就在左手臂的疼痛逐渐减弱之际，慈悲的一击(coup de grace)来到，一场纸牌游戏伤害.

XP/Vista 内建游戏 Solitaire

我很爱玩微软 Office 套装软体附赠的电脑纸牌游戏(Solitaire)，每当我失去焦点，几场纸牌游戏彷彿可以把我的脑袋重新开机.

当我观察纸牌在电脑桌面落下的过程，我变得平静与达观；我带着新的想法、新的方向重回创意工作的焦点. 玩纸牌游戏就是我最佳的应对机制. 然而，大约一

年前，在游戏过程中，我点击与拖曳滑鼠的时候 第二次与致命的伤害来临；我沉入纯粹火燄的深井中.

让我顺带一提，这几十年来，我尝试过艾格凯西(Edgar Cayce)的饮食法，以及长寿饮食法(Macrobiotic Diet)，在不同时期分别实行它们 18 个月之久.

凯西饮食法对我不好也不坏；长寿饮食法则让我失去半个横结肠，我太晚才学到一个事实：我的身体无法消化米食.

如果有哪一种保健食品是我还没有认真尝试的，那会令我很惊讶；没有一种食品真的有帮助.

另外，让我认可疾病是幻象. 表面上，我的态度与专注程度可以清理我的能量体，随后清理任何肉体的症状；无论如何，我迄今未能显化那样的成果. 所以我必得同意外科医生对身体的作用，就如同技术师傅对汽车的作用.

我真的喜欢我的技术师傅，一位脸部粗旷的脊椎外科医生，经过几次扫描之后，这位中年师傅简单地对我说：“你的情况是货真价实的!”他接着说：“情况真是一团糟，如果你是我女儿，我会告诉你，该是进行脊柱融合手术的时候了.”我对他的解决方案有共鸣，因为不这么做 我将需要停止使用电脑，那是我不想要的后果!

关于我的问题，是有其他的解决方案，例如使用声音辨识软体，或口述给一位抄写员，或使用录音机；但创意过程是一件有趣的事，大多数人只能以一种方式去提供最佳的工作成果，我也是如此. 在打字的过程中，看见字句接连跃然萤幕之上 在我的里内创立了一条几乎无限的无形溪流，允许我接触我的指引，并毫不

费力地在文字与措辞中做出百万次选择. 所以，虽然我可以看见其他方式将言语交付给纸张，我确切地知道那些方法都比不上用我自己的手指写下这些言语.

通灵者手册(A Channeling Handbook)即是我在二十年前行动不便时透过口述录音的成果，如果你读过这本小书卷，你或许也能够看见这点: 虽然我有说出我想说的东西，这本书的风格却受到损害，跟我其他着作相比，它的流动是结结巴巴的.

我即将在明年(2010)一月参加第四届地球蜕变会议，并提供两场演讲(如果你们想知道更多相关资讯，请造访以下网站: www.earthtransformation.com)；在那之后我返乡之后将尽快接受脊柱融合手术. 所以 这篇文章是我给你们的通知，在四月来临以前 我的专栏将暂时关闭. 这也是我同你们分享的方式，让读者们知道这整件事的来龙去脉.

无论如何，撰写这篇文章有另一个更深远的原因，那就是与你们分享最近发生在我身上的心路历程: 我持续地应对神经痛，目前几乎毁掉我的上半身，从肩胛骨到指尖，上胸部到发梢，在一个特别困难的夜晚，当我疲惫地俯卧着，与神经痛相处，我突然有个感觉，那就是我无法再承受更多的伤害而活着，我真是“被逼到极限”了.

这份领悟立即移除我内心的许多阻碍，它们使我无法发自内心地觉察这个世界的苦难. 突然之间，我进入一种觉知— 我与所有人类的苦难是一体的. 我开始祈祷这世界所有的苦难来我这里，在这个地方，所有今晚与我一起受苦的人们能获得无限的真光与疗愈.

首先，我只是持守这个祈祷，基督救赎式的祈祷，我愿将所有苦难从痛苦的当铺

赎出，由我支付代价. 然后，当这份疼痛日以继夜地持续，我对这个祈祷越来越熟练，于是我看见自己吸入这个世界的苦难，接着呼出这个世界的光，与我的呼吸同步进行着.

我的行政助手(Gary)听到我在某次团体讨论[L/L 研究中心每周的公开会议]讲这件事，他告诉我等于是重新发明轮子：施受法(Tonglen)，意指”拿取与传送”，这个藏传佛教的习俗最早可追溯到好几个世纪以前. 他引介我看恩宠与勇气，作者肯恩-威尔伯(Ken Wilber)如此叙述施受法:

“施受法的练习正是为了斩断小我的关切、小我推销和小我防卫。自他交换能深刻地去除主、客的二元对立，让我们逐渐认清我们最恐惧的是：让自己受伤。

这个练习不只要我们对别人的苦难产生慈悲心，更要心甘情愿地吸入别人的痛苦，把好的品质吐给他们。这才是真正的大乘慈悲解脱之道。这一点和基督的作为是相同的:承受世人的罪，并因此转化了他们(以及你)。

“这个观点其实很简单：自我、他人是很容易交换的，因为这两者是相等的，对大我而言并没有什么不同。相反地，如果自、他无法交换，我们便会封锁大我的知觉，也就是纯然非二元的知觉。如果我们不愿意承受他人的苦难，就会被自己的苦难闭锁。就是这样。

“如果一个人长期练习自他交换，奇怪的事会开始发生。首先没有人因此真的得病。尽管我们当中有许多人以恐惧为藉口而拒绝做这项练习，但我发现没有任何人因为练习它而生病;反之，你发觉自己不再逃避痛苦，不管这痛苦是你的还是他人的。除了不再逃避痛苦之外，你还发现因为你愿意将痛苦吸入自己体内再释放

出来，而有能力转化它。你的心中产生真正的改变是因为你不再企图保护自己了。接着你会放松自我和他人之间的紧张，你领悟到那个在受苦或享受成功滋味的，根本是同一个大我。如果宇宙里只有一个共通的我在享受成功，何需羡慕别人呢?自他交换的正面价值是: 我为他人的美德感到快乐，在非二元的觉察中，他们和我是无别的。一种伟大的「平等意识」因而发展，它一方面去除了骄傲与自尊，另一方面也斩断了恐惧与嫉妒。”*

(*译注: 感谢天心正文读书会在网站上提供 Tonglen 相关译文!)

我感到着迷，开始在我比较亲近的基督徒文学中猎寻与施受法相近的资料，结果我在约翰福音与马太福音中找到一些范例，一共有七个:

我来了，是要叫羊群得生命，并且得的更丰盛。

我是好牧人；好牧人为他的羊舍命。(约翰 10:10-11)

神如此地爱世人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反获得永恒生命。因为神差他的儿子进入这个世界，不是要定世人的罪，乃是要叫世人透过他得救。 (约翰 3:16-17)

耶稣大声说：信我的，不是信我，乃是信那差我来的。人看见我，就是看见那差我来的。我到世上来，乃是光，叫凡信我的，不住在黑暗里。若有人听见我的话并不相信，我不审判他。因我来本不是要审判世界，乃是要拯救世界。(约翰 12:44-47)

我赐给你们一条新命令，乃是叫尔等彼此相爱；我怎样爱你们，尔等也要怎样相爱。 若尔等有彼此相爱的心，众人因此就认出你们是我的门徒了。(约翰 13:34-35)

一个人为朋友放下自己的生命，人类的爱心没有比这个大的。(约翰 15:13)

汝所赐给我的荣耀，我已赐给他们，使他们合而为一，像我们合而为一。
我在他们里面，汝在我里面，使他们完完全全的合而为一。(约翰 17:22-23)

最后一个，尔等是世上的光。(马太 5:14) *
(*译注: 以上圣经经文参考古卷和合本)

起初，我担心这个新的练习是放肆且骄傲的，我是谁啊，居然相信我能够穿戴基督身分的斗篷？我怎敢拿取这么多灵性力量到我身上？我怎可能宣告自己理解从事这样的工作要付出怎样的代价[甚至只算万分之一]?

在第一次经验之后的数个月，不管怎样，我发现这个练习相当强力地协助我维持我是的状态，认同自我并保持健全状态，虽然烈火之井同时在我体内燃烧.

当我陷落的神经自由、脊椎稳定之后，再次快乐地安坐在祖母椅中，在嗡嗡作响的笔电上继续我的写作，我祈祷自己仍不会忘记这个呼吸练习: 吸入这世界的苦难，呼出这个世界的光.

我充分地觉察从肉眼来看，这个世界有多么黑暗. Q'uo 在 2006 年 11 月 12 日的集会中说到: “实体们凝视世界局面会感到无助、无望、绝望，这是可以理解的.

当然，我们也看见孩子们残破的身体，以及无辜受害的人群，这些杀戮者看不见他们与其他弟兄都是一体的. 我们无意轻视或蔑视这个世界的苦难，在同时间，我们确实看见有一个观点包含比肉眼所见更大的样式.”

我相信更大的样式始于并终于合一. 造物是单一的东西，我们全体都在太一中互相连结. 造物主是强有力的，他的每个部分也是如此. 在同一场集会的稍后段落，Q'uo 讲得很好:

“你们有两种方式看见力量，一种来自外在，另一种来自内在. 从外而来的力量属于政府与权威，你们世界惯常的嫌疑犯. 权威人物有许多方式去迫害人群，你们已看过许多这类的迫害. 你们在帝国的恶臭前恐惧退缩; 这是可理解的，你们看见这股力量是如此巨大，时时笼罩着你. 这是一般大众认为的实相.

“我们见证另一种力量，它不是改变政府或推翻军队的力量，它不是武器或狡诈或计谋的力量. 这股力量从内升起，它首先源自于知晓你自己; 接着，清空你的一些内含物，直到你能够追随当下此刻的气流与漩涡为止.

“我们鼓励你们看待自己如同一座灯塔. 灯塔点燃灯火并保持各扇窗户透明洁净，灯塔无尽地旋转放射光芒，于是那些从外海返回的船只得以看见岩石，避开它们，接着航入安全的港口. 一座灵性灯塔有它自己独特的光辉，当你觉察到自己存有的力量，如果你愿意，你可以有意识地成为这种灯塔，放射爱与光进入你周遭的灵性空间.

“所有你可能说的话语之力道都比不上这个焦点的千分之一，该焦点就是将你的本质对焦在无条件的爱上头. 让你对恐惧的答案是: 坦率、晴朗、消遥、高兴，自

信地感觉爱. 在你自己里内发展这样的环境: 轻松自在、寻找欢笑、寻找乐趣.

“虽然这个世界可能继续摇摆，没有更好，也没有更糟，不要被它欺骗. 你在圣心中所做的事影响这个世界.”

无惧地进入痛苦所带来的轻松与喜悦，我可以为这个事实担保. 有许多时候，我正面地为这烈火镕炉*的自由格格地笑了起来，我充分地接收它为一种灵性练习.
(*译注: 星际联邦经常使用这个名词比喻第三密度的考验)

在我最近一次与 Wynn Free*的空中对话中，他注意到一个事实: 他以前从未听我如此地充满欢笑与乐趣. 这一点，同样也是“货真价实的!”
(*原注: BBSRadio.com 周一晚上广播节目主持人)

我张开双臂拥抱你们的心灵! 我全心地爱你们. 虽然我的专栏文章会有一阵子在你们的信箱中缺席，记住一件事: 我们每一个人都是这世上的光，不要害怕去宣告这道光. 不要害怕允许内在无限之光透过你照耀，透过你渺小的人生与崇高的意图祝福这道光，让它自由地向外流入这个世界. 无惧地设定意图: 让这个世界振动地更轻盈，改变这个世界. 每天花一点时间冥想，吸入这个世界的苦难，并知晓 ”尔等是世上的光.”

(V)2010 Adapted & translated by c.T.

☆ 第 0825 章集：在太一中没有我

让我们记得我们都是一体，这是伟大的学习/教导.

在这合一之中蕴含着爱，这是一个伟大的学习/教导.
在这合一之中蕴含着光，这是根本的教导 适用于所有存在物质化的平面.
合一、爱、光，及喜悦；这是灵性进化的核心. –RA 资料：第 52 场机会

***

原文标题: There is no “I” in “One”
作者：比尔(Bill Ackerman)

我们都是太一. 我们不是你、我、他或她. 其实没有我(I 主词)，只有小我(ego).每日练习这个概念的困难在于尚未觉醒的实体们恒常地用头脑游戏来干扰，在监狱里尤其如此.

人们是如此地陷入自己的想法，造成自己过着受制约的生活：一个由制约反应构成的生活，这些反应来自家庭、同侪、媒体、网际网路的灌输.

我们从婴儿时期就受到许多资料的编程— 有些是好的，有些是坏的，可能需要好几年来更正它们对我们心智造成的伤害.

幸运地，对于觉醒的人而言，有一道光，这道明亮的光恒常地照耀着.

对于其他人，那道光是暗淡的，因为各种污垢！我们的恐惧、不安、痛苦与防御墙遮蔽了光. 狭窄的小我说我们是污垢，而不是光.

当你奉献自己于灵性的生活上，可以将这些污垢烧光光.

理解我们都是一，我们都活在爱的单元之中，光与喜悦将帮助你理解自己与他人并无不同，犯错是 OK 的. 我们都在旅行中，目的地都是同一个地方. 虽然我们的路线可能不同，灵性上，我们都寻求太一.

总是记得—我们寻求太一.

不管小我尝试怎样导引你，或幻象如何打击你，停下来，深呼吸，接着聚焦在太一起初思维上头.

Carla 喜欢说: “我们都是坐在同辆巴士上的呆瓜.” 我们不能太认真看待这个幻象. 许多发生在我们周遭的事情与根本教导没有任何关系. 我们认为在这个物质世界中的重要东西对于你的灵性进化没有意义，也无关紧要.

记得为什么我们在这里，我们在这里要从事服务. 记得 Ra 说的修鍊人格的途径:

1. 接纳自我
2. 宽恕自我
3. 意志的方向

Ra 说一个人必须谨慎地使用意志，并将它导引入服务他人的正面途径.

所以当你感觉自己滑入这个幻象中，聚焦在太一上.

冥想并让造物主带着爱/光穿越你的俗世身体. 没有”我”— 只有太一.

Adonai. Vasu. Barragus. ∞

比尔的自我介绍

-- 选择一条监牢中的道途

1986 年，我开始阅读”一的法则”卷一 (RA 资料).

我对它的内容感到着迷，于是我写信给 L/L 研究中心，要求后续的书卷.

最终，我感觉内在的虚空(void)逐渐地被启动，我发现该”虚空”是我并不理解的智能能量. 我并不平衡，理解”一的法则”帮助我觉醒并理解我是谁，我为什么在这里.

所以，我待在监狱中，带着这个新找到的发现，一大堆的问题，但要问谁呢?

我开始与 L/L 研究中心的 Carla 通信，她对我有很大的帮助，成为我的”灵性顾问”.

我知道自己明显走在服务他人的途径上，但做为一个因愤怒而杀人的罪犯，我有大量的自我工作要做.

接下来的二十年是我永不会忘记的一段旅程. 做为一个已觉醒的流浪者，身处在负面极性的环境中，催化剂的比例是很可观的.

Ra 说我们预先规划我们的人生课程，我花了很长的时间去理解我需要学习什么

课程.

我有五年期间参与一项戒毒计画，同时是参与者与同侪导师. 在这段期间，我开始理解这个叫做”比尔”的实体. 伴随着大量的哭泣与眼泪，各种情感阻塞获得释放. 能量中心逐一启动，最终变得清晰: 我需要学习的课程就是宽恕与爱.

自从我做出选择，我蒙福地获得许多服务的机会. 我最享受的一次是对高中学生说话，他们在一次校外活动中来到这所监狱. 在轮到我讲话之前，我请求造物主使用我这个载具传输爱与光来启蒙这些孩子.

所以，这是我待在监狱的第 31 个年头，我持续做为一个光/爱的灯台，献给那些与我一同居留此处的忧伤之兄弟们. 我选择来到这里，做这份工作，有时候似乎是孤独的. 我很满足地知道，最好的东西还在后头呢.

Adonai. Vasu. Varagus.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 09 辑

☆ 第 0901 章集：十字架与爱

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

特别冥想

西元 2005 年三月 4 日

(译注: 为了维持文意的流畅，原文的 S 小姐全部以莎拉 Sarah 取代)

Jim: (朗诵莎拉的问题) Q'uo，首先，莎拉想要感谢你们对她与所有地球人的服务，特别是我们全都处在一个需要大量协助的时期.

她想要知道在寻求途径上的一些方向. 她想要更正面地极化，希望获得一些指示，帮助她更有效地极化.

她也想要你们讲说任何在她的心/身/灵中出现的阻塞，并请给予她如何解开这些阻塞的指示.

最后，她想知道在这一生中 如何可以平衡爱与智慧. 这对我们全体都是一个大功课，她感激任何你们要说的话语.

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的服务中，我们存在.

我们感谢莎拉今天呼叫我们到这个寻求圈中. 能够与你们分享我们的想法，令我们感觉至为荣幸与恩典. 一如往常，我们请求每个人运用自己的辨别力来聆听我们要讲的话语. 我们的某些想法可能正中目标，其他想法则完全失误.

如果某些话语对你没有意义或激怒你，请你马上将它放到一旁.

如此将允许我们自由地讲话而不会删减你们的自由意志.

我们感谢你们考量这个请求.

你们今天问要如何推进与精炼自己的极化，好使自己获致一个与第四密度调和的振动; 以及如何更佳地平衡自己的各个脉轮，好创造一个意识中极化工作的适当环境.

你们也问爱与智慧的关系，这股动力如何运作、如何平衡，我们感觉当讲述完前两个问题之后，这个问题八成就自行解决了. 但在我们开放简短问题之前，我们将再次造访这个主题. 我们感谢你们提供这些优秀的问题.

我们单纯地希望我们的话语可以做为你们伟大的寻求之旅中的一份资源.

极化关乎选择与重复地选择，我们凝视你的能量，发现你都将这个基本的事实掌握地很好，你已在服务他人的基本选择上工作好一段时间了.

选择的微妙之处，特别是重复的选择有些时候是个挑战.

关于这个微妙与细微，让我们来检视一个例子：当某个人充满愤怒、敌意或吵闹对你说话，你的第一个脉冲是自我检视，决定要做出何种回应. 容我们说，我们感觉你在这方面做得相当好，当然，一个人总能找到各种方式来批判自我.

但是，95%的时候，你在这方面的基本功是健全的；我们恭喜你醇厚的努力，致力成为一个温和的人灵，确实地返回爱，不要求被爱，却寻求付出爱. 这些是迎接第四密度的极化核心.

当某个人对你表达负面情绪，无论如何，这里头蕴含比单纯敌意更多的资讯. 这里头有真理，这种真理就像是你在嘉年华会的镜子屋中看到的各种镜像，虽然没有一面镜子呈现你真实的影像，每一面镜子都有裂纹，有些创造出一个高瘦的莎拉，其他镜子创造出一个矮胖的莎拉；有些镜子把你歪曲到右侧，有些把你歪曲到左侧，有些制造出波动的线条，于是你的双眼、鼻子、嘴巴分家，你的脖子在这一边，躯体在另一边. 这些影像如何是有帮助的？这是我们要问你的问题. 这些负面情绪组成的裂缝影像如何可以帮助你？

一个勇敢与强健的灵魂才愿意正视这个问题；看入其他人与你交会时产生的微妙与细微处，事实上，他们对你的反应是他们自己的历程的投射.

容我们说，不管其他人对你的反应有多么扭曲，多么不公平、不公正，虽然如此，每一个出现在你面前的影像都富含着资讯，等待你去开采.

或许有些资讯将你拖曳到你不想去的地方，你不愿进入自我的阴暗面，感受痛苦的题材.

对于那些不公正对待你的人们，那些不理解你、看不见你的本质的人们，你仍可以荣耀他们；这通常是个挑战，需要时间的过程，重新造访那些你曾接收的不公正思维；这个过程并不受到你觉察的时间之侷限，你可以在一年过后重新造访这个片刻，它将跟刚发生的当下一样地新鲜与真实. 当你感觉痛苦的瞬间，如果你不想立刻地带着这份资料向前进，这完全是可以接受的，意识中的工作没有时间限制.

有些时候，维持一份日志是有帮助的，将你在某个时刻感觉无法处理的事物写下来，渐渐地，你将发现有个模式浮现，特定的关系几乎总是超出你目前能处理的极限. 尽管如此，将你的感觉纪录下来通常是有帮助的，单纯地纪录别人对你说了什么，或你受到多么不公平的对待. 你无须去做什么，单纯地标记此刻，特别留意你的起初反应.

什么是起初反应？我们说它是一个进入地下河流或情绪溪流的入口；因为你从未单独地感觉情绪，它不是你的情绪；毋宁说，它属于一个地下水道系统，一个充满各种颜色与光辉的潜意识系统. 这个系统的开端是一些细小的情绪溪流，或许只有少数人经验它；它们有着浓厚的色彩与高度的偏见，或许在地球上头只有几十个人跟你共同经验这些情绪的组合，它们以自己的偏见、扭曲、颜色、美丽创造出这个结晶片刻.

你们都是水晶存有，你感觉的任何东西都有其真理，你总是值得去感受、感觉.从来没有一个东西叫做不值得的情感.

所有东西，就极性而言，从表面的黑到明显的白，太一无限造物者都接受.

你的职务就是看见并知晓自己的真理，当你感觉这些情绪，可能觉得它们是没价值的，正好相反，它们是你的真理，在感受这些情绪的过程中，你已经进入原型心智.

在原型心智之中，容我们说，有一个非常丰富、细腻、宽广的水道系统；入口是最多偏见、最多色彩，对你最独特的情绪，当你在意识中工作，纯化这些情绪，你开始缓慢地移动进入较大的水道，同时发现更多的同伴与你同行，他们跟你一样，已经做了许多功课. 你在这里的目标并非移除情绪，而是去精炼与纯化各种情绪.

现在，如同所有的水道系统，小溪逐渐变成小河，小河变成河流，接着河流逐渐拓宽，持续发展能量与力量，最终抵达海洋.

原型意识的海洋即是无条件的爱.

你不能催赶你的船帆，你可以修补船帆；你可以修正观星的参数，检查船舵的强度，但你航行的速度必须与你真实存有的准备程度相等.

太快穿透进入水道系统，特别是进入原型心智的海洋是危险的，它会淹没你的小

船; 它使你陷入一个困惑的世界，你在那儿无法靠自己搞清楚方向.

所以当你努力尝试增加自己的极化，我们鼓励你尊重并荣耀每一个情绪提供给你的真理，将它纪录下来.

现在，让我们从极化的问题后退一步，注视你们正在工作的能量体.

这个器皿觉察的能量系统如同彩虹的颜色: 红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫，还有白色脉轮，盘旋在该能量系统上方如同一顶皇冠.

关于前三个脉轮[红、橙、黄]，我们建议每天探视它们，在冥想中问自己:

“我在生存上有什么麻烦问题?

与自己的关系，与周遭人的关系有什么问题?

在我已加入的团体中，我与他们之间有什么问题?”

每个生活在地球上的人类在前三个脉轮中都有各种偏好与扭曲，每个人需要在宁静、和平中，不带评判地凝视它们，你心里不要想踢掉那些不受欢迎的情绪或扭曲，而是以谦卑与敞开的祈祷，祈求获得指引，祈求平衡，请求你的指引系统找到各种方式帮助你更佳地平衡 对生存的恐惧、对人际关系的担忧、对各个团体[含原生与姻亲家庭]的困惑感觉.

我们鼓励你们有耐心地、带点幽默感来做这份工作，最要紧的，完全不带自我批

判地去工作. 这里的目标不是去评判自我或决定如何使自己更好，真实的目标是觉察你今天处在什么地方.

我们如此费力地鼓励这份工作是因为你的基本脉轮需要位于足够的平衡，好让无限的爱与光能量没有显着阻碍地进入心轮.

我们曾透过这个器皿说了许多次这番话: 在心的大门之前有狮子守卫着，倾听这些狮子，耐心地去做必要的工作，当你完成这份工作之际，这些狮子不只会让你通过心的大门，还会持续地守护你的背后.

当你穿越前三个脉轮，移动进入心轮，从外在人格进入内在真理，从空间/时间进入时间/空间，从批判进入救赎或宽恕; 你已经成为更大的你.

当你感觉自己开始与无条件之爱共振，你的觉知已经扩展，更为觉察你的本质真理，那么，在这个真理中安歇，现在，你可以安全地从事意识中的工作.

你的第一个意识中工作是敞开地与自己沟通.

你已经放下批判，它不再是你的人格的一部分.

你已经放下疑虑，成为永恒的公民，你的可能性变为无限.

当你安住在敞开心轮的神圣殿堂时，你绝不是孤单的，造物主拥抱着你，他比你的呼吸更接近，比你的身体更靠近自己.

如果你需要，有时候 这是很必须的，可以爬入造物主的伟大怀抱，在他的爱中安歇；让众天使环绕你，让无条件之爱对你唱摇篮曲，如同一个孩子受到母亲的宠爱，深深地入睡.

现在，你刚才谈到的阻塞，它们会窄化能量系统中太一无限造物者涌入能量的区域. 如果你愿意，与我们一起想像，形而上的光体与你的肉体互相渗入；那儿有两个太一之爱与光的源头，一个是寰宇性的，它从基底脉轮向上移动；另一个比较集中与尖锐，它是你工作意识的当下结果，它从上而下，穿过顶轮进入紫罗兰光芒，它不会伤害你，但如果它无法继续向下移动，它将停留在紫罗兰光芒中，也不会将能量向上拉升.

无论如何，当你已进入敞开的心轮并安坐其中，在那心的圣殿中，你的双手是清空的，你正在寻求，然后那寰宇能量可以被拉上去，接着与你指引系统的能量在某个点交会.

你无法以精心思量或刻意行动来执行这个工作；关键毋宁是信赖你的过程，两手空空地献上祈祷，不是说“主，我需要这个；主，我需要那个”，而是说：“我来到祢面前寻求我自己的真理，请显现祢今日要提供给我的东西，帮助我成为创造或神性系统的一部分. 赐给我日用的食粮，给予我刚好足够今日工作与学习的分量. “

然后，当你坐在心的圣殿中，允许静默与信心与你一起安歇.

当你安坐与安歇之际，许多事物会来到你身边，再次地，不带批判、毫无保留地拿取它们. 尽你所能地重复这个过程，可以的话，每日这么做，经过一段时间，

你将开始看见为什么它被称为一个灵性过程.

我的姐妹，你此时要求的是第三密度中最艰难的工作，若没有援助 肉体真的不可能承受这样的工作. 那就是为什么我们如此鼓励在从事意识内工作之前，必须清理前三个脉轮. 不管这个清理工作似乎是如此地无聊或不刺激，它可以保护你的肉体，确保第四密度学习与第三密度议题良好地配合运作.

因此，你需要温和地、耐心地将肉体带入平衡之中，确保前三个脉轮越来越清澈. 然而，新的资讯每天都会来到你眼前，新的状态随时可能改变你在前三个脉轮的调频，所以，你不可能只做一次清理工作，然后前往下一站，它是重复的、每日的工作.

你早已拥有一份绝对与澎湃汹涌的爱，知道心轮敞开的感觉，你在此生提供的大量服务来自一颗敞开的心. 不过，我们要问你，我的姐妹: “当你匆忙地打开心轮，是否将什么东西遗落在后头? 你是否需要怀着爱心与耐心去捡拾它们，好让你可以将全部的自己带入心之圣殿?”

让我们注视这个人物，救赎耶稣，因为你曾告诉这个器皿，你很宝贵珍视耶稣实体. 所以，我们在注视你的状况时，将使用这位特别老师讲述敞开心的话语.

造物主要求你拿起你的十字架，并跟随耶稣.

拿起一个人的十字架是什么意思? 不就是去荣耀你的苦难，认识它，不去逃避或转向，而是将它拿起来 放在你身上，经文上说: “他的轭是容易的，他的担子是轻省的。”[1]

是什么使得这个轭变得容易? 什么使得这个担子轻省?

耶稣曾说: “当你们看见我，你不是看见我，而是看见那差遣我来的天父。”[2]你是否看见这个如何照亮拿起十字架的挑战?

你并非跟随一个叫做耶稣的实体，你正在跟随的是一个执行天父意志的实体.

当你说到”耶稣”这个名字，不要想到个人的意识，而是想到无条件之爱，那是耶稣生前一再描述的重点.

当这个实体将自身放在十字架上，表达了什么是无条件的爱.

这个实体完全地表达出不求回报的给予，而在无条件的给予中蕴含通往第四密度的钥匙.

所以，做为一位老师，耶稣对你说: “爱是道路; 爱是真理，爱是生命.”[3]

从而，我们对你说，当你聚焦自我进入意识内工作，“知晓你是谁.“

就某方面而言，你是你的痛苦，如果你可以看见你需要搬运十字架进入你的心之圣殿，你并不需要去除那痛苦. 你需要荣耀那痛苦，当你将它收集到你的内在之中，你也收集了所有的内在黑暗，于是你不会对任何残留的阴影说: “那不是我的一部分.” 你想要收集全部的自己进入神圣空间，你想要追随无条件爱的道途.

除了信赖无条件爱，知晓它是你的真理，还有其他方法追随爱吗?

无条件爱即是你的更大意识，如果你还不能全然地感觉无条件爱，那么你应该有耐心，应该在全然的信心中请求与等待那即将到来的领悟.

这个器皿通知到我们必须准备收尾，所以我们单纯地碰触你的问题: 关于爱与智慧的平衡.

我的姐妹，你挑战自己要在此生中平衡爱与智慧，为什么?

并不是因为你没有足够的爱或智慧，而是因为你过度倒向爱，在这方面，我们要求你在从事意识内工作时，探查前三个脉轮的阻塞，询问自己这个问题: “我值得吗?”

敞开的心知道该问题的答案，但当你从事意识内工作，你是造物者，所以你有很大的能力去学习与误导自己.

因此，检视你对自己的爱，检视你拥有的救赎，每次当你发现自己无法救赎自我的过失，每次当你发现自己在批判自我，我们要求你移动到十字架的底部，仰望与注视耶稣的双眼.

我们提醒你注意当耶稣实体悬挂在十字架上头，两旁是小偷与杀人犯，他所承受的压力. 当那位小偷询问耶稣: “师傅，当你进入天国乐园，你会不会想起我?”

耶稣对他说: “今日，你将与我同在天国乐园.”

你的救赎是绝对的，它不受时间限制，它不是区域性的，它也与你有多么不完美没有一点关系. 它的关键是一个事实: 你也是造物主的一部分.

我们感谢你，我的姐妹，为了这些美丽的问题，也为了我们分享思想给你们的愉悦. 此时，是否有任何后续的问题? 我们是 Q'uo 群体.

S: 没有，这里头有很多我可以思量、消化、工作的东西. 直到我完成以上事项，我不会有进一步的问题. 我需要大量地思考与工作. 我非常、非常感谢你们. 现在是一个困难的时期，我无法以言语表达你们给予的爱、关心与协助对我有多大的意义.

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，我的姐妹，我们也感谢你，在你们美丽的面容之前，我们感到谦恭. 我们感谢在座每一位的存在之美，感谢每一位愿意停下来，挪出宝贵的时间参与这个寻求圈. 我的姊妹，我们与你一起寻求，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个圈子. 我们欢喜，我们处于平静并歇息在一切万有之中. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则. Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] 马太福音 11:28-30:

“凡劳苦担重担的人可以到我这里来，我将使你们得安歇。
我心里柔和谦卑，你们当负我的轭，学我的样式；这样，你们心里就必得着安歇。因为我的轭是容易的，我的担子是轻省的。”

[2] 这句名言在四福音中以好几种形式呈现，这里是其中一个版本.
约翰福音 10:25-29:
“耶稣回答说：我已经告诉你们，你们不信。我奉我父之名所行的事可以为我作见证；正如我对你们所说的，只是你们不信，因为你们不是我的羊。我的羊听我的声音，我也认识他们，他们也跟着我。我又赐给他们永生；他们永不灭亡，谁也不能从我手里把他们夺去。我父把羊赐给我，他比万有都大，谁也不能从我父手里把他们夺去。我与父原是一体。」

[3] 约翰福音 14:1-6:
“你们心里不要忧愁；你们信神，也当信我。在我父的家里，有许多大宅。若是没有，我就早已告诉你们了。我若去为你们预备了地方，就必再来接你们到我那里去，我在那里，叫你们也在那里。我往那里去，你们知道；那条路，你们也知道。多马对他说：主阿，我们不知道你往那里去，怎么知道那条路呢？耶稣说我就是道路、真理、生命；若不藉着我，没有人能到父那里去。

☆ **第 0902 章集：恐惧与爱**

Copyright © 2004 L/L Research
译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

西元 2004 年十一月 28 日

小组问题:

今天的问题是爱与恐惧的关系. 我们如何学习在这个关系中找到平衡? 我们如何帮助爱战胜恐惧? Q'uo 能否告诉我们爱与恐惧之间的关系?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则, 我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意, 在他的服务中, 我们今天来到你们这里.

你们呼叫我们到这个寻求圈中分享我们的想法, 这令我们感觉至为荣幸与蒙福.

我们请求你们运用自己的辨别力来聆听我们的想法; 确定自己不会拿取任何没有完整共鸣的部分. 因为我们的想法不会全部都正中目标.

如果某些话语对你没有意义, 请你马上将它放到一旁.

如此将允许我们自由地分享思想而不会打扰你的寻求过程之韵律与美感.

我们感谢你们考量这一点.

你们今天的询问的核心是从第三密度移动到爱的第四密度.

你们此时居住的密度正尝试学习什么是无条件地去爱.

在下一个密度，爱与理解的密度，洋溢着无条件之爱的氛围，就第三密度的观点而言，那彷彿是个乐园，的确，相对而言，可以有意识地居住在全然接纳的环境中等同于住在天堂.

无论如何，爱与恐惧之间的交互作用持续在第四密度中进行；你们在第三密度中经验的阴影已被穿透，然而这股动力继续着，因为当光被带入黑暗，揭露了更多细微的阴影与明光的样式，所以这股动力继续深化.

当你在灵性进化的道途中前行，你将发现自己持续揭开先前未知的复杂人格样式.所以，这个问题不会因为你学得更多而消失，它将持续强化与深化，因为爱与恐惧之间的动力之奥秘没有尽头.

在观念(ideas)的世界中，爱与恐惧就是实体. 或许可以想像一个女性人物，充满母性的爱，敞开的双臂与心房，她即是爱.

或许可以想像一个男性人物，穿戴一件大衣，到处收集金银财宝，紧紧地抓住它们不放，他即是恐惧.

我们以这种方式形容它们有两个原因：首先，我们想要点燃你自己的想像，因为思考爱与恐惧的外貌可以启发你.

其次，在女性与男性原则之间有一股自然的动力；女性原则蕴含慷慨、开阔、无

条件之爱的品质，代表的典型有：圣母玛利亚、观音、大地之母等.

男性原则的特质有着肌肉的弯曲，围绕着理想与意识形态收缩并采取行动.

我们曾说你们(西方)文化过度倒向男性原则，于是卡在重复的男性能量之回圈中，在许多方面，因着恐惧而去掠夺与控制资源与权力；许多国家宣称为了全体的利益而使用权力，然而，如果我们检视这些概念的核心，其中的能量是恐惧与紧缩的.

所以，你们的文化陷入一种紧缩的状态，人们恒常地担忧安全、保全，恒常地搜寻足够的资源以满足未来.

恐惧之道是诡诈的，它盘据在你们的文化之中已久，造成大多数的个体对于社会或个人需求的自然反应是基于恐惧与紧缩.

你们的领导人很少以信赖、信心、爱去看待一个状况；几乎无可避免地，他们从担心、忧虑的观点注视一个状况，并将它投射到未来；接着围绕这些担心、忧虑、投射开始收缩.

你们人群倾向表达阻塞的、男性统治能量；我们这里说的无关肉体的性别，而是阴阳之间的动力关系．于是，关键问题变成 如何将男人与女人从阳性观点的侷限中释放出来.

或许你可以看见，在大多数的恐惧经验中，人们有个习惯：将思维投射到未来.Jim实体先前曾说到正面投射与负面投射的差异，正面投射不带有恐惧，是结构性投

射. 我们提供 Jim 常说的例子做为说明: 当他求学时，准备参加撑竿跳比赛.

他想像并观想比赛中的每个细节，每一个步伐，以及竿子插到土壤中，接着身体被撑起来，高举超过横栏，然后旋转身躯，最后成功地降落.

这个实体在每天睡前与起床的时候重复这个观想练习，在这两个时刻，他最能够专注地进行魔法练习; 于是当 Jim 实体正式进入比赛场合，拿起长竿时，他是放松且满怀信心的，因为他在想像中已做过许多次撑竿跳练习. 这就是正面投射.

另一方面，负面投射比较好形容，因为在座的每一位都有这类的经验，好比一个人预期即将发生的对话，他重复地思考: “如果某件事发生，我应该要说什么?”

接着，“如果这件事发生，我应该要做什么?” 彷佛骑在旋转木马上一般，不断重复同样的思路.

事实上，这样的想法并不会改善未来的对话，因为在这个方程式中，除了你 还有其他-自我在里头，不管你做了多少想像，当真实的对话发生之际，所有无谓的想像都遭到遗弃.

或许这种循环式想像最悲惨的结局就是一个人受到过多的期待轰炸，以致于听不见真实的对话.

我们并非阻止人们去观察未来，但我们鼓励人们选择正面投射，想像一种优雅与高效率的方式去做必须要完成的事; 只想像你自己的行动，并看见它完全成功的结果. 如此，你可以为自己创造正面的期待与信心感.

一个人单纯地放下他的忧虑与担心是困难的.

然而，这确实就是我们的建议.

当恐惧来造访时，它是包裹好的，该包装或许是棕色纸袋，或许是精美的礼物袋，上头有个漂亮的缎带，不管怎样，你不需要去打开它. 你可以将它放在一旁，单纯地前往其他的思维与关切.

R 实体稍早说，他很难了解爱与恐惧如何是同一枚钱币的两面.

我们在一开始说，就柏拉图的哲学观，在观念的世界中[1]，爱与恐惧是实体；那是一个非常真实的世界，在其中 只要人类的头脑与心胸还反映着爱与恐惧，它们就有无限与不断发展的生命.

无论如何，在日常生活的应用中，从另一个角度看爱与恐惧的关系可能容易些，那就是一个动态的选择，你在生活中遭遇催化剂，接着做出一个选择.

这个器皿稍早说，她有意识地选择用信心取代恐惧，她有意识地了解一切都是好的，一切都是完美的，当她这么做，她创造一个新的实相，一个没有恐惧角色的实相.

这枚钱币，一面是爱，另一面是恐惧，它就是你自己；容我们说，你是这个王国的钱币；一枚具有无限价值的钱币，当你关切某件事，如果你以希望、信赖、信心去处理它，你正开展进入爱的品质.

相反地，如果你紧缩，进入忧虑与负面投射，那么你选择了恐惧.

你要环绕着一个议题开展，或围绕着一个议题收缩？这是你的选择.

值得注意的是，扩展的能量闭锁在当下此刻中，它不会漂流到 未来的投射 或过去的回忆.

在爱的世界中，一个人首先拥有一切都好的知识. 这将一个人拉入当下此刻的中心焦点.

在你们所处的社会中，站在当下之爱的立足点通常会被视为粗心大意，甚至是犯罪的行为. 停留在当下此刻似乎是不明智或不审慎的行为；然而，除了当下此刻，任何事物都是心智的幻象. 在所有事物中，你真正可以做选择的只有当下此刻.

在当下此刻，你拿起这枚象征自我的钱币，你可以看见它闪耀的单纯与清晰.

它的一面是爱，扩展进入无限当下，蕴含无限的可能性；

另一面是恐惧，紧缩进入一种纠结，接着决定去控制、侵略，确保安全. 这个过程使得一个人无尽地投射进入未来，又无尽地投射进入过去，只为合理化他对未来的投射.

当一个人造访医院，她很可能感觉到某种暗黑能量，虽然医院应该是治疗的场所.

这是因为你们内在次元的无形负面灵体聚集在这里.

在任何地方，只要存在着苦难，这些灵体就会蜂拥而至，进食人们的恐惧与痛苦能量.

当你为了某个问题进入恐惧的紧缩状态，你就开始生产食物，这些无形负面灵体认为很可口的食物. 如果这个习惯进一步地凝固与深化，你会恒常地运行恐惧的想法，居住在忧虑之地，投射进入一个难看与烦恼的未来; 于是你越来越难以放松与享受当下此刻.

离开这些紧缩的习惯就是从阴影移动到阳光中; 我们并未说这趟旅程是容易的，倚靠信赖与信心直接地对抗你们的文化训练. 你们每天都有许多机会移动进入忧虑之中.

我们只能用 T2 实体的话语鼓励你们，保持在中心焦点状态，在每天生活中稍微维持在冥想状态中. 因为就在生活的微小片刻中，你有机会选择爱或恐惧.

你的挑战是保持觉察，当关键的片刻来临时，你能够停止恐惧的启动，停止对恐惧收缩.

我们并不是鼓励你在危险的局面中放掉所有恐惧.

当迎面来了一辆车，你无须放掉方向盘来证明你不害怕，我们鼓励你避开迎面而来的车子.

重点是当你下一次开车时，你担心这个事件将再次发生；那么，我们鼓励你选择信赖此刻，不要投射进入不确定的未来. 就在此刻，一切都好.

如果你必须看入未来，那么，请怀着希望去注视.

在你心里想着，我将感到惊奇，一切都进行地如此顺利.

正向地观想，如果你必须进入未来，那么我们鼓励你保持和平的心境，并且时时留意宇宙正在对你说话.

这个器皿在研读圣经中得知一句话："不要惧怕，因为援助就在附近."这就是我们要同你分享的概念，援助总是十分接近的，不管你在任何地方，圣灵全时间与你同在，比你的呼吸更靠近你，比你的双眼或双手更靠近.[2]

你是受到疼惜与锺爱的，不因为你做了什么好事，而是因为你就是你，你对造物主是珍贵的.

圣灵的使者位于你的心中，在你的脑海中说话，不只如此，整个宇宙都与你的需求与觉察一同嗡嗡作响. 观察来到你周遭的影像，有什么动物、鸟儿、小昆虫横跨你的路径？牠们对你有何意义，带给你什么讯息？

开始请求万事万物给你提示与线索.

开始期盼他们，这个宇宙将越来越频繁地对你说话.

这个器皿提醒我们应该离开这个主题，接受其他询问. 所以我们再讲一个想法，就结束这个主题.

关于这次的问题，其答案是你本质的一部分.

爱是什么，这个答案现在就躺卧在你里面.

因为你的本质是爱，爱创造了你，你是那无限之爱的一点火花.

从许多方面看，灵性进化是一个允许的过程，允许真实的你从所有的外表包装、文化训练、老旧习惯中走出来的过程.

啊，你们是如何地受到他人言语的打压，受到他人眼光的打压! 抛弃假定的智慧有时候是件十分困难与冗长的过程. 但，真理正在你里内说话，你里内的爱是强健有力的. 所以，将你的双耳转向内在，聆听内心的静默，聆听那位在爱中来临的太一之脚步声.

此时，我们开放问答时间，此时 是否有任何询问?

T1: 我有一个问题，我可以讲话吗?

我们是 Q'uo 群体，我们鼓励你讲话，我的弟兄.

T1: 我们知道 Q'uo 是由星际联邦的三个实体组成，我想要知道是否有一个主要

的发言人在讲话. 感谢你们.

我们是 Q'uo 原则，并觉察你的询问，我的弟兄. 如你所说，我们是由三个群体组成: 一个属于第四密度，一个属于第五密度，一个属于第六密度. 创造这个特殊的原则是由于这个特殊器皿的调频方式，也就是她与星际联邦通讯前的准备过程; 她祈祷以稳定与清醒的方式接触最高与最佳的讯息来源，这是一个非常精准的要求.

在她与 Ra 群体通讯之前，她的祈祷的结果通常是 Latwii 群体，她相当连贯地接收 Latwii 的讯息，为时好几年; 然后才经验与 Ra 群体接触发生的出神通讯.

这个寻求圈的每一位成员都知道，与 Ra 群体的接触是一种十分窄频的通讯，唯有在那扇机会之窗出现的时期才可能发生，我们指的是 Don、Jim、Carla 都健在的时候. 当 Don 实体离开第三密度的经验，与 Ra 实体通讯的可能性就终止了.

无论如何，这个器皿持续地以同样方式调频与祈祷，随后，Latwii 群体，Hatonn 群体，Ra 群体，以及星际联邦的其他实体感觉或许创造一个原则可以最佳地回应这个器皿十分真实的渴望— 在她的能力范围内，接收最高、最佳的通讯.

既然 Ra 群体不能让该器皿在显意识状态中传讯，该社会记忆复合体没有可能成为发言人. 不过，Hatonn 群体 与 Latwii 群体 先前都曾在教导/学习圈中愉快地分享 Ra 的想法，于是这三个群体决定调和为一个原则; Hatonn 负责投射出爱的振动，我确信你们每一位都可以觉察到; Latwii 负责对这个器皿讲话; 而 Ra 的角色是定义或解释如何回应某个[询问 Q'uo 原则的]问题.

所以，当 Q'uo 原则说话之际，Latwii 群体持续地创造概念，这个器皿立即接收并转译为文字.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

T1: 感谢你们，一个非常详细的答案.

我们感谢你，我的弟兄. 此时，是否有其他问题?

T2: 是的，我有一个问题. 在另一个问题开始之前，我再次思考今天傍晚的事，就是一些亲友的事务，瞬间，一个念头跳进我的头脑: “请不要聚焦在负面、害怕的层面，全然地尝试为其他人着想，我在这个处境可以做什么，使他们更舒适?” 我想问你的问题是: 这个念头来自你们 或 来自我的全有-心智，或两者皆有?

我们是 Q'uo 原则，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们可以不冒犯地陈述，该念头的脉冲来自你个人的指引，也由于你最近与我们的互动 协助你真实地进入我们提供的讯息，软化你的立场，致使你的耳朵听见自己的指引.

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

T2: 不了，非常感谢你们.

我们感谢你，我的兄弟. 此时，是否有最后一个询问?

T1: 我可以讲话吗?

是的.

T1: 在一的法则丛书中，我记得 Ra 告诉我们在 2012 年，地球将完整地转型进入第四密度. 当我想到目前混乱的战争局面，我不禁要问这个阶段会不会延迟? 我知道你们无法给予详细的日期，但你们能否告诉我们一点现在的状况? 谢谢你们.

我们是 Q'uo 原则，我们感谢你，我的弟兄，我们乐于谈论你的询问.

首先，你们的星球充分转型进入第四密度能量的日期是固定的，该是向前迈进的时候了. 正如夏天让路给秋天，秋天让路给冬天; 一个时代让路给另一个时代.你们的特殊星球，与特殊的太阳系，正面临一场能量的转向，旋转进入新的空间/时间，以及时间/空间. 这是无可避免的，如同准确时钟的滴答声. 正如许多实体已预见的，这个过程大约在 2011 年的第十二个月份完成.

所以，粗略地说，就内在次元与时间/空间层面而言，2012 年将看到你们星球充分实现(该过程)，换句话说，2012 年，第四密度将是你们的能量系统.
现在，我的弟兄，你可以想像得到，在你们的星球上，有许多人、社会团体、政府组织具体表现出许多能量，这些能量其实相当不适合用来欢迎第四密度的能量. 如我们先前所说，你们人群中有一种紧缩、恐惧、企图掌控的习惯，这种习惯造成的结局是人们彼此重度伤害对方与整个星球，因为面临他们无法控制的能量，他们很可能紧缩自我进入他们如此恐惧的末日战场(Armageddon).

无论如何，我们抱着很大的希望，认为不会发生这种结局. 因为在灵魂层面上，

人类的群体情绪越来越朝向诚实地厌恶与讨厌那些掌控与毁灭的能量.

你们人群当中有个真实的希望，每日都在增长，因为爱、信赖、和平的能量不断地上涌，如同春天的花苞绽放为朵朵鲜花.

当每个人选择爱，而非恐惧，她就在无形世界中启动某个东西，创造一股与第四密度相容的能量.

每一次，当你选择去爱、信赖，愿意宽容与悲悯，看见他人的观点，真正地穿上她或他的鞋子走路，而非只穿自己的鞋子*，你正站在立足之处扩展第四密度的王国. (*译注：类似我们东方的成语：将心比心)

当越多人开始有意识地这么做，该王国就扩展地越快. 我们明白地对你说，第四密度只差一点点就完工了.

当你们行走在第三密度的地球上，第四密度的能量每一天都比昨日更强壮. 地球自身有大部分正在第四密度中振动. 这就是为什么许多实体感觉自己需要与地球妈妈更亲近地接触，接触大地，与她一同工作，与植物、动物们一起工作；许多人喜欢停留在天父的造物之中，而不要与人类大脑创造的世界有任何关联.

地球的健康是充足的，她的分娩持续进行着，但生产过程是顺利的. 或许你已经注意到许多显着的灾难发生在地球上，这些即是地球的分娩过程，她正试图移动到第四密度，却不要一次把所有[第三密度思维与第四密度振动之间]不相容的能量全部倒出来. 她试图一点一滴地将人类的恐惧、愤怒、小心眼宣泄出来，例如一场火山爆发，但不致于撕裂地球；或一场海啸、龙卷风造成不小的破坏，却不

会酿成全球大灾难，或一场地震表达地球妈妈的苦恼，却不致于摧毁整个星球.

我们充满希望，看见越来越多草根从灵魂层面持续向上冒出，他们渴慕一个爱与和平的世界，他们凝聚的力量足以继续创造一个良好的氛围，协助地球走过分娩的最后过程.

在此同时，你可能已经注意到有一种几乎算逃亡的风潮，地球上有许多人罹患癌症等症状，于是提早离开人世.

在许多案例中，有些实体变得铁石心肠，重复地思考着愤怒、恐惧、侵略，渐渐变成一种习惯；这些实体预先安排肉体的终结，因为即将要处理第三与第四密度之间的不匹配振动，这个难度实在太高了.

接下来的几年，你们将发现有许多人离开人间是因为自己无法欢迎第四密度的开阔性与疗愈性的振动.

相反地，目前来到人间的小孩通常很能够与第四密度的价值与思考方式共振，所以当你们的孩子渐渐长大，他们将越来越能够欢迎第四密度能量. 现在的家长们经常为自己的孩子感到惊奇，许多人已经在谈论这些年轻的实体，有时候，他们被称为靛蓝小孩或水晶小孩，还有许多形容他们的辞汇，但他们显着的不同是:其第四密度的内在光体已经在第三密度中启动.

我们鼓励你们看待自己为第四密度的秘密代理人. 你们是否听过一句成语: “随性地展现善意*” ?

(*译注：原文为 perform random acts of kindness，亦有人译为慈悲为怀)

此即是做为一个爱的秘密代理人之精华，Ra 很久以前透过这个器皿说："当面临一个处境，问问自己这个问题— 此刻 爱在哪里?" 我们对你们说，成为爱的代理人，成为和平的器皿. 在任何情况下都至少有一个微小的窥视孔，打开一扇微小的窗户，让太一无限造物者的爱与光进来. 尽你所能的找到这扇窗，将这个进入第四密度的转型过程变成你个人的过程.

如果你依据世界权力与战争的基础思考，你没有控制权，不能做任何有用的事;然而，那只是心智的投射.

你是你的宇宙的中心，你拥有力量. 你是一个魔法存有，在广渺的宇宙中 你占用一块小地方，在这里 你就是造物者的面容.

成为一个代理人，成为造物主与创造原则的一个代理人，并为此感到自豪与快乐. 让你的光闪耀，让你的爱拥抱.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

T1：不了，感谢你们. 我很感激.

我们也感激你的心与你的问题，我的弟兄. 我们同时感谢这整个团体，感谢你们的能量与美丽与礼物.

我们感谢有机会与你们分享这些卑微的想法，再次提醒你们将所有感觉不对的话

语丢到后头，因为我们不要成为你们前面的绊脚石. 只要你们要求，我们总是与你们同在; 在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们 一如我们找到你们.

Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] 柏拉图，希腊哲学家在西元前 400 年写的着作中提到一个观念的世界，它存在为一个实相，与人们公认的实相[“阴影世界”]分开存在，但它是公认实相依赖的基础，虽然公认实相的表现并不完美.

[2] 这个直喻的功劳很可能要归给 Joel Goldsmith，他多次在其着作中使用该直喻，而这个器皿深深地熟悉他的着作.

☆ **第 0903 章集：永恒之爱**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

西元 2005 年四月 17 日

小组问题:
今天我们要碰运气(potluck).

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在他的服务中，我们今天来到你们这里.

我们感谢你们花费宝贵的时间参与这个圈子，感谢你们创造这个神圣空间，创造一座光之殿堂. 在这座殿堂中，我们祈祷我们所有的思想可以结合成为一个献祭，成为太一无限造物者的一件装饰品.

回应你们的问题是我们的荣幸，一如往常，我们请求你们十分仔细地聆听我们讲的东西，随时准备好拒绝任何对你不真实的部分. 你们的自由意志对我们十分珍贵，如果你愿意负起责任辨别哪些部分有共鸣，哪些部分是不真实的; 我们会觉得自由许多，可以尽情表达我们自己无须担忧会冒犯你的自由意志. 因为我们不是权威，只是跟你一样的寻求者.

(停顿)

我们停顿一下，好让这个器皿重新整理麦克风系统，我们感觉如果她不这么做，这件事就会一直萦绕着她的心智; 所以我们感激你们与我们一起停顿.

在我们请求第一个询问之前，我们有一点点话要说.

首先，这个器皿稍早关切 Hatonn 实体，我们群体的一部分，因为当她进行挑战过程时，捕捉到” Hatonn”的品质; 我们要表达的是: 在这个团体中有人纯粹地呼唤无条件之爱，而这个服务是 Hatonn 如此喜悦提供的. 在此时，我们停顿一会儿，好让 Hatonn 实体在你我的静默中表达其本质.

(停顿)

我们是 Q'uo，再次与这个器皿同在. 容我们说，Hatonn 实体表达出那真正无条件的东西，纯粹的临在. 这个器皿经常说: “在当下，在当下.” 不过，爱总是在下，
是你的头脑经常分心而离开那个临在.

那个临在是你的本质之心，我们希望当你歇息在无条件爱之际，充分地享用这些能量.

事实上，在这些日子，你们每个人都经验到一波又一波的惊人能量. 有些能量是[套用该器皿的说法]最高与最佳的，它们使你快活且能量充沛.

另外一些能量则从太一无限造物者的爱与光中退缩，逃离新时代的明晰与清晰.

新天新地正住在行星地球上，它正在诞生，越来越接近完成. 所以有些反动的能量从清澈与明亮的光中退缩.

当这些能量打到你，你会感觉所有事物都在反抗与衰退. 我们请求你知晓，这些

挫折与困惑的能量并未告诉你真相，因为你正在成功，正在兴旺，正在成长.

在这成长过程中，有些东西必须脱落 好让新东西可以浮现.

我们只能对你们说：让它流过你，让它自然地脱落；不攀附也不抓取，只是存在. 允许你的能量来到你这里.

磨利你的渴望，使你的焦点变得越来越清楚，信赖你自己，信赖围绕着你的指引系统. 信赖你双脚下的地球，她正一点一滴地学习信赖你.

在这个瀰漫爱的环境中，你正在成为爱的孩子，从大地到天空，从东方到西方，从北方到南方，你们的星球正随着爱日益生气蓬勃.

知晓无形的存有具有力量，你是爱的网络的一部分，那么，敞开你自己，迎接在你里内 — 越来越甦醒的爱之能量.

此时，我们想知道是否有个询问?

V：谢谢你们，Q'uo. 我们的确有三个来自游骑兵(Rangers)*的询问，第一个问是:

“两个存有之间有一种配对，他们发现爱与智慧连结着他们，不只一天、一周、或一年，而是持续到永恒；这种配对的本质是什么?” [1]

(*译注：游骑兵是由 B 先生创立的团体，详情请参阅 L/L Research 于 2005 年 3 月 20 日发布的通灵纪录.)

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

容我们说，在两个实体之间的能量穿透遗忘的罩纱，并能够经验彼此为真实的灵魂；我们称这股能量的特质为自我性质(selfhood). 它是一个合一的觉知，它通常被一些衣服包裹着，有一部分是性别，一部分是人格.

无论如何，当两个实体之间能够形成一种永恒的盟约，这种连结的核心属于合一.

观看第三密度中 实体们以各种方式穿透外表、人格、性别的面具，是件有趣的事. 经常发生的触发因素有：性能量的吸引，智力的吸引，善意对善意，心连心；它们触发两个人之间的空间开启，于是他们一起创造一份合一.

当两个实体试图从性欲[红色光芒吸引力]走入灵魂-对-灵魂的关系，有些边界似乎不可能跨越，因为两性关系奠基在自我与他人之间的连结，当这种动力成为一个关系的主旨，它就限制这种特殊关系的范围. 许多伴侣受到性欲的吸引，表达两人之间的化学吸引关系，他们需要花好些时间才终于发现那座落于男女极性之外的国度.

类似地，许多已触发的盟约与橙色光芒脉轮有关，也就是人际关系中比较细微的面向，再次地，直到人格之间的动力在某种程度获得探索与释放，那个将两人带到一块儿的东西将成为限制该关系的东西.

于是，当两个实体在关系的次元中向上移动，探索更深入的关系，成为一家人;然后探索如何对彼此的人性敞开心房，开启心轮的过程几乎总是成为一种划分界限

的因素.

看起来，一旦某个实体攀爬通过关系的前三个脉轮，进入敞开的心轮，他的道路就会是自由与清晰的，不过，并非如此.

当一个人最终进入敞开心轮的神圣境域，她歇息在明光的处所，并在另一个人当中看见伟大知识的开端，然而 伴随着这份伟大的知识是个很大的代价.

那个代价是所有与一个人有关的真实阴影，当两人心连心，毫无遮蔽，自我的人性毫无防备，无须担心对方，因为他已准备好无条件地去爱；但第一次，对方成为一面真实反射的镜子，于是你可以看见自己的全貌，包括自己的阴影.

如同亚当与夏娃，你们赤裸裸地站在伊甸园当中，站在伟大的善恶知识树前面，你是善良的？你是邪恶的？不，你是人类：你是一切万有．容我们说，这是发展永恒友谊的一个重大关键点．注视着敞开心轮的镜子，若你看见自己的阴影而退缩，那么你将被迫退后，离开心门的狮子，进入次要的田野、平原、草地，继续玩着人格动力的游戏.

一旦你坚定在对方的镜子中直接面对自己，一起坐在造物主的膝上，爱的双臂环绕着你，全能天父的胡子使你酥痒，慈爱圣母的胸膛祝福你，终于 所有的你之本性都被疼爱，终于 你自由地开始一个漫长但喜悦的过程，那就是从敞开之心前往明晰之心[这个器皿形容为蓝色光芒或喉轮]．一旦你开始与对方敞开地沟通，神奇地，你发现过去那些分化你们的东西现在开始联合你们．你发现过去似乎击倒你的真理，现在祝福、救赎、治疗你，并为你清理存在(be)之道.

让我们花点时间注视该动词，存在. 你们人群是如此低估它! 然而，这是你来到这里的主要工作. 你要做的这件事与作为无关，因为存在超过任何其他事务，它关乎允许你自己不去行动，而是表达一种超越思想、举动的精华.

一朵花的香气是什么? 你说它有什么价值? 它是超越言语的，你是否看见这点?

你是否看见你存有的芬芳是你能给予的最宝贵之礼物? 它是你给他人、造物、造物主的礼物. 除了伟大的爱之原力，还有什么能允许你在第三密度中去探索自我之精华?

所以，我们说，有一种交往关系不只持续一天、一个月、一年，而是永恒，这种关系的品质经过烈火的焠鍊，移动穿越壮观的动力关系: 性欲、感官、肉体、情感、心理、智能，最终进入灵性的领域，在其中 两颗心互相碰触 合而为一，不是因为他们是相同的，而是因为他们是相同火焰的两片火花，彼此分享自己独特精华的惊人礼物，于是 彼此教导，彼此治疗，彼此满足对方更大的渴望，成为圣灵的一束火焰.

V: 谢谢你，Q'uo. 游骑兵的下一个询问是: “在较高密度中，性的吸引力与伴侣关系是如何进行的?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

在这个问题上，我们有一些说话的限制，但一般而言，性欲在第三密度的实体中具有重要的份量，它拥有所有较高密度性能量转移包含的层面.

无论如何，在第三密度中，性吸引力的开端源于第二密度的肉体载具，在这个动物性身体的性能量表达是单纯的，它是一个不复杂的自然机能，依照性别极性的动力，身体呼叫身体.

这个器皿经常描述基本的性吸引力为化学的，我们同意这点，它是两个实体之间的化学作用.

随着第三密度的文化发展，社会文化的期待与标准套叠在红色光芒中单纯的化学吸引作用之上，渐渐地，性吸引力不依据身体之道作用，而是依据心智之道.

你们必须了解在第三密度中，身体是心智的产物，所以在第三密度的性能量表达中，有着大量相当肤浅与虚假的吸引力.

现在，到了第四密度，这些社会文化的外层都将脱落；第四、第五、第六密度的实体都有某种物理载具，当密度越高 其中的物理载具就越精鍊，然而还是有身体的特征. 结果是，该身体载具的特性决定性吸引力的入场水平.

或许，对你们来说，难以想像性吸引力奠基于其他实体看见该实体具备的真理.

不过，我们请求你去想像一个宇宙，在其中 所有实体受到特定实体的吸引是基于该实体之存有的真理.

较高密度的身体之间的吸引力关系存在于真理的和谐波之中，也就是说，他们寻找与自身有最多共通性，同时可以学到最多东西的对象.

所以，在第四密度中，较高密度的性爱仍然具有双极的面向，它的近端是彼此的共通性，远端是互相渴望从对方身上学习存有的芬芳、精华之奥秘；它既是性欲也是教导/学习.

在第四密度中，偶发的性能量表达不只是常见的，还是礼貌的一部分，好比在你们密度中 见面握手一般. 就彷彿当两个实体相遇 他们就有性能量交流.

两个实体之间的位能差很自然地表达出来，不带任何羞耻，无须脱衣服或交换体液，它就是一次的能量交换. 从这种能量交换产生的小孩是一些想要向这两个实体学习的灵魂. 由于更精炼的身体，性行为并没有第三密度的身体特性.

不过，有可能产生庞大的爱，当两个实体看见他们共同拥有一个独特的教导与学习潜能，配偶关系就形成了.

所以 你可以看见能量体的过程持续是红、橙、黄、绿、蓝、靛. 两个在一起的实体之间的互动持续受到精炼. 然而，这份工作越来越细微与深入，并以它自己的方式变得更精准.

容我们说，你们正在从厚重的化学体移动到较轻盈的能量体，随后移动到一个特定的光体，最后移动到无限之光的(形)体.

这是十分不严密的描述，我们为此抱歉，我们只能表达一些不会冒犯你们自由意志的资讯，尝试在某个程度上解释心、身、灵的进化过程.

一般来说，我们请求你单纯地考量大方向是两个实体之间能量交换的精炼. 你的

实体状态将不会改变，你持续是你. 当你在较高密度中形成关系，你的学习与服务机会获得高举与精炼. 这个差异与种类无关，而是品质上的差异. 你们正位于轨道上，你们将持续前行.

我们无法述说第七密度的东西，因为我们尚未经验该密度，在那儿 所有生命被直接地牵引进入造物主，准备创造下一次个经验之八度音程. 我们停留在太一无限造物者这次的心跳之中.[2]

此时 是否有另一个询问?

V: 是的，游骑兵的第三个询问如下: “在 Q'uo 进化的过程中，大概而论，他们如何进入第四密度的服务? 换言之，他们建构何种文化与社会结构以前往爱的生活方式?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 我们发现必须完全停下来以遵循自由意志法则，当你们要我们描述我们的共通经验，这将把你们拖入一个虚假的位置— 你们希望跟我们一样.

与其如此，我们要说一些摆在你们眼前的机会. 因为你们具有第三密度的身体与第四密度的心— 你们存有的每一根纤维都渴慕活在第四密度中，活出第四密度的价值与品质.

地球不会阻止你，因为地球正在振动第四密度的频率. 你们自己的内在本性也不会阻止你，因为你们的内在持有宇宙的能量，所有的本性都愿意你成长.

那么 什么东西把你留在你选择的这个密度呢? 当然，你们投胎在一个第三密度的身体中，但你们的 DNA，你身体的每一个细胞都在等待你记得自己是谁. 在你忆起的品质中 出现一个机会—形成第四密度 DNA 的新丝线. 这个机会此时正在你们人群当中发生.

你们该做什么帮助自己忆起呢? 我们的朋友，你应该允许那些你如此宝贝的痛苦与忧伤死去; 不只宽恕它们，还允许它们脱落.

对于这个艰苦赢来的苦难，已吸收你一部分身分的苦难，你准备好让它死去吗? 你是否准备好成为喜悦的孩子?

所以 我们对你们每个人说: “向爱与喜悦觉醒，允许死寂的自我埋葬它自己，尘归尘，土归土.” 我们现在说的不是指身体的尘土，而是象征那些不平衡的老旧情绪，却有人把它们当作宝藏.

坩埚与精炼火焰存在的目的是什么? 不就是将死寂的灰烬与尘土压缩为珠宝?

你的内在有许多煤炭: 让它们成为一颗钻石. 如果压力是凶猛的，拥抱它 无须害怕转变与精炼的过程. 这是一个适宜与公正的过程.

是否有其他的询问?

V: Q'uo，游骑兵的询问都问完了.

(停顿)

我们是 Q'uo 群体，因为这个房间里头的能量，我们想再问一次，此时 是否有其他的询问?

(停顿)

我们是 Q'uo 群体，我们的确感觉到这个团体尚未提出的问题之力道，我们完全接受这个状况. 对于那些心里有话的在场成员，我们要表达我们坚定与绝对的爱给你们，在任何时候 我们都乐于回应你提出的问题. 如果你请求我们的临在，我们愿意做你的静默之衬里与底线，增强你的稳定性.

我们非常感谢这个伟大的特权— 获得允许同你们说话，分享我们卑微的资讯.

此时 在太一无限造物者的爱、光、合一中，我们离开你们 一如我们找到你们. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则. Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] 这句片语取自 Q'uo 在 2005 年三月 20 日的一个回答，该问题是关于找到一个锺爱的伴侣. 回覆的重点如下: “你该如何准备与某个实体并肩同行，该实体述说你内心的最深处，她满足你不只一天或一周，而是整个永恒?”

[2] 星际联邦经常说这整个八度音程[包括我们正经验的第三密度]是造物主一次的

心跳.

☆ 第 0904 章集：从心出发

--Straight from the Heart --

昴宿星人 Mira 的讯息

透过 Valerie Donner 传递，二月 12 日，2010 年

文章来源:

http://thegroundcrew.com

大家好,

我是 Mira，我来自昴宿星人上议院，今天对你们讲话. 我们来这里让你们知道我们密切注意你们的情况. 我们知道你们的挣扎与挑战. 我们监看地球上的人群.

在最佳状况的时期，你们与我们一同飞翔在较高次元中; 我们是你们的昴宿星人祖先，你可能记得我们的一些连结. 有许多次，我们同你们并肩同行.

在其他时候，你滑落、陷落到第三次元的角色中，对你们许多人而言 那似乎是个过时的角色.

重点是你们如何看待它，态度决定一切. 在某个点，只要你具备正确的态度 第三次元将嘎然停止. 这表示你欢迎改变. 即使这改变是不舒适与不确定的，你知道它是必须的.

你无法折回脚步 重返老旧的第三次元生活方式. 你们的意识与态度早已改变.

沿路上都有援助，你必须保持敞开；你得愿意踏入未知之境. 这可能意味着释放所有熟悉的事物. 这需要一些果敢，我们知道你拥有这个特性.

想想所有在新实相中等着你们的喜悦潜在可能性.

想像我们能够公开地造访你们，我们一起往返旅行各地.

或许 我们的孩子能够参加你们孩子的音乐会与各种演出.

我们能够双向地交流文化，我们将真正地认识彼此，这个过程是艺术，我们期盼许多创意的经验.

为着教育目的 我们愿意在生活的重要领域提供我们的知识.

当各个老旧的机构与组织需要重新整修之际，我们可以一起工作，帮助你们找到改良的方式.

我们采取合作的工作方式 我们不会坚持你们一定要以我们的方式做事. 我们分享点子，我们一起来为最高至善服务. 或许这是你们目前文化与我们的一点相异之处：你们的星球有一些群体只想到谋取自己的福利，不为他人着想. 如果你们能活出不同的方式 将会很温暖人心，看待人生不必然是竞争与贪婪，在某个时点金钱的需求将停止存在.

在我们的星球上 我们不需要金钱，你们大多数人将为此感到宽心，你们将能够

深深地呼吸，依循你自己心的能量，前往你神圣目标所在的方向.

我们的命运相连在一起 多么美妙. 太空家族的其他成员也是如此，因为我们全是一体的.

我们的天赋与能力都将服务地球与你们，我们很期待创造良好的工作关系，并度过一段欢乐与愉快的时光.

你将发现我们是和平与有益的，不久的未来 我们将开启一个全新的生活方式.地球将成为爱之伟大中心计画的一部分 继续前行. 我们期待同你们一起探索生活潜能的完整范围.

今日 我们但愿你一切如意，并将伟大的光与爱传送给你.

我是 Mira，来自昴宿星人上议院.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0905 章集：给每一个喜欢爱丽丝的孩子**

Alice Liddell，Photo by Lewis Carroll (1858)
亲爱的孩子，

如果你愿意，请想像你正在阅读一封真实的信件，来自你曾见过的真实朋友，你似乎现在可以听到他的声音，他正衷心地对你说: 复活节快乐!

当你在夏天的某个清晨醒来，听到小鸟在枝头歌唱，微风从敞开的窗户吹进来，你可知道那种美味的梦幻感觉?

当你慵懒地躺在床上，半闭着眼睛，彷佛看见翠绿的枝叶摇曳起舞，或湖水在金色光芒中起伏荡漾，这种愉快的感觉近乎忧伤，彷佛一个人看见一幅美丽的图片或诗歌感动落泪. 而这不正像是妈妈的手轻轻地拉起窗帘，或妈妈以甜美的声音召唤你起床? 在明亮的阳光中，起床并忘却夜晚那些惊吓你的丑恶梦境—起床并享受另一个快乐的日子，所以，首先我们跪在床边感谢那看不见的大朋友，感谢他送给我们美丽的太阳.

这些奇怪的字句真的出自<爱丽丝>的作者吗? 这是不是在一本荒唐的书中夹带的奇怪信件? 或许是吧. 或许有些人责怪我将欢笑与哀愁混杂在一起; 其他人可能微笑以对，认为有人竟然在周日与教堂以外的时空讲这种庄严的事情: 但，非也，我确信有些孩子会怀着爱意与温柔来读这封信，正如我写作时的态度.

因为我不相信上主要我们将生活切分成两半— 在星期天做礼拜的时候一脸严肃，而在平日甚至提到他的名字都是不得体的举动.

难道你认为他只想看人们跪在地上，只听人们的祈祷声音调? 难道他不爱看羔羊在阳光中跳跃，孩子们在草堆中打滚，聆听他们欢乐的声音?

当然，对他而言，孩子们天真的笑声与庄严教堂传出的壮丽圣乐同样地甜美动听.

如果说我要在给孩子们写过的天真与健康娱乐故事后面加点什么，我当然希望在

我走过死阴的幽谷之际，回顾这些文字不会感到羞愧或悲伤.

复活节的阳光将洒满你全身，亲爱的孩子，去感觉你”四肢都充满活力”，急切地想冲出去，投入新鲜的早晨空气中— 往后许多个感恩节将来来去去，直到你头发变灰白，身体虚弱，疲惫地、缓缓地走到外头沐浴在阳光中. 即使到了这个时候，偶尔想起那最终的伟大早晨— “公义的太阳将带着治疗的双翅高升”，这是好的.

当然，当你想到有一天你能迎接比这更明亮的黎明，一定觉得非常高兴—
当那天来临，你会看到比任何摇曳的树枝与水上的波光更优美的景象—
当天使的手为你拉开窗帘，比慈母更甜美的声音把你唤醒 迎接崭新与光荣的日子— 届时，所有在这颗小地球上的忧伤、罪恶、暗黑生活都将被遗忘，如同过往夜晚的梦境!

关爱你的朋友，
路易士-卡罗(LEWIS CARROLL，爱丽丝梦游仙境之作者)
1876 年，复活节
***
译注: 这篇作品主要以元笃书社出版的<爱丽丝梦游仙境，p169~171>为基础重新校对，特此感谢元笃书社与原译者吕明先生
(V)2009-2010 Translated by 吕明 & c.T.

☆ **第 0906 章集：选一个标志**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说, 请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

西元 2005 年三月 20 日

B 先生的问题:

本周的问题如下, 我们地球人有一种组织团体的倾向, 我们也倾向使用某个名字与图示(icon)来代表一个团体, 好比"爱/光研究中心", 及其图像: 唐吉诃德.

Q'uo 能否对一个基于一的法则原则成立的团体详述如何建构其名称与标志?

再者, 如果这样的建构是有益的, 请给我们一些建议, 如何有效地为一个基于第四密度概念的服务他人团体选择适当的名称与标志?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则, 我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意, 在他的服务中, 我们存在.

我们很高兴能够加入你们的寻求圈, 并观赏你们兴旺的灵魂之美好与优雅.

我们至为快乐地分享我们关于标志的想法, 并讲述它们如何被创造出来.

我们请求你们一件事，好让我们能够自由地讲话，那就是你们每个人充分地负起筛选讯息的责任，我们不总是对的，我们不是无可置疑的权威之声. 我们如同你们一样，正在寻求真理. 所以，请仔细评估我们给予的想法，如果你没有感觉共鸣，请放下它. 小心地选择你注意力的焦点! 如果你愿意这么做，那么我们就无须忧虑可能会冒犯你的自由意志或灵性进化的过程.

你们今天询问关于标志或图示的创作，一个可以代表你们内在深沉与珍贵思想的标志. 我们很满足于收到这个问题，因为它可以极佳地打开我们的理性与心性;它深入地碰触你们的真实本质，因此 我们热切地考量如何切入这个问题.

如同我们经常的做法，我们要从问题本身稍微退后一点，考量发出这个问题的实体们的本质. 你们每个人都有一个清澈与明晰的结构，在某些方面如同线性之地理结构，我们现在不是在说你的表层意识，而是针对你的灵性或灵魂，即永恒的公民.

所有行走在地球上的人都共享同一个意识. 你们共享的无限深邃本质在大多数时候是隐藏难见的，这个区域被称为潜意识或意识的根源，或原型心智; 在该区域可以创造出持久的标志.

神话是许多个故事，其中的出场人物代表深邃自我的不同部分，在形形色色的神话故事、人物标志中蕴含着转化的力量.

你们每个人都有自己相当独特的方式看入原型心智，即使你已加入一个成立已久的原型或神话系统，好比基督徒信仰，你进入这些概念复合体、角色、故事的方

式仍是独特的；正如同每个人都是独特的.

成立较久的神话系统不只从故事与角色的叙事准确度得到力量，还因为人群长期追随这条途径，从而创造出微妙、无以言喻的无形宝藏，而那些仅仅从阅读学习神话的人们无法接触这些宝藏.

的确，那些阅读与研读原型的实体总是陷入头脑的陷阱中，做学问的心态使他们无法深深地进入神话中，成为他们所研读的原型.

无论如何，有些人最后愿意将原型系统从头脑的侷限中释放，他们透过心进入一条许多前人行走的途径；当他们行走在这条具有神话配置的途径，他们内心升起的想法与渴望同时也丰富了这条途径.

从原型心智的这些相对固定部分长出的存有是一棵知识与理解的生命树. 故进入成立已久的原型系统[好比某种宗教信仰、哲学体系、神话系统]有它的好处.

所以，当你们问如何为一个团体创造图示与符号，这其中有着无限宽广与丰富的各种选择.；好比 Don 与 Carla 创造爱/光研究中心(L/L Research)这个名字，并选择帕布罗绘制的一幅画作为其标志，这幅画的主角源自一个文学作品，叫做唐吉诃德.[1]

唐吉诃德实体手持长矛对着风车冲刺，Don 与 Carla 被这个景象吸引，在荒凉的大地上，残破的风车群在阳光中摇摆，骑士仍寻求最高与最佳的目标；这幅画象征梦想似乎不可能的理想.

当他们两人选择这个有意义的标志，做为他们服务爱与光的希望与梦想，他们能够藉此聚焦在一条特定的能量溪流，帮助他们成为怀抱不可能理想的梦想家.

同时，他们的焦点具有感染力，在选择这个标志大约 35 年之后[2]，成千上万的实体开始熟悉这个特殊的原型能量溪流，并有所共鸣，思考其中的意涵，从中获得益处，进而行走这条途径，以各种无形的方式丰富了这条途径，现在，它变得越来越宽广与平坦，使得后来的寻求者更容易进入.

值得注意的是，选择这个标志的开端是质朴的，当这个器皿还在唸大学的时候，她在书桌上摆了一幅唐吉诃德的图像. 六年以后，Don 实体因为认识该器皿第一次遇见这个标志. 他开始习惯这个标志，并产生共鸣; 所以当他们两个讨论合伙关系时，他们决定称呼这个事业为爱/光研究中心，因为就他们的理解，这个名称可以说明为什么他们来到这里，以及他们是什么样的人.

直到今日，这个器皿经常要人们考量自己是谁，为什么来到这里. 从这些诚实与谦卑的开端创造了这些标志，也唯有透过自我知识与不断深入探索自我之心，每天回答以上这些问题，一个人进入原型心智的能力才得以提升.

现在，这个器皿觉察有个叫做“游骑兵” (The Rangers)的团体激励 B 实体问这个问题. 游骑兵这个名字是另一个文学作品的一部分，也就是一齣电视剧中描写的团体，在这个故事发展的五年期间，制作人员有意识地探究各个团体的深沉面向，为什么他们会聚集在一起，他们的目标是什么.

在这出叫做巴比伦 5 号(Babylon 5)的电视剧中，Anla'shok 或游骑兵的成员来自许多不同的文化传统，他们因着服务他人的渴望而集结为一个团体，这是某种骑

士身分，他们的价值观关乎服务他人，友爱他人，热爱荣誉和职责，信实地遵循既定的公义动机.

结果是，这个器皿觉察古老的或既有的神话系统并不适合这样一个团体，因为许多不同的社会或人种为了骑士精神而联合在一起，这在任何一个宗教或神话中都没有这样的配置.

这样一个建构是相对新颖的，它理解到在这个时候，你们星球上形形色色的实体横跨每一个文化、每一个宗教与每一个哲学相互碰触，并且在底层共同拥有无限与永恒的合一.

现在，我们想做的是 使用这个器皿的觉察，好让我们可以从她相当宽广的意识河流中摘取一些点子，提供你们不同的思考方向.

如果你们心里愿意给予我们许可，让我们行走穿越这个器皿的标志系统，使用各种她已思考过的东西，或许可以为你们这个团体指出有益的方向，好创造出一个确实与独特的符号系统. [3]

首先，我们选择讨论一些与灵性或宗教偏好无关的标志或符号.

接着，我们会工作这个器皿的宗教系统，以及她最熟悉的星际联邦哲学[她通常称为一的法则].

那么，我们开始讨论神圣几何，我们发现这个器皿在这个主题的知识很有限，她只拥有一点点我们可用的真实资讯，所以我们将使用很简单的东西帮助你们考量

这类的思路.

这个器皿看待自然世界如同一个圆圈*，不只有第二密度，而是以一种预示或反思的方式，这个圆圈涵盖所有密度与内在次元；因为大自然与超越第三密度的世界有一个共通点：完整地知晓太一无限造物者的爱与光．这一点在大自然、整个宇宙中创造了无限的可能性.

知识的圆圈恒常地扩展，这个圆圈没有起点也没有终点，在它里内 所有事物都处于恒定与持续的平衡中.

(*译注: 2010 年 3 月的 NEWTON 量子科学杂志专题报导圆的奥秘，推荐读友阅读)

有趣的是，就知识之圆的角度来看，在第三密度中有个或许可以称为死亡地带的东西，圆圈变成了方形，空间与时间变为有限的、可衡量的．生命有个开始与结束；知识、文明、世界亦有个开始与结束.

正方形或死亡状态并非没有它的可能性，因为正方形代表的形体包含圆型意识，蕴藏在你里内的环形灵性是无限的，等待你以渴望去祈请它.

你必须以一个人灵的身分，请求打开这扇通往永恒的大门；你必须在这个正方形中请求，对于每一个实体 必定都有个时机诞生希望，信心机能甦醒，开始感觉自我正逐渐变为圆形，进入永恒.

在这个表面上贫瘠的地球田野中蕴藏着丰饶的田野，任何你播洒的种子都会成长.

你将选择种植什么东西？你将选择渴望什么？你要如何突破那侷限思维的四方角落?

如果第三密度的标志是正方形，或许，我们可以说进入更大视野的入口，或者说进入第四密度的入口就是三角形或金字塔，一个有三个边的建构.

现在，这个器皿觉察他们曾研究过三角形的能量，如金字塔能量，并且她觉察这个形状可以收集螺旋能量.

这是几何形状的改变，这是蜕变的图形，这类的图形具有治疗能量，但对于这个特殊的团体及其问题，更重要的是，它带来成长.

金字塔顶端的螺旋能量能够移动进入第四密度 或 进入两个密度之间的空间，在原本有阻力的地方，透过这股能量帮助推进. 结果是，一个实体拥有圆圈、方形、以及三角形.

现在，我们不会给予这个器皿更多关于第四密度建构的资讯，虽然我们当然鼓励每一位考量这类的建构. 了解到这个团体由第三密度的实体组成，这群成员想要造成自我与地球的改变与转变，就从这个正方形里开始工作.

我们接着要从情感中立与灵性中立的图形移动到这个器皿的宗教或灵性系统;因为我们不想要让正方形维持正方形，毋宁重新配置这个四边形或四方位进入该器皿的宗教系统，也就是十字架.

用这个由内翻到外的配置看待正方形，这过程具有大能.

所以让我们来看一下这个器皿关于该标志的深沉默想，因为她一直使用该标志来转变肉身的死寂状态; 她使用该标志来唤醒自己的圆形、内在的无限. 这是如何办到的?

十字架标志有两个面向，一个是垂直轴，一个是水平轴.

人们一般将十字架视为一个救赎者为了净化与精炼世界意识而赴死的象征; 同时，基督自己也藉由牺牲自我表达对其他自我的爱而获得精炼与净化.

无论如何，我们发现这个器皿并不允许耶稣-基督躺卧[4]在十字架上.

毋宁说，这个器皿从不认为耶稣实体会被这样一个建构困住.

这个器皿将十字架视为一个理念的发射台，这个理念是: 有一个更大的生命，就在今天，活跃地存在，透过耶稣-基督最伟大的爱与绝对的确切性得着应许; 牺牲要表达的是全然的、无条件的爱，它是发射台的引擎，不只将他自己发射升空，还包括整个世界，并创造出一条流动的能量流，释放人类脱离各个角落的限制[它存在于人类经验的每一个面向].

人类每一个要成为配得的、完美的尝试 都是无望的.

每一个要成为值得无限造物者的爱与光之尝试，在开始前就已失败.

没有一条路可以赢得天堂.

毋宁，一个人必须在不知晓、看不见任何东西的状况下，坠入、纵身跃入，拥抱它，只因为真理的共振令人无法抗拒.

所以，这个器皿并未将十字架看做受难的标志，而是一个通往无限与永恒的实在跳板，它不在另一个世界，它就在这个世界中，就在今天，就在这一刻.

这个标志为她创造了一个观看的方式：向上、向下看，并向左右两边看.

正方形已经被完全打开了.

垂直轴扎根在大地中，向上伸往天际. 另一方面，这个器皿认为水平轴象征每日生活.

当然，每个人都被钉在每天生活当中，这是无可避免的.

一个人早上起来，有意识地进行一天的活动，他有着许多职务、责任、思想、渴望等等. 一个人必须进食以存活，同时也将食物给予他人，这食物可能是物质的补给或想法或建议或蓄意作恶；然后 一天将尽，他再次失去显意识，接着在休息过后醒来，再次执行这个过程.

不过，一个人从未重复任何一天的任何一个瞬间，它总是一个新世界，虽然这个世界沿着平凡的道路行进，但就在这平凡之中，所有的真理、启发、领悟与蜕变的神圣显现都蕴含其中.

在这水平轴上，精炼的火焰持续地燃烧. 正如同每个实体扎根在大地，向上探寻更大的觉知; 每个实体也位于水平轴，经历每日生活并感觉自己是平凡的.

许多寻求的实体热切地渴望成为不平凡的，然而，进入不平凡的门口就位于垂直轴与水平轴的交会点. 那儿有个圆圈描述你这个人位于生命的十字架上或生命的正方形里头; 也就是说，该圆圈位于正方形的中央、十字架的中心.

你即是无限进入每日生活的焦点，你受苦的方式配置你的灵性进化; 你化方为圆的方式将为你创造灵性进化的途径.

现在，我们再建议两个跟该图形有关的东西，首先，我们认为十字架的水平轴除了表示基督伸展的双臂，还可以代表无限的标志，这个器皿形容为慵懒的八.[5]无限躺卧在平凡之中.

另一个东西是来自你们埃及文化或宗教系统的标志，即安卡(ankh)或丁形十字(Crux Ansata)[6]. 这种十字架相当能够描述无限与永恒的可能性，因为它在垂直轴的顶端置放一个别具风格的圆形，这不是一个正圆的图形，而是很像从金字塔的顶端向上射出的半螺旋图形.

我们不需要再继续讨论该器皿各式各样的标志陈述，我们也无意建议游骑兵团体一定要采纳这些想法. 我们只想要提出一些东西的赤裸裸精华，并且从该器皿深深热爱的基督教中撷取代表性的标志，我们认为这些陈述有助于你们思考与创造一个图示或标志.

举例来说，如果一个团体选择三角形的基本标志，那么有人会问，这三个边代表

什么？照一的法则之措辞，这个器皿有个简单的答案：三个边基本上是爱、智慧、力量．这是个很简单却很有召唤力的答案．什么是爱？当一个人想到爱，会唤起什么东西？

我们使用这个范例是因为在一的法则资料中，Ra 曾在某个时点描述该三人小组是相当平衡的，Carla 拥有大量的无条件之爱，足以激励他人；Don 则拥有可观的智慧；而 Jim 拥有势不可挡的力量．

这三个人的差异如此地调和在一块儿，因而创造出一个神圣空间．所以那时 Ra 对这个小组发出一个问题：“这个平衡如何帮助该团体，进而，帮助这个世界？”

再次地，关于四边形，可以有四种方式表达造物主，明显的例子有：四个方向，四位大天使，四大元素．

那么，要怎样诠释圆形或圆球？

最后，由于游骑兵的特质，或许需要在图像中加入天使协助或翅膀的标志，因为这个团体觉察万事万物都具有意识，从第一密度开始，所有存在都有知觉，不同的元素彼此帮助，所以我们以为从神话系统找出某个天使或有翅的人物似乎是有帮助的．

当然，设计的元素可以套叠在一起，每个元素都对团体的成员有某种意义，然后创造出新的设计．好比说，大树的标志可能比天使的标志更适合这个团体．

但是，我们想要建议人格化标志的益处，正如同唐吉诃德的图像呈现他疯狂的想

法以及破烂的风车，成为一个美妙的世界，在其中 希望是可能实现的，将 Don 与 Carla 的能量聚焦起来.

容我们说，在你们的标志中有一个人格化的图像或精华是有帮助的，特别是它帮助你联想一组人物与基本的故事.

这个器皿已经对我们说了好一会儿—我们已经讲太久了.*

(*译注: 原始演说的篇幅比这篇翻译文更多!)

我们为此道歉，并准备接受其他的问题.

但我们想要透过这个器皿制作出这份资料，分享我们对于工作概念复合体的觉察，好让一般人可以从内在创造自己的神话与原型. 让你们的点子盛开; 让它们蓬勃发展.

我们祝愿你们享受这个探险，一如往常，只要你要求，我们将在你的静默时刻强化并支撑你基本的冥想能量.

此时，是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

G: Q'uo，你曾描述催化剂与成长与自我-理解的"正餐时间"是冗长的，我感觉它是无尽地丰盛，甚至有点美味. 我感觉自己勤奋地在这方面工作，努力地摄取与消化这顿正餐，我不禁期待与热望餐后甜点，我想知道你是否知道它在哪里?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们对 G 实体说: 我们感到惊讶，该实体竟会错过他已拥有的餐后甜点.

我们可否进一步回答你，我的兄弟.

G: Q'uo，你可否定义”错过”，请?

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟. 当我们说你已错过餐后甜点，我们单纯的意指你已享用它，却没有觉察它的丰富与甜美. 我们对 G 实体担保，在一路上的每个休息站都有甜点. 我的兄弟，太阳升起 太阳落下，正如追随阿拉(Allah)的人们每年有斋戒月与禁食的时候; 当太阳落下时 盛宴开始，那儿有可口与美妙的餐点，并充满各式甜点.

当一个人受到盛宴的过度刺激，有时候 他会失去对甜度的觉察. 许多时候，好多有意义的事[包括令人烦扰与困窘的事]占据一个人所有的注意力，以致于他忽略餐桌边缘的甜点.

我们鼓励 G 实体沉思生活在快速道路中 生命如同快速上菜的盛宴，沉思试图加入灵性成长的过程. 如这个器皿的说法，这步伐快得令人惊愕，眼泪似乎淹没了喜悦，我们鼓励 G 实体反思那真实的本质，而非感知到的东西.

在敞开的心中 有道永恒不歇的餐后甜点.

我们可否进一步回答你，我的兄弟.

G: 我很抱歉在这点上唠叨甚久，我对每个在场的人道歉，但我想再从另一个角度尝试看看. 在这个特殊的隐喻中 餐后甜点对我的意义体现在一个女孩身上.

我也理解有一种甜点意味着与造物主联合，以及灵性寻求带来的赏报.

你能否稍微预言一下，或告诉我关于这道特殊甜点的事? 我就此打住，非常感谢你们，Q'uo.

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟.

我们不能为你预言什么，但我们注意到这点: 对于那些容易取悦的人们，甜点的化身[以同伴的形态出现]来得非常容易. 但它就像中式甜点，无法持续很久，一个小时之后 你又饿了!

你寻求一道深奥与终生的甜点.

我的兄弟，你以为选择这样的甜点有多容易?

你该如何准备与某个实体并肩同行，该实体述说你内心的最深处，她满足你不只一天或一周，而是直到永恒?

容我们问，此时是否有最后一个询问?

T: Q'uo，我想问关于约柜(Ark of the Covenant)的事，它是一个纯粹的神话，或者，如果这个物体真的存在，它的功能是什么?

我们是 Q'uo 群体，关于你的询问 我们只能说一点点，我的兄弟.

因为它一部分是神话 一部分是确实的古老遗迹. 它被设计的用途是一个包含力量的东西，同时是一个转化的灵显物[7]; 最初由摩西(Moses)凭藉他的灵性本性呼唤而来.

它是一个真实的，属地的东西，它被四处运送，置放在各个神庙中，接着被埋葬.

无论如，它的实相是神话的; 做为一个遗迹，它只是尘土. 在它的时期与地方，它对于特定人群有特定意义. 正如金字塔，就我们的意见，它是个不再有帮助的图形.

所以，我们请求你将这个标志举起 脱离它的限制，看见那是一个人接收到他的律法、生活的规矩之过程，就好比游骑兵最近所做的，发展一套道德准则，并将它放在特定的结构中，然后将该结构投影出去 进入这个世界. 在某个时期，某个地方，对于某个团体，约柜是个珍贵的焦点.

我们可否进一步回答你，我的兄弟.

T: 不用了，感谢你们，Q'uo. 一如往常，你帮助我看见更大的图像.

我们也感谢你，我的兄弟; 同时感谢每一位发出询问的实体，感谢分享能量给这个圈子的实体. 我们感到如此蒙福，能够同你们分享这股能量，分享这个由敞开心轮构成的神圣空间，并对每个发问的实体讲话.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] http://orwell.ru/library/articles/As_I_Please/Don_Quixote-ld
帕布罗-毕卡索绘制的唐吉诃德是以各式图形呈现赛凡提斯的美妙人物中最受欢迎的作品，这幅画作的产出日期是 1955 年，为了法国文学期刊#581 号制作.

[2] 这幅唐吉诃德画作从 1964 年起就放在 Carla 的书桌上. 当 Don 与 Carla 在 1970 年正式合伙工作，为他们的事业命名为 L/L 研究中心，他们使用唐吉诃德画作做为该事业的标志. 他们在 1976 年的首次出版品是 UFO 的秘密(Secrets of the UFO).

[3] 符号系统的定义是: 一个标志的工艺系统，它被用来代表特别的事物.

[4] supine: “背部朝下躺着，或脸部朝上”; 第二个意思: “昏睡、消极、该的漠然.”

[5]

[6]

[7] apport: 降灵术士在降灵会中产出的物体，据说透过超自然的手段.

☆ 第 0907 章集：英国奇遇记

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想，地点: 英国，Forest Row，East Sussex

西元 2005 年六月 14 日

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们至为开心地接待 J 与 A 两个人的问题.

我们在分享一些想法后，将接受 J 实体的第一个问题.

首先，容我们说，在这个时候分享你们的振动是个特许与喜乐; 你们奉献这段时间以创造一个神圣空间，这是给我们的祝福，因为它允许我们有机会提供服务，我们为此十分感激.

一如往常，我们请求每个人，不只是 J 与 A 实体，还包括任何听到或阅读这些想法的人们，请谨慎负责地辨别我们的想法，请毫不犹豫地抛弃那些对你没有用处的想法.

我们很不想要被视为任何权威，我们只是与你们同行的寻求者. 你们严格遵守我们的请求将允许我们自由地讲话，无须担心冒犯您的自由意志，因为灵性进化的过程重度地倚赖你拒绝接受任何权威，除了你自己的指引. 我们感谢你们的这份

善意.

此时，我们请求 J 实体提出第一个问题.

J: 如果可以的话，我将描述一个事件，然后问一些问题.

1992 年，我当时参加狂野派对(rave)，磕太多迷幻药，我相信自己当时突然心脏病发，在大约一小时后恢复神智；在这期间我的经验如下. 我彷彿沐浴在一道从天而降的光束中，接着似乎以心电感应方式签订了一份合约，然后看见某种异象—我站在一个野外音乐会的舞台上，接着看见两个金色、粗略具有人形的光之存有，他们从天而降，分别抓住我的一只手臂，随后将我的灵魂拉出身体，于是我们飞向太空.

我感觉就是在心脏病发的时点，一个第六密度的实体与我达成协议，那就是我让出这个位置，好让他可以接管我的人生议程；我允许他使用我的身体，由他完成我原本的议程. 换句话说，我变成一个 walk-in*.

可否请你们确认这点?

(*译注: 一般认为 walk-in 意指一个人本来的灵魂中途离开肉体，然后由一个新来的灵魂接管.请参考以下网址: http://en.wikipedia.org/wiki/Walk-in)

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的兄弟.

我们可以肯定你是一个 walk-in，你先前描述的事件大致上是准确的.

我们感觉你仍在工作这个经验，所以我们可以讲的东西是有限的.

无论如何，这个现象涉及一些灵性原则，关于有意识地接管灵性议程.

就 walk-in 的案例而言，事实上 有两个实体选择献出人生给该灵性议程.

现在，这意味着什么？这个事件发生在一个同样脆弱、容易犯错的人类身上，会造成什么影响?

当然 一个流浪者或 walk-in 并不是一个特权存有，事实上，选择投胎在这一个经验密度中 必然要承受大量的苦难，因为这里是个比较沉重、比较不光亮的环境.

这种牺牲如同将一己放在十字架上，除非你十分渴望服务太一无限造物者与人类种族，你不会选择这样的经验.

行星地球上的忧伤与苦难令你心碎，你感觉自己可以来这儿缔造不同.

当我们对一个 walk-in 讲话，我们同时对两个人格躯壳说话，一个受到抑制，另一个选择站上主导地位.

现在，让我们说清楚，这种抑制并不是某个灵魂被删除或移除；毋宁说是主导的人格同意执行两种议程，同时尝试平衡两个人格，好让造物主的每一朵花最大程度地盛开.

因为这就是你们的本质，你是地球田野中的一株活生生的植物，你如同一朵成长的花卉，然而 你拥有两种花朵.

你的系统是复杂的，你没有一种单纯的成长方式. 不过 请理解这点: 你确实是一种真实的族类. 你们不是彼此接枝的植物，毋宁说，两朵花都嫁接到太一无限造物者. 除了活完一辈子，你们两位同意活出一个混合的人生.

这不必然会带来困难，然而，三不五时，你可能发现潜意识中有着比常人更多的混淆.

因此，我们推荐你，做为一个 walk-in，允许一段冥想时间献给受抑制的人格，接着另一段冥想时间献给主宰的人格，不必然要做明显的分隔，而是奉献更多时间处于静默中; 因这两种议程恒常地交织在一起的缘故.

我们也鼓励你更多地歇息在天父的双臂之中，也就是大自然环境.

这是由于你们同时是第六密度的流浪者与第六密度的 walk-in.

你们在连接大地方面有困难，这完全是可理解的，我们直接地说，这个困难可以藉由与土壤接触获得平衡.

我们甚至鼓励两位 J 实体主动地与第二密度的动物，以及树林互动.

树木是可以信赖的生物，有助于维持你们的力量平衡，也能支持你们的内在平安; 因为树木如同一种筛子，过滤掉无用的、不正确的东西.

对于那些记得更美好时光的人们，有很多途径可能令他们分心，于是远离此生的主要议程. 我的兄弟，你的主要议程就是学习做你自己.

不要让学习的过程使你分心. 在过去，你努力做自己的方法是离开那些你感觉不像真实世界的环境.

我们现在鼓励你一个替代方案，就是每天记得你内在的信心，信赖你的力量与平安; 不管一个实体位于哪一个密度，都是魔法的存有，具有可观力量的结晶存有，

在那存有状态中蕴含着全然的单纯、无条件爱之平安.

J 实体稍早问什么是理则(Logos)，我们对你说，我的兄弟，就潜能而言，你即是理则，永生的道(Word).

你付出昂贵的代价换得这具珍贵的血肉之躯，虽然似乎是个如此不变的躯体. 你购买这次人生的机会，因为你但愿成为山丘上的灯火— 放射太一无限造物者的爱与光.

你要如何放射那道光? 藉由越来越多地觉察你的本质，并成为你真正感觉应该是的那个实体.

这个器皿最近听到这段话: “众城门哪，你们要抬起头来！永久的门户，你们要被举起！因那荣耀的君王将要进来！” [1]

每天说这段话: “抬起你们的头，喔 众城门，因为我的心中携带着无条件之爱，那无条件之爱活在我里内，纵然我是不值得的，易于犯错的; 唯有透过像我这样的人，荣耀的君王方能进入这个世界.”

然后祈祷，我的兄弟，为透明度而祈祷. 不要因为你的脆弱而被击落，而要允许所有的担心与忧虑在那流动穿越众生的光面前自行逃离.

多么珍贵的任务啊，我的兄弟!

这个任务在每一天都是全新的，一如崭新的曙光.

由于不能更详细地回应你的特殊经验，我们对你感到抱歉.

但在你们完成这个采矿过程之前，在你们尚未洞见这个经验之前，我们必须向混淆法则[2]鞠躬.

为了我们自己的极性，我们无法讨论可能冒犯你的自由意志的事项，好让你自己做出可以增加极性之选择; 并且以此连接大地，好让你扎实地如一棵橡木屹立在大地之上，扎根在太一无限造物者的爱与光中.

我们可否接受你下一个问题，我的兄弟?

J: 非常感谢你们，Q'uo，我为此感激.

2001 年，我吸入大量的镁与磷，我发现自己感受一种极度强力的药物效应，接着开始产生妄想症状，我获得以下的异象:

我在一个房间里，我没看见任何东西，毋宁，我相信自己经验一种实相的觉察，我只能形容为位于太空中，却没有燃烧的群星；那儿有百万或亿万颗发亮的光球，全都盘绕着彼此，形成单一的球体集团.

我有意识地感知自己与所有这些实体相连，他们有的想要大笑，有的想要哭泣等等. 然后，我看见一个地方，在那儿 我的物理自我位于一个发光、金色的光之存有旁边，我们处于一个十分奇异、金色的环境，我无法恰当地用言语形容.

我感觉在那一点，我有意识地、充分地与高我(higher self)连结.

请你们确认这点，或者不允许?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 我们处于一种奇特的位置，同时肯定又不肯定这个状况: 你在那个时刻与高我有完整的接触.

就你的精准经验而言，在透过该器皿传讯的前提下，我们相信最贴近的描述是你当时以匆忙-掠过的速率进入一个精准点，那是靛蓝光芒中心与智能无限交会之处. 这并不是说你已经移动进入智能无限. 毋宁说，你当时经验到一种状态，你位于一个相当液态的环境的某个特殊部分，与它的原子结构合一. 这很像是吉沙大金字塔的顶点，在那儿收集能量 接着爆发出去，能量螺旋进入智能无限. 当时你看见的是原子结构，它看起来很像是肉眼所见的夜空.

更重要的论点是: 在全时间，在所有地方，你都与高我处于完整的接触状态.

这个事实并不仰赖自我感知的状态，与你经验的感觉无关.

一个人与高我完整地接触可能带来狂喜，或者没有; 可能是充满喜悦，或者没有. 有许多、许多方式去连结高我.

无论如何，如这个器皿稍早所说，高我就在你的心[套用一个过度使用并受误解辞汇]之最深处; 高我是你自我之精华的最深处，他在你的一生中都不会经验太多改变，他是永恒的公民. 这个"大我"活在你里内，不是位于一个你必须去伸取的位置，然而，你的高我必须尊重与遵从自由意志法则与时机. 你必须呼唤他才行. 不过也认识这点，当你敲门与请求之前，在你完成这个想法之前 大门已经打开.

当你哭喊祈求援助与指引，在你哭完之前，援助已经抵达. 没有停顿、没有迟疑，也无须赚取或购买指引. 没有值不值得的问题，也不是用买的，它是免费的，它是你的一部分，它是你的本性.

什么东西隔绝你与高我呢? 那就是你的观点，你认为活在共识实相中部分的你与神圣的你中间是分开的; 没有分开，你即是活在血肉躯体中的造物者.

你是一个十分年轻的造物者，一个正在学步的孩子. 你处于第三密度中，你无法记得已经学会的东西. 为什么你要对自己这么做呢? 你这么做因为你想要服务.

有时候，执行服务是多么不便啊! 多么令人抓狂! 多么令人挫折! 不过，正是为了这些，你披上肉体衣裳; 那并不是你唯一的工具，你还带来所有需要的东西，但

你必须请求它，不只一次，而是每一天、每一个片刻.

这个器皿每天早晨祈祷，在她的早晨奉献中说:“帮助我聚焦，记得我是谁以及为什么来到这里.”我的兄弟，我们无法保证你一个轻松舒服的生活;我们无法保证你成就感，因为总有更多事要做.许多人对这个器皿说:“你似乎充满紧迫感.”这原因很简单，该器皿记得为什么她在这里，而她是贪心的:她想要将爱充满她的生命，在每一个片刻，在每一个呼吸中.她的问题是要记得允许自己接受爱.

我的兄弟，我们要请求你记得服务他人是双向的，记得去爱众人，也允许他人来爱你.

能量循环地移动，并以螺旋方式移动，总是向上，总是在寻求，但它必不停止，它也不会只走一条路.思考 DNA 螺旋上升的方式，不只有一条螺旋，而是两条螺旋，这是你们第三密度中相当原始的 DNA.一条螺旋是给予、付出爱;另一条螺旋是接受爱与领受.让你自己成为这一种实体:不知道自己正在付出爱或接受爱，只知道自己是爱的创造物.

是否有进一步的问题，我的兄弟?

J:你能否告诉我，是否应该与其他人分享这个经验或我应该保留它给自己以荣耀混淆法则?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟.

我们的确可以讲说这个询问，因为它确实很简单.

只有在有人请求时，才能执行服务；一个人不能先行伸出手，扭住他人的衣领以灌输资讯. 一个人可以全时间服务的方式乃是放射太一无限造物者的爱与光.

除非他人询问你的特殊经验，我们建议你以流露爱的方式来服务，如同一个乐器，歇息在音乐师的双手中；让造物主弹奏你，你是一个乐器，造物主知道他的歌曲，当那一刻到来，你将获得造物主给你的音符. 当有人询问这类的经验，自由地分享. 当没有人问起这类的经验，你的叙述水平即是自我与自我相遇的地方，也就是说，造物者遇见造物者.
是否有进一步的问题，我的兄弟?

J: 没有了，感谢你们，Q'uo，美妙的谈话. 非常感谢你们.

我们感谢你，我的兄弟，容我们说，同你们一起分享能量是多么的愉快.

我们相信 A 实体有一些询问，我们请 Vara 实体朗诵这个实体的第一个询问[3].

Vara: “谢谢你们，Q'uo. 我想用以下陈述向 Q'uo 致意：你们是在这个时刻的纯粹祝福，你们展现的爱与灵性是如此地完整，我非常感谢你们. 我想请问，你们是否可以说明这一波光之服务的壮阔潮流，以及它的意义.”

我的兄弟，我们觉察你的询问，并感谢你亲切的话语.

我们隶属于星际联邦，我们与其他成员在这个时期服务是因为你们人群呼唤我们，于是我们前来服务行星地球. 我们收到呼叫，因为你们的星球即将新生. 所

有收到呼叫的实体们都集中爱与光传送给地球; 这是我们的荣幸与祝福.

同时也有那些具有暗黑能量的实体来到这里，这个器皿称之为服务自我的极性.

现在你们可以取得范围很广的资讯，那些想要接收希望、真理的人们呼叫我们，为了你们[地球的孩子]，忧伤的弟兄姊妹们来到这里，我们是你们的亲戚，我们感受你们的忧伤. 然而，我们无法拿走你的苦难，放在我们身上. 我们无法参与你的选择.

一个清晰的选择摆在你们眼前，你要不要跟随地球一起进入第四密度，共同创造一个新天新地[引用西方圣经的说法]? 或者，你要在第三密度的场域中再多玩一会儿? 这是你的选择，我们很怀疑任何聆听我们声音的人会转向服务自我，但很可能在你们这群人[会回应我们的振动与话语]当中，有些人会失去热忱，避免做出服务的选择.

如果你累了，如果你感到疲倦，我们鼓励你休息. 当你觉得很累，我们不鼓励你继续推进; 我们请求你，拜托，花点时间坐下来 让自己休息一下，不要求自己做任何事.

这个器皿经常看电视，阅读浪漫或科幻或悬疑小说，[以她的观点]处于半植物人状态; 她感觉有点罪恶感，因为她在那个时候停止努力，只是单纯地在道路旁边歇息. 容我们说，在休息中有智慧，因为你并不想要如同燃烧太旺的火堆，很快就熄灭了.

让你自己冷静下来，让你自己打好根基，向下移动进入你最沉重的身体，然后在

休息过后，深深地呼吸，呼出你的沉重，轻柔地问自己: “我们要不要再次起舞? 我们准备好要上路了? 我们要不要找点乐子?”

此时 是否有进一步的问题?

Vara: 是的，感谢你们. [朗诵 A 的问题]

“我感觉未知的协助在帮忙我们，还有通灵的现象具备许多不同的面向，除了这些以外，似乎有其他影响力的副产品构成我们的思言行，以这个脉络而言，这些影响力对我们的进展负责. 你们可否就此评论?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 所有的实体都是管道，这是真的，正如我们稍早谈到，成为一具让造物主弹奏的乐器，你们与我们都是管道.

就我们最佳的意图与能力，我们并未变更或干涉任何实体，除了在你们请求的范围内，我们不会去影响你们.

我们乐于分享我们的想法，但我们没有力量去使你变得与本质不同. 在与你们分享能量的过程中，我们双方都或多或少改变了，因为我们分享彼此存有的独特性，因为我们每个生命都是太一无限造物者的一点火花. 我们每个实体都是独特的，每个实体都经过百万千万个选择而成长，并在多生累世中纪录惊人与多变的经验. 当然，我们都在互相通讯.

若要清楚地看见通灵的现象与效应，我们建议想像你正站在一座伟大的花园，包含地球的所有密度、所有实体，他们全都在唱歌，造物主正在指挥他们.

有千千万万个音符，然而那和谐是完整的.

如果你的小我参予其中，就会打扰那份和谐，所以允许你自己成为太一造物者手中的乐器，在信心中向前去吧，造物主知道他的音乐.

是否有进一步的问题，我的兄弟?

Vara: 有的，[朗诵 A 的问题] “你们可否评论我的经验与较高光体的关联? 我的经验如下: 一位年高望重的禅师就在我的附近，他复颂关于孩子的真言. 我看见一道无限制的、纯粹狂喜的鲜活火焰; 突然之间，我升起 豁然开朗地说: ‘看啊! 就是那个孩子.’ 我想知道任何你们感觉适合分享的回应? ”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 关于这个特殊事件，我们无法分享任何细节，因为你仍在发展理解的过程. 请觉察到，当你看见影像与异象，你的文化与宗教培养重度地影响你. 你看到的东西经过编码，因为你已经扭曲或染色潜意识的较浅层面，你同时使用了基督徒与印度人的原型资料，于是创造了一幅令人困惑的风景. 东方与西方并未以相同的原型方式讲话. 同样的东西对于基督教代表这个意义，对于印度原型系统则代表另一个意义.

无论如何，在这两个领域 你都是一个十分真诚奉献的学生，所以 看看你能做什么以穿透这个有些复杂的图像，穿透文化的细节，移动进入核心与精华.

这个小孩代表什么? 与他人无关，与权威人物无关，特别跟你有关，他对你产生什么意义? 你这一生的模式跟他有何碰触，以何种角度?

我们推荐你使用智力与分析力，看看你有多少种组织方式去整理这个图像与故事; 然后 举起自我，离开分析与思维，让这个经验的感觉进入你的心; 在敞开心轮的神圣空间之中 真理的涌泉超越言语地喂养你，我的兄弟，这就是你热切渴望的，这是你要去的地方，超越言语 通往本质.

我们感谢你的询问，此时 是否有另一个询问?

Vara: 感谢你们，Q'uo. 我，Vara，个人想要问这个问题，关于该器皿与她的丈夫在这个时候经验直肠流血，你们可否就这个症状提供任何洞见?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 我们可以讲述这件事，因为卡拉(Carla)实体已经有相当的定见，在某个程度上 她是精准地正确: 这个流血与两人[卡拉与她的丈夫]分隔数千英里有关. 吉姆(Jim)实体，卡拉叫他麦可(Mick)，由于与卡拉分隔两地 而经验这个症状. 如她曾说的，当两个人真的合而为一，这两人的身体觉察这种结合，于是三周的分别以及各处在不同的大陆就足以造成双方的肉体关切自己的生存问题.

无论如何，流血的象征意义有更多的深度在里头，因为他们双方都有意识地选择暂时分开做为服务的方式.

如同各种可观的牺牲，容我们说，血液是牺牲的具体表达，以它自己的方式 它是神圣的，它象征深度奉献的一种徽章，也代表这个服务的代价. 事实上，它是奉献给太一无限造物者的圣杯.

如果这担忧进入吉姆或卡拉的心智中，可能会产生有毒的反弹作用. 但如果将这个症状视为一种自由的奉献，它将过去.

在许多例子中，受苦必须付出昂贵的代价，我们对你说，不必然如此. 受苦不必须流血在圣杯中.

然而，如果有需要获得该徽章，让我们与你一同纪念，因为我们也赞赏并追随无条件之爱与他的仆人，耶稣-基督曾说: “这是我的身体; 这是我的血液; 为了你们而给出，拿起这个杯以纪念我.”

象征性的说法: 拿取你自己的血，知道你的身体得在服务中被擘开; 所以 给出你自己，祝福你的牺牲，擘开这个身体，将它献上并欢庆，因为你并不是你的身体. 移动超越牺牲的徽章，你看见什么? 对太一无限造物者的纪念; 对于那超越的力量与平安的理解与知识; 一切万物都在给予，一切万物都在领受.

活着 在喜悦中歇息，不管发生什么，没有失落任何东西，因为一切为一.

那么 愿你欢庆，举起自我离开十字架 选择扬升进入至福，因为那也是服务的一个面向.

我们可否进一步地回答你，我的姊妹?

Vara: 不了，谢谢你们.

此时是否有进一步的询问?

Vara: 事实上 有的，我想请问你们可否提供一些洞见，关于我们如何帮助该器皿在接下来的旅途中更为舒适?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 我们感谢你的关切. 有些技巧你是知道的: 按摩酸痛的肌肉，当该器皿感到寒冷 升起炉火，当她疲累的时候 给她休息. 我们觉察到你经常要照看她如同一个古怪的小孩，就是不愿意小睡片刻.

我的姊妹，在适当时机鼓励她小睡一下，但以轻松的方式鼓励她.

记住，你已进入这项服务，你也需要获得照顾，你必须照顾自己，因为这个器皿身子比较脆弱. 因此 我们请求你，在你照顾这个器皿之后 以同等的爱与欣赏对待一个名叫 Vara 的实体.

我们可否进一步地回答你，我的姊妹?

Vara: 不了，谢谢你们，Q'uo.

我们谢谢你，我的姊妹? 此时 是否有最后一个询问?

Vara: 没有，非常感谢你们，Q'uo.

我们谢谢你并与你一同微笑，我的姊妹. 与这个团体同在是好的，我们享受这个过程，这真是一个大祝福与特许.

我们在离开前提醒你们，你们每一位都是完美的，你们来到这里 没有其他地方需要去. 你们只需要觉察你是谁，你在哪里. 不要被外在幻象世界的细节蒙骗了.

只要听从你内在的真理与对的感觉，记得在所有的行动、冥想、服务中 保持轻快的步调. 记得笑声的治疗效应，轻松地大笑，笑久一些，让你自己获得疗愈.

在太一无限造物者的爱与光中，我们发现你 我们离开你. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则. Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] 这段圣咏(Psalm)的诗节是卡拉在早晨奉献仪式朗诵的一部分

[2] 对于星际联邦[包括 Ra 群体]而言，混淆法则为自由意志法则或不冒犯法则的同义词.

[3] A 实体住在葡萄牙，他透过书信提出问题. J 先生体贴地同意继续参与集会，聆听 A 实体的问题如同是自己的问题.

☆ 第 0908 章集：E.T. 与 人类

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2008 年 3 月 15 日

小组问题：我们今晚的问题是关于地外的存有(ETs)与地球上第三密度的人类存有进行联系，如何可能或可能不侵犯被接触实体的自由意志有关。我们希望知道地

外的实体以怎样的哲学观来决定是否进行接触，以及怎样进行接触。

例如，在曼哈顿计画(Manhattan Project)时期，来自于正面地外源头的信息被给予，有关具体使用核能的讯息。还有其他的接触，例如比利-迈尔(Billy Meier)的接触，
以及「九人团体」(the Nine)与菲莉丝(Phyllis Schlemmer)的接触，还有汤姆(Tom)，
他们或多或少地给出一些特定信息。我们想知道这是否侵犯了被接触者的自由意志，以及当地外实体所进行的接触与特定信息，以及可能侵犯自由意志之时，他们所持有的哲学到底是怎样的。

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的光与爱中问候你们。今晚能和你们在一起，在你们的振动中分享资讯，回应你们的询问，关于那些曾向你们人民说话，并在某些案例中面对面地相见的地外实体，他们是否侵犯自由意志的议题，这是我们的荣幸与乐趣。

如往常一样，在我们分享我们的思想之前，我们将要求当我们说话时，你们每一个人对你们自己的判断与辨别力负责。如果我们的思想与你们的有所共鸣，那么尽一切可能遵循这条共鸣之路。这就是我们在此并且很高兴能够给予你们精神食粮的原因。

但是，如果我们所说的无法提起你们的兴趣，我们将要求你们将我们的话抛在脑后，保持寻求直到你们再次发现能够与你们共鸣的资讯与灵感。

我们感谢你们这样的好意，因为它允许我们自由地说话而不用担心我们会侵犯到你们的自由意志。

你们今晚的问题关乎地外实体(ETs)以及地球实体之间接触的性质。你们询问关于自由意志，以及地外实体对那些地球人的自由意志的感觉是怎样的。

我们从我们自己谈起。隶属于服务太一无限造物者之星球联邦的我们，容我们说，曾在你们遥远的过去，进行接触的实验，并且是面对面的接触。我们发现直接的面对面通讯既不正面也不负面，那个时代的实体只不过感觉这是自然宇宙的一部分，在那个时期，人们认为宇宙充满了各种各样的神明与许多不寻常的事件。

自从我们给出的资讯最终演变成那些被建造的金字塔，甚至那些最有力量的实体也无法维持最初通讯的纯净度，这让我们越来越意识到与地球人进行清晰通讯的困难程度。那些金字塔并没有被用于它们被建造的目的，而是被用于实现那些少数精英、强人、富人之意图。

我们意识到肉身临在与几乎没有扭曲两者不可能调和在一起。我们[包括 Ra 群体，Hatonn 群体，以及 Latwii 群体]选择不再使用任何这类的手段，除了透过一些器皿[好比现在这一位]传讯，做为沟通概念的方式，希望广泛地帮助地球人的灵性演化。

此刻，我们不是唯一来自他乡并对行星地球感兴趣的群体。有许多来自宇宙其他地方的群体对你们的行星感兴趣。这些实体中有些来自星际联邦，他们认同我们

过去与地球人来往的经验，所以，为了维持正面极性的利益，我们全都选择不再出现在你们的人民面前。

我们相信，我们目前在避免侵犯自由意志的可能性这方面，已经做到我们所能的极致了。但是，我们全然谦恭地说，我们不确定，如果我们开口讲话一定不会冒犯听众的自由意志，或说服他们改变对真理的喜好倾向。

这点并未阻止我们继续说话。但这样的关切足够让我们渴望提出一个请求给每一个听到或聆听我们话语的人们，要十分地负责与详加分辨，如此我们的任何话语就不因信仰，或仅仅是我们说了它们，而被接受。每一次接触时我们反覆强调这一点的原因与此有关。

唯一能够让我们避免对那些地球实体自由意志之侵犯的可能性存在的方式是停止通过器皿[好比这一位]说话。可是，地球上不断传来哭喊声。你们当中有非常多人正寻求真理，数以百万千万计。因此，我们前来回应这个呼求，此时我们不觉得自己可以转身离开这个深沉的呼求。

形而上而言，看见你们的星球逐渐觉醒，这让我们感到振奋。我们以此安慰自己，我们肯定不可能造成太多的损害。因为这份讯息已经传开了，越来越多人觉察到自己与邻人是一体的，现在越来越多人觉察到— 爱是唯一的答案。

这个星球的能量在第四密度毕业典礼的准备程度上，与我们在 30 年前开始与这个管道一起工作时相比，已经呈指数倍增。[1]

有很多其他种类的实体寻求对地球人谈话，或寻求影响他们的决定。

所谓的猎户帝国是那些负面振动的实体组成的同盟，他们回应那些希望在负面极性中毕业进入第四密度之个体的呼求。一旦他们穿过机会之窗[那是公正与适当的地球隔离网的一部分]进入地球，他们完全打算冒犯自由意志，因此没有任何道德方面的牵制，同时他们提供自己思想中的负面极性给那些想要在该极性中变得可收割的人类。

但是我们明白这并非你们所询问的那种接触。提问所牵涉到的接触，例如菲莉丝与「九人团体」(the Nine)还有汤姆(Tom)的接触，以及比利-迈尔与那些与他交谈的实体们所进行的接触。

为了回答你们所提出的问题，我们将退后一步，谈论一些有关第四密度的话题，说少许关于第四密度战争的话题做为背景资讯来进一步回答你们的问题，这对我们的回答是重要的。

当实体们从第三密度毕业进入第四密度时，各式各样的事情发生。无论他们选择正面或负面极性的第四密度，从第三到第四密度的移动过程创造出一个新环境。在这种环境中没有罩纱。每个人的显意识与潜意识之间，人与人之间，星球与星球之间，不同密度的实体之间，都没有罩纱。

如此，一个第四密度的灵魂有能力与第一、第二、第三、第四、第五、第六、第七密度进行通讯。这是一个开放的宇宙。

很自然地，该灵魂迅速地做出选择，遮住大部分可以取得的知识，好让进化中的灵魂得以继续它的课程。然而，该实体能进入的所有振动中，关于太一无限造物

者之振动的完整知识仍然存在。

无论如何，毕业进入第四密度都不会自动创造任何的进步不管该灵魂的进化状态是什么。这就好像一个刚从三年级毕业的人第一天进学校学习第四年级的课程，而他所知晓的不比他从三年级毕业时所知晓的更多，第四密度的初学者走向第四密度课程时，只拥有第三密度收割时的知识、觉知与洞见。

在你们上一个主周期，也就是 25，000 年前，那些毕业进入第四密度的实体们感觉到防卫自己的极性免受相反极性的侵害是有必要的，他们好像仍然处于第三密度似的。与这场战争有关的实体来自内在次元而非行星表面。第四密度的流浪者并未加入这场战争。毋宁是，那些加入战争的实体已经达到了收割标准，却选择不进入第四密度，停留在第三密度的内在次元里头。

他们的觉知属于第四密度，可是他们仍然保留第三密度的偏见。所以，他们确信自己必须保护地球上的灵魂免受负面极性侵害。

同样地，那些在负面极性中毕业的个体将与光明进行战斗当做他们自己的事务。他们将光明用于自己的目的，榨取那些充满正面极性个体的力量，将其翻转好让它的力量变得负面。

这场战争的局面，所谓的「天界之战」[2]，是你们的内在次元环境的一部分。来自这两种极性实体中的个体最终在灵性上变得足够成熟并领悟到这种斗争是不必要的。他们最终从第三密度的恐惧中解脱，并能够继续他们的课程，将战争抛在后面。

但是，总是有新进入第四密度的人希望拿起这天界之战的棍棒并做他们认为正确的事情以保护地球上清白的、发展中的第三密度灵魂。

值得注意的是，在所有这些斗争中，对于那些正面极性的实体，他们的意愿完全来自最高理想和渴望，而那些负面极性的实体也以他们自己的方式追求最高目标。存在相当程度的困惑，但该目标并非散播混淆，行为是正直与良好的。只不过，无论个体位于什么密度，他都有可能犯错。

我们自己，正如我们曾说过的，感觉到我们偶尔也会犯错。当然，就我们分享[给参与你们曼哈顿计画的人员与尼可拉实体]的资讯程度而言[3]，我们不明智地提供了过多资讯。

这个机会看起来能够提供强大的资源以减轻地球人努力工作(赚钱)的必要性，使他们能够在这一生有机会工作他们的形而上进化。可是这些强烈正向的人们使用我们的资讯时，他们无法控制后果。

我们是否关切到这些资讯被用来进行伤害，而非我们所希望的只用来帮助？是的，这样的关切一直存在。从我们的每一个错误中，我们已学到了很多。正因为我们关切那些已经发生的扭曲，我们停留在你们的行星环境中，正如以前那样，随时准备通过这样的器皿说话，希望减少扭曲。

当一个人提起如「九人」[4] 这样的实体，它说到的是一群与这个行星的内在次元的某些实体有不寻常关系的实体。组成九人团体的实体，事实上，就是这个器皿所称的亚威(Yahweh)。

这个器皿曾经说到她感觉这正是那个特别接触的称号，而我们确认该资讯确实如此。

如你们所知，亚威与那些属于地球的人群有很长远的关系史，尤其是那些来自火星影响圈的灵魂，随着这一大群实体投胎到地球上，亚威改变了他们的遗传基因，把亚威自己的一点基因混合进来，为了简化这个复杂的故事，容我们说，你们每个人的 DNA，在某种程度上，都携带着这种基因改变。

从而，这个特别的实体包含来自你们地球内在次元的能量。这种能量的某个面相有它确切的地外来源，但它与内在平面的思想型态调和，并成为 75，000 年之前那些来自火星的实体进入地球环境时，他们的基因改造之模版。

这意味着，这些组成九人团体或亚威的实体从来没有成长到能够放弃干涉地球故事之动力或渴望— 当然是为了好的目的。

这个团队对地球人有极大的爱以及诚挚的帮助之渴望。可是，因为他们坚持某些扭曲，侵犯那些基因遭到改变的实体之自由意志，他们没有意识到以物理型态呈现自己在地球人面前，或在一个环境中制造物理变化以让地球人确信他们存在，这些做法必定带来的扭曲。

我们深刻地理解那些九人团体的实体希望在地球上创造某种改变的渴望。因为我们曾实验并来到你们人群中，所以我们理解这种渴望：制造一场(UFOs)大规模降落并宣布新时代之到来，呼唤爱与光，大规模地展示优越的洞见，智力、知识。

我们不同意这会是光照行星地球之意识的更有效策略，我们在数千年以前就放弃

任何这么做的想法。

被知晓为 Jim 的个体在早先所说的降落，不会发生。但是在行星地球上的许多人的心智或潜意识层面中仍有一股能量渴望这件事发生。于是，那些地球人的渴望与九人团体的实体之渴望相混合，创造了一个自我实现之连接，在其中该资讯持续被提供，因为它被渴望。

这一点值得仔细考量。我们发现与像这个实体一样的器皿一起工作是很有助益的，因为她没有表达自我思想之特别需要，如此我们能够通过这个器皿传导我们想说的，而器皿不会因自己的想法增减资讯。与这种没有偏见，不会形成自己的词汇的器皿一起工作是有助益的。

器皿那一方越是有传导特定事件的需求，该器皿就越有可能拿取我们必须说的，接着从我们的思想中创造一点超过我们原本想说的东西，容我们说。器皿的偏见在任何传讯中都存在。唯一的问题是，该管道的偏见在多大程度上影响了产出的资料。

以器皿的一部分经验来作为资料的一部分是有助益的，我们也经常使用这个器皿生命或思想中的故事，而器皿曾经考虑将我们的简单信息涂抹上五颜六色的故事与神话。因为如果我们仅仅提供简单的真相，而不说任何故事，那么我们将反覆地说，「一切为一。那一为无条件的爱。爱是造物者。爱是造物者的屋子，爱是那屋子里一切存有之天性。」

确实，我们对于器皿的个性能使我们的话语更丰富感到感激。但是，与地球人器皿合作并制作灵性上有助益的材料并使其包含最小的扭曲 是一件很细致的工

作。这是我们的目标。无需多言，这并非所有与你们人民说话的人的目标。

被知晓为比利-迈尔的个体在与第四密度的未结盟个体对话这件事上显得有些异常；因为这些个体和服务无限造物者之星球联邦没有结盟。他们，以及这个被知晓为比利的实体，能够提供一些正面导向并激发灵感的材料，感谢比利实体的催化作用。

同时，这些个体并非完全地正面。也就是说，虽然位于第四密度的水平，他们并未经过发展成为一个行星社会记忆复合体，因此他们的行为在很多方式上都是有瑕疵的，根据[对我们如此珍贵的]不侵犯自由意志原则而言。

随着你们调查并研究你们行星的居民与地外实体之间的非常规接触，你们将发现在有历史记载的年代中，相当多的人拥有大量不同排列的经历。一些地外来源与内在次元的来源之间达成了契约。一些地外来源已经成为了内在次元的来源。有一系列令人迷惑的非常规接触。

在许多极性混杂的接触中，有一些资讯是有用的。因此，分辨出那些对个人没有帮助的资讯完全是每一个寻求者自己的事情，通过他的判断，以及聚焦在那些看起来有助益的资讯片段上，再次地，严格依照该个体的判断。

我的朋友们，你们的判断力足以胜任过滤你们可能读到的许多种类的资讯之任务。你们有能力遵从你们的内心，以及遵循共鸣之路。

请问你们是否有进一步的询问？我们是 Q'uo。

R：我有进一步的问题，Q'uo。隶属星际联邦的实体都遵守一个与人类接触的标准途径，好比你们群体的做法，这么说是否正确？

我们是 Q'uo，我们明白你的询问，我的兄弟。大体上说，这么说是正确的。但是，我们自己也曾在你们的主周期中以这种标准之外的方式行动。所以，我们不能说星际联邦的双手在这方面是完全干净的。无论如何，我们相信，我们已经从我们的错误学到大部分的教训，我们希望我们已经找到了最理想的方式来提供有用的资讯而不造成显着的扭曲。

我们是否能够进一步地回答你的问题，我的兄弟？

R：是的。地球在朝向这个周期结束时经验到如此多的地外接触，在所有银河系的行星通过第三密度的过程中，这是否为相当典型的经验？

我们是 Q'uo，我们相信已理解你的提问，我的兄弟。随着行星人口准备好被收割，他们以这种方式寻求灵感，于是那些对这样的呼求感到同情的实体将到来并造访。无论如何，对于一个离收割如此接近的行星来说，同时被正面和负面来源造访是不太寻常的。这种情况一般来说在主周期的开始阶段比较常见。

在第二主周期开始之前，行星通常已经开始选择正面或负面极性。你们行星上的已经作出选择的人口中，绝大部分选择了正面极性。在你们的行星上，正面能量远比负面能量要充足。但是，仍然有足够的负面极性能量来创造一种双重的呼求，既有正面也有负面。这让情形变得模糊与混乱，因为不同于一个行星协调地朝向光明或朝向黑暗，你们的行星在实体们接近毕业典礼的过程中，光明与黑暗之间的动态关系持续进行。

因此，你们的星球环境在接受双重访问这一点上比较反常。同时这种反常严重到使得整个行星需要在这个主周期中被隔离以尝试规范接触的混合程度[如我们先前所说]，如此那些负面振动的实体只能在特定的随机时间与行星地球上的实体交流。

我们是否能够进一步回应你，我的兄弟？

R：我只有最后一个问题了，关乎另外一个主题。但在我说之前，我感觉我需要说，至少从我有限的观点而言，星际联邦工作勤勉并且重视自由意志，这让我深深感到鼓舞，至少对我是如此，既然我是所有其他人的一部分，所以这点对其他人来说也一定是如此。

我的问题事实上与呼求的性质有关。你曾经提到你听到呼求。我很好奇你们对这种呼求的感受如何。这个呼求对你们实体来说是什么？

我们是 Q'uo，并意识到你所提的问题，我的兄弟。我们谢谢你对我们尝试服务地球人口所进行的评论。当然，感受你们对我们的爱，这种呼求对我们来说就像是音乐，我们感谢你，我的兄弟。

不过，在这方面值得注意的是，它并不能消除我们的疑问和关切，关于见证我们自己的真理，以及成为说服者之间的关系。因为我们不想成为说服者。我们不希望推动或拉动人们，除了提供有用资讯，我们不想要做任何其他事。同时从我们的资讯性质中可以明显地看出我们偏向正面极性，当实体觉醒时，我们非常欣喜。

我们工作的哲学面向从来不是完全地清晰，因为，正如我们一开始说的，我们唯一能够保持全然正面极性的方式是不以任何方式去尝试对那些我们如此深爱，并呼唤着我们的实体们施加影响。

现在，我们尝试回答你关于呼求本质的问题。当你们人类的婴儿在晚上醒来，并发现他又饿又潮湿又孤单时，他哭喊着。以他唯一知道的方式呼叫帮助。

所幸，几乎在所有情形下，父母走过来并照料那个小孩，喂养他，擦干他，给他换新的干爽尿布，抱着他直到他自然地回到睡眠状态，满足地知道他被深爱着，他所有需求都获得满足。

就灵性而言，你们每一个人都是一个婴儿。你们在夜间哭喊。你们为得着灵性食物哭喊。你们哭喊着希望从困惑、忧伤、苦难的污垢中得到净化。同时你们哭喊，因为你们孤独，你们感受不到被爱。

随着实体穿越第三密度，他们开始能够处理他们自身的需要。随着他们觉醒并成为灵性的学步幼儿，或灵性的学前儿童，开始选择给他们自己提供天堂的食物，将他们自己从灵性上卑劣的念头和概念中净化，脱离困境并赢得这样的知识：他们并不孤单。因为你们人群之间强烈的困惑遍布各种第三密度经验，大多数实体还没有成熟到能从婴儿床上下来。他们在黑暗中哭泣，而我们的心飞向他们。

对我们而言，有一种巨大的渴望 伸出我们的手让婴儿稳定下来，喂养婴儿，给予这个可爱的婴儿灵魂一个新的开始、一块干净的尿布、满腹的爱，轻轻地摇晃他的摇篮。

做为提供帮助者，随着我们实验各种方式回应呼求，我们希望自己变得更加成熟。同时我们能够确定地说，属于行星地球的人群已经开始变得更加成熟，它本该如此。很多人已经从摇篮的状态进入了学前班、进入小学、进入中学，并且最终能够及时从第三密度毕业，最终变得成熟，知晓爱的食物是为他们准备的；知晓他们但愿远离任何非真实爱与光的东西；知晓他们并不孤单。因为当他们付出爱，他们也获得百倍、千倍，无可抵挡的爱。

对实体们来说，困难的部分是第一次的觉醒。而我们正是为此前来回应。

我们的爱保持无瑕疵。我们并不知道在处理和你们行星人口有关的事务方面 我们离完美有多远，但我们确信我们曾犯了许多、许多的错误，我们为此谦卑地请求你们的宽恕。

这个实体以及这个小组的能量开始衰微，所以我们感谢该器皿，并在爱与光中离开她与这个小组。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。

Adonai。 Adonai。

***

(C)2010 Translated by 随它去吧

(V)2010 Reviewed by c.T.

原注

[1] 星际联邦的实体们从 1974 年起与 Carla(器皿)一同工作

[2] 有兴趣的读者可以在维基百科寻找这个神话般的事件，关键字: “War of Heaven”

[3] 这里提到的尼可拉，英文全名为 Nikola Tesla.

[4] 请参阅英文书 Uri 的附录，记载九人(Nine)的通灵资料，作者: Andrija Puharich

☆ 第 0909 章集：催化剂与我

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

2004 年 5 月 2 日

小组问题：我们今晚的问题是关于催化剂，以及判定什么是我们的催化剂. 我们想要一些资讯帮助我们判定什么东西是我们人生中的催化剂，以及我们应该把焦点放在什么地方.

问题的第二部分是: 催化剂如何被处理，当处理成功时，我们彷彿可以轻快地看待催化剂; 能够注视催化剂并发展出某种包容与耐心.

当催化剂过程走偏了，经常导致我们感觉挫折、愤怒、疑虑、沮丧. 所以我们希望 Q'uo 给我们一点资讯，关于如何保持在正轨上，在发展包容与耐心的品质之际，如何避免挫折与愤怒?

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则. 我们在太一无限造物者的爱与光中问候你们, 在他的服务中, 我们存在.

今天, 我们感到十分荣幸与蒙福, 接受你们的呼叫来到这里, 我们全心感谢你们. 成为你们冥想的一部分, 并且与你们分享我们的想法, 这对我们是个大帮助, 因为这即是此刻我们希望分享的服务.

我们为地球人从事各项服务, 但再没有比同这个特殊团体说话更让我们愉快了;我们感谢你们保持热切的态度, 并对真理抱持开放态度.

一如往常, 为了保存自由意志, 我们请求你们每一个人谨慎守卫自己的辨别力量, 在聆听我们的话语的同时擅用辨别力. 要知道, 我们不是什么权威, 只是行走在同一条路上的同伴, 了解这点是重要的.

你们今天的询问是有趣的, 我们谢谢你们询问催化剂这个主题. 我们要提供的讯息是简单的. 造物有一个振动特性; 不同的能量场构成你们的身体, 不管是物质的或无形的, 它们都以一系列的和谐波振动着, 全部加总起来好比你们交响乐团表演的曲子. 所以你们每个人都是某种独特的振动, 与你周遭的人共振产生和谐波, 接着是整个星球、宇宙、造物主, 都是一个整体. 这些振动可能受到任何数量的刺激因素扰动或改变, 这里说的包括肉体、心智体、情感体、灵性体等等.

那么, 催化剂这个词汇用来形容某个东西, 自身不会改变却可以在能量场中创造改变. 在化学实验中, 有一个小箭头用来表示催化剂只走单向, 一个化学反应不会来回运行, 只会向前进; 你们经验的催化剂也是如此.

一个人无法回头看，也无法走回头路；不可能重复一个人的经验.

经验与催化剂好比是一个螺旋，虽然你每次遇到相同类型的催化剂，你有新的机会去认出这个催化剂，找出催化剂之触发器(trigger)的精确位置，检视催化剂的方程式：什么元素进入该化学实验中，什么东西正在”烹煮”中，什么东西在实验过程中跑出来？接着，如果你选择使用意志与修炼，去除你各种情绪、思想中的[容我们说]化学药剂，从而改变方程式，改变这个小小实验的结果.

现在，让我们更仔细地注视这个模型，我们使用触发器这个词汇描述催化剂的作用. 在每个人投胎之前，都有一组谨慎安排好的内建起因，设立特定的偏好环绕这次的能量链结点(nexus)，代表这次人生的机会. 当他选择好双亲、身体等等要素，这个链结点产生效力，空间/时间的卷轴为你展开，透过诞生过程，你进入一个肉身，开始揭开伟大精采的故事，那就是你的人生.

所以，有一个催化剂的来源是持续可靠的，可以松散地称为指引或高我或命运.

因为在你的游戏计画[容我们说]中已植入重复的周期，引介特定的催化剂进入周遭环境，好让你可以工作特定的平衡与偏见，位于一个或数个能量体. 从这个催化剂来源，你可以辨识出重复的催化剂种类，指向人生的课题，做为寻求者 你开始看入这个游戏计画；开始不认为自己是环境的受害者，而是策划这一切的人，只是有时候闪神，忽略了某些事. 如果你可以建立这种态度，在压力来临的时候，你就可以对自己说：“你对这个状况真的有责任，但 老天，你似乎有点忘记催化剂模式，现在有工作要做囉.” 然后你可以工作自我，辨识催化剂，找出触发器，或改变环境. 最后，跟过去相比，你成为一个更有力量的人.

生命中原本一些无害的细节经过催化剂作用变得强有力，每一次你能够辨识出该催化剂与触发器，你就多学到关于自己的知识，并开始有意识地承担学习的责任. 每一次你能够在催化剂来临的时候想起这是游戏计画的一部分，你就越能保存力量，最终，你能够带着真诚的怜悯，睿智地使用这股力量(power).

我们使用力量这个辞汇，因为当催化剂促使一个人去反应，虽然催化剂是单纯天真的，它也没有要求力量，但它确实有力量.

唯有一个人开始看见这些重复、周期性的测试，看见催化剂进入环境的过程，他才与催化剂进入安定的关系；接着怀抱着热切与新鲜的态度，邀请即将到来的催化剂，并期望下一个催化剂、下一个测试的到来. 当一个人开始有这样的态度，将产生可观的力量.

当你最后对改变、学习产生食欲，你就越能够呼唤人格的修为，特别是在困难或恶意的催化剂升起的时候.

我们承认，凝视这个器皿最近的回忆，我们看见要创造一个安全的环境，好让她完全诚实地注视自己的催化剂，这件事并不容易. 我们看见自我碰到催化剂很容易受伤，特别是在青少年或孩童时期；每个人都会保存所有过去的催化剂，只要它们还能够制造进一步的学习.

依据你自己的游戏计画前提，只要你还没完全学完此生的功课，你将持续接收螺旋性、周期性的催化剂，测试你的反应. 这不是一个要令寻求者发疯的计谋，毋宁说，这是检查自我的必要方法，看看自己到底站在人生旅程的何处?

最终，以特定的方法，催化剂进入意识，通过意识，然后离开却不引起任何反应；这个实体仍然觉察该催化剂，仍然觉察该触发器，但它发出的声音不再大声，因为这个实体经常工作这个催化剂，成果良好，所以不再对它起反应；催化剂的作用终于被中和了．只要某个催化剂会带给你能量反应，就代表你需要持续工作该催化剂.

因此，我们建议，不管催化剂何时升起，最有效率的态度就是感谢它、开放自我迎接它，如果它是困难的催化剂，请求它快速地流过，不要放置任何的阻挡.

有技巧的寻求者会跟催化剂一起坐着，允许它穿越自己的能量系统，允许它创造情绪的改变与反应．自我仍然可以是观察者，见证这些反应、感觉、当下的各种表达.

工作催化剂的目的不是要打败它，而是与它合作，移动进入催化剂，进入能量的节点，看看为什么箭头在那里，为什么能量反应在那里，这股能量跟哪些脉轮比较有关，等等.

然后找到那触发器，找到自我受伤的部分，注视那触发器，看看它潜入自我有多深；接着请求更多地理解它，不是为了除去它，而是向它学习，吸收它，成为它.

当你臣服于这个集中能量的节点，内在的魔法组成部分也随之增长，因为寻求者积极面对催化剂的过程中，他们的信任与信心随之增长.

凭着这份信心，寻求者知道自己处在至善者的手中，知道自己处在神圣指引的手中，并且知晓在催化剂过程的尽头，可以献给造物主一份更大的礼物，因为能量

体的平衡在你工作催化剂之后获得改善，于是更靠近你投胎前希望达成的目标.

关于如何辨认催化剂的问题，这个问题似乎太简单而无需回应，然而，这个询问依然存在，所以我们只简单地说，当一个人的心情受影响而改变，这个改变可能是微不足道、瞬间即逝，那么，这里头没有什么学习可言.

或者，这个改变比较有意义，事关重大，彷佛是一记响彻云霄的钟声，造成你的振动突然改变. 这类催化剂发生的时候，结果是寻求者更多地与造物主协调共振，通常这个状况被视为正面的，感觉至福、喜悦、平安是令人欣喜的，于是寻求者只需为此欢庆.

不过，有时候情况恰好相反，催化剂导致自我紧缩，远离合一与一体性的感觉，那么，这情况被视为一件"坏事". 这种态度总是要被检视，因为深藏在每个寻求者的心智中有着各种偏见，你们纯正地想要在此生工作它们，直到你获致平衡，感到满意为止.

若一个人能够毫无畏惧地工作催化剂，当感觉催化剂效应时避免紧缩自我，这么做将给自己极好的协助，逐渐能够有意识地生活; 这样生活的人就真的是山丘上的灯火.

生命的礼物是美妙的，当寻求者能够看见这个有些枯燥无味的催化剂过程其实发生在无比美丽的伊甸园中，他的人生之旅就变得欢欣鼓舞、美味可口，成为一场壮丽之旅; 那是每个呼吸之间蕴含的潜能.

每个人的内在无止尽地寻找实相: 自我的实相、生命的实相，也就是存在的地基.

你将无法找到它，只能找到它的一些影像，无论如何，你能够成为存在的地基，你能够成为本质. 就许多方面而言，做事、思考、工作催化剂，这整个过程最后的目的就是将你递送到存在的地基.

我们鼓励你们不要允许自己太过投入学习的过程，以致于无法接触当下此刻.这就好比是杂耍球戏，在表演过程中有这么多东西要思考，还要执行许多动作，当你耍球的时候，难免会掉球，即使在这个时刻，同样是球戏的一部分. 所以，你掉球的时候无须批判或苛责自己，只要鼓励自己优雅地、气派地、幽默地拾起掉落的球.

最后，你们询问如何避免悲痛的感觉，以及如果鼓励自我不要偏差地使用催化剂.

我们建议把这个题目留到下一次 再来深入讨论.

但我们现在可以说个大概，一个人几乎无法预先看见自己即将变得苦涩、愤怒、满怀戒心等等. 所以，一个人无法预先防范这种状况，当某个催化剂碰撞这个人，他发现自己不管为了什么原因，变得很不快乐. 当你掉到一杯汤里头，你对自己抗议弄湿或跌落是没有用的; 当一个人与催化剂纠缠在一起，这个挣扎中的人可以将能量聚焦到两个方向之一，他可以尝试漂浮在汤面上，或努力尝试跳出这杯汤. 爬出这个滑溜的瓷器杯不是容易的事; 然而，那些选择漂浮在汤面上的人注定要重复这个过程，虽然绝对不会溺水，但也没有可观的努力，故无法创造一条意志的阶梯，允许自己爬上阶梯，跳出这杯汤.

无疑地，漂浮在汤面上，埋怨自己的困境，这么做是简单的; 若一个人真想跳出这杯汤，他必须收集能量，凭藉着意志与信心创造出一条阶梯，跳出这个局面，

重新找回自我，不再是某个困境的受害者...

我们发现我们的时间用完了，该是开放简短问答的时候，此时是否有任何询问?

J: 六月 8 日将有持续八年的金星凌日(Venus transit)，直接将我们带到 2012 年. 我不禁要问你的意见，这是不是一个重要事件，或只是众多通往扬升过程的小事件之一? 我们是否应该认真注视这个事件，帮助我们通往较高意识?

我们是 Q'uo 群体，觉察你的询问，我的姊妹. 我们相信那些拥有直觉礼物与深入占星学知识的人们能够撷取到这些资讯. 关于恒星的运动与它们对地球身体以及你们每个人的影响，总是有许多可以学习的. 无论如何，我们看见越来越多人开始觉醒，变得越来越有意识地活着、照耀光芒; 这个因素对于你们人群最终的结果影响更为深远，容我们说，胜过任何宇宙的影响力. 在这个时候，许多事情取决于地球上所有人的心与手.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

J: 不了，谢谢你们.

我们感谢你，我的姊妹，此时是否有另一个询问?

G: Q'uo，我手上有一些来自海外读者的问题，首先是 B 的问题: “1987 年，我失去工作，婚姻破碎，丢下我的老婆与孩子，失去生存的渴望. 我完全交托自己的生命给源头，那是我的'转戾点'，从那个时候起，我踏上灵性的路程，再婚并且活得很快乐. 然而我的前妻与孩子对我有苦涩的滋味，有些时候我对于抛下他们

感到内咎. 我会很感激 Q'uo 的意见，关于我们在灵魂层次的关系，或业力关系，请给我们一些指引去治疗伤口.”

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的兄弟. 我们要说，B 实体与他的前妻的真实关系是一体性. 你们此时经验的能量可以透过我们先前说的内容检验，可获得成效; 包括你们之间牵涉的催化剂、触发器，你们在这个特殊课程中共享的偏见. 通常这份工作无法跟对方一起做，所以如果 B 实体愿意穿上对方的鞋子，从前妻的双眼去看事情，静静地坐着直到充分理解这个催化剂的特殊节点与牵涉的动力关系. 过去世之类的细节不是我们喜欢探讨的，因为我们希望这些评论在全时间对所有实体都有帮助.

这里牵涉的灵性原则是一个人对自己的行动负责，即责任原则. 当一个人充分接纳自我，完全宽恕自我，充分地欣赏当下此刻，那么该询问中表达的关切都只是细节，它没有力量去更改自我里头的意识. 我们鼓励 B 实体阅读这个器皿在这次冥想中传导的第一部分(回答小组问题的部分).

此时是否有另一个询问，我的兄弟?

G: 下一个问题来自 S: “我最近经常看到一个词汇—水晶小孩，我很想要知道关于这些小孩的资讯. 谁是水晶小孩? 他们跟靛蓝小孩有何不同，你可否告诉我他们来到地球的目的是什么? 我感谢有这个机会发问.”

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的姊妹. 从我们的观点，所谓的靛蓝小孩与水晶小孩几乎没有差别. 这些称谓指出他们拥有一个双重启动的第三/第四密度身体，使得这些小孩在长大以后，比较能够适应第四密度实相. 既然第四密

度已经来到，人类活在第三/第四密度的综合氛围中，所有人都更有能力在细胞层面工作自我的 DNA，提升意识，好在新实相正在渗透第三密度的过程中站稳步伐.

这些小孩的 DNA 在某种程度上已经获得更改，因此他们更有能力工作自我的 DNA，无论如何，他们在这里的角色是拓荒者，就第四密度的角度而言，他们来到一个非常基本与原始的环境，他们奉献这一生以帮助建立第四密度，成为光的桥梁，他们提供意见给那些愿意聆听的人. 换句话说，他们来到这里放射光与爱，如同所有实体一般. 这些小孩的高我希望他们的放射过程会提供更多功效，因为他们具有双重启动身体的优势.

此时是否有另一个询问?

G: 最后一个来自国外的询问. T 问: “孙逸仙博士是中华民国的国父，虽然这个共和国的命运艰辛，如同他的一生. 无论如何，不分党派，不分地域，他获得许许多多人的尊敬. 如果可能的话，请 Q'uo 评述孙逸仙博士的人生?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 这个实体的能量属于心轮，然而，他的能力包括沟通. 这个实体是个杰出的蓝色光芒存有，他能够激励与领导众人，因为他的沟通奠基于慈悲与人道胸怀. 这个实体大大地给出自己，他的习惯与内在修为堪称典范，创造出一个声望崇高的人生.

G: 我个人有个问题. Ra 曾说”需要某种欠缺扭曲的水平才能透过水晶取用智能无限.” 所以，Q'uo 可否多描述一下这个水平，是否有任何明显的征兆表示一个实体已经抵达这个水平?

我们是 Q'uo 群体，魔法工作的明显征兆是环境突然产生深奥的改变，反映出明显的同时性. 确实，同时性是一个标记，指出一个人的内在已经启动特定的魔法状态.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

G: 或许突然的改变不只反应外在物质界的同时性，它也会给予一个人空间、自由，并使他可以去爱先前无法爱的对象?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 这样的境况可能发生，我的兄弟.我们可否进一步回答你?

G: 不了，非常谢谢你们，Q'uo.

我们感谢你，我的弟兄. 此时是否有最后一个询问?

D: 当一个人在经验骄傲与傲慢的扭曲时，要如何辨认它们?

我们是 Q'uo 群体，觉察你的询问，我的兄弟. 我们微笑，因为我们觉察这个器皿正密集深入地涉入这个询问，在她最后的一点时间内. 因为这个因素，要回答你的询问比较困难. 无论如何，我们可以说当自我进行内在沉思时，开始非难另一个人，很有可能骄傲与傲慢已经升起; 当自我察觉典型的阴郁状况升起，批判的滋味进入口中、进入心智里头，那么自我可以确定需要修行谦逊的功课，这样对自我是有益的.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

D: 已经相当足够了，谢谢你们.

我们感谢你，我的弟兄，也感谢在场每一位. 这个团体对我们是天赐的祝福，透过这个器皿与你们讲话是多么快乐啊! 我们全心感谢你们，但愿你们每个人知道我们的心中有你. 任何时刻，只要你在冥想中希望我们的陪伴，你只需要求，因为我们爱你们每一位. 你们每个人都是出色美丽的，感谢你们与我们聚会，分享这次的经验.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. Adonai.

我们是 Q'uo 群体.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0910 章集：爱与光早期资料 #1

编者的话

定期'收看'爱与光图书馆的老朋友大概都注意到其中有两个奇特的系列: 选集四的"棕皮书"(the Brown Notebook)，以及从选集五开始连载的"人类、意识与理解"(Man，Consciousness and Understanding). 它们都来自底特律的通讯小组，可说是爱/光研究中心的前辈/先驱. 所以，沿着历史的脉络，让我们开始探索爱/光研究中心最早发表的通讯资料吧! 既然 1981 年是 RA 通讯元年，那么，在 1981

年之前发表的资料应该就可以归类为爱与光早期资料囉! 不管怎样，希望读者喜欢这个系列，并从中得到一点启发或安慰.

L/L 研究中心的新书<Channelling Archives，Vol#1>封面

什么是成熟?

Copyright © 2005 L/L Research
冥想-成熟[1]

1972 年，三月 [日期不详]

(Don 传讯)
我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

再次与你们同在真是荣幸.

我正透过这个器皿说话，因着你们的要求，我将对你们谈论成熟(maturity)这个主题. 如同你们已经表明的想法，这个概念可能跟你们一般人认为的东西不大一样.

我的朋友们，成熟事实上是灵性的成熟，除了灵 再没有其他东西. 你们每天体会的物理幻象，除了它对灵性自我的作用以外，没有什么重要性.

朋友们，首先领悟这个事实就是成熟的开始; 其次，成熟是有能力管理自己的意识，并且持续地推动这个成熟过程.

不幸地，在你们享受的这个行星上头，很少人真正去管理自己的基本意识；所以，只有很少、很少的成熟度. 首先，你们要了解每个念头的价值，然后拒绝接受那些没有价值的念头. 这个星球上的人类每天生活的念头大部分都欠缺成熟度，为此，你们可以考量地球人类都跟小朋友一样. 他们每天的想法，彼此的沟通，让他们保持在这个状态下，好比自我传播一般.

你们或许会问，如何选择有价值的想法，如何辨别无价值的想法？朋友们，非常简单，你只需要分析这个想法与人的真正目标之关系. 如果这个想法具有真正的重要性，也就是说 具备真实发展的特质，可以发展你的意识或沟通对象的意识— 那么，这就是一个值得保存的想法. 如果它无法发展意识，那么 它八成只有一点点的价值.

你们的每一个正面或负面念头都是重要的，如果这个念头无关紧要，辨认出它的无价值是重要的；如果这个念头是重要的，你得放大它、利用它、沟通它，否则它的价值就会越来越小. 朋友们，成熟首先是有能力去这样思考，其次，以你这样思考的方式去行动.

你们地球人每天产生百万千万个念头，其中只有很小、很小的百分比跟成熟有关；也就是说 只有很小、很小百分比的念头与促进灵性发展有关.

什么是灵性发展？就是成熟的过程；以真实无偏的观点去分析你觉察的每件事.为了做到这点，一个人必须能够辨认出真理，主要透过冥想的技巧来辨认真理.

关于成熟，我想要分为三类来讲说:

1. 幼儿式成熟
2. 诱导式成熟
3. 绝对或全面成熟

地球人高度地误解了幼儿式成熟，当一个婴儿投胎到你们的环境，他通常已带有某种程度的成熟；并不需要透过任何教育系统去引发这个成熟品质．只需要警醒他有可能透过自己的智力过程去促进灵性的成熟度．不幸地，你们的宗教系统大部分没有提供这类的刺激．

为了让幼儿式成熟进步到某个可接受的程度，我们推荐以下方式：让婴儿在最早的可能时间觉察自己有责任与全体自我进行智能沟通；这个过程通常透过仪式的技巧、欣赏大自然的力量．你们大部分的宗教系统采用的仪式相当没效用，因为它并非自由给予，没有给人接受或拒绝的空间．

接着我要说的是诱导式成熟，这在你们目前的社会中是常见的，然而这种成熟是虚假的，一种透过各种社会系统诱导的成熟．每个社会系统以智力的方式沟通某个假定的成熟层面，却与绝对的成熟没有任何关系．因此许多人调整自己的思考方式以达到社会系统假定的成熟标准，在这过程中产生许多冲突与困惑．

你们目前的社会以发展智力为主，因此一个人要被社会公认为成熟的人，他必须了解公认的聪明行话，包括一长串荒谬又无意义的概念．

最后我要说的是全面或真正的成熟．朋友们，只有一个方式可抵达真正的成熟：冥想．我们已经说过许多次，你无法透过任何智力的机制到达那儿．先前提到的

分析过程必须有冥想做为基础，否则你的分析就不够全面.

当你充分地精通冥想的艺术，智力就变成一个有用的工具，协助灵性的发展.

所以，朋友们，每日冥想是多么重要啊，它不只打破智力与灵性之间的屏障；也打破所有横亘在灵性与伟大全体之间的屏障.

我希望在这次的讨论中，我对你们提供了一些服务. 我知道，在你们目前社会的参数中要讲这个主题是困难的，但我们认为它是非常、非常简单的.

很荣幸同你们讲话. Adonai，我的朋友.

我是 Hatonn.

[在本次录音的尽头有以下声明]

路易维耳市，太空冥想团体聚会

周日— 初阶集会
20:30 讨论关于冥想、太空故事的影片，以及相关问题等等
21:30 冥想
[名字、地址、电话]
如果你们对于这次集会的时间与地点有任何问题，请拨打以上的号码.

[录音带结束]

原注:

[1] Carla 的回忆:

那个时候，我在斯伯丁学院选了一门教育与发展心理学，为了拿到学分，我要写一篇关于成熟的论文.

我为此广泛地研究在这个领域中，人们怎么述说成熟; 几乎都是从一般心理学的角度讨论行为的成熟. 我感到这个角度肤浅地难以接受，因为成熟有如此多的层次，并非都跟行为有关. 在当时，没有任何文献涵盖这些，于是我求助于 Hatonn. 这次的传讯对我来说是完美的，内容呼应我的感觉，于是我用它来撰写这篇论文.

可怜的教授! 她给我的评分是 A，但她拜托我不要跟任何人分享这篇论文，因为她很可能因为认可一个无形的源头而惹上麻烦.

我把这篇传讯做为我的论文的附录.

☆ 第 0911 章集：时间与空间

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

1973 年，八月 [日期不详]

(Don 传讯)

我是 Hatonn，我与这个器皿同在，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我觉察你们的问题：如何理解时间．我将尝试教导你们关于时间的本质．我确定这主题对你们而言并不简单，但对我们则非常简单；因为我们觉察时间的方式跟你们不同．

朋友们，时间位于你们的心智中，事实上，只有当下，只有此处．在你们的世界中，空间与时间看起来有种交互作用，那是因为你们的世界被设计来生产这个幻象．在你们享受的目前状态中，这幻象是必须的，它提供特定的催化作用协助你们持续进行灵性成长与进化．

无论如何，时间完全与空间独立，空间完全与时间独立，事实上，它们之间没有关系，两者都没有意义．只有一个地方，只有一个时间．

我将在这个时刻[如果你愿意允许这个双关语]呼叫另一个实体对你们说话，听他说话可能会有一些帮助，因为他们比较不简单，因此会耗费比较多时间，对不起我处在开玩笑的心情中，但我发现这个主题有些幽默．

我在这个时候离开你们. Adonai.

[停顿]

我是 Oxal，我与这个器皿同在，我被呼叫来讲述时间的本质与实相．时间是个场域，好比你们的电场、磁场．但我的朋友，什么是一个场域？一个场域是一个效应，场域位于你们的心智中．一个场域在不同的距离点有不同的效应，时间也是如此．如你们最近陈述，时间与空间是彼此相依的．也有人说它们是完全独立

的，彼此没有关系.

这两组声明都是真实的，端看你们观点. 地球人目前还无法领会造物中维度的数目；所有这些维度都是由单一地方、单一时间组成；因此，单一的维度，(而)它没有维度. 不过，有必要以你们所在的地方做为起点，接着走到你们将存在的地方.

所以，我们讲述说你知道的时间，接着尝试引领你到一个你将会知道的地方.

时间是个场域，它与空间相依；空间是个场域，它与时间相依.

为了这个原因，你们辨认出一个交互作用的特性. 这两者之间的关系是位移的第三乘幂；可以用一个简单的算式来辨识: T3 除以 3 等于 S3. S3 除以 3 等于 T.

有三个维度，因此使用数字"3"，同时做为乘幂与常数. 这个场域的可渗透性仰赖交互场的速度. 你们目前的常数，也就是你们说的光速，即是这个场的基本速度. 你们所知的物质，它的可渗透性依赖这个常数. 换句话说，朋友们，你们世界的密度与时间相依.

凝结为稠密形态的起因是空间/时间实体与渗透性之间的交互震荡. 物质的基本密度是光速的函数. 在每个密度中有六个空间(维度)与六个时间(维度). 在你们目前的形体与觉察状态中，你们认得三个. 你们在睡眠状态中旅行其他三个. 在做这件事的过程，你变得经常与清醒状态的觉知不相匹配；为了这个原因，你能够感知到清醒状态中的未来事件. 无论如何，未来是幻象，过去也是幻象，只有当下实存.

这是个难以讲述的主题，一个实体要如何使用幻象系统中制造的数学去描述一个完全超出幻象边界的真理?

无论如何，有可能做特定的陈述，描述空间与时间的关系，帮助一个人在有限的系统中去理解时间现象系统的作用与限制.

你们可以把空间想成是线性的，把时间想成是立体的、具有体积. 或者，你可以倒转这个过程，如你处于现在的限制一般，考量空间是立体的，时间是线性的.

依照你思想的限制，这两者都可以被视为真实的. 有可能在空间中线性移动，而在时间中立体移动，全都是一样的运动，你可以同步地觉察到所谓的过去、现在、未来.

时间与空间并非截然不同，它们是相同的、合一的; 虽然它们有交互作用的关系，难道 1 / 1 = 1 不是事实吗? 只有太一，我们全都是他的一部分.

有六个维度，但你们必须用三来谈论，时间是个场域，它从物质的每个原子核中全方向地放射，T = S3/3. 在此，T 表示时间，S 表示空间.

我乐于在你们的未来谈论这个主题. 不过，我们认为你们需要好好考量已讲述的这些内容，如此，进一步的教学才会带来更大的好处. 建造一座桥，横跨语义世界与存在之地，这是很困难的工程. 但，我们愿以任何可行的方式服务你们.

我是 Oxal，我在这个时刻离开你们. Adonai vasu borragus. 很荣幸与你们相处一段时间. 平安与你们同在.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0912 章集：我的旅程特别冥想

2005 年 8 月 24 日

J 的问题: Q'uo，请提供任何跟我的灵性旅程相关的资讯，特别是在这个时候，对我有帮助的资讯.

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则. 我们在太一无限造物者的光与爱中问候你们，在他的服务之中，我们今天来到你们这边. 我们至为高兴同你们讲话，我们感谢你们挪出这段时间询问我们的意见.

一如往常，我们单纯地请求你们至为谨慎地聆听，辨别我们说的每一句话. 我们不是凌驾你们的权威，我们只是提供意见，虽然可能是有些见识的，却不一定适用于每一个读者; 所以，如果你们同意很小心地聆听我们，只追随那些产生共鸣的话语，如此，我们就可以更为自由地讲话. 我们感谢你们考量这点.

对于 J 实体，我们要说他行走的灵性旅程是晴朗与明亮的. 有时，当实体要求我们检验他们的寻求途径，我们可以看见特定数量的扭曲与困惑. 在你的情况，我的兄弟，我们看见你怀着谨慎与喜悦踏出每一步，你具备一种宽广的感觉，不会担忧其他人的意见，如此的态度大大地解放你，使你能够以慎重的、悠闲的方式

去检验每一天面对的题材. 双眼、双耳与其他感官向你报告各种资讯，你花时间去注意并追随你接收到的线头.

我们恭喜你已经达成相当大的成熟度，特别在考量以下的现象之后: 在你们居住的第三密度中，急促与匆忙似乎是普遍的慢性流行病.

我们也对你说，你为了这些已成就的特征付出一些代价. 当你持续走在这条道路上，我们鼓励你单纯地追随那些在当下提供给你的线头.

在非常聚焦与集中的寻求过程中，你自己没有意识到，已经将某些门户关闭了.

我们向你们保证，你无须去取回某个已经失落的东西，而是要平衡自我，带入一个更为和谐的配置. 每日生活的经验将提供你充足的线索与暗示，导引你越来越能够展开双翅，感觉真实的平衡，于是没有丢下任何宝贵的特征.

总的来说，我们敬重你为了维持灵性寻求所做的工作; 我们只想鼓励你继续目前的步伐. 此时，关于如何改善你的行旅，我们没有特定的建议.

如果 J 感到满意，我们愿移动到下一个问题上. 此时，容我们请 J 实体说出第二个问题?

J: 我花了 20 年以上的时间与扶轮社(Rotary Club)组织一起工作; 我感觉这是一份服务他人的工作，你们可否肯定这点?

我们是你们知晓的 Q'uo，我的兄弟，我们当然可以肯定在这个可敬的组织中工作

确实是服务他人的工作.

的确，有许多、许多方式可以服务他人. 一个人可以在他的社群中调查并发现各式各样的服务机会. 一个人可以做许多事，全部都是值得的.

然而，当一个人在某个团体中工作，他从事服务的机会会扩展许多. 一个服务团体的伟大价值在于它以两种方式反射: 首先，该团体将它清楚的意图反射进入这个世界，一个团体可以执行各种计画，有系统地去服务社群，稳定地、可靠地长时间提供服务. 这需要一群人愿意活出自己相信的理念，真实地服务他人.

这样一个团体有一个隐微的好处，那就是该团体中的成员提供彼此学习认识自己的机会; 这个器皿经常说到许多人带给她的镜子反射效应. 当然，当一个团体有意识地想要提供服务，为了一个共同的目标去努力，将大大地强化这个镜射效应.

此时，容我们说，请提出第三个问题?

J: 我感觉自己的极性已经超过 51%服务他人，你们可否确认这点，并提供任何你们感觉有益的评论?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟.

在这个时刻，我们可以肯定你的服务水平值得嘉许，良好地接近毕业的能量.

自然地，直到你走过大门进入更大的生命，我们现在看到的你的图画是未完成的.

唯有在你走过那扇大门之际，你的人生签名才会写在这幅图画的角落上. 那将是你最后的极性读数. 无论如何，在不冒犯你的自由意志的前提下，我们敢说你很有可能继续保持这个服务他人的水平，或进一步改善它.

我们愿意对极性与毕业的基本概念做些一般性的评论. 你们人群通常不理解达到51%或更高百分比的服务他人是极为困难的. 就我们的看法，它跟达成 95%服务自我是同样地困难. 在服务自我的道路上，很明显地，需要高度地自我锻鍊与控制为了在任何时间中达成 95%控制他人，这个困难度是赤裸裸的. 要达到这样的极性，没有人会质疑这是个极度困难与充满挑战的功绩.

人们会问，为什么相反极性的标准不一样，95%服务自我对比 95%服务他人似乎比较平衡?

无论如何，这个第三密度的定向发展并非朝向一个中立的世界，而是一个偏向服务自我的世界.

就某个程度上来说，这个星球的创造者有目标地接受这个事实，也就是说，在地球的第二密度尽头中，包含一种定向，若以第三密度的考量与词汇来转译，它的天性似乎是服务自我.

就第二密度的角度而言，你们的身体是从类人猿(great ape)发展而来，仍包含类人猿的定向— 保护与捍卫氏族的本能，提供氏族生存所需的食物，这个定向既非服务自我，也不是服务他人，只是单纯的本能.

当第三密度开始的时候，这个本能被带进来，因为人体继承类人猿的基因特质.

这个本能与身体是第三密度的一部分，为了提供具备意识的人类最佳可能的机会，在这个空间与时间中经验丰富的题材，工作这些题材好探究成为自我是怎样的情况.

我们说这些不是要混淆你们，而是如 Vara 的说法，单纯地给予你们一条基准线.

每个实体都可以选择探究自我到什么层级，在整个自我身分的问题中 有一个表面层次，许多人活在这个层次上 完全排除任何其他的觉知层次. 这即是你们共识实相的层次，注意力受困在每日的琐事中. 确实，在你们的文化环境中，许多人大可以舒服地休息在这个觉知层次中，参与一个似乎是充实与富庶的人生，完全不用醒来，无须参与无限、永恒、无时的宇宙戏剧.

一个人知晓自我外在特征的努力必须配合其他方面的知识，例如社会、文化、环境的概观. 如果一个人有些仔细地观察，他可以看见许多社会制约的参数强烈地倾向服务自我的概念、主题与定位.

容我们说，在你们社会或文化中，一个人的童年受到权威人物，如双亲、老师们的牵引，以致于他的预设位置相当混杂，想像一个摇晃的钟摆，一般人长大后的平衡点大约位于 25%服务他人与 75%服务自我. 这个状况似乎是相当地残酷，不过却是各种共识实相议题交缠在一起的自然结果: 好比求生存、讨生活、捍卫家族对抗外界分化的力量等.

尤有甚之，在天父的无限造物当中，你们的星球情况是很不寻常的，因为实体们在进入地球的第三密度之前早已在其他行星上重复地做出服务自我的选择. 虽然

是无意识的记忆，然而却是建立稳固的习惯，成为一股消极的势力潜在底拉扯一个人的道德或良心，它悄悄地说：“请确定你有好好照料自己，捍卫你所属的家庭与各种组织.”这个倾向再将钟摆的平衡点拉到大约是 20%服务他人的位置.

进一步使事态更为复杂的是一种缺乏集中力的症状，拜你们所处的文化之赐，一个想要努力极化朝向服务他人的实体很容易染上这个症状；而难以维持完整的焦点或注意力. 因此，一个人必须怀着最大的纯粹意图、最完整的奉献，为了纯正地做出一个基础选择：服务他人.

无论如何，一般平常的倾向是分心而失去焦点.

有些时候，这个现象并不明显，但由于周遭环境的特性与基调，自然地预定了这个现象. 为了坚持极化的努力，相较于你们的社会常态而言，一个人必须相当不自然地集中心神. 周围的人甚至会说你充满紧迫感，甚至说你过分着迷于灵性工作；因为他们观察到你努力的程度. 为了支持基础的服务他人选择，这些努力是必须的.

说了这些之后，你或许可以开始看见你在这漫长的旅程中，尝试越来越有道德与良心的过程中，遭遇各种挑战背后的原因.

那么，你应该不觉得奇怪了，51%服务他人为何如此难以达成?

你目前已经达成这个分数，这是件可敬的事；为此，我们对你表示敬意与感谢.

Kokopelli

当你持续在地球的镜子大厅中工作的同时，我们单纯地鼓励你用轻快的步伐去平衡持续的努力与专注的焦点. 如此，你能够享有美好的良心以及喜悦、欢笑.

我们给予这个器皿一幅 Kokopelli 的图像，好更明显地连结幽默，甚至是淘气.在灵性寻求的过程中，一个寻求者全神贯注在灵性道路上，很容易失去幽默感;造成肩上的负担越来越沉重，最后变得难以负担.

我们希望这些评论帮助你衡量这个问题: 做为 J，在肉身中经验这一生是怎样的光景啊!

我们觉察你清楚灵性的真实本质，但比较不清楚要如何透过肉身、显化带出深层自我、深层真理.

此时，我们可否拥有你下一个问题?

J: 由于我的声音现在不再宏亮，无法持续教学工作，我能如何运用我既有的知识去帮助他人?

我们觉察你的询问，我的兄弟. 这个问题是关于一个人年岁渐长，正在接受岁月带来的改变.

我们愿以两种方式回应.

首先，我们要说一个教导/学习圈子不必须很大才能带来帮助. 这个器皿很喜欢引

用 Ra 团体的一句话: “如果一个实体受到启发，难道不是全体都受启发?”

在这个圈子的人将会问你一些问题，当他们发问时，我们鼓励你自由地分享你的东西; 如果你只跟一个人说话，并使他获得帮助，就形而上的观点，这个成就跟你同一群听众讲话的价值是一样的.

再者，在你的人生中，将出现一种机会，好比某个人寻求你的商业谘询，或在某方面的指导. 这些机会就如同一个小型的教导/学习圈，一对一的方式. 这些是非常宝贵的机会，虽然你提供一切所有的知识给一个很小的听众圈; 然而 这个听众圈是一切万有的一幅全像图(hologram).

当你教导一个人的时候，确实，你正在教导人类，而那个从你这儿学习的人，同时也在教导你.

的确，在任何一个教导/学习圈中，那位假定是老师的人，无可避免地，也是学习到最多东西的人.

我们回应的第二种方式如下: 单纯地说，所有极化朝向服务他人的实体都有一个根本服务，那就是做自己的服务，至为深刻地、诚实地、谦卑地做自己.

当一个人的存在达到内在清晰的状态，有多少能量流过他的脉轮系统，就有多少能量放射出来.

你代表太一无限造物者，在你呼吸的时候，在你做自己的时候，恒常地执行能量工作; 这是你们在此生持续给予的根本与核心的礼物. 这个器皿说过许多次，外

在的礼物跟这份核心的礼物相比显得苍白失色.

此时，容我们请求你说出最后的询问?

J: 我感觉自己为了感觉情绪与怜悯而挣扎奋斗. 我如何能够改善或增加我的怜悯心? 或者是一个感知的问题? 我充满怜悯的情感，却无法接触内我的那一部份? 如果是如此，我如何增加自己对感觉、情绪、怜悯的感知力?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟.

你的确充满最深的怜悯与精巧锻造的情感，这是个相当准确的说法; 然而，你在此生的早年时期曾做了某些选择，为了能够肩负这个世界的生意与家庭责任，有效地关闭自我的某些感知窗户.

造成你的能量体中这个扭曲并不是个坏决定，毋宁是一个健全与务实的决定，允许你实践自己的责任，并且在这么做的时候没有困扰.

这个器皿的父亲也是这样一个人，他从未感知内在深沉的情感与怜悯，在他生命的尾声，他曾对这个器皿悲叹着说，他有种忧伤— 无法感觉喜悦或深沉的悲痛.

同样地，这个实体是大萧条时代的孩子，在人生很早的时点，五岁的时候就得出去工作以帮助家人，赚到足够的钱买一家维生的食物; 于是他内在的某些门被关闭，好让他无须去面对当时处境中深刻的忧伤与呼喊; 而是单纯地每天起来工作.

这个器皿的父亲在很年轻的时候就成功地达成自己设定的目标，不管是贩卖报纸

或任何其他工作; 他总是能够履行自己的责任，不带着苦涩或酸楚的滋味去做这些工作，总是带着微笑与欢乐工作与助人.

这个态度开启某个层面的服务他人，它同时也关闭其他层面的感知之门，使得这个实体长大以后几乎不可能放弃小心谨慎，去打开那些允许他经验全部情感的几扇门. 他内在的怜悯深井阻塞了，是他自己的能力造成这个状况，与其在人生中经验愤怒、挫折、暴怒; 他有意识地渴望去服务所有家人，因此他年轻时唯一的选项就是选择怜悯他人，却不怜悯自己. 因为怜悯自己就等于是说: “我想要当小孩，我想要玩耍，我想要一个跟其他人无关的人生.” 因为这个器皿的父亲是一个十分正直与聪慧的人，这些想法，即使在五岁的时候，都是他无法接受的.

我们告诉你这个父亲的故事为了不要冒犯你的自由意志. 我们不能走入你的过去，把那些造成你的感知之门关闭的经验[在早年发生]拉出来. 无论如何，藉由提供这个特殊实体的故事; 我们希望可以表明一件事: 有些人拥有很崇高的良心与服务他人的渴望，但他们可能不经意地、无辜地关闭某些感知之门.

我们希望这个故事给予你一些线索，怀着很大的耐心与关怀，重新回到早年的经验与决定，许可你自己终于可以去经验盛怒、愤怒、狂怒以及伴随而来的罪恶感. 在你这一生，你的确都在存取情感的所有领域，只是在无意识的水平上存取.

这就彷佛你站在沙漠的表面上，没有觉察到有一口很深的水井，你可以降下水桶，舀出满满的失落情感. 在你自己的反思、沉思过程中，你能够进入绿洲，舀取深井中的结晶水，它们来自你存有中一个真实与可靠的部分，那儿完全不像沙漠，而是你的伊甸园.

在这次工作集会的能量耗尽之前，是否还有一个后续的问题，我的兄弟?

J: 你刚才提到我不知不觉地关闭了几扇门，可以工作自我以打开这些门，继续我的灵性成长. 可否请你们简短地阐明这点?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟.

我们无法进一步阐明，我们特别用迂回的方式说法，因为我们无法直接地详述你个人的过程. 我们为此道歉，但我们希望完全不会冒犯你个人选择的力量. 这个问题是你目前的一个主动过程. 我们单纯地鼓励你继续向前，使用你敏锐的观察与创造力去开启那些门.

任何时候，当你冥想的时候，只要你要求我们同在，我们就会前来充当你的电池，当你自己的能量场产生任何颠簸或猛烈波动，我们的能量可以支持你维持稳定.

容我们说，我们相信你，我们爱你. 我们至为欢喜地以这种方式协助你.

我们在此时离开你们，感谢你的人格之美，以及你做为寻求者所具备的正直. 很高兴同你分享能量. 我们也感谢 Vara 与 Carla 实体.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是 Q'uo 群体. Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0913 章集：爱与光早期资料 #2

周二冥想

1973 年 12 月 18 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn，我很高兴在今天傍晚于你们同在. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我与 Laitos 兄弟都在这里，我们将一边对你们说话一边调节你们.

朋友们，花时间在冥想中是非常重要的，非常重要.

我们隶属于服务无限天父的星球联邦，我们与你们一起努力，尝试唤醒这个星球的人群面向真理. 我们尝试过许多、许多次. 他们一直睡得很香甜.

许多人的内在蛰伏着真理的记忆.

许多其他人的记忆比较不准确一些.

还有一些人完全没有记忆.

无论如何，真理在所有人的里内，存在于所有地方.

对于第一类的人，要把他们从沉睡中唤醒是相对容易的.

唤醒第二类的人就变得困难许多. 目前，你们不可能去唤醒第三类的人.

所以，你们不要担忧遭受个人的拒绝，他现在尚未准备好接受真理.

你们只要关切那些寻求真理的人，然后尽你所能地让他容易取用真理.

在你们星球上，大多数人不真的想要被唤醒. 那些睡得很浅的人实在是太少了.

无论如何，当你遇见他们，你就会知道的，你可以从他们的活动看出—他们不会深陷在这个世界的疯狂[容我们这么称呼]状态中.

对于这些早已在寻求的人们，你只要传递给他们必须的东西. 然而，很重要的是，你要能够给予他们需要的东西. 为此，我们建议你们继续冥想，因为唯有透过这个方法，你才能够准备好自己去服务他们.

我们愿意给予你们许多美妙的东西，只要你愿意单纯地透过冥想与我们连结. 我们自由地给予这些礼物，这不只是我们的快慰、荣幸，更是我们的义务，同样地，你们也有义务将礼物传递给他人; 因为这就是造物的计画.

寰宇造物是单一的实体，它的每一部份的原始设计都是去协助与帮助所有其他部分. 这即是起初的计画. 你只要放松，注视天父的真实造物，忘却人类在地表上制造的东西，你就可以理解这个简单的道理，相当明显地，设计每一个部分的原意都是去协助与利益所有其他部分.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们尽可能地活出他的计画，我们这么

做是因为我们知道这是唯一合乎逻辑与理性的生活方式.

你们人群目前完全不觉察这样一个计画. 你们的科学家忽略它，他们对自己的计画极度感兴趣; 不幸地 他们的计画并未追随造物主的计画. 因此，他们浪费许多时间与能量建造一些没有真实价值的装置，都是转瞬即逝的.

你们的科学家应该冥想，如此他们将发现与理解造物主的计画，从而使用他们的知识依照计画来建设.

你们的政府犯了同样的错误，他们并未觉察他的计画，他们试图制定法律，但这些法律行不通，它们似乎有些价值，但很快地，产生许多冲突，结果是战争.

你们的政治领导者应该冥想，与真理连结，觉察造物主的律法.

我们的计画是尽可能地警醒许多人，接着，让这些已经觉醒的人们与轻度睡眠的人们展开沟通. 如此，就会有越来越多人得着真理. 这是一个很大、很大的任务.

我觉察有许多行星曾经历一个觉醒的周期; 许多星球相当容易地度过这个转折期，因为他们遵循计画而行. 不幸地，这颗星球在自然计画上的进度落后，你们或许可以称为边缘型个案: 有些人可以毕业，另外一些人无法毕业. 在某些星球的个案中，所有个体都准备迎接毕业典礼; 也有一些不幸的个案，没有一个人准备毕业. 而你们这颗特殊的星球，则是两种情况都有.

因此，如果有人完全拒绝你的理念，不要感到灰心，这是可以预期的. 同时，这也是我们无法来到你们当中的主要原因，因为这将直接违反宇宙的一个法则.

由于他们的状况，我们需要你们的协助. 我们请求你们冥想，这即是我们需要的所有帮助. 如果你持续冥想，你将知道怎么做. 这也是自然计画的一部分.

很荣幸在这个傍晚与你们同在，我是 Hatonn.

我在他的爱与光中离开你们. Adonai. Adonai vasu.

***

Copyright © 2004 L/L Research
周五冥想
1974 年 1 月 4 日

(Don 传讯)

朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.
我将调节 Carla 与 S 实体，他们两位都感觉我的临在.

很荣幸与你们同在，同时协助你们接收我们的思想.

我是 Laitos. Adonai.

[停顿]

我是 Oxal，我与这个器皿同在，我正在使用控制，因为他并不习惯传导我. 我对于必须使用这类的控制感到抱歉

我是服务无限造物者的星球联邦之一员，如同我的兄弟，我在这里服务你们人群. 你们已经知道这点. 但我们还有别的事要告诉你们.

我们来此还有另一个目的，就是服务我们自己. 因为，朋友们，在服务你们的过程中，我们服务了自己. 这是寰宇造物被建造的方式，如果你服务这个造物中的任何一个人或东西，你正在服务自己. 因为整个造物是一，所以你在其中的任何动作都会影响到自己. 你们星球上大多数人还不了解这点，为此他们以难受的方式影响自己. 我们感到很惋惜，因为他们的做法不只影响自己，也影响我们，使我们感到十分忧伤.

我们忧伤是因为看到人们把自己搞得很可怜，朋友们，这是不必要的. 只需要在全时间感到极度狂喜，因为这是我们的造物主起初的意图. 当人们理解到一切事物皆为一，服务任何事物就是服务自己，那么我刚才说的狂喜状态就变成实境.

我是 Oxal，我在他的爱与光中离开你们. Adonai vasu borragus.

[停顿]

我是隶属于七色光芒兄弟会的 Philip. 朋友们，我在无限太一的爱与光中向你们致意.

是的，我的朋友们，服务造物主的星球联邦在这里服务你们. 他们的飞行载具绕

行你们地球的轨道. 他们数以百万、千万计，一群又一群底来到这里. 他们此时想要服务你们. 难道你不愿让他们服务你?

他们想要公开地对你们打招呼，但他们不能，因为地球上大多数人不愿意. 如果发生大规模的直接会面，人类的反应可想而知.

在过去，我们的太空兄弟曾接触一些地球人，尝试将特定资讯透过他们传递. 然而，每个案例都以失败收场. 人们不理解或不相信这些接触者，甚至嘲笑他们.

于是星际联邦在这方面浪费可观的努力，对于那些接触者也是可观的损耗.

在这个时候服务需要力气，成为太空兄弟与人类兄弟之间的连结需要力量; 但这是十分必要的. 这不是件容易的任务，但并非不可能的任务，这个任务是警醒那些想要知道真相的人们. 人们不必要相信星际联邦，但他们有必要相信造物主以及星际联邦述说的东西.

许多人早已相信这些，不过，这份知识蛰伏在他们的显意识水平底下. 有必要将这份知识带到表面上. 需要重新唤醒、重新检视他们最里内的思维，好让他们从社会的催眠状态中觉醒.

因此，需要你们这样的管道(channels)，给予地球人一个真理的提醒; 那些准备好的人将觉醒; 那些还没准备好的人将忽略这个提醒.

我此时离开这个器皿. 我在他的爱与光中离开你们，并将寰宇造物中所有生命的爱献给你们. 因为它是你们的，你们的是他们的. 我的平安与你们同在. 我是

Philip. 再会，爱.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1974 年 1 月 6 日

(Don 传讯)

我是 Oxal，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

很荣幸在今天傍晚与你们同在. 每一个傍晚，我们都与你们同在，因为，我的朋友们，我们是一体的，我们无法分离，不可能是分离的.

我正在控制这个器皿的发声机制.

我们隶属于服务无限天父的星球联邦，我们来到这里. 如果你寻找我们，你可以看见我们.

我全时间与你们同在，不要忘记这点，在即将到来的日子中 这点是重要的. 你们只要请求就会收到，如同你们圣经写的一样.

我目前位于高空中的一架飞行载具，就在这个房子的正上方. 我跟你们一样是具肉身的存有. 我现正享受比你们更多的自由，但很快地 你们也可以享受这份自由，你只需要理解如何去享受它.

[停顿]

我将继续，我让这个器皿休息一下，因为这种传讯方式相当累人，但能够产生更准确的转译.

我们星际联邦在这里，为数庞大. 我们允许你们人群看见我们，目前 我们正允许更多人看见我们. 你们可以看见我们，好比这个器皿就曾看见. 你们只需要持续寻求，就可以在天空中看见我. 朋友们，经文上写的是真的，为了找到，你必须寻求. 我们所有的努力都导向实践这句简单的话: “寻求，尔等将找到.”

你以为我们为何如此难以捉摸? 朋友们，这其中蕴含智慧，你们必须寻求才能找到. 这是一个非常古老与可靠的系统，促进一个人觉知的增长. 我们无法铭刻成长在一个人身上，但只要他开始寻求，他可以很容易地增长自己的觉知，以倍数等级成长. 一个人的寻求方式并不很重要，关键是单纯的寻求，寻求宇宙万物的知识，也就是蕴含在一切万物中的真理.

我将离开你们，只留下最后一个思维，那就是 我们全体皆为一，我们分享一切万有的知识. 就从冥想开始，让你自己可以取用这份知识. 你将理解一切需要理解的东西，这是个简单的过程. 我是 Oxal.

Adonai vasu borragus.

[停顿]

我是 Yom，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

很荣幸与你们同在，我觉察到你们想要知道特定的事情. 我是 Yom，我将告诉你们我对这些事的了解.

我们现在待在这里，稍后 我们将前往其他地方；而这两个地方是一个地方. 每个说法都是可能的，每个都是真实的，端看你的觉知.

我建议你观察玻璃水杯底部的气泡，它的体积比在顶端时来得小. 如果你将这个气泡带到很深的地方，它将变得扁平，如同扁豆状(lenticular)，起因是极度差异的压力. 在很深的梯度下 足以造成这种形状. 同样的梯度也存在于太空中，它是银河外形的起因，这是一股加诸于银河系统的外在压力，造成扁豆状银河；在银河系统中有多个行星系统，这些系统位于一个扁平的轨道上，由于这股压力，自然地促使它们在同一个平面上旋转. 所有银河系统的外形都是扁豆状，除了那些两两极度相近的系统.

现在 让我们考量创造出这种外形的压力之起因，如果你们科学家支持的重力理论是正确的，每个银河系都应是球形的，在允许足够自由度的情况下，它们会结合成一个单纯的球体. 寰宇造物有一个方案确保各个系统之间的分隔状态. 你们许多科学家相信宇宙惯性地扩张，没有这回事. 宇宙有各种力量保持所有天体在各自的位置上，还有各种力量造成天体的旋转. 这些力量在这些天体之外，它们是伟大造物的一般属性，而不是天体之间的交互力量.

观察多个银河系统的相对位置，它们由几个主要直径分隔开来，在这么短的距离，如果重力理论是正确的，其中一个系统会影响另一个系统，于是在相对很短

的时期中结合这两个系统. 因此，这现象暗示你们目前的重力理论是不正确的.

每个群星系统存在一个场域之中，这个场依循短轴的方向有一个梯度. 这整个银河系变成一个大轮子，在这个轮子之内有许多小轮子，也就是行星系统，它们也经验这个梯度，因此变得扁平，或者说位于同一个平面. 虽然你们的科学水平无法辨识这个银河系中众多的行星系统，如果它能够办到，你们的科学家会发现它们全都有特定的方向，它们的旋转平面是平行的; 接着 它们的旋转平面与这个银河系统的主要平面是平行的. 每一个行星系统绕着它的中央轴旋转，这些短轴与该银河系统的中央轴是平行的. 整个银河系统环绕着大中央轴旋转. 所有这些都是计画好的，所有这些都有意义，所有这些都有目的.

你们目前位于太阳系，相对而言，这个行星系统靠近该银河系统的外部边缘. 以大中央轴为基准，你们太阳系的角速度是相当高速的. 从而，对比接近银河系统中心的行星系统，你们太阳系穿越更多更多的空间; 由于本银河系的旋转，你们正从一个区域移动进入另一个区域. 在本银河系当中，你们太阳系在单位时间可以横切过最大的空间，这是有原因的，那就是你们太阳系处于进化的早期阶段，所以需要一个比较长的经验弧形. 如果你居住在很靠近本银河系中心的地方，每个单位时间的空间进展几乎是零. 由于天体旋转，你们经验晚上与白天，一年四季，你们也经验灵性的季节. 这一切都存在于银河系统的旋转里内.

这个器皿变得疲倦，长时间使用控制的方法是困难的. 很难将我想要说的转译为你们可以理解的架构，这是因为语言概念的限制. 但我们将会继续，我们将尝试填补这道缺口. 我是 Yom，我在他的爱与光中离开你们.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0914 章集：我的成长

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

特别冥想

2005 年 10 月 14 日

V 代读 E 的问题: “在过去几年，我感觉自己在灵性成长方面有显着的进展. 你们可否确认这点? 请以任何你们觉得有益的方式评论，关于我要怎么做以继续这份成长?”

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则. 我们在太一无限造物者的光与爱中问候你们.

我们至为荣幸地，透过分享我们谦卑的想法，服务无限造物者. 我们感谢 E 实体拨出时间与能量，请求一个寻求圈.

我们至为高兴地回应这个询问. 不过，一如往常，我们请求你们至为谨慎地聆听，辨别我们说的每一句话.

所以，如果你们同意很小心地聆听我们，拒绝那些没有产生共鸣的话语，如此，我们就可以更为自由地讲话，不用担心可能会冒犯你们的自由意志.

我们不是凌驾你们的权威，我们跟你们一样，都在寻求更多地理解太一无限造物者. 所以，请务必质疑我们提供的每一个想法. 我们感谢你们考量这点.

我们可以肯定 E 实体在过去几年间，在灵性进化上有显着的进展. 关于进一步工作
的建议，我们可以分两方面来评论.

首先，我们就你们地球上，什么是毕业的基本特性来评论.

你现在的调频(tuning)跟往后进入更大生命之门的那一刻几乎没有什么关系.

换句话说，毕业资格的唯一考量是你在那一刻的调频.

当然，每日、每周、每月地工作自我是很有帮助的; 这样的奉献与坚持总是有助加速你的灵性进化. 无论如何，毕业典礼并不是一个可以事先完成的测验，也不是一个死背强记就可以通过的测验.

当我们谈论"调频"，我们说的不是任何物理的东西，我们甚至不是说你们思想的弱电荷，那是第三密度空间/时间的产物. 我们说的调频意指你的心智在任何一个时刻的真实读取数值(readout).

从现在起到肉身死亡的那一刻，你所做的每一个选择都会重新调整能量体的振

动，也就改变你的读取数值，这个过程是完全开放与流动的.

我们这么说并不是要否定 E 实体迄今的成就，以及他透过寻求、受苦、静默提升的振动速率. 毋宁是导引 E 实体更深地领悟什么是毕业过程.

每一次，当你感知到一个道德问题，并且由衷地回应这个问题，你所做的选择就重新平衡整个能量体，也转变你的读取数值.

遗憾地，对于那些希望自己不断向上提升的实体，一天的美好工作可能因为另一天的错误思考而完全抵销. 极性是个非常流动的东西，每一天、每一刻都在改变.

我们鼓励 E 实体每天醒来都认识到这是新的一天，如此 你可以最充分地使用每天面临的催化剂. 每一天 你将接收形形色色的催化剂，你的回应是各式各样的念头，检验这些念头 看看是什么观点引领你去这样回应催化剂.

再次地，我们这么说并不是阻止你去做前后一致的努力，只是单纯地说 你做的工作是现在进行式; 这份工作的方式跟第三密度一般的建筑工程并不相同.

你从事灵性工作时，无法先建造地基，然后墙壁，接着屋顶 等等. 事实上，你正在建造自我的所有元素的部分，透过你做的各个决定，你正在创造自我的结构的众多元素.

最能帮助一个人快速进步的方式就是绝对不要撤销他的选择.

然而，我们发现在第三密度中，几乎无可避免地，人们重复地做出选择 又撤销

选择; 而每一次发生不一致时，无条件之爱的选择就遭到撤回，这会改变一个人的振动水平.

不可能依附着过去的光荣，毋宁，最能帮助你的心智的事总是当下的选择.

其次，在这方面 我们注意到，那些在心里将服务他人放在绝对中央位置的实体，几乎无可避免地，在肉身死亡的时刻 他们的振动水平将反应出这个基本选择.

一旦你已觉醒并开始灵性寻求的过程，你有很大的机会在那个时刻反映出令人满意的服务他人之振动水平，于是你能够顺利毕业.

我们说明这点为了拿走那种需要通过考试的迫切感. 领悟到选择服务他人的中心地位是个关键，它主要关乎你的能量体在进入那扇大门时将如何振动.

因此，无须过度关切你在任何一天的选择或行动，重点是在心中持续地返回中心点，记得你第一个信实的极性选择，肯定 再肯定 这个选择，那就是你的支点，那就是你的力量源头.

然后，每一天，让它成为新的一天，尽你最大的努力，发挥最佳的能力去支持那个基本的选择.

当你从这个点持续地往同一个方向前进，你还能做什么 我们建议两个方法.

首先，我们鼓励你每天找个时间有意识地运用你的分析力，或许傍晚是最方便的

时间，但任何你方便的时间都可以.

花一段时间分析在你心智中最上层的想法，你可以用电脑或纸笔记录下来. 你的心智今天跑到哪里了？你的念头是什么？什么情绪占据你的注意力？每天固定地问自己这些问题，这是个有效又不花太多时间的方法 也代表你尊重与荣耀自己的想法.

值得注意的是，寻求者有许多很好的想法 却没有关注它们. 好好关注你的想法! 灵性而言，你的想法就是装饰意识楼房的物件，我的兄弟，请好好装饰你的意识的各个房间.

其次，一如往常，我们鼓励任何尝试活出灵性导向生活的实体每日花一段时间进入静默. 你们文化环境恒常地充斥着令人分心与充满诱惑的噪音与活动. 甚至在那些似乎是乡下的环境同样有着噪音、诱惑、与忙碌.

进入静默中，一个人终于关上通往分心与诱惑的门户，我们总是直接推荐冥想，它包含坐着、躺着或散步 同时保持内在的静默.

如果念头升起 就允许它们升起 但不要跟随，让它们自然地掉落. 当更多的念头升起 只要宽容它们 但不要跟随; 让他们全部消散.

或许你的冥想经验没有产出任何领悟，只是观察你的念头升起与掉落，这是可接受的 并且对你有帮助. 事实上 一个完美地冥想的人不见得会进步与获得觉知，而一个坚持不懈的人必定会进步与获得觉知.

因此，当你选择冥想的方式之际，看看你是否能找到一个固定的时段，一个安定的地方，便于建立一个冥想的习惯，当你养成这个习惯 就比较容易持续这个灵性的练习. 就我们的思考方式，每天的沉思与冥想是非常有帮助的，能够实践你的基本目标: 加速灵性进化的步伐.

我们并不坚持任何特定的冥想，我们相信有许多不同种类的冥想 它们都同样有帮助. 有些人发现在工作中或在大自然中散步可以最有效地探访自己的心中之心. 有些人则发现张开眼睛冥想，好比凝视着白纸或白色墙壁，是最有帮助的冥想. 还有些人发现观想是很有益的冥想焦点，其他人则发现吟唱或唸咒很有帮助.

我们鼓励你尝试各种进入宁静的方法，直到你找到真正有共鸣的方法，那么，它就是属于你的方法. 在你的人生中创造这一条规则: 每日奉行专属于你的冥想.

这个基本的规则将成为你强有力的资源，并创造出一个环境，强化你的灵性成长.

容我们问 此时是否有另一个询问?

V: 感谢你们，E 的第二个询问是: 我在 DNA 启动与 Ormus 两方面的工作，以你们来看 对于我的灵性进化是否有益?

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的兄弟.

我们无法提供你关于 DNA 强化或 Ormus 研究有什么价值; 虽然我们认为优异的

能量与它们连结.

我们能够说的是: 当你工作这些概念与从事这些研究时，最好问问自己有多信赖它们，善用你的辨别力. 好比我们经常请求你们运用辨别力看待我们的想法. 不要假设任何所谓的外在权威都可以信赖.

并不是说他们想要制造不可信赖的资料，毋宁说 所有资料都必须进入一个人的能量系统. 在这个世界上 单一尺寸无法适合所有人; 对于某个人是真理的东西可能造成另一个人的不平衡. 今天对你有帮助的东西，可能在另一天就没有帮助了. 当一个更高的真理来临，你过去视为非常有用的道理可能需要被放下 然后完全地忘记.

因此，我们请求你对当下与今天的你保持敏感. 高举你今天所研究的东西 让当下心智之光照耀它.

记住，灵性进化过程中的每一个东西都在流动. 你正在与形形色色的影响与能量共舞. 当一个人的舞蹈不会完全受到关系之舞的阻碍，不受自我与群体之舞的阻碍 等等.，这样一个人是蒙福的. 当一个人平衡这些能量到达某个关键点，于是整个人生都被视为一个灵性经验，这个人是蒙福的.

当所有事物都被视为神圣，那么 一个人加速灵性进化的潜能就变得越来越大.

容我们问 此时是否有另一个询问?

V: 感谢 Q'uo 群体，刚才的回覆已讨论 E 的第三个询问; 所以我将直接发出第四

个询问:“我感觉自己是流浪者，你们可否确认这点？当第三密度毕业典礼结束之后，流浪者会返回何处？请评论.“

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟.

我们可以肯定你是个流浪者. 当你从第三密度顺利毕业之际，在那一刻 你才会做出要往哪儿去的选择.

当肉身死亡之际，每个人需要一段长短不一的时间完结在第三密度人生的事项.

举例来说 如果一个人生前渴望看见耶稣或佛陀，那么 就需要一段时间满足这些期待. 当一个人的心智与意识最终清空所有的期待，那么 他已准备好进入真实毕业的过程; 该过程很简单 就是移动进入光中 然后灵魂在感觉最舒适的地方停下来.

假设你落脚的地点在第三密度以外 不管是第四、第五、或第六密度; 有可能你不会立即返回原生星球，可能会规划几次人生 单纯地重建自我与重新平衡在这个颠簸与粗糙的第三密度承受的伤害.

最终 当所有的障碍清除 自我重新平衡之后，宇宙变得相当开放，你与高我或指引系统将讨论你的存在本质是否需要休息 或 学习 或 更多地服务. 这些讨论与考量涵括你存有的全部范围 很难用言语跟你们分享.

若你试图写下所有这些考量，你会发现产出的文件将有成千上万的页数.

一般来说，虽然这不是确定的，你身为流浪者团体的一员，你很有可能在审慎考量之后，选择再次出发 与该团体一同前往另一个星球的较低密度服务，成为当地的原住民，好提供荷光者与灯塔的服务.

容我们问 此时是否有另一个询问，我的姐妹?

V: 是的. “请评估在最近的未来 这个行星磁极转换的或然率. 关于马雅年历的终结与 2012，请以任何有益的方式评论之. “

(Carla 传讯)

我们觉察你的询问，我的兄弟. 我们是 Q'uo 群体. 我们在这个主题上可以分享的东西有些受限，因为这是你们目前的考量过程. 我们愿说几件事:

首先，发生全球磁极转换的可能性几乎是确定的，唯一的问题是何时发生. 许多团体，好比 L/L 研究中心，的希望是延迟这个全球毁灭的时间，如果可能的话，软化冲击的力道，让这个转换分阶段发生; 如此 第三密度的实体持续有机会做出选择—服务他人 或 服务自我.

其次，马雅年历与许多其他系统指出 2012 是一个时代的结束. 的确，马雅人的终末时间是 2012 年冬至，这是个准确的评估 关于地球自身进入水瓶时代的时刻. 这个时代开启一种八度音阶，一个壮观的转换，它发生的进度符合时程. 无论如何，值得注意的是，这是个形而上事件 而非物理事件. 在物理层面上，没有

什么事件一定会在 2012 年冬至发生.

许多人，包括这个器皿，希望继续营造一个环境 让人们得以在其中觉醒，知道自己必须做的极性选择. 许多人与这个器皿也同样希望能够帮助地球本身，我们说的是 2012 以后的第三密度盖亚(Gaia). 还有可观的复原与重新平衡的工作等待你们去做，好帮助这个星球治疗她自己，因为地球人长期以来的打击 造成盖亚重大的伤口.

第三密度正在衰微中，流浪者减轻地球负担的需求将在 2012 停止. 无论如何，所有活在地球上的实体们，包括流浪者，持续有必要做地球的爱心管家.

有可能，当你搜寻内心 你将发现服务地球人的共振没有决心服务地球的共振那么强，这是你可以好好思量的事.

在离开这个主题之前，我们注意到这个器皿的振动下降很多，由于我们知道这个器皿并不害怕新时代的到来，这表示该询问包含特定额度的恐惧.

在恐惧的氛围，真理很难进入. 如果一个人每发现一个新的消息就增强其恐惧，那么 他将抵销先前如此仔细与坚持进行的极化工作.

如果你发现自己居住在恐惧的场子中，立刻把你的心智丢到坟墓，整个身子躺进去，领悟这是你的肉身的尽头; 当你非常清晰地知道肉身死亡是无可避免的，从那个坟墓中站起来，因为今天你活着! 今天的太阳照耀着你，你如同花朵般盛开.

在你盛开的过程中，赞美太一无限造物者，知道不管生与死，你的意识都不会改

变.

此时是否有最后一个询问?

V: 的确有一个: “请告诉我们第四密度中肉体生活的本质，包括工作、家庭、家族等细节，这些项目似乎构成第三密度生活的世俗部分.”

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 就某方面，回答这个询问一点也不困难，因为在第四密度，你仍将有一个肉体载具，继续忙碌于各种活动.

几乎不可能传达给你们知道的是 在第四密度中 你的觉知改变的本质. 在第三密度中 你们在黑暗中面对生活. 必须在一个绝对未知的氛围做出极性的选择，故第三密度的人生必须在黑暗中探索. 如果一切都证据分明 信心就不是信心了;因此所有可能客观证明灵性原则的东西都被遮蔽了.

当你穿越镕炉般的第三密度 经历焠炼的烈火，你将发现自己来到一个相当不同的环境. 但那可能不是你想像的田园诗歌般的环境. 你将活在一个完全开放的环境，在其中 全时间 每个人都知道你的想法，你也知道所有人的想法. 你不再可能把他人放在台座上，或由他人把你放在台座上*.

(*译注-- put somebody on a pedestal 涵义: 把某人奉为完人; 盲目崇拜某人)

无论如何，第四密度的生活处在白昼当中 每个人都觉察太一无限造物者. 在第四

密度不需要信心，因为所有状况都极为清楚：很明显地 一切都是一，你们以为的人格体是许多小零件组成的，好比你口袋中的零钱 或 一组小摆设[1].

不管你在第四密度中选择做什么，你将觉察 这就跟穿一件衣服一样，随时可以脱下来；你觉察你要扮演的角色，并且拥抱它．但你也将领悟到：自我最本质的东西无限地、恒常地在你面前退后．你在白昼中追逐的影子是矛盾与奥秘的影子．在第四密度中 你们无需赚钱．无论如何，你绝对必须去爱、给予、服务；同时允许其他实体爱、给予、服务你.

结果是，你们将透过思想与肉身移动到最适当的地方，好填补缝隙，最美妙地发现你的天赋与满足需求．在那些日子，最首要的能量趋势就是发现你如何倍增自己的天赋 创造全体的富足.

你们当然将继续选择一个人生伴侣做为服务造物者的一种方式，你们最有可能以家庭的方式生活，不过，很有可能是部族式的家族 而非核心家庭；依循"物以类聚"的计画自然地整理分类.

在第三密度最后一点时光中 你大概早已发现人们以共同兴趣群聚在一起，这个趋势将继续下去 并且逐渐强化．无论如何，到了第四密度 挑选自己的团体变得容易许多倍，因为每个人觉察其他人的想法 所以可以有很深的确切感，知道自己与团体的其他成员的真实相容度.

我们发现能量正在衰微，我们感谢你，我的兄弟．我们很荣幸与喜悦底 花这段时间与你们相聚．我们也感谢 Carla 与 V 实体．我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

****

原注:

[1] 小摆设 bibelot: 小型的家居饰物或装饰品.

☆ 第 0915 章集：爱与光早期资料 #3

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

Copyright © 2005 L/L Research

周一冥想

1974 年 1 月 7 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

今晚 很荣幸与你们同在. 我与我的弟兄们都在这里. 我们待在这里许多年了，我们自由地给予你们人群真理的知识，不幸底 传播程度一直很少. 大多数人类不觉察这些接触.

你们人群有些独特，我们曾造访其他星球，当他们听到我们的讯息 他们可以辨识其中的真理. 你们星球上的人群似乎不怎么容易辨识真理，你们地球人相当程度地用自己创造的幻象催眠自我. 在你们历史较早的时期 许多许多人会注意我们的话语，因为他们当时比较[或许你可以说]迷信.

我们只需要将我们的话语传给人群，不需要特别铭印资讯在你们的脑海中.
无论如何 我们传播的资讯量还不足够 为此 我们现在连结更多管道，好更广泛地散播资讯给你们人群.

我们星球联邦，我们在这里要做一份工作，我们花了许多年勤奋地做这个工作.

我们觉察你们在设法使更多地球人觉察我们的通讯上面临困难，我们将会协助你们. 你们可能已经注意到 在过去二十年间 一般人的态度有显着地改变. 以往很难谈论的话，现在相对容易谈论. 一般人群对于我们的接纳程度远高于过往，你们自己的太空探险[不管规模是多么渺小]已经大大地协助你们群众的态度转为接纳外星通讯的可能性.

我们已经有许多接触地球人群的经验. 我们总是发现必须极为谨慎地进行这个工作.
当一个科技十分先进的外星社会直接援助另一个社会，后果可能非常严重.

我们目前不能直接对你们所有人讲话，因为他们会感觉必须毫无疑问地接受我们的教导.

朋友们，你们在这里主要为了寻求，扰乱你们的个人寻求不是件好事. 为此，们无法面对面接触你们人群. 无论如何，我们必须提供给人群一些他们需要的东西，我们尽力而为.

极为重要的是，你们这些有意愿的人们来帮助我们做这件事.

你们必须一直记得，每个人必须寻求. 如果你提供资讯，就以可理解、简单的方式提供，绝对不要强迫听者接受你的讯息.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们总是与你们同在. 我们恒常地服务你们. 在很近的未来，你可以期待我们带来更多的支援，因为时间越来越少了.

伸出双手碰触你们在太空中的弟兄们，如同我们对你们一般.

我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai vasu.
[停顿]
我是 Oxal. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

很荣幸与你们同在. 我与我的弟兄们都在这里. 这是你们已听过的话，它是真的. 我们在这里，将停留在这里，直到这整个地球计画完成为止.

我们在这里有个特别目的，我们在此服务，思考这一点，我们在此服务，这是重要的. 你们现在接近大师周期的尾声，你们的物理世界将有一些变动，无须惧怕

这些变动，你们应该欢迎它们，因为它们是新时代的黎明降临的信号. 如果你理解它，无惧地走在你们人群当中，那么 你也可以服务. 因为他们将看见你有份内在的知识. 我们绝对将尽全力服务你们. 时间中有周期，空间中有周期，万事万物都以周期的方式运作. 你们的星球现正靠近一个伟大伟大周期的尽头. 曾经有一段学习时间、进化时间、成长时间. 你们星球上 有许多人现在准备好转变进入一个更为光荣的存在方式.

但需要有人告诉他们，否则他们不会理解这场转变，许多通讯曾述说这转变，但太少人目前觉察很快将发生的事. 有必要提供他们一些理由，解释他们经验的东西.

你们只需要经常冥想 便能够理解 从而服务. 这是你们的呼召，这是你们待在这里的原因.

我们星球联邦觉察你们面临的所有问题，因为我们全时间都与你们保持联系. 这里，你们的世界，不是个容易待的地方. 但不用在意，因为它不是个永续的世界，每一件发生的事都不怎么重要，很快就会消失. 我们谈论的是一个永续的造物，一个永恒、无限的造物.

我们愿全时间服务你们，这是我们的职责. 如果你们愿意冥想，接触真理，你将知道你的真实位置，你将知道你的职责.

我是 Oxal. 我在无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai vasu borragus.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周二冥想
1974 年 1 月 8 日

(无名者传讯)

我是 Laitos，我与这个器皿同在. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 如你们所知，我们的特许权是调节那些即将成为管道的实体们，今晚 我在此调节你们每一位，我将调节 Carla、S、T 实体. 你们每个人将感觉我的临在，以及我调节的效应. 你们只需要对我们敞开，如果你们渴望我的通讯，你们将接收到讯息. 这是我的职责与荣幸. 我是 Laitos. Adonai vasu borragus.

[停顿]

我是 Oxal，我与这个器皿同在. 我正在使用控制发声的方式. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 与你们同在是我们的荣幸. 是的，朋友们，我在这里，与你们同在，我是 Oxal.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们在这里. 现在是个重要的时间，朋友们，是时候了，你们人群该醒来，理解到底发生什么事. 他们已经沉睡够久了.

在未来的数月间，你们可以在天空中更频繁地看见我们. 许多人将变得更为好奇，发出许多问题. 重要的是，你们要准备好自己，才不会混淆他们. 如果有必要，我们将直接与他们一起工作，但你们在尝试服务上 必须十分地谨慎，你们执行的服务必须是正确的 否则只会混淆他们.

这即是你们在这里的原因，这即是你们选择的原因. 朋友们，服务是很自然的，它是造物主之道，它是寰宇造物的计画，寰宇造物中每一个存有都在执行服务.

你们星球上满地丰盛的植物执行服务，但你们人群忽略这点. 你们星球上的动物执行服务，但你们大部分忽略这点. 花朵、空气、水都在执行服务，但你们也忽略了. 如果你们充分考量这些，明显地 寰宇造物中每一个存有都在执行服务.

这事实包括造物主所有的小孩，你们每个人都在这里执行服务，这是无限造物的计画，这是它运作的方式.

你们只需理解这点 所有事情都变得可能. 不幸地，在你们现正享受的行星上，这个原则不被理解. 很少、很少地球人理解这个计画的单纯性与全面性. 你们只需理解这点，然后尽最佳努力去执行服务.

提供服务给你的人类同胞，那么 你也将依照造物主计画的方式正常运转.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们在这里服务你们. 这是一个伟大的特权，不过我们必须保持远离状态，我们认为这是恰当的服务；因为在服务你们人类同胞的过程中 你们需要精准地服务他们的想望与需要，你不能为他决定需要什么. 因此，如果他们的想望与需要超出你的能力或服务的渴望，你最好保持

远离状态，如同我们这般.

无论如何，许多许多地球人精确地渴望我们的服务，然而 也有些人不渴望我们的服务 造成一种阻碍. 为此 我们不可能在这个时间来到你们当中. 为此 需要透过你们这样的器皿来行动. 你们的人类同胞在许多方面大声呼喊，迫切需要许多东西. 他们在找寻，但大部分时候 不知道自己要寻求什么. 很快地，他们将寻求你们的服务. 现在就准备你自己，因为只剩下一点点时间.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，你们可以在天空中看见我们，你们只需寻找我们，我们就在那儿.

今晚 与你们同在是我的荣幸. 我是 Oxal.

Adonai vasu borragus.
[停顿]
我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 与你们同在是我们的荣幸.

许多许多事将在你们的未来发生，许多事已在你们的过去发生. 每一件事都有意义，你可以明了每一个意义，只要你投入冥想之中，你能够知道这些事的意义.

许多诠释不可能以你们现在的语言呈现，因为你们的语言没有对应的概念来包含这些意义.

在这个宇宙中有许多美妙的事物，远远超过你们地球人能想像的程度.

有七条路线选择你要寻求的东西.

有对的路线、错的路线，但这些途径没有标签.
有一条穿越树林的途径；一条行经公路的途径；
有一条穿越门的途径；
一条被照亮的途径；以及一条没有光亮的途径；
还有一条哪儿也不去 只返回自身的途径.
朋友们，是谁制造这些途径，它们为什么在那儿？

六个原则与这些途径连结：

光的原则；音的原则；运动(Motion)原则；
振动原则；时间原则；能量原则.

五种人上路：光；暗；黄；红，还有一种没有颜色.
他们前往四个地方：北、南、东、西.

接着经验三种事物：爱、恨、宁静．它们通往两个端点：良善、邪恶．但这些东西都通往一，朋友们，一即是造物主.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0916 章集：第四密度的曙光（上）

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说, 请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

[译注: 这篇文章可以配合爱与光选集二-时间旁轨一起阅读.]

特别冥想

2005 年 12 月 19 日

小组问题: 到底什么是时间旁轨(time lateral), 它是如何被创造的?

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则, 在太一无限造物者的光与爱中问候你们. 在他的服务中, 我们今天来到你们这儿.

我们要感谢你们创造这个寻求圈, 并邀请我们分享想法给你们.

一如往常 我们请求你们极度地警觉 监视你对我们想法的反应; 如果似乎有些共鸣 请自由地使用我们的想法; 如果没有任何共鸣 请把它丢掉. 如此 将允许我们自由地讲话 无须担心会冒犯你的自由意志 或 侵犯你的灵性过程的完整性.

你们今天询问时间旁轨的本质, 我们先前曾对这个团体谈过这个东西. 沿着你们的地方区域[你们所称的太阳系], 创造这样一个转轨(shunt)或另类的轨道; 这个逻

辑跟你们设置铁路转辙站是相似的，当一列火车因为这个或那个原因 失去起初的引擎动力，站务人员就必须将它拖到旁轨.

地球的时间旁轨原本预计在你们的 1998 年结束，然后连结返回太阳系的主要轨道. 因为你们这个团体，还有许多其他的团体贡献的能量，这个时间旁轨得以继续作用，衔接你们太阳系的正常边界与你们地球的发展.

或许用桥梁的概念来解说比较容易，举例来说，有一座桥横跨一条河，它的中间可以机动分开，当有一艘高耸的船只要经过 这座桥就要分开高举让它通过. 这是你们的时间旁轨的基本状况，它濒临一个关键时机，那座桥需要打开来允许其他的交通工具与能量横向通过.

让我们明确地讨论这个时间旁轨的本质，它跟这整个地球无关，整个地球不受阻碍地进入第四密度. 活跃的第三密度系统被鼓励继续大约 10 到 12 年，这条旁轨可以实质地在空间/时间中保持畅通.

也就是说，藉由许多团体的祈祷、冥想、观想，产出无条件爱之能量，这座桥得以继续维持交通，让那些想要觉醒与做出极性选择的人们通行; 我们认为这座桥的最后开放时间将是 2012 年的冬至. 这个时间点不能说是精确的，我们不知道最后一个实体何时能够通过那座桥. 许多实体的选择涉入这座桥的维持工作.

若越多人开始觉醒，选择通过那座桥，开放时间将延长更久; 同时 越多的守护者将站在那座桥的两边，一方面持守与定锚第四密度之光，另一方面荣耀与祝福势微的第三密度之光; 于是有更饱满的收成(harvest). 这是创造时间旁轨的完整核心.

现在 让我们谈谈为何这个时间旁轨的存在是必须的. 较高与较低能量之间有个无可避免的分隔，P 与 B 实体在这方面的知识远胜过这个器皿. 当第四密度正完整地渗入第三密度，第四密度的能量逐渐增强 同时第三密度的能量正在减弱，每个地球人的振动变得越来关键，这关系到一个人的肉体能否存活与正常运作.

第四密度的能量重度地从上下两面渗入第三密度，在这样的环境中，尚未做出选择的第三密度实体承受一波波的能量击打. 这些能量波浪完全是正常与良性的:它们是第四密度清晨的觉醒过程的一部分. 虽然如此 这些能量的副作用是 鼓励地球人增长极性. 如果一个实体稍微地选择服务他人，这能量创造强化的机会让他选择更深入、更坚定的服务他人; 相同的 对于那些服务自我的实体 也有增多与显目的诱人机会去选择服务自我之路.

对于那些不想做任何选择的实体，他们的生活方式正是第五(负面)密度实体们热中维持的状态.

所以 一方面你们拥有用意良好的守护者，他们凝视你们地球族群在毕业之前的困难时期，他们选择创造一个强化的机会，容我们说，好比一道最后防线. 流浪者来到这里，有些待在这儿超过五十年，有些待了四十年、三十年等等. 除此之外，最近二十年间，有些实体从第四密度的角度来切入这个问题，好比 P 实体就同时启动第四与第三密度的能量. 这些实体也希望维持这个机会 尽可能地让更多的实体在时间真的用完之前顺利收割.

另一方面，来自第五负面密度的投机份子发现这个星球有个不寻常的特征 那是他们想加以利用的. 他们已经好一段时间这么做，一直持续到现在.

这个状况我们以前说过，地球人口不是只有那些原生(native)住民；你们地球的人口大多数来自其他不及格的第三密度行星周期. 地球上许多人在过去不是透过先进科技摧毁他们的行星 就是为了这个或那个理由 无法在原生行星上完成正常的第三密度周期. 因此，地球上的人口来自许多不同的行星来源.

这意味着 你们必须试图整合许多不同的潜意识观点或原型系统. 你们地球的人口不具同质性，由于各个族群[来自不同的行星来源]的巨大差异 彼此要达成沟通非常地困难.

虽然如此，第三密度地球整个赌注是看看讲着万种语言的不同团体能否铸造成一个全体拥抱地球的族群；全体都觉察到真实的状况—需要选择服务他人或服务自我；并且所有人都渴望复原或重建地球，好让过去的集体业力得到平衡. 有许多实体过去曾积极参与先前行星的事务，透过他们自己的选择，火星遭受严重破坏，马尔戴克甚至完全被毁灭.
在重建地球族群的过程中，首先也或许是带来最大灾难的实验来自亚特兰提斯.

许多实体记得在先前行星的经验，重新创造一个高度的科技水平，例如水晶科技.

同时 有些实体开始在亚特兰提斯掌权. 这些领导者并未拥抱服务他人的理想，转而拥抱所谓的有条件服务之路，这其实是一条服务自我的途径 外加许多服务他人的花言巧语. 这一个情况起初是天真的，那些当事者用了大量的合理藉口与复杂的思考来辩护道德规范的某些例外，好比允许自己侵犯那些被视为比较没价值或不聪明实体的自由意志.

这种模式—排除与操控那些被视为比较劣等的实体—即是离开服务他人极性的起

点.

由于这些选择，那些曾在其他行星创造灾难的实体们 开始在地球上头创造第一次灾难，造成亚特兰提斯大陆沉没. 智者与聪明人— 也就是说 那些正面与负面极化的实体们— 设法迁移到其他大陆，他们的数目足以使这些能量从未离开你们地球的振动. 如果你们检验人类的书写历史，你们可以看见帝国的模式: 建造、维持，与最终无可避免的毁灭，一次又一次地上演.

这个重复、自我毁灭的行为模式中，那些观察地球的实体们找到机会去利用这个时间旁轨. 因为如果正向实体们[好比你们团体]无法清空时间旁轨上头的人口，负面实体就很有希望保持时间旁轨的运行，接着它不再与主轨道相连.

机会的大门很快就要关上了，虽然如此 那些相信自己处境合宜的实体们可以选择不极化，单纯地留在地球上，看着它从第三密度倒回到晚期第二密度.

那些实体不再有第三密度的生气，不再有自由意志的力量去选择服务自我或服务他人. 他们会成为本能的、大猩猩类型的生物，虽然长相跟人类相向，然而，他们将单纯地成为某种奴隶，他们过生活的方式就跟你们现在经验的蛮像的: 一个没有太多变化的生活，一个不关心与星球系统和谐相处的生活，只关心家庭与自己所属的族群，只想着如何保护家庭与该族群的资源 与 防卫自己的家庭与族群.

这个器皿开玩笑地称呼这些第五负面密度实体为"太空海盗"，他们的心智只想要持续地收割食物，叫做恐惧的食物. 你们可以看见在当前文化中的政府系统所创造的恐怖氛围.

因此 对于每个想要帮助行星地球的人们，首要的目标是表达这个选择的状况，无须关切人数有多少，只要关切自己做出适当的努力. 如这个器皿所说，将消息放出去 散布到全世界! 分享星际联邦的资讯: 这是个选择的密度 还有时间做出那个选择.

在这个时间 其次的努力是对地球自身的关切，在接下来的数年间，将变得越来越重要 甚至将比警醒这个星球的人群更为重要.在这个星球上 有许多、许多实体的领悟之路跟觉察到地球的忧伤困境有关，基于一个事实: 你们的文化与生活方式正逐渐地摧毁这个星球的存活能力.

渴望去改变这个模式是一把钥匙，可以启动许多实体做选择的意志; 许多实体的能量无意识地与复原、看管、无条件爱之能量连结，主要是针对地球自身，比较少的部分针对地球人.

此时，以上是我们对于时间旁轨的认识，这个状况不会持久存在. 无论如何，我们强调没有严重到无法平衡的扰动. 不过负面实体那边确实有场孤注一掷的赌博，如我们刚才提到的，他们尝试绑架这条时间旁轨.

将资讯广传到全世界是最好的平衡方式，让这场赌博无法成局. 无论如何，这些负面实体最佳的帮助不是其他的负面实体，毋宁是那些沉睡的人们继续无忧无虑地睡下去.

我们了解当一个人凝视这个状况，有可能在他内心创造出一股愤怒，甚至是暴怒.

我们鼓励你们每一位轻柔地看待这整个局面，让它从你的背后滑落. 这不是你应

该拿起的负担，这不是一个你可以负责或控制的东西.

就你们服务的能力而言，你们拥有的主要是深化的觉察，知道要选择什么，如此深入地选择 以致于你的余生成为一场喜悦. 如此完整地选择 以致于你不再需要花时间质疑信心是不是答案? 服务是不是答案? 或 这种服务要比另一种服务更好等等. 当服务他人的选择是绝对的，有一种知晓伴随而来，那是一个超越计画的知晓，这份知晓使你觉察你的确没有能力控制任何事物 除了你自己的渴望、你自己的意志，以及你自己的坚持.

你们是坚定站立的守护者与光之定锚者，保持那座桥的畅通，藉由你们的振动与思维，放射无限造物者的爱与光. 你们是感染特使，用你最高与最佳的爱去感染人群. 见证你提供爱的机会，你将发现，当你尝试这么做，在每条路上都有阻力，在这个相当激进与极端的时机[你们周期的尽头]，这是越来越无可避免的现象.

我们认为已提供足够的资讯回覆这个问题; 此时 是否有进一步的询问?

P: 你刚才说的听起来跟 Psi-Corps[1]有点同时性的关联; 首先我想知道创造这样一个时间旁轨是否违反了自由意志变貌?

结合你先前描述时间旁轨被创造的过程，这听起来像是一场在地球上进行的实验. 你们能否详细解说?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

服务无限造物者的星球联邦确实在地球上重复实验许多次，当时我们了解如果地球实验没有成功，有许多实体必须前往一个新的行星系统重新开始. 所以 我们提议创造这条时间旁轨，这个器皿称之为某种少年感化院. 单纯的构想是增加收割量，同时打破某些显着的恐惧纠结，在你们相当地方性的空间/时间区域中有着非比寻常的恐惧量.

我们感觉这个实验涉及大量的风险，但也感觉有可能将许多、许多实体带入一个良好的环境，让他们有可能做真实的选择. 就这个基本意图来说，这个实验取得了巨大的成功.

从先前不可能有时间的状态，平空创造出一段纯正的、可靠的选择时间. 无论如何，如同任何的实验，它有不同的阶段: 开始、中间、结尾. 开始阶段是你们星球的史前时代，你们从历史中可以看见中间阶段. 现在 你们正凝视这个实验的结尾.

因为创造出时间旁轨，有多少先前无法收割的实体现在可以顺利收割，我们不可能说具体的数字. 但我们可以说 因为所有实体的努力[不管是地球原住民、长老种族、walk-in 族群、流浪者]，确实产生了额外的收割量.

终点正快速地接近中，因为能量正从第三密度猛烈抛出 它不是移动前往第四密度 就是返回到晚期第二密度[某些实体准备迁移到另一个行星系统 再次开始努力穿越第三密度].

这些负面实体[这个器皿称之为太空海盗]成功的可能性几乎是零.

我们极度怀疑他们能够带入足够强度的恐惧 去再次创造这样一个纠结 使得多数实体完全避免觉察自己是第三密度实体.

你们地球人群的倾向不会做这种选择，毋宁保持足够的混淆 允许正常收割程序的沉淀作用，他们脱离时间旁轨，接着进入一个新的第三密度初级教室.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你的问题，我们还有能量接受最后一个问题.

P: 这个问题是: 一个社会记忆复合体如何表达创造力? 你们如何表达创造力，好比个体透过艺术形式表达美?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

在我们今天发表沉重的评论之后，我们觉得你的这个问题至为幽默.

曾经有一场属于美好与真理的实验，它叫做行星地球. 时间旁轨实验，也就是你们的行星学校，我们以巨大的创造力、爱、关怀 精心打造的一所学校.

所有涉入这个造物与维持这个星球在特别的环境的实体们，他们的用心就是很好的例子，说明如果一个社会记忆复合体选择守护一个空间/时间连续体[好比你们的太阳系]，全体成员能创造出怎样的美.

一般而言，让我们单纯地说 当群体创造时 创造物的能量跟个体创造时差不多是相同的. 但创造的时间将戏剧性地延长，因为该群体的全体成员的共通性必须被聚合与平衡，在一个持续的周期中 增进每个成员的自我觉察与焦点，于是 当该

群体选择保存或创造一个美丽的存在，所有参与的成员的理念都得到最充分的实践.

在一个社会记忆复合体之中，每个实体都立即知晓其他实体心里想的东西，而未知的部分是一个模式. 当实体们在很深的层次与彼此密切交通，所有成员互相连结的动力关系逐渐创造出一个模式; 从这个共通性的模式中 浮现一个社会记忆复合体的创造成品.

我们了解我们只搔到这类问题的表面，我们很高兴在未来的时机透过这个器皿继续提供我们谦卑的想法.

我们感谢这个器皿与在座每一位创造这个寻求圈. 我们真的很欢喜，得以分享你们的振动与冥想之美. 再次地，请求每一位守卫你的思想，我们不是完美的，我们没有渴望成为你们当中的权威. 但我们至为快乐地分享我们谦卑的意见.

我们是你们知晓的 Q'uo 原则. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] 美国科幻影集 Babylon 5 当中的人物.

延伸阅读:

http://en.wikipedia.org/wiki/Psi_Corps

☆ 第 0917 章集：第四密度的曙光 (下)

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

2006 年 1 月 1 日

小组问题: Q'uo，今天的问题跟你最近给出的资讯有关，内容是第三密度的结束与第四密度的开始. 我们不禁要问 是否需要害怕任何即将发生的事? 在第三密度中，我们知道的每一件事都将来到尽头. 一个全新的第四密度振动正在来临;看待事情、做事、存在的方式都是崭新的，我们有没有任何需要恐惧的理由?

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的光与爱中问候你们. 我们在造物者的服务中来到你们这儿，我们愉快地加入你们的圈子，分享我们谦卑的想法.

一如往常 我们请求你们谨慎地守卫自己的想法. 带着一些怀疑与一只疲惫的耳朵倾听我们要说的话. 如果某些想法对你有帮助，请务必工作它们; 不过，如果某些想法对你似乎没帮助，我们请你毫不犹豫地将它们放下. 只要你们谨慎地守卫

自己的想法，我们就能自由地讲话. 我们感谢你们考量这一点.

我们带着某种程度的感激与感谢，拿起这个问题: 是否有任何理由要恐惧. 当然，一些巨大的改变正在发生，某些改变的过程已接近完成的阶段. 地球从第三密度转换到第四密度的过程正良好地进入成熟阶段.

我们很高兴看见你们地球人群的觉知水平正在提升，从你们星球草根阶层发起的觉知运动意味有更多的地球表面允许光的照射通过，接着帮助地球上的其他人群，特别对于那些想要加入觉醒行列的实体，帮助他们做选择，为自己创造机会在服务他人中毕业.

确实 我们很愉快看见类似你们这样的团体遍布地球，使得你们享受的第三密度结构继续运作. 在这个(时)点，你们人类族群将能够不受打扰地，舒适地度过此生，直到人生尽头，每个人都有机会选择下一个最佳的[自己最能享受的]教室.

对你们的星球而言 这是一个十分令人兴奋的时期; 我们长期观察你们经历许多困难的学习 我们今日同感兴奋. 跟三十年前*比起来，我们看见更佳的觉醒速率.我们谦卑地感激自己成为这个前进光能量的一部分，以相对无扭曲的形式定锚那道光.

(*译注: 1976 年差不多是星际联邦最早与 L/L Research 接触的时期)

我们感谢每一颗跳动着"爱、爱、爱"的心，感谢你们付出难以想像的努力，将心念、思想、真心保持在正确的方向[如这个器皿的用语]. 在这个世界上 很容易受到许多事物吸引而分心，我们为每一位保持清醒、贯彻任务的实体喝采!

我们可以毫不含糊地说，虽然你们地球上发生许多令人惊奇的改变，却没有理由需要恐惧.

因为这些改变大部分是非-物理现象，当然 这些改变绝对是彻底的、革命性的，但它们不会影响地球地表上的生命. 共识实相只会反映出这些改变的些微影子.

没有必要发生物理层面的全球灾难来表达这些改变; 然而 说到人类又是另一回事了. 地球自身并不需要毁灭自己好使第四密度浮现，无论如何，人类当中有种麻烦的倾向: 使用暴力与表达暴力. 在这个时候 我们看见唯一可能恐惧的理由是你们人群认为可以透过大规模毁灭武器[摧毁其他人、建筑物、环境]创造一个更好的局面. 在同一时间 足够的大规模毁灭武器一起引爆确实能够完全地移除地球上所有生命.

我们并不关切是否会发生这个结果，因为我们无法做任何事去改变它. 我们希望你们每个人将自己的阴暗面带入祈祷、冥想中，在与他人互动中察觉心中的阴暗面.

在你的能量中 你是否看见宁愿摧毁也不要沟通的渴望，宁愿炸掉某个东西也不要花时间讨论得到一致的共识? 还是你看见在黑暗中创造光的渴望，在悲痛中创造友爱的渴望?

这些事情，是你们每个活在地球上的人才有权利与责任去解决的. 我们拥有的权利是去拯救那些被核爆分解的实体们. 我们没有权利去干涉核爆事件.

当你的心活跃起来，人类族群的整体也开始活跃. 所以 我们建议你考量这点:如果你必须恐惧，让它是对你自己的摧毁倾向的恐惧，接着看看你能够做些什么在你心中创造一股纯正的、深入奉献的建造性能量，而非摧毁性能量.

就正在地球上发生的状况而言，你们所生活的第三密度地球正逐渐耗尽它提供一个正常投胎环境的功率. 然而在过去十年间，由于许多好比你们这类团体的努力，第三密度能量得到强化. 这些团体的共通点是十分热爱造物主，并且十分渴望去服务造物主.

许多人全心地为了碰触光而伸展，同时增长学习真理的渴望，这些现象大大地协助增强第三密度的力场. 很有可能— 我们只注视或然率漩涡，而非实际预测—你们人群不只能够正常地度过这一生，还有足够的能量维持第三密度的身体与灵性进化能量，为时大约有 150 年之久.

无论如何，在第三密度中 从事第三密度工作的时间事实上是结束了.

在这个时候，那些不具肉身的实体不会再有机会生活在地球上，穿上肉身外衣成为一个可以选择的道德生物单元[套用杜威的术语].

无论如何，没有理由去惧怕这个正在发生的现象，一切都在完美的次序中进行.

的确，对于目前具备第三密度身体活在地球上的人们而言，大多数的工作跟个人无关，毋宁与你们人群当中的大量特定能量有关，该能量具有某种群体业力. 这股能量曾经摧毁他们的行星某些部分，甚至造成某个行星完全分解. 为了以上这些原因，你们人群想要达成大量的治疗. 在许多情况下，他们甚至不知道如何完

成这个治疗过程. 不过我们感觉，越来越多实体将发现一个连结: 每个人自己的健康、灵性健康、地球的健康都是相关联的.

你们人群长期以来的关键差错在于忘记万事万物皆为一. 它是个非常简单的真理，有许多、许多方式去讲这个真理. 你是坐在旁边的那个人的一部分，也是住在世界另一端的居民的一部分; 你是脚边土壤的一部分，也是整个地球的一部分.

所有这些能量在你们的能量系统中结合起来. 你是地球，正如你是寰宇造物.

关于这个业力的治疗就是从心底领悟到: 你们是一切万有的一部分，你们能够成为一个称职的地球管家.

你们不必须照字面解释地球(Earth)— 因为你可能不住在泥土(earth)上，你可能住在高楼大厦中或住在一个不会实际接触土壤的地方; 虽然如此，你们的双脚踩踏的、双手碰触的、眼睛所见的 都属于物理世界. 即使你的环境只有一个房间，你可以用绿色植物布置它，保持它的干净与整齐，散发出平和的气息、感恩的氛围，谱出深邃的喜悦音符. 于是你不只为自己营造一个家，也为所有正在穿透第三密度的能量提供一个家.

我们鼓励你们朝这个方向思考: 敞开自我去觉察周遭的环境. 一旦你变得敏锐，觉察你周遭的一切，你将明显地发现 每一天都变得如此有原创性，每一天都令人兴奋，充满绝妙的美景，你开始感觉能够经验每一天是多么有趣的冒险啊!

最终，你们的星球将不再能够维持必须的第三密度生活能量. 当这个事件发生，就不再有第三密度实体居住在地球上，第四密度不只穿透第三密度，还将具体显

现. 在目前这个发展(时)点，所有第四密度实体选择不出现，他们选择隐形好让第三密度实体完成他们的图样(patterns).

我们看见你们人群当中有着大量的恐惧，我们自己并不赞同制造那种恐惧的观点. 对于那些有过濒死经验的人[好比这个器皿]，这个人生的结束比较不会造成恐惧. 这个器皿并不害怕通过大门 进入更大的生命; 在经验死亡过程之后 她觉察到无须惧怕任何事物. 的确，在前方 有很多东西是值得期待的.

这个器皿愿意在时机来临的那一刻，让造物主带她走; 不管那是什么时候 她只希望在那之前完成她的图样，确实，这是她对于肉身死亡的唯一关切. 我们要对这个器皿说，即使是这样 也无需惧怕，已经完成的东西都已完美地完成，这是看待人生工作的一种方式. 否则，你的确有可能在无需担忧的地方替自己创造无谓的担忧.

我们鼓励你们每个人把握生命如同一份礼物，了解到 死亡是生命的一部分，这个生命从母亲的子宫开始编织图样，而死亡就是这个美好图样的最后针线(stitch).

我们完全不觉得需要去恐惧死亡事件，我们看待它是一幅良善与健康的图样的一部分. 我们希望在任何时候 当我们讲述世界的改变，你们能够单纯地将它视为资讯，纵使它有些复杂，却无需引起任何的恐惧.

当然，时间接近午夜，实体们变得更为专注在当下，今天即将转变为明天，一个新的开始来临. 我们鼓励你们享受这个新时期的曙光.

当你感觉恐惧时，记住 天国就在你心中，管理你的天国的资源与工具随手可

得，关键在于— 你如何选择去思考、行动、存在.

此时 我们要问是否有任何后续的询问 或者 你们有另外的问题?

P: 我的问题与上一场集会有关，主题围绕着马尔戴克(Maldek)与火星. 为什么这些行星都在摧毁自身? 跟行星实体无关，而是这些行星上的人群一直在摧毁自己，还有他们的文化! 这是不是我们太阳系的中心主题，或者第三密度普遍有这个主题?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 我们同意这个模式发展得相当深入，容我们说，在该理则[也就是你们的太阳]管控的这个区域具有相当的传染力. 这个理则在设计这个恒星系统时使用大量的自由意志与厚重的罩纱，以致于大多数人要切实付出努力才能看到更大的图像，从这一生的范围移动进入宇宙宏伟的设计，看见自己是永恒的公民.

经由这个特殊的设计，造物主获得关于他自己的丰富新颖资讯. 无论如何，看起来 由于结合了先进的自由意志与先进的罩纱[遮蔽真实的形而上状态] ，非比寻常地促进任性侵略的思想模式. 在你们的第三密度中 既然要看见我们都是一体是如此困难，由于罩纱建构得如此完整，于是实体们有可能认真思量终结别人的生命要比终结自己的生命来得自在一些. 这个态度使得某些实体习惯于摧毁其他-自我.

确实，这些实体的心理过程在多生累世中不断地杀戮，已经受到严重感染; 这就好比你染上吸烟的习惯，你看见吸烟是个坏主意，许多统计数据显示吸烟的人容易罹患肺气肿或肺癌，因为这个习惯 肉身可能提早毁坏. 无论如何，当吸烟变成

一种习惯 那就很难去改变这个习惯.

以同样的方式，地球上有些族群已经对暴力养成习惯；在这些人的心中很渴慕一件事：摆脱这个习惯，停止内在蕴含的暴力．然而，一个人必须看见实际可行的替代方案 才有办法改变这个习惯.

你要如何教导和平？你如何帮助一个星球在容易接受暴力行为的氛围中治疗自己？我们将这个问题留给你们，答案就在你们手上.

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

P：现在 这个答案对我已经够好了.

我们是 Q'uo 群体，此时是否有其他的询问.

B：正在冲击地球的第四密度能量是如何影响人群？最近暴力事件的增加是不是因为人们错误地诠释这股能量？

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄．我们发现这是一个误入歧途的问题，因为并不是第四密度贯穿第三密度的能量造成更多的暴力；毋宁是由于实体们开始分为两群：一群正在向前迈进，另一群则陷入恐惧之中.

不管是即将循服务自我毕业的实体 或 即将循服务他人毕业的实体，他们都不会恐惧．陷入恐惧的实体是那些尚未选择如何极化的群体；他们单纯地在目前的文化与社会环境中休息着.

如果他们尚未发现真实的状况，或许 他们有一个很迟钝的选择能力. 许多团体，包括这个团体，提供的资讯能够唤醒特定准备好的人群. 当实体们良好地了解这个状况，他们将完全受到吸引，接着意识到做选择的严重性.

如果实体尚未觉得需要醒来，掌握状况，也不需要做选择，他们就还没准备好离开第三密度，他们停留在冷漠的污水坑[如同一个重力井]当中.

那些尚未做选择的实体将垂直落入重力井; 正如同一个人荡鞦韆必须用力向后、向前摆动，然后当鞦韆开始摇摆之后 这个人就能够摆荡到很高的位置，他已经发展出力量. 而当一个人停滞在冷漠重力井的底部时 他就没有力量.

所以，基本上 你正在注视的对象是那些无力的实体们，他们觉察自己是无力的，虽然他们确实拥有结实的力量，却不知道如何去连结它.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

B: 这事实上描述一个模式，是不是第二密度模式的一部分，他们尝试在穿越第三密度的时候完成该模式? 基本上，就是大猩猩主旋律，是不是这个东西阻碍他们前进并造成暴力反应?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 我们相信你正在倒因为果，把货车放在马的前面. 某些实体重复经验毁灭效应 在地球上创造出一群就是抗拒觉醒的实体.

他们已经成功地避免觉醒好长一段时间，大量的轮回转世经验显示他们持续地抗拒觉醒，你们可以从现代文化的外在形式清楚地看到这个现象，你们的文化充满许多方式令人分心与各种娱乐消遣，盘据他们的思想，保持他们沉睡，无须思考道德或伦理课题，无须思考自己是谁，为什么来到这里.

沉睡的实体的情况就是必须去到别的地方经历另一个第三密度周期.

很自然地，那些在过去创造这个行星经验的存有们希望这会是一个最佳的环境，让具有暴力模式的实体有最大的机会治疗自己，自我成长. 但没有保证说结果一定是成功的. 无论如何，每当一个新的周期开始，负责的子理则都是尽最佳、最佳的努力去创造一个最有效率的进化结构(环境)，如果他们无法在这个时候结清第三密度的功课，他们将领受另一个机会 或许前往一个更加美好的世界，可以在其中玩耍.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

B: 是的，在这个地球经验中 会不会有一件特殊的事导致所有人都卡住，必须重复第三密度呢?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 确实，许多实体在一件事上卡住:那就是陷入所有生命都不是一体的幻象. 所有走在灵性进化道路上的实体们都要领悟，以对你有意义的方式去觉察: 这幅图画要比一个人、一个核心家庭、一辈子更大; 每个人都可以进入这幅图画，所有生命都是一体; 这样一幅图画可以带来救赎. 欠缺一体性的觉察是人们紧紧依附暴力模式的关键.

我的弟兄，只因为一群实体无法在这个时候毕业，并不意味这是失败的，了解这点是重要的. 在行星密度的工作模式中并没有成功或失败的概念，那些能够毕业的实体就被收割; 那些无法被收割的实体有更多的机会学习先前没学会的功课.没有任何需要担忧的理由.

这只是一个资讯点: 你们现在享受的生活环境，这个特殊的星球很快将变得无法从事第三密度的工作，因此，有些第三密度实体将来需要到别的地方继续学业.

我们发现这个器皿的能量正在减弱，此时 我们离开这个团体、这个器皿、你们美丽的振动所创造的环境; 我们在无限造物者的爱与光中离开你们.

我们是你们知晓的 Q'uo 原则. 我们感谢你们，很荣幸在今天与你们同在.

团体: 谢谢你.

Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0918 章集：爱与光早期资料 #4**

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

[译注: 这篇文章可以配合爱与光选集二-时间旁轨一起阅读.]

周四冥想

1974 年 1 月 10 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

今晚 很荣幸与你们同在. 我目前位于一艘宇宙飞船之中，停泊在你们的高空中.

虽然我与你们有一段距离，我觉察你们的想法. 我所乘坐的宇宙飞船能够在星际间旅行. 有些地球人已经看过这艘宇宙飞船，将会有更多人看到它.

时间越来越紧迫，我们必须引发你们人群的高度好奇心，他们目前确实相当好奇，但他们尚未展开寻求. 所以我们意图提供刺激因素好增加他们的寻求.

很不幸的，有相当多的虚假资讯描述我们的目的、动机、存在. 如果有更多发声管道[好比现在这一个]，对我们的努力将是巨大的帮助. 这些管道能够直接对寻求我们的人群说话，如果数量达到足够水平，我们将能够抵销那些错误的资讯.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，从 20 年前开始进行一项行动计画，这个计画一直受到侷限，最近变得比较自由一些. 你们文明的智力成长允许更多的刺激进入，我们将更多地展现自己. 换句话说，越来越多地球人可以接受一些在过去被
认为太过激进的东西.

在你们大众当中，关于太空旅行与形而上现象的资讯开始大量流通，这使得我们可以启动我们计画的第二阶段，唤醒地球人去接触他们非常渴望的真理.

服务无限造物者的星球联邦即将展开我们任务中最有趣的阶段.

如果你想要参与这个计画提供服务，你需要非常、非常小心口中说出的话，也需要很小心地行动；如此 你能够给出最大限度的服务. 你们的俗语说: “医师，医治汝自身.” 如果在日常生活中没有展现星际联邦的教导，没有展现造物主之道，那么你带给人群的启发就会减少许多.

加入我们，服务无限造物者的星球联邦，自愿做一个踏脚石，让人们可以从瀰漫大地的黑暗空间走入遍布无限造物的光.

我非常荣幸同你们谈话，我是 Hatonn. 我在无限天父的爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友，Adonai borragus.
[停顿]
我是 Oxal. 我与这个器皿同在. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们真的非常荣幸可以与你们同在，我向你们担保，能够在这个时候来到这个地方是一件极为有趣与光荣的事. 我们，隶属星际联邦，恒常地在你们人群当中移动，进入他们的家庭、工厂、办公室，任何他们可能在的地方.

朋友们，我们并非有意偷窥，但我们必须知道你们的地表上正发生什么事，什么

活动正在进行. 为了这个原因，我们群体很有能力这么做，我们恒常地在你们星球的地表上移动. 透过所谓的心电感应，这个器皿呼叫我们，这是你们解释该通讯的方式; 我们不这么想，我们不认为有分离的可能性，因为宇宙造物是同一个东西，我们很难猜想你们能够分离心智.

朋友们，我们共享一个心智，你们地球人已经有好长一段时间否认这个共享的可能性. 朋友们，这是事物存在的自然方式. 很自然的，我们应该共享单一心智，如同我们共享所有东西.

如我刚才所说，我与你们共享心智，共享思维. 故我清楚知道你们每个人对于某些事物有些困惑. 不要让这点困扰你们，朋友们，因为在这个时间 从你们的角度要理解特定的事物非常困难.

无论如何，我可以告诉你们，你们今晚听到的一切都是我们意图执行的项目. 我们肯定要去唤醒你们地球的人群. 我们已经获得足够的知识，了解你们地球人的思考与行动，几乎跟了解我们自己一样清楚.

我们花费可观的时间研读这个星球的人群，我们发现有可观的人数能够在造物主无限造物的和平与爱之中，加入我们.

为了这个原因，我们现在来到这里. 如果没有人准备好，我们就没有任务. 我们无法唤醒那些不想要加入我们的人群.

你们每个人必须为自己唤起一种寻求的状态，目标是我们认为整个宇宙中最有价值的东西: 宇宙造物的爱与光.

我们，隶属星际联邦，非常非常荣幸来到这里执行任务，我们为此渴望很久了.

我们不耐烦地等待能够来到这里帮助你们，因为这一项服务给予我们许多许多喜乐.

我们察觉你们很难完全体会这个计画的宏伟与盛大，但朋友们，这是有可能的，只要你们进入冥想中，即可取得这份知识.

我们的目标是将真理带给人群，朋友们，我们必将得胜，让我们一起工作，让我们一起实践天父造物的伟大计画，到达令人满意的顶峰.

此时 我将更直接地接触你们每个人. 请保持耐心、放松、等候我的接触.

我现在将离开这个器皿，围绕这个房间 移动到你们每个人当中.

Adonai vasu. 我愿与你们同在. Adonai vasu.

***

周二冥想

1974 年 1 月 12 日

[编注: 本篇传讯已收录在爱与光之图书馆--选集一，标题: 爱的三条道路.]

***

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1974 年 1 月 13 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

再次地 十分荣幸与你们同在. 我现在从一个你们叫做” Otevana”的大型飞船；它的长度有好几英里. 我们搭乘这艘飞船有好些年了，它好像是一个独立的世界，它可以在星系之间旅行. 在这艘飞船上，我们拥有所有你们世界上的设施，外加更多其他的配备.

此时 我们很高兴与这个器皿通讯. 你们想要问为什么我们总是容易同你们接触.

我们觉察你们的思考 因为那也是我们的思考. 容我说 当你调频心智的振动 与我们共振，那么 如果你思考某件事 就是你与我们之间的共同思考. 这是事物应然的样子，你们星球上每个人心智如此地个别化 这并非造物原始的用意. 这个情况导致你们沟通上有许多的混淆与困难. 在你们星球上，许多人渴望将自己的思考与所有其他人分开，这是他们的选择，造物主给予每个人选择的自由.

无论如何，我们星球上的实体并没有如此个别化. 我们不渴望心智的个别化.

我们服务无限造物者，我们为数庞大，我们时时准备好与你们通讯. 我们对你们的要求非常简单，我们请求你们冥想，这是重要的，如果我们要联系你们，这是唯一的方式.
(传讯终止.)

***
Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想
1974 年 1 月 14 日
(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们，服务无限造物者的星球联邦，总是与你们同在. 我们说过很多次了，这是真的. 我们总是与你们同在. 没有分离的可能，因为我们是同一个存在.

这个星球的人群习惯将自己的思考与他人的思考分离，这不是个常见的状况，不是个必须的状况，这是个虚假的幻象. 朋友们，为你自己消除这个幻象— 你的心智是个分别与独特的实体; 做到这点很简单.

如这个器皿一般，要与我们建立通讯是很简单的*.

(*译注: 与星际联邦通讯必须有三人或更多人在场，避免不必要的风险!)

首先 你只要觉察宇宙造物的真实精华，当然 你必须冥想以发展这份觉察. 我今晚要讲述冥想，如何进行冥想好建立这个通讯.

朋友们，冥想是个很有效的工具. 首先，你们必须理解我们说的冥想的意思. 我们曾说过，你们必须清除心智里的念头，这不是太容易的一件事，但有许多技巧可以协助你们. 有时候可以使用不同的音效，或集中注意力在特定的东西，先允许单一的念头存在，然后，从专一的念头起 进入没有念头.

在冥想中 你们需要全然地放松. 无论如何 你们不要从这个放松状态进入睡眠状态，因为这样就阻挠了目的. 因此 我们推荐你们保持直立的坐姿，这样可以在大多数情况消除想睡的倾向.

我们觉察你们的思考 因为那也是我们的思考，我们的心智是合一的. 无论如何我们并未觉察你们心智中的所有东西，因为有时候 你们的想法透过个体化与我们切断，该情况在你们人群中常常发生.

除了练习冥想之外，你们需要觉察起初的造物，而非人为的造物. 注意大自然，觉察大自然.

有一个技巧可以增进你们的觉察，我们将一次给你们一点，好让你们可以练习使用. 第一步是寻求理解你在大自然中看见的每一个东西，一次注意一个东西，详细地考量它. 好比说你刚好看见一片叶子，小心地研读它，觉察它，不要倚赖旧有的印象，对每个东西发展觉察，这是第一步.

我们在此时离开你们，我是 Hatonn. 我在他的爱与光中离开你们. Adonai Vasu.

[停顿]

我是 Oxal. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

很荣幸与你们同在，我是<服务无限造物者的星球联邦>的成员. 这有什么意义?

为什么我们要叫自己是服务无限造物者的联邦? 这是有原因的，朋友们，这是必须的，如果你理解的话，对于我们 服务是唯一开放的路线.

我觉察你们有一些问题 关于一个人如何去服务. 在执行这项服务时 有特定的问题，我们接触你们人群的能量受到很大的限制，因为我们必须很小心.

地球上许多人试图以各种方式去服务，但它们没什么效用，他们没有透过冥想让自己为造物者所用.

我们，服务无限造物者的星球联邦，在宇宙其他地方服务人类同胞并没有这么多困难. 目前 你们星球上头有如此多的限制，以致于极为困难提供服务.

无论如何 在座的各位有可能以更为直接的方式去服务地球人群.

然而 如果你想要服务，你必须取得必要的资格; 这些资格包括许多事物，每一件都可以透过冥想取得. 当一个人充分准备好去服务 那么就是向前走 提供服务的时候. 透过冥想 你将知道你服务的能力与极限. 地球上的领导者尝试服务人群，

但他们没有觉察冥想的必要性，因为缺乏冥想就很难明智地服务. 所有位于他的服务之中的实体都必须花时间冥想. 我们再怎么强调这点也不为过.

我希望 我有协助到你们的寻求. 我是 Oxal.

Adonai Vasu.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 0919 章集：圣灵与扬升**

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

2006 年 3 月 19 日

小组问题: 今天的问题跟“扬升”(ascension)或转变进入第四密度有关，我们想知道圣灵在其中扮演的角色. 他是不是一个进入我们内在 同时鼓舞、帮助我们的某种存在? 他是否等同高我?

这个转变过程到底怎么运作的? 我们希望 Q'uo 能够多给我们一点清晰的叙述关于第三密度移动到第四密度的概念，它如何发生，有谁在帮助，它如何运作?

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的光与爱中问候你们；我们在他的服务中来到你们这儿. 我们感谢你们每一位挪出这段宝贵的时间来寻求真理，我们至为荣耀与荣幸地加入你们的寻求圈. 一如往常 当我们凝视着你们，你们振动之美与团体的和谐感动我们.

你们真的创造了一座小教堂，纳入来自许多地方的许多实体. 这是一个十分特别的时刻 我们经验网际网路与这个团体的连结，因为我们能够看见你们在时间/空间中的非-区域性的各个境域；你们全体加入这个合一的寻求圈，共同努力打造一座光之殿堂. 我们感谢你们给予的这份特许，并赞叹你们每个实体的内在之美.

一如往常，我们要请你们帮个忙：非常小心地辨别你听到的话或读到的文字[我们透过这个器皿传递的东西]. 辨别出哪些想法对你有帮助，哪些想法对你没有用处. 然后只使用那些你有共鸣的想法，就彷彿是你早就想过的念头 只不过先前忘记了.

如果你们愿意做这份辨别的工作，我们将感觉更为自由地同你们通讯，无须忧虑可能会冒犯您的自由意志. 我的朋友，我们感谢你们考量这点.

说到扬升过程与圣灵在其中的角色，这些名词装载着许多扭曲，因为基督宗教重度使用这两个字眼，许多焦点放在基督-耶稣再临与扬升上头.

任何教条式的源头都有个问题，那就是造物主自身并非教条式，他也不受限于人

类的任何荣耀与崇敬的描述. 当基督教的基本教义派使用这些词汇时，他们以非常狭窄的角度使用它们，特别是侷限在新约圣经的启示录的范畴.

所以 我们想要走一点回头路，卸除这些名词的重担，谈论这些名词背后的真实图像.

这个器皿与圣灵(Holy Spirit)有一段漫长与亲密的关系，她称呼这个实体为 ”荷莉”(Holly). 她每天都会跟荷莉对话许多次. 她每天起来都呼叫荷莉并请求她(他)的帮助. 这个器皿，Carla，请求荷莉在她的耳内说话，将他的智慧、爱、慈悲光照该器皿，在面对每一个情境的时候.

这些是我们会使用”圣灵”这个词汇的一般意义; 也就是说，某个存有安慰特定的实体，纵使该实体有所有的扭曲，属于该实体的圣灵不是判官，而是见证者，一位顾问、一位鼓舞者.

圣灵的本性可以良好地以这个器皿常用的祷辞来概括说明，Carla 每次准备与我们工作之前或准备演讲之前都会念诵这段祷辞.

我们愿意在此时重述这个祷辞好让每个读者可以看见圣灵[太一无限造物者的原则的一个强力部分]被计画的功能与本性. 这是她在 1983 年参加圣公会领袖运动(Episcopal Cursillo movement)时学会的祷辞，花了一个周末检视她的人生，创造人生的规则，甚至更亲密地、更坚定地奉献此生追随导师耶稣-基督.

该祷辞如下:
来 圣灵，充满忠实信赖祢的实体的心;

在她里内点燃祢的爱之火焰.
遣送祢的灵，她将是新造的，同时祢将更新地球的面容.
喔 天主，藉由圣灵之光 确实地教导信赖祢的实体的心;
因着圣灵的恩准 我真正成为睿智的，始终享受他的安慰.
经由我们的主耶稣-基督，阿门.

注视这个祷辞的结构，你们可以看见这个器皿感知圣灵从天而降，透过她的呼求与渴慕拉入她的内在; 不过 也透过她的净空与自愿，圣灵将新的灵感、想法、点子充满她.

圣灵不是一个令人舒适的安慰者，他能够在一个寻求的灵魂中创造一种神圣的不舒适; 如此能够帮助他锐化与磨亮自己的特殊愿景: 什么是做自己，什么是成为太一无限造物者的一部分; 怎样去面对与看待这个世界，不是为了慰藉或财富，而是为了有机会去服侍光.

R 实体询问圣灵是否能够被考量为内在层面或外在层面实体. 我们可以对 R 实体说 你可以考虑这个能量来源同时包括这两个层面. 就他做为指引的功能而言他是内在层面的实体. 你的呼叫位于地球的内在层面 也在自我的内在(光)体之中. 这个连结从无形的领域穿越顶轮，向下通过靛蓝与蓝色脉轮，最后来到心轮当中歇息.

当你长期对圣灵祈祷，你已经创造一种极具安慰力的即时连结，一个从不失效的智慧、慈悲、良善的源头.

圣灵的外在层面与行星地球无关，也与你对造物者或自己的见解无关; 因为造物

主自身超越他的造物; 他不是一个陷入造物之戏剧的演员，他是非受造的、非生物的、无限与永恒的.

造物主有个本性，那个本性是绝对的、无条件之爱(love). 我们不情愿地用爱这个字眼，由于数十个不同的用法，你们语言中的爱变成一个虚弱、松弛、衰败、滥用的字眼; 变成一个面具去掩饰不纯的意图、不完美的情感、与交错在身体、心智、灵性之间的渴望的困惑.

确实，有些语言包含关于爱的许多词汇，那会是给我们的一个祝福. 无论如何，这个器皿只讲英文，在这个语言中 单独爱这个字汇可以表示任何东西，从色欲到无条件爱，这样的爱促使一个母亲为了小孩给出她的生命 或使一个士兵在战斗中给出他的生命以拯救同袍.

我们述说的爱在人类感觉的所有边界与限制之外，我们述说的爱 创造与毁灭.

我们述说的爱 改变万事万物. 如果你能够想像一个思维拥有力量去创造整个宇宙，那么 你已经看见爱的完整意义.

无论如何，单单称呼造物主为爱 却是限制了他，因为创造原则是一个奥秘(Mystery) 超过任何生命的探究，包括我们自己.

我们愿意满足地描述这个灌注活力与能量，鼓舞人心的本质为圣灵.

在我们离开这个特殊的辞汇之前，我们简单地说星际联邦使用"较高自我"这个词汇来描述圣灵，但是从一个与基督教相当不同的观点来描述.

与基督教的圣灵相似的概念是: 较高自我关乎一个本质或实体，自我透过祈祷与恳求 将位于第六密度中期的较高自我呼叫下来.

与圣灵不同的概念: 较高自我这个词汇表示并明指 自我、较高自我、造物者都是同一个存在的部分. 并没有另一个实体 独立于自我之外，然后从某个天堂圣境被呼叫下来进入自我的心中; 毋宁说 较高自我、[在这个幻象世界生活的]自我、造物者全都是太一实体的部分.

在这个概念中，自我明确地被视为神圣的，并不小于一位造物者，自我被视为一位年轻需要建议的造物者.

我们感觉这两种概念都是有帮助的，我们让每一位寻求者玩味这些词汇，为自己找到一个适当的专门用语.

“扬升”这个词汇同样受到宗教狂热的束缚，新约圣经使用这个词汇，对于基督教的忠实信徒来说，这个过程重度地装载恐惧.

就基督教的观点，地球的末日是严酷的，突然之间 末日到来，这个世界开始溶解，耶稣实体从天降下，接着所有的坟墓打开，所有曾经死去的实体跳了出来承接一个新的灵性体. 然后，如果你够幸运 成为被捡选者(the Chosen)*，你开始上升进入一个全新的世界，一个乌托邦的天堂 住进一栋特别为你准备的豪宅; 于是你在剩余的永恒岁月中自由底赞颂太一无限造物者.

(*译注: 在这一段中，Q'uo 并未提到那些”不够幸运者”的下场，有心人可参考圣

经启示录.)

容我们说，这如同一种宗教的小说或神话，它并不复杂 甚至是简化的. 我们不知道要拿怎么处理这种概念; 我们也不知道如何开始解开这些缠绕的绞线: 将爱从恐惧中释放，将喜悦从忧伤中释放，将美好从表面上的困难与负面中释放.

就我们对灵性品质的理解，有一个扬升过程正全时间进行着，它是一个自然的上升过程: 穿越混淆与无知的迷雾 实体们逐渐进入一个光越来越充满、空气越来越流通的地方; 沉重与恐惧都在那儿掉落，人们的胸膛内只留下感激、喜悦、与奉献.

朋友们，这是你真实的本性，这是你真实的身分. 你不是一个寻求开悟的人，你是一个寻求自己的人. 换个方式说 你站在肉身里头以肉眼向外观看，透过双耳聆听，结果是 你感觉自己是一个血肉之躯，受到感官的侷限.

我们要对你说，我们对你们的感知是完全不同的，你们是极有力量与魔法的存有，即使在肉身中，你们的内在有能力去使用神圣，因为你们的真正本性是爱. 所以当你向外呼叫指引，其实是爱正在呼叫爱. 当然 你是爱 但有时候会困惑、苦恼，经常感到恐惧、颤抖，常常受到诱惑要变得愤世嫉俗和机敏精明.

很有可能 一个寻求的实体经常发现自己陷入深沉的黑暗之中，灵魂感到飢渴;在这个时候 你们寻求的绿洲就躺卧在你的里内.

关于指引的问题 以及它如何影响进入第四密度的过程，这是个强有力的问题，我们无法在这一场集会中完整回答. 但我们一开始清扫与整理你们对于扬升与圣

灵的看法，好让你们不会陷入宗教狂热的荆棘丛之中，反而能够聚焦在你的神性，以及创造一个强力与强壮的入口通往你自己的增强觉知.

当你对圣灵祈祷，你其实希望受到鼓舞. 你正在请求你自己的较高、较佳、更多爱心与智慧的部分来到你身上，充满你，对你揭露你真实的本性—爱，并给予你行进的指令，那就是在今天将爱纳入计画中，并不是爱将告诉你做什么事，而是爱将告诉你如何带着爱去做事.

当你带着这股强烈的、笼罩一切的爱去做日常的事务，某个魔法的事件发生了.

当你从神圣的境域将爱的生活愿景拉入你的内在，你启动了某个格外强壮的内在力量; 接着你开始放射光，不是来自于你的光 毋宁是流过你的光.

不管你是孤单的，或身处许多许多人当中; 透过你的焦点 你将照耀四方. 这个焦点对于造物主是珍贵的，因为藉由你的自由意志 你已选择献出这一生、这一天、这一刻; 献给创造原则和你内在共同的梦想、希望、意向.

你们询问关于第三密度转变到第四密度的议题，朋友们，这个议题需要花大量的时间去检验，在接下来的有限时间内 我们将尽力谈论这个主题.

你们全都熟悉电视机或收音机有许多个频道，这是一个比较简易舒适的说法，至少你不用去想什么是"第三与第四密度的互相穿透". 你或许可以把第三密度想成是在特定的频率振动 位于某个频道，第四密度则在另一个频率振动 位于另一个频道.

然而 你们每个人为了进入第三密度，你们的配备必须满足第三密度的各项参数; 现在 你无法变成第四密度实体. 更确切地说，你的光荣在于你已赚取投胎为人的权利，在这个时候 你能够帮助地球的意识转换，唤起实体们的渴望 帮助他们觉醒，记得自己是谁，于是 他们也可以参与第三到第四密度的毕业典礼.

就某方面看，你们全都从事一个使命: 尝试去唤醒人类. 那么 先尝试唤醒你自己，当你觉醒了 世界就觉醒了. 不要感觉你必须勇往直前，教导众人才能达成使命. 当你工作自己，你正在为全人类工作. 因此，知足常乐，恒常地寻求更深入探索你自己 找寻你真实的本质.

喔 朋友们，只要你能够确切地知道你是谁，你的心会翱翔天空. 因为你是爱，所有世界对你敞开. 你们可以创造也可以毁灭，朋友们，你们每一天都在这么做.

因为你们的思想是强有力的东西，当你的力量增长，你越来越能够透过思想去创造形而上的伤害或治疗. 因此，我们请求你们觉察自己的思想，以爱与慈悲巡逻检查你的想法. 当你发现自己变得讥诮的、小气狭隘的、爱批判或愚蠢— 我们请求你记住一件事: 你们来到这里的目的是追求意识本体，在知晓自己是谁的过程中 恒常地、更充分地发现其中的喜悦.

地球本身正在经历蜕变，适合第三密度生命成长的能量正在衰微; 接着 由于你们人群轻率肆意地滥用行星资源，适合第三密度生命居住的时间被缩短了一些.

在时代转变的正常情况，最多有一千年的过渡时间，好让第三密度实体清理所有那些不友善或不适宜居住的能量.

不幸的是，在第三密度的尽头，你们地球人尚未准备去拥抱爱、和平、自由、公义. 他们没有看见和谐之美.

在你们的文化中 对于侵略与暴力 一直有股固执与坚持之爱，人们受到恐惧的牵引，于是寻求保护与捍卫他们珍惜的东西与人群 同时拒绝接受整体地球的合一性. 只有在这种分离的氛围中 你们人群才有可能每日每夜地屠杀自己的同胞.

结果是，从舒适的观点看 你们第三密度的尾声并不怎么悦耳，不舒适的情况将会持续一段时间. 你们在投胎的时候就知道这点了，你们热切地来到这里 准备要缔造不同.

你们并不需要拯救行星地球! 无论如何 你们许多人在过去世曾经导致其他的第三密度环境无法居住 从而产生一股业力能量. 因此，该业力涉及修复与照护行星地球. 全球各地都有许多人对于地球有大量的爱并且渴望治疗她. 我们鼓励这条思考路线，因为一切万物真的都是一体的，地球是你们的一部分.

当你移动进入未来，要了解你的工作首先是放射无限造物者的爱与光，另一部份则是与你周遭的能量一起工作 尝试为你周遭的一切成为更好的服务员.

你的环境是什么? 你如何怀着爱与它互动? 你们如何创造和平与喜悦的岛屿，好让你在进家门时就等于进入一个神圣的处所? 如果你们认为地球是一个神圣的处所，你们要做什么好将高利贷商人赶出神庙*?

(*译注: 请参考 约翰福音 2:13 ~ 2:16)

我们留下这些问题让你们思量.

第四密度早已存在，它是一个很活泼健康的小孩，它是一个新天新地. 每一天都有越来越多扬升者以自然的方式进入第四密度，也就是说 在地球上穿越死亡的大门参加毕业典礼. 在你们的内在次元 许多天使与守护灵都希望你们每个人能够从容地、有机地、自然地完成扬升过程.

盖亚妈妈并不需要在这个时候将你们用力甩开，无论如何 我们曾说过，我们再次告诫你们有些实体对于扬升的愿景包括自我创造的毁天灭地. 在这个行星意识中有一部分蕴含着飢渴 并受到权力的灌注，渴望再次炸掉所有东西以满足暗黑的乐趣.

朋友们，看看你们能做些什么，选出那些不会陷入"诸神的黄昏"之愿景的官员;选出那些具备爱心的官员 他们的愿景包括所有人民 而不是只照顾那些有钱有权的人.

我们鼓励你们对这个人生觉醒，拥抱第三密度，让自己熟悉你的本质与你来此的原因，这时候 圣灵可就很有帮助了. 不管你看待那股能量为基督能量或是来自造物主[包含所有有形、无形宇宙]的能量，不管是哪一个视野对你最有帮助，我们鼓励你们选取该视野.

最后 回应 T 实体的问题，的确 透过呼叫圣灵转变自我 是扬升过程中完全必要的部分.

透过那穿透我们的心中之心的指引，我们终于学会放手 对那奥秘难解的神圣临

在敞开一己的生命. 这一种释放是不可思议的，所有智力的边界都消失了. 我们并非鼓励你们在每日生活中不去运用智力; 毋宁 我们鼓励敞开你们的观点去包含物理与灵性的自我，这两者不是分离的 而是一起融入一场光荣的混淆! [如 M 实体稍早所言]

我们但愿你们在此刻就决定倾听，决定说: “来吧 圣灵!” 当你请求圣灵来到 你其实要的很多，因为你不只是要求一个愉快、漂亮、美丽的经验，你真正要的是真理. 当你请求圣灵时 请准备好迎接任何可能发生的事，因为任何对圣灵的真诚请求都会被听见，朋友们，圣灵必将回应你，接着你的生命开始改变.

我们了解时间到了，检验这个器皿的能量水平，我们相信最好再接受一或两个简短问题 就该离开这个器皿. 此时是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

B: 我有一个问题，你曾提及我们是爱的存有和意识的存有，爱和意识有什么不同?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问，我的弟兄.

爱是一种精髓，它不必然要绑定某个焦点. 它毋宁是创造一切万有的焦点，是故它的本质超越意识，我们使用该词汇表示人类的一个没有陷入空间与时间的部份. 我们可否进一步回答你，我的弟兄.

B: 我懂了.

此时是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

[停顿]

P: [从内华达州透过网际网路说话] 我希望你能够澄清爱如何具有毁灭性?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问，我的弟兄.

造物主同等地创造与毁灭，对于造物主 这两件事为同一个过程的部份. 在光与暗; 创生与毁灭; 爱与惧.. 有个动力关系. 这个强有力的动力关系是你们的幻象的一部份.

或许当一个人检验你们第二密度的动物界的生命周期 比较容易看见这个毁灭与创生的层面. 动物有成长的周期，也有做为其他动物的食物的周期，不过 自然造物的整体是和谐的.

与其感觉大自然中充满恶意，如阿佛列(Alfred)曾说: “爪子与利牙中的血红”[1], 应该要看见所有这一切都是生命之舞的完美可接受部分，动物吃食物，接着成为食物.

当你们的身体死去 它将是蠕虫的食物，造物主提供各种自然的方式，好比蠕虫与其他昆虫吃掉身体，让它再次成为地球的一部分 于是那个特定身体的周期完结: 尘归尘，土归土. 此即是我们意指的爱的毁灭特性; 它不断地创生 也必须在毁灭中完整这个周期，好构成一个自然与有机的 360 度世界.

我们发现这个器皿的能量正在衰微，我们趁这个机会感谢你们每一位参予这个寻

求圈. 我们此时怀着大喜悦与感谢 在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

我们是你们知晓的 Q'uo 原则. Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] Alfred Tennyson，“In Memoriam”:

Who trusted God was love indeed

And love Creation's final law—

Tho' Nature，red in tooth and claw

With ravine，shriek'd against his creed—

悼念集 译文:

他相信上帝是爱,

相信爱是造物的最终法则—

而不管自然的爪牙染满了血,

叫喊着反对他的教义,

悼念集译文来源: http://www.cnpoet.com/waiguo/uk/tennyson.htm

☆ 第 0920 章集：爱与光早期资料 #5

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周二冥想

1974 年 1 月 15 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 我与这个器皿同在. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次地 我们很荣幸与你们同在. 我与弟兄们都在这里，这是真的，我们在这里.

我们全时间在这里服务你们，我们服务所有想要这份服务的人群. 我们无法假定这份服务对于所有人都有价值，我们只能提供我们拥有的东西，你们必须决定接受或拒绝. 有些时候 你们想问为什么我们给予的资料是相对基础的东西 或 经常重覆的资料. 事实上 我们这么做 是因为所有必须的就是这些. 只需要以造物主计画的起初方式去学习、去思考.

这就是为什么我们比较喜欢继续述说那些你们认为相对简单的辞汇. 朋友们，真理是非常、非常简单的. 造物主的计画非常、非常简单. 我们不需要编织一个复杂的环境网络来引领你们通往造物主; 他就在你的里面，你就是他.

不幸地，这个星球的人群比较习惯于复杂，因此渴望各种不同的智性命题与理论.

朋友们 这些都不是必要的. 从你现在所在的地方要到达你应该在的地方需要一种与智性无关的理解，它单纯地需要一种对真理的知晓.

当你全然地觉察这个简单的真理，你将不会使用智力过程去理解任何你想知道的

东西. 这份知识将是你们的，因为所有知识在造物主的宇宙中都是相连的.

只要给出他的光与爱，这是起初的意图. 以其他方式去行动与知晓只会导致孤立与阻塞.

非常谨慎地考量我提供给你们的简单教导，因为这些就足够了，并不需要复杂的东西. 我向你们保证，接触这些教导将大大地利益你们.

我希望我已经澄清某些事项，很荣幸同你们说话. Adonai vasu.

[停顿]

我是 Latwii. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们很荣幸与你们同在. 我是 Latwii. 除了过去有一次机会，我未曾与你们在一起. 这个器皿对我的接触并不熟悉，因此 请忍耐我们一些.

朋友们，我是你们称为的太空人，但你们也是啊. 你们住的地方难道不是在太空中？从我们的观点，你们位于太空的程度跟我们一样. 唯一的不同是受限于你们的旅行能力；你们在这个特殊的时期位于太空中的某个点.

因此 你们也是太空人，你们看 你们与我们之间只有一点点的差异. 我们的交通系统只比你们再精良一点. 你们所称的太空是无限的，围绕所有的造物.

我们并无不同 我们只是稍微地分隔，不是藉由距离 而是藉由思考. 你们学会的思考方式使你们孤立，这是不必要的. 不要使用你们过去惯用的智力过程. 如果

你想要回答任何问题 只需要将你的知识奠基在真理之上，你能够透过冥想做到这点；并不需要进行复杂的分析.

经文上写着："知晓真理，真理将使你自由."因为将你自己与真理切割就是给自己添加更多更多的限制. 我们很难传递另一种思考方式给你们，因为你们已经习惯因果的主张.

朋友们，(第一)因就是造物主，果即是爱，这就是一切万有. 这是真理的质朴处.

聆听我的话语 并理解它们. 所有人的内在都有这份真理，可以透过冥想去取用它.

现在 我将离开你们. 我是 Latwii.

Adonai vasu borragus.

***

周三冥想
1974 年 1 月 16 日
(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次地 我们很荣幸与你们同在.

这个器皿接收我的想法，传递给你们；这些想法并不是我独有的财产，它们是我们无限造物者的完整造物的想法．你们并不需要使用这个器皿来知道这些想法，在全时间 所有地点 所有人都能取用这些想法，因为它们是造物者的想法，造物者凭藉这些想法来创造我们．

这些想法非常简单却是独特的，它们是造物的真实基础．我们试图把这个创造一切万有的起初思维给予地球人．唯有使用纯粹语言才能靠近这个思维．这个概念在你们地球人群当中并不普遍，所以我们多次对你们说 冥想是必须的．透过冥想过程 有可能知晓这个思维；我们曾称呼它为爱，但你唯有透过冥想才能理解它．

在你们的环境中，需要克服许多东西以理解你的同胞，因此你们甚至比我们更需要重视冥想；透过每日冥想 你将发展对这个思维的理解．

我希望我今晚有所服务．Adonai vasu borragus.

***

周四冥想

1974 年 1 月 17 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn．朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意．今晚 我们很荣幸与你们同在．

我们与你们同在因为你们渴望我们出席，不过 这个陈述是含混不清的，因为我们无法分离．在这个宇宙造物中 没有东西能够与其它东西分离，因为一切万物都

是同一个东西.

我们服务无限造物者的星球联邦正在发起新的一波攻势，爱的攻势. 在你们星球上 越来越多人觉察到这波攻势，越来越多人现在开始欢迎这波攻势. 为了这个原因 有可能加速我们的计画.

此时 也有许多人不欢迎这波攻势，这造成我们的限制. 我们一定不要冒犯那些不渴望这波攻势的人群. 因此 我们必须保持神秘; 让你们人群可以拒绝接受的神秘. 无论如何，对于那些接纳我们的人 我们必须把真理与理解带给他们. 我们只是造物主的代理人，将他的真理带给那些渴望的人们.

我觉察到 许多地球人认为我们浪费太多时间在唤醒那些沉睡的人们. 我们当然很想更多更快地行动，但我们的活动受到管控，这个星球的全体人口对我们的接纳程度是唯一的管控原则.

我们觉察到 你们许多人相信我们过度重复自己的话语，但我们真的只有一个东西要献给你们，就是一个简单的真理. 如果你们愿意学习接受这个真理，实际运用这个真理，你们就会从所有限制中解放出来.

人类的心智受造的目的并不是要变得如此孤立，它受造的原意是在全时间与所有意识接触. 透过非智性的理解，了解这个单一真理将允许地球人移除他与无限心智之间的分隔，一个人只要透过每日冥想 即可接触无限心智.

此时 我想花很短的时间谈论另一个主题.

在你们的太阳系中 我们的飞行船分布在七个行星上头. 如果你能够来到这些星球你无法看见这许多飞行船. 无论如何 有些人可以看见. 我们为数众多，我们对于这个太阳系非常感兴趣.

今晚 我试图将特定的思想给予这个器皿 一些难以传递的思想. 现在 我即将离开他，因为他累了. 我是 Hatonn.

Adonai vasu.

***

周一冥想

1974 年 1 月 21 日

(Carla 传讯)

(译注: 开头部份收音不良)

我是 Hatonn... 从理解天父开始.

朋友们，宇宙是以什么物质制成的? 我们曾告诉你 这个物质是光. 你们也可以称呼它为能量、振动、意识. 不过，朋友们，单凭它自己，这个物质会停留在一种无组织的状态. 而这形塑的原力是爱.

所以 我们在爱与光中向你们致意，因为宇宙中除了这两个要素 没有其他东西了. 事实上，它们是单一建造基石的两个面向 用以建造物理与灵性宇宙.

在灵性实相中 你是被形塑的明晰之光，你拥有自由与渴望，自由之爱和渴望之

爱形塑你的光; 这个基本渴望朝向与造物主重新结合.

在灵性实相中 你的真实本性注定要进展返回你的原点，那就是造物主. 但同时你的真实本性拥有选择的自由，选择何时你要踏上这场长途旅行

现在 我们想评论关于道德(morality)的用途. 我们单纯地把话说出来 你自行决定它有没有价值. 以下这点是很难以头脑理解的，朋友们，宇宙没有道德 只有爱.

如果你愿意放射爱给全体，你就永远不需知道什么是对的，什么是错的. 道德带来的整个困难在于人们渴望追随规则 而非渴望追随天父.

一个人正确地追寻冥想可以很快地发现天父之道路的单纯性. 不管你拥有什么显意识心智，也不管你错过多少个机会，那个救赎的原力总是在你的里内，任何人都无法拿走一分一毫.

[停顿]

我是 Hatonn. 我的弟兄们与我问候你们并说再会.

***
周一冥想
1974 年 1 月 21 日
(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次地 今晚我们

很荣幸与你们同在.

我们服务无限造物者的星球联邦在这里是为了与你们讲话，当你们冥想之际 将我们的思想直接交给你们. 你可以接受或拒绝这些思想.

此时 这是我们对地球人的服务，这不是我们唯一的服务，但它是我们最重要的服务.

为什么你们人群在这个时候对这些想法不怎么感兴趣? 我们一次又一次地说 这类的想法是这个星球的人群需要的. 然而 他们只表现很少的兴趣. 这现象起初使我们困惑，直到我们更为熟悉这个星球的一般人的思考方式. 我们觉察到要将真理与理解带给地球人的问题点: 因为在这个星球的历史中 过去一些人物产生的黑暗，使得地球人长期处在黑暗之中.

很难在短时间内改变数千年累积的错误思考方式，我们在这方面将不会完全成功. 无论如何，我们曾经部分成功 将特定的资讯带给那些渴望的人们，未来将继续这么做. 朋友们 关键就是渴望，如果一个人不渴望我们要给的东西 那么他将不会收到它. 这确实是造物被设计的方式: 每一个实体 不管他是谁，他在哪里，都会精确地获得他渴望的东西.

每个人都必须下定决心，就是现在. 他必须决定一条路: 尝试在无限之光中理解与服务; 或者 为自己寻求，遵循地球人群的途径 而非我们全体的造物主提供的途径.

地球人认为他们有许多问题，但这些问题不是实相，它们是由个人思考发展出来

的幻象. 我曾经声明 唯一的起因是造物主，地球人以非常虚幻的方式诠释因果.

这不是宇宙造物被设计的方式; 这不是宇宙造物运作的方式. 一个人只需要给出爱与光，接着他也将接收爱与光. 不需要考虑复杂的提案与计画好抵达一个假设很有利益的目标. 只需要流露爱 那是造物主充沛提供给所有存有的东西.

我们原本都应该这么生活的，地球人已经忘记这个非常简单的原则，他相信自己可以透过计画与行动产生巨大的喜悦，然后他用相当复杂的方式去做这些事，结果他很少为自己的产品感到光荣. 因为他没有冥想，也没有学到真理就在他的里内，通往狂喜的途径就在他的里内等候着.

朋友们，这条途径是单纯的 就是爱，完全与普世的爱，表达给万事万物和所有人群，在一个人每日的活动与思想中展现出来; 然后，朋友们，万事万物返回给他. 因为这就是天父的礼物，如此非常地简单，因为天父是非常单纯的. 他并不想要他的孩子们必须生产复杂的东西才能够抵达狂喜的状态.

这份知识就在你的内心深处，它是你的一部分，它是万事万物存在的一部分. 寻求这份内在知识，然后 在你每日活动中对人类同胞展现这份知识，接着它将千倍反射给你.

今晚 非常荣幸同你们谈话，希望我已经给予你们一些理解 那是地球人如此迫切想要和需要的东西，一份对于爱的原则之理解.

我是 Hatonn. Adonai vasu.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 0921 章集：了解人们是如何觉醒的

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

Copyright © 2010 L/L Research

2009 年 10 月 2 日

班?路西克(Ben Lucyk)访问卡拉(Carla)

这份录音从访问没多久就开始了。班对于如何定位自己的网站感兴趣，他想要藉此对那些在地球转变时刻觉醒的人发出呼吁之声。

了解人们是如何觉醒的

卡拉：我观察到，当人们浏览我们的网站时(1)，他们的年龄、性别、背景在他们忽然展开追寻之前皆无共通性。这是因为，正如你所说的，他们曾经就像《李伯大梦》那样陷入昏睡，才刚刚清醒。

我喜欢在我说话或写作的时候，把自己当成是一个打断瞌睡的闹钟。嗯，我是指，他们可以读到那些内容，然后翻个身继续睡，或者是就因为这闹钟响了而醒来。我对这个结果没什么要额外说明的，但你主要的问题正是就我所观察的那样。(2) 我从七十年代中期开始与求道者一起工作，当我们的第一本书出版，我

开始收到《幽浮的祕密》读者来函。这本书有很多灵性的东西在里头，但却是从科学的角度下笔的。有很多人对那本书有回响，他们写下来这些反思，这帮助他们觉醒过来。所以，我会说，人们会透过阅读某些书、了解某些议题或是在 YouTube 网站看到某些东西而觉醒是一种常见的方式。

我真的认为你用网路的方式绝对正确，因为每个人都会上网。由于许多人仰赖他们在网路上得到的东西，印刷书籍产业现在日子不好过。所以你是在对的地方，而你当然也有很美丽的目标，一个你可以为人们填补的美好定位。你可能会想要跟一位住在夏威夷的同道裘帝?波尼(Jody Boyne)聊一聊，他有个流浪者网站(3)。他从令人喜爱的《一的法则》中发现他是流浪者，他指出也有其他流浪者，而他想要有个地方能让人们谈论他们的故事。他从事这项工作已经好几年了，所以你可能也会想同他聊聊。他或许注意到了我漏掉的某些东西。他既是一位图书馆管理员，也是非常敏锐的人。

班：好酷喔！嗯，我想在自己长大成人之后，自己还是有一些问题的。我对「正常」的事情没什么热情，反倒是对自己在想的议题很有兴趣：「我为什么都不会像别人那样对某些事物感到兴奋呢？」大约三年前，我浏览了这份重要资料，变得对它很着迷，然后特别是，我还这样子超过一年以上。我没法按捺住自己对它的热衷。我会聊它聊上一整天跟一整晚！我对于自己目前正在做的事情真的感到很兴奋，而我想，对于怎样在网路上完成这件事情，我也有很棒的主意。

我向你求助的原因，是因为我在实践或是看见自己的愿景实践在生活中时有一点卡住了。假若我有一百万美金，不必担心怎么筹措基金，可以去进行一切标准的业务，手舞足蹈地在实际上建立一个研发者的团队，开始为我写软体，那么我也不需要担心如何界定我们的市场，这些同意拨款的民众与潜在的投资者会希望你

在普通的业务中，向他们证明你也许能用商业头脑看到真正的点子。

我真的不太在乎这种商业头脑，虽然我可能有一点是强迫自己去想出来，而且至少还是有些关于它有见地的情报，因为我想这就是我要去完成自己愿景的方式。我想我需要在自己真的能开始建立自己想要的建筑之前，先从商业头脑的立场去抨击这些想法。

卡拉:好的，我想这里的概念是，基本上(就是)一旦你去芜存菁，建立好你的网站，那你就会从你尝试在 YouTube 网站上放某些东西的情况中离开，找到在那个国家或世界上举行了什么样的大型会议，看看你是否可以用网路连过去，或是让上网查询这个会议的人在那边找到你。那才是你需要的东西，只要让自己能被找到。把你的名字尽可能地放在许多地方。

现在你知道，我们从没这么做过，不过有许多人已经看过我们的网站了。而且大家为了各自的理由，小心地把我们的内容贴到他们的网站上。我们还是不会叫人们把那些文章拿掉，因为我们了解在网路上放这些文章的地方愈多，网友就会在我们的站上看到相关的内容，那么人们就愈有机会在上网搜寻时跑进来我们的网站。我想，除非是从书上查到的求道资料，在求道的过程中还是会大量上网查资料的。那么，他们就会从我们的书查到我们网路上的资料。由于 DavidWilcock 和他的书籍，我们已经吸引了超多人。

班: 我这里也是一样。

卡拉:但如果不是一本书、如果是大家自己找到的，我想你可以找搜寻引擎，你可以确定自己能透过搜寻引擎进入自己的网站，(那你)就开始建立网站的浏览量

了。那么，搜寻引擎可以先把你秀出来。你可以到每一个搜寻引擎，登录那些你相信大家会用的关键字。

班: 没错，我做了蛮多次。

卡拉:我希望我可以告诉你有某个特定年纪的族群会去浏览，不过在我的观察中，并没有这回事。那会让事情看起来很混乱。你的年纪是否按照时间来计算并不重要，每个人在觉醒的时候都是同一个年纪的，都是从零开始。你的经验已经是哪个观点，都无关紧要，现在你已经在箱子外头。你不需要再去特别检验那个箱子。你要找到还有什么东西在外面，你该怎么为自己盖一个更大的箱子，这个箱子可以容纳所有关于觉醒的美好事物、关于知晓宇宙天性的美好事物、我们身为人类这种动物的本质，以及我们要往哪里走，一切那些美好的东西。

我会说，去鉴别目标群众是比较不可能的(4)。因为在每个年龄、每种性别、任何偏好、任何背景里头，当一个人觉醒并说「噢！」的时候，它都会消失。

班: 它可能来自任何地方。我想艾克哈特?托勒(Eckhart Tolle)说得好，它是先来自内在的。如果你愿意展开求道的话，这第一道火花在开始求道之前是必要的。它可能来自任何地方。所以让我(继续)说下去，我很高兴能够跟你聊上一整天。

卡拉: 嗯，慢慢来吧!你需要多少时间，我就给你多少时间。

尝试组织你的求道途径

班:谢谢你。我们真的在某种程度上温习了大家觉醒的方式。而我们的答案则来自

各式各样的方法，没有什么一致性。人们如何组织他们的想法呢？有没有任何模式能解释，他们怎么尝试与组织事物，帮助他们更为了解自己？

卡拉:是，我想是有的。通常它是…嗯，在我觉醒前 这会怎样，而我这样觉醒了，和我觉醒后，这是我今后一直会做的。它比较像时间排程与所有重要的『啊-哈时刻』混合体。通常，当大家写信给我们，那是因为事实上我已经写了太多关于流浪者的东西了，当然，我想也有这么多的流浪者。

我不认为现在有任何投胎到第三密度地球的人只具备第三密度的线路。我想现在的小孩都是靛蓝小孩—无论他们是否觉醒，抑或是他们仍像大多数孩子那样，是个小暴君(幽默地)，又或者不管他们是否早就觉醒，他们经常可以轻而易举地做到，因为当你拥有第三密度/第四密度双重线路时，罩纱会更薄。

但是，我想几乎每个在 1977 年后出生的人都是流浪者—刚从一个更高的密度过来。我想他们实际上，几乎都是从地球第三密度毕业的。他们从 1977 年在某个地方过世，然后经历了毕业的过程，看看他们在第四密度可以在主选单上—但他们的心依旧(充满着)—地球正呼唤着他们。他们回望地球，看见它仍然在收割，而在这场收割里，他们需要工作者。他们说：「我得回去。」

所以他们就回来了，我想他们的兴趣并不在于仅仅启发地球行星上人类的意识，而是进行让地球恢复自己的工作，但这些人有很多是从马尔代克星(Maldek)或火星的背景毕业的，或者是从那些他们破坏了大气层的行星中毕业，在他们能够完成第三密度之前就使得这颗星球无法居住了。所以他们在地球上完成第三密度(的功课)，而正如你能看见的，要是你环顾全球，你就知道我们有很多还没修正的坏习惯。有很多人完全没有觉醒的迹象，大多数的人穿着西装，(而他们)有系统地

破坏这颗星球。

所以，我想年轻人身上有很多能量，不管他们可以找到…你知道，不管是恢复这条小溪或恢复那个被毒化废物污染的地方，他们都流浪返回地球完成业力的运作。(他们)只是真的被拉进那些真的热爱、想要成为地球母亲的服侍者的网络。所以你们这些年轻人在小时候，六岁或七岁时有着类似由于双重线路与较薄的罩纱引发的觉醒。因此你不一定要排除那些还在念高中或是中学的人。

班:我同意。我想老实说，他们会比年长的人更会使用网路。当你说到这里，我有很多对事情的看法，是跟你书中的某部分有关的。这很棒，我喜欢它。

卡拉: 嗯，谢谢你。

班:所以，当大家来到你面前，问你一百万个关于他们会怎么样、该怎么做的问题，有没有什么标准、有没有什么东西是你会说的？像是「去看看这里！」，或者，你告诉他们，「这就是人们说他们找到难题答案的方式吗？」，要不然，你会告诉他们，去看看内在，把这些东西呈现在他们眼前吗？那对每个人来说都是独一无二的问题。你能否给我任何小技巧，不管是你学到的或是我可以找到别人的方法来用，尝试去厘清一些架构，关于「人们如何找到他们追寻的答案」的架构？

卡拉:一方面，我大量书写也写了多年，而所有那些东西都是随处可得又免费的，即便假设大家身无分文，他们还是可以读到《流浪者手册》(A Wanderer's Handbook)，或者是《一的法则》卷一。我强烈地觉得是那样的。所以我想，要是你在自己的网站上有知识的主体，而你可以连到其他站，那是一种把大家感兴

趣的东西目录化的方法，像是：「你觉得你从哪边来，而你想知道那是怎么回事吗？那好，这里就是你可以找到资料的地方。」就只是给他们一些非常特别的超连结。

顺带一提，你现在也可以跟我们的网站连结。你不必弄个特别的网页作书签，但你现在就可以这么做了。

班:我得厘清一下。我知道你认为我们的网站跟你们的很类似，但不是那样的。只是帮助你看见，我们正尝试在没有这么多细节的情况下处理。我不想要创造另一个像你们一样的站或者像几千个站那样有一堆讯息让大家找得到。我想要创造一个给大家来聚会的地方，来指引出像你们的网站跟其他的网站，并且说出为什么他们发现网站很有价值，去创造出团体、线上的社交空间，聊天、论坛、讨论板，非常新的科技，帮助大家一起分享故事，这样他们就会讨论到你们的网站，说出那网站为什么很棒。他们正在辨认他们自己的来龙去脉。

我不需要出版任何东西。我想要在自己建立的地方完全地公正。我想要建立工具，让大家来、组织他们自己的生活，然后与人们分享之。所以每个人都能有个迷你网站，如果你愿意的话，每个人都可以一起比较与讨论、分享。那才是我想要建立的，所以我尝试要找出一个方法，我试着了解哪一种工具对大家有价值，这样他们就可以用更棒的方式完成追寻的目标。

卡拉:你说你花了你大多数的时间这么做。你会跟大家一对一在线上，逐一地从一个人身上得到讯息吗？

班:我有一个小团体，现在我显然已经谈过这话题很久了，所以我有一点名单，我

想这些人可以帮助这种练习，但我发现这很有挑战性。我甚至无法恰当地解释我如何觉醒、我要如何组织它。所以，我猜你会讲，有一堆人都像这样说他们的故事。

卡拉:是的，我们的网站甚至有一个区块就是建来当论坛，不过那只是让大家诉说自己的流浪者故事，有一个地方可以分享。就在 www.bring4th.org，它就放在「流浪者故事」(Wanderer Stories)之内。

班:我会去瞧瞧那里。我还没有很深入你的网站，所以我会去确认一下。

卡拉:我想我获得资讯的起点开始于那些老日子，我们的网站比现在小很多、没太多人知道我们的时候。那时我有时间一次写信给一个人，所以说到这十年期间，我可以指出有哪些问题是重复出现的。那就是《流浪者手册》为何会问世的原因。因此，要是你想确认目录、每一个个别的标题，在章节里有超过百来个问题，那也是我正在回答的其中一个问题。因此我才构思了那本书。我分析每一封电子邮件，从我开始计画写书收到的第一封，我贯通了每一封邮件，融合成一个问题。大约是在 100 到 120 个问题左右，这些问题是尝试指出这些问题的人常指出的标准开放性问题。

班:那也正是我的问题之一——你如何组织自己写书的内容？那写得很好。

卡拉:那就是我构思那本书的方法。当你到达那个阶段，我会告诉你我组织资料的其他方式。

班: 请继续。

卡拉: OK。我组织《活出一的法则 首部曲：我的选择》的方式，就是回到《一的法则》资料去。我想弄清楚。在我从《流浪者手册》一书中得到足够的回馈后，也就是 2001 年，现在的八年前，我还没有把我自己所思所想的东西实践出来。我想，我正在写一本入门书。但我当时仍留在象牙塔中，我只是太过忽略了当时会发生什么。我不过是在这么多封信说他们爱这本书之后下了结论，但是他们还不了解很多东西，了解到我需要写一本关于星际联邦哲学原则的入门书。

所以，我做了一点小调查，发现今日美国中学生阅读的水平是在七年级，而中学教育会到十一年级。那就是我为什么要写《首部曲: 我的选择》的理由，它是这一系列丛书的第一册。我写了《首部曲:我的选择》，就是要让许多人可以在 2012 年以前知道重点，而我们真的不会注意 2012 年之后的差异，就形而上的角度来说，它是一种很不同的人生。我们会听到比第三密度线路(系统)使用上限更多的讯息，纯粹第三密度的线路会感到很困惑、挫折、非常辛苦。

班: 如你所说，我们即将耗尽第三密度经验可用的催化剂。

卡拉: 是的，所以我先提到那一点。我回到《一的法则》，尝试说出哲学的故事，查询《一的法则》是如何组织的。因为唐(Don)与 Ra 的对话有一个大问题，就是范围太大，无法按照计画去组织。它是建构在唐不可思议的聪明才智，以及他很久、很久的研究经验上。他晓得去问各种问题，而 Ra 一直都能解开他想套的话，因为 Ra 并没有按照唐希望他们说的那样走，Ra 会说出完全不同的东西，然后唐就会撤退，快速反应新的讯息丢出新问题。

所以这是一系列读起来很惊奇的书—我们还是一直读，我们从来没停止阅读它。

班: 我正在读第二遍。

卡拉：嗯，我们可能要读第十五遍了(笑)。所以我想弄明白如何说这个故事，一直让它走得很顺畅，这样大家就可以在他们已经拥有的智慧上更进一步。那就是我写《首部曲》(101)的方式。我重新组织资料，就好像我从没有在课堂上教过那样。所以我才会把标题写成《首部曲》(101)。

(*译注：101 在英语有「入门」的意思。)

班:你实际上是怎么组织这本书的？你是不是摘录了些许片断？你是不是有全数位化的版本？这样你就能把这些摘录放进目录和你的一堆内容里，然后成为你提炼到这本书的章节?

卡拉:不是的。外子与我经常在一年内到内布拉斯加州去探望他母亲，她今年已经 93 岁了，在到那里的车程中有很多时间。我一直没有机会跟丈夫聊天，因为他忙着赚钱养家。他是照护草坪的专家，有自己的生意，而他也是唯一的员工。所以他在那边汲水、很努力工作，当他回家时真的已经很睏了。

但是我一年有两次机会，他在内布拉斯加州的来回车程上有整整四天的时间可以跟我聊个不停。因此 2006 年那一年，我开始勾勒本书的架构。我有一堆三乘五吋的空白卡片，吉姆与我会一来一往地争辩，我们会为某个东西下定义，然后我就写在卡片上。所以我们去内布拉斯加州时就会有一堆卡片了。卡片上写的主题像是，极性、光、爱、自由意志等等。然后在回程路上，我们开始进入每一章的某些细节。

我们必须在很短的时间就回家，因为肯塔基州的生意淡季并不是很长。我们住在南方，草还是照样一直长。所以我们第一段旅途是在十二月初，而二月底则是我们第二段旅程的时间。因为我们在二月底旅行时，我已经先架构好第一章了，但我还是需要讨论到如何处理脉轮的问题。在每一章讨论脉轮的部分，我们两人之间有好几个小时都在讨论细节。

我在 2007 年初的第二趟旅程中完成我的架构。那时我已经开始写第一章，但能够有一个架构知道你走到哪边，真的还挺不赖的。而那就是我完成本书的方式。这确实一点也不像科学那样严谨。我不是坐在车里，抱着笔记型电脑的人—我还是拿着三乘五吋的卡片，用我 1960 年代在学校里学到的方式，那时还没有这样的电脑，除非是那种笨重又需要空调的大主机，它不完全像是你能带上车或是当作研究工具的那种电脑。

这相当仰赖直觉，不过另一方面，我和外子由于花了非常久的时间熟稔这些资料，所以我们没有真的去翻书或是记下喜爱的句子或是任何东西，我们基本上算是了解宇宙学的。我已经教了好几年的宇宙学，所以只是把这些概念兜在一起而已。

最重要的是，《首部曲：我的选择》是我想要写的，这样它就能贯穿整本书，所以我从来没有在书中导览那些之前资料中，大家不懂的部分。那会花最久的时间去完全确定我没有遗漏任何基本的阶段。当我写这本书的时候，我会写下每一章的每一节，那么我可以又回来顺稿，然后加长或是强化它，确保基本的阶段都写了。

这往往需要多达六次的重写，来确定所有的参考资料不会让阅读能力还没到达十一年级的读者搞错。我得开诚布公地承认所有的用词并非都属于七年级的程度。那可真是我做过最难的工作，因为我不想要写给大家看、我不想为了让大家理解这份资料而降低标准，我不想要漏掉任何一点点—我只想要慢下来让大家都能跟得上。

班：我只是想有一些额外的回应。这本书很棒。我看了一半的《流浪者手册》，我喜欢它带给我一些不同的思考方法，跟你们介绍《RA 资料》丛书的方式不同。我喜欢我们从 Q'uo 和 Hatton 那边听来一些与 Ra 有点不同的讯息。

我读你的书的方式有点从后面倒退读。我先从《一的法则》卷五读起，很高兴听到你对这份资料的个人想法。一个读者应该要多读几次《一的法则》好让它沉淀一些。能听到你的解说也很棒，现在从其他的星际联邦成员那边得到一些额外的资料正是我要的，因为能把这些东西兜在一起也很好。

在我忘记之前，我能不能问问题？我有很多个人的怪问题，但是却有一卡车的资料在那里。许多人都会通灵。而我在畅销的新时代书籍中发现，像是赛斯(5)，亚伯拉罕教导(6)，甚至最近我在大型研讨会上看到的 Maria Schafer，我发现他们的讯息几乎与《一的法则》的教导相违背。它们看起来欠缺接纳与宽容。在他们尝试推广的创造力中有一种紧迫感。我不晓得你是否知道我说到哪里去了，这有点难度，因为我不知道自己是否是错过它还是只看到许多人没发现的某件事。我发现有很多负面的讯息隐藏在某些这类畅销书的内容里，这类书看似极为正面，但我认为它们并非如此。*

(*编注：以上这段仅为发问者的想法 不代表 L/L Research 的立场!)

调整好你的频道，防止负面影响力上岸

卡拉:好的，这是发生什么事情的解释。有些可能是你已经知道的，但我还是会复习一遍，因为这些发生的事情都很正常。你知道某个人当然是服务他人导向的。他或她发现他们在有意识的情况下，拥有听到潜意识资讯的天赋，并且开始产生资料。他不晓得任何关于调整频道的事情。他也不知道关于挑战灵体的任何事。他对宇宙有多拥挤毫无概念。他不知道你们如何创造了自己的宇宙。所以他开始有了特别的问题。这些问题经常是基于恐惧的，而如果你有一个基于恐惧的问题，星际联邦这类的管道就没法回答了。

所以这个人，并不是真的了解这里的利害关系，就继续下去了，好，我要回答这个问题。所以他继续通灵，而星际联邦的存有不管是不是原来他连络上的那一个，也不管他的频道通到哪里去，都留不住。这个连结已经被排除了。所以你连不上广播电台，也没法跟提供纯粹正面讯息的存有连结。但是有一堆存有在那看不见的国度都是极为开心地跟你所处的频道连线。你是服务他人的，而你想要正面(极性)的工作人员，所以他们持续地透过你产生听起来正面的讯息。但是一旦他们想要陷你们于不义就说：「要害怕，要非常害怕，它很快就会发生了，我们都会毁灭。但是因为你是特别的，你可以成为搭上巴士的一份子，你可以成为被拣选的人、你可以被带离这颗星球，这就不会发生在你身上了。」我看过最令人惊讶的排外资料说，他们已经选择谁可以离去，而该团体的领导人则说：「哎呀，你们再也上不了车啦！」(笑)，你知道像这样的资料来源都不是正面的。

那就是为什么我在 1990 年写《流浪者手册》—因为事实上有很多书都在那段时间通灵出来。我想那是过去的潮流。但是那时令人震惊的是，有这么多人想要在

周末「学习通灵」。诚然，那是最容易做到的事情。如果有人完全照我说的去做，他就能在十五分钟内学会通灵。那是我们都能做到的一件事情。然而，要做到好却是痛苦到极点的。

就像你从我的事上知道，我从不想通灵，我曾经是不情愿的管道。我只喜欢安安静静。我就是这么一个特立独行的人，就算在边缘地带也一样。但是当唐说：「嗯，除非你学会通灵，我没办法再继续这个实验了，因为你就是我现在仅有的(资源)了。」而我说：「好！」

好吧！我只是有颗天生带有研究特质的心。当我一开始产生资料，我想要做得比我正在做的更好。而我第一件注意到的事就是调频，其差异在于我花时间专注在我自己身上，设定一个意图，祈祷、歌唱，不管是哪一种。然后我发展出一个这样的层次。不久我又加入了保护自己的魔法圈。

但是用这个调频来参照我的无线电传讯，我们接收、我们发送、我们只是器皿。所以我想要校准我的器皿，与我能力所及可接触到的最高等、最好的「广播电台」连线，这是个挑战。因为我是个神祕主义基督徒，我发现以耶稣基督之名去挑战对方：「你能说耶稣是主吗？」这是很容易的，但你大概会很惊讶，有那么多存有都没法肯定回答。

班：这满有趣的。

卡拉：就只是白天坐在这里，望着窗外的落叶，这简单的句子听起来很牵强，像是，你可以创造一堵砖墙让负面存有无法穿越。尽管如此，当你从空间/时间摆荡到时间/空间时，思想就会变成物质。直到你来到对自身的认知上，像是，你可以

把你的双脚立足于你自己的形而上领域上*，说：「这就是我、这即为我是的样子。这是我如何相信的、这是我的最高原则。而我侍奉这个原则。」

(*译注：这里说的应该是指光体或灵体)

这个原则可以是无条件的爱、光、智慧或别的什么，我学会了以正义与智慧之名挑战的律则。但是为了运作这形而上的工作，以及在看不见的国度中工作，你必须有一个形而上的身分。那个身分不是班?路西克或是卡拉?鲁科特。而是「我是耶稣基督的仆人。我代表无条件的爱。」或者是「我是班?路西克。」

然后你就说你的原则是什么，你为什么而活，或者是你愿意为何而死。之后，你就可以到达那个境界。然后你便能挑战那些灵体，他们绝对无法过关。

所以那就是我跟一堆通灵者的差异之处。在我开始通灵的两年内，当基于恐惧的问题出现时，我开始注意到我通灵时会发生什么事情。所以我停止回答出于恐惧的问题。我会回答关于灵性原则的问题，是因为我应该考虑到「未知」的思考领域，可我却不会回答相是「噢，将会发生什么样的事呢？我们都会死吗？」这样的问题。

班:时至今日仍是如此呀！有一些这类的大型研讨会都在(正面资料 v.s.「毁灭与灰暗」类型的资料)其中分裂了。

卡拉:当事人道出了不可思议的内容，但之后却没有保护这种接触或是管道本身，结果就这种连结就失准，转到混合极性的频道去。我们有个混合极性的最佳范例，那就是十诫。可怜的老摩西！他本来是非常正面的，但他的群众想要些特别

的东西。他们想要知道，所以就冒出一些「不能做的事」。

耶稣想要把局势扭转回来。他说，这是新的诫命，敬爱神，便是像爱你自己那般爱上帝与你的邻居。这两条诫命凌驾于法律与预言之上—超过整个十诫和预言书，甚至一切。但是大家都不听话，他们不了解这话的意思。那就是为什么许多重要的通灵管道说到伟大的事物，也都会显露出混合(极性)的资料。那可真是令人沮丧啊！不过为了保持你的资料纯粹，你只要说：「不，我不会问那种问题」就好。

班:所以，当你遇到某个来到你跟前的家伙，你有一点点测量的标准，来评估他们是否有对这些频率开放的可能性吗？他们可能具有服务他人的本质—你会尝试了解他们是否已经混合了极性或是收到了服务自我的资料吗？

卡拉: 嗯，你知道的，我不会主动提供这种资料。但如果有个通灵管道来找我，就像是你已经提到的大多数人在某个时候来找我，并且说：「我想我的通灵会发生某些事。你可以告诉我跟那个有关的吗？(然后我会和他们分享我的感想)？」

班: 很有趣嘛!

卡拉: 所以我会读一些关于他们通灵的东西，而我会说：「这就是正在发生的事情。」我会用唸他们的那一套来唸你。他们都会觉得被骂了一顿。「我不需要去调频，我不需要去挑战。我知道我连结的是什么。」他们都会采取防卫心态又火大，然后撇嘴走开，他们没有听下去。(我的讯息)只会引起麻烦，不以获利为目的。

班:说到他们的资料。对我来说，当某个人被操纵，专注在控制而不是接纳上，是很容易分辨的。我非常感谢先前读过《一的法则》。如果在我这么做之前先取得这么多其他的资料，对我个人而言，会很难分辨内容的真实本质。我用你之前工作的基准来比较其他资料。那真的很有帮助。

还可以在哪边找到《一的法则》哲学体系？

班:你有星际联邦以外的其他资料源头说到《一的法则》，特别是服务自我与服务他人的第三密度吗？你知道有星际联邦之外的通灵来源吗？或者某种程度上，你算是被银河系核心的星际联邦监视的吗？

卡拉:嗯，我真的只专注在星际联邦上，因为那就是我服务的地方。如果你读过其他资料，不管它是从西方传统或东方传承来的，我想你都会发现《一的法则》资料在所有每一个来源里。

班:真的？确切来说是这样吗？我还没有开始研究到那边去，不过我一直都晓得有相似性的存在。不过，再次地，知道讯息是否被来源扭曲是很难的。而且还有一大堆解读要做。有任何一个你愿意推荐的特别来源吗？

卡拉:试看看《新约圣经》。《可兰经》与《薄伽梵歌》有很多部分不错。事实上当你阅读这些资料时，每一个(在很多部分里)都是被扭曲的。所以你有时候会看到真相的阴影，或是有时候会看到一些大幅度的扭曲，或偏颇的事实。不过它们都来自万物合一的永恒智慧。

量子物理学家戈斯瓦米(Amit Goswami)有一本有趣的书《神示之窗：一位量子物

理学家的天启指南》(The Visionary Window; a Quantum Physicist's Guide to Enlightenment)。我从这本书引用关于《首部曲：我的选择》十大金科玉律，在关于极性的章节一开头就引用了。戈斯瓦米完成了对许多宗教中金科玉律的研究，我相信这一堆箴言是真的。

班:你相信我方才翻开书，正好就翻到那份清单吗？真是太巧了！(班唸了一个名字)就是他吗？

卡拉:那就是他没错。瞧瞧那份列表—它囊括了全世界。中国哲学家老子写的部分很赞。我会说，在那里就有很多《一的法则》。试看看佛教的禅宗吧！你会发现自己读到的任何内容都可以在《一的法则》中找到回应。一切万物都是一体的。我们来到这里是为了爱彼此。这些才是最基本的真理。当然，问题是，星际联邦总是这样说，就是真理太简单了。这对一个聪慧的觉醒者来说太简单，而且在直觉上挑战了人们，就像今日的美国人那样。

班：我觉得自己没有到这种聪敏的程度，除非那是透过比较有科学逻辑的通灵管道。我超感激唐有科学的背景，问了那些种类的问题。因为我需要在那种层次上得到确认，才能够跨越。

卡拉:是的。他绝对是非常完美的。那便是他在这份工作中的职责。当然他是很投入的。在他快要二十岁的时候便开始研究了。他首先研究轮回转世，接着又从那边进入幽浮的领域。他跟很多早期亲身接触过外星人的人们谈过。在他展开这份志业的同时，我们在六零年代开始就一起在冥想团体与通灵，他非常老练地比较了每个人，但永远都是从严苛的科学观点来看。不管是哪种宗教，他都没兴趣，也从不阅读哲学。他是个彻头彻尾的科学家。

我很兴奋能够告诉你，我们最近找到了一个关于他的旧片断。我们搜寻档案，想要确定我们的汇整已经完成了，因为我们的档案站长正把资料印出来整理，想要确定我们拥有的资料是完整无缺的。

(录音带第一面播放完毕。)

卡拉: 我们发现一个片断，大约 32 页长，都是打字的定稿。那是唐了解《一的法则》惯用的方法。这份资料写于 1984 年，就在他过世前没多久。我们很快就印出来了。可以在网站上找到我们的声明*。

(*编注: 该片断已有中文版● http://tinyurl.com/27m5dtc)

班: 当然，那一定是很棒的囉!

卡拉:那真的是很棒的资料！只有 32 页长，但却有科学家的观点贯穿其中。我比他还擅于写文章，可我不会有那种观点。所以即便是当你阅读《幽浮的秘密》一书，你会比较想读我写的，而不是他写的，因为他是有名的「第一页」作家，然后说：「你都看到我写的方向了，完成它。」(笑)那会是他写章节时投入的方式。不过在这份 32 页的片段里头，这篇文章都是出自于他的手笔。而且我想，有科学背景的人会很欣赏地从那里开始了解《一的法则》。

班:那是一定的！我要去找这一篇。那我们的朋友大卫呢？(7) 你还有跟他保持连络吗？他极为坚守科学观点，而我知道他很久以前有拜访过你。

卡拉:那当然囉！他和我们在一起相处了一年，但是在我们的生活方式非常合不来。他被我的生活方式吓坏了。他简直不敢相信在他遇见我之前，这些年他都奉为完人的一个人，会吃牛排、喝伏特加又喜欢百事可乐。(笑)对于我对待自己身体，那种不注重饮食又不完善的世俗态度，他可是大吃一惊哩！他对于自己吃进身体的任何东西很小心。所以他没在我们家待得太久，因为这一套对我不管用。但我们对另一个人在专业上的尊敬从未间断。我们在专业的层次一直都有很好的情谊。我们随时都很高兴能够一起工作。我永远都会支持他，而他也会支持我，我们有志一同。

班:确实如此。你看得出来，他就是把我引导到你这边的人。如我所说，他是在我的求道之路上的转捩点。他真的让我对世界阴谋论、以及这些黑暗幽微的事物恐惧一扫而空，这些东西会消耗我的力量，他引着我走向你的资料，而我真的很感激你。

活出一的法则

卡拉:嗯，我想尝试活出《一的法则》是我人生第二部分的挑战。我想现在有很多不可思议的能量。我听到愈来愈多人说，我们需要创造一种我们可以持续下去的生活方式。我想这个世界政治与经济的雷达底下与统治世界的公司在那个层面是真的存在的。—对我们所有人来说，本来就会有一些不同，而这是正在发生的事情—在这雷达之下，人们住在他们的家里，盯着他们住的地区，仍然可以找到自己能够持续更久的生活方式—培养他们自己的食物、发展更多自己的力量，在一种方式或是另一种方式中有小小的进展。而我想这种以地球管家之姿建立的能量，与对永续性的尊重会持续在草根群众里成长，不必在领导层生根。我想这种改变的压力将会来自基层。

班:我想它正在来临。我认为绿色运动已经受到大家的肯定。这是硅谷最热门的投资之一。所有的有钱人投下大笔资金到绿色运动上，如果你想知道的话，生物柴油这类的东西都算是属于这个领域的。

卡拉:我们必须如此，因为就算是一个像泥炭苔(peat moss)这么小的东西都不能长久。有一个叫做威尔?艾伦(Will Allen)的家伙发现，如果你把一些椰子壳里面的东西拿去磨碎，你会有同样的小生物、同样的酶，你会得到跟泥炭苔一样的生物，不过它可以持续生存下去，因为每年会掉下一兆颗椰子壳，而且还没有人想要。所以这是被回收的废料。

那是我偶然遇到的一种能量。也是我最近(8)写过关于威尔?艾伦的文章。至于永续性，你可以从任何一个地方开始，在我们全体生活的任何一部份，那个我平常都有的部分，而你可以找到如何延续，而不是用光地球最后剩下的资源。

那就是我们在爱与光研究中心尝试做的。我们正尝试发展一个生物动力农场。一切都慢慢地进行着，不过事实上，你设定目标，并且拥有那份前进的力量，我想，加上行星能量场这种方式，就可以改进收割、改进其他人觉醒的可能性。你做的每一件事情都要算进去。

班: 我也这么认为。

卡拉: 你做的事情不会白费。我在 1988 到 1992 年间这段时间学到一件事，我长期卧床，却没有停止旅行，不过我得坐在卡车后面旅行，然后下车，到我要去教的医院，我教学的时候一样要躺在床上，因为我无法坐直。有很多人看着我的需要感到不舒服，真的不喜欢我在病榻上教学的方式，所以我在那几年没有太多

的教学活动。

但是，我在那段时间学到的是，如果你无法运用你外在的天赋，那也不会有什么差别，因为我们与生俱来的天赋即是我们的本质，只是成为我们本来的样子。假设你让出那个空间，允许光流过你，假如你是个乐器，让灵魂弹奏你，你可以在你那个临终的床上这么做、你也可以在你的病榻上这么做，你可以在完全动弹不得的时候这么做。那没有关系。

我想让大家了解这个是很重要的—你做的事情不重要，而你真正的面貌才是关键。那才是你天赋的核心。我有很多外在的天赋。感谢主，我有一些天赐的礼物可以在今生分享出去。但我向你保证，在我的天赋中最大的才能就是每天校准我的器皿频率，这样我就不会被自怜或恐惧等其他东西给堵住了，我就在造物主可以运用我的那个点上，可以在我身上注入那些喜悦与充满平静、爱的能量流过我。这全都跟爱有关。

我知道，这不能真的在你的社交网路帮上忙。

班：噢，我们是从个人的角度去看事情的，但这还是很美妙的。去让那一块区域圆满，我猜，你真的有点到收割的重点，我晓得星际联邦说过，他们不会太关注这个话题，也不想说太多关于它的事情，可我认为你把《首部曲：我的选择》的结尾写得棒极了。你真让我感动落泪—这仅是其中一次而已。套句从 2008 年 Q'uo 群体那边引用来的说法，关于引导人群到提升灵性的转折点—我很高兴听到那席话，它很美好。(9)

你对收割大致的看法如何？你有更新吗？

收割

卡拉: 这个嘛…我想我会重新浏览整个资料。我们一直都有产生关于 2012 的新资料，由于事实上有这么多人想问关于它的事，所以我们持续地取得关于它的新通灵资料。不过，当 2012 愈来愈近，我想基本的真理还是一样的：如果你在此时此刻关注爱在何方，并且与之合作，抑或是，在当下并没有「爱」存在，你会在当下发现一个方式成为爱，那真的就是你顺利毕业的唯一必要条件。我不相信 2012 年是每个人都毕业的一年，我认为它是地球毕业的日期，这才是重点。就第三密度而言，我们的环境正离我们而去，而且逐渐衰退。而 2012 时，第四密度的光会大量地渗透我们彼此，我想只有那些连结第三密度/第四密度—拥有双重线路的人，将能运用这段时间。我想像有一个时代会来临，我会说那是未来的三百或四百年内—有个通灵资料说可能至少是八百年，但我不晓得，那只是猜测—当没有任何灵魂投胎到第三密度的地球时，因为关照人类的机会将不复现了。更甚者，清理我们在第三密度地球曾创造的混乱的机会也会消逝。届时，不再会像现在这般混乱，那会是我们能做到的最好程度，剩下来的就交给时间去处理了。

事情会有半衰期，即使它甚至长达数千年之久也一样。这颗星球会得以疗愈。

不过有很多可以做的事，让大家可以有效地改善这颗星球的生命力。

我想那会持续下去，而且第三密度将会艰难地走一阵子。但大家会大量地卷入第四密度，而不是一直留在第三密度。所以，我想像第三密度是在地球行星上的最后时日。它是一个令人兴奋的时间，况且我们那时我们还活着。对这么多人来说，它是最后的机会，得以超越这个级次。他们会重复这个年级，再一次吃个七

万五千年的麦当劳(McLife)，而他们还有一些琐碎的工作要完成，他们最终会了解到自己对速食和快速的生活、简易的答案等等都不满意。

你开始了解到那个概念、你开始觉醒。但是这样你重读了这个年级。

然而在这条漫漫长路上，当你看看其他密度的百万年，七万五千年那不过是很短的课程。所以没有在这个阶段过关也不会有真的惩罚。事实上，有那么多选择只会有更多乐趣。假使你选择第三密度的选单，你有一组选项，但你的选单不会那么长。

如果你选择第四密度的选单，它们就有好几页的选择，因为第四密度的光是不同的。它有很多讯息。当他们说「密度」时，他们说的就是那个意思。他们讨论的是光的密集程度。所以最终大家会想要有更大的选单。我想有很多人都是在这个觉醒的边缘。我几乎还是认为有一个「百猴效应」会发生的。

班:这很有意思。所以我才想要提供帮助与支持。

卡拉:的确。我们要用一种聪明的方式去做、去支持它，而不是创造一个全然崭新的教条。你完全不是那样做的。你刚刚已经说，你不想要创造资料，你想要创造选项—这对你非常好。我想你是在对的路上。

最后的想法

班:嗯，谢谢你。我没有什么特别想问的事情了。我确定我可以跟你聊上一整天。你有任何特定的问题吗？有什么你想要特别讨论的？这已经很棒了，我喜欢今天

的谈话。

卡拉: 对于你做的工作，我感到很兴奋，我希望你们都能得到极好的激励，并且得到来自看不见的国度可能提供给你的帮助。不，我确信你召唤了你的指导系统，请求你的天使帮助你…等等。不要忽然改变看不见的国度帮助你的部分!

不过你真的必须求他帮忙，你也必须感谢他，就那么做吧!

同时，在你走下去的时候，花时间在你的内在环境中静默，让所有的自然环境帮助你。所有这些事情会让你在灵性上成熟时，让你更人性化，你会更觉得自己是地球行星上人类部落的一份子。并且引以为傲。那是很光荣的事情。

班: 好极了！那很美好。我绝对需要更多时间静坐。我试过找出一个让我自己规律静坐的方法，我会去做的。

卡拉: 有时候运用自然的方式会比较好，而不是去说: 「好，那我现在会去冥想。」然后跟随你的呼吸，虽然这还是有用。不过只是试着放下你的 iPod。找个树木比人多的地方，拥抱一棵树，然后再抱另一棵树，接着多走几步，找一根掉落的圆木坐着，倾听一会儿，然后起身，再次拥抱另一棵树，请求它的协助，只是沟通与当个呆子。 (笑声)

之后你开始会醒觉，觉察到我们还活着，这棵树爱我，另一棵树也爱我，你知道，我可以感觉那股能量。你开始感受到，你自己是这舞蹈的一部分，那是很不可思议的一件事。

关于静默的部分则是，在静默中，你会得到资讯，但你不会有文字的资讯。我们都共有的意识就是造物主的意识。我们没有分离的意识。我们有分裂的头脑、我们有分裂的聪明。我们可以在整整一辈子里都忽略我们的意识。不过当你抛开那种聪明，久到可以走进去大忙人后面的一头脑，你会进入无条件之爱的意识。

那是原本的理则，即造物主的起初思维。而所有的资讯、你所有问题的答案一都在那寂静之中。当你靠近那种静默，当你崇敬尊重它，甚至是只有五分钟而已，你会接受讯息进入你的意识之根，你会以任何方式一梦境、视觉等等，收到你的意识心送来的讯息。

所以那是根据静默而来的结果。其中包含了资讯。当我进入我的通灵模式，我就被拉进一个字都没有，只有一堆概念的世界。而我觉得用文字表达几乎无限的概念并不恰当。因此我在铺陈这个概念时，某种程度上会千篇一律运用某些字眼。我得到一些他们试着透过我给出的东西。但我从来没有全部都接收到。

如果我能以某种形式留住它和处理她，我会有更全面的觉知，更全面的知识与理解。但是我没有那个能耐。我们人类并没有那种能力的倾向。我们不能够维持它。我们必须要把它塑造成某种字眼，某些进入智能容纳范围的东西，也是能被智能处理的东西。我们必须拥有智能。

是故，在寂静中，你不是尝试让这个讯息变成陈腔滥调。你正在说：「好吧！请充满我，然后我会尽可能地以我的梦想、知见与活跃的人生来处理它。所以拜托、拜托啦！就请充满我吧！」所以你只是打开了寂静。你向造物主敞开。那是很坦率的。冥想并不是个奥秘。人们是用这种说法来辨认出奥秘的：「你会得到这个跟那个结果，这就是你得到结果的方法。」除了超觉静坐一能给你放松的有

效方法之外，但它还是一件有限制的事情。(10)

一切基本上就像化身博士海德那样。

寂静的真相，就是它进入了你的心识之根，它会根据你个人的扭曲和你个人感兴趣的领域而沸腾，所以你不晓得它是怎么进入你清醒的一是当中。你只晓得如果你把自己放进寂静里，就像我说的那样，一天五或十分钟，你便已经设定在那种寂静中收割讯息的意图了，你会有成果。设定意图、走到外面拥抱一棵树，然后再回来。嗯，我今天已经做完了这一套。这真的没那么难。我鼓励你试试看，因为完成练习的最终利益就是每天持续的习惯会超越你最大的预期之外。

班: .好，感谢你激励我养成我第一天的习惯。

卡拉: 祝你好运!

班: 非常谢谢你。这本来就是很美好的事情。我希望你可以在自己的工作上做到最好，继续做这些伟大的事情。

卡拉:嗯，谢谢你，班。我只是对应该流过的任何东西敞开。那不是我，只是流过我的东西。我只是写下讯息的人。

班:是啊，你做得很棒。我期待你的下一本书，再次谢谢你。好好照顾自己，祝你拥有美妙的一天。

(c)2010 译者: 爪子 (知名部落客)

Reviewed by c.T.

原注

[1] 也就是说，大家参观我们的网站(www.llresearch.org)或是阅读我们的书。

[2]班跟我说了一部份关于他怎么架设网站的过程，这个网站的目标族群是刚觉醒的求道者。他希望能够让他的目标区块更精细一点。因为我观察过在人生各阶段觉醒的人，从小孩到老人家都有，所以我帮不上忙。

[3] 请参考网址：http://www2.hawaii.edu/~boyne/welcome2.html .

[4]请参考《文化上的创新：五百万人如何改变世界》(How 50 Million People Are Changing the World，by Paul H. Ray，Ph.D. and Sherry Ruth Anderson，Ph.D.，)，网址是 http://culturalcreatives.org/questionnaire.html，套句班的话来说：「在大量研究之后，现在我个人觉得流浪者在文化上的创造是一个庞大的次族群。」

[5]出自于珍?罗勃兹的赛斯资料与其他作品，现在仍可以买到纸本。

[6]请参考亚伯拉罕的通灵资料中文版《情绪的惊人力量》。

[7]班在此说的是大卫?威尔寇克(David Wilcock)

[8]写在部落格《大宇宙小灵媒》(A Small Medium at Large)，网址是：www.religionandspirituality.com。通常我每一两个礼拜都会写一篇文章。要订阅这些文章请写信到：contact@llresearch.org ，要求把你加进寄件人清单中。

[9]班引用的内容出自于《活出一的法则 首部曲：我的选择》第十二章：「这个团体一直以来提供爱之声，并且一直持续到现在，首先，只有很少人听到声音。现在，如果这个器皿与吉姆知道这个声音到达的远方，他们会感到惊奇。这个声音的确传到地球的尽头，它已经尽其本分将地球上所有人带到一个接近引爆点的地方。」

[10] 读者可以到 www.tm.org 获得更多讯息。

☆ 第 0922 章集：基要派的扬升观点

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

2006 年 4 月 16 日

小组问题(由 Jim 朗诵): Q'uo，许多新时代寻求者和基要派(fundamentalist)基督徒相信很快将有一场升天或扬升，在其中 真正的信仰者或神之选民将被 UFO 或天使迅速带走，其他人类则留下来忍受末后日子的苦难. 你能否讲述这种升天(rapture)或扬升(ascension)概念 与 星际联邦的毕业进入第四密度的概念 有不同?

什么样的灵性原则能够帮助我们思考这些可能性?

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的光与爱中问候你们; 在他的服务中我们来到你们这儿.我们很荣幸地加入你们的寻求圈. 我们在你们的振动之美中安歇.

我们十分乐意与你们谈论所谓的升天.

在开始之前，我们请求你们每个人谨慎地守卫你的感知之门. 不要允许我们的评论与思想动摇你 除非它们引发你特别的共振. 工作这些有共鸣的思想，同时把那些对你没有帮助的部分抛在后头.

请了解 在个人的灵性旅程上 你是自己的权威，请善用自己的辨别力.

如果你们愿意做这份辨别的工作，我们将无须忧虑可能会冒犯您的自由意志. 我的朋友，我们感谢你们考量这点.

在我们探讨根本询问之前，我们想先讲述一些背景资料，关于那些创造扬升或升天的实体们的想法，他们生存的时代即是圣经被组合起来的时期.

今日 中东地区是许多文明共享的家乡，在昔日 它并非任何民族的故乡 毋宁是许多文化混合的地方.

在那个时期 许多犹太人与其他宗教团体共同的信仰是轮回转世. 这个信仰带来的难题是 如果一个实体绝对相信他是灵魂溪流的一部分 他将会多次投胎到地球，那么该实体就不会特别关心自己在这一生是否品德高尚，因为他假设来世还会有另一个弥补的机会.

因此 老师们当时的关切是希望学生将焦点放在此生，产生必要的行为以创造意识的转移 从老旧的做事方式前往崭新的做事方式.

对于耶稣实体而言，老旧的做事方式就是俗世的方式，老旧的方式就是金钱、权

力、影响力的方式. 耶稣实体建议该是人们觉醒的时候，转身离开俗世的方式，释放掉他们认为金钱、权力、影响力很重要的概念.

耶稣实体的心智中有另一个国度，跟俗世不同，他称为天堂王国. 他感兴趣的是将人们的心智从俗世转向天堂，从恐惧转向爱.

因此 当他讲述关于末世的事情 他以故事与寓言来谈论，没有试图逐字逐句地教导，而是创造一个让真理变得清晰的氛围.

许多次 耶稣实体说: “有耳的 让他听; 有眼的 让他看; 有心的 让他理解.”

基本上 他要求人们从头脑的环境移动到心的环境，让心去思考.

我们无法对那些信仰字面真理的人讲说什么，我们不希望任何人逐字逐句地相信我们说的话; 我们也不希望说服那些相信圣经每个字都是对的人 或告诉他们是错的.

我们单纯地请求那些如此相信的人不要尝试去工作我们在此提供的资料，我们向你们担保 虽然你们教会权威的观点是狭窄的 却具有穿透力. 无须参考我们说的东西 你们将能够追随耶稣-基督的指导与教导.
为了你自己的平安心境，我们建议你不要继续阅读下去，只需阅读你的教会领袖认可的资料来源，这样我们的东西不会成为你的绊脚石.
***

现在 让我们前往这次集会的基本询问.

确实 耶稣实体曾说到升天日，那时 两个人在田野里 取去一个 撇下一个*. 我们并不相信耶稣导师希望听众完全照字面去解释这段经文.

(*译注: 出自马太福音 第 24 章:39~42 节)

朋友们，有其他方式去看待这个概念，或许 可以带给你一个更好理解的故事.

有两种方式会终结当下此刻的开放可能性. 首先 你做为一个具肉身的存有，从这个世界通往下个世界，在肉体停止呼吸的那一刻 生命和意识离开肉身，在那一刻你携带的振动或调频绝对是你此生经验的最终调频.

在那个停歇点 你离开肉身，在意识中前往光之载具，在你这一生 该载具一直与你的肉体相互穿透. 接着在那光能载具中 你将移动穿越毕业过程，那个在田野的时刻就是你们称为死亡的时刻.

以更大的意义而言，就整体地球来看，也有一个终结点，结束维持第三密度做选择的可能性. 此时 你们地球上的第三密度能量势微，接下来 将不会有多少第三密度的投胎了.

正因如此，珍爱这次的人生，了解到 它对你们每个人象征的意义. 这是你最后一次机会 维持极性的选择将引领你通过毕业典礼，继续从事更高密度的工作.

那些不愿做出极性选择的人们，那些不愿建立足够极性好承载较高密度之光的人们将在其他行星经验另一个第三密度周期，再次拾起爱的课程.

我们强调在这个方程式中没有真正的不利因素，如果你尚未准备好做出选择，你有全世界的时间去仔细考量. 如果你准备好了，那么 机会就在这里，把握今朝，抓住你灵性进化的方向，用你存有的每一根纤维、每一个希望、每一个热忱 走入光中. 朋友们，感谢吧，因为对于想要走在光之途径的人们 这些日子真是美好时光啊.

就物理层面 你们星球将会发生什么事，我们无法精确地告诉你们可能性/或然率 漩涡将会如何浮现. 你们人群正以惊人的速率觉醒，以指数比例扩张，不只在北美洲，而是在每一块大陆，每一个文化中进行.

我们的确认为地球自身在充分移动进入第四密度的过程中 不会有什么危险，地球妈妈并不需要表达全球的大灾难以促使物质界的升天发生. 如我们先前透过这个器皿所说，当我们凝视这个地球村，这里的村民有种麻烦的倾向 寻求侵略与战争 而非外交和对话. 这股倾向透过这个权力-飢渴的世界不断倍增，最终可能导致某些国家点燃所有炸弹 引爆真实的末日，这结局是可能的.

我们请求你们每个人检视自己的内心，选择沟通胜过侵略，选择耐心超越无耐心，选择爱超越恐惧; 希望超越排外.

做为一个人 你似乎从自己开始 到自己结束. 但我们对你说 你不只为自己行动还为了人类行动. 你所做的选择 如果是怀着纯粹与清醒的意图，能够改变这个世界! 是的 你就是那么有力量，那么有魔法，那么有影响力! 居住于你的里内的意识和耶稣-基督内在的意识是相同的; 但在某些情况 他被埋葬在草率度日形成的瓦砾堆底下.

那么 就从今天开始，怀着关心、耐心、爱心去生活，有意识地觉察你为地球屹立，不只为了自己而活. 不要让这份关切压倒你，只要知道你的选择真的可以缔造不同*.(*网友推荐: http://tinyurl.com/38lw7ey)

你们问到 升天或扬升的理论 和 星际联邦关于毕业典礼与行走光之阶梯的教导有什么不同?

就某个层面而言 两者的差别很小，因为这两种故事都聚焦在每个独特的灵魂凭藉一己的自由意志做出选择，关于如何存在、如何服务.

你将要成为一个放射光芒给他人的仆人，一位光之仆人? 若是如此，做每个选择之前都记住这点.

对于那些少数致力于服务自我极性的读者们，关于你们的毕业，我们对你说，朋友们 每一次都要谨慎地选择你所服务的对象，以及你想要如何表达你的选择.

对于那些坚持一致选择的人们，毕业几乎是无可避免的，因为你们充满前进的渴望，当你组织这份渴望进入一个焦点，将自己的意志投注在这个焦点上 没有任何事物能够阻止你. 你可以身处监狱中 却仍旧选择爱、服务、奉献、喜悦、感激. 你可能正在濒死边缘，你可能正躺在病床上，不管是什么样的处境，只要你拥有意志 做出这些选择，你早已身处天堂乐园之中.

那些目前还不想要涉入这个重大选择[如何服务，对谁服务]的人们将不会毕业;因为他们尚未成为有力量的人，他们尚未选择. 无论如何，在这个时点 只有很少人

毫不觉察需要做一个选择.

你们还有时间去导引你的思考和致力你的寻求，第三密度能量尚可维持几年. 然而，我们确实鼓励你们在这个时候向前走，尽可能地信守你最初的选择. 你们现在进入一个时期，或许在大约 6 或 7 年之后 你们就不再能够做出起初的选择，时间不多了.

并不是说第三密度能量势微之后 你们都将死去，而是那时的振动将变得比较质朴，不会包含那些攀升、螺旋向上的能量. 因此 生命将继续维持下去，那些现在进入这个环境的实体早已通过毕业典礼，如同目前许多的新生儿，他们携带着毕业的能量 无须担忧第三密度的终结.

无论如何 我们现在说话的对象，大部分尚未毕业，然而，我们并非带着急迫感对你们说话 而是渴望分享这份资讯 希望帮助你们在此刻做出灵巧的选择.

至于你们未来几年将要发生的事，我们的确看见地球上的各种困难与麻烦事，地球必须要做一些改变好稳定地、平衡地抵达第四密度，这是第三密度地球重新校准自己的过程，目前这个过程进展良好.

在地球的物质层面，这个团体与许许多多类似团体的长期工作已经创造了一段恩典时期，打从你们的 1998 年起 你们一直单靠恩典生活，这份恩典持续存在，在超越某个特定(时)点之后 它将不复存在. 在一个特定点，情况就好比各种能量混合在一杯水之中.

我们对于过度简化这个比喻感到抱歉，但我们使用的器皿不具科学素养.

当各种能量全部混合在一杯水里头，在某个程度上 它们融合在一起，但到了一个特定点，比较沉重的元素沉到杯底，而比较轻盈的元素上升到顶端，自然分隔出两个层次. 这个特定点即将到来，这并不是一场悲剧，也与升天事件无关，它就是自然的灵性进化过程，适用于所有行星与人群.

在时间成熟时，你们的地球将成为一个正面的第四密度行星. 一段黄金时期即将到来，所有从第三密度毕业的实体和那些很关切自己过往业力的实体将在这段时间一起修补行星地球.

将会有一段困难与充满挑战的时期，因为你们现行的科技并不足以满足未来的需求，你们将要创造新的方法来做事.

但现在瀰漫在你们当中的能量将变得清澈许多，那些尝试从服务自我途径毕业的实体将前往别处，留在地球上的实体们将是正面导向的.

有另一群实体将会留在地球一段时间，他们无法毕业进入第四密度或返回更高密度[如果他们是流浪者]; 但他们感觉业力的拉扯 他们想要补救. 你将发现有许多人正在尝试越来越多地将焦点放在地球的需要上，他们想要清理地球的水源、空气、土壤. 这些实体此时并不希望毕业 毋宁是参加某种暑期特训班，在那儿 他们可以戒除粗心大意的习惯 进而解放自己. 因为误用(misuse)环境资源是粗心大意的，误用社会团体、人际关系、人群同样是粗心大意的习惯.

所以 生活在地球上，这是一个充满希望与兴奋的时期，许多人尝试毕业，许多人不认为自己能在此时毕业 但尝试弥补过去曾经摧毁或伤害行星存有的疏失，

好让他们从业力中解放出来.

以上是我们如何看待你们的当下此刻，并不是突然的剧变，而是一种持续的形而上改变.

我们感谢 Jim 实体在思考这个问题后 询问哪些灵性原则跟这个问题有关，如此它允许我们衡量那伟大与中心的合一灵性原则，该原则主宰这个世界的灵性显化. 我们稍早曾对你们说 如果你能够在做选择时 充分地了解你为地球选择，你的确会成为创造地球意识转变的一部分.

合一意识是非常强有力的，对于造物主而言，我们全体— 我们、你们、一切万有— 都是一个存有. 升天的概念里头包含着服务自我的种子，因为它选择某些人丢下其他人，谴责那些没有到达天堂的人，宣判他们最终得前往地狱.

而我们对你说，天堂和地狱都蕴含在当下此刻，你打造你的世界成为天堂或地狱. 当一个人以爱的态度过生活，他走到哪儿都创造天堂.

我们在这个器皿的脑海中找到一个范例，这个人名叫迪特里希(Dietrich) [1]，在二次世界大战中因为宣讲福音被定罪，关到监牢中. 这些囚犯的粮食短缺，接近饿死的边缘. 迪特里希学过电码，于是他透过监牢的铁棒敲击祈祷辞和鼓励语给其他囚犯，知道电码意义的人就会接着传递他的话语. 他每天都这么做，他的祈祷与服务支持整个监牢的囚犯度过二次大战. 虽然他最后被处决*，但他已经将爱与信心传递给整个监狱的灵魂们，只因为他持续地讲话，讲述他唯一在乎的事:爱.

(*译注: 原文记载迪特里希自然死去，明显与史实不符，故在此修正)

让你的生活围绕着爱 这将使你的世界变成天堂. 当你走过生死门 进入更大的生命，你只会看到更多相同的东西，因为你一直都在那儿. 今日 你就在天堂乐园当中，相信这点 据此行动，让这句话传扬出去: 今日 天堂就在人间!

天堂就在你的双手之中，就在你的嘴唇上，就在你的心里.

此时 是否有后续的询问，或者 你们有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 我们有另一个问题: “为了选择光，我们必须承认和理解黑暗. 这个问题关乎黑暗的本性，许多资料提到负面实体将疾病与不和谐带给寻求光的实体们; 但是否有一个分别的负面种类将疾病与不和谐带给服务自我的存有? 这种服务自我的存有是否为黑暗天使或恶魔?

你能否提供任何灵性原则 帮助我思考这个问题? “

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问，我的弟兄.

我的兄弟，虽然这里有两个问题 你想要问的只有一个，因此 我们移除其中一个问题，好让我们可以干净地回答.

一个实体可以在一个人身上创造疾病 这种状况是罕见的. 超心灵致意只能够强调早已存在的缺陷，或者说 光之盔甲的裂缝.

举例来说，这个器皿的盔甲有个裂缝，造成她摔破脚踝、擦伤与其他种种困难;因为她有健忘的倾向 常常专心想某件事的同时 忘记自己身处何方或在做另一件事.

该器皿有些先天缺陷，和她的杏仁核(amygdala)有关，在她出生的时候 双眼被推挤到大脑的杏仁核里头，因此切断长期与短期记忆之间的连结，导致她产生心不在焉的模式. 她接受这个状况，也做了不错的补偿工作.

所以，当负面实体尝试对她致意，令她分心而离开那些良善的工作，他们的机会目标是她的肉体. 然而 致意的结果并未使她惊慌或分心.

虽然如此 这是一个好例子，说明外在势力如何侵入一个人的肉体健康，这情况影响不大.

造成身体系统不和谐的一般起因是该实体有不和谐的思想; 那些剧毒的思想样式肯定会导致肉体配置低于理想状况.

恐惧的思想赶走平安，爱的思想构筑内在平安，它是如此简单 又是如此具挑战性. 你的心智走到哪儿，你的身体就会跟随.

你所忧虑、恐惧的东西，你就把它们呼叫到你身边. 我们鼓励你如同一只猎鹰般观察你的思想，当你发现它们变得有毒，要求自己停止朝那个路线思考，问问你自己，你的最高自我会怎么处理这个忧虑与恐惧的状况?

当最高与最佳的思想来临，试试看，看看它是否比你的恐惧思想更舒适、更有技

巧、更有帮助？这类的选择看起来不像是极性的选择，但它的确是.

恐惧的选择就是选择让生活围绕着你；爱的选择就是选择让生活围绕着太一无限造物者.

此时 是否有另一个询问？我们是 Q'uo 群体.

发问者: [听不见大部分的问题，主要是问 Q'uo 群体如何看待这个透过网际网路聚集的团体，成员来自全球各地.]

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问，我的弟兄.

我们给予这个器皿 地球的影像，好比这个器皿曾经坐飞机横跨美洲，从观景窗向下俯瞰的视野.

夜晚时分，当她从窗户看出去，可以看见远方闪烁的灯光，她仍可看见农舍与小镇的灯光；同样地 我们看见你们的光 存在于地球四周.

同个时间，我们看见这个团体坐在肯塔基州的一个房屋之中，也看见分布在地球其他处所的成员一起来到同一个地区，因为这个团体向非-区域性的成员敞开，在你们的空间/时间 真实的出席当中，你们真的获取时间/空间特征.

对我们来说 拥有这个时间/空间成分是很令人兴奋的经验，原因是非-区域性的实体加入这个地方性团体. 虽然你们八成没有察觉，这是一个美妙的聚会团体，你们的灵光(aura)相互穿透，你们创造的动力关系是无以表达的微妙，又是难以言

喻地美丽. 一个实体的灵魂光束碰触另一个光束，接着碰触下一个，如此完美的奇观，我们感到非常幸运 成为这个团体的一部分.

我们问候你们全体，感谢你们全体在非常、非常忙碌的生活中抽时间出来加入这个真理的寻求圈. 这个器皿的能量开始衰微，所以我们在此时离开这个器皿与团体. 我们很荣幸与欢喜地同你们相处; 感谢你们再次呼叫我们.

我们是 Q'uo 群体，在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1] Dietrich Bonhoeffer (潘霍华). 请参访 www.dbonhoeffer.org 了解更多资讯.

译注: 上面的网站已失效，好容易找到两个连结，提供读者参考:

http://bla.fhl.net/Philosophy/Thought/006.htm

http://en.wikipedia.org/wiki/Dietrich_Bonhoeffer

☆ 第 09-23 集:了解人们是如何觉醒的

Copyright © 2010 L/L Research

2009 年 10 月 2 日

班·路西克(Ben Lucyk)访问卡拉(Carla)

这份录音从访问没多久就开始了。班对于如何定位自己的网站感兴趣，他想要藉此对那些在地球转变时刻觉醒的人发出呼吁之声。

了解人们是如何觉醒的

卡拉：我观察到，当人们浏览我们的网站时(1)，他们的年龄、性别、背景在他们忽然展开追寻之前皆无共通性。这是因为，正如你所说的，他们曾经就像《李伯大梦》那样陷入昏睡，才刚刚清醒。

我喜欢在我说话或写作的时候，把自己当成是一个打断瞌睡的闹钟。嗯，我是指，他们可以读到那些内容，然后翻个身继续睡，或者是就因为这闹钟响了而醒来。我对这个结果没什么要额外说明的，但你主要的问题正是就我所观察的那样。(2) 我从七十年代中期开始与求道者一起工作，当我们的第一本书出版，我开始收到《幽浮的祕密》读者来函。这本书有很多灵性的东西在里头，但却是从科学的角度下笔的。有很多人对那本书有回响，他们写下来这些反思，这帮助他们觉醒过来。所以，我会说，人们会透过阅读某些书、了解某些议题或是在YouTube 网站看到某些东西而觉醒是一种常见的方式。

我真的认为你用网路的方式绝对正确，因为每个人都会上网。由于许多人仰赖他们在网路上得到的东西，印刷书籍产业现在日子不好过。所以你是在对的地方，而你当然也有很美丽的目标，一个你可以为人们填补的美好定位。你可能会想要跟一位住在夏威夷的同道裘帝?波尼(Jody Boyne)聊一聊，他有个流浪者网站(3)。他从令人喜爱的《一的法则》中发现他是流浪者，他指出也有其他流浪者，而他想要有个地方能让人们谈论他们的故事。他从事这项工作已经好几年了，所以你

可能也会想同他聊聊。他或许注意到了我漏掉的某些东西。他既是一位图书馆管理员，也是非常敏锐的人。

班：好酷喔！嗯，我想在自己长大成人之后，自己还是有一些问题的。我对「正常」的事情没什么热情，反倒是对自己在想的议题很有兴趣：「我为什么都不会像别人那样对某些事物感到兴奋呢？」大约三年前，我浏览了这份重要资料，变得对它很着迷，然后特别是，我还这样子超过一年以上。我没法按捺住自己对它的热衷。我会聊它聊上一整天跟一整晚！我对于自己目前正在做的事情真的感到很兴奋，而我想，对于怎样在网路上完成这件事情，我也有很棒的主意。

我向你求助的原因，是因为我在实践或是看见自己的愿景实践在生活中时有一点卡住了。假若我有一百万美金，不必担心怎么筹措基金，可以去进行一切标准的业务，手舞足蹈地在实际上建立一个研发者的团队，开始为我写软体，那么我也不需要担心如何界定我们的市场，这些同意拨款的民众与潜在的投资者会希望你在普通的业务中，向他们证明你也许能用商业头脑看到真正的点子。

我真的不太在乎这种商业头脑，虽然我可能有一点是强迫自己去想出来，而且至少还是有些关于它有见地的情报，因为我想这就是我要去完成自己愿景的方式。我想我需要在自己真的能开始建立自己想要的建筑之前，先从商业头脑的立场去抨击这些想法。

卡拉:好的，我想这里的概念是，基本上(就是)一旦你去芜存菁，建立好你的网站，那你就会从你尝试在 YouTube 网站上放某些东西的情况中离开，找到在那个国家或世界上举行了什么样的大型会议，看看你是否可以用网路连过去，或是让上网查询这个会议的人在那边找到你。那才是你需要的东西，只要让自己能被

找到。把你的名字尽可能地放在许多地方。

现在你知道，我们从没这么做过，不过有许多人已经看过我们的网站了。而且大家为了各自的理由，小心地把我们的内容贴到他们的网站上。我们还是不会叫人们把那些文章拿掉，因为我们了解在网路上放这些文章的地方愈多，网友就会在我们的站上看到相关的内容，那么人们就愈有机会在上网搜寻时跑进来我们的网站。我想，除非是从书上查到的求道资料，在求道的过程中还是会大量上网查资料的。那么，他们就会从我们的书查到我们网路上的资料。由于 DavidWilcock 和他的书籍，我们已经吸引了超多人。

班: 我这里也是一样。

卡拉:但如果不是一本书、如果是大家自己找到的，我想你可以找搜寻引擎，你可以确定自己能透过搜寻引擎进入自己的网站，(那你)就开始建立网站的浏览量了。那么，搜寻引擎可以先把你秀出来。你可以到每一个搜寻引擎，登录那些你相信大家会用的关键字。

班: 没错，我做了蛮多次。

卡拉:我希望我可以告诉你有某个特定年纪的族群会去浏览，不过在我的观察中，并没有这回事。那会让事情看起来很混乱。你的年纪是否按照时间来计算并不重要，每个人在觉醒的时候都是同一个年纪的，都是从零开始。你的经验已经是哪个观点，都无关紧要，现在你已经在箱子外头。你不需要再去特别检验那个箱子。你要找到还有什么东西在外面，你该怎么为自己盖一个更大的箱子，这个箱子可以容纳所有关于觉醒的美好事物、关于知晓宇宙天性的美好事物、我们身为

人类这种动物的本质，以及我们要往哪里走，一切那些美好的东西。

我会说，去鉴别目标群众是比较不可能的(4)。因为在每个年龄、每种性别、任何偏好、任何背景里头，当一个人觉醒并说「噢！」的时候，它都会消失。

班：它可能来自任何地方。我想艾克哈特?托勒(Eckhart Tolle)说得好，它是先来自内在的。如果你愿意展开求道的话，这第一道火花在开始求道之前是必要的。它可能来自任何地方。所以让我(继续)说下去，我很高兴能够跟你聊上一整天。

卡拉：嗯，慢慢来吧!你需要多少时间，我就给你多少时间。

尝试组织你的求道途径

班:谢谢你。我们真的在某种程度上温习了大家觉醒的方式。而我们的答案则来自各式各样的方法，没有什么一致性。人们如何组织他们的想法呢？有没有任何模式能解释，他们怎么尝试与组织事物，帮助他们更为了解自己？

卡拉:是，我想是有的。通常它是…嗯，在我觉醒前 这会怎样，而我这样觉醒了，和我觉醒后，这是我今后一直会做的。它比较像时间排程与所有重要的『啊-哈时刻』混合体。通常，当大家写信给我们，那是因为事实上我已经写了太多关于流浪者的东西了，当然，我想也有这么多的流浪者。

我不认为现在有任何投胎到第三密度地球的人只具备第三密度的线路。我想现在的小孩都是靛蓝小孩—无论他们是否觉醒，抑或是他们仍像大多数孩子那样，是个小暴君(幽默地)，又或者不管他们是否早就觉醒，他们经常可以轻而易举地做

到，因为当你拥有第三密度/第四密度双重线路时，罩纱会更薄。

但是，我想几乎每个在 1977 年后出生的人都是流浪者—刚从一个更高的密度过来。我想他们实际上，几乎都是从地球第三密度毕业的。他们从 1977 年在某个地方过世，然后经历了毕业的过程，看看他们在第四密度可以在主选单上—但他们的心依旧(充满着)—地球正呼唤着他们。他们回望地球，看见它仍然在收割，而在这场收割里，他们需要工作者。他们说：「我得回去。」

所以他们就回来了，我想他们的兴趣并不在于仅仅启发地球行星上人类的意识，而是进行让地球恢复自己的工作，但这些人有很多是从马尔代克星(Maldek)或火星的背景毕业的，或者是从那些他们破坏了大气层的行星中毕业，在他们能够完成第三密度之前就使得这颗星球无法居住了。所以他们在地球上完成第三密度(的功课)，而正如你能看见的，要是你环顾全球，你就知道我们有很多还没修正的坏习惯。有很多人完全没有觉醒的迹象，大多数的人穿着西装，(而他们)有系统地破坏这颗星球。

所以，我想年轻人身上有很多能量，不管他们可以找到…你知道，不管是恢复这条小溪或恢复那个被毒化废物污染的地方，他们都流浪返回地球完成业力的运作。(他们)只是真的被拉进那些真的热爱、想要成为地球母亲的服侍者的网络。所以你们这些年轻人在小时候，六岁或七岁时有着类似由于双重线路与较薄的罩纱引发的觉醒。因此你不一定要排除那些还在念高中或是中学的人。

班:我同意。我想老实说，他们会比年长的人更会使用网路。当你说到这里，我有很多对事情的看法，是跟你书中的某部分有关的。这很棒，我喜欢它。

卡拉: 嗯，谢谢你。

班:所以，当大家来到你面前，问你一百万个关于他们会怎么样、该怎么做的问题，有没有什么标准、有没有什么东西是你会说的？像是「去看看这里！」，或者，你告诉他们，「这就是人们说他们找到难题答案的方式吗？」，要不然，你会告诉他们，去看看内在，把这些东西呈现在他们眼前吗？那对每个人来说都是独一无二的问题。你能否给我任何小技巧，不管是你学到的或是我可以找到别人的方法来用，尝试去厘清一些架构，关于「人们如何找到他们追寻的答案」的架构?

卡拉:一方面，我大量书写也写了多年，而所有那些东西都是随处可得又免费的，即便假设大家身无分文，他们还是可以读到《流浪者手册》(A Wanderer's Handbook)，或者是《一的法则》卷一。我强烈地觉得是那样的。所以我想，要是你在自己的网站上有知识的主体，而你可以连到其他站，那是一种把大家感兴趣的东西目录化的方法，像是：「你觉得你从哪边来，而你想知道那是怎么回事吗？那好，这里就是你可以找到资料的地方。」就只是给他们一些非常特别的超连结。

顺带一提，你现在也可以跟我们的网站连结。你不必弄个特别的网页作书签，但你现在就可以这么做了。

班:我得厘清一下。我知道你认为我们的网站跟你们的很类似，但不是那样的。只是帮助你看见，我们正尝试在没有这么多细节的情况下处理。我不想要创造另一个像你们一样的站或者像几千个站那样有一堆讯息让大家找得到。我想要创造一个给大家来聚会的地方，来指引出像你们的网站跟其他的网站，并且说出为什么

他们发现网站很有价值，去创造出团体、线上的社交空间，聊天、论坛、讨论板，非常新的科技，帮助大家一起分享故事，这样他们就会讨论到你们的网站，说出那网站为什么很棒。他们正在辨认他们自己的来龙去脉。

我不需要出版任何东西。我想要在自己建立的地方完全地公正。我想要建立工具，让大家来、组织他们自己的生活，然后与人们分享之。所以每个人都能有个迷你网站，如果你愿意的话，每个人都可以一起比较与讨论、分享。那才是我想要建立的，所以我尝试要找出一个方法，我试着了解哪一种工具对大家有价值，这样他们就可以用更棒的方式完成追寻的目标。

卡拉:你说你花了你大多数的时间这么做。你会跟大家一对一在线上，逐一地从一个人身上得到讯息吗?

班:我有一个小团体，现在我显然已经谈过这话题很久了，所以我有一点名单，我想这些人可以帮助这种练习，但我发现这很有挑战性。我甚至无法恰当地解释我如何觉醒、我要如何组织它。所以，我猜你会讲，有一堆人都像这样说他们的故事。

卡拉:是的，我们的网站甚至有一个区块就是建来当论坛，不过那只是让大家诉说自己的流浪者故事，有一个地方可以分享。就在 www.bring4th.org,它就放在「流浪者故事」(Wanderer Stories)之内。

班:我会去瞧瞧那里。我还没有很深入你的网站，所以我会去确认一下。

卡拉:我想我获得资讯的起点开始于那些老日子，我们的网站比现在小很多、没太

多人知道我们的时候。那时我有时间一次写信给一个人，所以说到这十年期间，我可以指出有哪些问题是重复出现的。那就是《流浪者手册》为何会问世的原因。因此，要是你想确认目录、每一个个别的标题，在章节里有超过百来个问题，那也是我正在回答的其中一个问题。因此我才构思了那本书。我分析每一封电子邮件，从我开始计画写书收到的第一封，我贯通了每一封邮件，融合成一个问题。大约是在 100 到 120 个问题左右，这些问题是尝试指出这些问题的人常指出的标准开放性问题。

班:那也正是我的问题之一——你如何组织自己写书的内容？那写得很好。

卡拉:那就是我构思那本书的方法。当你到达那个阶段，我会告诉你我组织资料的其他方式。

班: 请继续。

卡拉: OK。我组织《活出一的法则 首部曲：我的选择》的方式，就是回到《一的法则》资料去。我想弄清楚。在我从《流浪者手册》一书中得到足够的回馈后，也就是 2001 年，现在的八年前，我还没有把我自己所思所想的东西实践出来。我想，我正在写一本入门书。但我当时仍留在象牙塔中，我只是太过忽略了当时会发生什么。我不过是在这么多封信说他们爱这本书之后下了结论，但是他们还不了解很多东西，了解到我需要写一本关于星际联邦哲学原则的入门书。

所以，我做了一点小调查，发现今日美国中学生阅读的水平是在七年级，而中学教育会到十一年级。那就是我为什么要写《首部曲: 我的选择》的理由，它是这一系列丛书的第一册。我写了《首部曲:我的选择》，就是要让许多人可以在

2012 年以前知道重点，而我们真的不会注意 2012 年之后的差异，就形而上的角度来说，它是一种很不同的人生。我们会听到比第三密度线路(系统)使用上限更多的讯息，纯粹第三密度的线路会感到很困惑、挫折、非常辛苦。

班：如你所说，我们即将耗尽第三密度经验可用的催化剂。

卡拉：是的，所以我先提到那一点。我回到《一的法则》，尝试说出哲学的故事，查询《一的法则》是如何组织的。因为唐(Don)与 Ra 的对话有一个大问题，就是范围太大，无法按照计画去组织。它是建构在唐不可思议的聪明才智，以及他很久、很久的研究经验上。他晓得去问各种问题，而 Ra 一直都能解开他想套的话，因为 Ra 并没有按照唐希望他们说的那样走，Ra 会说出完全不同的东西，然后唐就会撤退，快速反应新的讯息丢出新问题。

所以这是一系列读起来很惊奇的书—我们还是一直读，我们从来没停止阅读它。

班：我正在读第二遍。

卡拉：嗯，我们可能要读第十五遍了(笑)。所以我想弄明白如何说这个故事，一直让它走得很顺畅，这样大家就可以在他们已经拥有的智慧上更进一步。那就是我写《首部曲》(101)的方式。我重新组织资料，就好像我从没有在课堂上教过那样。所以我才会把标题写成《首部曲》(101)。

(*译注：101 在英语有「入门」的意思。)

班:你实际上是怎么组织这本书的？你是不是摘录了些许片断？你是不是有全数位

化的版本？这样你就能把这些摘录放进目录和你的一堆内容里，然后成为你提炼到这本书的章节?

卡拉:不是的。外子与我经常在一年内到内布拉斯加州去探望他母亲，她今年已经 93 岁了，在到那里的车程中有很多时间。我一直没有机会跟丈夫聊天，因为他忙着赚钱养家。他是照护草坪的专家，有自己的生意，而他也是唯一的员工。所以他在那边汲水、很努力工作，当他回家时真的已经很睏了。

但是我一年有两次机会，他在内布拉斯加州的来回车程上有整整四天的时间可以跟我聊个不停。因此 2006 年那一年，我开始勾勒本书的架构。我有一堆三乘五吋的空白卡片，吉姆与我会一来一往地争辩，我们会为某个东西下定义，然后我就写在卡片上。所以我们去内布拉斯加州时就会有一堆卡片了。卡片上写的主题像是，极性、光、爱、自由意志等等。然后在回程路上，我们开始进入每一章的某些细节。

我们必须在很短的时间就回家，因为肯塔基州的生意淡季并不是很长。我们住在南方，草还是照样一直长。所以我们第一段旅途是在十二月初，而二月底则是我们第二段旅程的时间。因为我们在二月底旅行时，我已经先架构好第一章了，但我还是需要讨论到如何处理脉轮的问题。在每一章讨论脉轮的部分，我们两人之间有好几个小时都在讨论细节。

我在 2007 年初的第二趟旅程中完成我的架构。那时我已经开始写第一章，但能够有一个架构知道你走到哪边，真的还挺不赖的。而那就是我完成本书的方式。这确实一点也不像科学那样严谨。我不是坐在车里，抱着笔记型电脑的人—我还是拿着三乘五吋的卡片，用我 1960 年代在学校里学到的方式，那时还没有这样

的电脑，除非是那种笨重又需要空调的大主机，它不完全像是你能带上车或是当作研究工具的那种电脑。

这相当仰赖直觉，不过另一方面，我和外子由于花了非常久的时间熟稔这些资料，所以我们没有真的去翻书或是记下喜爱的句子或是任何东西，我们基本上算是了解宇宙学的。我已经教了好几年的宇宙学，所以只是把这些概念兜在一起而已。

最重要的是，《首部曲：我的选择》是我想要写的，这样它就能贯穿整本书，所以我从来没有在书中导览那些之前资料中，大家不懂的部分。那会花最久的时间去完全确定我没有遗漏任何基本的阶段。当我写这本书的时候，我会写下每一章的每一节，那么我可以又回来顺稿，然后加长或是强化它，确保基本的阶段都写了。

这往往需要多达六次的重写，来确定所有的参考资料不会让阅读能力还没到达十一年级的读者搞错。我得开诚布公地承认所有的用词并非都属于七年级的程度。那可真是我做过最难的工作，因为我不想要写给大家看、我不想为了让大家理解这份资料而降低标准，我不想要漏掉任何一点点—我只想要慢下来让大家都能跟得上。

班：我只是想有一些额外的回应。这本书很棒。我看了一半的《流浪者手册》，我喜欢它带给我一些不同的思考方法，跟你们介绍《RA 资料》丛书的方式不同。我喜欢我们从 Q'uo 和 Hatton 那边听来一些与 Ra 有点不同的讯息。

我读你的书的方式有点从后面倒退读。我先从《一的法则》卷五读起，很高兴听

到你对这份资料的个人想法。一个读者应该要多读几次《一的法则》好让它沉淀一些。能听到你的解说也很棒，现在从其他的星际联邦成员那边得到一些额外的资料正是我要的，因为能把这些东西兜在一起也很好。

在我忘记之前，我能不能问问题？我有很多个人的怪问题，但是却有一卡车的资料在那里。许多人都会通灵。而我在畅销的新时代书籍中发现，像是赛斯(5)，亚伯拉罕教导(6)，甚至最近我在大型研讨会上看到的 Maria Schafer，我发现他们的讯息几乎与《一的法则》的教导相违背。它们看起来欠缺接纳与宽容。在他们尝试推广的创造力中有一种紧迫感。我不晓得你是否知道我说到哪里去了，这有点难度，因为我不知道自己是否是错过它还是只看到许多人没发现的某件事。我发现有很多负面的讯息隐藏在某些这类畅销书的内容里，这类书看似极为正面，但我认为它们并非如此。*

(*编注: 以上这段仅为发问者的想法 不代表 L/L Research 的立场!)

调整好你的频道，防止负面影响力上岸

卡拉:好的，这是发生什么事情的解释。有些可能是你已经知道的，但我还是会复习一遍，因为这些发生的事情都很正常。你知道某个人当然是服务他人导向的。他或她发现他们在有意识的情况下，拥有听到潜意识资讯的天赋，并且开始产生资料。他不晓得任何关于调整频道的事情。他也不知道关于挑战灵体的任何事。他对宇宙有多拥挤毫无概念。他不知道你们如何创造了自己的宇宙。所以他开始有了特别的问题。这些问题经常是基于恐惧的，而如果你有一个基于恐惧的问题，星际联邦这类的管道就没法回答了。

所以这个人，并不是真的了解这里的利害关系，就继续下去了，好，我要回答这个问题。所以他继续通灵，而星际联邦的存有不管是不是原来他连络上的那一个，也不管他的频道通到哪里去，都留不住。这个连结已经被排除了。所以你连不上广播电台，也没法跟提供纯粹正面讯息的存有连结。但是有一堆存有在那看不见的国度都是极为开心地跟你所处的频道连线。你是服务他人的，而你想要正面(极性)的工作人员，所以他们持续地透过你产生听起来正面的讯息。但是一旦他们想要陷你们于不义就说：「要害怕，要非常害怕，它很快就会发生了，我们都会毁灭。但是因为你是特别的，你可以成为搭上巴士的一份子，你可以成为被拣选的人、你可以被带离这颗星球，这就不会发生在你身上了。」我看过最令人惊讶的排外资料说，他们已经选择谁可以离去，而该团体的领导人则说：「哎呀，你们再也上不了车啦！」(笑)，你知道像这样的资料来源都不是正面的。

那就是为什么我在 1990 年写《流浪者手册》—因为事实上有很多书都在那段时间通灵出来。我想那是过去的潮流。但是那时令人震惊的是，有这么多人想要在周末「学习通灵」。诚然，那是最容易做到的事情。如果有人完全照我说的去做，他就能在十五分钟内学会通灵。那是我们都能做到的一件事情。然而，要做到好却是痛苦到极点的。

就像你从我的事上知道，我从不想通灵，我曾经是不情愿的管道。我只喜欢安安静静。我就是这么一个特立独行的人，就算在边缘地带也一样。但是当唐说：「嗯，除非你学会通灵，我没办法再继续这个实验了，因为你就是我现在仅有的(资源)了。」而我说：「好！」

好吧！我只是有颗天生带有研究特质的心。当我一开始产生资料，我想要做得比我正在做的更好。而我第一件注意到的事就是调频，其差异在于我花时间专注在

我自己身上，设定一个意图，祈祷、歌唱，不管是哪一种。然后我发展出一个这样的层次。不久我又加入了保护自己的魔法圈。

但是用这个调频来参照我的无线电传讯，我们接收、我们发送、我们只是器皿。所以我想要校准我的器皿，与我能力所及可接触到的最高等、最好的「广播电台」连线，这是个挑战。因为我是个神祕主义基督徒，我发现以耶稣基督之名去挑战对方：「你能说耶稣是主吗？」这是很容易的，但你大概会很惊讶，有那么多存有都没法肯定回答。

班: 这满有趣的。

卡拉: 就只是白天坐在这里，望着窗外的落叶，这简单的句子听起来很牵强，像是，你可以创造一堵砖墙让负面存有无法穿越。尽管如此，当你从空间/时间摆荡到时间/空间时，思想就会变成物质。直到你来到对自身的认知上，像是，你可以把你的双脚立足于你自己的形而上领域上*，说：「这就是我、这即为我是的样子。这是我如何相信的、这是我的最高原则。而我侍奉这个原则。」

(*译注：这里说的应该是指光体或灵体)

这个原则可以是无条件的爱、光、智慧或别的什么，我学会了以正义与智慧之名挑战的律则。但是为了运作这形而上的工作，以及在看不见的国度中工作，你必须有一个形而上的身分。那个身分不是班?路西克或是卡拉?鲁科特。而是「我是耶稣基督的仆人。我代表无条件的爱。」或者是「我是班?路西克。」

然后你就说你的原则是什么，你为什么而活，或者是你愿意为何而死。之后，你

就可以到达那个境界。然后你便能挑战那些灵体，他们绝对无法过关。

所以那就是我跟一堆通灵者的差异之处。在我开始通灵的两年内，当基于恐惧的问题出现时，我开始注意到我通灵时会发生什么事情。所以我停止回答出于恐惧的问题。我会回答关于灵性原则的问题，是因为我应该考虑到「未知」的思考领域，可我却不会回答相是「噢，将会发生什么样的事呢？我们都会死吗？」这样的问题。

班:时至今日仍是如此呀！有一些这类的大型研讨会都在(正面资料 v.s.「毁灭与灰暗」类型的资料)其中分裂了。

卡拉:当事人道出了不可思议的内容，但之后却没有保护这种接触或是管道本身，结果就这种连结就失准，转到混合极性的频道去。我们有个混合极性的最佳范例，那就是十诫。可怜的老摩西！他本来是非常正面的，但他的群众想要些特别的东西。他们想要知道，所以就冒出一些「不能做的事」。

耶稣想要把局势扭转回来。他说，这是新的诫命，敬爱神，便是像爱你自己那般爱上帝与你的邻居。这两条诫命凌驾于法律与预言之上—超过整个十诫和预言书，甚至一切。但是大家都不听话，他们不了解这话的意思。那就是为什么许多重要的通灵管道说到伟大的事物，也都会显露出混合(极性)的资料。那可真是令人沮丧啊！不过为了保持你的资料纯粹，你只要说：「不，我不会问那种问题」就好。

班:所以，当你遇到某个来到你跟前的家伙，你有一点点测量的标准，来评估他们是否有对这些频率开放的可能性吗？他们可能具有服务他人的本质—你会尝试了

解他们是否已经混合了极性或是收到了服务自我的资料吗？

卡拉：嗯，你知道的，我不会主动提供这种资料。但如果有个通灵管道来找我，就像是你已经提到的大多数人在某个时候来找我，并且说：「我想我的通灵会发生某些事。你可以告诉我跟那个有关的吗？(然后我会和他们分享我的感想)？」

班：很有趣嘛！

卡拉：所以我会读一些关于他们通灵的东西，而我会说：「这就是正在发生的事情。」我会用唸他们的那一套来唸你。他们都会觉得被骂了一顿。「我不需要去调频，我不需要去挑战。我知道我连结的是什么。」他们都会采取防卫心态又火大，然后撇嘴走开，他们没有听下去。(我的讯息)只会引起麻烦，不以获利为目的。

班:说到他们的资料。对我来说，当某个人被操纵，专注在控制而不是接纳上，是很容易分辨的。我非常感谢先前读过《一的法则》。如果在我这么做之前先取得这么多其他的资料，对我个人而言，会很难分辨内容的真实本质。我用你之前工作的基准来比较其他资料。那真的很有帮助。

还可以在哪边找到《一的法则》哲学体系？

班:你有星际联邦以外的其他资料源头说到《一的法则》，特别是服务自我与服务他人的第三密度吗？你知道有星际联邦之外的通灵来源吗？或者某种程度上，你算是被银河系核心的星际联邦监视的吗？

卡拉:嗯，我真的只专注在星际联邦上，因为那就是我服务的地方。如果你读过其他资料，不管它是从西方传统或东方传承来的，我想你都会发现《一的法则》资料在所有每一个来源里。

班:真的？确切来说是这样吗？我还没有开始研究到那边去，不过我一直都晓得有相似性的存在。不过，再次地，知道讯息是否被来源扭曲是很难的。而且还有一大堆解读要做。有任何一个你愿意推荐的特别来源吗？

卡拉:试看看《新约圣经》。《可兰经》与《薄伽梵歌》有很多部分不错。事实上当你阅读这些资料时，每一个(在很多部分里)都是被扭曲的。所以你有时候会看到真相的阴影，或是有时候会看到一些大幅度的扭曲，或偏颇的事实。不过它们都来自万物合一的永恒智慧。

量子物理学家戈斯瓦米(Amit Goswami)有一本有趣的书《神示之窗：一位量子物理学家的天启指南》(The Visionary Window; a Quantum Physicist's Guide to Enlightenment)。我从这本书引用关于《首部曲：我的选择》十大金科玉律，在关于极性的章节一开头就引用了。戈斯瓦米完成了对许多宗教中金科玉律的研究，我相信这一堆箴言是真的。

班:你相信我方才翻开书，正好就翻到那份清单吗？真是太巧了！(班唸了一个名字)就是他吗？

卡拉:那就是他没错。瞧瞧那份列表—它囊括了全世界。中国哲学家老子写的部分很赞。我会说，在那里就有很多《一的法则》。试看看佛教的禅宗吧！你会发现自己读到的任何内容都可以在《一的法则》中找到回应。一切万物都是一体的。

我们来到这里是为了爱彼此。这些才是最基本的真理。当然，问题是，星际联邦总是这样说，就是真理太简单了。这对一个聪慧的觉醒者来说太简单，而且在直觉上挑战了人们，就像今日的美国人那样。

班: 我觉得自己没有到这种聪敏的程度，除非那是透过比较有科学逻辑的通灵管道。我超感激唐有科学的背景，问了那些种类的问题。因为我需要在那种层次上得到确认，才能够跨越。

卡拉:是的。他绝对是非常完美的。那便是他在这份工作中的职责。当然他是很投入的。在他快要二十岁的时候便开始研究了。他首先研究轮回转世，接着又从那边进入幽浮的领域。他跟很多早期亲身接触过外星人的人们谈过。在他展开这份志业的同时，我们在六零年代开始就一起在冥想团体与通灵，他非常老练地比较了每个人，但永远都是从严苛的科学观点来看。不管是哪种宗教，他都没兴趣，也从不阅读哲学。他是个彻头彻尾的科学家。

我很兴奋能够告诉你，我们最近找到了一个关于他的旧片断。我们搜寻档案，想要确定我们的汇整已经完成了，因为我们的档案站长正把资料印出来整理，想要确定我们拥有的资料是完整无缺的。

(录音带第一面播放完毕。)

卡拉: 我们发现一个片断，大约 32 页长，都是打字的定稿。那是唐了解《一的法则》惯用的方法。这份资料写于 1984 年，就在他过世前没多久。我们很快就印出来了。可以在网站上找到我们的声明*。

(*编注: 该片断已有中文版??http://tinyurl.com/27m5dtc)

班: 当然，那一定是很棒的囉!

卡拉:那真的是很棒的资料！只有 32 页长，但却有科学家的观点贯穿其中。我比他还擅于写文章，可我不会有那种观点。所以即便是当你阅读《幽浮的秘密》一书，你会比较想读我写的，而不是他写的，因为他是有名的「第一页」作家，然后说：「你都看到我写的方向了，完成它。」(笑)那会是他写章节时投入的方式。不过在这份 32 页的片段里头，这篇文章都是出自于他的手笔。而且我想，有科学背景的人会很欣赏地从那里开始了解《一的法则》。

班:那是一定的！我要去找这一篇。那我们的朋友大卫呢？(7) 你还有跟他保持连络吗？他极为坚守科学观点，而我知道他很久以前有拜访过你。

卡拉:那当然囉！他和我们在一起相处了一年，但是在我们的生活方式非常合不来。他被我的生活方式吓坏了。他简直不敢相信在他遇见我之前，这些年他都奉为完人的一个人，会吃牛排、喝伏特加又喜欢百事可乐。(笑)对于我对待自己身体，那种不注重饮食又不完善的世俗态度，他可是大吃一惊哩！他对于自己吃进身体的任何东西很小心。所以他没在我们家待得太久，因为这一套对我不管用。但我们对另一个人在专业上的尊敬从未间断。我们在专业的层次一直都有很好的情谊。我们随时都很高兴能够一起工作。我永远都会支持他，而他也会支持我，我们有志一同。

班:确实如此。你看得出来，他就是把我引导到你这边的人。如我所说，他是在我的求道之路上的转捩点。他真的让我对世界阴谋论、以及这些黑暗幽微的事物恐

惧一扫而空，这些东西会消耗我的力量，他引着我走向你的资料，而我真的很感激你。
活出一的法则

卡拉:嗯，我想尝试活出《一的法则》是我人生第二部分的挑战。我想现在有很多不可思议的能量。我听到愈来愈多人说，我们需要创造一种我们可以持续下去的生活方式。我想这个世界政治与经济的雷达底下与统治世界的公司在那个层面是真的存在的。—对我们所有人来说，本来就会有一些不同，而这是正在发生的事情—在这雷达之下，人们住在他们的家里，盯着他们住的地区，仍然可以找到自己能够持续更久的生活方式—培养他们自己的食物、发展更多自己的力量，在一种方式或是另一种方式中有小小的进展。而我想这种以地球管家之姿建立的能量，与对永续性的尊重会持续在草根群众里成长，不必在领导层生根。我想这种改变的压力将会来自基层。

班:我想它正在来临。我认为绿色运动已经受到大家的肯定。这是硅谷最热门的投资之一。所有的有钱人投下大笔资金到绿色运动上，如果你想知道的话，生物柴油这类的东西都算是属于这个领域的。

卡拉:我们必须如此，因为就算是一个像泥炭苔(peat moss)这么小的东西都不能长久。有一个叫做威尔?艾伦(Will Allen)的家伙发现，如果你把一些椰子壳里面的东西拿去磨碎，你会有同样的小生物、同样的酶，你会得到跟泥炭苔一样的生物，不过它可以持续生存下去，因为每年会掉下一兆颗椰子壳，而且还没有人想要。所以这是被回收的废料。

那是我偶然遇到的一种能量。也是我最近(8)写过关于威尔?艾伦的文章。至于永

续性，你可以从任何一个地方开始，在我们全体生活的任何一部份，那个我平常都有的部分，而你可以找到如何延续，而不是用光地球最后剩下的资源。

那就是我们在爱与光研究中心尝试做的。我们正尝试发展一个生物动力农场。一切都慢慢地进行着，不过事实上，你设定目标，并且拥有那份前进的力量，我想，加上行星能量场这种方式，就可以改进收割、改进其他人觉醒的可能性。你做的每一件事情都要算进去。

班: 我也这么认为。

卡拉: 你做的事情不会白费。我在 1988 到 1992 年间这段时间学到一件事，我长期卧床，却没有停止旅行，不过我得坐在卡车后面旅行，然后下车，到我要去教的医院，我教学的时候一样要躺在床上，因为我无法坐直。有很多人看着我的需要感到不舒服，真的不喜欢我在病榻上教学的方式，所以我在那几年没有太多的教学活动。

但是，我在那段时间学到的是，如果你无法运用你外在的天赋，那也不会有什么差别，因为我们与生俱来的天赋即是我们的本质，只是成为我们本来的样子。假设你让出那个空间，允许光流过你，假如你是个乐器，让灵魂弹奏你，你可以在你那个临终的床上这么做、你也可以在你的病榻上这么做，你可以在完全动弹不得的时候这么做。那没有关系。

我想让大家了解这个是很重要的—你做的事情不重要，而你真正的面貌才是关键。那才是你天赋的核心。我有很多外在的天赋。感谢主，我有一些天赐的礼物可以在今生分享出去。但我向你保证，在我的天赋中最大的才能就是每天校准我

的器皿频率，这样我就不会被自怜或恐惧等其他东西给堵住了，我就在造物主可以运用我的那个点上，可以在我身上注入那些喜悦与充满平静、爱的能量流过我。这全都跟爱有关。

我知道，这不能真的在你的社交网路帮上忙。

班：噢，我们是从个人的角度去看事情的，但这还是很美妙的。去让那一块区域圆满，我猜，你真的有点到收割的重点，我晓得星际联邦说过，他们不会太关注这个话题，也不想说太多关于它的事情，可我认为你把《首部曲：我的选择》的结尾写得棒极了。你真让我感动落泪—这仅是其中一次而已。套句从 2008 年 Q'uo 群体那边引用来的说法，关于引导人群到提升灵性的转折点—我很高兴听到那席话，它很美好。(9)

你对收割大致的看法如何？你有更新吗？

收割

卡拉：这个嘛…我想我会重新浏览整个资料。我们一直都有产生关于 2012 的新资料，由于事实上有这么多人想问关于它的事，所以我们持续地取得关于它的新通灵资料。不过，当 2012 愈来愈近，我想基本的真理还是一样的：如果你在此时此刻关注爱在何方，并且与之合作，抑或是，在当下并没有「爱」存在，你会在当下发现一个方式成为爱，那真的就是你顺利毕业的唯一必要条件。我不相信 2012 年是每个人都毕业的一年，我认为它是地球毕业的日期，这才是重点。就第三密度而言，我们的环境正离我们而去，而且逐渐衰退。而 2012 时，第四密度的光会大量地渗透我们彼此，我想只有那些连结第三密度/第四密度—拥有双重

线路的人，将能运用这段时间。我想像有一个时代会来临，我会说那是未来的三百或四百年内—有个通灵资料说可能至少是八百年，但我不晓得，那只是猜测—当没有任何灵魂投胎到第三密度的地球时，因为关照人类的机会将不复现了。更甚者，清理我们在第三密度地球曾创造的混乱的机会也会消逝。届时，不再会像现在这般混乱，那会是我们能做到的最好程度，剩下来的就交给时间去处理了。

事情会有半衰期，即使它甚至长达数千年之久也一样。这颗星球会得以疗愈。

不过有很多可以做的事，让大家可以有效地改善这颗星球的生命力。

我想那会持续下去，而且第三密度将会艰难地走一阵子。但大家会大量地卷入第四密度，而不是一直留在第三密度。所以，我想像第三密度是在地球行星上的最后时日。它是一个令人兴奋的时间，况且我们那时我们还活着。对这么多人来说，它是最后的机会，得以超越这个级次。他们会重复这个年级，再一次吃个七万五千年的麦当劳(McLife)，而他们还有一些琐碎的工作要完成，他们最终会了解到自己对速食和快速的生活、简易的答案等等都不满意。

你开始了解到那个概念、你开始觉醒。但是这样你重读了这个年级。

然而在这条漫漫长路上，当你看看其他密度的百万年，七万五千年那不过是很短的课程。所以没有在这个阶段过关也不会有真的惩罚。事实上，有那么多选择只会有更多乐趣。假使你选择第三密度的选单，你有一组选项，但你的选单不会那么长。

如果你选择第四密度的选单，它们就有好几页的选择，因为第四密度的光是不同

的。它有很多讯息。当他们说「密度」时，他们说的就是那个意思。他们讨论的是光的密集程度。所以最终大家会想要有更大的选单。我想有很多人都是在这个觉醒的边缘。我几乎还是认为有一个「百猴效应」会发生的。

班:这很有意思。所以我才想要提供帮助与支持。

卡拉:的确。我们要用一种聪明的方式去做、去支持它，而不是创造一个全然崭新的教条。你完全不是那样做的。你刚刚已经说，你不想要创造资料，你想要创造选项—这对你非常好。我想你是在对的路上。

最后的想法

班:嗯，谢谢你。我没有什么特别想问的事情了。我确定我可以跟你聊上一整天。你有任何特定的问题吗？有什么你想要特别讨论的？这已经很棒了，我喜欢今天的谈话。

卡拉: 对于你做的工作，我感到很兴奋，我希望你们都能得到极好的激励，并且得到来自看不见的国度可能提供给你的帮助。不，我确信你召唤了你的指导系统，请求你的天使帮助你…等等。不要忽然改变看不见的国度帮助你的部分!

不过你真的必须求他帮忙，你也必须感谢他，就那么做吧!

同时，在你走下去的时候，花时间在你的内在环境中静默，让所有的自然环境帮助你。所有这些事情会让你在灵性上成熟时，让你更人性化，你会更觉得自己是地球行星上人类部落的一份子。并且引以为傲。那是很光荣的事情。

班: 好极了！那很美好。我绝对需要更多时间静坐。我试过找出一个让我自己规律静坐的方法，我会去做的。

卡拉: 有时候运用自然的方式会比较好，而不是去说：「好，那我现在会去冥想。」然后跟随你的呼吸，虽然这还是有用。不过只是试着放下你的 iPod。找个树木比人多的地方，拥抱一棵树，然后再抱另一棵树，接着多走几步，找一根掉落的圆木坐着，倾听一会儿，然后起身，再次拥抱另一棵树，请求它的协助，只是沟通与当个呆子。 (笑声)

之后你开始会醒觉，觉察到我们还活着，这棵树爱我，另一棵树也爱我，你知道，我可以感觉那股能量。你开始感受到，你自己是这舞蹈的一部分，那是很不可思议的一件事。

关于静默的部分则是，在静默中，你会得到资讯，但你不会有文字的资讯。我们都共有的意识就是造物主的意识。我们没有分离的意识。我们有分裂的头脑、我们有分裂的聪明。我们可以在整整一辈子里都忽略我们的意识。不过当你抛开那种聪明，久到可以走进去大忙人后面的一头脑，你会进入无条件之爱的意识。

那是原本的理则，即造物主的起初思维。而所有的资讯、你所有问题的答案一都在那寂静之中。当你靠近那种静默，当你崇敬尊重它，甚至是只有五分钟而已，你会接受讯息进入你的意识之根，你会以任何方式一梦境、视觉等等，收到你的意识心送来的讯息。

所以那是根据静默而来的结果。其中包含了资讯。当我进入我的通灵模式，我就

被拉进一个字都没有，只有一堆概念的世界。而我觉得用文字表达几乎无限的概念并不恰当。因此我在铺陈这个概念时，某种程度上会千篇一律运用某些字眼。我得到一些他们试着透过我给出的东西。但我从来没有全部都接收到。

如果我能以某种形式留住它和处理她，我会有更全面的觉知，更全面的知识与理解。但是我没有那个能耐。我们人类并没有那种能力的倾向。我们不能够维持它。我们必须要把它塑造成某种字眼，某些进入智能容纳范围的东西，也是能被智能处理的东西。我们必须拥有智能。

是故，在寂静中，你不是尝试让这个讯息变成陈腔滥调。你正在说：「好吧！请充满我，然后我会尽可能地以我的梦想、知见与活跃的人生来处理它。所以拜托、拜托啦！就请充满我吧！」所以你只是打开了寂静。你向造物主敞开。那是很坦率的。冥想并不是个奥秘。人们是用这种说法来辨认出奥秘的：「你会得到这个跟那个结果，这就是你得到结果的方法。」除了超觉静坐—能给你放松的有效方法之外，但它还是一件有限制的事情。(10)

一切基本上就像化身博士海德那样。

寂静的真相，就是它进入了你的心识之根，它会根据你个人的扭曲和你个人感兴趣的领域而沸腾，所以你不晓得它是怎么进入你清醒的一是当中。你只晓得如果你把自己放进寂静里，就像我说的那样，一天五或十分钟，你便已经设定在那种寂静中收割讯息的意图了，你会有成果。设定意图、走到外面拥抱一棵树，然后再回来。嗯，我今天已经做完了这一套。这真的没那么难。我鼓励你试试看，因为完成练习的最终利益就是每天持续的习惯会超越你最大的预期之外。

班: .好，感谢你激励我养成我第一天的习惯。

卡拉: 祝你好运!

班: 非常谢谢你。这本来就是很美好的事情。我希望你可以在自己的工作上做到最好，继续做这些伟大的事情。

卡拉:嗯，谢谢你，班。我只是对应该流过的任何东西敞开。那不是我，只是流过我的东西。我只是写下讯息的人。

班:是啊，你做得很棒。我期待你的下一本书，再次谢谢你。好好照顾自己，祝你拥有美妙的一天。

(c)2010 译者: 爪子 (知名部落客)
Reviewed by c.T.

***
原注
[1] 也就是说，大家参观我们的网站(www.llresearch.org)或是阅读我们的书。

[2]班跟我说了一部份关于他怎么架设网站的过程，这个网站的目标族群是刚觉醒的求道者。他希望能够让他的目标区块更精细一点。因为我观察过在人生各阶段觉醒的人，从小孩到老人家都有，所以我帮不上忙。

[3] 请参考网址：http://www2.hawaii.edu/~boyne/welcome2.html .

[4]请参考《文化上的创新：五百万人如何改变世界》(How 50 Million People Are Changing the World, by Paul H. Ray, Ph.D. and Sherry Ruth Anderson, Ph.D.,)，网址是 http://culturalcreatives.org/questionnaire.html，套句班的话来说：「在大量研究之后，现在我个人觉得流浪者在文化上的创造是一个庞大的次族群。」

[5]出自于珍?罗勃兹的赛斯资料与其他作品，现在仍可以买到纸本。
[6]请参考亚伯拉罕的通灵资料中文版《情绪的惊人力量》。
[7]班在此说的是大卫?威尔寇克(David Wilcock)

[8]写在部落格《大宇宙小灵媒》(A Small Medium at Large)，网址是：www.religionandspirituality.com。通常我每一两个礼拜都会写一篇文章。要订阅这些文章请写信到：contact@llresearch.org ，要求把你加进寄件人清单中。

[9]班引用的内容出自于《活出一的法则 首部曲：我的选择》第十二章：「这个团体一直以来提供爱之声，并且一直持续到现在，首先，只有很少人听到声音。现在，如果这个器皿与吉姆知道这个声音到达的远方，他们会感到惊奇。这个声音的确传到地球的尽头，它已经尽其本分将地球上所有人带到一个接近引爆点的地方。」

[10] 读者可以到 www.tm.org 获得更多讯息。

☆ **第 0924 章集：基要派的扬升观点**

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯, 请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿?

http://www.llresearch.org

周日冥想

2006 年 4 月 16 日

小组问题(由 Jim 朗诵): Q'uo, 许多新时代寻求者和基要派(fundamentalist)基督徒相信很快将有一场升天或扬升, 在其中 真正的信仰者或神之选民将被 UFO 或天使迅速带走, 其他人类则留下来忍受末后日子的苦难. 你能否讲述这种升天(rapture)或扬升(ascension)概念 与 星际联邦的毕业进入第四密度的概念 有不同?

什么样的灵性原则能够帮助我们思考这些可能性?

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则, 在太一无限造物者的光与爱中问候你们; 在他的服务中我们来到你们这儿.我们很荣幸地加入你们的寻求圈. 我们在你们的振动之美中安歇.

我们十分乐意与你们谈论所谓的升天.

在开始之前, 我们请求你们每个人谨慎地守卫你的感知之门. 不要允许我们的评论与思想动摇你 除非它们引发你特别的共振. 工作这些有共鸣的思想, 同时把那些对你没有帮助的部分抛在后头.

请了解 在个人的灵性旅程上 你是自己的权威，请善用自己的辨别力.

如果你们愿意做这份辨别的工作，我们将无须忧虑可能会冒犯您的自由意志. 我的朋友，我们感谢你们考量这点.

在我们探讨根本询问之前，我们想先讲述一些背景资料，关于那些创造扬升或升天的实体们的想法，他们生存的时代即是圣经被组合起来的时期.

今日 中东地区是许多文明共享的家乡，在昔日 它并非任何民族的故乡 毋宁是许多文化混合的地方.

在那个时期 许多犹太人与其他宗教团体共同的信仰是轮回转世. 这个信仰带来的难题是 如果一个实体绝对相信他是灵魂溪流的一部分 他将会多次投胎到地球，那么该实体就不会特别关心自己在这一生是否品德高尚，因为他假设来世还会有另一个弥补的机会.

因此 老师们当时的关切是希望学生将焦点放在此生，产生必要的行为以创造意识的转移 从老旧的做事方式前往崭新的做事方式.

对于耶稣实体而言，老旧的做事方式就是俗世的方式，老旧的方式就是金钱、权力、影响力的方式. 耶稣实体建议该是人们觉醒的时候，转身离开俗世的方式,释放掉他们认为金钱、权力、影响力很重要的概念.

耶稣实体的心智中有另一个国度，跟俗世不同，他称为天堂王国. 他感兴趣的是将

人们的心智从俗世转向天堂，从恐惧转向爱.

因此 当他讲述关于末世的事情 他以故事与寓言来谈论，没有试图逐字逐句地教导，而是创造一个让真理变得清晰的氛围.

许多次 耶稣实体说："有耳的 让他听；有眼的 让他看；有心的 让他理解."

基本上 他要求人们从头脑的环境移动到心的环境，让心去思考.

我们无法对那些信仰字面真理的人讲说什么，我们不希望任何人逐字逐句地相信我们说的话；我们也不希望说服那些相信圣经每个字都是对的人 或告诉他们是错的.

我们单纯地请求那些如此相信的人不要尝试去工作我们在此提供的资料，我们向你们担保 虽然你们教会权威的观点是狭窄的 却具有穿透力. 无须参考我们说的东西 你们将能够追随耶稣-基督的指导与教导.
为了你自己的平安心境，我们建议你不要继续阅读下去，只需阅读你的教会领袖认可的资料来源，这样我们的东西不会成为你的绊脚石.
***

现在 让我们前往这次集会的基本询问.

确实 耶稣实体曾说到升天日，那时 两个人在田野里 取去一个 撇下一个*. 我们并不相信耶稣导师希望听众完全照字面去解释这段经文.

(*译注: 出自马太福音 第 24 章:39~42 节)

朋友们, 有其他方式去看待这个概念, 或许 可以带给你一个更好理解的故事.

有两种方式会终结当下此刻的开放可能性. 首先 你做为一个具肉身的存有, 从这个世界通往下个世界, 在肉体停止呼吸的那一刻 生命和意识离开肉身, 在那一刻你携带的振动或调频绝对是你此生经验的最终调频.

在那个停歇点 你离开肉身, 在意识中前往光之载具, 在你这一生 该载具一直与你的肉体相互穿透. 接着在那光能载具中 你将移动穿越毕业过程, 那个在田野的时刻就是你们称为死亡的时刻.

以更大的意义而言, 就整体地球来看, 也有一个终结点, 结束维持第三密度做选择的可能性. 此时 你们地球上的第三密度能量势微, 接下来 将不会有多少第三密度的投胎了.

正因如此, 珍爱这次的人生, 了解到 它对你们每个人象征的意义. 这是你最后一次机会 维持极性的选择将引领你通过毕业典礼, 继续从事更高密度的工作.

那些不愿做出极性选择的人们, 那些不愿建立足够极性好承载较高密度之光的人们将在其他行星经验另一个第三密度周期, 再次拾起爱的课程.

我们强调在这个方程式中没有真正的不利因素, 如果你尚未准备好做出选择, 你有全世界的时间去仔细考量. 如果你准备好了, 那么 机会就在这里, 把握今朝,抓住你灵性进化的方向, 用你存有的每一根纤维、每一个希望、每一个热忱 走入光

中. 朋友们, 感谢吧, 因为对于想要走在光之途径的人们 这些日子真是美好时光啊.

就物理层面 你们星球将会发生什么事, 我们无法精确地告诉你们可能性/或然率 漩涡将会如何浮现. 你们人群正以惊人的速率觉醒, 以指数比例扩张, 不只在北美洲, 而是在每一块大陆, 每一个文化中进行.

我们的确认为地球自身在充分移动进入第四密度的过程中 不会有什么危险, 地球妈妈并不需要表达全球的大灾难以促使物质界的升天发生. 如我们先前透过这个器皿所说, 当我们凝视这个地球村, 这里的村民有种麻烦的倾向 寻求侵略与战争而非外交和对话. 这股倾向透过这个权力-飢渴的世界不断倍增, 最终可能导致某些国家点燃所有炸弹 引爆真实的末日, 这结局是可能的.

我们请求你们每个人检视自己的内心, 选择沟通胜过侵略, 选择耐心超越无耐心, 选择爱超越恐惧; 希望超越排外.

做为一个人 你似乎从自己开始 到自己结束. 但我们对你说 你不只为自己行动还为了人类行动. 你所做的选择 如果是怀着纯粹与清醒的意图, 能够改变这个世界! 是的 你就是那么有力量, 那么有魔法, 那么有影响力! 居住于你的里内的意识和耶稣-基督内在的意识是相同的; 但在某些情况 他被埋葬在草率度日形成的瓦砾堆底下.

那么 就从今天开始, 怀着关心、耐心、爱心去生活, 有意识地觉察你为地球屹立, 不只为了自己而活. 不要让这份关切压倒你, 只要知道你的选择真的可以缔造不同*.(*网友推荐: http://tinyurl.com/38lw7ey)

你们问到 升天或扬升的理论 和 星际联邦关于毕业典礼与行走光之阶梯的教导有什么不同?

就某个层面而言 两者的差别很小，因为这两种故事都聚焦在每个独特的灵魂凭藉一己的自由意志做出选择，关于如何存在、如何服务.

你将要成为一个放射光芒给他人的仆人，一位光之仆人？若是如此，做每个选择之前都记住这点.

对于那些少数致力于服务自我极性的读者们，关于你们的毕业，我们对你说，朋友们 每一次都要谨慎地选择你所服务的对象，以及你想要如何表达你的选择.

对于那些坚持一致选择的人们，毕业几乎是无可避免的，因为你们充满前进的渴望，当你组织这份渴望进入一个焦点，将自己的意志投注在这个焦点上 没有任何事物能够阻止你. 你可以身处监狱中 却仍旧选择爱、服务、奉献、喜悦、感激. 你可能正在濒死边缘，你可能正躺在病床上，不管是什么样的处境，只要你拥有意志 做出这些选择，你早已身处天堂乐园之中.

那些目前还不想要涉入这个重大选择[如何服务，对谁服务]的人们将不会毕业;因为他们尚未成为有力量的人，他们尚未选择. 无论如何，在这个时点 只有很少人毫不觉察需要做一个选择.

你们还有时间去导引你的思考和致力你的寻求，第三密度能量尚可维持几年. 然而，我们确实鼓励你们在这个时候向前走，尽可能地信守你最初的选择. 你们现在

进入一个时期，或许在大约 6 或 7 年之后 你们就不再能够做出起初的选择，时间不多了.

并不是说第三密度能量势微之后 你们都将死去，而是那时的振动将变得比较质朴，不会包含那些攀升、螺旋向上的能量. 因此 生命将继续维持下去，那些现在进入这个环境的实体早已通过毕业典礼，如同目前许多的新生儿，他们携带着毕业的能量 无须担忧第三密度的终结.

无论如何 我们现在说话的对象，大部分尚未毕业，然而，我们并非带着急迫感对你们说话 而是渴望分享这份资讯 希望帮助你们在此刻做出灵巧的选择.

至于你们未来几年将要发生的事，我们的确看见地球上的各种困难与麻烦事，地球必须要做一些改变好稳定地、平衡地抵达第四密度，这是第三密度地球重新校准自己的过程，目前这个过程进展良好.

在地球的物质层面，这个团体与许许多多类似团体的长期工作已经创造了一段恩典时期，打从你们的 1998 年起 你们一直单靠恩典生活，这份恩典持续存在,在超越某个特定(时)点之后 它将不复存在. 在一个特定点，情况就好比各种能量混合在一杯水之中.

我们对于过度简化这个比喻感到抱歉，但我们使用的器皿不具科学素养.

当各种能量全部混合在一杯水里头，在某个程度上 它们融合在一起，但到了一个特定点，比较沉重的元素沉到杯底，而比较轻盈的元素上升到顶端，自然分隔出两个层次. 这个特定点即将到来，这并不是一场悲剧，也与升天事件无关，它就是自

然的灵性进化过程，适用于所有行星与人群.

在时间成熟时，你们的地球将成为一个正面的第四密度行星. 一段黄金时期即将到来，所有从第三密度毕业的实体和那些很关切自己过往业力的实体将在这段时间一起修补行星地球.

将会有一段困难与充满挑战的时期，因为你们现行的科技并不足以满足未来的需求，你们将要创造新的方法来做事.

但现在瀰漫在你们当中的能量将变得清澈许多，那些尝试从服务自我途径毕业的实体将前往别处，留在地球上的实体们将是正面导向的.

有另一群实体将会留在地球一段时间，他们无法毕业进入第四密度或返回更高密度[如果他们是流浪者]；但他们感觉业力的拉扯 他们想要补救. 你将发现有许多人正在尝试越来越多地将焦点放在地球的需要上，他们想要清理地球的水源、空气、土壤. 这些实体此时并不希望毕业 毋宁是参加某种暑期特训班，在那儿 他们可以戒除粗心大意的习惯 进而解放自己. 因为误用(misuse)环境资源是粗心大意的，误用社会团体、人际关系、人群同样是粗心大意的习惯.

所以 生活在地球上，这是一个充满希望与兴奋的时期，许多人尝试毕业，许多人不认为自己能在此时毕业 但尝试弥补过去曾经摧毁或伤害行星存有的疏失,好让他们从业力中解放出来.

以上是我们如何看待你们的当下此刻，并不是突然的剧变，而是一种持续的形而上改变.

我们感谢 Jim 实体在思考这个问题后 询问哪些灵性原则跟这个问题有关，如此它允许我们衡量那伟大与中心的合一灵性原则，该原则主宰这个世界的灵性显化. 我们稍早曾对你们说 如果你能够在做选择时 充分地了解你为地球选择，你的确会成为创造地球意识转变的一部分.

合一意识是非常强有力的，对于造物主而言，我们全体— 我们、你们、一切万有— 都是一个存有. 升天的概念里头包含着服务自我的种子，因为它选择某些人丢下其他人，谴责那些没有到达天堂的人，宣判他们最终得前往地狱.

而我们对你说，天堂和地狱都蕴含在当下此刻，你打造你的世界成为天堂或地狱. 当一个人以爱的态度过生活，他走到哪儿都创造天堂.

我们在这个器皿的脑海中找到一个范例，这个人名叫迪特里希(Dietrich) [1]，在二次世界大战中因为宣讲福音被定罪，关到监牢中. 这些囚犯的粮食短缺，接近饿死的边缘. 迪特里希学过电码，于是他透过监牢的铁棒敲击祈祷辞和鼓励语给其他囚犯，知道电码意义的人就会接着传递他的话语. 他每天都这么做，他的祈祷与服务支持整个监牢的囚犯度过二次大战. 虽然他最后被处决*，但他已经将爱与信心传递给整个监狱的灵魂们，只因为他持续地讲话，讲述他唯一在乎的事:爱.

(*译注: 原文记载迪特里希自然死去，明显与史实不符，故在此修正)

让你的生活围绕着爱 这将使你的世界变成天堂. 当你走过生死门 进入更大的生命，你只会看到更多相同的东西，因为你一直都在那儿. 今日 你就在天堂乐园当中，相信这点 据此行动，让这句话传扬出去: 今日 天堂就在人间!

天堂就在你的双手之中，就在你的嘴唇上，就在你的心里.

此时 是否有后续的询问，或者 你们有另一个询问？我们是 Q'uo 群体.

Jim: 我们有另一个问题:“为了选择光，我们必须承认和理解黑暗. 这个问题关乎黑暗的本性，许多资料提到负面实体将疾病与不和谐带给寻求光的实体们；但是否有一个分别的负面种类将疾病与不和谐带给服务自我的存有？这种服务自我的存有是否为黑暗天使或恶魔?

你能否提供任何灵性原则 帮助我思考这个问题?“

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问，我的弟兄.

我的兄弟，虽然这里有两个问题 你想要问的只有一个，因此 我们移除其中一个问题，好让我们可以干净地回答.

一个实体可以在一个人身上创造疾病 这种状况是罕见的. 超心灵致意只能够强调早已存在的缺陷，或者说 光之盔甲的裂缝.

举例来说，这个器皿的盔甲有个裂缝，造成她摔破脚踝、擦伤与其他种种困难;因为她有健忘的倾向 常常专心想某件事的同时 忘记自己身处何方或在做另一件事.

该器皿有些先天缺陷，和她的杏仁核(amygdala)有关，在她出生的时候 双眼被推挤到大脑的杏仁核里头，因此切断长期与短期记忆之间的连结，导致她产生心不在焉的模式. 她接受这个状况，也做了不错的补偿工作.

所以，当负面实体尝试对她致意，令她分心而离开那些良善的工作，他们的机会目标是她的肉体. 然而 致意的结果并未使她惊慌或分心.

虽然如此 这是一个好例子，说明外在势力如何侵入一个人的肉体健康，这情况影响不大.

造成身体系统不和谐的一般起因是该实体有不和谐的思想；那些剧毒的思想样式肯定会导致肉体配置低于理想状况.

恐惧的思想赶走平安，爱的思想构筑内在平安，它是如此简单 又是如此具挑战性. 你的心智走到哪儿，你的身体就会跟随.

你所忧虑、恐惧的东西，你就把它们呼叫到你身边. 我们鼓励你如同一只猎鹰般观察你的思想，当你发现它们变得有毒，要求自己停止朝那个路线思考，问问你自己，你的最高自我会怎么处理这个忧虑与恐惧的状况?

当最高与最佳的思想来临，试试看，看看它是否比你的恐惧思想更舒适、更有技巧、更有帮助? 这类的选择看起来不像是极性的选择，但它的确是.

恐惧的选择就是选择让生活围绕着你；爱的选择就是选择让生活围绕着太一无限造物者.

此时 是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: [听不见大部分的问题, 主要是问 Q'uo 群体如何看待这个透过网际网路聚集的团体, 成员来自全球各地.]

我们是 Q'uo 群体, 并觉察你们的询问, 我的弟兄.

我们给予这个器皿 地球的影像, 好比这个器皿曾经坐飞机横跨美洲, 从观景窗向下俯瞰的视野.

夜晚时分, 当她从窗户看出去, 可以看见远方闪烁的灯光, 她仍可看见农舍与小镇的灯光; 同样地 我们看见你们的光 存在于地球四周.

同个时间, 我们看见这个团体坐在肯塔基州的一个房屋之中, 也看见分布在地球其他处所的成员一起来到同一个地区, 因为这个团体向非-区域性的成员敞开,在你们的空间/时间 真实的出席当中, 你们真的获取时间/空间特征.

对我们来说 拥有这个时间/空间成分是很令人兴奋的经验, 原因是非-区域性的实体加入这个地方性团体. 虽然你们八成没有察觉, 这是一个美妙的聚会团体,你们的灵光(aura)相互穿透, 你们创造的动力关系是无以表达的微妙, 又是难以言喻地美丽. 一个实体的灵魂光束碰触另一个光束, 接着碰触下一个, 如此完美的奇观, 我们感到非常幸运 成为这个团体的一部分.

我们问候你们全体, 感谢你们全体在非常、非常忙碌的生活中抽时间出来加入这

个真理的寻求圈. 这个器皿的能量开始衰微, 所以我们在此时离开这个器皿与团体. 我们很荣幸与欢喜地同你们相处; 感谢你们再次呼叫我们.

我们是 Q'uo 群体, 在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai. Adonai.

(V)2010 Digested, adapted & translated by c.T.

原注

[1] Dietrich Bonhoeffer (潘霍华). 请参访 www.dbonhoeffer.org 了解更多资讯.

译注: 上面的网站已失效, 好容易找到两个连结, 提供读者参考:

http://bla.fhl.net/Philosophy/Thought/006.htm

***

http://en.wikipedia.org/wiki/Dietrich_Bonhoeffer

★爱与光图书馆选集 第 10 辑

☆ 第 1001 章集：疾病与疗愈

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

2006 年五月 7 日

小组问题:“我想问 Q'uo 对于疾病过程和治疗疾病过程的想法 并谈论相关的灵性原则; 这些过程包含治疗自我和成为治疗其他-自我的管道.”

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在造物者的服务中，我们今天来到你们这里.

感谢你们呼叫我们加入这个寻求圈，感谢每个参加的成员，同时包括本地与世界各地的朋友. 你们真实地打造一座圣殿，使我们全都位于同一个时间与形而上空间，我们参与你们并感到荣耀.

一如往常，我们请求每一个人好好守卫自己感知之门，辨别哪些思想正中红心，哪些思想错过标的. 非常谨慎地接受我们任何的想法，确定该想法真的与你产生

共鸣，因为我们不想引你走入歧路. 我们感谢你的这份考量.

你们今天问到关于疾病和疗愈过程 与相关的原则—不管是治疗自我或治疗他人，它们是一个铜板的两面，那枚铜板就是你在镜子前观看的奥秘: 你的肉体载具、能量、所有的附属物.

现在 让我们注视这个模型，你们称为肉身，这个身体是你的肉体载具，你的意识外在与物理的迹象，牠不是你的意识. 如果放任肉体自己活动，牠就如同你们地球上的许多动物一般，具有本能的生命与一颗大脑; 你们的大脑主要是一个做选择的工具，它分阶层地排列其优先级，首要的顺序是生存.

当你怀着远大的抱负进入此生，你已同意自己密不可分地与这个肉体载具绑在一起，期限是一辈子.

你拥有的意识，做为永恒的公民，移动进入一种互相贯通的亲密关系，于是你的意识体[有人称为光体或能量体]和肉体形式互相贯通. 你在投胎前，以一个意识的身分与肉体达成某种协议，就某种意义来说，你们[所有人类]可以看待自己是一种 walk-in*，这是该器皿熟悉的 New Age 名词.
(*译注:请参考以下网址:http://en.wikipedia.org/wiki/Walk-in)

你们的意识走入(walk in)自然的肉体载具之中，在能量系统的各个面向产生连结，沿着脊椎一路向上连结; 于是这两种存有共享此生的经验，肉体载具有这个荣幸承载意识; 而你，一个意识，有这个荣幸投胎享有一个肉身. 这是一场谨慎策划又十分美好的合作关系.

如果让肉体自己选择，你们人类今日体验的各种疾病不会存在. 你们会非常健康直到肉体疲累为止，只要有充足的食物、水、空气等等维生资源，无疑地 你们将保持健康状态 直到离开人间的时机到来.

你们目前经验的压力和紧张戏码，以及各种情绪和肉体后遗症都不会存在. 你们的生活变得很自然，就如同一只猫、一匹马、或大灰熊. 生活变得很简单.

身为一个人，生命的单纯质朴变得难以捉摸. 你无法重新变成一个简单的动物，你的意识本性阻止你如此选择.

不管你多么深入地尝试埋葬你的判断机制，做为一个人 几乎一切都与判断有关. 这个判断被谨慎地创造为你意识内的一种本能，驱策你向前[就形而上的意义而言].

然而 直到你开始掌握这个意识系统的力量与反应性之前，你很可能经验到范围宽广的催化剂. 当你变得有技巧地去了解这个自然系统的动力关系，你将开始领悟某些态度上的选择可以创造一种参与感，让你可以主动地选择如何回应催化剂. 直到你掌握意识的力量有多么强力之前，你将完全任凭各种催化的摆布.

相反地，一旦你掌握这场人生游戏的规则，开始应用该游戏的规则[相对而言 是简单的]，你很可能发现自己身处蜕变的过程之中.

事物可能开始再次变得简单了，但这份单纯质朴以螺旋方式向上移动 通往身体与意识统合的水平.

以某种方式，你可以看待自己为一个朝圣者，你行走的道路即是灵性进化的旅程. 你的行囊不在背上 而是位于你的内在. 什么是形而上食物？你的行囊里头装了什么？你提供给自己的答案很可能指出你的健全状态的真实本质.

我们顺便在此区别健康(health)和健全(wellness)，透过你的双眼与感觉，你可以发现许多外表上健康的人其实过得不好，你也可以发现许多表面上身体虚弱的人却极为健全. 在你的有机体内 健全状态并不只是肉体的机能 也不只是心智的机能，它还包含一个难以量化的元素.

在意识中 有个存有的地基，该地基就是爱. 你是太一起初思维的一个表达，你所携带的爱不是一点点，而是可以创造和毁灭的爱. 它同时是你的荣光和最大的苦恼，因为当你并未聚焦 没有导引在你的人格、品行、信仰系统中的惊人力量，这股力量就会跟随自己的脉冲随意游走，那么 你会发现自己的生命经验没什么道理，你也不知道该如何回应.

回到主题，你的基本健康好比是预设的一组状态，如果你出生时十分健康，那么该状态就是你的出厂设定. 你的光体、能量体复制这组设定 做为灵魂与肉体整合过程的一部分.

对于该预设状态的记忆，也就是完好的健康状态，将留存在身体的每一个细胞中以及 能量体的每一个微小能量(元素)之中.

当你的肉体载具和能量体的预设平衡被打乱时 就会发生疾病的过程. 这个平衡可能只因单纯的物理力学的原因，如果你跌倒并骨折，你可能只是碰到一个倒霉的意外.

不过，如果你是一个走在道途上的寻求者，你大可敞开心智 思考你的能量体有哪里不平衡 导致你真的失去平衡 所以跌倒了.

如果你严格地看待健康只与肉体有关，你将认为跌倒就是个不幸的事件. 接着你去找医生，听从医生的指示，最后康复. 你将不会学到任何东西. 你的肉体载具受损 然后它设法修复自己.

如果你采纳后者的解释，那就是你的能量体里头有些不平衡的地方，你仍然可以找医生帮忙治疗身体，但你也会走入内在 寻求住在你意识里头的神圣医者. 当你选择检验自己的思考、行动，以各种方式注视你能量系统的平衡状态，你开始为自己打开一个全新的层级 一组强有力的可能性.

所以，当实体们决定在更深的层级玩人生游戏，他们已经选择进入一个灵魂进化的快车道，因为肉身的苦难和悲痛都是意识工作的一部分，你的意识会使用每一分的苦难 让你学习如何凭借信心一一穿透它们，然后返回预设的健全状态. 许多的奇迹疗愈都是因为该实体具备深厚的信心.

一般而言 当能量体中任何一部份偏移完美平衡，起因通常是恐惧. 你的身体的情感和心理部分产生收缩 因而远离预设的平安和放松的健全状态. 这股收缩力拉扯你能量体的某个部分造成不平衡. 恐惧的机制以这种或那种方式引发这股收缩力.

如果你看见完美的健全状态等同爱的状态，那么 你将看见选择恐惧就是转身被对爱的面容. 因此 选择疗愈就是选择放掉恐惧和选择爱. 因为有些时候要放掉所有恐惧是艰难的，所以存在一些专门工作能量体的医者，他们的工作就是提供寻

求治疗的实体一个机会 让该实体身处一个中立的氛围，以便放掉恐惧，接着选择爱.

关于这个庞大又深奥的主题，我们了解到自己才勉强观看它的最顶端的层次；我们渴望在往后的时间可以进一步地谈论它.

无论如何，这个器皿告知我们还有其他的询问等着，我们也想要回应这个非区域性的团体的问题. 那么 我们现在愿意转离这个询问 好让其他询问登场.

Jim 代 R 发问: “我很想知道 对于一个已启动双重身体的人 过渡时期对他而言是怎样的光景. 从第三密度转变为第四密度身体的过程是无空隙的? 或是比较唐突的，好比死亡的过程? 它到底是如何运作的? 它是个人的过程，或是由社会记忆复合体完成的过程?

(Carla 传讯)
我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问，我的弟兄，我们感谢你的问题.

第三密度就是第三密度，当你位于第三密度的肉体载具中 你主要是一个第三密度实体. 无论如何，第四密度(身体)的启动允许你变得比周遭人坚韧许多. 我们以为这或许是最简单的回覆了.

在时间/空间领域中 第三密度和第四密度能量的互相贯穿过程正进行中，一波又一波的密集光能冲击着地球 将所有实体最严重的恐惧带到表面上.

如果你同意，它就是一个分离机，以圣经的词汇来说，它将小麦和粗糠分离. 现

在是收割季节，当你在收成好作物的时候 你也会发现先前播种的莠草.

新能量的浪涛呼唤你的真相，所以 你们许多人正在面临那个你从不想去观看的部分自我.

双重启动的存有[或启动第四密度身体的实体]比较强韧，他可以直接注视自我的镜子，看见杂草，接着展开某种杂草控制.

由你自己来决定要如何处理自我评判的问题. 我们不想要你谴责自己，我们想要你看见小麦和杂草的不同.

你想要把杂草连根拔起吗？你可以的，但需要一些时间. 你想要快速剪掉它，于是今天看不见杂草，但过了些时候 它又冒出来？这是你们的选择.

而一个双重启动的存有会准确地瞄准草根，及时地完成这项工作.

双重启动的实体已经从第三密度毕业，接着返回这里，正如同长老种族一般. 纵使第四密度的生活令人兴奋 甚至是扣人心弦，充满了学习和服务的进阶机会；然而这些实体现在只想尽最大努力去帮助地球人前往第四密度，同时也协助盖亚[1]的康复，让地球回复生气蓬勃的样貌.

许多双重启动的实体热情地渴望与地球连结，渴望成为地球的好管家. 因为在过去 他们曾参与的种族意识曾经毁灭一个星球、一块大陆、一座城市、一个家庭. 这样的毁灭令地球妈妈悲伤、哀恸，甚至变得迷惘.

当你们走到此生的尽头时，地球将知晓她是被爱的. 这是许多双重启动的实体来到地球的主要原因.

双重启动的实体进入第三密度的环境，因此他们一样要遵守这个游戏的规则. 他们需要在此生朝服务他人极化 到达足够的程度方能再次走上光之阶梯，并走入较高密度.

不管你是何种人，重点都是做出你最深的选择 接着走上对的道路，然后一步一脚印，在感恩和喜悦之中行走，每一天都感到荣幸，因为自己活着呼吸地球上的甜美空气.

我们是 Q'uo 群体，容我们问 是否有另一个询问?

Jim: 下一个询问是: “我希望 Q'uo 可以概述这整个过渡阶段，如何将拼图碎片整合起来?

“就我们目前的理解，一颗暗棕色伴星或流星群正经过地球，它带来的能量促进地球从第三转移到第四密度; 同时 所有服务他人和服务自我的观众都赶来看这场大戏. Ra 和 Q'uo 群体曾提到第三密度将在 2012 左右终止，这点是否正确?

“某些服务自我的实体不同意或不接受这个事实. 所以在 2012 之后 假设还有一千年的过渡时期.

“这一千年的过渡时期是否涉及两种极性的除草过程? 或者是给那些新近觉醒的实体的最后机会?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问. 这个询问有些部分对我们没有意义，故我们不会评论 除了说当人们尝试想象收割过程的相关事件，从而产生一些信息，读者们无须从字面解释，这样可以得到更多益处.

关于过渡期的基本设定，就地球自身而言 转变进入第四密度的时刻接近 2012 的冬至，这件事已成定局[套用该器皿的说法].

对于地表上的人类种族来说 这整件事就不是那么地一成不变. 选择的时间已经非常有限了，然而 大多数人应该不用太担心这个时机，那些选择毕业的实体早已做出服务他人的起初选择.

还有时间做这个起初选择，但你们可以简单地计算出时间所剩不多. 对于在场每一位听众 2012 年都在你们的人生范围内，你们可以在接下来的几年间 好好地选择，完整地选择.

确实 你们大多数已选择服务他人，那么 让现在到 2012 的这段时间成为你的生命见证，证明你的安定性、坚持不懈、和灵性成熟度. 有时候 择善固执和全然的胆量是做出爱的选择之先决要件.

你的视线必须超越自己的感觉和本能反应，接着问问自己这个问题: “在这个情况中 爱在哪里? 在这个时刻 光在哪里?”

当你及时地问自己这个问题之后 你很可能发现 在这个情况中 你是唯一可见的爱与光之来源.

是的 朋友们，就是你! 你只是一个存有，但你的内在蕴含着基督意识，祂即是无条件爱之意识. 去寻找那个意识，请求协助以找到那个意识. 你的指引系统正等待你开口求助. 天使们围绕着你 屏息期盼你会记得祂们，并呼求祂们. 祂们对你的爱是我们无法描述的，那是太一造物者之爱.

在选择之年过后，你们还可以生活好些日子. 你将不会注意到自己的呼吸、饮食和其他身体机能有什么改变. 你们将能够活完这一生.

Jim 实体刚才提到 RA 资料，其中描述过渡期大约在 100 到 700 年之间，这个预估值这么大略的原因是我们不知道谁将用爱激励谁，又有谁敢于在困难的时刻做出勇敢的选择. 每一个爱的选择都延伸这个过渡期，拥有这段时间是好的，单纯地和地球能量一起工作，重建并恢复地球的健康.

从正面途径毕业的实体下辈子将待在地球，除非他们是流浪者，他们在毕业之后可以选择前往其他密度从事进一步的工作.

从负面途径毕业的实体将前往一个负面导向的第四密度星球，除非他们是流浪者，那么他们将能够前往任何他们觉得最可以服务自我的地方.

对于那些尚未选择服务他人或服务自我的实体们，那表示还有第三密度的工作尚未完成，他们将有更多的时间在另一个行星上做出选择.

一旦第三密度逐步在地球上结束，它将休馆一阵子，因为第四密度的新生需要学习隐形之道; 第四密度的实体并不渴望去打扰或惊吓第三密度实体. 如果第三密

度实体可以看见第四密度，你将发现自己来到一个迷人但十分拥挤的宇宙，里头充满元素精灵、自然精灵、提婆众神、各种图腾，甚至是著名的小说人物[因为许多读者的持续思念]. 那将是一个令人陶醉的多样化经验，然而 这个经验可能超过第三密度人类的负荷.

关于这个问题 我们可否进一步回答你，我的兄弟? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 没有，但我们有另一个来自 A 的问题: “我们第三密度人类倾向给各种东西分类: 一年的时节，人种和阶级，动物的种类，甚至是冰淇淋的口味.

“根本上，你们多次告诉我们 一切万物皆为一. 那么 当我们进展到更高密度时分类的需求和目的是不是就减少了? 最终 我们丢掉所有自己和一切万有之间的区别? “

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问，我的兄弟.

我们发现这是一个有趣的询问 因为它的假设几乎完全站在真相的对立面，但这是第三密度的逻辑导致的结论，我们并不依照该逻辑运作.

当一个实体上升到更高的密度，他开始察觉可观的、无可想象的信息阵列. 每一个更高密度都包含量子跳跃级数的信息. 这就好比光有了更多的面向 于是它可以承载更多的信息.

正如同水是一种结晶，你的灵魂逐渐结晶化，变得越来越容易磁化，接着你变得一个更流畅、反应更敏捷的存有. 在较高密度中 你觉察到的组织没有更少 而是

更多; 因为你已经没有罩纱 开始看见完整的宇宙造物之舞，一场无尽的、优美的、韵律的、优雅的舞蹈. 宇宙造物中的任何部分都觉察所有其他部分.

你其实熟悉这类的舞蹈，因为你在第二、第一密度全时间看这样的舞蹈. 树木、空气、海洋和各式各样的自然能量都是这整体系统的响应部分; 你也是它的一部分 不过是笨拙、无知、粗心大意的那部份. 在大多数时候，你没有捕捉到生命的韵律，所以你尚未庆祝生命，你只是陪伴着它. 你错失了生命的美妙舞蹈的庆祝层面.

所以，我的弟兄，简短地说 当你在各个密度中上升之际 你将看见比现在更多的大群资料，但你也看见爱的组织原则驱动这场舞蹈. 你们每个人都拥有这份爱，当你在大自然中休息，你将越来越靠近这场舞蹈 立即地领会它的美好.

我们鼓励你，我的弟兄，当作一个实验，在自然环境中经验歇息，远离人群，用你的双手或任何工具击打一块木头，允许你开始表达你存有的韵律. 因为你的内在拥有该舞蹈. 允许文明世界暂时退居幕后; 只要敲击出你心中的节奏. 并不需要非常漫长的时间，这是一种方式 让你接触内在那块与所有合一造物韵律共舞的部分. 容我们问是否有个最后的询问，我们是 Q'uo 群体.

发问者: 在医院里头 Q'uo 会推荐医生、护士、家人做什么以减少或消弭病患的恐惧?

***

(译注: Q'uo 以下的回答应是以美国的医疗体系为背景. 地球上还是有很多充满爱心的医生和护士哩!)

我们是 Q'uo 群体，并觉察你们的询问. 我们发觉这首先的回应可能是不切实际的，不管怎样 我们还是提供给你参考.

首先，当你生病的时候 如果可能的话，避免进入医院机构，这么做是好的.
有个实体被知晓为 Norman，这个器皿要求我们给出姓氏—Cousins，他写了本书叙述医生诊断他罹患末期疾病，医生建议他尽快住院，接受放射疗法等等. 他决定自己不想要接受这种治疗.*
(*参考连结:http://en.wikipedia.org/wiki/Norman_Cousins)

他算了一下 进入医院接受医疗团队的各种方案所需的费用相当庞大，他决定把这笔钱拿来住一间好旅馆，幸运的 这间旅馆的客房服务很赞. 他装设了一台 DVD 播放器好看电影. 他看遍所有 Marx Brothers 的电影，还有所有 Jerry Lewis 的老片[它们是该器皿少女时期的记忆片断]，所有三个臭皮匠(Three Stooges)的片子，加上任何他可以找到的喜剧片. 他持续地开怀大笑，逐渐恢复健全状态.

与其聚焦在疾病和恐惧死亡，他决定聚焦在他对生命的热爱和自己的健全状态. 因为这个实体在接获医生诊断时 已做好功课，他能够提出一个具体计划，结果也是好的.

因此，我们首先建议 如果你能找到一个不要进入医院机构的方式，我们鼓励你这么做.

如果你确信住院是必须的，那么我们建议你可以创造你自己的环境. 你可以凌驾于周遭环境之上，但你必须非常清楚地知道这点.

所谓的”健康”企业机构，它们其实是负面能量的污水池.

我的兄弟，首先是病人的恐惧；其次是物理环境的难闻气味，它的本性必须是冰冷的、容易清洁、经常清洁 却从未干净到足以去除令人苦恼的气味.

生病人体排出的各种废物总是多少会残留一些味道，所有进入医院的实体可以嗅出这些气味. 简单地说 这是一个令人沮丧的地方，不管从物质环境来说，美学观点而言 都是如此.

第三，在你们的文化中 医疗职场有个沉重和暗黑的层面，因为医生超时工作，另一方面 许多病患有种不必要的态度：全然地依赖医生、护士、权威人士. 于是，那些原本试图医疗病患的团队变得易怒、没耐心.

最后，在一间医院或各种健康医护设施环境会产生一种形而上的氛围，某些内在次元和外在次元的实体发现这里的恐惧和苦难是优质食物，所以他们群集在这类的地方找寻机会目标.

总的来说 对于生病的人而言，那是一个非常不健康的地方，明显地 如果可能的话 避免进去那个地方.

如果你无法避免这类的机构，当然 这个器皿经常必须被安置在医院里头，仍然有可能创造你自己的健康、充满光的环境. 在过去 这个器皿和 Jim 实体使用小五芒星的驱逐仪式[2]好净化病房或手术间. 你可以为自己进行这个仪式，如果有人太过虚弱无法自己清理空间，在征求对方同意之后 也可以远距为他进行该仪式.

我们发现这个器皿的能量衰微，我们了解才刚刚碰触这些询问的表层，我们欢迎你在未来精炼这个询问.

在此同时，我们感谢每个成员的美丽存有，和你们聚集的和谐，纵然每个成员都很忙 仍分别出一段特别时间来寻求真理，这需要一定的品格深度. 很愉快和荣幸地分享我们谦卑的想法，我们在太一无限造物者的爱与光中 那儿是我们找到你们 也是我们离开的地方.

Adonai. Adonai

~将这篇文章献给所有努力治疗自我的伙伴~

原注

[1]在希腊神话中 盖亚(Gaia)是行星地球的名称，盖亚是大地女神 同时是克罗那斯(Cronus)和诸泰坦(Titans)之母.

[2]这个仪式和详细解释可以在 William E.Butler 的著作<The Magician; His training and His Work>中找到.

☆ 第 1002 章集：爱与光早期资料#6

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周三冥想

1974 年 1 月 23 日

(无名者传讯)
我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次地 我们很荣幸与你们同在.

我们服务无限造物者的星球联邦已使用这种通讯方式在许多、许多地方; 接触许多、许多人. 许多人并不理解发生什么事了, 因为他们没有想过智能实体从群星中来到这里, 他们只单纯地接收通讯资料.

这并不重要 唯一重要的是: 他们理解获得的讯息—爱和手足情谊的讯息. 这就是我们来到这里的目的: 带来这个简单、单一的讯息. 这是你们地球人必须学习的功课.

我们星际联邦依这个知识生活已经有许多、许多年了, 我们完全觉察以爱的原则生活的结果. 我们并非鲁莽地给予你们这些原则, 因为我们已经验使用它们的效应 有好些时间了.

然而 这个星球的人群要把催眠状态从他们的思考中去除是极为困难的.

人类经验的每个事物都是透过他们自己的思考创造的, 你无法经验某个你不能思考的东西, 因为这就是一切万有: 除了思想 再无他物; 你可以在许多形式和表达中发现它, 但思想是一切万有的源头: 造物主的思维.

这是你们的本质, 如同造物主, 你们能够产生思想. 你所产生的思想是你的责任.

这个星球的每个人都产生思想，并将这些思想对其他人沟通. 如果产生出来的思想是低质量的，那么 它将接着引发其他人产生低质量的思想. 这是个自我无限循环的行动; 这是地球人群当中充满困惑和冲突的原因.

如果你说这个情况如此地复杂，百万千万的人心经过数千、数万年创造的复杂情况，所以你无法做任何事，这个说法是错误的.

一个人只需要在思想中抽离这片困惑之海，同时在无限造物者的真实爱与光中表达自己.

任何时间都可以做这件事，如果一个人渴望这么做 那么他只需去做这件事.

在过去许多次 不同的导师来到这里对地球人示范理想的地球生活和造物者的表现力. 那是个很简单的课程，但地球人渴望去忽略它. 很少人接受这些教导 同时站在光中，只表达全体之造物主的爱和理解.

这是不幸的，我们服务无限造物者的群体试图补救这个状况，除了给出言语的教导，还包括一种教导可以跳过智力的屏障 直接碰触灵性自我; 当然 这是透过冥想的过程完成. 这就是为什么我们这么多年来一直声明冥想是极为重要的.
你们上一个伟大的老师陈述: “难道尔等不知道尔等是神?” 这个人理解所有人类被创造之真实目的.

为什么人群，特别是那些已经觉察真理的寻求者会突然停住 不去实现关于他们真实受造的目的和存在本质?

我们有时觉得迷惑不解，这个星球的人群为何不能对这个简单的真理觉醒?

我们认为人们必须持续地觉察自己的目标，而这个目标就是了解你在宇宙造物中的真实位置 然后依照造物主意愿的方式去行动.

为了做到这点 你们必须付出可观的努力. 我们发现地球人思想的演进带来巨大的催眠状态，如果一个人想要从中解脱 他必须恒常地觉察自己的灵性本质和目的，并在冥想中扩大这份觉察. 而这份努力将比任何其他活动带来更多的赏报. 既然地球人迟早都要踏出这一步，难道不能合理地说: 越早开始越好.

我们建议 如果你感到进度缓慢 那么 你需要更多地冥想. 唯有透过这个方式 地球人可以将自己从人类长期累积的错误思想中解放出来.

我希望自己在这个傍晚有所服务. 此时 我十分乐意接受任何一个问题.

[停顿]
如果没有问题，我在此时离开你们. 我在无限造物者的爱与光中离开你们. 祂全方位围绕着你，祂是你 祂是我. 打开你的头脑和心房 让祂以圣爱充满你.
Adonai Vasu.
***
周五冥想
1974 年 1 月 25 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 此时 我愿同你们讲述灵性发展.

每日冥想是必须的. 当我们接近你们星球发展第三章的高潮... 你们星球的振动率将稳定地增高...

[手抄本结束]

***

周六冥想

1974 年 1 月 26 日

(无名者传讯)

我是 Laitos. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我将调节你们每一位.

我将透过 R 器皿讲话.

(R 传讯)

我是 Laitos. 此时 我要对你们讲述个人的每日冥想.

这个管道在接收我的思想上有些困难.

(停顿)

我再次与这个管道同在. 你们每日的冥想是必须的 好让罩纱被掀起, 提升后的振动将允许你无碍地行使一些工作 好比治疗.

再次地 这个管道碰到一些困难.

(无名者传讯)

我是 Hatonn，我与这个器皿同在. 我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.
我们非常高兴看见又一个管道正在发展. 我的弟兄 Laitos 将持续和 R 实体工作 直到他清晰地接收我们的思想为止. 这真的是一个非常简单的过程，只需要你持续地冥想 开放你自己和我们之间的通讯管道.

今天 我想要和你们谈论你们不久以后的未来. 首先 我想要定义这个名词—“未来”. 你们认为未来是某个将要来到的东西. 我们看见的未来是一个目前就在这里的事件. 这是个难以转译为你们语言的东西，但我将尝试给予你们一个对时间的理解.

朋友们，时间是个幻象. 事实上 宇宙造物是无时的(timeless). 你们位于宇宙造物的进化中一个特殊点，似乎有时间的进程，但那确实是一个连续的意识溪流. 你只需要跳离这条意识溪流 同时跳入该溪流[你们称为时间]的任何一点.

换句话说 有可能在时间中移动 如同你在空间中任意移动一般; 这两个概念都一样真实. 我们曾对你们说 只有一个地方，只有一个时间. 我们能够移动穿越空间，也能够移动穿越时间; 因为这两个东西都是相同的: 它们即是宇宙造物.
现在铭刻在你们上头的幻象是因为你们在肉身状态中的限制，这些限制一点也不寻常. 由于那些渴望特定经验的实体 于是某些限制铭刻在他们上头.

在这个宇宙造物中 每个人精确地选取他渴望的东西. 这的确是造物主的计划.

有些实体探索的方向引领他们远离全知的太一、全然充满爱的太一. 在远离流浪的的过程中 个体在那个时候遭遇的状况是他所渴望的. 但随着他流浪地越来越远

他变得越来越多地沉浸在他创造的幻象中. 目前 这个幻象是如此地强壮, 以致于许多造物主的孩子发现自己相当困惑 无法轻易找到返回无限之光的途径.
因此人们必须了解自己的渴望 然后必须寻求这份领悟.

为了做到这点 人们必须开始觉察带来这份理解的技巧; 这是我们当前的目标: 帮助那些寻求返回爱与光的人们走上对的途径. 我们必须帮助那些有这种渴望的人们, 为了在宇宙造物的计划中行动. 同时 我们必须不过份打扰那些不怎么渴望这类讯息的人群.

我们熟悉你们称为未来的某些层面 因为我们有能力在时间和空间中移动. 无论如何 由于造物主给予祂每个孩子自由意志, 人们有可能改变这条意识溪流, 因此当今日的人群改变自身的渴望促成事件的改变, 于是他们也改变了你们知道的未来.

因此, 与空间旅行相比 不可能以完全一样的方式在时间中旅行, 因为时间的某些属性依赖自由意志的行动.

我们尝试协助你们理解 要如何从不变的时间溪流和幻象中解脱, 虽然很多人一直在追寻这个幻象.

这个幻象是如此强烈 以致于你们习惯以一种完全不真实的方式理解各种事件. 你们习惯于一种时间关系, 由过去、现在、未来的幻象构成, 它并不是真的.
我们可以同时在空间和时间中旅行, 我们发现额外的理解允许我们瞬间从宇宙的这个部分传送到任何其他部分. 这就是你们起初受造的样子—具备完全的自由.

此时 我将离开你们，好让我另一个弟兄使用器皿讲话. 我希望我已提供服务 带给你们一些(对时间的)理解，这是一个你们目前相当难以了解的主题.

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中离开你们.
(停顿)
(无名者传讯)
我是 Hatonn，我与这个器皿同在. 朋友们，再次地 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再一次同你们讲话是份荣幸，我的兄弟 Laitos 尝试使用 R 器皿，然而 有些特定困难.

我将和你们谈论另一个主题. 我此时位于一架飞行器，它就在你们的高空中. 你们可能会问 如果我们能够在空间和时间中旅行 为什么要利用飞行器?

朋友们，在这个宇宙造物中 可以经验许多事物. 许多东西具有不同的特性，如同你们 我们也享受不同特性的经验. 我们跟你们一样 使用飞行器在空间中移动. 我们不使用任何东西 只以我们的理解在时间中移动. 这两个领域都可以给天父的孩子们利用. 我们可以透过时间次元 从别处移动到这里. 这就是为何我们陈述只有一个地方 那就是宇宙造物. 事实上 我们在同一个地方; 同时 我们也是处于两个不同的地方; 这端赖你的觉知而定.

宇宙所有的知识都是你的，你只需要从内在开始寻求. 我们做的每一件事都在你们每个人的能力范围之内. 你们只需返回原初的觉察 找回这些能力，这份觉察就是对爱和理解的觉察.

透过冥想 有可能重新获得这些能力和知识. 为此 我们持续地建议你们冥想，同

时理解你们的人类同胞. 唯有经历这个过程 你们方能返回自身正当的位置.
你们地球人群并不觉察这个过程是简单的. 如果他们能够学到它有多简单 并且不要忘记它，那么他们就不再必须经验种种困难. 我必须非常强调这点，这整个过程是极为简单的.

个体只需要领悟他是宇宙造物的一部分，宇宙造物是单一的存有，如此 个体和他所有的弟兄姊妹[遍及所有空间]都是同一的存有. 这样的领悟将导致一种能力，就是对于任何事物只有一种反应: 那就是爱. 这就是造物主的领悟，这就是万事万物受造的原则.

就做这些简单的事，不要摇摆离开这份理解和爱. 就只做这件事，你将抵达一种狂喜的状态 那是所有活在造物主光中的生命所共享的状态.

我再怎么强调这个简单真理也不为过. 一个人在日常活动中很容易忘记这个真理，特别是身处于你们目前的环境之中.

无论如何 有可能超越你们目前的环境和各种幻象. 已经有许多、许多导师告诉你们超越的方式，他们以各种不同的方式告诉你们. 然而 它是如此容易被遗忘.
不要忘记这个真理 它是你渴望的. 我们知道你渴望的东西，如果你没有渴望它，我们不能告诉你这些建议，因为这么做会违反造物主的意志.

记住这简单的教导，在你日常活动的每一个片刻记住它，表达出爱的原则. 为了时时觉察这点 你必须冥想.

做这件事 接着在天堂国度中加入我们，因为这就是你的命运，这就是你的渴望.

你们的世界是个强烈的幻象，一个给你的能力测验，由你设计的测验，那是你渴望的.

不要畏缩 不要拒绝你渴望的东西. 保持对你真实渴望的觉察，透过爱表达它.
我希望我已经协助你们想起自己一直在寻求的东西. 此时 我离开这个器皿. 我是 Hatonn.

Adonai Vasu.
(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1003 章集：金星和地球**

Copyright © 2006 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org
www.eaas.co.uk/news/venus.html
周日冥想
2006 年五月 28 日

Jim 阅读 A 的问题:“你曾提过这个特殊的子-理则，行星地球，的收割并不寻常. 你曾说其他子-理则在收割时期碰到的困难要少很多. 你是否认为我们的子-理则并用自由意志和强烈的罩纱的结果是没有效率的? 你能否将我们的状况跟金星(Venus)的第三密度收割做比较? 火星和马尔戴克(Maldek)都拥有好战的社会群

体，我们想知道金星的第三密度是什么样子. 有哪些因素和催化剂促使他们的社会选择服务他人？所以，Q'uo 能否讲述地球目前正发生的收割，或许对照火星、马尔戴克和金星的收割一并说明?”

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，
我们感到荣幸和喜悦 藉由这个器皿传讯资料给有兴趣的团体，这是我们服务造物主的一种方式.

我们感谢每位成员在忙碌的生活中挪出时间和空间参与这个寻求圈，一起创造神圣空间来寻求真理.

一如往常，我们请求每一个人在聆听的同时 仔细地做分辨. 我们的想法可能并未正中你的红心. 如果我们的想法没有引起你的共鸣，请毫不犹豫地把它放到一边. 我们不想成为你前路上的绊脚石. 我们感激你愿意非常谨慎地审查哪些思想可以进入你的感知大门.

你们今天的询问是关于不同的行星实体对第三密度的看法 以及金星[你们的称谓]的做法有何不同使得该行星在穿越第三密度时享有比较和谐和成功的旅程.

被知晓为 A 的实体询问在地球上 综合十分清晰和鲜明的自由意志和相当彻底的罩纱，这样的组合是否招致一个困难且深具挑战的第三密度[即选择之密度]?

我们同意这样的评估，这些因素促成一个深具挑战的选择之密度，特别是和金星的第三密度相比.

确实 在金星的第三密度环境，罩纱比较没那么厚重. 自由意志跟你们地球的自由意志一样显著. 不过，金星的实体们面对的罩纱具有透明度，透明得刚好允许心像、(灵魂)远游、做梦等过程在金星实体的显意识中有更强健的生命.

事实上 这是金星的第三密度和其他[你们觉察的]行星之第三密度的一个主要差异.

在第三密度中 一个有些透明的罩纱过程衍生的问题源于 一个实体并非在新兵训练营的氛围中做出选择. 因此 当第三密度实体变成第四密度实体，然后 第五密度实体，这些能量极度平顺地移动 直到第五密度; 在这个时间 缺乏穿透罩纱过程的挑战暴露出一个负面的动力关系，对于天真和单纯的寻求者而言 他无法良好地工作与开启那看似暗黑的智慧能量.

结果是，那些金星的实体的工作和挑战从进入更高密度之后开始. 于是 那些毕业进入第六密度的金星实体们经常返回进入你们的第三密度 以流浪者的身分服务，他们面临一个非常有挑战性、自我设定的学习议程. 该议程是重新平衡爱和智慧，好让这两者得以在第六密度的真实合一中互相穿透.

一个比较难以穿透的罩纱的好处是它为第三密度实体带来一个鲜明和深奥的苦难经验，该器皿称为各各他[1]; 于是人们可以做出深刻的选择.

你们星球的第三密度召唤每位寻求者内在的谦逊和交托，就我们谦卑的意见，那是一个远为良好的基座[2]，寻求者在上头建构一个坚强的角色(character)，移动穿越所有的密度.

相较之下 一个罩纱较轻盈的第三密度创造一个美妙的教学环境，如同佛教徒熟悉的上师和弟子的系统，该系统很类似金星之第三密度享受的环境.

无论如何 我们发现 在这种古早的第三密度经验中 由于快速且容易地穿越第三密度 造成实体进入较高密度时遭遇许多困难.

我们向你们担保 地球的第三密度是个强有力的礼物.

当你们身处在一个困难和充满挑战的第三密度氛围中 你们正在面对各种阴影，如果你没有在第三密度面对它们，到了更高的密度，执行更细微的工作时，这些阴影将变得更加难以应付.

你们目前的环境是个强有力的环境，正如同一把装满子弹的手枪，问题是:“当你扣下扳机时，你要瞄准哪里?”你想要往哪里行进? 因为方向的选择确实掌握在你手里.

朋友们，你们每个人每一天都在做强力、改变生命的选择，因为你必须单凭信心去选择. 当你的确选择在信心中移动 地球随你一起移动. 你拿起你存有的力量将它聚焦在你的意图上，你所选择的就被选定了.

朋友们，你们拥有很充沛的友谊，它是无形的，也不一定感觉得到，但你只需请求你的指引系统在困难的日子与你同在. 因为你们每个人都有一些特别困难的时刻，不是在此时 就是在不久的未来.

朋友们，那是这个时代的特性，这段有些不便利的时期. 虽然如此，这个时期在

学习和服务方面的潜能是极为丰富的. 请不要担心你应该为某个学习或某个服务负责，因为只要你准备好，不管何时 一切事物自然会被吸引到你身边.

因此，允许圣灵透过你移动，当你感觉时机到来，你就会去讲话、观想、祈祷、治疗. 当你感觉到此刻的共振 同时据此行动，所有天堂世界都会支持你.

此时 是否有另一个问题? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 你可否告诉我们关于起初亚威(Yahweh)的事，它是不是一个社会记忆复合体?

(Carla 传讯)
我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问. 亚威是一个内在次元实体，而非一个外星实体. 它是原生于这个特殊太阳系统的精华，它已守护地球有百万年以上. 它是男性和女性能量的综合，不过 它并非雌雄同体的实体; 这个实体以一种神圣的动力关系持守男性和女性能量. 一个人可以称呼这样一个实体为亚当与夏娃，但它同时是亚当与夏娃. 它从未以任何形体出现在人间，毋宁说 它属于天使国度.

我们感到极度讽刺的是: 这个实体要为男性神明长期主宰女性神明的不平衡状况负责，最初的亚威能量却是处于完美的平衡状态.

是否有后续的询问，我的兄弟?

Jim: Ra 曾提到这个没有名字的实体为 Yo-Heh-Shin-Vau-Heh，它的意义为"他来了". 你可否解释名字和非-名字的意涵? 最后，大角星的意义也是"他来了"，同时

是个埃及人名字; 正面亚威是否来自大角星?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

亚威实体并非来自大角星，而是如同所有的天使们，祂是你们太阳体的能量系统的一部分. 实体的命名和表面上的混淆是由于在较低和较高密度中 命名并不是必要的，因为每个东西都有一个独特的振动. 你的振动比起名字更能传神地识别你的品格.

一般而言 第三密度的存有倾向为各种能量和精华命名 因为这样他感觉比较舒适，比较有支配权.

亚威相关的能量开始觉察他们曾为人类强化 DNA 特征这件事并未产生原本希望的结果. 该实体移动进入一个时间和空间 深入专心地冥想和祈祷 请求知晓自己要如何弥补过去所犯的错误.

亚威选择将 Shin 加入 Yod-Heh-Vau-Heh 之中，好调整该名字的细微振动处，以指出基督意识. 这就彷彿亚当与夏娃将名字改为爱曼纽(Emmanuel); 从旧约的感觉前往新约的感觉; 从神的选民体现价值转变为特定的意识水平[爱]体现价值.

确实 对于这个实体而言，这是一个宝贵的调整，这个事件从天堂反射到地球，在这样的环境中 耶稣-基督来到地上.

是否有其他的询问，我的兄弟? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 我想 R 可能有一些来自网际网络团体的问题.
网络上的发问者: [听不见，收音不良]

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

在回答问题之前 容我们说能够与世界各地的成员接触是何等的喜悦啊，这对我们真是件乐事.

任何影响肉体的东西对于电性体或脉轮体或能量体也有涟漪效应. 无论如何，我们不可能精确指出肉体的效应如何对电性体起涟漪效应，因为每个人的脉轮体连线的方式都是独特的. 这其中的复杂性使得我们不可能概括地讨论饮食和运动如何影响能量体的细节.

对一个人来说，影响能量体最大的就是他的想法。因此，假设一个人改善自己的饮食，而且为此感到高兴，这个改善饮食的行为所带来的讯息对脉轮体来说就是好消息。在另一方面，如果有人按照医生的疾病处方进行饮食疗法，但这个人却不开心，还觉得这疗法绑手绑脚，那么就会带给脉轮体完全不同的讯息。对脉轮体来说，这就象是负面事物，而非正面事物。

脉轮体既不会听医生的话，也不会听那些包含『应该』的想法。它只是倾听感觉和身体的感知。一颗快乐的心对脉轮系统的益处胜过良好的饮食，平静的心智对脉轮系统的益处胜过运动。

有些时候 忽略肉体的需求，跟随电性体和脉轮系统的需求是明智的.

我们鼓励所有必须遵守饮食规定、特定运动、特别疗程的人们绝对不要让义务推挤掉生命的喜悦. 不管吃对的东西或避免吃特定东西有多么必要，无论各种运动有多么重要，在看待整个有机体的健康时 喜悦的机制是最主要的.

如果你必须遵守某个疗程，将喜悦注入其中，那么 即使是最苦的草药、最严厉的饮食规定，甚至是最剧烈的运动程序 都将帮助你变得快活、平安、强健.

不管你必须做什么来照顾自己的健康，总是记住—你的健康从感恩、赞美、喜悦、敞开的心开始; 拥抱造物主、自我、其他-自我，而这一切组成一幅美丽、完美、相互关联的 爱与光图案.

此时 是否有其他的询问?

网络上的发问者: 我们如何增进我们连结(地球)的正向极化?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问. 增进与地球的正向极化之关键在于了解地球早已正向极化. 你无须尝试对地球做任何事，但你可以加入她的舞蹈.

地球正跳着爱和喜悦的舞蹈，每一朵花儿与每一棵树木都在和谐和狂喜中摇曳着，完美地和大自然中所有的元素一起共舞. 我们感觉你们许多人曾经验过这场舞蹈，大自然之歌，宇宙的美妙吉格舞. 你们有些人曾看见山岳在鼓掌叫好，海洋在欢喜跳跃.

进入地球之喜悦舞蹈! 它早已持续进行着，你只需抛开所有的疑虑和杂念，成为大自然的一部分 加入她的舞蹈. 许多人把这个过程弄得很复杂，它其实一点也不

复杂，重点在于摆脱复杂性 同时拥抱实相.

我们发现这个器皿的能量正开始衰微. 此时 是否有后续的询问?

[没有进一步询问]

既然如此，我们非常享受和你们相处的每一刻，我们在此时准备离开你们. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，Adonai.

原注

各各他(Golgotha)是耶路撒冷城外的一个小山丘，据说是耶稣-基督被钉在十字架上的地方.

基座(plinth):雕像或柱子的底座，柱基

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1004 章集：爱与光早期资料#7**

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1974 年 1 月 27 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我与太空中的兄弟们都与你同在. 是的 我们位于太空中，我们也在这里. 你们人群不大熟悉这样的概念，那就是有可能在同一时间处于两个地方. 无论如何 我们曾告诉你 宇宙只是一个地方. 从你们侷限的觉察状态来看 这是一个暧昧的概念. 然而，从你们的观点，的确有可能在同一时间处于两个或许多地方. 对于我们而言 它们全是相同的地方.

这个概念对于你们地球人并非全新的东西，虽然只有很少人理解它. 一个人必须理解宇宙造物的合一实相方能理解这个概念的事实.

有许多智力的方式去陈述这个想法，但去经验它更有启迪作用. 所有造物主的孩子都可以获得这种经验.

你们不必须像现在这样地受限，有一个简单的过程可以释放你自己，脱离限制人群的东西. 各种位置都只是人们思考的结果，因为 实际上，所有地方都是一个地方.

对于大多数地球人而言 这似乎是不可能的事. 然而 这才是真实的状况.

你们目前经验的世界似乎是如此广大 以致于你不可能行旅任何伟大的距离.

我们没有这些限制，只因为我们理解全面合一状态的真理. 起初思维将合一提供给祂所有的孩子. 返回这个思维，没有任何其他思维 只有这个思维: 一份完全和完整的爱之思维. 这样将允许你知晓无限造物者的所有果实.

我希望我在这个傍晚有所帮助. 我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周五冥想

1974 年 2 月 1 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们服务无限造物者的星球联邦全时间为你们服务，因为服务你们就是服务我们自己. 此时 我们愿意再次声明: 服务你们就是服务我们自己.

这个真理不只是你们所谓的哲学真理，它也是具有直接物理特性的真理.

这即是宇宙造物运作的方式，我们全体的造物主设计人类可自由选择任何表达渴望的方式，同时也反映出这个真理.

宇宙中有各式各样的密度，各个密度都正在表达造物主的孩子们的渴望.

人们只需要渴望一个效应就创造出该效应. 你们地表上的人群目前尚未理解这点. 事实上，你们每日经验的活动都是你思考的结果，加上周遭所有人的思考的结果.

你们经验的每一个东西都是由心智所创造，在某些情况 这事实比较不明显.

如果你考量人类的创造成品，不管是城市、工厂、住宅、运输工具等，所有这些东西都是他思想的表达. 透过许多人的肉体劳动将这些思想具体呈现. 然而 它们并不小于思想的直接显化.

在你的周围 你可以发现各种人类的创造物，这些盘据大多数人类的心思. 除了这些人为创造之外，你还发现造物主的创造物. 然而，值得注意的是: 人类是造物主的一种表达和创作. 因此 人类的各种创作就是起初思维的一种延伸.

所以 明显地，遍及无限宇宙的所有创作都是我们全体之造物主的作品，不管是以直接或间接的方式产生.

遗憾的是 这个星球的人群尚未觉察这创造原则的延伸; 造物主提供给祂每个小孩与祂类似的能力，希望所有孩子都使用这些能力去塑造自己的环境.

遗憾的是 这个星球的人群忘记内在的创造原则，只要他们忆起这个原则 就能够充分地显化它.

你们知道的耶稣导师能够使用许多许多能力，他与你们任何人没有什么不同. 他只是能够记得特定的原则，这些原则一点也不复杂，它们是非常简单的.

我们服务无限造物者的星球联邦试图协助这个星球的人群理解这些原则.

这些原则极为简单，任何人在任何时间都可以实践. 你只需要透过冥想帮助你自己同我们通讯，接着你开始重新领悟理应是你的东西: 宇宙造物的真理 和 你在

其中的位置.

遗憾的是 这个星球上有许多干扰，这些干扰的发生来自于你们星球上大多数领域所显化的错误思想; 导致许多人难以返回起初的思想.

我们曾多次对你们建议: 这个起初的思想即是全然的爱和手足情谊. 这些话语还不足够，这个星球的人群很难以头脑的方式去理解这些概念，因为他们有很长一段时间受到错误思想的制约.

因此我们建议你们设法跳过头脑，透过心电感应将这些原则直接铭印在灵性的心智上. 我们发现这是一个高度有效的方法，帮助人们更深地理解无限造物者的原则真理. 为此，我们请求每个想要理解真理的人进行每日冥想.

如果你们继续每日冥想，你们将发现自己开始以新的角度去觉察事物，接着你们开始以一种更宏伟和美妙的方式去欣赏真实的造物.

我希望我已经提供服务，对你们沟通每日冥想的重要性，以及它的好处和目标，因为这是通往未来的道路.

我们伸出双手好协助我们的兄弟姊妹[不管他们在什么地方]找到返回光的途径. 我将在此时离开该器皿，我希望这场通讯是有益的. 我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我是 Hatonn.

Adonai Vasu.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周六冥想

1974 年 2 月 2 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次地 非常荣幸与你们说话. 我们服务无限造物者的星球联邦对于能够与任何愿意聆听我们的地球人说话总是感到十分荣幸.

朋友们，我们非常欢喜地接受这份荣誉，因为这种服务人类同胞的机会是罕见的. 我们通常没办法以这种重要方式直接地协助我们的同胞存有.

你们星球上的人群以许多方式看待服务. 然而，我的朋友们，我们服务无限造物者的星球联邦看待服务的方式与大多数居住在地表上的人有些不同.

朋友们，服务是个很难有效执行的任务. 首先必须定义真实服务的目标，好了解自己要如何服务. 所有的服务可以分为两种类别，第一种类别包括那些短暂或非永久特性的服务; 好比你们在每天活动中为人类同胞做的事，这些是真实的服务. 但有一种测试可以判别该服务属于第一种，或者 它应该落入第二种，也就是所有永久性的服务. 这个测试的重心在于测定一个服务是否促进被服务者的灵性成长. 朋友们，不过一个人知不知道或已经遗忘，事实上 这点是他(人生)唯一的真正目标.

大多数的地球人处于一种无知的状态 他们不清楚灵性觉察的演化才是真正的目标. 这也是第二种服务的重点.

这两种服务都是值得去做的，我们愿意为你们地球人执行这两种服务.

然而 由于我们觉察第二种服务迄今是较为重要的服务，因此在这个时候 我们得延后直接的服务，也就是物质上或短暂性质的服务. 我们相当幸运能够执行现在的工作，提供地球人可用的信息 以扩大他们的灵性寻求.

一个人如果要在灵性方面有所进展，他必须自己发起一个由内在导引的寻求过程; 而不是外来导引[宗教机构或其他组织]的诫命. 为了这个原因 我们不可以过度曝光，如果我们这样做 人们的内在寻求就会丧失大半.

基本上，你们在目前的物理环境经验的各种状况都是你自己选取的，为了创造一个氛围绕 好产生对于真理的内在寻求.

不幸地，这个星球上的许多人是如此热衷于一些极为短暂不重要的事物; 以致于他们没有机会体验觉察的成长，即使那是他们的确渴望的东西.

我们的飞行器和人群已造访这个星球许多、许多次. 每一次，我们造访的文明必须准备好接受我们，也就是说 该文明已抵达一个令人满意的内在寻求水平，于是展现爱和手足情谊的原则.

在这个时期，我们碰到某种特殊情况不得不造访你们的文明世界，虽然人类全体尚未抵达一个令人满意的灵性觉察水平. 但我们觉察到某些地球人已充分地觉察自己的灵性本质，同时充分地展现爱和手足情谊. 这构成一个难题，我们必须接触一部分的地球人 而不要令其他人烦恼.

我们正在如此尝试，我们造访和通讯的证据必须维持某种特性，好让任何人可以自由拒绝或接受它.

我们并不需要对人们证明我们给出的东西是真理，因为如果一个人已进行内在的寻求，对真理有些理解，那么当他收到资料 他自己可以辨识真理.

那么，这就是我们的服务: 伸出援手 帮助有需要的人向上攀升灵性进化的阶梯. 此时是这个星球的特殊时刻，在这个星球的历史中的特殊时期. 因此，我们必须以更直接和强力的方式去应对. 我们极为荣幸可以提供这个服务给需要的人们.

如果一个人想要取得这项服务，他必须每日地冥想.

此时 我将离开这个器皿. 但我总是与你们每个人同在. 在你寻求爱与光的同时，我总是准备好为你服务. 我是 Hatonn.

Adonai Vasu.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1005 章集：世界危机?**

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

2006 年十一月 12 日

M 的问题:“自从 9/11 事件以来，我一直在担心这个星球可能朝向毁灭性的战争; 失败感、无助感和无望感从我内心升起. 我开始质疑是否第四密度地球可以顺利诞生. 这个地球实验是否已走偏了？如果真是如此，有什么灵性原则可以转化绝望为希望，转化疑虑为鼓舞?

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中 我们今天来到你们这里. 感谢你们呼叫我们参与这个寻求圈，分享你们的冥想是我们的大荣幸.

一如往常，我们请求每一个人在聆听的同时 仔细地做分辨. 如果我们的想法对你没有立即的帮助，请毫不犹豫地忽视它. 我们不想成为你前方的绊脚石. 我们感激你考量这个请求，允许我们自由讲话无须担心可能冒犯你的自由意志. 我们断然不是什么权威人物，毋宁是同你们一起旅行的同伴，而这趟旅程永远地继续下去.

今天 你们询问关于对自己所属的社会和文化的感觉，以及对统治这块土地的政府的感觉. 你表达出深刻的担忧、绝望、无望的感觉. 你表达一种感觉: 自己不能帮助现况的改善. 于是你询问有什么灵性原则可以处理这些想法，找出方法以转变你的思想的内在风景.

我的姊妹，我们感谢你提出这个询问. 我们的回应必须有些间接 因为我们无法正

面回应你的询问. 我们在无条件爱的振动上来到这里，一般而言 我们的通讯并没有包括详细的世俗资讯，至少 不像一个内在次元的实体讲得那么详细. 干涉地球人的统治方式或事务并非我们的位置.

如果你要找的资讯是如何以世故的手段去影响政府、政治、经济、社会，我们强烈建议你询问其他的来源. 我们是一种经过仔细调频的通讯，聚焦在灵性原则上头.

我们透过这个器皿说话的能力是奠基于她能够维持特定的调频; 如果她从这个调频范围中滑落，我们就无法继续提供她资讯; 无论如何，她能够继续接受一个负面实体提供的资讯，而该实体能够模仿 Q'uo 群体的振动.

我们说这些是为了让你理解为何我们不卷起袖子，拿起铲子来清理行星地球.

的确，我的姐妹，我们并未看见那样的景象. 现在 让我们花点时间讲述我们看到的地球景象.

首先，你担忧人类引爆原子弹 造成核子浩劫，夺去地球的大气层; 或者没那么骇人地可怕，核子辐射尘笼罩整个天空，使得地表上所有的生命逐渐灭绝.

地球上有许多人能够使用这类的炸弹和大规模毁灭武器; 还有更多人在觉得需要的时候 有能力获取这些武器. 因此，我的姊妹，你的担忧是合理的，那么 你应该做些什么呢?

最近这个器皿阅读到一篇文章描述一种叫做和波罗波罗(hooponopono [1])的夏威

夷疗法. 在这个疗法中，医者从未碰触病人，甚至也没见过病人. 他只是被告知这个病人的情况. 这个疗法被用来治疗心里疾病、情绪困扰、犯罪心理等. 医者先接收所有关于病人的资讯，接着观看自己的内在以发现同样的状况. 当他已经发现该状况时，他着手治疗自己内在的状况. 当他治愈自己之后，经常发生的情况是该囚犯或心理病患就不再需要药物治疗 或 去除了犯罪的倾向.

在这个疗法背后的灵性原则是十分基本的合一原则. 一切事物皆为一. 我们看见你们所有人[个别地与集体地]要比世俗环境的任何细节都庞大许多; 然而，你们却看待自己是大环境中最小的部分，你觉得大环境从四面八方席卷你，使你微不足道、无助无望、充满绝望的心情.

我们鼓励每个想要在地球上缔造不同的人凝视全球的异常状态，然后将这个凝视内化，在你的里内找到这个异常. 对于大多数人类 要做这件事并不难. 在我们讲话之前，J 和 T 实体曾讨论一个人是多么容易从一种无条件爱的态度转变为恼怒和敌意的态度，只因为一个不满现况或粗暴无礼的人闯入自己的和平天地.

这个世界有怎样的机能障碍导致自我毁灭和完全不理性的决定 以致于发射原子弹? 这个扭曲除了相信人与人之间是分离的 还有别的吗? 我的姊妹，当你看见这个世界的机能障碍 你是否经常能够去治疗自己和他人之间的分离感?

我们请求你了解我们说的因果关系水平远超越世间的因果关系. 我们并不是说 如果你今天治愈你的分离感，整个世界明天就会改变. 我们要说的是 当人类种族开始一个接着一个接着一个选择去服务爱与光，避免恐惧升起，这种态度将会扩散. 当越多人从内在做这类的工作，内在次元的环境将更快地转换，于是在你后面的人决定跟上时 他们可以越来越容易地执行意识内的工作.

实体们凝视世界局面会感到无助、无望、绝望，这是可以理解的.当然，我们也看见孩子们残破的身体，以及无辜被杀害的人群，这些杀戮者看不见他们与其他弟兄都是一体的. 我们无意轻视或蔑视这个世界的苦难.

但在同时间，我们确实看见有一个观点包含比肉眼所见更大的样式.

第四密度(地球)的诞生过程很健康，进行顺利. 许多团体的努力，包括我们现在讲话的对象，他们都述说着爱与光，消息已经传开了，流传的范围大于你了解的程度; 到达草根阶层的水平; 到达本土居民的水平; 接着到达文明世界，开始有一群人笨手笨脚地尝试去碰触那实质重要的东西.

我们看见这个世界正对爱觉醒，我们看见这个世界开始确认自己具有的飢渴，于是它开始回应，爱处在爱当中获得反射. 草根阶层当中具有伟大的希望，活跃在政治和帝国的雷达(侦测范围)底下.

我们不能告诉你不要担忧政治、社会、经济、文化的议题. 依照你的判断和自由意志，我们鼓励你和所有实体依循自己的心去定义那些你想要和社会分享的东西，促使它变得更好. 如果你有这个意愿，就去做这么美好的工作. 而我们来到这里想对你说的关乎某个远为简单，又远为宏伟的东西.

我们来此告诉你一个关于爱的故事: 爱无条件、爱无限制、创造和毁灭之爱. 它是一个单纯的概念: 太一起初思维创造整个宇宙为了更多地知晓祂自己.

在造物主渴望收集关于祂自己更多的经验和资讯的脉络中，你将看见不管你做什

么 造物主都十分快乐地与你同在; 特别当你试图去更深入地认识自己的时候 祂格外地欢喜.

如果第三密度的终结是因为人类大肆污染空气和水源以致于再也找不到一种活下去的方式，这个结局将不会过度困扰造物主，因为造物主正在收集地球人类的全面经验.

确实，如果你们竟然要摧毁地球，如同人们曾在太阳系的其他地方做过的事，好比火星的毁灭，造物主仍然觉得祂从你们这里接收到好资讯. 所以，基本上 对于造物主而言 只要你纯正地行动和获取经验，不管你做什么都没错.

现在，对于你自己的意识和良心，你负有更多的责任. 因为你带着一个计画来投胎，有一部分的你每天每日都在希望 当你经历这一生的同时 你始终遵循自己的任务、计画、和目标.

当你遭逢诱惑去感觉无助、无望、绝望，我们鼓励你记住: 你无须去取悦造物主，也无需去取悦这个世界. 就灵性工作的观点，你唯一取悦的对象是你自己.

当你注视自己的声明: 我感到无助、无望、绝望. 你认为你的最高和最佳的自我会如何回应这种抱怨?

你看，我的姊妹，答案早已躺卧在你里内.
你并非无助的，你是一个属于无限力量的人.

你并非无望的，除非你选择这样的姿态，并且如同一座雕像般站着，忽略各种生

命的律动.

你很可能是绝望的，因为你已允许自己认同这个幻象为生命中最真实的部分. 事实上，就灵性进化的观点，发生在你的心智外面的事物都是磨坊的谷物. 灵性寻求蕴含的金矿并不在客观环境当中，而是在于你选择如何去回应它.

总是有理由感到绝望，总是有理由心生胆怯. 忠实的反对派[套用该器皿的称呼]乐于看见人们放弃希望和信心的机能，这些令人没道理地乐观的机能.

另一方面，我们鼓励你选择站起来，知晓你是谁，将双脚栽种在个人生活和经验的土壤中，接着展开双臂赞美和感谢一切万物的造物主，你即是一个具备伟大力量的人.

如果你如此选择，采用并拥抱信心，没有任何苦难能够摧毁你，因为你选择真理，其他一切都是幻象.

如果你选择希望，它的翅膀将载你飞到任何必须前往的地方.

对每个人而言，士气和态度都是一种选择. 没有一种限制可以阻止一个人去梳洗和安顿自己的心与意在平安、喜悦、感恩的路线上，只要她有这种内在的渴望. 那么，我的姊妹，当每个人都这样做，世界将会改变.

此时 是否有另一个询问?

M: 在这个时期 我们看见政府内有许多谎言和腐败. 什么样的灵性原则可以帮助

我们在面对猖獗的腐败状况中持守和平的愿景?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 你们人群中有句谚语: “权力容易腐化，绝对的权力绝对会腐化”. 这往往是个真实的陈述.

你们有两种方式看见力量，一种来自外在，另一种来自内在. 从外而来的力量属于政府与权威，你们世界惯常的嫌疑犯. 权威人物有许多方式去迫害人群，你们已看过许多这类的迫害. 你们在帝国的恶臭前恐惧退缩; 这是可理解的，你们看见这股力量是如此巨大，时时笼罩着你. 这是一般大众认为的实相.

我们见证另一种力量，它不是改变政府或推翻军队的力量，它不是武器或狡诈或计谋的力量. 这股力量从内升起，它首先源自于知晓你自己; 接着，清空你的一些内含物，直到你能够追随当下此刻变换的气流与漩涡为止.

我们鼓励你们看待自己如同一座灯塔. 灯塔点亮它的照射灯并保持各扇窗户透明洁净，灯塔无尽地旋转放射光芒，于是那些从外海返回的船只得以看见岩石，避开它们，接着航入安全的港口. 一座灵性灯塔有它自己独特的光辉，当你觉察到自己存有的力量，如果你愿意，你可以有意识地成为这种灯塔，放射爱与光进入你周遭的灵性空间.

所有你可能说的话语之力道都比不上这个焦点的千分之一，该焦点就是将你的本质对焦在无条件的爱上头. 让你对恐惧的答案是: 坦率、晴朗、消遥、高兴，自信地感觉爱. 在你自己里内发展这样的环境: 轻松自在、寻找欢笑、寻找乐趣. 虽然这个世界可能依旧继续摇摆，没有更好，也没有更糟，不要被它欺骗. 你在圣心和圣思中所做的事影响这个世界.

我的姊妹，请知晓有百万千万人都在问同样的问题，获致相同的结论 接着拿起自己天赋的灵性力量.

此时 是否有另一个询问？我们是 Q'uo 群体.

M: 我担忧地球上许多人没有良好的资讯，他们的无知可能危害整个星球. Ra 曾对那些尚未觉醒的第三密度存有说: “对于那些想要沉睡的人，我们只能提供那些帮助睡眠的舒适东西.” 万一地球的沉睡者创造某些状况 使得人类无法反制服务自我的领导阶层的控制手段，导致全面的核子战争，该怎么办?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 在这方面 我们没有一个简易的答案可以给你; 但我们可以担保只要一个人拥有电脑和电力，他随手可得全球各式各样的资讯，你们网际网路上的资讯量是非常庞大的.

寻求的实体可以获得资讯，地球并未受到那些不寻求的实体的威胁. 在这个时候，你双眼所见的模式已在人类历史中重复好几次了; 它们是帝国的模式: 收集资源、征服人群，接着命运之轮转动，原先的征服者变成被征服者，达成另一场世界权力平衡. 这个轮子曾经转动，它将再次转动. 我的姊妹，我们认为知识不是问题，确实，在这个幻象中只有一个问题. 很难以言语传达一个人释放忧虑和担心是多么有帮助; 这些(情绪)能量使人疲惫不堪，它们剥夺你天然的乐观和信任. 看起来 我们似乎在建议你转身背对各种事实，只居住在象牙塔中.

我们无意这么建议，毋宁说 我们建议你锺爱这个世界 接受它本然的样子.

一旦你选择这个根本的态度—不管怎样都去爱这个世界— 那么 你尽管去探究政治、经济、文化、社会生态、神话构成等结构，这过程不会使你失衡. 尽你所能的去学习.

只要你愿意，尽管去吸收、考量、仔细考量这些资讯; 只要你能够持续去爱这个你越来越理解的世界. 理解是个正面的东西，当你收集资讯的结果是发现更多令自己忧虑的事物，那么 你已经开始把这个世界看得太严重了.

此时 是否有另一个询问?

M: 我想要警醒人群注意他们尚未拥有的资讯，但我关切他们的自由意志. 当一个人渴望分享资讯 希望打开其他人的双眼去看见这场星球游戏的真相，需要注意怎样的灵性原则?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 在尝试沟通理念的过程中，我们引用该器皿的说法，即强尼种苹果原则*. 所有你感觉对他人有益或有用的思维都仅仅存留在你的脑海中，正如其他人可能告诉你各式各样的事情 你却不觉得有趣或有意义.
(*Johnny Appleseed principle 说明:
http://blog.roodo.com/oooioootw/archives/2424110.html)

所以你可能讲话讲到脸色发青 却没有帮助到任何一个人.

灵性资讯对于前后脉络和环境是敏感的，你无法单纯地扼住世人的喉咙，接着说: “一定要倾听我，我有资讯可以帮助你.” 那些强迫他人接收资讯的实体虽然感觉自

己在帮助别人，事实上，却是在服务自我；因为他们教导自己相信是好的东西 却不顾对方是怎么想的.

强尼种苹果原则关乎四处播种，好比这个器皿跟相关的 L/L 研究团队，他们维持了一个网站(llresearch.org)容纳成千上万份通灵和演讲纪录，时间横跨数十年，全都在那儿，等待有灵性脉冲的人去发掘. 还有许多、许多美妙和启发人心的资讯散布在各处，等待人们去发现，真的不缺好资讯.

我们请求你放下担忧，将你助人的渴望内化，好让你看见— 你在人间真实活出的这辈子成为生命的徽章和标志.

意识并非你所独有的，你与一切万有共享最内在的自我身分. 我的姊妹，走出幽暗的恐惧走廊和小房间，进入风、水、火、地的旷野.

走出局部 迈向无限.
走出细节的世界 迈向四大元素、四大力量、四大方位的世界.

来到生命的伟大十字：垂直伸向无限；在此生中，水平伸向爱与被爱.
要知道 在各种小事中 你将创造一个新天新地.

愿你怀着荣幸和荣耀去做每一件小事!
愿你闪耀如同灯塔[那是你的本质] !

此时 是否有另一个询问?

Jim: 我这边没有.

如果没有进一步的询问，我们将在太一无限造物者的爱与光中 离开这个群体和器皿.

Adonai. Adonai.

原注

[1]推荐两个学习 hooponopono 疗法不错的网站:

http://www.hooponopono.org (已关闭)和

http://tribes.tribe.net/hooponopono

译注:推荐一首很棒的 hooponopono 歌曲!

http://www.youtube.com/watch?v=ac5SGwRPv0o

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1006 章集：爱与光早期资料#8

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1974 年 2 月 3 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很荣幸再次与你们同在.

我们服务无限造物者的星球联邦总是愿意提供你想知道的主题资讯和指引; 很荣幸将我们的观点给予你们，同时希望这些观点有益于你对内在真理的理解.
不管你们问什么问题，都可以靠自己直接地去找到答案，因为答案就在你的里面.
无论如何，我们了解你们星球上的状态有些时候使得人们难以轻易地去理解真理.

为此 我们致力于使用器皿[好比现在讲话的这位]来协助指引你们 好让你们在使用我们呈现的资讯之后 在你自己的意识内找到相似的真理，因为这些真理具有很大的价值. 我们只希望去导引你们忆起原本就在你里面的东西.

如果一个人欣赏造物的任何部分，那么他也欣赏自我，因为它们是同一件事物.
在你们的灵性寻求过程中 消弭小我的概念是重要的，只需要去欣赏造物主和祂的作品，宇宙造物. 若一个人欣赏造物的任何部分 他也必然欣赏所有部份，因为它们是不可分的.

透过每日冥想的过程，你们可以获致对合一状态的理解.

我们服务无限造物者的星球联邦伸出双手服务这个星球的人群，我们不需要欣赏自己的服务，我们只需要去服务. 造物主会欣赏这项服务，因为 朋友们，造物主是一切万有，不可能将祂与宇宙造物分离，同样地 不可能将你和与宇宙造物分离.

那么 欣赏这个完整的合一，欣赏你和造物主与宇宙造物的合一状态，如果你做到这点 其他目标都只有一点点的价值. 因为这是造物主意愿宇宙所有各部分做的事: 以这种方式去服务. 祂并未明确规定服务项目，也没有强求. 祂单纯地提供机会.

你并不必须去寻求服务的机会；当机会来临之际，只需要尽你所能去服务．透过每日冥想 你可以提升目前的觉知状态，更有效率地去服务．如果你们执行这些简单的任务 就是在实践造物主对我们的要求．

我希望我今晚有所服务．我是 Hatonn．我在无限造物者的爱与光中离开你们．我是 Hatonn．
Adonai Vasu．

[停顿]
(无名者传讯)
我是 Hatonn．我再次与这个器皿同在，我在无限造物者的爱与光中向你们致意．很荣幸与你们同在．需要服务的时候 请毫不犹豫地呼叫我和我的弟兄们，因为这就是我们来到这里的原因．我们在此服务你们，这是我们唯一的目标．

在你们星球的田野间生长着许多可食用的作物，造物主给予你们这些东西好让你们维持目前的肉体生命．这项安排蕴含着许多智慧．

为了以肉体形式生存 你们必须进食以维持身体；无论如何 你拥有选择食物的权利．一个人依照他的渴望选取各种食物．

造物主供应渴望的实践，祂的计画是每一个人都应该拥有他确实渴望的东西．
我们曾说你们必须冥想以获得理解，这份理解包括对渴望的理解．

我希望我有所服务．我只能说透过每日冥想 你们有可能充分理解渴望．我在此时

离开这个器皿. 我是 Hatonn.

Adonai Vasu.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想

1974 年 2 月 4 日

小组问题: 为什么动物要互相杀戮? 为什么地震一定要杀害人群?

(无名者传讯)

没有死亡, 只有经验. 每个实体经验他渴望的东西. 支配的概念是不清楚的, 然而 觉察的概念是清楚的.

说到地球 你们在上头享受生活的这颗星球, 人类经验较高程度的觉察, 从这个角度看 他们管辖其他的生命形式. 然而 所有的生命形式都是一个形式: 造物主. 所有生命都在表达祂的爱.

如果支配的概念是用来分别一个人的等级或特权, 这绝不是我们造物主的起初思维的一部分. 造物主允许祂的孩子们进行各种实验, 获得各种经验. 无论如何, 只有一个真理, 那就是合一与爱的真理.

你们谈到振动的概念 在你的脑海中 你想到各式各样的等级. 我们并不这样思考. 这些只是一个实体选择的不同经验, 都在相同的无限造物中产生; 实体们在其中经验无限数量的经验, 不同却是相同, 分等却又无分等. 因遥远的距离分隔, 却全部都在相同的地方. 以许多思维和渴望表达, 但其实只有一个: 造物主的思维

和渴望.

[录音带结束]

***

Copyright © 2004 L/L Research

周六冥想

1974 年 2 月 9 日

(无名者传讯)

朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚 很荣幸同你们团体讲话. 和这个星球的人群说话总是一个很大的荣幸.

我们服务无限造物者的星球联邦在这里只有一个目的: 那就是和你们地球人通讯. 这份通讯有许多形式，然而 最重要的一种就是你们在每日冥想中接收的通讯.

我们能够使用传讯管道[好比现在讲话的这位]来沟通一些概念 提供给你的头脑评估. 无论如何，这些概念总是有限的. 不过 我们发现对于许多尚未开始每日冥想的人们 这些概念是有帮助的.

我们将持续开发新的通讯管道，我们希望可以将讯息传达给越来越多的地球人. 此时 我将尝试使用 R 管道.

(R 传讯)

我的朋友，如我刚才所说 最重要的接触在冥想的时期产生，它的特性有较多部分属于灵性，而非智力.

我们的目的是提供资讯 刺激你们人群去寻求真理. 我们曾说过许多次: 每日冥想、恒常的自我分析、爱; 这三项是打开真理大门的钥匙.

经文上写着: ”寻求, 尔将找到.” 确实是如此.
我将尝试使用 M 器皿.
[停顿]
(Don 传讯)
我与这个器皿同在. 我感到抱歉 但 M 器皿期待太多的控制. 请他不用害怕, 如果他犯了错 我将使用这个器皿来更正. 我将返回 M 实体 继续使用他.

(M 传讯)
我现在与这个器皿同在. 我是 Hatonn, 朋友们, 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我请求你们的耐心和宽容, 因为我们正尝试开发新的管道, 这个过程需要时间和耐心, 我的朋友. 我是 Hatonn.

(R 传讯)
我再次与这个器皿同在. 如我刚才说的, 寻求真理, 你必然会找到它. 请求, 它肯定会让你得着. 这是宇宙的法则, 因为你的渴望迸发因与果.

(Don 传讯)
我与这个器皿同在. 我是 Hatonn. 朋友们, 你的渴望是你存在的钥匙. 你的渴望极端地重要, 因为造物主的计画是: 祂遍及全宇宙的孩子都精确地得到他们渴望的东西. 这是宇宙运作的方式.

你们星球的人群并不理解这点，虽然在我们看来 很明显的，这是你们遭遇的所有状况的起因，这些状况有的令你快乐，有的令你唾弃. 然而 所有这些状况都是渴望的结果.

朋友们，这就是为什么冥想在此时如此重要. 因为地球人并不理解他的渴望，因此他也不理解造物主的礼物.

无论如何 许多地球人渴望他们其实不想要的东西，虽然他们不了解这点. 透过冥想的过程，人们可以非常简单地了解这点，接着认识自己和真实的目标. 朋友们，对于宇宙中的所有生命 该目标都是相同的. 这个目标就是造物主，返回造物主，返回真实的宇宙.

造物主的许多孩子已经游荡远离真理，他们忘记自己起初受造的状态. 由于他们可往经验其他事物，他们漫游远离这个状态. 这些经验又引导他们升起其他渴望，接着带领他们更加远离起初的真理.

今晚 在座的每一位都渴望去寻求真理，你们正在寻求. 但在你们的人类同胞当中许多人甚至不觉察寻求的可能性或寻求的果实. 他们持续活在一种错误的渴望状态，妨碍了他们真实存有原本可以达到的水平.

我们必须让越来越多的地球人接收我们的想法，关于宇宙万物真实运作的原则. 这个星球的人群必须理解渴望的原则.

我们有好一段时间对于你们地表上显现的混乱状况感到困惑. 我们花了一些时间去理解你们人群当中的全面无知状态. 这样的状况在这个宇宙造物中并不常见，

因为天父给予祂每个小孩一份内在理解.

然而 由于许多地球人从未寻求这份内在理解，他们在清醒状态期间玩着头脑游戏创造出许多渴望，然而这些渴望跟真理毫无关联. 只有在他们的睡眠期间才接触到真理.

如果地球人群从未与他们内心最深处的思想接触，他们老早就停止存在了，因为一个存有不可能长期在缺乏造物主真理的状况中生存. 为了这个原因 你们发现睡眠的必要性. 我的朋友，睡眠不是一个正常的状况，那是你们人群出于需要而做的事.

遗憾地，如果一个人想要完全揭露造物的真理，睡眠的状态不能完全满足必要条件. 因此 他们必须透过每日冥想返回这个真理.

朋友们 这就是为什么我们不能直接降落在地球上 对你们直接讲话，因为这样做没有好处. 我们必须提供一片火花，一点线索，启动人群的寻求，这个寻求的果就是找到你内在的真理.

遗憾地，在我们接触的人群中，只有一个小百分比(的人群)发起这个寻求; 而更小的百分比持续地寻求一段足够的时间. 我们总是愿意协助你的寻求，但 朋友们，如果你不去寻求，我们什么也不能做.

这段讯息对于这个团体意义不大，因为这个团体正在寻求，毋宁是献给那些稍后将阅读该讯息的实体们.

寻求，我的朋友，寻求. 这个字汇可以打开大门通往所有时空中存在的一切事物. 寻求，寻求.

你们将找到什么？你们将找到爱，因为一切万有里头只有爱，爱即是一切万有.

我是 Hatonn. 在这个傍晚 很荣幸与你们同在.
Adonai vasu borragus.

发问者: 我有一个问题 [发问者在静默中问该问题]

(无名者传讯)
我是 Hatonn. 我再次与这个器皿同在. 很荣幸提供服务，因为这是我们的目标，也是我们的渴望: 服务. 朋友们，这是造物的原则，在服务你的过程中 我们服务了自己. 因为在宇宙中 不可能服务任何东西而不服务你自己. 我的朋友，宇宙造物是一个东西. 你们都是这一个东西的部分. 不可能将你自己与它分离，因为你就是它.

你们星球的人群活在一个幻象当中，这个幻象包括分离可能性的概念; 个体的概念. 我们使用你们的语言有困难，因为它是从错误的概念演化而来. 有时候必须使用如"个人"的辞汇，无论如何，这个词汇应该就是 "造物者".

当你注视你的人类同胞，看见他真正的本质: 造物者.

因为在宇宙造物之中 没有一个部分比其他部分更大或更小. 每个部分都属于宇宙造物，每个部分的地位都相等.

我觉察你们星球上有许多人不理解这个概念. 他们感觉疼痛，如果疼痛发生在他个人的存有里面，但他感觉不到其他存有的疼痛.

服务无限造物者的星球联邦就不是如此，我们感觉你们的痛苦，这将我们带到你们这里: 服务你们. 因为在这么做的同时 我们服务了自己，你们和我们都是一.

遍及整个宇宙都感觉到你们的痛苦，为了这个原因 有许多、许多实体来到这里服务你们. 我们尽最佳努力去服务你们: 消弭这个痛苦.

我们给予你们必要的资讯好消弭这个痛苦，你们可以在一眨眼之间完成这件事. 这个痛苦是地球人群渴望的结果. 遗憾地，这些渴望不只影响产生渴望的这些人，还影响其他住在地表上的人群. 它就是你们所谓的一种传染病. 一个活在地表上的人需要一种极度的理解才不用经验这种传染病.

我的朋友，这是可以办到的. 你们只要在每一个思维和举止中知晓并展现造物者的真理. 然后 你将可以从地球上的兄弟姊妹的渴望效应中解脱.

我希望我有所协助. 我是 Hatonn.
Adonai vasu.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1007 章集：偏见

Copyright © 2006 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

2006 年十二月 10 日

小组问题: 今天的问题与歧视有关. 不同人种族群之间的偏见的根本原因是什么? 是否跟以下因素有关: 种族、教条、肤色、国籍、宗教、居住地? 不管是什么原因，世界各地都有人群歧视其他不同的人群.

Q'uo 可否给我们一些想法，探讨主流群体歧视他人 甚至剥夺他人权利的根本原因? 我们每个人能够做点什么?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中 我们今天来到你们这里. 感谢你们呼叫我们加入这个寻求圈，这是我们莫大的荣幸和欢喜. 我们至为快乐地分享我们的谦卑想法，关于偏见和它的根源，以及人们发现这样的情况时 可以做些什么.

一如往常，我们请求每一个人在聆听的同时，一丝不苟地使用你的辨别力. 只有你自己知道哪些思维对你有帮助.

如果我们的想法对你没有帮助，请将它们丢到一旁，继续向前.

如果我们的想法使你产生共鸣，欢迎使用它们.

我们感激你考量这个请求，允许我们清楚地讲话无须担心冒犯你的自由意志.
我的朋友 在与你们谈论偏见和它的根源的过程，我们将谈论两个主要的思想水平，一个是爱与恐惧之间的动力关系，另一个是合一意识和形体意识之间的动力关系. 无论如何，在我们进入那些思想之前 我们想谈论一点关于你们地球世界的困境 以及它们是如何产生的.

当这个宇宙比较年轻的时候，各个世界在比较靠近中心太阳[该器皿的称谓]的区域渐渐成熟，每个行星的人口由同一个种族组成. 经过许多行星的许多次毕业典礼，总有一些实体没能在毕业时节顺利进入爱的密度，而这些实体需要前往另一个第三密度环境重新做好选择的功课. 这个选择是在两条路之间择一而行，右边是怀着慈悲看待所有事物和存有皆为太一造物者的部分; 左边是看待所有实体都是能够服务你的存有.

这是个简单的选择，不需要什么了不起的才智去判断什么时候你是亲切的、包容广阔、慈悲的; 什么时候你是不亲切的、排他性、不慈悲的.

纵然这个选择很简单，你们许多人却发现不容易穿透这个选择，难以稳定地追随服务他人或服务自我的途径.

因此，随着宇宙日益成熟，意识散布到无限宇宙[你们看见的繁星夜空]之间，一个接着一个星球发现有一部分的族人无法在收割时节毕业.

起初，答案是简单的，将尚未毕业的族人移动到相同星球上的另一段收割时间.

然而 每个星球有着它的周期性，每个星球都不一样. 但每个星球可用的第三密度有个上限. 好比说每个星球有特定数量的 30 瓦灯泡，当这些灯泡用完了，就必须采用 40 瓦灯泡. 更强烈的灯泡代表光的改变，更强烈的光将无法支持第三密度生命.

结果是，宇宙开始迁移某个行星的人口到另一个提供二次机会的行星，他们与当地的原生人口混合在一起，这两个族群一起寻求和学习如何做出服务他人或服务自我的选择.

这是你们星球上的状况. 你们的原生人口非常非常地少. 几乎地球上所有人都是为了再次尝试第三密度学校而前来这个给予二次机会的行星.

每个太阳或子理则都已选择(各个)行星人口的根本意识将如何表达自己. 我们这里不是说显意识的水平，而是叙述原型心智的水平. 故每个行星种族都有种独特的风味和质量，来自原型和神话的层面. 当他们来到行星地球，各个种族也将他们独特的原型心智或意识的根源带来地球.

当你注视地球上的不同人种，某些看起来相似的人叫做高加索人(Caucasian)，某些人的外表有共同的特征 他们叫做西班牙裔(Hispanic)，另外一些人长相颇相近，他们叫做美洲原住民，以此类推. 他们不只在外表上看起来不同，事实上，在意识的根源 他们是不同的. 他们可能从未在显意识上表达出来，除了透过艺术、音乐、工艺[可以逃脱语言和分析头脑的綑绑]表现.

于是，在这个时候 地球上有许多的种族都拥有第二次的机会，选择服务众生的爱或另一种爱—转变为恐惧以服务自我.

我们提供以上想法做为一首序曲，我们不想简单地说一切为一，当然这是很真实的；我们也想要庆祝你们在神话、文化、原型方面的差异，每个种族贡献自己独特的观点 加入这一大锅和谐与合一之汤，经过文火慢炖 渐渐地调和所有的地球种族成为一体 同时维持每个种族的优异特性.

现在 让我们注视爱与恐惧之间的动力关系. 许多实体的心思中有种表面倾向，习惯称呼某个东西是对的 另一个东西是错的. 这个倾向从哪里升起？它源自于一个人的恐惧，他跟自己无法和平相处，缺乏一个稳固的自我感. 他感觉恐惧因为看见自己和他人的许多不同，而非在爱中看见所有事物皆为一.

这股恐惧是自然的，无须去谴责它. 首先 当你是婴儿的时候，你的世界就与恐惧密切相关. 你从子宫的合一与平安中硬是被推挤出来 进入冷冽的空气 而你尚未学习怎么呼吸. 你真是吓坏了，很确定自己就快死了. 你的首先经验很可能是惊恐. 这是一次人生的困难开始，但这是人生本质的一部分.

自然而然地，在大多数情况下，父母亲赶紧拥抱并轻晃婴儿，使宝宝安心. 但恐惧每个小时在每扇门外等待着，因为婴儿无法照顾自己，当宝宝飢饿的时候 他必须仰赖他人的亲切. 当宝宝尿湿的时候 必须仰赖他人给他换尿布. 当婴儿罹患急性腹痛或长新牙之际，他不知道为什么自己处在疼痛中，只知道自己无法逃离这个受苦的感觉.

渐渐地，喔 如此逐渐地，一个人离开婴儿期 进入幼年期，恐惧稍微退后一些. 小孩已经学会说话，他可以问为什么，在某种程度上可以说话来捍卫自己. 但恐惧的模式依然深沉 它并不邪恶，它是自然的. 一个人在第三密度经历的一生中，

恐惧就在转角边，在门外，在床底下，在厨柜里头：妖魔鬼怪无所不在.

然而 这股恐惧的真实位置位于出生的经验和感到无助的经验.
什么时候一个孩子曾觉得自己所有的需求都获得满足?
什么时候成长中的青少年能够量测自己行旅的深度?
我的朋友，当你抵达成年期之际已遭受许多经验的击打.

的确，许多实体用文明的细薄虚饰[聪明的言语、适当的行为、正确的穿着]来遮盖自己的痛楚.

但在每个实体的深层心智中蕴含许多个进入恐惧的门户，而恐惧有许多朋友. 恐惧能够制造愤怒；它能够制造无价值感；它能够制造罪恶感，还有许多艰难和暗黑的情绪.

当我们在太一造物者的爱与光中向你致意，我们致意的对象是你的核心. 我们穿透你们人格的躯壳 看见你的灵魂. 你们是美丽的，你们的美超越任何的言语.
你们在信心的空气中盛开，你们的根部接受希望之雨的喂养. 你们强健地屹立着因为你们存在，你们的本质无法被否认. 但这些质量必须穿越人格和偏见和恐惧的表面扰动才得以显现.

我们可以说你们是由爱制成的受造物，但在许多情况中 你的经验并非如此. 在许多情况中 你并未经验自己如同一朵完美的花，而是觉得自己只是一根杂草.

在这个环境中 实体们生活在自己的苦难和恐惧中，于是瞄准并经验第三密度的挑战和课程. 当你移动穿越一次又一次的烈火般考验，在某个时点 你开始有一种

纯正的明白，清楚自己真正的身分，于是说出这句话不再显得如此陌生和怪异:
“我是爱的小孩，我是光之存有. 我是具有无限力量的生命，因为我是太一无限造物者的部分.”

这是怎样的旅程啊，从生命的最初直到你首次醒悟意识的合一特性.
当你最初感觉和另一个人合一，是何等的喜悦!

这是何等的成就啊，朋友，当你能够从和某个人合一的感觉移动到与某个群体合一，最终 与所有人群[组成这个五花八门的人类大家族]合一.

在每一个角落 都将有个呼唤，令你恐惧正在发生的事. 为什么呢? 因为人类的心性有种惰性的倾向，相较之下 地球能量自身则有种无法平息的进化倾向.

人们倾向对抗改变，不过改变却是人生经验的精华. 人的身体持续地改变，细胞不断地脱落 以致于七年以后 人体中没有一个细胞是七年前的细胞. 人体的外观也持续在改变，从婴儿期到幼儿期到青少年期，接着前往成年期 中年期，然后是老年[许多人甚至不想给它贴个标签 为了不去承认这件事].

到头来，每个实体从子宫诞生以后 经过盛开期 随后进入坟墓，每个阶段都在蜕变; 改变是无可避免的，然而人们似乎害怕改变. 如果一个人把自我视同肉体，那么确实有充分的理由去恐惧，因为肉体的死亡是无可避免的. 于是，当一个人面临改变 他很容易做出恐惧导向的选择.

当一个人被放到新的环境，遇见不同种类的人，他发现自己的世界开始改变.
如果这个人早已做出服务他人的选择 那么他倾向看待其他人为一个服务的机会.

良好正面极化的实体看待所有其他人为服务的机会或对象.

负面极化的实体也不会有偏见，因为他看待所有人一样有用 都可以服侍自我. 对于那些尚未做出极性选择的实体，偏见似乎是个不错的选择. 如果"他们"是正确的、可接受的，那么 他们生存的方式就是事物应该存在的方式. 当其他人进入"他们"的环境 表达不同的方式，这些充满恐惧的实体将认为其他人必须服从自己的思考方式.

现在 让我们注视偏见实体两只脚的另外一只: 那就是形体(form)和无定形(formlessness)的动力关系 或者说，差异性和合一的动力关系.

完全可以理解的是 实体们在全时间、任何地方都会受到形体外表的引诱和左右. 你们的五官有意识觉察形体，你看见形体，听到形体，碰触、嗅闻、品尝形体. 在地表上 没有一个东西会告诉你在这个世界上有任何形体以外的存在.

此时 回想一下每个人拥有的科学知识是很有帮助的，你们认为的每一种形体几乎完全由空间构成. 你身为一个实体，是各种能量场将细胞结合在一起，每一个细胞几乎全部是空间.

你现在坐的椅子大部分是空间，但它的能量场保持它的结合性 所以你不会穿越椅子 跌落在地板上. 于是这个幻象维持它的完整无缺.

然而 你的本质跟形体没有任何关系，你的灵魂如何思考也跟形体没有关系. 再次地，从表面上看 这个真理是很不明显的. 难怪你们从这一生的开始就被形体哄骗: 我漂亮吗? 我富有吗? 我聪明吗? 我强壮吗? 我是否有权势?

这些问题都是在这个幻象的水平上询问，只要问题停留在形体的水平上，没有智慧会从问答过程中产生.

在形体中 总有相对性. 如果你是聪明的 某人比你更聪明; 如果你是富有的 某人比你更富有; 依此类推. 为了要穿透表层到达真实的第三密度课程，你们必须穿越形体进入意识中.

意识的家位于我们先前提过的所有空间，意识贯穿人类身体的每一个细胞，它穿透地球和天界，全都是同一个东西. 你们是无限造物者的一片火花，一个聚焦的火花，一个观察点. 你们是无限造物者的爱与光之见证者. 你们来此为了做见证，去经验一切，同时收集这些经验为了制作此生的花束，然后将这花束献给无限造物者.

当我们看见你，我们不看形体 我们看的是幻象的不同水平 我们称为振动. 我们看见你们的振动显像如同片片花瓣 展露无限的美. 每一个怪癖、每一个失衡都把你以这种或那种方式上色; 我们不认为那些是错误或过失 而看作是你个人独特的美. 对我们而言 你们不会犯错，对造物主而言 你们不会犯错，你们都在持续地收集信息提供给造物主.

在这个外部世界中，你们可以做什么来缓解偏见的势力?

信息的影响作用是巨大的. 当碰到某个不一样的事物，脱离偏见的方法就是收集信息 接着开始理解这些差异.

当一个人面临恐惧，他有许多、许多经验恐惧的方式. 好比说男人和女人之间的动力关系经常是恐惧的时机 人们以各式各样残酷的方式演出自己的恐惧.

当一个人持续地受到恐惧和形体的引诱，偏见就不断在他的里内工作着.

然而 当你选择活在信心中，保持一切都好的态度; 现在待的地方就是自己应该存在之处，然后你可以放下任何恐惧，于是你的心与意拥有自由的空间 可以去体谅思虑你周遭人的需要.

朋友们，你的礼物是什么? 你如何成为他人的灯塔? 关键首先在于知晓你是谁，同时增强对自身力量的信赖; 然后转向无限造物者，双膝跪下 真诚地说: “无限造物者，今天我如何服务更大的良善? 请为我展现 祢的道路，教导我 祢的方式.” 在说完这句祷辞之后 张开你的双眼 看啊! 一个崭新的世界现前，闪耀着各种服务、包容、拥抱的机会.

容我们问，此时是否有一个后续问题或其他的询问?

R: 我有一个问题，Q'uo. 你刚才描述不同的种族来到地球再次学习第三密度的功课，你说这些族群从原先的星球中带来各自的原型系统; 这情况如何跟地球自己的原型系统搭配? 你可否讲述该问题? 我在厘清这个问题上有些困难.

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的兄弟. 当只有一个原型系统就位的时候它是深邃心智中的一个水道系统，水流平静且安详，即使最暗黑的情绪流过水道也是单纯的.

当实体从另一个行星进入地球的原型能量，他承载另一个太阳[子理则]的原型能量；看起来彷彿是相同的基本水道系统. 无论如何 每个子理则都会在这里和那里做一些改变. 它们是小的差异，但全部加总起来成为一系列丰富的小溪；有时候许多条溪流汇聚产生沼泽地或低洼湿地，在那儿 不同文化的暗黑情绪发展成一种比较不清晰、比较不规则的或非具体化的形态.

一个实体生活在首次行星上，当他落入苦难或喜悦的情绪，这些水道平滑地流动，各种神话是一致的.

当另外一种原型心智套叠在地球的基本水道系统[原型心智]上头，你们可以看见更丰富的变化，好比一些有趣的急流险滩和低洼湿地.

当你渗入深沉感觉的表达，由于地球是你的二次机会星球 你有能力表达更多种类的情感和细腻的差异，都是真确的情感. 你拥有更丰富的选择去感受你的真实精华；同时透过不同的原型潮汐[象征情感]和原型小石头[象征影响力]将平坦的河床弄得凹凸不平，于是造物主增进认识祂自己的机会.

对于正面情感，这是一个更丰富的经验.

但由于暗黑情感的特性，愤怒和恐惧的情感在此易于产生浑浊效应.

结果是，那些走在服务自我途径上的实体此时面临一个真实的不利因素，因此他们必须敏锐地留意，找到那些纯化情感的真实核心.

不过，对于那些走在服务他人途径上的，他们将这些差异视为大瀑布或沟壑或陡

峭小瀑布的不同表达. 当你观察水从这些沟壑流动时，接住光. 你可以看见不同的效应如同彩虹一般，当它们降落穿越你 你开始与这些纯净情感的河流和小溪合而为一.

我们发现这个器皿的能量势微，所以我们行将离开这个器皿和团体，感谢你们每个人的美好振动，令人难以置信. 我们在你们面前感到谦卑，你的面纱遮住了双眼，使你无法清晰地看见造物主. 然而 你们优雅地、勇敢地、豪迈地向前行; 绝不放弃，总是愿意再试一次，在每天的早晨重新开始.

一天又一天 你们的美丽令我们震惊，你们的勇气使我们惊奇，我们为你欢呼 我们钟爱你. 只要你在心里要求我们深化你的冥想，我们总会前来协助.

再次地 我们感谢你们呼叫我们来到你们的寻求圈.
我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.
Adonai，Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1008 章集：爱与光早期资料#9**

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

1974 年 2 月 10 日

(无名者传讯)
我是 Hatonn. 我与这个器皿同在，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚 很荣幸与你们同在. 和这个星球上正在寻求的人群说话总是一个很大的荣幸.

我们服务无限造物者的星球联邦在此为了这个明确的目的: 服务那些寻求的人们. 不幸地，我们的服务十分受限，我们只得使用人类管道[好比现在这位]以服务那些寻求真理的人们.

我们感到抱歉 目前的状况使我们难以服务你们[1]. 我们发现此时不宜提供这项服务，在很近的未来 我们将适当地执行服务.

我希望在这个傍晚有稍微服务你们. 我们服务无限造物者的星球联邦很荣幸地做这件事; 在服务你们的过程中 我们也服务了自己. 因为在宇宙中 不可能服务任何东西而不服务你自己.

我在无限造物者的爱与光中离开你们.
Adonai vasu.

原注:
在这次的集会中 有个焦躁不安的婴儿待在隔壁房间，他的双亲是集会的成员.

***
光

Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想

1974 年 2 月 11 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 我与这个器皿同在，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚 很荣幸与你们同在. 这次 我想要对你们谈论光的主题. 我们最近多次跟你们谈论爱的概念. 然而，今晚 我想对你们谈论光的主题.

透过这个器皿，我们每次都在无限造物者的爱与光中向你们致意，这两个要素构成所有的宇宙造物.

我们使用这两个字汇是因为它们在你们的语言(英文)中最接近我们想要沟通的概念. 无论如何，它们极度欠缺深度的定义. 这个傍晚 我将尝试在某种程度上 澄清这两个字汇的意义.

爱与光，如我最近已陈述的，爱是创造的原力，光是爱创造的. 朋友们，造物主是爱，你们是爱. 你们是造物主的一部份. 因此 你们是爱，但你们的爱透过光之显化来表达.

宇宙造物的形成源自于光. 造物主的爱引发各种振动，这些振动产出基本的光粒子，从而建构出整个无限宇宙，包含有形和无形的面向.

既然你们和造物主皆为一，你们和我和所有造物都是爱的产物. 爱创造出一股真正的原力，它被诠释为一种振动. 该振动是可衡量的，以不同的强度产生，这个

强度是爱的函数.

造物主的各个部份有可能透过它的自由意志和爱产生这些振动 接着生产你们知晓的光粒子.

这种爱的表达安排光粒子去产出所有的物质世界和上头的居民，也包括非物质的世界，这就是所有宇宙造物显化的过程.

延续这个解释 当一个人理解创造天地的原则，他有可能表达这股爱去创造他渴望的东西. 我们认为这是个正常的活动，造物主认为这是个正常的活动，因为这是原初的概念. 所有造物主的小孩都有能力透过爱创造任何他渴望的东西，他只需要表达爱[也就是自己].

在这个星球上，许多导师理解这个原则，在地球历史中展现该原则. 此时 你们最明了的人物就是耶稣. 他能够藉由单纯表达爱创造这股振动，接着透过渴望和心愿创造形成光的振动. 这是一个普通的活动，造物主赋予祂每个小孩的先天权利.

如果一个人想要智能地运用渴望，他必须透过爱的原则运用光.

透过爱的原则 有可能将一个欠缺完美的东西返回它起初的完美状态.

这就是耶稣如何达成治疗的方式; 这也是所有灵性治疗完成的方式.

我们发现直接去达成渴望的结果比较合理，而不是透过中间媒介作用[你们星球普遍使用的方式]来达成结果. 由于不懂得如何使用创造原力，你们才必须使用中间

媒介.

在无限宇宙的所有地方的所有人种的内在都有这份对于原力的理解. 一个人只需要去实现它. 遗憾地 在你们星球上 目前有许多困难妨碍一个人去实现这个原则.

我们说的这个原则或概念跟智力无关. 因此 你们必须觉察一种非智力的东西. 为了这个原因 我们曾多次建议冥想是最佳的途径, 帮助你获得非智力的理解 以使用该创造原力.

这件事对你们有些困难, 当你尝试实现这个简单的真理, 周遭人们的想法却渴望真理以外的东西.

无论如何, 一个人相当可能将自己的意识和其他的思想冒犯隔绝, 接着实现源头真理. 你们知晓的耶稣就能够做到这点. 不要相信这个人的能力是独一无二的, 他对你们展示这是可能的. 他向你们展现 每个天父的小孩都能够做到相同的事迹. 你们只需冥想去实现它, 你们只需透过一己的思想和行动展现这个知识.

然后 你可以跟他一样 能够使用该原力, 也就是爱. 朋友们, 爱是你所想到的一切意义, 但爱还意味着更多东西. 学习爱的真正意义, 那么你将得到真正的自由.

现在 我在祂的爱、我的爱、所有受造宇宙的所有天父孩子的爱当中离开你们. 我是 Hatonn.

Adonai vasu.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想

1974 年 2 月 11 日

(R 传讯)

我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 此时 我要对你们讲…

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，再一次 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很抱歉我们无法使用 R 器皿，不过，这没什么关系.

我觉察你们的思想. 此时 我将尝试谈论一个令你们关切的主题，那就是我们的飞行器降落在地面上 与你们相会.

这个器皿此时正质疑这场通讯，他总是质疑这类的通讯. 但我对他担保 这次的通讯来自 Hatonn 实体.

在这个时候 我位于一架飞行器 你们称为飞碟. 它是小型飞行器，直径大约 30 英尺，能够在你们的地表上任一点降落. 我觉察这个器皿对于这类的讯息相当怀疑. 我建议他完全地放松，清除心智的各种念头，这样我才能够使用该器皿传递这个讯息.

我们族群隶属服务无限造物者的星球联邦，我们有些成员正处于你们的大气层中，我们也在大气层外环绕你们星球. 我们恒常地看守你们的星球，随时准备以

任何方式去服务. 我们觉察你们十分急切地盼望见到我们，朋友们，我们也十分急切地盼望与你们相见. 没有什么事比行走在你们地表上，直接和你们相见更令我们欢喜了.

发问者: 我们有可能现在相遇吗?

我是 Hatonn. 我尝试回答你的问题. 你必须放松，他必须放松，因为他全时间对于这类通讯感到怀疑. 但我向你们担保 我是 Hatonn，此时 我们的飞行器就位于你们住处的正上方. 事实上 我现在可以对你们两位揭露自己. 我建议你们穿上外套 走到后院. 我将对你们两位揭露自己.

[两个人走到后院. 其中一个什么也没看见，另一个看见某个疑似白色星星的物体快速地横跨天际，不留任何航迹，然后消失无踪.]

(R 传讯)
我是 Hatonn. 我觉察你的思想，你在想为什么自己看不见我们的飞行器. 因为你没有注视我刚才叫你看的地方. 我觉察你的思想，你在质疑这个讯息的来源.
我是 Hatonn.
[手抄本结束]

☆ **第 1009 章集：以马忤斯**

Copyright © 2007 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2007 年十月 13 日

小组问题: (由 Jim 朗诵) Q'uo，我们今晚的问题是我们[身为寻求者]如何面对困境. 看起来，第三密度幻象持续提供催化剂给我们，我们希望有效地使用催化剂成长进入更大的理解: 关于我们在这个宇宙中的位置和如何去服务.

然而 催化剂份量有时候太多，使我们快要累垮了；或者它是无聊的重复性工作，使我们感到沮丧，我们想要一些灵感(inspiration)的话语，除了 “记住 你们都是一体的” 或 ”坚持、坚持下去”这种话.

在我们的日常活动中，催化剂似乎有点太多，令人不知所措. Q'uo 可否推荐我们某种方法去看待催化剂的概念?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中 我们今天来到你们这里.

感谢你们呼叫我们加入这个寻求圈，这的确是我们的荣幸和欢喜.

我们快乐地对你们讲述关于困难时期的主题，并尝试分享一些灵感.

但首先，一如往常，我们请求每一个人在聆听我们谈话的同时，辨别并慎选你要的部分，因为我们不是凌驾你的权威.

请遵循你自己的共振途径，信赖自己的判断. 如果你们愿意这么做，我们可以更自由地分享我们的想法，无须担忧可能会冒犯你的自由意志. 朋友们，我们感谢你们的这份考量.

你们要我们提供灵感的话语，我们为此微笑. 这个概念对我们而言 有些陌生，因为我们的生命经验是: 每一次呼吸都启发灵感[如果你愿意这么称呼]. 我们处在没有罩纱的幸运位置，此刻的无限灵感不会对我们隐藏.

我们在该器皿的记忆中找到一则耶稣的弟子的故事. 这个故事发生在耶稣经历十字架苦刑与复活不久之后. 这两位弟子先前数次在耶路撒冷看过耶稣. 现在，他们既忧伤又疲惫 但想要接续耶稣留给他们的伟大工作，两位弟子决定四处行旅，提供耶稣留给他们的信息 同时以耶稣-基督之名从事治疗工作.

他们走在尘土飞扬的道路上，前往一个叫做以马忤斯(Emmaus)的城镇. 在半途中有个陌生人加入他们的谈话. 没多久，这个陌生人提供他们一些关于他们刚才讨论的经文的想法，十分地鼓舞人心. 稍晚，他们停下来休息，准备火堆，正要烤鱼当晚餐，他们突然觉察到这位陌生人就是复活的主，耶稣-基督; 就在他们当中和他们讲话，彷彿他仍然活着，行走在人间，肉身和灵性都与他们同在.

对我们来说，这是一个关于灵感的完美范例，因为他们一直与灵感同在 却有好一段时间没有认出这个事实. 在历经白昼的疲惫之后，直到晚餐时刻 整个人放松了，唯有在这个状况下 他们释放自己的理性心智 脱离逻辑思考的限制，他们才

终于辨认出挚爱的导师和救主.

灵感与你同行，正如行走在路上 与你一同前往以马忤斯的耶稣-基督.

如同许多弟子和使徒，你们经常无法辨认或觉察这位伙伴(Companion)陪伴你的每一个思维、话语、行动. 耶稣曾说: “我与你同在 直到这时代的尽头.”

圣灵和火焰之舌在弟子们的头顶上跳跃 给予同样的讯息: “我与你同在.”

圣经祷词说: “遣送祢的圣灵，我便受造; 祢亦将更新大地之面容.”

你能不能在任何一刻远离这位伙伴? 不，我的朋友，你不能. 就物理层面来说，你可以攀爬最高的山岳 或 潜入最深的海底; 而你的伙伴，无条件爱，都依然与你同在. 就形而上的观点，任何有毒的情绪会不会将这位挚爱者赶走? 不，挚爱者每一小时、每一片刻都与你同在; 日日夜夜、永不休止、永恒地流露 爱、爱、爱.

关于无条件爱的无限供给，这其中有个隐藏的困难[套用 R 实体的说法]，那就是遗忘的罩纱分隔你的心智，以致于它被你的五官接收的资料所盘据. 你闻不到、看不见，通常听不到无限太一，纵使祂在你旁边同行. 然而 无条件爱是你的伙伴，从过去到未来，始终是你的伙伴.

在这个被重度遮蔽的人生经验中，如何记得这位伙伴随时与你同在是个很大的挑战. 或许在一个美好的日子，灿烂的阳光可以提醒你— 爱与你完全接触. 或许洗刷灰尘的雨水，伴随着蒙福的雨滴声使你想起自己并不孤单. 但一个人不能只依

赖晴天或雨天. 或许一张挚爱的脸孔、你的伴侣、朋友、或老师提醒你爱在每一步与你同行. 但你不能依赖一个特定人物的临在.

某些帮助你忆起太一无限造物者之临在的技巧似乎很机械式，似乎不大可能透过这种机械式动作去达到你希望的结果.

这个器皿是一位歌手，当她透过声带产生音乐的时候 她经常想到生产声音和音调的技巧. 如果她要唱元音乙(e)，你将发现她脸上有个宽广的笑容，因为这个动作将元音提举到脸皮里头 接着创造出一个更纯粹的声音. 她必须记得无须死记硬背这些音调 而要产生美妙的音乐，其中蕴含着自然起伏的节奏.

有些时候 整场音乐表演似乎就这么溜走 无须该器皿经验这个合唱过程的完形，然而 因为这些似乎很机械式的技巧，该器皿能够对她的合唱团的美妙演出最大化一己的贡献.

在这方面，我们鼓励你们去经历这些机械式的仪式，它们是你的资源 协助你突破罩纱，如 Jim 刚才说的: “打破界限 通往另一边.”

朋友，你们同时活在两个世界当中. 其中一个世界使你变得沮丧并且感觉自己的工作徒劳无功; 另一个世界是振动、颜色、纹理的世界，一个充满光、没有厚重形体的世界. 你是这两个世界的平等公民，而你似乎经常要做选择，活在形体的世界或光振动的世界?

以我们谦卑的意见，你们并不必须选边站. 大部分灵性寻求者都想要活在光的世界、无条件爱当中，活出喜悦和跃动感，他们只需要专注地练习统合两个世界的

技巧.

寻求者开始了解另一个世界的存在，一个远比形体的世界美丽、真实、深奥的世界. 这份觉醒使得寻求者对光与爱感到飢饿和干渴. 于是寻求者开始冥想或沉思，一件美妙的事. 但同时也在他的理性心智中创造一种分离感: 正在冥想的你 Vs. 没有冥想的你.

通常需要许多年的[冥想世界与每日世界]切换过程，该寻求者才在某一刻觉察每日世界即充满伙伴的临在. 你的理性、情感、恐惧等，没有一个角落不是浸透在爱之中. 这是无可抵挡或更改的事实，因为你身体的每一个细胞的中心都是太一无限造物者，祂有个基本性质，那就是爱. 当你的心跳动时，它跳动着爱. 当你吸气时，你吸入爱. 当你呼气时，你呼出爱.

我们曾多次对你们谈论人格的锻鍊. 现在 我们再次谈论它，因为理性心智有个基本假设: 它看见的东西就是一切存在的总合，该假设是如此地限制你 以致于创造出致命的单调和倦怠感.

有许多方式帮助触发你[寻求太一者]忆起挚爱者就在你旁边行走，牵着你的手并安慰你.

我们无法为你创造一个完美的助记符号. 每个人的记忆会被不同的助记符号唤醒. 最近 我们建议 R 实体戴上一个镶刻着记得(remember)字样的手环，如此 当他每次工作的时候 注视自己打计算机键盘的手，他会看见该字样，同时记得他是谁，为什么他在这个时候把自己带到这里.

朋友们，从来不是因为工作 你找到喜悦，而是因为你已记得自己与挚爱的伙伴同行，祂的名字是无条件之爱；也因为你已记得自己的真实身分，以及为何你现在选择待在这里.

我们可以向每位寻求者担保，不管此时生活看起来是多么枯燥无味，你的人生中的每件事物都以它本然的速率移动，因为你在投胎前已精心规划了这些经验. 不管此刻看起来多么黑暗或艰难，其中都蕴含着礼物.

传道书(Ecclesiastes)作者很久以前就说太阳底下没有新鲜事. 这位睿智的实体是否出于绝望写下这些话语？我们不这么认为，我们相信这个实体写下这些话为了穿透罩纱. 如果太阳底下没有新鲜事，那么在某个时期对你是新奇的东西 无可避免地将重复再重复.

如果你离开某个挣钱的工作，接着去寻找另一个刺激的新工作，几周后，最多几个月，你又会觉得新工作似乎变得重复和疲惫；于是你天真地思考如何脱离这些责任，如 R 实体先前说，每周只有两天无须为了赚取每日面包而做事.

一个人无法改变形体世界的事物 从而获致喜悦；一个人无法改变环境 从而获致平安和满足感. 在寻求相异性的过程，一个人最终发现每一份打开的礼物都会变陈旧；每一瓶酒 一旦品尝过后，就变得不新鲜了；每一种奢侈品 只要重复使用足够的次数，就变得越来越逊色 直到什么也不是. 处于形体世界中，你无法逃离疲惫和倦怠，关于这点 传道书作者是知道的.

当你寻求灵感，无须远求，因为灵感正与你并肩同行，正在充满你的心. 它是你的肺部吸入和呼出的空气，它是你的血液的流动声，它是每一片树叶的沙沙声、

每一只鸟的歌声.

并不是因为一切为一 所有这些声音对你说话; 而是因为你是一个巨大的自我，超越你可能觉察的范围，除非你开始请求那个自我的觉察对你敞开.

就在你的工作场所当中，都有实体对你述说关于伙伴的事. 你是否有兴趣知道 你的计算机键盘的每一个按键上都有一个精灵坐着，大笑着与你分享它被使用的喜悦，以及欢喜地与你和按键一起成为当下舞蹈的一部分?

当你可以看见天使正坐在废纸箱上头，或真实地坐在你的肩膀上或把祂的头靠在你的膝盖上，快乐地待在你的周围，这样对你的生命会不会缔造不同?

我们对你说 意识有如此多的面向和层次，所以 没有一个东西是缺乏灵感的. 谁活出你的人生? 谁透过你的双眼看见? 谁透过你的耳朵听见? 到底你是谁?
当你注视单调平凡的事物 请求灵感，核心关键都是: 你是谁.

我们觉察到有些人感觉自己所在的工作岗位似乎无法大大地服务他人，于是产生许多的焦虑.

然后这个问题侵扰他们，几乎成为一种重度困扰，因为他们极度渴望去服务他人; 当这样一个人观察到其他人似乎拥有更多的灵性天赋，提供更多的服务，这个观察也将戳刺和推压自己的渴望. 不过 如果你在地球的工作原本就与外在天赋有关，你应该早已接收到它们. 如果你并未在自我里面感知外在天赋，好比音乐家和诗人的明显天赋，那么你来到这里的目标，你的天赋和任务就不是唱歌或写作，而是存在.

最能够协助你清理单调感觉的方法就是释放心智. 当然，你们许多人以人工手段完成这个目的，或许他们饮用醉人的饮料，服用某种转变心智的物质，或摄取某种创造另类实相的食物. 当一个人因为每天从事单调的工作，变得焦躁不安，我们并不建议外在物质做为解药.

我们建议的是: 就在这个每日工作的环境中 充满着天使、精灵、指引和挚爱者. 那些生活在遗忘罩纱之内的人们有个不寻常的特质— 信心(faith)总是他们想到的最后一件事. 信心是你最结实的同盟，协助你重获激励. 信心是生命的灵性呼吸，有些时候 你需要这复甦的气息.

关于信心[做为一个工具和资源]，有件很棒且幸运的事，那就是寻求者并不必须把它用得很好才有果效. 你只要宣告它，接着说: “我有信心”. 突然间，你的双眼打开，你可以看见前往以马忤斯的路上的同伴 不是别人 正是爱本身.

我们是 Q'uo 群体，我的弟兄，感谢你的询问. 此时 是否有后续的询问?

Jim: 我这边没有.

我们是 Q'uo 群体，此时 是否有其他我们可以回答的询问? 我们是 Q'uo 群体. [停顿]

我们是 Q'uo 群体，再次与这个器皿同在. 我们了解这个寻求圈已经没有问题. 在我们离开你们之前 我们想要说几句话，因为我们的确感知这个圈子里有股飢饿和干渴; 有个太过深沉的向往 以致于言语无法突破前往一个明亮与喜悦的国度，

在那里 生命之美创造自己的意义.

我们但愿能够同你们分享 我们对生命的感知，那是一个奇迹般的、全然耀眼的美好宝藏，珍贵且稀有. 我们不能.

我们可以述说话语，我们总是可以同你们分享我们的爱. 你只要在心里呼叫我们，我们就与你同在，以我们的爱环绕你、洗涤你.

不过，外来的东西从来不是灵性寻求者的解答. 唯有当心中的花朵盛开，穿越所有感官，向外进入这个世界，于是你带着新的双眼去看世界.

每当你因为重复单调的生活感觉抑郁和沮丧，记得放松和释放你的理性、事实导向的心智. 在那重复的围栏中 蕴含无限新奇和鲜明的欢乐. 敞开、允许，它将到来，因为它就是你里内，等待你去释放理性心智的狭窄侷限.

这个器皿有个朋友是传教士，他的团体非常辛苦地在一家医院工作，它坐落于一个很落后和原始的区域. 他们有许多迫切需要完成的工作，一天 24 小时对他们来说真的不够. 每天晚上 他们筋疲力尽地倒在简易行军床上，怀疑自己怎么能够在明天早晨起来 重新做同样的事.

他们当中的一位，该器皿的朋友，忽然有个构想，就是要更早起床，用多出来的时间祈祷. 这个人可以见证 该决定完全更新和复兴他们的生活. 突然之间 太阳照得更明亮; 雨水闻起来更甜美; 时间更亲切更优雅地飞过. 然而 他们做的事完全一样，面临跟以前一样艰难的挑战.

不同之处就是分别出一段时间，带着强烈的渴望去看得更深；用心之眼去看见；去经验 如同那挚爱的伙伴经验的方式.

不管你做什么，只要能够帮助你结合形体和灵性两个世界 我们都称许你的作为；当你完成这个工作之后 你绝不会缺乏对于爱之力量的敏锐和即刻觉察.

我们在爱与光中离开你们. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则.
Adonai，Adonai.

附录—谁是 Q'uo?
1990 年一月 7 日
(译注: L/L 选集三-喜悦与感恩的补遗)

Jim: 对我们说话的 Q'uo 到底是谁?

我是 Q'uo. 我是两个社会记忆复合体，一个是你们知道的 Ra，另一个是你们知道的 Latwii. 我们联合起来是因为这个器皿恒常地要求她可以承载的最高和最佳的接触. Ra 是第六密度的社会记忆复合体，它的能量频段相当狭窄以致于需要一种锁定机制，因此该管道的心智必须处于无意识状态. Ra 实体惊骇地看见该器皿为了传讯付出的惨重代价. 当初它并未预期会引起这么多忠实反对派[套用该器皿的称呼]的关注.

当我们的能量降频到 Latwii 的水平，这是该器皿感觉最舒适的能量，我们能够提供一些比较精准的概念，容我们说，比起 Latwii 独自提供的资料，或许形而上的进阶学生会觉得(Q'uo)更有趣；因为 Latwii 属于第五密度、智慧的密度，而你可以

感觉到我们的振动不只属于无条件的智慧，还属于慈悲.

因此，我们是合成的，如这个器皿经常怀疑的，我们的名字是个双关语；不是个笑话，只是一个清楚的身分识别. 我们是我是(I AM)，你们也是我是，所有存在于寰宇造物中的东西都是我是.

我们选择一个该器皿知晓的语言(拉丁语)，该字汇的意思为"谁"或"哪个". 原先设计它的用意是使该器皿衡量这一点，迄今 我们对于结果感到欣喜，因为我们Latwii 群体获得 Ra 导师的帮助，能够以某种方式提供更清晰、更慈悲的信息. 我们(Latwii)发现自己的幽默感跟 Ra 一点也不相同，所以我们尝试放掉自己的幽默感，好让更高的幽默和慈悲可以在这些冥想中做微妙的事工.

我们可否进一步地回答你，我的弟兄?
Jim: 此时没有问题. 感谢你们.

(后记:第四密度 Hatonn 群体稍后也加入了 Q'uo 原则)
(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1010 章集：爱与光早期资料#10**

Copyright © 2004 L/L Research
周三冥想
1974 年 2 月 13 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再一次地 很荣幸与你们同在. 我们服务无限造物者的星球联邦一直认为能够和这个星球地表上的人群说话是一个无比的荣幸.

我们的概念的基础是我们以为的寰宇真理，那不变的真理，所有造物生成的原因. 遗憾地，目前你们星球上的人群尚未了解寰宇造物运作背后的真理.

你们的人群中有一定的百分比准备好接受教导，因为他们到达一定的理解状态比较容易消化必须的知识，进而理解这个宇宙运作的真理.

你们在理解真理的过程中遭遇的大部分问题都与社会加诸给你的虚假印象有关. 如果你活在一个总是觉察真理的社会中 你在应用真理方面自然不会有困难.

你们现今生活的社会聚焦在许多事物上，只有很少、很少的东西跟基本真理有关系. 你们星球上的人群寻求许多东西，无论如何，我们认为地球人以很奇怪的方式寻求真理. 他们渴望的结果几乎全部落在物质幻象的范围中，由于他们在清醒的状态中只经验到物质幻象，于是他们认为它就是一切的存在，接着他们表达的渴望严格地限定在物质幻象之中.

结果是满足虚假的渴望. 人们实践虚假的渴望之后 却找不到幸福 他们为此感到诧异. 这个过程已经在你们的星球上演许多次，但人们很少去留意. 这些渴望仍然非常强壮，你们人群花费许多能量 努力去实践它们.

然而，当人们实践一个渴望，他们发现自己又产生另一个渴望.

我们尝试在这个时候传授你们恰当使用渴望的知识 好让你们得以在造物的真理中工作. 每一个人的内在都有特定的渴望，这些渴望是一种自然的状态，一个人会有这些自然的渴望是因为他是寰宇造物的一部分; 造物主有一个起初渴望 遍及所有空间，全时间持续存在.

造物主的这份渴望是提供一个经验给祂的每一个部分 全然地实践各个部分的渴望. 既然祂的每一个部分拥有相同的渴望，很明显地 这份渴望就是去服务其他部分. 这就是为什么遍及宇宙造物 每个实体都内含一个渴望，以任何可行的方式去服务寰宇造物.

万事万物和我们全体事实上都是同一个东西，因此所有实体都尝试服务 这是很自然的. 你们所在的星球服务你们，它的地表生长的作物服务你们，大气层服务你们，水源服务你们. 整个宇宙造物都服务你们. 你感觉来自太阳的能量，它正在服务你.

这个原则单纯地是造物主的起初概念透过祂的所有部份表达 这个概念始终保持相同的力道. 为此 你们将发现唯有在你服务宇宙造物的其他部分的情况 你才会达成你真正的渴望.

我们服务无限造物者的星球联邦正是如此: 我们在祂的服务里头，我们在你们的服务里头，我们在我们的服务里头.

我们已经认清，做为造物主的一部分，我们内在有一种起初的渴望，唯有透过服务方能实践该渴望. 为此 我们来到这里，提供我们的服务给你们，这样实践我们的渴望，实践造物主的渴望. 这整个过程是简单质朴的.

朋友们，你们只需要理解这点 然后据此行动，完成你的真实渴望，于是你再次与起初真实的宇宙造物全然地联合为一.

我们曾多次陈述 冥想是非常必要的. 你需要透过冥想去理解如何服务. 所以 你们需要每天花时间冥想，好觉察实践你服务渴望的技巧.

这个星球上许多人都在服务，他们以许多不同的方式服务. 无论如何 只有很小比例的人口真正实践他们服务的渴望. 因为我认为"盲目"服务并不如经过冥想后[获取必要的知识]提供的服务有效.

那么 重要的是学习如何服务 以及应该服务谁. 好比说，我们曾经认为来到你们人群当中帮助你们，这是一项服务. 然而我们的冥想向我们揭露这想法是错误的. 为此 我们以这种方式接触你们.

所以请你们冥想，因为这份知识在所有实体的里内，因为这是祂的渴望: 服务，服务祂所有的部分; 好让每个实体都经验到狂喜— 祂原初创造给每一个实体的礼物.

我希望我今晚有所服务. 我将短暂离开这个器皿.
如果你们有任何问题，我很快就回来.
我在无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai Vasu.
发问者: [该实体在静默中询问 Hatonn]

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，再一次 我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

我愿尝试讲述你感兴趣的主题，那就是爱.

如果你想有效地实践服务的渴望，你必须理解这个主题.

在服务你的人类同胞时 你必须给他们爱. 在你们目前的社会中 这点有时候是困难的，因为这些表达通常会被误解.

爱在你们人群当中受到很大的误解. 我们表达全然的爱给你们所有人，我们无法不这么做，因为我们表达全然的爱给宇宙造物的所有部份.

当你觉察宇宙造物表达的爱，你就不可能去做相反的事.

为了获致这样的觉察，你们必须冥想，然后去服务; 因为每一次有效的服务 爱将会反射，于是在你里内生成更多的爱，这个过程将会不断地循环. 这就是发生在你们[最熟悉的]耶稣导师身上的情况. 为什么这个人如此有效地生成爱 超越其他许多人? 朋友们，原因是他能够智能地实践服务的渴望，因为他透过冥想寻求如何实践服务的渴望.

地球上有许多人在智力上学习，从其他人或书本中学习，他们寻求去服务人类同胞. 然而 在许多情况中 他们发现在给予服务的过程遭遇许多困难，他们渴望的爱并未反射，因为他们服务的对象并不渴望这份服务，因此它就不算是服务.

人类拥有自由意志，他可以自由地选择自己渴望的任何东西. 是故，若你们要去

服务，你得理解服务对象的渴望，不是智力上的理解 而是透过冥想获得超越智力的知识，该知识将导致有效的服务.

我希望自己在解释这个特殊论点上有所协助，我将离开这个器皿.
我是 Hatonn. Adonai vasu.
无名者: 刚才的话语是否回答你的问题?
发问者: 是的，该回答具体回应我的问题.

[手抄本结束]
***
Copyright © 2004 L/L Research
周五冥想
1974 年 2 月 15 日

(R 传讯)
我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再一次地 很荣幸与你们同在.

我使用这个器皿面临一些困难，因为相对而言 他是个新手，尚未熟悉如何接收我们的思维.

此时 我要对你们谈论你们的灵性发展. 我们说过许多次，你们的团体聚会是好的，因为这样使我们有机会协助你们.

或许你们难以了解灵性发展的进度，因为这个发展无法每日衡量. 但有可能在经

过几个月之后 了解你自己的灵性发展.

我们了解当你们寻求更高的灵性生活时 偶尔遭遇的挫折. 但 记住，就在这些时期 一个人可以在灵性旅程上迈出最大的步伐. 注视你们的挫折和疑虑 把它们当作灵性测验，这是个至为有趣的吊诡: 巨大的艰难可以带出巨大的赏报.

你们人群很难了解这些挫折和疑虑是多么大的一份礼物，正如同许多地球人难以了解能够经验地球的振动改变是多大的礼物. 能够服务你的人类同胞是多大的礼物!

在这个时期 很荣幸与你们同在. 我在无限造物者的爱与光中离开你们.
我是 Hatonn. Adonai Vasu Borragus.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1011 章集：在 2012 之前**

Copyright © 2008 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org
通灵密集训练 I– 第 13 场集会- 闭幕冥想
2008 年二月 10 日

小组问题: Q'uo，我们有两个问题. 首先，想到 2012 离我们是如此靠近，在我们这个团体中 大多数人才刚开始学习通灵(channeling)，在这最后几年期间 我们不禁要问，如果我们现在开始学习通灵，并发愿透过通灵艺术服务他人，我们能够期待自己提供什么服务?

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向我的朋友们致意，在祂的服务中 我们今天来到你们这里.

感谢你们呼叫我们加入你们的寻求圈，这的确是我们的荣幸和欢喜.
我们确切地说，你们共同创造的神圣空间和综合灵光真是美丽.

今天 我们至为高兴地讲述在第三密度的尽头和第四密度的开端，通灵的位置在哪里.

一如往常，我们请求每一个人在聆听我们谈话的同时，辨别并慎选你有共鸣的部分，彷佛我们说的东西是你早已知道的 或许只是暂时忘记了. 这种共鸣将产生果实丰硕的工作. 尝试去学习那些你没有共鸣的东西只是一个空洞的练习，我们情愿你将那些思想丢到后头. 我们并不期待在全时间都可以正中每个人的红心. 我们只感谢有这个机会分享一些想法，希望对你我都是有帮助的.

你们询问关于你们在这个周末工作的通灵艺术，你们认为距离 2012 只剩很短的时间，通灵到底有什么用处?

首先，我们讨论在你们第三密度剩下的日子中 通灵的用处，那宝贵的五年，这

个五年期的开端是 2008 年，你们正开始经验的时间. 在这五年间 你们将能够在前人的基础上建筑(梦想); 这些基础从很早以前开始，在耶稣-基督的事工中，以及在他之后来到的实体，他们都想要述说无条件爱之声. 自古以来，你们的先知、祭司、预言者发出许多种声音，而每一种声音都对特定的群体起作用 并帮助他们觉醒.

在这场冥想之前，你们有些人已提到这件事: 这个团体一直以来提供爱之声，并且一直持续到现在; 首先，只有很少人听到声音. 现在，如果这个器皿与吉姆(Jim)知道这个声音到达的远方，他们会感到惊奇，这个声音的确传递到地球的尽头，它已经尽其本分将地球上所有人带到一个接近引爆点的地方.

C 实体刚才谈到"一百只猴子效应"[1]，我们也来谈谈这点. 从少数想要寻求真理的实体的飢饿开始，从这个人到那个人 这个团体到那个团体，传递飢饿的礼物. 那是一种感染性的飢饿，它传播的原因是第三密度实体的本性就拥有那股飢饿，该飢饿持续地浮出水面，不管你们的文化环境里发生什么事.

镇压与恐惧的能量上天下地，确实竭尽所能地要将全球人口带到永久的畏惧和屈服的地步，事实上 他们已发出最后一击; 在充分使用恐惧、暴力、战争等手段之后 他们已经走到了尽头. 相较而言，爱之声才正要开始，所以在这最后五年间的通灵目的就是继续传布正面导向的资料，它们可以帮助走在服务他人的灵性寻求者.

如 Laitos 在这个周末曾说的，每个自愿传导我们话语的声音都是独特的，每个管道都象是某种染色玻璃窗，虽然你们看这些染色为人格的瑕疵或灵性的限制; 然而 我们要对你们说 这些性格和灵性的怪癖给予我们的爱之声一种愉悦的颜色.

当你们试图透过一己的器皿说出我们的话语，你们将创造出新的故事，新的方式述说一个简单的声明: “一切为一，那个一即是爱.”

每当有新的实体愿意做我们的发声管道，对我们对是一个大祝福. 我们感谢每一位尝试开启你的管道的实体; 感谢你们的勇气和真诚. 或许你不觉得自己很有勇气，然而 打破禁忌 在不知道我们接下来要说什么的情况，直接说出当下接收的讯息，违背你们文化的安全规范，这确实需要勇气.

我们希望当你持续发展通灵管道，以这种方式服务的同时，你将找到满足，因为你发挥一己的作用，将这个引爆点不断地拉近地球.

我们了解你们要想象 2012 年以后会发生什么是困难的，因为那是第三密度结束和第四密度开始的时间. 首先，你们要了解 行星地球的所有密度都在这个八度音程之中，相互套叠、彼此互相渗透，好比你们的电视有各种频道，它们的讯号可以被同一台电视接收，用户只要操作遥控器的按钮就可以从这个频道切换到另一个频道.

的确，你们人群中有些人现在能够从第三密度频道切换到第四密度频道，并且能够相当可靠地报导第四密度的发展.

确实，第四密度目前已充分成形，它选择不被看见，以免违反第三密度实体的自由意志，人类的五官无法感知它. 然而 已经不可能消弭或藏匿第四密度的振动，它此时正持续渗透第三密度.

一波接着一波的第四密度能量协助最后一批可能被收割的实体进行他们的工作，

极化到某种程度之后 他们将毫无困难地行走光之阶梯，通往第四密度.

无论如何，第三密度地球已吸收了大量累积的种族业力，许多、许多地球人的过去世曾经破坏其他第三密度星球的环境，情况严重到无法居住 以致于他们来到地球继续第三密度的功课. 另一个例子是地球上的亚特兰提斯，由于大规模的战争，导致整个大陆无法居住.

在目前许多投胎到地球上的实体当中 有股越来越强烈的能量，他们渴望重新拿起照顾盖亚[地球妈妈]的缰绳，善尽治疗与恢复地球健康的职责.

地球妈妈一直给予人类善意与关爱，一直是人类全体的家园.

这个伟大的工作大约将持续数百年，由所有从第三密度毕业的实体共同执行; 然后他们才会选取其他的课程.

在这些日子里，当 2012 来了又走，灵性信息[好比这个团体提供的]将越来越有帮助，因为地球人对于灵性信息的兴趣将远超过宗教信息.

述说如何照顾地球的话语，以及述说无条件爱和万物合一的话语，它们将成为那些寻找提供最大服务方式的实体的主食和饮料.

我们认为这是一项宝贵的服务，我们准备继续透过器皿提供我们的想法，不只到 2012，而是只要有实体仍致力于修复地球，治疗万国，我们就不会停止.

你们有没有可能在一个美妙、强健的瞬间改变地球的面容?

理所当然地，答案是极度不可能. 比较可能的是，那些极化朝向负面毕业典礼的实体们继续霸占新闻版面、头条新闻、人间权力的通道. 不过，绝大多数的地球人并不理会权力的通道，他们找寻真理、公义、自由、美好，在他们谦卑的人生书页中写下第四密度的价值.

就在此时，你们做为通灵管道，这些谦卑的人正是你服务的对象.

对于那些正再寻求的实体，能够找到直接对心说话的资料是个很大的祝福. 我们并不假装我们的话语全时间正中红心，无论如何 我们将全部的能量奉献给这个尝试; 我们感谢你们每一位发愿协助我们将这些爱、光、慈悲、美好、平安、力量的话语带入人间.

随着各式各样的不便状况发生在人间，许多机构可能中途瓦解; 但那绝不会瓦解的是太一无限造物者的爱与光.

此外，你们有个美妙的工具— [这个器皿称之为]网际网络，于是有可能迅速地将这些资料散布到全球，这是你们分享资料的黄金时期.

关于这个主题，是否有后续的询问? 我们是 Q'uo 群体.

N: Q'uo，你们刚才给予我们 2012 的日期，这难道不是特定的信息? 这样不是违反自由意志法则?

我们是 Q'uo 群体，相信我们理解你们的询问，我的弟兄. 若没有其他信息来源提

到这个日期，那么这确实是个顾虑：关于地球命运之轮的转动[从第三密度进入第四]，我们竟提供精准的日期.

然而，实际的情况是，你们的占星家好几个世纪以来，在他们广受敬重的著作就已提供这个日期：双鱼座时代转向宝瓶座时代的日子．另外，你们也知道由来已久的马雅年历同样指向这个日期，那是中央太阳以特定的方式和地球、太阳排成一列，于是开启新的日子，同时结束旧的日子．再者，还有许多其他来源都瞄准这个特殊的时期，说明它是意识转变的时间点.

因此，过去有些人前来询问我们这个日期具有的中心位置，我们早已肯定他们的臆测.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

N：非常感谢你们，Q'uo．以太一无限造物者之名，我将爱送给你们.

我们感谢你，我的弟兄．在我们前往另一个问题之前，是否还有后续的询问？我们是 Q'uo 群体.

C：你刚才说 到了 2012，将会有场意识的转变，这是否与”一百只猴子效应”相关?全球意识的状态是否取决于所有流浪者的意识— 他们显意识的水平?

我们是 Q'uo 群体，相信我们理解你们的询问，我的姊妹．我们感到抱歉，造成你的一些困惑．让我们看看是否能够解开这两股不同的思维细绳.

当我们提到引爆点(临界点)和一百只猴子效应”，我们不是在谈论 2012，我们指的是一种自然的感染扩散[如果你愿意这么说]，也就是这个器皿称为的全球新典范: 一个爱、和平、合一的典范. 跟你们的现代文明相比，这个新典范完全跳脱常规.

在这段末后的日子，大约 50 年前起，流浪者的角色开始浮现，持续到当下此刻; 他们已加速地球获得光照的速率，并解除笼罩地球的黑暗，我们指的是那些高压的、专制的思想，聚焦在早期第三密度行为，好比防御地盘，侵略与抢夺资源. 新的典范是 大家彼此分享，彼此相爱，和谐共处，共同创造出一个和平、繁荣的世界. 这种繁荣不会造成个人财产的巨大差异，毋宁倾向一种快乐的情况: 充足的资源提供给每个需要的实体.

并不是说 当这个新典范生效之后，一个新的第四密度星球在第三密度里头被创造. 我们要说的是，第三密度的目标是每个自我觉察的灵魂渐渐能够做出自由意志的选择— 单凭信心去选择 服务他人 或 服务自我的极性.

一直以来，流浪者的角色是勇敢地、无畏地进入第三密度肉身，进入遗忘的罩纱，然后确信他们迟早会觉醒，及时参与照亮地球的行列[依据他们付出的能量和爱].

许多流浪者等到最近才觉醒，所以当每个流浪者确实地觉醒 就更有可能让其他流浪者觉醒; 当大部分的流浪者开始觉醒，全体地球人类的觉醒就变得更有可能. 所以，真的有一个引爆点内的引爆点[针对全体人类向爱觉醒的过程].

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

C: 不用了，刚才说得真棒，谢谢你.

我们感谢你，我的姊妹.

我的弟兄，你们在最初询问的时候提到第二个询问. 可否现在询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 我们不禁要问 我们到底在这里做什么? 看起来 许多刚刚觉醒的人们都想要脱离一个坏的状况; 逃离一座监狱; 跑到其他地方. 除了尝试逃走，我们来到这里[第三密度地球]，难道不是因为有更多的事要做?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 我们觉得非常幽默，你们竟然把你们选择的这个星球形容为一座监狱; 然而 在这个房间内的所有人，所有活在地球上的人类，你们都曾经又咬又抓(比喻)、拼命争取这个投胎的机会.

当一个实体没有身处在这个难以置信的强烈环境[位于第三密度尾声的地球]中，它看起来就象是小镇中最棒的舞会. 这是一个独特的机会，你们来到这个第三密度环境可以快速地改变，加速你在爱、智慧、力量三者之间的平衡.

所以 许多、许多流浪者来到这里首要的渴望是转变他们深层本性的平衡，接下来才是服务地球.

现在 这引发出一个问题: 为什么这个星球是如此强烈生动的密度，或者 为什么这个星球上的第三密度如此生动?

第三密度是实体们开始返回太一无限造物者的起点，它是一切将临事物[从第四密度直到第七密度]的先驱. 跟所有其他密度相较，它是个明亮、短暂、强烈的密度，这个星球上的第三密度时间只有 7 万 5 千年; 而其他密度的时间动辄以百万、千万年计.

然而 这段时间已长得足以让第三密度实体去经验并建构一己的智能、信息，直到一个关键点，他们单凭信心了解一件事: 有比战斗争夺资源、然后死去更大的事; 于是该实体可以选择继续进展的方式.

第三密度生活内建了许多暗示，你们的肉体形态受造的方式使你们需要其他人，必须和其他人互动. 为了繁衍种族，你们必须和其他人形成关系. 接着，服务自我和服务他人的暗示内建在人类的本性中，包括肉体、心理、情感等层面.

当人们开始无须为了生存付出全部精力，他们开始看见有一个自己比较喜欢的生活方式; 所以他们开始选择活在爱当中，与大自然和造物主和谐共处. 寻求造物主、感谢和赞美祂都是人类本能的一部分，所以 不管一个种族或部落位于多么偏僻的地方，或是多么不开化[依照你们现代文明的尺度]，你都可以看见他们保有这个本能.

所以，你们来到一个灵魂的学校，这所学校并不会逼迫人去做选择，或让选择变得明显. 毋宁说，它是一个丰富的环境，充满各种选择的潜能. 这里有暗示告诉你服务他人的选择是好的; 这里也有阴影暗示告诉你服务自我是个好主意.

确实 在第四密度中，有你们文献描写的属天争战，那些早期第四密度的实体尚未学会放下刀剑，仍然觉得需要战斗，光明力量对抗暗黑力量; 这个主题隐含在

人类灵魂的最深角落，包括那些冲突的音符.

正面与负面力量之间的对峙产生一种动态张力，于是每个身处罩纱之中的人类获得一个接着一个接着一个的暗示，告知人类 选择的本质.

在座每一位都早已觉醒，你们每个人已经做出首次选择，已经奠定好生命的基石. 不过，你们仍然身处罩纱之中，你无法知道别人心里的想法，你无法感知或确切地看见无形王国的丰富，有多少无形实体愿意帮助你，他们钟爱着你，当你做出选择，他们只想要服务你.

时常地，正在醒来的实体感觉可怕的孤单和孤立，这并非事实，因为每个实体都拥有可观的无形助力. 不过，从肉眼来看，确实许多实体是非常孤立的，他们必须独自做出选择. 所以，像你们这样的团体是很有帮助的，志趣相投的人们定期地聚会，彼此交谈，互相鼓励，彼此相爱，带彼此回家.

就某一点来看，这个密度之美就在于它十分锐利的苦难和困难. 因为极端艰难的状态创造出各种方法让一个人可以非常快速[几乎是瞬间]地改变一己的极性或强化一己的极性. 你们在 50 年或 20 年或甚至 5 年间做的事可能要花费我们一百万年达成同样效果，因为我们看见全部的图像.

我们清楚理解造物主对我们的计划，因此，我们的测验是一目了然的，我们的学习以令人苦恼的缓慢增量进行，逐渐地精炼，再次地精炼我们的选择.

你们正在做这个选择，所以你们(第三)密度的能量似乎非常、非常地困难，如同一个监狱或一座烈火镕炉，套用你们的旧约圣经之称谓.[2]

单单凭借信心，允许一个人在这个密度知晓真理. 你们的双手握有未知的钥匙. 在这个周末期间，在座几位曾说答案并不要紧，关键是问题. 朋友们，我们再不能同意更多. 答案并不属于这个密度，问题才属于这个密度.

我们可以提供我们知道的答案: 那就是 爱、爱、爱.

在你这一生中，如何实践爱完全仰赖你的信心和意志机能. 我们诚愿你们幸运，坚忍到底 直到你设法找到，在你心中和环境中，所有可能的爱与光. 要知道，在你心中的东西 就是描绘你的环境的颜料.

是否有进一步的询问? 我们是 Q'uo 群体.

L: 我想问一个问题，为什么我们需要遗忘的罩纱加速收割过程，如果在这个幻象之外 时间没有意义? 加速的意思是什么? 为什么我们需要加速?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 并不是第三密度实体需要加速，而是为了让一个实体以自由意志做极性的选择，必须单凭信心做选择. 如果你所有的问题都有解答，那么 你所做的选择就没有重量，心智、身体、灵性的进化将大大地迟缓. 第三密度相对的快速时程并非一个特色，它的特色是: 通常不需要超过 7 万 5 千年的时间完成这个过程— 人们舒适地醒来，做出选择，接着坚持同方向的选择 直到他们的极性达到毕业的标准.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

L: 一个很好的答案，谢谢你们. 我将发问权留给其他人.

我们感谢你，我的姊妹. 是否有其他的询问? 我们是 Q'uo 群体.

T: 我想问一个问题: 如果上帝或无限造物者是一切正面与负面的东西，为什么有条指令说所有第六负面密度的实体必须改信(convert)正面(极性)才可以继续进化，前往永恒的密度?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 负面途径的本质决定它的限制，因为负面极性是并非实存的途径，负面极性的核心是个谎言，该谎言就是分离性. 负面极性奠基于省略心轮的发展，在不使用心轮的情况下 发展使用通往智能无限大门的能力. 这条途径是可能的，并且可为太一无限造物者接受. 然而 宇宙造物是它本然的样子，一切确实为一，因此正面极性的途径为实存的途径.

很自然地，非实存的途径的尽头位于合一密度，他们能够工作第四密度[爱的密度]、第五密度[智慧的密度]的光芒无需释放这个假设; 他们假设爱只属于自己和造物主，智慧只属于他自己和造物主，他们能够维持自己和其他实体的分离性. 无论如何，第六密度是合一的密度，当负面实体移动进入第六密度，他逐渐发现自己靠近一道耀眼的高墙，他再不能前进一点点. 能量的本质是移动，而非停止. 结果是 有股压力作用在该负面实体上头，敦促他继续进化. 不过，只要他还确信自己与其他弟兄是分离的，他就无法进化.

套用该器皿的词汇，正如同一个冷酷无情的罪犯改信基督教之后，他将成为最炽热的信徒; 所以当负面导向实体在某个领悟的时刻切换极性，接着成为最炽热的真理追随者，该真理即一切为一.

由于这个器皿的能量开始衰微，此时 我们请求最后一个询问. 我们是 Q'uo 群体.

G: 我有一个询问. 我有一个相当热爱的消遣: 从事家族历史研究. 当我学习关于我祖先的生活，了解他们的喜悦和忧伤，他们的英勇行为，他们的感觉和缺点等等，我对他们有爱，即使他们可能活在两百年前，故我从未遇见他们. 这个研究给我的好处是敞开我的心胸. 我的询问是: 在我从事这项研究的同时 我是否以任何方式服务我的祖先[灵魂]?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姐妹. 在任何时间 当一颗心敞开之际，整个宇宙都在歌唱. 以这个角度来看，当你越来越多地知晓他们，钟爱他们，你正在帮助你的祖先. 但大体而言，你敞开心轮的好处主要是自己的灵性成熟和加速你自己的灵性发展.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

G: 不了，讲得好，感谢你们.

我们感谢你，我的姐妹，也感谢你们全体. 我们的确感到非常抱歉和忧伤，我们现在必须结束我们的讨论. 如果以我们的方式，我们会留下来 谈话直到夜幕低垂，因为我们是如此享受你们的陪伴; 同时 当我们能够与你们交谈，感觉自己非常有用. 你们呼叫我们加入这个寻求圈，对我们是个大祝福，我们期待在未来的任何时间，再次团聚在圣幕内— 在至高者的影子之中.

我们离开这个器皿和团体，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离去. 我们

是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，我的朋友. Adonai Vasu Borragus.

原注

”一百只猴子效应”是一种现象，当一群猴子学会某个行为，数量达到临界值，突然间 所有相关的猴子都学会同样的行为.一般而言，该效应意指一旦特定比例的人口学会某种观念或能力，就在一瞬间、超自然地将该观念或能力散播到全体人口.说明这个现象的故事最初由 Lyall Watson 发起，他宣称这是日本科学家的观察结果.

关于烈火熔炉(fiery furnace)的故事请参看圣经之但以理(Daniel)书.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1012 章集：体验停工期#6－对二种宝座的礼敬

---

http://www.religionandspirituality.com/

小灵媒宇宙逍遥游专栏

作者: Carla L. Rueckert-McCarty

发行日期: 2010 年 11 月 4 日

本文是这个系列的结局，但它不是一个全然的结束。接获消息，我的腰椎迅速地失去行走的能力，现在我面临脊椎固定手术，不是脊椎的顶端而是底部。能够走路是优先考量，而我迎接这个辅助的金属固定能带给我的尾椎持续稳定。接下来的手术如同以往，需要长时间的复原期。所以你可以认为这个关于停工期的系列是现在进行式。

我无法离开这列思想的列车，不去谈论有关看似差异很大的两种宝座－厕所的宝座和爱之宝座— 属于耶稣.基督。

首先，让我们看看厕所的宝座。身为一个灵性追寻者，我认为每件发生在我身上的事，不论崇高或卑微，表面上的积极或消极，都值得献上我的敬意。因此，我觉得停止工作的这段时期带来的课题是有价值的，而且是被充分考量和值得尊敬。

这段时期对我不仅是手术愈合的痛苦，同时也因为我的需要必须经常使用厕所。至少每一小时一次，全天后，每一天，我必须使用厕所。有时是如此频繁以致于在回到我的祖母椅或床上之前，我又得上厕所了。这件事持续不断，而且容易被认为只是一件令人讨厌的事。

对于严谨的寻道者而言，对于一件讨厌的事情，有比病情恶化与感到不舒服更重要的东西，那就是深层的自我，透过它唯一的方式—图像和图形—和你沟通。

对于厕所内宝座的礼敬，开始于 2005 年我前往英国讲学期间。待在东萨塞克斯郡（East Sussex），某天清晨我和天使一起工作，一如往昔地祈祷，当我在黎明沐浴，献身服务造物主。我得到鲜明的印象，对我而言，这是让我更加充分地体现到地球震动的时机。我立刻将我的注意力全然灌注在肉体上去感受，用身体全部的能量，去感觉到这是我更充分服务的一个关键。

那一夜我有一个非常清楚的梦。在梦中我是巴黎的一位特工人员，带着讯息要前往美国。这个在我裤子口袋中的讯息是折叠起来的。我有瞥见它。讯息全部的内

容是一个大写字母 B。

在梦中我受到一位尊贵的伯爵邀请，去拜访他的别墅。我们一起喝茶，这是非常迷人和有礼的聚会。花园很可爱；交谈过程妙趣横生。我开始觉察有些事不太对劲，在这礼貌的门面中有黑暗的一面。我越是急躁，越多伯爵的随从开始包围我。当我最后试图离开宴会时，伯爵命令他的人囚禁和烤打我，以便获取我所带的讯息。

穿越所有巴黎的街道，我逃离了威胁而且艰苦的逃跑。一位年轻女孩加入我，大约 9 岁，皮肤黝黑漂亮，宛如一朵吉普赛玫瑰。她保证我可以安全地逃离那些随从。她带领我到城市边缘的一个屠宰场。

这是一个很脏的棚子，从椽木上垂吊着刚被屠宰的尸体，排泄物和内脏堆满地上。虽然藏尸间的房门是完全打开的，帮助我的人向我保证，在这里没有人会找到我。这个梦结束的场景是我躺在稻草堆中，旁边是可怕的肠肚杂碎，而且看见伯爵的随从围绕着屠宰场，但是他们没有进来，没有人看见我。这个吉普赛人是对的。我是安全的。没有人预料我在那儿，对于希望我受到伤害的人而言我是无形的。

我推论不论哪一个跟踪我的超心灵问候使者都期待我安住在较高密度的振动，而不是停留在第三密度的艰苦人类生活，被束缚在厕所的痛苦，却荣耀这个契约，把它当作是件神圣的工作。

然而我坚信，学习完这些谦卑的课程后，我将会更适当地服务，就通灵管道、作家和老师三种角色而言。

刚才的梦的结束是另一个梦。在我告诉旅行同伴我的梦境之后，她也做了一个梦。在梦中，她一再地被一只昆虫嗡嗡的声音打扰。最后她醒来发现窗户边有一只试图离开房间的黄蜂。当她让这只受挫的昆虫自由后，她了解到蜜蜂尝试告诉她：我携带的讯息是『B』或『蜜蜂』（Bee）或最重要的，『存在』（Be）。

要成为最完整的自己就是接受地球的振动，我此生所选择的星球和活动场所 。

所以现在，当我每一次再度造访厕所时，我召唤自己回到『B』，我需要爱我自己的肉体，它彻底且完全是地球的创造物。我需要去拥抱这种人体状态。

有趣的是，在我发誓成为一个完全的人类后，在我从英国回来的那一年，我被诊断出膀胱炎，这是我经常需要厕所的宝座的根本原因。

这是一个大大的课题。但是我觉得非常感恩，透过经历它，了解这个课题的价值。显然地这件事尚未结束。

当我的身体处于停工和机能不良的时期，还有另外一种宝座，我希望给予敬意。那就是耶稣.基督的宝座，他是爱之君王，我的兄弟，我的牧羊人和我的榜样。

在马太福音第 16 章，彼得震惊地听到即将发生在耶苏身上的可怕命运— 被杀害并在第三天复活。彼得说“叫这事远离你，主啊！这事必不临到您身上”

耶稣回应“撒旦！退我后面去，你是绊跌我的，因为你不思念属神的事，只思念属人的事。”

然后耶稣转向他的门徒并且说“若有任何人将要跟从我，就当否定他自己，而且背起他的十字架，跟从我。”

我并不认为耶稣指出受苦是必要的。否认自己并不必然是受苦。然而，这是一个严谨的锻鍊— 扭头不理小我(ego)并否认小我想要兴旺的要求。

例如，就我的情况，小我喜欢抱怨自己被束缚在厕所里头;小我喜欢发现一个舒服的、自在的、和健忘的地方。我拒绝抱怨，而是选择感谢这期间进入我的生命的礼物。我接受和处理这个不舒服，停留在倾听我的情绪，包括消极的和积极的情绪，因此更能深入自我。据我看来，这就是我如何背起我的十字架和跟从我的君王之方式。

在 2005 年 5 月 1 日 Q'uo 的传讯中，Q'uo 群体说“你们每一个人都有一个满满的手提箱，容我们说，手提箱装满了痛苦和苦难的宝石，被整洁的包装起来，等待你找到它，而且以爱，将这些痛苦和苦难带入光中。”

在同一场集会的稍后段落中，Q'uo 群体观察到:“在进入肉身前，每件事看起来相当容易。站在所谓的 Maya 世界或幻象外面，你的记忆是完整的。你明白你是谁。你了解你为自己和这个特殊的肉身所设立的目标和任务。你了解使用痛苦和苦难是必需的，它是礼物，的确如此。因为痛苦是警告一个人必须去面对一些情况，某些模式需要被解决。你在整体上了解得非常清楚。”

“然后你投身进入子宫及父母的怀里，同时所有事情蒙上罩纱，任何事情都不单纯。直到你通过死亡的大门进入更广阔的生命后，再次地你能完全地忆起，并且

能够看到你的生命是个整体。你在此生花费大量的时间试图弄清楚事情的真实情况，事情是怎么回事，什么是你真正看到的，什么是你真正听到的，什么事真正进入你的感知网络中。

“这是信心进入之处。藉由信心，你可以单纯地肯定一切都很好，你所需要的都会到来，你所给予的东西会恰如其所。”

在这停工时期，以及下一个时期，我必须集中注意力。当我集中注意力以充分进入肉身时，天使长乌列尔(Uriel)是我强力的帮手，带来地球的礼物和力量，祂助我拥抱大地的振动，当我在服务和学习时，让造物主的光和爱透过我闪耀!

我展开双臂拥抱你的灵魂。特别是当事情不如人意时，让我们知晓所有一切都是很好的。让我们一起安住在一切都好的信念中，同时欣喜与感恩所有的事物!

Copyright © 2010 by L/L Research

Translated by Unknown.

Reviewed by c.T.

☆ 第 1013 章集：体验停工期#1－概述

---

http://www.religionandspirituality.com/

小灵媒宇宙逍遥游专栏

作者: Carla L. Rueckert-McCarty

发行日期: 2010 年 9 月 20 日

在这个系列的文章中，我想要描绘这一年发生在我身上的一个状况，因为严重的疾病而体验停工期是什么情形。我们将从这个情况所提供的觉察和看法之不同开始概述，同时看看这种情况带领我们深入何处。

我的停工时期早在脊椎融合手术[今年春天举行]之前就开始了。2009 年 10 月，手术前的五个月，我彷佛变成局外人，新书活出一的法则 102 的进度卡在第二章。
我为 UPI 小灵媒宇宙逍遥游专栏写最后一篇文章，接着停止我的例行活动。

我停止了通灵、创意写作、谘商和教学。除非等到我的尺骨神经复原，否则我的手臂无法打字。

我休息同时等待。虽然医疗小组已经诊断有大规模的神经问题，而且建议从 C-3 到 T-2 八处的脊椎固定融合术，虽然医疗小组最初提议在感恩节到医院就诊，但从那时起等待超过三个月的时间，医疗小组无法为这手术排出时间表，直到 2010 年 3 月。
在愉快的、经年累月的重度创作工作之后，我现在可以做一些小事:整理它们。我的办公室已整理干净；我的剪贴簿更新到最新状态。过去几年里我收集的所有食谱都被输入个人计算机数据库。我的待办表列项目一个接着一个被完成。

最棒的是 我为最后一个教学工作创造了二次谈话，这教学工作是我先前接受邀请，订于一月在夏威夷举行。我每年的旅行，前往拜访内布拉斯加州（Nebraska）去庆祝我婆婆的生日，这是她的 92 岁大寿，这趟来回旅程和我丈夫在如何呈现我的资料上面，花费长时间而有启发性的讨论。
所以我的生活实质上还没有多大改变。我仍然能够前往教堂和在合唱团唱歌。我

可以和女性朋友一起享用午餐。我可以开车去约会和出任务。我仍然是“有用的”。
在我的成长历程中，在外表世界、物质层面中 成为“有用的”是一个令人难以置信、有说服力的价值。

我坐轮椅旅行到柯纳（Kona），夏威夷（Hawaii），伴随航空公司令人惊讶的协助，沿路上提供我最大程度的舒适，和愉快的睡医疗床，在第四届地球变革会议筹办人的安排下，我住进会议举办场所的渡假中心。第二天我参与 2012 的讨论会议，并且在会议结束后，我提供一个流浪者的工作坊。这些会谈影片可前往 http://earthtransformation.com/网站观赏。我先生和我的房间看出去是海洋，这整体的经验是美妙的!

在这段访问期间，我认识了会议主持人 Angelika Whitecliff 和 Michael Salla，他们是这场美丽的年度会议的筹办人；还遇见二位特别的人。一位是 Sky Innes，她的书『爱的炼金术』(http://www.lovesalchemy.com/Site/Home.html)和我的工作如此贴切，以致于我和她花一些时间谈论在未来如何一起呈现。
另外一位是 Suzanne Taylor，她的优秀影片麦田圈现已推出（http://www.whatonearththemovie.com/flash/）。我们坐下并且谈论和观赏阳台窗外的浪花，她和我渡过难忘的下午，这份难忘漂移到晚上。她帮我联系北大西洋书店，该出版社现已接受『The Aaron-Quo Dialogues』一书，这本书由 Barbara Brodsky 和我一起合作。它将在明年 8 月出版。对于这些新朋友我感谢上天，并且鼓励你去检视他们有趣的和具启发性的资料。

回到家里，想念海岛温暖的季节，我恢复了等待的状态，而时间的流逝从缓慢到突然，在 3 月中旬，我镇定地住院了。手术醒来后，直到我开始痊愈前，从我的

脖子到肩膀间必须环绕着项圈以便固定头部，而在醒来后我对世界有了全新的经验。
持续地在床上我是焦躁不安的，但是这不是手术导致我的焦躁不安。

过程中的痛苦是强烈的，而且止痛药只是减轻它。当一个间质性膀胱炎的老毛病爆发，这老毛病不是带着我剧痛的身体到厕所就是导致我尿湿在床上，我的生活是个痛苦的噩梦，而且持续需要使用厕所，直到插入导尿管才改善。早期的忌讳行为之一是"去厕所！"

它是一个酷刑。然而我去上厕所、再去一次，而且无止境的。然后 蒙福地，我插了导尿管，我能待在床上。而我真的可以待在床上。
这痛苦是一个活生生的事情，并不是吓人的鬼怪而是事情的本然状态。痛苦穿越我的肩膀，沿着脊椎上升到头，下来到腰部，在我体内爬行和挣扎。身体的其余部份觉得渺小和无法适应，好像太脆弱以致无法承担这个巨大的、十字型的痛苦。我强迫自己每天沿着房子的中心行走，以致我能保持身体的机动性。
所有的透视感都消失了。我一直在床上；我总是在床上。时间消逝了。当我休息后张开眼睛，一切看起来扁平和迫近，没有距离。很难以言语描述，我们总是带着深度感去看事情，在我首先尝试去看之后，通常有几十分钟没有这种深度感。很难合理地解释任何我「看见」的东西。

在我实际观察第一个改善的迹象前，二个多月的时光在这种静止、喘不过气的状态下过去了。

我先生将花摆放在我能看见的地方，从我的医疗床到他的房间，让我能越过二道门长时间的凝视到那些花。南边的门到大厅，北边的门到浴室，并排着。这就是

为什么我待在丈夫的房间里，因为该房间有专用的厕所，而这厕所的宝座距离我的医疗床只有九步之远。
在二个门框和沿着门框的顶端之下，他挂着许多『早日康复』的卡片。我花时间注视着由花和卡片组成的爱的十字架，想着手臂神经痛消失是多么美妙啊，想着许多人为我祈祷是多么美妙啊，同时想着从今以后自己选择的职业是如此的伟大。 当这『痛苦的十字架』加剧时，我自已会唱诗歌。我最喜欢的是『耶稣之下的十字架』诗歌第三节。

我背起，喔 十字架，尔之阴影是我不变的居所。
我只求祂脸上的阳光，别无他求。
满足地让我的骄傲离去，知道无得亦无失。
有罪的自我是我唯一的羞愧，我的荣耀全部是十字架。

通常我发现精神萎靡时，我会转而去细数我的祝福。我个人生命的法则要求我，无时无刻处在快乐和内心平和的振动状态。重获正面调频的方法非常简单：细数你的祝福。而且我拥有许多！我已经注意到两项：手臂严重受伤痛苦的止息和最终可以回归灵性工作的承诺。

但是 还有更多！我首要的祝福是我的伴侣，我美丽的先生 Jim McCarty，多年来他无私的奉献产生了 Ra 资料，以及所有来自那儿的一切。

围绕及支持爱/光研究中心的爱之网络是另一个巨大的祝福。每一个住在我们的房子人都在为爱/光研究中心工作，他们是另一个祝福，同样地，许多在远方的志愿者，仍然透过网际网络的神奇合一连结，在许多方面能够帮助我们。
而且，教区教堂给我关注，以卡片、鲜花和食物滋养我们。所有的邻居拜访我们

而给予慰问和更多的食物。此外，窗外春天来了，而我带着浓厚的兴致观赏每一朵新开的花儿和叶子。
我现在大约复原一半，大部分仍然"停工"。最近停止了止痛药，我的心智比较清楚了。不过，每当我跨出每一步，我仍然觉得虚弱、头晕目眩和谨慎小心，逐渐适应这个一次缩减 35 英磅的身躯，每走一步脚上的痛楚，彷佛我正在参与二次大战的巴丹死亡行军(Bataan Death March)，并且已走完全程。

然而 我也藉由所做的内在工作得到更新和强壮，同时非常感谢 Q'uo 的话语，出自 2006 年 5 月 7 日举办的传讯集会：

"做为一个拥有意识的实体，直到你理解你是如此有力量的存有之前，你将完全任凭催化剂的摆布。反之，一旦你理解你所扮演和使用的人生游戏的规则，它是相对简单的，你很可能发现自己处在一个转化的过程。"

"事情可能开始会为你再次变得简单了。但这份单纯质朴以螺旋方式向上移动 通往身体与意识统合的水平。精确地说，这跟心理学提到的心智和肉体并不相同，你的本质远比你的精神和肉体更多。健康和疾病的过程有很大部分和你所是的本质有关。
"在某方面，你可以视你自己为一个朝圣者，这朝圣者背着方巾背包，背包不超过他们的肩膀，如同神话中流浪汉的行为；更确切地说，你可以肯定地视自己为在道途上的朝圣者，行走灵性进化的旅程。你携带的背包藏在你里面。什么是形而上学的食物？你的背包装了什么？你所提供的答案能确切地说明你健全状态的真实本质。"

我展开双臂拥抱你的灵魂！在前往一切的来源与尽头之道途上，我们所有朝圣者

都在受苦，让我们确认行旅的背包里装满了爱!

Copyright © 2010 by L/L Research

Translated by Unknown.

Reviewed by c.T.

☆ 第 1014 章集：体验停工期#2－木屋里的男人

---

http://www.religionandspirituality.com/

小灵媒宇宙逍遥游专栏

作者: Carla L. Rueckert-McCarty

发行日期: 2010 年 9 月 27 日

过去六个月以来，我的背部中央和上端八处的脊椎固定手术正缓慢的复原，目前这个系列由这些切身的省思构成。在这部份我开始描写在爱与光研究中心被保持得最隐密的秘密，我先生吉姆(Jim McCarty)的故事。我将带你到他位于蜂鸟山的木屋。

在这段后手术时期，他密集地、忠诚地和充满爱的的努力帮助了我。他为我做所有的事，从帮我沐浴、带我上厕所和喂我吃食物，每天二次按摩我疼痛的背部而且为我穿衣，这里仅列举出一些他所做的事。

吉姆的生活属于一种开拓性的、牺牲和孤独的形式。我认为他是我的上师(guru)。我爱慕他，注视着他墙上的照片、图片和纪念品是我幸福的和疗愈的时光。

所以我想要与你们分享我对他的看法。我先生本性是沉默的而他说话简洁，然而对服务在爱/光研究中心的人而言，他毫无疑问是我们小组的领导人。当他说话的时候，我们全都专心倾听。

这并不是吉姆第一次广泛地帮助我。从 1988 年到 1992 年 4 年期间，我变得无法坐直而且我的肚子有可怕的问题纠结着，1992 年在切除被严重感染的胆囊和切除一半异常的横结肠后才获得解决。这位孤独的男人学习如何搭配我的服饰，替我化妆和绑法式辫子！当去年我的脖子和手臂的新挑战变得严重，如约吉贝拉（Yogi Berra）说的好辞，『déjà vu』的感觉卷土重来，确实是如此！他为我做的慢动作复元工作，犹如精湛舞者优雅的舞姿，对我们二个人而言，这是美丽的过程。

现在 让我带领你到吉姆当今的木屋开始一趟旅行!

首先，在我们家，卡默洛（Camelot），我称他的房间为小木屋，因为在蜂鸟山，他在自己的土地上亲自盖一座木屋家园，在他加入爱/光研究中心之前，他已经在这木屋居住超过 7 年以上的时间。他砍树、晒干和清洗这些木材用以建造自己的木屋，他的木屋是我所见最整洁、干净的居住场所。在 1980 年，当我第一次看见木屋的这一天，我想我爱上吉姆了。木屋的每个空间都可当作棚架和仓库来使用。即使在椽木上也有他写的一些谚语，述说着他的灵感。身为图书管理员的我了解这种优秀的组织架构，而我完全地感觉这里是家。

什么原因使得吉姆是如此地特别和与众不同？让我们由墙上的全家福照片开始谈起。他的母亲安塔梅-芬-麦卡蒂(Atta Mae Finn McCarty)在泥土地板的茅屋中长大，这茅屋位于内不拉斯加州（Nebraska）的小沙丘上。

她骑马上学而且为了维持家计她在九年级后就辍学。她忍受待在这地方直到时机

转好，在 20 岁时她来到科尼（Kearney）〝大城市〞，不过大多数人会称之为一座小镇，并且在美味茶室(Tasty Tea Room)当女服务生赚取生活费。

她在那儿遇见威尔森-麦卡蒂(Wilson McCarty)，正所谓一见钟情。他给她 5 元小费以获得她的注意而且以他的魅力掳获她的心。很快地 他们结婚了。从吉姆的墙上平静地凝视他们的结婚照，结婚照中安塔-梅穿着一件有很多装饰的皱摺衬衫，每根头发都就定位，而麦卡蒂先生穿着陆军制服，宁静地向外凝视。

迈克-麦卡蒂，大家称呼他为威尔森，也是在有着泥土地板的简陋木屋中长大。为了帮助亲爱的母亲，他被迫在 10 年?后辍学。他的父亲年轻时死于酒精中毒，而且从全家福照片中 汤姆空洞迟钝的眼神凝视着我。
这张照片非常杰出，背景是在森林中的空地。艾达和汤姆-麦卡蒂并坐在二张摺叠椅上，无疑是由摄影师提供的。

不论环境多简陋，他们的衣服都笔挺和朴素。艾达穿着一件时髦的白洋装而且带着艾德华时代样式的帽子，而人们会议论纷纷说这帽子是一个极度夸张的饰物。威尔森坐在艾达的膝上，只是个刚学走路的小孩，安娜-梅站在他旁边 只比他大一点，当时汤姆看起来憔悴和非常不健康，这照片一定是在他死前不久所拍摄的。

在汤姆死后，艾达藉由在洗衣店工作、缝制被子，和卖鸡蛋来养家活口。她的一生是无法想象的艰辛。在后来的照片中，她的嘴唇是紧闭在一起。她的脸上再也没有笑容。然而，她将养育 5 个小孩的工作，做的非常好。

当迈克在第二次世界大战从军后，他离开了家。他在科尼驻防。在那儿他遇见安

塔。

安塔曾经是且现在一样是一个恬淡寡欢的人。她的表达稍微严厉，她努力工作并且在她一生中存下每一分钱。虽然她已接近 93 岁生日，甚至到今天她仍然很少说话。迈克则是完全相反，在 1998 年他进入更大的生命历程(往生)。他亲切地和合群地成长，工作过程虽然如同安塔般，是贫穷、辛苦而且节俭的，但他同时也是孜孜不倦的乐观主义者。我仍然可以听见他说 "你将会惊讶这个或那个将有多么美好！"对他们而言，事情本身将会非常美好的运作。我从未遇过这么谦卑的一对伴侣，或是满意于他们在列克星敦、内布拉斯加的家。他们一生辛苦的工作，而且是心甘情愿地努力工作。他们多爱他们的儿子。看着他，安塔真的微笑了！

吉姆出生于 1947 年，是个独生子。他像隐士般孤独地成长。他的父母亲总是在工作，所以在清晨上学前，他到他们的杂货店帮父亲摆放货物。在下午直到他们回家前，他在普拉特河（Platte River）附近的沙坑游荡，寻找(印地安)箭头，和野生动物玩耍，同时像小男孩般快乐的感受。

在早期的生命历程中，他发展运动而且像运动员般的擅长。在较大的城镇中，虽然他普通的身高 5 呎八吋可能是一个令人沮丧的因素，但在列克星敦、内布拉斯加 他是中学足球队四分卫而且是棒球队的捕手和游击手。在 1963 年，由 Monte Kiffin 教练指导，他的"小型"棒球队赢得内布拉斯加州冠军。从 1965 年到 1967 年，在中学他是两年的撑竿跳纪录保持人。

现在吉姆已经 60 多岁，仍然孤独，从星期一到星期四，他为自己的草坪独自地工作。只有在星期五的山顶割草日，他接受 Gary 的协助。他以大多数任何年龄的男人都无法做的速度，辛苦的工作着，举凡割草、园艺、清理刷子和瓦砾碎

片，同时做石制品的工作。

当我渐渐痊愈时，我经常注视这木屋房间内的四面墙壁，而且带着怀旧之情看着二个破旧的棒球手套和二个棒球陈列在电视上。一个球是 80 年代早期路易斯威尔蝙蝠队 Gene Roof 打的全垒打，另一个是他在"小型"冠军队时所有队友的签名球。

吉姆是他的家族中 第一个上大学的人。他从柯尔尼州立大学毕业，主修社会学、经济学和商业学。他发现他不想从商或教社会学，接着他加入佛罗里达州立大学教师团队，在那儿他获得早期幼儿教育硕士学位。在这训练期间，他发现对幼儿没有什么同类情感，所以他退出这一行。
1972 年，靠着在内布拉斯州寒冷的冬天做焊工和混凝土工所赚的钱，在肯塔基州的马里恩郡（Marion County）他贷款买了一块地。在二个温暖季节中，他盖了第一栋木屋，他的家园。在 1980 年他离开这块土地时，他已经为访客和养蜂的工作建造了二座木屋。他同时也建造了一座美丽的蔬菜储藏室和有着彩色玻璃的车库。在他的家园外面建造了一组摇椅和一座适合大人坐的跷跷板。所有的东西如同他的特质一样坚固。

他和一位科罗拉多州人 T. D. Lingo 一起研究大脑自我控制，T. D. Ling 专门教导在荒野状况中发展灵性。在蜂鸟山上 吉姆也教授这些课程。身为一位行动主义者和严谨的超自然研究员，早上的时间他花费在阅读和研究，下午和傍晚的时间他则辛苦的工作。当夜幕低垂时，他会坐在前廊，看着夕阳西下同时听着北美夜莺的啼声。他是十分地满足，同时想着他将生活在这儿而且最终埋葬在岩溪(Rock Creek)的洼地中。这里是我们非营利公司的名称诞生之处，那就是爱/光研究中心。

然而，在 1978 年命运注定中的一天，他听到一个广播节目，内容是 Don Elkins 和我谈论有关幽浮和超自然研究。这就是他结束"回归大地" 之田园诗篇的开端。我展开双臂拥抱你的灵魂！看着吉姆-麦卡蒂的谦卑和无懈可击，一个住在蜂鸟山木屋里的男人，愿我们全都立志如此服务！

Copyright © 2010 by L/L Research

Translated by Unknown.

Reviewed by c.T.

☆ 第 1015 章集：体验停工期#3－离开木屋的男人

---

http://www.religionandspirituality.com/

小灵媒宇宙逍遥游专栏

作者:卡拉 L.鲁克特(Carla L. Rueckert-McCarty)

发行日期: 2010 年 10 月 4 日

1978 年，吉姆（Jim McCarty）已经在蜂鸟山生活差不多 7 年的时光。他完全满意那里的生活。然而他那恼人的良心开始建议他在服务他人上给予更多的关注。他开始和“这种觉察”（This Awareness）团体，以肖克利(Paul Shockley)为主的通灵小组聚会，接着他开始参加爱/光研究中心的公开集会。

在卡塔基州（Kentucky）马里昂郡（Marion County），他和他的朋友及半哩远最接近的邻居，开始从 70 英哩远的路易斯威尔东南方，展开每周一次的神圣旅程，为了参加我们的聚会。艾瑞克满足于聆听通灵 但吉姆决定通灵时在旁协助而且很快地成为我最棒的学生。

这二位是忠实的参与者。艾瑞克现今仍然是一位亲爱的老朋友，他是我们在感恩节和圣诞节会希望邀请他和他母亲 Phellis 前来的朋友，当 Phellis 显示老年的迹象时，他的姐妹们将她安置在老人之家，最近他将母亲由老人之家接出来。艾瑞克的兴趣在 70 年代末期开始减弱，吉姆的兴趣反而增强了，到了 1980 年吉姆独自一人开车到路易斯威尔。

在东路易斯维尔接近一座大公园边，唐（Don Elkins）和我在道格拉斯街上一间可爱的老旧公寓中一起舒适地生活 12 年，但是唐热切地要吉姆加入我们的灵性家庭，1980 年夏天，我们搬迁到沃特森径高山顶上位于老邻居南边一栋漂亮的房子。

在这个种植丰富的根茎植物、花和灌木的家，对我们三人来说是合适的，因为这房子的一部份有四间卧室，一间客厅和一间有房间的大厨房，在房间的大餐桌上我们享用餐点。穿越纱门走廊进入房子另一部分，包含一间卧室和一间足以放置两张桌子还有书的办公室。唐和我在房子的一边居住，而吉姆（Mick，小名）可以单独住另一边。

吉姆考虑接受唐和我的邀请加入爱与光研究中心，但是起初他拒绝我们。他已答应肖克利他将开车往西到奥瑞冈州（Oregon）和他们的小组工作。他卖掉财产并装满他的 Sanity 卡车，越野开了大约 2500 多英哩到奥瑞冈州的亚姆西尔谷（Yamhill Valley），那儿确实是美国最可爱的乡村。在肖克利的土地 Tootsie Roll 上，他安顿在一辆拖车里，并且开始整修『风之歌觉知学校』的屋顶，这里是肖克利的“家庭-学校”。

待在那儿二个月之后，他收到一项有利的建议 成为加拿大硅藻土矿美国的经销商。硅藻土矿对包装业者而言是非常有价值的，因为东西包装在里面不会腐败。吉姆措手不及。无疑地他并不了解要成为一位包装业巨头所必须付出的身体需求。

他取消行程同时退隐到 Tootsie Roll，准备花费一个周末斋戒和祷告。 30 秒进入警醒状态，圣灵清楚地给他答案：“回到肯塔基并且加入唐和卡拉”

再次地 他打包工具到 Sanity 卡车上，而且开了 2500 英哩回到 70 英哩内，他出发的地方。从那时起，这是他常说的灵性旅程的方式。你旅行 5000 英哩实际只有前进 70 英哩，其他部分应被记取为经验，而不是任何类型的错误!

1980 年 12 月 23 日，吉姆来到镇上。在一小时内他卸下他的东西，包括一只叫巧克力棒的喜马拉雅小猫，这只猫是『风之歌觉知学校』的孩子们送给他临别的礼物。他将打字机装置在办公桌上，我的办公桌紧邻它。他的打字机叠上新纸，准备为唐和我在 1976 年出版的『幽浮的秘密』(Secrets of the UFO)一书作精心的修订工作。然而事件突然对我们迎面而来。

1981 年 1 月 15 日，我正在教导里奥纳多(Leonard Cecil)如何通灵。唐和我们一起坐着，当我开始第一次与 Ra 集会通讯时，吉姆带着大袋的杂货正要穿过前门。吉姆花了三星期加快我身体的螺旋能量到达一个关键点，使我能够引进 Ra 通讯。

就这样，唐[Ra 集会的发问者]、吉姆和我从未期待拥有的最伟大之冒险于焉开始了。

虽然唐和我是一生的伴侣，但是唐比较喜欢禁欲的生活模式。当他 39 岁，我 25 岁时，我们就在一起。在禁欲几年后，对我而言禁欲不是个好情况，如我所愿，唐和我达成协议，我可以去找喜欢的情人。然而我挑选了一个情人，一个非常爱我但不想结婚的男人。

由于只有当唐出城在为民航飞机执行驾驶工作时 他才出现，他的关注没有干扰到唐和我。经过 9 年的这种协议，由于他开始显示一些迹象，他想要的东西多过于我所能给的，纵使他是如此可爱温柔，我决定停止与他见面，因为我忠于唐，我与唐的关系发生在先。

当吉姆进入我的生活，化学吸引力发生了，吉姆的孤独生活模式非常适合唐和我的生活模式。唐希望我们的伴侣关系永远地存在。吉姆希望成为朋友和情人，吉姆总是甘愿等待，在唐没有出城之前，他不会提出约会的邀请。这真是天堂般的约定，至少有数年间是如此。

这是吉姆和我的关系的一个重要层面，因为它提供我足够燃料好与 Ra 通讯。我天生肉体的能量几乎是不存在的，从我出生以来就是如此。早在 1972 年，一位通灵者告诉我，我被一个巨大金色的存有笼罩着。直到吉姆的性爱驱动我的肉体能量，否则 Ra 群体无法透过我通讯。

吉姆的肉体能量是纯净的，清澈的和无懈可击的。他从未作一个随意的、轻率的性爱结合。从第一次起，我们的性关系就是真实的绿色光芒能量的转移，而它让我们的生活变得更美好。它也为我们创造服务他人的机会。我认为所有喜欢一的法则[也称为 Ra 资料]的人，会感谢吉姆对爱/光研究中心的付出，他对我真诚的

爱帮助我准备好自己迎接这个特别的接触，没有他 这一切不会发生。

虽然唐在 1984 年离开人间，我将会在接下来的文章提到唐和我的故事，这故事是 2010 年我体验停工期的一部份经验。此刻，我只想说: 面对我的健康不佳

他恒常地关心我，唐决定献出自己给我们负面导向的无形“朋友”，他的牺牲悲剧直到今天仍在回响。Ra 通讯的黄金岁月结束于 11 月的某一天，而且永远改变了吉姆和我的生命。我们只剩下彼此和这份事工。

唐留给我一些钱，这些钱我交付信托。在他死后 15 年这些钱足够支付我们的账单。吉姆和我付出光阴一起为爱/光研究中心服务。每天早晨我们在办公室一起工作。午餐后，吉姆会在卡墨洛（Camelot）的庭院工作，

设计一座漂亮的石头花园，盖一座冥想小屋，十字型的露台，一座棚架和穿越植物可爱的红砖小径。由于我的健康是多变的，因此我尽己所能地在创造性的事务上工作，而且在傍晚时分，我会到外面成为爱/光研究中心的正式除草员。对我们而言，这是美妙的生活，另一段黄金岁月。

在那期间，我们深深地坠入情网。我们在 1987 年结婚，从此我们的生活是一起不断建设的冒险。已经看见我们非常小的非营利事业成长到现今的规模，这规模仍然非常小，但几近全天候的忙碌工作，一位簿记员，一位农场管理员和一位网络工作者，更别提还有一位管理超过 1600 项纪录档案的网站管理员，13 本书和演讲、访问和其他大量商品以论坛、部落格、聊天室方式连结灵性组织网站，藉着网站许多志愿者以大大小小的方式帮助我们，包括誊写我们的通讯集会纪录。圣灵在对的时间遣送对的人给我们，让这一切顺利发生，我们为此谦卑地感到惊

奇。

当新的世纪取代了旧的世纪，唐的信托基金停止运转。金融市场萎缩，突然之间吉姆面临必须以劳力工作来付帐单。他在商业学和经济学上受训，而我期盼他能在企业界找到类似管理员的工作。但我这位孤独的老公选择在草坪服务工作，大部分时间是独自工作。先前他改善我们的花园，现在他与别人土地上的自然精灵共舞。最初，告别卡墨洛对他而言是灵魂的撕裂伤口。现在他热爱这份工作，他最快乐的时候是驾驶着大型割草机飞越客户的田野。
吉姆的生活经验象是倒退走一般。首先，在完成教育后他退休了。然后成为朝圣者，落脚在爱/光研究中心，以教士的方式度过所有时光，不管是在户外或屋内工作。只有在他快要 60 岁的时候，才开始为了生存工作!

纵观这一切，吉姆以感恩的心面对改变，持续地稳若盘石，而这稳定是世上少见。他和我仍然为唐?艾尔金工作着，我们引以为傲。特别就这个意义而言，我荣耀吉姆持续进展的人生。因为当他为自身工作时，他已为这世界工作。

在 2001 年 2 月 4 日的一场集会中，Q'uo 群体说:“你所想的念头，你感受的情绪，穿越你活跃系统的灵性经验，这些建构你基本的形而上自我身分。每一个你想的念头，每一个渴望的念头，每一个你带来实现的念头，在你的振动[即能量签名]上造成轻微的改变。我们在灵性层面中注视着你所是的形而上存有，这些振动的链结是非常明显的，对我们如同白昼一般 揭露你是谁，你过得如何，和你属于谁。”

我向你致敬，吉姆，一位来自内布拉斯加州原野的牛仔，许多人的上师，太一造物者的虔诚信徒。吉姆 你是最棒的！现在到永远!

我展开双臂拥抱你的灵魂。愿我们全体朝着爱/光研究中心的吉姆所拥有的清晰和无懈可击而努力!

Copyright © 2010 by L/L Research

Translated by Unknown.

Reviewed by c.T.

☆ 第 1016 章集：艺术创作的原则

Copyright © 2008 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

The Massacre of the Innocents c.1565, by P. Brueghel

周六冥想

2008 年四月 26 日

小组问题: 我们今晚的问题是: “你可否讨论艺术创作过程背后的原则? 从灵性的观点来看— 诗人、小说家、雕刻家、画家、作曲家、歌词作者、演员、剧作家等，他们的创作过程有些什么不同?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂

的服务中 我们今天来到你们这里. 感谢你们呼叫我们加入这个寻求圈，这是我们的大荣幸.

我们将竭尽所能同你们分享我们的想法，关于这个至为有趣的主题— 创作过程背后的灵性原则.

一如往常，我们请求每一个人在阅读或聆听这份资料的同时，保持你敏锐的辨别感，选取对你有用的部分，丢下其他部分. 我们至为感激你愿意这么做，因为它允许我们自由地讲话 无须担忧可能会冒犯你的自由意志或冒犯你的(寻求)过程.

创作过程背后的灵性原则即每个实体都是造物者. 每个实体天生就有创造从未存在的东西的能力，以及思考那些从未被想过的念头. 每个活在第三密度地球上的实体都配备所有创作的工具和资源.

那么 你可能会问: “为什么不是每个人都在创作?”

成为有创意者的挑战是保持或制造一种看见和感知的方式，对造物者而言 是独创的方式. 你们的文化并不鼓励独创的想法; 你们的文化并不鼓励内在导引的行为和态度. 你们的文化有一种充满物质享乐的共识实相[1]，彷佛你们周围有一片海洋，你们的文化站在一座微小的岛屿 同时说: “这就是全世界，不要走到海边，不要潜入未知的水域中. 这里就是花园，有食物可以吃，有工作让你做，过你的生活，不要质问任何事，接受权威，不要制造波浪，不要涉入未知的海岸.”

以我们的观点，你们的文化和共识实相是幻象，而广大的水域是实相. 创造小岛的过程就是将一些粗糙的物质组合在一起，并且透过恐惧建造.

你们每个人在地球上生活的每一瞬间皆是如此地靠近无限和永恒，近得如同你的呼吸；近得如同你的心跳. 活在这个似乎坚固的大地上、活在各种似乎世俗的关切上，其实每个时刻都能瞬间开启并揭露此刻绝妙的复杂度、矛盾与无限的奥秘. 土地渐渐消失，众水正在邀请、鼓励、吸引寻求的心逃离共识实相的岛屿，跳入本体[2]、未知、美妙的水域.

值得注意的是，艺术脉冲以某种方式、外形或形式存在于每个人里内；然而 在某些情况 由于(扭曲的)孩童环境导致该实体对于认识新事物有着太多恐惧，于是他难以探索自己的创意脉冲.

在其他情况中，一个实体可能极为欣赏创意过程的部分，并乐在其中；然而由于缺少天生的才能，无法将他的心和魂里头的美妙艺术意象显化出来.

有特定比例的人群，许多是流浪者，他们的特质和投胎前选择的才能可以支持其创意过程. 艺术家与智慧财产[套用该器皿的称谓]的创造者并不是和其他地球人不同的族类；而是他们的天赋包括一种优美敏感度，该天赋呼唤他们离开岛屿，进入水域中.

我们使用这个隐喻说明无创意和创意之间的差异；当一个人双脚行走在地面上，他的身形全时间和地面呈 90 度相交，没有任何圆形，人生形塑在正方形之中.

在水域中，如果分离出水滴，每一滴水都是一个球体，它是一个圆的宇宙，对应到形而上和时间/空间的圆形能量.

现在 我们要切换到一个不同的隐喻，谈论通往智能无限的大门(gateway)，因为你们的询问的第二部分是关于各式各样的艺术家之不同.

在这部分的谈话开始之前，我们要区别艺术家跟从智力观点出发的实体，后者并不涉及艺术脉冲 毋宁是发现自己生产的一些礼物广受欢迎 同时能够带给自己一种安乐的生活.

我们要谈论的是那些带着自发性和无可抵挡的创作冲劲的实体.

那些认为艺术制作是种职业的实体，他们将自己侷限在较低脉轮之内 表达他们提供的材料.

我们相信你们想要我们谈论的就只是那些必须表达内在才华的艺术家，那些无法抵挡地被吸引 必须去演出和分享一己天赋的实体. 不管这类的实体是否认为他们分享的礼物跟灵性有关; 就它本身的定义 它确实是一项灵性练习. 因为一个实体若要接触创作脉冲，他必须移动进入敞开的心轮[绿色]，从而向上移动进入沟通的光芒[蓝色]，接着是信心的光芒[靛蓝]，此后 移动进入紫罗兰光芒和通往智能无限的大门.

一位艺术家将他的注意力移入一个地方，在那儿 他能够汲取该大门后头的灵感和信息，于是能够表达他已看见的景象和收藏的感知— 以他自己的方式. 他就如同是个寻宝猎人，在找到宝藏之后 必须跟众人分享.

这个器皿喜欢一位音乐家叫做威利[3]，有一次 这位歌手和作曲家被问到他如何创作出这么多美妙的旋律. 威利说: “在任何时间都有旋律在空气中穿梭，关键只

是从空气中挑选出一首旋律，接着为它加上歌词.”这个实体是准确的，无限个可能性流动穿越该大门 到达那些全时间使用它的实体手中. 创作脉冲是没有尽头的.

我们注意到艺术家普遍面临一个大困难，那就是他们变得过度喜欢停留在我们刚才提到的几个脉轮— 心轮、喉轮、眉心轮、和大门脉轮(顶轮). 他们比较喜欢完全地停留在较高脉轮 而不去照顾或荣耀较低脉轮. 因此 他们逐渐脱离大地的系结，容我们说. 他们并未扎根进入生活和肉身之中.

对于那些喜爱美丽事物的实体 这是个诱惑，他们不了解美丽开始于诞生时的臭味、血液、哀号、尖锐灯光、和惊恐.

创意过程必须向下移动，每日且有意识地，进入生命的开端，进入生存和性特征的红色脉轮，进入牵涉各种关系的橙色和黄色脉轮，和整个能量体一起工作，为了拥有十足的气力，接着纯粹能量流动通过能量体 好让该实体最充分地使用创造的灵性天赋; 若他没有关注较低脉轮和相关的问题，就会或快或慢地 摧毁自己的身体、情感、或心智.

各式各样的艺术家在投胎前选择不同的创意天赋带入此生中，这位很会唱歌，另一位则是绝妙的演员; 有的很会写作，有的很会画图. 当艺术家努力表达艺术的感觉和概念时，因着他们不同的人格或性格 呈现不同种类的艺术技巧.

有些艺术家喜欢停留在心轮里面，发自内心地表达; 在许多例子中 这些实体是表演者; 那些创作音乐、歌剧或芭蕾舞剧的实体，他们从心轮出发.

其他艺术家拥有显著的蓝色光芒，具有这种特点的实体将发现自己无法遏止地尝试以新的方式去沟通；许多这类的实体是作家、诗人、剧作家、和卓越的老师，因为教学本身即是一种艺术形式.

许多艺术家的特性和人格是如此这般 他们受到信心、意志、魔法领域的牵引，对于每个艺术家而言 这些能量的混合(比例)都是独特的，因此他所显化的艺术也是独特的. 当然，一个艺术家在他的人生旅程中经历不同的阶段，有时候他从心出发，或渴望去沟通，有时候他渴望去表达生命的魔法. 这些只是艺术家游玩其中的各种水域.

我的弟兄，是否有另一个询问？我们是 Q'uo 群体.

Jim: 数字、比例、和随意比率是否为有益的灵性镜头，使我们理解创作过程和创意产品?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 的确，数学和比例是创作过程的固有部分，也是绝对必须的. 如果一位艺术家在聚焦上有困难，工作数学，特别是神圣几何，将对他很有帮助.

如果一个人注视语言本身，它就是神圣几何，每个字母都有特定的能量，每个字汇[由特定字母组合]也有某种能量；研读字母、标志、和语言是件无尽迷人的事，透过字母和字汇的入口，一个人可以看见无限流动的能量. 这类的工具对于艺术家是必须的.

在音乐方面也是如此，在西方音阶系统的 12 个音调之间 我们可以轻易看见一系

列的数学比例. 在各式各样的和弦、二和音(duads)和三和音(triads)之间有着各种数学比例，音乐家用它们来创造美丽的旋律和丰富的和谐交响乐.

是否还有其他的询问，我的弟兄?

Jim: 为了带给我们一个完整的圆，你可否为非-艺术家[一般人]讨论艺术、文学、戏剧吸引力背后的灵性原则? 从灵性的视野观看，不同种类的艺术如何独特地微调创作过程? 艺术如何影响我们?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 如我们先前所说，所有实体都是创造者，但并非所有实体都受到牵引去表达他们的创造力. 他们坚固地附着在共识实相的小岛上; 他们想要踩着坚实的地面，仰望天空; 他们不想要双脚沉入未知的境域.

不过，创造的脉冲居住在所有实体里内，每个实体都是造物主的分支，每个实体都有魔法能力. 每个实体透过信心和意志能够改变他的世界. 但许多人是如此深深地接受共识实相，以致于在原创力的表达方面没有潜在的出口. 虽然 你们可以看见创意脉冲穿越任何实体的人生，好比一个实体以独特的方式整理排列她的芭比娃娃收藏品，或精心装饰一棵美丽的圣诞树，或以爱心准备一顿晚餐，或以杰出的本领养育小孩.

许多人，单凭自己，不会进入智能的创作，容我们说，他们不会放掉赖以维生的箱子，因为他们在里头感觉安全. 然而，一个人若能够停下来，走入剧场、电影院、歌剧院、或芭蕾舞上演的地方，这是多么美妙的事! 坐在观众席中，让艺术表演者带你进入水域中! 观众并未驾驶这艘小船，但他们可以欣赏这趟短程旅

行，他们知道这道可口的奥秘和吊诡的菜肴终会结束，然后，再一次，他们安全地返回自己的岛屿岸边.

以下的想法是个浅薄的陈述，但或许有些帮助：这好比左右脑的差异，好比说左脑跟住在岛屿上有关，善用住在箱子里的时间；然后右脑无人问津，它的需求没有获得满足，因为没有被操练，它处于休眠状态. 那么 艺术能够将一个人带到水面上，将那休眠状态解除，进入活跃状态；突然之间 右脑开始运作. 这个感觉非常好，这使得出席的观众或艺术鉴赏者感觉自己彷彿也具有创造力. 这个情况是会感染的.

从另一个方向看，我们可以描述艺术家为一个能够将广大的人类经验压缩为一个够小的作品，让观众看见一个整体. 在这个压缩过程中，不管结果是影像、隐喻、旋律等等，都会产生一种力量的强化，于是艺术家可以打穿恐惧的高墙，把观众或听众带入一个自由或爱的地方.

艺术家有一种讲述真理的倾向，该真理不是逃脱群众的视线 就是极为可怕 令人不去思量，因而被忽略. 进一步而言，一位艺术家能够带领一群人、一个国家、一个世界穿越悲痛与忧伤的过程，因为他可以在悲痛、忧伤、绝望之中创造美的作品.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

Jim：最后，从灵性观点来看，几乎在每一个文化领域都提升对于创造力的兴趣，这现象有何重要意义?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 或许 你已听过这样的表达: “某件事正在蔓延.” “春天的气息蔓延.” “圣诞节的气息开始蔓延.”

在这个时候，我的弟兄，新时代正在蔓延. 罩纱正在裂开. 实体们更容易进入通往智能无限的大门. 真理的振动此时正在轰炸行星地球. 一波接着一波的清晰和真实知觉能量正在渗透第三密度的共识实相.

如果一个实体正在沉睡，他可能只觉得这一波波的能量造成环境变得更艰难，他必须越来越多地关闭自己 只聚焦在生存议题上. 这是由于他尚未迎接自我，真正去认识自我、接纳自我，最终看见他内在的造物者. 无论如何，今日的地球上头，每个实体都能够破茧而出，在一个新的立足点上 正向地使用这些能量.

一个实体需要可观的勇气面对感知的巨浪冲击，在心里说: “我已经踏上这趟旅途，我将使用这股能量更深入地看自己，更充分地接纳自己，更深情地爱自己，看见我内在的造物者，并荣耀神性的火花.

这是个美妙的时代，你们人群正靠近毕业日，在每个实体的肉身死去之后，完全有可能向前进入第四密度. 不只是这个星球，整个太阳系都在接收这些难以置信的能量浪涛，它们预示第三密度的尽头 和 第四密度的崭新黎明. 同时，众多的无形实体都很愿意帮助那些想要服务他人的实体.

天使们无所不在，大自然的提婆(devas)和小精灵到处都是，他们全都想与你一同玩耍、歌唱、跳舞. 大家一起来，邀请每个人加入这场舞蹈，舞入太阳中，舞入光中，舞入新日子的黎明!

我们，我们自己，也是众多受到你们星球现况吸引的群体之一；此时 我们以谦卑和朴素的方式提供我们自己给那些认为我们的信息有用或有益的实体.

你们可以期待看见地球小孩展现越来越多的艺术脉冲，因为他们的 DNA 同时内建第三和第四密度的线路. 结果是，他们能够接受远为大量的创意信息，他们周围的罩纱变得稀薄许多.

关于这一系列的问题，是否有后续的询问？此时，A 实体是否有另一个询问？我们是你们知晓的 Q'uo 群体.

A: 是的，Q'uo. 你可愿讨论同理心(empathy)和创意过程的关系？

我们觉察你的询问，我的弟兄. 同理心[感受同伴的感觉]和个人创意过程有深远的差异. 你可以看待它为水平行动和垂直行动的差异.

当一个实体如此地敞开心房，他能够穿上他人的鞋子，接着走一英里路，他的确执行了一个创意行动，接纳弟兄如同自己一般. 他已承担弟兄的负荷，若他只过自己的生活，他绝不会经验到这种旅程. 这显示该实体具有魔法和爱心的人格体，并且具备独特的灵性成熟度.

不过同理心其中的能量交换是水平的，它是从这个人到那个人之间的能量传递，双方提供两者之间的造物者动力.

无论如何，一个同理他人的实体所追寻的并非造物主，同理心是人对人，眼对眼，心对心的交流.

在创意过程中，一个艺术家工作自己的想象力，那是一种垂直能量，该艺术家敞开自我迎向更高的能量、更高的感知，和蜕变、魔法的细微之处；然后他开始寻宝，这种垂直能量果断地将一个艺术家从共识实相的箱子拉出来，进入一种觉察：即你所站的地面只是个幻象，事实上，向下有无限的空间，向上也有无限的空间，而永恒横跨两边的上方.

我们可否进一步回答你，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

A：是的，Q'uo，你刚才提到那个 [听不见] ...

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 一个艺术家的美感跟他的人格体一样独特，艺术家倾向从熟悉的东西创造新东西，将已知的东西带入不同地方从而变成某个未知的东西.

举例来说，这个器皿最近看过一个艺术家的作品，他将常见的塑胶瓶集合在一起，接着创造一幅幅的照片，表面上看起来是美丽的，同时也带有对地球的深入关切. 该艺术家在照片边框写着："注视这一片浮在海上的塑胶瓶，这是我们国家仅仅一天所使用和抛弃的份量." 广大的透明塑胶瓶填满一幅又一幅的画框，在这波浪起伏的结晶之美底下 述说着讯息.

往更早的时间移动，在惊恐和战争时期，一个叫做布鲁盖尔(Brueghel [4])的实体画出他看到的景象，一直到今日，许多实体能够注视他的画作 同时获得一种深入人类苦难本质的洞见.

并不是黑暗的事物本身是美丽的，同样地 也不是说 正面或光明事物本身是美丽的. 而是 一个实体在感知某幅平面意象画作时，该感知可能爆发为无限的概念，从而驱动美.

此时 是否有最后一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

R: 在注视负面极性和业力的特性之过程中，我们假设当一个人极化朝向负面，好比说成为一个奴隶主人，然后 业力会牵引相反的经验，他随后成为奴隶. 当一个人处于受苦的位置和接收末端，他是否还会以负面方式极化?" 你可否评论这个问题?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 这完全是有可能的，如你所说，一个位于权力接收末端的实体，也就是说 没有力量，他很有可能大大地朝向负面极化.

如果你思考负面极性的特质，负面极性在于看待所有其他存有为可利用的物件，并感觉自己是宇宙造物之王. 当这样一个实体[带着这种基本性情]来到一个无力量的位置，他将自由地花费这一生的全部磨利他狂怒的刀锋. 他可以使用每一次的冷落、污辱，令自己鄙视、厌恶所有其他人，于是淬炼自己的斧刃变得更为精准地锐利.

在形而上层面谈论负面极性时，外在的财产不是你们要注视的重点. 采用非真实途径意味否认你与他人为一. 不管一个负面极性实体位于社会的首富阶级或赤贫阶级，他都同样能够磨利他愤怒的刀锋，以及和所有其他实体的分离状态.

我们是 Q'uo 群体，并觉察到这个器皿的能量正在衰微. 因此，我们在此时很不情愿地说，如罗密欧曾说: “告别是如此甜蜜的悲伤. [5]” 在太一无限造物者的爱与光中，是我们找到你们，也是我们离开你们的地方.

Adonai. Adonai.

原注

[1]共识实相是个词组，它问: “什么是真的?”答案是我们大家同意是真的，那就是真的.电影黑客任务(the Matrix)就是在讲共识实相.隐含的意义是共识实相跟真正的实相可能只有一点点相似，当 Q'uo 使用这个词组 就包含了这个推论.

[2]本体的(noumenal):在康德的哲学论中，本体的定义是: “一个独立于心智之外存在的物件，而不是一种现象.它也被称为物体自身(Ding an sich).”所以本体拥有一个真实的存在，与我们的心智无关.再次地，这里的推论是共识实相并不如真正实相那样真实.

[3] 威利尼尔森 (Willie Nelson).

(译注:著名的美国乡村歌手)

[4]布鲁盖尔(Pieter Brueghel)是 16 世纪的一位佛兰芒(Flemish)艺术家;他们一些油画如 “Massacre of the Innocents”、“Fall of the Rebel Angels”和 “Triumph of Death”都采用暗黑的主题，却都是美丽的画作.

[5]这段话出自莎剧《罗密欧与茱丽叶》第二幕，第二场景，在该场景即将结束之际，茱丽叶说: “晚安，晚安! 告别是如此甜蜜的悲伤，我将不停说晚安直到次日.”

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1017 章集：体验停工期#4－神圣的性爱和男人

---

http://www.religionandspirituality.com/

小灵媒宇宙逍遥游专栏

作者:卡拉 L.鲁克特(Carla L. Rueckert-McCarty)

发行日期: 2010 年 10 月 14 日

在我后来的生活中最富启发和惊讶的发展是和神圣的性爱经验有关。在主流的社会中没人讨问这个议题。露丝博士告诉我们什么是开放的现代性行为，这观念是好的，但是神圣的性并未纳入她的讨论范畴中。

在这方面，出版界或网络上一般的信息不是仿效性爱经（Kama Sutra），加上剪刀和其他蛮折磨人的工具; 就是撒旦主义或施虐/受虐(S.M)等重口味的信息。
市面上，纯净、正向的信息是稀少的。

尽管如此，在 2010 年 3 月接受脊椎固定手术之后，神圣的性爱经验在我的复原期带来极大的疗愈。因此我将试着描述这个极有价值却全然被忽视的主题。

在我的成人生活中起初尚未相信性行为的神圣性。像我这年代多数的妇女一样，我视性为恋爱和结婚的一部分。我出生于 1943 年，直到 19 岁前仍是处女，而且我坚决地打算只有在婚礼的几个星期前才能献身给我的未婚夫。我们已经订婚一年了。这似乎是安全的。

当他在婚礼的前 9 天离开我的生活时，想象我有多惊讶！从这件事我学习到在我们的社会中，许多男人享受狩猎过程远超过占有的事实。自从这种情形重复出现

在我第一次的婚姻和唐?艾尔金的不想结婚，我在心里把这个黄金事实写入『人生中的不舒服真相』的确切清单中。

然而，我不愿意成为一个放纵的女人。当我遇见吉姆时约 30 多岁，我对他敞开心房犹如一朵花自然地对太阳般展开。在当时我对婚姻没有兴趣，虽然我和唐是伴侣，但与他是禁欲的关系。我享受和吉姆成为恋人而且我没有比一般的朋友对他期待更多。
当我正值花样年华，年满 15 岁，虽然没有真正的兴趣我决定检验一下我是否想望约会。为了研究的目的，我选择和我已知的最帅男孩约会。我发现全然的淫欲对我而言永远不会发生。相反地 除非订婚否则我不会再约会。

直到今日，当我和欣赏或爱恋的人没有产生关系时，我对性是没有兴趣的。

我不会去思考它。我的性欲被深深的锁在天性中，没有浮上表面。

然而，或许因为我对早期约会的经验没有困惑，当我成为成熟的女人时，我拥有非常真实的激情。那第一次、注定失败的恋爱，美丽地开启我的女性特质。在我们的关系变得完美的那一年之前，我花费许多时间和他在一起，每件事情都让我容光焕发。虽然他从耐心求爱的绅士转变为无赖，但我还是感激这位绅士。

为了神圣的性爱在此设定一个必要的条件－在信任和信赖的基础上，我不受约束的能力对合适的男人才会有所回应。

当然另一个必要条件是要有一位能在信任和信赖上对我有所回应的伴侣。吉姆和我的关系直到数年后才使他成为这样一个男人。

在 1980 年的盛夏，吉姆和我成为恋人。由于他和我的期盼，我们的关系是谨慎小心地友善而且是不罗曼蒂克的。唐死于 1984 年，我 16 年来不婚的伙伴，甚至在唐过世后这情形没有改变。吉姆和我结婚是为了正常化我们的关系，从此我们工作和生活在一起。没有浪漫，仅有真诚的反应，和对爱/光研究中心的热诚和奉献。这似乎是足够了。

在 1994 年夏天，对我们而言一切改观了。当我们在游泳时，我像一只水獭般游玩，事件发生时我救了吉姆的生命。这是一个突发事件，我用全部的力量将他推向海岸边。结果，在一阵激流中我被送到外海。几分钟后，无法自行游回岸边，我想着也许今天会是我的死期。然而，一波仁慈的海浪终究将我推回岸边。一位改变许多的男人迎接我的归来。

虽然吉姆花费一些时日爱上我，但是藉由我拯救了他的生命，环绕他内心的混凝土已被永久摧毁了。在这事件之后，对这改变的缓慢过程他是脆弱的。
在唐死后，我经历了自我死亡的过程，好几次藉着仅有的思绪设法去攀附生命。对我而言 这议题连结到唐和我曾享受的难以置信之合一状态。

我们的爱完全无须言语，至少在他那边是如此。沉默统治一切！没有爱的话语来玷污它的神秘。无论如何 我们是合一的。甚至 Ra 群体也在☆ 第 106 场集会说："这两个实体在永恒的时期中是合一的，并且将这点显化在你们的空间/时间中。"

自从唐选择死亡后，这死亡的能量在我身上是也是活跃的，为了让我在日常生活中解救自己趋近死亡的天性，它同时使我的身心经历了六年疾病的挑战。虽然我的道德观避免自己去执行这些感觉，但大部分时间我都感觉想要自杀。因为觉得我未能解救唐，所以我不喜欢我自己。这种心理的状态转变成身体的疾病，在

1992 那年在身体上和情绪上我才摆脱困境，生活因而大为改善。

在这过程我失去了胆囊和一半的横结肠，这对我的健康是大有助益。在医院的三个星期，我进入一个痛苦-管理的课题，带给我必须的工具去活出新生命。

在吉姆和我之间这是浪漫最终开展的部份事件之一。当我没被失去伴侣所困扰时，我变成一个有趣许多的人。另一部分是吉姆真诚的爱上我，不是 1980 年那位年轻漂亮的女孩，而是 1992 年成熟且更有智慧、全新可以垂直生活的女人。

在世纪交替之际，我们成为彼此的热门货。很久以前我就爱上了我的牛仔。我们终于是对等了！

在 80 和 90 年代之间，吉姆和我从绿色光芒脉轮提升至蓝色光芒脉轮的能量交换，绿色光芒脉轮总是我们喜爱的，而蓝色光芒脉轮是沟通和真实的脉轮。

我们有许多需要处理的题材。在一起生活的前几年，当我罹患严重的疾病时，在照顾我的过程中，他有些话保留着没有说出来。关于彼此不对等的关系，我感觉仍然有一道混凝土墙环绕在他的内心，我也保留许多话没有说出来。

终于我们开始许多的讨论。藉由说出每个未表达的想法，我们缓慢地、小心地疗愈彼此和痛苦。这是一个困难的过程，源于旧有的习性，我们时常受到催化剂的影响而无法信任彼此。我们真的得花费许多年让温柔的心完全卸下心防，接着我们可以一起上升到靛蓝色光芒的能量中心。
你要知道，我们总是一起享受难以置信的强大性爱经验。我们拥有化学火花并且肉体上彼此非常契合。我们的相对尺寸最大化我们结合的力学、肉体层面。

我怀疑是否有任何一对伴侣拥有如此令人完全满意的性生活。

我们任一方都不期盼更多了。

随着岁月流逝，我们领受更多。我们会在约会前后祈祷，有时候我们在一起舞动的时候祈祷。造物主开始参与我们每次的做爱。
五年前，我得到间质性膀胱炎。它并没有传染性，而是单纯的慢性骨盆底感染。它惯常地中止一个女人的性交能力。由于这急性的疼痛 我发现自己畏惧和吉姆性交。

这状况很有可能让我们的性爱生活结束，但吉姆(Mick)并没有如此看待。我们成为不耽溺于性爱的恋人。令我们惊讶的是我们结合的喜悦不断增加。今日，我们持续抵达性经验的高潮 而且每次我们一起共舞，我们有信心地期盼更多扩展的、强大的、甚至令人震惊的经验。在造物主的引领下 我们喜悦地追随!
谈到性爱，Ra 群体说: "容我们说，当身体复合体[心/身/灵复合体的一部分]的极性或性特征越完整，越是遵循[寻求]能量转移之道; 同时增进对于他人的服务或协助.”

我相信这是吉姆和我目前的状态，经验神圣性爱的喜悦。

在每一次性能量的交换，我发现自己比以往感觉更美好。当过去数月来我从手术中复元，你可以想象这经验是多么强而有力的疗愈力量。

最慈祥的造物主以这种方式设计制造我们，我感到肃然起敬。

你们有一些人没有性伴侣或期盼有位伴侣。某些人拥有伴侣，却欠缺产生神圣性爱经验的条件。 如果你同时有伴侣而且在探索神圣性爱上有很好的基本要件，请你带着信任和喜悦进入这个精炼该经验的过程。这赏报是极大的而且似乎是永无止尽的。

我展开双臂拥抱你的心灵！让我们全体追寻造物主为我们准备好，等待我们走入的乐园，接着我们尽情在上主的场地共舞。

Copyright © 2010 by L/L Research

Translated by Unknown.

Reviewed by c.T.

☆ 第 1018 章集：体验停工期#5－小团队的领导者

---

http://www.religionandspirituality.com/

小灵媒宇宙逍遥游专栏

作者: Carla L. Rueckert-McCarty

发行日期: 2010 年 10 月 23 日

这一系列的文章是关于我最近从重大外科手术中复原的经验，加入一位 1984 年过世男人的故事，这似乎是蛮奇怪的。然而唐.艾尔金(Don Elkins)在我整个一生中是主要人物。从过去到现在，他的存在于我生命中是真实和有力量的。每一天我都想到他。对吉姆和我，唐仍然是我们爱/光研究团队的领导者。

唐于 1930 年 2 月 27 日出生于路易斯维尔，肯塔基州。他是终极的双鱼座－沉

默、内省、重心灵的且如月亮或海洋般多变。他的特质是无懈可击的。他是完全正直的男人。他的外在角色是军人、教授、研究员和哲学家。虽然他不是一位笃信宗教的男人，但他的内在角色是一位教士。

让我们一次回顾一件事。唐 10 几岁时就学习飞行小型飞机而且希望加入空军，但是在韩战压力及时间限制下，他反而加入肯塔基州的国民自卫队。唐在 21 岁生日之前晋升为士官长，美国陆军中最年轻的士官长。他最喜欢的笔名源于早期对飞行的热爱：他倾向介绍自己为飞行王牌(Flying Aces)杂志中的主要人物—Phineas T. Pinkham。

唐能在军队中快速的晋升有几个原因：快速拔枪射击瓶盖、连续六发子弹射击在标靶上同一个洞，以及他在武器、战术方面的渊博知识，还有一种不凡的能力，可以鼓舞激励周遭人的奉献度、忠诚度和高昂的士气。

唐和他的轻型火炮部队驻扎在德国的军事基地，安然无事的渡过大战期间。当他退伍时他仍然待在国民警卫队约 13 年，最后是上尉退休。许多在军队或是随他进入国民警卫队的人后来成为他最好和最老的朋友。他的想法像军人而他总是有很强烈的防卫心。

在韩战期间 唐中断了他的学业，在机械工程学校完成硕士学位后他进入快捷科学院。他同时拥有工程硕士学位。他开始在学校?授机电工程和物理。在那儿他当了 15 年的教授。这段时间他前往阿拉斯加，同时在费尔班克斯（Fairbanks）的阿拉斯加大学开创机械系课程，然而他在那儿只待了一年。他发现天气是恶劣的，当他看到原始清新的乡镇竟设置停车收费器时，他决定前往较低的 48 纬度环境，对他似乎是较合适的。他的研究方法一直是学术性和科学性的。

他的研究生涯开始的相当早。在 20 岁中期，唐开着小飞机飞往美国各地，和有幽浮经验的人对谈，如 George Adamski 和 George Hunt Williamson，以及 J. B. Rhine 等超自然研究员。
他学习回溯催眠技术使他可以调查轮回转世是否为个人延续性的正确解答。他参加无数次的降灵会只为了找到一个确实能够显化灵外质(ectoplasm)的灵媒。

在 70 年代，当时我是他的助理，他从事了不少田野调查，此外开着他的小飞机，飞行到远途去拜访幽浮『第三类近距离接触者』，幽浮曾在当地留下踪迹并且有人类目击者。

我的健康问题是他的动力 同时他把我当做实验对象，1975 年和 1977-8 年期间，他也在菲律宾和墨西哥调查超心灵手术。对他而言 没有一项信息是太荒谬而不值得考量。

做为一位哲学家，唐是独特的。他从事『思考』活动的时间以小时计。
他会躺在沙发或吊床上同时 以他修长、美丽的食指在空中划无形的记号。他是唯一我所知道偏好花时间致力于心理活动的人。而他做的很好！他的论点从没有不完整。丰富的思维进入他的每一项研究问题中。
1962 年我加入了唐的外星通讯实验，一个迄今持续进行的实验，每年 9 月和 5 月之间 每星期六晚上，我们在爱/光研究中心进行通讯。

我抗拒学习通讯，因为对它不感兴趣。然而 12 年后，在 1974 年，原来通讯的人都离开了，当他询问我是否意愿学习通讯时，我知道这实验需要我。他开始纪录我们的集会，这成为爱/光研究中心档案库的起点。

在那 12 年期间，许多事情发生在我身上。我结婚是为了能陪伴第一任丈夫的民歌演唱生涯，却使得他在重要时刻放弃民歌演唱。只剩下一个什么事都不做的老公，他既不工作也不完成学业。在四年的婚姻期间，我是养家糊口的人。
在四年间 这个宝贝蛋离开我 7 次，6 次跑回来，就像俗话说的反覆出现的讨厌鬼，我深藏了失望。第 7 次他和他的爱人，加上他爱人的先生，前往加拿大以躲避征召入伍。

我为此欢庆，接着前往波士顿，在波士顿公立图书馆得到梦想的工作，而且在剑桥(波士顿附近的城市)开始找公寓。当他缺钱时他叫我前往加拿大并且要我支持他。对我而言承诺是严肃的事情 而婚姻是一个很大的承诺。我维持自己的承诺，前往温哥华，并且在那儿找到一个图书馆研究员的工作。
然后我重复了同样的模式，专精于我的工作同时得到一个美好的工作，当不列巅哥伦比亚省教师协专业图书馆的领导人。在开始这个美味的工作之前，我的第一任丈夫终于提出离婚，前提是我要同意回到路易斯威尔。再一次，为了满足他我照着做，至少在这困难的关系上能够自由使我感到喜悦。

这就是唐进入了我的生命的开始。他提议结婚，但是看起来非常勉强，所以我接受他的提议，但建议等他飞行结束回家时再做一次确认— 1965 年，他开始为东方航空公司效力，成为专业的飞行员，每趟飞行通常需要数天的时间。
唐决定他不想结婚，但他乐于和我举行执手礼，这就是支撑我们的关系达 16 年的基础。

我们在一起非常快乐，而且一起写小说、纪实报导、电影剧本。最重要的是，唐支持我持续学习通讯一次比一次好，而在 1980 年吉姆加入我们研究团队。三个星期后 Ra 接触开始，其余的都是历史了。

1984 年唐离开了尘世生命，但是在我生命中他的存在持续着。他现在是我指导系统的一部分，在每一次调频准备通讯集会时 我都看见他。

很久以前他给予吉姆和我行军指令，我们从未想过要走其他的方向。我们喜欢追随唐的计划，这给予我们很大的满足— 因为我们一直在做的工作能够服务各地的寻求者。

回顾 1968 年当我们第一次在个人及专业上成为伙伴时，唐要求我二件事。他要求我让星际联邦的信息流通到全世界。同时他要求我成为一个灵性组织的领导人。 感谢我们的网管人员，他们的工作显示在以下网址：www.llresearch.org，全世界上网的人皆可取用我们所有的资料，第一个目标已经达成。第二件事，在爱/光研究中心活出一的法则，则是仍在进行中的工作。

我曾经认识一位伟大人物：一个叫做 Donald Tully Elkins 的男人。我们一起组成一个家庭，虽然是相当不一样的家庭！当他在世时我崇拜这个男人，为了能够长远地待在他身边，我做任何需要做的事情。现在他已经离开人间，他仍然在我肩上和我的心里。

当数月来我从脊椎固定手术缓慢复原过程中，一同沉思我们的生命历程，这是多么满足的一件事情，他所留下的美好工作就由吉姆和我去完成。我们仍然持续进行这项工作，唐，你可以放心交给我们!

我展开双臂拥抱你的灵魂。祝愿我们好运，能在生命历程中明了并确认自己主要的服务途径，同时当机会来临时 带着全然的心去爱与被爱。

Copyright © 2010 by L/L Research

Translated by M.D.

Reviewed by c.T.

☆ 第 1019 章集：爱与光早期资料#12

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周一冥想，二次会议

1974 年 2 月 18 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn. 再次地，我在无限造物者的爱与光中与你们同在. 因你们的要求，我将讲述冥想的主题.

我们服务无限造物者的星球联邦建议如果你们想要有效地冥想，首先和首要的事项就是允许你的显意识心智放松; 让心智减少短暂性质的想法是必须的，我们发现你们每天大部分的活动都属于短暂的性质.

为了允许心智易于接受非短暂性质的东西，我们建议你找一个安静的地方 背脊打直地坐着，这是冥想技巧中最重要的部分. 无声的地方很有帮助，然而并非必须的，冥想新手比冥想老手更需要这种地方.

为了移除智力性质的短暂念头，我们建议采用某种可以吸引智力注意的东西，好比音乐 或 你们称为的真言(mantra). 无论如何，那不是必要的.

必要的是让智力性质的念头自然地离开意识.

在这个主题上 是否有任何其他问题?
[停顿]
[录音带结束]
***

Copyright © 2004 L/L Research
周三冥想
1974 年 2 月 20 日

(R 传讯)
我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我很荣幸在这个时候与你们同在.

此时 我对在座所有接收到制约效应的人们讲话，我们正尝试形成"我"这个字，我们将尝试传送一些意念到你的心智，接着使用你的嘴巴形成一些话语.

这帮助你们了解我们正在传送的念头. 迟早，我们确定你将能够做为一个器皿 传导我们的思想给他人. 如果你能够恒常地记得为什么我们这么做，这会带来帮助. 此时 我将离开这个器皿. Adonai，我的朋友. 我是 Hatonn.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周四冥想

1974 年 2 月 21 日

(R 传讯)

朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次地 我很荣幸与你们同在.

此时 我想要和你们讲述渴望的主题，这个器皿并未良好地接收我的思想. 我将透过另一个器皿继续.

(Don 传讯)

我与这个器皿同在. 我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次地 很荣幸与你们同在. 我对无法使用 R 器皿感到抱歉; 他需要完全地清空自己的心智，不要尝试去分析自己讲了什么，单纯地把它说出来，如同现在这个器皿一般.

这是新器皿常见的困难，由于他们不能接受自己正在接收的思维，难以说出这些思维; 在许多情况中 他们相信这些思维源自于自己，因此 他们不想要说出这些东西. 然而 这是个简单的任务，好比这个器皿只是一个单纯的容器 没有他自己的想法.

我建议每个新器皿单纯地放松，允许心智什么都不想，宁可你在通讯过程中犯错[我们稍后会更正]，也比你跟我们铭印的概念搏斗来得好.

我将继续透过这个器皿讲述渴望的主题，这是个有趣的主题，探究这个主题对于你们的日常活动是有用的.

渴望居住在造物主的每个孩子里头，无论如何，每个孩子的渴望是不同的. 一个人的渴望取决于该个体的振动水平; 振动越低，该渴望就越基本. 振动越高，渴望就越高. 当你透过冥想、寻求、服务提高自己的振动，你将发现自己的渴望随之改变. 那些被紧紧闭锁在物质幻象中的实体所渴望的东西跟那些站在自由边缘的实体渴望的东西并不相同.

那么，要如何达成你们真正的渴望，移除你各种性质的渴望 只留下 和宇宙造物合一、服务人类同胞的渴望? 朋友们，这个方法是简单的，我们已陈述过许多次，那就是透过冥想去接触造物的真理和实相. 寻求的渴望将从寻求的过程中产生，这是一个自我永续的现象. 我们已经唠叨这点许多次了，我们将继续这么做.

朋友们，为什么我们要继续不断地告诉你们去冥想? 为了理解你的渴望，理解你自己，开始觉察寻求的过程. 为什么我们要花费这么多时间在许多地球人认为琐碎的主题? 朋友们，因为这才是真正不琐碎的主题. 在你们所知的物质世界中寻求没有任何价值，你在那儿寻求的东西、找到的东西都不会持久，你无法带走它们，这是个事实. 你可以带走的东西— 跨越物质幻象边界— 只有一个，那就是你的心智. 事实上，这个心智即是一切万有. 你们现在居住的幻象被用来教育这个心智. 无论如何，提供这类教育的老师却很少见. 无论如何，该教育发生在 ...

[录音带结束]

***

Copyright © 2004 L/L Research

周五冥想

1974 年 2 月 22 日

(R 传讯)

... 清理心智，不要去分析正在说的东西. 我将继续讲渴望的主题. 如我曾说的，我们再怎么强调这个真理也不为过，那就是: 一个人只会经验到他渴望的东西. 我们了解这在你们星球上是完全不同的思考方式，但你们必须了解这点.
当你们在冥想的时候，你们处在一种接收状态，你们的心智正在重新编程，你对心智编程的内容将会显化，因为你用自己渴望的东西来编程心智. 换句话说，不管你在心智的肥沃田野中播种什么，你也将在物质显化中收成同样的东西. 你们星球上的人群恒常地编程自我 而进入自己不想要的经验. 这完全是不必须的，这是一种无知.

你们难以充分地领悟一个人透过渴望可以使用怎样的力量.

此时 我将离开这个器皿. 我是 Hatonn.

Adonai.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1020 章集：地球与疗愈**

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1991 年四月 7 日

(前略...)

如果你在尝试医疗物理地球的过程中有审判的心意，那么这个审判带来的伤害将大于--你尝试以审判的方式教导爱护地球所带来的帮助.

此时，我们抱歉自己讲了太久，我们在爱与光中 感谢并离开这个器皿，接着透过被称为 James Allen 的器皿继续这次的工作. 我们是 Q'uo 原则. 我们现在转移.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 在太一无限造物者的爱与光中 我向你们致意. 我们再次提醒在座每一位，我们提供的只是我们的意见，我们欣然提供它，自由地提供它，但不想要任何话语成为绊脚石. 因此，拾取每个对你有价值的话语，随你的意志使用它，将所有其他对你没有价值的部分抛开.

此时，是否有一个询问?

L: 我有个私人问题，关于我已经学一阵子的新治疗技巧. 它是否应与我先前学过的灵气(Reiki)分别看待，或者 我应该思考把它们综合起来; 还有是否也使用地球的治疗能量，全部一起使用?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的弟兄. 我们扫描你最近的记忆，我们可以建议你所说的治疗模式，就你个人而言是有效用的，这是你早已觉察的. 同时，它将帮助很多人解开某种疾病形式— 它通常从心理移往肉体载具.

至于你目前的途径，你正在联结、调和各种治疗技巧，这是你正在从事的过程，因为你已被自己的渴望吸引到那些[对你至为重要的]领域. 这并非偶然，而是你自己的显意识和潜意识共同和谐工作，从而产生的设计; 所以有可能从这些变貌带出一个平衡，成为一个箭头指向你今后的进度. 因此，我们证实你目前设想的东西，我们感觉不会冒犯你的自由意志. 是否有进一步的询问，我的弟兄?

L: 没有，感谢你们.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄. 是否有另一个询问?

Carla: [部分听不见] 我想接续 L 的问题，是否有任何技巧或观想可以最恰当地使用地球能量来治疗... 我知道我可以在任何时间将双脚放在地上 感受地球能量. 是否为一种单纯的觉察— 双脚站在大地上，地球即是一位医者? 或存在一种更巧妙的方式去实践治疗过程...？

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 这是一个庞大的探究领域，我们只能给予最简单的开场白，因为我们觉察自己讲太久了，不想要使在场各位过度疲累.

对于那些想要成为医者的实体而言 地球能量是相当有帮助的，因为它是个恒常存在的能量，一个每个人都熟悉的能量，即使显意识不熟悉 潜意识也是熟悉的，因为每个人都源自地球母亲，每个人都可以取用地球能量来治疗，只要透过

渴望表达这份意愿.

至于应用地球能量的技巧，这是个广大的领域，因为每个实体都将找到一个对自己最有效用的方法. 无论如何，这里有些概括的见解或许会有帮助.

首先，创造一个形式或焦点是好的，在治疗过程中，透过这个管道来撷取地球能量. 不管该形式是由双手创造，可能是一个人可以在其中休息以累积能量的庇护所; 或该形式比较小、具有结晶特性，一个人可以把它戴在脖子上，让它在心轮上歇息; 或该形式是由一个人的心智观想，做为聚焦和强化地球能量的管道，然后将它注入准备接受治疗的实体之中. 对于第一次使用地球能量的新手而言，形式无关紧要; 重要是使用渴望为一种焦点，于是能量可以透过它传递. 当医者越来越熟练治疗艺术，根据他的经验和发现，他的形式或焦点可能开始改变.

对于每个渴望利用地球能量来治疗的实体而言，首先 最好从净化或治疗自我开始，先将自己比较严重或显著的扭曲平衡，好让地球能量可以在最小扭曲的状态下流动，于是允许这股能量最充分的表达或显化，前往任何寻求该治疗服务的实体身上.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Calra: 没有，感谢你们.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 是否有其他的询问?

发问者: 我有一个问题，Q'uo，一个人可以适当提供给他人的服务量是否有个限

度?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姊妹. 任何针对其他实体的服务程度都取决于请求该服务的实体，因为如果没有人渴望或请求服务，就没有可能提供服务.
因此，一个渴望服务他人的实体必须在接受请求的基础上运作，然后尽可能和服务对象进行清晰的沟通，好确定继续这项服务是否恰当.

是否有其他的询问，我的姊妹?

发问者: 当提供服务者和接受服务者之间有沟通上的困难，似乎很难决定该服务是否被渴望. 你能否谈论这点?

我是 Q'uo，在这样的案例中 我们建议首要的工作是澄清该通讯，好让那些不明确或不清楚的地方得以被更清晰地理解，如此可避免施与受双方的混淆.

许多时候，我们发现你们有些人充满服务他人的渴望，然而 他们通常以盲目的方式去提供服务; 反之 若他们投资更多的时间和努力去取得服务对象的真实渴望，那么 他们会看见另一条开放的服务途径.

是否有其他的询问，我的姊妹?

发问者: 没有，非常感谢你们.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 此时 是否有其他的询问?

Carla: 只想澄清一点，我假设单纯地爱对方绝不会冒犯他的自由意志.

我是 Q'uo，这是相当正确的，我的姊妹. 是否有其他的询问?

发问者: 我有个询问. 我有点好奇，当地球改变的同时，我隐约感觉太阳系的其他行星也在改变，或许太阳自身也在改变. 你可否讲述这个状况，特别是和太阳的关系?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的弟兄. 的确，我们真的可以说改变是遍及一切造物的单一常数，因为所有创造物都是由充满活力、生气蓬勃、恒常临在的爱构成，这爱属于太一造物者，祂不断地寻求和转动为了认识自己.

这个太阳系的每个行星体以某种方式移动穿越进化的过程，虽然在许多方面明显地不同，跟你们的行星又是相当类似. 每个行星都经验各种周期和韵律; 所以行星实体和居住其上的人口之间的互动受到这些关系和通讯的影响.

每个宇宙造物的各个部分的振动核心是光子(photon)，它以某种振动方式表达一种相对和谐波，它和邻近的恒星体、各个行星共振，也和[你们称为]遥远的星体共振; 我们可以在宇宙中看见这个关系和时间有三个维度的特性，所以这些行星和太阳一起旋转、进化，它们移动进入宇宙中的某些区域; 这些区域提供新的机会让太一造物者的智能能量去感知和表达.

想象有个巨大的三度空间时钟，太阳系的所有行星和恒星的独特振动频率都安置在这个钟面上，随着(宇宙)周期的改变，该时钟进入正点报时，同时 太阳系全体都找到加速的方法去经验和表达太一造物者的本性.

是否有另一个询问，我的弟兄?

发问者: (听不见)
我是 Q'uo，在我们结束这次的工作集会之前，是否有最后一个询问?

[停顿]
我是 Q'uo，我们藉此机会感谢在场的每一位，谢谢你们邀请我们加入你们的寻求.我们全心感谢你们，透过你们的邀请，我们才能以更觉知的方式与你们一同行走在寻求的旅途上，并学习服务之道，让造物者透过你们向我们说话，这对我们而言，是超越任何度量的宝藏.

我们在此刻离开你们，再次感谢各位，在太一无限造物者的爱与光中离开各位.
我们是你所知的 Q'uo 群体.

Adonai，我的朋友们，Adonai.
(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1021 章集：教学和水**

Copyright © 2006 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org

周日冥想

2006 年四月 2 日

Jim: 第一个问题来自 A: ”我即将成为一位高中老师。一年前我有一些教学经验而且发现情绪化的环境几乎要压垮人。许多学生想要测试权威人物的底限，这对青少年来说是正常的行为。然而，许多学生突然一次做出所有这些举动时，在教学上是困难的。我如何维持我的力量来渡过这段时期？”

(Carla 传讯)
我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物主的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们今天得以来到你们面前。来到你们这个寻求圈是很大的恩典与喜悦，能有这个荣耀 我们感谢你们。此时，分享我们的想法是选择服务无限太一造物主的方式，这让我们满心欢喜。因此，你们提供我们最宝贵的机会：藉由服务实习造物者的机会来服务造物主，如同我们一样，你们都在这神圣的圈子中从无限造物主的一个心跳移动到下一个心跳。

一如以往，我们请求你们负起责任，辨别那些能引起共鸣与有用的想法而放下没有共鸣的部分。如果我们的任何念头不是你们早已知道只是暂时忘记的东西，请无须关切它。

那些引起共鸣的想法对你们是适合和适当的，如果该想法于你没有共鸣，那么也许这想法适合别人却不是你的(寻求)过程的一部份，我们不希望因为这些偏离的想法而让你们离开道途。我们感谢你们考量这一点。

我们感谢 A 的提问，关于如何在课堂上老师和学生间营造愉快的气氛。我的弟

兄，如你所知，管教的技术是简单的。我们相信你真正想问的是对于自己不调和的厌恶感而不是管教问题。然而，我们会说成为一位权威类型的老师是适当的。也就是说你和你的学生共同分享一项珍贵的礼物。这份礼物就是时间。

当没有一位尽责的老师为一群学生设置界线和限制时，时间的礼物对这样的班级是浪费的，因为学生们持续地讨论偏离主题的东西，于是没有足够的能量留参与学习。

因此，订定一些简单的规则对你和学生都有帮助，而且当每一次规则被打破时，处罚的行动要非常小心、一致地精确。通常 管教的方式为要求学生花时间[再次地 那时间的礼物]偿还违反规定时应付的代价，通常以留下来的方式或在额外的自修室中进行。当老师发现学生不适当的行为时，这是一个相当好的解决方式。

只要规则是简单的、可理解的，小心地维持 以没有偏袒或没有不公平的方式进行，在这样的班级这群学生为了避免处罚，变成能够相当快速地理解必要的行为方式。

然而，有另一种管教的层面，这牵涉到一位老师或权威人物打开他的心并且成为易受伤的。对于你[我的弟兄]，做为一位老师，也是一位学生。

在班?里 你和你的学生，一起且平等地，都是生命经验的学生。
要记住你和他们所从事的是合作关系而且是一个群体的活动。

所以，看看你可以做什么对学生们敞开你的心，同时对他们解释由你的立场所感觉到的感受。对他们解释你需要他们的协助。如果你想创造一个环境，让这个环

境充满学习和欢笑的气氛，共享的经验和深层的伙伴关系 如你所希望的，那么你将需要他们的协助，因为你无法单靠自己创造这样的氛围。

的确，这个器皿在她的人生中曾经是图书馆馆长，她必须管理所有的自修教室。因此，随时都有学生在她的图书馆。自然地，她涉入管教他们的工作，好让其余学生能享有安静的自修室同时完成他们的作业。

她维持安静的技术是直接对违规团体的带头者请求协助。她会解释在图书馆中她必须维持秩序，同时解释有些聊天将使得其余学生很难集中注意力。假使再有一次聊天，她将请求这个带头者的协助以提醒其他人。

自然地，面对二种炮火：一种是帮助老师，老师和蔼地和亲切地请求她的协助;另一种是被留下，星期五下午的乐趣立刻被剥夺－闹事的人将会立刻同意帮助，不管她是否情愿，从那个时刻起 她能够在她的位子上帮助老师维持秩序。
在老师做这些事的过程中 没有威胁，提高嗓门或任何做错事的指责。

柔软地敞开和请求协助是一个非常好的主意。如果你诚实面对他们同时解释你的需要，以及你为何如此做时，将会把人们最好的一面带出来。

然而，你的问题更具有深层和灵性层面，或形而上来说，更核心的问题是有关态度。

当面对年轻灵魂的教学时，超越其他任何事情，请记住你和他们是合一的。你们一起加入这趟冒险旅程。对一位老师而言 容易认为他是?导者而孩童是学习者。事实上，永远是教导/学习，学习/教导的情形。

事实上，我的弟兄，你将会发现你所学习的远比他们学的多。年轻的灵魂提供的东西是令人惊讶的。他们没有生活经验，然而他们有活力和爱追根究底的心智，在许多方面，他们拥有炽热的心，这颗心尚未受到你们的社会各种文化所形成的麻木和死寂的情感所恫吓。心的思考奠基于情感。

因此 请记住你是和年轻的植物共处，而他们会转向情感的阳光。因此，我的弟兄，在他们的生命中尽你可能的成为阳光。想想看他们想要知道什么－而不只是学校期望你教导他们的内容。成为他们的拥护者。将心比心。尽你所能的由他们的观点来看事情。

因此，当你面对与孩童的日常工作，你的思维将有更深层的观点渗入，让你准备好与他们的真实身分相处：如你一样，他们是无限造物主的儿女。

即使在困难的事件中，我们鼓励你们忆起，你自己和班?里所有人的关系的基础是合一。在一个不好的情境下，一句仁慈的话语对一个有温柔内心的人通常是个转戾点 而你将有力量说出仁慈的话语或刻薄的话语。

我们也鼓励你不论做什么事 放轻松。你选择这种谋生方式是希望你能提供你的情感、理解、知识给予那些渴望学习的人们。不要为了他们还不知道自己渴望学习而感到沮丧。

你可能需要为学生创造他们缺乏的学习动机，藉由教导他们适当的、有趣的、挑战的事物以及普通的日常生活知识。

所有这些积极方法使得上课时间变得更有趣味的，更有挑战的和更有乐趣，它们将会平衡一个事实，那就是你身为一位教师的确必须扮演权威人物。

总而言之，在班级中管教的关键是态度。轻柔地走路、轻声细语说话，务必公正，接着在这个学期、这个班?中 所有的事情都将会快速完成。

如你曾说的，我的弟兄，当你拥有一个新团体时，这些事将需要再一次被完成。有时在班级里的一些人，他们的乐趣是扰乱班级安静的气氛。因此，一些讨论可能被拖延。

然而，最后你将会发现学生感激你创造了美好的气氛，以及发现他们越来越多对老师的反馈，而这位老师真正渴望去分享知识，热情以及友谊。

对这问题还有没有后续的提问？我们是 Q'uo 群体。

吉姆：我想没有了。下一个问题是住在密西根州的 B 提问。在过去数年以来她遭受持续性的超心灵攻击，为了减轻痛苦她必须每天持续地祈祷。

她的问题是: “J 兄在奇迹课程告知我们『所有你们的问题都已被解决了』。可以请你带我到未来吗，到达那个负面存有与干扰的问题都获得解决的时间点，那个正在经验平静和自由状态的时间点？我已经有至少一年无法脱离负面存有干扰的原因及模式。恳请询问我的较高自我，我该如何做以获得渴望的结果。从未来，来自较高心智的无限智慧，告诉我他们建议的步骤，以使我能更好地服务上帝及其他人。

我们是 Q'uo 群体，同时察觉你的提问，我的姐妹。关于这个议题或其他议题 我们不能告诉你，你的较高自我会对你说什么。我们不是你的高我，而你的高我实际上就在你之内。

我的姐妹，我们发现这个器皿的记忆中，有其他人询问类似的问题，她通常建议对方以正常的方式突破自己的导引系统，也就是说 单纯地祈祷然后聆听及写下听到的灵感。如果正常方式无法穿透，她会如此建议：找一位催眠治疗专家，并要求该专家在对你做催眠后，带你回到出生前，由于你没有遗忘的罩纱，而使你能与高我对话。

然后你可以要求催眠治疗专家接触你的高我。在催眠状态下这是可行的方式，而这个器皿做过不只一次而是许多次。

催眠治疗专家会询问你想问高我的问题，你会重复高我对你说的话。这过程会被录音，如果没有录音你无法记住高我所说的内容。因此，确定这过程有被记录下来。以这方式，你将可以使用你的自由意志来进行你的学习。

我们发现发问者并未询问超心灵问候牵涉的灵性原则，所以我们维持极小的评论，简要地说，将这种攻击视为礼物。

思量基督教新约全书中被称为登山宝训(the Beatitudes)的经文: "哀恸的人有福了！" 这听起来不象是个祝福。每一条宝训在表面上都近似阴郁和哀伤的，然而每一个都是祝福。为什么耶稣-基督称它们为祝福呢？这其中意义值得你深思。

我们与你同在。你的导引系统在你之内，潜意识本身在你之内，同时也是你自

己。超心灵的问候也是你的一部分。它似乎是来自别处，然而 你生命中发生这个经验是一份礼物，同时也是你学习的一部份，如同你人生经验的任何其他部分。

因此，企图逃避某事是不恰当的。确切地说，即使你的情绪表层被内在的痛苦所翻搅，我们会建议你保持沉静信心的态度，深深地发掘你自己，找到你本质上的平安与力量。这个造访有它的目的。

此刻我们请问还有其他的询问吗？

吉姆：水的形而上特质是什么？

我们是 Q'uo 群体 同时察觉你的询问，我的弟兄。水的形而上特质开始于它所创造之处。这器皿从阅读威廉(William，1)所写的西方白色仪式魔法一书中学习到它是传统的四大元素之一。

水是宇宙创造的一个层面或元素，它包含大天使加百列的神圣能量。从最简单的物理观察到最深奥和神祕的灵性原则运用，水拥有天赋和力量。然而水的核心礼物是接受意识的铭印，水能被磁化而持守纯净的情感。结果是，水是一个非常富含魔法的元素，一个可以是固态、液态、气态的结晶体，同时水这种结晶体可以持守意念、思想和情感。

这个器皿正告诉 B 几个月前看见一篇主题，有关一位科学家所做的水结晶实验(2)。他要求受试者尽可能对这些结晶发出纯净的情感，然后对这结果拍照。有趣的是，当水被感谢、喜悦和爱的想法所磁化，结晶的结果是漂亮的，花朵般的结

晶体。当对水的结晶发出丑陋和生气的想法时，水的结晶变成畸形的形状。

当你注视你的身体时，想法和水之间的亲密关系是值得深思。你的想法铭印身体的每个细胞。你是一个充满水的存有。你的身体大部分的比例是水。因此，你是内在情感浪潮的创造物。最重要的是要知道以意念、思想或情感去磁化水是多么容易的事。让每天的自我都以感谢、感恩、祈祷、欣赏和喜悦的想法招待自己。请记住你是真正有力量的，并且以你爱的火燄铭印在自己的身体上。让这爱在你身体内做它疗愈和组织整理的工作。

还有没有后续的问题？我们是 Q'uo 群体。

吉姆：我们的下一个问题是“你能告诉我们你所知的造物主，包括任何有关男性和女性的面向之细节？”

我们是 Q'uo 群体，同时知晓你的询问。我们并不知道很多有关太一无限造物主的细节，因为造物主笼罩在神祕之中。我们知道造物主并不是一个存有而且没有器官或眼睛或也不是任何一种肉体的载具。我们知道造物主的真实本质是爱。

我们知道万物是由造物主之爱的思维所聚集而成，而自由意志是爱的创造物。

所有的存有在他们的内在都乘载着太一无限造物主的能量，藉由观察我们自己及其他存有，我们学习到关于造物主的知识。

还有没有后续的问题？我们是 Q'uo 群体。

吉姆：我们有另外一个问题：“你能详细说明重覆或循环数字在数字学上的意义吗？”

我们是 Q'uo 群体 同时察觉你的询问。数字是非常有趣的实体。你们的每一个数位(digit)从 0 到 9 都有一个特质和性格。确实 某些较大的数字也拥有特定能量，或者因为该数字与生俱来的东西，或者因为双重或三重数字反映该数位的特殊意义。

在大多数情况下，假如你渴望使用数字系统，例如易经（I Ching，3），最好是用单一的数位就好。

我们并不是说你可以创造数字的意义，而是你将会知道这些数字本身就有其一定的特质。依据重复的数位，知道什么数字被重复是有趣的事情。有时，重复数字是没有什么意义，除了象征一种唤醒的呼叫。

当你正好有特殊的想法时，假如数字是 11:11，如果你抬头看就碰到这数字，就好像宇宙在对你说"你正在想什么呢？这是个有趣的想法。注意这个想法。"
在其他情况，数字真正有其意义。例如 11，一个大师数字，这个器皿及她所读的数字学的书都这么称呼它。

因此，假设你常看到 11:11 的数字，你确实看到重覆的大师数字，它象征即将来临的转变。假如你看到重覆的 12:12 数字，该数字的能量是个圆满的能量。关于各个数字，从 1 到 9 和 0，你可以沿着这条思考路线，更深入地探索。

然而，对注意到数字这件事情的实体而言，重覆数字最有可能的意义是来自圣灵

的同时性，祂简单地说: "注意你的想法。"

对这个询问有后续的问题吗？我们是 Q'uo 群体。

Jim: 我认为没有。我们这儿还有一个问题: "Q'uo，从你们的观点，为了所有已经移居到此的文明和造访此地的文明，假如你要写一篇有关地球的小册子，关于一些基本信息和如何最佳运用地球机会的灵性洞见，你将会怎么说？"

我们是 Q'uo 群体，同时察觉你的询问。我的弟兄，假若我们要写这本小册子，我们会试图去发现许多方式来描述地球环境，好让实体能看透工作它的方法。

我们会发展一本操作手册使得人们知道他们是爱的创造物；他们的意识是爱，但他们被小心翼翼地阻挡，无法直接理解自己的本质，好让他们能够使用第三密度的生命学校再次地发现该本质，藉由选择和信心。

我们将谈论关于该选择的各种特点以及为何这样的选择是必须的。我们将谈论信心；不是对某个东西的信心，而是信心的机能。因为当表面的图像显示一切都不好时，是信心告诉你一切都是美好的。单单藉由信心，灵性追寻者开始了他的旅程，而且当信心产生时他在道途上移动了他的步伐。

我们会谈论地球如同一座灵性蒸馏室。我们在最近一次的通讯集会中谈论过这个观念。当一个实体是地球上的存有时，这有助于理解什么是真实情况，什么是游戏规则，因为这场游戏有些规则。实体们可以观察到一个非常简单的动力关系。

所有的事情都有其相反面。这个选择是在二个最大动力之间做选择，这些动力影

响并帮助你们创造经验，它们是光明和暗黑，爱和恐惧，愿意帮忙和贪婪，服务他人和服务自我。

这是二种截然不同的途径。我们鼓励人们选择一条内心渴望的途径，然后尽可能纯粹和诚实地行走它，今天、明天、后天，直到此生的尽头。

你们的学校是一所简单的学校。主要学科本身却极度困难去理解，这就是为什么你们有一辈子的时间去工作它。

对这个询问还有后续问题吗？我们是 Q'uo 群体。

Jim：我认为没有，但我想 T 一个问题。

T：是的，我最近有一种感觉。当我在冥想时我面临一种心智状态。就好像在我脑海里正在冥想的事物会变的非常清晰和容易停留。这状态大约持续 6 到 8 小时。基本上第二天会回到相同的状态。这情况不容易发生。我仍然想要试着如此做，我想知道当发生时，是否有什么特别的事可以做的，也许如何将它固定下来，而能回到这个状态。好比敲入一根钉子让你可以悬挂你的帽子，在稍后回来取下这顶帽子后，再次创造这个状态。

我们是 Q'uo 群体，同时察觉你的询问，我的弟兄。我们发现这个器皿有类似特别状态的记忆，她从世俗世界被传送到光的世界，在那地方神圣计划的完美性相当清晰。

如这器皿所说的，在增加觉察和增加最接近真理或灵知(gnosis)的理解上，这类经

验是美好的礼物。我们相信你的经验是灵知或知晓的的类型，它跟各种事实无关，完全关乎专注和集中的情感。心的知识就属于这种性质。
(录音带第一面结束)

(Carla 传讯)
我们必须分享这个事实：我们并不知道确实的方法来帮助你固定在这样的心境，这种增强功能是礼物。它让你知道在箱子之外[容我们说]的可能事物，这箱子意指平常的理性心理活动。

他们让你知道有个更大的真理，更高的事实，它笼罩和贯穿每天的经验，它是无所不在的，比我们肉体载具更靠近我们。这觉察在所有时间都是如此地靠近每个人，以致于我们感到惊讶人们扩展觉察的时机没有更常发生

然而，我的弟兄，我们鼓励你，当它发生时 感谢这时机，同时知晓其中蕴含的真理。

如何增加这种经验发生的频率方面，我们鼓励基本的灵性观念。当你进入静默时，务必知晓你是一个结晶体。像收音机电台，你可以转到不同频率。我们不建议你操纵自我，象是说："我想要成为这个设定或那个设定。"

我们建议当你进入静默时，知晓它的神圣本质 同时觉察自己值得在那神圣的地方休息。

在这时刻 一扇门为你打开，同时你可以滑入不同的心智架构，这些是你热情的组合（听不见）（4）这些是你的身体、心智、灵魂和在你世界之内所有元素的

韵律，它们是周期性的。

有时 你的身体准备好经验更多（听不见）取决于各个行星和月亮。到一个特定的范围 它们取决于你身体的健康状态，也取决于许多事情。然而，进入静默对你是永远有帮助的，觉察这神圣的地方是静默的本质。整个宇宙尽在忙碌心智的止息之中。

我的弟兄，容我们问，对于这个询问还有后续问题吗？

T:没有，很好。非常谢谢你们。

我们是 Q'uo 群体，如果还有问题，这个器皿还有能量进行另一个询问。

R: 我们有一个问题，Q'uo。在这个场所，我们有一些人在其他地方聆听，你能告诉我这个寻求圈看起来如何？（5）你有看到双重寻求圈吗？或是它看起来比较明亮？有些人正在聆听，但不在这房间内。

我们是 Q'uo 群体 同时觉察你的提问，我的弟兄。我们给予这个器皿一个花环(lei)的影像，花环意指一条串满美丽花朵的项鍊。当这个器皿在夏威夷时，她收到好几个花项鍊。

当你有一个局部性的寻求圈，成员全部在一个地方，形成一种能量；当许多实体从世界各地不同的地方聚集在一起，则形成另一种能量。

并不是说它更明亮，而是一个更大的寻求圈。

无论如何，它的本质和区域性寻求圈是一样的，因为它的美在于圈内每个人彼此间的关系，每个人和造物主之间的关系。从我们的观点来看，它是一种由颜色、结构 甚至声音形成的万花筒。

当来自各地的实体正在收听讯息时，这些实体拥有不少的热情和情感的聚焦，因为建立连线时要面对的技术困难。所以，纵使这些实体相距甚远，这并不是双重寻求圈。它只是一个更大的寻求圈。

我们请求暂停一会儿同时感谢你们自己。感谢你们的美丽。感受和这些存有们的关系，你看不见 但你知道志同道合的人们以这方式聚集在一起（听不见）。我们可以看见（听不见）热情、鼓舞和爱。我们可以看见这个团体的健康和健全，同时我们可以看见它在意识中的转变力量。

此时我们请问: 有没有最后的询问？我们是 Q'uo 群体。

R: 我这边没有，Q'uo，但为了那些正在听你说话的人或是无法对你说话的人，我知道你可以听到他们，我感谢你的仁慈话语。

B:没有问题了。（代表网际网络的听众）

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的弟兄，你代表那些不在现场的朋友们。
我们感谢你带来他们的感谢讯息给我们。
的确，我们的许多颗心从深处涌出感谢和感恩献给你们，和这个寻求圈分享是真正的喜悦。

我们离开你们，一如我们向你们致意。一切万有都是爱和它的孩子，光，未显化和显化的世界被（听不见）创造。在这二种神性的要素中，我们离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

B: 网际网络的成员们表达感谢。

Adonai. Adonai.

原注：

[1] William 是指 William E. Butler。

[2]在以下网站可阅读更多信息：www.masaru-emoto.net/english/entop.html

[3]相关讯息查阅下列网址：http://en.wikipedia.org/wiki/I_Ching

[4] 在这场集会的后半部，一场大雷雨席卷路易斯威尔市。我们的录音受到波及。B 在小心地工作几小时后，比较二卷录音带，可以复原 95％的集会内容。然而，似乎是偶尔的闪电袭击导致录音失败，有些谈话太混乱以致无法复原。

[5]这场集会是进入一个"网络聊天室"广播，从世界各地许多地方来的有 23 人登录和加入聆听。

Translated by M.D. / Reviewed by c.T.

☆ 第 1022 章集：爱与光早期资料 #13

Copyright © 2004 L/L Research

周六冥想，首次会议

1974 年 2 月 23 日

(无名者传讯)
我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再一次 很荣幸在今晚与你们同在. 我与我的弟兄全时间与你们同在，但可以使用一个器皿同你们讲话也是很大的荣幸.

我们服务无限造物者的星球联邦已经观察你们星球的状况有许多、许多年了. 我们觉察你们认为的自然法则，我们也觉察这个法则的许多运作方式.

此时 我们尝试给予这个管道某些他不熟悉的信息，如果你们愿意有耐心，我们将给予他这份信息.

[停顿]
我与该器皿同在，我是 Hatonn. 很快地，将会有一些明显的状态出现在你们人群面前，它们是物理变迁的状态，这些状态将促成你们地表上许多人的寻求，不管是为了这个或那个理由.

这个器皿不情愿讲述这些事，然而，在这个时候 我们必须对你们谈论. 很快地，这个星球的人群将要面对一些问题，我们先前曾说过这点，但现在真的只剩下很少的时间.

我们需要通讯的管道，不管是直接传导我们思想的器皿，或单纯地转传这份信息给更多寻求者的帮手.

目前 这些管道和帮手实在太少，难以达成我们的目标: 带给人群他们渴望的协助. 请保持耐心，我将调节这个器皿.

R: Hatonn，还有多少时间? 两年? 两个月? 虽然没有多大差别，但 ...
如果询问者愿意接手我的通讯，我将尝试使用他.

(R 传讯)
我与这个器皿同在，我是 Hatonn. 我无法明确地回答你的问题. 不过，我可以说时间将少于你们的两年; 因为这点 我们发觉接触你们地球人这件事有些急迫性. 现在 我将离开这个器皿 透过另一个器皿继续.

(Don 传讯)
我再次与这个器皿同在，我是 Hatonn. 我与你们同在，我的朋友们. 我刚才说到在这短暂的时期 我们要警醒足够的地球人，让他们知道和服务无限造物者的星球联邦通讯是可能的.

很快地，你们星球上将出现一些状况警醒所有人. 许多人不理解发生了什么事，但他们知道某件大事发生了. 接着，地球的人群将注意力集中在某个相同的事物，他们有了共同的话题. 从你们的观点，那将是一种大规模的自然现象; 许多地表上的人群将感到恐惧. 无论如何，许多团体[好比现在这个]将能够协助他们不去惧怕这类的现象. 恐惧是不必要的.

我的朋友，许多地球人将第一次知晓宇宙造物，因为人类在地表上创造的幻象将突然间变得完全微不足道. 他们将从熟睡中醒来，惊奇地环顾四周，第一次看见天父造物的实相.

遗憾地，对于大多数人而言 这个觉醒过程将包括恐惧的反应；朋友们，这是因为人们的无知. 那些想和星际联邦一起服务的人在此有个任务：教育那些寻求该课程的地球人. 这将不是个简单的任务，许多人会来到你门前，将会有许多误解. 朋友们，只有一件事总是获得理解，那就是爱. 若你亲自示现这个原则，将带给那些寻求学习的人们最大的利益.

你们必须准备好自己，好让你可以展现自己对于造物主的创造和真理之认知；你们的神圣著作写着："纵使我行过死荫的幽谷，也不怕祸害，因为祢与我同在。"

这些话语不是虚假的，我的朋友，它们是给你的礼物. 你们曾听过一个管道说："祂不会让牧羊人失去他的长棍." 这些话语并不虚假，朋友们，你们只需要渴望去寻求，然后渴望去服务.

你们将寻求理解，接着你们将服务，把理解给予那些寻求的人，这就是造物主的方式. 这个星球上，有许多、许多人尚未寻求，你无法服务他们，因他们不寻求你提供的理解. 由于他们已创造的幻象太过强烈，他们无法领会这些概念.

然而，还是有大量的人群开始寻求，你们将能够服务这些人. 这过程将带给你大喜乐；朋友们，这是真实喜悦的源头：服务，提供真正被渴望的东西.

我们每个人的内在— 整个宇宙造物中的所有个体— 都有这个寻求的渴望. 但许多、许多人将它深深地埋藏起来. 因此，目前你只需关切那些正在寻求的人.

R：将会发生怎样的事件？

有几个事件将会发生，它们是物理特性的事件；从居住在幻象中的实体的观点来看 它们是充满毁灭性的事件. 然而 没有毁灭这回事，只有改变. 你们必须理解这点，然后你们将理解即将发生的事物的真相.

遗憾的，地球人曾有足够的时间接受教育，然而 他们寻求以幻象之道来教育自身，而非采用造物主之道，很难与这些人沟通.

R: 好吧，即将发生一场地震 或经济衰退 或是什么?

这些改变属于物理层面，你说的经济衰退无足轻重，跟将要发生的物理改变相比它变得没有什么. 你们团体以及其他同类团体必须充分理解这些改变的实相，充分理解你们神圣著作的说法:“纵使我行过死荫的幽谷，也不怕祸害。”把这句话摆在你的意识中最重要的位置，因为你将走过这个幽谷，同时你将对那些寻求者展现这份知识，让他们看见你是一个真实和知晓的管道.

R: 到底即将发生什么事?

物理层面的改变，包括所有型态.

R: 在未来两年都会发生?

Don: 这是我在说话，我没有获得任何答案.

[接下来，Dave 和 Ralph 讨论，很想知道将会发生什么事.]

(Don 传讯)

我是 Hatonn，我再次与这个器皿同在. 很抱歉，我没有说得十分地清楚. 在无限造物者的爱与光中，我与你们同在，我的朋友们.

将有大规模的毁灭灾难，甚至完全地改变你们星球的表面，这个毁灭的可能性就在你们星球里面，由地球人千百年来的思想所创造. 你们此时正在穿越第三密度振动的最后部份，很快地 你们的星球将充分进入第四密度振动. 你们人群思想创造的振动和第四密度的振动之间产生一种不和谐. 许多物理能量将释放出来，造成你们陆块的变动，大气层的变动.

R: 大气层的变动?

各种物理显化的变动. 我的朋友，这个剧烈变动的原因是由于过去数千年来，你们地球人的思想失去和谐; 许多人的渴望创造出一种状态，而该状态与地球的振动严重地不和谐，导致大量的能量释放，显化在你们星球上 以各种形式呈现: 地震、风暴、火山爆发，甚至是你们星球的磁极转移.

这些变动将警醒那些浅眠和稍微熟睡的人们; 这些人剧烈地觉醒，于是得以在最后关头提升振动，从而脱离围栏[可以这么说].

还有一些人处于深度熟睡[可以这么说]，他们将不会度过最后关头.

你们星球的过渡期并不正常，一般正常的过渡期并不会有大量的能量释放，因为

该星球的整体振动会紧密地与新的更高振动匹配，和谐共振.

有些地球人完全觉察这些变动的原因和结果，这些变动对他们没有影响.

有些地球人理性上并不觉察这点，但在灵性上有觉察，他们只在情感上受影响，因为他们还不理解. 这些人是我们想要沟通的对象.

你们可能要问，为什么我们不使用大众媒体，或者要求各个国家的政府转达这些信息，这样不是简单很多?

我们无法这么做，因为这个星球上许多人不渴望这份信息，只因为这点，我们无法以直接和无可置疑的方式提供信息. 因为有些人不渴望它，我们必须以这类的方式呈现信息，好让他们完全可以拒绝它.

目前，你们有些人可能认为这是一个难解的概念. 但就我们对造物主之意图的理解，祂应允所有子女的渴望在全时间获得满足.

在过去 我们说过许多次: 你们要冥想. 这个指示允许你们消弭那掌握许多地球人的幻象. 你们进行的冥想可以帮助你们理解实相.

我们已对你们说过许多次，唯一理解我们话语的方式就是进入冥想.
此时 你们是否有其他问题?

R: 关于时间点 你们可否给予我们一些确认的信息?
我将尝试使用一个新加入传讯的器皿.

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，我与这个器皿同在. 我使用该器皿有许多困难.

发问者: 你们可否降落在我们于马里奥郡购买的土地上，接着与我们相会?

(Don 传讯)
我将透过这个器皿说话. 不可能拥有宇宙造物的一片土地，我不想听起来彷彿我不重视你们在幻象中面临的各种问题; 这个幻象非常地强壮，这就是为何我们推荐你们在冥想中接触真理，因为所有这些事物都在你里面.

我们将协助各个团体，这些团体的数量成千上万，无须去说服这个幻象接受这些团体的权利和优待; 这些权利和优待是造物主的礼物. 当我刚才说的变动开始显化的同时，这个幻象将快速地停止存在.

R: 是否可能同你们有物理层面的接触?

这是可能的，不过 如这个器皿所觉察的，该团体的每个成员都要渴望这件事.

R: 所以，如果四五个人在冥想期间声明我们想要你们降落在这块私有土地上，你们愿意降落?

这不是真的，我已陈述: 每个成员必须渴望这个接触.

R: 那么 想要某个东西 跟 渴望它，这两者并不相同?

我已陈述 在宇宙造物中 每个实体都确切地接收到他渴望的东西，该陈述是真实的. 许多地球人相信自己接收的东西不是他们渴望的，然而 事实上，他们精确地渴望自己收到的东西. 为了让我们与你们团体会面，这份渴望必须是真实的渴望，唯有透过冥想达成这点.

关于"渴望"这个概念，你们语言的诠释跟我们的理解是不同的.
无论如何，你们必须在冥想中去理解你们的渴望.

我们已和这个星球的个体会面许多次; 我们已经和那些渴望这个会面的实体相遇.

R: 如果这里每个人真的渴望同你们会面，你们可以吗?

我已陈述，如果这份渴望自己显现，那么 该会面可以发生.

R: 所以，你是说 这个团体的成员不真的渴望同你们会面?

透过冥想 你能够知道你的渴望，我将举个例子，这是你们团体最熟悉的例子. 曾经有个老师叫做耶稣，这个人有渴望，他的渴望是服务同胞，藉由展现造物主之爱的知识. 凭借这份渴望，他成就一些你们知晓为奇迹的事. 这个人有真实的渴望，惟有自己发起 才有可能达成真实渴望. 如果你的渴望是真实的，就能达成该渴望. 耶稣实体达成他的渴望因为他渴望服务同胞的方式和造物主的渴望协调一致; 因为他领悟自己和造物主是合一的.

我们渴望服务人类同胞，就跟他渴望去服务一样. 我们渴望服务你们，我们必须

尽最大能力服务你们，这也包括同你们会面. 当你们渴望在灵性上成长，好让自己可以更佳地服务同胞，实践你的渴望、他的渴望，和造物主的渴望. 当我们和你们的会面可增进你们的灵性成长，于是满足你们的渴望，我们将渴望同你们相会. 希望我已经把这一点说得更清楚.

此时 你们渴望你们认为值得拥有的东西，你们并未觉察自己真正渴望的东西，因为你们受到这个幻象的制约. 如果你透过冥想去接触真理，你将理解自己渴望的东西. 你们渴望的是在灵性上成长，好服务人类同胞，接着依序实践你的渴望、他的渴望，和造物主的渴望.

D: 那么 我应该理解成: 最重要的是在我们的里内思考?

最重要的事留给你们去冥想，因为藉由这个简单的过程 它将变得清晰. 这个器皿已花费好几年冥想，因此 他觉察刚才传讯的内容，并相当确定其真实性.

你只要在冥想中开放自我，获得所有这些东西的知识是可能的，因为它们就在每个地球人的里内.

这个器皿尚未觉察渴望与灵性自我之进化的精确关系; 他觉察这些概念 但还不是很具体. 我们在这个时候确认这个器皿认为的概念性真理. 这些东西早在许多年前，当他在冥想之际，就给予他了.

有几种方式觉察你的渴望，但我们只推荐一种: 冥想. 在这个器皿给予你们信息之前，你们每个人都已拥有所有的信息. 我们服务无限造物者的星球联邦无法给予你任何新信息，因为你早已拥有所有存在的信息. 宇宙造物中的每个生灵都拥

有造物中的所有信息，因为每个人都是造物的一部分．一个人缺乏这份信息的唯一原因是他为了自己的经验渴望去限制自我.

为了这个原因，我们已多次陈述：冥想是必须的．经由该冥想过程 你们重新觉察造物中的所有信息．有一个单一、单纯的思维位于所有一切的背后，祂就是宇宙造物的起初思维，该思维的表达方式为爱；这个字最接近此概念，虽然它完全不足以表达这个即为整个造物的爱.

这个透过发声管道给予你信息的过程有时候变化甚大，无论如何 我们发现在使用这类的管道时，我们提供一个服务帮助那些渴望寻求内在知识的实体.

在器皿的使用方面有些误解，一个新进的器皿有时候难以传讯我们的思想，因为他将自己的思想和我们的思想搞混了．但在所有的过程中，我们只是唤醒你里内的我们[你的一部分]，同时唤醒我们的一部份[也就是你]；你可以考量该过程为缩减你的孤立程度；最终你与宇宙造物合而为一.

为此，有时候 你们受到地球上的幻象重度地制约，以致于难以理解我们必须透过侷限的语言传递给你们的概念．必须要如同现在这位的器皿，愿意花费许多时间冥想，好让这些概念得以在他里内发展…

[录音带结束]

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1023 章集：2008 百乐餐**

Copyright © 2008 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2008 年九月 27 日

[说明: 这是一次百乐餐(pot-luck)集会，来自世界各地的读者提出问题，由 G 代表发问.]

G: 今晚的第一个问题来自 T1，他说: “我最近看了一片有趣的 DVD 叫作太阳帝国; 这部壮丽的影片探讨太阳黑子和太阳闪焰. 就我的记忆所及，这些太阳现象可以影响太阳系的所有行星. 容我问 Q'uo，我们的太阳产生的各种现象是否隐含形而上的意义?”

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 被你们呼叫来加入这个寻求圈，这是我们的大荣幸，一如往常，我们对于你们交融的灵光之美以及你们共创的神圣空间感到目瞪口呆. 我们感谢你们的询问，并将在自由意志的限制中 尽可能地回应.

一如往常，我们请求每一个人在聆听这份资料的同时，使用你的辨别力，好让你可以使用对你有帮助的部分，丢下其他部分.

有两种聆听信息的方式，一种是关乎源头，另一种关乎你自己的辨别力和共鸣.

我们请求你们采用后者，并不是说你不尊敬我们，而是你更尊重自己. 我们感谢你们的这份考量，如此允许我们更自由地讲话，无需担忧我们成为你的绊脚石或打扰你的灵性过程.

你们的太阳体是一个子-理则，一个光与爱的显化者和中心，祂怀着大爱无分别地、慷慨地倾泻光给所有实体. 或许你们已经觉察，你们每个人的行动都不会被忽视. 天父的造物是一，宇宙无止尽地平衡它自己，包括造物主的无限个片断，每一个片断都在进行漫长、环形的旅程，从阿尔发(alpha)到欧米加(omega)，接着再次进入阿尔发.

过去数千年以来，你们人群[位于盖亚或地球]的状况逐渐成熟，随着帝国周期性地兴起又化为灰烬，接着产生另一个帝国，它们以侵略、敌意的感觉和情绪支撑着征服和掌控的观点.

在这最后的主要周期，帝国的周期并未减弱，毋宁说 你们星球上有些人停滞不前，不愿接待一个[这个器皿所谓的]新的典范; 我们意指的是那些双手贪婪地攫取权力的人们.

由于自然的倾向，那些走在特定途径的实体成批地投胎，现在 你们面前有一大群实体已经一起工作，他们总是争夺位置，但彼此保持足够的友好关系 好共谋控制你们星球的所有人口，歪曲所有事物朝向他们的意志.

他们过去已这么做，这些实体曾经是巴比伦王朝、罗马、神圣罗马帝国、第三德意志帝国举办的盛宴的座上宾. 在其他文化的周期中也有服务自我的实体，那些曾与成吉思汗共同骑乘征战的实体现在活跃在你们的东方国家，好比中国、韩

国、日本、印度、巴基斯坦、以色列，和叙利亚；这个表列可以继续下去.

这些实体热爱权力和掌控，不管他们是有意识或无意识地，他们都寻求循服务自我的极性毕业；这个现象迫使一种形而上的热度加速上升，这股热力逐渐下沉进入地球，小幅度进入物理地球，大部分进入地球的能量体，导致地球始终勤奋地寻求平衡她自己. 这个效应不只作用在地球上，也作用在太阳[不断流出光祝福各行星]上头.

你可以看待这些增多的剧烈太阳闪焰和其他太阳现象为太阳的纯真和必要之平衡能量场过程，好保留最高和最佳的可能结果给地球上的每一个实体.

并没有一个愤怒的太阳正在重击那些做错事的家伙；只是一个活生生的存有为了处在平衡中，必须表达不平衡的产物，方能重获平衡.

我的朋友，无疑地，单凭你自己，你个人就可以缔造不同，当你越有能力去止息你内在的战争，越多的光将无碍地流入你们的环境，行星地球感受到意识的光照，深深地感激. 事实上，她至为感激你们团体每日贡献的盖亚冥想[同时希望和平降临地球，平安居住在全人类的心中].

因此，我们要对 T1 实体说，增多的太阳闪焰本身并不具形而上讯息，正如日益频繁的极端气候[你们正在经验中]一般，它们是太阳系和该行星能量体的必要和有益的调节、平衡手段.

想象如果你身体的某个器官出差错，比方说，你的肺部重度受损，于是你在呼吸上有困难，这会冲击你的思考能量、心脏机能，以及许多仰赖稳定氧气供应的身

体机能.

因此 这些是形而上疾病的症状，我们可以形容为突然席卷人类的一场高烧. 我们单纯地要求你们尽个人最大的能力去降低自己生命、思想、心情的发烧程度，总是怀着全然的信心和信任转向神圣的庇护所，它就在你的心中，[具体而言或形而上而言]不管是好天气或坏天气，你都可以在那儿找到造物主.

我们是 Q'uo 群体，请问 G 是否看见该询问有后续的问题?

G: 没有后续的问题，Q'uo.
我们感谢你，我的弟兄. 请提出下一个问题.

G: T1 问 单一恒星的行星系统和双恒星的行星系统在形而上层面有何不同? 我们现今居住的太阳系是否将来会成为双星系统?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 就我们所知，单一恒星系统和双重恒星系统在形而上层面并无差异. 双星系统的起因可以在吸引力法则当中寻找，当两个恒星系统显化完成，它们盛开的方式如此这般以致于两者的能量开始共同工作，为了平衡两个太阳的力量，两者之间形成一种关系，就占星学的角度思考，产生一种比较复杂的影响系统.

它的基本性质完全不会影响它和众多在阳光底下享受轮回的子-子理则[1]的关系. 有些时候，一个女人的子宫会生产双胞胎，这件事没有更深的涵义，除了一个事实: 孕育双重胚胎引发的无法躲避[2]和无可避免的结果.

我们可否进一步回答你，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

G: 关于前一个问题，我没有后续问题. T1 非常专注于研读 Q'uo 的话语，他收到你们的回覆一定会非常快乐. 我移动到下一个问题. C 写着: “当我阅读 Q'uo 资料时，我的心经常受到感动. 在某一次冥想中 我听到 Q'uo 对我说话，他们说: 我们是你的遥远未来. 我真的很想知道 Q'uo 群体是否以更深的方式与我连结? “

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问. 这个询问蕴含某些元素会冒犯混淆法则[3]，所以我们满足提出这个观察: 在许多情况中，我们的话语散发的能量和振动所吸引的实体通常是这个器皿所称的流浪者.

对于一个流浪者，地球的确是家乡、故土; 充分地拥抱它是好的. 不过，那些来自他乡的实体，特别是最近一波投胎的流浪者，我们可以称为靛蓝小孩或靛蓝成人，在俗世的记忆底下有种清晰的套叠，近似隐藏却可以辨识的记忆，他们记得有个不同的时期、不同的地方、不同的状态，在那儿 每颗心都确实毫无防卫，那是一个由慈悲心统治的世界.

每个流浪者都已放弃宣告自己有个古老遥远的家乡，为了让自己充分地做出承诺，怀着热诚、正直、诚实去进行光照地球意识的任务; 一次一个念头，不是要改变他人，而是单纯地工作自我.

无论如何 总是有来自家乡的朋友顺路来说声哈囉，我们可以安全地说，那些倾听 Ra 群体、Hatonn 群体、Latwii 群体[，共同组成 Q'uo 原则]的实体将在这些演说者当中找到朋友和亲戚.

是否有进一步的询问，我的弟兄?

G: 感谢你们，Q'uo. 下一个问题来自 T2，首先摘录 Ra 的一段话，接着是他的问题. Ra 当时在谈论治疗，Ra 说: “冒犯自由意志只发生在一种情况下，即执行该工作的实体把这个事件的作者身分归功给它自我或它自己的技术. 若该实体陈述工作成果并不来自它 而是经由它呈现，那就不会冒犯自由意志.”

T2 问: “为什么当医者不宣称自己是治疗的作者就可以保护见证该治疗的实体的自由意志? 反之，当医者宣称这个作者身分，见证者的自由意志就会被冒犯?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 我们感谢这个深思熟虑的询问. 治疗的能量不是单一的东西或简单的东西. 就它的纯粹形式而言，也就是说，医者是一个神圣器皿，太一无限造物者的能量透过它流动，没有冒犯的可能性，因为医者没有任何行动，除了他转身面向太一无限造物者，请求自己被使用.

当医者不再挡路，(神圣)能量穿过医者传递，如果那个接受治疗的实体不想要痊愈，圣灵将不假思索地走开. 医者在这个情况下扮演催化剂，它创造一个环境，自身没有任何改变; 在这个环境中 接受治疗的实体有机会为自己的全人健康选择一个不同的设定; 只要他选择拿取这个机会 奇迹的确可能发生.

无论如何，医者的意志和接受治疗者的意志之间并没有连结 [如果你愿意这么看].

这就好比一个人把水晶放在特定的环境，水晶因着结晶结构的配置 以特定的方式振动和放射. 要不要使用这个能量完全由接受治疗者的自由意志决定，不管该自由意志被有意识或无意识地表达.

反之，如果医者相信自己正在执行治疗工作，他的意志牵涉其中 并且和接受治疗者进行联系. 因此，在医者和病患之间有个被感知的分离，这个分离小于整体的真理. 在这样的环境中，的确有可能冒犯接受治疗者的自由意志，不管病患是否有意识或无意识了解这个状况，单纯的原因是医者的意志牵涉其中，这几乎无可避免地关闭通往智能无限的大门; 该医者不再从绿色光芒弹跳 进而开启智能无限的大门; 相反地 他在黄色光芒的水平运作着.

黄色光芒是个强有力的光芒，一个具有强力意志的实体很容易传导他意志的能量给其他实体. 该医者的意志很可能想要做好事，服务造物主跟请求接受治疗的人类同胞. 虽然如此，现在 在他的黄色光芒和对方的意志之间产生一股个人动力. 这意味着治疗过程成为人类的能量转移. 该医者将健全状态推入接受治疗者的能量体之中，通常，短期效果非常好.

这类医者的按手治疗通常非常强有力，可能产生立即的疗效或立即的改善，然而，这类治疗的典型特点是疗效会逐渐消逝，(意志)能量单纯地从接受治疗者的身上流失，最终停止发挥效用.

同一个医者可以重复该疗程，一次又一次，获得具体结果. 尽管如此，它不具有这种特征: 能量流动穿越智能无限的大门，产出一个治疗的环境，同时保存接受治疗者的自由意志.

我们是 Q'uo 群体，此时 是否有另一个询问?

G: 是的，Q'uo，感谢你们. 下一个询问来自 T3，他问: “2012 年 12 月 21 日的时

间框架是否会因正面极性增加而延迟？如果延迟的话，延迟的长度是否可能短到不值一提？”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问．该询问有两个层面，我们都会回答．首先就行星状态而言 时代的转变没有什么变化幅度，它是一个数学、几何的设计，如同一座时钟精准地运行．当一个时代结束，另一个时代进驻，这情况即将在地球发生；如你们所说，这确实将在 2011、2012 附近的时间发生．我们乐于说完全精确的日期，虽然地球时代转动的日期一般指向 2012 年 12 月 21 日．有些形而上的校正配合人间的数学，结果显示那个时刻将提早一点到来，大约是在 2012 年冬至之前的夏天．

不管怎么样，这只是其中一个层面．真正冲击发问者和所有居住在地球上头之实体的东西是收割过程，它的冲击远大于时代的转变．

这场收割早已开始，它开始于你们的公元 1987 年，你们称呼那个时期为 ”和谐汇聚”[4]．

从那个时候起，肉身死亡的实体开始进入收割过程，光的阶梯提供给所有实体行走．你们现在称为”靛蓝小孩”的实体 他们有许多人才刚从地球正向毕业，正要熟悉他们第四密度的新家，接着他们要求许可 返回这个第三密度做为流浪者．

这里有双重的考量．首先，流浪者想要光照地球的意识，好让地球可以在这个时期尽可能产出最大的收割量．一旦他们进入第四密度，他们能够从较大的观点去看局势，他们觉察到：一个人藉由他的思考方式、生活方式可以缔造不同．所以他们放弃刚刚赢得的第四密度生活，返回这个器皿所谓的”灵性的新兵训练营”，

进入这个争斗密集之处，接着 在不和谐中间创造和谐；在恐惧中间创造爱；在批判中间创造慈悲.

这类实体返回第三密度地球有另一个强力的动机，那就是他们对盖亚[地球妈妈]的爱和关心. 有许多补救措施可以进行：种植树木，清理废料，改变习惯等；好让大地开始茁壮成长，人们开始与大地一起生活 而不是活在大地上面. 这些动机是强有力的，将许多新近的流浪者带到行星地球.

随着流浪者投胎到行星地球，地球的人群慢慢开始渴求一个新的爱与理解的典范，于是地球能够稳定下来 回应持续进行的光照过程. 一个人很容易看着许多极端气候的问题[你们星球正在经验的状况]，哭喊末日将至；但我们向你们表明 这些频繁发生的天灾却是好的征兆，它们显示地球重获足够的气力去执行平衡工作，她必须这么做好吸收和消弭长久以来注入她内部的侵略和敌意能量，她分阶段执行这个工作，而不是一次完成.

你们可以注意到必须的磁性改变并未透过一次磁极转换达成，毋宁是透过多个小规模的增量完成，甚至现在 磁北几乎就精确地落在预定的地方，好让她可以欢迎第四密度的到来.

因此，关于收割期延长超过 2012 的议题，在过去，磁极转换不必发生是个可能性，现在 几乎可以确信它不会发生；因为光照该行星的过程持续进行中，大部分不被注意，潜藏在政治雷达和社会主流意识的底下.

无论如何，当一个人将注意焦点拉离新闻媒体[聚焦在掌权者和那些造成毁灭的实体上头]，将它指向家乡、朋友、邻居和地方状况，我们认为你可以发现到处都有

好事，人们彼此照顾、彼此相爱，他们愿意伸出双手 在亲切和慈悲中 彼此帮助.

这意味着每个听到这些话语的实体或阅读这些文字的实体，无疑地，都能够活过这辈子 接着在此生的尽头，受邀行走那光之阶梯，那是收割季节提供给每个寻求太一无限造物者的礼物.

我们可否进一步回答你，我的弟兄. 我们是 Q'uo 群体.

G: 谢谢你，Q'uo. 下一个问题来自 J. 他问: “一个著名的灵媒认为多重人格障碍有 99%的机率跟过去世的记忆/人格之渗入有关. 受创的孩子分隔他部分的今世人格 或 不同的过去世人格. 这是真的吗? 你们能否针对这个情况提供任何洞见?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问. 我们发现不可能概括这个特殊问题，只说是或否，这是未知的.

人类的心灵(psyche)是个纤细平衡的机制. 当然，在每个案例中 确实发生人格的分隔 因为案主的身体、心智或灵性受到极糟的侮辱 严重到无法承受，无法面对面地注视它们; 所以 它们必须被塞到别处 好让这整个有机体能够存活.

在某些案例中，这个过程由内而外发生; 也就是说 该存有的人格体将这个复杂难解的谜题带入此生，目的正是为了彻底工作它.

在其他案例中，一个双亲或监护人形象的人格体曾对该实体提供如此的侮辱和严重的伤害，成为分隔过程的一部分，在这类案例中 另类人格的源头倾向是虐待者和受虐者之间的动力，所以有可能出现四至六个人格 它们尝试表达虐待过程

的某个动力阶段.

先前的案例比较有可能使用某些业力为主的过去世关系或事件，结果返照[5]到此生，以如此的方式表达，以致于该实体工作自己的方式相当非正规，跟该器皿所谓的正常或健康生活方式比较而言.

虽然如此，当这种模式产生，它的存在具有目的，不是做为一种逞罚或错误. 毋宁说 该实体选择一个特别困难的肉身经验，因为从投胎前的自我观点来看，它看见正是在...
[录音带第一面结束]

... 行星地球，这一个时期被大大地缩短好达成一种重新启动或重新平衡，这对于灵魂的精华是非常有益的. 无论如何，在上述两种人格分裂的情况中 某个另类人格回应过去世的经验或关系是有可能的. 只是必须逐案判定，以我们的意见，当然不能认为它总是和过去世有关. 在许多案例中 此生遭遇的虐待已经提供太足够的催化剂去产生这种特殊的心智配置.

无论如何，从更大的观点来看，所有今日关系无疑地在过去世有其根源. 今天 那些具备肉身活再地球上的实体都曾一次又一次投胎，在特定的灵魂群体中移动，经过多生累世 彼此之间有着许多不同的关系.

因此，这个问题变得毫无考虑意义，因为即使每一个导致心智分裂的因素都来自此生，然而 探究背景之后，此生所有关系和连结都曾在过去被经验和探索.

到头来，就形而上来说[不是心理学观点]，或许考虑所有人格分裂的案例都发生

在自我之内 这是比较有帮助的; 其他分离的人格可以视为自我阴影面的部分，由于过分肿胀 逃逸它原本舒适的位置[位于自我阴影面里内]，接着进入该实体的白昼意识 表演了起来.

如果一个人以这种方式观看，正如同一个人可以看待梦里的每个人物为自我的部分，或许 以智力或逻辑的方式比较难理解这种观点; 但比较容易开始宽恕的工作: 宽恕自我，宽恕另类自我，宽恕这整个情况，接着移动经历一个治疗和平衡的过程.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

G: 没有，感谢你们，Q'uo. 下一个问题来自 J，他写下问题: “我们活在此生中，我们的觉知似乎是孤立的. 我们没有对过去世的觉察，对于未来世也没有觉察. 跟其他转世的知识分离到底有什么好处? 再者，这一世的学习成果如何携带到下一世?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 首先，遗忘的罩纱存在的原因是唯有在未知的天真之中 一个人得以在全然的自由意志中选择他的途径. 宇宙中有些第三密度世界将更多过去和未来的知识置入人类意识的模板之中，然而，那些第三密度世界在准备实体选择服务自我或服务他人方面效率低落.

当一个实体舒适地觉察宇宙的宏伟计划，同时升起一种诱惑: 轻松度日、到处闲晃、享受人生. 因为他无须做道德的选择. 当罩纱降下，一个实体确实孤立在自己的心智之中，然后他觉察一己的选择将完全缔造人生的不同，同时 他认识自己的过程属于他自己，几乎没有任何外界的影响. 就快速进行形而上工作而言 这

是一个非常宝贵的特征. 这个罩纱创造了一个非常生动的环境，人们在其中对于个人特质和选择的力量有增强的感觉.

就吸收充分知识以利决策的角度而言，阻挡一个人先前具备的知识似乎不合逻辑; 不过 投胎到第三密度的目标并不是为了见多识广，而是要成为欠缺知识的; 不是为了感觉和全体的合一状态 而是要经验表面上孤立的催化剂，好让一个人愿意整理自我，愿意去认识自我，收集各种经验 开始创造个人道德的系统，在此时、此地有道理的系统，跟先前的知识没有任何关联.

在第三密度中 每一天都是新的日子; 每个选择都是一个新生活的开端，这是身处在遗忘罩纱中一个非常珍贵和有益的特征.

我的弟兄，你的询问的第二部分是关于什么东西会延续超越这一世，我们可以说你的人格体不会延续，但你的精华继续存在. 关于注视生命的平衡状态，你已造成缓慢且得来不易的改变; 你在拓宽和深化个人观点上获得进展. 我们愿使用花朵的比喻，你在此生已发展出一种特定的气味或芬芳，自我的气味将继续存在，自我的精华持久存留.

许多细节将消散，甚至在此生发生，当然更会在此生之后发生. 但那些感动你的心的事物，那些改变你的观点的事物，那些使你的特质更柔软、更甜美的事物，它们持久存在.

你创造的美是永恒的，所有其他东西将消散.
此时 容我们请求最后一个问题，我的弟兄?

G: 您的回应真是优异，Q'uo. 最后的询问来自 M，他问: “Q'uo 最近说第四密度存有可以居住在一个包含第三密度实体的星球，同时选择不被他们看见. 我想要知道第三密度实体如何跟较高密度实体共享同个星球的第一、第二密度? 我想象第四密度实体无须第一密度结构的居所，但如果第三密度实体改变环境，第四密度实体会不会受到影响? 举例而言，如果第三密度实体砍掉一片森林，较高密度的环境是否被该行动削弱?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问. 这个询问本身包含不正确的地方，不过它是个令人愉快的询问，我们将尽力工作它.

首先，第四密度此时确实与第三密度重度地互相渗透，一个第四密度实体相当有可能居住在你们星球上. 无论如何 第四密度实体不会做这个选择. 毋宁，如果他们现在想要居住在这个星球，他们会进驻内在的领域. 的确，在这个时候 有许多第四密度实体待在你们的内在场域之中.

无论如何 从第三密度地球毕业的群体绝大多数选择再度投胎 进入双重启动的身体，他们的线路同时包含第三和第四密度，但身处第三密度中 主要受到第三密度的线路影响，所以他们的肉体仍是第三密度.

然而，他们增强的线路通常在成长和融入社会的过程中显现，因为他们具有某些非常亢奋的能量，比只有第三密度线路的实体强烈. 于是造成一种情况，许多双重启动的存有被诊断为罹患注意力缺乏症(Attention Deficit Disorder); 这是由于他们具有第四密度线路 可接收更大量的信息. 不过，即使带有这种障碍，靛蓝流浪者的渴望是来到这里 给出他们所有的一切，藉由热爱和拥抱地球和她的子民 优雅地服务太一造物者.

容我们请求后续的问题，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

G: 不，没有后续的发问.

在这种情况，我的弟兄，我们行将离开你、这个团体、这个器皿，感谢每一位很荣幸同你们分享谈话. 献上我们的爱与光给所有提出询问的实体，我们感谢这个延伸社群的每一位成员. 当然，所有在座的实体都认为所有那些写信提出问题都是 L/L 研究中心的一部分，在这个社群中 每位成员皆全心、全灵、全意、全力地爱太一无限造物者，并且爱邻人如同自己一般.

我们离开你们，在太一无限造物者的爱与光中离去. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则. 你们当中有些人对于振动有敏锐的感觉，我们对你们说 由于在这个傍晚提出各种不同的询问，Hatonn 实体是说话者，而非 Latwii 实体. 无论如何，我们是 Q'uo，无限地合一. 我们提供爱与光给你们 同时我们也从你们那儿接收同样的东西，因为难道我们不都是一体?

Adonai，Adonai Vasu.

原注

[1] sub-sub-Logos: 在星际联邦的术语辞典中，太阳是子理则，一个人是子-子理则. 无条件爱之单一起初思维是理则.

[2] ineluctable: 那个无法躲避的东西; 无法逃避.

[3] The Law of Confusion: 星际联邦常使用的术语，和自由意志法则意义相同.

[4] Harmonic Convergence: 这里有个不错的网址，进一步探讨这个主题:

http://en.wikipedia.org/wiki/Harmonic_Convergence

(译注: 该网页左下角有中文连结!)

[5] redounding: 返回或映照在一个人身上，可能带来荣耀或耻辱.

(V)2010 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1024 章集：真正的财富--爱与光早期资料 #14

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想，二次会议

1974 年 2 月 23 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再一次 很荣幸同你们讲话. 我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，对于能够和地球人讲话，特别是那些渴望我们服务的人，总是感到非常荣幸.

在这个傍晚，我想要对你们说一个故事. 我相信这是一个有趣的故事，因为它含有数个面向. 从前有个居住在地球上的男子，他拥有如此的财富，这般的财富让他可以做任何想望的事，于是给他很大的安全感.

但是，他拥有的这种财富不是你们今日所诠释的财富，因为这个男子拥有的是丰富的知识，他在这些知识中看见伟大的安全，因为他拥有真理的知识. 朋友们，

在真理的知识中 才有唯一的安全.

今日，在你们星球上，你们的人群寻求安全，他们认为财富就是安全，然而他们不知道什么是财富. 今日，大多数的地球人以物质的观点思考财富. 只有很少数的人理解真正的财富. 我们正试图给予你们真实的财富和安全. 当你获得这种财富，没有人能从你身上夺走它. 纵使你的肉身死去，依然可以带走的财富. 这一种安全包含全体造物，因为在这种知识和财富中，你再次和一切万有安住在完全的和谐之中. 因此，你拥有一切的存在，这即是终极的财富.

有人曾说: 你们不应思考明天会发生什么事，你们只应为当下的服务存在，无须思量未来有什么事临到你们. 这是真理，我的朋友，因为一切事物都已提供给你. 目前，你们人群不理解这点. 然而，透过累积物质财富来创造安全是不可能的，这样的安全只存在于你们现在享受的幻象当中.

你们人群已经受到目前幻象的制约，习惯在幻象的边界中思考，很难打破这些想法，接着存在真实的造物之中. 如果你们做到这点，就无需累积任何财富，因为没有东西可以累积. 那么 你即拥有一切万有，因为你是它的一部分，它是你的一部分.

一个活在你们社会中的个体很难领悟这点，因为所以铭印在他上头的(大众)思维都向他指出我刚才讲的话是错误的，为了生存和在社会中取得正当的位置 他必须累积物质财富; 他必须为未来每一天计划 好让自己可以在个人设计的环境中继续生活.

朋友们，你们存在的环境不是由我们任何人设计，它由造物主设计. 你们吃的食

物由造物主设计，带来光线和温暖的太阳由造物主设计，所有东西都提供给你们了. 地球人类迷失进入黑暗之中，他自己建造的幻象促使他以为必须为某些问题挣扎奋斗，这些问题不是宇宙造物的自然部份，好比一个人身陷灌木丛中，当他越挣扎却陷得越深. 因为他缺乏对于真实补给源头的理解，这个源头不只支持他肉体的生命，还遍及所有其他层面的存在，在所有情况中 他都受到太一源头的支持.

我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，不要求任何东西; 也不为那些白白给我们的东西挣扎，我们接受它，因为它是宇宙造物的一部份 就是我们的，宇宙造物全部都是我们的，而我们是全体造物的一部分.

你们星球的人群相信: 若没有消化吸收供应给你们的食物，就不可能维持肉体生命. 我的朋友，在这个造物中不缺任何东西，在全时间、所有地方都有充足的供给. 你们只需要领悟这点，我觉察这对你们有些困难，因为在你们幻象中 供给的概念跟我们的理解有相当不一样的改变. 考量野生的鸟儿和动物，造物主提供给牠们一切所需. 不幸地 在这个星球上，由于一种无知状态瀰漫大多数人口的思想之间，造成某种觉知的匮乏，这情形甚至延伸到动物界.

当我陈述无知状态盛行 我不想显得在批判，然而 这是描述居住在这个星球的群体的最准确方式，他们不觉察自己在这个宇宙的真实位置和真实存在. 所有养分的补给，你们星球上所有实质生命的补给都由一个源头供应，那个源头就是 造物主. 如果造物主没有补给这些，那么你们不会以肉体形式存在. 如果所有这些东西都提供给你们，又如何可能去怀疑供应者的目标呢?

你们星球上的科学人士，受限于这个无知的状态，他们将维持你们生存的来源诠

释为一种机率的函数. 我们认为这是很不寻常地无知. 我们建议你们花时间考量你的肉体存在如何被那些食物和其他必需品支持.

地球人已创造各种非常复杂的幻象来解释安全的概念，这些幻象甚至没有一种有一点点正确. 他的滋养，如同所有真理，都跟单一源头有关. 为了这个原因，经文上说: 无须为未来思虑. 活在当下，以任何你发觉恰当的方式服务造物者，那就是你存在的理由— 去服务.

我的朋友，你们每个人都是造物主的一部分，理解这个原则之后 你就不再担负幻象. 我们建议你拒绝所有幻象的形式，返回你真实存在的理解，那理解已经在你的里内. 开始觉察你在这个宇宙的位置，觉察你与整个造物的合一状态，然后向前去 服务你的人类同胞; 以这种方式，你创造一个造物主渴望的状态，以这种方式，确切地 你能够和起初思维一同和谐运作.

当这件事发生，所有幻象都是无意义的，然后你是自己的造物者，所以你渴望的一切都是你的; 因为，我的朋友，你在那种理解状态的渴望和存在幻象中的渴望远远不同. 如果你愿意，放弃它们，因为这些渴望是那些相当无知的人给予你的. 我的朋友，他们的无知不是他们的错，同样也不是你的错. 单纯是源自于缺乏(灵性)教育.

我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，在此为了改善这个缺乏教育的情况. 我们将继续在许多主题上对你们讲话 直到我们完成服务. 必须有人渴望这项服务，我们才能给予; 如果没人渴望它，我们就无法服务他，因为这是我们对真理的理解.

我将在此时离开这个器皿，我真诚地希望我在这个傍晚有所服务，藉由讲述我们对真理的理解. 我真诚地希望我有所服务，藉由讲述补给的概念以及个人存在和宇宙造物的关连. 我是 Hatonn.

Adonai Vasu.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想，首次会议

1974 年 2 月 25 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再一次 很荣幸与你们同在. 我们总是很荣幸有所服务，你们许多人需要这个服务. 在这个傍晚，我们与你们同在.

要有耐心，因为所有事物来到那些寻求者的面前. 我的朋友，寻求是你们最重要的工作项目，所有在这个宇宙造物中的生命都在寻求. 我们寻求什么东西是重要的，许多人寻求的东西没有什么价值. 每一天 你们收到外界的建议，告诉你们应该寻求的东西，但如果你检验它们 你将发现大多数都只有很少的价值. 当你寻求那永久和永恒的真理，那么你寻求的东西具有重要意义.

我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，在此帮助你们人群的寻求过程. 如我先前所说，太少人觉察这类寻求是重要的. 确实，他们在这个时期选择投胎到地球，目的是寻求我刚才说的真理，然而 他们大部分时候毫无觉察这点. 这是令人遗憾的，我们试图以许多方式弥补它. 我们尽可能争取最多的协助，因为你们人群在这个时候非常、非常需要如何寻求的知识. 许多人在物质王国内寻求很久，

却完全不觉察在灵性王国内寻求的可能性.

你们世界的宗教大部分消弭个体寻求的责任. 这是极为错误的观点. 如果一个人想要在力量、灵性、理解上成长，他非常需要去寻求真理、知识和至高无上的造物主. 朋友们，这就是为什么寻求是如此重要，这是你们人群从目前所在位置前往他们应在位置的唯一道路. 这个星球的所有人都不应在目前的位置，不幸地，他们处在一种昏睡的状态. 你们的社会系统从许多世纪以来一直在建构错误的思想，接着催眠大众. 唯一打破这条愚蠢的锁链的方式就是以适当的信息唤醒你们人群.

遗憾地，如我说过的，大多数人在这个时候并未真正寻求这类的信息，因为他们认为没有需要. 你们社会已经成长到这般的混淆状态— 那真正重要的东西被贬低为空无; 而人造的东西被提升为唯一重要的状态. 我们尽最大努力去帮助你们人群觉察目前的状况，但他们没有留意. 我们只能做这么多，当你们人群更为留心，我们就可以做更多. 这直接与自由意志相关. 如果整个星球的人口都要求我们的服务，那么我们可以自由地给予; 如果只有一部份人群要求，那么我们必须限制我们的服务. 如果没有一个人要求我们的服务，我们无法给予任何服务. 为了这个原因，你们发现我们现在处在一种隐藏的状态. 因为要求我们服务的人数实在太少，结果是 我们必须透过器皿，好比现在这位，对你们讲话，告诉你们现存的问题.

我们建议你们每个人尽可能尝试去进化，同时以你自己的方式做为这场进化的范例. 藉由这么做，维护真理的知识，你将吸引人们的注意. 透过冥想，你将成为范例. 那些十分需要真理和理解的人群将注意到你的不同，他们注意到你所拥有的内在平安和宁静. 然后他们将向你寻求信息. 于是你能够服务他们，如同我们

能够服务你一样.

朋友们，要服务你们星球上所有想望服务的人是困难的. 许多人不知道可以获得该服务，同时他们不知道如何辨识已提供的服务. 每一个人都有不同的问题，而且时间所剩不多了，我的朋友. 很快地，许多人将寻求许多信息. 但我们难以与他们沟通 因为他们和那些不想要被服务的人混合在一起. 因此 我们必须增加管道[好比这一位]的数目.

我很抱歉比预计时间多耽搁了一会儿. 但在此时，我们认为传播我们的信息给你们星球的人群具有最大程度的重要性. 我们必须谨慎行事，一般而言，我们呈现信息的方式让人们可以自由拒绝. 我们必须促成个体靠自己展开内在的强烈寻求; 而非强加信息给他. 因此 透过你们的每日冥想，接受内在指引，据此行动. 我们将和你们一起，成功地把真理带给你们人群，这是他们此时很需要的东西.

现在 我将离开这个器皿. 我是 Hatonn，我将在稍后时间和你们讲话. 我非常开心与你们共度这个傍晚.
Adonai vasu borragus.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 11 辑

☆ 第 1101 章集：七或十一

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2005 年 12 月 18 日

PLW 票选问题：[1]

我在行星光之工作者杂志阅读到 Q'uo 回应密度与振动的问题. Q'uo 群体说在一个八度音程内有七个密度; 秘传世界的其他派别则讲述十二个次元. 你们可否解释其中的差异?

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的光与爱中问候你们。我们在造物主的服务中前来，回应这个寻求圈今日的呼求. 容我们感谢你们每一位挪出时间创造一个寻求圈并呼叫我们与你们分享信息; 这么做是我们的喜悦与荣幸。

一如往常，我们请求你们十分谨慎地辨别，如果我们任何的想法没有立刻吸引你，请将它丢到一旁。如果你们愿意小心地守卫你们思想的大门，那么我们感觉可以自由地分享意见，无须担心可能会冒犯你的自由意志。这点对我们很重要，所以我们感谢各位考量这点。

今天的询问是有关于脉轮的系统，它被用来组织你们的能量身体。这问题本身实际使用的术语是密度和次元。然而，我们相信这个询问真正的意涵是关于身体系统内在运作而不是宇宙密度的宏观观点。如果我们曲解意思或是理解错误，我们将致歉。然而，我们相信这个询问有兴趣的是探讨身体运转的系统和贯穿身体能量与形而上宇宙的连结，所以校正原来的陈述后，我们将回答有关于这个问题的理解。

我们注意到这个问题的措辞方法，简单地说，在密度和次元语词使用上是没有真正的不同，一般来说，不论你们谈论的是有关第三次元或是第三密度，都能被从事形而上学的学生们理解为量子或特殊的能量类型。以宇宙八度音程的观点，在二个语词中 密度比次元更合适。然而，对大部分的人而言，这二个语词不只被这个器皿，同时也被这个器皿知道的许多其他(灵性)工作者交换使用。

就宏观的观点而言，在这个时刻，这些密度被如实地重现在每一个地球人的能量之中。你们每个人拥有一个能量体，包含许多元素正如真实声调的全音阶音符。在西方乐谱中 惯用的几种八度音阶之间的差异创造了一个十二音符间各种音阶的选择，这组音符在你们（音乐的）乐器内被称为全音阶(或自然音阶)。在音乐上，这十二-音符音阶是一个造物，从八度音阶到八度音阶，藉由十二个半音符被创作，以致第十二个音符和第一个音阶的音符是相同的。

全音阶发声像这样。
（Carla 演唱八度音程的十二音符音阶。）
相较之下，大调音阶选择十二音符中的八个音阶，发声像这样。
（Carla 演唱八度音程的八音符音阶。）

在西方乐谱系统内有小调音阶及大调音阶，每种都有八个音符。值得注意的是，[我们仍在谈论音乐] 东方或亚洲产生音符的方法，没有精准的音符分类。在音乐上拥有天份的人不只是能鉴别和区分四分音符，而且他们能藉由声音或在小于四分音符变化无穷的无琴格乐器[2]上创作。

相较于西方音乐 这就是为何东方的音乐对听众有根本上不同的影响。西方的音乐架构在整齐和规则的标准模块中，然而东方音乐的取向提供创造音符的无限风景。

假如一个人凝视西方和东方的思想和文化，我们建议许多的推论可藉由差异性来描绘。西方或欧美思维的倾向是去选择主要音阶或八音符音阶去聆听音乐。这个选择对西方文化上是自然的并非偶然。

西方文化象是古老亚洲的十二音符系统的年轻版本，这是使用八脉轮系统的理由。而这个八-脉轮系统是七个脉轮 和 第八个脉轮，它和第一个相同，只是一个更高的第八音程。对于寻求自我和建构方法去连结个人能量系统而言，这种分类有较少的阶段变化，较少的差异，同时拥有较清晰，较简单，较清楚的架构。

另一方面，十二-脉轮系统是能量连结的更深入的象征和使用，这比较是典型的亚洲或东方的思想。

以前已经讨论过八脉轮系统，所以我们将简短地回顾。红色-光芒脉轮最主要和生存和性有关。橙色-光芒脉轮，位于腹部下方，和个人关系的课题有关。黄色-光芒脉轮，或太阳神经丛能量中心，和团体互动的能量有关。绿色-光芒或心轮

是关于内心的开启和发现个人神圣的本质。喉轮或蓝色-光芒能量中心是关于沟通。在额头的靛蓝-光芒中心有关人格的训鍊及意识的工作，紫罗兰色-光芒，这是头顶的脉轮，有关能在任何特定时刻读出瞬间的实相，同时它是整个能量身体的系统读数。这就是我们所称的欧美或西方的脉轮结构。

十二脉轮系统的微妙之处对于探讨形上学的学生非常有帮助。如同西方系统的开始的方式，第一个脉轮和性及生存有关。

然而，在东方系统，第二个脉轮分成二个能量中心，其中一个仅仅处理自我和自我的关系。第二个所谓的橙色-光芒能量中心是关于自我和其他自我。

在东方系统，太阳神经丛脉轮维持一致。然而，在离开太阳神经丛之后，到达西方系统的心轮之前，那儿有个脉轮，就是这器皿时常说的 心的外围庭院。

去了解进入内心并非纯粹和单纯的喜悦是有帮助的。对于学生和寻道者而言，在这过程起初会产生很多困难。进入内心的困难是一个人必须将全部的自我带入内心，为了让这空间成为全然的神圣。当他们第一次进入内心，并且发现到面临自己的黑暗面是一个真正被觉察的问题时，大部分的寻道者会相当惊讶。

在处理完人格、性欲、生存、人际关系和每个存有与团体关系的问题后，了解我们是灵性的存有，完成所有这些工作之后，寻求中的实体感觉平衡并切望进入圣洁宽阔的开放心轮。

然而，如同新约圣经中所描述的故事，耶稣-基督走入圣殿 接着看到所有贩卖鸽子和其他东西的商人，让人们可以买来献祭。人们进入自己的内心 发现那儿有

贩卖鸽子的商人忙着沿街叫卖，带着他们各自的议题。

大部分的寻道者很少知道人格上有多少是被文化的期待，双亲的教育和其他信息所破坏和掌控，这些因素创造许多不符合敞开内心的标准的假设和理论，寻道者必须符合心的标准，方能穿透外围庭院 进入内在圣所—心的特别空间。

这个观念和所谓的超心灵问候或超心灵攻击有关。心的外围庭院是人格的(隐藏)部份活跃的地方，而这部份在你没有觉察下表达它自己。

在许多的例子，人们将经验这些能量为各种攻击。也许他们会感受到一个实体从外面以某种阴影或攻击的类型正在攻击他们。其他人有较多的敏锐度能辨识攻击的来源，而且能够指出攻击能量是在自我系统之内。基本上而言，不论这些攻击能量被视为是自我的部份或是来自外在自我，在我们的观念他们都是自我的部份，所有的事情都是一，而且身为个体自我，你们确实调频进入一个由特殊能量所构成的空间及时间中。

因此，在许多的例子这些似乎非常个人性地和威胁性地，事实上并不是威胁而是自我尚未被注意到和尚未发展的部份。

愿意花时间待在敞开心的外面庭院，并看待它为一个独立的脉轮或能量中心是大美德；花时间和那些贩卖献祭鸽子的存有相处，去发现为何你们的文化认为牺牲是必要的，并发现为何在你的人格内特定的元素或精华被选择牺牲。

我们以极其非字面的术语谈论，基本上我们在谈论直到现今逃过你注意的所有自我能量。或许他们并没有逃过你的注意，因为你觉得他们不值得关注。在你们的

文化中表现于外的能量，例如羞愧、罪恶、忌妒、愤怒等，这些能量被系统地和仪式地贬低和令人沮丧。然而，这些能量需要给予关注和尊敬。这些也是你感觉的方式。这些能量也一样值得被检视、尊敬、分析和陪伴，不论花费你多少时间开始去看到他们的美德和价值。

许多个性和人格特质表面上的粗糙和负向面向恰好是那些开创真正深度的能量，这些能量使你理解任何纯正的安定和稳定的注意力。

例如，愤怒的特质，一旦被转译为无法遏止的坚定，将它奉献于服务，它可以成为强力发电所，那是它原本存在的用意，但是直到愤怒的长处和精华被直接看见这结果不会发生。

因此心轮的外在圣殿是一个非常有力量和骚动的能量。当外在的心给予私人空间时，从心的外面庭院移动到内在圣殿变成更清晰和专注的移动。

在西方和东方脉轮系统中，另一个不同点是在心轮之后 和敞开沟通的脉轮[喉轮或蓝色光芒]之前，东方系统在这儿增加一个能量中心。去解释为什么多一个能量中心是非常有帮助的，这儿指出绿色-光芒或心轮是第一个存在真实能量交换可能性的能量中心。

较低的脉轮必须去工作自我、生存、性、自我关系、其他自我、团体关系等议题，所有的能量需要被平衡和清理，以至于他们不再是低度活化或过度活化。但是一个人在红色光芒能量时不能和红色光芒，或橙色光芒或黄色光芒分享能量。

一个人可能将这些能量铭印在另一个人身上，由于你能量系统的强度，能量可能

从你到另一个人或另一个人以他们的能量铭印到你身上。然而，这是过度负担。它的影响随着时间将会自然逐渐消退。许多你们所称的信心治疗师就是从橙色或是黄色-光芒脉轮做治疗，他们将他们的理解和环境铭印在另一个人身上。那些能接受这些铭印的人，在特定时刻对于各种的病痛能经验到短暂的释放。然而，在每一个案例中，只要低于心轮之下的层面运作，这些能量不会持久而且将会自然消失。

只有当一个人移动进入开启内心才可以分享能量；和一个人能量交换，给予爱和接受爱。最大的祝福是开启内心和保持心的开放，从开启内心开始工作，较低能量中心的所有功能将被神圣地再创造。

在心轮之上的各个脉轮也是能量中心，在这里能量可以在此被相互交换。探讨心轮之后的脉轮是有帮助的，在东方系统 这里有一个额外的能量中心的结构，而这个能量中心在西方系统完全被忽视。微妙之处就是只有已从事不少意识工作的人能够体会这个能量中心。它牵涉到这个器皿所说的 90 度的相位转移。

对这个器皿而言，这些话语没有一个客观指涉，但它们代表一个词汇，她听唐.爱尔金谈论过许多、许多次，唐.爱尔金在这方面的工作大部分来自乔治.威廉森(George Williamson)所创造的观念。这个增加的脉轮主要的观念是在心轮之后的转化，这个转向包括时间/空间宇宙、形而上无形国度的全部。

它是一个聚焦在与延伸家庭正确关系的一个能量中心，这关系是未被觉察的领域。对于寻道者而言，这个家庭最伟大的部份是和指引有关。每个存有有指引系统而且使用这个指引系统是相当有帮助的。如果一个人聚焦在这个特别的能量中心，他可以非常精确地接受内在的指引 做开启自我的工作。

在东方和西方脉轮系统之间另一个差异是在意识沟通的工作，这是蓝色-光芒能量中心。在东方系统，自我和自我沟通 与 自我和其他自我的沟通是不一样的。再者，还有第三个分隔出来的部分，处理自我和延伸家庭的沟通，包括指导灵、(无形的)存在、精华、和实体们。

我们了解这些细微差别是如此(众多)，以至于无法以一般情况对你们说明有哪些不同的精华。每一个体创造一个家族网络，透过不仅是你们正乐在其中的此生，你们也与那些转世之间的存有们工作，同时你们与这些存有们在过去世一起工作，而且由于你们在此生的工作以及在转世之间完成的工作，已知的行星、非区域性的能量被你吸引而来。

这个循环之内的每个人以及我们谈论到扩展家庭中的每个人、听众和读者都是在持续成长为一个大的、爱的扩展家庭中，在你的生活中为了变成更活跃，这个家庭等待你的注意以及协助。因此，请记住对你的指引系统请求协助是重要的。

在东方系统中增加的另一个脉轮，非常困难对你们表达。一旦 紫罗兰光芒的解读非常清楚之后，在东方系统有一个额外的脉轮，这脉轮指出自我螺旋的能量从此刻进入未来的可能性。这个器皿将这个点称为通往智能无限的大门。

我们知道这信息本身是枯燥乏味的和无趣的。这儿我们谈论结构。是你吸引太一造物主无限的爱与光进入这个结构，向上进入这个能量体。

是你 藉由祈祷、冥想及其他形式的呼求导引、觉察和洞察，从太一无限造物主吸引教导存有们的能量，好比我们及许多、许多其他类型的存有们，从智能无限

大门的这个点流入能量，而这决定你的能量系统拥有怎样的生命。

如果你愿意，与我们一起想象你所是的生物。在能量、感应和使用的身体系统中，沿着你的脊椎你收到这个讯息。藉由太一造物主的光与爱，它无限地滋养与无止尽地供给。

这道光确实地被送到地球的中心，你们的母亲，她从地球中心或子宫灌注能量－透过大地进入你的脚底板，进入你的身体系统，在红色-光芒层面恒常流动进入你的能量系统 接着上升，当它上升时并且从你的头顶出去进入智能无限大门。

同时，基本上 依照你使用这些能量在沟通上或是在治疗上，依据你的渴望、意志和请求，教导和学习将从上到下进入你的能量系统，从紫罗兰光芒，然后是靛蓝光芒等等，直到抵达蓝色光芒[用于沟通]或绿色光芒[用于治疗]。

了解这二道能量的交会点是此刻你的亢达里尼能量的集中点。假如你渴望提升你的亢达里尼，有二件事要做。首先，你要清理较低的能量，以至于从脚底的中心你获得完全的创造能量，并且进入你的能量体。

第二，当你寻求真理时，你要试图集中你的意志、训练你的人格、同时呼唤最有助益的能量来教导和引导你。

我们感谢 S1 和 S2 的询问以及此时展开其他的询问。在此时有没有其他的询问？

B：之前你提到亢达里尼的升起。你能说清楚吗？

我们是 Q'uo 群体，我的弟兄，同时知晓你的询问。亢达里尼的升起与否，接触点位于宇宙内供给万物的自然能量和自我工作所呼唤的创造性原则能量二者之间。

概略地说，接触点起始于心的外在庭院进入内在圣殿这个点。亢达里尼不能被拉入比心的能量低的能量，因创造性原则无法被低于心轮的能量理解。

无论如何，就实体渴望在灵性上成长而言，亢达里尼升起的点在于一个人能够牵引充分的能量进入敞开的心，接着向上推升进入意识内的工作，能量提升到哪里就开启那里的机会的远景，以从事各种形式的意识内工作，不仅是单纯地向上朝造物主移动，而是在任何层面工作，举例来说：在开放的沟通中，藉由创造更多理解的层面及敏锐的觉知能量[牵涉到开放沟通的子-密度，容我们说]，有机会拓展个人的发现及服务。

当亢达里尼从心轮升起到喉轮时，更多在沟通上的明晰的工作能被完成。藉由谨慎的人格锻鍊和发展和寻求，亢达里尼继续被寻求者所拉升，这也是真的。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

B：自我的哪个面向在做拉升的动作？

我们是 Q'uo 群体，同时知晓你的询问，我的弟兄。往前拉升的能量是渴望，或有时称为意志。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

B：这已完整涵盖。感谢你们。

(记录结束)

原注

[1] 行星光之工作者杂志 (Planet Lightworker Magazine)的缩写，网址: www.planetlightworker.com

[2] 无琴格的乐器，例如小提琴或西塔琴，这种琴没有定音的档子、跨越乐器中间部位的微小横棒，手指压在横棒上时能发出音符或合音。

吉他上头的金属横棒

(c)2011 Translated by M.D.

Reviewed by the X.

☆ 第 1102 章集：透过催化剂学习

来源: The Law Of One Prisoner Newsletter，2011 冬季号

作者: Bill Ackerman

你们是古老、古老的灵魂，你已给予自己各种关系和环境的选择，你感觉这些选择将给你最多学习的机会；在此生 困难、麻烦、挫折、各种表面上的负面情绪绊倒你的注意力，使你的意识失去平衡，接着平衡各种正面和负面催化剂，好让你工作催化剂并以你自己的步伐继续灵性的进化. 第三密度的肉体进化已到达它的尽头，接下来的进化全是属灵的.

-- Q'uo，1992 年八月 16 日，流浪者手册(原文 pp. 281-282)

在我 33 年的监禁岁月中，我认识并和许多帮派成员结为朋友. 帮派成员就像其他人一般— 他们经由业力和生前规划的催化剂工作自我. 虽然 有些灵魂可能深陷周围的幻象之中，他们是如此投入自己扮演的角色 以致于吸引更多的负面催化剂和业力.

为什么有人选择加入帮派? 我注意到常见的主题是一个人在家庭中缺乏爱. 大多数时候，父亲不在家，母亲沉迷某种药物以缓解她的痛苦. 感受不到爱的孩子拥抱其他类似孩子提供的爱之幻象，他们一起创造某种团结的组织，他们给予这个组织一个名称和目的，伴随而来的是信赖和气力，每个成员愿意为其他成员挺身而出.

不幸的是，帮派成员的途径符合服务自我的途径: 操控、贪婪、恐吓、谋杀等是帮派生活的寻常手段. 他们的格言是: “血债血还”，离开一个帮派并不容易.
我认识好些帮派成员真的走出来，并且彻底扭转生活的方向.

其中一个是我的好朋友，我们一起对高中生讲话，他目前在狱中医院工作. 先前他在拉丁国王帮(Latin Kings)当中间干部许多年，1992 年 因刺伤同狱犯人被隔离管束，另外追加 11 年徒刑，他在这过程中开始觉醒. 今天，他选择基督做为他的救主，他是这座监狱中最亲切，以最受敬重的人. 他已消化生前规划的催化剂，正在接触他的内在灵魂.

因为这样，我们的灵魂共同工作，和他人分享造物主的爱. 他知道我正在研读的资料并有点惊吓，但在他内心深处 他知道我们都是相同意识的一部分.

结语: 帮派成员只是另一个如同你我的灵魂，他们正在工作先前安排的功课. 当

他们醒来并发现自己的目标，他们就是你曾读过的那些将生活转向并致力于服务他人的实体. 许多人在内我城市工作，许多人就在监狱中工作.

他们是分享造物主之爱的老灵魂.

Adonai. Vasu. Barragus. ∞

(V)2011 Translated by c.T.

☆ 第 1103 章集：爱与光早期资料 #15

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周一冥想，第二次会议

1974 年 2 月 25 日

(Don 传讯)

朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚，很高兴与你们同在. 一如往常，非常荣幸与你们同在.

我刚才在聆听你们的对话. 这个器皿是正确的，他说出他接收到的讯息. 他是一个先进的器皿，他已练习一段长时间. 现在，他能够使心智变得空白，这可以使讯息的传输变得容易. 当你的思绪堵塞心智，我们就很难传输讯息. 这就是为什么我们请求你们花时间冥想.

他已经如此练习许多年，这起初对他是困难的，因为你们星球的人群并不习惯这

种通讯形式，因此他们并不觉察它可以成就的单纯性. 朋友们，什么都不想并不复杂. 如这个器皿曾说过，这就象是学习骑脚踏车，一旦 你学会了就不会忘记，但你必须练习它 以保持高水平的效率.

有些时候，这个器皿(的通讯过程)有些困难，我们就必须调节他; 这种调节只是一种协助的手段，帮助该器皿什么都不想.

我们希望在这个房间的每个人都学会同样的技巧，那么你们将接受和讲述我们的思想，如这个器皿一般快捷.

他的思想有时会四处漫游，当他开始思考某件事，而非单纯地传递我们的思想，传讯就会变得有些混乱不清. 此时 我们就需要停下来 再次制约他，然后恢复通讯.

这个傍晚 我的弟兄 Laitos 和你们同在这个房间，当这个器皿说话时 他将调节你们. 我已总结这部分的通讯，我将允许这个器皿休息一段时间. 然后我将继续另一个通讯. 非常感谢你们耐心地聆听我.

希望我已给予的东西对你们学习成为管道有帮助.

[停顿]
我是 Laitos，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意.

在这个傍晚，我和你们同在这个房间. 我的职责是调节每一个新进的器皿.

你们将感觉我的调节，当你什么都不想 你最容易接收我的调节. 请允许你的身体跟随我的任何建议，你将感觉到我的调节效应. 无须惊慌，因为这是非常自然的，你们数千人已完成这过程.

它跟你们平常经验的通讯有些不同; 但我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，非常熟悉这类的通讯. 我们藉由这种方式跨越表面上分隔你我的边界. 事实上，没有分离，那是个幻象，但它在此时对你们是非常强烈的. 所以，请保持耐心，帮助我穿越这个屏障 和你们沟通. 拥有这个职责是个大荣幸，我对这份工作很熟练. 请容忍我一下，因为需要一点实验了解每个新进的发声管道，因为每个人调音的方式都有些许的不同. 因此，请尝试放松 什么都不想

现在 我将离开这个器皿. 我是 Laitos.
Adonai.

[停顿]
我是 Hatonn，朋友们，再一次 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们一直在调节这个器皿，即使是一个先进的器皿，偶尔调节他也是有助益的.

我们现在要冥想，朋友们，全神贯注于一切万有. 让你们的思想成为一，因为一切为一. 开始觉察那伟大的全体，觉察你们是一，一是全体. 不要让你自己和任何东西分离. 我的朋友，你从未与任何东西分离，宇宙只有一个东西，那个东西就是真理. 真理即是，它就在你的周围，它对你说话，聆听它 你将知晓它. 真理存在于你们的天空中，在你们的树林中，在你们的田野中，在所有造物主的作品中. 不要关切任何事物 除了这个真理.

发问者: [问题的大意是关于物理振动导致物理身体的改变.]

我是 Hatonn，我和这个器皿同在; 他要求我辨识自己，我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中和你们同在. 这些改变对于物理身体有效应，它们将摧毁物理身体. 这种事在你们星球的历史中一直在发生.

我曾说你们的星球将发生物理变迁，造成许多物理身体的毁坏. 我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，觉察在你们的幻象中，许多人依恋着物理身体. 你们只需要去吸收实相的知识，就会理解物理身体存在的原因.

我们稍早曾说，你们需要理解某个神圣著作的句子: 纵使你将行过死荫的幽谷，也不怕祸害. 这些话语指称的 即是你们认为的物理身体的毁坏.

R: 所以 你是说 不管人们有没有提升自我的振动，他们的物理身体都会毁坏?

你们的物理身体将会毁坏，这你是知道的. 在这个星球的第表上 没有一具物理身体不会毁坏，这是你们知道的死亡. 物理身体的毁坏是一个自然周期. 大多数居住在这个星球的人假设自己的肉体有一定的寿期，如果在那个期限之前肉体毁坏他们就感到惊慌. 无论如何，以你们目前的觉察水平 你们可以预期肉体有可能在任何特定时间毁坏.

R: 在地球物理变迁的过程，所有地球人的身体都将被摧毁，或 有些人会被带到你们的飞碟之中?

振动的密度将会改变，你们现在知悉的物理身体将不会存在于第四密度中. 你们

不会需要这么稠密的身体，如果你想要保存它，你无法通过 进入第四密度.
你们想要保存它，同时停留在第三密度中？我想不会吧.

你知道你渴望什么？什么是死亡？什么是物理身体?

R: 你曾提到转化的过程，那是什么？是不是我们说的死亡，或是别的东西?

没有死亡. 你们目前拥有死亡的概念是因为你无法跟那些你认为死去的实体沟通. 当这个星球移动进入第四密度，没有人会没有能力在不同的觉知水平沟通. 届时，将不会有人觉察死亡的概念. 这个星球现存的物理身体，在未来都不会存在. 即使没有密度的改变，这情况也会发生，因为此乃这个星球周期循环的模式. 为什么这个过程会有任何重要性?

R: 如此说来，我们应该在冥想中练习死亡？好让这个过渡时期更容易些？练习离开我们身体的过程?

只有一件事需要练习，那就是冥想.

R: 距离大转变还有多久?

Don: 好让他可以申请更多张信用卡，同时取消更多的约定.

(Don 传讯)
我是 Hatonn，我是 Hatonn，我和这个器皿同在；朋友们，我在无限造物者的爱与光中和你们同在. 由于这个器皿觉察这种问题的性质，他不情愿传讯这个特定

的答案. 无论如何，我已给他一个概念，一种获致答案的技巧.

我们感到抱歉，这个器皿不情愿传讯这个特定的信息，他有几个原因，其中一个原因是这种信息不被渴望. 无论如何，朋友们，在这个时候 我们必须在特定的边界和限制中行动. 因此 我们再次建议这个器皿给出我们先前告诉他的想法.

此时 我将离开这个器皿. 我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想，第三次会议

1974 年 2 月 25 日

(无名者 传讯)

我是菲力普(Philip). 我是七色光芒兄弟会的菲力普. 这个傍晚 我将在爱与光中和你们说话. 请保持耐心，我们和这个器皿同在. 我是七色光芒兄弟会的菲力普.

是的，我的朋友，我和你们同在，我觉察你们的寻求.

在你们享有的社会中 保持爱心是非常困难的; 所以花费许多时间在寻求，因为你们恒常地感到困惑并被拉入不重要的问题里头. 你们的每日生活被许多困难纠缠着，这使得你难以透过冥想寻求天父. 我的朋友，天父是无限的，祂在你做的每件事当中，在你所见的每个东西之中，也在你碰触的每个东西里面; 除了天父，再无其他. 因祂和你并存，祂和你为一，我和你为一，我们都是一.

挚爱者，除了天父和我，再无其他. 当你经历每天的生活，知晓这个真理. 在你做的每件事中示现它. 朋友们，因为此即是真理，这就是你们寻求的真理，这是我们全体寻求的真理. 我的朋友，当我们知晓这点，就无须知道任何其他事.

朋友们，遍及你们星球有许许多多的人种和群体，他们思考着许许多多的事情. 但你必须看见他们，你必须知道他们为一. 因为他们每个人都是天父的一部分，也是你的一部分. 你只需要张开双眼去看见，你会领悟这点. 地球人都有眼睛，但大多数时候，只看见他为自己设计的东西. 我的朋友，天父创造宇宙万物，我们是宇宙造物. 我们是天父，我们是一，不可能是其他东西. 不管你想什么、做什么，这个事实不会变: 你和所有的弟兄姊妹，遍及无限造物，都是单一、伟大、永生的存有. 不只包括弟兄姊妹，还包括所有生命、所有花草、所有岩石、所有行星和恒星，都是太一伟大存有的部分.

然而，地球人试图分离、分隔、再细分，这不是真理. 不过，他尚未领悟，因为他仍处在一种无知状态[由自己被误导的思想造成]. 真理即是单纯自身，然而 人类复杂化这个真理，以致于大量杀害他的同伴. 他产生对于同伴如此的憎恨，同时也产生对自己的憎恨. 因为憎恨你的同伴就是憎恨你自己. 在这么做的过程，他给自己带来可怕、可怕的悲痛. 因为 还有什么比折磨和毁灭自我更糟的事?

遍及宇宙有百万和百万和百万颗星球，居住着千千万万的生灵，如同你们一般的生灵. 然而，他们并不憎恨，并不恐惧，并不妒忌，没有贪婪，没有批判. 因为如果只有一个存有，怎么可能做任何上述的事? 因为做任何这些事只会伤害自我. 我和天父为一，这是真实的话语. 我和我父为一. 宇宙中所有生灵皆为一.

一，知晓这个，单单这个，你已知道足够. 但朋友们，知晓它，不要思考它，不

要谈论它，不要接受它. 知晓它，因为当你知晓它，你将知晓爱.

这个傍晚 和你们同在真是荣幸，我深深地感激这个机会.
我在爱中离开你们，因为再无其他. 我的平安和你同在.

(V)2011 Translated by c.T.

☆ 第 1104 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二[补充篇]

1991 三月 1 日

亚伦：向你们二位问候。我是亚伦(Aaron)。

你问我为什么不满意“密度”一词。我没有反对这个标签本身，你对这个标签的误解是我试图去避免的，激发你去超越那个误解。

当你在星期四早上谈论到它时，K 将它视为是位于一个特定光的密度的特殊等级，瞬间移动进入下一个密度。

它不是以这种方式运作。你在一个特定的等级来回的移动。

是的，有 Ra 谈论到的收割。当你准备好进入下一个密度时，就是进入下一个密度课题的时机，然而当你需要时你可以来回的移动。有时为了特定的理由你渴望重复一个课程。我们谈论到模糊的透明度（听不清楚），有一个朝着更透明的普遍运动，然而在任何的层面上，有些时候该实体在某种程度有阻塞，他并非没有

向前移动 而是需要经常地重复该课程。

当这情况发生时，人们会暂时地发现自己有些误解，并不是因为掉落倒退，而是有更多东西需要理解。想象一个人爬山对你理解上会有帮助。首先，有一个不太需要费力攀爬的缓升坡。到某个点，这个人到达一个陡峭的悬崖并且开始攀爬，寻找立足点和可以抓手的地方。当如此做时能量改变了。变得较累。可能流汗。

因为在较低的水平时，不会流汗或是精疲力竭，这并不意味登山者没有技术，简单是因为这山坡变得更陡峭了。

然而，当你到达陡坡并且感到精疲力竭时，你们大部分的人对这情况会有反应。精疲力竭本身没有问题 而是反应的问题。今早我们有谈到这个反应将牵引溶解性的身体 而暂时地 你的光变得较不透明。然而就某种意义来说，攀爬这个悬崖到达高原的顶端是必须的。

芭芭拉：亚伦，再说一遍。您立刻给了我一些影像。这是芭芭拉在说话。亚伦，透过您的眼睛，我正看见如你所见的，可以这么说。是的，我看见，肩并肩地，二个人，一个拥有能量。它特有的能量迅速地流过而且非常透明同时它的光环散发着光。我猜想，旁边的一个人正在攀爬这个峭壁。（听不清楚）没有这么透明，但以如此的希望和爱的感觉前进到达顶端，以至于它的光环甚至更灿烂。

所以，亚伦，这就是你所说的……（我无法开始说它有多么快速）透明度不是唯一有显著意义的因素。（听不清楚）你愿意告诉我这正确吗？
（录音带第一面结束）

亚伦：实质上，孩子，这密度只是一个因素。这是为何我更喜欢“次元”一词。首先让我们定义次元的意思，因为我不知道卡拉(Carla)是否在这些文字记录中读过。

想象握在你的二手中间有一个黏土的球。从二边挤压而当它挤压在一起时，在另一次元大部分的黏土会由你的双手顶端溢出而形成一个新的球。在你的双手间仍然有扁平的一块黏土，但现在有从顶端喷出的一块黏土。取下黏土挤压它而且允许它往一个新的方向移动。

你越过许多门槛，你习惯将每个门槛视为一个密度和（同样地）从一个密度到另一个密度的过程。

因此每个密度之内有许多个门槛而且每次的冥想或（听不清楚）经验带给你新的观点，你的双眼被某些真理开启，而这些真理之前是被封闭的。你有一个新的理解方式。

现在，有更大的门槛和更小的门槛。可以比拟为一个登机楼梯，然后你准备进入下一次飞行，就只差这一个楼梯。因为存有的密度一般是朝着透明度前进，而且在每个你标明的密度之内，透明或不透明度有某些限制。这只是其中一个因素。

芭芭拉问我其他的因素是什么，而我发现几乎无法在你们的语汇中找到文字去表达（我们的想法）。在某种意义来说，我理解为什么 Ra 使用密度，因为它们全部转译为光。然而只是说“这是光”或“这不是光”是不够的。当你有更深的信念，你确实遇到更多的光。

当扭曲消融了，你遇到更多的光同时允许更多的光穿越你，但是这儿有一个标准，这个标准是扭曲必须以它所是的存在被接受。换言之，Ra 谈到爱是第一个变貌[1]。没有爱的变貌，原始的能量无法经由这个上帝的小星火成长为炽热的太阳。然而爱的变貌创造一个（听不清楚）而且让一个存有远离透明。这是密度被误导之处。可能会有人感觉朝向透明前进是比较可取的，但这并不是更可取，而是单纯地被视为如同一个人在路上往下走，他将往下走得更远。这是无可避免的。它不是某个你需要去尝试执行的事情。

芭芭拉：亚伦，请再说一遍。

亚伦：我很抱歉，孩子。这不是你通灵的错误。我一次想到二个想法。当我说话时我正在思前想后。

一个人必须持续地爱和对他人给出爱，给予和接受，并且在自我和爱的源头之间澄清关系，直到自我被并入源头而更深的分离停止为止。灵魂渴望如此，也是如此的爱吸引一个人更深地回到爱。这是克服了分离的爱，然而爱是分离。

当我试着去理解如何对你表达之际，我们发现二个想法。首先，一个人必须总是努力爱的更彻底，更睿智地生活。然而同时间 一个人必须什么也不做。这是没有矛盾的。

你能理解我的意思，或是需要我解释更多？

芭芭拉：我理解意思，亚伦。你能理解吗，卡拉？

卡拉：是的。

亚伦：所以我们回到原来有关密度的问题和我偏爱的另一个语词。其实，我没有比较喜欢另一个语词，我比较喜欢没有语词，你试着更动你自己和你的想法超脱这个文字符号。简单的理解为你经历这个进程，这进程粗略地分成八个相互作用的部份，每个部份有许多小部份，但互相重叠。你总是在你必须存在的空间，当你持续在这个空间中存在 这个空间真的不怎么需要文字符号，在那时刻，不必费力地前往其他地方 同时仍明了那充分溶化在爱中的绝对渴望。你有疑问吗？

芭芭拉：我没有疑问。亚伦。我理解你所说的内容。卡拉呢？

卡拉：我会建议以楼梯的图像比喻。每走一步充满更多的光。该人灵走楼梯直到他抵达一个舒服的光之位置。假如他试着更进一步 他会感到不舒服，于是他便发现了自己的位置。这个地方可能在第三密度或是第四密度，但重要的是你是否感觉舒服。

亚伦：我感谢你，卡拉。这是非常清楚的说明。我想补充说明一点。让我们将楼梯放到室外并允许你想象楼梯充满灿烂的阳光，当然，假如你从这个世界走上来，你越来越多地移动进入阳光中。或许想象它是一座有着多个不同小登陆点的螺旋梯。每当你旋转移动时有些时候会发现自己在阴影之中。所以你同时出现进入光中 然而也会暂时地完全被阴影遮蔽，当你继续旋转移动 你将超越阴影 重新进入光中。

每个阴影都是你成长历程的一个困难。在任何密度都是如此，因为不只第三密度必须学习，虽然学习在其他密度是没有那么痛苦。然而 有许多时候我们感觉自

己在黑暗中。这个差别是当你感觉自己在黑暗中，彷佛它是完全的黑暗并且你无法看到那个四处流浪的楼梯。

当一个更高密度的存有发现自己在黑暗中，这对他只是轻微的阴影，他仍然清楚地看见楼梯，同时这是一个持续进入更多更多光的进展过程 ~ 而且你可以明确地说你只是朝着光保持愉悦的地方向上前进，当光变的无法忍受地热，炽热地烧掉你内在那些太浓稠无法面对光的部分，然后你暂停一会儿去工作这个透明的程度 ~ 所以当你朝这道光前进时，有些时候是更多的亮光和阴影。

我发现这非常明确，卡拉。或许我会建议这些阶梯犹如你们所谓的游乐园，有些时候它们是坚固的，当你踏上去时（那地方）似乎正在下沉。所以这一步和接下来的下一步的差异消失了，而下一步隐约出现在很高的上方。

每一步都是真实的一个宇宙本身。这就是全部了。

卡拉，在这个议题的理解上我看到你的一些困惑。是的，这现象发生在你身上，但它并非偶然发生。因此，首先在你身体（某些）部位有能量阻塞。容我们说，过去你母亲的行为围绕着你的生命 可称为你的“阻滞系绳"(retention tether)，但就某种意义上来说，这种能量阻塞早在你母亲的选择之前 就以潜在的形式存在着。我认为这有关于你的前一世经验。你希望我进一步说明吗？

卡拉：好的。

在前世中你遭受严重的虐待和毁伤而导致身体的肠子部位的损害，知道这些对你而言是有用的。我认为这是对抗虐待行为的一种防卫及保护。假如它对你是有用

的，但是你不必知道发生了什么，我可以给予这一生更多的细节，以致于你能发觉你创造了某些类型的保护。在你和那位除去你内脏的人之间的业力已经释放了，但是身体为了提供防卫，大部分是在细胞的层面以自己的方式运作。这跟原谅的议题无关，这也是为什么我觉得你不需知道背后的整个故事。

这只是一个故事。述说它将会拉你进入那个事件。与其回到过去的故事 毋宁理解身体本身对抗这种暴力的恐惧。慈爱地拥抱恐惧在你怀里 同时慈悲地与它连结，我相信在这一生，比爱更多的战火位于你身体的这个部位。你明白吗？

卡拉：我想是这样。

亚伦：你似乎是明显地处理好这一世的学习而毋须知道其他的转世。我相信你了解你必须知道尚未觉察的特殊层面。但是你毋须知道和这一生成为一个人无关的事情。所有与这有关的是你所说的母亲建立的模式，而这模式早在你母亲训练你如厕练习前就建立了，事实上在这一生 她以这方式（服务）强调如厕训练的选择是为了引起你的注意[2]，所以你可以疗愈过去世的这个暴虐行为，不需藉由知道事情的细节，只要知道给你身体的这个部位带来（听不清楚）而理解细胞的层面。你能理解吗？

卡拉：（听不清楚）

亚伦：卡拉，我知道你理解，但是当（我们）谈论它时 仍然有其他层面你可以更为觉知地产生关联。或许只要知道这些 将帮助心智的意识层面 带来更多的觉察。

在我的存在平面上，我觉得很愉快 因为我终于可以将美丽和内在闪耀的光划上等号 而且和身体没有关联。抵达这个阶段是愉快的。

我想提醒你们二位 当你选择显化进入一个身体，进入一个家庭，进入一个文化，你知道这个身体或是家庭或是文化的普遍性质，为了这些因素 你选择他们成为父母，他们已选择来工作的议题，而且是你在过去世与他们共同分享的议题。

你知道胎儿将会成长为什么，但是你并不知道胎儿是否美丽。这不是你做出的选择。让我们修正说法，当父母亲不具吸引力时或（听不清楚）你可能知道胎儿将会非常不具吸引力，但在这些一般性的限制之外，你无法知道胎儿将会非常漂亮，或有点漂亮，或具高度吸引力或有吸引力，或不具吸引力等等。

对你而言 这只会成为你在物质层面的关注 和灵性层面没有关联。这就是全部。

芭芭拉：亚伦，我们谈论到有关密度。你通常不愿意说你是在什么密度而且你说这不太重要。然而，过去几周在星期四的团体中[3] 我们谈论到耶稣，而在 Ra 资料中耶稣被视为是第五密度的存有，你说这灵体几乎进入第七密度，K 对于这个矛盾感到有些苦恼。K 说: "在 Ra 资料，Ra 陈述耶稣现在在第五密度而你说祂在第七密度。" 亚伦说: "我理解耶稣远远超过第五密度" 。 K 质疑亚伦你所说耶稣在第七密度。K 展示给我相关的 Ra 资料。亚伦说: "K，我希望你与 Q'uo 讨论它。我不同意你说的。我在你说的第五密度而这个存有远远超过我。这就是全部。"

然后亚伦你继续谈论有关密度一词的意义以及关于不将它想是特殊等级，而我们不是固定在一个地方。因此，亚伦，这问题引领（听不清楚）我不知道，是你感

觉，卡拉，当（听不清楚）什么使你（听不清楚）。什么需要你（听不清楚）感觉亚伦没有告诉我有关他以前所在的密度。以前他告诉我唯一的事情是他已经超越因果层面。什么让你感觉他是第三密度呢？而卡拉说"芭芭拉 400 年前救了他一命，在当时他是第三密度的存有。所以他必定还在第三密度。"

亚伦：卡拉，在此我们回到（听不清楚）较固定的概念，一个存有必须等待这一次的收割再继续走下去。在这一生结束后对我而言不需要立刻回到化身。对于许多世我已经结束化身。在灵性的层面上，许多世及数千年来，我已经学习完你们说的第四密度的功课，然而为了澄清（听不清楚）这需要被净化，感觉有一个需求要返回地球，因而，实际上是在这些层面之间移动。再次地，对许多层面的存有，我不喜欢用密度一词，虽然密度有某种意义，成为几乎洁净情绪体的灵性存有，我是更加透明的，但是回到最后一世（听不清楚），因为情绪体的存在有着较多的不透明度…

芭芭拉，你需要改变你的位置。你的专注力是微弱的。
（暂停）

随着最后业力的清除，没有必要返回地球，然而 我丢下心爱的人，我要透过我的导引来（听不清楚）。

我并不需要做这项业力上的工作。在我和芭芭拉之间没有业力拉我回来，因此，我目前没有约定需要成为地球层面的一部份。我如此做是出于纯然的爱，然而仍然有这个爱的扭曲，渴望去服务我多生累世钟爱的这个人。

除此之外，智慧及怜悯二者对我是有价值的功课，身为灵性体 重新接触行走在

地球上的你们可以深化我的功课。

所以，如我多次所强调的，你教导我如我教导你。你让我想起什么是年轻。当我说此时我在第五密度，我不是说我在一个地方，而是完全以心智清澈的程度来说。如果我不选择现在我正在做的事，如我之前已经谈到，在工作中我必须承担一个人格和意识的样貌，然后，回到我们观想的楼梯影像，该存有来到达他能够享受和包容和受益的特定光之阶梯，我将在起点…。

（录音带结束）

原注

[1] 实际上，Ra 群体提到第一个变貌是自由意志。而爱或理则是下一个变貌!

[2] 从一岁之前 卡拉的妈妈对她进行如厕训练，藉由对她说明她必须蠕动她的肠子，然后将她放在婴儿便盆。卡拉太年轻以致无法达到期望，虽然她很早说话也清楚理解什么是她应该达到。她完全无法做到。在知觉上这结果导致她便秘。因此，从婴儿期开始她至少一星期灌肠一次。

这危及她蠕动上的健康及她的生活，直到 1991 年她有吸收和处理食物的困难。在与亚伦和芭芭拉讨论的 10 个月后，她一半的横结肠以外科方式割除，为了保护她的生命"去除内脏"是必须的。因此对卡拉而言这一世模式的发生，在治疗和有助益的方法上，以这方式确保她的生命继续以及增加生命力。她利用这个机会再次奉献她的生命来服务同时也自我照顾。她完全地改善而且到目前为止在健康上持续地进步。(2005 年)

[3] 芭芭拉说的固定集会是在密西根州的安那宝市，提供冥想和灵性咨询的深泉中心(Deep Spring Center)，芭芭拉和亚伦在那儿教学。

(c)2011 Translated by M.D.

Reviewed by the X.

☆ 第 1105 章集：皇后密室

Copyright © 2008 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2008 年十月 25 日

G: Q'uo，在一的法则资料中，Ra 陈述“皇后密室的启蒙与舍弃自我有关，为了完整知晓造物者的渴望.”[1]

我相信有个渴望的光谱，在光谱的一端是渴求物质世界中的身分，浅薄和短暂的目标. 这种渴望的频率和生存、地位、骄傲、分离自我共振.

在光谱的另一端是寻求无我、超越、爱、光、合一的能量型态; 还有无数的渴望位于光谱的中间.

在我看来，皇后密室有个关键字: 舍弃; 一个实体在该密室中必须舍弃所有个人导向的渴望、利己主义的倾向，转而支持充分认识造物主的无上渴望，这过程呼应(地下)墓室的过程，在那儿 该实体的小我死去，透过表面的损失，领悟本质的

收获，进而蜕变成为一个崭新和复活的存有.

这过程似乎相当直截了当：表面的损失、本质的收获；释放小我，成为宇宙性自我；死亡和重生. 不过 Ra 在一个法则资料的另一个地方说："一个实体在这个密度的适当角色是去体验所有渴望的事物，然后分析，理解，并接受这些体验，从中萃取 爱/光. 没有什么事物需要被克服，不被需要的东西会逐渐消失."[2]

根据 Ra 描述皇后密室中发生的事件，似乎在无限的门槛前面，该实体必须停止经验所有渴望的东西；这跟前述的指令似乎是相互矛盾的，因为在皇后密室中，一个实体必须完整、永远地释放较低性质的渴望，只有单一知晓和成为造物者的渴望. 换句话说，该实体不再经验所有渴望的事物，有些渴望被释放了.

所以，你能否调和或建造一座概念的桥梁，好衔接这两个似乎很分歧的思想路线?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们在这个傍晚来到你们这里. 我们很荣幸和欢喜地对这个寻求圈谈论这次的问题—关于皇后密室和每日自我[其指令是去经验所有渴望事物]之间的动力关系.

一如往常，我们请求你们在聆听或阅读这些话语时使用你的辨别力. 如果我们的某个念头似乎对你有帮助，请务必使用它；如果它没有引起你的共鸣，就让它去吧. 你们这么做将允许我们感觉可以自由地提供谦卑的意见而无须担忧会冒犯你

的自由意志或打扰你的灵性行旅. 我们感谢你们考量这点.

我们感谢 G 实体提出这个询问，它进入一个尖锐的焦点—在三者之间的非常真实的动力关系，它们是自我朝向智能无限大门的旅程，和该实体做为行星地球的公民，和第三密度之行旅: 逐渐地知晓自我 并在知晓自我之后完整地接纳自我.

Ra 群体谈到的入门经验是长期训练的一部分，在训练过程中 入门者(initiate)学习如何敞开自我 成为治疗的器皿. 若脱离上下文，看起来有个目标是全时间停留在皇后密室位置之中.

无论如何，皇后密室被使用在顶点仪式中，当学生穿上祭司的长袍[可以这么说]他经验该仪式. 皇后密室位置要求的这个振动水平被视为一个祭司合宜的预设底座，同时他开始执行神职的任务，不管该任务是教导、治疗、或为了人类全体福祉而祈请和召唤.

一般的希望是，无论何时 当已启蒙的男女祭司启程去执行治疗、举行仪式、教导，该祭司能够重访和重新确认那个起初经验的振动水平，如同一个强烈献身的新祭司奉献他的自我和生命给太一无限造物者 ，做为一个最高和最好的器皿.

事实上，因为 Don 实体并未进一步探究入门的过程，Ra 群体也就没有讨论一个事实，那就是 这般的振动水平就如同一件长袍，入门者可以穿上它 然后脱下它; 正如同一个人会穿上物理界的长袍 然后在没有需要的时候 将它挂起来.

确实，在任何情况中 当寻求者想要做为一个医者、导师、管道[好比这一位]，或以任何其他方式抵达智能无限，穿上魔法人格的长袍是有时效性的. 的确，当寻

求者凝视着魔法工作，创造一个时限性的人格面具(persona)是重要的.

当一个实体进入调音过程，好离弃日常活动，全然聚焦在神圣上头，该实体从一开始就理解：穿上魔法人格并达成目标之后，魔法师或祭司应该有意识地、谨慎地透过观想或具体行动结束这段奉献时间，接着在想象或实质行动中 脱下魔法人格的长袍，小心地将它放置在心的最深处；将来可以再次呼唤它，同时希望在重复的过程中创造自我暗示的良好习惯，于是困难越来越少，最终 该实体可以相当快速地穿上魔法人格，正如他可以快速地脱下魔法人格.

你们可以把这个情况跟一个法官或教堂的牧师做联想. 法官穿上他厚重的黑色长袍，藉由这个动作对自己、造物主、那些必须坐在他面前申辩的人表明：我已接受这个职务的负担，我为此受过训练，并获得任命.

于是他不再有个人的兴趣或偏见，在他眼前只有公义的天平，他致力于创造一个公正和正义的事件流动，好让那个被控诉的实体有权在法庭陈词，并且感觉自己接受着公平的审判.

正是如此的方式，牧师穿上他的白长袍和绳带以及所有正式的衣着，在他将祭带挂在双肩之前，亲吻上头的十字架；他调音自我，使自己超越日常的人格面具. 他正在放下和舍弃自我的俗世部分，好让他得以在神圣面前成为透明的.

他的话语将唤起所有耶稣-基督的质量，当他将面饼和酒从日常的瓶子倒出来之际 是他祈请神圣临在，从而创造出耶稣-基督的身体和血；那些世俗的物质蜕变为完全的灵性(存在).

人群相信法官的正直创造出一场公正审判的氛围.

会众信赖牧师的正直允许他们进入圣餐的魔法仪式，于是他们走下祭坛时知道自己携带着耶稣-基督的爱与光的真正精华，他们带着这份精华进入周一、周二、周三、周四、周五、周六. 他们无需将造物主的临在留在教堂中.

一个牧师或法官在入门前需要大量的准备和训练.

一位寻求者首先经验愿意为大于自己的东西奉献，到最后的入门时刻[一个最终的顶点]，中间有一大段距离，他在行旅的过程中接受大量的训练.

G 实体注意到在金字塔底下有个初阶启蒙地点，这是相当准确的观察. 在那儿 存在萨满(shaman)的死亡经验，该经验把接下来的人生创造为一个鲜活又美丽的礼物. 最终顶点确实回应自我的首先奉献，这两者的差异在于初学者踩在火堆上靠近无限太一，而已入门的祭司仍停留在火堆上 但他已学会如何添加燃料、控制火堆、让火堆聚焦，透过长期的内在训练 他能够以最有技巧的方式敞开自我.

牧师或法官都有很多大部头的书必须研读，方能领受该职务的长袍.

寻求者连一本这样的书也没有，他自身即是那本必须阅读的书，寻求者需要许多年的(内在)工作才能开始阅读自我之书.

当入门者结束他的教学、治疗、传讯或其他的(智能无限)大门之工作，那件[被观想的]神职长袍跑去哪儿了？它绝对哪儿也没去，它只是被卷起来 进入心中之心，你们每个人内在最神圣的地方，造物主在那儿歇息，祂的临在毫无稀释，(那

是)一口绝对意识之井，一片爱之海洋.

我们请求你尝试去想象 在稳定状态中维持聚焦的自我—魔法人格，会是怎样的情况. 或许经过大量的练习和重复的意图宣告，一位入门者能够在绝对的信心中学会持守魔法人格一整天.

无论如何，试图去持守强烈的高亢音准，舍弃一切只剩下最深的意志和渴望[在稳定的基础上]，如此将消除生活的流动、已登录的经验，作用中的催化剂[用以创造经验]、记忆、深沉情感、和穿过许多水域 经历许多事的副作用[容我们说]. 持续地停留在皇后密室中 不只是不可能，也是不合宜的.

入门者需要有意识地穿上该长袍，然后当工作结束后 有意识地脱下它.

在每日的练习中，只有当自我里面有渴望进入魔法人格时 皇后密室位置才是恰当的. 每日的礼拜时间是特别恰当的，包括奉献自我给太一无限造物者. 渴望将自我完全地沉入奉献中，这是一种使用大门的魔法仪式.

或许，如果一个人正在准备服务，他可以参考该器皿的做法，她在调音之后，开始传讯集会之前，使用她的意志、信心、坚定的意图，尽可能地将自己带入皇后密室.

你甚至可以考虑在以下场合穿上魔法人格或进入皇后密室: 在大自然中沉思，或阅读一本启发自我的书籍，或聆听一场鼓舞人心的演讲. 无论如何，最好总是留心自己在做什么，好让你可以展现终极的尊重[那是它应得的]：有意识地进入它，同样有意识地离开它.

这个器皿觉察一个团体自称为卡特里派教徒(Cathars). 他们相信他们确实能够移动进入皇后密室的启蒙位置，并一直待在那儿. 就日常生活的观点而言，这使他们来到一个虚假的位置. 的确，他们的信仰系统是如此地偏离正常水平，以致于他们真的希望死亡，因为他们就能够享受这个(启蒙)位置的安慰而无须处理俗世身体的各种需求.

值得注意的是，这个教派的成员被视为异端，于是被那些无法理解如此强烈的奉献[于非俗世]的实体烧死.

我们可否进一步回答你，我的弟兄? 我们是 Q'uo 群体.

G: 是的，Q'uo. 你刚才描述有意识地穿上魔法人格的法衣，接着有意识地将它脱下; 这过程和佛陀—已对全我(all-self)觉醒的实体—有何不同?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

佛陀的全我要好长一段时间才会来临，我的弟兄.

在乔达摩(Gautama)实体开始觉察他自己的神圣性之前，他要走过人性之路和探索所有呼叫他的事物.

这个实体藉由成为一位摆渡者表达他的神圣性，来回地渡运人群. 在典型的神话故事里头，中心人物被描绘成拥有一种能力 得以持续待在皇后密室或祭司的位置. 无论如何，对于佛陀、基督，或对你来说，人性能量都是自我方程式的一部

分. 我们不想太深入地探测佛教徒的想法，我们可以说 对于佛陀、基督，魔法人格的规则接管了人类佛陀和人类基督. 那么 穿越历史书页来到我们面前的版本是那些虔信者和追随者想要看见的佛陀和基督.

一个人甚至可以观察一位当代的圣人，好比说 和平使者(Peace Pilgrim)，从外面来注视她的人生，感觉她已经持续地扮演入门者的角色. 无论如何，如果你询问这个神圣的女人 她是否全时间穿着神职的长袍，她会说: “一点也不”，她会谈论她心里的内在挣扎，伴随着做为人类的每日事务. 的确，这个器皿最近阅读德蕾莎修女的个人日记，她曾多次描写由于许多的疑虑和恐惧，她对自己感到绝望.

有三种不同的角度来注视佛陀这样一位人物: 从历史的观点，那些虔诚信仰佛陀的实体的观点，以及 从乔达摩实体的心智和心轮的内在注视这同一个生命.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

G: 关于佛陀和基督，我理解你刚才说的，他们的虔信者和追随者会想要把他们描写为超级存有，我理解那样的机制. 但同时，如佛陀这般的实体对我而言 代表意识的最高状态，那是对实相的神圣本质之觉醒. 我以为我或许有些误解，但我的理解引领我去相信那种觉醒的开悟水平是永久的. 一个实体一旦觉醒，他不会再滑入沉睡状态，不再成为无觉知的.

当然，在这个世界 总是需要做各种实际的决策，人类自我依旧完好无损，但那个人类自我永远对神圣是通透的. 我再也看不见任何(他的)倒退或挣扎. 我希望你能够为我澄清这点.

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

人性的挣扎元素内建在承载你们的肉体之中，喂养和照顾肉体是你们的责任.

当然 一次领悟、顿悟、启蒙的经验在一个实体的基本振动中创造永久的改变.

无论如何，每天醒来必须处理当天的各种事务并不是退步或返回沉睡状态.

不管每一天带来什么，它无法被轻易地预测，至少不能被完整地预测.

宗教遁世者的简朴生活是为了消弭所有可能的分心事物，好让该寻求者[门徒]什么也不做，除了日复一日、年复一年地 上紧渴望知晓造物主的发条. 虽然如此，只要他还位于肉和血、呼吸和渴望的边界里头，就无从逃开人性. 即使是最谦卑和舍弃自我的门徒仍将发现自己渴望那些带给 身、心 或灵 舒适的东西.

入门者并未停止成为人类，入门者通透地看见他的人性，于是能够比较超然地凝视身体或心智的需求，他拥有一个较大的观点允许自己以更有技巧的方式去行动[相对于尚未入门的实体而言].

入门者仍然要处理生活的事务，他必须找到方法去觉察和关注做为一个人的必要部分，他通常设计某种仪式帮助自己保持在良好的调频状态.

我的弟兄，你自己就有这种恒常调频的经验，当你使用造物主的名字之际，或献上圣方济祷辞 或任何其他帮助你的东西，它们协助你保持航向正确，真实地走在你想望的途径上.

无论如何，你无疑会承认这个事实：在一个航向正确的日子中 有许多分心的事物，或触发因素牵动你的心态，于是你发现自己重演过去的老旧资料. 许多事情偷溜进来 分散和转移你的注意力，使你偏离和无限造物者合一的寻求道路.

这并不意味着你返回沉睡状态，也不意味你在倒退，这意味你是人类的一员，你尽可能地以充满爱和服务的方式去活出这一生.

我们可否进一步回答你，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

G：我欣赏你的想法，Q'uo. 我当然敏锐地觉察内在光与暗的周期性特质，我理解许多经验顿悟或灵显的实体并未进入一种永久状态，而是每日进进出出的经验.

我知道人类自我有一段漫长的奋斗之路要走，你刚才说的一切适用于绝大多数走再灵性道路的实体，但我仍坚持这个想法[或许未来的经验将证明我是错的]：一旦太阳真实地在自我里内升起，如同佛陀的例子，和耶稣经验的情况[不管他经验到什么程度]，一旦太阳升起 它就在那儿了，那就是 Ra 描述的—能够毫无束缚地行走在宇宙之间的实体[3]— 我个人并未期待在此生有这种经验；但我看待它是某种永久状态. 抱歉 讲了这么久!

我确实有另一个问题，但首先问 R 实体是否有说的问题，没有？Ok.

这个问题牵涉到你刚才说的东西，我理解开悟无捷径. 我知道没有东西可以替代自我修为. 我知道任何较高意识需要扎根在自我修为之中 才会变得有用. 虽然如此，我问这个问题 因为我有兴趣知道你会说什么.

问题：我从一的法则资料获得的理解是 如果寻求者想要加速他的进化，他必须踏上一条坚定的道路，涉及大量的辛勤工作. 是否有可能，单单凭借信心，无须多年的内在工作，就在一瞬间引发巨大的蜕变，单纯地透过一个选择移除观点的限制，同时更深入地瞥见存有之奥秘？如果真是如此，什么样的催化剂可以允许该实体在一瞬间达成相当于多年自我修练的成果?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄.

产生这种突然和意外的开口[从而顿悟或了悟存在和自我的真实本质]的通常起因是创伤. 举例而言，一个身处激烈战场的士兵可能突然对杀戮的行业感到非常憎恶，于是他站起来 走出战场，从而表达一个全新的觉察水平，开枪伤害其他人类成为不可接受的行为. 或者，在紧急的时刻，一位母亲变得超自然地强壮，竟能够抬起整部车辆以拯救她的孩子.

在这些状态中，一个实体单纯地被(突然的)境遇扫过，似乎是瞬间的，造成觉察的改变. 实际上，这种瞬间的内在工作指向过去一长串的事件，这些事件布置了一个舞台以迎接那个领悟的时刻.

这种瞬间发生的次数很少，它的出现是纯正和可靠的，该领悟的深奥特性缔造它的印记，该实体的生命从此永远改变.

在你们的现代文化中，通常人们会使用心智转化的物质来快速获得新的觉知，对于那些使用药物[好比 LSD]取得领悟体验的实体 他们总是记得那些经验. 透过迷幻药获得的觉知是有效且可靠的.

无论如何，使用药物抵达灵性状态有个问题，而且是非常难以克服的问题；那就好比一个习惯在浅水玩耍的人突然之间，他陷入深海[有着许多激流和涌动]之中，他尚未准备好面对这种领悟或顿悟的可能副作用，在许多例子中，这个用药过程导致一个人的能量体受损.

这个器皿一般描述这个状态为“灵光圈被炸开一个洞”. 当一个实体试图让巨大额度的光[远超过他通常接收的量]进入其能量体，这对于该能量体是很大的重担. 当能量体虚弱的时候，不管是哪一个脉轮产生不平衡和阻塞，当太多力量流过该处，将灼烧那一带的灵光场，而烧出破洞.

那么，比较好的做法，一个希望的目标是轻盈地看待人生，走在灵性道路上不必要感觉是种挣扎，毋宁是种玩耍、舞动的感觉，甚至可以在灵性道路上顽皮地嘻闹. 你们的工作伦理建议人们辛勤工作是重要的，甚至包括灵性道路的行走. 不过，我们建议以其他方式来表达这份努力，让它成为不费力的，成为一场好玩的游戏，令人乐于思考的游戏.

然后，在你过去忧虑或奋斗的地方，现在你可以放松，在舞蹈中移动脚步，优美地、轻快地，随时准备欢笑，准备放手，单纯地存在.

重新框架灵性生活的努力为一场舞蹈和游戏，劳累和苦难感可以被拿走，接着你可以享受走在国王公路(King's Highway)的每一步，在感激、平安、喜悦中安歇.

用工作框架灵性寻求可以改为用玩耍框架灵性寻求，并获致良好的效应. 在跳舞和歌唱中，拿走生命的乏味无聊，于是获得更多能量、呼吸、空间去玩耍.

我们可否进一步回答你，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

G: 没有后续的问题，Q'uo. 你想要我问另一个问题吗?

我们是 Q'uo 群体，我们相信这个寻求圈还有能量维持最后一个询问，我的弟兄.

G: 这个询问来自佛罗里达州的 M(先生)，M 是非常服务他人导向的个体，他将自己全部投入工程师的训练. 他的终极目标是建造或协助打造一个自由能量的装置. 我相信他的意图沿着特斯拉(Tesla)的路线前进，如 Ra 所描述，特斯拉想要将人类同伴从黑暗中解放.[4]

所以 M 问: “现在我们星球上是否存在建构一个可行的物理装置或系统的科技，这个装置可以把输入的能量转化为更多的能量输出？有些人将这种装置称为‘自由能量装置'. Q'uo 能否就这类科技背后的灵性原则给予信息?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察 M 实体的问题. 自从尼可拉(Nikola)的时代，撷取地球能量的科技即已存在，它好比一个人将虹吸管插入一棵枫树，然后收集流出的树汁. 无论如何，由于盛行的政治和经济气候，那些曾经能够，好比尼可拉具备的能力，创造这类装置的实体被认为是种威胁，因为它会破坏国家和地球的经济均衡发展. 因此，只要政府和世界经济势力察觉这类装置的兴起，他们会以最快速度，无情地抹除这类知识.

如果有一个实体能够传导前人的精华[好比尼可拉]，他会看见这类装置甚至持续在内在次元平面运转迄今. 因为尼可拉实体并未拿掉他最后的实验，它仍然在运

转. 然而，它并未在空间/时间中运转，而是在时间/空间中运转.

无论如何，我们相信只要 M 实体持续他的研究，他将受到导引去研究电磁学、重力、和地球自身的能量；最终将赋予他能力去完成该目标.

我们可否进一步回答你，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

G: 我代表发问者说一个“大大的感谢”. 他将是一个快乐的实体. 我自己也感谢你，Q'uo.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你、M 实体、R 实体、Jim 实体、和这个器皿. 在这个傍晚你们全体使我们的经验变成非常丰富. 此时我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 欢庆地向前去吧!

Adonai. Adonai.

原注

[1] Ra 第五十七场集会，1981 年六月 12 日.这里是更多的引言，协助读者看见前后的脉络: “你觉察到启蒙的概念 并了解它需要集中存有在寻求造物者上. 我们希望能够藉由清晰表达一的法则来平衡这个认知，也就是说，一切万物都是太一造物者. 因此寻求造物者并不只在冥想以及行家的工作中达成 而是在每个片刻的经验链结点中.

“皇后密室的启蒙与舍弃自我有关，为了完整知晓造物者的渴望，净化后的内流光以平衡的方式被吸引，通过所有能量中心，在靛蓝色(光芒)相遇 并开启大门通往智能无限. 因此实体经验真实生命 或，如你们人群所称，复活.”

[2] Ra 第十八场集会，1981 年二月 4 日.

[3] Ra 第四十八场集会，1981 年四月 22 日.相关引言如下:“有些行家已经穿透了许多、许多能量中心，以及数个真实颜色. 这个做法必须伴随着极度的谨慎小心因为(实体)处于肉身中. 我们特别提到将红/橙/黄回路与真实颜色蓝色回路相连接的危险 因为有可能重度地扰乱心/身/灵复合体.

无论如何，一个穿透智能无限的实体基本上能够毫无束缚地行走在宇宙之间. ”

[4] Ra 第十一场集会，1981 年一月 28 日:

发问者: 原本特斯拉的工作可以如何造福人类，它原先的目的为何?

RA:我是 Ra，尼可拉[心/身/灵复合体]原本最渴望的目的 是将所有地球上的实体从黑暗中解放. 因此，他尝试给予地球[属于它自己的]无限能量 让人可以使用于照明及电力.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1106 章集：亚伦与 Q'uo 对话之三

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 3

Copyright © 2005 L/L Research

1991 三月 2 日

小组提问：我们全都有有关恐惧的问题。芭芭拉有无法面对责任感的恐惧，恐惧未知和恐惧超过她先前的限制。卡拉和 J 恐惧未能达到自己的标准、能力和潜能。K 不希望依赖外在的权威，但她恐惧无法胜任建立自己内在权威的工作。你愿意说明这些恐惧或是恐惧的本质吗？

亚伦：我是亚伦。我想我们每个人发言一段时间将是有帮助的，然后从严肃氛围中放松一点，以致于我们可以来回的谈论。这几乎是一种沟通的仪式。我不希望强加在 Q'uo 身上。假如 Q'uo 可以接受这方式我也可以接受。这就是全部。

（亚伦暂停一会儿等待反对意见。没有人反对）

我是亚伦。你问到有关恐惧，我比较喜欢对话而非个别的独白。

因此，与其试图给你们一个半小时对这主题的综合观点，我将谈论一些在我看来是你们最深切的议题，然后传给下一位，再次回到我这里。我感觉这方式使我们学习到更多。

你们每个人对于恐惧有不同的理解，由于不同的需求和来自不同地方而有不同的问题。所以我们从一个非常基本的问题“什么是恐惧?”开始。甚至不是“恐惧如何产生?”或“恐惧来自何处?”而是“恐惧是什么?"。基本上它是一种情感，不仅碰触情绪体，也涉及肉体和心智体；最后它会影响灵性体。所以它是一种完全垄罩着你的感觉。

恐惧对你们许多人是相当令人瘫痪的，它扭曲你看事情的方式，对你的内心产生困惑和混乱。由于它在你之内造成骚动，也很容易失去控制。由于它瘫痪你的方式，甚至比愤怒更难退一步来获得觉察。如同任何的情绪，恐惧不是问题你对它的反应才是问题。恐惧本身只是一个心智/身体的经验，但是它确实导致你的肉体和灵性体中所有的反应。

在谈论对恐惧的反应时，我省略掉理性体，因为恐惧不会激起理性体多少反应，

当恐惧同时由情绪和理性体二方面产生则会激起许多反应。

情绪体感觉到恐惧。就某种意义来说，理性体创造恐惧，除非它是一种纯粹的肉体恐惧，对一个肉体刺激的反应，例如当你感觉自己掉落时有一种掉落的恐惧。

理性体产生恐惧。然后由情绪体捡起。例如，你在车里遇到碰撞，当时你是安全的；但是你从那个当下感觉未来将要发生事情的影像。你感觉自己滑行，而且突然想象自己撞到路边的树或是你回到过去相同情形的经验～影像是来自理性体。

再次地，恐惧从理性体升起；所以心智创造恐惧脱离现在的情况而进入过去或是未来。然后情绪体捡起这恐惧中。接着移动进入肉体，我不期待你能够分解如此快速的过程。但它有着身体立即的紧张，而在那瞬间恐惧进入了。恐惧无法与爱共存。带着爱，我也置放了信心和信任的经验。恐惧在那时刻是如此的强烈，灵性体失去这将会是安全的所有信任感。

让我们更具体地谈论这个。首先，恐惧从不会存在当下时刻，而总是存在过去或是未来。想一想。再次摆放自己在那辆打滑的车上。它只是打滑。你是安全的。你能看见你的心智移动到那棵树而且和它相撞，或是你的心智回到上次打滑的经验呢？你能看见你是如何远离当下时刻吗？

让我们举一个完全是情绪的情况。某人走向你而他的脸看起来非常生气。上次你和这个人相遇，他对你怒骂和咆哮；他让你感到卑微和羞辱，所以生气和恐惧同时升起。恐惧不是立足于现在的时刻，而仅基于你的过去经验。

让我们回到卡拉，J 和 K 的问题。省视 K 对内在权威对抗外在权威恐惧的问题，

以及信任自己的问题，再次提醒你，在当下时刻是没有恐惧存在，K 当你感到恐惧时，你可以做个深呼吸同时问你自己“恐惧在那儿呢？”开始获得这种观点会使你明白，假如你以特定的方式行动时，你会创造出结果，或是当你以特定的方式行动时，你回忆起结果；然而每一个时刻都是崭新的，你不是先前这种情况中相同的你。

你已学到不去信任内在的权威，此时你正在试着学习信任。然而在你宣称那个权威之前，你想要知道你是对的；你的内在会说“也许我不是对的！”这时被恐惧和忿怒掳获了。然后转成对其他人的忿怒，因为那个人感到更自信，自己这样做是对的。这时你把恐惧和忿怒混杂在一起：生气你没有相同的自信，忿怒于那个人的自信，恐惧也许你不是对的。恐惧本身削弱了内在的知晓。

卡拉，今晚当你谈到你对于在工作上受到止痛药影响的担心，你忘记不是药物妨碍清晰的通讯，而是对药物可能妨碍清晰通讯的恐惧。你可以看到不同之处吗？在所有情况下，甚至是几近无意识的情况，你完全能够重复你收到的观念，因为你已经训练你自己如此做。但唯有在爱存在的情况下，你能够允许它流过你。再次地，爱和恐惧是无法共存。一旦恐惧进入，怀疑的感觉，“我能够如此做吗？”，就削弱了行动的能力。

现在我们回到卡拉和 J 的问题。（我知道我没有更进一步回答其他人的问题，但是我希望能避免冗长的对话，而我喜欢我们六人一起谈，我很乐意在这问题上谈论更多。）

你恐惧无法达到你的潜力。你能够看见恐惧是如何引起这种感受到的失败吗？我相信你理解，问题是你如何与恐惧工作呢？没有什么特别的事情是你必须做的。

你无法带着恐惧同时将恐惧抛开。但是你可以注视它并且以爱迎向它。恐惧是迎向你的一个孩子，说着“外面有一只大狗，我很害怕。”而你打开门轻轻拍打这只狗同时看到牠是友善的。你对这个小孩保证“这只狗很友善”，然而你不必轻视这个小孩的恐惧，你不必说“害怕是愚蠢的。”但是这往往就是你对自己所做的事，只要你如此做时，恐惧就会变坚固。

当你为难这小孩要他走出大门时，最终他会伸出双手轻拍这只狗，但是他还未接受他的恐惧。当你拥抱这个小孩说“我看到你如此的恐惧。害怕一只狗没关系。你要我跟你走到外面吗？" ~ 这不是强迫这个小孩轻拍这只狗或是做任何特别的事，只是保证你的爱与他同在。小孩将会感到平静并且开始以爱去碰触自己的恐惧。当恐惧远离，小孩自然地能够伸出双手轻拍这只狗。

你能将这观念应用到你自己身上吗？这里的狗指的是你的潜力和你所有对自己的想法。当一只大狗伴随时，你会感到难以抵挡！你们每个人真的都是没有限制的；然而在人类的形式中，你没有办法实现所有的可能结果。你能接受吗？你毋需要求完美，只要尽你所能的做。当你带着批评的恐惧说 "我不应该感到恐惧。我应该知道我的无限性。我应该能够做任何事" 你可以看见恐惧是如何变得坚固起来并且妨碍你的行动。

你知道这一点。你知道爱就是答案，然而在某种意义上它变成理智上的真言："爱永远是答案。" 但是当内心感觉恐惧时，说爱就是答案有什么意义呢？涉及恐惧时，你如何能以更多的爱去面对呢？

我可以说更多有关恐惧。我更喜欢别人谈论，再回到我这边。如果对于我所说的有特别的疑问，我将乐意回答。如果 Q'uo 现在想说，对我来说很好；或是你们

任何人想分享有关恐惧的想法，也是适当的。这就是全部。

Q'uo ： 我是 Q'uo 。在亚伦的深刻洞见中，同时在太一无限造物主的爱与光中，带着喜悦向你们致意，我是你们熟知的 Q'uo 。

让我们从深入的概括角度检视恐惧，这不意味着概括总是适用，但是对寻求者也许是一个可用的工具。恐惧是奠基在分离错觉的一种强化。倘若所有的生命知晓他们是一体的，将会清楚看见行为的动机和情况。假如知道阿卡西纪录[1]，人们将会好好选择更加欣赏自己，有勇气接受死亡是这一生的结束。虽然死亡是不可避免的，但是大部分的实体不会认真考虑死亡。

许多恐惧是由控制环境的需求所引起，这方式对该动物，每个人类的意识住所，是有帮助的。该动物有生存的需求，为了获得舒适、放松和安全感，这需求使得意识容易表现出对环境的控制。因此，恐惧是我们所说负面极化思想很好的范例。它假定分离并且通常很仰赖取得或维持情况受控制。

让我们检视这个器皿，尽管不觉察恐惧，然而行为却在恐惧中。器皿的红色光芒中心能量非常强烈。然而，这个器皿恐惧自己会忘记善待肉体这个动物，因为这个器皿的情感、理智、灵性能量总是充沛的。因此，由于恐惧可能的结果，由于恐惧生命重要的时刻失去控制，这个器皿克制自己[2]。这可以称为是良好的判断力，或是被视为是行为失去控制的恐惧，这恐惧被假设或被认为是一个生死的问题。这器皿感觉没有恐惧，然而对可能结果的过度重视，这个存有确实恐惧，以慈爱和有助益的方法尽可能的对待肉体，藉由服务的表现形式来荣耀牠。

看着恐惧同时询问，"我试图控制什么？"最好明白这只是一个我们总是在控制任

何事的错觉。并非实体们没有选择的自由，而是实相避开你所喜欢的幻象，这实相是万物皆为单一流动源头的一部分，而该源头属于活耀，创造，美丽和充满生气的光之海。所有的流动进入对方，流过彼此，流过自我，无论这流动经验什么情形，不仅是经验到和谐或是外在美丽，而且是完美的。

你们每个人，如同一点火花，感觉自己是不完美和处于危险中。这会阻止你的光之火花无法加入内心合一的分享。实体们唯一拥有的控制并不是在事件上，而是在面对提供的催化剂所选择有技巧的行动。

因此，假如你内心理解，聆听和分析这个人在意图控制什么和用什么方式，那就是一个好的开始。然而，这必须不断扎根在持续性信心之中，并且觉知除非当一个人致力于可以提供个人最高和最好的志业，否则他没有控制权。我们感觉我们对彼此向外伸出双手，但事实上我们是向内伸出双手以释放自己脱离对未知的恐惧，这状况仅部分地显露在其他自我身上，或来自先前经验过的失控情境或事物中。真实的自由属于全心奉献和绝对信实的寻求者。

我们是 Q'uo ， 群体，再次开启六方会谈[3]。我们在爱与光中离开这个器皿。

亚伦：我是亚伦。如此地讨论我觉得很美妙，因为 Q'uo 的想法扩展我自己的思维，而我认为这互惠是真实的。

Q'uo 提到二件事情，我想采取不同的观点。一个是恐惧和分离的关系。涉及那自我的自我灵性体没有恐惧。恐惧总是属于一个被感受到的其他自我。

这里产生二种分离。一种是自我和其他人分离的错觉，一种是和自我的分离。让

我们分别说明。首先让我们回到一个人带着生气的脸孔靠近你的事件，而这个人将以某种方式攻击或伤害你的恐惧感觉。当然，这是需要保护自我。如同 Q'uo 所指出，肉体渴望延续自己，然而接近你的人并不是另一个人，

这只是单一心和意，如你一般；造物主的一个面向，如你一般。

因为一个人感觉另一个人的伤害，然而这就滑入了恐惧里。接近恐惧较有技巧和创意的方法是提醒自我这是自己的一种忿怒观点，并且对待接近你的忿怒如同你对待自己的忿怒。如果你已经学得有技巧地处理自己的忿怒，（你知道）你自己的忿怒无法伤害你，别人的忿怒无法伤害你。而是分离错觉创造防卫状态，将忿怒升级为一只伤害人的幽灵。

让我们回到昨天早上，我请你们想象将爱视为同心圆，将恐惧和愤怒视为尖锐点的浮现。

当你看见这些尖锐点浮现时，了解到这只是自己的一个层面而不是另一个人，不是这个人的忿怒或恐惧而只是愤怒或恐惧，你可以被这同心圆持续地拥抱，并且将这些同心圆送给那位忿怒的存有。每个尖锐点碰撞你送出去的柔软的圆。

只要你拉回来并且开始感觉分离会使你感觉受到攻击，然后你开始将自己的尖锐点送出去。从我的观点，我只看到光的战斗剑－尖锐点刺伤彼此并且没有什么东西可以软化这些点。

其次，什么是和自我的分离？自我，最深的自我，是爱。纯净的灵性体感受全然的爱。当恐惧升起时在自我之内总有一个分离。这儿我只是解释更多在今晚集会

中我提出的内容～一个人的自我分离创造碎裂的状态，灵性体送出爱而情绪和心智体感到需要。然而，这种感觉对自我是很大的苦恼，因为知晓合一和爱是最深层的真理，它却被限制、撕毁和分离。这个存有变得四分五裂，远离灵性体。当你和那爱的感觉分离，如此强烈的怀疑升起使你非常难回到爱。你知道内在发生什么，但是很难停止它。

在任何时刻，一个人必须珍惜自己。只要恐惧被注意到，第一步必须做的是以爱拥抱受到那受惊吓的存有，因而减少了碎裂程度，以致于这个人可以回到自我中心而且再次感觉与造物主和万物同在，知道自己无法被伤害。

通常你觉得恐惧是保护你的情绪。你穿越马路突然看见卡车冲向你。这是设想"假使它撞上我呢" 的瞬间恐怖，你快速地离开。这是真的，在化学层面身体对这种恐惧做出快速反应。但恐惧是不需要的，而事实上恐惧相反于最适当的反应。

让我们举例：这是真的，一个人移出卡车的跑道而你不会想站在马路中央，当适当的行动是移动时，送爱给这个恐惧，由于希望肉体免于恐惧的爱，恐惧不会扩大。恐惧削弱而爱增长了。你没有时间分析危险性。以某种方式肉身存有必须行动来保存自己。但这不需要成为一个恐惧的问题，仅是一个智慧的问题；再次地，智慧在爱中滋长。

Q'uo 谈到卡拉的恐惧和分离感。透过分离感保护肉体的意图增加了分离。你们每个人愿意仔细地检视适合你自己需求的例子，而且看到以恐惧来保护身体是不需要的吗？当你知道你和万物的合一状态，真正理解没有分离的自我，每一次你看到分离浮现时，你提醒自己这是分离的声音同时允许分离的幻象消失。这并不期待具肉身存有总是能将这想法记在心理。然而你越接近它，你的恐惧较不会使

你瘫痪而你将会发现更多的自由。

我想补充一点，恐惧藉由对自己和他人的慈爱被平衡。这是自我能培养的特质。当一个人看见分离的自我时，每次感到恐惧时，提醒自己这恐惧是一个错觉，这是有帮助的。你可以承认这错觉，然后不仅送爱给恐惧的自己，也给自己恐惧的事物。除此之外，开始注意时时刻刻一个人不必感到恐惧。当一个人处于某些威胁的情境时，往往会以爱来回应这种情况。真的，你们每个人所做的远多于带着恐惧或是愤怒或是分离的反应。你不必注意这反应，它会流逝。然而慈爱是一株微小、温柔的幼苗；必须被培养。在可能驱使你朝向分离的情境中，你能够开始将每次的注意力以爱的方式回应吗？你如此做并非骄傲地称赞自己有爱的反应，而是在你内心培育爱的幼苗并且鼓励它开花。

假如你们觉得合适，关于恐惧，还有许多我可以谈论的，但是想在这里结束可以让 Q'uo 或是其他人述说其他的问题或评论。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，在喜悦、爱与光中再次问候每个人。

寻道者如何学习成长为冒险的和无畏的宇宙公民呢？一个很好的资源是人们自己的不完美记忆；因为恐惧只是外在偶发事件催化剂的最顶层，在大部分的例子，催化剂可能是相似或是反复情况的七层中的第七或七十次，情境的恐惧结束于有洞察力的判断。恐惧的宗谱线可以一路追溯到你们的圣经中谁生下谁的漫长表列。藉由温文和正确地评估，大部分最新的恐惧能被有效地工作同时包含分辨先前相似的经验。实际上大量的重复经验可被视为是重复的模式；当一个人脱去记忆的一片片洋葱外层，这个人最终到达恐惧的最初源头。

我们可能无法原谅自己有着目前的恐惧，然而我们或许可以凝视这个无助的婴儿，怜悯地看到无助意识的全然依赖。婴儿选择了给予他们恐惧的父母亲，也就是说，需要的渴望不会被满足。无法说话。无法写字。对于新生儿而言，甚至独自行动都难以想象。婴儿通常经验纯粹恐怖的领域。在幻象中既然婴儿是一个非常小的宇宙，由于完全没有能力去控制清洁、充份营养和舒适的情况，恐惧是根深蒂固。

我们不鼓励回溯的练习去发现目前恐惧的根源，如任何类型的室内猜谜游戏或娱乐。当每个恐惧追寻到根源，这根源是如此坚固，宛如是循环模式所形成扭曲的一生。

当一个人发现恐惧的根源，然后他能够觉察那失落的部分身分。然而，如同穿一双不合脚的旧鞋子，存有们倾向坚忍地接受恐惧。和自我完全和清晰的沟通将更为有帮助。每个自我有一位观察者，这是自我的一部份，而自我与观察者是完整统一的。当一个人正要根除那个部分身分时，避免对自我的存在做出暴力行为是个艺术。因此，这过程必须被礼貌地和高尚地完成，如同亚伦所说的，温和地剥去不必要的细微阻塞。因此，一个人可以在没有伴随的暴力之下拥有灵性的净化而达到身、心、灵统一的整体。

也许对每个自我最大的痛苦是这无法避免的罪恶感，这是你们所说的人类显化存在经验的一部份。

我是 Q'uo，再次地，我们在爱与光中离开这个器皿，所有其他实体可以自由地在这至为重要的主题上共同工作。

亚伦：感谢我的灵性朋友和兄弟/姐妹的自我，我想谈论 Q'uo 所提出的婴儿的概念和婴儿感觉到的恐怖经验。恐怖的感觉似乎是内建的人类经验，然而他必须询问"为什么?"假如一个人无法避免身为人类的恐惧经验，然后他必须假定被给予的经验是有原因的；或许看到更深的理由以帮助人们以更多爱的方式接受恐惧。回到这个想法：恐惧不是问题，你和恐惧的关系才是问题。婴儿对恐惧的关系必然是一种厌恶。它有需求，如 Q'uo 所指出，假如这些需求没有立刻被满足，他没有方法可以表达哭泣背后的痛苦。所以婴儿学会恐惧和感觉自己是分离的，只要他被喂养并且没有感到需要的升起，也就没有与母亲的分离感。但是每次需求升起而没有立即满足，在这幻象中他开始感觉是一个分离的自我，而自我就凝固起来了。

亲爱的，当然这对人类经验而言是必须的，否则不会给予这经验。假如你投胎时没有罩纱遮盖你，你仍保有充分的灵性知晓，假如这个分离的幻象没有发生，那么在这地球的层面上，你将不会有所学习。在这层面和灵性层面是没有区别的，除了你以肉身存在，然而在这个身体中，若没有分离幻象和拥有充分灵性觉知，意味着你无法学习这辈子要教导你的课题。你能了解这些吗？

所以我请求你们开始拥抱恐惧，视为是一项教导你的礼物。当它升起时，不是与它奋战或是讨厌它，而是对它轻声说出"感谢你"。让恐惧对你说我们是合一而且没有分离。回到这个核心让它成为一个提醒，你们是单一心和意的部份，而不是将恐惧经验视为切断你的心与意一把剑。以爱和感激对待恐惧的教导。

你们对于已谈论或是尚未谈论有任何特定的疑问吗？这就是全部。

卡拉：亚伦，我认为自己是一位完美主义者，看到恐惧是来自无法达到自己的理

想。这似乎表明成为完美主义者是不明智的；然而，我发现除非一个人瞄准目标，否则不会开始接近它。我不是意指残酷地驱使自己去做明显地无法做的事。除开任何情况，它更多是存在主义的问题，关于完美主义的价值，关于生活在神圣生命中，这是我最大的帮手，同时确实也是我最破坏性的恶行：自我批判。我看见自己没有藉由持续询问什么对我是最好的来追随生命之流，因为我总是看着自己，然而这态度对我在训练自我上帮助极大，我似乎能够变成接受在更深、更深的怜悯层面。亚伦，你愿意评论吗？我乐意倾听。谢谢你。

亚伦：亲爱的，你所说的完美主义者的特性来自二个不同之处。它可以是恐惧之声或是爱之声。如你已指出，它帮助你实现你的理想，成为你最棒的自己，掌握你面前的事物。在你面前你正掌握着无限的和完美的灵魂。你看见完美的影像而且知道肉体形式不能达到全然的完美，然而就真实意义而言，它已经达到了。你早已是你将是的一切，而且一直都是。这里我们进入同时性的问题，此时我将不会更深入探讨。你们全部熟悉我说的一般观念，在你前方那怀有理想的自我和正在寻求的自我并没有分别，这个自我跪在基督画像前祷告，正在理解人类爱、怜悯的深度和宽恕的能力，知晓人类本身拥有潜力，而且经由许多世的学习达到这种潜能，不在这密度而在更远处的灵性道路纯洁、无条件的爱之水平。

然后，有种完美主义来自恐惧之声，它不会举起我们的理想形象，而是一个贬低的声音。它表达的是不接纳。它表达一个人在这次转世和其他转世中多次挫败的成长历史，许多次被自我和其他自我所拒绝接纳。

一种完美的声音在表达最终的成功，因为它知道，完全地知道，它已经是完美了。另一种声音在述说失败，因为它看到肉体显化全部是受到限制的。所以，在你生活中的任何事情，这不是完美主义的问题而是它来自何处，它的声音正在述

说什么。

刚才的描述不只对完美主义是真的，还包括你生活中所有的质量。服务的渴望自脑海中浮现。前几天我们谈到这种渴望来自爱的声音或是恐惧的声音。恐惧的声音扭曲一个人的能力、撕裂自我和增加无助感和限制感。爱的声音开启自我，引导人们尽所能的成为最棒的自己，而且当由于身为人而无法做更多时，触动深深接纳和怜悯感觉。

你要我在这主题谈论更多，或我已经回答你的问题了？

卡拉：不用了，谢谢你，亚伦。这就够了。

亚伦：我的朋友，你们每个人内在都拥有大量的智慧。我理解当这些通讯集会举行时，你们焦虑地想要听我们的想法，然而你们的想法同样也会引起你更伟大的深奥理解。因此，不仅是问题，评论也是适当的。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。我们安住在爱与光中，而且将雕塑这次极度愉快集会的最后想法。

今天芭芭拉和卡拉谈论祈祷丸的概念。这观念可以想象是对一个单纯被觉察到情况的认可和尊重，芭芭拉清楚了解外在-平面接触的特殊情况，这不像内在-平面接触，这是曾经显化在这星球的老师们的荣幸并且无法伤害自我，因为这是特殊意识领域的内在能量网。在某些层面[内在-平面接触]已被自我接受否则它无法具体呈现。

有许多外在-平面的影响作用在存有们上头。例如，许多人使用占星术做为更了解事情的方法，因为灵魂进入肉体载具确切的时刻必须是未知的，占星术将会明显地不精确并且只有对映射出催化剂正影响的地理位置或邻近区域有帮助。

不论个人情况会是什么，祈祷的工具～沉思，冥想，灵感和所有直觉的特性～都大有帮助。外在-平面的汇合点来自星星，银河和实际上已觉察的所有外在意识。当肯定和祈祷时，因为人们专注在敬神中，人们能经验无畏；在那敬神的时刻所有的事都摆一边。有人建议无休止地祷告，这是极好的忠告，因为透过这个器皿说话的外在-平面的存有是影响该自我的宇宙能量。在不断的回忆、爱和礼赞无限太一的持续性『治疗式』冥想中，一个人更有巧妙的感知能力，他的有意识觉察有更多合一的共鸣，相较于没有祈祷的状态而言。

尊敬和荣耀自我对天粮的需要。假如正面和负面的外在-平面存有像宇宙影响一样倾泻在所有实体上头，假如要维持自由意志，自我必须是独立的和深思的；最重要的是，恐惧是无趣的。

愿你们每个人发现温柔和柔情重新创造和重新体验无助的和受到残害的婴孩，他的空间一次次地被入侵，他的需求在某些部分得不到充分地满足。务必温柔和耐心地对待，记得要忆起太一无限造物主，祂的本质是无限的爱，祂的每一个显化是光。我们向你们致意，在太一无限造物主的爱与光中祝福这一切。

容我们 Q'uo 为亚伦发言，感谢每一位对造物主的热爱和对他人的服务，呼求我们到此，同时给予我们这不可思议的经验去量测这一个核心问题。我们发现和亚伦工作是愉快的，在这存有面前我们感到谦卑。我们给予我们的祝福和我们的爱、我们的平安和喜悦，我们的爱和光。在一切万有中离开你们，从未真正离

开，只是退去以致我们正向的雨滴不会落在毫无准备的心上头。

Adonai. Adonai. 我是 Q'uo。

原注

[1] 以下网址定义阿卡西纪录为:

www.themystica.com/mystica/articles/a/akashic_records.htm

"一个神智学语词提到宇宙的文件系统，纪录每个发生的思想、语言与行为。这纪录被铭印在一个微妙的物质上称为阿卡莎[或 Soniferous Ether]。在印度教的神秘主义阿卡莎被视为是自然界的主要本源，从这里其他的四种自然本源，火、风、地、水被创造。这五个本源同时象征人类的五种感官。"

[2]因为肩膀常爆发关节炎的疼痛，卡拉松散地绑了她的双手以致于不会被轻率的手势伤害到她的肩膀。

[3] sextalogue 是一种六个人之间的会谈。

(c)2011 Translated by M.D.

Reviewed by the X.

☆ 第 1107 章集：杰克的魔豆

Copyright © 2003 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

2003 年一月 5 日

小组问题：我们今天的问题和我们星球的网格有关．我们正从第三密度移动进入第四密度，我们假设这个网格需要某种关注，某种集中的能量；我们想要在冥想状态中提供，并且 我们能够在日常生活中产出怜悯或慈悲或爱或宽恕，达到相同的效果．我们想要 Q'uo 给予我们某种想法，关于我们如何能够在这方面有所服务，在日常生活中，处理每日催化剂过程中，带着我们的变貌和服务的渴望，以及有时候感觉东西实在太多了，持续强化网格-通往第四密度的道路．

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意．

我们认为自己是[该器皿的老师称为]神性原则的一部分，你们那同样的部分[也属于神性原则]呼叫我们来到这里．在这种焦点和极性相似的交感振动中，我们彼此连结，并发现自己处在一个最蒙福和愉悦的状态中，和你们一起分享这段寻求时光．我们感谢有这个荣幸被你们呼叫，也感谢这个器皿藉由谨慎地调频和挑战定义我们的特性．我们大大地感激这个谨慎的调频连接过程，允许我们和这个特殊的生化器皿[容我们说，一种比较复杂的管乐器]经验清晰的通讯．在这个例子中，该器皿也是这首歌的作曲者，创作一个美妙的语境，使我们在其中工作形塑叫做文字的尴尬包裹；试图去讲述那些超过任何文字极限的概念．

我们只要求每位读者从我们分享的想法中拿取合理和有益的部份，把其他部分丢在后面，因为我们并非权威，毋宁是邻居和共同创造者，和你们一起分享经验．

今天，我们乐于同你们谈论形而上的铺筑道路. 首先 我们愿评论时间的概念，因为接下来我们要说的许多东西有一种特定的音色，在有限的脉络中才有意义，那就是虚幻的空间/时间脉络. 形而上的宇宙不是空间/时间宇宙，于是一个关乎形而上之物理层面的询问牵引的回应必然横跨空间/时间和时间/空间的考量.

这个器皿感兴趣的是外在的行动主义，它特别仰赖一个信息网路和时间/空间事件投射到空间/时间的资料. (然而)，如果一个人聚焦在空间/时间连续体及其虚幻的演进过程[容我们说]，形而上结构的能量就渐渐退去; 一个人越是努力去和空间/时间的事件与价值互动，他的工作作用在时间/空间连续体的效应就越不直接; 对于每一个试图体现空间/时间和时间/空间连结的实体而言，得考量这点.

在这方面，我们愿陈述我们的观察: 在这个关键时刻，一个忠信的光之战士面前最有挑战的敌人肯定是以恐惧为基础的担忧. 在你们的幻象中，在各种空间/时间事件开展的过程，有些实体会产生基于恐惧的回应; 我们不会批评或指责这些实体. 当然，从表面上看，一些重大的议题指出特定的灾难，令人担忧.

从我们的观点，做为从外面观察这个地球文化的实体，我们愿陈述另一种观察，可能逃离你们注意的一点，在你们明文记载的历史中，只有很少的几年是完全没有天灾、灾祸、战争的. 同时，在你们的历史中，任何一个时间都有宽广的选项去解决所有人们感知的问题.

那些看起来值得深感恐惧的东西，从另一个水平看却是最可以确切拥抱的东西; 因为正是在挑战和崭新的时期，一个人开始学习自我的知识，感到惊奇、鼓励、得力、更新; 透过这些经验，一个人逐渐学习自我的深度、感情、希望、梦想.

你恐惧饥饿吗？那么，当饥饿的时间来到，拿起你拥有的一点东西，为了大家的利益给出去，接着你将发现你可以创造五饼二鱼的奇迹.

你恐惧寒冷吗？振作起来，当你感到寒冷，前往其他也感到寒冷的同伴，拥抱他们；在一起 你们可以度过寒夜，同时知晓另一个同伴的心.

你恐惧一无所有？振作起来，因为所有实体真的不拥有什么，而只是分享来到他们身边的东西，那些透过环境、投胎前的请求、学习的渴望来到他们面前的东西.

你恐惧不足？拥抱感恩和感激，面对贫困的时候，数算任何你拥有的微小东西，每一个都是祝福；接着你将发现自己无尽地给予感谢.

一旦感激和感恩的双眼被打开，一个拥有真实、诚实、欢喜之心的人可以越来越容易看见所有情境都值得感谢；一个似乎是艰难的情境，稍后将被揭露为一个良医，因为它切开那些埋藏在深处的脓疮.

每个实体都曾在自己的道路上放置那些看起来很像绊脚石和巨大苦难的东西，从完美逻辑和理智的角度，它们的确是如此. 我们并不认为解除恐惧是个逻辑的过程；我们毋宁认为，生活过程对于一个特定灵魂的冲击取决于该灵魂的观点和态度. 我们认为观点和态度是强有力的，若一个人要成为一个有效运作的结晶体，它具有中心的地位；这样一个结晶体透过个人意图接收无限造物主的祝福和光芒，接着转化送入行星的第四/第三-密度连结，点亮第四密度网格.

因此，解除恐惧是一个可观和强力的资源，一个值得追求的资源.

解除恐惧的方式通常跟越来越多地觉察恐惧如何在天线网络[由你的个人感知结构呈现]中嵌入其触发点：第一、第二、第三、第四等等. 资料输入心智之后，心智划分各个项目的优先级，决定它将获得什么东西.

感知的过程远远不是表面的样子，实体并非用耳朵听，也不是用双眼看，毋宁是形成一个数字化的信息网格，不只是当下此刻的网格，还包括先前组织的期待网格. 当一个人改变期待网格的排列优先级软件[容我们如此说]，就改变了他接收到的信息封包.

在某种程度上，我们以非常机械的方式讲话，不过心智沿着逻辑、机械、惯常的路线工作；一旦当它可以决定优先事项 它会走捷径. 移动进入自我内的排列优先级之机制是深层工作，需要很多时间培养自我觉察. 所以，这是个长程目标，因为恐惧不是爱的缺席，也不是爱的尽头遗留的东西. 恐惧是爱的黑暗面，恐惧有它的正统地位，一个人必须在自我内拥抱它，请求它提供其天赋给光使用.

当一个人面对恐惧，恐惧变成勇气；那只造成恐惧的狼，与其逃离牠或杀害牠，毋宁邀请牠进入你的心，疼爱、理解、接纳、迷住牠.

我们请求你们成为自己的说书人，告诉你自己男女豪杰[也就是你本人]的故事，一个犯过许多错误的光之勇士，每天必须洗烫服装的勇士，虽然服装有些宽松，努力徒劳无功，自我的故事向前行，如同一个不退出的战士，绝不为了对抗什么而战，而是为了拥护什么而战.

凝视那些恐惧的反应，询问你最聪慧和精明的自我，你可以发挥什么创意去瞄准、理解、同理每一个恐惧矢量的思维；不是将它根除，也不批判自我的恐惧反

应; 而是悲悯那个涉入血、肉、骨之幻象的实体.

每个实体都将从第三密度经验中灭亡. 容我们说，恐惧的来源，所有其他恐惧的父母，即是停止存在的恐惧. 藉由信心，我们请每个实体自行认定: 既然死亡是不可避免的，花时间去恐惧死亡值得吗? 或者，把恐惧死亡的故事转变为热爱活着的每一天的故事?

依据空间/时间的观点，时间是个幻象，不过你们每个人正居住在这个幻象之中; 就在此生中 你们每个人正在行动; 确实，这是一段非常强烈的蜕变和改变时期.

已经发生许多天然的、人为的、政治的大灾难，你可以看见这些势力和能量变得更为尖锐和鲜明.

拥抱这段时期，保持坚定不移，成为光之传感器(transducers)，确保移动进入网格的能量由爱构成. 当一个实体的心能够放松，将自己从恐惧中释放，它变成柔软、肥沃的土壤，允许爱之种子发芽茁壮成为高耸的豆茎，构成天和地之间的阶梯. 每个读者都知晓杰克和魔豆的故事，这个实体用他的母牛去交换魔法的种子，接着他回家种植这些种子，接着它们成长为衔接另一个世界的魔法豆茎. 他拥有信心，以一种非常非物质的方式卖掉母牛换取魔豆; 执行光之工作者的任务，培育连结第三和第四密度的豆茎. 魔豆就是信心的种子，你们每个人都在温柔地照顾那魔法种子，虽然有时候自己没意识到该过程. 当魔法种子发芽之际，也就是自我的神性原则[非个人部份]之开端.

当一个人可以看见自己如同一个神职或魔法人物，那么他能够从一个形而上的位置出发，同时拥抱时间/空间的价值. 这是释放恐惧的另一面，那就是一种修为，

持续地记得爱，持续地记得自己是谁，持续地记得为什么自己在这里.

我们即将结束主要的讨论，稍微碰触这个器皿的兴趣，她具体地想要成立实质的机构去帮助第四密度或基督网格变得更强壮；帮助巩固这个世界和下个世界的连结. 你们可以从我们的宇宙性演讲看出大部分的工作跟心智的状态有关，跟爱的能量有关. 心智的状态总是该实体的选择，的确，它构成灵魂待在肉体这一生最伟大和接连不断的选择，你的思维要安顿在哪里，在爱中 或 在恐惧中?

当一个人看见自己身处恐惧中，不要遗弃自我，不要更正自我，毋宁跟自我坐在一起，注视该恐惧，让它自由来去，让它冲洗你，看见自我是可渗透的、可痊愈的、易犯错的；但也是一个闪耀的英雄 正在面对最惊人的对手.

这是你的故事；我们请求你坚持到底，我们请求你把自己想得好一些.

S 实体在传讯时很喜欢创造一个共同的结尾，正如同这个器皿喜欢使用那些意味在造物主中再会和平安的话语 做为结尾. S 实体结束传讯时会说: “好好地玩在一块儿”，这是一句伟大的铺筑道路的声明. 那些跟自己和彼此都玩得很开心的实体正在荣耀造物主和合一之原力；祂将释放恐惧并开启心轮.

此时 我们感谢这个器皿的服务，并转移这个通讯到 Jim 实体上头，在爱与光中离开这个器皿. 我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我们在爱与光中透过这个器皿向你们致意. 我们很荣幸地请教各位是

否有其他询问，好让我们在这次的工作集会中谈论?

S: 我有个问题，在每次我们和你们共度的冥想之后，我们献上那些可能有需要的朋友和亲人[1]，但由于我们并未每次都告知他们这件事，这样是否会被认为有违反自由意志之嫌?

我是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的弟兄. 太一造物者有个礼物，那就是所有实体皆可取用的普那(prana)或爱之能量; 那是太一造物者给予生命的质量之一.
当一个人为另一个人的福祉祈祷，则增添了这种能量. 因此，该实体有自由意志去工作这些在日常活动中获得的能量，或许 因着那些祈祷的人获得增强; 但该实体通常在没有觉察的情况下利用这些能量.

是否有其他的询问，我的弟兄?

S: 最后一个，我似乎对石英晶体有很大的好感. 我想问你能否散发任何光芒告知原因，不管是前世的影响，或各种能量的效应，或任何我可以沉思的话语?
我是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的弟兄. 我们发现一些普遍的信息是可以分享而不致冒犯(自由意志)的. 我们认为在你的转世模式中，特别偏爱这种沟通和治疗手段，你曾在不同的转世中以各种方式利用它们.
因此，在你的存有内有一部分的学习和服务对这些结晶实体共振，它们的能量可以增强一个人的健康和活力; 配合精确的几何配置，可以使用这些结晶实体来治疗、通讯、远观(far-seeing)，容我们说.

是否有其他的询问，我的弟兄?

S: 没有了，谢谢.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄. 此时是否有另一个询问?

Carla: 我只想问这个，既然这是我的问题，也是我传讯关于网格的资料，是否有任何东西因为我的偏见而没有传递的? 如果有，请透过 Jim 实体传递，我乐于倾听.

我是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的姊妹. 不，我们不想要过度称赞你做为器皿的能力. 我们认为有一个清晰的入口位于你的存有之中，我们利用它讲述我们的想法. 我们没有感觉什么扭曲或迟疑或偏见会阻碍我们沟通的能力，或阻碍我们想沟通的东西.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

Carla，没有，非常感谢你们; 感谢你们的标示. 我将很仔细地观看这篇传讯.
(没有其他询问)

我是 Q'uo，我们至为感激每位成员参与这个寻求圈，我们再次感谢你们 邀请我们加入你们，一起行走在这条道路上，彼此一起冥想、服务、强化渴望、敞开心胸分享.

我们是你们知晓的 Q'uo 群体. 此时 我们在太一无限造物者的爱与无可言喻之光中离开你们.

Adonai，我的朋友. Adonai.

原注

[1] L/L 研究中心在每次冥想聚会结束后，有个仪式释放储存的光，同时将那些我们想要献上治疗祈祷的名字置放在光中.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1108 章集：爱与光早期资料#16

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周三冥想，首次集会

1974 年 2 月 27 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 十分荣幸再次和你们同在，我们总是非常荣幸能够对那些愿意聆听我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]的地球人讲话.

今天傍晚，我要对你们谈一个你们肯定都感兴趣的主题，那就是我们同你们的接

触. 你们目前知晓的接触是一种心电感应式接触. 你们只需要在冥想中帮助自己接触我们的思想，你可以说它是一个心智调频的过程. 当你在冥想时，杂念减少，于是我们比较容易接触你们. 另外，如果你不渴望这些接触，你不会接收到它们.

这个器皿已清除心智中其他念头，允许我使用他的心智[好比一个转播站]快速说话，这需要一些练习，对于新进的器皿是相当困难的. 为此，对于新进的器皿 我们使用更多的肌肉控制，并且以较慢的速度运作.

在未来，我们将以更直接的方式接触你们. 现在我们想要这么做，但目前的情况是不可能的.

为了更广泛地接收这些通讯，你们需要练习，我将在此时转移通讯到这个团体的其他器皿.

(R 传讯)

我是 Hatonn，再次地，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 和我们更直接的接触前提是一种更高的灵性意识，如果你们渴望这个结果，你们团体的心智发展将是必须的. 这也是为什么我们建议团体冥想.

我将试图使用另一个较新的器皿.

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn. 我和器皿 D 有困难. 你们只需要放松，允许你自己陈述思想. 我将使用这个器皿更正任何新进器皿所犯的任何错误.

我将花一小段时间谈论传讯的过程. 我们能够充分地控制你的肌肉行动，我们植入一个想法，同时创造一个肌肉反应，这样会促使你说出目前想的东西. 在大多数情况，我们不能够精确地形成每个字. 某些器皿可以做到，但需要非常漫长的时间去发展.

此时 我将尝试透过器皿 D 去传导一个通讯.

(D 传讯)

我是 Hatonn，我是 Hatonn，我是... 我... 我是 Hatonn. 我正面临一个困难(时期)... 我是 Hatonn，我多么努力地尝试，多么努力地尝试却受到抗拒. 我希望可以达成一个更平顺的接触. 因为你的心智没有集中，我正遭遇麻烦. 我感到抱歉，我是 Hatonn，我正遭遇麻烦. 我... 我将离开. Adonai.

(Don 传讯)

朋友们，我和你们都在无限造物者的爱与光中. 我对于使用器皿 D 的能力感到满意，他先前抗拒我，对于新进的器皿，要分别他的想法和我的想法是困难的. 这并不太重要，因为我们可以更正.

一个器皿只需要清空他的心智，不要尝试分析每一个进入心智的念头，单纯地说出它，保持清晰的心智. 如果一个人要成为快速且流利的管道，他必须学习这个

技巧.

此时 这个器皿正在接收我们给予的概念，在某个程度上 他能够使用自己的话语说出这些概念. 如果他说的东西有时候不大连贯，那是因为他正在放松，并未使用他的智力去精确地组合字句.

为此 你们发现这些讯息比较不像一份英文原稿. 无论如何，它们是思想，我们尝试给予的概念才是重点，而不是陈述它们的方式.

你们会注意到这个器皿说的速度很快，唯一的原因就是他并不试图去分析他说的东西，他单纯地说出来. 我并未使用言语，我使用概念，这些概念铭印在器皿的心智上，接着立即转换为你们的语言.

我们目前给予的概念是这个器皿早已知道的，所以他可以很容易地转达相似的讯息给新进的管道.

有时候，某些讯息是该器皿不完全熟悉的，这就需要更多时间，特定的字汇是该器皿不熟悉的，那么，使用肌肉控制就是必须的.

无论如何，随着你在通讯过程中逐渐获得自信和能力，你将能够述说你不熟悉的字汇，好比适当的名字和地方.

现在 请耐心点儿，放松，允许你说出那进入心智的思想.

我将做个示范，如果器皿 R 愿意放松，允许我尝试更快速地透过他说话. 现在我

将转移通讯到器皿 R 那儿.

(R 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn. 在未来，你们有可能更快速地讲述，只要你放松并允许思想自由地流过你. 你们必须放松，不要绷紧神经. 这个器皿在传导我们的思想就有紧张的倾向. 每一次他变得紧张，他注意到自己就越难接收我们的思想.

我们了解这过程是困难的，因为你们受到制约去相信— 你必须付出努力去使用心智. 然而，你只需要让这些思想流过你.

当你越来越精通于传导我们的思想，你将能够接收和传导更多样化的信息.

当你们拥有更大的能力，我们想要给予你们更具体的信息，更高的灵性信息. 我们想要给予你们的概念，对于你们星球的正规意见池塘而言 是相当陌生的.
我将转移到另一个器皿.

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn. 朋友们，我和你们都在无限造物者的爱与光中.

我是 Hatonn，关于这个傍晚发展通讯管道的进度，我感到十分高兴. 因为，我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]需要许多通讯管道传达我们的思想给这个星球的人群. 在不久的未来，许多地球人将渴望聆听我们想要说的话. 目前，这个

星球的人群尚未觉察实相；为此 没有很多人寻求我们要述说的话语. 无论如何，许多沉睡的人很快将开始甦醒.

朋友们，给予你们人群这份信息的钥匙是渴望，因为这是宇宙计划的方式.

宇宙计划让那些渴望的人获得他们渴望的东西. 同时，他们可以自行评估它的真实价值. 真理总是不变的，然而，不同的个体在不同时期以不同方式诠释真理. 为此 我们必须透过你们这般的管道去给出真理. 我们不想要强迫你们人群接受我们对真理的理解；如果我们直接接触人群，就会发生这样的结果. 我们不想要被你们想成造物主之真理的终极代表.

我们想要你们人群可以凭自己的意志决定接受或拒绝我们的想法. 就我们的理解，这是全人类灵性进化的一个必要条款：他所在的位置可以接受或拒绝什么东西对于进化是必须的. 唯有以这种方式，他才可以知晓造物主之真理— 该单一的真理即是宇宙造物，造物的爱之真理.

一个人必须从内在领悟，无法从外在铭印. 我们正试图去刺激你们人群去寻求内在的真理.

这似乎是个靠近这个星球的人群的奇怪方式，或许它是奇怪的. 当你从盛行于地球上的思考结构来观看，它是奇怪的. 从我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]的观点看并不奇怪. 我们已相当详细地研读无限天父的造物，我们发现个体的寻求总有各种进化的阶段. 我们也仍在寻求，我们的寻求跟地球人的寻求有些不同. 此时 我们寻求真理的方式就是来到你们人群当中，透过你们这般的管道提供我们理解的真理；在这过程中 我们发现自己度真理的理解也随之成长.

花时间冥想，学习去理解我们的思想，不管是你透过传讯的方式[好比这个器皿]讲出来；或是你在冥想中理解它．我们只要求你们人群一个东西—给予我们理解．朋友们，透过冥想 你可以做到．这是我们对于如何获致理解之理解．

今天傍晚，和你们相处是很大的荣幸．我是 Hatonn，我是 Hatonn．在我离开你们之前，我想要表达对 Carla 实体的问候．我对这次无法遇见她感到遗憾．无论如何，我全时间和她同在．我是 Hatonn，此时 我将离开这个器皿．我在无限造物者的爱与光中离开你们．

Adonai Vasu.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1109 章集：光之良药(上)

Medicines of Light: Protection and Healing from Radiation Poisoning，Neurotoxins，Bacteria and Viruses.

A Hathor Planetary Message through Tom Kenyon

英文原文:

http://tomkenyon.com/medicines-of-light

日文连结:

http://tomkenyon.com/japanese-light-medicine

随着纽西兰的地震，紧接着日本的地震，很清楚的，你们已进入混乱节点*的更复杂阶段．

(*参照-http://tomkenyon.com/chaotic-nodes)
我们想要传授一个保护和治疗的方法，和辐射毒害和其他肉体状况有关；我们称呼它为光之良药.

这明显和目前在日本显露的事件有关，无论如何，当未来的地球变动一一呈现，你们可能在不久的未来，在世界其他位置面临类似的挑战.

这个方法将协助你们同时保护和治疗自己离开辐射能，还包括神经毒素、细菌和病毒的突变形态(的伤害). 从我们的观点，你们可以预期这些事件在不远的时间轴上更多地发生.

这个方法涉及连结你的天堂灵魂(Celestial Soul)，又称为 BA. 这个行动是去连接光之领域[你存有的一部分].

每一个存在于你们宇宙的东西都可以被视为光之能量表达— 甚至你们最稠密的物质形态本质上也是光的一种形式.

你以这个方法连结天堂灵魂，持守你的意图和期待，祂将赋予你一种保护和治疗的能量. 怀着感激和感谢的情感振动，你将这份意图送给天堂灵魂. 这个单纯的振动共鸣可以启动你存有的较高层面.

一旦你结合感激和感谢传送这份意图给天堂灵魂，你转换觉察进入心轮，接收治疗或保护的能量进入心轮. 你可能经验这股能量为一道光，或几何图样，或你可能感觉一种能量下降的过程. 你也可能单纯地经验这股能量为一个想法/感觉.

一旦你的心轮接收到这股能量，你就准备好发送它.
到了这个阶段，你将需要一些纯净的水，因为水可以极为良好地保持这种信息.
你的双手握住一个水的容器，透过意图，你将心轮内的能量传送到双臂，进入双手，再透过双手中心的脉轮将能量送入水中.

我们建议你重复这个程序三次，以扩大这股能量. 然后你喝下这杯水. 这水瀰漫在你身体中的水元素当中，接着治疗和保护的质量最终进入每个细胞.
透过这个行动，你正在限定光的用途，促使它下降穿过你身体的中央通道，进入心轮，接着传送它进入水元素. 水的意识接受这股能量，当你喝下它，身体接收该能量.

如果你发觉自己正暴露在辐射能底下，你可以进行刚才描述的这个程序，限定那从 BA 降下的能量去保护和治疗你，免于任何可能的辐射毒害. 如果你有其他保护自己的手段，明显地 你也应该使用它们; 但如果你一无所有，只剩下自己的意识，你仍可以保护和治疗自己.

如果你已遭受神经毒素的感染，你可以进行同样的程序. 如果你处在流行病[涉及细菌或病毒感染]的影响范围中，我们劝告你进行同样的程序.

当你们集体更深入地进入混乱节点的更复杂、更强烈的阶段; 细菌和病毒将更快速地突变. 这个方法将允许你保护和治疗不受这些突变的生命形态影响.

重要的是理解你正透过自己的意识力量创造保护和治疗. 你有直接的通道到达自己的光之领域; 你拥有主权，代表自己和心爱的人，去密切使用光之领域.

如果你发觉自己处在以上任何一个困难的状况，我们建议你服用光之良药— 那就是你已充能的水— 一天数次，依照直觉导引你的方式.

日本的地震和海啸的物理后果是非常难以应付的，但我们想要转换注意力的焦点，从物质层面转向这类灾难造成的心理、情绪、灵性效应.

由于这个事实: 你们处在混乱节点之中，外太空的能量结合太阳风暴的活动正在影响你们的能量体; 你们集体受到更多影响.

当你们见证人类同胞的苦难，他们的煎熬令你心碎. 人们认知到他们的困境很容易地成为自己的困境; 这个认知开启你的心，透过你的心轮，得以体现更高的意识状态; 于是发生在日本的地震，在许多方面，是集体之心的一场地震.

你们前方的时局并不容易. 从我们的观点，地球的变迁正在增多，它们临到你们上头; 但这些事件的一个结果是你们的根部受到摇撼，群体的催眠状态暂时停止了一会儿. 在这么大规模，超写实，的大灾难当中，你们许多人非常清楚地看见人类文明倚靠在脆弱的地面上，我们这么说同时包括字面上和比喻上的意涵.

所以关于混乱节点的这个阶段，我们的忠告是: 为自己学习并精通创造光之良药的能力，那么 当时候到来，你知道如何运用保护和治疗的力量[你的真实本质拥有的力量]. 在你航行穿越这段时期的过程，我们建议你不只使用心智，还要使用心轮— 让你的心受感动，因为透过你们的心，你们将在螺旋的通道中上升，抵达你自己的伟大状态.

The Hathors

2011 年 3 月 16 日

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1110 章集：光之良药(下)

---

http://tomkenyon.com/medicines-of-light

Tom's Thoughts and Observations

Tom*: 我已为 Hathors 传讯有 20 年了，自 2003 年二月开始张贴他们的行星讯息. 在过去这些岁月，我从未感知他们如此地迫切要张贴一则通讯. 通常，我有好几天安歇，沉思他们的讯息然后写出我的评论. 但这次没有这么奢侈的时间. 他们要求 Judi 和我尽快地张贴这个特殊的讯息，所以我这次的评论是简短的，只讲重点.

(*译注: Tom Kenyon 是 Hathors 群体的传讯者)

这次的中心讯息是所有人类都有能力创造 Hathors 所称的光之良药. 这种药有能力和潜能保护和治疗我们，不只远离辐射性危害，也远离神经毒素的效应，以及细菌和病毒感染.

这个方法是简单、切入重点的. 由有些读者可能第一次接触天堂灵魂或 BA 的概念，让我澄清祂的位置和如何和祂衔接. BA 或天堂灵魂是你自己的意识的一个面向，祂位于时间和空间侷限之外. 你们有些人可以称祂为较高自我. 但不管你怎么称呼祂，天堂灵魂存在于光之领域; 无论何时 当你传送感激和感谢给祂，你就和这个面向衔接.

你的 BA 在时间和空间中没有位置，因为祂超越两者.

但祂的确在你的能量场有个进入点，大约是你头上一个手臂长的位置. 如果你举起双手到头上，左右手指尖互相碰触，你的手指就在这个进入点的附近. 当你使用他们的方法创造光之良药时，在第一阶段 你的注意力就是对准该进入点.

[请注意，刚才介绍的手指位置只是为了说明，当你创造光之良药时，你的双手不必须举到头上.]

一旦你将觉察放在 BA 点的位置，你在心智中持守你想要接收的光之质量；举例来说，你曾经或将会暴露在危险的辐射线或放射毒害之中；在聚焦注意力在你的 BA 点[头部正上方]之后，持守你的意图，那就是从 BA 点下降的能量将是治疗和保护你远离放射毒害的能量.

然后你以心轮为起点，向上传送感谢或感激的情感到头部上方的 BA 点；你同时持守该意图—从 BA 点授予你的能量将治疗和保护你远离放射毒害.

接着，你转移注意力从 BA 点到心轮[位于你胸膛的中心，胸骨底下]，然后等待接收来自 BA 点的保护和治疗能量.

你们有些人是新手，你们可能需要重复几次传送意图和感激情感到达 BA 点的过程好几次，才会注意到一个回应. 但还是持续向上传送这份联合感激情感的意图到你的 BA 点，直到你感觉一股能量下降为止. 当你感觉到天堂灵魂传下来的能量，转移你的觉察到心轮上；允许你的心轮接收这股保护和治疗的能量.

然后你将双手环绕着纯水的容器，或置放在该容器的上方；同时传送这股来自天堂灵魂的能量进入水中；那已位于心轮的治疗和保护能量将向下移动经过你的双臂，接着穿越手掌中心[左右手各一个脉轮]进入水中.

完整地重复这个过程三次，最后喝下这杯水.

如果你处于一个不安全的状况，Hathors 建议你依照自己的直觉，在每天的几个时段创造光之良药，接着饮用它.

如 Hathors 指出，光之良药有许多许多用途，不只是治疗和保护一个人远离放射毒害. 你可以使用它治疗和保护自己远离神经毒素、细菌、病毒感染. 虽然他们刚才没有提到，我在 Hathors 给出这份讯息之后询问他们：这个方法是否对其他肉体重症[好比癌症]管用？他们回答说一个人肯定能以同样方式创造光之良药，用以处理这类的状况，也包括其他状况.

很明显地，如果你正在面对严重的状况，好比放射毒害，神经毒素、细菌、病毒感染等，你愿意开放自我接受各种医学疗法. 换句话说，Hathors 的这个方法并不是用来取代医学或公共卫生方案，而是一个附加的方法，一个你能够为自己做的好事.

在给予 Hathors 的讯息之后，我询问他们关于那些无法为自己制造光之良药的生命[好比婴儿和宠物]，是否可由他人代劳？他们说你可以用同样的方法，除了你的意图限定给那个你要给予光之良药的婴儿或动物. 举例来说，如果你要为一个婴儿或宠物创造光之良药，你传送的意念是：你将从天堂灵魂接收的能量是针对保护和治疗那个你将要给予良药的生命，即你的孩子或宠物.

在此 我想要插话一下; 最好是教导其他人如何自己创造光之良药，而不要产生一种依赖的现象. 创造光之良药是所有人类与生俱来的能力，它是我们多重次元资产的一部分. 授权给他人为自己这么做就是一项服务，协助她或他驾驭自我.

我个人讨厌看到这个方法被某些"治疗师"用来为他人创造光之良药，将自己伪装成具有特别的力量，一种其他人没有的力量. 这个创造光之良药的方法是人类的天赋权利. 我的感觉是，应该将它和所有人分享.

以上就是我想分享的东西，关于这个创造光之良药的简单方法; 至于哲学和形而上的观察就等到下一次吧.

Hathors 坚持我们尽快张贴这份信息，同时尽可能地快速传播它.
(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1111 章集：亚伦与 Q'uo 对话之四

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 4
Copyright © 2005 L/L Research

1991 年三月 3 日
小组问题：请谈论接受和不批评自己，我们想我们应该做什么的观念，以及这是如何牵涉到恐惧。我们如何接受自己而且避免“应该”呢?

亚伦：我是亚伦。在美丽崭新的一天中，以我的爱问候你们每个人。

“我应该”是个恐惧之声。我将做更多解释。昨天晚上我们有谈到这个观念：“我应该”是完美主义的观念，来自于对理想的渴望；但是它可能来自恐惧。当它来自恐惧时，会有催促自我、强迫自我的感觉而不是允许自我展现自己的光辉。这像极一朵花，柔软的花蕾，被残忍地拉开花瓣，好像一个人以这种方式强迫它开花。但花不能被强迫开花。它必须在人们爱的阳光下滋养而开花。

昨天芭芭拉读到一些你收集的 Ram Dass 唱片专辑中的资料。在里面他描述遇见一位佛教老师的故事，老师建议他们做向外扩展的冥想。几分钟之后老师告诉他“你还在尝试。”，Ram Dass 说：“是的，我正在尝试向外扩展。”老师说：“不要试着向外扩展，只要向外扩展。”

你能理解不同之处吗？藉由尝试，你创造非常难以允许的情况。不是意指不需努力，因为努力是透过完美和谐中的流动而不是来自自我-意志的扭曲。

禅宗三祖有一段论述谈到沉默的心智。他提到在你的努力要变成安静时，你只不过引起更多的活动。我相信你们都清楚。这问题变成“如何让一个人的心智安静？或是如何超越二元化、概念性的心智达到与永恒合一的状态呢？”为什么不允许它发生？为什么有任何的“我应该”呢？你毋须完成或是获得任何事物。没有什么事物是要去获得。你已经在那里了。直到你理解你已经在那里了，你所做的事情才会经由你，让能量完美的流动。你必须理解你并非将自己从“这个”移动到“那个"，而只要知道你已经是“那个"，除此之外没有别的。

你们已经听过我说过许多次，爱和恐惧无法并存，在这观点下你完全理解你已经是“那个" – 虽然有时你的行为彷佛不是如此 – 在那个地方，你和所有的事物完全

的和谐。当你试图要成为“那个"时，这是不和谐的，而且是恐惧的状态。昨晚我们谈到恐惧和分离的关联，为何一个人长大后不适用这个模式。第一件发生的事是认出自我觉察的状态，由于自我觉察产生否定自己、需要达成什么的恐惧，由于自我意识升起强烈的分离感。只要有什么目标要被完成，人们会感到一些恐惧，不论自己是不是够好或值得达成那个目标，你能理解吗？但是当人们完全的信任自己早已是过去的一切及将来的一切，然后允许脆弱的花苞绽放，使得花朵的全然美丽被看见。

允许我在这里更具体地多说一些。理智地知晓你是“那个"是很好的事，但是人如何保持允许自己超越恐惧的信心呢？你总是与神性连结。几个月以前芭芭拉每天清晨多次唱这首歌。歌词是 "似乎是很长一段时间，圣灵，等待着，我已经吸入你的气息，沉默且无所不在。"

当她一遍遍唱这首歌时，她开始有深层的理解，圣灵的气息永远存在，造物主永远存在，也就是她选择吸入气息或是不去吸入气息。然后她理解恐惧如何从神圣的坚信选择中分离。

做这个选择，完全地肯定合一，是一个责任。有时你感觉你没准备好，离自我承诺相当远，事实上并非如此，因为你还在这里学习；就某种意义上而言，婴儿第一次学到的恐惧是你学习上的一部份。恐惧本身没有错。是的，在某些方面它似乎阻碍了你完全发挥你的潜能；然而这是一个幻象。假如你不选择将恐惧当作是催化剂，它不会在这里。恐惧只是恐惧。你能仁慈地面对它吗？所以，当你能扭转而且给予恐惧更多的爱，在灵性道路上你更深入自己，减少我所说自我的斑点或是阴影，以致自我变得更透明，接着更加准备好进入较高的光层面。

本质上，这里我所建议的是当恐惧升起时，你学习去信任，这是没有问题的，你不需要从恐惧中逃离，而是以敞开的心问候它 "喔！这是恐惧。" 与恐惧深情地互动，允许它带来的任何的课题。

正如昨晚，还有更多我可以在此述说，但是我想让 Q'uo 先发言，让我们来回传球给对方。就这样。

Q'uo：我是 Q'uo。在无限造物主的爱、光和喜悦中问候你们。我们非常荣幸再次被你们团体呼求，藉由和美丽的亚伦分享我们易犯错的意见，让我们变得有能力及高贵。

恐惧和"应该"：　这些"应该"首先发生在何处呢？在存有小时候已获得足够的经验去数出所有不恰当建议之前，这些建议不能以真理和爱的感觉放在内心，他已学到"应该"的声音。

因此，恐惧的原始声音尚未顾及自我的本质，或是自我对双亲的可能关系，以及自我如何应对行为及价值的权威教导。

在人生的某个时点，大部分的存有了解这些"应该"的声音是儿时教导的遗迹。这些教导一般的用意是让小孩受益和培养知识，一种在适当仁慈的思想、语言及行动的润滑下的知识，如何透过复杂的社会行为之仪式去行动。因此，这些"应该"在巧妙地面对社会团体是充分有价值的。然而到了自我内在和自我对自己的感知之中，这些 "应该"的观念变得较不健康。

童年的声音产生于自我无法以意志选择；然而，这些内化的童年声音，即使透过

宽恕，而且在外在显化的世界不再有效，它们仍会被内化而成为似乎是自我的声音。此处我们看到自我和自我中的终极分离。

自我需要觉察它内在的声音，藉由宽恕和接纳来疗愈，这些终极评论家的声音以偏见的眼光凝视自我的表现，对事情不是以什么是对的而是以什么是错的眼光。这是自我折磨的一种形式，自我的贬低相当天真的完成。要变得成熟，人们需要看见自我之内的这些事情，这些并非天真或可信的，而是评断的和充满复杂的辩论。

自我所经验的复杂经验量是很好的自我真实性的评估。真实的自我领域是简单、纯净和丰盛的；不是竭力获取，不是紧紧抓取，当一个人可以不论何时何地，而是尽己所能的做好。

被批评贬损的自我声音需要被认同、接受、命名和宽恕。然而，人们如何宽恕呢？如果你愿意，救赎的心理学是一个完美象征的选择，因为它的本质是爱，它永远接受给予的所有礼物，所以能够宽恕自我。

无怪乎你们所知晓的耶稣诞生在一个神秘的犹太教传统。这个传统塞满了"应该"。耶稣选择进入这个出生背景，成为一个全然有文化修养的犹太学者，是为了创造恒常救赎的坚定观念。犹太传统是多么强调恐惧的正面价值。符合犹太教规的观念，生活伦理和慈悲的观念充斥着犹太人的人格。因此，当耶稣说"你的罪得赦免了！"[1]，他说话的背景充满了许多"应该"和批评。因此，你可以看见假如耶稣可以凝视罪恶和即刻宽恕它，那么一个人如何能够不真正地原谅自己呢？

这种觉察救赎的方法是绕道的而且利用分离的幻象。比起耶稣-基督被视为是内

在自我、一部分的自我和最终的自我而言，将基督当作是从远距时空来的其他自我，一个人较容易听到宽恕。虽然所有的宗教和灵性的信心体系有许多对于他们的经验和个人经验间的寓言象征，这些是值得推荐的，最终，一个人必须在内在的觉察层面遇见自我。

然后当"应该"和罪恶感升起时，人们不仅从一个想象的其他自我经验救赎，而且是以衷心的、自然的、实质的方式当作是爱的部份过程，包括爱自己，因此是没有批判的。如亚伦说的，每朵花必须以自己的时间开花，依据自己的节奏成熟。然而存有们通常不认为自己是美好和神圣的种子或美丽的花朵。自我似乎可以是任何事物而不是会成长和开花的美丽种子，如同一个人看见花朵和树木展现的美丽。这立刻产生了评断的偏见。人们如何学习去经验自我的美丽、神性、完美呢?

我们让这问题持续在空中回荡，因为我们让亚伦详相说明这条讯息。我们在爱与光中短暂地离开你们。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。我想提出超越个人认知限制的恐惧问题，一个人如何在第一次感知这些限制，如何选择去表现它：放手和继续前进，或抓牢自己感觉是安全的岸边，握住限制的幻象。

我们从这真相开始说起，你是无限制的，在这幻象内你感觉自己是有限的。虽然这对我主要的方向来说是附带的，我要说明自我感觉限制并非是偶发事件，而是帮助你理解你是无限的一项礼物。假如没有限制的感觉，只有充满无限制实相的理解，那么就没有对成长有任何的启发和激励。所以你保有这个理想，无非是要达到这个理想，注意你的行为标准和你在生活中表现的方式。

因为你是人类，你不断地达不到理想，然而你不断地要求自己从过去握住的边缘放手，而再次出击穿越真理之海。这是非常有勇气的行动，但是你很少让自己注意这很有勇气的行动。你感到要求你回头的恐惧，而且你错失每次你踏出新步伐所展现出美丽的勇气和爱。小孩是从父母亲所说的"不要走另外一步，你将会掉下去！" 去学习走路呢？或是从父母亲鼓励每个新步伐，而且鼓舞孩子，远离必然掉落的伤害去学习走路呢？你如何学习在这方法上鼓舞你自己呢？我相信这问题是 Q'uo 在先前谈话的结语。你能学习去珍惜那一次次勇敢地尝试的自己吗？要知道在肉体的表现上你无法达到自我渴望的完美，最后接受抵达完美境界不是必须的。然而，这份向往是建立力量和信心的工具，以致于人们开始理解自己内在的完美。

当你做选择时，因为恐惧、愤怒或贪婪是该选择的部分，它变成笨拙的选择而带来对他人的伤害，你的存有拒绝对这个选择负起责任，心里说 "我没办法。"

但当你进化到今天这个团体所达到的观点，你已经学习到你总是负责任的观念。

你能理解这是何等的困难吗？你曾经以较少批评的方式做选择，虽然较没有技巧，有较多的忿怒和责骂。但是现在你真正知道你是负责任的；这象是一个负担而不是一件乐事。问题变成如何让责任感展露它真正的本质，一件乐事和一项礼物，甚至你笨拙的选择都能与爱融合而没有自我贬抑。

我们回到较早我所谈论的关于允许而非强迫的主题。当你来到选择之处而理解做技巧性选择的责任，然而有时看不见恐惧、贪婪或是愤怒，直到一切都太迟了，这扭曲了该选择，让其他人感到痛苦。当你来到这地方，有 "假使我做错选择了

呢？"的恐惧感觉，在灵性内，恐惧关闭了能量的流动，关闭了知识的流动。当祈祷时你来到这个地方，从内在自我和外在自我中，对全部的爱开启自己，然后恐惧、愤怒或是贪婪的声音被听为是无声的回音。因为你理解它正在引领你成为一位成熟的存有，成为在光中绽放的花朵，关于责任这是一件喜乐的事。

Q'uo 谈到从自我从自我中分离。你们全体曾经在某个时候未能注意到自我内在的正面性，宽宏，耐心和慈爱；所有这些美好的特质是你美丽存有的部份。然而你批评你自己，集中在你对自己的负面批评上：无耐心、愤怒、贪婪。我建议两个练习也许对你有帮助。

第一，开始越来越仔细地注意当你是可爱、有耐心、仁慈的所有时刻，开始允许美丽的自我进入爱的光芒中。这不是骄傲，这是实相。

另外，当一个人感觉自己是爱却不允许这个状控，问你自己为什么不允许它。为什么一个人只注意到这些负面的特质呢？人必须开始理解自我内在，有个想要握着负面特质不放的部份，甚至是当它开始进入光中。对光和太一的全然知晓有份渴望，然而自我的内在感到没有价值。我想你们大部分都熟悉灵魂的暗夜这本书，圣十字-若望暗示灵魂感到本身和神是不匹配的，然而渴望与神连结。虽然他感到本身无价值，爱的力量给予它寻求连结的勇气。

你如何允许爱的力量来到你觉知的面前，以致它能引领进入你所是且一直是的全然知晓中，引领你穿越自我无价值感的恐惧呢？你拥有这二股力量。只要你是人类，你并未被预期是完美的。你所感到的限制一点都不是限制，而仅是这个密度提供的教导工具。你毋需摆脱恐惧、愤怒或贪婪。你所需要做的是允许原本就在的美丽茁壮和开花。恐惧、愤怒和贪婪将会掉落，因为将不再需要从它们那里获

得知识。

这里最重要的工具是觉察：总是知道你正在感觉什么；假如你正感觉生气或愤怒，碰触它们，不是评断而是接纳，允许存有不须对这些情绪采取行动。情绪本身不是问题。你不会因为感到贪婪伤害其他人。你夺取属于其他人的东西而伤害那个人。

你能以更多的爱开始回应内心所有的力量吗？当你开始如此做时，对这些需求将会过去。犹如你游泳穿越一条河流，而有 100 个浮筒可以抓取。穿越河流时，你游到其中一个浮筒而抓住一个浮筒保持漂浮。然而当你注视时，你说"这些浮筒会破坏这幕美景。我不想要它们。" 但是在你里内的一个层面中，你知道当你放弃他们，你的游泳能力尚未精炼，将会沉下去。所以注意浮筒破坏美景的同时，你留着它们，除非你的游泳技能很完美时你再也不需要它们，否则它们还是有用的。到那时，他们将会自行漂走。

我想 Q'uo 有些话想说，此时传递话筒给我的兄弟/姐妹。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，在爱与光中再次问候每个人。

我们试图提供工具和资源给第三密度的存有们工作自我朝向允许和接纳的状态。一个很好的意识中工作的资源是创意想象。愈接近与记忆音质共鸣的想象，更有机会增加存有达到深层的情绪，这些深层的情绪包含真正的智慧。关于爱自己的想象可以是：你的内心有位想要做好事情的小孩，（小孩）经历笨拙的童年，感知自我不断地无法满足自我的要求。然后，想象充满爱的自己，作为养育的父母亲，你们真的是非常慈爱的存有们。你内在的父母亲会转向小孩，并且当他表现

出自己感到错误的行为时会责备他吗？或是慈爱的父母亲带小孩到自己双臂的摇篮，而且将小孩的头放到可以听到子宫心跳的地方呢？

小孩害怕电影中的吸血鬼，所以小孩会从恶梦中惊醒。父母亲快速来到小孩的身边，提供他一种比例感。他们不会取笑作恶梦的小孩，明了每个存有都有他的恶梦，他的恐惧；但是当小孩被养育双亲的胸膛所怀抱着，他很快地感受到抚慰，父母亲对孩子说"这真是一个噩梦。这真的是意识中可怕的部份。这就是它的方式。我的孩子，但这只是你的一小部分，我亲爱的。" 当父母亲在摇动和哺育婴孩时，安全感和被爱的感觉，慢慢地和温柔地允许小孩接受自己的吸血鬼，而且发现它没有那么可怕；这吸血鬼也会在父母亲的爱和照顾下掉落。因此，人们可以邀请该吸血鬼进入自我，至少理解到这吸血鬼是自我的一部分（其他影像同样是可接受的），它不是全部的自我。因此，愿你的慈爱被这道光所照耀，进入小孩恐惧的黑暗中。

当内在小孩变的更强壮时，如同小孩的本性，他是任性的。因此，在观想父母亲照顾小孩的过程中，想象它是个更有机，更流动的过程，这么做是好的。
刚刚变得强壮的小孩是固执的。慈爱的父母亲建议小孩保持沉默，不让新理解的外在展现变得重要，这么做是睿智的。

别人知道自己得到什么洞见这件事一点都不重要，因为这些洞见是脆弱的，就像婴儿是脆弱的。当他们成长茁壮时，必须被珍惜和保护。当小孩是任性时，慈爱的自我温柔地提醒内在小孩，让他忆起多次经验，任性不是一个纯熟的选择态度；因为从显意识心智发出的意志忽视高我更大的意志，这意志消失在造物主中，以致自我和造物主是真正合一。直到小孩清楚地理解他的意志可能不是非常聪明或是广阔的观点时，这些发怒的意志才可以被养育的父母亲所驯服和疗愈。

发出意志或使用意志的机能并非是不正确的，而是这种意志必须被视为是庄严神圣的，以致当人们使用意志时他是觉察的，真实看见该选择的意志力，和在世俗观点上交托短视的自我意志给那从千年、万年的广阔观点发言的意志，全然和完全地，时时刻刻。

你们神圣的作品写着：依据基督的轭，或基督意识的轭，去行动是容易的，负担是轻的。这可以被检验为深层真理。一个人在肉身中总是背负着行李，总是在背上綑绑着东西。

因为在有限世界中，肉体完美地展现，总是有可感知的努力，也就是说，自我认为的努力。这是信心的工作，能够使被慈爱的父母亲养育的小孩子内心呈现孩子对整体和统一的眼光。他已经学习可以使用意志。假如被温柔和尊敬地对待，他将学习选择最灵通的意志，具有广阔观点的意志。在这种服务方式之中，一个人达到如此轻的负担，如此简单的轭，一个人变得自由。在交托一个微小的意志之后，一个人终于能够聆听爱本身的意志力。

因此，一个人执行无限造物主的意志只是更有技巧地聆听内在的声音。一个人和自己有许多穷尽的对话，其中一种是和大我，造物主，对话。

属于地球尘土的人却能与上帝对话而且被聆听，同时听到上帝的意志是什么，这是多么辉煌和荣耀的事。然后他一心一意并怀着丰盛和慷慨的心，自由地尽己所能去做。

自我的一个观点被养育他的父母亲充分地鼓励，那就是幽默感。一个人感觉自己

没有幽默感，因此带着严肃的压力会变的越来越沉重。然而，难道任何戏剧，甚至是悲剧，不都有它真诚的释放和宣泄的时刻吗？

人生中有多少时候被自我是视为是一齣肥皂剧或卡通呢？这可不是诋毁自我或服务的重要性，而是允许幽默感能剥去恐惧的外在经验。当一个人可以脱掉恐惧对象的外衣而且看着它，然而比喻地说，在他的四角内裤内 ~ 你大可看见许多红心、青蛙或高尔夫球杆点缀的花样 ~ 然后可以看见恐惧对象的弱点。它只有在穿着庄重时才显得强壮。因此，当一个人不接受此刻的严肃和沉重观点，他允许比例感，一种恒常成长的宽阔态度出现。在许多方面，幽默是全然接受自己的开始，最终几乎可以消除内在的恐惧之声。

在此时刻我们转移给亚伦贡献。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。

亚伦：我是亚伦。以这方式和 Q'uo 工作是喜悦和愉悦的事，透过我们的观念彼此刺激，同时也彼此分享你们传递给我的思想。我想特别感谢 Q'uo 提醒我幽默的重要，必须强调我强烈同意 Q'uo 所说的 ~ 幽默从接纳开始。还有许多可以讨论，然而让这场集会变得不那么沉重，我只想开放自己接受你们的问题而不是谈论我的想法。这就是全部。

卡拉：如何帮助其他人开始去觉察这个过程？工作自我显然比为其他寻求者创造有益和有说服力的启发更容易些，其他人有自己的旅程、他自己的优先考量和关键点。或许本质上我要问的是在完全遵守自由意志的前提下，一个人如何做为启发？

亚伦：我是亚伦。在这方面服务其他人有二个关键的重要因素。一个是你可以只为自己学习。你可以为另一个人打开门，但是你不能推他通过门。尝试如此做是对那个存有的一种暴力。因此，假如你看见另一个人的误解，你可以温柔和慈爱地指出那个误解，同时对该存有保证他拥有你完全的接纳和爱，不论他接受那个误解与否。

这完全是他的选择。你担心甚至陈述那个误解都会被视为一种暴力。这看你如何措辞。假如你说 "看看这个！你是错的！"伸出手摇醒另一个人令他理解，这就是暴力。假如你只是说 "我们有不同的观点，我以不同方式理解它。你有意愿和兴趣听看看我如何理解它吗？" 假如那位存有说"不愿意！" 当然，就这样了；假如存有说 "愿意，你如何理解它？"然后你可以开始分享你对它的看法，接着他自行选择有益的思想，其余部分就留在后面。所以这是一个你可以做的一种服务。

另一个且更重要的帮助是透过自我的榜样。 透过恒常地工作自己，错误得到更正；和自我更深的诚实层面得到发展，以致一个人变成闪耀的榜样。但是务必非常小心，一个人所提供的自我的榜样也是不完美的，将会有错误。将会有没有技巧性的选择。然而，榜样不一定是完美的，而是以爱接受自我和其他自我的不完美。

我想要在这里停止，除非有针对我谈论过的东西更进一步的特定问题，接着提供 Q'uo 机会说话。

Q'uo：我是 Q'uo。我们再次在爱与光中问候你们，建议这是此次工作的最后部份，因为对一个人而言，这些资料是足够的，容我们说，对内心和灵性是足以消化的一餐。当提供你们深思理解的蛋白质时，我们不要给你们太多饺子。

我们会单纯地询问自我，它认为自己是真正多有力量？藉由一个意见能够违反自由意志的观点是深度的自恋，极为夸大世俗自我的力量。

再次地，这是控制、恐惧的阴影。为什么这个器皿害怕诚实地说出她的意见或奉献自己成为管道，传达该器皿珍惜的讯息来源的意见呢？

这个器皿或任何其他人能够在一次单独的跳跃越过高耸的建筑吗？

这个器皿或其他人可以单手破坏或创造，或对身体增加重量或延长生命吗？强大力量的观点在那儿呢？

你看，真正的力量总是在造物主之中。因此，当一个人停止自我陶醉，允许自己变得更透明，如你们神圣著作的记载，于是他成为如同山丘上的城市，闪耀发光，让周围所有实体都可以看见。

人类自然的倾向是去聆听一位匮乏的人，去接受这个人的表达，然后说 "是的，我尊重它，但是…"在这少许的语词中存在着恐惧、分离的阴影。相反地，一个人能不能有足够的谦虚允许存有好好表达完吗？

如果他并未询问意见，或透过一个器皿询问传讯来源的意见，这是完全没问题的。并不需要 "是的，但是…" 类型的沟通。这只有其他自我邀请自己或传讯来源的意见，这个人即可以非常公正且富情感的方式提供意见。

当一个人听到问号，他知道这个寻求者的心是成熟的和准备好接受协助。当每个

人听到自己对一个脆弱和匮乏的人说 "是的，但是…"，他可以仅是观察恐惧这件事，恐惧另一个人是愚笨的，恐惧自己是愚笨的。因此，他可以自由去忽视。生命近乎完美的展现在没有 "但是…" 的信心上，只有一种慈爱的觉察，觉察所有需要去学习的流动，它移动到每个人，透过每个人，接着涌入无限～这是意识的真实本质，无限智能。

让自己不再是一个泡沫，而是成为海洋。允许自己在说话前被询问的奢华，对于那些没有发问的人，允许自己不对他们负责。

一个人可以给予没有发问但正在受苦的实体技巧性的帮助，那就是单纯地允许内在压倒性的同情，由于自我的成熟，带着自我感觉的不完美，送给其他自我如它所是的爱和治疗的接纳能量。

这接纳对他人是一种催化剂，虽然对方并未觉察，它的份量和口头的接纳是同等的。

存有们喜欢口头的接纳，因为他们不理解自己感觉能力的深度。在同情、接纳和宽恕中，荣耀另一个存有。最重要的是对自我同样的态度，荣耀内在不朽的小孩，纵使他必定会一遍遍地做出没有技巧的选择。

我们拥抱你们全体，如亚伦实体一般。我们可和这些观念共舞，这的确是一项荣耀和一种乐趣。我们欣喜彼此如同一条流动的小河。这是多么美丽的服务，我们二位多么感激允许呼求我们的奉献和爱。

我们感谢每个人，因为我们参与这项永远继续的伟大工作，学习停止对抗的工

作，永远地止息(内在)小孩的恐惧。我们在无限造物主的爱与光中离开你们，此时在你们的意识中远去。我们是 Q'uo 群体。

Adonai。 Adonai。

原注

[1]圣经，路加福音 7:48。

(c)2011 Translated by M.D.

Reviewed by the X.

☆ 第 1112 章集：传导和成为

Copyright © 2009 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2008 年十一月 22 日

群体问题: [由 G 发问] Q'uo，今晚，我们想要问两种基本活动的差异: 传导(channeling)和成为(becoming). 进一步详述，传导的能量可能是魔法人格、光辉的觉知、治疗能量、灵感能量、沟通能量或爱的能量; 成为那个能量意指成为那无上的非二元性选择，在其中 主体和客体的边界消融，于是自我之外再无他物，一切再次被视为太一; 两者有何差异?

具体地说，一个传导的实体和成为的实体在人格结构方面有何差异?
就能量流动穿过脉轮系统而言，传导的实体和成为的实体有何不同?

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中致意；今天傍晚我们在祂的服务中来到你们这儿. 很荣幸和高兴你们呼叫我们加入这个寻求圈，举行这次的工作集会，我们乐于同你们分享我们谦卑的思想，谈论传导和成为的主题.

一如往常，我们请求你们在聆听或阅读这些简陋话语时，使用你的辨别力去选择哪些部分该留下，哪些部分该丢弃. 我们并不期待这些评论可以为每个寻求者正中红心. 所以 我们乞求你的包涵，请谨慎地选取我们提供的东西. 我们感谢你们的考量，如此将允许我们(自由地)讲话 无须顾虑自己可能干扰你们的(寻求)过程.

我们想要感谢 G 实体发出这个询问，它允许我们注视这两条寻求的途径: “被动和简约的” 与 “主动和包含的”. 我们会把被动和简约的途径描述为佛教徒之路，瑜珈士之路. 这条途径的开端被视为一个浑沌、困惑、苦难的世界；该途径的尽头被视为苦难的尽头，并且简约所有的浑沌进入简洁和净空的心智的”零”(zero).

相比之下，活动和包含之路可以被描述为西方之路，这个器皿理解为基督徒之路；这个旅程的开端和佛教徒之路的风景类似，充满浑沌和苦难；然而，这条路的尽头被视为一个进入越来越多丰富内涵的旅程，跟这个世界形成越来越多的连结，直到整个世界变成神圣的.

在描述灵性旅程的过程，星际联邦[如你们对我们群体的称呼]比较倾向包含的途径，多于简约的途径. 不过，两者都属于同样过程、同一个根本实相的不同观点.

传导(传讯)的活动是寻求者在其中选择成为一个管道，以形而上的方式保护自我，藉由确实和绝对的词汇宣告自我的身分伴随着首要的原则，他为该原则而活，如果必须，他乐于为该原则而死.

基础扎实地踏在大地上，无形界辨识并尊重这种无可动摇的自我身分，提供自己为管道的寻求者接着请求和自我识别兼容共振的源头(发声). 好比这个器皿，总是以耶稣-基督之名挑战，请求一种她可以安定且觉知承载的最高和最佳的通讯. 确实，我们特别针对该器皿的请求而创造了 Q'uo 原则.

在这个传讯过程中，由于先前的调频已平息她的物质身体，该器皿的肉体处于休息状态. 太一无限造物者的光/爱川流经过她敞开的脉轮，毫无阻碍地; 一股能量无休止地移动穿越该实体的南极向上，另一股能量从北极大入口(gateway)向下流动，两股能量交会于该器皿的蓝色光芒脉轮，因为这个器皿使用蓝色光芒能量进行清晰和慈悲的通讯.

若传导的类型和治疗有关，同样的叙述成立，除了穿越大入口的能量和南极的造物主光/爱能量的交会所在地位于绿色光芒水平.

若传导的用意是存有的纯粹光辉，同样的叙述成立，除了北极能量和南极光/爱能量的交会点位于靛蓝光芒脉轮.

成为的寻求者和一切万有结合，他做的事相当于传导存有的光辉，描述他的方式

和描述传导存有的光辉是相同的，大入口的能量川流进入靛蓝光芒脉轮，和南极能量在那儿相会.

这段叙述指出我们认为一个人相信他正在传导存有的纯粹光辉和一个人相信他正进入一种无分别的、万事万物的完整合一状态；这两者并无差别.

一般来说，从我们的观点看，确实没有差别. 我们无法谈论细节，因为每个实体有一个特性振动和寻求的模式，创造出个别的差异，渲染修饰我们刚才说的东西，却不会造成矛盾.

我们愿带领寻求者去注意文化和语言的力量. 虽然传导存有的光辉和成为那存有的光辉没有差别，佛教的寻求者会以后者框架同样的活动；文化深深地影响寻求者，使他们倾向接受和自己文化环境兼容的知识.

相似地，文字中有伟大的力量. 一个东西是完全和无限地充满，和一个东西是完全和无限地虚空；这是描述同一经验的两种方式. 不过，因为文字无法容纳或表达吊诡，只能勉强地指出奥秘的质量，一个观察者很容易相信这两条途径是完全不同，或许是不兼容的.

确实，这两条途径完全不会不兼容. 无论如何，一个居住在肉身的人需要大量的转世经验去看见并超越这两种思考路径[关于灵性旅程和协助寻求者的技巧]的表面差异.

这个器皿曾有许多次成为光，没有观察者，的经验. 这个器皿也有过存在于光中，仍然有个观察者的经验. 这两种意识状态的差异是一种光和另一种光的量子

(距离). 也就是说，有无限多层次的光. 这两种振动状态的距离非常地微小. 而这个器皿从未能够取回这两种状态(到世间)，就充分和周遭人分享的角度而言.

一个寻求做为管道的实体，和一个寻求成为那个管道要传导的质量的实体，这两种实体的人格有何差异? 他们的差异比较是表面上的，而非真正的差异. 也就是说，一个从小沉浸在西方世界的实体将受文化的影响倾向积极的途径，看见自我经常在做事，甚至单纯地打开大门通往智能无限也是一种作为; 相对地，一个从想沉浸在东方世界的实体就倾向看见行家之路是简约和消弭的途径，最终进入那蕴藏一切的零.

我们十分喜悦你们人群使用圆圈代表一个零(0)，因为它代表空无和所有; 它是那宽广一无所有的圆圈，却吊诡地包含一切万有.

当一个实体在西方世界长大，却受到成为之路的吸引，而非传导之路，很有可能这样一个实体过去曾有许多世活在东方文化环境中. 同样地，一个由东方世界养育的寻求者受到活动之路的吸引，这样一个实体很可能曾有许多世住在西方世界. 这两种人格的差异是文化上的，也是浅薄的; 相对而言，这两者的相似处或共通处是深入和长远的.

再一次，我们感谢 G 实体提出这个询问，请问是否有后续的询问? 我们是 Q'uo 群体.

G: 没有后续的询问，Q'uo. 感谢你们的回应.

我们感谢你，我的弟兄. 和你谈话是个大喜悦. 容我们问，此时是否有另一个询

问？我们是 Q'uo 群体.

G: 是的，的确有. 看起来，随着第三密度之后来临的更高密度，它们变得越来越难以形容，它们和我们的实相有许多步之遥 以致于我们的理解机能无法了解. 若上述成立，我们合理假设，虽然有着根本的不同，第四密度和第三密度在经验连续体上是最接近的.

那么，我想要问第四密度的公民是否经验我们第三密度形容的美丽？如果是的话，第四密度的实体会如何对一个[请求这类信息的]第三密度实体描述美?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 美的概念是你们哲学家长久以来争辩的话题，这个伟大的问题是美丽是一种绝对的特征或美丽是主观的、相对的，如这个器皿会说的: “就在观者的眼里.”[1]

这个问题在第四密度依然是有效的. 确实，只要还存在一个觉察的中心[好比你们或我们]，就存在着这个开放的问题. 看起来，美丽彷彿是绝对的，不过我们，不亚于你们，发现自己欣喜于在当下自发性地看见美丽，并将它安置在观者的眼中，如此似乎否认了美的绝对本质.

无论如何，当一个实体从第三密度移动到第四密度，她的双眼向合一与和谐的真实本质敞开，于是美的冲击无所不在; 而不是一种可能性，因为在第三密度中，实体们无法全面地看见美丽.

虽然我们无法确切地说，我们相信有一种绝对之美; 有一种绝对的质量叫做美丽. 我们相信美的绝对质量躺卧在太一无限造物者的奥秘之中. 正如爱是绝对的，祂

已创造一切万有，美也是爱的衍生特征. 因此，若你或我能以造物主的双眼去看，你所见的一切事物都会是完全地美丽.

做为神性原则的个别火花，每片火花的特征是创造感知的各种颜色和滤镜 把绝对带入独特的、个体的、具体的东西.

何者是真相，我的弟兄? 一个寻求者以存有的每根纤维去看见、感觉、经验某个当下的美好，某个物体之美，某个质量之美，或某个逃脱定义的精华; 这样是否更真实?

或者，唯有起初的、无玷的绝对美丽之奥秘才是更高的真相?

再次地，我们无法说什么，但我们以为那个对主观美丽的个别感知，虽是不完美的，却是造物主最感兴趣的; 因为完美无法教导，但对于不完全之美的独特感知可以告诉造物主大量关于祂自己的事.

我们可否进一步回答你，我的弟兄? 我们是 Q'uo 群体.

G: 漂亮! Q'uo，你说的很棒，并且完整地回应我本来要说的后续问题，我现在无须发问了. 我相信 Jim 有个给你的问题.

Jim: W 说“我是个受监禁的人，并罹患肿瘤. 回应这个情势，我依据可以取得的信息和资源，以我最佳的理解尽力去做一切事情. 不管发生什么，要走到什么地步，我都可以平静面对; 我知道藉由全心服务他人，我正在服务爱. 如果我明天死去，我会平静地知晓我生平第一次做了对的事.

“做为我的治疗计划的一部分，我曾阅读 A.R.E.[2]的信息，标题是<如何杀死你的癌症而不会杀死自己>. 我冥想 Ra 讲述宽恕的话语，我理解如何照顾饮食这件事可以成为心智的轻推(nudge)，表达对自己的高度尊重. 结果是，我已将几项食物移除到饮食清单之外，包括糖和咖啡因. 然而，身处监狱带来一个很不利的因素，那就是我在食物上没有别的选择，他们提供的水加了很多氯消毒.

“我希望藉由这个移除过程可以给心智、身体、灵性足够的轻推. 尤其是，我知道我最重要的工作是接受事物的本然面貌，成为那‘超乎一切理解的平安'.[3]

“Q'uo 可否讲述牵涉我的情况的灵性原则，接着给予我任何可以协助我的治疗的洞见?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 我们想要和 W 实体沟通一件事，疾病的状况不只跟肉体有关，或跟心理有关; 当然，你们所处的文化注视着心智和身体，认为这两股能量一起创造健全和疾病状态.

然而，在任何一个转世，当寻求者移动穿越此生，有一种外形和纹理变得越来越明显，逐渐累积的生命经验，逐渐深化和澄清那些为了生命之屋*创造的理解. (*译注:意指该寻求者的肉身)

疾病和健全状态是一种动力关系的两端，对于许多人类而言，在人生总体的外形和纹理中扮演一个角色. 结果是，当一个人凝视”治疗”这个字，他必须将它放入一个更大的脉络，超过你们社会的医生的认知. 因为在疾病动力里头总有更深或更宽的脉络需要被观察.

W 实体认为伴随这个疾病的工作为他创造一个机会，在觉察和学习上有进展，为他带来一种实质的平安和满足. 这个器皿长久以来觉察到疾病使她渐渐不适宜做肉体的劳动，却为她创造机会去做更多的内在工作.

那么，你们要认为疾病必须被移除好让身体变得完整？或者，你们应该感恩有这个机会经验持续存在的催化剂，它不断确切地移动一个人进入内在的灵性工作?

[录音带第一面结束]
(Carla 传讯)

这个询问中某些元素是我们无法回应的，因为这类的回应会干扰 W 实体正专心进行的[因这个催化剂产生的]良好工作. 无论如何，我们可以同意 W 在询问中提供的想法: 创造，甚至仪式化，纪念(remembrance)和宽恕的元素确实有帮助.

纪念的元素将寻求者带回自我和一切[围绕自我的]永恒开口的临在; 在那当下此刻有宽恕; 和对自我全然接纳的觉察，如果那一刻在一天中被记得一千次，也不算太多.

W 实体刚才说的关于饮食和食材的轻推，这也是一个工作催化剂的优秀方式. 我们称许 W 实体以平安之眼凝视疾病的状况; 我们向 W 实体保证，除了疗愈，不会有别的结果.

有可能疗愈身体，也有可能疗愈心智和情绪; 对于无惧的寻求者而言 此生的疗愈是肯定的，无惧的定义是其他人可以觉得充满恐惧的情境，自己却不会出现惊愕

的眼光.

太一无限造物者的临在不管你在活的时候[你们的称谓]或死的时候[你们的称谓]都一样靠近你. 意识，你的精华，无论在(肉体)生或死的情况都是一样; 死亡是个可以快速超越的幻象.

容我们问，是否有最后一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

G: 我没有问题. D 今天写信给我，她说: “替我谢谢 Q'uo”. 所以我传递这个讯息，感谢你们，Q'uo.

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的评论，我的弟兄. 确实，当 D 实体，珍贵和美丽的实体，思考这些亲切和友爱的想法，同时直接传递给我们，我们已觉察她的想法; 因为当有人想到我们，我们就在那儿. 我们发现这个实体是一个大祝福，如同我们发现你们每一位的情况. 我们感谢你们每一位的美好.

我们离开这个器皿和团体，在爱与光中、在太一无限造物者的和平和大能中无比欣喜. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai. Adonai.

原注

[1] According to http://www.quoteland.com/articles/identify.asp，"Beauty is in the eye of the beholder" is actually a paraphrase of a statement made by Plato in The Symposium，which reads，"Remember how in that communion only，beholding beauty with the eye of the mind，he will be enabled to bring forth，not images

of beauty，but realities (for he has hold not of an image but of a reality)，and bringing forth and nourishing true virtue to become the friend of God and be immortal，if mortal man may.”

(译注:美丽就在观者的眼中，这句话出自柏拉图的著作—”飨宴”;也有人译为 ”情人眼里出西施”)

[2] The A. R. E.是 The Association for Research and Enlightenment 的缩写，它的官方网站为 http://www.edgarcayce.org/ ，这个机构储存 Edgar Cayce 许多的解读纪录;提供许多集会和资源给灵性寻求者.

[3]圣经，腓立比书 4:7，“天主所赐超乎一切理解的平安，必在基督-耶稣里，保守你们的心怀意念。”

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1113 章集：爱与光早期资料#17**

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周三冥想，二次集会

1974 年 2 月 27 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 十分荣幸再次和

你们同在，非常荣幸对那些加入这个团体的成员讲话.

此时，我就坐在你们正上方的一个载具里头，我将要谈论这点，但透过几个其他的管道，如果他们愿意敞开自己.

(R 传讯)
我是 Hatonn，如我刚才说的，我想要和你们谈论我们的载具，我正试图给予这个器皿他不熟悉的想法. 我目前所在的载具位于你们居住的房屋上方. 这个小组请求的话，可以看见我们的载具.

我们曾多次说过，在任何和我们的通讯中，渴望是必须元素；不管是思想、视觉，或任何物理的媒介.
我现在试图透过另一个器皿说话.

(H 传讯)
我和这个器皿同在. 你们曾多次发出的问题是："为什么太空来的弟兄们不和我们面对面相见？为什么他们的飞行载具不降落下来好让我们可以更近地观看?"
我的朋友们，在接触你们人群的过程，我们遭遇的一个问题是一种过度反应，不管是基于恐惧的反应或类似崇拜的反应，这两种态度都不必须，甚至是不可取的.
朋友们，当你们的发展到达一定的成熟度，你们可以随性地和我们见面，如同是平等的朋友一般；当你们全体都可以这样对我们打招呼，那么我们面对面的会议将变得更为可能.
我将试图透过另一个较新的器皿说话.

(Don 传讯)

我再次和这个器皿同在，我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中和你们相聚. 我尝试调节你们每一位，我将试图透过一个较新的器皿说话.

(M 传讯)

再一次，我很开心和你们同在. 当新的器皿接受调节的同时，通讯偶尔变得困难. 你们最好以小组的方式一起冥想，因为这样你们可以感觉更放松.

在这个房间的所有人都能够思想转移，你们只需要去渴望它.

我们的讯息是 ... [听不见]

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我再次尝试调节你们每一位，我将试图透过另一个较新的器皿说话.

(Don 传讯)

我再次和这个器皿同在，我是 Hatonn. 我感到抱歉，我们正碰到困难. 我将试图使用另一个较新的器皿. 我讲话的方式是传递思想给你们，不要害怕犯错，我将使用这个器皿更正任何可能的错误. 我是 Hatonn，请敞开你自己接收我的通讯.

(D 传讯)

我... 我... 我是 Hatonn.

(Don 传讯)

这是一个非常简单的过程，不过，它的确需要一些练习. 这个器皿已学会直接说出我们给予的想法，他也学会几乎 100%清理其心智. 这个数字依据他周遭的情况而有些变动. 在这个时候，情况相当良好，他几乎可以逐字接收我的话语，因为我熟悉你们的语言，也能够传递我想要该器皿说的话语.

这类的通讯对于沟通特定性质的信息是好的; 不过，接收器皿的环境情况必须是相当良好的. 你们每个人可以透过练习学习这种技巧，你们必须清理心智的念头.

你们的练习就是每日冥想和使用传讯的技巧，持续地练习将使你达到该器皿传讯时的流畅程度.

这个器皿在接收我们的想法时很少去分析. 在他刚开始传讯时，因为他的分析造成某种困难. 当他分析我们的想法时会使得我们要花大量的时间只传递一个想法. 此时，我要告诉你们一个小故事，允许你们聚焦思维在必要的东西上，好让你们可以单纯地接收我们的想法. 这个故事跟一个小孩有关.

这个小孩聆听他的爸妈说话，在小孩聆听爸妈之前，他不会说话; 但在聆听之后，他能够相当流利地说话. 无论如何，这个小孩完全不晓得他学会说话的过程，他只是单纯地在那儿，单纯地学会说话. 这是我们正在使用的过程.

并不是说你们是小孩子，那才是问题! 如果你们是小孩子，我们就能够毫无困难地透过你们说话.

我们推荐你们把自己想成是个小孩，放松，什么都不知道. 以这个方式，你们将很快速地学会传导我们的想法.

我们发现你们地球的某些人群比较容易学会. 我们发现那些活在科技社会的人群[好比你们]有时需要很大的努力，因为他们学到谨慎地质疑每一个来到面前的东西. 如果你们不质疑我们试图要做的事，单纯地放松 让它发生，它就会发生.

我希望我已协助强化我们的联系，此时，我将试图透过一个较新的器皿通讯.
(M 传讯)
我再一次和这个器皿同在，他已足够地放松，让这个通讯继续. 我们持续地觉察

你们团体的活动，如同我们觉察你们星球上所有这类团体的活动. 我们在此为你们服务，将我们的爱带给你们 ...

[录音带结束]

***

周六冥想

1974 年 3 月 2 日

(Don 传讯)

朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚，十分荣幸再次和你们相聚. 我是 Hatonn，我是[隶属于为无限造物者服务的星球联邦的]Hatonn.

是的，我的朋友，为无限造物者服务. 有两种可能性，一种是为无限造物者服务，另一种则是相反的. “为无限造物者服务”的定义非常简单，它适用于那些在无限宇宙中带着目标向前的实体，他们理解造物主渴望的目标; 有一些原则治理这个宇宙造物，他们透过理解这些原则决定这个目标.

有许多方式为无限造物者服务，我们目前展示的只是其中一种方式. 一个人有可能再任何时间展示这个服务的知识. 为了做到这点，你必须理解你正在做什么. 为了理解你正在做什么，你必须冥想，敞开自己接触造物主提供给我们全体的知识. 此时，在你们星球上，许许多多人执行许许多多种服务，然而，只有很少的服务是我们考量的种类— 为我们的无限造物者服务. 我们发现在这个星球上，人类主要关切怎样服务他自己.

这个现象的原因总是相同的，由于欠缺冥想. 我们已对你们说过许许多多次— 你们必须冥想. 这是我们带给你们的最重要真理，因为如果一个人练习冥想，那么

他对于服务就不会有问题.

在这里的每个人都渴望去服务，你们每个人正在服务，并在不久的未来将更大程度地服务，你们必须以每日冥想做为准备.

我们，隶属于星球联邦，在服务地球人方面有可观的困难. 这个星球上的人极端地困惑，大多数时候，他们几乎完全看不见实相; 他们已建造了无数个幻象，这些幻象是如此强壮以致于许多人被闭锁其中，无法被服务.

为此，将有需要让他们经验到物理环境的强烈催化性作用，好让他们打破自我制造的幻象. 许多人被闭锁自己的幻象中，虽然如此，他们的本质是愿意为造物主之光服务的，我们必须接触到这些人，将来必要教育他们，这将是一个相当大的问题.

好比这个团体，你们接收我们的信息，这份信息应该以公开的形式让寻求者取得; 当人们的幻象被摧毁之际，许多人将寻求并理解这份信息.

遗憾的是，有许多关于我们的错误信息，人们误解我们的真正讯息，甚至包括那些觉察我们的人.

我们试图维持一个简单的讯息，因为地球人世世代代以来用各种复杂的东西混淆他自己. 我们试图维持教导的单纯性，好让地球人从他纠缠的复杂之网中挣脱出来. 真理本身是单纯的: 这个宇宙造物的真理，以及人类在其中的角色之真理.

我的朋友，它是非常非常简单的. 你们不需要迷失在智力寻求[地球人似乎如此喜

欢的活动]的复杂之网中. 你只需要敞开自我接触那不属于智力特质的理解，透过每日冥想. 一个人只需要提升他的觉察，于是他掌握对宇宙和造物主合一与单一的理解. 这是我们带给地球人的真理，我们希望他们愿意接受.

我们感激你们的加入，和我们一起把这个真理带给地球人. 无论如何，我们告诫你们: 我们发现这个星球上的人类难以受教. 那么，请记住这点: 一个人必须寻求理解好获致理解; 他必须获得他渴望的东西. 如果你想要做为一个器皿 递送地球人渴望的东西，你得先准备好自己，透过每日冥想.

我希望在这个傍晚有帮到你们. 我是 Hatonn.

Adonai vasu.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1114 章集：南亚海啸**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年一月 2 日

小组问题: 今天的问题和一周前发生在南亚的大灾难有关. Ra 曾提过在地球进入

第四密度的过渡期间，人类有史以来 十分盛行的愤怒、战争、不和谐产生的热能蓄积在地表底下；地球将会释放这些热能. 我们不禁要问南亚发生的地震和海啸是否为地球释放热能的一部分？这是不是一个显著的事件，它标示这个释放热能过程已完成一部分？Q'uo 能否告诉一点我们这类的大灾难的真正起因？
以及，关于未来可能有更多这类的灾难，我们可以从中期待什么？

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中致意；今天 我们在祂的服务中来到你们这儿. 很荣幸和高兴你们团体再次呼叫我们，感谢你们每一位保留这段时间，成为这个寻求圈的一部分；我们也感到荣幸可以分享我们的想法，谈论关于你们已经历的海啸和地震.

一如往常，在谈话之前，我们请你们帮忙一件事. 我们请求你们好好地守卫自己的辨别力，仔细聆听我们说的东西，确定要把任何你不喜欢的部分丢弃. 我们分享想法不是为了挑战你或成为你的绊脚石；只是尽可能提供我们的协助，为了你自己的美好宝贵的过程. 如果你能够行使辨别力，那么我们能够自在地分享想法无须顾虑自己可能冒犯你们的自由意志；我们感激你们在这方面的考量.

关于你们今天提供的询问，它关切的焦点是至为合乎情理的. 由于地震和海啸的作用，你们许多人最近穿过死亡的大门进入内在次元平面. 当如此大量的灵魂在同一时间移动穿越大门进入更大的生命[套用该器皿的说法]，这对于整个星球的能量有深远的效应. 这个星球自身觉察到它表面上的改变，当这么多灵魂在同时间过渡到另一个状态，地球自身的能量的确有些改变；以它自己的方式，它对地球上的人们是个深刻的经验. 如你们团体已注意的，许多位于你们存在平面上的实体，还有更多位于地球形而上平面的实体，都希望这场[剧烈程度不断升高的]

悲剧可以获得你们社会许多团体的注意，让他们脱离敌对和侵略的模式，重新铸造一个充满悲悯、亲切、关心的模式. 我们多少有些迷惘与困惑，对于这群所谓的自由人群，这场悲剧的效应竟没有更多地搅乱你们社会复合体当中的一般思想模式.

虽然如此，从政治或社会的观点，或从上而下的观点[套用该器皿的说法]，来看，几乎有种牵线木偶般的反应，来自抽象化悲剧的苍白和稀释的讨论. 有种可预期，几乎是反射动作式的反应，遣送特使确定(我国)已做出正确的姿态. 但你们人群的文化之心尚未觉醒，身处在一个比较幸运的世界、一个比较丰饶的时期，并没有因此点燃你们的热诚和热情去帮助(他人).

确实，似乎从上而下，一种无望，甚至无助的感觉降落在你们称为美国的实体上头; 连续第二次，你们表面上的自由选举被迫让步. 结果是，我们无法对你们说: 你们人群的社会层级能量特别地有希望，就你们人群的脉轮系统而言.

我们现在不说整个地球，我们知道今天有位成员来自澳洲，但我们此时要表达北美洲的能量; 从政治或社会的大观点来看，呈现一幅缺乏光泽的能量图像，心轮未能完整地打开去拥抱这悲剧，甚至不能够充分想象这悲剧包含的东西. 彷佛你们人群已被一种鲁钝的器具重复地击昏，这个器具叫做恐惧，于是你们人群的反应越来越不锐利，越来越没有活力.

我们曾多次对你们说，有一股无条件之爱的风潮正努力冒出头，不是从上而下，却是从草根阶层的个体向上蔓延; 这是我们鼓励的能量. 在座的每个人都有充分的影响力和掌握自己的根本内在能量的完整力量.

不管你从周遭的文化接收到什么讯号，你仍然以自己的辨别力决定要拾取哪个讯号，和丢掉哪个讯号. 当你遭逢这个社会黯淡、阻塞的能量，我们鼓励你拒绝它; 当你捡到这个社会狭窄的批判和刺痛的恐惧，我们鼓励你拒绝它. 当这个社会对你述说讥讽的言词，劝告你放手别人的悲剧、别人的苦难和伤痛，我们鼓励你完全拒绝这种能量，进而说: “不，我不选择成为一个漠不关心的社会之一份子; 我宁愿跳出这个疲惫人群的老旧和污浊习惯泥沼; 站在一个新的地面上，我自己想象和展望一个新世界，一个慈悲的世界，一个我可以荣耀和钟爱的世界.”

你们问到 关于这场特殊的灾难，它是否为一系列灾难的预兆，或它在某种程度上 完成治疗地球的必要能量花费. 在这个案例中，我们可以说两者都有一点正确. 这场特殊灾难的能量正在完结，无论如何，这个案例只是其中之一，我们可以预期许多这类的扰动继续围绕着(太平洋)火环带[1]发生，并发生在每一个不安定的其他环节中，在那儿 你们星球的皮肤需要更换.

我们过去已讨论这个基本概念— 地球需要更正它的磁性能量. 缓慢地，非常缓慢地，透过一个接着一个的风暴，透过飓风、地震、大火等，这些能量正逐渐地被转换，以这般的方式保存地球上大多数的生命型态[保持完整和健康的形式].
这个灾难的模式将会继续上演，直到地球妈妈的分娩过程结束，生下第四密度地球为止. 我们预期这些困难还会持续好几年. 我们无法说得更详细，因为你们人群的历史正在开展，它正依据你们每个人如何生活来开展.

很难解释你们每个人都是重要的，但确实是如此，你们如何行动是重要的，但更要紧的是你们如何思考. 因为透过一个接着一个的想法，第四密度地球的能量方能够取得它正当的位置. 你的思想决定第四密度是否会有个家. 上周，该器皿对

M 实体说，纵然爱/光研究中心的目标是卑微的，但一定有什么重要的东西在里头；因为爱/光研究中心的每个成员都持续经验可观的阻力．我们感觉这是一个准确的观察，因为正是在非常单纯的目标中[好比爱/光研究中心试图活出第四密度的价值]，事情开始改变，不只针对这个寻求圈的成员，还包括地球上头的实体们．我们无法抹除悲剧 或移除人类经验调色盘中悲痛和苦难的黑暗色调；我们不想要这么做．并不是说我们希望任何人受苦，毋宁是人生彷彿是一道伤口，必须透过活出这一生来治疗它．在付诸行动和完成此生模式的过程中，几乎必定会有剧烈和严重的苦难，对于每个在摇篮和坟墓之间过活的实体皆是如此．那些在海啸中遇见死亡的实体，他们的苦难是短暂的，也是十分残酷的．对于许多其他实体，苦难单纯地持续存在：飢饿的人群，病痛的人群，无家可归的人群，家园消失无踪的人群．然而，当你们每个人坐在温暖舒适的客厅，聆听这些话语的同时，你们要如何连结？你们要如何回应？让重重鳞片从你们的双眼掉落，让厚重耳塞从你们的双耳掉落，接着你们将听见地球的极度悲痛，你们将看见和感受苦难压碎性的击打；让它淹没你们一会儿，让它浸透你们，好让你真正知晓死亡走在你的路上，死亡已经袭击人类家族．

现在，让那觉知的痛苦稍微退去，让你再次记得你是一个人，你尚未被人类家族的巨浪完全淹没．保持这溺水的知觉，它使你敏锐地觉察这真实的悲剧，一个接着一个接着一个的人命如此迅速地被移除 离开这片大地．

请觉察到一个地方，在那儿 你可以跟每一个受苦的灵魂共处，它叫做 ”祈祷之屋”[套用该器皿的称谓]．你们可能无法实质飞到那些被可怕海啸冲刷的土地上，但你们可以和那些丧生的实体同在，帮他们加油 穿越死亡之门 进入天堂乐园．你们可以和那些存活的实体同在，他们需要帮助．在你祈祷的思维中，将你的意识能量和他们联结在一起；因为在形而上的国度中，没有任何距离，所有地方皆

为一.

或许这比任何其他回应更为重要，我们希望你们每个人认知到这类过渡期的困难将在全球持续发生；希望你每天抽出一段时间纪念那些受苦的人；因为你们星球的苦难每天每天都在持续，它并不侷限于突然、危急的悲剧；每天都有大量的悲剧触碰你的心，唤醒你关注受苦群众的需要，吸引你的热情去成为慈爱能量的一部分，这股能量毫无恐惧地屹立着，随时准备伸出双手，以爱之名为他们发声.

在这个时点，我们要问：是否有任何延续主要问题的询问?

T1：是的，我有个问题．我们稍早谈论似乎这些悲剧大多数发生在贫穷的第三世界国家，他们无法妥善地照顾自己．这些人是否尝试教导我们，向我们示范该走哪条路？或他们只是不幸?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄．或许，看起来多数的困难放在那些早已没有什么资源的实体上头．不过，我们不会说这类的实体选择这样的人生来示范任何课程．毋宁说，关键是这群实体透过转世轮回，完成特定的模式，该模式属于这些从他乡投胎到地球的实体的能量.

在某种程度上，我们可以说地球上有些群体在他们原型的构成中 含有独特的特征；于是鼓励他们在一次的人生中 活在一个可能遭受天然灾难的地方，经验缩短的寿命；对于那些来自天津四(Deneb)的实体来说，这情况尤其真切．无论如何，一般说来，它跟每个人的情况有关，并不是说这个人好运或坏运，而是他此生的模式包含这一种经验．这类实体的经济状况或祖先来历并不那么重要，单纯是他们的命运安排．在这方面，值得回忆的是，你们自己的族群在上次的飓风季节接

受了严厉和重复的悲剧，特别是在你们知晓的佛罗里达州；所以 那场悲剧肯定不会区别对方的经济状态或任何个人的细节.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

T1: 不了，感谢你们，很好.
我们感谢你，我的弟兄，此时是否有另一个询问?

T2: Q'uo ?
是的.

T2: 我有个询问，我尝试找到灵感 但我有时候感觉迷失在我的道路上. 我想我走在正确的途径上，但我有些时期是疑虑的. 你是否能够谈论这点，帮助我把它想通?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 对于任何试图沿着信心(faith)途径寻求的实体，偶尔有些完全疑虑的时刻是极为常见和普通的. 若信心是容易的那就不是信心之路了. 信心不是件容易的事. 它似乎在特定的季节是容易的. 好比说，在一个晴朗的日子，享受微风和感觉脸上的阳光似乎相当令人愉快. 当太阳被乌云遮住，天空下起大雨，这时候要保持愉快的心情和轻快的性灵就一点也不容易了. 的确，当太阳消失之际 似乎它再也不会出来，看不见它的拯救光线和喜悦光芒；不过，一如往常，当坏天气过去，雨滴停止落下，太阳依旧在那儿，明显地一直都在，在雨滴上方发光如昔.

每个实体也是这样的：内在太阳总是发光、闪耀着，祂的光芒到明天是真实的，

真实之光 直到永远. 然而当内在风景开始堆积云层，太阳消失，突然之间 信心之路似乎变得非常寒冷和蜿蜒，同时受到荆棘和蒺藜的威胁，似乎没有办法休息，一个人在这种情况很难去思考、感觉他和一切万有的合一；虽然就在不久以前的晴朗和温暖的日子中，合一性是如此地明显. 然而，走在信心之路的关键是本体(identity)，难道它不是你的本质？难道这不是你为自己设置的冒险？你真的愿意到任何其他地方？还是怀着希望继续这场冒险?

所以，当内在出现坏天气和大雨时，关键是记忆. 该关键是记得你是谁，你为何在这里. 信心之路的部分工作是保存信心在你里面. 这个世界会取笑你的思考观点，这个世界对这个世界是正确的. 但你并非走在这个世界的途径上，你所走的途径是你为自己选择的. 因为你已为自己决定那条途径，没有人可以说你是错的，也没有人可以说你无法胜任接下来的挑战. 有时，做为一个具备信心的人就只是坚定地站着，记得自己是具备信心的人. 对于一个具备信心的人，一切都好. 此时此刻，处在表面的不完美当中，一切都好.

在适当时机，可能是五分钟或半小时，你内在的坏天气将远离，你的信心将自然地重建它自己. 但那将不是你的伟大胜利. 你的伟大胜利是在一切显得寒冷、不舒服、阴雨绵绵之际，屹立在你的信心之上；那即是你伟大胜利的时刻. 记住这点，对于一个具备信心的人，单纯地说出”信心”这个字就足以把你带回那美妙恩典的中心.

什么是信心？信心就是信心，不是对任何东西有信心，它是一种对一切都好的知晓. 圣-保罗实体形容它为对未见事物之希望. [2]

在那个时刻，当你纳闷自己的信心跑到哪里了，向内探索 碰触你自己活跃的心

[因为它跳动着]. 就世俗的意义，它规律地跳动，移动血液通过身体，给予身体活力. 就能量的意义，它规律地跳动永恒之节拍，它在说: “一切都好. 一切都好，一切是爱.”

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

T2: 不了，感谢你们，Q'uo.
此时是否有最后的询问?

[没有其他询问]

看起来，我们已耗尽这个团体今晚的询问，我们即将离开你们，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，我的朋友.

原注
[1] According tohttp://pubs.usgs.gov/publications/text/fire.html ， which has a good map of this，“Volcanic arcs and oceanic trenches partly encircling the Pacific Basin form the so-called Ring of Fire，a zone of frequent earthquakes and volcanic eruptions.”This site also has resources for those wishing to know more about plate movements in general around the earth.
***
Pacific Ring of Fire 维基百科: “一个围绕太平洋经常发生地震和火山爆发的地区，全长 40，000 公里，呈马蹄形。环太平洋火山带上有一连串海沟、列岛和火

山，板块移动剧烈。地球上 90%的地震以及 81%最强烈的地震都在该地带上发生。“

[2]圣经，希伯来书 11:1: “信就是所望之事的實底，是未見之事的確據。”

☆ 第 1115 章集：爱与光早期资料#18

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想

1974 年 3 月 4 日

(D 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 十分荣幸再次和你们同在，非常荣幸对那些加入这个团体的成员讲话.

我... 我和你们同在. 我和你们待在这个房间. 我是 Hatonn，我来此因为你们已呼叫我，而我渴望提供服务给你们.

你渴望一种个人性质的安心保证; 调节过程毋宁使你更觉察我们的临在. 当你感觉这调节过程，你就知道我们和你同在. 如果你维持一次通讯，我们将传送调节振动给你们.

调节过程也有助于让你感到安心.

[听不见]

***

卡拉撰写的一份报告

A report written by Carla Rueckert

Copyright © 2004 L/L Research

1974 年 3 月 5 日

我正在纪录这份报告，因为我当时没有麦克风 所以无法供应一份录音誊本. 就记忆，我尽可能写下我先前接收的讯息，并注记这个经验做为完整纪录. 回想起来，我感觉它帮助我学习更佳地执行传讯工作.

昨天，3 月 4 日，我们有个很大的冥想团体，Don 并未在场，R 和 M 也不在. R 和 M 是新进管道中比较有成就的，Don 是团体中最老的管道并且非常可靠.

这个团体中有许多人曾获得调节作用(conditioning*)，我确定有八个在场的人曾获得调节作用. 他们尚未真正发展为管道，他们可以一次传讯一个很短的讯息.
(*译注:意指通讯来源为了让管道有信心而给予特定的可感知刺激)

我们没有打开任何一支麦克风. 我感觉我准备好传讯，我听到或觉察特定的思想进入我的心智，接着我说出它们. 当然，稍后 我的心智有着蛮多的疑虑，关于那些思想是我的，或真是传讯的; 特别是，由于现场没有一位更可靠的管道更正我可能的错误.

讯息主要只是问候每个人，接着声明 Hatonn 和 Laitos 是多么高兴来到这里. 然后他们会调节在这个房间内的所有人，并且非常简短地试图使用每个新的器皿. 除了我 他们并未使用任何其他人. 虽然事后有两个其他器皿陈述他们本来可以讲话，但他们感到“胆怯”(chicken)，觉得“胆怯”是非常容易的，因为当你开始接收到一个想法，通常就只是 “我是 Hatonn”. 除了你大声说出来，他们不会进行下一步，除非你对自己说话. 这就是我如何获得勇气的第一步，因为我对自己说话，说出第一段话，接着我了解即将获得一段讯息.

所以，今天，好长一段时间没有其他人在场，我独自地冥想，我一整天心中思量这件事，我的确有相当程度的自我疑虑的问题，我相信其他人在传讯时也有这个问题. 所以 我坐下来冥想，我心中想着: “Hatonn，如果你真的出现了，我现在要调节作用.” 接着我开始获得调节作用，我的下巴终于打开，说出那确定无误的”我”，相当确定地，我获得一个想法 通往另一个，再通往另一个，所以我继续为自己传导 Hatonn. 讯息很短，它说: “我是 Hatonn. 我很荣幸很你同在，很高兴看见你正在冥想. 如果你想要成为管道，我推荐你更多地放松; 如果你想要我们导引你，请不要误导你自己.”

在该思想渗入之后有一段停顿时间，然后他只说: “我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我是 Hatonn.” 所以，我现在能够做这件事，我有一种感觉 它真的结束了; 我可以感觉该通讯来源已经离开，同时我想要问一个问题，所以我说: “Hatonn，我能够问一个问题吗?” 立即地，我能够感觉有一个临在 彷彿是计算机开机一般，象是踢到什么东西似的，接着我说: “我如何更佳地冥想?” 同时我收到一个想法: “什么都不要想，你正在思考某件事.”

[报告结束]

***

周三冥想

1974 年 3 月 6 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚，十分荣幸和你们同在. 我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，总是感到荣幸可以和你们讲话. 我们再接触这个器皿时碰到许多困难，因为她先前没有处于放松状态. 不过，她现在变得放松许多. 我的弟兄 Laitos 也在这里，他将调节每个渴望通讯的实体.

我的朋友，我们横跨[你们还不知道的]多个深邃的次元为了和你们说话，然而你们正在沉睡，虽然你们听到我们 你们没有听见. 朋友们，你们听见的是真理，却又不是真理. 你以五官接收的东西只对这个幻象是真实的，我的朋友，这个幻象是宇宙造物非常小的部分. 朋友们，你们来到这里，参加每一场会议，同时坐着冥想; 你们尝试从[只知道真理之幻象的]沉睡中醒来.

我的朋友，冥想是通往天父之全面造物的伟大桥梁，它是你们的天赋权利，我的孩子. 天父所有的孩子，我们全体即是宇宙造物. 透过冥想，我们可以开始更多地觉察它，这对我们也是真实的. 这是我们对你们的服务. 我们鼓励你们继续冥想，朋友们，我们鼓励你在幻象中的每一个点停下来，每当你思考一个念头，问问你自己，该念头蕴含多少真理适用于天父的真正造物?

这个器皿正开始疲倦，我试图接触另一个器皿，此时 我将离开这个器皿. 我是 Hatonn.

[停顿..]
(Carla 传讯)

我正试图使用名为 D 的器皿. 如果她敞开自我接收我的通讯，我将透过她说话.
[停顿..]
(D 传讯)

我喜悦于能够透过这个器皿讲话. 她一直十分不情愿. 如我刚才说的，你们必须要小心，因为这个幻象的陷阱是隐藏的，除非你是谨慎地踏出每一步 不然你将会跌倒. 许多陷阱是隐藏的，许多陷阱看起来是花朵，但朋友们，总要当心花朵底下的荆棘.

我感觉该器皿的思想正在游移，对不起 请等我们一下子.
[听不见] ... 是好的，我感到开心. 无论如何，你们每个人观察自己的行动. 至于他们是如何跌倒的，这要看你参与的事增添了幻象的程度，或抹除幻象. 说了这些话之后，我发现必须要离开. 这个器皿极度疲倦. 我是 Hatonn.
Adonai.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1116 章集：日本海啸

Copyright © 2011 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2011 年三月 19 日

Jim: 这个傍晚的问题来自台湾的 T.“Q'uo，我们位于亚洲，我们想要知道你们对于最近发生在日本的地震和海啸，以及随后的核能危机的观点. 就收割和行星转换期的脉络而论，这个事件的位置为何? 我们能做什么以协助那些受到这场悲剧影响的人们?” *

(*译注:这个问题是由 Mikey 提出，由其友人代为翻译和询问. 并由美国的 Gary 稍微修改该问题，让它更丰富些.)

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意; 这个傍晚 我们在祂的服务中造访你们.

感谢你们呼叫我们加入这个寻求圈，我们愉快地分享这次的工作期间.

在开始之前，一如往常，我们请求你在聆听或阅读这些简陋思想时，使用你的辨别力和识别力. 那些在你里内产生活跃共鸣的部分，请使用它们帮助你. 如果我们的想法没有带你起飞，请把它们丢到后头. 不要担心你可能错过什么，因为你将听到对你是生动的部分，那即是你可以工作的主菜.

我们感谢 T 实体的询问，关于日本最近的事件，不只引起日本人关切，还引起全

世界关切，因为地震和海啸的结果带来如此剧烈的破坏和威胁，以致于引发你们核子反应炉其中一座核心熔毁.[1]

你们想要知道这些事件和第四密度收割的准备期有何关联，以及每个人能做什么以协助那些受到天然大灾难和人为并发症影响的人们.

首先 我们来谈论这个事件在收割时期所占的位置. 我们要说，你们将发现从半个世纪前开始，你们星球的天然灾难有自然升高的趋势，这个尖峰到今天依旧存在，因为你们的星球需要处理大量侵略、愤怒、暴力的热能; 横跨你们第三密度的大部分时间，人类持续地将侵略、愤怒、暴力敲入地球之中.

或许你可以从自身获得良好理解，因为那些愤怒和暴力的情绪导致你必须经历大量的沉重情绪，如果你尝试压抑或摆脱它们，你很快就发现那是无用的，这些感觉必须被处理.

这个星球本身是活生生的，她正接受人群逐渐增多的情绪压力. 她正试图平衡自身，治疗这些扭曲. 这股能量将持续在极端气候事件背后流动，在你们未来几年内 造成破纪录的气象事件，容我们说. 渐渐地，我们无法说这个结果何时发生，但随着这些能量被处理，排出行星体外，这些事件将会减少.

无论如何，目前为止，日本人群经验的事件如同其他地方一样，都在经验极端气候事件造成的损害. 我们在该器皿的头脑里发现一些例子: 海地和中国的地震，北美洲，纽奥良一带的飓风等.

在某个程度上，我们没有给予你们好消息[以你们的观点]，而是你们认为的毁灭

性消息：极端气候紧急事件不会快速结束．朋友们，然而好消息是，藉由这个过程，地球允许大多数的人类可以安全和平安地居住下去，而不会有一场全球的浩劫造成全体人类的毁灭．

你们的星球内部的压力逐渐减轻，而非原先预测的巨大磁极倒转[可能消弭地球上所有第二和第三密度的生命]，这是由于许多组织和团体的工作，好比现在这一个．你们人群团结起来，形成众多的灵性导向团体，藉由服务彼此，同时服务造物主．

人类大部族正越来越多地向灵性进化的可能性觉醒．这份逐渐增多的服务渴望将人群带到一起，组成许多个团体以爱和祈祷的香膏回应你们星球上比较不幸的发展．我们的确感谢那些积极主动地传送光和爱到各地的实体．

我的弟兄，你们询问的第二部分是你们可以做什么回应这场巨大灾难[催化剂]，为了这部分的询问，我们愿提供你们一些关于祈祷的想法．

当人们听到一个朋友或心爱的人面临挑战或难题，很容易说出："我将为你祈祷"．然而，在肤浅的话语和良善的用意背后蕴含着一大片潜在的蜕变性能量．

我们说那是"潜在的蜕变性能量"，因为一个自我觉察的实体必得设定意图，并选择去启动祈祷的意向．当意图设定之后，该实体移动进入那个"内室" [2]环境，在那儿 造物主和你同处一个圣幕之内，圣灵在你上头歇息，该祈祷是强而有力的．

对于使用五官去接触世界的实体而言，很难想象祈祷的时候发生什么，因为肉眼无法看见它的效应．不过，当该实体决定意图，选择奉献该能量，祈祷的对象立

即可以自用运用这股能量. 彷彿你正从自我之中送出光，那些高度敏感的实体可以看见. 确实，这个器皿最近阅读一篇书面报告，由一位能够灵魂出体的实体撰写. 当时，他坐在一辆车子上头，可以自由地从事意识内工作. 当他的团体行经一条公路，他的灵魂移动离开身体，他目击一场意外，有人受伤，救护车赶往现场; 同时 他感到诧异，看见许多光束从经过的车辆流向交通事故的受损车辆. 当他返回肉身之后，分析这整个状况，他了解自己看见众人的祈祷— 那些经过的驾驶看到交通事故之后，献出衷心和真诚的祈祷.

然而，除了单纯为日本的受害者祈祷之外，你可以领悟自己是送光给日本的数百万群众之一员，你可以有意识地请求自己的祈祷加入这个群众，这会带来倍增效应，藉由这样的意图，越来越多光可以从造物主中产生.

虽然在物理层面上，你可能感觉没有办法做些什么; 在形而上层面，你对于局面是强有力的，你可以影响它前往更好的地方. 让你的心为了这场灾难中百万人的勇气而敞开; 不要因为他们的苦难变得极度不安. 单纯地献上你的爱和光，让你的祈祷如同馨香一般 流向那些受侵袭的实体，让神圣之光环绕他们，沐浴在你们的祈祷的光辉之中，他们更能够面对各种挑战.

这些能量穿越许多子-密度，前往任何需要它们的地方. 所以，我的朋友，我们建议你不要试图导引祈祷，单纯地为了更大的良善 奉献它. 关于祈祷和所有魔法行动，重要的是你的聚焦过程，好净化和强化你的意图，让任何不真诚或低落自我价值感[它们妨碍祈祷的效力]完全消退. 感知你自己在这个状况是强有力的，使用该力量去爱.

此时，我们请问在座各位针对这个询问 是否有后续的问题? 我们是 Q'uo 群体.

[停顿]

我们是 Q'uo 群体，再次和这个器皿同在. 我们感知没有后续的询问; 所以我们开放这次的工作集会给其他的问题. 容我们问，此时是否有另外的询问? 我们是 Q'uo 群体.

R: 我有一个属于个人的问题，Q'uo. 我本周聆听一场关于我自己的通灵纪录，其中有一个项目浮现，那就是我参与如此多场通灵集会，我倾向成为某种支持者，而非真正地传递思想-概念为话语. 我思考这项服务，我的问题是，你们可否评论它，把它转变为一个灵性原则，帮助我注视人生中的动力关系? 因为 我的确想要有所服务，并学习我的功课; 通常，当我面临特殊困难，除了保持耐心和愿意继续下去，我不确定这其中的功课是什么. 所以 如果你们可以提供我一些想法或洞见，我会很感激.

我们是 Q'uo 群体，感谢 R 实体的询问. 虽然这是个人问题，我的弟兄，我们能够回应因为该询问跟寰宇能量有关，因而不会导致我们援引混淆法则.

特定一个实体调频自我成为管道，也就是说，成为生产有益思想的器皿，这样的实体有特定的工作要做 好最大化自身的安定性和准确度. 一个器皿工作自我、调频自我确定他的各个能量体是开放且良好运作; 接着他能够挑战想要透过他说话的灵体，好弄清楚是否接收该通讯.

除此之外，一个管道的工作容易受到周围游移不定的振动频率影响. 于是支援小组承接了稳定这些能量的服务; 他们的工作是无形的，通常管道本身不会赏识该工作，然而 它对于接收准确资料是极为重要的. 没有这种能量电池，该器皿容易

失去通讯管道或造成该管道转接到一个不同的通讯，由于在当下 该器皿周围的能量流动突然改变.

结果是，我的弟兄，我们可以说这个做为电池的服务和该管道生产资料同等重要. 这个说法对于那些自我价值感强烈的人不特别有帮助，他们想要某种公开的赞扬，不过这种工作对于产出良好的传讯依然是极为重要的.

我们可以说，我的弟兄，那些选择做这份工作的人通常渴望在幕后工作，不会特意想得到公众的赞誉. 一个实体可能有许多原因选择以这种方式服务，一般而言主要原因是在注视许多转世的平衡状态以后，他渴望去避免自我膨胀，同时鼓励完全的无私奉献 而不期待任何回报. 我们恭喜所有选择如此服务的实体.

此外，我们要感谢所有在座各位，你们正从事牺牲性质的工作，因为不会有大众的致谢，然而 每一个在这个传讯圈的实体都是传讯内容的一部分. 每个成员的希望、渴求、渴望都会影响我们选择要带出怎样的资料和如何分享.

你们每个人都是传讯过程的必要部分，当一场集会上线之后，许多网友可以阅读它，读者们很容易认为该传讯是由一个管道独力完成. 不过 生产这些文字的器皿只是方程式的一部分. 所有参与这些集会的成员都值得感谢.

我们可否进一步回答你，我的弟兄? 我们是 Q'uo 群体.

R: 感谢你们，Q'uo. 感谢你们光照这个主题. 我想自己就是那些工作小我(ego)的实体其中之一，聆听你们的通讯真是鼓舞人心. 我只想说谢谢你.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的弟兄. 此时 是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: [阅读一个葡萄牙寻求者寄来的问题] 灵性寻求者渴望加速极化的过程为了重新与太一无限造物者合一. 问题是: “为何我们必须匆忙地越走越快? 为何不花费必要的数十亿年去达到太一? 终究，不是早有讯息说我们有一切我们可能需要的时间? 是否有一场比谁先到达终点的竞赛? 请你们评论这些想法?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 就事实点而言，有一股朝向进化的自然压力内建在宇宙的结构中，也就是爱. 无可避免的 你将进化. 如果你满足于目前的状况，没有渴望去改变你的感知或生命经验，那就没有任何理由去努力加速心、身、灵进化的步伐. 你们确实拥有整个永恒行走进化之路.

许多实体并未满足于他们的境况. 我们现在不是说金钱或权力或舒适度或影响力; 毋宁是一种对更好方式的飢饿和渴求，企望更佳地寻求真理、自我的觉察、关于造物主和经验的真实本质. 他们寻求和神圣有更直接的通讯途径. 加速进化的技巧对于这些实体是有用的.

无论如何，那些想要寻求真理的实体呼叫我们的信息. 所有人的选择是寻求或不寻求. 我们改述莎士比亚著名的独白: “生存或毁灭”(To be or not to be). [3]

对于那些想要这类信息的实体，我们快乐地分享我们谦卑的想法. 我们已经进化穿越第三密度和更远的境域，我们同你们分享我们的历史和经验.

如果这类事物对你们有用，那即是我们透过该器皿提供信息的充分理由.

如果它对你没有帮助，那么你没有任何义务照看我们的东西. 我的弟兄，追随你的渴望，你必须信赖自己的意识和渴望可以为你提供有用的催化剂.

我们觉察发问的实体并未在这个圈子中，所以我们不问是否有后续的问题. 在此时 我们接受此次工作集会的最后一个询问. 我们是 Q'uo 群体.

L: Q'uo，有好一阵子 我遭遇我所谓的”思想炸弹”，巨大的概念瞬间下载进入我的脑袋— 很象是没有理由的通灵. 大量很科学的东西，我通常根本不会去思考的内容，我真的不知道该怎么办，但这些关于分子和相似题材的东西可能会很有用处. 这种事件只是随机发生? 这些信息进入像我这种没有科学心智的实体，是什么原因?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 虽然这些思想并非随机的，它们也不是特别针对你而来. 让我们设法阐明该陈述.

你并不孤单，其他人也有如你一般的敏感内在特质. 大多数时候，你们倾向保护和防卫这种特质; 如此可以限制进来的资料，不过无法停止信息的流动，因为这就好比在聆听派对(party)热线，你的现象背后没有特定意图，只是具备这样一个肉身，你有能力去听见那些跨越异像田野的思想.

威利[4]实体有一次说: 他从未制作一首旋律，因为他只是从空中抓下一首. 这个实体对于音乐的语言相当敏感; 而 L 实体对于无形话语相当敏感.

我们享受你的措辞，“思想炸弹”是个富含意义的词汇，我们同情你和所有类似的

实体，你们不经意地听到那些有毒的或无法理解的信息.

如果你无意听到的对话引起你的兴趣，那么你可以调频自我并挑战发言的实体，好让你继续探讨该对话. 一如往常，我们建议你只有在团体中从事这类工作，如我们先前讨论的，确保周围的能量波动不会带来困难.

我们可否进一步回答你，我的姊妹？我们是 Q'uo 群体.

L: 我想知道这种特殊的信息是否有个特定的来源，如果有，它是否针对某个人而来，或它只是存在，好比任何人思考的所有事情?

我们是 Q'uo 群体，我的姊妹. 特定且个体化的来源投射出这些思想，不过 它们并未针对任何人，毋宁是由于许多实体经过一段可观的时期对特定的议题感兴趣，于是蓄积了这些能量; 有时候 这个信息的投射是许多实体寻求的结果，他们引起该特殊主题的信息串流(stream); 这些串流在全时间围绕着一个人.

它是环绕你的无形环境的一部分. 确实，我们可以说它类似于显微镜下的众多实体. 观看你们的显微镜，你将获得大开眼界的经验，看见许多鲜活的微生物存在于水上、皮肤、各种表面上.

为着许多相互牵连的原因，你可以看见内在的众生并非为了个人理由来到你这儿，而是所有实体都可能接触到. 微生物不会因为你的人格受到吸引，而是它的机能就是清理你身体的这个或那个部分，或者以某种方式和你的身体互动获得帮助.

旋律、话语、灵感、爱的串流是你所生活的正面无形环境的部分；无形环境同时蕴含有毒的声音、话语、音乐等等. 对于大多数居住在地球的人类而言，那是个未知的环境；对于那些非常敏感的实体 那却是个太熟悉的环境.

我们可否进一步回答你，我的姊妹？我们是 Q'uo 群体.

L: 不了，感谢你们，Q'uo，给予一个优异的解释. 让我感觉好多了.

我们是 Q'uo 群体，我的姊妹，我们很高兴能够透过提供你这些思想的安慰.

此时 我们在太一造物者的爱与光中离开这个器皿和团体. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则. 和你们分享这个冥想真是愉快和荣幸，我们非常感谢你们邀请我们前来，感谢你们花时间寻求真理.

Adonai，我的朋友.

Adonai Vasu Borragus.

原注

[1]这份传讯张贴到 L/L 网站之际，福岛核电厂仍处于严重的困境，放射水平持续升高，辐射污染的水倾倒进入海洋;几个反应炉可能引发潜在的灾难.在此其间，据报导，海啸和地震造成超过 3 千人死亡，7 千人以上失踪.

[2]圣经，马太福音 6:6 :“当你祷告时，要进你的内室，关上门，祷告你在暗中的天父，天父在暗中察看，必会奖赏你。”

[3]威廉-莎士比亚，哈姆雷特，第三幕，场景#1，“To be，or not to be，that is the question: Whether ‘tis nobler in the mind to suffer the slings and arrows of outrageous fortune，or to take arms against a sea of troubles，and by opposing

end them?”

[4] Willie 是威利-尼尔森(Willie Nelson)，乡村和西部歌手，同时是流行音乐的多产作曲家.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1117 章集：爱与光早期资料#19

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周五冥想

1974 年 3 月 8 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 十分荣幸再次对这些寻求的实体讲话. 这个星球上寻求的人并不太多. 我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]在此帮助那些寻求的实体. 你们的神圣著作上写着— 如果你寻求，你将找到. 我们在此帮助你们找到.

我的朋友，我们将帮助你们找到什么? 我们将帮助你们找到生命; 你们所渴望的生命. 地球人假定这个星球充满生机，然而，这股生机的行为方式从来不是我们造物主意愿的方式.

你们星球的地表上有许多问题，在你周遭众多的生命对于各种并未与造物主的计划和谐一致的状况起反应.

是的，我的朋友，这些状况不只影响居住在这颗星球上的人群，还影响所有生命-形态. 我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]在此试图去帮助那些想要学习如何生活的实体.

我们已陈述许多次 活出造物主意愿的生活有着巨大的好处. 无论如何 我们没有方法对你展现这样的生活是怎样的; 我们只可能对你展现如何活出这样的生活. 当你们这么做，你们将理解造物主对我们全体的计划.

我觉察你们许多人焦急于获得寻求方面的成功. 我觉察你们有些人认为自己的进度太缓慢，这的担忧是完全不必要的; 一个人只必须首先渴望去寻求我们造物主意愿的东西; 然后，如果他继续这个寻求过程，所有他在冥想中渴望的东西都会加添给他.

我的朋友，该寻求是非常重要的，可说是至为重要. 这个星球上许多人在寻求某个东西. 然而，很少人寻求造物主意愿人们寻求的东西. 他们目前寻求的东西都位于人类创造的幻象之中. 他们寻求这些东西因为他们不知道还有其他东西值得寻求.

只有一件事值得寻求，有许多方式定义它，许多途径通往它，它有许多个名字. 但是，朋友们，不管你如何命名它，不管你如何抵达，目标只有一个. 对于我们每一个人，该目标是相同的. 一旦该目标被了解，一旦他开始寻求这个目标，他

将获得指引，因为这就是宇宙造物运作的方式.

他将被导引到什么地方？我的朋友，这个我们都在寻求的目标是什么？它是非常简单的，它是单纯返回我们造物主的思考觉知. 过去有人已展现这种思考，并记下指导原则让这个星球的人群跟随. 但许多人尚未准备去寻求并积极找到那共通的目标；因此在铺陈这些指导原则的过程中，产生一个误解的世代.

为了这个原因，我们说人们必须冥想. 因为唯有如此 你们方能理解这些指导原则的真实意义，以及那些通往共通目标的途径.

你们星球上一直有许多的纷争和困惑，这个情况持续存在着. 甚至那些尝试跟随人间导师[展现造物主之光的典范]的实体都不理解，还有着困惑. 所有这些困惑、误解、纷争主要是由于缺乏冥想.

我们了解在我们接触的人群中，只有相对很小的比例将成功地接受这些讯息. 无论如何，以目前而言 这样是足够的. 因为这些种子将长出对真理更宽广的理解，和那些渴望的人分享.

在这个时候，我将调节这个团体的每个成员. 如果你渴望我的联系，你只需要敞开自我迎接它.

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，如我刚才说的，我的朋友，[听不见]如同被种植的种子，尝试给予服务或信息给那些寻求的地球人. 朋友们，如同地下的种子，那儿有黑暗. 对于那些正开始寻求的实体，他们的显意识实相中也有黑暗；当他们感觉自己是清醒

的，不过他们正沉睡在黑暗中.

好比一个人正在睡觉和作梦，他真正的身体躺在床上很安全；他很可能想象自己被杀害，这样的事并未发生，当他醒来后 就发现实相和他刚才想的并不一样.

我的朋友，对于真正实相的真实理解就像这样. 那些想要服务的实体要如何开始播种？形态. 我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]只能敦促你们冥想、寻求、转向我们全体的造物主，为了祂的爱与光. 我的朋友，那就是你们能做的全部了.

为什么你们不能做更多？我的朋友，考量每个人都有他独特的手纹. 在这个世界上 没有一个人的手纹和另个人的手纹完全相同. 考量每一片叶子或雪花，了解到从未有一个完全重复的样式.

从这个幻象[实相的一个微小部分]到达实相的道路无法被衡量，它的独特性如同你的手纹. 无论如何，有一种质量可以促使理解的客观环境发生，在冥想中比较可能获得这种质量；因为智力只对你们周遭的幻象起反应.

我的朋友，我很高兴你们坚持尝试去服务. 我们向你们保证，我们总是和你们同在，在此服务你们，不管是透过像目前这个器皿 或透过冥想中的接触.

我现在将离开这个器皿，并继续调节那些渴望该效应的实体.
我是 Hatonn.

(Don 传讯)
我是 Oxal，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我将短暂地调节这

个器皿，请请耐心等待.

[停顿]
我是 Oxal，朋友们，我在无限造物者的爱与光中和你们同在. 十分荣幸能够使用这个器皿对你们说话.

我是 Oxal，朋友们，这无关紧要，因为我是造物者. 是的，我的朋友，你们正聆听造物者的声音. 你们每一天都在日常活动中听到造物者的声音. 你们只需要去辨认它. 当你在日常活动中遇见同伴，当他说话时，你听见造物者的声音. 鸟儿在树梢歌唱，牠带着造物者的声音说话. 吹拂过树林的风儿对你说话，你听到的声响是造物者的声音，因为祂的表达是无限的. 你们只需要去听见和看见这些表达，然后你们必须理解它们都是造物者.

我的朋友，这就是你们星球失落的东西：单纯地理解所有东西都是同样的东西. 它们是造物者. 这是不言而喻的知识，它不需要复杂的分析，也不需要我对你证明. 朋友们，真理正对你说话，它全方位环绕着你，它是造物者.

你们只需要辨识出这点，全然地，毫无保留；那么你们将如同造物主一般地思考. 因为造物主认得祂自己，宇宙中没有一个部分是祂不接受的.

不可能把你自己和宇宙造物分离；不可能把你自己孤立于宇宙造物之外. 你们是它，它是你们. 它的所有部份对你说话，不断说着：“来属于宇宙造物”.

地球人只需要倾听这个声音，理解它的话语，接着展现这份理解；然后地球人将站上他正当的位置，和我们一起漫游穿越这个无限造物.

因为这是我们的特许权利，也是你们的特许权利，我们全都是相同的东西.
我们是爱，我们是光.
Adonai，我的朋友. Adonai vasu.

(Don 传讯)
我现在和这个器皿同在. 我是 Hatonn. 我和这个器皿同在. 我正在尝试调节这个房间中的每一位，因为你们渴望将我们的思想给予这个星球的人群.

你们将感觉到我的接触，你只需要放松，允许你的心智停止. 什么都不要想.
在你们每日活动面临的困惑中，在你们密集使用智力的过程中，要快速改变(到上述目标)是困难的. 这是你们星球上的一大问题.

人类并不需要以如此这般的方式去使用智力. 人类渴望的每个东西都被供给，他只需要了解他和宇宙造物的真实关系. 他只需要了解他即是宇宙造物.

一个人并非透过复杂的脑力完成它，而是透过一个非常简单的过程来觉察. 我们称呼该过程为冥想，它其实没有那么形式化. 一个人只需要了解他可以在任何时间冥想，放松并允许这股觉察和你同在. 我和弟兄们将会帮助你，我们为了这个目的来到这里. 我是 Hatonn.
Adonai.

[停顿]
我是 Laitos，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚，我很荣幸和你们团体讲话. 我一直观察和聆听你们和我弟兄的通讯. 我是 Laitos，我

也传送爱与光给你们，并献上我们最温暖的欢迎. 我的朋友，加入我们; 在光中加入我们. 它完全围绕着你. 这个宇宙造物中有许多的光. 我们在此引领你们进入光中. 我们知道这是你们渴望的，因为你们已经表达这点.

此时 我将离开这个器皿，我是 Laitos.

Adonai vasu.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1118 章集：无限智能**

Copyright © 2009 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2008 年十二月 13 日

小组问题: (由 G 朗诵) Ra 在一的法则系列曾说: “灵性的机能在于整合心/身能量向上探寻的热望与无限智能倾盆而下的能流.” [1]

从 Ra 对灵性机能的简短描述，我想呈现一个对信心(faith)的理解. 我提议，信心是一个脱离和安歇的过程.

在铜板的这一面，信心是一个脱离“大千世界”[依据东方的教导]的过程，不与形体认同; 有意地忽视惶恐、防卫心、恐惧的能量; 心/身向上探寻[依据 Ra 的称谓]的

过程不经意地产生这些能量.

在铜板的另一面，信心是一种在灵性中毫不费力的歇息. 当一个实体安歇在灵性复合体的觉知中，一个我称为信心的活动，该实体可以平安地、钟爱地看入心/身向上探寻过程的黑暗、浑沌、痛苦，并知晓一切都好. 正是这个安歇，这个充满信心的态度开启大门迎接 Ra 所称的无限智能倾盆而下的能流.

换句话说，信心是灵性启动的方式. 信心开启灵性的感知. 信心即是灵性使用的方法，藉此心/身能量向上探寻的热望与无限智能倾盆而下的能流.

请你们就此评论?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意; 这个傍晚 我们在祂的服务中来到你们这儿.

感谢你们邀请我们成为你们冥想圈的一部分，同时在信心这个很有趣的课题上分享我们谦卑的想法.

在我们开始之前，一如往常，我们请求你每个人在聆听这些思想时，使用你的辨别力. 保留那些引发你兴趣和共鸣的部分; 丢下其他部分.

我们感谢你们使用自己的辨别力，因为这样允许我们确信这些意见不会干扰你们的自由意志.

如同爱，信心这个字有许多个意义的层次. 言语本身尝试去命名那无可命名的东西，描述那无可描述的东西；努力要搞清楚关于爱和信心的运作和精华，该努力的结果总是不完美的.

如果你拿起一个装满水的烧杯，把水倒入一个量杯中；不管你重复这个动作多少次，度量保持相同.

在言语的世界中，聆听的耳朵，说话的声音，和某个无形的东西；在每一次说这个字汇时 创造出一个独特的意义. 我们不想要谈论语义学，只是在此指出，当我们谈论信心时，有必要去觉察说出这个字汇的过程蕴含的能量，该能量强化并丰富这个字汇；于是它变得不只是一个字，于是它成为一个活生生的实体. 只有这样，我们方能谈论信心，同时知道我们怀着充分的尊敬和荣誉使用这个字汇.

(小组问题)假定信心是一种环境，它允许寻求者去呼唤从[通往智能无限]大门(gateway)之外前来的能量；该假定保有特定额度的真理 但欠缺完整性. 结果是，我们不只要谈论信心，同时也要讲意志、渴望、意图.

如 Ra 群体的引言所述，太一无限造物者的向上螺旋能量无休止地、无限地移动穿越(一个人的)物质心智/身体以及能量心智/身体. 该寻求者的意志是可以启动那个过程的能量；这个器皿会称该过程为启动亢达里尼(kundalini).

一个实体可以终其一生歇息在信心中，[如 G 实体先前说的] 知晓一切都好，始终无需离开敞开心轮的圣地.

的确 一个实体无须工作通往智能无限的大门，一样可以活出高度极化朝向服务他人的人生，当时机来临之际 毕业进入第四密度.

心和它的能量中心握有一把钥匙，那是心、身、灵向前进化的关键；因为心是一座圣殿，在那儿 太一无限造物者总是立即临在. 确实，绿色光芒能量中心的本质是圣洁的、全然正面的，不断地回响无条件爱之振动.

许多寻求者选择探寻多于敞开心轮的东西，因为敞开心轮是存有的处所，那存有的本质是爱. 当一个寻求者渴望比在爱的圣所中休息更多的事物，依照他最深的渴望形成一个意图；不管是内在的冲动或长期思考和沉思的结果，该寻求者渴望移动进入一个具有更大自由的地方，所以他渴望探寻更高的地方.

当该寻求者已充分理解这份渴望，同时琢磨出一个清晰和连贯的焦点，他能够使用自己的意志[该强力的机能推动宇宙造物的一切]去探寻可能穿越智能无限大门而来的东西，进一步去启发、告知、激励. 该意图透过渴望的琢磨成为意志，它首先进入蓝色光芒脉轮，沟通的脉轮；从那儿继续前往靛蓝光芒脉轮，信心之脉轮.

在信心的环境中，透过特定意志矢量之驱动，于是通往智能无限的大门开启；接着无限之能量藉由该寻求者的渴望和意志具体地成形和个性化；通过紫罗兰光芒脉轮向下注入靛蓝光芒脉轮，在那儿和向上螺旋能量[能量体的恒常环境]交会.

那股被呼叫穿越大门的能量随后歇息的确切地点相当程度取决于该渴望[已被形塑为一个非常积极的意愿]的特性.

如果是医者的渴望，从上而来的灵感之歇息地点会是绿色光芒脉轮；因为在这个全然慈悲的环境 该寻求者得以成为一个治疗能量之透明管道.

如果是为了沟通的渴望，那么穿越大门的能量将在蓝色光芒脉轮和无限太一之向上螺旋爱/光交会和配对. 举例而言，我们的原则和该器皿领会我们的想法 这两者的接触点就位于蓝色光芒脉轮.

或许你们已经认识一些激励人心的演讲者，他们能够以希望、信赖、兴奋感染你们；通常，这类的演讲者已经有能力使用大门将精华带入他们的通讯中，以这些能量精华强化他们的话语. 不管这些精华是智慧、美丽、爱、纯粹或专注，当这类演讲者提供他们的想法时，他们的话语长了翅膀.

当一个寻求者渴望进入更高的存有状态—避免或不使用行动；毋宁想望在存有的光辉中歇息，穿越大门的能量将和他的个人能量在靛蓝光芒脉轮交会，并停留在那儿，该脉轮的真实精华是信心.

结果是，我们可以说 信心的确是人灵上升和更高能量连接过程的一部分，它是相对非个人的部分；在这个过程中 信心和意志配对在一起形成一种运动，牵引向上螺旋能量结实地和来自上方的向下螺旋信息和灵感连结.

G 实体对于信心的观察颇为恰当，我们同意信心同时是释放所有对世界的关切，和自我转身朝向灵知(gnosis)，这份知晓和世界的知识位于完全不同的水平.

信心的知晓是一种三度空间的鲜活觉知；它觉知宇宙有一个神圣计划，虽然寻求

者的人类部分发觉他生命中的神圣计划非常隐晦不明，他的鲜活觉知说这没有关系.

信心允许寻求者知晓有一个完美运作的计划，信心允许寻求者镇静地沉思一己的限制、缺乏、甚至肉体载具的死亡.

不过，信心不是寻求者使用的东西，而是他探寻的环境，首先，位于心轮中一条天真却依然完美的道路. 然后，若他的意志足以胜任该任务，以某种方式转动灵魂之家，从绿色光芒进入靛蓝光芒，在那儿 灵魂之家变成宇宙.

它是一种迁移过程，从局部性到达非局部，从个人特质到达非个人的生活. 安住在信心的靛蓝光芒中是一种无限的自由. 从那样的觉知生活，将信心觉知的记忆带入每日生活，把每一天的生活创造为一场耀眼眩目的冒险.

我们请问 G 实体是否有关于最初问题的后续询问? 我们是 Q'uo 群体.

G: 没有，Q'uo. 感谢你们. 没有后续的询问.

我们感谢你，我的弟兄. 那么，容我们问是否有另一个询问. 我们是 Q'uo 群体.

G: Q'uo，如你们所知，过去一年我们在 L/L Research 已举办一系列的通灵密集训练课程[2] ，为了教导一群专心致志的学生传导星际联邦的讯息. 其中一位学生 T 有兴趣更密集地参加工作坊. 但由于几乎无法克服的地理距离和预算问题，T 不禁想问: 通灵密集训练课程可否运用现代科技允许距离遥远的学生透过电话或视讯参与.

今天稍早我询问该器皿这个可能性，但这是一个全新的局面，她不确定自己是否能够保护分散在各地的成员.

我的问题是: 使用视讯或电话科技的前提下，是否可能形成一个安全稳定的传讯圈，以接收你们的通讯? 再者，该器皿是否能够同时挑战通讯来源，且保护该传讯圈?

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问，我的弟兄. 你所提议的，就技术层面是可行的. 因为创造一个传讯圈的关键是每位成员的能量连结，而非其物理特性.
在这个圈子中的可观挑战是创造一个安全、隐修的环境，我们的意思是一个隔绝外界噪音、骚动、或其他可能使一个人分心的东西; 确保每个成员维持在调频和聚焦的状态.

当传讯圈的全体成员都在同一个物理地点出席，因为事前谨慎的防护措施，这个地点高度倾向为一个安全的环境. 举例而言，如 G 实体充分觉察的状况，为了创造通灵密集训练课程的适当环境，所有电话关机，同时该传讯圈在一个相当僻静的地方聚会，只有很少的噪音 没有分心的事物; 在传讯的过程 不允许其他实体进入这个地点.

相比之下，当传讯圈的成员位于不同的物理地点，每个成员必须负完全责任去创造一个安静和安全环境，好促进该管道(channel)向内聚焦的能力.

至于这个器皿[做为传讯圈的资深管道]是否能够成功地挑战通讯来源和守卫该团队，我们不知道可以做到何种程度. 我们说这是个未知数 因为我们尚未经验过这

个特殊实体工作非区域性的传讯.

这个器皿需要和一个非区域性的传讯圈一起工作，我们方能确切地觉察攸关这个特殊器皿的状况. 我们可以说这个器皿不受物理环境影响是相当可能的，并且能够工作这些能量. 只是我们现在不知道.

G: 你说不知道该器皿在这种状况的能力; 那么 你们是否警告我们不要去尝试? 或者 你们以为这是一场可接受的实验，看看结果是否成功?

我们是 Q'uo 群体，我的弟兄，我们并未赞成或反对，只是为你们描述你们想要尝试的相关参数. 一如往常，我们愿意透过各个器皿沟通，并且总是乐于有机会发展新的管道. 我们必须把这个选择留给每位参与成员的自由意志，让你们决定要不要尝试创造这种传讯圈.

[录音带第一面结束]
[有一个问题没有录音，要点是: “那么，这件事完全由我们的自由意志选择?”]

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 确实，事情不总是这样? 不管这个传讯圈内的成员是否在同一个地点或透过乙太(ethers)连结，我们都非常愿意回应对我们想法的请求.

我们试图描述一些参数提供你们考量. 我们没有警告或反对的原因是如果这样一个传讯圈不起作用，即使如此 那些尝试接收我们讯息的成员也不会陷入艰难或危险的境地.

我们要说的是 有一些因素可能妨碍该传讯圈的经验令人满意，有些因素是我们无法预期的.

G: 不，Q'uo，已经足够了. 我以后肯定要阅读这份誊本. 感谢你们和我们共处的时间. 我没有进一步的问题.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的弟兄. 当然，对于交通和物理的限制，这的确是一个创意的方法.

接着我们感谢 T 实体的想法和服务的渴望. 感觉这种服务的渴望对我们是宝贵的，这种渴望是服务他人的真实开端.

此时是否有最后一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

G: 我这儿没有，Q'uo.

在静默中，我们将这次的集会做个总结. 在我们离开之际，我们透过这个器皿说你们每个人是多么地珍贵. 我们发现你们的英勇和胆量很美丽. 因为你们居住在一个非常浓稠的幻象，我们经常觉察你们内在的灵性脉冲受到很大的挑战. 你们感觉孤立和容易受伤，在某些情况 你们担忧自己的灵性已经疲乏，所以你们对于灵的运行比较不敏感.

无论如何，如 G 今晚所问，在你们每个人的里内有信心，一种超越所有限制和匮乏的觉察，一切都好.

在投胎之前，不具肉身的情况，人灵很容易以为地球的挣扎可以轻易被看穿. 不过 我们觉察到，一个人要平安和沈静地栖身在人生的飓风中一点也不容易. 然而，我们向你保证，当你每一次努力记得神圣计划，屹立在磐石穴[3]中，让风暴擦身而过，都会使你成为更完整的人，更充分地成为自己.

我们为你们每一次努力知晓一切都好鼓掌，当你这一生结束之后，你将惊奇地看见它的完整和效用，它带给你所有必要条件，以打造你的生命成为一种永远述说爱的荣光和华美.

我们是 Q'uo 群体. 我们在太一无限造物者的爱、光、平安、大能中离开你们. Adonai. Adonai Vasu.

原注

[1] Ra，透过 L/L Research 传讯，时为 1981 年一月 22 日，第四场集会: “该磁铁有两极，一个向上，另一个向下. 灵性的机能在于整合 心/身能量向上探寻的热望 与无限智能倾盆而下的能流.”

[2]对于有兴趣参加通灵密集训练课程的朋友，你们可以写信到 contact@llresearch.org ，要求进入等候名单.当四个或更多人表明学习通灵的渴望，我们将安排另一个初阶训练集会.

[3]圣经，出埃及记 33:22，“当我的荣耀经过时，我必将你放在磐石穴中，用我的手遮掩你，直到我通过为止。”

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1119 章集：爱与光早期资料#20

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

1974 年 3 月 9 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很荣幸与你们同在. 可以和这个星球上寻求的人同在总是个大荣幸.

这个傍晚，我的朋友，我将谈论寻求的主题. 这是一个非常重要的主题. 或许这是可以谈论的题材中，最重要的主题.

我的朋友，寻求是极度地重要. 首先，我想要解释为什么寻求是重要的. 寻求是一种灵性成长. 事实上，对于地球人而言 这是唯一真正快速成长的方式.

就灵性的意义来说，这个星球的人群此时几乎都是孩子. 大多数人并未寻求灵性成长. 你们的神圣著作写着: 如果你要找到，就必须寻求. 这里指的是找到灵性的启蒙. 它也意指，如果人类想要站上他在这个宇宙造物中的正当位置，他必须发展觉知.

我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]觉察如果一个人要到达他想要的地方，如果他想要到达更高的觉察状态，寻求是必须的. 在你们的星球上，环顾四周，有许多知觉的存有，以许多生命的形态呈现. 地球上有各种生物: 动物、鸟类、鱼类、人类等. 每一种都有觉察状态，但似乎人类有较高的觉察状态. 不过 我们告诉你，这份觉察是极小的. 而地球人的觉察可以被提升到一个水平，他视为天神一般的觉察.

但是，我的朋友，这就是造物主的起初概念，这样的觉察要让祂所有的孩子拥有. 如果你想要找到这种觉察，你必须寻求.

要找到它并不困难，而是非常容易的，一个人只需要以适当的方式去寻求. 我们在此试图去协助那些渴望我们协助的人. 我们不会试图以复杂的演讲去混淆我们想要协助的人. 我们只会给予他们造物主最单纯的想法. 因为，我的朋友，祂的想法并不复杂. 而是人，特别是地球人为灵性制造了一组复杂的规则和条件.

我的朋友，造物主的观念极度简单. 你们只需要寻求理解这份单纯性. 然后，在理解之后，在你们的日常生活、各种活动、人际关系中展现. 然后，这个准备送给你的觉知就属于你的. 这是一个极度简单的过程，地球人只要开始寻求.

寻求是第一步，寻求觉知，寻求原本就属于你的灵性，你将确切地找到它. 因为这是造物主的计划，祂所有的小孩都应该拥有这些.

我即将转移这个通讯，并持续对你们讲说这个主题. 使用这个器皿同你们讲话真是荣幸.

(Carla 传讯)

我现在和这个器皿同在. 我是 Hatonn，朋友们，如我刚才说的，寻求是极度重要的. 不过，透过你的智力，即使带着最佳的意图，也可能把事情弄得很复杂.

你们对时间概念的看法相当复杂，你们对空间概念的看法相当复杂. 你们说: “我可以在哪儿寻求? 在何时寻求? 在什么地方我可以发现圣地? 在什么时间 我可以寻求造物主?”

我的朋友，你们即是造物主，因为造物主是你们. 接着，如你们神圣著作的记载，你们站立的地方即是圣地.

时间中没有复杂的枝节，因为所有时间都是这里和现在; 空间中没有复杂的枝节，因为所有空间都是这里和现在.

朋友们，除了看见别的什么都没有; 除了造物主别的什么都没有. 你们只需要转向内在，进入光，参与光.

这些话语是贫乏的，但它们引领道路前往一个新的理解. 并不需要拥有最完美的冥想或最熟练的灵性片刻才可以寻求; 只需要改变你们的意志方向. 因为，你们寻求的意志和源头一样重要

你们冥想是好的，欣赏那些幻象中的东西是好的. 这里所有的东西都是为了你们的经验存在. 无论如何，只管寻求.

同你们讲话是我的荣幸. 我离开你们，此时此地，同时在宇宙造物的每个地方.

我们在爱与光中为一. 我们是造物者.

Adonai. Adonai vasu.

(Don 传讯)
我是 Oxal. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚，很荣幸加入我的 Hatonn 弟兄，透过这个器皿对你们讲话.

我是你们已知的 Oxal. 我感到荣幸能够尽可能地协助那些寻求的人. 你们只需要寻求，这是真的. 寻求，然后你将找到. 你将找到一切万有. 我的朋友，你们将找到宇宙造物，也将找到造物主. 因为它们是同一的.

当你在每日活动中遇见同伴，你将认出他真正的身分— 宇宙造物的一部分，正如同你是宇宙造物的一部分. 朋友们，宇宙造物是造物者.

然后，当你注视着他，同时他注视着你; 造物主透过每一双眼睛注视着祂自己. 你们只需要辨识并理解这个概念，然后你们的思考和造物主的意志是相同的，你们将知晓爱的意义.

我希望在给予你们我对真理的概念之际，我已提供协助. 我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]正在表达我们对真理的概念，那是我们寻求的结果. 当我们注视着你们，我们看见我们的造物者. 这是我们的理解. 当我们注视着这个无限的宇宙造物，看见它的壮丽、广阔、奇观，我们看见造物主. 这即是我们的理解.

当我们注视最小的生命形态，或一只昆虫，我们正注视造物者. 我们的理解是 造

物主透过全体无限的显化来表达祂自己. 而祂在所有显化中的思维都是爱的思维.

因为这即是创造一切万有的思维. 我的朋友，寻求这种思维. 朋友们，寻求这份理解. 然后你们将知晓，你们将知晓爱，因为它是造物者.

我是 Oxal，此时 我将离开这个器皿. 我的祝福送给你们每个人. 我们都是相同的，我们皆为一.

Adonai vasu.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1120 章集：海豚与鲸鱼**

Copyright © 2009 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à http://www.llresearch.org 特别冥想

2009 年一月 20 日

Jim: 这是 T 的问题: “我碰到一本很棒的书叫做宇宙.宇宙，作者是卡尔-萨根[1]. 该书有一章生动地描写鲸鱼的智能，并且描写人类对待他们的残忍行为. 简短地说，星际联邦曾说海豚和鲸鱼是心电感应和自我觉知的存有，他们的灵性水平甚至比人类还高，他们的原生家乡是地球.

“在此同时，我们的一的法则研读小组正好讨论到(卷四)第 90 场集会，Ra 谈论他们对于可相抵的拇指的假设，它似乎是一个关键因素，促成人类好战的倾向.
“我主要的问题是：我们如何在每日、稳定的基础上向海豚和鲸鱼学习？我们是否迫切需要学习和他们沟通？如果真是如此，Q'uo 可否教导我们和他们沟通?”

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意；这个傍晚 我们在祂的服务中来到你们这儿. 我们想要感谢这个圈子的所有成员，特别是呼叫我们加入这个寻求圈的 T 实体. 我们非常高兴加入你们这次的工作集会，和你们谈论关于你们海洋中的海豚与鲸鱼.

无论如何，一如往常，我们首先请求你每个人在聆听或阅读这些话语时，使用你的辨别力. 拿起那些引发你共鸣和有益的部分；丢下其他部分. 我们非常感谢你们愿意这么做，因为这样允许我们自由地提供意见，无须担忧我们可能侵犯您神圣的灵性过程，或冒犯你的自由意志. 我们感谢你们考量这点.

正如同你们人种曾在数万年前受到基因改造而中断原先自然的进化过程；你们知晓的海豚、鲸鱼、鲸类动物[例如鼠海豚]也同样受到基因改造，但发起者并非来自其他星球，而是那些住在岛大陆[你们称之为亚特兰提斯]的实体.

这些哺乳动物的意识在基因改造之后得到强化，促成所谓的人类和鲸类动物结合、调和在一起，成为一体，于是鲸类动物[2]外表上没有任何改变，然而他们因此拥有第三密度水平的灵性复合体.

因此，自然的繁衍过程逐渐地赋予所有这些族类第三密度的意识. 结果是，你们和海豚、鲸鱼的确是兄弟，一起穿越第三密度的主要周期.

许多科学家在了解海豚、鲸鱼、鼠海豚(porpoise)的非凡智能之后，对于人类和这些海洋哺乳动物进行对话感到迷人和难以抗拒.

或许我们可以说，从这些鲸类动物身上学习的最佳方式为想象如果你不使用双手，和可相抵的拇指[如 T 实体在询问中提到]，你会如何经验第三密度，你在第三密度的各种活动会有什么不同?

拥有长寿的一生，无须工作去付账单，也无需捍卫资源或守卫领土，那会是怎样的光景?

如果你可以自由地选择今天要做的梦和显现的影像; 选择你想要围绕自己的冥想，想要享受的沉思; 这样的情况不只停留一小时或几分钟，而是你整个人生的清醒时分，那么 你的人生会是怎样的不同?

如果你的喜悦是和自然元素和谐地跳舞，和同族存有一起跳舞，和配偶以及孩子们共舞，跟今日走在地上的你相比会有怎样的不同? 这种闲适、悠闲、韵律的环境会如何影响你?

无须创造和使用各种工具，这情况会如何影响你?

明显地，这些改变是深远的，因为大多数人的生活步调绕着必须做某种有用工作的主轴转动; 也就是说，由那些雇主定义什么是有用的工作，他们以薪俸[3]交换

你们的工作时间. 而这份薪俸是必要的 好让你们可以购买家庭需要的食物、一个遮风避雨的屋子、冬天里的暖气、夏天里的冷气，以及确保你的庄重外观，并遮盖赤裸裸的你之各种服饰. 你们人群发现有许多科技器具是必须或合意的，你们也必须以工作收入来购买这些东西.

只有很少人能够在人生的旅程中 [他的意识]不会被日常工作的忙碌喧闹填满. 你们必须准备每天要吃的东西，然后清理食物残渣，这些都会花去你们的时间. 你们必须维护自己住的屋子，清扫灰尘、擦洗和刷掉不干净的东西. 甚至你们的天然草地也变成需要维护的环境，你们不容许它自然地生长. 所以，你们花费更多时间、更多能源、更多金钱为自己创造一个喜欢的环境氛围.

你们的世界充满各种限制: 在界线的这一边是你家的财产，另一边是别家的财产. 在你的衣橱中有你的衣服，不是别人的. 你们花费可观的时间去堆积你认为有用和渴望的物件; 并且还必须去维护它们. 电池需要更换，各种电器需要专属电源线，这个清单可以一直表列下去.

这状况和你们在恒常变幻水域中自由穿梭的弟兄姊妹相比有鲜明的差异，他们无须什么努力即可找到丰富的食物，所有水域的温度都是可接受的; 也不需要赚钱和买东西; 不需要囤积东西来抵抗严寒的冬天或为步入老年做准备. 只需要呼吸新鲜空气，在海水中自在游泳; 美梦、冥想、沉思伴随一生.

我的弟兄，你们可以从沉思这些差异中学到什么? 某些亚特兰提斯人自愿选择这场基因实验，为了选择这些美丽的动物. 他们的亚特兰提斯家乡的政治极性对他们而言不大正确，不是他们想望的，因此他们使用(生化)科技开启一场伟大的冒险.

此时 这些在你们的大海中游动的实体是哲学家和智者的后裔，他们在那个时候看见一条穿越第三密度灵性进化的更佳道路，他们选择没那么多的服务他人，做为拒绝活在服务自我途径上的方式.

容我们问是否有后续的询问，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

Jim: 他的第二个问题是— “根据 Ra 第 90 场集会，我们的理则似乎偏好两足猿猴动物. 如果是这样，为何海豚和鲸鱼似乎在灵性发展上比人类占上风？他们似乎没有我们必须承受的厚重遗忘罩纱，为什么呢?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 太一无限造物者并未负责选取两足猿猴或大猩猩优先于其他物种，我的弟兄. 毋宁说，名为亚威的社会记忆复合体感觉这个形态可以很有效率地探索极性的问题. 造物主全然愿意任何物种获致第三密度水平的觉知，从而承担灵性复合体为自我的一部分.

人类[大猿猴的后裔]的智能和洞见的潜力和鲸类动物[起初是陆地动物，后来进化为海洋生物]大致是相同的，大脑和身体的比率是近似的. 无论如何，人类种族逐渐分了心，远离更深层次的沉思、冥想、想象、洞见和梦想.

两个族类的意识是共通的，但人类的智力大大地中断该意识，随着你们的世纪之轮不断向前滚动，人类越来越多地涉入各种选择，而这些选择没有一个跟灵性课题有关.

结果是，你们没有使用大脑前额叶的伟大祝福和资源; 没有约定一致的努力去发

展和学习前额叶的用途，连结这部份大脑的过程没有被普遍地教导.

这个器皿会说人类搬石头砸自己的脚*. 他们转身背对一个伟大的灵性资源— 那伟大的意识增强器，那是造物主给予所有第三密度物种的共同礼物. 无论如何，人类选择继续发展他们使用工具的能力，并使用许多器具、机械、复杂精巧的电子产品在世界舞台上做很多事.
(*译注:原文是 shot itself in the foot)

前额叶的灵性层面让道给智力的使用，人们不断磨利和更复杂地使用智力，这部分的心智对每个实体都是不同的，它没有办法帮你找到自我和其他自我之间的连结. 结果是，人类已把自己闭锁在孤立的觉知小口袋中.

人类发展智力的可能性到达令人惊叹的程度，然而他们粗心地忽略[大多数时候甚至是遗弃]洞见、冥想、沉思的更深领域; 而这些活动可以将前额叶与大脑的其他部分连结起来.

你们已经没有亚特兰提斯智者们的选择; 你们没有自由去选择海洋里的生活，在一望无际的水域中，没有任何边界，也没有限制心智的东西.

因此，表面上看起来，鲸鱼和海豚拥有比对等的人类更多的智慧; 然而，他们和你们的资源是相同的. 关键是环境上的差异形塑两个物种以不同方式使用第三密度去做出极性的选择.

我们可否进一步回答你，我的弟兄? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: “Carla 最近的 UPI 专栏提到环保议题，我阅读后不禁要问，Q'uo，你会不会认为鲸鱼和海豚比起人类更适合做地球妈妈的看守者？如果你不想单纯地回答是或否，可否评论一下这个问题?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 并不能说那些在海洋中游泳的实体有任何能力去看守海洋. 由于没有可相抵的拇指，他们未曾创造各种工具对环境造成负面冲击[或非负面影响]. 结果是，他们从未离开自然的状态，他们单纯地是环境的一部分. 他们并未对环境造成困难，因为他们追随天然环境之道.

另一方面，人类有完全充分的能力对环境造成冲击，不管是以掠夺者或看守者的角色进行. 好些年以来，你们人群已忘记他们是环境的一部分，而环境是他们的一部分. 所以他们转身背对看守者角色，成为掠夺者，不断拿取地球无法再生的资源，粗心轻率地消耗资源，于是创造了一个向下螺旋.
那么 人类面临伟大的挑战，人类必须选择如何回应过去养成的各种坏习惯[容我们说]. 确实，我们发现许多人逐渐觉醒之后，对于自己过去对地球母亲是如此地残酷感到震惊，他们想要成为地球生命之舞的一部分，而不是偷窃和强暴地球母亲的共犯.

我们希望越来越多人会欣喜地迎接这一个挑战，满腔热情地找到各种方式去参与这场地球之舞，成为地球环境的美好部分. 我们感觉越来越多人的心中充满对地球母亲的爱. 我们认为这是一个非常有益和恰当的情感，它可以大大地协助你们极化朝向服务众生的过程.

此时，容我们问 是否有另一个询问？我们是 Q'uo 群体.

Jim: “根据 Q'uo 的信息，第四密度正快速地来到. 当地球完全进入第四密度之后，我假设将会有两种第四密度存有: 一种长得像人类，另一种长得像海豚或鲸鱼. 是否正确?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 就第三密度的早期毕业生而言，这个说法当然是正确的，我的弟兄; 因为他们需要特定一段第四密度的时间和经验方能开始享受该密度提供的自由. 我们不能够探测你们未来的线性时间，因为在线性的空间/时间中，这些选择尚未被实现.

但第四密度中，实体们有能力选择自己想要使用何种形体. 这个能力开启许多选择，不只人类形体或鲸类形体，还包括其他形体.

所以，我的弟兄，在早期第四密度，你当然可以发现许多第四密度的鲸类存有，和许多第四密度的人类，因为他们的形体继续相似于自家物种的外貌. 随着第四密度的演进，第四密度灵魂的选择也随之演进.

此时，容我们问 是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 最后一个问题跟饮食有关. T 说: “基本上，我认为 我们可以自由地吃任何我们渴望的食物. 然而，我们不会去吃人肉因为这样违反法律，并且是不道德的. 但如果我们杀死鲸鱼和海豚，又吃他们的肉会怎么样? 我们是否会招致或增加负面业力，如同我们杀死一个人的情况?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 当一个实体做出服务自我的选择，明知这个选择将伤害另一个智能生物，就会招致业力. 此时，地球上只有很

少人类实体觉察鲸类动物的本性. 结果是，既然他们只觉察到自己摧毁一些鱼，他们的业力就相当于杀鱼造成的业力. 一个无知的人无法对他完全无知的东西感到内疚.

另一方面，我们指出有益的一点，那就是你们吃任何东西都会牵涉到某种业力: 莓果、蔬菜、青草、乳制品等. 所有这些东西都有某种意识，并不是只有进食鱼肉和动物的肉才会有回力效应. 所有喂养你的东西都将他们的意识献给你，所以，记得总是感谢你摄取的每一口食物，这是正向的灵性练习.

我们发现在这个器皿的脑海中曾觉察有某些鲔鱼罐头包含海豚肉，所以该器皿很久以前就拒绝购买这类的鲔鱼罐头[4]. 我们假定一个实体不管在任何地方觉察到这些鲸类动物的特殊性质，相应的动作就是拒绝摄取他们的肉.

在你们的密度中，身体被创造为化学酿酒厂，它接收原料之后以化学方式处理，分解出身体所需的养分，然后排出剩下的残渣. 当然，把进食的过程灵性化是个很棒的点子，尊重并荣耀食物，感谢你吃下的坚果、莓果、蔬菜、乳制品、肉类; 并赞美它们的意识礼物.

在结束这次对海豚、鲸鱼、鼠海豚的沉思之前，我们考量这些存有的最后一个特征，那就是通讯.

鲸类动物的通讯是概念通讯，它还不是心电感应(telepathy); 它是透过水的媒介创造传导声波，包含很短促的爆裂音，传输概念中一束束的思维. 概念通讯比起语言通讯有很大的好处，因为概念通讯不可能产生误解，而笨拙的文字恰恰相反.

这个器皿也已经学会使用概念通讯接收(我们的)概念，接着转译为语言. 无论如何，希望你们人类种族学会以概念沟通可能是期待太多，因为你们主要能力是发声，不管是唱歌或说话 你们都有伟大的天赋调变你们的嗓音，发出形形色色的声音.

一种是栖息在陆地上，具备可相抵的拇指的人类; 另一种是栖息在海洋的鲸类动物，比较这两者的众多差异，或许最生动显著的差异就是两者沟通方式的不同. 在某个程度上，它解释你们当中许多困惑和骚乱的原因，你们对彼此说话 却不常真的和对方在一起.

我们希望你们不只从海豚和鲸鱼身上学到东西，也从我们这儿学习，我们讲说概念给那些有耳去听和有心理解的人.

我的朋友，多么令人高兴的一次谈话啊! 我们全心感谢 T 实体，为了他不断更深地探究事物的本质，和从不疲倦地努力寻求真理，发现爱; 同时选择一项提供最多悲悯与光芒的服务.

我们感谢 T 实体的存在和服务，也感谢他的这些问题，我们感到快乐和荣幸去考量它们.

在这个时候，我们要离开这个器皿和团体，感谢你们每一位美丽的共享振动. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友 my friends，Adonai.

注解

[1] Carl Sagan，Cosmos: New York，Random House，[2002].

http://www.books.com.tw/exep/prod/booksfile.php?item=0010477728

[2] A cetacean is defined by www.dictionary.com as“belonging to the Cetacea，an order of aquatic，chiefly marine mammals，including the whales and dolphins.”

Wiki 百科:鲸类动物（学名 Cetacea）包含了大约八十种大型的生活在海洋中的有胎盘哺乳动物。包括海豚和鲸鱼。

[3] emolument:一份薪水或补偿金给与某人提供的服务

[4]一般而言，有两种快速方式确认你购买的鲔鱼罐头不会有海豚肉:一.购买水性的白鲔鱼，而非油性的暗色鲔鱼.二.检查包装上的海豚安全标签(Dolphin Safe).市面上超过 90%的鲔鱼罐头都符合这个标签方式，进而缩减海豚死亡率达 90%以上.您可以在以下网站学到更多:

www.earthisland.org/immp/Dol_Safe_Standard.html

***

ps:同场加映(译者推荐)à

http://tinyurl.com/6krj7k3

http://tinyurl.com/6cp9jal

http://tinyurl.com/28xtaak

Dedicated to Carl Sargan & all cetacean lovers

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1121 章集：爱与光早期资料#21

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org 周日冥想
1974 年 3 月 10 日

(Carla 传讯)

[有一段听不见]
你们好，我在无限造物者的爱与光中的弟兄姊妹们. 在这个傍晚，我很荣幸和你们讲话. 刚才碰到一点困难，我们为此道歉.

朋友们，我和弟兄们在此只为了服务你们. 来到这里是我们很大的喜乐. 我们提供调节作用给那些渴望的人. 我们服务你们，我们寻求. 服务即是寻求. 这两个字汇似乎是不同的: 寻求 和 服务. 一个暗示你们需要某个东西，一个暗示你们拥有某个东西; 因为那些寻求者必定需要，而那些服务者必定拥有 才能给出.

我的朋友，我想要谈论这两个字汇. 你们正在寻求，你们寻求去服务. 这是个矛盾，不是吗? 它是个矛盾，如同所有智力相关的东西. 不过它是个简单的真理，因为它们是同一件事.

我的朋友，在地球的这个幻象中，你们有些人[听不见]彷佛是求助者: 贫穷、匮乏、总是欠缺帮助进展的东西. 所以他们踏上一个朝圣之旅; 有些人为了获得物质上的安全，有些人为了寻求生命中的灵性.

这种寻求的概念将会收集某种宝藏，一种可以展示、数算，和捧着的宝藏；我们称之为从不足的位置出发. 我的朋友，在这个幻象中，似乎成为有限制的、不足的、穷困的是可能的. 不过实相可以驱逐这个幻象. 这个实相正是我们寻求的，当我们寻求实相时，我们不是转向非常深远的内在，就是前往非常远的外在—另一个矛盾— 进入光. 接着我们发现我们并非从一个不足的位置出发，而是我们拥有所有我们一直在寻求的东西.

确实，我们所在的位置具有完整的气力，因为我们是无限的. 朋友们，你们是无限的. 你不需要帮助，你只需要了悟. 我能告诉你的所有事，所有你能学习的，所有可能发生在无限造物中的事都永恒地守候于你的内在. 因为你和一切万有是一体的.

我了解你们在这里有许多要面对处理的事务，因为这个幻象非常地强壮. 然而，这个幻象瞬息即逝如同一个泡沫：砰！接着它就消失了. 它飞逝而过就如同一场梦. 很快地，你们将觉醒，它将改变，如同白昼到夜晚，夜晚到白昼. 欣赏这个宇宙造物的无限，甚至在造物的最微小部分中发现它，你们不需要比这做得更多.

然后，我的朋友，放松，让该幻象从你身边漂过. 在对于寻求的信任中歇息，在你寻求服务的过程中安歇. 因为，朋友们，你们有许多东西可以给予.
此时，我将转移信息到另一个器皿那儿.

(Don 传讯)
我现在和这个器皿同在. 我是 Hatonn，我和你们每个人同在. 我在无限造物者的爱与光中和你们同在，这是我的荣幸.

你们渴望我们出席，接着我们和你们同在. 我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们总是和那些渴望我们出现的地球人同在. 这是我们此时对地球人的服务，这是我们服务的技巧. 我们透过服务来寻求，看起来很奇怪，但这是我们对寻求的理解.

你们的神圣著作陈述 一个人必须寻求方能找到. 我们已发现许多的寻求的方式，其中一个就是服务你们人类. 这是我们此时的寻求形式，我们寻求对造物主的理解，因为这是我们的渴望. 我们透过服务来寻求这份理解，透过服务我们在地球上的人类同伴，并协助他想要理解造物主的渴望.

透过协助人类，实践他的渴望，我们也协助自己实践我们的渴望; 因为这个宇宙造物的法则是: 一个实体唯有透过服务，他才能被服务. 因为这是整个无限造物的起初构思: 互相服务、互相理解、互相友爱.

这是我们要带给地球人的，一个就在他里内的理解，一个创造他的理解.

我们试图帮助人们了解这份真理，这是我们的服务，帮助人们找到他们内在的真理— 了悟该(起初)思维，不只生成他们，还生成一切万有.

真理就在你们的周围，对于那些已经可以静止自我一小段时间的人而言 那是非常明显的. 我们观看天父造物的起初形态，我们也看得很明显. 宇宙造物的所有部份都在支持所有其他部分，所有维持我们生命的东西都是造物主的礼物. 所有来到我们身边的喜悦和经验都是造物主的礼物.

只有地球人迷失在他自己的复杂创作之中，带着许多复杂却琐碎的想法，好让自

己非常地忙碌. 他们努力去获取没有价值的东西— 一个只会持续很短时间的次要造物.

遍及整个宇宙，所有造物主的小孩真正在寻求的只有一个东西，不管他们是否了解: 他们正在寻求理解，因为这就是一切所需. 一旦成就这份理解，所有事物都是可能的，因为这是造物主设计的方式. 你们只需要去了解这点，你们只需要在每个思维中展现这份了悟. 然后，我的朋友，你和造物主为一，你和造物主有同等的力量. 因为这是真理: 我们每个人都是造物者.

这个星球上的人很难在环顾四周后，了解真理的确切本质. 经由他人和自己的思想，他已受到制约，有很长一段时间，被动地去看事情，而非看见它的本质. 朋友们，真实之道极度地简单，因为这就是造物主提供的方式.

这份单纯存在于造物主的每个孩子里面，每个实体都拥有起初造物的一切知识. 你只需要敞开自我接触那份知识，方法非常简单— 透过冥想的过程.

当这过程完成后，所有起初造物的真理和美好都变得显明; 然后该个体将不可能受到幻象的愚弄. 他看周遭每一个人皆为完美，纵使在这个幻象中，他被教导去鄙视. 这不是造物主的计划. 造物主只计划在祂的造物中 每一个实体都以他选择的方式表达自己; 朋友们，这就是完美. 如果地球人能够了解这点，他将再次和起初造物一起在完全和谐中思考.

在你们的星球上，曾有人示现过这个理解; 你们最熟悉的一位为耶稣. 他达成单纯的了悟之后，透过他的行动展现它; 这份理解不必须被他的同胞理解，因为从外面强迫另一个人接受这份理解是不可能的. 唯一可能的方法是从内在获致这份

理解.

不过，这位人子展现这份理解，指出一条途径，一个众人的路标，好让他们也能够找到起初造物，再次地 引领他们从黑暗走向光明.

我的朋友，真光是永恒、无限、真实的，其他皆为幻象. 向内走，觉察实相，它就在你们每个人的里内.

我们来到这里帮助你们找到那实相，我们在这里带给你们这份理解和爱，这是我们的服务. 很荣幸使用这个器皿同你们说话.

在不久的未来 很荣幸使用每一位渴望传导我的思维的实体，你只需要在冥想中敞开自己; 接着你将如同这个器皿，毫无困难地接收我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]带给你们的思维. 然后，我的朋友，你也将加入我们参与祂的服务.

此时 我将离开这个器皿. 很荣幸和你们相会. 我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1122 章集：主体和客体**

Copyright © 2009 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à http://www.llresearch.org 周六冥想

2009 年一月 24 日

小组问题: [由 G 实体发问] Q'uo，克里希那穆提曾说在主体和客体之间的缺口躺卧着人类所有的不幸. 在我看来，灵性旅途可以被视为主体和客体之间的复杂和动态的关系.

举例来说，这里是一些主体和客体交关的方式: 主体惧怕客体; 主体憎恨客体; 主体无视客体; 主体掌控客体等等.

当心轮启动，心的能量进入这幅图像，主体和客体的关系开始改变. 举例而言，主体开始接纳客体; 主体容忍客体; 主体对客体有耐心; 主体宽恕并拥抱客体. 爱看见客体里内的神性. 简言之，主体在客体和主体之中看见造物者.

最后，似乎在一的法则讯息之中没有主体也没有客体，只有合一. 所以，我们如何彻底消弭主体和客体之间的缺口，以致于我们的经验为一?

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意; 今天我们在祂的服务中来到你们这儿. 很快乐、很荣幸受邀加入你们的寻求圈，同时考量 G 实体的问题: 关于主体和客体之间的距离，以及如何横越该距离 最后让它消失.

无论如何，一如往常，我们在开始谈论前请求你每个人在聆听或阅读这些话语

时，使用辨别力；好让我们的思想不被简单地接受，而是符合你自己的个人标准和需要. 如果我们的思维使你产生共鸣，请务必使用它，但如果没有，请将它抛下. 如此，我们可以自由地讲话无须担忧我们可能侵犯你的灵性过程或成为你路上的绊脚石. 聆听那共振的感觉，注意你自己的偏好.

当然 第三密度经验充满了一个人和他人分隔的经验. 一个人和所有其他自我分离似乎是无可避免的实相. 明显地，一个人的肉身和所有其他的肉身是分开的. 同样明显的是，至少在一般人类经验中，你的思想是你自己的 和他人无关. 你的造物是主观的，在很多方面只适用于你，这个人.

这并不是设计上的错误，它的确是第三密度系统的一个杰出特色，它创造出一个环境 在其中，表面上分离的自我观看所有周遭的一切，必须做出一个又一个的选择，决定如何看待这个环境，如何回应它. 在这些情况中，自我即是主体，所有他注视的东西都是客体.

遗忘的罩纱厚重地覆盖在第三密度上面；每一个自我被紧紧包覆在他自己的肉和骨之中，这不是一场错误. 它是这所(地球)学校运作的方式，帮助你做出极性的选择. 如果你毫无疑问地知晓你和其他自我[你必须和她注视与互动的那位]是同一造物主的两片火花，事实上在每方面都是相同的，你被放在这里去爱那个实体，而那个实体被放在这里去爱你；这样的知晓使你没有机会去呼唤信心，也没有机会去忍受孤独的剧痛. 当每件事都了了分明，就没有理由去走过烈火般的催化剂，进而转化它为经验.

虽然你们在此生中难以弄清真相，催化作用的确是你选择投胎到地球的一个重大原因.

你们带着学习和服务的议程来到这里; 为了创造对你适当的学习环境，你选择富有挑战的关系. 你选择自我的各种限制，包括肉体和心智的限制; 你选择工作的领域，人生的主题. 或许现在你已辨识出此生中两个或三个重复的最大主题. 藉由这些重复的模式，你开始能够辨认高我在你投胎前规划此生课程的适切方向.

你们希望在地球的蜕变工作中减少自身的扭曲. 你们但愿在这样一个艰难的环境中达成更多的平衡; 在这个环境中 没有指引 除了信心; 没有导航的星光
除了希望; 没有确切的东西 除了你的自信，知道自己是谁、自己为何在这里.
这是一个有效率的设计.

这个环境提供你一切所需，让你发现自己是谁，以及你想要如何形塑此生的旅程. 在这个旅程中，你自己是主体，和客体分离，在一个句子中，介于主词(主体)和受词(客体)之间的是动词. 你们问一个人要如何消弭主词和受词之间的距离? 我们对你说，那就是当动词是"爱"的时候，主体和客体之间的距离就缩小了.

举例来说，一个中性的句子可以是: “桌子上的瓶子托住一束花”. 瓶子是主词，一束花是受词，采取的行动是"托住". 在你的心智中品尝以下句子: “瓶子爱一束花”. 知道瓶子和花朵的特性，你可以推论瓶子正托住这束花. 不过瓶子爱这束花让一个表面上无生命的东西活了起来，该瓶子不只以它圆润的开口拥抱这束花，还用它的心去拥抱.

以此类推，“我去工作”，可以蜕变为 “我爱工作”. 突然之间，你的心对该客体[工作]打开了. 这个简单到令人惊奇的事实 却经常逃离理性思考的范畴.

进一步说，如果你看见自己为爱，你看见周遭的客体皆为爱；那么爱正在爱客体[也是爱]，不管你做什么皆是如此．用另一个形式转译，如果你感知自己为造物者，那么你知道自己是有力量的个人．因此，你的努力可以止息，因为一个强有力的人无需费力地奋斗．如果你感知周遭的人皆为造物者，那么你知道人际关系是造物者对造物者的关系．既然造物者是爱，当然造物者爱造物者．再次地，主体和客体之间的距离减少了．

观想一个麻烦的其他自我为造物者，任何人都能够做这个练习．如果你试图和其他自我理论，发现该其他自我无法理性地对话，然后你感到不知所措，这个阻碍令你不能进一步行动．如果你试图评断另一个自我，那么你就陷入业力之轮；当你评判时，你也将受到评判．我们这么说不是要阻拦你去分析一件事，或清晰地看见每一个状况，每一种关系．

我们这么说是要指出这个世界的理智只能带你到这么远；相对地 心的理智— 爱的意识— 可以转化你的世界成为一个美好的地方；把每日的苦工转变为一场伟大的冒险．好比说，有个家人似乎顽固地决定不要和你和谐相处．这里的挑战就是重新看见该家庭成员，看见他如同基督一般，接着观察你的防卫姿态和愤怒消退．

现在，你是唯一察觉该实体的真正本质的人，当然那位其他自我并不察觉．若那位家庭成员看见自己为造物者和一个具备大爱的存有，他就不会把自己放在你的对立面，或阻碍你做的每一件事．所以这是你的秘密．

只有你知道这位家庭成员的真实身分，既然你知道了，这就改变你对这个实体的经验；这位家庭成员可能继续推压你的按钮[套用这个器皿的说法]，不过你能够看见这个实体在散播冲突时并不快乐，同时你不会因为自己[长久以来从该成员身上

学到]的自动反应而受伤. 你不再卡在过往关系的模式中，你现在是具有力量和自我觉察的个体.

你可以打造一个新的单向关系，那就是爱在爱中反射.

或许你的家人绝不会感知道你的现在和过去的差异，他们将不会看见你蜕变成为一个属于爱和力量的人. 那对你无关紧要，重要的关键是你维持这样的视野，看对方为基督，因此能够去爱、鼓励、支持该实体. 对方的情况可能没有改变，他可能一直不会懂你如此自由和深情地给出的东西. 但你的经验将大大地改善. 因为你已选择看见真相 而非幻象; 深入向下挖掘 而非滑行掠过生命的表面. 到达那样的深度令人舒适和平安，活在爱中是喜悦且带有疗效的. 因此，一点一滴地，你可以藉由如此的生活方式，为你自己创造一个新世界，在其中 所有存有都是基督，所有行动都在爱中进行.

我们并未建议一个宏伟的改变世界[成就一个更有爱的地球世界]计划. 毋宁，我们建议你限定工作在自我意识的范围内; 那才是你真实的冒险和挑战舞台. 一个人想要走入洞穴或偏远教堂或幽静森林等[限制感官刺激的]地方并非平白无故. 一个寻求者很容易迷失在各种身体感觉中.

你们的文化位于感官超载的水平; 当你越多地聆听或观看大众媒体、投入计算机游戏或其他使人分心的娱乐中，你在信心中活出明晰和连贯人生的成功率就越低.

我们并未建议你完全避免看电视新闻、节目或听歌等等; 我们建议你觉察这类媒体的一般目的: 提供节目好卖产品，创造一个相同和均一的氛围，让每个人都成为可靠的消费者. 当你接受越多的传闻，你就越有可能继续看待其他自我为需要

对抗的客体，为此 一个人必须成为聪明机灵的.

在你们的社会中，这样的人是蒙福的: 他拥有非常当下的觉察，不管是面对哪一个人，都觉察他正说话的对方同等于造物者.

从一个防御良好的孤立自我前往敞开心胸的无防卫自我是一个漫长的旅程. 确实，要在肉身中完全觉察万事万物的合一状态是相当罕见的. 不过 这是一个良好的清楚目标，一个正面目标，当你工作自我，清除你批判的视野，允许爱流入那些表面上残酷和刻薄的图像中，这过程将带给你许多祝福.

一如往常，爱是对你的问题之答案. 看见你自己是爱的作品，看见所有其他事物皆为爱的作品. 看见你对另一个自我的行动带着无条件爱.

爱 爱 爱: 爱为主词，爱为动词，爱为受词. 这些练习将带你越来越接近活在合一的目标，活在一个你自己打造的世界: 一个爱的世界.

容我们问 在这个圈子中，是否有针对(主要)询问的后续问题? 我们是 Q'uo 群体.

(长时间停顿.)
我们是 Q'uo，由于 G 不在现场，我们从你们的静默中发现不会有后续问题. 所以，此时 请问你们是否有另一个问题? 我们是 Q'uo 群体.

D: 我曾听过你们或 Ra 谈论一个灵魂的自然极化能力，朝向一个特定的极性. 你们能不能谈论这个固有极性或极化的自然倾向; 以及为何负面极性尝试去规避它? 我猜这个问题的要点是: 第三密度灵魂真的是第四密度战争中 可供争夺的棋子?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 就你询问的角度而言，当一个寻求者开始在人生中做各种选择，该实体被视为一个物件 可以被那些负面极性的群体影响，他们设法使寻求者分心，离开正面极性，让他持续以服务自我的角度去思考.

我的弟兄，负面极性的实体并非寻求去规避进化的过程; 而是他们正在游说一个寻求者选取进化途径中的一条. 当寻求者经历他的人生，他恒常地站在道路的分岔口上; 一个决定持续一会儿，然后出现另一个分岔口，需要做出另一个决定. 寻求者的挑战是判别哪一个选择包含更多的爱、更多服务、更多光辉; 哪一条途径包含较少的服务他人、较少的光辉、较多的服务自我的磁性.

当一个实体粗心大意地做选择，通常他以为自己选择正向途径 但已受到负面极性的诱惑去用漂亮的话语合理化一个自私的举动. 所以 当寻求者感知到一个分岔口 他得很谨慎地坐下来 冥想这个选择，感觉它: “如果我那样做 会有怎样的感觉? 如果我做其他的事，感觉又是如何?” 因为分析只能带寻求者到某个地步，为了更圆满地在人生的十字路口做判断，最好援引一己的洞见和直观的感觉 以明了真实的情况.

请求你的指引系统以获得洞见，这总是有帮助的. 写日志的练习是个请教指引系统的优异方式，你单纯地写下问题 然后写下进入你脑海的思维. 以这种方式，你可以相当容易地和它对话 讨论那些令你担忧的事务.

所以，我的弟兄，当一个人拿起他的力量 选择对自己负责; 负面极性实体或许想要令你分心或转动你朝向服务自我的途径，该实体真的不会有机会. 一开始，凭

借自己的双脚站立，为自己思考似乎是很有风险的事，因为你不让其他人或主流文化的意见影响自己的思考.

许多时候，很清楚地 流行文化有些导向服务自我，它通常有着自私和自以为是的强烈气味，充满合理化的思维；好比说，当你囤积大量的财宝 忽略那些饥饿的、无家可归、迷失的实体[他们是你的其他自我]，你可能说："好吧，做生意就是如此，世界就是这样运作的"，或者说："让他们去找份差事，他们得工作如同我也必须工作."

当你的心变得柔软，这些人与人之间的巨大差异也将开始和缓.

耶稣-基督曾说："无论谁帮助我们弟兄中最小的一位，他就是在帮助我."这个说法是如此直接牴触你们文化的普遍态度，你们很容易可以看见其中的动力关系.

负面极性的实体引诱你离开正面途径的另一种方式为鼓励你使用力量去帮助一己的家庭或国家，而非整个世界. 从前，曾有实体提供一个伟大的王国给耶稣. 确实，就世俗的观点，许多追随耶稣的人认为他是一位属世的君王. 他们希望耶稣可以从罗马人手中拿回圣地(Holy Land).

耶稣实体可能曾受到相当的诱惑去带领他的同胞通往自由. 不过，他以某种方式知晓，并陈述他的王国不属于这个世界. 所以，他继续走在这条路上，双脚布满了灰尘，提供他的各种寓言，教导人们真正的王国— 人类的心.

我们已经谈论过关于善与恶之间的交战，它盛行于早期第四密度的内在次元平面. 我们不否认存在着这样的战争. 正面极性的实体满怀着光荣、荣誉，和服务太一

无限造物者的希望，他们向前为光之阵营战斗.

需要大量的[你们称为的]时间，我们会称为经验，他们才会清楚地看见这场战争不是必要的，没有需要去捍卫什么东西，爱是答案. 最终，他们放下刀剑，欢喜地向前行.

在每一个寻求者的人生中，的确将有许多个分岔口，许多做道德选择的机会. 接受它们如同礼物，怀着一颗饱满的心并请求指引，我们相信你将发现自己完全能够维持健全完好，持续在服务他人的途径上进展.

此时，容我们问是否有另一个问题？我们是 Q'uo 群体.

J: G 谈论关于黑暗(darkness)这个字，它适用于那些服务自我的实体；它也用来形容未知的事物. 请问，服务自我的黑暗和未知的黑暗有何不同?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 这是个有趣的问题，一个文字游戏在同时间思考未知的黑暗与负面极性的黑暗. 的确，在一般大众的内在有个偏见会将负面意涵添加给未知的事物. 因为你们容易恐惧那不被知晓的东西.

无论如何，整个灵性旅程的光谱发生在黑暗与月光之中. 从而，根据你们的定义，所有良善的，所有邪恶的东西都存在于黑暗之中. 黑暗毋宁是缺乏光，未知事物看起来是黑暗的 因为它尚未被熟悉感点亮；反之，负面性和邪恶似乎是黑暗的 因为他们全然地表达拒绝让光照耀.

负面的思维模式为紧闭门窗，不让光进来. 因为光无法被控制，唯有在光缺席的

情况下，才有可能控制. 所有就邪恶的意义而言，所谓的黑暗是刻意关闭那些不符合渴望的情境或结果的状态. 这种人为选择的黑暗和未知的黑暗是不同的，因为前者积极地选择关闭放射的、包容的、悲悯之光.

然而，只因为某个实体选择否认光，并不意味光不存在. 结果是，服务自我途径是一条沈浸在幻象与谎言之中的途径. 因为唯有藉由否认真理之光 该黑暗方能盛行. 到最后，该黑暗绝不会战胜，因为它无法扑灭光. 最终，光必能照亮每一个存在的角落，光取得优势为无可避免的最后结局.

服务自我途径正在延迟那无可避免的、必须拥抱光的时刻; 反之，服务他人途径和那个时刻合作，并加速前往光的步伐.

我们是 Q'uo 群体，在我们离开这个器皿之前，是否有最后的询问?

D: 是的，我有一个关于爱/光的简短问题. 当一个存有传送爱/光给另一个存有，爱/光只会透过双手传送 或 它可以透过该存有的意愿和集中意志传送?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 实际上，透过一个意志的行动传送爱要比透过双手传送爱远为常见; 后者只有在一个医者工作另一个实体之际发生. 两者都是完全有可能，且同样有效.

无论如何，我们要评论你使用的字眼 “意志”，因为并不需要过度担忧或去投射、推挤、意愿 爱/光从你那儿到达另一个人身上. 事实上，你无须做任何事. 你单纯地设定意图，奉献祈祷，然后自行让开 不要挡路. 因为爱/光从你那儿流出，而是流过你，它来自太一无限造物者. 为了这个原因，当你奉献爱/光时 绝对无需

担忧，因为那是造物主之光，它不是侵略性或执意强求的光. 它前往任何有需要的地方; 如果你传送光的对象不想要它，那么它将温和地围绕对方 但不会进入他的灵光场. 因为造物主之光无限地尊重自由意志.

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

D: 好极了，感谢你们.

我们感谢你，我的弟兄. 我们发现这个圈子内的能量衰微; 我们遗憾地准备离开你们的工作圈. 我们感谢你们存有之美，以及你们寻求真理的勇气. 我们感谢你们深入地挖掘和仔细的思考. 我们感谢你们对真理之热爱，以及你们对彼此、对造物主之爱.

当你展开每一天的生活，寻求将表面上无聊和平淡的生活转变为伟大的冒险[它真实的本质]，我们愿提供你们每一种支持和鼓励. 从灵性寻求者的立足点观看，他使用神秘和迷乱的罩纱幻象去成为一个更为信实、更真实、更纯正的个人，这样一个人恒常更多地知晓自我，恒常更有能力去服务太一无限造物者[他如此想望的目标].

在任何时点，只要你想要我们参与你的冥想，你只要呼唤我们，我们将与你同在，提供一个载波帮助你稳定自己的冥想振动. 单纯地在心里请求我们，我们就与你同在，不会开口讲话，只是支持 你的寻求 和 钟爱你.

再次感谢你们提供机会让我们分享这些粗陋的想法. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则. 在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们，一如我们找到你们.

Adonai，我的朋友. Adonai vasu borragus.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1123 章集：爱与光早期资料#22

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org 周一冥想

1974 年 3 月 11 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很荣幸再一次与你们同在. 可以和那些寻求的人同在总是个很大的荣幸.

地球人对于他的生命只有很少的理解; 一个人的生命并非他以为的那样. 在你们星球上，只有很少人对于生命有任何的理解.

地球人关心的生命侷限于他清醒的时刻，处于目前的物质界的人生. 他的计划、渴望、活动都受到他对于这个极为有限的经验局部主宰.

为了聪明地制定计划，一个人必须获得关于未来目标的信息. 大多数的地球人完全没有这类信息，因为他们并未寻求它.

我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们觉察生命的幅距远大于地球人；我们觉察无限的长度. 为了这个原因，我们的计划、目标、活动都和这个星球上的实体有很大的不同.

生命是极度简单的，理解生命需要一个极度简单的方法.

目前，地球人尝试以极度复杂的方式去靠近他认为的生命；他制作无数的计划和推论，基于那些如此受限的观察.

在你们的星球上，有些人稍微觉察一些原则，影响一个人的真实无限状态的原则；同时他们觉察有必要为了突破侷限状态制定计划.

我们在此尝试去帮助那些寻求更大觉察的人们，我们尝试带来一个简单的教导，允许你们可以自己决定是否寻求对真理的更大觉察.

在此时，我将尽我最大的能力把我们对生命的理解转译为你们的语言.
生命由两种原料构成，一种是意识，另一种是光.

朋友们，意识即是爱，而光是它的物理显化. 你们在物理宇宙中能够经验的所有东西都是由一种成分构成，该成分即是光，这是我们在你们的语言中能找到最接近的字汇了；光是我们造物主的基本建造积木.

起初，造物主表达一个渴望，这个渴望在一种意识状态中表达，以你们的语言来形容，就是爱. 然后，造物主透过爱表达渴望，造成光的创生；然后这光形成无

限个配置，在这无限宇宙中生产所有要被经验的形态. 接着，透过爱之意识的表达，塑造所有这些形态. 为了这个原因，我们每次通讯的开头是: “在祂的爱与光中”，这一句就包含了一切万有: 创造的意识，基本结构— 爱与光.
爱产出各种光的配置，我们称为不同的振动，或者使用这个字: ”频率”，它带有一些描述意义.

那么，爱发生在形形色色的振动或频率中，这些振动或频率是自由意志的结果. 当造物主产出这个起初概念，它包括自由选择的礼物，给予所有祂创造的部分. 于是，每个部分都完全自由地改变起初思维; 在这么做的过程，他们改变起初思维某个部分的振动.

简单分析宇宙中所有受造的形态之后; 每个部分都能够运用自己的意识，透过自由选择的原则去变化或改变起初振动. 因此，宇宙造物持续以无限的变化 自我生成.

透过自由选择，地球人已产生许多的形态，有些形态是起初思维从未预先设想到的. 无论如何，它们是被允许的，由于自由选择的原则.

或许，这就是这个宇宙造物中最重要的原则: 造物主的每个部分能够穿越永恒，为自己选取渴望的东西.

在每个部分实验这份渴望时，有些案例造成些微的问题，他们迷路了，离开那些最有益处的思想和渴望.

我们目前在此要和那些渴望找到返回起初思维的实体通讯，给予他们信息 导引

他们踏上通往起初思维之途径.

我们必须如此这般行动，只引导那些渴望这条途径的实体，于是我们不会违反完全自由选择的重要原则.

如我先前说的，你们每个人，如同这个宇宙造物的所有部份，都有一个特殊的振动或频率. 这个振动或频率是你的存有中最重要的部份，因为它是你的意识中关于起初思维的指标.

当一个人觉察生命的无限意义，他也觉察将一己的振动和起初思维匹配的益处. 这就是我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]现在来到这里的原因，因为我们执行的服务和起初思维调和一致. 然后这服务在我们内在产生一个与起初思维更为和谐的振动.

我们尝试教导正在寻求的地球人，教他们如何在自己里内产出一个与起初思维更为和谐的振动. 如我先前所说，各个老师在你们星球上已示范这个过程许多次了. 你们熟悉的最后一位老师是耶稣.

他尝试以他的活动和思考示范，他的思想与起初思维和谐地共振，和谐程度远超过周遭的人. 所以，他的振动与起初振动调和一致.

为此，他能够运行所谓的奇迹. 无论如何，起初思维的用意是意识的所有部份都应该能够透过思想产生渴望的东西.

耶稣人子渴望，因此创造. 这是由于他生成的振动和起初振动调和一致.

那么，一个人只需要和形成宇宙的起初振动调和一致，他在造物中的行动就如同造物者一般. 耶稣实体已经为你们示范这点.

不幸地，地球人错误诠释这个人的生命意义.

在此时，我们想要指出这个人的真实生命意义. 最初的渴望是: 那些觉察他的思考和活动的人进而追随这样的典范，变得与造物主的思维更佳调和一致.

我们在此带给你们信息，同时在冥想中 以一种非-智力的方式铭印必须的念头，帮助你增加真实存有的振动率，于是它和起初思维调和一致.

我们的教导是简单的，如同耶稣的教导一般. 你们只需要尝试去理解这些教导，深入地理解它们; 唯有透过冥想 你才可能深入地理解.

然后，一旦你理解这些教导，你必须应用它们，在每日的活动中示范，在每日的思考中示范起初思维的概念，那就是爱.

我们曾使用这个字，因为它是你们语言中最接近起初思维的字眼; 然而，这个字和起初思维相比，只是一个微小的模型.

你无法在智力中获得这个起初思维，顶多只有非常小的程度.
必须以你全部的存有去获得，透过冥想的过程.

一旦完成这过程，同时你的活动和思考反应这个思维，你的振动将提高，在这个

时候，你将发现单纯美好的王国.

你们星球表面上的幻象特性比较不一样，为了达成一个目标，它倾向举行一系列复杂和谨慎控制的测试.

但，我的朋友，真理恰好位于相反的方向. 如我们稍早所说，冥想带给你一种非-智力的领悟. 但 从你的冥想站起来以后，对这个世界示范你已学到的真理，这的确是对你的灵魂的一大挑战.

一个人要如何展现绝对的单纯？如果你愿意，想象一座监牢，在地底深处，老旧的金属，许多把生锈的钥匙. 在这座地牢的老旧金属牢房之内，有许多、许多鬼魂；你几乎不能看见它们，不过 它们都被困住了.

我的朋友，你正把自己囚禁起来，冥想使你和自由的真理、无限的真理结盟. 单纯地了解每一个智力思考过程只是一个阴影、一个鬼魂，无法伤害或造成你的痛苦；这样的了解将你自己的鬼魂从地牢中解放出来.

当这些阴影消失之际，你从这个属世的、生锈的心智框架中升起，你或许觉察一种离别的痛苦感觉；因为要让那些困扰你的东西离开是困难的.

不过，我的朋友，一旦 你屹立在阳光中，太阳正在温暖你，接着你能够高举自己抵达无限之恩典，聆听真理之水声，你已经找到一条大道 从冥想通往示现. 有些时候，幻象至为强烈地压迫你，在你渴望灵性成长的同时，你问这其中的真相是什么？我的朋友，问问你自己：“这个问题和我的灵性成长有关吗?” 接着，“该问题是否和协助他人灵性成长的服务有关?” 朋友们，如果答案是”肯定的”，这

个问题就在我刚才描述的地牢区域之中. 的确，只要放手让它走，然后你只需觉察真实的无限造物，就围绕在你周围，于是你在那个片刻已展现灵性成长.

你们的地球，我的朋友，遍布着许许多多的生物，无限的多样性，无限相异的活动之显化. 我们和你们全是一体. 除了合一、爱、服务，再没有其他可能的关系.

现在 我将离开你们. 我是 Hatonn.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1124 章集：亚伦与 Q'uo 对话之五

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 5

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

有心人若渴望阅读 100%纯粹的外星/高灵传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

1991 年三月 3 日

C：我想要知道如何引出我儿子内在的愤怒，与他重建平和的关系。他内在有许多压抑的愤怒，以不适当的行为展现出来。他是一位非常敏感、聪明的小孩。他和任何地方都格格不入。任何待过的地方他都不曾有归属感。连只是在平常世界的简单反应运作，他也始终无法做好调适。他倾向于大量封锁在自己的世界中，他无法协调这二个世界，这个不协调便以肢体型式的愤怒表现出来。

亚伦：对你们全体献上问候与爱，我是亚伦。这的确是一个祝福和一项礼物，今晚被邀请来加入你们，谈论你们衷心关心的事情。在我们往前进展前，我想要确认在计算机嗡嗡的声音之中，大家仍听得到芭芭拉(Barbara)的声音，特别是卡拉(Carla)也听得到。

（暂停）

处理别人的愤怒，用任何方式真正的帮助别人，是一件难题。你爱小孩而且不希望看见他在痛苦中。你们每个人都想要小孩得到很多，然而你们每个人只能为你自己学习。

你不能为他学习。学会分辨这二件事是有帮助的，一是透过你儿子的愤怒自己得到学习，二是因为儿子的愤怒带给你痛苦，而想移走他的愤怒。

这里我将要从你们所知道的事情开始；但是有时候它非常难以去接受，特别是被牵涉到的人是你爱的人。你无法带走另一个人的痛苦。你无法剥夺他们这个痛苦的经验，你也无法知道为什么他们进入如此的经验。只有他们自己灵性的智慧才会知道。你可以创造学习的情境、慈爱的和接纳的环境，这将会让你的小孩内心没有愤怒的部份获得成长。你可以培育他内心没有愤怒的一切，但是只有他可以处理自己的愤怒。我不是故意这么说来让你感到绝望的。还有许多你可以做的。

这里我只是想要指出，试图带走他的愤怒对他而言是一种暴力。你说他一直是非常敏感。在他的智慧中，他已经在生命中创造出特殊的一些情境，使他能有机会处理灵性内最需要被疗愈的部分，包括选择你成为他的父亲。

试着区隔你对他的愤怒的不自在，知道这是一个不是在他身上，而是在你身上需要被完成的工作。简言之，假如他需要愤怒，你能单纯地让他愤怒吗？

你能否到达他从你那里感觉到完全接纳的境界，没有任何他内在的东西是你不能接纳的呢？这比起任何你可以给予他的事物更能帮助他，因为他必然已经在评判自己的愤怒，假如他发现你无法接纳这件事，这将会深化他无法接纳这件事的程度。

你有多接纳自己的愤怒呢？这是另一个你可以教他的方式。这个周末我似乎谈很多这件事。愤怒没有错；愤怒的情绪，没有不好。它只是一种感觉。当你利用这个愤怒当做一个行动的理由，用一个没有技巧性的方法对待他，问题就产生了。

那么你正在创造不和谐和附着的业力。但是，愤怒的情绪仅仅是愤怒的情绪，愤怒本身不是问题，而是你和愤怒的关系。接下来，深入你自己，当愤怒升起时，你是完全地慈爱和接纳它，不需要赶走它或是做任何事情，只是看着它吗？有许多人觉得愤怒必须被抑制或是处理，但是其实有第三种选择，只是观察它：「愤怒来了…我好奇它将会停留多久…它走了…」

这里有一件事情你们全体要学习的是去靠近～并不是去获得而是去靠近～对你自己没有批判和无条件的爱，只要你内在有一个自己感觉无法接纳的事，那么你就可以判断别人也会无法接受。我并不否认愤怒导致你痛苦，或是你儿子的愤怒导致他痛苦。而是他将需要独自处理这种痛苦。所以，你可以给予他最好的礼物是开始更仔细检查你自己的愤怒，而且达到你真正可以接纳你自己的愤怒。然后你可以开始接纳他的愤怒，以至于当他愤怒时，他仍然感觉从你而来的爱。这样，他可以开始让这个愤怒离开，关于愤怒他对自己是诚实的，而且更加清楚地了解

愤怒。

第二个你可以给予的礼物是去培育所有在他内在的美好特质，而且帮助他自己去培育它。有多少他的愤怒或是敏感，使他自觉是异于常人而且没有价值呢？当一方面向他保证不是他的愤怒，也不是他本身是没有价值时，你是否也能同时培育他内在美好的特质，包括你提到的敏感呢?让你自己先去感受你多么珍惜他内在的特质，以便他自己可以开始去珍视它。

另外一个议题必须被检视。为什么一个存有选择转生为人进入一个情境，在那儿他将感到在任何方面是与众不同，在那儿他将变的愤怒呢？为什么他选择控制自己去面对这些催化剂呢？我看来有可能是你们二个人都有自我接纳的议题。有时一个人需要愤怒的催化剂，以挑战自己去更深入检视自己的情感，去发现爱，以及去滋养爱。

有一位名为葛吉夫的灵性老师说了一个故事。在法国，葛吉夫有一个灵性的社区；在这个社区有一位男士，被所有的人极度讨厌，包括他自己。在个人习惯上他是邋遢的，对其他人他是粗鲁的和辱骂的。他没有做份内之事。最后，感觉到周围对他的厌恶，他打包行李离开。葛吉夫追上他并且请求他回来。这男人说"不要！"，在那时葛吉夫提供一笔钱请他回来。社区的人吓坏了。他们说："你怎么可以带他回来呢？"葛吉夫告诉他们："他是作面包的酵母。当你们生活在这里，在一个如此完美和谐的社区，你们如何学习有关怜悯和宽恕呢？没有这个人，你们没有可怜悯的对象，没有可宽恕的对象，你们需要他来帮助你们学习怜悯。"

一个人选择转生为人，进入带着愤怒而活的情境，正是选择这个情境去刺激自

己，可以这么说，是去学习更深层面的宽恕和怜悯。当然，每个人从自己开始，在自我上找到对愤怒的接纳，以至于他就不会批判其他人内在的愤怒，而是可以爱愤怒与存有的所有面向。一个人如何爱另一个人的愤怒呢？他爱的不是愤怒，而是存有本身的灵性，它是纯洁的、神圣的和美丽的。存有不是它的愤怒，也不是它的贪婪或恐惧。然而，你不断地创造这个二元性，你许多的工作就是去超越二元性前进。

关于你的儿子还有一件特别的事情我想要说。请记住每一位存有总是正确地在他必须所在的地方，不管是表面的现象。对有小孩的父母而言，这个观念需要更高层次的信任的。你可以为他开门，但是你不能推他通过这些门。你可以对他的愤怒不做任何事情，而是去爱他和爱你自己。只要你以自身爱的力量创造这个出入口，当他准备好时，他将会穿越它。

在愤怒主题和有关这个儿子的特定问题上，还有非常多可以谈论。我们更喜欢结束这个教导而允许 Q'uo 来谈论，同时聆听你关于这个主题的更多问题。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。我们在太一无限造物主的爱与光问候你们，感谢你们的呼求和亚伦提供我们的意见。请带走每一个人感觉的真理，其余的请放下。

灵性的本质允许灵性寻求的结果应该是一种被简化的、舒适和容易的存在。当一位灵性寻求者渴望促进灵性进化的速率，灵性本质传达的正是允许生活上无法避免的相反结果。这情况是这个真理的一个很好的例子。灵性的觉察通常带来痛苦，因为一个人现在是负责任的，为了幻象催化剂的本质和催化剂的目的有一个扩展性的理解。一个人越加快学习的步伐，越要为创造活在信心中的生活方式而

负责，负责的程度等同于那些启发自己的观念。

如此的概念是万物是一体的灵性真理，每一个人的内在都存有一切可能的态度和偏见的灵性真理。因此，当一个人经验另一个人愤怒，事实上，以灵性成长的语汇而言，他正凝视着自我。一个人的内在仍未被原谅的自我，一旦如镜子般的亲密家人和朋友，以任何型式表现这个特质，就会引起他强烈的感受。这儿子的愤怒变成一面镜子，镜子被无情地、明确地举起面对父母亲的脸。父母若认为孩子和自我有别，就是在欺骗自己，因为透过他人作为催化剂，每个自我都是对另一个自我作出有价值的、正确的反射。

让我们凝视对自我的愤怒，因为这是真正的灵性情境。这位寻求者能允许自己对愤怒的觉察，成熟到能不带任何评断去看着他感受到的愤怒吗？假如所有的实体们潜在拥有所有的特质，当一个似乎是负面特质出现在镜子上，它会令人吃惊吗？你会因为看到另一个自我的行为和痛苦经验时感到太痛苦而必须转身远离镜子吗？

如同亚伦已如此正确地陈述，接受自我的负面特质最好的老师，是将注意力投注在一些你能经历到所有慈爱的、怜悯的、有益的和智慧的本质的时刻，或许是自我对自我的反射中，或是被其他自我对自我的反射中。自我批评的疗愈是以觉察为开始，觉察到镜子不会总是反射负面的东西，或被视为是负面的意识。

理智上很容易说我们每个人是万物；我们包含一切万有。但是大部分的灵性寻求者大量练习环绕旅程和合理化来避免凝视这被知觉为负面特质的反射，由于自我包含所有万物和所有特质，自我必包含负面特质。因此，焦点是在自我的疗愈；这疗愈并非以和自我对峙，或是对自我失望作为起点，疗愈纯粹就是关于自我，

与自我并肩而坐。看着头脑和心里里面的起心动念和念头的解离。看着每件处理的事物去发现，不是如何去改变自我，而是单纯地（如何）在自我内更清楚地认同自我。灵性寻求者一直要到能接受自我如同知觉的自我 即在一个相当多错误的状态，才能在怜悯中凝视所有自我对自我的反射。

"认识你自己"[1]是有信念的生活的主要和基本的训谕。再次地，我们强调当灵性原则的学生迈向与物质融合时，对于活出灵性原则所涉及到物质的责任变得更有挑战。这挑剔的自我观察者带有偏见的不去注意什么是对，而是多去注意缺乏什么，透过这个不快乐的习惯，许多人产生错觉，认为他们是没有价值的，而且无法成为他们想要成为的样子。这并非如此。这路是无止尽的。它偶尔是非常崎岖不平和多石头的。然而这位朝圣者，当他休息时，尽他所能的前行，眼神总是放在这个确切时刻，爬行过破瓦残砾和多石头的道路，这个无限的特殊共鸣，当它贯穿生命河流时，在幻象内被感知如同是线性的。

一直以来，当一个人选择去忆起无限造物主，而且这实体已经从伟大爱的源头去经验到爱，无限就听他的指示。

于是，在治疗自我批判的过程中，父母亲能够以一位已疗愈的和完整的实体去表达自己，因而能从满溢的内心给予所有可能给予的东西，一个完全的和 360 度的自我接纳，体认到在幻象内，自我实际上是被感佑为结合正向和负向的万事万物。当这疗愈完成时，然后这位实体可以单纯地和从他人而来的愤怒并肩而坐，同时看它当作是一个已经完成任务的催化剂。

最后，没有自我感觉的需要去对其他人说明任何特质，因为这个特质在自我之内已经清楚地被理解，而且在自我之内被原谅。在这个接纳和安息中，这个小孩可

以去相信自己可能是悲惨的，然而是有希望的。因为这小孩深深知道父母亲，而且深深知道父母亲对相同负面特质的观点。当父母亲确实建立自我疗愈的觉察，当觉察能够说"正如我所是的自己，在我无法理解但是单单凭着信心的感觉上，正是多么完美的一个方式。"然后怜悯心从发源地流露出来，这发源地是真正的内心，这发源地曾孕育丰盛的爱，而且在丰盛的种子中繁衍自已。因此，在发现平静和自我接纳上，一个人发现他可以接纳另一个自我提供的不平静的镜子。

（当录音带翻面时暂停）
我是 Q'uo。我们继续。当一个人能够完全地接受这个自我，那个人就成为治疗者，他是先治疗自我，而后乐意单纯地当一个催化剂，如同山丘上的光，传送希望之光给那些陷入痛苦困境中的人们。

亲子之间孩子主要是基于单纯的模仿的学习。当父母亲和小孩有着相同类型的缺点时，显而易见每个人都是另一个人的老师。因此，在允许自我疗愈上，依据定义，一个人已经允许整个造物疗愈。

担忧不就是一种恐惧，恐惧心爱的人不快乐？我们问你们，任何实体能为自我或是其他人创造快乐吗？据我们所知，答案是快乐就像一位永远不会久留的访客。它带来它的礼物，它拥抱自我在怀里，它分享喜悦和爱；而且迅速地，或许在自我抓取到快乐的来源之前，情绪的气候变成了阴天，而快乐消失了，或许留下一个因丧失快乐而过度忧伤的自我。

什么样的包袱创造了愤怒？什么是被挑选、被拥有和被珍惜来创造自我的愤怒呢？或许我们会认为愤怒基本上是缺乏对自我完全的接纳。因此，要处理自己的愤怒，得去感知不要努力成为任何事情，不要试图进阶的好处，而是仅仅试着允

许自我全然本质的觉察被自我养育的温柔双臂拥抱。一旦一个人的内在小孩，由于缺乏控制而经常愤怒，那么一个年轻灵魂的企图 ~ 那就是，在这辈子是年轻的 ~ 想要控制环境或是以某种更安全的方式能被接纳，它确实是灵性过程。

除非一个人是仔细的，你们每个人看见自我好像一个坚硬的物体，那就是，一个坚固的存有，它是如此的一个方式。

然而，当下时刻坚持没有存有的坚固，或是存有的特质，也没有正面或负面，而是当下的流动，从当下到当下到当下。看见自己本身在这个过程，这个过程比一个肉身以更大的方式正在进行中，在过程中允许自己觉察自我巨大的延展性和可塑性：造物主和任何人没有被完成。没有一个人是结束的。全部是在过程中。让这过程深入内心以致于自己感觉越来越少的批判；当经验到批判时，接受这个批判同时当成是自我的部分。当全部被清楚地理解时，选择能够更加有技巧地被完成。曾经恐惧的因素被移除，为了被爱的人的痛苦，在没有条件和没有过度关心下，慈爱的心甘愿奉献自己。

此时有没有后续的疑问呢？

C：你和亚伦二人似乎已经预期到我原本会有的更多疑问。我感谢你的话语，而且希望我可以开始处理我自己。感谢你。

Q'uo：我是 Q'uo。我们感谢你，我的弟兄。为了接下来的任何疑问，此时我们将允许通讯转移到亚伦。我们短暂地在爱与光中离开这个器皿。我是 Q'uo。

T：我只有一个简短的问题。大部分被先前的通讯回答完了。我的问题是，在我

的生命中我正在找寻爱，寻找一位能陪伴我、分享生命的爱人。我领悟到我必须接受我自己，关于许多我自己的事情让我愤怒而且无法接受。我领悟到我必须先去接纳自己。我的问题是，当我试图去接纳自己时，在自我之外试图去找到爱，我是不是适得其反呢？

亚伦：我是亚伦。我理解你的问题。内心去追寻它渴望之物从来不会不适当。然而我相信这里的困惑是来自于不确定渴望什么。发现自己讨人喜爱和慈爱的，而且希望和其他自我分享这份爱，是你的一部分。事实上，你尚未去追寻渴望之物说明一个事实，亦即你的灵性有一部份排斥亲密关系。简言之，当你认为你渴望某样东西，然而你控制自己没有追求，你必须问为什么。

这里我看到一些可能性，想要求你去选择对你自己似乎是最合适的，而且抛弃不合适的。一个可能性是，当亲密是被渴望时，同时你本身感到没有价值，而且对其他人害怕亲密地敞开自己，因为害怕这个人会认出这个没有价值感。今早对一位朋友说到这个，每位存有的内在有我所说的 假－如－某人－发－现呢？（间隔）你看你自己是一个爱的存有。你有工作要去做，是的，但仍然是一个爱的存有，一位灵性追寻者，而且是一位美好的和有爱心的人。然而在自我之内还是有如此多的情绪，如此多你无法接纳的力量，每一个你都不能接纳。你们每个人像一座冰山，这座冰山是小部份值得接受的露出表面，许多你还无法接受的被隐藏起来。当你在你的道途上前进，变得成熟、负责任、更高的进化时，你变得更严格对待自己。当有生气、愤怒、贪婪、嫉妒或恐惧时，是一个强烈的"我不应该"；但是你不能维持这个与自我分离。

Q'uo 和我已经谈论有关恐惧和它如何升起，这观念是由新生婴儿经验的恐惧所产生，因为他的需要没有被满足。不论父母亲多么注意，总是有婴儿的需要没有满

足的时候，而它知道本身无法照顾到他们。Q'uo 指出这其中有着惊恐。

那么一个人必须接纳恐惧和其他的情绪，命中注定会以一些方式作为你经验的一部分，接受一个人必会经验到情绪，与接受这些情绪是为教导你而存在。当你转生成一个肉体形式，你同时拥有情绪和肉体，这是超越星光体层面的存有所没有的东西。为了学习，这些是你的工具。在这人类的形式中，这肉体的显化，这个形式和情绪是完整存有的部分。当你是人类时，不可能没有情绪。问题不在情绪，而是你和情绪的关系。你看着这个愤怒，或贪婪，不论它是什么，带着恨意说 "这个不符合我想要看到的自己，或是我想要告知其他人的自我概念，假如某人发现呢？" 我不知道对你而言这个为真的程度，但是对许多人而言，它变成一个强烈因素，让他们远离和其他人的亲密关系，即使他们渴望这个亲密。我建议此事值得探讨。

另一个因素是学习有关分离和合一，这通常进入一个人的模糊状态，关于是否将有一段亲密关系。这么多的存有转生进入地球去经验强烈的分离感。这是一个教导你的礼物。当你感觉分离幻象的痛苦，事实上它变得痛苦到足以使你必须真正探索、学习和研究它。只有到那时你开始关注实相，这实相是你没有而且从来没有被分离。分离的感觉是痛苦的；就如同我们刚刚讨论过的那些强烈情绪。

我并非暗示你的学习必须是痛苦的。痛苦不会教导你任何事情。假如卡拉愿原谅一个不好的双关语，痛苦是一种脖子痛(a pain in the neck，令人很讨厌的事)。然而痛苦在尖叫着 "注意!"

注意在教导你。当你学会没有痛苦的注意时，你比较不需要痛苦去学习。当你能够注意到脱离的方式，而且超越增加分离感的痛苦和愤怒的城墙时，找出接纳和

原谅那个创造分离幻象的自己，接下来你将不再需要这个幻象。

还有一件事我想要再多说。你似乎经常地听到你内在的二个声音。一个是从内心发出的爱的声音，和一个我们会称为是头脑或是理性的声音，通常是一个恐惧的声音。你的内心有一个声音要求你去信任你自己和信任其他人，允许你自己敞开内心，珍惜内在美丽的自我如同一朵花苞，带它进入你爱的光辉中。然而有一个恐惧的声音，它说"嗯，我还得改进我自己。或许对这一段关系我还没准备好。"你有看到这里的借口吗？你能看到逃避吗？不论你多么进化，自己总有改进之处。你从不会完成，而总是在一个过程。你在等待完美吗？你能开始看到恐惧的声音建议你等待吗？而且开始带着些许的怜悯询问你自己"我在恐惧什么？什么是恐惧？"不是去分析地追踪它是从孩童时期的这个或那个事件成长，而是开始去看到在它背后所有的愤怒和缺乏自我接纳，而且带着爱和怜悯心去关心吗？对你自己拥有怜悯心是如此地困难。假如别人告诉你有关你的故事，你们每个人将会以伟大的爱回应。但是对自己，你只会转成批评和耻辱。关键不在于在别人对你有兴趣，以及在和你有一段关系之前，你必须变得更惹人喜欢。关键也不在于你需要变得更惹人喜欢，有足以奉献给他人之物，以致于奉献你自己似乎是对的。相反地，关键是你必须足够地爱你自己和信任自己。

了解到当你敞开和信任时，可能会痛苦。有时，信任将不会得到相同程度的爱和信任。开始带每件事情进入你的生命，当作是一个学习的经验，理解孤独和寂寞正在教导你一些事情，敞开你自己和允许你自己会受到伤害正在教导你某些事情。找到和其他人一段深层和爱的关系将会教导你某些事情。什么是你必须去学习的呢？放开当前感受到的幻象限制的边缘，并且出击穿越浩瀚意识的海洋，是如此的困难，放开水浅的岸边和安全的海滩，进入较深的海域，并不知道前往那里。当然，一个人通常感觉像那些早期的探险家，怀疑假如是世界是平的，假如

他们将从边缘掉下去。由于它深植在一个人的无意识心智之中，这个故事吸引许多人。放开边缘，带着信心和勇气前进，相信一个人总是必须到该到之处，相信给予的下一项学习，不论是寂寞或是爱，恰恰是他所需要的，这是多么困难！假如一个人能够去接受所给予的爱，而且超越一点恐惧前进，不是完全免除恐惧，而是容许它消散，因为它不再被需要，那么他将发现爱的世界展现眼前。

关于我所说的我感觉你有特定的问题，但我现在想让 Q'uo 发言；在我的兄弟/姐妹所说的内容中，假如有些问题没有被回答，我们将很乐意再回到它们。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。继续这个想法，我们将注意力带回到一个基本的观念，就是关于第三密度转生经验本质和目的。先前这个器皿从你们神圣的著作中吟唱着一句"因为他像一个精炼者的火苗"[2]。在这个拓荒者密度，并不期望所有自我的熔渣和矿渣将要被精炼。宁愿是被期望在这未知的黑暗中，仅仅藉由信心，一个人可以理解转生经验是一个过程，首先选择自我希望被纯化的方式，什么本质是它希望去闻到；然后建立如何去爱的这个根本选择，对非常痛苦的净化或是精炼过程敞开自己本身（对自我这过程是不想去改变的）。这个器皿通常唱一首祈祷辞，它是"锻鍊我的灵魂，噢，主啊！保持它常在火苗中。使我和火焰合一。让我分享这个达到的渴望。由汝自己掌握它，噢，我的主，让我转向更直更高。锻鍊我的灵魂，噢，主啊。锻鍊我的灵魂，噢，主啊…"[3]

在你自己之上的密度，就是以你从第三密度学校教室毕业为起点的精炼过程之密度。在第三密度中，高我，也就是造物者，在评估和分级，容我们说，使用这曲线，如同这个器皿的称呼。没有完全完美的可能性。因此，一个人仅仅希望在一个相对的方法上越来越达到一个衷心的奉献，在一个有意识的态度上开始精炼的

过程，在这厚重的未知黑暗中，不仅仅是对刺激做反应，而是宁可选择在盲目的信心下活出一个生命，并且彻底执行第一个对他人服务的选择，这真的在自我之爱中开始，包含着每一种可能的热爱和热情。

当自我察觉到自我时，总是有许多可以去宽恕。我们建议每位实体可以有助益地看到所有自我的渣滓，不当作是丢脸的，而当作是必然的 ~ 使用 Ram Dass 的说法，给磨坊使用的粗麦芽粉。 因此，一个人可以避免恐惧自己的恐惧，对自己的愤怒生气，批判自己没有技巧性的评断，以致于这个过程可以被仁慈地看见，这个自我可以看见自我藉由选择投入熔炉之中。然而，我们会建议仁慈和慈悲是自我觉察的一部份，以至于一个人能进入精炼之火，而不会对年幼的人做出暴力行为。当做出如何服务无限造物主的最初选择时，内在诞生珍贵的灵性自我。服务他人的选择不是一个结论；它是一个净化过程的基础或是开始，这将会持续一段很长很长的时间，如你能理解的时间。

关于情绪我们将以一个评论总结。实体们高估智力，一个人似乎只有拥有智力去分析情况。就严格的分析和线性思考观点，确实是如此。然而，藉由依赖分析的能力，注意力被吸引远离自我真正的智力，智慧的真正位置，这是纯净情绪的仁慈位置。这不是你的缺乏自我接纳，它是一个缺乏自我接纳，是一个你现在深入、经验并且使用的一个特质。它不是你个人独有的。它是一个被你和（被）许多人感受的情绪。在情绪中一个人从不孤单，因为情绪像地底下的水道奔驰着，有它们自己的时间及季节，汩汩地流出清澈的泉水。想要挖洞去敲击汲取这个地底或是灵性精炼的潜意识水源的人，需要温柔地进行，小心地深入，以致于一个人宁可恳请或请求横亘在精炼情绪的水源上头的土壤远离，这是自我深层智慧的一部分。荣耀每个情绪。注视它如同你注视着一颗宝石、一个催化剂。你可以看它是不完美的，但是它是你的真理。当你转动这个有缺点的催化剂时，你可以看

见虽然不规则的折射光，然而这个折射充满美丽和颜色。因此，荣耀情绪因其真正传达的智慧，一个人能够承担自我揭示的痛苦，这是有意识进入一个安全和温柔的精炼之火的精要，这火苗不会燃烧殆尽，你仍然需要这个火苗。

此时我想允许团体的能量回到亚伦。在爱与光中我们短暂地离开这个器皿。我是Q'uo。

亚伦：我是亚伦，对于你们的问题，我和 Q'uo 分享这个回应的过程带着爱和喜悦。我代表我们二人，当我说去聆听彼此、你们的想法和更完整地研究这些问题时，这增加我们很好的理解。我们绝不可能谈尽有关恐惧或是愤怒的讨论；然而或许今晚所说的已经足够了。有进一步的问题想要询问吗？

提问人： R 想要知道治疗内在小孩的工作已开始，而在发现它之后尚未完成，这在他目前的疾病中是否扮演一个重要的角色。[4]

亚伦：我是亚伦。我被这个问题困扰着，基于自我批评的来处。我们已经和 R 谈过而且发现在他内心的自我有许多的愤怒。他的假设是正确的，然而，要有人协助他理解他内心想使用这个假设的欲望，只是让他更加责备自己；它将会变成只是另一个愤怒的对象，另一个愤怒的来源。你能看见这是如何轻易地被扭曲吗？对他自己真实是必须的。然而，假如我亲自对他说，我反而会强调必须的治疗，更加慈悲地对自我开放。与其将注意力集中在没被完成的部份，我宁愿将注意力放在可能完成的部份。这个回答足够吗？或是你想要我谈论它呢？
（提问人指出这就够了。）
有进一步的问题吗？

M：我的问题有关痛苦和围绕着痛苦的各种情绪，如同一个信差。在注视痛苦时我已经学习一种技术就是和痛苦温柔地共处，不要抗拒。我想知道您是否可以详尽阐述一个人如何学习更加柔软。我想这就够了。

亚伦：我是亚伦。我理解你的问题。如同你知道的，这个技术非常有价值。去看得更深为什么这技术管用是有帮助的。软化围绕的痛苦代表什么意义呢？我会建议在痛苦和受苦之间研究不同的价值。痛苦只是痛苦。这不意味它是愉悦的，而是一个人可以处理大量的痛苦而没有其造成的受苦。受苦来自你对痛苦的抗拒，而且是非常不一样。我们在此所说的痛苦和受苦包括肉体和情绪二方面。

当你和事情的本然奋战，希望它离开，痛恨它，你为你自己制造了受苦，因为你无法控制发生在你生命的事件。你已经无数次看到这个。你是快乐的而且每件事情是美好的，而突然间它天翻地覆。你和所爱的人在灿烂的阳光下野餐，而天气开始倾盆大雨。你讨厌下雨！你正在一条有优美风景的美丽羊肠小道上步行，而且你的脚开始摩擦起水泡。你如何能避免痛苦呢？

之前 Q'uo 谈论到快乐。当它来临和离开时，一个人可以达到快乐更深的层面。什么是快乐？它不是来自于在一场野餐上的阳光，或是免于一趟步行中的一个水泡。它来自于内在，知道不论发生什么是都是好的。这里我会建议平静这个名词～一个深层的接纳空间，在那儿让控制的需求离去，在那儿不讨厌现况，也不紧抓着不是现况的东西。这不意味着一个人不付出能量试着去让事情变得更好。而是喜欢某事是一个特定方式，朝着喜好努力，和需要它是这个方式之间，有一个不同之处。当你需要它是这个方式时，那么你为你自己创造了受苦，然后看待受苦如同抗拒什么，甚至到达痛恨它的程度。我想要你们全体和我做一个实验。我建议卡拉不要做。伸出一只手臂，当我说话时只要撑着它。我要进行其他事情

而让手臂变得沉重，让你去感觉一些痛苦。

在你所谓肉体不舒服感觉的痛苦和你内心讨厌这个痛苦之间，我要你开始去关注这个不同之处，痛苦希望你放下手臂，说着"受够了！"~挣扎使它远离。当你开始去感觉这个挣扎，不论它是伴随肉体的痛苦，伴随一个情绪的痛苦，伴随在你生活中带来强烈的不舒服的任何事情，当你看见对这个不舒服的厌恶感，你需要去软化周围的那份恐惧。首先，你注意这厌恶感，想要现况是不同的，对现况的痛恨，而你让自己为无法成为的现况而悲伤。以它最简单的说法，在野餐的那一天你醒来而看见倾盆大雨。你蹂脚指头而觉得痛，知道因为这个痛苦你无法继续走路，这使你的生活将好几个星期不舒适。然后你进入愤怒和批评的状态。最后，特别是你们在灵性上进展较多的人，你说"我不应该批评；我不应该愤怒"，这只会增加受苦程度。

现在我相信你们大部分的手臂正感觉到足够沉重，继续这个实验。你能开始区辨肉体的不舒服和源自不喜欢这个不舒服的受苦，允许你自己有不舒服的权力吗？实验这个一会儿，当你需要时，放下你的手臂。

关于这里我们正谈论二件不同的事情。软化周围的痛苦意指对痛苦的抗拒松开。当你如此做时，你不再受苦；然而它只是痛苦，没有其他，以这方式是较容易去承担。第二，当你注意这受苦时，开始以较多的爱对待你自己。荣耀并尊敬痛苦会给你很大的自由度不再恨它。

还有许多其他的技术可以用来软化周围的痛苦。在此，视觉化是一个很大的帮助，特别是当谈论到肉体的痛苦时。单纯地想着这个存有，他的存在意味着对一个人的爱。也许是耶稣或是任何你选择的存有。确实地视觉化这个存有，他送出

爱和光到身体痛苦的部位，不是去减轻这痛苦，或许，因为这可能不在它的权限，也或许减轻痛苦并非灵魂想望的状态，因为痛苦的存在是原因的，而是轻触对抗这痛苦的内心，恐惧之处会说"这痛苦永不会结束吗？"，因为在痛苦中有许多的恐惧。

另外一件有帮助的事情是保持在当下，因为如此多痛苦的恐惧，不是无法忍受在当下，而是恐惧痛苦将继续，直到下一刻、再下一刻、再下一刻。当你开始回到当下时，你可以带着较不强烈要摆脱它的需求，单纯地经验痛苦。什么是痛苦？当你回到当下时，你可以开始研究它。你将会看到它不是如它第一次感觉的是坚固的。它来了又离去；它到处移动。有时它似乎达到高?，然后松开一点，然后它再回来。它不是你必须去进行一场战斗的坚固物体。你可以对它付出多少慈爱呢？

最后，我想建议一个方法，藉由一个人想象痛苦聚集的身体部位的阻塞。假如你愿意，想象你内在的能量是流动的，穿越你受阻塞的点。有些人已经发现一个有帮助的想象，看见他们自己躺在溪流的河床上…一个炽热的艳阳天，感觉水的冰凉和清澈；它正激烈地流动，一条奔腾的溪流。你的头逆流地躺下，让水流进穿越顶轮，并不强迫水流通过任何的阻碍，那将会是对自我的一种暴力，而是允许温柔的水以慈爱的清凉碰触这阻碍，提醒自我阻碍的地方，以致于自我可以温柔地允许它溶解，一点都没有感觉到粗暴，只有水的慈爱压力，这水压假以时日甚至能冲蚀最大的巨石。每次允许这相同慈爱的存在温柔地去碰触这个阻碍，每一次去掉一个含沙的小颗粒，直到这能量流再度恢复。当身体的部位有些损害时或是一个重复肉体的疾病时，这想象的持续使用或许有帮助。

从如此的视觉化所衍生出来，是对能量体那里被阻塞有更清楚的理解。当你经验

一个慢性疾病，它将会帮助你去理解为什么在那个区域是阻塞。这是因为你知道在身体内，你有特定脆弱的点；当有肉体的伤害或是损失时，它似乎是集结，对某人是在头部，对另一个人是在胃部，对第三个人是在背部等等。这些不是因为意外，而是来自细胞对过去业力的记忆。一个人不需要去知道一生的全部经验，就能一瞥得知那里有伤害，身体某一区域受到暴力，以及有一个地方在撑着或收缩着，需要你的爱和原谅去溶解。我相信 Q'uo 对这个题目有更多想说的，宁愿分享答案而不是我自己试着全部回答，这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，因为我们感觉这资料的数量足够让那些现在坐着的人的内心和头脑投入其中，这应该是亚伦和我们最后的回应。

在离去时，我们将提供给每个人不是创新的或是新的观念，而是在这特殊时刻似乎是有帮助的事。我们藉由说明每个实体远大于它理解本身所是的做为开场白，然而这逻辑过程的残酷刻版本质创造一个情境，在那过程头脑如此经常地忙于其中，在那里身体实际上是心智的创造物。但是这身体，在它刻板的聆听心智中，尽可能刻板地展现他自己对催化剂的反应，这催化剂尚未被心智所使用，因此在身体内以一种非常教条的和基本教义的方式展现，假如一个人说到灵性方面，这些阻塞和困难的遭遇被头脑当作是刺激物。

因此，我们要求每个人再次地觉察，如我们在最近这几次的集会中所谈论到，确实有二颗心和二个头脑。心智的头脑是浅的，但处理这幻象相当有帮助。第二个头脑是这个心或是情绪自我，那里存在深层的知识，深层的智慧和真正的觉知。同样地，这颗心是智慧的心，而且会给予任何事情和每件事情改善或是减轻痛苦，不论是自我觉察的痛苦，或是来到面前寻求建议的人所觉察的痛苦。

他这第一颗心总是在它的智慧中努力去变得更有智慧，在它的情绪和智慧中更加精炼。第二颗心则需要在软化自我中与 "不要抵抗邪恶" [5]中被工作。不论是男性或是女性，这个心可被想象是一个子宫，它是完整的、柔软的而且孕育着无限的丰盛。

每一次一个人经验到肉体载具任何部位的紧绷，最好温柔的、缓慢的移动，沿着头脑和心的这棵树而下达这个完整的内心，它给予一个完整状态而不削弱自己本身。感觉这紧张在全部身体上，但是特别是在这个子宫－心脏，而且实际上以这方式腹部是紧绷的。甚至可以按压在腹部上去感觉紧绷的程度，并且探索这个当作是一个肉体的感觉。然后可以引导自己呼吸更深，在慈悲和慈爱中呼吸，让坚硬的腹部变柔软，真正的柔软。你将发现只要注意力从腹部、子宫的柔软中移开，腹部开始再次地紧绷。当面临痛苦的催化剂时，整个身体充份采取防卫的反应，藉由紧绷对抗危险。因此，它是非常、非常有治疗性的，以耐心不断地从事放松身体，心智的创造物，这个无止尽的工作，特别是让呼吸流动进入子宫－心脏，带来它的温柔和疗愈来消除紧绷，深层、自发性的呼气呼出所有的紧绷，不要试图去做比平常更深的呼吸，而仅仅是吸入视觉化的爱、滋养的光，和能提供自我放松的宽阔感。

在疾病所造成的痛苦案例，有许多层的紧张和紧绷。因此，一次或定期地做练习是不够的，而是宁可尊敬自我，藉由支付自我应得的注意和专注的报酬。注意身体紧绷的状态；不论何时它是被觉察的，不论与谁为伍或是在任何环境，让头脑去做它软化的想象，让头脑将软化子宫－心脏的完整视觉化，而且让这完整散发出完整进入身体全部细胞层面的完整。身体对头脑的反馈变成头脑无法创造之物，即仁悲和宽厚的原谅。

愿每个人尊敬自己的努力，越来越多地成为无限太一爱与光的管道，愿每个人感知这位造物主，祂即是爱，之慈悲与仁慈，并让那爱更深层地告知常常感觉不被爱的显意识存有。

你们全是美丽的。你们振动的交会给予我们巨大的美丽喜悦；在分享想法时，我们和你们内心的交集是话语不足以传达的珍贵礼物。所以让造物主的爱透过我们和透过彼此传送，让它在你身上歇息，此刻和?一刻。

我们在无限太一的爱、光和平安中离开你们。我们是你们知悉的 Q'uo 原则。

Adonai. Adonai vasu borragus.

(c)2011 Translated by lady M. & Reviewed by M's friend.

原注

[1]在德菲尔神谕处的铭文，在 Plutarch 道德论中所记载。

[2]圣经玛拉基书 3:2，而文本的低音独唱是从韩德尔的神剧，弥赛亚而来。

[3]在卡拉的童年时期，一首常常在营地唱的赞美诗。书中使用的赞美诗再也找不到了。

[4]为缺席的 R 提出的问题。

[5]圣经，馬太福音 5:39。

☆ 第 1125 章集：服务他人的动力学

Copyright © 2010 L/L Research

First Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 1

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编,可能包含一些扭曲!
是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org
周六冥想
2009 年十月 3 日

Jim: (朗诵 L 的问题) 今晚的问题是关于真正在服务他人和能够感知我们正在服务他人之间的动力关系. L 举了一个例子，有些人在街头上向她乞讨，当时她没有钱可以给. 她不知道如何在没钱的状态下仍是慷慨的. 她考虑给他们一枚戒指，但他们无法拿了戒指 立刻获得他们想要的饮料.

L 感到困扰，觉得自己似乎不怎么慷慨. 我们想要知道这方面的灵性原则，好让我们可以思索和考量完整服务人群的真实渴望; 以及新手上路之后 如何表现得体以服务他人.

(Carla 传讯，她是这次集会的资深管道)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.
今天傍晚，在祂的服务中 我们来到你们这儿; 这次，在我们三个群体中说话的是 Hatonn[忧伤的弟兄姊妹之社团]. 虽然我们的身分总是 Q'uo，偶尔当 Hatonn 主讲时 我们想要注记一下; 因为通常是 Latwii[忧伤的弟兄姊妹之社团]主讲.
此时 我们想要感谢这个寻求圈的呼唤，我们感到至为谦卑和荣幸，受到邀请加入你们，我们欢喜地就服务他人极性的矛盾和奥秘分享我们的想法.

无论如何，首先，一如往常，我们在开始谈论前请求你每个人在聆听或阅读这些话语时，运用辨别力和鉴赏力；好让每个读者选取他要拿走的东西．请单单保留那些使你产生共鸣的思维；抛下其他部分．如此允许我们维持一个绝对不会冒犯自由意志的状态．我们自由地给予这些想法，不预期会有什么结果．我们请求你们不要盲目地收下它们，而是谨慎地选取哪些想法进入你灵性的圣殿．我们感谢你们的这份考量．

今天傍晚，你们询问关于练习服务他人极性的微妙点，你们询问在服务意图[至为真诚和全心全意的]和显化服务质量[好比说慷慨]之间的动力关系．

它是个微妙点的理由如下：在尝试服务他人的过程中，你正尝试在一个充满条件的幻象中去表达无条件的爱．

如果我们现在是对第四或第五密度的寻求者讲话，在意愿服务他人和显化(服务)行动之间就不会存在任何距离．

在较高密度中，能够看见你自己和他人之间的能量转移之样式，这能力非常方便，也是个很大的好处．不过由于服务他人变得很容易，在较高密度中，服务他人带给一个实体的极化程度不及第三密度环境那般明显．

在这里 你只能朦胧地看见服务意图的微细处，可以听见他人请求你提供服务．不过，你无法看入那些请求者的心和灵性意图．你无法知道别人请求的服务是不是他的真诚渴望．你仅能凭借信心去工作，认识自己，同时以某个方式给出自己，提供真实的服务给另一个人．

或许 所见即所得; 或许 该请求是纯正的、衷心的、透明的. 无论如何，一个请求也可能来自一个不认识、不接纳自我的实体，于是他并不觉察自己真正的灵性渴望.

因此水池变得混浊，几乎不可能看见目标. 好比古老的哲学谜题: 一根意图之箭直线射出，到达距离目标的中间点之后，接着前进剩下距离的一半，然后再前进剩下距离的一半，依此类推; 最后这根箭不断接近目标 但或许永远无法击中它.

所以，不管你多么勤奋地设定服务的意图，总是有一种没有命中目标的感觉.
此时 我们转移通讯到 S 实体那儿. 我们是你们知悉的 Q'uo 群体.

(S 传讯)
我是 Q'uo，我和这个器皿同在. 我们曾经指出: 第三密度的经验受到罩纱效应的制约. 我们现在建议: 罩纱对于请求服务者和提供服务者都是一个影响因素.
我们确切地感觉在座的所有成员都寻求服务他人. 不过，当一个人寻求精炼服务他人的途径，他将一次又一次地返回面对自我，确实如此. 一次又一次地，一个人寻求在意图上达成相当程度的一丝不苟，好让他可以更清晰、更有效、更诚挚地提供服务. 简单地说，一个人寻求在服务他人方面变得更好.

现在，这个成为更好的状态是一个寻求者强烈渴求的质量，他对自己说: “我寻求成为一个更好的仆人. 我寻求变得更好.” 看起来，这个寻求努力的弹道的目标是自己; 一个人想要尽力使自己成为他想要成为的. 这是个表面上的矛盾，也就是说，一个人计划服务他人，在该计划中使自己成为敏锐有效的仆人，却创造出大量的境遇 有可能导致最可怕的困惑.

当一个人感觉自己展现最大限度的慷慨，这样的姿态却被丢回来砸自己的脸，他很容易迷失方向. 承受拒绝的螫刺之后，该寻求者发现必须完全退回到自己身上，同时质疑接受者的价值和自己的意图的价值; 他迷失在复杂难解的谜题当中，没有定锚的感觉，甚至无法拟订适当的切入点去分析问题，进而清晰地看入问题.

罩纱是如此地有效，不只他人的渴望和意图被无法穿透的神秘笼罩，在大多数情况，连自己的渴望和意图亦是如此.

甚至一个人想要服务的最清楚的渴望都可能和其他影响性的质量包裹在一起，于是走到一个相当不同的方向— 表达自己的需求、自己的渴求结构、自己的虚弱感或失败感.

一个人很少会想到，当献出一个慷慨的姿态时，他其实在要求接受者的恩典，期望接受者在收下这份礼物之后可以光照该姿态背后的真实意图.

一个人很少觉察到，当他似乎倾向一边地尝试去服务另一个人，自己在这种处境下是如此容易受伤.

在许多这类令人困惑的情况中，只有很少的选项，除了站起来，找个地方充电[比喻性的说法]; 然后重新再试一次，再次尽可能地投资最纯粹、最清晰的意图，虽然了解在每一次的新尝试中，都可能带来新的晦暗之源头，新的困难之源头.
我在第三密度的弟兄姊妹啊，重点不是去知道什么，而是在不知道的情况中去爱.
重点不是成功，而是一次又一次地尝试; 充分地了解没有什么精准的成功量尺.

你有的只是一颗敞开的心，以及最真诚的努力，让周围的人在灵里接受你的服务；于是你成为一个灵感的来源和他人的镜子.

此时 我们转移通讯到 L 实体那儿. 我们是 Q'uo 群体.

(L 传讯)
我们是 Q'uo 群体. 一个光之仆人尝试有所服务，这允许该仆人发现关于自己的事情；当太阳穿越窗户时 允许他遇见窗户上的肮脏指印；而你需要去关照每一个肮脏的指印. 唯有当你把自己放在光中，渴望让光穿越你，那些污点、指印、尘垢方能被辨识；当一个人想要有所服务，这是给予自我的礼物，从而满全稍早谈到的矛盾.

我们可以把窗户上的每一个指印称为恐惧，它是爱的反面. 当这个器皿，也是发问者，准备选择将她的戒指给予那位乞丐或无家可归的人，她发现自己内在的恐惧处所：当某个其他自我靠近她，看入她的眼睛，要求她不觉得有权给予的东西，恐惧同时升起.[1]

当她的意图变得愿意给出手上的戒指，恐惧就解除了. 在恐惧解除之后，爱的连结就产生了，因为她能够看入每个路过的人的眼睛，知晓当任何一个路人向她要求什么东西，她能够提供服务.

当恐惧不存在于两个自我之间，光就在造物者和造物者之间流动. 能量更自由地在脉轮系统中流动，特别是黄色和橙色，这两个脉轮处理你和社会的互动，你和其他自我的互动关系.

在给出自我拥有的东西之际，一个人给出自我，允许那些阻塞被释放，因为在造物者和造物者之间不再有阻塞.

虽然慷慨的行动并未藉由给予这枚戒指执行，渴望给予和提供服务帮助这个寻求者发现一个阻塞并释放它；那才是唯一必须的目标；给予的行动和创造爱的礼物相比，前者显得无关紧要.

这个器皿的老师和星际联邦群体说：在所有处境中寻找爱. 在工作自我这门微妙的艺术中，同样有益的是寻找恐惧. 你为何恐惧？为什么爱似乎缺席了？哪些疗法可以使自我解除恐惧，消除通往爱的障碍？

社会对于服务自有一套规范，一个社会看待某些事物为服务，某些事物不算服务，有些事物比其他事物算是更大的服务. 在这个团体中，许多寻求者尽其所能安排家庭生活，好从事他们认为的服务，假定他们已经做的事不算是服务，他们需要腾出空间好从事服务. 他们尽力应付家庭生活，好释放时间去"执行服务".

考量这点：当你试图成为最高、最棒的自己之际，不管你早已做了什么，你已经在人生的每一刻有所服务.

走到你们的卫浴设备，把肠子清空，这就是服务，因为如果你不那么做，你不会成为一个有效的寻求者. 你需要水和养分维持这个身体，你需要睡觉，你需要社交时间、玩耍时间. 这些不是为了成全服务，这些事情也是服务.

一个人可以考量，与其寻求去执行服务，毋宁感激早已完成的服务. 你可以说：

“感谢你，地球妈妈，给予我这碗饭滋养这个身体，好让我有能量和耐心成为一个流露爱的伴侣或母亲或父亲或朋友.”

你也可以说: “感谢这一夜好眠，使我在早晨起来时焕然一新，成为最高和最棒的自己.” 单单这个渴望即是一个伟大的服务.

我们对你建议，付出行动去服务或你们社会认为的服务，它的重要性并不大. 因为一个人工作自己，一个人总是在工作自己. 当一个人工作其内在自我，外在的状况会照顾它自己. 我们建议这个团体，少放一些能量去担忧怎样执行你认为的服务作为，而把这些能量放入感谢之中，感谢你早已在执行的服务.

你们社会公认某些人为模范的光之仆人: 莫汉达斯[2]，耶稣实体，和马丁[3]实体. 他们尽量地给出自己，甚至到了给出性命的地步.

在你们星球上，过去有许多人戴着一种手鍊，上面铭刻着: “WWJD*”，提醒他们问自己 “耶稣在这个情况中会怎么做?”
(*译注: What would Jesus do?之缩写)

这些人没有问自己: “我该怎么做?” “什么事情才算是服务?”
他们只是去服务.

这怎么可能呢? 一个人如何知道什么是对的服务? 我们对你说，那是一个没技巧的问题. 有技巧的问题是: (如何)发现爱，服务将会跟随.

当一个人的心如同上述三个仆人那般敞开，就不会再问什么才是服务.

服务就在那儿；心会领路，信实的仆人跟随. 接着爱显现，光闪耀通过.

当你问什么才是服务，你正在移除信心，你正在使用智力去取代信心；你没有运转爱，只是尝试去模仿爱. 爱无法透过意志或逻辑去栽培.

毋宁，当寻求者继续地寻求，允许爱自然地累积和滋长，持续地感谢，持续地、恒常地将自己指向光.

以这种方式，爱自然地升起并充满你的心，接着头脑放掉它的评判，将它自己转向信心，于是提供真正的服务. 这过程并不容易.

一个人无法藉由练习这个或那个技巧来达成，爱依祂的意志决定何时到来；先决条件是该实体怀着耐心和奉献精神持续进行光之仆人的任务.

此时 我们转移通讯到 Carla 实体那儿. 我们是你们认识的 Q'uo 群体.

(Carla 传讯)
我们是 Q'uo 群体，再次和这个器皿同在. 再一次，我们在爱与光中向各位致意.

亲爱的弟兄姊妹，向内凝视，注视造物者. 凝视另一个人的双眼，注视造物者. 凝视树木、天空、水域、吹佛的风，注视造物者.

在第三密度中，就灵性的说法，你们人类在一系列的能量支出过程中经验此生. 这些能量的支出必须极化好增进灵性力量和做功.

以极化的方式做功，你可以正面地极化，带着服务他人的意图去支出能量，同时交换能量.

你也可以负面地极化，设定意图去操控他人以符合自己的渴望，这也是一种能量交换.

此时 我们说话的每个对象都想要正面地交换能量: 意图看见造物者; 荣耀、尊重、喜爱每一个你遇见的造物者，和每一个造物者合一. 服务他人的精华是一种根本的领悟: 一切万物皆为一. 在服务另一个人当中 你正在服务太一无限造物者. 结果是，服务他人，剥离了外在的内容，即是造物者和造物者的相会，没有分离、没有回避、没有恐惧、没有距离. 当你凝视另一个人的双眼，不管该实体对你要求什么，都觉察你们之间没有距离 只有爱在爱中反射，你发挥最大的能力去服务那位其他-自我.

你可能没有钱，你可能没有时间. 你可能只有这一刻服务其他实体，同时交换能量. 然而 当你无惧地注视他的双眼，钟爱他，允许无限造物者的爱涌流穿越你，彷彿你就是一面染色玻璃窗，让爱照亮你的能量支出; 那么你已满足此刻的极性工作.

我们感谢 L 实体提出这个询问，此时 请问在场各位是否有任何其他的询问? 我们是 Q'uo 群体.

L: 我有个问题，事实上是为卡拉(Carla)而问. 卡拉最近一直在工作这本书*; 你曾劝告卡拉到外面写这本书. 目前卡拉已经历某些问题. 可否请你澄清在”外面工作”的真正意义，或者你有任何额外的评论.

(*译注: Living the Law of One- 102，尚未出版)

我们是 Q'uo 群体，我们觉察你的询问. 我们相信卡拉实体以一种正面和创意的方式收到我们的建议. 我们觉察该实体要求自己比她的自然状态更不舒服一些. 当这个器皿要求我们给予忠告，询问她如何可以写出关于受苦和情感的最佳书籍; 于是我们给予该器皿这个建议，让她处于暂时受苦的状态，为了使她可以接触到平常不会经验的人类状态.

我们相信这个器皿理解到这类的策略有其极限，同时我们并未给予指令使该器皿成为殉道者. 自然地，如果有可能导致该器皿之肉体载具永久伤害，我们会立刻鼓励该器皿不要搬出屋外到天然环境中工作. 然而，我们仍然肯定这个策略，虽然有些人工做作，比起其他不是发自肺腑的策略 却是一个十分有效的方法，协助该器皿接触她想要传达的内容.

在这次冥想之前，这个器皿曾说 当关于情感的初期写作完成 令该器皿满意之后[做为创作艺术家，她并不轻易满足]，就没有理由再继续这种策略. 所以，这个建议有其天然的限制.

我们对卡拉实体担保，我们的建议已确实表达出我们的意思. 我们愿意为这个观察附加一点: 我们赞许该器皿的坚持精神，实际去练习她从信赖的来源听到的建议. 许多人要求我们给予建议，只有很少人信实地、有条理地、不屈不挠地实践这些建议.

此时 容我们接受最后一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

L: 我想知道当一个人和其他人交谈时 不透露特定的灵性练习，这背后有何形而上的目标? 我的意思是，这个人不跟其他人讨论因为如此多少会限制他人的灵性效力. 请就此评论.

我们是 Q'uo 群体. 我们相信已理解你的询问，我的姊妹. 如果没有 请在我们结束发言后再次发问.

在任何寻求者的里内都但愿可以全时间成为透明的，充分诚实的，充分地透露自己做的所有事情. 无论如何，我们观察到这类的实体一般而言 并不关切服务他人，而是关切个人神话的倾泻. 该能量并非“我如何可以服务你们?”而是—“我如何揭露自我并且使我自己感觉良好?”

对于真正想要服务他人的实体，有些自然边界是显明的，一边是充分做自己、心满意足的自我; 另一边是需要他人理解和接受的自我.

一个想望服务他人的实体不会聚焦在显露自我上面，而是聚焦于支持、鼓励、尊重其他-自我. 获得他人的理解、接受、安慰等变得不重要. 唯一重要的是去接纳、钟爱、安慰另一个人.

以这个方式，并不是该实体在诋毁自己，或寻求不诚实; 毋宁是 该实体将注意力拉离自我，把注意力对焦到其他自我，于是该服务他人的实体可以专注倾听，无须将自我带入方程式中.

如果自我没有被带入方程式，那么随着自然过程的推进，那些对自我真实的东西，又不会成为他人绊脚石，将分享给他人.

而那些对自我是真实的，但构成他人的绊脚石，就不会分享出去. 两种方式都在爱当中完成.

我可否进一步回答你，我的姊妹？我们是 Q'uo 群体.

L: 我想你理解我的问题，但我不认为自己理解你的答案. 你是不是说对另一个人揭露你特殊的练习，就形而上而言，对自我不会有什么伤害，但可能成为另一个自我的绊脚石，因为你把自己的偏好加诸在他人身上？或等同于显露自己的小我，接着说“我是多么伟大啊”？

我们相信已理解你的困惑，我的姊妹. 当你感觉另一个人能够无扭曲地掌握你的灵性练习的内涵，充分地分享该练习是相当令人满意、充满爱的举动.

无论如何，许多已有灵性练习的实体获得大量的力量. 在简单讨论灵性练习的背后蕴含可观额度的力量，这股力量通常和询问者的基本设定并不一致. 结果是，充分地讨论你的练习不会带来帮助，甚至无法让对方理解.

在这些情况中，当你觉察自我和他人之间欠缺一致性，我们建议你逐步执行自我和他人之间的能量交换；同时你限制这场讨论在对方可以理解，不会成为艰难挑战，的范围内.

再者，就根本的能量角度来说，当你们两者之间欠缺一致性，也就是说其中一方在比较大的安培数(amperage)中运转，另一方的安培数较小；请前者缜密地思考，使用适当的安培数聚焦在其他自我上头，找到各种方式去支持和鼓励对方询

问灵性练习的过程; 找到你和他之间的共同元素，从而给予对方充足力道的能量，同时对方感到舒适和有益.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

L: 这次我理解的程度好多了. 我确实没有任何进一步的询问. Q'uo，感谢你们.

我们也感谢你，我的姊妹. 和你们全体相处是多么欢喜啊! 我们感谢 L 实体. 能够参与你们的冥想，同时在你们已创造的华美、神圣的宏伟建筑中 得以成为其中朴素的一部分，这是我们很大的荣幸和喜乐.

你们一起创造的能量圆穹直达天际，真是美极了.

在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们，一如我们找到你们. 而我，Hatonn，感谢这次成为 Q'uo 的声音.

Adonai.

原注

[1] L 是在家带小孩的妈妈，她感觉自己没有权利把丈夫辛苦赚的钱任意赠送.

[2]圣雄甘地(Mahatma Gandhi)，他的名字是莫汉达斯(Mohandas).

[3] 马丁路德-金恩(Martin Luther King，Jr.)

Dedicated to a great man，RFK.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 12 辑

☆ 第 1201 章集：亚伦与 Q'uo 对话之六

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 6

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

有心人若渴望阅读 100%纯粹的外星/高灵传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

1992 年 4 月 9 日

（这个集会之前进行一段时间的调频和冥想）

Q'uo: 我们是你们所知晓的 Q'uo 群体。在太一无限造物主的爱与光中问候及祝福每一个人。假如亚伦和芭芭拉已经充分准备好了，我们可以开始享受这个集会。有机会和你们每个人分享我们的想法，透过芭芭拉和实体们一起工作，我们深深地喜悦。因为我们喜欢让亚伦先开始，此时在这个美丽的寻求圈中，我们乐意表达我们的喜悦，暂时在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。

亚伦：对你们全体献上我的问候与爱。我是亚伦。在这房间内不只有没显现的灵体，更包含所有的灵体，灵性的能量看起来非常美好。芭芭拉内在正充满着高频率振动的喜悦，这个流经她的能量依旧非常明亮。以这种方式和我的兄弟/姐妹 Q'uo 分享这场对话，是极大的喜悦。

上次我们是以更频繁的来回的对话方式做尝试，而不是我们其中一个人长篇大论。假如 Q'uo 和卡拉同意，我想要建议我们不再独白，而是在我们之间做一场更流畅的对谈。这方面的对谈将不会有困难。当 Q'uo 想说话时我将会知道，会短暂地暂停，而当我想说时，Q'uo 也将会知道。

今晚关于问题或是传讯的内容还没有决定，决定方向不是我的专长；但是我想提供和我所谈的内容有关的建议，至少在某种程度上是关于服务的本质，以及人们所产生的误解。这个误解造成在服务上的扭曲，而且引起了恐惧。对于这个建议，听听你们的意见，这里我将先暂停。这就是全部。

（当亚伦的建议被考虑时先暂停。）
你们对于服务的这种观念是不必要的。我感到这件事情和你们全体有关，然而我不希望强加我的观念在你们身上。有没有你们想要探讨完全不同领域的问题呢？

卡拉：为什么我们不利用这个机会，在服务上形成小组问题呢？关于服务，我们最纳闷的是什么呢？ 我最常注意的事情是人们问我，身为有缺点的人类，当他们尚未学会如何爱自己时，如何对其他人服务呢？以至于他们能够怜悯他们自己，因此能够怜悯其他人。

所以，关于服务，我的第一个问题是“如何能够鼓励人们看自己是有价值的人，来对其他人提供服务呢？”

芭芭拉：我理解卡拉的问题。对服务我有另外的不舒服感觉。我认为这大部分是存在相对于做为的问题，但是它似乎更是一个恐惧升起的问题；只要我进入想要服务的想法，我已经从正在服务中的自己分离。我无法真正地解释它。假如你可

以解释它，我想要知道。我不知道如何让这事情过去。

我知道我的问题相当模糊，但是有一种感觉，不是强烈渴望服务，而是紧紧抓住服务反而挡住真正的服务。

你能谈论这个扭曲吗？我如何能通过这种扭曲呢？我们有多少人可以做到呢？

Q'uo：我是 Q'uo，在爱与光中再次问候每个人。

啊，务必在道途上，
忘却行进中的双脚，
失去对尘土的感觉，
闻不到潮湿的热气。
当你跋山涉水时，汗水滴在尘土上，
晨曦中，年轻而且不熟练的朝圣者，
心中惦记着兄弟姐妹，
想到他们在你的背上，
在双脚上，在内心中，失去感觉，
感觉此刻的负担不存在。

这是描述一个人全心全意服务的一个方式，为了去服务，而相信一个人必须背负重担，一个人必须展现重要性和努力。每一步不是一个努力吗？双脚没有灰尘和痛处吗？内心没有充满怜悯、爱和意志的渴望吗？

关于呈现出来的重担，这个迷信是什么呢？关于受苦，这是看得见的吗？这个承

载的负担是每个人所想的服务的本质吗？

让我们回到这一幕，想想每一位实体渴望去服务的心。这颗主动的心是受到行为所认定吗？这颗心是完全消极的，沉睡的和无法行动吗？

或者沉睡和清醒，做梦和行动二种行为，都受到一种无休和永存的意识告知，它仅仅全然地存在。

任何服务的决定开始于意识本身，而不在做梦和行动中。这个意识被渴望之火所净化，渴望锻鍊意识，净化意识困惑、自贬或是自大的情绪，使一个人既没有充满无价值感，也没有被自大所喂养，而仅仅是，如同万物之父；仅仅是，如同万物的滋养者；仅仅且完全是；如同爱的灵性，它是一切万有的本质。

一个人服务是因为具有特定的本质。假如那个本质是不纯净的，那么服务将会不纯净。假如本质没有被规范和被引导，那么服务将会不受到规范和引导。假如意识选择扭曲自己的负面方式，那么它的服务将会展现自己在操控和控制其他人。假如净化的意识已经朝着爱被净化了，没有任何的阻碍或限制，如此一个人的服务将会难以形容。

无论行动是什么，服务的本质将会在存在性之内持续下去，并告知服务。
没有人能够免于服务，不管任何人。

思考这个观点可以开始不去强调想要服务的观念，因为那个渴望是在事实之后。此时我们转移这个能量到亚伦。我们是你们熟知的 Q'uo。

亚伦：这是亚伦。Q'uo 谈到关于无价值感和骄傲。这二者都是小我(ego)的显示。我建议以不同的方式考虑服务的有益之处，不是当作一个被勉强给予的服务，甚至是一个渴望给予的服务，而是一项礼物。

我深深地知道没有一种喜悦比得上服务的喜悦。服务中原有的喜悦部分是自我的空无，这是当一个人为了服务而真正地走出了自己时会达到的境界。

你们如此多的痛苦是来自于一个坚固自我的幻象。没有这个幻象，小我和骄傲不会存在。没有无价值感。没有紧紧抓取不放。

服务确实是你们超越小我的道路，因为当你走在服务的道路上时，你不断地看见幻象的自我如何浮现，当你困在恐惧中时，看见几乎是坚固的小我。

你所看到的是存在事实的一个放大。我们已经详细地谈论过，相信去年当我们在这里时，我们讨论过一些。假如你提供 99%的纯然服务和 1%带有小我不纯净的服务，你觉察到的不是这 99%而是这 1%的比例，对于这个觉察你谴责自己。你如此的健忘，这是一个人类所提供的服务。灵性是无限的，但是人类真的有其限制。因此，关注在由小我所指使的微小比例服务，而不是关注在较大比例的服务—这是由服务上帝的真正向往和感觉自己与全体深层爱的连结所引导的服务，你迷失了方向。

当你进入恐惧的细微扭曲中，你开始觉得自己没有价值；或费尽心力来摆脱恐惧，你变成了骄傲。对于在这个房间内的你们，以你们的服务方式，感觉骄傲的人比无价值感的人少。你们更多人是倾向于无价值感而不是骄傲。当你能够提醒自己，服务的道路是一项礼物时，这礼物是显示小我依旧存在的一面反射镜，镜

子带给你对小我有一个非常不同的观点。

在那时候，尽管偶而浮现恐惧，你能够以怜悯心，转身面对正在尽他所能去服务的这个人，而且利用服务的道路，当作是一个小我升起的连续反射，使得你可以接纳幻象而让幻象瓦解。在这房间内的人，假如你们没有被给予要求自己去服务的这个催化剂，你们将不会有必须去净化自己的强烈刺激。是的，你们在这里去服务其他人；然而这个服务的美好礼物是在它的过程，你认同自我的观点，必须持续地被接纳以达到自我的瓦解和完全瓦解，直到所有分离的幻象被连根拔除。

我想对芭芭拉的问题陈述这个想法。芭芭拉谈到恐惧的升起和渴望服务，紧紧抓住服务而所产生的扭曲。你能理解紧紧抓住服务是无价值感的一种显现吗？
当你知道你仅仅以存在服务时，那么不再需要紧紧抓住服务了。

上个月 K 和我们分享一首非常美丽的诗，当她还是小孩子时，由她的祖母所教的一首诗。我不知道我说的是否完全正确，我回忆这些诗句是：
我是上帝照耀的地方
因为上帝和我是合一，不是二个
上帝要我安居在这里，照我本性
我不需要苦恼，没有想要，没有计划。
如果我只是感到轻松和自在，
祂将透过我实现祂的意志。

这是服务的真正本质：轻松和自在，没有想要，没有计划，只是存在和信任，当你被要求去服务时，你将会在你需要去服务之处。你不需要安排如此多的服务情境，来行使服务。藉由净化你自己的能量，藉由不断地工作你自己，藉由祈祷，

藉由你不断的付出，没有紧紧抓住服务，而且藉由当你说“我需要去服务" “我需要服务，所以我能够感觉自己更好。"这是小我没有价值感的显现，你有深层的觉察。你接纳这些事情的发生。很好，非常好，但是首先要感觉自己很好，然后你想要的所有服务，将会透过你源源不绝的涌现。这真的就是这么简单。

这里我想重要的事情是内心觉察每一次“我需要”念头的升起，在这念头背后是一种无价值感，一种恐惧感。每次恐惧感升起时，第一步是保持正念，深深的觉察。第二步是接纳身为有时会感到恐惧的人类；对恐惧只是一笑置之并且和恐惧对话：“这是再一次的恐惧。恐惧进来，我已经在期待你了。”。给你自己一个拥抱，尽你所能的方式，不只是对其他人，而是对自己转换成慈爱的、敬仰上帝的、扩展爱的能量的行动。随着接纳微小的恐惧，它将不会成长为扭曲的形式。

你不必赶走恐惧。你只要认出它在那里。例如，恐惧不会妨碍你的清晰传讯，而是你和恐惧的关系妨碍传讯。假如你想以任何方式去服务其他人～在厨房提供食物服务，在无家可归的收容所工作，谘商别人或者任何你可以选择的服务方式～不需要根除恐惧，而是认出恐惧，怜悯有时感到恐惧的这个人，这种方式会改变你和恐惧的关系。

直到你改变你自己和恐惧的关系，否则你无法明确地服务其他人，因为你总是会大量地处在他或她的恐惧评断中，以及处在恐惧在其他方面所产生的扭曲中。只要你内心不与恐惧为友，总是会有“他服务”和“他是被服务"的观念。

当你可以和恐惧为友，因此对待恐惧和其他人身上所有恐惧的扭曲现象如朋友时，你移除了自我和其他人的分离。然后将不会再有“仆人”和“被服务"的观念。这二者都是仆人而且都是被服务的人。

当你提供食物服务他人时，你想这不是他们在服务你吗？“我是仆人。”这是骄傲的扭曲观念。再次地，这个观念产生了分离感，如此的分离感无法服务任何人。当我提供你食物，而你提供我机会去提供你食物，我为能做这件事感谢你。你是真的送我一个礼物。

此刻，我提供你们想法，能有机会和你们全体说话，以聆听和敞开的内心专注于我的思想中，你们服务了我，我无法表达心中深深的感激。因为当你们聆听我说话时，使我对净化这些思想更加有责任，因而扩展我和有助于我成长。

所以，我请求你们在脑海中移除被服务和服务的二元性，并且仔细看看恐惧升起所伴随不舒服的感觉，更加清楚地看看恐惧的本质是什么。真正去理解恐惧不会在你的服务上创造扭曲，而是你和恐惧的关系创造了那个扭曲。

我感觉 Q'uo 在这点上想要谈论。我还想说更多，但是我更喜欢交给我的兄弟/姐妹来评论，让我们来回的进行对话。这就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo 群体。再次在爱与光中问候每一个人，并且为短暂的暂停道歉，我们和我们的朋友亚伦正在协商。

我们希望每个人已经听到关于渴望的这些话语，因为被净化的渴望是不带有恐惧的特征，是没有分离也不会创造分离。记得这位智慧的实体说过的二件事情：服务的道路是一项礼物。服务的道路是一个反射。

让我们从一个稍微不同的观点；从一系列稍微不同的意见看看这些论述。这些论

述值得一次次地仔细思量。

服务的道路是一项礼物。什么是道路呢？是你所走的这条道路呢？或者是这道路就是你呢？你是这道路和礼物吗？你是经由你的本质服务和被服务吗？因为假如你属于爱，假如你拥有觉察自身的意识，这难道不是你所能胜任的唯一没有扭曲的交易吗？给予和接受伟大的慈爱服务。

你能想象自己是完美的、永恒的、完整且完美，然而是转变的一个礼物吗？这自我当作是一个动词？只有那些看自我不只是在圣地上，而是他们就是圣地的人，才能够从称为“他"，“她"；“它"的名词转变成为及物动词～连接爱与爱的动词；动词在主词和受词间如同催化剂，因为动词知道主词和受词是合一。假如主词是自我，而受词是其他自我，那么主词是爱/受词是爱。

一个是这道路的人和一个知道自己是神圣的人，明瞭自我和其他自我以及一切万有存在于爱的土地上；爱对爱说话，服务和被服务，爱与被爱。当扭曲被释放时，当恐惧变得较不需要时；当这个过程逐渐发生时，自我变成了道路、礼物，而那个仆人最终是透明的以爱的流动穿越自我，不再从自我发起，流向自我而不再停留，因为爱的流动如同无止尽的海洋。

服务的道路是一个反射。这是一体二面的叙述，以致于一个人可以理解一个被服务的人，如同是一个服务的人。我们不会反覆讨论这个观点，只是希望每个人仔细思考。你对其他人是一个反射，如同其他人对你反射你自己。我的朋友，你对其他人将反射出什么呢？你的镜子透明吗？你是爱吗？你可以让爱流经你，而且让你对其他人展现的影像反射出清晰、透明和闪耀着真理之光吗？这道光是超越你，但只能够流过你。

我们请求你们仔细考虑第二种叙述，当作是第一种叙述的必然结果，因为这个观点确实加深和增加理解以及撷取到了自我是爱的仆人的本质；因此，当被服务时是在服务、在服务时是被服务。

此时我们将再一次地移动到熟知的亚伦和芭芭拉，我们愉快地聆听、学习和享受亚伦的观点。

一如往常，我们请求每一个人明瞭我们提供的观点。我们没有超越你们的权威。要知道我们是你们的朋友，或许是你们的老师，而不是那些要求你放弃任何辨识能力的人。因为你们知道什么是真理。假如你们不是透过这些方法聆听，我们请求你放下，而且没有第二个想法继续前进，因为我们将不会成为你面前的一颗绊脚石。

我们离开这个器皿，我们是 Q'uo 群体。

亚伦：我们发现和我的 Q'uo 兄弟/姐妹以这方式分享是很大的喜悦。我想要看看在服务上的一个扭曲观念，而这是芭芭拉和卡拉俩人与生俱来的问题。在你们人类形式中，非常容易丧失你们正在做什么的想法。对人类而言这是自然的，人类并不完美也不期待成为完美。这里我不是要纵容不成熟的选择，而只是请求你们，对有时不明智的这个人，拥有怜悯心。

有时，你们许多人对于服务的意义有执着的观念，小我执着于服务的类型或是其他类型，你们忘得如此快，如 Q'uo 刚刚已解释，
服务是存在的一种类型而不是做事。当你完全让你自己成为澄澈透明，让光和纯

净的能量穿越你～同时进入你体内和流出你体外，给予能量和接受能量～然后你就是服务。你并非正在服务，你就是服务。

当芭芭拉叙述她的问题时，她的脑海中有一种扭曲。让我举例说明。在星期三晚上，她有一场传讯集会。她的家人在下午五点半到家。他们饿了。他们有事情要告诉她与她分享。她觉得必须要让他们吃饱而且清理厨房，随后去坐下来冥想为传讯集会作准备。

事实上，她几乎从未对他们发怒，而是有时她感到没有耐心，虽然她没有表现出没有耐心。她有一种希望他们晚餐吃快一点的感觉，希望赶快洗好碗盘，等等。假如她进入冥想中，而她的小儿子走进来和她分享作业，她看着表并且觉察出内心的想法："半小时后一屋子的人将出现在这里，而且我需要冥想。带着你的功课滚出这里！"

现在，她并没有说出内心的想法。她让儿子坐在腿上而且看着他，但是她正感受到那个没耐心。然后她对自己感到生气，心中喃喃自语："我正在这里服务谁呢？我是否忽视了我的家人而去服务别人吗？"

当她能够释放她的恐惧时；当她能够感觉对正在恐惧的这个人产生怜悯心时，她已经学会允许那恐惧不要变成坚固，然而，不论她正坐着冥想，或是正在洗盘子，或是抱着坐在她腿上的儿子并且欣赏他的作业，这些变得一点都不重要。这些全部都是冥想，因为在那当下，她洗盘子或是抱小孩时，她是服务；她是爱。什么能比得上抱小孩在腿上而且给他爱是为传讯所做的更好准备呢？但是恐惧的声音扭曲了服务，说道："我必须安静下来做准备"，因为她知道跟随内心的冲动会伤害孩子，于是浮现了自我谴责。

很值得你花时间去检视自己行为表现的方式。没有一位第三密度的人能免于这个历程。不论你是多么的有觉察，它有时会逮住你。

服务的意义是什么呢？一位朋友分享他带领一场大型工作坊的故事，一位女士她整个周末喋喋不休地谈论着她的 8、9 位小孩，一直在讲这些小孩对她的各种要求，直到周末结束前，她大声点说："喔！我想要服务！我能够如何的服务呢？"

在那个团体中，许多人谈论到和无家可归的人、AIDS 患者，或罹患其他疾病的人等等一起工作的经验。而有位男士 S，转身对着那位女士说："你想要服务吗？清晨起床，煎个培根和蛋，服务你的家人吧。"什么是服务呢？

它不是一件行为，而是一种存在，一种态度，一种以爱靠近世界和自己的方法。

此刻，我知道这些是激励人心的话语；实际上做到服务比谈论服务要困难许多。每次你掉入这种陷阱—误认服务是特定种类的行为，并且看见你自己执着于那个行为时，我建议不要苛责地看着已做出不熟练选择的这个人，而是你发现了对这个人的接纳。紧抓着这个或那个特殊方法的服务，其背后的意含是什么呢？你能在这里看见恐惧的层面吗？当你让爱的自我接纳代替恐惧时，然后你就会再次地变成了爱和变成了服务，服务所有的存有们。

我们已详细地谈论关于负面和正面极化，如同服务自我和服务他人。当自我和其他人之间没有扭曲时，然后服务不再发生扭曲。你觉察到当你服务其他人时，你无可避免地服务你自己，因为没有自我或其他人。确实，甚至你认为正在服务自我的一个负面极化存有，毫无如此意图的实体，他真的在服务他人，因为在自我

和其他人之间是没有分别的。

因此，这不同之处与其说是服务的方向，不如说是意图。当有服务自我的意图时，是因为有恐惧、贪婪、需求和紧紧抓取的存在。然而，这个区别变成了是去服务恐惧以及坚固自我的意图—这源于恐惧，相对于服务爱以及深层连结的意图— 这源于爱。

或许这个区别能帮助你澄清移动能量的方向。当你一想到服务自我和服务他人方面时，整个方向变成是扭曲了，因为你们那些带着强烈正面极化认为在服务他人的人，当你们感觉自己接受来自他人的服务时，会发现自己是不舒服的。

因为我听到非常愉快的想法来自我的兄弟/姐妹，此时我想要请求 Q'uo 谈话。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，在爱与光中，透过这个器皿我们再次问候你们。在这个工作上，我们和提供服务的概念奋斗了许久。明显地，在我们观念里，这是一个关于服务本身和服务太一无限造物主更容易误导的语词。因此，让我们看看我们对我们自己说了什么，让我们看看我们觉得造物主可能对自己说什么。

造物主会说“我应该；我需要；我必须；我渴望吗?”，或是造物主会说“我创造而且这是美好的呢？”

在犹太人的神话和文化体系中，以何种最高形式来称呼造物主的名字？ 最高形式不就是“我是”（I Am）或“我是我所是”（ I Am that I Am） 吗？[1]
或许是“我总是在变为的状态”（ I Am always becoming）呢？[2]

在这个整体的寻求圈内，我们对每个人个别地谈话，因为你们每个人拥有一个自己特别且独特的宇宙。它是你的宇宙，你的创造物，而你是共同创造者。没有一个人创造这个宇宙，而是你。它是你的创造物而且是天父的创造物。在内在被创造、了解、和感知的所有创造物中，不论是存有或是存有的反射，都是你的创造物。你的创造物不同于其他的创造物，所有你感觉的身之外物确实是发生在你之内。

我们谈到镜子。然而，你知道吗？事实上你的眼睛所见，耳朵所听和所有获得的信息同时也是幻象吗？你知道吗？在你觉察到思考、感知和理解每一个感官印象之前，透过你的意识思考被过滤的感官印象已经覆上许多评断的罩纱，它们事实上已经是神话和传说。你经验到的幻象深度是无限的。你将不会知道这个幻象之内的任何事物。你可以有我们的允许来停止尝试。[3]
你正在变为。你正在创造。
没有“必须"
没有“应该"
没有“想要"
没有“渴望"

什么是你真正的本质？假如你是太一无限造物主的一个创造物，对于那些感觉造物主是爱的人而言，答案是你是由爱所组成的一个创造物。我们是在一个以你自己为中心的方式对你谈话，虽然在这个团体中你是与全体在一起的一员。你是爱，而且你正在变为，你正在创造。在这个灿烂的光辉、存在性最确切的迹象中安息。

这是你的投胎转世。这是你的存在、意识经验。这是你测试自己本质的机会。当你测试这个本质，内心想着“我需要；我应该；我想要"时，请停止宁可对自己说“我创造"。然后看看是否你认为创造物是美好的！因为你内在的造物主将会说“它是美好的"。不管这个无限深层幻象中所有显现的不完美事物，假如你创造，同时可以说“它是美好的”，那么你就是在寻求和服务的神圣道路上。

此时，有没有任何简短的问题呢？

（没有进一步的问题。）

Q'uo：我是 Q'uo，当我们看此时没有想说的问题时，我们想请亚伦结束这个集会。能有愉悦的机会去分享这个教导、这个服务，表达我们深深的感激，而我的朋友们，藉由能够和你们每个人的希望、祈祷和信心的振动交融，体验最最深刻被服务。你们是多么的美丽！你们坚定且坚持地凝视着真善美，是多么激励人心！

在造物主的爱和光中我们现在离开这个器皿，转移这个能量回到芭芭拉和亚伦身上。此时我们向你们告别。我们是 Q'uo 群体。Adonai

Aaron：这是亚伦。你们那些有志于继续服务的人，我提供一点家庭作业。在夜幕低垂和晨曦来临时，非常仔细地观看你自己。服务不只是做一件大事，另一方面是做微小的事：对另一个人微笑，清洗碗盘或是玻璃，抚摸一只讨爱、可爱的猫。

小心地看你自己。看着内心任何“我应该”念头的浮现。开始辨别“我应该”—透过意

志和决定的第三脉轮展现，和“我是”（“I Am”）—透过敞开内心，爱的展现[4]。你自己愈是能够深深地觉察这些模式，习惯性的模式愈少会控制你。
你是如此习惯于只是做出反应，如此深深地形成你反应的模式，要非常小心去打破这些反应。象是咬指甲、抓痒、拉头发的习惯，或是当一个人紧张时，所能做出的任何行为。为了改变这个模式，一个人必须开始观察神经质的现象。改变从“我应该“的模式进入到开启内心，一个人需要观察分离的升起，分离让一个人从开启的内心回到第三脉轮，而逼使一个人回到“我应该“的方向。

所以，只是观看这个历程，而不要批判。这样的移动没有什么不好。当你对这个历程有更多的觉察时，你的反应更自在 ~ 只是观察，回到了“我应该”，回到了分离状态。对于这个暂时地进入恐惧的人，你经由慈爱的接纳和怜悯心，而回到了让内心再度开启的状态。

我爱你们全体，能有机会做这个分享充满了喜悦。在教导、学习和分享上，我感谢卡拉和 Q'uo 群体让我加入他们。我建议我们以静默一会儿的方式，表达对每个人和上帝让我们聚在一起的喜悦和感激。这就是全部。

原注
[1]圣经，出埃及记 3:14。
[2]JHVH，亚威或耶和华是一个神秘的名字，根据推测是在西乃山上赠予摩西。对这无法发音的名字，Q'uo 认为它的定义是由神学家对 JHVH 所做的一些翻译。
[3]Q'uo 比喻地且轻松愉快地使用“我们的允许”表达。
[4]亚伦提到脉轮或能量体的光芒。在我们的一生中，这个身体贯穿肉体。中国人称这个身体是电气体。针灸是根据这个身体的工作。脉轮是能量集中的点，从脊椎的底部到头顶运转。有七道光芒是彩虹的颜色。从红色到紫色。红色是第一道

光芒，和生存及性有关。橙色光芒和个人关系有关。黄色光芒和个人对团体的关系有关，例如你的家庭和工作环境。绿色光芒是心轮，而且和无条件的爱有关。蓝色光芒是沟通和接纳的脉轮。靛蓝色光芒是在觉察上工作的脉轮。紫色光芒是在整体能量上的一项报告，传达结果的一种类型。
亚伦认为一个人先在黄色光芒中从运用意志和“应该"，进而移动到在绿色光芒中运用爱。

(c)2011 Translated & reviewed by Lady M.

☆ 第 1202 章集：亚伦与 Q'uo 对话之七

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 7

Copyright © 2006 L/L Research

1992 年 4 月 10 日
（这个集会之前进行一段时间的调频和冥想）

亚伦：对你们全体献上我的问候与爱。我是亚伦。我想要从昨晚停止的地方继续开始，邀请你们以更新的方式去思考服务。服务是爱的一个表现。昨晚我们谈论关于成为服务，而不是做事服务，这些做事的方式会创造自我和其他人，服务者和被服务者的扭曲。成为服务仅仅是敞开你自己并且摆脱每一个二元性的观念。

我发现非常有趣的事情是你们那些渴望去服务的人，如此辛苦的紧紧抓住先天属于你们的东西。并不是你必须工作来达到服务。服务对你们而言是自然的。当你们不是 “成为服务”时，就有了扭曲。你的能量被扭曲导致某种分离的误解。

因此，这理想不是去渴求服务，而只要注意纯净的“成为服务”被恐惧阻塞之处。

昨晚我有谈论到意图，谈论到摆脱服务自我和服务其他人的限制性观念～这相当令人迷惑，因为服务其他人是服务自我，反之亦然～ 接着开始清楚地看到，服务其他人是源于一个爱的观点，而服务自我是源于恐惧的观点。[1]

当你们开始看到意图而给予爱，或是对恐惧做出反应，允许恐惧去导引你们的选择，然后就可以摆脱服务自我或是其他自我的观念，朝向纯粹的“成为服务”经验或是对恐惧反应的纯粹经验。

一旦你们离开观念而进入经验中，带着强烈正面极性的你们，将会发现“成为恐惧”的经验本身是一个充分的检查。只要允许内在升起的实相经验，你们内在的某个部分停止了，并且集中注意力，说道：“不，这不是我选择去经验能量的方式。”然后允许自己，同时去觉察恐惧以及不对恐惧做出反应，使得“成为爱”和透过爱的存在表达的服务能够显化它自己。

请记住，这里最重要的观点是在爱中成为服务，所展现的服务对你才会是自然的。当你做到这点，你并没有做任何事情；你没有创造任何事情。你只是表达你的真实本质。当那个本质以与流过你的外在正向能量充分和谐共振，你的服务能量被扩大了。霎时间，你毋需问“我要如何做最好的服务呢？”不论服务是什么，你只是选择就在你脚上的道路，不论它们是什么。

我曾在圣诞节期间分享一个人的故事，他的名字是你们所知悉的耶稣。在那个时代，我说过我和这个存有是团体的一份子。这个存有以他的服务闻名。我想要用这个故事举例说明服务的真正意义。我们来到他的追随者所在的地方，他们盛大

欢迎他并且准备一顿餐宴～以他们的标准是精心制作的一餐；以你们的标准是简单的一餐。他们给出了最好的食物。

这是一座贫穷的村庄。有一些瞧不起和害怕他的人，他们也是这村庄的一份子，但是不在一起用餐的团体中。首先他被给予了一碗食物。当他坐在那儿，手中拿着碗准备开始吃时，他看到孩童们坐在我们圆圈的外缘。村中的一位长者起身赶走孩童们。他对耶稣说“这个小孩是某人的儿子，而某人鄙视你的教诲。”接着对孩子说：“滚出这里！走吧！”

那一位小孩逗留徘徊着。他是一位约莫 9、10 岁的小男孩，消瘦的身躯而且身上有脓疮。这位被知晓为耶稣的存有只是起身并且走向这位男孩。男孩感到害怕，因为他被告知要离开，而这里有位陌生人正走向他。耶稣温柔地告诉他“不要害怕，我将不会伤害你。你想要食物吗？”他给了男孩那碗食物。当这位男孩在享用食物时，他要求衣服和水，并且清洗小男孩的脓疮。然后他非常直接地回到他的位子上，拿了另外一碗食物。

这里没有长篇大论提到服务。没有任何的话语，象是“你应该爱你的敌人。”没有口语的教导。他单纯地服务。他是服务。他是爱。他给出的服务，不是给全世界，而给当时需要被喂养的一个孩子，喂养他和清洗他的脓疮。就只是这样。在我许多、许多次的转世中，我所接受的服务教导没有一个像那故事深深地触动我。

接下来，想想看服务、成为服务相对于服务其他人的真正意义是什么？当你进入寻求服务其他人时，开始认出这是一个扭曲。看到你的服务使他们成为一个被服务的人；使你分离和不平等。请理解这是对他人的一种暴力。

这是你真正选择的课程吗？你如何学习去表达成为服务，而在方法上不会产生分离呢？在这方面我们将进一步谈论。照惯例，我想要将麦克风传给 Q'uo。这就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。我们在太一无限造物主的爱与光中问候你们。
亚伦问到："你希望在自我和其他自我，服务和被服务之间产生分裂吗？"如同一位刚开始服务的仆人，每一个人会说："是的，我必须有某人需要我的服务，所以我可以成为一位仆人。"

表面上，这个理由似乎一点都不虚假。我们自己经常感谢有机会去服务你们，只是指出你们允许我们服务，是你们对我们的服务。经由这一连串的理由，服务似乎是一个无止尽的循环。然而，一个渴望去服务的人如何迈入这个循环同时成为无限的、上升的、旋转向上的光与爱的部分，所有的服务全部在爱中而且是为了爱的缘故?

许多寻求者感到罪恶，因为他们必须花时间自己的意识内工作。也有许多的寻求者骄傲地宣称配偶、家人和所有生活的世俗面，和内在启蒙中的自我工作相比，都得排第二。

不论个人是为了净化花费时间而感到罪咎，或感到自大、精英而花时间去净化一个污浊的世界[就他们的假设]，依旧，每一位灵性老师都建议和鼓励学生花费时间去工作内在自我。

此刻，在进行意识内工作的过程，一个人为自己花费的时间算是服务自我或服务

他人？

在一位学生准备开始寻求如何去服务的旅程之前，当这里产生服务的想法时，你或许可以看到这个问题本身倾向于分裂。当下的想法是“我需要做这个工作。我是自私的吗？我应该花这个时间吗？我对别人有什么好处呢？”当然，骄傲的人专注于这个内在过程，而忽略了向外凝视的怜悯心。

亚伦老师所说的耶稣的故事，展现出一位实体对他自己内在的爱已然觉醒的状态。这个实体已经完成意识内的工作。他的人格已经过锻鍊。情绪已经净化，行为反应没有傲慢的谦卑或傲慢的自大，而且（反应）似乎是自然的。

在我们观念里，对于一个毕生服务众生的实体来说，他把时间视为最珍贵的钱币或金钱，谨慎地花费它，在一生有限的时间中，总是规划一部分来工作自己的内在意识。

此时，你毫无保留的爱你自己吗？你如何能够知道呢？ 请检视你过去一个小时的想法。你紧张吗？你烦躁吗？你没有耐心吗？你有任何负面的情绪吗？我们谈论的不只是一个人内在的对话，同时也包括你对其他人行为的心理反应，因为这些反应是你的素材，藉由其他自我所提供的镜子反射给你。

你想到的东西和其他人有关时，你同时想到它和自我有关，假如那是批评，那么请将批评转回到自己身上，在自我之内分析根本的原因。今天的内在意识工作素材就是：紧张、烦燥、没耐心、生气、愤怒、失望。

做个预约，让它们全体去看内在的医生。分析和检查这些反应。让它们深入自我发现它们的根和家。然后以你的怜悯心、爱以及自我经由自我所赎回的宽恕，连

结那个家。

你觉得无限太一会保留每个人的分数，拥有井然有序的帐本而且无法宽恕他人吗？
我们不相信你会如此认为，否则你不会试图去服务。因此，我们请求你以相同的热情、强度及敬意去做这个工作，如同你为其他自我所做的工作。因为工作自我和工作其他自我都是
代表无限太一进行的工作，祂的名字是爱。

致力于提高自己的意识即是礼敬无限造物主。扩展爱的存在性和意识去感知其他自我，是为了成为清晰和透明的扩展，在显化上，经由这个过程，造物主的双手可以真正地触及其他人灵。在心智内，单纯地不去分别这二项活动，而是二者并存，如同钱币的一体二面。那个钱币就是服务。

此时，我们想将这个寻求圈的能量转回给亚伦。在爱与光中，我们离开这个器皿。我们是你们熟知的 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。还有另外一种分裂的状态与我想要谈的误解。你认为那些带爱给其他人的人，就是服务其他人的人。那些“是服务”的人，特质是温柔、耐心和宽宏大量。你认为那些以某些方式引起其他人痛苦的人；那些侵犯其他人的人是贪婪或自大，就是没有服务其他人的人。我想要进一步探讨这个议题。

你们大部分的人已经听我说过，我们全都是光的存有，甚至是那些显现出很少光的人；甚至是那些非常负面极化的人，以及在自我的意识层面，肯定他们的渴望是去服务负面性的人。在某个层面上，甚至是那些倚靠他人的恐惧和痛苦壮大的

实体，全都是光的仆人。最好跨越二元性—善与恶有着鲜明对比；爱的仆人对比抗拒爱的人。

你们有些人已经听我说过关于一位灵性老师葛吉夫的简短故事，在他的社区有一位非常令人讨厌的男人。他没有做好份内的事。他对其他人说话粗鲁。他自大和骄傲。他的身体甚至闻起来是恶臭的，而他没有照顾他的身体。没有人希望他的存在。社区内的其他人是在彼此伟大的协议中，除了这一位令人讨厌的人，每件事情都平顺的运转。

他厌倦了人们对待他的方式，有一天他打包行李而离开了。葛吉夫追赶着他而且要求他回来。当然这个男人拒绝了。然而葛吉夫付薪水请他回来。社区的人们对这个举动吓坏了，对葛吉夫说："你怎么可以付薪水让他回来呢？我们最好摆脱他。"

葛吉夫说"他是面包发酵的酵母。没有了怜悯心的催化剂，你如何学习怜悯心呢？没有了毫无批判的催化剂，你如何学习毫无批判呢？"

就算，这些是负向极化的实体们。这些是恐惧和其他痛苦中成长的人们。这些是困在深深误解中的存有们，然而，甚至于他们的负面极化和误解是一个服务。没有如此的催化剂你如何学习呢？

当你开始理解如此的误解和负面性是服务光的另一种方式时，就会开始以不同的视野看待如此的个体。虽然对某些人而言，服务光是确切的事，但是对于他们大部分的人而言，服务光不是他们的意图。意图是服务光的人，没有人会愿意对其他人用引起伤害和痛苦来达到服务。所以这并非他们的意图；然而，他们给你在

学习上需要的催化剂，他们真的服务了光。

当你可以开始欣然接受这种人时，超越你对他们的批判，对他们敞开心房，对他们的误解所引起的痛苦，感谢他们以这种方式给你需要的催化剂。然后，在恐惧和负面情绪自内心升起时的时刻，你可以为你自己做相同的事情。我已经谈论过反面的观点，达到没有自我批判，是学习没有批判其他人的方式。我仅是提供钱币相反面向的观点。

当你在服务他人时，观看恐惧或是任何负面形式的浮现，假如你可以提醒自己，如同我刚才分享的故事，接纳内在的恐惧，当作是一个催化剂，藉由你清楚的观察它，藉由你的觉察和接纳，催化剂会从黑暗被转化到光明，然后，你会发现甚至是内在所谓的负面情绪，都可以引发纯净的行为、言语和思想。恐惧变成怜悯心的催化剂。憎恨和憎恨背后的恐惧，可以清楚的理解它们的本质：它们不是你内在的部份，而是发生的特殊情况所导致恐惧的反应。知晓你内在的恐惧，恐惧变成净化能量的一条道路，使你面对正在恐惧的人，面对这方面的反应，你会变得比以前更加慈爱、清晰和纯净。

如此做需要深深的觉察，持续觉察连结和分离、恐惧和爱穿越你；注意每一个升起的反应；开始切割这个反应成为细微的部份，看看你的反应并非突然间变成害怕；你的反应并非突然间变成忌妒；这是你被旧有的心智模式制约的过程。任何时候你选择以觉察和爱来面对，你就可以打破旧有的模式而做出新模式的选择。

选择、责任是服务的关键。在恐惧反应下行动的人，行动会呈现出我们所说的服务自己，而且带着伤害他人的意图，这个人不仅否定他的责任以及做选择的能力，同时也害怕责任和选择。

经验深层恐惧，看着恐惧模式升起的人，接着做出爱的选择时，就摆脱了制约模式，因此能够做出熟练的选择。你愈是看见内在没有批判，愈是觉察出你可以拥有选择的时刻：“这里我能够以制约的心智和恐惧的旧有模式行动。”或是“这里我能够以觉察的模式来行动，在制约的心智逼迫我时，选择对这个逼迫说不，达到信任和迈入一个新的方向。”

此刻，我想以这个想法做一个非常真正、实际的运用。你们全部都是渴望服务的存有们。你们全都是渴望对全体给予爱和不伤害全体的存有们，然而，你们不断发现内在旧有制约的心智模式导致了恐惧、自我怨恨、否定、贪婪、忌妒和愤怒的升起。

每一个不舒服情绪的浮现是一个礼物，虽然这种情绪有可能伤害其他人；它是一个去观察你内在旧有模式的机会，而且也是一个练习的机会。这需要你一遍一遍又一遍的练习。这就是为什么你被给予一遍一遍又一遍的机会。当你和内在的这些模式工作时，知道某些反应是被别人的负面能量所引起，它给你去超越负面及正面二元化的一个机会，甚至是开始看到在别人身上负面能量以及你内在负面能量的礼物，当作是一个学习的催化剂；而内心进入更深层没有批判，怜悯和爱中。

这是身为人类的奇妙之处。你们在这里有这个情绪体是有原因的。甚至你们不必摆脱负面情绪，反而是利用它当作是转变的过程，藉此，憎恨和恐惧变成爱的催化剂，贪婪变成慷慨的催化剂，等等。当你真正理解时，你的内在将不会有如此多的负面恐惧。当你与恐惧和平共处时，你可以真正回答 Q'uo 的问题：「是

的，在过去一小时中，我发现没有不喜欢自己，我真正的爱我自己，如同我的朋友卡拉喜欢说的，包容所有的缺点。」
我想要传麦克风给 Q'uo，这里我的兄弟/姐妹是否要增加任何的问题，假如没有，我们想知道是否有特殊的问题我们可以回答。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo 在爱与光中再次问候每个人。对于服务其他人与第三密度课程的这个测验，我们附带的说明是一个简单的建议，这是这个器皿第一次从 R 实体那儿所听到，总结为二句话，：飞得更高！飞得更高！

亚伦和我们已经在移除二元性的观念做冗长的讨论，这是仔细的、小心的和微妙的的工作，以此来平衡负面与正面的印象和观念。对这种仔细、分析的方法当作是一个平衡，我们认为经验的观念如同是一个球体，一颗球。这个器皿称这种球是“麻烦的气泡"。当一颗麻烦的气泡飞向你时，输掉这场比赛的方法是抓住它并且随着重量掉落下来。赢得这场比赛的方法是在喜悦、赞美、感恩中飞跃它。当这颗气泡和喜悦、赞美和感恩之海相遇时，它只会发出砰的一声爆裂。
总是会有另一颗麻烦气泡，另一个等待解决的难题，另一处在道路上隆起的地面。以热情和喜悦飞跃他们。如果这是另一个自我，一个明显惹人厌的家伙，请立即成为那个实体，并且像那个实体般，经验所有它的忧伤。然而，像那个实体般，在祈祷和感恩中，为喜悦而飞跃。你并未违反自由意志，因为你正在玩一场游戏；但是在这场游戏中，你让你的心智成为你恐惧的事物，接着在喜悦中感恩和祈祷。

飞的更高吧！当一个人成为这个器皿所说，以及如同我们信任你们将很快成为“丰满的豆荚"（生气蓬勃）时，这是最佳的完成作品。而不是像多云的、浅蓝灰色的

天空，使你感到无言和沉思。然而，对于无止尽重复的分析，理解和接纳的经验，这个技巧带来一种愉悦和充满活力的转变。从当下经验到当下接纳，纯然的信心是盲目的一跃。当纯然的信心确实地在你的能力范围之内时，唯有选择这个选项。

我们感觉能量减弱了，因此将离开你们。容我们和亚伦一起说你们的陪伴是如何的令人感到愉快，我们的能量和你们的能量融合在一起是何等的兴奋，因为我们全体时时刻刻进入无止尽和永恒的爱中。

感谢你们让我们分享观念，一如以往，提醒每个人我们不是终极的权威。在太一无限造物主爱与光的祝福与平静中，我们离开你们。Adonai。我们是你们所熟知的 Q'uo 原则。

亚伦：我只想要做一个简短的评论，因为我问是否有问题时，而 Q'uo 做最后的陈述时，在芭芭拉内在的某处传来一些痛苦的哭泣讯息，说着："是的，所有的想法都非常好，但是我如何做到呢？"深深痛苦的一刻～这是身为人类的礼物。痛苦不会消失。它是一个催化剂，挑战你们不断纯化你们的本质，理解它将不会成为完美；当你们在人类的转世过程中，你们将永远不会成为恒常纯净的服务并且毫无错误。

然而，每一刻专注的关心和爱，带领你们更接近"成为服务"的美好理想。在心智和肉体经验内，每一刻注意内在恐惧的升起，带给你们更接近每件事物没有批判的纯然接纳，不是我的或是你们的，而是我们全体。你们在这里尽己所能学习、练习以及表达无条件的爱，。
今天，能有这个机会和你们分享，我真的感谢你们。对你们全体献上我的爱。这

就是全部。

原注

[1]关于服务自我和服务其他人这二个取向，当从他们本质是合一的观点看待时，也许较少混淆而且更容易理解；然而，每个对寻求者有用的客观选择讨论上，这二个取向可以从每一个人身上正确地辨认出来。星际联邦传讯例如 Q'uo 群体，和亚伦，是朝向服务他人的方向，这是他们的教导所讨论的内容。

(c)2011 Translated & reviewed by Lady M.

☆ 第 1203 章集：力量和女性

Copyright © 2010 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编,可能包含一些扭曲!

是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2009 年十一月 21 日

Jim 朗诵: 这个傍晚的问题来自 S : “在我们的文化中，从孩童期开始，人们通常不鼓励女人取得和使用力量. 请你们对我们谈论力量的最恰当用途，同时包括保护自我和服务他人; 更明确地，请针对寻求活出一的法则的女人来说. “

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天傍晚，在祂的服务中 我们来到你们这儿. 我们刚才很享受聆听你们的讨论，现在至为快乐和荣幸地加入你们的寻求圈，谈论关于力量(power)的主体，特别是女性原则的力量.

在我们演说之前，无论如何，首先，一如往常，请求你每个人在聆听或阅读这些话语时，运用你的辨别力和鉴赏力；选取那些你觉得好的想法，允许其他部分消散. 如此 我们感觉可以自由地分享这些谦卑的意见，无须担心会冒犯你们的自由意志，或打断你们灵性寻求的韵律. 我们感谢你们的这份考量.

在进入正确使用力量的问题之前，或许考量力量这个概念是有益的. 你们在物质界的生活中，物理力量的概念是简单的：手臂的气力，操作工具的能力，锯木板、鎚钉子的能力，举起重物的气力，单纯的肌肉力量.

在形而上世界中，仍然保持刚才谈论力量的各种含义. 然而，铁鎚变成焦点的鎚子；长剑是意图之剑；重量是渴望的重量；所以形而上的力量是人格聚焦和受锻鍊的能力，该力量用于设定和保持意图 以进行意识内的工作.

在这两个力量的类型或定义之间，还有一种情感的力量，它和一个人想要服务的意图有关，不管是为自我或其他人. 这不是一种纯粹或清晰的力量类型，毋宁是反映出他所在社会或文化的主流价值观. 因此，那些想要在这个世界成为位高权重的人培养个人力量，他们找到各种方式去影响他人，找到各种方式去操控他人；他们找到方法去完成自己选择的目标. 这类目标的形而上或道德(ethical)*价值总是相当混杂的，这就是我们把这种主观的力量另外分类的原因.
(*译注:推荐在线课程—http://tinyurl.com/3sre56u)

一般来说，当人们想到力量，他们不会想到肉体的气力，也不会想到形而上的气力，而是一种有些沾黏的、相当复杂的政治和经济力量，该力量意味着影响力，意味着将一己的意志逼迫他人的能力.

当我们谈论正确使用力量时，我们清楚地表明 我们不是谈论世间的能力— 在经济和政治大厅中发挥影响的能力.

毋宁，我们要说的是服务自我对比服务他人之极性效力.

政经力量和形而上力量有稍微沾上边的关连，然而，当一个人更深入地探索力量的真实本质，形而上而言，这方面的讨论会瓦解，因为世间力量在极性上是如此地混杂.

现在，让我们谈论第三密度，选择的密度，大猿猴从这里开始第三密度，带着牠们的本能，穿越千年万年，数百次的转世，试图成为人类. 我们可以说，你们人群中有许多实体从未充分地成为人类; 他们仍停留在第二密度，大猿猴的本能价值观: 捍卫部族，收集资源 维持部族的生存，保护部族不受外来的威胁.

成为人类就是觉察到自己是谁; 变得自我觉察，同时在自我里面看见那个受道德驱动的存有，该存有进入他脆弱的暂时之家[身体和心智]，无限和永恒浇灌在上头，于是每个自我觉察的人类都是太一无限造物者的[充分成形的]火花.

当一个实体开始觉察自我的无限范围，开始以道德选择的可能性去感知周遭的社会环境，于是诞生一个充分运转的人类，永恒的公民已从大地的沉睡中甦醒.

渐渐地，该实体开始觉察那伟大起初思维[属于无条件爱]其中的力量，那股力量创造了一切万有；那样的思维也是你可以使用的，用来创造你的宇宙、你的道路、你的真理.

形而上力量隐含在觉醒人类之中. 即使是一个小孩子，都开始测试他的力量的极限，他有力量说"这是我的"，“不要". 他具备选择的力量. 无限太一的计划是：随着身体成长健壮，体内的心智也随之成长，变得更加地自我觉察. 藉由这个投胎计划，希望催促造物主的每一片火花面对各个选择点，让每个实体练习做一个人，选择如何去服务.

服务是无可避免的，不管一个人是多么不想要去服务，第三密度的实在本质将每一个寻求者摆放在一系列的选择点之中，询问着该寻求者：“你将如何使用力量去选择?"

那么，第三密度建构在动态的对立面上：阳性和阴性、光明和暗黑、照耀和磁吸、正面和负面. 这是第三密度如此明显的特色，以致于你们社会著名的陈腔滥调说：“世界有两种人... 做这件事的人和不做这件事的人.” 有些人是乐观主义者，有些人是悲观主义者；有些人喜欢煮菜，有些人不喜欢煮菜. 一个接着一个的看待人性的方式，无可避免地，心智不断地区分两种存在的方式.

和天父造物的许多其他部分相比，你们的子理则选择去创造一个极度厚重的罩纱和完整的自由意志. 因此，当人类试图成为更完整的人，带着清晰度和精准度去做道德选择，他没有证据显示自己的思考是正确的；面对所有明显的反面暗示，他只有内在信心去相信宇宙的确是个爱的宇宙，接着做各种选择去增强爱和扩大怜悯心，藉此发展力量去做意识内的工作.

进一步使情势更复杂的是基因改造事件，它发生在你们地球的大师周期的开端，原本可以逐渐成长进入第三密度、逐渐具备人性的大猿猴，因为一位星球守护者的基因改造实验，加速这个过程. 该守护者感觉这是值得的实验，假设大猿猴的肉体和心智能力获得强化，接着那些进入的人灵就有更多的机会快速地进展.

然而，这里欠缺一个重大的觉察，那就是早期的第三密度人类得到强化的身体和心智之后，他们到底会有怎样的反应？想象那位名叫亚威的守护者的惊愕和懊悔，当他发现这些人并未寻求成为完整的人，而只是寻求保护部族，为部族收集资源，捍卫部族 对抗威胁，晚期第二密度的本能觉知.

接踵而来的是一系列破坏性的帝国循环，在其中 男性原则[属于侵略、防卫、控制]创造一个又一个又一个的帝国，同时因为男性原则欠缺女性原则的告知，不知道如何从帝国移动到爱，每一个帝国都是被它自己的重量压垮，留下许多受苦的人，许多在战争和侵略中死去的人，然后剩下一些人必须重头开始，希望建造一个更平衡、可以持续发展的社会.

当人们倚靠这样的背景 以黏着的力量建造帝国，一个人可以看见女性原则会被大大地惧怕，需要被男性原则控制、踩在脚跟底下；因为女性原则可以平衡侵略和扩张，没有女性原则，男性原则真的无法生存. 无限和永恒受到女性原则的吸引，生命的海洋流向女性身体，接着从生命的海洋中延续人类种族之繁衍.

若没有女性原则的接纳和合作，男性原则就会死去. 的确，从单纯物质界的观点来看，力量居住在阴性原则之中，而非阳性原则.

在一个很深沉和无意识的水平上，这是一个巨大恐惧的源头，结果它被感知为如此地强大、如此地必要；所以它一定要被改造为柔弱的、顺从的、依赖的，总是在男性原则的控制之下. 此时 你们整个星球重度地倾斜倒向阳性原则，它极度地需要平衡.

我们不是简单地说女人应该有更多力量，因为我们并非述说字面意义上的男人和女人. 我们说的是这两种能量充分地合作，即可创造平衡和完善的人类，以及平衡和完善的第三密度社会环境.

不只是男人需要阴性原则，女人[具备女性的生物特征]也是，男女都需要去拥护、认可、荣耀阴性原则.

当一个人试图活出一的法则，如同 S 实体先前所问，一个人试图活出一个完整的人类，充分平衡的生活，一个同时珍惜智慧和爱的生活，总是寻找那个平衡点—藉此 在每一个道德选择点中 决定去扩大和增进无条件爱.

阴性原则总是寻找各种协助、合作的方式，在和谐与韵律中移动，维护而不伤害环境，致力于改善与平衡各种关系和能量支出.

现在，一个人要如何促进他内在的合作和协助的性灵？或许，我们可以建议先从一个人对待自己的方式开始. 阴性原则不是一个审判的原则，而是一个充满爱和慈悲的原则.

任何觉醒的人类首先发现自己失衡的男性能量是当感知自己犯错之际，内在评判点的启动.

当你感知自己犯错，你如何处理这件事？你是否批判自己？你会不会说：“我真是个蠢蛋！我绝对无法把这件事做对！我为自己感到丢脸！”如果你会这样反应，那就是失衡的男性方式．批判是容易的，宽恕则远为困难．

不过我们要问你，当一个小孩计算二加二等于五，这里头有需要宽恕的地方吗？我们建议重点就是更正错误，下一次计算二加二等于四就好了．

因此，开始活出一的法则就是使用你的力量去宽恕，重新开始，放掉批判的需要．当你开始宽恕自己，你获得伴随慈悲而来的力量．你知道自己曾犯错，但你开始看见自己是一个完全的人，远远大于所有过去犯的错，于是一种庄严和自重的感觉进入你里面，因为你不再以外在行为批判自己，你开始就意图和基本特质来评断自己．

当你变得自我宽恕，不管你的身体是男性或女性，在你里内觉醒的自我感知包括真实的力量，因为你知道自己有力量去谅解和宽恕．当周遭的人以各种伤害的方式侵犯你，你有力量凭靠自我宽恕的双脚站立，在灵魂的水平上凝视那些实体，并宽恕他们．因为你知道他们不知道自己在做什么．

于是你的世界开始成为自我宽恕的，接着你的力量成长，那是你爱的力量、宽恕的力量、行使耐心与谅解的力量．魔法力量的定义是任意地在意识内创造改变的力量．当你是自我宽恕的，并知晓自己是爱的器皿，于是你改变自己的意识．每一次你调频进入自我宽恕、自我尊重的感觉，你正在改变整个能量体的振动，同时你也在改变行星地球的振动．

如我们经常说的，我们愿意指出 当你们学习活得如同一个具有力量的人，正确地使用该力量，你们拥有可观的援助. 你的指导系统与你同在，比你的双手或心脏离你更近.

当你开始提升意识，开始知晓你是谁— 造物主的孩子，一个在爱中伸出双手的人，一个在爱中说话的人，一个在爱中表达概念的人; 你开启的每一个频率都为你呼叫那些天使和内在导师.

不管他们的名字是什么，这些实体站在你的背后如同光之背景. 当你越来越觉察这股助力，你可以倚靠它，请求它的帮助. 确实，这个器皿每天都和天使能量一起工作，当她在浴缸的水里休息时，她祈请天使的协助. 因为水是具有可观吸引力的媒介，一个人可以将爱的能量传递到水中.

当你越来越能够感觉自己的力量，那么你就有责任好好地运用该力量. 我们强烈地建议你们进入静默，它是个很有益的资源，协助你每日更新、定于中心.
你们将如何服务? 在行星地球上，这是每个住在选择密度中的实体面临的挑战.
愿你们以怀着最深的心意选择成为你自己.

此时 我们要问是否有接续这个主题的询问? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: [听不见]
[录音带第一面结束]
(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，我们相信已掌握你的询问，我的弟兄，但由于这个器皿的听

力有些虚弱，我们想重述你的询问，确定我们掌握它. 这么做你满意吗，我的弟兄?

发问者: 当然好.

我们相信你问的是: 当你试图从自己最深的信仰、最深的心意去行动，许多时候，在追随内心的过程中 碰到许多阻碍、挫折、困难; 你想要知道我们对这个情况会说什么. 是否正确，我的弟兄?

发问者: 是的.

很好，我们对于重复这个问题感到抱歉，但这个器皿的耳朵不太灵光.
我的弟兄，我们稍早曾说到第三密度如同一种学校. 每一个选择是一个点，你在这个点上表达你身处灵魂精炼炉中对特定原则的理解; 选择点确立之后，能量样式就如同向外和向内的浪潮. 你的决策是水面上的面包，它将再次流到你面前，但不会在同样的地方. 因为没有两个浪潮是相同的，而你在人生的任何两个时刻都不是相同的人.

你处在恒常的变动之流，当你遭逢一个人生课题，一个流动回来的能量样式，那就好比是一个"十分钟小考"，你真的懂了那个原则，或你只为了通过考试?
所以，一次又一次，你在各个决策中碰到许多挑战和阻力，它们测试你坚定不移的能力，即使你在过去的测验中已理解基本问题.

我的弟兄，在紧急时刻，你有可能超越自我并且表现杰出; 清晰和精准属于你，同时你看见万事万物如何和谐共处. 然后，另一天、另一周、另一个月，例行公

事，厌倦感使你失去焦点. 当你[做为一条灵魂溪流]需要完成和平衡一个非常重要的人生课题，十分钟小考来得快速又猛烈，一个接着一个来. 测验没有改变，问题没有改变，但它在你灵性进化过程的不同点上头击打你，它以新颖的方式击打你，于是你开始伸展选择的强健肌肉，不只在起初的选择，还包含该选择的衍生后果.

只要你的存有或人格躯壳里面任何地方有尚未发展的光，将成为诱惑的目标，企图使你离开起初的选择; 该诱惑要你怀疑自我或感觉: ”没有用的，我无法继续保持下去.” 或者，如果你的盔甲没有特定的情感裂缝，可能会有理性裂缝或肉体裂缝浮现出来考验你服务造物主的意图. 结果是，有多少实体尝试成为完整的人，就有多少不同方式去练习扩大爱的振动频率.

有许多感到沮丧的方式，有许多分心的方式; 有许多失去灵活感的方式，接着让失望变成悲痛. 我的弟兄，有些时候要准确地看入抵抗是微妙的工作，但有件事是确定的，这里是第三密度，总会在爱和恐惧、光与暗、喜悦和辛酸、合一与分歧 之间存在着动力关系. 然而 一旦你选择合一、耐心、宽恕、相信自己，你可以看见该选择蕴含的明亮光辉.

我们可否进一步回答你，我的弟兄，我们是 Q'uo 群体.

发问者: 不用了.

我们感谢你，我的弟兄，在我们离开这个器皿和团体之前，是否有最后的询问? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: 我有个询问，我知道这个问题的基础是自我，但有没有可能告诉我现在面临的反对势力是完全来自内在或也有外在来源的运作? 我感觉该答案可以帮助我在这条路上最佳地克服这个反对势力.

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹; 我们可否问你一个问题?

发问者: 可以.

我们要问你，我的姊妹，你对于这个问题的真实答案是否有相当确定的知识?

我们是 Q'uo 群体.

发问者: 似乎在某个时刻想一件事，在下一个时刻想另一件事，所以我不确定.
我们是 Q'uo 群体，在这种情况下，我的姊妹，我们能谈论的东西有一定的限度. 你面临的挑战有两方面: 一个是存在已久的盔甲中的[自我已感知的]裂缝; 另一个是某个实体专注地使你分心，从而离开服务光的位置. 因此，我们鼓励你坚定不移，带着如此真实和纯粹的爱去拥抱所有未发展的光，好让它看见造物主.

这个技巧不能是不真诚的，否则不会成功. 因为一个人若因为爱必将战胜而去爱，在这份爱中有一点服务自我的元素. 释放所有的恐惧，绝对遵循你所知的最高和最好的理想，同时呼叫无条件爱之无形源头，它将围绕你 成为你此时的资源，我的姊妹.

在任何时间，只要你许愿我们突显你在冥想中的基本振动，我们都乐于加入你的冥想，稳定那无条件爱之潜流，这是我们的特惠和喜乐.

我们可否进一步回答你，我的姊妹，我们是 Q'uo 群体.

发问者: 不了，刚才的答案给我很大的帮助.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的姊妹.

亲爱的弟兄姊妹，今晚和你们同在，参与你们的寻求圈，真是快乐啊. 我们感谢这份伟大的特惠，感谢你们共同创造的神圣空间之美.

在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们，一如我们找到你们.

Adonai. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1204 章集：爱与光早期资料#23**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1974 年 3 月 17 日

(无名氏传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我是你们知悉的 Hatonn.

[麦克风位置移动. 管道说:“这样听起来还是不怎么好”.]

我是 Hatonn，我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 我觉察你们的问题. 我是 Hatonn，我是 Hatonn，我将调节这个器皿.

(停顿)

我是 Hatonn，我再次和这个器皿同在. 我的朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 很荣幸和你们同在. 能够和你们讲话总是我们很大的荣幸. 我有些困难，但怀着耐心，我们将成功地建立这个通讯.

有许多事会影响这样一个通讯. 透过练习，这个器皿已学会清空他的脑袋，清理日常活动中的各种思绪; 如果要缔造一个良好的通讯 这个过程是必须的. 在通讯过程中 该器皿必须尽可能地维持一个全然清晰的心智. 一个人可以在冥想中练习这点，他可以学会什么都不想. 对于某些人 这是简单的，对于其他人 则比较困难.

有些人从事的活动或工作需要用到脑力和分析能力，他们有时候发现自己很难清理脑袋，相较于那些不那么受到脑力问题拖累的人而言; 无论如何，即使是这样的人还是相当有可能学会关闭各种思绪，因着他的渴望，开始觉察我们铭印的思

想.

这件事需要练习，需要多少练习量端看一个人有多容易清空自己的脑袋. 有些人只需要一点点练习; 其他人需要广泛的练习. 这类通讯的唯一必须条件就是一个管道学会什么都不想.

这个器皿几乎已经掌握必要的技巧，可以完全关闭智力的心智[比喻性的说法]. 偶尔，他仍然有些困难做到这点，为此 我们在这些时候使用调节，帮助他专心、聚焦，因此这是一个清理心智的技巧.

遗憾的是，你们社会的特性是产生如此多的智力活动，以致于许多想要接收我们思维的实体难以接收讯息.

和你们相较，我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]生活其中的思想氛围相当地单纯. 我们没有需要涉入你们关切的活动，所以我们很容易维持灵性寻求的路线.

一个人每天涉入你们地表上的活动很难维持这条路线，故我们建议每日冥想，让显意识心智安静下来，任何人只要做到这点，就有能力直接接收我们铭印的思维.

我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]铭印这些想法给所有渴望的实体. 一个人要成为星际联邦的有效管道不一定得直接传导我们的想法. 传导我们的想法有多种方式，我们很高兴看到各种形式的活动来承载我们的讯息，转达给那些渴望的地球人. 因此，对于那些渴望有所服务的人，我们单纯建议你练习每日冥想，同时允许寻求过程中的自然进展.

[停顿]

此时 我将调节这个团体的每个成员. 如果你们维持对空无的觉察，每个成员应该有可能觉察我的接触. 我现在要调节每个成员.

(无名氏传讯)

你们的星球上有句谚语: “条条大路通罗马.” 考量你们每个人面前的生命大道，这是非常真实的格言. 许多问题是关于选择哪一条路，似乎有许多考量和许多状况，你问自己: “我将往哪而去? 我将要做什么?”

不过，我的朋友，在每条路上都有功课，你在路上遭遇的东西并不代表你灵性进展的速率; 毋宁是你面临事件的觉察之质量. 我的朋友，每日冥想鼓励你把注意力焦点从外在的幻象转换为内在的无限. 我的朋友，当你有我刚才描述的问题，记住 透过每日冥想，你要的答案就在你的里内等待着.

在这个傍晚，我很荣幸同你们说话. 我希望自己有服务到你们. 我现在离开你们. Adonai，我的朋友. Adonai vasu.

***

Copyright © 2004 L/L Research

周一冥想

1974 年 3 月 18 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚，我很荣幸和你们同在.

我和 Laitos 弟兄都在这里，我们将调节你们每一位. 你们只需要渴望我们的通讯，就可以接收讯息. 我们在这里服务你们. 你们只要放松，允许自己什么都不想，就可以清晰地接收我们的思维. 请保持耐心，因为在某些情况中 需要可观的调节. 此时 我们将尝试使用另一个器皿发声.

(Carla 传讯)
我和这个器皿同在，我是 Hatonn，很荣幸和你们讲话.

地球表面上有许多的困惑. 的确 能够和那些寻求的人沟通是个荣幸. 你们白天看见的光是美丽与力量. 你和我和所有弟兄姊妹分享这个实相. 在冥想中 你们前来，不要带进你们的智力，我的朋友. 放下它，它对你没有用处 只会诓骗你.

放松，冥想，如果你想望我们的服务，我们至为快活地和你同在，并以各种可能的方式帮助你.

我将试图接触另一个器皿，如果她敞开自我.

(无名氏传讯)
我是 Hatonn.

(Don 传讯)

我是 Hatonn，我再次和这个器皿同在. 很荣幸可以使用那些渴望协助我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]的器皿.

我们了解要在这么短的时间接收我们的思维是困难的，在这个星球上 这不是常见的事; 无论如何，我们向你们担保，任何人都能够做到. 只要他渴望接收我们要给予的东西: 我们对造物之真理的理解.

接收我们的思维好比学习一种新语言，然而，它是非常简单的，只要那个渴望通讯的实体透过每日冥想敞开自我.

有些时候，该实体以为自己没有任何进步; 但进展并不一定和物理的显化相关; 无论有没有物理的显化，该实体只需要练习冥想，自然就会进步.

传导我们思想的管道有许多种类，有些好比这个器皿 直接地接收我们的想法并立刻将它们发声出来. 有些则以概念的方式接收我们的想法，在一段时间后 重述我们的想法. 有些在某个程度上 肌肉受到控制好增强该器皿对这些想法的觉察和理解.

这个器皿透过冥想发展出目前的通讯能力，单纯地说出我们给予他的思维. 他已清理脑海中所有其他想法，只接收我们铭印给他的任何东西. 这是个有效的通讯形式. 我们试图让所有渴望我们通讯的实体都采用这个方式，他们只需要花时间每日冥想，并渴望我们的接触. 无论如何，新来的器皿将需要一些肌肉的调节，好配合直接通讯.

许许多多年以来，我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]尝试接触许多的地球

人. 许多人渴望我们的接触，不过 从未有意识地觉察这个接触. 那些幸运听到传讯话语[透过一些管道传递]的人在地表上是相对少数的.

遗憾地 我们侷限于这种通讯形式，因为目前你们星球上的思想状态需要一种非常谨慎的态度. 无论如何，如果我们成功地将造物真理的理解传布到够广的程度，在不久的未来，我们将能够以更直接的方式接触许多人.

对于那些不渴望我们的理解的地球人，我们不想要把自己的想法带给他们; 因为造物主的愿望是: 如果一个人不渴望某个东西，他就不会获得那个东西. 在所有例子中，造物主都意愿遍及全宇宙的智能生命得到他渴望的东西. 在你们地球的物质幻象中，每个人精确地获得他渴望的东西，这件事令人难以理解. 好比一个人处在一个他讨厌的位置上，然而 这正是他确实渴望的状态.

但从我们的观点来看，我们以为造物主的法则是不会有错的.

一个人的觉察水平必须比地球人的觉察平均值高许多 他才能理解人们接收的东西确实是他们渴望的. 这是宇宙造物的自然法则. 这是我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]对于我们的生活和活动如此快活和满足的原因. 我们真诚地相信我们理解渴望和实现的法则.

为此 我们渴望那在所有时间幻象都会利益我们的东西; 我们渴望和宇宙造物合一; 我们渴望在宇宙造物中有所服务; 我们渴望成为造物主之爱的一个表达.
为此 我们服务那些渴望该服务的地球人.

为此 我们以无限造物主之名服务.

这即是我们渴望的: 不只实现你们地球人的渴望，还实现造物主的渴望. 然后，这也是我们的渴望，在这么做的过程中 我们渴望的果实就是我们的奖赏.

这是我们对宇宙造物之机制的理解，一个非常简单的机制，由我们的造物主设计，祂什么也不表达 除了全然的爱. 这个计划过去没有出错，现在也不会出错. 只是地球人不知道这个简单的真理，于是他相信自己渴望的东西不一定会实现. 然而 地球上的每个人都精确地接收他渴望的东西.

地球人只需要理解如何去改变他的渴望，即使在幻象中 他可以经验他所渴望的真理; 他只需要渴望爱 从而在他所有的活动中表达和经验爱.

这是我们带给地球人群的: 我们对于宇宙造物之真实运作的理解. 它比你可能期待的要简单许多; 不过也比你可能期待的有很大差异.

目前 这个星球的人群侷限于一个极为微小的幻象，在时间的无限连续体中的一小点. 遗憾的是，在这个星球上 真理是如此地被隐藏起来. 该是时候了，在每个时刻都给予机会去形成对这份真理的渴望.

当你们尽力去唤醒地球人群之际，你们将面临许多困难; 因为我们已经验过这些困难. 我们了解这些困难将会持续，但唯一的要件是信心. 因为每个人将会觉醒，或许不是立刻，或许是在你们认为的最遥远的地带. 无论如何，他终将觉醒，接着我们会服务他，因为那是我们的渴望. 在服务他的过程中 我们服务自己; 如同我们服务你们一般.

如果你们想要加入我们 从事这种服务，你只需要帮助自己知晓这点: 唯有透过每日冥想 你才能以最有效率的方式去服务.

我是 Hatonn，能够和你们讲话真是荣幸. 我将继续调节你们每一位，只要你有此渴望. 透过你的冥想，许多事物将对你揭露; 甚至比我们降落到地球，和你面对面揭露得更多.

此时 我将离开这个器皿. 我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我是 Hatonn Adonai vasu borragus.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1205 章集：魔法师的基本功

Copyright © 2010 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编,可能包含一些扭曲!

是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org 周六冥想

2009 年十二月 19 日

团体问题: Q'uo，我们今天傍晚的问题和寻求者有关: 当寻求者尝试成为魔法师，在人生中有一段时间任意改变自己的意识; 在这么做的同时 保持理智、情感、灵性、肉体的平衡.

Ra 建议我们注视寻求者的途径如同魔法师的途径，正确的看法是他有能力任意地在意识内创造改变. 接着 这点置放一个重担给寻求者—魔法师.

我们猜想 那份重担是个责任，也就是将增高的意识用在服务他人的方向.

你们能否告诉我们，这个想法是否正确？你们能否告诉我们关于魔法师的平衡，当他没有达到平衡，可能导致某些需求，如寻求谘商、各种疗法以重获平衡?你们可否告诉我们关于平衡、任意地在意识内创造改变，以及这些对寻求者的意义?

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

今天傍晚，在祂的服务中 我们来到你们这儿. 我们感到荣幸被你们呼叫，前来加入你们的寻求圈；我们至为谦卑地感激可以同你们分享我们的想法，谈论关于平衡和意志的问题，以及这些概念如何帮助寻求者.

在我们开始之前，一如往常，请求你们每个人在聆听或阅读这些话语时，谨慎地找到你的真理，不是任何其他人的真理；当你对一个想法有共鸣 那就是你的真理. 我们提供的想法如同资源，你可以在灵性道路上做为工作的素材，一步接着一步，一个念头接着一个念头，一个概念接着一个概念. 我的朋友，如果你们愿意这么做，把任何没有共鸣的念头抛到脑后，那么 我们就能够分享这些谦卑的想法，无须恐惧会干扰你们的自由意志，或打断你们在灵性进化途中的自由玩耍[包含直觉、智力和各种内在力量的游戏]. 我们大大感谢你们的这份考量.

今天傍晚 你们给我们的询问是丰富的且充满细微差别，为了开始讨论这个问题— 寻求太一的实体如何保持平衡，如同我们经常做的，我们要退后一两步去凝视这个环境，也就是你们的第三密度世界，寻求者在其中执行他的工作. 你们的密度被称为选择的密度，一个重度极化的环境.

在物理层次 你们有光与暗;
在灵性层次 你们有爱与恐惧;
在心理层次 你们有各种由智力产生的对立面.

所以 你们身处这个重度极化的环境，做为一个灵性寻求者，道德和灵性是最重要的议题.

什么是服务? 什么是服务他人? 什么是服务自我?

什么是发光? 什么是收缩?

做为一个灵魂，紧密地嵌入肉体中，你的本质是什么?

当你更深地移动进入灵性寻求的考量，你发现自己的觉察盛开如同一朵花. 你开始感觉成为自己的力量，抚慰、钟爱、支持、承担的力量. 你开始看见沿途的各个选择点. 依照你的渴望、想要、意志，你有许多方式去拿起这些选择点. 如果你渴望被安慰，该选择有什么后果? 使用圣方济[1]的对立面配对法，如果你渴望被爱，该选择的自然后果是什么? 这是一些最中心的灵性考量. 因此，我们就该器皿的不完美记忆 对你们朗诵这首强有力的祷辞:

让我做祢的工具，去缔造和平：

在有仇恨的地方，播送爱；

在有伤害的地方，给予原谅；

在有分裂的地方，促成团结；

在有疑虑的地方，激发信心；

在绝望的地方，唤起希望；

在忧伤的地方，散布喜乐；

在黑暗的地方，放射光明；

不求他人的爱护，只求爱护他人；

愿我不求他人的安慰，只求安慰他人；

不求他人的谅解，只求谅解他人；

因为只有在施与中，我们有所领受；

在宽恕时，我们得到宽恕；

在死亡时，我们扬升进入更大的生命 [2]

我的朋友，你们可以看见，我们尚未精确地谈论平衡. 我们正尝试绘制这个特殊的选择密度的灵性环境的图像.

你为什么来到这里？我的朋友，你们选择来此. 在行星地球的第三密度收割期，有一长串的实体排队想要参与其中. 藉由你的老资格振动 你在这个灵魂学校获得一席之地，这是你挣取的权利，进入这个可能是天堂或地狱的地方，如佛莱迪[3]实体在这个传讯集会之前所说. 我的朋友，你们可以把它视为一种重大的祝福，因为不像内在平面或其他密度的实体，你们有正当的权利和位置 去选择你所意愿的，和意愿你所选择的.

这把我们带到魔法人格的定义，即一个实体任意地在意识内创造改变.

任何曾照顾过婴儿的实体都充分觉察一个实体的意志；在你怀中的婴儿可能只是个小不点，没有力气使用四肢，也没有力量说出他的渴望，但他有个意志. 在一岁或两岁的时候，婴儿实体的需求相对是简单的. 使用意志是婴儿满足需求唯一的工具或资源；于是他以所有的意志哭喊：食物！帮我换尿布！抱抱我！
在许多方面，那个哭喊从未终止，它变得更复杂、更老练、更多层次；但你们每个人的内在都有一个意志. 那个意志是你们身而为人的一部分，也是神性原则的一部分. 当人们说："照祢的意志完成"，他们可能没有考虑自己是否知道造物主的意志，但这是一个中心的考量点；如果一个人想要执行无限太一的意志，他如何找到方法去理解、掌握、包含祂的意志？

该发问者认为 或许在意识内创造改变的能力的用途是变得更为服务他人导向，就某种程度而言 的确如此. 不过，该陈述的范围不够宽广 而称不上准确.

做为神性原则的一部分，你不是造物主的膝盖或睫毛；你即是造物主，穿越许多时间和空间次元向下降频，不过 你是造物主的一个全像(hologram). 你如何知道造物主的意志？藉由移动进入你的自我深处，因为太一无限造物者躺卧其中，没有缺少一丝一毫. 你们是非常年轻和缺乏经验的造物者.

然而 你的意志是造物者的意志. 因此，你必须问自己想要成为何种造物者？想要创造何种造物(世界)？

每个坐在这个房间的实体很久以前就选择追随服务他人的途径— 正面极性的途

径. 从表面上来看，似乎那个选择把你们从完美平衡移向不平衡的服务他人之渴望. 不过，平衡的尘世意义和它的灵性意义并不相同.

让我们更仔细地注视这点. 你是肉身，你是人灵，在此生 无可逃脱地交织在一起. 你的每一次呼吸、每一个心跳都同时存在地球世界[属空间/时间]和形而上世界[属时间/空间].

你不是和灵性战斗的肉身，你是为了服务、学习而穿上肉身的人灵. 这两个目标终其一生伴随着你.

你的内在携带着一束火焰，在人生的任何情况中 真实且明亮地燃烧. 当你以一个能量体进入肉体时 你带着那束火焰; 藉由所谓的"银色丝带"连结肉体的脊椎. 那束火焰将持续随着每个心跳燃烧，即使心跳停止，肉身失效，没有任何意识的间隔，当你继续前进时，它将跟随你进入下一个伟大的冒险.

那束火焰是什么? 我的朋友，我们会称呼它为你的意志. 你们拥有伟大的力量，如同 R 实体所说，一个人可以任意挥霍力量 在许许多多的兴趣上 使自己分心; 或由于不喜欢自己的阴暗面而浪费力量; 或认同自己是个受害者 遗忘自己的力量. 接着，如同星际大战电影经常述说的，由于恐惧而将力量转向黑暗面. 所以对于一个拥有意志的实体 什么是平衡的方式?

任何一位骑过马或摩托车的人都觉察平衡的原则，那不只是你个人的平衡，还有你座下的动物或机器的平衡，并考量道路的状态. 平衡不是个静态的东西，它自由地流动，总是在发展和改变. 当你觉醒到某个程度，了解你个人的力量，做为一个寻求者，你以个人的意志推压这个宇宙，或许 你第一次察觉自己将承担的

重任; 因为如果你知道自己是有力量的人，那么你的重任就是正确地使用力量.

你正在承接这个深刻的责任和负担— 知晓什么是你的意志.

那么，对于灵性寻求者，平衡的问题就是如何在地球学校中 维持你的身体、心智、灵性的平衡，好让你拥有最宽敞和准确的工作室，你可以在其中聆听、感觉、看见你真正的样貌，于是得知你真正的意志为何.

你的平衡不会像任何其他人的平衡. 对于一个真实的灵性寻求者，平衡在根本上是每一个脉轮保持敞开，好让每个脉轮接受并允许太一无限造物者的爱与光通过.

我们不能告诉你 什么东西可以减少你每个脉轮的扭曲.

我们不能告诉你 看待性欲、关系、婚姻等等的适当态度.

我们只能告诉你，你拥有每一个权利和能力去探究自己在红色、橙色、黄色光芒中的平衡. 这首先的三个脉轮对于创造你内在的平衡极为重要，它们允许你知晓自己的心.

现在 我们对你们说，不需要成为魔法人格才能在地球的收成典礼中出色地毕业; 你们只需要敞开内心，并选择一条服务的途径: 服务自我或服务他人.

然后，做出该选择之后，坚持不懈往那个方向前行，赋予自己越来越多的极性，因为在座的每个人早已做出服务他人的选择.

我们对你说，如果你可以对自己的性欲无惧，在这个表面上浑沌和黑暗的世界中保持无惧，感觉自己待在这里的正确性；如果你能够理解各种关系对你的意义，以及找到其中的爱，它将平衡你和其他人；然后你能够进入自己敞开的心，理则充分的力量吹拂穿越你. 接着 当你一次又一次地选择以正面和照耀的方式去爱和被爱，你已准备自己迎接毕业典礼. 无疑地 一个心轮敞开的实体将顺利毕业.

但是 我的朋友，你们每一位想要的比敞开心轮更多. 你们都想要往更高处移动，同时把穿越智能无限之大门的灵感和信息拉下来. 换句话说，你们想要成为魔法师，一个有能力任意在意识内创造改变的实体.

所以 每一天、每一刻，你们都有丰富肥沃的问题，它们的主题是:“在这个时刻当中 我是否想要改变意识？如果是，我如何应用我的意志？“

这个器皿记得前往一家餐厅的过程；当时 该器皿的车子靠近餐厅时 没有停车位. 所以 驾驶开车再绕一圈. 当驾驶返回原先的停车场，一群肚子饱饱的人驱车离开，于是距离餐厅大门最近的停车位空了出来，器皿的车子直接滑行进入那个车位. 接着该器皿自我反思:“我为了这个车位祈祷，我是否正确地使用意志?”

为了这种事祈祷 多么不灵性啊！不过，你将为什么祈祷？怎样的情况会激发你的意志？因为你们来到这里 有权选择你所意愿的，实践你想要成就的渴望. 直到你完全满意为止.

因此，我们坐在你们每一位的敞开心轮之中，我们一起和太一无限造物者共处在圣殿中；我们问你们每一位，你是否决心成为魔法师？你是否决心扛起责任的重担，知晓你的意志即是太一造物者的意志；凭借你的意志，你可以创造自己将居

住的造物.

如果你真的想要这么做，有许许多多的实体在这里帮助你. 成群的天使愿意帮助那些选择成为魔法师的实体，前提是该实体的振动和这些天使协调一致.

不管你想要治疗、教导、写诗、谱曲、跳舞，天使们都会陪伴你; 或者 你追随最高光芒的目标，你想要创造一个自我觉察的状态，好让自己可以安处在所有状态中，不只是在宁静的时候，还包括忙碌的时候，周边世界变得混乱失序的时候.

许多、许多天使想要协助你缔造一个平顺、安定的环境，在这种振动环境中 蕴含着存有的光辉、通灵传讯、教导、舞蹈、歌唱、治疗.

当你选择成为魔法师，为自我松绑 脱离那些字面上的意义: 治疗、教导、舞蹈、歌唱. 因为对于一个小孩而言 父母是全部的一切— 舞者、歌手、老师; 和创造安全氛围的发光者，这样的氛围允许小孩快乐地、敞开地迎接新经验.

不要被外在世界的各样物品的外貌愚弄了. 因为不是所有老师都教导，不是所有舞者都跳舞，不是所有歌手都唱歌. 只有你知道自己想要成为何种魔法师. 只有你知道自己想要如何发展魔法人格. 你们每个人共有的东西是意识 ...

[录音带第一面结束]
(Carla 传讯)

我们在此时暂停，这个团体对于这个询问是否有后续的问题，或你们有其他询问? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: 我有个问题，Q'uo. 在某一时点 你们观察到 流浪者通常有人格失调症. 在另一处，你们提到创伤后压力症候群(PTSD)大部分是灵性疾病，那是该实体的脉轮系统有部分缺口. 我好奇的是 人格失调症会不会也是灵性疾病，起因跟 PTSD 相同; 也可能是流浪者进入地球社会的适应机制? 你们可否评论这些见解，并就灵性观点详述任何一点?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 我们感谢你的发问. 精确地说，流浪者并非为了适应地球环境而有意识地选择能量不平衡，或能量体内的困难，使你们的医生诊断为心理疾病.

无论如何，我们可以说，每一个流浪者只要他记得这个器皿所谓的"更好的时光"，他就比一个纯粹第三密度实体更容易受伤; 他发现自己很难去处理一些表面上比较混乱和危险的能量; 这些能量在第三密度外围打转和旋转，特别是在这个意识从第三密度转换到第四密度的时期.

在服务自我的途径上，你们拥有可观的收割量; 这些实体追寻一种清晰度并从负面的角度毕业，他们正在创造巨大数量的浑沌能量，希望造成恐惧和减少所有其他人对个人力量的觉察; 好让他人的能量可以被自我收割，使自我变得更强力.

严格地说 这里不是一个服务他人的环境，它至为明确地是一个非常极化的环境.

结果是 你们将发现痛苦的经验，不管在肉体上或情绪上，这些愤怒、好战、掠夺、沉重的能量总合的确能够造成那些人格失调症.

我的兄弟，并不是有个策略造成来自较高密度的实体经验所谓的人格失调症. 毋宁是一种诚实的、自发性、由衷的厌恶和嫌恶，以及拒绝让那些能量碰触自我，然后把这些能量具体化 成为思想形态; 因为经验这些负面能量的实体已进入那样的环境，他最佳的防卫机制为试图建造墙壁围住能量体内的一些破洞.

我们可否进一步回答你，我的弟兄? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: 感谢你们，Q'uo. 这个回答很有帮助. Q'uo，我们有另一个问题. 我现在可以继续讲吗?

我们是 Q'uo 群体，我们非常希望你继续，我的弟兄.

发问者: 当地球移动进入第四密度之际，许多动物和植物大量地灭绝; Q'uo，你们能否讨论涉及其中的灵性原则?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问. 我的弟兄，该询问的答案可分两方面来说.

首先，在你们地球的生态圈中，依照这个密度的能量进展，物种稳定地崛起和殒落. 意识的精华是好奇和创意，即使在一个物种到达鼎盛的阶段，意识仍然倾向保持创意，所有会有各种变异的情况. 同时受到食物、栖息地、生育后代等参数的平衡.

结果是，如果你能够返回无时状态，接着进入时间诞生的第一密度，真的有百万千万个物种随着子密度的自然韵律崛起和殒落. 直到现在，你们正经验第三密度的第七个子密度. 因此 有些物种灭绝的过程完全是依照自然造物的平衡运行.

第二，那些在第三密度地球上兴旺的人类已经背弃管家职分的概念[那原是生活平衡的一部分]，以掠夺的概念取而代之.

当一个管家有权去照顾一个王国，他注视这王国的每一部分 找到各种方式去支持、鼓励、维持它. 他有一种身为牧羊人的感觉，并不比羊群伟大，而是羊群的仆人.

许许多多世代以来 你们人群养成一种不幸的倾向，我们说不幸因为它令地球灵魂和人类灵魂同感忧伤; 这个倾向是看待自我为掠夺者、征服者，不考虑王国整体的情况，也不去想各个部分如何组合为整体; 只考虑短期的目标: “我这里要水，所以我要筑坝拦水，在过去没水的地方蓄水.”

掠夺者会不会思量拦截自然资源对地球妈妈的地下蓄水层系统的影响? 不会，因为一个和地球妈妈分离的实体不会关心这些. 结果是，有可观数量的物种逐渐衰退，进而绝种，因为原本地球妈妈托管给人类，他们却不尽管家职分，还提高掠夺的程度.

我们鼓励你们，在这方面，不要聚焦在某个物种逐渐灭绝的细节上，而是聚焦在你个人放射的能量上. 我们从这个器皿记忆中萃取一个例子: 在一场天然的灾难中 成千上万的海星被丢到海滩，牠们很快就要死去. 一个女孩在海滩上涉水而行，持续把海星丢回海水中. 路过的人嘲弄女孩: “你到底在干什么? 你不可能拯救所有的海星.” 女孩捡起一个海星，把牠丢回海里，接着说: “你说的是，但我现在拯救了这一只.” [4]

那么，转动你的忧伤和关切 离开那些在你的视野和意志之外[容我们说]的事件; 温和地、轻盈地，在你自己的适当时机 找到成为爱与光的方式，不只为所有海星(如此)，更是为了这一只海星.

这是个伟大的技巧，选择把担忧转化为响应的有力行动，它真实地举起并服务你周遭的世界，也服务你个人; 我们对你担保，当你抬起双眼迎向光，你同时抬起行星地球 迎向光.

此时 容我们期待一个最后的询问? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: Q'uo，我想要返回人格失调的课题，你们可否多谈一些关于人格失调和修补能量缺口的事. 在我听来，你们已观察创伤后紧张症，并称为一种灵性疾病，因为它是因应脉轮系统产生部份缺口的调整. 我只是好奇想要知道更多关于修补缺口的内容，那是如何运作的?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问. 我的弟兄. 虽然难以使用你们的语言描述非物理性的东西，因为你们的语言大部分用来描述物理世界; 我们可以建议寻找那些以光治疗的医者进行能量失调的治疗.

此刻，你们每个人的指尖、嘴唇、心轮都有能量涌出. 你的言语、行动、思想都由光构成. 因此，有些实体的外在工作是光疗师，可以透过他们减轻这种扭曲.
我们曾经提过一个构想— 天使们以金光的丝线缝补; 好比一只袜子的脚指或脚跟有破洞，需要拿起好材料织补; 天使制造一条光线 从破损的一边到另一边，逐渐逐渐地，耐心地沿着撕裂的破洞编织一条条的光线，最终补起那个破洞.
精确地说，这并不是天使的做法，但这个说法很有帮助，能够将天使能量[以光治

疗]带下来 进入世俗的说法.

S 实体曾对这个器皿述说一件事，在她过往的一段时间，她感觉发生某件事 造成她的灵光圈有某种破洞. 最后 她鼓起自己所有的勇气和精神说: “不，我不要被撕裂，我要得着疗愈.” 她恢复了. 从那一天起，许多年以来，她的灵光圈再也没有任何破洞.

所以，关键在于一个人的意志，当他的确了解奔腾的能量在能量系统中烧出一些破洞，超出能量体的负荷时，他得意愿自我接受治疗. 因为 除非自我想望帮助，请求帮助，天使们什么也不能做.

这个问题有些细微处 需要许多个小时来讨论. 因为不只从第三到第四密度 光变得比较密集; 甚至在第三密度的各个子密度 光也有不同的密集程度. 所以 有许多许多种类的光. 针对每个灵魂的能量体的各个伤害，需要特定种类的光修护它.

我们过去对这个团体建议寻找那些工作灵气(Reiki)能量的实体，他们对于灵性智能的本质有相当结实的掌握; 因为他们确切知道自己是器皿. 他们并不生产光，也不导引光. 他们做为器皿(instrument) 碰触等待治疗实体的能量体、灵光圈; 他们奉献自己为光之乐器(instrument) 好让造物主弹奏祂的治疗旋律.

或许不是全部，但你可以在许多肉体疾病中发现起初的伤害来自光体受损，由于忽略光体层次的治疗，于是它必须在较浓稠的[化学]肉体载具展现.

我们感谢你们每个人的询问，同时感谢你们今晚聚集为一个团体 共同寻求真理. 能够加入你们，分享你们的冥想，是我们的荣耀. 感谢你们.

在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们，一如我们找到你们. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则.

Adonai. Adonai.

原注

[1] St. Francis of Assisi，我们在第二个注解讨论他的著名祷辞.

[2]这篇祷辞起初是由 位于法国的一名圣方济的学生撰写，最广为接受的英文版本如下:

Lord，make me an instrument of your peace，

Where there is hatred，let me sow love; where there is injury，pardon;

where there is doubt，faith; where there is despair，hope;

where there is darkness，light; where there is sadness，joy;

O Divine Master，grant that I may not so much seek to be consoled as to console; to be understood as to understand; to be loved as to love.

For it is in giving that we receive; it is in pardoning that we are pardoned;

and it is in dying that we are born to eternal life.

[3]佛莱迪-摩克瑞，皇后合唱团的主唱.这首“Heaven for Everyone”收录在”Made in Heaven”专辑中.它的歌词并没有暗示地狱的存在，只有关于天堂的描述:

“This could be heaven for everyone. This world could be fed，this world could be fun. This could be heaven for everyone. This world could be free，this world could be one.”

这首歌做为调频的歌曲，在这个团体开始冥想集会之前弹奏.

[4]这里有个网站叙述这个故事的来龙去脉:www.stcsig.org/sn/PDF/StarfishStory.pdf

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1206 章集：亚伦与 Q'uo 对话之八

第 12 辑 6、亚伦与 Q'uo 对话之八

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 8

Copyright © 2007 L/L Research

1992 年 10 月 29 日

（这场集会之前进行一段时间的调频和冥想）

亚伦：亲爱的，向你们问候，我是亚伦。Q'uo 和我正练习礼让，彼此等待对方首先发言。我们的心充满了你们所送出的爱的能量，充满了你们集会的喜悦。我希望你们可以透过我们的眼睛看到这个房间的光辉在滋长着。

芭芭拉、K 和我在车内谈到一些关于今天晚上你们可能希望讨论的主题，关于你们可能希望讨论的方向。当然，问题必须是来自于你们内心的深层问题，但是我也想要提醒你们，我们分享的内容并非是新的信息。你们知道我们并没有教导你们任何事情，只是提醒你们已经知道的事情。

在稍后的时间，对于可能被吸引来阅读这个内容的那些人，我感到最伟大的价值并非在我们对你们问题的概念性答案，而是在这个本身分享的能量。你们正在接近一个时期，那时地球将变成第四密度，许多目前是第三密度能量的人，将从这个层面毕业。你们正在接近一个时期，那时每一个人对其他人将会是全面地心电

感应，将对其他人没有隐瞒和依附他人，而只是共享那本是的东西。在那时期，将依旧有一个情绪体。你们将仍然会感觉到情绪，但是对于升起的情绪将会处之泰然，因此不需要对其他人抛出情绪；你们从其他人身上感到完全地怜悯，没有恐惧或是封闭，没有被其他人的痛苦攻击的感觉，而是怜悯那个痛苦。

这方式会是什么样子呢？在你们的生活中，你们每个人越来越靠近那个水平，以致于对五个人和二个灵体而言，只是聚集在一起，享受彼此的能量，现在是可能的。这些人已经达到一个意识的水平，当有一些反应时，它快速地被注意到而且以爱工作，我想知道什么样的启发可能带给那些走在这条道路上的人和渴望达到那点的人，在那里他们和其他人如此敞开地分享，没有内心的封闭，没有可能导致人们痛苦的反应。

因此，尽管通讯内容可能有些知识上的兴趣，同时在某方面帮助启发和教导，我感到我们每次一起工作是最为重要的。

为了这个目的，无论什么程度都是自然的，我会建议尽可能是一场来回移动的对话，而不是冗长的谈话。当你们二人交谈时，你理解当另一个人准备说话。你们结束当下的想法并且先暂停。所以，假如 Q'uo 原则发现这个方式是适当的，我想看看我们一起的工作尽可能往那个方向进行。

在车上我们抛出许多的主题，因为我确定你们在这里有许多问题。这里我感觉不止 Q'uo 准备好要谈话，而是你们许多人也准备好了。你们的想法是什么呢？这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中，我们也问候你们。我们以最

大的喜悦进行这场集会，在寻求圈美丽的能量中，呼应亚伦的愉悦声。

在每一次聚会，你们每个人多少是以新的方式在一起，一场不只是头脑和内心，灵魂和精神的连结，还包括看似单调的肉体载具！肉体靠近的强烈效应是一种可能性：自发的沟通，爆发灵性追寻、彼此相互分享和鼓励。

我们暂停，为了有足够的时间让所有人感觉和感受圆形旋转的和谐能量连结这个团体。感觉这个全新-锻造的合一的活力。我们暂停。

（为了小组冥想而暂停）

在感激中，我们 Q'uo 群体请求第一个询问。

R：Q'uo 可以建议一种方法来注视一个人的生活中非常情绪性的混乱吗？发现方法来平衡所有似乎是负面的、压力的事情，似乎是同时发生？可以从感觉中萃取出对我是独特而别人也会欣赏的一般性原则呢？

Q'uo：我是 Q'uo。一个更为友善环境的起始是光。当一个人坐在黑暗中，没有展望，没有参考点。幽闭恐惧症的感觉环绕着胆小的灵魂。所以它带着情绪的和精神上的黑暗感觉。像身体本身，灵魂感到被黑暗的情绪压垮。然而如何去点亮黑暗和忧虑的负担呢？我们转移到亚伦。我是 Q'uo。

亚伦：亲爱的，首先你必须看到混乱和黑暗是敌人的错误假设。当你经验混乱，那只是混乱。当你经验恐惧，那只是恐惧。接下来对于混乱或恐惧有第二顺位的反应。封闭你的内心而且送你进入黑暗中并不是恐惧，而是你对那个混乱或恐惧

的反应。你可以看到这个分别吗？

开始注意这过程需要采取大量的觉察的练习。首先是恐惧的升起。以这个第一次对恐惧的觉察，你们依旧对于觉察是中立的。你并非害怕恐惧。接着你进入感到被攻击的阶段。在那当下，身体的化学平衡和光体的振动频率有了变化。我看到在你的能量场的收缩，使得正自由地穿越你，流出你体外和流进你体内的这道光，突然变成困在这个肉体载具，光来回地跳跃，真正地在混乱中。它看起来有点像弹珠游戏机里头的球四处碰、碰、碰、碰、碰。

你在这里不是要摆脱生活中的任何事情。假如混乱或恐惧是要被经验的事情，不论是什么～你毋需摆脱它，而是学习如何像一位朋友般的问候它，让你的心尽可能保持开放，允许自己经验它；假如内心有些封闭，不批判，而是继续努力维持开放。接下来对情绪的厌恶不会引起内心的封闭。接着，所有旧有-心智的事情，在这个身体以及其他光体这类恐惧的记忆，对未来的投射，没有一个会变成问题的部份。你只是和此刻的恐惧在这里。

当你穿越田野时，你熟悉那些紧黏在腿上裤子的刺吗？裤子是你的恐惧物质。这刺是过去和未来所有增加的负担。当他们纠结在一起时，变成无法运转的一团，这就是关闭你进入黑暗中的东西。本身务必时时留心这个模式，你发现可以要求自己停留在当下这个时刻，伴随这个非常可行及轻微许多的恐惧、混乱或困惑，并且接纳这个经验。这需要勇气。这需要敏锐的觉察。

当你如此做时，你回到和光的连结。这不是你自己必须紧紧抓住或创造的事情。例如，你不是天生地感到沮丧或是害怕。明亮、开阔、慈爱、慷慨、耐心、能量、勇气。这些全都是你天生的特质。他们是你内在微小的种子。假如你拿一颗

小种子，放在一个罐子里，然后放在黑暗的衣橱中，它无法生长。它需要光。

用心观察你对恐惧的反应是打开衣橱的门并且邀请光进入的一个方法，它是一个声明："恐惧不是真正的我。此刻我正在经验恐惧，经验困惑，经验或许是恐惧的副产物 如愤怒或贪婪，但这并不是真正的我。"

当你学习如此做时，你开始看到每一个催化剂事实上都是一项礼物，提供你机会去练习你最需要练习的东西，就是如何和痛苦的催化剂在一起，不必拉开你身后衣橱关闭的门，不需要寻求保护；本质上，是要如何让你自己维持开放和脆弱的。这是你和光的最深连结，这个深层知晓是："本质上，我是灵。我是神圣的并且和神性连结。身体也是许脆弱的，但是，假如我的心是开放且慈爱的，我不会被伤害。"

打开这道门的方法是：记住你的连结。透过无数次的练习，不论发生什么事情，你加深保持内心开放的能力。当你的心是开放时，你不再有在黑暗中的幻象。毋宁说，当幻象加深分离感时，混乱、愤怒或是贪婪被看得更加清楚。

我不是暗示内心开放是容易的，但它是可行。我的兄弟/姐妹 Q'uo 想要说话。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，感谢被知晓为亚伦的实体。

当你们思考这些优秀的建议话语时，你们可能会疑惑的是你们似乎已经知道刚才讲说的观点。 接下来问题变成"为何我无法实践这些真理呢？"

想想看，你拥有二个智能。你的第一个智能和你大量使用的这一个是智能，这是伴随你的肉体载具的智能。第二个智能属于另一个层次。容我们说，你是无限多个站点的其中一个，以计算机程序语言来说，它正在执行一个元程序(metaprogram)，你可以称做是太一的原始变貌：无限心智或是智能无限。这答案来自被溶入这个第二环境的精华，这个心智带有它的完美无限、绝对觉察。关键在于如何让答案跑回第一个动物性的智能。

在元心智(metamind)和个人特殊心智之间有个优异的连结，这个连结只是为了这次转世经验而具备的。然而，这个连结深深的形成在第一心智的根部之内。这个位于你所谓的潜意识范围。这个连结被描述成安静，微小的声音。它是寂静的，它的沉默到达一个很深的层面。假如以理性的标准评估，它是微小的；用于元程序设计，容我们说，它属于爱—也就是理则，在这个祝福的、沉默的交流中，爱包住聆听者，和他合而为一。

每个人有多常坐下来冥想，无法感觉到伟大心智的触动。然而，固执地，一次又一次，在愚昧和肤浅的自我暗示中，怀疑的寻求者像这里所有的人，再次走到寂静的天堂食物餐桌旁，举起自我像一个盘子，说："喂我。无论这是如何运作的，我希望成为拥有天堂面包的人，在规律的冥想课程中，当最少的期待时，发现它。"从批判和恐惧情绪的经验中升起的黑暗感觉不容易被追求逻辑、进食资料的想法及观念照亮。更有技巧的是寻求者决定从此生的程序进入包罗一切的元程序。

你看见了吗，我的兄弟，你已经觉察关于恐惧的感知，容我们说，你更多是被困在如何摆放真理在一个适当位置，这位置确实会影响这个黑暗-感觉的心智？

（当 Q'uo 的问题被考虑时暂停一会儿。）

我们从 R 的沉默猜想他可能无法精确地领会我们对他的询问。没有关系。我们谈论的是你们一般的情况。

当我们有肉身时，我们同样也有二种心智。我们共享一种惊奇，那就是所有我们表面的知识不会被自动显化在我们的思想和行动中。然而，对于表面上黑暗的担忧，更有技巧的用途是做些事情，象是我们开始这个工作的集会所做的：我们全部坐在一起，感觉和谐和鼓舞的振动自发的循环，彼此给予爱，每个人感觉彼此的爱。

在恐怖混乱的时期，畏缩、退却或是脾气爆发而导致的防卫行为，这是肉身的本能。
对于流动和谐的精华时刻的记忆 移动心智之眼去凝视，并且移动朝向潜意识的连结进入全体-心智，自发的、精华的感觉，而不是理智的思考过程，这感觉产生真正的喜悦之爱时刻，像光被放置在衣橱中，给你勇气以保持静静地观察入微，既不是远离头脑，也不是以紧缩和恐惧的联结去看待和掌握问题。

亚伦会说："看待这情况既没有执着也没有厌恶。"我的弟兄，你想要询问进一步的问题吗？

R：是的，以我理性的头脑，我想感谢二位提供你们的想法。在这寻求圈中我希望先给其他人有机会发问。谢谢你们。

亚伦：这是亚伦。我想要回到 Q'uo 的清晰叙述—你的内心理解，而你的人类肉

身大脑，无法跟上。正是这点带给你如此的悲伤，因为你内心的智慧理解你的连结，也就是 Q'uo 所说的元程序为实相，而头脑的疯狂的恐惧是幻象。

然而，你发现自己移入了幻象。霎那间，恐惧通常在自我中升起。在某个层面上有一种知晓："我正在对这个愚昧的幻象反应。我像一只在踏轮上的老鼠，我无法脱身。"

唯一重新连接你自己与实相的方法是注意批评的浮现，而回到对自我的爱，把爱给于这个存有，因为他正在恐惧所创造的踏轮上环绕奔跑，以至于他无法听到内在深层微小、安静的智慧之声。

简单的说，光总是存在着。当你发现自己在黑暗中，你必须问："黑暗的幻象为何在这里呢？为什么我封闭自己在里面呢？"你是光。你知道你是光。然而在人类肉身中要完全的表达它是一件非常、非常困难的事情。这确实是必须存在的方式。假如是轻而易举，那么你要学习什么呢？我不是认为你的生活必须是艰辛的或痛苦的，而是假如你已经是完美的，你就不会转生在这里了。假如内心总是敞开的，而且没有恐惧之弦的余韵，那么你就不需要在这里轮回了。

当你注意恐惧的升起，假如恐惧可以变成对正在恐惧的这个存有拥有怜悯心的催化剂，它开始去敲开那道门 ~ 只是一小点的怜悯，只是让一点点的光进来。它的作用就像一个提醒："我被困在幻象。这个微小光芒的裂片，这是实相。跟随它，信任它。"

如同我的兄弟/姐妹提醒过你们，你拥有二种智能。当是肉身时，你已经听命于人类的智能，你变的非常不习惯追随较高的智能。肉体已经建立起许多世的催化剂

成为习惯性的、没有技巧的模式。我们谈论的是关于战-或-逃的观念。如我的兄弟/姐妹说的，你对催化剂畏缩或防卫性地回击。但那不是你的天性，对你是不必需的。它是习得的行为。习得的行为确实是做为学习的工具。你不能只是下令“我将不会在恐惧中逃跑。我将不会回击。”是的，你可以发展强烈程度的自我控制，但是在这经验中，自我控制不会改变经验中的和谐或是缺乏和谐，那样不会带来爱。

对于已经发展战或逃的愚昧模式的人，你可以有些怜悯心吗？你能开始去理解你对这个模式的觉察是摆脱它的起始道路吗？模式本身并不是问题。是的，它导致有害身心的业力。它导致对其他人的伤害。在这种意义上，当然它是个问题。但是当你叙述它为一个问题时，你叙述它如同是要去对抗、摆脱的一件事情，你说：“我再也不要这样做了。”这只是对自己更多的批判，更多的厌恶。你被卷入了随之而来的恐惧而没有照顾到原因。相反地当你看着这个存有，他的恐惧大脑已经发展出战-或-逃机制，对于被困在非常固着状态的这个人，感到一些怜悯心，接着你让自己听到内在更深的声音的可能性，听到内心更深的智慧的低语：“你是安全的。保持内心的开放。”

还有别的东西。当我们知道某件事对我们是好的，但是我们不去做时，问为什么是合理的。当我说战-或-逃的机制并非你的天性时，而是习得的行为，这是许多世以前学会的行为，当时你还是动物，寻求防卫自己。继续生存和维持生存的必要性是你的本能，所以你学习不灵巧的行为是为了让这个特殊的生命形式持续下去。只要恐惧一升起，就有一种分离感，而你失去了你和每一个其他生命形式连结的清晰感。相反地它变成了小我的一个防卫。这是自我觉察的部分扭曲。

从此以后，你们每个人都以那个模式运转。你在这里的工作不是摆脱自己里头的

任何事物，不是改变你内在的任何事物，而是开始明白你真正是谁，让实相渗入，使得你可以更加充分活出实相，而不是活在幻象中。你需要幻象。它帮助你指出实相。它是与幻象的练习以强化实相。

举例来说，假如你从不知道“我的需求可能不会被满足”的恐惧～一种导致贪婪、贮存和执着的恐惧，那么连结和慷慨的意义会是什么呢？假如你没有“我可能被伤害。我的需求可能不会被满足”的感觉，当然给予是非常容易。没有自我或其它的感觉，所以你会给予、给予、再给予。这是非常美好，但是你需要学习什么呢？你在这里是要成长，所以你不断地被给予需要成长的催化剂。幻象是催化剂。这就是为什么你有这个“遗忘的罩纱"，当你出生时，罩纱隔绝你清楚地看见灵性的实相。否则，肉身的状态会是很单纯的自我控制：“在这情况下，我可以变得多强壮呢？有多坚定呢？" 但是你在这里是学习信心，不是自我控制；学习爱，不是意志力的展现。

很久很久以前，你已经学习需要战-或-逃的机制来防卫自我。现在，当你在黑暗的衣橱中，看到只有小我中心的自我的存在～“我对抗他们"的分离感～当你在那个状态时，接下来非常难理解你正在经验的是幻象。你继续防卫着。

所以，首先必须知道：“这是防卫的行为。这个行为将我掷入更深的分离幻象中。”然后，你可以注意浮现的判断：“我不应该做这个。”但是，亲爱的，假如这是一只小动物，或许是一只松鼠，你在牠后面以一根棍子追赶，牠转身逃跑，你会说：“你不应该逃跑。你应该信任我”吗？假如这个小动物在恐惧下攻击你，你会说“你不应该攻击我。你应该信任我吗？”或者你的内心会对这个小动物伸出援手吗？牠的恐惧如此紧绷以至于牠必须逃跑或是攻击。你会对牠感到怜悯。

你能够以相同的怜悯心看你自己吗？单纯地看到许多世的模式，知道此时你已达到一个觉察的层面，一个成长的层面，你不再需要盲目地追随这些模式。然而由于自我批判的反应，避免反应无法带来成长，只有出于对自我的怜悯心才会带来成长。怜悯心允许光的流入，允许忆起爱的元程序之深层实相。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。如同亚伦老师描述，你在肉身中几乎总是从内在、有些黑暗的心理和情绪的衣柜中成长。你可以质疑达到成长的或然率；然而你无法避免成长。这幻象以机械的力量，所谓的摩擦力、磨损的物理力量运作着。所有你需要与成长有关的事是荣耀和尊敬正发生的事情，集中更多、更清晰在当下时刻。观察当下，你正以肉身的心智尽力做你所能做的事。一旦被观察，催化剂将会敏锐地成长。不再需要进一步的行动，除了面对和祝福这个肉身，包含所有曲折的、迂回的密度和意想不到的事件。在转世的肉体橱柜和观点的限制中，我们请求你们对自己投以一种温暖和慈爱的关注。

进入这个架构，开启与光为友的内在记忆，光的记忆包含喜悦和肯定意像的使用，例如阳光在水上飞舞。这是元心智思考的方式。无法以逻辑形容。对这个心智而言，阳光是一首歌、一首诗、一段舞蹈、在炎炎夏日中一阵清凉的微风。藉由吟唱，许多人在混乱中发现阳光，在批判中发现自我悲悯，如这器皿一般，阅读启发性的著作，凝视视觉和触觉的艺术，清晰梦幻的阳光闪耀穿越艺术家表现爱的意义，以及更为完美的万物一体。随着一首真正悲伤的音符，以甜美的乐声贯穿肉体的头脑时，所以你能使用这些非逻辑的心象和练习来增加和倍增寂静冥想和交流的效果。

你们是其他人的光。其他人是你们的光。超越所有的一切你们被爱着。即使一刹那间，你屏息专注地思量这份爱的整体；这是全体自我对全体自我的爱。它只是

流过你。你毋需渴望它。你无法拥有它。它是你真实的身分。

当下次发现自我处在这种情绪的、封闭的黑暗中时，愿你们每一个人微笑。是的，我的朋友们，微笑并且伸出关注的指尖在不评断和怜悯的光辉上轻弹。
我们是 Q'uo，此时我们离开这个团体，很高兴能再次分享教导，这教导我们很多。每位来到这里的温柔生命，我们和亚伦大师感到喜悦。分享生命的字母汤是多么神奇！彼此相爱，当坚持头脑的限制观点时，释放极度的需求去发现阳光。我们在爱与光中离开你们。我们是你们熟知的 Q'uo。感谢你们，再会了。
Adonai。

亚伦：这是亚伦。我想提供一些简短的、练习的工具让你们考虑。如我的属光兄弟/姐妹所说，你可以想象自己在黑暗的衣橱，对恐惧黑暗的人抱持怜悯心。想象一个害怕狗的小孩，或许更有帮助。你牵着小孩的手，沿着街道走下去，突然有只大狗出现在你走的路上，小孩躲在你背后尖叫。假如你推小孩往前说着：“现在，你必须拍拍这只狗。”这个小孩可能克服恐惧足以去轻拍这只狗，但是他无法享受拍拍狗的乐趣。假如他不是被强迫的话，他将不会选择如此做。或者你可以对小孩说“我理解你多么恐惧。我认为这只狗看起来象是很好的狗。牠是只大狗。我将要拍拍牠。我们已经变成朋友了。”你拍拍牠，或许摇摇牠的脚。小孩没有压力的观看着。在小孩准备好走过去拍拍这只狗之前，需要多次和狗的接触。

你对小孩给予耐心和怜悯心，给你自己相同的耐心和怜悯心。明白了你经历多少世去建立起这些恐惧和分离的模式。当你承认自己的痛苦，自己的恐惧时，以怜悯心而不是批判迎接它，然后你给了自己一条回到光的道路。在你们生命中所有微小的催化剂之中，当某人说话，或突然间做某些事惹恼、冒犯你的时候，这是你们可以不断练习的事情。你不须要以非常沉重的心情练习它。你以小事情来练

习。在小孩学得去拍拍狗之前，你将不会要求他去拍一只大象或老虎。

当然，带入更多觉察的光进入自己有许多方法。我认为一种对许多人有用的练习方式是在你的脑海中栽植一座花园，想着所有的幼苗：慷慨、耐心、慈爱，很多很多…。他们有些在你自己里面已经是强壮的花朵，有些你看来是微小的种子。选择一个你自己可以观察的幼苗。

现在，非常难去评估这一株幼苗是慈爱的，所以你可能想要选择一个在外型上更容易观察的，例如耐心或慷慨。你注意到你多常是没有耐心，你多常害怕给予。你是否注意到你多常是有耐心和大方的吗？这里我不只是说物质方面的大方，而是对你的时间、你的能量的大方。

开始观察自己里面的一株小幼苗，例如，当你有动力去展现耐心或慷慨时，接着你听到微弱的声音说“不，我害怕"。承认它。并非说“你不应该害怕" 而是说“我听到你的恐惧，没有关系。"只是用你对小孩所做的方式说: “我听到你的恐惧"。接着做一个成熟的决定，在所有的可能性上，即使它是: “我将要有耐心。我将和恐惧同在，恐惧说着：「我的需求将不会被满足」或是「我可能被伤害」，我将请求自己要有耐心或是大方。接下来我将观察结果。”

当你每天进入练习时，你发现你可以改变旧有-心智的模式，你可以和恐惧同在，伸手触及光的开关，你可以保持连结到这个最深的真理与美，这就是你。

想到另一个工具：这是一种古老西藏冥想的练习，称作自他交换法（Tonglen）。它是一种非常简单的冥想。假如你想跟我一起练习，我会要求你闭上眼睛。首先，仅是知道你自己坐在光的圆柱中。深呼吸。感觉光从顶轮降

下，下降到心轮的中央。吐气和放松它，就这样光进入。吸气，光降下到心轮…吐气，放松…感觉你自己在光中扩展。开启那道光。注意有任何的抗拒，让它进入，软化周围的抗拒。

以这道充满你的光，带到你的内心和脑海中正在受苦的人的影像。他可能是你认识的某个人或是眼中闪过的陌生人；不是全世界的痛苦，只是一个人或不论你选哪种类型的一个生命形式。在这时候深呼吸，让光和爱的能量移到内心中央；接着呼出，引导光和爱到正在受苦的那个人。在光和爱中呼吸…引导痛苦离开那个人。吸入光，呼出光到它最被需要的地方，只是让光和爱的能量经由你传导…让这个人的受苦连结你的内心，内心期盼着“你正在受苦。愿你发现平静。对你的痛苦，愿你找到一个结束。愿你被疗愈。”让你自己成为这个爱的能量的管道。请你自己尝试一会儿，接下来我们将进入最后的步骤。

（当小组冥想时 暂停一会儿）

这个人的痛苦是如此沉重。你可以看到它宛如是一朵沉重、黏稠的黑云。你的美好期望被感觉到，但是黑暗是如此沉重，以至于它们无法完全穿透。现在我们扩展冥想，吸入爱和光。呼出，释放爱和光给那位正在受苦的人。现在，吸入你看到的黑暗，一样地，让黑暗穿越你的内心，但是不以任何方式停在你的内心。为了黑暗的释放，你只是传导。呼出和释放给上帝，给存有的根基，祂远为有技巧而且比你能够掌握这种负荷。吸入爱和光，释放给正在受苦的人。吸入痛苦和释放给永恒。吸入光。导引光到需要的地方。以任何你所能想象的形式，吸入这个痛苦。注意任何的抗拒，让它碰触你，让它进入你的内心，软化周围的抗拒，然后释放它。

当你练习这个冥想时，让它带领你回到和一切万有的连结，让它提醒你，你真正是爱、光、疗愈的管道，你同时也是一个治疗管道，经由你 痛苦发现可以释放自己，于是你的兄弟和姐妹不会在没有支持的情况下，负荷那些重担。现在我将安静几分钟，要求你自己练习。

（当小组练习时 暂停一会儿）

当你感到孤独、恐惧和处在黑暗中，做出觉察的选择去打开囚禁你在黑暗中幻象的门，并且带入光。但愿分享这道光给其他人，我知道没有比这更好的方法把光带给自己。它帮助你知晓你是谁，而且提醒你和一切万有连结。依循这条路去服务他人，以欢乐的意愿去服务，帮助你连结光和神性的自己。帮助你表达开始流经你的喜悦。带着增强的光，环绕着你的云变的更为透明，暴风雨开始吹散。

今天傍晚和你们全体分享讯息真是喜悦，一如以往，和我的兄弟/姐妹 Q'uo 分享能量和思维是一份深层的礼物。我感谢你们全体欢乐的参与这个寻求圈，感谢你们每个人在寻求过程中带来的爱与光。对你们全体献上我的爱。这就是全部

(c)2011 Translated & reviewed by Lady M.

☆ 第 1207 章集：亚伦与 Q'uo 对话之九

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 9

Copyright © 2007 L/L Research

1992 年 10 月 30 日

（这集会之前进行一段时间的调频和冥想）

艾瑞尔：我是艾瑞尔(Ariel)。我以爱问候你们，光的兄弟姐妹们，感激你们让我加入寻求圈。在这个房间内散发如此多的光辉，能在这里是个恩典。昨晚这个器皿感觉到一股超越所有二元性非常古老的能量。过去/现在/未来，那儿的确有这样一位观察者。

请你们理解，当我说话时，并不是圣灵在说话。圣灵无法表达如此的演说，而是必须透过理性体。当理性体存在时，我是不完美的。我对你们所表达的内容，只是我给予的意见，尽我所能的减少扭曲。我谦卑地请求，不论我说什么运用你们的辩识力。我并非提供大写的真理（Truth），而是最清楚的看见自己所能表达的真理。这就是我所能给予的全部。

我曾经对另一个城市的某个团体谈过关于地球的起源，就我理解起源和经验的方式；在无形层面的那些实体，在某方面他们被困住，需要更多的催化剂来学习，据了解这必须是一个爱的层面；无疑地，会有负面性进来，但是那些看见需求的实体自愿并且热切地给出自己，为这个层面打好爱的基础。这里我将不会多谈。我相信你们可以找到一份已写好的抄本。

我亲爱的兄弟姐妹们，你们已经学到了。我们称为地球实验的成功程度超越我们最狂放的想象。当然，在地球层面存在负面性，这是需要的。请你们理解这是为了学习的部分催化剂，长远而言，没有二元性，正极和负极之间没有差别，然而同时，因为负面性创造的痛苦，必须以爱来抵制负面性。

这个地球层面已发生如此美妙的事情，因为，身处第三密度的你们正在学习信心

与爱的功课，将很有深度地毕业进入第四和第五密度学习悲悯和智慧的功课。

当然，没有时间压力，所以你可能会问：“假如我们学会超前我们年级的功课，这有什么不同之处呢？”这不同之处是悲悯和智慧并非有限的技巧。当进入第四密度的存有拥有深厚的悲悯和智慧，他们所展现这些特质远超越在其他层面的学习。然而，我们的经验是那些穿越地球层面，技巧性运用催化剂的人们，已经扩展悲悯和智慧的见识，直到第七密度结束，并且以这种方式扩展了无限。

尽管上帝或永恒的悲悯和智慧是无限的，祂们同时也不断学习与不断扩展。由这个层面进入第七密度及最终第八密度的人们，回到灵体的本质时，带来更远为深厚的悲悯与智慧，而这也扩展了永恒与无限。

你们在地球上能够这么学习，接着移动超越地球层面，继续你们的旅程，当然，这使得地球层面成为负面能量的目标。你们理解曾有一种隔离圈，如你的形容，防止具体的接触，防止负面能量的造访。然而，我们当然必须尊重所有生命的自由意志。那么，在这些正面极性实体当中，我们尽己所能的帮助强化他们，并且教导如何工作负面能量。

爱是一项礼物，但它也可能变成一种扭曲。一个人必须学习如何以力量和信心来平衡爱。我说过，在某种意义上，在地球上智慧和悲悯的学习过程让我们心生敬畏。然而，必须十分注意，不要在学会信心和爱之前，就去学习悲悯和智慧，而是同时一起学习，或稍后学习悲悯和智慧。扭曲的悲悯会导致一种智慧的扭曲，不会以爱反对负面性，而是感觉需要聆听负面的声音。那么，负面性可能玩弄那悲悯和智慧，并且操弄未成熟的信心和爱。

身为向导和老师的我们，只能分享我们所理解的内容，完全尊重你们的自由意志。现在我们看到地球上的一个情况：经由你们自己扩展性的理解、好奇心，你们正向外探寻宇宙，带着这些麦克风，希望能拾起外太空的信号。在这宇宙中，你们正向外探寻以找到自己在宇宙中的真正位置。好比睿智的父母亲努力保护离家的小孩，我们不能做得更多了。我们只能提醒你们，不必恐惧而是去觉察。

由于来自这个层面的光之力量，许多实体内心怀着深厚的希望感，观察这场地球实验。特别像你们这样的团体同时吸引正面和负面实体的注意，你知道的。我们许多人的疑问是你们准备好进入第四密度了吗？假如不再有能量的隔离圈，地球上将会经验到负面的猛烈攻击，你们准备好面对了吗？根本上，你是否已发展出那样的信心？

你们团体做的许多工作正是加深智慧与悲悯。不要忽视爱和信心的深化。这比较难用言语表达。你们可以建议技巧，如同昨晚 Q'uo 和亚伦建议的策略，在某种意义上，为了工作你们密度的催化剂。不要忘了祈祷的力量以及和那道光连结的力量。我知道我无须再对这个团体说这些话，今天我所说的你们早就知道。我只希望提醒你们，以信心和爱锻鍊你的智慧的重要性，好让你不会变得不平衡，而且负面实体比较不容易透过尚未坚定理解的爱之扭曲来影响你。

今天感谢你们让我分享这些。我知道光的兄弟/姐妹 Q'uo 和亚伦也想要对你们说话，并回答你们的问题。对你们每个人献上喜悦的爱，此时我离开这个器皿。

亚伦：这是亚伦。对你们全体献上我的爱。芭芭拉依旧在深层的出神状态。因为她耳朵是聋的，你们无法叫她的名字带她离开出神状态。我想请求你们导引能量给她，只是在你们的脑海中呼叫她的名字，我也将这样做。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候全体。和你们谈话的荣耀令人感激，如同艾瑞尔说的我们只是提供意见。

在你们相对性的宇宙中，瞄准一个绝对目标是困难的，一个人可能趋近目标，但是无法达到绝对。还是一样，我们鼓励每个人去安慰、保护和支持那位朝圣者，他的内心渴望一种几乎纯然的经验，成为理则的永恒和无限之光的透明管道，理则是永恒和无限之光的具体象征。

稍早的演讲是关于漫长而艰辛的道途需要耐力。或许会纳闷为什么耐力首先呼求信心，其次才是理解和智慧。智慧的典型特征是规律化(regulate)的能力。这个能力在身体内被视为肉体能量的赋能者，它控制和管理而不是完全的开放或不受控制。然而，规律化能量的需求不能置放在坚定的和持续的悲悯心发展之前。悲悯心是信心的必然结果。因此，首要坚持的是有意识地激励和鼓舞自我拥有傻呼呼的信心，这在这胆怯懦弱的世界的眼光中是傻呼呼的。

喧嚣的世界转向试图坚持奉献给为信心生活的人，对他说着："你无法了解全貌，关于你们称为文明和社会互动的污秽现实面，你一无所知。"然而，那些真正试图生活在信心中的人们比起如此愤世嫉俗和世故的人，往往更接受被缠绕在幻象中的这些爬满藤蔓的暗黑能量。你看，他们试图去规律化一个未被宽恕的人生。

寻求者首先必须有信心面对各式各样的存有，他们组成全我。全体自我包含一样多的负面性和正面性经验，寻求者拥抱这些经验。寻求者有信心拥抱全体，而不控制或批判自然方式的整个面向。因此，这个人生被自我所救赎和宽恕。只有智

慧妨碍这个过程，说着：“你必须远离怨恨和嘲笑，远离负面想法的污秽和不协调，而要进入光和喜悦的心智、情感、灵性净土。”

假如自我在已经宽恕全体自我之前进入智慧的学习，智慧将会分裂自我对抗自我。除了藉由信心，一个人如何能够宽恕那些人格境域— 那些能够做出谋杀、偷窃、众多憾事的人格？

什么是信心？你能从另一个人身上捕抓信心吗？你能在学校学习信心吗？我们认为开始接纳当下事情的本质，显然是进入有信心的生活的快速入口。当你决定承诺自己要有信心的生活时，假如当下你面临塞车，第一个信心的行动是去体验在熙攘往来繁忙街道中所见的一切美丽事务。凭借着信心，你突然间体验更轻盈地坐在车内，和爱连结，尊敬掌舵的方向盘、排档、传动装置。一切只需要被自我深深地接纳。 接下来 是漫长、漫长的朝 圣之旅，在旅程中深化信心的生活，对于非常复杂和令人烦恼的生活环境，觉察信心 而非语言或显化，让它提供更为真实的建议和解决方法。

只有当朝圣者坚实且坚定地奉献给信心的一生时，于是开启心轮，让心之能量毫无停止或阻碍的流动、流动、流动，然后才是考量智慧的时机。

亚伦和我们能邀请提问吗？

亚伦：我是亚伦。亲爱的朋友们，容我邀请你们发问，不必是关于刚刚所说的内容，而是关于今早你们内心有疑惑的问题。这就是全部。

卡拉：我们在灵性道途上工作(自己)一段时间了，当在经历日常生活时，我们在

使用肯定语方面似乎没有比刚开始时更加聪明。我认为无休止地祈祷是个理想，但我似乎仅能做到目前的地步。

D：卡拉，你正问到了在我脑海中已想了一星期的问题。

卡拉：Q'uo，我们如何能比现在的情况更接近信实呢？

亚伦：我是亚伦。无休止地祈祷的概念及其经验有个不同之处。当你认为祈祷是观念时，祈祷变成另一个“应该”的事，另一个要抓住的事。我请你们思考，超越思考和概念，你可以用什么方式更深层地允许它的经验。这就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，我们将留给你们一些想法，让能量再度流经亚伦和芭芭拉。

我们说在学习信心上，你们最大的力量是彼此。我们知道你们重视彼此，我们鼓励每个人对彼此拥有一个明亮、深情，但是完全坚持的热忱。在每一种关系上，每个人都可以教导、学习、伤害、疗愈，可以一起做任何事情，比单独一个人做更好、更有效率。因此，当有时空距离时，我们鼓励你们彼此以信件联系，以至于当全体聚在一起时，已经是饱满和深情的交互作用能量，它赋予每个人力量；更重要的，赋予力量给属于这个团体的成长中超灵（Oversoul），藉由集中焦点于这个存有上，它是这个其他团体的一部份。

在社会记忆复合体的生命上，你们形成而且改良起始的尝试。你们位于空间/时间的这个关键时刻，正开始发现友伴关系更加有帮助。这是朝着你们第四密度经验的自然进展。欢迎来到新时代的开端。

我们离开这个器皿和这个团体，在太一无限理则的爱与光中感到自豪。再会，平安。

我是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。关于信心只有这么多可以谈论。我不希望显得唠叨，然而我希望以不同的观点谈论昨晚我的兄弟/姐妹 Q'uo 谈到的内容。在我谈论关于敞开内心和对人具备悲悯心之后，Q'uo 说："你们向往敞开内心和悲悯心，但是却发现自己阻塞了。"你们同时向往有信心的生活，发现自己阻塞了。你们许多人拥有高智力，由于遇到挫折，偶而你们会运用智力做为理解的方式。你们想要感觉有信心，但是你们无法强迫自己，你们自己无法创造内在的信心。你们只能温柔地移除通往信心的妨碍，好让信心的自然显露能在你的内在扩展。

我想要指出的是你可能抓住理解，在某种意义上，那是抓住控制，它从恐惧的地方生长。

爱没有处理概念，而是穿透所有概念和表象，直达事物的真实本质。当催化剂在你的生活中创造痛苦和困惑时，你努力去理解它，以聪明的方法处理它，以至于你可以给自己一项计划 ~ "我可以做这个和做那个和那个" ~ 这带你更远离信心。当你可以注意内在恐惧的升起时[该恐惧建立在令人不舒服的催化剂之上]，当你能够注意控制的渴望时[该渴望出自于恐惧]，你就可以返回敞开内心的境地。

我无法说明信心是什么。我只能谈论信心如何显化它自己，或许首要的显化是敞开的心轮。我会称之为臣服的心，内心明了："我不是在控制。我不是在做这场表演。我并非真正理解任何事，但是我将试着以爱来面对发生在我面前的任何事。

我将试着以悲悯陪伴恐惧，允许恐惧溶解，于是我可以回到爱中。”这是信心的展现，不是思考信心而是活在信心中。

以此方式，信心置于智慧之前。你毋需知道任何事情，只要追随敞开内心的指引。当你追随指引时，放下所有控制的需求，在那当下尽可能慈爱地和催化剂同在，然后心智停止了思考、抓取、计划、控制。然后心智自由地穿透思考的境地，而且在思考无法带你到达的层面上，你真正理解了。

假如臣服是信心的显化，那么勇气、意志力、决心、能量是使臣服变为可能的因素。面对未知比面对已知的恐惧更为困难。臣服并不意味着“我放弃"和停止表达你的能量。臣服意味着朝爱的方向表达你的能量，虽然不知道要前往何处。在你们人类的躯壳中，你无法预知带领你的道路，你无法知道你或其他人需要学习的课程。

这里我想要举芭芭拉已看到的一个前世经验作为例子。一个令她极度痛苦的前世，在那一世她最终发现真正的宽恕和伟大的爱。这个存有曾是一位美洲印第安人巫医。在许多人的请求下，他倡导和平并且组织一个和平协商会，来自许多的部落和其他种族的人参加协商会。有一个部落带有极大的恐惧，他们闯入并屠杀了整个团体。然后，白人士兵在山丘上横扫且屠杀的这个部落，甚至连妇人和小孩都不放过。

芭芭拉过去是这个印第安巫医，在那场攻击中他幸存下来了。他坐在山丘上问自己“我做错了什么呢？我带来了这场屠杀。不知怎的，我应该已经知道做这些是没有用的。看看所有的死者，所有的牺牲者。我是不是该负责？”他尚未学习到信心的课题，所以在脑海中他带着罪咎、自责和自我仇恨，责怪自己和惩罚自

己。他原谅其他人，但是就是无法原谅自己。

他无法理解在某方面这场屠杀对他们学习和平是必须的历程。这些人团结在一起成立并签署和平协定，这是一种非常脆弱的和平协定。每个部落的人都因着恐惧的爆发而受苦。每个部落的人带着这些经验回家，说着：“假如我们内心有和平，这场屠杀将不会发生。”

无须责怪任何人。每个人的恐惧牵涉其中，这是他们需要学习之处。他们试过温和的学习方式，无法学习到什么。几年后产生的和平是建构在失去和痛苦的经验上。失去和痛苦是必须的呐喊，为了开启内心和彼此信任，于是不再继续摧毁彼此。

这位美洲印第安人坐在那儿，他没有信心。他认为他知道他们需要学习什么，那就是和平。他是对的，这就是他们需要学习之处。但是他认为他知道他们如何学习到和平。你永远不会知道。你无法知道其他人需要什么才能学会。你无法拿掉别人的课程。在任何情况下，你只能尽可能净化自己的能量然后臣服：“的确，愿?的旨意承行[1]。我并不知道任何事情。”

你是否看见？你如何努力在概念上去理解，去归类一切，和做逻辑的解释，这些努力提供你一种逃避，远离远为艰难的任务— 拥有信心。

在这方面，悲悯心也可以被误用。关于悲悯心和互累症，我对此已说过非常、非常多次，当一个人的能量被扭曲进入不成熟模式，你很难在这个情况中拥有信心并且把爱的能量给予那个人，而且要对那些不成熟的模式说不，那么你不会助长这些模式。

悲悯被扭曲成 “我想要帮助"。只要你说“我想要帮助"，你必须问自己“为什么我想要帮助呢？是不是他们的痛苦对我而言太痛苦，以致于我想要解决他们的痛苦呢？我能信任整个情况，回到信心与爱，陪伴内心的恐惧，看看我的痛苦如何反映他们的痛苦吗？当我碰触到内心的恐惧时，我发现什么？我想要修好谁他们或我？我是否想要修好他们好让自己无须关注我内在的扭曲，因为那面提醒我的镜子将被去除？

当这个朋友或所爱的人处在痛苦中，我能有信心吗？我在痛苦的情况下，由于有可学习的部份，我能够真正的说“愿?的旨意承行”[2] 同时停止尝试要使任何特别的事发生，只是尽己所能的 以最大的爱和无论是什么的现况同在吗？

我以前说过，这过程并不意味没有能量，没有努力。但努力用在什么地方：修复、臣服或给予爱？释放控制的需求，看到恐惧的来源并且放手是人类最艰难的一个经验。然而，唯有从深厚的信心立足，才能发展出无扭曲的智慧和悲悯，那贯穿深层实相的智慧，而非思考关于实相的东西，从一切万有的连结中滋长的悲悯，而非悲悯的概念— 那只是覆盖在你的痛苦上的一条绷带。

你如何发现这种信心呢？它需要练习。这就是为什么你在这里。记住，在本质上，你们每一位都是穿着一套人间衣服的天使。这个身体包覆了你的真正本质，允许你穿越地球层面的各种状况— 提供学习机会给你。

你越是允许自己了解灵性和肉体的都是真的，你同时在这二个层面上学习，你越是可以活在信心中。当恐惧占据你时，非常容易忘记你是谁。你无休止地祈祷帮助你维持连结。

当我听到“无休止地祈祷时" 这句话时，我想到的是觉察灿烂光辉的流动，可以这么说，那条连结神性与你的脐带，所以你绝不会忘记你是谁。当你不会忘记你是谁时，你也不会忘记别人是谁。别人正是你的另一部份，是上帝的另一部份。所以这是一个加深信心的工具，另一个是觉察。

它们是彼此的一部分：祈祷和觉察。在此，觉察描述什么东西阻塞了信心，觉察鼓励一种意愿去探寻神圣之手，引导那股能量进入你自己，敞开内心，慈爱地问候每个催化剂，超越你的恐惧，保持内心的敞开而使你能够真正地说(祷辞)“愿?的旨意承行。[3] 我不是要控制。我臣服。我给予爱的能量，不论用什么方式，最佳地疗愈这个情况，不论用什么方式，将发生最好的学习。但是我不知道那是什么。与其试着用头脑恐惧的宝座 想明白，我将试着理解它，用心聆听。" 这就是我知道的，开始在信心中活出生命的最好方式。

此时，我想请问有没有问题。

（没有问题）

在这个房间分享爱的能量是如此地喜悦。我感谢你们全体 给我们机会和你们说话并且提供想法。我感谢我的兄弟/姐妹 Q'uo 让我们有机会来回传递讯息，彼此学习和教导。

我回应 Q'uo 的话：当你的内心开启，当你们彼此之间进行深入的分享和沟通时，你们正尽可能地接近人类第四密度的群体经验。虽然你明了不需要在这个密度练习在其他密度将会学习的课程时，然而你们全体正在做这种转变。你正在开

始理解你可以对其他人敞开内心，当它被分享时，你的能量变得巨大许多，当能量被分享时，具有信心是多么容易。说到这里，对你们每个人献上我的爱。这就是全部。

原注

[1]参考新约圣经：马太福音 6：10；路加福音 22：42。

[2]同上

[3]同上

(c)2011 Translated & reviewed by Lady M.

☆ 第 1208 章集：爱与光早期资料#24

Copyright © 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org 周二冥想

1974 年 3 月 19 日

(译注:为了精简文字，原文中的听不见- inaudible-一律改为 <...>)

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再次和你们同在是个大荣幸. 今晚这里有许多人渴望接触我们. 很荣幸和许多有相同渴望的实体同在. 在地球人的渴望范围之内，我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]在此以任何方式接触你们.

我和 Laitos 兄弟将在此时调节你们每个人，因为你们渴望我们的接触，我们将使用那些觉察我们想法到足够程度的实体来传讯. 我将在此时试图透过另一位器皿说话.

(无名氏传讯)
我是 Hatonn，透过这个器皿说话是个荣幸. 重点只在于敞开你自己，只需要清空你脑袋中的所有想法. 我将离开这个器皿，继续调节那些渴望通讯的人.

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，我很快乐地使用每一位新来的器皿. 我和弟兄们都至为荣幸地同你们一起工作. 我们唯一的渴望就是以任何可能的方式服务你们，并且帮助所有想要接触我们的人获得讯息. 所以 我们非常愉快能够发展新的器皿，好比你们.

我们向你们担保，如果你渴望获得这份能力，它就会来临. 你只需要放松、冥想、敞开自己接收我们的通讯.

我的朋友，你的冥想如同某种储存能量的过程; 如果你愿意，它是提升你潜在力量的过程. 考量这点，我的朋友，它的确是个服务，透过它 我们能够直接传导我们的想法给你. 但 我的朋友，难道我们不都是管道，在我们所有的面向中 难道我们不都在展示某个东西? 我的朋友，你是否展现?

我的朋友，看看你们的周围，注视那奔驰在海岸边的海水，自由地流动，不选择(方向)，无限地、均等地从这处移动到那处. 看看落入海洋的雨水，它不选择掉到

这里或那里，而是均等地散布.

我的朋友，考虑大气层，它恒常地在你们的两极周围流动<...> 它不选取这个或那个航向，而是均等地选择全部.

我的朋友，大地并不选择，而将服务给予任何请求的人.

我的朋友，你们都是管道，每一天都反映在你的作为和言语上头.

我的朋友，拿取你已提升的潜能，因为你确实拥有它，尽你所能地展现它，因为你们早已是管道；不过 有个地方可以进行直接的接触，好比现在这些通讯，以及许多其他你们从服务无限造物者的星球联邦那儿听到的讯息.

我们非常快活地和你们相处，此时 我将试图转移通讯到另一个管道上头.

(无名氏传讯)
我是 Hatonn，我现在和这个器皿同在. 这个器皿必须尝试清空他的脑袋好更佳地接收我们的思维. 许多地球人将成为管道，有许多工作等待被完成. 伟大的收割时节即将到来. 我们服务无限造物者的星球联邦准备好协助这场收割. 很快地，我的朋友，你们将有很多机会去服务人类同伴，比你们现在的机会要多许多.

<...> 你们能够透过刺激他人寻求真理而服务，从而协助他们加速灵性进展. 我的朋友，这是一个人能为另一个人做的最伟大的事了：协助另一个实体的灵性进化. 我们在过去说过许多次，我们总是准备好帮助你们— 这是我们的目标. 你们只需要渴望它，敞开自己. 现在试图使用另一个我们正在调节的新进器皿.

[停顿]
我再次和这个器皿同在. 抱歉 我不能进入 R 实体. 我们有信心她将 <...>

(Don 传讯)
我现在和这个器皿同在，我是 Hatonn. 很荣幸调节每一位有此渴望的人. 此时 我位于一架宇宙飞船中，就在你们住所正上方的高空. 我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]使用它在行星和行星之间旅行. 它是小型宇宙飞船，但足以实践我们的目标，允许我们许多移动的自由. 我们觉察你们地球人曾多次看见我们的宇宙飞船 却不理解我们造访地球的目的. 然而，这没有问题. 我们的布标是让我们的宇宙飞船在某种程度上被看见. 有许多居住在地球上的实体开始思考我们的宇宙飞船，同时想到它的真正身分: 一架来自其他行星的宇宙飞船. 他们将不会惊讶地学到这些宇宙飞船的乘客递送讯息给地球人. 在过去数年间创造了这种状态，而这个状态是促成许多地球人寻求的最佳状态.

如果一个人想要领悟造物的真理，他必须寻求这份真理. 在不久的未来，将有许多人寻求宇宙造物的真理. 在过去，许多人寻求我们宇宙飞船的真相，但他们没有什么真正的收获.

若一个人确实想要有益的进展，他必须在灵性方面寻求. 我们试图提供一个氛围，让我们的出现刺激人们的寻求. 然后 我们试图提供答案，回答关于灵性方面的寻求的问题.
[录音带结束]

***

Copyright © 2005 L/L Research

周二冥想

1974 年 3 月 19 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 今晚和你们同在是个大荣幸. 我们总是非常荣幸能和那些寻求的实体同在.

我的朋友，你们是寻求者. 如果你们不是 就不会坐在这里. 我的朋友，寻求是你此时做的最重要的事，而且在任何过去时刻，任何未来时刻，它都是最重要的事.

你们可能会问，为什么寻求有如此的重要性? 朋友们，我们都在进化. 在你们星球上有许多种进化理论，没有一个是正确的. 进化的发生相当为意识的产物. 意识有几种不同的进化方式，但唯有透过意识的导引 意识才会快速地进化. 这个方向被知晓为寻求. 你们星球的人群寻求许多事物，然而 只有很少很少人寻求去理解自己的意识; 然而 一个人如果要加速他的进化，这是必须的工作.

许多问题折磨着你们星球的人群; 有政治方面的问题，经济方面的问题，情感方面的问题，还有许许多多其他的问题. 你们星球上 有些人却一点也不受影响，因为他们意识的进化使得他们的存在状态不受这些状况的影响. 然后 这些人就是能够服务他人的实体，在发现寻求的必要和喜乐的过程中 服务他人. 他们能够去服务他人，因为他们能够展现他们透过寻求得来的知识.

一个人在每日生活中对于每一个感觉到的效应都有个反应; 这个人经验的反应取决于他的进化状态. 你们知悉的耶稣— 你们星球上最后一位伟大老师，他对于所

处环境的效应展现的反应和他周遭的人相当不同. 他的各种反应源自于他自己高度进化的意识状态. 他能够体现所有他经验的真理，于是真正以智能反应 同时服务他的人类同胞，人们认可他是一个可以被追随的实体. 我的朋友，这是提供教育的唯一方法，而这个教育对于地球人进行意识进化是必须的. 这里有个很好的原因，我的朋友，那就是没有更好的方法了.

一个人必须启始他自己的寻求，一旦启始他的寻求，他必须持续寻求 通往了悟和理解的状态. 以此方法，没有其他方法，当他能够启始寻求过程，他开始进化.

你们星球上有许多人已抵达那个状态，只需要一点点的引诱向前移动短短的距离，即可通往我们全都理解的，我们真正渴望的目标.

此时，我将转移通讯到另一个器皿那儿.

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，如我刚才说的，我的朋友，你们的寻求是至为重要的.

容我们说，你可以想象一个具备两个要素的投影机; 一个要素是它瞄准的方向，另一个是驱动寻求的原力. 寻求本身大部分是投影机的方向部分，驱动这个寻求的能量是存在于你和造物之间的合一机能. 所有实体在全时间都可取得无限额度的能量，在适当地导引和充分地实现之际，一个人可以寻求的范围是没有限制的. 无论如何，横亘在该寻求者和宇宙造物之间的合一实现程度依着个人而有不同; 透过冥想 寻求者可以更靠近、更坚定地实现合一. 小心地将寻求置于中心，瞄准目标，能量管道敞开，于是你们踏上寻求之路.

我们觉察到 说的几乎总是比做的简单; 我们不想要你们以为 我们并不觉察你们在这幻象中工作的种种困难. 但是, 我的朋友, 你们所寻求的就在你的四周. 你们筑起高墙 隔绝你所寻求的东西, 因为在这个幻象中, 拥有物理的墙壁、心理的防卫墙、情感的高墙似乎是个产生安全的要素. 因为, 一个人想要安全地待在自己的高墙里头, 在他的幻象中, 这些墙壁使他感到安全.

但是, 我的朋友, 这是幻象; 实相为你们皆为合一的部分, 除了你以外 没有其他人. 你所寻求的即是你的本是. 你只需求充分地了悟这合一, 你所寻求的将是你的东西. 我的朋友, 这是你们的天赋权利.

我们很荣幸可以试图去警醒那些想要听到这些讯息的地球人. 我们希望这些想法对你们有所帮助.

此时 我将离开这个器皿. 我在无限造物者的爱与光中离开你们.
Adonai. 我的朋友. Adonai Vasu.

(V)2011 Digested, adapted & translated by c.T.

☆ **第 1209 章集：违背一的法则?**

Copyright © 2010 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编,可能包含一些扭曲!
是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2010 年三月 13 日

Jim: 今天傍晚的问题从一段 Ra 的引文开始: “控制. 了解到它对于理解[容我们说]的成长是没有助益的，这点至为重要.一个实体不需去控制思想过程或冲动，除非这样会导致与一的法则不一致的后果.”

G 的问题如下:“我不理解一个行动可能是和一的法则不一致，因为 Ra 曾在一的法则书上说，一的法则并不漠视光明或是黑暗，而是提供给这两种极性使用.

那么 任何事物，即使是不和谐，甚至有意识的摒弃一的法则，又如何能够和一的法则不一致?

(Carla 传讯)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天傍晚，在祂的服务中 我们和你们同在. 极为荣幸地被你们呼叫，前来加入你们的寻求圈; 我们感谢你们. 我们至为快乐地谈论你们的询问.

然而，一如往常，在我们透过这个器皿讲话之前，我们请求你们每个人在聆听这些想法时，使用你们的识别力和鉴赏力. 找到那些你有共鸣的想法，保存它们，照你的意思工作它们. 如果我们说的东西没有引起你的共鸣，随它去 放掉它，继续前进. 你们每个人都有一条独特的寻求路径，此刻为你存在的东西自会以特定的方式跳出来，接着你将知道它. 所以，我们请求你们信赖自己的识别力和鉴赏力，善用它们. 如果愿意为我们这么做，我们就能够提供各种想法，无须担心可

能会冒犯你们的自由意志. 我们感谢你们的这份考量.

我的朋友，很可能没有任何单一议题会比服务他人和服务自我的议题更为纠结、更充满矛盾了. 发问者在问题中很清楚地带出那种矛盾，如果所有事物都是一的法则的一部分，如果万事万物都有完全的合一，任何行动如何可能和一的法则不一致? 所以 让我们在言语和智力过程的极限内 解开该矛盾.

首先，让我们停驻在完全合一的概念上一会儿. 甚至在这个房间内，这个寻求圈当中的每个成员都有明显的不同. 有些是生物女性，其他是生物男性. 每个成员在年龄、人格类型等等都有差异. 当你扩展视野到全球的完整范围，你看见几乎是无尽的多样性个体，他们全都是人类种族的一部分，不过他们的肉体、情感、心理特征都具有广大的多样性.

将你们紧密结合在合一之内的不是肉眼所见或任何感官侦测的东西. 将你们紧密结合的是你们的源头、结局、精华. 你们的源头是爱，无条件的爱; 也就是理则，神性的主动原则. 爱的思维，透过自由意志联合光，于焉创造无限造物的所有密度，和其中所有的幻象; 它使这些幻象充满神性原则的众多火花— 你们、我们，和芸芸众生. 这是你们的共通性: 你们由爱创造，你们是相连的.

许多这些连结是未赋能的，不过它们潜藏着等待赋能，无论何时 当你有意识地和另一个实体连结; 甚至在那些片刻中就形成无限的连结样式. 即使你只在一瞬间碰触另一个实体的灵光圈，你在某种程度上觉察那个连结，它将永远持续，已赋能 并属于特定的类型和强度.

你们是那些储存和花费能量的实体. 你内在的光无休止地流动穿越你的能量体，

接着返回太一无限造物者; 你同时使用那道光，以你的意图染色那道光. 当你的觉察逐渐增长，你觉察自己有个意志，并且可以使用该意志设定意图，开始创造一个你想望的宇宙，于是你具备力量去强化和赋能那道穿越你的光.

你们的结局是同一的，因为你们是同行的朝圣者，走过一个又一个的经验，收集每一朵花的甜美，每一个忧伤的酸楚，每一个悲剧的惨状，见证、积聚、分类、分析，使用你拥有的经验，恒常地藉由你选择看见什么、理解什么、持守和释放了什么来蜕变自己. 你的途径虽然是独特的，无可避免地有个普遍的弧线，因为在时间和空间满全之际，你们将环行回到源头，再次被带入造物主之中; 你渴慕的那位，你为祂而活，为祂收集这些经验、印象、纯粹的见证时刻，这些蜕变改变造物主认识自己的知识.

在这个终极的水平上，没有任何概念是可接受或不能接受的，因为一切为一，在它的地基、开端、尽头皆是如此. 而在另一个水平上 那些可能被视为对服务他人不恰当或不一致的选择，在这个水平上，则完全不用考量，因为它们全是浓淡不同的颜色，当它们整体被采纳 便成为纯粹的白光 [透过各个密度的净化和精炼].

在座的每个人，以及地球上的每一个人，都在此时工作一的法则，相当矛盾的是，也是在同一个水平 你们被要求去分辨什么是服务他人[极性]，什么是服务自我[极性].

以我们谦卑的意见，这个问题具有无尽的主观性. 一个人无法创造一个服务他人的教条或信条. 回顾你们星球的历史，过去每一个这类的尝试总是失败的.

当然，大体而言，一个人可以说: “汝不可窃盗”、“汝不可通奸”、“汝不可通

奸”、“汝不可滥用上主的名字”、“汝不可有其他神，除了单一上帝”、“汝不可雕刻偶像”，等等. 不过，只要你竖起一座真理的神庙或公义、公正、规则之栋梁，你等于在乞求例外反证规则，反常现象破坏真理之栋梁.

你必须看见服务他人和服务自我是非常个人的东西，你在自己的人生中判断、感觉、显化它，而非别人的人生. 不过，当我们说它是从地球学校毕业的必要条件，也就是说，一个人选择极化朝向服务他人或服务自我，它真正的意义是非常简单和清晰的极化原则.

虽然在某种程度上 你如何极化朝向服务他人是主观的; 但服务造物主的构想藉由服务所有其他-自我彷彿他们就是自己来实践，这是一个清澈和清楚的坚实原则. 虽然有许多种方式去接近服务他人的概念，很可能只有两种基本方式为自己做决定，那就是选择如何在你的王国中对待一个自我，不管是指自己或另一个自我.

一个(基本)方式为强烈地、持续地聚焦在造物主上头，寻求造物主的面容，飢渴地寻求造物主，并且鼓励自己越来越多地助长这份飢饿，越来越多地渴求奉献、祈祷、赞美、感恩、练习太一造物者的临在.

当你那么做，你来到一个选择点，你可以呼喊，

[歌唱]
引领我 上主，凭汝之公义引领我
使我明白汝之道路
因为是 上主，唯有祢
使我安住在公义中

这是奉献之道，当你祈祷：“引领我 上主”，你将被引领，因为圣灵会快速地回应这个呼求，天使群聚集 飞奔向一个不寻求俗世之王国，只寻求天父意志的实体.

不过，对于许多人而言，奉献之道是个干旱和枯燥的沙漠；对于这些人 我们鼓励另一种方式：理智和心轮之道.

如果你追随这条途径 你可以问自己两个问题：“分析这个时刻，分析这个选择点；服务在哪里？爱在哪里？”在你的人生中，有 100 个案例，你能够在其中 99 个案例以这种方式推论出一个行动方案去帮助另一个实体.

当你移动到第二个轨道，再次参与心的活动，你单纯地问自己：“在这个选择中，我的心在哪里开启？”“什么选择使我感觉能量流动穿过我的心？”

“我是否正在促进合一？是否正在促进爱？是否正在促进希望？我是否提供安慰、支持、同情心？我是否在倾听？”

所有这些说法都指向同一件事：“我是否打开我的心？”

彷佛在这个世界有一股批判的浪潮想要扑灭光，想要批判不同的人群，想要使人群感觉不好. 面对这股上升的暗黑浪潮 有根柔弱、微弱、闪烁的蜡烛站立着，它是爱的蜡烛；所有世界中的黑暗都无法扑灭你心中的这盏烛光. 所以，“这属于你的小小火光，你可以让它闪耀”.

就是在这个水平，极性选择的水平上，Ra 群体谈论所有事物在思想和行动的领域

中皆是可接受的 只要它们不冒犯另一个实体.

明确地，在这个时刻，Ra 群体述说的是如何服务他人以及如何增加正面极性. Ra 群体，偕同 Hatonn 群体，以及 Latwii 群体，他们共同组成 Q'uo 原则，来到这个寻求圈做为正面极性的代表. 当我们处理正面极性的议题，真正首先的规则就是自由意志法则. 在一的法则之下，你们是物理实体，也是灵性实体，你们走在正面极性的途径上，你们的权利终止于鼻端、指尖、嘴巴、脚跟.

换句话说，任意地思考不会冒犯他人. 说出你思考的东西是个无极化的动作 除非它隶属于服务他人的修养. 因此，Ra 群体试图说的是: 为了认识自己，思考 360 度的可能性是探索的一部分. 但是，就正面极性的立场，未经他人的请求 去插手他人的事务就与一的法则不一致.

如果一个人在第三密度极化的幻象中 尝试活出全面合一的第六密度理解，将会产生深度的混淆; 将会中断你的极性的平顺进展. 在第三密度中 你们的课程是如何透过你的思考和你的生活方式去扩大光. 那么，明显地，如果他人没有请求你的意见或行动，你就把一己的话语或行动加诸他人，你就不再尊重他们的自由意志. 你不再视他们和自己平等; 反而削弱他们.

这个基本原则的应用数目是无限多. 一个这类明显的冒犯是某个实体为了某种原因在性欲方面掠夺另一个人. 这个强暴犯在法庭上可能说: “她自找的，我只是给予她想要的东西.” 就事实点而论，她并未要求这件事，她的自由意志不被尊重，该强暴犯深度地侵犯她. 这是一个相当直白的范例，好让我们清楚地陈述我们的论点.

一个人思想和他人做爱，这件事没有极性，因为他尚未从想法前往行动. 依照这样的想法去行动，而且没有征求对方同意，这种冒犯并未导向服务他人，也不会协助寻求者理解什么是服务他人. 这是我们要说的基本要旨. 我们希望这场讨论可以为 G 实体带来洞见，我们感谢他这次的询问.

如我们这次演说的开场白，再没有比如何服务、如何极化、如何毕业更纠结的问题. 不过，对于那些服务他人导向的实体，它们可以归结为一点: 看待每一个人，包括你自己，为一个灵魂; 在灵魂的水平上去同理他人和自己.

如 M 实体稍早所说，要找到一个方法去爱那不可爱的实体是困难的; 好比她每天搭公交车都会碰到一个面目可憎、经常喧哗吵闹，老是不识抬举的家伙. 然而，当那个片刻来到，她打破所有的障碍，真切地看见那个实体为一个灵魂，在没有冒犯他的自由意志之前提下 协助该实体. 当时发生了一个真实的接触，爱被分享，双方都感受到爱. 接着 这个世界改变了，不只为了 M 和她帮助的实体，也为了全球的振动，因着 M 内在的光获得照亮.

她是否拥有这道光? 不. 她只是捕捉到光通过的片刻，把它导引到服务他人的用途. 这个行动具有深度的力量. 没有需要剥夺纯粹的第六密度理解 只为了述说第三密度的课程是深度极化的.

我们感谢 G 实体这次的询问. 并在此时开放接受在场各位的提问.

此时是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 我有个来自 S 的问题. 当我们哭出喜悦的眼泪，我们脉轮系统的内在发生怎

样的振动性改变？你们可否讨论在痛苦中哭泣 Vs.发自感谢或喜悦的哭泣其中的任何灵性原则?

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 一般来说，哭喊是一种释放压力，清理能量体的行为. 如 S 实体所说，有不同的哭喊的理由. 当一个人带着喜悦哭泣，他正开启整个能量体，因为喜悦是太一无限造物者的造物的稳定状态. 喜悦和至福是敞开心轮的预设状态. 结果是，哭出喜悦的眼泪移除觉察的过度活动，当情感的敏锐度变得太高而无法承受，这个行为可以大量清理整个能量体.

当一个人因为愤怒而哭喊，它清理那些受到愤怒影响的能量中心. 愤怒有各种不同的类型. 一般而言，这些眼泪清理的是过度充能的脉轮，而非脉轮欠缺能量的阻塞; 好比爆破一个能量中心[不管是红色、橙色、黄色]里面的坚固水坝，于是表达出那股能量.

不管一个人如何感觉眼泪，或眼泪来自怎样的源头; 如果它们是真诚、自发性的眼泪，我们珍惜它们全体，因为它们可以很好地平衡能量体，同时释放在某个能量中心中过度活跃的能量; 或在某些情况中 整个能量体都过度活跃.

唯有当眼泪被用来当作武器，用以操控他人，那么 眼泪就不会促成能量体的释放或平衡. 在那种情况中，眼泪被用来操控，就事实点而言，将会造成某个能量中心的过度活动或阻塞.

我们是 Q'uo 群体，此时是否有另一个询问?

L: 我有个询问，Q'uo. 如果一个人花了很大的工夫去写作一本小说作品，他这样

做的同时是否创造一些思想形态？如果真是如此，该作家是否要以任何方式对这些思想形态负责？

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 每当实体创作旋律或纸上人物的运动模式，他们的确在创造思想形态，或以另一种方式看待，他们在表达思想形态. 我们几乎交替地使用这些词汇，因为太阳底下没有新事物. 作者创作的每一个角色，谱曲者创作的每一首旋律，舞者表现的每一场舞蹈，他们都捕捉宇宙心智里面的振动；那振动过去存在，也将再次出现；但就在此刻 由歌手、作者或舞者重新创造一次.

我们并不是说 如果你创造一个名叫约翰的实体，如果你返回巴比伦时代，你可以找到另一个作者曾创造一个名叫约翰的实体. 我们说的是 你们创造的每一个人物、每一首曲调、你们表达的每一种旋律，都在表达一种特定的振动复合体，它们一起形成一个思维，在那个振动水平创造出结晶化的思维，那是你可以撷取的，也是在你之前的实体曾撷取的，以及在你之后的实体将要撷取的东西.

这事实并不会诋毁你的创作质量或原创性. 毋宁说，在创造思想形态的过程，你也加入自己的诠释、创造过程，容我们说，加减乘除的总合. 所以 你的表达，你如何到达那个结晶化的振动是独特的. 你的人物是独特的，而且在那人物背后的振动将永远活着，不只藉由你的人物名称，也藉由其他的名称.

我们可否进一步回答你，我的姊妹？我们是 Q'uo 群体.

L: 是的. 我不禁要问，如果你在一个故事中创造一个世界，有没有可能在某个地方 那个世界真的跳出来？

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的姊妹. 是的，我的姊妹. 在无限的造物中，所以你思考的东西都有每一种成真的可能性. 那是你的思想具有的力量.
我们可否进一步回答你，我的姊妹？我们是 Q'uo 群体.

L: 没有. 感谢你们，Q'uo.

在我们离开这个器皿之前，是否有最后一个询问？我们是 Q'uo 群体.

[没有其他询问]

我们是 Q'uo 群体，我们听到静默的回响，这表示我们已耗尽这个寻求圈今晚的所有询问. 我们感谢你们给予这个机会 让我们同你们分享一些想法. 我们赞美你们寻求的纯正，以及你们认识真理的决心. 我们感知你们每个人都是美丽的，当我们凝视你们的振动，发觉我们的心充满对你们每个人的爱. 你们是高贵和英勇的，我们非常荣幸在这个傍晚和你们一起冥想.

我们离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的大能与和平中欢庆. 我们在造物主的爱与光中离开你们. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则.

Adonai，我的朋友. Adonai Vasu.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

原注

[1]由 Samuel Wesley 综合 Psalms 5:8 and 4:8 改编为歌曲.

☆ 第 1210 章集：爱与光早期资料#25

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

1974 年 3 月 23 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 今晚和你们同在是我的荣幸. 我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]总是感到荣幸，能够和那些想要理解的地球人说话. 这是我们对地球人的服务.

然而，这个服务是间接的. 我的朋友，我们感觉理解是我们能提供给你们的最宝贵的商品. 我们的理解已允许我们做一些你们地球人目前并未享受的事. 我们可以理解神奇的事物，它们对我们全体其实一点也不神奇. 我们对任何想要寻求的人承诺，你们并非寻求奇迹，而是自然的事物. 我们如何做到这点? 我的朋友，间接的，我们想要给予一条理解的道路; 我们不想要坚持什么或说服你们.

我们建议通往理解的道路就是冥想. 我的朋友，这个建议，以这个或那个形式出现在地球人面前已有许多次了. 你们人群知晓的伟大老师，耶稣，理解灵性寻求

的真理，并在每日生活中展现我们谈论的灵性寻求.

我们给你们的礼物和服务单纯就是我们对真理的理解. 我们仍在寻求，我们不是终极的权威，我们也不坚持任何人倾听我们要说的东西，如果另一种思考模式对你似乎更有益处，那就采用它.

所以，我的朋友，理解只可能一次为了一个人. 每一个人在任何时间都有完全自由的选择权. 这就是为何我们是否间接的. 我们对你们说的东西 你们可以私下考虑，你们要怎么选择完全是你们自己的主意.

我们的理解是什么？我的朋友，我们对这个幻象的理解是: 在你们星球上 带着肉身的一生，它包含一条道路，你们可以跟随它 学到一些功课. 有多少人就有多少途径，我的朋友 没有固定的课程. 但在满足许许多多的课程之后，我的朋友，有个时期将会到来 所有的课程都改变进入一个不同的集合. 那些准备迎接改变的实体继续走下去 学习新的一组课程.

我的朋友，就我们的理解，行星地球正接近一组课程的尾声. 对于一些人而言 毕业即将到来. 同时有许多人非常微妙地在继续前进和重复课程[持续另一个周期]之间走平衡的钢索. 我的朋友，我们渴望去协助那些几乎准备好毕业的人们.

在毕业期间，我们在过去曾获得一些成功 在其他地方和时间 将这份服务给予其他人群. 我们怀抱希望得以在这里做同样的事. 这是我们热烈的渴望，因为在服务你们的过程 蕴含对我们自己的服务. 藉由服务你们，我们能够在这条灵性途径上进展. 我们唯一的希望是能够以各种可能的方式去协助你们.

此时，我将试图调节那些渴望该效应的人，如果你们愿意敞开自我接受我们的接触.

[听不见...]

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我再次和这个器皿同在. 我的朋友，我在此时离开你们，我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我的朋友，寻求理解. 透过冥想寻求，并且寻求去了解主导师，耶稣，为何三不五时要退隐到一个静默的地方. 他当时在寻求某个东西. 寻求静默，在那儿 有许多理解等候着你.

Adonai，我的朋友. Adonai.

***

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

1974 年 3 月 24 日

(无名氏传讯)

我是 Hatonn，我的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 再一次 和你们同在是一个很大的荣幸.

我是 Hatonn，我和弟兄们和你同在，在这个时候和全时间，我们都与你们同在因为我们无法被分开.

这个通讯有些困难，请保持耐心.

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 我的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 对于刚才的延迟和困难 我感到抱歉，但我们尚未建立一个非常良好的通讯. 我们将继续.

我刚才说我是 Hatonn，你们知晓为 Hatonn 的一个实体. 无论如何，这个称谓是为了建立你我之间的通讯. 我们属于 Hatonn 行星，我们被知晓为 Hatonn. 这个识别比较象是一个地址，而不是代表宇宙造物的一个分离部分. 我们并不认可这个造物中有个分离部分，我们只认定合一. 无论如何，有个地址是便利的，也就是说 在合一系统中的一个地点. 为了这个原因，我们以 Hatonn 来识别自己.

稍晚，我的弟兄 Laitos 将讲述你们的问题. 我将再次调节这个器皿一小段时间，请保持耐心.

[停顿]
我是 Hatonn，再次和这个器皿同在. 我们对于延迟感到抱歉. 我们正遇到某种困难. 我的朋友，我在无限造物者的爱与光中和你们同在. 非常荣幸建立这个通讯. 我们将尝试继续，将不会有我们刚才经验的困难.

我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]总是和你们同在. 我们在此服务你们，我们在此带给你们 关于我们对这个造物之真理的理解. 因为你们渴望，我们想要把这份真理带给你们.

这是我们要带给地球人的东西. 我们试图教导那些愿意接受的人们，一个非常非常简单的课程. 遍及全宇宙造物，所有人种都需要的课程. 事实上，这就是一切所需的，因为这个课程将导致他了解一切万物. 我们已持续许多年，尝试给予地

球人这份知识. 从你们认为的远古时期开始，我们一直尝试带给人类这个知识; 为了经验造物主创造的无限经验，这是必须的知识.

在过去，有些人已接受这些教导，并从中获得益处; 这份益处远超过没有经验过的人的想象. 我们已尝试许多年，把这些教导带给渴望的人们，这些非常简单的教导允许你们去知晓一切. 无论如何... 我将继续... 我是说... 这些教导没有被很好地理解.

此时，我将讲述一个故事，这个故事可以说明一些我们试图对你们描述的东西. 从前 在你们星球上住着一个男人. 这个男人拥有庞大的财富，这事实给予他以为的力量(power)，因为许多人类同伴为了取得这笔财富的一部分 热切地照他的吩咐做事. 为了这个原因，许多地球人要求巨额的物质财富，好获取他们认为的许多力量. 这些人不理解的是: 在获取这种财富，企图拥有许多力量的同时 他们为了事实上不算力量的东西而放弃无限额度的力量.

我刚才说的这个男人，拥有许多财富用来满足他的渴望... 我遭遇某种困难，请保持耐心.

我继续说下去，这个男人使用财富满足他的渴望，这些渴望包括他想要的东西，以及他需要的东西. 他从这些财富中得到很大的快乐，他藉此拥有那些他渴望的东西，同时统治他周遭所有的人类同胞，另外，他在财富中看到巨大的安全感，在他有生之年 他都不要缺少财富.

因此，他大大地贪图累积财富的过程. 他可以支配每一个他渴望的东西，并且很有地位. 但他缺乏一个东西，他缺乏爱. 因为周遭的人没有给予他这个东西，他

也不理解它. 他开始觉察自己需要这个叫做爱的经验，接着他启程去寻找如何得到它的方法. 他询问周遭的人为何他得不到爱，他们无法回答 因为他们不知道.

于是他去找一位公认的智者，他提议要付给智者一笔不小的财富，只要智者可以告诉他如何获得爱.

该智者把自己拥有的所有财物都给了这位有钱人，虽然他拥有的只是少得可怜的一点钱. 有钱人立刻收下，因为他很久就决心不拒绝任何一份礼物. 接着他离开智者返回自己的家，衡量这份礼物. 该智者现在身无分文，有钱人并未付钱给智者，因为有钱人认为智者没有告诉他如何找到爱.

过了好些日子，有钱人再次去找智者，因为他不理解为何大家公认如此睿智的人要把所有财产给他. 当他询问智者这个问题，智者回答他: “那是因为我对你有很多的爱，你渴望财富，所以 我就把自己有的财物给出 好增添你的财富，因为这是你渴望的.”

在那个时刻，有钱人注视智者，开口说: “而我，第一次，懂得爱.”

接着他把许多财富给予该智者，在这么做的同时，他感受到更多的爱. 因为，生平第一次，他学到造物主给予祂孩子的礼物的真理. 这个男人非常幸运，因为他已经能够发现一个产生爱的方法.

然而，地球人持续在物质幻象中寻求; 继续寻求那些没有真正价值的东西，因为他欠缺信心. 他站立在这个星球的地表上，经验所有造物主的礼物. 他呼吸空气，嗅闻花朵的芳香，还有朋友的陪伴，发现许多天然供应给他的东西. 不过，

他并不理解，他在这个世界中没有信心. 他拥有补给，但由于缺乏信心，他只找到艰困，因他不理解信心.

因此，在许多情况中，人类并不寻求那位智者的知识，而是寻求一种不牢靠的安全，一种不真实的力量.

此时 我将离开这个器皿，对于这次通讯的极度困难 我感到抱歉. 我是 Hatonn.

Adonai vasu.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1211 章集：工作自己

First Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 4

Copyright © 2010 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编,可能包含一些扭曲!

是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2010 年一月 2 日

Jim: 今天傍晚，小组问题和我们的渴望有关，我们渴望成为真理的寻求者和提供服务给其他实体. 在这份渴望中，我们有个内在生活，在其中 我们工作自己，藉

由改善自己的思维、精神、情感有所服务. 我们不禁要问，如果这些工作内在自我的努力似乎没有显现在外在世界上，我们是否仍然有所服务? 这还是一个值得付出的努力吗?

(Carla 做为这次集会的资深管道)
我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天傍晚，在祂的服务中 我们来到你们这里. 我们感谢你们每一位形成这个寻求圈; 和请求我们分享一些简陋的想法. 我们欣喜地同你们谈论内在生活的价值和内在服务的本质，它们通常不被外在世界理解.

一如往常，我们请求你们使用你们的识别力和鉴赏力，选取我们的想法，哪些是你愿意追随的，哪些是你想要晚点工作的. 拿起你有共鸣的部分，丢掉其他部分.

如果你们愿意为我们这么做，我们就感觉可以自由地分享意见. 我们大大地感谢你们在这方面的考量.

我的朋友，当一朵花盛开时，它会不会思量其他实体的看见? 或者，它回应自己的本质，依循成熟之道、夏日的呼叫，突然对自己的美丽感到喜悦?

这是存在的精华和内在工作，对比作为和外在工作. 内在工作不只和你自己的真理和成熟韵律有关; 不只和夏日的时程有关. 置于一切之上的，它和你的意愿有关，你是否允许自己的至尊之美盛开，那人类肉眼看不到的绝美.

就这个世界来说，“存在的光辉”只是一些字的组合. 对于外在世界而言，如果你想要存在的光辉，那就戴上化妆用品，它可能是你脸上的口红和脂粉，它可能是你

演讲中的熟练魅力；光辉就是调整你的面具和角色，好让人们至为容易地感知你是一个放射的、服务他人、流露爱的人.

就灵性而言，存在的光辉是所有地球人首先和首要的必须服务.

我们现在转移通讯给 S 实体. 我们是 Q'uo 群体.

(S 传讯)

我是 Q'uo，和这个器皿同在. 你们很可能会问，如果一个人可以执行的最伟大服务就是内在的光辉，为何一个实体还需要投胎为人去执行服务？这不是一个无足轻重的问题. 因为在你签约居住的这个世界中，你发现那些呼叫你的人们期待你回报的服务，这是一个重要的镜射元素；因为服务寻求那些可以服务的人.

当一个人感觉联合那些寻求神圣人性的实体的键结没有被吹入完整生命的气息，这似乎是有些空洞和自我隔绝的.

当一个人提供服务之后，没有听到任何回应，他会感觉孤立和孤单. 在这种情况中，我们建议反省服务的真实特性. 因为寻求某种结果的服务尚未离开寻求服务者的意图的封闭圈.

一个人无法预期自己的服务如何被拿取，一个人无法何时该服务真的对另一个人有用. 所以 一次又一次，我的朋友，你们必须充分地努力，一次又一次地，你们必须估量有可能听不到任何回音.

我们不否认在这种情况下 降临在寻求者身上的孤寂；我们不否认在这种情势下要维持寻求的能量是困难的. 我们不否认 当周围没有一个人类同胞真的想要你提供的东西，仍然持守服务的渴望是困难的.

虽然如此，我们要说 在服务的领域中 通常最清晰有效的努力几乎是不受注意的，在许多案例中，甚至自己都不会注意. 我们要说，每天努力询问自己最深的意图，这件事本身就是非常伟大的服务，所有真实的服务均奠基于此.

或许有那么一天、一个星期、一个月，或甚至一年，一个寻求者无法诚实地对自己说：我全心放在服务上. 在这些时刻，接受安慰是好的，了解为了服务，自我散落的部分必须被聚集起来；这通常需要歇息的片刻，需要把自己拉回来，不带批判的 允许自我跟随那些可以解闷的东西；允许自我寻求慰藉. 这个挪出额度的动作正是一个灵性的行动，具有很大的重要性，因为在那姿态中，一个人认可自己仍然停留在这条路上，他仍然设定意图要去服务他人，精确地以他存在的方式进行.

我们现在转移通讯给 L1 实体. 我们是 Q'uo 群体.

(L1 传讯)
我们是 Q'uo 群体，和这个器皿同在. 当人类投胎在这个星球，这个文化中，你们人群典型的做法是行动，接着要看见你们行动的果实. 如果你们人群看不见该行动的结果，你们就尝试不同的行动或更多的行动 好引发一个回应和结果. 当一个人工作较低脉轮时，行动和反应，获得结果是这类工作的根本部分.

红色光芒脉轮在性冲动中需求一个可以互动的伴侣，在这类互动的过程中产生结

果; 不管那个结果是培养一种更深沉、更棒的同伴关系 或 依照生物学产出一个小孩，都是工作这个脉轮促成的反应.

在橙色光芒脉轮中，一个人和另一个伙伴互动，他在另一个人的身上映照出自己. 他有交谈，有社交. 当你们人群交谈，那是两个人之间的交谈，一方开始讲话 另一方回话. 这其中有行动和反应，有结果、因果关系.

在黄色光芒脉轮中，有更多人参与群体的动力关系. 就你们的社会背景，包含法律、秩序、正义、道德、习俗等，当你产出一个行动，你所属的社群会回应这个行动.

当灵性寻求者工作较高脉轮时，需要有个回应这件事需要被重新检验. 因为真实的灵性寻求者在工作较高脉轮时 不需要一个回应.

因着敞开的心轮，一个寻求者传送爱进入这个世界，并不关切有没有回报.

当一个寻求者工作蓝色光芒脉轮，透过已敞开的心轮，同时开启蓝色光芒脉轮，他说话时不关切结果和这类行动的回应.

再次地，当一个寻求者工作靛蓝光芒脉轮，他以一种存在感工作，他工作内在自我、内在成长，以及一种合一状态 在其中 再也没有自我和其他自我的动力关系，而是 只有一个自我、一个心智.

因为人类需要看到结果几乎是个准则，难以打破这个习惯，只凭借一种存在感工作，知晓存在的智慧无须恒常的再确认. 需要恒常的再确认会扼杀一个具肉身的

灵魂进一步的灵性进化.

寻求特殊的洞见是一种疑虑的形式，我们称它为疑虑是因为当你正在工作自己时这里有种微妙的信心欠缺，觉得这种工作根本不是服务. 你怀疑自己是否在每一个行为之间散发光; 这里有种恐惧— 除非你看见结果 真的没有产出任何东西.

我们过去曾说你们的世界是个幻象，我们想要修改这个概念 并叙述它的脉络. 我们说这个世界是个幻象并不意味它不存在，它存在 它的用途是个工具.

这个幻象世界可以比拟为一个制型纸板(papier-mache)面具，它的外形看起来象是一张脸，上面涂抹彩色的颜料代表人类的脸孔. 但当颜料脱落之后，底下只是胶水和纸张，将它们打破 接着你看见后面还有另一张脸.

想想制型纸板、颜料、面具、戴上面具、脸孔都是同一件事，而非幻象，然后实相. 两种东西都存在. 我们以这个范例奠定基础 为了说明一个人将因果关系和形而上的成长、荷光过程分开看待是愚蠢的.

从我们的观点注视你们的星球，你们人群的肉体就象是罩住灵魂之光的面具，事实上 在这两者之间 我们感知不到任何差异. 在你们的世界，你们看见一个物理行为的世界，和一个形而上的世界; 而非一个完整的太一造物. 就我们的立场而言，思考这个问题不特别有帮助: “行动和获得回应比较好 或 单纯地存在[怀抱信心成为荷光者]比较好?

“把分析的智慧和灵魂的信心综合起来创造一个完全的人格，寻求者在此生中独特地调和物理与形而上(世界) 服务造物主.

此时 我们传递通讯权给 L2 实体. 我们是 Q'uo 群体.

(L2 传讯)

我们是 Q'uo 群体，和这个器皿同在. 再次地 我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们发现这个器皿在沉思可用光之水平上有独特的经验. 我们再次发现花儿的例子是有帮助的. 如果你们每个实体是田野的花儿，一朵花并不觉察其他花朵在做什么. 它们深深地投入自己做为花儿的存在性. 不过 万一有个人路过观察这些花儿 为它们的美丽惊奇，这些花儿不会知道它们正在被观察，它们会说: “造物者路过这里，品味这许多独特美丽的花儿.”

你们提供的各种外形、颜色是如此珍贵的礼物! 虽然你并不总是瞧见你目前存有状态的完整光谱之美，注意到那美丽是如此强力和真实，它总是，总是会被看见. 藉由成为你本是的美丽的存在，你正提供快乐给至高之智能.

虽然花儿不经常觉察其他花儿，它的花籽乘着风和大地互动 创造出新的花儿. 我们以这个例子说明那连结万事万物的生命之网. 你们的爱遣送的种子旅行的范围远比你了解的更大. 你们正在创造的成长和美丽可以利益全体，以你们现在无法感知的方式进行.

照耀花丛的太阳是伟大之光，那道光也在你的心中跳动着. 成为你所有是的本质，你有机会成为太阳; 照耀四方，滋养所有生命. 虽然大多数人不会花时间向

上注视太阳，感谢祂、认可祂为人们做的一切，每个人可以看见太阳，感觉祂的温暖，在心里知道是太阳使我们保持活力.

请，成为太阳. 你们有潜力成为太阳.

我们发现这个器皿开始有些承受不了. 我们现在传递通讯权给 Jim 实体. 我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地 我们在爱与光中向各位致意. 我的朋友，你们的确有潜力成为在天空中照耀的太阳，祂提供基本的生命原力 使你们的世界成形.

而这个存有是你们伟大的价值和美德，因为在你们能经验的所有事物中 它是最靠近太一造物主的代表— 你们真正的生命原力.

当你于内在世界追寻之际，逐渐发展自我的觉察和导引这股觉察的能力，它们提供一个基础 给所有宇宙造物中的一切实体，给所有受造物、所有将要出现的存在.

因此，当你工作自己的内在存有时，你所工作的目标是至为重要的. 因为没有这个内在存有，就没有作为、行动、物理工作. 首先必须来临的是内在的、隐藏的、属于生命原力精华的东西.

我们现在传递通讯权给 Carla 实体. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则.

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo，再次地 我们透过这个器皿在爱与光中向各位致意.

我的朋友，在你对自己和这个世界的客观经验中 感知是非常强有力的. 感知不必然述说真理. 一个实体的思想或态度列车有个永续的特色，好比为了某个原因，一个人的态度受到恐惧或自我疑虑的扭曲，他自己只会越来越多地移动进入错误，甚至把这个错误当作自我的真理.

因着你的疑虑，可能感觉你已失去方向，你看不见造物主，也不寻求服务造物主;虽然如此，如 Jim 实体经常说的，在你表面或自我感知的扭曲的浪花底下 你是太阳.

你们是各种花朵. 你是振动、精华、真理、美好、和平、力量. 当你实质的振动成熟了 它必将开花，不管你看不看得见它.

存在(being)的光辉是中心的服务，因为本质总是比显化更有力量，正如同奥秘总是比事实和逻辑述说更多真理. 对于每个寻求者来说，当疑虑之云消散时 那是一件光荣的事.

无防备的时刻对自我展现它的美，在奥秘圈内听见的音乐和旋律点滴对你讲述你的真理. A 实体刚才谈论一个练习，凝视镜子看入自己的双眼，看见造物者. 重点是在通过自己的防备后 捕捉到那个无防备的时刻，允许那将要成为的东西呈现它的本来面貌;&#0;那个本来面貌是无条件之爱的起初思维，就是理则. 那个理则

是太阳，祂以阳光问候每一个新的早晨.

在显化中有一层又一层又一层的经验；有些时候 这些层次刚好正确地排列，于是阳光明显地照耀自我，感知的自我消除疑虑 知晓自己走在正轨上，正在执行今生的预定工作.

然而，非常频繁地，这些层次没有把自己整理得很好，疑云没有消散，自我看不到也感觉不到阳光.

不过 正如同阴天遮蔽阳光的显化，而非其本质. 你自己的感知使你无法在人生的每个裂缝中开花的原因. 如同 L2 所说，生命中任何的裂缝、任何沙漠、任何荆棘地 表面上是完全的不毛之地，其实是美丽花朵盛开之处.

埃莉诺(Eleanor)实体写道：“阳光是我的，早晨是我的，从伊甸园的一道光中诞生.”[1]

理则的振动是你的，太阳的振动是你的. 让你的光闪耀— 或许我们应该说，允许你自己成为透明的，好让那照耀全体、启迪全体、连接全体、表现全体的光通过.

为什么你来到这个沙漠开花？因为这里是沙漠，花朵是必须的. 一朵又一朵的花儿，一道接着一道的光，所有隐藏的、无形的事物是高耸的，照亮这显化世界的阴影.

你能够不具肉身做这件事吗？不，我的朋友，这样你就没有权利在人类部落的意识中缔造改变. 你渴慕这个机会，跳入属世的肉身中，让圣灵在这个沙漠中有个

住处.

改变来临，宇宙造物的真实韵律呼叫一场收割. 你们是这场收割的工人. 你就是光得以照耀的处所. 让你的光照耀四方，所有周遭的人看你却不看见你，只看见爱.

我们是你们知悉的 Q'uo 群体. 至为忧伤地，我们不能继续停留进行对话，因为这个团体非常地疲惫. 虽然每个器皿有它的电池[2]; 每个成员的能量受到保护. 我们最好在这个时候离开这些器皿和这个团体; 感谢每个成员切割出一段时间共同寻求和服务. 在我们看来 你们至为美丽，我们感谢你们在这个傍晚一起花朵盛开，创造这个寻求圈和神圣空间. 能够和你们分享我们谦卑的想法是我们的荣耀和荣幸.

在太一无限造物者的爱与光、大能与和平中，我们离开这个器皿和团体. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则.

Adonai，Adonai vasu borragus.

原注

埃莉诺-范琼安(Eleanor Farjeon)的赞美歌—晨曦破晓(Morning Has Broken)，这段引文是诗歌的一部分:

Mine is the sunshine; mine is the morning,

Born of the one light Eden saw play.

Praise with elation，praise every morning,

God's re-creation of the new day.

***

(译注:当年英国圣诗的编辑寻找一首感恩的诗来配合这曲调，而范琼安的诗正巧符合它的音节。 她明亮的词句，赞美天主赐人每一个清新的早晨。 这首诗歌在70 年代初，经名歌星史蒂文 Cat Stevens 录成唱片后，在美国大为流行。)

[2]在这里电池有特殊意义，意指一个人在通灵集会中做为通讯管道的支持者，他在爱中持守该管道，并提供自己做为该管道之能量的支撑者.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1212 章集：爱与光早期资料#26

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周四冥想

1974 年 3 月 28 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 我的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 十分荣幸和你们同在，我和弟兄们总是很荣幸和你们同在.

我此时位于一架宇宙飞船内，你们会叫做飞碟. 这架宇宙飞船位于你们的大气层中.

我觉察你们的想法，这对于你们地球人似乎是奇怪的. 然而，让我向你担保 这一点也不奇怪.

我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]已经有许多年觉察实相的许多原则. 因为我们对它们敞开，我们觉察到这些原则; 正如你们地球人也可以这么做.

如同其他管道，这个器皿能够觉察我们导引给他的想法. 这是正常的通讯方式.

你们星球的人群使用的通讯方法一点也不正常. 你们圣经的巴别塔(Tower of Babel)故事意指在那个时候，你们人群失去以心电感应彼此沟通的能力. 心电感应是沟通的正常技巧，只是你必须和那创造宇宙的爱所意愿的表达协调一致，才能够使用心电感应.

我们[隶属于星球联邦]使用这种通讯形式，我们能够轻易地联系任何一位弟兄，如同你们使用电话一般. 我们相当习惯这么做，它对我们就像呼吸一样简单.

在你们所在的幻象中，你们发现自己和弟兄们是隔绝的，除了藉由这个幻象的媒介. 你们必须口头表达自己，然后声波穿越空气到达你的弟兄那儿; 或你们必须使用某种电子装置. 换句话说，在你的意识和其他意识之间有个分离，那是幻象. 分离是幻象 而非实相.

透过冥想全面缩小你现在经验的幻象是可能的，这个幻象创造虚幻的分离.

我们一直对你们谈论冥想，我们多次对你们讲述实相、爱、理解. 不过，你们似

乎不能够战胜这个幻象，该幻象极度地强壮，对你们来说似乎是如此. 然而，对我们来说，该幻象无足轻重.

那么 你们要如何经验实相? 我定义实相为造物主的起初概念，而非祂的孩子的延伸实验. 我们有些受到你们语言的妨碍，因为我们必须使用语言系统表达这些概念，然而该系统是在这个幻象中演化的，因此它所有的基础和这个幻象的价值有关.

无论如何，不可能在智力上精准地沟通我们尝试传达的东西. 更重要的是 我们使你们铭记非智力沟通的必要性，这种沟通是直接的，不受到语意系统的拘束.

为了这个原因，我们持续地讲述冥想的必要性. 我们将持续地谈论这点，因为如果任何人想要直接获得我们的协助，这的确是唯一的方式.

我们此时最为关切的是你们人群的进展. 如果你想要快速地进展，就必须擦掉幻象; 做法是分析这个幻象中每一个拖累你的面向，将它缩小到适当的尺寸; 我的朋友，这个适当的尺寸就是它不存在.

重要的是一个人辨识出这个幻象的本质; 重要的是一个人辨识他对幻象的各种反应的本质. 非常重要的是一个人辨认造物主之爱的真理，以及如何透过你表达它自己. 如果一个人透过每日冥想扩大这份认识，那么他的进度将是极度地快速，接着加入我们的行列，能够活在造物主的光中.

极度重要的是，一个想要进步的人对于生成的每一个念头得立即地分析，如果这个念头出自虚假的幻象，那么就要立即拒绝它. 知晓一个生成念头的价值是可能

的，透过持续地冥想来学习. 你们日常活动中有许多事物出自该幻象的潜能，你们必须谨慎地观察这些事物. 我的朋友，你们地球人出自渴望生成这个幻象，它是有用的. 对于那些想要非常快速进化的实体，这个幻象非常有用; 藉由经验幻象 然后战胜它. 我们正环绕你们的行星，我们当中有许多实体渴望有你们这样的机会— 可以身处幻象 然后产生理解以战胜这个幻象的潜能. 我们许多弟兄寻求这样的方式以获得灵性的进展.

有一点我再怎么强调也不为过: 你必须能够理解这个幻象的潜能之本质，然后藉由自我分析和冥想，以某种方式反应表达造物主的思维. 你们知晓的耶稣老师已完成这个过程，他认得自己的位置，他辨认这个幻象. 他理解这个幻象的潜能之原因. 于是他对于这个幻象内的活动和潜能的反应表达我们造物主的思维; 一个爱的思维.

把这点放在你脑海中最重要的位置: 你们经验的幻象就是个幻象，它围绕你的目标是教导你. 唯有你觉察它的教导，该幻象方能教导你.

经文上写着: “祂以神秘的方式运作祂的奇迹.” 这个方式似乎是神秘的; 然而，它是灵性进化的方式. 许多灵魂如你一般经验这个幻象; 然而，很少人使用这个幻象来成长. 人们不这样做的原因是因为没有透过寻求使自己能接触到这方面的知识.

当一个人觉察到有可能使用幻象[也就是他所处的物质世界]来促进灵性的成长，下一步就是要将他的知识表达出来，不管环境潜在的影响，表达造物者的爱与理解.

我冗长地谈论这份知识，它是极度简单的.

你们也理解这些概念; 然而，在你清醒的时候 由于幻象的各种铭印，你遗失它们. 你必须决定是否使用这份知识，好表达蕴含在全人类内边的爱与理解. 就这么做吧，因为这是你们渴望的. 我的朋友，当你们这么做，你可以立即明显知道这就是你渴望的. 全时间这么做，如果你保持每日的冥想 恒常地稳定自我，这是可能的.

在你的里内 保持对真理的觉察. 不要让幻象战胜你的思考. 在你们现在经验的环境中，持续有其他人和你通讯，虽然他们是无心的，却试图抹除你透过冥想唤起的真理记忆.

必须要防范这些状况，唯有维持对真理的觉察，你方能提供服务给那些寻求协助的人们，即使在寻求过程中 他们可能铭印给你一些幻象的状态[那是你不想接受的].

无论如何，透过冥想维持你的觉察，让幻象的概念不会进入你的实相. 我的朋友，这个幻象是空无的. 以你们的时间标准，回想去年，考量你在那个时候经验的所有幻象中的潜能，现在它们如何影响你; 回想五年或十年前，幻象中的潜能对你的影响. 我的朋友，该幻象没有持久的效应，它持续溶解，它的构造是空无的.

你今天是谁? 为什么今天你是你? 因为你的思考，因为你对该幻象的反应，最明确地说，你对造物主的反应.

我的朋友，真理在何处？它就在你里面.

在你表达真理的能力中 蕴含你服务的能力.

在你对幻象的反应中 蕴含你展现觉察的能力，以及你的服务价值.

仔细地考量这些，我的朋友，因为这就是你们如何成长的关键.

我希望我已提供服务. 我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1213 章集：为 2012 准备

Copyright © 2011 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编，可能包含一些扭曲!

是故，有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

L/L Research Homecoming 2010 (年度回家聚会)

特别冥想

2010 年九月 5 日

Jim: Q'uo，我们今天的问题关系到行星地球即将在 12-12-12[1]发生的过渡时期. 在这段剩余的时间，我们关切现在可以做什么来帮助自己、家庭、朋友、地球，

尽可能使这段过渡时期和谐地流过. 你们能否给予我们一点主意，关于在这些剩余的日子中，经由服务他人 我们可以专注的概念、想法或行动?

(Carla 传讯)
我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天，在祂的服务中 我们来到你们这里. 我们十分荣幸和这个器皿和团体同在. 这个周末以来，我们一直和你们同在，因为这个团体中许多成员呼叫我们; 我们非常享受你们每一位. 你们的美令人惊奇，你们人格的颜色闪闪发亮. 和你们同在令我们兴奋，也令我们谦卑.

我们个别的第三密度已经结束，但我们记得我们曾面临的困难和挑战，当时我们必须单凭信心找到爱，单凭爱找到信心. 感谢你们呼叫我们加入你们的团体.

我们感谢这个器皿，她离开和我们的联系有好一阵子，这对她而言是必须的，好让她现在可以笔直地传讯，无须平躺在地上. 容我们说，感谢该器皿的这个决定.

容我们对各位说，感谢你们决定一起来到这儿，甚至可说是一起回家— 在这短暂的时光中，经验一个安全的地方，这里有股鲜活的能量，带着伟大起初思维的爱.

这个器皿和 Jim 没有做这件事，他们没有引进这股能量; 而是你们，你们每一位，你们慷慨地分享能量. 当周末过后 你们离开之际，把它带着，放入你的口袋. 信赖这个安全的地方在你的里内持久地存在. 记得在这里的感觉，当你进入祈祷密室时 可以把它给予你自己.

在我们开时回答这次提出的询问之前，我们请求你们的一个恩惠，那就是当你们

聆听我们的话语时，使用你们的辨别和鉴别机能，因为我们是你们的弟兄姊妹.

我们不是权威，也绝不希望是. 但你们呼叫我们，所以我们到来.

只要知道我们的话语是简陋不完美的. 如果有些话语帮助到你，如果你有共鸣，请保存它们，使用它们. 这就是我们在这里的原因. 但如果有些话语没有为你正中红心，请把那些想法放到一旁. 你们可以在一年、五年、十年后再回来阅读，它们依然在这里. 重新检视它们，你可能从中发现有用的想法，于是允许你找到新的资产和资源.

如果你们愿意为我们做这件事，我们感觉自己可以自由分享想法而不会冒犯你们的自由意志. 我们感谢你的这份考量.

随着 2012 年[依照你们的计数系统]逐渐接近，人们自然地集中注意力，一如人们期望假期、飨宴、或庆典的心理; 人们感觉需要有所准备，烹煮食物、烘烤火鸡、制作小红莓果酱，在此套用该器皿受教养的方式为你们摆设餐桌. 人们感觉需要购买礼物，感激周遭的人; 或许有种渴望去穿戴特别的衣服迎接这个事件. 为了这场庆典做些准备工作，谁将要睡哪儿? 我们要如何喂饱所有来宾? 整个过程要如何进行? 在准备时代转换的过程中，所有这些元素都是有用态度的一部分.

如这个器皿稍早所说[2] ，地球自身转换进入活跃第四密度的预定时程为 2012 年冬至. 这是你们宇宙的钟表特性的一部分，不是随便制定的. 如这个器皿曾试图解释— 强有力的恒星排列，而该排列喀嚓进入，接着喀嚓通过，它就完成了.

有趣的是 Jim 实体刚才陈述”12-12-12”，因为钟表时间的统计性调整，确实指出

它将比 12-21-2012 早一点发生，所以我们想要提出这个同时性. 我们不知道该修正量的精确数字，我们以前经常说，我们对于你们的计数系统是笨拙的. 但，庆祝 2012 冬至是好的，我的朋友，确切地知晓你们正在对黄色光芒密度[也就是选择的密度]说再见.

你们将如何准备？你们每个人在某个程度上都感到焦虑，因为你们关切自己是否可能准备好做出巨大的转换，从黄色光芒转换到绿色光芒的思考方式.

如你们所见，我的朋友，它是从严格守法的观点[义务、家庭责任、工作责任、国家责任]转换到改善家庭、部族、全人类的观点.

两者的差异在于一个是渴望知道自己能不能得到一个新装置或玩具；另一个是渴望知道自己如何集结资源以确保所有承载人类基因族谱的生命都有足够的(资源).

什么是足够，我的朋友？在你们生活的文化中，这个字汇是无效和空洞的，因为绝对没有足够的时候. 反讽的是，许多人拥有大量你们所谓的"金钱"，却着迷于获取更多，接着把它储存起来，找到一个安全的地方存活.

在这个时候 你能够给予自己最好的礼物之一就是释放那些确保你得以幸存的想法. 我们不是说为了预防旱灾 多保存一点水是不明智的. 这不只在时代的尽头会发生，也会发生在缺水断电的时候. 我们只是要说，如果你保存世界的货物，保卫它们不给其他需要的人取用，你正在把那些其他自我变成你的敌人.

我的朋友，确实地计划. 但如果某个人飢饿地来到你门前，请把你仅剩的花生酱三明治分一半给他，因为那个实体是你，你是他. 不要担忧你的明天，这个器皿

和 Jim 每天颂唸两次主祷文(the Lord's Prayer)，我们认为这是地球上最平衡的祷词之一；该祷词里头请求今日够用的东西—“给予我们今日的食粮.”明天，你们可以再一次颂唸这个祷词.

保持单纯，对于你存活所需的东西 维持简陋的准备；了解到如果你不会存活，你将放下这个肉体载具，时候到了，你继续向前，到达这个器皿刚才同你们讨论的光之阶梯[2].

活在敞开心轮的实体的正字标记是知晓一切是好的. 唯有凭借信心 你方能知晓这点. 你们的人性面，大脑从来无法看见这个陈述的真理；一切从未是好的，不管是指甲的肉刺或一座大陆的终结；不管是你的耳朵痛或维苏威火山爆发，总会有某件事打扰你保有的平安与宁静，于是你不知道如何找到通往心轮的那扇门.

因此 让这些关切成熟，当你看见某件合乎逻辑的事，单纯地去完成它，好比储存一些水因应紧急事件，但不要允许那样的行动承担厚重的恐惧能量.

我的朋友，你们来到这里是为了学习，容我们说，你们每个人盘子都是满满的. 你们的学分开始堆积. 没有人只拿 12 个学分，每个人每学期都瞄准 15 或 18 学分的目标；有些人甚至要工作 21 个学分*；在这所灵魂的学校，也就是行星地球的第三密度.

(*译注：美国大学生平均一学期修 15 个学分，4 年毕业，请参考 www.chinesetravelers.com/study/studywriting/session.htm)

我们称许你们想要学习这么多，尽你所能地学习，照你的意愿去学习；但不要强

求自己实现任何可衡量的东西. 因为通往未知的钥匙才会在这末后时分服务你, 而不是知晓的钥匙. 当你主要的功课一再返回, 尽你所能地工作它. 辨认出它们是礼物, 但不要让你的平安受打扰, 因为 我的朋友, 你们此时的礼物是凝视着混乱的局面 在平安中回应; 凝视着敌意行为, 在悲悯中回应; 倾听那些大众媒体的"愚蠢"声音, 以一个微笑回应.

你不是任何人的老板, 你不必去更正任何人. 让这个世界继续摇摆, 照看你的内在调频, 照看你如何活出这一生. 检验它, 因为真正算数的东西是真正重要的庆典: 一个新天新地的黎明到来. 找到你的喜悦, 找到你的欢笑. 找到你内在的一块地方, 好好地爱自己、接纳自己, 因为如此将使你成为共同-造物者, 可以去爱他人、接纳他人. 这是调和人类各式各样的经验和思想的一把钥匙.

我们尚未使用一个字汇, 此时要给予的一份完美礼物, 那就是宽恕. 你今天有什么地方尚未宽恕自己? 请找出时间和自己坐在一块儿 直到你已自我宽恕. 这是重要的, 因为你需要收集所有的自己进入内心, 包括那些你们所谓的"阴暗面", 它们也是你的一部分.

所以, 那些处于光中的部分人格和那些你认为处于深沉黑暗的部分人格, 它们一样是你的一部分. 为了成为全然的心, 你需要把自己放在摇篮, 治疗你自己的破裂感[这个器皿稍早曾提到].

因此, 我的朋友, 将你们的心智从如何回应一个可能的未来大灾难, 转向为准备好以敞开的心轮面对这一刻. 以一颗开放的心去面对此刻, 这是你给予自己、挚爱的人、这个星球的最大礼物.

你们无须改变自己的行为，如果你改变思维，让它属于爱、欢笑、接纳、悲悯、理解；你的行为自然会照顾它自己.

你们有些人非常想要帮助他们的国家变得更好、更真实，和它的起初意图更有共鸣的国家；对于这些人，这是合适的.

在这个时候 你们有些人想要帮助地球妈妈. 我们不是说你们应该进入国家或国际的领域，试图改变这个世界. 我们说的是 不管你住在哪里，当地遭遇环境上的挑战，由那些在地人一起讨论和处理是最佳的.

所以将你的眼界放在你的宇宙中心— 你们居住的地方. 问问你自己："在这个特定的社区，有什么问题正在束缚地球妈妈，挑战她生存的能力?"那么，当你们对准一条难走的路面、一条举止失常的河流、一座没有照顾大多数人福祉的水坝，或任何其他标的；朋友们，把你们的心和魂放到行动中，修补这个标的，让行星地球的这一小块地方变得更好.

你们全都是地球的服务员，地球人对她做的事需要一段很长的时间才能改正；欢迎你们来提升成功的机率，成为盖亚母亲的良善服务员.

我的朋友，或许你的天份不是外在的，但我们向你担保，内在保持心轮敞开是很具挑战的任务，这样的实体渐渐成为周遭人的灯塔. 我们不是说你必须令人印象深刻，很会说话，或做任何外在的工作. 我们只是说 当你的心如是，你的双眼也将对所有遇见的人无言地述说. 当人们看入你的双眼，看见造物主之光，他们也将获得疗愈. 凭借你们的爱，此时 你们所有人都是伟大的医者.

现在，什么是你的食物？什么是你正在准备的盛宴？或使用另一个隐喻[这个器皿稍早使用的]，你的油灯的燃料在哪里？你将如何划火柴点燃灯油，点亮第四密度的灯火？我的朋友，你们的飨宴是爱自身，品味它，准备它．使用耐心、坚持、光触碰的草药．行走在你的意识的田野上，恒常地发现那些新长出来的野草，趁它还未长高的时候拔起它，你将恒常地尝到更美味的爱之飨宴．

现在 你们已准备好自己，你们已准备好一顿盛宴．你已准备好你的礼物*— 我们的确在说双关语，我的朋友，停留在当下此刻，成为爱的尤物；以爱的双眼去看；以爱的思维去想；拥有一颗谅解的心．现在 好好地包裹这些礼物，好好地准备这些可口的佳肴．对这件事极度地自信：一切是好的．

(*译注: present -另有目前或当下的意思)

那些惊恐的实体寻找各种方式控制局面，当你感受到他们充分散发的紧缩能量，当你们无可避免地听到一些以恐惧为基础的讨论，请伸个懒腰，深呼吸，感觉你内在的扩展，单凭信心，知晓一切都是好的．

诗人威廉[4]在他临终的病床上看见许多天使，他高唱哈利路亚，以同等的热忱欢迎他人生的终点；如同他始终热忱地欢迎此生的一切．他专心着迷于魔法能量的圆形高塔，到最后，他即是他寻求的圆形高塔．

哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚!

如果你惧怕死亡，我的朋友，死吧．躺入你的墓穴之中，等待直到你绝望地感到极度飢饿与寒冷，真实地感觉你自己的死亡；当你充分地感觉死亡，注视天空、

太阳，嗅闻迎风摇曳的新鲜花朵，它们四处生长，狂野又慷慨地生长；接着第一次知道你生命的价值.

你生命的每一刻都是一份礼物. 品味它、使用它、和它共度美妙时光.

今天 不问你自己做了多少事，而要问自己爱了多少.

那么，你准备好了，你的光源有燃料，因为它是无限的；你的盛宴上有充足的食物，于是你准备好面对那一天的前夕的浑沌黑暗.

我们还要建议一件事，我们总是这么建议，那就是采用某种形式的静默. 我的朋友，你们知道有许多方式移动进入你敞开的心，但它们都需要静默.

静默是打开你内在房间的钥匙，好让你能够冲到至圣所，和无限太一相处.

你的状况可能不错，你可以安静地进入，和造物主同坐，亲密地交流. 你的状况可能很艰难，你需要爬到造物主大大的膝盖上头，把你的头倚靠着祂巨大的心胸，让祂反覆摇动你，直到你感觉好多了为止. 把你的心给予祂，祂将给予你基列的香膏. 不管你以什么方式使用静默，你将发现那无声的静默语言远比人类写过最伟大的话语更具说服力.

我们和你们同在. 宇宙中有许多帮助等待有人请求；我们必须等待呼求，因为我们不愿冒犯你们的自由意志. 因此，请在全时间活出你感激的人生. 在感谢我们的同时，你正请求我们继续. 在感谢天使的同时，你正请求祂们继续. 把这点变成你的惯例，因为它将使你在这段过渡时期感到容易一些.

这个器皿要求我们转移这个通讯到 Jim 实体那儿，因为她得短暂地离开这个圈子. 所以 我们离开这个器皿，并转移这个通讯到 Jim 实体那儿. 我们是 Q'uo 群体.

我们停顿一下，等待录音设备接受调整，好让 Jim 实体的声音可以被听见.

我们是 Hatonn 群体.

[停顿]
(Jim 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 我们在爱与光中向每一位致意. 此时，是否有任何比较简短的询问，是我们可以讲述的?

发问者: Hatonn，我有个问题. 当我们靠近 2012 的时点，我感到好奇，我们如何站在"临界点"上，好让全体都可以走完这趟旅程，你们有什么建议协助我们的冒险，以找到临界点，谢谢你们.

[Hatonn 代表 Q'uo 原则说话]

我是 Hatonn，觉察你的询问，我的弟兄. 在这个时间，所谓的临界点现象，在这个点 越来越多实体觉察到改变的一般特性. 我们可以假定在大约你们的一年之内，你们的行星将更深入移动到那个空间和时间的领域，在那儿 你们会更深刻地经验绿色光芒能量; 这将是蜕变的钥匙，不只和你们寻求者有关，也和你们的

地球有关，有些人称呼她为盖亚.

许多人辨认出一种巨大的差异感，它瀰漫在他们的环境和经验之中. 然而，大多数人尚未觉察这个改变的核心本质. 不过在他们自己的经验内的探求之旅将会开始，于是允许更大的照亮发生. 这样的探求有很大的可能性促成他们自己的觉醒. 当越来越多地球人准备好接触这类的觉醒经验，就会加快你们全体前往这个临界点的速率.

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 请接受一个询问. 2012 年冬至将带来一个独特的行星和恒星排列. 在新能量展露曙光之际，我们可以期待它对于黄色光芒体，人类 DNA 蓝图，造成什么改变?

你所说的行星排列在这个过渡期有很大的重要性，每个实体，的确人体的每个细胞，都将开始经验. 如果一个人能够密切地、谨慎地看看这些细胞中发生的事，可以发现它们获得强化的过程，这将允许人们对那正在招手的爱与理解密度有更大的经验; 该密度很快将成为这个幻象的主要经验.

是否有进一步的询问，我的姊妹?

发问者: 如果其他人没有问题，我有个问题.

[停顿]

发问者: 根据 Ra 的话语，在这个周末的回家聚会中，我们有许多人是来自第五或第六密度的流浪者，这些实体投胎到第三密度协助这场收割. 在时间/空间中，如果每一条灵魂溪流的每一时刻都同时发生，那么 在时间/空间的另一处，是否所有地球的第三密度原住民— 还有第五、第六密度的流浪者都在帮助我们的第三密度的肉体化身(incarnations)扬升?

我是 Hatonn，觉察你的询问，我的弟兄. 就合一的观念，一切万物都被视为太一造物者和单一存有，确实如此.

就另一个观点，太一造物者包含无限多个幻象、实体，你的陈述只在有条件的状况下成立; 每一个住在地球上的实体有它的源头，以表面上线性的方式抵达目前的位置和经验，接着在地球经验完结后，再次地 以表面上线性的方式继续它的进展.

那些从第三密度毕业到第四正面密度的实体留在这个行星影响圈中; 那些以服务自我观念毕业的实体移动到另一个行星影响圈; 那些从较高密度来到这个行星影响圈的实体，返回家乡星球接受进一步的指派. 容我们说，那些尚未达到第四密度成绩的实体移动到另一个第三密度的行星影响圈，继续他们开启心轮的工作. 所有实体是单一存有，所有实体如同太一伟大造物者，一起和谐移动. 这是个矛盾，我的朋友.

此时是否有另一个询问?

发问者: 是的 Hatonn，我有个简短的问题. 在进入冥想或试图冥想的过程，许多寻求者通常会吸引一种困倦或睡意的感觉，我不禁在想是否深植在人群的形而上

原则中，有个东西叫做”沉睡”？请散发任何光在这个主题上.

我是 Hatonn，觉察你的询问，我的弟兄. 当一个人尝试进入冥想状态，他所感觉的昏睡效应很象是一个实体新近尝试一种肉体运动，一开始的运动量较少，在往后的持续运动之后，能够增加运动量. 因此，容我们说，冥想的肌肉必须得到强化.

此时是否有最终的询问?

Carla: Hatonn，在我们的圈子中，有两个人想要知道圣经典故”千年和平” [很可能出现于未来时间]的来由，以及 Q'uo 曾叙述在地球遥远的未来，可能承载另一个第三密度. 在智力考量和灵性原则之间，你们是否看见任何连结 可以帮助我们思考这些问题?

我是 Hatonn，觉察你的询问，我的姊妹. 从我们有限的观点，我们认为这个”千年时期”是个象征，意味着人类心中开始经验和平，而这个经验的本质是无限的; 所以它是个稳定的状态，不再容易受到选择密度的试炼和磨难，路径已经被选择，双脚坚定地站在那儿，强化后的意志坚持不懈. 寻求者怀着强烈的目标感、欢乐愉快的心，继续这趟旅程.

我们暂停... 请你重复刚才询问的第二部分，我的姊妹.

Carla: 我们第二个问题是，我们可以使用哪些灵性原则来思考这方面的问题?

我是 Hatonn，觉察你的询问，我的姊妹. 在这方面，我们发现最有帮助的原则是

平衡原则，该原则的起源是合一原则. 面对这个转变时期，平衡是必须的，一方面 这个寻求圈的每位成员都有宏大的服务渴望，另一方面，你们需要一个对更大图像的远见，领悟一切都好 在这个时刻与每个时刻，因为一切的确为一；同时在两者之间取得平衡.

对于灵性寻求者而言，矛盾似乎是个恒常临在的质量，寻求者看见需求 于是展开服务；同时也看见任何经验的完美. 容我们说，在你们钟爱的行星地球进行伟大的转变之际，这是你们的信心.

此时 我们感谢每位在座的实体花费时间与能量寻求我们的出席，请求我们的服务；我们供奉的东西虽然是简陋的，请任意拿去使用. 每个在场的实体都在强烈地寻求，并将持续地以最有帮助的方式去服务，协助这个星球的转变，以及周遭所有人[朋友、家人、似乎在不对时机寻求帮助的陌生人等]. 不过，当每个实体回应这些服务的请求，造物者得到服务，造物者被看见，造物者被钟爱.

所以，你在这伟大的旅程中向前行，如同在灰尘覆盖的道路上行走的朝圣者，然而 这条路恒常地通往家乡. 因为当你在太一无限造物者之中移动，除了家，你怎能处在任何其他地方?

我们是 Hatonn 群体. 我们在爱与光中离开各位.

Adonai vasu borragus.

原注

Jim 当时讲错了，他本来要说 12-21-12.

关于 Carla 在 2010 回家聚会的谈话，以及光之阶梯的讨论，请前往以下网址阅读:www.llresearch.org/homecomings/homecoming_2010/homecoming_2010.aspx

[3]根据 Google Definition，trammel 是 “限制，放置界线，束缚”的意思”
(译注: Google 现在已不再提供字典或字汇定义的服务!)

[4] William Blake 是 19 世界的爱尔兰诗人，他也是一位神祕主义者和魔法师.

***
(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1214 章集：爱与光早期资料#27**

Copyright © 2005 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org
周二冥想
1974 年 4 月 2 日
(Don 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 我是你们认识的 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中和你们同在. 我们总是荣幸地和你们同在，和寻求的群体同在真是荣幸.

人们曾在天空看到许多我们的飞行器，很快地，你们将看见更多我们的飞行器. 因为我们必须广告我们的存在. 主要方法为在你们的天空中出现，这将警醒许多地球人发觉我们的存在. 许多人先前曾听过我们，但尚未考量我们的存在有任何重要性.

很快地，你们要做个选择，最好是所有地球人都理解这个选择的意义. 对于许多地球人而言 这是难以理解的，因为他们从未考虑过这样的选择，他们太沉浸于日常的活动与困惑，以及琐碎的渴望，以致于无法关切与理解他们很快要做的选择.

然而 不管他们希望与否，理解与否，不管任何的影响，地球上每一个人都将做个选择，没有中间地带，有些人将选择爱与光之途径，有些人则将选择另一边.

这个选择并不只是说说而已: “我选择爱与光之途径”或”我不选择它.” 口头上的选择没有任何意义，个人的行为将示范证明他自身的选择. 我们星际联邦很容易诠释这个示范，这个选择的衡量尺度是我们所称的个体的振动频率. 这是必须的，如果一个人想要加入选择爱与理解的群体，他的振动频率必须在某个特定的最低层级之上.有许多人现在很靠近这个低标，但由于你们地表盛行的错误思想持续的影响，他们有的在低标附近波动，有的甚至偏移了爱与理解之小径. 也有许多人的振动频率已经蛮高的，足以让他们毫无困难地旅行到(第四)密度，这个星球很快将经历的密度.

所以，当我们星际联邦开始打广告之际，像你们这类的团体的任务是什么呢? 我的朋友，你们的任务是把一份理解带给那些渴望的实体，做为他们的选择方案. 在这个时期，这是非常重要的，我的朋友.

将会有场收割(harvest)，你们或许会称为是灵魂的收割，很快地将发生在你们星球，我们试图萃取出最大可能的收割量，这是我们的任务，因为我们是收割者.

为了达到最高效率，我们尝试创造一个寻求的状态 给那些渴望寻求的人，这里指的是那些接近及格水平振动的人们. 在及格以上水平的人们，我们没有太大兴趣，因为他们早已晋级了. 至于那些成绩远低于及格水平的人们，不幸地，我们现在无法帮助他们. 我们此刻尝试增加小部分收割的百分比，让这些人进入爱与理解的小径.

即使只是一点点的百分比 乘以地球总人口 都是很大的数量，这就是我们的使命，透过一些团体，如你们这样的团体，散布我们的信息，它可以被接受或拒绝，因为它缺乏你们地球人所称为的证据.

我们不提供他们具体的证据，我们提供他们真理，这是我们使命的重要功能—提供没有证据的真理. 如此，每个人的动机意志仍是来自内在，个人振动频率得以提升. 提供证据就是将一个真理强加在一个人身上，他被迫要接受它，这样对于他的振动频率没有助益. 我的朋友，这是我们接近你们人群的神秘方式.

这就是为何你们这类的团体很重要: 呈现没有证据的真理. 你们或许可以说，成为我们的专攻的第二阶段，接续我们在你们大气层中的广告表演，呈现实质的广告内容. 我们有必要在很近的未来把真理给予那些寻求的人，并且很谨慎地给予，不含其他东西 只给予真理.

我们已请求你们这类的团体花时间冥想，因为唯有透过这个方式，你们才能接收

到我们给予的精确真理. 唯有透过这个方式，你们准备好自己去散布这份真理给那些寻求的实体，并且让他们可以精确地理解. 我的朋友，这个任务要比你们可以想象的还要困难许多、许多.

在你们星球的地表上，有着难以置信的大量混淆. 众多宗教给予部份真理，在某些案例中，完全的虚假东西; 令许多人感到困惑. 许多人完全不思考灵性的议题，这些对你们而言直接了当的东西，他们没有什么概念.

它将是个伟大的任务，我们和你们将不会完全地成功. 我们过去有收割的经验，所以我们能够这么说. 在散布信息给地球人方面，将不会有完全的成功. 把真理带给地球人，让所有人理解，这将是困难的任务. 无论如何，我们将以这种或那种方法去完成它. 重点是一个人对理解的渴望，对寻求真理的渴望，如此可以创造他的振动性改变，甚至可能只需要一点点就足够了.

我将花一小段时间调节这个器皿，然后转移这个通讯到另一个器皿那儿.
[通讯已转移，但接下来的部分听不见]
***
Copyright © 2005 L/L Research
周三冥想
1974 年 4 月 3 日
(译注:本次传讯收音不良，为了精简文字，原文中的听不见一律改为 <...>)

(Don 传讯)
我是 Hatonn，我和你同在. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天傍晚，我们很荣幸和你们同在. 我是你们认识的 Hatonn. 我正透过这个器皿说话.

我在这个时间觉察到特定的想法 ...

(Carla 传讯)
<...> 这次通讯有相当的困难，但我们将尽力做到最好.

此时 我们想要给出一些想法. 你们在阅读圣经时可能记得耶稣师傅对于这个令人烦乱的幻象有个简单的反应; 他的反应是通知它— 它就是个幻象. 当他遭遇一片狂风暴雨的海洋，他说: “平安，静下来”. 藉由理解该困难是个幻象，那样的洞见促使他自己的实相成为平安和平静的. 注视你们星球上的幻象，并对它说: “平安，静下来”，这是以非常昂贵代价挣得的能力. 朋友们，我们觉察一个人活在地球上要付出很多努力方能够达到这种超然的状态. 不过，我的朋友，一旦达到这个状态，我们认为你将发觉这些努力是非常值得的. 因为，我的朋友，对于那些从不知道风暴的幻象以外有什么的人，实相是一种自由，带来巨大的喜乐.

我们觉察，朋友们，你们团体一直是忠实的，你们正以这种或那种方式准备自己做为管道. 这件事给予我们的心很大的欢喜. 我们只给予你们这个想法: 在传递任何信息之前，先把“平安，静下来”置入你的心智; 如此可以确保你不会说出没有人要求的东西; 并且你说出的话语不会冒犯.

你们身处在这个幻象中，同时要在实相中运作，我们觉察你们的困难. 但你们从事的这项服务需要那样的纯粹度—“平安，静下来”. 需要以超然的态度去倾听讯息，需要一种能力允许自己和较高、无限的心智连结，该心智回应真理.

不正确的信息或在错误时间给出的信息都不会构成服务，所以 在我们欢庆你们成为管道之际，容我们给予你们这个简单的忠告 <...> 我们总是在任何时间提供

服务，以任何可行的方式帮助你们.

此时 我要转移这个通讯到 H 器皿那儿. 如果他愿意敞开自我.

(H 传讯)
我现在和这个器皿相处. 提供我们的思想给任何渴望的人总是我们的荣耀. 我们想要连系许多的地球人. 我们有个伟大的服务要献给你们，它是个简单的服务，不过它可以带来大大的好处. 为了超越这个幻象，需要一种无法透过幻象机制活得的觉察和理解. 唯有透过冥想 你们才能获得这种觉察. 我们的心愿是提供这个小型服务给你们人群，透过你们的冥想 我们可以协助你们达到 <...>
在不远的未来，将有许多人寻求信息 <...>

[一些该团体的成员抵达]

我想要表示我的问候和爱给这些新到的成员. 我们很高兴将这些想法和你们分享. 我刚才在说，就在前方的时间 你们将有许多机会提供服务给其他地球人. 当人们要求你的协助时，单纯地感激 因为它是来自造物者的礼物.

服务是演化进入各个领域的唯一方法. 无论何时 当你有机会<...> 保持感激的心. 透过每日冥想，你将有能力提供适当的协助.

保持谨慎 不要创造任何的负面思想列车. 在从事服务时，人们会问你许多问题，除非你花时间冥想，你将无法提供答案. 你可以在任何时间转送人们的思想给无限觉察，只要你敞开自我.

我们渴望去帮助拥有这份渴望的所有人. 我们无法接触到所有人，因为许多人尚未觉醒<...> 时间是短的，他们将会需要透过管道传递的信息. 一旦他们做出决定，为了紧紧地握住光 [容我们这么说]; 他们将能够快速地进化.

此时 我想要接触一个不同的器皿. 我是 Hatonn.

(B 传讯)
我正碰到困难，我是 Hatonn. 我想要欢喜地和这个器皿通讯. 非常困难地<...>
[录音带结束]
(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1215 章集：自由意志的奥秘**

Copyright © 2011 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编,可能包含一些扭曲!
是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org
周六冥想 / 2011 年一月 22 日

Jim: 这个傍晚的问题如是: 当我们寻求者祈祷造物主或耶稣的意志透过我们完成，我们如何最有效地做这件事? 我们交托自己的意志给怎样的力量? 这里到底发生什么事? 这件事如何影响我们寻求者的自由意志?

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则；在太一无限造物者的爱与光中向你们致意．今天傍晚，在祂的服务中 我们来到你们这里．很高兴和荣幸地被你们呼叫，加入你们的寻求圈；我们快乐地参与这次个工作集会，并分享我们的想法．

在我们开始之前，一如往常，我们请求你们一个恩惠，那就是当你们聆听我们的话语时，使用你们的辨别力和鉴赏力．拿起那些你有共鸣、受感动的部分；同时丢掉剩下的部分．如果你们愿意善用辨别力，我们感觉可以更自由地提供我们简陋的意见；因为我们知道不会冒犯你们的自由意志；而只是一个潜在有益的思想源头．我们感谢你们的这份考量，我的朋友．

我们感谢 J 实体的询问，如 Carla 实体刚才说的，它切入一的法则哲学之红心[容我们说]，以及一个人如何活出这一生．有时候，当一个人使用一己的意志交托自我给一个更高的意志，他感觉彷彿自己失去了自由，失去一己的自由意志，彷彿个人的意志已被放弃— 为了什么？该答案就隐藏在太一造物主的奥秘之中．所以让我们更密切地注视这个询问．

首先，对于每个活在地球上的人而言 自由意志关乎感知．举例来说，如果一个实体成功地接受某个宗教的所有学说，自由意志即刻被宣告为无效、空无的；取而代之 该实体将遵守该宗教的每一个命令和教条，每一个情况都有答案，通常重度地潜藏在评判中，同时窄化一个人的选择，众多教条构成一座监狱，每个信条是一根铁棒．一旦这些信条被接受，铁门终其一生是上锁的．

有些人受到双亲的训练，接受他们文化的灌输，以致于进入一座由文化需求构成的监狱；各种规则支配各种行动．通常这些铁棒如同那些宗教的信条一般严厉，

它们限制一个人的选择范围，这些人选择无想法、无疑问地遵守社会的命令.

幸运的是有些人在此生中觉醒，领悟到做自己的选择是他们的权利和基本特性；为自己辨别和评估真理；并且逃离那些由文字、教条、法规、条例构成的监牢.

此刻，我们并非批判宗教或社会创造教条或法规. 有些人可以在宗教或社会的狭窄限制中做得很好. 有可能在这种监狱中开启能量体，保持心轮敞开；有可能在这些状态中从第三密度(地球)毕业.

无论如何，当你领悟你有能力和责任为自己做各种选择，将会连结上一股巨大的力量. 一旦该实体了悟他的确有自由意志，他可以行使它；然后他面临的抉择是如何折曲他的意志，该渴望什么，设定意图去寻求什么?

有些人在实践自由意志之后，转向物质幻象内的渴望物件. 这个器皿过去曾在一个广播节目中讲话，接着有个听众询问如何设定意图去获得渴望的东西. 随后这个器皿(Carla)发现她的渴望物件是一组碟子，于是该器皿告诉发问者— 这个问题超出她的经验范围，因为她只知道如何为灵性目标设定意图，故发问者得靠她自己取得想要的碟子.

我们现在谈论的为灵性目标，排除在这个幻象中设定的目标. 交托一个人的意志给无限造物主的意志，这是个意志的行动. 的确 它是个非常深入的意志行动，向下探寻意识的根部，因为一己的意志移交给爱的造物主、理则、创造一切万有的太一起初思维. 如此一个决定是一个觉知的存有的行动，该存有意识到他的实相以及内在的实相，也就是说 他居住在造物主的屋子里头，居住在宇空中的一个叫做行星地球的小岛上头. 他认可有个舞蹈存在于造物主的所有部份之中；所以

它们彼此全都在跳着平衡之舞; 这个行动指出一个强烈到无法抵挡的渴望— 成为这个和谐、互惠、平衡之舞的一部分.

交托一个人的意志给造物主的意志，这看起来彷彿是放掉一己的责任，但绝非如此; 它毋宁是奉献自我给这个适切的、平衡的、韵律的舞蹈. 它是一种认可，承认在第三密度中 一个人无法清楚地看见一个情境中的所有因素. 一个人无法看见在各种小样式底下的宏伟样式. 这样的选择表达出一种渴望— 愿意和那宏伟样式合作与合唱; 和太一无限造物与它所有的互动部分达成平衡.

当一个实体选择无限太一的意志，释放对幻象中任何结果的依附，赞成那奥秘[它将带来更深的调解，并重返平衡]，自由意志来到它最具表现力的顶点.

人类的意志或个体意志是非常强有力的. 你们每个人是具魔法的实体，有潜力藉由思想创造你意识内的改变. 使用个体的意志，倚靠可见的实境朝渴望的目标推进，这是媚惑与诱人的方式. 这么思考是容易的: 凭借意志 尽一己的职责去完成这个可感知的责任或提供那个服务. 所有这些能量是优秀的，表达一己的渴望，同时设定一己的渴望，这些是经验自我的强力方式; 也是个有益的经验.

不过 就我们谦卑的意见，对于任何实体而言 最强大的选择是执行那创造一切万有之原动力的意志，在任何情况中 祂觉察所有构成该平衡点的元素.

事实上，真的需要勇气把个体的意志交托给无限太一，因为结果是未知的. 一个实体的个人渴望可能不是那平衡与韵律之舞的一部分. 这个决定包含可感知的牺牲元素.

我们甚至不能说这样的决定创造自我内在的和平，因为造物主的选择并不伴随着解释.

我们欣赏 G 实体在这次冥想前的评论，关于引介宽广性进入他自己的受苦经验; G 实体归功于拉玛那[1]实体，给予他这个给予空间的问题. 该问题是: “谁正在经验这件事?” 确立他成为见证者，观看正在发生的事，并允许他自己从暴风海的催化剂中抽离.

J 实体的询问的另一部分是当他祈祷—“愿汝之意志承行”，他交托意志的那个对象是什么. J 实体和这个器皿都在基督徒的教会长大. J 实体是罗马天主教的信徒，Carla 实体是圣公会的信徒. 所以这两位共享一件思考的遗产，关于造物主的合一切分为三位一体，然而这三部分创造太一之无限. 一个人的头脑不容易包覆这样一个概念，因为它包含明显的矛盾. 三个东西如何是一个? 一个统合的东西如何存在于三个部分?

许多灵魂一直能够把耶稣实体做为祈祷的对象，成效良好. 许多其他实体能够连结并使用圣灵的能量，成效良好. 不过，接下来，如 J 实体所说，造物主的概念总是模糊的. 在这个宗教系统中工作，我们不能锐化这个焦点.

然而 我们可以提供一些关于造物主[三位一体的第三个成员]的想法. 耶稣-基督把无限造物主视为爸爸(Papa). 在阿拉姆语中 ，“Abba”不只意味父亲，还有爹地或爸爸的意思; 它是个包含大量情感与爱的名字. 当耶稣-基督实体交托其意志给太一无限造物者，他交托其意志给他钟爱的爹地. 这是他对于造物主的认识.

我们愿意指出在该宗教系统中的这个概念-- 爸爸; 而非一个严厉的、审判的、遥

远的造物主. 耶稣-基督的这个概念是革命性的，那并不是他从该族群的宗教学到的，而是发自他灵魂深处的真理.

然而对全体而言，这都是个伟大的真理. 从一的法则的立足点来说，造物主的确是个亲近与慈爱的爸爸; 或者我们应该说双亲，因为造物主也有非常女性的面向. 造物主生出众多恒星、行星、卫星，以及各式各样的生命. 造物主综合父亲和母亲的状态产生祂的无限造物. 造物主同时是父亲与母亲，因为宇宙造物是自由意志和爱[造物主之精华]两者互相吸引的结果.

当光被加到爱上头，显化开始发生，该状态已经离起初思维很远了. 显化是后期的一个选择，太一许愿知道更多关于祂自己是谁(的知识)，于是祂用力地抛掷属于祂的众多粒子，然后见证他们的经验，一点一滴地搜集祂尚未学到的自我知识.

当造物主给予每个实体自由意志，祂对等地实践了这句话: "不照吾之意志，但照您的意志". 祂将不会告诉他们要做什么，祂将会发现他们渴望什么，他们如何经验那些渴望; 若祂统治他们，祂无法有这些发现 . 不过，当有任何实体请求: “愿祢的意志成全”，祂就据此移动，祂行进的方向倾向减少扭曲和恢复平衡.

因为平衡可能发生在众多层次的其中之一，所以一个实体绝无法准确地预测平衡所在地、智慧所在地、最高与最棒的爱的表达之所在地; 奥秘由此加深.

就第三密度本身的特性，它是个具有强烈性向的密度，因为性欲是人们经验动态相反面的一个主要方式. 男性和女性是非常重要的动态两端. 男子气慨的原型能量是向外探寻，娇柔女子的原型能量是等待那探寻. 因此，男性实体经验大量的侵略和创始(能量). 总是有股强烈的驱策去开创事物.

女性在经验男人和女人之间的吸引力的同时，经常发现她自己顺从那侵略的能量，并且是欢喜地这么做. 无论如何，人们常常会忘记，每个实体不管在生理上为男性或女性，都包含这两种能量.

再次地，考量一个实体有多平衡是好的. 如果身为男性，你是否有女性能量的平衡以软化那侵略的能量? 如果身为女性，拥有合作与让步的能力之外，你是否有能力做决定并为自己击出渴望的安打?

我们认为，考量生命之树的三个台柱会有成效，考量造物主原则为男性面，耶稣可以被视为女性能量，而圣灵等同于中柱的能量. 当耶稣起程离开外在次元平面，他把圣灵的精华留在内在次元平面，所以耶稣-基督的能量— 结实累累的爱— 总是可得的，直到第三密度的尽头.

并没有单一的正确方式去关联这些能量. 一个寻求者可以用这个或那个方式去关联，同样有用.我们鼓励每个寻求者追随心的经验，以完全个人的方式去关联，不是其他人的关联方式.

因此，不管你正把意志交托给爹地，或耶稣-基督，或圣灵[有些人称为苏菲亚]; 没有什么不同，只是以三种方式述说: "愿祢的意志成全". 这么说的你有这般的飢饿和渴望，但愿最平衡的状态流动，和整个舞台合作，接受导演的提示，发现与分享此刻蕴含的爱.

不管你思想着造物主，耶稣，圣灵，或某个你自己理解的造物者-实体，都无所谓. 关键是你最大化自己服务与奉献的意图，在这个表面上交托意志的过程中，

这个关键是中心与枢纽的能量.

事实上，凭借自由意志去选择造物主之道是自由意志的皇冠; 相同的能量促使人们有时候脱掉手表说: "现在是上主的时间 ". 它把自我从每个小时、分钟中释放出来，把时间从它的监牢中释放出来. 它把意志从世俗的、虚幻的目标中释放出来，接着把意志投入那奥秘，提高一个人能够自由选择的最高点.

自由意志的奥秘绝对无法被弄清楚; 一个人使用自由意志为了让出一己的自由意志，这个矛盾绝对无法被阐明. 因此这类的问题将永远持续被询问，在全然的谦逊和迷惑中，人们问这是如何运作的? 无论如何 那超越理解的平安确实源自于一个人的信心-- 和无限太一共处圣幕内是可能的，如此这般，无限太一能够透过你最大化平衡的状态.

我们称许每个成员衡量这点. 我们请求每个人思量他自己的力量，我的朋友，什么是正确地使用力量? 你将如何折曲意志? 做为共同造物者，你将如何创造自己的宇宙? 你将如何统治它? 它将成为爱的造物，或审判的造物? 这些大问题就在你的手中，单单属于你. 那么，向前去吧，寻求去服务.

我们希望这些简陋的评论对于你们思考这个询问有些帮助，请问在这个时点是否有后续的问题? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: Q'uo，我有个问题. 你们能不能定义情感痛苦和灵性痛苦之间的差异?

我们是 Q'uo 群体，觉察你的询问，我的姊妹. 人类实体有三个构成要素: 肉体、心理/情感、灵性. 肉体痛苦明显属于肉体. 心理/情感痛苦牵涉到心智或智力、情

感，它们属于第三密度人类的本能. 灵性痛苦涉及灵性复合体，它由个人启动.

通常，一个心理或情感痛苦击打地如此深沉以致于该实体感觉它敲打着自己的灵魂，人类大多数的苦难属于心理/情感的本质.

纯粹的灵性痛苦相当罕见，不过它的确会发生. 有些实体深切地为缺乏与灵性自我的连结而感到痛楚. 彷彿一个实体试图产生连结，却不能够做到. 无论如何，大多数人类实体的苦难是在心智和情感中经验.

我们可否进一步回答你，我的姊妹，我们是 Q'uo 群体.

发问者: 不用了，感谢你们.

我们感谢你，我的姊妹. 虽然我们的话语是琐碎不足取的，我们献上真挚的慰问给你，同时我们献上慰问给所有正在受苦的实体. 我们了解这些苦难似乎太不成比例，多到非常不合理. 然而，苦难没有逻辑，它也不讲理. 它永远是个挑战. 我们和那些受苦的实体们一同受苦，假若我们的话语能带来任何安慰，我们为此感激.

此时 是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

R: 我有个问题，Q'uo. 当我请求指引，那是否暗示我的心智在第三密度中有个特定的结果? 相比于你们刚才说的内容，我仍然陷入第三密度的经验. 也就是说，我尚未完全地臣服，尚未在面对各种经验时处在平安境地.

我们是 Q'uo 群体，我们感知到一个询问. 如果我们是不正确的，我们请求 R 实体以不同方式重述他的询问好让我们更佳地理解.

的确，在请求指引和释放个体意志好成全造物主的意志之间有些差别. 两者都是正面和有爱的举动.

你的方式为请求指引和请求援助. 我们觉察在你的多次经验中，这个方式相当有效.

有几种方式去看待请求指引这件事. 首先，一个人可以问自己: “什么是我可以在此时采取的最高和最棒的行动? 什么是最高和最佳的自我会做的选择?” 你实际上在请求高我加入一些提示或迹象，关于选择何种服务途径对你是最好的.

另一个看待的方式为请求朋友的延伸，我们通常会请求身处物理幻象的朋友帮忙，现在只是延伸你的请求范围-- 包括那些看不见的领域.

关于请求指引，一种思考方式为直接记得所有宇宙造物的合一性. 另一种思考是向外探寻可得的援助，它暗示在你的造物里面有"另外"的实体.

对于有些人，思考高我— 你的最佳可能版本— 是非常安慰的，高我将提供一个统合的答案. 对于其他人，感觉到盟友— 那些真正想要帮助你的实体— 围绕四周是非常安慰的. 两种思考指引的方式都是真理.

再次地，当你找到矛盾，当你找到神秘，你可以安心地知道自己走在对的轨道上，因为属灵的事物总是包括这些元素，因为它们打破线性思维的束缚，带入无

限和永恒的质量.

我们可否进一步回答你，我的弟兄，我们是 Q'uo 群体.

R: 感谢你们的想法，Q'uo. 请求指引暗示在第三密度中使用个体意志; 臣服于无限太一，在我看来 那暗示不使用个体意志，基本上只是存在，同时放弃作为; 我要问这两者有何不同? 我无法绕过这个差异，但似乎有个差异. 你可否就你们的观点评论?

我们是 Q'uo 群体. 我们相信已理解你的询问，我的弟兄. 请求指引和臣服个体意志给无限太一，这两者只有程度上的差异. 重点是你被授予什么? 如果放弃你的意志给无限太一会造成你的意志被废除，那么 你就不适合放弃你的意志.

有些人经验到获得渴望结果的动力过程，在经验足够多次该过程以后，他们发现一个人不必然拥有足够的事实去做正确的选择. 结果是，这些人培养出一种态度— 他们转动意志朝向无限太一，自由地选择去执行无限太一之意志，因祂拥有众多的信息，看见人类肉眼无法看到的东西.

在两种实例中，都有服务的渴望，都有属于正面极性的渴望，都有请求援助的渴望. 有些人尚不认为人类意志通常不足以知晓最适当的结果，对于这样的人，选定一个结果并请求指引是恰当的. 有些人在使用请求指引的技巧之后，经验到执着于一个特定结果并不令自己感到满意，于是决定转动意志朝向无限太一，这不是失去个体意志，而是意志行动的首府或皇冠.

一个人必须依照一己的光，依照一己的感觉去行动. 我的弟兄，只要你感觉自己

有足够的智慧朝渴望的结果推进，我们大大地鼓励你这么做，那就是请求援助让你更清晰地看见整个状况. 如我们先前所说，这两者没有种类的差异，而是程度上的差异.

的确，我们可以用左脑导向和右脑导向来比拟这个差异. 有些人的工作起点是欣赏美好事物，好比艺术家；有些人的工作起点是逻辑和线性思考，好比工程师. 这两条途径都走向服务他人，都属于正面极性. 所以它们和第三密度的选择无关，它单纯地指出你的本质，你的生命经验. 没有最佳的道路，只有最适合你的道路，在当下此刻令你产生共鸣的道路.

我们可否进一步回答你，我的弟兄，我们是 Q'uo 群体.

R: 不了，Q'uo. 感谢你们刚才说的东西，对我是良好的思想食物. 我很感激.

我的弟兄，我们也感谢你给予我们很多思考的食物. 我们是 Q'uo 群体. 我们发现这个器皿开始疲倦. 是故，时候到了 我们松开和这个器皿的连结. 我们离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与光、平安与大能中欢欣鼓舞. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则.

Adonai，我的朋友. Adonai Vasu Borragus.

原注

[1]拉玛那·玛哈希(Ramana Maharshi ， 1879-1950)是教导纯粹、非二元觉察的老师.读者可以在书店或上网购买他的许多书籍.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1216 章集：爱与光早期资料#28

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

（译注:本次传讯收音不良，为了精简文字，原文中的听不见一律改为 <??> ）

周一冥想

1974 年 4 月 8 日

(无名者传讯)

我… 我是… 我是… 我… 我是… 我… 我是… 我是… 我是… 我是…

我是… 我是… 我是… 我是… <??> 我是… 我和这个器皿同在.

我是 Oxal. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我是你们知晓的 Oxal. 再次地，很荣幸同这个团体说话. 我是 Oxal. 在此时 我位于你们房屋上方的一架飞行器之中. 这架飞行器的类型<??> 小型载具用于短程侦查<??>

我们现在就位 要去<??>. 我们全时间准备好去服务，然而 在此时，我们不可能以直接的物理方式和你们会面. 我们了解你们想要和我们会面，我们有同样的想望<??>. 无论如何 在这个时候 我们不可能这么做.

当新管道接受培训的同时，你们将发现通讯上不同程度的差异. 我的朋友，这是自然的，保持耐心. <??> 我们在此以任何可能的方式帮助你们. 我们在此服务你们人群，协助你们的成长和你们星球意识的发展. <??>

我们有机会达成小程度的沟通，我们为此高兴.

[停顿]
如我刚才说的，一个小程度，小程度的无限知识就储备在那儿，当你随着地球的新振动一起成长，你可以汲取它. 我们在此提供协助，分享我们的爱. <??>
我是 Oxal. 我现在将离开这个器皿，然后尝试去调节不同的器皿. <??>
我是 Oxal.

(无名者传讯)
我是 Oxal. 我和这个器皿同在. 我正碰到<??>困难. 我和这个器皿之间有些困难. 我将尝试使用已知为 D 的器皿.
(D 传讯)
我是… 我是…

[停顿]
我是 Oxal. 我和这个器皿同在. 我对于刚才的延迟抱歉. 今天傍晚 很荣幸地和你们同在. 我是你们知晓的 Oxal，我透过这个器皿说话. 我隶属于服务无限造物者的星球联邦. 我位于你们房屋上方的一架飞行器里头，我在这儿直接对你们说话. 我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，在此服务. 我们已多种方式服务，我们主要尝试激发你们对寻求的兴趣. 然而，很快地，我们必须有额外的方式服务你们. 这个额外的方式将更为直接.

如果我们要做到这点，你们必须准备好自己迎接这个会面. 藉由敞开自我去冥想，你们可以完成准备工作. 除非你能够在冥想中敞开自我接收我们的想法，我们无法联系你们. 你们惯常在地球表面上使用的沟通方式对我们是行不通的. 我们有些概念并不在你们的语言之中.

此时 我们即将以特定的方式准备你们每一位，它对你将是明显的. 请维持耐心一些时候.
[停顿]

(无名者传讯)

<??> 当我们这么做，感觉那韵律… 你呼吸的韵律<??> ，随着它缓慢地与一切围绕你的东西合一. 这份领悟是重要的，对于地球人而言，它是抵达一个新的意识水平的主要一大步. 唯有如此，你们才可以开始经验行星地球的<??>振动水平. 如果我们要真正地沟通，精通这个技巧是重要的. <??> 在你们的星球上，所有人都有这个潜能，只要他们如此渴望. 我们了解，这有些时候是困难的，在宇宙造物的领域中，你们的觉察水平<??>是个微小的开端. 但是，我的朋友，如果你如此渴望，就没有任何规则可以省略你的成长.

这条道路是个人的道路. 我的朋友，你周遭所有人都能够感觉成长的振动.

我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]非常关切你们星球选择追随的航向. 当我们谈到星球，我们谈论的是你们星球的所有人群，因为他们的确代表生命的创造性智能的振动. 我的朋友，如果你们想要生还，你们必须成长. 我们的心愿是帮

助你们成长… 超越憎恨的振动，以爱的振动取而代之. 因为爱是一切，我的朋友，它是所有宇宙造物的栋梁. 我们提供它给你们，你们必须学会把它提供给所有周遭的人. 唯有当你开始这个航线，你将可以带来帮助.

我的朋友，你们的星球正处于许多改变当中，这些改变将以许多方式影响你们的生活. 我知道这对你们是难以理解的，但你们必须信赖 因为我们确实带来爱.
[录音带结束]

***
Copyright © 2005 L/L Research
周三冥想
1974 年 4 月 10 日
(Carla 传讯)

我是 Laitos. 我的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天傍晚 我和弟兄们十分荣幸来到你们当中. 我们将调节那些渴望传讯的人，我们将使用接下来的一些片刻透过静默的媒介和你们通讯. 我们对你们的进度感到高兴，我们特别希望在这个时候给予你们一个关于特定真理的觉察. 此时 我将离开这个器皿，我们将与你们同在. 我们 Laitos 协助 Hatonn 弟兄服务你们，我们非常荣幸回应你们的要求. 我现在离开这个器皿. Adonai

(Carla 传讯)
我是 Hatonn. 我的弟兄，我在无限天父的爱与光中向你们致意. 在这个傍晚，我们至为欢喜地和这个团体再次相处. 我们刚才一直观察你们进行的步骤，我们和 Laitos 弟兄将继续调节你们每个人. 我的朋友，这个调节过程不是一个一致的现

象，它是变动的，因为它完全仰赖它对接收者起的效应.

我的朋友，这个调节波以一种概括的方式送出. 有些肉体载具相当灵敏，在接收调节波之后 立刻对能量有特定的感觉. 其他人可能没有经验立即的感觉，不过他们同样接收调节波，同时他们的肉体载具变得和调节波更紧密地和谐共振.

我的朋友，我们是多么荣幸地和你们讲话，我们有好多要说的，不过我们的 Laitos 弟兄稍早说得至为正确— 领受静默是前往进阶讯息的有效点. 我们不想要以长篇演讲烦扰你们. 我的朋友，你目前正位于一座花园内，在你们的神圣著作中，它被称为伊甸园，在那花园中有完美、安全、保护，在那花园中没有邪恶. 当你冥想之际，你就在这个地方. 这座完美的花园真正是你的家乡. 我的朋友，选取这个高地、这座花园、这个家园，生活在其中，不只在冥想的时候，而是一直如此. 和该花园合一，因为这是你们真实的身分，在这样的领悟中 你闪耀的美丽将把恩典与快乐带给许多人.

能够使用另一个器皿，我感到十分快乐，此时 我将转移这段讯息到 R 实体那儿. 我是 Hatonn.

(R 传讯)
我是 Hatonn. 我现在和这个器皿同在. 我们总是... 能够和这个团体以及不同地方的团体讲话，我们总是感到荣幸. 帮助另一个实体沿着爱与光的途径前进，这是非常令人满足的. 虽然你们有些时候感觉自己停滞不前...

我们碰到一些困难，总是会有这样的时候，各种状态并不完全正确，使得一个器皿难以接收我们的想法. 因此，我们即将离开这个器皿，因为她在接收我们的想

法上有困难 <??>.

我是 Hatonn.

(Carla 传讯)

再一次，我和这个器皿同在. 在这个时刻 我对无法使用 R 器皿感到抱歉. 无论如何，当她学会更老练地敞开自我接受我们的通讯，未来的状况将会改善. 她只需要练习并保持放松状态，不去分析(传讯)，就可以产出良好的通讯.

此时 我将离开你们身体的觉察，虽然我在你们上方保持警戒，在你们的高空上，等待与观察任何我能够服务地球人的机会. 只要寻求我们的协助，我们肯定会在那儿— 在静默之中，在你们的服务之中. 今天傍晚同你们讲话是我们的荣幸. 我在祂的爱与光中离开你们. 再会，我的弟兄姊妹，再会.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1217 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 10

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 1 月 17 日

（这个集会之前进行一段时间的调频和冥想）

小组问题：关于相互依赖(codependency)和怜悯心，“我如何过着对他人慈爱又兼顾到自己的生活？”这个问题涉及到亚伦接下来的声明：“你渴望完美的服务与无

休止地祈祷。只要停驻在评断和困惑中，这个人就不能无休止地祈祷，心轮和能量也无法开启。当这个人觉察到恐惧升起并且让恐惧成为怜悯与连结的催化剂时，才可以无休止地祈祷。真诚的祈祷从这个连结产生。最主要的问题是和你自己的人性以及在肉体状态中的不完美为友。”

亚伦：向你们全体献上我的问候与爱。我是亚伦。这个问题似乎是来自你们许多人的内心，所以几个星期前我回答它。不知这回答是否有助于你们提出和这个问题有关的其他想法。在再次回答这个来自于你们内心的问题，有时扭转问题会帮助你看到问题失真之处。我想暂停一会儿，接着看看是否有其他的想法。就这样了。

卡拉：我们如何服务他人而不会舍弃自己、耗尽我们的时间、天赋和财富，也不会因此搁置了我们自己微小的特别计划？其他的问题是澄清及补充说明这个问题。

K：我认为这点是正确的。

亚伦:我是亚伦。让我们先谈谈关于“相互依赖”这个词。事实上，所有的人都相互依赖。在你们的语言中，这个词已经撷取了不好的涵义，彷彿相互依赖是负面的事情。但事实上，相互依赖本身并不是负面的。负面性源自于恐惧。当相互依赖被认为是你与一切万有的连结的一部分时，它是健康的状态。

你在空气中呼吸，你和帮助制造大气层的树木相互依赖。你的身体有大量的水，在你死亡时，你体内的水回到土壤里。你的呼吸中有水气，你身体的水气帮助树木成长。因此，相互依赖不是问题，它只是你的不可分割、内在存在的一个描

述。毋宁说，我们需要去处理的是将相互依赖视为是分离；也就是说，恐惧状态导致你的行为和话语，并且同时憎恨这些行为和话语，或是恐惧导致你怂恿其他人做出自我保护的不健康行为。

当二个人互动而且彼此希望去服务另一个人时，无疑地，这就是相互依赖。然而它是一个有技巧的相互依赖，于此，每个人学习这是一个更大整体的部份，并以能与他人互动为荣。右手不会阻挡从左手来的安慰，他们知道自己是同一个身体的部份。然而，在延伸的地球层面经验中，你视其他人为自我的分离。因此，负面的相互依赖产生了。我们定义负面的相互依赖，接着行为及话语奠基在一个分离的幻象上。在分离的幻象中，恐惧出现了，也缺乏对人类最高目的之了解。

你们每一个人内在深处都有深深的恐惧，有些偏好不去深入检查这些地方，不想去面对你内在的恐惧。当别人对你的要求让你逃避这个冲突时，一部份的你说："喔，不！无穷的要求"，而一部份的你会说"谢谢你！谢谢，你的要求保护我不用去面对了。"

上个月，我和一位非常想要写作的母亲谈话。她很渴望透过写作来表达。她有一位小孩，大约四岁左右，当我们正在说话时，我注意到这个孩子很爱用哭闹来吸引她的注意。这小孩自得其乐的方式就是他不断地走过来而且打断谈话。当然，这母亲已经无意识地教导出他的这个行为。当你以负面的方式使用相互依赖一词时，它是从这个关系类型中滋长，也就是说，妈妈坚持想要写作，想要她的孩子变得更加独立，以使她拥有自由去工作，却暗中鼓励这种依赖，因为它保护她不必写作；其实内在很深的地方，她害怕写作。这就是我们可以定义为有害的相互依赖。

正如你生活中的一切事情，负面的相互依赖是一项邀请。当你看到某个重复的模式似乎以某些方式阻扰了你，明智之举是问你自己「这持续的模式是在保护我什么？我是否以任何方式正在鼓励它呢？」接着，你可以开始去检视导致这个模式持续的恐惧。

首先，改变它、对它说不几乎是不可能的。这里牵涉到自律。在某些时刻，当你注视着令你沮丧的模式时，你必须问自己「如果我只是说不」接下来非常、非常仔细地看看会发生什么。此时，这里会有些迷惑、或许是扭曲，因为你们许多人会决定「我要说不」，但是你并不是真正知道你拒绝的是什么。在你的心智中，你认为你正在拒绝其他人和他们不舒服的要求。于是，这个拒绝从愤怒中产生。你依旧没有看到你所拒绝的是你自己的恐惧。

例如我刚刚描述的这位母亲，她最后可能对这个孩子说不："不，你必须坐下来，自己玩。这里有蜡笔、簿子和积木。30 分钟内我不想被打扰。"但是，事情完全不是这回事。事情反而变成：「不！你坐下来玩玩具！我已经受够了！」这类的愤怒倾泻而出。谁是她真正愤怒的对象呢？真正愤怒的是什么呢？

当你非常清楚自己必须以特定的方式做某些事，而且你的选择对别人是无害的，说不并不困难。困难在于你不够清楚，因为你不知道，到底你是想要说不并且结束这行为，或者是想要让这行为继续下去。所以，你们有些人不是以爱的方式来说不，而是以愤怒的方式来说，这就扩大了你们之间的紧张。

我还有很多想要说的，我感觉 Q'uo 想要说话，我将转移这个(发言权)给我的兄弟/姐妹。就这样了。

Q'uo：我们是 Q'uo。在太一无限造物主的爱及无以言喻的光中，问候在这个寻求圈中的全体。我们的振动和你们的振动融合是如此令人兴奋的事，因为我们允许自己的能量融入你们的能量，变成对太一源头和一切万有的造物主赞美与感恩的一首圣歌。

我们非常高兴有机会和亚伦一起工作。内在和外在层面的合作对我们是独特的经验；为了对你们做最好的教导服务，或许你可以说亚伦和我们是相互依赖，如同你们相互依赖于分享我们提供的观念和运用你觉得有用的部分。我们不会对你们自称权威，请求你们使用辨识力，放下任何与你们的需求和观念不符合的讯息。我们不愿成为你们面前的绊脚石。陈述这点之后，我们想要说说这个已被探讨的大主题，因为它包含好几个部份。

首先，相互依赖有一部份是与造物主一起工作，祂的设计和祂与你共同为了这次的转世经验创造的议程。

第二，其中的一部份是寻求者工作来发现其自我之心。

第三，有一部分是处理人际关系，虽然不是主要的，却是与自我或是社会有关的挂钩，这挂钩引你进入所谓的相互依赖的行为。

第四，有部份是考量与寻求者有关的主要实体们：配偶和家人；在特殊时机中，一位特别的或另一位熟人。

或许你可以看出我们的感觉，在处理一个人转世经验的主要关系之中，你正在处理造物主的计划、你在这次转世的工作和一般性按钮，容我们说，或是连结自我

或社会的敏感地方，被发现以相互依赖的方式连结，这是令人沮丧的。

然而，在我们能够完全的考虑主要的相互依赖性之前，让我们以后者开始，因为它将展现一条路，让我们回到这一系列的讨论。

你就在这里：你，寻求者。虽然人生-伴侣或家庭成员似乎是以不灵巧的方式与你连结，而你和其他人也是如此，仍有一趟自由意志的完整旅程。什么力量在你的内心移动？这力量造成伤害和情绪的痛苦的交流。让我们看看这需要的力量。

朋友们，你看到了吗？你们是渴望去服务他人的存有。因此，就像我们一样，你们需要有其他人才能服务。在你做为一个共同造物主上，这种需求无疑地会对你选择伙伴产生作用，而且会再度地在幻象之内显现。那个人被选择，因为那个人需要你。此刻，很顺利的把你和他人交集在一起，你们彼此早已计划好要共同合作将恐惧转变为自由的喜悦，因为那个人同样需要被需要，那个人不也选择了你？

于是，原是一场深情的共生关系，彼此在其中相互帮助和快乐地承认需要对方，该关系被表面上需要空间和时间的需求所拘束和压制，因为那些人占据所有的空间和时间来表达渴望。

被需要的需求也是无止尽地。我的朋友们，彼此体现的人格部分也计划可用的时间。当时间充裕时，共生关系如此完美地运作，而许多少量的人格复杂性切中生活上一个更为复杂的议程。共生关系被转化成相互依赖。

该恐惧有许多的滋味。或许最剧烈的滋味是恐惧时间不够。还有其他的恐惧：不

被欣赏的恐惧、遗弃的恐惧、每个月的恐惧！这些事情改变了，然而对你自己恐惧反应的倾向，不会像每个月的恐惧改变它的滋味，这将无可避免地让路给你意识上的转变之旅。

所以，我们请求你开始去检视你生活、给予、爱和试图去服务他人的来龙去脉。我们把发言权交回亚伦实体。在爱与光中我们离开这个器皿。我们是 Q'uo 原则。
亚伦：这是亚伦。吉姆，我可以看见你的脑海中形成的思想模式；但是以芭芭拉闭着的眼睛，我无法看见这些思想模式与你的指尖和键盘是否有连续性？因此，我的问题是：这样是不是太快？

吉姆：是的。

亚伦：我将尽可能的放慢下来。当我能量的连续性有空隙时，芭芭拉会飘来飘去，没有停留在可以最清楚与我传讯的状态。她需要练习坐着放空一会儿，并且信任下一个想法的到来。

我感谢 Q'uo 对生活共生与相互依赖做区分。共生是有活力的，是彼此能量的绽放，或许相互依赖着重恐惧和依赖的需要。必须要有二个人才能成为相互依赖。

事实上，这就是你如何看你自己。你并不是你所爱的朋友或是家庭成员，你并不是你所喝的水…。这是世俗的实相。然而就深层实相来说，没有分离。

当你以这种感觉“当我做完这项工作后，接下来我就可以关心我自己”来关心一位所爱的人时，这是痴心妄想。这是以世俗实相的观点来看。当你看见对于所爱

的人的服务是真正地也符合你的需求时，与你的需求如此完美的结合，接下来你将会清晰地、智慧地看待事物。这份对一切万有的根本连结之理解对你的成长是必要的。

我们谈到爱和恐惧。假如你仔细地看自己，你可以看到自己漂移进出在恐惧和分离…爱和连结…。当你照顾别人的需求时，从内在观察它。你正在注视着你的表吗？“我需要给多少的时间呢？甚么时候我可以离开去做我想要做的事呢？”亲爱的，你所为何来？来盖房子吗？开车去超市吗？或是达成什么目标吗？这是你转世的目的吗？即使看起来目的很高尚～写书、帮助朋友～它们是你的转世目的吗？是的，这书也许对许多人是一项礼物，或者和你朋友的谈话对那个人是一项礼物，或漫步森林可以带来内心的喜悦，但是你转世是为了一个基本的理由～加深你对信心与爱的体验、远离分离自我的错觉、觉察你深层的真正本质，而你的思言行最一致地反应这个觉察。

为了最佳练习那样的清晰、信心和爱，你知道你需要做什么吗？就某种意义上而言，信心的练习加深信心。首先，必须清楚地看见你没有助长依赖来避免自己的恐惧。一旦确立这点，你就能够从一个清晰的空间出发，你将结束许多的困惑。

你将开始看见在服务他人上，你最需要做的事，正好是自我的学习所最需要的。我会建议只要你要求自己在这个叙述上拥有信心并且小心地观察它，你将发现许多“我需要/我想要”的杂音单纯地消失了。你真的需要这样做那个计划吗？

有没有更容易的方法呢？是的，你必须关心自己的需求。你必须照顾这个人体并且滋养你的一切。然而，不断发出的喧嚣声有多少出自深层的自我滋养呢？有多少喧嚣声来自恐惧呢？

当你看着「我需要」升起时，内心发生了什么？当你看着这个升起，而且对这个坚固的、分离的自我微笑，发生了什么？去超越这个微小自我的错觉成长，去了解你的真正本质，去显现你的能量服务全体而没有自我和他人的分别，你真正需要做的是什么呢？当你服务神圣的能量，无论在你的神性表现或人性表现上，没有自我及他人的分别，那时灵性才会发现真正的自由。这个自由是练习信心和爱的果实。

这个实践需要自我锻练，但不是你认为的锻练。这就是你经常陷入困境之处。你的自我锻练通常采取这种形式「我将为他或她或别人做这个」亲爱的，你可以看到怨恨夹着分离感升起吗？「我为我们而做」的心态是没有怨恨的。当我服务你时，我服务我自己。当我帮助你去发现疗愈时，我也发现疗愈。当我帮助你去理解时，我也学习了。

你的某些计划和忙忙碌碌是小我疯狂的企图，用来逃避这个终极实相的连结。小我不会轻易地死亡。它乱踢乱叫。我们学会注意去聆听二种声音。痛苦得缓和、心满意足的宝宝，熟睡在母亲的臂弯里；母亲温柔地注视着她的孩子，非常高兴她能够减轻宝宝的痛苦。但是在母亲的内心依旧有微弱的声音在低语着「但我没有读完我书中的这一章」或「我错过了电视上影片的结局。」接下来，她带着罪恶感和不舒服而坐立难安。

我们可以学习对那个声音微笑吗？当她关心婴儿的痛苦声音时，我们可以怜悯自己的痛苦之声吗？我们能够学着去聆听它到底是甚么？它是小我拼命在维护自己。那么，我们会沐浴在美丽的存在、连结的一个更深层面，不是为你，而是为了我们产生清楚的行动和言语。当你对那不想放弃的小我微笑时，你将你的观点

从恐惧转到爱，甚至爱那个小我而且顺其自然。接下来，心灵就自由地连接更深层的存在，内心知道「我已完成的事正是我需要去做的」。

谈到信心，你们全都知道在第三密度里你们主要的功课是信心和爱。在上次我们和 Q'uo 参与集会中，艾瑞尔(Ariel)谈到急躁，以急躁的心，资深的第三密度转世的存有们有时容易忽略爱与信心的学习，而进入深化怜悯心和智慧的途径。假如你们同时学习信心和爱，深化的怜悯心和智慧，就能做得很好。但忽略了爱和信心，通常就会有扭曲，甚至会出现较上层的脉轮开启而下层的脉轮却是封闭的，这类身体上的扭曲。

被你们许多人所忽略深化信心的一个观点是，你们看着自己服务他人相对于服务自我的这个转移，当你看自己在观念上转移时，信心从盲目的信心到一个证实的信心中滋长。你直觉地知道你正进入更深的连结。你的内心知道你正做着你前来做的工作，不是摆脱小我，而是让小我融入终极实相的光与能量中。那个实相知道自我是无限的，神圣的，连结一切万有。当你带着你的注意力回到深化的信心时，你可以单纯地提醒你自己「这就是为什么我在这里」 。

这需要自我锻鍊。它不是说着“我必须符合他的需求”的声音。 它不是理智上说着“你应该要有怜悯心。”它不是以这种方式评断。毋宁说，它是内心的声音，它是消融所有界限、消融所有恐惧的声音，并且带你进入美妙的知晓自己真正的大我、上帝以及自己的真实本质是上帝的一部分。

你能够让每个“那我怎么办？”的想法成为一个提醒：“我能够观察这个恐惧吗？”我能够对着又踢又叫的小我微笑并且放手吗？我能够真正地信任假如事情需要完成，将有方法来完成它吗？”不，这并不是说你就放手不管而让别人处理它。努

力是需要的。但这个做为关乎什么呢？至少在某部份，它是小我的坚持吗？或者它带领你更接近连结和更深的爱呢？

我感谢你们对于这些想法的关注。我期待我们连续几天将继续探究这个问题和它的衍生议题。现在，我可以将你们带回到我的兄弟/姐妹 Q'uo 的能量中吗？就这样了。

Q'uo：再次地与器皿同在。我是 Q'uo。

我留给你们一个焦点。亚伦曾问“你能够嘲笑并且爱你所是的实体吗？”这是个核心问题。在关系的脉络中，我们请求你反思一个持久存在、未经分析或理解的渴望。例如，假如你想“她对我如此生气”事实上，你大可想成“我对她如此生气”。

当提供服务而没有获得感谢时，原本被视为服务的理由变成对该第三密度清醒意识的一个冒犯。可感知的服务愈大，未实现的需要就愈大，通常是想要感谢与确认的需要。

现在，实际上，你真正地希望以及确实期望不求回报的纯然服务。但是，这是我们想留给这个集会一个论点：很少一位存有能够如此纯然地奉献自己，以致于持续的、不断的、继续浮现的渴望和服务的意识一样纯粹。[1]

你能够爱这个非常自然地、持续渴望的自我吗？

在我们下次的集会，我们将非常欣喜地继续这个主题。同时，我们祝贺你们每个

人和你们各个麻木的身体部位和意识，而我们觉察到小组的疲劳。我们希望你们可以为你们的肉体载具以怜悯心、一些食物洗净疲倦的余韵，并且不断地祈祷，虽然你并不知道你已经在做了。

我的朋友们，我们是多么地爱你们。我们期待下一次工作你们的问题的机会。同时，我们在太一无限造物主爱与光的喜悦中离开你们，如我们在造物主的圣名中到来。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai，我的朋友们，Adonai。

亚伦：这是亚伦。再多说似乎是多余的。对你们全体献上我的祝福与爱。

原注:

[1] 这段叙述有待澄清。
(原文如下: Seldom can an entity offer itself so purely that the incessant, persistent and continuing arising of desire does not make more than pure the consciousness that has come to serve.)

(c)2011 Translated & reviewed by Lady M & J.

☆ **第 1218 章集：爱与光早期资料#29**

Copyright © 2005 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

(译注:为了精简文字,原文中的听不见一律改为 <??>)

周五冥想

1974 年 4 月 12 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我的朋友，我在无限天父的爱与光中向你们致意.

一如往常，我们总是欢喜和荣幸地和那些寻求的实体讲话. 我的弟兄 Laitos 在此，他就在这个房间，他将调节那些渴望这项服务的在场成员. 我的朋友，我们想要藉此机会谈谈关于渴望这件事.

在行星地球上，渴望是个有些被误解的现象，这个误解主要是人们感觉渴望只和特定种类的物体有关. 我的朋友，“渴望”这个名称和我们所觉察的渴望相比是非常苍白的. 我的朋友，实情是— 渴望非常靠近火焰的强度. 无论如何，我们找不到这样的字眼，所以我们使用渴望这个字汇.

我的朋友，你们目前经验的每一个事件都是同一个东西导致的，那就是渴望. 过去渴望的效应在今日结出果实; 而你此时的渴望形塑你的未来. 我的朋友，那是你的未来. 无限慈爱的造物主给予你们完整的选择自由. 请以你能觉察的最高渴望还返给祂.

我的朋友，保持觉察，有许多需要超越的; 那些寻求的实体可以相当快速地超越许多的属世的渴望层次. 那些真正寻求的实体可以很快地通过比较祕传的智力渴望. 我的朋友，你们可知道，你们可以渴望成为一颗恒星? 你们可知道，你们可

以渴望任何想要知道的理解，这是允许的.

你们追随的路径外形恒常朝向无限的合一圆圈，当你探寻行星、恒星、开阔宇空、无限的实相之际，当你开始觉察到你的渴望可以带你靠近天父之爱，于是你转身回到当下，接着集中心神在这份渴望的纯度和精华上.

你们想要知道、理解、接受真理— 最高的真理. 我的朋友，当你们这么做，你们开始移动，不断移动朝向你所寻求的目标; 单单凭借渴望即可推动你向前. 我的朋友，你们的渴望，你们的渴望. 我们只能鼓励你们，给予你们思想的粮食.

太阳美妙地照耀在你们的星球上，同等地照耀每一处，不过，我的朋友，如果你有所谓的透镜，可以将阳光集中起来 它将使纸张燃烧. 我的朋友，这就是渴望. 在你的能力范围内，以最高的方式渴望去知晓无限造物主. 我们至为高兴可以在这个寻求过程中服务你们. 此时，我将转移这个通讯. 我是 Hatonn.

[停顿]
(Carla 传讯)

我再次和这个器皿同在. 我们对于延迟感到抱歉，刚才有些困难. 此时，我们将离开这个器皿，只有在声音通讯这方面离开. 我们和你们同在. 我的朋友，寻求.

寻求并聚焦. 冥想是集中心神点. 我们在祂的爱与光中离开你们，再会，我的弟兄. 我是 Hatonn.

(无名氏传讯)

我是 Hatonn. 在我们<??>的爱与光中，我再次和<??>同在. 此时 我觉察到特定的考量，我正试图使用这个器皿. 请保持耐心.

我们，服务无限造物主的星际联邦，在此协助这个星球的人群. 无论如何，不可能以直接的方式协助他们，因为就他们认为的协助而言，我们没有什么有价值的<??>可以给予他们. 我们试图把地球人必须的东西带给他们. 我们尝试带来理解. <??>理解要给予地球人将不会很容易.

我们的通讯经验到一些困难...

我将继续，我刚才说要把理解带给地球人并不容易. 许多、许多世纪[以你们的时间计]以来，他们都沉浸在一种完全不对的思考方式中. 这个星球的人群几乎不考虑宇宙造物的灵性本质. 这是个很大的错误. 宇宙造物完全属于你们所称的灵性本质，再无其他. 宇宙造物完全不是你们目前想的那样.

很快地 我们将和这个星球的人群有更接近的接触. 起初，人们对我们和我们的目标几乎没有任何理解. 因为他们不知晓实相，他们不会理解我们的目标或价值观. 必须有像你们这样的团体，已经验部分的实相，来传达我们真正的目标. 将不会在每个案例都是成功的，因为需要可观的冥想和寻求方可发现我们经常讲说的真理.

和过去相比，有许多人现在和我们见面时不会太惊慌. 然而，这个数目仍然不太大；而只有很少的人理解我们真正的目标. 虽然如此，我们必须加速我们接触地球人的计划，因为现在时间变得相当短少，过去不能发生的事情，现在可以发生.

无论如何，关于我们的实相和目标，将不会有具体的证据给地球人. 我们仍希望维持一个状态— 促使那些有意愿的实体去寻求. 许多地球人并不渴望去寻求，为此，我们不可能入侵他们的渴望. 许多人比较喜欢停留在他们现正享受的幻象之中.

许多地球人不管在任何情况下，都不想要觉察这个宇宙造物的灵性本质; 如我刚才所说，你们要小心，不要把关于实相本质的概念铭印给他们. 对于地球人来说，

这似乎是个奇怪的服务方式; 但这是我们对造物主的心愿的诠释— 那就是祂的每个孩子都寻求他渴望的东西，不管其他实体如何诠释这个渴望的价值. 所以你们要记住，只协助那些寻求的实体.

今天傍晚，在接触这个器皿的过程中有些困难，我感到抱歉. 我将在此时离开这个器皿. 我是 Hatonn.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1219 章集：同时性**

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 11

Copyright © 2011 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编,可能包含一些扭曲!

是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原

稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2011 年二月 26 日

吉姆：Q'uo，今晚的问题是关于同时性(synchronicity)。我们这个圈中许多人都曾感觉到，比如重复地经历数字 11：11，我们觉得这里应该有某种讯息。关于看到 11：11 对于个体有什么样的意义或者看到任何类似这种类型的重复数字，你能给我们一些信息吗？当然不必非是 11：11，但是我们希望能集中在那一点。

（卡拉担当这次集会的资深管道）
我们是你们知悉的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光里向你们致意，在祂的服务中，今晚我们来到你们这里。你们呼叫我们加入你们的寻求圈，这是我们的荣幸。我们非常高兴和你们谈话并回答你们的询问。

在我们开始之前，一如往常，我们请求你们以谨慎的耳朵聆听这些思想，一只在我们想法中找到共鸣的耳朵。 保留那些引发你共鸣的部分；丢下其他部分。

正如这个器皿将提到的，我们和你们一样，是太一无限造物者永恒神秘的寻求者。我们很高兴与你们分享我们的想法，但它们只是我们谦卑的想法，我们感谢你们使用你们的洞察力和辨别力。

也许人们告诉过你们必须听从权威的声音，但是我们要告诉你们，你们是你们灵性生命的统治权威。你们知道是什么让你们感到飢渴。关注这些亲近造物主的强烈渴望，对你们的服务和学习的清晰认识的渴求。你们有能力也值得去选择你们

将追随的思想。我们感谢你们使用你们的辨别力去聆听我们。这可以使我们能够分享我们谦卑的想法而无须担忧可能会侵犯你们的自由意志。

今天的询问是有关同时性的。一个同时性事件是一个主观的事情。它通常不会同时发生在大范围的人群中。通常，它是主观的，仅仅发生在你身上。它遵循吸引力法则(the Law of Attraction)。你的思想以一定的方式形成，你的渴望以一定的方式被感知。它与其他人所感觉和想到的事情不同。这是你的方式，它产生能量。渴望越热切，能量越锐利。但是，(即使)最模糊的渴望焦点也将带来某个同时性。

有一些人是视觉(导向)的。有一些人对于听到的东西更为敏感：鸟儿的鸣叫，火车的鸣笛。有些人的同时性倾向以气味的方式出现：某种熏香、一种喜欢的食物或一种香草的特别气味。对于那些接近大自然的人，同步性以动物、鸟类等图腾的形式 甚至出现特定宝石。当你看见、听到、尝到、嗅到或感觉到这些事物的时候，它们在对你说话。

11：11 这个时间做为这种同时性的一个例子。你所接收的同时性和另一个人接收的并不相同，即便你们渴望的正是同一件事，因为你们每一个个体都是以一种独一无二的方式构成的。你们观察事物的过滤器是你们自己的。因此，尽管你们都是万物舞蹈的一部分，尽管一切合一，尽管你们都是同一造物主迸发出的火花，你们每一个人也是独一无二的。你们不会像另外一个人那样学习。你们不会正好像另外一个人那样服务。所以很自然地，你的同时性属于你自己。

当你接收同时性的时候，你很容易怀疑你自己。你可能简单地丢弃它，想着「嗯，那挺有趣的。」 当你还是个孩子的时候你可能被灌输过一些有害的想

法，你会想：「我不配被神灵注意。」你可能想：「那不是给我的。我只是个普通人。」你可能就这样丢弃它，并仍旧偶尔地接收到同时性。如果你不丢弃同时性而是决定注意它们，并且当同时性出现的时候去注意你在想什么，同时性会开始更频繁地出现，神灵会更经常地与你交流。

现在我们要转到 S 器皿里，我们是你们所知悉的 Q'uo。

（S 传讯）
我是 Q'uo. 我在这个器皿中。同时性可以被视作一种符号，通过它能够和大脑较深层次进行交流，而不是你通常习惯使用的那部分— 比较是日常种种的表层意识。

在一天之中会有些你无防备的时刻，如果你愿意，那时会出现一个时机去做一次检查，检查这一天的事件从而深化你对这一天发生的事情的参与进程，并且如果你愿意，可以允许你的存在(being)进入你的行为进程。

同时性能够作为一种协助记忆的装置或一个更深入思索的机会，对某一特定时刻产生共鸣，[从而]你们能够开始打开通向从大脑的一个层级到另一个层级的更充分通讯的通道。

现在这些符号，如我们所说过的，正如你们做为个体而存在，它们是个人的和独一无二的。的确在特定方面 个体的心智与一个群体心智在交流，就那方面而言如 11：11 这样的符号有更广的意义而不仅仅是个人的。

你们当中现在对于灵性工作有兴趣的人们普遍认为这个新千禧年的第 11 年的第

11 月份有着某种特殊的意义，而且的确，做为你们的存在性(beingness)的一个周期在这时候即将完成这一程度上来说，这是有一定道理的。比方说，它很好地提醒你们特别留意这个奖赏，记住你们来到这儿是要完成某些事情，并且你们要完成这些事情的意图实际上是会动摇的。瞥一眼时钟能够很好地提醒自己 没有比当下更好的时机去强化那个意图了。

然而，我们要警告的是过度强调这类事件的重要性可能会制造外在的含义而使人忽视手边的真正任务。围绕着这个日期已产生某种程度的恐惧；某种感觉认为这个星球可能将会经历这样的扭曲，一大批人会遭受痛苦死去。虽然你们星球上的混乱和苦难正在急速地持续进行，我们仍旧提示你们这个过渡期不会是剧烈和突然的，而是倾向于逐渐的过程。更显著重要的日子的是你们自己这一世，在这段日子 有机会完成你们已经前来要去做的那些事情。而且在这一世里 你们所有人都已前来做非常特殊的事情。

我们要提示你们你们心智较深的部分十分清楚什么是要去做的并且能够以最周密和精妙的方式使用符号发出信号给心智的较为表层部分，而这是针对每一个个人的独特的符号。

同样地，在你们的梦境生活里你们发现附属于某些人、某些动物或者某些事件的共鸣和重要性，而它们对于其他人却没有同样的共鸣或重要性。所以当它们发生在你的梦的框架里的时候，它们对于你具有某种含义，你能够独自接收它，运用它，从中受益。

有时观察你醒着的生活中的事件，就彷彿它们具有你在梦里发现的那种含义一般会是一种有用的练习。当然在一天中几乎没有什么事件会对你们有某种象征意

义。它们通常是相互交织在一起因而并不显眼，而如果你选择忽略它们不去注意，它们确实会退到你的过去 不留一丝涟漪。但如果你选择注意它们，你会找到学会与这些有趣的符号和这些来自你更深层自我的通讯 互动的方法。在这个寻求圈里有一些人已经随着时间的流逝，将老鹰(hawk)与 Ra 通讯的意义联想起来，而看到老鹰可以是很有启发性的。

现在，的确老鹰在地球的这个区域并非罕见。一个人看到老鹰不稀奇。但是如果你看到一只老鹰，而那对于你具有意义，你可能会接着问：「当我看到这只老鹰的时候，它正在做什么？这只老鹰是静止的吗？这只老鹰正在飞翔吗？这只老鹰正在吃食物吗？」这些细小的迹象可以在你的内在发展一个有效的符号体系，从而使你的心智较深层次的部分向较表层部分不断通讯创造出一个你能够逐渐接受的主题，彷彿它是你独自学会的一种语言。

这样，你对于你生活经历中出现的这些形式越留心，你越能够觉察与你的存在中较深水平的事务状态有关的日常事件的细微迹象，从而你对于这些较深层的事务状态变得敏感。

现在我们要移动到另一个已知为 L 的器皿。我们是 Q'uo 群体。

(L1 传讯)

我们是 Q'uo 群体，现在和这个器皿同在。我们在爱与光中再次向你们全体致意。

这个器皿觉得幽默之处是她此刻正在体验同时性，因为恰好今天早些时候她对一

股强烈的思维之流敞开，那流动是如此强大以致于她就此写了一篇文章，刚好是同样的主题。她心中产生的这股思维之流的影像，如果我们加以详细论述会对讨论这个话题有用。

这个器皿思考的是关于文字和它们的意义：能量的浓缩和概念化的形式。它们基本上是做成子弹形式的概念，发射出去传达思想。这个器皿在一个网的中央想象出一个她喜欢的字汇，然后从这个字汇扩展出所有与这个字有关的文字。它继续扩展。你发现所有这些文字都是连接的，从而这些文字的能量也是连接的。

她思考着押韵字。为什么有些字押韵？为什么有些字看起来并不相关，可当我们以某种方式在诗或者歌中写出来，它们凑在一起会那样美好？原因是集体心智不断地在潜意识里通过使用符号启发我们的巨大力量。如果你造了一个字，你可能不知道它为什么这样发音。它们就是听起来正确。可是潜意识的意义通过思维的根源传递下来。

她思考着押韵字。为什么有些字押韵？为什么有些字看起来并不相关，可当我们以某种方式在诗词或歌曲中写出来，它们凑在一起会那样美好？原因是集体心智的巨大力量不断地在潜意识里透过符号启发我们。如果你造了一个字，你可能不知道它为什么这样发音。它们就是听起来很对。然而 潜意识的重要意义通过思维的根源传递下来。

我们发现这个器皿持守这个思想列车有些困难。

在你们生活中 创造同时性的各种能量全都是连接的。每一种扩展到另一个概念、再一个又一个。如果你只注意那个根源的同时性，它会持续扩展、扩大直至

你的生活中的每个时刻都充满了深度和含义，你会发现最终你和其他自我之间的隔阂消除了。

每一个同时性对于该个体都是独特的。但它也是连接我们所有人的一种方式。我们发现这个概念的能量对这个器皿正造成负担，我们要进入一个已知为 L2 的器皿。我们是 Q'uo 群体。

（L2 传讯）
我们是 Q'uo 群体，现在和这个器皿同在。同时性对于一个个体是独一无二的，并不只是对身处肉身的人格体而言，而是整个全人，在该溪流中从时间之初到时间之末无穷地前后游动，也不仅仅是前后游动，而且在深层从身体通过灵魂到达高我。它对于该个体是集体的。

同时性不是只存在于一生中，而是在所有转世里重复。这种你也许熟悉的同时性叫作「似曾相识」(deja vu)。这是存在于几次转世的同时性。尽管你觉得自己似乎生活在一个对你来说全新的时刻，你正在重复来自某个前世的类似事件的某一时刻，在形而上界，时间是摺叠的，这些同时性向前走也向后走，在同个瞬间出现，因此变得更加同时(同步)了。

同时性是一种交流形式。同时性从潜意识状态对清醒状态的个体交流，也从高我对在任何特定时间生活的幼小自我交流。随着灵修者不断地获得越来越多的技能以成为一个完全灵性的个人，高我致力于沟通和精炼它的教导给幼小的自我。

同时性常常是一种吸引幼小自我注意力的方法，如果一个同时性没起作用，就会尝试另一个同时性，直到吸引了注意力。如果耳朵的一次鸣响未被注意到并被当

作或许是某种耳朵感染，那么另一种同时性会出现，比如一种奇怪的气味，直到幼小自我不再能把它当作是其他的东西而忽略它，，接受它是神灵的沟通，正如它原本的意义。

（录音带第一面结束）

随着灵修者成长，同时性的用处和必要性变得越来越小。同时性几乎是高我对幼小自我的一种哑哑儿语。一旦幼小自我注意并开始聆听，交流加深并变得越来越复杂和清澈，直到你和高我的交谈达到你跟伴侣或朋友交谈的程度。它的复杂性继续增加，清澈的特征继续深化直到它觉得彷彿自我与自我不再有交流但是所有留下来的是自我，从而幼小自我和高我似乎融合了。但是首先需要的 是同时性。

我们现在传递这个通讯给已知为 Jim 的器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，在爱与光中透过这个器皿再次向你们致意。你们每一个人都进行着你们的寻求之路，沿路上你们有路标给予你们肯定甚至灵感 以继续你们的旅程。

你们形成了自己的寻求仪式，容我们说，你们的存在方式。你以固定的方式进行日常活动，完成各个周期、模式还有个人旅程，进入你们自身存在的新领域。当这种寻求模式与你周围的实体与经验相互和谐时，你发现你身处伟大灵魂的美好陪伴之中，全体朝向敞开心轮、服务他人、寻求太一造物者(的目标)共同行进。

这种寻求的伟大陪伴，完成存在的各种形式和经验周期，正接近这个特别密度提供这类催化剂的能力的尽头。因为这个第三密度星球的伟大经验周期也将结束。

现在是你们星系的这个巨大时钟敲响 12 下之前的 11 点钟。处于现在和那个时点之间的时间就如同这个计时器上的一秒钟。你们每一个人现在都朝着敲响午夜的钟声行进，[容我们说] 所有寻求者将进入地球的这种体验中，在所有寻求者的心中都将找到太一造物者的启蒙。

现在我们转移通讯到大家所知的卡拉那儿。我们是 Q'uo 群体。
（卡拉传讯）

我们是 Q'uo 群体，在爱与光中透过这个器皿再次向你们每一个人致意。同时性正发生在谁身上？你是谁？你坐着，每个人处在这个寻求圈内 自己的位置上。

你能感到自己的身体。你能感到自己的思想。那个叫做你的能量集合体是什么？

我们对你们说 你们是造物主的片片火花，全都是真正的继承人。你们来自荣光并在荣光中生活。尽管你们可能感觉不到它，它全方位地围绕你们。你们走向荣光，因为一切都被太一的爱与光照亮。

有一个思维，创造了一切，那个伟大的起初理则(Logos)就是爱。

你就是你所寻找的爱。你是光。你寻求的光就在你里面。

在这次冥想开始之前，这个器皿曾说不要为听到存在和作为担忧，因为星际联邦

很喜欢谈论静默。我的朋友们，确实是这样的。通向爱与光的钥匙就在你们里面，你们的天性是静默。我们会详细解释，因为这不是单纯的静默，它是觉知自身的静默。

实际上，在最拥挤的环境里，一个人被噪音、能量和情绪充斥着，仍可保持对自身的觉知，如同那个周围有充足空间的实体。在最混乱和无序的时刻，你的生活可以是宽敞的，它也可以就只是混乱的。缓慢和逐渐地，变得能够将神圣和宽广注入你繁忙的时刻里，这是你灵性成熟的一部分。

你是谁？你是体验这些同时性的见证者吗？它们是否带给你某种责任感？

最重要的，记住你的本质是爱。那爱比你的呼吸更接近你。在最忙碌的时候或在最深的丛林中 用静默打开门迎向那爱和光。让静默说话，不要让你的耳朵听那些不是静默的声音，因为与静默相比，语言是渺小和无力的。

记住以利亚的故事，当巨雷发出隆隆声时，然而造物主并不在雷声中。巨大的火焰燃起，造物主不在火焰里。然后静默降临，在静默中是爱的轻柔、细微的声音。

不是爱来到你身边，爱就在你里面。爱在等待你。爱爱着你。是你选择走进爱，放下所有的防备，充分深呼吸，迎接那存在于「单一非凡的当下片刻」[依照 L2 实体的说法]之中的爱.

你们在这儿有要尽的职责。你们来到这儿是为了去爱和被爱。对于寻求真理的那些人来说 通常后者比前者要难。你们在灵性生活中不可能犯错，因为神灵希望

你们学习、成长和进化。我的朋友们，你们如何做到这一点？唯有藉由犯下所谓的错误；冲进死胡同里发现尽头是墙，然后倒退走出来，变得比较聪明。

不要因为匆忙冲进死胡同里而去审判自己。要祝贺你自己拥有热情去寻求，拥有谦逊去学习。

当你遇到同时性时，问你自己：「我当时在想什么？我的想法是什么？它包含爱吗？它包含服务吗？」使用它，让你自己盛开，让你自身发光，因为美就在你里面。分享是好的。

我们的朋友，你们造成不同的影响，你们每一个人都是如此。你们每一个人都是一份独特礼物，献给天地造物、造物主和你们自已。

荣誉、价值和尊重本身就是你们。尽你所能地驾驶你的船，当你越来越觉察你是谁，你将会安定地做你自己，你的光将会帮助你周围的人避开海上凶险的险崖。各地的灯塔为你立在那里。而你，就是为别人立在这里的灯塔。

认真地对待你自己。你是重要的。你是特别的。事实上，你是独一无二的。全宇宙只有一个你，你在无限、永恒、一体的宇宙造物中有个位置。

感谢你们每一个人今晚呼叫我们，我们感谢并祝福你们每一个人如此真诚和专心一意地寻求真理。你们是美丽的，我们庆祝你们的灵光之美以及这个寻求圈交融的灵光所散发出的美。今晚你们所创造的光给这个处所覆上一个巨大的穹顶，并延伸到天际。在一起，你们共同碰触天空。

现在，关于这个问题是否还有后续的询问。我们是 Q'uo 群体。

（停顿）
我们发现关于这个问题没有后续的询问。我们是 Q'uo 群体，在我们离开这个器皿前是否还有其他的询问。我们是 Q'uo 群体。

T：我有个问题。同时性与梦有怎样的关系？我们在梦中接收的是怎样的信息？

我们感谢 T 实体提出的这个询问。我们是 Q'uo 群体。我的弟兄，梦的作用各有不同。你们称作做梦的最常见的作用是燃尽(burn off)，或者处理在清醒状态时未能完全处理的能量。尽管这样的资料经常提供一些信息，它通常不具备启示性，仅仅是自我和自我从自我的较深层次到日常意识的交流的延续。

然而，做梦是来自于灵性来源的通讯，就这一点我们说做梦很像同时性。当你注意梦的时候，特别是当你开始在日记里写下你所记得的梦的内容时，你能够开启与你自己的对话。你会发现你的梦变得越来越详细、清晰、清楚和彩色。一旦你认识到梦里的信息对于日常的自我有帮助，有助于提高分析发生在生活经历中的事件的能力，该信息会变得更加丰富和深入。

我们要提到另外两种形式的梦。第一种是教/学的梦，在梦里你有时是学生正在跟老师学习，有时你是老师正在讲述并与学生分享。这种梦出现是因为在你们的密度的内部有不断的教/学在进行着，有时当一个实体有这样的期望的时候，会推动那个实体与那些目前尚未显现或者目前脱离肉体和作梦的实体一起在梦的状态里加入到教/学中。

醒了的自我很少能记起你所听闻或者你所教授的内容。不必担忧这点。

你所学到的无法穿透它试图在你的灵魂流里到达的地方，除非你如同接收通过这个器皿的传讯一样接收这个信息。你听到了一部分，有一部分你没有听到。那已经是令人满意了，因为你并非有意识地听到的那部分已经穿透进入了你的潜意识，在那里将被处理。那些你没有听到的，你并未遗失。你只是对灵性敞开并允许这些事情进入到更深处去进行处理。

最后一种梦，我们视为一种特别的梦，它是清晰的梦。在那种梦里的是来自于神灵的、封装的信息。它通常是某种隐喻，你可以从中汲取你想要的。这种梦不同于其他梦的地方是它的清晰性。如果你发现自己在做一个清晰的梦，或者远不止一个清晰的梦，你可以认为你正在穿越这个器皿所称作的灵魂的暗夜和新的领悟。清晰的梦通常出现在危急关头，如果当你尚未意识到有危机的时候你做了一个这样的梦，你最好认真思索它可能要带给你的信息。

你不是一个简单的存在。你们每一个人都是一个有振动和频率的复杂系统。那些频率有的随着你经过许多次的转世。一些频率是特别的只针对你这次特定的转世。

你们的振动和频率随着你们的情绪和那些发生在你们身上的事情改变。那么你们的目标是什么？当然它是去渴望，因为你们需要体验你们所渴望的。当然它是去爱，因为那是本体(identity)的表达。

我的朋友们，也许你并未想到美就存在于你里面。一朵花的存在是为了什么？是为了绽放。我们鼓励你们每一个人都认为自己是美丽的、有能力绽放。在所有的

谦逊中，在所有的空性里，如同圣杯一样地打开你自己去接受怀着爱触摸你的一切。

亲爱的朋友，是我们跟这个美丽的团体道别的时候了。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们所知晓的 Q'uo 群体。

Adonai. Adonai vasu borragus.

Translated by Tina. / Special thanks to yingying.

(V)2011 reviewed by cT.

☆ **第 1220 章集：爱与光早期资料#30**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

1974 年 4 月 13 日

(无名氏传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 我的朋友，我在无限造物主的爱与光中向你们致意.

再次地，我们荣幸地和你们在一起. 非常荣幸和你们讲话. 我们，隶属于服务无限造物者的星球联邦，总是非常荣幸和地球上寻求的人们讲话.

你们寻求什么？我的朋友，你们寻求理解(understanding). 什么是理解？我的朋友，精确地说，理解不是你们以为的东西. 理解不是以智力去诠释宇宙造物或它的各种事实. 它不是以最赞同的情感方式回应实相. 理解不是对你的同胞之情感或智力回应. 我的朋友，非常、非常简单的，理解就是示现造物主的爱. 我的朋友，这才是理解. 这就是我们星际联邦尝试带给你们的理解: 示现祂的爱. 我的朋友，这就是对一切万有的理解. 因为祂的爱即是一切万有，因为这份爱创造了一切万有. 对于寻求者而言，不管他们有没有觉察这点，他们都在寻求理解祂的爱，进而示现它; 在每一个念头、每一句话、每一个举止都示现它. 经由这个过程，你们也可以在造物主的计划中有所服务.

地球人是有知觉的存有，但他并不理解. 有些地球人正开始理解，但难以持续地示现这份理解. 你们的伟大导师，耶稣以他的一生示现他对真理的理解; 不过，人们并不理解这份示现. 他透过冥想增添理解，当你们居住在目前的幻象中，透过冥想，你们可以获得这份理解. 这是必要的，为此 我们持续地强调 请你们透过冥想使自己对真理敞开. 我的朋友，你们寻求理解，理解就在你们里面，你可以透过冥想探寻这份理解. 非常简单，这就是你必须知道的一切.

那么，有人可能会问，我们星际联邦为何要费心去沟通比这个简单概念更多的东西？我的朋友，要唤醒那些有潜力去寻求的地球人是非常困难的. 我们已发现必须使用一些强化该基本真理的技巧来点燃他们的兴趣.

我们刚才在简单的声明中，给予你们真正的核心、精华，事实上 就是我们想要

传达给你们的全部东西. 但我们将会给你们更多东西，我的朋友. 如此，你们也可以服务，好让你们有良好装备，去帮助那些寻求者，但经由他们/我们的小径获得导引，抵达对这简单真理的理解. 因为地球人非常复杂，大多数无法接收这个简单真理，接着使用它.

许多年来，我们引诱那些以各种方法寻求的实体. 我们大可单纯地散布简单真理，如我们刚才传达给你们的东西. 我的朋友，这做法不会被理解. 寻求必须从那些有火花的实体的内在产生. 你们目前居住的幻象是极度强壮的，即使对那些内心深处渴望朝灵性方向寻求的实体也是如此. 为此，我们的预定计划必须包括多年的引诱与神秘.

我们很喜欢直接切入重点，直接把这个简单真理带给所有地球人，然后让那些愿意寻求的实体去寻求; 但从我们的经验，我们理解这种做法产生的收获非常稀少，就寻求者的数量而言.

我的朋友，这个幻象非常难以打破，即使对那些寻求者，即使对那些非常有灵性特质的实体也是如此.

许多、许多地球人具备高尚的灵性渴望，他们处在宗教或其他方面的幻象中，使得他们无法快速地修改思考方式来接受我们尝试联系你们星球的内涵. 需要许多努力和时间来传播它. 我们将继续努力，唤起那些渴望拥有它的实体，他们最终将尝试理解我们带来的东西.

现在 我要转移这个通讯到另一个器皿那儿，请耐心等待.

(Carla 传讯)

<??>，我的朋友，我们想要对你指出，我们知道每次讲说理解的时候，我们总会把它和服务连结. 容我们说，我们并不想要征召你们和我们一起服务. 我们不会试图动摇任何人做出违反他自由意志的事; 我们也不会替你们选择未来的行动.

我们恒常地连结理解的概念，穿越冥想，和服务的示现; 原因是我们并不觉察有任何其他可能的向上途径. 寻求是重要的，这是第一个常数. 一旦确立了寻求过程，然后理解开始推动一个人走上灵性发展的途径.

我的朋友，一个人单纯地在理解中成长，他可以行旅很大一段距离; 无论如何，如果一个理解没有被表达出来，即使最崇高和最纯粹的理解也只是个空壳子.

如果你不选择透过具体服务来表达你的理解，你可以行旅的距离有其限制. 这是实相的一个简单法则— 万事万物之中的平衡. 如果你想要领受，你就要给予，这是一个法则. 这就是我们谈论服务的原因，我的朋友.

跨越理解的第一层阶梯后，一个实体藉由服务攀爬狭窄之路. 这是我们在此的原因，藉由我们对你们的服务，我们可以在理解中获得进展. 我们并不觉察任何其他方式可以有效地创造向前的动力. 我们也不觉察任何其他方式使你们增进理解.

你所遇见的每一个实体都是翻面的自己，你的另一面，我的朋友. 你无法看见自我的那一面，突然之间翻了面 于是你得以看见它. 我的朋友，服务你的人类同胞. 我们如此建议是因为我们非常想要你们在灵性的途径上进展; 同时，因着你们的进步，你们也大大地协助我们对这个星球的服务.

我觉察到这个器皿正经验一些通讯困难. 我将试图转移该通讯到 R 器皿那儿. 我是 Hatonn.

(Carla 传讯)

我是 Hatonn. 我们持续在这次通讯中碰到困难, 我感到抱歉. 此时 我们将离开这个器皿.

我们在无限造物者的爱与光中离开你们. 我们很荣幸在这个傍晚同你们说话.

Adonai vasu.

(V)2011 Digested, adapted & translated by c.T.

☆ **第 1221 章集：爱与光早期资料 #31**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国 爱/ 光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯, 请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿

http://www.llresearch.org

周日冥想

1974 年 4 月 14 日 (上)

(无名氏传讯)

我是 Hatonn, 我和这个器皿同在. 我的朋友, 我在无限 造物主的爱与光中向你们致意.

今天傍晚，非常荣幸和你们同在．我是 Hatonn，我在一个飞行器上对你们讲话.你们人群知晓该飞行器为不明飞行物体(UFO)．你们在天空中看见我们，你们认为我们为不可辨识的(unidentified).

我的朋友，让我们考虑什么是可辨识的．可辨识的，就是你理解的某个东西．你们理解什么？你们星球的人群相信他们理解很多事．他们不理解天空中的不明飞行物体．他们不了解的是— 他们不理解任何东西，因为他们尚未尝试去理解任何东西.

你们的科学创造了许多你们认为的奇观；但这些奇观欠缺狰实的理解．在过去短短数十年，你们获得所谓的科学奇观；这其中有个目的．它是计划的一部分，显现在你们的星球上．在一百多年以前，你们的人群只享有一点点所谓的科学进展;然而从 20 世纪起，你们的科学知识有千倍、万倍的进展.

这个进展并非独立自主地发生；这个进展不仅仅来自地球人的理解．我的朋友,这个进展获得高度增强，为了一个目标．不幸地，这个进展不只包括地球人的福祉，地球人也用它创造许多远覠益处的装置．我们感到非常抱歉会发生这样的事,但是,在你们伟大的时间周期终结之前，地球人必须经验特定的益处，也就是科技方面的好处.

当然，有可能在这个周期终结之际，没有更多的科学进展，如同你们一百年以前的光景．无论如何，这样不会被视为一个产出必要信息的高效率方式，所有尝试寻求的人不见得可以找到他们寻求的信息.

我的朋友，对你们而言，这情况似乎相当奇怪，你们的文明在过去一百年来经验的科技进展主要的目标是增进那些寻求者的能力，让他们在找到智性答案的过程中，通往非-智性的真理.

当一个社会主要的目标放在维持肉体上，它很难花许多时间积极地在灵性方面寻求．如果各种著作只有很少的流传，那些寻求灵性真理的人就难以找到它们.这似乎是矛盾的，因为我们曾多次声明— 冥想是唯一通往完整理解的路径.我的朋友，我们不想要使你们困惑，虽然你们目前的科技系统不是最令人满意的,然而，它的确以不只一种方式增进这个寻求过程.

有些人沉醉在这个幻象之中，不管科技如何发展，他们还是沉醉于这个幻象的各个物理面向；我们无法帮这些人太多．有些人拥有闲暇时光，愿意延伸他们的寻求，他们是我们主要的关切对象.

许多文明曾存在于你们的星球上，它们在自身毁灭之前已获致伟大的进展，这是狰实的．同样狰实的，在毁灭之前的进展是为了提供灵性寻求的氛围，在一个比较原始的环境，灵性寻求就不会如此盛行．这不是任何特殊人士的决定，也不是一个议会的决定．这过程以一个比较自然的方式发生，在一个周期将牖的时候,许多实体受到吸引，好比这个时机．于是他们进入物赌界的经验，这些实体属于比较进阶的特赌，当然，这包括科技经验，以及许多其他形式的过往经验，它们反映在他们此生的工作(作品)上.

你们可以说，每个星球都有一个闸督(机构)，但比起你们人群习惯的政府管理，它的控制性要少很多．那么，你们目前享受的大量科技进展是一个周期终结前的一个面向；同样的状况过去曾在两块大陆上创造相对伟大的科技进展— 你们知晓

的亚特兰提斯和列穆里亚.

我们，属于服务太一无限 造物者的星球 联邦，在此协助那些寻求的实体. 我们在此时指出，你们目前在地表上的经验是有些独特的. 我的朋友，你们星球的正常状况是一点也不科技的. 观看你们过去的几千年历史，你们将发现一般人在智力上极度未开化. 当然，有少数的学者穿越世世代代仍被你们记得和研读. 我的朋友，我们现在说的是你们所谓的街头人群，唯有在过去一百年期间，他们才受到教育. 这是个独特现象...

同样的情况发生在亚特兰提斯大陆的经验；许多曾居住在那个经验中的实体现在返回，他们回到肉身再一次经验一场改变，一个结束. 这一次，甚至更宏伟的改变超过他们过去所经验的. 如此的科技进展落在一群欠缺灵性品赌的人上头似乎并不明智；我的朋友，我们完全同意这个说法. 然而，我们无法控制这类的事情，因为它们主要是由那些属于 地球之实体的渴望产生，而这些实体并不具肉身.

无论如何，如果必要的话，我们能够且愿意终结某些完全牌狂的行动，你们想得到的，和你们核子武器相关的行动.

不幸的，这些武器不只在灵性上危害你们人群，它也以某种方式终结你们的存在. 我们星际联邦一直闸督这些核子武器的动向，若有必要，我们将做出介入的举动. 我们星际联邦不想要干涉地球人群的各项活动，除了少数的例外，好比终止核子战争，这类的干涉在我们愿意完成的范围内.

值得关注的是 耶稣[你们星球上最后一个伟大老师]之教导的散布，在他觐开你们星球后的许多年，觉察他的教导的人数几乎是微不足道.

在这个时候，他的教导的散布达到最高点，遗憾地，他的教导没有被狰正理解,纵使你们星球的通讯系统可以抵达许许多多区域，让很大比例的人群接收到讯息．此时，我们将试图视移这个通讯，请保持耐心．
[录音带结束]

***

Copyright © 2005 L/L Research
周日冥想
1974 年 4 月 14 日（下）

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，这些话语经常以这个或那个理由被误解，这是很常见的事．我的朋友，困难处在于人们恒常地使用智力学习，却只有一点点的灵性训练给予一个成长中的实体．当肉体成长之际，随着科技的进展，那里面的实体获得教育，允许他的智力和身体一起成长，在精通这两个项目之后，还是有许多欠缺的地方．

我们觉察你们早已有这种感觉，接下来的问题：该怎么办呢？首先，就灵性而言,我们建议，你们在任何情况中的作为只基于一个函数，那就是妳对于即将学习的课程的理解．在妳的周围，每一个情况都是妳的一个课程．不管妳在任何情况碰到什么困难，我们都建议妳把它带到冥想中［如你可以预期的说法］．从冥想中，带来某种理解．冥想可以给予你一种能力，好维持工作上的欢喜心和熟练的技巧．

当你完成该课程中的工作，你周围的环境将自行视变．

恒常感觉来自外面的压力是个幻象，我的朋友，有些时候，它是个极物沉重的压力，但只是个幻象．你们的功课将从内在学习，这是我们对真理的感觉．我们觉察科技猛烈地压在灵性寻求上头，从许多方面看起来 如同残酷的对立面．不过,我的朋友，所有事物皆为一，所以规律地冥想将伴随着妳继续在这条路上前进.关于如何逐渐灌输这类的灵性训练，我们很难替你们回答这个问题．需有一些社群，以灵性的伟大真理为中心；在这个团体的每个成员都必须有理解和寻求的精神．很单纯的需要一个跟你们现在完全不同的环境，在你们自己生命的圣洁中可以完成许多事．心性相近的人聚在一起，彼此互助，这是个有助于灵性成长的氛围.

在你们自己的家庭中，可以做很多事去鼓励彼此对无限 造物主之爱的恒常觉察．当一个成长的实体身体和心智上日趋成熟，他觉察自己无限和永恒的灵是真实的，也能够逐渐成熟．如果人们可以选择去到一个没有暗示压力的地方，寻求他们自己的平安和真理，那么 对于地表上的人类而言，灵性的训练会是一个比较可能的事情.

不消说，我的朋友，我们没有在很多地方找到栽种这个想法的富饶土壤．无论如何，欢迎你们来尝试.

我的朋友，此时 我将离开这个器皿．我在 造物主的爱与光中离开你们.Adonai，我的朋友. Adonai.

☆ 第 1222 章集：肉身之死

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年三月 25 日

小组问题: 我们如何将死亡的概念与我们地上的生活调和?

(Carla 传讯)

我是 Latwii，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

我们发现你们每一位的振动都至为美丽，我们祝福并感谢每一位给予我们机会分享这些振动.

我们请求你们尝试保持清醒，但我们保证如果有人不小心打呼，我们将不会抱怨太多. 一切都好，我们只是说出我们要说的话，我们知道如果某部分是你无法接受或无法辨识的，你将会忽略它，把它放到一边. 如此，我们不会成为任何人的绊脚石. 我们有我们的意见，但并非绝无错误. 或许我们比你们多走了几步路，但我们的双脚仍然走在与你们相同的旅程上，仍然布满了灰尘，继续前行.

当我们与你谈到死亡经验的本质，一般而言 我们无法完整地述说. 我们想先退几步，谈论 M 实体考虑为这个询问的一部分，也就是信心(faith)，它与相信(belief in)不同. 我们隶属于服务无限造物者的星球联邦，我们并不极力鼓吹对这个或那个"有信心"，因为任何可以形成文字的东西总有一天会鸣出虚假的铃声.

因此信心的概念必须与所有客观参考物分割，一个人准备死亡经验的最佳方式为学习在信心中活出一生. 基本上，信心没有客观的参考物，因为造物主不是一个客观的参考物. 这不是可感知、可触摸、可测试、可见的造物主.

毋宁说造物主是无限智能，一个无法使用你们语言充分表达的概念.

我们可以找到最接近的词汇来描述造物主的主动原则是那不恰当的字眼：爱.

结论是，如果一个人必须对什么有信心，那就对爱有信心；那创造、毁灭的爱；既美妙又骇人的爱，它即是一切万有.

神圣与创造的爱是一个伟大的奥秘，对于这一个奥秘有信心是真正地有信心，因为信心并不在确切的事物上安歇，而是歇息在那不可见、不可知、无法证明的事物上.

如果一个人在濒死的时候，唤起自己对爱的信心，这个人的过渡时期将是最容易的. 现在我们将谈论一些容易扭曲与混淆死亡这个主题的东西. 虽然每个实体都完全知道人都会死，然后进入一个更大的生命. 然而，我们发现在你们人群中，有一股深沉的恐惧，害怕失去这个承载你们的动物，你们称之为人类.

我们发现该器皿也称之为没羽毛的两足动物，但我们只是为了幽默的缘故增加这个称呼.

在任何事件中，这个动物，不管叫什么，都不是你. 你在你的脚指里头吗？如果你切掉一根脚指，你会消失吗？如果你切掉一条腿，你会离开吗？你身上有哪一个部分一旦被移除，你就不再是你自己？

你是意识，而意识有其自然法则，这些法则中最大的一项仰赖于你的选择.

我们但愿每个人记得这辈子是最为特别的，因为在这个特别的时期[以你们的称谓]，那些想要参与地球上意识极化的实体(数量)远超过收藏这些意识的动物提供的机会. 因此，移动进入这些人类躯体的灵魂们必须具备振动的老资格; 这意味着你们每一位都能够在这一生达成一个朝向爱的可收割态度; 换句话说，你们每一位都有能力去更多地关心别人，爱护别人，照顾别人，安慰别人，宽恕别人; 超过自己被理解、被爱、被安慰、被宽恕的需要.

爱具有牺牲的特质，当一个人花更多时间去协助他人超过协助自己的程度，那将是一股可观的助力，使得该实体加速地极化，于是当你的肉身死亡，进入更大的生命之际，你将能够使用来自无限造物者的必要额度之光芒.

现在，我们不想要让你感觉只有一条途件，宇宙中也有负面的途径，我们感觉非常困难，我们并不教导它.

它的效力是正当的，虽然有其限度，就我们最佳的理解，这条途径无法完成整个通往造物主的旅程，到某个程度，它的极性必须被反转为正面.

你们所经验的死亡，看着他人变老，留下他们的肉体，不幸的，死亡通常包含一个临走前的时期，这个时期通常带有大量的痛苦. 这个过程，如同生命中所有其他事情，都为了吸引一个人的注意力，允许一个人有机会或理由去思索他即将经验完毕的此生的伟大奥秘.

现在，那些不清楚什么是在信心中生活的人们，那些花费大量时间工作 为了显化物质财富，热爱那些物质财富的人们将发觉关心他人超过关心自己是困难的.

不过，如果一个人能克制占有欲，看见所有的财富都来自天父，那么他可以训练自己成为造物主之货物的管理员.

因此，如果你已经拥有许多财富，停止将它们想成是你的，了解到你是造物主的管家，正在照顾造物主的东西，而每一个原子与每一个能量圈都是祂的，如此你的过渡时期会变得容易许多.

还有一件事会使得过渡时期变得困难，那就是十分强烈地集中焦点在俗世的事物上. 战场中的士兵有时候并不觉察他们已经被杀害一段时间，因为它发生得如此突然. 那些过度着迷于某个物体或对象的人们可能成为地缚灵，直到着迷的物体消失，或某个实体出手协助，他方能离开较低星光层面.

(译注:关于此段描述的灵界见闻，推荐大家一本描写更详细的免费好书—终极旅程 下载:http://homepage8.seed.net.tw/web@1/tloo/uj.pdf)

所以，我们建议每一位在此生中从每日冥想开始，将自己扎根在造物主的爱与光中，聚焦在服务他人之上，爱自己也爱彼此，无惧于死亡，因为意识没有断点，意识的火焰不会熄灭; 只是承载你的动物躯体变得无法存活.

在你们人群中，这个事件十分地感人与深刻，的确，在我们的密度中也是这样，我们悲悼我们的伴侣与老师，但我们不会紧抓不放，每个实体都有自由留下或离去，然而在你们的幻象中，有时候 人们并不知道他们拥有的自由.

在肉身死亡的过程中，一个人可能经验许多不同的事情，有些事情极为不舒服，容我们祝愿每个人一个舒服的死?

无论如何，一旦肉体被抛下，有各种经验可能发生，依照个人的意识而定. 在许多情况中，需要进行疗愈的工作. 在某些情况，需要先创造一个相等于前一世中最快乐的时光之氛围，好进行主要的疗愈过程，直到该实体强壮到足以面对前一世中艰难的部分.

在其他情况，一个实体具有足够的觉知，在前一世中已接收到天使的导引，那么他将无惧地移动，带着知识与好奇心前往不管是什么额度的光之境域，只要该实体可以舒适地吸收与使用当地的光.

最终每个实体都被疗愈，每个实体移动到造物的一个部分，那里的光将是该实体感觉最舒适的程度; 接着 藉由恩典 在高我的陪同下 该实体评判前一世，回头凝视，翻阅此生的书页，或用另一个隐喻，仔细地查看这幅织锦画，由情感、思想、行动构成的一生. 你的织锦画是否美丽?

你可曾使用丰富的颜色与爱意的情感? 或者它完全布满冰冷的情绪与愤怒的扰动? 你如何制作你生命的织锦画?

你将是你这一生的判官，今天就使你自己满意，那么 审判将不会那样困难.

(译注:这一大段使用的前一世指的均为此生肉身死亡后的最近这一世.)

一旦回顾检阅完前一世之后，你已经判定你学习人生课程的成绩，以及还有哪些课程尚待学习，然后你可以规划下一世.

你们的密度正位于一个特别的时间，你们许多人希望的目标，你们有些人将达成的目标：收割．这即是我们的同伴，Ra 群体，所说的，(地球)社会记忆复合体的开始．

为什么花费你的时间在滑行掠过生命的池塘上头？打破薄冰，潜入深邃意识的纯净温暖的水域中，在冥想中造访至高者的圣殿，因为它就在你的里内．

荣耀你内在的圣殿，强调你内在的圣殿．

让大我打开一条导管通过你，让大我得以在无限能量[你自己绝对不能持续供应的额度]中流过你．你越是花时间从事意识中的工作，你的小我就死去得更快．

或许 我们可以给予那些对身体死亡感兴趣的人们最佳的忠告是指向真实死亡，那是正面与负面途径选择强烈要求的东西．你有选择的力量，这是你选择的时机．在这个厚重的幻象中，你必须做出选择．

这个幻象设计的方式是你们只有很少的线索向你揭露造物主之奥秘的真实本质．

你们在黑暗中做出选择，在影子大地上 你什么也看不清楚，错的事物似乎不那么错，对的事物似乎令人质疑．在这个幻象中没有什么是理想的、终极的或巅峰的．然而，我们对你说，你自己绝对是无以伦比的，在无限造物之中，你是独特的．你对于造物主而言，非常 非常重要，并且备受疼爱．当你知道这点，或许打开心胸去反馈这份爱会容易些，或许打开嘴巴说出赞美与感谢的话会容易些．

或许渐渐地，从别人的观点或更大的观点去想事情会容易些．

现在 你们每个人都将失去肉体载具，而我们最佳的忠告是活出一个有爱的人生.

在你的心中鼓励爱的意识在无限造物者中成长，你只要请求它，渴望它，因为你所渴望的，你将接收到.

如果你想要证据，我们建议你加入那些技术专家，你们称为科学家的一群人，他们创造出许多许多新玩意，使用一些对他们来说是奥秘的原则，虽然他们不会承认那是奥秘.

你想要活在一个充满观察、重复与测试的世界？或者你想要活出一个充满爱与信心的人生?

(译注:并非所有科学家都是唯物主义者! Latwii 在此使用一个鲜明的对比来提醒我们.)

愿你们全都移动进入第四正面密度.

愿你们全都为了造物主与自己找到许多的爱，好让你能够爱他人超过爱自己，并在他们里内看见无限太一.

那么你的死亡将只是换一件衣服的过程.

这个过程只有一瞬间，然后你将处在你需要在的地方，伸开双手朝向那些你希望(前来)欢迎你的存有们.

容我们说，当你搭便车到达目的地时，即是你自然死亡的时刻，你们曾经签下一份非常困难的任务合同，一个非常困难的义务之旅程.

愿你们在自我之中找到属于信心与爱的部分，并且想要给予，透过冥想与渴望，滋养这部分，直到你生命的织锦镶嵌上一个又一个的宝石，绣上一个又一个的花样，于是你成为献给无限造物者的一首诗，一颗果实—来自信心中的生命，包含和平、爱与喜悦；也包含忧伤、苦难与死亡，它们全都受到祝福.

以爱的双眼凝视一切，那么当你凝视死亡时，你将想到造物主与祂的光芒与爱. 这些是我们建议的准备事项：将注意力转向爱，透过冥想滋养造物者的觉知，每日微小的思维将个人带回中心点.

肉体的死亡是短暂的，你们奉献此生于准备，容我们说，期末考试.

我的孩子们，好好做你们的功课.

我们在此时感谢这个器皿，因为她本身是一个可怕的(terrible)笑话高手，于是我们能够透过该器皿更多地表达我们幽默的人格，跟其他小组相较而言*.

我们希望你们不要介意我们的兴高采烈，因为我们坚定的相信没有轻松的步调，灵性途径可能变得太过严肃，从而失去它的明亮与喜悦. 我们希望每一位行走在这条布满石头的路上也能找到喜悦，同时一路上有许多伙伴同行，我的孩子们.

(*译注:参考棕皮书中，底特律团队通讯 Latwii 的风格)

我现在转移通讯到 Jim 身上，感谢各位的鼓励. 我是你们知晓的 Latwii.

(Jim 传讯)

我是 Latwii，再次地 我在爱与光中向你们致意. 我们再次提醒所有在场的各位，我们分享的只是我们的意见，虽然我们以很大的喜悦分享，它却不是绝无错误的. 拿起那些你觉得有用的话语，忘记那些没有触动你心坎的部分.
此时，是否有任何询问?

M: 是的，首先，我想要感谢你回答我个人的问题，我觉得非常感动. 你刚才说到意识没有断点. 你也说过时间与空间都是幻象. 我曾经验过意识的断点，我假设当时我正被动手术，我进入无意识状态，这是否相当于死亡? 我穿越一段时期，我甚至认不得时间的存在，我不晓得我在什么地方，也没有我自己的想法，这种无意识是否相当于死亡?

我是 Latwii，透过你们的医生注入麻醉药的程序，通往潜意识心智的门户暂时开启，进入的意识有大部分(期间)没有觉察. 因此，虽然这类的经验跟穿越死亡的门户有些雷同，但并未真正模拟死亡的过渡期，因为在死亡过程中的经验将唤醒显意识心智记得它更多的存有状态.

附带一提的，当一个人的心智静止下来，将活化潜意识与显意识的直觉连结，于是潜意识得以适当地告知显意识一些令人鼓舞的经验.

是否有其他询问，我的兄弟?

M: 是的，谢谢你. 沿着相同的询问路线，换句话说，如果我正确地理解你，你是说死亡好比一种大量经验的唤醒，那些已经遗忘的经验. 我假设这意味当你结束这一生之后，你仍然觉察这一生的内容. 然而，我发现那些死去的人们与活着的人们之间的沟通似乎非常少，为什么呢?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问. 那些已经通过死亡大门的实体 与 还在肉身之中的实体 很少沟通的原因主要是尚具肉身的实体很少尝试与另一边的往生实体沟通. 因为你们(西方)人群很少相信这样的通讯是可能的或得当的.

你们人群对于未知的事物情愿让它保持原状，不要涉足这类神秘的领域，容我们说. 另一个理由是，那些已经穿越死亡门户的实体们在他们的存有中有一种完成的感觉[针对才刚结束的一生]，接着有一股巨大的渴望，想要去探索那些明显在前方寻求旅途上等候他们的东西，所以，他们很少渴望要移动返回那个才刚离开的幻象.

无论如何，在某些例子中，相爱的人们当中，有人刚完结这一生时，存在一个最后的通讯. 通常，这个通讯并不以言语或文字的形式发生，而是一种尝试通讯的一方感觉到对方的精华与自己调和在一起.

(译注:在此 推荐大家看一部经典老片:心灵点滴--Patch Adams)

是否有其他的询问，我的兄弟?

M: 我想澄清一点，就我的理解，你是说我们大多数人不相信我们真的可以与我们已死去的挚爱亲友通讯，但我也大致理解如果我们相信，如果我们以正确的方

式尝试，则有可能办到，对吗?

其次，在地球上 是否有任何人以看见的方式在做这件事?

我是 Latwii，我的兄弟，我觉察你的询问. 与那些已经穿越目前幻象边界的实体们沟通的能力的确是可以学习的，先决条件是具备强烈渴望与持续练习的恒心，方能成为一个清晰的意识的接收者与传送者.

这个过程涉及谨慎地检验生命样式，好让人体内的能量中心或脉轮得以成为清晰的管道，允许造物主的智能能量或爱流过这些(能量)中心而没有显著扭曲.

这个过程迫切需求毫不留情的诚实[容我们说]，以致于很少人真正精通这个能力，亦即首先清楚没有漏失地与自我沟通，随后允许非口语地与其他实体通讯，不管是具备肉身或无形的存有.

是否有其他的询问?

M: 现在没有了，非常感谢你.

我是 Latwii，我的兄弟，我们感谢你. 是否有其他的询问?

K: 我对于 UFO 感兴趣，你可否在不冒犯我的自由意志之前提下，评论我曾遭遇的近距离接触?

我是 Latwii，我们对你道歉，我们无法评论.

因为你询问的这个领域必须完全地停留在你的自由意志范畴之中，因为这类事件的神秘特质，不只吸引你的注意力到这个(事件)经验本身，同时还指向你这一生的经验.

是否有其他的询问，我的兄弟?

M: 我想进一步探讨创造服务的一生这个想法，我想这是一个非常高贵的野心，就我的理解，同时对于我们的进化也非常有用. 然而，这似乎是一个矛盾，或许你能够帮助我理解这点. 我想要发展服务的能力，超过我现在具备的能力，然而，看起来想要这么做是有些自私. 换句话说，这个服务的过程是一个人可以学习的吗? 或者这个过程应该是自然的过程，当一个人进化时自然发展的能力? 我这样表达还可以吗?

我是 Latwii，我的兄弟，我们的确觉察你的询问. 渴望服务他人好增进自己的进化旅程确实有些自私的成分.

我们发现在你们第三密度幻象中的所有行动都从自我之中心开始，然后向外移动，每个实体的移动方式都是独特的. 一个实体从完全聚焦在自我身上，只关心自我的生存、成长与学习[为了这个幻象中的经验]; 持续(向外)移动 将关注的焦点放在其他自我上，真正地关心周遭人的福祉，[容我们说] 以致于天平倾斜到另一边，也就是关心他人的强度超越对自我的关切.

这个过程，如我们先前陈述，必须从自己开始. 于是，这个学习过程透过必须的互动[也就是日常活动的一部分] 以及此刻之必需 从事服务他人; 在这种情况，一

个人无须思考地与其他自我互相牵涉，这个人周遭的实体对他发出请求，不管是公然地或藉由自身的临在(呼求)，因此，首先需要学习的能力是在潜意识层次与其他自我互动，直到这个人开始看见这个互动与服务其他众生为自己的存有与活动中自然的一部分.

当一个人透过寻求生命的目的以及生命样式的可能性，他有意识地变得更为觉察;那么这个藉由依照必需的服务[容我们这么称呼]得以扩展，于是在服务他人(众生)的过程中带有特定程度的愉悦. 持续地，有意识地寻求生命的目的以及生命样式的本质将提供真理寻求者更新的机会去提供自己独特的服务给其他自我.

那么 我们认为真理寻求者会发现在服务他人的过程中，有着比服务自我更大的喜悦与满足，同时也了解到自我有特定的基础需求，寻求者必须提供给自我这些需求好让自我能够继续他第三密度的经验.

我们看到有一个(关键)点位于比 50%服务再超过一点点的地方，在这个时机渴望服务他人的渴望超过服务自我的渴望，然而 服务自我的渴望的确还是显著的.

容我们说，这是可接受的，因为服务他人的意图百分比到达 51%或更多，则该学生可以毕业或迎接收割. 一个学生必须有持久不懈的服务他人之渴望，程度超过 51%，好让这个学生能够耐得住更强烈的光放射，容我们说，属于第四密度经验的正常边界内的(光).

因而，第四密度的经验具有足够的苛求程度，提供进一步成长机会给刚毕业的学生，他们能够从第四密度幻象的较低水平开始，接着继续学习第四密度的功课，汲取该密度上头的资源从事进一步的服务与学习.

是否有其他询问，我的兄弟?

M: 我想你真的十分亲切，提供这些细节. 我有一个麻烦..的问题，我们曾经谈到人类有一个选择，但我感兴趣的是有些人没有选择的能力，好比一些生来重度迟钝的人，或天生的精神异常病患，或有些人甚至还没生下来就被堕胎. 你可以说说他们如何进化，他们是否必须重头来过?

我是 Latwii，我的兄弟，我们觉察你的询问. 我们要提醒你，我的兄弟，目前这一生，虽然看起来是你们所有的可能性与存在，事实上，只是你们在第三密度幻象中进展行列的一个片刻而已.

每一个进入这个幻象的实体都有个选择，关于他经验该幻象的方式.

有些人为了特定的原因与过去世的经验，有需要经验更剧烈的一辈子[在你们的幻象中].

如同你刚才说的许多情况，还有更多更多的情况，在此 表面上 这些实体只有很少的有意识选择，关于此生要如何进展，以及从此生可以收集到什么东西.

我们再次提醒各位，任何一世的经验都具有平衡过去世的经验的目的，同时也提供一个起点，好让进一步的平衡发生在你们所称的未来世.

所以，没有任何肉身经验会遗失，有许许多多的经验在它们进行的当下是无法理解的，无论如何，当此生停止时 该实体在中阴期间回顾此生，由于更大的视

野，允许该实体看见这些移动的势力，也就是他在此生或更早以前种下的各个种子 以及随后长出的果实，于是不管采收到什么果实，都可以在灵魂的整体成长中被利用.

有许多辈子可能结果都远不如当初预期的目标，然而，一个也不会遗失，虽然这一世所学的功课可能不如当初的期望，在灵魂整体的观点中 全部的转世与经验的确有所教导.

是否有其他的询问，我的兄弟?

M: 不了，谢谢你. 你刚才说得真好.

我是 Latwii，我的兄弟，我们感谢你. 此时 是否有最后的询问?

Carla: 我有一个问题. 有两种人写信给我们[L/L Research]，他们发觉要找时间服务他人有困难 或者 他们感觉未曾服务他人.

一种是生意人或上班族，每天花很多时数工作，把自己搞得很疲倦，所以无法好好冥想，也没有很多时间思考或阅读.

另一种是家管或母亲，她们要打扫家里，照顾小孩，接送家人，去超商购物，忙得像个安静的疯子，环境吵杂，没有很多时间坐下来放松.

我对他们说，你们凭借自己的意识就一直在服务他人. 这是我想得到的最佳回应，你可否就此评论? 还有，这些人要如何服务，如何组织他们的服务?

我是 Latwii，我的姊妹，我觉察你的询问. 你们人群被日常活动淹没，这是一个相当常见的经验. 表面上，每日的细节是最重要的考量，一个实体必须适当地解决每个考量(利害关系)，才能将注意力移动到其他考量与其他实体上头.

我们提醒每一个实体了解 (自己)存有内心的渴望才是一生中[不管在什么时代]最重要的考量. 渴望将每一个关系与每一个活动尽可能地浸泡在爱与服务之中，这样的内在质量将提供该实体 心智的平安，以终极的角度而言.

我们觉察到每位实体注视自己的生命样式，在这方面的进展可能还不值得恭贺，并且看待自我远远落后起初设定的形而上目标. 然而，一个人恒常地落后于渴望的目标，就灵魂整体的成长过程而言，这并不重要. 重要的是，在这个过程中，渴望去寻求，渴望去服务，即使当一个人觉得自己什么也不是 只是一个失败者时，仍渴望继续前行.

...

[录音带结束]

最后，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们. Adonai，我的朋友.*

(*译注:译者自行加上 Latwii 通常在结尾必说的话，算是为 L/L 选集四做个总结. ^_^)

(V)2008 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1223 章集：今生的愿景

Copyright © 2011 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选,可能包含一些扭曲!

是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2011 年三月 5 日

Jim: 我们在这儿的目的似乎是协助第四密度的诞生。既然这一点似乎已经完成，除了较年轻的人们要清理和治愈地球，我们留在这个将尽的第三密度地球的目的是什么？从现在到我们这一生的结束，什么是我们应该为之兴奋的？在第三密度的剩余时间里，我们应该聚焦在什么地方？

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。在祂的服务中，我们今晚来到你们这边。你们呼叫我们加入你们的集会，我们感到很荣幸，此刻能与你们[在地球上服务的实体]谈论有关聚焦的主题真是愉快。

首先，我的朋友，一如往常，我们请求你们在聆听这些思想时，使用你的洞察力和辨别力。不要完全地接受我们所说的一切，而是等待如 W 实体所说的那种共鸣；那种共鸣预先告知你一种观点是给你的、是为此刻的和这一次的(讯息)。

保留那些引发你兴趣和共鸣的部分；丢下其他部分。如果你们能为我们这么做，我们就能够安心和你们分享我们的想法，确知我们不会冒犯你们的自由意志或者干扰你们的灵性旅程。感谢你们给予这个恩惠。

当考虑在当下和你们离开这具肉身之间的时间要做什么的问题时，我们要扩展你们在最初提问时提出的这个视野，我的弟兄，因为无论如何我们不会仅仅因为这个星球自身已经通过考验进入第四密度，就认为我们[在地球上服务]的工作此刻已经完成。

就第四密度行星地球的诞生而言，这个工作的确是完成了。然而，这绝对不表明那些地球上的实体的工作也同样结束了。你所经历的和他人经历的每一生都有其自然的节奏。在一生中没有哪个部分是失效时间(dead time)。对于那些来到这里帮助收割的流浪者来说，正如你们感觉自己所做的，我的弟兄，工作绝对没有完成，因为田地的庄稼(harvest)已经发白[1]，你们是过来帮忙的工人。

你们必须回想，那些持续工作以便能够在服务自我的极性中毕业的少数人也正处于毕业前的最后一生中。他们正在工作，有些是显意识地，有些是无意识地，造成了一种恐惧的氛围并且扩大苦难。因此，正如有伤痕的庄稼，采摘该庄稼是困难的。它割伤和刮伤了从棉花杆[2]上采摘的手指。观察和目睹你周围的那些人，他们快速地过他们的生活，你们快速地过你们的生活，这未必是件开心的事情，有着许多的混乱。容我们说，有一种焦虑和担忧的收割。这个时代是动荡不安的，很容易感到忧虑，因为你们不知道会出现什么，然而现在正是最最需要那些爱、力量与和平能量的时候。

当海上起风暴的时候，需要灯塔，因为在暴风中看不到隐藏在水下的礁石。你们每一个人都如山丘上的灯火。你可能觉得你的烛光很微弱，然而光是有穿透力的。

你甚至能够看到半英里外的蜡烛，我的朋友，而你们远远胜过一根蜡烛。太一造物者无限的爱和光流过你的身体，当你赞美它无限能量的时候，你就将它向外传给世界，那光告诉你周围的实体:「这儿有爱、安全、熟悉感，和超越理解的平安」。

一个渴求的世界看到像你们那样的光，他们得到喂养，因为流经你们的是无限，它不会被耗尽。在这个转换的时期，身而为人，你们有这份责任。你的内在蕴含无限。每当你祈祷时，你就进入无限之光。每当你冥想时，你就憩息在无条件的爱里，和无限太一共处于圣殿中。你提供给这个世界的火焰并非由人类的气力点燃，而是来自造物主自身。你只是光流经的管道。当你的能量体敞开时，你的心轮就敞开了，那光绽放在这个世界上，极为美丽。

我的弟兄，你问到「我该为什么而兴奋？在当下和我进入更大的生命之间的期间我应该聚焦在什么地方？」我们要提醒你们百猴效应[3]的故事。

这是一个真实的故事，关于两个岛上的猿猴学习以不同方法吃香蕉。

研究这两个岛上的猿猴的科学家注意到在某一时刻，吃香蕉的改良方法从一个岛传到另一个岛，由于一个岛上的所有猿猴都知道怎样吃香蕉，不知怎的，这个讯息传播开来，结果另一个岛上的猿猴也开始用同样的方法吃香蕉。

在来到这个服务和学习之地之前，你们的愿望是或许你能够照亮地球的意识。在你投生于这个肉身之前你并不确切知道那将是怎样的服务形式。你为此花费一生的时间直到归纳出这一点:「什么东西属于我生命中的服务？什么东西属于我的学习？在我这一生中，我携带了什么功课是我想要专注的？」

每个人的答案都不一样，但是很有可能你希望能像第一个岛上的猴群 学会用更好的方法吃香蕉，而有所影响。

也许你看过《让爱传出去，Pay It Forward》这部电影。一个孩子有了服务他人的想法，电影里的这个孩子用那种能量感染了整个小镇。这似乎看起来是娱乐和虚构的，然而每年当耶稣诞生日被记起的时候，全球分享圣诞节精神的人们都敞开心胸，关心邻居，伸出双手去服务。那不是虚构，每当回想起卡崔娜飓风和最近海地发生的地震这些自然灾难时，那也不是虚构的。在那些情况下，人们敞开心胸，发现他们是真的关心陌生人，领悟到在人类大家族里其实没有陌生人这样一个分类。

这也许是应该为之欣喜的一个中心主题，我的弟兄。在你们一生的剩余时间里每一天都有这样的机会。将爱传出去，用这样的作风、热爱、幽默和生命活力去服务他人，用你分享那光和爱的渴望去感染他人，从而他们开始发光，开始服务，进而感染他人。想象无限太一的光和爱传遍这个更新的地球，你们能够影响地球上一大部分人，而不是贫乏的收割或小小的收割。

通常在困境和考验的时候人们愿意醒来认识不同思维方式。你们在商业和经济世界里所经历的混乱带来的冲击对许多人是起床的呼叫，而各种不便，我的弟兄，会继续。一直沉睡的人们现在容易接受新的思考方式，新的典范。

旧有的方式显然不管用了。而你能够，凭借你的存在的每一根纤维，进入你生命的每一刻，以此分享太一无限造物者的爱与光。

我的弟兄，你所分享的东西，你首先需要去体验，因此我们鼓励你去做的一部分就是聚焦在静默上。

静默似乎即是没有声音。而实际上静默是信息从灵的能量和本质流入你醒着的意识里所必需的媒介。它是强有力的。我们鼓励的不是突然沉浸在静默中，而是将脚趾放入水里*，容我们说，在这儿五分钟，然后那儿五分钟。我们还鼓励你们经常这么做，好让你不断返回静默，从而极强烈地觉知无限造物者。
(*译注：试探水温的意味)

让你自身使用造物主的振动是必要的，你可以怀着寻求太一造物者的意图 在投入静默时这么做。在静默状态中来到你这儿的东西也许不是你有意识觉察到的。

然而，你可以相信你正在接收的信息将扩展和转变你。而你们，你们每一个人，藉由你的能量，你的本质，你特有的振动，都具备那种鼓励和帮助他人觉醒的奇妙能力。

在你的肉身停止呼吸，接着进入更大生命之前，你有机会和能力有意义地、强力地服务无限造物者。当你雕琢你的生命，守护正直，以敏锐的道德之眼辨别极性，你不仅在影响自己，你正在改变世界。你看不到它，你无法证明它，但是从「一切为一」得出的逻辑推论是所有貌似分离的事情实际是相连的。你们的物理学家已经开始用弦理论[4]这样的学科理论来告诉你们这一点。

因此，尽你们所能的作这个星球上的好管家，帮助那些已经来到这里服务的人。

但是记住你们的主要职责是做为太一无限造物者之爱与光的一个管道。憩息在那

爱的光辉中，发自内心地请求来自圣灵的爱之火焰被点燃，你们可以带着最大的热情和强度 尽力完成这次服务和学习的一生。

我的弟兄，我们觉察到就这个询问 你无法跟进，因为你目前人不在这里，这个问题我们不再谈论。我们欢迎下一个询问。

我们可否问 Jim 此刻是否有其他的询问？我们是你们所知悉的 Q'uo 群体。

Jim: （听不见。Jim 说 W 有 G 留下的 写有 L/L 读者们提出的问题的那张纸）我们是 Q'uo 群体，此刻是否还有其他询问？

W: (读 G 的笔记。)日本的 S 问，「Q'uo，我对于给新生宝宝接种疫苗很紧张。

就这件事有两派观点：一派认为接种疫苗不仅安全而且是必需的；另一派觉得接种疫苗十分有害。我发现我对这两派所说的都无法百分百信任。支持和反对这两派观点的证据都有。关于是否接种疫苗，家长们该如何做决定？如果接种了疫苗，就无法逆转，并有可能导致认知缺陷和/或健康缺陷，但如果不接种疫苗会导致孩子因病死亡或者残疾，更不用说会因为被起诉和过度热心的儿童福利的法规失去孩子了。与此相关的灵性原则是什么？」

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问。就你所关心的是否给孩子接种疫苗这样的问题来说，相关的灵性原则是自由意志。因为孩子们没有能力就这类问题做出理性的决定，正如许多事情是交给家长的，它是要家长为年幼的孩子做出这类决定。

我们观察这个器皿的想法，看到这个器皿在她选择接种疫苗时是有选择性的。她曾经接种过活疫苗，那次经验表明她对活疫苗会有不良反应，而对非活性疫苗或死疫苗，产生不良反应的可能性极小。

然而，这尚未谈到你的自由意志。最好是合乎逻辑地进行相关的研究。最好是了解各方面的信息。不过，正如你们所说，人类的事情常常没有确定性。虽然在接种疫苗方面没有灵性原则，在身的复合体的范围内，重要的是你觉得你正对孩子做适当的事情。

因此，在你已学习你所能了解的所有情况后，认真考虑这一点。认真考虑给予孩子这种治疗方法所引起的共鸣，我们建议对每一种疫苗你都应该参照你的理性和线性思维、你的智力和你的心智慧，走完这个过程；因为心常常知晓事物却无法说话。

我们不鼓励不理智的盲目行动，赞同平衡的方法，保持你自己的意志自由直到你掌握你所能了解的一切。那样你就已经遵从了自己最深处的感觉。我们不是说要依从表层情绪行动或冲动做事，但是你有必要为你的孩子尽全力，也就值得运用你所有的才能你全部的资源：你的才智和你的洞察力，不偏不倚、达成一致意见，找到一个共识。

可以说一些东西就是没有神性，然而所有一切都是由爱构成的，那么怎么会有没有灵性的东西呢？灵性在一切万有之中在疫苗中、在你的孩子里、在岩石里、在空中；责任和义务由所有这些圣灵的礼物产生，能拥有它们是一种荣耀。但这不是说养育孩子不需要工作。

所以，尽你所能的对待这件事和所有事务。保持慷慨大方，慢慢来，直到你做出决定为止，从今以后都按照该决定去做。我们感谢你提出这个询问。
我们是 Q'uo 群体，此刻是否还有其他的询问？

[停顿]
我们是 Q'uo 群体，我们未觉察来自这个寻求圈的进一步询问，我们将离开这个器皿和群体，在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们认识的 Q'uo 原则。很高兴与你们在一起。感谢你们的美好和勇气。
Adonai. Adonai vasu.

***
原注
[1]《圣经》，路加福音 10:1-3
译注:另可参考约翰福音 4:35
[2]这个参照源于前面提到的收割的田地是白色的。棉花是白色的，柔软的棉花被棉花荚和棉花杆保护着，它们会割伤采摘棉花的手。
[3]摘自维基百科：「百猴效应是一种假设现象，当达到某个临界数目的时候，一种学会的行为会从一群猴子迅速传到所有相关的猴子。概括地说就是当人群中听到一种新思想和学到一种新能力的人达到一个临界数目，这个新思想和新能力就会不可思议地，瞬间传给这个人群中所有其他人。这个假设现象背后的故事是 Lawrence Blair 和 Lyall Watson 在 20 世纪 70 年代中后期提出的，他们宣称这是一些日本科学家观察到的」
[4]弦理论(String theory)十分复杂，现在还未(获得实验)证明。它推论宇宙中的一切事物都是连结的。
Translated by Tina. / Special thanks to yingying.

(V)2011 reviewed by cT.

☆ 第 1224 章集：你看见谁?

Copyright © 2003 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选，可能包含一些扭曲!

是故，有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1983 年一月 23 日

(S 传讯)

我是 Hatonn. 我的弟兄姊妹，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

你们呼叫我们前来，我们为此表达感谢与喜悦. 我们的讯息是微小的，有时候似乎没有意义，然而，我们希望可以在你的生活的某个点上带来某种帮助.

今天傍晚，我们想要述说一个小实体的故事，他在这一生中偶尔会从这里跳到那里，脑海中没有什么方向. 他持续地寻求各种可以提供喜悦与快乐的物质东西. 在他的人生中，他获取许多物品，一件物品可以在一小段时间带来快乐，在一个短暂的空间和时间中刺激想象力；然后把它放在一边，去获取另一个物体.

这个模式重复了许多、许多年，直到这个小实体长大了，然后再次地 于更晚的时期，随着年纪增长 身躯逐渐弯曲. 这个实体有许多、许多年寻求他可以握住的东西; 但，我的朋友，他并未沉思一个不起眼的事实: 那个叫做快乐的东西全时间都在他可碰触的范围内，它可以不是短暂通过的东西，只要他向内观看，只要他每天花一点时间向内观看，沉思每日的行动，看看内在的负面与正面的平衡.

我的朋友，这个平衡包括你的心智、[使你困惑的]情感、催化剂、人生课题; 有了这个平衡，伴随着接纳所有内在的事物，我的朋友，就是你找到平安的地方，不是在外面，而是在里面; 这个部分和造物主是合一的，如果你允许它在你的人生中显化，将可带来你渴望的平衡.

在此时 我们感觉有个渴望 转移通讯到另一个器皿那儿. 我是 Hatonn.

(M 传讯)

我和这个器皿同在. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 你们的幻象蕴含许多教导. 有些人的心里有许多东西，他们发觉<??>. 如果他们可以每天花一小段时间走出自己的框框，就能看见他们生活中的幽默，不管是独自一人或和朋友一起笑话自己，就能缓解他们的紧张. 欢笑是个美妙的安全阀. 如果你找不到任何幽默的东西，至少走出自己的框框，给紧张一些时间消散. 从一个距离看看你自己，你的问题就没有那么巨大. 记住，你无须解决所有的问题; 你只需要活着经历它们. 不管以这个或那个方式，你们将走到尽头. 到了尽头，你将发现很多以往造成你许多忧虑的事物真的是微不足道. 走出自己的框框，欣赏你周遭的事物. 如果你无法欢笑，至少看见美景. 欣赏日出，欣赏日落. 欣赏你心爱的人们.

如果你无法欢笑，先从感激开始. 如果你无法感激，至少走出自己的框框. 在你的问题和自我之间保持一些距离. 人生并不像某些人认为的如此严肃. 在生活中找点娱乐吧.

我是 Hatonn. 我离开这个器皿.

(K 传讯)

我是 Hatonn，再一次 在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们想要透过这个器皿说一些话，关于如何走出自己的框框. 如你们所觉察，宇宙中有合一，没有一个东西是偶然发生的. 纵使在你们看来 一切事物都处于浑沌中，这不是真的; 因为宇宙中有个合一样式. 在细胞层级 所有一切皆为一、所有一切都是已知的. 尝试想象你自己站在一棵树下，然后想象自己是这棵树的一部分，同时这棵树是你的一部分. 接着想象当你享受这棵树的美丽和庇荫，这棵树也享受你的临在. 这类的想象可以四处蔓延，我们想象自己和万事万物融合. 我们可以进一步想象万事万物都在无限造物者之中欢庆，因为的确所有万物为一，最后的分析: 一切是爱. 只是我们看见的各种东西似乎是分离的，带有相互矛盾的各种目的.

如果你有敌人，想象你爱这个敌人是有益的; 有时候 这需要一些工夫. 但，你可以如同一个小孩子般的假装，这确实有帮助. 在你晚上睡觉前，尝试上述的练习，这样会帮助你感觉自己是万事万物的一部分，所有一切都是平安的，所有一切都是充满喜悦的，因为内在自我确实知道.

今晚和这个团体相聚是欢乐的，一如往常，很高兴服务你们. 我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我是 Hatonn.

(Carla 传讯)

我是 Oxal，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 愿你们每天认识那灿烂之光; 因为你们的确是光之族群，认识那光与爱是你们的天赋权利. 在今天傍晚 感谢这个团体呼叫我们. 我们有一段时间没有和你们团体谈话，有这个机会是我们享受的特权.

***

星星向下注视着安睡的你，幽静的雨水落下，就在熟睡的当儿，你的电话固执地鸣响，把你吵醒. 电话那头的人要求你离开舒适的窝，走入雨中，开车到好几英哩以外的地方，去找那个迷失的人. 那个人是你的甜心、挚爱、清醒时分的太阳、睡眠时的美梦; 于是你感觉不到雨水，只恨里程表跳得不够快.

那个人是个讨厌的熟人，你所有能做的— 只是说句 “不方便”.

***

站在一片炎热干旱的大地上，你拿着一根长柄杓来到井边，在干燥的土地上，这是口珍贵的井. 这口井很深，你花了很大的力气才从沙质地的深处取得每一滴水. 有个人来到你身边，他是个疲惫又肮脏的旅人，跟你要口水喝. 这个人是弥赛亚 (Messiah)，你立刻欢喜地给予你如此辛苦赚取的水.

这个人是陌生人，长相很奇怪，行事举止跟你大不相同，于是你递给他一个空的杓子，掉头就走.

***

你乘坐一艘小船，正要渡过一条河. 河水流动着，河的另一边可以安定你的思想，放下世间的琐事. 引导这艘小船的人是乔达摩-佛陀. 于是你惊奇地凝视着水面，远岸遗忘在当下此刻的奇迹之中.

引导这艘小船的人是个满脸胡渣，穿着卫生衣的家伙，于是你专注地凝视着远岸.
***
我的朋友，你们居住在一个有趣的幻象中. 你看见谁？你对谁起反应？你的弟兄、姊妹的本质是什么？你自己的本质是什么？

如果你观看每一个表面，你总会找到世俗的东西. 如果你找到爱，你立刻冲上去和他打招呼. 如果你在井边发现他的完美，他可以给予你超越这个幻象的圣水，你愿意给予自己拥有的一切，只为了和如此富有的他有关联. 这个事件记载在你们称为圣经的书中，耶稣实体说: “我有水，我不渴. 我给予你的水将使你永远不再渴. “有些人在你的人生中帮助你，这些人推动你的小船，而你凝视着河岸，不看那个不断划桨的舟夫. 但 难道他不是完美？你知道佛陀(Buddha)这个名字，但它代表什么？一个已找到此刻的人，确实如此. 你们每个人对于甜心、老师、开悟者有着最大程度的渴望，不过 这一切都从你自己开始，你的存在核心[创造每一个实体]拥有这些面向.

你想要把谁从完美者的清单中删除？你一个也无法删除.
那个在寒夜中冻僵了、醉倒了、身无分文的人，你甚至无法删除他.
那个不诚实地使用权力以养肥自己的人，你甚至无法删除他.
那个败家子，花光自己所有一切的人，你甚至无法删除他.
那个分不清真假的人，你甚至无法删除他.
你甚至无法删除自己.

夜空布满星星，我们彷彿从一个比星星更遥远的距离对你们讲话. 我们编织一张灵感之网，但我们是傻子，我们对傻子说话. 因为如果我们是真正地睿智，我们

现在不会讲话，我们会存在于全体的合一之中. 这点，我们尚未做到. 我们正在尝试学习智慧，所以 我们觉察. 你是否觉察? 傻子才会试图在这幻象中看见完美. 然而 一个寻求者的责任是成为傻子. 因为在你们的世界中，那些明智的人行使他们的智慧，接着该智慧将随着他们的骨头一起被埋葬.

在整体宇宙中，没有一个实体不是绝对必须的; 无限造物的每一个部分都全然地值得拥有. 下一个在人行道上向你乞讨的人就是佛陀、基督、你的甜心. 你会跑多快去协助他? 你将从他身上获得怎样的饮料，好让你绝不再口渴? 在街头游民的身上，你可以找到怎样无价的当下?

我是 Oxal，我在这个幻象中离开你们，知道你们至少透过这座监狱的铁栏杆观看. 你们早已选择了这座监狱、这个幻象，正是为了让你可以找到完美、实相、理想，虽然该监狱明显地没有这些东西. 我们和你们同在，离开这个器皿，祝福每一位，因为一个寻求理想的傻子是神圣地傻气. 怀着爱，小心地寻求. 在那爱中，我们离开你们; 在那光中，我们不得不离开你们. 我们是 Oxal.

Adonai，我的朋友. Adonai vasu borragus.

(Jim 传讯)

我是 Latwii. 我的朋友，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们很高兴这个团体再次选择要求我们谦卑的服务. 一如往常，我们欢喜地到来，感谢有机会和你们同在，和你们一起搜寻关于我们全体存在之真理. 那么 容我们现在请求一个开场的询问?

M: 所有第四次元的群体是否彼此认识，或他们的孤立程度和第三次元相当?

我是 Latwii. 要回答你的询问，首先我们认为，虽然第四密度的实体更充分地觉察他们存有的合一，还是有许多实体仍然没有能力去感知其他雷同自己的个别存在[容我们说]. 那些属于理解密度的实体的确感知 ...

[录音带第一面结束]

我是 Latwii. 我们继续. (感知)宇宙. 那些居住于内在(世界)和学习理解、慈悲的实体，他们的视野远比你们广阔许多; 因为分隔你的显意识和潜意识的罩纱在第四密度中逐渐地被移除. 因此，总结如下，虽然这类的实体比较可能充分知道他们同类的存在[容我们说]，许多实体仍在寻求满全这份理解.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

M: 不了，谢谢你们，Latwii.

我是 Latwii. 我们感谢你，我的姊妹. 此时 是否有另一个询问?

Carla: 到底有没有一个点，在那儿 对于无限的知识成为一个实体或社会记忆复合体的一部分?

我是 Latwii. 当穿越这个八度音程的旅程继续下去，对于造物的所有部份的合一知识随之增加，这过程可以比作灵性质量的增加. 当这份对于合一的觉察进展到达第七密度，将有个进入无时状态的运动，然后一个实体的觉察的每个部分完整地

重返合一[那是每个实体起初涌现的地方].

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 好啊(yeah)，有个笑话是关于一个认识这个世界上所有人的家伙. 不过 它的范围是有限数目的人群，和无限宇宙的所有银河系的所有实体相比... 你知道的，那简直让心智惊吓，去思考自己认识每一个人、每一个实体!? 或许，我们不能从智性的角度着手，喔?

我是 Latwii. 回应你的询问，容我们建议，心智机能的确会对这种经验感到相当困扰. 因此 有必要在功能上 心智的无限交托给灵性的无限，透过这个存在性的基础源头，得以知晓一切万有皆为伟大自我，也就是太一造物主，的一部分. 你们造物存在的原因是太一造物主可以认识祂自己，当每个实体展开进化的过程，那么 造物主就增进对祂自己的知识，同时每个部分越来越觉察自己的身分即为太一造物者. 这是个交互的知晓过程: 渺小的我认识伟大的我，伟大的我认识众多渺小的我，同时增进灵性质量，于是所有造物的完整性最终可以被视为包含在自我的完整性之中.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

Carla: 不了，我真的喜欢这个答案，非常感谢你们.

我是 Latwii. 我们打包了一份答案，放入我们的公文包里头，很高兴它令你满意. 此时 容我们尝试另一个询问?

K: 是的，Latwii. 当预感和直觉来临时，我们试图去了解高我或内我，我的经验是— 如果我遵循它，我就做出正确的选择. 如果我们觉察这些预感，内我或高我能够在每一方面导引我们的生活，是不是这样?

我是 Latwii. 并觉察你的询问，我的姊妹. 你所称的高我的确会使用这个方法协助导引个人，也就是你清醒的自我，穿越你已选择的幻象中的课程. 也有可能，自我的其他部分参与这个活动. 另外那些直觉或预感的闪光偶尔照亮心智，它们的源头是指导灵或守护者，照看你们每个实体[身处这个幻象中]的进度.

当你感觉一种直觉，那是你自己的更大或更深的部分在对你说话. 不管该部分是你的高我、你自己的无意识程序、指导灵或守护者、光之朋友，在那一刻都无关紧要. 需要注意的是那朝向行动或思想的脉冲，在你选择的途径上行旅，聆听它是相当有效益的. 但你们一定要记得，你们无法犯错，不去聆听这类的脉冲只单纯地意味你们将透过另一种方式抵达目的地.

你们可以看见，在加速你的心智、身体、灵性的进化上，平衡你的智性分析能力[属于显意识]与直觉能力[来自潜意识]是最有帮助的; 凭借你的分析能力，你能够绘制未来要行旅的路径. 藉由聆听那些直觉的脉冲[从潜意识的某部分跃出]，你的显意识知晓内在更大的影响参数群. 因此，你的心智的这两个部分平衡地运作确保你能够在目前的幻象中顺利地在进化的道路上移动.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

K: 不了，谢谢你们. 刚才的回答相当好. 谢谢你们.

我是 Latwii. 我们感谢你，我的姊妹. 此时 是否有另一个询问?

A: 是的，Latwii. 我想要知道人们祈祷的时候把双手放在一起[如同那些祈祷雕像的双手]的原因或涵义. 为什么人们那样做?

我是 Latwii. 我们发现对于大多数实体而言，他们的答案很简单，因为有人教他们那样做. 但我们知道你寻求的答案要更为深入. 你们地球的不同文化创造了各种仪式，这些仪式的基础都建立在某种合一的象征性表述，因为合一位于每个宗教和哲学的底部，而每个宗教和哲学都在某个程度上扭曲合一.

把双手结合在一起就是结合自我中似乎分离的部分，以一种象征的行动示范存有的统合— 左手和右手、正面和负面、知晓和不知道、寻求和给予. 我们以上的叙述是不同的看待方式，关于个体化的实体在祈祷中寻求知晓某部分的合一.

将自我的双手结合起来，该实体在你们的幻象中寻求许多东西，而这个行动象征他寻求合一的意愿，寻求使得那似乎破损的东西变得完全，寻求治疗那表面上疾病的症状，寻求一种知识去填满自我内未知的真空.

我们可否进一步回答你，我的姊妹?

A: 不了，该回答至为有益，感谢你们.

我是 Latwii. 我们感谢你，我的姊妹. 此时 是否有另一个询问?
[停顿]

我是 Latwii. 在这个傍晚 我们发现这些询问提早结束，我们谦卑地尝试回答这些询问以提供服务. 我们感谢每个在场的实体再次要求我们谦卑的服务. 在你们的冥想中，我的朋友，也请自由地请求我们的临在. 此时 我们将离开这个团体，一如往常，在太一造物者的爱与光中欢庆. 我们是你们知晓的 Latwii 群体. 平安与祝福和你们每一位同在.

Adonai vasu borragus.

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

*** Merry Xmas to all readers! ***

使用说明: 全身放松，双眼注视中间的四个白点，持续半分钟左右.
然后目光转移到附近的一面墙(任和平滑、单色的墙面). 你将看到一个光圈浮现，接着眨眼几次，你将看到一个人物浮现，你看见谁了?

让我们一起帮助宇宙觉知找到歇息处

在处理个人或大地之中的力量疾病时，我们需要去注视本是的东西，然后从那里开始提升振动. 实体们有力量去改变这个世界，改变事件的航向，把天堂带到地球上. 未来从来不是固定的，它随着意识的改变而改变.

这个宇宙觉知(Cosmic Awareness)但愿人们理解当一个人不再审判自己或他人，不再寻求比别人更高或更远、更伟大或更强力，意识才会(正向地)改变. 当一个人如实地接纳自己，那么他可以移动前往存有的其他方式. 这个觉知不关切一个人信奉唯物主义或灵性主义，是对或错，较高或较低，上升或下降; 祂只关切人们是否彼此相爱，一个人是否爱自己，同时回应他人的需求.

这个觉知不要求牺牲，只要求服务精神. 这个觉知不要求赞美，只要求每个人对同类生物的服务与爱.

这个觉知不需要你们的服务，也不需要你们的牺牲或赞美; 当这个世界每天不停地转啊转啊转啊转，祂持续观察这场阴郁的悲剧，而祂只需要经验一种歇息和宽心.

原文出处: Revelations Awareness 1992-13/NO.405，传讯者: Paul Shockley

(V)2011 Translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 13 辑

☆ 第 1301 章集：沉思:空间和时间

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 14

Copyright © 2011 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编，可能包含一些扭曲!

是故，有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

2011 年四月 9 日

Jim: 本周的问题是关于服务的概念，如果一个人在时间/空间提供服务，相对在空间/时间提供服务，这两者有何不同? 一般而言，时间/空间中的经验和空间/时间中的经验有什么差异?

(Carla 担任这次集会的资深管道)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意; 以祂之名，我们今天傍晚加入你们. 感谢你们请求我们加入你们的冥想以及分享我们的想法，我们乐于这么做. 一如往常，在开始之前，我们请求你们在聆听这些思想时，使用你最佳的洞察力和辨别力决定哪些是对你有用的，哪些是无用的. 如果

你对某些想法有共鸣，它们似乎有自己的活力，那么请务必使用它们.

如果并非如此，请毫不犹豫地丢下它们. 我们感谢你们的这份好意，因为它允许我们确切地感觉自己不会因为这些简陋的想法而冒犯你们的自由意志.

在今天傍晚，你们问到关于服务和经验在时间/空间中和空间/时间中有何一般性的差异. 我的朋友，这是个深具挑战的问题，因为事实上 在时间/空间中仍然有个空间/时间的类比允许实体们拥有多个转世; 要开始和结束一生必须有某个空间/时间的参考点. 结果是，纵使在时间/空间密度中，形体拥有物理特征，这是就电性方面来说，而非化学身体.

仍然对于时间的推移有感知，然而，这不必然是第四、第五、第六或第七密度之实体会花费时间/空间的环境. 时间/空间的纯粹境域和时间的推移并无坚实的连结; 涉及纯粹时间/空间的能量和每个振动水平的中央焦点连结，如你可以想象的，其中有无限多个这类的水平.

所以，我们将讨论(四种)经验的环境:
空间/时间的清醒经验,
空间/时间的时间/空间部分;
时间/空间的清醒部份,
以及纯粹时间/空间.

这两组环境非常地不同 主要是因为当一个实体投胎进入第三密度的空间/时间，遗忘罩纱降下. 有些人能够至少保存部份记忆—关于造物主的无罩纱经验. 大多数人不记得，容我们说，有限觉察的监牢相对完整围绕着身处空间/时间的清醒实

体.

此时，我们想要转移通讯到 S 实体那儿. 我们是 Q'uo 群体，并在爱与光中离开这个器皿.

(S 传讯)

我是 Q'uo，和这个器皿同在. 所以，当我们讲说这个问题— 从生活在空间/时间的制高点来靠近时间/空间，我们首先考量那些使得空间/时间与时间/空间不同的因素，或者说，增添一组可供考量的新面向. 我们的做法是区别作为(doing)和存在(being). 你们在第三密度中经验的空间/时间处在受遮蔽的状态，它由一个非常庞大和复杂的作为(doing)阵列组成. 你放眼所及的每个地方都有: 已完成的作为、提议要进行的作为，或被拒绝的可能作为. 可以肯定的是，在作为中的任何一点都不会完全缺乏存在; 因为就更深的见识而言，所有的作为都起源于存在，但经过沉思或已完成的行为倾向划下界限，于是你们的经验中比较定性的(qualitative)部分被包含在胶囊中，彷彿这个经验的整个质量都恰当地在一个已完成的事件中被表达. 这里有个非常显著的过滤机制，它发生在处理经验的过程中，以致于该经验的大量定性的内容没有受到关注，因此在经验持续的建构过程中，它并未登录为一个显著的部分; 于是大量遗失.

然而，就寻求者的角色而言，在这个人生经验中 聚焦在形塑一个定向上，他可以获得很多成就. 以这种方式探索，如同带着一个显微镜踏上人生旅程，一个实体甚至没有较大的道路地图，因此沿途中有大量的困惑和暗中摸索. 这是在罩纱状态中的正常经验; 在没有较大的见识[该存有和广大宇宙和谐共振]的情况下能够前进，对一个寻求者是非常有用的.

于是，这一生从行为和事件进展到更多的行为和事件，如此这般地暗示有一组因果的连结贯穿这一生，以此方式，该实体可以拥有崭新的经验、无预期的经验，他可以把它看做是先前从事的行为、表达的结果. 在这些事件行进的过程中，该实体可以做出结论，获得灵感，有潜力达成一个非常深邃的定性蜕变.

现在，这些纯粹定性的蜕变，纯粹属于存在性的层级，通常位于一个如此纤细的水平[容我们说]，以致于它们不会越过门槛进入显意识的觉察. 虽然如此，该实体已完成显著的工作，纵使执行工作的实体不容易充分觉察自己的角色. 可以说这是在黑暗中完成的工作，但是 当寻求者拥有更充分的觉察，反而不容易完成这类的工作.

现在，在你们所谓的”中阴身”期间，如我们先前所说，该持续进化的实体的内在有个定向或偏向，再次返回空间/时间中的投胎经验，所以仍然有个空间/时间的焦点，以及某种记忆，我们的能力不足以确切形容它，因为它有别于你们现在享受的线性记忆，可是它的确形成一种连结，一个横跨你的各个转世经验的生命弹道，以这样的方式给予每个发展中的灵魂一个独特的身分. 在你们的空间/时间连续体的时间/空间部分没有罩纱，所以一个实体更为直接地意识到自己的存在散发的各种质量，他也觉察那些在多生累世建立深厚关系的实体的存在性，同时轻易知晓周遭实体的各项质量.

无论如何，那些位于时间/空间部分的发展中实体不总是满意自己存在中的质量，不管是以个人或群体为单位. 在时间/空间中 非常不容易进行一种深入和根本上的定性蜕变，于是对于这个被时间/空间覆盖的个体来说，他寻求某种睡眠，你们会称呼这场睡眠为经验的空间/时间部分，也就是另一次投胎经验的开始；那么

你们可以把它比作是一个时间/空间中的实体正在做的一场梦.

在这方面，我们可以说这里有一种特定的对称性，因为当一个实体处在经验的空间/时间部分，他最靠近时间/空间的状态，再一次地，是你们称为的梦；在其中循序式的经验[描绘你们清醒状态的特性]让道给一个更为流动的经验环境，它关乎情感上的音调，[容我们说] 比较芳香的时间/空间经验.

对一个处在大部分属于线性的环境的智能生物描述空间/时间和时间/空间之区别是极具挑战的，因为该实体居住在第三密度里面，受到横亘在两者之间的罩纱管制 [如果你愿意这么想]；描述第三密度的部分我们感觉到此已经足够.

在较高密度中，空间/时间和时间/空间的分割程度较少，为了讨论这部分，我们要转移通讯给 L 实体. 我们是 Q'uo 群体.

(L 传讯)

我们是 Q'uo 群体，和这个器皿同在. 我们在爱与光中向你们致意.

在第三密度的空间/时间经验蒙上一层面纱，以致于空间/时间和时间/空间次元在概念与经验上分得更开. 在清醒和睡眠之间有个明确的轮廓.

在较高密度中，清醒和睡眠之间的轮廓是比较朦胧的. 在第四密度中，一个经历此生的实体拥有一种心智的纯粹性，因为第四密度的个体的心智比较不拥挤，那很象是你们第三密度中的睡眠状态；存有表达的东西比较明亮，因为自我和太一存有的关系更为透明，而太一存在于所有密度的所有实体之内.

第四密度的睡眠状态比较象是你们在第三密度中的深层冥想. 第四密度的实体在睡眠和清醒之间没有困惑和重新适应的问题.

的确，在你们的第三密度星球上，有一些人目前并不需要睡眠状态，藉由进入这种深层冥想，他们可以撷取存在的滋养[通常人们在睡梦中获得它]. 我们使用 ”滋养“ 这个词汇因为自我迫切需要和一个更纯粹的存在状态重新连结，从第三到第四、第五密度等等，这需要都是真实的.

较高密度的睡眠状态比较象是冥想，随着一个实体进入更高的密度，它就越象是标准的生活方式; 在第三密度，一个实体的睡眠彷彿进入一种昏迷状态，得以存取该存有状态，然后离开这个昏迷状态，回到他们感知的清醒状态.

在第四密度，睡眠仍然是必须的，好让个体维持肉身，也就是说肉身活下去 不致死亡，但它比较不是昏迷状态，个体在睡眠中保有比较多的觉察. 这好比说，第四密度的梦境比较容易保存，往上进入第五密度之后，又更加容易保存.

第五密度的身体存在状态是如此敏锐，以致于进入梦境的存在状态是非常微妙的，它好比是一种明晰梦，一个实体带着意图进入其中，并执行他觉察到需要完成的工作，接着有意识地醒来，继续那一生的清醒状态.

再往上进入第六密度，睡梦与清醒之间是如此细微，于是甚至不需要睡梦和清醒的概念，也不需要冥想状态 Vs. 非冥想状态; 它就如同在你们的星球上，第三密度人群的下午茶时间，只是从各种活动中稍稍休息一下.

当一个实体到达(所在)密度的更高频率，就越可以立即地使用纯粹的时间/空间状态；到了某个点，整个密度系列的尽头，自我消融进入该纯粹状态.

我们现在把这个通讯转交给 Jim，我们是 Q'uo 群体.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，和这个器皿同在. 我们在爱与光中向各位致意.

纯粹的时间/空间环境不是一个实体可以良好形容的，因为它超出大多数文字的描述能力. 无论如何，我们将尽其所能地就这方面描述.

纯粹的时间/空间经验可以和你们所称的智能无限关联，它瀰漫在宇宙造物的所有地方，无限地扩展超越所有宇宙造物；它是合一的素质，容我们说，它和宇宙造物的其他部分有些不同，因为它是一种存在的质量，它不知道和造物主之间有任何分隔. 当第三密度[或任何其他密度]幻象中的寻求者能够使自己安静下来，通常是在冥想状态中，到达某个点— 个人振动和造物主交融，感觉一体的经验，那么该寻求者正在经验智能无限或纯粹的时间/空间.

那么，那这个全然合一的状态中，所有服务都被视为相同且没有极性，因为一切皆为造物者，一切皆服务造物者，没有分别. 在这样的合一状态中，没有渴望去服务、移动，或做任何事；因为那儿的确没有渴望，那儿有完全，那儿有无限，一切万有.

对于造物主中正经验极性的各个部分，... ，可以把这个合一状态视为一个基础，

所有受造物从中产出，它穿透所有宇宙造物并给予它的实质物；一切万物从中跃出，一切万物也将返回那儿.

我们是 Q'uo 群体，此时 我们把这个通讯转交给 Carla 实体.
(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，再次地，透过这个器皿，在爱与光中向你们致意.

你们问到关于时间/空间和空间/时间中的服务本质. 在空间/时间中，一个实体在心中感知服务，它起源于自我精华[在存有状态中歇息]. 确实，在你们的星球上，许多第三密度的实体终其一生在这个存有状态中安歇，变成越来越熟练的爱与光之被动放射器，取得来自无限造物者的爱/光无限补给，祝福它并设定意图去放射它，透过他们的双眼、行动、和存在.

提供服务给众生通常关乎内在服务，这个存有状态在此生中持续被操练. 第三密度中的其他实体感知自己有能力以这种或那种方式去服务，凭借信心 他们聚集自己的意志 自由地提供这份服务给其他实体.

当一个位于第三密度空间/时间中的实体正在睡眠时，服务的可能性具有的时间/空间特性远超过空间/时间特性. 许多事发生在你们星球中看不见的领域. 有些实体在睡眠中找到方法去滋养过世不久的年轻实体；有些实体在睡眠中参加各种课程，如此这般是他们学习真理的渴望. 还有些实体，此生在行星地球上度过，他们在睡眠状态中提供自己为老师. 所有这些事都导向服务.

一个具肉身的实体在时间/空间中依然有时间的参考点，并且在一段时间的历程中

提供自己于服务中，如同你们正在做的一般；他在第三密度中协助周遭的实体，养育孩子，教导和学习.

当时间/空间中的一群实体决定以团体的形式有所服务，他们移动进入一个远为纯粹的时间/空间状态，然而，并未超越个体性的领域.

言语无法充分地表达一群实体成为一个统合概念的过程.

如果你愿意，在心中描绘宇宙中无尽的振动和频率. 每一个振动持守一个特定的性质，同时吸引特定的族群.

服务无限造物主的天使和星球联邦当中的实体觉察行星地球上头实体的苦境，移动进入那能量、精华、振动，我们渴望的中心是去服务那些在忧伤中呼求的实体，服务那些寻求爱、灵感、信息的实体. 那么，为了从事这项服务，我们释放自己有各种限制的形态，单纯地保留我们精华的振动；我们变成一种混成的结晶体，能够以同一的单元移动进入时间/空间和空间/时间；我们(Q'uo)原则的混成部分移动进入你们行星的内在领域，单单凭借思想运作.

在我们的环境中，我们很少觉察时间的推移，因为我们在感觉可以提供最大服务给那些呼求者的环境中安歇. 一个呼求引发我们的回应. 我们不会判断有多少人正在呼求，只会回应一个接受我们服务的呼求. 该服务从这个振动到那个振动；从这个精华到那个精华. 我们并不比你们提供更大的服务，因为所有服务皆为一. 我们单纯地提供能力所及的东西给那些我们感到同情和爱意的实体. 或许，我的朋友，当你们在从事服务时也有相同的感觉.

屹立在我们的实质存有中，提供我们前来给予的服务，它带来的满足感统合了我们的经验.

此时 不管你在地球上的服务是帮小孩包尿布，在土壤上栽培植物，提供微笑和善意给那些正和你接触的实体；不管你的工作是什么，带着自豪和正直好好地做你的工作；不管你认为自己的服务是什么，最后的结论都是你想要服务，然后发现你能够服务，并为此感到满足.

你们受到所见范围的限制，虽然相对而言 我们没有承受任何种类的限制，不过请了解我们受到自身天赋的自然限制. 我们的天性、质量和意图的样子驱使我们以特定方式靠近你们，我们在爱与服务的频率中振动；那是我们的环境，我们从该环境中提供服务.

当一个实体完全地解脱束缚，他再也不能够做出服务的决定. 毋宁，该实体的服务好比是阳光：它同时照耀着公义和不义者，自由地放射光. 虽然还有对个体特质的觉察，虽然个体性依然有意义，服务的具体性将大大地增加. 若一个身处第三密度的实体期盼在时间/空间中服务，最好释放掉自己对于什么东西才构成服务的概念.

J 先生稍早谈到一个发现，那就是当一个实体和当下发生的事合作，不去尝试改变或形塑它，事情似乎流动地更好，他的人生似乎就越少混乱状态. 我们愿进一步延伸这个概念，那就是，一个想望服务的实体单纯地设定意图在服务上.

下一个来到你眼前的事可能看起来不像一个伟大的服务，它可能是你家的浴室需要用力擦洗；或者你家屋檐下的区域需要擦拭和上油漆；也可能是你即将从事的

工作是你先前不认为导向服务的东西.

如果你可以移除所有心智中的相关概念，只留下压倒一切的服务渴望，若你提供这份意图给圣灵，朋友们，在你们面前开展的事物将稳定地带领你，一点一滴地增加，改变接着改变，越来越多地进入你能够服务他人的核心.

有些时候，我的朋友，通往你的正当服务的路是迂回曲折的— 不要被这点打扰. 犯错不会花费你什么[所谓的]代价; 当你走入一条巷子 然后发现它是个死胡同，你单纯地转过身来，走回原来的起点，这不是场悲剧，它是学习经验的一部分. 不管你对于服务的希望是什么，不管你觉得服务似乎离你很遥远，都不要感到沮丧. 设定你的意图，等待受到吸引前来的事物，你将发现它以爱填满你的心情，并为你的工作注入目标.

我们感谢 S 实体的这个询问，在我们继续向前之前，我们想知道 S 实体是否有后续的询问. 我们是 Q'uo 群体.

S: 我想没有，我现在有许多要消化的东西. 非常感谢你们.

我们感谢你，我的弟兄，我们将离开好让你慢慢消化. 此时 我们想问这个团体是否有其他的询问. 我们是 Q'uo 群体.

L: 我有个问题. 回到那个构想，你们说那些投胎到这个星球的实体在睡眠状态中服务; 我听到的是否正确?

我们是 Q'uo 群体. 是的，我的姊妹，你的耳朵完美地运作. 容我们问是否有进一

步的询问？我们是 Q'uo 群体.

L: 那么，我有个循环发生的梦，每次都不一样，但主题都是我面对一个闹鬼的情境，我可以这么说. 在这类的梦中，一些人灵围绕着我，似乎陷入一种悲痛的状态，而我通常处在一种充满恐惧的状态. 偶尔，我会问是否有什么我可以帮忙的地方，协助这个似乎受到困扰的人灵，有时候 这情况因此减轻，同时带来一个比较轻松的梦境. 通常 我看待循环发生的梦为一个征兆，表示我个人的内在有需要工作的地方，好协助个人的形而上成长. 但你们带出这个服务的构想，我不禁想问这个案例是否不同？你们可否给予我一些协助，我在梦里做的事是否属于服务，或者它是我需要在清醒生活中正视的东西?

我们是 Q'uo 群体. 我们感谢 L 实体的询问. 我的姊妹，在不打破混淆法则的前提下，我们可以说一个非常好的判定方式，那就是查问梦境中迷失的实体，问问它们是否为你的一部分. 如果是的话，它们就是你需要工作自己的部分.

在一般梦境中，没有服务的机会，除了进一步处理所有发生的催化剂，它们都是自我的一部分，接着在醒来之后，仔细衡量自我的不同部分想要如何被听见.
在某些时候，一个实体以无我的方式提供服务，也就是服务其他自我，那些留在这里的实体并不是你的一部分，那么 你毋宁发挥一个工具的作用，你能够导引它们，给予它们对位置的强化觉察；以及从它们目前的位置，给予他们偏好的(行动)矢量.

我们可否进一步回答你，我的姊妹？我们是 Q'uo 群体.

L: 你们的答案对我很有启发. 感谢你们.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的姊妹. 此时 是否有最后一个询问?

发问者: 如果其他人没有问题，我有. 我只有个简短的问题. 有一件事浮现在我的脑海，好比一种服务的渴望，可能是尝试制作某种自由能源装置，我只想要知道是否你们能够告诉我任何东西，任何提示等等，关于一个自由能量装置是如何运作的? 我能够研究怎样的科学原则?

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你的询问，我的弟兄. 你所说的自由能量装置和地球自身有最密切的关系，地球年复一年地维持和更新她自己. 自由能量背后的原则并未被你们现今文化的科学知识理解. 于是，一个实体难以藉由研读准备自己去工作零合能量的概念. 虽然如此，你拥有这类服务的渴望，让自己通晓物理、数学和应用科学的相关知识是一个开始.

我们可否进一步回答你，我的弟兄? 我们是 Q'uo 群体.

发问者: 不，这样就好. 我只想要说: 感谢你们今天给予的信息，它非常有趣并令人感到愉快.

我们感谢你，我的弟兄. 或许我们已准备好进入欢乐时光!

亲爱的朋友，我们发现能量正在衰退，该是我们离去的时候了. 非常感谢你们呼叫我们加入这个圈子. 和你们同在真是欢乐和荣幸，我们总是十分钦佩你们. 你们的勇气和开辟时段来寻求真理的决心的确鼓舞吾心. 我们是你们知晓的 Q'uo 原则，并在太一无限造物主的爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友. Adonai vasu borragus.

(V)2012 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1302 章集：爱与光早期资料#32

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周一冥想

1974 年 4 月 15 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，我很抱歉，该器皿犯了错误. 我是 Oxal，我和该器皿同在. 我是 Oxal. 朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天傍晚和你们同在真是荣幸. 我是你们知晓的 Oxal.

[此时 这个器皿正接受调节.]

我是 Oxal，我是 Oxal.

[调节过程继续.]

我是 Oxal，朋友们，我们正遭遇某种困难，因为他在这个时候没有能力清理其心

智. 如果你们愿意保持耐心，我们将补救这点.

[调节过程继续.]

我觉察这个团体的多个问题. 此时，我在这里试图回答这些问题. 我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]正尝试以我们最佳的能力去服务那些寻求的实体，这项服务包括回答任何在我们能力范围内的问题.

[调节过程继续.]
有些时候，回答特定的问题有些困难，因为答案并不在你们语言的诠释范围内. 但还是有些我们可以谈论的东西.

[调节过程继续.]
我… [录音内容难以听见]

(Carla 传讯)
朋友们，我向你们致意，我是 Hatonn. 今天傍晚 我们至为欢喜地同你们说话. 我们想要声明我们一直觉察这个团体的活动，并觉察我们兄弟在维持通讯上的困难. 因此 我们将在此时给予你们一些思考的点子，同时我们的 Oxal 兄弟正在调节一个可以使用的管道.

我们想要你们考量一座位于海洋远方的小岛；放眼望去没有其他陆地，而这颗岩石受到海浪冲刷，太阳的漂白，上头生长一些小型的植物和动物. 它向外看着这个世界，他有限的意识尝试去掌握在它周围起伏和旋转的环境之实相. 这座小岛侦测到许多靠近它领地的奇怪东西. 它活着经历各种不同的气候、感觉、心情；

她经验不同季节的动植物生态，它试图把这些拼凑出一个合理和整体的实相观点.

我的朋友，这个贫瘠的小岩石的位置是固定的. 那来自远方的海浪也将返回远方的边际，这座小岛永远不会知道这个边际. 可以这么说，这座小岛永远不会充份理解在她门前出现的东西.

我的朋友，这是个非常粗糙 或许是肤浅的例子，用来说明智力是怎样的工具. 你们星球上的智力就其目的而言是非常有用的. 但，我的朋友，尝试使用智力去理解你们起源的遥远边界或你们将再次返回的遥远边界，是不可能的. 你们的智力就象是一颗岩石，随着一波波的海浪改变，这并不是实相，你的智力也不能给予你一幅真实的图像. 毋宁，我的朋友，在冥想中寻求成为大水.

寻求意识、一体性、合一，水中冒险.

所有水域都是不可分的. 没有分离: 它流动，它等同一. 每一道在海滩上破裂的波浪可能在任何地方破碎，接着移动到另一个地方. 在心里，让你的意识如水一般流动，而不象是一座小岛.

我们至为欢喜地拥有这个机会给予你们这些想法. 此时 我们将离开这个器皿.
我在无限造物者的爱与光中离开你们. 我是 Hatonn.

Adonai.

***
周二冥想

1974 年 4 月 16 日

(R 传讯)
在无限造物者的爱与光中，今天傍晚 一如往常 我总是欢喜地与你们同在. 能够和那些渴望聆听我们话语的实体在一起总是令人愉快. 总是有那么多要说的，时间却如此少，因此有任何可以讲话的机会，我们都高兴地把握机会.
[停顿，调节过程.]
... 虽然我们没有总是在你的冥想过程中对你说话，我们总是陪伴冥想中的你. 我们总是倾听，并乐于帮助. 目前，只有很少人渴望这些想法. 但我们感觉，在不久的未来，将会有许多人渴望这个讯息. 我们曾说过许多次，这只是要对你们强调我们以下话语的重要性; 我们将尽可能尝试触及所有人群，因为将有个时期，人们想要寻求为什么发生这些事 [好比物理界的变动]. 我们总是传送爱给地球人.

现在 我将转移该通讯给另一个管道. 我是 Hatonn.

(Carla 传讯)
我是 Hatonn. 我和这个器皿同在. 对于接触这个器皿过程中的困难，我为此抱歉. 虽然状况不好，我们将尝试使用这个器皿. 说出我们渴望之效应的话语对我们是非常困难的; 我们但愿这些话激起你们的兴趣，激励或推动你们去寻求; 将你们的注意力转向，投注在你们自己的灵性发展上. 许多话语都只是话语，我们想要转化话语为构想. 因此，不管我们说了多少 我们有更多要说，同时 我们只有非常、非常少的话要说; 因为我们的真理非常简单，我们真正想要做的是传播该真理，以我们的理解 在给予我们的时间范围内 尽最大能力传递给更多的人群.

在此时，我们觉察这个团体中许多成员正在经验某些困惑，虽然实质状况对你们

并不严重. 我们今天想要对你们说: 有二元的方式去注视灵性观点. 一种是以生死交关的态度去理解和追寻灵性知识, 它的确是攸关生死的课题. 然而, 另一种完美的反面观点, 同等地有效和有益, 却很少在地球上被练习. 我的朋友, 那就是单纯地不忧虑种种幻象经验背后的意义. 看起来, 这似乎是非常浅薄的方式, 然而, 一旦你已使自己瞄准灵性途径, 并开始以规律冥想来锻炼你自己, 有耐心地, 谨慎地保持它, 采取这全然重要的后退一步, 出离你们日常生活的事务, 这是极为重要的. 这意味着一种差异: 感受许多许多困惑的状况, 或辨识出生命中响亮的宇宙韵律. 当你忧虑的心智静止, 当你日常生活中所有的忧虑涟漪平息, 那时候 也唯有在那时, 你们方能辨别那宇宙韵律之庄严流动.

我和这个器皿之间有些困难. 此时 我将离开这个器皿.

我是 Hatonn.

(V)2012 Digested, adapted & translated by c.T.

☆ **第 1303 章集: 佛陀和基督**

Copyright © 2011 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编, 可能包含一些扭曲!

是故, 有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说, 请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿

http://www.llresearch.org

周六冥想

2011 年四月 2 日

Jim: 今天傍晚的问题来自 T 实体: “请 Q'uo 告诉我们一些关于悉达多·乔达摩，又称为佛陀，的寻求和开悟的事情。关于灵性开悟，这个故事告诉了我们什么？”

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意；在祂的服务中，我们今天傍晚参与这个寻求圈. 感谢你们呼叫我们来到你们团体中，感谢你们在生活中拨出这段时间来寻求真理. 你们大大地帮助我们，因为我们所提供的服务就是谈论那些发问者指定的问题.

一如往常，在开始之前，我们请求你们在聆听我们的话语时，使用你的辨别力，拿取那些对你有用的部分，把其他丢到后面. 我们感谢你们这么做，因为它使我们感到安心，知晓我们无须担心自己会冒犯你们的自由意志. 感谢你们的这份考量.

今晚的询问是关于悉达多，或者说佛陀，以及关于灵性开悟他都教授了什么。为了更有益地说明这个问题，我们先花一点时间谈论宗教思想的两个派别：耶稣-基督和佛陀的教导。

耶稣和悉达多，这两位实体为那些寻求真相的人们提供了可观的资源。他们有不同的诉求领域，但是他们共同持守的东西是强而有力的。对他们来说，寻求造物主，服务献给造物主，花费时间与造物主相伴就是一切的一切。对于他们来说，没有什么事情灵性追寻更优先。他们活着就是要指出这个偏爱，这个关切和这种奉献。

当我们凝视这两个强大、令人印象深刻的存有，呈现两种不同的寻求方式。

耶稣知道他的王国并不属于这个世界，尽管如此，仍然带着他全部的心和魂进入这个世界，对他所见的一切，心中满怀着爱。当他进入之后，随后他的肉身被他自己所担承的世界之苦难所摧毁。他担承并接受了所有的苦难。他的肉身被摧毁对于耶稣-基督而言并不重要，他在乎的是执行父的要求—「不照我的意愿，但照汝的旨意」。
佛陀看着这同一个世界，他知道他不属于这个世界也不是这世界的一部分。

因此，他的路径并不进入敞开的心，自己也不承受这世界所有的苦难。毋宁，他允许世间的事物脱落，因为在他看来，它们似乎想要脱离这世界。在他的有生之年，他得以研究这个世界的每一种路径，得出结论那些不是他的路径。

「Neti-neti，非此亦非彼」[1]的原则在此开始起作用。于是，除了寻求太一造物主，佛陀不再介意这个世界上的苦难，除了祈祷所有的苦难能够终止。他并没有想要担承这个世界上的苦难，毋宁，尝试允许佛陀的苦难能够脱落，当苦难离开了佛陀，苦难也就离开了这个世界。

耶稣的教法吸引那些愿意向爱敞开心的实体，那些享受敞开心轮的实体。

悉达多的教法吸引那些寻求智慧的实体。然而，基督的慈悲追随者和佛陀的慈悲追随者在中间点相遇，那是爱与智慧的平衡点。

因此，这两种途径都是健全和有用的。我们想要建议终生追随佛陀途径的佛教徒和印度教徒能够研究耶稣的教法是怎样的；研究悉达多的教法对于终生追随耶稣

教导的实体也同样有益。

记住，走极端的方式不会带来觉悟，而是当一个实体能够平衡爱与智慧的能量，才会带来觉悟。

悉达多的一生是富人变穷，积极的人变得安静，军队的首领退役并养成静坐冥想和运送众生过河的习惯。佛陀是谦逊和谦虚的，引导他的不是智力而是对于无限太一临在的渴求。

没有比一个已达成灵性成熟的人更好的真理之模范了。这样一个人有能力引领他人透过社团的方式自己去发现(真理)。

我们大可说这是由灵感完成的，然而，那种给予灵感的想法并不是悉达多的(做法)。然而悉达多的真实存在是很有说服力的，许多、许多世纪以来，照亮和鼓舞了那些追随他教法的人。

通过言辞来促进他人的觉察、心灵的敏锐度几乎是不可能的。通过言辞长久地打动人心和头脑并非不可能但是非常困难。耶稣以讲故事的方式来做这件事。佛陀用静默回应这一点。立在静默中的是灵性成熟的佛陀，他就和你们一样，曾经充满欲望，对财富、影响力及权力感兴趣。并非厌恶那些东西，只是更愿意不去理会那些事。

我的朋友，为什么会有人不想要取得政府、军事、经济领导权呢？悉达多实体认为待在各种概念、意识形态和意志冲突[它们代表政府、军队及权力大厅]的监牢里毫无吸引力和理由。

这种简单的转过头去的方式，将自身从世事的监牢中解放，屹立如一座烽火台，让其他实体知道一个人是可能将自身从对外物的喜爱的负担中解放出来。这的确是非常有力的一课。

并非佛陀鄙视金钱，而是那个叫悉达多的实体不再让自己因为依恋金钱的欲望而被囚禁。没有了欲望，那个催化剂就没有了用处，乔达摩对于他在世间遇到的每一件事情全心全意并温柔且坚定地说「非此」。

这是一个非常有用的概念，可以将这个世界上的事物与人们对它们的依恋分开。佛陀对于并不必须劝诫世间事物的邪恶。他就是单纯地不渴望它们。对于一个深陷欲望中的个体来说，有些欲望是冲突的，这种自由是宝贵的，佛陀的这种方法非常、非常有用。

有时将耶稣-基督或佛陀-悉达多从他们死后出现的相关机构和文化期望中分别出来是很困难的。他们无法控制以后发生的事情。他们不再属于这个密度。这个密度里的一些人，已经有系统地力图改变这两位领袖的神秘教法以获取钱财和永续经营，其目的在于得到影响力和权力。

因此，如果你想追随这二者之一，你要去寻找他们教导的源头，去寻找这两位伟大导师提供给你们的，而不是听那些据说是这两位导师之追随者的雄辩言辞。

由于多少世纪以来的曲解造成的困惑，要追随这二者中的任一位都是非常困难的。然而透过努力，相对不曲解地领会佛陀所提供的教导是完全有可能的。

一个需要更趋近佛陀的个体与一个需要更趋近耶稣-基督的个体，都需要持续进行每日的内在工作来支持他的这种意图。我们推荐任何一种进入静默的方式，它可以帮助你，支持你将这些领悟安置在自己的意识里头。

基督和佛陀都在特定的能量水平上振动，那是相似的能量。追随这两者之一的核心在于使自己使用这种振动。当你逐渐能够允许这种理解，容我们说，进入到你的心智和意识的最深处和根源，你将能够避免现在十分猖獗的扭曲。

当你善用这股振动，你将成为你寻求学会的(东西)。

此时，我们想知道在这个圈子中，对于这个主要询问是否有后续的问题？我们是 Q'uo 群体。
[停顿]
我们是 Q'uo 群体，再次和这个器皿同在. 我们想要感谢 T 实体的询问. 此时，我们对这个圈子开放，接受任何其他你们可能有的问题. 此时，是否有另一个询问？我们是 Q'uo 群体。

G: Q'uo，这是 M 实体写的问题: “和高我交流时，有些时候，高我好像不同意我对特定信息的请求。你们能否就高我拒绝何种询问又会回答何种询问给予评论？”

我们是 Q'uo 群体，我们感谢 M 实体的询问。我的弟兄，关于在一个道德情境中如何追随最高和最佳的途径，高我可以给出灵感。当一个实体询问哪里是最高和最佳的途径，将形成一个相当可靠的趋势，让高我能够回应。

无论如何，高我是个指引系统，一个由你留给自己的资源。设计它的目的不是代

替你思考，或为你打开不在你人生规划中的道路。因此，有时候，似乎高我并非随传随到。

那么当你面对一个议题，呼叫你信赖的指引系统，它却没有立即回应，这告诉你某件事，那就是你所询问的问题超出了该指引系统能够提供给你的范围。

我们在该器皿的脑海中看见一个古老的笑话：有个孩子在岸边玩耍，突然被巨浪卷入大海，孩子的祖母沿着海岸来回奔跑 同时向上帝祷告请祂救回这个孩子。几分钟后，孩子最后被平安送回到岸边，祖母从头到尾检查孩子的一切后，仰望着天空说：「上帝，他本来有顶帽子的」。

我的弟兄，你有可能会丢掉帽子，风暴来临，苦痛随之而来。如果你停留在苦痛的火焰中祈求领会其中的礼物，灵性的成熟会从苦痛诞生。这些课程是痛苦的但你充满感激地学会了，痛苦止息了。

当内在的性灵似乎不肯通融的时候，我们建议你们最好反思自己的态度、假设和你们对于信任的指引系统提出的询问。记住祂受限于混淆法则，并且感谢它能够给你的指引。

你们似乎认为对于真正的寻求者，不应该有任何东西被隐藏，我们没能更清晰地说明，为此感到抱歉。

不过，我们要请求你考量这件事：对一个小学三年级学生隐藏微积分或立体几何学的原则。

有时候，我的弟兄，对圣灵提出的询问无法得到满足是因为你，做为一个实体，你的心轮和头脑里没有安置这些前期必备的信息。当你觉得圣灵和高我给予的东西比你预期的少，接受你被赐予的，同时接受没有被赐予的部分，谦卑和诚挚地希望人生和学习会带给你必须的知识，好让你确实地准备好自己的心智，接着理解微积分和立体几何学，这样是有益的。

等待灵性成熟度在自我内在发展是困难的，不因自己无法从一开始就能明白灵性启蒙所需的一切而不去责备自己也同样困难。

我们能够告诉你的是，我的弟兄，我们鼓励你要有耐心，以你谦逊的知识，你将会欢喜地接受你今天所能学到的一切。你会一次又一次地提问直到那一刻的到来，你将成熟到可以理解圣灵的回应。

我们是 Q'uo 群体。此时，是否有另一个询问?

G: Q'uo，来自德国的 M 实体写着: “据报导，一位印度瑜伽行者的人名为 Prahlad Jani，声称自己在过去 70 年里都没有吃任何食物和喝水。

医生对他做了医学检查发现他每天的身体里连 100 毫升的水[研究人员给予的]都没有储存。Prahlad 行者说他透过冥想获得所有必须能量。”

“此外，我阅读一些独立的研究报告说 我们绝对不可能不透过食物和水就吸收所有我们必须的能量. 所以，我原先的想法是地球上所有生物都如同自由能源装置，可以转化次元间的能量，这个想法对不对? 再者，食物的能量和微细能量之间的关系是什么? “

我们是 Q'uo 群体，并欣赏你的询问。这位 Prahlad 实体和其他类似的人是从对于食物的需要中合理地解脱出来。这是因为这类的实体透过灵修来开发觉知或天生具备对于普拉纳(prana)和光的微能量的觉知。

我们无法说所有人类都能有能力使用身体如同一种自由能量的装置，第三密度中罕有实体能够脱离物质身体对于具体食物的需要。我们在这个器皿的脑海中找到一种经常在电视上出现的警告：「不要在家中模仿这个动作」。通常，当观众看着电视中某人表演绝技或者一项高难度的身体技艺如跃下峡谷或其他危险和高技巧的操作时，会出现这个警语。

我们要说 除了对于那些寻求脱离食物的自由的人，你们想要实现脱离食物和水只依靠光能和普拉纳的可能性极小，除非以这种方式寻求的人持续实践灵修并且为自己打开通往光明(启发)的大门；我们一般的建议是：集中注意力在开启能量体而不是让肉体退休。

无论如何，不能否认的是，第三密度地球中的每一个人身体里都沉睡着一种能力，得以从呼吸、太阳和对所有事物中之生命的觉察过程中储藏和使用光能量，这种能力可以使得一个人拥有一种自由：不再需要把身体作为一种(能量)提炼厂。

我们是 Q'uo 群体。此时，是否有另一个询问?

G：已经没有海外读者的问题了，Q'uo. 感谢你们提供的回应.

我们是 Q'uo 群体，我们感谢 G 实体耐心地护送这些问题. 此时容我们问这个圈

子当中是否有其他询问？我们是 Q'uo 群体.

[停顿]

我们是 Q'uo 群体，我们发现这个圈子没有更多的询问．因此，现在是我们道别的时候．在太一无限造物的爱与光中，我们离开你们一如我们找到你们．我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

Adonai，我的朋友. Adonai vasu.

***

原注

[1] Wikipedia says that “In Hinduism，and in particular Jnana Yoga and Advaita Vedanta，neti neti may be a chant or mantra，meaning “not this，not this，” or “neither this，nor that”（neti is sandhi from na iti “not so”). Neti neti is a saying found in the Upanishads and especially attributed to the Avadhuta Gita.”

译注:以下是透过 Google 找到的中文解释 –

「Neti，neti」是「不是这个，不是这个」。在这句话里，相对于第一个「这」，第二个「这」就是「那」，因此，「不是这个，不是这个」也就是「不是这个，不是那个」。

有心深入研究的读者可阅读以下连结à

http://en.wikipedia.org/wiki/Neti_neti

Translated by Tina. / Special thanks to yingying.

(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1304 章集：与高我之间的关系

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 14

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2011 年一月 8 日

Jim：我们想知道关于我们与我们的高我之间的关系 高我是如何形成的，它如何与我们通讯，它如何决定应该给予或者不给予哪些信息和帮助。在一般情况下，第三密度的我们和第六密度中期的高我之间是一种什么样的动态关系，这种关系又是如何发挥作用的呢？

(Carla 传讯)

我们是你们所知道的 Q'uo 原则。今晚，在太一无限造物者的爱与光中，我们欢迎你们，在对造物者的服务中，我们来到你们中间。被你们寻求的圈子所呼唤是一种巨大的荣耀，我们也非常高兴与你们探讨关于高我的话题。高我的概念对于那些在你的转世中帮助你们的实体是很关键的，这些实体无法被看到，但是对你们却是非常真实的。

然而，一如既往，我们希望你们每一个人在听到或者阅读到我们所说的内容的时候，用你们的判断力和分辨力来决定哪些是对你们有帮助的，哪些是你们所不感兴趣的。对于我们所说的内容中无法引起你兴趣的部分，请毫不犹豫的放在一边。

仅仅聚焦在那些你觉得有帮助的概念上。如果你愿意负起使用分辨力的责任，我们就可以非常的轻松而不用考虑可能会对你们的自由意志和灵性道路的节奏所可

能产生的侵犯。在这方面，我们将非常的感谢。

在我们开始之前，我们也希望指出，因为这个圈子所提出的问题，今天晚上的演讲者是 Hatonn，而不是 Latwii。无论如何，我们称自己为 Q'uo 原则，因为在回答这些问题的时候，我们全体— Hatonn、Latwii、Ra 是一同合作的。

你们提出的是关于高我的问题高我到底是什么，它在你的转世中与你的关联。我们将首先用你的线性思维和你的智力可以理解的方式向你们描述高我。

如果你严格的停留在空间/时间显化的世界中，你最远只能到达第三密度的尽头。

为了进一步的前进，你得进入第四密度；进入时间/空间的范围；进入电荷与电子能量的环境中。另一方面，在第三密度，你的物理身体全时间地进行能量的化学与蒸馏过程，从食物中提取出有效的成分并消除那些杂质与额外的成分。

然而，如果你考虑到在第三密度你所保留的能量体会被带入第四密度，正如你在你转世的过程中所携带的能量体那样，接下来你就可以在你的理性的考虑中更进一步了。请想象你处于你的靛蓝色光芒身体中，进入你的第三密度的转世，与你的物理身体对齐，并通过被称之为「银丝线」的方式与你的物理身体连接到一起。

然后想象同样的能量体在转世的结束时，释放它所抓住的那个不堪使用的物理身体，并移动进入毕业的过程，（能量体）首先进入靛蓝色光芒的身体，然后进入紫罗兰光芒的身体中。一旦行走完光之阶梯，你就已经毕业到第四密度了，[想象]你回到靛蓝色光芒的身体，并进入到一个电子型态的化身转世中，而不再是化

学型态的化身了。

你在整个第四密度和第五密度的漫长的过程都会如此。最后，你学会了爱与智慧之道之后，你就会毕业到第六密度。在第六密度，仍然在你的电性体中，你不断的精炼、再精炼你的爱与智慧的课程，并不断的将他们融合，直到你最后找到了慈悲之智慧或者智慧之爱的秘密。

最终，当你发现，除了你对造物者的渴望，所有你曾经渴望过的已经都被满足的时候，你会到达第六密度中期的某个位置。于是你不再有对外在世界的渴望；也不再疑虑下一步应该做什么。你仅仅思想造物者；而那种渴望将引导你归向第七密度，永恒的密度，越来越靠近。

当你发现你已经在外在物质世界完成了你所有的目标，已经执行了你希望实践的所有的服务，并且已经整合了你所有希望去收集的知识的那一刻，你会通过空间/时间回到过去，给自己一个礼物。你给自己的是一种思想形态，其中包含了你学到的所有的课程，你已经表达过的每一种天赋，曾经在自己的旅程中推动你自己的每一个梦想和希望。给你在第三、第四、第五和第六密度的自己，一个你所可能达到的最高也是最好的自己。那个思想形态，就是你们所说的高我，也可以称之为「魔法人格」。

我们现在转移通讯到那个叫做 S 的实体身上，我们是 Q'uo。

(S 传讯)

我是 Q'uo，我们现在和这个器皿同在。一个魔法人格代表了自我的一种形态、自

我的形象或自我的潜能，如果你愿意，你也可以说它拥有一种完整性，那是你们在更早的发展阶段所探索过的各种自我形式中欠缺的性质。

现在，表面上看起来这似乎是自相矛盾的，毕竟，作为一个自己，意味着一个人会一直是确切的那一个自己。可是，从这种方式来理解，自己有一个部分是自己遗失的，这似乎令人难以置信。然而，这也恰恰就是我们建议你们理解的，
在成为自我的过程中，这状况是你大多数时候的经验。

在你第三密度的经验中，当你在自己的生活经验中成长和发展的过程中，你发现你经历了成为自己的几个阶段。你首先是一个婴儿，然后是一个小孩、青少年、年轻人、成年人、老人，最后一个栖息在这个更大的生命边缘的人。在你生命体验的每一个阶段，你都会找到将你和你自己联系起来的自我概念的不同的意义。

你找到了成为自己的不同的方式。正如我们所说的，这些方式经常包含了一个特定的渴望的焦点。所以，渴望在每个自我找到适合自己的服务的方式与寻求的方式的过程中扮演着一个非常庞大的角色。

你可以说，渴望机制是一个过滤的过程，这个过程给予一个人的聚焦练习一个特别的强度，该焦点是他觉得会对未来的探索有益处的某种经验的特定方面。

然而，经历一个渴望的一生的过程，并不是一个静态的过程。渴望本身有一种自我重构的方式，当它经验实现、失望、挑战、更进一步的激励与进一步的渴望更多可能性以形成一个人自己视野的时候。

当一个人从这些渴望的根本反思自我的时候就会清晰的了解，自我本身，就是一

个在永恒中不断的被创造和持续转变的过程。准确的说，在这个过程中有一种连续性。那也就是说，一个人有过的渴望、一个人提出的问题，会在一个人那里停留一段时间，形成刚刚问过的问题，而未来要问的问题也会演变。因此，当我们说到自己认为一个人就是自我不是没有意义的，然而，那个意义并不是一成不变的。

重要的是，有一种责任感，如果我们可以用这个词语的话，就是一个人通过探索成为自我的潜能的各种阶段，它学到了如何在在行动中练习，例如，今天所做的行动将在明天得到无可置疑的尊敬。

透过这个 我们想说的是，即使在某个时候情况发生了实质性的改变，一个人还是会承认他自己拥有的那个过去。然而，一旦一个人的边界被固定下来，在一个人他自己到底是谁的问题上，是有可能如此缩减的。这些经验中涉及的影响因素对你来说是相当了解的：它们是一个人在此生经验中浮现的恐惧、焦虑、反应性的痛苦，于是一个人开始向内缩，并开始在一个越来越有限的方式上思考他自己。

几乎没有人能够完全地逃避这种效应，而这些过程的结果使得一个人开始认为自己是一个与所有其他人隔绝的个体。在这种环境下，一个人很难想到一个更高的自我可以做为一己的资源，这个高我不是来自外在，而是来自于内在。因此，当我们处理自我身分的问题的时候，我们需要你首先认识的原则是，自我并不知道外在或内在的限制。只有你承认这个原则的时候，高我这个概念才对你有意义。

现在，我们将通讯转移到叫做 M 的实体。

(M 传讯)

我们是 Q'uo。我们将开始讨论开头的问题，关于高我会选择哪些信息给（第三密度的）自我和他为何这样做，或者换句话说，哪些信息是高我保留下来没有给予自我的 和为什么会这样。就好像这个通道所感觉的，从技术角度上说，高我，理论上 并不受什么信息可以给予自我的限制。所以，在某种意义上我们可以这么说，高我和第三密度的自我，是一个圆上的两个点，他们是相同自我的不同面向，于是，理论上 我们可以采集高我所提供给我们的任何东西。

然而用同样的方式，我们可以看到我们所选择的，[和我们可以选择的]，不在一些特定的时间注视我们的高我。关键是面对自我，大多数个体觉得，这比面对其他-自我或者其他更高密度的存有要难得多。

然而，面对自我是最自然的（与高我）建立联系的点或建立联系的方式。事实上，你可以在任何时候和任何地方与你的高我联系，只要你确实渴望这样做。可是，就好像在成为一位行家的道路上需要的各种技巧一样，这同样需要练习和过程，也需要耐心、承诺、专注和基础的意愿与服务。

现在我们将这个通讯转到叫做 L 的实体，我们是 Q'uo。

(L 传讯)

我们是 Q'uo，我们目前和这个器皿同在。我们想要要进一步的探讨关于个人与高我交流的主题。我们鼓励你们如此考虑，当我们向高我询问，没有必要觉得这好像是那种一个乞求者或新手向某种无法理解的或比你更高的源头乞求智慧的情

况，却可以认为你与高我的关系是一种伙伴关系。在所有方面，你们都是一同工作的。

在第六密度的领域中，时间与空间的概念几乎是没有意义的。当你的高我观察到你的成长，你的那部分（高我）正从你[在第三密度中持续学习]身上学习。你正在呼唤的就是你自己的一部分。在所有的方面，你都是无限的，并且一直在成长。

你的高我并不是你的上帝或任何比你更高级的存在形式，你不用通过任何特定的仪式来取得联系，毋宁说，高我就是你的朋友— 最好的朋友。

你的高我是你[一种振动]的最完整、最高、最佳的表达。现在的你和正获得的经验，是那个高我所获得的经验的一部分。高我会将你的经验和在其他的旅程中获得的智慧混合在一起，然后用一种扩大的方式回向给你，这样就可以帮助你正在处理的特定议题，因为正是这个议题帮助你提供智慧给高我，而高我现在把智慧回传给你。

你的高我实质上是你可以感知到它所是的任何东西。你的高我是你想象力的边界，因为它是所有你曾想过的、关注过的，完成的事情，所以，如果你需要任何事物，高我都会提供给你。如果你渴望高我让星星跳舞来与你交流，如果你可以想象它，它就会发生。一个特定的人看到地上躺着一个硬币，他也许会走过并对它没有任何想法，然而另一个人可能感觉到这是某种预兆，是他生活拼图中曾经丢失的那一块，因为他向环境要求给予这些信息。建立这种联系没有什么唯一的方式。它也不一定要透过祈祷、固定的仪式或用语言尝试任何沟通。你的高我可以用你开放的任何形式与你沟通。

你也有特定的指导系统，它们是你的高我为你创造并送回来给你的某种神器，很多人知晓他们为男性或女性的指导灵，或两者联合起来的第三种指导灵，它经常会被视为雌雄同体。这些都是为你创造的更具体的示范，它透过更直接的方式帮助你。

你和高我是一同在这条道路上的，你们之间没有分隔，做为你最好的朋友，你的高我会总是尊重你的意愿，甚至那些你都不知道你有的那些意愿— 在你投生之前的协议，你的无意识的领悟，你自己没有实现或表达的渴望。你的高我了解这些，而祂不会用任何方式侵害你的自由意志或阻碍你学习的步伐。因为他们曾经处在一样的位置，因此他们知道让你按照你自己的步伐学习有多么的重要，这也是为什么你有时候没有得到你寻求的特定答案。并不是因为你的高我没有听到或不在意这些事情，那仅仅是因为你的高我看到了你的灵魂为你的转世，还有内心无意识的渴望，规划的宏大图画。

我们现在将通讯转移到 Jim 实体：

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，透过这个器皿，我们再次在爱与光中欢迎你。我们今天晚上一直在谈论关于高我的概念和你与祂之间的关系，各种类型的信息同时从你传向高我，也从高我传向你。在这个存在之圆中，高我本身与你可以视为自我的另一个面向相连在一起的。这也就是说，高我也有它自己的高我。这完整的存在性也是高我可以呼求的一个资源，透过该过程，高我为每一个在第三密度幻象中的心/身/灵复合体塑造经验的各种可能性。

因此，就好像你们每一个人，每个实体都拥有可用的大量丰富的信息和经验。当你在日常的经验中进行例行工作，完成各种任务，你在最大程度上，被你自己的渴望、经历和关系所鼓舞并充能。当在任何的经历中遭遇困难，你便开始向内问你自己要求这些困难的解决方案。如果你自己的经验无法提供给你满意的答案，就好像你说的，呼求心/身/灵复合体就会是你寻求帮助的一个自然的途径，不管这种呼求是有意识还是潜意识的，因为在这个时候，高我，你的自我的其他面向，就可以给予信息、启发、一个指导、一个暗示，这些都可以在你的人生旅程中帮助你而不会侵犯你的自由意志。因此，所有你提供的呼求都会被听到，也会被答覆。

现在，我们将要把通讯转向叫做 Carla 的实体。我们是 Q'uo。

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo，再次与这个器皿同在，透过这个器皿，我们在爱与光中欢迎你。我的朋友，有两种基本的方式可以与你的高我— 你最高和最好的一面或你所有学到的事物之集合— 一同工作。一种方式是成为封闭系统的一部分，另一种方式是成为开放系统的一部分。

那些在封闭系统中工作的人们会假设个体的自我是一个封闭的系统。无论如何，高我居住于开放的心轮中。它比你的呼吸或者你的心跳离你更近。也就是因为高我在你的心中歇息并且在心的有益影响范围内，与高我联系而来的最主要启发就必然是与爱在一起的，因为选择爱而不是恐惧，选择服务他人而不是服务自我，选择发光而不是自我防卫，这些都会正面极化一个实体并致使该实体准备好迎接

毕业典礼。

就毕业方面而论，在一个开放系统中工作自我并不是必须的。那么，透过一种封闭系统的方式与高我一起工作，也许是鼓励你与高我进行的对话中获得内容的最好方式，那些对话是在渴望之间的沉默中进行的，而高我回复的方式可以是写下你的问题，然后尽最大的能力，写下当你向高我提出问题之后 紧随而至的那些涌现的思想。

那位曾创作《与神对话》的实体，就是使用这种技巧，它也是任何想使用这种资源的人都可用的技巧。

现在，如果你希望存取开放系统中的高我，你基本上和爱/光能量的无限供给一同工作，你从地球接收这些能量，穿过你的双脚向上经过你的物理身体，同时经过你的能量身体，从头部也从第七脉轮离开。你正在使用更高的脉轮，也就是心轮以上的脉轮：沟通的蓝色脉轮、散发存在光辉的靛蓝色脉轮和把守通向智能无限大门的紫罗兰色脉轮。

当你在能量身体中产生渴望的时候，你向智能无限的大门提出你的问题，引发一种答覆从造物者向下流入你的身体，配合着向上螺旋的爱/光能量，该能量总是位于你具有最热烈渴望的脉轮位置。一些人称该能量为昆达里尼(kundalini)。

如果你的能量完全投入对造物主的寻求中，很有可能灵感和信息就会从上方穿过(智能无限的)大门，穿过较高脉轮，在中央的心轮的位置弹跳，然后反弹回靛蓝色脉轮，在那里，这些灵感将停留，你在那里透过概念语言进行对话。

[录音带第一面结束]

需要注意的是，与高我在一个开放系统中工作有一些优势，在开放系统中你会感觉到自己是一切万有的一部分，并且可以自由地与你自己的其他部分联系在一起，这些都包含在了高我当中。在开放系统中与高我一同工作，没有爱、智慧或力量之影响的沉重负担。开放系统是一个强有力的模式，在其中，你做为一个人格体和自我，和造物的其他部分没有真正分离。它开放自我的定义[当你想到你自己时]上，释放你到达一个属于无尽潜能的领域。

这并不是说你可以变得和你自己显著的不同。你在很多很多次转世所获得的灵魂流的混合能量，已经在你的内在产生了一种独有的特性振动。你有兴趣去做的事，无论是通过封闭系统还是开放系统，都是在减少你自己的振动与无限造物者[纯粹的无条件爱、理则、那创造这个宇宙的伟大起初思维]振动之间的差异。

与一个开放系统一起工作，你可以从你自己的各个转世中的各类面向与经验中取得更具体的信息。于是，你可以在与开放系统的自我概念的工作中，获得更富于灵活性和变化性的信息与启发。

然而，一直要注意的是，在第三密度中 每一个寻求者工作的主要推动力，应该是那些增加极性，深化和强化服务他人的选择的那些工作，于是在肉身死亡之后，灵性体可以行走光之阶梯，接着能够到达第四密度或者更高密度的环境。

如果从你在第三密度的行星地球的最后一次转世这个角度严格的检查毕业这个目标的话，选择封闭系统做为一种比较简单的工作方式，是完全可以接受的。任何对魔法人格和活出一个祭司般的人生这样的想法或梦想不感兴趣的人，我们会推

荐他们这个方式。

如果你受到吸引在你的生活中创造一个魔法人格并乐于与那个人格一同工作，那么你就是与开放系统的自我的概念一同工作的优秀候选者，那些内在的工作不仅仅需要保持较低脉轮的开放和心的开放，也需要保持较高的脉轮的灵活与敏锐，以回应你的渴望。

和开放系统一同工作，不仅仅可能将你的高我，你的基础指引系统的各种面向都吸引过来，还会为你吸引很多其他的实体，这些实体将因为你振动的频率，你献身精神的质量和你希望去服务的真诚与强度而有所不同。这些都是你可以用来向前冲锋以寻求真理的工具。你断然不是孤单的。

请问接下来是否还有这方面的问题或者有任何相关的问题。我们是 Q'uo。

M：我想知道个体的高我，和他或她所属的第六密度社会记忆复合体之间的关系。
（听不见）

我们是 Q'uo，我们感谢 M。相信我们已经了解了他的问题。自我与高我所属的第六密度中期的社会记忆复合体之间的关系是一种覆盖性的能量，这种能量可以在自我的转世中通过渴望而接触到。它可以被接触到是因为第六密度的社会记忆复合体是第六密度实体的自我定义的深度的不可缺少的一部分。这并不是简单的说一个社会记忆复合体的成员将定义他自己为那个复合体的一部分，毋宁说，所有一同合作为一个共同目标工作的实体们，经过很长时间之后，变得比朋友、爱人或者伴侣更加亲密。他们成为一个思想、一个希望和一个意愿。

所以，所有第六密度的社会记忆复合体有一种能量，看起来像笼罩在高我周围的光晕一般。这并不是说整个社会记忆复合体可以比你自己的高我给你更明确的建议或向你提供更有用的资源，而是说理解高我的社会记忆复合体为高我的一部分，一个人就能够接触到那所有相关之社会记忆复合体共同寻求的那种压倒性的巨大力量。所以，在第三密度的短暂的欲望中，简单的通过聚焦于自我，经常会有帮助。社会记忆复合体自身有股澄清的能量，超越高我的个别能量，你可以称之为「最高和最棒的自我」。

我们能进一步回答你的问题吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

M：不用了，非常感谢。

我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo，这次还有最后一个问题吗？

F：我们之前谈到我们的能量系统和能量系统中我们感觉到的身体知觉。如果你愿意，能否讲述能帮助我们理解它的任何灵性原则。

我们是 Q'uo，我们了解了 F 的问题。我的姐妹，有很多种感觉与每一个脉轮相连。你可以在肉体上察觉到一些，其中有一些是灵性上的，还有一些是理智或情绪上的。与每个脉轮相连的肉体感觉代表每一个脉轮的物理身体区域的感觉，例如这个管道最近在脊椎底部的困难就和她的第一脉轮或红色脉轮相连。

好比肠道的下腹部问题与橙色脉轮相关联。

那些与群聚在胃部周围的症状和胃部相关的各种问题，例如胃酸倒流与胃溃疡都与黄色脉轮相连。

所有与心脏相连的事物和心血管系统都是与绿色脉轮相连。

喉部的问题与蓝色脉轮相连。

脸部的问题，前额和耳朵的问题与靛蓝色脉轮相连。

没有任何问题是与紫罗兰脉轮相关，因为它仅仅是一个在能量体顶端的总结读出系统。

从情感上说，追踪导致能量体紧缩的起因，从而判断该情感工作牵涉到哪一个脉轮因此关闭，这是有必要的。

而灵性的痛苦，虽然很稀少，但确实是存在的，这同样需要透过某种繁重和耗时的步骤，才能确定，到底是什么样的根本原因，因为灵性的痛苦，首先导致了一个较低脉轮的关闭，因为只有当灵性的痛苦被发现并暴露在光中，它才有可能开始痊愈。

我们是 Q'uo，请问我们能进一步的回答你吗，我的姐妹?

F: 我猜想我想要知道的是在冥想过程或一整天中那种正面的、令人快乐的感觉，透过正面的方式感觉到能量流动。

我们是 Q'uo，我们相信已经了解你的问题。非常简单的说，当有正面的面向从较低脉轮通过更高的脉轮最后回到造物者的那种能量流动相关联，正面的表现更倾向于从绿色脉轮，心轮，发出，这具强有力的发动机不仅仅属于物质身体，也属于能量身体，我的朋友，因为这是一个爱的宇宙。

我们发现这个器皿和这个团体开始疲倦了，因此我们将离开这个通讯圈子和所有在这次工作中参与的人。与你们每一位、每一个管道一同工作是美妙的，你们每一位到来并分享你的礼物，我们非常的感谢。

我们感谢所有人带着他们的美丽、勇敢，并愿意拿出时间追寻真理。我是你们所知的 Q'uo 原则。我们在无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友，Adonai。

原注

[1] Neale Donald Walsch，Conversations with God; an Uncommon Dialogue: New York，Putnam，1996.

[1] 唐纳德 瓦尔施，《与神对话；一场不寻常的对话》1996，普特，纽约

Translated by T.S.

(V)2012 reviewed by cT.

☆ **第 1305 章集：接触智能无限的障碍与需求**

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2007 年十一月 24 日

Jim: 今天晚上的问题是：Q'uo，什么是与智能无限建立联系的关键障碍与必要需求？

（Carla 传导）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，来到你们当中。能分享你们的冥想并在你们构建的神圣寻求圈中体验你们混合的光环之美，这是一种巨大的荣幸和快乐。你们圈子的拱型之光每秒都在成长，观赏它是美妙的。

我们感谢你们呼唤我们来到你们寻求的圈子。关于打开通向智能无限之大门的障碍和需求这个主题上，我们确实非常高兴与你们分享我们的想法。然后，一如往常，在我们开始之前，我们请你们每一位用你们的判断鉴别那些你们所听到的—我们与你们分享的内容。我们所有的话不可能对所有听众都合适。所以，如果你听到的一些东西与你共鸣，你可以用任何你希望的方式同它们一起工作。但是，如果你听到的一些东西无法与你共鸣，请将它们留在后面。我们不希望在你面前放置任何的障碍。

对你们在判断中的努力，我们将非常的感激，因为它将让我们对于我们是否可能侵害你们的自由意志，是否我们可能会阻碍你们灵性寻求的道路这些问题感到放心。在这方面，谢谢你们的善意。

你们提出的问题，将使用智能无限的大门的障碍放在讨论使用智能无限大门的需求之前。然而，我们更愿意首先讨论需求。这样，当我们谈到障碍的时候，为什么一些事物会成为障碍，就会显得更加明显。

你们是奇妙的生物。你们每个人都是非常复杂，同时又是非常简单的。你们的能量体是你们所看不见的，并塑造了你们物理身体。能量体是你身而为人的精华，也就是 Ra 所说的 心/身/灵复合体。能量体的七个脉轮对于你们的物理身体和精微光体的功能都是全然重要的。

通向智能无限的大门就在这些脉轮的顶部，包括了靛蓝色和紫罗兰光芒脉轮。起始于开放的心轮，寻求者凭借着坚定的意愿，并聚焦渴望和意志，请求意识中工作获得完成，（从心轮）向上穿越靛蓝色脉轮，移动进入紫罗兰脉轮，从而打开通往智能无限的大门。

于是，你打开通往智能无限的大门，这扇门朝向你所渴望的特定启发，而非敞开心轮[它居住在爱本身之中完整的爱、其他能量未触及的爱]的一般性、恒常流动的启发。随着大门敞开，你变得能够工作更特定种类的指引，虽然是特定的，却是未曾听闻的，接着以概念和精华的方式浇灌进入心轮，而非以思想和话语的方式。

对于那些希望在他们的寻求中使用通向智能无限的大门的实体，对自身能量体的培育和照顾是非常重要的。确实，那些在三个较低的脉轮受到阻塞的实体们，无法支持无限造物者的能量从最底部的脉轮系统向上移动并穿越在头顶的脉轮。

与智能无限大门工作的第一需求是开放的心。因此，虽然很多寻求者不愿意持续

深入的在三个较低脉轮上工作，我们认为，在较低的三个脉轮上的工作，给予它们与其他更高的脉轮一样的尊敬与荣耀，是必要的。

那些可能阻碍红色脉轮的是在某个层次的抑郁，这种抑郁会让人反对生命和生命的喜悦，并在性表达上出现困难。因为红色脉轮是处理关于生存和性的事项，那些无法真正的欣赏生命而在生活中步履蹒跚的人们，将会限制能量流动进入他们的第一个脉轮，于是他们在心的脉轮仅仅只会接收到从造物主而来的一小部分力量或能量。

橙色脉轮，是关于个人本性中与他自己和其他人之间的关系，当这些关系引起这个脉轮被阻塞或者被过度启动的时候，橙色脉轮就会堵塞。所以，对每一个关系保持一种持续的关注，察觉你和其他人之间，你与你自己之间振动的和谐，是很好的。

经常，你与自己之间的问题会对流入橙色脉轮的光造成相当的限制，或者说毒害。所以，花时间去创造你与你自己、你与其他自我之间的甜蜜是很好的。

黄色脉轮是关于群体关系或者说社会法律关系的脉轮，例如出生家庭、婚姻家庭、工作家庭和其他可以创造他们自己的能量并拥有某种超灵(oversoul)。同样，在这个脉轮，通常造成阻塞的原因是这些关系中的困难。再次，因为这个脉轮是如此的容易阻塞，至少是暂时的阻塞，当一个寻求者处理这些关系的时候，如果他能随时调校他的心和注意力的焦点，以保证这些关系中的和谐，他将是一个非常明智的寻求者。而如果在特定的情况丧失了和谐，去设法恢复和谐，这是很好的。因为它将回复能量流动，穿越这个脉轮并流入开放的心。

一旦一个实体已经到达敞开心让能量自由流动的位置，他就可以选择向更高的脉轮移动。如果他希望在意识中工作，例如冥想、治疗、祈祷、启发性阅读、沉思等，他将非常有意识地、从容不迫地向靛蓝色脉轮 信仰的家园 移动。

在这里，一个人将总是与看不见的事物一起工作。在靛蓝色脉轮，一个人已经将物理身体抛在后面。靛蓝色脉轮物理上位于第三只眼的位置，印度教的僧侣经常在那里点上红点，因为在印度教的信仰中，对这个脉轮有着强烈的尊重，这个脉轮也被他们所信仰，而我们也一样有这样的信仰，它是直接与智能无限，或以他们的说法，造物主，直接接触的关卡与门户。

安住于靛蓝色脉轮，一个寻求者透过使用静默开始接近那大门。心智保持宁静到一个深入的程度必须的，这样你所寻求的启发将会有空间从紫罗兰脉轮流入并穿越靛蓝色脉轮，然后安置在心的脉轮。

一旦这种连接被建立，将会有一种灵感与信息向下流动，配合着造物者能量的向上流动。在意识内工作是可能的，只要你简单的允许这种流动发生，并且有意识的察觉这种流动。因为，当大门打开、启发流入的时候，你确实是坐在一座美丽的光之源泉当中。

就是在这当下的祝福中，一个人开始接受了那伟大的工作 优雅地寻求知晓真理，寻求感觉那只会进入信实和倾听之心的洞见。

那些与智能无限的大门工作的阻碍，就是那些在实体的任何一个脉轮中阻碍能量向上流入心轮的事物。也许，在寻求者中的最普遍的阻碍是感觉较低的自我价值，一种感觉自己不配去做现在手边的工作。那个被知晓为 T 的实体，自从该实

体最近参加了 L/L 研究机构的回家聚会之后，当她对这个器皿谈到她正在经历的深度搜寻的问题时，提出的问题，「我是谁？」

当她越来越深的深入这个问题，她发现，为了成为一个就灵性而言更坚定更稳定的个体，她有很多的工作要做。这个被知晓为 T 的实体说当她接近那个「我是谁」的问题的时候，她发现了很多的自我批判。

我们并不试图向你向你们建议你们不会犯错。我的朋友，成为一个第三密度的人类，本身就具有错误倾向。你们居住在一个沉重的幻象中，你们的文化有许多许多的扭曲，这些扭曲使你们几乎不可能知道到底如何才能在特定的时期做那真正符合道德或正确的事情。

此外，在人类的天性中有一种不均匀的焦点，它几乎总是某种程度的存在于一个人的个性之内，于是，你会在某一天感觉你对于催化剂工作的很好，而又在另一天感觉你实在做的太差了，用笨拙的方式做事情，或在错误的时间说了错误的事情。

我们会鼓励你当你感觉犯错的时候抛开你的自我评判。当错误发生的时候在自己身上察觉到错误是很好的。这是一个人学习的方式，就是透过犯错误去学习。当实体变得在灵性上越来越成熟，他们将发现使用在过去经历中收获的自我知识的果实是令人高兴的，于是自我怀疑的重担和关于较低的自我价值的感觉，就会一点点的更容易去融化。然而，当一个寻求者犯错的时候，总是会有一些失望冲击到他。然而他却不能退回去修复那些错误。他单纯的必须重新开始，并且希望再次记住用那典雅的方式、爱的方式、悲悯的方式来处理这一类的催化剂，这些催化剂还会再来，是的，它们几乎肯定会再来。

自我苛求和自我评判是阻碍的强有力来源。在很多的寻求者中有一种内在的渴望去改变这个世界，去帮助别人并服务良善的目标。然而，在寻求者中，有一种对于在自己内在工作的同样普遍的偏见，因为看起来似乎工作自己是一件自私的事情。在我们看来，就是在治愈你自己的过程中，你治愈了这个世界。就是在学习如何爱自己的过程中，你学会了如何爱其他人。就是在至少是对自己找到慈悲的过程中，你最后能够对其他人有慈悲。就是在透过尊重、荣耀、宽恕而祝福你自己的苦难中，你变得能够注视这个世界的苦难，在它本身巨大和几乎无限的深度上。

爱上你自己，这真是必须的。否则，自我评判将无法被克服。它必须被悲悯所平衡。你是必然会犯错的，也必然会来到某种自我评判的可能性中。然而，你却同样可以在你内在拥有的造物者身分中工作，于是你再一次转向光并重新开始，你将很快的走出失败的境地。

有各种爱上你自己的技巧。如果你可以与自己同在，并察觉你能感觉到的宽广范围的情感，那也许是深深的爱上自己的最直接方式，去喜欢你自己，终极地、荣耀地、纯正地、真实地，爱上你自己。就像你所是，你是完美的!

这无需给你自己任何傲慢或骄傲的理由。所有的实体都是完美的。所有的实体都是造物者。然而，你居住在你自己制造的造物中。所以，尽管在好的思想，好的经验中宠爱自己，不断的跳入那真理、美丽和启发的水域中，无论你用哪种吸引你的方式都可以。

另一个很常见的关闭能量体的障碍，可能起源于任何一个脉轮，那就是恐惧。有

几乎无数种的方式去感到害怕。一个人可能会因为已经发生的事情和那些难以应付的催化剂的困难而产生一种慢性的恐惧状况。也有很多方式去恐惧未来。在一个人了解自我的过程中也会遇到很多的恐惧环绕在周围，因为你有一个健康而蓬勃的阴影面，你必须对你自己的那一面保持熟悉，就好像你对你自己美妙、阳光和可爱的那部分一般熟悉。

不管恐惧如何来到你身上，它都会阻碍你脉轮系统中能量的流动。所以，我们推荐至少每天做一次平衡的练习，建议在晚上，在一天的尽头练习，那时你有一些时间来反思已经发生的事情。

问自己，你在这一天有哪些想法，你平稳的进程和开放的心被中断了吗，即使是只有一瞬间。然后移动到那些开放的与流动的能量体的稳当出发点上。如果一个问题升起，甚至只关闭心灵一秒钟，也最好再次移动到那个情绪中，释放它，甚至放大它，于是你可以对刚刚发生的事情有一个更有意识和更周到的认识，尤其是到底是什么引起了那各种情绪反应，例如不耐心、愤怒、嫉妒、甚至巨大的快乐。任何让你离开敞开的心，并停止能量流动的事物，都值得被好好的检查。

一旦你已经彻底的重新体验了那些对你来说过于沉重以至于关闭了你的能量流动的催化剂，你可以接着允许自己开始体验动态上与那些情绪相反的部分。如果你感到不耐心是因为路上有一个司机突然超你的车，他无视你的车子冲进高速公路入口。重新考虑这个情景，仅仅这一次想象自己可以完全的耐心和全然的平静，并强化和放大那种感觉，直到你被它席卷。

然后，释放耐心和不耐心这两个动态上相反的情绪，感觉你多少更为平衡了。在一天中，每一个想法或情绪让你失去平衡时都这样做。反思它们，荣耀它们，经

验它们，平衡它们，然后回复你的能量体到一个良好的平稳流动的状态。

你在白昼期间也可能发现自己想要去重新调校你的能量体。它可以在一瞬间完成，如果你希望去利用那个时刻。

我们并不是建议 因为你知道那些应该有的想法而重塑你的想法。「应该」在灵性寻求中不是一个有帮助的词语。它与你尝试去与之一同工作的无限造物主的爱与光的开放与自发的流动没有任何关系。每一个你的想法以它自己的方式都是合适的，也是真实和良好的，就是它本来的样子。所以，就是在那些想法、行动和感觉的开放和自发性流动中，一个寻求者学习的实质内容就在其中。

所以，当我们说「自我调校」的时候，我们不是说改变你的行为，而是说向造物主的觉知开放你自己。当你能够哪怕短暂的做到这一点的时候，它就开放了脉轮，并且允许能量自由的流动。

这个实体是一个神秘的基督徒，她经常用一个字汇的祈祷。那就是「耶稣」。那个字汇可以完全的改变她整个态度。你们每个人都有一个关键字。对于 R 实体那个关键字是「记得」。找到你自己的那个那个关键字，它能让你的心微笑，并恢复好能量流动通过你的身体。

我们现在询问，是否有接着的问题，我们可以在此时予以回答。

Jim:（朗诵读者的问题列表）「假设自我知识、接纳、平衡等心理上的前提条件已经被寻求接触智能无限的实体充分的满足，那么 生理上健康与强壮的身体，例如强健的肌肉与心血管系统的健康，是否有助于在神秘中寻求智能无限？健康

与强壮的身体是否有助于与智能无限和智能能量的通讯？当一个实体寻求智能无限的时候，身体的合适角色是什么呢？」

我们是 Q'uo，我们察觉你的问题，我的兄弟。对于你们每个人，物理身体的合适的角色是做为意识的载体，意识也就是你自己— 你的灵魂。当然，一个健康身体，没有病痛去让一个人从灵性的寻求中分心，是有帮助的。然而从灵性的角度，关键是对身体的态度，而不是身体本身，身体的用途可以被发现。

如果一个人领悟到身体是神圣的，身体是太一无限造物主所居住的神殿，于是他也可以看到，不管身体是否健康，每个身体都是一个美丽的仆人，它献出了它整个生命，于是你做为一个灵魂，可以在这个幻象中学到你的课程，提供你的服务，欢笑，爱与被爱。

因此，你想要好好的对待你的身体。人们经常会创造这样一种灵性纯净的表达方式，就是渴望吃良好的饮食、尊重身体真正需要的饮食，这方式可以做为一种转变的载具。帮助人们了解肉体载具是多么必要的存在。如果你没有一个肉体载具在幻象中来承载你的振动，你无法体验这所灵魂学校，也就是第三密度。

尽管它有时候看起来很沉重，没有物理身体，当你想在远比你表面生活更深层之处影响自我，制造一些变化的时候，你也没有制造变化的能力。

因此，对你的身体有一种很大的尊崇和喜爱是很好的。确实，有一条进入智能无限大门的途径是透过神圣的性爱，在其中，身体自己即可表达出高潮的快乐与力量，那是太一无限造物者意识的稳定状态。

请问还有另一个询问吗？

Jim: （朗诵读者的问题列表）「有几十亿的实体都在呼唤并寻求他们所感知的太一无限造物者，每个人都有他们自己独特的扭曲模式。对于那些真正渴望真理的人们：那些成功了悟到内在神圣的人们 和 那些离开此生和诞生时一样无知的人们，是甚么造成两者之间的区别？」

我们是 Q'uo，相信我们已经理解了你的询问。

对于那些你谈到的百万千万人，他们以各自独特的道路寻求，如果他们真的寻求，他们就会真正的发现。不可能有任何的寻求却没有获得答案的情况，没有失败的机率。所有在信心中询问的，都会一种或另一种方式被回答。

也许，那些觉得他们从来没有获得任何灵性启发的人们，有一些持续的阻碍，将这些实体与他们被给予的答案的感知分隔开来。然而，答案已经确实给出了，而且这些答案中精华的部分将在他心中被闭锁一段时间，直到这个实体的心智不再被疑惑所蒙蔽。

意图在此扮演一个巨大的角色，不管一个寻求者是否在他的寻求中感到成功。

在我们的思维方式中，寻求本身创造它的成功，不是依赖寻求的结果或效应，而是寻求本身就是回报。我们认为，不是在灵性寻求旅程的终点一个人才获得回报，相同的回报也在旅程本身。同样，不是一个问题的答案对于寻求者有其价值，毋宁说，问题本身就有它自己的价值。

灵性是一种超越言语和感知枴杖[给予有限的物理存在其自身的边界]的活动，抛开语言，抛开所有的事物，仅仅去感觉并感知那灵知与洞见，一个寻求者可以在灵魂的层面做巨大的工作，同时因为他无法感知工作本身的价值，他可能关闭自我，感觉自己没有任何长进。

通常，一个无法感到他做得很好的寻求者，和一个单纯地在旅程中感到满意并在每日的光中做自己的工作的寻求者相比，他们之间的区别在于，后者在寻求的过程中，不仅仅去知晓他自己，更愿意去爱上自己。

请问这一次还有其他询问吗？

Jim:（朗诵读者的问题列表）「对于一个渴望在神秘意识上发展的人来说，摄取酒精或者其他改变心智的毒品来获得心、身、灵方面的任何成长，这是禁止的吗，或者它会导致成长方面的退步呢？」

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们察觉你的询问。

做为一种灵性学习的方式，摄取改变意识(状态)的物质是不推荐的。更好的方式是允许灵性力量的自然发展，而不是尝试通过摄取物质而人工的将一个人放置在一种更纯净或者更精炼的觉察状态上来获得灵性的成长。当摄取酒精或使用各种药物，根据这些药物的性质的不同，它会在一段时间或在一定程度上关闭一个人灵性工作上的能力。

因此，如果一个人想通过喝酒而变得快乐，或者通过沉溺于其他看起来对自己有好处的药品，他需要觉察到，他不可能真的能够拥有那种心智的敏锐，并能透过

控制意志的使用，携手并进的完成灵性的工作。一旦这些物质的功能消退，这个实体会回到他开始的状态，用他自己普通的方式使用普通的能力。使用这些物质本质上并不是负面的。

看起来 似乎当一个人想去进行灵性工作的时候，使用这类物质是不好的。然而一个人有很多种情绪。所以我们并不会对那些想花时间放松一下的人们皱眉头。确实，我们发现你们人群中很多人在看电视和玩游戏方面的上瘾同样对灵性有阻碍的效果。当一个人完全的沉浸在电动游戏或电视节目时，他无法做任何灵性的工作，当然，那些事情确实是令人高兴的，可以在你想要使用的时候使用它们。

真正重要的是，做你希望去做的事情，这是你转世来到这个世界的原因：去体验那些你希望体验的事情。你可以看见，在休息、娱乐、消遣、没有很多灵性作用[容我们说]的社交活动 和 那些确实有相当程度的灵性工作 之间取得平衡是好的。所以，你可以有一天中可以做的各种事情的列表，有的是集中的、高度强烈的工作，其他则是放松或充满生活享受的东西。

无论是那些看起来对你好的，还是那些看起来对你不好 你却渴望的事情，拥有一个宽广的范围是好的。跟随你的渴望，却总是觉察到，你一直有机会去选择你想要做的事，而且问自己：「那真的是我想要去做的吗？」如果是，那就享受你自己吧。然而，如果这些事情包括摄取那些会阻碍你灵性工作能力的物质，那么就接受它们并知道，你在这段时间或这一周，你决定将对智能无限大门的直接的探求放在一边，暂时透过地球层面提供的消遣物来娱乐你自己。

举例而言，你完全没有必要因为任何时候想喝一杯酒而审判你自己。

所有的事情都是可接受的。你可以选择何时想要离开苍白的工作；何时想要进入那扇大门，通往智能无限。

这一次还有其他的问题吗？

Jim:（朗诵读者的问题列表）「在金字塔的例子中，有一种技术被用来加速一个实体的灵性成长，以致于他可以穿越神秘的死亡和重生，成为复活的自我。

在今日的世界中有什么其他的类似的科技可以近似地实现金字塔提供的功能？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。最接近金字塔底下僧人体验死亡的类比是美洲印地安人的仪式，该仪式包括发汗小屋(sweat lodge)与灵视探索(vision quest*)。

(*编注:推荐读者阅读这个部落格:http://visionquest-tw.blogspot.com/)

待在发汗小屋中，那热度把一个人带到超越人类觉知的边界之外，感觉非常像一场死亡或濒死的境地，这通常会触发新的觉察和当下的天启。

发汗小屋

相似地，灵视探索，在极度的不舒适中，给予寻求者一个机会超越公认可接受的边界。当一个人太长时间不睡觉，太长时间飢饿，或太长时间的不舒适，就会有那么一段时间，一个人能够超越所有那些限制。这是一种强制性方式 透过强烈的不舒适进入某种中止状态，也是一种象是死亡的体验。

然而，这种技巧，可以在一个远远不那么激烈的基础上进行，你们所知道的 G 实体经常利用一些有限度的禁食。当他带着某种意愿去禁食，并荣耀该意愿，一段时间的禁食不会有如同死亡的感觉，但是，肯定会感觉不舒服。这样禁食的结果通常会由于为了提供自己一条灵性的道路而牺牲了舒适，因而获得提升的意识。

你几乎可以将萨满的这种死亡看做一种游戏。因为，萨满在他内在创造一种死亡的感觉或死亡的经验，他的意图是在这过程之后醒来，重新返回光明，第一次了悟人生是怎样的一份礼物。

如果一个人敏感并且有想象力，可以不透过死亡体验获得这份礼物，他可以将自己放置在金字塔底下、发汗小屋中的环境里或灵视探索中没有食物，没有睡眠的体验，目的是追寻开悟。

确实，领悟到每一天都可以无须死亡体验或模拟死亡体验来获得滋养，这是多么甜蜜和美妙的机会呀。我们愿推荐你们在每一天集中意识，感谢能够活着并有机会体验这个你每天体验的美丽造物。当领悟你在这一天可以完全自由的寻求造物者之际，这是一种美妙的了悟，它把最悲凉的日子和最繁重的工作转变为一种愉快的舞蹈。

请问现在还有其他的问题吗？

Jim：我这里没有。

请问 G 实体还有不在那张纸上的其他问题吗？

G: 没有，这次没有。谢谢你，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。这样，请问这个团体的其他成员还有问题吗？

（没有进一步的问题。）

我们是 Q'uo，既然我们看起来已经用尽了该团体这次的问题，让我们向你们表达感谢、感激、愉悦，能在今晚成为你们寻求圈子的一部分。允许我们为你提供服务的努力，你已经帮助了我们许多。每一次我们与你互动，你们都教导我们那么多。我们以集体的心意感谢你们所有人。

现在，我们在爱与光中，在太一无限造物主的和平与大能中，离开这个器皿和团体。我们是你们所知的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai。

Translated by T.S.

(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1306 章集：呼吸主义

周日冥想

1987 年十一月 29 日

小组问题：呼吸主义(Breatharianism)，意指一个人仅凭靠空气或日光，普那

(prana)生活，无须吃固体食物或液体。

实际上，第三密度的人类身体需要依靠什么存活？是否总是需要正常的食物与水，或者在某个时点，有可能不需要这些成分，而是凭借比较纯粹的物质生活，即我们称为的空气或普那？

（Carla 传讯）

我是 Q'uo，服务无限造物者的星际联邦的一员。我与兄弟姊妹们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。怀着喜乐，我们欢迎并表达我们的爱与祝福给在场的每一位。容我们说我是多么感激被这个团体呼叫，并得以提供我们卑微的意见。 要知道我们旅行进入你们次元只有一个原因，那就是服务你们。因此如果我们任何的话语构成一个绊脚石或没有向你响起真理的铃声，我们真诚地请求你忽略这些话语，因我们全体都是意识的公民，研读我们内在的造物者，以及造物者之中的自我。做为同行的旅者，我们在喜悦中向你致意。

我们发现今晚的询问与净化生命经验有关，尤其聚焦在此生的身体经验上，好让它得以反映一个更高的灵性实相。

呼吸主义并不是个愚蠢的东西，虽然其原则被误解。它是多层次的，让我们一次揭开一层，尝试解开这个谜题，一个人如何可能不吃饭，不喝水，仅仅依靠空气，而存活在你们的物理幻象中。

首先，基于第三密度的正常意识状态，我们感觉抛开面包与水，身体的食物，去生活不是一个值得尝试的目标。对那些将依赖空气自我维生的情况视为满足条件

即可获得的结果的人们，这么做可能导致大量的肉体伤害，而那些的确可以只凭空气，或者说仅凭借那被称之为的普那事物，那神圣地充满空气的东西，而生活的人们，是透过恩典达成该目标，而非透过人为的设计。

有些人一出生就带有音乐的记忆，在没有人能预期这些人的优异演出之际，他们已经令所有听众震惊。其他一些人也有其他同样令人惊讶的才能，每一个人都有自己独特的方式。有些人带着特定的关键记忆来到这世上，从前世带来的记忆;这些实体藉由恩典能够工作肉体与灵性体的连结，于是喂养细微体，然后玛那(manna，天赐之甘露)之雨降在肉体之上。

我们想要强调这样的天份并不是值得骄傲的，它也不是一个可以被赚取的成就。凭借恩典，你们每一个人记得特定的经验、技巧、偏好，而正因为这些特定的生活模式的记忆是用这样的方式形成的，该实体于是可以表达出这些天赋，并将其增添到这个美丽的、激动人心的、感人的工艺品的巨大的仓库中。当一个人谈论人格体的天赋，他经常也是在谈论这些工艺品，它们的寿命跟你们在这个幻象中短暂的一生相当。而当那些分享他们的非物质性天赋的人们结束他们物理存在时，只有对这些被恩典充满的个体们的记忆被留下。这是思考该主题[只靠空气生活]的第一层。

第二层的探究是身体意识，因为它也朝向造物者伸展，尝试禁食并且只以最充满光的空气灌入肉体载具，这么做对身体意识有何身体上用处?

关于这个问题实际上有两个决定需要做出。首先，慎选摄取的食物在对身体载具的益处上是非常正确的，它不只对身体健康是重要的，同时也创造适宜进行灵性工作的氛围。我们在你们的文化中看到，我们相信在座每一位都觉察到，过多的

食物、过多的蛋白质、过多的碳水化合物无法使你的性灵觉得优雅、活泼，律动感等等。换句话说，进食重口味的食材好比高蛋白肉类以及精制的碳水化合物将使肉体多一层盔甲，使它无法接收心智与灵性引颈期盼的微妙概念。食物本身就会让实体在身体上受到拖累。预期性的飢饿和对食物的持久的渴望更让思想与灵性的复合体受到束缚，变的昏沉，于是被分心，寻求中的实体们会发现这种对食物的态度，是一种无助于且会阻碍灵性演化的意识加速的态度。

的确，吃少一些，吃的节俭些，吃得自然些对人体是好的。这些都是明显的道理，然而，一个希望在饮食方面更加纯净的人没有必要被其他人所动摇，他们会对你如此地追寻纯净而感到威胁，从我们的观点上这一点是值得重复的。

其次，对于肉体有更高的意图可以创造一个更佳的情感、理智与灵性的工作环境。，就好像一个纯净的自然环境一样。我们之前曾经对那些发现某些天赋或者技能非常容易展现出来的人们做过这些暗示。对于那些寻求太一无限造物者的人也是一样。然而，最好不要互相比较彼此的脚步。或许某个人的身材臃肿走样，然而他具备伟大的慈悲。或许另一个人饮食都遵照灵性的净化与简朴原则，他的身材苗条健康，然而情感与灵性水平却停留在黑暗当中。在向内和向外都同时尝试使肉体处于越来越纯净的状态，这是一条可以被那些感受到如此召唤的人们选择的道路。然而它不是唯一的途径。它是一个有效可以让每一个寻求者使用的工具用来使情感、心灵与灵性更敏锐，更敏感。

现在让我们凝视普那或呼吸的概念。你我的造物都是一个充满了物质的实空间(plenum)，一个广大无边充满光的无限，而光即是生命的第一显化。吸入充满普那的空气就是吸入造物主的原初之爱。呼气就是呼出所有内在要避开，要排除，要扔掉的物质。其他的器官会同样的处理固体食物与饮料，这也是你们星球上的

实体们喜欢的。另一方面，谨慎、有意图的呼吸可以排解一天的压力、陈旧的思想、疲倦的情绪与强烈的忧伤。

因此，吸气就是吸入生命自身，呼气就是跟脱离自己的过去，所以有意识的呼吸一直都是有益的练习；吸入大量的生命普那到肺部里头，进入身体的每一个细胞，然后全心希望成功地完成这个练习，呼出所有暗黑与污浊的经验；每一次呼吸都增加光，并从一个人在自己的心灵、情绪、思想与灵性中创造的黑暗里，获得提升。

在一个安全可靠的地方进行这个练习将格外有帮助，我们也推荐那些希望进行有意图的呼吸的人将这个练习与冥想的过程结合起来，也许是在冥想开始之前，作为一种视觉化的颂咒祈祷（进行练习）。因为你在物理身体所做的事情，无论它可能有怎样积极的正面作用，都完全的服从于你的自由意志。你可以努力吸入所有空气，然后呼出所有气体，但如果你在这个过程中没有渴望与观想，没有冥想状态来使这个经验扎根与定锚，那么呼吸练习就只是你的另一个灵性玩具，拿出来把玩一番 然后扔到一旁。

在你们星球的表面，现在只有极少的人能完全靠呼吸生活。那些做到的人，是通过恩典做到的，恩典是一种让不可能之事自然发生的中介物，这中介物也是仁慈的造物者的首要变貌之一。我们现在来到该主题的内在层面(第三层)，灵性自我的食物。你们知晓的老师耶稣基督经常禁食，他不只想要达到一个纯净的生活，更想要达到一个转换过的意识状态，肉体与意识分离，于是与天父结合为一成为可能。通常，造物者以恶魔或撒旦的形式来到耶稣面前，这是因为任何提供优异灵性奉献的尝试都会敲响警钟，引起一些实体的注意，他们不想要让如此纯粹的光照耀在这个世界上;负面导向的实体们相信(世界)早就属于他们。对于耶稣，禁

食只是一种转换意识的方式，并构建一种能经受考验而稳定可靠的，能越来越多地让这个实体发现天父的连接，在那连接中他也总是感觉到他自己就是天父的儿子。

精确地说，我们并非推荐禁食，毋宁说是焦点的转移，在我们词汇表的使用中这是一个可替换的词语，好比耶稣基督有一次遭遇撒旦[造物者的一部分]，他说人类并非只靠面包生活，而是靠天父口中的每一句话。耶稣所表达的是一个原则，当这个实体说人类是依靠天父的每个言语而活的时候使用「言语」这个词汇，指的就是我们所称的理则或爱。

在这个造物里的每一个男人、女人、儿童的内在之中，都拥有居住于光之领域的能力，这领域并不仅仅是等待着更大的生命的死后灵魂世界这样的美妙的领域，这领域还包括在一种意识的转换中，而且这个时候和在这次生命经验中，它也是更重要的。因此，我们认为，有一种食物可以使你不再飢饿，有一种饮料终于可以解渴。这种食物与饮料即是爱、（天父之）言语，你寻求成为的目标，也是人子，耶稣基督，依赖爱之言语而活的那个人的目标。

物理存在的本性就是限制性与有限的维度。那些寻求除了通过恩典之外无人可以获得的面包的人，经常会变得贪婪和贪得无厌，幻想着将爱储存起，那爱造就了我们所有人，我们也都将把造就我们的爱归还与祂的源头。然而，这天堂之玛那（manna），这（天父之）言语，这爱，是无法储存的，而只能一天收集一次。因此，一个人若想要在思考、感觉、生活三方面都变得更纯粹，他必须每天每日寻求那天堂的食物以及乐园的饮料，因为爱存在于永恒的当下之中。

（当下）并不是空间/时间在它的最完整意义上的一个部分，而只是在那所有幻象

背后，无限与永恒当下之时间的一部分。

在结束之前，我们提供一些练习，单纯的呼吸练习可以帮助你冥想过程的深化。观想这些练习就好像你在吸入爱的物理显化，接着通过尝试呼出每一个负面思想与感觉，压力与忧虑，调谐你自己。这些练习有两个，它们已经被你们人群所知晓。第一个练习是快速呼吸，重点放在呼气。透过嘴巴十分快速地呼吸，这样可以构筑大量的充实感，体会造物之美。在这样的呼吸中有律动(motion)，然而在律动中缺乏注意力。

第二个练习紧跟着第一个练习的尾声，首先完整地吸入空气，接着以吞咽的方式关闭喉咙，然后倾听正在休息的自我，充满生命与气息，然而此时没有律动；在这几秒钟或几分钟停止呼吸之间，创造出一个很有帮助的环境，大量的普那流通到身体内的每一个细胞，而最后的呼气可以冲洗整个循环系统，清理那些化学与肌肉的扭曲，避免它们阻碍灵性的寻求。

做为结尾，我们想重申，灵性的演变的过程也许可以通过被一个人称之为老师的帮助的方式所帮助，例如饮食的净化或者祈祷的练习。然而，没有任何学习可以祈求到恩典，让灵魂能够允许电性身体接受（它的）食物和水从而支持被束缚中的身体。这不是一个可以在最大的热忱中努力的目标，而只是一个我们会建议的方向，这仅仅是因为那些对于一个人会很重要的事情，通过发现获得它们所需要的时间与能量，就可以被推断出来。然而，单纯与自然的饮食，也许甚至一种减量饮食，如果这样会认为是有帮助的，都是值得鼓励的方式。所有净化肉体的形式都是有益的，只要个体的性灵意识参与其中。

在每一种情况中真正并且肯定会有帮助的是，将对灵性的信任转向玛那

（manna），它是无法被控制、无法被占有或者储存，但是对于那些知道它的存在并且赞美它的丰富的人而言，它是充足的。喂养灵性的玛那的数量和质量很大程度被寻求者自己所决定，被寻求者希望成为爱与光的更纯净容器的渴望的程度所决定，被那对无形的事物的坚定信仰之天真的单纯性所决定。宣称那无法看见的东西才是灵性需要的食物，对于头脑而言，这是一种侮辱。

（录音带第一面结束）

（Carla 传讯）

在冥想中与玛那工作吧，在当下的玛那中快乐的欢庆吧，知晓你，这个圣经中的浪子，就是用这种方式被喂养的。并不是因为你赚取了它，也不是因为它属于你，虽然你确实已经赚取了它，它也肯定的属于你，但是这些都不是灵性的想法。

之所以要逐步地增进第三密度存有之光的分辨率的灵性上的原因是恩典，恩典这个字眼对于许多人而言有不同的意义，但我们的意思是恩典是一座桥，它将生命的无限慷慨接通到你的灵性存有的能量网络。在寻求生命的气息的过程中，你正寻求位于你四周的天堂国度，而你所寻求的你将十分确切地找到它。

不管你寻求的水平为何，不管你寻求的步伐是快或慢，我们都祝愿你好，并且只要你在冥想中呼求我们，我们都将与你同在。这个器皿告知 我已经讲太久了，我们知道她并不是在骂我们，但我们感到抱歉。无论如何，这次询问是在一个非常高的寻求水平，我们渴望提供一点点灵性的玛那，它可以在呼吸中被呼出，形成那些被称之为言语的符号象征，它也是意识的隐喻。我们在此时转移通讯权到

Jim 身上。我们怀着感谢在爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们再次于爱与光中向你们致意。我们希望在此时答覆今晚参加聚会的人思想里想到的任何问题，并藉这个机会更进一步的服务。我们非常感谢能有这个机会用这种对现场的人会更加适用于个人的方式来精炼我们的服务，我们此时是否有第一个询问，我们将非常荣幸的开始回答。

Carla: 我有一个与食物相关的问题。

一个吃很多肉的人是不是会有在意识灵性化方面的特殊的问题？
为什么对于像我这样参与到与 Ra 特殊的通讯的管道，需要作为管道吃很多的肉来避免大量的失去体重而变得不健康呢？

我是 Q'uo，我们将从第一个部分开始。一个常向物理载具提供肉类蛋白质这样的营养物的人，他在消化这些物质的困难程度上直接与他的所持有的关于这些物质的信念是成正比，这些信念是，对于一个在灵性领域寻求的人而言，哪些物质是理想，而哪些不理想。这样，一个实体首先关注的信念将决定物理载具消化这种形式蛋白质的难易程度。

在第三密度的物理载具中，人体消化道的构成上同时是抑制在肉类制品上的过量食用的，因为人体的消化道在它的形成方式上比较倾向消化单纯的蛋白质，好比谷类与乳制品，而非肉类蛋白质。然而一个实体对于食物的意图、态度、渴望比其他考虑都更为重要，因为一个实体的核心更多的是由他所相信的，以及相信的

力道而构成，胜过他所摄取的食物。

在你自己的问题上，我的姐妹，在与你们所知的 Ra 的通讯中的作为一个管道提供服务，你通过这样方式参与到服务他人的工作中，这种通讯采用的是一种出神的方法，它是某种程度需要身体载付出苛刻代价的通讯方式，同时也因为这种代价的显而易见的会造成体重的减轻性质，最容易的缓和方式也因此是显而易见的，考虑到这种替代方法可以用于获得和保持身体体重，而对消化系统的负担也是最小的，因此我们之前建议消化高质量的动物蛋白来使你的身体载具能够保持更加正常的体重配置。

请问我们更进一步的回答吗，我的姐妹?

Carla：不用了，谢谢你。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。还有其他的问题吗?

Carla：　关于你刚才描述的练习，在屏息之前 一个人应该吸气多久?

我是 Q'uo，时间的长度并不重要，重要的是一个人会经历到的主观性的感觉，他察觉到通过在吸气的某一点达到一个高峰时，生命力正在被强化。就在这一点停止吸气，好让这股生命力得以被观察与经验。

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla：　空气污染呢? 是否在一个空气比较纯净的地方做这个练习比较好? 污染

跟普那有关联吗?

我是 Q'uo，虽然生命原力或普那跟空气污染并无连结关系，就好像你们所说的，为了练习者的舒适着想，一般建议寻找最和谐的环境进行这类的练习，不管是在户外或住所内特定的屋子里。

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla： 只有最后一个问题了，我为我不知足的好奇心道歉。但你刚才举耶稣为例，四十个白天和四十个黑夜在旷野中在圣经里他那样做了很多次，谁知道之前或者之后是怎样的呢但是你认为，耶稣是禁食经验中有显著的一部分是为了净化自我，通过简单而自然的事情，花费更多时间在神圣地面上，他在这过程中，好几次遭遇诱惑，引诱他自我膨胀或趋向撒旦，负面的灵性道路。是不是只要一个人长期禁食，都得事先了解并做一些准备来处理将会遭遇超心灵致意?

我是 Q'uo，我的姐妹，以某种程度而言，这是真的。所有以禁食方式或以其他精炼的方式寻求纯粹度都会招引诱惑。常见的诱惑是一个以禁食净化自我的人看待自己比较先进，或比周遭的人更优秀。在这种骄傲的概念中，进一步的诱惑将作用在这个感觉之上。

因此，每一个寻求净化钥匙的人最好谦逊地看待自我，看见自己在宏伟的宇宙中只是小小的一粒沙，躺在无垠的空间与时间的沙滩上；好避开骄傲的陷阱与其他相伴的困境。

我们可以进一步的回答吗，我的姐妹?

Carla： 不用，谢谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，是否有其他询问?

[停顿]
我是 Q'uo，我们发现已经耗尽此次集会的询问，我们感激有这个机会分享我们卑微的经验，希望对你们寻求的旅程有帮助。此时，我们将离开这个团体，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q』uo 群体。

Adonai，我的朋友们，Adonai。

☆ **第 1307 章集：爱与光早期资料#33**

Copyright © 2005 L/L Research
译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).
这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.
有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à
http://www.llresearch.org
周三冥想
1974 年 4 月 17 日

(无名者传讯)
我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天下午 我至为欢喜地

同你们谈话.

我觉察你们此时的关切，所以今天傍晚 我们将谈论这个主题: 成为管道以协助服务无限造物者的星球联邦.

我们觉察你们渴望成为管道. 弟兄们和我都恒常与你们同在，我们对于你们迄今的调节进度感到欢喜. 我们觉察 E 和 T 实体都对自己的进度不大欢喜. 我的朋友，当一个人开始调节过程时，有时候需要完成许多事 以成为一个管道. 朋友们，这不必然和你的基本振动有关，也不必然觉察水平有关. 主要的因素是当一个人渴望调节之际，允许他的大脑运作多少智力活动.

就 E 器皿的例子来说，智力分析的程度是可观的. 这个习惯是如此强壮，每个非常细微的调节波只非常轻微地移动这个强壮的分析习惯.

T 实体比较接近体验调节过程的具体显化; 这是由于他三不五时地尝试有效地避免分析资料.

你们必须理解，我的朋友，成为一个管道就是暂时地信赖另一个实体，让对方使用自己的发声机制; 这涉及完全地放手不控制，同时不保持任何程度的判断.
唯有那些接受冥想并排除思想分析的实体方能有效接收我们送出的调节波. 我的朋友，这的确是个挑战，我们觉察这是非常困难且特别的挑战. 无论如何，我的朋友，无疑地 若你们渴望成为器皿，你可以做到，只需要完全的放松，完全地避免分析你接收到的任何思想. 这过程需要一些时间，然而，它不只是可能的，还是无可避免的，只要你继续渴望这份服务. 我们试图以各种可能的方式帮助你们，一如往常，我们极为荣幸地获得许可来调节你们.

我的朋友，我们一点也不感到失望，因为我们可以看见你们的进度，我们是非常欢喜的. 无论如何，我们觉察你们感觉的失望. 我们只能对你们说，从来没有需要对你自己感到失望. 你们必定听我们说了许多次— 没有时间，只有当下. 后悔只和过去有关.

我们并不是说 你没有职责去活出你所知的正确生活，但活出正确生活的时间就是当下此刻. 一个过去犯的错或踩错的步伐或单纯的误解，但在稍后获得更正，它就只是一个已更正的错误. 重点并不是你曾犯错，而是你已觉察并更正它. 带着你的觉知，当下是你唯一需要考量的时间. 当你学到必要的功课，就无须浪费更多时间在那永远消逝的东西上头. 继续你目前的生活，我的朋友，地球上有多数人完全错失每一个当下的大量宝藏.

充分地活在当下，充分地认识你所看见和听闻的上主美丽造物，这样的能力... 这个器皿刚才犯了一个错. 我们将尝试继续.

完整地觉察在你周遭的天父造物，并且觉察在你里内的造物之可能性，这样的能力是至为稀少和珍贵的.

我的朋友，我们在此时要离开这个器皿. 我们将在你们冥想之际调节你们. 我们总是和你们同在，我们的爱和你们同在. 我们在无限天父的爱与光中离开你们.

我是 Hatonn.

Adonai vasu borragus.

***

周五冥想

1974 年 4 月 19 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 今天下午 我很欢喜与荣幸地同你们相处. 我们很开心看见每个在此的成员.

[猫儿甘道夫需要关注]

Carla: 这是我(在讲话)，稍微等我一分钟.

[停顿]

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我再次和这个器皿同在. 我们对于刚才的延迟抱歉. 我们先前说，我们至为欢喜，愿意提供任何可能的协助.

[甘道夫继续喵喵叫，大家讨论该怎么办.]

Carla: 好吧，我再试一次.

(

Carla 传讯)

我再次和这个器皿同在，我是 Hatonn. 我们觉察这个困难，对于刚才的延迟抱歉. 我的朋友，如我方才说的，来此协助所有地球人寻求是我们的荣幸和任务.

今天傍晚 我们想要给你们这一个思维，我们唯一的协助，那就是理解的概念. 你们所寻求的是理解; 你们凭借从永恒实相的精髓汲取的火焰和能量去寻求. 你真实的渴望是寻求这份理解. 接着，朋友们，我们尝试协助你们觉察的理解是非常非常简单的. 事实上，它是一元的; 只有太一.

整个宇宙造物都居住在这合一之中; 祂是满全的、完整的、牢不可破的，并且超越所有幻象. 因此，我的朋友，在你的肉身意识和智力的边界之内，要设想这个东西是最为不可能的任务. 唯有透过冥想，你方能取用这合一的意识.

对于你们地表上的人类，我们感到相当相当惊奇，你们可以设计这么多不同的方式来避免自己接触实相的征兆，甚至为自己消除理解的可能性. 无论如何，虽然你们身处物理环境之中，却不属于它. 你的选择是完全自由的. 即使在这稠密的幻象中，你们还是可以寻求这份理解. 我们提供你们单纯的帮助，我们提供你们单纯的理解，因为只有一个理解、一个真理、一个实体— 造物主.

朋友们，任何透过其他理解来工作的尝试都是在一个极度短暂的幻象中的工作尝试.

我的朋友，我们至为高兴和你们同在. 我们将调节你们每一位，并将尝试接触另一个管道，在此时转移这份讯息. 我是 Hatonn.

(无名者传讯)

我现在和这个器皿同在. 很欢喜能达成联系，此时 我们 Laitos 弟兄都在这里，我们将调节那些渴望该效应的成员.

我们星际联邦很高兴许多地球人开始敞开自我接收我们的想法. 我们已尝试接触你们人群许多年. 最近，我们的努力非常有成效.

在未来，你们将有荣幸提供服务给你们的人群. 有许多工作等待你们的完成，你们应该期待这段时期 为一个伟大的机会: 在服务祂的过程中 使你自己进步.

大多数人不了解你们接受了什么; 你们需要增长自信好提供有益的服务给这些人. 因为你们展现对造物主的信心，许多人将靠近你们并开始寻求. 你们的振动将会提升，那些和你们联系的人会感受到的. 使用剩余的时间发展你对祂的意志之信心. 你们的天父但愿所有实体加入这个寻求，所有实体都有机会寻求，但只有那些有此渴望的人真的会去做. 不能由其他人来代劳，必须由你的渴望主导.

此时 我将尝试接触另一个管道. 我是 Hatonn.

(无名者传讯)

我们带来的讯息内容通常是重复的. 然而，这样允许新的器皿接收我们使用的思维; 等到他充分地发展能力，就可以接受比较独特性质的资料.
此时 我想要转移通讯到另一个器皿上头，如果她愿意敞开自我.
[停顿]

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 我们方才不能透过 D 器皿说话，为此感到遗

憾. 不过，这个状况是短暂的，我们将在未来再次尝试接触她.

我的朋友，没有什么不寻常的，这是新来的管道共同的困难. 当我们给予调节波之际，创意或灵性的思维将在你的心智中振动，接着你将感觉要说话的脉冲.
关于这些创意思维到底是你们的或我们的，这是个有些不灵性的问题; 因为所有属于灵性的思维都是造物主的思维. 它们在我里内，也在你里内. 它们在每一个实体里面，在宇宙造物的所有次元之中.

[录音带结束]
(V)2012 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1308 章集：真实的自信

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 10
Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想
2011 年二月 5 日

Jim：今天晚上的问题是关于自信。Q'uo，你能给我们一些关于如何增强或者强化我们的自信而又不会变得过度的骄傲的讯息吗？然后，你能将我们日常行为中的自信和我们形而上旅程中的真正基础— 信心联系起来吗？

（Carla 作为这次工作的资深管道）

我们是你们所知的 Q'uo 原则。今晚，在太一无限造物者的爱与光中 我们欢迎你们，在祂的服务中，我们来到你们中间。我亲爱的其他-自我，能被你们的团队呼唤是一种快乐与荣幸，我们非常高兴成为这个寻求圈、你们的冥想和这次工作的一部分。我们很高兴能和你们在自信、骄傲和信心的主题上分享我们的想法。

在我们开始之前，一如既往，我们请你们之听到或者读到这些言语的时候，使用你们的判断和分辨的能力。你自己的内在知道哪些是适合你的，因为它会与你共鸣。如果它不与你共鸣，请将它放在一旁。如果我们的思想与你共鸣，请随意使用它们。我们感谢你们这方面的考虑，因为它使我们可以自由地提供我们的想法，而不用担心我们可能侵犯你们的自由意志或搅乱你们心、身、灵演化进程的韵律。我们感谢你在这方面的考虑。

当我们啜饮你们混合振动的美丽，亲爱的，我们觉察你们每一位在内在层面上都是非常独特的，并在这种觉察中歇息。

你们广泛的遍布于生命的各个驻地，而那些你们共同拥有的却是一种不同寻常程度的觉察，你们在努力的揭开你自己的奥秘，并且你真诚的希望更明白真实的自我— 你们每个人之所是。

也许自信的开端就是去知晓在所有(宇宙)造物中，只有一个你。你已经发展了一条灵魂-溪流(soul-stream)，而其中你，作为一个人格，是许多个转世的一部分。

你的天赋和挑战都是独特的。你应对它们的方式也是同样独特的。因为你们每一个人都是创造性原则的一部分，你是你的宇宙[那个你生活和思想的环境，那个你行动的环境]的造物者。

你用你的个性的颜料，将你的振动和频率上色。你们当中有人比较炫耀，有些人比较安静，然而在每一个情况中，我们都看到核心与精髓，我们看到你赋予你自己每一个可能的鼓励去寻求真理。这是一群非比寻常的活跃寻求者，我们感到荣幸能在你们中间。

要知道，你是极其重要的。也许自信的真正开端就是知道你是无可或缺的。如我们刚才说的，(宇宙)只有一个你。正是通过你的双手、你的思想、你的意图、你的希望和梦想，造物主拥有一个进入所谓的外在显化实相的导管。

因为你个性的色彩，因为你的挑战和你的天赋，你闪耀了一种任何其他人都无法显现的光。对于每一如闪耀灯塔的人，就会有一些人被吸引过来，他们因为对那独特的光敏感而受到吸引，于是那些实体进入你的生活因为你（在光中）和他们说话。你为他们而照耀，这并不是说你有一些从爱的能量中分离出来的力量，我的朋友，我们也永远不会这么说，所有的力量都安住于爱的能量中，而每个实体都透过一种独特的方式表达爱。

我们发现很有趣的是，当这个问题提出的时候 这个圈子中有一些担忧，似乎自信而不骄傲也不自负是很困难的。确实，每一个人都可以想起一些例子，那些骄傲的人所自豪的事物的明显用处，其实小于他们自己的骄傲。

我们现在将这个通讯转到 S 实体上。我们是你们知道的 Q'uo。

（S 传讯）

我是 Q'uo，我和这个器皿同在。当你沉思那些引起你对自我忧虑的情况时，思考自我实际上是什么，这是有用的。

因为 每一个自我都有很多的属性，事实上，它们大多数是由各种幻像组成的一种结构。在很多的情况中，一个自我是用他从各种源头中取得的那些理想化的虚构事物或迷失的期待来建构的。一个人会听到父母的声音，老师的声音，朋友的声音，他从来没有遇过 但他会用某种方式理想化的某个人的声音，他也会感觉自己被这些声音所评判。

于是一个人会依据一个理想，特别是他缺乏的，来衡量他自己。

而当一个人注视这样的环境，他会发现越来越没有希望，似乎没有任何可能达到那些他在自己周围构建的期待。一个人成为一个大大失败的表演。

在这样的情况下，一个人的能量很容易枯萎并畏缩。你很容易失去与周围事物的联系。很容易失去你与一切万有的支持性能量的联系。抛弃了所有他无法信赖的资源，一个人就完全的孤单了。一个人必须去完成那些他不再确信的事情。他就会落入一种情况，完全的没有自信，也没有任何不辜负自己，获得一个人想要实现的自我形象的期待。

我的朋友，这是一个你不必背负的沉重负担。成为自己本质上并不比风中的一根羽毛、森林中的一片树叶、空中的一首歌，更繁重。如果一个人允许自己开花，如果一个人允许爱通过你表达它自己，你会发现，你给予这个世界的礼物到底长什么模样并不是那么重要。在这样或者那样的情况下到底会产生什么样特定的结果也并不是那么重要。其他人如何收到你给予的礼物也不是那么重要。因为每一

件事情 每一件事情 总是可以接受的。

对于你和那些与你相遇的人，每一个事情都是学习的机会，是允许爱找到一种新的表达方式的机会。如果你不再紧紧抓住那些你的生活经验应该以什么方式发生这样的死板期待，你就会发现你有更多的机会去体验那些新的，无法预料的事物。
现在，这并不是说就不会有令人吃惊的事情。这也不是说不会再有失望的痛苦或不会受到伤害。但是在一种你可以做出贡献的气氛中，一种爱的气氛中，受到的伤害会更容易被治愈。惊讶也会被更愉快的接受并被更清楚的分担。

所有我们对你们说，那种会硬化并被吸收回到自己的担忧，那种在你们的人群中非常普遍的无价值感的担忧，那承载了你对你自己的严厉审判并将自己放置在巨大公告牌上的担忧，那公告牌上是那些带来忧虑而又一定要执行的期待，所有这些都是削弱你的自信的因素。所有这些都是限制能力的因素，你因而无法在爱中向一些人伸出双手并交换你的礼物。而你真正拥有的最大礼物是那些必须一直保持无名的事物。它仅仅是经过你的能量，它仅仅是爱，是那已经找到路流入你并将再次找到路流出你的爱。它不是某个... 我们要暂停。

（停顿）

我是 Q'uo，我们再次与这个器皿在一起。这流经你的爱并不是你可以拥有的东西，因此它不是你可以搞砸的东西。只要你一直试图用你最高和最佳的努力去服务，你付出的努力都将被很好的收到，也不用担心你是否具有价值。

我们想再次强调你们每一个人都有一种独特性，它恰恰是这个造物的一种装饰

品。你可以转换一种能量，你可以用某种方式接收而其他人却无法做到。这是你的天赋。这是你这是你带到这张互助共享的桌面的礼物。这样你永远不必有任何担忧它可能会不够。当这种忧虑释放的时候，也是你称为的「自信」将要成长的时刻。

我们是 Q'uo，现在我们将通讯转到 L 实体上。

（L 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起，在爱与光中我们欢迎你们。今晚你们询问关于信任、骄傲和信心的问题。在我们看来，在挖掘真理洞穴的过程中，你们已不知不觉地挖的比你们能意识到的深得多，而骄傲和自信之间的区别也在信心中建立起来。骄傲和自信都源自于某种程度的自我察觉，一种自我觉醒，了悟自己的行为会对世界产生影响。

今晚这个器皿经历了一次教导的锻炼，当她通讯时，她经常在这个圈子刚开始之前她就已经完成调频，并开始在心智里收到概念。今晚却没有（收到）概念。脑海中一片空白，而这个器皿面对一个选择。她本可以对于没有什么可说的想法感到惊慌失措。她本来可以检查做为一个通灵管道的技巧和她拥有的所有能力，检查它们以解决问题，并用她的意志与智力引导她继续前进。而这个器皿选择去做的是，凝视她脑海中的空白 然后说，「我有信心，我相信一切都将是它应该的样子，我有能力保持这个通讯*，所有我需要的都将被供应。」

(*编注: 另类译法--我有能力 hold 住这个管道)

骄傲是当一个人从恐惧中(看待)他自己的自我意识时产生的情绪。骄傲是完全地指望一个人自己的基本能力，并感到该个体化的自我与每一个其他人都是分离的，一个人和别人不同的地方在于他可以在一个优越的层次上做一个更好的工作。自信心使用信心之通道在爱中回应。凭借信心，一个人了悟(宇宙)没有错误，在每一个行动中都有要去学习的课程，于是那些会落后于大众或被别人看不起的恐惧，就可以被释放了。

当[人们]在信心与爱中有自信时，他们不再惧怕别人将会怎么想他们。他们不再惧怕任何过失会招致坏事临头，因为他们意识到一切都是爱，并且无论将要发生什么、无论一个人会怎么想或怎么说，所有一切都将是好的。如果任何事情失误了，从中就会提供学习的机会。透过信心 你可以释放恐惧，这些恐惧将你与自信隔绝开来。凭借骄傲会有一定程度的伤害，一个人需要防护自己。

当这个器皿还是小孩的时候，她的行为被很多同伴认为是奇怪的，很多次她周遭的小孩和大人告诉她 ，说她是疯狂的。这大大的伤害了她，她因为他们的残酷和不理解而对他们感到生气。出于愤怒，她开始视自己比其他人更加的优越，因为她无法用同样的残酷和不理解的方式行动。在该器皿人生的这一段时间，她落入一种你们所谈到的特殊格调的骄傲之中。

然而，当这个器皿开始看到所有人都值得爱的时候，就没有必要再去坚守那种伤害、鄙视与误解了，因为这一切都简单的在爱中溶解了。在爱中，一切事物都是可能的。如同耶稣实体曾说：「若你们只有像芥菜种子那样小的信心，你就可以移动群山。」[1] 那些从信仰与爱中描绘自我形象的人们不会意识到有任何高墙与障碍的存在。每一堵墙仅仅是通向另一个机会的踏脚石。

我们现在将这个通讯转移到 Jim 实体那儿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我现在和这个器皿同在。我们在爱与光中再次欢迎你们每个人。

我们是 Q'uo，和这个器皿同在。

当一个人在自我中体验到一种自信的感觉，在这种自信的鼓舞下，在真正渴望有所服务之中，当他希望开展对他人的服务中时，该实体会担心，在这个经验过程中的某个点，骄傲的滋生会篡夺一些来自服务的喜悦火花。身为一个尽职尽责的真理的寻求者，他守卫自己远离过度自负的体验，他牢记一切都是一，而寻求者的个体自我并不单独负责让爱与光的能量穿越自身存有。

我们可以说，每一个寻求者都是一个容器、一个通道、一个导管，一个器皿，爱、理则、造物者的创造性能量可以使用他。

当个体化的寻求者开始觉得他自己的服务很了不起，感觉自己成为了这样的（服务）的源头，而这的确就是骄傲的正字标记了。而当每个人都记起 太一造物者的爱与光推动一切万有，然后自我会被正确的看待，自我等于，但不高于任何其他人。然后骄傲就会消散。我们了解，你们每个人最渴望的就是对其他人有所服务，通过那些被给予你的方式服务，也通过你自己的努力在你这次的人生样式中发现的方式服务。

我们为你们对服务的巨大渴望与保持纯净服务的警醒而鼓掌。我们可以向你们保

证，我的朋友们，每一个人都会在你们所称的骄傲中受到诱惑去膨胀自我。这仅仅是另一个教导你的经验，它是对于谨慎而无私的寻求者的一个提醒，（寻求的）步伐应该伴随着小心的，有意识的服务意愿。

除了尽你全力去努力，我的朋友，你还能做得更多吗？你们每一位都如此地给予。我们现在转移这个通讯到 Carla 实体上。我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们再次与这个实体一起了，再次在爱与光中欢迎你们每一位。骄傲，是你们每个人拥有的 360 度的存有圆圈的一部分。如果一切都是一体的，我的朋友，难道你不是所有事物？难道你不是所有的情绪和感觉？

体验骄傲就是体验成为一个人。你们现在的情况，在第三密度行星地球上成为一个人类，这是一个令人难以置信的礼物和一个伟大的挑战。它是一个惊人的礼物因为你在两个世界都拥有独特的位置 概念和意识的内在世界，与想法、语言与头脑的外在世界。你有这个能力，这也是你的任务，去将那无限之光晕、永恒之精华、新典范之力量，带入到你日常世界的有限经验中。当你允许太一无限造物者的爱与光流经你，流入你开放的心，带上你的祝福，流出再进入你周围的世界，你就在完成你最伟大的服务，并为你自己创造一个活动场域，在其中你能进行最充实的学习。

骄傲可以被看作一个错误，然而当骄傲的季节临到你头上，我们不会称之为一个错误。我们称之为一个分心物。因为只有那些目光狭隘之人才会仅仅用他们已经显化的事物来衡量成功和失败。

最终，当你坚持地寻求真理之心，你就会越来越明白，骄傲无法给你任何资源，你不会再觉得它无法抵挡。你会越来越明白，每耍一个花招，都有另一个花招是你无法耍弄的。

（录音带第一面结束）

（Carla 传讯）

而你将会看到，某个其他自我会耍那个花招，接着你们一起合作创造了这个合一舞蹈，在那舞蹈中 所有人都有一个恰当的位置。

这个器皿思想中有一个短语，「克服自己」*，「克服你自己」，她如此告诉她自己。

克服自己是很好的。因为把注意力集中在自己身上和许多其他事物一样，都是一种分心物。事实上，我们认为，我的朋友，缺乏自信，较低的自我价值，也是一种分心物。你来到这里并不只是被分心。在你之内，有着完成你来到这里所要提供的服务的渴望与渴求。请信任那种飢渴。你不比任何其他人有更多或更少的价值，因为你是独特的。你没有任何人可以用来和你自己比较。你并不是孤独的，你站在一个充满色彩、质地与运动的丰富织锦当中，你的想法是那颜色，你的情绪是那质地，你的技能与挑战是那能量。你投生到这个地方，这段时间，即是来学习的，也是来服务的。你将会学习与服务 在我们之间，这不是个问题。你无法不学习。演化是一种无可避免的事情。你的选择是加速你演化的步伐或允许它在毫不思考的状态中空转。

(*编注: get over oneself，美国常见的口语，用于提醒对方不要太自大)

当你遇到诱惑而感到无价值的时候，我的朋友，记住这个器皿听到过的那句谚语：「信赖阿拉，但是 系好你的骆驼。」你是带着服务的计划进入这次人生的，这是有价值的，对这抱有信心吧。也许你的服务就是简纯的做太一无限的爱与光之管道。也许你的服务有一些外在的部分，一些在每天日常生活中显化的事物。在这世上有多少独特的存在，就会有多少种服务的方式。

因此，当你做出决定你希望从事一种服务，外在显化是这服务的一部分，不要一边执行你的服务，一边又关注你自己的表现。执行你的服务而不必拿审判的眼光看自己。也不必拿赞赏的眼光看着自己。注视你的服务，每一天在你起床的时候，重新校对你的意图到提供服务上。然后尽你的全力投入到那些需要完成的事物中。

如果你听到一个声音说：「你会失败的。」认出它。它不是你的。它不属于你的高我。它很可能来自你的父母中的一方或双方，或是那些将你的童年大大搅乱的其他角色。好好做你的家庭作业。如果有一些逻辑性的安排需要完成，开始进行吧。用你的智力。用你的分析与推论的力量。让你的思维，那干活的驮马，来做这些工作。但是，不要让它审判你。因为你在执行造物主的任务。坚持下去，不审判你自己，不赞扬你自己，但保持专注于你的服务上。让所有流过你的爱包围你服务的希望。

最重要的是，我的朋友，记住在形而上的意义上，服务显化的结果和灵性服务没有多少关系，重点是保持的你心轮开放，每一个神经专注于那服务，成为你想做

的服务。那样的焦点，那样的清晰意愿就是一切。

这个世界也许会审判你为成功，也许会审判你为失败。而你知道你仅仅努力在这一刻和每一刻都有所服务。

鼓起勇气吧，我的朋友！一个人对于人生的看法经常会有些浑浊。另一方面，一个人真正领受的经验却是一个完整吸收与整合的惊奇成就，催化剂转变为智慧，苦难转变为爱。

我们感谢这个团队，为了它的问题和它强烈与真诚的寻求真理之渴望，现在，请问在这个询问上 是否还有后续的发问。我们是 Q'uo。

（停顿）

当这个实体的耳朵察觉到一阵深沉的沉默之际，在我们离开这个器皿和这个团队之前，不管是任何议题，请问各位是否有最后一个询问。我们是 Q'uo。

L：Q'uo，我想知道，如果有人在思想中送给你了一幅图画，你可以看到吗？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们了解了你的问题。我的姐妹，我们习惯这个器皿称之为「概念交流」的沟通方式。假设一个实体能够清晰的看到并提供那个图像来分享，我们也可以看到该其他-自我所看到的东西。

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹？

L：不用了，谢谢你。

（Carla 传讯）

我们感谢你，我的姐妹。当我们已经耗尽了这个圈子此次的问题，我们要在太一无限造物者的爱与光中，离开这个器皿和团队，离开每一位。

Adonai，我的朋友，我们是你们所知的 Q'uo 原则。

注解

[1] 圣经，马太福音 17：20 「我实在告诉你们，你们若有信心像一粒芥菜种，就是对这座山说，你从这边挪到那边，它也必挪去。并且你们没有一件不能做的事了。」
【译注】Confidence 和 Faith 是关于信心的近义词。为保持一致，在本文中统一将 confidence 译作信任或自信。faith 译作：信心或信念，faith 未译作信仰，以避免进一步的扭曲。

Translated by T.S.
(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1309 章集：海市蜃楼

Copyright © 2003 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周四冥想

1983 年 1 月 13 日

(S 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在. 弟兄姊妹们，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意.

朋友们，你们呼叫我们加入这个集会，我们感到欢喜. 你们的寻求圈中有些人已体验我们的接触一段时间，并在成为心电感应管道的途径上进展良好. 我们衷心恭喜这些人，为了他们奉献给他人的爱和服务他人的渴望. 我们感激这份努力，但我们感觉或许少了一点点自信，因此，我的弟兄姊妹，我们在这个时候要和你们分享一个小故事，如同过去的做法，从这个器皿传到那个器皿，因为我们感觉这是提升每个器皿的自信之最佳方式.

***

(译注:每次转移通讯时，Hatonn 说的话保持原文)

在你们过去的某个时期，许多许多年以来，地球人一直在寻求、观看、奋斗. 但是，朋友们，他们不知道自己在注视什么. 在他们前方似乎有个恒常移动的海市蜃楼(mirage). 当他们向前一步，靠近他们寻求的东西，那个东西似乎也移动了三四步. 所以，在某个时点，许多人有意识地决定忘记海市蜃楼，那个似乎永远无

法真切掌握的东西. 他们越来越看重那些只有一步之遥的东西，他们可以拿到，并且拥有的东西; 这样似乎比较实在. 这样似乎比较有意义，一个肉眼可以看见，双手可以获取的东西.

随着时间的流逝，越来越多人看见拥有这个幻象世界中的物品带来的立即欢乐，人们似乎忘记了海市蜃楼.
We would like at this time to transfer this contact. I am Hatonn.

(A 传讯)
I am Hatonn.

许多年过去了，一代接着一代，许多人早已遗忘海市蜃楼. 少数人对他们的孩子讲述它，但他们的话语带有不确定的感觉，因为描述海市蜃楼并不容易，不像描述食物或地面那样简单. 一些孩子听了海市蜃楼的故事，很想知道它到底是什么，再一次，有些人的足迹朝向那海市蜃楼; 再一次，海市蜃楼向后退三步. 当这些孩子长大以后，许多人也开始拿取伸手可及的东西，认为这才是真的东西. 而少数人持续寻求他们不确定的东西，因为海市蜃楼就在他们的前方，虽然他们不理解，却想要去认识.

在他们前方没有确切的途径，没有清楚的路线可以追随，而这条途径总是布满诱惑— 某个可以碰触、看见、嗅闻的东西. 但他们寻求和学习的渴望是如此强烈，以致于他们能够克服种种诱惑，不因这些诱惑感到满足. 沿着这条路径，这些少数人发现有其他类似的人寻求同一个海市蜃楼. 他们的长辈有些人继续前行，他们看见一些孩子也开始踏上这条路. 看见其他同行者带来一些安慰，而这点几乎使得他们停止寻求，和其他人在路上停下来，在同伴之间找到安慰，如同有些人

在有形的财物上找到安慰.

And we would like to now transfer this contact. I am Hatonn.

(Jim 传讯)

这些人进行许久的旅程开始瀰漫一些神秘的气息；对于那些朝圣者[寻求那不断变化的海市蜃楼]是种慰藉，只有那些踏上这个艰巨且没有利益的旅程的人才感觉到的慰藉.

迄今，大多数的人早就忘记这种旅程的可能性. 三不五时令人陶醉的幻象现在变得相当沉重，压在许多人的肩头上. 每天求生存的负担压低他们的注意力，完成那些俗世的任务实在是重复又繁琐，然而 它们是这个文化中 大多数人的焦点.

偶而，一些孤单的声音从人群中冒出来，提醒人们有某个东西超越幻象，它不世俗，也不无聊，更不是生活的重担. 这种声音通常提到寻找的梦幻质量，却完全不说通往海市蜃楼的旅程是容易的，这似乎没有鼓励的作用. 因此，很少人倾听，因为一般大众认为人生已经够困难了，何必要自找更多困难 就为了某个无法碰触，无法展示给别人看的东西?

We shall now transfer this contact.

(Carla 传讯)

I am Hatonn.

虽然所有来自尘土*的实体一起反对那无形的东西，曾有一个时期 尘土混合了海市蜃楼，因为那被追寻如此久的东西势必要成形. 于是有一个生命来到世上，同时具有尘土与非尘世的特性.

(*译注:许多古老宗教和神话认为上帝用泥土，clay，创造人类)

该实体开始教导，他说的那些东西似乎在尘土的世界中进进出出. 当他讲说那些东西时，他会伸出一只手，接着疗愈发生了，因为海市蜃楼的一部分是希望.
当他再次教导，天堂之门敞开，他周围的人都看见造物的光荣，因为海市蜃楼的一部分是光荣.

他再度说话，所有过往信仰的表面破裂处再次变得完整，因为和好是海市蜃楼的一部分.

接着，当他说话的时候，某个人恶意地嘲笑他，他对这个人展现爱，因为置于一切之上，爱是海市蜃楼的重要部分.

最终，当人们看见所有的神迹和奇观，口耳相传的新闻越传越广，这位属于尘土和海市蜃楼的实体被那些惧怕他的人杀害，黑暗，尘土的黑暗，临到这群人头上. 正当他们感觉遭到遗弃之时，一道伟大的光照耀他们，接着他们看见海市蜃楼的人形显化，不久该显化离开.

再一次，人们有个选择，在可见的、可估价的东西和不可见的，但可以感觉其价值的东西之间做出选择. 无论如何，那梦想的显化，一旦被看见，就足以把希

望、和好、爱与光逐渐灌注到寻求海市蜃楼的朝圣者的心中.

We shall transfer.

(S 传讯)

我是 Hatonn. 朋友们，你们寻求的海市蜃楼一直都在那儿. 只要你自己愿意向内看，你会找到海市蜃楼，你将发现一己的爱，以及遍及所有太一造物的爱.
我是 Hatonn. 我们在爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友. Adonai vasu borragus.

(V)2012 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1310 章集：臣服**

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 12

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2011 年三月 12 日

Jim：今天晚上的问题是关于臣服。除了关于臣服(surrender，亦可翻译为交托)这个主题的一般信息，我们想了解被渴望的臣服类型，当一个人希望去臣服却无法做到，在心智上臣服的信息，以及在心中已经实现了臣服也接纳臣服，在心灵上的臣服信息。

（Carla 作为这次集会的资深管道）

我们是你们所知的 Q'uo 原则。今晚，在太一无限造物者的爱与光中，在祂的服务中，我们加入你们。非常的荣幸能被呼唤加入到你们寻求圈，我们非常高兴参与这个工作。

首先，一如往常，我们重复我们要避免的。当你听到我们的想法或任何人的想法，请使用你的判断力和分辨力。只有你自己才知道哪些会感动你，哪些会与你共鸣。

那些感动你和与你共鸣的东西即是你可以工作的(素材)，所以请关注它们。如果我们的想法并没有触动你，请将它们放在一边。它们现在并不适合你。你总是可以在晚一些时候再阅读他们。也许它会以不同的方式触动你，但现在请相信你的分辨力，并让那些无法触动你的事物离开。我们为此感谢你们，因为这会让我们放心我们不会删减你的自由意志。这对我们很重要。你们在这方面的考虑我们将非常感谢。

在进入臣服这个有趣的话题的时候，我们提醒这个器皿注意到她最近时候的一些行为，这让她很吃惊。当她和一群美丽的灵魂围成一圈，坐在一棵绿色茂盛的植物底下时，那棵室内植物脱落下一片小小的枝干。落到她的头上，接着她的膝盖上。她拾起它，没有想什么就将它穿在麦克风附属的耳机上，因为它显然想加入她的圈子中。这个管道并没有从臣服的角度思考这个事情。她确实没有想到这一点。然而 她乐意于纳入这种意外添加的能量 正述说着臣服这个主题。

当你臣服的时候，向谁臣服，你对什么臣服？ 为什么臣服和以什么来臣服这么重要呢？

现在，我们将通讯转到 S 实体上。我们是 Q'uo。

(S 传讯)

我是 Q'uo，我们再次与这个器皿在一起。我们感谢这个器皿在我们刚才小小的停顿之后重新建立连接时一丝不苟的挑战我们。

当一个人感到剧烈催化剂的压力时，接受它作为你生活体验的一部分，并允许它成为你存在中的一个确定临在，这是好的，这样你给予了这个催化剂机会去进行它原初设计中应该进行的工作。这并不是说你要对每一个在视野中的侵略性或负面情绪让步，而是说在一个已经成为你人生经历过程的一部分的催化剂的体验中，你可以吸收它的风味或者精华，全部的品尝它们直到最后一口渣滓，如果你愿意；可以用一种并非完全被动的方式参与其中，这样你可以探索那催化剂中的感觉空间，它们是为了对你起作用而需要存在的。

你将可以在其中找到的一个自然发现的固定步骤，透过这个步骤，感情，如果允许它的影响，将可以按照自身规律发展，并在一个更大的生命经验中找到它的位置。这时候，如果你回顾这情感，你看到实际上，你已经对它臣服了，并且你不再在你的内在保留或者隐藏一种你不愿意表达出来的能量。然而我们认为确实存在的是，在许多情况下 人们要求的是一种特定的「臣服」，往往一个人在其中会用一种理想状态设置行为，这样他就会在一种后悔中感到难受，而正是这种情况，最后让臣服完全不可能发生。

现在，我们将通讯转到 L1 实体上。

(L1 传讯)

我是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。亲爱的，我们认为，有些时候 在涉入臣服的过程的时候，有一种向该过程臣服的要求。当你遇到一个渴望的时候，它在你的眨眼瞬间闪烁光芒，在你的灵魂中点燃火花。接着它透过你的各级情感网络和身体网络向下渗透。你有一个渴望，然后你感觉到情感包围了那个渴望。

那情感推动你想要去执行那渴望引起的身体行动。比如，如果你在经历一个你发现很麻烦的想法或者情感，并决定去对那个体验臣服，而不是去卷入那种本能感觉中的焦虑高峰，你必须能够对你的情感进行调整。你也可以去进行身体上的调整。这个器皿经常渴望她（的情绪）消散，却无法马上实现而感到沮丧。她想要做到，内在却仍然感觉到那些感觉，于是她也感到所有随之而来的绝望和沮丧。

有时候 你必须对这样的事实臣服，[如果你渴望] 获得一个确定的结果，是需要一个过程的。为了克服那些看起没有用处的情绪，必须滋养情感身体。必须去探索到底是什么引起了那些情绪。你甚至必须去进行一些物理的改变或身体力行才能获得你希望的结果。这就好像一个小婴儿哭着呼唤他的母亲。小孩的哭泣是不停歇的 也令人沮丧，但是妈妈持续的喂养他和安抚他，直到最后，小孩终于安静了。母亲不会因为小孩一直让她睡不着而停止去爱她的孩子或但愿从来没有生过孩子。

那个小孩就是你。你也是那个哺育小孩的母亲。经常，臣服并不是一眨眼之间就

发生的过程。你无法将情感和你与一个问题的关联简单地用强迫的方式除掉，然后称之为臣服。它需要耐心和爱的照顾。它更象是你在一天结束的时候慢慢的穿上一套放松的衣服。当你在这个过程中，慢慢的，充满爱的滑入这套衣服*，你会叹口气：「啊，那感觉好多了」，于是你可以回顾你已经完成的工作，并感觉到自豪。好必圣经的创世故事，你可以说：「造物主在第七天休息并看到一切都好。」

（*译注：似乎 Carla 在 2011 年 4 月 15 日手术后 每天晚上换衣服是一件巨大的工程）

我们将向你心中传送一副巨大树木的图像。火，你存有的核心部分，就好像那棵树的树干，而造物者的爱正置身其中。树干向外分支出枝干、细枝和树叶。你所拥有的每一个想法和情感，你所做的每一件事情，你在这一生或者其他转世中所包含的每一个经验，就组成了这颗树的各种枝干、细枝与树叶。你永远不可能与树干分离。如果你发现你已经向外长得太远，感觉到分心和不安，一个简单的步骤就是顺着树枝回到树木的主干，并了解一切都好。那永恒的平安是永远不会从你的心中被剥夺的。那么，就简单的等待，直到你可以将平安带回你自己的那一刻。

我们将这个通讯转到 L2 实体上。我们是 Q'uo。

（长时间的停顿）

（L2 通讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。我们给了这个器皿一个小小的绿色古鲁(guru)的图像。试一下？不用尝试。只有做或不做。你越试图去臣服，你越难以臣服。这是一个自我虐待的无用练习。臣服也许首先来到脑海里，但是它的工作却不会在心智中完成。不管你做多少的逻辑和推理都不会产生臣服。臣服也不是寻求者个人身份的一部分。臣服是当一个人释放了个人身份的时候发生的。臣服存在于宁静中。臣服存在于进入静默中。

这宁静和静默存在于每时每刻。当周围有喧嚣，有一些困惑，遭遇一阵狂乱的恐慌，当有人催促你，有事情要去做，有人需要你，还是有人在争夺你的注意力时，宁静与静默都存在其中。在恐慌与噪音的中心，静默和宁静哪里都不会去。你可以在任何时刻，任何行动，任何时候进入静默与宁静中。臣服是耐心。它会一直在那里等你，直到你不再需要与其他任何事情认同，除了认同当下的你自己之所是。

你是你自己的古鲁。在古老的仪式中，最值得注意的是，在那些从东方而来的我们所熟悉的那些仪式中，学生向一位古鲁、老师臣服是一种传统的仪式。学生无所保留，但信赖那位走到前方（的老师）的智慧，学生也将他自己放下，交托给一位大师的教导。

我的朋友，如今将你自己交托给另外一个实体的时代已经过去了。你是你自己的古鲁。放开你是你自己的学生的想法，相信你自己就是你每一门课程和你面前展开的经验所需要的老师。向那些教导臣服。

头脑和心的距离到底有多远？ 一位老师说过，那仅仅是 12 英吋的间隔。

我们现在将通讯转到 Jim 实体上。我们是 Q'uo。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我们现在和这个器皿同在。我们在爱与光中再次欢迎你们。我的朋友，如果你没有一位古鲁(让你)去臣服，当你渴望去臣服时，你向谁或向什么臣服呢？

是向你自己外面的某位的权威，臣服吗？ 是你给予了他们力量、并对他们尊敬和遵从。

是向你的，容我们说，全体性的高我部分臣服吗？ 在你现在的转世中 已经为你自己的那部分进行了计划，于是特定的催化剂将帮助你实现你灵性的成长。

是向那些作为你的指导和内在老师的天使一般的临在臣服吗？一般来说，他们已经参与到你目前这一生的架构。

是向一位内在层面的大师或更高的老师臣服吗？好比耶稣基督或佛陀，或类似的其他原则或存在，他们体现你所期待的那些质量。

是向你称之为上帝或太一造物者概念臣服吗？它是万事万物的源头、也是终点。

或是向任何可能的权威概念，任何的源头臣服？在最后的分析中，我的朋友，每一个寻求者在寻求的，是那永在的— 太一造物者。每个寻求者都是造物主的一部分，用投胎转世的方式来经历催化剂而获得经验，从而允许太一造物者更多地

成为祂自己。

这个学习和臣服的过程可以被视为一个相同的过程，因为在这个过程中，你放弃了那些较小意愿而追寻更大的意愿，你所臣服的太一造物者的那一部分也是你自己存有的更大的部分，它是你自己，是太一造物者在祂自己任何的显化之中。于是，我的朋友，你正和你自己合谋，这也是你在第三密度所体验到的生活。这种合谋将帮助创造那些你称之为生活体验的事物。从而你学习，如此教导，如此服务。于是，你就是你所寻求的。

现在我们将转移这个通讯到 Carla 实体上，我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，在爱与光中，我们与这个器皿在一起。由于我们在这个集会圈子的工作时间限制，关于臣服的主题包含了一些我们无法完全述说的细节，所以我们将提供一些想法来给你们一个方向。

首先，我们给你们两个[这个器皿知道的]关于臣服的故事来供你们思索。一个故事是耶稣基督的。在他被出卖的那个晚上，他祈祷：「天父，就把这杯撤离我的唇，然而，不必成就我的意愿，而要成就你的意愿。」[1]

另外一个故事是一个去印度寻求智慧的学生。他走过了遥远与宽广的地方，研读那些他发现有用的东西。有一天当他在一个巨大的沙漠的边缘从一个地方走到另外一个地方的时候，发生了沙暴。当沙暴停息 空气重新洁净的时候，他看到了一个全新的、未被注意过的世界。

他在冥想中安坐了很长一段时间，然后他起身，收拾他微薄的财物然后启程。他一直走到他知道如果走得更远就无法再回来的地方，然后他顺着他的脚印回到他的开始的地方。他一天这样做五次。他的嘴唇没有碰过任何食物。他的水很有限，很快也将用尽。

在第五天、第五次旅程结束的时候，他用尽了他的水，他坐下并停留在那里。在他最后放松的几分钟里，一群行旅商人赞美他为导师，并接受（照顾）他。他的动作在沙漠里留下清楚痕迹。他用艰苦走过的道路做了一个五角星。他就坐在五角星的中间，接受任何前来的事物。

一个人对他所了解、所钟爱，并称之为「阿爸」，「父」的实体臣服。

另一个人对一种被称为无力量的情况臣服。有万种臣服的方式。

我们并不是建议你，在你计划去做也确实可以做到的时候，来实践臣服。也许你听过这个器皿所称的：「平静祷告」(Serenity Prayer)。它是这样说的：「上帝，请给予我智慧，改变我所能改变的，接受我不能改变的，并且知晓这两者之间的不同。」[2]

（磁带第一面结束）

（Jim 传讯）

这个臣服的原则会有帮助的理由是基于这样一个情况，你发现自己是一个活在地

球上的人。在较高的密度，臣服以不同的形式呈现，因为那里并没有遗忘的面纱。所有能知晓的都已被知晓。较大的图像已经展开。

在第三密度，有很好并且足够的理由，那较大的图像被面纱遮掩，于是你必须为你自己而做出决定，不是基于线性逻辑或基于证据，而是透过良好的信心（决定）。

信心经常被定义为这个或者那个。我们认为，信心是一种超越知识的确切感——一切都是好的，一切都将是好的。

那么 你是谁呢？ 到头来，这个问题不在于向谁或向什么臣服，问题回到了你是谁。就我们最佳的觉察，你是真实的，而你比你所感觉到的你自己要小，你又远比你感觉到的你自己要大的多，这两者都是奥秘。

当我们说你小于你所感觉到的自己，我们的意思是，就好像你们所知的 G 实体说的，你的人格外壳是你用来创造一个自我的思想集合。这并不会让你感觉比较不真实。它意味着，在这个物理的世界，你是谁的完整的觉察和知识并非伸指可及。

这也是为什么类似这个器皿的实体们会与被视为造物主之代表的存在连结在一起的原因。那些并不完全知道他们自己是谁的人，他们却知道自己属于谁。他们知道造物主之代表的原则和特征，它为那无限太一带来一个面孔，一个可以看得见也可以亲近的理则(之代表)。

那个选择给予了一些人，却没有给予其他人。有很多人并没有找到任何造物主之

代表，而没有一张亲爱的面孔让他们去知晓与钟爱。

你远比你所感觉到的自己要大的多，因为你已经接触到了很多实体，很多实体也接触到你。你存在于一个爱的网络中。那些对你有意义的人们，不论是具体联系，或透过阅读/欣赏文字与图书，或透过任何其他方式建立有益的联系，他们都是你的一部分。我们并不是说，他们是你人格体的一部分。我们是说，在很多情况下，你和其他自我是联系在一起的，他们是你灵魂溪流(soul-stream*)的一部分。时间和空间在这些考虑中没有区别。

(*编注:或可翻译为灵魂光束，感觉比较 cool?)

在这个器皿造访她在这尘界的宝座*时，我们将暂停一下。我们是你们知道的 Q'uo。

(*编注: Carla 曾在个人著作中幽默地形容家中的马桶为一个宝座)

（长时间的暂停）

（Jim 传讯）

我们是 Q'uo，我们再一次与这个器皿同在，在爱与光中欢迎你们。臣服概念的核心是信任。信任是信心的一个很接近的同义词。我们刚才讲了两个故事，在第一个故事中 名为耶稣的实体，穿着基督身分的外衣，信任在他面前展开的任务之正确性，并将其归因于天堂中的天父。

然而，任何关于无限太一的概念都是一种扭曲，这个实体的臣服是基于穿透任何面纱的(质量)：对于天父之公正的信任。对那(伟大)计划的信任。

在我们的第二个故事中，那个年轻学生的臣服是基于他敏锐的察觉，他看到他无需再进行任何行动了。当他坐下来，而不是胡乱挥动手臂，他并没有感觉要放弃，他也没有感到恐惧。他相信，如果就是在这里他的生命走向终点，那么这肯定是一个合理并且合适的终点。你们知晓的圣保罗实体说过：「如果我活着，我活在基督中。如果我死去，我也死在基督中。所以无论我活着或死去，我在基督中，基督也在我之中。」[3]

基督是一个被过份使用以至于变得庸俗的词语，但它却不意味着一个实体。他意味着一种频率或者振动。基督的振动是无条件的爱。无条件的爱永远与你同在，贯穿你的一生，此生之前或之后，都永不会消散的爱。因为爱是造物者与其造物的本性。爱的无限的特征在公正中创造与毁灭，那些能量远远的超越了在面纱内的任何的感觉、理解和预测的能力能达到的范围。确实，就是这能量和你这次投生中所带入那些个性与性格中的精华，有时会让你迷惑，就如同名为 L1 的实体刚才很有说服力的发言。

然而所有这些，全部都回到你身上。如果你的内在有爱，你就是你所寻找的古鲁，你臣服，为了信任你的内在。

有时候臣服似乎很傻。那些今天晚上在这个圈子中谈到的事情，向它们臣服，看起来几乎是荒谬的。要向烧光一个人拥有的一切的一把火臣服吗？要向从物理层面夺走一个亲爱的人的死亡臣服吗？要向那专制的身体限制或阻碍你的情感限制臣服吗？我们希望你认真思考这些事情。

你们每一个人都是有价值的。你的局限与挑战的混乱在面纱之外都有其合理性。

因此，接纳它们并与之合作，视之为礼物而非挑战。你是有价值的。你被爱的程度超越你最狂野的想象。你被赋予的工作需要你来完成。你也有能力以最佳的方式完成这些工作。

你拥有每一个流逝的时刻，如果你允许时间在造物主中歇息，那么你就拥有了时间之外的一个礼物。就让情感和境遇的过程用它们自己的方式透过你运行。如果可能，不要去抗拒，因为它将阻碍这个过程。不要自我审判。不要苛责你自己。仅仅允许那些情绪和境遇流过你。只要你坚持下去，你所有的痛苦都将被冲刷干净。

我们当然不认为这是一个简单和顺利的过程。然而，为你情感的风暴而欢庆吧。为你承受的挑战而欢庆吧。你的盘子已经装满，这盘中所盛放的那些催化剂是非常甜美的。当这些甜美的时刻经过时，感谢它们！为你所看见的爱、所找到的爱、在你内在发现的爱、从那奥秘与无限的中心喷涌上升的爱，为此感谢吧。

你会无助吗？你会感到绝望吗？你会心力交瘁吗？你会筋疲力尽吗？这些都是允许的状态。这些状态中包含的痛苦就好像在火炉中锻造的钢铁一样的锤炼你，于是你无论在压力下，还是犹如风中的柳树，你都不会断裂。然而，和柳树不同，你有选择的能力。柳树无法抬起它的枝干并随风飞走。而你却可以。

扬起你灵魂的翅膀，并飞上天空。就（在风中）翻滚吧。在那翻滚中，你会安然无恙的，你将会看到一座美好的城市正在被建造，那是攸关你的满足、安宁和力

量的城市。

在你经历的挑战和痛苦方面有一个要点。这个要点是去唤醒你让你去寻找你自己，因为最终，那个就是你的「我」，也正是造物者的「我」*。

(*编注:这一小段的我原文为 I ，不是 self 或 me)

我们想要感谢所有这个寻求圈中的人们花费时间来寻求真理。谢谢你向我们询问，并和你们分享我们卑微的想法。这是一种快乐。我们爱你们。我们看到了你们的勇气和你们令人惊叹的美丽。

由于这个器皿和这个团体都疲倦了，我们不情愿地离开，但我们知道时间到了。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友，Adonai vasu borragus。

原注

[1]圣经，路加福音，22：42，「天父，如果你愿意，请撤走这个杯子，尽管如此，不要照我的意愿，但成全您的意愿。」

[2]这个祈祷原本无标题，作者是莱因霍尔德·尼布尔，后来被嗜酒者互诫协会命名为「平静祷告」。它是这样的：「上主，请赐我恩典去泰然接受，那所不能之改变，赐我勇气去改变，那所应该之改变，更赐我智慧去明辨，那两者之间的分别」

[3]罗马书 14:8，「我们若活着、是为主而活．若死了、是为主而死．不管我们或活或死、总是主的人。」

Translated by T.S.

(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1311 章集：爱与光早期资料#34

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

1974 年 4 月 20 日

[这场传讯集会的前三十分钟几乎完全听不见]

(Don 传讯)

我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]在此服务地球人<...>。这些方式各不相同，然而，它们似乎是神秘的，它们对你们是神秘的，对我们却不神秘。

[录音带第一面结束]

(Don 传讯)

我再次和这个器皿同在，我是 Hatonn。我刚才说到我们服务地球人的方式似乎是神秘的，不过，对我们却不神秘。这是合乎逻辑的，我们可以服务地球人的唯一方式，因为我们带给地球人一项他们渴望的服务，但他们并未有意识地觉察他们渴望这项服务。

行星地球上的人群对许多事物着迷，因为他们还是小孩，就这广大宇宙中的进化状态而言 真的是小孩子。行星地球上有些人对于小孩子的东西不那么着迷，他们寻求[我们认为的]成年人的东西。如果有可能服务地球人，那么，首先必须去服务这些成年人。为了这个原因，我们以非常神秘的方式行动，为的是在接触成年人的同时，不会惊吓到那些小孩。成年人将会理解我们的服务和讯息，小孩子绝对不会理解。这是令人遗憾的，但这就是你们星球上现存的情况。

如果这个团体和其他类似的团体渴望去服务，那就透过接触你们星球的成年人来服务。用我们给予的信息尝试去服务小孩是没有价值的，因为他们不会理解。不管你们如何地措辞或做准备，他们将不会理解。所以，准备好你自己去服务成年人。因为，身为成年人，他们也将要求你说话像个成年人。

当然，我的朋友，我现在说的成年人指的是一个在灵性觉察上成熟的人。

你们许多人就这个星球的平均成熟水平而论是相当成熟的，他们只是尚未觉察这个宇宙造物的真理。服务这些人，他们将会理解。不要帮倒忙，对小孩子讲说他们不理解的东西。服务那些寻求者。记住，如果你要去服务那些成年人，你必须述说成年人的知识。为此，每天练习冥想是非常必须的。因为以这个方式，也唯有这个方式，一个人才可以理智地觉察必须给予那些寻求者什么东西。他没有其

他方式可以获得这个能力。

就灵性的意义而言，你们星球上有许多人已抵达成年阶段。然而，这些人当中许多实体收到相当错误的信息。他们能够行动并展示造物主的知识，但他们不觉察许多东西必须透过主动寻求真理的过程达成，也就是透过冥想。

[停顿]

我再次和这个器皿同在，我对于刚才的延迟感到抱歉。我刚才说到必须服务那些寻求者，就是那么简单。对于那些不寻求的人，只有可能非常些微地警醒他们，因为他们就是不愿寻求理解。

比较我们当初发起计划的前后，现在这个星球多了多少人展开寻求？我的朋友，相当多，多了相当多。不过，他们的寻求大多没有获得回应，因为 像你们这样的团体实在太少，于是那些寻求者缺少团体的激励。

透过这个团体工作对我们是困难的，但这是我们唯一可用的方式。我们必须依靠第三密度的实体协助我们，为了服务无限太一。这看起来是神秘的，在某些情况中，我们星际联邦这样的行动甚至是欠缺才智的。无论如何，我们已经发现这是唯一产出满意结果的方法。我的朋友，这结果就是最大限度地促成所有意愿进化的实体之灵性进展。

总是取决于那些活在地表上的人之行动，由这些人对弟兄姊妹传达他们渴望的：宇宙造物的真理。这必然是真理之道，因为我们全体的造物主提供该星球的所有实体一个完整的自由选择权。这个选择不可以被直接地影响，这个选择必须包括

这个宇宙中唯一重要的东西，我的朋友，那就是个体对造物主的接纳或拒绝。我的朋友，这个团体正在做这件事，协助这个星球的实体，协助他们判断造物主，而非评断其他人。这个判断是在不受任何强迫的前提下 接受或排拒祂的原则。

这个团体很早以前做出它的选择，它行动的活力仰赖它未来将做的选择。它将来行动的有效性仰赖它透过冥想取得的能力。我们[隶属于服务无限造物者的星球联邦]正在服务那些想要成熟的人，因为我们也想要成熟。因为成年人都知道，真实成熟的奖赏要比幼年时期的奖励更令人向往。

此时，我将离开这个器皿。我是 Hatonn。
Adonai vasu。
***
周日冥想
1974 年 4 月 21 日
[译注:本通讯收音效果不好，为保持简洁，以 <...>取代 听不见]

(Carla 传讯)

我是七色光芒兄弟会的菲力浦(Philip)。我和这个器皿同在，我在这里。
<...> 虽然我先前的联系已经<...>，这个器皿已正确地接收到我的想法。

当我对你们说话之际，我们之间有如同大海般的空间<...>。我挚爱的弟兄，你们真的缩短了这道鸿沟，横亘在物理幻象中<...>理解之间，我们理解<...>在理解我们<...>的两难局面。跨越这个缺口的沟通困难是令人畏惧的。

不过，我的朋友，如这个器皿已注意到的，我说必须完成它，同时它可以被完成。你真的是牧羊人，你真的是门徒。

我的同行弟兄，你们眼前的任务是巨大的，但你们并不是无助的。你们拥有的能力<...>和你们与太一[祂是一切]的接触，在冥想中将屹立<...>。

我的朋友，你们非常必须去护守你们的羊群。有些关于海洋的另一边的信息需要<...>表达给所有站在海岸<...>注视大海的实体。

我的朋友，你们已经完成的东西早就是个协助，还有更多是你们要<...>去做的，以及如果你们愿意，可以做的事。

我们将以各种可能的方式帮助你们，我们可以做些事情，我们已经完成一些事，以及如果你们渴望，我们将会做的事。

我的朋友，我们觉察你们强烈渴望处在海岸线的另一个部分，你们想要在灵性和真理中，在理解的范围中，成为<...>。我的朋友，我们对你们说 我们每个人都有自己的本分，我们每个人都有一个要执行的服务，当这个服务完成之后，下一个服务可能<...>。

我们目前使用这个器皿有些困难，我将离开你们，我离开你们<...>。

(V)2012 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ 第 1312 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十一

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 11

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 1 月 18 日

（这个集会之前进行一段时间的调频和冥想）

亚伦：早安，对你们全体献上我的爱。我是亚伦(Aaron)。关于 Q'uo 提供的焦点，我想引领你们考虑二方面。一方面如同这个器皿刚刚总结的，另一方面是实际寻找你所阻塞的地方，看看实际例子，真实生活的例子，以使你们可以开始找出你们每个人内在产生的扭曲。

服务他人的渴望的升起源自于成为爱的服务的热望。这个热望其中有一种纯净与爱，然而 你发现自己处在一个别人正对你做着没有技巧的要求的情境中。或许他们对你正在释放他们的愤怒，或正在要求你做那些你知道他们自己可以做到的事。

昨天我谈到由于你自己的恐惧，你让他们的愤怒施加在你身上，或你为他们做而不是要求他们为自己做。这是混淆的一部份，另一个部分产生于真正想要服务却不理解服务之所在的心。当你看到别人跌倒时，你的本能是伸出手帮助他；这是一个爱的姿势。若一个人绊倒，不断地绊倒，只因为他不想用自己的脚走路，对这样的人要怎么办？

有一种服务他人的渴望。如果服务的渴望是完完全全的用一种方式或者另一种方式，不论是 100%的纯净或是 100%小我地扭曲，辨识服务属于哪个方式是不会有问题的。

你所感到的挣扎源自一个事实，服务的渴望从未有 100%的。甚至 90％都是非常稀少的，通常更多的是一个平衡。你看见自己怜悯心的真正运作，纯净之心连结别人的痛苦，希望以某种方式来减轻那个人的痛苦。但是，亲爱的，你无法带走别人的痛苦。你可以帮助别人学习释放自己的痛苦。你可以给予爱、支援、慈悲，给予别人力量去面对他自己的恐惧。但是他必须自己做这个工作。

怜悯心在此被扭曲了。有着深深的怜悯心和减轻受苦的渴望。但还有更多，当你看见别人绊倒而感到你必须上前去结束那个人的痛苦，超过你所拥有的去帮助他们，你正在解决谁的痛苦呢？仔细在你自己的内在看看这一点，你在渴望什么呢？不论是闯入和为他们整顿生活，或只是抬起并且替他们承担一些，这个渴望来自什么地方呢？看到他们绊倒对你而言是不是太痛苦呢？它是不是太相似于对你自己绊倒的反应呢？接着，你看到自己的反射，你刚才的惊鸿一瞥，你转向自己，似乎你去减轻别人痛苦的非常纯净的爱与渴望，并不比你自己的自私会更多一点。所以，你从一个极端摆荡到另一个极端，而且发现同时去接纳这正在发生的这二件事情是如此困难：「我的内在有真正的慈悲，对他人深厚的同理心。我的内在同时也有恐惧。」

我的朋友，怜悯心是移情作用的一个层面，在那层面你如此清楚地理解别人内心的恐惧与痛苦，因为不再有评判，的确没有任何要去原谅的事情。你们每个人都拥有天生的能力、种子，不论它已发芽或尚未发芽，因为这种怜悯心在你们的内在。

怜悯心另一个必要部份是清楚地看见。怜悯心不是轻易的感伤。怜悯心穿透到绝对的实相。当怜悯心看见恐惧时，它知道恐惧。它不会寻求这个恐惧的所有权。它并非他或她的恐惧，它只是恐惧，我们的恐惧，我们每个存有内心的恐惧，恐惧我们的需求将无法被满足，恐惧我们将会被伤害，恐惧我们将会迷失或处于痛苦中。

相互依赖[即使就我们已定义它不健全的层面]不是个问题。

你已经听我说过没有任何问题，只有那些需要你流露爱去关注的情况。这个定义是个线索。当你付出爱的关注时，让你内心与生俱来的怜悯心种子萌芽及绽放。在怜悯心中没有自我或其他人。爱的关注让你看见自我被带入之处与恐惧升起之处，这恐惧导致你做出不适当和没有技巧的选择，爱的关注让你看见或许你试图去通过治好他人或错误地服务他人来减轻你自己的痛苦。

到目前为止，我所做的仅仅是去呈现你们所有人自己经常会遇到的情况。我实际上没有说任何你现在并不知道的事情。希望我表达够清楚了，这样我们现在可以开始处理这些问题，「我如何处理那些导致我做出没有技巧的选择的恐惧呢？如 Q'uo 过去挑战你们的，我如何学会爱自己，学会对着浮现的恐惧大笑并且释放它们，并回到喜悦的连结呢？」

一如以往，我想将麦克风传给我的兄弟/姐妹 Q'uo。这就是全部。

Q'uo：在太一无限造物主的爱与光中问候你们。我们是 Q'uo。容我们简要的说，今晨，与亚伦分享我们的想法，我们感到多么的高兴与荣耀。

你之所是的这个存有，是寻求者投生并显化为一个人类，你发现自己充满人类特质。为了增加舒适和安全，对情况进行控制的渴望经常会引发你似乎是缺乏怜悯心的行为和反应。当两个人一起如此运作时，有时候会发生的事情可以称为相互依赖性行为。我们想聚焦在你们寻求者身上，并开始注视在处理这个渴望的痛苦时一个人可能发现有帮助的资源，这渴望没有完全地被理解和充分地表达，当你看着这些没有技巧的人性表达时，这渴望经常会让你卷入这些恐惧的感觉和接下来的忿怒以及罪恶感。

请记住，寻求者与另一个人的关联的方式首先起源于寻求者基础的投生偏见；其次起源于寻求者更多的根本偏见，它们是许多转世的结果；最后及最深的起源是寻求者与所谓高我，或自我的无限部份的关系，这个无限的部分与太一无限造物主是一样的。从意识的开端，不论是造物之内或肉身之内，寻求者首次的怜悯心的经验是造物主或双亲的养育关注。在生命的开端，身为一个宇宙的实体或身为这个实体的肉体显化，最初经验的底线是完全的照料与所有需求获得满足，虽然身为一位灵魂和人类，不久便发现需求和渴望增加得过于快速和厚重，以至于滋养性的造物无法完全地回应每一个需求。然而，被珍惜、被珍爱和全然地被养育的想法，仍然在寻求者的内心中保持着一种理想的标准期待。

转身凝视这颗心。对于这颗有着持续渴望的饥渴的心，你有混杂的感觉吗？寻求者如何为他的心而学习怜悯呢？作为一个正在学习和逐渐成熟的灵魂，你如何为你自己贪求的心带来理解呢？我们请求你以无限以及表面上极其浪费的能量消耗来思考无限造物，每颗恒星燃烧并消耗它自己直到微不可见，在那里原子们在一个完美的狂热能量下移动，不断地移动，不断地被吸引向前。天父显化的所有造物都在饥渴。你们，你们自己，就是造物主饥渴之心的目标。造物主渴望知晓祂

自己，于是你们被向外送出来，你们被给予了自由意志，这样造物主就可能学到关于祂自己的事，藉由接收你收割的经验。你在这里扩展你的经验，不是去控制它，而是全然地进入它。它并非通过采取想法，经验才能被深深感受到，正好相反，它透过允许深厚的经验不受到太多的控制，最终产生学习成果。而通过反思已经接收的经验，想法也被很好的接受了。因此，你可以视自己是造物主天然的一部份，你对安全、关注或舒适的饥渴，不是令人厌恶的，而是无可避免的。

当自我第一印象[视自我表面上的不完美是自然的]完全地坐落在你的脑海和内心中，接着你可以开始去解开在怜悯的清澈之中纠缠的丝线，这些丝线是被你逃避天性的企图所掳获与扭曲。是的，你们每个人在你们存有内在最深的部分，是相当纯净，天真和未被触动过的。此时，你可以聚焦在你与造物主之间、你与你的高我之间、你与你的投生之间的关系是怎样的，这些关系能够非常好地告知及引导你朝向纯净怜悯之线的闪耀源头，你希望将这些纯净怜悯之线织入你生活与关系的织物中。这是一场从头脑到内心，从恐惧到爱的旅程，从懦弱到接纳催化剂、感知、经验的永恒凌乱状态。

我们将回到亚伦，因为我们发现我们提供的理论的基础最好接着具体的观察。我们高兴地让位于亚伦。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦，衷心地感谢我的兄弟/姐妹 Q'uo 的言谈蕴含的智慧能量。是的，确实如此，这是一场从恐惧到爱，从头脑-取向的选择到内心-中心的选择之旅。但是，亲爱的，在那个方面你无须完美。你毋须立刻达到完美。假若你已经完美了，你就不会投生在这里了。你正在学习。如果你感觉到这个课程你应该已经学过了，这个感觉正是你如此多苦难的源头。你奋力挣扎，而这是痛苦的。你能够开始理解你行动所穿越的所有的情境都是学习的一部分吗？

你看过年幼的孩子堆积木吗？或许第二块积木座落在第一块积木上，但是放置第三块积木，这堆积木会倒塌。他尚未理解平衡。这孩子继续不断地实验，最后他开始理解第三块积木的重心必须放在其他二块积木上面，接着才能加上第四块积木。

你的情况就是在你正在学习的事物的地基上造积木。是的，我知道当一块积木是没有技巧地被摆放时，而那个积木连结着其他人的心，这是痛苦的。我知道，你也知道你为放错的积木负责。这里是许多你们这些资深的寻求者关心的一个领域：对责任感加深的觉察创造了一个新的恐惧形式。你知道你是负责的，因此，你对你的错误变得越来越没有耐心。

我当然并非主张不负责任，也不是主张伤害别人是对的。但是请记住你正在学习，你们全都在学习；你可能要练习的一件事情是耐心，耐心加上诚实，带着耐心与诚实 你会清晰的注视着那些没有技巧的选择 这样它们就毋需被重复了。你不是一位玩积木的两岁小孩。当积木被摆放并倒塌时，需要一次或是二次的倒塌，然后课程才会被学会。毋需为了时常被扭曲的错误而自我惩罚，而是单纯地观察：「我不断重复这个错误。我需要密切注意。然后我可以做的更有技巧。」

所以，你们全部踏上从恐惧到爱，从收缩内心到开启内心的这个旅程。然而，它是一条无限的道途。我无法谈论第八密度，也无法谈论超越第八密度的任何事情。经由我的观察，我只可以谈论那些正进入第七密度的存有们，所以这里我所说的是个推测；然而甚至在那些层面上，我的推测将会是完美的爱依旧在被学习。在那些层面上的学习并非你今天必须做的事情。你能对自己有更多的耐心和仁慈吗？你能否单纯地记住：我不必今天就变得完美～不仅不必，而且无法～只

要去改善一点，更清楚地理解一点，再多走一步。

亲爱的，在你们的这个旅程上，在这个寻求中的每一步都带领你更接近无条件的爱，也是在未知中踏出的一步。你是盲目的。当你相信你不是盲目，而认为你是在控制时，你就正在兜圈子，你不会前往任何地方。对你成长的下一步总是牵涉到放下你认为你已经知道的每一件事情，并走入到未知之中。你能够开始珍惜自己的勇气和信心，持续地放下那些已知的、安全的和可控制的事物，并且使自己进入到更深的探索无限中吗？

这里让我们改变方向而举些具体的例子。在这里我不会用寻求圈中这些人生活中的既定例子，免得侵犯任何人的隐私。我们不如使用假设的例子，然而，透过你们自己的生活环境，你们将觉得那些例子非常熟悉。

你们每个人与其他人都有亲密关系，或曾有过亲密关系。也许是你的伴侣，父母或孩子。也许是兄弟姐妹或是亲爱的朋友。Q'uo 已谈过你们被彼此吸引，在某种程度上是透过渴望去服务另一个人以及认出服务的深层可能性。

有时这个服务似乎不是相当对等的；看见自己的恐惧升起的那个人开始去怨恨另一个人。有时一个人对另一个人有较少的怜悯心。有时一个人对自己的恐惧有较多的反应。

具体而言，我将以任一性别的伙伴举例。但是，无论你在什么情境中发现自己，请融入你自己的生活。一个人努力准备在约定的时间外出。另一个人总是迟到。

让我们称他们二人为存有 A 及存有 B。我不想要指派迟到或迅速特性给某一个性

别或另一个。当 A 说「快要迟到了，为什么你还没准备好呢？」 A 理解 B 被激怒了。A 看到 B 需要按自己的步调而不要被催促。首先，A 感到生气，因为男主人和女主人对迟到有些焦虑不安，而 A 感觉「我正接受责?，这是 B 的错。」一开始 A 会找理由说：「好吧，我准备好了，但是我在等 B。」

最后，A 开始看透那个恐惧。他不再需要责怪 B。他继续问自己「我能对 B 有怜悯心吗？」 他看到 B 身上急速的恐惧。他看见自己对于投入社交场合犹豫不决的心理，这点导致 B 迟到。他对 B 谈论这一切。他与这状况和平相处，准时准备好自己，接着坐下来，读一本书，单纯地等 B 准备好。在那时，他们之间没有争吵。

A 是在体谅，同时让 B 安住于自己的恐惧中。他的责任仅仅只是扩展到对 B 指出：「在我看来，这个恐惧存在，而它导致你做出没有技巧的行为，这对于正在等你的人是失礼的行为。我可以耐心等待，然而我理解当我们的朋友必须延后晚宴半小时，他们会感到不舒服的。你是否考虑为什么你选择如此做呢？你是否考虑努力准时呢？」

在这里 “考虑”是关键字。假如 A 说「你必须」，这是对 B 的暴力。你能看出来吗？这是攻击 B 的模式，攻击 B 的恐惧。这是试着去调整 B 或改变 B。然而 A 有责任对 B 非常温柔地指出看到什么，并且请求 B 考虑藉由改变情况，B 可能做什么、B 可能学习到什么。

在这个模式中，当有一点转变时会发生什么呢？当 A 对 B 的选择感到舒服，而能够不干涉 B 的选择时，B 开始越来越晚。B 正在期待一个反应。他想要某人在反应之下点起一把火，并让他发挥；而 A 拒绝做任何事情。所以 B 觉察到「我必须

做些事情来激怒 A。」或许 B 甚至更晚。或许 A 完全穿好衣服准备出门，看看 B 在哪儿，而 B 仍然在看报纸，B 于是说：「好吧，现在我要去洗澡。」 在那时，A 再次感觉升起的愤怒。或许 B 有一个不同的方式，例如，B 几乎准备好，但是接下来与 A 挑起了争执。或许 A 是最后一个出门的人；或者当他们正要离开车道时，A 问 B 「你锁好门了吗？” B 爆发了，他说「这段时间你早就准备好了。为什么你不看看门锁好了没？」 以某种方式，A 正试图激怒 B。

再一次，假如这例子不是非常符合你的生活状况，我请求你们将这个情境融入自己生活中更为熟悉的情境中。我正试着利用一个足够常见的情境，这样你们全体可以对它有些熟悉。我理解这可能并不是你们生活中最紧迫的相互依赖的情境。

这里，藉由 B 变得极端的方式或其他方式，藉由 B 的激怒，A 被拉回到争吵之中。
这个激怒要求 A 更清楚地聚焦在自己的反应上。A 已经达到假如 B 迟到也没问题的地步。假如 B 由于自己迟到的罪恶感或是由于自己的恐惧而对 A 咆哮，这也没关系吗？假如 B 迟到两次，也没问题吗？A 在哪里拒绝呢？A 如何拒绝呢？

此刻，显然地，假如你有二辆车，就没有问题。A 可以简单地按时准备好，说着「我将在某某时间离开。我将在那儿和你碰面。」并让 B 去用他自己的车。然而，让我们假设只有一辆车的情况。或许 A 知道假如他叫一辆出租车会随之而来的争吵，A 做出决定，「我不愿意以这个方式激怒 B」。他有哪些选项呢？他如何拒绝呢？A 能否简单地在约定的时间进到车内而将车开走吗？这样对 B 同样是一个激怒吗？激怒发生在哪里呢？学习的援助在哪里呢？

我认为界线不在行为本身，而是行为背后的意图。假如 A 进入车内，在愤怒中开

车离开，这是强烈的挑衅。假如 A 在需要离开前一个小时对 B 说，「我理解你需要一点时间。我们需要一小时内离开，这是你之前告诉我需要准备好的时间。在八点钟我将开车离开。我希望那时你和我在车里。当我说这些时没有愤怒。我将留 10 元在桌上，假如你需要的话可以叫出租车，但是我感到我需要准时到达。」

在爱中，对别人的非暴力举动，必须有意愿去承受别人的愤怒并且请求别人考虑你的观点。灵魂的力量说出它的真理，它是一个主要的或是非常小的议题。不必对别人以敌意的方式表达真理，而是以对别人的痛苦最深的怜悯心来表达。除此之外，它说出了：「不能这样继续下去。你的行为引起其他人的痛苦，它可能是迟到、酒醉、无助或是以诅咒或发脾气的方式表现暴怒。」

最重要的不是拒绝的行为，而是拒绝的方式。假如有任何的意图进一步的激怒其他人，去挑衅或为过去的痛苦寻求报复，不论是如何表达拒绝，仍旧植入了愤怒的种子。你必须深深的看入你的内心。同时你必须谨记，你的内心无法 100％纯净，但是看看它是否在很大程度上是纯净的。

假如你查看并且揭开了一些对过去的羞辱和不爽的愤怒，接着你可以问自己「我真正的意图是想藉着拒绝来使别人不愉快，为过去的事来报复吗？或者我的真正意图是去服务我们、其他人和自己，而让我们一同进入学习呢？」你已发现了你自己的那些狡猾的(subtle)、没有技巧的意图，你就不太可能对基于这些意图而行动。你可以放心在你的选择中将会有更大量的纯净度。

所以，A 在这里做什么呢？首先他必须觉察自己的愤怒。B 正在伤害他。假如他能够充分地释放这个愤怒，他可以向 B 指出那个伤害。在某些情况也许这就足够

了，但是非常少。假如 B 有那个去伤害别人的需要，除非 B 非常清楚这一点，否则 B 会为了没有关门、或者迟到、迟到、再迟到等理由来重复言语的伤害，好看看何时会激怒 A。

以我们举的拒绝的例子，A 说「此时，我正要离开。你有足够的时间准备」，A 没有恐惧地对他的意图做出清晰陈述。

为了给 B 警告，或许 A 甚至在前一天已提出来「我想这个是一个尴尬的处境，我们需要去解决它，这是我计划做的。」 B 也许受到这个警告的威胁。在下一次中午离开前的某个时候，B 也许就对 A 有敌意。A 能够对这个 B[先前被他激怒]的敌意有怜悯心吗？当你强烈地感觉你的观点是更为有技巧的和基于爱时，很大程度上你会心甘情愿地接纳别人的愤怒、请求别人考虑你的观点。这是你不伤害其他人而请求别人考虑你的观点的唯一方式。

所以 A 可以提前问自己「假如我的选择威胁 B，而 B 产生敌意的行为，我愿意接纳这个敌意吗？我愿意接纳它到什么程度呢？」当变的不舒服时，A 有权力说「不，我无法再进一步接纳它。」 但是，为什么 A 不舒服的呢？假如 B 叫骂 A，A 可以看见 B 内在的恐惧，A 难道不会预期那个恐惧吗？A 甚至已经催化了那个恐惧。A 为什么需要把它个人化呢？A 需不需要问「假使我就是 B 正在侮辱我的这个或那个外号，会怎样呢？」

或许，让 A 感到不适的是一种失望吗？A 可能觉得「这里我真的认为 B 可以更为冷静，更加成熟。我感到难过，我感到(B 的)背叛，因为 B 无法符合我对于一位更成熟伴侣的需求。」痛苦为的是什么呢？再一次，需要唤起更多的清晰，更多的诚实。A 的学习和 B 的学习一样多，因为 A 必须知道「这里 我感觉被什么方

式攻击呢？我在拒绝什么呢？」 当 B 理解他无法拉 A 进入他的课题时，A 将会有爱心的、没有批判且坚定地行动，这时，也只有在这时，在来自于 A 的爱的支持中，B 才会被迫回到自己，没有怨恨或批评而是理解到「我需要在自己的内在清理这个(问题)。」

在这种类型的情况下，对于每个将自己视为 A 的人，你们问你自己的问题是，“以什么方式 B 的行为对我产生威胁呢？我对这些威胁作出什么样的反应导致我与 B 回到冲突与暴力？打个比方，如果我能更深的觉察 B 按下哪个按钮，我如何能够更加纯净地显现自己的能量？我如何能够成功地请求 B 考虑我的观点，我如何能成功地接受我的要求对 B 是一个威胁，接受 B 很可能以恐惧来反应呢？当我请求 B 考虑时，我愿意去接受这个恐惧衍生的后果吗？”换句话说，“我如何让自己清楚呢？什么是我必须去做的呢？”

这带领我们回到灵性的观点。假如你是 A，你不只是 B 的老师。你们是彼此的老师。在这个情况下，你不仅仅教导 B 事情，B 同时也教导你。因为你们彼此认同服务的可能性，所以你们结合在一起，当然你们之间也有爱的连结。你总是恰好就在你需要在的地方。假如情境非常不舒服而且令你坐立难安，停下来并且问自己，「我怎么在这里呢？在这个情境下，我可能的学习是什么呢？我在过去种下了什么种子，进而在此时创造出这座环绕着我的丛林呢？我如何经由爱的选择、我的觉察来转变这个丛林，让它变回一座丰收的果园呢？」

在其中总是会有你需要的学习。请记住，扭曲并不是「坏事」，只是(令人)不舒服。它们同样可能成为学习的催化剂。你甚至可以爱这些扭曲。假如你发现自己在冲突中，怨恨升起，刻薄升起，接下来你可以不去关注它。假如你发现自己挫折和恐惧升起，这是好事。恐惧和挫折无须成为怨恨的催化剂。它们同时可以是

更深怜悯心的催化剂。恐惧可以是警告的信号，红灯闪烁是说着「注意！」 于是当你更加注意时，你会在内在因为这些选择而感到威胁的地方去发现怜悯心，接着你进入到对 B 更深的怜悯，进入开敞心轮的直觉智慧，这种智慧知道如何拒绝不健康的要求。

当你看自己一而再、再而三地通过这个循环，请注意，我的朋友，什么是你想避开的转世课程？问自己「我甚至可以拥抱这个课程吗？在我的内心里，我能为它腾出空间使我能够学习吗？」我想要传麦克风回到我的兄弟/姐妹 Q'uo。我同时感觉在这个寻求圈有一些问题。我确实知道 Q'uo 想要谈论，接下来或许我们可以专注于你们的问题。这就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo，再次地与器皿同在。显然地，你们进入转世中并选择你的家庭不是为了来一起变得愤怒。你的高我和造物主没有计划你的投生经验的情绪上的细节。毋宁说，当转世投生被计划时，焦点集中在提供自我作为一块粗切的石头来经历环境的精炼研磨，目的在于将其磨光变成每个面向都美丽清晰的宝石，这宝石就是真正的你。你和你的 B(实体)，容我们说，计划一起来有所服务。[1]

在转世前和转世后，所有的情绪都被感受到，这种可能性似乎只是一种模糊的幽默。因为当幻象的罩纱并未放下时，实体间的差异以喜悦来疗愈，为了彼此的和谐，整个旅程都被赋予了自由意志。例如，像我们这样的社会记忆复合体，在复合体之内每个实体是独特的，差异和动力是无限的。相互的支持与关注被誉为是一个很大的优势，每个人都从和谐的过程学习一点彼此的独特性；因此建立了一个更大和谐的独特性；因此成为一个完全和谐的能量及本源，藉由对每个独特性完全的接纳与相乘效果，变成能量上的无限。所以，同样地，你进入转世是准备

来学习的。在显化(世界)中醒来必然是一场狂暴的惊吓，并且发现幻象的罩纱是混浊的，而和谐是看不见的。

我们透过这一系列的集会的工作来揭示珍重和爱自己的方法，同时以一个完全怜悯心的方式与其他人和谐地爱与生活。一般而言，检查转世的意图是很好的。每个实体的伴侣选择上不存在恶毒，你们总是可以一起分享学习和服务。因为彼此藉由他们之间动力系统的磨合，将有助于他们确切的察觉这个仁慈和有效的转世计划，感受到这些都是可以依靠的。接着，每个人可以转向与造物主、自我和[其他自我]B 更加清晰的沟通的努力中；因为在每一个 A 的转世经验中都有许多位 B。在下一次的工作中，我们将更进一步分享当自我进入转世显化时，如何透过将一个人自己安置于对自我意图的一种信实的察觉中，而获得清晰的沟通。

此时，我们想要结束我们这部分的工作，在太一无限造物主的爱与光中，感谢每个人并离开每个人。我们将麦克风传回给亚伦。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。和我的兄弟/姐妹 Q'uo 分享这场谈话真是喜悦。我相信当我感谢那些为了这场集会花费体力聚到一起的人们时，我是在为双方发言。我察觉问题已经从我们每个人所谈之处升起，也了解(你们)有一些僵硬和疲惫。现在，你想要问问题或想要结束这个集会？这个器皿的能量适合继续下去。我们交给你们决定。

（此刻没有任何问题。）

我们为能有这个机会与这个爱的寻求圈的存有们分享，对你们全体献上我的爱、祝福与感激。昨天，可能是卡拉(Carla)或 Q'uo 希望以能量的释放来结束这个集

会。若他们现在想要如此做，我将麦克风交还给他们。假如不要，我们将在这里结束。这就是全部。

原注

[1]如同亚伦在他之前的陈述一样，Q'uo 使用字母 A 和 B 来描述二个人之间的动态关系。

(c) 2012 Translated & reviewed by lady M & lady J.
Reviewed by T.S.

☆ 第 1313 章集：创造力

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 13

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2011 年三月 26 日

Jim：今天晚上的问题与创造力有关，我们想知道，一般来说，一个创意的出口(outlet)如何能帮助一个寻求者在心、身、灵上增加此生学习与服务的体验，如果可能，请稍稍多给一些信息，关于这种创造性能量如何流过我们，类似于太一造物者制作(宇宙)造物和我们的过程。

（Carla 在这次通讯集会中做为资深的通道）

我们是 Q'uo 原则。今晚，在太一无限造物者的爱与光中，在祂的服务中，我们来到你们中间。我们非常荣幸被呼唤加入你们这次工作，我们感谢你们给予这个荣耀。

在我们开始前，我们希望你们每个人在听我们话语时，使用你们的分辨力。接受那些看起来生动并且对你有价值的东西，而将其他的想法放在一边。如果你愿意这样做，我们就可以不用担心会侵犯到你们的自由意志。我们感谢你们在这方面的考虑。

你们想知道的是关于你的创造力的问题。你们询问创造力是如何工作来提升心智、身体、灵性的演化的速度，你们也询问这个过程是如何与造物者在创造这个宇宙的过程相关联。我们将首先谈论创造力是如何协助心、身、灵的演化。

就好像在这次冥想之前的谈话中提到的，每一个实体都有自己表达创造力的独特方式。如果你能想到这些事实— 你是创造原则的一部分，造物者的火花，你有完整价值足以被视为一个共同-创造者。你就可以看到每一个实体拥有的创造力，那是他天赋权利的一部分。

当那你想起那被你称之为人生的事物时，它经常看起来好像是发生在一波波巨大的混乱浪涛中，而当你与你自己谈到正在发生的事情时，你正在组织那些混乱为一个故事。心智的天生功能就是在把握住无限数量的细节，并从中创造出一种你的智力可以理解的样式，从而帮助你理解自己。

历史本身就是一个故事的集合，它深深的进入人类的体验中，那里有无尽的传说、神话与学问，它们进一步的阐述那些更深的意识层次。所有这些故事都掺杂

了无数的事实和无数的创造力。随着时间的流逝，谁又能分辨哪一个是事实，而哪一个是神话呢？

我们将转移这个通讯到 L 实体上。我们是 Q'uo。

(L 传讯)

我们是 Q'uo，我们现在和这个器皿一起，再次在爱与光中欢迎你们。当太一无限造物者产生造物时，造物主也在知晓祂自己。造物主碎裂成无数个面向，每一个都是独特的，于是每一个面向会立刻体验到什么是远离无限的眼界。

当你创造了一个故事，你正在模仿那太一伟大造物并开始了解你的各个面向。当这个器皿创造了一个人物，她就从内在取出信息和能量，把它们从一个角度抛出来，好让它们可以被更好的研究和观察，然后再次将它们取回，分析，并在这些材料能被更好理解时吸收它们。当多个人物相互作用的时候，这是一种对自我说话的方式。这个器皿发现她在每天生活中遇到需要解决的麻烦问题，就可以在故事中演出并获得解决。

创造最大的冲动来自(一个人)在那些必须被理解的事情和一直被渴望的事情中，所感觉到的激情与火焰。那种激情会驱使一个人不断从各种角度表达它 直到那些事情被更好的理解。创造性的行动也是一样，例如建造一座建筑、画一幅画或者弹奏一个乐器。表达的模式仅仅是一种共振。有的人会与音乐的音符共鸣，有的人会与手上的反射性动作共鸣来创造绘画。所有创造性的行动都是从抽象的远景中表达自我的模式。

在需要产生一些持久事物的时候，想法好像风一样迅速的来去。产生一件创造性的作品就是结晶化在那一瞬间中的自我图像。在那时间中精准的一点，你曾经是谁呢？于是它被结晶化并公布出来，好让它被自己查看，它也反射着被其他自我所浸染的 对智慧之寻找，其他自我全都是一个更大故事的角色。这些是我们教导自己的课程，这些课程也是当我们登上更高知识的台阶时要留在身后的课程。我们现在将通讯转到 Jim 实体上。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我与这个器皿在一起。我们谈到的激情与火焰可以比作制作每个寻求者的太一造物者的智能能量。每个寻求者在他的生活、呼吸、说话、行动与工作中，都在表达创造性的能量，太一造物者的智能能量。为了让这能量有一个形体和途径从中流过，容我们这样说，允许造物主透过每一个实体知晓祂自己，允许每个实体在其创造性的智能能量的表达中感受他自己与造物者，这是有必要的。

这种能量的表达有各种各样的精炼方式，它们会更一般性的被视为是人格的创意层面。你们应该知道一些这样的活动，如音乐表达，写作表达和舞蹈中的身体表达等等。

这些是表达这智能能量[所有寻求者经验的源头]更为精炼的方式。

当一个人能够找到一种途径并透过它产生一个以前没人知道的创造物，这允许每个实体反思造物主的能力，在他的周围打造一个造物，并带来爱与光的新的表达方式，以及合一[所有存在的基础]的新的表达方式。

这样，很多人在他们的转世中携带的或者在此生中发展的这些创造性的通道与途径，做为一种方式，透过它 一种灵性的恢复得以完成，一种思想的锻炼得以发现，在一些情况下 甚至身体的动作都可以协助创意的出口。这样，当智能能量出现时，该存在的整体有一种恢复。只是，容我们这样说，操作智能能量的过程是一个充能的经验，甚至在智能能量被赋予形体之前（即是如此）。

我们现在将这个通讯转到 Carla 实体上。我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，在爱与光中我们透过这个器皿再次欢迎你们。

顺便提一句，万一你们可能想知道为什么我们经常说我们的名字和给出爱和光，这些话是校准的手段，它们帮助每一个管道保持正确的航向，容我们说，留在通讯点中心的频率与振动中，于是这种与寻求者的合作将可以保持最大的稳固性。

在活出生命的过程中、经验与见证着这次投生，那些真诚的寻求者会有一种在他们自己内在开始制造压力的倾向。寻求的诚挚与热诚似乎会制造压力。而创造是一个减压的方式，放松了那对寻求的紧握不放，让想象力自由飞舞。想象力是珍贵的酵母，让生活的面团发酵。

或许一个厨师，不会觉得烹饪是一个令人厌烦的工作，而是邀请那食物中鲜活的成分与她一起玩耍。于是，故事改变了，心情拓展了，食物充满了爱。

或许一个技术人员发现在计算机中创造一个需要的应用程序是很困难的。当他邀

请想象力来临，并祈请创造力，一种新的方法就会被看见，搅乱的一切会重新归位。

当一个人与自己一起工作，在其中就会有一种巨大的创造力，从思想中解脱，灵性被邀请加入。在这样的邀请之后的静默的片刻中，自我从自己那里获得了很大的拓展，新的领悟也会浮现出来。

创造力不仅仅是创作文字、音乐、舞蹈 或者一个人想到创造力时就会想到的任何此类事情。创造力和想象力可以通过很多途径在很多的层次上获得。把所有这些例子联系在一起的是一种态度，这种态度不是仅仅在一种狭隘的观点上维持原状，而是寄望于真理中。

我们将提供一个人的图像，他正在努力计算分类所有事物— 分别放在资产与负债、善与恶、正常与不正常的栏位中。换一种思想开阔的想象，允许细节重新安排，于是你惊讶于那些新的想法，新的关系，新的一致性。所有这些方式和很多，很多(进一步)的方式都可以为你的人生体验提供一种宽广性、喜悦与快乐。这些强力的正向感觉总倾向加速心、身、灵的进化。

一个人用各种角色创造一个故事[也就是一个世界]，和造物主创造宇宙，关于这两者的关系，我们现在提供一些想法。

我们以前透过这个器皿说过，你们每个人创造了一个宇宙。你主观的创造和从别人眼中看到的创造是明显不同的。你自己的人生故事可能会与别人眼里的你的人生故事有些不同。

由于 这个空间/时间的物理世界就它的稳固性而言是个幻象，也许你很难理解你的想法有多么真实，但了解到这点是重要的。你的想法是你最真实的部分。

我们现在将这个通讯转到 L 实体那里。我们是 Q'uo。

（L 传讯）

我们是 Q'uo，因为这个器皿并没有期待再次被呼唤，我们暂停下来。这个器皿现在正尝试感知我们送出的信息。

这个器皿正在她的脑袋中琢磨，那些她所创造的角色是否可以感受到她向他们发送的爱，就好像她感觉从造物主而来的爱一样。我们给出了一幅太阳的图像，你们的理则，它散发出光、温暖与爱到这个造物中。我们认为，你们每一个人都是一个太阳。当你创造了这样一个世界，你的存在就是照耀那个世界的太阳。这个器皿的角色们也许没有专注的察觉到她参与他们的造物，但是，正是她的爱和能量支持着那个实相，就好像你们的太阳的能量，一样也支持着你所感知的宇宙的这个部分。我们停顿一下。

创造的生命线在其环境中是无限的。它们头尾相连而环绕成一个无限的标志。当这个器皿的造物们收到她的爱包含的温暖与能量时，那些造物们也将创造他们自己的造物，他们将成为他们的宇宙的太阳。(所以)有无限个太阳，正如同太阳也是一个圆，于是爱是一，所有一切都相互连接。当你汲取你们太阳的力量的时候，你也汲取所有造物的力量，而当你将爱与光给予你的造物，或任何人，这无限造物的整体力量都在后头支持你。

我们将通讯转到 Jim 实体上。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我和这个器皿在一起。在爱与光中我们再次欢迎你们每一个人。你拥有太一无限的大中心太阳体的力量供你自由运用。在你生命的每一个片刻的体验中，这种能量的本性，就好像我们之前说过的，就是去活化和拓展你的体验，于是在造物自身和你对造物的体验上，就都会发生增长。

对于每个真理的寻求者而言，体验的最健康的模式，容我们说，是能够用一种持续的方式在整个人生的漫长过程中不断拓展他自己存在的边界。这使寻求者能够用一种他能承受得住的方式成长，在我们看来，这种成长也会持续的丰富和活化心智、身体与灵性。

这种拓展的经验很容易随着时间和年岁的增加而脚步变慢，因为比较熟悉的经验容易变成一种人生中既定的模式或惯例，当越来越多的存有基础不断重复，拓展的过程就会倾向变慢，最后变得充满动能，开始缩减能量表达与心、身、灵持续成长的感知视野。

这是一个寻求者在人生的一些点将会体验到的自然过程。对于每一个寻求者，努力对未来的创造力和表达的拓展保持一种开放性，这是很好的。而做到这一点的能力，其本身就是一个必须频繁实践的练习。

现在，我们将这个通讯转到 Carla 实体上。我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，在爱与光中再次与这个器皿在一起。比较自我与造物者，比较自我的造物与无限太一的造物，我们可以说，重点是思想，你思想的质量。我的朋友，你可以看到，创造力并不是简单地创造你的角色、看待那些角色是真实的，或者你看到这些角色以你无意识创造的方式来行动。创造力比那些更深入。那就是，你在整个人生经验的工作中，那些你所看到的所有事物里，你在一个特定的频率上振动，并不是因为你进行的思考，而是因为那是你真实的振动。

当你在内在工作，明确你的想法并聚焦在你心中最深的那些渴望上时，你慢慢的变成了一个思想，不是你所想的那个思想，而是你所是的那个思想。以这种方式，你即是你所寻求的。

造物主不会为了像造物主一样的振动而采取任何想法，你也不会为了像你自己一样振动而采用什么想法。造物主就是祂所是的，我们说过很多次，我们感觉这种能量就是爱，无法用言语表达也无法被污染的爱。你能像爱一样振动吗？你能在爱中创造吗？当爱穿越你，被你祝福，在你的眼中闪耀，当你带着爱并给出爱，从心中，从手上，就表达出一种光与爱的特质，只有你能提供的东西。

所有你创造的，每一个思想，都有透过使用想象力和创造力而被拓展的潜能。那些才能对你来说是天生的，但是它们经常因为周围的文化而感到灰心或者不被欣赏。然而，你却被你周围的看不见的灵性世界的所有力量所欣赏。（将思想）高举到想象力中就是高举到灵性中。那就是，要求光来照耀你正在凝视的生活的那一页，照耀正在书写的你的故事的那一页、照耀你正在创造的歌曲或你正在跳的那支舞。相信你脑海中的旋律吧。相信那些未充分发展的敦促吧，像一只水獭在

水中玩耍一样享受你的生活吧。

我们为这个问题感谢 L 实体，关于这个问题请问是否还有接下来的询问。我们是 Q'uo。

L: Q'uo，在梦里我经常与我在故事里创造的角色互动。我在想你是否能说一下这点呢？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹。一旦你创造了这些角色，我的姐妹，他们和任何其他人对你都是一样真实，这是非常自然的…

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

…在显意识的生活中，有些议题尚未获得满意的解答，在努力解决它们的过程中，这些角色有他们自己的部分要去扮演。

我们能进一步的回答你吗？我的姐妹，我们是 Q'uo。

L:不用了，谢谢你，Q'uo。

我们感谢你，我的姐妹。请问还有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

Jim：Carla、 Monica 和 Gary 还有其他参加周五晚上的电台访谈节目的人如何用最好的可能方式 使用那个舞台做为服务他人的途径呢?

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。在感知到的工作中，我们认为工作动机是核心因素。当实体渴望有所服务时，那渴望就会产生能量，并帮助创造一个有用的服务。提供这样一个服务时，所有的事情都是可以接受的。只要动机保持纯净，那么服务的渴望就是纯净的，爱的渴望也会是纯净的，于是所说的话将会伴随服务与爱一起闪耀。我们会建议对所有看起来美好的途径保持开放，因为在如何服务的问题上，真正重要的是你的自由意志。只要保持意图的纯净并仔细的设置它，从那个好的开端，一切自会到来。

请问现在还有最后一个问题吗？ 我们是 Q'uo。

(停顿)

我们是 Q'uo，看起来我们今天晚上已经回答这个圈子的所有问题，我们将要离开你们。能与你们分享这次的工作，这是我们的荣耀和快乐。感谢你们邀请我们加入你们寻求圈。感谢你们寻求真理。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai vasu.

Digested & translated by T.S.

(V)2012 reviewed by cT.

———————————————————

☆ 第 1314 章集：扬升

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2011 年二月 19 日

Jim：今天晚上的问题与扬升有关。我们中大多数人认为扬升是一个在我们死亡后才会发生的事情。我们知道我们将抛下物理身体并保留我们的灵性或灵魂体。

我们走上光之阶梯并用这种方式继续向前进入一个新的经验中。我们今晚想要知道一种扬升模式的一些信息，例如耶稣或所有宗教的某些大师们曾做到的那种扬升。我记得 Ra 曾经谈到在第二个周期后毕业的 150 个灵魂。如果他们愿意，他们可以继续前往第四密度，或者留下来，他们都选择留下来，因为他们希望看到所有的兄弟姐妹，容我们这样说，和他们一起扬升或毕业。所以我们希望了解古往今来，众多文化中的那些大师们的这种类型的扬升。

（Carla 传讯）

我们是你们所知的 Q'uo 原则，今晚，我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在祂的服务中，我们来到你们中间。当我们凝视这个寻求圈，我们感到巨大的荣幸被邀请加入你们。你们每一个人都从你们的生活中切出一部分贡献给对真理的寻求。这是我们的荣耀能被包含在这种寻求中，从身体— 也就是第三密度的肉体— 中扬升这个主题上，我们很高兴能与你们分享我们卑微的观点。

但是首先，一如既往，我们请你们在听到或者读到我们的想法时，使用你们的辨

别力和最好的鉴别力。倾听那些吸引你的，它们让你更进一步的寻求。如果我们说的东西中有一些你不喜欢的，请抛开它。这样，我们就能够非常确信我们不会打扰你灵性的寻求或侵犯你的自由意志，这对我们很重要。谢谢你这方面的考虑。

在这个器皿的心智中，我们发现「扬升」这个词语有着混乱和困惑的涵义。我的朋友，这是因为只要是提供给你们星球上的人们的灵性信息，扬升的主题就会成为一个会引发严重争议的话题。取决于一个人所在的文化的工作方式，扬升，也许会也许不会，成为那个文化的宗教宗旨的一部分。扬升，同样也许会也许不会，成为特定的信仰或者哲学系统描述灵性进步的方式。于是，在这个概念周围就聚集了一定数量的情感，并创造出一种情境，在其中很难谈论这个话题而又不带有激动情绪。

就如你们所知，我们渴望用一种特定的方式来考虑这个主题，这种方式允许寻求者看入这个问题的结构，收集这个询问的信息，把可能对寻求者思考这个问题有帮助的资源都摆在寻求者面前。我们将尝试用这种方式来谈论扬升。

我们从基督教的扬升概念开始。当一个人还在他的身体中，他离开第三密度去了其他的地方，这样的行动被称之为扬升，这是因为在旧约和新约圣经中，那些看起来有着非常先进的智慧和爱的人可以被这样带离地球。我们注意到以利亚(Elijah)在他的旋风中（升天），还有耶稣在他的十字架上（升天）。因此，人们也认为他们是在身体中扬升。

从我们的观点，对不是基督徒也不走在任何一条特定宗教途径的人们而言，普遍意义的扬升是与 2012 年冬至时刻相关联的事件，或者是一个特定的寻求者认为

的第三密度终结时间，人类的下一个密度或时代开始的时间。

现在，考虑如何在身体中进行扬升的优点是什么呢？我的朋友，从身体之内的活动而言，我们没有发现任何对所有人有帮助的概念。我们这么说的原因是你们每个人已经都为你们自己都赢得了在这个收割时期进入地球的机会。有很多人希望在这个时间投生于地球，要么是为了用他们的爱帮助提升地球的意识，要么是为了在第三密度中工作以获得在 爱与智慧、爱与力量，或智慧与力量方面 令人满意的平衡。

因此，既然已经赢得进入这个物理层面的机会，我们发现你们选择留在这次的肉身中，直到你们已经学到了所有你们能学习的，服务了所有你们能服务的，直到你们真正做好离开第三密度以及它所有的礼物与挑战的准备，你们这样的选择是有智慧的。

然而，你们所知的 Y 实体所理解的这种类型的扬升，在《远东的大师》[1]这本书中她看到的这点被讨论过，（那些大师）似乎就象是活在第四密度中，我们发现关于在物理身体中扬升的问题核心就是这个认识的关键。

生命，当它穿越个体的意识，看起来好像是固定不变的。然而，它不是。时间与空间的流动有无限的潜能。对于那些追寻的人们，当他的探索足够的深入而进入到当下此刻，那一刻，每一刻，就活了过来。在你的脚下，地板打开，你可以潜入当下此刻。于是各种边界消失了，就好像你们在这次冥想前听到的歌曲所唱的，你可以解开束缚。[2]

一些人尝试通过净化身体的方式获得这种意识状态 好好的吃，好好的运动，诸

如此类。其他一些人藉由更多的进入冥想 而寻求达到这种状态，在冥想中，放慢这个器皿经常说的「猴子心智」，而允许宽广(空性)涌入那个总是在关注「万种事物」[3]的心智中。

还有一些人通过阅读而尝试吸收各种宗教和文化、各种传说和神话中的智慧，来处理从第三密度意识的停泊处 提升意识的问题。虽然这条学者的道路经常停留在大脑里，它四处跑来跑去，将心智的衣橱和书架填满过多的信息，但是智慧还是会向下渗透到该学者的心中，并拉着他向前。有多少人就会有多少种接近心/身/灵演化的道路。

这个工作的关键是：你与所有其他自我察觉的人分享的意识，这些意识是一体的。它是造物者的意识。它是完整和无条件的爱的意识。不是诗人述说的浪漫之爱。不是兄弟之间的那种爱。不是在情人节绑上丝带，用漂亮的珠宝做礼物的那种深情款款的爱。这是创造和毁灭的爱。这是一种充满活力与无尽潜能的状态。

爱的振动，就是行星在它们的轨道上转动所依赖的振动，就是恒星围绕着银河旋转所依赖的振动，当它们在宇空中攀爬 这种旋转在你眼中是如此缓慢。

你是太一起初思维的一个火花。你在任何密度中的进展都可以用你意识的振动相比太一无限造物者的振动有多近来衡量。

你并不是要去颠覆或稀释这爱的意识。产生扭曲是不可避免的。在爱的振动与你当下存在的振动中间有一种可以衡量的动态。你在努力减少扭曲，于是你可以让你自己接近爱的振动，并被带入那种意识的水域中。

那些将成为众人的祭司的人，一般都在力图工作于意识自身，工作于他们的思想，而两者都是基于一个当下的基础，并在一个更深的意识层面工作，根据爱之音高来调谐他们的思想。已经有很多很多的方式来献身于挚爱的太一。每日安排时间来礼拜造物主，从日常生活的沙漠走入恩典与仁慈的绿洲，进入祈祷者的帐篷与挚爱者一同在静默中歇息，(此时) 他们看不见这个世界，而对圣灵敞开。

你可能想知道，在如何服务造物者，如何知晓造物者方面，为什么会呈现出如此的多样性。这个问题的答案，我的朋友，深深地隐藏在你们地球的历史中，深深地隐藏在你们人群的心智里。在地球上人群中，你们有 16 种不同的原型心智。这些原型心智看起来差别好像很小，但它们产生的各种文化 其感知运作的方式却有很大的差异。就是因为人们依赖于感知，他们必须在面纱中工作，与自己绝大部分其他的转世的记忆隔绝，与面纱外事物的存在方式的记忆相隔绝。各种各样的原型心智，各种各样的文化都会发现对它们有用的不同的感知之门。

你们所知的特定人群[好比在座的 Y 实体]已经发现一种有用的感知，那就是不接受物理幻象中的第三密度之现实感知。这与诸如美洲文化或欧洲文化典型的感知形式，是完全不同的感知形式，在那些文化中，人们极大的崇拜生命的固体性，生命的质量、重量和物理特性。从化学、物理、数学之类的角度越来越多的理解事物运作的模式，你们的文化已经在这些方面发现了巨大的价值。

有些人能发展出一种领悟而将他们完全的从物理局限中解放出来，这些人成长的氛围普遍相信造物主的实相，而非幻象世界。

对于很多在欧洲和美洲文化中的人们而言，认为他们的身体，他们那有着明显物理性、明显存在的身体，那有着重量和质量的身体，是不真实的，这实在令人非

常困惑。对于一个已经赋予这个物理幻象(主要)价值的世界而言，那些在这样的环境中成长起来的人们，不会倾向于能够打开那些远东大师的大门。这并不是意味着那些专注于佛教或者印度教的原则的人会有更多或更少的机会去打开智能无限的大门。它意味着对于他们正在做的事情，他们的感知是不同的，有时候是彻底的变化。

我们可以可么说，我的朋友，如果一些人沉浸于一个支持物质之非现实性的文化中，他们就会发现有一些途径，透过这些途径，如果花一生的时间工作于意识上，他们就能够操纵物质出现或消失。你们已经看到过那些在催眠状态中的人，如果一个人的感知转变了，就可以(安全地)做一些看起来可能会伤害自己的行为，例如把针穿过手臂或在燃烧的煤炭上行走。然而，在催眠师的影响下，那个被催眠了的人在针刺的时候是感觉不到痛苦的，在火上行走时也感觉不烧伤。这其中的关键是感知。

对于发现各种方法去寻求无限造物者的爱与光的那些人，类似净化身体、调整思想、理解正在发生的事情之类的寻求方式，所有的这些各种各样的努力都是非常有用的。我们建议寻求者轻柔地、深思地考虑这些想法，就好像牛慢慢的咀嚼反刍食物一样，如果心智燃起了火焰，如果心灵也燃起了火焰，那么也许这种方法对你会是一个好的资源。

如果是要给人们提供一个他们会觉得有用的，更加普遍性的感知，我们可能会说，物质的主题无关紧要*。你可以认为扬升是带着你的物理身体的。很多人这么认为。或者 你也可以认为扬升是一种思维的状态而与物理身体没有任何关系。

(*编注:这句英文的妙趣难以翻译，原文如下: the matter of matter does not

matter.)

如果你的感知发现不考虑物理身体的扬升这样的想法是有用的，那么我们也将这样说。从一个非常深入和真实的角度上，你们每个人都处在造物的中心，你自己的造物。在这一个世界中，以一种老套的说法，每件事情都是相对的。

你的经验都是主观，这是一个你可以轻易且舒适接受的论点。

你可以奋斗一生来获致客观性，但是你看，我的朋友，你已经在那儿。你是一个见证者，你所看到的都是根据你的感知来观察的。真理存在于感知之外。真理存在于显意识心智[也就是智力]之外。真理却不在心之思维之外，它即是意识本身。不过，意识本身如是，意识不是一个行为者。你是你的剧本中的人偶。意识是始终不渝的。因此，成为爱比谈论爱要容易一些。

你的造物的建构根据你选择考虑事物的方式、观察和感知事物的方式。在第三密度中努力奋斗的人类就是要去超越普通的感知局限并打开通向一切万有的大门。因此，如果你希望在身体中扬升，更确切的说在物理身体中扬升，你应当祈求让你的直觉引导你，到达能帮助你实现它的行动与思想中。意识、察觉和感知是可塑造的，也是可以被很多事物轻易影响的。

这个器皿有很多次错误地阅读一些东西的经历，因为她的视觉中有很严重的散光，于是一组词语会变成完全不同的东西。很多次这个器皿从她错误阅读的文字中获得一些东西。是她的感知被误导了吗？她是正确还是错误的阅读并不重要，重要的是她如何对感觉到的事物进行回应。

这是你正在形成的造物：察觉你是一个造物者，你可以创造一个主观的造物，该造物不是一点点或大部分的适合你，而是完完全全的适合你。

在你们的文化中有这样一个谚语。他是这样说的：「怎么去就怎么回*。」你如何感知事物极大程度关系到你会遭遇的事情。如果说你是一个带着玫瑰色彩感知事物的人，那么你就是一个乐观主义者。你在每个地方都看到希望与信心。于是发生在你身上的事情也会向着一切顺利的方向而发生。

（*译注:What goes around，comes around—亦可译为有因必有果。）

也有一些觉得一切事情都没有希望的人。这个世界是毫无意义的，存在是没有价值的，唯一合适的观点是嘲讽的、绝望的、没有希望的。对于这样的一个人来说，甚至阳光最灿烂的日子也是有阴影的。

两种实体都真实的看到了他们自己。他们的体验重写了所谓的「客观实相」。那些组成你所观察到的事物的部分，你们的体验将一直重写它们。

因此，你确实可以为你的生命体验创造一个和太一无限的振动更匹配的环境。你可以好好利用那振动。它在宇宙中是真实的，它既是无限也是有限的。合一是真实的。你们都是一体的。我们与你们都是一体的。全体造物都是一个相互连接的存在。

意识始终不渝。不论你是像远东的那些大师一样专注于与物理身体相关的一系列的感知，还是选择其他任何一种看待造物的方式并寄希望于它，不论你认为实相是什么，灵性的演化的重点都是逐步减少你的振动与太一无限造物主的振动之间

的差别。

这个器皿经常渴望面纱之外的和平，渴望一个所有人都相互了解的和平之地，就好像一个叫做 Ria[4]的小说人物的经历一样，然而，在这个器皿的生命中有很多次，当她依照她所了解的第四密度价值观而生活，同时发现她已经处于第四密度了。如果你可以将这样的感知想成是一个环境，例如一间屋子或者一个房子，我们可以说这个器皿在这个房间里度过一些时间，但不是全部的时间。在这种思维的状态中有一种持续的进进出出，因为日常发生的事情，它们都在冲击这个器皿的意识。所有的实体都会从一刻到另一刻，从一天到另一天的发生变化，关于这点 我们感觉这个器皿是个很好的例子。

有一些人能够远离社会而以更大的纯粹度向内聚焦，还有一些人在熙熙攘攘的正午，公共汽车的喇叭与火车的轰鸣声中，往返于他们的差事，完成他们的工作。

为了获得灵性的领悟，并不一定需要与一个人的社会分离。唯一真实的是离群独居是一条非常不同的道路。实践有许多不同的等级，允许每一个人为她或他自己做出选择：实践的道路有多少应该与人们一起走，有多少应该独自静修。

没有正确的答案。唯一的保证是，就我们所知，你所寻求的可以在任何环境中完成，只要在那个环境中，你的寻求和你的渴望有它的价值。你确实可以在这一刻就活在第四密度中。它可以在不经意间在你身上发生，也可以在你对自己的思想和身体进行训练之后在你身上发生。

感觉一下你内在意识的质量。感觉它充满了你，充满你的胸膛、你的四肢、你的躯干。当你聚焦于这个意识的时候，感觉你的心拓展着。感觉这意识中的爱。这

是你的基础工具 意识本身。不可避免的，说话肯定会让你觉得混淆，让你分心，诱惑你，不管你会因为话语而开心、着迷或者沮丧，它们都无法引导你进入本质。
因此，为了安住于你选择的环境，我们鼓励沉思、冥想、祈祷或任何你选择进入静默的方式，走出沙漠，进入绿洲，并走入那敬拜之帐篷；无限太一恒常地在那儿等待着，为了陪伴你，爱你，并赋予你服务的力量。

现在，请问有没有接下来的问题。我们是 Q'uo。

[停顿]

我们是 Q'uo，既然这个器皿的耳朵除了沉默与椅子偶尔的嘎吱作响之外没有听到任何东西，请问在我们离开这个器皿之前，今晚是否还有最后的问题？

E：我有一个问题。我的问题比较是认识论上的问题，关于脉轮知识和/或能量中心的概念。我想知道这个知识首先是从哪里来的。它是纯粹由经验而来还是从其他方式获得的知识，然后从中产生或显化出的经验呢？

我们是 Q'uo，我们察觉你的问题，我的姐妹。我们对实体 E 说，有一个反馈系统倾向于让一个人对于无形事物的真相有一个越来越准确的感知。

在我们看来，第三密度中总是会有一些人的面纱会薄一些。这些人拥有敏锐的视觉能确切地看到脉轮系统的光环，当这些光环渗透出身体的时候。有一些人对色彩高度地敏感，当一个人(的能量)沿着脊椎[脉轮身体的中柱]移动，从腹股沟向上移动到头顶时，于是他们能感觉到，即使不用看也能感知并察觉到，脉轮的色彩

和样式变化的程度。

以各式各样的方法，这些感知成为共享的。当感知被分享，智能就会发展，并在群体中的所有人中分享。这种智能接着会创造可能性，通过那些感知敏锐的人，让更丰富的细节通过这样或那样的途径被填充进来。所以，在一定程度上所有这些都是透过观察，脉轮系统或能量中心与它们的相关部分被记录并被发现。然而，对于那些热切专注于特定资料的人，总是会有一些从灵而来的帮助。

因此，我们必须说，它基本上是一个反馈系统。对于你的问题这不是一个完全令人满意的答案，但是如果要更深入的探究，我的姐妹，我们需要更多的时间，而现在这个器皿没有这么多时间。

请问我们能进一步回答你吗？ 我们是 Q'uo。

E: 不用了，谢谢你。

我们感谢你，我的姐妹。能与你们每个人在一起是多么的快乐呀。但是，现在是我们离开你们的时间了。在我们的天性或我们的环境中，我们不能走到你们中间并给你们拥抱，但是我们感觉到拥抱你们的渴望。我们爱你们，我们感谢你们做自己。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和这个团体。我们是你们所知的 Q'uo 原则。

Adonai vasu borragus。

注解

[1]《远东大师的生活与教导》作者 Baird T. Spaulding。这部六卷的作品是关于东方的教理的优秀汇编。它有点老，但仍旧可以找到。

(编注:亦有人翻译为雪山大师传)

[2]《解开束缚，Unbound》是流浪者乐团(the Refugees)于 2008 年发行的同名 CD。合唱部分的文字是：「冲破藩篱，让我解开束缚站在圣地上，即使只有一次，任何一天，任何方式！哦，解开束缚吧！」

(原文歌词: Break free，let me be unbound to stand just once on holy ground, some day，somehow! Oh，to be unbound!)

[3]万种事物「是一种佛教徒的表达方式，代表宇宙中万事万物的动态联系和同时性的合一性与多样性」，摘自《京都周刊》的一篇文章。Q'uo 群体用这个短语的意思是，物理世界的各种物体。

[4]葛拉汉·汉考克，《纠缠：食魂者》：纽约，Disinformation 公司，2010 年出品。

(原文书名: Entangled: the Eater of Souls)

Digested & translated by T.S.
(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1315 章集：爱与光早期资料#35

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

(译注: 这次改用(...)取代 (听不见), 希望可以减少阅读负担)

周一冥想

1974 年 4 月 22 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意。今天傍晚 我非常荣幸地和你们在一起。能够服务那些寻求的实体是个大荣幸，我的朋友，你们正在寻求，这情况在你们星球上是罕见的。你们星球上只有很少人正在寻求。许多人相信他们正在寻求，但其实没有，他们只是经历各种动作，同时愚弄自己。

我的朋友，什么是寻求？什么是真实的寻求？寻求是尝试去理解造物主的渴望。

寻求是尝试去理解为什么你是自己，以及你如何表达造物主的渴望。我的朋友，这才是真实的寻求。

在你们星球上 许多人寻求许多东西。他们寻求理解，但他们甚至不理解有可能

寻求我刚才说的理解，也就是理解如何表达造物主的渴望，在你的每一个思想、每一个行为、每一个活动中都表达祂的渴望。

在你们星球上 大多数人此时并不觉察他们真实的渴望。因为他们没有透过冥想去取得这份觉察。我的朋友，透过冥想来了解你自己的渴望，那么你将达成你想要的进展。

遍及所有宇空 所有智能生命都想要获得进展，但许多、许多生命，特别是在这个星球上，并不理解进展是什么。他们觉察关于进展的许多概念，但这些进展大多数是相当短暂的，没有真正的价值。开始觉察真正的进展，开始觉察你必须知道的 好让你的思考重新与造物主联合。我的朋友，那就是进展；增进你必须知道的理解，好再一次与起初创造意识在精确的和谐中思考，以这个方式，也惟有这个方式，你们才能真正地进展。

我将在此时转移这个通讯给另一个器皿。

(Carla 传讯)

我现在和这个器皿同在。朋友们，我们觉察在这个团体的意识内 有股提供服务的渴望远超过你们星球上大多数人的这类渴望，再次地，我们向你们担保，你们协助我们服务无限太一的努力是非常被需要的，也非常受到珍视的。

我的朋友，当你们寻求进展，并且尝试变得越来越能够去守望那些开始寻求的地球人，我们请求你们保持恒常的警戒，好让你们的(...)仍在无限造物主之中。

你们有两种立场去诠释改变和事件，结果是格外不同的，一种来自幻象的立场，另种来自无限的立场。

从永恒(...)的观点来看，物理界的改变没有什么困难。再者，即使在幻象中，你们的智力知道个人在他的一生将会有物理的改变，把他从(...)带走。

这些事情是无可避免的，无须恐惧这些事情。它们是有机、自然整体的一部分；对于你们在物理幻象中的循环过程是极有帮助的。你们渴望的每个经验到来，接着你们从中学习。我的朋友，你周遭的人都在行旅相似的道路。这个真理是没有例外的。就在今天是你们(...)可以(...)的时点。

我的朋友，当你们沿着这条路进展，同时照看那些转向你的寻求者；总是记得人类观点[容我们说] 不是你或那些转向你的实体真正寻求的东西。

在冥想中，我的朋友，(...)实相，并从真实的比例观点看见所有的(...)。
我们现在要调节那些(...)，你们将(...)。
此时 我将离开这个器皿，我是 Hatonn。

(Don 传讯)

我是 Oxal，我和这个器皿同在。朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意。我正在使用调控。

此时，我正在一架飞行器之中，使用一道光束对你们说话。这道光束有足够的强度，可以相当清晰地把我投射的思想传给这个器皿。

此时，我将要告诉你们关于你们谈论的球体的事，它在你们的东南方海岸线被发现。这个球体是个装置，它用于调控我们的思想波。我现在尝试多解释些，这个装置的特性是投射一个思想波到你们星球的某个点。我们并未预期它会被找到；它是个远端扩大装置，能够投射思想。对于它被发现这件事，我感到惋惜，虽然我严重怀疑(科学家)检验它将产生任何对它的用途的知识。无论如何，可以做某件事去测试该装置的用途。

(无名氏传讯)

我和这个器皿同在，我是你们知晓的 Oxal。我刚才说到你们星球的科学家已经检验该球体，它们的检验没有揭露任何线索通往它的起源或用途。他们意图继续检验下去。此时，我们但愿这个球体的用途不会被侦测。如果你们的科学家能够侦测它的用途，他们不会理解或了解以不恰当(...)获得的知识将导致遍及你们地球的这类球体[为了传递思想给地球的不同区域] (...)。

[录音带结束，集会从另一个录音带继续，该录音带的第一部份是听不见的]

(无名氏传讯)

在许多场合，当我们无法被直接联系(...)，因此我们在许多区域摆放这类装置，(...) 接收并转播我们的思想。不幸的，这个球体已经被找到，(...) 必须去替换(...)。

[接下来几分钟是听不见的]

(Don 传讯)

我是 Oxal，我和这个器皿同在。我继续说，我认为让你们的政府去判定该球体的用途是不宜的，然而，我们怀疑这个可能性，我（...)。

[录音带接下来的部份是听不见的]

(V)2012 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 1316 章集：天使**

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2011 年二月 12 日

Council of Seven Holy Archangels

Jim：今天的问题关于天使的概念。我们想知道天使是什么，我们如何与他们互动。他们与指导灵的相似和差别是什么？

（Carla 传讯）

我们是你们所知的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在对祂的服务中，我们今晚来到你们中间。我们非常的荣幸能被你们寻求的圈子呼

唤，也非常高兴成为这个工作的一部分。我们非常高兴和你们讨论关于天使的问题。

然而，在我们开始前，一如既往，我们简单的请你们对如何响应我们所说的事情负起责任。请意识到你是否对我们的想法感兴趣。如果你确实感兴趣，那么你可以按你们的意愿与之一同工作。如果它们没有在你的心中引起共鸣，请让它们离开，因为它们并不适合你。如果你愿意用这种方法使用你的判断力，依据这些想法是否触动你或者看起来是否对你有用而筛选它们，那就可以让我们感觉到我们不会打扰到你的自由意志，并允许我们更自由地向你讲述我们的想法。我们感谢你这方面的考虑。

当谈到天使，也许从人类谈起更好些。我们也会谈到我们自己，因为我们同样已经穿越了第三密度。我们同样已经被造物者猛烈地扔出，从宇宙池塘的水面掠过，穿越了许多的体验，收集那些让我们感兴趣的信息，并追寻我们所渴望的。

我们与你们都有理由感觉到自己与太一无限造物者之间的距离，并不是一种物理上的距离而是一种情感的距离。在对一个人的感觉上，外部距离造成的差异远远的低于内在的距离，我们经常感觉离造物者很远，和其他的自我也离得很远。这是做为造物者的一个火花的挑战的一部分，也是该祝福的一部分。

我的朋友，在你的整个一生中，你都处在一个厚重的罩纱下，在嘈杂和表面的不确定性中，应付着一个幻象。在某种程度上，你的生命是一场赛跑，不是较量敏捷，而是对真理的感知。你不是跑向一个目标，而是跑向对目标的正确感知。偶尔，一个事情会清晰的来到你面前。你就会有关于自己的一个领悟。于是，在自我的理解方面，你就在你之前的位置上跨出了重大的(quantum)一步。

然而，就好像名为 G 的实体所说的，在胡乱地塞满思维的那些纠缠的想法中，是非常容易迷失的。心智是一个复杂的事物，因为你在同时使用你的智力和意识。

你的意识从爱本身获得它的信息。意识，在定义上，就是一切万有的意识，它将所有的事物聚集在一起。

你的心智，在另一方面，就好像一座图书馆，你的信息要嘛归档的非常整齐，要嘛归档的一团糟，于是你必须让一个图书馆管理员匆忙地追逐信息 例如某个人的名字，合适的词语等等。在老年人中，记忆的众多缺口是恶名昭彰的，但是它们在每个人身上都存在。所以，如同其他的事情，做为一个人类就是这样；同时站在两个阵营，两只脚各放一边，一只脚放在空间/时间、日常的共识实相，母体(矩阵)，随你怎么称呼都行。另外一只脚放在内在世界中，在意识中，在爱中。

再者，那(心智)也是你成为你之所是的地方。你是两块陆地交汇的地方。你是有限和无限，有止境和无止境之间的桥梁。如果你选择，你可以将无止境和无限的爱带入这个迫切渴望爱的世界里。如果你选择，你可以带着无限和无止境的光通过你的能量身体，将它锚定于地球能量中。

在第三密度中，你对你自己提出如此多的要求，因为你要求自己从一个非常舒适的沉睡中醒来，并开始察觉你所包含的无止境的潜能。你开始察觉到你的力量，并寻求正确的使用它。你开始意识到你并不是非常了解你自己，你用审判的眼睛，而不是用爱的眼睛看待你所做、所想和如何感觉的，于是你给了自己一段困难的时间。

你开始觉察到，你已经允许一堆无意义的细节使你分心，离开爱本身，离开你最深的心之奉献，离开你如珍宝一样携带的内在希望和梦想。一个想法接着一个想法，在不断的思考中，你也开始觉察到，你可以选择你该如何存在。

就这样，做为一个清醒的、察觉的、自觉和警醒的人，你选择了承担了第三密度中的挑战，你将你的生活塑造为一种美丽的样式，一种学习和服务的样式，一种承担并实践责任的样式，随着你逐渐知晓你自己，最终开始原谅你自己做为一个人类。在完全成熟的时机，你会爱上你自己。而从那以后，你的生活会变得更加容易，因为最严厉的批评者往往是自己。然而，在遗忘面纱的后头，生命的挑战是没有尽头的。

天使却不是这样的情况。做为学生，你们已经观察到这个世界的规律性、可预测性与阶层性的本质，就好像你们的科学家已经开始了解的一样。那些你们所熟悉的元素和很多你们不熟悉的，组合起来，并不是一组简单随意的元素集合，而是根据元素属性所进行的排列。它们用一种特定方式的相互协调适应。并且它们的能量是有阶层的。你，你自己就是那种能量阶层的完美例子你整个物理身体的能量场包覆着每一个器官的能量场、每一个荷尔蒙系统，诸如此类，的能量场。
一直向下到细胞的层面，你的身体了解它自己的（能量）阶层性，并且运转的很好。

你们向我们询问的天使的阶层性是一样规律性的和可预测的。有在造物者层级的天使，也有在个人层级的天使；以及在两者中间的所有天使。它们根据它们的层级而负有各自的责任。让天使独一无二的是，它们永远不会离开造物主的振动。

它们永远不会离开太一起初思维，无条件的爱。他们从来没有投生转世，未来也

永远不会。然而它们拥有一些看起来好像是人格一样的特性，但是说天使拥有人格，这是不正确的人格化[1]。

天使是爱。天使是爱，负责各个层级的领域。有些天使和你们的子理则，太阳一起工作，创造出这个独特造物各个密度的原型心智和蓝图。有一些天使被振动所吸引，成群结队的飞向那些对祂们而言振动美丽的人。亲爱的人们，也许你们感觉不到美丽，尤其当你们挣扎求生时，然而对于那些在无条件的爱中振动的天使，一个寻求学习和服务的人品质是无法抗拒的。坚持在灵性上全神贯注的投入需要极大的勇气，你们每个人对于天使和我们都是非常美丽的。

天使可以提供两种基础能量。一种单纯是爱本身的能量，另一种是安全感，也可以称为治愈的能量。这两方面都是天使可以提供的资源。天使与四大元素和四大方位[2]也都有连结，这样，当你越来越察觉特定的大天使与特定的能量，特定的力量与特定的方向之间的一致性，你就越来越能够在大天使的帮助下清理你的住所或周围的区域了。

另外还有一种类型的天使，他们确实如天使一般，不过他们曾投生到这个世界。他们是那些已经选择成为天使的实体们，但是他们不是从造物主而来的天使。然而在转世之间，这些灵魂非常的明白他们希望去做的工作是天使一般的工作。这些实体曾经投生并在你们所称为地球的这个尘世球体上生活了一小段时间。接着，他们似乎在离(正常)死亡的日子还很遥远的时候，就被带走了。（他们）没有进入此生的治愈，接着选择另一次投生，这些特别的实体们进入天使的领域。他们可以成为天使是因为他们在人世过程中的天真纯净。这些小天使特别喜欢那些心轮开放的人，并非常感激的歇息在那愿意接受他们的开放心轮中。

就好像这个器皿在冥想开始前提到的，这是非常关键的，如果你希望与天使们一起工作，那就感谢它们，要求它们参与到你的生活中，要求它们和你在一起并分享它们的爱、它们的治愈与它们的安全感。如果你不要求他们，他们是不能侵犯自由意志的。所以记得每天感谢那些围绕着你的天使并要求他们继续帮助你，这是很重要的。

这个器皿和名为 Jim 的实体，他们请求天使帮助的一个方式是在他们洗澡的时候(请求)，因为天使非常擅长于磁化类似水或者油一类的物质。如果你请求，天使就会将治愈的能量放置在洗澡水或者淋浴中，于是这些水就会带着爱与治愈的振动。在食物之类的物质上，这也是有效的。如果你请求天使帮助你准备食物，他们能够帮助你磁化爱进入食物中。家务的零星工作例如砍柴或者打扫房间都会被天使祝福，他们会帮助你在你身体上的动作和心智中的想法中磁化爱。

我们发现，去沉思无限造物者的慷慨是一件了不起的事情，祂送每个人出去收集经验，确认在造物中都没有一个角落不是充满爱的，也丰富了他们每一个人的经验，不只是在一个被动的层面，还在那些会爱、会关心的人们的主动层面上。

我们是 Q'uo，请问在这个问题上，此时还有进一步的询问吗？

[停顿]

我们是 Q'uo，因为没有进一步的后续询问，请问这个团队是否有另一个问题呢？

提问者：我有一个问题，Q'uo，但是我首先想要感谢你分享的内容和与我们分享的爱。我的问题关于大麻，化学上的四氢大麻酚（THC），在任何特定的寻求者

的寻求上，它有什么效果吗？我的问题来自我的体验，在我的寻求上它看起来似乎有一些负面效果的影响。在使用它之后的日子里，它降低了我的能量。但是在使用这些物质的时候我确实感到某种灵感与自由，这就是我的问题了。这种物质的性质和对于寻求的效果是什么呢？

我们是 Q'uo，我们了解了你的问题，我的兄弟。每一种物质都有复杂的特性。

你吃的每一种食物，喝的每一种液体，都有那些一般认为正面的特性和会被认为不受欢迎的那些特性，也因此会称呼这些特性为「副作用」。大麻这种物质也不例外。

一般而言，如果你希望在你的生命过程中从你的观察和见证来获得最大化的有用结果，你最好在一种完全纯净的，这个器皿会称之为「清醒的」，基础上来获得。

每一种你吃下的物质，每一种你喝下的物质，都会在你的身体中创造不只是一种，而是好几种不同的效果，而且就好像叫 S 实体说过的，每一个寻求者在苹果、芦笋或者大麻上的体验都会有非常大的区别。然而，芦笋的副作用对于灵性生活没有任何影响，而大麻对灵性生活的效果却是变化无常而难以信赖的。

这个观点中包含的基本原则是，当你从内在被点亮时，你将能够越来越开放你的心智、身体和灵性，因为你被灵性点亮，被完美地奉献的渴望和彻底完全地投入服务他人的渴望点亮。只要你坚持沿着一条寻求的路线，面纱就会用一种对你来说安全的方式，一点一点变薄。

我们看到的在灵性寻求中使用大麻的困难是，它可以让你体验一个你其实并没有自然地做好准备的环境。因此，虽然在那段时间那体验也许很好，伴随着使用大麻而来的副作用主要抑制你通常可以更充分拥有的能量，总的来说，它会创造一种正面积极的时光的经验，而你无法充分利用这种经验，因为它被是人工创造的；而使用大麻后的累积效应则包括疲倦与缺乏动力。

需要注意的是，所有这些效果，无论是正面还是表面上负面的(效果)，都是暂时性的。大麻中的化学成分的效果是散乱分布在四处，然后在一个月的时间中，这些效果会慢慢消退。因此，它是一种相对明显的休闲性的情绪充电器。就如同这个器皿可以证实的，那种特定的物质有医疗的质量，对那些患有慢性疼痛和慢性呕吐的的人们是很有价值的。我们没有什么理由鼓励人们把大麻想成邪恶的或是引人误入歧途的起因。无论如何，在提升灵性生活方面，它的作用是非常有限的。

当你希望提升你的灵性生活，(请)转向内在。没有物质，没有答案，也没有捷径在你心所能到达的广阔范围之外。当我们建议你们走向内在，我们真的是说向内在探索，而穿越日常生活的平庸实相和你开放的心之环境的实相之间的分界线。

亲爱的人们，历经你们历史的岁月，你们已经吃掉，喝掉，抽烟与呼吸了种类上多的让人惊讶的自然和人造的物质，你们在外在的事物上工作，努力获得一个结果。而没有任何结果是令人满意的。在此同时，轻柔地、谦逊地、无形地，一个接着一个又接着一个，人们走入内在，穿越自我的沙漠，爬上自我的高山，航行在自我的海洋，迷失、漫游、狂喜、沮丧，而在每一种天气，每一种情况中，意识无止境的潜能都等待着(你)。

最有效的灵性练习是去信赖灵性练习，并像一个爱人寻找伴侣一样的追寻它。鼓励你们对灵性生活有一种强烈个人化的甚至亲密的感觉，也许这看起来是无关紧要或在情感上是多余的，然而对于渴慕和热望太一造物者临在的灵性，它是非常有帮助与健康的。在你的内在之中你拥有那种临在，然而它是一个旅程，穿越沙漠、高山和海洋，最终来到你心之中央的魔法之岛，那里住着无限制的、狂野的、自由的爱。

我们不是谴责大麻，我的朋友，我们仅仅是说对于一个严肃的寻求者，他所(娴熟)操作的东西，应该在他的内在。

在古老的年代，一些部落中的人们，对比你们现在的生活方式，他们用一种本土的(indigenous)方式生活，那里的人们用这样或者那样的方式，都会体验一段濒临死亡而接近自我的时间，不管是身体上被监禁在一个洞穴里，或(身体)活埋一段特定的时间。还有一些用来从中获得体验死亡的仪式。当一个人从蒸汗帐篷(sweat lodge)或萨满的(异象)追寻仪式*中走出，他们第一次有了对生命之礼物真正的感激。

（*译注：关于蒸汗帐篷和萨满异象追寻此类的濒死体验的锻炼与仪式，在选集13 的接触智能无限的障碍与需求一文中有详细说明）

想要拥有一种更热忱、更自由、更狂野的体验，如果它是通过适宜的方式获得的，你就需要耐心。然而，如果你是通过一种自然的方式转换你的思维状态，然后你再自然地进入其中，你就已经做好了将那些经验的智慧印刻在自己身上的准备，你也做好了为你那一刻所知道事情承担责任的准备。就好像 Ra 所说的：「没有错误，但是有时会有一些惊奇。」[3]为了创造一个在其中你的惊奇更可能

使你满意的环境，我们鼓励你向内寻求。

请问我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：不用了，我非常满意。谢谢你。

我们为你的问题感谢你，我的兄弟。请问在这一个圈子中是否还有另一个问题。我们是 Q'uo。

（磁带第一面结束）

G：Q'uo，M 写道：「为了使外在表现呈现同时性，个人的事件可能形而上地被负面导向的实体操纵吗？如果是这样，这如何展现一的法则，一个人如何在真实和虚假的同时性之间做出最佳的分辨呢？」

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们觉察你们的问题。我的兄弟，我们认为这是完全有可能的，负面实体也许会对一个特定的实体感兴趣，并通过操纵事件、创造同时性来帮助说服一个人感到特定的想法对他是有帮助的，负面实体也可能发现这种方法是有用的。在通常情况下，那些在面纱之后的人们无法看到无形朋友的真实的振动，他们因此必须依赖于自己的观察力和辨别力。

如果一个无形的负面导向的朋友正在尝试去说服你，例如，从一段关系中挣脱束缚这是一个很好的主意，否则它将会动摇你的生活，这只有当一个正在被说服的人想得到那个劝导的时候，它才会有效。因此，我们鼓励每一个寻求者去查看同时性，不是什么都不想地整批全部捞起来，而是查看它们并仔细的衡量同时性所

制造的模式。如果这种模式因为一些原因并不适合你，我们鼓励你去信任(自己)而不再试图在那种同时性中发现重要性。

有关这个问题，一的法则的原则是自由意志的原则。例如这个器皿，曾经被给予的一个负面印记是她不能呼吸了。不管她怎么努力，她都无法将空气带入她的肺中。然而，这个心灵问候是无法起作用的，因为它的效果依赖于这个器皿的恐慌和丧失一切都好的信心。

当心灵问候发生时，这个器皿很清楚的觉察到这个问候，因为这种心灵问候已经持续进行一段时间了，（她）简单的继续行走，心里想着，也许最终她会因为没有空气而倒在地上，接着在无意识(状态)，心灵问候不再有效果的时候，她就可以重新获得她呼吸的能力了。因此，没有恐惧。这种情况持续了大概一分钟后，它就解除并消失了。

跟随着你心智的掌舵，你拥有数量惊人的戏剧。你有很多可以学习用来锻炼你思维的训练。这是一辈子的工作— 成为一个艺术家，以创意方式去感知和工作思维，但不是愚弄自我的方式；具有深刻的见解而不是小聪明；你可以移动进入当下此刻的垂直性，而那一刻将如一朵花一般地绽放，而不是水平地移动穿过那一刻寻找一个遥远的目标。

同时性的网络是有效的，它确实从各方面被你和你的情况所吸引。要清理那些持续不断进入你生命 极大丰富性的信息，这需要辨别力。它不是一时的工作。也不是一年的工作。它是一生的工作。我们希望你们每个人享受这次嘉年华的旅程。请记住，亲爱的人们，你所看到的经常取决于你选择如何去感知。

那个叫做 L 最近在一个与这个圈子类似的场合中谈到一次音乐会的经历，一开始，那里充满了负面性，歌曲的歌词看起来是暴力与伤害的，观众中的能量看起来浅薄并被药物滥用所驱动。然而她坚持着，并移动到一个(意识的)层面，在那里她能够看到爱从每一颗心、每一个乐器，每一个音符中倾泻而出。于是她的环境变化了，从地狱转为天堂。

在你的内在 你拥有这种能力— 将地狱变成天堂或者将天堂变成地狱。我们鼓励你信任一个真理，那就是，天堂就在你之内。它是可进入的。它就好像你在寻找一扇关闭的门，这扇门的钥匙是静默。打开它。走进你自己的心并高飞吧。在那里 你是安全的。在那里 你是被爱的。在那里 你也将有能力去爱。

我们和你同在；天使们和你同在。

现在 我们发现已经到了离开这个群体和器皿的时间了，我们在太一无限造物者的爱与光中离开每位成员。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai。Adonai，我的朋友。

原注

[1]人格化就是将人类的特征赋予非人类(存有)。

[2]四大元素或力量是土地、空气、火焰和水。四大方位是北、南、东、西。

[3] Ra 具有奇异幽默(wry)的陈述来自《一的法则》卷三，第 69 场集会，问题

15，「虽然没有错误，但是会有惊奇。」

☆ 第 1317 章集：圣诞之光

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2010 年十二月 18 日

Jim：今天晚上的问题是关于心智、身体、灵性成长的可能方式，特别是在一年中的这个特别的时间，在（十二月）二十一号，一天中的黑暗将达到它最大的长度，然后光开始变得更加强烈，接着怀着对耶稣-基督，他带着无条件爱的信息而来，战胜了肉体的死亡并示现了复活，人们开始互相赠送和接受礼物，心扉也随之敞开。Q'uo，是否有任何特殊的成长型态在一年的这个时候更合适或更可能在我们的自己的存有中激励出来？

（Carla 传讯）

我们是你们所知的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，我的朋友，欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们加入你们。能被你们呼唤加入到今晚的冥想中，这是我们巨大的荣幸。我们非常荣幸能与你们分享我们的见解。在忙碌生活中，你们有许多必须要做的事情，你们每个人仍能创造时间来寻求真理，我们祝贺你们。看到你们不论在什么情况，也许特别是当事情变得棘手时，你们仍在寻求，这让我们极其的感动。在你们的勇敢和坚持中，你们的勇气让我们为你们感到骄傲。

在我们开始谈论任何灵性主题前，如果可以 我们想请你们帮个忙。如果你愿意用谨慎的耳朵来听我们所说的话，我们将非常的感激。请寻求共鸣的途径，当你在我们所说的内容中找到了它，如果你愿意，请自由地与它一同工作。如果你在我们所说的内容中没有感到共鸣，请将它留在后面。现在它还不适合你。也许其他的时候，你会回来阅读这个部分。但是，现在就随它去吧。放下它吧。请相信你自己的洞察力和分辨力，因为你在道路上，你在任务中。让你的共鸣对你说话，而不是无论什么老师或实体的意见，我们感谢你们的这份恩惠。

今天你们询问关于在这个你们称为圣诞节的时间，你们会有什么机会。在那一点上你们是非常正确的，这是一个各种可能性都成熟的季节。自从那个被知晓为耶稣-基督的实体在地球层面诞生、活着与去世，到现在已经超过两个千年纪了。对于那些想知道为什么这个实体会有这样的持久后劲的人，我们只能说这个实体是一个真实的历史人物，一个很早就感受到他的呼唤，并无尽地为之学习的实体。

当他的时间到了，他走进那个曾去过很多次的沙漠，对他的表兄约翰说，「约翰，为我施洗吧。」

约翰非常苦恼。他说:「我不配」，耶稣坚持这么做，于是约翰遵从了并用水为他施洗。而约翰没有领悟到的是，耶稣将用火为所有跟随他的人施洗。这两个仪式非常的不同。用水施洗有悔悟与回归的能量。用火施洗有创造一个新天堂与新地球的能量。

耶稣开始四处行走并在加利利沙漠的落满灰尘的各个城市中讲话。他经常给予简单的故事，然而这些故事把那些听众的心智从他们以为熟悉的世界带走，接着带

入到一个神秘与矛盾的世界中。

他的教导并不是那些教会的教导，我的朋友，因为在耶稣基督死后围绕着他而发展起来的教会已经越来越变成一个政治野心的工具。在给耶稣基督的语录装上华丽的服饰之后，那些所谓的教会的神父们不再寻求耶稣教导的核心，而是寻求创造一个强有力的教会，一个可以聚集影响力与金钱的组织。

于是，所谓的耶稣基督的教会几乎是从最开始就腐败了。每一个教会神父都从(原始)圣经中摘取自己偏好的福音，将其他部分从圣经中去掉，然后他们就感到完全受保护了，例如耶稣自己教导的转世重生的概念，但是在四世纪 当基督教成为罗马的国教时，这个概念被认为是不合适的。

自从耶稣行走于加利利满是灰尘的丘陵和山谷，整整两千年来，教会已经越来越在腐败与陈词滥调中迷失了。而耶稣的言语却留了下来，它穿越许多个世纪，一直呼唤着每一颗心。这一切都开始于伯利恒的一个马厩，或者故事就是这样开始的。

耶稣基督的寓言是以它们非字面的价值而闻名的，甚至在他最初的门徒中也是如此。以种子的寓言举例。耶稣给出了一个关于落在不同类型的土地上一粒种子的故事。有时种子会落在优质的土地上，生根并繁茂。有时种子会落在石头上，无法找到生根的地方，它于是死去。在各种类型的土壤中，在种子身上会发生各种各样的事情，耶稣全部都做了解释。当耶稣看到他的门徒们正在看着他，彷彿他已经发疯了，他解释说，种子就是「道」（Word），他可以向每一个人提供「道」，但是，他不能软化他们心之土地。在他到达那里（播种）之前，土地需要变得松软。

请记住，根据福音作者约翰「太初有道，道与神同在。道即神。」那个道，那理则，就是无条件的爱的一个活跃原则，直到今天，仍然如此。

有很多、很多实体，他们从来没有成为基督徒，也永远不会成为基督徒，但是他们热爱耶稣基督的言论与寓言，因为它们的纯净与清晰。耶稣的声音是爱的一种真实声音。他最后的话包含这些：「父！宽恕他们，因为他们并不知道他们在做什么。」[1]

我的朋友，这就是你的情境了。地球上的人类一族从未完全地理解心，也从未完全理解他们所做的事情的副产物与结果。他们从来没有理解，保卫一个人自己的种族，为种族收集资源，抵抗那些被他们解释为敌人的人，怎么可能是错误的呢。

他们从未掌握耶稣简单的教导，一切万物在爱中都是一体的。

说「在基督中 全体是一」是很容易的，但是，如果一个人不是基督徒，那么说就是没有意义的。我们并不是要将其强加给你。但是我们希望你理解，耶稣基督之名的力量是一种超越任何信仰系统之上的无条件的力量。它是耶稣之所是的实体与生俱来的一部分。他但愿成为无条件与绝对之爱的示范，他做到了。

在耶稣-基督实体里内没有审判。根据(圣经)故事，他和两个强盗犯一起被钉在十字架上处死。他们中的有一个人充满仇恨，而另一个人更察觉他的状况，他转向耶稣说，「主啊，当你进入天国，你会记得我吗？」耶稣立即说：「今天，你将与我同在天堂乐园中。」[2] 你看，他已经在水的洗礼中转变并悔悟了，接着他

转向耶稣并接受了火的洗礼。真理之剑触到了他的嘴唇，于是他的罪恶[3]就消失了。

你们每个人，我的朋友，都有一个马厩。里面居住着你的心。你经常去探访它吗？你会进入那里并感觉你脚下粗糙的稻草吗？你能闻到那干草、灰尘和温暖的动物们的热情与亲密的气味吗？你能看到那抱在母亲怀中的小小的婴儿吗？他来到这里是因为他爱了，他想要爱我们。你能想象你自己的灵性复合体就好像一个在刚刚投生进入这个世界的婴儿吗，那么的幼小，那么的脆弱，那么的柔软，那么的易受伤害。

你有用(圣母)玛丽亚之爱来振作你自己，激励你自己并给你自己穿上爱的斗篷的机会吗？你能够鼓励这爱的存在，你内在的灵性，去生长、繁茂并开花吗？你会去帮助那个你内在的婴儿，那个灵性自我之婴儿，让它变得能够注视着这个经常黑暗，经常混乱，经常不可理解的世界，并爱这个世界吗？

这个世界想要你审判它。耶稣-基督会要你爱它。对于那些统治着政治舞台的人们的心智而言，再没有什么事比鼓励去爱，打开心胸和滋养每个人内在的灵魂之爱更遥远了。然而，在一年中的这个特别的时刻，全球的人们都已经被这基督婴儿的感染性的图像给逮住了：爱之上主，全然地依赖于温和的玛丽亚，躺在马槽的粗糙稻草堆中，与牧场的牲畜和牧羊人分享着马厩，马厩的上方漂浮着希望的星辰。

什么是希望？那位叫做保罗的实体说，希望就是对于无形事物的知识。[4] 你在寻找那无形的事物吗？你转向静默了吗？你是否走入马槽并跪在稻草上说：「主，我已经抛弃了最后一丝伪装，我已经真正的贫穷了，在我心中除了服务

于?的意愿，再无任何其他妄想。」

我们鼓励你在这个季节花更多的时间在你的马厩中，跪在稻草上，快乐地与你自我中的无限、永恒之灵魂与灵性的那部分相邻而处。你不是代人照顾婴儿。你不是保姆。不管你的生物性别，你就是玛丽亚。你来到这个世界是来扩大爱的，是来成为太一造物者的无限爱与光的一个焦点。

在所有产生公司和战争的文明中，侵略性如同众多河流在你周围流动，这是你在这个世界中的体验，但它们无法淹没爱之声。

再一次记起那位名为约翰的实体说过的话，「光照在黑暗中，黑暗无法扑灭它。」[5]，这是一个黑暗的季节，一年中最长的黑夜即将到来了，那是一个魔法的时刻，将所有的负面性抛弃到黑暗中并拥抱光的时刻。不要简单的抓着任何类似耶稣或你的古鲁的衣角进入光中。耶稣期待每一个跟随着他的人都穿上基督身分的斗篷并成为爱的声音，爱的思想，爱的双手与双脚，爱的意愿与爱的智力。这是一个睿智与慈悲的人，一个唤起跟随他的人们心中无条件与绝对之爱的存有。当那位简单的渔民听到有人告诉他:「来吧，我将让你成为得人的渔夫。」[6]想象一下他的诧异与惊讶吧。想象一下，当一个谦卑的税吏计划着对付一些可怜农夫的下一波行动时，他听到召唤，于是放弃了收税转而去服务全人类。[7]

是的，他们都很震惊，但，是的，他们都同意了，接受了一个狂野的、几乎令人无法置信的概念，无条件爱的概念。有多久时间渔民和税吏从未被给予内在生命的真实价值呢？有多少年他们活着却从未认为他们自己是「灵性的」呢？他们需要一个深具魅力的人物来唤醒他们。而多少世纪以来，没有任何事物比婴儿耶稣躺卧在马槽里，沐浴在希望之星的光中唤醒过更多人。

这是一年中去拥抱光的时刻，最重要的是，去欢庆、感谢，不是去反叛黑暗，但知晓，黑暗无法熄灭光明。你内在的光是脆弱的，不过它是你内在最真实的事物。

当你质疑你自己时，批评你自己时，当你审判你自己时，感觉你的自我价值低下时，你都在熄灭自己的光，你可以做得更好，你可以做的更多，你可以做其他事，无论用哪种方法，你都必须找到一条服务的道路。我的朋友，你现在就在服务，就在这个时刻。只要你的心是开放的，只要你爱那些你遇到的人，并且允许他们爱你，你就走在从第三密度毕业的正轨上，你将不费力的做到，因为一切关乎爱。

有一种日常的元素，它每天都渗透到魔法中。它仅仅只是一片林地，它仅仅只是一片森林，然而森林中却有小仙子，林地中却有自然精灵。它仅仅是一片天空，然而天空中却有科学家无法解释的奥秘。当人类凝视着最微小的事物，原子，他们发现了新的奥秘。为了解释电荷，他们遭遇到更多的奥秘。设法解释重力，科学家们一头撞入迷宫之中。他们能够解释造物中能量的效应，他们却不能解释他们的本性。他们使用的是他们并不知晓的事物，而他们制造的创作物却是如此令人震惊以致于它们已经完全的改变了世界。但是，只有爱一直保持原样— 不管在哪一个时刻，因为这是一个完全由爱组成的宇宙。

因此，享受圣诞的灯光吧，它们勇敢地与四周的黑暗对峙。享受赠送礼物和接受礼物的过程，它们是被给予的爱和收到的爱。享受所有非营利组织友善地为你竭力争取的机会吧，他们需要你的钱，这样他们能够对其他人有所服务 好像红十字会和救世军的人们，他们日以继夜，经年累月地服务着。享受给予吧，并知晓

它是所有人的一个基本权利，因为所有人都记得，一个微小的实体，他无法说话，无法行动，但是他进入到他的人生中，并在其中爱着每一个人。

找到那从你心灵深处喷涌而出的宽恕的能量吧，赶走审判与怀疑。这是爱之核心，对一切都好有信心，知晓万事顺利，去接受无可避免之苦难就好像一幕和善的戏剧，如同一个仔细安排好的礼物，这样你就可以减轻你灵魂光流中的扭曲，让生命之振动比你刚进入这次投生的时候处于更大的平衡中。

你不必知道你整个灵魂光流的细节。所有你需要知道的，我的朋友，就是耶稣在马厩中给予的 爱。在一年的这个时候，感觉天使在附近盘旋，在你的心中，让那「哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚」的钟声响起，知道你开始从内在发光。接着你的马厩就会开始做它进入你的心的时候要做的工作，然后你们成为太一无限造物者爱与光的明显继承人。

我们很高兴能够回答你们的问题，在我们问另一个问题之前，请问现在是否有关于这个问题的后续的疑问呢？

（暂停）

我们是 Q'uo，我们相信那沉默告诉我们在圣诞的主题上已经没有进一步的问题了，因此请问在这个团体中，此时还有其他的问题吗？我们是 Q'uo。

（暂停）

再一次，沉默在回响，我的朋友。我们发现我们已经谈论了你们的询问，现在是

我们离开这个器皿和团体的时候了，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们每个人。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，代表着服务太一无限造物者的天使与行星的联盟，我们祝福你们有个最快乐的圣诞节，最启发之冬至，并在你们生命中的一个全新的成长与学习的周期上，有个最佳可能的开始。

原注

[1]路加福音 23：33-34「到了一个地方，名叫髑髅地，就在那里把耶稣钉在十字架上，又钉了两个犯人：一个在左边、一个在右边。当下耶稣说：父！赦免他们。因为他们所做的、他们不晓得」

[2]路加福音 23:42-43「就对耶稣说:主阿，你得国降临的时候，求你记念我。耶稣对他说，我实在告诉你、今日你要同我在乐园里了 。」

[3]罪恶（iniquity）的一个同义词是罪（sin）。

[4]这是一个非常令人困惑的引用，但是我相信该器皿对这个诗篇的不完美回忆来自《希伯来书》11：1，「信就是所望之事的实底，是未见之事的确据 。」

[5]约翰福音 1：5，「光照在黑暗里，黑暗却不了解光。」

[6]马太福音 4:18-20，「耶稣在加利利海边行走，看见弟兄二人，就是那被称为彼得 的西门，和他的兄弟安得烈，在海里撒网。他们本是打鱼的。耶稣对他们说，来跟从我，我要叫你们得人如得鱼一样。他们就立刻舍了网，跟从了他。」

[7]马太福音 9:9，「耶稣从那里往前走，看见一个人名叫马太，坐在税关上，就对他说，跟从我。他就起来跟从了耶稣 。」

☆ 第 1318 章集：催化剂与身体疾病

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2010 年十一月 27 日

Y：这个问题是关于催化剂。从 Ra (资料)我们知道，一个在智力上和情感上没有被使用的催化剂会在物理身体上以小病痛的方式显化出来。我目前正在经历一种复发性的骨盆错位和下背疼痛。我看到它的起因在于我在表达真实本性上的困难，关于爱、慈悲和欣赏其他自我。

我经常有表达爱和感谢的想法和意图，但是我对于说出来或表现出来感到不自在。它在内在产生了冲突，正面能量希望被表达，但是表达不出来。骨盆区域和下背是在第二脉轮的影响范围内的。在情感体中，这个脉轮是涉及自我和其他自我之间的关系。

这就是我的思路。你能不能确定一下这个思路，或者我在哪里有误吗？如果你同意我的解释，针对我向外表达正面的、爱的能量，真实的自我之过程中的这些困难，你是否愿意对这其中所包含的任何灵性原则进行评论呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。感谢你们呼唤我们加入你们的冥想团体中。能被如此呼唤是我们的荣耀，我们也高兴地与你们探讨关于肉体的催化剂与疾病的问题。

然而首先，一如既往，在我们的谈话之前，我们请求你们每一位听到或读到这些话语的人，请使用你们的分辨力和洞察力，从我们所说的内容中拿取那些看起来对你们有用的部分，工作于其上，而将其他的留在后面。我们所有的话语不可能为你们每个人都正中红心，所以我们请你们从中挑选出那些与你们共鸣的。如果你们愿意这样做，我们将会在分享我们的想法时候感觉更舒适，而不用一直担心我们可能会在某些方面侵犯你们的自由意志或者打搅你们灵性步伐的节奏。我们感谢你们在这方面的考虑。

你们每个人都拥有一个肉体和一个与各个脉轮相连的(能量)体。这给予了你一套敏感而复杂的载具，它可以表达你各个层次的能量。更进一步，你可以从你的高我，从天使与内在指导灵那里获得引导，它们都是都是因为你的灵性的本质而被吸引到你身边的，你也可以从做为一个整体的灵性中获得引导。那就是说，整个宇宙都在与你一致地振动。取决于你选择依赖什么来拓展你的能量，造物自身也会用与你的能量和谐一致的方式来回应能量的支出。

因此，也许我们要说的第一件事情是，当你查看你的思想、感觉与正在显化的身体疾病之间的内在行为的时候，它不是一个类似你们的心理学家会提供给你的一个简单的模型 精神与肉体，心智与身体，或者情感与身体。身体表达你的实质的各个层次的系统是一个复杂系统，从处于最顶端的你的个性、冲动、自发性、当下，向下通过你的能量消耗的各个层次进入到你的意识的最根部，超越它，进

入到你灵魂之光的一体性能量中。

因此，当涉及到心智与身体或者情感与身体的连接的时候，即使不是不可能，也不大可能，一个过分简单化的概念就可以证明出一个可靠的答案。我们不是试图劝阻你做这样的假设，例如，因为身体受影响的部分是在橘色脉轮区域，应该有一些正在影响身体的事物是与思想与情感内在的关系有关。我们真正希望去做的是，鼓励你们从刻板的联系上离开，帮助你自己用一种说书者的态度来考虑情感、思想和物理身体之间的这种关系。

当一个说书者讲述一个故事的时候，故事中有一个部分，也许是故事的主干，就只是字面上那样而已。但是在故事中有一些其他的元素，它们将这个故事变成了一个荒诞故事或一个奇谈，正如俗语所说的，一个被渲染来强调某些特定方面的传说。给你讲述一个你似乎正在经历的疾病的故事，这是有帮助的。它有助于放松思想，想象自我坐在营火旁，向另一个人讲述这样的故事，用这样一种方式，它捕获了一些在心智与身体的字里行间中的奥秘。因为那在你内在的并不简单地只是一个想法。它也不只是可以计算的，就好像这个器皿谈到计算机的时候会说到的。它不只是一个仅仅为了智力性的思考、逻辑性的推论和逻辑用途的工具。它同样是一个可以极大地进入直觉、洞见、诗歌、你生活旋律的心智，那生活之旋律不只是言语，还是一首歌。

在许多情况下，当身体有疾病时，它不是简单的一个人的主要脉轮表达的基本的故事，这种表达在橙色脉轮的情况下就是自我与其他自我关系。也有人的一生都生活在故事里，体验深沉的，所谓的正面和负面的情绪，那就是你的故事。故事里有泪水，有坏笑，有心碎，有苦难。故事里有所有造就你成为一个独特的存在的内在的过程，它们无时无刻地用你自己独特的方式响应着在你生命中的催化

剂。这个造物中没有任何人能用和你一样的方式来响应。你的能量消耗是你自己的选择。当你在灵性生活中慢慢成熟，你的选择也会越来越不同寻常，因为你撼动了这个器皿称之为「网络流言」(buzz)或「母体」(matrix)的文化性反射作用，它在其控制的影响范围内，吞没了你周围的人们，也吞没了你。

确实，你可以有意识地选择不成为母体的一部分。你可以关掉你的电视机；停止阅读报纸。然而，因为你是一个社会性动物，你的生活被关系所围绕，当你着手处理你的日常事务、做你的工作、购买你的舒适品和生活用品，你就在捡起那网络流言和母体，它无处不在。即使你完全的避开人类社会，它还是会以各种形式[你自己的问题，内在的紧张与动力]影响着你。换句话说，这是你自己消耗能量的方式— 心灵能量、智力能量、情感能量、灵性能量。

你会注意到，我们并没有提到身体能量，虽然它肯定是一种能量的形式，这是因为你的问题主要关于内在工作对你的身体载具及其健康可能产生的效应。

在一个人的生命过程中，会有一些重复的课程。它们重复不是为了来惩罚你，而是因为它们是你塑造你这次人生的方式。

在转世投生开始之前，你和你的高我会仔细的设置在那次投生中的关系、天赋和挑战，它们如此设计是为了帮助你减少你灵魂之光内在的扭曲。你希望在这次生命中训练你的人格，并在爱、智慧与力量三种能量中，将它更多的带入自身平衡中。

有很多的实体他们的目标就是开放心轮。而在他们投生前的评估是他们在智慧方面有一些的过度的平衡，因此一个特别的投生的挑战就会设置为提供可以产生开

放心轮的结果的催化剂。

对于其他人，因为在投生之前有很多很多关于完全自我的信息可以获得，他们对自己也会有一个见解。他们会觉得他们的内心已经有太多的东西，尚未尝试去学习智慧的道路。那些人经常会是流浪者，他们从天父之造物的其他地方，另一个密度来到这里，他们发现他么自己对智慧并不感兴趣，他们仅仅对最热烈、最慈悲的爱感兴趣。然而，这多少是一种扭曲的平衡，因为慈悲和爱需要被智慧来平衡，于是就有慈悲之智慧和智慧之爱。

也有一些人他们关注于被称为力量的事物，力量是透过对人格的锻炼在爱与智慧中创造出来的。当一个实体已经非常好的锻炼自己，他的议题就变成了正确的使用力量。它要嘛与爱联系，要嘛与智慧联系，或者同时与两者联系。所以，很难总括一句话就说明转世投生是如何工作的，因为有这三种元素都有可能成为设置一次生命的投生课程的基础。

然而，你设置了你的生命，你的想法是将它设置为螺旋，而不是如许多人感觉的，重复。当然，那个影像可以是那向上移动的螺旋楼梯，然而，如果你从底部向上注视着楼梯，你就能看到楼梯中有一些点在每一个螺旋中重复。它是与螺旋的中央相关的相同部位，然而，每次一个课程重复的时候，你也处于你心智、身体和灵性演化上的一个不同的位置。

所以，你一直在你此生的课程上工作。你可以将它想成是在生命学校中的一次独立学习。当它再一次发生的时候，你不会简单的说，「好吧，那是一样的事情。」因为你已经处在你发展中的不同的位置了。所以当它发生的时候，就把它看做是一个新东西，如此地考量它。

理解投生的课程是如何工作的益处是，当你看到一个人生的课程再次发生的时候，当你看到或听到你的主题音乐响起，你大可不用觉得灰心或失望。你可以简单地说，「啊哈，我的人生主题又来了。是时候在这种情况上付出一些真心真意的荣誉、尊重、支持了，这样我就可以打开这个我一直被给予的礼物，感激它并与之合作了。」

我们并不是用任何方式说，类似叫做 Y 的实体所询问的疾病是很容易承受的。我们说的是，即使是一辈子的挑战，它也可以是(一个人)带着感恩来开启的礼物。

现在，让我们注视这个询问的前提。它有很多部分是准确的。确实是这样，没有被心智和情绪所使用的催化剂将通过它自己的方式在肉体上表达出来。但是那个陈述并不是全部的图像。那个陈述是一个关于电性体[或内在自我]与物理身体[或外在自我]之间的关系的一件根本事实。

我们发现的一个有帮助的事情是，如果投生前设置的参数没有被满足，有很多实体会选择各种方式来改变他们的环境。这就是说，理想的投生课程需要一定数量的特定类别的内在工作。例如这个器皿中，就有一些参数需要被满足，这些参数涉及用来支持外在工作的所完成的内在工作的数量。在这次人生中，一次又一次，这个器皿必须完全停下来，这是从身体上来说的。当这个器皿除了内在工作以外无法做任何事情的时候，平衡总是会重新获得恢复，于是，非肉体能量的频率就能够与肉体能量一同进入平衡。

为什么人们会在自己的道路上设置这样的障碍呢？这看起来是会起反作用的，它阻碍了自我在极性上看起来是服务他人的活动，还得提供舒适给自我。原因是，

自我在投生前的渴望是在爱、智慧和力量的平衡上工作。从这个角度上看就会有希望，当一个人发生疾病而无法进行身体活动的时候，将会创造一种气氛和环境，在其中内在工作会更好的完成。通过自由意志的行动，自我仍可以拒绝做那个工作。然而，做这个工作的机会通过疾病已经被给予了。

我们希望提问者理解，我们环绕这个问题，以对提问者极大的谨慎前进，我们不希望侵犯她的自由意志，但是却希望为她涉及这个问题的思考提供可能性的资源。因此，如果我们看起来离开一个主题并来到另一个，这是因为我们感觉我们已经用尽了某一个领域的有用的资料，因此移至另一个想法上，这就是我们现在所做的。

我们现在来看一会儿脉轮系统的复杂性，有两种方式我们可以来用来考虑橙色脉轮，它们都不会马上就被想到。关于橙色脉轮的一个有趣的方面是，虽然它是完全地涉及到关系的，自我与自我的关系和自我与其他自我的关系是一样重要的。经常地，当心智与心轮中有催化剂没有被自我使用的时候，它与自我的关系有关，而与其他自我的关系无关。

当涉及到脉轮阻塞时，一个非常诱人和魅惑的想法就是盯着其他自我，彷彿其他自我对这种情况有作用，然而，这样的情况却不必然可以精确地假设其他自我涉入其中。非常频繁的情况是，自我与自我的关系创造了催化剂并最终显化为肉体的不适。

现在，怎么会这样呢？一个自我怎么会与他自己有关系呢？答案在于你被构成的方式。你看，你觉得好像你是一个封闭的系统，但在实相中，你是一个开放的系统。你是一条灵魂光流的一部分。一旦你完整的自我的回声与暗示发现因为你开

放的心而可以持续地通过智能无限的大门时候，它们就会这样做，这将在你所寻求的这个或那个方面为你提供已拓展的意识。

你读过的某些作者，偶遇的某些诗句，听到的音乐，这些提供智慧的声音，不论你用什么方式无意中发现它们，它们都是你过去已经处理过的声音的一部分，那些言语也将特别地与你共鸣。在很多的能量已经在其他的转世中被拓展过的地方，它们的强度仍在徘徊。

所以，从神秘而来的感受与情感也许与你在物理环境中的直接体验没有什么关联。你是一个神秘的存有。大部分的你是隐藏的。

行进穿越这一生是种荣耀，以这样的方式，你能够一点一点地增进清晰度去看见你是谁和为什么你在这里，你变得能够用一种不同的方式看待自己，不再视你自己为一个有限的实体[拥有这种或那种特征]，而是视你自己为一个包含万物的无限存在，于是你就可以有广大数量的可能性，不是一些数量 而是无限数量的可能性。

这也许看起来不是直接地有助于关于你身体不适的情况和它们是如何发生的问题的思考，但是它有助于你获得一个关于自己和你的潜能的越来越无扭曲的视野。当你丢弃了所有形式的恐惧的时候，你就会拥有极大的心智、身体、灵性的健康了。

而这一点同样适用于橙色脉轮以及自我对自我之间的关系，你也因此可以视你自己为一个内在有很多声音的实体。那里有你母亲和你父亲的声音，你的老师的声音，这一个老师，另一个老师，又一个老师，还有你朋友的声音，爱人的声音，

伴侣的声音，孩子的声音。所有这些可能性都是对你有效的。它们听起来就好像你自己的声音，感觉起来就好像你自己的人格。但是，你并不是透过学习获得它们，而是因为这些声音已经在你耳朵里有足够长的时间，以至于你开始将那些其他实体对你的概念，其他实体对你的意见都内化为自己的一部分。

当某个人对你不尊重的时候，这并不是件小事情。如果你的父母对你说，「你不好。你永远不值得任何东西。你永远没法做好那事情。」一次又一次，每一次你内化那些声音的时候，它都会伤害你。那些都是恐惧的声音，它们并不准确。

每个实体都有尊严、正直和卓越的自我。自我的概念本是理解自我、尊重自我与爱自我，而那些试图夺取自我的概念的声音对完整的心智、身体、灵性的健康是有害的。这就是为什么我们谈到恐惧与爱，因为那些恐惧的声音需要被宽恕并被允许离开，轻柔地 但坚定地 (这么做)。当一个认为某个人没有价值，愚蠢或者糊涂的想法进入到心智中，消除它，并知道它并不准确。

当你工作于澄清你对自己的理解时，我们强烈地推荐一个活动，那就是集中注意于当下此刻。全天候观察自己。但你看到一些事情在你内在触发了一个冲动，集中注意于那个触发物。那个触发物是一种未表达的痛苦的信号。

在一天结束的某个时候，给你自己找一点点时间和空间，于是你可以反思那一天并沉思每一个触动你的触发物。例如，你有过一个激怒或急躁的反应。当你遭遇到某些埋藏在你内在的过去曾引发的痛苦的事物时，这种类型的反应就会发生。

对于每一个处在肉身中正在观察的灵魂，其他部分的世界就好像一个镜子的大厅。它帮助你看到你自己。当你对其他人的行为反应的时候，是因为你没有在自

己的内在发现它。你还没有宽恕它。你还没有请它与你一同工作，为了善，为了光，为了无限造物者的爱而一同工作。所以，它还留在你的阴影中，未被整合，也未被认出。

因此，那些激怒你，使你急躁、愤怒、妒忌或者让你产生任何似乎很困难的情绪的人，他们都在帮你的忙，将你的注意力带到被你所忽略的自己的那一部分上。

为什么你不想要忽视你内在的杀人犯，你内在的通奸者或诸如此类？

但是，我们并不是建议你将所有这些角色都表演出来。我们在建议，当你工作于特定的情绪时，你可以凝视该类型的能量被消耗。

在很多情况下，你可以将情感的活动视为一个被埋藏的痛苦标记。也许起初那个导致你埋藏这个痛苦的事件要远远的回溯到你的童年，以致于你都不记得它了。然而在你的内在维持对它的关注是有毒害的。所以你能够越多地仔细考虑这些触发物，感受它们，尊重他们并关注它们，你就可以越多地进入你内在脉轮体的平衡中，进入你内在电性体的平衡中。

你不是透过简单地关注你的激怒与急躁而做到这一点。你要比那更进一步。在你聚焦在这些情感并真正地关注你自己的痛苦之后，你接着可以请求经验那个情感的反面。就好像负面的情绪是基于恐惧的，所以，正面的情绪是基于爱的。你请求你自己允许激怒与急躁的动态反面的情绪被你感受到，强度上与你所感受到的激怒一致。

你并非致使它发生，而是你允许它发生，通过设置你的意图去感觉它，并接着允

许它自然地发展。一开始这会花一些时间，但是很快你就会发现你对这个(过程)已经抓到窍门了，你能够在心智中保持住基于恐惧的急躁和激怒的情感，也保持住正面的，基于爱的慈悲和宁静的情感。当你能够同时看到两者并知道你同时是这两者的时候，涉及到那个特定情感的一种疗愈就发生了 …

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

…于是你就可以释放痛苦，并感觉自我比那个痛苦更宏大，并因此从那个催化剂的经验的囚禁和限制中得到释放。

我们要对提问者说的是，与自我建立一种没有恐惧、没有紧张、没有审判、没有导致沮丧的倾向的关系，这是很好的。一辈子的日子是非常有限的，从对自我的审判中赢得自由并在自我与自我之间的关系上取得和解，这是很好的。这个器皿经常将这样的工作的理想的结果描述为坠入对自己的爱河中。当你爱上某个人，他们怎么做都不算错，他们可能会犯错，但这些都是小事。那个人的实质是如此地被欣赏，并在一种如此强烈和清澈的光中被看到，以致于有一些简单的方式去爱那个实体，基于他们的不完美，也基于他们的完美。

对于一个深思与敏感的寻求者而言，以那种浪漫的光辉来爱另外一个人，和以同样的深切的欣赏和尊敬的光环来爱自己比起来，前者要容易的多，然而，亲爱的人们，你们是完全值得这欣赏与尊敬的。你已经一次又一次的赚取了它。你是值得的。

当橙色脉轮被无价值感所危害的时候，它也会在靛蓝色脉轮反映出来，因为靛蓝

色脉轮是更高脉轮，在其中自我沉浸于对造物主的奉献之中，它允许自我在意识中工作并成为光之被动辐射的通道。

所以你看，在脉轮身体之间是有一些共鸣与内在的联系，脉轮到脉轮到脉轮，在身体如何显化未使用的催化剂的情况上，那是非常微妙的影响。

最后，我们希望谈谈心/身/灵固化痛苦概念的倾向。我们并不是说那些痛苦和不适不是真实的。当肉体被危害时它肯定会抱怨。肉体会这样反应是它的一种本性。然而，这种似乎在表面上的痛苦并没有那种固化如水泥一般的质量。

再一次，你是一个开放系统，你会因为能量消耗而易受伤害。因此，痛苦可以比它看上去的远为透明。确实，可能会有一些机会，当肉体经历一个困难和痛苦的经验，这样的挑战将允许自我处于一种情感的环境中，于是自我在一个极其激烈的程度上，被高举进入光中。

之所以能这样是因为痛苦在聚焦心智和身体方面有一种非凡的能力。因此，在一种聚焦的状态上，心智和身体更容易受到意识中的工作的影响，在意识中，不舒适会在其中集合自我，于是如果心智接着转向灵性的目标，例如对太一无限造物者临在的飢饿与渴望，那种高度的聚焦就可以成为一个进入光的通道。

这就是身体上的不适、情绪、心智上的不适或者灵性上的不适所带来的微妙礼物。

最重要的是，我的姐妹，我们认为在涉及身体不适、情感的痛苦、心智的苦恼或者灵性的灵魂暗夜这些方面，是不存在惩罚的。它们都是环境，也就是说，你们

所走入的房间，在其中能量会赋予特定的礼物。如果你太过于按字面去的理解每一间房间的环境，你会对用真理的某些版本来僵硬地面对你自己。我们鼓励你换一种方式，对自己保持开放与无所恐惧，更重要的是，不再审判自己。与其考虑你本来能做什么或者你应该做什么，不如考虑为什么你在这里，你是谁和你真正在追寻什么，要成为什么，在你的这次生命中显化什么。你说过你在表达爱方面有困难。对你自己表达爱吧。在你自己内在如此工作吧。如此工作一直到你发现你可以自己穿越一整天也不会有任何一刻对自己说，「那真蠢，我还是没做好。」让你自己爱你自己吧！如果你可以对你自己说：「我爱你，我尊重你，我荣耀你，我支持你。」你很快就会能够对别人说这些话了。

现在请问那位叫做 Y 的实体，关于这个问题她是否还有后续的疑问。我们是 Q'uo。

Y：好的，最初我确实有接下来的问题，但是我想你已经回答它了。我本来想问的是，是否肉体的小病痛，无论是什么不适，例如一次简单的感冒或脚踝扭伤，都是在心智/情感层面的不平衡的能量的一种显化，但是，对于我所想的，你已经说的比它复杂的多了，并且包含其他的事情了。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们肯定会同意你，该图像比那个要复杂很多，但同时我们并不希望你丢掉那个对基本原则的简便、逻辑化的理解，即当你遭遇的催化剂没有在心智和情感层面被处理时，它会在身体中显化。它仅仅是说，有一些可能性，与那些身体反应有关的事情，你不能仅用（分析）情感或心智的催化剂的方式来完成，而当一个人在灵性层面更加的敏感，灵性被更大的启动或觉醒时，这种情况也会变得更加的可能。

例如，如果该肉体中被放置了一个电性系统，它仅仅略为兼容行星地球的振动和环境，当身体因为投生前的选择而采用与地球有差异的布线时，就会有一些不可避免的挑战。因此，要在催化剂显化在肉体层面之前就能够在非肉体层面完全耗尽这些催化剂，这是不可避免会有失败的。在这样的情况下，你需要给予你的肉体全部的功劳，在处理地球的振动与第四密度、第五密度或第六密度环境的截然相反的振动方面，就是依靠你的身体才能处理这种深具挑战的情境。然而那个身体勇敢地承载着你，无条件地支持你，并且为你提供了成为你之所是的机会 如同所有第三密度实体之所是。

行星地球是一个了不起的地方，在这里无限可以在有限中表达；那就是说，在这里形而上的能量可以有一个家园与一个场所在物理幻象中辐射，在许多方面，该物理幻象是如此的沉重、如此的黑暗、如此的受限制。你就是这个世界的光。当不适发生的时候，就让那(事实)成为你的安慰吧，它将给你力量来迎接那不适的时刻。

我们是 Q'uo，我们发现这个器皿的能量开始衰退了。因此，在太一无限造物者的爱与光中，我们将要离开这个器皿与这个团体，离开你们每一位。我们是你们所知的 Q'uo 原则。我们用全部的心意感谢你们的勇气和寻求真理的决心。我们为你们的美丽而惊叹不已。

Adonai，我的朋友，Adonai。

Digested & translated by T.S.

(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1319 章集：Oxal 的故事

Copyright © 2002 L/L Research

密集冥想

1990 年十一月 17 日

(无名氏传讯)

我是 Oxal，我在无限造物者的爱与光中向你们致意。这个实体已感知我们的振动，我们感到至为欢喜，这个器皿没有立即接收该振动，因为我们的核心强烈地偏向智慧，而一个强健的慈悲和智慧的知觉此时尚未在我们的配置之中。

无论如何，我们至为感谢地被这个器皿呼叫，因为我们发现自己和 S 器皿、Jim 器皿有更为亲近的适合度，特别是名为 S 的器皿。因此 我们透过这个器皿向你们致意，接着转移通讯到 S 实体那儿，表达一些有益的信息，我们是个强健的振动来源，但相比其他一些来源，我们的振动比较窄频。所以，这个器皿主观地感知我们的通讯从她的头部顶端的背后进入其肉体载具的能量网络。此时 我们离开这个器皿，并至为愿意地保持耐心，只要 S 实体调整和适应自己的器皿，就可以舒适地加入我们的通讯。

我属于 Oxal 群体，现在转移到 S 实体那儿。

[停顿]

(S 传讯)

我是 Oxal，我在无限太一的爱与光中向你们致意。对于能够透过这个器皿表达我们的想法，我们有种巨大的温暖感觉。因为，的确，如这个器皿已经猜想到的，对我们而言 彷彿是回家了。

我们在这个能量网中很象是在家的感觉，而在这个能量网中找到一个声音给予我们在第三密度中一种活力，那是我们忘却好些时间的东西。我们发现今天有好多可以谈论的东西，但或许没有一个比喜悦的话语更适切，以及我们从内心深处感受的欢迎，当我们寻求身体、心智、灵性复合体之内的共振，该器皿正在对我们更细微的致意敞开。

我们 Oxal 属于智慧密度，我们寻求一条路通往慈悲调和智慧的密度。我们和其他第五度的社会记忆复合体一同研读，跟随那些宏伟的金色存有，你们知晓为 Ra 的群体。我们和你们认识的 Latwii 群体[和我们的密度相同]一起合作，而这个器皿正开始熟悉开放自我，接收通灵讯息的艺术。由于我们的能量倾向于相当厚重，因此对于新进的器皿是种相当具挑战的能量，所以他们在一开始和比较温和的 Latwii 一起工作是洽当的，Latwii 群体早已开始相当程度地转向慈悲，因此，他们卓越地适合扮演抚慰者的角色，特别是对那些开始开放自我，准备成为器皿的实体，有助于表达来自较高境域的爱。

一如往常，该实体的自我决心和自由意志将决定我们是否在未来定期参加集会。因为和这个器皿的能量匹配程度很高，即使现在，我们感觉这个器皿对这个匹配的欣喜，如同我们一样欣喜。如在座的所有成员早已推测的，优异地传讯的途径完美地类比于一般的灵性发展；在获得必要的元素和技巧之后，要成为优秀的器皿几乎完全取决于人格锻鍊的成就，标记了灵性的成长；所以它可以在这个幻象中越来越多地表达第三密度独有的特性。

我们宣布在座的所有成员的原生家乡都属于其他密度，因此和这个密度以独特的方式相关联，我们感觉这对你们并不是新的信息。因为除了那些首次穿越第三密度的实体要学习的课程，你们流浪者带有特定的任务和责任，可以视为带来一道独特的光，一种特殊的偏好。所以，就某种意义来说，该流浪者的任务是复合的，该任务和他从其他密度带来的独特天赋成正比，于是他运用这些天赋以服务那些寻求的灵魂，他们是如此地飢饿，想要探寻以超越第三密度，选择的密度，的限制。

我们想要清楚地表明一点，永远地、绝对地，那就是我们请求你们仅仅根据需要做选择的角度去理解我们所有的想法和话语，我们恒常地反覆讲这个选择，也就是极性的选择。我们感觉这个团体的所有成员都已做出这个选择，有些成员如此精致地选择，他们正在发现的过程，发现该选择渗透深入到心智之根；同时触发一个忆起自己是谁的过程。若这个过程尚未良好地开始，我们就不能够和这个团体的任何一位产生联系。我们为此欢庆，同时鼓励你们恒常地警戒，恒常地谨慎，因为陷阱是众多且突然的。当我们讲述如何保存灵性途径的议题，再多的警觉也不算太多。我们发现伟大的智慧调和伟大的慈悲早已是这个团体的思考的一个资源；我们推荐你们不管任何时候，只要出现这种机会，即刻饮下这盅雅致与芬芳的酒酿。

我们发觉，这个器皿正在暗示我们够了就是够了，如果我们可以，我们将转移这个通讯到 Jim 实体那儿。我是 Oxal。

(Jim 传讯)

我是 Oxal，再次地，透过这个器皿 在爱与光中向各位致意。我们已经和这个团体、该器皿相处好些时间，并有机会讲说我们的想法。我们为此非常地感激，此时，我们愿意额外地回应在座各位可能有的任何询问。现在是否有我们可以讲说的询问？

Carla: 我有个问题，但它可能牵涉到自由意志法则。我有些概念可以建议给一位女性朋友，她的身体有残疾，她的能力受限于(...)多发性硬化症(...)。

我是 Oxal，我们扫描你的心智。虽然在某种程度上 你是这个实体的老师，你和她是一体的，如同你在此时和所有地球上的第三密度实体也是一体的。因此 你可以给予这个或任何其他人建议，而不会产生什么困难；因为每个实体可以自由地接受或拒绝任何这类的建议。

是否有进一步的询问，我的姊妹？

Carla: 在这一点没有问题，我极为高兴地听见这个 (...)。

我是 Oxal，我们也感谢你，我的姊妹，是否有另一个询问？

S: 是的，Oxal。我想知道你们可否说一点关于自己的故事，任何你认为适当的内容。

我是 Oxal，如同这个团体过去经验的所有通讯，我们是一个社会记忆复合体，因此我和我们为一。我们有很长一段时间行旅经历智慧的密度，以一个群体的方式寻求完善我们对于造物的本质、我们的位置和目标之理解。我们在第三密度进化

的环境远比你们地表和谐许多 [就我们的观察]。我们在选择的密度中移动穿越每一个主要经验周期，在这过程中越来越有效率地穿越，以致于到了第三个主要周期的尽头 我们完全合一地寻求。

于是，我们相对容易地移动进入第四密度的悲悯，并受到祝福 成功地表达无条件爱— 同时包括奉献和接受。在我们经验光之密度期间，我们仔细地研读其他第三密度的经验，我们发现 虽然大多数(星球)进展的方式和我们相似，由于许多原因 有些星球碰到困难。你们星球现在通过的经验已经引起我们的兴趣，持续了一些时间; 因为我们很少有机会如此直接地参与一个第三密度星球(的进化)，好比我们现在和你们的通讯。你们可以称呼地球为一个贮藏库，容纳许多必须重复这个经验周期的实体。因此 你们的星球受到许多其他第三密度行星的影响，这是由于许多实体的家乡是其他的行星，他们当时没有毕业，接着发现你们地球的位置和振动对于他们重修这个经验周期是最有帮助的，他们全都渴望通过这次的毕业典礼，以进入第四密度。

所以，我们在一个充满光的环境工作，注视着你们的经验特性，特别是你们在个体、群体、种族、国家之间引进显著数量的不和谐，确实，这甚至影响该行星实体自身，它现正和你们一同进化。

我们很少有机会以这种方式述说我们的想法，虽然我们在你们的发声管道[你们有些人选择的服务]的明显可及范围内，然而我们的波段相当地窄，以致于个体通常只能在潜意识的水平感知我们的信号，最常发生在睡眠或冥想状态; 因此，我们的服务最常呈现的形式为传送无差别的光与爱给那些呼叫的实体。

是否有进一步的询问，我的弟兄?

S: 是的，还有一个。你在一开始说到 你们花了大量时间寻求造物主的本质和你们在宇宙造物中的位置。那么 个别心/身/灵复合体和社会记忆复合体在造物中的位置是不是独特的，由于每个实体寻求和表达的特性是独特的，如此这般，个别心/身/灵复合体会自然地受到吸引靠近那些展现类似特征的实体，随之来到一个结合点，形成一个社会记忆复合体？

我是 Oxal，就我们的经验，同时透过观察和自身的进化过程，当实体们变得越来越觉察他们珍惜的东西和寻求的东西，因着相同兴趣有一种自然的牵引，它不必然受到你们所谓的时间或(…)的束缚。

[录音带第一面结束]

S: 是的，有没有可能描绘这些现存差异的特征，好比说"物以类聚"，“相同喜好的实体聚在一起"，这样说是否有意义？一般而言，我的脑海浮现的是“地、水、火、风"。个别的社会记忆复合体是否依照某些原则或能量线或特定式样一起工作？

我是 Oxal，再次和这个器皿同在。如果我们正确地感知你的询问，我们可以说，依照每个实体的累积经验，它逐渐成为主要的激励者，进一步地收集经验和平衡所有经验，促成实体之间有种越来越深或越来越和谐的联合关系。因此，当实体们发现特定的探索路线，持续地追寻，直到精通该知识领域，于是围绕这个兴趣的焦点，自然发展出一个同业公会(brotherhood)，容我们说。

是否有进一步的询问，我的弟兄？

S: 不，我不认为有，已经足够了。非常感谢你们。

我是 Oxal，我们再次感谢你们，我的弟兄。此时是否有最后一个询问？

Carla: (...)。

我是 Oxal，我们至为荣耀地获得这个团体如此快乐和敞开的接待，并再次表达我们对于和 S 实体达成接触的巨大喜悦，这将允许我们双方在未来进一步探索这个通讯。言语不足以表达我们的感激的深度和丰富程度。我们感谢每个器皿讲出我们的话语，我们现在要离开这个团体。我们是你们知晓的 Oxal 群体，我们在太一无限造物者无边的爱和无限的光之中离开你们。

Adonai vasu borragus。

(V)2012 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ 第 1320 章集：今生的目标

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2010 年十一月 13 日

Jim： 今天晚上的问题是关于我们很多人都会有的一种感觉，我们想知道从灵性上我们是否正在做我们进入这次转世来做的事情。Q'uo，你能够和我们谈谈那种

类型的疑惑，我们是否正在做我们来做的事情，这个问题有什么灵性上的意义？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们将介绍我们自己为服务于无限造物者的天使与星球联邦[1]的一部分，的确，这是因为帮助这个团队调音时播放的那首歌曲的缘故。我们在太一无限造物者的爱与光中，在为祂服务之中，今晚我们来到你们中间。

感谢你们呼唤我们来到你们的团队中。感谢你们能从你们繁忙的生活中拿出时间来寻求真理。今晚能与你们探讨对生命目标的疑惑这个话题，这是我们的荣耀。

但是在我们进入基于灵性上的讨论之前，我们想请你们帮个忙，那就是当你听到或者读到这些言语时，请使用你的辨别力与识别的力量。使用那些与你共鸣的内容，如果我们的想法无法与你共鸣，请将它留在后面并继续寻求。继续寻找那共鸣，它将意味着你已经找到了能鼓舞你并吸引你的资料。对于我们说的内容，如果你可以密切注视你反应，并只拿取那些共鸣的事物，我们将非常感激，因为它将允许我们确信我们不会侵犯你的自由意志或者打搅你寻求的模式。我们感谢你们给的这个恩惠。

你们每个人都仔细地规划了这次投生。确实，有一些人处于第三密度周期的起始阶段，他们都是自动投生的。当面对这次转世应该如何进行，它应该包含哪些关系，它应该专注于哪些课程，如此之类的问题，他们还没有足够的极化来承担这些决策的责任。然而，就好像叫做 L 的实体非常准确地指出，这里并不是第三密度的开始，而是在它即将结束的位置了。新兵训练营是非常艰苦的，但是它已经

接近结束了。第三密度之光正在衰弱。你不仅仅正在经历着日落，还有，容我们说，黄昏 第三密度之光的靛蓝色之暮光时分。

当它落幕之际，第四密度之光也破晓而出了。正是那些第四密度的能量创造了你们对现在所正在经历的催化剂的那种清晰的感觉。能够如此地意识到催化剂并能够地识破它，这也许看起来并不是一个极大的优势，然而你可以将其视为一个极大的资源。因为它能让你了解你并没有在愚弄自己。你并没有在做梦。你在任务中，你在你的工作中，不管你是不是如此感觉。

确实，我的朋友，你不得不从事你的日常工作，因为你已经仔细地设置了你的生命，而你所感到的那些问题将帮助你平衡爱、智慧和力量的能量，贯穿你的一生中它们都伴随着你。

重复地进行课程并不是一种惩罚。它们并不是真的重复，因为在你的学习中，你是一直螺旋向前和向上的，当你再一次的经历课程，你已经在一个不一样的地方了。你已经将你人格、文化适应性和精神缺失的洋葱皮剥掉了一层或者两层，于是你每一次都会从一个新的观点遇见那个重复的催化剂。

永远不要认为在你生活的困难之后有一个审判性的造物者。知晓你生命中那些困难的模式都是礼物。它们看上去好像很难打开。它们也许感觉起来不是受祝福的，但是它们是的。它们是珍贵的。我们过去经常的谈论第三密度的生命，而对于我们这些在其他密度的实体，一般而言，生命的确也如同发生在一个精炼炉中。当这个器皿调音的时候，她是从她小时候学到的一首歌开始的。歌词是这样的：

喔 主，请锻炼我的灵魂

让它长久地留在火中。

让它与火焰合一;

让它分享那向上探索的渴望。

喔 我的天主，由?亲自来浇铸

将它浇铸成你自己，我的主。

将它锤炼得更直更高。

喔 主，请锻炼我的灵魂

喔 主，请锻炼我的灵魂。

写下这些文字的诗人知道关于一个有意识活着的生命的催化剂的精炼之火。

这个地球的炼金炉是管用的，因为你无法完全地看穿面纱。你无法知道那个更大的图像。你无法完全的理解为什么你选择了你所选的催化剂，选择了哪些重要关系、独处的模式以及你生命中的所有议题的时候，你也无法完全的理解你为什么选择了它们。你的生命是精心规划的，你可以信任你自己和你的高我即是你正在经历的此生规划者，告诉你这些也许只是一条捷径而已。

在某个程度上，我的朋友，它是一条捷径。另一方面，它是进一步处理灵性问题的唯一方式。如果你分析你生命的目标之类的灵性上的问题，到了一定的位置，你就在试图用事实、推论、逻辑推理和分析来建造一条通往天堂的楼梯了。然而，生命却冲破了逻辑和分析的局限。生命是奥秘，而且看起来好像经常会陷入各种混乱中。在顿悟和转变的白昼之间，有着灵魂的暗夜。

只有在那些清晰的片刻[来自灵性的礼物]，一个人才能超越一切言语地知晓，一

切真的都好。第三密度中的生命的变幻莫测是无法计算也不可能预测的。从灵性上说，你生命的意义也许对于你是很明显的。也许它不是。例如这个器皿，就是那些会满意的注视着自己服务的道路的人们中的一个。她是一个不想要做任何不同事情或其他事的人。然而，当这个器皿没有做她觉得她「应该」正在做的工作的时候，催化剂就会来临。过去的一年对于她一直是个持续的神圣启发，在其中她几乎从未感觉到她能以她对自己要求的那种卓越质量来工作。

对于其他人，甚至没有这种安慰感，不知道什么才是自己对其他人的真正服务。一个人可以从他所经历的重复的主题来推断他投生的课程，但是他无法推断他真正的服务到底是什么。你的灵性寻求的道路也过于杂乱地忙碌于你的生命的节奏中、这个星球人群的生活中、人类种族不断变化的需求中。

现在让我们看一会儿灵性服务的本性。在采用一种生活方式上，一个人的第一选择是一种「生活的规则」[这个器皿会如此称呼它]。你会将自己奉献于服务他人吗？还是你会将自己奉献于服务自己，仅仅照看你自己的利益，聚集金钱、力量和影响力呢？

如果你对聚集力量的兴趣局限于你对于你自己的力量，那就是说，如果你的兴趣是在自我锻炼上，那么你就是坚定地在服务他人的道路上前进着。

如果你感兴趣的是操纵其他人来让事情对你自己更好或者让你自己更舒适，那么，除非你希望走上服务自我的道路，现在就是你重新衡量你希望如何去花费你能量的时候了，因为你在一次人生中的时间是如此之少。这些时间都是珍贵的，我的朋友。

你处在一个生命的炼金炉中，烧掉那些渣滓与糟粕，找到你内在的宝石与黄金。

我们向你们保证，你是珍贵的，充满了宝石，充满了黄金，但是就好像在自然的世界中，珍宝是藏在生活的土壤之下的。有一些人他们享受挖掘那些金沙和珍贵的宝石；有一些人满足于在处理催化剂的过程中碰到它们。无论哪条道路都是令人满意的，因为两条道路都会通向那个时刻，那时你知道了你为什么在炉子里和哪些东西正在被烧掉。

我们向你提供的建议是，真正重要的不是你是否觉得你正在做适当的事情来对人类有所服务。你就是服务的存有。透过你振动的方式，透过你保持的频率，你不可能不服务。如果你的心是一直开放的，就好像叫做 L 的实体说的她每天都尝试那样做，这个星球的心就会更加地开放。你所做的事情就会改变世界。圣灵在你的内在所做的事情就会转变全球。

你有一个目标和你与造物者在地球上的事情是紧密相关的，那是种美妙的感觉，永远不用担心你会不知怎么的就离开那种感觉了，因为你是造物者的爱之双眼，你是造物者爱之双手。你是造物者爱的言语，你是造物者爱的思想。

因为你是一个人类，因为你是地球第三密度的一部分，我们建议你们全体 最先要做的工作，是去保持爱的频率，并允许有一个空间让爱从中流过你。我的朋友，不要尝试从你的黄色能量中心来爱。不要使用你的意志来产生人类的爱。用那意愿与渴望的宝贵财宝来允许造物主的爱流过你。

与你们表面的情绪不同，造物主的爱是没有限制的。它是无限的，它早已不断流过你。因此，你只用去保持那爱的频率。保持你心的开放，让你的思想和你的情

绪处于平静，并感觉爱流过你，流入这个世界中。当你感觉那爱正在流过你，祝福她。设置你的意愿去服务，你将会超越你最狂野的梦想地去服务。

我们在这里谈到的是生活的内在目的，不是外在的工作，而是内在的工作。它是最有价值的。它也造成了大多数的区别。但是它从不显示出来。事实上，它唯一能显示出来的方式就是，当你爱的时候，爱会十倍，百倍，千倍地，从你最意想不到的地方回流给你。爱会在爱中反射。

类似地，担心和怀疑也会在担心和怀疑中反射。你所想的事情会造成很大的区别。

你如何思考你所想的事情也会造成区别，例如，如果你尝试去分析你的处境，只要你没有任何恐惧地去探查那神秘并且寻找线索，你就是一个探索者，你正在获得关于你的处境的智能，在其中不会有麻烦的效应。但是，如果你一遍又一遍地琢磨着同一件事情却没有找到答案，也没有找到安慰，于是你就可以肯定你正在将思想置于恐惧的范围内了。如果你活在恐惧中，你会将你所恐惧的吸引到你身边。抵抗那一刻正在发生的事情是一种恐惧中的练习。

这个器皿之前曾经说到她对某个情况有几个小时一直不满意，最后她了悟到她没有必要背负着这个负担。她接着在信心中宣称一切都好，并感觉到负担从她的背上卸下来，从她拖拉的货运马车中卸下这个和那个负担。

有一个可以知晓并宣称一切都好的理由。它是一个简单的理由，造物主就是爱。

你是造物主的一部分。所以你是爱的一部分。每一个你完成的微末的任务同样是

一个在灵性上鲜明与活跃的任务。没有任何东西会微末到无法歌唱造物者之美丽。灵性的道路并不是人类的道路。服务没有大小。所有的服务都是平等的。如果你清洁浴室的时候在你的心中带着爱，它和你在心中带着爱的治愈、通灵或者教导是一样大小的服务，如果一个人在教导或者治愈的时候没有在心中带着爱，在服务方面，清洁浴室的你实际上更有效率，也更有效果，并且会达到一个更高程度的美丽。

将你自己视为是一个会欣赏美丽的人，在你自己中欣赏它。无论另一个灵魂是否欣赏或者支持你、你的希望和你服务的梦想，你服务的渴望都是一个美丽的事物，它都需要你的滋养、鼓励、尊敬与支持。

人生的经历往往是惊人的。一个女人正在计划承担世界的责任，接着她发现自己怀孕了，于是她的世界完完全全的转到了另一个相邻的责任上。她生命的结构也完全地转变了，因为他的世界现在包含了养育生命和成为父母的神圣荣耀/责任，突然间为他人服务变成了养育一个婴儿并为他更换尿布。

一个男人可能会觉得自己对音乐有一种狂热的爱，他也能够在他的领域取得杰出成就，在这么多年确信他的本性就是去成为一个演奏者之后，突然他发现，一些物理力学的问题导致他无法再进行任何的演奏了。他的服务在哪里呢？他的目标在哪里呢？

因此，首先知晓，唯有信心可以确保一切都好与一切将是好的，这是很重要的，于是当你的生命发生改变并看起来好像要失去控制时，你就会知道你的目标与服务还在持续，它们与你如此接近就如同你的呼吸一样。如果你设置了你的意志去服务，你就不可能无法有所服务。你只可能不对你的努力表示感激。我们鼓励你

欣赏你自己的努力，尊重你自己的意愿，即使当它们看起来不会产生你认为应该是你的服务结果，因为对一个愿意去爱的人，一切事物都和他的服务有关。

你可能不知道你对你周围的人的所产生的影响。在一个人感觉不到一点点光明的一天，在一个人觉得自己毫无价值的一天，你可能不明白，因为你在街上的一个从心中溢出的快乐与轻松的微笑，你会如何的改变人们的生活。你并不知道你所做的，但是，只要你聚焦于在最简单的事情中服务，保持你的心开放，保持你自己的调音，你就不需要知道你所做的事情。当你注意到你并没有处于一种积极的和生气勃勃的情感状态的时候，寻求帮助吧。有大量的帮助。你们已经在今晚的冥想之前的歌曲里的信息中听到了「呼唤所有的天使」。

呼唤祂们，感谢祂们，并向祂们请求帮助与疗愈，因为祂们在那里就是为了被请求，祂们也喜欢与你一同工作。

呼唤你的高我与你的指导灵系统，在你周围收集他们，向他们请求帮助。找到是什么改变了你的频率并应用那些知识。那位叫做 L 的实体之前说过当发现唱歌她获得情绪上的安定，于是她就唱歌。找出什么事情可以让你的情绪安定。什么是慰藉你的乳香？当你发现什么东西是有帮助的，就使用它吧。

服务最大的敌人就是疏离，它来自持久的挫折，灵魂和情绪的疲倦会引起你思考，「这有什么用处？这一切有什么意义吗？」当你怀疑服务的意义，转向那些安慰你，治愈你的事物。你就会从那里得到一些建议，因为那里有一些你所拥有的坚定的朋友，不仅仅是在灵性中的朋友，还有那些在你周围的世界中的朋友。你最伟大的同伴，毫不保留地爱着你的那一位同伴，正好就躺在你的窗外。地球母亲，自然世界，第一和第二密度，她毫无保留地爱着你，除了爱你 她不知道

其他存在的方式。因为第一和第二密度并不像你一样的处于面纱的后面。它们觉察造物者与万物的一体性，它们与万物共舞，也包括你。

当有绝望和气馁在你的内在诱惑你的时候，带它去地球母亲那里。带它去你的树木，或你的植物，或者沿着一条没有人工制品来打搅你能量的小径散步，将你自己投入地球妈妈的怀抱中。她可以带走所有的你感觉到的负面性，她会用她的明智与她的洞察力治愈它。

你有一个奇妙的同伴，它能使你找到更高的洞察力，它就是你的幽默感。这并不说我们不赞成严肃的思考。万物在适中里都是有用的。但是，灵性思想的沉重与严肃需要被笑声的酵母来调和。最黑暗的图画中也总是会有幽默的面向。如果你怀疑它，让你自己描述你的情境时就好像它是一部卡通，而你的工作就是去为卡通加上字幕。让你自己大笑吧！当你要超越你自己时，享受你自己的幽默并找出笑声吧！看一部喜剧。与你的一个朋友分享一个笑话或者把它讲给你自己听。接着从你刚才完全沉浸于其中的那些你所想的事情中，往后退一步。它会赋予你救命的距离，那快乐的强烈嗜好。

在面纱中你拥有的另一个伟大的同伴是你对美的欣赏。美在你周围，在建筑中，音乐、舞蹈、和大自然中。让你自己被它触动和感动吧。当你感受到你内在的美时，庆祝它，享受它，让你自己感受那美好之喜悦吧。

事实上，要想做到这一点，经常地清空你自己的骄傲与尊严 [如同 R 实体所称呼的]，这是必须的。没有威严是好的，保持自发性是美妙的。它也许并不会总是会被其他人所欣赏，但是在能够大笑，能够爱、感激中，有一种极大的平衡。让这些能量移动穿过你，它们将会安定你的情绪。

这看起来好像我们正在要求你去用一些特定的方式来行动，也许从表面的结果上看是这样。而我们努力去做的是打开你内在灵性的道路。因为那里有死气沉沉的能量，那里也有富于活力的能量。那些被恐惧感染的能量是死气沉沉的，除了忧虑外，没有任何东西能在其中生长。然而对一个能够准确地接受正在发生的事情的人，灵性的道路就是开放的，喜悦与感激就会如水一样流动，如香槟一样咕咕冒泡。

最后，我们将解决「外部服务」的概念。确实，你带着以一种外在的方式进行服务的意愿进入到你的这次投生的。然而，让绝大多数在这个领域的的灵性的寻求者匆匆扔掉外部服务的想法的是一个事实，那就是很多实体不希望进行那些明显的外部服务。换句话说，教导巨大数量的学生的相关能量和抚育一个小孩的能量是一体的，并且是相同的。你把能量慷慨给予一个孩子，或给予你家庭中的一群孩子，或者你是很多人的老师，这其中并没有区别。在任何一种情况中，你都在进行完全相同的服务。

那位叫做 R 的实体经常说希望用一种能满足他强烈服务的渴望的方式去进行服务，他服务的渴望是完成那些必须通过外在方式完成的服务。而对于很多人，包括这个器皿参加的非营利性组织，他是所有技术性工作的救星，原因是那些笨重的、坏脾气的科技设备，这些设备对于一个机构能正常工作又是绝对必须的。没有叫做 R 的实体，很多事情将会停止运转。计算机会运转不正常，你会抓破你的脑袋也不知道哪里出了问题。叫做 R 的实体的技能可以让计算机运转并完成它们被期望的工作。问题是，如果一个人没有做他自己觉得是有所服务的事情，那么这个人应该如何感觉到他是有所服务的呢？这个问题我们无法回答。

因此，请知道，你确实有一些只有你能做的外在的任务，你会自然地被吸引到它们那里而无法离开它们。但是，你也要知道，这些服务在你们文化中经常看起来并不像服务。

在这个行星地球的生命的炼金炉中，很少有实体能够有像这个器皿一样的经验，从事某种传讯工作，并从中获得很大的满足感…

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

…她知道很多人感觉她就是一个服务者，对于大多数人，服务是一个私密的事情，它与心灵接近，并不容易被其他人直接地感觉到。而当一个服务他人的实体被人们说起时，所有知道那个人的实体都会露出笑容，因为伴随着那个人的存在，那里就会有一种美好，一种歇息，一种疗愈，无论他们在外在方面会做什么，都会看起来是一种直接的服务，而他们所做的确实就是服务。你正在做你来到这里要做的事情，如果明天改变了，你还是会做你来这里要做的事情。

请相信你这辈子的工作方式，你设置了你服务的意愿，你能够越强烈的设置那个意愿，你就会吸引到越多的帮助，更多的同时性也将使你确信你就是正确的轨迹上，你也会从你周围的造物中获得更多的反馈。将你自己投入于这个交互的，统一的过程，在感恩与喜悦中卸下那些令人疲倦的负担，因为你就在服务，漂亮地服务，用最彻底的完美来服务，现在以及永远。

现在请问这个圈子里是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

R：Q'uo，关于这个主题我有一个问题。早些时候你提到过不要试图通过黄色能量中心来服务，我不是很理解它的来龙去脉。你能够换一种方式讲述它吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。当我们谈到从黄色能量中心来爱的时候，我们正在说到一个人意愿他自己去爱。你给予你物理身体的情感是有限的。它们会耗竭，因此我们不鼓励你尝试去从黄色脉轮来爱与服务。让我们给你一个例子，我的兄弟。

好比说 有一个治疗者希望治疗另一个生病的人，这个治疗者有很好的个人的力量，一个治疗上真正的天赋。这个治疗者可以做两件事情中的一件。它可以从黄色脉轮来工作或者从绿色脉轮来工作。如果它从黄色脉轮来工作，不用涉及开放的心，也不用上升到智能无限的大门从灵性上寻求帮助。只要有个简单的决定，那个人需要治疗，而且那个治疗即将被完成就行了。于是治疗者对那个需要被治愈的人做的，也许是触碰那个病人，这也许能够在一段给定的时间里减轻或者消除疼痛。但是，没有灵性帮助的人类意愿的能量会在一个小时或者一天后耗尽。希望给予的安慰已经给予了，但是效果也会因为能量耗尽而解除。

现在，一个从绿色脉轮治疗的人会清空他自己而只留下让自己成为太一造物者的无限的爱与光的器皿的意愿，它允许自己被灵性作为一个治愈的器皿来使用，灵性移动穿越你所代表的那个珍贵的节点，从那个位置无限能量能够进入到一个有限的世界中。那能量是智能的。它知道需要去哪里、需要如何工作。不需要思考。不需要努力。唯一需要的是提供一个人自己作为器皿，接着那永远不会耗尽的无限能量就会流过它。我的弟兄，爱本身是用一样的方式工作的。

你可以训练自己行为来模仿爱其他人，但是你无法强迫你自己爱其他人，因为你会变得精疲力竭。然而，如果你能在任何冲突的时刻，在四周充满阻力的环境中，你都能打开你的心，并简单地在开放的心中歇息，爱就会用一种持续的方式流过你。于是你的工作就简单的变成重新打开关闭的心，心轮会在一阵心跳中关闭，容我们说，因为有恐惧，因为有危险，因为有毁灭，心会因为如此多的事情而关闭，无论问题是你自己的，其他人的，你的工作的，那些激怒你的事情，一些引起你痛苦的事情，伴随着你必须去忍耐的苦难。

在人类的胸膛中有多少情绪，就会有多少种关闭心灵的方式，也有多少种重新打开心的方法，只要记忆性的意识能够找到它们。但是，没有必要去意愿你自己要这样这样，那样那样。唯一需要的就是意愿去保持心轮的开放，愿意去服务，最重要的是，意愿去持守那太一造物者的无限的爱与光的频率。

我的兄弟，我们能进一步的解释吗？我们是 Q'uo。

R：Q'uo，有另一个后续的问题。我对你们所说的 真的非常的感动，这个问题有些接近自由意志的边界，但是我还是想问如果一个人想要保持心的开放，对于一个灵性寻求者或者也许任何人，他如果察觉或者感觉到，或者他在某种程度内在就知道，他确实是正在这样做，于是心正在开放，这样的情况是通常都会发生的吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。从某个程度上说，我们所建议的非常象是形成一种习惯。这个器皿已经读到过关于这类事情的文章，一个习惯大概要花三周来形成，或也许要三周来打破一个习惯。那三周看起来好像会花费在未能打破那个习惯，希望不要去打破那个习惯，向往回到旧的习惯中，如此之类。

然而，只要有意愿被设置为去打破那个习惯，在克制那个习惯的行为上就会有一种成功，渐渐的心智会自由地去考虑那个习惯之外的其他事情。就好像那位叫做 Ken 的实体所说的，上瘾就会被降级为一种偏好[2]。接着心智就可以自由的去采用一个正面的习惯，而在那个习惯之前的位置上曾经有一个你并不赞成的习惯。

我们并不是说，这个设置意愿并允许平静来征服一个人的习惯要花三周来养成，我们所说的是，对于一个有耐心且坚定的寻求者而言，生命的韵律需要花时间来起作用。

你看，在哪里你投入你的能量，在哪里你投入你的思想，对你的体验而言这些是至为核心的。如果你开始一种显示信念的行动并说，「我认为生命就是这样的方式，而我也将用这种方式生活，就好像生活本来就是这样」，于是你就可以将自己投入信心的半空中，没有任何证据，自由简单的感觉并知晓，一切真的都好，宇宙确实是有意义的。它不是无意义的，你也不是孤单的。你是被爱的，你是被需要的，你充满了意义，你仅仅需要做的是抛弃关于这些事情是如何发生的那些预设观念，简单地、尽你所能地投入生活，就好像一个有意识的寻求者，理解选择的力量、渴望的力量、意愿的力量。宇宙也会开始感知你正在加入这场舞蹈。

你将开始重新获得同时性。你将看到重复的数字。你将看到你的图腾动物。你将看到信号，那信号在告诉你，你刚才正在思考的事情是很重要的，你刚才正在思考的东西是特别重要的，因此请仔细思量它。

宇宙会开始帮助你。你会感觉到那反馈。而且你越依赖于宇宙的帮助，你就会收到越来越多的帮助。于是最后当有人说，「好吧，为什么你会相信你做事情的方

式呢？」你几乎无法解释。因为你现在已经是一个与「大我人生游戏」一起工作的老练又富有经验的人。你理解选择，理解爱，理解镜子的大厅，在其中一切都在对你说话 人群、情境、事物 于是你在这个游戏中终于舒适了，并热切地去玩这个游戏。

这并不是说着你已经变成了一个控制着你的生命的人。它的意思是你已经变成了一个享受生命惊奇的人，你知道对于一个心智驻守于爱之真理的人，即使在最黑暗的时刻，他仍会拥有大量的光与爱。

每一次你的心脏跳动并通过你的血管送出血液的时候，它在爱中跳动。在所有的层面，爱是你存有的精华。爱是你身体的健康，你的灵性力量，你的情感深化者。

寻求去爱，并记得允许它返回来爱你自己。没有人推你，没有人拉你，只有一种歇息，一种美的沉思，一种奉献，一种口渴和饥饿，渴求造物主临在于你的生命，我的兄弟，你将形成那个习惯，你最终在你的体内感觉舒适。请求帮助，你知道我们在那里，你知道很多其他存有也在那里。

我们发现这个器皿和这个团队开始疲倦了，所以我们在太一造物者的爱与光中离开这个器皿，离开这个团队。我们为与你们分享我们的想法的荣耀和快乐
再一次地感谢你们。
Adonai，我的朋友，Adonai vasu borragus。

原注

[1]那首歌曲是《呼唤所有的天使》，演唱团体：Train。这首歌在 YouTube 视频网站上可以找到。

[2] Ken Keyes，《通往更高意识之手册》
Digested & translated by T.S.
(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1321 章集：人格的价值

Copyright © 2011 L/L Research
周六冥想
2010 年十月 23 日

Jim：这一周的问题，Q'uo，来自 M:「根据 Ra，我的理解是，当一个实体第三密度的经验结束的时候，灵魂会蒸馏经验的精华，没有任何有价值的事物会丢失。

然而，我想知道，人格(personality)对于灵魂是否有任何的价值。对于人格体会失落的想法我觉得有些不安。我理解我的灵魂会占上风，但是，『我』怎么办呢？我所说的『我』是我现在认同的那个『我』。如果我的个性(personality)丢失了，那个和『我』一样的个性就会停止存在吗？除此之外，当灵魂加入到社会记忆复合体的时候，我的灵魂身分会丢失吗？当社会记忆复合体融入并回到造物主的时候，它的身分会失落吗？Q'uo，能发表一下意见吗？」

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。我们非常感谢你们能从忙碌的生活中抽出时间来寻求真理并要求我们的参与，我们非常高兴能与你们谈论叫做 M 的实体所提出的关于人格与我们所理解的万物存在本质的某个特定宇宙哲学方面的各种细节问题。

但首先，一如既往，我们请你们每一位仔细的听我们所说的内容，着眼于遵循那些引发你主观共鸣的道路。如果我们的想法似乎能与你共鸣，请务必使用它们。如果它们看起来不是特别地引人注意，请将它们留在后面，因为我们不希望妨碍你的自由意志或者打乱你们寻求过程的节奏。

我们感谢你们帮的这个忙。你的洞察力和分辨力对于你是非常可靠的，除了你以外对任何人也不会有作用，但是对于你，比起其他人的智慧，你的洞察力与分辨力是你可以给与多得多的信任的事情。因此，请相信你自己，并使用你的分辨的力量，不仅仅是对我们的言语，而是对所有你听到的言语。说完了这些，我们愿意将我们的思想移动到关于人格[如你们所称呼的]的问题上。

就我们的理解是，你们每个人都是一条灵魂光流的一部分。你，做为一个灵魂光流，可以被视为处在一个三维的、无时间场域的中心，在其中居住着所有你做为一个实体在第三、第四、第五、第六或者第七密度所经历过的全部转世。当你在一次转世中体验生命时，尤其是在你的肉身死亡之后、下一次投生之前，当你离开一次转世并穿越回顾这次转世的疗愈过程时，你最近这辈子的果实、收获物就会被你的灵魂光流收集，被造物主收集，被祂们感激又钟爱地收集。

再一次，我们的理解是，在你选择你下一次投生的方式之前，你会与你的灵魂光

流还有你的高我重聚，仔细地考虑你在灵魂光流的平衡方面 你所感觉到的被扭曲的部分。你是一个爱得太过于沉重的生物吗？你能保持你心灵的开放，但是也许你还没有拥有你希望拥有的智慧？或者，第二个选择，你是一个非常睿智的人但却在打开心轮方面遇到困难了吗？或者，第三个可能性，你投生的那辈子和正确地使用力量有关吗？如果是这样，你可以检查那些在你的投生中重复的模式，分析那些模式是否存在任何的可能性 在力量与爱之间不平衡，或者在力量与智慧之间不平衡。

就是这样的想法，让你和你的高我选择了下一次在第三密度的面纱背后的经验。

做为一个灵魂光流，你会一直期望减少你的灵魂光流的扭曲，并增加它的平衡。

对于平衡，我们不是在暗示灵魂光流的目标是达到无差异或中性。我们所理解的平衡是，它能够使整个能量体在此生中保持开放，于是你可以更加完全地知晓你是谁，你可以更加完全地服务，你可以更加完全地成为你自己的本质。

那就是说，你所经验的人格实际上是你的一种外壳。它是一种衣服，面具或化装用服装。它不是一个花招。那就是说，虽然它是一个幻象，所有的事物在某个程度上都是虚幻的。你人格的外壳和你所知道的它是如何形成的一样真实。虽然如此，做为你的人格的外壳 你所体验到的，或者也可以说，做为小我(ego)你所体验到的，并不是完全的你自己，它也永远不会成为你灵魂光流的一个真实的代表。

这就好像如果你选择了去旅行，你会带上那段旅程所需要的东西：一些天赋、一些才能、一些挑战和限制，还有数量众多的可能关系。一个灵魂在一个行星影响

范围内的停留时间越久，你在各种各样的转世中就会拥有越多的关系，你与过去投生中的那些灵魂光流所分享的能量也就越平衡。所以你有各式各样的曾经工作过的关系，有时候你会一次又一次地与这些关系一同工作。自然地，当你再次回到投生的时候，你会倾向于与这些相同的灵魂光流一同工作，因为他们是那些与你有着一种直觉上的共有意识的人们。他们是那些与你拥有最大程度的理解，并最大程度地穿透人格外壳的人们。他们是那些先前与你一起完成良好事工的人们。

所以，你不仅仅选择了你的父母和你生命中的主要的关系，无论是一个伴侣还是一个朋友，你还在安排布置了一大堆功能重复*的人，如此这般，不管你多少次离开一个已经形成的情境，你都会发现你自己进入到一个关系中，其中包含的那些特征都是你希望去学会的东西。

(*编注:这里的原文是 redundancy，以工程学而言，它代表一个系统有多个重复功能的元件，可以增加系统的稳定性和可靠度)

我们可以向你保证你这样做不是简单地因为[如同这个器皿会说的]「给自己找麻烦」。你并没有试图用那些挑战性的关系来折磨你自己。你指望在那些关系中找到爱，并向爱开放。你在希望你在关系中所接受的那些催化剂可以引导你获得新的领悟，崭新的 更深入的理解，新的洞见。

因此，从一次投胎转世的角度来看，人格是非常重要的。它是你精心挑选出来的各项才能，你的限制和那些你珍视的关系，它的目的是有效地将你放在催化剂的火焰中。你会回想起那个放在火的中间而不会被烧着的孩子们的圣经故事[1]。转世的火焰就是这样一种火焰。它不是为了消耗你和摧毁你。它是为了精炼你，它

会在你从你的矿石中除去渣滓的过程中帮助你，开采你内在的金子与珍贵的宝石。

它是为了将你创造为一个器皿，可塑的、锻炼过的、强度大的，轻巧却坚固。对于每一次投胎转世 你都希望从事服务和学习，而你的人格外壳，你所知的自己，是你唯一的，最重要的资源。因此，正是因为你的人格外壳在一个层面上是一个幻象，最多它也只是你灵魂光流中的那个真正的你的一个非常不完整的肖像，它支持你，给你连续性，它给你一个管理你的本性的方式。

让我们看看一个实体的人类本性这个概念。人类本性的很多方面都是所有人共有的 男性、女性、老年的、年轻的，这都没有关系。其他的人类本性对你和你的灵魂光流来说是独特的，你会发现，当你在自己内在工作并问你自己 你是谁和为什么你在这里的时候，就好像叫做 Jim 的实体谈到过的，就是这些问题激励了变化的过程。因为每一次你问你是谁，你为什么在这里的时候，你都清理了人格的表面，并希望进入比那表面更深一些的地方。简单的在一次智力测试中，或者在麦氏个性量表上，或者任何其他的声称可以向你自己解释你测试中，相比从这些测试中知道你的表现如何，你希望知道得更多。你一直希望从人类本性表面上的那些个性中的怪癖与奇异的部分，越来越靠近那些共有的本性，它们一同创造了事物共有的部分。那就是理则，爱的伟大起初思维，祂即是造物主。

你们每个人都是造物主的一部分，你有一个最深的部分，它是完全由爱组成的。它是在你个性所及的范围之外等待着你的爱。它是居住在你内在的一个意识，但它是完全静默的。它几乎就好像在你内在有一个睡美人的角色，她将被王子的亲吻唤醒[2]。你的内在本性可以沉睡一百年，或者你可以在任何时候亲吻并唤醒它，通过关注你内在的本性，通过如同你追求一个少女一样地追求它，向它求

爱。当你刺穿进入到你的开放之心，你会体验到造物主的爱就躺在那里，它的确是那基列之乳香(Balm of Gilead*)。它是一种疗愈，一种加强的临在，这是可能体验到的，去体验它也会非常地有帮助。

(*参考连结:http://www.youtube.com/watch?v=vcF7jCYqBkw)

当你移动穿越大门，进入更大的生命，你，做为一个灵魂光流，会开始重新意识到灵魂光流的整体性。你的意识将打开并拓展，伴随的结果是 你的人格外壳自然脱落。关于这些人格外壳，实体们最接近正确的知晓是，它们会进入人们的记忆里，要么这些人格外壳做为一个作家、表演家或者艺术家而被那些欣赏他们工作的人知晓，要么这些人格外壳会留给你的孩子，他们仅仅记得你的人格外壳反射给他们的部分，把这些部分当做你。

在大多数情况下，在一段非常有限的时间里，做为一个人格体，人们知道并记住你，我们确信，这不是一个对你的问题的令人满意的回答，因为你想要知道你的生命已经缔造了不同，你是谁事关重大。然而，我的姐妹，你要去保留你生命中的每一刻的所有的细节吗？你现在还在活着的人们中间，但是你已经将很多事物归类为「黄金记忆」。如果生命中有一些困难，你倾向把它们留在模糊的记忆中，而把你最喜欢的正面的记忆拿出来擦亮，或许甚至会在其上做一些渲染。

你的记忆变得越珍贵，你就离其中真正发生的事情越遥远，当然，我的朋友，除非你非常不幸地选择用负面的方式对待那些发生在你身上的事情，在这些情况下，你会变得越来越愤世嫉俗与尖酸刻薄，就好像名为 Jim 的实体所说的，最终你会虚弱无力地向造物主挥舞着你的拳头，你觉得祂在心里似乎根本不在意你一样。

但是对于大多数服务他人的实体，活一个更长的生命的最终结果是，你会有越来越多被擦亮的黄金般的记忆，这些你可以拿出来炫耀的故事，你会很喜欢不断的把这些故事讲给你自己听。于是你可以长久地保留你人格外壳的现实感。然而，在时间之中，即使是莎士比亚也会慢慢被遗忘，你们每个人也都将消失进入你们星球的阿卡西记录和你灵魂光流的记忆。

所以，如果你的这个至关重要的、令人鼓舞的、复杂的人格最终会消失，这一切的意义又在哪里呢？我们向你保证，对于这次投生的意义来说，这个化妆舞会上的服装是必须的，也至关重要。你需要有一个适当的人格外壳 于是你可以成为你所经验的事物的见证者，然后你就可以一天天地弄明白你在这次投生中希望要去做的事情。如果要在一辈子完成工作并改善灵魂光流的平衡，定义目标性渴望以及紧缩、锐化焦点是至关重要的。

每一天你都可能设置你对那一天的意图。每一次你如此做，你都变得越来越与你自己同在，你会更好的使用你此生的时间。它就好像你有一份工作要去做，你会给予你自己所需要的一切事物去做那份工作。而事实是，在一个层次上，它是一个与工作无关的幻象。这个工作的目的就是要在面纱内完成。你根本就不应该知道那些发生在你身上的事情的真正的价值或意义。你的责任范围，容我们说，是去选择你会如何回应当下提供给你的东西。你并不被期望你会不知怎么地就刺穿了面纱，并对你自己的一个更真实的部分变得充分察觉，从而逻辑地通过一种线性的方式选择正确的事情去做。

恰恰相反，我的朋友，你工作的领域是去增加你的信心和增强 [如同祁克果*所说的]你跃入信心之半空中的能力。当你生活在信心中，你会有 [如同 J 实体所说的]

一种压倒性的觉察，那就是一切都好。因此，即使在看起来似乎非常受限制或者非常挑战性的环境中，你也能够安住于喜悦与感激中。这就是你工作的领域，将你自己投掷到半空中，并依赖于那一切都好的知晓，尤其是在那看起来根本一切都不好的时候。

(*参考连结:http://tinyurl.com/74bjtr9)

事实上，在越差的环境中，对你越重要的就是去休息，在你心中发现平静，允许一种安慰的临在流经你，去帮助那些你周围的也许正在丧失信心的人。去做这些事情都不是因为线性的理由。这些事情是一种活在信心中的生活的一个结果。就其本身而言，它是关于人格外壳与一种活在信心中的生活之间的相互作用的讨论。当你决心继续过一种活在信心中生活，你会发现那些你过去认为是你的人格的绝对必不可少的部分的事物将会离开你。这并不是意味着你不再拥有一个人格。它意味着，对于你来到这里要去做的工作不再是必须的那些怪癖与奇异的部分人格，将会在它不再被需要的时候自行离开你。

例如这个器皿，当她还是一个小女孩，并逐渐长大的时候，她习惯于靠着糖果过日子。在她生命中的某个(时)点，她不再渴望那些甜点了。她会说，喜欢甜点曾经如同她呼吸一样是她的一部分，现在她发现她已经摆脱了对甜点的那种强烈渴望，尽管她仍旧喜欢它们。

当内在的灵性成熟时 人格会有所改变，这不是一个人需要去烦恼的事情。但是，即使是最成熟的灵魂，就假定他不再有人格外壳或小我，这也是愚蠢的，因为做为地球幻象的一部分，做为第三密度的生活的幻象的一部分，那件自我的衣服是必须的。当你开始用一双空空的手和一个清澈的思想去追寻静默的时候，你

就会越来越发现，在你的内在有比人格深刻得多并且对自我更有吸引力的东西，它开始生长并带着你一起前行。

我们现在进入到以下这个问题：当一个实体加入到一个社会记忆复合体时 他是否还是原来那个实体？我的朋友，它的答案绝对是肯定的。也许在你的生命中，你还没有体验过什么是被完全的被知晓，完全被接受和完全地被爱。但是你应该知道当你进入更大的生命大门时的事情。甚至在投生之间你也会经历到这些事情。在你毕业后，在你这次投生之后，做为你做出的选择的一部分，当你进入到第四密度社会记忆复合体时，你会发现你所生活的气氛与你曾经想象的大不相同。

对于小我或者人格外壳而言，如果人们能知道你的想法，这似乎是一种冒犯。然而，你将发现这件事令你轻松许多，对于你的小我，个人有些想法是好的，有些想法不太好，于是你不想要人们知道你的一些秘密想法。

不过 既然所有实体都有自己的秘密，它不会让第四密度或更高密度的实体感到意外。它是一个包含所有万物的整体存在的一部分。如果你是一切万有的一份子，你不也包含一切吗？因此，你并不会觉得吃惊，在第四密度社会记忆复合体的环境中，那些组成社会记忆复合体的实体们，他们每一个都有一套完整华丽的思想体系，既有正面的也有负面的。

当一个人不再和你一样地处于在第三密度遗忘面纱之后，他会很轻易的理解什么思想是最重要的，以及在一个更广阔的感知中，人格是如何形成的。因此，当一个人是一个社会记忆复合体的一部分，如果他会发生什么，那就是他的个体性会更强大，因为包含在社会记忆复合体中的其他实体没有要磨的斧头，他们视你为一个独特的个体，仅仅希望去支持、尊敬并且荣耀你。你也会用同样的方式感觉

你周围的所有人。因为你领会他们的痛苦、快乐和他们所经历的所有的事情。你看见他们的渴望、梦想和希望。所有这些事情都温暖你的心并教导你。于是你也转而教导他们。因此，在一个社会记忆复合体中有一个对做你自己非常好的氛围。当你加入一个社会记忆复合体时，没有任何东西会遗失。你只需聚焦于那些你们共同渴望的事物，并且因为它是一种合作的方式，做为一个团队的一部分，你会比单独的自己要更有技巧、更有效力。

当我们与你说话的时候，你知道我们是第四、第五和第六密度实体的一个综合体。在 Q'uo 原则中的实体们还没有穿过这个(宇宙)造物之八度音程的终点。然而就我们的理解，虽然这个理解是有限的，当造物主吸气并再次决定更好地知晓祂自己时，那些曾经被送出去的造物者各个部分的精华保持在潜能状态。当祂再次送出祂自己的众多部分时，就会有一种天然的趋势去断裂或者被裂解成为灵魂光流，与你在上一个八度音程所经验的光流完全精确地相同。

所以事实上，你，做为一位独特的个体，是永远不会遗失的。在穿越一个完整的八度音程的经验后，你仅仅只是折叠起来融入造物主之中。从开端(alpha)走到尽头(omega)，然后你将再一次开始，再一次学习，再一次渴望，而这些果实将为造物者保存，于是造物主也可以永远更好的知晓祂自己。

我们知道我们对这个多层次的问题只是浅尝即止，但是我们认为这是一个很好的时间终止这次特定的会议了。我们想简单的问一问在场的任何人或名为 G 的实体，是否有后续的问题呢？我们是 Q'uo。

（停顿）

我们是 Q'uo，我们发现沉默表示这次已经没有接下来的问题了。请问在这个圈子中 此时是否有其他的问题呢？

（停顿）

我们是 Q'uo，我们的确发现沉默是如此响亮！我们相信我们已经用尽了那些这次希望发言的人们储存的所有问题了。请允许我们再说一次，能与你们在一起，并分享你们的振动，多么的快乐呀。我们感谢你们给予机会，让我们可以分享一些卑微的想法。这是一种真正的愉悦。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友，Adonai vasu。

原注

[1]这里引用的是《圣经》《但以理书》第三章中的色拉得、米煞、和亚伯尼歌的故事。这三个人拒绝了国王尼布甲尼撒，不愿意向另一个人的神鞠躬。于是国王将他们投入了一个炽烈的火炉中。然而他们却一直未受伤，最后国王将他们放出火炉并提拔了他们。他发布了一个法令保护他们崇拜他们的神的权利。

[2]经典童话中的睡美人第一次出现在的查尔斯.波瑞特的书，《Contes de ma Mere l'Oye》 英文书名译为《鹅妈妈的故事》。这个故事美国人所知道的最著名版本的也许是同名的华德.迪斯尼的电影。被咒语诅咒了一百年，睡美人被英俊的王子用一个爱之吻救活了。甚至根据著名的格林兄弟的说法，他们当然从此幸福快乐的生活在一起。

Digested & translated by T.S.

(V)2012 reviewed by cT.

☆ 第 1322 章集：圣诞节问答集 —敏感身体与疲倦—

Copyright © 2011 L/L Research

周六冥想

2010 年十二月 25 日

Jim：今晚，我们将采用从我们冥想圈子的组成人员发起的问题。

[有一些问题包括 Q'uo 如何欣赏音乐，为什么一个人会选择拥有一个非常敏感的身体，残像，太阳耀斑以及为什么我们会全时间感觉疲惫。]

（Carla 传讯）

我们是你们所知的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在祂的名下，我们今晚来到你们中间。我们因为能够被你们寻求的圈子所呼唤的荣耀与快乐而感谢你们，我们很高兴能加入你们这次解答问题的工作中，但是在我们请求第一个问题之前，我们将一如既往的，请每一位听到或读到这些话语的人们，使用你们内在所拥有的识别力与洞察力，从我们的想法中拿取那些你看起来美好的思想，而将其他的放在后面。我们将对此非常感激，因为它让我们可以在对你们说话时不用担忧我们会侵犯你的自由意志或打搅你们灵性步法的节奏。

我们将回答在这次会议开始前，当这个器皿聆听调音的歌曲时她想到的一个问

题，我们让她很吃惊。她想知道我们是不是也欣赏你们在第三密度世界所听到的音乐。我们会说，我的姐妹，我们的确非常欣赏我们听到的音乐，但是，我们听到的音乐比你们听到的要更多，因为我们听到你们混合灵光的旋律。我们听到了你们的梦想和希望的曲调，每一件让你们与众不同的事物的曲调。我们听到你们地球、太空与所有其他星辰的和声，它们所发出的声音可以称之为天体的音乐。

我们在每个地方都听到音乐。和你们相比而言，有一个更音乐性的环境，因为我们能听到内在的音乐，能量与本质的内在和声，它使我们每个人、你们每个人与天父造物之全体同在，所以我们听到(宇宙)造物在歌唱。我们的确喜爱每一种被创造的音乐，每一首写成的歌曲，每一曲已创作的旋律，我们听到了你们正在创造却不知晓的那些音乐，我们为此非常的感激。你们正在创造那音乐，美丽地创造它。

我们感谢这个器皿对我们的关心，虽然我们是无形的，而被那些甚至无法看到我们的人所爱、所记挂，这是一件非常美妙的事情。然而，我们知道你们能感觉到我们，能听到我们，为此我们极其地感激。

现在请问是否有个开场的问题呢？ 我们是 Q'uo。

L：Q'uo，我的问题分两个部分。如果一个人的物理身体非常的敏感，这是否通常直接的与能量状态或者灵性身体有关，在这两种情况下，为什么一个人在投生中会选择采用这个层次的敏感性呢?

我们是 Q'uo，我们理解了 L 的问题，我们乐于回答。

我的姐妹，一个实体有可能会敏感有很多的原因。然而，在大多数的情况里，如果在物理身体中有一种超过一切的敏感性，在实体的层次上你也许曾经收到过的康复建议是你也许是对地球过敏，在这样的情况中，你已选择一个超级过敏的物理载具以便于能量身体可以保持在一个调谐的位置，而这个调谐位置对[那些类似地球的第三密度星球上的]一般程度敏感的实体们是不方便的。例如这个器皿，他经常说，她感到的自己的物理载具高度敏感性与她通灵的能力相联系。

如果你考虑布线和它是如何工作的，你就可以理解一种在内在层面或者时间/空间层面上可以特别有效率地工作的布线，好比治疗、教育或通灵，这些能力都可以清理，容我们说，沉重的行星能量的不良影响的瘴气，并能够让这样一个器皿拥有一个更清晰更精确的概念性交流的通讯，在通讯中带来对灵性探索者可能有帮助的信息方面，它也提供了可能性。这就是这个器皿敏感性的基本理由，就好像她所说的，「她的故事」(her-story)。你可以用这个试试看它会多么适合你的情况。

一般来说，一个高度敏感性的载具倾向证明一个人来自其他地方，所以这个星球并不是他起源的星球。这个星球不是他以往不间断的状态所体验过的那种振动或者频率，他曾体验另外的密度，另外的环境振动与频率，该实体能量身体中包含的敏感性更加舒适地适应那种密度与环境，于是，该实体可以知道他或她做出了一个重要的牺牲，自愿做出的选择，他也充分的提前知道将要进入一个这个器皿称之为「玛雅世界」(Maya)的不良影响的瘴气中，地球的环境，行星地球的沉重的化学性环境，而来到这里的原因是为了通过服务他人而服务于无限造物者。

现在，我们并不是建议任何一个拥有高度敏感性的载具的人都命中注定要成为或者应该成为一个管道、治疗者或老师。很多的流浪者选择在这个时候来到地球层

面简单的只是来支持光。换句话说，不必然是持守光，而是维持一个地方，在那里造物主的光可以闪耀通过。

这与你们文化的职业道德是相反的。在随意的思考上看来好像很明显，从其他密度来到地球[密度]从事服务的人将会通过外在的方式来服务。但是，我的姐妹，情况经常不是这样的。确实，绝大多数那些从其他地方来到行星地球的人，通过保持他们心灵的开放，并允许太一智能无限的爱/光流过他们的能量身体并流入他们的心，于是他们照亮了行星地球的意识。当他们的心完全地开放的时候，他们能够祝福那能量并将其向外送出，那能量中于是不仅仅包含着造物者之光的无限，还包含着造物者的一个火花，地球上的流浪者完全特有的祝福。为了保持心灵的开放、祝福光并献身于整个地球的服务，当流浪者移动穿越所有他必须穿越的事物后，这个流浪者也完全地实践了他的目标。

我们这么说是因为我们希望松开你们文化的束缚— 不偏爱于存在，而更偏爱于行动。现在，已经有可观数量的光藉由流浪者们正在持续进入地球层面，那些已经觉醒于他们的目标流浪者们意识到他们是同时做为无限的居民与地球的居民而在这里的 做为有限与无限之间的联合，它能够将无限的能量与祝福带入有限的环境中。

所有的流浪者都是来照亮黑暗的。有一些人也为其他的工作而来。所以，没有深入探索未来，我们无法知道任何一个流浪者在投生前所选择的特定的工作可能是什么，但是我们知道所有的实体，无论什么来源，他们都有一个基础的目标，那就是去爱、寻求、分享太一无限造物者的爱与光。

请问我们还能进一步的回答你吗，我的姐妹我？ 我们是 Q'uo。

L：是的，Q'uo。如果一个人有一个极端的敏感灵性身体，诸如灵媒，能够看到幽灵和其他人看不见的东西，一般来说这种适应性改变的目的在哪里呢？那是一个随机发生的事情还是选择性发生的呢？一个人会生下来靛蓝色光芒(中心)就是开放的吗？你能对这一点进行一下讲解吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的姐妹，我们很高兴地在尊重你的自由意志的前提，尽我们的能力来谈论这个问题，我们将乐于这样做。

我的姐妹，引用一个叫做 Bobby 的人的话，部署最好的计划也经常有会出错的时候[1]。没有比将一个人安排在地球上体验一种普通的存在状态更让人觉得困惑的计划了。然而，容我们说，有一种叫做不切实际的乐观主义的事情，我们发现很多选择来到地球投生的流浪者选择保留了与内在层面足够的良好通讯，以致于他们身上就会出现你们所称的疾病，或者遭遇困难的情况。例如感冒或鼻窦炎可能会袭击物理载具，于是能量身体就会经常地感觉到感冒、发烧或者在能量身体的基础配在线出现各种轻微损伤的时期。这并不是说，我们所谈到的情况是一个严重的疾病或者严重的状况，不是那些会引起能量身体停止工作或者像这个器皿所称的银线断裂的那种问题，而是说，会有一些意外。

这个器皿觉得很吃惊，因为已经有过那么多的关于保持高密度配线的强调了。这个器皿在投生前并未看见这种配线方式会使得物理载具非常容易受到身体疾病的袭击。而恰恰是用同样的方式，一些人会发现他们的配线，就好像这个器皿所称呼的，为他们创造了多次对内在层面的能量强烈敏感，这些能量被能量身体直接的吸引了过来，它们与身体疾病一样，非常的令人分心，是一种必须被处理的不适。

那个叫做 L 的实体谈到过以前从一个叫做赛斯的通灵源头学到很多的信息，关于各种层次的思维方式和能量本质是如何发生，它们是如何被吸引到或者成为一个敏感实体的生活体验的一部分。我们非常感激那个叫做 L 实体的碰到这些材料，以及其他源头的资料，不管它们的来源是从梦境中，还是从阅读中，异象中或者简单地从内在生活的直觉和洞察力中而来，他已经发现这些都是很好的资源，它们可以处理一个持续的趋势— 那就是不会立即有用的信息进入(该实体的)系统中。

在一个普通人那里，这就好像如果那个人会突然间在脑袋里某处开始接收到广播电台一样。突然间，就有了一些不知来源的信息。一个人会怎么处理它呢？它有什么用处吗？

当然，就那个人而言，他也许会很愿意关掉它，找到是哪个齿轮不知怎么就选择了「广播电台 99.7」，然后他就拿掉那个齿轮。然而同时，所有的（电台）信息，如果它是良好的信息，它就会有自己的位置。所以，任何时候如果有一个信息源看起来是地球上的正常经验之外的信息源，于是我们会请正在体验那个特别信息的实体鉴别它。它是信号吗？它是良好信息还是噪音呢？它是线路上的静电干扰吗？对良好信息的处理是更多的注意它。就好像叫做 L 的实体今晚所说的，对不良信息的处理是更少的注意它。我们说「不良信息」并不是用任何方式表示它是邪恶的信息。我们使用这个词语来区别信号和噪音，区别有用的信息和静电干扰或无用的信息。

所以我们请叫做 L 的那一位使用她的辨别力和洞察力，偏爱那些良好信息，同时冷静地远离在线的静电噪音的体验，关掉它并允许它离开。

我们了解，我的姐妹，就我们的职责而言，这是过分简单化的讨论，还有一些鉴定信息上的微妙之处很难用语言来表达。我们信赖你将会理解那些我们无法说出的东西，因为没有什么言语能将那超越语言之外的精髓评估为有用的和没用的，不像评估以言语交谈的声音那样简单。

我们感谢 L 提出这个问题，请问这个问题是否还有接下来的疑问。我们是 Q'uo。

L：Q'uo，如果其他人没有问题了，我有另外一个相关的问题。现在已经有好几年 我很难把这用言语表达出来 我看到残像(afterimage)，例如如果我看着一个红色的蝴蝶结，我会看到一个透明的绿色蝴蝶结在它旁边。偶尔那个图像会飘走或者做一些其他的事情。偶尔，事物会随机地变换颜色，天空将变成紫色或者一本书里的纸张变成黄色。每一个东西周围看起来就好像有一些色彩在飘动。但是主要的，仅仅就是残像。我意识到我正在看的那个图像是我正在看的那个物体的残像。它正在变得我所有时间都能看到它。我想知道，它是否有一些灵性上的重要性，或者它仅仅就是我视力上的一个问题。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们觉察你的问题。我的姐妹，我们发现在你所说的情况中，你体验的这种现象并没有灵性面向，这么说不会侵犯自由意志。毋宁说，它是你对光线的过敏性以及在视力上会被你们的眼科医生称之为「虚弱」的结果，于是，当眼睛稍微偏离焦点，就会有更多这种类型的体验，这在一个人变得更加疲惫的时候它会发生的越来越多。甚至在一个人完全的警觉和休息的非常好的时候，也会有看到这些效果的趋势。这是一种眼睛功能上的扭曲，而没有灵性上的重要性。

请问现在有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

提问者：Q'uo，献给你爱与光。我有一个关于我们的太阳，恒星太阳的问题。

在(今年)11 月，在我们太阳的内部与周围，有一些舰队或飞船活动，我很好奇你们是否觉察他们，如果知道，请问是否有什么可以告诉我们的。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们觉察你的问题。我的姐妹，你们的太阳正在演化，而耀斑和其他看起来有害的活动在过去时间里看起来非常活跃，我们发现那个球体本身，被知晓为太阳或太阳神(Sol)，是健康的，它在进行调整，这是它演化的一部分。它在时间/空间中的所有密度闪耀，但是对于空间/时间上的活跃密度，正从第三密度快速的演化进入第四密度。这导致太阳光的质量更加的稠密。这种光有光子的更多的面向。它包含了更多的信息，这些信息在它的光线中也更加的丰富，这种光对第三密度的实体甚至可以视为是有害的，但是，它对于第四及其更高密度的实体，是完全可以接受的。

因此，从我们的观点上评估，我们会简单的说，你的太阳正在演化，当它在自己的八度音程的演化过程中穿越它的密度，它应该如此并且必须如此。然而，从你们的观点上，看到这些在你们的太阳上发生的改变的活动确实是非常令人担忧的，我们将简单的说，一个人如果能更多的活在第四密度的价值中，例如悲悯、理解、宽恕、和开放心的爱，与你们每个人连接的物理载具，随着时间的发展，就会更强健地处理你们太阳的光线的质量。[3]

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

提问者：我… 没有了，那很好，谢谢你。

我们感谢你，我的姐妹，你用爱与光祝福我们，为这个圣诞礼物 我们感谢你。它感觉非常的美妙，我们为此感谢你。

现在请问这个团队中是否还有其他问题呢？ 我们是 Q'uo。

提问者：Q'uo，不仅仅是我，还有我交谈过的很多人，尤其在灵性寻求者中间，都谈到过最近感觉到非常的疲倦，在所有的层面都感觉非常的筋疲力尽，并且有一种不断增加的厌倦感与耗尽的感觉。我想知道，那是否与将要来临的收割与能量转换有关呢？

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们了解了你的问题。我的姐妹，灵性寻求者在这个时候感觉到的疲倦是一种在第三密度的光逐渐减弱而第四密度的光正在破晓时的能量变化导致的典型产物。第四密度光越来越多的渗透到第三密度的光中，就好像我们在之前一个问题中回答的，这种光负载着信息。这是爱与理解的光，它所承载的信息是非常厚实的。它携带着比第三密度的光更多的真理。它携带着更多的真理是在第三密度无法舒适地使用的。这意味着那些已经觉醒的和那些已经在寻求的人们，现在将会在一种更大的紧张压力中去寻求，比起他们以前，例如，三十年前或者甚至四十年前要更加的紧张，也肯定比一百年或两百年前更加紧张。

有一些真理是第三密度的实体注视起来感到困难的，这主要是与所有生命的连通性和所有生命的合一之间有关，于是，其他人做的事情也是自己所做的事情。而自己看起来厌恶的事情，却被其他人做了，某种程度感觉上就好像是被自己做了一样。而这一点，我的姐妹，是因为在所有生命之合一中有很大量的真理。

这并不是说，一个实体要为另一个实体的选择而负责任。你也不会因为其他人的谋杀而变成有罪的。然而，你是人类家族的一部分，你承担着人类的行为和选择的负担。这在宇宙中为所有今天地球上的灵性寻求者创造出一个镜子的大厅，于是寻求者碰撞着真理。接着经常发生的是，那真理并不是一个人想要看到的那一个。它不会全部被绑在一起做成一个漂亮的蝴蝶结。它不会全部都是正面的。它不会看且来是赏心悦目的；那就是说，它不会看起来是美丽、真实、正确或者公平的。你会看到所有这些事情因为你正在持续的被第四密度的光所轰炸。

于是，是的，有各种理由会感到比通常(状况)疲倦，因负担着这个世界的沉重能量而疲倦。然而，你来这里是来服务的。这就是你牺牲那么多前来 只为了服务的此刻。现在，你在这里了。现在你在地面上了。现在你在火的中央了，它肯定是令人疲倦的。但是，用那知识来安慰你自己吧，你不是来这里修复万物的。你来这里是为了来爱万物 爱你自己，爱你周围的所有事物，爱整个人类家族，并且最重要的是，爱造物主。

因此，感觉到疲劳是没有关系的。一个人会在太阳下山的时候感觉到疲劳。对于你们的行星和人民，真的到了太阳下山的时候了。在这次投生的结束，你们每个人都将踏上光之阶梯，这是你在这个特别的星球上，特别的环境中的最后一次投生了。因此，欢庆你们的时代吧，无论它会看起来多么的令人疲倦。你现在处在一个你牺牲了舒适、家庭与对事物是如何真实存在的记忆的位置，在那里服务并去学习。你正在服务，我的姐妹，你也正在学习。所有在这个时候寻求的人们都是如此。

我们能进一步回答你吗？我们是 Q'uo。

提问者：我希望了解在收割期开始之后的一些年中，当地球已经完全在第四密度的光中了，是否会有可能看到这种疲劳的升级，或者它会一直这样持续直到在这次投生结束的时候吗？

Carla：Jim，你可以重复一下吗？

Jim：她在问是否她感觉到的这种疲倦会一直持续到此生结束的时候？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹，感谢 Jim 帮助这个器皿的耳朵(正常)运作。

我的姐妹，我们发现这种疲倦不仅是永久的而且会自己不断积累。它并不是难以承受的，但是它是一种无法通过睡眠或者休息完全恢复的疲倦。它是一种投生的情境。因为我们鼓励你去学会管理它，管理你的能量，于是当你使用你的能量的时候，适当的使用它。当一个人有身体残疾的时候，总是会有一些应对策略的，例如一个人改变了他的习惯，在最少的身体活动下完成最多的事情。这同样适用于内在的世界。

能量消耗，尤其是当能量消耗在自我审判、自我批评和缺乏自我宽恕上面的时候，这些能量的耗费都是不明智的。一旦那些能量被消耗在自我审判及其相关的能量上了，这些能量就不能自由的被爱的服务使用。因此，虽然一开始做起来看似有点困难，我们还是鼓励你们在所有时间将自己沉浸于持续的自我宽恕之中，

沉浸于对你的价值的完全的知晓中，无需任何自我批评的倾向。

我们并不是建议你们当你们犯错误的时候不去注意到它，自我感知的各种错误是有帮助的，无论他们在哪个领域学习，错误都是人们学习的方式。然而，因为(算错) 2+2=5 就对自己生气是没有用处的。需要记下来的只是 2+2=4*，并在未来从该前提出发。

(*译者的看法: 1+2+2=5 错误+生气+自我批评=更大的麻烦，2+2=4 察觉你的情绪与自我批评)

你所呼唤的能量消耗是爱的能量消耗。这就是你来到这里并一直留在这里的原因了。你还没有完成对这个星球和她的人民的爱。因此，不要在自我审判和审判别人上浪费时间了，你只需将你的能量花费在内在层面，而实现将所有你之所是，你之所有奉献给为太一造物者的服务，并成为当你选择来到这里时所想要成为的那个爱之实体。

请问我们能进一步的回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

提问者：不，谢谢你，Q'uo。我想祝你们圣诞快乐。

我们是 Q'uo，我们姐妹，你不知道你的话让我们多么的开心。我们也祝你还有这个寻求的圈子的所有人都有一个非常快乐的圣诞，这是一个爱的季节，无法用言语表达的爱、无玷的爱，永远真实的爱。

现在请问这个圈子里还有其他的问题吗？我们是 Q'uo。

（暂停）

我们发现今晚在这个物质界的圈子中坐着的成员已经没有更多问题了。因此，我们请问叫做 Jim 的实体，是否有从我们全世界的更大的家庭寄来的问题呢？我们是 Q'uo。

Jim：（朗读一个从 G 而来的问题，G 是一名囚犯）「你能给我们一个什么是『开悟』的例子吗？你能描述一下一个在第三密度地球层面上『已开悟存有』的特性吗？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们发现开悟(enlightenment)是个已经被你们人群滥用的词语。就好像任何一个被滥用的词语，那个词语的意义已经被污损和世俗化了。开悟在其语言形态中有一个字源述说着光(light)。

在卡通里，当一个人有了一个主意，我们就看到这个器皿的脑海里有一个电灯泡点亮的图像：那就是光、想法和信息。当一个人被认为是开悟的，意思就是他们感觉到到或者他们有了这样一种印象，这样一个实体，在自身所分享的光上，有了更多的信息之光，觉知之光。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

一个开悟的人的例子可以从不同的兴趣的领域选择不同的例子。对于一个在灵性

方面寻求的人，开悟的存有可以是一个宗教的人物或者一个精神性的人物，例如叫做耶稣基督的实体或者一位敬爱的牧师、神父或者教士。它也可能是一位古鲁（guru），一位萨瓦米（swami），一位萨满（shaman）或者一位魔法术士。这取决于文化上，什么会被视为有灵性的和什么会被视为开悟的。

(译注: guru=印度教的导师，swami=印度教的老师，shaman=萨满教巫师)

对于那些着迷于科技事物的人来说，一个开悟的存有就会是一个理解那个专业领域巨大的错综复杂性的人。

对于物理学家和数学家，谁是开悟的人的选择就很可能是某个能够构想整个物理学科，探索静止和运动中的物质，并能够看到全部规则的人，好比那个叫做阿尔伯特[4]的人。

对于一个舞者或音乐演奏者或一个诗人，依赖他的敏感性，她对美的意识和他的思想与洞察力的局限，她对于开悟的存有的选择也就会不一样。

但是总体上，一个开悟的存有以一种精确和深远的方式洞察他的环境的本性，于是他不仅仅能够宁静地生活在游走地球上每个人呼吸之间的混乱的中心，还能够与其他人分享他的洞见，那洞见超越多重性的细节，并将其整合为一幅表达万物本性的完整统一的图画。

我的兄弟，现在请问还有最后一个问题吗？我是 Q'uo。

Jim：（问一个来自加州的 G 实体提出的问题）「考虑到已声明的关于自由意志

的绝对性的事实，它又如何能被侵犯呢？你能给出一个侵犯自由意志的定义吗？如何才可能为另一个人做工作并侵犯他的自由意志？」

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们觉察你的问题。我的兄弟，自由意志原则是一的法则的第一个变貌。它是一个极为激励我们的道德考量的原则，我们提供它为一种准则，当你来到一些选择点时，它可以被视为一种在道德性审慎评估中激励你的资源。它不是一种应得权利。它是一个原则。因为你出生在一种沉重的不良影响的瘴气的气氛中，出生在遗忘的面纱中，为了重获你关于事物真实的样子和情况真正该是如何的记忆，所以你被赋予了自由意志。

你们无法感觉到你们与其他人都是一体的。你看起来相当的分离。你无法感觉到你是爱的造物，有时候你你觉得你是，而有时候你又觉得你不是。然而，我的兄弟，你的确就是爱的造物。作为爱的造物，你来到这个不良影响的瘴气中，要求你自己尽可能的穿透面纱，以回忆起你就是爱的造物，你希望就好像你过去一样的行动，于是你的能量就是爱的能量，慈悲的能量和宽恕的能量。

你不会自动地给另一个人自由意志的利益。这就是说，做为一个人类，你有能力将一个靠近你的人放在一种的控制性导向的环境中，在其中他会强烈地渴望跟随你的意志而不是他自己的意志。这方面很明显的例子就是通常会被称为的「勒索」情况，但是它是一个关于自由意志是如何被削弱的明显例子。你可以这样说，「你有一个轻率不检点的过去，除非你给我钱，否则我将要把它告诉全世界。」于是，为了保持那个轻率的秘密，你给另一个人钱。你的自由意志就已经被删减了。你已经被入侵了，而且它已经发生在第三密度中了。

所以，我们要说的是，虽然你是一个拥有自由意志的受造物，在你与其他人的工

作中，在你与你周围人的关系中，你是不会自动保留自由意志的。

在一个人如何为另一个人做工作的问题上，当我们回答类似这个小组的类似这个问题的疑问的时候，我们经常会进入到这样的考虑中。例如一个人问我们：「我应该做什么？我是否应该去印第安纳还是应该去科罗拉多？」如果我们愿意，我们可以查看印第安纳的情况，看看那里人员，看看那里其他一些转世投生之间的联系，看看他们之间已经建立的通讯，并看到一些不同的事情都与印第安纳有关系。我们可以查看科罗拉多，并看看这些情况在那里是怎样的。然后我们可以关于去哪个地方会是一个更有效率的移动，给予一个意见。然而，如果我们这样做了，当他遵从了我们的意见时候，我们将会限制那个实体的选择范围。

我们发现过最有说服力的情况是，几千年前，做为服务无限造物者的天使与星球的联邦成员，我们出现在你们中间，于是就不再有任何的关于我们是否是真实的疑问，而我们发现这却是对行星地球上的自由意志的一种侵犯。我们发现一旦我们允许人类实体看到我们是非常真实的，他们就会接着考虑我们是比他们更加高级的存有，结果，他们就必须听从我们。而在那些情况下，我们就进入了那些牧师、祭司、拉比（rabbis）、古鲁的某种情境，他们要求人们相信他们，而他们就不用为自己工作了。而我们发现我们不能那样做，做为一个服务他人的实体，那样做拉走我们大量的极性。因此，几千年来我们都不再出现在你们天空的物理层面。

我们意识到其他的存有会如此做。有一些人的选择中并不是如此友善，这些人明确地试图将他们的意志强加在其他地球人的意志之上。然而，为了保存我们的极性，我们很久以前就选择了回避进入你们人群当中或者从那好像是「高处」的地方出现并说话，(否则)我们会消除你们人群所想的自由意志。

因为难道他们不会被强迫去相信— 那些驾驶飞船横跨遥远太空[如你们开飞机的驾驶]的实体，又能够做一些看起来远远超越人类能力的事情，人类必须听从这样的实体？

我们不希望将我们自己放在一个权威的地位。我们希望每一个实体都成为自己的权威。当每一个实体逐渐习惯于为自己负责人并为自己思考时，我们希望去支持和鼓励他们。这就是我们看待我们自己所处的角色，在这个角色中我们发现它有一种非常有说服力的价值来支持每个人的自由意志，不会为那个人做工作，而是允许足够的混淆来为那个人保存环境中的选择点，于是这个选择就可以在一种真实的自由意志的环境中被做出。用这样一种方式，我们荣耀与尊重你，我们知道你们每个人都将在美好的日子开花结果。

我们是 Q'uo，我们非常感激今晚能够被你们的寻求圈呼唤。它一直都是我们的一个美妙的体验。我们感谢你们每一个人从你们忙碌的生活中拿出时间来寻求真理。我们非常不情愿的承认，我们将在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们所知的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1]Bobby 是苏格兰诗人罗伯特-伯恩斯。Q'uo 所提到的那首诗的标题是《对一只老鼠，用犁让她在窝里上下翻滚》，那个短语所在的上下文是：

「The best-laid schemes o' mice an' men

Gang aft agley,

An' lea'e us nought but grief an' pain,
For promis'd joy!」

[2]赛斯是一个通过珍-罗伯兹传讯的高灵，祂是《赛斯资料》系列书籍的源头。这份资料仍在出版发行并可以取得。

[3]该器皿没有听到问题，所以没有回答实际问到的问题，就是关于在太阳中及其周围 UFO 的活动。它回答了这个器皿认为她所听到的问题，关于太阳耀斑的活动。就好像 Ra 群体在第 69 场集会，问题 15 中说到的，「虽然没有错误，但是会有惊奇！」

[4] Albert 是阿尔伯特-爱因斯坦

Translated by T.S.
(V)2012 reviewed by cT.

☆ **第 1323 章集：呼吸主义 (完整版)**

周日冥想
1987 年十一月 29 日

小组问题：呼吸主义(Breatharianism)，意指一个人仅凭靠空气或日光，普那(prana)生活，无须吃固体食物或液体。
实际上，第三密度的人类身体需要依靠什么存活？是否总是需要正常的食物与水，或者在某个时点，有可能不需要这些成分，而是凭藉比较纯粹的物质生活，

即我们称为的空气或普那?

（Carla 传讯）

我是 Q'uo，服务无限造物者的星际联邦的一员。我与兄弟姊妹们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。怀着喜乐，我们欢迎并表达我们的爱与祝福给在场的每一位。容我们说我是多么感激被这个团体呼叫，并得以提供我们卑微的意见。 要知道我们旅行进入你们次元只有一个原因，那就是服务你们。因此如果我们任何的话语构成一个绊脚石或没有向你响起真理的铃声，我们真诚地请求你忽略这些话语，因我们全体都是意识的公民，研读我们内在的造物者，以及造物者之中的自我。做为同行的旅者，我们在喜悦中向你致意。

我们发现今晚的询问与净化生命经验有关，尤其聚焦在此生的身体经验上，好让它得以反映一个更高的灵性实相。
呼吸主义并不是个愚蠢的东西，虽然其原则被误解。它是多层次的，让我们一次揭开一层，尝试解开这个谜题，一个人如何可能不吃饭，不喝水，仅仅依靠空气，而存活在你们的物理幻象中。

首先，基于第三密度的正常意识状态，我们感觉抛开面包与水，身体的食物，去生活不是一个值得尝试的目标。对那些将依赖空气自我维生的情况视为满足条件即可获得的结果的人们，这么做可能导致大量的肉体伤害，而那些的确可以只凭空气，或者说仅凭借那被称之为的普那事物，那神圣地充满空气的东西，而生活的人们，是透过恩典达成该目标，而非透过人为的设计。

有些人一出生就带有音乐的记忆，在没有人能预期这些人的优异演出之际，他们

已经令所有听众震惊。其他一些人也有其他同样令人惊讶的才能，每一个人都有自己独特的方式。有些人带着特定的关键记忆来到这世上，从前世带来的记忆;这些实体藉由恩典能够工作肉体与灵性体的连结，于是喂养细微体，然后玛那(manna，天赐之甘露)之雨降在肉体之上。

我们想要强调这样的天份并不是值得骄傲的，它也不是一个可以被赚取的成就。凭藉恩典，你们每一个人记得特定的经验、技巧、偏好，而正因为这些特定的生活模式的记忆是用这样的方式形成的，该实体于是可以表达出这些天赋，并将其增添到这个美丽的、激动人心的、感人的工艺品的巨大的仓库中。当一个人谈论人格体的天赋，他经常也是在谈论这些工艺品，它们的寿命跟你们在这个幻象中短暂的一生相当。而当那些分享他们的非物质性天赋的人们结束他们物理存在时，只有对这些被恩典充满的个体们的记忆被留下。这是思考该主题[只靠空气生活]的第一层。

第二层的探究是身体意识，因为它也朝向造物者伸展，尝试禁食并且只以最充满光的空气灌入肉体载具，这么做对身体意识有何身体上用处?

关于这个问题实际上有两个决定需要做出。首先，慎选摄取的食物在对身体载具的益处上是非常正确的，它不只对身体健康是重要的，同时也创造适宜进行灵性工作的氛围。我们在你们的文化中看到，我们相信在座每一位都觉察到，过多的食物、过多的蛋白质、过多的碳水化合物无法使你的性灵觉得优雅、活泼，律动感等等。换句话说，进食重口味的食材好比高蛋白肉类以及精制的碳水化合物将使肉体多一层盔甲，使它无法接收心智与灵性引颈期盼的微妙概念。食物本身就会让实体在身体上受到拖累。预期性的饥饿和对食物的持久的渴望更让思想与灵性的复合体受到束缚，变的昏沉，于是被分心，寻求中的实体们会发现这种对食

物的态度，是一种无助于且会阻碍灵性演化的意识加速的态度。

的确，吃少一些，吃的节俭些，吃得自然些对人体是好的。这些都是明显的道理，然而，一个希望在饮食方面更加纯净的人没有必要被其他人所动摇，他们会对你如此地追寻纯净而感到威胁，从我们的观点上这一点是值得重复的。

其次，对于肉体有更高的意图可以创造一个更佳的情感、理智与灵性的工作环境。，就好像一个纯净的自然环境一样。我们之前曾经对那些发现某些天赋或者技能非常容易展现出来的人们做过这些暗示。对于那些寻求太一无限造物者的人也是一样。然而，最好不要互相比较彼此的脚步。或许某个人的身材臃肿走样，然而他具备伟大的慈悲。或许另一个人饮食都遵照灵性的净化与简朴原则，他的身材苗条健康，然而情感与灵性水平却停留在黑暗当中。在向内和向外都同时尝试使肉体处于越来越纯净的状态，这是一条可以被那些感受到如此召唤的人们选择的道路。然而它不是唯一的途径。它是一个有效可以让每一个

寻求者使用的工具用来使情感、心灵与灵性更敏锐，更敏感。

现在让我们凝视普那或呼吸的概念。你我的造物都是一个充满了物质的实空间(plenum)，一个广大无边充满光的无限，而光即是生命的第一显化。吸入充满普那的空气就是吸入造物主的原初之爱。呼气就是呼出所有内在要避开，要排除，要扔掉的物质。其他的器官会同样的处理固体食物与饮料，这也是你们星球上的实体们喜欢的。另一方面，谨慎、有意图的呼吸可以排解一天的压力、陈旧的思想、疲倦的情绪与强烈的忧伤。

因此，吸气就是吸入生命自身，呼气就是跟脱离自己的过去，所以有意识的呼吸

一直都是有益的练习；吸入大量的生命普那到肺部里头，进入身体的每一个细胞，然后全心希望成功地完成这个练习，呼出所有暗黑与污浊的经验；每一次呼吸都增加光，并从一个人在自己的心灵、情绪、思想与灵性中创造的黑暗里，获得提升。

在一个安全可靠的地方进行这个练习将格外有帮助，我们也推荐那些希望进行有意图的呼吸的人将这个练习与冥想的过程结合起来，也许是在冥想开始之前，作为一种视觉化的颂咒祈祷（进行练习）。因为你在物理身体所做的事情，无论它可能有怎样积极的正面作用，都完全的服从于你的自由意志。你可以努力吸入所有空气，然后呼出所有气体，但如果你在这个过程中没有渴望与观想，没有冥想状态来使这个经验扎根与定锚，那么呼吸练习就只是你的另一个灵性玩具，拿出来把玩一番 然后扔到一旁。

在你们星球的表面，现在只有极少的人能完全靠呼吸生活。那些做到的人，是通过恩典做到的，恩典是一种让不可能之事自然发生的中介物，这中介物也是仁慈的造物者的首要变貌之一。我们现在来到该主题的内在层面(第三层)，灵性自我的食物。你们知晓的老师耶稣基督经常禁食，他不只想要达到一个纯净的生活，更想要达到一个转换过的意识状态，肉体与意识分离，于是与天父结合为一成为可能。通常，造物者以恶魔或撒旦的形式来到耶稣面前，这是因为任何提供优异灵性奉献的尝试都会敲响警钟，引起一些实体的注意，他们不想要让如此纯粹的光照耀在这个世界上;负面导向的实体们相信(世界)早就属于他们。对于耶稣，禁食只是一种转换意识的方式，并构建一种能经受考验而稳定可靠的，能越来越多地让这个实体发现天父的连接，在那连接中他也总是感觉到他自己就是天父的儿子。

精确地说，我们并非推荐禁食，毋宁说是焦点的转移，在我们词汇表的使用中这是一个可替换的词语，好比耶稣基督有一次遭遇撒旦[造物者的一部分]，他说人类并非只靠面包生活，而是靠天父口中的每一句话。耶稣所表达的是一个原则，当这个实体说人类是依靠天父的每个言语而活的时候使用「言语」这个词汇，指的就是我们所称的理则或爱。

在这个造物里的每一个男人、女人、儿童的内在之中，都拥有居住于光之领域的能力，这领域并不仅仅是等待着更大的生命的死后灵魂世界这样的美妙的领域，这领域还包括在一种意识的转换中，而且这个时候和在这次生命经验中，它也是更重要的。因此，我们认为，有一种食物可以使你不再饥饿，有一种饮料终于可以解渴。这种食物与饮料即是爱、 天父之）言语，你寻求成为的目标，也是人子，耶稣基督，依赖爱之言语而活的那个人的目标。

物理存在的本性就是限制性与有限的维度。那些寻求除了通过恩典之外无人可以获得的面包的人，经常会变得贪婪和贪得无厌，幻想着将爱储存起，那爱造就了我们所有人，我们也都将把造就我们的爱归还与祂的源头。然而，这天堂之玛那（manna），这（天父之）言语，这爱，是无法储存的，而只能一天收集一次。因此，一个人若想要在思考、感觉、生活三方面都变得更纯粹，他必须每天每日寻求那天堂的食物以及乐园的饮料，因为爱存在于永恒的当下之中。（当下）并不是空间/时间在它的最完整意义上的一个部分，而只是在那所有幻象背后，无限与永恒当下之时间的一部分。

在结束之前，我们提供一些练习，单纯的呼吸练习可以帮助你冥想过程的深化。

观想这些练习就好像你在吸入爱的物理显化，接着通过尝试呼出每一个负面思想

与感觉，压力与忧虑，调谐你自己。这些练习有两个，它们已经被你们人群所知晓。第一个练习是快速呼吸，重点放在呼气。透过嘴巴十分快速地呼吸，这样可以构筑大量的充实感，体会造物之美。在这样的呼吸中有律动(motion)，然而在律动中缺乏注意力。

第二个练习紧跟着第一个练习的尾声，首先完整地吸入空气，接着以吞咽的方式关闭喉咙，然后倾听正在休息的自我，充满生命与气息，然而此时没有律动；在这几秒钟或几分钟停止呼吸之间，创造出一个很有帮助的环境，大量的普那流通到身体内的每一个细胞，而最后的呼气可以冲洗整个循环系统，清理那些化学与肌肉的扭曲，避免它们阻碍灵性的寻求。

做为结尾，我们想重申，灵性的演变的过程也许可以通过被一个人称之为老师的帮助的方式所帮助，例如饮食的净化或者祈祷的练习。然而，没有任何学习可以祈求到恩典，让灵魂能够允许电性身体接受（它的）食物和水从而支持被束缚中的身体。这不是一个可以在最大的热忱中努力的目标，而只是一个我们会建议的方向，这仅仅是因为那些对于一个人会很重要的事情，通过发现获得
它们所需要的时间与能量，就可以被推断出来。然而，单纯与自然的饮食，也许甚至一种减量饮食，如果这样会认为是有帮助的，都是值得鼓励的方式。所有净化肉体的形式都是有益的，只要个体的性灵意识参与其中。
在每一种情况中真正并且肯定会有帮助的是，将对灵性的信任转向玛那（manna），它是无法被控制、无法被占有或者储存，但是对于那些知道它的存在并且赞美它的丰富的人而言，它是充足的。喂养灵性的玛那的数量和质量很大程度被寻求者自己所决定，被寻求者希望成为爱与光的更纯净容器的渴望的程度所决定，被那对无形的事物的坚定信仰之天真的单纯性所决定。宣称那无法看见的东西才是灵性需要的食物，对于头脑而言，这是一种侮辱。

（录音带第一面结束）

（Carla 传讯）

在冥想中与玛那工作吧，在当下的玛那中快乐的欢庆吧，知晓你，这个圣经中的浪子，就是用这种方式被喂养的。并不是因为你赚取了它，也不是因为它属于你，虽然你确实已经赚取了它，它也肯定的属于你，但是这些都不是灵性的想法。

之所以要逐步地增进第三密度存有之光的分辨率的灵性上的原因是恩典，恩典这个字眼对于许多人而言有不同的意义，但我们的意思是恩典是一座桥，它将生命的无限慷慨接通到你的灵性存有的能量网络。在寻求生命的气息的过程中，你正寻求位于你四周的天堂国度，而你所寻求的你将十分确切地找到它。

不管你寻求的水平为何，不管你寻求的步伐是快或慢，我们都祝愿你好，并且只要你在冥想中呼求我们，我们都将与你同在。这个器皿告知 我已经讲太久了，我们知道她并不是在骂我们，但我们感到抱歉。无论如何，这次询问是在一个非常高的寻求水平，我们渴望提供一点点灵性的玛那，它可以在呼吸中被呼出，形成那些被称之为言语的符号象征，它也是意识的隐喻。我们在此时转移通讯权到 Jim 身上。我们怀着感谢在爱与光中离开这个器皿，我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们再次于爱与光中向你们致意。我们希望在此时答覆今晚参加聚

会的人思想里想到的任何问题，并藉这个机会更进一步的服务。我们非常感谢能有这个机会用这种对现场的人会更加适用于个人的方式来精炼我们的服务，我们此时是否有第一个询问，我们将非常荣幸的开始回答。

Carla: 我有一个与食物相关的问题。

1.一个吃很多肉的人是不是会有在意识灵性化方面的特殊的问题?
2.为什么对于像我这样参与到与 Ra 特殊的通讯的管道，需要作为管道吃很多的肉来避免大量的失去体重而变得不健康呢?

我是 Q'uo，我们将从第一个部分开始。一个常向物理载具提供肉类蛋白质这样的营养物的人，他在消化这些物质的困难程度上直接与他的所持有的关于这些物质的信念是成正比，这些信念是，对于一个在灵性领域寻求的人而言，哪些物质是理想，而哪些不理想。这样，一个实体首先关注的信念将决定物理载具消化这种形式蛋白质的难易程度。

在第三密度的物理载具中，人体消化道的构成上同时是抑制在肉类制品上的过量食用的，因为人体的消化道在它的形成方式上比较倾向消化单纯的蛋白质，好比谷类与乳制品，而非肉类蛋白质。然而一个实体对于食物的意图、态度、渴望比其他考虑都更为重要，因为一个实体的核心更多的是由他所相信的，以及相信的力道而构成，胜过他所摄取的食物。

在你自己的问题上，我的姐妹，在与你们所知的 Ra 的通讯中的作为一个管道提供服务，你通过这样方式参与到服务他人的工作中，这种通讯采用的是一种出神的方法，它是某种程度需要身体载付出苛刻代价的通讯方式，同时也因为这种代

价的显而易见的会造成体重的减轻性质，最容易的缓和方式也因此是显而易见的，考虑到这种替代方法可以用于获得和保持身体体重，而对消化系统的负担也是最小的，因此我们之前建议消化高质量的动物蛋白来使你的身体载具能够保持更加正常的体重配置。

请问我们更进一步的回答吗，我的姐妹?

Carla：不用了，谢谢你。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。还有其他的问题吗?

Carla： 关于你刚才描述的练习，在屏息之前 一个人应该吸气多久?

我是 Q'uo，时间的长度并不重要，重要的是一个人会经历到的主观性的感觉，他察觉到通过在吸气的某一点达到一个高峰时，生命力正在被强化。就在这一点停止吸气，好让这股生命力得以被观察与经验。

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla： 空气污染呢? 是否在一个空气比较纯净的地方做这个练习比较好? 污染跟普那有关联吗?

我是 Q'uo，虽然生命原力或普那跟空气污染并无连结关系，就好像你们所说的，为了练习者的舒适着想，一般建议寻找最和谐的环境进行这类的练习，不管是在户外或住所内特定的屋子里。

我们可否进一步讲说，我的姐妹?

Carla： 只有最后一个问题了，我为我不知足的好奇心道歉。但你刚才举耶稣为例，四十个白天和四十个黑夜在旷野中——在圣经里他那样做了很多次，谁知道之前或者之后是怎样的呢——但是你认为，耶稣是禁食经验中有显着的一部分是为了净化自我，通过简单而自然的事情，花费更多时间在神圣地面上，他在这过程中，好几次遭遇诱惑，引诱他自我膨胀或趋向撒旦，负面的灵性道路。是不是只要一个人长期禁食，都得事先了解并做一些准备来处理将会遭遇超心灵致意?

我是 Q'uo，我的姐妹，以某种程度而言，这是真的。所有以禁食方式或以其他精炼的方式寻求纯粹度都会招引诱惑。常见的诱惑是一个以禁食净化自我的人看待自己比较先进，或比周遭的人更优秀。在这种骄傲的概念中，进一步的诱惑将作用在这个感觉之上。

因此，每一个寻求净化钥匙的人最好谦逊地看待自我，看见自己在宏伟的宇宙中只是小小的一粒沙，躺在无垠的空间与时间的沙滩上；好避开骄傲的陷阱与其他相伴的困境。
我们可以进一步的回答吗，我的姐妹?

Carla： 不用，谢谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，是否有其他询问?

[停顿]

我是 Q'uo，我们发现已经耗尽此次集会的询问，我们感激有这个机会分享我们卑微的经验，希望对你们寻求的旅程有帮助。此时，我们将离开这个团体，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q』uo 群体。Adonai，我的朋友们，Adonai。

Re-translated by T.S.

(V)2012 reviewed by cT.

托比先生的重听 Ra 计划

the Law of One Relistening Project

作者: Mr. Tobey Wheelock.

文章来源:

http://www.lawofone.info/relistening-report.php

这个重新听写的计划开始于 2004 年秋季，当时我正在规划一个网站: http://lawofone.info/ ，它包含一的法则(the Law of One)前四卷的内容，接着我想要加入卷五的内容，也就是把卷五的问答按照原先顺序整合到每一场 Ra 集会之中；结果唯一可以找到原先顺序的方法就是聆听原始的录音带. 一旦我开始聆听的过程，我认识到带子中的部分资讯是从未出版的，接着我决定值得重新编辑这些抄本，尝试使每一场集会都尽可能地准确.

(编注: 以下英文名称的一般翻译如下: Ra = 拉，Don = 唐，Carla = 卡拉，Jim = 吉姆)

这个计划深化并丰富我对于参与 Ra 通讯的成员的深刻敬意. 我先前已觉察 Don、Carla、Jim 三人付出显着的牺牲为了传讯 Ra. 聆听这些集会之后带给我一种真实感，他们仍然持续地牺牲，而他们全方位的承诺是毫不含糊的. 这个计画增添我对所有参与人员的敬意:

对于 Carla，她所付出的代价是相当明显的，在每场集会之后，当她返回肉身之后，可以从她的声音感受到; 同时我在第一场集会了解她做为管道的惊人准确度，因为当时她没有进入出神状态，但和其他 Ra 集会[在出神状态中]相比，她传递的讯息都是非常接近的.

对于 Don，我敬佩他的能力，面对 Ra 冗长和音调毫无变化的回答，他能保持调频，并紧跟着理性和聚焦的问题; 还有他对于 Carla 的爱与关心; 以及他对于 Jim 的尊敬和友谊. 经历每一场 Ra 集会，我感受到 Don 的这些特质.

对于 Jim，敬佩他宁静的力量，不管是在重新行走太一圆圈的时候，或是为录音带翻面[说真的!]的时候，都可以感受到他的力量; 并感谢他起初抄写的准确性.

对于 Ra，敬佩他们在回答时的信实，不管询问他们任何问题，他们总是尽可能精确地、完整地回答问题; 虽然我可以明显感觉他们在回答原型心智的问题时他们的音调有些不同，他们真的对于这类资讯有显着的偏好，那是他们想要分享的东西.

一些最令人印象深刻的瞬间发生在每场集会的尾声；在 Ra 给予最后的陈述之后，Don 会呼唤 Carla 回到她的身体，他会安静地、坚持地呼喊她的小名“Alrac”，
“Alrac…”“Alrac…”“Alrac…”；有些时候，需要花一段长时间才得到 Carla 的回应，她会说“是的(yeah)”，然后 Don 会问：“你感觉怎么样?”
通常录音带就在这个点结束，但有些时候你会听到 Carla 的回应：
“还好”，或“疲倦”，或“嗯，嗯”．通常她的声音听起来极为疲倦.

我总是怀疑 Don 如何能够从来不抢话？事实上，他偶尔如此，但并不常发生.
有些时候，Ra 针对他的问题某部分回答，而那个部分稍后被删掉了.
范例: 88.17 (http://www.lawofone.info/show-diff.php?session_id=88&version=o-r)
Don 是杰出的，能够判别 Ra 何时讲完一个答案，但偶尔他们会在同时间一起讲话. 其他时候，Ra 会耐心地等待，直到 Don 了解自己只是发表一个声明，而不是在发问，并附加一句：“那是正确的?”或类似他的声明的东西.
有好几次，可以听到 Don 暗自发笑或起反应，好比 Ra 以一个字，不，回应一个复杂的问题.
范例: 65.18，65.19 (http://www.lawofone.info/show-diff.php?session_id=65&version=o-r)

一般而言，录音带中只有一点点背景噪音，除了令人惊奇的第 45 场集会，送水卡车司机尝试完成他的工作. 其他的例外：第一场集会的电话铃声，Jim 在第一场集会卸下杂货的声音；偶尔猫咪的呜呜声和喵喵声.

Ra 说话的速度相当地缓慢，并且声音至为单调，除了当他们讨论原型的时候，

他们的热忱透过声音传递出来. 如前所述，在第一场集会中，Carla 并未处于出神状态中，于是她的语调就像是一般人正常的讲话. 在其他的某些集会中，Ra 的声音特别地单调; 那似乎和 Carla 出神状态的深浅程度有关. 第一场集会是你唯一有机会听到"我是 Ra"开场白的时候，因为在所有其他集会中，Don 和 Jim 会等 Ra 讲完开场白之后才开始录音.

在第一场集会之后，L/L 研究中心为每一场集会准备三个录音带，确保不会遗失任何资讯.
第一场到第 17 场集会的声音相当微弱，特别是问题的部分，但其他集会的录音品质相对而言是好的.
在每一场集会，经过 45 分钟左右，听者可以听到录音带停止，接着翻面，重新开始录音的过程. 不幸地，L/L 研究中心目前只有为每场集会保留一个录音带，意思是在录音带翻面的过程中产生的资料无法被核对. 另外，第一场集会录音带的第二面被用来纪录另外的冥想，因此这部分的资料遗失.

结论: 我认为这整个过程是值得的，起初的目标是整合卷五的资料到每一场集会中，我以为阅读每一场添加卷五资料的集会的确增加(阅读)经验. 在许多方面，卷五是 Ra 通讯的核心，能够阅读完整的来龙去脉是好的. 此外，新增的资料，以前从未出版的资料，阅读它们是有趣的，甚至是相当珍贵的.
最后，Carla、Don、Jim、Ra 在这些集会中示范的专注服务模式对我个人而言，一直是鼓舞人心的.

后记

有心人可以在以下网址购买原始的 Ra 录音，目前只有#18 ~ #22 场集会，在不

久的未来会陆续增加.

http://store.bring4th.org/index.php?cPath=23

另外，一的法则全系列中文电子书可在以下网址免费下载

http://tinyurl.com/yb628ka

(V) 2012，Digested & translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 14 辑

☆ 第 1401 章集：超心灵致意

Copyright © c 2002 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观改编,可能包含一些扭曲!

是故,有心人若渴望阅读 100%纯正的 Q'uo 演说,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1992 年六月 14 日

小组问题:今天下午的问题和一种现象有关:一个专精于所谓的黑魔法艺术的第三密度人类遣送一个负面导向的能量或实体去造访另一个第三密度人类。

我们想知道这个接收这种能量的人或另一个想要帮助的人要如何处理这种现象?当面对负面导向的造访[不管来自一股能量或一个实体]，什么是我们需要采取的最佳态度、最佳的行动和原则?

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中致意。今天我们至为蒙福地问候你们每一位，特别欢迎一位新加入我们圈子的实体，名为 K。Oxal 群体问候 H 实体，并在这段期间和该实体一起享受静默。我们感到荣耀有这个特权被你们团体呼叫而来，讲述你们人群当中的负面实体，也谈论那些非物质界的原则和实体—它们可

以被[你们第三密度中极化朝向]服务自我或负面性的实体呼叫。

首先让我们定义黑色艺术或黑魔法艺术。形而上，包括服务他人和服务自我途径，发生在一片看似幽暗的场域中。对于这两种极性，形而上工作的背景是幽暗的形而上环境，因为在第三密度的幻象中永生圣灵的形而上意识隐藏在深沉与未点燃的心智根部之中。

因此，寻求暗黑和寻求光明的双方都在一个共同的暗黑地面上开始寻求，那个未知的幽暗。

在这个寻求能量或力量的水平上，寻找真理在夜晚的状态下进行。月亮最微弱的光即是一个寻求者灵性上最亮的照明。要区别真理和彻底的虚假或(...)是极度微妙与困难的工作;同样地，要在同一个活动中，区别它是正面地倾向服务他人与无限太一之爱;还是寻求服务自我的方式，也是极为困难的。

许多形而上的寻求者期待寻求正面真理的过程可以在正午的太阳[形而上的说法]之中完成;这并不真实。形而上的寻找并不清晰、明显或简单，在座的每个人[正在聆听这个器皿讲说我们的想法]都知道这种例子—把未必真实的东西错认为真理，也记得一些实例—好比一个人以为自己发现一道闪耀之光，结果它是相对无价值的并未充满光或力量。

在微弱的月光下，阴影可以蒙蔽人。那么，在形而上的寻找过程中信心是伟大的照明器，信心无法由一个人给予另一个人，每个人得在心智和身体的灵性部分孕育该信心;所以信心是个人的，由自我所创建。

现在我们回到如何应对负面实体的观察。当一个正面极化者在信心中活出一生，在良善、真实、美丽的双臂中，他容易倾向感觉安全。然而，一个走在负面途径的实体感觉哪儿都没有安全，没有避难所;他感觉唯有自己可以倚靠，只能指望自己。因此，这样的实体有较大的起初原因去打造个人力量，以及较大的推动力去建造魔法人格。再者，负面实体建造魔法人格要比建造正面导向魔法人格简单。负面实体只需要试图为自我(聚积*)所以可能的力量，不管它是什么种类无须任何辨别或判断。

(*译注:小括号的字眼为译者的主观猜测，原文为听不见)

相反地，正面极化的实体前进经历平衡所有事物对立面的过程为了确认真、善、美的最谨慎平衡，对于正面导向实体而言他很清楚这个幻象的外观偏向负面事件和环境。为了澄清正确的行动和正向使用力量，他必须谨慎地平衡所有的刺激。是故，你们每个人拥有的任务似乎比较困难—选择活出一个属于信心的人生。这两条途径都是太一无限造物者赐与的，虽然造物者含蓄地在经验中提供暗示，那就是正面服务他人的途径是比较可取的，更值得渴望的;负面途径也在招手，如这个器皿会说的，该途径也是(...)属神的，因为除了太一无限造物者的能量，没有其他能量了。

再者，你们在第三密度中的经验对于那些选择负面性的实体提供一个比较简单的开始通往形而上的力量基底。不明显的事项在于负面途径逐渐变得越来越困难，直到最后它是条不可能继续行走的道路;反之正面途径是永恒的。

因此，当一个人被第三密度的负面极化实体袭击，不管是透过言语、梦境、感觉、或其他行动，他不只面对一个属神的实体，还要面对他自己;因为一切万物在

天父的造物中皆为一。在每一个组成个人的心智、身体、灵性之中即是一切万有。每一个人都是(宇宙)造物、受造者、造物主的一幅全像图。

当一个正面导向具备力量的人确知或怀疑自己遭受负面致意，他坐下来接着准备自我去测量他的寰宇本质。他完全能够做出负面举动，也拥有充分的负面性补给。当正面导向的受害者不知道致意的来源正是他自己，来自外界的可感知负面性就成功了。

如果一只贪婪飢饿的野兽逼近一个人的身体，他会尝试杀死那只野兽好解救自我。如果该贪婪飢饿的野兽属于形而上界，以魔法艺术的方式攻击一个人，他对付这个攻击的方法为观想这个受造物，欢迎牠进入自我，充分地接纳这只令人毛骨悚然的野兽是自我的一部分。

当一个实体选择一条途径，他拥有完全的光谱并从中精确地选择，因为一个实体包含一切万有。

所以，第一道防线是观想这个负面的力量，无惧地邀请牠，在真实之心中深情地吸收牠;因为正面力量是一种受到自我知识平衡的力量。当一个实体领会没有需要以力量凌驾他人，因为所有造物都在自身内表达力量，于是他决定不尝试以力量凌驾另一个人。因此，所有魔法工作都作用于自我之上，没有需要操控、教导、控制、推动、劝告其他实体。唯一需要做这些事的地方就在自我之内，锻鍊自我越来越平衡，并且清楚地接受自我的寰宇本性，从而选择明晰、清楚地服务他人，阻止自己去批判或控制他人，接着练习钟爱自我，接纳自我，允许自己宽恕已感知的自我犯的错误。

当一个人宽恕自我，他就能够宽恕全体。当负面致意被看见，牠可以被观想，牠在形而上思想世界实质上是真正存在的，如同一只夜晚的生物，神话的动物，然后被爱吸收、接纳、宽恕。获得宽恕的自私变得无害，单单这点便足以劝阻大多数的负面第三密度实体[他们一直想要控制他人]，因为大多数这类的实体并不特别有技巧，受到接纳对于负面导向实体是(...)，因他们透过引发恐惧、愤怒、憎恨、作呕、其他负面情绪反应等来获得力量。

当一个实体看见自我状态中的阴险，然而，他以慈悲和爱接纳、宽恕、吸收它进入自我的强健良善状态中，该负面实体的经验是失去所有(...)力量，接着试图选择去控制其他将会害怕和遭受恐吓[到达满意的程度]的实体。

在某种情况下，非常少数的实体拥有足够能量和耐久力去追寻凌驾他人的控制途径，到达某个点他们能够直接地接触形而上的负面性源头，这个情况，虽然不会没有解答，从遭受致意的实体的立足点来看比较不容易对付。

需要大量的智慧才能够沉着地、客观地凝视形而上恶毒行为的面容，因为那些接触到形而上源头[属于第四负面密度]的实体为自己收藏两个东西。一个是具备自信和踏实的第三密度人格，在这类的实体中有种真实的灵性乌黑状态，一种经过焠炼的憎恨—它看不见阴影。正面的途径充满阴影、问号、疑虑，持续地学习和平衡。选择正面性等于选择不简单的早期课程;选择负面性等于选择简单的早期课程。从而，一旦该负面实体进展到某种地步他绝对地确定自我不需要什么信心，他便拥有一个明显的优势;反之，正面极化的实体仍然在处理无尽的、令人困惑的灵性风景中的阴影，只有微弱的希望之星，以及稀薄、纤细的信心之月光在照耀。

在这种情况中，不只有活着世上的负面实体发出致意，还有更高密度的灵体以它奇异的方式和该负面实体合作。正面途径必须被视为一个希望和信心之处，在毫无证据的情况下接受。正面的朝圣者把一股强健的渴望放入心中，那就是愚蠢地跃入未知的深渊中，没有确切性的保护，在半空中面临个人安全遭受表面上的毁灭，不依附任何东西除了对于一切都好的信心，知晓无须惧怕任何东西。

许多流露爱和正面导向的灵魂尚不能够做到这点。当这些实体遭受相对强力的负面源头的致意，最[我们搜索该器皿的心智为了一个恰当的字汇]实际的解决方案是找到一个本性正面的人，他沈浸于正面的仪式，包括以他的语言寻求第四正面或更高密度的正面形而上实体的协助。这样的人被你们的宗教信仰系统称为祭司或僧人，这些系统相信良善与邪恶之间的战争，由第四负面密度实体和第四正面密度实体参与的战争，双方仍然相信战斗是恰当的。

在我们离开这个题目之前，我们要再次聚焦于灵性选择的肥沃大地，内在的暗黑世界。你们每个人向内凝视，你是否感觉有魔力?你是否感觉强而有力?如果这个答案来得太容易，很可能你的内在选择通往力量的简单通路，也就是负面性的途径，因为负面途径上的每一步从内在看来似乎是正面的:一个人想要力量好帮助人群;帮助人群的方式为给予忠告，给予教导;确保一切都好的方式为控制各式各样的人群和情况。所有这些东西感觉起来是自然与美好的，大多数刚起步的负面实体并不明白自己正踏上负面性的途径。

对照组是正面途径，逐渐累积力量的方式为甘愿成为最软弱的，成为众人的仆人以达到伟大，只有在他人要求的时候提供忠告和教导。在你们的宗教系统中，有多少人陷入正确和公义的狂热中，批判、谴责、控制许多人，为了他们自己的好处?在你们的宗教信仰系统中，多少人会(...)教条和教义，在能力范围内依照每个

实体的要求服务他们，并且在无能为力时只给予祝福、宽恕、接纳;愿意这么做的实体多么地稀少!

然而，有少数人充分地认识自己，他们不会批判、控制他人，但求工作自己;气力和魔法力量为这些少数人前来，因着他们，炽热之光射穿暗黑的形而上场域，如同一道闪电照亮四方。该器皿会说这个世界无法看见那道闪电，只有每个走在正面途径的朝圣者，凭借信心生活不带恐惧地生活，必会获得光照。那道闪电移动穿过一个实体，它不会停留在一个实体身上，这样的实体是喜乐和平安的管道。

不管负面实体的致意表面上成功或不成功，这样的实体永远在圣灵中是安全的。

我们属于正面途径，我们也是满是灰尘的朝圣者，长期地在希望和信心的影子大地上搜寻。我们并不期待第三密度实体毫无恐惧。我们单纯地请求每个想要活在信心中的实体不要恐惧自己的恐惧，不要被恐惧统治;只要接纳这恐惧，爱这恐惧，它是寰宇自我的一部分，接着向前行，傻傻地在盲目和信心中跃入下一步。愿你们每个人发现每一步都是献给无限太一的一份礼物，一份爱的证词;因为若造物主是爱，无畏无惧的选择总是正确的。

我们鼓励每个人保持耐心，宽恕和接纳，缓慢地和每个阻碍进展的恐惧相处。花时间进行平衡该恐惧的工作，绝对不要克服它，而是把它带入自我内在，疼爱它，接纳它，温和地，一缕一缕地拆除恐惧的帘幕，最终迈向无畏无惧。这是缓慢的工作，但它使一个人恒常地移动朝向真、善、美。

我们愿在这个时候转移通讯到 Jim 实体那儿。我们在爱与光中感谢这个器皿，我们是你们知晓的 Q'uo。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再一次我们在爱与光中向各位致意。我们觉察刚才演讲太久了，并为此道歉。我们觉察这个圈子有些疲倦，无论如何，此时我们荣幸地提供自己回应你们可能有的进一步询问，目前是否有任何询问?

[停顿]

我是 Q'uo，我们将藉这个机会再次感谢各位邀请我们光临这个寻求圈。能够在这段时间和你们一同走在这个旅程上，我们充满了喜悦。我们现在要离开这个器皿和团体，一如往常，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。

Adonai，我的朋友。Adonai。

(V)2012Digested，adapted，andtranslatedbyc.T.

☆ 第 1402 章集：个人的责任

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年十月 16 日

Jim：Q'uo，今天晚上的问题是来自 G，「很少有思想系统像《一的法则》一样

授予个人实体那样多的责任。在《一的法则》的哲学中，个体要为他的选择和他的经验负起完全的责任，不管这些选择和他对事物的看法可能会多么的无知。在这样的脉络中，我们希望同时通过一般的镜头和聚焦的镜头来检验责任的概念。一般而言，正面导向的实体如果直接地参与到将会导致其他人的痛苦和苦难的行为，这个实体在哪个程度上需要为这些负责任呢？还有一些特殊的方式可以理解责任之基本原则，例如买汽油，使用危害环境的产品，支持或者不抵制政府将他们的人民的力量汇聚到极度邪恶之目的，等等。」

我们想要选择这个原则的一个特定实例做为我们的焦点。很多灵性寻求者都理解，除了人道的屠宰方式之外，在将我们的第二密度的朋友的物理身体转换为我们的肉类食材的过程中，它们被常规性地虐待和滥用。那么明确地说，当购买和消耗这些动物的肉类时，正面导向的实体在什么程度上要为这些第二密度的生物之苦难负责呢？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。能被这个团体呼唤并成为这个寻求圈子的一部分，这是一种快乐与荣幸。我们非常高兴和你们谈论关于责任的问题。

但是首先，一如既往地，我们请你们每一位听到或读到这些内容的人帮一个忙。

当你听到我们的想法的时候，请使用你的分辨力与洞察力。当一个想法与你共鸣，请务必同它一起工作。如果它没有共鸣，只是让你感觉平淡或者不感兴趣，请放下它。你们遵守这个要求将允许我们自由地谈话，而不用一直担心我们会以

任何方式侵犯你的自由意志或打搅你灵性演化的过程。我们感谢你帮的这个忙。

我们赞同提问者，《一的法则》的哲学[来自星际联邦]相比你们世界的大多数的信仰确实赋予个人寻求者更多的责任。大多数你们世界的信仰设定了一个你需要跟随的灵性的领袖或古鲁之类的人，或者你需要跟随的是某种本质或能量，于是看起来就好像你是抓着那个实体的衣尾而进入你开放的心。

大多数世界性的信仰会建议你应该跟随或者信任灵性领袖，要嘛是耶稣或耶和华或阿拉。事实上，能被放置在那个位置并成为一个能为你开放你心轮的实体，这样的灵性领袖是很多的。

《一的法则》并不建议你应该跟随造物者或者祂的先知或代表，《一的法则》建议的是你觉察到你就是造物者。因此，它建议你在每一天，在每一个小时承担你的生命、你的选择、你生活的方式的责任。它不是一个认为这种对真理的追寻有怎样的紧迫性的哲学。它是一个认为你有一切所需的时间来做出选择、跟随你演化的道路并完成那个循环的哲学，那个循环始于造物者，移动穿越一个又一个密度的经验并再一次进入到太一造物者的心中，于是你的源头和你的终点是相同的，因此你绝不会终止。

你是永恒的一个公民。你是一束无限的灵魂光流。你在这一次生命中没有学会的课程，你会再一次的拿起并再一次学习那些你还没有完成的课程，如果有需要，就再学一次，直到你在成熟的时机穿越了选择的密度、爱的密度、光的密度、合一的密度，最后到达那即使对我们也是奥秘的永恒之密度。

在每一个密度、每一次经验、每一天和每一小时，你都为自己、你的选择、你的

意图和渴望担负着责任。

这就是你被期望的，它也在你的本性中构建了某种被称之为「人类本性」的东西，于是你会渴望一些事物。你不仅仅是简单地被允许，而是被鼓励去体验那些你所渴望的事情，只要你不侵犯其他人的自由意志。因为就是在体验那些你所渴望的事物中，你察觉了你真正渴望的事物，在一个比冲动、一时的爱好和流行时尚的层次更深的层次上你所渴望的事物。

在跟随你渴望的过程中巨大的挑战是，用一种你可以为自己打开自我的更深的层次的方式来知晓你自己，这些更深的自我层次隐藏在社会、你的文化、你的训练之外，也隐藏在所有你学到的关于世界是如何运转的知识之外，于是你会逐渐地将你自己从那些习得行为的锁链上释放出来，这样你就可以遇见你自己内在的一个更深的意识层次。

因为你不仅仅只是你的人格表面的那个部分。你还同太一无限造物者有共同的部分。你是造物主的一部分。做为第三密度，选择的密度，的一个创造物，在你的内在，你拥有一个意识，那是造物主的意识，理则，无条件爱的太一起初思维。你就是爱。你能够透过自己给予爱不仅仅是你自己的爱，也是太一造物者的爱，它永不停息地流经你。

由于你是一个造物者，虽然是一个非常年轻并且很大程度上未经训练的造物者，你拥有创造你自己的宇宙的能力。

现在，你已经被给予一个肉体载具。它是一个有着功能参数的物理载具。为了让每一个身体部分行使功能，有一些特别的参数需要被满足，这就是营养学家所说

的要满足一些「食物营养价值」。你的身体的运作需要有各种各样的化学物质。有各种?、蛋白质、脂肪、碳水化合物：这些都是你的食物原料。

你特别询问关于你对于你吃的东西的所承担的责任。对于那些在这个领域仍未考虑到有选择可能性的那些人，他们要承担的责任是最低的。一个人如果对这些选择无知，它无法做出选择。因此，你提出的问题是代表着那些已经觉醒于万物一体的事实的人们。你与那云和雨，温暖炉台的火焰，你身体中的水，还有这些星球上所有水域中的水，你与它们都是一体的。

你与鸟类、动物、花朵、植物、岩石、你们彼此，还有造物主都是一体的。

宇宙中只有一个事物，那就是爱。

事实上，你在这个时候正在寻求的是去减少你思想中的扭曲的层次，于是你可以越来越察觉有一个意识比你的呼吸还靠近你，比你的双手和双脚还接近：那就是无条件爱的意识，也是你真正的本性。

现在，对于一个实体，如果它的意识就是纯粹的爱，它应该如何喂养它的身体呢?

我们注意到你聚焦在肉类与吃肉上，并将其做为选择的竞技场。在我们开始讲述这个问题之前，我们希望提醒，不仅仅是动物，植物也生长在天父的造物中，并用他们自己的节奏生长、开花与死亡。在一个非常真实的方式上，一个人可以说，采摘一个豆荚或从地上挖出一个马铃薯，和屠宰一个动物都是一样大小的一

种冒犯，因为在你这样做的时候，你已经打断了它的生命循环和它与造物主的舞蹈。但是，聚焦于这一点是从你的问题上离题的。因此，我们会聚焦于屠宰动物和如果一个实体选择吃肉，他要承担的责任。

很多已经觉醒的人所做的一个有效的决定是不再吃肉，而找到一些方法通过食用其他的物质来向身体提供肉类所提供的蛋白质，例如豆科植物，它们也含有蛋白质[1]。
已觉醒的寻求者的另外一个选择是，就好像提问者所说的，转向只购买经过人道屠宰的肉类。对于这些实体，在离他们生活的地方合理的距离范围内，通常有两种可以获得这类人道屠宰肉类的来源。一种来源是找一个符合犹太教教规的卖肉食的商店[2]，人们都知道那个宗教的教士很好的对待动物，并用一种神圣的仪式来屠宰动物，那些教士们非常严肃地看待这些事。

另一种选择是找到一个生物动能*的源头，在那里当动物活着的时候，就有一种同样神圣的感觉围绕着对动物的感激，当这些动物到了要被用来喂养人类的时候，它们也会被人道的屠宰。

(*编注:Biodynamic 农耕法是由史丹纳博士在 1920 年代其著作 Anthroposophy 中提出的方法)

就好像名为 J 的实体所说的，不包括那些选择，在那种被称之为「形而上时间」的无时间条件下，关于动物总会有一种形而上正确的选择，因为在那里所有的事情是同时发生的，所以在你食用牠之前，不管它是如何被滥用或者如何被屠宰的，你都能够与任何的动物联系。于是当你与这个动物联系的时候，你可以向这个动物表达你的爱和对这个动物遭受过的所有痛苦的感激，牠经历这些痛苦是为

了向你提供牠的能量、意识、如此之类，还有牠的爱，而这些都是非常真实的。因此，在赞美、祈祷和感恩中，你治愈了你与肉类及做为这肉类来源的动物之间的分离。
当你这样对待你的肉类，与肉类共舞，与肉类成为一体的时候，你实际上正在将提升那能量至无限造物者，祝福这些肉类，这将为动物也为你治愈所有过去已经发生的事情。

事实上，我们会注意到，不仅仅是吃肉，你所从事的每一个单独的行为，不管是多么微末或者多么不重要，它都有成为神圣行为的能力和潜力，于是你可以在所有的时间付出感谢，给予赞美，并向那些被给予你并允许你去探索的经验开放。那位名为 L 的实体，在这次冥想之前曾在这个圈子中谈话，她指出有很多次她会怀疑她是否能够维持一种意识上的层次，她不时地发现要在短时间维持这种意识的层次是非常容易的。我们发现这是一个非常适当的想法，因为每一个实体都会发现她自己每一天、每一小时或者每一年都在改变着。实体不会保持不变。他们也不能保持不变。演化是你的一部分，它是无可避免的。有股能量必须在你的内在演化。

这个密度，你可以称之为行星地球、第三密度、三年级，在这个密度，容我们说，在这个灵魂的学校中，你能够尝试在其中去永远地徘徊，但是你将不会成功。因为不管多么缓慢，不管受到你怎样的抵制，你都会学习。你的选择涉及你是否希望去加速你在心智、身体、灵性上演化的步伐，而你完全有能力胜任这项工作。
无论你让你自己失望多少次，你必须记住你是你自己最差的批评家，而你所认为的软弱尝试，周围的其他人很可能会发现那是英雄的举动。

然而，要为你自己的想法、你的言语和你的行动负责任，它需要勇气。它需要真正的毅力，一天一天又一天地来维持这个层次的意识，这种意识将你的环境视为一种灵性的环境，而远远超越一个物理、情感或智力的环境。

然后我们抓住一个事实，那就是死荫幽谷的幻象，就好像这个器皿经常称之为肉体生命，该幻象会使用每一个诡计和每一个狂想来使你分心并挑战你。它是一种温和的分心物和和温和的能量，它用它自己的方式来运作，因为只有在第三密度中，你才会不记得你是谁，你才体验不到你与宇宙万物的舞蹈，你才会无法直接地知晓万物都是一体的。

只有在第三密度，你才会表面上看起来被锁定在你的状态中，如同一个单细胞生物，一个单元一样。当一个人认为自己是一个独立前行的单元，在人群中而不属于人群，从其他实体那里弹开而无法加入到他们中间，或者即使是与他们和谐相处也无法做到，于是这个世界就会变得没有意义，就好像存在主义者在如此多的艺术作品中如此漂亮地指出的一样。[3]

如果你假设这个世界是有意义的，你做为宇宙造物的一部分，做为爱本身的一部分，也是有价值的，那么一切都会有意义。每件事物都会充满你的心，给予你思想的食物，成长的催化剂。

因此，我的朋友，你的问题会变成如何去维持一种意识，它让你能够带着觉知面对每一餐，也许芦笋在尖叫因为它和母亲分离。也许青豆因为从蔓藤上被摘下而哭泣。也许无论过得多么可怜，小公牛也不愿意离开它的牧草地。于是你可以在对那些喂养你的物质的感激中面对每一顿饭，你需要那些物质，你必须食用那些物质来维持这个物理生命，用这样的方式，这些喂养你的物质与你变成了一个本

质上的神圣仪式的一部分，而它将同时祝福你和那些你所食用的物质。

我的朋友，这个答案是简单的，然而对于那些生活在选择之密度当中的人们是非常困难的。你必须与静默做朋友。你已经听说过造物主寂静而微小的声音。它是寂静的。但我们无法说，它是微小的。

在造物主面前有很多方法进入静默。你马上就会想到的一些最常见的在无限太一面前全然进入静默的方法上教堂或前往犹太人会堂或印度教聚会所，去祈祷，宁静地冥想。这些都是回应静默并礼拜太一无限造物者的强有力与有效的方法，但是，也有一些其他的方法可以在静默中祈求造物主。

那位名为 G 的实体肯定会极高地赞扬在自然中与大自然交流的方法，在那里没有交通灯，也没有汽车喇叭声，也没有人会与他人擦身而过而不曾认识到她或他已经与造物者擦身而过了。

当你知道如何到达那里，即使在最嘈杂的地方，你也可以在你自己内在找到静默。我的朋友，这是一个练习的问题。这是一个如何养成新习惯的问题，就好像那位名为 L 的实体注意到的。打破旧的习惯或者建立一个新的真正让人满意的习惯，这从来都不是一件容易的事情，但是获得惯常进入内在静默的习惯，却值得它所要付出的努力。

当你在自己的内在拥有了静默，无论环境多么嘈杂或者你周围的人的思想多么的混乱都没有关系。无论你对其他人有多敏感，当你找到自己并能够安住于你开放的心的时候，你就会拥有基列之乳香，它会在和你的下一个思想一样近的地方等待着你。

甚至有一些似乎并不安静的方法可以用来礼拜无限太一。例如这个器皿经常唱赞美诗而将她自己放置在一个特定的心智框架中，并让自己移动进入崇拜与奉献中。这些方法都可以提供与静默一样的益处。再次的，它是一个重复练习的问题。那些对你有用的方法，我们都鼓励你去重复。一次又一次的重复，在你每一天生活的机会和变化中，在美好时光和困难时光中都继续着这种重复，直到那个习惯已经是你的经验中如此重要的一个部分，缺少了它，你就会渴望它，并必须再一次寻求它。

同样请了解到你们每个人都有不一样的人格。你们当中的一些人会从各个角度，做为一个有能力做出自己的选择的生灵，和承担的责任发生关联，一些人会从美丽的角度，其他人会从真理的角度，还有另外一些人从信心中生活的角度出发。这些角度是可替换的，但是它们是一样强有力并且有效的途径，通过它们，你们可以去寻求真理。

无论你的人格是什么，我们都鼓励你相信自己，知晓在超越一切理解的层面上，你被无限造物者钟爱，知晓你有能力伴随着你的祝福提供的与之相同的创造性能量，这能量经过你然后进入到这个世界，它不是来自你自己，它更不会来自那看起来有局限性的人格，在该人格中你将很快用尽你的爱并简单地被耗竭，你仅仅允许太一造物者的能量流过你，从你的眼睛、嘴巴、双手流出来，于是你会用爱的眼睛来看，用爱的语言来说话，你的双手在移动时包含着爱。

你将选择什么呢？服务自己或是服务他人呢？你将渴望什么呢？这一天你将如何设置你的意愿呢？因为你有能力设置你任何一天和每一天的意愿。这些都是你可以仔细思索的问题。

当你面对你的下一餐时，请允许你自己充分地想象，你实际上可以做什么，让你对所有生命之神圣的越来越强的觉知与你自己相符。你是有选项的。你是可以做出实际可行的选择来回应你自己的责任感。只要它能保佑你彻底地实践这些思想，那就务必都要这样做，在你是谁，你属于谁，你在为谁服务的觉知上，它们同样将变成促进这些觉知成长的一个工具。

我们为这个问题而感谢你们，请问现在是否有后续的相关问题呢？

G：Q'uo，谢谢你提供你们的想法，也感谢这个器皿尽她的能力服务并传递你们的思想。我已经尽我所能的仔细并准确的聆听了你们刚才所说的内容，而我却几乎没有找到关于责任的问题回答。你们的建议是作为一个可能性，一个人能够对他们的食物给予赞美和感激，你们甚至鼓励这样做。你们也提到对遭受的动物，那个实体可以培养的觉知的其他实际可行的替代选择，但是，关于如果我们参与了一个使其他实体的苦难继续的系统中，是否我们实际上需要为其他实体的苦难负责任，在这方面我并确实没有听到任何的内容。如果你们可以对这个问题提供任何的见解，我会非常感激。

我们是 Q'uo，为这个问题我们感谢你，我的兄弟。我们曾暗示你的问题的答案，但显然如果我们更明确一些会好很多，在不侵犯你的自由意志的情况下，我们能够做到这点。所以我们继续。

你需要为这住所外面正在发射的烟火负责吗？[4]你是你兄弟的监护人吗？事实上，其他的实体和他们的行为并不在你的选择范围内。你的选择是那些在你能力范围内可以做出的选择。你不可能为其他人的愚蠢负责，除非你被赋予光去感觉

到你希望从事一场改革运动去改变其他人的意见，改变政策等等。

从灵性上来说，你的选择全部都是自己内在的选择。在你自己的内在，你拥有做任何你觉得对的事情的力量。我们不会进入到你对你的兄弟的行为是否负有责任的问题。我们会说，我的朋友，你的众多兄弟姐妹的行为在大多数情况下接受[你们星球上]属于男性生物原则的实体做出的好比战争和屠杀的决定。

因此，战争和对动物的屠宰两者是有共同之处的，为了保障和使用那些被视为种族必须的资源，两者都有能力阻挡那些麻烦的事物。这是完全不同的问题，它会花我们一些时间去在细节上进行答覆，这些时间我们已经用在工作于那个基础性的问题，那就是如果你吃的肉是被其他人屠宰，而你被卷入了或在推论中你接受了它，而事实上你并没有接受，你是否对你所食用的肉类负有责任。我们尝试去解释的是，透过你选择用什么方式去对待你面前的事物，在各个层次上你都有能力去消除并治愈那些感知到的错误，不管它是肉食还是战争或者任何你遭遇到的，突然间来到你面前的事物。

在灵性上你是否负有责任的问题上，食物是一个唾手可得而且极好的例子，因为你每一天要吃好几次。在谈及你应该选择如何去治愈那些被不完美屠宰的动物，或不完美收割的水果、谷物，或土壤；比起其他所你提到的事情要容易的多，诸如战争、消耗地球的丰富与慷慨，你们的行星花费了几百万年时间从它珍贵的表面的居民中收集并分泌出那些一直被埋藏的石油、煤炭以及其他的事物，而你们的社会将它从它原本应该属于的地球的深处抽取出来，在地球的深处它不会危害空气、水和地球，也不会污染和改变你们的行星。

我们能进一步回答你吗？我的兄弟。我们是 Q'uo。

G:我由衷地感激这个更加聚焦的答覆。你已经给予我思想的食物，为了更进一步的提问，我肯定要反覆的阅读你们提供的这些极佳的资料，所以，我个人的问题已经结束了。谢谢你，Q'uo。

我们用我们全部的心感谢你，我的兄弟。能够与你的能量和你的提问的精炼品一同工作，这是令人愉快的。现在请问这个团体中是否还有另一个问题呢？我们是Q'uo。

G:Q'uo，因为看起来这个圈子里没有问题了，我有一些问题来自外地读者的问题。第一个问题来自西雅图的 A，他写道：「在不侵犯任何人的自由意志的情况下，你是否能够给我们…

(录音带第一面结束)

G：…一些关于阿滋海默(Alzheimer)症的起因、目的和治疗方面的信息，既是为了那些被诊断患有这种疾病的人，也同时是为了那些照顾他们的人。思考这种苦难并能够最好的处理一个已经被确诊的人的信息，同时也是对那些已经患病的人进行照料的最佳的方式是什么呢？在这个疾病中所包含的灵性原则是什么，如何用最好的方式让个人做好准备去处理这个疾病呢？」

我们是 Q'uo，为这个问题我们感谢那位名为 A 的实体。我的姐妹，考虑这些问题时所包含的灵性原则是发生在一个实体身上的所有事情都是完美的，它们也是早先规划过的。在所谓的阿滋海默疾病方面，当一个实体已经学到了所有它应该学到的，已经忍耐了所有它应该忍耐的，当它已经到达一个没有任何更多的事情

可以被完成的层次时，在实体已经通过疗愈进入到更大的生命后，疗愈就需要在形而上的层面发生。

在那种情况中，那些已经失落的东西将被恢复。人格的表层会带着它的困难和它的痛苦返回灵魂光流，在那里可以获得丰富的能量来疗愈最近这次的转世。在转世的过程中这种情况非常有助于对此生的疗愈，这样当一个人临终之时，他就已经准备好了去歌唱，「哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚」，就好像那个叫做叶慈(Yeats)的实体做的一样，但是它不是必需的。因为在生命中没有被疗愈的事物将在生命结束后在下一次生命经验被选择之前被疗愈。所以，当一个实体已经筋疲力尽而不能疗愈他自己的肉身的时候，就会有一种遗忘的祝福。

现在，有时候这种降临的迷雾并没有除去所有不开心的事情，这是令人遗憾的事情，但是这种逐步释放记忆的基本原因是这种情况所包含的实体无法有效的处理催化剂。这种情况对于照顾病患的实体的作用可以被认为是隶属于服务他人而不是服务自己的基本灵性原则。

很多实体会选择将患病的父母或者亲戚安置在一个治疗机构中，让其他人为他们换尿布，照顾他们漫游的心智，而那些实体本来是有责任照顾病患的。

但是对于那些选择在他们的家庭中留下来亲自照顾并留意患者的任何需求的人们，能与那个实体分享你的爱这是一个伟大的祝福，因为该实体已经与你分享了如此多的爱，不管这些爱是怎样不完美地被分享。当父母去爱并照顾年轻的孩子时，爱的意图总是包含其中的，而当时机成熟时那个模式会被重复和平衡，那时年轻的孩子会去照顾无法行动的父母。

家庭是服务他人的各种机会的一个极好的源头。当照顾一个头脑已经失效的人的时候，肯定会有一些时候似乎令人无法忍受。我们鼓励名为 A 的实体和所有在这样的位置的人，在那些困难的时刻去荣耀自我并释放责任，这样自我就可以为了去治愈而被治愈，为了去恢复而被恢复，为了去安慰而被安慰。如果一个可以恢复自我，疗愈自我，并爱自我的人就是你自己，那就这样吧。因为你已经有能力去疗愈，疼爱和恢复自己。你是造物者，你可以选择你的造物的方式。

在这样的情况中，我们鼓励宽恕的能量，为了其他人也为了自我，我们再一次为这个问题感谢名为 A 的实体。

现在请问还有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。

G：Q'uo，我将提出的最后一个问题来自 S，网站 Bring4th 的网管，来自维吉尼亚州，他写道：「Q'uo，我们的在线社群一直在讨论我们人类载具透过各种途径正在变得对各种振动越来越敏感。我们很多人正在耳朵中或者在脑袋中体验到一种持续的铃声，在周围不同的空间性的位置上有多重的音调，还有身体上其他的异常效果。你愿意在不侵犯我们的自由意志的情况下，与我们分享在这些事件背后的灵性原则吗？为了帮助我们最佳地沉思、理解和回应这些独特的身体体验，你可以播下什么种子？」

我们是 Q'uo，我们觉察到你的询问，我的兄弟。我们欢迎那位名为 S 的实体，我们将试图回答他的问题。

从第三密度的开始就总是可能会有那些典型的紧张发生，它们会产生内部的声音，不管是在耳朵里、脸上、脑袋里或者直接位于物理载具周围的环境中。有一

些类型的紧张可以被视为是卓越与正面的，类似异像、梦境、深刻的见解和对事物真谛的顿悟。其他来源的典型性紧张可以被视为负面的或困难的或挑战性的，类似神经过敏、畏惧与恐惧、愤怒与挫折。所有这些特征都和一种对于正在发生的事情的典型性抵抗有共同之处。

现在，容我们说，在以你们的年份计算的上个世纪左右，第三密度之光就一直在减弱，因为这个第三密度即将结束，而第四密度之光正越来越多地渗透进来，而第四密度之光拥有强大许多的携带信息和启发的能力。现在，伴随着第三密度之光的减弱和第四密度之光的升起与破晓而产生的问题，就是它们共同产生的光，这种正在被体验的光携带着更多的真理。在一个世纪以前的自我也许可以忽略的事情，现在再也无法被忽略了。因为你们已经能马上看到事物真实的样子了，做为神志清醒的经验的一部分。

其他一些人的行动会更多的影响你，因为随着时间的发展和第三密度之光的减弱，镜像效应更加的显著。

所有那些你还没有整合进你的白昼人格中的事情，那些还留在阴影中未被看见、未被承认、未被弥补的事物，它们都会在其他人的行动和言语中向你显示它们自己，它们会伤害你是因为你还没有和自己一起工作并将那个阴影-自我带入你的心中，用你的爱、尊敬、理解来救赎它。

我们通常会对实体们推荐的是，当他们环境中的一些事情搅乱他们的时候，他们可以将那些事带入他们的心中，在他们自己的内在找到那些能量。接着他们会在自己的内在治愈它。他们开始不带任何判断地理解它、体验它，并要求它为自己内在的光工作。

用这种方式，愤怒会变成坚定不移—坚持一个计划的能力，持续去爱的能力等等。内化、祝福、救赎自我的阴影面，这是一生的工作，你自我的阴影面会向外映照到你的星球、星球居民和它的行为的阴影中，这种映射同时位于个人的层次、国家的层次和两者之间所有的层次。但是，这是一个你会发现非常有益的工作，因为当你减少你自己内在的扭曲的时候，当你变得更加的平衡，更加的能够看到爱、希望、信心和安慰的时候，你也会更有能力对那些你所遇到的人们的眼睛提供一种觉知，告诉他们，他们是被爱的，被安慰的和被宽恕的。

我们发现这个器皿的能量开始减弱了，这个团体一直坐着也感到疲惫了，所以现在，我们承认带着一些不情愿，我们将离开这个团队，我们如此地享受这个团队的陪伴，我们如此地欣赏这个团队的美丽。真的，你们一同构建的能量创造了一个光的圆顶，远高于这个住所的屋顶。我们感谢你们在繁忙的生活中挪出时间在今晚一同寻求真理。

我们再次感谢你们的团队对我们的呼唤，如同我们发现你们那时一样，在一切万有中，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai，我的朋友，Adonai。

原注

[1]豆科植物(legumes)是食物的一个科，包括豌豆、非青豆、扁豆。它的科是豆科(Fabaceae)。

[2]在符合犹太教规(Kosher)的屠宰中，拉比（rabbi），也被称为索海特(shochet)，用一次单纯的喉部切割来杀死动物，这种方法声称如此快地杀死动物

就不会有痛苦。保育动物人士已经挑战了这个假设。

[3]维基百科说，「存在主义是一个应用于一些 19 世纪和 20 世纪哲学家的作品术语，这些哲学家，不管他们深刻的理论分歧，他们一般都认为，哲学思想的焦点应该在于处理个人的存在的条件和他或者她的情绪，行动，责任和思想。」该器皿，在通灵的过程中，毋庸置疑地知道这本书—恶心—作者:Jean-PaulSartre，和戏剧《等待果陀》，作者:SamuelBeckett，它们两者都在论述涉及生命和事件的无意义的存在主义的主题。

[4]一个在附近举行的派对正在我们的住处外面制造一些喧闹。

Digested&translatedbyT.S.

(V)2012reviewedbycT.

☆ **第 1403 章集：爱与光早期资料#36**

Copyright © c 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周二冥想

1974 年四月 23 日

(听不到这场通灵集会的前 24 分钟)

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn。我刚才说在未来，这个团体的每个有此渴望的成员都有机会去服务。如果这个服务要成为有效的，提供服务的个体必须具备充分资格。只有一个方式去取得这个资格，那就是每天花时间冥想，没有其他方法了。我们谈论真实的服务，对于那些渴望理解*的地球人，这项服务将带给他们这份理解。我们尝试做的全部事情就是这点，因为一切所需的就是这点。一旦个人获得这份理解，那么他不需要任何其他东西。因为，他已在每一方面都是宇宙造物中不可或缺的一部分。然后，这个幻象[所有人为了获得经验而创造的]不能再以虚幻的方式分离他。我的朋友，这就是地球人唯一需要的东西，在他身处这个幻象时，这份理解允许他消融该幻象。

(*译注:原文为 understanding—另外有谅解、同理的意涵)

[停顿]

此时我将转移这个通讯到另一个器皿那儿。

(这场通灵集会接下来的 37 分钟，听不到)

(Don 传讯)

有许多方式可以服务一个星球[好比这个地球]的人群，但只有一个服务方式带来他们真正渴望的东西。纵使他们并不了解这点，他们渴望理解。我们星际联邦正在尝试做这件事，你们寻求和我们一起服务，一起把这份理解带给更多更多有此

渴望的地球人;你们将发觉这个寻求和服务的过程带来许多喜悦，如同我们现在的感受。

即使对于那些正在寻求的地球人而言，要获得这份理解并不容易;因为一直以来有强烈的制约铭印着大多数人的思考。如果你们要服务他们，就必须以真理服务，必须以一种理解和简明的方式带给他们真理。为此，想要服务的实体们有必要花许多时间在冥想状态。因为，唯有这个方法可以准备好一个人，让他能够带给人类同胞真理[那也是我们全体渴望的]。

冥想将允许个人消弭一些问题，关于他接收的信息是否有效。这个真理是不证自明的，一个器皿不必要去评估他能够传讯的东西。透过冥想，他将会知道，如同你们星球的一本神圣书籍写着—知晓真理，真理将使你自由(解放)。从什么东西中解放?从幻象中解放，我的朋友。书上陈述你必须知晓真理，它并为陈述你必须被告知什么是真的，什么不是真的。它陈述的是，你必须知晓。我的朋友，只有一个知晓的方式，那就是透过冥想。它将带来一切你所渴望的东西。

我希望我已有所服务，有时候一个新器皿要说出我们投射的思想会有困难，如同所有其他问题，透过冥想可以消除这些问题，因为冥想消弭真或假的问题;它单纯地让该实体接触真理，遍及所有宇宙造物，这个真理位于所有存有的内在。

我是 Hatonn，此时我将离开你们。Adonaivasu。

***

周三冥想

1974 年四月 24 日

(无名氏传讯)

我是 Hatonn。我的朋友，在无限造物者的爱与光中，我欢迎你们。我是 Hatonn，一如往常，和你们讲话是我们的大荣幸。

我的朋友，今天傍晚我们只想简短地对你们说话。我们是你们群众的牧羊者，我们看见群众的需要。我们唯一的渴望是协助那些寻求我们帮助的人群。我的朋友，你们寻求的协助已经变得非常地聚焦在真实的寻求上，该程度超过这个群众中大多数的绵羊。因此，我们在智力上能对你们说的东西越来越缺少完整的满足。

为了这个原因，我的朋友，即使你们正在获得进展，我们强调你们持续需要更多更多的冥想。因为，我的朋友，我们能够透过语言和智力给予你们的东西是很少的比例，相对而言，我们能够以直接通讯—心智对心智—实时给予你们大量信息。

我们对你们说:有种恒常的经验不断地在你们的物理幻象中循环，该经验是复杂的。发生的事件在本质上是无法解释的，我的朋友，这些无法解释的东西造成你们的头脑一种巨大的挫折感，你们寻求智力上的解上。但是，我的朋友，物理界的经验周期的解释绝对不会在物理界之内。

我的朋友，答案必得在灵性意识之内找到。你们脆弱的大脑并未被设计在灵性原因的深邃大海中航行，不要尝试把它带入理由的深处，否则，你脆弱的小船将会支离破碎，你肯定会迷失。

我的朋友，没有损失，只有合一。在这个伟大幻象中的巨大风暴可以永远地止息，藉由你在冥想中获得的意识。如同耶稣师傅曾说的:“平安，保持宁静”。这是个信心的声明，不管你在任何幻象的生活中遭逢风暴，这个虚幻的风暴必须回应这句话—“平安，保持宁静”。造物主的意识统治着物理幻象的意识，这是真理，我们希望它是个有帮助的真理。

此时，我的朋友，我想要花一段时间调节每个渴望它的成员。我将尝试引起你们内在一些可辨识的意识改变，好让你们知道我的临在。

我的弟兄 Laitos 在这里，他也将尝试调节你们发声机制的肌肉，以此方式提供可辨识的脉冲。

此时，我将离开这个器皿，开始这个调节的工作。我在祂的爱与光中离开你们;只要你开放自我，你可以在任何时间联系我。我是 Hatonn，我希望我已有所协助。Adonai。

[停顿]

(无名氏传讯)

我再次和这个器皿同在，我是 Hatonn。此时，我的朋友，你们是否有任何问题?如果没有问题，那么我们将再次离开这个器皿。今天傍晚和你们同在真是荣幸，我们在无限天父的爱与光中离开你们。Adonai。

[原注:在场有人发出无声的问题，该器皿不确定那到底是她自己的想法，或者是

Hatonn 群体的想法。随后有个解释，现场讨论那个无声的问题，于是该器皿和团体再次冥想，尝试接收答案。那个问题是一个人能不能从慢性疾病中获得疗愈。]

我是 Hatonn，我再次和这个器皿同在。我对于刚才的困惑道歉，这个器皿是新手，尚未有足够的传讯经验，没有自信接收我们比较先进的通讯频道。无论如何，我们将继续。

你们寻求信息的主题无法立即产出丰富的知识。无论如何，一个可能有益的概念如下:你们都觉察地球上的夜晚，在这个幻象中，黑夜对你们是真实的。有一个简单的具体方法，你们现在可以想象黑夜只是局部的现象，想象你正在观察太阳系，站在[你们称为的]太阳上头观察。

就太阳的观点，没有夜晚，没有黑暗，没有缺乏，没有限制。只有光。极为庞大的，多到浪费的能量，无限的，永续的，果断的，这样一种光全心全力地朝所有方向表达它自己。对于太阳的居民而言—缺乏、限制、黑暗、琐碎的约束等都是相当陌生的东西。

因此，我的朋友，我们经常对你们描述爱与光就如同阳光。这种光是个灵性现象，它是整个宇宙的两大建造基石之一。毫无限制的光，充满广大的能量和无限的容量，它是所有物理存在的基础。

形塑、创造、铸造的原力是意识，思维，我们称为爱。爱引导光，振动产生我们所知的物理世界。

造物主的爱是完整的，向下直到最微小的细节，一个由灵性质地构成的实体能够寻求和爱。

天父众多造物中最主要的作品—那就是人类—他们创造了缺乏、限制、黑暗、和匮乏。人类是造物者，这甚至是天父愿意的结果。人类透过渴望创造了很多东西，却不是他真正渴望的。他发明了许多许多不同的方式去经验缺少、限制、匮乏。我的朋友，唯有透过居住在这个幻象的实体的观点，这些才是真的;这个幻象随着行星转动，看着太阳落下和消失。

单纯地转移观点，从行星的观点前往光之源头的观点，这将允许你们更为清晰地理解这个星球[你们在上头享受物理生活]的状态。

我们觉察这份声明要比你要求的概略许多，然而，许多东西只和这个幻象有关，我们在这方面没有灵性的答案。

改变一个人的观点通常可以驱逐一个问题，接着以理解取代该问题，单纯地藉由观点转移的体现。

在此时，是否有进一步的问题?

发问者:现在的孩子是否带着爱和理解的知识诞生，或他们必须被教导，如同Hatonn 正在教导我们?

我是 Hatonn，我将尝试回答你的问题。孩子带着一种觉察的显化人格[先前经验和知识的遗产]诞生，因着不同的实体这人格有广泛的变化。大多数时候，那些现

在投胎到行星地球的实体拥有可观的潜伏理解，因为他们在这个时期被呼叫到地球经验这个周期的结束过程。

因此，大多数时候，在这个时候，你们星球上所有被称为小孩的实体都有些先进，甚至在他们被教导任何物理幻象中的课程之前。

无论如何，这个物理幻象被设计的目的是进一步的教导。我的朋友，该教导有两种。首先是最重要的，特别是在你们的星球上;那就是你们说的“万种锤鍊的学校”*[这是我看到的词汇]，这所学校将教导孩子们各种课程，他们将会学习。

(*参考:http://en.wikipedia.org/wiki/School_of_Hard_Knocks)

在这所学校中，对于那些想要协助孩子的实体来说，最有益的姿态就是耶稣导师采取的态度。当有人为了理解询问他，耶稣就尽力讲说。但他更为重要的服务是他以整个人生做为例子，展现他想要人们知道的东西。

孩子对于周遭人的经验主要不是奠基在智力的显化，而是他们存在的显化。再次地，这是你教导任何孩子最伟大的领域，那就是示范的领域。

在有些星球上，整体氛围比较集中在灵性寻求上，使用智力协助孩子的灵性寻求就会获得大大的强化。

然而，你们星球此时的影响力大多数阻挠着灵性脉冲;因此，即使是最认真和诚挚的教导[关于灵性概念]尝试将使老师和孩子都感到挫折。所以，我们推荐的做法是当出现智力教导的机会，老师说出真理同时接受在一个不友善的环境侷限中试

图活出灵性生活必然连接的挫折，无须不必要的烦恼或压力。

所以，我们认为有三种单纯的协助方式。

一、觉察孩子们大多数时候早已具备某种程度的成熟度，因此，他们只需要指示。

二、最佳的指示来自你自己，一天 24 小时持久地和你的灵性觉察之光同在。这是你可以给任何相遇的人最佳的贡献，那就是你自己的生命。透过范例，最多人获得协助，超过任何其他精巧的手段。

三、时时刻刻存在于肉体之中使你们有一个第三密度的形体去协助另一个实体。当有人问你，说出你知道的真理总是件好事。我们提醒你们，在困难、倒退、失败当中宽恕和鼓励也是种服务。你们要记住一个原则:你是无限天父的一部分，正如同你也是灵性上的小孩，欢迎各种方式的教导。

四、所以在表达自己的过程中，你可以教导，但是，置于一切之上的—在任何情况中接纳和爱。我们但愿可以告诉你们有一种方式确保一个人必将获得对的概念和协助;我们无法告诉你们如此欢喜的新闻，我的朋友。许多许多年以来，我们一直尝试协助你们星球上的每个实体。有些人获得协助，有些人没有;唯有在他们渴望的时候他们才可以被协助。每个实体内在都会选择他要学习什么，不要学习什么。所有能够透过示范做的就是准备好一己的觉知，展现给周遭的人。

抱歉，我们无法给你们更确切的方法。但天父给予我们全体自由意志:最小和最大的实体在灵性上都是平等的。保持沉着，知晓所有事物都在实践它们原先的目

的。你只需尽最佳的能力和应用所有知识去回应每一天对于帮助的请求，那么你就会服务到那些想要该服务的实体。我们希望以这种方式对你们有所服务。
是否有进一步的问题，我的朋友?

[没有进一步的询问]
**
(**译注:原文到此结束)

(V)2012Digested，adapted&translatedbyc.T.

☆ 第 1404 章集：爱自己

Copyright © c 2010 L/L Research
SaturdayChannelingCircle-ChannelingCircle7
周六冥想

2010 年十月 2 日

Jim：Q'uo，今天傍晚的问题与爱自己有关。我们想知道我们如何能更多地爱自己，如果我们不爱自己，我们如何能开始爱自己。我想这个过程也许会有一些面向，其中最重要的一个面向是能够在我们自我感知中的困难和失败上原谅我们自己。如果这一点上还有其他的面向，你们能向我们讲述它们吗？

（Carla 作为这次会议的资深管道）
（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，欢迎你们，我的朋友，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。能被你们的团队呼唤是如此的荣幸，我们非常的高兴能与你们在对自我的爱和宽恕的这个主题上与你们分享我们卑微的想法。这是一个精彩的话题。

然而，在我们开始之前，一如既往地，我们请你们每个人帮我们一个忙，当你听到或者读到这份通灵信息的时候，你也许会、也许不会在我们的言语中听到任何的共鸣的内容，但是请你们对这些共鸣的内容承担责任。如果你听到任何与你共鸣的内容，如果这些想法对你是有用的，那么请无论如何使用它们。如果它们并没有为你响起真理的铃声，那么就毫不犹豫地忘掉它们吧，然后继续倾听那些与你们共鸣的内容，它们会为你标注出属于你的道路。你可以相信你自己，相信你的分辨的力量和洞察力。我们感谢你们帮我们的这个忙，因为它将让我们放心我们不会侵犯你们的自由意志或者打扰你们寻求你们的生命和所有造物中的真理道路的节奏。我们感谢你们。

我的朋友，当你觉醒并发现自己越来越能够宽恕其他人的时候，这没有任何的不寻常。你的心中充满了对他们的慈悲。那么为什么那些觉醒的灵魂会缺乏对自己的慈悲呢？在你去与人见面并与他们交流如此等等的过程中，一定程度的角色扮演是必要的。当你已经觉醒的时候，你会安住于此刻，安住于当下，你凝视着另一个看起来尝试让你受伤或者受苦的人，你穿过表面看到那潜藏于他们的灵魂光流中的真理。那一刻，你看穿他们向你展示的面具，并辨认出他们之所是的灵魂。

你知道如果任何伤害对你是有意义的，它唯一的意义就是没有察觉的无知。

我们并不是说你戴着一个自我主义者的面具，因为它是非批判性的，它也充满了慈悲。但是在你和你慈悲的对象之间有一定的距离。它是一个令人舒适的距离，你会发现当你的灵性成熟的时候，你会在某一天发现在你和另一个人之间没有距离，于是你可以穿着他们的鞋子走路，感受他们发自内心的感觉，于是你会发现你的慈悲只会变得更广大。

然而，面具的那个同样的功能还可你以使你无法看见你自己存在的真相。如果你对你自己并不感觉舒服，你能够看到自己的每一个想法。你也许从不会与任何人谈论它。但是，你的冲动是去判断它为一个错误，你，一个觉醒之人，不致于会去犯的错误。于是你不会说出那个想法。你不会表达出那个错误。然而你会觉察到你的秘密想法。一些居住在你心中的冲动不会得到你做为一个觉醒之人的认可。

你如何才能放下你的面具呢？你如何才能变成那个安住于内在的意识呢？它比你的呼吸离你更近，比你自己的脸庞更熟悉，那个空无的地方没有虚荣，没有名字，没有语言，只有爱。

我们是 Q'uo，现在我们将这个通讯转移到 L 实体上。我们是 Q'uo。

（L 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在和这个器皿说话。我们再次在爱与光中欢迎你们，你们每个人。我们能这个器皿的头脑中完全地表达「为什么这么严肃呢？」这是多么有趣的事情呀。作为一个领悟你自己的学习过程中的练习，我们高度地鼓励你们在

生活的情境中看到幽默，并意识到你的在这里的投生是一个美丽、有趣和令人愉快的游戏。它们是音乐，每一个行动都是奏鸣曲的一个音符，它们是艺术，它们是舞蹈。在你们每个人的行动中有一种巨大的轻松，一种自由，可是一旦你们被卷入了第三密度的显意识体验时，就很难经常看到它们了。

我们愿给你们传送一副图像，视你的生命为一齣真实题材的电视剧，一齣滑稽的电视剧，在其中你可以观察你自己，不是带着后悔回顾你自己的行为，而是看到它为造物者带来的幽默与乐趣，看到你们每一个行动所传递的快乐。尽可能地去回顾并对着你所学到的课程大笑吧，对着那些看起来如此愚蠢的，如此无足轻重的事情是如何一起组成那些最激动人心的对称性而大笑吧。

我们并不建议以无精打采的愚笨来面对生活，我们是建议当事情看起来对于你非常艰难的时候，当你感觉自己如此的低落以致于你会批评你自己的时候，当那些麻烦似乎已经盛满的时候，请花一点时间向后退，看到幽默并接着看到爱。这个器皿是一个艺术家，她非常的喜欢表达她的创造力。我们邀请你们在你们的生命中认出你们自己身上的造物者的潜能，你正在创作这幅艺术作品，在任何一个时刻你都可以突然间地熟练操纵绘画技巧、铅笔斑痕，于是你的生命就是一副持续进行的绘画，直到这幅画被最终完成绘画才会结束，而你的每一笔都组成了这幅画的一个部分。靠后站并看到你迄今所创造的一切事物的美丽吧。看到这副创作的画会给某个人带来安慰，这个人也许在某个时刻接受他自己，接受某个行为或者某个感觉上有困难。而就是这些感知上的错误将你带到了你今天所在的位置。就是这些音符变成了歌曲，就是这些舞步变成了舞蹈。然而没有两首歌或者两只舞蹈或两幅画是一样的。如果每个人都描绘一模一样的图画，这将是多么令人难以置信的乏味呀。

正是你的小小的过失和缺点造就了你，就是你。认识到这一点的美丽吧，认识到那个具有复杂对称性的「我」是可以从看起来似乎完全混乱的事物中产生的。这可以帮助灵魂找到对自己的爱，而那爱看似很难被找到。这个器皿在观想方面也获得了巨大的快乐她很容易在她的头脑中形成图像。她个人已经在过去的经验中发现观想她与自己进行一场持久的对话是非常的有用。你的存在不是静止的，你不是一个固体，被局限于一个特定状态的沉重的物体中。你是流动的能量，它是很容易被规划、被编排的。与你自己好好的进行一场对话吧，就好像老朋友一样地坐下来喝一杯茶，尽释前嫌，成为你自己的一个心理医生，至少这个器皿发现这些是有帮助的。

你不用和你自己保持距离并视你自己为一个要去观察、分析、批判的实体，而是视你自己为一个老朋友，你愿意为那个朋友做任何事情，你愿意早上五点就爬起来去帮忙。如果你发现你有一种很大的能力去宽恕别人而不是宽恕你自己，尝试去凝视你自己就好像其他自我中的一个，因为所有其他自我就是你。给你自己一个拥抱。握你的手。告诉你自己事情会没问题的。你不是一个人在那里，即使在第三密度，就你所认识那个自我已经确立的实体的意义上而言，也是如此。

我们也会对你说你并不孤单，这一点从你有很多很多的乐于帮助你的指导灵和存有方面而言也是如此，这些存有无论是有肉身的还是无形的，只要你提出要求，他们都乐于帮助你。目前在你们投生的人们中间就有疗愈者与治疗专家，还有指导灵、天使和光的存有，祂们都将乐于帮助你校准你的脉轮并允许爱强烈地吹过你，当你感到寒冷的时候祂们会用爱的毯子裹着你。而所有你需要做的事情就是去接受这种帮助，并请求这种帮助。很多人感知这似乎是一场必须独自奋战的战役，你必须带着剑与盾与自我奋力争夺，并在某种程度上战胜自我使之成为可以被你所接受的形式，但你可以将其视为更象是一场与那些内在和外在的实体们所

举行的聚会，一场祈求爱的小小集体仪式。就这些事情而言，你并不是孤单的。

最后，我们会说，当观察自我时，如果你希望宽恕自我，一定层次上的谦卑是必须的。如果你观察那些走在服务自我的道路上的人们，你会看到大量的骄傲，抬高自己凌驾于其他人之上，而爱在自我方面全部的议题都是因为这种骄傲被直接丢弃。骄傲是内在感觉的一个罩子，你因为它而会无法认识到，为了真实地知晓、面对和宽恕自己，你必须变得容易受伤，因此你必须移除所有这些外层的骄傲和防御机制，你之所以设置它们为了让你自己能够同时被自己和其他人所接受。单纯面对面地凝视自我，并意识到你并不比宇宙中的任何其他生命之微尘更好或更差。就透过你自己的眼睛去看吧。

我们发现这个器皿的能量正在耗尽，我们因此会把这个连接转移到 Jim 实体上。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿在一起了。我们再次在爱与光中欢迎你们每个人。那么，我的朋友，我们曾经向你们推荐过开始去爱自己、接受自己和宽恕自己[有可感知的失败]的基本方法之一，那就是当观察你自己的经验时，保有轻盈的碰触；它将允许你察觉到一个，容我们说，对自我的更宽广视野，它包含了那些当你过于严肃地对待自我时可能会错过的质量。

我们理解你不会仅仅用那些赋予你的[你可以说，是在你的投生开始前就透过你自己的投生选择的而获得的]行为和方式来看待你自己，但是你却还有已经规划好的特定的经历，它们将为你提供用一种特定的方式来看待你自己的机会。举个例

子，对于那些较老的灵魂[我们可以这样称呼他们]，如果他们希望去增加他们从整体的意义上或一般的意义上的慈悲的质量，他们非常经常的实践就是在即将来临的投生中规划一种对于自我似乎缺乏这种慈悲的情境不是针对其他自我，因为那是不适当的，而是将自我用作一个实验室，这样当一个人穿越日常事务的经验时，屡次反覆之后，特定的模式就会被看见。

在显意识自我和内在意识之间的面具就会开始被移除。你会开始察觉到某些重复的主题、人生主旨、质量与经验，它们都是属于你自己的，那些你会用一种特定的方式给与响应的部分都会等效于一种对自己的缺乏慈悲。如果你定期地花时间去回顾你一天的经历，也许是每天地，你就会看到这些重复的模式是如何被体验到的，允许它们发生是会有帮助的，于是你对它们的响应也会变得更大，容我们说，甚至你可以在你的意识中将它们增强，于是你也会强化那个经验，强化从那个经验而来的你对于自己缺乏慈悲的感觉。

接着，当你意识到这个经验的强度，意识到你对自己缺乏对自我的慈悲的时候，去允许一种平衡的感觉，那就是对自我的爱的感觉，去成为你存在的一个移动部分，去成为这种缺乏慈悲的一个平衡。对自我去感觉慈悲，实际上，就是去对那个一直重复这种模式的自我感觉慈悲，对那个一直感觉不信任自己、不喜欢自己、对自己感到愤怒，一直重复着这种模式的自我感觉慈悲。对[那个对自己冷酷无情的]自我感觉慈悲。允许缺乏慈悲和慈悲同时存在于你存有的内在吧，现在就让它们在强度上相等。允许你自己同时拥有两者，因为，难道你不是那包含万物，包含所有情感与所有感觉的太一造物者吗？

这就是你可以通过它开始意识到你应该如何获得慈悲的质量的过程，这也是实践一个投生前的选择的过程，它对于几乎所有真理的追寻者都是共同的选择，因为

当一个人寻求这些爱、智慧及其爱与智慧之间的平衡[也就是更有效地为造物者服务的力量]的基础性质量的时候，一个人会遇到的情况就是，在他的内在中看起来似乎存在着对这种质量的缺乏，于是只要这些质量是以一种未平衡的方式存在着，在他的内在就会有一种混淆感。你通过每天，或者尽可能的每天关注这些质量而平衡它们，于是你会开始看到你的灵性，你的灵魂演化的过程，这种过程就在你每天的日常活动之中。

我们现在将这个通讯转移到 Carla 实体上。我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 原则，我们现在和这个器皿在一起了，在太一无限造物者的爱与光中我们再一次欢迎你们每个人。

我的朋友，在你们的太阳系距离太阳的第三颗行星上，在你们的第三密度中，在这个时候，在成为人类的一员方面，这一些事情你们是知晓的。你们的情境是相似的。你实际上是一个造物者，但是你是一个非常年轻的造物者。你拥有爱的曲调，却没有爱的歌词。有一些让你吃惊的缺口，你知道这一点，你也知道在这个太阳系的第三颗行星上的第三密度中成为人类的荣耀，因为，无论你看起来多么的不完美，你都拥有移动穿越智能无限大门的能力，你可以从那里将无限带入有限并通过你的存在辐射出去，就好像一座灯塔一样的点亮你，闪耀着让所有人可以看见。动物、植物、空气、水，你周围的所有这些第一密度和第二密度的特征也同样拥有这个能力，但是它们并没有意识到这个能力，它们是舞蹈，它们是爱，它们四处移动去帮助，去支持，它们没有想法，也没有意图。

你们每个人，我的朋友，都有能力设置一个意愿而有目的去服务，如果你是透过一种你认为并不完美的方式进行服务，那就这样吧。

为什么爱自己如此重要呢？问这个问题的那位 J 实体已经触及他自己的那个方面，凭借着直觉他正通往他自己的答案了。在你爱其他人之前，你必须陷入对自己的爱中。这个器皿非常喜欢的一首老歌：「我有趣的情人呀，甜蜜又滑稽的情人呀，你让我开心欢笑，你的样子是好笑的，无法以照片补捉的，不过你却是我最喜爱的艺术作品。*」你需要成为你最喜爱的艺术作品。你需要爱上你自己，爱上你自己的精彩、愚蠢、糊涂、心地邪恶、卑鄙还有其他每一个你知道的质量。你需要将所有那些光明和黑暗的质量带入到你的心中，不是去批判，而是去爱。因为当你越来越多地了解你自己，你会在那些愚蠢的人格和意见底下发现那扎根于深奥和真实的真理，那真理就是你的内在携带着造物主的意识，透过使用你的意志设置你的意愿，你可以成为一个光居住的地方，哦，当其他人看到你的光辉时，这对于他们是一个怎样的拯救恩典呀，不必在意你是不完美的，知道无论你是什么，你就是造物者。

(*推荐 MV:http://tinyurl.com/7myda4y)

爱自己是重要的，因为就是因为你爱自己你才有能力去爱其他人。下一次当你因为任何原因想批判你自己的时候，花一点时间凝视镜子，并凝视你的眼睛，并不是看着你的眼睛或看着的你的影像，而是凝视你眼睛中那个接收光并创造影像的黑色部分，凝视你的眼睛并看到造物者，爱上那个良机，那就是你。

你的可能性是无止境的。没有批判的必要。而支持、鼓励、理解和同情却是完全有必要的。你进入到这个世界不是来成为完美或来完美你自己，因为你明白，我

的朋友，完美与你无关；它与人格无关；它仅仅是关于那个更大的你，我们所说的更大的你有两方面的意思：有一个更大的你，而它还是你。它由你的灵魂光流、你现在所是的人格、你过去曾是和未来将是的其他转世经验中的人格所组成。

你所体验的这辈子拥有它自身的一个纹理、韵律和适当性，而它也是适合于你已经在这里和那里四处收集到的所有种类的庞大群组的经验的，你就像一个在草地上，在一个无限造物之星辰的草地，采摘野花的小孩一样四处收集经验，不仅仅在你自己的内在中你是适合的，做为你的灵魂光流的一部分，你也是完美地适合的。

当你内在的心以一种批判你自己的韵律跳动的时候，要看到这个宽广的视野是困难的，正是因为这个原因我们会建议你用各种方式来拓展你的视野，就好像这个器皿会说的，当你在批判中凝视你自己的时候，从镜头特写的位置向后移动你的摄像机吧。

还有另外一个方式说明你是大我的一部分，这是一个根本方法，意识的方法，因为你内在所携带的意识就是造物主的意识，理则，太一伟大的原初思维，它是一个完全由爱组成的思维。你扭曲了爱因为这么做使你欢喜，然而你无法从你之所是离开，你之所是就是爱。有一些想法是你可以与之玩耍的，「我为什么会来到这里。我的目的是什么？我是来做一个见证者的吗？我是来平衡我自己的吗？

我是来服务的吗？」有呼唤的地方，就会有需求，你的心是广大的，所以你做出回应。你进入到这个太阳系的第三颗行星的影子大地，充满着爱并做好服务的准备，而现在就是聚光灯照着你的那一刻。你已经写好了剧本。你已经设置了舞

台。让你自己闪耀吧，你将会服务的。

我们为这个问题而感谢那位叫做 J 的实体，在我们离开这个主题之前，现在请问那位叫做 J 的实体是否还有接下来他想要在这一次提出的问题呢？我们是 Q'uo。
J：没有了，谢谢你，Q'uo。

我们现在开放这次集会给其他的问题。此时在这个团体中有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

提问者：Q'uo，我没有问题，但是我个人想要感谢你们，为了你们一直与我们进行的工作。我不认为我曾经这样感谢过你们。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们的心带着喜悦剧烈地跳动。你用你的美丽将我们高高地举起，我们感谢你。在我们离开之前，这个团队中还有问题吗？我们是 Q'uo。

（停顿）

我们是 Q'uo，再一次与这个器皿在一起。从这个团队中宏亮的沉默中，我们发现我们已经用尽了今天晚上那些想发言的人的询问了，所以我们发现我们在这里的时间已经接近结束了。我们想感谢你们每个人从你们忙碌的生活中抽出时间来寻求真理。我们因为你们用如此和谐、美丽的方式聚集到一起而感谢你们，你们创造出一个如此强有力的，真实地（...），你们混合的灵光高高地升腾到你们的住所上方的天堂中，真的，这是一个值得观看的景象。为你们对真理的见证你和你们寻求的纯净。感谢你们。

现在，我们将在太一造物者中喜悦的离开这个器皿和团体。我们在祂的大能、平安、祂的爱和光中离开你们，我们祝愿你们 Adonai。Adonai。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

☆ 第 1405 章集：超越极限

Copyright © c 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年九月 24 日

小组问题：今天晚上的问题是个很长的问题。有一些练习，类似以净化为目标的一段长时间节食，用回旋舞超越筋疲力尽而获得趋向合一的深刻见解，在马拉松式的耐力跑步中到达一个狂喜的点，还有任何可以帮助我们超越我们正常极限的练习，这些练习如果带着拓展我们的正常的意识的意愿去进行，看起来似乎仅仅那样做就是相当有效的。它们看起来似乎是一辈子做为一种成长的机会而被赋予的一些微小而密集的象征，当意愿和信心持续的让我们超越我们的限制，最后的结果是在形而上实现我们灵魂的目标。请问你能够对这个观察的正确性的程度做出评论，并加以详述吗？

（Carla 传讯）

我是 Oxal，在太一无限造物者的爱与光中，欢迎你们。这个器皿对于我们今晚回应你们团队的服务召唤而感到惊讶，考虑到这个问题的特殊领域，我们感觉也许可以给予你们一些帮助。你们给予我们这个荣幸，与你们的振动与思想一起移

动，分享你们的冥想，通过言语这个贫乏的工具来工作以获得指导与启发的概念，我们为此非常地感激在这个爱、服务与寻求的圈子中的每一个人。这个器皿一直认为我们是一个非常严格的通灵管道。因为我们的通讯比大多数的通讯频带更加的窄频，所以我们也更难被接收到。然而我们很感激能够来到这里，我们现在将讲述超越一个人的限制的效应这个主题，或者什么是一个人所感觉到的自己的限制。

首先，没有限制。限制是幻象的一部分。每一种限制都是一般幻象的一个特殊的部分。一切事情都是可能的，但是有如此多的表面上感知到的证据是与之相反的，以至于很少会有实体可以有信心去沉着地凝视并看穿这个幻象的骨与肉、看穿这个幻象的树木、农场和城市，进入到一种看待自己的不同的方式，一种不同的感知或思维状态。你描述的每一种锻炼，在肉体筋疲力尽后超越它自己，还有通过化学物质转变一个人的思维，这些锻炼都指向一个相同的本能，那就是挤压这个幻象，打开感知的大门，并看到事物真实的样子。

就最纯粹的意义，这是完全愚蠢的，因为你们的密度不是用来精确地知晓事物是如何存在。相反，这个密度是用来知晓一个幻象，这个幻象将允许你做出很多选择，就是由于这个原因，我们可以不同的方式述说推挤(自我)超越物理限制。当一个人希望在你们的幻象中变得擅长于一个活动，他就会花时间去练习那些相关的技巧。当一个你所追寻的技巧是一个用来看穿幻象的技巧，它就成为了一个有挑战性的计划了。你的五官是被你的身体载具准备好用来透过一种精确而优先的方式，来接收在幻象中任何时候在一个人身上所发生的事情的全部铭印。在这个幻象中有很多的优点，在对幻象的观察中，一个人可以在盲目的信心中做出情感和灵性上的承诺，而一个人只能在一个和你们自己的幻象一样稠密的幻象中才能做出这样的承诺。在你们的幻象中，没有任何事物是清晰的，也没有任何事物可

能被永久性地弄清楚。将思想置于一个不同的意识状态是有可能的，因为意识与幻象没有什么关系。而这就是那些跳舞的苏菲教徒，那些快速旋转的萨满巫师，超越他的极限的跑步者，或者服用心智改变药物的实体试图去做的。它试图移动到一种观点，它的幻象较少，而更多地充满了所有人类所寻求的—真理。

已经有很多关于造物者、爱、服务他人的谈话了，但是，在一个实体可以真诚地、全心全意地进入到服务他人，进入对那神秘和无形的造物者的爱之前，它必须以某种方法锻炼自我，好让自我了悟到对于自己而言有一些东西比每日的经验更多。很少会有什么其他的理由，一个人会用一种加速的方式努力实现灵性上的演化。一个人必须去获得这个器皿所称的顶峰经验，做为线索、前兆和信使，关于一个更充满光的幻象，更少扭曲的幻象，比较接近爱的原初思维[也就是太一造物者]。

因此，鞭策自己，就它自身而言，并不一定有帮助。如果一个人鞭策自己是因为他拥有世俗的野心，这事实上是深化幻象中的做梦过程，直到这个实体从这个野心变得完全地耗竭，这个实体才会开始感觉到他所感兴趣的事情其实并不是过去的那些东西。

你们的幻象中充满了神秘，然而那些在你们文化中最受尊敬的人却不去处理这种神秘，而是处理他们所能熟练操纵的幻象，因为他们无法操纵那本体、那无形还有那神秘。因此，需要不同种类的科学家，容我们说，一个想望去知晓的科学家，这是真正的科学家，因为他单纯地想要去理解[如果我们可以用这个词语的话]他的幻象环境的本质，理解那些需要的步骤，工具和资源，并平稳地将自我移动到越来越大的韵律和谐之中，和太一伟大原初的爱之思维同行。

这就是对真理的探寻了。在很多情况它会将自己表达为寻求美丽，寻求正义，寻求理想性的均衡，因为它们很多都是你们人群中的个性的变貌。但是在那些思考得非常清楚的人们中，他们的观点是[也是我们所赞同的]，自我是一门要考试的科目，这门考试要用一只眼睛去发现自我的奥秘部分，而这个部分繁复地与造物的伟大奥秘纠缠在一起。

我们发现萨满的快速旋转，摄取心智转换的物质，通过身体筋疲力尽的工作，这些没有实质性的伤害，但是我们几乎没有发现什么益处。它们都是某个东西的副作用，而这个东西在幻象中会更加重要，那就是锻炼。那些旋转的萨满是规律的，全神贯注的、集中的、专心的、一心一意的。一个人在跑步中超越他的极限的人是因为他渴望那种转换的意识状态。一个摄取化学物质来转换心智的人这样做因为他了解有一个幻象需要被穿透。然而，实体们需要一步一步地，一寸一寸地，一点一点地有机地成长。(突然)超出自我的限度会导致困惑和痛苦。

因此，虽然我们完全地接受在超越自己的过程中获得深刻见解的价值，我们会力劝每一个人去考虑使用意识本身：分析性的意识，直觉，还有在你的灵性研究中所获得的所有的工具和资源，用一种自然和有机的方式进入冥想中，并耐心地等待意识的转换，它将不可避免地发生。一般来说，这样的锻炼不会马上就带来启发。

我们发现冥想比起古鲁/沙弥的关系模式更易于被接受，这一点这个器皿已经觉察到了，因为虽然在老师与学生之间，学生会变成老师，老师也会变成学生，这是可以接受的，然而一次又一次，一个人崇拜导师而不是崇拜造物者，这就可能会失去一个真相:导师、学生、造物者皆为一，他们全都是爱。

要在一种稳定的状态中获得这种意识就需要每天工作来将心智保持在当下与永恒的此刻上，保持感官的警醒和幽默感，不断地锐化并磨利它，这样你就可以在你的意识经过这个完全凌乱和至为幽默的世界的时候，从中看到这个世界的机智。能嘲笑自己是有益的，因为对着自己大笑将治愈自己。每一天都移动进入冥想中，一个人可以使用信心和意志来推动一个人超越身体的限制而让心智安静下来，去打磨和锐化注意力，在冥想中的聆听，并在每一天从始至终地不断返回进入在冥想中所获致的意识，就好像它是一个房间，在其中你可以被恩典所接触。

这个房间在你的内在。它是灵性的祈祷室，内在的圣殿的至圣所。那里有完美的真理，在其中有完美的、无扭曲的意识，但是它被深深地埋藏着。我们仍在寻求真理，我们属于智慧的密度，容我们说，比你们高两个年级。而我们仍热衷于简单的冥想过程，直到一个人知道了他是谁的真理之前，他会每天都经历那些悄悄溜进来的扭曲和误解，因为他缺乏信任、信心、意志。永久性地改变一个人对幻象的觉知的钥匙是坚持，每天在寂静中聆听，这就是你们称呼的寂静冥想。你们每个人，真的，每个冥想的人，都需要不断地去尝试，在这个背景下，将自己推向与那内在的神圣之地的太一造物者的一个纯净的、更深入的亲密交流中。是的，跑步比赛和那从已转换的思想而来的那种突然出现的、令人吃惊的、美妙的体验，它们确实是非常吸引人的事情，但是它们却不是有机的，它们不属于灵性，但是它们是为了部分地解放意识离开肉体载具的一些小花招。

现在，你们每个人需要的不只是单纯地寂静冥想，而是真正的崇拜与爱慕的体验。就是因为这个原因有如此多的人进入到了古鲁/学生的关系中。我们会建议一个支持团体，其中的成员都有相类似的思想，他们彼此是同事。这是一种更自然、更真诚的方法，有助于你们尝试刺穿幻象、看到真理、通过龙的守卫并找到那些如此深藏于你内在的宝藏。

因此我们鼓励你们去彼此鼓励，在爱中彼此相爱，彼此真诚，彼此服务，彼此交流。这样，在每一个人内在的意识就会一起努力移动进入到思想中一个更集中、更聚焦的地方，在那里幻象不再是主旨，在那里万物的合一开始可以用一种有机的方式被感知，所以那每一个人内在意识，它不是智力的知识，不是记忆性的知识，它是体验的知识，不是因为一个人外在的事情而被体验，而是因为每一个人去寻求真理、寻求服务他人、寻求对太一无限造物者的崇敬与爱而去体验。崇敬可以通过很多很多方式完成。我们确实鼓励你们每个人去培养崇敬的能力，去鞠躬与致谢，赞美与荣耀。我们并不感觉有任何语义性的困难，因为所有关于造物主的故事都是对一些人有效而对其他人无效的。关键是找到对你真正最优秀的道路。

当你在与其他有类似心思的人深入交流时，每一个人的体验会成为所有人的资源。这就是一个社会记忆复合体的开端。一个人会将另一个人的图像如实地、真诚地、清晰地反射回去，不带有任何形式的偏见，每个人皆有可能成为他人的老师，藉由忠实、诚实、清楚地反映他人的形像，而不带丝毫偏见，这是在同伴关系之中被期待的。一个真心且想要服务的朋友会把所知道的事实完整无误的讲出来，当那些自发的感觉让一个人迷惑，那位朋友会鼓励，规劝并且告诫，对在同一个社群的所有人来说，那位朋友就像一面镜子。照我们看来，这是一个杰出的，有机和最正常以及健康的方法在灵性的成长当中达到加速的作用。特别针对那些在今生肉体死亡之前想要移除所有业力的流浪者。

并非人人都能做到活在爱中。对于大多数人，通向那我们无法定义的爱的奋斗是一个漫长的过程，不会有任何证据有那样一个造物者和那样一种爱。甚至在幻象中，手指会指向一个混乱、杂乱无章、情况持续恶化的造物，还有人类最终自我

毁灭的结局。你可以凝视幻象，或者你可以在静默中寻求真理。如果一个人在至今为止的生命经验中还没有过崇敬的经验，也许使用化学药品，或者萨满舞蹈，或者超越筋疲力尽的苏菲舞蹈，并不是一个坏主意，这样一个人至少可以感受到一种客观可参考那种万物一体，一切都是爱的感觉。但是，让心智、灵性去依赖任何外部的影响并不好，因为它并不属于你，这是真的，我们所说的心智并不是指大脑的那个生物计算机，而是指那个使用生物计算机的内在意识。不要让计算机使用你。与心同在，与情感同在。那里蕴含你最深的思想，你最机敏的智能。

一个人必须谨慎地确认他并不是简单地异想天开的行动。一个人必须将思想的变化带入到冥想中，深深地感觉那伴随着你的每一步的指导，这些指导是你为此生的自己所准备的。用尽一切办法地穿越自己，因为你们都是无限制的、不朽的存有。你们是无限的，你们是永恒的。寻求去感觉那内在意识。寻求去感觉那崇敬与合一。

我们祝愿你有一把磨得亮亮的渴望之斧去砍倒那颗经验的大树，那棵树不会因太过于不规则的纹理以致于让投生的经验过于困难。有一些人选择了困难的投生经验。这些选择的理由与个人的成长有关，因为那些与某种障碍相处的人们会穿越困难并进入到另一种状态的意识中，那是一种对一个人的障碍较不察觉的意识状态。你们每个人都是宇宙的公民。凝视群星并知晓你内在的神秘。寻求它，期待它，为它祈祷，为它等待。

我们现在将转移到名为 Jim 的实体上，这样他可以回答任何询问，然后将结束这个冥想。我们在爱与光中离开这个器皿。

（Jim 传讯）

我是 Oxal，在爱与光中通过这个器皿欢迎你们每个人。能在这个时候尝试回答你们那些还留在心智中的问题，这是我们的荣幸。请问是否有问题让我们可以开始呢？

Carla：我感觉似乎这个屋子里的三个人，还有 Don 和一些其他的我们曾经遇到过的人，虽然我们出生于不同的父母，但我们真的就像一家人一样。你能评论一下吗？

我是 Oxal，我们能在一定程度上评论。那些有相似想法的人们会形成某种家庭。渴望去服务的心智并且在自我的内在发现一种可以和其他人分享和谐的想法，以及那些有这样想法的实体们希望去透过一种自由和开放的方式来给出它们自己，这些想法和意愿都是创造一个概念上的家庭环境的特征，这个家庭就好像你在你们文化中已经知道的这些家庭一样，它会生根，并真正地繁茂。那些实体们会在他们自己和其他人的内在都发现这些质量，这些将与他们分享经验，和正在分享经验的人，虽然在这次投生中来自很多不同的地方，然而通过对来自另一个家园的声音的回声反射，容我们说，在某些情况下表达出这种家庭的特质。

现在你们的星球上有很多人来自其他的密度与星球的影响圈，为了提供这个星球实体[你们所称的地球]所需要的服务，并帮助地球进入到理解的密度[1]。因此，有很多人他们已经用，容我们说，他们自己的方式找到了他们自己加入这次投生所要提供的服务。现在你们星球上有很多你们称之为流浪者的人，他们都在独立地进行工作，并让他们生命的经验照耀他们身边的人们。还有其他一些人，他们会加入到你可以视为一个家庭的单元中，这样他们的服务就可以被强化。你已经察觉到你会在很多实体那里感觉到这种家人的性质，你也了解每一个实体投生的

最重要的目的都是为了提供服务给这个星球。

（磁带第一面结束）

我是 Oxal，现在与这个器皿在一起。现在还有另一个询问吗？

Carla：我想获得一个确认。我理解如果一个人已经知道了一些事情，你是可以给予确认的，而我确实觉得这就是所发生的事情，能将其确认会让我觉得它是令人欣慰的。就在我父亲进入到更大的生命的时候，那时我正在唱歌，我父亲有在海滩上和水中向我道别吗？

我是 Oxal。现在和与这个器皿有一些困难。我们将允许这个器皿暂停一会儿。

（暂停）

我是 Oxal。你所提到的海滩上的体验，当时你正在感觉到通过你的存有的能量流动，有一部分是这个实体[你今生的父亲]和你接触，同时也是这个实体被你所接触，因为你的心智复合体的一个更深的部分察觉这种从物理载具到乙太身体的(能量)移动。因此，有一种天然的吸引力[你可以这么称呼它]，通过设置它，这个实体就可以穿透由载具传递而来的实时的经验，并能够估量它的情境并向你提供祝福，这样你就能够感觉到被这个灵体所接触，它并不是一个普通的或容易察觉到的体验。

我的姐妹，是否有另一个询问？

Carla：没有了，谢谢你们。

我是 Oxal，我们感谢你，我的姐妹。现在还有另一个询问吗？

K：我有一个关于崇拜（...）的概念与过程的问题，造物者的独有的视野和独特地（...），我感觉虽然我有一些关于崇拜的观念（...），但是我根本没有多少关于造物者是什么的观念，而我了解到这种情况就是可预期的，因为造物者是奥秘，然而也有一些观念诸如造物者就是一切万有，一切万有就是造物者，所以我很难弄明白在这个时候如何去给予崇拜呢？我感觉好像我需要某种对它的聚焦（...）。你能给提供任何建议吗？（...）

我是 Oxal。简单地渴望去找到一种崇敬的方式就是一个很好的开始，因为在感激中向那个被知晓为很多名字、概念和观念的原则致谢，这是同一个造物主的各个部分的一个天然机能，造物者的每一个个体化的部分，在它的真实身份方面无论它的意识如何地被面纱遮蔽，在它时时刻刻地被创造、被毁灭、被再创造的时候，它都会去歌唱，或者与那被称之为宇宙的原初声音的东西和谐共鸣。

因此，对于这个合一中的每一个部分，或者实体，都会有一个指引或者途径，通过它这个实体可以重新调整或者与那更伟大的交响乐，容我们说，调谐一致。我们无法指导这些方法，透过它们，这种调谐、这种崇敬、或这种自我与更大自我的共振将会被完成，因为这种崇拜[我们发现你们的民众会如此称呼它]的一部分是为自己探索那在存有的内在表达最真实感觉的事物，因为一个人会寻求那个概念以赞美与感谢。

我们可以推荐一个人去实验任何看起来有希望的途径，并持续那个实验直到这个

仪式有了令人满意的结果。如果一个人用一种真正地聚焦的方式活在一种冥想的生活中，它可以如同在每一个呼吸中去致谢一样的简单，或者它可以像你们参加的礼拜服务一样的去尽心竭力地完成，我们发现你们很多人会在这个特殊的日子参加的这种礼拜，我们甚至可以（...）在（...）与获得的细节中。然而，我们发现，这种尽心竭力要比渴望的重要性要远远少的多。当有一种合适的渴望在场比起缺乏渴望的时候，去表达这种渴望的途径是可以更加容易的多地被发现，而实体也会发现它自己正在穿着另一个人的鞋子行走，容我们说，并单纯地（...）动作与姿势。

因此，我们会建议你可以从你的渴望开始，给予那渴望无论什么声音，无论大小，只要在那个时候它是看起来适合你的。让任何的开端都变得充分，让你的渴望持久稳固。

我的姐妹，还有另一个问题吗？

K：[几乎完全听不见。问题是关于崇拜的观念、被造物与造物者之间的分离观念的内在固有性，以及转移到受造物和造物者是一体的这种观念的困难。]

我是 Oxal，我们会评论并建议，那个你在其中移动的幻象，做为它的构造的一个基础部分，每一个实体和其他的实体以及造物的所有其他部分，都有一种表面上的分离，于是看起来会有很多很多的来源和因素，它们都会输入到一个人对于造物和他自己的感知中。你的幻象的根本性质，因此会渲染并影响你们人群所能获得的崇敬形式。每一种文化和每一种宗教中都有一种对合一的认识，无论（...）或者很少地或经常地被提及，这合一都是一切万有的真实本质。

因此，做为崇拜的一个基石和信心原则的实践，每一种宗教都会试图用一些方式来提及这一点。然而，随着每一种宗教的实践已经穿越你们的世世代代，在这样的情况下，这个世界的世俗，容我们说，人造的事务就会对每一种宗教及其崇拜实践有一种持续性的入侵。在你们有组织的宗教环境中，完整的合一概念的可以被任何实体表达的方法，就是一种要求一个实体完成向内的旅程以消除一些扭曲的方法，那些扭曲允许了一种分离的概念，即一个人崇拜的事物和那个产生崇拜的人之间的分离。

因此，我们建议，容我们说，去完成一种旷日持久的冥想，目标是擦拭干净感知的白板，这样，最适合一个实体的心之事物将会被发现，透过一种非常像剥去洋葱表皮的方式，于是心的渴望和它表达的方法就会自然地为那些感觉到的事物赋予形象。

还有进一步的问题吗，我的姐妹？

K：没有了，谢谢你。

我是 Oxal，我们感谢你，我的姐妹。现在请问还有另一个问题吗？

Carla：没有了，谢谢你。

我是 Oxal，今晚能够与这个团体说话对我们这是一个稀有的荣幸。我们感谢你们的邀请和耐心，因为我们并不容易被联系到和接收到，我们在透过这个特殊的器皿说话的时候也有某种程度的困难。我们将在你的寻求和冥想中与你同在。我们现在将离开这个团队。我们是 Oxal。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们

每个人。Adonai。Adonai，我的朋友们。

原注

[1]Carla：在一些更老的资料中，我记得这个表达被使用过，最具体的是在GeorgeHuntWilliamson 与的菲利普兄弟(BrotherPhilip)的通灵信息中，在那里菲利普将第四密度定义为爱与理解的密度。我最近更倾向于（后 Ra 资料时代）使用「理解」作为第五密度的部分，然而，保留「爱」给第四密度。我并不认为如实的「理解」属于第四密度我们首先必须去爱，然后才能再一次移动心智，做为一种平衡方式。

☆ 第 1406 章集：宇宙创生

Copyright © c 2011 L/L Research

—神圣两性—

周六冥想

2010 年九月 25 日

G：我们今天的问题是：首先，我们想请你们给我们一个纲要，关于造物第一变貌发生之前一直到第三变貌的发展。

其次，我们想询问关于神圣男性和神圣女性的灵性原则，那两个极性是从哪里首先开始显化的，一个成为男性而另一个成为女性，他们是如何分开的，他们什么时候分开的。谢谢你。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，欢迎你们，我的朋友，在为祂之服务中，今晚我们来到你们中间。

能够被你们的团体呼唤是一种荣幸和快乐。我们为你们欣喜，为了你们的美丽、勇气，以及你们心甘情愿地把宝贵的时间中分出一部分来寻求真理。

今天的主题是这个器皿所称呼的「一的法则」的最初三个变貌，以及关于神圣女性和神圣男性的角色，他们如何开始和运转，在这些主题上，我们非常渴望与你们分享我们的想法。这是一个很大的主题，但是我们期望能够用力敲开它而将它变成我们能够处理的主题。

首先，一如既往，我的朋友，我们想请你们为我们帮个忙。请带着分辨力与洞察力聆听我们的言语，并感觉和了解到我们所说的内容中那些与你们共鸣的部分。

如果我们所说的看起来对你是有用的，请务必与那些看起来有用的思想一同工作。如果我们所说的碰巧没有为你击中目标，我们请求你毫不犹豫地将那些言语放在一边，而去跟随与你们共鸣的道路。你们每个人都对你们的灵性道路负有完全的责任，你也拥有智慧知晓什么是给你的，什么不是给你的。因此，请不要被其他人的意见所左右，甚至也不要被你们对我们的尊敬所左右。就好像你们知道的，我们是谦卑的信使，我们并不希望侵犯你们的自由意志或打搅你们的道路的平静，你们正走在这个器皿所称的「国王的大道」[1]上。

首先，你们询问的最初的三个变貌，当然，就我们的习惯，我们会稍微退后一点从「一的法则」的宇宙观的角度来谈谈那个唯一不是变貌的事物，我的朋友，那就是合一。你们和我们是一体的。你们彼此也是一体的。地球上的人类的种族也是一体的。这仅仅是因为造物中只有一个存在，那就是造物主，你们每个人都是那无限造物者的一片火花或一个元素。穿越造物者所有的八度音程，你将一直是你。你将承担你自己的性别、外貌、天赋和局限上的一切责任。你将携带着你规划好的关系进入此生，因为这样的关系对你看起来是有用的，虽然这些关系总是伤人感情并总是引起一些痛苦，它们却会将关系中的双方都更多地带入到的平衡中。第三密度中的极性是个大锅、火炉、炼金炉，在其中渣滓被烧掉，于是你被精炼变成真实的自己，就好像 G 实体所说的。

你的每一个本能都会告诉你这是愚蠢的:「我与那个人不是一体的。我与国家民族不是一体的。我与那个哲学或那个观点不是一体的。」啊哈，但你是的，你即是一切万物。

你看，第三密度的挑战就是从混乱进入奥秘；从到处乱找的过程中去知晓、拥有、取得、成为，进入到放松状态中，在其中允许你自己成为你之所是的，并超越生命的表面。

我的朋友，你们是深海的潜水员。你并不满足于像一只蜻蜓一样从生命海洋的水面飞掠而过。你深深地潜入并寻找你能找到的最高和最佳的真理。最后，你刺穿了差异性的面纱，开始察觉到躲藏在各种形式的评判背后的共同属性[如 F 实体先前说过的]的线索。

这合一是你们所有人的。然而它不会阻碍你成为一个实体。你在每一次转世中所

做的每一个选择都融入到你在这辈子为自己选择的人格中。我们朋友，它就好像你带着一个手提箱，不是一个很大的手提箱而是一个小旅行包毕竟，一辈子只是一次短暂的逗留。你打包了你的各种限制，打包了你的挑战，你出发纵身投入一个黑暗的世界。虽然太阳照耀着地球，但是从灵性寻求的角度，一切都在黑暗中。什么都看不到，什么都无法被知晓或被证明，完全依赖于你，才能让你自己从你的文化，你的父母，你努力学习的适应性课程中解脱出来，并成为，就好像这个器皿说过的，你自己的一个见证者。

它并不意味着你是一个证人。你就是你。它意味着当你见证你自己的生命，你便获得了一种区别轻重缓急的能力。这个器皿经常在挑战性的环境中，在她的思想中创造一副漫画，让她自己忙碌于给这些漫画加上合适的对白字幕，在它的帮助下就可以让她大笑。你有更多的方法让你自己从迅疾的情绪冲动中摆脱出来，并触及潜藏在那与造物者一体的自我之下的基列之乳香，你的人生将会为你变得更加的丰富。

合一是我们知道的最深刻、最深奥的真理。你们都是造物者。请不要倒转过来尝试说造物者是你们所有人，因为造物者是无限的。如果造物者不是无限的，(宇宙)造物就不会是一体的。

现在，你们询问「一的法则」的首先最初的三个变貌。在最深层次的意义上第一个变貌是自由意志，因为正是通过自由意志通过选择，个体才能够知晓它自己即是造物者创造的造物，而你们所有人都是造物的一个部分。造物者希望去更多的知晓祂自己。祂的好奇是无尽的，祂的玩耍感与艺术感也是同样无限的。

于是，当你经验生活，将发生在你身上的催化剂转变为智慧，并接受恩典时，造

物主也收获了成果并更好的知晓了祂自己。即使一个实体会去选择所有你个人认为是错误的事情，而那个实体仍旧没有犯错，因为他的渴望和满意同样做为收获物提供给造物主。

在造物者决定尝试向祂自己的火花[你们每一位会称之为人类]提供完全的自由意志的实验之前，经过了漫长的时间和很多很多次的宇宙创生。而这就是你们的情景了。你的自由意志是至高无上的。其他人的自由意志也是至高无上的，它意味着你的权利将仅仅在你自己身上。你所拥有的自由意志是为你自己做出选择，而不是为其他人做出选择。观察并承认你自己和其他人同样拥有的自由意志，是充分地利用你这一生的一把伟大的钥匙。

什么东西才能够将你从那些「我应该做这个吗？我应该做那个吗？」的责任感中解脱出来呢？问题是，你希望去做什么，你渴望去做什么，你希望如何去设置你的意愿。你越多地知晓你自己的心智，你就越能够用一种尊敬并荣耀你自己的自由意志的方式生活，并且在每一处都可以为你自己做出选择的能力，你也会更好的知晓你自己的渴望并设置你自己的意愿。

因此，在那个叫做 F 的实体所引用的实例中，自由意志是理则(Logos)至高无上的一个变貌，在理则中，你们每个人做为造物者的火花，都拥有自由意志，但是自由意志的首先经验是造物主的(经验)。因此，自由意志远在显化之前。

正是设置意愿自由意志的正确使用，它允许造物者或共同-造物者(co-co-creator)，就是你们每个人，可以过一种不被受害者情结或者混淆感束缚的生活。我们并不是说不会有任何的混淆感经常会有混淆。但是当你在你所渴望的目标上对你自己感到满意的时候，如果你能够聚焦于你实际上所渴望的事物，并设置你

关于那个渴望的意愿，接着如果你能够根据那个意愿而生活，你的面前的道路就会永远平坦。

接下来，你的混淆就只是一件小事，你会说，「好吧，这就是我的情况了。就好像我看到的，它是如此这般，我觉得我对这个情况最高最好的回应应该是选择这个。」一旦你做出了选择，就简单地去追求它，不要怀疑你自己，不要事后批评你自己，但是与那个选择一起，与所有由此而产生的东西一起，你可以充分地参与并完全进入到那个情境中。

「一的法则」的第二个变貌是理则。理则是一个希腊的词语，当你翻开《圣经》，翻到《约翰福音》它就是以理则开头的，「太初有道。」希腊语中的「道」就是理则。「太初有道。道与上帝同在。道是上帝。」理则与上帝同在，这是因为无限造物者是超越任何显化的，甚至超越太一伟大原初思维的显化或无条件与绝对之爱的理则显化。

因此，造物主设置了祂的意愿去知晓祂自己。于是就诞生了无限数以亿计的星系和每一个星系中无限数以亿计的恒星，还有宇宙中存在着数以百万计的知觉生命的可能性，你可以在你的载具上看到它。然而，万物都是爱的扭曲。挑战永远都是去发现爱并识破那围绕在困惑的实体们的关系周围的混乱，如此等等。无论它是家庭关系，两个族群之间的关系，或国家之间的关系，这些挑战都是真实的。

这个世界存在于事物的表面，在一个接着一个的谎言的表面飞掠而过，因为总是会有需要被照看的利益，需要被发现的力量，需要被感觉的影响，需要去收集的资源，还有实体们纠缠的情感，这些实体仅仅不完美地理解他们是谁，他们为什么在这里。

不要待在那里，我的朋友。潜入海洋中，那存在性的无限海洋，直到你到达那平静的水域，在那里珍珠从刺激它的外壳的沙粒中创造它们自己，在那里存在着如珠宝一般美丽和真理，在那里你们在你们心中之心里面所拥有的理想，它们会行走、呼吸，并生活在超越你可以想象的所有现实的一种实相中。伴随着大海的海啸、飓风与风暴，能够在大海的表面之下很深的地方找到那些地方是多么美妙呀，在那里一切都保持和平，造物的伟大之心的移动是缓慢与稳定的。

现在，一个人天生地就必须存在于生命的表面。一个人必须学习生活的流言并与他的人类同胞和谐相处。这所有的一切都是好的;那是你催化剂的源头。为那混淆和混乱而感激吧。但是，带着你拥有的祝福与挑战，深深跃入那无限与永恒的水域。它们活在你的心里。你要做的仅仅只是打开你的心门去找到那些深深的水域。就好像我们经常告诉你们的，我的朋友，那扇门的钥匙是静默。

第三个变貌是光。仅仅到了这个(位置)点，远在「一的法则」之锁链的下方，显化才发生了。显化到来的很慢。很多事物必须首先被完成。然而，你却住在一个显化的世界。因而，你看，你总是在爬这个器皿所称的雅各的梯子*，不过你是向下爬入你自己的内心深处。在那里有造物者，超越所有的显化，超越所有的图像，超越所有什么是真的想法，祂准备去治愈你、滋养你，爱你。
(*来源:圣经创世纪 28:10~28:16)

很多人会说那听起来好像造物主是神圣母亲，而不是神圣父亲。这就是我们通向探讨神圣男性和神圣女性的角色的桥梁了。

思考关于男性和女性的问题是非常令人困惑的，因为有如此多的层次，它们全部

都一样有效，在这些层次中发生了动态的对立。大多数实体思考男性和女性的方式是根据一个实体的外部形态。如果一个实体有乳房和阴道，这个实体就是女性。

如果一个实体有阴茎和阴囊，这个实体就是男性。我的朋友，虽然这种观点仅仅是擦到了表面，但是至少几乎所有人都觉察到两者的不同，并意识到社会给与了男人和女人非常不同的角色，不仅仅是社会，还有男人和女人的生物天性，它们已经在文化上被适应了，那些角色上差异被保留下来，甚至被尝试编入法典。

在那个层次上，两个性别上的主要的差异是一个生物的性别被赋予了生命的海洋，于是她必然地会成为一个能够怀孕并生育小孩的女祭司，这一点已经被很好注意到了。生命的海洋穿越她，于是她能够显化一个孩子。男性却没有被给与这种与生命海洋的接触与参与。他能够靠近。但是他永远无法体会那海洋潮汐的起落与流动。因此，女人与生俱来的就有某种内在的力量。更进一步，它是本能也是一种文化适应，它赋予了女人一个绝对的，通常也是完整地进入母爱的大门，这种爱在所有的爱之上，也超越所有的爱。这种爱接触到无限，它与女人内在携带的伟大天赋是相称的。

男人，在另一方面倾向变得更大或更强力，更直接地去保护和服务，好像警察的座右铭也经常这样写。然而，男人和女人都会被同样的理想所挑战，那就是如何正确的使用他们的力量。

值得注意的是，在你们地球世界中，有一个巨大的混淆源头是由于男性觉察到女人的内在力量并在某种程度上被这种力量挑战。结果，那些平常不思考的男性就会用尽全力地将女人限制在他们的住所里，告诉他们自己女人是下等的，当女人

拥有男人并不知道的直觉时男人会轻视女人，因为这是男人永远无法理解的一些东西。这种恶霸的本能不是和谐，而是控制，接着是你们社会的一团拙劣的混乱，使得男性和女性共舞的可能性越来越少;(若是)在全然的和谐中，两性将看待他们自己好像一个摔跤二人组或同在一辆双人自行车上，一同工作，设置他们共同的意愿，并创造一个荣耀的生活，成为献给造物主的一个优雅饰物。

这些事情是在你个人的理解之中的。你能够改变你的社会吗？不要为那种事担忧，因为只要你改变了自己，于是你改变了世界。

现在，让我们潜入海中，就好像我们鼓励你们去做的，从一个更深入的视角来看男性和女性的各个方面。当实体们打开了他们的心并做好准备带着诚实和他们所知道的最佳真理去沟通的时候，当他们愿意去把所有事物放在一边并允许那从造物主而来的光辉倾泻而下穿越他们，并在光辉中他们(真正)做自己的时候，接着就会有觉醒于一个魔法世界的机会，在那个世界里极性第一次有意义了。

极性是什么时候开始的呢？就你提出这个问题的意义而言，我的朋友，极性开始于第三密度，这是那种类型的极性唯一存在的密度。因为第三密度是仅有的世界或环境，在其中，就灵性而言什么都无法被知晓。当你进入到投生中，遗忘的面纱便落下了，直到你这次投生结束你重新加入造物源头的舞蹈时，面纱才会掀起。

这种无法知晓的理由是，你的任何行为不会出自于知识或后见之明，容我们说，这是真正对你有力量的。就好像 Ra 所说的，你有一个可以带回家的考试，一个开卷的测试，你可以查询所有的答案并将它回答正确，但是它除了一个好分数对你没有任何意义。只有当你无法查询答案并且抛弃了所有你可以依赖的资源的时

候，你才会被挑战要去找到它们，使用它们来让自己离开这个器皿所称的「母体」或共识实相，并进入到一个魔法之地，在那里事物确实有道理了，在那里每一种极性都有一个理由，光明与黑暗，男性和女性，老年和青年。你的世界中的一切都有极性。电子通过极性工作，重力通过极性工作，如此等等。这是一个极性的世界。

这个器皿和 Jim 实体每天早上都执行一种魔法仪式，名为「小五芒星驱逐仪式」，

现在，当一个实体进行这种魔法仪式时，首先视觉化的被是这个器皿称之为大卫之星的一个六角星。它可以这样被视觉化，有一个倒置的Δ，或者一个倒置的金字塔形状，它是女性原则，有一个正常的向上Δ，或者一个金字塔性状，它是男性原则。当它们两者不可避免的相互吸引的时候，它们形成一个明亮闪耀的星星，这是你们密度的指导性基本图案。爱将男性和女性原则结合在一起。每一个都是另一个的对立面。男性伸手探求。女性等待被触及。

随着渗透越来越深入，这个图像会产生一种觉知，人类的性别或者极性的和谐一致将是不可避免的，就如同它们之间的差别同样不可避免一样。只有通过相互去爱，并进入到那种大卫之星的相互锁定的样式中，这个第三密度才会真正地甦醒。因此，一个原则并不比另一个更好。它们是完全平等的，并且为相互的和谐一致做好了准备，但是它依据每一个人的自由意志来进行。在这个器皿所理解的魔法系统中，在一种无限微妙的不同的方式上，每一个实体都同时是生物上的男性和女性。

例如，一些女人，不考虑她们的生物性别，会更多地根据男性能量而不是女性能

量来行动。一些男人映射出的神圣女性远比他们所映射出的神圣男性要清晰得多。两者会结合在一起是因为它们必须如此，因为就是在他们的 DNA 中，男人和女人的 DNA 结合到一起并创造了生命，在创造生命中，他们也创造了服务的机会。

有一个被称为生命之树的图形(glyph)是西方魔法仪式中必要的精华部分。生命之树有三个支柱。有女性的一面，有男性的一面。还有一个中央的支柱，它是由那些被古老的魔法师们觉得既不是男性也不是女性的元素所组成的。我们发现去理解哪些性格是被认为是为女性而哪些会被认为是男性，这是有教育意义，也是很有趣的。当然我们并不是建议你需要被那些判断所约束。它是仅仅是一个描述关系的图形，它能够帮助你考虑成为男性是什么，成为女性是什么。每一极性都去爱并渴望爱。而对于男性原则，它被赋予了更多的进攻性，更多的线性思考，逻辑性和如此之类的特性。对于女性原则，它被赋予不是进攻的特性，而是直观的，直觉的和美丽的特性。任何一个原则的天赋，都只有当他们能够和谐相处，一一对应地去形成在微小的层面而不是世界层面的大卫之星的时候，这些天赋才真正的有意义。

一般情况下，那些性别上是男性的人们进入到这次投生在某个程度上是来处理力量的问题的。什么才是正确地使用他们的力量呢？如果他们能控制，他们应该控制吗？

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

什么是正确的使用力量？爱，滋养，有耐心，宽恕？从性别的意义上，不管是在生命的表面或者是深入到原型思维中，极性，在这两个方面都需要强调和精炼那些看起来伴随着生物性别的特性，接着向另一个性别提供所有你拥有的和所有你之所是的。接着你们的内在的男性和女性原则就可以一同跳起极性的魔法之舞，你们也可以合作去完成那些神奇的事情。

经常，一对男女会看起来似乎并不是相互支持的。女人走这条路，而男人走另一条路。然而，如果他们爱中相互支持，如果他们能在最初结合他们进入大卫之星的兴奋之中保持活力，接着他们的整个的生命就会更加的丰富，更加圆满。

你的人生很大程度上是关于爱。学会如同造物者一样地爱，这是一个挑战。每一次你被对立面的性别特征阻碍的时候，在那个片刻用某种方式你会思考，「啊，我对这很反感。我宁愿只有我，单独的我一个人。」而在那个状态，对比你的催化剂的强度和深度，你就被削弱了。学会相互服务是一个挑战。

因此，我们鼓励你去荣耀并发现更好的方式来表达爱的神圣原则，尽管它因为你的极性而被扭曲，然而同时你可以意识到这个极性是一个舞蹈或一个游戏，你在游戏中是为了去学习。你可以称第三密度是一个蒙特梭利学校*，在学校里你被给予游戏而不是书本，它们是学习的游戏。你的游戏是去从恨中创造爱，从不和谐中创造一致，从悲伤中创造快乐，从恐惧中创造希望，从悲痛中创造安慰，你表面上拥有的极性助长了那个美妙的目标，这仅仅是因为它能够为你创造道路，通过这条道路你可以找到你内在的真理。有很多通向真理的道路。当你在那些道路上前进时，你将不会犯错误，然而，就好像 Ra 所提到过的，总是会有一些惊奇。

(*译注：蒙特梭利学校，幼儿三岁即可入学，采取混龄编班制，如 3-6 岁；6-9 岁；9-12 岁各编成一组进行教学。)

我的朋友，正如我们所说的，这只是这个有趣主题的冰山一角。如果你希望在其他的时候询问，我们将非常高兴地与你一同工作。但是现在我们感觉到，今晚在保持焦点并给与我们一个如此优良的进入这个器皿的管道方面，这就是这个器皿和这个团体现在能够做到的全部了。所以，我们现在将这次会议开放给其他的问题。现在有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

F：人类意识中的判断具有什么功能？

判断的功能是在你的内在放置一副图画，一个思考的方式，一种存在的途径，一种感觉的方式，通过它你可以检验你认为是有优点的事物。我的姐妹，不可能逃离判断。判断的才能或者在各种不同的特性中做出区分的才能是人类个性的不可缺少的一部分。在一个还没有做出服务的极性选择[服务他人或服务自我]的实体上，判断的才能绝大部分都被浪费了，因为他的判断并没有被质疑过。父母如此教导，孩子如此思考。社会如此教导，人们就如此思考。公司如此发布广告，消费者就如此思考。判断是无限制的。然而如果判断不被质疑，它就一事无成，判断不会被使用，除非当作一个球棒，用来击打那个人接受教导去认为是不好的那个东西。

在一个醒悟的、警醒的和留意的人身上，人类经验中的判断的作用是从镜子的大厅中拿出一个思想并如同磨坊里的谷物一样被使用。寻求的实体会凝视那个判断并问它自己，「在这个想法中爱在哪里？」因为，造物的每一个角落，每一条裂缝和每一个隐秘处，都有爱。

这个问题会将那寻求的人灵送到很多奇妙的旅程中。事实上，你周围整个镜子的大厅的目的就是为了给与你足够的机会去感觉事物，去应对和回应事物，于是你可以有一些东西去考虑，你可以做一些决定，容我们说，你可以有一些判断来传递给你自己。

对于一个服务自我的实体，判断将为了实体自己的用途而被精炼和磨利，囊括那些精英，并排斥所有其他人，将其他人归入奴隶和非人类的身份中。

在那些以服务他人为导向的实体的想法与心轮的掌握中，判断的才能将帮助一个人注意到人格外壳的一些部分，自我和宇宙自我的一些部分，那些部分还没有被寻求者辨识为它自己。因此，在某个方面，你可以将批判视为灵性疾病的一种迹象而解决分离的批判的方法就是爱的药剂，它不会变动离开真理一丝一毫，并总会在不同种类的事物中找到和谐。

我的姐妹，我们能进一步的回答你吗？

F：不用了，那些回答非常的有帮助。

我们感谢你。我们是 Q'uo。现在请问是否还有另一个问题呢？

（暂停）

我们发现我们已经耗尽了所有在场愿意说话的人的问题了，因此，带着对你们的美丽的最大的感激，和我们发现你们时一样，我们在太一无限造物者的爱与光中

离开你们。我们感谢你，我的朋友。它一直都是一种快乐。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。我们在爱与光中离开你们。

原注

[1]这个短语在这个器皿最喜欢的一首赞美诗中出现了几次。它是这样开始的，「我不知道我每天跟随的道路将通向哪里，或者它将在哪里结束，我仅仅知道我走在国王的大道上。」

“IknownotwheretheroadwillleadIfollowdaybyday, orwhereitends:IonlyknowIwalktheKing'shighway.”

☆ **第 1407 章集：爱与光早期资料#37**

Copyright © c 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周四冥想

1974 年四月 25 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。今天下午和你们在一起真

是快乐与荣幸。我们非常欢喜看到你们每个人。

我是 Hatonn，我再次和这个器皿同在，我们对刚才的延迟道歉，我们刚才说，我们总是很乐于在提供任何可能的协助。我再次和这个器皿同在，我是 Hatonn。我们觉察到困难，我们对该延迟道歉。

我的朋友，如我们刚才说的，协助所有你们地表上寻求的人是我们的荣幸和任务。今天傍晚，我们想要给予你们这一个想法，那也是我们唯一要给予你们的协助:一个理解的概念。你们所寻求的是理解，你们借以寻求的火焰和能量是从永恒实相的精髓中汲取的。你们真实的渴望即是寻求这份理解。我的朋友，我们尝试协助你们开始觉察的这份理解是非常非常简单的，事实上，它是合一的。

只有一，整个(宇宙)造物居住在这合一(unity)之中，合一是完全的、完整的、牢不可破，超越所有幻象的。我的朋友，在你们的智力和肉体知觉边界内，要设想这件事是最为不可能的。

这合一的意识唯有透过冥想，你们方能取用。你们地表上的人竟可以构想发明这么多不同的方式以使自己远离所有实相的迹象或甚至理解的可能性，我们对此感到相当、相当惊奇！无论如何，虽然你们身处在该物理环境中，却不属于它。你的选择完全是自由的，纵使这个稠密的幻象占据你的肉体五官，你仍可以寻求这份理解。我们只提供你简单的帮助，我们只提供你简单的理解，因为只有一个理解、一个真理、一个实体—造物主，我的朋友。

任何透过其他理解来工作的尝试都是在一个极端短暂的幻象中工作的尝试。

我的朋友，我们至为快乐地和你们在一起。我们将调节你们每个人，接着尝试接触另一个管道，并在此时转移这个讯息，我是 Hatonn。

(H 传讯)

我目前和这个器皿同在;达成接触令人愉快。此时我和 Laitos 弟兄与你们同在，我们将调节那些渴望该效应的实体。隶属星际联邦的我们欢喜地发现你们星球上有这么多人开始敞开自我接收我们的想法。我们已经尝试许多年[以你们的计算方式]接触你们人群;最近，我们的努力获得很好的成效。未来，你们将有荣幸提供服务给你们的人群。还有很多待完成的工作，你们应该期盼这个时期带来伟大的机会—在服务祂的过程中自我进展。

许多人并不领会你们已接受的东西，你需要在自信中成长，好让你得以提供有益的服务给这些人。许多人接近你并开始寻找是因为(...)在造物主中的新展现;你的振动提升之后，那些与你联系的人将会感觉到。不管剩下多少时间，使用它在祂的意愿中发展你的自信。天父但愿所有实体都加入这个寻求，所有实体都有机会去寻求。但只有那些渴望的实体会如此做，无法由任何其他人代为成就。

此时，我将尝试接触另一个器皿，我是 Hatonn。我们带来的讯息内容经常是重复的，然而，这样允许新进的器皿接收可用的思想，直到他已充分地发展接收的能力。

此时我想要转移这个通讯到另一个器皿那儿，如果她愿意敞开自我。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我和这个器皿同在。我们遗憾无法透过器皿 D 说话，然而，这是个短暂的情况，我们将在未来再次尝试该接触。这是新管道常见的困难。我们可以说，当发送调节波之际，一种创造性或灵性的想法将在你的心智中振动，接着你将感觉到说话的脉冲。关于这些创造性想法到底来自你们或我们的问题是有些非灵性的，因为所有灵性的想法都是造物主的想法;它们在我里面，也在你里面;它们在每个实体里面，不管该实体位于宇宙造物中的哪一个星球与站点。

此时，我将尝试接触 D 实体，如果他愿意使自己和我联系。

[录音带结束]

***

周五冥想

1974 年四月 26 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。再次和你们在一起真是快乐与荣幸，因为和那些走在寻求途径的实体讲话总是一份荣幸。

我们想要跟你们说几句话，关于这个寻求。我的朋友，如我们先前说过许多次，我们唯一的关切就是帮助你们的灵性寻求。大量的接触活动早已在你们的星球表面和大气层内发生，藉由我们服务无限造物者的星球联邦和居住在地表上的实体之互动方式;每一次遭遇，不管有怎样的特性，都是为了使相关的人转向寻求的态度。我的朋友，在大多数的案例中，这个尝试是管用的，各种异常的现象在该实体的心智中创造出一种警醒的机制。

我的朋友，我们的问题不在于吸引你们地球人的注意目光;我们的困难是如何以某种方式协助他们，并且符合他们全部的渴望。我们无法违背自由意志之原则，这点管制我们的行动，所以我们只能在思想上十分靠近，或在某些孤立的案例中进行各自的接触。更为明确的接触必须等待，直到我们受到更明确的欢迎。因此，我们在遭遇过程中大部分提供的是一种思想观。

我们在警醒地球人的意识方面没什么困难，但保持那些已警醒的实体积极尝试目前的作为，我们持续遭遇困难。我们已看过许多、许多人在经历某种遭遇之后，获得一种寻求感，不久就把它放置在他们心智衣橱中最深的角落。我的朋友，你们无法遗失觉知，不过，只剩下一点点时间，我们渴望能够帮助每一个真正渴望寻求的实体，帮助他们不只在今天有好理由而寻求，更是在每一天都自我驱策地寻求;好让你的思考完全独立于那些有争议的物理或思想显现，无须那些显现来促使你寻求。

我的朋友，你们的神圣著作写着:尔等首先寻求天堂王国，如果我们能引导你们到达这个寻求水平，那么你们就能够终身有成效地寻求。再者，一旦这种寻求在你的人生中发生，就不再需要外在冲力去提醒你把它放在意识的中心;那么你就是真实的门徒，加入服务无限造物者的行列。我的朋友，这是真实的服务，我们非常欢喜这个团体努力朝向这个寻求水平的进展。

很快地你们的科学家将经验大量的惊愕，因为他们将在物理天空中发现一个新的现象。这将转动许多个心智开始寻求;你们三不五时经验的物理创伤通常产生相同的寻求，但我的朋友，它不是一个持久的刺激品;唯一真实的刺激品来自内在，并且总是可以透过冥想轻易地发现它。

此时我要花几分钟调节每一个渴望该效应的实体，然后我将转移这个通讯到另一个器皿那儿，我是 Hatonn。

[停顿]

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn。我刚才说很快地，你们天空中将发生一个现象，它将引发你们地球人许多兴趣。人们把这个现象视为奇迹。对于你们星球上的人群而言，奇迹似乎保留给那些和一般现象特别不同的东西。我们，星际联邦，并不认为在这个宇宙造物中有任何东西比其他东西更为奇迹。宇宙造物的无限个部分都是奇迹。这个新的经验将促使许多人展开寻求，有些人倾向以科学的方式寻求，其他人倾向以灵性的方式寻求。在这个时候，如果有一条大道让人们在智力上获得真理，接着他们可以透过冥想找到途径通往对宇宙造物的完整认识，这会是很有帮助的。

此时，我将转移这个通讯到另一个器皿那儿。

[停顿]

(H 传讯)

我目前和这个器皿同在，我是 Hatonn。我继续说。我们先前说的现象将在相对的短时间内发生。

你们，连同整个太阳系的所有行星，正在演化进入这个宇宙造物的一个新扇形区和新振动(频率)。你们的系统将发生许多物理性的改变，很快要发生的现象将是首先的主要改变。所有的地球人都看到天空中的这个现象，你们的政府将使用一贯的方式解释这件事。他们不会领会这件事，只有那些寻求的实体将领会这个事件。容我说，它真的是你们天际的一个改变，如同书籍经常提到的。

我们一般不会给予这类的特定信息，但这个事件只是众多事件之一，我们尝试藉由它告知那些四处寻求的实体。你们可以使用这份信息建立我们知识的有效性，提供给你们服务的对象。

当它发生时，你们肯定不会再有疑虑。我们并不尝试说服任何人，在场个各位不需要被说服，虽然这里还剩下一些疑虑。

此时我将尝试和 T 器皿建立通讯，我是 Hatonn。

(T 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在造物主的爱与光中向你们致意。我要...我想要告诉你们，不要担心犯错，如果有需要，我们会更正你们造成的任何错误。我很高兴你达成这个通讯，我为你感到欢喜。我稍后将再次和你联系，我是 Hatonn。

(H 传讯)

我是 Hatonn，我再次和这个器皿一起。看到你们团体中这么多人敞开自我接收

我们的思想，我们感到很满足与感激。这个器皿透过他的渴望快速地进展，继续地渴望为祂服务，你就会成为那样。此时，我将和另一个器皿建立通讯，我是 Hatonn。

[录音带第一面结束]

(T 传讯)

我在无限造物者的爱与光中向你们致意。我想要说...我是 Hatonn。我想要告诉你们，你们将会做得很好。请敞开自我接受我们的通讯，我们将帮助你们，帮助你们放松。这是你的问题，你需要停止...你需要停止分析...我要你放松，敞开自我接受我们的想法，它们是我们的。

我现在转移这个通讯到另一个器皿上头，我是 Hatonn。

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn。我继续说，有时候一个管道难以完全地清理他的心智，接着避免分析每个给予他的概念;即使对于一个有经验的管道[好比这一位]也是如此。无论如何藉由练习，这是可以做到的。如果新进的器皿已经有一段冥想时间，接着尝试接收我们的通讯就会比较容易。

这个器皿有时候能够非常准确地传导我们的思想，在其他时间，他发觉接收我们的通讯有些困难。问题总是一样的，问题在于该器皿开始分析并使用智力方面的心智。目前这个器皿没有使用他的智力或分析我们给出的东西，他单纯地重复接

收到的讯息。如果一个管道要良好地运作，这点是必须的。

如我稍早所陈述的，达成这点的方式就是透过冥想，脱离智力的分析，全面解放一个人的心智，清空智力的思维。冥想允许一个人的心智放松，同时中断那些影响你每日活动的各种想法。

我觉察有人询问关于即将在天空中出现的现象，这个现象具有辐射的特性，它将是一个可见的放射，改变你们夜空的颜色和强度。

我将转移到 H 器皿。

(H 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在。我们正在尝试回答这个团体中一位成员铭印给我们的问题。关于该现象，你们会认为它是天空中的一个光源，它的放射和你们天空中的任何物体都不一样，它将强烈地辐射，并且拥有改变整个夜空之外貌的能力。有个新的天体进入你们的系统，它将保持可见好些时间。如我们先前所说，这个事件是由于你们的系统正在转动进入新的振动。你们目前的物理世界中的所有事物都将改变，当我们提到这个过程，你们通常认为它只包括你们目前占用的星球，但它也包括你们系统中的各个行星，以及周遭所有的天体(heavens)。

你们正逐渐进入一个新的振动，届时所有将是伟大的(...)，并且以崭新和巨大的强度振动;容我们说，这种强度的振动将调频到直接接收造物主的爱与觉知。它将不受任何负面振动之影响，因为该振动无法被负面东西穿透。当这些改变发生之际，你们的觉知也将随之改变。带着觉察享受你们目前的状况，透过你的冥想，

你将在这个新的振动层次之内。

我已和新进的器皿达成联系，同时和你们分享这份信息，我感到欢喜。我即将离开，我在祂的爱与光中离开你们。Adonaivasuborragus。

(V)2012Digested，adapted，andtranslatedbyc.T.

☆ 第 1408 章集：同时性的运作方式

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年九月 11 日

Jim：Q'uo，今天晚上的问题与同时性有关。当我们感觉我们正处在一种同时性的情境中时，它会给我们一些对我们灵性道路有帮助的信息，我想知道这是如何发生的。我们有一些指导灵、天使般的存在或朋友，他们会帮助我们进入一个情境、一本书、一个人或一个事件，对我们的生活起关键作用？

或者我们准备好看到一些事情视为同时性是更加内在性的呢？我们想知道关于这种同时性更多的信息，到底同时性是如何精确地工作的，我们应该如何在我们的灵性旅程中更受益地使用它呢？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我的朋友们，在太一无限造物者的爱与光中，

欢迎你们，以祂之名，我们今晚来到你们中间。因为这个团体中有一些人是新来的，我们自我介绍一下。我们是服务无限造物者的天使与行星联邦的成员，能被这个团队呼唤这是我们的荣幸，因为有一个对信息的呼唤，它与我们所提供的信息振动一致，那就是服务他人和无条件的爱的振动。

今晚能被你们的团队呼唤是一种荣幸和快乐。我们希望感谢你们，感谢你们每个人能从你们生活中拿出一部分来在这个圈子中聚焦于你们在心智、身体、灵性的演化道路上行走时的形而上学或灵性的问题。如果你们感觉到我们的想法对你们有价值，我们将非常感谢你们，我们至为高兴地与你们分享这些想法。

但是首先，我们希望请你们帮个忙，当你听我们说话的时候请你使用你全部的辨别能力。我们无法在所有时间为所有的实体击中要点。因此，如果我们提供的思想对你是有帮助的，请将其做为资源来使用它们，这也是它们的目的，但是如果它们看去来对你好像没有什么意义，如果它们无法与你共鸣，请毫不犹豫地将它们留在后面。

请相信共鸣的感觉。请相信你分辨的力量。你知道你所需要的东西，它与你共鸣的。使用那些与你共鸣的事物，不管别人怎么说它们，都不必去介意。如果一些东西无法与你共鸣，那么现在它并不适合于你来工作。如果你可以使用你的分辨力，我的朋友，这将让我们可以随意地说话，这样我们也知道我们不会在无意中侵犯你的自由意志了。我们感谢你这方面的考虑。

今晚你们询问在你们灵性寻求的生活中同时性是如何工作的。就好像经常发生的一样，我们需要从这个那个问题往后退几步，这样我们可以给你们一个很有说服力的回答。

我们经常会重复的一个灵性原则是，「万物都是一体的。」你们居住在一个完全统合与交互作用的宇宙中。该造物是一。你们是一切的存有(beings)，一切的事物，一切的情感。你是造物主的一部分，因此是永恒的一个公民，你愉快的与无限同在，并在这个特别的一生居住在一个沉重幻象中的肉体载具里。在你称之为日常生活[如果你愿意，你也可以称之为共识实相]的幻象中，万物一体并不是显而易见的。实际上，认为你是所有你看到的事物的一部分，认为所有你看到的人都为你组成一个镜子(复数)的大厅，这是违反直觉的。然而，确实如此。

在这个时候，我们对你们说的事情和你们科学家述说的事情是一样的。整个现代物理学的领域，纳入一种思维—观察者是实验的一部分，这隐含万物一体性的推论。我们并没有将这种一体性限制在你称之为人类的[其他]实体上。这种一体性就好像整个自然界，从植物和动物的元素与能量，到每一口你呼吸的空气和喝的水，温暖你的心之火焰、你脚下的地球，它们都在韵律中舞蹈。要嘛你是这舞蹈与这韵律的一部分，要嘛你还没有醒觉你的真实状态—你确实居住在天父的造物之中。做为这太一造物一个心爱的部分，你和这种同时性本来就有亲密的关系。

我们并不知道你是什么时候第一次觉察到，你所认为的你的意识，实际上是一个大杂烩，包含所有政治性和社会性的训练以及你从小就在体验的教化。我们并不知道你是什么时候第一次踏出盒子，走出母体（Matrix*），但是，你已经这么做了，否则你不会在这里，也不会开始寻求。

(*编注:这里的母体可能和电影”黑客任务”中描绘的母体意义相同)

一旦你觉醒过来，你将会穿越很多的水域，经验很多个灵魂的暗夜，因为学习新

的事物是痛苦的。

体验学习的曲线也是让人不舒服的。你可以做很多事情。你可以阅读，一直读到筋疲力尽。你可以冥想一直冥想到让自己发疯。你可以做无数优秀而又令人困惑的事情中的任何一个。

但是慢慢地，你将开始不时地安住于静默在那静默中你能够听到一个平静而微小的声音，它在静默中对你的心中之心说话。于是你开始了解到你现在正在走的那条道路不是一条物理的道路。这条道路是「国王的大道」[这个器皿因为她的基督神秘主义而这么称呼]。这条道路不是在空间/时间中行走，而是在一个无形的时间/空间的世界中行走。那就是你做为一个永恒的公民的所在，你永远不曾离开那里。

是的，你处在一个肉体载具中，是的，你被这个肉体载具的沉重化学属性而深深地局限于你的觉知中。但是，在你的内在，比你呼吸更近的地方，是你的意识。那意识，与你的大脑不同，它是万物共有的。它是爱的意识，是理则，是太一造物者。当你放松并允许「心猿*」这个器皿经常如此称呼这个你与生俱来的生化计算机，一部杰出的选择判断器，奴仆驾驶员当你允许那心猿安静下来的时候，你的意识将允许你去用不同的方式去思考，用不同的方式去看见，用不同的方式去理解。

(*编注:原文为 monkeymind，http://en.wikipedia.org/wiki/Mind_monkey)

当你在静默的时刻构建了新的觉知时，你逐渐地意识到你无法仅仅通过你的心智来活动。如果你希望在身体中获得进步或演化，你必须同样地使用你的意识。有

很多进入静默的方法。这个圈子中的一些人会对祈祷感到非常舒适。其他人会享受沉思、冥想或走入大自然。如果你感觉到任何礼拜无限太一的方法对于你是舒适的，那就是你应该去做的方法。与造物者同在并非只有一个好方法。

所有这些技巧的共同点就是静默。静默是打开大门通往理解的钥匙。

有一天你会了悟到你是多么的强有力，于是你会决定从现在开始你要用不一样的方式来做事情。你就会如齐克果(Kierkegaard)所说的一样，跃入信仰之中。

为什么任何理性的、有知觉的存有会离开这个可以被证明、被接触并且被看见的可靠的尘世，却跃入那个神秘的、矛盾的深渊呢？为什么呢？因为那里是灵性成长发生的地方。那对灵性的真理的飢渴是如此的强烈以至于你必须离开你的那个可以被证明的理性之儿时家园，你必须在奥秘之朦胧小路上追寻。

这是一个黑暗的深渊。我们在这个器皿的思想中看到一副古老世界地图的图案，那个时候你们的世界的流行的观点是你们的世界是平的，在世界的尽头一艘船会简单地驶入深渊之中。那些地图上的文字写着[当然不是用英语写的，我的朋友]，「那儿，有龙。」在那半空的深渊中，确实有一些强大的居住者(denizens)。

然而他们是那些不仅仅守卫爱与理解的宝藏的实体，也是守卫你们、你们每个人的实体，当你们沿着国王的大道追寻的时候，他们小心地支持你们，这条国王的大道就是完全地处于半空的深渊之中。

当你已经跃入信仰之中，当你已经意识到你的意图、意志和渴望的力量时，当你

已经开始设置你的意图去寻求，设置你的意志去成为太一无限造物者的爱与光的仆人时，当你已经觉醒于你自己的那个魔法的部分，并知晓你可以创造你自己的造物，在你自己的造物中被你原谅的事物就被原谅，而没有被你原谅的事物将一直不被原谅的时候，接下来你就将开始察觉到(宇宙)造物的舞蹈。

当你在天父的造物中舞蹈时，你一种有着无限多样性的能量一同舞蹈。每一块岩石、每一条溪流、每一棵树，所有你可以想到的大自然事物都在与你舞蹈并对你有所反应。重要的是了解到第一密度和第二密度的实体[好比我们刚刚提到的那些实体]不必被请求，同时性也会和它们同在。

然而，如果你记得去感谢那些你拥有的无形指引、你的高我、你的天使们，记得去感谢那些那些给予援助的存有们，它们因为你的能量、振动、希望和梦想而被吸引到你身边，这是极有帮助的。每天向它们请求帮助，并感谢它们一直与你同在。这将解放它们，让它们能够更加充分地进入向你提供同时性(事件)的过程中。

现在，这就是同时性的运作方式了：一旦你已经跃入信仰中，你可以启动一组不同的规则。你现在是觉醒的、充满生机的、有魔法的，你现在正与你周围的能量舞蹈，你知道你是一切万有的一部分，当你爱着一切万有的时候，一切万有也爱着你。

这样，当你有一个想法时，它不仅仅会简单地在你的脑袋里打滚，好像一个保龄球道上的一个洗沟球一样发出「当啷」的声音。这个想法会移动进入到舞蹈中。

而那些想要回应那个想法的事物将会开始设法进入你的实相之中。实体们相遇

了。广播电台有一首歌是这样唱的，「是的，你刚才正在想的那个想法非常好。继续下去吧。」

你的图腾也许就会出现了！如果你还不知道你的图腾是什么，简单地开始觉察，你会被吸引到哪一种树，什么样的鸟会对你鸣叫，什么样的自然力量会牵动你，感觉起来就好像你在人生中想要的某个东西，不管它是鸟类、野兽、水晶或者树木。在那个王国，树木、鸟儿、野兽或岩石的自然精灵将会找到在你的实相中出现的方式，来强调或者唤起一连串的想法，这样它们就可以帮助你开始建立一种个人的智能储备。

现在，你可以看见，那些灵性上的或者形而上的事物必须在没有证据的情况下被你学会。你将发现当事情真正是灵性导向时，没有任何让人们相信的方法去证明它。试图去寻找证据是没用的。是的，这样或那样或其他的现象都可以是非常真实的。而它却并不重要。没有什么实体是你必须去说服的。一旦你已经离开了那个盒子，你要努力去做的事情是去引导你自己。

它是一个更大的宇宙，一个令人费解的宇宙。它似乎经常是混乱的。因此，让这些主观上的有趣现象发生，让这些我们谈到过的同步性事件发生，是非常有帮助的。一旦你开始觉察到同步性是有效的，觉察到同步性是你判定什么是真的而什么不是真的的方法的时候，你将充能那种与造物的交互作用，你将发现同时性频频发生，以至于到了当你一天结束时坐下来的时候，你已经无法将它们全部记住了的程度了。关注所有那些你能够感知的同时性事件，它们可以帮助你增长对真理的主观觉察。

在我们开放这次会议接受进一步的询问之前，我们要再多说一件事情。如果你发

现同时性是一个令人激动的、带有魔法的事物，这是一个[你可以拥有的]可以理解的回应。它会在你的内在创造一种确认感和支持感，于是你会想要所有那些你喜欢与关心的人都有那种相同的经验。

我的朋友，在你感到任何一种压倒你的强烈欲望，要去向那些并没有要求你说教的人们去进行说教时，我们希望你向后退一步。闭上你的嘴，睁开你爱的双眼，倾听那些你所爱的人们、那些所熟悉的人们，那些你愿意给予帮助的人们。不要以你已经知道的事情和他们相处;而要以爱和尊重和他们相处。倾听他们必须要说的事情。如果没有任何机会去流露你刚刚学到的所有的这些美妙的事情，那就顺其自然吧。阿门，哈利路亚。你仍旧是一个本质是爱的存有。

让爱闪耀。找到方法去支持、鼓励、滋养、培育。丢掉所有希望成为他人的觉醒因子[进而带他们进入到一个更快乐的状态]的想法。

你可以四处撒下思想，就好像这个器皿喜欢的一个说法，好像「强尼苹果仔*」一般。但请记住，（在播种之前）他首先吃掉了苹果。那些你想要告诉另外一个人的事情，先对你自己说。当你带着它的美味思想和概念吃掉那颗美妙的苹果后，把果核扔到身后;让它掉到它要掉到的地方。不要回头看。你的工作不是去启发任何人，而是去启发你自己。

（*编注：JohnnyAppleseed，参考:http://tinyurl.com/6pza7xo）

现在，如果有什么人问你问题，在那些方面，自由地给予所有你必须给予的东西吧，但是请在你的心智中清楚地做出区别，什么是回答一个他人提问的问题，什么是对那些没有提问的人说教。会对你周围的人们产生影响的不是你的知识;而是

那通过你闪耀的东西，它是造物主的爱。

如果你要去过一种支持灵性寻求的生活，我们真的建议你每天都找到与你的造物者在静默中相会的方法。有一些人如此的喜欢这种静默的体验以致于他们在那里花费了大量的时间，还有另外一些人会发现要没有某些焦点地安住于静默中是非常困难的。如果那是真的，走入大自然经常是非常有帮助的，因为那里有各种各样的你的眼睛和你的耳朵的焦点容我们说，我的朋友，它不是 iPod 或手提音箱。让静默蔓延吧，你将会发现它在对你说话。接着当你走出静默时，歌唱吧，我的朋友。去欢笑和爱，为存在于这个造物中，为成为无限太一的孩子和继承人而感到喜悦吧。

我们感谢 Jim 实体提出了这个问题。现在我们将向他接下来可能会有任何的问题开放这次的会议。我的兄弟，有后续的问题吗？我们是 Q'uo。

J：Q'uo，我没有接下来的问题。我考虑问的一个问题你刚才已经回答了！我非常非常的感激。非常的感谢你们。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们以完全敞开的心感谢你。

现在请问，在我们离开这个器皿前，这个团队还有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

发问者：你能够告诉我关于我说的这种奇怪的语言更多一些的事情吗？在它的背后有什么用途吗？

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的姐妹，我很高兴与你在这个问题上分享有

限的一些信息我们说有限的是因为我们无法为你走你的道路。我们无法替你学习。因此，我们将尝试从普遍的意义上来给你一些可能会对你有帮助的想法。

就好像这个器皿在这次冥想之前说的，当一个人愿意去将自己视为一个可以接收和送出思想的器皿的时候，一个人会发现他能够让他自己逐步地进入一种聚焦的状态，在这种状态中他不是聚焦于物质世界而是形而上的世界。这种对振动本身的聚焦尤其倾向于将一个人带入一种状态在其中一个人会对于振动非常的敏感。

这种学习有很多很多的面向，有一些面向是从物理宇宙中挑选出来去支持和保护位于它的原子之中的，容我们说，整个的无形世界的全部。因此，有一个巨大数量的群体他们都希望去与那些敏感的并能从流过的信号中筛选出信号的人进行交流。这个器皿回忆起一个叫做威利-尼尔森(WillieNelson)的实体，他曾经说过他从未必须编造任何的旋律。他仅仅是从空气中挑选一个旋律，因为它无时无刻不在歌唱。

因此，所有类型的人通过各式各样的方法，希望去与地球世界的内在领域的那些实体通讯。对于内在领域的绝大部分，只有那些振动能够足够地穿透化学身体载具的人们，他们才能被听到并能够表达那些与他们的基础振动相一致的信息。这也给与了一定数量的保护。但是一般而言，不由自主地说一种你不知道的语言的经验是这种现象的一个人为现象，你从内在层面挑选了一个思想形态或一个实体[在它们对你的影响中，这两者是可以互换的]他非常乐于在精华中与你交流，那就是说，通过你的声音与呼吸、气息的振动来与你交流，或者通过实际的语言与你交流，不管这个语言是不是属于这个世界的。

这种经验本身对于一个体验到它的人是非常令人印象深刻的，因为它是我们刚刚

谈到的智能的普遍性集合的一部分。它证实了一个事实，「赫瑞修*，在天堂和地球上有比你们哲学家所梦见的更多的东西」。

（*译注：赫瑞修 Horatio，哈姆雷特在大学里的密友，这段话引用莎士比亚的《哈姆雷特》台词：Therearemorethingsinheavenandearth，Horatio，thanaredreamtofinyourphilosophy--Hamlet，I.5）

在一个主观的意义上它是一种强化的、确认的体验。这个经验没有什么帮助的方面是，你无法将这种体验带回来并与人们分享它。如果它给你带来了喜悦，你会说，「它给我带来了喜悦，」但是你无法分享那种喜悦。

这对于所有的心灵(psychic)体验都是有效的。它们是为你的体验，仅仅只为你一个人的体验，它们会深深地打动你，但是你无法带着将另一人一起经验这样一个旅程。这就是它应该的样子，我的姐妹。让它成为你可以接纳的经验面向吧，因为你无法代替其他人去学习，就好像我们也无法希望代替你去学习一样。

你希望去如何对待这个现象，你希望给它什么样的能量，等等这些问题，它们都是你意愿、你的渴望、你的意识的管辖范围。在静默中将它带入你的心，另外，也可以将它带入心智、理性思考、如此等等。

我们知道你希望回到这个器皿关于通灵的教导上，我们感觉你会对她在那个时候所说的内容有浓厚的兴趣。将心智应用于你面前的事物分析它，思考它、添加、企划，所有那些心智会做的非常棒的事情这些都很好。单纯地不要允许你的心智操纵你。你的心智是一匹要去被驾驭、被享受的马。它不是一个奴隶主人，你也不是一个奴隶。拿起你心智的缰绳吧，不要让它带着你的意识疾驰而去。因为它

将带你进入没有出口，也不会让你满意的绝路与死胡同。当你在进行灵性上的工作时，总是在你意识的王国中移动吧。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

发问者：谢谢你。

我们感谢你，我的姐妹。请问这个团队是否还有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

J：如果问这个问题是合适的，我会很感激有个答案。我想知道关于我接近动物的时候会发生哮喘的情况，在过去有时候它会非常的严重，而有时候又似乎不是那么严重，这是如何发生的呢？我在想这情况是否为我生命中的一个目标呢？我将会对这个问题的答案很感激。我假定也许我想知道的目标会侵犯我的自由意志和我自己学会它的权利，但是我认为我是在寻找某种确认，是否有一个我需要去注意的目标呢？

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的兄弟。你已经预测到了我们会比你也许希望的听到的要说得更加的普遍一些的需要，但是我们肯定会给予你一些思想的食物。拿好你的刀叉吧。

我的兄弟，在你投生之前，你的高我和你经常会使用一些方法设置一个自动防故障装置的系统。这些系统可能会是心智上的限制，情感上的限制，或身体上的限制。当你在某种程度离开了你的道途，当你从关键事情上变得足够的分心的时候，一种默认设定就会启动，因为那是你，灵魂光流中的你，希望你这一生中学到这些事情。

伴随着这个器皿的限制甚至自从她刚出生时就已经启动了，它是与身体相关的限制。在很多其他人身上，限制也许是身体，也许是心智的，也许是情感的。但是，一个已经集中注意力的人会注意到那些信号，它表示已经到了转向内在并释放所有焦虑和紧张的思想的时候了，于是你会做内在的工作并且调频[这个器皿会这样称呼它]回到你在投生前希望去追求的那种心智状态中，这样你就可以在你的脉轮身体中找到平衡，用一个简短的说法，例如，如果你太过于卷入政治和权利游戏，它们是与你工作、婚姻、家庭如此等等相关的，一些事情就会发生在你身上，让你能够知道这是你做一些内在工作的时候了。

你不用为了做到这一点而必须离开你在这个世界的生活。它就只是花一两天的事情，或者它就是你的哮喘会可能要求你去花费的无论多长时间的事情，温柔地，不带任何对你自己的审判地进入到静默中，让你自己被爱淹没。真的，一旦你开始实践了，它只会花费一小会儿时间。

总是值得注意的是，当你有一些身体上的小病的时候，或者当你有一个情感上的困难或心智上的困难的时候，这些情况会触发这机制，你的心思跑到哪里了，你想要它停留在哪里呢？于是，关键就是张开你的手臂拥抱你自己，完完全全地爱你自己[正是你现在的样子]。

这不是一个涉及任何形式的批判练习。他是一个接纳的练习，爱的练习，祝福和包含的练习。它绝不是一种惩罚。相反，它是灵性在轻轻推动，鼓励那个实体用一颗倾听的心去照顾在他信心的道路上的那些无形的部分。

我们能进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

J：不用了，谢谢你，Q'uo。我非常的感激你的回答。

我们感谢你，我的兄弟。现在请问还有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

R：我有一个问题，Q'uo，是关于对这个器皿的支持的。如果你可以与 Carla 和我们分享一些可以让我们记住的信息，我们也许可以给予她一些帮助，因为我们努力在他的通灵工作中支持她，Carla 也在努力去支持她自己继续去分享那些通过这个管道而来的信息，我们对此非常感激。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

有一些简单的事情是你可以做的。敏锐地观察她，深深地爱着她，并告诉她你所知道的最佳真理。每一个人都是同等地独特。每一个人都有一些礼物要去给予。

每一个人都应该得到你最好的礼物。为了去服务，你必须从你自己开始，所以，清楚地观察你自己，深深地爱你自己，告诉你自己你所知道的最佳真理。这样，那个支持他人的完美回应系统将会慢慢地灌输到你身上。

我们可以进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：我想你的回答比我一开始想到的更深入许多。当你们在说话时，我可以感觉到它。谢谢你。我想再要求询问一些这个器皿在她准备这些集会时可以用的建

议。你可以谈一下吗？

我们是 Q'uo，我的兄弟，如果我们告诉这个器皿应该如何准备这些会议，我们就确实在侵犯她的自由意志了，因为任何时候当她开始去通灵时，她会集中每一个注意力在那个特定的问题上。虽然我们可以轻易地谈论这些而不侵犯她的自由意志，但是她清楚地知道，当一个人开始调频进行通灵时，他要在心智中记住的一个灵性原则的基础是，所有的实体在全时间都是器皿。你应该成为怎样的管道？她应该成为怎样的管道，不管她为了接触我们而调频或概括地为了接触这个世界而调频？

认真地对待你自己就是让你承担责任去过一种支持通灵的生活。该器皿知道这件事。我们可以这样说而不用担心会侵犯她的自由意志。

我们可以进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：谢谢你答覆那个问题。我关于这个主题上已经没有问题了，但是你刚刚提到过的关于变化出你的名字的事，我不很确定那是不是一个笑话或者你真的就是那个意思。我不会说拉丁语。我相信你是从那个语言选取了一个名字。[1]

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们刚才确实使用了一个双关语，这里的双关语是一种亲切和慷慨的说法。我们为我们的轻佻的特质向你道歉。」

Q'uo 这个字确实是拉丁语的一部分，它发生了很大的词形变化。然而，我的兄弟，那一撇是我们自己特有的！请问现在还有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。（暂停）

我们是 Q'uo，我们通过这个器皿的公认的经常听不清的耳朵里听到了沉默在回响，我们确定我们已经耗尽了这个团队在此时的所有问题了。因此，我们暂停一会儿，仅仅是让你们了解能与你们一同冥想是多么令人开心呀。你们是如此的美丽，我的兄弟姊妹。你们用个性和品格为那从造物主而来并流经你的光染上色彩，这样美妙的方式简直是令人惊奇。当你们在今晚混合了你们的能量时，你们创造了一个光之圆顶，远比这个居所高得多，我们对你们的勇气、意图、美丽感到敬畏。感谢你们。

现在，如同我们发现你们一样，我们将在太一无限造物者的爱与光中离开你们。能与你们分享我们卑微的思想一直是个喜悦。我们离开你们。我们是 Q'uo。Adonai。Adonai。

注解

[1]原始的令人困窘的部分在磁带翻面的时候丢失了。

[译者说明]Awareness 与 Consciousness 都是意识、知觉、察觉的近义词。但是在 Q'uo 系列的教导及本文中 Consciousness 都是特指那个合一的，无条件的爱与造物者的振动，因此统一译为意识。Awareness 更多的是一种发生在思想中，知觉上的觉察，因此统一译为觉察。

Digested&translatedbyT.S.

(V)2012reviewedbycT.

———————————————————

☆ 第 1409 章集：思想的力量

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年二月 27 日

Jim：今天晚上的问题是，「各种神秘学说都有一个基础性的观点，自我的本质是不会被显意识心智的任性的思想所影响和触及的。如果是这样，我们想知道我们表层心智的思想在揭示和掩盖真理这两个方面有什么样的力量呢？另外，我的思想的内容与质量，和我们对这些思想的依恋及认同相比，哪一个更为重要？」

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中我们欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。能够被你们的团体所呼唤真的是一种快乐与荣幸。能与你们分享我们卑微的观点，这是一种荣耀，我们为此而感谢你们。我们很高兴能与你们分享我们的观点并渴望与你们一起来探讨 G 实体所提出的问题。

然而，一如既往，首先我们想请你们帮我们一个忙，这样我们就可以在与你们谈话时不用担心我们可能侵犯你们的自由意志或者打搅你们寻求的节奏。当你听到我们的那些想法时，我们请你们使用你的洞察的力量和分辨力，从中选择那些与你共鸣的内容而将其他的留在后面。我们感谢你们这方面的考虑。

今晚你们的问题是关于，那些你们思考的事情，连带其他事情，哪一个是重要

的，因此，做为一个开始我们引用在冥想之前你们用来为该团体调音的那首歌曲。

Izzy 实体[1]没有非常准确地回忆起这首叫做《SomewhereOvertheRainbow》曲调的歌词。这首歌的歌词与 Harold 实体[2]所写的不一样。当 Izzy 为那首歌作词时，他所抓住的是 Harold 实体想要表达的感觉和振动。

这并不是意味着你思考的那些想法是不恰当或不重要的。它们是重要的。然而，由于你们文化的教条灌输，你会有一种倾向去认为你逻辑性智力的思想是有价值的，而认为经由你的直觉、情绪、感觉和洞察力来临的心的思想是没有价值的。

当你考虑一个主题时，如果你完全地停留在逻辑性智力的思想中，你只会陷入到无休止的相对性循环中。思想本身可以如珠宝一样闪亮并被精准地制作。他们可以有无懈可击的逻辑并听起来完全正确，因此其他人会因为你有那些思想而对你高度评价。然而就好像保罗[3]实体所说的，没有爱，那些思想不会响起真理的铃音。它们没有能力向你展现内在造物者的闪光。

这个问题的一部分可以像这样表达，「是关注你思想内容的质量比较有价值，还是依恋你们的思想更有价值？」我们无法从这个问题被问的方式来回答它，因为你们思想的质量的价值和你们对该思想的依恋的价值就好像比较橘子和苹果的价值。它们是不一样的，它们无法被比较。

在我们刚才讨论逻辑性智力对比直觉或者心的思想时我们就已经谈到了你们的思想的质量。在智力的闪现中，智力的运用是一个有着巨大价值的事物。将智力运用在你自己部分上是很好，你可以用它来进行分析，使用逻辑来将事物与其他事

物进行对比。考虑造物者赋予了你智力然后告诉你它是没有价值的，这确实是奇怪的。智力的问题，尤其是在你们的文化中，要嘛你驾驭智力并享受这场旅行，要嘛你被智力所支配并成为它的奴隶。智力需要与你的心之思想一同合作，你的心之思想即是你内在停留在爱中的能量。

你也许在自己心里想，「但是我的心并不是一直停留在爱中呀。有很多来自我的心的情感看起来并不是充满爱的。它们看起来充满了忧伤、悲痛、愤怒和恐惧。」

我们只会鼓励你坚持对你的这些情感保持关注。当你荣耀它们并允许它们在你的进程中的影响，你会发现你能够让那些情感沉入到你某个部分，那个部分就是会将你甚至最黑暗的感觉净化的精炼之火焰，经过你生命中的一段时间后，你会对你的感情有相当的适应和理解，其程度如同你的智力过程。

每一样事物都从诚实与真诚的关心中受益。为了用一种不间断的方式创造思想最柔顺、最灵活与最有帮助的质量，你可以给你的感觉和智力用轭连起来，而你手握缰绳，鼓励它们一同工作。

一个让它们可以一同工作的方法是变得静默，这样你的智力和你的感情都不会被刺激，而你单纯地存在。这种状态，不管是透过在大自然中漫步获得，还是从比较正式冥想的形式中获得，或透过任何你希望的方式来进入静默，它都会同时重置并更新你的智力和直觉，于是你就可以在你自己的思想和情感的内在过程上有一个越来越好的体验。

我们不是鼓励你去用力拉动缰绳从而获得对这些过程过度控制。我们推荐的是用

轻柔而坚定的手去拉住缰绳，这样不仅仅你的思想不会将你带走，你的感情也不会将你带走。相反地，在你前进时，你坐在驾驶者的位置上而且你能够对所有内在正在发生的事情保持节制和关注。

那个询问的另外一个部分，关于依恋你们的思想的问题，是一个带着很深入的洞察力而提出的问题。这个问题也通过某种方式与我们刚才谈到的内容有联系的，我们刚才谈到的是，不要让你的思想和感情操纵你，而是迷人与出色地驾驭这些能量，倾听它们，在任何时候都聚焦于发生在你的思想和你心中的事物，并觉察到你就是这些性质的一个见证，而你也将其视为你肉身经验的一部分而欣赏它们。

你不是你的思想，也不是你的感觉。你是一个实体，神性原则的一部分，祂见证着这些思想和情感，也从这些思想和情感中彰显渴望。当你认同了一个渴望，你就拥有去跟随那个渴望并设置关于那个渴望的意愿的能力，于是你就可以经验你所渴望的事物了。当你经验你所渴望的事物时，造物者正在学习关于祂自己的东西。这样，所有你所想到的和感觉到的对于你所见证的都是有益的，你所见证就是那磨坊中的谷粒[4]。它是你选择的磨坊的谷粒。它是你跟随渴望所学到的磨坊的谷粒。然而，无论你依恋的是一个思想还是一个感情，都是在允许那个思想或感情驾驭你，既然思想与感情之能量都不是你存有的最基本质量，

那么做为对你自己真正渴望的事物的探索的过程的一个见证者与发动者，你会跟随你所关注和见证的事物所创造的共鸣路径，从这个方面而言，当你受到思想或感情的驱动之际，这类的依恋对你并没有帮助。

这一点将我们带到了这个问题的要点，那就是，「虽然事物在表面上会无时无刻

地改变，存在有一个不会改变的基础吗？」是的，我的朋友，存在确实有一个基础。对于你们每一个人，对于所有的实体，这个基础都是相同的。存在的基础就是那太一伟大的原初思维，理则，它创造了一切万有同时包含有形世界和无形世界。理则的另一个表述是爱。造物者是爱。就是从那爱中涌现一切万有。你不可能是爱以外的任何其他东西。在造物中也没有任何其他的菁华。当你最终来到了你自己的菁华并感觉到你的心，它是一颗充满爱的心。我们总是在爱与光中向你们致意。当造物者想要去知晓祂自己时，祂就形成了一个属于祂自己的菁华的理则。那菁华就是爱。为了去显化那菁华，祂使用光，所以一切万有就是爱与光。

现在，如果你们有一个共同的基础，为什么你无法感觉到这个存在的基础呢？你们每个人都是一个个体，你们每个人都与任何其他人不一样，你们甚至与你最亲密的朋友、伴侣、孩子都不一样，为什么这情况是如此明显呢？

我的朋友们，如果你们彼此体验到的自己都完全一样，这个显化的世界就没有意义了。无可否认地，显化的世界全是虚幻的，因为它不是太一无限造物者。

所有实体是太一无限造物者的火花，它们被送出来学习更多关于造物主的本质。因此，你的智力和你的情感的任何真正材料是虚幻的。当你进展穿越各个密度，你从未逃脱幻象。你单纯地使用每个密度的幻象去更多的学习真正的你到底是谁以及它如何在你的经验中向外描绘它自己。

一个人可能会感觉到一种愤慨，当我们经历我们自己的发展，我们肯定曾感受到它。为什么必须要有一个这么深的幻象呢？为什么我们不能单纯地知晓我们是爱而所有的其他-自我都是爱呢？然而，如果我们已经知晓了我们真实的身份，又有什么我们要去学习的新东西呢？因此，你可以将你自己看作是一个探索者，你

正在穿越这条非常曲折的，有时候还是冒险的人生道路，在这条道路上你用你的心和头脑来收集信息，并透过注意你的渴望并跟随它们来寻求你自己的菁华。

现在，你如何使用你的思想和你的情感来到这存有的基础、自我的菁华呢？这就是最有意思的问题了。因为思想会像水虫一样掠过你的内在意识的表面。情感看似漫无目的地喷发。这真是一幅混乱的图画，至少在一些情绪中看起来就是这样。

然而一个人必须从表面开始。一个人好像一个婴儿一样睁开他的眼睛，看到那明亮而喧闹的混乱。声音无可辨别。发生的事情都是没有意义的。从婴儿时期的开始，你就逐渐的着手整理你的世界了。你辨认母亲、父亲，喂养你的那个人，哺育你的那个人。你识别声音的种类，你开始产生偏好：「我喜爱这个人，我喜爱这个食物，我喜爱有人换我的尿布，我喜爱被抱着。」

于是，你，一个由爱构成的存有，开始给予你的爱并接受爱。这就是你投生的意义，你在这里的理由：去给予爱，接收爱，彼此分享成为太一无限造物者，并做为一个爱的存有在爱的双臂中歇息。接着再次前进，在冒险中寻找爱，在没有爱的地方发现爱。在那些没有爱的地方，你发现你渴慕去给予那些地方你的爱。因此你伸出手去对其他人有所服务。当你伸出手，你发现你会接收到的爱十倍、百倍、千倍于你已给出的。如果在你生命的这个特定的季节一切都是平静而有节奏的，你可能会开始感觉到成为一切万有的一部分的那种美妙的感觉，一切万有就是这个呼吸的宇宙，它呼出和吸入的都是爱。于是你将开始发光并成为一束光。甚至当你悲伤的时候，甚至当你的一部分迷失在智力思维的丛林中的时候，从根本上记得你们是爱的尤物。

单独的智力无法给予你这些。单独的情感无法给予你这些。但是，它们是你开始探索你的宇宙的地方，不是外在的宇宙而是内在的宇宙。虽然你可能在此刻处于一个沙漠中，当你穿越沙漠与不毛之地的韵律，穿越口渴与飢饿的旋律，你会发现它们会使爱的绿洲自然地出现在你面前。跟随那在你的思想与你的心中与你共鸣的道路吧。那些道路将引领着你在每一个可以去宽恕或者可以去审判地方，每一个可以爱或者可以去恐惧的地方，做出一个又一个选择。每一次你选择了慈悲、宽恕和爱，你就与你之所是的心越来越近，与存有的基础越来越近，那就是造物者。

在你的内在，我的朋友，有一片海，一个爱的海洋。当你在海洋的表面游泳时，你会发现狂暴的水流。而那就是每一个寻求者最终醒悟并察觉到的，环境与文化所给予的并不是一个令人满意的实相。它不再有吸引力。它不再与你共鸣。容我们说，它必须被避开或者被看穿。你在觉醒中发现还有更多的(知识)。你想要去探索那未知与神秘，它们都是你全心全意所渴望的。你们每个人都启程从混乱通向宁静，从恐惧通向爱，从被带着走到成为一个有选择的人。你是造物者，我的朋友。你将如何选择你的造物的本质呢?

你来到这里不是为了永远地在爱的海洋中歇息。你来到这里为了在海滨上舞蹈，你来这里成为这个巨大幻象的旋律的一部分并与一切万有相互作用。你来到这里是为了在月亮与太阳下喜悦。你来到这里为了与树木交谈并发现你的图腾，如同这个器皿说的，各种鸟和动物所代表的菁华。你来这里成为火焰与土地，空气与水的尤物。你来这里体验、见证并舞蹈。那舞蹈的一部分是在回忆的时刻返回存在之基础，返回爱，让你自己在狂喜、和平、力量与爱的海洋中游泳。我朋友，希望你像水獭一样游泳!希望你去爱。希望你从你周围的人那里接受爱;因为这也是爱的一部分，不仅仅是服务他人，也让他们服务你。

总之，你们创造了这个有着奇妙的结构，无限多样性的爱的造物，它也教导了造物者越来越多的关于祂自己的知识，这些都发生在那些突然间的时刻，一瞬间新的模式浮现、新的明晰破晓。那是智力吗？那是感觉的世界吗？它两者都是。当它们结合在一起的时候，你将一直处于「啊哈」的颤抖边缘。等待它，它将会到来。于是你的旅程将开始另一个全新的篇章，行星地球上头的全新课程。当你在发光，当你在学习，那光也将蔓延到那些寻求者那儿;因为现在就是他们醒来的时刻，现在他们开始踏上有意识寻求的旅程。

我们为这个问题感谢 G 实体，在我们前往另一个问题之前，请问这个团队是否有任何对这个问题的后续询问呢？我们是 Q'uo。

（暂停）

我们是 Q'uo，我们发现今晚没有对这个问题进一步的去探讨的渴望，因此，我们开放这次寻求的集会给其他的问题。现在任何人有问题吗？我们是 Q'uo。

提问者：我有一个问题，Q'uo。如果人们从第三密度毕业，接着在他们下一次的投生中，投生于第四密度，他们会以一个发育完全的身体投生还是他们仍旧投生为婴儿，并从那里开始成长？

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们了解你的问题。生殖的方式以及小孩会以婴儿形式诞生并被抚养长大的模式都会延续到第四密度，我的姐妹。然而，相关载具不再是化学的蒸馏厂[5]，而是你们可以视之为电性的身体。

我们姐妹，我们能进一步的回答你吗？我们是 Q'uo。

提问者：是的。我还想知道，如果一个流浪者已经在地球上投生，如果他们将返回那个密度，是否有可能他们已经在那个密度有了一个身体呢？

我们是 Q'uo，我们了解了你的问题。我的姐妹，在一个无限的宇宙中，任何事情都是可能的。然而，一般来说你提到那种情况这是不可能的，因为有一条银线连接着一个人的电性身体和一个人的物理身体。当所谓的银线在肉体死亡时断开了，肉体就不能存活了。

然而，在某个特定的情况，有一些实体希望提供帮助，他们会找到一个关键的参与者，容我们说，在某个特定的情况下，这个参与者希望离开这辈子却不希望自杀。那些希望提供帮助的实体就可以制作一份协议并接管那个实体的人生，这种现象被这个器皿知晓为接管者（walk-in）的现象。这种现象是非常罕见，而当这种现象发生时，继续进行那一次投生的责任，容我们说，那个被该载具原属实体所设置的「游戏的方案」，就变成了接管者要去执行的责任了。在一些情况下，它产生非常愉快的结果。

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹？

提问者：不用了，谢谢你。

我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo，请问现在还有另一个问题吗？

S：我有一个问题，Q'uo。如果一个寻求者渴望在面纱外去寻求，渴望刺穿第三

密度的幻象，举个例子，寻求者可以通过一种出体经验而跟随这种渴望，你能够评论一下类似这样一种体验会如何影响我们在第三密度被给予的成长机会呢？拥有这样一种体验，它看起来就好像让寻求更有动力，并对寻求产生激励和确认上的帮助。但是，从面纱的完整的概念以及在面纱中我们拥有的机会的方面，这种体验看起来又似乎是违反直觉的。

我们感谢叫做 S 的实体的这个问题。我们相信我们领会了这个问题。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

我们相信我们已经理解了叫做 S 的实体提出的问题。我们认为这个问题中有非常深刻的洞察力，从最纯粹的练习角度，尝试去通过体验现象来证实内在的信心，这确实是违反直觉的。确实，最纯粹的道路就是信心的道路，它不需要通过任何其他现象来创造一种灵性发展的动力。

出体体验的使用主要是用来向一个人的逻辑性智力打开灵性的大门，因为这个人已经被教导灵性的道路是无效的，就好像 S 实体和 Jim 实体在早些时候曾经谈到的一样，一个人的(内在)自我和那个沉重地穿越此生的自我[执行各种工作和履行此生的责任]相比，前者的内涵要大很多。

类似出体体验的各种各样的现象，以及使用药物[drugs:这个器皿对这些物质的称呼，它们用无法被自我否定的方式改变意识状态]的体验，它们突破一个人顽固否定「有更多东西」的方法。有时，这种经验是有益的，因为它确实能成功地突破

那表皮、液态表面，突破那无形却存在的事物，突破那阻碍灵性自由地探索、学习、评估事物的东西，并拥有一个并未被教条和文化信仰的局限锁死的过程。

就自我的力量与找到那力量的源泉的方面，它是有用的，接下来，你会回到对「有更多的东西」的察觉的中心，仅仅透过信心来做出假设，注意每一刻经过的事物来做出假设，你将是从这些假设开始继续前进。因为对一个留心当下此刻的人来说，最细微、最谦逊的行动都可以是极为洪亮的。

有很多与信心一同工作的方法，它们都不涉及现象。例如，数算恩典的习惯就是一件可以在孩子们睡前祈祷时教导孩子们谦逊的事情。当一个人开始数算他的恩典，他会发现他的调音，他的振动都显著地而且实质性地改变了，而在那些看起来缺乏灵性的时刻，这是特别明显的。

(呼唤)力量的名字会协助(你)改变振动和打开受困的能量。我们不知道你的力量之名是什么，但就是你通过它而知晓爱的那个名字。当你使用那个名字时，你并不是要求那个名字来改变你的振动。你是在陈述你所在之处，形而上的说法，那就是当你寻求爱的时候你的双脚站立其上的那片地面。例如，这个器皿经常进行一个非常短的祈祷，一个字的祈祷，那就是「耶稣」。当她从内在发出这个词语，她感觉她的振动改变了，因为该器皿回忆起了她是谁与她属于谁。

现在，那个出体体验的锻炼有一些世俗的使用方法，有一些你们政府中的实体使用这种能力去收集情报。因此，你可以理解，使用出体体验的秘诀在于:一方面让你体验那些你可能好奇的现象，同时维持你的极性。

我的兄弟，我们能进一步的回答吗？我们是 Q'uo。

S：不用了，非常感谢你。

我们感谢你，我的兄弟。现在有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。

（停顿）

我们是 Q'uo，通过这个器皿公认的听不清楚的耳朵，我们发现了沉默在回响。因此，我们假设现在这个团体的那些问题已经被耗尽了。我们确信你们很快就会产生新的问题，我们希望当你们进一步探索你们想要知晓的事情的时候我们与你们在一起。

我的朋友，能与你们在一起，能注视你们每个人的美丽并看到你们在这个团队中收集来的光，这是一种巨大的快乐。这些光就好像一个屋顶一样延展到远比你们的住所高得多的地方。我们感谢你们创造了这座灯塔。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在无限造物者的爱与光中离开你们，祂就在你们的内在、你们的周围，祂即是一切万有。Adonai，我的朋友，Adonaivasu。

原注

[1]Lzzy 与 Lz 是夏威夷歌手 IsraelKa'ano'iKamakawiwo'ole 的暱称，他的集锦歌曲《SomewhereOvertheRainbow》与《WhataWonderfulWorld》出自他 1993 年的专辑《FacingFuture》，在美国和英国曾是畅销歌曲。
(编注:推荐连结 www.youtube.com/watch?v=V1bFr2SWP1I&ob=av2e)

[2]HaroldArlen 与 E.Y.Harburg 合作创作的《SomewhereOvertheRainbow》是电影《TheWizardofOz》的配乐的一部分。有可能 Q'uo 选择提及 Arlen 是因为那个特有的词汇是他所创造的，虽然 Harburg 才是公认的作词者。
《WhataWonderfulWorld》作者是 GeorgeDouglas 与 GeorgeDavidWeiss 并 1967 年由 LouisArmstrong 录制。

[3]Q'uo 在这里指的是圣-保罗，他在《圣经》《哥林多后书》3:1-12 中写道，「我若能说万人的方言、并天使的话语、却没有爱、我就成了鸣的锣、响的钹一般。我若有先知讲道之能、也明白各样的奥秘、各样的知识。而且有全备的信、叫我能够移山、却没有爱、我就算不得甚么。我若将所有的賙济穷人、又舍己身叫人焚烧、却没有爱、仍然与我无益。爱是恒久忍耐、又有恩慈．爱是不嫉妒．爱是不自夸．不张狂．不作害羞的事。不求自己的益处。不轻易发怒。不计算人的恶。不喜欢不义。只喜欢真理．凡事包容。凡事相信。凡事盼望。凡事忍耐。

爱是永不止息。先知讲道之能、终必归于无有。说方言之能、终必停止、知识也终必归于无有。我们现在所知道的有限、先知所讲的也有限．等那完全的来到、这有限的必归于无有了。我做孩子的时候、话语像孩子、心思像孩子、意念像孩子。既成年了、就把孩子的事丢弃了。我们如今彷彿对着镜子观看、模糊不清。到那时、就要面对面了。我如今所知道的有限。到那时就全知道、如同主完全知道我一样。」

[4]这个器皿第一次读到这个短语时正在阅读 RamDass 与 StevenLevine 的一本书，叫做《磨坊中的谷粒：出色的剧本，死亡：觉醒的机会，解放思想、精神、

上帝与此外的一切》。这本书于 1995 年出版，现在仍在发行。

(原文书名:GristfortheMill:TheMellowDrama，Dying:AnOpportunityforAwakening，FreeingtheMind，Karmuppance，God&Beyond)

[5]当我们第一次遇到这个短语，看到 Q'uo 称物理身体为一个化学蒸馏室的时候，这让我们感到吃惊。然而这个短语精确地描述了身体是如何处理食物的。当我们吃下食物，身体的器官从食物中蒸馏出身体可以用的物质并保留它。而无用的残留物排出身体。

Digested&translatedbyT.S.

(V)2012reviewedbycT.

☆ 第 1410 章集：无意识与驱动力

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年三月 6 日

Jim：今天晚上的问题是关于无意识。我们想知道我们所称的「驱动力」(drive)和我们所称的「心灵能量」(psychicenergy)以及无意识心智之间的联系。当我们的梦境或者问题似乎是通过潜意识或者无意识反射到显意识心智的时候，我们可以做一些什么样的事情来保护我们自己呢？

（Carla 做为这次会议的资深管道）

（Carla 传讯）

我们是你们所知的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中我们欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们加入你们。感谢你们从繁忙拥挤的生活中拿出时间来寻求真理并在今晚聚集到一起。最重要的是，感谢你们邀请我们做为你们寻求圈的一部分。你们认为我们的卑微的观点是值得的，我们感到荣耀和荣幸，我们将非常高兴地向你们提供这些观点。

然而在我们开始之前，一如既往地，我们请你们每一位听到或者读到这些言语的人，请你们用你们天生的辨别力和洞察力的保护系统环绕在你周围。尽管我们的观点用意良好，它们还是无法用相同的方式打动你们每个人，它们也无法对每一位有自己独特的寻求道路和灵性生活的独特旋律的寻求者都有相等的价值。因此，我们请你们从我们所说的内容中选取那些吸引你们并与你们共鸣的思想，然后将其他的留在后面。如果你愿意这样做，我们将能够提供我们的观点而不用一直担心我们会侵犯你们的自由意志。这对我们非常重要。我们感谢你们每一位在这方面的考虑。

你们询问关于「驱动力」和无意识之间的关系，既然「驱动力」不是一个我们习惯使用的术语，因为它与心理学中一个非常教条的系统有紧密的联系，这个心理学的系统是由叫做西格蒙德(Sigmund)的实体提供并被很多其他人用各种方式渲染，那么同样地，因为「无意识」这个词语[因为同样的一般原因]也不是一个我们经常使用的术语，所以我们会花一点时间弄清这个问题中涉及的这些概念，当然，这个问题是一个有趣的问题并且值得我们去探索。

我们从无意识的概念开始。从我们的观点来看，每一个实体的无意识从中涌现的那个地面就是我们以前所称的原型心智。这个心智有地理，有地形，还有一个由各种类型的所谓的情绪[同时有积极的和消极的情绪]所组成的一个水域系统。当实体们一天天地体验情绪，看起来就好像他们是由外而内地来自于他们的经验，那些经验是通过他们的耳朵、眼睛或者任何会引起情绪的涌现的事物而获得的。然而，我们的观察是，那些情绪都来自于一个万物共有的地面，每一个寻求者都用一种独特的方式与这个地面相连。

这意味着情感有一个共同属性，而同时，每一个人引发情感的方式有一种同样的独特性，就好像每个人格的独特性一样。彷彿每一个寻求者都有深深埋藏在内在之中的泉水，这些泉水是与这个水域系统相连接的基础的方式。换句话说，你们每个人都行走在相同的领域，经验相同的地理，但是，你们每个人可以用一种完全属于你自己的方式流出那情绪的泉水。

那么，无意识是一个中间地带，它位于原型心智的共同属性和你的人格外壳的核心变貌系统之间，而你在日常生活中体验这个人格外壳。它是你日常人格的舞台，通过它，你和周围的人们都能够知晓你。它决不是你本性之的总和，也不是与你们行星系统的原型之共同属性相连的一个无法改变的途径。你自己的人格中那些部分有一个成熟、转化和改变的空间，而你自己的那些部分正位于清醒人格和原型心智中的共同的情感和感觉泉水之间的中间地带。

心理学家所称的「驱动力」，我们会称之为能量汇流。现在，在你们每个人投生为一个第三密度地球上的人类之前，你和你的指导灵系统会仔细地计划你此生中的很多事情。因为有自由意志这样一个东西，所以不可能为一个人规划一个最终结果、一个定数或命运。然而，你和你的高我却可能选择和判定关于这次投生的

特定关键性事情。这些关键性的事情也是你在这次投生中选择去学习的课程和分享的礼物。

当你选择了一个目的地，你不会选择你到达目的地将要通过的路径。例如，作为该器皿的生命的一个指导性的课程，她选择在如何不求回报地去爱这方面进行学习。这个主题课程会在一个人的生命中一次又一次地不断重复，就好像这个器皿的课程中一个关系接着一个关系的一次又一次的不断重复一样。当有了一个挑战，对于这个挑战的一个仔细的分析就会得出位于这个挑战的底部的信息，就是这个问题:在这个关系中，你能够不求回报地爱吗？

每一个实体进入到投生中都有一个或者更多的不断重复的关键主题。在肉身的层次上你特定的投生提供给你的特定的课程是什么呢，如果一个寻求者能够在这个问题上收集信息，这总是非常有帮助的。它对于分析你投生的模式是一个极大的帮助，直到你可以理解你此生的挑战在哪里，于是当它发生的时候，你会有一种熟悉感，对于这个问题又再一次为你出现了的事实，你也会有一种安慰感。对于找到特定的解决方案并没有什么紧迫性。唯一有紧迫性是你在肉身中学习的过程中变得察觉。

类似地，当你开始去检验那个「我可以如何去服务？」的问题，一个对于第三密度，选择的密度的，穿越投生的道路的关键性问题，你就会发现你开始缺乏一条可辨认的服务的道路了，或者，你会发现你有很多条服务的道路可供选择。再一次，对于你解决问题并不重要，但是对于你，你可以从「我如何去服务？」这个问题来思考那些每天、每月、每年发生在你的生命中的那些事情，在这些思考中能够感到安慰，这是很重要的。

例如这个器皿，她已经发现了她的歌唱和表演上的天赋，在她人生的早期，她曾认为是她确切的服务道路的那些天赋，却干涸并慢慢消失了。然而，从那时开始分析她的服务模式，她却发现有很多方式去唱歌，有很多方式去使用她表演的那些天赋，有很多方式去使用她对和声调谐的一种敏感性，而这些方式却与唱歌完全没有任何关系。这样，再一次，重要的不是明确的答案，而是从服务的立足点逐渐舒适地去注视人生的过程。

那么，驱动力就是那些导向动机的深入能量。每一个能量中心都有它自己表达渴望的方式。红色光芒中心表达生殖性渴望和生命的强烈欲望。橙色和黄色光芒中心从关系的问题上发展出驱动力，或者我们应该说是，它们的能量消耗。再一次，每一个人都以一种独有的方式从原型思维的共同部分连接到那些渴望与深入意愿的跳板上，于是一个寻求者所深深感受到的那种能量会从红色光芒中心喷涌而出，另一个寻求者也许是从黄色光芒中心或者橙色光芒中心。在那三个基础的光芒中有一些事物会形成一个与开放心轮的基本关系，它会在实体探索更高的脉轮、探索你的能量体中更高的能量形式的过程中，指引你的服务与学习的道路。

那位 G 实体曾经谈到在一个人以宽阔感围绕他的各种挑战;我们会说这是思考这些事物之间的关系的一个关键概念，这些关系在无意识和驱动力之间、在感觉和能量消耗之间、在一个实体的人格外壳和做为意识[更具体地说-爱的意识]的自我之间。

从教条上理解的困难是它不允许这种宽阔感，所以，它就好像存有的根部放在一个肉身[一个太小的花盆]中，于是尝试去用这些概念对自我解释自我会导致一个实体感到束手束脚和无助。然而，在很多的层面上都可以获得帮助，今晚这个团队调音的最后一部分的歌曲就提供一个这样的帮助。[1]

我们现在将通讯转移到 Jim 实体那儿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿在一起。我们再一次于爱与光中欢迎你们每个人。

我们继续，所谓的驱动力，它从内在领域的潜意识心智开始移动，被天性中的原型所滋养，驱动力也可以被描述为你们称之为意志的事物，因为当你实践在潜意识和显意识心智的较低的层次中产生的驱动力、渴望、意图的时候，你正在表达力量，容我们说，这种力量可以施加在一个实体的行为、运动和活动上。这种力量可以通过它完成工作的实力和能力来进行衡量，这些工作被实体所渴望并表达出这种驱动力和意志。

肉体的外形，它的四肢、眼睛和嘴巴等等，为一个实体的心智提供了一个在第三密度的幻象中显化那些被渴望的事物的机会。这些渴望会被给予指导，而意志是内在存有或潜意识心智的力量，它在一个确定的方向或矢量上推动实体。

每一个实体在投生前会选择要去学习的基础课程和要去提供的服务，实体也会为这个投生的自我提供各种各样的方式去获得这些课程和服务。的确，所有的催化剂和经验被投生中的实体查看的方式，对于决定这个实体会如何解释这些经验和催化剂是头等重要的。它非常像你们所称的预设观念，因为在投生之前，这些课程和服务已经被决定了，但是并不是过于严格以致于会限制任何实体已经具体化的努力。在选择这些课程、如何发现服务、提供服务给他人的过程中，你有完整的自由意志。

现在，我们将这个通讯转到 L1 实体上头。

（L1 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个实体在一起了。我们再一次在爱与光中欢迎你们所有人。在潜意识保护这件事情上，回到我们在很多场合都提醒对这个器皿有益处的那些事情：那就是，请求帮助。在你的心智、身体或灵魂中，无论是在潜意识、意识还是无意识上，没有任何部分你是孤单的。你的造物者和各种光的力量在他们所有的形态中，无论是在你睡觉时还是清醒时，他们都与你同在。这个器皿在她的梦境中已经体验过，即使那些暴力的事件在她的潜意识中发生，她也会激烈地斗争去保持内在的爱。甚至在与显意识心智分离时，她仍意识到那些她已经如此努力地工作并根植在内心中那些课程，当她应用着这些课程，当她在爱中发光，她发现那帮助已经到来。不过她也频繁地发现当心智回到显意识的领域，当她面对已经体验过的对立的黑暗时，那些她已经收到的益处和帮助会迅速地掉到一旁。

然而我们会说，不管你踏入哪一个层面，你就是你。在任何层面，你所有的天赋和指导灵都是你可以获得的。如果在潜意识层面体验到的所有事情在显意识中引起你在清醒生活中的不适，在显意识心智中请求协助，请求光之盔甲在一个人从黑夜进入黎明的旅程中给予保护，这是非常合适的。无论如何你都不是孤单的。这一点也可以拓展到所有的潜意识工作中，所有的魔法工作中。

自我的锻炼对于磨练一个人的思想和有目标的行动，在一定程度上是很重要的，然而，服务自己和服务他人的人都了解到，承担觉醒的重担不是一个人的事情，

两者的了解却有决定性的差别。那些走在服务自我道路上的人用自我-锻炼从那些他们视为威胁的事物中检验自己，而这些威胁来自他们对其他人并不信任。那些走在服务他人的道路上的人们意识到其他-自我，最终都是同一个真实自我，因此他们都可以被借用为力量与指导。

我们现在将这个通讯转移到 S1 实体上头。我们是 Q'uo。

（S1 传讯）

我是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起了。我们现在来到你们在心智中区别为显意识生活的部分和被称之为潜意识的部分。我们会说在两个概念之间的分界线最好不要被视为一条固定的线，而被视为一条可移动的分界线，这是涉及你可能会拥有的特定类型的经验的最有效描述。假如你的显意识生活中没有无意识范围，你的生活将会没有阴影，没有质感，也没有惊奇的可能性。当一个人为他惊奇时的感觉而感到惊吓的时候，或者当一个人发现他已经实行了一个行动而他却并没有如此行动的一个清晰的意图时，或者当一个人感觉到不管他自己怎么样，某些想法或某些情绪都会引起他的注意时，在这些时候，一个人都在感觉到自己内在一种无意识能量的力量。在很多这样的情况下，一个人会被这些经验打扰。

所以意识是一个多么奇妙的事物，它深深地埋藏在它众多的源头中。我们已经和你建议过这些源头可以被视为多重的，而实际上，它们是一个有维度的构造。

我们这么说的意思是任何给定的经验都是多重源头或者多重输入的一个反射，这些经验被谨慎地审核后进入到能量身体中，做为一个对能量身体的精炼与调音的漫长的过程的结果，这样聚焦于能量的收集和辨别在本质上是非常复杂的。

你会发现甚至对最简单的情绪的仔细研究也能够揭示出那些对面向与细微差别的非常敏锐的表达。

然而，对于一个人的有意识觉知中的绝大部分，情感生活的大量的复杂性被省略为一个经验，你对这个经验有一个名字，或者对这个经验你有充分的日常体验于是你可以认出它或者以某种你发现可以工作于其上的方式来处理它。这是一种过滤机制的结果，容我们说，创造这种过滤机制一直是你的职责。

这个圈子中的每个人都有一个运作中的人格，它每天都精确地进行这个过滤的工作。我们并不是建议这个人格被轻率地放在旁边，因为确实，它是一个爱的造物，它一直被用来解决很多的问题，很多能量管理上的紧急情况，容我们说，它解决的问题比你在任何时候可能想象到的要多的多。然而却有可能，在冥想的保护性氛围中，开始去削薄那些更表层的人格和更深次元结构之间的界限，在那最深的层次，将收敛成为我们所称的原型心智。

我们所提到的这些工作有时也被称之为「意识中的工作」。它是你在肉身状态中可以进行的最有效的工作之一，因为它是整合自我内在的能量的一个机会，那些能量在内在中还没有被完全结合起来。然而，我们会给出一个警示，那就是在一个寻求者的某个部分，经常会升起一种对自我进行批判的倾向…

（磁带第一面结束）

（S1 传讯）

...并使用这些批判作为寻求意识更深层次的过程的一部分。这就会成为一种相当严重的扭曲源头，因为如果心智更深的部分感觉到被批判，它们就会出现逃避、退缩和关闭的倾向。有效率的疗愈和整合的可能性也因此被切断。

所以，我们会建议在一个人计划去穿越从边缘意识到潜意识的边界之前，最起始的行动应该是在爱中奉献，容我们说，一个对他自己更深层自我的宣告，他会进入到一种爱与接纳的情境中。这将会创造一种氛围，在其中一个人寻求去工作的能量倾向于欢喜地向前进。

我们是 Q'uo，我们现在将这个通讯转移到 Carla 实体那儿。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们再一次与这个器皿在一起，在爱与光中欢迎每一个人。一个人经常希望去控制他自己的经验。如果一个人希望去成为一个寻求者并成长，肯定没有任何东西比控制一个人的经验更不可能的了。在幻象中，一个人无法看见在广阔宇宙层面上发生的事情，而活在这样一个幻象中的特征就是当一个人失去控制并在黑暗中的时候，在每日生活的神秘和矛盾之中，和那些向下移动到自我更深部分的连接中，一个人的经验会大大地被锐化。

一个人失去了控制，一个人将持续失去控制。于是在失去控制之中，一个人可以体验到荣耀，甚至体验到原初经验的壮丽。

在日常生活不受约束的偶然事件的精妙平衡中，有一些事情是一个人可以去控制的。当一个人尝试去知晓自己时这些可以控制的事情就会开始起作用了，然而这

种知晓自己不仅仅是在人格的表面知晓自己，而且在存有移动穿越渴望的能量并向下进入到生活最基础和最精要的感觉和情绪时，在那些存有的根部知晓自己。

我们将谈论关于控制的两个元素，它们涉及清醒意识和你所称的睡眠时期的控制。

在白日的意识中，有一些正在发生的东西从内在的喷泉中喷涌而出，也有一些被期望的东西，从一个人的感觉中喷涌而出，那是关于生命是什么，服务是什么，自己要奉献什么去学习的感觉。这个器皿会称这个要素为调音。清醒生活的体验是一场舞蹈，在舞蹈中音乐必须先被听见，一个人才能对其做出反应。它是一场自发的舞蹈。然而，如果一个人为他的那一天设置意图，他就可以从已经被这个寻求者所选择的一个振动水平上进入这个舞蹈。

当你持续穿越你的意识的日间循环过程，如果你选择，你通过任何对你有效果的方式来恢复你丢失了的调音。有一些非常简单的办法来恢复调音，例如呼唤那个对你来说代表爱的名字，或者呼唤爱本身。还有更多拓展性的方式来恢复一个人所渴望的调音并回到对他的意愿的记忆中，例如冥想、祈祷、吟唱圣歌;和自然本身、它的图腾、它的美丽与能量一起工作;做启发性的工作，回忆某个恢复调音的关键性短语，那个短语会有效是因为你已经知道了它的美丽。

在你的一天的过程中，有无数种方法可以帮助你进行基本的调音。它们都需要你设置你的意愿，不带批判地，也不因为离开被期望的调音的活动而受到打搅，并进入到一种对该调音的回忆与恢复中。

当一个人接近被知晓为睡眠的魔法事物时，一个人会意识到他正在进入一个完全

未知的水域中的旅程。一个人正在那个靠近两种心智状态之间的门槛，一种和显意识心智有关;另一种心智更接近原型心智的地质、地理和地形，以及它的情感的水系统和各式各样的分水岭。

当一个人接近睡眠，接着，他知道他正在启程踏上一段旅程。你可以非常有效地用一个来自各种各样源头的帮助系统来保护你自己并寻求帮助，那些保护有的来自天使的源头，有的来自内在层面的源头，有的来自你的指导灵和本质的自己，也就是造物主。设置意愿去倚靠这些帮助将为你的梦境生活创造某种地基，它是极有帮助的。

从一个不同的视角来看，设置意愿在梦中能够察觉到自己也是有非常大的帮助的。就好像 S2 实体所说的，单纯地记住这是一个梦就会对减轻你在梦境世界中遇到的痛苦非常有帮助。你可以创造一个意愿要在梦中变得察觉，透过引发一个象征自我的影像在梦境中移动(的方法)，甚至在梦中动一下手臂或在梦中开闭一下眼睛，这些都是非常强有力的方法，允许一个人穿越这些非常有帮助的梦境体验，而不会导致恐惧或伤害。

最重要的是，设置意愿去使用梦境时间为太一无限造物者服务，光的照耀在排列[已知和未知的]自我是非常有帮助的，在帮助一个人将在梦境中发现的经验进行最大化的配置方面也是非常有帮助的，于是，这些经验就可以让一个人知晓那些他正在与之工作能量中的更深能量。请记住，所有发生在经验中的事物，无论是清醒时的经验还是睡梦中的经验，都是爱的某种变貌，它将为你提供一条回到爱本身的道路，置于一切之上的是，你们都是爱的尤物(creatures)。

我们很抱歉这次无法回答进一步的问题了，这个非常有趣的问题已经吸收这个团

队的能量到达一个疲乏的位置了，这个器皿也累了。因此，我们将带着对这个问题的感谢，带着对你们每个人的美丽的感谢，离开这个器皿和团队，

我们是你们所知晓的 Q'uo。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友。

Adonaivasuborragus。

原注

[1]在会议开始前的调音歌曲是《CallingAllAngels》来自哥伦比亚唱片，CD 标题为《MyPrivateNation》，演唱者「Train」乐队，这首歌是 LennyKravitz 在 2003 年创作的。

TranslatedbyT.S.

(V)2012ReviewedbycT.

☆ **第 1411 章集：爱与光早期资料#38**

Copyright © c 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

1974 年四月 27 日

(无名者传讯)
我是 Hatonn。(...)我和我的弟兄(...)在此调节每一位渴望(...)的实体。

目前，你们人群当中存在一种困惑状态，这点对于那些渴望服务的实体是个大好机会。一个帮助那些渴望协助与(...)生活的机会，并且是获得更高的个人振动的机会。目前存在的困惑状态和很快将发生的情况相比只是小规模的。一个人需要获得很多的启蒙才能有效地给予这些人群他们需要的知识;而一个人唯有透过冥想方能获得启蒙。

所以，我的朋友，对于那些为了服务，渴望和我们通讯的实体，他必须冥想，不只为了和我们接触，也为了接触宇宙造物的意识，那是所有启蒙的来源。

此时我尝试转移这个通讯到另一个(...)，我是 Hatonn。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。如我刚才说的，你们星球上现在有许多困惑蔓延着。你们许多人正在接受造物主的答案，这些人将在自己的心智中找到许多平安。随着时间的进展，你们将发现这份平安逐渐强化。我的朋友，在即将到来的日子中这是非常令人安慰的一件事。我想要强调坚守每日冥想这件事，透过冥想，只要你想要去服务，你将找到许多问题的答案。我和我的弟兄但愿以任何可能的方式帮助你们。我想要说，许多困惑将来到你的门前，但在冥想中，你将找到通往平安的途径。

我现在尝试和 D 实体通讯，我是 Hatonn。

(D 传讯)

我是 Hatonn，我刚才说，我们在此以任何可能的方式协助，对于那些想要服务人类同胞的实体，他们可以透过冥想来协助这个目的。真实的寻求只有一个方式，那就是透过冥想。你们许多人处于一种负面的心智状态，主要是因为他们并不觉察自己的负面性。透过冥想，他们将看见负面性，并消弭它们。我的朋友，冥想是一个真实的方法。

我是 Hatonn，我欢喜地使用这个器皿，在接触该器皿...[停顿]...这过程有些困难。我现在要接触另一个器皿，我是 Hatonn。

(Carla 传讯)

我和这个器皿在一起，我是 Hatonn。我刚才说，冥想是你们必须觉察的全然重要的技巧。我们知道我们非常频繁地给予你们这份信息。该信息是简单的，在许多情况下，可以有益的循环再利用，即使当你们听到第二次，或第三次，它依然可以发挥它的作用。要活出一个灵性的人生，冥想是每日的工作，它立即地把真理放在你前面。有两件全然重要的事:一个是冥想，以及在你每日的意识中全时间清醒地觉察天父的造物。

这就是冥想被设计的用途，把你[天父造物的一部分]放入与天父[祂是一切万有]的直接交通之中。我的朋友，天父的造物就在你的周围。记住，我的朋友，当你们忙碌于每日例行工作时，如果你看见某个不是人造的物品，好比云朵、水流、植

物或动物，观察你看见的东西，不管它是大或小。真正地观察天父的造物;有许多可以观察的。你自己是天父的一个造物，真正地观察你自己。以这个方法，连同冥想，你们可以变得更加觉察那永在的真理。

此时我将尝试接触另一个新管道，可以透过这些新管道说话是我的大荣幸。我是 Hatonn。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。我欢喜地透过这个器皿讲话;该器皿仍然没有达到他应该是的放松程度。这样造成某种困难，他应该试图清空其心智，为了顺利通讯。我们将进一步调节，我是 Hatonn。

我将尝试转移这个通讯到另一个器皿那儿，我是 Hatonn。

(Don 传讯)

我和这个器皿在一起，再一次，我的朋友，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。我是你们认识的 Hatonn。

可以透过这么多新进的器皿对你们说话是个荣幸，使用一个比较有经验的器皿也是个荣幸。此时我将使用这个器皿指导你们关于清空心智的技巧。如果你分析自己正在说的话，就不容易准确地接收我们的想法。如果你想要成为一个流畅的管道，以合理的速度清晰地说话，那么你必须专注在当下说的话，不向前看也不向后看。不要尝试去期待接下来的东西，也不要尝试去思考你刚才说了什么，单纯

地说出你接收到的话语;这样就可以创造出一个流畅的通讯状态。

新进的管道通常的心智状态会质疑自己说的东西，换句话说，他怀疑自己说的是否来自星际联邦;这是不重要的。

一个管道只必须学习不在通讯过程中思考;他将更为快速地学习传递我们的思想。当他在这种通讯形式中变得流畅，他会明显知道自己确实在传导我们的想法，因为当我们没有和他在一起时，他完全不会有思想的流动。

[停顿]

(无名者传讯)

我先前说到你们天空中的放射现象，在适当时机你们将开始觉察，可能是透过另一个管道，这现象将被充分地解释，那些寻求的实体将理解。我们真诚的愿望是你们全体都准备好迎接这现象。

对于这个团体完成的工作进度，我感到很欢喜。透过进一步的冥想，你们将发现自己做为管道的才能得到进一步的强化，如果你们意愿返回和造物主合一。

现在我要尝试和 K 实体通讯，附带提醒她完全地放松，清除心智中所有的想法，那么她将表达(...)，我是 Hatonn。

(S 传讯)

(...)对于和(...)之间的联系困难，我们感到抱歉。我们要说把所有的念头从你的心智中清除，接着感觉内在(...)，不带分析地让被铭印的思想自由流动。

我们对你们担保，随着更多的时间和冥想，它将开始更自由地流动，只是时间早晚的问题，而时间只是你们(...)的一部分。不用担心，我们将(...)。

我...我想要对你们讲述穿越你们天空的放射现象。

[停顿]
这个器皿不愿意讲述该主题，他非常不确定。我想要转移这个联系到 Don 实体那儿，我是 Hatonn。

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn。对于透过 S 器皿说话遇到的困难，我感到抱歉。透过一个器皿传递特定信息有时是相当困难的，因为该器皿缺乏自信，因此不愿意说出接收到的想法，如果新近器皿要成为完整可用的，他得对于传导我们想法的能力充满自信。

对于必须传导特定性质的信息而非哲学和宇宙真理的概念，我们感到遗憾;但偶尔，这是必须的。

我再一次说，为了这个原因，尝试去传导我们给予的东西不只协助星际联邦，也协助 S 器皿。当我们试图去联系这个器皿之际，请保持耐心。

(S 传讯)

我和这个器皿同在，[停顿]。容我们说，重点在于自信，和获得一种足够高频的振动，才有资格去经验我刚才提到的这类振动。除非该器皿的振动率具有足够的和谐度，(...)它会是不妥的。透过这些(...)，可以获得许多觉知，这些信息将具有很大的价值，用以服务那些正处于许多困惑中的实体。

还有许多真理是我们要给予你们的，从现在到你们将需要这份知识的时间是不足够的...一个人唯有透过冥想获得它。所以(...)[土星]议会已决定使用它(...)其中之一的知识。

除了冥想和服务，没有其他获得更高振动的方法。透过冥想一个人获得一种服务的方法。我...我对于这个器皿的进度感到满意。对于所有传导讯息的实体有进步，我们都非常欢喜。和先前...实验相比，他们的进步非常迅速。他们的觉察快速地进展，我们的调节和接触造成的肉体状况也比以前少很多，这对于大多数人是有益的。

我在此时离开你们，我将(...)。我是 Hatonn，隶属于服务造物主的星球联邦。

Adonaivasuborragus。

(V)2012Digested，adapted，andtranslatedbyc.T.

☆ **第 1412 章集：问答章集：灵性与意识**

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年二月 13 日

G：今天晚上我们将采用来自各地的读者的问题。Q'uo，第一个问题来自田纳西州的 C，她写到，「Q'uo，你能够为我们澄清智能无限和智能能量是如何联系到『灵性』和『意识』这两个术语？」

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。能被邀请加入到这个寻求的圈子是我们的快乐与荣幸，能在今晚与你们在一起我们非常感激。

一如既往，我的朋友，在我们开始之前，如果你们能够谨慎小心的聆听我们所分享的那些卑微的观点，我们将非常感激你们对我们的帮助。如果我们的观点对你们有吸引力并且能与你们共鸣，请随意与之一同工作。如果它们没有，我们请你们简单地让他们离开吧。这样，我们就可以放心地分享我们的想法，不用担心有侵犯你们的自由意志或者打搅你们灵性过程的节奏的可能性，该过程是一个活生生的事物。

这个器皿这一周曾经好几次被问到[或许是巧合]，为什么我们会不断地在我们与你们分享信息前提出这个请求。关于我们会有那样的提示性语言，我们可以提供的观点是，一般而言，这是一个对人们非常重要的问题。有一些信息你们会感觉到有一种启发性价值，对于那些信息的来源，你们会有一种倾向去给予过多的尊敬。我们确实希望能够给予你们优秀的信息。然而，我们是对个体给予信息，每

一个实体都有一条独特的轨迹。对于一个个体或许非常有帮助的信息，却可能会成为另一个人的绊脚石。因此，我们将这种对辨别力和洞察力的要求放置在你聆听的双耳之间，也放置在你每一天在自己的内在做的最重要的工作之间，那些最重要的工作就是永不停歇地为你的道路的方向和聚焦做出选择。在你们此时的道路上，你们精确地知晓那些会对你们有帮助的事情，而我们却无法知道。

我的朋友，你可以在晚一些的时候再回来重新阅读这些文字，你会发现一幅完全不一样的图画，你从这个对话中可以拿取的内容也会不一样。然而，你们在这里，我们在这里，在叫做 G 的实体所描述的当下中，在现在这一刻中，在「真实」中，而对于这一刻，你就是你之所是，你需要将这种自信应用在对你自己所听到的事物的鉴别的标准中。我的朋友，我们感谢你们在这方面的考虑，也同样感谢你们耐心地允许我们，对我们在对这个特殊的团体在这个特殊的时候说话时作为一个习惯所做的事情，提供一个解释。

「灵性」这个词语和「意识」这个词语不能说是相同的。意识是一个场域，容我们说，这个场域携带着爱的太一原初思维。我们的意识与你们的意识是合一的。

从意识的那个场域，每一个在这个房间里的那些人，物质的每一个粒子与微尘，就好像你们在这个宇宙中称呼的，光的每一个微粒，都携带着相同的意识。你们就好像是一个无限的、复杂的、神秘的拼图。我们给这个器皿传送了一副图像，图像是拼起一个拼图玩具，而这个拼图却是无限的。然而，你会用某种特定的方式适应并融入到太一无限造物者的完整性和全体性中，也融入到太一造物中。

灵性，以我们使用这个词语的方式，是意识的一部分，但是它却不会显化在你们的世界中。你可以通过很多种方式理解灵性。你可以将灵性理解为你的良心的声

音，你高我的声音，或者你的指导灵的声音。你可以将灵性理解为包围着你的能量，这些能量来自树木、动物、植物、风、土、火与水。

「智能无限」这个词语可以与「意识」这个词语联系在一起，智能无限就是处于潜伏状态的造物者，在造物主问祂自己「我是谁」并决定用祂的自由意志去成为祂自己造物的一部分而给祂带来关于祂是谁的信息之前，造物主享受这种潜伏的状态。一旦自由意志作用于无限造物者的神秘并创造了一个场域，该场域被称为理则，单一的思维。那思维就是爱。这样，无限造物的每一个微尘都是爱。

智能能量是自由意志作用于爱并显化的天父造物。它的本质是光。当我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们和道别的时候，我们以一切万有的名义与实质问候你们。在我们与你们的对话中，我们设置我们的意愿在对这种爱和这种光的完全察觉中振动。就好像你能够理解的，灵性可以被联系到智能能量的概念，但是只是一种松散的联系，因为智能能量在其显化的形态上创造了一切万有。而另一方面，灵性是不显化的。然而，你做为一个地球的第三密度世界当中的实体，智能能量却会向你显化它自己，在这方面我们指出，你们，你们每个人，就是那连接空间/时间[物质实相]与时间/空间[无形世界]的汇聚中心。

它不是动物的工作。它也不是风、水、火和大地的工作。它是你之所是的自我觉知[一个奇迹]的责任，在一个易碎却永恒的形态上，在这个暂存的世界中，也在那无限和永恒的世界中，去支持一切万有。就是通过你的器皿，造物者的爱与光的无限能量才能流动。就是从你开放的心，相同的爱与光受到你的祝福并得以进入这个星球的能量网络中，因此你的每一个爱的思想都会在你所爱的地球的能量中产生影响。

总之，我们认为在「智能无限」、「意识」或「智能能量」、「灵性」这些词语上，任何两者之间都没有一对一的关系。然而，大致来说，我们会在「智能无限」、「意识」、「智能能量」、「灵性」之间看到更多的相似点。

我们为这个问题感谢 C 实体，我的兄弟，请问现在还有另一个问题吗？

G：在下一个问题之前，这里有一个来自明尼苏达州的 A 的一个便条，他在 2006 年七月 7 日和你进行了一次个人的通灵并在他的硕士学位的毕业论文中使用你们提供的信息。他对你们所给予的建议和深刻见解非常感激，他也请我们将这份感激转达给你们。他说他深深地欣赏它。

现在，这是来自台湾的 T1 的问题，他写到，「依我个人的浅见，身体的形意者的塔罗牌图像传递了牺牲的概念，然而当查看心智的形意者和灵性的形意者之图像时，我却无法同样地在灵性和心智的形意者中看到牺牲的象征*。为什么？」

(*编注:心智、身体、灵性的形意者对应的塔罗牌编号:5、12、19)

我们是 Q'uo。我们为这个问题而感谢 T1 实体。对 T1 我们提供的想法是，身体是一个牺牲的器皿，而心智或灵性的「我」却不是。当一个全新的生命被带入你们的世界中，它已经选择离开具备完整觉知的地方[在那里一切已知的都可以被知晓]，为了将自己投入完全彻底的幻象系统[你们称之为物质生命]中。在一个婴儿降临到地球世界的隐含意义就是他最终会离开同一个地球世界。这是一段被花费在[这个器皿所称的]「死荫的幽谷」[1]中的时间。

你在这个物质投生中的出生的过程是在负责任与谨慎小心中被完成的，你的生命

带有伟大的思想，它也是有原因的。诸如那些我们与之对话的实体，他们不会因为不了解即将到来的人生的形状与质地而在人生中摔倒。在过去一段时间投生到这个世界的很多人，事实上几乎是所有人，他们都带着能够在这个时候对地球有所益处的伟大的希望而投生。这个器皿会把这个时期称为「田地已经成熟并可以收割了」[2]。投生被计划时，每一个胸膛中都有一个希望，他们希望可以成为收割者，他们希望可以去知晓、看到并理解爱的向心性，他们希望在他们的生命中可以伸出手去提供援助，将黑暗转变为光明，将悲伤转变为喜悦，将恐惧转变为爱，将纷争转化为团结，将愤怒转化为和平，他们希望可以成为真理的媒介，每一个身体的每一个细胞的内在都携带这真理，它在第三密度地球的幻象中被面纱隔绝于每个选择进入这次投生的实体的显意识觉察之外。

太阳升起。太阳落下。太阳再次升起。就好像光明与黑暗、盛宴与饥荒、快乐和悲伤的伟大周期都随着地球本身的运动一同循环，在进入这次投生的那些人的身体中，周期同样在循环着。

我们要对那位叫做 T1 的实体说，这是一种有着极大意义的牺牲。它不是在混乱机会中的糊涂玩耍。也不是命运卑鄙的(soulless)重复，在其中找不到任何自由意志的部分。它是实体在生命之轮上的一个舞蹈，实体在舞蹈中享受着黑暗与光明、享受着灵魂的暗夜与顿悟的光明，并从一个蜕变走向另一个蜕变。

这是灵魂在进入阴影峡谷之前的希望与意愿，在那荫谷中，在你们的星球上所体验到的生命的矛盾与神秘中，你将在某个时刻将记起为何要承担这样的牺牲。希望在那个回忆的时刻投生中的灵魂也能够被点亮，并记起这次投生将是一次喜悦、和平与狂喜的投生。因为那迷雾已经被穿透，那神秘已经被解答。对牺牲的答案就是爱。因为爱将推动你们每个人去拥抱这经验，这「永恒中的小括号」

[3]，就好像叫做 Joel 的实体所对它的称呼。在一次生命的这个微小的形式中，在你岁月的这短暂的一瞬，一旦你觉醒于你内在的爱，你就拥有了去塑造、意愿并供给你的生命的机会，于是那爱的财富将会每天不断地喷涌而出，好比从你口袋落下许多钱币，并转变你的世界为天堂。

我们感谢 T1 实体提出这个非常深思熟虑的问题，现在请问是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

G：是的，Q'uo。一个完全不同的 T2 来信写到，「Q'uo，在地球上的萨满文化和星际联邦有无论什么样的联系吗？具体地，星际联邦有过最初的萨满教的学生尝试在地球上旅行中以指导者、疗愈者、教导者、甚至星际联邦信息的传递者和助手的身份来服务他人吗？Q'uo，你能否为我们提供任何有帮助的信息或者灵性原则？」

我们是 Q'uo，我们为这个问题感谢 T2 实体。我的兄弟，在某方面，我们会说那些在萨满戒律和萨满教导之中的实体们，并不是与服务太一无限造物者的天使与星球联邦有具体的联系的人群。另一方面，我们可以说，他们当中有些人有联系。我们将尝试解释这一点。我们并不想显得神秘。

很多那些学习了萨满信仰的人们，他们经验的一部分是做为土生土长的实体，也就是，美洲印第安人，毛利人，或者任何其他的土著部落团体，这些萨满信众与你们所称的「长老种族」[4]有更多的共同之处，而与星际联邦之间的共同之处却较少，萨满信仰的戒律和教导的方式是一种相当与大地连接的方式，它的能量属于那些真正在行星地球上土生土长的人们的能量，这些人是行星地球的服务员，他们将自己与地球的联系感觉为与造物者的联系，而不是将与造物者的联系视为

与地球的联系。

然而，很少人属于长老种族，现在你们全球的人口中也只有很少有人与他们原始的部落起源有着不可打破的联系。现在，就好像我们这个团队谈过的，很多那些已经将萨满信仰做为他们的道路的人，还有那些已经在教导同时也在学习萨满信仰的人，他们都是来到地球并寻找一些方式去增加光的流浪者，而他们已经发现萨满信仰的道路可以打开一个入口，让很多寻求者通向更深觉知的阳光。

萨满信仰的巨大的能量在于它促使寻求者去面对它自己的死亡，并将其做为寻求者对此刻能活着有感激的一种准备，也是一种基础。如果一个人无法从身体的存在的角度去沉思自己的结局，当他从睡梦中睁开眼睛而清晨正在那里向他致敬时，他就很少会有一种内在的理由去为之喜悦。有一种对于能够活着的巨大的喜悦会直接从一个濒临死亡的人的意识中喷涌而出。因此，我们可以说，从那个意义上，现在很多萨满(shamans)和星际联邦之间有一种非常明确的关系。

我们是 Q'uo，现在请问还有另一个问题吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

G：M 来信写到，「我有一个关于移除面纱涉及的过程以及面纱移除发生之前必须被满足的条件。明确地，我想知道如果面纱的移除是一个被引发的自动过程，那么它是当特定的条件被满足时被引发的，还是必须向另一个意识层次做出请求时才能发生的呢？你如果可以为我们提供任何关于面纱的形式以及功能的信息来帮助我们获得一个对面纱移除过程的更大理解，我也将非常感激。」

我们是 Q'uo，我们为这个问题感谢那位叫做 M 的实体。我们会对 M 实体说，面纱的功能是去创造一种行星地球的氛围和环境在其中没有任何的形而上意义可以

被知晓的，这种知晓是从被证明的意义上而言。在面纱中，除了通过信心，没有其他方法去知晓或理解太一无限造物者的爱与光。

第三密度是个选择的密度。在第三密度中有着自我察觉的存有，不像第二密度的存有，它们察觉却没有自我觉知。在这个密度中需要做出一个选择。在第三密度中所有的学习，所有的想法，所有的经验的目的都是为了去产生一种倾向推动一个人做出这个选择。那就是一个自我察觉的实体选择服务他人并将存有向外放射，或服务自己并将存有向内收缩。换句话说，你会选择以爱为生还是选择以恐惧为生呢，你会选择像拥抱一切万有如同你的一部分的生活方式，还是选择让你自己高于这个造物中所有其他实体和力量并与之分离的生活方式呢？

在每一个选择点，没有办法去证明选择去爱，选择服务他人，选择去向外放射的优秀、正确和适当性。类似地，如果你选择去强化自我并创造一个宇宙，在其中你可以将所有你周围的人都视为你的棋盘上的兵卒，以令你满意的方式去移动它们，你也没有办法去证明这是一个合适的选择。

这个密度的目的是创造一个环境，在其中你可以完全自由地去选择，是选择去跃入信仰，还是选择去变得越来越沉重地抵抗所有你恐惧的东西，然后掌握越来越多的力量去控制你的环境来让你自己获得安全。这不是一个被设计来可以轻易刺穿的环境。

现在，信心是什么呢？什么是跃入信心[不是显而易见的，也不是可以被证明的]呢？

信心是如何工作的呢？每一个寻求者都会遇到面对着一个选择时刻，他必须做出

选择是在信心中去行动还是在恐惧中退缩，在信心中即使寻求者面对的所有的证据都是与之相反的，他也会相信一切都好，在恐惧中寻求者会退缩到一个他自己想象的山洞中，他也因而被局限于其中了。

就是在一个实体已经凭借信心做出选择并跃入信心之后，信心才会才证明它自己是一个可以让一个人落足的坚实位置。只有当一个人跃入了那些个无法证明与神秘的深渊之后，他才会获得可信赖的立足之处，他会变得无所畏惧并愿意去成为一生寻求爱的实体。在有面纱的地方，跃入信心的决定就有了巨大的重量和价值。

这是一件冒险的事情。它是有风险的。它需要勇气、正直与意志。它需要那位 G 实体谈到过的，一种渴望的聚焦，一种对造物者、对真、爱、美的寻求与飢渴。

因此，一个在信心中做出那个选择的人会被赋予巨大的热情与力量。

我的兄弟，现在考虑一下，如果没有面纱，如果所有的答案都已经被知晓，对选择的密度的环境上的影响会是什么呢？肯定地，一个人仍旧能够做出正确的选择并跃入信仰，但是这样不会有来自我的部分的反抗和恐惧的背压，自我的那部分是希望获得安全并控制他自己的生活的。当一个人跃入信仰，他就不会再尝试去控制。他会说:「不是照我的意愿，而是照祂的意愿。不是照我的不完美理解，而是照爱的方式。」而这就是面纱的意义了。

就是你作为一个寻求者的自由意志和遗忘面纱的组合，在你的内在创造了一种对爱的首要性的无法察觉，它为朝圣者设置了朝圣的道路。你们每个人应该都知道那位约翰实体所写的叫做《天路历程》的书[5]。在对朝圣者和他的历程的描绘

中，有一个非常出色的对于面纱的用途的类比。当一个人穿越生命并成功地走上他「国王的大道」[6]时，在每一个选择点都穿透了他的面纱。就是那个为了(思路)清晰而祈祷，并询问在这个选择中爱在哪里的朝圣者，他将在这个密度中创造一种朝向服务他人的倾向，朝向爱的倾向，向外辐射的倾向，它不仅仅会对现在这个被你们所有人所享受的密度产生可观的冲击，它也接着会对接下来的两个密度造成冲击。

我们是 Q'uo，现在请问 G 实体，现在是否有进一步的问题呢？我们是 Q'uo。（磁带第一面结束）

G：这个问题来自我自己。在我冥想的时候，我会经历一种奇怪的困难。它并不是各种念头会偷取我的注意的问题，虽然那肯定会发生。相反，我体验到我的能量身体内的紧张和扭曲，这使得我几乎不可能一种稳定的方式保持意识的聚焦。

在我冥想的理论中，我相当地肯定没有任何东西可能真正地阻碍冥想，因为任何现象的体验都可以被宽阔与稳定的觉知所接纳和包容。然而，我的冥想练习似乎显示出其他的方面。想象一下尝试在一场地震中保持一杯水的不动与静止。就我能够看到的，这就是我的情况。如果你们能提供任何信息或灵性原则，我将非常感激。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，感谢来自路易斯维尔的 G 实体的这个问题。我的兄弟，当我们凝视你的问题，我们发现在地震中保持一杯水的平衡图像是非常恰如其分的。在冥想中，你移动到靛蓝色能量中心，它可以穿过智能无限的大门进入时间/空间，进

入形而上的世界，而那里地震并没有发生。你为自己创造了一个环境，它与地球世界不间断的机会与改变非常的不同。这样，进入冥想就是将一杯水投入到信仰的半空并允许那无形的力量托起你，你知道那力量是真实的，而你也会在在那个地方歇息，那里没有叹息、没有悲伤、没有苦难、没有地震，只有太一的爱与光的和平与力量，那太一即是一切。

没有任何智力的途径能获得这种觉知，或者创造完美的环境去歇息于在这种转变的状态中。确实，在冥想本身如何在你的能量身体中发挥作用方面，你不需要拥有这种觉知。不管你如何去理解冥想工作，它都将在你的内在被完成。

现在，说过了这一点，我们可以说，在你的能量体和物理身体之间有一种极其复杂的关系。物理身体，和能量体一样，常常会携带一种特征性的紧张。或许你可以感觉尝试去完全彻底地放松。你的身体上的放松是根据该心智对你自己的指导而进行的。你一说「啊哈！」，你就放松了。如果你十秒钟以后再重新检查你的物理身体，你会发现，至少你身体的那些部分又再一次出现那种特征性的紧张了。

现在，有一些方法可以用于释放和缓解身体的紧张。我的兄弟，你对于放松和开放灵性体或者能量体的练习要比你对放松和释放物理身体的紧张的练习熟悉得多。我们相信你可能会发现瑜伽练习中那些与肢体动作相关的练习，例如呼吸瑜伽[7]，以及瑜伽的各种姿势与体式[8]，都是对教导你的物理身体如何去释放紧张是有帮助的。再一次，我们会说，在我们与你们的对话中要一次又一次地推荐冥想的原因是，无论感知上如何地不完美，静默的实质比任何我们会有所期望的事物，更有利于在你内在创造了一个环境，在其中你可以真正地、完全地放松、释放，并被聚集进入到无限的爱的合一中，而领悟这一点是核心的。

感知是对着一系列镜子的无尽注视。冥想的工作超越了你所拥有的感知，其他人所拥有的感知，或者任何其他内心的感知而进入到实质之中。它就好像你希望在冥想中进入到你最深存有中的一座圣殿中，在那里找到[在寂静中说话的]理则。

我们为这个问题感谢 G 实体，我们想要提醒的是，就好像总是会发生的一样，当我们放下了一个问题就好像它已经被回答了时候，那个问题却根本没有被回答，我们只是触及了问题的表面，由于关键性的时间因素，就好像这个器皿提醒我们的，导致我们需要用这样或那样的方法调整我们的答覆，远远在我们或者你们感觉到那个问题已经完全地解答之前，我们就必须结束对这个问题的回答。

带着对无法更深入地讨论这个特定的问题的歉意，请问现在是否还有最后一个问题。我们是 Q'uo。

G：Q'uo，非常感谢你。我觉得非常的有帮助。M 来信写道，「我们想问 Q'uo，从 2013 年开始和那之后持续的时间中，这个星球上的面纱的最终命运会是什么呢？它会渐渐地消失吗？如果是这样，大概会以一个什么样的速度消失呢？请在不侵犯混淆法则的情况下尽量多地描述一下这个事件会如何影响这个星球以及这个星球上的第三密度实体们。谢谢你。」

我们是 Q'uo，为这个问题我们感谢叫做 M 的实体。当一个人，就好像你一样，拥有感知一个物质世界的身体感官时，你未必能掌握关于所有表面上固体的物体实际上都是能量场的概念，这是完全可以理解的。做为能量场，它与物质最接近的是一个很小的能量场，它处于你们所称之为原子的那个更大的环绕能量场的内部。然而，你从你们的科学家那里获得的信息，甚至这些所谓的物质微粒，实际

上都是能量场，即使用你们最敏锐的显微镜也永远无法看到物质。相反，被看到的是能量的路径。你从你们的科学家那里知道一个原子几乎完全是由空间所组成。我们向你们提及这些科学上的事实这样你们可以开始理解(宇宙)造物的套叠密度的概念。

第三密度的地球被套叠在第四密度地球的内部。它与第四密度的地球不是同一个地球。第三密度的地球将不会变为第四密度的地球，就好像第一密度的地球不会变为第二密度的地球，第二密度的地球也不会变为第三密度的地球。这些密度是用这样的方式嵌套的，它们占据了空间/时间和时间/空间中的相同的区域或者作用范围，并被你们太阳包含一切的能量场钟爱地拥抱着。

第三密度地球的光正在减弱。虽然它仍会保持第三密度，但是它将无法支持第三密度的实体去寻求真理。因此，第三密度会很快变得不活跃，容我们说，在 2012 年之后的三百到四百年的时间中。因此，你们星球上的 2013 年会看起来非常像你们星球的 2012 年。然而你会发现你们的人群对修复你们的地球并治愈你们所称的地球母亲或盖亚将渐渐变得越来越感兴趣与着迷。

在这个时候和 2012 年以后投生到行星地球上的那些人，将是在他们的其他的投生的经验中携带上了一种附着性的业力元素的那些人，因为他们曾经破坏了他们的地球，无论是对这个地球的破坏，还是对亚特兰蒂斯的破坏、或者马尔戴克、火星、或者其他几个地球(Earths)的破坏，这些破坏都制造出一个无法居住的第三密度行星，因此这些人需要在行星地球上完成他们的第三密度。有数以百万的人会感受到渴望，渴望在这个时候为治愈地球母亲贡献一份力量。在对那治愈的思量中有一种巨大的喜悦。

第四密度的地球是一个完全不一样的星球，在其中第三密度的地球被套叠着。随着你们的太阳越来越能够提供第四密度的光，将有越来越多的实体居住于第四密度的地球，他们从第三密度地球用一种正面的方式毕业并希望继续前进。要过很久之后那些居住在第三密度的实体才能够看见第四密度的实体。然而，第四密度的实体对他们自己和第四密度的地球的感觉是真实且具体的，和你们对于你的地球感觉是一致的。

我们了解，这是让人感觉不怎么舒适或者天生就不那么显而易见的那些与密度有关的概念的其中之一。一个人会认为这个现在你们双脚留下脚印的地球将会变为同一个第四密度的地球，在同一个地球上，第四密度将会发生，这是很自然的想法。然而，我们认为你这种想法非常像当你离开这个星球上的物理生命时，你想带着你的物理身体，希望拖着[这个器皿所称的]这个身体，一座化学蒸馏厂，进入第四密度，当所有其他人都用一个更轻盈的电性驱动身体而不是化学驱动的身体舞蹈时，你仍尝试用力拖着你的化学身体。

我们感谢所有在今晚提出这些问题的人们。我们感觉到这个团队正坐在四面朴实无华的墙壁当中，这个团队在它们自己的实际的尺寸上正变得相当大，这对我们是一种极大的喜悦。这对我们是一种快乐的原因不是因为我们想去吸引跟随者或者我们想要变得更强大，而是因为类似你们这个团队一样的团队的天性就是灯塔。每一个实体都让你旁边的那个实体的能量加倍，于是即使在一个谦逊的小团队里，你们都创造了光的一个聚焦，意愿与希望的一个聚焦，它指数级地大于你自己所能创造。当你们将所有那些肉体上并不在这个房间中，但他们已经通过提出的问题而进入到这个特定的寻求圈的能量，把那些人都加上，那么该灯塔的能量将变得指数级地更大。所以，我们感谢从你们星球上任何地方提出那些问题的每一个人，我们也大大感激那些通过思想访问这个坐着的(寻求)圈子的实体，他

们促成光的增强。

能通过这个器皿说话并分享这个团体的冥想这是一种荣幸与巨大的快乐。就好像我们找到你们时一样，我们将在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonaivasuborragus。

原注

[1]这句话出自《圣经》《诗篇》23:4。在上下文中，这句话是，「我虽然行过死荫的幽谷、也不怕遭害．因为你与我同在．你的杖、你的竿、都安慰我。」

[2]这句话出自《圣经》《约翰福音》与《启示录》。在《约翰福音》的上下文中，这句话是，「这其间，门徒对耶稣说，拉比请吃。耶稣说，我有食物吃，是你们不知道的。门徒就彼此对问说，莫非有人拿什么给他吃吗。耶稣说，我的食物，就是遵行差我来者的旨意，作成他的工。你们岂不说，到收割的时候，还有四个月吗。我告诉你们，举目向田观看，庄稼已经熟了，可以收割了。收割的人得工价，积畜五谷到永生。叫撒种的和收割的一同快乐。收割的人得工价，积畜五谷到永生。叫撒种的和收割的一同欢庆。」

在《启示录》的上下文中，这句话是，「我又观看，见有一片白云，云上坐着一位好像人子，头上戴着金冠冕，手里拿着快镰刀。又有一位天使从殿中出来，向那坐在云上的大声喊着说，伸出你的镰刀来收割。因为收割的时候已经到了，地上的庄稼已经熟透了。那坐在云上的，就把镰刀扔在地上。地上的庄稼就被收割

了。」

[3]这个器皿非常喜欢乔尔·戈德史密斯的作品，JoelGoldsmith 是 20 世纪一位基督教的神秘家。他写的很多书中的一本就叫做《永恒中的小括号》

[4]长老种族，就好像在 Ra 集会中讨论过的，是由在地球上大约 26，000 年前在第二主周期结束时毕业到第四密度的那些人类。他们立刻就选择了做为流浪者回到地球，他们的意愿是去帮助并带领人类部落的其他人在第三个子周期大约 2012 年结束时成功地收割。根据 Ra 的说法，他们生活在内在层面。《安第斯山脉的秘密》，一本自称作者是菲利普-弟兄的通灵作品，就是这个传说的一个优秀的例子。

[5]约翰·班扬《天路历程从这个世界进入那个即将到来的世界》，纽约，Garland 出版社，1678，1989。这部经典作品的流行程度从它 300 年来从来就没有绝版过这个事实就可以被证明。

[6]「国王的大道」是一个是从埃及亚喀巴穿越中东的一条中世纪的贸易路线。然而这个器皿用这个词语是因为它出现在伊夫林-阿特沃特-康明斯(EvelynAtwaterCummins)，二十世纪的一位作家，的赞美诗中。这首赞美诗的第三节是这样的:「有无数的主人在前方引导，我不必害怕或流浪。与他们一起，带着朝圣者的信仰，我走上国王的大道。穿越光明与黑暗，这条路将直通无尽白昼的黎明，那时我将会知道为什么这一生我走上国王的大道。」

[7]呼吸瑜伽也被称为调息法(pranayama)。有一个很好的网站可以获得更多关于调息法的信息：http://www.abc-of-yoga.com/pranayama

[8]瑜伽姿势，姿态或体式(asanas)是许多瑜伽锻炼的核心，包括克里帕鲁瑜伽、诗华南达瑜伽、阿斯汤伽瑜伽、热瑜伽。虽然列出在各种瑜伽系统中的所有的瑜伽体位是几乎不可能的，有一个浏览那些最普遍使用的体位的很好网站是：http://en.wikipedia.org/wiki/List_of_yoga_postures

TranslatedbyT.S.

(V)2012ReviewedbycT.

☆ **第 1413 章集：爱与光早期资料#39**

Copyright © c 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周一冥想

1974 年四月 29 日

(无名者传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。即使今晚只有很少人在场，在次和这个团体说话真是荣幸。我和弟兄们总是准备好去服务那些寻求的实体。

我觉察到特定的问题，我将尝试在此时回答。我将谈论一个你们知晓为通灵

(channeling)的现象，朋友们，所有人都可取用通灵能力，但不是所有人都寻求它。

若一个人想要成为发声管道，他必须真正地渴望它。朋友们，这是涉及通灵的最重要因素:一个人的渴望。这份渴望也左右该管道的能力，以及他传导不同型态的讯息和不同的接触来源。偶尔，一个管道会对这个形式的通讯的有效性产生怀疑，这个怀疑作用在他的渴望之上，导致他的通灵能力减弱。你们星球上的人对于渴望的作用只有很少、很少的理解。

但是，朋友们，我们可以担保，造物主打算让祂所有的孩子都能够精确地拥有他们渴望的东西，不管在什么时间。如我们先前所说，地球人在此时经验的正是他所渴望经验的东西。总是这样的。地球人的终极渴望就是去理解他终极的目标。地球人对于他的渴望是非常困惑的，因此他经验的东西是他表面上不渴望的，但我的朋友，我们向你担保如果他真的不渴望这些经验，它们不会来到他身边。

你们星球的人群很难理解这点，唯有花时间冥想他们方能理解，因为真理就在他们里面。一个人必须透过冥想去经验他终极的渴望，进而抵达他终极的思考。

我们了解你们无法在瞬间或短时间完成这件事，但我们试图为你们指出一条途径，好让你们的经验将符合你们未来的渴望。

地球人经验了许多事物和效应，他做梦也没有想到那些是他真正渴望的。然而他以为自己不渴望的经验，却是他真正渴望的。当智力没有透过冥想扩大它是个相当贫乏的工具，只用智力评估一个人的真正渴望是非常短视的。透过冥想开始觉察你真实的想法。

我们服务无限造物者的星球联邦只渴望一件事:在爱与光中服务我们的无限造物者。这是起初思维，无限造物者的思维:服务祂的所有部份，好带给他们每一个他们渴望的东西，伴随着如此渴望的是一种经验—从任何可以想象的问题或困难中解放。

此时我们认为你们星球上有许多人处在一个绝对困惑的状态，他们真正寻求的答案其实是无限单纯的。遗憾的，他们已组装了一套如此复杂的思考系统，以致于返回[我刚才说的]单纯是非常困难的。朋友们，这就是一切所需的:返回最简单的理解形式;返回那创生一切的爱的单纯。任何人在任何时间都可以做到，我们推荐透过冥想来完成这件事。

此时我将转移这个通讯。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我和这个器皿同在。你们将获得一个征兆(sign)，这将是必须的。

一周内将会发生这个征兆。这是高度不寻常的，但它在此时是必须的。我们并不尝试太多地影响这个星球的人群，然而，某种影响是必须的否则我们什么事也做不成。

我们得谨慎地把讯息带给这个星球的人群，因为许多地球人并不渴望这份讯息，因此一定不要打扰他们。然而，时间越来越少，许多、许多人想要寻求我们的信息，有必要让他们取得它。为此将会有某种接触，它是不言自明的。

此时我将使用 Carla 这个器皿。

(Carla 传讯)

抱歉，我们和这个器皿之间有延迟。该器皿并未处在足够放松的冥想状态，她无法辨别我们的思想。这个通讯有些困难，然而，我们将尝试继续进行，只要该器皿保持放松，对我们的通讯敞开自我;我们将试图强化这个通讯。

征兆的概念总是如此:一个共同事件对于少数捡选的人有特殊意义。无论如何，当(...)你们将对于该事件清楚许多。这事件完全超出我们的掌握，我们单纯地观察它将会发生。我们不能够展开如此的冒犯，然而，有些势力位于你们星球振动的内部，他们的家一直在这里，他们也为造物主工作。这些实体已和我们一起工作，透过他们的行动，物理层面将受到影响。无论如何，我们将为该事件增添特定的意义。

我的朋友，以这种方式对你们说话是令人遗憾地进入智力和解释的领域;真理并不居住在这里，确实真理居住的地方绝对不需要任何征兆。你们真实的渴望就是为了这真理。一个征兆将来临到你们当中，就这样吧。但记住，信心超越这个物理幻象的任何现象。我的朋友，透过冥想开放你自己，去接触真理直到你已开始找到信心继续下去。在那信心的次元中蕴含着你真正渴望的东西。

在这个时点，我将重新联系器皿 Don。

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn，我即将离开你们，但在离开之前，我想要重新强调即将来临到你们面前的东西并未大于你们早已经验的，它只是不一样。

宇宙有无限数量的经验，你们在目前的幻象经验了一小部分。许多地球人把各种事件贴上奇迹的标签。我的朋友，奇迹的事物环绕着你们，除了奇迹再无其他东西—我们造物主创造的一个奇迹。还需要另一个奇迹来唤醒那些寻求者?难道他们看不见环绕他们的一切?开始觉察你们的幻象，我的朋友，该幻象就在你们的思考之中;摧毁它，开始觉察那带来奇迹的爱，那是你一直在经验的。

此时我将离开你们。我是 Hatonn。

Adonai，我的朋友。Adonaivasu。

***

周二冥想

1974 年四月 30 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。很高兴在这个时候与你们同在。我们觉察这里有个问题，我们将试图给予你们一些关于服务的想法。我的朋友，服务是个很难对你们星球的人群表达的概念，因为它是一个灵性概念以致于使智力困惑。无论如何，我们将试图以某种方式讲述好让你比较容易理解什么是服务。

关于服务，最难接受的事实就是你无法给予服务，没有方法可以给出服务。我的朋友，服务必须被拿取。有一条自然法则确保全宇宙中每个正在发展的意识粒子的绝对自由意志。朋友们，在你们星球上每个享受人类意识的实体都有一个完整的宇宙，若没有他明确的认可，没有任何东西可以进入他的宇宙。许多、许多事物似乎进入每个实体的宇宙，而这些实体并未明确地渴望它们。然而，事实上那些进入每个实体的环境的东西都是他已渴望的。因此，没有什么方法可以把服务给予一个实体。每个实体只有能力去请求和接受另一个实体的服务。所以，我的朋友，你们已开始寻求，现在正尝试学习如何去服务，你们可能发现关于服务的困难越来越多。

无论如何，我的朋友，我们用以下的例子来鼓励你们:考量一棵生产水果的树，这棵果树花了许多时间、爱与关心，以及它所有的能量，为了生产可食用的水果，然后提供给任何渴望拿到该水果的人。这是它的服务，不过也有可能这一棵树经历整个生命周期却没有利益任何实体，它无法把水果给任何实体。但，我的朋友，这棵果树不会变得沮丧因为它知道几件事。虽然它的意识有限，它知道在休息过后，它将再次准备好提供服务，并且它知道纵使其水果干枯，掉到地面上，里头的种子可能在许多年以后成长为果树，接着产出水果和无尽的服务。

我的朋友，我们尝试要告诉你们的是:不大可能在物理幻象中精确地知道你们的短期服务目标。然而，你可以藉由持续驻留在灵性意识之光中，准备好自己，这样足以使你的灵性进展;不管哪一个人请求服务，你都正面回应。透过恒常的冥想持续驻留在圣灵中是最伟大的服务。我们建议你们自己回想一下过去五年间的人生意义，朋友们，经过比较长的一段时间[使你脱离那个时刻的幻象]之后那些事件难道不是进入更清晰的焦点?因此，不要害怕你不能有所服务，只要准备好提供服务，因为当你准备好了，肯定会有人来请求服务。

我希望这少许的评论带来帮助，此时我将离开这个器皿，并且尝试调节在这个房间内渴望该效应的实体。我是 Hatonn。

(无名氏传讯)

我是 Hatonn，我现在和这个器皿同在。我想要花一点时间谈论关于渴望的(???)。一个人可以拥有的最伟大渴望是有所服务。渴望服务的适当方式为:把握每个机会去服务任何请求这项服务的实体。你们每个人都有许多机会去服务，没有一个特别的服务，因为所有服务都是特别的。服务的能力可以透过冥想发现，一旦发现之后，发现者就有这个特许权利用该能力去利益全体。

在你们每日的活动中，你们经常对于渴望找到的服务途径感到纳闷;无须如此，因为如果你真的渴望去服务，你的途径将自然浮现。如果你渴望一条服务的途径，请把前半部充分走完，再走最后的部分。每个实体都需要耐心好有所服务，因为在你的服务中，你将经验到很多考验耐心的东西。耐心通往信心，而信心带领你接触天父的爱，接着只依照天父的爱去行动，关于服务再无其他必须的东西。

你们最大的服务就是你们对于全体造物的爱，爱任何一部分你同时爱了全体;而爱全体你可以爱任何一部分;无须分别这两者。不要拒绝去服务任何渴望[该服务]的实体。

此时我将离开这个器皿，试图接触 J 实体。我是 Hatonn。

(J 传讯)

(???)

(无名氏传讯)

我是 Hatonn，我再次和这个器皿相处。我想要以一个想法总结这次的讯息:如果你真的渴望去服务不要担心你要如何服务。你只要关切的是透过冥想发展你的觉知，服务的机会自然会呈现你面前。你不需要为了服务到处寻找，人们将会寻求你的服务。在仅剩的短短时间内，发展你的服务能力吧[如果这是你的渴望]。

我现在离开你们，我在无限造物者的爱与光中离开你们。我是(Hatonn)。

Adonaivasuborragus。

(V)2012Digested，adapted，andtranslatedbyc.T.

☆ 第 1414 章集：亚伦与 Q'uo 对话之一

TheAaron/Q'uoDialogues，Session1(完整版)

Copyright © c 2005 L/L Research

编注:这篇译作是 T.S.先生重新修订的成果，关于亚伦(Aaron)的背景介绍请参考爱与光选集五的<亚伦与 Q'uo 对话>

1991 年二月 28 日

芭芭拉:我们寻求知晓自己与造物主，但不晓得如何去做，我们害怕我们内在与理解的不完美，没有能力做到，我们可以如何进行?

Q'uo:当一个人缺乏对这个人生旅程的觉察，造物主将经常被他挡在门外.

无论如何，地球从未远离合一、爱、与和睦(concord)的核心.

我们建议你再次在这次投胎的经验中探究你的自我.每一个实体都是全然的可爱与全然的不可爱.然而，每一个实体可以做出许多选择使他(她)更偏向成为一个充满爱，爱的给予源头;因为在臣服生命于服务的过程中，该实体成为一个奇迹、惊奇.让自我更多、更多底知晓、尊重与爱这个实体.让这个实体成为伟大的安慰、保护，以及最重要的，一位伙伴.因为当自我领悟到他的身分为流露爱之选择的鲜活见证，该实体接收到所有礼物中最伟大的一份:真实友谊、真实伙伴关系.

这并不是说一个实体的自我是他最好的朋友，该自我则似乎永远是完美无缺;而是说可信赖的友谊与伙伴关系必先从自我开始，接受自我觉察到的各种谬误.

在接受这份友谊的过程，灵性皮肤的毛孔开始敞开啜饮[明显可感觉的]爱的万灵药(elixir).当你是自己的朋友时，你可以在孤单的情境中放松并维持真实友谊的舒适.

我们可否进一步讲述，我的姊妹?

芭芭拉:我急切地想要交托自我去服务，但我们知道自己是多么受限，并且恐惧我们无法成功，担心我们将会用完爱与能量的食物而无法服务.我们如何看待这个问题?

Q'uo:做为一个灵魂，你不需要食物.做为第三密度中的一个实体，尊重肉身自

我，深厚地爱这只羊，因为羊儿必须被喂养方能处于完美的饱满状态，允许灵魂的声音流过，而不会耗尽第三密度的显化自我.

是否有进一步的问题?

芭芭拉:当我看见自己有如此多的不完美之际，我如何可以学会完全地爱与接纳自己?

Q'uo:我是 Q'uo，我们并不觉得爱你们的自我是困难的.当你走在灵性黑暗之中，单凭信心做出决定，我们凝视着你的勇气.当时局看起来几乎无望、处处危险，你们英勇地选择在此显化，我们深深受到感动.

对这种感知上的缺乏完美的解答是如此的简单以致于它经常不被注意.很明显地，设计第三密度的目的是让完美相当不可信，在这样的镕炉中，易脆裂的钢铁被锻造，直到它成为可弯曲、有弹性与强壮.第三密度的人灵就是在这个自我可见的火焰熔炉中学习，那火焰不间断地燃烧，永不减少那不完美.

若一个实体要在你们密度中表现出完美，这样一个实体必须为所有知道该肉身的存有负责.这样一个责任超乎你的高我此刻的意图.你所说的不完美正是你与那些挚爱的人们之间的连结.

有一个状态，你在其中可以良好地领悟完美，那就是安坐在无限造物者的临在当中，也就是伟大的起初思维.

那完美对你非常好，当你与无限太一同处于圣殿中，爱—无限的完美—将喂养你.

当你张开双眼，保持那份完美的参与感.在每一刻记得那无限的完美，允许它与你深深地、宽广地共振，使你经常受限的感知得以扩展;你的感知也经常误导相对性时间/空间连续体中的各种事件、实体、关系。完美并不协助，除了体现在第三密度实体之中;也就是说，完美不会协助自我或其他人。人生的熔炉会烧掉那些炉渣。虽然自我之心总是完美的，随着自我感知那些恶劣、蹒跚、有意义的意志之步伐[单单由信心引领]，自我的肉身显化是越来越有用的。

你们可能会认为我们来自的密度是完美的;然而，若我们投胎到第三密度，我们会成为一个赌徒–不多也不少.

你的自我的赌注是，不管有多少自我感知到的失败，这个自我将不害怕也不会低头，而是毅然决然地选择再一次去爱–不多也不少。无论你感觉到自我是成功还是不成功、完美还是不完美，该意愿会烧掉那些[你如此察觉的]炉渣。

只要你找到勇气继续在希望中表达爱，那么你将在这布满灰尘与困惑的幻象中，成为人间完美的典范。

不要被智力或五官的感知欺骗，这两者都是被设计来拥抱幻象以排除所有绝对事物的机制。

我们可否进一步回答，我的姊妹?

芭芭拉:Q'uo，非常感谢你.我还有一个简短的问题。我需要等一会。我想我会有进一步的问题的。我会在明天某个时候复习你对我所说的，然后再和你谈话，因为我不想要求你重复。我已经丢失了很多的内容了。

我有一个很简短的问题.当我放松，不再尝试从 K 的手语 1 中了解卡拉传讯的内容，有许多次我感觉我无须读唇即可了解讯息，彷彿是心电感应.我有没有可能在心里听到这些话语?

(原注 1:芭芭拉的耳朵是聋的)

Q'uo:我是 Q'uo，你或许可以听见我们的笑声.是的，我的姊妹，我们被辨识为许多名字，但置于一切之上的，是爱的信差.做为社会记忆复合体(复数)，我们可以对任何与我们调频的实体讲话.你的确是一个敏感的器皿，我们现在有些困难使这个器皿[卡拉]不要一直露齿傻笑，因为我们是如此快乐;我们在喜悦中欢笑.我们感谢你，我的姊妹，因与你心爱的自我沟通之愉悦的缘故.

我是 Q'uo，我们这次工作已经充足了，此时在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿与团体.我们以 Adonai 向你们道别.我们是你们知晓的 Q'uo 原则.

卡拉:我一直在努力学习珍惜存在(being)，而非行动(doing).这对我非常重要，因为我的肉体能力越来越受限.关于我如何最佳地寻求这条路线，你有什么建议?

亚伦:很荣幸今晚与你们同在，并且谈论你的问题.在我开始之前，我留意到从这个房间发散的光芒是灿烂光辉的;我发现它非常的美丽。我之前和芭芭拉和卡拉说，我不会被时间或空间的限制所妨碍，在任何我选择的时候，无论芭芭拉是否使用她的感觉，我都能够真实地体验到这个屋子的光。然而，虽然通过她的眼睛她和我所感觉到的并不相同，她看见的不是光而是脸，但是通过经验她所体验到的，我可以感觉到这个房间的能量施加在她的能量上的效应，这种效应会持续地

深化对它的力量的体验。因此，我可以不使用芭芭拉的感官而看见这个团队，但有了她的感觉的补充，我深深地感觉到能量的迸发。

卡拉，我们注视你的问题，关于存在与行动的对比，我恐怕你有些东西不大清楚.当你真实存在，即是行动.

这回到我刚才分享的真理，我看见你们为光—就是这样.

你们每一个人都放射出一道非常美丽与独特的光.当你以你可能达到的最纯粹的方式存在，你允许那寰宇的能量流过你，向外流出;于是你获得宇宙之爱的充能.然后，流过你的光受到你自己内在能量的增强.所以，真的有两个光的来源.

你们每个人都是造物主的一点火花，想象一点小余烬与大营火.然而这点余烬拥有许多的力量.因此一个人是他自己的源头，同时也是宇宙源头的一个管道.

除了放大那爱与光，还有什么更重要的事可以做?还有什么更深沉的服务方式?

当你的肉体在活跃状态，是否比肉体在静默状态更能够做一个爱的管道?

所以存在与行动两者的差异并没有你以为的那么明显与强烈.

反过来说，处在行动中，你无法总是清晰地传导爱与光，毋宁说，你持续使用自己的能量，感觉必须完成某件事，感觉自己的内在是不足的.

就某个层面，这即是刚才 Q'uo 对芭芭拉说的:开始理解到你是无限制的，任何流

过你的东西都得增益.当你允许这股能量流动，行动就单纯地成为另一种存在的方式.只要你仅是为行动而行动，将遗失许多的光.

在我继续之前，你是否想要进一步的澄清?

卡拉:我有什么不同的选择?你能否为我澄清你感觉到我必须从中选择的东西?我感觉当人们写信给我，我想要给他们某种他们可以持守与听见的东西.

亚伦:有两件事同时在此发生.卡拉，一件是你以如此的方式能够服务他人，并且从中找到喜悦;然而同时你偶尔将自己推向舒适的肉体界限之外.

喜悦地给予以及感觉很渺小的”我应该做这件事”，这两者相当地不同.

你能否看见在”应该”其中的所有批判?它不会抹杀你想要服务的层面，但两种声音在同时间说话:“我想要”与“我应该”.因为你此生与”我应该”的历史渊源，你的内在能量开始搅动.

芭芭拉稍早曾和你谈过我在上周四描述的能量流过你的方式，你做为上主能量的管道，宇宙能量管道的方式。一旦渺小的「应该」进入这过程，就好比你体内的能量开始卷绕，于是成为内在一股激烈的骚动，能量流过你的方式不再相同。我在此描述的东西很单纯，那即是我看见能量与光的样式;但是你经验的这个非-流动如同胃里的翻腾，或许是升高的肉体疼痛。你会有一种紧张的感觉。你能否开始分辨「我想要」及其有意图的服务的喜悦与「我应该」之间的区别，并注意到那非常安静的「我应该」呢?它非常安静，如同一个耳语，但那样就够了。

当你越觉察到你进入”我应该”状态，你越能笑着说“啊，我应该又来了!”

当你能够对它大笑，你就能以更少的批判向它致意，然后能量持续流过你，这股能量不再有扭曲.

”我应该..”是行动(作为);而”我热望去..”是存在(本质).

你看见那点了吗?冲突点并不在于你做什么，而是你做它的方式.

当”我应该”将你推出肉体界限之外，你的内在会发展或累积憎恨与随之而来的痛苦.

你是一个人类，你并没有被期望是完美的。当你位于这辈子的一个人类形体之中，你有各种情绪。尝试去摆脱情绪体对于自我而言是不可接受的。因为情绪体是投生的自我的一个不可或缺的部分。因此，你在这里被给予的是另一个机会去注视你的情绪体并拥抱它，而不是去憎恨自我的这个面相。你们每个人都需要去净化你自己并进入到灵性体中，沿着你所在的灵性道路走得更远，当你不具肉身时，这是容易的。此生提供了一个练习的机会，在这个机会中，如此地拥抱(你自己)会更有挑战。

你是否注视自己的肉体然后说“这是粗糙的，我不要它”，或者你尝试去爱它?
学习去你身体的情绪部分则更为困难许多.

我在这里对你们四个人全体说话。你们每个人能否看见你们已经学会去更完整地接受你的物理身体，却无法如此完整地接受你们的情绪体吗？该学习是更难的，

在你学会接受你内在的所有情绪能量之前，你无法接纳其他人的情绪.

这是你正在感觉的，一直以来我请求芭芭拉荣耀这个肉身.当你是灵体的状态，你不容易学习到无条件的爱、慈悲、宽恕;因为灵性平面的情感力量并不相同.所以你们在此有机会去学习.

卡拉，再一次对你说，你能否看见重点不是选择如何回答读者信件，或是否要回答信件;而是如何与渺小的”我应该”建立更充满爱的关系，于是你开始与完整的存在相连结并和谐全部四个(光)体，从完整的存有出发.一旦你开始这么做:你并不尝试去除”我应该”，而是接纳它.

你将领悟到没有什么东西是需要被去除的.

不再需要的东西将自动脱落.这个观念并不是我原创的，我引用 Q'uo 的话.

”我应该”将会脱落!它还需要存在的原因是你尚未学习到接纳它.

当它脱落之时，你将理解到存在与行动真的没有差别.

行动最纯粹的形式即是存在的一个方式;当你存在，你总是在行动.

你是否有进一步的问题?

卡拉:是的，我只是不知道如何最佳地服务.你说“当你存在，你总是在行动”，但我经常无法做任何事.你能否说说这点?

亚伦:在我回答之前，我要先问你一个问题:你的疑虑是基于不知道走哪条路可以提供最佳服务或处在肉体疼痛时，你逼着自己去回应;或两者都有?

卡拉:前者.

亚伦:卡拉，如果你可以接受，我将谈论两者，因为你的身体正在承受肉体的负担.首先，我要你很仔细地观看，看见一些地方，在那里，你渴望透过给予他们某个可以持守的东西去服务他人，这种渴望来自你心中一个纯净的爱的地方;你还可以看见一些地方，在那里服务的渴望就是减轻缺乏(自我)价值感。两者都会通过我刚刚谈到的「我应该」的感觉和任何制造一些怨恨的微小情感，而在你的身体上制造了一种物理性耗竭。

你能否看见这两者同时存在?

我想要你们全体与我一起观想你的能量[如我看见的方式]。当你们感觉到爱并允许你自己的能量没有扭曲地传送给其他人，仍旧会有一些最小的扭曲，这种扭曲对人类形体是不可或缺的扭曲，因为做为一个地球人，完全地消除扭曲是不可能的。当你们每个人允许能量在最小扭曲范围内传导能量，我看见从身体出来的能量样式如同丢到池塘的一颗小石子，产生许多同心圆，每一个圆圈都在向外扩散。

当内心有任何愤怒、贪婪、憎恶、怨恨等，我看见尖锐的大钉子，就像孩子画太阳的样子。当有一种爱与怨恨的情感的混合时，我同时看到圆圈和钉子。这就是为什么，当你在一个房间中，另一个人生气时，他不需要讲话你也可以知道他的

愤怒的临在。当你感觉爱的临在，也无须任何言语。愤怒与爱都是明确有形的。

如果你们愿意，现在观想，当那些恐惧和愤怒的尖钉碰触爱的同心圆，会发生什么事，随着每一次接触，尖锐的顶端会温和地被软化，直到它慢慢地磨损，平顺地成为一个圆圈。

当我说到存在对比行动，你能服务另一个存有最佳的方式是单纯地送出那些光的同心圆，它们将软化另一个存有的愤怒或恐惧。

卡拉，当人们写信给你时，要透过邮件送出爱并确定对方感觉到是很困难的.

你能够送出爱，并知晓有些存有能够感觉到，但如果只是写一些简单的文字:「我爱你，感谢你的来信。谢谢你」它会被一些人感觉到，但其他人可能会误解.

你在这点是对的.你必须问自己两个问题，首先:“我回应什么东西?他们的需要是什么?我送出什么东西?”

当你在回信时若有任何憎恶或压力或不确定，对方接收到的情感就不是柔软的圆圈，而是小小的尖钉.我并不在暗示你的信件不够技巧与爱心，但你必须真的仔细地寻找我刚才谈到的那小小的”我应该”，或任何肉体的枯竭，好让这封信蕴含爱心的服务渴望.

第二个问题是:“什么是他们的需求?”你知道你不能为他人学习，然而你的痛苦有大部分是因为你有这么多智慧，你的挫折来自分享智慧之际，其他人听不见你，因为他们自己的恐惧.

你问，想要伸手向外帮助那些向你求救的人们是笨拙的举动吗?

首先确定你的回应纯然属于爱.如果在回答的过程有任何的抗拒或阻力，单纯地把它放到一边，等晚一点或另一天再开始，确知这个回应来自你内在纯粹的爱之处所—服务的渴望，设法使它穿戴最小的扭曲.在心里问你自己:“我是否尝试改变他们，使他们听我的?我是否以爱与确信之声说话?如果我怀着爱讲话，他们听不见我的声音，这样也没问题?”

提醒你自己你无法为他们学习，你可以打开一扇门，但你不能推他们过这扇门.”

卡拉，非常简单地说，你有一个想要解决别人问题的倾向;但你知道你不能做这一件事，你觉得十分为难.你能否开始将其根源联系到你解决别人的需要和带走别人痛苦的需要呢？你能否开始使你与自己的痛苦舒适地共处，在此我说的不只是肉体痛苦，还包括你自身存在的痛苦，于是你不再需要带走他们的痛苦?你能否看见这件事给你的功课?当你更深地接纳自己，你对他人的回应将变得更为有技巧;与其改变事物来帮助他们，不如协助他们更深地接纳自己?

你是否理解，是否有进一步的问题?

卡拉:是的，但我必须先想一想.

亚伦:是否有进一步的问题?

卡拉:是的，我的肉体与情感能量水平总是很低.我需要学习什么，以及我如何医

疗自我好更佳地服务?

我不能做所有我想做的事，这点使我愤怒;然后因为愤怒使我感觉罪恶感.

救命!

亚伦:我感知你体内有正常额度的能量，但由于愤怒部分被阻挡在心轮底下，于是能量流动受到限制.所以让我们来谈谈愤怒.一般人有个误解，以为对应愤怒或任何沉重的情绪只有两个选择:一个是表现出来，谈论这情绪;或压抑它.还有第三个选择:简单地去注意它。当你平静地注意一些事情并用你的温柔触碰它，非常经常地，它会消融。它单纯地不再有同样的强度，不再有同等对你的束缚。

你不需要练习你的愤怒，口头表达它或丢枕头来发泄.在某个层面，这个练习将升高这愤怒。这个练习也无法允许这个人识别出愤怒，或许对于一些在辨认愤怒上有很多困难的人来说，这个练习可以做为有用的第一步.我单纯地偏好对待它如同当一个人的脚指撞到时他自然的处置方式。

请你跟我一起尝试一个实验?想象你自己坐在山顶上，这是一个美丽的日子，晴朗无云。太阳用一种令人愉快的温暖照耀着，就好像你肩上的一件温暖斗篷，一阵沁凉的微风轻抚你的脸颊。你看见远方有一朵云，然后你转身背对它，继续享受风景.那云朵接近了，但你完全没有觉察它的存在，直到突然它掠过山顶，将你完整地包围，与太阳隔绝，你伸手不见五指，空气变得寒冷与湿黏.你突然恐慌起来，心里想着”我要如何找到下山的路?”内心升起一股愤怒感，想要这朵云走开。你能感觉到将它赶走的需要吗，你能感觉到仅仅坐在那里并在那里顺其自然是多么困难吗？你能否感觉对这朵云的强烈反感?

现在回到同样场景，晴朗的山顶，同一朵云在远方.享受风景并注意这朵云:“有一朵云靠近了...嗯，看起来 10 到 15 分钟将抵达这里.好的，它来了...过了一分钟或两分钟...这是一朵相当大的云，看起来很浓密.我想再过半小时它就会到达，我最好穿上夹克..它来了.”

接着它完整地笼罩你，再次地你伸手不见五指，你的确怀念温暖的太阳与风景，你感觉寒冷与湿黏.但你看见它来临的过程，你知道它将会停留多久.

你能否看见单纯地与它相处，允许它的临在，不再与之挣扎，这样会变得容易许多;它只是一朵云.你可否感觉其中的差异?

你的愤怒也是如此.当你与之挣扎的同时，当你有一种需要愤怒的感觉，或者需要让愤怒消失的感觉，或者想要对它做任何特别的事情时，它都变得坚固。

当你单纯地允许它如同飘过的云朵，放下你的挣扎，于是没有需要对它起反应.

特定的状态促使愤怒升起，你注意到它，接着它消融并消失了。

愤怒本身并不是一个问题，你对愤怒的反应才是问题，才是凝固愤怒的关键。

你如何工作这部分?它真的是一个需要发展的技巧，它分为两部分.第一部分是尽快地注意每次愤怒的升起，甚至开始注意到可能挑起愤怒的情况，然后心里说“我在想愤怒八成即将升起?”

第二部分是注意你对愤怒的反应，问自己“是否批判它?是否憎恨它?”

或者我单纯地握着它，以双臂抱着自己，如同脚指撞到时你心里会做的事一般。

当一个小孩来到你屋里哭着说“一个恶霸把我推倒了”，你能用回应你的愤怒的方式去回应这个小孩吗?我是否跟他讲“好了，不要愤怒(难过)”;或者我更有技巧地将他抱在怀里说“我知道你感觉很愤怒，我向你不断保证，不管你有多愤怒，我依然爱你.”然后让他确信，不管他多么愤怒，他仍旧是被爱的，那愤怒与他的可爱程度与他灵魂的完美没有任何关系。

对于你们所有人，你们很容易去同情其他人，而却无法同样地同情你们自己。所以，我请你们，你们能否开始用一种更开放、更有爱的方式来处理愤怒？我们在这里并不是建议你们对愤怒技巧性的绕道而行，但愤怒会升起，如同云朵会来临，只要你还在肉身当中，就会有感觉.即使是最高度进化的存有投胎到人类身体中依然有各种感觉，但他不再依附或避开这些感觉.无须去除它们，或奋力挣脱.透过这样的放松，一个人找到更深的平安;愤怒与爱并不是互斥的，端看你如何与愤怒互动.

从纯粹实用的方面，我会建议，你可以与你自己玩一个游戏来帮助你自己放松，并用一种更钟爱、更开放的方式与恐惧关联，这会是有用的。你可以随身带一个笔记本，一个小小的笔记本，在一天中每一次你看到恐惧升起就马上草草地记下一行，看起来也许几天一次对你们更现实。去做一只盯着老鼠洞的猫，你可以想，「啊哈，愤怒出现了，我抓住它了。这次我看到它了。我变快了。我可以越来越快地看到它了。」你也可以想，「哦，我的天，愤怒来了。」看看你是否能够变得轻快一些。

我建议的第二个可能会有帮助的事情是开始去观察你与你的愤怒关联的模式开始去注意它，每一次你确实注意到愤怒升起，你会注意到有一个微小的声音会说:「我不应该愤怒，」接着问那个声音:「为什么我不应该呢？」在使用你的愤怒做为一个理由而以无技巧的举动对付其他人和简单地去感觉愤怒之间，有一个很大的区别。

你是否有进一步的问题?

[此时没有其他问题]

我感谢你们全体给予这个机会，让我一起分享你们的爱与光.

请知晓我许许多多的爱与你们同在，还有你们带到工作中的爱与勇气对地球上所有存有都是一道光与激励，的确如此.就这些了，到此结束.

Re-translatedbyT.S.

(V)2012ReviewedbycT.

☆ 第 1415 章集：造物主的器皿

SaturdayChannelingCircle-ChannelingCircle5

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年二月 6 日

团队问题：今天晚上的问题是，在寻求者道路上的哪一个位置，他可以将他全部的注意力都转向造物者并说，「我已经做好了准备。虽然我可能有许多的缺点和扭曲，请你用我为你的器皿(instrument)。」我们同时还想知道伴随着这样的陈述应该有什么质量的态度和取向。

（Carla 为这次集会的资深通道）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。我们为能被你们寻求的圈子呼唤的荣幸而感谢你们。我们非常高兴能在今晚与你们分享我们卑微的观点。

但是，一如既往的，我们请每一位听到或者读到我们的言语的人，在从我们的想法中选择你们希望使用的部分时，请使用你们的洞察力和分辨力。我们请你们跟随与你们共鸣的道路，我们请你们将那些无法与你们共鸣的想法留在后面，因为我们不希望打断你们寻求的旋律或者侵犯你们的自由意志。我们感谢你们这方面的考虑，因为它将是使我们能够在分享我们的想法的时候更自由地谈论。

今晚你们问在什么样的位置适合于全心全意地、无所保留地向太一无限造物者给出你自己，并在你的日常生活的每一天都被用作造物者的器皿。做为开始，我们会说，现在就是合适的时间，在你意识到你存有的深度的当下此刻，这一刻就是合适的时间，不是今天，不是下周，不是明年，而是你在行星地球上的这辈子的所有剩余时间。

这不会是一个你希望在匆忙中做出的决定。当你做出那个奉献的时刻到来，在这个服务造物者的决定上你就不会有疑虑和保留。只会有一种领悟，这个时刻就是你回到你自己内在之家的时刻。因为你在你内心最深处有一个家。它带着耐心、忠诚与莫大的爱等待着你。

对于一个渴望将光完全地奉献太一无限造物者的人，他所面对的挑战是将自己所有的阴影的面向与光明的面向全部都集合在一起。而在做出这样一个决定之前，做为一个人，你无法避免错误，意识到这一点很重要。这是老生常谈了，我的朋友，但是它是真实的。你在此刻居住在一个厚重的幻象中，这幻象让不真实的事情看起来非常真实，而非常真实的事情看起来却不真实。在这个幻象中，物体和事情看起来是它们本来的样子，反而寻求真理和寻求纯粹的美丽的理想和愿望看起来就好像是想象中的幻觉与思想的产物。然而，那些思想的产物是组成你的存有的这些部件中最真实的和最本质的部分。从灵性的方面，它们比你们现在所坐的椅子、你们现在所穿的衣服、甚至你们的物理身体本身都更加真实。

对于造物者，祂没有完美的人来做为祂的爱之声、爱的双手与爱的思想。祂有你们。就好像古老的赞美诗唱到的，「正如你之所是」，你就如你之所是的一样完美[1]。在你的独一无二中，在你令人眼花缭乱的扭曲的复杂性中，你是完美的。

你们每个人都是独一无二地完美的。你们就好像雪花。没有两个能量体是相同的。没有两个器皿有完全一样的音质。因此，成为完美不是一个问题。在这个你现在正在享受的幻象中，你所体验到的你自己就是自我的一部分。

我们现在将我们的通讯转移到叫做 S 的实体上。我们是 Q'uo。

（S 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿在一起了。我们请你们仔细的思考这个完美与不完美的问题，就好像你在你自己身上所感觉到的。因为它将出现在那些你正在经历的事物中，甚至当你尝试去进行最大限度的服务时，你的服务也会被贴上不完美的标签，而那标签是你自己的，在你进一步去服务的努力过程中，你必须去拥有它，如同你自己的不完美。

仅仅在一个阳光灿烂的早上让你自己相信，你将在所有剩下的日子中都过上一种撒满这样的阳光的生活，并期望这种阳光将单纯地接管与统治你从此以后的日子，这是不够的。每一个寻求者都必须持续地去承担一个责任，这是每一个实体人生经验中学习过程的一个方面。这个学习的过程是对努力去服务的平衡。

当你开始了投身于服务的行动时，我们希望你仔细地考虑，这样一个行动是有非常大的魔法的潜能的。就好像每一个行动都带有魔法的潜能一样，跟随着这个行动将会有一连串的事件，它们是这个行动的魔法潜能的实行、实现与显化。在这个过程中将会有惊奇。因此，我们会建议，如果你要做出一个献身的行动，凭借着让自己致力于全心全意地服务的时刻，你会进入到一个谦逊与勇气的行动中，并认识到你已经解放了一个力量，它拥有超出你想象力的显化能力。

确实，它有潜能使你自己的人生改观，超乎你认得的样子。催化剂的效果会非常的显著，并会大大地加速。然而，极大加速的催化剂并不总与你处理这个催化剂需要的极大加速的能力相符。你可能已释放出比你期望的多很多的催化剂。

如果事情被发现已经是这样了，我们建议你不用为退缩感到羞愧，容我们说，在

一个更平静的歇息中在你的生命中找到你所喜欢的、你视之为基础的和让你恢复精力的事物，即使它看起来似乎并不是在执行上主的服务。如果你喜欢园艺，似乎很难理解在园艺上的工作怎么会帮助那些住在海地，确实需要帮助的人们，然而它也许是你可以做的事情中最佳的事情。

容我们说，对于一个已经邀请超出他所能处理的催化剂的人，他也邀请了一个巨大的不平衡。在一个非常不平衡的情境中，一个人通常来说是不可能前进的。所以我们会重申，奉献一个人的努力的时刻，永远是现在。

一个人需要去理解，他受到祝福拥有许多个「当下」，每一个当下都需要找到它自己的尺度。因此我们会问，如果你通过你的魔法般的奉献行为发现，你已经将自己带到了比你曾经预期的更多的催化剂的情况下，你可以认为，这也一样是上主的工作。这也一样是要被处理的事物，于是你可以在你有所服务的追求中继续前进。

现在我们将这个通讯转移到叫做 L 的实体那里。我是 Q'uo。

（L 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起了。我们想说，在你们感知你们的造物者的方式上，你们会视造物者为离自我很远的存在，视造物者为必须要伸手才能触及的高高在上的一种力量，你们还有一种悲惨的希望也许有一天你们能够抓住爱与光的悬崖一角，这样的想法在你们的人群中已经流传了许多世纪了。我们会对你们说，在造物者和你们自己之间唯一的分离就是你所创造的分离。

如果你寻求将自己奉献给造物者，那么向造物者要求帮助是很好的，向造物者要求启发和智慧在你所选择的道路上做出调整以更有效的工作也是很好的。在你的寻求中，你从来都不是孤单的，因为整个宇宙都随着你的呼吸而呼吸。进入到祈祷和冥想中去寻求帮助，好让你与造物者连接在一起，完全不必为做这些事感到羞愧。

就是在寻求造物者中你向祂奉献了你自己。单纯地了解到你进行的每一个行动都是献给造物者的知识的一个礼物。这本身就是一种服务。

在这个密度中你如此地局限于时间的线性模式中。然而允许自己去理解，就在你呼吸中的每一刻包含着全部的造物，允许你自己了解到，这一刻万物都已经是它将要成为的样子，或者说，在这一刻就是永恒。当你寻找，伸手去触摸那光，并全心全意地为有所服务而祈祷时，花时间去在你自己内在找到那光，并与那你力求可以达到的更高振动的光一同共鸣吧。随着你更多的探索那光，那在你自己灵魂里内的造物者的火花将越来越明亮。

造物者一直在看着你，一直与你同在，祂永远都不会对你的心的渴望视而不见。我们曾经在很多场合私下地告诉这个器皿，寻求帮助是 OK 的。你不必担心你的不完美可能会使你达不到标准，你也不必担心你也许还没有达到你感知上为造物者服务所需要达到的层次。因为通过问这个问题，你也反过来回答了这个问题。

寻求造物者并成为造物者：这就是服务的精要(epitome)。

我们现在将这个通讯转移到 Jim 实体上。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿在一起了。在爱与光中我们再次向你们每个人致意。当你意识到你成为造物者的时候，接着你必须同时意识到你就是一切事物。

事实上，你所寻求的，你已经是了。你渴望去提供的服务，它其实是一种表达你就是你、你如何是你的服务。

如果你成为造物者的一个器皿的渴望，是你用你全部的心去支持的一个渴望，那么这个渴望将成为你的服务，成为你的道路。你作为一个器皿为造物者服务的能力是没有界限的，它被你心中燃烧的纯净渴望所推动。每一个实体，在这造物中的每一个事物，都在通过某种途径服务于造物者，容我们说，在这些方式中有的比较有知觉，有的是比较无知觉，有的方式效率更高，有的效率较低。然而，服务是真实的。服务就在那里。

在造物的所有部分，所有人和所有微粒的互动中，服务穿行而过。这是造物者在知晓祂自己。这是造物存在的理由，造物者可以通过祂每一个组成，造物的每一个部分而知晓祂自己。这样，当你经历日常事务，你都在与造物者的其他部分互动，并根据你的自由意志，你选择这个或那个(东西)时，各式各样的经验向你开放，同时向造物者报告你的经验。

现在，我们将这个通讯转移到 Carla 实体上。我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们通过这个器皿，在爱与光中欢迎你们每个人。这个问题的甜美与诚挚让我们非常的感动，我们也肯定这种以光去创造的渴望对于一种神职生活是必须的，不是外在的神职生活，而是一种内在的，关于你是谁和为什么你在这里的领悟。当你的飢渴在你里内成熟并开花时，现在就是你的时刻。就好像这个器皿表达的：

（Carla 唱歌）
如果用你全部的心
你真的寻求我
你将恒常地确切找到我
主就是这样说的。[2]

不用怀疑它，你所寻求的就在那里。

为了对这个问题做一个结论，我们会讲述这个问题，关于人格的什么特征，什么样的资源可以帮助自己创造一个生活的准则，帮助你邀请太一无限造物者进入到生命中，并帮助你知晓你内在之爱的火焰为那有用的事物，也是那在服务中坚定的东西。

我们首先会说，就这一点而言，如果你做好准备去失去所有你认为熟悉与正常的事物，它是非常有帮助的。我的朋友，这也许不会在你身上发生，也许会发生。

当你在力量和慈悲中要求造物者进入到你的生命中，你就在将自己从你过去对自己的任何定义中解放出来。你会被要求去做什么是未知的。你已经释放你的意愿交给太一无限造物者的意愿，造物者的名字就是爱。你希望去在你的生命中唱起

一首爱的旋律，但是你不会知道这首旋律是什么，直到那一刻到来。

这个器皿曾经很多次体验到事物从她的生活中脱落，那些她曾经认为是自我的某个很深部分的事物。乐意地让那些自我定义走开吧，让它流动，顺其自然，于是你会发现，相比之前能够提出那个强有力的「我可以服务吗？」的问题的你自己的那一层，你内在中的下一层是更加真实的，更加本质的，也与造物者自我更加的接近。

其次，我们会鼓励那种格外顽固、不屈不挠的坚持不懈。这个器皿在今天早些时候曾经与叫做 Jim 的实体谈话。他谈到一个亲爱的教练[3]，这位教练曾经连续为很多其他的队伍做过教练，但是他当教练的第一个球队是叫做 Jim 的实体高中的橄榄球队。这个器皿曾经问 Jim:「这位教练教导你的所有建议中，什么是最好的一个？」Jim 回答，「他总是说，永远不要放弃。」

无论你是否将自己奉献给造物者，你都将面对一个接着一个的挑战，然而当你奉献了你自己之后，你会发现一种特别的挑战，这些挑战将带来刺骨的疼痛。不要放弃。记住那句话，「一切都是好的*」，接着一切将是好的。

(*编注:Alliswell，和印度电影<三个傻瓜>的一首歌标题一样!)

很多时候不放弃是毫无意义的，任何理智的人都会放弃。我们请求你们尽情地，喜悦地、大笑地，带着岩石一般坚定的不放弃的决心，跃入信心中。让你的生命就如其所是，面对着每一天的挑战，不放弃。

最后，我们会说，抛弃所有的虚伪与骄傲是非常有帮助的，因为它们是那些使你

变得狭隘并局限你的事物。让谦卑用它甜美的触须缠绕着所有那些以「我是」或者「我应该」开口的句子吧。而反过来问，「因为我是祢的器皿，祢愿意让我做什么呢？你想让我用我的生命来唱什么歌曲呢？」

我们为这个问题感谢 G 实体，既然他本人并不在这个圈子中，我们就不请求后续的问题了，我们将用这个机会开放这次的会议接受进一步的问题。

现在你们的头脑中有任何问题吗？我们是 Q'uo。

A：Q'uo，我对一个想法感兴趣:第四密度服务他人的科技可能在现在进入到我们的文化中。我想请你们评论一下这是不是一个有用的概念呢？我仅仅想谈论服务他人的科技，和这些事物是否对现在地球的转变与这个星球的扬升产生帮助。请在不侵犯我们的自由意志的情况下评论一下它的灵性原则。谢谢你。

我们感谢 A 实体的那个问题。我们是 Q'uo，我们相信我们理解它。我的兄弟，我们在回答你的这个问题上有些困难，因为现在正在被创造的服务他人的科技它的起源属于第三密度后期。

我们了解你感觉第四密度的实体正在向第三密度的人们提供来自第四密度的科技。然而，在现在的服务他人的科技问题上，这些科技是那些地球上的服务他人的实体们，以及活在服务造物者的渴望中的人们所创造的。在他们的寻求中，随着第四密度的携带着大量真理的光穿透进入到第三密度，科技也随之开放。因此，对很多那些工作他们第三密度人生模式的真实目标的人来说，第四密度的光的渗透确实能够帮助他们拓展更多的服务他人的科技。

我的兄弟，我们能进一步的回答你吗？我们是 Q'uo。

A：是的。我很好奇关于特拉斯(Tesla)的自由能量机器。对于它在这个密度中的定位以及它在这里的灵性进化上的角色，还有关于它的灵性原则，在不侵犯自由意志的情况下，你有任何可以说的吗？

我们发现我们现在无法使用这个器皿，我们因此将提供这个通讯给 Jim 实体。这个器皿需要离开这个圈子。[4]

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我现在在这个器皿这里了。我们将回答你的问题，我的兄弟，那些可以免费提供能量给所有人的设备是由很多与尼可拉-特斯拉类似的实体们所制造的，这些设备在他们的特性上和目的上不仅仅属于第四密度，对于你们体验的第三密度的晚期的一些部分而言，这些设备对你们文化，在一个有限的范围内也是有效的。然而，这些设备在实现他们的用途上只获得了有限的成功，因为你们第三密度实体中有一个小集团渴望为他们自己保留权力和经济利益，从而阻碍了人们拥有和分配这些设备。因此，在这个领域中这些科技的作用更多的是潜能，而不是实际上的作用。

我的兄弟，我能进一步的回答你吗？

A：是的，Q'uo，非常感谢你。我记得你在某个位置曾说过第三密度的婚姻关系实际上是第四密度社会记忆复合体的一个萌芽性表达。我想知道的是，Q'uo，现在的我们可以看见的第三密度中，有没有任何其他显著的社会组织形式也是社会

记忆复合体以及真正的融合观念的萌芽呢，在不侵犯自由意志的情况下，你能讨论一下它的灵性原则吗？谢谢你。

我是 Q'uo。我理解了你的问题，我的兄弟。实体加入到任何种类的群体来实现一个共同的目标的趋势是第四密度经验的基础。

我们发现我们必须短暂地暂停来允许这个器皿处理录音设备。我们是 Q'uo。

（磁带第一面结束）

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我再一次与这个器皿在一起。在共同持有的渴望和目标中，实体们调和能量并达到一个和谐的团队的能力结果是一种经验，容我们说，该经验在第四密度的体验中将会更加容易地被获得和拓展，而这种经验在你们的星球上正开始它初始的阶段。作为一个单元去工作的能力需要所有包含在这个单元中的实体的清晰之沟通能力。当你们的演化进入第四密度的经验并做为一个社会记忆复合体时，当这个团队的思想可以被团队中每一个实体获取时，这个团队的力量将获得增强。这样，容我们说，通过团队的努力，全体成员的能量就可以被获得和利用。

因此，当第四密度的经验可以被你们更多的人群获得时，同时在内在成长和社会成长这两个领域，它们都将有更多的进展。

此时是否有最后一个问题？

Carla：既然我有了一个不是经常能得到的机会我来问一个问题，Q'uo，我有个问题。因为我即将针对我的脊椎接受稳定的手术和从那个手术中逐渐康复，关于我可以如何从这个经验中改善我服务的质量，你有什么话要和我说吗？

我是 Q'uo，我了解了你的问题，我的姐妹。当你接近这个经验，将其视为一种真实的疗愈是很好的。那疗愈不仅仅是对身体载具的一个疗愈，还有自我感的一个疗愈，那是你的基石，容我们说，你灵魂之本质。在每一次与他人的互动中，在每一次经验的分享中，在每一个被提供的机会中，将你自己视为一个服务于造物者的存有就是在更真实的光中看见你自己;因为，没有失败。只有经验、只有努力。

当你开始为手术过程的实际体验做准备时，我们会建议你提醒自己，在真相中你是完整与完美的，提醒你自己即将发生的事情是一个在外在领域也就是你的身体载具中表达这种完整性与完美性的机会。这样，你所寻求的就已经是在你在内在层面上正在体验的，容我们说。那些向你提供他们的服务的治疗专家正在参与这样一种完美的相互表达中。

此时，我们感谢每一位在场的人在他们日常事务中抽出时间加入这个寻求的圈子。当每个人将他或她的灵光与这个团队的灵光调合时，我们看到和经验到的美是壮丽的。我们在你们的喜悦中感到欣喜，看到太一无限造物者的光与爱从你们每个人的心向外涌流;为此，我们大大地感谢你们。

我们是你们知晓的 Q'uo。现在我们将在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体，离开每个成员。Adonai，我的朋友。

Adonaivasuborragus。

原注

[1]「古老的赞美诗」是《如我所是 JustAslAm》，1835 年由 CharlotteElliott 所作。赞美诗总共六节中的第五节，看起来最符合 Q'uo 的思想，它是这样的：

如我所是，汝将接受
汝欢迎、赦免、净化、解除
因为汝之承诺，我信
哦，上主的羔羊，我来了，我来了。

[2]这个段落来自门德尔松的宗教剧《以利亚》，其中是唱的部分为男高音独唱。

[3]那位教练是 MonteKiffin，他和 Jim 一样在内布拉斯加州的列克星敦长大。在 Kiffin 的领导下，Jim 的美国军团侏儒队赢得了 1963 年的全国冠军。他目前是南加州大学木马足球项目的防御性协调员，在那里他的儿子 LaneKiffin 于 2010 年 1 月 12 日被任命为主教练。

[4]Carla 刚刚开始喝康健(Kangen)水，正在经历严重的解毒作用，这导致她经常要去洗手间，因为水分正从她的身体中排除重金属。

TranslatedbyT.S.

(V)2012ReviewedbycT.

☆ 第 1416 章集：祈祷

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年一月 30 日

小组问题：今天晚上的问题与祈祷以及传送爱与光有关。我们有一些素质。我们想知道这些素质对祈祷的有效性有什么样的作用。如果我们聚焦在一个人或者一群人身上，冥想的效果会更好吗？我们的意愿、情感和视觉化的效力是什么呢？

如果我们将一般而言的生命视为万物一体，视为一切都是好的，任何人真的还需要祈祷吗？当我们请求向另一个人送出治愈的能量，我们在做什么呢？当我们这样做时，实际上，真实地，谁是那完全与完美的造物者呢？如果他们是完全的与完美的，他们需要祈祷吗？在他们的生活模式中，这个催化剂是真实的吗？它是需要被忽略的事情还是需要去为之祈祷的事情呢？是什么东西让祈祷有效，你能给我们一个开示吗？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。感谢你们寻求的圈子呼唤我们。能与你们分享我们卑微的思想是我们的快乐与荣幸。

然而，在我们开始讨论祈祷之前，我们会一如既往地请求你们每个人使用你们的洞察力与分辨力，拿取那些与你们共鸣的部分并将其他的留在后面。如果你们愿意这样做，它将帮助我们感觉我们可以自由地谈话而不用担心我们可能会侵犯你们的自由意志或者在某些方面搅乱了你们寻求的道路的节奏。我们感谢你们这方面的考虑。

今晚在关于祈祷的[小组]问题上，我们感谢这个圈子中的每一位在这个问题上做出贡献的人。在涉及这种与太一无限造物者的对话的方式上，我们将从几个不同的角度来弄清这个问题，当我们从一个焦点转移到另一个焦点时，请你们包涵。

首先我们想要谈论我们如何看待祈祷的环境。我们视你们每个人为能量体，在你的能量体中包含了彩虹的全部颜色，从位于身体底部的处理性欲与生存的红色脉轮开始，从双腿的连接处向上移动到下腹部，那里有橙色脉轮或者橙色能量中心，它同时与你与自己的关系以及你与另一个人的关系有关。

再次向上移动到太阳神经丛，在那里我们看到黄色能量中心或黄色脉轮。这个黄色中心处理(各种关系)好比正式的婚姻、工作关系、你的出生家庭、甚至你所支持的团队。所有那些正式的关系或团队关系的能量都在太阳神经丛脉轮之中。

从那些能量一直向上通往心轮，它是绿色能量中心。当然，它是全然重要的能量中心，当这个能量中心被打开时，它将是允许寻求者工作更高能量的第一个能量中心。

这意味着如果你要去处理更高能量的祈祷、沉思或很多其他的工作，保持较低脉轮的开放并允许心一直能接收到充足剂量的太一造物者的无限之爱/光，是非常重

要的。

再次从心向上移动，下一个能量中心是蓝色脉轮，它处理沟通与同情。接下来，在眉毛水平的位置，有靛蓝色脉轮，它处理存有的光辉。紫罗兰脉轮不是一个做功的脉轮，你可以理解该工作具有灵性特质。也就是说，紫罗兰脉轮并不处理问题，而是对你存有的基础状态的一个整体的读数(readout)脉轮。它是你的振动，你的签名。我们通过你的紫罗兰光芒的散发而认识你。对我们，在一个远远更深的方式上，紫罗兰光芒比你的名字更加是你的签名。其他人也许会有和你一样的名字，但是在无限造物的万物中你的振动却是独一无二的。

位于紫罗兰脉轮中心的上方，是通向[这个器皿所称的]智能无限的大门的通道。就是通过那个大门，在祈祷中的人或者一个作为医者、老师、或艺术家而工作的人将设置他的意图去移动，于是在向上穿越智能无限的大门的过程中，他将从空间/时间和物理世界进入时间/空间和形而上的世界。

在时间/空间中是你们星球的内在层面。有很多很多的内在层面。在智能无限的大门中也有通向外部层面的通道，就好像在这个器皿接收我们的概念并将它们转译到语言的过程中正在使用的通道一样。

希望去使用智能无限的大门的实体需要在他开始他的工作之前确定他的较低的脉轮是清澈的，于是能量可以充分地从较低脉轮流过而进入心中。当心开放的时候，就有可能设置意愿去穿越智能无限的大门。你也可以将那些为了获得信息和启发穿越智能无限大门的方式想象成一种选单，就好像这个器皿会说的，好像计算机上的那种下拉式并给你提供各种选项的选单。

那些希望去治愈的人会设置他们的意愿去穿越智能无限的大门而获得治愈的能量，治愈的能量会经过大门向下流动，经过紫罗兰脉轮到达靛蓝色脉轮，接着往下到达蓝色脉轮，接着来到绿色脉轮。它会停留在那里，因为治愈的能量流动经过医者开放的心并向外流出，透过医者的能量并根据灵性的智慧和爱而进行他的工作。

医者不需要做任何事情。医者是一种器皿。因此，所有的医者需要做的就是设置他的意愿去作为一个治愈的器皿，然后治愈(能量)就会流动经过他。医者可以将双手放在那个需要被治愈的人的身上。然而不是医者的双手进行了任何治愈。而是流动通过医者并从医者双手流出来的能量进行了治愈。就好像 S 实体注意到的，为了进行治疗没有必要将双手放在一个病人的身上。需要的仅仅是医者设置它的意愿去打开智能无限的大门，穿越它并从太一无限造物者呼唤治愈的能量，这样医者就可以作为一个治愈的器皿而被使用。在这样的治愈的方式上，能量会到达任何它被需要的地方。它不需要指导，因为他与圣灵的能量一同移动。

现在你可能会问：「那些将双手放置在人们身上的实体是怎么回事呢？他们的病人被治愈了，但为什么他们只能被治愈一小段时间呢？」我的朋友，这就是所谓的黄色脉轮治愈，在那种治疗中，实体的意愿并没有经过开放的心，并放弃它的自我。相反，这样的实体们有一种天赋。然而他们将这种天赋注入到实体们的身上。因此，只要那能量是新鲜的，他们的治愈就是有效的。然而，就好像任何有限的能量一样，它在一段固定的时间之后就会开始失效。因此，我们建议医者的典范就是如同那唱出灵性旋律的器皿。

有一些人希望去使用蓝色脉轮，于是他们设置他们的意愿作为一个教师或管道，好比这个器皿，好比沟通的艺术家，那些做顾问工作的人，那些布道的人。他们

提出要求并设置他们的意愿去成为那些太深奥而无法用语言表达的概念的沟通者。然而由于某种原因那些概念需要变成语言，所以需要那些语言的人会听到他们并使用他们为转换的代理人。

再一次，如果那个沟通的人有任何的小我(ego)被牵连到联系中，沟通就会失败。

需要的仅仅是去设置意愿去成为一个器皿，就好像圣芳济一样，他说，「主，使我成为您的平安之器皿。」那么，这种模式就是，所有的脉轮就会打开并一直向上达到心脏脉轮，接着心灵开放，意愿被设置，智能无限的大门于焉开放。来自智能无限的能量在呼唤中倾泻而下，从绿色脉轮喷涌而出，向上弹跳到蓝色脉轮。在那里能量将停留并被使用。

有一些人希望工作于他们内在的生命并实现一种完整的存在光辉。祈祷者的生活就是使用靛蓝色脉轮的生活。有一些人他们会单纯地坐着并允许自我向自己揭示自我。自我的神圣的面向就被打开，不需要的事物将会脱落，于是自我的眼睛成为基督的眼睛，基督是无条件爱的标志或象征。那么，在这种典范中，较低的脉轮被打开，心被打开，意愿设置，实体向上穿越智能无限的大门，并要求存有之光辉的能量通过身体向下流动，穿过紫罗兰脉轮、靛蓝色脉轮、蓝色脉轮并进入绿色脉轮，然后利用该跳板跃进向上回到靛蓝色脉轮，它会停留在那里并在那里进行它的工作。

当你祈祷、治愈、教导或者简单的放松而允许自我揭示给自我时，在能量体以及它是如何与太一无限造物者相联系的方面，这就是我们所感觉到正在发生的事情。

我们现在将稍稍转移我们的焦点并开始处理 S 实体的问题，他问，「看穿这个世界万千事物的幻象，并主张太一无限的爱的真理就是所有存在的同一性，这样的治愈方式是合适的吗？或者允许幻象变得坚固并足够的真实，于是一个人可以与他接收到的催化剂一起工作，不是简单地脱掉幻象的表皮并探寻最高和最佳的真理，而是当自我感知到自己不完美时，凝视它们，与它们同处，这样一个人可以更好的知晓自我，并成为一个能够真实地看待自己并宽恕自己的人，于是这个实体会变得自我救赎，一片又一片又一片地宽恕自己，最终所有自我的部分都被收集在一起并融入开放的心并成为一个整体，实体也与自我整合并完全地与自我和睦相处，这样的方式会有效果吗？」

对于叫做 S 的实体，我们会说对于这两种态度有是相互和谐的。而为了理解这两种途径的和谐性，我们需要从看穿幻象和使用幻象表面上对立的焦点上后退一下。灵性的世界是一个悖论(paradox)与矛盾的世界，当你看到悖论产生，你就知道你已经站在果实纍纍的灵性地面上。

确实，在你们的密度中，一切都是幻象，一个比我们说话时所在密度[1]的幻象更深的幻象。而在我们的密度中一切也都是幻象，更纯化更精炼的幻象。然而，悖论依旧。神秘依旧。在作为你的物理身体的你和作为一个灵魂体的你之间有如此厚重的幻象的目的在于，你们的密度是选择的密度。一旦你意识到你不可避免地，并且在你的最深之处就是一个道德导向的实体，你[做为一个人]就面对一个选择，去选择你服务的方式。

你会选择为其他实体服务，通过朝着服务他人的方向极化而从这个密度中顺利毕业吗？这是发光的道路。这是耶稣-基督的道路，佛陀的道路，很多很多你们世界的宗教人物的道路。

或者你会选择服务自我的道路吗，那条道路被称为收缩的道路或非实存的道路。服务自我的极性被称为非实存的道路是由于为了使自我成为宇宙的中心并让所有其他人的工作都是服务你，你必须否定你和你的兄弟姐妹是一体的。他需要关闭心灵并保持它的紧闭。因此，它是非实存的道路，因为这条道路否定了一切万有的基础：理则，太一无限造物者的爱。虽然如此，它还是一条可行的道路，从这条道路一个人可以在负面的极性中毕业并向前进入下一个密度，爱的密度，同样可以进入第五密度，智慧的密度。

当那些寻求服务他人的人们探索对他人的爱和智慧[以修正与强化那爱]的同时，那些寻求服务自我的人们却在更充分地发现对自己的爱与智慧[以修饰对自己的爱]，两者的道路是分开的。

然而，在第六密度，合一的密度，一切都再次来到一起，(最终)没有了极性，因为那些尝试在第六密度的负面道路上前进的人们会完全停下来，再也无法更进一步。因此，为了走了更远，他们必须释放那非实存的道路并拥抱真实的道路 太一之爱。就是根据这种宇宙观，如果你愿意，你可以看见第三密度中非常厚重的面纱的益处以及自由意志至高无上的地方。

在你会如何去极化的方面，你拥有完全的自由意志去做出选择。当你觉醒的时候，就好像这间屋子里的每一个人都已经做到的一样，不管是很长时间之前还是最近才刚刚做到，你开始知晓，有时候是在令人吃惊的迅速中知晓，这个世界并不是你过去所看到的样子。于是你会竭力搜寻并阅读所有你能阅读的，为了寻求知识。现在你已经在盒子外面了，你无法回到盒子里面。你无法回去沉睡。你是觉醒的。你会如何处理每一个新的察觉呢？

于是你大量摄入信息，当你吸收新的信息并开始为自己评估你将如何走你的道路的时候，你需要对自己有耐心。当你决定了你希望如何前进的时候，你会发现你必须使用信心，并且单单凭借信心来选择爱的道路。那爱就是万物的本性，由外向内看，这一点并不是显而易见的。你们每个人与所有其他人以及造物者都是一体的，由外向内看，这一点也不是显而易见的。你们每个人都是一个拥有力量的人;由外向内看，这一点也不是显而易见的。因此，你是一个想要对你如何使用个人力量负责的实体，这也不是显而易见的。

这些都不是显而易见的。这些都不是可以被证明的。

那就是面纱的全部意义了。那就是幻象的要点你可以使用你的自由意志来选择跃入信仰中，就好像叫做祁克果[2]所说的。一旦你选择跃入了信仰，你会发现你正立足于半空中，你正在你的道路上。但是，跃入信仰的半空的确涉及质疑与紧张。它抛弃了所有可证明、可看到与可感知的事物。从这条逻辑的途径出发，如果你使用充满信心的态度去看待你自己内在唯一拥有的能去工作的东西，很明显这是有益的，那个东西就是你的经验。

成为一个有力量的人并拥有这些经验，寻求者于是能够足够严肃地对待自己并凝视那些在日常生活中使自己不平衡的事物，并问自己：「发生了什么事情？在我被触发并进入不平衡的过程中，什么事情在向我揭示它自己？」从功能上而言，通过做这个工作来保持能量身体的开放是很好的。当一个人回忆在这一天所发生的事情时假设，举个例子，有个人在路上开车时和你抢道了，于是你的能量身体就像一个拳头一样的紧闭当物理身体被刺激时，有一个实时反应是正常与自然的事情。会有吃惊。会有愤怒。会有从你个性深处的隐蔽的地方浮现出的阴影面。

当你有时间去沉思这阴影面时，你会看着它，于是你会理解为什么你会失去了平衡，为什么你会被触发关闭了你的能量体。因为你对于生存的恐惧，你的能量体在你的红色脉轮中被关闭了。因为你怨恨那个造成惊吓与危险的代理者，你的能量身体在你的橙色脉轮中被关闭了。一直到你了解到是什么引发了那些不平衡的时刻，你才可能对这个实体开放你的心。

现在，所谓的路霸*，对于任何一个开车的人都是一种如此常见的经验，你有大量的机会去锻炼并了解为什么那个触发物会发生。你会有大量的时间去锻炼宽恕自己与宽恕其他自我。于是慢慢地，那经验会在你的开车的时候一再地发生，你开始能够非常快速地进行你的工作，重新开放你的能量体并说，「我的朋友，这里有你的空间，我的兄弟，也有你的空间。」这样，你回到了平衡中，你也在那一刻表达了爱。这就使用日常的催化剂，分析并允许那些经验不断重复甚至变得更加激烈的目的了这样，一旦你理解了催化剂是从何而来，你就可以召唤那些被你的阴影面所触发的情绪的动态对立部分了。

(*编注:原文为 roadrage)

你不是在摧毁阴影面的情绪，你是在平衡它，这样你就可以理解那些有阴影的地方也有光，它处于完美的平衡中。这是极性的密度。当你执行这个技巧的时候，你就在使用这个密度。

现在，那些看穿幻象，看到真理并主张真理的人，与那些工作极性的人是和谐一致的。就好像 S 实体所说的，他们从不同的视角工作。他们穿越智能无限的大门并到达那没有极性的地方，那里万物合一。他们持守着那个地方并允许合一的真理、无条件爱的真理，通过他们倾泻而出，并流入这个世界。当他们正在拥抱一

个人，在内在焦点中为他祈祷的那个人，他们给予那实体沐浴在真理中的机会，并允许他们的能量体在那充满活力与健康的振动中重置。

例如，这个器皿认识一个向被称为基督教科学派的一位医师求助的人。那位基督教科学派的医师坚持的真理是在酒精中没有力量。这位求助的实体一开始无法戒酒，但是他接着发现酒精没有劲道(kick)。于是他不再喝醉或为它亢奋。他简单地出于自愿而不再喝酒了。所以你可以在这个典范中看到很大的优点，从幻象中触及真理并允许真理通过医者的能量体流出并进入这个世界。

似乎在一种技巧中一个人使用属于局部世界的能量，而在另一种技巧中一个人使用属于寰宇世界的能量。无论你的焦点是在心的内在，还是从心向上进入形而上的启发和信息的源头，结果是保持不变的，因为心就是将空间/时间与时间/空间、物质的世界和形而上学世界维持在同一位置的处所。

事实上，你就是那鲜活的位置允许无限与永恒进入局部的空间/时间，进入日常生活。你是神圣的器皿，世界之光经由你而来。你是这个世界的爱的双眼。你是这个世界爱的双手，爱的笑容、爱的拥抱。当你事情做得正确的时候，容我们说，你并不是从你的心给予爱。你是通过你的心给予爱。所以你不会耗尽爱。你不会耗尽祈祷的时间。你不会耗尽祈祷的能量。如果你是作为一个人类而召唤它们，你很快就会完全地枯竭。然而，你可以简单地开放你自己，并让你自己被那无条件的爱、理则、造物者、太一起初思维的能量使用。

我的朋友们，现在让我们再一次移转焦点来简单谈论一下如何最有效的祈祷。也许到目前为止你可以猜到我们会说你有非常多的方式去祈祷，它们中的任一个并不比另一个更好，每一种祈祷的方法都是你的人格、你的敏锐感知的一个小孩。

祈祷是非常私密的、非常个人的事情。它是你与造物者之间的一个对话。

现在，造物者并不用语言说话。祂是造物者。就如圣经所说，祂是「寂静、微小的声音」[3]。它的静默是雷鸣。在那静默中一切的信息都是无限的。当你进入静默并礼拜太一无限造物者时，你未受干扰地收到完整的信息。在静默中歇息，感觉那与神圣的交流，对于一些人，那就是全部需要的了。似乎没有任何其他的需要了。

而对于其他人，他们有一种视觉化的天赋。这样的实体会发现视觉化的观想是非常有效的。在思想中去支持每一个实体，去观想实体正在变好，并看到那个实体处于光中，它感觉起来是合适的。

对于另外一些人，就好像这个器皿早些时候说的，某个特定实体会在遇到某种特定困难时回想一首赞美诗、歌曲或圣歌。于是那首赞美诗或者歌曲的表达就被导引到祈祷者希望消除的痛苦结晶化的位置。

对于另外一些人，会有一种交流的需求。有一种谈话的需求。这些实体将发现写日记是非常令人安慰的，就好像那个写《与神对话》[4]的实体，他写下一己的问题，接着当答案到来时写下答案，再写下一个问题，接着写下一个出现在思想中的想法，也就是答案。对于一些人，这是一种非常令人安慰的，使人放心的与造物者对话的方式。肯定地，当想法被转换为语言时，一些东西会丢失。然而，对于一个需要语言的人，那些言语是非常有帮助的，比世界上所有静默的方法的帮助还要大。

有多少人寻求与太一无限造物者合而为一，就有多少种祈祷的方式，造物者是他

们的起始，他们的结束，也是他们最深的真理。我们向你们保证没有错误。如果有一个意愿去祈祷，不管你选择用什么方式去祈祷，它都是你进行祈祷最有效的方式。

永远记得，感恩、赞美与奉献同样是祈祷的方式进入到静默中去感觉与太一的合一，那将为你打开通往智能无限的大门。

我们现在休息一下，我们承认我们仅仅触及这个非常有趣的问题的表面，为这个问题我们感谢这个圈子中的人们。在我们向其他的问题开放之前，请问这个问题上有后续的疑问吗？我们是 Q'uo。

J：我有一个问题，Q'uo。早些时候你似乎建议祈祷是为了对自我揭示自我。在不侵犯我的自由意志的情况下，关于这一点你能更多地告诉我一些吗？

我们感谢 J 实体的这个问题，我们相信我们理解了。J 实体希望知道关于冥想者如何向自我揭示自我。我的兄弟，对于一些人自我是满的。它是如此地满以致于没有任何进一步理解的空间了。对于这样的实体们，涉及到真理的寻求的祈祷的道路是释放自我的自满并允许所有的自我定义脱落的道路，于是自我可以成为一个圣杯，一个终于空了并能够接收真理的圣杯。

对于其他人，他们在苦难中被束缚，在怀疑中被折磨，被这个世界的万千事物所牵绊，他们的自我中有一种空无性。该圣杯已经准备好去接收了。对于这样的实体，通过一种被动的祈祷去开放自己是相当珍贵的。一些人会称之为冥想，而佛教徒会称之为内观禅修。通过允许自己成为空无让自我漂浮，如同烛焰在蜡烛上漂浮一般，就好像蜡烛在火焰中揭示自己一般，那些人的自我也被揭示出来。

这是一种通过靛蓝色脉轮的使用智能无限大门并要求向自我揭示自我的方式，因为自我会感觉到它自己的光辉。那火焰向下进入自我被动的蜡油中，点燃真理的火焰，于是自我成为了一个圣杯，支持着爱的火焰。温柔地，甜蜜地，那火焰将融掉苦难与困难，并解放被牵绊的灵魂，于是灵魂将自由地飞入开放之心的爱中，飞入理则的爱中。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，Q'uo。我非常感激你的答案。

我们感激你，我的兄弟。

M：我有一个问题，Q'uo。你能否告诉我，在我冥想的时候，我感觉到的胸部压力是否有灵性上的重要性？

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们了解了你的问题。我的姐妹，对于那些寻求让你从你在这次生命中已经选择了的服务的道路上分心的能量，我们觉察到你已经完全地察觉那些能量的存在(presence)。它们，或者我们应该说这些能量，这样就不会赋予它们人格而是简单地将它们表述为抵抗的能量，这些能量希望让你从你的寻求上分心。它们利用你灵性体或电性体的敏感性来创造它们出没的印象，那个存在的真正本性属于非实存的道路的一部分：与温暖相对的寒冷，与发光相对的收缩。

这种寒冷，我的姐妹，既不会通过任何方式有害，也不是真实的，除了从统计性

的意义上通过科学的定义它是真实的之外。那就是说，你的身体的温度会因为这些印象而被看到有一个统计上改变。然而，它仅仅只是一个统计上会被注意到的不同，而不会与你所体验到的印象上有任何一致性。因此，我的姐妹，选择的时刻来临了。

我们觉察你无时无刻都会遇到这个选择点，向该发送者放射爱与向自我放射爱吧。我的姐妹，我们唯一会建议的一件事情，就是去请求帮助吧。有很多可以获得的帮助，你的指导灵，你的天使临在，还有你可以呼唤的原则与代表，诸如属于耶稣-基督之原则的实体，它们都来自这个你们称之为地球的密度的内在层面。

因此，我们鼓励你们去尝试与你的信仰系统相一致的祈祷，那就是说，以你知晓造物者的方式说出造物者的名字。这个器皿会简单地说，「耶稣」，于是这个名字就会在她的振动中创造一个改变，并在她的心中创造一种对无条件的爱的力量的忆起状态。谨慎地选择无条件的爱的代表，当你需要在振动上获得改变时，它能以最强烈地方式提醒你，并以那个造物者-自我的名字来祈祷，我的姐妹，这是重要的。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

M：不用了，谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的姐妹，我们可以说，我们与你同在。在任何你需要的时候，你可以在心里呼唤我们，我们将从底部强化冥想的基础振动。

M：谢谢你。

我的姐妹，这是我们的欢乐。请问现在有最后一个问题吗？

（没有进一步的问题）

我们是 Q'uo，我们再一次与这个器皿在一起，在爱与光中向你们每个人致意。沉默的回响向我们指出我们已经耗尽了所有曾经在你们的嘴唇上旅行过的问题。我们将等待一直到你们希望说出那些已经留给自己的问题的时刻。万物都有它们自己的时刻。

请允许我们从我们集合之心的最深处向你们每一位致谢，感谢你们今晚邀请我们加入你们的冥想。你们的勇气令人惊叹。我们知道你们的生活是多么的忙碌。看一眼任何一个经过你们思想的事物，就足以让我们眩晕了。你们的生活充满了这样的细节，这样的生动性，这样的复杂性，而你们仍在今晚找到时间聚集到一起寻求真理。我们发现这是了不起的。当你们混合你们的振动并创造了这样一个神圣的屋顶，你们的美丽是令人惊奇的。你们创造的圆顶在远远高于这个居所的顶部位置发出光亮。你们创造了一座灯塔，它是壮观的，为你们的爱，为你们每个人，为真理，为太一无限造物者，我们感谢你们。

在爱与光中，在太一无限造物者的大能和平安中，我们离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonaivasuborragus。

原注

[1]Q'uo 使用复数的「密度」是因为 Q'uo 原则是由第四密度-Hatonn、第五密度-Latwii 与第六密度-Ra 的星球实体所组成。

[2]索伦·齐克果(SorenKierkegaard)是一位十九世界的哲学家，他论及信心之循环。跃入信心需要信心。这是一个深奥的真理，也是一个完全的悖论，一个 Q'uo 经常使用的悖论。

[3]这个短语出自先知以利亚的故事。他寻求主的言语，但是他只能在静默中找到「寂静而微小的声音」。在《列王记》19:11-12 中的上下文是，「那时耶和华从那里经过，在他面前有烈风大作，崩山碎石，耶和华却不在风中；风后地震，耶和华却不在其中；地震后有火，耶和华也不在火中；火后有微小的声音。」

[4]尼尔?唐纳德?沃尔什《与神对话；一场不寻常的对话》纽约，普特南出版社，1996。这本书仍在印刷并可以在书店买到，或者从亚马逊网站购买。

TranslatedbyT.S.

(V)2012ReviewedbycT.

☆ **第 1417 章集：造物主与我**

Copyright © c 2004 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1994 年三月 13 日

小组问题:今天下午我们的问题是:“造物主如何降频他的或她的或祂的显意识存在好占用一个肉体，运用该身体的各种光芒，度过一生?”

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们珍惜这个机会，可以同你们分享我们的振动和思想，能够回应你们的呼叫是我们的荣幸，我们至为感恩地这么做。一如往常地我们请求每位成员在聆听我们的意见时使用个人的辨别力，释放那些此刻不属于你个人真理的部分，只拿取那些碰触到你内在的共鸣心弦的部分。

你们今天问到造物主如何把它的自我身分降频，接着如同一个第三密度的实体去经验。对于这个询问最简短和直率的准确答案是造物主并未在任何密度或环境以任何方式降频这个自我身分。真相即是造物主;其他的皆为幻象。

所有你努力去领会的，你早已知道;一切你努力成为的，你早就是了。然而，在这个造物者身分中自由意志和每个实体一起跳舞;因此每个实体在幻象中变得独特，带着怪癖和古怪穿越幻象是可贵的。无论如何，让我们返回那个点:造物主显化在你里内，以及所有你看见的实体的里内。

自我身分的振动很少被深刻地了解。一个自我的基本振动等同于爱的振动。那么，形而上而言，一个实体是强而有力，这个力量和他领会起初振动，以及与它

维持亲密关系的程度成正比。

我们知道，在你们每日光荣的、不完美的生活中，甚至要去沉思或想象你们是造物者都是困难的。这个真理是基本的，许多通往造物主的途径都以不同方式假定这点。

每个位于第三密度中的实体都意识到他自己;自我意识是份伟大的礼物，它同时也是个巨大的负担。礼物和负担。自我意识开启一扇门，让实体们可以有意识地工作自我，目的是变得更睿智、更稳固，更多地充满慈悲。自我意识又是一种极度的苦恼，持续注视着镜子的过程。它是第三密度的伟大工具。

如果一个实体竟然能够在显化中完全地聚焦在自我的意识之内，这个假设存在的个体会感觉到神性的完整原力。不消说，很少人能够在显化中碰触到那种质量的自我觉知。

的确，人类面对他们的造物者身分的困境很象是泳者在海洋一浬深处的情况;泳者甚至只觉察自己仅仅掠过大海的表面。意识好比是大海，一个实体的思想的高低起伏仅仅是自我的表面;在该表面底下的深处呼喊着对太一无限造物者的赞美。

那么，造物主是否在赞美祂自己?是的，的确如此。所有的造物都在歌咏一首赞美与感谢的圣歌。这是存在的振动;这是你的本质。

在宇宙造物的瞬间，所有密度和子密度皆获得爱的振动，那些具体成形的东西有一种无可避免的样式—代表无限智能在前次宇宙造物结束后经过沉淀的观点。于是，你们每个人行走的小径已经过改良和美化，藉由(众多)自我先前的行走;在无

可想象的时间过程中当时间再次停止与启动，另一个宇宙造物将带着改良后的密度和子密度经验造物主，因着此时的(众多)自我在这个宇宙造物中的各种经验。

我们想要谈论这个器皿今天稍早的一个经验，那是一个严峻的情况，一个灵魂濒临死亡。陪伴该灵魂的牧师正在对他朗诵祷辞。随着每次的祈祷和肯定，这个生病的人变得更为平静，但他听不大清楚，所以该牧师提高声量，朗诵诗篇第 23 章*:“上主是我的牧者，我不致缺乏。”病患变得舒适，随着最后一节“我一生一世必有恩惠慈爱随着我；我且要住在上主的殿中，直到永远。”的结束;这个人单纯地停止呼吸，那是一个好的死亡。这个实体知道他永远住在上主的圣殿中，他的内在不再有恐惧的位置，痊愈即刻发生，那是一个痊愈之死。

(*推荐音乐连结:http://tinyurl.com/7mdw3kd)

只要你们每个人觉察到自己安住在上主的圣殿中，永远地，你们也就遇见和接受一个伟大的真理。

在你们的经验中，心智远比任何其他作用力更为强大;你所知道或思考的东西创造你的幻象。所以，了解你知道什么是好的，只从你个人经历的和[来自一种有机和投入之观点]知晓的建造该幻象。因为你知晓的最深处是你的本质，而不是你做了什么，或说了什么。

我们鼓励每个人练习知晓在自我之中的造物主，在一切万物之中的造物主。我们鼓励每个人首先成为那流露爱的振动，其次才是言语和行动。

我们鼓励每个人只渴望至高的真理，渴望那远超过任何可以陈述或想象的东西，

因为当你寻求之际，你的渴求表现在灵魂向外扩展的呼求中，于是吸引所有共鸣的光之使者[容我们说]，他们公正地、恰当地依照你的渴望来到你身边。所以，更高更高地举起你的渴望;寻求去知晓那真实和真正的振动[那就是你的身分]。任何人，只要他能怀着这种渴望振动，他会在可能的最大范围内快速地沿着朝圣者的小径前进。

我们在这个时候停一下，在我们已给出这些资料之后，请问你们是否有任何问题?

Jim:我这边没有，Q'uo，我非常感激你们刚才说的，里头有很多东西可以思考。

发问者:我没有问题，Q'uo。

我们感谢你们，我的弟兄。我们不情愿在这个题目上继续讲述，直到你们深思熟虑之后，或许可以带来新的询问方向。因此，我们将离开这个主题，在我们离开这个器皿之前，我们想简单地说几句话。

这个器皿不[加重语气地]知道我们将要说什么，所以我们必须请求这个器皿终止思考，否则我们将无法说话。

[停顿]

我们请求每位成员深深地呼吸，进行三或四次的深呼吸。

[停顿以完成这件事]

我的弟兄姊妹，我们要和你们谈论关于放松的事。你们每个人都是永恒和生命奥秘的学生[敏锐、谨慎的]。在形而上层面，你们都想要知道、理解、掌握、加速你们的灵性学习。再者，你们每个人都是谨慎和勤勉的工作者，一直尝试做到最好。在人际关系方面，每个人都尝试给出最好的，这一切都是值得赞扬，我们不会对此挑毛病，然而，有一个常见和可理解的错误，那就是一个认真和理想化的实体使自我陷入渴望和学习的泥沼，心忘记跳跃，头脑忘记去歌唱。所有实体不只需要形而上真理，也需要直接的经验，就它的纯正性而言，重要性超过最高的理解。

我们请求每一位在未来的数天和数周中，从容地释放自我进入一种状态:即刻地欣赏你们地球的环境;吸入与呼出，知晓你与所有鲜活事物的伙伴关系。因为金色太阳或宁静美丽的月亮而感觉心情雀跃。即使位于这个住所，凭借意志的导引，大地、健康、能量可以瞬间被拉上来进入你的身体。

每个实体的双脚都踏在地板上—我们请求每个实体思考双脚和大地的接触。你们可否感觉那能量现在进入脚底?是你的确切感使它变得可能。

你并不需要身处树林和草地当中才可以获得大地的能量来强化你;但你必须能够凭借一己的意志主张那个关系，接着送出那渴望的吸引力。尝试成为太严肃的人并不明智，成为傻子、定期成为傻子是明智的。因为真理不只在认真和严肃的形而上研读中，也有同样多的真理在玩耍、充满活力的乐趣中。

因此，我们请求每个实体尝试对愉快、笑闹、欢乐、放松敞开自我，并且(经常)深呼吸以扩展心智、灵魂、观点。不用赶，停止匆忙，花更多时间存在(being)。

我们鼓励这个圈子做这些事，因为该寻求圈非常地严肃[Q'uo 幽默地说]。

我亲爱的朋友，在所有事物中保持平衡。我们感谢每个成员给予这个欢喜的机会，我们在此时转移通讯给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo。再次地，在爱与光中向各位致意。在我们启程离开这个团体之前，请问有谁的心智上存留任何的询问?

Carla:好的，我有个问题。你们是否觉察我稍早谈论的状况?关于一个在教堂中的女人，我简直无法对她讲话因为她不尊重真理。

我是 Q'uo，我的透过这个器皿的记忆觉察这份信息，是否有个询问，我的姐妹?

Carla:是的，Q'uo，我只想问你对于这个状况[人与人之间意见分歧]是否有任何评论或建议?不是因为两方有真正的意见分歧，而是其中一方就是不愿意注视真理，而依附着那分化的论点。我感到挫折因为无法解决这个状况，但在同时间，我领悟到自己必须尊重她，允许她继续走她的路，但这件事造成我的伤害。

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。我们给予这个器皿一个图像—杠杆的支点，用以代表真理。所有实体都围绕这个点移动，你可以看待任何两个实体之间的关系如同一种直线，也就是你们所称的跷跷板[孩子们在游乐园玩的东西]。

在人际关系中，每个实体都围绕着真理移动，在某些关系中，一个实体可能发现自己比较靠近那真理，而其他实体离得比较远;在其他关系中，则反过来，其他实体比较靠近那真理。所有实体都使用该旋转过程做为经验这个幻象及其课程的方法，在其中所有的课程都与爱、接纳有关。

因此，每个实体的课业都是充分地流露爱，并接纳所有在关系中的实体;对于那些进步的[容我们说]实体，还可以接纳关系之外的实体。

在任何关系中，到底是这一方拥有真理的份量，或那一方离真理比较远，一个人绝对无法充分地知晓(真相)。

无论如何，每个实体必须怀着爱与接纳的概念，以某种方式把关系带入最靠近和谐的位置;因为在你们的幻象中你们无法清晰地知晓真理居住的地点，虽然每个实体似乎有清晰的眼睛去观看。因此，真理或智慧在你们的幻象中并不重要，因为它们是超越你们这个幻象的概念。毋宁，在所有的面孔中接纳造物者，接着在爱的面孔之前带着爱的激励去做祂所意愿的事。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

Carla:是的，有些困惑的问题。你们单纯地说在爱中行动，我认为那是美妙的忠告。但我很难看到爱要把我带到何方，我必须说这个女人有某种所谓的政治能力，她很会跟人群讲话。我听到其他人回传给我她讲过的话，人们都相信她。

一部份的我想要继续保持沉默，选取高尚的道路;我真的不知道什么是最有帮助的行动，不只是考量我自己，还考量我正尝试帮助的这个组织。你们看见我正在问

的问题，我简直不知道如何去评价真理，在这个时点说出真理有没有帮助?说出真理是流露爱的工作吗?如果人们听到你这边的说词可以得到帮助，不去捍卫自己仍然是表达爱的方式吗?我真的是卡住了，我对于做决策有困难。

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。因为这份困惑，并且由于你的决定在个人的进化旅程上有其重要性，我们一定不可以冒犯你的选择，我们只能建议，当你在祈祷或冥想一段时间后，到达一个充满爱的接纳位置，然后该选择将变得更为明显。

容我们回答任何其他的询问，我的姐妹?

Carla:这里有个简短的问题，我对于这个主体很不了解，那就是”肉身的光芒*”?我已经听到两次这个名词，你们是否感觉这是个值得进一步探讨的主题?

(*译注:原文为 raysofincarnation)

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。关于这些所谓的”颜色和显化的光芒”，我们推荐你们更谨慎地考量与组织目前这个有些混乱的询问;因为有许多种方式看待各种能量体和能量中心，以及它们在你们幻象中的显化，因为你们是具有复杂特性的实体。心智、身体、灵性之间的关系，以及这三者的各式各样的显化特性，你们的人群已经用远为详细的方式描述。

此时容我们问是否有最后一个询问?

Carla:我问完了。

我是 Q'uo，我们再次感谢每个实体，感谢你们的陪伴与呼求。我们荣幸地加入你们，并和你们分享我们简陋的意见;我们请求每个实体记住我们分享的东西只是意见，拿取对你们有价值的概念和言语，丢下那些没有价值的部分。

我们是你们知晓的 Q'uo 群体。此时我们将离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中离开你们。

Adonai，我的朋友，Adonai。

(后记:本篇译文有一小段是来自 1994/3/3 的 L/L 原稿，目前已经失传)

(V)2010-2012，Digested，adapted，andtranslatedbyc.T.

☆ **第 1418 章集：爱与光早期资料#40**

Copyright © c 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

(编注:以下的???代表原文中的'听不见')

周三冥想

1974 年五月 1 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限造物者的爱与光中再次欢迎你们。当我透过这个器皿说话的同时，我的弟兄将会调节你们每一位。

我的朋友，今天傍晚我们想要和你们谈论物理幻象这个主题。身处幻象中要去理解这个幻象是很困难的，就好比一个正在作梦的人难以辨识梦境。然而，当一个人从梦中醒来，他觉察自己刚才做了一个梦。当你们完成该无限和永恒旅途的一小段落之后，你们将觉察那个叫做人生的东西。你们将觉察这个人生是个幻象，物质界的幻象。

我的朋友，我们在此协助那些寻求的实体，在过去的日子，我们大部分时间和你们同在，因为你们寻求我们的帮助，接着我们给予回应。此时，我们只想要提醒你们:你们每个人都居住在一个物理幻象之中。在这个幻象中，人格的概念受到高度地尊重。不过，我的朋友，当你们在灵性之光中思量人格到底有什么功能?当一个人从造物主的立足点去观看这个世界，他看见什么是真的，什么不是真的;他看见人格完全涉入这个幻象，同时人格没有任何部分和灵性意识有关。

一棵树不需要人格，因为它是真实造物的一部分，它拥有的是对造物主的法则和爱的觉察;当它接收和给予爱它遵守服务的法则。表达造物主的爱并不必须有一个人格。

我的朋友，无限天父已给予人类自由意志，所以人类也是造物者。人类在这个幻象中创造了许许多多的东西;这些东西使得他和其他实体分离，也与真实造物分离。在这些分离的装置中，其中一个最有效的就是增筑人格。牵涉到人格之中就是涉入这个幻象，我的朋友。

为了要判定如何服务和接收、反射无限天父的爱与光，唯一必须的工作就是冥想，透过冥想来寻求服务。有一种能力是撤销对人格的考量，该能力将允许你们更有效率地在服务的领域中寻求;因为回应对方的人格来服务比较没有效用，最好是在服务对方的同时只意识到那位实体为完美天父的完美小孩。我的朋友，一切为一，一切都在合一中，一切都在爱之中，所有人格不是必须的。

此时我将接触(???)实体，并继续这次的通讯，我是 Hatonn。

(无名氏传讯)

我是(Hatonn)，我和这个器皿同在。你们团体的成员相当关切我们的信息是否被接纳。我们对于目前正感到困惑的实体感到关切。我们曾多次陈述，每个实体必须为他自己选择他想要做的事和走的路径。没有其他可能的方式去说服任何人我们的信息的真实性，每个实体必须单独透过自己的智力去接纳它。

我们觉察现场的紧张局势，如同这个器皿已经表达的一般;增高的振动正在影响你们所有人的振动。当这个振动增高，你们意识内的负面状态将开始骚动，因为较高的振动开始驱逐它。但目前的振动正导致这些负面思想进入每个实体的觉知，这是事情应该的面貌，因为你们每个实体必须选择如何清理自己内在包含的负面性的东西。

我们曾多次提到该振动的增高，当这个振动靠近时，在完全进入该新振动的影响之前，所有其上的活动都会增多;(在新振动之中)所有负面的振动将被免除。

我们曾多次提到该振动的增高，当这个振动靠近时所有其上的活动都会增多，在完全进入该新振动的影响之前，所有负面的振动将被免除。

这现象正在发生，并且将快速地增长。唯有凭借思想的意志在这个增高的振动当中工作，于是任何在你里内部和谐的活动都将被该振动驱逐。如果每个受到该振动影响的实体选择允许这些负面振动被驱赶，转向寻求，他们将在该新振动之中获得一席之地。不过，我们觉察到，由于该增高振动造成的强度，使得许多实体感到绝望。在即将到来的日子，你们将看到这个较高振动更为生动的显化，藉由选择这个振动，你将扩大自己的振动。

我们但愿看见你们所有人开始寻求，不过我们觉察并非所有人都选择在这个时候这么做。对于那些无此渴望的人，我们没有方法可以提供服务，虽然我们对这些实体感到抱歉，但如果我们强加协助在任何人身上，这不符合天父的意愿。人们必须请求这项协助，接着透过冥想转向寻求。我们十分期待那一天的到来—我们可以直接和你们人群接触，并在你们星球意识提升之际，给出我们的服务，这将会带给我们大大的喜悦。如果你们渴望寻求，请继续寻求，那么你们将是光辉灿烂的，成为全宇宙中的一种美。

这段时间将是一场考验，值得你们人群期待与欣赏，因为它真的是来自造物主的伟大礼物，透过这份礼物，你们获致更高的灵性觉察。

我刚才说到你们的行星系统正在快速进入增高之振动;你们的系统目前和这个振动的距离很近。你们现在可以感觉它的效应，当该系统逐渐靠近该振动，感觉将会更强烈。请留心这个增高的振动，因为它造成你的灵性振动的增高，也提升你的肉体觉知。这将导致一个人的智力活动增加，从而做出快速的决定。留心这个事

实，不要允许你的智力在任何负面的想法中过度活跃。

此时我将离开这个器皿，返回到 Carla 实体那儿，继续这次的通讯。我是 Hatonn。

(Carla 传讯)

当我们俯瞰你们的星球，我们可以看见她所有的美丽，我的朋友。地球拥有一个极为美丽的外貌，她的确是完美的。然而，因为那些太过密切凭借智力的实体的渴望，产生了许许多多的不完美之概念充斥在你们的星球上。

我们将试图非常短暂地使用 E 器皿，好让她依照其渴望来发展。我们觉察有一些困难，无论如何，我们对这个器皿担保，她只需要冥想，什么都不要想，当说话的脉冲来临，说出心智上头的东西，接着你将述说我们的想法。现在，我们将试图接触 E 器皿，如果她愿意敞开自我接收我们的通讯。

(E 传讯)

(???)我是 Hatonn。

(Carla 传讯)

我再次和这个器皿一起，我们非常欢喜能够接触到 E 实体。对于一个新进的器皿，这是最重要的事件，辨识出我们的通讯。一旦完成这点，接下来就是单纯地、恒常地努力敞开自我给这个通讯。那么，接收我们的想法将会越来越容易。

我们很欢喜已经能够在你们的团体中达成这么多的新接触，和你们全体工作是个大荣幸。我们加入你们，共同执行[我们希望将是]这个周期中最成功的任务!

我希望我已有所服务，我要在此时离开你们。我在无限造物者的爱与光中离开你们。我是 Hatonn。

(V)2012Digested，adapted，andtranslatedbyc.T.

☆ 第 1419 章集：负面情绪的价值

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2009 年十二月 26 日

Jim：今天晚上的问题与情绪有关。我们将爱与恐惧辨识为相反的对立面，我们想知道是否所有其他的情绪，例如嫉妒、愤怒、疑虑、贪婪、贪吃等等，它们都是爱与恐惧的某种程度的混合物吗？我们是否能够正面地使用这些原以为的负面情绪呢？如果我们工作这些情绪，我们是否可以从中获得一些益处呢？当我们观察到我们日常生活中经历的各种情绪时，我们可以使用什么样的灵性原则呢？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。今晚，感谢你们呼唤我们加入到你们的寻求圈中。能被你们呼唤是我们的荣幸，在关于情绪、爱与恐惧的主题上，我们非常高兴能与你

们分享我们的想法。

然而，一如既往地，在我们开始之前，我们请你们每一位听到或读到这些言语的人，当你们从我们的想法中挑选那些你们希望作为你们灵性道路的资源而使用的部分的时候，请使用你们的分辨力与洞察力。请你们跟随共鸣之路。如果有一些想法无法与你们共鸣，那么请毫不犹豫地将它们留在后面。我们只是希望成为你们的一个资源而不是一块绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑。

今晚你们询问关于情绪的问题。我们发现在你们的人群中，那些希望过一种灵性导向的生活的人们经常会认为情绪是不值得欣赏和不光彩的事情。然而，从我们的观点，你们感觉到的情绪是有着庞大价值的礼物。既然心智在(各种)想法中跳跃，它通常是被逻辑和智能所统治的，而心在(各种)情绪中跳转，它通常并不带有任何形式的智力的成分。因为情绪是心的礼物起源于你们的意识的最深处和根部。

因此，当你们努力去思考情绪时，你们可以尝试去认为情绪在时间/空间中有它的实相，因为情绪源自你的意识，而非你的智力或心性。每一个人都有一个不同而且独特的心智与个性。然而，作为你们星球的第三密度的人类种族的成员，你们共享一个内在意识。你的嫉妒和另一个人的嫉妒有着相同的能量。你的爱与另一个人的爱在某个固定频率上有着相同的能量。是情绪而不是思想统合你们的人群。

现在，在意识的根源，也就是[这个器皿称之为]原型心智的地方，情绪是可以被绘制成地图的，就好像你们大陆的水道可以被绘制成地图一样。有各种类型的情绪的河流，既有那些你们称之为正面的情绪，类似喜悦、狂喜和快乐，也有你们

称之为负面的情绪，例如贪婪、贪吃和淫欲。然而，每一种情绪，从它最扭曲或最极端的显化开始流动，经过一系列的移除扭曲，直到最后所有的情绪都会流入海洋，你们称之为理则、无条件的爱或至福。

这个器皿一直努力沿着某种准绳或直尺尝试用爱与恐惧的比例来定义情绪，这个器皿也假定爱与恐惧是基本的对立情绪[1]。我们认为，虽然这样的想法之中有些真理，但是这样的想法却是在尝试将 360 度的情绪圈起来并压缩到一条二维的直线中。容我们说，这种尝试本身就是一个扭曲的模型，我们或许会建议用一个更有用的模型来思考情绪。

在某些方面，情绪可以依照互补色的方式来感知。例如，那些希望去装饰他们的墙壁人们，他们会找到一个颜色转盘，在上面显示着互补的色调。在转盘上会看到的各种颜色的反差是动态对立的。我们发现这个颜色轮盘的概念在探讨情绪方面是有用的。

然而，依我们的拙见，尝试去为情绪的颜色附加重要意义，那是不正确的，例如有种说法是，某人正觉得很「忧郁」（blue），蓝色的感觉、颜色和那种情绪之间很可能有个关系。然而，将「感到忧郁」连结到蓝色脉轮或蓝色能量中心则是不正确的，同样你不能认为一个「胆小」（yellow）的人主要运作中心是黄色光芒，或者一个「嫉妒到脸都绿了」（greenwithenvy）的人主要从心轮*运作。

在这个意义上，颜色与情绪之间并没有联系。它们无法被附加到任何一个脉轮或脉轮上。然而，当思考情绪时考虑互补色是一个有用的练习，如果一个人追踪可能会降临的某种特定情绪，这样他或许能开始发展出一整轮的情绪。

(*编注:又称为绿色脉轮)

观察情绪的一种方法是去看在这个情绪中爱在哪里。例如，如果一个人考虑嫉妒的情绪，爱的情绪会清晰地被看到，在嫉妒的情绪中那个激发一个人嫉妒的事物是强烈地被爱着的。因此，嫉妒在其红心有爱，而它却被失去那种爱的恐惧所染色了。所以，这种爱的能量是与最初的爱的自由、轻松的感觉是不一样的。

我们会建议一个人可以有一些互为补充作用的情绪，于是他可以从情绪的车轮中心取出那些辐条，该中心就是无条件的爱，这个器皿会称这爱为如基督一般的爱或携带基督意识的爱。

从那原初的爱或原型心智中的至福之海中喷涌而出的是 360 度围绕着个人特质的自然光芒。

另一个评估情绪的方法是去注视意志、渴望或期待的机能。在每一天的生活中，最清晰的面对情绪的方式是去对一个人的渴望、意志或期待的目标保持透明而不依附结果。然而，正是个体没有能力保持不依附结果而制造了大部分的扭曲的情绪反应。因而，如果一个人纯粹地爱另一个人，如果在爱中没有任何形式的依附，当他的爱的目标选择进入到自我与另一个自我之间的关系中，这只会成为那个不依附的实体一个喜悦的源头，他知晓另一个自我正在做什么他或她喜欢的事情，他或她都是如此地被爱着。然而，很少有实体能用这样的方式保持不依附。

如果一个人检查他灵性生活的实质，在投生中的实体会依附(特定)结果，并且会有各种扭曲、期待与渴望，显而易见，这是一种祝福，因为这些渴望与期待的元素创造了感受情绪的潜能，并用一种新的、不同的方式使意识参与其中。

另一个在观察情绪时很重要的元素是你们称之为判断的机能。一个寻求者如果感觉到他的表面情绪是正面的，他会倾向于不评断，而如果他自己的情绪似乎来自自我的阴影面并表达内在的黑暗，他却会相当地批判。现在，如果一个人查看一个颜色转盘，一个人不会判断深暗色比那些浅亮的颜色低劣，而是看到所有的颜色的区域在一个人的配色方案中都是被需要的，这样才能创造一个令人愉快的和谐。例如，一个人不会避开使用棕色、灰色、黑色和深蓝色的(暗)色调，相对于大地色系中的柔和而较浅的色彩而言，好比浅棕色，浅灰色等等。所有这些色彩在构建一个让你个人觉得愉快的环境方面，都具有相同的价值。

当一个灵性寻求者变得越来越成熟，每一个经验都是另一个机会，去工作一个表面情绪并精炼或净化那个情绪，将其作为一个自发性、纯净的情感而贡献出来，既不带任何批判、也不要求自己去成为一个只感觉到正面情感的人。

在一个不成熟的实体身上，每一个情绪升起时，它是混乱而无秩序的，还带有与信号相反的高度静电干扰或噪音。因此，做为一个灵性寻求者，每一次一个情绪升起时，在你对它的感觉中你可以努力既不对它畏缩回避，也不向它倾斜靠拢，你的目标是不对那个情绪做任何事情，而是允许它沉入当下此刻的意识中。

当你对表面的情绪表达尊重和荣耀时，你允许它们变得开阔，并开始向下渗透而穿过第一层的冲动性与自我批判。容我们说，当你给与自己空间与时间，让这个情绪来向你讲述它的故事，你会沉入你自己内在意识的根部并开始能够感觉每一个情绪为一个更独特、纯净与清澈的色彩。

某种持续不断对原型心智的沉思可以帮助寻求者评估并考虑他所拥有的情绪经

验，这是有可能的，甚至是很有可能的。例如，在生命之树的图形象征中，有各种各样的情绪被连接到中间的柱子，女性的柱子和男性的柱子。沉思那些你每天经验的情感可以安放在生命之树的图形[2]中的哪些位置，这也许是有趣的。

类似的，如果一个人倾向于星象学，那么各种符号与黄道十二宫的复杂细节对一些人在理解自己的情绪方面是一种真实的帮助与资源。

最后，就好像这个特别的团体在过去已经做过的一样，通过对(埃及)塔罗牌的 22 张图像[3]的工作来凝视情绪的世界与意识的本质，这是有可能的。当一个人注视每一个概念复合体时，一个人可以开始看见各种情绪之间的关系。

这是微妙的工作，我的朋友，意识的本性属于矛盾、神秘和无限的领域，因此你是不会对智力所提供的答案感到舒适的，因此智力总是试图在一个人的生活或者无限太一的造物中寻找对情绪的优雅和整洁的解答或者寻找情绪的阶层性。相反，就好像你们星球的河流与湖泊，它是一个一直流动，一直改变，一直演化的水域系统，容我们说，情绪也是太一造物者的意识的循环系统。

你们询问在思考情绪时可以使用什么样的灵性原则，我们会向你们提供合一的原则。你们全都是一。你们确实分享一个本能的、基础的、真实的，关于情绪材料的觉知。你们相互共有的那些情绪，它是某个值得信赖的事物。没有什么你能够感受到的情绪是其他人不会感受到的，无论是在你感受到该情绪之前或之后。

在某种程度上，情绪和智力的工作相比有更多的一致性，由于逻辑的本性，智力似乎有更多的一致性。然而，为了任何渴望的事物，逻辑可以被编纂并制造为诡辩的原理阐述，而情绪却顽固地就是它们本来的样子。一个人可能会尝试去篡改

一个情绪来使它变得与原来的样子不同，然而，篡改或者尝试去调整你不喜欢的那些情绪，并不会创造一种有技巧的处理情绪的方式。相反，一个人如果足够的信赖每一个情绪而能够给予它空间和时间，在其中情绪能清晰地在你的觉察中表达它自己，这样那些情绪就会开始为你献上回报，也就是超越线性(思考)的一己的感觉。

你是无限的存有。而相比在你持续地带着尊重而无批判地去凝视每一个情绪时你所能体验的感觉，你的心智表面的日常生活情绪远为苍白与无力。

那位名为 L 的实体早些时候说过，在她进行她的工作以及为他人的服务的过程中她遇到了一些人，他们从她的内在唤起了对那些非常清晰的愤怒情感的记忆。她要做什么来处理这些突然的、冲动的愤怒呢？她会努力去镇压或者去压制它吗？她会给与这愤怒足够多的荣耀以至于她会用一种不属于服务他人的方式来表达这愤怒吗？她应该如何来处理这突然的、冲动的愤怒的感觉呢？在每一个灵性寻求者的每一天的行程中，这种情况会一次次反覆地发生。

看起来似乎负面情绪并没有什么有用的功能，而好比喜悦、赞赏、浪漫或友善的爱等等正面情绪，它们都是感觉良好的情绪，它们几乎不会被评估或批判。虽然如此，当你与正面情绪一同工作时，同时保持注意力是非常有帮助的。因为就好像负面情绪一样，表面的正面情绪也仅仅只是其强度、透明度和生命力的开端，而对于一个寻求者，当他聚焦于这些类似喜悦的表面的正面情感，并允许它们拓展，就好像我们和你之前说的一样，让它们围绕着自我的营火，随着他经验自己的过程，讲述它们自己的故事，这些正面情感的礼物才会到来。

同样地，当你体验到表面上的负面或者阴影的情绪时，注视这些表面情绪并允许

你保持对这些表面情绪的察觉，这是相当有用的，不要因为注视它们是令人不舒服的而将它们赶走，不要说，「好吧，这不是我，我永远都不会如此的负面」，而是相反去凝视情绪上这个深暗颜色，并要求它变得清晰、精炼它自己、变得更加纯净。

那位 L 实体问，「那么负面情绪的用途是什么呢？我们能使用它们吗？」我们会认为，甚至表面上最黑暗的情绪的价值与表面上最正面的情绪的价值都是相等的，在它们的价值上，它们都是一切万有的一个有效的、受荣耀的部分。你们是一切事物、每一个情绪。因为你们每一个人都是太一造物者的一个表达[如果你愿意]，每一个情绪都有一个属于它自己的位置，帮助你自己在此生中创造一种对太一造物者的表达，越来越多的平衡和越来越少的扭曲。

就好像我们很多次地通过这个器皿说过的一样，就是在类似愤怒这样的较深色的情绪，当对它精炼和净化被允许时，它会创造出刚毅、力量、决心，还有长期忍耐与不屈不挠的能量，并成功赢得你投生的目标。如果你还没有在你的内在用一种更纯净与更精练的状态来表达那种驱动性能量，当自我正在经验的炼金炉或熔炉中被精炼的时候，你就不会拥有对自我保持耐心的能量。

这个器皿在今天的早些时候曾在《圣经》的一条引言(Q'uote)上进行工作，那条引言说，那位叫做耶稣-基督的实体来到这个世界并不是来审判这个世界的，而是这个世界或许是通过他而被拯救的。[4]

我们会建议在你工作负面情绪时，你可以慈悲地对待你自己，如同耶稣实体一样地慈悲。耶稣对于和那些不会犯错的人一同工作没有兴趣，他喜欢与那些扭曲的人们，那些正在受伤的人们，那些正在受苦的人们，那些处在困惑的黑暗中人们

一同工作。当你允许每一个情绪在你的意识中找到它的合适位置时，让那完全无批判的氛围成为你工作的态度，同时你要求自己在内在提供一个持续性的环境，在其中那些被荣耀、被尊敬的情绪可以逐渐被净化、精炼。

那么，你的目标就不是去平衡各种情绪直到没有情绪存在，而是用各种方式来体验每一个情绪，并允许那些情绪从混浊与困惑的形态进入到一个地方，在那里每一个情绪都是宝石般的色调。宝石有从黑色到白色以及两者之间的全部的颜色。

对那个特定的宝石，每一种颜色的美丽都是独一无二的。你的情绪就如宝石一般。

当你能够允许黑暗、泥泞与冲动性逐渐地从每一种情绪的核心与精髓中蒸发，你就会好像一个挖掘矿石来从中开采自我的宝石的人，而该宝石是你与所有人类同胞共有的。当你内在的那些能量被净化时，你的扭曲就会越来越少，你的平衡就会越来越多，我们开头讨论的恐惧的成分也会越来越少。因为，太一伟大的原初思维就是在每一个正面或者负面情绪核心的那个情感，这确实是一个正确的观察。就我们所知的范围，这是一个值得信赖的表述。情绪的每一个色彩都根植于爱，无条件的爱、不批判的爱、彻底与绝对的爱。你越发频繁地在与情绪工作的结束时返回到爱中，并允许爱溢出并漫过所有其他的考虑，在这个工作中你就会越发的强有力，允许自我绽放。

你们每个人都如同一朵花。如果一个人查看实体的每一个能量体，他会看到每一个脉轮无疑就好像一朵花，这朵花有特定的形状，还有特定的潜能会变得更加鲜艳、更多花瓣、更完全地绽放。因此，你可以将你与情绪的工作视为就好像你正在和舞蹈、音乐或诗歌的能量一同工作一般。

允许各种边界瓦解，这样你就会开始感觉到在正面和负面情绪之间的连结。在你工作于平衡每一个情绪的过程中，当你变得越发的无所畏惧，越发的灵活，你就会允许你的能量体的那些脉轮变得更加的鲜艳、更饱满地绽放，更清晰地表达，也更加有力量。

我们会用力量的概念来为对情绪的观察进行总结。如果一个实体并不努力去做灵性上的寻求，他也不尝试去用某个方式弄明白他是谁，他为什么在这里，对于这样一个实体，一般来说情绪会保持相当地浑浊和不清晰，因为对于一个并没有领悟到情绪代表礼物的人来说，他的确不会有任何诱因去进行必须的工作来开始精炼并净化这些真实的、有无穷意义的情感，它们是你做为爱的生物的本质性存有之光芒。

（磁带第一面结束）

（卡拉=Carla 传讯）

我们已经很多次通过这个器皿提到的平衡练习，我们愿再一次简要地谈到它，因为它是工作情绪的一个非常有用的方式。

一切不是太一起初思维的事物，在其本性上都会产生扭曲。扭曲不是一个坏的词语。扭曲也不是一个侮辱的词语。显化中的万物都有扭曲，甚至你能想象的最高和最好显化也是一样。如果没有扭曲，就不会有(宇宙)造物，因为造物本身在它被显化的方面就是一系列嵌套的扭曲。因此，一个人并不是努力去完全消除扭曲，而是允许扭曲变得越来越一致，将断断续续与泥泞模糊的色彩转变为雷射光

与珠宝。

平衡练习的工作就是单纯地去找到每一个将你今天的生活从某种预设的平衡变为一种不平衡或扭曲的反应的触发物，无论这种反应是所谓的正面的还是负面的。

观察自我内在的那些事物，观察一个人偏离他的中心的过程，和你自己谈论自己。

当你允许那些那些情感再次被查看，甚至被深化，接着，当你允许那表面上对立面的情绪发生时，就好像颜色转盘的一个颜色的对面你会看到的一个互补的颜色一样，你就可以通过鼓励向表面的负向和表面的正向情绪赋予相同的尊敬来减轻你自己内在的扭曲。

就好像我们之前说过的，这是一个微妙的工作，但是，从了解你自己，了解你是谁的方面而言，这就是你来到这里要做的工作，通过开始去体会一种越来越深刻的存有的真实性，于是你就可以成为一个比过去的你更为坚定的光之勇士。每一个情绪都有它的位置。情绪的表面仅仅是它们的开端。

当你们与这些情绪工作来理解使你成为你之所是的每一个要素时，我们祝愿你们能找到那最佳的探索历程。你会发现所有的情绪，一旦被净化，它们会一同和谐地工作来将你创造为一个人的存在。人的本性就是道德导向的，他渴望去服务、爱、知晓。信赖你的情绪会帮助你学习这些事情。从灵魂的层次对待每一个实体，当你与其他人联系时，信赖他们内在的情绪，它会与你自己的情绪共鸣。

在我们离开这个器皿前，请问是否有任何问题或者有这个问题还有后续的疑问

吗？我们是 Q'uo。

（暂停）

既然看起来我们已经耗尽这个团体今晚的问题，接下来轮到我们释放与这个器皿和团体的连接了。我们想再一次感谢你们呼唤我们来到你们的寻求圈。它是一种喜悦，我们非常的感激你们每个人从忙碌的生活中精巧地挪出时间和空间来一同寻求真理。你们用渴望和憧憬所创造的这个神圣空间是一个美得令人震惊的事物，我们同样为此而感谢你们。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。Adonai。我的朋友，Adonaivasu。

原注

[1]在集会的今天，Carla 正在写一本涉及工作生活的情绪与苦难的书。

[2]追寻这条思考的线索的一个很好的网站是：
www.tarotpedia.com/wiki/Tree_of_Life

W.E.Butler 的书《魔法师，他的训练和他的工作》也包含了对这个象征图形的十个站点的一个清晰和全面的解释。

[3]《一的法则》卷四有大量内容致力于探索这二十二个图像。

[4]《圣经》《约翰福音》3:16-17。这条引言(Q'uotation)的上下文是：「神爱世

人，甚至将他的独生子赐给他们，叫一切信他的，不至灭亡，反得永生。因为神差他的儿子降世，不是要定世人的罪，乃是要叫世人因他得救。」

TranslatedbyT.S.

(V)2012ReviewedbycT.

☆ 第 1420 章集：正在创造第四密度

Copyright © c 2010 L/L Research

周六冥想

2010 年一月 23 日

Jim：当我们聚集在类似这样的团体中，当我们分享一颗开放的心，我们察觉到产生了很多的光、能量与潜力，而今天的问题就与这个事实有关。我们想知道，当我们离开该团队进入我们日常生活中的时候，我们应该如何使用那光、能量与潜力，那些光与能量会如何影响新时代的曙光，第四密度[爱与理解的密度]的曙光呢？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你中间。能被你们的寻求圈呼唤这是一个巨大的荣幸，在如何将你在这个圈子的强化能量中所觉察的你自己带入日常生活这个主题上，我们非常高兴与你们分享我们卑微的观点。

然而，在我们开始之前，如果你们每一位听到或者读到这些言语的人愿意自己承担起使用你的分辨力与洞察力的责任，拿取那些与你共鸣的思想而将其他的放在一边，我们会非常感激。我们不希望成为你们面前的一块绊脚石，我们的解答也无法满足你们在所有的时间、任何地方、所有人的需要。我们非常希望不去打搅你们寻求的模式。因此，如果你可以使用你的分辨力并倾听你的共鸣，它将允许我们更自由地谈话。我们感谢你们这方面的考虑。

我们想说，你们从忙碌的行程中拿出时间来寻求真理，这需要(相当的)勇气，为此我们希望感谢你们。设置意愿去寻求真理的能量对于我们是深刻的，我们了解到，正如 L 实体所说，你们不仅仅跳出了盒子，你们正生长，正在开花，你们已经完全地摆脱这个盒子。能成为这个圈子的一部分，这是一种巨大的快乐。

这确实是真的，我的朋友们，当那些思想类似的人聚集在一起，团体中的所有人都可以在他们的寻求中获得帮助。因为在团体中，每一个人现在都被其他人所支持。它就好像你将自己与一块巨大的电池连接在一起，你们每个人都是彼此的一块电池，你们每个人支持、鼓励并肯定彼此的效能。

因为缺乏更好的词汇，容我们说，这种现象的本质是电性的。因为你们每个人不仅仅只是被一个本质是化学性的肉体所供能，你们同时还被一个的形而上身体或能量体所供能，这个能量体的基本工作方式是电性的。当你在这个寻求圈的这次工作集会的过程中放松时，你们每个人灵光就必然会与你们身旁任何一边的人的灵光混合在一起，当你允许能量绕着顺时针的圈子转动时，这些混合的能量立刻会一起开始建造一个神圣的空间，实际上，当你们一走进屋子并开始与彼此说话时，这个空间就立刻开始建造了。真的，你们已经在这个住所的上方建造了一个巨大的光之圆顶，它一直到达天堂，我们发现它看起来是非常美丽的。

我们现在转移我们的注意力到此时此刻的讨论，相对而言，接下来的几年在普遍性永恒和无限的流动中只是一瞬间。如同这个器皿之前说过的，在这个时刻，第三密度的光正在衰弱，很快它就会落下，新的光之黎明、一个新的早晨、一个新的密度即将到来，我们经常称这个新的密度为爱与理解的密度。

在第三密度的光的衰弱中，有越来越多的来自第四密度的光的渗透。一个密度被如此称呼的原因是每一个密度所包含的光都带有更密集的信息，这也是为什么你们每个人现在正在体验这个去将自己的所有阴影面都收集起来的机会，你自己的阴影面是被你自己所否认的，因为它在表面上并不吸引人，看起来似乎也不携带着爱与光的能量。

然而，我的朋友，你是一切事物。如果你们是一体的，在那合一中你就包含着一切万有。既然合一的本质是理则或无条件的爱，那么它同样包含那爱的所有的扭曲。很多扭曲，我的朋友，是被恐惧所引起的爱的扭曲。因此，这是你去培养无惧的质量并跃入信心的非常合适的时候。

在此刻，面对你们地球世界的很多表面上的困难和灾难时，一个人很容易发生恐惧。紧紧跟随着如此多的关于扬升以及「大狂喜」的理论，很容易就会有一种你将无法继续的恐惧，或者你会在这硫磺与烈火中不断地继续受苦的恐惧。是时候去让那些恐惧彻底的消散了，只此一次不再重复。就好像诗歌中说的:「
死亡，你的毒钩在哪里？坟墓，你的胜利在哪里？」[1]

我们请求你们不要担心类似物理生命或肉体死亡之类的事情，因为无条件与绝对的爱与你同在，无论是在这个世界还是在更大的生命中。既然爱在你的内在，你

是以物理存在还是以灵性存在来体验爱，有任何的关系吗？因为当那转换发生的时候，你知晓你将继续做为一个永恒的公民，让这知晓超越疑惑的阴影吧。

当你穿越从这一个密度到下一个密度的毕业过程时，你的环境将改变，但是你清楚地知道，除了你自己的偏好，你将不会被任何事物所审判。因为你将走入阳光。

因为这是一个精致的、细致入微的密度级别，光将更加充足。当你走入更充足的光中，你的环境就不再是第三密度而成为第四密度了。然而，你仍旧可以继续前进。你可以继续前进直到光对你来说过于充足并对你来说不再舒服的时候。接着，那就是你会停下来的地方，那就是你应该停留的地方。如果当你停下来的时候，你仍旧停留在第三密度的光中，接着你的能量体将被转移到另一个第三密度的星球，在那里你可以再一次开始极性的课程，并再一次开始那个如何去服务的选择：你将选择服务他人，或你将选择服务自己？

如果在你停止之前你已经进入第四密度，那么你已经毕业了。你已经在这所灵魂的学校中通过第三年级，因为第四密度的光的充足，你将发现远为大量的选择在你面前展开，关于如何去生活，如何去成为，如何去服务和学习。

我的朋友们，有一些人他们确实是从(宇宙)其他的地方而来，在这些人的心中他们已经滋养过那种能量的记忆。当你毕业时，也许你将简单的继续在光之阶梯上前进，直到你回到自己原生的密度。

这对现在的你是有冲击的，它的冲击是你将释放所有的恐惧并知晓你是一个魔法的、强有力的存在。你是神性原则的一部分。当你创造你内在的宇宙时，它是为

你而存在的。因此，如果你在你的宇宙中对自己和其他人都能够慈悲与宽恕，你就被宽恕了，他们也被宽恕了，你拥有那能力与应得权利。通过设置你的意愿去以第四密度的价值而生活，就是现在，就在这里，你可以为你自己创造第四密度。

我的朋友，耶稣实体曾给予简单和强健的建议。他是这么说的，他觉得只有两条诫命应该被带入他认为的一个新时代。

第一条价值基准是带着那伟大而点燃的火焰，全心全意地去爱造物者，永不停歇，永不受阻。

第二条是去爱所有你周围的人就好像他们就是你一样，对待所有你周围的人彷彿他们就是你一样。[2]

当彼得实体说，「好吧，当你离开的时候我们要做什么呢？」

耶稣实体说，「喂养我的羊」。[3]

当你离开这个受到非常强力支持的寻求圈并进入你自己的活动范围，进入到你生命中自己的职务时，我们请你们携带那个意愿去爱造物者，去爱所有你遇见的人彷彿他们就是你自己一样，或者就像耶稣实体所说的，彷彿他们是那些依靠你来喂养他们的人一样。

我们并不是建议你去变得不理智或愚蠢。我们不是建议你遮蔽你的眼睛不去看那些你看到的东西。我们是建议当你用一双爱的眼睛去看的时候，你就会将任何你

看到的人都视为一个灵魂。当你用爱的眼睛去看的时候，你不是看到他们的行为。

你看到他们实质的存有。在天父的造物中，所有你看到的人都是造物者的火花。

用爱的眼睛去看就是去带着一种察觉而被祝福，那察觉会超越逻辑智力的能力告知你。这是有帮助的，因为它打下你看待一个人格的基础，并以此看待其他人格。

我们并不是建议当你与其他人沟通联系的时候，你不再用一切拥有的能力去看其他人，我们也不是建议当你交往那些会让你离开你的中心事物的人们时，你不去设定你的边界。我们是建议除了那些人格、情绪与智力的正常与日常的行动之外，你还可以携带太一无限造物者的爱与光。

只要你愿意，你内在确实携带着那爱、光、基督。真的，在你的心中，那能量在发光并等待着你去伸手触及。你不必呼唤造物者来到你身边，因为造物者离你比你的呼吸还要近，比你的身体还要近。那爱等待着你就如同耶稣等待着跟随着星星而来的僧侣。在你的内在有一个马槽。在那马槽中躺卧着爱本身。那爱就是你的爱、你的邻居的爱和太一无限造物中万物的爱。你可以随时进入自己心中的马厩，并抱起那个婴儿自我，它是你正在成熟的灵魂。你有能力去哺育、滋养与培育那个内在小孩。

你的内在不仅含有第四密度，还包含所有的密度、所有的情绪、所有的环境，显化中的一切万有，可以被想象的一切，还有那超越想象的神秘与矛盾。这一切都在你们的内在。因此你们就是太一无限造物者，和太一造物。我们不是说你们可

以变得自大。你们是非常年轻的神。在你四处寻觅收集自己的那些存有的宝石的时候，在日常生活的熔炉中你还有很多需要被烧掉的部分，而那些存有的宝石是你最真实的部分。

因此，当你从这个团体中跳出来时，从这个繁荣茂盛、这个珍贵的时刻跳出来时，你可以在你的内在携带被这个团体的安全所充能的光。你可以允许那光照耀。再一次，我们不是说物理上的事情，而是说那些形而上或灵性的事情。你并不创造光。你维持着一个空间，无限的爱与太一造物者的光得以流动。在所有的时刻，你都在通过你的能量体传导那光，当那光流动穿过这个器皿所称的脉轮或者能量体的时候，它将触及在你此生的小小生命中的所有各类能量。

就好比如果一个人希望让他的房子保持相当的清洁[4]，要做日常的家事一样，你也有每天要做的工作，这样那无限的爱与造物者的光就可以在充足的能量中流入你的心。心是脉轮体或能量体的正中央。每一次你发现你因为一些困扰你的事情而关闭某个能量中心的时候，你就可以帮助自己携带光。当你在沉思中探究那时刻的时候，你可以凝视着你的能量身体因为痛苦的突然关闭或者收缩，当你找到了你的触发物的所在，当你找到了是什么带你离开一个开放的能量体时，当那珍贵的光流入你的心的时候你发现什么事物在压榨那光，这对你更好的知晓自己是非常有帮助的。

如果你能在开放的心中保持能量的流动，你就做好准备去工作那沟通的能量、慈悲和存有光辉的能量，它将引领着你与必须的灵感和信息连接，灵感和信息来自更高的密度通过智能无限的大门，倾泻而下，这样你就能够去带着最大可能的光继续在你的道路上前行。

在一个和这个团体一样的支持团体中，感受到开放和发光是容易的。当你没有与实质地与团体在一起时，要维持这种繁盛蓬勃的自由感觉会有一些不容易。然而，我的朋友，你有很多无形的同伴，例如天使、指导灵系统、还有这个器皿所称的圣灵，他们都是你强有力的同盟，他们会帮助你保持那个空间的开放，让造物者的爱可以从中流过。如果你能想象你的能量体在你的头顶部位结束，当你的能量体开放时，你可以想象头顶的地方持续地有一道灵性的火焰。从形而上方面而言，它是非常真实的光。对于所有你遇到的人，你是一束光。

想象在那即将到来的日子海啸、飓风、地震，所有的那些围绕着一个时代终点的事情，在那些事情中侵略与战争的热量被储存在地球中，而这些能量必须得到释放它们也将是你去为那光做见证的机会。当你凝视着那些发生在你们地球世界的事件时，你可以为自己而去看到光，在现在这个时刻，人类种族中的大部分实体距离第四密度的给予、爱护、关心和生活都只有一个心跳的距离，在第四密度中，你可以喂养你周围人们，你也可以期待周围人们来喂养你。

肯定地，这个器皿所称的「忠诚的反对派」非常乐于煽动战争和战争的谣言。我们简单地请你们不要惊慌，而是沉入你存有的根本，沉入到「你是谁」以及「为什么你会在这个时刻来到这里」的寻求中。这是一个你必须服务光的珍贵机会，你可以问「我将这一天献给了祢，今天祢对我的意愿是什么呢？这是祢的一天。我是祢的仆人。」或者「我在这里，差遣我，差遣我吧。」[5]

你可能会问你自己，「我配得上携带这爱吗？我配得上见证这光吗？」我们会回答你，造物者没有一个(最佳)人选，除了那些易于犯错的人们。就如你之所是，你是完全配得上的。确实，我们发现你们每个人都是美丽的。因为如果你让光流动通过你而不带任何人格的扭曲，它会是白色的光。然而，你却根据你的人格的

色彩使得这光有了渐层的变化，那是多么美丽啊，你们就象是彩色的玻璃窗，给予白光它的色彩、它的美丽、它的独特性。

为了支持根据第四密度的爱与慈悲的价值观念而生活的企图与意愿，我的朋友，你们每个人能找到各种方法去进入静默，这是非常有帮助的，因为在静默中那些与无限太一亲密交流的时刻移动到比言语更深的地方。

你希望如何进入到静默并练习与太一造物者同在，这完全是你的选择。有一系列了不起的方式来练习太一的同在，从激烈运动，到在大自然中散步的默祷，到很多种静坐冥想的方法，以及每当你读到或者想到你所读到的内容时进行的语言与灵感的练习。无论那些吸引你的事情如何去组合，我们简单地鼓励你让它成为你日常的练习。

最重要的是，我的朋友，我们建议你同时以终极认真的方式和轻盈的方式对待你自己。一个人在灵性的道路上很容易筋疲力尽。从自我批判的沉重中振奋精神并进入到对自我的慈悲吧，这样你就会爱上你自己，正如你现在的样子。为你察觉的每一个不完美在你自己身上实践宽恕，当你已经能做到这一点的时候，爱你周围的所有人将会容易很多。

你曾有过的最苛刻的观众就是你自己最严厉的批评，最严苛的批判。让那些能量自然地从你身上脱落，接着宽恕一切。当你这样去做的时候，你就已经开始了一个全新的生命。你可以在每一天都那样做。你的戏剧永远不会短少各种开场。你拥有无限(时间)去排练戏剧。

在我们开放接受其他问题之前，请问此刻关于这个问题是否有后续的疑问呢？我

们是 Q'uo。

（沉默）

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，看起来关于这个问题没有后续的疑问了，现在请问这个团体现在有其他的问题吗？

A：Q'uo，我有一个问题。我刚刚想到即将到来的第四密度的科技概念。请问是否能评论一下它是不是一个有用的概念？如果是的，在不侵犯自由意志的情况下，你能否从灵性的角度进行一下讨论呢？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们感谢你的问题。我们所能提供不会造成伤害的信息，简单地说，确实有一定数量的对你所称呼的先进技术的逆向工程，这个器皿会如此称呼，而这些少量的技术源头是属于负面极性的，那就是说，你们人群中有一种能量是被称之为服务自我的能量。

就好像我们出于在谨慎，并觉察到维护完整自由意志的需要，而在思想中通过通灵的途径来到你们中间一样，有一些实体也会找到那些寻求在服务自我中毕业的人们，那些能量与(飞碟)具体降落、天外来客等等事件是兼容的。

我们不是在说那些科技本身有一种负面的振动，我们只是说，通过试图去引进科技来给你们星球上的人们，将会侵犯他们的自由意志，对于一个从(宇宙中)其他地方而来的服务他人的团体这并不是适合的方式，尽管这些科技对那些获得这些

科技的人可能是有利的。

我的兄弟，我们为这个问题而感谢你，我们到此说完我们视为无害的资料。

现在请问这个团体中有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

L：我有一个问题，Q'uo。在关于到虐待狂和受虐狂的问题上，也就是从一种可以被视为唤醒的体验的或者意识改变的体验的位置去寻求造成伤害或者渴求痛苦，你是否有可能和我们讨论一下它涉及的任何的灵性上的原则。它是由于较低的脉轮的某种阻塞而导致这种类型的事情被一个实体所寻求吗？

我们是 Q'uo，相信我们理解了你的问题，我的姐妹。在一次人生的过程中，有人可能会去收集那些非常痛苦和非常压抑的经验，这是因为做为此生中的一个年轻实体，他没有任何方式去包含或理解这些经验。一个年轻的灵魂有可能承受很多不同的虐待方式，经常这些记忆会被很深地埋葬，如此那个体验过这些痛苦事件的婴儿或幼童或小孩就可能在一种原封不动的心理状态中存活下来，就好像这个器皿会说的。

这些被埋藏的痛苦口袋有时可能被成年人显意识心智回忆起来，而他们对这些早期的经历完全没有记忆或仅有模糊的记忆，这也暗示着痛苦以某种方式表达是合适的。在心理学的术语上，我的姐妹，它可以被称为一种心理失常或者一种疾病。当然，在所有的阴影面中肯定会包含疾病或毒性。

通向光的道路是笔直地穿过那种痛苦的，因此你可以想象，你将你自己与黑暗有关联的部分放在摇篮中，并允许造物者的母性面向用襁褓包裹内在的这份痛苦，

并在摇篮中轻轻摇动它。穿过那黑夜，持续地轻轻摇动，持续地去爱，持续地与你自己还在黑暗中的那个部分同在一起。

我的姐妹，我们能进一步的回答你吗？我们是 Q'uo。

L：不用了，谢谢你，Q'uo。

我们感谢你，我的姐妹。我们希望对这个团体中的所有人说，在任何时候如果你希望我们在你们冥想中与你们在一起，加强冥想的基础振动，我们会非常乐于在那里。你仅仅需要呼唤我们。对于天使们，这也是有效的。你们每个人都有很多的天使围绕着你们，这些天使因你们之所是而爱你们，因你们的伟大理想和希望而爱着你们。

（磁带一面结束）

（Carla 传讯）

他们来到这里为了让你们知晓，你们是被爱的，你们是安全的。

现在请问有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

A：我有另一个问题，Q'uo。你能否在不侵犯任何人的自由意志的情况下从灵性的角度和我们讨论一下数学这门学科数学的灵性原则？谢谢你。

我们是 Q'uo，我们为这个问题而感谢你。这是一个有趣的问题，从我们的观点

上，数字科学与音乐科学之间没有区别。你们人群中深度涉入数字的那些人经常会说数字就是实体。我们也赞同这一点。然而我们可以更进一步地探讨它。

数字是灵性的精华。数字之间的比例与关系是所谓的赫密提(Hermetic)哲学—赫密斯(HermesTresmegistus)的作品—以及所有的炼金术科学的基础，炼金术科学尝试提取基础金属[尚未了悟的自我]，并将其转变为黄金[已了悟的灵性自我]。

数字与存有的各种振动层次都有强有力并深入的联系。例如，如果你感觉到你也许有一个幸运数字，这非常可能是因为你特有的振动与那个特别的数字的能量是相互协调的。如果希望去探索数字的灵性特质或神圣本性，有很多种方式可以去进行。你可以根据卡巴拉(Kabbalah)的训练去探索它们，因为卡巴拉及其灵数学(Gematria)是一门有数百年历史的学科，对于一个对数字感兴趣的人，卡巴拉的道路会是一条非常有趣的旅程。

我们之所以将数字与音乐进行比较是因为每一个音符的振动本性都有一个特定的可以用数值表示的价值，因此当你凝视着和谐是如何工作的，或者一个十二音的音阶会如何工作，或者，举个例子，各种音阶如何区别高音和低音的，你就是在凝视与各种存有状态相一致的那些灵性道路。

我的兄弟，神圣几何学也是一个会满足你对这个主题共鸣的学科，我们推荐你同样也去研究它。

我的兄弟，我们能进一步的回答你吗？我们是 Q'uo。

A：不用了，Q'uo。谢谢你。

我们感谢你，我的兄弟。请问这个团体是否有最后一个询问呢？

A：我有一个问题。Q'uo，我很好奇关于超心灵攻击与日常的、普通的催化剂之间的区别，所谓的日常的催化剂就是那些日常事务，因为生活就是生活。我想知道你能否在不侵犯任何人的自由意志的情况下从一个灵性的角度和我们讨论一下，如何区别这两者呢？

我们感谢你，我的兄弟。这个器皿有些错误地引用威廉[6]的剧本，在暴虐的弹弓和箭矢的日常时运和超心灵致意之间并没有清晰的界限。然而，在超越日常生活之上也有看起来暴虐的弹弓和箭矢。在那些情况下，寻求者很可能会说他正在承受超心灵致意或超心灵攻击。

通常，大多数的超心灵致意是来自自我内在的一种机制，自我内在的光在某个特定的方式或在某个特定的区域尚未得到发展，因而，相比日常的经验和困难对一个人的冲击，那些做为催化剂冲击一个人的事物的效果会要强烈的多、痛苦的多。

因此，在一个人开始思考「哦，我正在被某个邪恶的实体从外部攻击」之前，通常来说，去凝视内在并去理解，是什么事物引发了这表面上的被攻击或者被致意的感觉，去检视那个抵抗或困难或挫折的时刻，并聚集智能(了解)那个事情，这是更加富于成效。

对于任何灵性的寻求者而言，回到那个困扰他的事物的中心并从中找到困难的模式，这是非常有益的。对于每一个进入肉身的人，他们都有一些事情要去做，一

些事情要去学。对于每个人至少会有一个人生的课程，这个课程是重复性的，就好像一次又一次发生的主题一样，就好像在彼得与狼(音乐剧)中当你听到某个曲调，你就知道彼得要来了，或者狼要来了，或者鸭子要来了，在那部令人惊讶的作品中每一个实体都有一首专属的曲调。

你同样的拥有你的人生主题，一次又一次地发生的主旋律。它们并不是每一次都用完全一样的方式发生，因为每一次你遇到这个人生课程时你都是不同的。它会在不同的地方遇到你。不过会有一些元素，在你仔细思考它一段时间后你就可以识别出来。

如果你对什么是你的人生课程有把握了，它将是极有帮助的，因为当你进入到「哦，我又一次撞上它」这样的想法的时候，它会消除掉所有的恐惧。接着你会想，「哦，好吧，我知道它。那就是我的主题，那就是我的课程。让我看看这一次我将如何处理它。」接下来，你就可以开始问自己那些我们经常鼓励你们去问的问题:

「此刻爱在哪里？」
「此刻造物者在哪里」
「此刻我可以如何用我最高和最佳的方式来服务？」
「我可以如何拓展信心并释放恐惧？」
「我可以如何去爱？」

偶尔，会有一个外部的实体希望让你分心离开你已经选择去跟随的道路，对于一个光的存有，一个光之工作者，他如果从光的工作上分心，并被哄骗在沉重的忧郁中坐在路边，他就被成功地带走了离开该工作者来到这里的初衷。

因此，当你感觉到分心的时候，当你感觉到灰心的时候，允许那些感觉冲洗你，同时允许太一无限的爱与光充满你。

那些发生在你身上的事情，无论它是你每日的平常的困难还是可以被称之为超心灵致意的事物，它们全都回应相同的事情：那就是你的爱的注意力。所以，让你的光显露吧。当它被挑战时，花时间去荣耀与尊敬那挑战你的事物，接着让它顺其自然，让它走吧，这样你就可以进行你来到这里要从事的事情了。

我的兄弟，我们能进一步的回答你吗？我们是 Q'uo。

A：不用了，谢谢你，Q'uo。我满意了。

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。非常感谢你们每个人。能成为这个冥想的一部分是我们的荣幸与快乐。我们将在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。Adonai。

Adonaivasuborragus。

原注

[1]《圣经》《哥林多前书》15:54-55。在上下文中，这个引用是这样的，「这必朽坏的既变成不朽坏的。这必死的既变成不死的。那时经上所记，死被得胜吞灭的话就应验了。死阿，你得胜的权势在那里。死阿，你的毒钩在那里。」

[2]这个引用来自《圣经》《马太福音》22:35-40，上下文是这样的，「内中有一个人是律法师，要试探耶稣，就问他说，夫子，律法上的诫命，那一条是最大的呢。耶稣对他说，你要尽心，尽性，尽意，爱主你的神。这是诫命中的第一，且是最大的。其次也相仿，就是要爱人如己。这两条诫命，是律法和先知一切道里的总纲。」

[3]这个引用来自《圣经》《约翰福音》21:15-17，上下文是，「他们吃完了早饭，耶稣对西门彼得说，约翰的儿子西门，你爱我比这些更深吗。彼得说，主阿，是的。你知道我爱你。耶稣对他说，喂养我的小羊。耶稣第二次又对他说，约翰的儿子西门，你爱我吗。彼得说，主阿，是的。你知道我爱你。耶稣说，喂养我的羊。第三次对他说，约翰的儿子西门，你爱我吗。彼得因为耶稣第三次对他说，你爱我吗，就忧愁，对耶稣说，主阿，你是无所不知的，你知道我爱你。耶稣说，喂养我的羊。」

[4]这个基础的象征是两层楼的房子，在你进入「楼上的房间」之前，房子的第一层必须被清洁过了，这个象征经常在英国的神秘主义者 EvelynUnderhill 的作品中出现，她的作品也是这个器皿最初发现这个强有力之比喻的地方。

[5]这个引用是以赛亚说的，来自《圣经》《以赛亚书》6，5:8，上下文是，「那时我说，祸哉，我灭亡了。因为我是嘴唇不洁的人，又住在嘴唇不洁的民中。又因我眼见大军王万军之耶和华。有一撒拉弗飞到我跟前，手里拿着红炭，是用火剪从坛上取下来的。将炭沾我的口，说，看哪，这炭沾了你的嘴。你的罪孽便除掉，你的罪恶就赦免了。我又听见主的声音，说，我可以差遣谁呢，谁能为我们去呢。我说，我在这里，差遣我。」

[6]威廉·莎士比亚，《哈姆雷特》，在第三幕，第一场景，哈姆雷特沉思：「生存还是毁灭，这是一个值得考虑的问题；默然忍受命运暴虐的毒箭，或是挺身反抗人世无涯的苦难，通过斗争把它们清扫，这两种行为，哪一种更高贵？」

[7]《彼得与狼》是一出儿童交响乐作品，以叙事文的方式完成。作品是作曲和作词都是由 SergeiProkofiev 在 1936 年完成的。故事中的每一个章节都有一个主题或者主旋律。当你听到管弦乐器演奏一段特别的旋律时，它表示彼得。法国号演奏的旋律预示狼要到了。鸭子的主题是由一个双簧管演奏的。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

★爱与光图书馆选集 第 15 辑

☆ 第 1501 章集：面对阻力

Copyright © 2010 L/L Research

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 3

周六冥想

2009 年十二月 5 日

Jim：当我们寻求认识自己和真理时，寻求者在这个旅程上经常会遭遇到一种对抗的力量，要嘛是一个负面实体，要嘛是一种负面菁华。我们想知道，当我们尝试去理解这种负面性的时候，Q'uo 会如何建议我们呢？无论是一个菁华还是一个实体，如何去向它致意，如何面对它，如何回应它？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。感谢你们呼唤我们加入这次的工作集会，你们创造了这个寻求的圈子，有时还是在非常困难的环境中拿出时间和能量来寻求真理，我们为此而感谢你们。如同这个器皿会说的，你们真是太棒了！当你们共享彼此的灵光并创造了一个神圣空间时，你们共同持守的美是令人震惊的。我们非常荣幸能成为这个冥想的一部分。

一如既往，我们请你们每一个听到或者读到这些言语的人，在你们从那些我们已

经讨论过的思想的途径中选择你们希望去追寻的部分时，请使用你们的分辨力与洞察力。我们感谢你们这方面的考虑，因为在你们挑选出哪些是你们需要的，哪些是你们不需要的过程中，你们的谨慎让我们能够在和你们分享我们卑微的观点时不用担心我们可能侵犯你们的自由意志。

我的朋友，今晚你们询问关于那些阻挡、反对或干扰的经验，有时这些经验似乎挡在一个人寻求的道路前并说:「不准继续前进」。在我们的经验里，你们的问题的性质是独特的，这种独特性是在于这个寻求圈里的每一个人都面对着一条有极大深度的灵性道路。对于很多入门者而言，在寻求的道路上他们而仅只看到寻求上的水平面向，而看不到寻求的垂直面向，如果我们可以使用这样的图形来表达的话。

这样的表述并不精确，但它是有效的，因为我们可以说，以一种水平的方式来追寻一条寻求的道路，这是有可能的，这种追寻的方式将寻求的道路视为是一段从 A 到 B 到 C 等等的历程，就好像是横跨一片坚实的土地或乘船驶过海面一样。对于那些人的问题，我们会用(另)一种方式来回答。

然而今晚，我们感觉与我们谈话的人们是那些正在体验边界的崩塌并同时释放边界的人，所以，在一个方式上，看起来造物所有的层面已经汇聚成为一个焦点，而从其他角度来看，造物所有的层次似乎正在如孔雀开屏一般伸展它们自己，并表达越来越多的细节、令人难以置信的可能的细微差别、以及各式各样的意识点，这些觉察点以一种同时性的方式被保持在造物者的一个脆弱的器皿中，就好比你们每个人一般。

因此，我们会用一种不同的方式来回答你们的问题，在这种方式中我们会尝试去

帮助你们不仅仅去观察那些可能反对你、使你分心、或给你阻力的事物，你还可以看到你是谁，你的感知点可能是什么，造成这样或那样一个限制、一个阻力或由于你的短视而在表面上分心。

我们对那些心灵纯净的人说话，其意愿已经安置在朝圣者的道路上。我们个别地和集体地向你们行礼致意，因为你们已经突破了那些属于这个世界的事物并用那寻求爱、希望给予爱、能够认识爱的眼睛去看这个世界，而这爱就是爱的大造物中的每一个菁华和实体的心与魂。

我们现在将这个通讯转到 S 实体上。我们是 Q'uo。

（S 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿在一起了。我们继续关于爱的主题，你们就是爱，我们请你们回顾那个简单的观点，一切的爱都是一种延伸，在这个能力中，爱已经表现出了接纳的基础特性。于是，当你发现你自己正在遭遇到那些被视为无法接受的、丑陋的、可怕经历的时候，这些经历会对一个人以一颗开放的心去拥抱他周围的人们的持久的渴望造成极大的伤害，你也许会问，这些经历是如何发生的呢？

每一个寻求者的道路上确实都会发现这样的绊脚石。每一个寻求者也确实会在他自己内在发现那些并未带上爱的气味的经验，那些经验潜在地是如此令人恐惧的，以致于一个人会感到他所立足的寻求之路不再安全了，所以，这个人会转而在众多分心物构成的个人经验中寻求安全与避难所。「这些可怕的事情从何而来？」一个人会问，「面对这些可怕的事情时 一个人可以做什么来找到一条途

径而允许他在寻求的道路上继续前进呢？」

做为第一步，我们建议一个人可以检查他自己的渴望。因为，我的朋友，渴望就是生命，渴望是寻求，渴望是爱。渴望最初通过一种非常单纯的方式携带着它的能量进入到一个日常经验的世界中。但是一个人的渴望经常会遭遇障碍、阻力与挫折。

很多时候，这些障碍是通过[自己所爱的]其他人的期待而施加的，同时他也感觉要反馈那份爱。一个人接着会发现，通过某个渴望指引他所跟随的道路是不被接受的。因此，一个人会从很年轻的时候就认识到，渴望本身可能是一个有风险的冒险，而一个人也绝不应该全心全意地、羽翼丰满地投入于渴望之中。一个人于是会很容易地学会在他自己渴望的结构中加入一种抵抗，阻止该渴望用很多不同的方式来表达。

那么，如果渴望本身并没有被完全地满足，而是找到了替代性的、秘密的、地下化的表达生命能量的途径，而那些能量也已经投入替代性的途径时，会发生什么事情呢？我的朋友，这是造物者的能量，永远永远不要轻视它。然而，如此频繁地，一个人发现(该能量)被轻视正是它的命运；甚至它最亲密的主人也轻视它。

大多数人生活在你们现在所享受的第三密度的某种经验中，他们都非常的熟悉这种情境。大多数人必须在他们的日常生活中对该情况以这种或那种方式来调节适应。

然而，在有一些情况的经验中，一些被拒绝的渴望或者能量有一种如此强烈的性质 以致于它好像获得了一种属于自己的生命，于是作用在拥有这个渴望的人上

头，把该渴望转变为某种超越想象力的形态[就想象力的范围和类别所代表的方面而言]。这些转变后的形态经常如梦一般，并占有看起来相当险恶的比例，对于被这些形态重重包围的人而言，他与这些形态是格格不入的。

因此，我们请你们首先认识到，所有这样的能量都是你自己的，也是造物者的能量，它是真实的，最终它能够被重新整合。带着这个想法，我们现在转移这个通讯，我是 Q'uo。

（L1 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起了。重新整合的练习是寻求者回到与造物者的一体性的道路上的根本练习之一，在这个练习中，被感知为外在的事物即是你可以感知为内在的事物。从另一方面，被感知为内在的事物和被感知为外在的事物都是非常非常真实的。黑夜里的怪兽是存在的。它们存在是因为你们与它们在互动。它们存在是因为它们给予了感知者一个存在的确定感。你用你的身体的眼睛或者心智的眼睛看到他们，因此它们在你们的生命中呈现出一种真实性。从另一份方面，这些黑夜的怪兽仅仅只是心智的空洞观念，并不拥有任何的真实的形态或者最终的真实性。仅仅因为它们的冲击而变得真实。

你将自己感知为真实。在这个寻求的圈子中的每一个人都将他或她看成是一个具有心智和个体性的「我」。当你感知到一个自我时，那么感知到其他-自我就很容易了。你们每个人都持有一个自我的身份，并宣称那些你相信归属于自己的事物都是你存有的特质，于是你的存有就混合了来自你称为自己的存有的那些思想、回忆、特殊习性。而那些你不希望整合到你对自我的感知中的事物经常就被忽略或拒绝。这就彷彿你选择了那些将组成你自己的事物，你也选择了组成其他

自我的事物，并加以拒绝。

但是，既然这种(分离的)观念在造物中最终是不可能的，当你走得更深，超越存有表面的层次，当你开始沿着一个寻求者的道路旅行并希望去彻底地知晓你自己的时候，那些被你选择为不属于你自己的事物就会开始向你揭露它们自己了。阳光所无法照耀到的高山的阴影的位置开始在山顶的四周出现了。你会看到峭壁与石林从包围你的黑暗中升起，于是你会说，「在我的一侧出现的是什么?它不是我的一部分呀。」但是 瞧，你已经深入山中并开始意识到这些岩石和裂缝的每一块都是相同山岳的一部分，它们是自我的部分。雪花会相似地落在山的每一个角落。

那位 L2 实体之前曾谈到过，要去爱那个被感知为其他自我的实体，首先需要去爱自己。这个概念在你们的文化中的许多方面已经谈论过了。一个人在爱其他人之前必须爱自己。当一个人在这样的背景下看其他自我，其他自我会显得特别的真实，因为那个被感知为其他自我的人也是自我。当一个人全然地爱自己时，爱涓细地，越来越深地，流入自我的根部，在那里一个人会察觉到爱接着会向外扩散到那些你以前认为是其他自我的事物中，而它们实际上也是相同自我的一部分。

当寻求者沿着我们之前已经描述过的垂直的方向更深地穿透其中时，表面上遥远的事物会变得更近。再一次，我们使用山来说明我们的观点。从一座山的一个尖峰的位置一个人可以看到一个山脉中其他座山的位置。也许从这个远景的角度看在这些山之间会有一些云，于是一个站在一个座山的顶峰上的人可以看到这些山之间的其他的山与云，一个人可以将寻求者所站立的那座山考虑为一座山，而将远处的一座山考虑为另一座不同的山。但是，但当一个人越来越深地穿透到自我

与所有其他自我连接的根部时，一座山和另一座山之间的距离看上去似乎比较少分离程度，而是与该山脉中所有其他座山之间有更多的连续性。

再一次，让我们转一圈回到爱的概念并将其应用在这个说明上，寻求者将爱带入到他或她自己的自我根部，越来越深地在自我的全体性中爱自己。当一个人到达位于云层下面的山岳底部时，他会看到它和所有其他座山的连接，他会看到爱在扩展并向所有其他的山岳生长，直到它围绕了整个星球，如果我们可以用这个图像做为对造物中的一切之比喻的话，我们确实会这样说。

Carla 早些时候曾经谈到一种痛苦的感觉是如此地强烈 以致于她竟可以将所有其他人的痛苦都包含进来，并治疗所有其他人的痛苦。她使用自己的苦难做为工具来穿透她自己的根部，这样她就能够看到自己与所有其他自我的整体性之连接了。在这个情况下，她被赋予了自我与所有其他自我连接的一体性礼物。当遭遇那些怪兽时，不管牠们是痛苦、噩梦或床底下的怪兽，这经常是给予我们的机会，去更深地进入表面自我底下，进入该存有[一个人在镜子看到的]里内，到达造物中心的太一存有。

现在我们希望将这个通讯转移到叫做 L2 的实体上。我们是 Q'uo。

（L2 传讯）

我们是 Q'uo，现在我们与这个器皿在一起。我们在爱与光中向你们致意。我们希望将注意力转移到一个事实上，那即是在合一的造物中有很多被创造的不同的层次将我们全体连接在一起。存有们会自己沿着各个层次的台阶向下走以获得生命的全部经验。

有很多造物者的碎片，实质上 你自己的碎片，在这个楼梯的不同频率的台阶上运转。全部这些楼梯都通向一个点。然而一个人会发现他们可以在台阶与各种碎片之间移动，从更高处的楼梯的台阶向下旅行，并进入到一个与你所熟悉的振动如此不同的一个振动中，以致于在你常常不会将这些碎片视为在这个当前密度中你的同胞造物。

在你自己中有一些部分，它们离你自己是如此之远以致于，用你们知道的词语，它可以被视为一个分离的实体，对于这些有着不同振动的实体，在与一个实体的当前的潜意识设置的阻力不同的层次上，它们确实可能与你的振动互动与往来的。

亘古以来，负面实体被视为恶魔、怪兽的可能性存在于各种层次的存有中，在一个十分令人困扰和令人分心的层面上，它们都能够与这个密度中的个体互动。

（磁带第一面结束）
（L2 传讯）

如果我们将造物比作一个身体，如果这个身体的一部分被伤害或正在体验变迁，所有对这个身体的关心就会被聚集到那个体验特定扭曲的区域，所有的注意力也会被放置在上述的区域。当一个人不清理当前的多个自我层次[目的是开放心轮]，而他在自己心中接受恐惧想法时，这就是会发生的事情。它们接着就会吸引注意力。

如果你持续地思考关于你所害怕的事情，你所担心的事情，如果你持续地担忧你

将遭遇的阻力，它就会来临。这是你的内在造物者在工作，一个并不知道自己有如此无限力量的造物者，而这个造物者却拥有非常真实的能力去在你心智中固着的事物上创造情绪。若一个存有持续不断地聚焦在外部恐惧 而不是首先关照自己的心，他会创造出一种呼唤— 显化他所有的恐惧。

当你开启心轮并发出对爱的呼唤，你会发现你不仅仅会收到一份爱的回应，那份爱还会刺穿那令你如此恐惧的黑暗，而这份爱在池塘中创造阵阵涟漪 扩散到比这个密度中大多数人能够想象到的位置更远的地方。

现在我们希望将这个通讯转到叫做 Jim 的实体身上。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿在一起。在爱与光中，我们再次向你们致意。当寻求者进入这些敌对、混淆和困难的地带时，经常会有的诱惑 要嘛停止旅程，要嘛变得灰心并感觉到一种失败。我的朋友，这些都是正常的反应。感受到它们没有什么需要羞耻的。但是，容我们说，这是你的锻造过程的一部分，做为一个灵性的容器，寻求去容纳最高的振动并向你周围的造物映射这些振动，因为你与一切万有是相互作用的。你会如何与之相互作用是你自己选择的结果。最终，每一个寻求者都将发现，在与造物的每一个部分[包括那些看似涉及自我的负面部分]共享由衷之爱的过程中，尤其是与自我的互动，都对自我有着极大的益处。

然而，为了获得暂时的休息和安慰，去与负面导向的实体分享开放的心和在那心中发现的无条件的爱，只是需要去完成的旅程的一半。另一半，我们会建议，是用你已从心中散发出来的爱一样多的热诚，去建造你自己周围的光之盔甲，因为

当你遭遇由外而来的困难时，这副光之盔甲将为自我提供一个安全的避风港。

虽然，我们可以说，自我内在包含一个完整的宇宙，其中同时有正面和负面的经验和实体，然而，也有人曾说，「如在其上，如在其下，如在里面，如在外面」[1]。

当这个光之盔甲被构建完成时，那个渴望去摆脱负面来源的反对的寻求者 也会同时从内在和外在获得自由，因为这就是寻求者所意愿的。

知晓你的内在拥有造物者的力量，所有的事物都在你的里内。因此，你的创造能力的力量是全面的，在寻求者的心、意、魂中所相信的事物就是对他真实的事物。

因此，当你在心、意、魂中寻找自我之内那些吸引或排斥任何其他能量来源或反对的部分时，你同样会发现安全地保护自我并远离任何有害的能量来源或实体的能力。

现在我们将转移这个通讯到 Carla 实体上。我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，现在与这个器皿在一起。我们在爱与光中再一次向你们每一位致意。我的朋友，也许你已注意到，就好像这个圈子里的各个器皿都说过的，他们经常重复「爱」与「光」这些词语。当你走钢索横越混乱的深渊[你在这个变貌中感知到的全部]，每一个自我都有一根平衡杆，那就是爱与光。

当实体寻求灵性的道路时，他们开始发现他们有很多的可以从中去感知的点。事实上 鲜少有寻求者是从感官处理的事物中能够在各种振动范围的楼梯上提升，所有被包裹或嵌入你的感知之网中事物或多或少都被整合到了一个清醒时的人格中。

一个人会发现如果在一个台阶上掉落下来，向下掉落很多个台阶，并完全地掉落到感知的另一个楼层。另一个人会发现在梦境中有突然地提升或掉落。还有一些人会发现那些被如此深深地渴望的，比那些日复一日的幻象更真实的异像，当一个人更接近它的时候，它会变得更难以穿透。

所有这些范例都是说明那些似乎会阻碍你的道路的那些菁华、能量、实体。

将你自己视为比清醒的人格更大的存在，并意识到你的边界不仅仅是你的人格或理解，这是一个巨大的挑战。从一个人感知的角度上看，发觉水平的感知不必然有连续性，对寻求的实体不一定有帮助，也不一定是好消息。

今天的问题的第二个部分是:「我们可以如何处理这些挡在寻求的自我前面的分心物、菁华和实体[它们对你说:不准继续前进]呢？」

因为我们呼求合一的原则，这个问题远比(第一部份)容易回答。我们会请每个人，当你面对这些幻影、要素、实体和分心物时，请你们停止动作，就好像一个在深水中的人停止向四面用力击水来游向那个无法看见的海岸，他只是安静下来，漂浮在水面，随着一个人经历到的[无论什么的]水流轻柔地随波而去，该水流代表振动的各种类型。当一个人停止努力将自己从挑战性的时刻搭救出来时，

当一个人清空自己并且不再反抗时，一个人接着开始与爱接触，爱在那个振动中，在那个当下中，在那链结[2]之中。

这在两个方面是重要的。首先，寻求者会沉迷于心智。与直觉和认知相比较，心智的功能通常受到抹黑。然而，当一个寻求者遭遇了一个情境，当对阻力的反抗停止时，当持续感知的自我中有平安时，即使在面对挑战时，一个人可以使用他的心智去请求在那一刻中找到爱。

一个人甚至可以用这个问题做为一句真言。他可以用自己的方式，创造一种渴望去知晓：「此刻，爱在哪里？」他停止了恐惧的动量。他静止下来。他因此能够创立一种新的动量并创造一种渴望，在那一刻的振动中看见爱。

其次，在那一刻让自己成为爱，这是每一个寻求者的光荣和真理。在挑战中让自己对爱的意识开放就是让自己对爱的宇宙开放。一个人如果要向他正在面对的那个可怕的实体提供爱，这不是通过意愿的行动，也不是用一种燃烧着狂热火焰的心智态度，这些都会让他远离他本可以品尝和感受到的平静。一个渴望去知晓自己的人会有一种对所有的感知层次的释放感。在那里，问题变成了一个入口的位置，接着寻求者可以允许爱涌入自我，于是他也会被浸泡在爱中，被爱浸湿，被爱渗入并被爱充满，当一个人感觉自我就是爱，从这个感知的位置，去爱那个不惹人爱的人，去拥抱那会咬人的狼变成一种本自单纯的行动。

有很多人在他们的投生中曾经多次地损害他们的光体，也就是这个器皿所说的能量体，因此他们已经创造的那些入口的位置也必然是无防备的。要与这些实体和菁华[它们似乎是一种路障或一个分心点或恐惧点]带来的挑战一起工作，你可以呼求某种特定的帮助。

我的朋友，你能想象有无以计数的从未离开过太一无限造物者的爱与光的实体进入这个幻象吗？很多人称他们为天使或耶洛因(Elohim)。无论他们如何称呼，他们都会作为创造原则的一个部分而发挥作用，当他们被请求时，他们能够加入对光体的疗愈中。因此，我们请你们每一位，在挑战的时刻呼唤帮助吧，然后知晓疗愈正在发生。

献上那些时刻做为日常的练习吧，请求帮助并献上感激之情。

虽然大造物是奥秘的，超越一切传讲，它的实质是爱。而造物相互作用的各个部分也全都由爱组成。让这点成为你面对那些挑战与抵抗的时刻的基础吧，你的确会一次又一次地遇到这些时刻，无论你是谁，无论你的道路是什么。

这是穿越选择之密度[动态对立的密度]的运动过程中 固有的一部分。

唯有在你自己里内，束紧那一切都好的信心(腰带)，你才能向爱敞开自己。

我们感谢每一位器皿和这个圈子里的每个实体，感谢你们呼唤我们加入你们。可以通过每一个器皿谈话并探讨这个问题，这是一种荣幸与快乐。因为这个团队的能量正在衰减，我们无法请求后续的问题了。如果你们希望进一步地在这些想法上工作，我们欢迎在另一次寻求的集会上 进一步提出问题。现在，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和这个团体。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。
Adonai vasu borragus。

原注

[1]这是归属于赫耳墨斯(Hermes Tresmegistus)的一致对应原则。完整的原则是:「在上即是在下，在下即是在上，在内即是在外，在外即是在内。」

(As above so below; as below so above; as within so without; as without so within.)

[2]一个链结(nexus)在 www.dictionary.com 的定义是，「一种连接的方式，系结，连结。」

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ 第 1502 章集：爱与光早期资料#41

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

(编注:以下的 ???代表原文中的'听不见')

周四冥想

1974 年五月 2 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。很高兴今天傍晚与你们同在。我的朋友，在我们把信息给予你们团体的过程中，现在我们察觉特

定的困难有强化的现象。这段困难的时期是有原因的，我的朋友，这原因非常简单。我们服务无限造物者的星球联邦来此的整个任务就是单纯地警醒你们星球上愿意获得这个灵性寻求[真实途径]知识的实体。我的朋友，一旦你已经警醒，你知道这个物理环境是你选择学习的地方，接着，你将开始经验一段测验的周期。当你学到更多关于灵性途径的东西，你将选择示范这个知识，或避免去示范该知识。

当我们已经警醒你们知晓加速灵性进展的可能性，那么你就有机会在有意识的层次上迎接这些测验，要知道那是你的高我出的考题。你们团体的每位成员都正在诚实地寻求，你们现在处于一个寻求的阶段，那就是灵性的学习达到某种程度，新知识的测验就在这种环境中自然发生。事实上，这是值得欢庆的场合，因为每一次展现天父之道都提升你的振动— 更加靠近你起初的完美振动。

我们恐怕我们学到关于自己的知识也适用于你们每一位。我们发现对于每一个在物理幻象中寻求智慧的实体，他都要面对一个来偷窃所有真理、进度和觉知的大恶棍。我的朋友，谁是这个恶棍呢?

你们可以四处找寻这个恶棍，但我必须告诉你们，不用走很远去找到他，因为这个恶棍就是你自己。有一种特定的幻象名为人格(personality)，它和这个物理幻像有关，由天父赐予创造的力量。接着，这个所谓的人格创造许多、许多点子和概念，以及虚假的实相; 有时候非常有效地阻挠灵性和太一[即是一切]的联系。

辨识这个虚幻自我的作品并不困难，要抑制这个人格的行动却有些困难。恒常地尝试 在某个程度上 保持在冥想状态，这将对于你们面临这些测验大有帮助。只需要继续去寻求，它似乎是困难的，的确，它是困难的。不过，我的朋友，不管

你选择哪条路都是困难的。然而，灵性寻求的赏报多少比较值得(承受)困难。

做为造物主之爱的管道，我们传送爱给你们。我们是祂的，你们是祂的，我们全是一，我们是一个心智、一个存有。不要让你和自己分离了。有许多可以欢庆的，我们为能够在此时服务你们欢庆。我现在调节你们每个人，我将以直接的方式和你们沟通。此时 我要离开这个器皿，我是 Hatonn。

***

周日冥想

1974 年五月 5 日

(无名氏传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在。我是你们认识的 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。我觉察器皿 Carla 对于她传导的思想源头有些想法。这次是个人讯息。我们服务无限造物者的星球联邦来此服务你们，我们将内在产生的特定想法给予你们，我的朋友，这些想法也从你的内在产生。

如果你认为你所生产的这些据说来自(星际)联邦的讯息源头位于你的内在，那么你是正确的。不过，如果你认为这些讯息的源头是服务无限造物者的星球联邦，你也是正确的。在你们的星球上，那些担任管道[传递我们带给地球人的讯息]的人有些困惑。我们是真实的，如同你们一般真实。我们和你们地球人的通讯方式各有不同；在某些案例中，从我们这里给予你一些想法。不过，因为你获得与保存这些想法，这些想法就是你的了。它们是你给予自己的东西，因为我们是你们，你们是我们。只有一个意识，没有分隔。

我们在你们星球上面，我们是你们的意识的部分，因为我们是大造物之意识的一部分。不可能在这个造物中分离任何东西，除了以一种虚幻的方式。因此，如果一个器皿在传讯时 相信他自己生成这些想法，那么 他是正确的。如果他相信是我们生成这些想法，他也是正确的。但 我的朋友，这两者都由相同的意识生成。那么，哪一个想法是有根据的？是该器皿生成的想法或我们生成的想法或其他来源生成的想法？

我的朋友，所有想法都是有根据的。唯一的问题是：你正在觉察的这个想法，你是否想用它来启发自己？

每个传讯造物者想法的管道有很多可以学习的；聆听这些想法的实体有很多可以学习的。因为这些想法不仅携带表面的意义，还有许多其他意义；每个觉察到这些想法的实体为自己觉知一种意义，每个实体都以他自己独特的方式使用每个想法。然而，每个实体和他们的想法都是相同事物的部份。

所以，我们知道的情况是：一个无限的实体透过祂的各部份和各部份沟通，并透过这个过程进化；不过在许多例子中，祂的一些部份并不有意识地觉察实相— 那就是他们和所有其他部分都适合一的— 因此有意识地创造不真实的分离。

我们星球联邦在这里，因为我们像你们一样，无法在任何其他地方，因为这里是大造物— 它是完全统合的。我的朋友，这里即是所有地方，就在所有时间中。

只需要开始觉察你们的真正本质和身分，你们就可以融入实相；那不是你们目前的理解状态设想的样子。它是所有地方 和 一个地方；它是所有事物和一个事物；它是所有时间 和 一个时间。没有分离，只有单一的意识，所有分离都是虚幻

的。如果我们述说自己来自(宇宙)其他地方，我们使用的词汇对于你们幻像是恰当的。没有可能分离我们的想法和你们的想法，除了以虚幻的方式— 在这个特殊的星球上 许多人实行这种方式。

此时 我要离开这个器皿。我希望自己有所服务，我是 Hatonn。
Adonai。
***
周三冥想
1974 年五月 8 日

(Carla 传讯)
我是 Hatonn。我的朋友，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。今天 很高兴再次和你们说话。我的朋友，我想要在我们的能力范围内，给予你们一些安慰。

我们觉察你们的心智上头持续有些问题，你们想要问那些问题。我们将尝试回答其中一些问题。

首先 我们想要谈论面对物理幻象的技巧，它被称为冥想。我们曾述说过许多次，然而 总有另一个面向 ...

[一通电话铃声打断该集会]

(Carla 传讯)
如我刚才说的，总有另一个可以探索的面向，并以一种新的方式散发光照在你的寻求的乌云区域上。

我的朋友，冥想是一种比你们所想的 更为基本和一般的技巧。我的朋友，它不是日常生活的一部分，它是一个完全崭新生活的开端。这两种生活，也就是冥想中 和 不在冥想中，是两种完全不同的振动。原因是通常的肉体生活方式完全地位于幻像之中；冥想是接触你的起初身分[即全体的意识]的一种尝试。这个意识为一种相当不同的实相，对你们的幻象而言，它是超越的实相。我们甚至会叫它(唯一)实相，如果不是因为我们知道对于任何实相都有更超越的状态，直到那个时候— 我们真正地觉知与一切万有的合一。那是我们尚未达成的更高状态，我们仍在朝向它寻求。

我的朋友，居住在较高实相的经验超越你们的幻象，当你们返回这个幻象，它在你们的生活中散发其光芒。当你们面对这个幻象，避免在该幻象中辨别你自己的渴望；重要的是把问题带入冥想中，因为你的人生有个目标是无法在该幻象中辨别，而唯有当你接触到你真正的实相[在全体之内]，才能办到。

在冥想中转向你真实的意识；当你感到压力、疑虑，碰到困难，转向冥想。持续地冥想，在适当时机，一个简单的觉知将会来临，在那个时候，你将有能力和工具去做必需的事。

造物主，以及祂的那个部分[也就是你的真实形态]，已经提供你每一天，沿着你想要前往的途径，每一个需求都被照顾到。信赖这点，并透过冥想寻求去知晓<???>，我的朋友。

此时 我将转移这个通讯到另一个器皿那儿，我是 Hatonn。

(Don 传讯)
我是 Hatonn，我和这个器皿同在，我将使用这个器皿说话。

[停顿]
我将继续，我对于延迟感到抱歉，我刚才谈到冥想的主题。

[停顿]
我的朋友，冥想带来一个简单的结果，它带来一份觉知。

[停顿]
抱歉，又有延迟，我们正碰到某种困难。我将试图转移这个通讯到另一个器皿那儿。

(Carla 传讯)
我的朋友，我们发现在这个时候难以沟通有益的知识，无论如何，我们要说这点：通往前方知识途径的钥匙就是关于你自己的知识。

你们的神圣书本说：不是所有被呼叫的人都是救世者。我们在该器皿的心智中发现这句话。但我们不认为这句话被正确地理解。事实上，我的朋友，每一个被呼叫的人都是被拣选的。你所感受的呼叫是真实的。但 我的朋友，你自己将<???>你的服务，不只是在你出生前的状态，那时你觉察你渴望的真正实相；此外 在这个幻象中，你必须开始觉察，观看<???>，然后你必须选择，必须认识自己，然后你将看见该选择就是去寻求；你们早已这么做了。

在那个选择之后，我的朋友，很快地 你总是清楚你的道路就是服务之道；然后你

的选择开始受到乌云遮蔽，因为要知道你真实的服务是很困难的。不过，我的朋友，不用害怕，因为只要你有此渴望，就必将有所服务。你们已经被呼叫，接下来就看你们选择如何在每一步之上提供服务。你们每个人都有自己的天分，和各自从事服务的方式。这些方式就和人群的数目一样多。

[录音带结束]

(V)2012 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ **第 1503 章集：道路的故事**

Copyright © 2010 L/L Research

Channeling Intensive 1 - Session 2 - Channeling Circle 1

周日冥想

2009 年十月 25 日

（Carla 传讯）（Carla 做为这次会议的资深通道）

我们是你们知晓的 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我们感谢你们呼唤我们加入你们寻求的圈子，我们感谢你们与我们一同合作为太一服务。我们非常高兴能与这个团队的新的管道一同工作，我们将沿着顺时针方向训练每一个人。

一如既往，在我们开始之前，我们会请你们每一位在注视我们这个下午一起完成的工作时 使用你们的分辨力。你们可以拿取任何吸引你们并与你们共鸣的观点，接着使用它们，但是请将其他的留在后面。我们感谢你们这方面的考虑，因为这将允许我们维护你们每一位的自由意志。

在我们开始这个故事之前，我们会稍稍反思一下通灵的训练，因为我们将与你们在这个下午一同工作来完成它。我们鼓励你们放松并跟随你们的印象。如果没有什么印象，这个器皿会过一段时间简单地拾起故事的线索并继续前进。我们希望在这次会议中绕着这个圈子进行两次。因此，你可以理解并不需要你们去清晰地表述一大段句子，而是简单地在我们讲一个小故事的时候允许我们训练你们的器皿。

我们已发现讲故事是一个很好的方式来帮助新的器皿识别出我们的通讯。当传递一个主题时，一个人可能会有些担心他会犯错。然而，在讲述一个故事的时候你们是不可能犯错的，既然当每一个实体为故事添加内容时 故事就会弯曲，就好像河流因为深度和流动的需要而不用笔直前进一样，那么在故事中的任何的弯曲或转向也会正如我们有意如此一般地去起作用。因此，即使你所给出的内容和我们本来打算的有点不同，这仅仅意味着这个故事的形状有点不一样而已。

因此，我们请你们在轮到你的时候大胆一些，说出进入你心智的事物而不用琢磨或评估那些已经被说出来的东西。在这样一次集会后有大量的时间来为你们每个人评估究竟发生了什么事情，并帮助我们调整与你们之间的通讯。

再一次，我们重申，在任何时候如果你发现你自己正经受到沉重的调节作用以至于你不想去体验了，你只要在心智中提出要求让调节作用减轻，这个要求就会被接受。

我们想要感谢这个圈子里的每一位实体。能与你们每一位共同工作是一种荣幸。我们就开始吧。

从前有一户人家住在靠近一条路的地方。村子里有很多关于那条路的迷信，因为它不是一条通向另一个城镇的路，它也不是一条通向湖泊或者山顶的路。的确，走过那条路的实体经常很多年都再也看不见了。当他们从那条路回来，他们可能从任何方向回来。而且他们变了。他们眼中的光不同了。他们嘴唇上的微笑更深了。虽然他们最多只会说这一次强有力的正面的经验，他们却不会解释这条路带他们去了什么地方。

能量似乎沿着这条道路上咚咚作响，无法看见但却可以察觉的到，小男孩越来越被吸引到那条路上。在他的父母的同意下，他打包了背包，走上一条神奇的旅程。

我们现在将这个通讯转移到 L 实体上。我们是 Laitos。

（L1 传讯）

我们是 Laitos。当太阳升起，男孩走在那条路上，他的心里没有恐惧，只有一种巨大的好奇与热望。当他越来越远地离开他过去居住的家的时候，他却感觉越来越自在。虽然他并没有辨识出肉眼能看见的景象，他领悟到一切都是熟悉的，包括所有通过不同双眼睛[也是他自己的眼睛]看见的事物。

我们现在将通讯转移到叫做 L2 的实体上。

（L2 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。年轻的男孩着迷于他现在以一种独特方式看到的世界。看起来似乎树木的颜色多了一个维度，天空多了一个深度。

当他继续前进时，他接近路上的另一栋房子，从那个房子里出来了一个和他年纪相近的年轻女孩。

她从自己的家沿着一条小径走下来，走到那条路上，当他看到她时，上前去向她致意。这个女孩看上去与他自己家乡的人、他的家人有一些不同，她的头发更短，肤色更深，脸蛋更圆，她同时散发出一种强烈的色彩，就好像他先前用自己的眼睛看到的周围环境一样。

我们现在将这个通讯转移到 A 实体上，我们是 Laitos。

（A 传讯）
我们是 Laitos。

（暂停）
（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起，在爱与光中 再一次向你们每一位致意。我们感谢 A 实体，我们非常高兴能够与这个器皿建立联系并让这个器皿识别我们的振动。我们会继续与这个器皿之间的连接工作，好让连接的能量受到保护 不受小型突波(surge)的影响，这些突波会实质上阻隔新的器皿保持通讯的能力。

我的朋友，我们希望你们了解这是极为普通的情况，对于 A 实体，我们能够单纯地被他识别出来 就是一个巨大的进步了。

我们现在通过将这个通讯转移到 G 实体上 来继续这次会议。

（G 传讯）
我们是 Laitos。年轻的男孩告别(该处)。道路为他的离去而生辉。一切都在爱的闪耀中微微发光。他的背包也闪烁着光芒。他沿着道路向更远的地方旅行，希望看见更多满足他的好奇心的东西。当道路变得更加明亮的时候，爱的感觉淹没了他。

我们是 Laitos，我们现在转移通讯到名为（听不见）。

（无名氏传讯）
我们是 Laitos。年轻的男孩和他的同伴在心中怀着全然的信心，怀着对旅程将带给他们各种奇观=的期待，继续他们的旅程。他们就这样一直走。一天又一天，一月又一个月。（听不见）

我们现在将通讯转移到 J。

（J 传讯）
我们是 Laitos。当旅程继续时，男孩开始通过他的眼睛去看这世界，不再用他的父母的眼睛去看了。在晚上 他会回顾白天看到的和体验到的东西，并怀着对第二天的期待入睡。他吃的很少，喝的很少，因为他仰赖空气与阳光为生。

我们将移动到名为 R 的实体。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。男孩和女孩继续旅程，他们走入了一片森林。光……

这个器皿无法拾起线头。我们传递通讯到我们的左边。

（无名氏传讯）
我们是 Laitos。他们穿过森林。

这个器皿有调频上的困难，我们将传递连接到他的左边。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起，在爱与光中向每一个人致意。

我们将进一步与 J 实体和叫做（听不见）的实体一起工作。我们尝试确保与你们每个人的一个轻松和舒适的通讯。

我们现在将转移通讯到 Jim 实体上。

（Jim 传讯）
我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起了。当男孩和女孩继续他们穿越森林的旅程时，天黑了，夜幕马上就要降临了。他们很担心是否能找到一个地方过夜。在一条小路的转弯处，他们找到一个小洞穴，他们开始着手查看这个洞穴是否可能做为一个睡觉和度过夜晚的地方。当他们进入洞穴，他们发现在洞穴里已经有一个上了年纪的人在那里休息了，脸上似乎有一种笑容、眼睛里有某种光辉的老人。他欢迎他们并吩咐他们坐在他刚刚坐过的地方，他们照办了。

现在我们将转移通讯到叫做（听不见）的人身上。我们是 Laitos。

（无名氏传讯）
我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起了。孩子们看着那个人，他们发现他正在告诉他们很多的事情。而他并没有用他们所知道的说话举动向他们说话。他们发现他说的越多，他们在心中也越发地知道他所说的是真实的，也越发知道他所说的 是他们一直都是知晓的，不过 看起来他们好像是第一次学到它。

我们是 Laitos。我们将这个通讯转移到叫做 L2 的实体上。

（L2 传讯）
我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。当知识从老师传递给学生，男孩和女孩的心也开始被打开了，当心开放时，一个连接在老师和学生之间以及学生和学生之间建立起来了，于是男孩和女孩觉得他们认识这个老人，认识这个坐在他们面前的假想的陌生人，他们彼此都是认识的。于是他们不再感觉他们来自不同的家庭、不同的背景、不同的人群，感觉他们是朋友，在出生之前就相互认识的朋友。

当他们获得了这个领悟，感觉就好像洞穴、火堆、洞外的树木似乎消散并融化了，彷佛实相本身重新诠释它自己。他们曾以为是真实和坚固的事物看上去不再是那样真实和坚固，但 在一个非常深刻的方式上却是柔软的和可知晓的。当这情况发生时，老人站了起来，向他的学生弯弯其手指，要求他们跟着他进入更深的洞穴中，进入黑暗中。

我们是 Laitos，我们将这个通讯转移到 A 实体上。

（A 传讯）
（暂停）
（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次和这个器皿在一起了。我们感谢 A 实体并向她保证我们会继续尽力训练他的器皿，并创造一个比她这一次体验到的更良好的通讯，更舒适、更清晰的通讯。

我们会转移这个通讯到（听不见）实体上。我们是 Laitos。

（无名氏传讯）
我们是 Laitos。这个老人和两个小孩在洞穴的更深处爬上了一个滑坡。它座落于高丘上的一个美丽的地方，就好像洞穴中又出现了一个森林一样。老人的胡须飘起，长长的，银灰色的。孩子们在树木之间舞蹈与玩耍，他们全都是喜悦的。

我们是 Laitos。我们将这个连接转移到 C 实体上。

（C 传讯）
我们是 Laitos，我们继续这个故事。他们继续走呀走。当他们继续这个旅程，孩子们在心里开始明白，他们是认识这座森林的，这不是他们第一次来到这里。于是他们开始玩一个游戏，预测下一次道路的转弯的地方是在哪里。当他们行走时，他们能越来越多地，更加具体而精确地预测道路上 即将到来的下一次转弯有什么东西。这是他们自然而然就知道的。他们当它为一个游戏。（听不见）

我们是 Laitos。我们将转移通讯到叫做 K1 的实体上。

（K1 传讯）
我们是 Laitos。男孩开始看着他来的地方和他将要去的地方。他将洞穴视之为一个类比，一个中间点，介于他前来的地方和将要去的地方之间，他开始想知道道路为他保留的东西，旅程会花多长时间和其余的旅程会如何继续。

我们将这个通讯转移到 R 实体上。

（R 传讯）
我们是 Laitos，我们和这个器皿在一起了。旅程继续直到……

（长时间暂停）
我们是 Laitos，我们将通讯传递到这个器皿的左边。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起了，在爱与光中向你们致意。你们每个人可以体验到我们的通讯，至少体验到了通讯的初始阶段，我们无法告诉你们这让我们多么地快乐。比起一个人第一次参与通灵训练圈[如这个器皿对这些寻求的集会的称呼] 所能够期望的，这个寻求的圈子的进展是多得多的。

我们现在尝试训练叫做 J 的器皿。我们是 Laitos。

（J 传讯）
（长时间暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。我们感谢 J 实体向我们的通讯提供自己，我们现在训练与 K2 实体的通讯。我们是 Laitos。

（K2 传讯）

我们是 Laitos。男孩继续他的旅程直到他成年的岁月。看起来那些时刻都变成了一生的至福与知晓。他走了比他能够知道的时间更长的一段时间。他希望通过新的眼睛来看这个世界。

我们是 Laitos。我们转移这个通讯到左边。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起，在爱与光中欢迎你们每一位。

我们现在将我们的通讯转移到 Jim 实体上。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。当男孩和女孩在他们的旅程上行走了似乎已经很多年的时候，他们终于感到渴望要返回他们的家乡，回到他们的家庭和村庄，分享他们在旅程上所学到的和感受到的东西。

返回的渴望几乎马上就将他们带到了一个看起来熟悉的地方。当他们继续在他们的道路上前进时，他们开始认出从他们年轻时就认识的房子和地方，当他们从他们来的地方进入村子，他们吃惊地看着那些人，因为他们似乎认识村子里的人们，但是(印象)模糊。

我们现在将转移这个通讯到 Carla 实体上。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。两个村子里 所有欢迎那两位年轻人回家的人们都提出问题，年轻人的眼睛里有一种奇异的光彩，笑容里充满了喜悦。人们问道:「你们看见了什么？你们去了哪里？什么事情发生在你们身上了？」问题来得又多又快，而男孩和女孩很少用言语来回答，因为他们已经体验了不渴望饮食，不渴望睡眠，仅仅在这个光芒闪耀的世界中 从一个地方到另一个地方再到另一个地方的经验，在那世界中每一个岩层，每一棵树木都看起来有一种特殊的能量，当进入这些能量时，它就会讲述自己的故事。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
在这条道路上有着巨大的智慧和蜕变。而它就好像这两个实体不知怎的离开了物质意义上的道路并登上一个光的住所。于是，他们没有说很多，但是他们微笑，带着如此充满喜悦和智慧的笑容，以致于在场很多人对自己说:「也许有一天 我也会走上这条不通向城镇 不通向海滨 也不通向山顶的道路，去看看我能看到什么。」

我们是 Laitos，我们希望感谢这个寻求圈。能与你们每个人一同工作，训练你们的器皿，这是一种巨大的快乐和荣幸。我们感谢你们调频时所带有的谨慎。我们感谢你们渴望有所服务，我们和你们保证，我们的渴望同样是对那些寻求光的人们有所服务。我的兄弟姐妹们，没有你们学习成为服务太一无限造物者的天使与星球联邦的通灵管道，我们就不可能执行来到这里要从事的服务，我们也不可能

和你们现在的世界分享那些事物，那些事物可以带着你们每个人去看到一种可能性，那可能性就是有一种爱的典范能够取代恐惧的典型，一种合一的典范能够取代分离的典型。

通常现在我们会有一个问答时段。然而这个器皿告诉我们(今天)有一些时间的限制。所以，我们现在再一次感谢你们每一位，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个美丽的寻求圈。我们是你们知晓的 Laitos。

Adonai，我的朋友。

Adonai Vasu。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ **第 1504 章集：巧合**

Copyright © 2010 L/L Research

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 2

周六冥想

2009 年十一月 7 日

团队问题：今天晚上的问题和寻求者的特性有关，寻求者会在生命中需要某个特定的事情、特定的人物或者特定的经验，接下来没有任何真正的计划，它似乎就发生了，他们的需求也被满足了。我们想询问这些发生在真理的寻求者身上的同时性的偶然事件。我们可以用什么方式来与它们协调一致吗？是否有某种价值是

我们应该觉察到的?

（Carla 担任这次会议的资深通道）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们来到你们中间。我们为能被要求加入你们寻求的圈子并分享我们卑微的观点的荣幸而感谢你们。

一如既往，在我们开始谈论同时性和意外发现以及创造这些经验的灵性能量之前，我们想请你们每一位在听到我们所说的内容的时候使用你们的洞察力和分辨力，选取那些看起来对你有益的想法。如果它们看起来并不是你们的个人真理，请将它们留在后面。这会让我们能够在分享我们的观点的时候不必感觉到可能会侵犯你们的自由意志或打搅你们灵性过程的适当速率。我们感谢你们这方面的考虑。

你们今晚询问：当寻求者持续地去探求真理时，他的生命中的某个特性似乎获得了越来越多的优势。我们确定地会确认并证实那种特性。你注意到它或倚赖它都没有错误。当一个人最终了解那些无形且无法衡量的事物拥有非常强有力的实相，而该实相从底层支撑所有可见的和可衡量的事物；那么该特性就是他的人生中的可靠的一部分。

当一个人觉醒于灵的呼唤并选择如何去服务于造物者时，一个人的生命就会成为一个生命的网络的组成部分，在其中每一个寻求者就好像被一个爱和支持的网络所支撑和包围着一样。当寻求者对寻求的过程知晓的更多，当寻求者不仅仅在礼拜天去教堂[如这个器皿会说的]，而是在每一天的每一刻都在作为一个寻求者的生活中变得更加负责的时候，在他的经验中 这个爱的网络机能会变得越来越卓

越。

你看，你们每个人都仔细地为你目前的人生做好了准备。从一个几乎无限的数量的之前的转世和在这些转世中所收获的关系与天赋中，你为这次人生打包了一个非常轻的旅行包。在这个旅行包中你打包了你的关系，在这些关系中你同意参与到一个人对另一个人提供的帮助，和他们的相互帮助。你仅仅打包了你需要去提供的天赋，这些天赋是你希望在这次人生中献给这个地球部落，你的人类同胞。

容我们说，你甚至在那个隔夜的旅行包中打包了一些挑战、限制和故障保护措施，当它们被启动时，将会使你在心智中回忆起手边的服务。

你被很多、很多无形的帮助者所包围，从你的指导灵系统或者高我，到内在层面的大师、天使和那些以某种方式和你渴望去服务的振动协调一致地振动的那些人。这个团体中的一些人已经吸引了自然精灵和提婆(devas)、地球母亲的强有力的原初能量，它们已经认识到并感激你们与他们的振动和谐共振，所有这些无形的能量都在一个几乎无法想象的程度上爱着你，我的朋友，因为在你们的人群中间，爱经常是可以衡量的、有条件的与平淡的，如果我们可以用一个词语来表示那太一无限造物者的原初思想，就是无条件的爱，当你从对造物者的爱转向对你的配偶、孩子或朋友的爱、对某一盘你喜欢吃的菜的爱的时候，无条件的爱就会在它的力量中一阶一阶地降下来。因此，在你所习惯的爱中，在你每天日常生活经验的爱中，在这些爱中只有平淡无趣。我们和你们说的那些菁华、实体和能量，它们从未离开过无限造物者的无条件的广大深远的创造性之爱。

我们现在将这个通讯转移到叫做 R 的实体上。我们是 Q'uo。

（R 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。我们在器皿的头脑中搜索继续的言语。这个器皿不确定如何组织我们的概念，所以，我们转移到 L1 实体上。我们是 Q'uo。

（L1 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起了。继续这个你们每个人为这次人生打包的那个旅行箱的类比，让我们带着这个旅行箱到你的目的地：你所居住的身体，你所居住的家。这就好像去一个朋友的房子。你打包了那些你需要的东西，那些你觉得会让你舒适的东西。但是，你的朋友的房子里有什么呢？你有一整栋房子和在你周围可以依赖的亲爱的人们。这些亲爱的人们，这些朋友，好比你的高我、你的指导灵和其他的自然精灵等等居住在你周围的存有。当你安住于他们的房子里，他们都希望做好主人。当你待在他们的住所的时候，当你对他们对你的欢迎表示欣赏与感激时，他们会非常高兴地将那些你最需要的东西送给你。在这条道路上，你们没有人是孤单的。

那些你需要的东西就在那儿。你不用（事先）打包毛巾。毛巾已经在浴室里为你准备好了。你不需要食物，因为你的东道主会为你提供食物。你与周围的那些人，那些周围的无形的存有的关系越亲密，它们的家也就越发地成为你的家，它们的东西也越发地成为你的东西，于是你不再需要去请求一杯水。你可以自己去拿你的一杯水。你拥有了进入厨房拿自己的东西的特权了。房子的主人们觉得无所谓，你也会觉得很平常。在这个离你自己家有些远的家里，这仅仅就一个让你享受的物质舒适罢了。

现在让我们谈谈感激。缺乏感激，在一定程度上属于分离。它是一种充满小我的

依赖，它会说:「我会照顾自己。我已经打包了所有我需要的东西，我不需要你们那里的任何东西。」而当它发生的时候，你的东道主也会同意并且感到他们不需要向你提供任何你想要的东西了。

当你放下小我并说，「感谢你让我在你的家里！我很感激你与我分享你拥有的东西。」就是在这种感激中一种在你自己和周围的力量之间的连接就被建立起来了。这种连接越有力，你的感激越强烈，一种在你与那些无形的力量之间的就会形成更多的合一状态。

你所需要的总是会出现在你的生活中。这就好像你在自己的四周看看并伸手去拿那些你需要的东西一样，不是用一种骄傲[就这个词语的高傲意义]的方式，而是用一种认可光的方式。

这个器皿正感受到一种极大的亲密感[如果你愿意这么称呼的话]，于是空间被压缩了，而在她外面的那些事物离她如此接近以致于它们都紧紧地挨着她的皮肤了。就是这种空间的塌陷解释了那种亲密性与合一性，在其中你所需要的离你如此之近以至于它几乎就是你的一个部分了，而在你与其他事物之间也不再有分离。如果我们再一次说万物都是一体，这听起来都是老生常谈了，但是它却是真理。造物者服务于造物者。当造物者意识到这一点时，我们会说，要在一个人内在成为造物者即是去知晓内在的自己与外在其他部分的自己是一体的。

那么，被需要的事物就已经是自我的一个部分了，在你和那些你所依赖的其他事物之间也不再有分离了。当[内在的]造物者意识到这一点时，那么被需要的事物就已经是自我的一部分了。

现在我们希望将我们的通讯传递给 L2 实体。我们是 Q'uo。

（L2 传讯）
我们是 Q'uo。我们是 Q'uo 原则。我们现在与这个器皿在一起了。我们再一次在爱与光中向你们致意。

我亲爱的兄弟姐妹，我们重申在自我的内在看见造物者的话题。你观察到更高密度的奇观，那些更高密度的人能够具体显化任何他们需要的东西。而这个(次元)平面上的很多人会非常频繁地感觉到物质限制的负担。我们想让你们了解，不仅仅只是在下一次人生中，这次人生中 如果你想要显化任何你需要的事物，这是有很大的可能性的。既然你已经选择投生进入到这个密度中，经常会有一些限制对你似乎是一个障碍。而你的永恒的灵魂却会继续前进，永远不受阻碍，与你一同工作，用一种你的智力不总是了解的方式在你的内在工作。

如果你愿意，考虑你有一幅地图，为了在这里投生你已经将这幅地图交给了自己。你的灵魂依据这幅地图而指引你。你跟随着在这次人生之前 你已经安排好的各种道路和路标。虽然这个世界的重担无法允许你总是能看到这幅地图，这幅地图却在你的内在，你的灵魂也持续地在用这种方式指引着你。

我们会对你们说，你们需要做的仅仅就是去请求帮助。有一大群天使*会集结在你的身边，虽然很多在这个肉身中的人都觉得自己配不上去呼唤那些他们几乎无法领略的事物的帮助。而我们希望你们了解，即使是一个灵魂最微弱的闪光伸出触角到那光中并希望走出那一步时，每一个你们无法理解的事物都会回应造物者本身，并在一种难以置信的喜悦去欢庆。有成千上万无数的无形帮助者会放下他们正在做的任何事情来为你带来你所需要的事物。来自你内在的这种指引与来自你

外在的指引完美地连接在一起。而那内在的地图也不再是二维的地图，而成为三维的地图。你拥有去创造你所需要的事物的力量。

(*编注:这里的原文是 hosts，一般翻译为主人或东道主)

我们现在将这个通讯传递到 Jim 实体那儿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo。我现在与这个器皿在一起了。你们每个人在无形的世界或者无法看见的平面上都有充足的帮助者和朋友，他们非常乐于帮助你实现你灵性上的渴望。因为你进入到这次投生是来追寻你在过去转世的土地上种下的种子。这些土地里的种子已经发芽了，它们正处于茂盛的时期，在现在这一次人生中 它们将达到它们的顶点。

当你经验[那些真理的寻求者可以获得的]多种多样的渴望、指引、偏好、学习与服务时，你会发展出特定的需求，这些需求将协助你完成这些经验。造物是一个整体。你在造物者之内行动。造物者各种其他的部分与你联系在一起，它们与你一同和谐地移动，并在这个过程中给予你帮助。你可能并未有意识地察觉到你有某个特定的需要，如果你愿意也可以称之为拼图中特定的一块，这些需要会提升你的学习与服务。并不能完全说是你的老师、指导灵和朋友给你带来这些需要;重点是你的内在有一个开口，它过去被堵住了，你现在把它打开了，它就会允许那些对你有吸引力的事物以及领悟进入你的生活中，它们都是你需要的。

我们现在将通讯转移到叫做 Carla 的实体上。我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，现在我们再一次与这个器皿在一起，在爱与光中向你们致意。你可以将你在形而上层面的生活的经验考虑为彷彿你是一个能量链结(nexus)，就你的能量场的意义，它带有清晰的边界，而它与你周围的能量有很多一致性的位置。这给予你一个关于所有生命振动的生活方式(metier*)，不管这生命是你自己、周围的拥有人类特性的实体、第二密度的实体，或诸如你们的结晶化岩石这类的第一密度的实体，在这些生命振动中，以及树木、位置、元素还有诸如风、土、水、火之类，它们有大量的存在性。

(*编注:这个字源于法文，也可以翻为职业或圣召或灵性工作，感谢 Gary 的协助)

你们的物质幻象的外部领域在其自身就可以被诠释为一个梦境。因为你们能量场的媒介对于你周围的能量是如此地敏感，那些围绕着你的能量与你彼此之间也是同样地敏感，在你们周围世界的每一个一致性的位置都有着一种脉动的、振动的、闪耀的生命之光辉，而你们周围那些一致性的位置大多数虽然是无形的，却离你们非常近。内部流动(instreamings)是有可能的，这些内部流动是如此的精细，它们是由光组成的。因此，当你看到那些越来越多地成为你生命的实质一部分的意外惊喜和灵性上有趣的巧合时，你就可以越来越意识到思想难以置信的错综复杂而又全然和谐的工作。

有人会说，你在思考什么无关紧要。而我们会对你们说，你思考什么 非常地要紧，你拥有的每一个思想都是进入力量的一个旅程。你会如何使用你存有的力量呢？你会如何使用内在的造物者，在每一个思想中出席的造物者呢？

我们现在将这个通讯转移到 R 实体。我们是 Q'uo。

（暂停）

（R 传讯）

我们是 Q'uo。我们现在与这个器皿在一起。我们将移动到 L1 实体，感谢这个器皿。我们是 Q'uo。

（L1 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们现在与这个器皿在一起了。你究竟会如何使用内在的造物者的实质呢？你会如何使用你呈献给这个地球的礼物呢？你会用什么方式来利用你被赋予的这次珍贵的人类的投生并在其中找到内在灵性的觉知呢？在你们星球上，很多人在日常生活中处于沉睡。他们起床，为一天做准备，用忙碌将自己塞满。他们吃饭、交配，使用他们的工具，与朋友一起喝啤酒。然而他们处在沉睡中，在他们清醒的时候他们仍是沉睡的。在沉睡时，他们无法记住做过的那些[可以帮助唤醒他们的]梦。

在你们每个人[来到这里形成这个圈子]生活的某个点，你们曾被轻推。该闹钟是有效的，你们从那窗口流入的光流中唤醒自己，睁开疲倦的眼睛，你会四处张望。现在就是说「哦，我的上帝呀，谢谢你！谢谢祢唤醒我！」的时候了。

现在你醒来了，你会用什么来填充你的生活呢？你会如何使用这个机会呢？你会用什么方法来使用内在造物者呢？

内在造物者的第一个方法是简单地将自己填满光。打开你自己吧！仰望天空，张开你的双臂，站起来，于是光就可以充满你。这是首要的服务，简单地允许光流过你。

这个服务的第二部分是依照光对你的指引而行动。当光给你一个脉冲用这样或那样的方式而行动时，服从这光并向它指引的方向行动是会有帮助的。让这光充满你，接着认出光让你行动的方向，这个行动的方向也就是我们所称的服务；在服务中与所有其他人的光[即是造物者]混合在一起，于是你的意愿同样是造物者的意愿。

这个器皿经常发现她自己在做一些空虚的事情，例如她在睡觉前会躺在床上幻想这种或那种使她觉得心情舒畅的事情。接着她会让自己转身摆脱幻想并告诉她自己，「这对我有什么帮助吗？这并不会服务与我在这次投生的目标。这是对我的时间的一种浪费。」于是她会起床，进入冥想或者让心智歇息以便进入睡眠，这样她就可以进行那些晚上的课程了，那些课程会让我们在清醒时状态更好，于是她得以觉醒。你会用什么来填充你的生活呢，会是那些对你没有帮助的事情吗，是那些也许会浪费你的时间的事情吗？

我们想要说的是，肯定不是所有琐屑的事情都是在浪费时间。造物者在快乐中行动。听着一首优美的歌曲舞蹈的快乐，与朋友进行一场谈话的快乐，所有这些都是让光充满你自己的机会。单纯地存在，你就是在服务了。然而，我们还是会提醒，你们每个人有很多的时候都会在那些并不重要的事情中陷入泥沼[如果你愿意如此描述]。你在如此多不重要的事情上面放置了如此多的重要性！我们自己也这样做过，因为我们曾经生活在该密度的所有部分。在你灵性向上演化的过程中，你会继续这样做。它是行星地球上所有人类都会体验的事情。它是你此生的一部分。

但是，在这次投生中，你们也是被祝福的，在祝福中你会了悟到你有机会去选择

是否继续去做一些对你没有帮助或灵性上缺乏技巧的事情，你们也可以去寻求那些对你投生的目的更有技巧或灵性上更有帮助的事情。当你们将那些对你们的人生有帮助的事情付诸实行时，那些你们需要的工具接着就会出现在你们的手边来帮助你们实践在这次人生的目的。当你们在造物者的光中行动时，祂会指引你们进入一些场合和情境中，它们是你们在目标未实现时所需要的。你们会称这些为巧合。了悟到巧合并不真的是碰巧的，而是在光中更进一步。

我们现在转移我们的通讯到 L2 实体。我们是 Q'uo。

（L2 传讯）
我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。我们再一次在爱与光中向你们致意。

我们希望和你们谈论关于机遇的概念以及如何理解你遇到的机遇。就好像叫做 L1 的实体说过的，这个世界中有很多人是在沉睡中的，他们简单地无法看见摆在他们面前的机遇。你经常会太忙碌以致于无法观察那些你周围的事情。然而它们一直都在那里。很多人会认为这些征兆、轻推必须用一种戏剧化的方式发生。而我们告诉你们的是，机遇会通过很多形式到来。

这个器皿对梦境有很大的尊敬。我们会说梦境是强有力的机遇，因为在你的梦境状态中你不会被这个世界的锁链所阻碍，而在你的睡梦中你比任何时候都更加清醒。你所娱乐的幻想、想象的世界、描绘的图画、撰写的故事，在大自然中那些吸引你注意力的简单事物 我的朋友，这些都是等待着你去拥抱的机会。你必须简单地去寻求、拥抱、观察，于是每一个时刻与细节都会成为一个非同寻常的巧合。因为当那些沉睡着的人们清醒的时候，他们曾遭遇却没有注意的那些事情，就会看起来是新鲜而令人惊讶的。它看起来就好像是奇迹降临到了你身上一样。

而我们会对你们说，当你在灵性演化的道路上前进时，你不会将这些巧合视为运气快乐转向的机会，而是看见存在本身就是一个宏伟的机遇，在此生中流逝的每一刻中都蕴含一个能够移动群山的奇迹。

我们现在将这个通讯转移到叫做 Jim 的实体上。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再一次通过这个器皿在爱与光中向你们致意。当你们与更大的自我重新联系在一起的时候，这个更大的自我的资源也适合于你去寻求。它们会以一种或者另一种形态出现，因为你周围的造物是富于多样性和可能性的。与你的渴望一同和谐的工作吧，当你能够接触到你自己存在中先前一直沉睡的部分时，你会遇到一个看上去似乎是新的环境，容我们说，一个新的游戏场，在其中你会有更大的机遇，你的需求是显而易见的，而满足它们也是理所当然的事情。你整体的发展也会被加快。

每一个实体在生命的奥秘中寻求他自己存有的奥秘答案，都是一个走在真理和服务道路上的热诚朝圣者，他前进的步伐是更加地确信的，也提供了更大的成长。

我们现在将通讯转移到 Carla 实体，我们是 Q'uo。

（Carla 传讯）
我们是 Q'uo。我们再一次与这个器皿在一起，在爱与光中向你们致意。你看，我的朋友，各种巧合，实际上就是天佑，就是经验，当你进入聚焦时，当你的思想与高我、天使、第一密度与第二密度的实体，有知觉的动植物不可思议的壮丽陈

列、还有那些支持着你们每个人的亲爱的生命一同和谐振动的时候，巧合就会发生。所以，你可以理解对每一个同时性最佳的使用方式就是进一步向你自己的内在聚焦。

你的渴望是什么呢？你来到这里就是来探索那个问题并体验所有被渴望的事情的。而当你找到方法贯穿你的一整天都能更清晰地让你自己聚焦于你更深的渴望时，这个爱的网络也会开始更多地对你说话。

我们非常享受透过各个器皿在这个圈子中工作，我们感谢每一位器皿提供自己给这个通讯使用。能与你们每一位工作是我们的快乐与荣幸。

在我们离开之前，请问是否有有任何后续的短期询问，就在我们离开这个器皿和这个团队之前。我们是 Q'uo。

L1: 做为一个通灵的学生，我想利用这个机会询问关于今晚第一次通灵的时候 我体验到的一个感受。能量到来，我的身体里的感觉是极其强烈的。我感觉到非常沉重，这个房间在我周围挤进来 以致于我感觉就好像一个鱼罐头里的沙丁鱼。

我和其他人之间没有分离。我感觉非常的沉重和剧烈。我所通灵的概念似乎是完全重复的。唯一从那个概念泡泡中揭露它自己的事情就是：一切为一（all isone），一切为一，一切为一，一切为一。我无法感觉到概念之间的足够细微差别来从中产生出任何事物。第二次能量到来，没有那么剧烈了。它更加让人放松了。我能够形成完整的句子和想法了。我想知道区别是什么。[区别在于我的身体或这个圈子或你们的能量上吗？]

我们是 Q'uo。我们了解了你的问题，我的姐妹。我们确实可以评论，也乐于这样做。

进入一个器皿的心智和身体本身就是我们练习许久的一个技巧。而我们也觉察到使之完美要花费的时间是无穷无尽的。如同这个器皿，一些实体的特性就是极其敏感的。因此，有一些时候我们尝试提供给你们的概念 就体形特征这方面是非常有效的，或者至少带来强烈的感觉，这些概念与一种更放松的概念泡泡的能量是相反的，后者更少地触及感官，而更多地触及抽象(概念)。

在未来 我们会努力缓和从感官供给的强度来为[做为一个器皿的]你创造更多的舒适。然而，经常一个概念是超越简单的词汇的。在第一次遭遇能量向你的移动的时候，我们所提供的概念的负担确实与边界的塌陷有关，这是从包围你的爱的网络的意义上而言的。对于我们在那个精确的时刻所提供的内容而言，找到一个方式在通灵中创造更加明亮和生动的感知是极为重要的，那感知就是，在该概念中没有真正的空间，只有完全的合一。我们发现你用极好的语言对那个概念进行了表述。没有错误。这个过程单纯地就是将无限的概念转化为到你一直在研读的有限语言，就好像这个圈子里的其他人也已经研读了一段时间。

有很多时候我们会发现我们所希望提供的是太过于微妙了，以致于我们必须超越语言并提供图像和感觉。当那种情况发生的时候，这个器皿将会说，「我正在感觉到这一点；我正在体验到这一点」，但愿如此。一旦表述感觉的最初的语言被说出来了，它就是第一个从瓶子里掉出来的橄榄，接下来，该概念泡泡的其他部分就会用一种令人满意的方式继续前进。

我们并不总是能够为每个器皿找到最舒适的地方。甚至只要这个器皿还在与我们

一起工作，我们就会继续更多地学习如何与她一同合作来为寻求者创造并提供一个资源，满怀希望地。

因此，在今晚你第一次和第二次经历之间到的体验的差别是一种机能，重点不是你自己身上或这个圈子有什么显著的变化，而是在于信息本身的变化。

包围着思想的一个进程的能量在那些思想的能量中的确会发生变化。通灵的管道的工作就是透过她所有的感官或者非感觉[没有感官能量]的概念，拿取那些他们接收到的东西，并单纯地用最佳的能力来表达正在发生的事情。

我的姐妹，我们为你能够在通灵中与这种强度一同工作而祝贺你，这种类型的通灵对于一些人确实太过于强烈了。然而，当通灵管道能在无论发生什么的时候都能放松进入到一个去维持调音并允许我们与你们建立联系的单纯目标时，这是很好的。

从那个意义上来看，我们希望和你们说，与你们每个人一同工作的是多么开心的事情呀。单纯地能够建立那个通讯就是出色的事情了。我们祝贺 R 实体*，他能够感觉到我们的存在，他开放自己以获得从我们这里接收印象的可能性。做到这一点的能力位于你们每个人的内在，而对于一些人，尤其是那些生计仰赖维持数量和计量高度精确性的人们，他们会有更大的一种阻力围绕着未知的事物。然而，我们感觉 R 实体非常令人满意地持续进步，我们会为他的勇气和坚持不懈而祝贺他。我们感谢每位在这一天提供他们自己的人。能与你们每位一同工作是一种荣幸与欢喜。

(*编注: R 实体目前是位计算机工程师，定期帮 L/L 中心维护计算机)

我们也同时感谢这整个寻求圈。你们每一位坐在这里的人都是一个珍贵、珍贵的存有，你们给出时间和能量[你们地球上宝贵的商品]，仅仅去寻求真理。你们一同闪耀的光是明亮的，我的朋友，我们为你们所是的灯塔而感谢你们。

如同我们发现你们时一样，现在我们将在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ 第 1505 章集：成为造物者

Copyright © 2010 L/L Research

周六冥想

2009 年十月 17 日

Jim：今天晚上的问题，Q'uo，是关于我们如何更多地在生命中找到我们自己，并成为生命中更大的一个部分。Ra 建议对于一个希望这样做的寻求者，有三件事情是重要的。第一是去知晓自己，第二是接纳自己，第三是成为造物者[1]。你们能简要地论及知晓我们自己和接纳我们自己，以及接着我们如何成为造物者？成为造物者是什么意思呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们来到你们中间。感谢你们呼唤我们来到你们的寻求圈。被呼唤到

你们的圈子是一种荣幸与荣耀。我们很高兴能在今晚与你们谈论关于知晓自己，接纳自己以及成为造物者。我们为这个问题感谢叫做 Jim 的实体。

一如既往，在我们开始前，我们请求你们每一位听到或读到这些言语的人使用你的洞察力和分辨力，从我们提供的想法中拿取那些与你们内在共鸣的内容，并将其他的想法留在后面。因为，我的朋友，我们怎么可能每一次都为你们每个人正中红心呢？这是不可能的。因此，请使用你们的分辨力来决定哪一个是你们要拿走的。这样我们就会对涉及自由意志的问题觉得放心了，因为我们不愿意成为你们道路上一个绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑。

你们今晚的问题有三个部分，我们会努力触及每一个问题，并将更多的部分聚焦在成为造物者这个问题上。

这三个部分的第一个是知晓自己。当然，我的朋友，知晓自己需要很长的时间，因为作为一个在投生中的非常年轻的实体，你的父母和你的老师会开始向你解释事物的存在的方式，慢慢地你会变得适应文化了，你对很多事情充满了觉知，它们是被很多人们说过的，而其中有一些对你完全没有任何的意义，但是所有这些觉知都是你被期望去学习并在穿越人生过程中 做为一种社会机制的润滑剂而使用它。

在这个圈子里的你们每个人都已经注意到很多经历人生的实体是睡着的，除了关心那些喂饱自我、有房可住、付账单以及[每个人以自己选择的方式]享受闲暇之类的事，他们不会深入地思考自己、思考社会问题或思考任何事情。这些事情对一些人是足够的，但是对于这个圈子里的每一个人并不够，你们已经从一场行星之梦醒来了。

在某些方面，过一种清醒的生活是非常不方便的。它不像享受行星的梦境一般舒适。然而，一旦醒来，你们就不会回去睡觉了。你知道世界比你以前被告知的世界更大，你感觉到你自己也更大了，比你以前被告知的自己更大。所以你会想知道你是谁，为什么你在这里。这就是你的灵性探索的开端了。

首先，知晓自我大部分的问题经常是在于找到你所不是的事物，并允许那些你所不是的事物从你身上脱落，于是你就能够成为你自己了。当你在你自己之中歇息时，你会开始知晓你自己了，也许探索你是谁的最快的方式是在每一天结束时在冥想中歇息并回顾你的一天，一个经验接着一个经验，一个情绪接着一个情绪，一个催化剂接着一个催化剂。当你看到将你拉出平衡状态的情绪时，你可以注视这个情绪并问，「我是如何开始感觉到它的呢？在表面之下有什么触发物被触发了并导致这个情绪的突然爆发？」

当你看着这些困扰你的事情时，你发现了躲藏在你的情绪反应下面的那些已被埋藏起来的痛苦晶体。当你将这些痛苦晶体移到阳光中，在那里你可以检查它们，在检查这个通常来自于你的幼儿时期的痛苦起源的过程中，你开始理解你曾经是如何受伤的。当你释放这个伤口并宽恕它时，你也恢复了完整的自我的一部分。

当你持续地进行你的检查，一天接一天，一年接一年，你开始觉察到在你的生命中有一些反覆再三困扰你的事情。它们对你为什么在这里(的命题)出线索。每一个实体进入此生中都带有一个投生计划。它不是一个命中注定的计划。它是一个灵活的，为提高可靠性而重复的计划。

你们每个人在投生之前，在你的指导灵的陪伴下，你们会一起真正仔细地查看你

之所是的灵魂光流，你会想:「我想要变得更加平衡。我想要更多的智慧来平衡我心中的爱。」或者也许你会想:「我有相当的智慧，但是我希望我的心更加开放。

我想在爱与智慧之间获得平衡。」或者你会凝视你自己并看到在很多次转世中你已经是一个强有力的人了，你想要去学习正确的使用力量。无论你的投生课程是什么，他可以确信两件事情：它关于平衡；它对于你是独一无二的。

当你更多的发现你生命的主题和你在这所生命的学校[你可以这么称呼行星地球的第三密度] 中学习的课程时，没有任何人陪伴在你周围，也没有需要打动任何人，甚至不用打动自己，你就会开始有点懂你是谁，你到底是谁。当你清空所有的骄傲或虚伪，或者一个并不适合于你的故事[而你却一直努力去与之适应]，你最终会意识到在你的人格底下的一些事物。那就是我们所称的意识。

你看，我的朋友，你既属于这个世界，又不属于这个世界。你在一个物理身体中，你的肉与骨证明你是行星地球的公民，从尘埃而来并预期在未来回归于尘埃。而同时你是一个无限、永恒的实体。你进入到生命中，将你的能量体和现在所享受的物理身体结合起来。当你在你物理生命的尽头扔掉这个物理身体时，你会向前移动并再一次进入到你的能量体的新的经验中。但是，在这一次生命的过程中，你同时拥有两个身体，它们是无法分离并且相互缠绕的，它们一同工作创造了你做为一个人和一个灵魂的体验。不仅仅物理身体会对发生在你身上的那些事情起反应，处于一种持续的流动状态的能量体也会根据自我感觉安全和可靠的能力打开和关闭。

当自我感觉不到安全或可靠时 能量体就会发生紧缩，它会减少来自造物者在极大的慷慨中提供的爱/光的无限流动，有时还会完全地切断它。因此，在知晓你是

谁的方面，为你自己找到一个安息所是非常好的，如果它不在你自己的外在，那么就在你自己内在找到一个安全的地方，你可以在那个地方休息，你的能量体可以流动、打开，并在无限造物者的爱/光中呼吸，那爱/光会经过脉轮流动，向上穿过心轮、穿过较高的脉轮，流出并再次进入天父的造物中。你越多的在内在的安全之处歇息，你就会越多地找到你是谁。

当你在你自己的内在进行这个工作[作为内在工作]的时候，你会发现当外在的生命在你面前展现它自己时，多少有些不同了。因为，你越发地在你是谁的问题上感到安全和平静，其他人会如何考量你 对于你也越来越不重要了。在涉及你与他人的关系和如此之类的问题上 你的紧张越少，你也越来越能够将你的注意力聚焦在为你周围的那些人以任何可能的方式提供支持和照顾。于是，一点一点地，当你开始更加地知晓你自己，当你对你是谁和为什么在这里感到轻松的时候，你就会开始能够喜爱这所灵魂学校里面的教室了。

自然，任何一个班级都会有临时测试。那些测试就是当困难发生在你身上 而你必须承受那些混乱和孤立的情绪的时刻，当你不知道发生了什么或者如何去应对时，那些情绪就会出现。当你观察并与这混乱、孤立、灵魂的暗夜合作时，让那些机会教导你: 你是谁。就好像它是一个礼物一样地进入它，并向它致谢。因为这样的礼物是在它们手中 带着极大的祝福来到你的生活中。过一段时间之后，当你回顾你生命中的这些曾经充满混乱和转变的时刻，你会看到你投生计划的光辉。你会看到你学会了多少，拿走了多少，从这灵性的礼物中获得了多少。

因此，在知晓自己的过程中，我们请你们相信这个过程。它不总是令人舒适。你来到这里实际上也不是为了感到舒适。你来这里是为了改善你的人格的平衡，并改善你作为光之仆人的坚定性。最重要的，你来到这里为了服务光。你们在这个

行星地球的课堂中服务光的方式是允许光流过你。因此，如果你们愿意，你们可以将你的生命视为一个乐器演奏家的生命，他会为他的乐器调音，这样他的乐器就可以演奏出悦耳的旋律和美妙的和谐。

现在，你也许会问，什么是调音呢？我的朋友，因为这是理则的造物，理则的名字是无条件的爱。你根据那理则而被调音。你正在调音以成为爱的器皿。你是独一无二的，就好像我们之前说过的，每一个人都在光流动经过他的时候 拿取光并让光从她身上照耀出来，就好像一个彩色玻璃窗一样。你的玻璃窗的颜色就是你的情绪、想法、理想、那些你珍爱的事物和你最深之所是的事物的颜色。当你视你自己为一个器皿并以极大的尊敬和荣耀来对待你自己的时候，你就会开始感觉到你是一个器皿了。就好像叫做圣方济[2]实体所说的，你是祂的平安的一个器皿。你来到这里并维持一个空间，通过这个空间，光可以流动通过你，并流出进入这个世界，照亮此刻行星地球的意识。因为这是一个非常强烈的时刻，一个收割的时刻，一个你们星球转变的时刻。

你们选择当下在这里并持有光，你们是非常勇敢的。但是，在投生之前，你并不知道这次投生会有多么的困难。请知晓你们不是孤单的。你的指导灵离你和呼吸一样近。你们可以通过在心中念我们的名字而呼唤我们，如果你们愿意，我们将帮助你们稳定你们的冥想；该帮助不是我们有任何要说的话，我们单纯地与你们在一起，爱你们并给你们一种安全的感觉。

知晓自我建构在自身之上。当你首先开始知晓你自己的时候，你通常是通过其他人的镜子，你会衡量什么使你困扰，什么使你高兴，如果你将所有那些事情带入到沉思中，你会为你所发现的感到不安。因为你有一个阴影面。我们请你仔细地查看那阴影面，并知晓既然万物都是一体的，你就是万物，那么你有一个完整范

围的自我。

自然地，你会强调你的个性中那些似乎对你有益的部分。然而，你的人格中似乎黑暗的那些部分同样有价值，容我们说，同样值得尊敬。它们是你的一部分，它们需要被爱和被荣耀。而这就是你开始接纳自己的位置了。它经常要花很长一段时间来彻底地查看你自己：那个自己是杀人犯、强奸犯、小偷、说谎者，以及所有你永远不愿意是，永远不会演出来的东西。然而，你通过其他人的眼睛、行动、想法看到它们来到你身边。于是你会说：「那不可能是我。那非常令人不安。」然而，我的朋友，你的内在拥有那些面向。它们需要被承认，被爱和被接纳。接着它们需要从日光的一面被给与指令，因为它们对于你在这里的服务中都有它们可扮演的角色。

如果你接纳了那小偷、强奸犯、杀人犯记忆所有那些胡作非为的元素，它们所共有的部分是一种力量，这种力量有时是那些更加甜美和善良的方面所缺少的。你需要有那份刚毅、坚持不懈、顽固坚持的能力，为了美好的事物，坚守你的阵地，来维持光并保持你自己。那些个性的阴影面就是关键元素 赋予你深度能力好坚守你的领地。它们使你的理想强而有力。它们给与你一种你从其他方面无法获得的韧性。这些都是好事。

因此，当你查看自己时，当你知晓自己时，当你找到在你的阴影面中尚未整合的部分时，我们请你们用你们的双臂抱起它们，爱它们，把它们放在你的摇篮中说：「来和我一起为光而工作。和我一起进入光吧。」

现在我们来讨论成为造物者。我们之前说过你有两个部分，尘世的部分和永恒的部分。在你内在也有两种心智，你的智力和意识，而意识也可以称为心之头脑。

你的智力居住于空间/时间中，居住于物质实相中。它是有限的。它是一个解决问题的计算机。它把它的工作干的好极了。它对于你是独一无二的，容我们说，每一个智力是它自身的野兽。它是你的一部分，那个动物，那个不再长毛并开始使用工具的类人猿的一部分。

而另一方面，意识居住于无限和永恒之中。它是你们所有人所共有的，因为它是无限造物者的能量、意识、存在性。当你在一个夏天走入一片森林，所有的文明的装饰都脱落了，只有鸟儿的歌唱和树叶间微风的呢喃在对你说话。你可以从表面的智力沉入意识中，于是你就与那鸟儿的歌唱和树叶间微风的呢喃合而为一。智力安静了，从你身上脱落，而你也歇息于无限太一的心智之中。

无限太一之歌是一首爱之歌。你会发现你的吸气就是在爱中吸气，你的呼出就是用爱回答爱。你是一切万有之舞蹈的一部分。如果你不能走入森林，你可以在你的椅子上这样做。你可以在一个教堂或一个寺庙或一个道场这样做。真的，你可以在任何地方这样做，因为你的每一时包含的意识就和你的智力一样（多），你的每一时包含的永恒灵魂就如同尘埃之子一样（真实）。

成为造物者就是一个允许意识取代智力的过程。除了造物者，你不可能是任何其他的东西。这是一个已知的事实，虽然你不可能证明它。你只能通过信心而知晓它。单单信心和未知就会告诉你，你是造物者的一个火花，容我们说，从某种程度上，你是神性原则的一个全像图。你最深的自我作为造物者的一个部分 在无条件的爱中振动。因此，成为造物者就是允许这个非个人的、深深流露爱的意识成为你自己每一天存在性的越来越大的一个部分。当你越来越多地进入到对意识的察觉中，你的那个「我」将会成为越来越深沉、越来越真实的你之所是的「我」，在意识中，「我」与基督是合一的，与无条件的爱是合一的。并不是你

变成无条件的爱，因为你自始至终都是无条件的爱。当你开始用你之所是的方式知晓自己并如实接受自己时，你要做的就是找到允许意识进来。

你看，在智力中有一个部分恐惧绝种。而智力担心如果爱的意识成为你自己人格的越来越多的一个部分，你会失去你的个体性，因为意识是非个人性的。我的朋友，没有东西比这观点更不真实了。只要当你开始觉察到你自己最深的部分，光之仆人的那部分的时候，你发现自己能够更自由地呼吸了，你发现自己能够去做一些事情了，那是你会在世界中用一种新鲜的热望和一种要做更多的事情的欲望来做的事情。因为，当你在新的一天醒来时能够同时带着对永恒的察觉与对这个世界的有限的事物的察觉的时候，当你成为这样一个实体的时候，生命也会变得甜蜜、美妙与充满冒险了。

它是一个漫长的旅程; 当你最后一次闭上你的尘世眼睛时就会结束的旅程。它是一个漫长的游戏，一个策略很简单的游戏：知晓自己，接纳自己，成为造物者。

当你发现你自己更深的部分，也就是造物者的自我时，你将会发现你的眼睛是打开的 向着所有可能的情境去发现美德、爱与平安。

你会发现你自己变得更加坚定，更加稳固，面对着这个世界的万种事物[如这器皿会说的]时 也更加不受烦扰了。

为那条漫长的道路做好准备吧。它是一条美丽的道路，我的朋友。它是一条通向美好终点的道路，如果要说生命是一场游戏，它是一场你可以赢的游戏。你唯一要做的就是去爱并允许你自己被爱作为回报。因为，我的朋友，造物者比你可能想象得到的更加地爱你。你被爱所包围着。在你周围有一个爱的网络，一部分是

天使般的存在，一部分是你的指导灵，你也可以称之为你的高我，你最高和最好的自己，它是你在第六密度的自我给你的一件礼物。

在那包围你的爱之网络中歇息吧，带着无限的好奇为这次生命做见证吧。你来到这里是根据你的渴望而创造的，那渴望就是你希望的事物。因此，根据你最深的自己来塑造你的渴望吧，根据你察觉到的最深渴望来塑造你的渴望吧。永远寻求走得更深、学得更多、自由地专注于当下此刻吧。

因为当下此刻就是那在永恒与物质幻象之间的非凡连接点。就是在当下[如你们所领会的]之中，意识可以拓展，答案可以被发现，当你敲门时大门就会被打开。因而，就好像叫做 B 的实体所说的，尝试去停留在当下吧。那里有矿土、有你所寻求的、那里有服务、有学习。让你对自己的知识和你对自己的接纳，随着你服务的道路有机地生长吧。

现在，有一些人来到这个地方完全是来成为的，成为一个空间，这个空间有能力将无限的光转化为祝福你们的物质星球的能量。还有一些人来到这里不仅仅是来作为一个让光可以流经的空间的持守者，他们同时也会提供外部的服务。内部服务和外部服务的价值没有区别。因此我们希望向你们每个人保证，无论你现在是否参与外部的服务，你都在进行你来到这里要进行的服务。你的任务正在进行中。

你的使命正在执行，一切都很顺利。让你自己去成为吧。那就是秘密。不要伸手去拿，不要使劲去推，仅仅设置你的意愿去知晓，在每一天服务，并让那意愿为了(你的)进步 替你安排今天需要去做的事情吧。

在我们处理另一个问题之前，现在请问关于这个问题是否有后续的询问。我们是 Q'uo。

（长时间暂停）

我们是 Q'uo，沉默的回响告诉我们关于今晚的主要问题已经没有后续询问了。

因此，请问此刻在这个圈子中是否有其他的问题呢？ 我们是 Q'uo。

L：我有一个问题。

我们是 Q'uo，我们非常高兴听到你的问题，我们是 Q'uo。

L：我现在遭受的苦难是恶魔附身吗？

我们是 Q'uo，我们并没有听到一个明确的问题，但是也许你是希望我们谈论这个主题，是吗？

L：是的。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们非常高兴回答这个问题。我的姐妹，一如你们所知，这的确是一个拥挤的宇宙。大多数实体都有一个抵御被外部实体侵犯的天然保护，因为他们都牢固地、彻底地沉睡在尘世生活的梦境中，他们并没有那种敏感性去觉察到其他实体的存在。

当一个实体能够打开他的察觉并在一种被缓慢而仔细地控制着的环境中增强敏感性时，对于一些实体 认识从其他地方而来那些的实体是非常有帮助的，因为他们会有机会发展[被这个器皿称之为]调音的能力，这样他们就能够为自己呼唤那些与自己振动协调一致的实体了。

有些时候，一个人的能量体会被一种能量所压制，它比该系统可以承受的更加强大。这就好像能量体是一个电性系统，一个突波(surge)通过这个系统并引爆了一个脉轮或其他脉轮。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

在服用了过量毒品时 或者在那些不那么容易解释的例子中，当这种情况突然而创伤性地发生时，它在灵光中制造了一个破洞，这是一个不在计划中和未被请求的入口，通过这个入口 实体们就可以接触你的能量体了。为了用一种简单的方式谈论这个问题，我们有些简化和一般化。

然而，这已经发生了，无论在能量体中什么地方，它已经发生了，而在你们医生的药典中却没有药方可以让你能够关闭那个入口。因此，我们鼓励一个正在经历这种让不受欢迎的现象[不必要的实体通过该入口]的人，去向那些与能量体工作，而非与物理身体工作，的治疗者求助。

在灵光中已经有这样的破洞的实体可以做很多事情来修补那些洞，藉由聚焦于所爱的事物，聚焦于珍惜的事物的生活方式，并在每一天设置意愿去对美好、美丽

和真实的事物保持真实，这样的想法就好像你在灵光中的破洞上，从这一边到另一边，从顶部到底部缝补的时候用的线一样。

想法在形而上的世界中就是东西物。这样，在每一天的坚定的意愿中，视觉化地观想在天使的帮助下 你正在你的能量体上「补袜子」一样，用金色的线、银色的线，还有所有珍贵的事物从这一边到另一边补那个洞，从顶部到底部一次又一次地缝补以肯定美好、真实和美丽。

它需要时间，我的姐妹，但是在你的思想中就有疗愈，这是你可以控制的一件事情。很多伤害性的思想会向着美好的、真实的和美丽的事物发怒，但是这不能阻止它去成为美好的、真实和美丽的事物。泥巴和石头可以被扔向太阳，但是它无法阻止太阳的闪耀，也无法阻止真实的事物成为真实的，良善的事物成为良善，美丽的事物成为美丽。

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

L：谢谢你，感谢你。

我们感谢你，我的姐妹。现在请问还有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。

（长时间暂停）

我的朋友，我们发现沉默为它自己说话。我们已经用尽这个圈子此刻的所有问题，至少是那些你们唇边的问题，而不是那些你们心中的问题，但是我们不会侵犯那些你们带在身边 而没有被问的问题。

今晚能与你们在一起是多么荣幸呀！我们对你们分享的振动之美而感到敬畏，我们对你们一同建造的这个神圣的地方，远远高于这个住所的一座光之圣殿而感到敬畏，它在天使的眼睛中是至为美丽的。感谢你们寻求真理。感谢你们呼唤我们来与你们分享我们谦卑的心。就好像我们发现你们一样，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友，Adonai Vasu。

原注

[1] Ra，1981 年 11 月 28 日，第 74 场集会。在文章中引用的部分是：

发问者：我在努力理解的是这些锻鍊如何影响白魔法师的能量中心和力量？你能告诉我 那是如何工作的吗？

Ra:我是 Ra。在人格锻鍊的核心中有三个部分。

一、知晓你自己。
二、接纳你自己。
三、成为造物者。

[2]圣方济各。「圣方济各的和平祈祷」。第一节是：

主，让我成为你和平的器皿，
让我在仇恨的地方看到爱，

在伤害的地方看到宽恕,

在疑惑的地方看到信心,

在绝望的地方看到希望,

在黑暗的地方看到光明,

在悲伤的地方看到喜悦!

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ 第 1506 章集：新生的婴儿

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1998 年十一月 29 日

小组问题: 什么样的灵魂正投胎到地球上? Ra 当时说来到地球的实体 有些同时启动第三和第四密度身体，还有流浪者，以及那些想要毕业进入第四密度的实体。你们可否告诉我们关于现今诞生的灵魂的知识?

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo 群体，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意; 我们崇敬祂，我们

自豪地为祂服务。感谢你们呼叫我们加入这个寻求圈，我们收到你们给予的祝福，感谢你们邀请我们分享一些谦卑的意见，我们送给各位感谢的祝福。

一如往常，我们请求各位聆听者辨别我们说的东西，因为每个实体都有独特的需求，每个实体都值得高度个人化的真理，纵使大家探索的版图是相同的，每个寻求者的旅程都有些许的不同。

所以我们请求你们探究我们的话语，好比你只选取某些花朵放在桌上绽放，你也只选取部分听到的话语进入那思想之屋。

今天，你们想要知道更多关于你们地球目前人口的资料，以及谁穿越投胎过程来这里当宝宝。此时，可以准确地说，那些希望在今生结束以前顺利毕业的第三密度实体构成地球上大部分的人口。总的来说，你们仍然可以发现在目前出生的实体中，大约 2/3 比例启动老式的肉体载具，第四密度或更高密度的身体都在潜伏状态。当然，(他们的)希望是趁着地球即将结束第三密度周期之际，促使灵魂达到足够的成长和成熟度，好让灵魂健全足以迎接更充分的光。

同时，新生的婴儿当中 有越来越多实体是第四密度的先驱，他们已启动第三密度和第四密度的身体; 通常有不寻常的成熟思想过程，并且有更有效的学习与创作能力，以及怀着喜悦细数周遭美丽的珍宝。

第三种诞生的实体有个一般称谓— 流浪者。从上个世代开始，大量的流浪者川流不息地来到你们的地球; 流浪者在各种艺术方面带来许多强健的灵性支持，你们在这些年已经注意到这个现象。这些流浪者和具备双重启动身体的灵魂相比，他们和第三密度地球的原生居民有更多相同处，因为遗忘的罩纱完整地覆盖他

们。流浪者和第三密度希望能毕业的实体的差异在于信心和直觉的领域，流浪者拥有更多的本能的信心，更多地相信灵性巧合、万事万物的鲜活状态，进而相信有一个信息沟通架构可以横跨所有语言和文化的界线。

这三种实体的同质性并不高，因为第三密度地球本身的历史并不单纯或容易。更确切地说，你们的地球早已欢迎许许多多不同的人群，那些先前在别处没有毕业的实体。你们的星球上有着各种高度相异的人群。

有几种尖锐地不同的原型结构已经透过时间/空间宇宙中[以该器皿的说法，相当于]基因密码传递下来；那么，你们的星球一个特征是各式各样的混淆水平；在其他第三密度的星球，不总是有这种情况。彷彿你们的存在平面是一个班级，里头的学生是许多老师迄今无法鼓舞的实体。

在讨论你们地球人口组成的过程，我们感觉这个关注点不在于所有这些差异，甚至也不是那些共通的地方；毋宁，我们愿指出你们人群之间，各式各样的变貌激荡出非比寻常的生动和气力。我们赞许你们人群在发现和持守理念的过程中带有的强度和奉献。你们星球充满可观的能量，充满伟大的力量；然而这股力量经常被困在人们的困惑之内。我们的关注点是找到各种讨论爱的方式，我们总是前来给予这首简单的乐章，然而，对于地球上这些任性和调皮的人群，一种给予的方式绝对不够，两种、三种、一百种，甚至一千种也不够。我们庆祝你们人群这股格外生动的能量。确实，这股能量有些脱序与混乱，然而其潜能是如此美丽和强大！有许多实体正站在觉察的门槛上，即将摇撼整个有机体，接着重新整理。你们人群怀着巨大的能量渴求这个结果。

他们渴求的东西即是他们的本质，但他们无法看见，他们正在寻找造物主，正在

寻找爱。智能无限歇息，智能能量问:“还有什么?”在那歇息和问题之间蕴含着空间和时间中的凡人世界。

我们鼓励所有位于地球层面的灵魂聚焦在年轻的实体上头，因为，一如往常，对于那些在天真中出生，充满期待的实体，需要以最有爱心的方式给予信息。无论何时，当你有机会和周遭的孩子互动，我们鼓励每个人以她自己的方式看入孩子的眼睛，和他的灵接触。每一次和年轻实体的连结都强化和支持这个孩子的信心和意志之天赋。如果你不容易变得亲切，那么 让你的亲切为孩子展现，让你的心为年轻实体敞开，因为许多教导就以这种方式进行。

要知道，当你和所有实体联系的时候，每个实体都在教导每个实体，其效用和你能够无惧敞开心轮面对每个实体的程度成正比。虽然孩子们在成长为大人的过程失去一些信心，或许误用了一些意志; 不过，没有一个肉身中的人灵会离理解很远。因此，你永远不知道你的临在、话语、行动可能就是另一个人的救赎或领悟。

我们愿鼓励每个关怀孩子的实体重复地聚焦，如果可能的话，每天专注在形而上的[属于你和孩子的]需求上。找到各种方式虔诚地奉献给造物主，分享这个过程如同日常生活的一部分。这将引导年轻的实体进入那些深邃无法以言语表达的方法: 有些人保有一个圣坛; 有些人点燃一根蜡烛 接着冥想; 有些人和大自然互动，行走在花朵或树叶或草地之间; 有些人观察鸟儿，或以各种方式拍摄位于自然栖息地的动物们。有许许多多的途径可以教导孩子灵性事物，无须做作或沉重的方式。

最重要的，我们鼓励每个人做自己，因为这点的教导效力超过任何其他事物。一

个实体从他的核心向外移动，尽可能真实面对自己的感官和感觉，那么 在他和孩子沟通的过程，总会有个好的开始。因为孩子们比较单纯，比较不迂回，他们看待事物也是如此。他们欣赏一个做自己的实体，远胜过一个戴着面具的实体，不管那副面具有多么令人兴奋。

我们感觉已经来到一个自然的停止点，但在我们转移到 Jim 那儿之前，请问各位对于这个主题是否有进一步的询问？我们停顿一下。

[没有进一步的询问]

我们是 Q'uo 群体，既然对于这个主题没有相关的请求，我们将松开和 Carla 实体的联系，转移到 Jim 实体那儿。我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她。

我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，透过这个器皿在爱与光中问候各位. 此时，我们提供自己回覆各位潜在的询问，这是我们的荣耀。如果在座任何人有其他重要课题，我们愿至为快乐地谈论它。

此时，是否有另一个询问?

J: 当一个灵魂即将投胎进入这个幻象，他们对于第三密度前方蕴含什么有多少的了解?

我是 Q'uo，相信我们已掌握你的询问。我们将据此回应，随后 如果我们尚未涵盖你想要知道的课题，请你进一步询问。

现在，那些投胎进入地球的第三密度幻象的实体觉察这是毕业的时期; 这个特殊的星球多少正面临一些困难— 顺利诞生第四密度人口。这些显著的困难是: 调和各种振动，在合一中寻求，认出万事万物之中的造物者。加总起来，如你相当了解的，许多的战争、误解、沟通不良，和其他种种困难使得这个幻象充满着困惑和混乱。那些等待投胎的实体看到一种混沌的能量表达，不过，这并不会吓到他们，使他们丧失进入地球的第三密度幻象的渴望。毋宁，他们感知这些困难为进一步服务的机会，因为这些挑战将增进他们学习爱的课程的能力，增进他们服务太一造物者之光的能力，最终达成毕业的要件。因为在投胎之前，每个实体都远为觉察自身是太一造物者的一部分，他周遭所有实体都是如此，还有那些他将一起共度第三密度岁月的同伴，也是如此。因此，一个等待投胎的实体以清晰的双眼观看前方的事物，非常不容易因为这些困难而胆怯，反而很有可能去拥抱它们，视为服务与学习的机会。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

J: 没有，感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。

此时，是否有另一个询问?

Carla: 我可不可以问跟一个经验有关的问题?

我是 Q'uo，我们乐于接受任何你想要问的询问。

Carla: 谢谢你，在这次会议中，当我稍早正在传讯时，我可以感觉一股能量在结束时刻升起。如果我闭起双眼，我感到头晕目眩，一阵急速的风，并不混乱，只是我已经从未经验的不同能量。关于这个经验，你能否光照一下? 是不是另一个想要讲话的通讯来源? 还是某个实体要给我一份能量礼物? 我甚至无法命名它，感觉起来，它遍布我的额头顶部，以及我的心智里面。

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。当我们扫描你方才描述的经验，我们觉察你的肉体载具在这个时间有一些困难，在过去这一周[以你们的衡量方式]造成你的担忧。接着，服务无限造物者的星球联邦当中有一群实体以他们自己的方式回应治疗的需求。你过去就认识她们了— Nona 群体。于是，她们在你方才描述的经验中，提供自身尝试增添一个能量交换到你的灵光场，过程就如你所感知与描述的。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

Carla: 如果我想要接受 Nona 的礼物，我只需要对她说: 谢谢你。是否正确?

我是 Q'uo，这是正确的，我的姐妹。

Carla: 谢谢你，Nona。谢谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，再次地 我们感谢你，我的姐妹。

此时，是否有另一个询问?
[没有其他询问]

我是 Q'uo，今天，我们感谢在场的每一位邀请我们加入你们的寻求圈。能够针对你们关切的主题提供我们简陋的意见，我们为此感到满足。关于我们今天的讲话，我们请求你们只拿取那些对你响起真理铃声的部份，随意地使用它；把所有其他部分都立即丢在后头。

此时，我们即将离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与光中离开每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。

Adonai，我的朋友。Adonai。

(V)2012 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ **第 1507 章集：得到与失去**

Copyright © 2010 L/L Research
周六冥想
2009 年十一月 28 日

来自 J 的问题： （Jim 朗读）今晚的问题与寻求的道路有关。当一个寻求者努力去整合他在这一生和之前的生命中所尝试学到的一切事物时，Ra 说，寻求者会变

得越来越成为他所活出的生命，越来越成为他之所是。做为他之所是，即是太一无限造物者[1]。我们想知道，当我们成为太一造物者的时候，我们是否会放弃我们的身份呢？当我们成为太一造物者时，我们将失去什么东西吗？当我们越来越如造物者一般生活时，这样的生活看起来似乎更多地是存在而不是行动。

Q'uo 能否告诉我们，寻求者可以如何沿着这条演化的线路前进，沿着演化向上的螺旋线路而成为造物者呢？他会得到的是什么？他会失去的是什么？它会如何被完成呢？

（Carla 传讯）
我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今天我们来到你们中间。感谢你们今晚呼唤我们来到你们寻求的圈子。我们至为荣幸能加入你们的冥想并在这次工作的集会上向你们提供我们卑微的观点。能与这个器皿合作的确是一种快乐，我们感谢你们每个人从你们拥挤而忙碌的生活中拿出时间和能量，聚集在一起并创造这个你们可以在其中寻求真理的神圣空间。

一如既往地，在我们开始之前，我们会请求你们每一个听到或读到这些言语的人，请你们小心地倾听并寻找那些(与你们)共鸣的想法，而将那些没有共鸣的想法留在后面。如果你们能使用你们的洞察力与分辨力，我们将非常感激。这将使我们能够自由地谈论而不用担心我们可能侵犯你们的自由意志或者打搅你们的寻求道路的节奏。

今晚你们问的问题是一个至为有趣的问题，它结合了这个器皿所称的一次投生的小小生命与在永恒的界域内的一个更大生命中生活的灵魂光流(soul stream)的生

命，灵魂光流穿越所有密度的经验，跨越八度音程，从无时的(timeless)阿尔法(alpha)到无时的奥米嘉(omega)，仅仅为了最终在下一次宇宙创生的阿尔法当中醒来。我的朋友，永远不要怀疑你是无限和永恒的。是的，你是造物者的火花，是的，你就是造物者。再次地，在下一次宇宙创生之际，当造物者再一次选择知晓祂自己时，你将再一次成为造物者的火花。

如果我们尝试就一次转世的范围来回答这个问题，而不用在某个点进入更大范围的存有，也就是对你的灵魂光流的考虑，我们的回答会更容易理解。然而该回答就会少了这个圈子中的成员要求的微妙之处。因此，当我们似乎从对一次投生的小小生命的考虑转移到对灵魂光流的范围的考虑时，我们请你们宽容我们一下，因为你正是从灵魂光流中非常仔细地选择了少数一些元素[这个器皿会称之为人格]，这样你就可以在这次的小小生命中聚焦，于是你的小小生命就有了获得一种无限的清澈度的潜在可能性，这种可能性既能实现你在这次人生中的服务和学习目标，也同时推进了你的灵魂光流[做为一个整体]的潜能以减少扭曲，以及[如Jim 先前引用的]活得更接近你之所是。

当一个人从万物为一的基本立场出发，他会创造一个永远无法被解释的悖论。如果所有的事物都是合一的，那么为什么一个实体相比另一个又是独一无二的呢？

为什么他们不是太一无限造物者完全相同的全息图(holograms)或影像呢？悖论就是从那里开始的。如果一个实体属于造物者，是从什么位置一个实体不再像造物者一样的活着呢？虽然这两个悖论仅仅是个开头，但是，它们可能已经足够来指出，当一个人谈论如何追求成为造物者的目标的时候，他已经处于一个悖论与神秘的世界，而在其中逻辑已知的模式也不再是显著的帮助。另一方面，如果一个人抛弃逻辑与智力的资源并完全地安歇在赤裸的信心中，一个人会很快地无法以

一种有意识的方式与自我进行交流，因此 剥夺该自我所有生而为人的[辛苦赚来的]优势。

因此我们建议一个人即不要完全地倚靠智力和使用逻辑心智，也不要仅仅倚靠信心的能量和菁华 以及直接的见解或灵觉。毋宁，我们会建议你可以察觉到你已经将你自己放置在一个身在异乡为异客的情境中，而你的身体的骨与肉[这片大地的原住民]— 那个化学蒸馏厂— 如此完好地在你的物质性的投生中承载着你。

从你自身看起来，你是非常有限的。你必须呼吸而活。你必须吃东西和喝液体做为你的滋养品。你必须照顾一个化学蒸馏厂让它去清理那用完的残渣，而这些东西看起来有点没什么灵性。用上百万种细微的方式，物质性会拚命拉扯你来提醒你这一个或另一个局限，而你正是生活在这种局限性中为了成为你自己。

反之，就好像 L 实体在这个圈子的讨论的早些时候在她的绘画中所展示的，在这个局限性的网中包含着痛苦和苦难，包含着无与伦比的当下的魔法师之石，这一个当下从小小的生命回响到灵魂光流 直到太一无限造物者。

没有你的物质性，没有你在空间/时间中的位置，没有你，一个灵魂光流，做出的惊人牺牲来将你自己投射到一个被空间和时间局限的物质幻象中，你也不会拥有能力来容纳这个增效性(potentiated)空间，在其中绝对理则、无条件的爱与灵魂光流之间的所有边界被该空间解除局限，即使在其自身形而上学的边界中有坚固的范围；无条件的爱与灵魂光流也因此可以向下流入这个你只有在肉身中才能保持开放的空间中。

这就好像，在一个小小的生命和一个表面上非常受限的个性与性格的极小界限

中，你却支持着造物者知晓祂自己的最高期望，这不仅仅是从空间/时间的意义上而言的，从时间/空间的意义和整个造物的意义上也是如此。你所处位置的力量从很多方式上都是令人震惊的。同样地 一个实体从地球的梦境醒来并知晓他更大的自我 却不知道他自己所携带的力量。

因为在某种方式上你们就像刚出生的小狗，你们必须发展你们的四肢、耳朵和尾巴。当你们从一个灵性上不成熟的思考者成长为一个越来越觉醒的、留意的和专注的寻求者之际，你的小狗的四肢也开始确立。容我们说，你开始发展为你自己。

为了成长为一个灵性上越来越成熟的实体，各种寻求者使用的策略是多种多样的。J 实体提出的问题与现在你们星球上很多人的问题相似，都在使用他们之前投生的记忆来收集一种关于他们是谁的更多理解，理由是— 既然灵魂光流能收集到的赋予任何一次投生的个性是如此的少，无疑地，当一个人收集到其他的投生的越来越多的细节并能够将这些理解整合到自我的单一概念中时，一个人就可以增进关于自我知识的质量。

有一些人，诸如叫做 S 的实体，他们会发现自己遇到有一些没有预兆或提前计划的意外时刻，而在其中自我意识变得洪亮且清晰。而这种自我感当中的逻辑智力内容却几乎为零。当一个人的强项位于直接的领悟、直觉和灵知，他沿着这条生活察觉的途径可以走得很远。

除了通过深入的记忆而掌握越来越多的细节以及允许一种来自直接领悟的自我感这两种的途径之外，还有太多其他的途径无法被提及。为对灵性的寻求者而言，去获得对两条道路的任何一条或者对其他的道路的详尽的领悟，我们并不认为这

是有必要的。当我们对你们与你们讨论这些道路的时候，我们希望去做的是给予你们更多的对你们的处境的一种觉知。无论是通过直接理解还是通过有意识的整合越来越多关于自我的细节，这些途径的重要性和对于你的人性的潜能的觉察相比 都相形失色。

你就是一切万有。穿越超过我们[透过这个器皿]表达能力的数量级，一切万有向下聚焦进入到一个无法想象的力量驻留位置，那力量不仅仅停留在你眼中的你自己或我们眼中的你之中，那力量也停留在超越任何层次的任何描述的你之中。

你刚才问道，当灵性意识获得增长时，当一个人能够越来越活得如他之所是时，他获得什么，他又失去什么呢？让我们首先看看这个过程中揭示的获得。

你开始知晓你自己，这种知晓超越了你的偏好的细节并进入到以感觉、嗅觉和味觉的方式上去成为你。我们正尝试推动你超越你的感官，但使用你所理解的感官以便指出你们每个人都是一朵在永恒之中开放的花朵，这朵花不仅仅在这个小小生命中是独特的，在灵魂光流的无限的经验与多样性的更大的觉知中这朵花也同样是精巧地独一无二的。当灵魂光流通过一个接一个的密度，一次接一次的经验而构建它自己时，我们并不知晓灵魂光流是如何以某种方式保持对它自己的真实。我们仅仅是观察到它是如此的。

当你更多地觉察到成为你是怎样的感觉，你会获得什么呢？你获得了自由与平静。你不再需要去防卫，不再需要去保护，不再需要去解释。你是。无论你是谁，无论你是什么，你都是一个拥有这般美丽、真理、价值和生命的受造物，以致于你尝试使用任何言语或概念的容器去表达「我是 与 我守着你，你是太一无限造物者」都是不充分的。但是那无限，那造物者之性质都是你独一无二的，也

是你奉献给无限太一的礼物。因此它是无价的。

当你获得对你自己的本质的感觉时，你失去了什么呢？在某个程度上，可以说你失去了很多，因为当你对最深的你自己感到更加舒适的时候，你超越了扭曲，各个扭曲开始脱落了。你会因为善于讲笑话而觉得自己有价值吗？也许那个人格的怪癖会脱落，而让你发笑的笑话也不再能引发你周围的人一同发笑了。

这就好像一个人问一位老人，当他变老的时候，他失去了什么。他会说，「我失去了我的视力、牙齿、感觉、走四个小时的路而不用上洗手间的能力，」或者他会说，「我失去了我的恐惧、担忧、愤怒、偏见、还有自我加诸的局限。」 从灵性上而言，在成为一个越来越成熟的实体的过程中，事物会从你身上脱落，而你之所是将乘载更少的扭曲和更多的爱，我的朋友，这是必然的。

如果你珍视你的扭曲并说:「因为这些扭曲 我才是我，尽管这些扭曲是身体的、情绪的或人格的怪癖或者与特别的天赋或特别的限制有关」，那么你将感觉到的失去程度和你与太一无限造物者[也就是爱]的振动和频率逐渐靠近的程度相当!好比这个器皿，一个秘义的基督信徒，她会说，当你开始觉察到你的圣徒身份，以及你的家位于那天堂的领域，而那里你将与天使们和那些没有下降到地球振动的人们同在，你就会失去独特的个性，尽管它对你可能是珍贵的，尽管该特性可能是你在社会中的级别，你的外部能力，以及所有那些你将自己与其他人区别开的参数。

当你凝视着一次渺小的人生中的机会，去持守一个管道或空间将(个人)特质与无限连接在一起，并将无限爱与太一之光从那奥秘的炙热之心带入这个坚固、稳定的生命中的机会，该生命不费力气地穿越你 却无限和强烈的意愿; 你获得什么，

你失去了什么呢？这是你成为的机会，在那成为中，你献出了你的管道，器皿，菁华，掏出并清空天赋与人格的细枝末节，这样你的生命和你在世界中的人生会被爱从内部点亮。

最后 你问道，我们如何如我们所是地生活？我的朋友，你们的生命的每一刻都是一个有潜能去成为的时刻，一个有潜能去知晓你是一个存有的时刻，一个有潜能倾向服务意愿的认知的时刻，每一个时刻如同一个礼物一般呈现在你面前。在这个时刻，你会拿起那个礼物吗？你可能会分心，但是，另一个时刻马上就会来到，接下来，另一个时刻，又接着另一个时刻。如此这般一直继续。做为一个在第三密度投生中实体，在你的生命中每一个时刻都全然且彻底地充满了机会去知晓你自己，接受你自己，成为造物者。

我的朋友，虽然我们觉察到我们仅仅只搔到这个非常有趣的问题的表面，我们感觉这是一个很好的暂停时刻并询问关于这个问题是否有后续询问呢？我们是 Q'uo。

L：我想请你评论我的一个理论。我会开始将不同的转世和不同的生活视为许多块拼图，，而我正在将这些拼图合适地拼起来，拼图的每一块历经时间会拼在一起直到最后完整的拼图被展现出来。而拼图中的每一片都还在拼图中，所以没有什么被体验过的事情是会丢失的。不断地会有收获和成长，拼图也不断地被添加，添加到你之所是中，因此你是不会变小的。你会变得更大。这看起来是表述那个概念的合适方法吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹，我们愿从两种方面来回答它。首先我们会说，确实，一次投生的经验、另一次投生的经验、再一次的经验，如此等

等，确实创造了一种更详细、更清晰的自我表达，这自我也就是灵魂光流。从那个方面，我的姐妹，你是相当正确的。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

…在一次投生中，你需要去学习的东西和需要用你最好和最佳的的方式去服务的东西都已经被给予了，因此，去收集其他投生的细节看起来似乎没有什么优点，在一次投生中接受上述前提是有帮助的。我们如此说是因为越来越多地成为自己是一个对(存有的)菁华进行精炼和净化的过程。它不是让细枝末节倍增来告知自我最深部分的过程。毋宁，成为自己是自我意愿去开放对情绪和感觉的净化和精炼的过程。

你之所是的自我，在投生中的自我与作为一个灵魂光流自我，两者都有很多很多层次，向下穿越意识的表面，穿越潜意识的上面层次，向下进入心智的根部，在那些根部之中最重要的是原型自我。

作为一个独特性和无限结合的器皿，你拥有能力去停留在你的表面情绪中，并以冲动与活力回应每一个感觉。你也拥有无限的能力允许情绪去穿透显意识自我、梦境自我、那走在神秘与传说的走廊上的自我，还有那已经找到入口的自我—通往那巨大的组成原型心智的情绪水域。

要求自我允许情绪被精炼、被净化，就是要求自我走入受难的烈火中。因为如果一个人去抵抗一个情绪类型的痛苦或者一个灵性类型的痛苦，他就无法在自我的

那些很多很多的层次中走到更深的地方，并进入原型心智中。的确，就是通过诸如悲伤、愤怒、嫉妒和狂怒这样深切痛苦的情绪的重复经验，哦，如此缓慢地，一个人会变得能够承载纯净的情绪之美。

就如同所有灵性事物的内涵，当一个人能够对该[更深地进入到他的情绪生活的过程的]痛苦开放他自己，他就会越来越能够去理解、承载、支持、接纳情绪的喜悦、至福与平静。因为在理解太一无限造物者的所有层次与途径中，其菁华永远是爱。因此，忧伤之河、狂怒之河、无论什么被净化的情绪的所有河流，最终被都引入至福的海洋，那即是无限爱的稳定状态。而在某种程度上，不去保卫自我是令人恐惧的。

在需要去捍卫某个东西时，我们不鼓励(你)保持无防卫的状态。我们不鼓励你超越你所能够承受的逼迫你自己。当你们需要这样做的时候，我们请你们设置谨慎的边界，这样你们可以用一个整合且健康的方式来容纳你来到这次投生中所携带的人格外壳。保护你的心智健全和自我的感知是很好的。与要求自我超越它所能承受的范围相比，保护你自己并更缓慢地向着情绪的净化方向发展是好很多的做法。

但是，当你在处理情绪上遇到困难的时候，你是可以获得帮助的，请知晓并信赖这个事实，这样也许你就可以在困难的情绪中稍微多打开一根头发那么大的缝隙，并仅仅减少极微小的份量的恐惧，因为你能感觉到帮助是与你同在的，它正在支持你，它也会让你能够承担更多。

因为当你能承担更多的时候，当你能够在一个更深的层次上经受磨难的时候，你也会烧掉扭曲。你正在净化那些你来到这里试图去净化的情绪。当你用这些方式

来学习，你的行动受到高度的保护。你需要去承认那帮助的存在并请求帮助，而且那帮助离你比呼吸还要靠近。

我们能否进一步的回答你，我的姐妹？我们是 Q'uo。

L：不用了，谢谢你。你的言语引发我很好的共鸣。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。请问现在是否有最后一个问题。我们是 Q'uo。

提问者：我对上一个问题有一个后续的问题。如果一个人能够设法整合他所有转世的面向，这会让在此生中的课程学习更加有效率吗，它也会使得极化更有效率吗？

我们是 Q'uo，我们相信我们觉察你的问题，我的兄弟。把各种各样的转世的具体细节添加到你在这次投生中的时间和空间的已知体验上，在某些情况下可以澄清那些令人费解的问题。这也许是因为对此类问题的进行澄清的一个合适时间到了，于是一个过去世的记忆就会渗透出来。因此，我们会说，和除了你现在正在体验生命的这辈子之外的那些转世一同工作是有一个积极层面。

然而，我的兄弟，如果你珍视其他转世的具体细节，它会带来一个对应的局限。这种局限的起因是每一次投生在其本身就是一个整体。就一个人格的立场，或者就如这个器皿所说的，就人格外壳的立场，你在任何其他转世中的那个实体对于你而言是无法识别的。这就是说，在每一次投生的机会中，你都会从一个充满性格、天赋、局限以及先前关系的无限仓库中取出整体中的一个微小部分，并为你

自己创造了一个人格面具(persona)，如果你愿意，也可以称为一个天神化身[2]。

为了你的化身去玩一场纯净的游戏，除了它的菁华之外，它什么都不需要。在此生 附加细节导致自我分心[而远离充分尊重其菁华]的力量是变动不一的，但是在一些情况下，释放其他转世的细节是有帮助— 不包括你既有的转世知识，如果它们自然来到你面前，恰当地成为你已知的一部分。

毋宁，我们会建议你从这种[将这些其他转世细节塑造成一个更大存有的]尝试的束缚中释放它们，如同 S 实体说的，当你坐在阳光中并突然间觉察到你自己的时候，你将发现的事情比那个尝试告诉你的事情要多的多。

我的朋友，我们带着伤心与你们分开，因为我们非常喜欢这次的对话，欣赏你们人灵的美丽与勇气。你们创造的这个神圣的空间是了不起的。

感谢你们。感谢你们呼唤我们。感谢这个器皿与我们合作。感谢你们和我们一起服务的太一无限造物者，因为在祂的爱与光中我们聚在一起的机会而感谢祂。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。如同我们曾在太一无限造物者的爱与光中发现你们一样，我们现在离开你们。

Adonai。

原注

[1] Ra，《一的法则》，第 73 场会议，1981 年 10 月 21 日。在上下文中，这个引用是这样的：

“发问者： 在我看来，对于那些走在服务他人路径上的实体们而言，主要重要的

事情为发展一种态度，我只能描述成一种振动。 这个态度可以透过冥想、仪式来发展； 以及发展对于造物或造物者的欣赏 结果是一种心智的状态，我只能表达为振动的增加或增进与全体的合一性。你能否扩展与更正以上叙述?

RA： 我是 Ra，我们不会更正这个叙述，但可以加以扩展，（我们）建议关于你所提到的那些质量，你可以附加这段话：每一天、每一刻活出来；因为真正的行家越来越活出它所是(的本质)。”

[2]在 www.dictionary.com 上「天神化身(Avatar)」的定义是：「以一个化身的形态或其他的显化的形式降临到地球上的一个神灵，一个神的化身。」这个词语在网络与电视游戏中使用的时候，它的意思代表着一个人的形象化的图像。看起来 Q'uo 在某种程度上同时使用这个词语的两种意思。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ **第 1508 章集：爱与光早期资料#42**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

1974 年五月 11 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。再一次同这个团体讲话，这是个莫大的荣幸。我和弟兄 Laitos 都在这里，我们将调节这个团体的每位有此渴望的成员，你们将感觉到我们的临在。

我觉察到一个问题，我将尝试透过这个器皿回答。有许多冥想的方式，然而，只有一个真实的冥想形式。如果冥想要用效力，就必须允许智力[心智]终止运作，因为它是一种干扰，阻碍人们去了解和理解所有生命内在具有的东西。为了要做到这点，必须学习方法。有许多许多的技巧被运用在这个练习中，对于那些已经精通的实体，这是极度简单的；对于那些仍在尝试精通的实体，这似乎是非常困难的。

如果一个人想要快速地精通这个过程，确实有特定的必需步骤。首先，这个人要在一个远离外界分心事物的氛围中。对于刚开始学习冥想艺术的人，这将带来很大的帮助。另外，这个人必须让脊椎保持几乎垂直的姿势。身体应该是舒适的，但不要放松到脊椎不是垂直的状态。或许这是精通冥想艺术的过程中最重要的面向：使脊椎保持垂直的位置。一旦确认了这个舒适的姿势，同时脊椎保持直立，然后，你必须让心智缓缓地中止念头；可以藉由聚焦思想在一个客体上，或聚焦在额头中心，或单纯地允许智力想法离开心智 来达成这个目标。

当这个过程继续，你将会慢慢地中止对肉体的觉察；这个状态应该可以维持一段合理的时间。这段时间取决于执行该冥想的个人的渴望，无论如何，实行者将越来越清楚冥想的益处，因此 他的冥想时间长度将完全取决于他自己的渴望。

冥想过程带来的益处很多，无法以你们的语言沟通这点，必须由个人自己去发现。

我们星球联邦带给地球人一个简单的讯息和简单的说明；因为在此时 地球人只需要一件事，只需要学习一个功课，那就是觉察的功课。

我们发现这个星球的人群是失明的，因为他们看不见。

我们发现他们是跛脚的，因为他们无法移动。

我们发现他们是愚昧的，因为他们不理解。

所有这些弊病都是一个疾病的结果，一个非常容易医治的疾病；我们将一个简单的疗法带给这个星球的人群，所有人都可以练习和执行这个疗法。这个简单的疗法就是冥想，可以打开双眼、解放人灵、解开心智的枷锁，好让地球人得以重获他的正常能力。

在这个时候，我将离开你们，我在造物主的爱与光中离开你们。

返回接触造物主要给你们的知识，任何时间、任何地方都可以取得它；你只需要伸出双手并接受它。我的朋友，我离开你们，我是 Hatonn。

Adonai vasu。

***

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

1974 年五月 12 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn。我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。再一次同这个团体讲话，这是个大荣幸。我们很少能够接触那些在这个星球的表面上寻求的实体。此时并没有太多人在寻求。我们曾多次对这个团体和其他团体谈论寻求的重要性，但我们感觉这点没有被充分理解；为此，我们今天傍晚谈论的主题是寻求。

你们的神圣著作写着：必须寻求才能找到。我们将要指导你们寻求的方法，以及你们可以期待找到什么。我们已经说过，我们唯一推荐的方法就是冥想。

有很多寻求的形式，许多智力的寻求形式，许多寻求的实行者。我的朋友，透过冥想获得的东西是其他方式无法获得的。我们并非不赞成其他寻求的形式，例如阅读不同的手稿和材料，这是有益处的；然而，就我们的知识，没有其他方式可以抵达一个真正寻求者的目标，除非他花费可观的时间在冥想上。

你们可能认为冥想是个奇怪的现象，一开始冥想的个人似乎没有什么进展。我的朋友，这是不正确的，当一个人冥想时 他总是会有进度。如果一个人能够清空显意识心智的念头，同时保持脊椎在垂直姿势，他就能够打开其心智，开阔的程度远超过他日常的觉知。

在你们星球上，存在许多种觉察的状态，你们星球的人口的觉察相当地多变。许多人的觉察在极低的水平，有些人的觉察在极高的水平。我所说的觉察是一种对

真理的觉察。朋友们，不管是谁觉察到真理，它都是相同的。我的朋友，真理对于你我都是相同的，对于造物主也是相同的。真理是一种绝对。

对于这个绝对的理解是变动的；在你们星球上，有些人只有一种模糊或受遮蔽的理解，其他人则有比较清楚的理解。我的朋友，真理是极度简单的 无须智力的分析，它是单纯的，位于每个造物主的小孩里面。你们星球上的人群对于这个真理的理解各有不同，主要因素只有一个— 那就是他们的冥想。不管这些冥想发生在此生，或是先前的岁月 接着携带到目前的经验。

造物主意愿祂的孩子在每一个情况中经验他们渴望的东西。祂并未假设祂的孩子会渴望某个他不想要经验的东西。换句话说，你可以说，受造的个别化的意识会以智能的方式行动，接着经验他的渴望，进而享受这个造物，如起初思维所预想的一般。

我们发现这个星球的状态和这个计划相当地分歧；我们发现地球人因为脱离常轨而受苦，起因是他们欠缺对于起初思维的理解。我们认为 当一个人经验到他不想要经验的东西，都是由于一种无知。这种无知是一个人缺乏与起初思维沟通的产物；而欠缺沟通的单纯原因就是缺乏冥想。换句话说，我的朋友，这个星球的许多人已经切断这份造物主给予的理解，由于忽略维持这个通讯的必要性。

地球人已生成一个由虚假价值构成的幻象，它是如此地强大 以致于他发现几乎不可能返回起初思维的单纯。当然，你们的语言中有个字最接近这个思维，我的朋友，那就是爱。无须把你的思考弄得复杂，只要表达造物主单纯的爱。

许多年以来，地球人的错误思考生成一个虚幻的价值系统；只要你做到以上的单

纯表达，透过每日冥想累积理解，这个系统就对你没有意义，唯一具有真实意义的东西将存留在你的意识中，那就是单纯地接受造物主的爱。

我建议你们加入服务无限太一的星球联邦的弟兄姐妹们，拒绝所有的概念除了造物主给予我们的概念。透过每日冥想，你将知晓我们在为祂服务的过程中得着的喜乐。我的朋友，这就是造物：知晓的喜悦和表达我们造物主的爱。

今天傍晚 很荣幸对这个团体说话。此时 我和这个器皿直接通讯，维持通讯是很简单的。只有一个必要条件，我的朋友，那就是该器皿渴望这个通讯。如果这个渴望是绝对的，这个通讯的进行将是完美地流畅。

Adonai，我的朋友。我是 Hatonn。
Adonai vasu。

(V)2012 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ **第 1509 章集：爱的思想能量**

Copyright © 2009 L/L Research
周六冥想
2009 年十月 20 日

Jim：M 写道，「我是一个有 24 年经验的海豹特遣队队员，现在做为一名安全协调员 已经在伊拉克、阿富汗、巴基斯坦以及其他世界各地的热点地区工作了六年时间。我曾有个经验：当我直觉地知道我的队伍将会被火箭攻击时，我有一种

势不可挡的感觉想要送出爱的思想。该攻击就受到阻挠。在那一刻之后，在接下来数年间，我开始使用爱的思想能量来阻挠更多的攻击并保障我所保护的团队的安全。我的问题是，如何才能与其他人分享使用爱的思想能量的信息，这样他们就可以对改变战争的典型做出贡献。」

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。感谢你们呼唤我们加入你们寻求的圈子。

能够被你们的圈子呼唤是一种荣幸，我们乐于谈论 M 实体提出的关于如何与其他人分享爱的伟大起初思维的问题。

一如既往的，在我们开始之前 ，我们会请求所有听到或读到这些言语的人们使用他们的洞察力与辨别力来选择他们想要去与之工作的那些想法。在倾听寻找共鸣的内容时，我们请你相信你的耳朵，并将那些不与你们共鸣的内容留在后面。

我们非常感激你们这样做，我的朋友，因为它让我们能够在分享我们卑微的观点时不用担心我们可能在某个方面侵犯到你们的自由意志或打搅你们灵性进程的节奏。我们感谢你们这方面的考虑。

与其他自我分享一个人所拥有的认识，当这个认识已经远远超过了你与之分享的那些人所习惯的和假定为正确的典型时，我的兄弟，这是一个挑战。

我们会与你们分享的第一件事情是一个认识，你们军队中的成员所喜欢的战士或

保护者的典型，以及你已经变得非常清楚的典型，两种典型之间有很大的一个距离。有个概念将「我们这边」的实体和「另一边」的实体视为具有相同的价值，该概念处于两种典型之间的中心位置。

在一个很少被谈及却经常被暗示的层面上，战争的理论用一种系统化的方式轻视那些国家军队的士兵或维护安全的成员[如这个器皿的说法]，在其中有一种不言而喻的赞同，那就是完成任务要比一个指挥官管辖的灵魂们的生命更加重要。

然而，甚至追随该指挥官战斗的实体们都被如此粗暴地轻视时；推动这渴望和意图[以形成一个新的保护典型]的全部能量会是相当可观的。

对于一个希望去分享对无条件爱之力量的认识的人，还有一个问题对他提出挑战。第三密度行星地球上的人们现在有时候深深地在星球的梦境中沉睡。在沉睡中经常会有一点点对太一造物者思维的本性的飢渴或察觉。然而，有一种令人舒适的麻木状态取代之前出现的对真理的无论什么样的渴望。无论是与太一无限造物者的关系需求还是对太一无限造物者的思想需求，在这种麻木状态中都缺乏对这种需求的敏感性。

缺乏一种对太一的爱与光的直接了解，就会有一种灵性上的迟钝特征。在灵魂的层面，我的兄弟，无论你的每一个兄弟姐妹是如何深深地沉睡，他们都是神性原则的一个相等部分，都是爱的单一思维的一部分。每一个你希望去与之分享这个认识的兄弟姐妹，他们本质上都是永恒的公民。

在一个比显意识和醒来的觉察深得多的层面上，每一个实体充分地察觉他们与他们的兄弟(姐妹)是一体的，他们与造物者也是一体的。在那个深入的层面他们察

觉到造物者的思想的本性属于爱。而在显意识的层面，你很多的兄弟姐妹对爱的力量并没有信赖或信心。这一点在其本身并不是一个悲剧，因为所有实体们都主宰他们的经验，而当他们形成无论什么样的渴望并满足那些渴望的时候，他们都是在执行无限太一的意愿。在灵性的进化上并没有时间限制。进步是无可避免的。

在现在这个即将结束的周期中，那些还没有觉醒于爱的力量的人们，那些还没有开始去渴望服务无限太一的人们，他们会在另一个第三密度的行星再一次获得肉体，并体验在第三密度中的另一个伟大的学习周期。

这不仅仅是你的挑战，我的兄弟，也是所有在此时希望去服务光的人所面对的挑战，这个挑战就是去发现自己能够用这样强有力的方式来分享一种经常会被这个器皿称之为「闹钟」功能的触发物，它是因为你所说的话，而且不仅仅如此，还更多地因为你所携带的能量，这能量流过你并向外流入到这个世界中，这能量就好像一个其他人从很远的地方就能认出来的灯塔，于是他们受到吸引 加入其中。

话虽如此，我们现在还是会说，如果你想要找到一些技巧，透过它们，那些你希望去分享的点子和能量可以成功地传达给那些已经准备好被唤醒的人，这肯定是可能的。我的兄弟，现在有很多很多睡得很浅的人。时代的不确定性创造了额外的觉醒诱因。甚至那些在他们的地球的梦境中深深沉睡的人们也会听到接近的风暴雷鸣，在他们的睡眠中感到不安、易受伤。

对于一个希望去分享太一无限造物者的爱与光的人，现在我们愿论及分享的两个层次。第一个层次是使用言语作为工具的智力层次。这个器皿刚刚读过一本你写

的书[1]，这是一个强有力的工具，一个能够被递给任何一个灵魂的容器，拿着这本书的人是否翻开这本书，如果他读了这本书是否了解这本书，是否会被这本书说服，或者是否发现这本书是他自己的觉醒的一个资源，这些问题完全留给拿着这本书的人 自己的辨别力来决定。

如你知道的，语言只能到这么远了。不管词句如何漂亮地被加工，不管故事如何强有力地被叙述，对比你所拥有的爱的认识，言语实在是贫乏的。虽然如此，有很多实体，在现在这个临界点的位置，对的言语在对的时间确实会在意识中创造出改变并唤醒一个人，而他当被唤醒后，实体们将发现他们已经无法回到睡梦中了。

然而，我们意识到你希望去创造一个情境，在其中你可以提供一种对无条件爱的直接的了解而不侵犯任何人的自由意志。

印度教的古鲁们(gurus)会选择禁言并安坐于静默中，这样那些跟随他们的人可以坐成一列并分享他们冥想的能量，以完全的概念化的形式，爱的知识就在其中。

萨满教的巫师带着他们的学生进入荒野，让他们接近死亡，他们躺在坟墓中并彻底地察觉他们的死亡，然后站起来并彻底地察觉他们生命的起始时刻。这两种技巧都使用了菁华而非使用言语 在你的学生的意识中创造改变，这两种技巧都有优点并且可以被老师们视为可提供的资源。

当你创造自己的策略来帮助那些希望去学习的实体变得有人性时，渴望是必须被唤醒的。渴望将被信念所推动。你自己与大天使米迦勒(Michael)的经验的真实性与力量是在空间/时间的边界之外操作的。你的挑战是把你在时间/空间中经验的

完全冲击变得可以(让他人)取用，这样那些不相信你所建议的可能性的人们自己用一种主观上直觉的方式，被你经验的真相说服。这是因为，从一个强烈且决定性的意义上来说，为了帮助实体们转换一个典型，创造一种对新典型的渴求，创造一种纯正的渴望去探索创造新典型的可能性，是必须的。

你的经验的性质是察觉到无限造物者的心智，那心智即是无条件的爱。在你们的文化中，当一个人说「爱」这个词语的时候，比起爱的真相，它是一个无精打采的、虚弱的词语，因为你在该经验中察觉到的爱是那创造了一切万有的爱。

名为耶稣-基督的实体经常在他的教导中通过治愈那些身患疾病的人而彻底地改变了人们的意识，他帮助盲人看见，帮助跛脚者走路。当面对那些被看似奇迹般的事物时，地球的梦境脱落了，对在那一刻的实体，一切都变得可能了。因此，我的兄弟，该挑战就是去创造那些揭开缺乏信念的迟钝时刻。带着一种足够强烈的渴望，这个挑战可以被你或者被任何人完成。我们请你确信无疑并毫不犹豫地相信你渴望去做的事情的正确性。我们也会对任何一个着手开始服务的灵魂建议，持续不断 坚持不懈地请求协助吧。

你为自己设置的任务的必要条件是允许自我被清空，好让你肉体的圣杯，你在这个尘世的神殿，可以在每一天都被造物者活生生的力量所充满。不要让你的意愿变得陈旧或变得不新鲜，而是在每一次太阳升起和落下的时候都重新设置你的意愿。告诉白天、告诉黑夜 你服务的渴望。请了解，你的渴望的本质是「魔法的」。[之所以使用这个词语是因为它被西方白魔法传统使用，即这个器皿所知晓的白魔法]

在这个特别的学科中，魔法的定义是[一个人发展]在意识中根据意愿创造改变的

技艺。这就是你希望去教导的，根据意愿去改变意识。如果你有一种祭司的天赋，你就可以考虑创造一个仪式，在其中造物者的思维，无条件爱的理则被祈请。然而，挑战之处是找到希望像你锻炼自己人格一样地锻炼他们尘世人格的学生。它不是一个不可克服的挑战，然而，它是一个重大的挑战。

请了解你并非从零开始。因为在你们的文化中，很多你要去教导的那些人喜欢过一种基督教、犹太教和伊斯兰教的口惠式生活，而这些宗教都相信太一造物者在爱中创造了一切万有。尤其是在基督教中，在你的学生里你会发现一种对仪式的认识，这种仪式在本性上是完全魔法的，它们就是这个器皿所称的「圣体礼」或「圣餐仪式」，在其中无限造物者以基督的形式流入面包与酒中，接着进入每一个敬拜者的身体中，从而改变每一个敬拜者的整体振动。

在很多情况中，或者容我们说，在很多教堂中，它是一种字面上地和象征性地稀释过的体验，然而即使在其稀释过的形式上，它也有对爱的祈请的外形。因此，对于一个尝试去帮助其他人意识到爱的力量的人，它是一个帮助与资源。如何着手处理你的探索之旅的这个面向，这由你自己来决定。

当你持续地请求帮助，你就会收到一些概念。我们鼓励你相信它们，并允许新的途径、想法与策略，通过一种既不为它们贴标签，也不指挥它们，而是仅仅让它们在一起翻滚、起伏 在你的头脑中来回滚动，因为你向自己要求的事物是无逻辑的和自相矛盾的。这两个因素几乎保证了你走在正确的道路上，这是从灵性意义上而言，但是它并不意味着你智力的要求严格性无法适用于你的创造性的过程。毋宁，让这些在头脑中升起的概念像小狗一样打滚并允许[而非强制]你的策略呈现出来。

关于建议的力量已经谈过很多了，你会发现当你把一个团队聚集在一起的时候，有一种团队的能量马上就开始盛行。既然你已经有了一种智财权，它可以作为你的策略所依赖的基础，并对一群聚集的实体采用你的策略，那个智财权、你的书、你的那些想法就可以创造一个过滤器。那些经过你的书过滤而向你进行更多学习的人就已经为一种出类拔萃的团队体验做好准备。请了解，在这样的聚会中，你在无形的领域中有一个庞大的资源宝库。

在你自己的指导灵以及一个团队中的指导系统有着很大的力量。更进一步，有超灵的能量连接着团队中的各种各样的实体，这些能量取决于他们起源于什么样的行星影响圈。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

很多那些被吸引到你所提供的聚会中的人们已经察觉到天使的帮助。你不仅仅可以呼唤大天使米迦勒，你同样可以呼唤所有大天使加入这样的聚会中。最重要的是，我的兄弟，更不用说星际联邦之群体会很荣幸地将他们的爱和光提供给任何这样的努力，你还拥有来自无形领域的一群美妙的资源。我们鼓励你察觉它、使用它并感谢它。

我们这么说是因为如果不在空间/时间中请求天使的帮助，这样的帮助就无法被给予，虽然它对于你是显而易见的，我的兄弟，因为你有过与大天使米迦勒同在的经验。因此，总是请求并总是感谢那一大群的天使吧，以他们自己的方式，他们是光之勇士。

在我们转移到其他问题之前，请问 M 实体对于这个问题现在是否有后续的问题。

我们是 Q'uo。

M：爱-能量的信息同样也能帮助那些患有创伤后压力综合症的人吗？

我们是 Q'uo，我们没有感知到一个问题，我的兄弟，你是希望我们谈论爱的能量和那些患有创伤后压力综合症的人们之间的连结吗？

M：是的。

我们是 Q'uo，我们乐意这样做，我的兄弟。这种症状的性质与那些服用了一种强力迷幻药的人的性质非常相似，他们的电性系统[或者这个器皿所称的能量体]发生爆炸。如你所知，我们与这个器皿和我们的讨论所使用的能量体的模型一般来说是一连串能量中心的模型，这些能量中心一同创造了一个与在此生中的物理身体相互贯通的身体。一般来说，我的兄弟，它是一个电性系统，它易于受到突波(影响)并在部分或全部的电性系统中发生爆炸，所以它就会出现功能异常。

因为这种特别的能量是一种时间/空间的能量，它只能被光治愈。你们的对抗疗法[2]的内科医生的药剂和他们广泛的技术认为只要消除那些无法诉诸语言的恐怖经历就可以减轻痛苦与混乱的能量。然而，它们仅仅在物理身体上起作用，但被损坏的是能量体。

更进一步，在创伤较少的情况里，有一种灵性上的痛苦经常没有被看到。当一个医者希望对一个实体如此的悲痛给与帮助时，想象能量体爆炸的部分如同一个在

光中的缺口，这可能是好的，这样一个人可以想象自己用光的缝纫线在因为创伤导致的缺口上来回缝补，接着在那些编入的在线编织光来形成一个在袜子的破洞上的一个补丁，那个袜子，容我们说，就是能量体。

那些与能量工作的人，好比灵气(Reiki)大师和那些拥有接触治疗天赋的人经常会是这种光之工作的管道。天使的帮助也可以被祈请，因为天使是极好的光之缝纫师和治愈的编织者。当进行这样类型的治愈的意愿被提供时，接着就会有需要触碰和视觉化观想的可能性。然而，这样的工作需要在一种察觉的气氛中完成，也就是说，那些放置双手的人，那些进行视觉化观想的人，并不是凭他们自己在做任何事情，他们只提供了一条导管，如果你愿意，也可以说是一条管道，光通过这管道而进入。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

M：你已经回答了我所有的问题。非常感谢你。

我们感谢你，我的兄弟。在我们离开这个团队之前，请问还有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。

R：谢谢你，Q'uo。

我们是 Q'uo。我的兄弟 R，我们同样感谢你。的确，我们感谢今晚所有那些献出他们宝贵的时间和能量来寻求真理的人们。当你们的灵光混合在一起创造这个神圣的圈子时，看到你们灵光之美使我们感到谦卑，也给予我们巨大的快乐。在远远高于你们的住所屋顶的地方，这个团队的光创造了一个巨大圆锥体，它看上去

真是辉煌壮丽。感谢你们，我的兄弟姐妹。

这个器皿和这个团队的能量开始衰微，因此我们在此刻离开这个团队和器皿，在太一无限造物者的爱与光中离开每一位成员。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai vasu borragus。

原注

[1] M 关于这个主题写了一本书，可以在 www.michaeljaco.com 网站上购得。
[2]对抗疗法(allopathic)，这个词语被顺势疗法(homeopathic)的医者使用来表示主流的、传统性的医学技术，好比医学院训练的医生会开的处方药。

Translated by T.S.
(V)2012 Reviewed by cT.

☆ **第 1510 章集：诱惑 2009**

Copyright © 2009 L/L Research
周六冥想
2009 年九月 26 日

Jim：Q'uo，今天傍晚的问题来自 G，问题是：「寻求者会从诱惑的角度来戏剧化并构建他们所面对的选择，我们相信在寻求者中间 这是一个常见的经验。

是否自我创造了诱惑以便促进并测试他的成长？如果是这样，诱惑做为一种手段让先前的学习结晶化并推动一个实体向着新的学习前进，如果没有成功实现，诱惑就会重复，是这样吗？或者诱惑就只是一种让焦点离开道路中央的方法？」

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，我们欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。能被你们寻求的圈子所呼唤这是我们的荣幸，我们非常高兴与你们在诱惑的主题上分享我们简陋的想法。

首先，一如既往地，我们想请求所有那些听到或者读到这些言语的人使用他的分辨力和洞察力，在那些我们所说的事物中寻求与你们共鸣的内容。如果我们的想法与你们产生了共鸣，请随意使用它们。如果没有产生共鸣，请将它们留在后面。

我们非常感激你们在保卫灵性寻求的入口上的小心谨慎。仅仅让那些与你们共鸣的、带着个人性的真理铃音的想法和概念成为你用来寻求真理的材料，因为真理总是一种主观的事情。你的需要是独一无二的，它不会与任何其他人的需要混淆。

你承担起这个责任将使我们能够提供我们的想法而不用担心冒犯你们的自由意志。我们感谢你们这方面的考虑。

「诱惑」这个词语是一个在你们的语言中带有批判含义的词语。这个器皿和很多你们文化中的成员被反复灌输（这种观念），而感觉到诱惑会让一个寻求者误入歧途。

它是在你们称之为基督教信仰的扭曲中所提供的概念。因而，通过一种轻蔑的方式，一个实体在生活中所感觉到的诱惑会被视为邪恶的事物。

我们察觉到从一个特定的角度，它对于看待那些发生在一个实体的身上催化剂是有帮助的，那些零碎的催化剂会挑战一个实体并试图制造一种好像被邪恶所沾染的回应，我们并不希望贬低或者诋毁那些跟随着耶稣-基督实体的人们的信仰。

然而，从我们的角度，我们宁愿将这些发生的挑战描述为催化剂。催化剂是一个中性的词语，它的意思是，一种被加入到一次化学反应中的物质，它会影响一次实验的其他元素的变化，而它自身却不会被改变。

一个磨坊的(研磨)谷物工作应该被赋予一种道德色彩吗？我们并不这么想。[容我们说] 有谷物、浆果被提供给磨石，这样小麦与浆果就可以被磨碎并用于制作食物。以非常类似的方式，在形而上的层面上，以一种持续的方式并通过特定的节奏和重复的循环，催化剂被提供给每一个寻求者。寻求者的磨石就是催化剂所卷入的情绪。被催化剂加工的浆果就变成那个实体做为一个灵性存有用来滋养灵性进程的事物。话虽如此，我们可以注视该机制，藉由它，催化剂被吸引进入该寻求者的觉察。

或许可以说自我创造了他自己的催化剂或诱惑，但这仅仅是在更大意义上的说法，不是在这一次投生的意义上，而是在投生前的形而上领域中 与造物者和高我一起规划投生的意义上。即将到来的人生会被处于中阴身的自我视为一次学习和服务的机会。在两次投生之间，容我们说，有一次对寻求者的灵魂的状态的回顾，一个或者更多的人生主题会被选择作为学习的主题。因而，你会发现，只要

你还在此生之中，人生的课程会不断地循环出现。

这个过程不是一个你学习一个功课，接着你完成这个功课。相反地，我们的理解是，一直会有一种循环进入到主题的催化剂中，就好像做为一所学校里面的学生你会收到一次随堂小考一样。因为你的人生确实是在某种学校中的一学期。它是一所灵魂的学校。它是灵魂的一个精炼厂。你正希望去努力解决这个催化剂，或者换句话说，努力解决这些诱惑。你知道，这个催化剂或这些诱惑将会是你做为一个学生，在这生命的学校就读，的主餐和饮料*。

(*编注:在西方文学中，meat and drink 有支持或欢喜的源头的意涵)

当然，一旦你投生到你的尘世生活中，遗忘的面纱会落下并横亘于你的清醒自我和完全自我之间。你的完全自我比投生中的你知晓的多很多，也察觉的多很多;以他认为适合的方式创造这个投生的计划。

很多时候催化剂看起来是高度不便的，然而，如果你没有感到不便，如果你没有被提供机会来迎接挑战并感到痛苦、承受考验或，容我们说，经历诱惑，你就不会快速进化，前提是你必须积极地欣赏并迎向每一个承受挑战的机会，不管它是一个困难的情境或某方面让人苦恼的关系。

正是这些挑战，它们是你进入投生要来接受的礼物。

你问一个诱惑是否会重复 直到你学会了那个课程，或者它就是一个道路上令人分心的东西。让我们考虑那两个想法，一次考虑一个。

首先，我们来查看这个想法— 关于重复性的诱惑会一直被提供 直到它被克服为止。我们的建议是将诱惑视为你要去克服的事物是不明智的。这样说的理由是基于能量的支出之道。也许你已经体验过你自己和其他人之间的动力学。我们将用这个器皿和叫做皮克威克(Pickwick)的小猫之间的动力学作为一个范例。这只小猫用尽它的存有的每一丝力气来爬上这个器皿的膝盖，同时这个器皿正在专心做其他事，让一只猫待在她的膝盖上是不方便的。

因此，她伸出手去阻止那只小动物爬上她的膝盖，那只小动物似乎认定爬上这个器皿的膝盖会是一件好事情，而她也总是会对这样一只小动物在致力于这个认定的过程中能发出那么大的力量而惊讶。当她不再努力去阻止那只猫的时候，小猫居然经常会摔下去，因为它不再有一个抵抗点去使出推挤的力量。一个人越努力去反抗一个诱惑，该诱惑就会变得更加强而有力。

还有另一个感知这样的诱惑的方式。假设当一个人正在节食的时候，有一种去吃一块巧克力糖果的诱惑。无论多少次一个人拒绝吃巧克力的想法，巧克力会保持相同的本然的诱惑，抵抗无法损害该诱惑，事实就是这样。

一个能够与诱惑共处的节食者，承认诱惑的力量，并在这个特定的时刻选择不因为吃糖果的冲动而做出行动，节食者并不是在反抗诱惑。这是荣耀并尊敬诱惑、允许那些想法和情感流过该存有，不带有批判，仅仅带着继续节食的决心。当反抗被移除，诱惑就不会再如此强烈了。当一个诱惑不再被灵性寻求者需要的时候，那个诱惑就会脱落。

自然地，它需要心智保持大量的沉着来维持对诱惑的察觉并允许诱惑的影响与存在，而不是(简单地)决定去吃一块巧克力或驱逐所有关于巧克力的想法。然而，

灵性的过程的结果将会越来越洁净、越来越清晰，远远胜过(一个人) 「戏剧化」该诱惑 [套用提问者的说法]。

这样的诱惑或催化剂，如果它是人生课程的一部分，它就不是你在学会之后，获得完全的领悟，就可以永远地抛开的东西。相反地，在学习过程中将会有季节性的循环，于是一次又一次，在一个层次或另一层次上，你将会一次又一次地遇到人生主题的催化剂。

你也许会问，「为什么要重复呢？」我们向你保证 你是不会重复的。因为你并没有进入一个圆圈，你不会反覆地做一样的事情，你在一个螺旋中。每一次你遇到这个催化剂或诱惑，你是在一个不同的层次遇到它。每一次你遇到他并使用它，你的过程就有进展。因此，不管你在人生的最后一天遇到那个催化剂 还是在做为一个年轻人、孩子、甚至是一个刚学走路的婴孩时第一次遇到那个特定的人生主题的催化剂，都是一样合适的。因此，不要简单地因为催化剂是重复而不去感激催化剂。它只是表面上看起来是重复的。它只是表面上看起来是一样的。每一次它出现在你的生命的地平线上时，它都在你所处的地方与你相遇并准备好帮助你前进。

第二个想法是，诱惑也许简单地就是让一个人从灵性寻求的道路上分心的事物。

从一个方面，在这个想法中是有优点的，而从另外的方面，却不是。

首先，这个想法的优点是在你的生活中被你称之为邪恶的或负面的事物、自我的阴影和来自外部的超心灵致意，其目的之一就是让寻求的自我从它的道路上分心。因此，当你感觉遭受超心灵致意的时候，不论它是来自你阴暗人格的内在，

你还没有和你完整的自我整合的那部分的致意，还是来自一个实体，它希望使你从寻求的道路上分心 以便夺取你的光，抽离行星地球的意识的方程式，那种分心的能量肯定是在那里的。

要夺取一道明亮的光，不需要除掉物理身体。需要的仅仅是让寻求者的注意力从它正常的平衡中偏离，并用足够的强度来去除寻求者做为一个管道的能力，也就是他允许太一无限造物者的光与爱流经它并流入这个世界的能力。因此，在这方面，我们同意那个诱惑的作用是道路的分心物。

然而，从另一个方面，这几乎是对立性的说法，诱惑并不是道路上的分心物。这些诱惑就是道路。变得热切的迎接催化剂或欢迎诱惑是有优点的，因为就是在那些时刻 你能够进行你来到这里来做的学习工作。就是在那些挑战的时刻，你能够宣称你自己是一个服务他人的实体，一个希望去服务于光并希望成为爱与平静的器皿的实体。没有催化剂，没有诱惑，那些美好的时刻就不会到来，你也不会在投生中这么快地获得一种自我的意义。

因此，我们鼓励每一个人去发展一种对催化剂或诱惑的胃口，不是因为经历那些人格的锻造过程[以便让那个人格可以成为一个魔法人格]是有趣的，而是因为这就是你作为一个寻求者能够去前进并且加速你的灵性进化之步伐的方式。

我们鼓励每一个人在处理感觉到的催化剂时保持性情温和。因为困难的境遇而让一个人感觉自我怜悯或为自己感到难过的能量是一种有害的能量，在灵性上也是没有帮助的。

这个器皿稍早在这次冥想前的小组循环讨论中曾谈到，很多次她意识到她无法足

够地聚焦于工作是因为身体的某个层次上的不舒适太过强烈了。这个器皿分享，她已经学会进入到一种存在而不是行为的模式中，并将存在的工作和她创造性的工作或编辑性的工作视为具有一样的价值。

这是一个我们所鼓励的态度。这是一个保持平衡的态度，以便你可以临在并全神贯注地注意你内在所发生的事情。我们并不希望将你的思想、想法或者情绪强制在一个模具中。相反，在一个尽可能更深的层次上，你希望去真实地体验自己。

为了做到这一点，自我被收集起来是必需的。因此，当自我变得分心或者心烦意乱的时候，不去聚焦于外在的事物而是聚焦于内在的事物，在开始努力进入外部世界行使责任前 允许自我再一次被收集，这是很好的。

我们意识到对一个工作的这样的要求会导致很多时候 一个人必须这样做是因为这就是他被要求进行的工作，即使一个人只有一半的心思放在工作上。然而，我的朋友，在所有最理想的结果中，你有能力在来到外部世界行使责任前 就收集好自己。就是因为这个原因，认识到你并没有以最高效率来运转 对于你[做为一个灵魂]而言是有帮助的。

因为，如果你意识到收集自我并让自我调音以便当一个人工作时他可以真正地去进行他心甘情愿的工作 这是一件令人满意的事情，那么，即使一个人无法充分地达到这样的工作程度的显化，从形而上学而言，设置意愿去做一个人心甘情愿去做的事情，是非常非常重要的，它比你实际上能够显化的工作程度更加的重要。

就好像我们如此频繁地说过的，我的朋友们，在遭遇你生命中的催化剂和诱惑时

你可以获得的最大帮助就是内在的沉默。它永远等待着你。如果你真正地寻求静默，花不了几秒钟它就会施展其魔力。当你寻求静默时，找到集中注意力的方法吧，就好像叫做 G 的实体在这次冥想之前的循环讨论中描述的一样。这个实体报告的方法是跟随他的呼吸，为他的呼吸计数。这种方法提供了一种聚焦而允许他的思想的大部分停留在静默中。

对于进入静默并维持那内在的静默 以便你可以接收到在静默中被丰富给予的信息，找到类似这样的聚焦方法是非常有帮助的。在那静默中的是太一无限造物者。

当你与无限造物者成为一体时，你会知道所有造物者知道的。你会理解所有造物者理解的。当然，这发生在比一个人显意识心智深得多的地方。虽然如此，当你进入了那充满信息的静默中，并将它交给你的心，那些信息将会在你日常的意识中浮现出来，于是你就可以被那静默中的智慧和慈悲改变了。如果你能够做到的话，我们鼓励你每一天都去体验它。

现在请问关于这个询问是否有后续的问题呢？我们是 Q'uo。

G：感谢你，Q'uo，关于那个问题 没有后续的问题。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。现在请问是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

G：Q'uo，我从海外的读者中收集并列印了一些问题，因为它们是通过电子邮件进来的，而我发现那个列表不在我的身边[它应该在的]。如果我去办公室或厨房

拿回那个文件，这是容许的吗？如果不行，也没有什么大不了的。

我们是 Q'uo。我的兄弟，在你那样做时，我们会与你一起拓展这个圈子。我们是 Q'uo。

（当 G 从办公室取回问题的列表时有一段暂停。）

G：丹尼尔写到，「Q'uo 能确认我的妻子和我都是流浪者吗？同时，Q'uo 能够说说我们是从哪个密度来的吗？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。我们肯定能够确认你早已知道的事，我的兄弟，但是我们感觉，关于你们想要获取的你们来自什么样的密度的信息，向你们提供这些信息已经超越了侵权的警戒线。我们鼓励你们了解到你们自己是带着一个使命或者一个任务来到这里的，你们来到这里是来依照你特定的和独特的振动能力和特性而保持光的。因此，我们建议你不用去关心你的来历，这样的关心会造成你的某种分心，而离开你的目标，相反地 你可以聚焦于当下一刻和当下之中的爱，这样你就可以越来越充分地和光、感恩、美丽和力量的能量合作，用你最高和最佳的方式来保持你内在的意识，并因此帮助你所选择的星球，就是行星地球，它是你现在的出生地。

我的兄弟，为这个问题，我们感谢你，我们并不想要很严厉，我们仅仅只是想要鼓励你聚焦在使命本身而不是聚焦于你从前的生活方式的细节。真的，当下就是你现在的竞技场。它是你的机会，服务的机会，我们会在那服务中鼓励并支持你们。

现在请问是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

G：来自卢森堡的 K 问，「我可以用什么样的灵性原则来考虑并帮助我传播诸如由星际联邦提供的正面导向的信息和在网际网络上可以大量发现的负面导向提供的信息，两者之间的内容区别呢？我这么问是因为看起来很多的人会在负面导向的信息的来源和正面导向的来源之间产生混淆，将服务自我的哲学误认为是服务他人的哲学。」

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。我们愿肯定你的假设，很多很多的实体都被服务自我的源头 的花言巧语和诡辩所蒙骗，这些服务自我的源头听起来就好像是服务他人似的，除了它们会产生一种持续的和不断增长的恐惧。

我的兄弟，涉及到帮助人们察觉到服务他人和服务自我的信息之间的区别的灵性原则叫做混淆法则或自由意志法则。

当一个人尝试去对其他人有所服务的时候，第一变貌[1]是最重要的。如果实体没有要求你的服务，那么我们会问你们，做为一个希望去服务的人，是否有什么高于一切的理由必须打搅其他实体的睡梦呢？

如果只有这一生，如果只有这次的毕业机会，那么也许我们会同意每一个人都应该被扼住喉咙，被用力摇动并被唤醒。然而，在宇宙造物中 一个实体有全部的时间去进展。虽然你们现在正处于一个毕业的时间、一个收割的时间，这是真实的，我们愿建议将来还有其他的收割(时期)，还有其他的毕业(典礼)。如果一个寻求者需要去重复第三密度，需要去重复三年级，容我们说，在这所灵魂的学校里，这不是一个悲剧，也不是任何需要去觉得羞耻的事情。每一个实体都会前

进。

每一个实体都将有这么一天：完成每一项课程，满足每一个渴望，返回太一无限造物者。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

自由意志的原则意味着每一个实体要为他进步的速度做出选择。当一个好比你自己这样实体，如此渴望去进步、在寻求中如此勤奋，(当你)遭遇到令人误解和被误会的原则时，依照你思考的方式去矫正人们是个巨大的诱惑、[或者容我们说]一个催化剂。我们并不是说你思考的方式是不正确的。我们只是说在这里高于一切的原则是自由意志。

我们会建议两件事情。首先，如果一个实体询问你的意见，我们鼓励你最大程度地利用这个机会用看起来对你有益的方式来分享太一造物者的爱与光。

其次，当实体没有询问你的意见或请求你的帮助，却将你加入彼此的对话中，我们会鼓励你，就好像我们之前通过这个器皿经常做的一样，像撒播苹果种子的强尼先生(Johnny Appleseed)一样地散播灵性的思想。当你看到一个机会，就去播种一些思想的种子在他们注意力的地面上吧。也许它们会生根发芽。也许不会。

但是，当你创造机会去播撒种子的时候，你就是在为你的兄弟姐妹竭尽所能了。

我们仅仅鼓励你不要去执着于结果。不要回头看种子是否生根发芽或者风是否将它们吹走了。那不是你要关心的。你要关心的是停留在当下此刻，带着一颗开放的心，做好准备 去安慰、鼓励、支持和爱所有人类种族的兄弟姐妹，在灵魂的层次看到他们，并确认他们和你一样都是造物者。

现在请问是否还有最后一个问题？我们是 Q'uo。

G：是的，Q'uo。首先我要说 我知道所有这些提问者将会非常地感激你的答覆。我代他们感谢你们。

B 有一个分为两部分的问题，他的问题的焦点看起来在于问题的第二个部分。B 问道:「Q'uo 能够对一般的濒死体验现象的性质做一下评论吗？看起来最近一些年 越来越多的人有时候会在一段很长的临床死亡阶段后重新活过来。在一些情况中，看起来不管他们的愿望是不是停留『在那一边』，个体都会自愿或者不自愿地被送回物质层面。这种情况下 自由意志法则如何成为一个考虑因素？」

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题，我的兄弟。在不去尝试描述或者解释适当的位置的动力学系统的情况下，我们可以说有很多的时候 一个实体的适当的位置还不在「那一边」。因此，不论他们可能会多么地希望在「那一边」，他们的合适位置还是在行星地球上 他们的物理身体中，继续现在的这辈子。

频死体验就是：当一个实体处于外在层面和内在层面之间的边界体验，外在层面是空间/时间的物质性和行星地球的生命，而内在层面是时间/空间的非坚固的灵性领域。并不是说 继续向前的时间早已被写下，而是每一次投生都会发展特定的能量模式，这些能量模式是在一个实体的合适位置转移之前需要被实现的。

经历过这样的体验的实体们给予各式各样不同类型的描述，这是每一个寻求者理解发生在他身上的事情的个人能力之机能。

此时 我们要离开这个器皿和团队，我们感谢你们每一位，为着你们混合的灵光之美和你们挪出时间来寻求真理的决心。在你们的勇敢和你们的寻求面前 我们感到谦卑，我们为这个提供我们简陋服务的机会而感谢你们。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai vasu borragus。

原注

[1]根据星际联邦的哲学，一的法则的第一变貌是自由意志或混淆法则。第二变貌是理则(Logos)或无条件爱之起初思维。第三变貌是光，爱凭借光创造了一切万有，包括我们。在那之后，各个变貌是平等的，并在我们活出我们的生命时，创造这些变貌。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ **第 1511 章集：爱与光早期资料#43**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明:这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯,请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周一冥想

1974 年五月 13 日

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我正再次尝试调节你们每一位。我也在尝试接触另一个新进的器皿。

[停顿]

我再一次和这个器皿同在，我是 Hatonn。抱歉，我们面临一些困难，我将尝试使用另一个新进的器皿。 请开放你自己给我的通讯，我将把想法传给你，不要害怕犯错，我将使用这个器皿更正任何可能出现的错误。我是 Hatonn。

(无名氏传讯)

我是 Hatonn。

(Don 传讯)

这是个非常简单的过程，不过，它确实需要一些练习。这个器皿已经学会直接说出我们给予的想法; 他也已经学会几乎 100%清空他的心智。在这个时候，状况相当良好，他几乎是逐字接收我们的想法，由于我熟悉你们的语言，我也能够传递我想要该器皿说出的话语。

你们正在见证的情况是该器皿接收我想要他说出的话语。

在其他情况中，我给予这个器皿一些概念，接着允许他使用他选取的话语来表述。每一种技巧都有它自己的益处，前者在沟通一些详细信息方面是极为宝贵的。无论如何，它要求对于环境有更大的掌握度。换句话说，目前这个通讯的质量是很高的，在座的每一位都有可能达成同样高质量的通讯。

你们只需要学习像这个器皿一样，清理你心智里头的思绪；透过每日冥想和传讯技巧来练习，你必须先练习之后，方能到达这个器皿的流畅度。

为此，我们推荐你们单纯地放松，允许我们服务无限造物者的星球联邦把想法铭印在你的脑海中，然后 当这些想法进入你的心智，无须去分析它们，单纯地重述即可。

这个器皿在接收我们的想法时很少去分析. 在他刚开始传讯时，因为他的分析造成某种困难。当他分析我们的想法时会使得我们要花大量的时间只传递一个想法。

此时，我要告诉你们一个小故事，允许你们聚焦思维在必要的东西上，好让你们可以单纯地接收我们的想法. 这个故事跟一个小孩有关。

这个小孩聆听他的爸妈说话，在小孩聆听爸妈之前，他不会说话；但在聆听之后，他能够相当流利地说话. 无论如何，这个小孩完全不晓得他学会说话的过程，他只是单纯地在那儿，单纯地学会说话. 这就是我们正在使用的过程.

并不是说你们是小孩子，然而，那才是问题！如果你们是小孩子，我们就能够毫

无困难地透过你们说话. 问题是你们不像小孩子。

我们推荐你们把自己想成是个小孩，放松，什么都不知道. 以这个方式，你们将很快速地学会传导我们的想法。

我们发现你们地球的某些人群比较容易学会. 我们发现那些活在科技社会的人群[好比你们]有时需要很大的努力，因为他们学到谨慎地质疑每一个来到面前的东西. 如果你们不质疑我们试图要做的事，单纯地放松 让它发生，它就会发生。

我希望我已协助强化我们的联系，此时，我将试图透过一个较新的器皿通讯。

(无名氏传讯)
我再一次和这个器皿同在。

我们觉察你们团体的活动，如同我们觉察你们星球上所有人群的活动. 我们在此为你们服务，带来我们的爱。
(录音带结束)

***
周二冥想
1974 年五月 14 日

团体问题: 带走巴尼?希尔及贝蒂?希尔*的 UFO 是谁 [如中断的旅程一书中提到的]? 他们是邪恶的，或我们要惧怕他们? 是否有一些邪恶星球尝试侵略地球?
(*译注:相关 Wiki 连结 àhttp://tinyurl.com/cmqv66)

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我觉察你们的问题(...)，我们有这个荣幸来回答你们的问题(...)，他们也是造物主的孩子，我们只想要帮助他们，如同我们只想要帮助你们。遗憾地，我们此时无法帮助他们，因此，我们安于等待 直到他们需要我们的协助的时机到来。

在这期间，怀着造物主的爱给予祂所创造的一切存有。害怕你们所谓的侵略者就是在害怕你自己，我的朋友，不需要去害怕任何事或任何人。

我觉察这样并未很好地满足你们的问题，我将尝试使用这个器皿给出更明确的答案，虽然她将发觉有些困难，因为她现在还不习惯接受更多的(肌肉)控制。

你们谈论的这些实体是友善的，他们是用意良好的科学考察队，但他们对于这个星球的生命形态所知有限。他们没有意图从事任何种类的冒犯，星际联邦已经告诫他们最好避免探查人口稠密的区域。

他们只想要收集这个星球的某些区域的动物样本，同时获得一些关于在此地占优势的生命形态的资料。

当时他们并未攻击，他们不会攻击你们，他们的意图是正面的，他们觉察我们的存在。他们的存在并不是任何敌人的先锋。

至于其他的侵略性访客，他们全是阻碍和可能性。遍及整个宇宙，有着许许多多

的不同人种; 有些人种是极度先进的，其中一部分不只是先进，还具有你们所谓的邪恶特质。

造物主在你们途径的尽头，如果你真的领悟，你的信心远比任何邪恶更为强壮。

我的朋友，记住这点，透过冥想，获得造物主的爱以战胜所有的匮乏、限制等等。但是，我的朋友，请察觉邪恶唯一真实的本质就是和造物主分离。如果你和太一[祂是一切]维持联系，邪恶无法碰触你。没有任何外在的东西可以进来伤害，来自真理和理解的宇宙，你可以展现爱与光给所有进入你视野的生灵。

无须恐惧，我的朋友。除了恐惧自身，没有什么好恐惧的。你们星球的人曾说过这句话，这是相当真实的。绝不浪费时间在恐惧或憎恨或愤怒上，因为在这样的时机，那只是另一个体验和展示无限造物主的爱与光之机会。

我是 Hatonn，我希望我已经回答你的问题，是否有任何进一步的问题?

发问者: Hatonn，你可否给我们一个具体的理由，为什么我们不能和你们面对面?

我是 Hatonn，我和这个器皿同在，当你们进入天堂王国的那天 我将和你们面对面. 你可以在任何时间这么做，但当你还在身体之中 你愿意这么做是令人怀疑的。如果你确实达到这个状态，那么 不管你是不是在这个身体之中，你可以瞬间同我说话，在那一点 你会辨识我为你的兄弟。我的朋友，不多也不少。

当你们的意识位于目前的状态，我恐怕出现在你们的振动之中 无法避免地会影响你们的人群。

你们的反应远远不是负面的，我们感到高兴，在这个工作中拥有你们的伙伴情谊是个荣幸。但，我的朋友，我和你是一样的。

我们进行下一个问题。

发问者: 关于性，一个人走在灵性途径上，当一个僧侣是否比较好?

我的朋友，物理幻象的主题一直是个困难的议题，你询问所谓的性— 这个领域和大量的创伤关联。

我们只能告诉你，你是自由的代理人。你们已投胎进入肉体载具，这副肉体载具的设计用途是提供你们各式各样的经验，好促进你们的灵性进展。

由于一个事实: 每个人都是他自己的君王，做为造物主的一个自由小孩，每个人来到这个世上有一组奇特和独特的需求，他将在这物理幻象中的短程旅行满足这些需求。对于某些人，性欲经验是极度重要的; 对于某些人，对于这种活动只有很少或没有需求。可能的情况有无限多种，对于每个人，只有一种答案。

我的朋友，性欲既不好也不坏，你们的肉体既不好也不坏。你们星球上的所有自然活动都是造物主计划的一部分，若造物主没有计划人类应该有性欲，人类就不会有性欲，它的存有只是个机会。完全由每个人决定要怎么使用这个机会。

在你们的平面上有个简单的进程，我们注意到你们觉察许多地球上的大师对于在人类的渴望的范围内获取的经验并不特别感兴趣; 这是由于一个事实: 地球平面

首先是在一个相对粗糙或物质的状态中被经验，这个状态产出巨大的气力、大量的性欲、和大量的侵略性情绪。

前往下个经验密度的进程将会越来越多地在灵性之中经验，并且脱离对自我的物质部分的需要。在一些极端的例子中，这意味着一个人没有任何肉体特性的活动。

无论如何，我们必须对你指出— 这个状态并不是一个人决定成为神圣，接着加诸各种限制给自己就可已达成。而是一个人达到一个完全超越的状态时，自然抵达的结果。

宇宙中有许许多多的寻求者，他们来自众多不同的地方。我们觉察到两个人在心智、身体、灵魂三方面正确的交合可以成就许多好事。再次地，这不是一条必须的途径。有上千条途径可以选取，每个人找到对自己何时的一条路。为了找到一条适当的途径，一个人可以冥想，我们已说过许多次了，单纯地冥想。

我们觉察这是一个困惑的主题，但，朋友们，它是单纯的。那儿有机会，而你是一个有辨别力的实体，正在寻求理解。寻求，汝将找到；这是真实的话语，透过冥想寻求。

你们有没有进一步的问题?

发问者：是，我还有一个，灵魂不必睡觉，当身体睡觉时，灵魂在做什么?

我是 Hatonn，我觉察你的问题。我的朋友，在夜晚，你真的活起来了。在你们

的星球上，许多、许多人只有在睡眠中才会意识升起。你们的星球上有着危急的飢荒状态，这是灵性的飢荒，人们已经忘记如何接触造物主。我的朋友，在睡眠中，你的灵不自主地直接进入真正的宇宙，呼吸、活出、放射造物主的喜悦。

如果人灵没有进行这个无意识的活动，许多人将无法继续在肉体中存活。

事实上，这是地球人需要特定睡眠时间的原因。有些人透过冥想已经找到一个方法，有意识地和造物主接触，他们可以睡得比较少，这对他们是适当的。

发问者: 是，当你醒来之际，你还会记得吗?

我的朋友，一切都被记得，没有东西会被遗忘。当我们离开这个化学载具和厚重的幻象，我们将会记得许多过去似乎遗忘的东西。

是否还有任何问题?

发问者: 没有。

如果是这样，我的朋友，我将离开你们。服务你们一直是我的乐事。我希望我已和你们良好沟通。我在无限造物者的爱与光中离开你们。我是 Hatonn。

Adonai。

(V)2012 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ 第 1512 章集：接受指引

Copyright © 2009 L/L Research

特别冥想

2009 年九月 22 日

Jim：今天晚上的问题来自 J，「我如何才能进入与我的高我的联系并从它那里获得如此清晰的日常指引，以致于能够清晰地确认我正在从高我那里接受指引，而不是来自我的想象或从任何其他的来源接受的指引呢？我可以使用什么样的灵性原则来帮助我接受指引？」

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤是一种荣幸和快乐。我们非常高兴能在涉及从你的指导灵系统接收信息这个主题上分享我们卑微的想法。

然而 在我们开始之前，一如既往地，我们会请所有听到或者读到这些言语的人使用他们的分辨力与洞察力来从我们分享的想法中选择哪些部分是可以保留下来。请在我们所说的内容中跟随那些与你们共鸣的部分。如果一些想法与你们共鸣，请务必保留它们，因为它们对你是有用的。如果它们无法与你们共鸣，我们请你们将它们留在后面。用这个方式我们就可以确信我们不会侵犯你们的自由意志或你们灵性的过程的圣洁。我们感谢你们这方面的考虑。

从一个人的指导灵那儿接收有益的信息 这个主题是一个很好的 可以用来沉思与

探索的主题，因为你们自己的指导灵所给予的信息质量是非常高的。拥有这个指导灵系统是自我给予自我的礼物。每一个实体做为一个肉与骨的生物存在于第三密度，同时也作为一个能量体而存在，这个能量体也即是在[第六密度中期的]时间/空间中的自我。它们两者是不可改变地相连的，这个能量实体是永恒的公民并居住于无限时间中。

每一个寻求者的指导灵系统的基础都是他自己的高我(higher self)，那个在第六密度中期的自我，该自我已经体验了所有它所渴望的事物。当这个实体完全地意识到他无需渴望或寻求满足任何渴望，而是改为转向与无限造物者再次完全结合在一起的呼唤时，他会最后一次转向你们所视为的过去并创造一个思想形态，这个思想形态包含了他之前所有的转世，贯穿所有密度，一直到第六密度所学到的收获。

无论一个发展中的实体在哪里，也无论他在经历什么样的投生，高我都将这个思想形态留给了该发展中的实体，所以他在任何时候都可以呼唤最高和最佳的自己并询问如何评估事物以及要求任何他认为需要的意见。

这个高我会与至少三个天使般的实体联合。这个器皿会称其中两个天使般实体为圣灵的男性和女性的面向。还有一些人会认为这些天使般的实体是古鲁(guru)或真正的天使。一些寻求服务于光的实体会在他们周围聚集十二个或更多的天使的存在，所有这些天使都希望支持和鼓励寻求者在此生中承担对光的服务。

这种服务无须是一种外部服务。很多人会在他们自己内在创造入口来支持一个空间，通过这个空间光可以从那些纯粹爱的领域进入到第三密度。这个服务自身就是一个伟大的服务，一个寻求者在无论什么样的生命的境遇中 都可以提供这样

的服务。

寻求一个人的指导灵的灵性原则涉及被称为信心的原则。在你们的人群中 信心经常被误解，因为他们将信心与信仰相弄混了。信仰总是对某个事物的信仰；也许是一个信条或形成一个教条系统的一个教义。一个信仰者相信特定的要点或支持一个特定的信条。

在另一方面，信心没有内容。它并不包含知识；它是一种态度。这种态度是：超越怀疑的知晓，不论在什么样的情况下都知晓一切都好。信心是一种假定无限造物者、高我以及那个在投胎之前计划这次人生的自我，一起为自己提供丰富的学习和服务的机会的态度。

有时候在学习中会涉及的是受苦。有时候会有悲伤和痛苦。然而，一个活在信心中的人知晓正在发生的事情是完美的。它恰恰是获得灵性进展和进行服务所需要的事情。因此，这样一个实体会与他的境遇合作并与之协调一致，允许创造性和想象力在向前流动的事件中发挥作用。

信心并不辨认那些关闭的大门。信心耐心地、信赖地、带着无限的关注等候着。因为会有那些来自圣灵的提示、暗示和信息，它们会在当下此刻照亮一个人的处境。我的兄弟，当你学会倾听并且与你的指导灵系统交流时，信心会很好地服务你。

没有那种能够没有任何疑虑地知晓你在与你的指导灵沟通交流的事情。这种未知是有一个原因的。在第三密度中的每一个实体都被赋予完全的自由意志来选择那些他渴望的事情。他所渴望的事物就会被给与。在这样的自由意志的氛围中，从

灵性成长的角度来看，有某种方式能够检验并证明灵性的事件或灵性的影响，这并不是值得向往的。

替代判定形而上学的体验的有效性的客观方式，寻求者被给与了设置意愿的能力，诸如与一己的指导灵进行谈话的意愿。一旦这个意愿通过一种自我在一个深入的层次上听到自我的方式而被仔细地、很深地设置了，需要做的仅仅就是开始与你的指导灵用一种持续的方式进行对话。

这个器皿用一部计算机与高我交流。她输入她的问题，并允许她的头脑被一个想法填满。那个想法来了，她就将它输入到计算机里面。如果她渴望更进一步的交流，她会写下另一个问题，然后再次等待一个想法。当它到来的时候，她会输入它，不带有任何对这个想法的疑问、评判或者以任何方式分析它。

这是一个简单的程序，我的兄弟，它是一个保护性的程序，在这个程序中 你的指导灵系统居住在你的保护性灵光当中。这种交流不会被超心灵致意所破坏。不过 正是它的单纯性使得逻辑心智感到阻碍和困惑。如果逻辑心智被允许运作，它马上就会开始问，「怎么知道这个想法不是我的想法呢？怎么知道我是从一个正当的指导系统中收到的指引？」

我的兄弟，在你们的科学家能够创造出仪器设备来跟踪这种微妙的振动的类别的那一天到来之前，你永远无法通过客观证据的方式来知晓它的。当这一点能做到的时候，我的兄弟，那时你已经结束了你在行星地球上的学习和服务了，要嘛你已经在第四密度，要嘛你已回到你的家乡密度了。

因此，你需要继续并坚持你的目标，如果可能，每一天都与你的高我对话，保持

纪录，无论是通过计算机还是手写的方式。渐渐地，你会积累起足够数量的材料，这样你就有能力在这种对话继续时回顾在与高我的对话中所积累的经验。你坚持这种训练的时间越长，你就会开始看到更加密集的一致性和协调性的模式。渐渐地，你会在这种智能的来源中开始建立信任，并不是因为客观的证据，而是因为在一种数量持续增加的同时性和巧合，它们的本性在灵性上是有趣的，它们会在这种对话的周围开始成长。

最终，你会开始信任这种启发和信息的来源，因为它经过了一段时间一直对你很有助益，因为有一种确定的能量你开始将它与这种对话关联在一起，而这种能量不会在任何其他时刻来临。

对于你无法通过一种逻辑智力的方式来确定这种接收指引的方法的有效性所感到的挫折，我们非常地同情。然而，好比你可以在一个商店买到一个产品，以这种经验模式去购买指引在灵性上是没有帮助的。对于你远为有帮助的事情是安住在你的人性的未知中，同时寻求一种信心中的生活。

做为第三密度的人类，你居住在一个事实与数字以及度量衡的世界中，即使它们是事实，它们经常，我的兄弟，没有述说真理。相反地，在灵性的世界中，你居住于一个神秘和悖论之地，然而从你受保护的、神圣的对话中，你能够带来的信息将会成长为实质性的实相，这实相比起第三密度的那些事实和数字以及度量衡[空间/时间的实相]，对你而言会更加的真实。

我们为你喝彩，我的兄弟，因为你用这种方式来寻求你的指引。我们知道你会将自己发射到半空中，因为这就是信心的方式，当你允许自己保持清空的状态，你就会在那半空中发现坚实的站立之处，于是你也会被你的灵性的那些礼物所填

满。

我的兄弟，通过每天进入静默之中，用任何你希望的方式，信心中的生活将获得最佳的支持。在静默中有你需要的一切的信息。然而，它不是通过言语，甚至也不是通过概念而提供的。相反，它流动着，在静默的水流中流入你最深的心，在那里它们会安心地住下，并在日常生活中、梦境中、灵视中以及那些感觉中浮现出来，它们具备诺斯底式的知识特点[1]，而非一种逻辑智力的知识。

在我们进行另一个问题之前，请问关于这个询问是否有后续的问题呢？我们是 Q'uo。

Jim：（通过电话）你想要问一个后续问题吗？

J：后续的问题是，「从几个月前，我开始每天早上和晚上写下所有的让我觉得感激的事情。你们如何看待这个习惯？它是有用的吗？有任何方式可以提高它吗？有什么灵性原则可以帮助我考虑这个情况吗？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。感激的确是一个灵性原则。感激的能量中包含了一个智慧和慈悲的世界。因为一个人不仅仅会因为所谓的好事而高兴，不仅仅会因为晴朗的日子而高兴，他还会因为雨天、暴风雨和海啸的日子而高兴。无论是什么天气，所有一切都是感激的机会。因此，这种练习有着非常高层次的优点，我们推荐你，我的兄弟，在谦卑和喜悦中与这个原则一同工作。

灵性的道路有一种朴实性，它使逻辑心智困惑。所有发生的事情都来到自我的面前，以便自我可以练习用在一种人力所及的范围尽可能地接近太一无限造物者的

振动，也就是无条件的爱的振动来回应。因此，一个人在他最高和最佳的振动上的回应将永远是爱。

在自己身上储存感恩和感激的能量会为自己创造一个调音的乐器，而这个调音就是他最深的天性，于是他会越来越能够听到那灵性的美妙音乐，在他呼吸时，说话时，思考时，在他行动时，那美妙的音乐就会他的管乐器中流过。这种感恩和感激的态度会创造一种恒常提升的能量，它将带领寻求者越来越多地进入真理的领域，而那真理却无法被诉说，只能被感觉。

我的兄弟，关于如何改进这个练习，我们不知道应该如何建议你。然而，当你已经启动了记录这些让你感激的事情的练习时，当你勤勉地探索与你的指导灵系统开始并继续一场对话时，关于你可以如何改进你的练习，我们感觉，如果有对这样一个练习的精炼的方式或者附加的方式，它将会用一种有机的方式，在宁静与信心中，从你的内在涌出。

你们就好像藉由水种植的树木。当你的根饮用太一无限造物者的爱与光的时候，当你转向的灵性太阳允许你茁壮成长的时候，你就会繁茂，首先会发芽，然后开花，接着长出叶子，最后结出果实。谁知道你的季节将会在什么时候转变或者你将会如何体验它们呢？可以确定的是在建立了这些练习的过程中，你最大程度地开放自己，接受那些资源以提供你一条前进的道路，一步一步地，永不前倾，永不回避，而是一直在信心中行走。

你们的神圣著作中说过:「在宁静和信任中有你的力量」[2]。所以，我的弟兄，那些双脚踏在国王的大道[3]的实体也是如此。

现在请问是否有另一个问题？我们是 Q'uo。

Jim: （通过电话。）你愿不愿意前往视觉化的问题?

J: 下一个问题是:「梦境的用途是什么，清晰的梦有什么益处吗？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。我们之前讨论过的爱与光的能量，这种能量在静默中是如此丰富地被充满着，它们是一种在本质上非常深的能量，这种能量与你的意识根部相互交流，而那意识是你与一切万有所共享的。在这种意识中所包含的能量就好像河流、湖泊和大海。你因此会用你的情绪来接近它们。

当你经历你的日常生活，如果没有情绪被感觉到，那么你就不会传送或召唤这些深层流动的水上升进入显意识的心智。

然而，我的兄弟，若在一天中没有对那些催化剂[抵达一定强度而召唤那些心智根部中的原型水域]有情绪反应，这是很少见的事情。对这些情绪和在日常生活中感觉到和看到的事件的回应会累积加强，直到在你的梦境时间中，从你内在很深的地方会有回应出现，它被称之为一个梦。

这些梦是灵性的礼物。当一个人的情绪是混乱的时候，梦境也会同样混乱和肤浅，然而 当一个人走在一条灵性的道路上并发展出一些类似于你已发展出的练习时，每一天的事件会有一种变得越来越清晰的趋势，并且会用一种精炼的情绪能量向下探寻，于是梦境中信息就会用一种更加清晰和清楚的方式进入你的显意识心智。

时常地，在梦境中 自我会试图进入一种平衡，去平衡不管是因为喜悦或悲伤而造成的扭曲。在梦中看到的图像经常会给一个人一些线索，关于感知中的经验的真实性质或[有很多层次的]经验的更深的性质，该经验的一些层次是你可能从前并未看见过。

那么，记录梦境的日志就是一个接收涉及那些议题的智能方法，那些议题就好像是你[做为一个灵性寻求者]的磨坊中的谷物。这样一个练习为寻求者构成了一个真实的资源。

清晰梦就是在梦中 一个人察觉到他在做梦，它的优点与一个人开始觉察到他在清醒生活里也是在做梦的优点是一样的，他是一个真实的见证者，他有能力去形成他自己的回应。当一个人能够，例如移动一下梦中代表自己的角色的手臂，或者当一个人能用某种方式就好像它是一个清醒景象一样地进入梦境，这样的清晰度会锐化一种能力：掌握并记住梦境中所包含的各种概念的无限细节。

有一种祭司般的责任伴随着清晰梦；当一个人能够去理解某个东西，他接着就需要为使用这个东西而负责。就好像这个器皿说的，在清晰梦中 更重要的是对梦境「言行一致」。

我们为这个问题感谢 J 实体，因为我们确实感觉，梦的活动作为一个灵性上的资源，聚焦于梦并对梦表达荣耀和尊敬将会不可避免地改进这个活动。

我们是 Q'uo，现在请问是否有另一个询问？

Jim: （透过电话交谈）你现在希望问哪个问题呢？

J：下一个问题是，「你能在出体经验的方面给我建议吗？如何拥有一次出体经验？它们是安全的吗？」

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的弟兄。对于「出体经验是安全的吗？」这个问题，对于每一个实体 它的答案是不同的。确实，对于一个投生中的实体，答案确实是可变的。保守一些，我们会回答说，只有当出体经验是一个学会的经验，并且学习的过程是在一个团体中进行的，在团体中有资深的实体，这些实体已经历过与那些要进行出体旅行的人们一同合作，他们也了解如何在这样的活动中施加保护，只有在这样的情况下，出体旅行才是安全的。

有人也许会说，当我们提供这个意见的时候，我们是保守的，因为在很多情况里(灵魂)出体是一件无害的事物。然而，在一些情况里，它会被粗暴地打断，因为这是一个拥挤的宇宙，我的兄弟，当一个人用他全部的心、魂、意和力气来寻求光的时候，他会靠近光。而当一个人因为他服务和寻求光的意愿而靠近光的时候，那光会造成该实体投下一片阴影并被服务自我的实体看到，那些实体喜欢让该出体的实体分心，甚至摧毁那些实体。

这就好像一个人在临近的街区散步，那里有很多的犯罪、暴力或者是一个战争地带。也许你会能够进入你希望到达的最远的范围，并回到你的身体，没有任何的

意外。然而，也有可能你会被袭击，接着你会发现回到你的物理身体会出现困难。

因此，我们会建议你通过联系一个可以信赖的知识和经验的来源来追寻这个兴趣，例如门罗协会[4]。我们从这个器皿的记忆中获得这个信息。

再一次，我们感觉这样的兴趣应该带着一种有机的共鸣的感觉来追寻。如果这是一个会与你产生共鸣的行动，那么我们会鼓励你去跟随这种共鸣，而不是凭借你自己。

现在请问有最后一个询问吗？

Jim：（通过电话）你有最后一个询问吗？

J：最后一个询问是，「视觉化(visualization)如何帮助我在生活中创造事物呢？关于改进这种活动 你有任何的推荐吗？」

我们是 Q'uo 原则，我们觉察你的询问。这个关于视觉化的问题是个微妙的问题，我的兄弟，在视觉化中对很多的事物进行观想与渴望是有可能的。渴望无论什么事情并观想它以便将它带入你的经验中，这是一件正当的事情。如果你希望用这种方法使用视觉化的力量，它就会起作用。你要做的仅仅是精确地确定你希望的事物，接着花时间钟爱地凝视那个渴望的目标。

然而，去渴望那些地球的事物[那些可以被谈论和被数字列举的东西]是有可能的。同样有可能的是去渴望那些属于天堂世界的事物，容我们说，诸如渴望去执

行太一无限造物者的意愿，渴望在每一刻看见爱，渴望在所有你遇到的人的眼中看见造物者，并渴望在太一造物者的爱与光中 将你的生命奉献给服务。

对这些事情的渴望和对它们的视觉化是同样强有力的，然而，吸引你的不是这个或那个东西，相反地，吸引你的是你可以与太一无限造物者联系在一起的那份内在的共鸣。

我们必须暂停 直到这个器皿能够再次进入它初始的调音状态，因为电话设备与这个器皿正在使用的麦克风停止工作了[5]。这个器皿现在已经找到了另一个设备，如同过往，使用这个设备 她可以继续转播我们想要分享的想法。当我们通过这个器皿说话时，我们正在恢复调音，好让我们可以继续回答这个关于视觉化的询问。

我的兄弟，我们会推荐你对任何目标的事物进行视觉化时 保持小心与谨慎。当然，我们会鼓励你对你最高和最深的服务渴望去创造视觉化，简单地要求你自己成为一个乐器，好让造物者可以根据祂自己的意愿弹奏，这样你就可以真正地被鼓舞，成为一个与太一无限造物者的爱与光一同振动的生物。

如果你的渴望和观想是这样的，那么接着你的学习和服务所需的事物就会来到你的身边，无需伸手拿取，无需忧虑或担心，你会发现你的生命会以一种比任何你选择的视觉化更有回报和，就好像这个器皿会说的，更棒的方式而进展。

无论如何，我们要说，有一些为人类的利益的视觉化，诸如地球和平，全人类心中的和平、心中的爱，以及类似这样的关注，它们都是那些可以在意识中工作的人的合适关注。这些为了人类种族的视觉化的确是被祝福的。

我们发现这个器皿和这个团体的能量开始衰微，因此现在，尽管我们必须承认自己是不情愿的，我们将离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai Vasu。

原注

[1] 诺斯底(Gnostic)知识来自对真理和一个人的直觉的直接理解，反之逻辑智力的知识来自于学习的事实和对这些事实以逻辑次序来安排。

[2]《圣经》《以赛亚书》30:15，「主耶和华 以色列的圣者曾如此说，你们得救在乎归回安息。你们得力在平静安稳之中。」

[3] 这个短语在好几首现代流行的歌曲中都可以看到，但是这个器皿引用的是 E.A. Cummins 在 1922 年创作的赞美诗。这首赞美诗的第一节是这样的，「我不知道这条我每天跟随的道路通向何方，也不知道它在哪里结束，我只知道我走在国王的大道上。」

[4] 门罗(Monroe)机构的网站是 www.monroeinstitute.org

[5] 这个器皿的耳麦电话，它使得一个人可以通过电话参加一次集会并听到通灵的内容，它选择在这个对话集会中永久失效。器皿尝试乱动这具电话使它恢复工作，但却失败了。Jim 接着递给她另一具手提式电话，她在剩下的集会时间中用

手握着它。她很快恢复了她的调音。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ 第 1513 章集：开启心轮

Copyright © 2009 L/L Research

特别冥想

2009 年十月 13 日

Jim：今晚的问题是，「在刚刚过去的几年里，工作对于我一直是一个巨大催化剂的源头。看起来自从我开始这份工作，人们就一个接一个地试图把我开除。此外，就在去年十一月或十二月我有了一次重要的心轮开启之后，催化剂的程度也剧烈地升高了。与自我的催化剂和业力相比较，这种情况有多少是因为外在力量引起的呢？关于这个问题我可以用什么样的灵性原则来思考呢？」

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到这个圈子中。能被你们的寻求圈呼唤是一种荣幸和快乐。我们为这个荣耀而感谢你们，我们非常高兴对 D 实体谈话。

然而，一如既往地，我们请所有那些听到和读到这些言语的人运用他们的分辨力，从那些我们所分享的想法中选取那些与你们共鸣并且看起来有帮助的想法，

而将其他的毫不犹豫地留在后面。因为用这种方式，你们就可以守卫你们自己的进化过程了。也由于知晓我们不会以任何方式侵犯到你们的自由意志，我们感到安慰。我们感谢你们这方面的考虑。

我的兄弟，在灵性的生命中，在一个成熟和收获的季节之后经常会跟随着其他的季节的进程。

我们会一般性地谈一会儿我们看你的能量体的方式和我们理解的你们能量体的运行方式。你的能量体就好像物质身体一样，它是一个身体，它与你的物理身体相互贯穿，沿着你的脊椎一直向上到你的头顶。和你的物质身体一样，你的能量体是处于一种持续流动的状态中。我们强调能量体的这个特别的方面是因为你的问题涉及到在你体验到一种强烈的心轮开放之后发生在你身上的事情。

当一个人学会了骑自行车时，他永远不会真的忘记怎么骑车，但是一个人会变得非常的迟钝。用同样的方式，一旦一个人体验到了开放的心的喜悦和平静，他就已经能够理解一切万有是相互连结的，它是无法被忘记的。然而，它既不会被约束，也不会保持在一种开放的设置中。相反，能量体对于到来的催化剂是极其敏感的。这就是为什么如此频繁地 一个人会在感觉到一种美妙的心灵的开放后，又莫名其妙地会接着遭遇到一连串倾向于关闭心灵的事件。这既不是环境的作用也不是意外事件。

我的兄弟，当一个人拥有了类似于你已经拥有的那种深刻的领悟后，他就会有一些需要去承担的责任，这种责任是作为一种光的爆发的结果而产生的。有一种自动的节奏会紧紧跟随在这样一个显著的光之经验之后。这就好像在这个灵魂的精炼厂中，在这个生命的学校中，你已经学到了大量的东西。与你的灵性上的进展

一同舞蹈的能量，随着时间的推移 给你等同于一次小测验的经历。催化剂进入你的能量体，于是你会有一种倾向去关闭你的心灵，压缩和收窄通过你的能量体的能量道路。它就好像造物者或者神性原则的灵性能量的一部分提供给机会来让你检查自己是否真正地掌握实践合一的内容。

这个器皿所说的随堂小考的用途并不是让你悲痛，而是帮助你精炼、擦亮并磨光你保持爱的双眼的能力，它是你的领悟送来的礼物。你们的神圣著作[这个器皿所珍视的]中说过，爱那些可爱之人是容易的，挑战永远是去爱那些不可爱的人和在面对即将来临的来自于一个实体的催化剂时，能够持续地去视那个实体为造物者，视之为你的兄弟或姐妹，并将其真正地视之为你自己[1]。在那些看似健康、强有力和永恒的时刻发现你对于合一与爱所拥有的领悟是怎样地脆弱，这经常是令人震惊的。

我的兄弟，在某种程度上，全部就是那些事了。除了失去了爱的充实感觉的表面舒适，你不会失去任何事情。如果你不是在这个带着沉重的能量和遗忘面纱的第三密度的化学身体中，如果你不是在这个第三密度中，而是在中阴身之间，你会毫无怀疑的阴影而知晓，所有你的催化剂的衍生物以及爱的真理都位于你真实开放的心中。然而，因为你不在肉身中也没有(遗忘)面纱，你超越怀疑的阴影而知晓这些事情，就服务他人的极化方向的意义上而言，这份知识只有很少的价值。

因此，你选择进入此生中。你选择让面纱落下。你选择失去看见事物在这个幻象之外的存在方式的确切知识。你想要将你自己放置在一个竞技场中，在那里知识，只能通过信心而来，在那里，你的选择是彻底自由的。

我的兄弟，我们会说当一个人在投生之中时，他会感觉到非常孤单，他会感觉被

孤立于他的骨与肉中。在我们看来，真实的灵性真相是你永远都不会孤单。的确，你活在一个镜子的世界中。每一个你遇到的人都将你自己从一个或者另一个方面映射回来。看到你自己的各种不吸引人的方面是多么让人为难呀。而它却会帮助你认识到，即使是最令人烦恼的或者最困难的关系也在向你提供一个看到你自己的一个部分的机会，而你自己的那个部分是你没有看到过的，至少在那种方式上是没有看过的。

当一些事情触发或逮住你，那就是你自己还没有被治愈的一部分，那就是触发物的源头。因此，你的同事，就好像你在你的问题中解释的，那个试图对你造成伤害的人，实际上是在给你礼物。他们让你看到你自己的一部分，就好像在镜子中看到的一样，而那个部分就是你需要去发现的。有时候那是最困难的事情，因为一个人并不希望在他的性格中有那样不吸引人的特性。你在这里的机会是去直接看入那镜子并说，「谢谢你。我会追寻自己的那个阴影的部分，那个看上去是阴影的自己，我将爱它，接纳它，在心中保留它，直到它被我的爱所救赎。」

你看，催化剂与其他人没有多少关系，它更多地与你有关。你在灵性上进行的工作与其他人也没有多少关系，它更多地与你自己有关。当你能够带着感激和感恩凝视这样的催化剂，你就不会再经历那些会关闭你的心的恐惧、愤怒以及其他的负面情绪。当你爱你自己内在的阴影时，你会发现你第一次能够去凝视这样那样一个试图去伤害你的实体，你接下来也能够通过镜面效应看到你和其他自我以及造物者之间的合一。

你问你可以使用什么灵性原则在这个特别的议题上工作，我们会审视合一与极化的原则。

经常会遇到的情况是，当实体谈到以开放的心生活时，他们会被认为是理想主义的，天真的，也许是愚蠢的。容我们说，从特定的世俗和愤世嫉俗的视角来看，在那个陈述中有事实。但是从一个在意识中工作的人的角度，开放的心是为那些勇敢的人和做好准备[以耐心和坚持不懈超越所有的路障和阻碍]的人而设的。因为你正在寻求去成为，就好像这个器皿会说的一个「不屈不挠的饼干」。你正在寻求去成为一个可信赖的、灵活、留心的实体，每一时每一刻，当无限太一盘绕与旋转并创造出生命的舞蹈时，你都为无限太一的爱和光作见证。所有那些进入到你的视野的人都在用一种或另一种方式与你舞蹈。

我们几乎会将其描绘为一种灵性运动员的舞蹈，因为有些时候，类似在你的工作场所的严酷考验中，在其中不是一次，而是一次又一次，那波动会冲击你并试图使你摔倒、使你失去平衡。你寻求的不是去站在你的土地上，而是与那些波浪合作，去起伏、潜下、跃起并与能量舞蹈，抛开所有的恐惧，不再担心你的心灵是否还开放，而是单纯地在每一时、每一刻留心。因为造物者就在那一刻中，在你和那些与你一同共舞的实体之中。

因此，无须审判你自己，无须考验自己，无须担心你的心看起来似乎有一段时间并不是那么的开放。我的兄弟，在舞蹈中有时动作是那么的快速。有时你仍旧在学习舞步。因此，看起来会好像你已经失去了那种领悟。我们可以向你保证—并没有。甚至是现在，当我们与你谈话时，感觉你的心的开放。感觉那此刻的爱吧。

爱流动经过你。你不负责去制造爱。你负责的仅仅是，当你位于一个触发器的附近、痛苦的附近、在苦难的附近 而感到你的紧缩时，你要耐心地、一次又一次地重新开始那忆起的工作并释放恐惧，于是你就会忆起你是谁和为什么你在这

里。你是太一无限造物者的孩子，你来到这里是为了创造一个空间，通过这个空间 光可以流经它，于是你可以帮助照亮行星地球的意识。

我们为你的服务感谢你，我们向你保证，短暂的小失误、无限流动的催化剂与对它的回应都不会阻止你的工作。你在使命中，你在任务中，你可以对自己有信心。

另一次完整的潮汐将会到来，你的心会再一次被全然的爱所冲洗。接下来，再一次，那些考试的季节 甚至灵魂的暗夜将会到来。所有这些都是锻造、磨光并让内在的灵性更灵活的过程的一部分。

每一次你解除了一个触发器 并凝视那个尝试用伤害你 来祝福你的人的内在造物者时，你会变得更加平静，更加强壮，更加能够超越如此扭曲、阴暗的镜子中的幻象而看见真理。

我们是 Q'uo，我的兄弟，在我们向前推进之前，请问现在是否有那个询问的后续问题呢？

Jim：（D 正在通过电话转送他的问题）后续的问题是，「有可能从最初的觉醒开始提供一系列灵性上的里程碑吗？」

我们是 Q'uo，相信我们已经觉察你的问题，我的兄弟。正如我们已经暗示过的，为灵性生活描绘一个简单的秘诀或议程几乎是不可能的。我们会说，你可以把它认为是一个循环。在投生之前，根据在面纱之外 一个人拥有的清晰视野，自我与高我一起计划了一次投生的基础主题。一个人会倾向于去找到平衡。尤其是那

些流浪者，他们经常会去寻求在爱与智慧之间的平衡。也许你的心过于开放了，于是你会寻求用智慧来平衡它。或者，也许已经有了伟大的智慧，然而自我的要求就是用开放的心更多地与伟大的智慧相平衡，于是智慧就变成了慈悲，这在第五密度的流浪者的身上很常见。还有力量和正确使用力量的动力学。每一个实体都是独一无二的。没有两个实体会寻求完全一样的平衡。他们在投生之前共同点就是投生的主题已经计划好了。投生的课程已经计划好了，于是它们就会一次又一次地循环进入到你的生命中。

当你用你的伟大的智慧平衡开放的心的过程中，我们不知道也无法说，这个对你的开放之心的挑战是否为你的人生课程的一部分。我们只是建议，在这种性质，这种深度的层次中，有一些事情将会一次又一次地在你的生命的过程中给你带来这样的催化剂。

因为在投生之前你会视此生为在学校里的一个学期，「是的，我将学会这个，我将研读这个课程，我将学习这个主题。」你知道，当一个人实际上已经在人生中并正在处理人生课程的时候，即使会有一种在新兵训练营的感觉，你在面纱中能够取得的进步是你不在第三密度的肉身时 你能在灵魂深处所取得的变化量的几千倍。第三密度的人生真的是精炼的火焰。

因此，遗憾地，对于你的生活和你的心智的平静而言，你无法首先打开红色脉轮、接着橙色脉轮，接着黄色脉轮、接着绿色脉轮，然后工作喉轮并在沟通上工作，然后进入意识内的工作。通常来说，那会是你的灵性生活的大方向。然而，每一天，你必须总是回到红色脉轮并重新再次开始，因为在你一天的范围中，你会很有可能在前三个脉轮中碰到一些触发器。

当你对工作有一些担心时，被触发的能量通常自于黄色脉轮。而一个人也无法那样假设。一个人必须打扫整个身体，从红色脉轮到靛蓝色脉轮，每一天清理、清理，将它清理干净。

然而，我们可以向你保证，当你变得更加习惯于从一个特定的视角看你的经历时，在其中，你几乎就在玩一场大我人生游戏[如这个器皿的说法] ，你将会发现在你的见证中 自我会变得更加强壮，当你的同事故意使你遭受到痛苦的时候，你去承担这样的经历的热望会变得如此强烈以至于你会发现你自己手中就拥有那基列的乳香，你也不会被周围施加在你身上的 令人痛苦的行为的负面感觉所控制，相反，你正在与那将会保持你心灵开放的能量一同舞蹈，你会视他为造物者，视她为你的一部分，视你为他或她的一部分，即使表面上 这看起来几乎是不可能的。

当你在智能无限的大门前取得平衡，并视你的生命为一个完整的东西，一个整合好的全体时，作为神性原则的一部分，在投生中会有一个时刻，它会来到你面前并对你说:「这也是好的。」珍惜那些时刻，记住它们，因为它们是真理。接着你会再一次跃入并回到那循环中。

我们真的希望我们可以给你好消息，一个人的工作是艰难的，不过 它现在终于完成了。然而，在此生中，你的议题会一直是致力于当下此刻，并带着爱与当下共舞。

我们是 Q'uo，请问关于那个询问是否有后续问题，或者你们是否希望向前推进。

Jim：「我做了一些关于第八脉轮的梦，一个比顶轮更高的脉轮。我最近的梦告诉

我第八脉轮是关于将我的意愿与造物者的意愿校准，随着第八脉轮的开放，我们可以更好地理解造物者的意愿，这样我们就可以更容易地做出与造物者的意志一致的清晰选择。」

「在去年的一个梦中，我的理解是我的第八脉轮将在我一月访问罗斯林教堂[2]时开放。在这个理解中是否有任何的真相呢？我可以使用什么方法来更好地与造物者的意识调频呢？在不侵犯我的自由意志的情况下，如任何信息都是令人感激的。」

我们是 Q'uo，相信我们掌握你的问题了。如果我们回答的不够充分，我们请你再次提问，我的兄弟。

专有名词是至关重要的，而要确定等价物却非常的困难。我们做出这个观察是因为，与其将我们相信你要表达称之为「第八脉轮」，我们宁愿称之为「通向智能无限的大门」。

这扇大门是一个点：在那儿 做为一个投生中的个体 你能够在和谐中振动，有时能与太一无限造物者的能量一致地振动。就是通过这个通向智能无限的大门你能够与智能无限接触并将你需要的启发和信息带入到你的感官意识中。然而，这种能量却与逻辑智力没有任何关系。我们所说的信息是指那种这个器皿会称之为灵知或直接理解的知晓。

当一个人能让自我安静下来并让能量体的能量以它最大的限度流动时，于是心轮就会打开，接着一个人就能够在意识中工作，移动穿过绝对诚实的蓝色脉轮和存在的靛蓝色脉轮。当一个人安坐于开放的能量体中并设置他的寻求进入智能无限

的大门意愿，该大门就会用这样或那样方式 因为你的意愿而打开。

因此，我的兄弟，我们会对你说，随着你接近在那神圣的场所中寻求的时刻，你明确地设置意愿，带着你完全的心，使用你全部的意念，用尽你所有的气力，于是通向智能无限大门的通道就是你会想望的。智能无限大门的礼物有很多。有一些人打开了它是为了变成治疗的管道。有一些人他们打开它是要成为太一无限造物者的爱与光之通道。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

有一些人希望去教导。有一些人希望去创作、跳舞或者唱歌。无论你在与这个大门的工作中希望什么，用与你根据渴望而调音的存有的每一根纤维来着手处理它，这是很好的。

你的提问中有一些区域我们不能穿透 因为它有可能会侵犯到你的自由意志。你可以预料到我们会说，这些情况与其是永久的，不如说它们是造物的神奇时刻或事件的机会。你将不能保留这个机会。你只能够去体验这个机会，然后记住这个机会。

有一些属于瑜伽和印度教的道路的人，它们相信获致证悟是有可能的，然后绝不再有任何的世俗的思想打扰你的平静的进程。有一些在基督教教派中的人同样创造这个图像或景像来描述灵性领域中事物存在的方式。

我的兄弟，在一百万个人里面也只有一个人会有一种如此深刻的领悟以至于他的余生被难以言喻地改变了。而我们宁愿提向你提供的卑微观点是：会有一些体验的波浪在一瞬间向你提供所有你希望的事物，接着那波浪就会退去。你的振动的层次会有一些变化，仅仅是因为在你的自然能量中有很多情绪的潮起潮落与对很多经历的回应，它们都会让你远离那个时刻。

我的兄弟，我们认为这是一件好事情。因为当你被留在一个较不平静的环境中的时候，你也会处于一种虚空与谦卑之中，它打开你朝向下一次体验、下一次波浪、下一次收获 并收割你渴望的果实。我们宁愿鼓励你为灵性生活的很多(不同)季节而欢庆，正如你庆祝你的每一次生日一般。

我们是 Q'uo，现在请问关于这个询问是否有后续问题，或者有最后一个询问。

Jim：「我正在设法取得与地外生命形式更加协调的通讯。我有了一些有限的成功。至今为之，我的方法一直是让我的思想安静并进入塞塔(theta)脑波，并努力去保持一种稳定的聚焦与频率，并将我的意识投射出去进入一种对通讯的呼唤中。我感觉我缺乏能力去保持一种稳定的聚焦和频率而阻碍了我的成功。这是真的吗？不管怎样考，我可以使用什么方法以便使我的通讯工作变得更为成功？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。关于你尝试去联系来自其他地方的实体，我们会肯定你所做出的那些观察。当尝试向一个宇宙性的通讯提供你自己时，我们同样会肯定你对于关于独立工作中的局限性所涉及到的情境所做出的判断。

我们的回覆会有两个部分。首先，获得来自灵性的世界的通讯的安全可靠的区域

是与你的高我的联系，它是完全有可能的，它总是可以在不用担心你的人格外壳的完整性的情况下获得。为了联系你的高我或超灵或[如这个器皿所称呼的]「圣灵」，我们会推荐写日志的方法，因为它是最富于成效和有效率的。

用这种方法你可以简单的坐在你的计算机前 或者坐下来用一张纸和一支笔写下你的问题，接下来一产生下一个想法，就写下那个想法而不去问这个想法是否来自于你。

这种日志的准备工作，正如你说的，是清空你的思想。我们并不鼓励你在意识中找到一个特殊的状态，类似塞塔脑波，我们宁愿鼓励你就好像你是一个乐器一样对你自己进行调音。对你有效的调音无论是唱歌、唸咒、祈祷或者在静默冥想中简单地坐着，我们不知道也不能说。然而，这样的调音会将你带到你最好和最佳的自我那里 并为一次优良的通讯清理道路，你也会在进行这样的调音中感到满足。

我们的回答的第二个部分与尝试去接收来自智能无限大门之外的信息或启发有关。这是我们的惯例: 在教导那些希望成为星际联邦的器皿的人们的过程中，该团队中要有一个资深的管道，这个管道已经有足够的经验来为那个圈子中的成员「看守背后」[就好像这个器皿会说的]。

因为你看，我的兄弟，问题是这是一个拥挤的宇宙，在无形的领域中挤满了实体，有些是有害的，有些是正面的，有一些如天使一般的，有些希望让你从光偏离、欺骗你甚至击碎你尘世的人格外壳 这样他们就可以收割你的苦难和痛苦。在没有一个团队支持下 进行宇宙性的通讯就好像尝试去用错误种类的电池来点亮一个手电筒一样，有时电池太小，有时电池不合用。通讯能够被完成，但是它

不是可靠的，从这些通讯所获得的信息也不可靠。

因此，如果你希望去成为一个宇宙性源头的器皿，我们会鼓励你去找一个你信赖的团队，你信赖这个团队的资深管道，并让你自己开始着手学习如何接收概念的缓慢过程。来自宇宙的概念非常类似来自你的意识根部的原型心智中的概念。它不会用语言对你说话。它将向你提供概念。这些概念是无限的。如果你希望使用他们并提供你自己作为一个管道，它们必须被转译为语言。因此作为一个器皿你基本上是被要求去成为一个翻译者，将各个概念转译为你们日常使用的语言。

就好像这个器皿已经多次说过的，在从无限的概念到有限的语言的转译过程中，很多东西都都遗失了。有很多人他们更喜欢将概念保留在它们无限的形式中，并在那无限中休息而不尝试进行转译。很多实体聚集到那些神秘家周围，他们只希望坐在那持有那些无限概念的能量的旁边。

请允许我们说，我们能感受到你们寻求和服务于太一无限造物者的渴望，这是多么美妙呀。当你们持续地去寻求时，我们祝愿你们永远喜悦，永远成功，并获得所有你们想望的东西。

这个器皿的能量正在衰微，这个团队的能量也在衰微，所以我们现在开始退出了，我们鼓励你们规律性地寻求静默，我们也是如此做的，因为在那静默中，所有造物者自身无意识的信息都在其中了，即使你的静默是神智清醒的。然而你可以进入那静默的圣殿，我们鼓励这样的练习。因为伴随着冥想会到来一种觉知，这种觉知是无法被表达的，它只能被领会。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。如同我们发现你们时一样，我们在太一无限造物

者的爱与光中离开你们。为能够分享我们的想法的荣耀而感谢你们。

Adonai。Adonai vasu。

原注

[1]这个观点在《圣经》《新约》中出现了很多次，但《马太福音》5:43-48 是一个很好的版本：「你们听见有话说，当爱你的邻舍，恨你的仇敌。只是我告诉你们，要爱你们的仇敌。为那逼迫你们的祷告。这样，就可以做你们天父的儿子。因为他叫日头照好人，也照歹人，降雨给义人，也给不义的人。你们若单爱那爱你们的人。有什么赏赐呢。就是税吏不也这样行吗。你们若单请你弟兄的安，比他人有什么长处呢。就是外邦人不也是这样行吗。所以你们要完全，像你们的天父一样完全。」

[2]罗斯林教堂，在苏格兰的爱丁堡附近，1446 年为威廉?圣克莱尔，奥克尼王公三世所建造。它与苏格兰石匠工会的联系能追溯到 16 世纪。它是一个令人震惊地美丽的神圣场所，它在最近的小说《达芬奇密码》中被描绘过。这个教堂目前正在进行大规模的修复工程。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ **第 1514 章集：爱与光早期资料 #44**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周三冥想

1974 年五月 15 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。今天傍晚可以同你们说话真是快乐，我在这里，位于你们的高空正上方。我的朋友，你们无法看见我们，因为距离太远了。

我们在这里，我们与你们同在，因为，朋友们，我们是你们的兄弟，我们想要和你们分享我们的理解。今天傍晚，我们想要敦促你们更为专心地寻求那份理解，胜过你们最近思量和表达的程度。

我的朋友，当我们参予你们私密的灵性对话，我们聆听许多你们的话语；当你们敞开自我接收我们的想法，你们聆听我们要说的东西。我们希望这个交流对你们有益，也对我们有益。

我的朋友，你们的心智太过、太过强烈地停留在那些属于头脑的虚幻目标，而你们清醒的觉知把智力当作是个如此先进的同伴. 朋友们，这些智力的做作要求并不是什么先进的同伴，它们集体的名字是复杂。然而，我的朋友，理解是单纯的。

让我们检验这个概念，我的朋友，理解是单纯，它是统一的。它不是逻辑的，不

是智力的。你不必须去理解这个理解。你周遭的人也不必须理解你正在理解的东西。

你们只需要去寻求内在真实造物的理解，我们尝试以简单的方式把它给予你们；朋友们，凭借智力和话语，我们只能给予你概略的理解。若你们只在智力的水平上检验它，结果只会是一种托词、伪装、错误的方向。你们必定不要依赖物理幻象的工具来建造通往永恒的桥梁，因为那属于幻象的东西将会消失，在你能够跨越那座桥之前，它就不复存在了。

放掉那些深植在你的智力心智中的种种先入之见。允许你自己单纯地寻求，然后在这寻求过程中抱持信心。你所寻求的东西是单纯的，这个造物是单纯的。

我们只能提供一种理解，朋友们，那就是整个造物是一个伟大的存有。

这个造物是你；这个造物是我；整个造物是从所有曾经存在到所有将会存在的总和。我的朋友，整个造物是造物者。当你看入另一个人的眼睛，你正注视着造物者。当她注视着你，她也正在注视造物者。

如果你可以达成这个单纯的理解，也唯有如此，你方能带着造物者的理解活在和谐中；造物主创造了祂的造物的每一个部份，为的是让宇宙造物的每个部份可以服务所有其他部分。

这是我们的理解，我们单纯的理解：一切为一。我们无法以任何复杂的方式对你谈论，因为我们没有复杂的陈述。我们真诚地希望你们可以留心我们的告诫，允许你自己的那个部份[储存着所有造物的知识]在你里面活过来，方法是透过冥

想，让它直接接触造物主的爱与光。

我的朋友，寻求理解，透过冥想，你们将获得理解。

此时，我将调节每一个渴望该效应的实体，接着我将试图转移这个通讯到某个新器皿那儿，继续这个讯息。我现在要离开这个器皿，同时调节每一个有此渴望的实体。我是 Hatonn。

(T 传讯)
[听不见…]

***
周四冥想
1974 年五月 16 日

(Carla 传讯)
朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。我是你们认识的 Hatonn。我和 Laitos 兄弟在此服务你们，我们和你们同在这个房间内。在我们传递讯息的同时，我的兄弟将给予调节效应给每个有此渴望的成员。今天傍晚，我们至为荣幸地和你们讲话。

我们想要给予你们一个关于灵性途径之特质的想法。我的朋友，考量你们自己的内部宇宙的特质。你的思考有多少涉及在物理幻象中努力、获得、抓取事物?

什么样的火焰正在吞噬你? 你已允许什么样的贪婪、忌妒、恶劣的渴望继续拥有

力量，主宰你的思考？然后，我的朋友，你的思考有哪个部份是清楚的、沈着的、如如不动、谦卑、不出风头的、甘愿满足的？

不需要我来告诉你们，在你的内部宇宙中 哪一个部份比较适合称为灵性的一部分。这个宇宙的真理是非常单纯的，当你正确地理解并练习它，即可消弭在物理幻像中为自我身份努力的需要，因为宇宙真理沿着灵性途径提供一个更令人满足的实相。

我的朋友，你们尚未完整地与灵性途径合而为一并非因为你们没有尝试过，不要使你自己焦虑，朋友们，你们在其中劳动的这个幻象在你们星球上是极端强壮的；需要恒常的、信实的冥想和锻鍊方能达到最后的突破，然后你可以在这个幻象中解放你的自我身分。

我的朋友，没有那个自我身分，没有那个你们称为小我(ego)的东西，你们可以达成所有事情，以造物主之名。因为没有小我的限制，你可以为全人类给予，并且对全人类给予。

当你们经历每日的生活，我们建议你们在适当的时候沉思被称为水的物质。我的朋友，水是所有物质中最卑微和柔弱的物质，它逗留在最低的地方，恒常地寻求一个水平，若它哪里都去不了，它会感到难为情，所以它跟随每个机会流动。

我的朋友，水可以磨损最坚硬的物质，它的柔弱远比任何坚固的物质还要强大。

我的朋友，成为水一般的存在，在灵性途径上，你们寻求有所遵循，寻求水的本质。我现在转移通讯到 R 器皿那儿，我是 Hatonn。

(R 传讯)
我现在和这个器皿同在。我的朋友，寻求成为水— 静止和纯净。有人说生命如同一片广大的海洋，而我们经常透过行动和思想造成波浪。

藉由自我锻鍊，有可能磨掉那些不受欢迎的自我之质量；反之，当你无法管制自己的行动和思想，巨大的风暴将会兴起。看待你的思想如同波浪，你创造的波浪对于水域有着广大的效应。

这些波浪可以净化与冲刷，同样可以侵蚀；透过导引你的思想，你导引这些波浪— 成为你所寻求的样子。

我的朋友，把水看作你自己；把你的思想视为波浪，那导引水的东西。
(听不见…)

(E 传讯)
如我刚才说的，如人灵一般，水静静地沿着它的途径流动，直到它碰到一个障碍，然后它必须绕过或覆盖该障碍；在这个过程中 它将侵蚀该障碍。最后，那个障碍不复存在，于是人灵或水免除了那个障碍。

我将凭借另一个器皿继续这个通讯，我是 Hatonn。

(Carla 传讯)
我再次和这个器皿同在。我是 Hatonn。我和 Laitos 弟兄至为荣幸地在这个傍晚服务你们，我们希望能够协助你们的寻求过程。

我觉察到现场有个问题，使用这个器皿回答该问题会有些困难。因此，我们宁可等待另一个机会使用不同的器皿回答这个特殊问题。请问发问者是否满意这个安排?

发问者: 等待是 OK 的，但你们能否尝试透过这个器皿回答一部份，然后我将来对另一个器皿再问一次? 我想要知道使用毒品(drugs)是有害或有益的，特别是针对智力的目标?

我是 Hatonn，我们将透过这个器皿通讯这个问题。

使用任何外在或外来的刺激物对于你的内在人灵不会有可察觉的效应。

问题的中心并不在于这些外来物质会不会转移你的部分振动组成进入新奇的空间; 不同的外在影响有不同的效应。

使用这些物质得到的觉察，一个人同样可以透过冥想来达成。困难点在于这些物质是外来的，它们并不在你[一个寻求者]的意志范围内。

或许它是个有疗效的措施，增进一个人对于灵性途径的实相的信心，藉由外在的次机会经验这样的状态。无论如何，使用内化的效应，好比冥想与服务，你在这方面将和造物主和(宇宙)造物接触，这是远为切实可行的方式。

极端重要的是: 你得活在自己内在的中心。

(门铃响起，停顿片刻)

(Carla 传讯)
对于刚才的困难，我感到抱歉，我们继续。

我们刚才说到— 为了让你经验天父造物的实相，从你自己的内在灵性出发去达成对该造物的觉察，这是很重要的。使用外在的媒介物只会把你放在一个你尚未准备好去了解的地方；真实的寻求是内在的寻求。

为了能够给予，最好避免拿取。

使用任何毒品不会比使用其他物质带来更多的伤害，我们只是观察到，它们都位于你的内在自我管辖的范围之外，因此它们不是你的灵性世界的一部分。

我们觉察这个器皿正开始疲倦，她并不习惯这么多的(肌肉)控制。所以，如果你将再次问这个问题；我们将在稍后的时间，使用另一个器皿答覆。

我们可否进一步回答你?
(没有进一步的询问)

我的朋友，我现在要离开你们。很高兴透过一些新进器皿讲话。我和 Laitos 弟兄和你们团体一起工作感到很欢喜。祝福你们，我在无限造物者的爱与光中离开你们。我是 Hatonn。
Adonai。

(V)2012 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ 第 1515 章集：保持正面能量

Copyright © 2009 L/L Research

L/L Research 2009 回家系列

特别冥想

2009 年九月 6 日

Jim：今天的问题是关于我们如何保持我们这个周末在这里生成的正面能量，并带回到我们家中。我们如何保持在正面并且与我们周围的人分享我们的爱与光?

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，今天我们来到你们中间。我们感谢你们呼唤我们加入到你们寻求的圈子中。关于保持并记住你们在刚刚过去几天的集会中[1]所获得的调音的方法，我们非常高兴与你们分享我们卑微的观点。

一如既往，我们请你们每个听到或者读到这些言语的人使用你们的分辨力从我们的想法中挑选你们要去追寻的部分。我们请你们使用那些与你们共鸣的想法作为你们的资源并将我们的观点中其他的部分留在后面。我们感谢你们这方面的考虑。它将让我们可以随意分享我们的想法而不用担心我们会打搅你们的进程或者违反你们的自由意志。

这个器皿知道一首歌叫做「让好时光继续」[2]。如你们在这个周末已经体验到的

这样一个聚会，它为你们每一位寻求太一的人提供机会来探索与这个特别的圈子中的其他人相互协调与合作。当你们在谈话中和身体上相互靠近并调和你们的灵光时，你们每个人的能量就与这个圈子里的所有人的能量调和在一起了。

这种能量在很大程度上受挫，因为你们很多人并没有找到机会与你周围的家庭环境中的那些人自由地分享你的想法和观点。接下来，对于你们中的一些人会比其他的人更多地感觉到，似乎当你离开这里并返回你的家，你实际上是离开你的家并返回一个陌生的地方，在那里你是一个陌生人。

当你离开这里时，你将会离开被这个器皿称之为 Camelot*的物理场所，你将离开在这里出席的人们，这些人鼓励你、支持你并在一些情况下会挑战你，为你创造正面的催化剂，创造视野的锐利度和敏锐的洞察力。在很多情况下，你返回的地方并没有向你提供类似的资源。如何去保持并保存你现在感觉到的这种调音状态[在其中 你用一种增强的方式察觉到你所寻求的神秘]，这个问题是一个很好的问题。
（*译注: 英国传说中亚瑟王的宫殿所在之地，这里是指 Carla 与 Jim 的住家）

首先，让我们考虑邻近性。物理的邻近性是什么呢？明显地，它是一个肉体与另一个互相靠近。然而，你们每个人在你们心中之心都知道，你们完全地有能力来通过一种积极的方式并在一个强有力的层面上，不管物理的邻近性而保持邻近性，甚至是亲密关系。

你们的科学家已经使用你们第二密度的植物完成了一些实验[3]。科学家会拿起一株植物，这株植物已经与实验的成员中的一个人绑在在一起并分享物理的邻近性了。他们接着会将这株植物从与它的 [这个器皿会说]「所有者」身边，我们会说

是这个植物的伙伴 的邻近性中移开，然后该植物的伙伴会思考特定的想法，同时仪器会连接到植物的叶片的表面以记录电流的反应。

这个实验一次又一次地证明了植物和它的伙伴之间有多少距离并不重要。植物会实时地对它的伙伴所思考的想法发生反应，无论是正面的想法还是负面的想法。

在你的第二密度的肉体中，你拥有同样的感知能力，通过一种积极的方式，你能够感知到那些你爱的人和你已经与之有过物理的邻近性的人的想法。你可以通过简单的步骤让你自己察觉到那些你希望与之保持联系实体，并维持那种你在这里已经体验到的支持、鼓励和无条件爱的来源。

名为 M 的实体要求每一位实体将泥土带到这个圈子中。那泥土会被混合起来，然后它的一个部分会交还给每一位实体。这的确能够做为一个「特征线索」[4]、一个提醒或触发物而被保留下来，以便聚焦于并唤起对这个时刻的回忆，在这一个时刻 你被周围的人支持、爱护和鼓励，并珍爱地放在摇篮中养育。

被这次聚会中每一个人所提供的无条件爱的振动放在摇篮中轻轻摇动，我的朋友，这的确是一个美妙的事情。甚至你们的欢笑和有时看起来是严厉且直言不讳的对话，对于那些听到的人们和那些一同探索以寻求真理、洞见以及进入[由每一个人向他周围的人提供的]那个神秘与未知的大门的人们，这些都是跨越他们彼此的赋能性空间的最热切探寻。这也许就是让那些好时光继续，记住并保留这个集会在你的意识中留下美妙印象的 最直接和最逻辑性的方式了。

然而，如果你从逻辑性和物质性后退，甚至从那种能量式的物质性退后，你就会处于一个拓展的环境中，你拓展到了当下此刻中。你已经成为了物质性和无限之

间的一个连接，空间/时间与时间/空间之间的一个连接，你也已经成为特定性[一个身体、一个名字等等]和奥秘太一，你无可避免地[5]是其中的一部分，之间的一个连接。

在当下此刻中，你不仅仅与那些在你当下的环境中有着物质的身体、跳动的心脏和呼吸的肺部的人们连接在一起，同时还与你的指导灵系统连接在一起。你的指导灵系统包含了在所有的情况中被我们称之为高我以及被这个器皿称之为圣灵的存在。你可以随意使用这两个词语中的任何一个。牵涉其中的实体是相同的。

万物是一体的，所有存在的事物都是你的一个部分，你是一切万有的一部分。然而，你的高我是相当实在的你自己，但是高我是一个被第六密度中期的你自己做为一个资源给予在第三密度的现在的自己，在第六密度 你做为一个已经了悟到你已经体验过了所有渴望的事情的实体，你现在会希望转向太一无限造物者并开始返回无限太一的旅程，抛下你的人格以及所有你在第三密度的转世中对你如此珍贵的那些事物。

当你第六密度的自我领会了这个永远地离开过去并转变寻求型态: 从寻求那可能来自问题的答案到释放所有问题、所有答案以及一切无论什么事情; 在那一刻 你的自我获得最大程度的知晓并形成你的最高和最佳的自我。

这是你被赋予的礼物，它是你的指导灵系统的基础。这个实体对于你在所有的时刻都是可用的，它构成了一个最高水平的安慰者和陪伴者。它同时也构成了一个极好的源头，当你遇到问题、混淆与困难的时候可以寻求它的帮助。

除了你的指导灵系统这座靠山之外，你们很多人都有超灵(oversoul)，或者也可以

被称为团体灵魂，当你们决定作为一个团体来到这个星球，做为流浪者 进入遗忘的面纱中，成为第三密度的凡人，并加入到人类种族来服务光的时候，超灵就是这样一个团体的灵魂。它同样也是一个可以给予强有力的帮助的实体。

再者，如果你希望请天使进入到你的生命中，他们一直都在等待着要加入那些寻求太一无限造物者的爱与光的人们当中。

正如你所看到的，你正在开始累积一个错综复杂而有益的指导灵系统，这是一个你可以去提出要求的系统: 永远在那里，永远充满爱，永远做好准备用任何可能的方式来帮助你。

我们已经和你们星球上的天使力量以及所有参与星际联邦*的行星实体结合在一起。你们同样可以呼唤我们。我们会一直准备好向你提供冥想的一个载波。我们会一直准备好将你包裹在爱中，这样你就永远都不会感觉到没有被爱或感到孤单。任何时候只要你在心里呼唤我们，我们就会在那里。
(*编注: Q'uo 用的全文是服务于太一无限造物者的天使与星球联邦)

我们在这个器皿的心智中看到一个故事，一个实体呼唤了星际联邦的一些实体，他感觉到了一种惊人的回应，接下来他却困惑了。他不知道是他呼唤的哪一个星际联邦的实体给出了回应。因此，我们建议你呼唤你感觉与你最默契的星际联邦的实体。这些帮助者能够帮助你保留在这次集会中人们在相互之间所获得的心境。

为了从这个指导灵系统获得帮助，你需要去做的事情就是放下你心智和身体上的负担一段足够长的时间以便你能够接触到你的心，开放它并寻求帮助。进入静默

中，即使只有三十秒或一分钟，对于实现你所渴望的结果也是足够的，你所渴望的结果就是那股能量的脉动，携带着在此刻你所体验到的喜悦、平安与力量。

最后我们会提醒你，你在所有的时刻都拥有力量，转入内在并通过无论什么你渴望的方式将自已与这个觉知的层次进行调音。

当你在一个团体中的时候，它会更容易，团体的能量会增强你自己的能量。在你的指导灵系统的帮助下保持高的振动频率同样也会比没有指导灵系统的帮助要更容易。

然而，在这个时点 我们要聚焦在你身上，赤裸裸的，没有帮助者的协助，你唯一的装备就是你自己。你是胜任的。你是足够的。你是一切万有。喜悦在你心中舞蹈。你寻求的答案就好像种子一样在心中之心萌芽。这些年来你一直耕种着那片收到这些灵感的种子的犁沟，当你在一切都好的信心中开放你的心时，你允许那些种子在阳光和清水中长大。

在你的内在你拥有肥沃的土壤。这些种子能够成长、繁茂、兴旺并结果。因此，让每一粒种子、每一刻、每一个体验都落入你的心中。给它一个成熟的机会吧。

我们会请你们每个人在此刻扩宽你们的意识去将所有这个圈子里的人都包含在内，并感觉你们调和的灵光之间的连接，一个紧挨着一个紧挨着另一个。如果你们愿意，感觉那些连接中的力量并允许观想为那能量的溪流染色，那能量的溪流就好像一个电流的回路，它在你们所有人中间都已经被开放了。当能量用一种顺时针的方式循环时，我们会问你们，「你在这回路中看到了什么样的颜色呢？你感觉到什么样的能量呢？」

用你刚刚感觉到的丰盛感觉 将这一刻铭记在你的记忆中，为你自己设置一个词语，通过它你可以接触到这个察觉的珍宝。这个词语可以是「爱」。这个词语可以是「Camelot」。选择你自己的词语并观想这个词语触发了这个结晶的记忆的珍宝吧。将它吸入你的心中并知晓它将保留在那里，在你渴望时 可以取用。

因此，每一次你进入冥想中，即使只有一会儿，如果你希望你就能够唤起这一串回忆，它闻起来就好像草地上刚刚落下的雨滴，身体相互之间的微妙的香味，风的呢喃，穿过叶子时的飒飒响动，还有在你的觉察圆周的动物与人们的轻微声响。

这是一个可以无限延伸的时刻，你用你的觉察的薄纱将它盖上并卷起来。你可以经常如你所愿地展开它。它将永远不会变旧。

我们感谢名为 E 的实体提出了这个问题，现在请问 E 实体关于这个问题是否有后续的问题呢？我们是 Q'uo。

E：没有了。我很感激这个答案。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们非常地感激这个问题。现在请问是否有另一个问题。我们是 Q'uo。

T：是的，Q'uo，我有一个问题。在这个第三密度中我们可以如何通过那些新生但又非常古老的灵魂来获得最佳的觉醒并促进第三密度的心智的寻求呢？

你可以提供什么样的灵性原则给那些孩子呢？

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们觉察你的问题。我的姐妹，如你所知，你身体里的孩子已经醒来，她正在与你交流[6]。在任何人格中，我的姐妹，有很多很多事情占据了该心智，要嘛是短暂的一瞬间，要嘛是很长的一段时间。思想有很多很多的层次。你身体里的孩子将从你那里获得暗示，同样也从被她称之为父亲的人那里获得暗示。

然而，在怀孕期间，这个新灵魂会向你寻求指引。有很多方式影响子宫中的孩子往好的方向发展。最亲密最直接的方式就是为你的想法调音，这样你身体里的孩子就会体验到一个平安、满意、感恩和喜悦的环境。

不可避免地 会有很多事情让你从位于自己的完整性中心的愉快心情、泰然自若的位置发生动摇。你的孩子会感觉到你对那些催化剂的时刻的评估与回应的，那些催化剂将你从你偏爱的调音状态中拉出来的，而当你锻鍊你的人格摆脱激怒、愤怒、失望和其他负面情绪，并重新确立一切都好的觉知的时候，你的孩子也将会体验到你。

我们现在谈谈单纯的信心，信心无法被解释或者证明是合理的，因为信心不是对任何事物有信心。它单纯地就是信心。当你知道一切都好而且你接收到的一切事物都是来自于无限造物者的礼物的时候，你就可以聚焦于如何打开那个礼物，无论这礼物是什么，无论它看起来会有多么的负面。当你全神贯注于打开那个礼物时，你的激怒就会变为思虑。你的愤怒就会变为沉思。当你回应这个催化剂时，你改变了你的小小世界。你的孩子将感觉到所有你的反应，这个过程也将持续地强化她的安全感和安定感。

既然在子宫中的孩子和婴儿一样都是完全无助和完全不受控制的，安全感和安定感是非常重要的，很明显，我的姐妹，你对这个孩子的爱用襁褓包裹着她并让她安心，但是，比那更重要的是，你锻鍊你的人格的能力会在你的信心中 越来越坚定，越来越沉着，它同样将大大地让你的婴儿安心。

我的姐妹，如果这吸引你的话，你可以向你尚未出生的孩子朗读，就好像对待一个你能将她放在床上的孩子一样，你可以选择那些对你意味着爱与光的信息。于是你创造了一个两人的团队，两人一起用你们自己的方式礼拜太一无限造物者。

那些时刻对于你和在你体内的灵魂感觉起来将会是多么美妙呀，一旦你的孩子呼吸了你们行星地球的氧气并开始了她在子宫外的投生时，我的姐妹，这将继续是有效的。

对着一个小孩读那个小孩还不可能理解的那些哲理与启发性的文字，这也许看起来有点唐吉诃德[7]式。然而，当你分享那些你喜爱的文字时，孩子对于你所流露的情感是不会弄错的，那情感将同样深化她的安全感、安定感与爱的感觉。

尝试无时无刻地记住，我的姐妹，不仅仅只有你对孩子说的话进入了她的心，你的感觉也同样进入了她的心。知道你对于你的孩子是多么重要，知晓你的孩子对于你的本性是多么的敏感，了解你的每一次心跳对于孩子是多么重要，也许这会让你感觉有点不安心。然而，这是在母亲与孩子之间的天生的系结，同样是父亲和孩子之间的系结，不过是在较小的程度上。因此，如果你发现自己并没有给予你认为最好的部分，不用担心。用那一刻的觉察离开那个设置并选择另一个设置。

你听到风在升起吗？那么当你呼唤太一无限造物者的时候，让你心中的灵性升起，敲门，你就会被接纳。提问，你就会被回答。不用在那些不充足的时刻感觉到没有人帮助你。你要做的仅仅是请求，天使们就会围绕你并举起你。

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

T：不用了，非常感谢你。

我们感谢你，我的姐妹。请问现在还有另一个问题吗？

A：在这个团体中有什么样的可能性我们可以一起为未来任何具体的计划与产品而工作呢？

我们是 Q'uo，我们了解了你的问题，我的姐妹。在这个团体中用一种特定的方式合作来完成共同的目标的可能性/或然率的漩涡是多重的。我们并不知道这个团体中的人们之间的哪一个连接将会被跟随，这些连接是在这次集会中被制造出来的，它们可以通过的设置意愿如此去做而被跟随。如我们说过的，当我们看着你们每个人之间的连接的网络，我们会清楚地看到多重的可能性。它完全由这次集会中的人们选择是否继续前进与这个圈子中的一个人或其他人进行合作来决定。

这一个问题涉及所有在场的实体 设置他们的意愿并通过思想和行动工作那个目标。我们鼓励你们每个人在你们的心中搜寻并在相互之间讨论那些你们也许会有的合作的想法。你们在内在层面中已经在合作了。你们问的问题是，「是否有可能用一种有帮助的方式来显化这些能量呢？」我们会对你们说，可能性就在那

里。

但是一如既往地，那是你们的选择。你在你的造物中所追寻的，就会在你的造物中显化。你在你的造物中所释放的就会被释放。

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹?

A：非常感谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。现在还有另外一个问题吗？我们是 Q'uo。

N：我有一个问题，Q'uo。它是关于在 Ra 资料中提到的第五密度的负面实体。我想知道那个实体的状态。同时，为什么我会感觉到防御那个敌人的力量呢?

我们是 Q'uo，我们觉察这个问题，我的兄弟。这个(负面)实体已经再一次和这个团体在一起有一段时间了。这个实体，和以前一样，一直无法改变这个团队的调音和寻求真理与服务光的渴望纯度，哪怕只有一分一毫。

因此，再一次，这个实体因为接近一段危机时期而面临抉择，这个实体要嘛成功地让这个团体从它的目标中分心，要嘛落回休息状态并重获它的极性。

名为 N 的实体对这个团体提供的服务有着巨大的感受性与爱，他有一种强烈的渴望去帮助消除对这个团体的成员超心灵致意，尤其是对这个器皿的超心灵致意。

我们为这个关心而感谢 N 实体。对于我们这些能够通过这个器皿说话的实体，这

肯定是一个我们关心的事情，同时这也是这个圈子里的所有人所关心的事情。

然而，超心灵致意的本性就是如此，它会发生在这个实体和 Jim 实体身上，在较小程度上，它也会发生在所有那些支持这个团体工作的人的身上，这样他们就无法在服务与太一无限造物者的意愿中保持稳定不变。假如这种渴望保持纯净，你们谈到的那个第五密度的实体就不可能实现任何他希望去做的事情。

虽然并不知道这一阶段的超心灵致意会在什么时候停止，有非常高的或然率/可能性 它会在这个实体无法保持它的极性时停止。

我们为这个问题感谢那位 N 实体，请问是否有后续的问题？我们是 Q'uo。

N：在这样的相互作用中 有任何我需要去查看的灵性原则吗？

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题，我的兄弟。涉及到的灵性原则，我的兄弟，是万物一体的原则。这个第五密度的负面实体是你的一部分，就好像它也是叫做 Jim 的实体、叫做 Carla 的实体以及这个圈子里的所有人的一部分一样。它不是一个敌人。它是一个影子。你可以视它为镜子中的自己。你可以在你自己内在发现它，就好像一个想要别人的玩具的两岁大的小男孩，或者就好像当你在学校时，和你最好的朋友一样希望去和同一个吸引人的女孩说话的一个人。

无论另一个人是否希望被夺取和被控制，那个想要去夺取和控制的阴影的自己，它是所有在地球上呼吸着空气的人的阴影面的一个部分。在你自己内在发现它吧。爱它，抱紧它，用你全部的心拥抱它并说:「谢谢你。既然我理解你并且爱你，请问你是否愿意在为光的服务中加入我呢？」当你带着那个阴影进入你对自

我的完全察觉，你就在用自己的方式释放这个团体承受的那些超心灵致意的压力了。

现在请问是否有最后一个询问，我们是 Q'uo。

提问者：你能告诉我们麦田圈的意义吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹。就好像这个团体中的一些人已经预测到的，我们会通过一些方式避免给与你们完全的答覆，因为麦田圈的意图是去引起你们人群中沉睡的那些人觉醒于一种可能性，那就是比起那些人在其中沉睡的一个物质实相的有限「盒子」，在生命和宇宙中有更多的东西。

然而，我们会这样说。天使和星球联邦曾经详细说明守护者群体[也就是你们这个特定的行星的守护者]创造那些符号(glyph)的过程，那些符号进入到潜意识中，并提供触发物，隐藏于表面心智之下，但对于潜意识心智却是可取用的。

因此，如果你希望去利用这样一个符号的转变性的力量，那么我们会建议你们在冥想中 握着那个与你个人共鸣的麦田圈符号。

我们发现这个器皿的能量开始衰微了，这个团体的能量也是如此，因此，在太一无限造物者的爱、光、力量与平安中，我们将离开你们，如同我们发现你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai vasu borragus。

原注

[1] 这次通灵会议是爱与光研究机构 2009 回家集会的正式闭幕活动，这次集会于 2009 年 9 月 4 日至 7 日在肯塔基州路易斯维尔的卡米洛特举行。

[2] 这首歌有好几个版本。这个器皿预计知道的一个版本是雷?查尔斯的版本。歌词中的一部分是:

Hey everybody，let's have some fun!

You only live but once and when you're dead you're done，

So let the good times roll.

嘿，每一个人，让我们做一些有趣的事情吧!

你只会活一次，当你死掉的时候你就完成了，

所以让好时光继续吧!

[3]关于这些实验的数据可以在 Peter Tompkins 和 Christopher Bird 的一本书中找到，《植物的秘密生活》纽约，Harper and Row 出版社，1973 年出版。

(编注: 这本书的中文版由台湾商务印书馆股份有限公司出版，非常值得一读!)

[4] tells: 在扑克牌游戏中，「特征线索」是关于一个玩家动作、言语行为和身体语言上的怪癖或者可读性的方面，它会泄露玩家所持有的牌的信息。

[5] ineluctable: 形容这件事是无法逃避的或不可能避免的。

[6] T 正怀着小孩，她将在 2009 年圣诞季迎接她的新生女儿。

[7] 如果某件事是唐吉诃德式的，它就是过分侠义的，或者浪漫化的、空想的、不切实际的或奇异古怪的。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ 第 1516 章集：服务或冒犯

Copyright © 2009 L/L Research

周六冥想

2009 年九月 12 日

团队问题：今天晚上的问题是：在提供智慧或爱，或尝试对其他人有所服务的过程中，我们理解如果他们没有做好准备去接收这一类信息，就可能会侵犯另一个人的自由意志。我们有兴趣知道是否这会制造在第五脉轮上的一个不平衡，如果是这样，一个人应该如何平衡它呢？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。我们感谢这个团体呼唤我们加入到你们寻求的圈子中。能回应你们的呼唤是我们的荣幸和我们的快乐。我们非常高兴在服务他人*的主题上与你们分享我们卑微的想法。

(*编注：服务他人原文是 service to others，泛指所有众生)

然而，在我们开始之前，我们会提供两个想法。首先，就好像这个器皿在冥想开始之前说过的一样，今晚实际在讲话的是 Hatonn 群体而不是我们的 Latwii 兄弟姐妹们。这是由于你们圈子的能量决定的，它重度地偏向对爱的支持。为了支持和鼓励那样的振动，Hatonn 群体，属于爱的密度，非常高兴在今晚被选为代表

整个 Q'uo 群体的适当声音。

其次，一如既往地，我的朋友，我们请你们在听到或者读到这些言语时使用分辨力和洞察力，不要对我们的想法不经思考地囫囵吞枣，而是去倾听对你个人有吸引力的真理的回声。因为某些思想，而不是所有的思想，将会不可避免地触动你们每个人。因此，如果你们愿意担负起责任将在我们的那些想法中发现到没有帮助的部分放在一边，这将会让我们自由，不用担心会干扰你们的自由意志。我们感谢你们这方面的考虑。

服务他人的概念位于极化的非常核心的位置，作为一个努力去学习爱之道的寻求者，极化是你们每个人的基本目标。就是因为这是一个如此主要的概念，花时间去沉思服务他人是很好的，就好比 C 和 D 和 R 实体共同提供给这个学习团体的东西。我们感谢你们每一位今晚在这个问题上的合作。

有很多时候，寻求者所扮演的角色会导致他们感觉到需要冒犯他人的自由意志。

当我们这样说的时候，我们正在思考孩子和父母。用这个星球的习惯的方式来指导婴儿，这肯定是一种对婴儿的自由意志的冒犯。而它却必须进行。就好像一匹小马在它能被骑乘之前必须习惯于缰辔，一个年轻寻求者的物理身体也必须用另一种方式习惯于缰辔。必须学习礼节，必须被灌输社会行为的规范，孩子必须被教导去知晓如何成为人类种族的一个起作用的和有效的部分。

毫无疑问，每一位父母都会为要将他或者她的意愿强加在一个孩子身上的需要而感到十分苦恼。然而，当问题涉及到帮助孩子做好准备去成为一个能够在社会中生存的独立成年人，一位父母又有什么选择呢？确实，若父母退缩不去干扰孩子

的自由意志，只会对孩子造成损伤。因为如果一个孩子不具备所有基本必须的工具去适应他生活其中的社会，他会在为自己付账单或维持人际关系等等方面遇到困难。

然而，不可否认的是在这样的情况下，当父母教育子女如何守规矩与如何为他人着想的时候，父母所扮演的角色最终将父母置于似乎是一系列的服务自我*的行动的情境中。

(*编注：在此，服务自我的完整意涵是竭力操控其他人来服务自己)

除非父母喜欢将他的意愿强加到一个孩子身上，他们这样做的目的不是为了去帮助那个孩子，目的是去恐吓这个孩子并让他感到渺小；只要父母的意愿是给予孩子一个良性的、有益和亲切的教育，就不会导致业力的债务或者在脉轮中不平衡的结果。

同样地，当一个人管理一个团体，好比一个老师或者一个教授必须做的一样，他再一次扮演了一个角色，在其中他必须要求学生去学习特定的事情。再一次，只要老师没有使用他的权威去贬低或羞辱他的一个学生或让那个学生感觉到愚蠢或渺小，就不会因为这个角色而产生任何业力上的不平衡。

一个人也许会想到某些实体必须扮演的其他角色使得一个人的意志似乎施加在另一个人身上。在所有这类的情况中，对于向另外一个实体强加意志力的实体而言，关键之处不是该实体做了什么，而是他的意愿是什么。例如，如果老师的意愿是去分享知识并为他的学生创造机会去思考新的点子，那么他必须要求学生们去学习特定的事实并通过一个考试让学生们向他重复这些事实，这就是一件良性

且有益的事情。

当一个人衡量服务另一个人的成功程度时，他总是要去检查意愿。因为，为你们地球上的其他人的服务是同等地涉及形而上世界和物质世界，所以当判断一个服务他人的行为时，一个人要检查意愿。

你的身体位于物质幻象的空间/时间中。你的意识位于时间/空间，你能量身体的领域中。时间/空间同样是一个幻象，但它是一个不同种类的幻象，在这个幻象中，思想就是事物。

因此，如果一个人用从意愿所获得的显化来与意愿进行平衡，一个空间/时间的判断会完全地偏爱显化。然而，从时间/空间或者形而上学的角度看，服务的意愿的形状和质量远比显化更为重要。这一点对于许多人会是一个安慰，他们再三反覆地努力进行服务，而根据他们自己的判断，发现自己缺乏这样或那样的方式来显化他们对服务的努力。

从形而上学的角度看，我的朋友，如果你的意愿是纯净的，你的成功就是辉煌的。

让别人去担忧一个显化是完美的还是不完美的吧。那不是你要去关心的，你关心的仅仅是在目前这一刻，努力根据你为自己设置的 为他人服务的意愿而行动。

这一点，应该是你作为一个寻求者所唯一关心的。

当然，当一个服务被感激时，当感谢被表达时，它是令人满意的。然而，在你的

心中你之所是那的那个实体，位于核心的那个「我」，你深处的那个「我」仅仅关心用最大的努力去设置一个纯净的意愿，接着在物质世界表达那个意愿。因此，当你尝试去进行服务的时候，不要去聚焦于你所呈现的结果是否良好，而是仅仅聚焦于你意愿的纯净度。

你的问题的一部分，我的朋友，是关于尝试去分享你觉得非常有帮助的想法和哲理的情况。当你尝试去与其他人分享这种信息时，你会有一种可能会侵犯他们的自由意志的担忧，因为他们也许并没有向你要求这个特定的服务。你担心在能量身体中可能会有阻塞。

现在，我们不能给予一般性的回答，因为当每一个实体寻求去分享他所深深地喜爱的事物时，他都会用独一无二的方式来进行。因此，我们只能说那些比较倾向于正确的事情。如果信息没有被要求，富于悲悯心的行为是去避免提供这个信息，这是比较正确的。当你有这样的珍宝要去提供给人们时，感觉到如此的隔绝是非常难过的。当你因为发现这个新的已经给你带来了帮助的信息而非常热火的时候，你单纯地想要给周围每一个人与你已经拥有的经验一样美好的东西。如果你发现在你的家庭和朋友的圈子里，实际上没有人目前对分享你所知道的事情感兴趣，这会是一次沉重的打击。

如果你坚持不懈地[就好像这个器皿说的]「拉住他人」，把你的信息塞给他们，那么你就肯定地牵涉到服务自我而不是服务他人了。这是因为自由意志的首要性质。

然而，如果你不是从个人对个人的层面，而是从灵魂对灵魂的层面来行动，你就拥有一个机会去分享你发现有用的关键概念或原则，如果你能分享这个信息而不

担心或执着于这个行动的结果，你就免于不平衡的结果。

在一种场合中，当你正在拉住某个人的袖口的时候，当你正在逼迫那个实体的时候，你的确在黄色脉轮制造了一个阻塞。你并不是在蓝色脉轮制造了一个阻塞。如果蓝色脉轮有阻塞，它就不会工作了。而当你被阻塞时，你总是会在前三个脉轮受到阻塞，或者有可能是前四个脉轮。当你将你的意志强加到其他人身上的时候，这是一个黄色脉轮的阻塞。

然而，如果你简单地看到一个机会，去撒下一颗思想的种子，你就不会对这个思想是否被很好的接受有什么兴趣了，那么，它是恰当的。然后，在能量身体的平静中不会有涟漪，没有平衡被打破，一切是好的。

这个器皿经常说他喜欢像催醒闹钟一样地工作。作为一个真理的发言者，她用她所掌握的全部的热情和技巧来提供她的光辉真理，她意识到在她所扮演的角色中，她是负有责任的。她渴望去帮助你们地球上那些睡得很浅并且已经做好准备醒来的人们，她渴望帮助他们觉醒。然而，一旦她能够引起他们的注意，一旦她的催醒闹钟把他们摇醒了一会儿，她就会谨慎小心地克制她自己不去关心他们是否翻了个身就接着回去睡觉了，或者他们会坐起来并说「现在，那就是我想要去考虑的事情！」

当没有对结果的担心，小我就不会被牵扯进来了。黄色脉轮是未被打扰的，在分享真理中也没有不平衡了。因此，当你想要去分享一些让你激动的哲理时，或者当你想要用任何方式帮助另外一个人时，获得一种平静沉着的感觉是很好的。持续停留在灵魂的层面，你所寻求的是去帮助实体们获得他们所渴望的事物。

如果你的能量能够与一个渴望某个结果的人的能量连接在一起，如果你能够帮助这个实体靠近他的目标，你就已经服务了。

如果你回答了另一个人问的问题，你已经服务了。

如果你回应了一个(花费)时间的要求，(他人)要求使用你的天赋或金钱，你给予回应，你已经服务了。

一次又一次地，实体们变得忧虑，因为在他们服务之后，他们看到他们已给予的东西并没有如它被提供的那样地被接受。然而，我们会对你们说，那不是你要去关心的事情。作为一个光的仆人，你感兴趣的是看见实体们真正所是的样子—由爱组成的生物，当造物者自己从另一双眼睛中回向看着你。当你从灵魂对灵魂的层面给予回应，在那一刻扩大爱、反射你接收到的爱的时候，你就在尽你所能地极化了，而在这样做的过程中，你正在加速自己灵性进化的步伐。

当你希望去帮助的时候，当你希望去用某种特定方式来帮助的时候，这是很好的，因此，向你自己和你的指导灵系统征求意见吧。在你服务他人的渴望中搜寻任何的杂质并理解这些杂质。

今天的早些时候，这个器皿参加了 Bring4th 的灵性社区的「在线聊天」[1]，她被问到关于服务他人和服务自我的问题。因为既然服务他人就是服务自己，既然一切都是一，一切都是造物者，因此当你服务他人的时候你几乎是不可避免地会服务到自己。

这个器皿的回答是，再一次，它与意愿有关。例如，如果某个人来到你面前并给

你一杯水，因为他希望你认为他是以服务他人为导向的，他实际上并不属于服务他人。相反地，他是在操纵(他人)，这样你就可以对他有好感，这就是一个服务他人的失败尝试。

然而，如果一个实体看着相同的人并想着:「哦，那个人也许需要一杯饮料，让我给他一杯吧，」于是他自发地靠近那个实体并说:「我可以给你一杯茶吗？」该意图是纯净的，服务是诚恳的，这个实体已经向着服务他人而极化。在一个平衡的宇宙中，服务他人的结果是否一定要从他人那里接收到服务，这并不重要。就好像你们的圣经的说法:「将你的面包撒在水面，它将十倍、百倍地返回。」[2]

我们鼓励你进入到服务他人变成服务自己的所在之处的自相矛盾中，带着确信的知晓，它仅只是一个逻辑心智中的自相矛盾，该心智无法拥有万物一体和宇宙性的视野，就好像你现在将行星地球视为一个具有无限多个镜子的系统，于是你周围的一切事物都在对你说话，你也转而提供自己为一面镜子— 向其他人反射他们自己。

在对话中叫做 R 的实体在这个问题上添加了一个附加的部分，我们会对那个附加部分进行发言。该询问的那个部分并没有成为你们开场问题的一部分，因此它你的录音带上也没有被记录，它是关于如果一个实体努力去有所服务，而他在表面上没有获得成功，那么该实体如何才能感觉到一切都是完美的，一切都是好的呢？当然，当每一次去进行的服务的尝试都被拒绝的时候，那不会是显化在能量体和各种情绪中的感觉。

从我们的观点来看，那个情况，如同所有的情况，都是完美的，因为它正在给予你，如 Ram Dass 实体所说的:「你的磨坊里的谷物」。[3]

你们每个人的生命中都有一个灵性的进程在进行着。它是无限地复杂、难解和微妙的。外在的催化剂会进入你的能量场，并根据你的各种偏好冲击它，给你带来不适、悲伤和愤怒的感觉以及其他表面看起来负面的情绪。

对于你的思考的世俗部分来说，这些情绪似乎是不幸的，令人不快的。然而，对于你内在的那个寻求者，我们会说，这样的情绪是礼物。它们是一种特定类型的礼物。它们是向你展示你的痛苦在哪里的礼物，不仅如此，它们更向你显现了那些痛苦所隐藏的事物。因此，你可以拿取那些表面的情绪并与它们坐在一起，允许它们在你的冥想中成熟，并继续带着尊重和感激考虑那些情绪。

让它们成熟，你做得很好，因为甚至是最不和谐的表面情绪，当它通过成熟的过程精炼时，它将会深化你的本性并将你清空，于是你就可以携带更多的爱，好比像一个承载葡萄酒的圣杯。所有种类的苦难都会清空你尘世的个性，如果你允许它。它不必然使你受苦或让你变得愤世嫉俗。

如果你尊重自己的情绪并带着喜爱和不批判来考虑它们，如果你坚持不懈地允许自己感觉那些情绪并让它们进入更深的地方，当你感觉自己的内在变得更加的宽敞，对那些较深的情绪更为敏感的时候，你将会发现那情绪的礼物开始结出果实。

你将发现自己是一个炼金师，将不和谐变为和谐，将恐惧变为爱，将黑暗变为光。

这是一个自然的过程，它会从不和谐开始，从黑暗开始。如此即是灵性之道。

这就是为什么我们说事物无时无刻都是完美的，尽管它们也许会令人不舒服。不要从你的受苦中畏缩，而是把你自己放在摇篮里就好像你在忍耐经历一个炼金术的自然过程一样，那是转变能量的炼金术，你开放之心的爱的炼金术。

在我们离开这个主题之前，我们会提醒，在这种类型的工作中，将你宝贵的时间投入静坐，或者用某种方式进入静默，这是非常有帮助的。对于显意识心智来说，去思考各式各样的事物是很容易的，而它们当中有些是矛盾的。关于你希望去做的事情 很容易变得混淆。甚至关于你自己真实的身份，也会很容易变得混淆。

当你进入静默时，你就进入太一无限造物者的领域。你就进入了永恒与无限。最重要的是，你进入了当下此刻，它在形而上学的宇宙中与所有时刻相互交会。

在所有时刻 你离智能无限的大门仅仅只有一个心跳的距离。你仅仅需要去从逻辑和智力的束缚中释放自己并进入静默。对于尝试去服务他人的锻炼而言，这是一个有益的辅助，我们愿鼓励你进入静默。

我们并不知道你会希望如何去进入静默。每一个人的选择都将是独一无二的，也本应如此。我们只能敦促你去尝试，因为我们感觉在你的寻求中 你会不可避免地发现它是一个有帮助的练习。

关于这个询问 请问有后续的问题吗？我们是 Q'uo。

Jim：没有了，我这里没有问题了。Q'uo。

我们是 Q'uo，因为没有后续的问题了，现在请问这个团体是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

R：我没有另一个询问，但是我想说 Hatonn 所提供的言语是鼓舞人心的，至少对于我是如此的。我真的很感激能有这个机会听到一个不同的观点，那是我以前所没有的。谢谢你们。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。很荣幸能够和你在此时分享能量。

既然在这个团体中没有更多的问题了，我们会在此刻道别(Adieu)今晚，我们必须承认我们是不情愿的，因为我们非常喜欢与你们在一起并欣赏你们融合的灵光之美。我们是 Q'uo。就好像我们发现你们时一样，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，Adonai vasu。

原注

[1] 目前，与 Carla L. Rueckert 的现场聊天(Live Chat)的聚会从五月到九月的星期六，东部时间下午三点到五点，在 www.bring4th.org 上进行。请查看网站的通告并确认现场聊天会在每一个周六举行，因为偶尔会有一些时间的冲突，于是没有举行现场聊天。

[2]《圣经》《传道书》11:1 「当将你的面包撒在水面上，因为日久必能得着。」

[3] 这个词语与 Baba Ram Dass 和 Stephen Levine 写的一本书的标题很相近，《磨坊里的谷物：甘美成熟的戏剧-死亡：一次觉醒的机会，解放心智，Karmuppance、神、以及更多》（Santa Cruz，加州，Unity Press，1997）

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

☆ **第 1517 章集：爱与光早期资料 #45**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周五冥想

1974 年五月 17 日

(无名氏传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限天父的爱与光中欢迎你们。我是你们认识的 Hatonn，我欢喜地同你们再次说话。

当我使用这个器皿说话时，我和弟兄们将调节你们。

朋友们，我们来到这里协助地球上那些寻求的实体，我们注意到关于什么是常

态，你们人群在分布广泛的误解底下劳动。

在你们的物理幻象之中，许多你们认为相当正常的事物，我们却看到相当不正常的事物。当我们耐心地搜索你们星球的人群，我们发觉只有很少人的行动是我们认为正常的。彷彿所有地球人都神秘地陷入某种广为流传的情绪失调症。

当我们最初来到这里时，因为我们不理解这现象，导致我们最初与你们人群的沟通承受相当的损失。我们对这里的理解越来越多，现在我们可以看见地球上，这个广泛的脱离常轨现象背后的强健起因。

这个不正常的情况经过你们许多、许多世代的发展和建造；直到真正的正常情况变成前所未闻，取而代之的是完整的幻象。朋友们，你们已经接受这个幻象，你们对那个似乎是实相的东西反应。当然，这个过错不在你，至少和你这一世无关。

无论如何，它已经发生了。但，朋友们，如果没有希望重建和实相的联系，如果没有希望返回正常的[对于宇宙造物的]觉察状态，我们不会待在这里。我们来这里是因为有些人渴望我们的协助，也有潜力使用我们的协助。我们在此服务你们，我们在此鼓励你们。我们在此尝试给予你们：我们对于天父之造物的理解。

我的朋友，你们必须了解，虽然我们无法怪罪任何不理解的地球人，我们可以怪罪自己。因为，我们就是你们每个人，透过我们的自由意志，我们创造了这个幻象。我们曾创造你们的痛苦，我们很深沉地感觉这份痛苦，我们强烈地渴望协助你们，使你们能够清楚地看见什么是真的。

在你们的星球上，很少人看见实相，你们人群通常把这些人视为精神错乱。朋友们，一个人必定不要尝试在语言的水平上理解我们给予的东西。向内走，我的朋友，并且冥想。因为实相的知识只会来自内在。不要盲目地相信任何东西，但接受所有具备好名声的东西。允许所有的矛盾维持如此，接受许多，不排斥任何东西。

向内走，我的朋友，因为实相蕴含于你的内在。

我想要转移这个通讯到 Don 器皿那儿，我们觉察他有些保留，然而，如果他敞开自我，我们想要透过他说话。

(Don 传讯)
我和这个器皿同在，我是 Hatonn。当我在调节该器皿的同时，请保持耐心。

朋友们，获取你寻求的东西有很多方式。然而，你现在寻求的目标将会改变，因为这是寻求的特性。当你寻求之际，你找到；当你找到之际，你理解；当你理解之际，你持续地寻求，不过是在一个不同的水平上。

所以 不要试图去理解那些目前似乎超越你的东西；单纯地向内走，你将被引领到一个理解，来到一个新的高原；在那儿 你将能够观看到更多更多的实相。

我的朋友，寻求并不是直接尝试去理解每个横跨你心智的智力问题；寻求是尝试去认识一己的造物主。在你的寻求过程中将会有一个理解的开展，每一个阶梯将展现它自己给你，同时提升你自己，好让你得以找到下一个阶梯。

我们希望带给地球人理解；不过我们无法讲讲话就促成他理解，我们无法用言语传递这份理解，我们只能指出一些寻求的方向。因为地球人必须改变他的观点，为了改变，他必须理解；为了理解，他必须寻求。

在你的寻求过程中将有许多的矛盾，因为这是寻求的特性。但当你继续下去，这些矛盾将分解，因为你将抵达一个新的高原，一个新的理解；你先前绕过的矛盾将显露它的真实之光。我的朋友，冥想是我们已知的唯一方法：允许一个人快速地形成理解的新基础。

重新定义你经验的东西，透过你的寻求和逐渐增长的[对造物主和造物的]觉知，重新定义它。然后，我的朋友，你将不会质问，因为你将知晓。

在寻求的道途上，有时候，面临那些似乎最重要与直接的问题，却无法找到答案，你会感到挫折。但当你通过它们，越来越多地觉察那瀰漫在万事万物中的单一真理[可以回答所有问题]，这些挫折感将会逐渐消失。

我们将以任何可能的方式协助你们，但我们主要对你指出这个宇宙造物的奇观与喜悦。我们将试图带给你们一个每天增长的理解，该理解将是你的冥想的结果。

此时，我将离开你们，我希望自己有所服务。可以对你们说话是个大荣幸，我是Hatonn。Adonai vasu。

***

周六冥想

1974 年五月 18 日

(Carla 传讯)
朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。我是 Hatonn。

一如往常，今天傍晚可以同你们聚会真是荣幸。

我觉察到你们想要知道某个对峙事件— 关于一个来自其他星球的战士以及两个地球人。

我们将尝试透过这个器皿解释，然而，我们碰到特定额度的困难，因为这个器皿抗拒必要的(发声肌肉)控制程度[用来更密切地投射我们的信息]，请你们保持耐心。

这个控制的额度对于这个器皿是有些难以接受的，无论如何，刚才当我们讲话的同时，我们已调节她一阵子，我们相信目前的通讯有些改善。

朋友们，就我们觉察的限度，帕斯卡古拉(Pascagoula)降落事件*并非完全孤立的实例；然而它是唯一被大众知道的实例。另一方面，虽然它不是该外星团体唯一的降落，他们的降落次数很少。
(*译注: RA，第八场集会也有提到这个事件)

这些人是某种战士团体的成员，这和你们知道的战争或当兵的概念不同。无论如何，那是你们的语言和该器皿允许的最接近描述。这些人如同过路人，对于他们看见的现象感兴趣，同时由于没有足够强壮的领导阶层，他们决定靠近一点察

看，他们没有任何伤害他人的意图。

这群特殊的存有和他们的飞行器很可能继续通过这个特殊的太空区域；因此，你们可能再次发现这类接触的证据。但我们向你们担保，它只是一种罕见、零散、无害的接触。

是否有进一步的问题?

发问者：那些来自宇宙飞船的存有是机器人或真人?

这些存有具备意识和个体性，然而，精确地说 他们的特性和你们人类并不完全相同。你们此时尚未觉察宇宙造物中存在这些可能性，无论如何，这些存有不是机器人。

发问者：关于你提到的战士，你可否给予我一个说明?

要以你们文化的语言解释另一个文化有很大的困难，特别是一个外星文化。我正尝试给予这个器皿一个观念，关于那些战士来自的星球的思考结构。我刚才给予她一个名字，但她似乎不能够理解。无论如何，和你们世界的结构相比，该结构比较全面地意识到幻象。他们所在的密度和你们相当，每一个学习计划和困难最后结果是一系列的外显运动— 消弭这些人群对于内在恐惧和疑虑的需求。

藉由组织这个幻象，他们以高度有型的方式辨认和处理该幻象。他们使用这个技巧在灵性道途上前进，并获得良好的纪录。接收我们的概念之后，这个器皿可以给予的最接近解释是：一些人的野心。于是，他们旅行遥远的距离去参予一场游

戏，其中包含许多战争的心智特征，但它是全然心理的。

这些人透过许多世代的锻鍊获得这类的结构，因此这场战斗的结果将是最终的、公正的，每一个仰赖这些战士的不同意见的实体都完全接受这个结果。

这些人进展的途径和你们的不同，遍及无限造物都是如此。但他们朝向相同的目标前进，那是我们全体共享的目标。

你是否有进一步的问题?

发问者: 关于进度，他们的相对进度和理解和这个星球的一般进度比起来如何?

我恐怕这是极为困难的比较: 一个相对稳定进展的文化对比地球上有些参差不齐的局面。容我们说，行星地球上有许多人的潜能比这个星球的基本振动水平要更为先进 ...

Carla: 我搞不懂，他们告诉我一个名字，但我搞不懂。

(Carla 传讯)
无论如何，那颗行星(居民)的平均振动远比那些固执地沉睡的地球人的平均振动先进。我们恐怕要说，虽然有些地球人有很多的潜能，他们却只有很少时间转译其潜能为现况。

两个行星都位于相同的基本振动; 而地球[你们在上头享受物质生活的地方]在这个特殊振动中的周期走在前面很多的位置。

是否有另一个问题?

发问者: 这些外星个体拥有何种感官? 他们是否像我们一样看见、听到、沟通?

否。它们是觉察的，覆盖他们身上的材料是觉察的，程度超过地球人五官的总合。

发问者: 覆盖的材料，这是什么意思?

你们称之为皮肤。

(原始抄本到此结束)

(V)2012 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ 第 1518 章集：渴望与意志

Copyright © 2009 L/L Research

特别冥想

2009 年八月 11 日

来自 G 的问题：在《一的法则》系列的第 52 场集会，Ra 说: 当人格变得更加强有力时，使用意志有很大的危险，因为它甚至可能潜意识地被使用，从而以某种方式减少该实体的极性[1]。

Q'uo，看起来意志是一种原初的流动性能量，它可以被使用，可以被祈请，可以像身体的肌肉一样通过反覆使用而变得更加强壮。Ra 的意思是不是说，意志这种运动(motion) 可以在显意识心智的范围之外操作？

Ra 是在说一个人没有察觉到的渴望会控制意志的机能，并利用意志最终导致极性减少？没有渴望的指引，单独的意志是没有用途的，可以这样说吗？

同时，我们如何才能避免这样的情境呢？请进一步详细描述。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中我们今晚来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤，这是一种很大的快乐，在关于意志的主题上能与你们分享我们卑微的想法，我们为这样的荣幸感谢你们。

一如既往地，在我们开始之前，请你们帮一个忙。当你们听到我们所说的内容时，请带着分辨力来听，拿走那些对你们有用的想法并将其他的留在后面。我们感谢你们这方面的考虑，因为它让我们在提供我们的想法的时候不用担心我们可能会冒犯你们的自由意志。

叫做 G 的实体提出一个非常有趣的问题，因为一的法则的第一变貌就是自由意志。自由意志变貌的确正如叫做 G 的实体所描述的，一个可以被那些愿意成为共同造物者的实体使用的 流动的、原初的力量。因此，让我们看看造物者是谁。

也许一个实体会说意志有三个基本的层次。第一个层次的意志是无法被其他任何实体接触到的意志。它是吹过水面的风。当水从雨水进入含水层，进入大海，再次进入空气时，它就是水的运动。作为第一变貌的自由意志是没有主词的，也没有受词，它是纯粹的动词。

意志的第二个层次可以被称为个人意志。那是创造接着维护各种偏好的意志。当一个人在一天中遭遇很多很多问题的时候，他的个人意志就开始起作用了。你早餐吃什么呢？你喜欢读什么书呢？你想要看什么电影呢？你想要听什么音乐呢？你希望穿什么样式的衣服呢？你希望住在哪里呢？所有这些仅仅对你很要紧的事情就是你的个人意志的内容。

当你自己与另一个人之间有一种关系的时候，那个人的个人意志就会开始发挥作用了，你很快会发现你的意志与该其他自我的意志并不是相同的意志。当面对你早餐吃什么或者你要读什么书的问题时候，这不是一个特殊的问题，但是，如果你面对的是类似「我很想要住在哪里」这样的问题的时候，自我的个人意志和其他自我的个人意志之间的冲突就会变得尖锐并创造催化剂。

名为 R 的实体目前就正在体验意志之间的冲突，这个实体能够用眼泪和伤心来证明个人意志之间的冲突会经常是极其痛苦的，这种冲突通过将自我放置于锻造灵魂的炽烈的熔炉中，并为进化中的灵魂构建了一个纯正的挑战。

意志的第三层是受过锻鍊的人格的面向，这样一个人格的格言是「不要照我的意志，但成全祢的意志」[2]。因此，一个希望去工作魔法人格的实体的目标是对究竟什么才是造物者的意志越来越清晰地察觉。

这样一个寻求者的练习首先是去确定什么是意志，并且获得他或她自己彻底满意的定义，在那之后，也只有在那之后，去设置意愿进入造物者的意志中，并将造物者的意志与心的渴望相结合。

这是一个惊人地微妙且冒险的计划。它是一个微妙的事情，首先你要确定造物者对你的意志，第二步你要以某种方式取用造物者的意志 以致于与你的渴望相结合。第三步你要在你自己的内在创造环境，在其中你的意愿和渴望可以在行动中显化。

智力的道路是复杂与深入的。几乎任何的思想路线，只要给一段时间去为它找理由，它都有可能被合理化。有多少次你会听到一个天生的推销员的对话然后对一些事情变得狂热，而那些事情在仔细考虑之后却完全不像它看起来的那样。

当你寻求知晓你自己时，每一个实体都会很多次地愚弄自己。在一个又一个的面具、角色和合理化之间不断地转换 感觉起来就好像一个永无止境且没有出路的迷宫一般。

确实，一个尝试去用心智来确定无限太一的意志的寻求者注定要陷入混淆和愚蠢，因为心智并不是适合于寻求灵性意义上的真理。心智适合去组织那些跟随并影响心智和身体的各种元素，好让那个人[其心智和身体]可以感觉舒适、安全和快乐。

即使心智希望去思考灵性的事物，心智会把灵性行为或灵性态度等同于面具和角色。人类的心智并不是被创造来从事于真理的工具，因为真理超越事实并进入本

质之中。

因此，一个想要使意志参与灵性层面的寻求者，每天练习将自我从心智的王国带出并把自我带入心轮的王国中，这对于他的目标是有益的。

这样，转向心轮对于一个寻求者是最有益的，行走穿越心的外院并收集他所有的人类特性，好让他可以把它们放置在心的内部圣堂中并和无限太一同在圣幕中。

在那里 世俗之道止息了。心智的专横得到释放。所有表面上不完美的自我就会被一种爱所接纳了，那爱是如此伟大以致于它一直在呼唤着你和造物进入存在中。

现在 让我们看看魔法人格。你的世俗人格是你所创造的，凭借你的文化、父母、老师以及那些你希望去模仿的同辈的帮助。

当你还是一个年幼的孩子时，你试穿这些世俗人格:「我是这个吗？我是那个吗？」你会发现关于世俗人格的一些事情。你会发现你的天赋。你会发现那些并不是你的天赋的事物。于是你会将那些空白填上你的文化和你选择的途径，而你根据那些你希望与之相似和想要模仿的人而做出那些选择。

如果一个面具不合适，你会抛弃它，拿起另一个面具。「我过去曾经喜欢这一个，但是我现在喜欢那一个。」在一定程度上，你可以无休止地翻新你自己。因为在你的投生的自我之中有一些你们称之为人格或小我的东西，它们是根深蒂固的，甚至是深入骨髓的。谁知道那些特性是什么呀！但是有一些特性是在每一个实体的生命中都被赋予的。当你开始更多的察觉你自己为一个实体，你要嘛与那

些特性斗争，要嘛与那些特性合作。一个决定去与他根深蒂固的人格特质合作的实体是被祝福的。因为成为更加有灵性的重点不是扔掉世俗的角色。毋宁说，重点是变得能够召唤自我内在的一种非个人性的机能。

说这种能力是非个人性的并不是说这种能力并未坚定和不可逃脱地与世俗人格系结在一起。它仅仅是说，为了彰显一个人的魔法人格，充分地知晓自我是需要的，这样一个人才能够约束世俗的人格，并为了服务他人的目标暂时将它放在一边。

魔法师做的一切事情都导向对造物者和所有其他自我的奉献，这种奉献通过一种在魔法师的意识内发生改变的方式来完成的。通过灵性的意愿，魔法师了悟世俗人格作用在灵性意图上的散乱和分心的特性，因此魔法师仔细地用一种精心安排的方式创造了一个属于质量和灵性菁华的系统，这个系统可以深入到自我的那些太深而无法看到的部分，深入到自我的原型与潜意识的部分，以便唤起那些强有力的、深厚的菁华，它为心智和心轮调音，这样，自我做为一个整体就可以与无限价值在其永不改变的层面上回响与共鸣。

一个实体的渴望就好像一只萤火虫，它四处轻快地飞过，用令人迷惑的速度停留在各种大大小小的事物上。同一个实体可以用令人迷惑的速度渴望一种特定口味的冰淇淋、[地球上]全人类的和平、刚刚空出来的那个停车位。所有的渴望以它们自己的方式都是正确与真实的。只有在那些时刻，当一个人在静默中与无限太一同在，渴望的萤火虫降落了一会儿，仅仅一小段时间，无限地简短，无限地珍贵，它开始歇息于一个静止点，那个点 向所有的无限和永恒开放。

就是在那些无时性的时刻，时间之外，一个实体能够带回一种不断成长的能力去

知晓他的那些渴望的本质，也能够开始区别冰淇淋、停车位(等渴望)与和平之希望的差异。

当一个人最终知道他什么都不知道的时候，他就会有一种飢渴，他就会有一种对鲜活造物者的临在的飢渴。它是一种永远无法被这个世界的万千事物所平息的飢渴。它是一种珍贵的飢渴，它比一个人实现所有在世间的渴望的圆满更加可贵。

这种飢渴可以呼唤(一个人)奉献，活在信心中，也就是超越所有知晓的知晓，不带任何内容的觉知。

就是那飢渴，那渴望，为魔法师的工作供给燃料。我的兄弟，当你工作该意志的时候，当你寻求以一种与你的灵性热望一致的方式来使用意志的时候，你正在寻找那圣杯，在这个幻象世界中 它是最真实的东西。当你超越身体与心智的渴望进入空性[被来自你内在的房间的奉献充满]之际，你正在准备自己成为一个强有力的人。就在你变成这样一个强有力的人的时候，你必须对意志的使用极度地谨慎。

一个只活在物质世界的实体并不拥有力量。一个未经训练的人格能够聚集他的意志并拥有意志背后的力量，这是非常罕见的事情。但是对于一个已经察觉到他的力量的实体，在灵性寻求中发现自己迷失在他尚未知晓的自我迷宫之中[那些迄今逃脱他的察觉的部分自我构成该迷宫]，这是至为常见的事情。

这个器皿目前正探索她在自己内在发现的这些阴影的区域中的其中一个。她知道自己是一个强有力的实体，而她关心的是她所不知道的，尚未被整合的自我的面向，那些面向可能会将批判之雨降落到无罪之人身上，而对另一个人造成无心的

伤害。

最后，所有的努力必须被放在一边而信心必须被唤起，因为人类之神秘的复杂和微妙是没有尽头的。在你生命的历程中，你将不可避免地因为你之所是而让你自己吃惊。每一个活着的实体都是一个造物者，包含一切事物。每一个活着的实体都创造了他自己的宇宙，他制定了统治那个宇宙的律法。

当你工作你对自己的感知、你的意愿和渴望时，你在错误的街道上漫游的频率会是你在正确的街道上的两倍。因此，首先依赖于信心，对你良好的意图有信心，对过程本身有信心，对造物者有信心，祂已赋予你所有你需要的东西来做那些你来到这里要做的工作。

请问关于这个问题是否有后续的问题呢？我们是 Q'uo。

G：Q'uo，对于那个主要的问题，没有(后续问题)了。谢谢你。

我们感谢你，我的兄弟，请问现在是否有另一个询问？我们是 Q'uo。

G: 有一个问题来自 Bring4th 论坛*。「我想请 Q'uo 谈谈对恐惧的态度。我们的社会弥漫着做作的、恐惧的情节— 关于(未来)可能会发生的事，它似乎让甚至最具灵性的行家个体都失去了平衡并需求庇护或援助。当人们围绕着各种议题进行极化时，新闻媒体显示出逐步升高的不和谐甚至惊恐。你能不能给我们一些建议，如何在适度地了解和不对创造负面现实做出贡献之间找到一种平衡呢？保持对世界的事件的关注实际上是可取的吗？或者你们会推荐一种『无知是福气』的方式而仅仅回避提及任何负面性和恐惧？你们可否再给我们一些保证—服务自我

的实体不会成功地夺走我们的自由？」

(*译注：网址为 http://www.bring4th.org/)

我们是 Q'uo，我们察觉你的问题，我们为它而感谢你。极化朝向服务自我的实体的工作重度地依赖于恐惧，的确是这样的，因为恐惧和爱是无法共存的。吸引你的注意力的不是这一边，就是另一边。

首先回答你的问题的后面部分，我们向你们保证那条(恶)龙只剩下很短的时间。

那些想要通过帝国来统治并奴役其他人为自己所利用的人，他们总是会有复辟的期望。在所有你们的被记录的历史中，你已经看到了帝国兴衰，甚至就在这个周期中 那些人的记忆里，一个又一个的独裁者归于尘土，或至少从他的罪恶中撤退时，就会听到偶像坠落的声音。

暴政从未赢得人类的思想和心灵，它也不会成功。它能做的和它正在享受的是统治国家并在那些国家中制造恐惧的气氛，就好像你在该询问中已经注意到的一样。

这样的恐惧对灵性寻求者有什么作用呢？在物质的层面上，那些反抗独裁和暴政的人可能死去，或者被弄得非常不舒服。他们可以被关进监狱，可以被虐待。他们的心却不会改变，他们的想法也不会改变。一般而言人类真实的日常生活是在这些暴政统治的雷达之下进行的。

因此，我们会建议，一个实体是否对每日新闻保持同步完全由他自己来决定。有一些实体对它并没有巨大的好奇心，它对灵性上的健康和令人满意的生活当然不

是必需的。然而，有很多人，他们的性格确实希望去与正在发生的事情保持同步，我们发现，只要你记住你不是来这里评判你所看到的事物，而是去爱你所看到的事物，就不会有任何的伤害。你看到的所有事物都是爱的某种变貌，你待在这里就是要反射爱进入你看见的东西。

因此，当你看到每日的新闻时，深深地凝视内在，请求洞见去辨别服务自我和服务他人的模式，这样你就可以超越细节看入那些宏伟的样式，它们活跃地和全球能量网络一起流动。当你意识到两种极性是如何工作以及它们是如何互补的时候，开放你的心去爱你所看见的东西，将爱送入那些困扰你的情境，当你看到那些为爱的卓越和胜利作见证的事情，为之欢庆吧；因为你将超越所有那些在[你们的]外部世界中如此盛产的恐惧手段而看见。

现在请问是否有最后一个询问？我们是 Q'uo。

G：那是一个漂亮的回答，Q'uo。最后一个问题来自印度的 K，他说，「我是一个在宗教的环境中长大的印度教徒。我属于太一的变貌主要通过神圣的印度教人物奎师那(Sri Krishna)而体验到的。我一直对这个人物很好奇，通过他我向太一奉献了挚爱和砖头[3]。我记得在 Ra 系列(丛书)中有一些问题设法弄清楚我们知道的基督的身份。我同样地对于谁是真实的奎师那的问题感到着迷。」

「我对 Q'uo 的问题是这样的：传说中的人物奎师那，现在他是一个受到极大尊敬的印度教神明，他是谁？他的起源是什么？如果他是真实的，关于一的法则，他的目标是什么呢？」

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的兄弟。那个被你称之为奎师那的实体，就

好像耶稣-基督一样，是一个历史人物。然而，你们的故事要远比那些中东的故事古老的多 [中东地区创造了很多个基督，耶稣是其中一个] 。

你是要回到 9000 年前去寻找那个实体，奎师那？或者你接受雷同耶稣的故事，他穿上一件基督身分的斗篷而成为基督。

更进一步，你能在你的衣服里找到奎师那吗？你穿上了奎师那身分的斗篷吗？我们不会毫无理由地用近乎谜语的方式和你说话。有很多东西你需要在自己的内在发现，我们不会从你那里拿走这个学习过程，我亲爱的朋友。

我们为这个询问感谢你，我们与你一同在持续的冥想中歇息，你可以在任何你想望歇息并感觉被爱的时刻呼唤我们。因为所有的实体都需要那种获得爱和支持的鲜活感觉。

能向你提供这种感觉是(我们的)荣耀。

我们发现这个团队和这个器皿的能量开始衰微，所以 此刻我们要离开这个器皿和这个团队，我们在你们的美丽中欢庆，再一次感谢你们邀请我们加入这次的工作集会，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai。Adonai vasu。

原注

[1] 这个引用的上下文是这样的：「Ra：接纳自我、宽恕自我、意志的方向；这些

是通往已修练人格的途径。你们内在的意志机能是强有力的，如同共同创造者。你再怎么强调这机能的重要也不为过。因此，它必须被谨慎地使用，对于走正面途径的人而言，需要将它导引到服务他人的方向。」

「当人格变得更加强有力的时候，使用意志有很大的危险，因为它甚至可能以各种方式被潜意识地使用，从而降低该实体的极性。」

[2] 这个引用是耶稣基督在他被钉上十字架前的那个晚上在客西马尼花园中的言语的改写。这个引用的是，《圣经》《马可福音》14:36，「他说，阿爸，父啊，在你凡事都能。求你将这杯撤去。然而不要照我的意思，但照祢的意思。」

[3] 当向 K 咨询对他这个「brickbat」的解释的时候，K 写道，「brickbat 是一个非常直率的批评，它的意思来源于使用砖头作为武器的类比。坦白的说，除了赞美和崇拜之外，我对无限造物者说了很多粗话。」

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ **第 1519 章集：外部工作**

Copyright © 2009 L/L Research

特别冥想

2009 年八月 4 日

Jim：今天傍晚的问题，Q'uo，与《活出一的法则-102：外部工作》有关，这是

Carla 正要开始工作的一本书。她想问你们是否有关于外部工作，外部的催化剂的任何的建议呢？那些外部催化剂是在我们经历生活、日常活动、各种类型的体验的过程中，我们每个人所经历的，这些经历都向我们提供了催化剂，我们很希望在处理转化这些催化剂为经验。

你能给她任何适合考虑的灵性原则？沿着这些线索可以帮助她开始并继续撰写《活出一的法则》的第二册。

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。一如既往，能被你们的团体呼唤是极大的荣幸，我们希望我们可以给 Carla 实体在外部工作的主题上提供一些想法，这些想法也许(日后)会证明是好的资源。

在我们开始之前，我们会请你们每一位听到或者读到这些言语的人使用他的分辨的能力，从我们所说的那些事情中拿取那些似乎有共鸣的部分，并将其他部分留在后面。这将使我们能够提供我们的服务而又不会有侵犯你们的自由意志或者打扰你们的进程的节奏的可能性。我们感谢你们这方面的考虑。

我们欣赏这个器皿一丝不苟地设置她的意愿，她的意愿是，在这个工作集会中所有的概念来自于我们 而非来自这个器皿。更进一步，我们欣赏这个器皿不尝试猜测我们会说什么。这两个因素都帮助我们能够对这个主题进行论述，否则根本进行不下去，由于这个器皿也是发问者，当处于这样的情境中的时候，传讯资料被污染的可能性会更大一些。然而，在现在的情况下，我们感觉可以随意地说我们能说的内容。我们感谢这个器皿用这些方式来照顾传讯的过程 使其保持纯净

而不被个人的观念所稀释。

这个器皿曾经好几次向叫做 Mick[1]的实体表达她的感觉，她觉得在她有能力提供有益的信息之前，她需要更深入地进入对外部生活的催化剂的沉思中。这是因为该器皿有个毕生的习惯，即在任何的情境中首先注意它形而上学的面向，其次才是去注意实际的情况，也就是说，即将到来的催化剂的情况。

若一个人希望保持持久而稳固的形而上调音；希望成为平安、爱、喜悦、感恩与慈悲的可靠、值得信赖的通道，这种思考方式是非常有帮助的。

然而，对于这个特殊的器皿管用的东西却与这个器皿说的「地面上」的情境很少关联，这个器皿打算去写的那本书全部都是关于那些发生在地面上的事情，发生在接踵而来的催化剂的浓稠部分。

我们甚至会对这个器皿说，她有一种对看起来发生在外部世界的物质性事件和情况不够尊重或未给予充分关注的倾向。这是由于这个器皿的压倒性的倾向，她自动地根据诸如钟爱、倾听等等与灵性原则有关的样式来重新配置那些进入她的五官的事物。

再一次，如果这个器皿是在写关于内在工作的内容，这些价值观念是可以被谈到的极好的事情。然而，这里的努力却是去写关于好比婚姻、子女、父母以及关系中的困境等等的人生之核心体验。

我们鼓励这个器皿放下她关于外部催化剂的那些先入之见，当催化剂进入到察觉的范围时，做为一个人，停止让观察的机能压倒对催化剂的直接与瞬间的敏锐反

应。走出一个实体的个人偏向不是一件容易的事情。然而，为了弥补覆盖在这个器皿的物质性催化剂之上的重度形而上的灵光，需要去做的就是：让开。

带着创造力和想象力进入那些强烈的情感中，进入那些尖锐的痛苦中，进入一个被外部催化剂淹没的人的无助里头。那些希望去读一本涉及婚姻、子女、父母、工作等等议题的书的实体，他们都有深入的、没有被回答的问题。在催化剂的冲击面前他们感觉失去了控制，我的姐妹，他们大部分没有你的天赋，而你的天赋如此深入地根植于你之中 以致于你甚至没有察觉到它，你能够将物质性催化剂的细节引入到一个强调形而上面向的模式中，而这些面向正是被一种特定模式的外部催化剂所强调的。

这个器皿在今天的稍早时候曾写到关于健康土壤的问题。她读到了一本叫做《从土壤到胃部》书，作者是一位叫做潘妮的实体[2]，这本书说到当一个人躺下来，躺到地面上，一个人会看到所有生命的种类，它们是一个人站立与步行穿过草地时无法看到的。

当一个人将手伸入土壤去为一座花圃除草时，他看到蠕虫、甲虫、蛞蝓以及形形色色的微小的爬行生物，它们中有一些在外表上是异乎寻常的，有如此多的生物在地面上爬行以致于这个器皿写道，它们就好像在举行一场派对。这是一个非常忙碌，非常活跃的环境，就是那些甲虫、蛞蝓、微生物创造了有益、健康的土壤，使得种子能够长成健康茁壮的植物接着提供有良好营养的果实。

正是用这样的方法，在写到外部催化剂的时候，必须降低你的高度并接近地面。因为只有当你对你能感受到的最沉重和最阴暗的情绪跪下来的时候，你才能够开始创造途径 进入并理解收到外部催化剂的经验。

我的姐妹，诱惑在于你可能在进行的同时去解决各个催化剂，然而那是本末倒置的。进入到一个正在处理人际关系或处理工作困难的人的苦痛中，或者进入任何你希望去探讨的若干主题。就这个工作的完整性而言，你从一个观察者移动到经验者，这是核心的过程，同时允许这些催化剂带着你们地球人常见的那种力量与功率进入你里面。

我的姐妹，在此刻我们会提供给你们的原则是: 与身体合一、与大地合一、与沉重的催化剂[没有被智慧、一种远见感或更广阔的视野所稀释或缓解]合一。

我的姐妹，你已承受过你所需要讨论的每一种催化剂。的确，在你自己的生活中，你已经有对这些催化剂的完整和强烈的体验了。但是，我的姐妹，进入这些经验中未经删减与未经加工的情绪，对于你是很困难的，因为就好像我们说过的，你的天生的与固有的天赋就是带着你的意愿和存在的每一根纤维移动到更高的位置上。

这种心智转向的优点是显而易见的。缺点却不是那么明显，因为在如此快速地将外部催化剂进行再创造并变成能被一个灵性寻求者观察到的催化剂的过程中，那种未经思考的情绪化反应的明亮强度已经被删除了。

这些情绪对你感觉起来就好像你处在一个会让你感觉到幽闭恐惧症的封闭场所。于是你打破了直接经验的剧烈痛苦的封闭。如我们说过的，在你这边的这种偏好有很多优点。它允许你用可以各种产生服务他人的结果的方式来穿越你的人生。然而，也包含了一种损失，我们要请你去探究那种损失。

有一些人会从[G 实体在这次会议之前的讨论中所称的]「心智的临在」的层面发挥作用，那些人已经在能够充分使用物质界人生的方面取得了不可估量的进展。然而，容我们说，对于一个几乎在经验发生之前就会创造出这种心智的临在的人，会有一种现实感的损失。这就好像通过你恒常的形而上的立场，你对生命所产生的察觉会有一种梦的特质。

我们并不是说你没有你的完整性。我们是说你无法在那个距离上对在物质世界中击打一个肉身存有的催化剂进行写作，你也无法与在处理外部催化剂的过程中寻求帮助的那些实体建立联系。

我的姐妹，你要求自己去做的工作并不在你的舒适区之内。你的舒适区是将生命视为一场清醒的梦、一个幻象，进而写出各种解决方案。光是想到要跳入那种受苦的经验[由一个自杀性的、愤怒、绝望、无助或无望的人所承受]，你就有一种轻微的厌恶感。

因此，我们会请你去调查那些未加工的与未被驯服的感觉，尽管它会使你不舒服。

只有从个人的经验上，你才能打开这份礼物[属于灵性与你与生俱来的能力]，和那些受苦的人连结。

你喜欢想象耶稣实体正在进行教导或他被高举进入云海并扬升。你不喜欢想象他在客西马尼(Gethsemane)花园中流汗流血的样子。当你准备(写作)时，花些时间待在那个花园。

一如既往，我的姐妹，在你每一次准备去写作时，我们非常鼓励你祈祷并请求帮助。就好像你为通灵准备一样地为你自己调音，设置你的意愿并将你自己完全彻底地奉献给你希望提供的服务。然后，当你已经做好准备的时候，带着信心前进吧，一步一脚印，它必将带领着你到达你的目标。

我的姐妹，我们同样推荐，在你写这本书的过程中 可以尝试走到外面，进入大自然的世界，即使只是坐在你的门廊上感受一下微风。感觉大地中的你的本质是重要的。去感觉你与地球的子宫连接，感觉你自己是完全具体化的，这是有益的，这也会帮助你进入人类的状况中。

帮助就在那里。礼物就在那里，然而，为了让你自己成为那些受苦之人的一个真实可靠的声音，你得要努力工作了。

我们现在将从这个主题转到在场的人们心智中也许会出现的任何问题上。现在是否有另一个问题？我们是 Q'uo。

G：Q'uo，我有一个问题。当显意识的注意力被带入更高的能量中心时，当进入更稳定、更聚焦、更安静、更微妙的意识的状态时，在身体的呼吸模式会受到怎样的影响？

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的兄弟。我们会说，我的兄弟，当一个人找到途径进入更高的意识状态时，他的呼吸的趋势是，呼吸在身体内的起点会越来越低，于是当一个人更加进入完整意识的状态时，他在吸气时不仅仅是通过肺部的顶端或者甚至通过整个肺部，而是向下深入到从红色脉轮地吸气，这样当呼气时，他的胃部甚至会发生移动。思想的状态越发的平静，呼吸也就越深。

然而，它却不是某个必须要实现的目标，虽然深度呼吸，感觉吸气一路向下进入到腹部，呼气从腹部一路向上是有价值的，在这种呼吸总有一种微妙的物质层面和形而上层面的相互作用。就好像当你微笑时你改变了你身体的化学作用，所以当你加深你的呼吸时，就改变了你的肉体载具的感觉基调。

我们能进一步的回答你吗？我们是 Q'uo。

G：非常感谢你 Q'uo。如果呼吸循环的频率的减少，也许甚至会导致呼吸的中止，这表明了什么呢？

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的兄弟。那个停止的时刻，当气息被呼出而不需要立即进行另一次呼吸的时刻，是一个离开物质性存在的假期。它是进入无时性、无限、永恒的一个入口。那停止并不是彻底的，在那停止中，心脏仍在跳动，脉动流过身体。但是，当那停止发生时，无论是自然地或者是通过瑜伽训练，它是一个体验无时性的机会。当不再需要吸入或者呼出时，有一种极大的平静和释放，对一个体验到呼吸停止的严肃寻求者，即使它发生在一瞬间，它仍是一个珍贵和有帮助的资源。

事实上，呼吸是一种荣耀，因为生命就在呼吸之中，在呼吸之间的意识的停顿中，同样也有一种光辉。

我们能进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

G：不用了，谢谢你，Q'uo。

现在请问还有另一个问题吗？

（没有进一步的询问）

我们是 Q'uo，我们再一次与这个器皿同在。因为看起来我们已经用尽了这个团体此刻的问题了，我们再一次被呼唤参予这次的工作集会感到快乐并为此感谢你们。我们为你们的美丽和对于服务的渴望的真诚而感谢你们。能与你们谈话是一种荣耀。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai vasu borragus。

延伸阅读

活出一的法则(首部曲)- 博客来书店介绍

http://tinyurl.com/274pnhw

原注

[1] Mick 是 Carla 对她的丈夫 Jim McCarty 的暱称。

[2] Penny Kelly，N.D.，《从泥土到胃部，理解地球与你的健康之间的连接》劳顿，密歇根州，百合山出版社，2001 年。 (原文书名: From the Soil to the Stomach; Understanding the Connection between the Earth and Your Health)

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1520 章集：Gary 的难题 关注自我与服务他人

Copyright © 2002 L/L Research

特别冥想

2002 年六月 14 日

(编注: 在 Gary- L/L 研究中心的秘书-的同意下，本文全部使用他的真实名字，而非字母缩写。)

发问者：我在很多的时间都在坦率地流露爱这方面感觉到困难。我对我内在的爱创造了什么阻碍物呢？我在什么位置是如何妨碍了无限能量到达我的心轮？我能够做什么来更多地爱我的家庭并接纳我的家庭呢？是否有任何事情是我能够做的以便于我可以将治愈带到这个家庭需要的地方，尤其是我的父亲？看起来 我卡在涉及橙色光芒的方面，我一直将我的焦点放在自己身上。我能够做什么来充分地完成自己的种种过程 好让我可以将焦点放在外部并实际地工作去服务他人？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们来到你们中间。你们为我们创造了这个机会，好让我们通过这个器皿与你们进行沟通交流，我们为此感谢你们。加入你们的冥想真的是一种极大的祝福，我们感谢你们每一位将生活中的关注放在一边以便于形成一个寻求的圈子。当我们加入你们的行星的内在层面时，能够分享你们每一位的振动的美丽并能够在我们希望去服务的时候进行服务，这对我们是一种极大的祝福。因为被要求在诸如爱及爱的增长之类的主题上发言就是我们所希望提供的服务，因此

我们对这个机会表达一种感激的谢意，我们很高兴与你们分享我们谦卑的想法，一如既往 我们请你们每一位从我们所提供的那些想法中选择看起来有效用的想法并毫不犹豫地将其他部分扔掉。

当我们来到爱的主题时，我们发现，你们的夜空中有多少星星 就有一样多的方式来处理这个主题，不过 每一颗星星的能量的核心都位于单一伟大的原初思想之中，就是那个原初思想创造了一切万有。Gary 实体分享的不适与紧张的表达对于那些居住在你们的星球上的人们 是很常见的一种表达。

一个反讽的事实：一个实体在从行星的梦境觉醒之前，他的心智就形而上的意义而言 是非常有效地沉睡着，因此，由于察觉并充分地意识到一个人周围的情况而产生的不适被共识实相的梦境消音了。

反之，当觉醒发生的时候，该实体明显地发现，共识实相实际上是一个具有俗丽外表的幻象，只有非常少的实际内容，在此之前的舒适睡眠 变成一种太过敏感的觉察，于是看见表面上的裂缝横亘在形而上意义上的真相与日常生活的杂务、责任、[容我们说]身处人类状况中的荣耀之间。

在过去 该实体可以不发问，就只简单地服从那些建议，关于什么东西是有价值的、什么东西是没有价值的、什么是好的、什么是不好的。相较而言，当一个人的觉醒发生的时候，他会开始觉察到他的痛苦状态，以及 在识别他的本性、目标、服务与前方道路上的困难。

生活在目光的凝视下展开，日子被那缺乏真实意义和活力能量的事物所填满。

在这种情况中 有一种希望，一种呼唤，那即是爱的呼唤。

因为爱不仅仅在该存有的内在呼唤，它也从那个存有的周围呼唤并从她身上散发出来。有一种希望：经由自我的行动不断倍增外在世界中 现存的爱，接着 灵魂开始想知道，是否它将会穿过那条蜿蜒的道路的所有曲折和变化 而找到那条表面上神秘的道路，那条道路在当一个人沉睡时 看起来如此笔直的，而现在却通向一个越来越错综复杂且表面上混乱的转弯、盘绕和死胡同的模式。

许多灵魂独自坐在这条蜿蜒的道路的边缘上的一颗石头上，感觉到如沙漠一样的干旱，他们深切地渴望陪伴，他们渴慕真实的目标。这就是一个人处于沙漠的感觉了：在干旱时期中 逐渐醒来并找到他的方位。经常看起来 似乎这条道路真的会永远这样继续下去 而无法从每一天的景色的细枝末节中或心对于更大和更丰富的环境之热望中 解脱。

我们在今晚带来了一条简单的信息来到这个团体，这条信息就是:这个干旱的、贫瘠、困难和不适的经验就如同自我和世界的外壳或者果壳一样，这个世界是充满了活力的，它被实质、意义所塞满并填满，它遍布着服务于自我、造物者、自我周围之世界的机会。然而，那如此开放且如此警觉的眼睛怎么会在这巨大的经验的沙漠之中错过丰盛和舒适的绿洲呢？

我们愿与你们每一位一起，在时间和心智中向后退，回到一个在出生前、进入[这个你们称之为]第三密度的幻象之前的位置。你们每个人都经历过一个规划的过程同时虔诚而深思熟虑地选择人际关系，这个过程将在产生催化剂的模式上起作用，那些催化剂的模式将会让自我用非常精确且故意的方式从事特定的 与爱相关的关键课程、学习如何去爱、如何接受别人的爱、学习如何进行真实的服务以

及如何接受别人向你提供的服务。在那种非常支持性的指导和计划的环境中休息，凝视着前方的投生，容我们说，你们每个人都感觉到相当地有信心你们在即将到来的这辈子 不会忘记你的目的、你的梦想、你的目标以及你对学习和服务的渴望。从遗忘的面纱之外的视角看，即将到来的人生真的看起来就好像是令人愉快的，而且是太过短暂的一次体验。如这个器皿已经表述过的一样，每个人都认为这次投生将是有趣的。接下来，那种视角在完全进入第三密度的匆忙中，在开始吸入和呼出的匆忙中，在体验肉体载具的局限性之匆忙中被丢失了，你的肉体载具必须被喂养和穿衣服、在睡眠和休息中被安慰以便于它可以存活下来，更不用说进行服务了。

Gary 实体想知道为什么此刻 他大部分的想法和关注围绕着自我和人际关系。然而 我们要说 在每一个实体的人生体验中 有一种持续不断和永不停息的对自我的本性以及在一个人周围的[那些在先前已经被如此小心谨慎地选择的]人际关系进行探究的需要。

在每一次的人生体验中，无论先前对这次体验将会是怎样令人愉快的期待是什么样的，该幻象本身会创造一种极其有效的 被经验的海洋完全淹没的感觉。波浪一波高过一波，在表面上经常是没有韵律或者没有理由的，而当一个人被冲到了这个群岛中的一个海滩上的时候，那个海滩很可能是由混乱和未被回答的问题所创造的。我们仅仅能够向你们每一位建议:这恰恰就是在投生前 你渴望去待的位置。小心谨慎地、勤奋好学地，带着对自我的极大的爱与慈悲，你们每个人都计划了这个进入表面上的疯狂与混乱之降落。不是去惩罚你自己，而是给你自己在身体、心智中迷失的机会，沉浸在这个(人生)拼图中 完全地易受伤害、完全地盲目，这个拼图是永远无法被完全解决的，而且它不断在转圈圈，如此 一旦拼图用一种方式被解决了，拼图的碎片会被抛到空中并落下来形成一个新的模式、一

个新的迷宫、一个新的拼图以便于人生的课程可以被再一次查看，接着再一次，然后又再一次。再一次，不是惩罚而是提供一个持续性的课堂，在其中自我开始知晓自我，开始知晓自我的心智(mind)和心灵(heart)，在那条爱与光的蜿蜒道路上进入一种新的平衡 并终于开始精炼自我。

因为对于平衡的需要，这是在投生前你已经做出的判断，恰恰就是这些课程与这些人际关系将给与灵魂一个丰富而各色各样(精神)食粮，这些食粮即是要去做出选择、解决各种谜题以及打开那些内在被选择的大门的钥匙。

对于那个导致了心智过多的关注并导致心灵在自我的那些棘手的问题中休息的情境，Gary 实体担心在那个情境之中有一种自私性，然而，我们会说，这种担心恰恰就是需要出现在年轻个体的头脑中，的确，这个发现自我的核心的过程以一种周期性的方式在整个人生过程中规律地重复出现。

期待它被完成是毫无意义的，那是一个虚荣而肤浅的希望，那个希望与内在的灵魂是无关的。没有一种课程可以让一个人可以学习 接着结束了。毋宁说，因为只要这次的人生持续下去，就会有一种机会将一个人自己放置在[这个器皿所称的]精炼的火焰中，允许灵魂一次又一次地在人生的蒸馏室中被蒸馏，这样每一次循环经过了一轮的催化剂、经验和学习之后，灵魂就会更多地为它自己所知晓，可以更多地为显意识的心智所使用，一个人就会对于喜悦和悲伤更加的开放与无惧，更加地不去防卫，在苦难之中更加的舒适，在快乐的时光中也是一样。

在这种经验的循环之中，在自我的最中心之处存在着爱的原初思想，它与从夜空的每一颗星辰中闪耀出来的爱是相同的。

每一个在肉身之中的灵魂同样也是一颗星星。每一个在混淆的海洋中将要淹死的人同样也是一位大师。然而，目标不是去忆起大师身份，而是开始感觉到没有必要去理解。这个混淆的海洋的目标是去推动注意力最终从对逻辑、心智和智力的知见之信赖，进入心中，并最终释放对生命经验有任何特定意义的需要，以及创造那种无惧的能量状态，最终能够说:「我知道我不理解，然而，我知道我生活在一个完全有意义的世界中。我知道我不理解那个计划，然而我毫不怀疑地知道有一个计划。我知道我永远无法理解我正在做什么事情，但是我已经了解我不会犯错。」 然后，内在的灵魂终于自由地踏出[这个器皿所称的]信心之飞跃，在那个位置，从形而上的方式来看 生命的意义和道理仅仅是当跃入半空之中的时候才会开始出现。(这个灵魂)抛弃了对道理和逻辑上整齐利落的需求，转而支持对那在半空中出现支撑点的完全信任。

也许你们每个人都看过郊狼追逐着走鹃冲入半空中的卡通片。最后，郊狼往下看并意识到它已经跑到悬崖外面了，一旦它意识到自己仅仅在空中奔跑，它就会像一个石头一样地掉下去并砸入下方的地面上。这就是人类的情况了，然而，当内在的灵性有可能不再向下看的时候，每个人都将发现半空中是一个非常坚实的支撑物。在你们的神圣著作中是这样写的，在加利利海的黑暗夜晚中，名为耶稣的实体在水上行走，当那些在一艘小船中的人们看到这个实体在水上行走时，在小船中的一个人动身加入他挚爱的老师，他同样在水上行走了，一直到他意会到这就是他正在做的事情的时候，当显意识接管的时候，信心丢失了，耶稣实体不得不伸出他的手，当他们的手相遇的时候，叫做彼得的实体再一次能够驾驭水，于是能够安全地返回到他的小船。

日常生活非常像这艘小小的渔船。显意识心智清楚地知道需要什么东西。一种支撑物是需要的，好让一个人不会淹水，然而，对于内在的灵魂，在水面上行走是

完全有可能的，或甚至进入水中 在水里呼吸就好像它是空气一样。因为内在的灵魂是永恒的一个公民，它不被那些似乎限制人类身体的事物所限制，而你们每个人现在都是从人体的内在体验生命。对于外部的心智，一切事物都是这个或那个细节，对于内在的灵性，它是统一的经验。水流入空气中，流入石头中，流入火焰中。一切事物都在质变和改变，又用一种有节奏且音乐性的方式保持和谐与连接。有一种和谐和舞蹈隐藏在每日生活的皱褶之中。

Jim 实体假设他正操纵着大型机械割草，而在形而上的意义上，这个实体正在将他的能量存有融入那些草地、灌木、树木和微风的自然灵，整个环境正散发着他的能量、牧草能量以及空气能量的气味的芬芳，所有这些能量混合在一起创造出了一种爱与喜悦的模式，那些自然灵与他的能量就以这一种方式一同舞蹈。Gary 实体曾体验过大型机械叉车、笨重的箱子与负载，它们无止境地在仓库中被来回移动，然而，在实相中，这个实体也在舞蹈，和木头、灰尘、空气、光一同跳舞，以一种和谐、有爱而喜悦的方式，氛围被永远的改变了。因为在形而上的世界中没有边界，那些从外向内看似乎非常卑微且非常平常的事物实际上单纯地就是一种爱的方式，一种分享自我的方式。因此，没有一种工作比另一种工作更好；也没有一种服务比另一种服务更适当，然而，毋宁说，仅仅在那一个当下，在其中 所有被需要的事物都在那儿，所有需要你的实体都可被你接触并通过你的存在受到祝福。

一个人如何找到这个内在的存在？肯定会有一些时期，在这其中 该实体几乎被对自己的关心所淹没 这是合适的。这个实体之前曾经谈到临界质量的概念，这就彷佛在逐渐觉醒的存有中，临界质量的时间来临了，在那时，过去的事物必须被放在一边，即将发生的事物必须被拿起来，Gary 实体此刻正在体验的 就是这样一个季节，的确，每一个在场的人碰巧也在学习经验的周期中经验一个(临界)

点，在这里 一个人得放掉旧的事物，同时不情愿地或满腔热情地拥抱那似乎非常新颖的事物。这样的时刻是一个人必须进入内在的时刻，对于一个希望去服务他人的人，这也许是更加适合的，然而，也许我们可以给你们电灯泡的模型，电灯泡给他人带来光明仅仅因为它被适当地与能量来源连接起来，并用这样一种照明设备的灯丝被启动的方式将能源展现出来。一个实体并非单纯地旨在服务他人。有一种服务的内在回路，这是完全合适的，这个回路不仅仅需要被创造，它同样需要被维护，这样内在的自我的灯丝是完整的、完美的、没有阻塞的，它就可以凭借太一无限造物者的爱与光而发光。无论多少能量从这样一个灯中被展现并散发出来，灯本身需要保持足够的能量这样它才能继续作为一个灯而服务。容我们说，这个内在的力量的回路是被一个看到了自我内在的价值并承认它是真正值得的事物的自我所喂养的。每一个人都能够看到为自我保留一些能量是完全合适的吗？这个器皿经常谈到对能量成为透明的…

（录音带换面）

…然而一直到这个器皿适当地被授予力量之前，它无法成为一个灯塔，它无法履行那些它已经打算进行的服务，而这个器皿就是为了履行那些服务而呼吸的。

那位于内在的爱在所有场所和情境中，全时间地等待着。永远不会有一个时刻这种爱不在自我的心中安静地歇息并炙热地发光。造物者的爱居住在心之中，正是在自我的担心中，自我经常会引领一个人离开与自我的连接，向外寻求其他地方的光和指导来源，因此我们提供一个建议完成这个讯息的开始部分，那个建议就是，对于每一个实体，通过对静默的使用和在信任中休息，有一个非常适宜的进入自我的方式。它是如释放呼吸与抗争的能量一样简单的事情，因此，深深地吸入和呼出，它不是紧张的呼吸，而是对空气中为身体和灵性充能的赋予生命的养分渴求的呼吸。吸入平静并呼出紧张，吸入光并呼出疲倦，这是可能的。这种内

在工作的关键一直是静默。我们会鼓励 Gary 实体对那一直以无限的供给从万物源头流出的无限爱与光进行深呼吸。你们有对爱的渴望，而爱早已在场。你们有对服务的渴望，然而 藉由存在之美，每个人早已服务。

此刻 我们要将这个通讯转移到 Jim 实体 以便于 Gary 实体可以询问他在此刻希望提出的任何进一步的问题。我们感谢这个器皿的服务，我们在爱与光中离开这个器皿并在此刻转移这个通讯。我们是你们知晓的 Q'uo。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再一次 通过这个器皿在爱与光中向各位致意。在此刻我们很荣幸给出自己。我们尝试回答 Gary 实体可能向我们提出的任何进一步的 较简短的问题。现在有另一个问题吗？

G：是的，有问题。现在我已经有数年时间感到难以忍受的疲倦。在某些日子我简直可以感到我的生命力从我身上被吸走了，我无法找到那种生命原力，我最近已经开始怀疑这是一种被称为念珠菌病的感染。你们能够告诉我这种疲倦的原因，或者告诉我一种我可以用来让自己从这种情况中缓解的方法和一些我可以找到那种内在的生命能量的方法？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。在不侵犯自由意志的情况下 我们发现有些信息是我们可以分享的，然而，有一种冒犯的边界是我们必须服从的，因为在这里有催化剂，它对于你在此刻的灵性成长是有用处的。

自我站在一个突出的峭壁上 让自己做好准备进行一次信心的飞跃进入你的命运之中，这样的视角就是你处理的基本情况。有种对于那等待着你的冒险的渴望与

期待，因为你在这次投生前已经为这辈子创造的模式就是灵魂的命运了，而你感觉到这种模式现在做好准备在你面前展开成为标志物、路标和伟大的工作的开始了。当一个人考虑灵性上的悖论本性时，这种期待和疲倦的双重感觉就不会那么令人吃惊了。当一个人预先知道有一个伟大的工作要去完成，如果用日常生活以及这个密度的幻象的眼睛去看这个工作并将前方的工作的额度转变为普通的术语，这会让一个人感觉到一种巨大的负担和一种压在灵魂上的极大重量，而这种负担会在肉体载具、情绪载具和心智载具中将自身表达出来，在灵性载具上同样会用一种较小的程度表达出来。

如果你选择去将你存在的内部的这种能量配置视为这个或那个疾病，并决定你应该治疗疾病，甚至是从一个浅薄的意义上治疗疾病，同时包括对治疗的其他诠释与应用的层次，那么，这样做是好的，利用各种你可以获得的治疗手段来作为通过你的载具的完整能量流清理出一条路径的方式。

因此，这种特殊的催化剂可以在先前提过的任何层次或所有层次上被利用来提高对你的需要的个人理解，该需要即是做出一个选择，进行一次飞跃，开始一场旅程，用各种对你可能的方式进行服务，学会你要去学习的东西，给予并接受你感觉到在你存在的里内等待着被释放的爱。这是一个你可以在各种层次上做出的选择，它是你开始一个伟大工作的钥匙。

有进一步的问题吗，我的兄弟？

G：是的，我有很多重复发生在校园中的梦境，梦见忘记了家庭作业，没有去上课，错过了截止日期… 同样也梦见在我所在学校乐团中练习 而我在演奏基本的歌曲上遇到困难。你们能否给予我任何洞见，关于这些梦境在尝试告诉我什么事

情？

我是 Q'uo，我觉察你的问题，我的兄弟。我们将再一次对你引用我们之前的答覆的开头部分，在其中 我们建议 这是一个视角的问题。在这个情况中的这个视角即是，在过去 你对各种各样的机会和挑战已经做出的回应，你对自己的观点以及你是如何感觉的 而这些机会和挑战在这个幻象中 同样在你自己的灵性旅程上对你自己的成长是有意义的。这样一个视角可以被增强，藉由 将自己视为造物者，视为一个共同造物者参予你在此生中所有体验的事物。

有进一步的问题吗，我的兄弟？

G：是的，依照一个灵性上的局外人的定义，我是一个流浪者。我想知道你能否回答我，我的灵体是否原生于这个行星。

我是 Q'uo，我理解了你的问题，我的兄弟，在这个例子中 我们可以回应，我们认为 你属于另一个行星的起源，你属于另一个密度的起源，的确，你就是被这个团体称之为流浪者的实体，你在这个星球上有一个要去完成的任务，你现在正在寻找那个任务的本质与核心。

有进一步的问题吗，我的兄弟？

G：是的，我现在有相当长的一段时间没有体验与一个女性之间有爱的人际关系，我想知道是否我，我不知道，注定要有一次这样的关系，而她…会在哪里呢，那个人在哪里呢，是否有这样一件事是等着我的？我将会体验类似那样的事情吗？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。啊哈，这个家伙想在主菜之前吃甜点。

在你真的找到这个在你的旅程上的友伴之前，我的兄弟，在你面前有大量的工作，因为那些具备流浪者属性的人经常会在一段特定的时间中非常孤独，在这段时间中他们会发现他们希望去在其上旅行的旅程和道路的核心。当双脚坚定地踏上这条道路的时候，那么 也许有一天 你将会注意到另一双脚亲密地走在你身边。
有另一个问题吗，我的兄弟。

G：是的，如果你需要一个描述，我将给你描述，但是我相信你能够从某种意义上读取我的心智。我在六月 11 日的凌晨两点 经历的是什么呢？

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟。我们通常不倾向于对于没有被说出来的事物发言，然而，在这个情况中我们可以清楚地建议，这是一个指示器，一个启蒙的经验，在即将到来的日子里，它将会在生命模式中进一步地重复和排列。
有另一个问题吗，我的兄弟？

G：感谢你们给与我提出我的问题的所有的这些机会。当我能够去冥想的时候，当我不是非常疲倦的时候，我觉得自己似乎位于我的脑袋的一边 或者我的能量不知怎么地被扭曲了。我是歪曲的，我被扭弯了。你们可否向我提供某种解释，关于正在发生什么事情?

我是 Q'uo，觉察你的问题，我的兄弟。当你内在的敏感性对于在你内在正在产生的形而上经验变得更加敏感时，这些内在感官将开始察觉到这些更精细的能量穿

越你的脉轮系统时是流动或阻塞的。的确，当你感觉到自己扭曲朝一个方向或另一个方向时，这是一种对在你的形而上或时间/空间中的存在之中 能量目前是如何配置的一种相当准确的感知。这些能量是那些在你寻求你的旅程的中心之际你现在开始与之工作的能量。平衡它们的机会将在每一天的日常活动中来到你身上，因为你被给予机会来表达对[唤醒了这些配置的]催化剂的各种层次的回应。因此，我们推荐你保持耐心并坚持不懈，每天工作那些被赐与你的东西。

有最后的问题吗，我的兄弟？

G：在我母亲的 如果这个问题不会太长了以致于无法回答的话 在我的家庭 我母亲那一边有一场盛大的家庭聚会，我母亲不和她的六个兄弟姐妹说话，我已经努力去寻找各种弥补关系的方式 却没有完成那个工作。我知道，我猜想任何事物都是可以被治愈的，可能性是无限的，但是治愈能够在那个家庭中在那种情况中发生，你们觉得这是有可能的吗，如果是这样的，我能做什么吗？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。的确，总会有疗愈的机会，然而在这个情况中，那些涉及到失去爱并寻求爱的许多人 缺少这样做的渴望，对于这些与你密切相关的一些人，也许仍然需要有一个进行内在反思的时间，甚至是在潜意识层面上的沉思，在这个过程中你的部分可以单纯地如你所是地提供自己，在每一刻之中保持自发性，让你感觉到的爱与供奉来指引你，而不执着于任何特定的结果。换句话说，尽你所能地照耀你的爱之光 并让它所产生的结果如其所是。

在其自身的平衡中 它是完美的，尽管在其显化中，它是神秘的。

此刻 我们感谢在场的每一位，为了你们做出那些必要的牺牲来加入这个寻求

圈，也为了你们邀请我们加入到你们今天的寻求过程。

此刻 每一个朝圣的真理寻求者走在那条落满灰尘的道路上，在伟大的选择密度中旅行；我们一直对加入你们至为感激。我们提醒各位 我们只是你们的兄弟姐妹，我们在这条相同的道路上也许寻求得远一点，我们做为过来人 已经历过你们现在经历的事物 并希望对你们有所服务 而向你们提供我们的观点。

请拿走我们的言语和想法中 那些对你展现出真理的部分，并将所有其他没有对你展现出那种真理的内容都丢掉，因为我们不愿意成为你们道路上的绊脚石。请了悟到你们走的每一步都是被完美地计划，如果它不是在这个经验层次上被计划，那么它就是在投胎前的层次上被计划的，在投生前的层次上预期到极大的经验范围，它就是在这个幻象中 你的体验了，你的内在拥有以一种成功的处理程序来面对每一个催化剂的能力以及将那些课程混合为你的生命经验的宏伟织锦的能力。请知晓有一些无形的实体正与你们一起前进并帮助、指引、教导你们。

最后我们推荐每一位 每天为所有的经验对太一造物者献上赞美与感恩，无论那经验是被理解的、令人困惑或令人心烦意乱的。因为一切事物都是学习爱之心的一个伟大机会。

我们是你们知晓的 Q'uo。此刻 我们将离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

☆ **第 1521 章集：爱与光早期资料 #46**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1974 年五月 19 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。挚爱的兄弟姐妹们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。我是你们认识的 Hatonn。我目前位于你们的上空，距离很远、很远，我坐在飞行器里面。朋友们，我们来到这里协助你们达成你们寻求的目标。今天傍晚和这个团体同在是我们很大、很大的荣幸；我们欢迎你们每一位。

我们觉察你们的脑海中有些疑问，因此我们的开场白不会太长。无论如何，我们想要讲几句关于服务的东西，我的朋友。

你们每一位做了许多尝试去服务他人，其成功的程度超过你们的知晓。简单地转动自我，从寻求刺激转为寻求服务，如此给予寻求者他所寻求的能力。

朋友们，如果你想要改善和扩展你的服务，我们只能建议你转向内在，远离所有的刺激。你的外在没有真正的力量，任何你能够藉由肉体嗅闻、品尝、体验的东西都不能造成伤害或给予协助。你所寻求的力量属于无限造物者的爱与光之实相。走向内在，我的朋友。冥想，寻求你渴望的，它将来到你身边。

此时，我想要转移这个通讯到另一个器皿那儿。我是 Hatonn。

(H 传讯)

我现在和这个器皿同在，我刚才说到服务。我们觉察在座各位对服务的渴望，这是个真实和值得的渴望，我们找不到比这更伟大的渴望。我们经常说，任何实体提供给另一个实体的服务也是对他自身的服务。因为我们领会宇宙造物只是一，这个造物是爱，也是造物主的显化。在它之内没有分离，所以，任何提供给这个造物或其中任何部分的服务也就是给自己的服务。

我觉察在座有些人第一次参加我们的通讯，我们也觉察到他们伟大的服务，那是他们以造物主之名提供的服务。你们的途径已经和我们的联合在一起，这令我们欢喜，因为我们为相同的目标而服务。我们想望以造物主之名去服务，这位造物主只能被解释为爱。

我们察觉现场有许多问题，我们要在此时尝试转移该通讯到另一个器皿那儿，他将能够回答问题。我是 Hatonn。
[停顿]

(H 传讯)
我是 Hatonn，我再次和这个器皿同在，原谅我的延迟。我们在接触器皿 Don 的过程经验某种困难，请保持耐心，因为我们感觉为了回答你们的问题，需要和 Don 实体建立联系。我们将再次尝试接触，我是 Hatonn。
[停顿]

(H 传讯)

我们发觉无法和那个器皿建立联系。我们尝试透过这个器皿回覆问题，这可能有些许的困难，并需要大量的调节。不过，我们尝试在此时回答一个你们渴望提出的问题。

[现场简短的对话，主要是建议发问者把问题讲出来]

我是 Hatonn，我们觉察你们的思想中发出一些问题。不过由于这个器皿并未觉察该问题，而在接收我们的想法的过程面临困难，同时有些恐惧在回答的过程中犯错。我们建议你们尝试以口头发问，我们将尝试透过这个器皿回答。

发问者: 你们位于哪个水平？你们曾经处在我们的水平？我们将来会不会到达你们的水平？你们距离最后的终点有多远?

我们将尝试回答这个问题，透过我们在这个造物中的经验，我们已发现有无限的经验，等待着所有实体来经验。

我们[属于服务无限造物者的星球联邦]曾经验过你们正在经验的物质幻象。你们目前所在的周期即将结束，发问的实体确实觉察到这个时机，他认为是主导师耶稣再次来临的日子。这个时期真的来到了，这是造物主所意愿的，对于那些渴望的实体，他们在这个时期毕业进入更高的灵性觉知。

容我们说，我们曾经验相同的考验，我们透过冥想寻求宇宙造物的真理。我们透过冥想，我们的存有抵达灵性更高的振动率；接着进化为一个更广大的觉知。

我们真的了解你们遭遇的困难，因为我们也曾经验你们的物质幻像。以你们的说

法，我们的存在水平是一个属于灵性的水平，它比你们目前所在的世界要进化许多。不过，关于到达终极源头，或与造物主合一的问题，我们在这个时候无法回答。因为我们尚未进化到更高的领域，不过在我们从事宇宙旅行的过程，我们碰过一些实体具有更高水平的觉知，他们对我们分享这些真理，他们告诉我们：在通往与造物主全面合一的道途上，有无限多个觉知的水平。

在这个宇宙造物之中，有许多东西是我们不懂的，有许多东西是你们不懂的。不过，我们体验过你们目前的生活方式，同时拥有对于更高觉知的理解和领悟。我们并不宣称自己是终极的信息来源，我们可能会犯错。我想要说，如果你碰到任何时间宣称他不可能犯错，你真的应该知道该实体的判断有误，因为唯有造物主可以不带错误地运行。

我们此时的任务就是协助你们星球上的人群寻求和内在的造物者合一，透过冥想 ...
[录音带第一面结束]

(H 传讯)
是否有更多的问题？我将尝试转移这通讯到另一个器皿那儿，继续回答问题。

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，我和这个器皿同在。有没有进一步的问题?

发问者：和我们的生活相比，你们星球上的生活状态是怎样的?

我们星球上的生活在过去一段时间和行星地球很相似。然而，在此时 我们全体

已发展出单一的渴望，这个渴望的开端是单纯地寻求理解，目前已发展为一个完全统一和联合的能力，属于每一个来自行星 Hatonn 的弟兄。这个联合是如此强健以致于我们能够做许多、许多事情；并感觉为一体，我们合一地寻求，当我们的寻求引领我们向前，我们的道路直接指向服务，恒常扩展的服务，对造物的所有部份服务。

以这种方式，我们发展出你们会称为奇迹般的能力。我们有能力超越你们认识的时间和空间。我们可以有意识地存取那些你们只能在透过冥想或潜意识方式获得的知识。

朋友们，我们享受这些自由是因为我们开始看见我们全是一。行星地球和行星 Hatonn 之间的差异只有这个领悟。不管是在你们的星球或在我们的星球上，每一片叶子都蕴含造物主的知识而充满活力，风儿歌唱对祂的赞美，树林在无限天父的园地中发出喜悦的呼喊。如果你不能够看见造物者，我的朋友，重点在于寻求、寻求、持续地寻求。然后，朋友们，你们将开始领悟并理解天父的造物就在你的周围。

我的朋友，行星地球的确是个可爱的星球。很快地，它的振动方式将远比现在更接近天父造物的体现。开始去了悟，随着你们的星球移动，如同我们随着我们的星球移动。在你们经验的痛苦、匮乏、限制和我们经验的完整自由之间，唯一的区别就在你们的心智、意识、信心之中。

是否有进一步的问题?

发问者：你们为地球执行的服务— 相同的服务是否延伸到其他星球？若真是如

此，你们可否告诉我们有多少星球，以及他们的意识水平?

我们曾协助许多其他的星球，它们都位于相同的振动水平。我们主要协助这个振动水平，因为我们就在下一个觉知的水平，最能够对那些想要进入我们目前共享的理解水平的人群沟通。

我们对待过许多正开始新的振动阶段的星球; 我们曾协助许多即将毕业的班级，我们的作为相当成功。我们也曾失败，不只一次 而是好几次。我们完全可能失败，因为如果这是该星球的人群的意愿，我们情愿失败。

你们人群的渴望把我们带到这里，我们尽可能协助那些有此想望的实体。所有实体都可以取用我们的思想，只要他们渴望。

然而，我们尝试以某种方式做事，好让每个人可以自由接受或拒绝我们的想法。

那些在特定水平上振动的实体将会欣赏我们给予的信息，他们肯定认得什么是真理。

目前，关于帮助行星地球的计划，我们的进度远远落后我们希望的目标。我们希望可以更成功地触及这个星球的人群。有可能毕业的人数会少于我们先前希望的目标。

无论如何，我的朋友，不管人多或人少，我们至为欢喜地与你们这些寻求者共同工作。只需要寻求，灵性道途将从你背后伸展，在你面前开放，你渴望的东西将是你的。

你们有没有进一步的问题?

(没有进一步的询问)

Carla: Hatonn 说再见。

(V)2013 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ 第 1522 章集：感激的力量

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1998 年四月 19 日

小组问题: 本周我们的问题和感激的概念有关。就灵性或形而上意义而言，感激是如何作用的? 有人说它是一股位于心中的强大原力，仅仅为了活着、正在呼吸、服务造物者而感激。感激如何影响我们的灵性成长，即使在最糟的情况中?

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我

们祝福并感谢你们每一位：因为你们在这个时间来到这个寻求圈，你们牺牲某些东西，做出选择来到这里；做为真理的寻求者，你们一起坐在这里，对彼此敞开心胸，你们是宇宙的公民，也对我们的想法敞开。你们真的给予我们一份巨大的祝福和礼物。希望我们即将分享的想法对你们有帮助，如果任何想法让你不开心，我们单纯地请求你们释放它、忘记它；因为我们不具有权威性，毋宁说，我们和你们一样，都是朝圣者，前来分享我们感觉到的真理，希望它也可以成为你们的资源。一如往常，我们鼓励你们谨慎地分辨我们的任何意见，因为没有任何的权威要比你内在的那位伟大，祂知道什么东西是你的。

你们今天询问的主题是感激、感谢。我们了解不管在任何情况，要达成这点是特别困难的；因为在你们经验的人生幻象中，整个氛围没有充分的清晰度和照明度，毋宁说，经常充满混淆和负面的情绪。

内在的心只渴望越来越大量的独处、平静、美好；但这个世界表面上提供的是许多不同的拥挤人群，他们有着许多不同的意见，当然离平静相距甚远。你内在空间的横梁与栋梁在许多混淆的力量冲击下 显得摇摇晃晃；并且终其一生都得面对这种力量。如同我们经常说的，没有人投胎在这个第三密度星球会希望有个清晰和平静的生活，毋宁，他希望全然地困惑，不过却可以凭借信心去记得、知晓，接着在蜕变的心中产生希望、赞美、感激。

每个实体在此生经验中希望一次又一次地蜕变；当你们每个人回顾过去完成的模式，可以看见从似乎是无法克服的混淆中出现一些出乎意料，却是优雅、困难、美妙的解决方法。这就是在你们地球世界的混淆大海[共识实相]中 领悟具有的苦乐参半的特性。

人灵是什么，居然要留心赞美和感恩？就是在这个基本的水平，你们许多人无法抓住生命的议题。

内在的灵是什么，它必须穿上血肉衣裳，挤入一个感官的世界，承受壮观的混乱和混淆的过度刺激？

人灵，从他醒来进入地球层面的瞬间，直到最后一口气离开身体的瞬间，这个实体是什么，居然感觉到任何正面或负面的东西？

正是在面对这个身分认同的问题中，必然开始寻找真实感恩之旅。就是在这里，当玻璃载片放在显微镜下，我们得到第一种关于这个太过短暂的人生的光荣与危险气味。你们每个人从那片微小光芒开始，那是你的菁华与核心；它和造物者自身并无不同，如同所有事物，它是无限和神圣之爱。

在你身上，没有任何一部分可以被捡起然后说："这就是你的菁华"。不，你的菁华比身体更靠近你，比呼吸、心跳、血液更是你的一部分。你是爱，正是这个身份，那是对于表达赞美与感恩的唯一解释。当一个人即使只有瞬间的领悟，了解内在的深层身分和理则自身是一致的，然后该寻求者的双脚已经站在坚固的地面上，他可以对自己和这个世界说："我是爱，我处在全然困惑的状态中，但我是爱，这是我的本质，我凭信心接受这点。"当一个人开始有这么多的自信，然后他能够移动进入一种态度：正面或服务他人的途径。

如果一个人自己想着："我做了这些事"或"某人对我做了这件和那件事"，那么他开始的起点已经戴上各种面具，表演起一齣舞台剧。当一个人进入那种互动水平，持续地回应人际关系中的催化剂，他就不再有快速捷径通往正面的歇息处，

在那儿 人人都知道:“我是爱，我是(I Am)就是你，我是就是我。”

当一个人没有感觉自我即是爱，他就开始看待自己被放在如此这般的位置，接着瞄准如此那般的位置。自我开始创造许多个面具，但都无法充满心。

当你思考身分的主题，我们鼓励你看待自我为一个非个人、深刻真实的实体。如果人灵能够在这最基本和深奥的身分中歇息，那么她的情感反应就具备一种气力和弹性，那是信心之韵律的一部分。

当人们尝试去感激，他们很可能失败，因为直接碰撞并不是最有效的方式；毋宁，感恩或感激是一种自然的流露，它来自于一个愿意静默并允许内在世界找到平衡的灵魂。对于地球人，这不是件容易做到的事，因为没有信心地生活是你们文化的教导和惯例。你们的年轻人被教导去努力工作，追随特定的路径好达成更多的野心。灵魂被教导一个人的价值在于他做的事，所以每个长大的人灵都尝试去赚钱，准备自己去追随特定的职业，每天每日地清除工作上的各种障碍；任何能够帮助达成自己野心的人就是值得感激的；反之，任何似乎阻挡自己野心的人就是负面的帮助、讨厌的家伙。

当我们尝试讲述灵性的事物，我们通常被一种念头吸引：单纯地讲故事。因为在故事中有单独文字无法表达的东西，当探讨感激的时候，或许这个器皿最熟悉的就是浪子的故事，有几种不同的方式去看待这个耶稣老师讲的小故事。

从前有个富人，他有两个儿子，大儿子是好孩子，从来不曾想过其他东西，只是待在家里，为家族产业工作。不过，小儿子没什么耐心，想要出去享乐；于是他要求父亲提早分家产。他决定到城里享受美好时光，父亲也愿意给小儿子应得的

财产。于是这个浪子轻快地走向大城市，毫无节制地投入各种娱乐，直到身无分文、无家可归、孤单凄凉为止。最后，年轻的小儿子沦落到和猪一起居住，吃猪食只为了生存。有一天，这个浪子突然想到“对啦，我可以返回家乡，回到我老爸的屋子；当然，他八成不把我当儿子了，但至少我可以做个家奴，也好过现在的样子，因为老爸给奴隶的待遇都比这边好!”于是他就上路了，当他父亲看见小儿子，无比地欢喜，还下令准备一场盛宴迎接。现在，大儿子看到这光景感到非常妒忌，他说:“天哪，老爹！我一直跟着你，总是当个好孩子。所有你要我做的工作，我全都完成了。你却从未杀过一只肥牛给我吃，现在，你为了笨蛋弟弟举行盛大的派对，他可从来没有为这个家付出过!”

父亲说:“但，难道你没看见？我以为我失去一个儿子，现在他回家了。”

在这个故事中，看看所有人的感激。父亲很感激因为他重新获得一个他所爱的儿子。浪子只要能够回家当奴隶就觉得感激，更不用说重回父亲的怀抱。最后，看看这颗硬心肝，大儿子处在痛苦中，他感觉不到父亲的爱，因为他从未做错任何事好让父亲原谅他。

你们每个人都是浪子，都曾挥霍珍贵的东西，你们每个人热切地、谦卑地寻求返回天父的屋子，那个洁净与纯粹的爱之住所。在那里，感激是自然的、毫不费力地流动，你们每个人都被深深地钟爱，不管你犯了什么错，造物主都欢迎你回家，并且十分感谢你。

从每天生活的自我之观点来看，人生经验充满困难和忧虑，几乎没有任何理由去完整地、深刻地感激。不过，如果一个人可以进入浪子的角色，看见自己正在回家的路上，你可以看见所有的经验引发的唯一回应即是感恩与赞美。

为什么感激如此强而有力？单纯地因为它是真相。事实上，每一件发生在你身上的事物都是礼物。每个人灵都有不同的贵宾：忧伤姐妹、痛苦兄弟、愤怒弟兄、沮丧姐妹等等；你似乎觉得难以招待这些贵宾，不过，每一位贵宾都有伟大的礼物要送给你。人们有股自然的反叛趋势，不想要从如此深的透视观点去看事情。人的心智不想要移动到那个水平，看见所有事物都是礼物；它想要区分各种东西，它想要把所有东西分门别类— 这个是好东西，那个完全不是。但真我的火花恒常地准备好扩展和照亮内在的灵、内在的心。

每个穿上肉身衣裳的人灵来此经验人生，希望学习和服务。在投胎之前，这一切似乎非常简单；然而，透过罩纱来记得所有事物并不那么简单，因为罩纱相当地厚重，几乎是无法穿透的。但是，对于那些敞开心轮生活的人，他们以开放的心去面对每日的各种困难，就有机会看见每一天都是一场太过短暂的舞蹈，一支韵律与恩典之舞，一支属于生命和感觉的舞蹈，不断地表达内在的真理。

如果你们每个人能够停驻在心轮，并且感测每件事的韵律般的欣喜，那么 保持感激的态度将越来越容易，直到最后，你将经验所有的日子为一个最真实的时刻：一个片刻，一个恒常新鲜、美丽、恒常完美的当下。

愿你们越来越坚定地持守这个源自于爱之火光的态度，以此来表达这份信心；因为你带入经验中的态度将对该经验造成很大的差异，在每一个时刻，当你尝试平衡自我，回归自我的中心，总是再一次转向爱的中心；每一刻都是一次真理的经验。我们了解这个概念难以用文字形容，因为感恩的情感内容远胜过文字能够表达的范围。一颗感恩之心的力量真是无边无际的。愿你们滋养那灵性的自我，越来越多地渴慕跳这场人生之舞，带着韵律、恩典、美丽。

我们要在此时转移通讯到 Jim 实体那儿。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo。再次地，我在爱与光中向你们致意。此时，我们很荣幸地尝试谈论在座各位可能请求的进一步询问。此时，有没有我们可以谈论的询问?

Carla: 我想要问最近的一种感觉，关于我不情愿工作现在这本书，可能在暗示我，它是我的天鹅之歌，也就是我在离开这个肉身的最后一件事。你们可否评论这个可能性?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姐妹。我们只能有限度地谈论这个情况。把一个项目或一个活动视为此生最后的声明，任何实体都可以运用这种态度，因为，确实，没有实体知晓自己的未来[如你们的称谓]还有多少日子。

不管这个特殊的计划是不是你此生最终的谢幕曲，这点对于你决定从事这个计划只有很少的价值。因为不管你原先的感知最后是否成真，以这种方式思考就是放置一个限制在你的感知和经验上头。所以，我的姐妹，我们的忠告是: 无需在这方面忧虑，因为你们的文化有句俗语说的好: “该来的就会来。” *

你在这个经验中采取的态度会塑造那个为你而来的事物。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

(*译注：原文为“What will be will be”)

Carla：没有，感谢你们。

[没有其他问题]

我是 Q'uo，我们要再次感谢在场的各位，今天邀请我们出席你们的寻求圈。你们邀请我们加入这个冥想聚会，这对我们是个很大的荣幸；因为我们在这些经验中能够在你们的幻象中存在，并且能够在每一个实体、每一个活动中看见造物者，观察该幻象对于爱的效应。我们提醒每一位，在这条路上 没有实体是单独行走的。确实，每个地球人都有指导灵、老师、顾问、朋友陪伴各位行走这个旅程。在那些冥想、祈祷、沉思的时刻，你退隐到那儿 和这些同伴说话；在需要的时候，它们伸出无形的双手援助你。

我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我们在无限造物者的爱与光中离开你们每个人。

Adonai ， 我的朋友，Adonai。

(V)2013 Digested，adapted，and translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 16 辑

☆ 第 1601 章集：活在当下

-Live in the Moment-

Copyright © 2002 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1999 年十一月 7 日

小组问题: 我们本周的问题是关于怎样能够活在当下，我们如何更连贯地活在当下? 我们可否请求高我的协助? 活在当下有哪些好处?

(Carla 传讯)

[一个录音问题导致有部份传讯遗失]

我们是(Q'uo)。我们请求各位在聆听我们的想法和意见之后，把它们呈交给你内在的知晓和辨别力[每个实体都充沛地具备这些能力]。因为我们提供的所有东西不见得能同等地协助每个人，我们也不想要成为绊脚石。

现在我们感觉可以自由地讲话 (...)。

留心和记得对于肌肉和骨头、花朵和花苞、以及所有第二密度生命是如此地不费

力；却独独逃脱第三密度的心性。

如果你愿意把心智投射到大自然世界，你可以很快地看见花儿、树木、灌木丛的一心一意（...），吸入和呼出彼此的生命、纹理、颜色；如同叶子转向太阳，动物王国的食欲和飢饿带着牠们与彼此互动，在绝对的留心之中。各种动物和植物被造物主的手温和地、安全地、完整地呵护着。每个物种提供一件无缝的衣裳，大自然的每个部份的每个行动交织成一幅宏伟的挂毯，第三密度人类的眼睛扫过它却看不见；因为谁能看见所有存有在韵律与和谐中共同演出如此完美的交响乐？

不过，第二密度并不是最高的密度；虽然第三密度似乎陷入不留心和不觉察的状态中，它确实是向前的一大步[如那些人类沙文主义者多年来宣称的一般]。的确，地球人类是个高贵和强健的种族，你们的第三密度有它的奇迹和惊奇，我们不想要你们感觉自己从第二移动到第三密度失去了什么；你们并未失去成为完美造物的完美一部分的能力，它只是跑到你的心智的地下区域。但你的身体的每个细胞知道它是什么、它在哪里、它是谁。在细胞的水平上，你的存有的每个微小部份都是留心的，都知晓它的源头。

所以，或许我们首先可以推荐每一位持续地、专注地重新进入身体，看待你的身体具备完美的健康和韵律，感觉你的肌肉和骨头之内那种对的显化，就在这个时刻。因为你们每个人在地球的和声中都有一个合适的位置，你们每个人对于地球能量的整体平衡都是不可或缺的。

你们可以信赖自己的身体韵律和身体周期；当你逮到自己对于身体[和它的智慧]不尊重，提醒自我是非常、非常好的一件事；因为你的身体知道的东西确实比个人的心智要多很多。

人体的心脏和每个细胞似乎没什么，只是一个机械式的肉体载具。这时，提醒自我重新观想和理解你的身体为一个完美和优雅的身体; 有它自己的美，有它自己的大智慧。这点对于一个留心的人构成一个可观的资源，因为在运动肉体载具时，当你行走在大自然之中，在大自然的领域中工作，这些活动调频你的身体，并且让它与所有你接触到的植物和动物的身体和谐共振。

因为，行走并不只是把一只脚放在另一只脚的前面，行走也是重新捕捉存有[也就是你]的完美状态。

的确，这是好的: 把你自己想成是一位穿越人生的舞者。

因为你们每个人跳舞或行走，不管是不是优美，你怎么思考自己或思考身体，这些微小的改变可以把你带到更留心的状态，同时你重新观想自己处在完美、和谐、合一之中。

婴儿总是处在当下此刻，他的生命力是崭新的，动物本能占优势。就大部分情况，当婴儿来到地球层面，他的肉体载具是个完美和精力旺盛的身体。

当年轻的孩子开始获得自己和宇宙是分开的概念，自我在当下的自发性就变得越来越稀薄，通常，到了上学的时期，这个孩子的自我意识已经完全占上风，该年轻的灵魂早已关切着过去和未来，那些曾经搞砸的计划，那些尚未完成的计划; 接着 通往越来越少留心状态的行军路程由此开始。

现在文化的典型训练是有系统地、彻底地中断一个人与全体的自发性和韵律性的

和谐过程；因为拥有一群完全留心和觉察的存有对于社会没有用处。毋宁，最容易统治的实体是那些认同正统思考方式的实体，然后他们开始用该社会和文化推行的评价标准来衡量自己。当每个第三密度的实体成为所谓的成年人，每个人多少发现自己必须进入某些工作和就业领域，以保持身体和灵魂一起运作的状态。

你们现在享受其中的文明并不希望它的子民留心，毋宁，希望大家的心智被说服，也就是认同该文明想要它的子民思考、举止、行动的方式。就一个尚未觉醒的人灵而言，那意味着找到一份工作，有能力支付生存的空间和必须的食物。一个国家的政府对于经济的关切[每个公民可以照顾自己以及他抚养的家属]远胜过对它的公民的灵性进展的关切。理所当然地，没有人会期待一个政府去要求它的公民培养留心状态。

无论如何，我们愿意说更多。为了成为永恒的公民，一个人似乎必须去横逆社会；你可以把它想成是激进派，或突破该文明的心智控制。这似乎是蛮极端的声明，但现代文明透过各种报纸和五花八门的信息源头提供它的公民非常多的信息，每天都在诱惑你们的大脑接受该文明的原则和价值观。

(...) 如同它应然的样子，过去、现在、未来恰好地落入头脑的考量模式之中，主宰着[这个器皿所称的]共识实相，而和永恒相关的自我那部分则完全在时间光流之外。你们必须决定(...)，必须决定在你的内在自我中舍弃社会(价值)，转而坚守理想，这会带你离开时间，这会给予你当下此刻。你无法握住这个当下，它亲吻你的双唇，然后消失 (...)。

如何让当下此刻来到你身边并停留？窍门在于抓住魔法，放掉过去和未来。

如何在当下此刻的枢纽上头逮住自我？如何从共识实相中重新捕捉自我？

这个器皿经常觉得使用日常生活中的声音是有用的，可以鼓励留心的状态：正点的敲钟声、电话铃声、下课的钟声。这些声响是有益的提醒者。

寻求者可以辨识每日重复的声响，然后训练自我使用这些提示，不是把它们存放在心智之中，毋宁，使用它们移动进入觉知里面，彷佛是心中响起的铃声，接着在广大的深邃心智引发回响；于是深邃心智被这个声响唤醒，那重复的声响述说着："记得、记得、记得"。

有许多方式滑出共识实相，接着滑入天父的王国 [如这个器皿的说法] ，加入花朵、树林、风和雨、群星的舞蹈。有些人发现音乐可以把他们的心带回当下此刻。有些人在精疲力尽的舞蹈之后找到当下此刻；有些人在重复外在的礼仪中找到它。的确，数千年以来，你们的人群中有些人透过日复一日的服务 发现进入的方式。

有些人每天分别出一段时间，以造物主为中心进行敬拜；有些人带领学生们每天、每周、每月 恒常地冥想。当一个人寻求转动心智不仅离开社会的事物，甚至离开时间本身，他可以在灵性资源的超级市场浏览，找到各式各样的实践法门 [包括刚才提到的例子]。

一个个尝试这些记得的途径，看看哪一个对你是管用的。但最重要的，了解到你的深邃心智中有个开关，一个把手开关 [容我们如此称呼]。当它是打开的，你处在共识实相之中，在社会的狭窄限制中工作；在思想中，而非(实际)行动，就时间的观点而言，扳下那个开关，你变成了一个颠覆份子；因为你现在站在永恒上

头，时间没有任何意义，啊~ 那种至福、轻松、释放感，在当下此刻经验密实空间[即是一切万有]。

让你的心保持敞开，知道在你的内在有着这个当下的至福; 要到达那儿 重点通常不是添加更多东西，而是减少东西，不是外在的东西，而是心智、头脑的东西，那些你从未认真质问的东西，和时间与责任有关。

我们邀请你到一个地方，那儿离昨天只有几扇门之遥，再过一个弯就通过明天。我们邀请你打开并净空自己，并请求。每一次当你感觉自己想要进入当下此刻，清空自己，保持敞开，看看会发生什么。我们鼓励每个人规律地使用冥想，好安置这个过程; 我们总是乐于在冥想中与你同在。

此时 我们要转移这个通讯到 Jim 实体那边，我们感谢这个器皿，在爱与光中离开她，我们是 Q'uo 群体。
(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次透过这个器皿爱与光中向各位致意。此时 我们荣幸地提供自己来述说在座各位的任何进一步询问。此时 是否有另一个询问?

R: 在第三密度中 我们的显意识心智能否使用自己较深层的部份来达成留心状态?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟。较深层的自我，或较高自我，不管一个人想要怎么形容它，从较高自我的观点，它是每个第三密度实体都可以取用的资源。不过，一个醒来的人格体很少能够与较高自我*清晰、敞开地沟通。较高自我是一种资源，一个人通常是在冥想的较深状态或睡梦中接触该资源，因为这种资

源是至为微妙的，同时需要最小心翼翼地维护自由意志。

(*译注:以下相同名词改用高我，稍为简洁一些)

有意识的清醒人格在投胎前就已和高我一同计划此生的功课，并且准备一个取用的方法，好让显意识自我可以在投胎之后接收来自高我的信息。

显意识自我需要以一种清楚和单点的方式去寻求，好让高我回应显意识自我。因为如我们先前所述，高我具备微妙的特性，以致于显意识自我通常不会察觉自己正接受协助。而高我经常是个特使，透过祂来连结显意识心智、直觉心智，以及该心智更深层的部份。

各种资源的同时性，好比在你人生中遇到的书本、电影、其他自我等，经常都是高我的亲手杰作[容我们说]。

如果一个人为了保持中心状态、当下的留心状态而请求取用这部份的存有，光是这个请求就已满足所有必须要件，足以在特定时间内保持留心状态。

因为这份请求协助的渴望和那个全神聚焦于饱满的当下之渴望是相同的；因此，高我可以在这个例子中成功地被祈请；不过接下来就是每个具肉身的第三密度实体的责任了，该资源不管是来自高我或其他指导灵或导师，由该实体的意志决定如何使用它。高我或任何其他源头都没有责任去保持一个第三密度实体在任何特殊的存有状态，因为第三密度和全宇宙的正字标记皆为自由意志的行使。因此，当一个人发出请求，高我总是可用的资源，并且总会提供祂的协助。

是否有另一个询问，我的兄弟?

R: 当一个清醒的实体使用该信息，然后说“感谢你们”，这是否会产生反馈，你们是否藉由给予关注表示感谢？这个流动是双向的吗?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟。这是正确的，因为高我总是觉察其第三密度自我的经验，因为每个实体都是如此错综复杂地成为其他实体的一部分，以致于在第三密度中，不可能经验一种情感而高我没有觉察到。因此，当第三密度以自己的存有表达呼求，高我以谨慎之耳和敞开之心倾听，同时觉察每一个回应。

是否有另一个询问，我的兄弟?

R: 刚才的概念对以下情况是否也适用: 当一个星际联邦的成员或内在次元导师[好比 Aaron]说话并且提供指引和灵感，然后第三密度的实体发现这份资料并从中找到灵感和帮助?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟。这也是正确的，但比较偏向特定的情况，容我们说，通讯的路线不如高我和第三密度实体之间那么亲密。在大多数情况，指导灵或导师接受请求，自由地给予协助; 但密切适合度不及高我给予第三密度实体的讯息。

是否有另一个询问，我的兄弟?

R: 我想知道，当一个第三密度实体请求星际联邦成员[好比你们]的帮助，该星际

联邦成员是否协同高我一起讨论，然后给出最适合该问题的答案?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟。虽然在某些情况中是这样的 [因为在这类的关系中有很大的可能性范围]，但比较多的情况是高我和祂的第三密度自我一起工作，形成一个询问好让我们回应，接着在我们的回应中建立一条与你通讯的线路，然后我们可以觉察该回应对于你的存有之冲击。

无论如何，我们对于你的感谢或回应之察觉比较专属于我们和你们的通讯时间，相较而言，高我与你的关系是恒常的。

是否有另一个询问，我的兄弟?

R: 不了，非常感谢你们谈论这个秘传知识的主题，请代我对你们群体中的其他实体说哈啰。

我是 Q'uo，我们至为感激你的询问，我的兄弟。我们已经转传你的问候，他们也回赠相同的问候。

此时 是否有另一个询问?

Carla: 我想要问关于这个概念: 关于时间，当下的自我成为一个反抗者或颠覆份子。我刚才在传导这个概念时，我对于那时的能量感到惊讶，那几乎对于时间的引诱有股愤怒。你们能否就此再多说一点? 我从未想过进入当下如同一种反叛或颠覆的行动。

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的姐妹。你们第三密度幻象的建构方式使得一个人近乎恒常地经验脱离记得之时刻，因为当一个人没有这样的中心状态才会遭遇到各种催化剂，那是他投胎的原因之一。这就是第三密度幻象的目标：给予一个人那些经验，抛掷他到中心以外的地点，然后使他接受考验 [容我们说]。

每个实体在这种场合中的自发性反应是种标记、衡量、标示，指出该实体成功学习此生课程的能力。如果一个人能够达到存有的中心状态，也就是说，他处在此刻的流动中，在各种事物的中心；那么他就更为稳固地在造物主的胸怀中歇息[容我们说]。在你们暴虐命运的弹弓和箭矢当中，那是个安全的避难所，因为该实体能够在冥想、沉思、祈祷中退隐到这座至圣所，在其中 该实体不必直接地处理此生当下的各种困难，在某种意义上，他已经返回万事万物的合一。每个实体在投胎到第三密度幻象之前的起点都是这个合一。于是当一个实体来到地球，暴露自己在遗忘幻象的各种困难之前，这是每个灵魂先前渴望与期待的。

是故，一个人把自己带离眼前的学校课程，容我们说，就等同以某种方式逃学。

是否有另一个询问，我的姐妹?

Carla：没有，感谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你们，我的姐妹。此时 是否有另一个询问?

(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，看样子我们已耗尽这次工作集会的所有询问，再次表达我们的感激给

这个寻求圈，感谢每一位邀请我们加入的成员。一如往常，和你们同在，与你们说话，以及每位成员在这里寻求时，聆听每一颗跳动的心和你们心智的活动;真是快乐啊!

我们现在要离开该器皿和这个团体，在太一无限造物者的爱与光中离开每一位。Adonai。我们你们认识的 Q'uo 群体。

Adonai，我的朋友，Adonai。

(V)2013 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ **第 1602 章集：目标**

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 5 - Session 3 - Channeling Circle 19

2009 年五月 30 日

团队问题：该问题是，「在我们的生命中 我们如何确定我们要去做什么事情。我们如何找到自信去做它？当它进行的不是很顺利的时候，我们接着应该做什么呢？」

（S 传讯）（S 作为这次传讯圈集会的资深通道）

我是 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。今晚能被你们的圈子呼唤 我们为此感激，因为这仍然是一种有点罕见的服务类型。它是我们的一个

机会，既可以增进我们服务的道路，又能够从我们所服务的那些人当中学习。

我们请你们在吸收我们所说的内容的过程中 使用你们自己的分辨力，因为我们的道路和你们自己的道路并不一样。这条道途开始于神秘，结束于神秘，可以这么说，我们的光照耀在它的某个部分，不必然对整个道途有完整的视野。因此，我们所提供的任何特定的真理也许更多地是对于我们的真理，或者更多地是针对另一个人，而不是针对你说的真理。因此，如果我建议的任何内容对于你少于完美的价值，我们会建议你将它放在一边。

今天早上 你们要求我们对一个问题发表观点，这个问题不仅仅地对那些走在第三密度的体验道路上的人们是有趣的，就我们自己对密度的理解，它也是一个深入到所有密度的问题，这个问题是，当一个人已经有了层层相叠的经验，他就会尝试在这些经验中去寻找一种说服力— 从而建议一条向前的道路、一个方向、一个目标，及其完整性。

该目标本身就是某种所有寻求者必然以某种方式抵达的事物，一个人有一种目标感是很好的。一个人可以将自己投身于目标是很好的。然而，因为生命本身是一个永不停止的发现过程，目标将需要被重新考虑或重新制定方针，这将会一次又一次地发生。有时，这种重构是一种较大范围的排序，它涉及对一个又一个计划的抛弃。有时，它更多的特性是精炼一个尚未具有可持续性的计划。

但是在几乎所有的情况中，当一个计划被摆出来被检验以确定关于这个计划是否与整体的生命样式发生共鸣，这个计划本身会开始表现出它是无法持续的，这个时候将总是会有某种程度的混淆和挫折。因为当一个考虑这种不可持续性的原因是，它会返回[1]关于生命样式的整个问题，在这一生之中 甚至最单纯的问题如

我是谁以及我渴望什么，都会使得一个人发现自己进入一种相当大的困惑中。

现在，在类似这样的环境中，为自己提供一个有点死板，或者容我们说，更加僵化的目标的概念经常是一种诱惑，这样一个目标 在其本身就包含了一种批判，它经常会用一种没有完全觉知的方式来运作，或者是以公开地 但认为有一些事情是应当去做的方式来运作。在这种类型的情况下，在每一天的日常生活中回头凝视生活的现实 并看到一种缺点、失败、缺乏，这实在是太容易的事情了。

事实上，这种方式只会加重困难，因为一个人接着不仅仅要和缺乏、失败进行搏斗，他还要和关于缺乏的内疚搏斗，一个人会开始发展出一种自我的形象，在其中自我就是一个人所遭遇到的这些不足状况的承担者。我们发现在灵性发展的进程中这些批判对于健康不是有益的。因此，问题不可避免地升起了，一个人如何才能开始用一种方式，避免批判升起[以致于将一块绊脚石放置在他预计的课程中]，开始着手于寻求一条生命的道路。

现在，我们将通讯转移到 R 实体上。我们是 Laitos。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们通过这个器皿向你们致意。我们发现这个器皿在说出那些进入心智的言语方面已经找到了更多的自信，即使有时候它在将我们的概念转译到语言时仍然会迟疑。这个连接是纤细的。这个器皿希望变得精确而准确，这为它自己一次又一次地制造了绊脚石。我们是 Laitos，我们将这个通讯转移到 M 器皿上。

（M 传讯）

我们是 Laitos。今天早上 对于在回答该问题时已经谈到的那些内容，我们愿意通过这个器皿补充更多的一些说明和评论。这个器皿此刻几乎是以一种单调反覆地吟咏一样的形式地接收到短语:「存在比作为更重要。存在比作为更重要。」于是她重复着她在她的脑海中听到的，她所依赖的是该准则说的，一切都在意图之中。从阶层结构来说，最重要的是意图，意图所显化的东西是次要的，不是完全不重要，但在重要性上肯定是次要的。我们现在将这个通讯转移到 L。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。继续我们通过 M 器皿谈到的想法，我们想要回到这个问题的开端。当这个问题在这个圈子中被讨论时，G 实体说，她为一个事件做好了准备，她过去的某件事情，然而那件她做好了准备的事情没有具体出现。

但是，如同 M 实体说过的，结果不是重要的事情，存在才是重要的事情。在为你的存在做准备的过程中，你做了一系列的与你的过去有关的任务。不论结果是否是你所期待的，这些任务对你的灵性进展都是重要的。在这种情况下，「存在」和「作为」有了一种融合并成为了在某种程度上一样的事情。当你进行这些工作时，你在「做事」。然而，你会停留在将它们完成的存在性中，而不期待向着一个目标继续前进。

当你期待发生的事情并没有发生的时候，你返回到存在性中，不再尝试去完成。你过去能够完成的初步任务将在另一个时刻为你服务。

每一次你在存在中，你就在达成你的目标，因为你已经在过去完成了那些将你带到你现在的位置的那些事情。每一刻都是你的目标。再一次，一个人可以看到存在中的作为和作为中的存在是平行的。这些概念并不是新的，它们已经被我们谈到过很多次。然而，这里有另一种应用，在你的生命中你可以使用它来更清晰地看见我们所谓的存在中的作为和作为中的存在的意思。

（长时间停顿）

现在你们是存在，还是在等待这个器皿说话呢？

这个器皿在期盼中坐着，她说，「我要去哪里？我要传递吗，我要等待吗？」接下来他想起了我们刚刚说过的信息— 「就存在着(Just be)。」突然间 她理解了我们的信息就是静默。在她进行传讯的同一时间，她单纯地存在于可接收的状态。

这是一件为造物者做的精彩的事情。通过你，造物者得以知晓祂自己。然而，在造物者所做的所有事情中，造物者存在。造物者单纯地允许作为成为祂自己的进程。祂无时无刻都在存在状态中，而祂自己的各个面向却四处忙碌。

你们每个人都渴望在你们的行动上附加上重要性和意义。「我做这件事情是因为某个先前的行动或结果，我现在做这件事为了获得另一个结果或作用。」让你正在做的每一个行动都成为它自己最终的结果吧。允许你自己像造物者一样存在，像造物者一样做事、行动、度过你的一天。忙碌是绝对没有问题的，你也同样在你的忙碌之中存在。

当你安静地坐着的时候，也许处在困惑中，因为你不知道下一个行动应该是什么，或者某个独创的行动会让你被妨碍了，于是你坐在困惑中问道:「我的道路在哪里？我的命运是什么？为什么我在这里？我现在应该做什么？为什么这件事没有像我期待的那样实现？」坐在你的存在性中，你进行的行为就是安静地、耐心地等待。在这些时刻，让你的心智歇息是好的。

当你安静地坐着和休息的时候，不要认为你没有完成什么事情，不要认为你没有工作你为自己设置的目标。工作一直都在进行。在那些懒散或停滞或出于无望而被卡住的时刻，你在持久地工作着。工作一直都在进行。你最好的一部分一直在被完成。当我们等待你们做好准备时，我们坐在你们旁边等待着被呼唤，我们不是同样有所作为吗？我们积极地处于被动状态，如同以往，等待，就好像一个情人会耐心地坐在电话旁边，等待她的伴侣打来电话。她正在做一件事，虽然她仍然是焦躁地等待着。

我们感觉现在是让另一个声音说话的时候，因为我们感觉到这个话题在它的小小面向上已经被用完了，所以我们想对团队的这个问题换另一个角度。我们是Laitos。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。在爱与光中 我们通过这个器皿向你们致意。我们开始喜悦的话题。当一个人考虑一条道路或一个服务时，一个人经常会听到「做那些让你快乐的事情。」这不是一个不适当的建议，而我们感觉它没有击中目标。我们会提供两个范例: 一个例子来自这个器皿的生活，一个例子

来自 Jim 实体的生活。

当这个器皿还是一个年轻的妇女的时候，她的喜悦是在婚约中相互服务的承诺，在遵守那个承诺的过程中她找到了喜悦。当这个婚约在另一个自我的要求下溶解的时候，可以说喜悦耗尽了。然而，并不是这样的，因为承诺过去已经被遵守。该承诺现在溶解了，允许挚爱的人自由。

这个器皿继续做出承诺并在遵守那些承诺中找到喜悦。不知怎的，几乎是偶然地，服务的道路为这个器皿开放了，这条道路通过数十年的服务继续兴旺并发展。这个器皿在遵守承诺中找到的喜悦比只在特定的情境中来临的快乐远为深入的多。

再一次，我们凝视着 Jim 实体的人生，住在一幢用他自己的双手建造的房屋里，吃着他以双手准备的食物，用那双手收割，用自己的双手装罐、贮存、烘焙并制作食物，作为这样一个人他很开心。只与自己做伴让他很开心。他的想法被忠诚地记录下来，这让他觉得很满足。然而，他抛弃了这些快乐，因为他的喜悦是在服务中，为了追寻那个服务，他感觉自己必须走得更深并与那些他感觉是服务伙伴的实体一起合作。

现在，做为一个园丁而不是一个独居思考的农场所有人，这会让这个实体觉得快乐吗？快乐来来去去，而这个实体的喜悦却是完整的，因为他已经找到了与该器皿以及其他人一起从事的服务，在其中他追寻一个比他以前设想过的任何事物都更大的目标。

因此，我们建议每个人不用去贬低快乐，而是去寻求喜悦，并在找到的时候珍惜

喜悦。什么会给你喜悦呢？喜悦所在的地方，服务就在那里。因为在那喜悦的体验中，在实现你最深的存在的过程中，有着对太一无限造物者的服务。

在另一方面，我们会指出你们的道路的丰富度与可靠重复性。这条道路大多数时候不是一条直线，相反，就好像名为保罗的实体说的，它是一条漫长蜿蜒的路[2]。这条道路却信实地、不可避免地通往为你而设的大门。

就这方面而言，我们愿提供小提琴家大卫[3] [位于器皿的脑海里]的例子。

他是一个如此杰出的小提琴家 甚至在年轻的时候，他在管弦乐队的级别中就飙升而上，乐队也聘他作首席[小提琴家]，这是众人欣羡的荣耀。他在演奏小提琴当中感到欢喜，然而他的身体开始发生故障。当他锻鍊他的技艺的时候，手腕和手臂罹患疾病，他越来越被痛苦充满，变得越来越无法练习。

当他找到这个器皿并询问要做什么的时候，他已陷入绝望，这个器皿已经很多年都沉浸于存在对比作为的思索中，并考量服务的道路和该道路是如何在她的人生中转了许多个弯，于是她建议大卫在那这表面的失败坑洞中寻找隐藏的机会。

这个建议打到大卫的心坎，他认为是个健全的建议，接着他能够从烦恼与担忧中解脱，在祈祷中寻求太一无限造物者的意志，因为祈祷是他选择的冥想方式。十天以后，他收到了一所极受赞誉之音乐学校的邀请去成为一名老师。他接受了这个职务并找到了给他带来深深的喜悦的终身服务。他现在仍在从事这个服务。

当一个表面上的失败发生在一个希望去服务的人的身上时，总是从忧虑和为什么会这样的问题中解脱出来是好的。从灵性的意义上说，为什么一条道路会走入绝

境并不重要。在一条死胡同尽头的空白墙上没有信息。那么平静地，当事情并未如你所愿时，掉头吧。释放那个已经失败的渴望，并重新找到你最深的渴望，它单纯地就是去服务。让那意愿乘风而去，通过吸引力法则 它将带给你下一条道路，一条把你从存在转向行动的道路。

认为你的服务的道路主要是由行动构成的，这从来都不是一个好的假设，因为你在投生前很可能已选择一条服务的道路，它从根本上是一个持守光的服务，这是一个人在菁华和存在性中提供的服务。我们现在将这个通讯转移到 G 实体上。我们是 Laitos。

（G 传讯）

我们是 Laitso，我么现在与名为 G 的器皿在一起。在你们的文化中有一本灵性著作叫做《奇迹课程》[4]。这本书中有一节与我们正在讨论的问题是非常相称的，那一节是:「一个心里只想着目的地的人错失了旅程的快乐。」

正是如此。当一个人心里有一个目的地的时候，他所有的注意力都会集中在抵达上，然后他的确错过了旅程的快乐、沿途的风景、他遇到的人们的重要性、他与一同旅行的人们的关系之美。

这个器皿很多年前曾经坐公共汽车从印第安纳波利斯旅行到蒙大纳，在这次旅行中 有一次灵性上的体验，在一个午夜里，公共汽车上 彼此相邻而坐的陌生人之间有很多心与心的坦诚的对话，还有在一位来自德国的旅行者的口琴伴奏下 歌唱「这片土地是你们的土地」。如果这个器皿睡着了，她就会错过所有这些体验。因此，当你朝向目的地旅行时，对你周遭所有的快乐保持觉醒吧。

在你们的文化中 我们说的是行星地球的文化，不是局部的文化 所有人都被身体的五种感官所限制。要看到宏大的图像是很困难的。我们说的宏大图像的意思是灵魂生生世世的图景。很多人历经一个完整的人生却从来都不知道以前发生了什么，对以后会遭遇到什么也没有任何线索。这就好像他们踏上一个舞台，在戏剧中表演他们的角色，接着走下舞台。当他们在舞台上扮演各自的角色时，那就是所有他们所察觉到的。

在这个房间中 你们所有人都拥有更多的知识— 关于你之前发生了什么和当你走下这次人生的舞台时 在你前头的会有什么。然而，在一天中的很多的时刻中你们却不倾向于聚焦在那里，你们倾向聚焦于在戏剧中你的角色。

在这次投生的生命中，你们为任何事业所做出的任何准备是永远都不会丢失的。

你可能看不到你们所做的准备的成果，直到你走下舞台并进入另一次经验。

但是你们可以放心 成果总是会到来。

我们推荐你在每一天的祈祷中为你的生命请求至善(highest good)，不用知晓那至善是什么。你可能认为你知道那至善是什么，但是很难知道灵魂层面上的至善是什么。可以放心的是，你所请求的，你将会收到。

（磁带第一面结束）

（G 传讯）

这间屋子里的你们每个人在灵性的世界里都有一整排的帮助者，在你灵魂的旅程中 他们会在那里支持你们。

让我们同时也谈谈那些你们并没有具体地进行任何慎重准备的情境。在你们的生命中可能有一些情境与你同其他人之间的关系有关，在其中你将需要使用的技巧是你先前为一个[和这个关系无关的]目标准备的。而这个技巧对于另一个或者许多的情境都可以发挥作用。

举例来说，这个器皿曾经有过的经历，在她的职业生涯中她曾作为一个社会工作者，她与一个妇女一起工作，这个妇女已经与她的丈夫一起经历了非常长的时间的疾病。如果她没有灵性上的觉知，她也许无法完成这个工作，因为这工作对她是非常难受的。

因此永远都不要认为你所做的任何的准备会丢失或没有用处，因为总是会有你已学会的课程和已到达的山峰可以转移到生命中的其他的情境。

能通过这个器皿说话 我们感到非常的欢喜，现在我们转移通讯到 S。

（S 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起。现在，关于我们一直探讨的这个非常有趣的问题或者任何相关的事情，请问在座各位的心智中是否还有遗留的问题？有问题吗？

R：好吧，我有个问题。Laitos，你能谈谈我的传讯吗，因为当它到来时我并没有期待它，而我能够说一些话，感觉就好像蜻蜓掠过水面一般。我没有看到任何我以前没见过的视觉提示，因此我实际上不知道我是否获得了某种通讯，因为它大半是我的语言。你能对这个过程进行评论吗？我感激你的评论。

我们是 Laitos，相信我们已经理解你的问题，我的兄弟。对未预期的事件的过程的体验，以及对那些没有以期望的方式展开的事件，寻求者如何能够获得与这些事件的一个从容的、切实可行的关系；你要求我们讲解这些问题。

我们已经建议过，当一个人继续走在探索的道路上时，这样的经验为一个人带来检验预期自身功能的机会，这是常有的情形。在这个问题的情况中，也许，在这次寻求的集会中 这个新的器皿曾预期在一己的能力范围内有所服务，而当通讯被转向该器皿时，却发现那个期待受到阻碍。我们会说，我们的感觉是你带着相当程度的恩典接收这个事件突如其来的转折。我们为该器皿轻易地说出这些言语感到非常高兴，它们只有一部分属于器皿自己的。

我们建议允许这个过程继续一段时间，因为这个器皿所提供的礼物确实是独一无二的，这些礼物为这整个团队的寻求增加了一种深度和远景。因此，我们愿称赞这个器皿的工作，从我们的角度 我们认为，比起一些只是寻找一些肤浅结果的人可能有的可见进展，这个器皿的进步要大的多。

我们能进一步地回答吗，我的兄弟？

R：没有了，谢谢你的评论和支持。

我是 Laitos，我们感谢你，我的兄弟。此刻有更多的问题吗？

提问者：我有一个问题。你用了一个词语，我在其他的通灵讯息中听到它被使用过，我不确定我真正地知晓它的意思。我并不是想请你们对「恩典」这个词语做一次完整的论述，但是我想知道它在形而上学方面是如何被使用的。

我是 Laitos，我们相信我们理解了你的问题，我的姐妹。「恩典」这个词语是一个相当大的探究主题，容我们说，它值得拥有自己的一个空间。但是我们可以非常简要的说，在问题所在的脉络中，它单纯地意味着一个人在面对突如其来的情境[一般认为非常有挑战性的状况]时，带着一种轻松和舒适，愿意开放地、优美地迎接该情境。

这种经验的形而上学维度，就如你猜想的，我的姐妹，确实非常地深，这些维度与好比信心这样的概念连结在一起。

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹。

提问者：　在另外的时间 我们可以对恩典进行一次交谈。谢谢你这次尽你所能提供的简洁答案。

我们是 Laitos，我们感谢你，我的姐妹。现在还有另一个问题吗？

（没有更多问题了。）

我们是 Laitos，此时 我们感觉我们已经耗尽这个团队的人们的能量和好奇心了，

因此我们行将离开。在太一无限造物者永恒的喜悦中，在爱中，在光中，我们光荣地离开你们。

Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1] 就这个词语在这里被使用的意义上，根据 www.dictionary.com，redound 的意思是「返回或者反思一个人的荣耀或者耻辱。」

[2] 保罗·麦卡特尼，「漫长蜿蜒的路」(The Long and Winding Road)，(c)蓝侬-麦卡特尼，版权所有。副歌是这样的:
The long and winding road 漫长蜿蜒的路
That leads to your door 引向你的大门
Will never disappear. 永远不会消失
I've seen that road before. 我以前看过那条路
It always leads me here，它一直引领我到这里
Leads me to your door. 引领我通向你的大门

[3] 大卫(David)是 Carla 的一个老朋友的丈夫，这个故事是相当真实的。

[4]《奇迹课程》格伦，埃伦，加利福尼亚，内在宁静基金会，1992 年。

Translated by T.S.
(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1603 章集：恩典 2009

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 5 - Session 4 - Channeling Circle 20

2009 年五月 30 日

（M 传讯）（M 作为这次通灵圈集会的资深通道）

M：我们是 Laitos，我们在爱与光中抵达。我们在今晚加入你们来分享我们对恩典这个主题的分类与看法。

在语言中恩典是个普遍存在的词语。在你的语言中它有很多的不同的细微差别与内涵，很多不同类别的意义。但是它们全都共享一个基础的要素，在我们今晚在这个圈子轮转的过程中，我们将尝试去梳理它。

这个器皿将要努力应付的恩典的面向是动态美的图像或感觉。时常地，如果某个人谈到美这个词语，进入一个人的头脑的是强烈但却静态的图像。恩典是美的动态的表达。当一个人以一种强烈地或特别平衡的方式服务或存在时，恩典就是这样一个人的一种表达与显化。它是一个人正在用一种非常平衡和有效的方式说话或服务的记号。我们现在将通讯转移到叫做 L 的实体上。

L：我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。恩典是神圣的。你们星球上的万物都是神圣的。你们星球上的万物以它们自己的方式都是美丽的。当一个人在他的一天的行动中用一种我们谈到过的动态方式四处移动时，恩典是神圣中的美的

一种表达。它包含那些动态的行动，那些真理的知识在心中说:「这是神圣的。」

一个人接着从一种简单的活动进入那个活动之中的恩典。它是一个人的自我和造物者的[自我的]融合。

我们会说，恩典几乎就是一种行动的传导。当一个人跟随着造物者的意志而行动，一个人会在他或她的行动中找到神圣。一个人就进入了恩典，一种造物者之美，一种合一之美，将一个人的意愿和造物者的意愿校准之美。

当出现关于恩典的用途的问题时，背景起源于叫做 R 的实体的传讯[1]。这个词语被使用因为他释放了自己，并将自己交托于造物者的力量而不是交托于他自己的头脑的合理化思考:「我应该做什么，我应该说什么？我不知道我能不能这样做。」他没有被给予准备时间，来不及变得焦虑。他单纯地行动，在那行动中他倚靠信心，知道他在进行服务。在信心的服务中，他将自己与造物者的意志校准，在造物者的意志中，他进入恩典，进入了美。

我们现在将通过 Jim 实体感知我们的概念并说话。我们是 Laitos。

Jim：我是 Laitos，我们以这个器皿之名向你们致意。我们迄今为止已经通过各种方式谈论恩典。我们现在聚焦于恩典为陷入困境的寻求者铺平道路的特性。当一个人沿着追寻真理的道路前进时，他会发现道路上有一些地方，容我们说，要通过是比较困难的，因为一种或者另一种特性不仅仅被包含在道路中，也许同样也在寻求者之中，所以，一个寻求者会用对他而言独一无二的方式，通过看起来会暂时阻碍寻求者在道路上的进展的途径，对特定的挑战、刺激物、催化剂做出反应。

当寻求者发现进一步行动有阻力的时候，在经验中有了困难，在思想中出现困惑。聪明的寻求者会退回到内在，回到用于冥想的「房间」里。寻求者会尝试去在我们称为道路的地方，容我们说，将混乱的时刻排序和洗牌，这样他就可以发现一条道路，这条道路将允许他发展与前进。

当寻求者放弃了对自我的人格的渴望，将人格放在地面上，并将自我交托给造物者时，容我们说，这是达成目标最有效的方式，该寻求者比较喜欢更高的资源并将自我放在这种更高源头的保护中。当它带着一颗真诚的心而被完成的时候，寻求者很多时候会被这种质量的恩典所充满，它以某种方式指引寻求者超越困难，牵着他的双手，并用一种安全、稳当、沉着的方式移动他的双脚。这样，困难就不会如同蒙上阴影一般如此难以战胜，寻求者会在他的心中找到一种宁静，一种恩典，在他的脚步中找到一种节奏的优雅，于是寻求者就会沿着道路进一步前进了。现在我们将这个通讯转移到 Carla 实体上。我们是 Laitos。

Carla：我们是 Laitos，通过这个器皿在爱与光中向每一位致意。恩典的真正核心，就好像在你们的人群中很多个世纪以来一直使用的一样，是作为一个赠品、作为服务你们的一个礼物。

在基督教的神学体系中，恩典指的是并非应得的、完整的太一无限造物者的爱。在造物者被视为一个爱的造物者的观念中，它是一个中心概念。

我们已经通过很多方式给出这个概念。我们已经说过造物者用一种无限、没有阻碍的爱，绝对地与全然地爱着你们每个人。这种爱不是应得的，它无法被赚取。单单凭借恩典，它是你们每一位的恩典，如同它是我们每一位的恩典一样。这种

知晓是你在无批判与无限制中被爱着，是自由的感觉的基础，那些被爱着的人们会开始知晓它，他们因此开始知晓真正的爱是什么。

你无需积聚爱或者慈悲。你要做的仅仅是进入到内在的祈祷房间，冥想、崇敬和感恩就在那儿发生。穿过那扇门进入太一无限造物者的临在就是在造物者的爱与恩典中去知晓、体验、歇息。

对于你们这样的实体，活在第三密度的世界中，经常受到诱惑去认为所有事物都必须被赚取，没有什么是可以免费得到的。你们很多人都曾有过这种经验：必须去赚取你们父母的爱，一个家务接着一个家务，一个称赞接着一个称赞，一个让步接着一个让步。那种爱是不稳固的，那些强烈要求他们爱的证明的人永远都不会完全地满足。他们[被要求提出证明]同样也不会在爱中感觉到放松。只要爱是有条件的，永远都会有另一个条件。可衡量的爱总是有个尽头。

而理则的爱却是无法衡量的。它是无限的，永恒的。你们都是太一无限造物者的相同的爱的布料的织线，你们是祂的生灵。因此，在你们周围的世界中，你们都是太一造物者的生灵，你们是祂的脸，声音，祂的手和脚。你一直都有机会去表达这种无条件的爱，好让你爱的那些人自由，不再恐惧你的批判，不再恐惧会失去你的爱，他们也可以自由去成为他们本是的生灵。因此，恩典旋转编织它的光与爱，从无限造物者而来并经过你，进入一个渴望着那种爱的世界。我们现在将这个通讯转移到叫做 G 的实体上。我们是 Laitos。

G：我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。这个房间里的每个人都听过一首赞美诗—《奇异恩典》（Amazing Grace），它的歌词是对恩典的一个恰如其分的描述。这首赞美诗是作者是纽顿先生，你们一些人也许知道这首赞美诗是如何

出现的故事。他是一个奴隶贩子，有很多年，他带着数千名从非洲大陆抓来的人去美国卖掉他们。在他的生命的某个时刻，他的心敞开了，他看到他过去的错误方式，这首歌《奇异恩典》也由此而来。[2]

恩典是一种存在于宇宙中的一个真实特性。当一颗心打开的是时候，即使只是打开了极小的一点点，吸引力法则就会生效，恩典就会让那个已经打开了心的人发生转变。

恩典是灵性世界的烹饪油。当烹饪油在锅底伸展开来的时候，面糊被放在锅子里，接着锅子被放在炉子上，烹饪油就会允许并促使转变的过程发生，这个过程会防止饼粘在锅子上。恩典是灵性世界的轴承润滑油，当它被加到轴承上时，它就能让轮子自由地转动而不会被卡住了。恩典是喷洒到嘎吱作响的铰链上的油。它让事物在灵性世界中自由移动，并允许事物发生转变。就好像这个器皿之前说过的一样，恩典是一个礼物。来自无限造物者的礼物。我现在将通讯转到 S。我们是 Laitos。

S：我是 Laitos，现在通过这个器皿说话。因此恩典是一个惊人的特性，无偿的、免费的。它是灵性生活真正的炼金药(elixir)。它是一个人永远无法忘记的事物。

有一种感觉被体验到。它是一个人可以真正地去渴望的事物。然而，如同某个人说过的，它只会如温柔的露珠歇息在大地上一般地到来。它无法被强迫。它无法被赚取，也无法通过正确的努力而辛苦地赢得。

有一些人会在一段时间中嘲笑恩典的体验。有另外一些人他们获得的恩典的体验非常的少，持续的时间也非常短，接着他们会发现自己再一次在日常生活的困难

中经受折磨并忍受灵魂的暗夜。在诸如这样的时刻中，恩典仅仅是一个记忆，但这个记忆能够支持不断地努力来工作那容器，这里的每一个人都是那样的容器。

虽然一个人无法赚取恩典，他却有很多可以做的事来阻碍通向恩典的入口，这是真实的，大量的灵性上努力的经验都致力于消除这些障碍物。因此，关于这种最珍贵的、最神圣属性的恩典，我们可以提供的观点是，它是一个给你的资源。甚至在那些最黑暗的时刻，看起来几乎不可能获得的恩典的时刻、那些严苛的催化剂的时刻，还有那些无人能逃脱的灵魂的磨难时刻，恩典是一个希望，恩典是对你的一个承诺。在这种光中，那些艰难时刻可以不再被简单地视为一个深入骨髓的负面事件，它们也可以被视为准备一个容器的机会，这样它就可以更合适，或者更少地阻碍无限造物者的爱与光。那就是恩典的真正要义。

硬币的另一面是，当一个人正在经历那些恩典的片刻时，一切都好像是在轻松和舒适中无负担地得到的，如果一个人能往后退半步并提醒自己 这同样是一个暂时性的情境，它也将要过去，这是好的。正是那知识 不仅仅会对自我有所帮助，也对其他那些尚在疑惑和绝望中徘徊的人同样有帮助。

因为当你从高处看一眼那些受苦之人，当你看一眼那些(进展)较少的个体们，他们无法分享那个你容易接收的恩典，直到你能够伸出手，也许是感觉到一点点他们的负担，也许是允许一点点在你周围自由地聚集的爱与光被传送给他们，你才是为他们做了一些事情。

甚至会有一个时刻，那时你会遇到的问题是，你自己对恩典和感激的持续体验是否要被牺牲来进入[我们所寻求的]服务他人。耶稣-基督的道路就是这样的，他自愿地献出自己并让自己承受巨大的痛苦和折磨，甚至到最后 情势引导他宣告:

「天父呀，祢为什么抛弃了我？」他所做的一切都是服务，都是为了爱其他自我所做的。

我们认为具有最高价值的恩典，不是什么一个人可以保留给自己的事物，它却是一个人可以在一个共同的人群中，在一个寻求的灵魂的共同宇宙中分享对其感受的事物，我们自己是这些寻求的灵魂的一份子。恩典是一种经验，一种非常非常伟大的体验。它是一个情境，一个崇高的情境。但是，对于一个寻求以最谦卑的心去服务的人而言，希望或意愿无止境地停留在恩典中是对自己不利的。

我们现在将通过转移这个通讯到叫做 M 的实体 来结束我们的寻求集会。

M：我们是 Laitos。这个圈子中的每一位已经努力将我们的想法和概念用如此优美的方式进行转译，我们为此非常快乐。请问这个圈子现在是否有任何关于恩典或者其他任何主题的问题呢?

S：我感到一个问题涌上心头。让我看看我能否在这里将它用语言表达出来。在我看来，恩典是一种情境，如果它被给予了，一个人是绝不会拒绝的，然而如果去沉浸在其中，就会有一点自我-中心了。我想知道拥有一个恩典的情境或者处于恩典的情境中，在它的性质上，是否总是一种对他人的服务呢，或者是否有些时候 一个人必须进入到牺牲的面向中？

M：我们为你的问题感谢你，我的兄弟。如果这个器皿正确地理解了这个问题，问题是 完全地或持续地沉浸于恩典中会是一种服务他人的表达。这样说对吗？

S：是的。

M：这个器皿对于正在被转移的东西的看法是，那并不是必须的情况。「恩典」这个词语同样也包含了连接到造物者的工具，朝服务自己和服务他人极化的人都可以得到它。当一个人在存在性的演化中开始着手于他服务的道路时，持续地沉浸于恩典中并不属于一个或另一个极性。

事实上，这是一个正在连接的人可以做出的选择，这样一个人一定会接受被恩典所授予的恩典时刻。从时间/空间的这个角度，你可以选择去做事或成为，不管你正在做事或正在成为，你的恩典方式永远在那里。我们仅仅需要去认出它，伸手去拿它并接受它。

我们能否进一步回答你？

S：不用了，谢谢你，那个回覆是有用的。非常感谢你。

M：有任何其他的问题吗？

（没有进一步的问题。）

我们是 Laitos。我们现在要离开这个团体，我们极其享受这次拜访和它的吸引力。我们将在无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。

原注

[1] 在这次工作集会上，R 并没有要求去做一个管道，只是做为一个电池参加集

会。然而，在集会的进程中，S 还是将通讯转移到给他了。虽然这对他是完全是一个意外，R 还是尽力传递了他接收到的信息。S 在集会后告诉他，他的表现充满了恩典。R 问这是什么意思。由此，这次通灵圈(Channeling Circle)的集会主题就产生了。

[2] 想要去进一步阅读关于 John Newton (1725 – 1807) 的故事以及他的赞美诗的人可以造访这个网址：www.anointedlinks.com/amazing_grace.html

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1604 章集：魔法人格 [完整版]

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1989 年十二月 31 日

小组问题：今晚的问题是魔法人格(magical personality*)的发展．我们如何去发展魔法人格？这么做对我们有什么价值？另外，当我们着手发展魔法人格时，我们真正在发展的东西是什么？

(*编注：亦可译为神奇人格，请读者自行选择喜欢的名词)

(Carla 传讯)

我们在感激中来到你们这里，并在太一无限造物者的爱与光中向你们致意．

我是 Q'uo．感谢你们提供一条美妙的服务途径给我们，它对我们是个撩人的美

景。同时，你们在黑暗中挣扎努力，仍然持有信心看见内在的光，我们持续送爱给你们，我们向你们献上我们谦卑的感谢和持久的爱。

你们今晚提出的问题与魔法人格有关，在我们讲述那个主题之前，我们必须述说一个基础的主题，以通往对魔法人格的理解。这个理解是所有时间、空间、动作的同时性。这个当下片刻即是永恒。过去、未来，感觉在时间长河中存在，这些都是幻象的一部份，它给予你们一个极为强有力的机会去寻求 有意识地加速你们灵性成长的速率。

[以你们的历法计算]今天刚好是旧的一年之最后一天，也是旧的十年期的尾声。明天将是新的一年，你是否会感觉到不同的时间？明年似乎会发生转变？

就大部份而言，不会的，因为你是相同的。你过去一直存在，你存在，你将一直存在。

你在这个密度所做的各种选择被你的偏好(biases)与极性影响 [它们是你多生累世捡取的偏好与极性]。

当爱、和平、温和与心的谦卑的偏好成为你的安歇与自信时，或许你可以释放时间与空间，允许它成为一个有用与极有效力的催化剂之提供者，将催化剂给予那些想要学习爱的功课的实体们.

你们看，你们处于自我-意识的开端。在这所永恒的学校，这个时间幻象中，你们已经几乎要结束这一学年了。然而，你们所做的决定是在时间/空间中做出的，它不会诉诸于外在世界以及外在世界的世俗的关注，但它却会诉诸于你们每个人的心与不可或缺的感情。

以这个方式，我们可以更简单地说魔法人格是一个人能够把心与意聚焦在无限太一的一件工艺品(artifact)；就某个角度，你可以认为高我(higher self)是与你分离的。

但正如你存在于昨天，也将存在于明天[位于新的一年与十年期之中]，同理 我是(I AM) [你的核心]正在学习爱、智慧、以及睿智的怜悯等功课，当这些课程已经

被学会到某种程度，并且没有显著扭曲时，你转身(向后)，延伸(自我)穿越时间，给予你自己一份礼物。

你提供各种偏好、决定以及已经做出的选择，它们不仅仅是在你的幻象中的单独这个点所做的选择，而是所有的选择，这些选择将允许每一个你毕业进入第四密度，完善爱的课程，并学习光的课程，当你(开始)显化光并学习智慧的真实意义时，到达第五密度。

最终，在第六密度的中期，到了某一点，不再有任何极性；因为如果一切都是单一极性就等于没有极性。当灵魂到达这一点，充满了合一、智慧与慈悲，于是该第六密度自我在第三密度自我的内在，其深邃心智中安置即将到来的偏好，已经实践的命运，以及服务他人的美丽与精准.

因此，魔法人格或高我是自我中最后包含极性的痕迹.

当你面对一个扎根在极性中的世界幻象，这个礼物极度地有帮助.

许多、许多时候，一个人面对两难的局面，无法以理性辨别的谜题，没有符合逻辑的答案，只有心轮(heart)的智慧与心智(mind)的怜悯；这是合一的第六密度所提供的：领悟到怜悯不只属于心轮，还属于心智；智慧不只属于心智，还属于心轮.

多少次 你们人群转身离开他们的心，拒绝请求，拒绝向那帮助者或安慰者打开大门，于是他只能耐心地等待着在你们各种各样的决策过程中 被请求提供帮助。

我们的讯息十分简单，我们请求每一位怀着景仰与崇敬(的心)去爱造物主，如同一个人通常对自己父亲怀抱的感觉. 因为你们真的都是无限太一的儿女们；无限就在你自己的存有里内。

接近深邃心智，特别是(接近)高我，的过程有个最佳的途径，也是我们常说的，重复地、坚持地进行每日冥想. 无须持续过久，只要足以使一个人感觉与太一无限造物者同处于至圣所。因此 冥想总是那把钥匙，能够开启从潜意识或深邃心智到显意识心智的穿梭机。

高我并不是通过给予指令来运作的，因为那会成为一种对自由意志的侵犯，并会在宇宙中引起不被渴望的悖论。

然而，呼唤必须从冥想中发出，这样你才可能被访问，被强化，并从一个更长远的视角和一个更广阔的转世领域和转世决策上被更新。因为，就好像你们每一位都知道的，你们的星球上没有一个事物如同它们看起来的样子。你是多个能量场，能量场的复合体，这些能量将你包围着，携带着你穿越人生。

非常亲切地对待这个身体载具是很好的，因为就是通过这个工具，心智的电脑可以温和地输入来自更深自我的数据，这个更深的自我是甚至在(一个人)祈祷或请求中都无法被感知的自我。也许有一天一个人会睡醒了就知道了对一个问题可能是正确的或适当的答案。也许它会在冥想中出乎意料地就出现了。有多少实体，就有多少种使用高我的方法。

现在，一个人要如何使用高我，属于你的第六密度部分？首先你必须做的即是放掉你物质的实相。你是一个幻象中的幻象；神秘环绕着你。

结果是，当一个人请求来自一个更深的自我，内在的高我的指引时，他打开了一扇只能被该寻求者打开的门，因为高我是你的思考的一个远远更加清楚、明晰、明确的产品，不过，你将会发现，将你的理性心智与深邃心智调和是至为有益的，因为它给予你的感觉与偏好，这些更多是你的本质的一部分，它们是你的菁华，远胜过你自己在这幻象中思量这些题材，不管你花多少时间去思量。

接触高我有许多方式，我们感觉有一种简单且容易明了的方式，我们提供如下：

第一步是接纳与宽恕处在这个幻象中的自我。

每一个人都必须清楚，一个人不可能纯洁地活在这个世界中，它被持久的负面性思想、感知、愤世嫉俗以及害怕、恐惧、以及那些给其他人造成恐慌并获得快乐的人的战胜感，诸如此类的丑陋情绪所污染。这个(魔法)人格不是你希望在这个特殊时期中去使用的东西，而你在这个时期从事意识内的工作来加速你灵性成长的速率，提升你的极性，容我们说，同时向前移动。你无须凝视着高我，将它看

作自我的一部分，除非你想要这么做。然而，知晓这个事实是好的，高我与你都是超越时间，都是完整的，并且为一。

现在，抵达魔法人格之前，一个人有许多事需要做，他必须创造适当的氛围，好比温柔情人[理性心智]的碰触进入他的爱人[深邃心智]。 对于许多人，这是一个缓慢的过程，但却无限地值得。一旦你能够接触第六密度的自我[他已经将礼物送回你的内在，送到你的心智的幽深之处]，你将可以拥有一个更为宽广的视野、更为清晰的瞭望点 去观看你这辈子的生命经验。

我们告诫每一位不要长时间地停留在高我的模式中，当经由调音、祈祷与唱颂而引发的清晰度与专心程度开始涣散时，就脱离该模式。

你不可能掠夺自己的高我而不伤害你所接收到的资讯品质; 所以，如该器皿所言，穿戴好全副光之盔甲，接着接纳那似乎处于未来的自我，但的确是你自己，他是一个好谘询师，引领你前往一个对你至为有益的中心位置去使用这深邃与可爱的心智资源。我们说可爱，因为对于第六密度(实体)而言，去创造一个包括所有已经验事物的思想形态，这过程是一个可观的努力，一个出自爱的工作。

魔法人格或高我被放置在你内在的深处，它不在你的外面，也不在你的老师或学生或同事里面。魔法人格是自我的工艺品(artifact)，一个被神秘覆盖的存有，它整个经验被认知为神秘的。

在准备魔法人格发展的过程中，一个人首先要达成的是完全与完整地检验良心。并不是你作为一个实体将你自己作为一个实体来评判— 完全不是那样的。相反地，你可以宽恕自己，因为你已经宽恕所有其他人，不是吗? 然而，你依然认为自己是没有价值的。这不是一个有益的灵性观点，因为魔法人格奠基于一个事实— 在每个实体内在的造物者火花是真实的自我。

所以，为了开始工作魔法人格，一个人必须搜寻心智、智力、情感上的偏见，这些东西在此时构成你之所是。这不是为了批判的目的，而是为了掌握你此时的菁华. 或许你想要改变; 或许你不想。但做为一个自我，(深入)接触你自己是魔法人

格的开端。

每天每日的人格会摇晃，它快乐、忧伤；它主动、被动；生活是轻松的，或生活是困难的。所有这些东西都在这个幻象当中。一个人越是将注意力放在这个幻象中的困难上，他就越不可能去接触魔法人格的较深心智。

所以我们建议各位清理桌面，将桌子上小气的成见，任何不公平、刻薄、操控他人的渴望，以及一些人造物都清理掉，那些是对于增进服务他人的极性[以无限太一之名]没有帮助的东西。不同的人准备的时间各有不同，在这种准备的最后，要全时间地停留在高我中仍旧是不可能的。然而，每个人都可能清理自我，打开自我那扇特别与神圣之门。

我们建议各位开始一个魔法人格冥想，源自于远古的正向白魔法传统，内容如下：“我渴望去知晓为了去服务. 我渴望使用我的潜意识心智去丰富、活化、致能与专注这个第三密度的心智与心轮。

对于大多数人来说 长期保持这种清晰度是不可能的，尝试这样做有其危险。将你们自己视为蹒跚学步的孩子，一个如此年轻的灵魂，如此可爱与强壮，却又是如此容易受伤. 这是魔法人格如何看待你们外在的行为与思考的方式；就好比是一个不知道自己在做什么的孩子。

当一个人将意志与信心转向，开始冒险去寻找哲学家的金子[蕴含伟大智慧]，那么他可以逐渐看见自己内在的一种转变。但首先，你必须接受魔法人格早已是自己的人格，因为所有时间都是同时(发生)的。

一个在冥想魔法人格之前准备自己的好方法是：依序观想每一个脉轮，从红色根部脉轮开始，接着谨慎地向上移动 清理(各种)能量，仔细地看见你的脉轮中心正在发光：橙色、黄色、绿色、蓝色、靛蓝色、紫罗兰色；当你已经拥有足够的谦卑以至于能够倾听来自于高我的建议 [它很难被理解为是除了自我之外的其他人的建议] 的时候，接下来我们建议你开始对脉轮的清理，这样你会感觉到光从你的头顶流淌下来，因为你已经打开你所有的脉轮；你已经变得容易受伤；你准备

好要承担一个风险。

再者，藉由身体 有着庞大额度的身体保护，我们推荐各位观察这点。

举例来说，这个器皿调和顶轮的紫罗兰色与根部脉轮的红色 以这股完全个人的能量来覆盖自我，同时表明自己之所是. 在完成这个对自己的红色/紫罗兰的身体保护胶囊之后，然后你将穿上一件光的衣裳 那是造物主的保护，非个人的，充满爱并且是无限的。

在冥想中 呼请指导灵或天使的临在是有益的，因为你所进行的工作使你容易受伤，因为你向学习开放，而你并不总是真的拥有与这种能量相称的振动。这一点必须被谨慎地看到。自我必须被整顿好，清除生命中苦难带来的小改变，甚至清除美好时光的欢笑，清理为了于内在倾听你们圣经中所称的"静默的微小声音"，那即是你的魔法人格。呼求任何你想要找来保护你的实体是好的，这个过程并非一个幻象，至少它不比你是内在的一个幻象这点更虚幻。

举例来说，这个器皿祈请大天使— 拉斐尔、加百列、米迦勒、爱瑞儿，它们如同房间中屹立的四根栋梁，共同架起一个拱型的金色圆顶，因为这些爱的首长，大天使，是至为强有力的并且至为关切保护(人类)。

当你已经准备好冥想魔法人格，最好不带任何压力、思想、忧虑、与惊奇时; 沉入自我而不带任何压力、思想、忧虑、与惊奇，这是好的，宁可单纯地打开那扇门，邀请那终极的博学与平衡的存有的智慧与怜悯[那存有是你将来会成为的]到达现在的自我。当一个人想要透过通讯与另一个实体在意识中工作，做相同的准备是好的，因为大多数的通灵者实际传导的是他们自己的魔法人格，他们自己的高我，他们的独特性。于是当整个过程结束时，一个人在心理确认 脱下光的衣裳 并移动返回能量场的幻象 以及 那挑战你去爱的经验幻象。

虽然表面上是自相矛盾的，魔法人格确实扎根在最深的谦恭与最强烈的自我价值感两者之中。如同一条丝线或缎带，每一次你请求它的当下，它就在你背后展开给予你资讯。

那些希望在冥想训练之外维持一个魔法人格的人的确可以在观想上工作，假如那些观想是单纯的形状— 方形，圆形，三角形…

（录音带第一面结束）

我是 Q'uo，我们继续。

对于那些希望在比一次冥想更长的一段时间中维持[灵性上的]魔法人格的人，在观想上工作是好的。首先的观想是单纯的图形: 正方形、圆圈、三角形。

一个人锻炼自己在意识中持守特定图形的方法跟艺术家研究与运用技艺的锻炼是相同的; 好让他最终成为一个更好的器具，一个音乐、沟通、治愈或活力可使用的器具，允许你成为一个闪耀的形而上存有，即你真正所是的存有。

在我们看来，保持魔法人格的时间超过一个人能够在内在保持完全清晰的时间，这是不可取的。这一点通常限制了魔法人格在清醒的时间中只在很短暂的时刻中起作用; 另外，魔法人格为梦境注入灵性，在那些(做梦)时间中，潜意识和显意识在表演、仪式以及意义中一起行动。

然而 那些还不很清楚 却仿佛在表演魔法人格的人们有祸了! 容我们说，这是极不明智的。当一个魔法人格的学生尚未研读生命之树、卡巴拉、以及所有那些可以让他了解关于这个概念的历史的事情，(最好)只满足于知晓魔法人格在你里内休眠，并准备绽放. 当你呼叫它时 愿你在谦逊中这么做.

我们希望你经常呼唤魔法人格，但是在你向它开放你易受伤害的灵之前，请一直保护自我，虽然它就是你，在这个幻象中却看起来是另一个实体。

对于那些尚未优异地清理自己的人们，他们可能接收到任何数目的指导灵声称是你的魔法人格，但其实是(他们)要逐渐减少你的正面极性之手段。

这个器皿再次告诉我们 已经讲太久了。

我们在这里暂停，虽然或许在这个主题上还有更多有趣的东西，我们希望通过 Jim 实体结束这次的冥想。我们在爱与光中离开你们，同时将通讯管道转移到 Jim 实体上。我们是 Q'uo。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次地，我在爱与光中 向各位致意。

此时，在这个傍晚，在我们已经谈过的魔法人格的问题上或任何其他你们有兴趣的问题上，请问各位是否有任何问题？现在有个询问吗？

发问者：是的，Q'uo。我的理解是，在具有较高的密度的本性的那些自我中，我们会与其他人[或者从第三密度的视角看 似乎是其他人] 聚集到一起并形成社会记忆复合体。一直到第六密度，这似乎是一种生活方式。

那么一个人的高我似乎是属于一个社会记忆复合体，所以从第三密度经验的观点，那是一个共享的东西。我们来到这里形成团体，结合我们的寻求，这其中的部份原因是为了分享彼此的高我？

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问。这是一个至为有趣的询问，因为它面对的是造物的本质，那逐渐被有意识的、寻求中的实体发现的本质。你是一个探险家，前往荒野之中探险，并开始从在荒野中所发现的事物中形成一种在荒野中生存的方式，建造避难所，取得食物；然后探险家开始发现这片荒野不再是外来的东西，它不只是熟悉的东西，它与自我是相同的。

当你移动穿越这次造物的八度音程，你现在栖息于第三密度，精练个体化意识的定义；然后你使用那已定义的个体化意识做为一种手段或一条小径，藉由发现更多未知的东西，更多东西变成已知、熟悉，被辨识为自我。

你所行旅的乡野，与你一同旅行的兄弟姊妹们向你揭露他们自己，并且以一种方式形成统合的有意识寻求，于是一个人取得的资源可以给全体使用，并且被使用来促进这发现的旅程。

所以，你们聚集在一起，使用共享的资源，你们添加资讯、经验、回应与发现(进去)，所有这些东西与概念成为进一步的定义或精练品，拓展小小的自我 成为一个群体自我，确实，正在蜕变为一个更大的自我；同时继续这个螺旋的过程，于是你寻求的东西，也就是你的目标，最终在一个扩展的品质中 成为自我的一部

分。

因此 在你的(进化)经验的某一点，你不再寻求光 而将成为光; 你不再寻求爱 而将成为爱; 你不再寻求太一造物者 而将成为太一造物者。

如此，你寻求的样式重现了造物的本质，也就是合一(unity)。

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者*: 是的，从寻求的观点，距离 (...)，当我们凝视着合一，我们 (...)，它对我们而言 似乎尚未存在. 然而，当我们在朝向合一的探险与开展的旅途走得越远，我们似乎越多地发现到那早已存在的东西。我们早已拥有一个位于第六密度的高我，在那儿 似乎早已准备好生命的所有阶段。那么 我们是否必须一阶一阶地向下走 直到离太一无限造物者最远的那点，然而再开始返回的旅程? 我不大确定自己理解那是为什么。

(*译注: 原始录音带并未完整录下这个问题)

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问。 这件事端赖一个人以什么角度来看，不论一个实体已经向下行走 为了向上移动，或者一个实体以向上的方式移动 前往那似乎是向下的地方。

更精确地说，当太一造物者透过一个八度音程的造物，收割他所有部份的经验，然后他利用这些收获[也就是他的每个部分的合一经验之精炼品] 再次进入造物的伟大循环，编织出另一个宇宙，从第一密度浑沌的运动开始，在你们的量度中这种运动是没有时间也没有秩序的。接着从这表面上的浑沌，移动进入渐增的有意识觉察之螺旋循环，于是前次的造物之收获可以成为(此次造物的)根基，允许进一步精炼造物者的经验与知识。

你们每一位，做为太一造物者的个别化部份，藉由特殊化(particularize)那同时性的东西，从永恒海洋的时间河流[如你所称]当中 拿取一小部分，仿佛在显微镜下观看那时间河流，注视着过去、现在，与未来，好让(造物的)许多部份得以更强烈、更多采多姿、更精炼的方式经验内在的合一。

那么，一个实体在每一世选择那经验的微小薄片作用在你的自由意志，于是那永恒之物获得放大并且特殊化，于是它可以在此生中被仔细地检验，透过自由意志来工作它、精炼它、净化它，最终成为[你自己内在的]太一造物者之存在状态的一种表达。

这样，你进入这个完整的过程以便于你可以挑选一个部分，你自己的一个部分，通过深入地在这个部分上工作，让它能成为尽可能生动的一个部分，于是它就可以成为对太一造物者的一个装饰与一个献礼。

因此你如同一位炼金者，你从山腰采集原生的矿石，透过特殊化的过程，萃取出黄金，这个过程的产物是如此明亮、耀眼、闪耀、与纯净，如果你没有选择如此花费你的意识与努力在上头，则不可能有这样的产物。

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 是的，只剩一个问题. 当我们移动进入以自我为目标的更大的了悟，我们发现自我在上帝(God)之中，然而 我们现在需要学习发展魔法人格，这意味着发展位于第六密度的自我，但还不是上帝。为什么我们不直接祈请我们的上帝本性(Godness)? 是否因为一次只能走一步?

我是 Q'uo，我的兄弟，我觉察你的询问。如果我们正确地理解你所问的东西，我们会说这个上帝本性，造物主的品质，完好与充分地居住在里内，但它无法立即地、完整地给每个实体取用，(不管)在进化旅程的任何一部分皆是如此，这是为了使那旅程有更大的经验幅距。

如果太一造物者的任一部分达成充分实现太一造物者本质的程度，那么该旅程已经完结。

(既然最终)目标已经完成，透过应用自由意志面对催化剂，以进一步精练的机会变得没有更进一步的目的。

因此，太一造物者的每一个部分穿越(宇宙)造物的八度音程，因为欠缺对自我本质的完整知识，这为每一个部分与太一造物者[存在于每个部分之中]都提供了一

个更多变化的机会。

从而，一个实体可以说无知提供机会。置放在每个人的意识中的罩纱提供神秘吸引寻求者不断向前。如果所有罩纱都被移除，可以清楚看见自我的本质，那就好比再没有更多的债务，也没有更多的获益，容我们这么说。

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者: 非常感谢你。

我是 Q'uo，我的兄弟，的确，我们也非常感谢你。此时是否有其他的询问?

Carla：我想知道在这次冥想前我是否实际上是经历了超心灵致意，如果是这样，为什么呢？如果你们因为混淆法则而无法回答，我可以体会(你们的)难处。

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的姐妹。这个体验的链结好比道路或机会的交叉位置，它被那些已经在这次旅行中一直陪伴你有一段时间的实体们注意到了，他们是你们会称之为负面极性的实体。行家的周期是这样的，在你自己的经验中有一种特别的敏感性会被注意到，就好像在先前的一些场合也被这些实体所注意到的一样，它是一个特别的东西。化学性的药物也增加了这种周期的敏感性，它进一步的增强了你对于，容我们说，各种铭印的接受性或感受性。当处于各种药物的影响中时，心智复合体的性质或者状态提供了一个机会，它可以利用你物理载具的耳部来自年轻时受到的损伤的导致的机能障碍，于是就可能向你施加一定程度的你所称之为的晕眩，这种晕眩有可能使你有一小段时间进入无意识的状况。这种努力更大程度上是尝试让恐惧进入你的体验，而不是让你进入真实的困难或危险。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

Carla：没有了，Q'uo，我感激这个答案，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。现在请问还有另一个询问吗?

Carla: 你能否评论我们家中的猫儿有多觉察这些(星际)通讯，它们是否能够以任何方式参与?

我是 Q'uo，我的姊妹，我觉察你的询问。你所指的这些做为猫的实体不只对于我们星际联邦的实体相当敏感，也对负面导向实体[他们以自己的方式提供服务]敏感。从你们人类有史以来，一些具有形而上的敏感度的人已看到猫科实体能够感知到许多你们肉眼看不见的东西.

在过去的埃及文化中，猫被指派为许多神庙的守护者，因为猫类实体的敏感度，负面导向实体发觉只要猫科实体在场，他们要提供完整服务会有些困难，因为猫可以提供一种天生的保卫或防护。它们不总是觉察每个实体为一个体化部分或一个人；但它们通常觉察到气氛或态度或知觉音调的改变。

因此，这就好像这些生物感受到了某种临在，就好像你会听到特定的声音并会警告你采取行动一样。然而猫类实体也能够查明该临在(presence)的特质，不管是有益或有害的，并且依照不同品质有不同的回应。

此时是否有其他的询问?

有进一步的问题吗，我的姐妹?

Carla：在这一点上，它们会接着开始发展自己对于正面或负面道路的偏好吗?

我是 Q'uo，我觉察你的问题，我的姐妹。在一些情况下，尤其是在一只猫在一只宠物的位置上被投资的情况下，是这样的，我们发现在这个住所中 有六只这样的实体。在其他的情况中，猫是可能察觉无形的实体的在场，它单纯地察觉一个存有在那儿，就好像他们察觉你在他们周围当你真的在他们周围的时候。那么，它们开始产生对一个极性或另一个极性的偏好，容我们说，是一个它们被给予的投资的品质的一个函数。

Carla：是否有一个（...）我们的参与（...）可以在这个投资的过程中帮助它们呢？同时，我假设在该投资上 我们的贡献是我们进行的一种服务?

我是 Q'uo，我察觉你的问题，我的姐妹。猫儿参与这些冥想会增强这种投资的品质，在其中它们与你们还有我们分享它们的经验。这种投资的性质就是一种更大的能量源头的存在状态的品质，容我们说，用一种直接的方式被表现出来，这种

方式就好像一个人在另一个人周围用一种积极的存在方式来自由地分享自我或者辐射一种特定的振动或信息，接着会发现一种与那些被分享振动或信息的实体的实质或基础特性的共鸣。因此，你们在这些冥想中分享的那种心智上或灵性上的东西，虽然猫无法用一样的方式来感知，它们察觉到并善于接收那些用一种与它们自己的实质共鸣的方式被辐射的振动的基础性频率。

还有进一步的问题吗，我的姐妹?

Carla：没有了，谢谢你。

现在还有任何其他问题吗?

[停顿]

我是 Q'uo，我们藉此机会感谢每一位在场的成员，如果不是你们全心询问你们最关切的事项，我们无法有所服务。

我们珍惜每一个回答你们问题的机会，你们用你们的心、意和存有问出的问题，我们以在自己的寻求的旅程中发觉有帮助的东西来回应；我们在一路上也问着相同的问题。

我们与你们一同行走在这个旅途上，并在每一步当中欢喜。

我们感谢你们每一位带到这些冥想中的每一个经验的微粒，你们所体验的事物和你们所渴望的事物，我们都与你们一起分享。

你们的邀请建构出一道彩虹桥，连结你我的心。

在此时，我们将离开这个团体，感谢每位给予我们的喜悦与爱。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。

我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。 Adonai。

(V)2013 Re-translated by T.S，and cT.

☆ 第 1605 章集：爱与光早期资料#47

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周四冥想

1974 年五月 23 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。今天傍晚和这个团体讲话是我们很大的荣幸；如同过去参加你们每次的聚会一般。

我们属于(星际)联邦，我们曾多次陈述，我们来此服务你们，只要你们敞开自我接受我们的服务。和那些寻求者讲话总是我们很大的荣幸。我的朋友，寻求过程以许多不同的方式发生，重要的是寻求本身，而非它的定义或外观。当一个人开始寻求，他将找到；他所找到的东西似乎跟其他寻求者找到的不一样。然而，那只是表面上的不同，因为他们都将找到相同的东西。因为，我的朋友，事实上，只会找到一个东西，那就是我们全体的造物主之爱与理解。

今晚，当你们参加这个早已计划的集会，你们听到另一个寻求者的话语。有些人可以理解这些话语，其他人则无法理解。不过，在你们的星球上，总是有这种情况，这没有关系。不管人们懂不懂，更为重要的层面是人们前来聆听 因为他们寻求理解；这个行动本身要比智力的理解要重要许多。

我们属于服务无限造物者之星球联邦，我们曾多次对你们谈到冥想的价值。我的朋友，它具有极度的价值，因为它不只引领你通往智力的理解，还通往灵性的理解。容我说，智力的理解只有短暂的价值，指出你正在尝试寻求。智力的理解本身并没有真正的价值，因为你们在这个幻象和头脑的限制中努力去理解，这个过程受到许多、许多的限制，以致于没有什么真正的实际价值。

我们并不想要说这类的努力完全无用，你们不应该这么做；因为这类的努力寻求可以获得某些好处。但，我的朋友，我们的确要说，更为重要的是你们了解到，有一种更为直接的方法，可以使你领悟天父造物之真理，这个方法并不诉诸智力，而是透过冥想我们全体之造物主的全然之爱，达到直接与单纯的理解。

我的朋友，这点即是一切必须的：单纯地知晓这份爱并反射它，全然地知晓它。不要试图去理解它；透过冥想拥抱它。接着你必须在日常生活中反射它。

我刚才快速地使用这个器皿，因为他渴望急速地通讯，知道可用的时间短暂。这在某些情况中降低该器皿通讯之清晰度。不过，这次的通讯在令人满足的理解范围内，此时 我将离开这个器皿。我是 Hatonn。

[停顿]

我是 Hatonn，再次和这个器皿同在。我为方才的中断抱歉，我们继续。我们刚才说到智力知识的价值。我的朋友，在智力心智之内没有理解，你们寻求的理解只能在一个广大许多的心智中找到。有一个非常简单的方法可以抵达你们寻求的理解；这个非常简单的方法也是最佳的方式。那就是透过冥想的过程，我们已经对你们说过许多、许多次，这是真理。

目前 没有一种安排文字的语言系统能够恰当地定义你们的(宇宙)造物。也没有一种文字的系统可以告诉你透过这个简单的冥想过程，你将抵达何方。有时候，你的冥想过程似乎没有成效。我的朋友，在你从事的各项活动中，这是唯一有成效的活动。尽你所能的花费时间 透过冥想去接触真理。我们知道这就是你渴望的，如果我们不知道这点，我们不会给予你们这份信息。

此时 我们将离开你们。Adonai，我的朋友。Adonai vasu。

***

Copyright © 2005 L/L Research

周五冥想
1974 年五月 24 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。我和你们每个人为一。和你们在一起是我的荣幸；透过这个器皿说话是我的荣幸。

我觉察你们对于一个 UFO 目击事件有问题；我们在这个器皿的心智中找到你们的一位成员曾经参与一次目击事件，我们并未参与该事件。

不过，我们假设你们会对于我们觉察的一个 UFO 事件感兴趣，不久前在天空绘制的样式出自于服务无限造物者之星球联邦的一位成员。在那个特殊的时间，我们

纵容自己为了一般性的目的送出一个原因(...)。这种情况是很少见的，通常需要相当长的一段时间来滋养这种明确的态度。无论如何，当时存在这种接受的态度，所以我们送出一个原因(...)。

是否有任何问题?

发问者: 另外两个看到的人如何(...)？

对于这两个人，这个目击事件是中性的经验，它不具有负面或冒犯的特性 因为这两个人都没有收到任何讯息。由于没有任何东西和这个(目击)现象牵连，他们能够不带正面或负面反应地经验该事件。这对我们是可接受的。

发问者: 有多高 (...)？

我的弟兄的飞行器比起我们正常乘坐的大一些，虽然它没有一艘母舰那么大，也不具跨银河的能力。(...) 我在传递数字上面临困难，我将传递相对的尺寸，这艘船大约比一座美式足球场大一点。它位于大气层的上方，在太空的边缘。我恐怕无法告诉你具体的距离，这个器皿在接收数字上有困难。
L/L <wbr>Research 爱与光早期资料 <wbr>#47

美式足球场平视图

发问者: 是否大于 20 英里?

它所在的地方没有天然的辐射防护罩。

发问者: 天空中的那些样式是否有任何意义?

它们的意图是明显的，就是对你们指出你们的(星际)兄弟[聪明，有感情，和你们很靠近]正在对你们打招呼。除此之外，那些运动没有象征意义，只是明显地指出一个非自然的运动。

我们但愿可以放纵自己，在全时段向你们打招呼;因为我们对于能够分享我们的理解和存在感到很喜悦。然而，我们尚未发现这是可能的，所以我们必须透过目前的方式传送我们的致意、爱、协助给你们。直到那一天来临，我们将是真正的弟兄姐妹，一起自由自在地经验天父的造物的喜悦。

至于象征符号，我的朋友，符号就是你所理解的东西，没有随便制定的符号。真实的符号就是最为真切的东西，好比太阳经常是个符号。当圆圈被视为一个符号，它就代表太阳。太阳被公认为造物合一的美丽范例，宇宙中心之实相的光与爱。

你们看见的符号可能有这个或那个意义，不管是任何符号，它唯一的重要性为向你指出个人的中心以及造物的中心; 任何符号都可以完成这项工作 只要你转向内在。如果你看见我们运动中的符号或任何周遭的现象，我的朋友，转向内在，允许那个象征符号成为实相。

是否有进一步的问题?

发问者: 如果我切断(...) 同时完全地孤立(...)，和你们相遇的或然率是多少?

我们说不上来。你们必须单纯地尝试这样的事。有许多(...)无法在假设、承诺或希望上评估。你无法知道许多事直到你已经体验它们。

当然，你们觉察到 你们正在尝试与自己相会，这点对于你们在准备一次成功的会面时有些帮助。

发问者: 你可否详述 (...)？

我的朋友，有些地球人把我们想成极度睿智的老师和遥远的如同神明一般的存有; 其他人把我们描绘为傲慢专横、聪明灵巧的 (...)，身分是某个(外星)侵略文明。我的朋友，我们知道这些事，我们太清楚了。这些事不会使我们悲伤，我们觉察地球的沉重幻象带来的困难，即使是最认真的寻求者也难以幸免。但，我的朋友，我们不是遥远的智者，也不是高等的外交官。

我们是你们，你们是我们。如果你能够理解你从未遇见任何不是你的实体; 那么你可以开始理解— 当你遇见我，你将遇见自己。

这份理解有无限的进程，它的中心要旨是当你在灵性寻求的过程中，每次你毕业进入更高的理解水平 你就变得越能够看见 你一直在遇见自己。

没有这份理解，你们绝对无法遇见我们。但为了获致这份理解，你们必须怀着爱、无限的慈悲和理解去面对每一个实体; 这是个极度自由的领悟，我的朋友，

因为实际上 遇见你自己是相当简单的。

那么 当你遇见他人时 专注在这个真理上: 每个人都是完全与完美的个体，那即是你的实相。不是以你做为一个人的角度，而是你等同(宇宙)造物。我们曾经以许多不同方式说过这点，但 我的朋友，我们观察到 许多寻求者极度容易专注在抽象的心智状态，接着在每日待人接物的态度上变得有些散漫，欠缺一份优雅与周到。比起服务那些似乎跟你不大相像的人，谈论冥想相对是简单的。

我的朋友，他们都像你们，事实上，他们就是你们。我们是你们，你们是我们，我们全体是(宇宙)造物。

当你开始靠近理解，同时练习这个至为困难的理解，你就越能够真正地遇见我们。朋友们，这不是唯一的必要条件。不只有你自己的困难，还有你周遭人的困难。必需消除这些困难之后，一个团体达到统合的感觉，所有的成员都在该团体中完整地合一，该团体即可遇见我们。

我们无法明确说明各种必要的需求; 我们甚至无法肯定地说这类的会面将是有帮助的，因为有许多相依的因素: 该团体的性质，(会面)的时间和地点，以及理解。

无论如何，我们与你们同在，来到这里是快乐的。

是否有进一步的问题?

发问者: 这一个问题你八成不愿回答，因为相同的理由— 你们恐怕会冒犯人群的自由意志 (...)。我从几个不同的来源读到地球的转折期将是混合型的振动，为时

大约 150 年左右；如果这个数字有些接近正确值，我的问题是：我们可不可能在这辈子看见这整个转折期，或者我们必须再次投胎（...）？或者 你们可以用一个概略性的声明回答?

你们对于这个周期的结束的理解并不是（...）。

（...）在这个周期的结束的物理状态改变；你们终极的目的地是关乎个人，以此无法做出概略性的声明。

在你们的经验中，你们专注地走在灵性旅程上，你们已经设法把自己确切地从下降（...）拉上来，进入对的方向；这么做是明智的。

我的朋友，你们每个人都已经正确地选择。相较于过去，你们完全可能必须重新接收另一次(相同)的学习周期；现在 你们已经为自己赚得一个强健的机会— 成为所谓的毕业班级的一员。那儿有许多东西等待着你，朋友们，我们呼叫你们加入我们，这是你们的机会；你们正在善用它。

我的朋友，继续、继续，再继续。你们有许多可以做的，我向你们保证。

[停顿]

既然这样，我的朋友，我现在要离开你们，提醒你们，我们在此协助和服务你们。如果你想要我们的协助、调节、想法；你只要透过冥想对我们敞开，即可获得。任何时间 只要你呼叫我们，我们都会与你们同在并感到荣幸。

我的朋友，请记住 所有一切最终都无须智力的表达，一切都在爱与光中持续逗留。与其让你自己被智力的浅薄水流冲走，不如想象自己正站在海滩上，阳光洒在大地上，想象和风的吹拂，使你感到平静。让温暖的太阳带走你身上任何的酸楚与疼痛。无限天父的爱与光就像温暖的光束，朋友们，如果你沐浴在其中，那儿是各种问题的尽头，以及真实舒适的开端。

虽然如此，我们也觉察你们地球人的基本需求。我们觉察你们需要感觉自己可以掌握的东西，让心智可以翻来翻去的东西；为了这个目的，我们已训练多个协助的管道，好让你们在寻求过程中随时可以发问，询问那些你感到疑惑的题目，接着透过直接的通讯学习。我们欢迎你们的问题，并且尝试回答任何问题。

今天 我希望自己有所服务。我和弟兄们都至为开心地与你们同在。

我在在无限造物者的爱与光中离开你们。我是 Hatonn。

Adonai vasu。

(V)2013 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ **第 1606 章集：流浪者的困境**

Copyright © 2009 L/L Research

A LOCATION & A PLACE that is LOVE

周六冥想

2009 年五月 23 日

小组问题：今晚的问题与我们所称的心智不平衡或心智扭曲有关。它们看起来更频繁地发生在流浪者身上。我们在先前已接收过关于流浪者的困境和异乡-密度的振动与这里的振动混合在一起的出现的困难方面的信息，但是随着时间推移，看起来在这里越来越多的人，不管他们是什么来源，在心智平衡与开始将振动转变到正在接近我们当前的文化的能量的第四密度上他们都遇到了困难。你能给我们关于为什么这种不平衡会发生的信息吗？它们会更多地发生在流浪者身上吗？在这样的心智困难的背后是什么样的灵性原则呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中我们今晚来到你们中间。感谢你们呼唤我们加入你们寻求的圈子，在你们星球演化的这个特殊时期 心智扭曲升高的主题上，我们非常高兴与你们分享我们谦卑的观点。

在我们开始之前，一如既往地，我们请求你们，当你们听到或读到我们所说的内容时，请使用你们分辨的力量。拿走那些与你们共鸣的要素并随意使用它们。请将那些没有与你们共鸣的事情留在后面。以这样的方式 我们就可以确切地维护自由意志且不会侵犯你们灵性进程的自然节奏。

让我们从谈论人类动物的天性开始讨论这个有趣的主题，容我们说，心智、身体、灵性的混合体，它们一同构成了人类。

如果让你的身体自行运作，它将会过着一种心不在焉的、本能的生活。然而，你

的身体却不是依靠它自己的，它也没有被打算依靠它自己。在你们的第三密度，身体是一个承载心智和灵性的载具，这种方式在第一密度或第二密度是看不到的。你们现在的密度是选择的密度，你的心智、身体、灵性被调和起来以活在一个促进识别自我的过程的环境中，在这个过程中 你变得能够辨识自我为一个以伦理为基础的存有并做出以伦理为基础的选择，这些选择会极化自我朝向着服务他人的北极或服务自我的南极。

设计这个环境是用来摇撼自满自得的人，使他脱离他的自满自得并挑战他的预设前提。这个环境的目标不仅是给寻求的灵魂一定程度的苦难，更是为那伟大的极性的选择和以这个选择为基础之后的两个半密度设置好舞台，这个选择只会在第四、第五和第六密度中 通过进一步地在爱、智慧和合一中的学习获得精炼。

你在第三密度中 在这里所做的工作对于你的未来是意义深远和至关重要的。这是一个做出决定的过程，在这个过程中一个人会决定他是谁，相信什么，他会如何做出选择，如何确定他在这里存在的原因以及他的希望[关于他在第三密度中将要取得的成就]，沉思这些事情是非常有成效的，我们鼓励你们每个人用自己的方式去仔细考虑所有这些事情。

当你们在第三密度的人生道路上前行，在物理层面上，你们透过讲话、做事、感觉以及体验人生的方式来表达自己；另一方面，在形而上层面，通过一种永远流动、永远变化的方式，凭借着你的各个脉轮对那些你思考的、感受的和做的事情反应的过程中 你的能量体中恒常的变化，在其中你表达自己。

总的来说，取决于你正在体验的催化剂和在你对催化剂的回应中 经历的困难，你的振动会从随着不同的时间和不同的日子而发生很大的改变。然而，在能量体

中的这些恒常改变的表面上，有一种更深的振动，容我们说，它在你的每一个脉轮的振动范围内取平均值并创造了一个基础性的振动，这个振动就是你在时间/空间中的识别标志。

我们经常通过这个器皿提到，我们从来不需要知道你们的名字，因为我们清楚地知道你们的身份[由你们能量体的振动和染色所提供]，对我们来说 这些振动的区别性就如同一个犯罪学家看待任何一枚指纹同样地显著。

在某种程度上，确实可以这么说，灵性演化包含了消除你的基本振动和太一无限造物者的振动之间的差异，太一无限造物者的本性和振动就是无条件和绝对的爱。正如 Kris 实体所说的[1]，通过他自己独特的道路，每一位寻求者走上的这个旅程将穿越这个八度音程的所有密度。

太一无限造物者的振动即是起点与终点，这里的范围不只是一个实体的一辈子，而是整个八度音程的经验。穿越许多个密度，穿越每一个密度的所有课程，穿越无数的经验，它们共同创造出你个人的各种偏好与变貌，你无止尽地寻求返回那个振动— 即是你的家乡、本质、源头与终点。在你本性的最深处有这一份渴求与热望，要比你的思维更深邃，比起当你穿越生命的海洋时 在你的水面上形成波纹的所有文化、语言和学识的装饰物，它与你更为亲密。

太一起初思维是颗试金石，一个实体可以在各个密度经验他。然而，这个理则的经验从意识的根部上升到有意识的觉察之中，它以如此这般的方式被放置在你们密度的环境当中，好使你能够体现并识别爱与那无条件慈悲之理则的振动。

当一个实体从另一个密度流浪进入到第三密度时，因为它希望在这个收割的时期

提供服务 [正如在你们人群中 许多人已经选择这么做]，家乡密度的回音和影子在第三密度的肉身自我中被保留下来了。它是如何工作的一个例子是来自于某个环境的一个有很多冒险活动的实体，当它进入到一个完全陌生的环境中时，他得了失忆症。经过一些年 那个人习惯于新的环境甚至会为自己创造一种归属感，一种正确感。然而，在自我的潜意识部分保留有一种隐藏却又顽强的知晓，她知道有一个不同的方式，一条可替换的存在与设想生命的方式。

在某个程度上，进入第三密度的投生就是一种失忆症，在其中遗忘的面纱落下了，于是一个人就与他的记忆隔开了，那些记忆是关于他是谁和为什么他来到这里，来到这个有趣又有点困难的 叫做行星地球[位于第三密度]的地方。这层记忆的覆盖物的确在流浪者的肉身中制造了一种无法很好地应付[行星地球的]周遭环境的升高倾向。

在某些情况下，甚至有一种有意识的察觉:「这不是我的家乡，这不是我源起的地方。」那种被隔绝在一个奇怪的地方的感觉能创造很多的恐惧和紧缩。自我为了生存而产生防卫性。在世俗生活的周遭环境之中，在一定程度上，(他)会做出一些调整以使得自己能够生存下来。然而，为了生存，焦点被缩小了，防御变厚和变硬了，一个实体会有一种倾向去创造一个自我-生成的实相，在其中该实体能够生存下来或感觉到他能够生存下来。

这种增加的扭曲有时意味着 对于流浪者而言 在维持无防卫的状态和保持能量体的开放与流动上 有一种升高的困难。这是一种自我延续的扭曲，在其中为了抵御事情出错了的感觉 能量体在恐惧中收缩得越多，能够通过能量体较低脉轮流入心的能量就越少，一个实体也越发无法去处理这些感觉了。因此，当生命向前移动，人生(历练)逐渐成熟时，这个自我会有一种天生的倾向去变得更多扭曲而

不是更少扭曲，更多防卫性而不是更少防卫性，更不能利用这个选择之密度的环境，而不是更能够利用该环境。

在谈到关于流浪者和他们的困难时，我们的希望不是去为流浪者找借口或去为流浪者经历的困难作辩解。毋宁说，我们的希望是带着流浪者回到一种忆起的状态。
逐渐变得毫无恐惧和不设防的关键是那份记忆：在良好的信心中并带着一颗快乐的心 做出决定加入第三密度的人群，以及该决定背后的理由。这个决定是在一种绝对的慈悲和高尚心性的氛围中做出的，它是一个全心全意的决心，为了那些正在接近收割的人们，去成为第三密度的良善的一部分。为了投胎的机会，(你们)实际上曾为此机会竞争，每一个认为自己是一个流浪者的人都可以确定，他的决定不是一个无理由的决定，而是深入思索与绝对确信的结果。

我们并不知道什么特定的言语可以触发那初始的记忆，因为它同样位于面纱的背后。然而，那些要求更多地察觉他们更深的想法与更深的本性的人，总是会遇到一个觉察结晶化的瞬间，一个清澈的时刻。我们确实鼓励那些已经在这些言语中感知到他们自己的人转入信心中，相信他们更深的自我，相信他们的指引，并设置意愿去更完全地察觉那个引导的推动力，它推动你在这个特殊时刻以这种特殊方式进入服务。

当一个人正在处理大量的催化剂并在处理他周围的环境中发现困难的时候，找到这个关键性的察觉，找到这种确信的核心是极有帮助的。当你正在体验受苦时，能够把那种受苦放在一个服务的生命的脉络中 是非常有帮助的。虽然它并不会实质性地影响你经验这些困难的整体性振动，它却真的会极大地改变你日常生活的表面性体验，于是你更能够微笑并向你此生的挑战致谢，同时也感谢那些已知

的祝福。

在这方面，你也可以注意到，当你们逐渐接近地球的第四密度的开端的启动作用时，有一种催化剂的数量逐渐增加，它是流浪者经历的困难的相反面。我们感觉到这种正在增强的渗透作用— 第三密度的光被第四密度的光贯通，对于地球上的所有人，本土居民和流浪者都一样，它创造了(人们)对于真理和清晰度的议题有持续增强的敏感度。

每一个寻求者的进度，在某种程度上，就是一个越来越知晓他自己的进度。在第三密度的生活中，就好像在你们星球上 在数千年的时间中 人们已经体验到的东西，同时在物质性和形而上的层面中，第三密度的光一直在照耀着，它帮助你们朝向极性的选择而工作，接着维持那极性与增加那极性。从大概四十年前开始，情况就已经逐渐在改变，它已经使得你们星球上第三密度的实体们的事情变得更加困难了。你们的星球正越来越靠近那个时刻— 第四密度将成为活跃的密度 而第三密度的光将被耗尽。

我们并不是说阳光将会消失。这个器皿在今天早些时候曾与一些人谈话，这些人认为也许在 2012 年冬至，第三密度的体验将在眨眼间消失，就不再有第三密度了。

然而，我们并不认为会是这样的情况。我们认为的情况是，创造第三密度的灵性上的或形而上氛围的光会用如此这般的方式被耗尽，于是冲击你的第三密度能量体的光将是第四密度的光，做为一个第三密度的实体，你的配线并不能够使你不带显著扭曲地掌握第四密度的光。

正如这个器皿已体验到这种改变，重点在于该器皿已经完全无法避免看见每一个尚未整合的人格部分，这些人格部分是她拥有的寰宇人格的一部分，但它们却尚未被整合到心中、思想中和表面人格的基本存在状态中。

一个人格的阴影面中会有一些面向没有被注意到，这不是什么罕见的事情。原因很简单。对于大多数聚焦于极性的正面道路的人，他们并不渴望去仔细或深入地探索人格中的那些强盗、谋杀犯、通奸者和嫉妒者，一个贪婪地吃掉不属于他的东西的人，贬损的人，一个只希望去破坏的人。这些都是寰宇自我的所有面向。

每一个实体都拥有它们，一个真正在灵性上成熟的具肉身实体的标志是他已经面对他的阴影面，拥抱了它，宽恕了它 并已要求它向着善而工作。我们会建议每一个实体都会发现他越来越不可能去回避面对那些他迄今还尚未处理的生命议题。

一个人也许会说，在这种情况中的问题或者挑战是，这些意识是用一些无法立刻被能量体吸收的方式出现的。相反，有一种刺耳的感觉，就好像这些新的觉察太过严苛以致于无法承受。在第三密度的配线中有一种能力上的缺乏，无法用一种完全舒适的方式来体验第四密度。因此，会有一种陡峭的感觉，一种关于这些新的觉察的缺乏优雅的感觉。它们似乎在向自我提供艰难的知识，这些知识看起来几乎不可能承受。

就是因为这个原因，没有一个正在你们地球世界出生的实体仅仅只装备了第三密度的配线。那些在此时来到你们地球上 进入肉身的实体都有第三密度和第四密度的双重配线。所以他们拥有意识的根源以及从意识深处进入到显意识的全部的传送系统，而那显意识对两个密度都是与生俱来的。因此，你们中间那些更年轻

的实体能够用一种远为有效率的方式使用光。然而，因为第四密度的光的增强透明度和它增强的持有信息的能力，这些年轻的实体们经常会发现他们自己确实在与第三密度的普遍实相的连接中遇到困难。

总之，我们会说，对于你们这些现在在行星地球上投生的人们，尽管这是一段非常富于成效的时间，它是一个非常有挑战性的时期。你们在这个地球自身的转折时刻拥有这个独一无二的机会，在你自己存有的内在之中提供一个位置和一个地方，那就是爱。

此刻，我们请你们对你们自己和你周围的那些人慈悲。从灵性而言，这不是一个向你提供轻松、舒适和优美的，体验你自己神圣天性的道路的时刻。

的确会遇到那样时刻。因为那个你在其中发现你自己的世界，它就是第一密度和第二密度的礼物，它充满了美丽和安慰。自然世界中的一切都处于一种爱你的状态中，就好像你的身体的骨骼一样，在它们的本能的生命中，有一种对外在环境的回应性的和压倒性的爱，再不会有比在韵律中与一切造物共同舞蹈更好的事情了。的确，围绕在你周围的这个世界并不仅仅是人类，对于那些希望重获他们的平衡并减轻他们的扭曲的人，自然的世界就好像一个巨大的，很大程度上未被撷取的资源。我们十分鼓励你们沉浸于这个大自然世界之中。

另外一种资源是给那些希望增强他们在这个挑战性的心灵氛围中的稳定性的实体，它是你周围的指导灵系统的帮助与慰藉。你拥有你的高我，无论你希望用什么样的方式来想象那个实体，它是你最高和最佳的自己，你可以简单地通过提问来接触到它。你拥有天使的帮助。对于流浪者同时还有同乡的社会记忆复合体的帮助。所有这些钟爱和关怀的同盟与你就如同你的下一个想法一样近。一个寻求

者如果能锻炼自己在思想中向这些帮助感谢并请求这些帮助，这是非常聪明的，因为，常言道，只有发问的人才会得到答覆。因此，我的朋友，进入静默并发问吧。

然而，在所有我们已经说过的话语之外，我们回到在这次对话开始的时候 我们谈到的事情。灵性的旅程即是你在其中寻求减少你的振动和与无条件爱的振动之间的差别(的过程)。越过各种「在哪里」和「为什么」，爱在那儿，你会真正地理解爱是什么。因此，寻求爱，向爱开放你自己。让你自己被爱。最后，允许那些不表达爱的事物从自己身上脱落，不要求变化，而是当变化发生时，允许它。

我的朋友，当你越来越深地进入你的本性，不要害怕你将发现的事物。所有那些人类个性的人造物仅仅只是那无条件爱之种子在表面开出的花朵。当你向着那种子移动时，无惧地前进吧。因为当你穿透[Jim 实体所谓的]生命的液态表面[2]时，你不会被吓倒的。你越深地进入你的人格，它的个人性就变得更少，爱变得更多。

现在请问关于这个问题是否有后续的问题。我们是 Q'uo。

（磁带第一面结束）

G*：我想对于主要的问题没有后续的询问。我很快地问一下，如果我现在走去打印机那边并取回我打印的海外读者的问题，它是否会搅乱能量呢？

(编注: G= Gary，L/L 研究中心的行政秘书)

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo。我的兄弟，你的询问很有礼貌，当你开始你的行程时，我们会围绕着你。我们是 Q'uo。

（暂停）

G: 来自加州的 J 问：「为服务自我的人群的一场成功的收割而祈祷，它是否供给一个服务他人的实体的最高益处？
」
我们是 Q'uo，我们了解你的询问，我的姐妹。祈祷的核心是以一种明确地表达意愿的形式设置渴望，我的姐妹，如果这是你的渴望并且它让你心存感动去这样做，那么我们鼓励你去如你感觉的祈祷。实际上，为全体进行祈祷 没有必要指定极性为服务他人或者服务自我，而是简单地祈祷人们发现心中的渴望并向着那渴望极化，并以此能力来取代冷漠之井。无论那渴望是服务他人或服务自己，都会提高收割量。

我们是 Q'uo，此时 请问有另一个问题吗？

G：M 写道:「我的理解是，为了让自由意志可以选择向着正面极化，遗忘的面纱是必需的。然而，作为一个已经在过去做出这个选择的流浪者，我观察到面纱还在我的内在保留着，如果它被移除了，它也许会侵犯其他尚未极化的人的自由意志。而我不理解为什么情况是这样的。在我看来，我是有可能同时在第三密度和第四密度同时变得完全有意识并且不会侵犯其他那些选择不去意识到第四密度的人的自由意志。请解释为什么在一个已经极化的人的身上移除面纱会侵犯到一个

尚未极化的人的自由意志呢？」

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们觉察你的问题。我的兄弟，如果你对第三密度的意识变得完全地察觉，同时又卸下面纱— 第四密度的觉知之特征，这不会侵犯另一个人的自由意志。相反，它会侵犯你自己的自由意志。

我的兄弟，你是一种特定的生物。它是一种出色的生物。你选择带着遗忘的面纱进入第三密度，明确地是因为，就形而上和伦理上的选择而言，它会把你完全地交给你自己的信心、希望和仁爱。你进入第三密度不是来战胜第三密度的。你进入第三密度是来居住于这个幻象中并服务太一无限造物者。

你是否必须奋力进入增强的觉知好脱离面纱？我们认为不必。我们相信你穿透面纱的时刻是很多的，而它们是令人欣赏的。虽然如此，我的兄弟，如果你能够毫不费力地安住于第三密度中的遗忘的面纱之外，你就直接地消除了单凭信心而活的优势了。当你在这种遗忘的面纱中做出选择转向爱、活出爱、成为爱的时候，你必须克服阻力如此做。在面对这种阻力并在其上工作时，你已经锻炼了你的灵魂并完成你原本来到这里要做的工作。

因此，我的兄弟，我们会说，重点不是会侵犯其他人的自由意志而使你无法同时居住于第三密度和第四密度。毋宁说，重点是第三密度的性质，它需要人们花费一种来自意愿、记忆和渴望以及灵性成熟度的努力来依照第四密度的价值观而活，并据此行动彷彿没有面纱一般。

每一次 当你在信心中行动来扩大爱并成为爱之见证者与信使，你就点亮了整体的行星意识。你就是为此而前来，我的兄弟。我们为这个问题感谢 M 实体，我们

感激引发这个问题的能量。

现在，请问有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。

G：有一个问题来自 C，他说，「我正从事于创造一种可生化分解的棺材来给人们对葬礼的自然替换选择。我想知道这个我正在做的工作是否有助于我们整体的灵性进化呢？请提供任何不侵犯我的自由意志的想法，并讨论可以帮助我思考这个问题的任何灵性原则。」

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的姐妹。当行动在你们的尘世中被完成时，它们有其表面上的一些方面，以及那些用如此这般的方式涉及你的行为动机和期望的更加微妙的方面。虽然你的问题的表面上并不提供灵性上的意涵，因为物理载具无论如何被居住，它就是一个从尘土而来也归于尘土的事情，虽然如此，还是有一些实质益处与开发这个产品的动机有关。

我们感觉，它的动机就是去表达万物合一的渴望，再没有更核心的灵性原则能被包含在一个作用于你们的星球的决定中了。给死者的可生化分解的屋子的创造物发展出一个推论，即用一种完全和彻底的方式回归尘土，不再抵抗身体的自然分解的过程，而是拥抱它，这是好的。结果是，当这个产品可以使用时，这个行动就是一个能够唤起万物合一与一切是爱的觉知的行动。

因此，我们赞扬这样的动机和在创造这个产品的决定之下隐含的灵性原则，我的姐妹，我们感觉，在将一种神圣带入日常生活中 那些尚未被视为神圣的方面上，你的创意是一个出色的方式 向你周围的世界展现爱并表达你对于万物合一的觉察。

这个团体的能量开始衰微，这是我们离开你们的时候。我们用我们全部的心意感谢你们创造这个静默的时刻，感谢你们对真理的寻求。能通过和你们分享我们的想法来进行我们的服务，这是我们的荣幸，我们为这个机会而感谢你们。我们在喜悦和致谢中离开这个器皿和这个团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友。Adonai vasu，borragus。

原注

[1]克里斯?克里斯多佛森(Kris Kristofferson)，《这条老路》CD，2008，版权所有，歌名「朝圣之路」(Pilgrim's Progress)。在对话开始之前的团队调音过程中，这首歌被播放。在这首歌中 Q'uo 引用的歌词部分是:

Am I young enough to believe in revolution?
Am I strong enough to get down on my knees and pray?
Am I high enough on the chain of evolution
To respect myself，and my brother and my sister
And perfect myself in my own peculiar way?
我足够年轻来相信革命吗?
我足够强壮来跪下来祈祷吗?
我是否高到可以站上进化的链条?
尊重我自己，我的兄弟与我们姐妹
用我自己独特的方式来完善我自己?

[2] 就 Jim 使用这个词语的意义而言，「meniscus」在 www.dictionary.com 中的定义是，「液柱表面上部的凸起或者凹陷，由于表面张力引起的弯曲。」这种表面的张力意思是当一个人尝试刺穿液体的表面时，会有一种轻微的阻力。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1607 章集：自卑

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 5 - Session 1 - Channeling Circle 17

2009 年五月 29 日

团队问题：Laitos，我们想知道如何平衡低落的自我价值*。如果你愿意谈论镜像效应以及我们如何能够作为通灵的管道 平衡并稳定我们自己而不让自卑*的扭曲的影响我们的通灵，我们会很感激。

(*编注：原文为 low self-worth，意译为自卑，比较简洁)

（Carla 传讯）

（Carla 作为这次通灵圈子会议的资深通道）

我们是你们知晓的 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我们是太一无限造物者的仆人，我们是爱、光以及合一的信使，我们感谢你们在这个早

晨呼唤我们加入你们的寻求圈中。

我们非常高兴能与你们谈论关于自卑以及平衡它的过程，随着这次工作的会议继续，我们希望能与这个通灵圈子中的每一个实体一同工作。我们请各位对于调整保持开放，在这次会议向前推进的过程中，它将让我们与你们的联系更加平稳、更加从容。

一如既往，我们请每一位听到或读到这些言语的人使用你们的分辨力来选择将我们的哪些想法作为你们的资源来使用，并选择将哪些想法留在后面。请跟随共鸣的道路并将所有那些无法你们共鸣的事情放在留在后面。我们感觉那些相信他们的分辨力的人是永远都不会失望的。我们感谢你们这方面的考虑，因为它允许我们能够随意谈论而不用担心我们可能会以任何方式打搅你们灵性的进程或成为你们面前的一块绊脚石。

我们发现你们在这次通灵的会议之前的对话是非常有趣的。当我们看着观点和思想的交锋时我们可以看到这个团体中的每一个人同其他人的协调一致，并在向上攀爬那些心智变貌的多重纠结时保持着全然的合一，那些心智变貌似乎把一种概念架构和另外一种架构分隔开来。

这是一个让我们欣喜的地方，对于每一个人，团体的合一远比努力去成为[这个器皿所称]「对的」要重要得多。在灵性的寻求中，我的朋友，并没有什么对的或错的想法，只有那穿越迷宫的道路，而那座迷宫对每一位寻求者都是不一样的。

在每一个心/身/灵复合体里内有什么样的扭曲，在人格外壳和逻辑心智的水平上就会创造出从迷宫到迷宫到迷宫(之间)的种种不同之处。因此，那些思维过程，

那些穿越迷宫并进入到未知的关键位置中心的道路，对于每一个人都是独特的。

我们发现自卑的概念是一个在思考上有价值的概念。就好像 S 实体认为的，在这个圈子里没有一个实体，或者在你们星球上的绝大多数人群中 的确也没有人，已经达到了心理上成熟的年龄而不再保有自卑的感觉。这现象的原因有很多种，但是，在大多数情况下，它们并不是来自于以自我为中心的那些声音，而是来自于以父母、老师和其他权威人物为中心的各种声音，它们是在儿童时代的早期发生的，在一些情况下，的确同样也会在儿童时代的后期发生，它们告诉在肉身中的那个年轻灵魂 他是没有价值的。除了亲爱的人的声音，母亲和父亲的声音还有亲爱老师的声音，一个孩子应该相信什么样的声音呢？因此，一个无防备的和易受伤害的年轻的灵魂就将这个自我[不知怎的]是无价值的概念吸收到自己身上了。

我们现在将这个通讯转移到 S 实体上。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。我们首先为这个器皿在对我们进行严厉的挑战而感谢这个器皿。这是让新的管道感到舒适自在的一个尤其重要的功能，因为在通灵的经验中，实在太容易被主题迷住了以致于排除对(讯息)源头的性质或质量之鉴识，[我们会说] 那源头歇息于存在之中，(或)一种存在的状态。

碰巧的是，对于你现在正在参与的那个问题，这同样是一个重要的考虑。因为如果一个人从对自我在感觉上可能是有价值的或是没有价值的本性的探究开始，他就必须从存在的概念开始。

一个人是(存在)。自我是这样一种事物，在它能够行为(do)之前，它必须首先存在(be)。在它的存在性中居住着它不可分割的价值。现在，这看起来是一个相当显而易见的要点。这一点甚至已经注册在你们的(英文)语法之中。在能够有一个行为之前，不是必须要有执行那个行动的主体(存在)吗？而真相却是 在你实际的经验中，一个人的注意力通常会从存在转到行为上。有一种特定的困惑很早就会出现，在某种程度上，一个人会将自己视为一个已经完成某些事情的人，而不是欣赏它自己的存在性的与生俱来的美德。因此，一个人经常会将它自己视为的首先自我，就是那个已经执行的、已经实现的、已经创造和已经做完(事情)的自我。

现在，带着对于任何行为的尊重，一个人认识到有的事完成得比较好，有的事完成得比较差。当通过其他的可能的做事的一个标准来衡量时，这是很容易理解的，于是一个人在成为一个自己的首先尝试就会不符合标准，自我也将被认为是无价值的。

然而，有一种更深的感知，在这种感知中如果一个人对是我的衡量是用一些他已经实现的、取得的、执行的、完成的事情来衡量，而不是用等同存在的自我来衡量，那个已经有所成就的自我将总会不符合标准，并将不可避免地是无价值的。

因此，只要一个人在某个程度上将他的注意力从那个不可分割的自我，根植于存在性中的自我，转移到在一个人在自己的造物中构建的自我上，无论那个造物是如何富有造诣，一个人都将会有一种挥之不去的，容我们说，对产品不满意的感觉。这是创造一个自我的本性的不可缺少的一部分，就好像在这里的每个人都必须学习的一样。

相应地，经过一段时间，一个人开始学习去重新吸收那个已经完成一些工作的自我，进入扎根于存在性的自我，这是灵性成长过程中一个相当自然的部分。

现在我们将这个通讯转移到 G 实体上。我们是 Laitos。

（G 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与名为 G 的器皿在一起了。从自卑感中恢复的两个重要因素是宽恕与感激。

我们谈一会儿宽恕。宽恕有两个要素，一个是对别人的宽恕，另一个更重要，是对自己的宽恕。

现在，举个例子，在一个已经在身体上被可怕地虐待了的孩子情况中，你可能会怀疑，对自己的宽恕从何而来呢？对自己的宽恕与一个人相信虐待是他应受的惩罚有关，(需要)宽恕自己持有这种信念。

当与宽恕一起工作时，无论是宽恕他人还是宽恕自己，宽恕都与理解这个情况是如何发生的以及它更深的意义有关，在我们刚刚谈到的情况中，宽恕同时也和了解虐待不是孩子应受的惩罚有关。

你可能想知道一个人如何才能知道什么时候他是真的宽恕了，而不仅仅是言语的宽恕或思想中没有说出来的宽恕。当某个情境进入一个人的心智，他或许对于过去发生事件的记忆，如果对那个记忆没有情绪性的电荷，一个人就可以知道在一个非常深的层面上 真实的宽恕已经发生了。

感激与宽恕是一样重要的。将一个人的思想保持聚焦在那些让人感激的事情上，这是重要的。用感激充满你的心智。仅仅透过你的状况，你们都可以对如此多的事情如此地感激。你可以感激飘落的雨，因为你知道 没有雨就不会产生食物给你们星球的人们。当你行走时，你可以感激轻柔的风抚摸着你的面颊。你可以感激你行走的能力。

当你进行一项工作时，你可以为你已经完成的工作而感激，无论它是很小的数量或是一个很大的数量。如果有一些剩下来没有完成的事情，你认为你应该已经完成的事情，你可以聚焦于已经完成的那些工作，而不去聚焦于那些没有完成的工作或者聚焦于已经完成的工作的质量。

我将留给你们过去曾在你们星球上非常流行的一首歌中的句子，它是这样的，「强调正面的，拴住肯定态度，不要与骑墙先生搅和在一起。」[1]

我现在将通讯转移到 L。我们是 Laitos。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们非常高兴能通过这个器皿的声音来说出我们的概念。这个问题涉及到橙色脉轮[2]的平衡。平衡暗示着有一种不平衡的可能性。我们正在平衡的两方面是什么呢，或者我们正在一个支点上平衡多个方面 它需要被校准以获得平衡，有哪些方面呢？

在橙色脉轮中有我们已经谈论的自尊低落的概念。在这个杠杆支点的另一端是自

尊过度的概念 傲慢、骄傲。我们在过去谈到过平衡的方法。当你注意到你自己的一个不和谐的面向的时候，你可以放大这个不和谐的面向和它交手，探索它，如同剥洋葱一般彻底了解它，品尝它，尊敬它，钟爱它，然后考虑它的对立面。用这种方法 一个人可以将其考虑为一个镜像。将自卑放置在镜子的前面，并看到它超越这个镜子的另一个世界的对立面，在那里有自卑的对立面— 骄傲。

在你们的社会中，当你穿越你的人生并遭遇那些你在自己身上看到的那些事，以及你并不认为你在自己身上看到的那些事的时候，你就蒙福地获得去体验很多很多种人格的能力。

当你工作于自己身上的一些事情却无法看到对它的工作获得任何进展的时候，那么，在另一个人身上看到你自己的这个方面，另一个人身上辨认出这个方面并接着在你的头脑中剥掉它们的洋葱皮，就好像它们是你自己的问题一样地在这些问题上工作，这是有益的。

这和自我镜象是类似的。但是在平衡中，你会发现在另一个人身上同样有你的问题的对立面。因此，如果你在自卑的议题上工作的时候，在你的日常生活中，你遇到某个人，他看起来有自卑的对立面 自负，拥有一种过度膨胀的自我价值感它可以作为对你平衡我们在这次对话中谈到的橙色脉轮的一种有帮助的方法来使用。因为，即使那个人的骄傲似乎与你自己的自卑是完全对立的，而且看起来不是你的灵性工作的一部分，它是属于同一个脉轮的。它是相同问题的一个表现。

用这种方法，如果你与某个拥有一种过度膨胀的自我价值感的人关联起来，并剥去那颗洋葱的皮层，开始处理那个人的概念就好像这些概念是你自己的概念一样，充分地通过它们而工作，它会帮助你理解自己的问题。

镜像，如 S 实体努力在这次集会中阐明的 以心轮为支点来平衡杠杠一样，它是一个有效的却仍不完整的观点。一个人会一直独自在脉轮上工作，它也会一直与其他人一起在脉轮上工作。

现在，我们相信我们已经进入一个概念，我们希望通过 Carla 器皿更全面地探索它。因此，我们希望使用她的声音来表达我们的概念。我们是 Laitos。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起，通过这个器皿，在爱与光中欢迎你们每一位。工作于橙色脉轮的寻求中灵魂使用自卑和过度骄傲的镜像并根据他独特的性质和他特定的自我需求来平衡自卑的扭曲。

有一些人他们的自我感是如此强烈以至于对其他人的骄傲并没有被看透为一个扭曲，毫无疑问地，它被视为一个优点。对于那些实体，没有镜像效应，因为当一个实体显示出骄傲的时候在他们的意识中并没有扰动。

对于其他的实体，他们的人格外壳包含了对最初的自卑的回应，这种自卑会变得越来越具保护性和防守性，因此在自我内在制造了一种虚假的骄傲，就好像覆盖在自卑脸孔的一个面具一样，而当他在其他人身上看到骄傲时，这样的镜像对他是有帮助的。

无论是什么原因导致一个实体发现它自己被自卑的剧痛所触发，在将谷物送入[灵性工作的]磨坊的过程中，镜像效应是非常有帮助的。

对平衡扭曲或减轻扭曲的过程有帮助的并不是那些未被注意到或在日常生活中被毫无疑问地接受的那些事情。而是在日常生活经验中触发正面或者负面情绪的那些事情成为可以被磨坊考虑的谷物，磨坊缓慢而充分地研磨，在那个磨坊中，每个人都尝试通过投身于生活并使用他们的生活体验的方式来加速灵性进化的过程，这样他们就越来越能够用一种尽可能无扭曲的方式察觉自我。

这个器皿稍早曾陈述她的意见，她认为在橙色脉轮中对自我映照自我是有可能的，从振动方面而言，橙色脉轮是自卑的发源地。并不是说能量体的橙色脉轮出去寻求自卑的要素并要求自卑。毋宁说是情绪上的不足之处和自卑的感觉用这样一种方式进行共鸣，于是它们出现在橙色脉轮的区域中。

因此，我们无法说这个器皿是不正确的，但是我们可以指出，虽然一个黄色光芒能量身体的橙色脉轮不具备人类的自我察觉能力，它可以接受无条件的、绝对的接纳、慈悲和爱之圣灵的告知，藉由绿色脉轮的成熟开放心轮之装备。

因此，虽然自我可以在没有更高脉轮的参考下映照自我，因为没有对一个更高的真理或一个绝对真理或一个更宽广的视野的呼唤，它是一个扭曲的镜像。

相反地，通过一个某种程度扭曲较少的自我对一个扭曲的自我的镜像，那些自我同时都被一种对自我的察觉上的内在扭曲所局限，而那个自我是一个未察觉到自我的真实本性的自我。因此，它是一个在自我的两个面向之间的对话，两者都不足以平衡自我与自我，好清除或成功地减少自卑[变貌]或它的对立面— 骄傲[变貌]，而骄傲是作为一种对不足感的防卫而被激发的。

因此，停留在橙色脉轮中尝试去平衡自我并减轻扭曲是一个已经失败的任务。平衡的过程需要发生在能量体的一个部分之中，这个部分可以用一个更宽广的视野和一个更大的视角而知晓，而这样的环境是开放心轮的环境。

我们现在将这个通讯转移到 S 实体。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos，再一次与这个器皿在一起。在我们继续我们的评论之前，我们想要指出 这个器皿已经要求我们对先前被表述过它的观点与立场给予一种修正和反驳，如此 这个器皿可以找到方法在自我价值的主题上 获得一个更有说服力的理解。

我们通常并不喜欢有这样一个情境[容我们说]被放置在我们的通讯上，但在这个情况里，因为这个问题带着如此的诚挚被提出，我们将用这样一种方式来表述我们的评论 并照顾到这个问题，虽然我们表述的方式，甚至在我们说话的当下，使这个器皿吃惊。

我们给予了这个器皿真实或纯正的谦逊概念，我们发现这个概念与真实或纯正的自我价值的概念是非常紧密地联系在一起的。在你们星球的配置上，确实，在一般而言的第三密度的星球的配置中，发现自己通过与其他自我的相互作用的途径被羞辱了，这是一个非常普遍的经验。

（磁带第一面结束）

（S 传讯）

这种被羞辱的经历是一种非常难堪的经历 它将一个人带到一种屈辱的情境中。

它将一个人带到一种情感功能障碍的情境中，带到一种完全的卑微感中，在其中一个人没有任何可利用的有意义的资源。

当一个人尝试从这种羞辱中恢复时，首先的冲动就是去找一种方法消除或拒绝或超越那些处于羞辱影响之下的情境。于是，一个人就会因此开始工作于一种否定的能量。

这种否定的能量可以被转变为一种补偿，如果你愿意也可以称之为一种自我的复原，它是通过一种反应性的方式而获得的，这种方式仅仅在如果它成功超越了羞辱的情境下的体验这种情况下，它才会获得成功。然而，拒绝一个人所经验到的将一个人带入到消沉的状态的那些面向，就是去将这种感觉上的卑微巩固为人格结构上的一个永久性部分，这个部分接着被提升为逃避那种卑微感的手段。

在我们的经验里，为了疗愈这个区域，返回到那种卑微的感觉并拥抱它，接纳它，爱它，允许它成为自我和它的存在性的一个部分，这是必须的，而它的确没有与其他部分分离，也没有与太一无限造物者分离。

一个人因此就有了一种谦逊的可能性，这种谦逊没有需要去证明什么、克服什么，也无须对他人证实什么 好展现一己是有价值的、光明的，或可以直接要求(他人的)尊敬、顺从和尊重。

在这种真实的谦逊的经验中会有一种感觉，在这种感觉中自我在它的状态中就好像一个未经世故的人被送入一个比例关系— 他与那个已经功成名就的自我的关系。因此，确切地说，有一种在自我到自我之间的关系，它被登记为自我价值的首要行动，自相矛盾地，它被赋予的名字是谦逊。

现在，我们将这个通讯转移到 G 实体上。
（G 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与名为 G 的器皿在一起。在这里，为了缓解任何令人不快的情境，无论它是自卑或其他什么情境，我们都会提到祈祷的重要性，注意到这一点是很重要的。

在你们星球上并不太遥远的过去，已经有过关于祈祷的科学实验，在这个实验中，两个恰好是相同种类和大小的植物被放置在相同的土壤中，相同的容器中，它们被放置在一个能接收到相同阳光的窗户上，并通过完全相同的方式来被浇水。在对这些植物的照顾中唯一的不同是，有人为其中一株植物祈祷，而另一株则没有。

每一次这个实验被重复，那个接收祈祷的植物比起那个没有接收祈祷的，都长得更大，看起来更加健康。我们确定你们所有人都意识到已经发生了的疗愈，这些疗愈仅仅归因于祈祷。

这个器皿已经习惯于使用非常简单的祈祷来缓解各种情况和情境，它的效果是提高或者提升她的自我价值。首先，他陈述 渴望的情况。在这个情境中，一种合适的陈述是，「我知道我是上帝的一个孩子，和耶稣-基督一样，」或者「我知

道我展现基督意识。」接着的祈祷是，「上帝是，我是，我知道我是，我为我的知晓而感激，我将这些言语释放到宇宙中。」

现在我们将这个通讯转移到 L。我们是 Laitos。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们使用这个器皿来表述我们的概念。意愿和祈祷在身体和心智上有一种强力的效果。在你的灵性工作中，当这个房间中的器皿们设置他们的意愿去通灵时，那意愿会在整个通灵的过程中与他们待在一起。例如，这个器皿的老师使用的意愿声明: 她想要以一种有意识与稳定的状态来传讯，并尽可能地传导最高和最佳[属于耶稣-基督的振动]的通讯。

在你的调音过程中同样也采用意愿，诸如提升你的能量层次与稳定你的脉轮系统。当一个人经历了这个意愿与祈祷并请求稳定这些脉轮时，为了成为一个通道而服务的目标，这个请求就被完成。这些意愿可以在调音过程之外被用作你的日常生活中的一个通道，好比我们方才对 G 实体表达的一样。

这是一个平衡你的橙色脉轮的有帮助的方法。它对你所有脉轮的平衡都是一个有帮助的方法，每一个脉轮轮流进行，于是他们可以全部一起和谐地工作。在你的各种活动的过程中，该脉轮系统会被碰撞、被擦伤并受影响，去校准它并规律性地重设你的意愿，这是重要的。在日常生活中去进行这种类型的意愿和祈祷，是重要的。

当这个意愿在调音的过程中被应用的时候，一种结晶化的方法就被实施了，这样

你的脉轮可以被和谐地平衡，包括我们正在谈论的橙色脉轮。你的能量接着就会自由地流动，外部的效应就会被限制，因为你限制了你暴露于那些外部的效应，并从调音状态直接进入到该通灵圈子中。在通灵之后，当你用光了这些能量并从事你的日常生活，这些脉轮又会再一次通过你的各项活动被碰撞、被擦伤。

在你的脉轮上进行工作是有必要的，在你的日常活动中脉轮有一点点失去校准，或者很严重地失去校准并歪斜，这些都不会迫使你放弃你的通灵。当你经历你的调音过程，你设置你的意愿并让这些脉轮结晶，它们将和谐地维持下去并停在适当的地方，它们会为你带来你所渴望的事物，即在你通灵的过程中允许光自由流动 通过这些脉轮。

在适当的地方会有一些缓冲区，因为这个意愿会阻止它们轻易地失去校准。这个校准的状态在通灵之后不会存留很久。理论上 这个星球上的每个人可以通过使用他们的意愿去校准他们的脉轮，并接着从事他们的生活并停留在完全的和谐和平衡中，每个人处于一种恒常校准的状态，对于一般大众 这并非实际的情况。

当你设置你的意愿去传导你的最高和最佳的部分的时候，当你设置你的意愿仅仅说出那些被给与你的言语，而不说任何你自己的言语的时候，你的脉轮系统上的那些天然杂质对你的通灵的影响效应会少很多，你的信息也轻易地保持尽可能的纯净。当你不再处于通灵的范围中，当你的脉轮经过你的日常活动变得失去校准的时候，接下来 你就可以再一次工作这些脉轮了。

我们现在让这个器皿将这个通道转到她的老师 来承载我们的信息的话语。我们是 Laitos。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，和这个器皿在一起。总而言之，我的朋友，自卑的感觉在人类中几乎是普遍性的感觉。这是由于人类的状况，这种状况正是在第三密度中被创造的(基本)组织的一个功能，它用面纱将实体与他们的真实自我、真实的本性隔绝开来。一切万有无论呈现怎样的面向 最终都会变成一切万有的合一性，那即是太一无限造物者的一个伟大的原初思想，无条件的爱的一个存有。

迷失于第三密度的幻象中，一个人不可能无视于自我倾向于犯错的事实。因此，作为一个灵性寻求者，如果一个人尝试通过否定老师或者父母的陈述来寻找一种真实的价值感，这是不足够的。因为在第三密度内的每一个实体中都有人类的犯错的元素。因此，从这个主观上的有限观点来看，所有人都理所当然地有一种自卑感。

然而，进入开放的心中，第一次，他会沉浸于一种更宽阔的环境中，一个更多地知晓的环境中，在那个环境中，一个人第一次将自我与太一无限造物者、无条件爱、存在认同。

当歇息于这种爱的存在性之中时，一个人接着就能够工作于更高的脉轮，工作于那在蓝色脉轮中赋予能量的慈悲真理与靛蓝色脉轮的存在性。当一个人拥有那能量、渴望、意志与意愿，他就能够打开通往智能无限的大门，并通过那大门取得灵感与信息，这些灵感和信息将越来越多地告知自我 不再被人类的状况所局限。

因此，一个人通过清理道路 通往开放的心 就可以看到宽恕和感激的优良质量。

一个人能够进入到真实的谦逊中，这种谦逊的功能视自我为一个爱的孩子和造物者的孩子，因为当一个人进入到开放的心之前，俗世的双手必须被清空。歇息在这开放的心中，恢复自我的工作就可以进行了，那是被真实价值的觉察所平衡的自我。

当一个人为作为一个通道的工作做好了准备，这个过程就是单纯地再现这些重点然后为整个工作的期间结晶化。它是一个每一天都必须被反覆进行的过程，因为能量体一直在运动中，永远有给磨坊的谷物。会有扰动，就会有工作要进行。然而，一次又一次地进入开放的心，那里有安全和受保护的环境 好执行成为的工作，存在的工作。

我们在此时感谢这个器皿和团体，为其渴望去寻求真理，为其渴望用这种方式服务于无限造物者。我的朋友，它是极其值得欣赏的。当我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们时，我们为你们的美丽和勇气而感谢你们。我们是 Laitos。Adonai.

原注

[1]这首歌(c)1945 来自约翰尼默瑟(Johnny Mercer)，副歌部分是这样的:

You've got to accentuate the positive,
Eliminate the negative
And latch on to the affirmative.
Don't mess with Mister In-Between.

你必得强调正面的

消除负面的

拴住肯定态度

不要和骑墙先生搅和在一起。

[2]在星际联邦的哲学中，自尊或者缺乏自尊都被视为橙色能量中心相关的议题范围的一部分，因为橙色脉轮涉及个人关系，无论是自我与自我的关系，还是自我与其他-自我的关系。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1608 章集：通灵电池

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 5 - Session 2 - Channeling Circle 18

2009 年五月 29 日

团队问题：我们带入这次集会的问题是这样的:「当我们在一个传讯圈子(channeling circle)中成为一个通灵电池时，请告诉我们这其中涉及的灵性原则是什么呢？也就是说，当我们没有进行传讯的时候，我们如何通过我们思考的方式和存在的方式为这个圈子提供最佳的服务呢？在你们看来，一些有帮助的观想是否可以帮助我们成为更好的电池呢？」

（L 传讯）

（L 作为这次传讯圈集会的资深通道）

我们是 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我们此刻来到这里通过这个器皿的声音分享我们的信息。这个器皿的概念不会完全没有任何谬误，我们自己的概念也是如此，因此，当你们在灵性演化中使用我们的信息时，请你们使用自己的分辨力。将我们的信息同你们自己的感觉和高我相互竞赛。使用那些与你们共鸣的信息而将那些没有共鸣的部分留在后面。

你们的团队请我们在这个通灵圈中应用我们的能量回应的问题，涉及(一个人)在圈子中处于不活跃状态的时间，也就是，在你担当一个声音管道的两次时间中的空档，或者在你选择去坐在圈子中而非主动地成为一个声音管道那些时间。因为在所有的时间，你仍旧是一个通道。在所有的时间，你仅仅没有张开嘴巴并使用声带进行振动。

在你的人生中 你从未有一个时刻不是一个通道。只是传讯(通灵)有它的各种梯度和方法。你们是在这个星球上的鲜活存有，你们的脉轮正在作用，你吸入造物者的生命力并与造物者的生命进行交流。因此，你正在通灵。

甚至是你们星球上最黑暗的灵魂，甚至是一个在昏迷中只有最微弱的生命力的人，或者一个刚刚出生的奋力活下来的婴儿，它都是我们的能量一个通道，都是我们的光的一个通道。当我们说「我们的」的时候，我们是在说那所有造物之中的寰宇之光。

那些没有注意到他们自己和他们的灵性上的天性的人，有人曾说，他们是睡着的，他们没有察觉到流动经过他们的能量。

对于一些人 这些能量有时是非常的强烈的。他们可以用这些流经他们的能量，用那来自于宇宙并进入他们的存在并接着被转换到行动中的爱与光来完成伟大的事情。

对于那些没有意识到他们自己是灵性的存有，没有觉察到他们在这个星球上灵性进化的人，通常，爱与光的能量在他们身上被限制住了。他们作为通道的活动是最小限度的。当一个人在灵性意识上获得成长并变得与那些能量更加调和的时候，一个人就可以打开在灵性体、理性体和情绪体上的道路了，通过清理光所使用的道路，你会成为一个越来越大的管道，并有更大的容量来允许更多的光流经你。

这爱与光可以被使用的方式，就好像你们星球上的人的数量一样众多。

这个团体中的成员选择了一种特殊的方法使用这种能量，那就是你们拿取纯净的白光[我们从自己所在的地方传送到你们所在的地方]，接着通过你们的声音向外流出，这些声音被你们选择去描述对这些能量铭印的话语所包装。

你们所有人都有能力进行这样的行动。你们星球上的每一个人都能够做到它。然而，这里的人只有很少人现在已经取得了对它的一种小程度的掌握以便能够执行被你们称之为声音通灵的行动。

R 实体已经尝试这种声音通灵，他发现自己于内在为这些印象进行包装时遇到了困难。然而，那些能量仍旧自由地流过 R 实体，和它们流过这个通灵圈子的其他每一位成员恰恰是一样多的。你们都是同样的电池，不管你是否说话。

在一个通灵圈子中 成为一个电池的意思是什么？它意味着你奉献了自己来为光服务。你已经说过:「我在这里，使用我。」已经让你自己做好准备并为光的经过准备好了道路，于是那从宇宙而来的光会自由地穿过你的存有并返回到宇宙中，在这个团体的成员之间被交换。

你们每一位都向其他人出借你的能量。在神圣的性行为的练习中，这种能量是在两个人之间交流的。在一个团队[多于两个人]环境中，这种能量被混合起来并在该团队中间交流。声音管道的能量是通过蓝色脉轮进行交换的，它同样也通过绿色脉轮进行交流，当你们在进行一种[你们称之为]爱的服务时，绿色脉轮的能量就在团体中被交换了。

虽然 R 实体并没有在他为太一无限造物者的服务中使用蓝色脉轮，但是他与这个团体中的其他人正在交流他的能量，有很多的能量通过他的绿色脉轮而来。为了让这种能量交流发生而视觉化这个过程，这是没有必要的。只要你简单地说:「我为了服务在这里」，并允许能量流动，它们就会流动了。

这个我们正在通过其讲话的器皿正在感受到一种激动，我们觉得它在这次特定的对话中的表述是很重要的。那是一种没有距离的感觉，可以说，即使她的身体没有接触到任何其他人的身体，每一个身体之间的能量是如此的稠密以致于感觉起来仿佛她的身体和其他人的身体之间已经没有距离。这是能量的一个编织过程，这些能量是当它们从宇宙中被吸收，通过你的管道 在这个活动中、这个通灵圈的活动中被使用的时候，从一个人传递给另一个人的能量。

如果另一个成员被带入到这个通灵的圈子中，于是你们的数量就会变多一个，只

要另一个人也用与你们每个人在服务中贡献自己的同样方式在服务中贡献他自己，能量就会一样地流动，但是这个人增加的电池使得能量更加强大，也可以说，让你们创造的实质更加密集。

我们希望通过这个圈子中的下一个通道继续这个概念，因此我们希望我们的能量通过叫做 Carla 的器皿被讲述。我们是 Laitos。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们在爱与光中通过这个器皿向你们致意。你们在这个圈子中的每一位都从一个独特的视角与调音进入这个圈子的。你们每个人都通过为你的器皿调音 而为这个圈子做好准备，你们通过在心智、身体和灵性上尽可能最佳的调音 而达到你们自己个人最高和最佳的状态。

如果你们在这个圈子里的每一个人都是一个音符，这个圈子混合的歌唱将成为一首合唱，一首和谐与美丽的和弦，这些音符一同流动，一起振动，它在时间与空间中创造了一个场所，那是一个神圣空间，在其中 大家将会一起寻求真理。

那些在一个团体中聆听的人们的活动并不是被动的，不论团体中是有一个通道和很多个收听者，还是几乎所有人或整个团体在工作的时间都参与了通灵。如果在你的头脑中 有一种概念认为那些收听者单纯地就是接受信息，我们向你们保证这是一种被误解的概念。这不是由你的意志或你周围的那些人的意志决定的。毋宁说，它是由你固有的本性决定的。你不可避免地会成为一个非物质性的圈子或能量导向的圈子的一个参与的部分。正是通过你的存有，你在一个特定的频率上振动，该频率涌入团体的频率并帮助创造那团体的频率。

因此，每一个团体都是独一无二的，即使其他一个团队在其他一个时间聚会时团队的成员都是一样的，因为你们每个人都有一种不间断的事件流，它会在每一小时每一天地改变你的振动。因此，你可以意识到，单纯地通过你是谁和你为这次会议调音的方式，你的确就是方程式的一部分了。

领悟到一个电池的帮助本性是属于爱人、保护者和守护者的本性，这也是好的。因此，简单地去投射爱与感恩给那个正在通灵的实体，仔细考虑完善那个实体的服务的想法，向所有负责保护这个圈子的无形之帮助致谢，向这个圈子本身致谢，这些都是起作用的，因为圈子本身就是一个团队的存在。

所有这些[对于该通道、圈子、讯息源头与通讯过程]表达爱的方式都是非常有帮助的。作为一种在爱、感激、感恩和赞美中开放心的指引，它并不需要如此多的视觉化观想。因此，不是通过视觉化的观想，而是 成为一个电池的方式即是成为一个活生生的祈祷。

那我们现在将这个通讯转移到叫做 G 的实体上。我们是 Laitos。

（G 传讯）

我们是 Laitos，我们正通过 G 器皿说话。我们无法更多地强调我们的 Carla 姐妹刚刚说过的关于振动的内容了，尤其是意识的振动。每一个人都在某个层次上振动，要成为一个通灵团体的一个电池，让你的意识的振动与神圣造物者的意识之振动处于相同的层次，这是很重要的，因为你是能够那样做的。

在你们的(西方)文化中有个名为耶稣-基督的榜样，他的意识属于神圣、无限造物者的意识。我们可以注视他的人生来确定在他的一生中 他做了怎样的行动和怎样的实践、拥有什么样的态度 允许他拥有一种与无限造物者如此协调一致的意识。

他对这种校准有帮助的一件作为是研习。你也许在圣经中读到过，在他十二岁的时候 他就在教导拉比(Rabbis)了。

他的另一个实践是经常地远离其他人，在安静的沉思中花费了很多时间。那是你们所有人都可以做到的事情。

他做的另外一个事情是做有益的事工。你们都读到过他通过寓言传授的教导。你们读过他施展的奇迹，诸如喂养上千人。你们读过他施展的治疗。当他的弟子们议论他的行动时，耶稣对弟子们说:「你们可以做比这更伟大的事情。」[1]

他同样花时间在祈祷中。祈祷对他是非常重要的。当他在客西马尼花园经历他的灵魂的暗夜时，他在祈祷。所以，关于如何提升你的振动以便于你能够成为诸如这类通灵团体的一个优良电池，你可以将他视为一个榜样。

成为一个通灵团体的一个电池并不是某个你可以通过对你自己说:「我要为通灵团体成为一个电池，因此我要做这个和那个」而做到的事情，这好比一个人说:「我今晚要邀请我的朋友来吃一顿意大利面条的晚餐，因此我知道我将会去购物，我将给他们打电话，我将准备食物，招待进餐并在之后收拾干净。」

成为一个通灵团体的一个电池出自于你自己个人的渴望，那渴望是对进化的渴

望，对你的灵魂之进化的渴望。

对于那些在为参加这类的团体做准备的人，我们同样想通过这个器皿谈论一个会对他们有所帮助的视觉化观想。我们确信在这里的每个人的思想里都有某个人，某个他们认为是灵性上高度发展的一个存有。它可以是这个团队中的某个人。它可以是某个人 好比耶稣-基督、佛陀、圣雄甘地或者某个你自己知道的人，某个你曾在书中读到的人，或者某个你已经研习过他的作品的人。

我们推荐你认同这样一个人，每天花五分钟坐在冥想中，想象那个存有在冥想中和你在一起。在你已经确定了那个存有并想象你在冥想中和他坐在一起之后，接下来，容我们说，想象你们两个人一起组成了一个通灵团体。聚焦于和那个存有或那个人在一起感觉是如何的，当轮到你通灵的时候，就好像你向团体出借你的意识一样，他也向这个团队出借他的意识，并帮助你恰如其分地清晰表述。

我们相信这会是非常有帮助的。我们现在将这个通讯传递到我左边的那个人，被知晓为 S。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos。我们与这个器皿在一起。如果我们要总结一下我们至今所说的内容，那么 我们认为，做为一个团体的成员，他的单一最重要的贡献就是去提供一个[我们可以称之为]爱的存在性质量。所有参与者，无论他们是否说话，都的确如此运作。

爱不只是某个人感觉到的事物，毋宁说爱是一种个人传送的可触知能量。因此，

通灵的功能在它最基础的层面是一个发言者和未发言者以同样方式分享的功能，这是真实的。的确，这是一个该圈子里所有人都熟悉的分享，因为在各种聚集的场合中，不管目标是为了共同的冥想、祈祷或感恩，在其中经常没有言语，而在团体中却有一种临在感和一致性的亲密感升起，它表达了一种传递爱的调和的能力。整个团体达到一个富于表现力的存在性层次，甚至在遥远的天堂边际都可以被听见。

甚至如这个团体一样的小团体都可以如此强而有力，我们可以向你们保证，做为上述的天堂中的收听者，我们自己感觉到极大的呼唤 而去回应，即使这种回应仅仅是安静地将我们的和谐意愿与这个团队的意愿混合起来。

现在，摆在面前的问题是，在一个通灵团队中 一个电池的特定功能是什么呢？你们已经在一个发言的人和一个不发言的人的概念之间做出了区分。我们希望让你们确信，对于我们，在最大的意义上，这也是一个非常非常小的差别，一个毫不重要、逐渐消失的差别。因为，除了风的沙沙作响，言语又是什么呢？它们很快就会消失。如果在一次对话中已经有工作被完成了，所留下来的事物会是一些有着无法估量的更为重要的事物。

有一种整体的自我与其他人的汇聚，以致于那居住于日常生活中的那个小小自我的重要性会极大地缩小了，而对于自我身分更大的可能性的欣赏会大大增强。的确，在所有你说的和做的事情中 这个更大的自我状态都已经在其中工作。

我们大胆提出一个隐喻，就某种见识而言，在这里的每一个人的一生似乎是完全明显可见的，却不过是一个飞逝的虚构故事，位于那个更加丰富，更加饱满，更加无所不包的自我的想象之中，在更深的意义上，你仍然是(它)。

自我状态的效力是给所有圈子中的参与者的一个礼物，不可低估它。它让这个事件的可能性如实存在。而我们会再一次回到这个小小的差别，假设这是一次聚焦于言语的经验，言语不能够被完全排除。(圈子中)有那些发言的人和那些不发言的人。对于那些发言的人 有发言的时刻和沉默的时刻。这样，发言的功能如何才能找到它的方式呢？它会如何开始呢？它会如何寻求它的量度呢？

我的朋友，我们向你们保证，要发言，一个人首先必须能够去倾听，去听，因为调音是此刻你的经验中的标志性事件，它是一个允许要被说的内容来到你身边的功能，不是彷彿它是你的，而是彷彿它是一个给你的礼物。那就是我们所称的倾听了。

现在，为了使这种倾听完全地起作用和有效，有两个条件必须被满足。考虑到我们的存在的特性和我们在灵性进化的进程中已经做出的选择，我们觉得我们的进程和你们自己的进程是汇聚的，第一个条件是心必须是开放的。

我们不会在没有承诺在服务他人的道路上发展的成员的情况下，选择去工作于类似这个环境的高度形而上充能的环境。对于我们，那就意味着一颗开放和钟爱的心。

对于这个首要的条件，我们会补充，在通灵的经验这个特别的环境中，行家的倾听特征的特别属性会在在一定程度上被唤起，实际上，在某个程度上，这种属性将会随着这个团体的经验的增加而增长。[你们所称的]靛蓝色能量中心和这种倾听有关，而它有一种产生更高能量的能力，该能量以某种形式被一个寻求者认出来，他寻求展示某种特定意义的配置并且已经完成必要工作打开说话的中心，也

就是蓝色脉轮；于是他可以开始着手于呈现这些意义的配置或者将概念转译为语言，表现为可理解的形式，它在你们的文化中更广泛被认知为沟通。

（磁带第一面结束）

（S 传讯）

现在，正如你能够看到的，从绿色脉轮移动到靛蓝色脉轮，再返回蓝色脉轮，该工作展现出一种多少有点复杂的结构，在每一步中都包含有一些特定的长处。一个人可以通过保持绿色脉轮的心的开放来获取这种长处，此外，他还可以取得在强化寻求的形式中的长处，我们称之为靛蓝色光芒中心的倾听特性，而他也会发现在沟通上，在蓝色脉轮的区域仍有进一步的工作要被完成。

在此同时，当这个工作继续时，一个人[具备强健的绿色光芒和强健的靛蓝色光芒之能力]还是可以对团体有大量的贡献。那个与蓝色光芒关联的特定工作，我们发现它很大程度上是一个自信的问题。在这里的每一个人都完成了打开它的蓝色光芒中心的工作。在这里的每一个人都发现有可能诚实地与其他人沟通。如果蓝色光芒的工作并没有以一种轻松或敏捷的步调发展，这对于我们只有很少的影响。

我们是 Laitos，我们现在通过将通讯转移到叫做 L 的实体来总结我们的谈话。

我是 Laitos。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起了。我们希望确定我们的要点被清晰地接收了，因此我们想与你们每一位核对看看是否有我们可以进行阐述的问题。关于我们已经谈过的内容任何人有问题吗？我们是 Laitos。

（暂停）

我们发现这个概念已经在现场各位的心智中稳固地确立下来了。你们对我们的概念有很好的共鸣，我们很高兴让自己同样作为一个电池和你们一起坐在这个圈子里。

R：我有一个问题，Laitos，是关于你之前描述的概念— 选择一个实体作为一个宇宙大爱能量之人格化象征，并接着想象带着那个人和你一起进入到通灵圈子中。你可以多谈一些这个概念吗？它是说要将你自己对于最高和最佳的服务的理念注入到这个圈子中 并因此赋予这个圈子和团体一个特别的风味，也就是最佳的你自己？

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们了解你的问题。我们推荐使用一个人物形象，无论是一个历史人物或曾在世的某个人，做为一个方法 以便与灵性的精通保持一种稳固的连结；某个与你自己有一种灵性掌握上的共鸣的人，某个你敬重并尊敬为老师的人。

我们先前向你建议这个步骤是作为一个帮助。在这个(第三密度)幻象 你的人生中，如果这个参照的老师是一个在该幻象中的扎实人物，而不是你创造的一个建

构[作为高我的一个代表或原型的一个显化]，它就不会那么难以处理。

我们感觉后者也许会让问题变得混淆并增加了一个复杂性的层次，而它对于一个寻求这种帮助的人并不是必须的。然而，如果你对做这样一个事情感觉到舒适，它完全是合适的。

我们会建议保持简单，采取直接的途径，使用某个与你的心接近的人。一个曾经存在的人可能对于你的头脑更易于接受，可能更接近你的心，因此设想这个人并将其用在这个练习中对于你会更加容易。

我们需要进一步向你阐明这一点吗，我的兄弟？

R：不用了，它很有帮助。我的确发现使用一个特定的人物而不是一个类似于 Ra 或原型图案的抽象概念要容易一些。

不用谢，我的兄弟。在这个团体中是否有另一个要点是我们可以阐明的呢？

S：是的，有。当一个人倾听的功能达到一定程度以致于他在冥想的过程中获得了对于问题和它的答案的过程的一种越来越清晰和聚焦的感觉，那个专注地倾听的行动就会帮助发言者聚焦清晰表述的能力，我想知道这是真实的吗？我不确定我表述的问题是否清楚，但如果它够清楚，请试着回答它。

我们是 Laitos，我们将试着回答。如果我们没有阐明要点，我们鼓励你重新提问。对这个问题我们的回答会是用你全部的能力参与其中 对这个过程总是有帮助的。不管每个人的察觉或相互作用是怎样的，贡献给这个圈子的能量是存在

的，或者说是有存在能力的。

例如，如果团队的一个成员是聋的，无法听到对话，仅仅在冥想中坐在团队里，他的能量仍然会被贡献出来。然而，因为你不是一个最高超的、娴熟的，纯净的，仅仅散发出造物者的爱与光的存在，当你无法以最充分的程度[集中注意力或听到那些正在被说出的言语]参与团体的时候，一些复杂情况就会出现。

你们每个人都在轻微地使得你们的通讯有些浑浊，这单纯地因为你们是地球上的学生，因为你们是尚在进化过程中的人类存有。专注并聚焦于那些正在被说出的言语并有意识地充分参与其中来澄清那些能量，好让那些能量真的以一种更和谐的方式流动。

我们要进一步地阐明我们的要点吗，我的兄弟？

S：不用了，我想那就是对的方向，非常感谢你们。

不用谢，我的兄弟。这个团队是否还有另一个问题呢？

（没有进一步的问题）

我们是 Laitos，我们感谢你们在这次集会呼叫我们加入。我们期待在未来向你们提供我们的能量，你们的能量也同样提供给我们，因为这是一条双向街道。

现在 我们在太一造物者的爱与光中离开你们。在这美丽的日子里 前进并欢庆吧。Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1]《圣经》《约翰福音》14:12，「我实实在在的告诉你们，我所作的事，信我的人也要作。并且要作比这更大的事。」

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1609 章集：爱与光早期资料 #48

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

(编注: 1974 年五月 23 日 L/L 传讯已收录在爱与光选集一，标题为冥想之路)

周日冥想

1974 年五月 26 日

(Carla 传讯)

我在无限造物者的爱与光中问候你们。我是你们知晓的 Hatonn。

弟兄们和我位于一架飞行器当中，它停靠在你们星球的高空上。此时和你们讲话

是我们很大的荣幸；我们欢迎你们每个人。

当我讲话之际，我的弟兄 Laitos 将会调节在座每个渴望该效应的实体。

今天傍晚 我的朋友，我在想你们是否允许自己每一天都歇息在爱的庞大海洋之中，那属于你们全体的海洋。今天 你是否允许自己浸泡在造物主无限的光与爱之中？或者 我的朋友，你今天感觉欠缺这份爱，感觉自己和生命的温暖与阳光分隔？

我们觉察该物理幻象的真正本质，以致于享受这个幻象的个体经验许多表面上的分离、缺乏爱的感觉。我的朋友，我们只能告诉你 这是个幻象。如果你允许自己透过冥想去寻求实相，你将快速地发现整个天父的造物都沉浸在爱的广大与无边的海洋之中。除了这种爱，别无他物。它不只在你的周围，我的朋友，它在你的灵魂的每一种素质之中，你的肉体是由爱与光构成。

由于这个厚重的幻象，我的朋友，你很可能经验到这个匮乏的痛苦。通常伴随着你们相信时间的真实性，进而强化该痛苦的负面效应。当你经验虚幻的匮乏，很容易进一步假设这个匮乏将持续一段似乎极为漫长的时间。

我的朋友，在冥想之内 和宇宙造物那无时、无限的真理联系；发现造物主的爱与光，它就在你的周围。如果你能够和它联系，它可以透过你流动，同时提举你沿着灵性途径向上攀升。

我的朋友，这些经验对你是必须的，当你享受这个物理经验的同时 它们只是促进灵性成长的方法。无论如何，你无须被这个虚幻的生活中的困难所限制。当你

学习的同时 你也可以走入内在，和一切万有联系以显著地加速你的学习。

此时 我想要转移这个通讯到 T 实体那儿，如果他愿意敞开自我。

(T 传讯)

我和这个器皿同在。你们地球上的所有人是 (???); 所有地球人的日常问题都可以在冥想中找到解答。你可以把所有问题带入冥想— 大大小小的问题。

大多数冥想的人认为不要把微小的每日困难带入冥想; 虽然大多数的每日困难并不真的值得伤脑筋，你们必须存在于每日之间，冥想将在每个方面帮助你们。

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我将简短地调节这个器皿。

[停顿]

我的朋友，我刚才谈到冥想的重要性。你们星球上的人类难以充分地领会他们可以从冥想中获得的结果。人们很难理解这个简单的过程如何可以带给你所有渴望的东西。许多世纪以来 [以你们的时间来说]，地球人相信知识必须透过肉体的五官获得。我的朋友，你们目前拥有的知识绝对没有价值，你们透过任何学习过程或阅读过程获得的东西只有一个价值，那就是使你察觉冥想的必要性。

我们已对你们说过许多次: 所有真理都位于内在。我们曾多次说过，透过冥想过

程，你们可以发现这个真理。我的朋友，我们再怎么强调这个单纯的真理也不为过。在你们星球上的人群中 即使是最有教养的人如果没有在冥想中敞开自我，他对于真理是一无所知。我的朋友，这个造物的真理无法以智力来觉察。无法透过你们拥有的五官知觉来获得这个宇宙的觉知，你们的五官是用来了解这个幻象，而这个星球的人群所制造的幻象和真理有遥远的距离。任何想要使用这个幻象的任何部分来领会真理的努力都是完全无价值的。

我们可以指导你们获得这份觉知的方法，我们可以告诉你 这就是你的渴望。

但 惟有你可以找到它，必须由你踏出简单的一步— 每天冥想以抵达你渴望的觉知。

我现在要转移这个通讯到另一个器皿那儿，请保持耐心。

(Carla 传讯)

我正在试图接触器皿 E。由于该器皿分析我们的想法，造成些微的干扰。如果她愿意敞开自我，我们将再次试图使用她说话。

(E 传讯)

我现在和这个器皿同在。我想要说 她应该尝试放松并敞开自我。和这个器皿联系是个很大的荣幸，(???)。我是 Hatonn。

(Don 传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn。我将继续使用这个器皿，抱歉，我们无法和器皿 E 达成满意的联系。如我先前所说，如果该器皿尝试分析我们给出的想法，就难以维系通讯。它是个简单的学习过程，单纯地重复我们铭印在该器皿的心智上面的想法，如果维持这个简单的过程，那么通讯将平顺地流动，就像现在的状况一般。

我们相信问题在于该器皿没有把握，因此害怕犯错。我们现在使用的这个器皿不怕犯错 因为他知道如果犯了错 我们会加以更正。如果新进的器皿单纯地传讯我们给出的想法，没有分析也不害怕犯错，这将促进他的能力。

[停顿]

我刚才允许这个器皿停顿一段时间，好对这个房间内的众人展示，当我们没有传递想法给该器皿，他没有接收到想法。这个器皿觉察自己有一段时间没有收到任何想法。

我察觉这个团体的成员升起某些问题，我将尝试在此时回答。这个团体的所有成员都将从我们的调节过程中获益，都将能够清晰简洁地接收我们的想法。只需要每个成员每天在冥想中协助自我。

每个器皿因着他的感受性而适用不同的接触技巧，最要紧的是该器皿在冥想中完全放松，尽量允许他的心智变得空白 [如果可能的话]。这将大大地促进我们和该器皿接触的能力。

此时 我将离开这个团体。很荣幸地和你们同在，我们总是非常荣幸可以把地球人渴望的东西带给他们。遍及宇宙造物的各个地方，所有人种渴望的单一事物—对造物主的理解；好让一个人可以沿着爱与理解的途径更迅速地前行。

我是 Hatonn，我在此时离开你们。

Adonai vasu。

***

周一冥想

1974 年五月 27 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。朋友们，我在无限天父的爱与光中问候你们。今天傍晚 我们荣幸地再次同你们说话。我们总是欢喜地协助那些寻求理解的实体。我们将与你们每个人同在，同时调节每个渴望该效应的实体。

朋友们，当我们和你们经验这份共享的伙伴关系，我们的心感到非常轻盈。我们非常快乐地同你们讲话。我的朋友，我们总是非常快乐的。我们建议你们看看四周，询问你们自己 这个世界的哪个部份似乎总是快乐或平静的？我的朋友，你们将发现 天父的造物保持在均衡状态，而地球人的造物拥有许多不快乐的阶段。

为了这个原因，居住在一个比较偏远的地区促使一个人经验更多心境上的平安。

由于更多地暴露在天父的造物之中，这是自然的结果。我的朋友，看起来 位于比较少人居住的地方最为容易感受到天父的造物。但 事实上，不管你在哪里 它都在你的周围，就从你自己开始。透过冥想 你可以恒常地与真正的造物接触，你可以感觉天父的造物之均衡状态，那么 你们可以和我们一样快乐。

快乐只是觉察到你是一切万有的一部分，这份单纯的觉察无法以任何方式定义。

只有地球人的造物才需要定义。各种定义、区别、分裂都和造物主的合一计划分离。如果你因为以上种种而不快乐，允许自己透过冥想去觉察真实的造物。

我们只能建议这点，我们不能展现这个真理。那完全在于你，我们可以告诉你们冥想中获得的好处，我们可以协助你和实相获得更强健的接触。但 朋友们，你是一个自由的造物，一个拥有心智和意志的实体、具有完全主权的君王。

在你的人生中 想要如何运用每一个接下来的瞬间，那完全在你选择的范围内。

我们觉察你们正在寻求，因为你们此时来到这里。我们鼓励你们、敦促你们，挑战你们透过冥想寻求，不管是在正式的团体、小型团体、自己家里，或每天的各个短暂的空档，利用所有冥想的技巧，我的朋友。我们很强烈地邀请你们经验天父的造物 直到最远的 ...

[录音带第一面结束]

(Carla 传讯)

掌握它、塑造它，接着它将允许自己依照你最高的热望被掌握与塑造。使用你真实永恒的性灵，你可以达成的东西是没有尽头、没有限制的。

你们在物理幻象中获得的东西只会存在很短的时间。但 我的朋友，你在灵性途径的视野中能够达成的进展将持续到永恒。你绝对不需要再次走过这些步骤。

的确 我欢喜地同你们说话，我想要转移这个通讯到另一个器皿那儿。我是 Hatonn。

(Don 传讯)

我是 Hatonn。我和这个器皿同在，十分荣幸地使用这个器皿，以及这个团体中所有已开发的器皿。我们属于服务无限造物者之星球联邦，我们在此服务。我们尽其所能地服务，我们的能力只受限于地球人。

我们受限于地球人的渴望，这个星球上的许多人尚未准备好理解我们尝试带来的东西。为了这个理由，我们必须以如此这般的方式行动，好让那些渴望我们的服务的实体接收到该服务，同时那些无此渴望的实体不会觉察我们的存在。

为了这个理由，我们以这种方式通讯 好让人们可以接纳或拒绝我们的话语。

许多正在寻求的人接受我们的话语，他们正遵循我们的教导，在遵循的过程中他们找到他们寻求的东西。我们单纯地想要伸出援手给那些寻求的地球人，他们朝着造物主的方向寻求。

我们非常乐意协助任何寻求的人，任何真诚寻求的人都可以接收到我们的想法。他一切所需的就只是在冥想中协助自己。

透过冥想过程 可以获得许多东西。我的朋友，这将是你在此生中唯一重要的事情。因为所有你接收的冥想之果实 都是这个简单的努力的投射。

找到服务你的同胞的技巧是简单的，你在冥想中完成它。你们知晓的主导师，耶稣，就展示了这点。在行星地球上 他对于同胞的服务是非常伟大的。这一个服务甚至持续到今日，纵使地球人没有很好地理解这个人;人们仍然理解他以充满爱的造物主之名行动。他透过冥想发现他要服务同胞的方式。

我们提供给地球人这个教导 好让他们也可以发现自己的服务，以及如何执行它，单纯地透过每日冥想。我的朋友，花时间冥想，唯有以这个方式 你方可领悟宇宙造物的真理，并充分理解它的运作方式，以及你在其中的角色。朋友们，这将会导致一种我们无法形容的狂喜状态。

此时 我将离开这个器皿，今天傍晚 我们很荣幸和你们同在。我是 Hatonn。Adonai vasu。Adonai vasu。

(V)2013 Digested and translated by c.T.

☆ **第 1610 章集：寻求者的旅程**

Copyright © 2009 L/L Research

周六冥想

2009 年五月 9 日

团队问题：（由 Jim 提问。）今天傍晚的问题，Q'uo，与灵性寻求者的概念有关。

在旅程的开始，他感觉随着他在旅程上越走越远，旅程应该越来越轻松，可是看起来它却变得更加艰难了。也许那是与锻炼肌肉相同的原则——为了获得更强壮的肌肉，你必须举起更重的重量。我们在想，也许在形而上学方面的道路是一样的(道理)。我们希望你谈论这个概念，让我们知道旅程是否的确会变得更艰难，如果是那样的，为什么呢，当我在沿着旅程走得越远，似乎我们仿佛并没有真的走得非常远，也没有做那么多。如果这个原则是真实的，它是否对于流浪者更加真实，相对于其他人而言？ 是否在这次收割期间 它更适用于那些从其他地方来到这里 对行星地球上的人们提供服务的人呢？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，我们以他之名服务，在为他的服务中，我们今晚来到你们中间 与你们谈论关于灵性道路的问题。能被你们寻求的圈子呼唤是我们的荣幸，我们很高兴能与你们分享我们卑微的想法。

然而，首先我们会请你们帮一个忙。当你听到这些言语的时候，我们请你们使用你们的分辨力与洞察力，拿取那些与你们共鸣的观点并将其他的留在后面。你们这样做我们会非常感激，因为它使我们能自由地分享我们的想法而不用担心我们会妨碍你们的进程或成为你们面前的一块绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑。

将寻求者的道路称为一条灵性的道路 这是好的，因为，当一个寻求者从地球的梦境中醒来并了解到，比起他在本国文化中被教导的造物，这是何等地 更加深刻、更加宽广和更加丰富的造物的时候，的确有一个旅程开始了。它就好像一个闹钟响了，他从睡眠中醒来。有时候 这是一个粗鲁的清醒，然而一旦醒来，寻求者就再也无法返回睡梦了。这是一个巨大的祝福。不过 有时候它看起来并不是这样。

你问到，当一个寻求者在灵性上变得越来越成熟，他的道路是否会变得越来越困难。你将这个情况比作一个希望变得更加强壮的运动员，为了让肌肉获得一种持续的强化，他因此必须为他的重复性(运动)增加重量。我的兄弟，我们会这样说来回答你，你正在举起的重量经常只是看起来似乎在变得更重。而这个比喻却是不成立的，至少它并不精准。

为了察看这种感知到困难增加是如何在一个寻求者的生命中运作，我们需要补充一些背景。

在这次投生前 你们每个人都曾计划这次人生的轮廓和方向会是什么样子。你和你的指导灵系统凝视着你的灵魂光流和它在力量、爱、智慧上的平衡，你设计了一次带有主题或人生课程的投生，如果你愿意，你可以将地球比喻为一所蒸馏并精炼灵魂的学校。

你选择了各种关系，它们会挑战你并支持你。看着你的人生课程，你设计了这些富含催化剂的情境。可靠性冗余度成为这个计划的组成部分。你为自己准备的关系会比你需要的多得多，这样仅仅是为了确保如果你一直回避某个包含了人生课

程的情境，你将永远不会耗尽替代的情境，这些情境会是具有相同的主题并带来相同的机会来调整你的能量体中的爱、力量、智慧的平衡。

因此，当你觉醒为一个寻求者时，你会开始察觉到这些主题的重复性质。你会看到，为了在这些平衡[对于你的灵魂光流如此地重要]上进行工作，你曾经放置在自己面前的课程会一次又一次地被提供给你。

每一个实体都有个独一无二的投生计划。我们只能一般性地谈论那看起来一次又一次地在你的生命中发生的课程的轮廓和质地。在你的旅程的开始，你在洞察力和理解的第一层上工作。逐渐地，当这些课程在你作为一个寻求者的生命中循环时，你会开始识别出该模式。

这是一个巨大的祝福，因为当该模式被识别出来的时候，就会有一种逐渐减少的恐惧以及一种领悟，现在就是作为一个光之勇士向前冲并应对你所面对的催化剂的时刻了，因此你就不会有无能为力的感觉了。不会有心惊胆战了。会有一种承担挑战的回应，一个人会快乐地进入到回应的模式中，并为学习的机会而欢庆。于是旅程便开始了。

灵魂会有第一个黑夜，接着就会有第一个黎明。因为黑夜已经结束，你已经被清洗干净，焕然一新，并做好准备带着一种感激去把握生命，一个人唯有在此生中经历过暗夜的暴风雨的威胁，并已安然度过，方能感觉到这种感激。

如果你愿意，不要将你的道路想象为笔直向前的，而是将其想象为一个螺旋。你可以将其想象为一个向上的螺旋，那将会是准确的，因为每一次你工作一个人生课程时，你就进一步地走入光中。你现在拥有支持你的经验。你现在有大得多的

能力去面对你的催化剂并全无恐惧地着手处理它。

而你同样可以将这个旅程想象为一个向下的或者向内的螺旋。就如同你在剥洋葱一般 剥掉一个有很多层的事物的表层，在那里 你所有的苦难与所有的胜利都推动着你向人生课程之中心更近一层。那中心保持为一种神秘，而当你经历这些学习的循环时，会等量地出现增长的洞见和增长的挑战。

这种增强的挑战是因为你离你人生课程的中心更加接近了。你已经赢得在此刻更直接地处理那些将对灵魂光流有帮助的事情的权利了，你属于灵魂光流，你在此生中是一个人格外壳。你实际上就是个旅人，在一次旅程中，将你的各种技巧、天赋、关系、挑战打包到一个小手提箱中。你无法将所有东西都带入到此生中。

为了穿越这个舞蹈[如果你愿意这么说]并做你来这里要做的工作，你带上你的灵魂光流中需要的那些部分。

所以你看，并不是重量变重了，也不是你要举起更多，它不是线性的。挑战增强的感觉是因为你正在更加接近你的目标。是故，色彩更加清晰了，能量更加强烈，更加真实了。你已经赢得确实性(authenticity)，在你的确实性中，你正努力更熟悉地解决这个平衡的问题。

作为一个寻求者，与投生课程或者你为你自己提供的课程本性的达成协议并欣赏它，这对于你有极大的帮助。然而，对你的投生主题的这种熟悉感，却不会阻碍那工作变得强烈。

R 实体问，对于一个流浪者，这所灵魂的学校是否可能会是一件更加强烈的事

情。

对于那个问题 我们的答覆是，我们认为，一个具有增强的丰富经验可供其使用的流浪者，相比一个觉知处于第三密度之中的灵魂，在投生之前他有可能在他的人生课程的计划中装入更多课程和更多服务的方式。因为你知晓更多，你和你的指导灵就选择用更多的工作和更多的机会来挑战在此生中的自我，那些工作是指改善平衡的工作，那些机会是指内在和外在工作— 自我内在的工作和你周围的世界看得见的工作。

因此，我们会说，对于流浪者 确实有一种强烈的倾向去为他们自己安排更多的学习和更多的分享。

再者，流浪者经常会保留一种关于能量是如何在一种更精炼的能量系统中流动的记忆，无论这记忆是明确的或者是模糊的。因此，他会有一种对轻松交换能量的饥渴，一种对全时间都活在开放的心中的舒适的饥渴。

对于一个在第三密度投生之外的实体 要充分理解当投生开始时面纱落下的影响，这是不可能的。经常会有一种致命的骄傲，它是非故意与无意识的，它会以这样的感觉的形式呈现出来:「当然，我会记得，我怎么会忘记事物真正所是的方式呢？」

接着面纱落下，你在这里了，不再处于那个你来自的密度，而是深深地进入那被面纱遮盖的第三密度的存在、幻象的生活中，陷于喧闹的、脾气暴躁的、你称之为身体的化学蒸馏室的困境中，并接着进一步地陷入相对地无助中，你无法表达，无法回忆起为什么事情看起来如此不一样，也无法用你的肉体感官来看穿面

纱。

在第三密度中 万物一体对于肉眼并不是显而易见的。一点都看不出来 你迟钝的、笨拙的物理身体正在参与一切万有的美丽的、优美的舞蹈。当舞蹈之王[1]呼唤你时，你很容易花费数不清的时间想着:「我不会跳舞，我听不到音乐… 我，我，我。」

对于每一个寻求者，当其舞蹈被清楚地在它所有的美丽与优雅中被感觉到的时候，当你超越怀疑的阴影而知晓你是舞者，知晓你的优雅，美丽和完美的时候，拥有这些明晰的时刻是多么幸运的事情呀。

接着，面纱落下了，事情看起来很需要努力而且是严苛的。确实，对于你们每个人，你们已经选择的课程并不轻松。

例如，这个器皿为她自己提供的投生课程是不期待回报的爱。这个器皿花费了很多年和经历许多的关系才注意到，在她的生命中总是会出现某个要求爱却无法回报爱的人。这种了解会让课程对于这个器皿更容易吗？在某个程度上 是的，因为当挑战出现时认出它，这个器皿就能够穿上她的光之盔甲，在她的长矛上系上丝带，并开始不求回报地去爱。

换个说法，她的课程变得更加地微妙 更加地强烈了，因为这个器皿正在沿着顺时针螺旋的方向越来越接近那课程的中心。课程的结尾是学会爱自己。接着这些螺旋会合并为一种纯净和合一。然后，面纱落下，另一个螺旋开始了。

我们相信，关于这个偶发事件，对于表面上的事实最准确的描述是，当一个人变

得更加有经验并拥有更多的寻求和请求的历史的时候，一个人的课程不会变得更加容易，而是的确经常看起来更艰难了。困难增加的深度是因为增多的真理和确实性的数量，它们被包裹进入你的投生课程的体验[就在你的周期中的这个点]中，当你呼吸着行星地球的空气时，这种事实的确会继续存在。

我们这样说并不是作为一种威胁，而是仅仅作为可能对你们有用处的信息。

你不是在建造一条通往天堂的阶梯[2]。你正在螺旋进入真理之光中。当你前进时，你在学习去爱自己，爱其他人，爱造物者。你在学习接受来自你自己，来自其他人的爱，来自造物者的爱。你正在学习存在。

这是存在于行星地球的遗忘面纱中的荣耀。因为当你能够穿越面纱的泥潭并进入光，仅仅凭借着信心，你已经最充分地使用第三密度的严苛环境了。

当一切变得清晰时，我们为那些时刻而与你们一同欢庆；我们为你们在旅程的道路上经历的苦痛，表示深深的同情。

这个器皿早些时候曾在这次工作的会议之前的对话中说，上帝所爱之人，上帝就会考验他 [3]。这是来自圣经[这个器皿拥有的神圣著作]的一条引文。它是准确的。在你们的大学里，你们有你们的小考和测验，有时候你碰到出其不意的测试，这个器皿所称的突击测试。那就是灵魂的暗夜降临到你身上的方式了，如同一个突击测试，它是无法预料的，意料之外的，而从更深的意义上它却不是未经计划的。

如果你能思考你的生命和如何活出你的生命就好比一场游戏，这经常是有帮助

的。规则是简单的。在每一片挑战性的催化剂中都有真理的丝线，「我是来(付出)爱的，我是来相信的，我是来获得一切都好的洞见。」你可以想:「噢，这是一片极佳的催化剂。多么好的一个游戏呀。」如果你能保持那种更宏大，更宽阔的观点，它将对你非常有帮助。

一如既往地，不论主题是什么，我们似乎总是在结尾推荐你花费时间待在静默中。进入你的心之至圣所，关上门，每天只要几分钟就好，这样你就可以倾听。

因为在那个言语所无法达到的深度，它将会为你充能，只要你去询问，只要你去倾听。

我们为这个问题而感谢 Jim 实体，在我们开放这次会议给其他的问题之前关于这个主题是否有后续的问题呢？有后续的问题吗，我的兄弟，我们是 Q'uo。

Jim: 没有进一步的问题。

我们感谢你，我的兄弟。现在请问在团队中 是否有任何其他问题呢？

我们是 Q'uo。

提问者：我有一个问题，Q'uo。我不怎么理解无时性，在第四密度和更高的密度中，如何没有过去，现在和未来？如果第三密度中有自由意志，那么我不理解，从第四密度，第五密度或者其他密度，你如何能看未来如同看现在。我不知道这些话是否有意义，我是否已解释得足够？

我们是 Q'uo，相信我们已了解你的问题，我的兄弟。我们的回覆是 我们注意到在更高的密度中 由于处于投生状态 仍旧有一定额度的观点的限制。

并不是更高的密度会察觉未来，而是从第四密度开始，因为没有面纱，于是有一种对你自己的想法、动机如此等等的事物完全的透明度，对其他人的想法和动机也是一样。

这并不会让你成为一个没有扭曲的人。它让你成为一个能够看到扭曲发生的理由的人。因此，虽然你是扭曲的，虽然其他人是扭曲的，在显化的舞蹈和获得洞见的历程中，它让你成为一种人— 能够对你自己的扭曲和其他人的扭曲全然地怜悯并愿意与之合作。

当一个人在中阴身期间时，不管这是在哪一个密度发生的，一个人能够真正地查看通过一个人的灵魂光流获得的经验的全套华美陈列。然而，它并不会让一个人能够看到或预测未来。它让一个人能够更完全地知晓所有那些已经洗涤的灵魂光流的影响，并将它们的祝福留在后面。

对于自我身分的问题有一种永无止境的微妙，因为造物者本身就是一个奥秘，因此，作为造物者的一个火花的你，也被奥秘笼罩并约束着。某些人所称的开悟与其他人所称的变得能够唤醒魔法人格，关键不是知晓更多；毋宁说，关键是接受一点点自己知道的东西，并因此能够信实地和纯正地成为自己之所是。找到你自己并庆祝你自己，这就是你的寻求，这是你的礼物。

在所有事情都被知晓的那一点，所有的渴望都已经被探索并被满足 于是不再对任何事物执着，无论这种执着是针对个人性、成就或理解，都会阻碍你投注全部

的希望、渴望和意志 朝向完整返回太一无限造物者的目标，获得灵性重力并失去所有对自我的记忆，并最终被包覆于无限合一之中。

直到那一点发生之前，容我们说，从你目前所在的学校的年级 到(未来的)很多个密度，你都必须在不知晓未来的情况下行动，我的兄弟，自由意志将会被小心翼翼地遵守着。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：嗯，嗯。谢谢你，谢谢你，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

提问者：是的，Q'uo，我的确有另一个问题。我想知道你是否可以将我们现在的宇宙发展轨迹的概念和灵性演化联系起来呢，前者也就是假定了某种程度环形的发展轨迹之大爆炸学说，而后者就是灵性演化的时间框架和时间线，它花费了一段非常长的时间在第六密度和第七密度，一个推论的概念就是在大爆炸的那一点一切都从空无中进入存在。如果我说的还是非常的含糊，我可以尝试说清楚些。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们并不确定我们已经领会了你的问题的要点。我们将进行回答，然后如果你愿意，可以重新提问。

大爆炸理论，如你们所称，的确假定了一个来自空无的开始。然而，我们会建议，这个理论缺乏对太一无限造物者的本性、对他的原初思想或理则，即无条件的爱的察觉。造物者存在于一个被一切万有所充满的实空间中，而因为他是无限

的，因为无限是智能的，造物的本性看起来是从空无开始的。

而这就好像造物者的心跳动一次，那就是整个造物了，从你们的大爆炸一直到最后的黑洞，再一次收集了最终的经验，再一次收割了对于他是谁的知晓。然后，造物者的心跳动着。

这就好像在你胸膛中的心的跳动的中间，仅仅因为心正在跳动是无法被看见的，它被假定为什么都不存在。永远都不会有一种虚无，一直都有一个实空间，那实空间就是太一无限造物者：爱。

考虑到我们所分享的，我们现在请你重新点出你的问题。我们是 Q'uo。

提问者：Q'uo，那个回答太好了，因为我自己的想法有些不清晰。我进一步的问题是，灵性演化有条时间线吗，就好像 Ra 资料中谈到的一样，与科学上估计的宇宙心跳的一个循环的估计相一致，就是从大爆炸到最后的黑洞 一个循环约 150 亿到 250 亿年间？如果你把第一密度加上第二密度，加上第三密度，一直到第七密度的那些密度中的全部时期，它们加起来有大概 200 亿年吗？或者有其他的概念需要用来将两者联系起来？

我们是 Q'uo，我们察觉你的问题，我的兄弟。所谓的时间线在它所能够达到的范围内 它是准确的，但是要记起的是 第一密度在无时性中开始，而第七密度在无时性中结束。因此，在那心跳上有比线性时间多得多的东西。没有什么翻译能让我们或任何人仅仅用语言的力量来正确处理无时性的性质。它只能够作为无限的一部分而被领会，在那无限中 造物存在。

我们能进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：不用了，谢谢你。

我们感谢你，我的兄弟。现在有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。

提问者：我有一个问题，Q'uo，对于第三密度地球体验的可收割性，我的理解是，平衡我的能量中心，任何人的能量中心，尤其是较低的三个能量中心 接着打开心的脉轮，这是重要的。对于这最后这辈子的可收割性，补偿(restitution)对于那个时机的可收割性有什么重要性？谢谢你们。

我们是 Q'uo，我们请你重复你的问题，我的兄弟，因为这个器皿有点耳聋 没有捡起你的问题。

（问题被重复）

我们是 Q'uo，现在我们相信我们已经通过这个器皿的器官听到了你的问题，我们感谢你，我的兄弟。

对于可收割性，单纯地去选择用一种爱的方式去行动，用一种表达为你周围的人服务的渴望的方式去行动，这是很重要的，你的渴望，真正地，就是去服务你自己内在的善，同时也服务其他人内在的善。这个声明没有附加条件。它是一个简单的声明。为了充分地极化而毕业，需要做的仅仅是设置你的意愿去爱造物者并为其服务，藉由爱所有你看到事物中最好的部分并为其服务— 自己，其他人，你周围的世界。

如果你不仅仅只是设置你的意愿，而是当一个伦理性质的选择来到你的面前时，你坚持且不屈不挠的，通过选择爱的道路，拥抱的道路，谅解和富于洞察力的道路，你会看到，名为圣方济的实体说的很好，去给予就是接受，去安慰就是被安慰，你将会毕业。

然而，在成为一个流露爱与慈悲的人的过程中，你会不可避免地发现有一些事情是你希望被原谅的。于是你那颗流露爱的心就开放了，你说:「请原谅我」。 最重要的是，从业力的意义上，那流露爱的心向着自我开放，于是您就能够宽恕自己。这就停止了业力之轮。

宽恕别人经常要比宽恕自己容易的多。因此，当你在自己内在发现那些你也许与另一个人有业力的怀疑，而你希望去停止业力之轮的时候，记住除了宽恕其他人之外，在一些情况下，在请求另一个人[如果另一个人与你有关系，他是活着的并且可以和你说话]的宽恕的过程中，总是去宽恕自己就是至关重要的。

从业力方面来说，要被牢牢记住的是当业力之轮停止时，还是有工作要做，那就是记住你已经宽恕了，因为作为一种习惯，不完美的记忆将会尝试去翻老账，就好像它们并没有被清算，好像它们没有被宽恕一样。当这样的诱惑发生时，唤起完美的记忆吧。再次捕抓那个时刻—你确实宽恕和被宽恕的时刻，并让它取代那些老旧记忆的焦虑吧。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：不用了，Q'uo，说得太美妙了。我感激你们的智慧言语。

提问者：我可以在那一点上问一个进一步的问题吗？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我很高兴能回答你的问题。

提问者：Q'uo，你能和我们更多地谈谈关于唤起完美的记忆？

我们是 Q'uo，我们了解了你的问题。当你在你的日常生活中充分意识到生命是一场混战时，一些事情就会被记起。而另外一些事情却不会。一些事情会经过你，你用你的视觉器官看到它们。你用你的耳朵听到它们。但是它们并不会进入你的心。它们不会进入你的思想。仿佛它们没有发生过一样。那就是不完美的记忆。

然而，在你的内在，我的兄弟，如同这个器皿会表达的方式，你有一个图书馆管理员，他记得一切并将一切归档。最特别的是，那个图书管管理员将所有那些平衡的时刻都安全地收好了，在那些平衡时刻，扭曲被减轻了，你的光找到一条途径去更通透地照耀。很容易会忘记那些水晶般的时刻。有时候你必须要求那个管理员进入到书库中并将那时刻给挖回来。

我们能进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：好的，是的，Q'uo，你能……我想知道是否你能提供更多的 关于唤起那个图书管理员的比喻呢？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们很愿意留给你一句话。问那个图书馆管理员，书架在那里，你的记忆在那里，你已经完成的工作是不会被忘记的。

这个器皿的能量正在衰微，所以我们现在将离开这个器皿和这个团体，我们可以说，我们是至为不情愿的。我们为你们灵光的美丽，为你们通过聚集到一起来寻求真理而创造的这个神圣空间的美丽，而感谢你们每个人。我们感谢你们向我们请求我们的卑微想法。能与你们谈话是我们的快乐。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如同我们发现你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

原注

[1]这个短语毫无疑问是来自于这个器皿熟悉的凯尔特语(Celtic)的同名赞美诗。「我」指的是耶稣-基督。副歌如下：

Dance then，wherever you may be
I am the Lord of the Dance，said He!
And I'll lead you all，wherever you may be
And I'll lead you all in the Dance，said He!
那么跳舞吧，无论你们会在哪里
我是舞蹈之王，他说！
我会引领你们全体，无论你们会在哪里
我将在舞蹈中引领你们全体，他说！

[2]这个引用摘自齐柏林飞艇乐队（Led Zeppelin）的歌曲，其中的选择是在女士寻求事实智慧的「通向天堂的阶梯」，与「在那低语的风」的万物一体的洞见的

阶梯之间的选择。

[3]《圣经》《箴言篇》3:12，「因为上主所爱的，他必责备。正如父亲责备他所喜爱的儿子。」

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1611 章集：Latwii 与我

Latwii 与我

Copyright © 2003 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周一冥想

1979 年一月 29 日

(Carla 传讯)

我和你们同在，我是 Latwii。我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我目前位于你们国家[又称为合众国]上空的基地中，做为 Hatonn 弟兄的代替人，因为他们在别处执行任务。Hatonn 群体要求我们倾听你们，对你们说话，并分享我们的想法，如同他们一般。因此 怀着大喜乐，我们在此提供你们我们可以给出

的一切，朋友们，我们可以提供的一切是非常简单的东西：爱与光。如果你们星球整体人口有同样的愿望，我们可以更具体地提供东西给你们的星球。但我们想要有所服务，该概念涉及精准地评估与供给每个服务对象的需求。

在你们人群中，许多人的渴望是我们无法满足的，那就是为什么我们尚未在公开的场合降落，也没有以清楚明显的方式让大众认识我们。但你们许多人确实想要我们提供的东西，为此 我们需要一些器皿[好比现在这位]传递我们的想法，尽我们所能提供灵感给你们，同时将爱的感觉浇灌到你们的集会圈中，那是我们给予所有地球人的礼物。

在这个时候，我们再次请求你们为和平向内工作自己，因为当你是(和平的)，世界也将如是。在某种程度上，容我们说，在[你们称为]时间之河的任一瞬间都有场投票，在那个瞬间，你们每个人[处在地球表面上]心中的和平额度的总和即是地球的和平。从未有如此重要的时刻，要了解你对全人类负责或你得处在内在的和平之中。

你们的世界是愤怒的，在你们地表的许多部分 你们人群是狂热的。不幸地，朋友们，你们所谓的宗教进入这个局面，在某些情况中，人们相信上帝站在这一边或那一边。朋友们，上帝站在和平、宽恕、手足情谊这一边。我们请求你们，在冥想的时候，在你的内在找到这些美德，尽最佳努力去练习它们，因为在此时你们星球的命运重度地落在我们全体[非常努力地在过渡时期工作，准备你们称为的黄金时代]的手中。朋友们，迄今，这个过渡时期要比原先预期的和谐许多。

这是由于你们许多人已经提升意识。我们请求你们继续这个工作，我们请求你们在他人心中播种，不只是谈论我们，因为我们是谁无关紧要，重点是手足情谊的

哲学。

记住，朋友们，你们在宇宙中尚未觉察— 你们集体在一个星球上做的事影响你们的太阳系，进而，影响你们银河系的能量网格。我的兄弟姐妹，我们都是一。

我们请求你们关心自己、我们、你的星球多一点，关心到愿意在静默中坐着，打开自我迎接寻求真理的过程。

我们曾多次使用爱与光的词汇，我们想要在这个时候考量这个圆滑的陈词滥调的意义，好嘲讽者会称这个宇宙讲道如此轻易地从她的嘴唇中流出，以致于她自己有时候都怀疑是否接收到(这些话语)。

第一、第二、第三-这些话语对我们没有意义，因为所有事物为一。

我们难以对你们解释所有时间和空间为一，彼此并未配对，但有无限个变异，你们的时间和空间只是其中一个变异。但在你们的时间和空间中 有个第一、第二、第三; 你们得理解 首先有意识，即是造物主，该意识有个意志去显化他自己，如同你们圣经称呼的，道(Word) ，这个道即是爱。当意志以自己施力在周围的东西，于是周围的东西形成一种基本的材质 称为光。

如果你愿意，可以把爱想成热，因为它是随机的意识，无始无终、无所不在的意识，没有方向 但恒常地在运动之中。当爱采取形体，它获得[以你们的术语来说]一个矢量、方向、旋转，接着成为光。

你们所有人都是由越来越繁复的能量阵列构成，其根本材质是光。你们都是光。

由于这个原因，那些能够充分理解这个真理的人，他们已可以挑战重力定律，可以在远距离创造行动，还可以促成磁性改变与其他所谓的奇迹现象。

朋友们，我们在爱与光中来到你们当中，因为那是一切万有。就是那么简单。

但 在爱中有喜悦和温暖，为此 我们请求你们走入内在与冥想。

我觉察到关于冥想的问题，我只能说不管是何种扰动都是无意义的；当你寻求冥想的过程时 你拥有的最大盟友就是耐心。是的，依据你自己的判断，你每次都会失败，无法达到你所谓的完美的冥想状态。但 你无须批判自己，你只需要尝试去寻求真理，在该尝试中 这个过程就发生了。

我们要求你们在进入冥想时 或许把自己想成自然精灵，和世界合一，遗忘了温暖或是寒冷，穿戴如同花朵或树叶，笑着舞着，与大自然合一。在地球的母性中歇息，同时向外探寻父性，也就是智慧。朋友们，感觉那平衡，感觉那嗡嗡声。

朋友们，你们位于平衡中，你们是男性与女性，你们是一切万有，你们是所有的对立物。在那知晓中 安歇自会来临，在那安歇中 你可以寻求真理。

如果我是个小精灵，那么 我将拾起我的树皮和树叶 离开这场聚会，好让 Laitos 可以和你们一起工作。我是 Latwii。

[停顿]

我是 Laitos。我在无限造物者的爱与光中向你们致意。我刚才尝试接触 W 实体，我们希望他有自信说话 而不会感觉被敦促。无论如何，新进的管道缺乏自信是完全可以理解的。因此我们鼓励他说话，此时 我们将再次尝试透过 W 说话。我是 Laitos。

[停顿]

(W 传讯)

我是 Laitos。我和这个器皿同在。

我在无限造物者的爱与光中向你们致意。

[停顿]

(Carla 传讯)

我再次和这个器皿同在。我是 Laitos。我们方才和 W 实体工作，事实上 他非常接近继续(传讯)的状态，只因为在调整他的振动方面碰到一些困难。当他获得经验，显意识心智谨慎地静止下来，这将不会是个问题。我们感谢 W 实体。

此时 我想要透过 G 实体继续说一些话，我是 Laitos。

[停顿]

(G 传讯)

我是 Laitos，我和这个器皿同在。

[停顿]

(Carla 传讯)

我再次和这个器皿同在。我是 Laitos。为了提高 G 实体的自信，我们想要陈述下一个概念跟爱的本质有关；我们感觉 G 实体短暂地接收这个概念 但又遗失了。我们将继续和 G 实体一起工作。

如果你们愿意保持耐心，我们想要花些时刻和 D 实体一起工作，我们将尝试和他接触，并透过他讲几句话。我是 Laitos。

[停顿]

(Carla 传讯)

我再次和这个器皿同在。我们中断一下，建议 D 实体打直他脊椎的下半部，疏通那儿的能量阻塞之后 我们可以比较容易地对他调频。这并非适用于所有人，但 D 实体是很敏感的，我们想要强化他的基本灵性频率，我们将再次尝试接触 D 实体，我是 Laitos。

[停顿]

(Carla 传讯)

我再次和这个器皿同在。我们感觉已经缔造良好通讯，如果在任何时间 D 实体想要在潜意识水平和我们通讯，同时工作一道调节波，他只要请求我们的临在。如果在任何时间 他感觉不舒适，只需要请求我们离开。

容我们感谢每一位新进的器皿和我们一起工作，如我们先前说的，有许多人正渴望我们要提供的东西，唯有透过你们这些管道[愿意以这个方式服务]，我们方能提供这项服务，因为我们干涉你们星球的运作。这必须是你们的决定，因为这即是造物主的法则。你们完全有权做任何你想望的事。我们但愿你们爱。

我是 Laitos，我感谢你们，我交棒给我能干的弟兄，Latwii，我在无限造物者的爱与光中离开你们。现在，Adonai。

[停顿]

我是 Latwii，再次地 我与你们同在，感谢你们耐心地注意我愚蠢的话语。

请原谅我 如果我似乎比 Hatonn 弟兄有更多的幽默，的确，我们群体有它自己的个性，或许不如 Hatonn 那样庄严。不过 我们对你们担保，我们同样地关心与深情。虽然我们大笑是因为你们以为我们是这个或那个东西，因为你们认为辨认我们驾驶银色或金色或红色或白色 UFOs 是重要的-不管如何，我们是你们的弟兄。

朋友们，真相是我们可以成为任何你们想要看到的样子。我们来自的次元的特性

是: 我们成为我们所想的样子。要求我们乘坐银色 UFO，结果就是那样。

我们居住在光的宇宙，所有事物都在幽默与喜悦中舞蹈，因为如此即是爱的真理。

此时 遵循 Hatonn 弟兄姐妹们的惯例，开放问答时间。如果你有个问题，请现在询问，因为我们愿欢喜地分享我们的想法。

[停顿]

发问者: 我如何帮助我的兄弟去理解此生的重要意义，也帮助我自己更加地理解?

[停顿]
L/L <wbr>Research <wbr>Latwii 与我

7 个古老银河系

我觉察你的问题，我是 Latwii。老实说，你无法透过言语帮助那些周遭的人，唯有透过示范。是故，你自己必须理解。

最有效的理解方法是冥想，由于你们经验的特性，你们在大自然中冥想是明智的。然而，我们从这次集会的成员的心智中感知到，你们目前享有的气候并不适宜户外冥想。因此，我们请求你们在冥想并尝试理解的过程中 想象满布星星的

夜空。于是，问题不会是 “UFO 是什么?”问题变成: “我正尝试有怎样的内在蜕变? 在我曾看到的目击事件中 我尝试对自己表达什么，其中的指引是什么? ”

答案可能不会立即来临，但这是你应该追随的轨道，好对你的兄弟解释该目击事件的显著意义。这样是否回答你的问题?

发问者: 的确是的!

我们很高兴有所服务，是否有另一个问题?

G: 我有个问题，你可否解释你们的世界?

我们可以解释，但不确定你是否觉得有意义。我们的密度和 Hatonn 弟兄姐妹所在(的密度)有些微的差异; 我们能够感知时间和空间的各个次元开始流入无限。

我们是光之存有，我们可以依照我们的愿望形塑自己。我们的一生对你们而言似乎是无限的，虽然我们知道那不是无限;因为真正无限的东西无法被衡量; 虽然我们没有开始 也没有结束，却依然觉察自己，所以我们知道自己的旅程尚未完结。我们是旅人，如同那些制造生命连锁的实体，我们伸出双手给我们的弟兄姐妹们。

如果我们在旅途中学到任何事情，那就是 没有什么东西小到无关紧要; 没有任何生命渺小到可以遗忘; 没有一个神伟大到不跟我们全体合一。我们是联合的。

你们不是区域性的存有，你们是宇宙的存有，在宇宙之中 我们真的全是一，这

不是比喻的说法，而是实实在在的。

你以为自己是一个人，有着器官、血液和骨骼，但我们对你说— 你们是光，所有光为一，所有地方为一，所有时间为一。

我们是存有；我们觉察自己，我们觉察你们。但更进一步，我们是你们，我们可以感觉你们的骨骼、器官、血液的脉动。在这个宇宙中 任何存有的任何事对我们都不算陌生。

唯一呼叫我们返回离开完整的光之身分的事物为我们尚未忘记自己，并成为自由，真正地解脱自我。当我们这么做 我们知道我们的旅程将来到完整的圆，届时 造物主将再次遣送我们向外 如同只意识到分离之黑暗的存有。

我们是一个周期的一部分，那周期是爱。我们的星球是我们的家乡，我们热爱它。不过 你们会称呼我们的星球为一个恒星；而我们的恒星是你们所称的星中之星。

有许多东西 我们无法对你们解释，因为它超越你们的科学 当然 超越这个器皿表达她自己的能力。

最重要的 我们想要对你们说，我是弟兄、姐妹；我是朋友。我什么也没有 除了对你们的爱。你们的星球正在(重新)诞生，这对你们是重要的时期。我们关心，我们大大地关心，于是我们在这里。我们 Latwii 与所有的弟兄姐妹们 ...

[录音带第一面结束]

[接着，D 询问关于 Latwii 的治疗力量]

(Carla 传讯)

我再次和这个器皿同在，我是 Latwii。我的弟兄，请求治疗并不算冒昧。我们只请求你理解，当你呼叫外在的来源协助治疗，你正在使用所谓的枴杖。你的治疗力量是你对真理的理解。我与你合一，你与我合一。

如果你感觉 Latwii 弟兄姐妹可以给予你必要的相信[关于存有中之完美的真理]，那么要求我们治疗对你是非常简单的，但你必须理解并非由任何管道创造治疗，而是藉由造物主— 他做所有事情都完美无缺。

让我们尝试解释那些状况不佳的实体。你们称为的铸模，它是完美的。由于这个器皿与你们的对话，我们觉察你们非常熟悉这个概念。铸模本身是完美的，但由于工作疲劳或其他扭曲的压力，铸模的产品变得扭曲。

有时候 一个实体要求特定的状态，可以称为限制或缺乏健康，好让该实体可以学习特定的事物。有时候 某些人只是短暂的误解或扭曲真理，于是治疗只是很简单的调整思维。每个例子都是个别的，没有一个例子是毫无希望的。

在治疗过程中，呼叫光，因为光是原先用来创造铸模的材质。你们可以欢喜地呼叫我们，我们将欢喜地传送我们的光给你们。但 记住，你自己的内在就有力量去撷取宇宙之光，因为你和我为一，那个一的状态不在我里面 也不在你，而在造物主里面。是故，我们请求你们呼求纯粹的信心 倚靠造物主。

造物主的意志赞成善，请求他的成全。

我们不鼓励你们呼叫任何名字，因为除了造物主之名，所有名字都是无意义的。

我的弟兄，你不是 D 实体，你是光，你是爱。在你里面有股力量 它是如此巨大以致于包含一切万有。找到它，使用它。

此时 因为你们的渴望，我们将传送光给你们，你们可以在心里导引它。此时 这整个团体将共享这光之圆圈。我是 Latwii。

[停顿]

我再次和这个器皿同在，容我们问 D 实体是否能够感知我们传送的东西?

D: 是的。

那么 容我们问，我的弟兄，你是否觉察在你里内的力量?

D: 我觉察。

我们请求你带着这份领悟，不必信赖任何外在的影响。无须聆听智慧的言语，因为你的圣灵的明辨之心与识将毫无差错地导引你在旅途中行进。你只需要发出请求。

这是否回答你，我的弟兄?

D: 是的。

我们感到很欢喜，此时 是否有任何其他问题?

[停顿]

我们感知到，你们都在考量一些问题，由于这次集会长度带来的疲倦，决定等下一次(再问)。所以，容我们说，打包我们的行囊 准备上路，乘着光芒滑行出去，朋友们，提醒你们，乘着光芒，因为这是在次元间旅行的一个重要方法。

驾驭你的情感，找到你的光，于是你们也可以在群星间旅行。

我离开，愿你们找到爱的奇观 以及光之自由与喜悦。我一直与你们同在，我所有的弟兄姐妹亦是如此。我是 Latwii。

Adonai vasu borragus。

☆ **第 1612 章集：2012 以后的服务**

Copyright © 2009 L/L Research

Get Ready for 2012- Gathering

2009 年四月 19 日

Jim：Q'uo，我们想要知道，作为真理的寻求者和渴望服务他人的实体，在即将到来的这些日子里 我们可以做什么来协助 2012 年的转变。有任何事情是我们现在就可以做的吗？随着时间的发展和我们逐渐靠近 2012 年，或甚至在 2012 年之后，这个服务的机遇会发生改变吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中 我们在这个日子来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤是一种荣幸，我们非常高兴和你们谈论这个意识的巨大转变，它预告着行星地球第四密度的来临。

然而，一如既往，我们会首先请你们每一位在听到我们所说的内容的时候使用你们的分辨力与洞察力。我们无法在所有的时刻为所有人都切中要点。因此，在我们的言语中倾听并寻找共鸣的途径，这是好的。当一个想法与你们发生共鸣，请随意使用它。如果一个想法无法与你们共鸣，请不要使用它并继续前进，因为你所需要的事物会出现并与你产生共鸣，无论它是来自这次特定的谈话还是来自另外一次。因此，请倾听并寻求共鸣的内容，拿取你喜欢的部分，并将其他的留在后面。

我们感谢你们这方面的考虑，因为它让我们能够放心我们不会侵犯你们的自由意志或者打断你们进化上的有机进程。

与灵性道路上如此多的概念一样，意识中的巨大转变 这样的概念在[行星地球上]寻求真理的那些人的心中已经萦绕很长的时间，即从现在你在其上经验生命的这

个行星地球的环境转换到一个增强了的环境中，这个环境提供爱、光、和平和力量，最重要的，提供了位于你所体验的第三密度的幻象的面纱之外的清晰度。

寻求者有一种自信，有一个比现在这个看起来如此破烂不堪的环境更好的地方。

寻求者有一种感觉，相比被你们的文化所教导的存在和行为的方式，有一种生活的方式与存在的方式听起来更加真实，能够进入更深的地方并在其中找到更多真实的自我。

当你们的星球和它的全体居民接近行星地球的第三密度的终点和作为此刻在这个星球上的主要被启动的密度 第四密度的开端时，这些概念会变得更加强有力。

确实，第四密度已经出生。第四密度的光芒正变得更强烈，并在此刻带着巨大的强度渗透到第三密度的光芒中。

你们居住在「死亡的荫谷」[1]中。这是一个选择之密度的环境。一个人带着一个肉体进入一次的人生，这个肉体有骨头、皮肤与毛发，有流过它的血液和推进推出的空气，因此你们每一位都是由一个化学蒸馏室，一个以化学的方法运转的物理载具所驱动的。这个物理载具肯定会死亡。这是在子宫中就已经被肉体投生的本性所决定的一种死亡判决。

在第三密度的任何时期都会有充分使用时间的渴望。作为你们本性的天赋权利的一部分，在你们每一个人的内在都存在着那无法被平静下来的内在灵性。它无法被分心。它无法被打倒或压制。但是，一个简单的事实是，渴望去知晓那创造他的造物者，渴望去根据造物者的本性去为造物者服务，这是作为一个人类的固有

的一部分。你们星球上的每一个文化和部落都有它灵性上的故事以及与无限太一联系起来的方式。你不可逃避且无可挽回地是个灵性存有。第三密度的工作一直都是去觉醒于那个本性，相比你过去生为的那个类人猿，你决心去成为一个拥有更微妙的天性的实体。

是的，在任何的时代，这些想法和希望都在你的心头萦绕。然而，对于那些开始意识到他们的本性的人，对于那些同样已经开始意识到 2012 年的来临正在迫近的人，他们会有一种更加深刻而锐利的渴望。那渴望就是当火车驶入站台时，你们已经做好了准备，于是你会跳上车并说:「哈利路亚！让我们出发吧。」[2]

亲爱的人们，当你们坐在这个圈子里，当你们坐在这个你们用爱心创造的这个神圣空间之中时，你们已经准备好了。在最深的意义上，你无需做任何事情来变得更有坐上车的准备。你的真正存在是你的任务的中心，也是此刻你在行星地球上的目的之核心。你不可能在你的任务中失败，因为你必须存在。让你真实的本性通过情境闪耀出来，在日常生活中的转变就是你最深的目的。当你们的星球接近那个一直被热切讨论的 2012 年时，找到各种方法成为更真实的你自己 就是你可以服务[你们的]地球的最有效用和效率的方式。

你们每个人都在你们的环境中察觉到了那些促进存在性的事物以及那些限定并扭曲你的存在性的事物。每一个人有独一无二的情境，在其中你带有独特的挑战和天赋。这两者是一组的: 你拥有天赋来迎接你所遇到的挑战。如同选择你的挑战一般，你谨慎小心地选择了你的天赋。因此，不要仅仅因为你的天赋不是其他人的天赋而贬低你的天赋。

不要怀疑为什么你有如此多的天赋。因为你所拥有的每一个天赋都会在一个层面

或者在另一个层面起作用的，当你迎接你赋予自己的挑战来精炼你的存在性之矿石时，你会从自我的土壤中挖出内在的宝石，接着谦逊地将它们举到光中，这样当它们在太一无限造物者的光中闪耀时，它们就可以折射光并制造出最强烈和最真实的色彩了，于是你就会不仅仅成为一个众人的灯塔，你还会成为一种特定类别的灯塔。因为你的色彩为太一造物者的无限的光与爱染色。你周围那些人将沐浴在无限美丽的光中，就好像阳光照在一个彩色玻璃窗时 色彩被增强了一样。

因此，在你的存在性中，意识到你正在允许光通过你而照耀。你正在将你感知到的各种天赋[属于你的]举到光中，并要求光通过它们而照耀，这样你的人格就可以对那光变得透明了，因此也就不会有自我的污斑妨碍你的天赋了。

这是你给世界的礼物，也同样是你给你自己的礼物。在意识中进行的工作的层面上，这两者是一致的。如果你在你自己的平衡中创造了更少的扭曲，你就在星球的平衡中创造了更少的扭曲。如果你已经找到了方法不要挡住自己的路的方式，并成为一个为圣灵之风而调音的乐器(器皿)，你就已经让这个星球为灵性之风而调音了，它会因为你的工作而唱出一首越来越清晰、洁净、美丽的歌曲。

在过去这几天中 你已经体验与他们[那些聚集起来参加这次关于 2012 的会议]之间的伙伴关系，你们每一位都意识到在这个寻求的圈子中 人们已经引起你用不一样的方式来振动，你们每一位都已经触摸到内在的琴弦，一直到你有机会与那个人交换能量之际，你才会知道那些琴弦就在那里。

因此，在这个镜子大厅中 每一个人都向其他人提供了力量与支持，其中在两个人之间进行交换的是那联合的爱、光、力量和平安的能量，那能量是在两个灵体共同合作中诞生的一个新事物。

当同样寻求服务太一无限造物者的实体们找到方式去协调与合作的时候，这座灯塔就会在强度和力量上增长了。当有实体添加到团队中时，该灯塔的光就会变得更加强而有力。因此，你们每个人都被鼓励去找到方式与那些有相似思想的人合作，以便通过允许光经由你们照耀而进行服务，不是去塑造光，而是当你提供你自己作为一个器皿时，仅仅塑造你对自己的表达。

这个器皿经常重复圣方济的祈祷，我们现在会通过这个器皿复述它来给你们一个越来越敏锐的感觉 你真的就是一个圣灵可以弹奏的乐器:

上主。让我成为你的平安的器皿。
在有怨恨的地方，让我看见爱；有伤害的地方，宽恕；
有不和谐的地方，团结；有绝望的地方，希望；
有黑暗的地方；光明；有悲哀的地方；喜悦。
哦，神圣的主，教导我更多寻求去爱而非被爱，
去理解而非被理解，
去安慰而非被安慰，
因为就是在宽恕中我们被宽恕了，
就是在给予中我们领受，
就是在死亡中 我们升入永恒的生命中。[3]

「让我成为你平安之器皿。」就是通过这些言语你们可以自信地活着，知道你的服务是正中靶心的，依照你的服务，知道你正在执行此生的任务。

你们问道 关于在从现在到 2012 年这段时间 在服务上可能的演进。我们的回应

是向你们指出，你的发展并不被时间所束缚；没有要去保持的目标；在服务上或在服务之道上没有截止期限。

放松进入当下是很好的，当你的当下时刻在你面前展开的时候，允许那些随后的当下时刻使你陶醉与入迷。保持不要让任何事物拉你离开当下，离开你对你自己是造物者的乐器[他可以选择以任何方式、在任何时间弹奏]的察觉，这样(你)就可以在歌颂行星地球中进入对毕业的一种就绪中，那属于最大的美丽和最深的真相。

当你持续地奉献自己作为造物者的爱与平安的器皿的时候，你会在几件事中找到很大的帮助。首先，你会在进入静默中找到巨大的帮助。对于那些愿意用耳朵去听和愿意用心去理解的人，这个时间所带有的惊人知识和新意识是如此的丰富，它为你提供了很多的礼物。确实，如果你无法进入静默中并让这些新的知识和觉知就位 并整合到你的深邃心智与能量体的基本平衡之中，这些礼物对于你就会太多以致于你无法消化吸收。

就好像睡眠为肉体提供了休息，这样它就可以重置其系统，从身体中清理毒素并让身体恢复平衡，这种平衡是对于身体的持续性的生命和成长最佳的平衡状态，因此，进入静默会给你的形而上的身体，即能量体，在即将到来的催化剂和辛苦赢得的胜利的忙乱中提供其所需要的休息与复原的时间。它将允许新的知识在潜意识心智中就位。它允许新的平衡被确认并被实施了。它会从系统中清理恐惧、自我怀疑、自卑的毒素。它会根据系统最佳的调音重置系统。

在这方面，你可以认为自己是个灵性的运动员：一个正在训练中的运动员。

进入静默是运动的等价物。有一些人在本性上就如此地适合这种工作以致于他们无法抵抗地被静默吸引，对于这些人我们几乎没有什么要说的，因为你的饥饿和渴求就会将你一次又一次地带入静默。

对于其他人，他们没有一定要寻求静默的个性。他们反而在肉身生命中有一种强固性，这种强固性使得能量体从善工流动到善工，再次地从行动流动到行动，他们并未有意识地察觉到需要放下一切与清空双手，双手可能正在抓住最高的理想，但或许把它们抓得太紧了。对于这些人，我们会鼓励盲目的信心，无论感觉是否合适都进入静默。

静默是一种习惯，如同任何其他的习惯。如果你以前没有在自我感知的察觉上成功地进入静默，我们请你再试一次，不是从把某件事情做好的角度上，而是从要不要做这件事的角度上。不要执着于某个结果。简单地停止说话，停止思考，设置你的意愿去倾听太一无限造物者寂静而微小的声音，他的雷鸣在静默中说话。

亲爱的，你对这个过程变得擅长并不重要。作为进入静默的一部分，你的大脑持续地产生对此刻所聚焦的事情的那些想法和担忧，这是完全可以接受的。让它们升起吧，让它们消散吧。当你处于静默中时，它们就没有重要性了。你可以看着它们就好像你看一部电影一样，但不要被卷入情节中。停留在静默中。保持一个观察者的位置，在寂静中等待挚爱者的声音。

我们向你们保证 通过这种每天进入静默的锻炼，即使只是一小段时间，你都可以给与自己 你所需要的休息[就灵性上而言]，于是你就不会「燃尽」了；你不会在灵性上变得耗竭；你不必走到路边坐下来喘口气。

在对无限太一的光与爱变得透明的过程中 另一个伟大的同盟是幽默感以及知晓你可以对所有事情保持淡定 除了你对无限太一的爱(这件事)。

在灵性寻求的方面没有任何事情是必须要严肃或是沉重的。你可以带着一颗快乐的心和你唇边的歌曲走在国王的大道上。当你快乐玩耍的时候，虽然那个概念也许听起来是肤浅的，你却正在跟随着生命的舞蹈而流动，在其中，每一朵花和每一颗树，每一头狮子和大熊，每一只海龟，海洋的每一颗微粒，每一粒尘埃都参与了。这生命的舞蹈也包含你们，不是作为笨拙的绊倒者，无论你怎么想，你都是美妙而协调的舞蹈者。让每天的旋律使你高兴吧。将你所执行的每一项任务和杂务都视为一种舞蹈。每一个神圣的关心，无论它看起来多么肤浅，都有它的旋律、节拍和舞步。

当你允许你的眼界赋予生命给你看到的一切时，就会允许自己越来越多地和你用来洗盘子、清洁厕所、清洁婴儿的水一同舞蹈。当你洗每一个盘子的时候，你都会在它的表面上看到它在向你微笑并说：「谢谢你！我好喜欢变得干净。」分享那个盘子的欣喜并回给它一个微笑吧。

让你视野内的一切事物都在你与其一同舞蹈时对你变得真实起来吧，知道没有任何事物是太过卑微而不是神圣的，没有任何事物是太过高耸而无法在其面前鞠躬。因为你是一个舞者，在所有你知道的、看到的事物中，所有你与之舞蹈的事物中，不管是最高大或最低下的东西，它也是个舞者。无论你在哪里，让爱的旋律压倒你吧，当你感到你某种程度丢失了那旋律并在你的灵性上感觉到不稳定与难以操控的时候，请求帮助吧。

这就是第三个有极大帮助的事物：对于那些希望成为造物者的爱与光的器皿 它是

一个资源。帮助的来源环绕在你的周围 它们都依照自由意志的法则而运作。

那些正面极性的实体不会将他们自己强加在你们身上，而只会等待你的要求。在你们的神圣作品中说过：「请求，你就会收到，敲门，门就会为你而打开。」[4] 带着一种更深的知晓，你可以知道那就是事物的真实的本性了。不要希望你的指导灵在没有接到你的要求的情况下 会前来并在你耳朵里对你说话。

所有的时刻，天使都在你的周围。它们同样一直要到你向他们请求帮助的时候才可以介入。向它们请求并感谢他们吧。

最后，就好像我们之前暗示的一样，对于一个灵性的器皿的一个巨大的资源是其他灵性上觉醒的器皿的陪伴。当你们任何人聚集在一起并带在其中带着灵性的时候，就会有创造性和表达的机会，若没有那种团队的能量 它们是不会发生的，团队的能量授予力量并强化团队中的所有人 使他们变得比只依靠自己时更加强有力。

和在所有事物中一样，在这一点上我们会请你们不要被逻辑的理由或充满感情色彩的理由所打动，而是仅仅凭借着那来自内在深处的知晓，它会说:「这对我是合适的，这就是我需要在的地方。」

我们是 Q'uo，在我们转移到这个团队中可能会有的另一个问题之前 请问对于这个问题是否有后续问题呢？在第一个主要的问题上，现在是否有一个后续问题呢？我们是 Q'uo。

G：没有了，对于主要的问题，没有后续问题了，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟，因此，现在请问是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

N：你能告诉我们关于世界范围内的那些神圣的地点，尤其是在印度，在促进扬升的能量和 2012 的能量上，这些地点是否扮演什么角色？

我们是 Q'uo。我的兄弟，我们为你的问题而感谢你，我们相信我们已经理解你的问题了。就好像所有实体一样，行星地球有它的能量中心，如果你愿意，也可以称之为节点，它们是一种脐点或肚脐眼，一个能量可以进入世界的地方，一个有能力表达其区域的升高的能量的集中模式的地点。

有些神圣位置与第三密度有关。有些神圣的位置与即将到来的密度有关。在这两个类别的那些地点中，有一些地点是与深入地球铁核中的男性能量有关，也有一些地点与没有沉入地球而飘浮在表面上的女性能量有关。

每一个收集能量的位置都是独一无二的，然而每一个位置与其他位置一样 都易于受到影响，它们会被那些受自由意志指导的人[好比你们自己]所设置的意愿而戏剧性地增强，并鼓励、支持、散发在这些节点中以一种强化程度存在的光与爱。

甚至只要一个实体，当它在冥想中与一个神圣位置协调一致的时候，它就可以帮助那个位置澄清、提高或者促进它的爱与光的流出。一如既往，当进行这种类型的工作时，当一个人变成二，两个人变成四，再加四个人变成六十四的时候，无论有多少相似思想的实体能够加入进来并设置意愿来增强并帮助这样的神圣位置的辐射效应，这些节点都会成比例地对团体联合的能量进行反馈。这种增加的能

量是指数级的。每一个增加到这样一个团体中的实体都会倍增团队的力量，而那种倍增的效应会非常迅速地创造一种强有力的永久性的资源。

数千年来 你们星球上的朝圣者对这些[在你们的星球各处存在的]神圣的位置所进行的朝圣并不是在真空中进行的。有一些地点已经是有数千年历史的圣地。有一些是最近才被认出来的。有一些则尚未被完全地发现。有一些是单纯地因为一个环境的特殊形状而存在。

天然的锥形体 圆锥形帐篷，金字塔和洞穴 是爱与光的收集器。因此，通过在一个山顶或者洞穴中，或者在任何你觉得好像处在一个爱与光的共鸣的房间中冥想，你是绝对不会弄错的。所以，不要将你自己局限于那些众所周知的位置，而是在选择那些你希望去休息并向自然的力量提供你的鼓励和支持的地方时，让自己根据你的直觉而移动。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

N：你能谈论一些特殊的位置 以及它们在此刻带给行星地球的特殊的属性吗？或者 它们有潜力在此刻给地球带来什么样的特殊能量呢？

我们是 Q'uo，我们察觉你的问题，我的兄弟。我们发现你关注的这个问题是你在此刻活跃的过程的一部分。因此我们会将这个有趣的意义探索(之旅)留给你，我们不希望逾越混淆法则[5]的边界，我们为此道歉。

请问现在有另一个问题吗？

C：亲爱的 Q'uo，我有一个问题。在早些时候，在我的冥想中，我请求星际联邦的实体们为他们的在场给我一个信号。当我提问的时候，我就在右耳中听到一个声音。你能在不侵犯我的自由意志的情况下 告诉我一些我可以在研究这一点的时候用来思考的灵性原则吗？

我们是 Q'uo。我们相信我们领会你的问题了，我的兄弟。我们之前谈到过对灵性寻求的进程很有帮助的一个巨大资源。那就是请求的原则。

「请求，就会收到」。你已经请求，你就收到了，因此，知晓你已经被听到了，知晓你的问题已经被一种简单的在场信号所肯定，你就可以更容易地放松一些。

当这样的询问是带着纯粹的意愿而提出时，不是为了获得力量或变得更聪明，仅仅是为了发觉是否在无形的层面上有人陪伴，那些一直留心的圣灵力量就会很快地回应。

关于那些希望帮助你的临在，有比单纯地意识到他们的真实性远远更多的东西。比单纯地察觉到帮助更进一步的是，在自我和无形存有之间可以发展出一种对话-关于此刻你的进程中的任何事情和每一件事上。

这并不是说这样在耳朵里出现的声音有某种可以用言语来解释的意义。它是说，在你的生命中的这种临在已经准备好来向你提供静默的礼物了，觉察到这一点是好的，那静默会流入到一个你的显意识之下的层面，流入你的深邃自我，接着透通过你的梦境、想象和随意的思考向上渗出，当一个器皿被越来越更好地调音的时候，它们就会用这样一种方式来加强你的寻求，稳定你的意愿，或以任何其他你需要的方式运作。

因此，当你被这种帮助和陪伴的临在提醒时，献出你的感激并用任何与你的渴望和那帮助的本性一致的方式来请求帮助吧，不是告诉那个帮助者你需要什么，毋宁是与其分享你的梦想、你的希望和愿景，并请求圣灵的视野、希望和梦想对你的天赋和自我的贡献进行精炼，并进一步为其塑形。

我们能进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo?

C：我有一个问题。在这次冥想中，我在我的左耳听到一个声音。当我挑战那个实体或那个声音的时候，它马上就离开了。你可以为我确定一下是否有一个负面极化的实体尝试通过我的左耳给出一个他们在场的记号呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。我们发现由于你内在对于这件事的肯定；我们确实可以肯定，当你的寻求加强时，当你站得更加靠近光成为一个更加稳固的事实时，偶尔地 你会被接触，你会收到那些希望将你的力量用在它们自己身上的实体的致意。

在挑战这类实体(的反应)上，我们称许你的敏捷[6]，我们鼓励你以你所持有的最崇高和最亲爱的原则之名挑战所有感知到的灵体，那原则是你赖以为生的原则和如果有必要 你愿为它而死的原则。那就是你形而上的地基，当你在其上站立时，你不会被动摇。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

C: 不用了，谢谢你，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

T：是的，Q'uo，我有个问题。你能谈论一下关于在母亲和孩子之间创造一种灵性的连接及其涉及的灵性原则吗？具体地，你能谈论一下，作为一个为灵魂的进入做准备的母亲，在子宫内的发展过程中，有任何我可以使用的灵性原则吗？

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们觉察你的问题。我的姐妹，当一个新的身体在子宫中孕育的时候，它是一个机会。一个在母亲生产前就已经与其达成协议的实体会进入那个机会。

有一些时候，这样的机会没有被一个已经很长久地等待着这个与母亲建立关系的机会的实体抓住。还有另外一些时候，尤其是当母亲已经觉醒并处于一条灵性道路上时，那个实体和她会有伟大的一同学习、一同服务的计划。通常来说，这样一个进入胎儿身体中的实体，会在怀孕较早的阶段就在母亲和孩子共同工作的强烈渴望下建立直接的关系。在那些情况下，一个孩子被深情地渴望了很长一段时间，会有一种压倒性的可能性 就是这样的情况。与一个没有包含灵魂的胚胎的情况相反，该胚胎会在受孕后很快就被赋予灵魂，或者在一些情况中，在受孕时就被赋予灵魂。

因此，假定这个孩子的内在有个活跃的灵，它不顾一切地、非常愉快地希望与你建立关系，这是好的。有一些梦想是你们分享的。有一些课程是你们一同计划的，有一些天赋是你们相互教导对方如何去使用的。

因此，我们会鼓励这样的新母亲与身体中的孩子进行漫长而快乐的对话。

对于一些尚未觉察到这个可能性的人来说，一个母亲可以与她尚未成型的孩子说话，这可能是件幽默的事。然而，我们向你们保证，那个内部的灵魂，当它为自己赋予胚胎灵魂 进入胎儿体内并通过银线与胎儿联系起来时，它是完全觉察的。刚出生的孩子很多个月都无法说话，无法走路，无法知晓自己的意见。内在的灵会说话、行动并知道它自己的意见，它是一个充分成型的灵。因此，你们的对话是平等的对话。

我们能进一步的回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

T：不用了，谢谢你，Q'uo。

我们感谢你，我的姐妹。现在请问有最后一个问题吗？我们是 Q'uo。

D：是的，我有一个问题。我读到关于星光体(astral)旅行内容，他们谈到从太阳神经丛脉轮构建一个星光体的载具。我想知道，从心轮是否同样可以形成一个星光体载具呢？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们了解你的问题。我们会给出的建议与其他人已经给出的那些建议都不一样。我们向每一位的智慧鞠躬。然而，我们的建议是你开始觉察 你的能量体作为一个整体，当你能够进入智能无限的大门之际，它就能够(如此)旅行。

这个完整自我的模型，自我所有的部分的整合性能量，一个圆环体(torus)或旅行的载具，我们觉得是一个拥有更大稳定性的模型，它是一个会对星光体旅行者有

益处的模型。更进一步，我们建议对这个能量身体进行梳理和调音，就好像一个人为了前往新的地方的旅行而打理自己一样，就好像一个人会在他与某些人会面之前 [想要向对方展现最真实和最深入的自己] 会为自己调音一样，好让这个旅行可以不受无用的能量和访客的妨碍，于是 你也可以带着你对于自己是谁和你为什么要旅行的知识的能量安全地回来。

最后，我们会建议将这样的能量消耗视为一种神圣的活动，这一种活动可以在进行努力之前透过(自己)拥有一种明确的意愿和设定特定的旅行矢量而大大地被增强。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟?

D：那回答好极了。谢谢你。

我们感谢你，我的兄弟。我们发现这个器皿的能量和在某个程度上这个团队能量都在衰微了。非常感谢你们请我们成为寻求圈子的一部分，怀着感谢 我们离开这个器皿和这个团体。在这次工作中 能与你们分享我们卑微的想法是一种巨大的荣幸。能看到你们能量体的美丽，不仅仅是你们能量体本身的美丽，还有当你们在这个神圣的寻求的圈子中调合你们的灵光时，你们的能量体相互之间协调一致的美丽，这一直带给我们深深的快乐。谢谢你们。

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai vasu borragus。

原注

[1]《圣经》，《诗篇》23:1 与 23:4，「上主是我的牧者。我必不至缺乏……我虽然行过死阴的幽谷，也不怕遭害。因为你与我同在。你的杖，你的竿，都安慰我。」

[2] 这个观点有可能是摘自 Rod Stewart 和 Jeff Beck 的歌。歌词的开头是:

「人们做好准备，有一辆火车正在到来。你不必背负沉重的行李，你只要上车就好了。所有你需要的就是信心去听到那嗡嗡作响的内燃机。不需要什么车票，你只要感谢上主就好。」

[3] 这个版本是在 1992 年从 La Clochette 时期的原始法语版本直接翻译而来的。虽然传统上它被认为是圣方济所作，证据指出作者很可能是匿名的。

[4]《圣经》《马太福音》7:7-8，「你们祈求，就给你们。寻求，就寻见。叩门，就给你们开门。因为凡祈求的，就得着。寻求的，就寻见。叩门的，就给他开门。」

[5] 混淆法则是一个术语，它的意思是尊重与不侵犯一个人的自由意志。

[6]「Celerity」的意思是快捷或快速。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1613 章集：谦逊

Copyright © 2009 L/L Research

2009 年四月 25 日

周六冥想

团队问题：（由 Jim 提问）今天晚上的问题，Q'uo，是关于谦逊(humility)。我们想知道当一个人沿着一条灵性道路前进时，谦逊是否为演化进入更高意识状态时一种自动的显化，或者它是一种质量必须被有意识地加以培养？另外，为了进入更高的意识状态，谦逊是一个必须的先决条件吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，在为他的服务中，我们今晚来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤是一种巨大的荣幸，我们很高兴与你们分享关于谦逊这个有趣的主题 一些谦卑的想法。

然而，一如既往，我们会在发言之前要求你们每一个听到或读到这些言语的人使用与生俱来的分辨力与洞察力，拿取那些吸引你们的想法，随心所欲地和它们一同工作，而将其他部分留在后面。我们很感激你们遵守这一点，因为它将让我们能够分享一些想法而不用担心我们会侵犯到你们的自由意志。

我们会对 R 实体说，虽然今天晚上发言的是 Latwii 群体，Hatonn 群体会特别地亲近 R 实体，Hatonn 非常高兴用他们的爱和临在为 R 实体消除疑虑。这一点对

于这个寻求的圈子中的所有其他人同样是真实的。然而，这是相应 R 实体的呼唤，在 Hatonn 群体的能量中会提供一种特别的关怀来增强与激励爱的表达。

我们发现在你们的人们中，「谦逊」这个词语和「爱」一样都经历了因为过度使用而承受糟蹋，所以当我们说到谦逊这个词语，每一个人都可以假定已经知道我们要讲的意思。然而，经由围绕在谦逊或者谦卑的质量周围的各种假设，它的意思变得迟钝而散乱了。

这个词语的意思是，「温顺或者缺乏在自己身上坚持一种应得的权利感或重要感」[1] 这样的解释已经开始意味着一种自卑或无法支持自我的质量，而当我们使用谦逊这个词语的时候，这些都不是我们想要表明的意思。

并不需要变得谦卑好在灵性上进展。谦逊的质量是一种能够被某种能量增强的质量，而这种能量与那个为灵性成熟的寻求者创造一种察觉[即他就是造物者]的能量是相同的。虽然这看起来似乎是个矛盾，这两种觉知却是一枚硬币的两面。

如果一个实体察觉到 在他的心之深处的最中央位置发现的造物者身分或造物者状态，他觉察到，造物者状态的质量或作为创造原则的一部分，明确地并不属于表面自我。一个实体如果能诚实地对待那个摆在他面前的 知晓自我和接纳自己的任务，他必然将自动地获得一种纯正的谦逊。因为他已经体验到那个小小的「我」的状态，即小我(ego)，当无条件的爱流过他的时候，小我在无条件的爱的力量的面前变得透明了。

我们会说，寻求者越深入与越全面认识自己，他就会变得更加的谦卑。虽然这是真实的，但是它不会推论出谦逊出自于 看到自己最差的部分并对自己的内在存

有如此多表面上错误的质量而感到悲伤。

相反地，谦逊出自于一个人越来越多地觉察到自我的真实价值，因为只有当一个人成为一个可以让圣灵弹奏的[恒常地被更良好调音的]乐器时，那真实的价值就蕴含其中。

因此，如这个器皿的说法，在真实的谦逊中，没有一丝一毫的自我否认或自卑。

因为谦逊不是因为觉察到自己是一个极为容易犯错的实体而引发的一种谦卑。谦逊是同时意识到自我的伟大价值和自我的犯错倾向的一个工艺品。

谦逊经常会被认为带有某种看轻自我的性质。然而，我们不相信它是这样的。如果一个人凝视人格外壳或小我的工作，一个人可以看到如果有一种自卑，他同样会有一种倾向去回应这种自我匮乏的感觉，这种回应是去抵制对这些缺乏的通知，或者甚至创造一个人物角色或一个面具补偿这些感觉，因而导致了一种自负或骄傲的显露。

我们刚才说提供我们的谦卑观点做为这次工作集会的开场白，但我们说我们的观点是谦卑的并不是因为觉得我们的想法没有价值。确实，我们选择与多个团体[好比目前这个团体]来分享我们的想法恰恰是因为我们感觉有这个礼物提供给那些寻求加速他们灵性演化的步伐的途径的人们。我们甚至可以说，我们对自己沟通的能力感到自豪。

我们的想法是谦卑的 因为我们知道自己是信差。我们充分地觉察我们所说的内容的功效是经由我们，经由这个器皿而进入显化之中。我们和这个器皿一样，都

是让圣灵可以弹奏的乐器(器皿)。我们的每一个渴望都是去为自己调音，于是当我们在意识中持有你们所显化的问题以及支持和环绕着这个问题[这个团体尚未言说]的能量，我们可以在那些想法与能量的爱与光流经我们面前时变得透明。

在寻求者的生命中会有一些时刻会比其他的时刻更易于容纳真实的谦逊。在寻求过程的起点，无论它是发生在青年时代还是发生在生命中稍后的日子，有一种去抓住转变能量的需要。这个器皿会称这个过程为「个体化」[2]。在个体化中，谦逊的质量比较不可能突显出来。一个人需要从舒适的位置移动[如果没有特别地满足] 进入未知中。

容我们说，这是一种跳出文化「盒子」的运动，跳出文化背景，就形而上意义而言 进入一个诚实、完整以及个人特质的位置，伴随着这种运动的能量是狂暴的、实质上不舒适的。因此，对于较年轻的寻求者，如果有一种谦逊的感觉，它也许包含了更多的不需要和有害的自卑论断，这是经常会发生的情况。因此，在灵性道路的那个阶段上，我们并不推荐去寻求这样的能量。更确切的说，我们推荐的是去寻求诸如坚持和耐心这样的质量，因为当一切都是未知的，而景色是令人困惑的时候，单纯的不屈不挠就可以推动寻求者穿越那些转变的时刻。

想一想所有伴随灵魂之暗夜的黑暗和苦难的意象。当心智横跨那些黑暗神秘的未知时，也许在这个时期 坚忍不拔和毅然决然 成为心智最渴望的配置。

要记住的是，与你们的文化对灵性寻求的流行性的概念不一样，在这种情况下灵性的寻求是一个困难的，艰苦的，狂暴的过程，这个器皿经常将其比作新兵训练营。

为了从一个在其中有很多的身体动作的环境转到一个灵性的环境，在其中没有身体动作或完全没有外在的能量消耗，而是进入一个巨大的洞穴和岩洞的系统中，在其中只有完全的黑暗，在很多情况下，为了找到一种完全不同的形而上性质的运动和行动，一个人要将自己放置在一个环境中，在其中看起来，当启蒙来临时，它几乎是非常粗暴，爆发性或突然地来临。

这样用一种不同的方式来知晓自我的过程并不总是会有这些特性。肯定地，对于一些实体，有一种更加温和的，更加沉着与平和的感觉来打开内在。然而，对于大多数人，这些转变的时刻看起来并不舒适，尽管寻求者仍然会被无止境地拖入到那黑暗中，在其中他可以体验到自己寻求的神秘，而获得这些体验的方式太过于深邃以致于无法用语言来描述。

然而，一旦寻求者通过了这种最初的能量巨浪，混乱就会变小了，为了进入适合进一步的灵性工作的环境中 并脱离物质世界的迷惑，这种巨浪是需要的。因为在一个人现在有经验来支持他了，当寻求者到达另一个弯曲点[3]与重力中心转移的位置时，他就知道黑夜降临到他身上了。虽然对这些时刻的不舒适也许会有一种完全了解，寻求者却知道他过去已经撑过黑夜并看见黎明，因此他会再一次做到。

在自我之中，在发展的历程之中会有那样一个信赖的层次，而它在第一次遭遇时却是缺乏的。灵性上正在成熟的寻求者会遇到一个时期，在那个时期唤起谦逊的确是好的。当一个人开始体验灵性道路的喜悦时，开始感觉到一个人已经以某种方式完全靠他自己做到这一点了，很容易有这种感觉，骄傲的能量和应得权利的感觉就会出现了。

这个器皿经常听到来自灵性寻求者的情绪意见，它好比是这样的:「所有我想望去做的都是造物者的意志，因此，我应该被支持。因为比起那种(俗世)工作和付账单的生活，这是远远更值得去做的事情。」

当那些想法在头脑中闪现时，唤起谦逊是好的。因为走在灵性的道路上没有什么应得的权利。有的只是去利用已分配好的时间的机会。先前，觉醒发生在一个寻求者身上之前，他或许已经很大程度地忽略了周围的造物。当寻求者聚焦在那些对他有意义的事情上时，他也许已经不再看到他是大自然的一部分、人类的一部分或造物的一部分。寻求者花费时间却极大地漠视宇宙造物的珍贵性。

当寻求者开始觉醒时，他开始意识到投生中的时间的丰富的礼物。每一个当下时刻都成为进入他自己的觉知的一个机会。开始为那些时刻承担责任是一件令人陶醉的事情，而那些时刻 名为瑞克的实体称为珍贵的当下。[4]

我们先前曾经透过这个器皿谈到做出极性的选择，然后重复那个选择的倍增效应。每个选择都会倍增第一个决定的力量，因此，通过对那个选择始终如一的简单过程，很快你就会变成一个比你以前更加强有力和神奇的实体。

类似地，当一个人选择自己负起觉察当下的责任时，作为一个爱与光的实体，寻求太一造物者，寻求在那个时刻有所服务，为了完全地进入到那个当下时刻，他能够关注的一致性让他的觉知力量加倍、再加倍、再加倍，很快地 那个寻求者成为一个比起他以前远远更强有力的、神奇的、根基稳固的寻求者。

当一个人用这种方式接近一种灵性生命的生活时，变得自豪是没有问题的。然而，寻求者拥有这种层次的意识和这种专注地对当下的时刻负责任，这却不是一

直的情况。寻求者很容易开始漂移，就好像 R 实体说的「停留在表面上，在意识的水域的正上方飞掠而过」，注意同时性，看到灵性寻求的宏伟设计，拥有恰好足够的理解去超越神秘，接着进入到一种对世界的虚假感知中，在其中每一件事都意味着某个东西，每一个巧合都有一种解释。

我们并不是说相反面就是真实的。毋宁，我们是在说，有时候一个巧合仅仅是一个巧合，就好像这个器皿在今天早些时候说过的一样。当一个人开始要求每一个巧合都有一个意义的时候，这就是去唤起谦逊的时刻了。因为灵性寻求的目的或目标不是去确定理解力或成为一个知道答案的实体，毋宁，灵性寻求是一个过程，深化一个人欣赏太一无限造物者的持久、压倒性的奥秘。这一个过程深化一个人欣赏他在灵性寻求中发现的许多矛盾的能力，而不仅仅是忍受它们。

因此，既然你正向着一个伟大的未知前进，也就是说，一种觉知：一切都是未知的，万物透过信心而存在，就会有一种天然的趋势（使你)真正地变得越来越谦卑。

跪在上主的面前是好的，就好像和这个器皿经常说的一样。然而，那个谦逊的姿势不是一个人会感觉到无价值的姿势。相反，这是一个几乎无法了解太一造物者的无限神秘的实体的姿态。

当这个器皿思考那个姿势时，她倾向于想起某种时刻，恋爱中的男人在他挚爱的心上人面前跪下并请求有这个荣幸成为她的人生伴侣。这其中有种崇敬，甚至是对这个场合的深度之敬畏，激起(这个人)屈膝跪在挚爱者的面前。

这种能量和寻求者面对着太一无限心怀谦逊时带给他的能量，是相同种类的能量

— 那位寻求者不是较差的，而是能够与挚爱者分享生命的喜悦和惊奇是一种令人无法置信的荣幸。

我们的观察是，在第三密度的一生中，在寻求者的生命中没有什么时候是他能完全地免于骄傲与自负的破坏。只要人生的课程还在整个投生过程中发挥它们的力量，这些诱惑的时刻就会一直被给予。因此，一个人无法简单地假定因为一个人在大多数时候是真实谦逊的，他在这个特定的时刻就是谦逊的。

于是，保持对自我的察觉，当一个人遇到一个骄傲的时刻时，或者当一个人开始出现那种知道另一个人的答案的傲慢时，设置一个警告信号，这总是有帮助的。

然而，当灵性的旅程向前推进时，当内在的灵在一个寻求者内在变得更加成熟时，我们确实发现 缺乏谦虚的危险的确逐渐褪色了。当一个人前进时，当一个人偏离爱与光以及服务他人的光柱，变得再一次卷入自我之中时，傲慢的危险不会消失，但是该实体会看得更清晰。

那些听到智慧言语的人们多少能听到超越言语的事物，这是有趣的。

因而，当一个人感觉或看到骄傲和傲慢已经开始侵蚀他所提供的服务时，监督自我并将自己从傲慢和骄傲中拉回来，这是改善一个实体服务他人的一部分。

因为你谈话的那些对象听到的不仅仅是言语，还有伴随着那些言语的能量。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

因此，那些言语作为你提供服务的方式，听众的可用资源，如果携带着那些言语的呼吸包含了明晰度[来自真实谦逊和对服务的知晓，也就是服务通过他而来，而永不会起源于他]，它们在功效上会被大大地增强。

就像我们如此经常做的一样，我们以提醒每天沉浸于静默中的优点来结束我们的讨论。那是在无限太一面前变得谦逊的一部分，它心甘情愿地停止生活的表面过程并花时间去倾听挚爱者，他在静默中说话，那些想法过于深奥以致于言语无法表达。

我们是 Q'uo，现在请问关于这个询问 是否有后续问题。

G1：对于主要的问题，没有后续问题了，Q'uo。

我们感谢 G1 实体，那么现在请问是否有另一个问题呢？

G1：Q'uo，在一的法则系列中，Ra 说正面服务的实体会将「强烈的红色光芒性能量转化为绿色光芒能量转移。」[5] 这种从红色能量中心到绿色能量中心的转换是基于一种有意识的意愿而实现的，还是基于一种强烈的潜意识的偏向而实现的呢？如果是通过有意识的意愿而实现的，一个实体如何才能有意识地将性渴望转化为无条件的爱呢？

我们是 Q'uo，相信我们理解你的问题了，我的兄弟。红色光芒性能量转化为绿色光芒的能量转移几乎总是会包含意愿的要素。这种能量是被赋予的礼物，却没有

一套使用说明(方向)；除了将标牌 A 插入狭缝 B 的天然方向之外。

在一些人格中，心已经达到如此的开放性 以致于那个特定的人格几乎无法在表达自我过程中缺少绿色光芒的面向。然而，这并不是大多数参与性行为的实体的情况。需要记住的是你们现在的性经验有着沉重的文化覆盖物，它鼓励将性的价值坚固地保留在红色脉轮中。

你们的大众传播媒体充满了对情欲的炫耀、年轻的美女与性能量交换上最肤浅的概念的宣传。更进一步，当一个人尝试去深化一个性关系时，他会遭遇到不可避免的矛盾。一种情感上的不均衡的趋势是可观的。在如何深化被渴望去发展的情感的方面的一种渴望上的不均衡的趋势也(使结果)倾向于不均衡。

在应该如何深化关系，一个人应该对另一个人做出什么样的承诺，诸如此类的等等方面，很少会有两个实体是恰恰正好想要一模一样的事情。这些事情倾向于变得明显地不均衡和不匹配。结果，性特征经过红色光芒、橙色光芒、黄色光芒向绿色光芒的开放之心表达的过程就几乎总是涉及到一个决定- 设置意愿并使之发生。

我们并不是在说，为了让心开放，(双方)必须做出相等的承诺或成为完美地匹配。

我们是在说，有一些障碍路线，在其中遍地皆是的障碍物会阻碍红色脉轮的性特征和绿色脉轮的性能量之间的转移。拥有的需要和被拥有的需要必须被平衡。一个人对另一个人的期待必须经历一段交流的时期，直到产生一种理解。

这不是简单或短暂的进程。它们要花费时间、能量和一种持续地渴望 将那种世俗的、表面化的、缺乏造物者的事物转变为那种不仅仅是世俗的，还是神圣的，不仅仅属于身体，也属于圣灵和太一无限造物者。

有时候 会出现一些闪耀地进入绿色脉轮的性能量交换的捷径；在那些时候，因为无论什么样的原因的混合，这是完全清楚的，性是一种在两颗心之间分享的能量，一切都变得开放而无防备。就是在这种无恐惧的开放之心中，一种(绿色)交换就可以发生。然而，在人类日常的体验中，我们会说 若没有意愿，没有完成对红色脉轮和开放的心之间的干预性能量的检查工作，绿色脉轮的能量交换就不会成为一种寻常的事件。然而，它肯定是一种对所有人开放的能量，不管他们有何扭曲或恐惧。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

G1：这个问题不用了，谢谢你，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在请问有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

G1：Q'uo，有一个来自 G2 的问题，G2 说：「我在巴拉克.奥巴马的就职典礼上经历了一种情感上如此强烈的体验。我们对于一个新世界的所有渴望的事物，爱、接纳等等，一切看起来似乎都已经被显化了。有一种不同寻常的能量。我想听 Q'uo 从他们的制高点上谈谈他们的体验是什么样的。在我们的灵性进程上有一个主要的转变吗，有速度上的提升吗？在我这边 有如此多喜悦的呼喊和安慰。」

我们是 Q'uo，为这个问题感谢 G2 实体。我的兄弟，叫做巴拉克的实体就职成为你们国家的总统的那个时刻是你们行星的心轮开放的时刻。这是一个强有力的时刻，这是一个非常真实的 察觉到无限可能性的时刻。

我的兄弟，我们无法说，由于这个时刻 全球的振动级别就向前跨越了一步，因为我们注意到，我的兄弟，那些使无条件的爱的能量发生困惑和混淆的各种能量还没有被治愈，它们尚未离开你们的世界舞台。就像这个器皿所说的，这个世界继续摇摆，无视全球心轮开放的那个时刻。

然而，当这样一个时刻发生时，在这个时刻所涉及到的人类群体中，记忆被保留下来了。于是那个时刻就可以被自我或人类群体所忆起或者唤醒，如果那个群体如此选择。我们知道，从就职典礼那一天开始，很多人已经个别地，一次又一次忆起并唤起了那个心轮开放的时刻。我们知道，一些团体为这个星球和地球人而在团体冥想中静坐，这些团体已经唤醒并忆起那个时刻。而我们尚未看到，却总是有可能看到的是：更进一步的时期，届时 这个星球的全体人类族群将再次地记起并唤起那个心轮开放的时刻。

我们能进一步的回答你吗，我的兄弟？

G1：不用了，那就是 G2 所有的问题了，谢谢你。

我们感谢 G2 实体。那么现在请问是否还有最后一个问题。我们是 Q'uo。

A：我有一个问题。Q'uo，你能从人类灵性进化的角度讨论一下我们现在称之为

「全球暖化」的现象吗？你可以从未来的几十年的时间/空间的背景，或是从任何更大的几世纪的时间/空间的背景，或者从你觉得我们听起来可以接受的更长的时间背景来讨论吗？

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的兄弟。在一个人类身体中的物质层面上会发生的事情之所以会发生通常是因为它没有被领会，没有被充分地看见，因此，它肯定无法被带入一个人的觉知，好让人类的心智与情感的部分中的解答能量发挥作用。因此，当实体生病的时候，通常是能量体中的不平衡或扭曲一直被忽略或未被察觉导致的结果。

这对于你们星球的鲜活身体而言 同样是真实的。情况并非特别简单，因为你们的行星上居住着多个来自其他行星的群体，在这些群体中有一种对他们的家园的星球的有害的不尊重以及一系列行动，加总起来 将他们的星球变成了一个对第三密度的工作而言无法居住的环境。因此，大量的实体进入你们星球的大地层面，他们无法掌握内在的宁静以及与他人和谐一致的需要。相反地，你们地球人唤起侵略和毁灭其他-自我的能量来解决感知到的问题。

我们说的不仅仅是明显的在战争中 对其他自我的身体的毁灭，还有那些不是那么明显的，却一样是致命性的能量 促使实体对抗实体、力量对抗力量，批判对抗批判。在业力的概念中包含有一个惯性事物的连续性的概念，或者不可避免的向前行动之概念。

在其他地方创造毁灭的那些能量存留下来了，在意识根部的最深处保留着。那个侵略性和毁灭性的解决方案似乎又一次成为了一个有效的选择，甚至成为一个必须的选择。再一次，它需要一种响应性的能量来停止那业力的能量，在你们的人

群中 那种能量经常不会被视为一件好事。

一次又一次，那些合作、和谐与沟通的响应性能量已经开始在你们的人群中增长力量，却遭到渴求帝国的脚跟[它助长一国侵略另一个国；一些实体侵略其他实体]之践踏。

所有这种侵略和毁灭的热能已经被倾泻到你们双脚站立的地球中。地球已经开始表达这种热量，就好像这个器皿的身体最近出现的皮疹一样，因为她的身体尝试排除一种让她过敏的毒素。

虽然对于全球变暖的各个方面的肯定会有合理的、科学的解释，从灵性意义上来说，这个现象的有趣和生动的部分是位于你们人群的内在的能量上的。因此，人们或者团体将爱送入地球能量、将和平送入地球能量等等的每一个努力都是一个良好的，也是很有效用的尝试。

就好像热能已向下进入到你们的行星实体[地球]一样，合作、爱、合一、理解和沟通的能量同样会起到很大的帮助。在这方面，我们同样会指出，有很多现在已经从你们的第三密度获得毕业的那些人，在过去的三十年间，他们已经清楚的看到这个模式，他们的心对这个行星本身充满了同情，他们已经开始返回地球了。

很多你们称之为「靛蓝小孩」的实体，他们会更多地聚焦于疗愈地球胜过将全体居民作为一个整体带到毕业的位置。

他们并不是觉得在自己可以继续前进之前 地球必须被清理干净。他们看到了这种残留的业力并希望用对星球的爱与情感的平衡性能量来结束业力，这种对星球

的爱与情感会使自我永远地脱离那个特定的业力之轮。

我们能进一步的回答你吗，我的兄弟。我们是 Q'uo。

A: 我很满意，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。我们是 Q'uo，我们发现这个器皿的能量正在减少，我们现在将向这个器皿和这个团体告别了。能在今晚成为你们寻求的圈子的一部分，这是一种纯粹的喜悦。我们为你们的灵光之美和你们谦逊地拿出时间来寻求真理而感谢你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者[我们是他的仆人]的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友，Adonai。

原注

[1] 这个释义与 www.dictionary.com 上的释义非常接近，它的释义是，「谦卑的质量或者情况，一种适度的观点或者对自己的重要性、等级等的一种适度评估。」

[2] 个体化(Individuation): 个体性的存在；个人性。然而 我相信 Q'uo 使用这个词语与卡尔-荣格对这个词语的使用有更多的共同点：「通过对心理上的冲突的连续性层面的解析而逐渐地整合与统一自我。」

[3] 在这个上下文中，弯曲点(crook)是道路上的一个转弯或转向。

[4]瑞克?皮蒂诺(Rick Pitino)在一次励志的演讲中说，“珍贵的当下会将生命放置于它最简单的形式中。我们都应该跟随它的信息并用珍贵的当下奖赏给我们每个人的一种美妙的状态而生活。在我们进入场地开始第一天的练习之前，我向我所有的队伍朗读它。”皮蒂诺在这里引用的是斯宾塞?约翰逊(Spencer Johnson)以《珍贵的当下》为标题的书。

[5]《一的法则》卷三，第 54 场集会，1981 年 5 月 29 日：「负面实体使用较低的三个(能量)中心并透过性(能量)的手段、个人主张、及社会行为等，达成与他人分离，及控制他人的目的。

相反地，正面导向实体会将强烈的红色光芒之性能量转化为绿色光芒能量转移并放射蓝色与靛蓝色光芒；同样地，将自我本位与社会地位转化为融入他人，与服务他人的情境；最终，照耀他人而不期待任何(能量)转移的回报。」

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ **第 1614 章集：爱与光早期资料 #49**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周二冥想

1974 年五月 28 日

(Carla 传讯)
我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中问候你们。和你们说话是我的荣幸。

我觉察你的问题，如你所说的，恐惧被占有，这是个有些过度概括的恐惧。我们对你担保，如果你正确地理解所谓占有*的本质，你没有甚么好怕的。

(*译注: possession 在此亦可翻译为着魔、附魔，感觉比较惊悚一些...)

所谓的占有基本上有两种类型，第一种类型极度地罕见，有特别的处理方式。

第二种类型极度地常见，有相当具体的处理方式。

第一种占有是智能生命的肉体载具被另一个实体的意识占有；不管该实体位于物质界或远离物质界都无关紧要。这种占有的原因单纯地是个机会，同时该主动占有的实体渴望拾取这一个机会。这种占有极度地罕见有两个原因：首先，并没有很多实体寻求机会去进入不属于自己的载具；要达到必须的意识游离程度好提供一个适当与可靠的机会是有些极端的。当一个人在转大人的过程中经历巨大的改变，从而遭遇各种困难，因而更容易产生游离状态。但唯有在极端的游离状态下，才会让一个主动占有的实体有机可趁。

一旦我们理解这种状态，就能够对治它。首先，我们要警醒那个被推到一旁的实体，根据该实体孰悉的文化与生活习惯，调整警醒的机制或仪式。一旦该实体收

到警报，他只需主张正当的肉体所有权，即可使那个占有的实体离开。

第二种占有是相当常见的，这种占有是一个人的意识被相同意识的特定部分所占有。当你来到这个世间之后，你的渴望有许多个阶段。古老的教师们给予的功课都是— 你必须认识自己。这是你的工作: 不管以什么方式，去发现你是谁，你渴望从这个经验中得到什么，以及如何彻底执行这些渴望。当你没有认出自己的渴望，当你忽略全我的一部份，于是没有尝试去学习你原先来此要学的东西; 你自己的某些部分感到挫折，在它们整体的位置[位于你的意识之中]变得有些松脱，它们尝试以你不理解的方式吸引你的注意。它们可能造成你的痛苦来吸引你的注意，只要一个人还有肉体的知觉，这招总是可以吸引注意力。

很常见的，这是自我发起的占有，你可能被负面或正面情绪占有。然而，我的朋友，由于你们在这个振动(环境)中寻求的经验类型，也由于你们地球人的群体幻象，大多数时候，这些经验具有负面的外观。你可以透过理解来治疗自我，当你可以越多地发现痛苦背后的东西，你就越能够移除痛苦。

所以，必须探查你的心智，你将在那儿找到你的占有，理解那些潜意识带来的讯息，然后你可以重新导引你的思维进入一条更正向与上升的途径。

你们早已展现耐心，这是研读(自我)的首要资格，朋友们，在灵性成长的道路上，放慢脚步是重要的，好让你可以消化、学习、展示，接着和每一件新信息合一。

行走的速度超过你的真实理解将使你变得不平衡，并可能招致大量的困惑。

冥想并寻求理解你自己，因为一切万有就在你的心智之中。

[停顿]

我是 Hatonn，现在 是否有进一步的问题可以让这个器皿尝试回答?

发问者: 你提到的游离是什么意思?

这个器皿的字汇库中有这个字，虽然它并不完全正确，它似乎接近我们给出的概念。我们透过这个字汇想要传达的概念是: 个体化意识的特定单元为了某个原因和它自己的振动如此地不匹配 以致于它暂时无法做为意识的一个统合部分。

发问者: 你曾说把问题带到冥想中; 你的意思是坐下来，在整个冥想过程中思考问题，或发出请求 然后清空你的心智?

两者都不是。在冥想中无须请求任何信息，也无须专注在任何问题上。冥想不是说明书或处方签; 冥想是转移你的意识之存在相位，从物理幻象的范围转移到无限造物者的爱与光的范围。

这一种转移使得你居住在肉体载具的灵魂前往天父的全然意识之中。这个接触给予一个人一种普遍的、非分析性的理解。按照这种理解来看待问题，最常发生的情况是，问题会自然地蒸发，如同露水一般。

露水并非不真实，它只是一个完美建设性的周期中的一个状态，它给予大自然的一部分滋养与生命。

你的问题是肉身存在周期的一部份，给予空间让它们成熟 接着蒸发。无须去鄙视它们，也不要赋予它们过多的重要性。冥想单纯地给予一个人适当的视野去看待问题。关于你思考的任何特定问题，有其他方法获得更完整的视野。无论如何，就我们的见解，这些以分析和智力尝试取得的自我知识，不及简单冥想来得有用。

我们真的相信我们的途径是很有用的，然而，如果你个人觉得分析问题的途径看起来包含更多进步的机会，我们敦促你这么做。我们觉察世上有千百万种途径，我们鼓励一条[对我们而言]最直接的途径。这并不否定一个事实: 每一种途径的尽头都会发现造物者。

在物质层面上，关于任何解决问题的尝试，我们没有太多好说的，那不是我们的方式。我们觉察有一些技巧可以使用，许多地球人已经描述过这些技巧。

我的朋友，同你们说话真是快乐，我们在能力范围内服务你们。我们很欢喜地在全时间与你们联系。我们在全时间传送造物者的爱与光给你们。如果没有更多的问题，我们在此时离开你们。我们在无限造物者的爱与光中离开你们。我是Hatonn。Adonai vasu。

***

周五冥想

1974 年五月 31 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中问候你们。再一次和这个团体相会是我的大荣幸。我们属于服务无限造物者之星球邦联，可以和一些渴望我们服务的实体相会使我们感到荣幸。

我的朋友，渴望是你接收到什么东西的钥匙。如果你渴望它，你将收到它。这是造物主的计划，在其中 他所有的部份都精确地收到他们渴望的东西。朋友们，在你们经验的这个幻象，看起来 你并未取得你渴望的东西；事实上 在许多例子中 恰恰是相反的情况。这似乎是个矛盾，不过，我们毫无例外地声明— 人精确地收到他渴望的东西。

或许，我的朋友，你们不理解渴望。或许，我的朋友，这份理解不在智力心智里头。或许，必须要花时间在冥想中好觉察你真正的渴望。因为，我的朋友，在你们目前的幻象中 就你的聪明才能而言，还有很多很多关于宇宙造物和你的东西超越你目前的鉴赏范围。

我们曾多次陈述，如果一个人想要从目前的理解状态进化到他渴望的程度，就必须冥想。我们以几种方式使用渴望这个字汇，不过 我们十分受限 因为我们无法使用你们的语言表达这些结构的真理。我可以向你担保，它们是极度简单的，却是非常深远的基础。

我的朋友，宇宙造物在一个非常简单的方法上运作，端看人类要不要学习他已忘记的东西。那不是智力的理解，而是个单纯的知晓，这一份知晓位于造物主的所有孩子之中。如同每个人的所有感官是他的一部分，当你充分地体会这份知晓，它单纯地就是你的一部分。你不可能用智力去理解肉体的五官如何使你觉察这个幻象环境，你只可能善加利用并知晓它们是你的意识的一部分。

扩展这份觉察，扩展这个意识。进入一种知晓的状态好让你理解你的渴望，好让你理解你可以渴望某个东西，使你更接近你最终会选择的途径。

开始觉察你的造物主，开始觉察他的渴望，当你知道了，你将知道自己的渴望；因为你与造物主为一。你和他的所有部份合一，包括全宇宙造物的同类生命。

当你知晓他的渴望 你将感觉它。再没有困惑，再没有疑问，你将找到你一直寻求的东西— 你将找到爱。因为这就是造物主的渴望：他的所有部份都表达并经验那创造你们全体的爱。在冥想中，你可以简单地找到。

不管是多少种计划或谨慎地诠释书写的话语，都不能引领你到达这单纯的真理，它即是你，它就在你的周围。它在每一个活跃的事物中表达自己，它恒常地、无休止地表达自己。它在每一片青草、每一种动物、每一个人类同胞里面对你呼喊，谱出绝妙的爱之渐强乐章(crescendo)。

不过，地球上的人群对于这些美景目盲，也听不到这些音符；朋友们，一切必须的就是开始察觉，发展一种觉知去看见宇宙造物，理解你们的造物主，理解他的爱。我的朋友，透过冥想即可做到，无需其他任何东西。

此时 我将转移这个通讯到另一个人那儿，我是 Hatonn。

(H 传讯)

我是 Hatonn。我现在和这个器皿同在。继续相同的主题。

你们星球上的人群，虽然许多人并不察觉，所有人都渴望造物主之爱。

透过各种(???)经验，人们在头脑中形成他们对于这个爱的独特版本[容我们说]。

由于你们社会的各种谬论，所有活在这个幻象中的人都深受影响；因此一个人无法利用这个幻象来获得造物主之爱的真实概念。

我们陈述许多次，真正的寻求方法就是冥想；透过冥想，你可以领悟造物主之爱。容我们说，在你们的幻象中 一切都变成单纯的相反面；幻象中存在着巨大的混淆。

许多伟大的老师来自我们的存在领域，他们试图教导你们寻求爱的真实方法。人们大大地误解这些伟大的教导。他们的生活是和平的使命，不过 他们的教导不是被拒绝，就是透过智力的转译。

这些老师全都说— 向内寻求，天堂王国就在内心。但你们人群允许这个幻象的混淆渗入他们的头脑，因而不理解这些教导的单纯性：透过冥想转向内在。

对我们来说，这似乎是很简单的；学习并练习冥想，透过你的寻求，所有内在的知识都将临到你。不要允许你们星球上的巨大混淆成为你的生命知识之基础(???)。

此时 我将尝试接触另一个器皿。

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。我现在和这个器皿同在。我的朋友，今天傍晚，我将给予你们一个道别的思维，做为这次的总结。我们希望这个道别的想法是你可以用在日常生活中的。

我的朋友，你寻求什么？这是我们给你的问题，你确实在寻求什么？

如果你能够描述你正在寻求的东西，朋友们，我们恐怕你仍然处在这个物质幻象之中，你正在寻求实相的倒影。记住，你真正寻求的不是物质或虚幻的，而是真实与永恒的。你们知道的耶稣导师过去有着相同的困难，许多人认为他是个统治者，大部分指的是一个物质世界的统治者。无论如何，他对于物质的王国没有渴望，他工作只为了成就天堂王国，这个地方就在你们每个人的面前。

你可以问问自己，你到底寻求什么？要知道，这是我们可以提供给你们的一个最重要的问题，在你的思考中把它视为一个路标，它将指引你走向天堂王国。

当你冥想之际，你将会寻求，你将寻求什么？

我的朋友，你意愿寻求的东西，你肯定会找到它。

使用这些器皿讲话对你们讲话，我们感到非常欢喜和荣幸。

此时 我将离开你们，我是 Hatonn。 Adonai。

(V)2013 Digested and translated by c.T.

☆ 第 1615 章集：女性与男性

Copyright © 2009 L/L Research

2009 年四月 11 日

周六冥想

Jim：今天晚上的问题，Q'uo，是关于为什么男性遍及整个历史并一直到现在都如此害怕女性或女性原则？一路下来，每一个宗教看起来都似乎有某种方式制服女性，于是她们无法参与神职工作、主持宗教仪式以及贡献各种各样的服务仪式。我想知道关于女性原则如此让男性感到威胁的原因。你能给我们一些那方面的信息吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中，我们今晚来到你们中间。我们为你们能留出时间和能量来形成这个圈子并寻求真理而感谢在这个寻求的圈子里的每一位。能被你们的圈子呼唤并与你们分享我们的一些想法：关于男性与女性原则以及男性与女性在你们的文化中分享第三密度的体验时所遇到的困难，这是我们的荣幸和快乐。

然而，一如既往，我们会在发言之前会首先请求你们每一位，当你听到或读到这些言语时请使用你们的分辨力与洞察力。它将协助我们能够在说出想法的时候知道你们每一位都已经对你们会跟随什么和释放什么负起责任。

确实，我们无法在每一次我们发言时都正中红心，知道你们会跟随共鸣与意义将帮助我们。如果我们的言语无法与你共鸣或者看起来对你的进程没有多少关联，请毫不犹豫地放下它们。我们对你在这方面的帮忙非常地感激。

我们首先对生物上的女性和男性与原型上的女性和男性之间的差异做出一些观察，因为每一个实体内在都有女性原则和男性原则，无论他在生物上是男性或女性。

通常来说，男性/女性的动力学是你们第三密度的地球-世界的极化环境的一个非常强有力的部分。第三密度是一个选择的密度，在这个密度中，环境中配备了动态的对立：男性与女性，炎热与寒冷，潮湿和干燥，光明与黑暗，照耀与磁吸。

更进一步，值得注意的是，男性和女性并不是精确地对立。他们是互补的。当他们通过聚集在一起创造新的生命时，当他们为自己和他们的孩子创造自己的世界与家园时，他们的能量是互为补足的。在男性和女性之间的伙伴关系是互补性能量的配对关系，它将带入那些介于男性和女性之间的能量。

对于第三密度的一个指导性的图案是在卡巴拉中被知晓为生命之树[1]的图案。

那棵树是一个图像，它被创造为根部在天堂中或在超越地球的层面，而它的分支伸出来向下进入到地球-世界。那么，用它所起源的宗教的行话来说，这棵树是从天堂向地面生长的，它有三根柱子。它在左手边的分支全部属于女性原则的属性，在右手边的分支全部属于男性属性。在中间的柱子上，或树干上蕴含的属性则是男性和女性原则之间的动力关系的一个功能。

现在，我们不用去探究据称是男性和女性的那些特性。相反，我们会转向基本的概念，即男性能量是向外探寻的能量，女性能量是等待被探寻的能量。男性能量是寻求去知晓的能量，女性能量是藉由直接洞悉和直觉，已经知晓。

这就仿佛男性原则挨饿并渴求太一无限造物者的直接觉知，不过 用尽他全部的心，全部的能量和力气，使用他每一个祭司的属性，男性原则还是被生命之书拒绝在外。

另一方面，女性原则安住于一种歇息的状态，用一种直接的方式觉察无限和永恒的能量。月亮通过女人的血液而歌唱。季节的循环在她内在回响，当女性怀孕并在她内在承载着新生命时，生物性的女性就被赋予了对生命之海洋的亲密觉察。男性原则，用尽他所有的能量和支配性的力量，仅仅能够接近这个生命之海洋，坐在岸上并为女性所包含的神秘而感到惊奇。Jim 实体曾说的那些文化性的偏见的基础就存在于男性[生物的男性以及原型的男性原则]无力触及他的目标-要去知晓。

就和女性的能量一样，男性的能量有他的位置。而这种向外探寻和控制的能量对于感知灵性的道路[从根本而言]是不灵巧的。男性的奇想是，如果他用足够的活力与坚持来寻求，他就会知晓真理。然而生命之书是一本无从知晓的书。

真实的灵性真理存在于言语和逻辑之外。它充满了神秘和自相矛盾。这并不意味着它不是真理，而是位于幻象之外的真理，而那真理最终必须被单纯地活出来，于是寻求者成为他所寻求的事物并允许真理流过他，如同女人允许永恒与无限之江河流过她。

如果你愿意去研究你们星球上的那些与大地最接近，[就学习更多文明社会的文化方面而言]复杂性最少的文化，你就会发现男性和女性经常会一起被称为萨满。

确实，在一些原住民部落中，女性是领袖，而在那些女性是领袖的文化中，有一种合作和伙伴关系的概念。

一个文化越多地承认女性能量有一种领导的角色，在那个文化中 以下情况就会越多地被发现：由一个圈子讨论议题和采取行动，透过伙伴关系、所有成员合作与协调一致的工作；而进一步解决他们面前的[无论是什么的]问题。

因此，当我们回到你的问题的实质部分时，你会看到当我们谈论男性和女性在肉体中的显化时，我们并未真正地谈论男性原则和女性原则。无论那个文化是属于一个原始的简纯或一个都市的错综复杂，特定的事情都具有支配性的影响。

当男人和女人来到一起而创造了一个家庭时，要去生育并抚育在两个人之间创造的后裔的是女性。女性形体上通常是较小和较不强壮的，她的双手包扎孩子的伤口，她为了养育家庭而做菜，打开她的心 无止境地关心和忧虑家庭中所有的成员。

当她做这些事情的时候，她有一种倾向让男性支持这些行动，男性会找到办法带回家庭需要的食物、庇护所和衣物。

一个人无法因为这种安排而责备男性或女性，因为对于女人，无论她会做什么，就生物性而言，她必须拿出(几乎所有)时间来生育孩子。这个中心与关键的事实

倾向在男性与女性之间制造出 看起来是一种不平等的伙伴关系。

实际上，男性/女性的传统的角色：一个女性的「不工作」和一个男性的「工作」，看起来当然是不平等的。一个人努力增加金钱，另一个却不这样努力，于是越来越多地，你们的文化会用那个活动所赚取的金钱来评判该活动的价值。

我们注意到，在很多你们的高度文明的文化中，这种传统的角色已经趋向消失了。
女人和男人一样必须去工作来付账单。因此，男人和女人会一样地离开家，前去做那些为了照顾家庭并满足家庭需要所必须去做的事情。然而，这并不会阻碍男性和女性的思考回溯到性别之间的中心区别，即只有女人被赋予了显化新生命的奇迹。这个事实，在其全部的荣耀及其全部含义上，依旧是单纯的。

现在让我们看看，当男性领悟到他在创造并支持一个家庭上的责任时，生物男性的感觉方式。在一个更加单纯的社会中，这样的配对和这样的创造一个家庭是单纯地被假设会发生，然而，当一个文化变得更加复杂、更加世故的时候，男人和女人可选择的选项几乎无止境地增加了。本能的能量逐渐消失，而实体们也越来越听从每一刻的渴望。

在一个更简单的社会中，在生命中没有任何事情会被认为是不重要或缺少神圣性，反之，在一个更复杂的社会中，很多事情被视为与神圣、圣洁、神性事物没有任何关系。

在一个原始社会中，父性是神圣的，母性是神圣的，树木是神圣的，动物是神圣的，河流运送的河水是神圣的，被雕刻为工具的树木和被用做柴火的树木是神圣

的，火也是神圣的。这些简单的事物，全都是神圣的，创造了一个环境，在其中没有无聊，只有舞蹈，一种有形和无形事物的舞蹈，一种与自然、元素、季节、白天和黑夜，以及进入活出生命之中的所有要素的舞蹈。它是一次被视为一个整体的生命，整个生命、全部的生命都是神圣的。

我的朋友，我们请你们考虑你们的生活。你会将所有你做的事情都视为神圣的吗？因为在我们看来，事实就是这样。水现在从一个水龙头中流出来，而不是从一个被拖拉的水桶中倒出来的，然而它仍旧是神圣的。因为有了空调的庇护所，火热的太阳就那么令人生畏了，然而阳光和它的温暖仍旧是神圣的。而你却远离与神圣的直接接触了。

全部的元素、森林、野生动物、火与水，呼啸的大风，所有这些能量都非常直接地影响着一个原住民。在很多相对未开发的乡村里，那里没有电，没有水，没有基础设施的各种元件，而在你所居住着的复杂社会中，它们都是你认为理所当然的事物。

在那样的环境中，看见男性和女性之间的分配的合适性，看见这种分配不是一个对立的事情而是一个互补的事情，会比较容易。要看见所有人的善良(长处)更是容易得多。

我的兄弟，当你注意到女性被压制的漫长历史，我们与你的意见是一致的。在犹太教，基督教，伊斯兰教中，这些宗教一起都有种偏见，祭司的职位会被分配给男性而不是女性。

考虑一下塔罗图案中的人物形象，心智的赋能者[2]，她的面纱下庇护着生命之

书，我们相信你们已经掌握为什么存在这种偏见的精髓了。真相是，灵性的知识被赋予女性原则，不是做为一个讲述的人物，而是做为一个承载的人物。

并不是说生物上的女性比男性更通晓灵性事物。而女性的最深精华、原型上的天性，包含一种对真理的直接感知方式，对于这种真理，男性可以无止境地去领会，却永远无法完全地揭露它，因为这真理存在于奥秘之中，女性对于这种奥秘感到舒适，而男性却不会。

男人在无意识中感觉到这种情况，而扭转这种情况的最容易和最直接的方式是支配女人，她包含那把通往生命之奥秘的钥匙。它不是一个合理的行动，不是一个理性的决定。正如 Jim 实体说过的，它是基于恐惧的。然而它不是对任何一个女人的恐惧。男人恐惧他们将永远无法被授予真理，而他们将一直依赖包含着真理的女人。

因此，有股能量供奉并尊崇那包含真理的理想女人，同时也将女性从显要的台座上推下来并践踏她。因此，从古至今的各种社会中，发展出一整套对该偏见的合理化。在一些极端的情况下，如同你们可以在中东文化中看到的一样，有一种存在已久的信仰，认为女人在生物性上是较低等的，虚弱无力的，也没有能力照顾她们自己。

从而，你会看到太一无限造物者预备好的合作和协作的能量被推翻了，取而代之的是缺乏一种平等，甚至更深的缺乏是一种对真实平等的可能性的信仰。

我的兄弟，请问关于这个问题是否有后续的询问，或者 关于这一点 你们希望我们更进一步谈论些什么？我们是 Q'uo。

Jim：不用了，谢谢你，Q'uo，那已经非常好了。

现在请问是否有另一个询问？我们是 Q'uo。

Jim：D 说他正在经历他所有脉轮变暗的过程。他感觉就好像有一种来自负面导向实体的超心灵致意，是那个负面实体引发了这种情况。他想要知道在考虑这个问题时涉及的灵性原则。请在不侵犯他的自由意志的情况下提供任何你们可以给予的信息。这种能量的性质是什么，什么是对它最佳的防御呢？

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的兄弟。我们感谢你向我们询问此刻在你的生活中涉及的这个议题。

如你所知，我的兄弟，在这一点上有很多事情我们无法讨论，因为在你此刻的灵性过程中 这个情况位于前线和中心，即使不考虑灵性的活动，它同样也是你整体上的个人生活一个议题。

我们可以谈论超心灵致意的概念以及它是如何运作的。无论超心灵致意的起源位于一个人自己的人格之中或者它来自一个外在实体[它不是正在体验超心灵致意的实体]，超心灵致意都是通过在一个人的人格中，或者，[如果你愿意]在一个人的灵性本质中，寻找裂缝来发挥作用的。不同的实体有不同的弱点区域，无论它们是肉体上、情绪上或是灵性的。

例如，这个器皿的弱点很大程度是在肉体之中，因此，如果这个实体体验到超心灵致意，很可能就会显化为，[如果你愿意这么说] 一种身体上的不适的增强或放

大效应，于是一点点痛苦就会变成一个巨大的痛苦。

如果弱点是情感上的，小小的烦恼就会变成大烦恼。

如果在心智的区域内有弱点，担心可能会变为强迫症，或者恐惧变成偏执狂。

对于 D 实体，他的裂缝碰巧很大部分位于肉体载具上，结果，这个实体就会在组成一个人的心智、身体和灵性的那个部分体验到增强或逐渐升高的扭曲。

有两种途径是我们可以用来检查这个情况的。首先，我们会祈请合一的灵性原则来指出对超心灵致意的最常见的解决方法不是去逃离它或尝试修理这种致意，而是去拥抱那种表面上的攻击能量。

当实质致意发生时[好比 D 实体正在体验的]，这个合一的原则可以引领一个人去拥抱那个情境 在其中有一些脉轮变得暗淡，并进行询问，不是去询问如何阻止它发生，而是询问这样脉轮变暗的礼物是什么。这种麻烦或不适在其褶层中包含的礼物是什么呢？仔细考虑这一点并在沉思中尽量地打开那个礼物，这是好的。

当然，为了在一个超心灵致意上工作，有一些步骤是一个人可以采用的，这些步骤主要包括将自己对准一个人可以察觉到的最高和最佳的原则，并接着根据那个原则向超心灵致意的能量进行挑战。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

我的兄弟，一个人在考虑这个问题的时候可以采用的另一个方针[3]是在肉体载具上注视那个被超心灵致意增强的裂缝并与你们社会中的那些疗愈者以及[一个人可以读到的]疗愈的信息一同工作，这两者会在涉及[那些容易用这种方式被增强的]身体扭曲上给予更多的开导。

例如，当这个器皿发现在她的消化系统中有一些弱点时，在很多年尝试各种饮食后，她找到了那些最佳地滋养她特殊的肉体载具的食物。

那种思考，工作身体，由于那是正在被扭曲的部分，因此易受超心灵致意侵入，它可以是一个提供许多可能性的途径。

再一次，我的兄弟，在所有的寻求中，作为一个灵性上的锻炼而不是作为一个世俗的或肉体上的锻炼，与这点一同工作吧。对那些与你自己发生共鸣的路径保持敏感，我的兄弟，在所有的事上去寻求那些天生就属于你的指导，这总是好的。

要求你的指导灵系统在你的梦境中与你交谈，如果你希望去写日记，那就与你的指导灵系统进行对话，当你坐在计算机前或坐在一张纸和一支笔的前面时，写下你要问的问题，接着写下进入你脑海的下一个思想。开放那些小径[它们联通

你和你的指导灵、天使和高我]吧，无论如何，你想望去思量这个指导灵系统，因为你真的有一个指导灵系统，我的兄弟，所有人也是如此，它一直准备好提供帮助。然而它必须被请求。在你的内在必须有个愿意去听见的通道。

最后，我的兄弟，如同在所有事物中，我们都推荐进入静默之中的时段，这样你

就可以听到指导灵的寂静而微小的声音，这样你就可以在理性思维无止境的考量中休息，将你自己交托给太一无限造物者的直接陪伴之经验中。因为，
造物者就在你的心之至圣所的静默中等待着你。

现在请问是否有最后一个询问。我们是 Q'uo。

Jim：我没有了。

我们是 Q'uo，觉察到我们已经耗尽了这个团体今晚的问题了。从某种程度上，我们为此感到遗憾，因为我们非常地喜欢我们之间的对话。然而，这个管道的能量和这个团队的能量正在衰微，是我们离开的时候了。今天傍晚 请容许我们再说一次 我们多么喜欢与你们在一起呀，我们多么感激能被要求加入你们的团体，我们发现你们每一位是多么地美丽，你们能量体的美丽色彩结合在一起创造了这个神圣空间，你们在其中寻求去知晓真理。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。Adonai vasu。

原注

[1]这个图形的一个影像可以在 www.wyldwytch.com/weavings/articles/pagan_path/pages/tol.htm 上看到。William E. Butler 的作品包含了对这个图形的优异讨论。因为这个图形对于三个不同的教派 基督教神秘主义，犹太教神秘主义和自然巫术(Wicca)神秘主义 都非常重要，在这个领域的阅读需要谨慎小心地进行。Butler 的作品属于基督教神秘主义教派，被使用在西方白魔法仪式中。相比于其他两个研究这个图形的分支，

Butler 对这个图形的讨论与 Q'uo 群体对它的使用最为兼容。

(编注：由于以上网页连结已失效，兹附上图片给各位读者参考)

L/L <wbr>Research 女性与男性

The Tree of Life

[2] 心智的赋能者是 Ra 群体对(埃及)塔罗牌的第二张主牌的名称，这张牌是女祭司。它包含一个女人的图像，在她的面纱底下将生命之书的一半遮掩起来了。

[3] 方针(tack)是在航海中的一个方向，尤其是指船顶风航行的方法。在本文的情况中，「另一个方针」与「另一个角度」是相同的意思。

☆ 第 1616 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十二

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 12

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 1 月 18 日

（这次会议之前进行了一段调音和冥想）

团体问题：这个主题是继续今天早晨的会议*，关于悲悯的真实意义 以及清理沟通的过程 [透过将自己密封在对自我在进入肉身时的意愿的觉察方式]。

(*编注：应该是指亚伦与 Q'uo 对话之十一，请参阅爱与光选集 13)

Q'uo：我的朋友们，再一次 在太一无限造物者的爱与光中致意。我们是 Q'uo，能被你们的寻求的圈子呼唤并对你们在此刻感兴趣的主题以及你们在[这个器皿称之为]国王的大道的旅程上提供我们谦卑的观点，我们希望再一次表达我们和 Aaron 实体的喜悦。

在这条大道上，你既不年老也不年轻，既不是男性也不是女性，既不是富有的也不是贫穷的。你是一个旅人 如同那挥霍无度的儿子和女儿，你已经猛冲远离了你的存在源头。现在你穿越了一个接一个的幻境，都在一个梦中的微光之梦，也就是你的人生经验。当你坐在这里的时候，每一个寻求者都拥有未满足希望的忧伤、期待和爱。每个人都感觉到苦难的阵痛。然而，每个人仍旧尝试去找到那苦难的解决方案，而非在那苦难降临到你身上的时候，在内在找到空间和时间来允许包括苦难在内的经验的每一个部分拥有一个在其中安住的舒适房间。

这个幻象大胆地声明，你来这里是为你的各种问题和谜题寻找解答。我们认为有一个更为实际的观点— 解答跟沿着国王的大道旅行的过程无关。远远更加重要的是 关于这条旅程 你提出了更好、更清晰的问题。这条旅程帮助你定义你与自己之间的关系，经由建议有一个充满爱、滋养的家园，你在某一时点从那里离开以便于获得经验。获得这种经验的过程，大体上来说，是一个杂乱无章的过程，一个持续处于矛盾、高深莫测和无法解决的过程。那么，你作为一个寻求者的位置，就是一个忆起这个家园和希望返回家园的位置。在这条旅程的开始和结束之间，你们每一位就在这里。

当你受苦的时刻来临的时候，我们会建议，这个具备开始、中间和结束的模型坚持认为有一个与家园紧密相连的养育者，它陪伴着你，它是你的一个很深入的部分。它并不提供表面的安慰，但是通过它在你内在的存在状态，它提供了一种环

境，在其中你可以看到你与你受苦的自我之间的适宜关系。

你小心谨慎地选择了你今生的命运，你现在就处于体验它的过程之中，你在课程表上添加了那些你和造物者感觉合适的 关于爱的课程或功课。

这样，你就为自己创造了一个命运，更精确地说，你将不可避免地移动前往的一个目标或一系列的目标。自由意志在这个概括性的命运之中被保留下来，因为你在任何时刻 你都可以选择你将如何旅行。例如，你可以从这个地方跨过一座桥花半个小时到达印第安纳州；或者你可以先访问希腊诸岛，在东方作短暂停留，越过极地返回芝加哥，并从那里向南驾车到印第安纳州。印第安纳州是你命中注定的目标，但是你的旅程的持续期间和复杂性不是注定的。

知晓你的人际关系的本质是同一的，无论它们是与造物者、无形的实体、陌生人、朋友的关系，或者是与你最亲近、最亲密的人的关系，你可能会同时在幻象中和你自己内在的宇宙学中看到有很多养育性的模型存在着。当受苦的时刻发生时，你的养育性的部分会在你的内在说:「我用最深的爱拥抱你并在我的爱的摇篮中摇动你。」父母不会仅仅抱住并安慰安静的孩子或好孩子，而是同样会向在困境中的孩子提供滋养与安慰。

你能够在你下一次开始与你自己格格不入的时候避免自我评判，改为允许那个内在的养育者在你的危难中将你放在摇篮中抚育吗？

我们所建议的是，你所知的生活将一直是一场混乱、困难的事情。内在的灵希望去抚育那个非常困惑的实体，如它本来的样子 斑点、污渍、瑕疵、灰尘以及所有。它对看到你受伤的反应不是去问你居然受伤了。抚育者会去拿伤口贴(Band-

Aid)和清洁布。接着那个养育者会轻拍你并送你回去再次玩耍。超越任何人与人之间的关系的解决方案，这种抚育对于寻求者对其树立信心并信赖于它是非常重要的。说完这点之后，我们想要看看一些方式，在其中 一个人得以最大化与他人的沟通交流，透过一种持续性的 与造物者和自我进行的沟通；因为不清晰的沟通经常和无知有关，也经常导致实际的困难。

在这个系列的会议开始的时候，问题归结为「我们如何才能服务他人而又不熄灭我们自己的需求」。让我们看看那些需求。

你是一个永恒的存在，你的需求是去继续收集经验。所有的经验对于永恒的自我都是相等的。很多的困难被自我故意地放置在每个人的面前。对于这点的基础认识可以在你与自我的交流中起到帮助作用，因为有那个小小孩[自我]的声音，它问:「为什么我必须受伤？为什么我必须改变？为什么我必须受到打扰？」当自我能够回答「这就是你的工作，你必须被打扰以便于学习某些新的东西」的时候，那么，在你获得经验的过程中 有时候进入比较不喜悦的体验 你的态度就可以柔和一些。

我们现在让位给我们的兄弟，你们认识的 Aaron 实体。我们是 Q'uo。

Aaron：我是 Aaron。向我的兄弟/姐妹 Q'uo 的清晰教导献上我愉快的感谢。在 Q'uo 的言语的最后段落，他们提醒你们来到这里是来收集经验的。那些经验的某些部分是痛苦的。某些部分是愉快的。某些是令人舒适的，某些是明显地不舒适。我们之前讨论过痛苦(pain)和受苦(suffering)之间的区别。当事物是痛苦的时候，它并不令人愉快，但是，当你被陷落在幻象之中并开始竭力要改变本是的东西时，它就成了受苦。引起你受苦的事物不是一种在身体上或情感上升时的感觉

的不适；引起你受苦的事物是你对升起的感觉的反感(厌恶)。

你们每个人都被要求去一只脚踏在幻象之中而另一只脚踏在终极的实相之中。你们横跨在一个门槛上 就好像一出戏剧中的演员。和演员一样，你必须表演那个角色就好像它是要紧的。如果在幻象中有要去学习的事物，你就必须将你自己包含在幻象之中，否则，你大可不选择投生呢，然而，你必须仍有对幻象的察觉。

就好像演员必须意识到，他是对着一群观众演出的，这样他就不会背对观众，也不会含糊不清地说话，因此，你必须在表演人格的五花八门功能的同时 保持对真实自我的觉知。

当你陷入微小的小我(ego)的时候，那么连接就丢失了。那个小我会又哭又闹，如我们之前说过的一样，害怕它的需要将不会被满足。如果你解除了那个幻象并将你自己与其脱离关系，就会有居住在灵性层面中的舒适了，但是在那里不会有学习了。在那里仍旧有二元性，因为在某种程度上，由一个分离的自我所创造的解脱正在寻求保护它自己。

当你横跨在这个门槛上，看起来似乎有一面墙，一面将白天和黑夜分隔开、将恐惧和爱分隔开、将联系与分离分隔开的无止境之墙。通过锻炼你学会了允许这面墙融化并开始超越二元性[妄想的产物]。接下来，你学会了处于这种不舒适而不去抗争，熟练地用可能的方式来寻求分解它，并同时允许那种不舒适的体验发生。

你以高我的智慧来观察。你发现了对着这个一直重复出现的小我微笑的能力。简言之，你发现了与你的完整范围的存有同在的能力，不偏爱肉体以及它追逐的快

乐，不偏爱灵性形态，也不去寻求将自己融入一体性[那灵性之基础]的狂喜。反而，有一种整体的汇聚，一种整合。

在十月*，我们在我们的会议结束的时候谈到信心和不停息地祈祷。我们谈到活在信心之中。当你们通过冥想并觉察你与一切万有之间的联系而允许自己超越小我和周期性的重复体验的局限时，你停止像一条离开水的鱼一样地与生命带给你的经验抗争。当你对此生放轻松的时候，信心的确深化了。越来也多地，你会在受到威胁时发现更多能力保持无防备。这是一个练习的问题。你能够在球第一次被投向你的时候就接住它吗？有时候，一个人类小孩会害怕一个球，不是去伸出手去接住它，他简单地会将球打走。他会行动来保护自己。练习会教导他将那个球收集到自己之中的技巧。
(*编注：请参阅爱与光选集 12，亚伦与 Q'uo 对话之八、之九)

当你不再与此生抗争并做出了有技巧的决定去释放某些恐惧时，当你允许自己体验这种无防备状态时，那些在你心中的 更深的爱和智慧的种子，那些慈悲和友爱仁慈的种子就会开始开花了。如此多的疯狂的又哭又闹「我怎么办？我会有时间进行我想要的事情吗？我会被注意吗？我将被滋养吗？」 如此多的疯狂的行为单纯地平静下来了。你开始从一个更高的观点来看了。接下来，如 Q'uo 已经建议的一样，你会开始拥抱而不是谴责这辈子以及这个在舞台上偶尔会被幻象捕获的演员了。

我们请你们回忆起那悲悯与友爱仁慈的特质，它对你而言是天生的。它们是你的自然状态。当恐惧升起时，它阻碍对爱的自然表达。它既无益于抓住爱，也无益于尝试去摆脱恐惧。

回到一个具体的例子，假设有一个人向你提出了要求，在你的头脑中 这些要求似乎是引导你否定自己的需要。你在门槛的每一边都放上了一只脚，在幻象中的一只脚，它说「我无法这样做！」或者「为什么他或她一直要求我这样做呢？」

回到我们的 A 和 B— 这比一直说他/她要容易些，我不希望将一个性别或者另一个分配到任何特定的角色上。[1]

「B 一直在对我这样要求。B 是如此害怕。为什么 B 不能自己做呢？如果我一直伺候 B，就没有任何时间留给我了。」愤怒升起了，恐惧升起了，就好像那只离开了水的鱼一样，它仅仅四处扑腾。在门槛的另一面的是那个明见的层面，它说「这是幻象。我是灵，我是连接的。」悲悯为 B 升起了。但是，这是有扭曲的，因为在两种观点之间没有联系被看到。它成为了一个要给出或要收到的二选一的命题。

当恐惧升起时，自我锻炼和勇气可以引领着你不再按照那种恐惧或贪婪而行动。

在这里，觉知可以溶解这面墙，于是 那个带着恐惧和贪婪的人类与带着高尚抱负的灵合而为一，如此你就可以看到你的行为的全部范围了。这种明见允许一种信心的层次：「无论我多么不喜欢我正处于其中的情况，这就是我需要在的位置。
我是安全的。我可以在不关紧我的盔甲并且不进一步地保护自己的情况下体验这种不适。」你一次又一次地提醒你自己:「我是安全的。我能够允许这种体验的完整性。」人性的恐惧与圣灵的深沉哀伤与深情热望混合在一起，看见它的完美，但因为人性的面向 无法彰显那种完美。那是怎样的深沉哀伤呀。但是，你将你的心越多地向全部开放，就会有越多的挣扎消散了。

就是在这里心开始注意到不停息的祈祷。如 Q'uo 昨天说的，你已经在那样做了，你仅仅尚未察觉它。你自己的神圣的面向一直与神圣处于最深刻的连接之中。怎么会是其他的样子呢？当你允许恐惧和不适在场的时候，你就在你需要在的地方，对此抱有信心吧，允许自己变得开放而易受伤害，放开保全措施消散吧，接下来天堂就会打开，在一种身、心、灵的完整无缺中，你返回与神圣的连接。再一次，在这里「我应该如何处理 B 的要求？」的问题无需再被询问。A 单纯地从自己的心之智慧中知晓。

我并非暗示这个工作是简单的。它绝对不简单。但是，我的朋友，这种从被恐惧所主宰转变到以爱回应的稳定进步，这是你所有转世的工作。你在这条[使用 Q'uo 的说法]国王的大道上所走的每一小步都是精彩的。在你的竞赛中，你仅仅将注意力集中在道路上。如果你愿抬起头并看看周围，你会看到大批喝彩的实体在照看着你的每一步，的确，他们将玫瑰花瓣洒在你前方的道路上。它们不能覆盖所有参差不齐的岩石，但是它们在那里。你能够睁开双眼并开始看见你自己就好像我们看见你一样吗？

我想将这场讨论转移给我的兄弟/姐妹 Q'uo，感谢有机会分享我的想法。就这样了。

Q'uo：我现在与器皿在一起了。我是 Q'uo，在爱与光中向你们每一位致意。

我们一次又一次地转向在人际关系中的受苦时刻，并请你们每一位用新的眼睛来察看这种频繁出现的体验中心，它同时是喜悦的体验和哀伤、受苦的体验。每一个人都是 A。每一个人也是 B。当在人际关系中出现受苦的时候，记起这点是有

帮助的。

清晰的沟通可以有三种类型。根据你自己的判断，每一种都是有技巧的，每一种都是有用的。

第一种清晰的沟通是与你的 B 一起坐下来，用从「我」这个词语开头的句子来向彼此陈述凌乱且困惑的感觉。在这种沟通中 你不是在尝试去挣脱幻象，而是在用描绘和映射幻象的言语来表达你对于导致你选择受苦的情况的感觉和印象。这种分享的结尾是你要求 B 从他自己的「我」，他自己的不道歉小我(ego)来进行相似的表达。小我对于你是有用处的事物。它运转你的肉体载具，让它保持温暖、穿衣服、被喂养并将你送到每一个灵性的关键经验的的门阶上。你作为 A 的小我和你作为 B 的小我，还有其他人的小我[无论他们是不是你的 B]，它们都值得被荣耀与尊敬。

现在，如果在你的肥皂剧中的 B 不愿意表达他的小我，下一个清晰的沟通方式是自我对自我的方式，对自己说所有的以「我」为开头的陈述。允许对这种受苦的全部的强烈领悟被表达出来，接着在你的内在尊敬它。

接下来，你可以转向你的 B: 那张受苦并愿意滞留在小我中的脸孔，尊敬它并允许它的声音。这是一种更加孤单的清晰表达的形式，但是它使得无法在幻象中与 B 谈话的 A 能够在幻象之中停留在一个被滋养的状态，一个被内在的滋养者自我的同情所支持和强化的状态中，这样的言语沟通 无论内容是什么，它都不易受到未受尊敬的小我所倾向的破坏性渴望所影响。这使得 B 能够处理自己的小我而不会感觉到来自 A 的压力-要求 B 去履行承诺或要求 B 去爱 A。

这对双方都是有益处的，由于没有感知到背部压力 增强了开放性沟通的可能性替未来的和解清出一条路。

第三条清晰的沟通的方式是在所有时刻都发生的沟通方式，当你允许时间、空间和受苦是它们本来的样子或看起来的样子之际，你可以通过那种方式而私下参与的。这并不意味着你从经验中撤退，相反，它翻转事物的次序。不是进行各种各样的物质界生活的服务并接着在你一天中剩余的可用时间来进行冥想、沉思和祈祷，而是允许心智和心轮越来越多地觉察到，虽然你正在探访的幻象是有用的、极其重要、有趣的，你的根本性质在家中，从未离开过。

第四条

因为你的身分(identity)，亲密交流是恒常的。你与无限造物者是一体的。你是永不停息的祈祷。它不是一种行动，毋宁说，它看起来是一种行动，直到你证悟它之后，不停息的祈祷理所当然地成为你的名字。你的真正本性就是一首爱的不停息的赞美诗。

从最深的意义而言，在人际关系中从相互依赖(codependency)转变为富于悲悯心的共生关系的关键是看到你自己同时作为一个在过程中的存在和作为一个超越所有的时间和空间的存有，没有任何地方要去 除了从爱到爱。另一方面，这种认识允许你对每一刻的考虑事项既不赋予很多重要性也不对其缺乏尊敬。

你如何才能找到满足你的需要的方式呢？像往常一样，解决方案不在手边，毋宁说，它的位置超越幻象的存在。它位于那知晓中，很多发生的事情看起来是不公平的，然而，每一个不公平的事物会过去，接着注意力被拉到别的地方。不是一次又一次地尝试去打破一个模式，而是考虑一种慰藉— A 看待 B 的方式:「这模式又来了。就在这里。」B 的反应接下来决定下一次清晰的沟通。

如果 B 希望去学习并将投生的课程付诸实践，接下来，双方可以一起坐下来，晓这就是他们来此一起进行的工作[众多服务之一]，并一起分享似乎是 A 和 B 的哀伤和痛苦，但在实相中，其实是 A/B。你可以在人生中较浅的幻象[也就是心的感觉]中认识该实相。

现在，如果 B 尚未做好准备与你如伴侣一样地共同工作，还有一种属灵的宽宏大量[也就是 A 滋养 B 的收获物]允许 B 无论说什么都不会感觉到需要去辩护、谴责或防守。

如果在两个实体之间 甚至连这种程度的交流都无法获得，那么，还有在心智和心轮之中对幻象的放松，这允许滋养者将一个人放在一个摇篮中，放在一个爱的内在空间，在其中一个人可以安全地觉察到那个内在的实体，那是不停息的永恒祈祷。

这三种沟通模式没有一个必定会提供一个解决方案，但是，无论如何 解决方案是短暂的。经验继续前进。也许在我们转回到叫做 Aaron 的实体之前，我们愿留给你们的事物是个简单建议：当受苦出现时，清晰的沟通者将转向那个人，沟通者已经与他一起处理那种受苦，并用「我」开始一个句子，不允许受苦变酸、流出汁液并变成老旧的愤怒葡萄酒。如果你能够让小我的表达方式保持流动，你就在给与自己最大的机会去变得越来越清晰。

这需要一种勇气，它只会从盲目的信心中诞生，即对这沟通会奏效有信心。我们希望你们可以滋养那信心，因为，就是在人际关系中，在你们称之为生活的幻象中的学习和灵性演化可能达到最大的加速度。

我们知道你希望去推进你的学习。就是在人际关系的锻造过程的火焰中，你学习的机会被最大化了。因此，我们希望你不要因为困难的关系而气馁并摆脱它。

如果当小我升起各种感觉时 每一个人能够自在地表达那些感觉，就会有如此多的新鲜空气流出来并帮助那个受苦的实体[也就是你]的缓和过程了。

于是，似乎是小我的展示实际上是在困惑中慷慨地提供清晰度给一个正在学习给予和生活的实体。你是否看见这份爱如何缠绕与蜿蜒，似乎是分离的 但总是离内在的合一真实本质只有一个心跳之遥？

我们现在离开这个器皿，带着对这场非凡的冒险的巨大感激，我们将麦克风转移到名为 Aaron 的实体。我们在爱与光中离开各位。我们是 Q'uo。

Aaron：我是 Aaron。Q'uo 已经提供了一些非常有用且具体的建议。当我聆听由我的兄弟/姐妹提供的这些想法时，有一个想法打动我 去使用这些你们必定很清楚的建议：这里有三个工具。

在你们内在有没有东西会争论如何有技巧的使用这些工具？让我们说，将一些钉子钉在一块木头上似乎是需要的。让我们进一步地表达，这个存有需要钉钉子，他对于这件事感到愤恨。也许每一次必须钉上一个钉子的时候，这个存有都必须承担责任并感觉缺少平衡。也许他单纯地讨厌锤击的过程因为不喜欢它让他的肌肉紧张。如果你提供这个存有三个锤子，他也许会良好地选择适合于工作的最佳工具，但是因为有一种对手边工作的抗拒，在第一次击打的时候，可能会砸到自己的拇指了，导致这工作不可能继续下去。

因此，在你进行这三个非常有用的步骤之前，问你自己下面这些问题似乎是有用的:「作为 A，在我的内在有任何事物是我希望 B 不予回应的事物吗？我的什么部分会利用缺乏沟通作防御 阻挡我更深入地知晓自己？什么样的恐惧是我已经藏起来作为一个负担带在我身边 却害怕将它们拉出我的包裹来对检查它们呢？

如果我带着 Q'uo 建议的以『我』开头的句子走到 B 面前 我感到痛心，我经验恐惧，无论它可能会是什么 我是否有一个部分用某种微小的方式微妙地扭曲了那种沟通 以致于激起 B 的抗拒，因此确保在这种沟通中 我无需更进一步，但是我可以轻易地责备 B 并说『看，我试过了; B 却把我拒于门外』？

在第二步，如 Q'uo 所建议的，知晓你的愤怒、知晓你的恐惧、知晓你的感觉，这是紧迫的。是否有任何渴望去再一次扭曲它为为责备 好让自己免于承担责任，因为你自己的恐惧？

带着小心谨慎的察觉来做这个工作，留心在你自己内在升起的恐惧，注意升起的保护之渴望。你能够不带评判地同样向其致意吗？你能够对着它微笑就好像它就是整齣戏剧的一部分吗？向后退一步，记起你是谁，并接着带着多一点的明晰重返其中。知晓这恐惧是没问题的：「我无需对这情况起反应。我无需对 B 对这情况的恐惧起反应，要是发生那种情况的话。我无需对我自己的恐惧害怕或起反应。」有(足够)场域，让所有事实现，有给全体的空间。

如果这个团体可以接受的话，我想要领导你们进行一次简短的引导式冥想，我请你们超越感知上的自我侷限，向这个友爱圈子中的其他人的能量开放你自己，当你对其他人的能量变得无防卫的时候，请你们注意升起的恐惧并带着悲悯接触那

升起的恐惧 就是那样。有能量和兴趣来从事这项工作吗？那就是所有了。
（每一位都赞成。）

我请你们首先观想你们自己坐在一个光圈中。体验你自己的能量的完整性。在你前面将双手放在一起，手掌彼此接触。感觉能量从手掌到手掌在脉动。缓慢地分开双手，仅仅分开一点点，感觉你的能量向外辐射。你知道你不仅仅侷限于你的皮肤。允许你自己感觉那一点。

做一次深呼吸，在那次呼吸的顶峰，就在呼出之前，向外扩展。
（暂停）

允许你自己感觉能量体、星芒体和光体、高我，和所有超越这个肉体自我的事物，向外扩展… 吸入… 扩展… 当你呼出的时候，稳定那种扩展。

吸入… 扩展… 稳定… 以你自己的步调进行几个片刻。
（暂停）

允许你自己感觉在这间屋子中的其他人的能量场同样在拓展。你是光，你是能量，你是想法… 向外拓展并开始感觉包围着你们的能量的部分重叠。
（暂停）

让那能量触及你自己的，让你自己的能量将它自身延伸出去。
（暂停）

尽可能敏锐地注意任何的恐惧，任何退缩返回你自己的渴望，带着温柔接触那恐

惧。
（暂停）

请知晓你可能会退缩。那不是一种失败。这里没有「应该」，只有一种尽可能地保持开放并在这个非常挚爱的朋友圈中感觉无防卫的渴望。然而，在那种无防卫中，知晓其他人可能会感觉到你责备自己的无节制与分心的想法。当你更深地进入到自己对其他人的慈悲之中时，你能够相信其他人对你的慈悲吗？
（暂停）

我在这个圈子中与你们同在。我们没有一个是完美的。引导你寻求保护自己的恐惧不是一种令人轻视的特性，而单纯只是人类受制约的心智的显化。在某种意义上，它是投生的一个副产品，可以通过你流露爱的练习和努力而被释放。
（暂停）

再一次，我敦促你们向外扩展，仅仅多扩展一点。将你的双手在膝盖上转向上，手掌朝上，来感觉其他人的能量，这可能会有帮助。我现在将安静两到三分钟。

注意每一个升起的防守渴望，带着温柔的慈悲碰触它。
（暂停）

你能看到你们自己打开和关闭，打开，关闭一点，再一次打开？我可以在今晚留给你们一点家庭作业，在你与其他人的[无论是怎样的]人际关系中，你愿不愿意留心这种打开和关闭，直到我们明天继续的时候吗？同样也留心你对它的任何的评判。用这种方式，你就可以怀着更大的清晰度着手处理 Q'uo 的建议，关于自己做好准备 无防卫地进行沟通 从而对自己或另一个人都不具威胁性。

我请你们在这里反转这个程序。将你的能量收回自己并允许它稳定下来。如果你的双手是手掌向上的，将它们转过来手掌向下放在膝盖上。如果有任何过剩的能量，观想它就好像一个金色的球，使用你的视觉化或想象力，简单地用一个想象的剪刀剪开它，让它飘走。寻找你的能量中少许离群的能量，温柔地将它们收回来。这不是对自己进行防御，而是有技巧地工作幻象中的能量。

为了进一步将你的能量收回来，我会请你们注意到双脚正在接触地面。这是人类，它的双脚在大地上，它是你的整体性的一个面向。允许你自己从扩展的灵之经体验返回[你同时也是的]人类体验。

我荣耀你们每一位 为了你们带入寻求和工作中的勇气、真诚和爱。我非常感谢你们邀请我与你们分享想法。我希望返回 Q'uo 和 Carla，他们可能会希望结束这场会议。那就是全部了。

Q'uo：我是 Q'uo，我们以附笔的形式在爱与光中向你们致意。我们发现我们确实还有一件事情要说，它是如此典型的盛大友谊。

我们将祝愿你们亲近欢喜、友谊、对你们的肉体有益的食物，并希望你们每一位都可以彼此倾听，知道你们是彼此的老师。当你今天晚上进入睡眠时，我们鼓励你去访问你的小我。

它就在那里：躺下休息的你，却不是全部的你。允许那个小我就是它现在的尺寸，那就是你现在需要它的程度。当你继续尊敬这个和小我与灵性交手的过程，那种平衡将会持续地转变。它将会发生，最终你发现你对于小我只有很少的需

要，因为你已经在永恒之中成为独立的。这种体验等待着你，它不是现在。现在当你体验到[你拥有的]小我的时候，这是完全合适的。它是你，它不是全部的你，它是你遇见的所有众生，不过 它不会定义你们当中的任何一位。然后说:「上帝祝福这个混乱局面」，接着去睡觉，我的朋友，接着起床欢迎另一天吧。Adonai。Adonai。

我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

[Carla 引导了一次冥想，将该团体感觉到的光返还造物者，该冥想还包括了一个团体成员对就业的个人需求。冥想的结尾语是「让意像升起，雨水落下」。]

原注

[1] 如同上一次的会议，Aaron 使用字母 A 和 B 来代称两个在人际关系中的个体。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ **第 1617 章集：开放的心**

Copyright © 2002 L/L Research

www.llresearch.org

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1997 年一月 19 日

小组问题：我们如何敞开心轮地活着？

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们至为深切地感谢你们聚集在这里并呼叫我们分享一些想法。可以和你们分享这些想法是我们的荣幸和蒙福。一如往常，我们请求你们在吸收我们的话语之际保持谨慎，因为你是你的神殿的守护者。你将辨识出自己的真理，你可以毫不犹豫地抛开其他部分。

今天 你们问我们关于如何怀着一颗敞开不设防的心去生活；我们要说这个问题在你们正在经验的这辈子具有中心的地位，因为你们都尝试在此生选择服务他人或服务自我。关于服务之道与极化之道，我们总有许多谈论的方式，然而 在极性的议题上，没有比谈论敞开之心更直接的方式了。那些想要藉由服务他人来服务造物主的实体真的想望敞开心轮；而那些追随服务自我途径的实体发现为了朝负面极化，一颗关闭的心是必须的。现在，当我们谈论意识内的极化，或许用比较熟习的词汇思考极化是有帮助的。

如果有个重物悬吊在半空中，它首先会回应重力，直接地垂下。如果这个摆锤非常地重，可能需要很大的力气使它从这一边摆荡到另一边。当你第一次尝试把它推到另一边，你的力道可能刚好只打破一点向下的惯性，于是它只有稍微地移动。对于大多数的实体，也包括那些非常认真寻求真理的实体，每一次努力极化朝向存有的照耀，存有的慷慨与敞开；都有一个同等的反作用力，依靠着恐惧紧

缩，为了感觉安全而分离这个和那个东西；于是该摆锤又稍微朝服务自我方向移动。结果这个摆锤不管朝右边或左边都走得不怎么远。

当你尝试和自己的意识一同工作时，为了加速你灵魂的进化速率，你希望在敞开与放射爱方面保持足够的一致性，好让该摆锤越来越多地移动到一个顶端。当极化得越多，当你犯了一个错，反作用力就会越明显。因此如果你要测量一个人的极性或评估他的进度，你的评判可能是非常蹩脚的。你们曾听过被紧盯的水壶烧开得慢*，过度关切自己在极化方面的作为实际上是在踩煞车，与你原先希望强调的方向背道而驰。

(*译注：请参考黄老师的讲解: http://blog.udn.com/profhuang/3603871)

所以，如果你们想要生活在敞开的心境中，我们首先建议你避免去给自己打灵性分数。想要知道自己做得如何是难以避免的念头，但如果你选择让这些念头来来去去，这是睿智的；因为在这个幻象中[你们曾如此努力才进来这里]，几乎不可能觉察自己真正服务的程度。一个人必须单纯地在信心中服务，允许那信心胜任一切。

当一个寻求者试图怀着敞开的心生活，每一个错过的步伐似乎都成为一个困难，这是因为非常活跃的圣灵照看每一个人，他坚定地提供最大量的有益催化剂[包括不断循环的危险和测试]给寻求者。当这个催化剂击中你的接收感官，一个人通常的反应是紧缩，评估该催化剂，决定该怎么办。这系列的作为倾向关闭心轮。因为当一个人评估外来的资料，他关心的东西有许多和身体的较低能量中心相关。

我们曾经说过，进入你的存有的能量是无限的，但藉由你的选择，有一些方式会

紧缩、窄化、限制进入身体的能量，限制能量沿着脊椎上升的速率。

我们简单地概述如下：第一个(光芒)中心和生命和死亡的主题有关，还包括呼吸、饮食、性能量，这些是红色光芒的关切。

下一个是橙色光芒，它的关切是一个人和自己的关系，以及一个人和另一个人的关系，没有牵涉到团体，只是一个人和另一个人的动态关系，这些是橙色光芒的关切。

黄色光芒的关切，由于现在是黄色光芒的密度，它具有中心地位的重要性。容我们说，这是第三密度的核心— 自我和群体(族群)的关系。

到了第四密度，这些群体将成为社会记忆复合体，每个人的思想是共享的。

你们现在工作的课程是无惧地敞开自我，你将持续工作这个课程，直到你能够感觉和(任何)其他自我的接触都是一对一、心对心、爱对爱的接触。

现在，这三个光芒的问题将扩大你的困惑，并限制你可以把力量带到心轮的程度。每一次 你贬低自我，每一次 你感觉如此孤立与疏离 以致于否认你与一切万有的手足情谊；你都关闭了一点那个管道，使得无限创造的能量更少进入心轮。

容我们说 在我们传递讯息之前，你们的对话十分有启发性，因为每个成员都在谈论存在与作为的对比。

在你们的世俗生活中，每一天 甚至每个小时都要面对一大串的选择；你很容易看着这些发生的事情 认为它们没有灵性，你想着：“这些事物属于这个俗世，不需要我的关注，只需要我的行动”。不过 我们对你们说，所有事物都充满造物者，包括每一颗石头、每一点泥土、每一阵吹拂的风、每一滴落下的雨、每一块更换的尿布、每一碟洗好的盘子、每一个杂务、每一个繁重的作业；所有这些事物的天性都是爱，在你里面的生命也是爱。

你看，你所做的事情不会发光，而是你做事的当下放入的爱才会发光。你们许多人都误会这点，到处寻找什么是他们可以给予这个世界的灵性礼物，他们寻找一个戏剧性的角色：教导、治疗或预言等等。然而这些事情与主要任务相比永远是次要的。

你们每个人眼前的主要任务很单纯，就是对每个来到你面前的人事物敞开心胸。然而，达成这个单纯任务的条件需要多生累世的(内在)工作；因为一个人如何在一个沉重的幻象还能够无惧？人类的大脑，一个挑选者，并非天生就无惧。的确，只有傻子才是无惧的，然而你们的导师，耶稣-基督曾说过只有傻子才能获得智慧，只有那些活得如同小孩一般的人方能继承天国。

一个明智、头脑清楚的人如何能够凝视这个相当危险的世界，而不感觉恐惧？这是个关键，就在这里，恐惧关闭心门；就在这里，蕴含着学习的机会。这个器皿曾经穿越死亡经验 又返回人间。自从那个经验以后 该器皿相对地变得无所畏惧。我们提出这个故事要强调：就原型意义而言 每个人恐惧的都是存有的终止。当一个人觉得受到威胁，那些和不具智能的情感本能地升起 为了捍卫与保护(自己)。一个人需要大量的关心、锻鍊、毅力方能教导自我放下武装 和自己和平相处。

你们每个人的内在都有这个世界的所有争议点。这个器皿关切世界和平，并且经常为这目标祈祷；不过 若该器皿为内在的和平祈祷，那会是相同的祈祷。的确，就我们谦卑的意见，把这个世界带往和平最有效的方法就是学习自我内在的和平，因为如你的思考，如你所是，你的宇宙完全也是这样；你的意识如同一个场，你能够放掉的每一点恐惧，每一次 当你发觉自己的心正在扩展，你们星球的意识就正在被照亮。在敞开自我之心和服务地球之间没有任何延迟时间。你来到这群肉与骨构成的实体当中；你披上了肉体的外衣，将你自己埋藏在阴影重重的世界中，因为你想要带来不同. 你听见周遭居民的忧伤，你但愿能挺身而出成为一个见证者，成为一个爱的通道. 这个时代是你伟大的机会，你所盼望与准备已久的时机就是现在，我的朋友，时间真的过得很快，不是吗?

你们已经迅速穿越童年、青春期、成年期，每个人心里想着："从这里开始要走下坡了"。不过 我们要说当肉体载具越来越少遵从电性体的蓝图，心也是如此，比起新加入地球圈的时候 现在拥有多很多的经验，这是开启、绽放、兴旺的时候。你看见周遭有许多实体是成熟的 却没有喜悦；他们拥有智慧 却没有爱；变得刻薄 而非甜美；变得尖酸 而非圆润。从这些人身上学习如何不成为(这样)，因为这些实体永远在尝试滞留在重力井之中，没有摆向服务自我或服务他人，只是前前后后地摆荡，好日子、坏日子、好日子、坏日子。

你们希望在这一生为爱做见证，因他首先爱了你。你们希望成为灯塔的看守者，好让爱流经你，而非从你而来，得以照耀在困惑之海上[所有实体在其中游泳]，警告人们那些绝望、苦恼、无望之暗礁的所在。

在人生中 你打开的每一扇门都和苦难有关，不管你注视哪里，住在哪片土地上；

不管在哪一个主题中 你发现那些真正的仆人，他们做出可观的牺牲，甚至为了他人给出生命。你发现有些人不管在什么情况下都保持心的敞开，你从这些人身上感觉到激励的气力。新闻偶尔会报导这些人 因为他们跳入水中拯救五个即将溺水的人，或闯入监狱 释放囚犯，代价是自己的生命。这些故事深深地感动你的内在，让你知道爱的深度与厚度，而那份爱也在你的里面。

还有百万、千万人的牺牲是你从未看见的，因为他们在情感、心理、灵性上受苦，为爱做见证，不管环境[它会使一个较小的存有跌倒]如何都是光之给予者。你们每个人都有一个接着一个的机会: 无惧地面对各种情况，对任何催化剂[不管是正面或痛苦的]敞开。保持稳定的信心是值得珍视的，因为在稳定中有清晰的视野，坚定地敞开与宽恕。这些特质并不来自于你，它们必须透过你的管道，你单纯地允许内在的管道通畅，不在较低能量中心堵塞。

如果我们今天能够留给你一个想法，那就是尊重、支持、钟爱你的较低自我; 给你本能的行为留有余地。你的存有部分是动物，部分是天使，毋宁说 两者的混合成果。钟爱、关心、照顾这具肉体载具; 知晓造物者就住在这里，你所站的地面即是圣地。这是你的神圣时刻，所有时刻都有潜力被圣化; 除了认出所有事物之中的爱 还有什么东西有圣化的力量?

你们可能以为我们觉得这是容易的，我们不这么认为。我们至为敏锐地记得身处第三密度的时候，活着却不记得事物真实的本质，只有那个渴慕，只有信心可以仰赖。在这点上，你们是明智的— 鼓励那些具有相同关切的人们建立关系。

因为那些关心灵性议题的人可以带给彼此一份礼物，那是一面清楚的镜子，让其他自我看见自己的作为，自己是如何走过来的。你无法看见自己，你必须依靠其

他人来帮助你; 这是第三密度的深刻工作。

在我们开放问答时间之前，我们想要讲一个关切，那是你们在这次集会之前的对话提出的; 那就是 或许我们，属于服务无限造物者之星球邦联，会对重复谈论相同的东西感到疲倦或无聊。我们向你们担保，不会的。每一个呼叫我们的团体都处于一个独特的位置，即使你们一直是相同的团体也是如此。即使是相同的寻求圈，你们的内在一直在改变，每一次会面都有新的东西，因为你比过去更多了一些。这就是时间幻象的目的: 赋予你们和我们这样的实体拥有顺序的幻象，接着看见正在缔造的进度。

所以 每一次你们提出的问题可能跟以前的问题一样，我们讲话的对象站在新的位置，他们注视相同的主题 但从不同的水平观看。如同一颗洋葱，你有许多个存在的水平; 每当你剥掉一层看起来如此完整的洋葱，不过它也会掉落，接着有一层更深的真理，如此类推，就我们知晓的极限，这是个无限的过程。

每一个我们可以说话的机会都是独特的，你们绝对不要害怕我们会厌倦你们的关切。我们来到这里，单纯地对那些有意者[发现我们的话语可能是有用的]说话，我们怀着一颗敞开与热爱的心这么做。我们对你担保，我们将不会对述说爱感到厌倦。

在我们离开这个器皿之前，请问你们是否有任何问题?

B: 如果我们有所保留，不表示我们的关切的事，这是否会干扰你们给我们的服务?

我们是 Q'uo 群体，我的弟兄，服务他人是个非常棘手的生意，我们感觉，关键在于该服务的特性是回应一个请求。也就是说，我们确认的服务为回答你们提出的那些关切。如果该关切在你里面尚未成熟，尚未到达可以采收的程度，那么它就不是一个需要询问的问题，我们不会感觉受到抑制或限制，因为我们无法回答那尚未提出的问题。

... 当你们一起来到这里 要求我们分享思维，我们感觉那个过程定义我们的服务。如果我们主动谈论你们心中的[没有说出口的]关切，我们就不能保存你们的自由意志。

我们可否进一步回答?

B: 我正在寻找不管什么方式，只要可以帮助你们达成你们的服务，我们是否可以做任何事来协助你们?

我的弟兄，我们单纯地请求你们磨利你们对于真理的食欲，这即是你们对我们的服务。

我们可否进一步回答你?

B: 磨利对于真理的食欲? 我不懂。

我是 Q'uo，在你们的密度中 爱也可以被形容为渴望，那渴望将每个成员带到这个寻求圈，你们渴望去知晓与分享爱。那股饥饿，对于公义的渴求，渴望成为在人生平衡过程中的正向力量; 希望在看似无可避免的苦难背后有更大的意义; 这

些渴望与饥饿呼叫我们到你们身边。当你们的渴望变得锐利，食欲被刺激而增多，那么 与我们的接触就变得更强壮。渴望越敏锐，接触就越良好。

这么说对你是否有意义，我的弟兄?

B: 是，的确有。我的印象总是这样: 我来到这里需要帮助自己。现在 我看见自己可以和你们一起工作以帮助服务他人。这么说是否有意义?

我们是 Q'uo 群体，是的，我的弟兄，这么说是有意义的。总是记得，就灵性意义而言，一切早已是完美的，一切是它应然的本质，只是看起来有些怪异。

所以 日常生活中的表面通常是崎岖不平的; 为了穿透表面抵达中心，一个人单纯地以爱的双眼观看。每一次 当你发现自己以爱的双眼观看这个世界，你将知晓，这个世界是个无比美丽的地方!

此时 是否有另一个询问?

R: [???]

我们是 Q'uo 群体，是的，我的弟兄，那是寻常的过程。新手的兴奋经过一段时间逐渐褪色，那起初不明显的工作开始站上舞台的中央。事实上，我的弟兄，就这个器皿衡量时间的方式 我们可以说你的寻求之忠诚度是非凡的，因为许多来参加这些集会 大约 5 或 6 个月之后，他们不再有意愿活出听到的讯息，于是我们必须重复再重复一些讯息，然而那些一开始不想要听到(灵性)工作的人，第二次第三次，意愿越来越少，直到自然的分道扬镳。

因此，我们称许你的忠实，并且注意到那盛大闪光的开始看起来如此美妙，但事实上，那颗安静、坚忍的心，默默地继续工作 坚持去爱，那才是真实的恒星、真实的闪光、真实的胜利。

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

R: [???]

我们是 Q'uo 群体，感谢你，我的弟兄。我们的话语能否吓出更多的询问? 或者我们该提议休会? 这个器皿今天已经参加一场教堂会议，她已经受够了。我们对这个器皿道歉。是的，朋友们，大笑是多么美好，轻松地看待自我。

我们在美妙的笑声[一种对的感觉]中，在无限造物者[现在和永远]的爱与光中离开你们。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

Adonai，Adonai。
(V)2013 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ 第 1618 章集：Gary 的台湾行感想

作者: Gary Beans (L/L Research 的行政秘书)

2012 年 6 月，你邀请我造访台湾，好让我跟这里的寻求者讨论一的法则. 当时，我的心说 “YES!”，但我的头脑说 “不，我不配”.

我并未带着自信和接纳自我的特质出生，当我长大成人，开始灵性寻求之后，我经常在社交场合感到挫折，在某些情况 我甚至无法讲话!

虽然我在智力上理解“一切为一”，我是无限造物者，一个深沉的程式在我里面深信我是不值得的，我应该批判自己，其他人都比我优越.

在经验的教导之下，我逐渐地获得自信; 生命给予我许多小考验，向我揭露我的内在力量和本质. 生命逐渐为我展示— 我可以释放自我批判和限制性的想法.

通常，我得经历以下的过程:

1. 生命提出一个挑战
2. 我经验焦虑、紧张、恐惧
3. 不管它，做下去
4. 成功，成长，找到更多的自信和能力

接受邀请到台湾，我也经历同样的过程. 我间歇性地经验焦虑和畏惧，特别是日期越来越接近的时候. 接受邀请的时候，我不知道自己要在四场不同的集会说些什么.

诚实地说，在计划这趟旅程的过程 有几次我想要取消它; 但我的内在有个东西提醒我，需要荣耀这个邀请，为了某个理由，我必须跨过一个门槛，或许跟我投胎的原因有关. 尽管感到恐惧，我还是踏出那信心的一步，我单纯地信赖自己能够做到，虽然事先并不明白我可以的.

我祈祷并设定意图，我愿意以爱跟台湾的寻求者碰面，并一起分享光.

带着焦虑，我抵达台湾；虽然第一场集会进行得十分顺利，我的心里却觉得不舒服. 从我出生至今，我几乎都活在背景中，在这里 我成了镁光灯的焦点，那是我从前努力避免的事. 好困难！那时 我认为 或许我所有的信心都是错的，我不能够继续这样的演说. 我甚至想缩减集会的次数，而你告诉我，我们已经投入人力举办四场集会，同时鼓励我保持信心.

然后，在台中，我和 Phiona，Linus，与 Ray 度过一个美妙的夜晚与早晨！同时接受 Linus 和 Phiona 的好建议. 随后我们旅行前往晴朗的垦丁，我在那儿继续祈祷和设定意图. 来到垦丁，我首次可以 Wi-fi 上网，看见 Phiona 的拼贴照片(图一)，它帮助我重新看见自己，让我知道 在这个角色中服务是 OK 的. 好久没有看见海洋的我 在垦丁重新和大自然连结，并且在过去一周以来 头一次好好地睡一觉.

图一：台中 L/L 家族聚会(蝴舞中心)

第二天早晨，我醒来 充满了灵感和自信！我重新设计整个演讲的内容，从此自信就没有离开我了.

对于许多人而言，这并不构成一个大挑战，对我却是个显着的催化剂. 我很高兴你的鼓励，我允许我的心说"YES"，因为这个经验真的带来蜕变，我找到内心的新力量，并学习关于自己的新东西. 我了解自己真的可以给出东西.
如果未来还有需要，我能够以这种方式服务 L/L 研究中心，做为一个谦卑的大使.

我曾经协调安排 L/L 研究中心的整个营运，产出我们的集会与工作坊; 与所有志工详细计划 L/L 研究中心的航向，已经持续做这些工作好些年了. 现在 是时候了，我该学习如何代表爱/光中心与星际邦联(对大众)讲话. 一的法则之哲学供给我(内在的)燃料，指引我对真理的寻求，这过程是如此地深入 以致于它已经写入我的 DNA，成为我的一部分.

***

台湾人民啊! 这里的人群的慷慨、亲切和真诚令 Trisha 和我震惊; 包括参加集会和未参加的人群. 在来到台湾之前，我曾读到 台湾人是这个星球上最友善的人群，我证明那是真的. 我们不敢相信每个人都如此地亲切，虽然我们在这里是外国人，我们真的感觉行走在台湾的街道比某些美国街道更为安全.

我们沉浸这块土地的一切美好之中，这里的人群的美善改变了我们. 原本 我们对于要住在其他人的家中感到紧张，但很快地 我们了解待在你的朋友家甚至比住在旅馆好多了.
第一晚，当我们遇到 Jenny 和她的家人，当他们欢迎我们的同时，我们开始感到自在. 随后，立刻感受到 Phiona 和 Linus 如同老朋友一般，他们带我们逛夜市，我们大家聊到深夜，伴随着几瓶台湾啤酒. 虽然我们不能直接和 Ray 交谈，他的闪耀之心是清澈与明亮的.

我们对 Yvonne 有相同的真实感受，我们分享流浪者的经验，而更为亲近; Migo 和我们共享一顿美妙的中餐，还拨空带我们安全抵达火车站.

那一晚，住在台南的瞳(Sunrise B&B)民宿，是我人生中最棒的一个夜晚.整个星期

都像是我灵魂的黎明(sunrise)，但那个特殊的夜晚，我们聚在瞳的小客厅(图二)，那儿有音乐、歌唱、欢笑；我从未感觉如此敞开与自由！更为不寻常的是，我们身几乎处在一群陌生人当中．有些人不会说英文，相对地，我们不会说中文.(尽管如此，）我在那一夜无法入睡，因为喜悦的电流在我体内奔跑.

图二:瞳之夜

T，这经验是如此美好．你如此努力地工作，促使这一切发生．我无法想像翻译书写文字有多困难，更别提即时翻译口头的话语．我欠你这一切．不只为了那魔法般的一周，还包括你为一的法则付出的每一点努力，打从十年前开始.

我对于所有参加四场集会的成员印象深刻，我并未预期如此强健的一群出席者;他们的光是如此地明亮.

如果你们愿意，可以在台湾举办回家集会，好比我们在路易维耳市(Louisville)举办的活动(含住宿)．我希望台湾的寻求者继续聚会，我希望你们愿意考虑在周末期间，组织一个大型的聚会，那么 你们可以有更多时间共享能量，创造光．随后，请告诉我们[都住在路易维耳一带]关于这个聚会的点滴.？

看到你生长的地方，与你的双亲会面真是欢喜；请把我们的爱送给在台湾遇见的每个人，特别是 Phiona、Linus、Ray、Yvonne、Migo、Celine、Jenny 一家人、Amy、Ryan．还要特别感谢台北场地的负责人，台湾光中心的 David，以及佛化人生书店的阿本和福长夫妇．如果可以的话，Trish 和我会在这家书店度过一整天，这里有这么多的好书和灵性寻求者都会感兴趣的特别物品.
另外，光中心让我感觉如此鲜活、清澈、明亮，整体设计良好，它激励我有个梦

想，希望有一天可以为 L/L 研究中心建造一个类似的建筑物.

Carla 与 Jim 对于我和他们分享的每件事都感到欢喜，包括 Celine(为他们)挑选的礼物. 他们希望有一天和我如此高度肯定的人群会面.

感谢你相信我，T. 我希望你找到爱、和平、真理.
在这颗美丽的星球上，和你共享同一条路径是个荣耀. 在这个关键时期，愿我们都可以服务那些需要的人.

怀着爱与光，你的朋友，
Gary

(V)2013，Digested & translated by c.T.

☆ 第 1619 章集：雷霆女神: 完美的心智

The Thunder: Perfect Mind

Translation & notes Copyright © 1996，2000 by Anne McGuire，Haverford College.
http://www.stoa.org/diotima/anthology/thunder.shtml
All rights reserved.

我被大能差遣而来
我也为那些思量我的人而来.

在那些寻找我的人群中 里头就有我.

看着我，想着我的人;

以及旁听者，听我!

你，等待我的人，把我带到你身边.

不要凭着你的幻象来追寻我.

不要使你的声音、你的听觉 憎恨我.

不管在任何地方、任何时间 不要对我一无所知.

要警醒!

不要对我的事无知.

因为我是 首先 与 末后.

我是 被荣耀者 与 被轻视者.

我是 妓女 与 神圣者.

我是 妻子 与 处女.

我是 母亲 与 女儿.

我是 我母亲的四肢.

我是 那不孕者 又是有许多小孩的人.

我是 有许多次婚姻的女人 却未曾接受过一个丈夫.

我是 接生婆 与 那未曾生育的女人.

当我承受分娩的痛苦时 我是自身的安慰.

我是 新娘 与 新郎.

我丈夫生下了我.

我是我父亲的母亲，以及我丈夫的姊妹.

而他是我的后裔.
我是他的仆人 而他为我做饭，我是我后裔的领主.
在时间之前的某一日 他生下了我，
在时间之内 他是我的后裔，我的力量来自于他.
在他年轻的时候 我是他力量的权杖，当我年老的时候 他是我的权柄.
不管他意愿什么 都会发生在我身上.

我是那无可理解的沉默，和 一再被忆起的念头.
我是众多声音的代言者 以及许多型态的(理性)发声.
我是自己名字的音调.

为什么，你们这些恨我的人，
你们是不是爱我 却又恨那些爱我的人?
你们否定我 却又向我告解，
你们向我告解，却又否定我.
你们诉说关于我的事实 却又说着关于我的谎言，
你们曾说过关于我的谎言 现在又说着关于我的事实.
你们知道我 却变得对我无知;
但愿那些一直对我无知的人 前来认识我.

因为 我是 知识 与 无知.
我是 羞耻 与 勇敢.
我是 无愧的，我感到羞愧.

我是 力量，我是 恐惧.
我是 战争与和平.

对我要加以留意..

我是 不名誉的 以及 受高者..

留意我的 贫穷 与 富有.
当我被抛弃在地上 不要对我傲慢,

你将发现我在那些将临者之中.

不要看着我在垃圾堆上头 却一走了之，把我遗弃在一旁.

你将在众多国度中 找到我.

当我被丢弃在最渺小的地方 与一群不名誉的人在一起的时候，不要看着我
然后嘲笑我.
不要把我丢在 那些在严苛环境下被杀害的人群中.

在我而言，我是慈悲，我是残酷.

要警醒!
不要恨我的顺从,
不要爱上我在软弱中对自制的偏好.

不要背弃我,
不要惧怕我的力量.

为什么 你们鄙视我的恐惧
却又诅咒我的骄傲?

我存在于 所有令人战栗的恐惧 与 大胆 之中.
我是虚弱的女人, 我在愉悦的地方 是安好的.
我是 愚蠢 与 睿智.

为什么在你们的商议中憎恨我?

是不是 因为我将在沉默者之中 保持沉默,
我将 现身 并且 说话?

你们这些希腊人 为什么恨我?
因为我是非希腊人群中的一个非希腊人?

而我是希腊人的智慧
以及 非希腊人的灵知.
我是 希腊人 与 非希腊人 的审判.
我在埃及有众多形象.
在非希腊人中 没有任何形象.

我是那被到处憎恨的女人 却又 到处被喜爱.

我就是被称为生命的她，而你们称之为死亡.
我就是被称为律法的她，而你们称之为无法无天.

我是你们追求的对象 我是你们制止的对象.
你们曾经四处驱散我，你也曾把我聚集在一块.
在我面前 你曾经被羞辱 你也曾问心无愧 与我在一起.

我是从没看过节庆的女人 我是拥有许多庆典的女人.
我是不信神的，我是信仰多神的女人.

我是 你曾朝思暮想的人 也是你轻蔑的对象.
我忘却所有知识，然而 人们透过我学习.

我是你鄙视的女人 却又让你思考.
我来自于 你所隐藏的人，我将面对的人 由你揭示.
无论何时 当你隐藏自己 我将显明.
无论何时 当你显明，我将隐藏，

出于理解与痛苦 来领受我.
从可耻的地方与痛悔中 领受我.
把我从那些蒙羞的好人中 用力抓出来.
出于羞愧，在无耻中 领受我
出于 无耻 与 羞愧，在你们当中 责备我的肢体.
走向我，你们这些知道我及其肢体的人.

在这些首先的小型受造物中 建立伟大者.

来到孩童时期 不要鄙视它 因为它还很小.
不要从微小中 想带回巨大的片段,
因为 从巨大中 知道微小.

为什么 你们诅咒我 却又荣耀我?
你们曾经伤害人 你们曾经有慈悲.

不要把我跟你所知道的首先者分离.
不要把任何人抛弃 也不要把任何人带回来 ...
带回你自己
.. 却不认识他.

我认识首先者, 在他们之后的人认识我.
但是我是完美的心智 我是沉静.

我是我寻求的灵知, 以及 那些寻找我的人 的发现.
以及 那些有求于我的人 的命令.

透过我的灵知 我是众多力量中的力量.
我的圣言差遣天使来此 我是祂们的力量.
在各个季节活跃的神祈都要听我的命令,
由于我 所有人类的灵得以存在,
在我之中 女人存在.

我是被荣耀 被赞颂的她，也是被轻蔑鄙视的她.

我是和平 因为我 战争开始发生.

我是 外邦人 与 公民.

我是 实质 与 没有实质的她.

那些从我的神圣性爱(synousia)中诞生的人 对我无知，

那些在我的实质之中的人 知道我.

那些亲近我的人 对我无知

那些离我很远的人 已经认识我.

那一日 当我靠近你 你离我很远

当我离你很远的时候 我与你很近.

我是众灵的创造，... 灵魂的恳求.

我是 限制 与 无拘束.

我是 结合 与 消溶.

我是 不变的 我是松散的.

我是 坠落 他们向上来找我.

我是 审判 与 无罪开释.

我是 无罪的; 原罪的根来自我.

我是 外貌的欲望; 心的自制在我里内.

我是 人人可及的听闻 与 无法掌握 的音调.

我是 不说话的静音 我的发声有许许多多.

在柔和中听我，在刺耳中 从我身上学习 .

我是那大声哭喊的女人，
我被抛掷在地表上.
我准备好面包 与 我内在的心智.

我是我名字的灵知.
我是 那哭喊的女人 与 倾听者.

我出现... 并行走在...
我的符号的封印 ...
我是 ... 防卫
我是那被称为真理的她; 以及暴力...

你们荣耀我... 又讲悄悄话对付我 .
你们这些被击败的人，
在他们审判你们之前 先审判他们.
因为 审判 与 偏心都在你们心里.
如果你们因为这件事被谴责，谁会替你们开罪?
如果你们被他宣告无罪，谁还能限制你?

因为 在你里面的东西 就是 在你外面的东西.
那从外面铸造你的人 也在你里面留下铭刻.
你所看到的 外面的东西
你在你里面看到.

它是明白的 它是你的衣服.

听我，倾听者，你们被教导认识我么声音 我们知晓我!

我是被所有事件接受的听闻.
我是无法被限制的发声.
我是 声音的名字，名字的声音.
我是 书写的记号，差异的显化.

而我 ... 光 ... 和
倾听者... 你们

... 伟大的力量 ... 不会移动名字
... 那创造我的实体
但我将说出祂的名字.

看啊，祂的发声与所有着作都已经完成.
留心，那么，倾听者，你们也是，天使们，
被差遣者，，你们的灵将从死者中升起.

因为我是那单独的存在者，
没有一个实体可以审判我.

因为 许多实体的外形是甜美的
却存在于在众多的原罪中

无拘无束的行为 羞耻的热情 短暂的欢悦，

都将被限制，直到他们变得清醒

接着 向上跑到歇息的地方

他们将在那儿找到我

他们将活下去，他们将不再死亡.

(V)2001，2013 Chinese translation by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 17 辑

☆ 第 1701 章集：Hatonn 的第三密度

Copyright © 2003 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周日冥想

1980 年十一月 16 日

(无名氏传讯)

今晚 我们成功地接触一个新人器皿，我们很高兴他即将凭借信心踏出去。如果这个器皿觉得难以辨别，我们 Hatonn 愿意调整我们的存在状态。我们为此停顿一下，我是 Hatonn。

[停顿]

我是 Hatonn，我再次和你们同在。我们感觉现在更密切地对准这个器皿。此时，我们想要和你们分享一个我们过去的故事。

从前的某个时期，我们 Hatonn 是个好战的民族，虽然联合为一个星球，我们分化为许多个派别，各自努力想要主宰或控制这个星球。我们选择彼此战斗，好获得控制权。然而，没有一方能够主宰，所有派别都在这场斗争中弱化。最终 我们抵达一个临界点，我们 Hatonn 变得穷困。我们已经摧毁这个星球上的所有资

源，在缺乏原料的情况下 我们无法再制造更多的武器，因而无法继续杀害彼此。在这个临界点，我们也摧毁食物链，濒临饿死的地步。从许多方面来看，我们那时候的光景非常类似你们今日的星球— 执意要被宇宙遗忘。

我们发现生存是最优先的考量，胜过所有其他优先事项；接着 生存的必需要件变得非常明显：对待每个男人与女人如同自己的弟兄姐妹，和所有人分享物资如同你愿意对妻子、丈夫、孩子分享。以这种方式，我们(造成)的大量毁灭变成我们的气力。我们曾选择降低我们星球支持生命的能力，我们不慎地选择了一条非常费力的灵性途径，那就是透过强迫式的分享爱。或许对于正在聆听我们话语的实体而言，这听起来不怎么灵性；无论如何，我们学到 分享要比生存更为珍贵。我们获得一种振动水平，使我们能够同时维持供养身体又得以进展超越物质性的需求。

我们当然不是骄傲地同你们分享这个故事，而是带着鼓励的意味。你们的人数虽然少，在你们对于爱与分享的渴望中 你们已经成长越过你们的弟兄；你们将能够在贫乏与穷困中 铸造与导引你们种族的成长；但你们必须对自己的感觉保持信心。我们感觉在这个时点鼓励你们是必须的，因为那时间迫近了，你们的气力将被召请，接受严厉的考验。

我们爱你们如同弟兄一般，当你成长之际 我们只能观察、鼓励、忠告你；我们渴望你的成长是快速的，尽可能地没有痛苦。无论如何，[你们所称的]成长的痛苦将会发生，并且正在发生中，好让你自己适应这痛苦的经验 却无须把这痛苦带入内在，无须依附着它 如同一个人对待珍贵的珠宝或财物那般。所有事情都会过去，你的痛苦也会过去；即使它的结果可能是在物质层面上的死亡。不要让这个死亡或痛苦忧烦你，它们只是宇宙形塑最终作品的工具；而你是如此渴望成为

那件作品。我是 Hatonn。

***

我是 Latwii，弟兄们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意；在他之中 蕴含着意识的希望。我们感激 Hatonn 兄弟与姐妹允许我们再次访问你们，因为我们非常非常喜欢这个团体。我们在此的目标是回答你们可能有的任何问题，此时是否有个问题?

发问者: Latwii，我有个问题 或更正确地说，一组问题。我有一些朋友接收到一个[好比像你们这样的]老师的信息；不过 他们接收的信息经常和我从你这儿接收的东西不一样。这情况引起我的兴趣，因此我问你关于他们的老师(的来源)，以及这些老师胜任的水平；还有(我们)可以相信他们多少?

我是 Latwii，我的弟兄，容我们先回答最后一个问题，因为它是最重要的。你不必要相信任何老师，你必须相信自己的心。这是个简明的真理，但对于你的进展是重要的。没有真实的老师 除了你自己；因为除了你自己 没有别人。所有来到你的道上的信息的确有个目标：让你从中拿取和你共鸣的部份，抛弃其他部分。这适用于所有信息，包括你的汽车的操作手册。你一定不要把任何信息与其他信息分离，对待某些信息为优先事项。我们给予你们的只是信息，我们并不认为自己是个[容我们说]较高的来源。我们是你们的弟兄姐妹；我们分享自己拥有的经验，它可能不会帮到你，就是那么简单。我们现在返回第一个问题。

容我们说，做为一种源头，我们和你们的物理星球或其精细层面没有业力的连结。如果你愿意，我们是无限造物者的使者。我们是各式各样的，但在为他服务

的过程中 我们全是一。由于宇宙造物的法则 我们没有权利干涉你们星球上任何实体的自由意志；虽然，有时候 我们可以为某个进阶的团体提供信息或肯定信息，因为我们知道那些进阶的学生不会相信我们 除非他们愿意，如果他们相信我们，在他们发问之际 早已相信了。所以，我们不会冒犯(他们的)自由意志。

宇宙觉知团队和其他你们熟习的信息同属地球的源头。这个源头完全不是坏的，但你必须理解— 它并没有比你的汽车操作手册更可以相信，这本手册通常可以把你带出困境，但 偶尔，由于错误的印刷、失落的一页，或它是另一款车子的手册，而给予不正确的信息。

这现象通常伴随着属地球的意识发生，它有部分觉察阿卡莎(akashic)纪录；然而它透过诠释者的小我振动传达。因此这个觉知带有一点人类觉察的元素，而那位特殊的人类对于事物的实际面有些警戒(担忧)。

考虑任何你想望的信息完全是良好的；不过 更好的是跟随你的心，不要对任何资料有一点点的忧虑，只要聪明地、博学地使用你唯一的工具去分析物质层面上的东西；那个工具就是你的智力。

收集、储存、观察各种资料，看看它是否符合不同的样式。这过程将告诉你迄今最重要的一组资料，那就是你的思想和行动。印刷的书页、述说的话语可能是很偏执的、很激励的、极度有趣或极度乏味；但跟你自己的资料[包含你的思想、相信、偏好、行动]相比 基本上 它们都是无关紧要的。

你象是一张在光中闪耀的网，时时刻刻 你都在编织着自己。不要比较老师，他们全都有所不足。聆听那风儿，聚精会神地拾取造物主当下放在你面前的爱与光

之丝线，自在地编织你的人生。

至于你的第二个问题，我们感觉不需要由我们来评估信息的来源；或许你不同意这点 想要进一步发问；但我们肯定你已跟随我们的趋向，理解我们对于评估我们的弟兄并不感兴趣；这些弟兄尝试有所服务，但他们拥有一个不同的观点，它是陆地的 而非天空的 [容我们说]，因为我们的王国是全宇宙；我们对于你们位于太空中的球体上有什么东西不感兴趣，除非它影响你的成长与进化。

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

发问者：我现在有个不同的问题，我在检验轮回和业力的概念中，我感觉在一个人面对的每一个处境，可能都有一个混淆的课程。如果我可以知道我今生返回要学习的东西，课程本身会变得更为清晰。举例来说 如果我返回地球有一个功课，就是学习不要杀戮，同时我有意识地觉察这点，或许 完成这个功课或充分地学习它会容易一些。

首先，你们是否可能判定一个人在这辈子的课程？其次，如果可能，你们是否被允许把这种信息和个人分享，好帮助促进他的成长?

我是 Latwii，我和这个器皿同在，我的弟兄，我们是有可能扫瞄你拥有的各式各样的(能量)体，从而发现你带入此生的各个模式。但在你参加考试之前 就把答案给你，我们不认为这是可允许的。我们不做小抄的生意，你必须如实地观看你的课程：将要被学习的事物。

有一条捷径是你相当了解的，释放所有的课程、所有的忧虑、所有的苦恼、所有

的困惑，接着冥想。我们再怎么强调每日对那无限臣服都不为过。如果你的内在有许多的信心，对你自己敞开自我，工作你自己；那么你的困惑、难题、业力都将自行解决。你可能注意到你是相当愚蠢的，花费不少时间在后悔；这是因为你活在第三密度的星球上，它随着这个区域漂动。不用为它忧虑，而是再次地转向那无限；在接触爱的同时，怀着喜悦面对你的存在的全然愚蠢[如果你认为自己是这样]。

我的弟兄，享受你自己。这是我们能想到的，给予你的最高劝告。欢笑、爱、存在。你来到这里要学习的东西 惟有怀着爱去拥抱这个人生，你方能够学会。

你的问题的其他部分和业力有关，许多人只有部分理解它，使得我们很难以解释它。一般的理解方式如同一句谚语：怎么播种就怎么收成。在宽恕的脉络中 可以比较清晰地看见业力。

业力很单纯地是作用力，在你们的物理学中有个法则说：(每个作用力)有个相等和对立的反作用力。这是真的，除非祈请宇宙的一个更高法则，那就是宽恕法则。

如果你可以宽恕自己或宽恕他人，你已经消弭许多业力。当你清空了作用力，就不会有反作用力；这即是耶稣大师所示现的。他停止了业力之轮，你也可以，却无需以如此戏剧化的方式进行。

我们感谢你，此时 是否有另一个问题？

[停顿]

我们发现难以回应打鼾的声音，因此 我们将离开这个器皿，只愿你们在行走灵性途径的过程中 拥有欢笑的无限容量。我们在无限造物者的爱与光中离开你们，我是 Latwii。

Adonai vasu borragus。

(录音带结束)

(V)2013 Digested，adapted，and translated by c.T.

☆ 第 1702 章集：正面极化

Copyright © 2009 L/L Research

周六冥想

2009 年三月 28 日

Jim：今天晚上的问题是：「当一个人希望尽可能地向着服务他人极化，Q'uo 会给他什么建议呢？」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中，我们今晚来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤是一种巨大的荣幸，我们非常高兴能与你们谈论这个主题:关于在你们的人生和寻求中 如何最佳地增进服务他人之极性。

然而，一如既往地，我们会请你们帮一个忙。那就是当我们谈话的时候，请使用你们的分辨力和洞察力，寻求那些共鸣的内容，仅仅保留我们的想法中那些与你们共鸣的部分。请毫不犹豫地抛开其他的部分，因为那些无法共鸣的想法，无论它们可能是如何地真实，现在它们对你是没有帮助的。我们非常地感激你们在这方面的合作，因为它使我们能够自由地谈话而不用担心我们可能会冒犯你的自由意志或打搅你的进程的节奏。

正如经常发生的情况，我们发现为了回答名为 D 的实体提出的好问题，我们需要向后退一步并对我们想要分享的那些评论多少准备一下基础。

在这次会议开始之前，你们谈到一个事实：在第六密度[合一的密度]中，服务自我和服务他人的两条道路汇聚并成为一条道路。这的确是真实的。然而，就好像 Carla 实体所说的，在当前的密度，你们的选择的密度中 极性有着巨大的优点。

我们视你们每一位为强有力的存有，神性原则的花火。如果你在一生中除了生活之外什么都不做，转世，过一辈子，转世，过一辈子，如此类推，你还是会前进，因为进化的压力是不可阻挡的。然而，如果你希望，你也相当有能力加速自己的灵性进化的步伐，我们至为高兴能够详述这个主题。

因为加速寻求的进程是有优点的。第三密度的物质性存在的环境在很多方面都是一个严苛的环境 [就灵性方面而言]，因为它被面纱厚重地遮盖着。那凌驾万有的「一切都好」和「一切是爱」的真理，在第三密度的生活的深度中是无法看见的。确实，它就好像你正处于一个黑暗的环境中，处于「死荫的幽谷」[1]中，正如这个器皿会根据《诗篇》这样称呼它一样。

然而，就好像即使一根(点燃的)蜡烛也能在半里外被看到，灵性之光是永远都不会被扑灭的，甚至在最漆黑的夜晚和最厚重的幻象中，那光也为所有人而闪耀出来。那永远无法被扑灭的光存在于[居住在行星地球上]每一个人的心中。

然而，却有很多种方法将那光藏在「斗底下」[2]，正如这个来自你们的《圣经》中的短语一样，所以我们的评论沿着以下几个路线展开：如何不将你的光藏起来，如何对你内在的力量无惧 以及如何驾驭和指引它。

极性的性质是这样的，它对你们的第三密度的幻象中每一个环节都发出回音。你们每个人都能够说出很多动态的对立面：光与暗，善与恶，温暖与寒冷，潮湿与干燥，如此等等。你们存在的真正构造有着包罗万象的大卫之星的符号，这个图形是由德耳塔(Δ)形状的向上推进的男性原则和倒立的金字塔形状的女性原则所组成。当它们结合在一起并融合的时候，它们就形成了大卫之星。

有很多方法去考虑幻象中的男性和女性原则，在[所谓的]生命之树之上，一些属性被归类于女性的一边，一些属性被归类于男性的一边，接着那些不分性别的能量就位于图形的中间了，它们将连贯性与关系引向整体中[3]。你们就是大卫之星和生命之树的产物。你们行走的矩阵(matrix)，这矩阵能够将物质性和形而上的事物、外在和内在的事物、暂时性的和永恒的事物并排起来 融合为一。你们每个人都是行走的大门— 横亘在两个世界之间。

通过呼唤你自己灵性的或形而上的面向，你在自己的内在唤醒一大批的资源，这些资源随你选取使用。在提高你正面极化的速度方面，在这些资源中最主要的，是你察觉自己为一个具备强有力的意志的人。

当你设置你的意愿去做一些事情，你就为自己改变了一些事情: 在你的能量体的方面 以及你与形而上世界之间的联系。

因此，我们会建议那些希望提高他们极化速率的人 第一件事情就是去设置你的意愿。

设置意愿有各种各样的方法，最简单的方法就是去说，「我设置我的意愿去成为一个希望尽可能快速地进行极化，而仍旧能够整合我的学习的人。」然而，将更多的时间放在向你自己和你的意志机能创作这个声明，这是有效的。你也许希望将它写出来或者进行一场典礼或仪式，并通过你与指导灵的协作来设置这个意愿。

在物质性的世界中，意愿像烟一般地消失，这经常是真的。然而，在形而上学的世界中，想法就是物体，设置一个意愿是一个强有力的资源。自然地，一旦这个意愿被设置了，再次造访那个意愿是好的，无论何时看起来有一个呼唤一种极化回应的情境出现时，确认该意愿是好的。

记忆的质量在维持一个意愿中是非常重要的。如果你能够对这个复杂的感觉、意图和热情创造一个足够鲜明的记忆，以致于你可以使其有条理并形成一个意愿，接下来当你需要回忆起这个意愿的强度的时候，你就能取用它了。

在日常生活中 要支持这样一种努力，每天安排机会进入冥想并在你自己的开放之心中歇息，这是好的，造物者就全然地安住其中。我们不觉得有必要去管束你会选择如何进入静默。对于一些人，在大自然中就有一所绿色的大教堂，他们在

其中最充分地感觉到造物者。对于其他一些人，有一种完全内在的体验是可以在任何地方获得的。对于其他一些人，有一种呼唤他们的练习，不论它是一种冥想 好比内观冥想(Vipassana)，还是另一种冥想 好比超觉静坐*。
(*参考网址: www.tm.org)

进入静默是一件非常个人的事情，甚至是一件私密的事，如果我们推荐一种方法会超过另一种方法，我们不会感觉舒适。然而，一般而言，我们会说，只有当有一种持续性的进入静默的练习的时候，日常生活的催化剂才开始易于被视为它之所是的幻象。如果没有这样或那样的一种稳定进入冥想的练习，就不会有一个更为坚实的位置，在那里自我的观察者可以检查一个忙碌的生活的挑战并通过它们看到那存在于信心之中的平静和力量，那一切都好的信心。那个简单的「一切都好」的陈述是一个对任何训练都有益的真言，因为它位于信心的中心。

在你们人群中实体们经常会谈到信心仿佛它是一个要相信这个或相信那个的事情，然而信心却没有内容。信心单纯是一种态度，一种知晓：一切都好并且一切将是好的。这种知晓会在那些深具挑战的时期中带给你平安。

对于那些希望去极化的人们，在生命中的那些富含机会的情境总是与选择爱而越过恐惧有关。

正如我们之前通过这个器皿说过的一样，当面对一个挑战时，问自己「此刻 爱在哪里？」这是好的。

当那个问题被提出时，有些时候 在那个情景中 你看不到爱。这为你创造了机会— 打开你的心并允许造物者的爱流动经过你，于是在这个情境中 爱就会流经

你。这不是一个你在其中必须表达你所知道的事情的训练，而是一个你在其中允许自己成为一个灯塔的训练，你可以清洁你的灯室中的透镜，这样就不再有憎恨或嫉妒依附着你，如此你的人格已经变得透明。因为你无法凭借自己去爱这个世界，你肯定地会很快就耗尽爱，因为(个人)心智之爱和人类之心都是有限的。而太一无限造物者的爱，他本身，却是无限的。

因此，朝向正面极化在某个部分是轻轻地推动你自己 不要挡路，让光流经你。

这是一个伟大的合作，我的兄弟，因为在你的人性中，你，你自己的爱并非不重要。你所拥有的这份爱用美丽的颜料为无限太一的光染色，那颜料是由你的人格、选择、怪癖和你的独特性而组成。当你祝福那流经你的光时，你祝福了这个世界，以你的方式照亮了行星地球的意识。确实，这是一个任何人都可以提供的最伟大服务，它允许光通过个人自我闪耀并流入这个世界。

你能为了进行这个服务而邀功吗？一点也都不。它是你个人的、亲密和秘密的礼物，从你自己开放之心的深处与神秘中所提供的礼物。然而，一旦这礼物被提供了，它就为你整个人生染色并将其创造为一场伟大的冒险。

当下一个决定来到你面前时，我的兄弟，让你自己慢下来。进入你开放的心并允许那[牵涉其中的]催化剂的完整财富流动经过你。正面极性不是去忽略任何事情，它不是选择让你的阴影面悄悄滑落并聚焦于正面，它是在一个状况中要求看到更宽宏和更广泛的图景。

就好像这个器皿会说的，它要求你让摄影机的小推车后退[4]，将你注意力的摄像机向后拉到一个观察的位置— 可以唤起你内在最高和最佳的部分。它呼唤你的

指导灵，它呼唤你去觉察关于你是谁和为什么你在这里。它也呼唤我们之前谈到过的记忆，唤起了那个你在起初已经做出的决定：通过极化朝向服务他人来服务太一无限造物者。

最后，为了加速演化的步伐，我们会鼓励一种你们人群中称为「幽默感」而我们会称为比例感的事物。请记住，就好像这个器皿会说的：「你仅仅是尘土，你也将归于尘土。」[5] 请记住，那移动通过你的荣耀不是要求你去享有荣誉，而是要求你仅仅去成为一个乐器，让造物者弹奏你吧。你的工作就是保持调音。因此，用记忆、肯定、真言，用所有你发现有帮助的工具和资源，来为自己调音吧。

我的兄弟，当你无法回忆起所有这些事情并感觉你已经「彻底搞砸*」掉入服务自我的状态之中，让尘埃落下吧。把你自己拉起来，知晓一旦你宽恕自己作为人类的时候，新的一天就到开始了。对已一个走在正面极性道路上的人，永远不会有结束，永远不会有失败，因为每一个早晨都是一个新的生命。你可以经常去点击那个重置(reset)的按钮，只要你有此需要。

(*原文为 crashed and burned，请参考：
http://dict.youdao.com/w/crashed_and_burned/)

一如既往，我的兄弟，星际邦联的人们很高兴在你的冥想中与你一同歇息，当你的振动出现一些闪烁时，他们会并向你提供一种可以稳定你的振动的载波。我们在那些时候不会尝试去交流，而是仅仅与你们在一起，并让你沐浴在我们的爱中。

我的兄弟，请问关于这个询问 有后续的问题吗？我们是 Q'uo。

D：那就是所有问题了，谢谢你，Q'uo。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟，现在请问有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

提问者：我想知道为什么古人会在我们的神圣的书籍中记录看到上帝从一朵云上降落下来，这是否与我们所称的「梅尔卡巴」[6] 的物质性显化有关呢？

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的兄弟。我们发现，要精确地向你解释是什么促使[这类作品的]作者将太一无限造物者的各种面向描绘为从云端降落下来，这超越我们的能力。然而，我们会说，在超越作者的所有拟人化的想象之外，我们的理解是你们每一位都有一个梅尔卡巴体，能量体。这个载具不是一种物理载具，它是一种能量载具。然而，你的能量体可以完美地在各种各样的环境中支持你，这些环境不包括第三密度，物质地球的环境。

然而，这个能量体，或梅尔卡巴，是比你的物质身体更加真实的。物质身体是一个嵌套模式的能量形式，它们的完整形态是通过那种特殊形式的思想而被支持的，而能量体与太一无限造物者更加接近，它的思想是更加协调一致的。

那些学习投射自己并有过星光体投射经验的人，正是使用他们的梅尔卡巴体或能量体来四处移动并进行体验的。在你的肉体死亡之前和之后，你用能量体来体验生命。在你穿越物理死亡的大门并进入更大的生命之后，你会发现你一直都在这个能量体之中，在大多时候，你只是还没有意识地察觉到你拥有这个能量体。

然而，我的兄弟，如果你在冥想中静坐，并单纯地要求看到它，你就能够感觉到这个能量体的完整形态。那些经常被人类所嘲笑的各种各样的情绪在它们经过了精炼和净化的形式上恰恰就是能量体的材料，在那能量体中的每一个脉轮都有它自己的属性和情绪复合体的设置，这些脉轮一同为那个无限和永恒的实体[就是你]创造了一个优雅而高效的载具。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：请，Q'uo，如果你可以推荐一种我可以学习的冥想我会非常感激，我希望在这种冥想中我可以学会改变我的焦点 从这种意识到随意进入我的梅尔卡巴体，就好像如果我知道我可以在任何时候离开，那么待在这里并有所服务会变得容易得多。

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的兄弟。我们会这样建议，我的兄弟，当你发现能量体已经通过这个研究的团体的通灵的工作中被讨论过，你可以继续你对能量体的研究。在这个器皿所称的《Ra 资料》中以及星际邦联的其他实体的通灵资料中有各式各样的这种资料 [都位于这个团队的在线图书馆的档案库之中]。

当你开始感觉你对这个能量体拥有一种越来越大的理解的时候，那么，你的一个有效和有技巧的冥想方向就可以是进入每一个脉轮，打开它们、享受它们，并看见能量是如何向上进入开放的心并从那里在在更高脉轮中进行意识中的工作。我们感觉一种你对自己的能量的这样重复性的探察将会开始让这个能量体对你变得更加真实，这样你就会越来越能够使用它了。我们能进一步的回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：谢谢你，我能够理解你所说的，我对此感激。

我们感谢你，我的兄弟。现在请问有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

提问者：我有一个问题，Q'uo。我对于自由意志与[就时间/空间的观点而言]未来并不存在的事实之间的矛盾感到好奇，例如，在一个先前的录音中 你回答关于人格的角色时，你解释说所有在未来在收音机中收听今晚的录音或者阅读文字记录的实体，他们此刻实际上就在这里。在我看来那似乎是与自由意志矛盾的，因为我理解自由意志意味着实体在未来将要做的事情是有可能发生的，但它不是确定的事情。所以，我肯定在这一点上 你理解我的询问。

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的兄弟。理性心智在处理形而上的悖论(paradox)和神秘的时候会遇到巨大的问题。然而就是悖论和神秘让一个人知晓他正站在果实累累的灵性地面上，在其中有完全的自由意志。实体们总是可以选择参与或不参与任何一件事，他们同样可以选择如何回应它。就是在这些回应中，个人的造物被构建了，而不在于那些事件本身。

对于该表面上的悖论，一个实体会在你们的线性的未来读到或听到这个材料并领悟到他已经触及创造这个资料的能量漩涡，这与实体被强迫进入到一个在线性的空间与时间意义上的一个位置，并不是一个相同的事情。毋宁说，在形而上学的意义上，有一种能量的汇聚，带着爱与光的振动，在其上承载着这次通灵，它成为了所有那些触及这个寻求的圈子的网络的人们的母体(matrix)。

从空间/时间的意义而言，这个寻求的圈子存在于时间中，就形而上的引力模式的意义，它的存在是无时性的。就是通过这样一种方式，名为威廉[7]的实体在 17

世纪写了很多的剧本和十四行诗，这些作品在他短暂的一生中肯定无法触及大量的人群。然而，从那之后 一个世纪接着一个世纪，当学校的孩子面对那个「生存还是毁灭」[8] 的问题时，他们就已经进入到了那个独白被创造的那个时刻中，从而进入到那个(独白创造的)宇宙之中。

因此，可以适切地说，一些作品是无时性的，这些经典作品的精华超越了所有时代，它对任何年代，任何世纪的人们说话，这些人的思想在那个时刻就被塑造可以理解那些概念并与其一同工作。那些读到在这个晚上产出的材料的人们会在时间/空间中的一个位置汇聚起来，这并不是什么特殊的事情，因为在任何时候 当实体们因为一个比他们自己更大的观点而聚集在一起 并将他们从自己的观点中拉出来，这种情况就会发生。

这样，同样可以注意到的是，那些研读启发性材料的人，无论它是圣经、卡巴拉、可兰经、奥义书(Upanishads)、或者是老子的著作，他们都会进入对那个材料的觉察，而很多其他人也曾有这种察觉。因此，当一个人在歇息中沉思这个启发性的材料时，会有很多很多来自内在层面的实体陪伴他，这些实体在他们以前的转世中也曾学习过这些相同的材料。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？ 我们是 Q'uo。

提问者：不用了，谢谢你。

我们感谢你，我的兄弟。现在请问有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

G：来自加拿大的 S 有个问题。S 说:「有很多人服用引起幻觉的药物。有很多人

报告 它帮助他们用新的方式开放他们的心智。其他人则变得非常害怕，再也不会服用它们了。请解释一下当他们处于这些药物中的某一种的影响之下时，在一个人身上发生了什么，它是有害的还是有益的呢？如果你可以特别地具谈论一下 LSD，蘑菇以及迷幻鼠尾草[9]，我会对此感激。」

我们是 Q'uo，我们觉察 S 实体提出的问题。我的兄弟，使用引起幻觉的物质更多是一个物质性的问题，而不是一个灵性的问题。更进一步，不可能给出单一的答案，因为每个服用特定剂量的 LSD、蘑菇或鼠尾草的人，根据他的身体类型、敏感性及其个性与能量的很多面向，在生命能、肉体能量、情绪能量等等方面，它们一同创造服用了那个药剂的时刻，如此他就以独一无二的方式体验那个药剂。

一般而言，我的兄弟，这样的物质会移除(一个人)看到更完整的实相之障碍物。这种效果会如何在一个人身上发生作用是不可能预测的，服用的剂量是否超过了那个实体整合那种经验的能力，这也是不可能预测的。因此，「试验各种药物」是非常准确的称呼。它的确就是一个试验。

我们绝不会否认，它经常是如此增强性的体验，这种体验给一个新的寻求者带来朝向觉醒以及寻求超越他的出身和他的文化之局限的推动力。我们也不否认有很多人的体验不是正面的体验，而当这种情况发生时，如我们说过的，这种体验的能量[从形而上的意义而言]对于处于那个时刻的该实体的电路系统是过大了。

有一些实体他们的电路系统已经完美地适应更精微的实相，当这些实体接收到一定剂量的增强作用时，这种增强作用倾向完全不对他们产生影响。另外一些实体，它们有天生强健的能量体，他们能够接收大量的增强性的光通过能量体，因为他们内在的接线(wiring)上，这种增强性的光不会造成任何的问题 [容我们说]。

接下来，有一些人，他们一直都在一种适度地正常瓦特值下工作，但是安培值却很低，因此，只要经验是用一种未增强的方式流动，一切就很正常，但是当高安培的光通过其能量体时，作为物质身体对那些药物的化学反应的结果，会有一种接线上的过度启动作用，接着产生断裂。

举个例子，当你的房子的能源系统的一根保险丝熔断了的时候，你单纯地取出一个坏的保险丝并装上一个新的保险丝并重启电路系统。然而，你却不可能对能量体那样做。当其接线系统出现一个熔断的缺口时，能量体经常要花费几年时间才能够重新将牵涉的电路系统接合在一起。

这种情况经常被这个器皿描述为「你的灵光圈被炸出一个洞」。当这种情况发生的时候，很自然地 它被认为是一个非常不幸的事情，有一些情况，在那个电路系统的层面上，在那辈子中永远不会有可能完全地修复那个电路系统。因此，对于你体验上的渴望，我们即不鼓励，也不阻止，我们单纯地希望你觉察到对于这样增强性的化学物质，没有方法去判断一个安全的剂量或合适的剂量。从形而上的方面而言，你仅仅只能对于你内在接线的情况以及你使用这些物质时周遭的环境做出估计。

我们很抱歉无法论及具体的药物以及它们对你产生的作用。然而，从我们的视角看 这是不可能的，因为不仅仅你是独一无二的，而且今天的你和明天的你也不会是相同的实体。有很多能量的循环无时无刻不在移动经过你，它们的(排列)组合作用几乎是无限的。因此，即使我们能够完全地熟悉你的接线系统，我们仍旧无法说出特定的化学物质在你的系统上产生的特定效果。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

谢谢你们，Q'uo。我相信 S 会喜欢你们的回答。

D：我有一个简短的后续问题，可以吗？

我们是 Q'uo，我们欢迎你的询问，我的兄弟。

D：你有可能谈谈是否这些化学药物通常会使一个人更易受到超心灵致意的侵害吗？

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的兄弟。对于那些不知道的人，他们会遇到的挑战或阻碍，容我们说，相比那些已经收到光的人要少的多。伴随着每一个荣耀都会有一种责任。当你要求学习更多，并服用了那些(化学)物质时[被设计来增加你已经看见的光之额度]，接下来你就要为你所看见的光负责了。

当你更加明亮地发光时，你就会吸引到那些以扑灭[他们所感知的]光为乐的人的更多注意，或至少他们会将它转用于自己的目的。因此，我的兄弟，一般来说，答案是肯定的。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

D: 那个回答好极了。

我们感谢你。在我们离开这个器皿之前 我们现在接受最后一个问题。现在有最

后一个问题吗？我们是 Q'uo。

提问者：是的，我有一个问题。我想知道 在我们所感知为一个粒子的东西的中心 是否有一个振动的漩涡呢？

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的兄弟。直接地回答你的问题几乎是不可能的，因为对于我们 并没有粒子牵涉其中。从我们的观点看，我们会说空间与时间的能量通过某种方式被不相称地匹配，引起[你们一直在谈论的]振荡(效应)并创造了可见的世界或显化的世界。当空间和时间之间的不相称匹配由时间占上风时，然后 内在层面或无形领域就被这种难以置信的快速振荡(效应)创造出来。

然而，我的兄弟，我们最佳的理解是，没有粒子牵涉其中，没有质量，单纯地只有空间和时间之间的动态张力作为速率(velocity)的组成元件。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：不用了，我想那就行了。非常感谢你们。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。真的，我们感谢形成这个神圣圈子的所有人。能与你们一起冥想，能看见你们个体振动的美丽，能看到你们一起创造这个神圣空间，这真的是一种快乐。你们一同创造的这个神圣空间真的在你们住所的上方高高耸立着，它是献给造物主的一个装饰品[10]。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友，Adonai。

原注

[1]《圣经》《诗篇》23:4：「我虽然行过死荫的幽谷，也不怕遭害。因为你与我同在。你的杖，你的竿，都安慰我。」

[2]《圣经》《马太福音》5:15，「人点灯，不放在斗(bushel)底下，而是放在灯台上，就照亮一家的人。」

[3]生命之树的一个清晰的图案，卡巴拉的核心的图符，可以在网络的这个连结中找到：

www.wyldwytch.com/weavings/articles/pagan_path/pages/tol.htm

(编注：由于以上网页连结已失效，附上新连结给各位读者参考)

http://www.libralion.com/tree1.htm

[4]在电影工作中，一个移动式摄影小车是一个沿着特制的轨道滚动小手推车，它承载着摄像机、摄影小组，偶尔也会承载着导演。将摄影小车往后拉就是将摄像机往后拉，这样它就可以拍摄一个长镜头。

[5]《圣经》《创世纪》3:19：「你本是尘土，仍要归于尘土。」

[6] 梅尔卡巴(MerKaBa)有很多不同的释义。Q'uo 团体使用的意思与 Drunvalo Melchizadek 使用那个词语的意思最相近。在他的教导中，梅尔卡巴是一个光体。一个人根据无条件的爱调音，设置一个为其工作的意愿，然后在冥想的过程中进入到这个光体中。要让自己进一步熟悉这个概念，可以阅读《生命之花》或者访问「生命之花」网站（www.floweroflife.org/index.htm）报名参加一个梅尔卡巴冥想的工作室。

[7] Q'uo 指的是威廉·莎士比亚。

[8] 威廉·莎士比亚，哈姆雷特，第三幕，场景 1:「生存还是毁灭，这是一个值得思考的问题；蓦然承受命运暴虐的毒箭，或是挺身反抗人世无涯的苦难，这两种

行为，哪一种更加高尚？」

[9] 维基百科(英文):「迷幻鼠尾草」，也被称之为「占卜贤者」、「预言贤者」，其俗称来自它的种名，鼠尾草，它是一种对精神有显著影响的草本植物，它可以引发强烈的解离效应。它是唇形科（薄荷）的一种多年生草本植物。它被赋予专用名「Salvia divinorum」是因为它在占卜和治疗方面的传统用途。于是被实在地译为「占卜贤者」或「预言贤者」。

(原始连结: http://en.wikipedia.org/wiki/Salvia_divinorum)

L/L <wbr>Research <wbr>正面极化

Salvia divinorum

[10] honestation: 一种优美或一种装饰

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1703 章集：他的最后四年

前言

由于鲁道夫·史代纳(Rudolf Steiner)的生平在维基百科已有详尽介绍，另外，在<</SPAN>爱与光图书馆选集一>中也有介绍鲁道夫·斯坦纳(当时的译名略有不同)，故本文仅聚焦在该作者见证史代纳生前的最后四年。

维基百科的 Rudolf Steiner 连结:

http://tinyurl.com/qxwl7bv

原文网址:

Introduction: Rudolf Steiner -- A Biographical Sketch

http://wn.rsarchive.org/Books/GA008/English/RPC1961/GA008_sketch.html

本文

在这篇传记素描的最后，我个人要回忆史代纳的最后四年，当时 我遇见史代纳和他的朋友与学生，看见不少关于他的事迹。

鲁道夫·史代纳是怎样的人？首先，他没有一点浮夸的地方。他从未使一个人感觉他是特别的。他实事求是的精神令人惊讶— 不管他在人智学会的商业会议中演说，或在华德福学校*主持教职员会议，或演说他日益增进的灵性发现，或和大家公开讨论当时具争议的主题，始终如此。
(*延伸阅读: http://waldorf.org.tw/waleduintro.html)

我曾参加他小型的演说，人数少于 50 人；也听过他在第一座歌德馆(Goetheanum1)中演讲；当他在大型公众集会详述“三重共和国” 2 的理念，我在现场，那是 1923 年的德国，身处令人震惊的氛围中，卢尔(Ruhr)被占领，德国马克全面崩盘。他都是相同的：清楚、体谅的、有益、镇定的。在那些日子 他能够使德国最大的礼堂座无虚席，他宁静的声音有足够的强度，在没有扩音器的情况下，即使在顶层楼座的最后一排，都可以听见。
(1.延伸阅读: http://ccchad.blogspot.tw/2012/12/goetheanum.html)
(2.延伸阅读: http://en.wikipedia.org/wiki/Social_threefolding)

他的最后四年
第一座歌德馆

他的头发保持乌黑到底；我不记得有任何一根灰发在里头。他的棕色双眼，有时

候会出现一丝金色微光，带着同理心看待所有事物。同时他拥有一种非比寻常的轻松举止。

从 1913 年起，史代纳永久地定居多纳什城(Dornach)，靠近瑞士，巴塞尔(Basel)，他住在一个屋子中 当地人称之为”韩西庄园”(Villa Hansi)。不过 他大多数时间都待在他的工作室之中，那真的是很不起眼的一栋简单的木造建筑 毗邻着大型木工厂，第一座歌德馆的许多木制品都是在那儿预先制造完成。在这间工作室中，他接待川流不息的访客。协助的朋友或许会带访客到达他的房间，但最后他总会亲自在门边迎接。他是如此谦恭有礼，让访客感到安心，甚至带给访客一种危险：忘记他是谁。史代纳给人一种印象，那就是除了倾听一个访客不成熟的各种问题 他在这世上没有其他的关切或兴趣。

他会坐在一张简单的、柳条编织的椅子上；双腿交叉，或许偶尔把一只脚上下移动。在他的黑色大衣的翻领上，一个人可以看到些微的鼻烟痕迹，因为他偶尔享受旧欧洲的消遣— 吸鼻烟；但他既不喝酒也不抽烟。我从未遇见任何这样的人，似乎可以恒常地同时处于歇息与行动的状态，全时间完美地放松与绝对地警醒，我确定以后也绝不会遇见这样的人。

他的人生的最后一个夏天，1924 年，那是他最多产的时期。他举办专门的课程：农业、治疗性教育、优律思美(Eurythmy)。然后是八月在英国，托尔坎(Torquay)参加暑期讲习会；九月上旬 他返回多纳什城，他还进一步增加活动，每天给出五场、甚至六场不同的演讲。每天有一堂课，为基督徒社群的教士们讲述新约的启示录；另外一堂是田园医药，学员包括教士与医生；还有一堂戏剧艺术，我记得有一个早上，他独立表演整出戏丹东之死(Dantons Tod)，这是德国作家毕希纳(Buchner)描写法国大革命的作品。在另一个早晨，他演出莱辛(Lessing)创作的浮

士德片断曲(1759)。除了以上这些之外，他也为歌德馆的工作人员举行演说。

在这些专门课程之外，歌德馆的灵性科学之学院的一般演讲和其他中心活动都没有中断地继续进行。

但那无可避免的时刻接近了，即使他拥有能够迅速恢复的身体，因着庞大的工作，身体开始出现过劳现象。有时候 在一整个礼拜 他每晚几乎睡不到两个小时。我相信他知道自己在做什么，他相当了解这根蜡烛为何不只两头烧，连中间也一起燃烧。

他的最后四年

基督-耶稣之雕像

我对他最后的回忆是那一晚，我有幸与另一个朋友在他的床脚保持警戒。那是他的葬礼的前一晚，那张床坐落在他简朴的工作室，他生前最后六个月卧病静养的地方。有一尊接近完工的雕像向下看着他，那是史代纳曾雕刻的伟大基督。

即使就字面意义而言，他的确躺了下来，在基督的脚下奉献他的生命。

在死亡的云石白之衬托下 他的面容更显庄严。在寂静的夜里，只有一些燃烧的蜡烛，仿佛人类历史的各个时代都会合起来向他致敬。怀着深深的崇敬感，我不禁要问他是谁，直到今日 我仍在探究。

ALFRED HEIDENREICH

1961 年八月- 写于英国，伦敦

延伸阅读：本文作者 ALFRED HEIDENREICH 的生平简介(英文)

http://wn.rsarchive.org/RelAuthors/HeidenreichAlfred/index.html

(V)2013 Digested and translated by c.T.

☆ 第 1704 章集：Q'uo 对话之十三

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 13

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 1 月 19 日

(这次会议开始之前有一段调音和冥想。)

Aaron：我是 Aaron。我希望你能够如我看到这个房间一样地看到它。通过这三天，越来越多的光放射出来了。在我看来，这个房间是位于这片风景之中的一个小太阳。

在我们已经完成的这过去两天时间中，当 Q'uo 和我对你们谈话的时候，你们只能够处理这么多的内容。很明显，我们可以无止境地谈论这一点。如我们已经说过的一样，各种问题已经在你们每个人的想法中升起。对于你们当中的一些人，他们有一种感觉「我有一个问题，但是 也许我并没有做好准备询问它；我无法足够清晰地用语言将其表达出来，」或者「如果我听得更加仔细，我就会知道答案了」，或甚至是「我已经在某个层次上知道答案了，我不必提问了。」

这全都是没问题的。然而，也许今天更有帮助的方式是从听取 从过去这两天的工作中衍生出来的拓展性的问题或想法开始 而不是从听取你们的一个团队问题

开始。你们的发问过程是一个澄清你们的想法的方式，也是一个向我和 Q'uo 更加清晰地表述你们最需要听到什么的方式。

你们有些人对在过去这两天中已经被建议的内容有某种苦恼，他们有某种说不清的模糊的不舒服。

我鼓励你们将其尝试清晰地表达出来。就是通过同时对让你觉得舒适的事物和觉得不舒适的事情的表达，真正的问题就会浮现出来。那就是全部了。

（接下来是一段团队分享和讨论时间。）

Aaron：我是 Aaron。我们将在今天更多地聚焦于慈悲而不是相互依赖性(codependence)，你们可以接受吗？我想我们已经非常充分地探讨了相互依赖性。你们如何来深化对这个你之所是的存有(being)的慈悲呢，谁躲藏到恐惧之中呢？将此作为一个焦点，你们可以接受这个焦点吗？我想知道我的兄弟/姐妹 Q'uo 是否对于这一点有任何要补充的吗？那就是全部了。

Q'uo：我是 Q'uo。再一次 在一切万有的太一无限之源头和终点的爱与光中致意。

的确，我们确实感觉叫做 Aaron 的实体和我们已经探讨了大量的资料。对于你们进行许多思考而言，它已经绰绰有余了。言语是非常有帮助的，不过 只要有言语，就会有与造物者合为一体的直接知觉的距离或缺乏，他的名字就是爱。这爱是一个已经创造力量的名字。它的本性已经降临于显化的所有层次并构成了你的精髓与核心，那爱已经被转变、被塑形，或者 如果你以带着偏见的眼睛来看的

话，爱已经被扭曲并弯曲进入你们每个人所体验的想法和感觉的每一个部分了。

当你聆听我们的言语时，请了解，和你们一样，我们并没有办法来讲述或表演纯粹的中心的动作。在灵性的旅程中每一个人都感到的 一而再、再而三的失败加起来 不知怎的 就等于一个学会爱的奇迹了，不管你的每一个失败的感觉，也许同样就是因为这失败的感觉，你接着发现自己来到了你之前从未到过的地方：在看到你自己的易受伤和不完美的方面，你更有能力、更敏感了。

当我们来到这次会议和谈论慈悲的结束的位置的时候，我们请你们每个人停止思考，去接纳在我们前面 也在你们前面的奥秘，接下来，我们请你们加入我们一起转身面向这奥秘。凝视它。感觉无限奥秘那令人惊叹的荣光和威严。那儿，就在那察觉中 蕴含着那拥抱脆弱性的保护。在那奥秘的阴影中，蕴含爱的无限财宝，即使是那个最受苦的你，即使在最黑暗的时刻，它都会抚育你。

这慈悲并不来自言语。对于那在言语之外的理则与爱，仅仅为了具肉身的自我，才会花费很多的言语好让该自我靠近他。因此，我们的言语为你的情境与进程提供帮助并使其变得清晰，我们的言语已帮助(你)定义在与太一无限造物者的共生关系之中变得独立的过程，使用我们所有的这些言语吧。但是，接着就去寻找慈悲，让我们转向至高者的至圣所 [如这个器皿会说的一样]，并邀请那早已存在的合一的觉知。

我们现在愿将麦克风转给名为 Aaron 的实体。我们是 Q'uo。

Aaron：我是 Aaron。昨天我们定义了慈悲：一个相当冷淡和客观的定义。如 Q'uo 已经指出的，言语仅仅提供了概念，而非经验本身。谈论慈悲并用智力来探

查它，这并非体验(慈悲)。

我亲爱的朋友们，当我说完全的慈悲、完全的连接与无防卫性是你真实的本性时，你们理解我的意思吗？当然，你并不总是体验到它。你是人类，成为人也是你的本性的一部分。但你是神圣的。怎么可能是其他的呢？

我曾描述你为穿着尘世衣服的天使。这些尘世的衣服对于投生的体验而言是必须的，就好像一个宇航员需要一个在外星的环境中可以保护他隔绝压力的配备，并为他提供呼吸的空气或保护他避免极端的温度。

因此，你的身体为灵性提供了一个情况，在其中灵性就能够用一种半保护的方式通过这些情境了。

纯粹的灵性体无法居住于这个地球上。当肉体[它是人灵的家]被割伤的时候，它就会流血。当情绪体被敌意的言语攻击时，它会感到痛苦。

的确，我们在此返回信心，返回到在人生经验中 你的信心，返回深化这已经证实的信心的过程—「我就在我需要在的地方」，带着对它是幻象的认识同时带着「我必须怀着尊敬对待这个幻象」的认识而工作。也许尊重就是一个关键词。当你尊重物质体、情绪体和理智体时，你就会在遭遇痛苦时 对这些身体的退缩更加不带有评判。

你已经听我反覆地说过，你是来这里学习爱，无条件的爱，它无法在人类形体中被完美地学会，但是你可以作为人类而尽可能地靠近它。作为一个整合的整体，你正在学习，而高我/灵性体也正在学习。灵性体要知晓它的完美是很容易的，如

果它从未看到不完美，它有什么机会来练习无评判和无条件的爱呢？因此，灵性体进入到这间肉体的房屋中，它与情绪体和理智体结合在一起，这样它就可以练习无评判和练习无条件的爱，针对那些先前被批判并发现有所缺陷的事物。

你正居住于其中的幻象中的一个是 所有你对另一个人的反应实际上是对自己的反应，这是你们很少看到的。这是一个无保留的表述：所有你对另一个人的评判都是你对在自己身上被感知到或显化出来的那些缺陷的评判。你可以评判另一个人的不耐心，虽然你并没有表现出不耐心的特性，但是，在你的心中的某个位置你感觉到不耐心的升起，因此另一个人的不耐心被评判了，而你发现它是令人不安的。

在这个圈子中 有任何人从未感到过怨恨吗？谁从未感到过贪婪吗？你能看到所有这些令人不适的情绪是怎样的礼物？它们是恒常的催化剂，它们提醒你：发发慈悲吧。这并未暗示 默许那些无技巧和有害的行动和言语 [它们是对情绪的反应]，而是你只能透过重复地体验与工作那升起的事物而找到无条件的爱和无评判，而那升起的事物就是你自己身上已经被评判的事物。

昨天 Q'uo 谈到了小我(ego self)的价值。它的价值不仅仅是提醒你在过马路时小心汽车。自我的幻象本身对你的成长和没有自我的实相一样地至关重要的。两者是彼此的一部分，在两者之间没有矛盾。如果你想要上学，必须要有一所学校、一个去上学的生命和许多老师。这就是你的人生递到你手中的事物了。

当你重复地进入到那些导致恐惧升起、穿起盔甲、渴望去防御的情境时，你不是要通过尝试去摆脱它们而越过那些恐惧和有害的反应，而是要通过提醒你自己：「我可否悲悯我所是的这个生命？」

有一个关于西藏圣者密勒日巴的精彩故事。他坐在他的山洞入口处冥想，据说，愤怒、暴怒、恐惧、贪婪的魔鬼出现了。它们是可怕的生物，它们发出一种腐烂的臭味。它们悬挂着血淋淋的刀剑，它们的身体是由腐烂的肉和骨组成的，它们发出一种令人恐慌的可怕的声音。密勒日巴看了它们一眼说:「进来吧，来坐在我的炉火边。」它们说「你不怕我们吗？」

「不」，他回答说:「你们可怕的长相仅仅提醒我注意去发发慈悲。来吧，坐在我的炉火边上。」
这个器皿问了这个问题— 她如何才能保持这种她感觉到的开放性？她如何才能保持无防守状态呢？在每一次防守性出现的时候，一个人单纯地注意到防守性的升起与恐惧的升起并说:「哦，你又来了。恐惧来了。来，坐在我的炉火边。」你的关系将持续不断地激发恐惧和一种去防守的渴望。你无法通过否定它或通过希望它离开而摆脱那种进行防守的需要，也不是通过评判它并说:「我不应该感觉到它，我现在应该更清楚地知道」。你通过拥抱那个小我、安慰它、注意到恐惧并邀请它坐在炉火边而超越那种需要。你无法超越你尚未接纳的事物。要超越小我，你必须接纳小我。

唯有在那个时候你所是的真实显化才会出现。你是神圣的。这神圣性努力持续不断地表达他自己，但是他经常被你基于恐惧的反应所压制。当你学习去直视恐惧时，你无需害怕恐惧，你发现你不必去创造那个无防卫的姿态，它单纯地、自然地对你浮现。你不必去搜寻连接。你体验到你真实的连接，因为对那种体验的阻塞物已经[我不要说被移除]被放在一边了。就好像一群人堵住了你前方的道路，如果你跺脚并说:「别挡了我的路」！他们会嘲笑你。但是，也许当你向他们微笑着说:「请问 我可以通过吗？」他们可能会让出道路。

作为一个过程，就是用这种方法你学习去保持你的心的开放。保持心的开放不是一个事件，而是一个过程。每一次你进行这个过程，你就会变得对它更加熟练一点，看到你是从什么地方邀请恐惧进来了 接着挑战恐惧在场的权利并再一次只想要摆脱它，你就会变得更加熟练一点了。你单纯地说:「这就是恐惧。坐在我的炉火边，但我将不会对你做出反应。我无需对你做出反应。」

在体验恐惧和需要去分离或防卫之间有巨大的差异，分离和防卫是对恐惧的反应。在你自己内在查看那个过程，你将知晓如何去经验它，邀请它坐在炉火边而无需去对它起反应。当你看着这个陷入一种恒常的混乱之中的人类时，你对自己的慈悲就会加深了。当一个情况被解决并感到舒适，但一个新的情况又出现了，创造出新的不适。现在，你如何能不拥抱自己— 这个乐意进入此生的混乱来服务、学习、成长的勇敢的你？这样，你的恐惧就不再是一个反应和防御性的提醒者，相反地，当你看到恐惧的升起时，通过你熟练地工作它的升起，你创造了一种新的模式、新的习惯。看到恐惧的升起变成了一个悲悯的提醒者。

那悲悯就是去成为无防守的关键了，允许自己和在你生命的情境中的人们的完整的连接。当那个层次的悲悯在你与自己的关系中表达它自身的时候，它很容易转移给其他人。然后，唯有在那之后，矮小的小我才会开始消融。接下来，另一个人的恐惧被视为与你自己的恐惧没有区别。没有任何要去防守的东西，因为没有任何东西不是你的一部分，没有任何东西能够真的威胁你。慢慢地，你学会以那种方式对另一个人打开你的心：这是我们的恐惧、我们的痛苦、我们的悲悯。在这个位置，大脑停止指引你的各种选择，心带着它深深的智慧和固有的悲悯，带着智慧和爱作出选择。这是一个至为美妙的过程，一个我肃然起敬的过程。

我想将麦克风在这里传递给我的兄弟/姐妹 Q'uo。那就是全部了。

Q'uo：再一次 我们与这个器皿在一起。我们是 Q'uo。

一个视觉化的观想可以让我们要说的内容更清楚。我们想要你们和我们一起想象你的灵性自我在显化之中的房屋。你们居住在一个高度重视自由的文化中。对自由意志的尊重，这是最高的世俗伦理。因此你一开始就在你的房屋的门上张贴着:「我拥有自由意志」，或者「我拥有我的权利」。

然而，这个房屋有一个更高的楼层。这个房屋的楼上的大门上张贴着一个不同的说明。它说: 「尘世和其中所充满的都属于上主。」*

*出自圣经，诗篇，24:1

这个你所知道的房屋的楼上就在无限造物者之中，而无限造物者就在它之中。它知道一切事物都是属于造物者。花时间与这个认识在一起，爬上楼梯到二楼并坐在你自己的慈悲之椅上，如果你只进入一会儿，向万物的意识开放吧。当你爬下楼梯来到你的日常经验的房屋底层时，你将发现在你的前门上的标记改变了，它说:「我是值得的。」

我的朋友们，你值得收到一切的好东西；而如果你没有收到一个好东西，你仍旧是值得的。只是你的感觉和情绪被[传递无价值感的]狂暴经验所擦伤和磨损。这是一种虚假的传递，不要接受这种传递，而毋宁知晓你的价值、你的美好并感觉悲悯自然而然地从你留在二楼的那部分之中升起。

我们只能感谢和祝福这个圈子中的每一个灵魂。这对我们是一种怎样的荣幸呀。

我们在太一无限造物者的爱与光中向各位道别，并将麦克风交还给名为 Aaron 的实体，好让这位睿智的老师也向各位道别。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

Aaron：我是 Aaron。在我们下次会面之前，我可以给你们一点家庭作业来进行练习吗？观察恐惧的升起。尽可能清晰地看到这个过程。首先，有一种对那感受到的威胁的意识的感知。你可以将其感觉为在肉体中的腹部、喉部和其他位置的紧张。你可以用「紧张… 紧张…」来注记它。如果它是一种在感知上看得见的或听得到的威胁，知晓有看见和听见。从那种被感知的威胁，一种恐惧感升起。然后，去防卫的需要就出现了。看见那种去防卫的需要和恐惧本身是不同的，非常仔细地查看它。防卫的需要是对恐惧的反应。恐惧是如此令人不舒服的。有一种去摆脱恐惧的渴望，而从那种反感中升起的要嘛是去防卫的需要，或要嘛是将恐惧投掷到另一个人身上的需要… 还有愤怒、怨恨、指责。

将这位睿智的老师密勒日巴带入你的心中。当你看到恐惧升起的时候，非常实际地拉起它的手并说:「恐惧，进来坐在我的炉火边」。就那样就好了。开始观察有什么不同的认识出现了，它不是恐惧，但是对恐惧的恐惧会引导你的防卫并因此将你拉入到这种不健全的相互依赖性之中。非常仔细地参观它，甚至去记笔记[如果你希望的话]。在意识中进行这项工作就好像做实验一样。

作为第二步，注意到有时会不情愿去做这项工作，注意到甚至在你已经向自己证明你可以让恐惧消散并保持开放的时候，在某种程度上有时还是会有一种渴望不去这样做，你的一部分觉得「我没有做好准备去负责。虽然我想要去爱和感觉到连接，我不确认我这一次准备好做它了。我的一部分希望去责备并想要继续这种无技巧的相互依赖性，而不是进入那种生动而钟爱的共生关系中。」

这种想要继续那些陈旧而又不健全的模式的声音是什么声音呢？你能够看到小我在踢打和尖叫吗？你能对它微笑吗？你越害怕你的小我并努力用评判来赶走它，你就会允许它更加变得坚固。当你对着它微笑并一样地说:「哦，你又来了。来坐在我的炉火边」，接下来，这就会允许你向着你所是的灵重新开放了。

我建议并希望你们用这个方式练习，当我们下一次相聚的时候，希望你们与我分享你的发现。容我同样请你将我昨天提供的图像留在你的脑海中吗？你们都是灵性的战士，在这条宏伟的道路上 你们走的每一步，你们成长的每一小步，在所有的层面上都有非常众多的深情的存有对你的勇气鞠躬，并在你的道路上撒下花朵。这样说并不是为了膨胀小我或让你感觉你作为一个个体是特别的。

所有的存有都是特别的，在整个宇宙中 没有任何事物比越来越开放地进入到个体的灵性之爱更有价值了。

我再一次感谢你们允许我与你们分享我的想法。请记住 拿取有用的事物并将其他的扔掉。我的爱与你们同在。那就是全部了。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ **第 1705 章集：耶稣基督的奥秘 [重校版]**

Copyright © 2003 L/L Research

L/L Research Transcripts from www.llresearch.org

DISCLAIMER: 本译文不完全对照英文原文直译，仅为摘要翻译. 有兴趣了解全文的读者请到 http://www.llresearch.org 之 LIBRARY 区自行阅读原文.

周日冥想
1986 年 12 月 14 日

小组问题

在这个季节，我们想问关于基督的出生，基督的生命与教导，附带一个问题是圣诞节对于耶稣的意义.

(Carla 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意. 在他的名与服务中 我们答覆你的呼求. 我们一如往常地要强调，要记住我们给予的东西是我们个人意见与我们的信仰，并非绝对无误. 所以，以善意聆听我们 但放下那些没有帮助的思想.

我们发现在谈到耶稣基督的主题，我们必须比平常小心以守卫自由意志，因为这个实体对于一些人而言具有核心的重要地位，我们希望我们的话语不要成为绊脚石 或引人进入荒地的歧路; 而是揭露一些有益的中立信息. 要完全理解耶稣基督的本质 有些必须的认知超过你们第三密度的层次. 所以你们在意识心所寻求的耶稣基督 有一部分笼罩在神秘中. 并不是因为我们有意故作神秘，而是基督的本质是个神秘.

我们将步调放慢，我们与这个器皿一同工作 寻求一个更精准的平衡，我们少一点控制，器皿多一些臣服；我们希望最终允许该器皿进入更深的意识层次 同时保持清醒. 我们感谢你的耐心.

现在继续，Jehoshua 实体，希腊文称为耶稣(Jesus)，或 Jesu，出生在仲夏时节，大约是公元前五年半. 我们相信这是准确的衡量. 关于出生日 我们只能说是在七月中. 我们很抱歉，但你们的记数方式对我们而言没有什么意义. 我们了解你们的月亮，而非你们的数字.

我们不能谈论器皿所称的处女生育，并启动混淆法则，我们只能说每一个新灵魂当它觉醒并观察到自身为一个永恒的生命 它就经历了处女生育.

这个事件(耶稣诞生)诚然困难，但确是卑微的，虽然被一个光学幻象所照亮，容我们说，天象最非比寻常的排列，造成有几个月期间 夜空出现一个非凡明亮的光团.

基督与一个有用的鲜活通道的结合是强而有力的，许多超自然(psychic)事件发生在这个事件的前后. 星象家国王的确跟随星星旅行，无论如何，他们抵达的时期已经是基督出生后的一年半了. 这样的旅行你们可以好好思量，当作是你个人的灵性冒险，你前往你自己的马槽 寻找那新生的婴孩，由希望所引导. 这希望是你存有中最明亮的一颗星.

耶稣实体被爱着 也还之以爱，但他的心智驱使他成为孤单，虽然在很年轻的时候 他就充分了解他存有的本质，他对于智慧有着巨大的飢渴. 你可以称呼这个实

体为天才神童. 这个实体教导了许多许多事情 远超过目前已知的记载，他可以持续地教导直到永远，然而 目前的记载 就一般教导而言 已经足够 我们不想藉这个机会来调整现有的教导. 因为那不只会侵犯自由意志，我们也不希望动摇那些还没有对基督产生兴趣人们的观点.

就以上所言，有位基督; 而这位老师、管道、造物者的代表称之为圣灵，你愿意怎么称呼都行. 基督透过许多许多途径说话，说给那些内在耳朵打开且倾听的人们，不只是被动地聆听，而是身子前倾 真正地专心倾听.

基督的概念如是: 智能无限由理则(Logos)经验，这理则带着某种偏好进入第三密度的经验，并不是抹除耶稣的人格或存有，而是在最大可能限度 与之和谐相处. 需要有一个人愿意牺牲一生迎接造物者日益增加的愉悦与苦恼，体验这个器皿所称的弹弓与箭矢般的暴虐命运. 这是当基督的本质与第三密度本质相遇必然产生的结果-第三密度缺乏理解(谅解); 基督则怀抱着惊奇、喜乐、牺牲.

如此相遇是你们幻象的忧伤 又是令人激动的喜乐与交流.

最终，耶稣人子成为十分能够承受这喜乐与苦恼的实体，这个实体停止经验造物者，有很长一段时间成为经历第三密度的造物主. 这样的实体是爱的完美通道.

这完美通道的成就是造物主与幻象合而为一的奥秘.

在这个结合之后，通道的负担相当快速地拖累着主导师，耶稣. 在被钉在十字架的时刻，如这个器皿所称，几乎没有一滴眼泪还留在体内，没有一根骨头是完整的，也没有一个同伴没有以这种或那种方式背叛. 虽然如此，耶稣-基督活得很好

直到最后一口气离开肉身之前 都没有停止传达(造物者).

我们怀着感恩与喜乐 见证这位基督. 庆祝造物主浇灌到这个通道中，他能够完整分享 理则的本质，爱的本质，造物主强有力的惊人之爱.

你们问耶稣-基督对于人们庆祝圣诞节会怎么想. 我的朋友们，耶稣很高兴. 他很高兴看到施与受 在爱，慷慨，欢乐当中进行. 这个实体从未将他的个人生命与他所传达的基督混淆在一块，但最终完全让道给 基督.

他总是知道源头是什么 并称呼它为天父. 你们要怎么称呼都可以，我们没有教条或教旨，只庆祝爱.

造物主喜悦那些庆祝灵性基督之光进入黑暗的人们. 然而 造物主也庆祝同样事件发生在你们每一个人的生活中，不管你的圣诞季节是什么，不管你的星星何时在呼唤你.

我们发现这样的集中心神 造成该器皿比平常疲倦许多，因此我们停止透过该器皿谈话，将通讯传递给 Jim. 我们在爱与光中离开这个器皿. 我们是 Q'uo.

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，在爱与光中向你们致意，最后对于刚才透过 Carla 传递的谈论做个总结:

确实，对于每个寻求解答生命奥秘的实体，总会有个季节来临 所有活动停止 并

将注意焦点指向里内.

在寻求真理的过程中，每个实体会面临一些试练与考验，在这些试练中，实体发挥其极限 并且牺牲自己的所知与未知，臣服于生命格局中至高无上的原力，你可以称呼它为太一造物者或爱或基督意识.

伴随着这个臣服，新的觉知与经验种子开始萌芽. 当你们每个人参与以基督-耶稣之名庆祝的活动; 每个人也确实参与某种仪式— 在每个显化载具之中，基督意识的更新与最终的复活. 而每个载具都有理则做为源头和激励者，在你们每一位从事的伟大之进化经验旅程中，始终如此.

当然，在任何的生命样式和庆典中有许多令人分心的事物，好比圣诞季节提供的活动.

此时 我们感觉已经分享与你们呼求一致的观察. 我们在此时询问你们是否有任何问题?

问答集

J: 生出耶稣的生日是在仲夏时期，我听得是否正确?
我是 Q'uo，我们如是说. 我的弟兄，我们可否进一步讲说?

J:耶稣确切的生日大约比我们的一些史学家相信的时间早五年，是否正确?

我是 Q'uo，就我们感知你们对时间的衡量方式，这个数字是相对正确的.

J: 生出婴儿-耶稣的实体名称为何?
我是 Q'uo，我们发现要照原意翻译出这个实体的名字不大可能，但可以近似的发声来说，即是你们所知的玛莉亚(Mary).

J: 从今晚的课程 我认知耶稣选择降生到第三密度，但被赐与一种能力 不必经过(遗忘)罩纱的过程，一般第三密度生命再来到这个次元必须经历的过程. 这样说正确吗?
我是 Q'uo，我们发现这个说法有其正确性，虽然我们觉得要完整解释耶稣所经历的觉知本质有些困难. 这个实体能够保持其觉察途径，容我们说，他来到世上透过生命中连续的经验 轻易地启动其觉察途径，稍后，这个实体能够传达并体验天父或理则的爱，与其人格体和谐共振，却不会消灭耶稣的人格.

J: 为什么今晚的传讯过程必须进入更深的专注状态?
我是 Q'uo，原因有两个，首先，这个主题对于这个小组的一些人而言 属于核心议题. 增加侵犯自由意志的风险. 其次，这次的询问属于特定的焦点，为了适当的回应，需要器皿移动到意识的深层，容我们说，可以使静电干扰传讯的程度降低.

J: 非常感谢，清除我的疑惑. 在地球上，耶稣是否曾再次降生于行星地球上?
我是 Q'uo，我们没有发现过.

J: 未来，耶稣是否可能再次降生于地球上?
我是 Q'uo，我们发现并不是耶稣实体再次出现，而是基督意识将流过那些准备一

个位置给该意识的人们.

J: 我有点困惑，你能否进一步解释: 准备一个位置给这个事件?
我是 Q'uo，我们在结语提到那些 寻求真理的人们 退隐到自我的内在部分 寻找笼罩于神秘中的东西 最后在此生中允许爱的传达 如同耶稣在他的一生中达成的目标. 耶稣展示了这个过程，最终的高点是基督意识的复活.
因此，每个寻道者藉由如此的寻求与信心的练习 在一生中准备了一个位置给这个复活(事件)，容我们说.

H: 我有个问题. 耶稣基督从坟墓复活之后的瞬间，他的身体是固态的吗，或它可以穿透门，如同蒸气?
我是 Q'uo，耶稣实体在复活时刻 能够传导天父或理则的爱 其程度到了可以影响肉体载具结构的地步，将肉体充满了光 以致于它能够同时显现第三密度幻象的特征 并且能够精练其光之焦点，得以穿透你所看到的 第三密度幻象中的固体.

J: 你能否解释你刚才说的 耶稣基督出生时 天象的排列，创造出光学幻象 或是一个光团?
我是 Q'uo，我们暂停一下 以允许这个器皿进入稍微深沉的状态. 光的型态对于那些居住在所谓圣地附近的人们是显明的，这是由于行星以及星座非比寻常的排列产生的，它们似乎将它们的光辉聚焦于一点 在当时看来 那一点甚至比月亮还明亮 还接近地球. 这样明亮的光点在当时被视为是个记号 特别是对于星象家而言.

J: 当时天体的排列是纯属巧合，或是为了实践关于耶稣基督诞生的预言?

我是 Q'uo，我们注意到这个排列是周期性的事件，它是你们地球演化周期整体的一部分，它提供了一种入口进入形而上的领域，容我们说，它是个信号 一个机会让耶稣开始它一生的服务.

J: 如果这个排列是周期性的，它何时会再次发生?
我是 Q'uo，这个排列或精练意识焦点的机会 出现在主要演化周期的尾声，一个周期大约是 2 万 5 千年. 这个机会允许那些准备好收割或毕业的人们开始最终的课程. 精练意识焦点的机会提供给每一个人，对每个人而言都是独特的.

我们可否进一步讲说，我的弟兄?

J: 感谢你清楚的答案. 我们是否可以精确地指出耶稣诞生的地点?
我是 Q'uo，我们发现这个地点对于你们人群仍然是个奥秘.

J: 你有没有可能告诉我们 这个地点大约的位置?
我是 Q'uo，我们不能够移动该器皿到足够深的位置[位于他自己的心智之树]，故无法传达这份信息，我们对于这个限制感到抱歉.

的确，我们发现这个特殊传讯必须的焦点已经开始有些摇晃.

此时 我们可否尝试接下另一个询问?

Carla: 怀着感谢，我想问最后一个问题. 首先 简单的是非题，你所说的主要周期指的是 2 万 5 千年 或是 7 万 5 千年周期?

我是 Q'uo，我们使用"主要"这个词汇表示 2 万 5 千年周期，保留"大师"周期这个词汇表示三个主要周期的总合.

Carla: Ok，最后一个是非题，但我可能要先陈述一阵子. 我仔细思量你所说的神秘. 那是真正的神秘，也是个矛盾，当然灵性议题的本质常是矛盾的. 就我们从其他信息得知— 耶稣是一个决定做这个工作的流浪者，他来到世上. 在觉醒之后不断地揭开面纱 直到他真正地觉知. 所以基本上，他一生传达基督，但耶稣这个人与基督总是有个区别. 现在神秘事情发生了，你说最终 基督变成了耶稣，这好比是基督来临 并接管了该意识，很象是 walk-in 的情况. 然而，同时你又说耶稣从未忘记基督不是他，基督是造物主 是他所传达的对象. 这个神秘的核心 你是否不可能以令人满意的方式解释给第三密度心智听?

我是 Q'uo，这的确是个神秘，我的姊妹.

在第三密度幻象中，每一个寻求真理的人 将自身置于接受的位置 藉由寻求的强度，信心与意志的力量，以致于到了此生的某个时刻 一个寻道者不只可能发现他要寻找的东西，还能变成他所寻求的东西. 这是第三密度中 复活的意义.

一个寻道者以凡人的双手建造一个彰显爱的一生，让爱以纯粹的方式流过该存有. 让太一造物者纯粹且贞洁的意识流过，寻道者获得造物的经验，并在一生中准备一个位置，于是，不只接收到所寻求的东西，还变成他所寻求的东西.

我们可以进一步回答吗，我的姊妹?

Carla: 不，这些思想食物已经足够了. 非常感谢你优雅的答案.

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姊妹. 再我们结束这次的工作前 是否有任何简短的询问?

T: 是的，这是真正的意义. 你刚才说的基本上也是我的想法. 我想问，是否这就是达成合一状态，成为太一的真正意义? 换句话说，肉体与高我真正合一. 这样说基本上正确吗?

我是 Q'uo，这是正确的，我的兄弟. 因为继承造物者的每一部分都是太一造物者.

在第三密度的一生中 有许多可以学习的地方 遗忘面纱的启动 导致这个幻象的经验具有相当的强度 从而提供造物者每个部分最充分的机会去知晓爱的力量 去救赎及复活 即使是太一造物者的最小部分.

因此，当每一个寻道者到达一个地步 可以完美地传达太一造物者的爱层面，届时每一个生命型态都有了神圣的外貌，一切所见皆为神圣.

我们可以进一步回答吗，我的兄弟?

T: 不，说得好，谢谢你.

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的兄弟. 在此时，我们即将离开这个器皿与小组，怀着喜乐的感恩 感谢每一个成员允许我们谦卑的思想透过言语投射到每一颗心之中. 我们再一次提醒每一个人 我们像你一样 仍在寻求，怀着希望 信心，但同样容易犯错. 带走你觉得有意义的话语 放下那些没有意义的话语. 我们是你所知的

Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿.

Adonai，我的朋友们.

Adonai vasu borragus.

(V)2003，2013 digested & translated by c.T.

附录: 理则的意涵

-- 希腊哲人，赫拉克里特斯（Heraclitus，.540--480B.C.）

赫拉克里特斯常用 Logos（意为「理则」）这个希腊字来代替「神」一词。他相信，人类虽然思想不见得永远一致，理性也不一定同样发达，但世上一定有一种「普遍的理性」指导大自然所发生的每一件事情。

「普遍的理性」或「普遍的法则」是所有人都具备，而且以之做为行事准则的。不过，赫拉克里特斯认为，大多数人还是依照个人的理性来生活。

所以，赫拉克里特斯在大自然不断地变迁与对比的现象中看出了一个「一致性」。他认为这就是万物之源，他称之为「上帝」或「理则」。

☆ **第 1706 章集：爱与光早期资料 #50**

Copyright © 2005 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选.

有心人若渴望阅读 100%的外星传讯，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

周六冥想

1974 年六月 1 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中问候你们。再一次和这个团体同在是个大荣幸。

此时 我位于一个飞行载具中，位于你们住所的高空上方，我们能收听你们的思想，你们有些人可能会认为这是种冒犯，但我可以担保不会的。我们能够知道地球人类的想法，但不会冒犯他们的思考或活动。我们不认为知道他人的想法是种侵害，因为我们看待这些思想就像我们自己的一般。我们看待这些思想就象是造物者的思想。

我的朋友们，你们或许会认为不属于爱和手足情谊的思维就不是出自于我们的造物者。这是不可能的，朋友们，所有产生的思想都是由造物者产生。所有产生的事物都由造物者产生。我的朋友，他是所有事物，存在于所有地方，他是所有意识，所有存在的思想。他无限多的各个部分，每一部分都有自由意志，都能自由选择自己的道路。他所有的部分和全体造物沟通，在他完整且无限的神智中。

我们并不尝试改变我们造物者的思考，我们只是尝试将他的想法带给其他一些较为孤立的部分，让他们自行检验与评价。

孤立的部分，我的朋友们，为什么我们认为这些部分被孤立了？因为从我们的角度，他们选择流浪许久，已经远离那弥漫在[我们熟悉的]大部分造物当中的概念。

我们发现 地球上的人们在他们的经验与实验中，思想上已经变得孤立，已经与[我们经验的]广大的造物分离了。

我们发现地球上的人们离开了常轨，在思考、实验、目前经验中都离开常轨。如果造物者，由他在行星地球上的众多部分代表，想望以地球人的方式经验和实验，那么 这正是我们祝愿他去做的。

因为他是我们，我们是他。我们了悟这是个特许，这个存有[即是我们全体]的特许。

不过 我们相信在这个孤立过程中，他的一些部分已经厌倦了地球上人类的各种经验，他们现在寻求一种经验— 更密切地与[我们已发现的]正常状态关联；因为我们实地调查这无限造物的一个非常大的部份 我们在经验中找到这正常状态。

所以 我们在此监测行星地球上的各种思想，同时发现那些寻求和他的起初思维[全然爱的思维]重聚的实体。

我们在此打广告，宣传单纯地返回这个思维的可能性，尽我们所能地接触那些现在想要离开这个[地球幻象中的]实验的实体[都是他的部份]；这个实验已经带着地球人远离起初思维，进入一种连那些造成该实验的人都不想要的经验。

是的，朋友们，我们知道你们的想法 因为你们和我们是相同的，确切地相同；我的朋友，因为我们是同一且相同的东西。我们相连的方式并不是你们目前可以伸手碰触的，甚至不是你们可以看见的。虽然如此，我们是相连的，如同这个宇宙造物中的所有事物，透过那单一原力[产生一切万有并创造你]相连在一起。我们曾称呼他为爱，但这是不恰当的，因为你们的语言用这个字表达你们在幻象中经验的各种情感和反应。不过 我们必须用这个字，我们必须用它 直到你们帮助自我抵达它的全面意义。

我的朋友，你们可以做到的，这方法相当简单，我们已说过许多次，就是透过每日冥想。然后 他的那些正被闭锁在[因着需求和渴望该经验而被创造的]幻象中的部份将开始解放他们自己，他们将开始改变自己的渴望，再次地 开始觉察爱，不是照地球人的诠释，而是照它真实的意义，就它无限与包罗一切的意思而言。届时，我的朋友，你们和我们将会更多、更多地紧密关联。因为你们也将知道我们的想法。

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我和这个器皿同在。我的朋友，我们敦促你们，记住我们带给你们的东西。下一次，容我们说，如果你觉得在这幻象中被情势[盛行在你们的物理幻象中]逼到角落了，记得你所学的 不要忘记你如此辛苦工作得到的成果，你可以选择在任何时刻 转换你的需求与渴望，从物理幻象中，转移到天父的造物之中.只要你的目标还在这个物理幻象之中，你就必须受到盛行在这个幻象中的法则所主宰. 如果你可以转换你的渴望，提升自己进入无限太一的造物之中，那么，我的朋友，你可以获得强化很多的能力 将自己从该幻象逼迫你进入的角落中跳

脱出来。

我的朋友，你们曾选择进入这个幻象，因为你们以为自己需要在这里可以获得的经验。如果你现在感觉你愿意中止经验这个物理幻象附带的麻烦与困难，开始经验你在灵里渴望的东西，你只需要转变自己的渴望，朋友们，迟早你将发现你渴望的东西已经发生。

如果你们愿意保持耐心，我想要接触正在发展的新进器皿。此时 我想要转移这个通讯到名为 E 的器皿那儿。

(无名氏传讯)

我和这个器皿同在，我是 Hatonn。今天傍晚 我已对你们谈论几个题目。然而，在结束之际 我想要陈述唯一重要的事给你们考量。那就是你个人对服务的准备，你们将要服务人类同胞，因此 你们必须准备好自己从事这项服务。当然，我的朋友，透过冥想完成这个准备。

我们再怎么强调冥想的重要性也不为过，透过这个技巧，你们将接收到所有个人问题的答案。你们难以领悟这点，但这是真的。你们所有的问题都能归纳为一个极度简单的概念，你们可以在冥想中开始觉察这点。一旦你们完成这个过程，你们将准备好去服务，正如其他已经服务、现在持续在你们星球上服务的实体。追随他们的范例，花时间在冥想之中。使你自己有资格向外伸手给人类同胞，引领他离开[他正在经验的]混淆的黑暗 返回他渴望的光中。

此时 我将离开你们，我是 Hatonn。

Adonai。Adonai。

(V)2013 Digested and translated by c.T.

☆ 第 1707 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十四

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 14

开放内心

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 3 月 21 日

(这次集会开始之前有一段时间的调音和冥想。)

团体问题：我们如何开放内心呢？

亚伦：我是亚伦。对你们全体献上我的问候以及爱。一如既往，去感觉这个房间的能量和光并且感觉你们渴望去服务和学习的纯净是一个极大的喜悦。我们被给与的问题是：当你们生活在这个幻象中的时候，透过你的生活提供给你们的催化剂，你们如何保持心的开放呢？如果你愿意原谅以下的双关语，容我提醒你们的内心(heart)从未关闭从而来到问题的中心(heart)。你们可以在你的内心的四周围筑起围墙，但是你的心从未关闭。

这里有一个真正微妙却是重要的区别。当你认为你的内心封闭的时候，带着那颗封闭的内心，你完全与你最深的实相分离，这实相是你内在的神性。心即是那神性的中心。所以只要你们询问“我如何保持内心的开放呢？”在某个层面上，你们就在这个“我如何留住我的神性呢？”的扭曲中被逮住了。但是真正的问题是“我如何表达那神性，记得他一直在那儿？”

假如你们将内心想成是一处最纯净的光，它真实地映射出那神性之光，那么你们会明了这道光总是闪耀着。当你们筑起一面墙围绕这道光时，你们可能认为它和关闭内心是相同的事情；然而你们没有关闭这道光，你们只是由于恐惧而将它围起来了。如果你们保持这个意像，你将会记起那道光正持续闪耀着。在进行工作来消除这面墙的过程中，不断地觉察那道光的临在是一个重要的工具。

当你们感受到威胁时，当你们经验恐惧时，这面墙将一次又一次地被建造起来。当有这样的一面墙时，永恒之光无法进入你们；因此你们感觉你们自己与那神性之光的连接被切断了。当有意识的人类无法体验其自身内在的神性的时候，它就会因此感觉它自己被这幻象包围。

请知晓这光就在那儿而不用聚焦在恐惧上，这恐惧妨碍你们经验这道光的实相，你们可以聚焦在这光上面。藉由这样做，你们避开了与恐惧的一场对话。你们不再说“我如何摆脱恐惧呢？”毋宁，你们单纯地返回对这道光的聚焦上：“这是实相。这个就是我以及我们全体之所是。”你们能够听出这个差别吗？“我如何开放我的内心呢？我如何处理恐惧呢？”这些问题可能让你和恐惧进入一场战争。或者你可以说“光就在这里。注意。因为有这恐惧，今天比较难看见光。聚焦在光上。让它绽放。让它对我变得真实。”

当你们回到聚焦在那道光的清晰度上之时，这面墙就自己消失了。没有自我推倒这面墙，没有人做这件事情。仅有的只是觉察到：“恐惧在这里。它正封锁住光。我需要找到那道光，因为恐惧的在场，要看到它有一点困难。当我让爱进来的时候，恐惧就会自然地消失了。”

这个过程为你开启了一个关于你是谁的非常强烈的声明。你不是你的恐惧，你不是你的负面性，虽然它确实居住于人类的外形中。你不是较厚重[密度]的身体，虽然那是你的一部分。你们是神圣的，你们是天使。

我所建议的事情不是去否认你的那个恐惧而负面的部分，也不是不愿意去接纳那个部分的展现；毋宁，它是一种进入到整体性，知晓恐惧只是恐惧，并且接纳你们内在所有美丽的全然展现：那即是慈爱、慷慨、关心、活力。它是对你的真实存在的提醒。

这依旧导向该问题“我们如何做到这一点？”说内心总是开放的，以及说焦点是那道封闭了光的墙，做出两者之间的区别，这是好的。然而你能对这面墙做什么呢？你能对恐惧做什么呢？在你们正体验的幻象中，内心开启又关闭。你如何说它，这是没有关系，你正在经验的是切断这道光与返回到光中。当你与光的联系被切断了的时候，你感觉到非常、非常的黑暗。我所建议仅仅是你可以使用的众多工具之一，它即是忆起，“这道光在我里内。我是一位天使。即使在这一刻 我没有体验到那种天使属性，我依旧是一位天使。”

我希望通过接下来的几天，我们可以开始学习许多不同的工具，你们可以使用这些工具工作恐惧或和将你们关闭到黑暗之中的任何事物一起工作。我希望保持这个开放性的谈话的简短，并且让我的兄弟/姐妹 Q'uo 来发言。那就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候你们。当你们今天下午在你们的寻求圈中坐在一起时，将我们的振动和你们自己的振动融合在一起是一件极其蒙福的事情。我们为这个荣幸而感谢每一个人，并且祝福每一个人作为回报。

在开始谈论工具和资源时，首先我们将构建我们所使用的在第三密度内部表达的向内流动的能量模式和能量中心的一个特定的模型，这种能量同时是显化和未显化的，也就是 空间/时间和时间/空间。这个模型是带有七个能量中心的彩虹体，第一个能量中心是红色或基底的能量中心。在那里的能量和心智、身体和灵性的生命力有关 [当它们通过内在和外显的方式一同工作的时候]。

第二个能量中心从大腿连接处沿着身体向物质性载具的上方移动到接近肚脐下方的一个点。它是橙色光芒能量中心或橙色脉轮，在那里的能量表达出实体如何处理自我与自我以及自我与其他实体的之间关系。这是一个通常被阻塞或部份被阻塞的能量。

下一个中心可以被描述它位于肉体载具内部的位置是如果你被猛然一击，你会弯下腰的那个位置。这个黄色光芒中心表达出实体如何管理和使用自我与团体之间的关系，诸如自我与国家、棒球队或家庭等关系。

接着看到的是绿色光芒能量中心。这个能量中心正是和这个(团体的)问题有关的中心。这里是第一种能量(中心)，无须任何的能量内流而属于太一无限造物主的能量。这个是第一个能够被转换为给其他人的援助和帮助的能量。

在这个心轮之后，在喉部的身体区域中，是蓝色光芒能量中心或蓝色脉轮。它的表达是与沟通有关的，不论与造物主的沟通和从中进行的学习，还是任何通过言语的方式与其他人进行的沟通，或是通过歌唱、诗歌、艺术等非言语方式沟通；以及所有其他可选择的 毫无保留地分享自我的方式。
在额头位置的是靛蓝色光芒能量之中心或脉轮。当实体进行工作并致力于学习如

何锻炼人格以便于成为他之所是的一个真实而可信的表达的时候。这个能量中心是表达该实体的意识内的工作的能量位置。

这个能量中心尽管在彩虹(脉轮)以及在抱负或希望的等级上是相当高的，它却明确地倾向于带领实体们去呼求那些像我们这样可以提供一些可能有帮助的观点或想法的实体的能量。在这一点上 需要注意的是，因为与靛蓝色光芒一起工作，藉由蓝色光芒进行沟通，并且努力保持全然慈爱和全然慈悲的心的开放是一种努力，若一个人不那么喜欢较低的能量，该努力会因此蒙受巨大的损害— 中肯地说这类实体通常选择在较高的能量中进行大部分的意识内工作而选择不去解决在首先的三个能量中心中 表达不清晰的议题。

为了完成我们的彩虹(桥)，我们补充紫罗兰能量中心或顶轮。这个中心是实体能量展现状态的一个读取或读出的中心，单就它自身而言 它并未做功。它的作用是呈现该实体调和的能量状态的一个实时报告。

因此，由于寻求者如此经常地在没有对自己或对这个平凡单调的世界变得清晰的情况下去梦想、希望和探寻，我们的讨论想要从如何保持绿色光芒中心的旋转、振动和灿烂地闪耀开始，一方面 看到低于心轮的能量的更加常见的阻塞，另一方面着眼于把一种强烈的悲悯心灌输到寻求者的内在，使得寻求者对自己和[这个令人吃惊并对自我创造出表面性粗暴侮辱的]幻象都抱持悲悯心。

你是否曾处于一场对话中，在其中一位实体想要以这种或那种的熟练技巧来打动你呢？较低脉轮的能量的表达也是如此 希望用这样方式霸占内在的对话并谈论那些它做的很好的事，以便于消除或至少大大地减少去谈论或聚焦在那些只要想到它们就会让能量变得浑浊、缓慢和暗淡的事上的需要。拥有耐心以及自我接纳

去进入每一天的思维来检视寻求者在哪里被逮住了以及寻求者在哪里被伤害了，这似乎是永无止尽的一项工作。

然而，一个人越是能够充分地接纳自我的人性以至于看到深切地不完美的表现而没有厌恶，寻求者就越有很大的获得。是的，肯定一个人的性欲是一件难以应付的工作；去接纳一个人在处理自我和其他人方面的表面上缺乏技巧 是令人羞辱的。仿佛一个人不可能 陷入自己持续的不完美展现，却不会变得沮丧，以致于从灵性的寻求上退却。

然而，假如一个人可以将这个人性与这个沉重的肉身幻象视为是可接纳的，他就越能够变得平衡与足够清晰以致于太一无限造物主的能量可以向上流动，在不完美却平衡的能量表达中愉快地循环流动，那是你作为寻求者而创造出的能量，凭借着你对自我的宽恕，在一次又一次的宽恕的工作中创造出来。

你可以透过二种方式来思量你自己。首先想象你自己如同一位王子或是公主，有着精致的容貌与身材，漂亮地穿着皇家长袍，坐在一只巨大的、笨重的、装扮美丽的大象上。在这个模式中你正工作于靛蓝色光芒的水平，而脱离了不被接纳的更明显地受限于地球的自我能量的部分。

或是你可以想象自己是一只大象。这只巨大的、看上去身体笨拙的动物，假设它是一只人类的大象，包含了和外形无关的一种主观的美丽。这具肉体、心智复合体、灵性复合体是在它们无身体、无外形的能量之中；然而在幻象之内必须具有外形，这样你自己之所是的灵性可以学习、服务并选择如何去服务。

在第二个模式中，王子或公主骑乘在大象之内，实际上就是在任何特定的时刻综

合能量的精确的紫罗兰光芒读出或总合。为了进行投生的自我的显化部分的工作，你必须具有一个外形、一组限制；而这些工作给投生自我的未显化部份带来了所有的思想食粮。因此可以开始被描述(这样)一个工具为它认真对待外在的大象而不会变得沮丧、厌恶或精疲力尽。

我们想将麦克风传给芭芭拉和亚伦。我们在这段时间离开这个器皿，我们是 Q'uo 原则。

亚伦：我是亚伦。我很愉快地与 Q'uo 一起分享这个工作，因为我们的心智体是不同的，而我们每个人以不同的例子提供相同的教导。一个意象对一个存在的心说话，而另一个意象对另一个存在的心说话，因为你们每一个人都是独特的，我喜欢 Q'uo 的大象和骑象者的意象。我这里可以提供另一种不同的意象……

你们是我所说的穿着一套属地衣裳的天使们。这二者都是真实的。你们待在一具肉体之中。没有肉体、情绪体，天使将被剥夺这个投生状态所乐于提供的催化剂。没有天使，这套属地之衣裳是没有生气的。如同 Q'uo 已经指出的，聚焦在天使性并且带着轻蔑去观看属地衣裳是远为容易的事情。

有一种想要进入到一个更纯净层面的感觉，在那里不再需要属地衣裳；你想要用这种方式攫取从这个层面毕业的机会，而不是仅仅存在这个你所在的层面并信任这里就是你需要在的地方。你们每一个人都恰恰就在你们需要在的地方。

你的每一个身体都拥有它自己的振动频率，就好像一个有四根弦的弦乐器。肉体和情绪体拥有一个较沉重、较低的震动。然而，一个调好音的弦乐器会优美地演奏并与它自己和谐一致。没有因为低音的不会与高音弦奏出一样高的音调而扯掉

低音弦的需要。你们的整体存在可以表达这种和谐。肉体和情绪体永远不会像心智体和灵性体一样弹出高音。这是好的。

你遮住光的一个地方是当你对这些情绪体和肉体不屑一顾的时候。你看到不完美，而你试图摆脱这些不完美，而不是为你之所是的存在找到爱。

天使是完美的。天使是没有限制的。然而天使的翅膀可能会沾到一点瑕疵。天使站在地球上，他的双脚陷入泥浆中。假如天使不在地球上立足，他将去哪里学习这些爱、信心、慈悲的功课呢。这就是为什么你会投胎的原因。你们在这里以人类的外形去学习，以人类的外形去服务。为了做这个功课你必须开始去拥抱肉身而不是没有耐心和鄙视地对待它。

这或许是身为人类最为艰难的部分，特别是对于你们这些是老灵魂的实体。在你们的工作上 你们达到了一个时间点，在其中你们如此清晰地看见这道光以及在较低脉轮中看起来如此坚固、如此沉重的杂质。你们向往天堂，而你们的双脚陷在泥浆之中；使你们想要斩断你们的双脚而不是拿一条水管来，深情地冲洗泥巴，并寻找下一个泥坑。

有些存有无法如此清晰地穿透幻象、无法真正知晓他们本身天使性质，他们对于情绪体和肉体没有相同的蔑视。他们确实踩在别人的脚趾上。他们允许自己表达他们肉体和情绪上的不完美而不带自我憎恨。我并不是说这种存有的方式好或不好，我只是说这是一个存有到达第三密度经验的终点所具有的一个独特的问题，它会对人性的显化变得越来越不耐烦，它断定人性显化低于灵性显化。你越来越要求自己完美，但这切断了你对于这种人性的慈悲感。

我想要提供一个也许有些帮助的意像。你们是一出戏的演员。如同任何一位演员，你必须以令人信服的诚实来读你的台词。台词必须对你是真实的。不论台词多么深邃、多么深奥，如果你站在舞台上仅仅对观众说：「好吧，这只是一出戏，我将快速地读完这些台词。」观众将不会从那种朗读中学习或成长。它将不会有说服力，它将只是某人站在那儿抛出的话语。为了成长，观众必须变得被该幻象迷住。对他们而言 它必须变成是真实的。然而演员不会忘记他或她是一位演员，他既不会转身面对观众，也不会捂住她的嘴使得言语含糊不清，否则观众将无法入戏，而再次被剥夺这出戏的价值。

就你们的人生经验而言，你们是演员，同时这是个幻象，但是它必须被尊敬地对待。它必须被对待如同真的，因为你们同时也是观众。假如演员转身背对观众或假如演员如同对待无聊的事情一样地对待表演，你那个是观众的部分将无法学习。这就是去找到那个平衡的位置是如此艰难之所在了，在这个地方你们将全部的心和魂都投入到这幻象中，同时又记得「我不能背对观众。当我在幻象中尽我所能充分地工作时，我必须觉察灵性体、觉察我是谁的实相。”

回到这个问题:「如何保持内心的开放呢？」 或者我宁愿将它说成「如何允许你真正大我之所是的这道光闪耀出来？」 如同 Q'uo 说的：「如何保持心轮的旋转，保持能量管道的开放，这样就你就既不会迷失这幻象之中，也不会陷入灵性之中而鄙视这幻象？」你如何找到那种平衡呢？你们必须不断地觉察。记得肉体和情绪体是人生经验的礼物，不是你们被要求去背负的负担好使你们的学习变得困难。当你将该大象、肉体和情绪体作为礼物来对待时，你们改变了与它们之间的关系。就是这种对为什么你们处于这些身体之中的忆起，允许你们保持聚焦在你们的天使性的那道光，并同时地接纳所有的人生经验。

我并不认为这是容易的。演员如此地陷入到他的台词中以致于他有一段时间忘了有一群观众在那里。他变成完全地陷入该戏剧的幻象中了；然后，他记起来，“喔，有一群观众。”他再一次转过身去对观众演出以确认肉体和情绪的经验是开放性地向高我提供的，这样心智体和灵性体就可以通过它们被提供的东西[无论以什么方式]来成长。

我刚刚向芭芭拉提供了一个复杂的想法，它刚才没有被完全清楚地传讯。我想要在这一点上多解释一点。灵性体是神性的火花。它是完美的。它除了自身之外无须任何事物，然而它只是一个火花，它可以无限扩展。它的神性本质不会改变；然而它的力量改变了，好让你们从神的微小火花移动进入一个灿烂的太阳。你们每一个人内在的神性本质并没有与神分离，一个火花本身不是神，但它是那无限能量，光与爱的一部分。

假如你拥有一座巨大的海洋、一座无限之海，而你从一个滴管中汲取一滴水，将它滴入这座海中，纵使海洋已经是无限的，它会扩展。你为它添加了这滴水。你们每一个人都涉入了扩展和增加你自己的能量和光的这个过程，这个过程并非不属于你个人，而是在第八密度的经验之中 全然返回进入永恒并因此扩展无限的过程，扩展宇宙中的光与爱。

所以灵魂本身不是在学习，而是我们所称的高我伴随着心智体。只要有思想，就有扭曲，因为有思想就有自我觉察。只要你觉察到一个自我，你进入了自我和其他人的扭曲。这个扭曲是幻象的一部分，而它是有用的，它对于你的道途上的一段特定距离甚至是必须的。但是同样有个觉察的层次是没有分离的自我。纯然的觉知知晓这个已经将自己感知为分离的实体真正是出自永恒的菁华。

这里是你进出幻象的地方。然后高我进入投生性的经验中，显化外形并且承担起情绪体的重量，好让它能够工作地球上的催化剂并净化你之所是的能量。

这些爱与慈悲的观念是什么意思呢？假如不再有任何的痛苦，将会容易感觉到爱。你将永远不会感受到威胁。你将永远不会关闭或是筑起这面墙。然而这种爱会是什么意义呢？当你被提供了在这个层面上被给与沉重的催化剂，却仍然能够去宽恕，仍然发现慈悲心，仍然去爱的时候，你能否看到你正在扩展那初始的火花？这光变得更加纯净了。

实际上，你们内在的这个微小火花正在被地球之催化剂的燃料所喂养，有二种可能的反应。一个反应是这些催化剂感觉起来是如此沉重以致于你关起门来，如此便封闭了内在的火焰，而不允许它将自己送回给神。第二个选择是注视着关闭和开启、恐惧和爱的过程，并对这个正在经验这种内在痛苦与这种情绪痛苦的人找到慈悲心。这个逐渐增加的慈悲心给火花增加了燃料，因此它燃烧得越来越灿烂了。阴影脱落了，最终回到神那儿 凭借着其自身变成了一颗太阳。

所以，你们是处于这个幻象中却被要求带着开放的心用平衡来对待它，与较低脉轮的所有催化剂工作，迎接这些催化剂，而不是偏爱较高的脉轮能量，不是更喜欢去做天使而不喜欢地球衣服的经验。这是你们最伟大的挑战，因为当内心向往自由以及回到没有恐惧的扭曲的光与爱的层面时，持续回到地球衣服是如此痛苦。

必须有恒常不断的觉察，注意到每一次与恐惧对话的开始，一种不陷入那恐惧并对它产生反应的意愿。的确，你经验了如此多的痛苦，你陷入恐惧中有很好的理由。所有你能做的事情就是在每一次恐惧浮现时，提醒自己：“信任。甚至信任这

个恐惧。我能允许我自己，带着我所能带给它的尽可能多的爱，全然地进入这个幻象吗？”

就某种意义而言，并不是幻象的痛苦导致你们筑起这面墙以及让内心关闭，而是你们恐惧将会有痛苦。当你害怕你的学习的催化剂时，也就是说，当你开始关闭较低脉轮经验而去抓住灵性时，这里是有一个区别的。然而，这恰恰是你被提供机会来练习对人类的慈悲心并理解人类的位置，对这个双脚陷入泥泞的天使，给他一个拥抱，而不是去斩断双脚而释放天使。

我知道这些集会将会继续下去，在接下来的二天我们将会有三场集会，我们现在无须涵盖所有的事物。实际上，Q'uo 和我今天正在做的事情是奠定基础。关于你们如何与恐惧工作，我想详细地从二个方向来?述：留心所有沉重的肉体和情绪经验— 与你们的愤怒、忌妒以及所有那些倾向于封闭你们并且创造分离的幻象的事物一同工作；以及你们可以如何滋养天使。

这就是我从今天开始讲述的内容了：认出那道光、那天使性或神性一直都在的重要性，并且记住你们可以保持聚焦在这上面。不论黑暗多么严酷，如果你忆起你是谁，你将依旧感觉到那照亮黑暗的内在之光。我将这个教学传给我的兄弟/姐妹 Q'uo，他们将再次发言并以一个简短的带入光的导引冥想做为结束。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo，再次与这个器皿同在，在爱与光中 再一次地问候大家。如同亚伦所说的，人生学习的燃料通常藉由扰乱它，有时藉由看起来似乎对他造成损害或伤害，甚至有时候是表面上无法弥补的伤害来影响一个人的事物。生命受伤了。改变是痛苦的。它看起来就好像灵性之光不过是一支蜡烛对抗活在物质性

的人生中的 如巨象一般的黑暗。欢迎来到这个世界，俗称艰苦磨炼的学校（the school of hard knocks）。

灵性不是某种你们能够失去的事物。它是你的存在和本性。它无法遗失。当一个人从令人恐惧的情境[似乎提供痛苦或难以忍受的羞辱]中转身逃离时，仅仅是对自我的灵性本质的主观察觉变得模糊不清而看不见灵性。

容我们说，在你们的大象的每一个细胞内都有灵性的显化。然而，对于以这样或那样的方式处于痛苦、生病或受伤中的身体细胞，要与它们沟通是困难的。

为了从中间的隐喻移动到另一个隐喻，让我们将大象放回舞台上。在你的戏剧的每一幕中，他们四处吵嚷。你们演得和一只大象一样好，然而你们同时编写这出戏。你们也是每一个角色，英雄、坏人、男管家、朋友… 所有的角色是你们，如同评论家坐在观众席中，正等着一句讲得拙劣的台词，一个发展拙劣的情节，或是大象的没有品味的肚带。一切都是自我。那么 你是否需要在每一天、每个小时，安住在不确定中，安住于自我与自我、自我与其他人、自我与全体之间的人际关系上的经常性的困难关切中？

在你们自己的故事，自己的戏剧，在今天引起你注意的关系的每一个面向中，去拥抱这个不变的基础，这是极其适当的。你无法脱离灵性来进行这项工作；你只能增加现有的时间，用来接纳你今天所见的事物并在感谢和赞美中转向自我的那个部分[它编写这出戏剧并设置这座舞台]。

在我们离开前，我们想要请问是否有任何关于涵盖这个主题资料的任何问题？

（暂停）

我们将你们的沉默和 R 的?述视为一个迹象，表示我们到目前为止是清晰明了的。喔！笨重的厚皮动物们，继续前进。继续笨重地移动吧。在你的内心发现一抹微笑。对你钟爱的大象微笑，他给出生命好让你可以更好地学习存在。

我们离开这次集会的器皿，我们在你们的美丽和所有的美丽中欢庆。为这个极大的荣耀，感谢你们。我们分享我们的想法，但是有一个请求，那就是请你们除了那些对你们有帮助的想法之外抛开所有我们的想法，因为我们提供观点而不是权威。我们在无限太一的爱与光中离开你们。Adonai。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。我想要留给你们一个你们可以练习的简单训练。首先，我想请你们进入心中，在那里找到神性的火花、找到你内在那个无限之美与爱的地方，这个地方没有防卫而且没有自我的参照点。想象或感觉那道光芒从你们之中闪耀出来。如果这是有帮助，想象一个存有 对你是真理的化身，让这个古鲁或大师与你的心融合在一起。尽可能全然地允许自己在这个地方休息，清空所有的自我，放射慈爱的光辉，这是你的存在的真实本质。

现在，我请你们转动记忆到当你感觉有点受到威胁的某个时刻。它不必是一个大的问题，它可能是一个非常微不足道的，但在某个你感到恐惧而小我开始防守的时刻，它做出了强烈的声明:“我在这里，我，小我。”当你记起并去看看是否你可以感觉到那个小我的固化是如何让你远离了纯粹觉察[清空自我的状态]的时候，尽可能多地允许你自己重复经验从中心移动到那看起来似乎用保护来关闭内心事物的体验。

我希望你们可以体会到 光是不会消退的，它只是被阻塞了。每一次这个小我固化时，它阻塞了光。接着你有二种选择，这二个选择[我们明天会深入探讨]：如何更有技巧地与阻塞的部分工作，以及如何返回到对光的聚焦。

现在，让我们离开与阻塞进行的工作，将它放置在一旁直到明天。我想要你们现在去做的是在你们当前体验的框架中工作，感觉自我受到威胁，进入保护中，感觉与神性的分离，与你们真实存在的分离。我想要你们只是提醒自己：一朵云已经来到我和太阳的中间。在这里感觉到黑暗。它变得越黑暗，就会造就越多的恐惧。然而，太阳依旧闪耀。我将聚焦在太阳上，而不是陷入黑暗中。

一个简单的提醒是：我无须和恐惧对话，而我可以允许自己回到我的真实大我。我不是否认这朵云，仅仅顺其自然，并回到对光的聚焦上。

这是一个技巧，一个可以学习的技巧。你们大部分的人已经创造出你们所凭借的模式，只要云出现，你们就撑起一把雨伞，封闭你们自己在更深的黑暗之中。首先你们必须注意撑起的雨伞，那种内心封闭的感觉，接着你们必须提醒自己:每一次出现一朵云时，我不必撑起一把伞，只要看到云的后面，重新连接阳光。

对你们自己有着极大的温柔，我想请你们在今天傍晚到明天早上的几个小时直到我们再次见面时，做这个练习。每一次封闭和一面墙被建筑起来的时候，注意到它在发生。给这个正感到恐惧的小我一个拥抱。让它知道经验恐惧没问题的，并有意识地再次聚焦在光上面。不要批判恐惧的浮现，不要紧紧抓住光。你不是在伸手抓住某个已经逃走的事物，你只是让你的聚焦回到那一直在那里的事物，回到这个爱、无限智慧、悲悯以及与神连结最深的地方。

为了能够成为这个圈子的一部分，为了你们的存在所展现深深的真诚和爱，我感谢你们每一个人。愿每个地方的所有人向着他们真正的存在之光开放。愿所有人超越恐惧的幻象，这样他们可以在他们能量的每一个展现中，更加全然地显化[他们的]爱的真实本质。愿我们每一个人的工作能帮助所有人发现他们的道路。对你们献上我的爱。那就是全部。

Translated by M.D.

(V)2013 Reviewed by TS & cT.

☆ **第 1708 章集：尊重他人的自由意志**

Copyright © 2009 L/L Research

2009 年 3 月 14 日

Jim：今天晚上的问题来自 D，它是关于当我们与其他人谈论灵性原则时，我们如何才能避免侵害或侵犯其他人。Q'uo 能否告诉我们任何可以遵循的确保我们不会侵犯任何人的指导方针？如果我们侵犯了某个人，它会对我们的业力造成影响吗？如果会，它是如何影响的呢？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中 今晚我们来到你们中间。我们感谢你们在生活中为了寻求真理 和为了聚集为一个寻求的圈子而创造这个神圣的空间。你们呼唤我们加入到你们的圈子 这是我们的荣幸与对我们的祝福，我们很高兴能与你们谈论这个问题以及关

于业力的问题。

然而，一如既往，我们会在评论之前请你们每一位在听到或读到这些言语的时候使用你们的分辨力和辨别力。因为我们的评论无法在所有的时候都切中要害。因此，从我们的评论中拿取那些与你们共鸣的内容，如果它们能帮助你，就遵循它们，并将其他的留在后面。我们感谢你们这方面的考虑，因为它使我们能够自由地发言而不用担心我们会侵犯你们或打搅你们寻求的自然步伐。

你可以注意到当我们请你们跟随共鸣的途径去选择记住我们今晚卑微的评论中的哪些部分之际，我们和你们说起我们对侵犯你们自由意志的关切。

自由意志是一的法则的第一变貌。它对于你们环境的运作方式而言是核心性的。我们不来自这个星球 而是来自(宇宙的)其他地方。我们不是你们的邻居。我们不是你们的(邻家)朋友。我们没有权利用一种强迫你们听我们的话的方式来给你们好建议。

我们是一个服务他人的原则，如果我们用任何方式表明我们是必须被信任的权威，我们的极性就会受到干扰。在那些限制中工作是令我们高兴的事情。我们并不希望拥有比我们所宣称的(力量)更大的力量。而我们所宣称的力量仅仅是通过这个器皿谈论关于无条件爱之太一原初思维的能力，在太一原初思维的众多扭曲中 自由意志是一个最初的(primal)扭曲。

在你们的人群中，自由意志是一个最初的行动者(mover)，从一个灵性上的层面而言，这是绝对的。在身体、心智和情感的层面上，当你们被询问时，你们确实有权利彼此提供你们的观点。当你们用合适的方式在人际关系以及那些已经被你们

要求的边界内使用你们的力量时，你们确实有权利相互影响。在你们的日常生活中和在你们与环境中的那些人的相互作用中，你们不必和我们一样担心侵犯自由意志。当你们被要求时去表达你的观点，甚至是当有人向你索取一个观点的时候甚至去再一次讨论那个观点，这都是可以接受并位于自由意志的边界之内的。

在你们第三密度的环境中，有很多的方面自由意志是需要被删减的。当你有一个孩子时，那个孩子的自由意志必须多次地被删减。他必须遵循家庭的规则并学习他的力量的局限。不让一个小孩在一个火炉上伤害她自己，不让她走下门廊的边缘或者在其他方面伤害自己，这不是对自由意志的侵犯，从这个意义上也不会有任何业力的损害。

当父母和老师训练受他们照顾的人并向他们展示并解释如何去成为有用的人，这些表面上对自由意志的侵犯是适当的，而且是必须的。当一个人被请求成为一个导师或者老师时，你用最佳的能力来表述自己，这不仅仅是可以接受的，它还是满足需要的，因为对方已经要求指导。

当你被问及一些问题的时候，无论是一个身体上的问题、情感上或灵性方面的问题，提供你的观点并再一次使用你自己良善和正确的感觉来构建你的回覆，这是完全合适的。

然而，在第三密度中，人们用那些真的会牵涉到业力的方式来侵犯彼此之间的自由意志，这的确是有可能的。用你们称为婚姻的习俗来举例子。一个平等的伴侣关系的婚姻包含很多鼓舞人心的讨论，但是如果一个伴侣保留了向对方发出命令的权利，对于那个人的自由意志就会有一种侵犯，那个人的自由就被限制在他或她的同意范围之内了。

在一个工作的情境中，领导者向员工发布命令这是完全可以接受的，只要这领导者没有羞辱员工，没有贬低他或不尊重他的人格。当一个实体使用武器来强制或强迫另一个人服从他的命令，无论这是一个犯罪行为还是战争行为，这都超出了对自由意识的使用的可接受范围并会构成对于一个受限者的自由意志的侵犯。

这三种情况毫无疑问地侵犯自由意志，但在你们人群中 还有更多情况大量地侵犯自由意志。有一些人他们会有个疑问— 对于他们的行为是否合适或他们是否超越了可接受的影响边界而侵犯另一个人的自由意志；我们的建议是，你可以在你的头脑中将桌子转过来并将那个情景看成以相反的方式发生，不是从你对另一个人的情境而是从另一个人对你的情境。如果在那种转向中你看到你的行为是善意的，你就有很大的可能是举止得当并维护了自己与其他自我之间的合一。如果当你转过桌子时，你意识到如果这样一个事情发生在你身上 你会对其产生怨恨，那么你就可以知道你在侵犯另一个人的权利、平静和自由了。

通常来说，当你是通过提供信息或者继续一个讨论来回覆另一个人的要求时，你可以相信你的行为是没问题的。

我们理解，当你已经觉醒并对那已经向你揭示出来的真理的美好、真实和美丽感到激动和充满激情的时候，而这些真理看起来是有吸引力的并且值得被分享的，去与他人分享这些美妙的真理做为用一种联系的方式，这是一种很大的诱惑。然而我们会建议你们避免这样做，你与那些实体建立联系不是通过你所思考的事情，而是通过你之所是，在你与他们之间的关系 你提供的不是你的观点，而是你自己。当在自我和自我之间发生联系时，你可以用任何吸引你的方式鼓励并支持你在另一个人身上看到的美德，但是你要避免去分享你的观点，除非这些观点

看起来似乎是在谈话中自己冒出来的一样。

就好像我们以前通过这个器皿谈到过的一样，分享一个想法并让那个想法像一粒种子一样播种在另一个人的意识的土地上，这是非常好的。但是，就好像强尼-苹果籽(Johnny Appleseed*)先生一样，当你已经播下那种子之后，不要回头看。继续前进。种子会生根发芽还是枯萎死亡不是你要去关心的事情。

(*参考连结: http://blog.roodo.com/oooioootw/archives/2424110.html)

你们询问关于业力的问题。作为回覆，我们会对言语的力量进行沉思。如果你将另一个人用绳子绑起来，很明显你侵犯了他们的自由意志。如果你将另一个人用言语绑起来，自由意志被删减了却不是显而易见的。然而，你的言语的力量是巨大的，也许比你所了解的要大的多，尤其是当一个与你对话的人和你有着亲密关系的时候。

当你倾听的时候，你是不会做错的。支持性的倾听是对所有人的一种祝福，当你倾听的时候，你无论如何都不会出错的。鼓励性的言语永远是受欢迎的。它们不会侵犯另一个人的自由意志。鼓励和支持会在你自己和另一个人之间创造信任并赋予那个[你与之谈话的]实体好些可以带走的礼物。

不过，当你与某个人非常熟悉的时候，对你的言语的不小心是多么容易发生的事啊。你知道另一个人的缺点，知道另一个人的痛苦。你知道那些思量起来让人痛苦的位置。你知道那些记忆，那些会造成另一个人痛苦的提醒。当因为催化剂尚未被处理而出现愤怒或怨恨的时候，要去按下那个按钮而引发一个伤心的记忆，或者用你的言语引发痛苦，这是多么容易的事啊。

如果你开始了一个句子：「你有什么毛病吗？」 在你结束这个句子前思考一下。如果你必须要批评，那就一直等到你的心被爱与同情充满以致于那些必须要被分享的事物是在合一，和谐，支持中被分享。当其他人粗暴地对待你的时候要记得在你的言语中保持温和，这是特别困难的。希望去保护你自己，这是可以理解的，那是人类的本性，而我们会鼓励你以那些防守的言语表达相信自己和相信自我的价值。

然而，对于用伤害对抗伤害、用轻蔑对抗轻蔑、对侮辱对抗侮辱的诱惑保持察觉吧。那个侮辱了你、怠慢了你、或用某种方式冒犯了你的实体已经给予你一个礼物。你被赐福了。伴随着被误解、被怨恨或其他任何方面的伤害，总是有一个赐福和礼物。那礼物就是自我-知识的礼物。

自我-知识接着会引领着你通向对自己的一个更大的觉察。对于那些愿意去与被赋予的催化剂一同工作的人，所有挑战你的事物就是那些会促进你灵性成熟的事物。感谢言语的侮辱和伤害带来的挑战，这与你们的文化方式相违背。你们的文化的方式是用愤怒的言语回应。

我的朋友，我们察觉到 在那些时刻 潮水一般流过你的情绪的正确性。我们并非阻止你去体验这些情绪。我们仅仅是鼓励你察觉到自己的言语之力量。

在你自己的内在做你的工作— 由你的愤怒、怨恨、苦难提供的工作。给你自己时间去处理那些困难情绪。但是，在你力所能及的范围内，回避与你周围的人们分享你的那些困难。要去确定什么是单纯的交流，什么是恃强凌弱，什么是操纵性的对话，你可以认识到这是一件微妙的事。

我们意识到，当你努力争取那种你所能找到的最开放和最清晰的交流时，你必须永无止境地与这些判断为伴。我们不是阻止你谈论真理。我们仅仅提醒你有很多种接近真理的途径。更进一步，当你尝试和其他人分享时，语气、姿势、面部表达和其他位置的身体语言，这些随之而来的无声的语言会进入交流之中。

避免对其他人的伤害性的和侮辱性的言语，这样的关注与诚实的努力会在其自身带来一种很高的可能性，即无论你实际的行动是多么地不完美，你都不会保留业力。

你们所有人都在一个或另一个时刻考虑过某种情境，在那个情境中一个实体杀死了另一个实体并因此从那个行动有了附着的业力。有很多种方法去获得附着的业力。只有一种解除业力的方法，那就是去宽恕。如果你感觉你已经伤害了或损害了另一个人，那么我们会鼓励你走到那个人面前并请求宽恕。接着我们会鼓励你走到自己的面前并请求你宽恕自己。

到目前为止，最具附着性的业力就是自我审判的业力。不要落入那个宽恕别人却无法宽恕自己的陷阱中。因为在一个业力的相互作用中有两个人。全部的相互作用必须都被宽恕，业力之轮才会停止转动。

你如何才能宽恕你自己呢？这的确是个困境！ 因为在你的造物中 你就是审判者，你所宽恕的就被宽恕了，你所无法宽恕的就无法被宽恕。

你是严苛的还是宽容的呢？你有完全宽恕并重新开始的勇气吗？你能够在旧的记忆中死去并醒来成为一个新的、纯净无暇的人？我们请你给自己这样做的许可。

用那样的方式，你的生活将变得甜美，不会有业力而只有崭新和绽放的机会。

我们是 Q'uo，现在请问关于这个问题是否有后续问题呢，我的兄弟？

D：谢谢你们，Q'uo。我想有很多人会为你在那个主题上带来的光而感谢你们的。

我的问题是，你们建议去避免去成为一个(不断)谈论真理的觉醒者，以及一个好比强尼-苹果籽一样的人— 提供思想(种子) 接着继续前进，在两者之间你们能够区分一下吗？

我们是 Q'uo，相信我们已经理解你的问题了，我的兄弟。

在就好像这个器皿会说的 播种想法与喋喋不休之间的区别是，在播种想法中，一个被播种想法的人不会觉察他是被迫的。在关于你想要去分享的那些事物上，那个你感觉是一个美丽机会的主题会在谈话中出现，于是你就可以分享它并继续前进。

两者之间的那条(分隔)线在此被画下：前者是利用一次碰巧进入一个方向的对话，而在该方向上 你有一些东西可以分享；后者是创造一次对话，让它给你分享的机会。

一方面，你单纯地来回反覆地交流，你会用一种自然而然的方式发现一个你想要去分享的珍品，于是就分享它。

如果你创造该对话藉此提出你希望去讨论的观点，那么用一种细微的方式 你在圈赶或胁迫这个实体 并希望施加一种特定的效果在他身上。

不要创造机会来分享灵性上的真理，而是仅仅对机会进行回应，在这些机会中这样一个真理是相关的而且是贴切的。

我们是 Q'uo，我们能进一步的回答你吗，我的兄弟?

D: 说得很好，谢谢你。

现在有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

T：是的，Q'uo。这里是 T，我正在尝试写作，主题是第三密度中的一个最大的催化剂，也就是金钱。我想知道关于这个催化剂你们的建议 无论是怎样的，就正面、服务他人的方面，它是好的或是坏的?

我的姐妹，我们觉察你的问题，我们非常高兴和你谈论关于被称为金钱的事物。

金钱也被这个器皿更普遍地称为供给，它的优点是创造了一个方式来满足自我的需要以及那些依赖于那个自我的人的需要。没有钱，身体没有办法被庇护。没有钱，没有办法为一个人买衣服。金钱是一种巨大的祝福。

在你们的星球上过去的某段时期，以物易物的交换系统[这个器皿的称呼]大范围地取代了货币系统。在这个交换系统中 人们之间有一种给予和接纳，人们对实体们所奉献出各种各样的劳动的所有价值拥有一种尊敬。对于努力工作，诸如在

土地上的劳作，各种艺术技巧，各种手工艺以及实体们相互之间提供的服务，人们有一种平等的欣赏。在这样的供给环境中，要将在实体之间流动的事物看成是一种滋养，这是容易得多。将财富、金钱、或供给想成一种滋养，一种向自我提供其需要的东西的方式，这或许是好的。

金钱或供给，就其自身而言是无罪的。你们的神圣著作中说对金钱的热爱是万恶之源，这是恰当的。[1]

当实体们将金钱视为一种从他们生活中流过的能量并向外延伸到其他实体的生活中，那么我们感到金钱被赋予其合适的价值。好像这个器皿会说的，能够去付账单，喂养肚皮，有衣服穿并保护身体，一个人获得他发觉需要的那些事物，这是一种祝福。

当那些被称之为贪婪或占有欲的东西进入涉及金钱的想法时，金钱就会被积累并为了它自己的目的而储存了，金钱也就会开始变得有毒了。这样一个实体的价值观不再视金钱为一种不停息地从文明中流过并在它行进的过程中增长其价值的滋养。相反地，该实体会抓牢金钱，积累它并停止它的流动。在这样的贪婪中有一种遗忘，那种遗忘是对许多其他自我的需要的遗忘。

足够有趣的是，一个对金钱的滋养非常慷慨的人，他确信他所接收到的要被传递出去，就在这样一个人身上 丰盛是最容易出现的。越来越多的事物不会被赋予一个握住(金钱)的人，而是赋予一个张开手的人。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

T：只有一个简要的问题。我猜想我想在聚集财富上做出一些澄清。大多数人倾向去积累财富或把它存到另一个地方，不管是通过商业或公司股票或政府债券或市政债券，或其他的那些维持该系统运转的事物。这与你们谈到的是相同的事吗？大多数积累财富的人会倾向于将财富放在某个地方来运转。

我们是 Q'uo，我们了解你的问题，我的姐妹。当一个人检查在保存财富背后的想法时，一个人要嘛会看见一种确保家庭的安全的谨慎计划，要嘛他会看见因为自己的原因而对金钱的一种无理性的贪婪与渴望。

当有一种工作上的合理而公正的计划来将你手头上的工作或者劳动转换为工资、金钱和供给而储存起来，这里面没有包含贪婪，那只是谨慎。

举个例子，我们想到你们的神圣著作中的故事— 关于某个富人，另一个人欠他钱。这个人对那富人乞求，说他没有办法偿还，请求富人能否免除他的债务。那个富人怜悯他并免除他的债务。接着，这个人转而向另一个欠他钱的人要求还钱。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

那个人说：「哦，请宽恕我 因为我没有钱偿还给你。」但是这个人不愿意宽恕那个欠钱的人并要求他还钱，当他无法偿还的时候，这个人将他投入监狱。[2]

该富人，当他面对需要时，他是慷慨的。并不贪婪，他也不感到困惑，因为他并

不只为他自己而爱钱，而仅仅对金钱能做到的事情表示感激。而另一方面，这个已经被宽恕的人，却无法宽恕另一个人，他用一种贪婪的方式喜爱钱。

我的姐妹，这样说更清楚一些了吗，或者我们需要进一步回答吗？我们是 Q'uo。

T：感谢你。那很清楚了。

现在请问有另一个问题吗？我们是 Q'uo。

D：是的，我有另一个问题。你能谈谈超心灵(psychic)致意与极性的关系吗，或者超心灵致意是如何影响极性？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的兄弟。我们会说，我的兄弟，在超心灵致意和极性之间并没有必然的连结。如果一个人经验到超心灵致意，最起码，那个经验会是困难的。然而，如果试图保持自己并允许自己无批判地体验超心灵致意，那个实体的真实自我就可以被允许维持它的完整性了。要避免用鲜明的负面情绪来回应心灵致意，这经常是非常困难的。然而，在那些情况中，保持对自我是谁以及自我的极性是什么的记忆，并接着继续肯定那些关于自我的真理，这种能力会消除在极性上将会发生改变的可能性。

在面对一次超心灵致意变得非常灰心气馁，这肯定是有可能的，而这并不必然改变那个实体的极性，如果那个实体持续地确认他是谁和为什么他在这里。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

D：让我看看我是否能直接地懂你。你是说如果一个正面的实体可以一直保持一种爱的态度，不论超心灵致意如何的严重，他都可以保持他的极性？

我们是 Q'uo，相信我们理解了你的询问。这是正确的，我的兄弟。甚至在面对最让人气馁的催化剂时，记住一个人是谁的能力是强有力的。

如果一个人是被定住不能移动，他仍旧是他之所是，如果一个人对他自己的真实的本性坚持不放手，并在面对令人气馁的催化剂时记住自己的真实本性，接下来真实自我就会继续唱出它的歌曲，如它的振动一样地振动，甚至当情绪已经破败不堪的时候。

在维持那种记忆中有惊人的力量，对于那些在面对负面催化剂的过程中努力保持正面极性的人，他们会有很多的帮助。在内在层面中有很多很多的实体，他们会在支持与鼓励中回应那些呼唤的人，那些人呼唤的原则是内在层面的实体愿意确认的：良善、爱、美丽 还有那些当所有的幻象都被冲走时保留下来的事物。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

D：那就是全部了。谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。我们是 Q'uo，请问现在有最后一个问题吗？

T：我有一个简单的问题，只是在 D 的想法上继续。一个实体此刻的极性会对超心灵致意有多么强烈造成影响吗 服务他人的实体越强有力，服务自我的实体的超心灵致意就越强有力吗？

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的姐妹。超心灵致意的现象是一个很大的主题。基本上有两种类型的超心灵致意。迄今 最常见的是由那些尚未被整合的人格部分[或许已从完整的人格中分裂开来]对完整人格的致意，因此那些自我的部分会攻击自我仿佛自我是另一个人。另一种类型的超心灵致意则包含一个自我以外的真切实体。

在自我对自我致意的情况下，在那个时刻发生的瞬间振动与为什么那个致意会发生很可能有关联。然而，如果超心灵致意是来自一个自我以外的实体，那个实体瞬间的极性几乎与那个致意没有任何关系。相反，那个致意会与那个实体站得与光有多么靠近有关联。

当一个实体站得靠近光并尝试以某种超越平常方式的服务时，诸如治愈、教导或以某种方式服务他人，那道光就会暴露出品格上的任何微小的缺陷并向一个外部实体显示一个诱惑最可能的位置，或者入侵能量体最可能的位置。因此，那些用这一类方式服务的那些人会发现超心灵致意是不可避免的。

我们能进一步回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

T：如果你们能进一步的回答的话。在这个情境中，靠近光并不必然意味着要对其他人有一种强有力的服务的整体性振动，是这样吗？它能否是一种环境性的「靠近光」？

我们是 Q'uo。我的姐妹，我们相信我们理解你的询问。我们所谈到的超心灵致意的方式牵涉那些打算站得靠近光的人。那些仅仅在某种情况下 与之擦身而过的

人无法创造一种足够的持久形象来吸引注意力。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？

T：不了。谢谢你。

我们感谢你，我的姐妹。我们发现这个器皿的能量开始衰微了，所以我们带着巨大的感激与感谢离开这个器皿和团队，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。

原注

[1]《圣经》《提摩太前书》6:9-11：「但那些想发财的人，就陷在迷惑，落在网罗，和许多无知有害的私欲里，叫人沉在败坏和灭亡中。贪恋财富是万恶之根源。有人贪恋钱财，就被引诱离了真道，用许多愁苦把自己刺透了。但汝，喔属神的人，要逃避这些事，追求公义，敬虔，信心，爱心，忍耐，温顺。」

[2] 《圣经》《马太福音》18:23-35：「天国好像一个王，要和他仆人算账。才算的时候，有人带了一个欠一千万银子的来。因为他没有偿还之物，主人吩咐把他和他妻子儿女，并一切所有的都卖了偿还。那仆人就俯伏拜他说，主啊，宽容我，将来我都要还清。那仆人的主人，就动了慈心，把他释放了，并且免了他的债。那仆人出来，遇见他的一个同伴，欠他十两银子，便揪着他，掐住他的喉咙，说，你把所欠的还我。他的同伴就俯伏央求他，说，宽容我吧，将来我必还

清。他不肯，竟去把他下在监里，等他还了所欠的债。众同伴看见他所作的事，就甚忧愁，去把这事都告诉了主人。于是主人叫了他来，对他说，你这恶奴才，你央求我，我就把你所欠的都免了。你不应当怜恤你的同伴像我怜恤你吗。人就大怒，把他交给掌刑的，等他还清了所欠的债。你们各人若不从心里饶恕你的弟兄，我的天父也要这样待你们了。」

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ **第 1709 章集：偏见**

Copyright © 2009 L/L Research

运用平衡冥想降低扭曲

2009 年 2 月 14 日

G 的问题：我正在研读《一的法则》并在平衡练习上进行工作，我对该平衡练习的理解是这样的：

当在一天的结束时或独处时，在心智上进行检查，就好像用一个外科医生的手术刀一样，去检查你能够记起来的每一个偏见(bias)。尝试去精确地回忆起在经验性空间/时间的清醒状态上被自我持有的偏见与质量。有意识地观想，感觉并再一次成为那个偏见。慢慢地强调那个偏见直到它充满了你的存有。接着，观想相反的极化偏见。不要从心智上去创造这种偏见，而是一直等到它通过自然发现的过程从你自己的内在被唤起。允许这种相反的偏见充满你的存有直到它和你最开始感觉到的偏见以一样的程度被强调。接下来观想一个被两种偏见同时充满的图像。

我的问题是，在这种冥想中 使用的词语「偏见」是什么意思？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中我们今晚来到你们中间。能加入你们的冥想并与你们分享我们卑微的想法，这对我们是一种巨大的荣幸和快乐。我们非常地感激这种荣幸。

在我们看来，如果你们能如此好心地在你们读到或者听到这些言语的时候，谨慎小心地使用你们的分辨力对我们所提供的那些想法进行仔细筛选，簸去糠皮[在其他人的磨轮上 它们也许不是糠皮，但在你的磨轮上，它们就是糠皮]，找到那些对你们个人有意义的内容并将其他的留在后面，这将协助我们给予意见的过程。

因此，仅仅聚焦在那些与你发生共鸣的想法上吧。我们感谢你们这方面的考虑，因为它让我们能够更加自由地谈话而不用担心会侵犯你们的自由意志。

今天晚上的问题与在一的法则系列中所使用的一种偏见的特性有关。为了充分地掌握这个被 Ra 群体所使用的词语，查看这个词语和行星地球的背景与环境，查看你们每一位在行星地球上的投生经验，这是有帮助的。

无差别和未赋能的无限造物者没有偏见。只有一物，那个一物是被自我理解和自我掌握，他是满足的。然而，无限造物者选择通过自由意志的第一变貌来知晓他自己，创造了一个(多)密度的系统，所有他的火花可以通过这个系统发展以便于它们体验到所有能被经验的事物，满足它们所有的渴望并穿越每一个密度的所有学习。

你们每一个人在此刻都是第三密度环境中一员。你享受第三密度的局限并习惯于遵循它的规则。在第三密度本质的最核心的位置上 是存在所有属性及其对立面之间的动态张力。它是一个重度极化的幻象。男性和女性，虽然属于相同的物种，却在身体和心智上有很多的差别。男性原则和女性原则作为你们在行星地球上的经验之指导性神秘符文、标志符号或图腾，它可以实际地和象征性地同时被看到。

我们不是说在男人和女人之间有一场竞赛来决定哪一个是更好的性别。我们是说物种上的双性的本性是其他的属性的一个看起来似乎无止境的列表的中柱，而这些属性中的每一个都有其对立面。第三密度塞满了不平衡的，有偏向和扭曲(distortion)的观念。我们不会说这是一个糟糕的事情。它为每一个寻求者赋予了它需要的 推动其前进的燃料。那么，「偏见」，就好像 Ra 群体所使用的一样，它可以是「扭曲」的同义词，从完全静止和全然平衡移动到动态对立的跷跷板的这一边或另一边。

在这次冥想之前的调音歌曲中，当名为 Yusuf 的实体说「到最后，善向高处走，恶向低处走。」[1]，另一个强烈的偏见的设置就被谈到了。什么是善 什么是恶，有一种相当大的神秘附着在这个问题上。我们宁愿从极性的意义上来描述它，我们会说，有一条服务他人的发光道路和一条服务自己的磁吸道路。虽然说服务他人会向高处走 而服务自己会向低处走 这可能是不公平的，然而 这两种动力学存在于第三密度中却是不可避免的，在接下来的两个密度中，第四密度和第五密度中也的确如此。你们可以看见在自我感觉和他人感觉上，以及在任何数目的配对的动态对立关系的感觉上，它是多么地深邃。

在这个器皿用来[在每一次通灵会议前]调音的圣-方济祷词中，提供更多的动态对立面：

上主，让我成为你和平的器皿。
哪里有怨恨，让我看到爱；哪里有伤害，宽恕；
哪里有不和，统一；哪里有疑虑，信心；
哪里有黑暗，光；哪里有悲伤，喜悦。
哦，神圣的主人，教导我更多地寻求去爱而不是被爱，
理解而不是被理解，安慰而不是被安慰。
因为就是在宽恕中我们被宽恕，就是在给予中我们领受，
就是在死亡中，我们上升 抵达更大的生命。

在今晚这个圈子开始冥想时使用的主祷文(Lord's Prayer)中，进行的祈祷是宽恕他人如同他人宽恕你一样。所有这些都是互补性的偏见的例子。另一个简单的例子是一个非常朴素的例子，注意到这个器皿刚刚喝了一小口水。她的干渴就是个偏见，对该偏见的回应和平衡就是那杯水。那么，你可以看到，称呼某个东西有偏见不是诋毁它或不尊敬它。除了偏见之外，什么东西都没有。在你们造物的所有层层套叠的幻象中，除了扭曲(变貌)之外，什么都没有。

然而，当寻求者开始观察偏见的必然性，并无评判地超越整个情况 看到其上存在的平衡以及所有对立面的最终的统一性时，在每个寻求者的内在生活中就有一种逐渐减轻扭曲的过程。

当一片布料被斜裁并从那个斜裁的位置缝纫起来的时候，它会倾向创造出有趣的皱褶并增添一件衣服的风格。人类的偏见也是如此的。在一个具肉身的人类的生

活中，将会有一种连续和持续的经验从一个特定的偏见或者偏向去看待事物，这个人接着就能够选择去重新思考、重新想象并从一个相反的偏见上看待事物。

这个问题与执行平衡的冥想有关，我们推荐每天进行平衡的冥想。在冥想过程中，寻求者被要求回溯那一天，仔细搜寻自我没有保持不偏不倚、沉着、安心，全然地处于平静和平衡，反而被这样或那样的方式引向不平衡的那些时刻。

也许今天是你的生日，你因此有一个快乐的偏见，因为你被给与了蛋糕、冰淇淋和一些要被打开的礼物。那引发了你内在的情绪。即使它是一种正面的偏见，而对于一个希望去训练意识不仅仅对到来的催化剂的偏见做好准备，也同样对于相应与回应性的偏见做好准备的人而言，它仍旧是一种磨坊中的谷物。

一个驾车很差劲的实体在州际公路上突然插入你的车道就可以引发负面的情绪，也就是有着一种负面氛围的情绪。它们可能包含恐惧、愤怒和生气。那个触发性的催化剂因此会引起你的能量体收缩，于是造物者的普那(prana)或光/爱的完整流动就无法通过心轮了。对于一个甚至没有见过你的陌生人[几乎要夺走你的性命]有这些感觉是完全可以理解的偏见。

当你查看这些被触发而偏离平衡的时刻时，你可以通过允许你最初的情绪增强并接着要求这些感觉的动态对立面出现而产生一种对该不平衡的疗愈。

再一次，无论是正面的偏见还是负面的偏见都不是更可取的，毋宁在心中与意识中用一种平衡的方式持守(两个)动态对立面。进行这些平衡练习的目的不是去清理能量体并接着在一个实体剩下的人生中「良好运转」。在你们星球的第三密度中，只有极其稀少的实体能够用这样一种方式[没有进一步的想法，没有要问的问

题，没有要努力获得的新的解决方案]获得领悟。因为寻求者的理解将会超出他在之前对于这个世界的视野的狭窄范围。

你们每个人都居住在一个有着很多偏见的系统中。有性别上的偏见，个性上的偏见。你所体验的这个世界包含了一层又一层的偏见。那么，一个人如何才能在这样一个有着深入偏见的环境中学习呢？实际上这是可能的，这是因为幻象的不透明度和第三密度所工作的毫不留情的对立性系统。因为第三密度与做出一个选择相关，这一个非常根本的选择，一个服务自我或服务他人的选择。增强那种倾向，在你的生活中和你的思想中尝试越来越多地将服务他人最大化，这确实是值得努力的，这样你就可以加速你自己灵性演化的速率。

我们是 Q'uo，我的姐妹，现在请问关于这个询问 是否有后续问题？

G：没有，没有后续的问题。那些话语非常有帮助。谢谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo。现在请问是否有进一步的询问。

D：是的，Q'uo，我有一个关于冥想的问题。有一天晚上当我正在冥想时，我感觉到似乎在我的橙色脉轮和黄色脉轮中间有某种密室，位置就在它们正中间。我想知道你能否对此进行评论，也请你们对呼吸与通过身体流动的能量之间的关系进行评论。

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。回答你的第一个问题，在你的能量身体的第二和第三脉轮之间的空间的问题，我们会说，那是因为你在此刻在意识中一直在进行的工作的原因，你正在体验到第二脉轮和第三脉轮的一种连结，它

允许能量可以非常自由地在橙色脉轮和黄色脉轮之间移动。这个工作是你在最近非常有意识地完成的，我的兄弟，当你与你的家庭成员一起工作，从家庭关系上创造个人关系，反之亦然，这些工作同时刺激了橙色脉轮和黄色脉轮。你所感觉到的能量是那些在那两个脉轮之间自由地流动的能量。这是一种正面的和有帮助的配置，它是由于你对你的家庭的钟爱关心而引起的。

事实上，在每个脉轮之间都有空间，它有时候会变成一个复杂而非常美丽的事物，在其中你可以看到在三个或甚至四个脉轮在同一时间的活动，它取决于包含于其中的活动或思想过程。你可以发现，我的兄弟，当你继续你冥想的练习时，在能量中心之间会有数个这样的囊、梭、隧道，它们上上下下遍布能量系统。对于它们的体验会是什么 单纯地依赖于在任何给定时间被要求在那个能量体上进行的工作。

我们是 Q'uo，我的弟兄，你能再说一次你的第二个询问吗，我们是 Q'uo。

D：你们能谈谈呼吸和经过身体的能量流动之间的关系吗？

我们是 Q'uo，我们很高兴在这个主题上提供我们卑微的观点。如果你思考呼吸的动作，你会很轻易地意识到你的身体的自动性的功能对于你的生命是多么至关重要与核心的。如果一个人必须提醒他自己去呼吸，他很快就会死亡。

典型的寻求者很可能会通过深呼吸而开始他的生命，但是，在你们的文化中非常普遍的是，在成年期之前就不会再有鼓励身体进行深呼吸的辛苦的身体活动了，而相反，身体将会进行学习、使用计算机等等的少量肌肉的活动。在缺乏一种常规的、每天进行辛苦工作的情况下，工作一己的呼吸是一件非常有帮助的事情。

跟随呼吸的简单行为就是在冥想的过程中用于清空头脑的一个非常有帮助的技巧。深呼吸对于该系统是非常有益的。就好像植物吸入光并通过新陈代谢转化为食物一样，你的能量体也一样从更深的吸入和呼出中受益。更深的吸入的确携带着光。当设置意愿去在普那或光/爱中呼吸时，它会大大地增强寻求者从空气中接收光之食物的能力。

各种各样的呼吸技巧的练习是广为人知的，对于那些希望去提高他们移动爱/光、光/爱、普那通过肉体载具和形而上学的载具的能力的人，使用诸如那种呼吸瑜伽(pranayama yoga)所提供的练习当然是推荐的。

呼吸的益处同时到达肉体和形而上的身体。当呼吸被有意地加深时，肉体上的生理性改变是优异的。

我们是 Q'uo。我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

D：说得很棒，谢谢你们。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。能与你谈话是非常快乐的。接下来，请问现在是否有进一步的询问？我们是 Q'uo。

R：Q'uo，我有一个关于思想形态(thought-form)的问题。我将通过阅读产生这个问题的《一的法则》的段落开始这个问题。Don 问 Ra 关于约四十年前钟型太空飞船的报告和照片，以及它们与来自金星的实体的联系，Ra 回答说，我们不再属于金星。然而，从我们在你们中间行走的时候开始，在你们的人群中就有思想形

态被创造出来了。因此，被创造的记忆和思想形态，就成为你们社会-记忆复合体的一部分。[2]

在我们的在线学习团体中 我们进行的讨论是 Ra 所提到的: 什么是思想形态。我们记起 Ra 创造的金字塔是一个思想形态，Ra 自己作为一个思想形态来到地球进行教导。所以，我们认为也许一个思想形态是某种不拥有意识的东西，而它却是某种可以被一个拥有意识的存有所创造的东西。所以，你们能用其他方法描述思想形态吗？感谢你们。

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。在第三密度的空间/时间中，在日常生活的环境里，要理解有一些实体和要素没有物质性却拥有它们自己的有效性和真实性的概念，对于人类的心智是困难的。然而，如果一个人可以从形而上的或从时间/空间的视角来查看事物，脱颖而出的是人类的想法，而不是物理载具，物理载具实际上仅仅是嵌套(多个)能量外壳的系统。

一个思想形态是一个实体或要素或质量，它拥有不依赖于最初构想它的那个人的生命。当你思考成为一个有爱的人和一个友善的人的时候，你经常会想到的那些词语 美丽、真理、幽默、公正 等等它们都是形而上领域的思想形态，它们有自己的生命和本性。这是永久性思想形态的一个实例。

另一个思想形态的例子是关于鬼魂的常见现象。当实体离开了它享受一辈子的肉体载具 却因为某种原因 不愿意继续进入内在层面进行对他们此生的回顾和治疗时，通常被称之为鬼魂的那个无身体的人格外壳可以在物质世界中逗留。而它却完全不是物质性的。它们可以无限期地逗留 直到某个人能够联系到那些灵魂并引领它们拾起寻求的节奏并通过其他的投生和其他的选择继续学习。

属于星际邦联的我们仅仅以思想形态出现在你们的天空中。那就是说，在作为似乎非常真实的 UFO 现象上是没有物质性的。当然，那些忠诚的反对派，从事于服务自我之通讯的那些人，它们与你们星球上希望进行那种通讯的那些人进行通讯，它们是并不会因为以完全的物质形态出现在你们的天空中 而感到不安。但是，我们很早以前已经发现进入到你们的物质性存在是对自由意志的侵犯。

然而，所谓的金星人的钟形飞船的思想形态是一种深邃心智的一部分，因为你们的人群已经看到这些思想形态数万年了。

另一个思想形态的例子是自然精灵、提婆(deva)、地精和小仙子。对一个希望用仅仅用观察(经验)的方式来衡量和判断物质性造物的人，所有那些生灵都是很容易被忽略的。然而，所有这些无身体的生命形态都是真实的，以同样的方式，你的能量体也是真实的。有一些人能够看到能量身体的脉动色彩，有一些人能够看到精灵、地精和小仙女。有一些人能够与提婆和自然精灵一同舞蹈。因为他们被赋予了一种更宽广和更深入的视野，于是他们物质性的眼睛允许他们看见。

所有这些都是思想形态的很好的例子，我们愿多给出一个例子来指出物质世界和形而上世界是可以合作并相符一致的。如果你考虑在基督徒教堂中被称为圣餐的服务，你就可以看到牧师通过耶稣-基督而祈请太一无限造物者的临在。有一种对耶稣存在性的祈请，这种祈请将会进入圣饼中和一小口的酒中，它们将能够吸收这位承受十架苦刑的救主的身体和血液，而耶稣的无条件爱是整个世界都认得的。这种思想形态与圣饼和酒结合在一起，而摄取这种思想形态的益处是非常真实和有效的。

稍早 R 实体曾经陈述说，所有的造物都是仅仅由思想形态而组成的，我们发现这是一个有洞察力的观点。原初的理则，即无条件的爱，在旋转中生成光以显化出一切万有。因此，每一个实体都是由爱的思想创造的一种形态，透过光以爱的方式加上各式各样的图案。从那个意义上，你们每个人都是一种思想形态，那么，你们作为理则的一个火花的实质比起你们的物质性存在更加真实。

我们是 Q'uo。我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

R：是的，Q'uo，我有一个后续问题。感谢你们谈论这个主题。后续问题是这样的。意识到他们的道路的寻求者有时候会将他们的想法归类为正面或负面的。我想请问，对于那些走在服务他人道路上的有意识的寻求者，当它面对在日常生活中的活动所创造的那些思想形态时，你们会有什么建议或者提供什么样的原则呢？从平衡的方面，或者 也许是将更多的爱带入寻求与存在中的方面，你们会提供什么建议呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。在之前 G 实体问到的平衡练习的目的就是将不稳定的和不受控制的思想和情绪带回平衡中。在日常生活的行动中坚持使用这种思考的技巧并愿意花时间去平衡所有察觉到的扭曲与偏见，这当然是一种极好的 创造一个你居住于其中的个人空间的方式。

经常会有一种不言而喻的假设，人生就是发生在你身上的事情。然而在这样一种架构中，寻求者就是一个受害者。这与我们对你的看法是不匹配的。这个器皿昨天下午与一个客户谈话，他希望理解他如何才能将他的生命创造成一个更加神圣的事物，这个器皿与那位客户分享了她的看法，寻求者塑造他的生命不是依照发生在他身上的事情，而是依照他如何对发生在他身上的事情进行回应(来塑造他的

生命)，我们也赞同这一点。

在每一个人的生活中很多发生的事情并不是受到喜爱的，对这个事实我们不会含糊其辞。然而，人类的心智或意识是一个强有力的事物。你们每个人都拥有巨大的力量 内建在你们的存有中。你们拥有对你们遭遇到的每一个刺激物说是或否的能力。我们了解 当我们说你创造了你的人生，这已经是老生常谈了。它是这个器皿所称的「新时代」的一个主要观点，即认为你的生命是由你选择的，它也能够通过你的渴望和意愿而被你所塑造。然而，就我们所知，在字面上这是相当真实的，你们每一位确实都拥有创造你们喜欢的人生的能力。对于大多数尝试为他们的灵魂的发展创造一个正面环境的实体，这是一个巨大的任务。每寻求者希望如何塑造他的内在的环境，这个选择留给了每一个实体。

在塑造一个正面的环境中的一个巨大的困难是来自幼儿时期甚至成年早期的那些挥之不去的声音，它们都是负面的声音，这些声音告诉年轻人和不设防的存在，他或她是不聪明的，不漂亮的，无法取得进步的，没有价值的，如此等等。如果这些声音一直不被处理，它们会在一生中持续存在。关于这些声音的狡猾之处是，很多寻求者已经将这些声音内化了，因此他们无法识别出这些声音不是来自内在的声音。这些声音是痛苦和陈旧创伤的记忆之声。

当你有了一个诸如「我真蠢，这我做不到」或者「我是没有价值的」的想法的时候，你找到时间和耐心来纠正那个声音，这是非常有帮助的。如果你听到自己在说一些会让你情绪低落的类似事情，介入进去，并说些有着更深的真理的事情吧，那是正面的:「我是造物者的子女。我是完美的。我也许是一个笨蛋 但在我心中我真的拥有爱。我犯了那个错误实在太糟糕了。让我看看如何在下次做的更好。」有很多种方式可以拿走那些负面的声音并将评论转为一种对你自己的价值

和你的自尊的肯定。

创造你自己的环境的菁华是尊重与荣耀你拥有如此做的能力。一旦寻求者掌握这个能力 挖掘那些声音并将其拉到表面上，于是他就能够将它们放在一边并重新贴上陈旧记忆的标签了，对于每一个寻求者，这就是一件在那些声音出现的时候坚持看到那些触发物的事情。倾听那些负面的声音，将那些声音抛开，并用你自己的声音来替代它们，那些为自己发言的声音有着不可估量的帮助。

我们是 Q'uo，关于那个询问 请问有后续问题吗，我的兄弟。

R：你们之前曾经说过思想形态可以不依赖于它们的源头而存在。产生思想形态的那个实体需要保持聚焦或者为那个思想形态供应能量来让思想形态继续存在吗？或者当能量不再聚焦于它时，它会分解吗？

我们是 Q'uo，我们领会你的询问，我的兄弟。思想形态会持续是因为很多熟悉这些思想形态的人对其投入精力。一个很好的例子是圣诞老人。柯林格勒(Kris Kringle)或圣诞老人的形象清晰地是一种思想形态。没有真实的柯林格勒，没有真实的圣诞老人。然而，当圣诞节期到来的时候，你们的人群会体验到用一种爱与情感的流露，并通过制作美食篮子和礼物篮子来向那些无法负担他们自己的圣诞节的家庭表达他们的关心。圣诞老人是活着的，他就活在在那些希望在圣诞时节做好事的人们的心中。

诸如妖怪、可怕的怪兽、龙 等等的思想形态，所有这些形态会保留下来是因为当讲故事的人一代又一代地讲述你们种族的故事的时候，这些思想形态就被反覆不断地想象出来了。因此，有很多非常持久的思想形态。

同样也有短暂和和容易消散的思想形态，当一个人有了一个固定的习惯，思考特定的想法，直到它被凝固为一种思想形态并对你的生活造成相当大的破坏时，这些思想形态就是你的一个人造物。幸运的是，就好像你发展出思想形态一样，你也可以将它们放在一边。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：不用了，谢谢你的评论，Q'uo。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。

我们发现这个团体和这个器皿的能量正在衰微，因此我们将用这个机会离开你们，再一次因为你们的陪伴的快乐和你们混合的灵光之美而感谢你们。你们对我们是一种鼓舞。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如同我们发现你们时一样。
Adonai。 Adonai。

原注

[1]尤素福?伊斯兰，以前被称为 凯特?斯蒂文斯(Cat Stevens)，在他的 2005 年的 CD《另一个杯子》中唱了这些歌词，来自歌曲《最后》：「你不能与真理讨价还价，因为有一天你会死去，最后，善良会向上走，邪恶会向下走。」

[2] Ra，通过爱/光研究中心在 1981 年 1 月 24 日传讯，它被标记为第六场集会。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1710 章集：如何冥想

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 4 - Session 5 –Special Meditation

2009 年 2 月 8 日

来自 L 的问题：是否有可能通过冥想达到一个振动的层次而吸引到一个特定的无形老师的帮助呢？或者冥想最好是一种独自进行的练习?

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中，我们今天来到你们中间。我们感谢这个团体邀请我们加入你们寻求的圈子，你们创造了这个寻求圈作为你们自己寻求真理的一个途径。

我们很高兴能谈论叫做 L 的实体提出的问题。一如既往，我们请你们使用你们的分辨力，带着一个谨慎的耳朵来听我们所说的内容，并在其中寻求共鸣。当一些想法与你们共鸣的的时候，请随意使用它们。这就是我们提供它们的原因。然而，当那些想法无法与你们共鸣的时候，肯定有一些想法是没有切中要害的，如果你们能将它们留在后面，我们会非常地感激。用这样的方法我们就可以保护你的自由意志和你的进程的完整性。我们感谢你们这方面的考虑。

我们特别高兴能谈论关于冥想的主题，因为这个练习是一条笔直之路，可以加快一个寻求者的灵性演化速率。

冥想表面上是一个简单的事情。实体停止向外看，停止对外在的环境反应，甚至停止注意他自己的想法，不再跟随这些想法、分析它们的内容或在这些想法的各种各样的行进中反覆思量。在冥想中，这样的想法被视为噪音而不是信号，它们被允许随意地升起落下，而冥想者的思想不会被其激活。

那看起来就是全部的活动了，关闭外部世界，进入内在的世界，离开言语、声音和议题的世界，进入没有声音、没有言语也没有议题的世界中。

然而，冥想要比进入静默要多得多，因为心智上的一种静默也可以单纯地表示无聊。在空间/时间中的静默也许除了提供一种快速地退场，进入睡眠之外不会再提供任何事情。然而，静默是打开进入时间/空间之门的一把钥匙。静默是在心智的世界和意识的世界之间的通道。

空间/时间中的心智对你们外部世界中很多事情是便捷和有用的。而在更多地察觉的一个人更深的本性方面，它却没有用处。它不是探索灵性的世界的一个有用工具。人们会将心智和意识考虑为一个相同的事物。然而，我们会在它们之间做出区别。心智是一种空间/时间的机制，而意识是一种时间/空间的现象。

现在，当一个人进入冥想时，他会寻求进入他自己的意识。那意识以一种无扭曲的形式安住于你的存在的核心。它是一种你与行星地球上所有其他的有情众生分享的一种机能。的确，在意识最终的意义上，它是被宇宙全体的无论什么面向所

共享的，因为该意识就是我们会称为的「理则」或爱的太一原初思维。

这就是冥想的价值：它将你从心智移动到意识，从意识的表面逐步越来越深地进入到爱的单一伟大的原初思维的菁华中。

更进一步，当你处于冥想中，你与所有其他已经达到你目前的意识层次的人协调一致地振动。因此，意识的状态是一个强有力的事物，当一个人能够允许冥想的过程净化与纯化那种对意识的自我感知，它就会变得越来越强有力，于是它就会获得越来越多无条件爱的单一伟大的原初思维的特性。

冥想的目标，那么，就是对一个人作为一个爱的存在的真实本性的察觉上，创造一种循序渐进的增强。当你张开你的眼睛、离开冥想并重新进入日常生活的嘈杂世界时，它就是一种察觉[或一种察觉的复合体]，可以在一定的程度上持久不变。

当冥想被规律性地练习时，结果就会开始倍增。一个人可以列举那些结果：一种对真理更加深入的超越言语的察觉，一种对意识本身和理则的性质的一种更加深入的欣赏，以及一种对人类的幻象世界在其所有的面向上 更加宽广和更加宽容的感知。

渴望去从一个无形实体的教导中受益，这是完全可以接受的。在尤迦南达实体所引发并繁荣的瑜伽环境中，对于一个希望拥有这样一个无形老师的学生而言，请求该老师是相当符合习俗和正常的。一旦一个人已经设置他的意愿并做出这个请求，这个请求可以在一个人醒来和进入睡眠的时候重复，对一个人的梦境保持一种密切的观察也是被鼓励的。

我的姐妹，这是否会是一次你所称呼的成功的请求，在我们的权限范围内 我们不能为你做出评估。如果我们想在那方面发表意见，我们就在替你进行学习了。我们可以说，这样的连接在瑜伽大师的世界中是常见的，关于这个要求会多么成功，在与开悟上师(Paramhansa)之间产生一种可靠的连接感上，这是一个老师和学生之间的兼容性的问题。

再一次，在各种各样的冥想的方式上进行判断，尤其是对与一个大师一起工作更有效 还是自己独自工作更有效方面，这不是我们的权限范围。有很多对这个问题发表意见会侵犯你的自由意志的原因，我们感觉你是能够理解为什么会是这样的。然而，我们会向你提供一些关于如何自己独立进行(思考)的想法。

首先 我们会建议在传统的静坐的冥想之外使用一些技巧，允许一个人的焦点将其自身限定在他的呼吸上有时是有帮助的。虽然基础的跟随一个人的呼吸和静坐是任何冥想技巧的核心部分，同样也有一些支持性的冥想技巧，自己独立工作的冥想者会发现这些技巧是有帮助的。

一个人可以从已知的原型心智的不同部分的几种不同的技巧或方法上 工作或观察冥想的各个面向。

冥想的每一个面向都有益处，事实上，它是由冥想者的偏好来决定他更喜欢哪一种类型的原型式冥想。

一个进入原型心智的方式是去思考被称之为生命之树的图形，首先在被放置在图形中的造物者的各个面向上冥想，一开始沿着中心立柱向下，然后沿着女性的立

柱向下，接下来沿着男性的立柱向下。在不同的冥想中，首先考虑一个，接着考虑另一个，接下来再考虑另一个。一旦这个工作已经被进行了相当长的一段时间，一个人可以花费冥想的时间沉思在那个图形中被展现出来并被清晰表述的造物者的各个面向之间关系。[1]

让一个人的意识沉入到原型心智的另一个方法是去思考占星术中的黄道十二宫，并接着思考各个宫之间的关系。再一次，这是进入到潜意识和意识根部的大量的各色具备的道路。执行这样一系列的沉思会是一个漫长的过程。

我们可以推荐的第三种更深地进入到意识根部的方式：去思考塔罗牌的二十二张(大)牌以及它们之间的关系。这样一系列的冥想在一开始也许看起来没有什么作用。看上去也许仅仅就是观念上的一个大杂烩，它们中没有任何一个是清楚或清晰的。的确，有一个内在的点，在那个点上 在各种各样冥想的要点会在潜意识中汇聚在一起并创造一种模式，在这种模式中 一个人可以理解他的各种各样的关心和道德上的考虑，而在此之前，一个人也许会花费你们实际上很多年的时间才能穿过这些沉思性的冥想。到了那个点，也唯有在那个点，第三种方式才感觉有用了。

然而，在我们看来，经过一些年的在这些沉思的阶段上的工作将会最终可靠地发展出一种更加澄清、更加成熟的意识的网络，一种对于冥想者的意志而言更加灵活 更加响应的意识。

在我们看来，我们可以说在一天中有一些时候是对于冥想特别有效的。在那些时间中有两个时间是有效的是因为夜晚的能量和白天的能量的盈亏变化。从白天跨越到夜晚的时间和从夜晚跨越到白天的时间是内在层面和自然的世界的竞技场一

同暂时安静下来的时刻。流入和流出的能量会有一种特有的安静，一种守卫换岗的安静感觉 [如果你愿意这么说]。从为自己在意识内的工作获得最平静和最和平的外面环境的方面而言，黎明和黄昏是两个进入静默的有效时间。

然而，在你们的文化中和大多数实体的家庭生活中，傍晚是一个活动的时刻，在那时事实上没有机会去获得一个独处和安静地沉思的时候。因此，我们会推荐大概在早上 5:00 到 7:00 之间的时间。或者，因为人们可以更换时间来适应他们白天的需要，在黎明之前或之后的两个小时中，两者可以选择其一，无论它们会是什么时间，花时间在独处中静坐并跟随呼吸都是推荐的。

在这个练习中确定身体是竖直且舒适的，确保身体完全暖和 于是没有寒冷的脚、手指、鼻子的拉扯，这经常是有帮助的。这个器皿有时会在他的肩上裹上一条毯子，为这个练习制造一个小小的茧，这肯定是一个好方法来获得那种积聚的热量，这样就既不会太热也不会太冷，身体的感知也不会从对呼吸的跟随中被拉开来去注意身体的不舒适了。

我们不推荐一个仰卧或者俯卧的姿势，因为采取这些姿势很容易进入到睡眠中。我们推荐保持脊椎竖直的姿势。

为了支持一种将冥想的练习作为生活的一个中心的生活，在一天中 间断性地为意识调音，这是好的。例如，创造一个午间的沉思时刻，无论它是五秒钟或五分钟，这都是好的，因为那是一天能量的顶点，在那个顶点停下来并感激更深的自我，这是好的。

在下午开始转向傍晚时，这是同样有效的。也许是在傍晚 4 点或 5 点，停下来感

激一天工作的丰盛，这是很好的。

再一次，在晚饭时刻或者之后，大约在(傍晚)7 点，停下来几秒钟或一些片刻来感激即将到来的夜晚能量，这是好的。接下来在睡觉时间，在撤离意识进入睡眠之前，暂停并回顾一下这一天，在你的头脑中查看这一天并平衡那些你视为处于不平衡的事物，这是好的。

我们也会纳入那些无价的清晨 3 点或 3 点半的时间，因为那是希望去加强或强化一个人之寻求的时刻，夜晚的能量在那个时间达到了它的顶点。然而，我们并不推荐为了创造完美的练习而撕毁你的平静或破坏你的休息。当你创造自己的练习时，我的姐妹，与每一个构想玩耍吧。

记住，当你这样做的时候，冥想并不是一个与生活分离的练习。的确，可以简单地说，一个冥想的练习以及贯穿白天和夜晚的支持性回忆片刻的目标，就是去重新配置心智，如此 心智就会变得越来越容易地融入意识之中，成为一个人日常生活上的基本预设之设定。

在你进行的每一次呼吸中带着一点冥想的练习，这是好的。

这样一个通道— 在稳定的状态上进入更深的意识面向 的确可以转换生命的体验并肯定会加速灵性进化的道路。

现在，我的姐妹，关于我们到目前为止所说的内容，请问你们有后续的问题吗？

L：是的，Q'uo，我有三个需要澄清的论点。第一个是，透过意识聚焦于意识，

这是也被称为觉知观察觉知的方法吗?

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹。在那两个概念上是有相似性的，我的姐妹。觉知观察觉知的说明是对于心智或意识在冥想中是如何感觉的一个很好的描述，因为当白天的头脑的持续不断与兴奋的想法与它进行选择的特质在冥想状态中突然出现的时候，有了察觉到意识的那种意识，它就会选择不去察觉散漫的思想的升起和落下。

然而，意识到觉知的觉知在其内在拥有尝试去冥想的寻求者形象，但是，当我们说「意识」以区别心智或大脑的心理活动时，我们是在说一种对万物都相同的意识，它同样与理则或无条件爱的单一伟大的原初思维是一致的。

如果觉知意识到觉知，接着它就会牢固地将个人放在意识的中间。因此，在一种解说上是有个体的。在另一种解说上 有一种推论: 这意识不仅仅是你作为个体的意识，它同时还是每一个有情众生[做为一个个体]的意识。有一种意识— 每一个个体都会找到进入该意识的入口。

我们是 Q'uo。我们能进一步地澄清或者我们可以在另一个论点上进行澄清吗?

我们是 Q'uo。

L: 谢谢你们回答那个问题，Q'uo。接着是我希望澄清的第二个问题，这个问题是，当你们谈到不要以仰卧的姿势躺着进行冥想，因为一个人可能会睡着，是因为睡眠在某种方式上是不好的或危险的吗，还是 只因为睡眠不是冥想的一个有成效的状态呢?

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹。我们认为，当一个人处于冥想中他要避免睡着 单纯是因为睡眠会结束冥想。我们应该说，睡眠的各个状态，单就其自身而言是有用的，如果你愿意，我们可以在睡眠的问题上进行讨论。然而，冥想的练习仅仅当那个实体保持有意识地冥想时才会有作用。因为一旦一个人的意识被带走了，就没有去进行冥想的意愿了，或者没有一个正在冥想的人。那组意愿和活动就在睡眠状态开始时就消失了。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

L：对于那个问题我想那已经足够了，睡眠的主题最好留在其他时候的一个属于它自己的会议中进行讨论。所以我会问我需要澄清的第三个问题。当你们谈到在塔罗牌或者十二宫或者生命之树上进行沉思时，那种沉思不是也会引起想法的升起吗?如果我们在冥想的过程中尝试去忽略想法，那不是达不到预期的目标的吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹。沉思性的冥想与纯粹的冥想并不一样，它的价值对于某些人格类型要远远地大于它对其他人格类型的价值。然而，这个建议是基于我们觉察到安住于意识根部的原型思维拥有一种神圣几何图案和一个特征性的部分 进入纯粹情感的[数个]大动脉，该情感规律化两者之间的关系。

当处于更深的冥想状态时，对于这些情感的大动脉与河流有种越来越多的熟悉感与在其中的舒适感 会在一个人里内在创造一种老练性、调味料，一种脚踏实地。

在察觉到这样的沉思会包含想法上，你是相当准确的。将会不可避免地有那些思维的过程，它会从一个沉思的位置上开始，并移动到从那个沉思获得的推论上，接着移动到从这样的沉思中起源的意象系统，然后移动到最终的将各种要点组合在一起，这些要点是在查看由寻求者所选择的原型心智的训练中获得。

然而，需要被指出的是，这些想法的过程倾向是直接的洞见或[这个器皿称为的]灵知，而不是倾向于使用分析性心智。如果分析性心智接管了直接洞见的机能，那么你就会看到这些沉思性冥想的练习会在某种程度上被排除了，在这个观察上你是相当准确的。这样的沉思的目标不是为了去激活分析的力量，而是去激活直觉、洞见和灵知的力量。

我们能进一步回答你吗，我的姐妹？

L：我对回答非常满意，感谢你们向我解释了冥想的一些重要方面。

我们是 Q'uo，我们为这个非常核心的问题感谢叫做 L 的实体，这个问题吸引了我们的感情。我们非常喜欢冥想。我们视冥想为伟大的基础建材，有助于肉身中的灵性增强其柔韧性。我们看见那柔韧性为寻求者产生惊人的益处，这种益处同时在显意识心智之下的层次和当该实体的显意识心智承担一天的事务的层次上。

真理的核心是单一伟大的原初思维。一个人会在那个思维周围跳舞直到他最终交托给静默并允许静默做为一把钥匙。通向智能无限的入口存在于那个可以被这把静默的钥匙打开的大门之前方。我们希望你旅行顺利，我的姐妹，一如既往地，一个简单的思想上的要求就可以将我们带到你身边并向你提供爱的载波，它将协

助稳定你自己有时不稳定的能量，并提供一个(能量)电池给你。

能让那些向我们要求帮助的人们所使用是我们的荣幸和快乐。

我们现在将这个通讯转移到 Jim 实体上 以便我们可以收割在这个寻求的圈子里出席的那些人的思想中的任何剩下的问题。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿在一起了。在爱与光中向你们各位致意。现在请问有任何进一步的问题是我们可以谈论的？

S：实际上是两个问题。它们可以被相当简短地回答。第一个问题，你们能谈谈高我(higher self)可以被接触到的方法或者一些方法吗？该问题的第二部分：从这样一种接触中可以期待什么样的成果呢，这种方法作为在寻求通往智能无限的大门的过程中的一个步骤，它是有用的吗？

我是 Q'uo，我觉察你的问题，我的兄弟。如果你允许，我们将首先谈论你的询问的第二个部分，我们认为与你自己的[那个被你称之为]高我的部分接触的成果在很大程度上是一种对真实的自我的领悟和进入存在的真实本性。对于一个能够与大我的高我部分建立一种联系的人，这是进入一种实相[它的罩纱要少得多]，我的朋友，于是就会有多许多的[被你称之为]真理可以被一个人使用了。因此，一个实体就可以被鼓舞，也许会被启发。他于是可以移动进入到一种远远更有效率的服务中，容我们说，在那种服务中它会参与一种爱与智慧的平衡。

一个人可以通过各种各样的方法与这个大我的高我的部分有效联系。最通常的方式，容我们说，就是通过一种有纪律的冥想。在知晓自我，寻求自我，并对这个高我有所服务的渴望上进行冥想，这种冥想可以被比作敲一扇门，一扇肯定会向着一个持续敲门的人打开的门。

对梦境的使用是另一个可以与高我建立联系的方式，通过在晚上睡觉前向自我陈述你的希望，你的希望是要嘛在你称之为做梦的状态中，要嘛在做梦之前的意识的状态中以及在进入到潜意识心智之后的状态中与高我建立联系。

感官意识的前意识状态也许可以被比作你们文化中的一个广播电台或者电视台的载波，在其上备有一个信号，这个信号可以被那个寻求高我的人感觉到。

在沉思中同样有机会与高我建立联系，沉思同样需要定期地为了这个目的而进行或者从事，这样寻求者就可以撤退到某个特殊的位置，在这个位置的具体住所中或围绕这住所的自然环境中，自我处于一种沉思性的状态中。

当与高我建立联系时，你会希望在手边有纸和笔，这样那些灵感的闪光或者直觉的预感就可以被注意到，或者被记录下来作为与高我交流的开始。

还有另一个方法可以接近这个与高我的通讯。这个方法是在一个催眠师的辅助下帮助寻求者放松进入一种冥想状态，这样导引式的冥想就可以被施行了，接着，利用催眠师的服务就可以帮助寻求者通过导引式冥想与高我进行联系了。

有另一个问题吗，我的兄弟？

S：是的，非常感谢你，它非常有帮助。第二个问题与冥想可以进行的方式和在多次冥想的过程中获得的冥想的状态有关。在我的经验中，看起来我会体验到到各种各样的状态，我会给这些状态起一些特殊的与我有共鸣的名字，如果它们不会与其他任何人产生共鸣的话，诸如狂喜、辉煌或者荣耀。当我经历这些体验时它们多少是势不可挡的 我似乎会进入到一种困惑中。我的困惑是关于我是要去停下来探索那个经验，还是要努力向前，也就是说，去进一步地寻求呢？我想知道，在 Q'uo 看来，当一个人继续每天的冥想练习时，是否前者，也就是探索那个经验，在构建一个大本营或者滩头阵地上是有用的呢，或者一个人应该一直向前寻求黄金呢？

我是 Q'uo，我察觉了你的问题，我的兄弟。通过我们自己的经验，我们的观点是在任何特定的冥想阶段的对最高的意识层次的寻求都是被推荐的。当然，我的兄弟，如你所知，意识的最高的状态是对太一无限造物者的临在的完全体验。无论进行的冥想是良好的还是贫乏的，冥想总是有帮助的。在冥想中获得的任何成果都将会帮助实体在他的道路上朝向与太一的结合。当那扇大门向着那种结合打开时，我们推荐穿过大门而不是去探索先前在大门遇到什么。

有进一步的问题吗？

S：那是非常清楚的。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个问题吗？

L：我有一个问题，Q'uo。在这个周末，我感觉我自己变得非常非常的疲倦，比

平时要疲倦的多。我的疑问是，首先，你们能否确认这是一个事实而不单纯是一个幻觉，其次，在进行这个工作的过程中，是否有什么我可以做的事情来为我自己创造休息时间呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，我的姐妹。我们可以确认你的假设，你感觉到的疲倦确实是疲倦。因为你已经消耗了大量的心智、身体、灵性上的能量，即生命力(elan vital)，也就是你们每个人每天可以获得的，容我们说，来自太一造物者的每日礼物。

在未来 你教导类似这个集会一样的密集团队通灵集会时，如果你能够有更多休息的时期 进入睡眠，这是会有帮助的，因为在这个时间 更多的睡眠对你的肉体载具而言是最有帮助的。你的教导会用一种相当高的速率消耗能量，消耗能量的时间也比通常持续的时间要更长，这些能量需要在其能量源头上被再生与补充。

有进一步的问题吗，我的姐妹？

L：好的，我不知道你是否能进一步的回答我，但是我正在查看我的生活构成的方式，从早上起床，吃一顿早餐，吃一顿午餐，然后吃一顿晚餐。我一直会在午餐后小睡一下。我找不到在早餐后小睡一下的方法。那么，我假设你们建议的更多的小睡是在大概下午五点 在我完成了我的工作的时候的一个小睡。那是正确的吗？

我是 Q'uo，我理解了你的问题，我的姐妹。当我们明白了你对这个问题的精炼的时候，我们同样也意识到在回答你的第一个问题时我们这边犯的一个错误。我们的错误是假设那个涉及的疲倦和如何平衡这种疲倦问题是与这个特定的周末和这

种类型的周末相关的。当我们注意到你的第二个问题的时候，我们意识到这个问题是与你日常生活的活动有关。

在第二种类型的活动中，这些活动是在贯穿你的一周的每一天中进行的，我们发现你的身体正在为你而工作，因为无论你是否渴望睡眠，你的身体都会按照其需要去睡眠。我们会建议与你的身体的选择保持协调一致，我们会建议这种睡眠的额度是合适的，我们不建议增加睡眠的时期。

有进一步的问题吗，我的姐妹？

L：是的，谢谢你，Q'uo。在谈到与这个周末非常类似的一个周末的方式上，我事实上是平静的。实际上，我们已经进行的任何的集会基本上都是相同的课程。有一个早晨的活动，接着是午餐，一个下午的活动，接着晚餐，接着一个晚上的活动或者没有活动。在诸如这个集会的一个周末集会的环境中，我会寻找另一个地方去小睡一会儿。如果你有任何的建议，我会很高兴听到它们。或者，如果有什么事情是对于我的自由意志的一种侵犯，那么我完全理解。

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姐妹。我们对于你特有的肉体载具的建议是：你可以确认在每一次活动之后可以有一个睡眠或至少一个休息时期，这样，伴随一天的三个活动就会同样需要三个休息时期。

我的姐妹，有更进一步的问题吗？

L：完全没有了，非常感谢你。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你。我的姐妹。现在请问有另一个问题吗？

（没有进一步的问题。）

我是 Q'uo，看起来我们已经耗尽了这个团体的问题了，至少现在是这样的。我们再一次感谢各位参加这次通灵的集会，感谢你们贡献出能量、兴趣、灵感以及有所服务的渴望，我们的社会记忆复合体为此十分感激。

此时 我们将离开这个器皿。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai，我的朋友。Adonai vasu borragus。

原注

1 生命之树的图形的一个清晰的图像可以在 www.wyldwytch.com/weavings/articles/pagan_path/pages/tol.htm 找到。虽然这个图像本身是很难看清楚的，对于这个图形的研究的一个介绍可以在 www.tarotpedia.com/wiki/Tree_of_Life 找到。Israel Regardie 关于这个主题的书名是《生命之树》

(编注：由于以上网页连结已失效，附上新连结给各位读者参考 à http://www.libralion.com/tree1.htm)

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1711 章集：一棵树的故事

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 4 - Session 3

2009 年 2 月 7 日

（L1 传讯）[1]

(我们是 Laitos，）我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。你们 a 今晚来到这个团队来寻求真理。那是一个需要去寻求的强有力事物。容我们说，我们为这种寻求所能提供的全部就是我们卑微的观点，真正的真理是你们会在你们内在发现的事物，因此我们敦促你们去冥想。

此刻，我们将向你们提供给我们所拥有的，不过我们这样做仅仅是希望去尽我们所能地为你们服务。就好像一个自助餐所提供的一样，拿走我们为你们摆出来的食物。你可以将吸引你的食物都放在你的盘子里。那些不适合你的食物，留在后面让别人来享用他们吧。我们仅仅希望去增加你寻求真理的经验而不是去阻碍那种寻求。

我们很高兴在今晚被呼唤来讲一个故事。我们很高兴你们做出这个决定，因为我们觉得在此刻这是最适合这个团体的。你们的成员中的一些人会觉得这在他们的通灵过程中有帮助，我们同意讲一个故事会有助于树立信心。它会有助于建立一致性。我们想就用这个故事开始。

我们给了这个器皿单独的一棵树的图像。树干的褐色映衬着树叶的绿色，因为这

颗树有着浓密的叶子。从远处看，树叶看起来就像在树上一顶巨大的毛绒绒假发一样。只有当一个人接近这棵树并靠近看，他才能看到个别的树叶。这棵树又大又高。甚至当和你们一样的一个人靠近这棵树并向上看它的时候，那些叶子还是相当遥远的。然而，你可以假定在这些树叶中间有一些缝隙，因为，当你仰望这棵树的时候，你可以看到树枝中间的阳光。因此你知道这棵树的华盖是可穿透的。

你还有其他的一些线索可以告诉你这些树叶是个别的。你知道随着季节的变化，当这些树叶变成它们美丽的红色、金色和橙色的时候，它们会个别地从每一个小树枝和枝干上落下来，为地面铺上地毯，用它们的美为大地增色。在春天你可以看到在小树枝上形成的极小的结节和叶芽，它们将会在即将到来的季节里变成新的多叶的华盖。

因此，即使你离这个华盖很远，远远地在地面上仰望，你可以获得一些线索：关于它的建构和个别部分的镶嵌图案，它们组成一个整体。

这是个关于一棵树的故事。这是个关于观察者的故事。这是个关于寻求和观点的故事。这不是一棵仅仅生产树叶的树。它也是一棵产生食物的树，当食物还在树枝上时，这种食物是无法被利用的。这种食物是在树枝上形成的，恰恰如此，它被这棵树所滋养。来自大地的养分经过树根经过枝干系统向上运送，来自阳光的养分照在树的顶端，它创造了化学光合作用的过程并滋养这棵植物，这些养分都滋养了果实。

然而，除非果实离开了这棵树，果实是无法向那些在地面上的人们提供食物。果实中的种子无法生长除非他们同样离开了这棵树。在这里，我们希望将我们的通

讯转移到 Jim 实体上。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起了。我们一直在谈论的那棵树是太一造物的一个部分，它用一种独一无二的方式表达它自己，它与直接地包围着它的环境相互联系着。就如同我们通过名为 L 的实体谈到的一样，我们提到这棵树是如何以一种周期性的方式让树叶脱落的，它同样也以相同的方式让果实脱落以便与它周围的环境分享这种相互作用。

当它这样做的时候，它很像在一个大型合唱团中一个成员。在森林中的树木家族的成员们获取阳光、雨水、风，还有各种动物提供的肥料，它们生产果实和树叶，季节更替，它们大多数时候是一样的，仅仅在经过整个夏季发生了成长后才会有某种程度很小的改变，增加了更多的枝干和树叶，于是那棵树就在大小和形状上变得更大了，虽然它仍旧保持原样足够被一个年复一年追踪它的成长的人识别出来。

这棵树可以从近处被观察，容我们说，当一个人检查各种树叶和树枝，树干和树皮的时候。你的确可以使用你的显微放大设备对这棵树的每个部分进行检查来揭露一个先前没有被看到的住在这种多叶环境中的各种各样的生物的活动的世界。

一个人同样可以移到离这棵树上方一个很远的距离上，这样这个树-状态就消失进入代表这棵树的一致性整体环境之中，或者说，一座森林，并成为一个有起伏波动的各种色彩的广阔区域。

我们现在将我们的通讯转移到 Carla 实体上。我们是 Laitos。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，现在与这个器皿在一起。这棵树就坐落在它的位置上，没有树木靠近它，对于那些在旅程中碰巧遇到这棵树的那些人而言，它是值得注意的。一个漫游者偶然遇到了这棵树。他是一个科学家。他凝视着这棵树并看到了大自然的一个奇观，这促使他问道，为什么这棵树长得如此巨形而庞大，它如此宽阔地挥动它的枝干以至于它周围没有任何事物能够长到可以比较的大小。他对它进行了目测，估量了它的尺寸并继续前进。

但是，这棵树看见什么？

另一个旅行者路过了。他靠近它，他必须对它进行了素描并把握了他所感觉到的使他感动的精髓。最终，完成了他的礼敬，收起他的画板继续前进。

但是，这颗树看见什么？

另一个旅行者路过了，凝视着这颗树。他是一个历史学家，它知道这棵树。它是幔利橡树（Oak of Mamre）[2]。因此，它看到的不是树而是亚伯拉罕休息的地方。当他凝视这棵树的时候，他想到的是亚伯拉罕、以撒、雅各布的宏大和丰富的故事，他想到了帐篷、背叛、源自谎言的家族、莎拉的笑声[3]。他继续前进。

但是这棵树看见什么？

现在我们将这个通讯转移到名为 S 的实体上。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起了。我们通过这个器皿在爱与光中向各位致意。我们继续这个故事。

现在，碰巧通向这棵树的道路向过路人展现了一副相当惊人的景象，一个年老的、庄严的、多少有点多节疤的实体。但在较远的一边，这棵树有一个部分是很少被看到的，因为它位于山的上部，它多少远离了道路，它有点被杂草堵塞住；不过，人类眼睛视为的杂草，这棵树却不这样认为。

现在，即使对于偶尔走过这条路的旅人，他们不知道也没看见这里有一个老人，他的年龄很大了，长期地处于悲痛中，长期地处于孤单中，他倚靠在树上休息并寻求一些安慰。这棵树对于他是一个遮蔽物，一个他可以从与这棵树的这种相互作用的关系中找到某种慰藉的存在。他一天天地坐在那里，在经过许多个漫长的年岁以后，他开始感觉到与这棵树的一种默契的感觉，这种感觉已足够使他以为自己与这棵树分享了他的某些觉知。也许这棵树同样也与他分享了自己的某些觉知，这是他的想象吗？

这棵树所拥有一种时间感与人类身体所有拥有的时间感是不一样的。毋宁说，它是一种有节奏的，与季节流逝相关联的，不急不躁的时间感，而且，它体验的时间是这样的— 每一个片刻都被充分地吸取其中蕴含的礼物。那个年老的人在这种觉知中发现了一种活在当下的方式，这对于他是在负担重重的生活底下的一种解脱。然而，他并没有发现能够让自己完全地沉浸在这样一种存在的方式[属于这

棵巨大的树]，这棵树一直是如此多人类活动的见证者。他不能是因为他在自己身上对一些将要发生的事情的仍有一种期待，一种希望。容我们说，在他的生命中，他无法克制地向前倾，并处于对于这个期待要被实现的希望中。那期待是什么，这对于他并不总是清晰的。他希望，他希望，但他为了什么而希望？

现在我们将通讯转移到名为 R 的实体上。我是 Laitos。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起了。我们给了这个器皿一个树下的红色摩托车的图像，这个器皿不知道从哪里处理它。这个器皿寻求一个故事，那个故事看起来不在那里。我们将通讯转移到名为 G 的实体。

（G 传讯）

我们是 Laitos，我们与名为 G 的器皿在一起了。老人灵光一闪，他有了一个对即将发生的事物的预言。他不理解这个预言。当他在他的意识中看到这个机器时，他感到困惑了。他喜欢红色。他看到了轮子。他知道轮子与移动是有关联的，因为在他的文化中，他见过带轮子的马车，他理解它更易于将事物从一个地方移动到另一个地方，更易于让人们从一个地方移动到另一个地方，如果移动与轮子有关联的话。

他感到困惑，因为在他的文化中 他所熟悉的运输方式是一个带轮子的运输工具与某种动物[被套在运货车上]联系在一起的运输方式。

他是一个有信心的人，然而，他知道在这里所看到的是某个很重要的事物，因为他知道有形的世界中所有事物都存在于无形的世界。他对于能够成为见证者，看见这幅红色运输工具的图像，非常地感激。

现在，这个老人没有任何人可以与之谈论他所看到的事物，因此他将这幅图像留在他的脑海中，可以说是，就好像它是一个来自无形世界的非常个人的且非常重要的礼物。时光流逝。前往东方的大篷车在它们行进的路上经过这棵树，在时间中的某个点，当这棵树正在播撒它的种子的时，一辆大篷车经过了。

大篷车中有一个年轻人，他被这棵树印象深刻。他对于植物的生命、植物界以及植物的生长模式做过一些研究。他对这棵树留下了如此深刻的印象，当他看到这棵树的种子已经落下时，收集了一些种子并将它们带在他身边。

现在，这个年轻人是一个相当勤勉的年轻人。他旅行穿越了欧洲和亚洲的一些部分并再次返回。虽然他的旅行一直在陆地上，他有个异像：在水上旅行并看到位于他[在欧洲所居住]的城市的西面的巨大水域的另一边的景象。
我现在将这个通讯转移到我左边名为 T 的实体上。我们是 Laitos。

（T 传讯）

我们是 Laitos，我们已经收到了这个器皿为从我们这里收到的调节作用而向我们表达的致谢，因为他请求了很强、很强的能量。

我们再一次回到那个问题，「但，那棵树看见什么？」它已经见过科学家。它已经见过艺术家。它已经见过叫做亚伯拉罕和莎拉的人。它已经见过一个老人和阻

塞道路的杂草。这棵树已经见过一辆摩托车。它已经见过一辆大篷车里面的一个年轻人。在它古老、古老的岁数中，它已经见过很多、很多的事情。

但是，在它的存在中，有任何事情改变了吗？在它的存在性中，对所有这些事件，对所有这些已经历过的日子，它有考虑过吗，它有怀疑过吗？它在那里，它是年老的。它有它的循环周期，它已经掉落它的树叶和种子。它的树荫已经被享用过了。它的美丽已经被见证过了。但是，那有改变这棵树吗？

这棵树知道，它仅仅存在。这棵树向着天堂为它的存在性而歌唱。

它喜欢那赋予生命的雨水。它喜欢太阳。它喜欢如它所是地给出自己。

这棵树看到了什么？造物？生命？存在性？这棵树看到什么？

我们是 Laitos。我们现在将我们的能量转移到 L2 实体上。我们是 Laitos。

（L2 传讯）

我是 Laitos。那个老人梦见了一首歌，歌是这样唱的：

哦，大树，历经你所生活的世世代代
告诉我 你看到了什么，
告诉我 你看到了什么。

这颗树在他面前闪现了过去的、现在甚至未来的图像，在那里他看到城市的变

迁，道路的发展，甚至交通工具，那些奇怪的机动化的交通工具，他梦见了过去，现在和未来。他不仅仅看到了城市的演化，他还看到了人类的演化。天空中行星与恒星的变换。太阳和月亮的移动，他感觉自己像那棵树一样扎根了，然而他向外和向上延伸，同时在时间和空间中进入宇宙的无限领域中。

它听到了在宇宙和众多银河中回响的 Om 的声音。Om!

我们是 Laitos，我们现在将这个故事传回 L1。

L1：我们是 Laitos。这是一个关于一棵树的故事。这是一个关于寻求者的故事。

这是一个关于观点的故事。这棵树看见什么？存在性。寻求者看见什么？行动性。什么被看到了？它们是相同的事物。当一个寻求者服务造物者，你的行动性和存在性就是同一个事物，是相同的事物。这棵树通过成为一棵树服务造物者。这个房间里的你们每一位通过成为一个人类存在而服务造物者。

你们每个人都服务于造物者。然而你们用稍微有点不同的方式来看待这种服务。有时候你们能够感知服务— 仿佛你就是那棵树、仿佛你就是造物者一样—存在、生活、演化、见证。有时候你通过行动、通灵、写作、拥抱、微笑和爱来服务于造物者。行动性和存在性是相同服务的两个观点。

当你因为你仅仅存在而没有行动而感觉到你没有进行服务时，我们敦促你们重新考虑。造物者不会将他自己切分为两个观点，他不会用一根从中间划下来的黑线而如此完整地区分两者的轮廓，而这个圈子中很多人会这么做。

享受那些你能够是一棵树的时刻，如同你享受那些你是积极主动的时刻。

（磁带第一面结束）

（L1 传讯）

现在我们想要结束这个故事，因为当你们在这个傍晚聚集在这里时，这是一个学习的时间，在这个学习的过程中我们希望通过询问是否有任何人有简短的问题来贡献我们的力量，在该问题上可以提供我们谦卑的观点。我们是 Laitos。

R：我有一个问题，Laitos。问题是关于当通讯被转移到我身上时，我几乎感觉不到调节作用，它感觉起来非常稀薄。摩托车的图像在我的脑海中停留了一段时间，我能做到最好的就是描述它，但是我却感觉不到任何其他我可以用来环绕它的言语。所以我的问题是关于当我发言时我连接进入到这棵树的过程。如果你可以在这上面进行评论，我会对此很感激。

我们是 Laitos，我们的确可以对此进行评论。你的调节作用就是接收到那个图像。接收到这样一个图像是你的一个特别感觉，为了让你理解这个图像，我们力图让你提前适应这个图像，以便它变得舒适和安全的，它的确是一个我们的通讯的提示。明亮的红色，它是很明显的，而且它是显著地是不一样的。我们感觉这是充分的，我们很高兴你看到了这个图像并传递了它，因为这是一个学习的时间，我们讲的故事是打算作为一个学习通灵的机会以便于掌握某个立足之处，用一些言语围绕在图像周围，并将其传递到团体中。我们认为你最好不要接受太多的操作，而是允许你自继续进行。

我们会说你做的很好。我们充分地回答了你吗？你想要对此补充另一个问题吗？

R：是的。在摩托车的图像之前，它看起来是来自左边的某个地方，当 Jim 实体还在发言时，我看见风中的一棵树的图像，许多树叶落下，轮转掉落大地接着返回树上。在那一刻我是否拾起要传递给 Jim 的概念？

我们是 Laitos，我们会说，这个圈子的每个人都在同一时刻拾起那个概念，而一次只有一个人在发言。每一个人都可以在同一时刻谈论那个概念，然而这对于这个团体或以后收听这个通灵会议的那些人并不是非常有帮助，因此你们每个人轮流发言。但是如果你愿意，你们每个人都会拾起相同的频率。

摩托车的图像是一个对你的调节作用，另一方面，你也可以拾起我们的频率并跟随它，就好像你可以读一本书而同时另一个人在叙述那本书。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

R：不用了，谢谢你。我想说的就是，我对 L1 的工作以及通过 L1 说出的言语非常感激，他在担当主要角色上真是做得很棒。

我们感谢你，我的兄弟，我们为你的工作，同样也为整个团队的工作而感谢你们，因为这是一个统统的努力。我们为项链上的每一颗珠子感到喜悦。请问我们能再为一个简短的问题提供我们的服务吗？我们是 Laitos。

（没有进一步的问题）

我们是 Laitos，我们发现这个圈子在此刻已经满意了。我们喜欢乘着你们爱的洋流，以最有效的方式环绕这个通灵圈子。我们现在带着我们将再次见面的知晓而离开你们。这为我们带来了服务的大喜悦。感谢你们在这个晚上呼唤我们，祝愿造物者的爱与光在你们整个寻求的过程中与你们同在。

Adonai，我的朋友们，Adonai。

原注

[1] 对人名的指定或者在一次通灵会议开头的小括号部分表示这个人在这次会议中担任资深管道的角色。

[2] 维基百科关于幔利橡树(Oak of Mamre)的解说是：「幔利橡树，也称为 Sibta 橡树和亚伯拉罕橡树，它位于幔利西南 2 公里的 Hirbet es-Sibte，它是一颗古老的书，传说它标记了亚伯拉罕扎营的位置。据估计这颗橡树有大概 5000 年的年龄。这个橡树古迹在 1868 年被 Archimandrite Antonin Kapustin[为了俄罗斯教堂]购，并在附近建立了圣三一寺。这地地点之后便成为俄罗斯朝圣者的一个主要的景点，它是唯一在希伯伦地区正常运作的基督教圣坛。」

[3] 亚伯拉罕的故事在《圣经》《创世纪》第十七章以及往后的部分被讲述。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

———————————————

☆ 第 1712 章集：双胞胎的故事

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 4 - Session 4

2009 年 2 月 8 日

（S 传讯）

[我是 Laitos，] 我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我们在这样一个日子来到你们中间，这个日子对于一年中的这个时候而言是出人意料的好时候，在这样一个日子这个寻求的圈子虽然从人数上也许有一点减少，在强度上肯定没有减少。因为在这个已经持续几天的寻求会议的过程中，我的朋友，已经有工作被完成了。我们发现我们现在已经到了这个过程马上就要结束的时刻了，我们希望向这个圈子里的每一人在这个集会的过程中所表现出的决心与承诺表达我们的感激，在这段时间中，去寻求这个你们已经选择的道路，即成为我们的想法和较高能量的一个管道，它并不总是方便的，它也不会总是容易的，我们同样尝试去传讯那些较高能量：最高的存在，属于太一无限造物者。

一如既往，我们请你们从我们的能量和想法中拿取那些与你们已经选择的道路相符的部分，将那些看起来不相符的部分留在一边。通过在你自己的发展的道路上坚持这个决定，这样你就可以帮助减轻我们非常大的负担，否则我们就有可能会侵犯到你的自由意志，或者提供一些更多是一种阻碍的事物而不是我们所希望提供的对你们有所帮助的事物。正如你们一样，我们是谦卑的寻求者。我们请你们带着这份知晓拿取我们所提供的东西。

让我们现在开始讲一个故事，这个寻求的圈子里的每一位都可以如你们的灵感所

建议地对这个故事做出贡献。

从前，一对双胞胎在一个村子里出生了，这个村子离任何一个大城市，它习惯于一种田园般的生活方式，相比城市生活的喧嚣忙碌，它与大地的节奏有更多的接触。

但是甚至在这个小小的村子也有一种分隔，一种社会性的分隔，如你也许会说的，在那些富有的人和那些没有那么多的人之间的分隔。碰巧由于一种意外的情况，那对双胞胎在出生的时候就分开了，所以它们任何一个都不知道另一个人的存在。

一个人，碰巧被一个有着高贵的传承、富有、受过良好教育并在社区中拥有显著地位的家庭收养了。另一个人被一个环境简陋的家庭收养了，这是一个你可能会描述为你们的农夫家庭，他们辛苦工作从土地上讨生活，这样的生活对于较富裕的家庭会看起来是贫乏而节俭的。

现在，同样碰巧的是，在这两个双胞胎之间，有一种奇怪的对称性，其中一个人有一种非常快乐的性格，一种开朗的性格，一种可以在每一朵乌云的背后发现银色衬里的性格。尽管看起来是令人奇怪的，这个人是双胞胎中被农夫家庭收养那一个。

而被带到那个高贵的家庭中的另一个双胞胎，有一种[也许你会说]相当阴郁的性格，总是能在银色的衬里中发现乌云的性格，他在大多数观察者会描述为在相当令人喜爱的环境中也能变得非常悲惨。

两个双胞胎中的每一个都从一个很小的年纪就感觉到他们的生活中有一些奇怪的成份不在了，被丢失了。每一个人都感觉到一种本能，如果你愿意这么说的话，去寻找那个丢失的部分，虽然它们并不清楚这种寻求应该存在于什么事物中，他们不清楚自我的那个部分可能会在哪里被找到，他们甚至不清楚去填满那个缺失的空间的努力应该如何进行。

但是，碰巧有一天，这两个双胞胎彼此联系上了，当两个人在一条道路上沿着相反的方向旅行的时候。

现在我们将这个通讯转移到叫做 R 的实体上。我是 Laitos。

（R 传讯）

我们是 Laitos。

在路上的这两个兄弟遇到了一个障碍物。他们各在障碍物的一边，他们第一次看到了彼此。他们不知道要说什么。

这个器皿不知道要说什么。重提一个图像，两个兄弟不知道要对彼此说什么。他们相互看着，想着。

这个器皿感觉好像玩杂耍的手把球掉了，寻找，拾起线头，转移通讯到（听不见）。

现在我们将通讯转移到叫做 G 的实体上。我们是 Laitos。

（G 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与叫做 G 的器皿在一起了。

对于这两个双胞胎兄弟 这是一个非常险峻的情境。阿努(Anu)，其中一个被优越的家庭收养，另一个被诚实、谦逊、努力工作的家庭收养。

当他们两个人站在路上，站在经过一次风暴倒下的树[障碍物]的面前，有一丝微光在他们两个人中间经过。经过他们中间的这一丝微光，一种无法描述的认可，就好像双方对另一方都有某种知晓一样，而他们却无法将这一丝知晓用言语表达出来。它就好像是在一个非常深非常深的意识层次中有某种通讯正在进行着。

这发生在他们两个人同时面对相同障碍物的时刻，这是非常有趣的。这障碍物不仅仅是他们道路上的障碍物，也是沟通上的障碍物，一种也许会促进他们每个人的一种更大的知晓的沟通。

阿努，那个来自优越家庭的人，他已经习惯于有仆人等候着他并执行他的命令，除了享受他的地位的特权之外，他不习惯于为自己做太多的任何事，他就是在这种环境中被抚养长大的。

因此，即使他对于另一个同样站在这个障碍物旁的人有某种知晓，他的第一反应是迅速地估量那个人。看到他的穿着打扮和显示出辛苦工作的迹象的粗糙双手，他就对这个人来自的社会阶层做出判断，由于(自己)没有完成许多事情的必要手段，他建议，或者我应该说，他命令对方对于他们如何才能移开路上这个障碍物

找出一个解决方案。

我们现在将转移到我左边的叫做 L1 的器皿上。

（L1 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起了。

班图(Bantu)，他希望透过清理这颗树而对社区和在这棵树另一边的其他-自我有所服务，对于这个障碍物，他努力找出解决方案。但是，每一个建议，阿努都觉得他知道最好的方法，而认为这个解决方案不会起作用，所以应该设计另一个解决方案。

在几次尝试找出一个可行的解决方案之后，班图问阿努他认为这个工作应该如何被完成。阿努将这视为对他的智力的一种轻蔑。阿努问道:「你认为我不知道如何照顾自己吗？」

这并不是一个针对班图的问题。作为一个可能会看到这个问题的观察者，这是针对阿努的问题。它是对着班图问的，但是，它是针对着阿努内在的寻求的问题，这是一个他给自己的问题。越过这颗大树，阿努竭尽全力凝视着他的兄弟的脸庞，他看到了自己，这种看到他自己不仅仅是字面上的意义，而且在一个寻求者的比喻的意义上，一个寻求者可以在任何一个其他自我身上看到自己。

虽然这个问题，这个嘲讽对班图是完全不友善的，班图却甚至没有将其视为一种冒犯。他愉快地承认:「当然，你和我一样是一个有能力的成年人。我肯定你有很

多很好的主意能处理路上的这棵树。」

班图给予他的兄弟的这种无防卫的姿态，一种对另一个自我的认可、爱与信任的姿态，不是阿努所熟悉的与其他人相互作用的运作方式，阿努所熟悉的方式是一种人格攻击的拉锯战，在自我之间竖起一座墙来防备其他自我。

当他除了和自己战斗之外 已经没有任何可以去战斗的东西的时候，他不得不从内在去思考了。重担某种程度不再被压在班图身上，重担却正好压在了阿努的肩上，而他却不知道如何去处理这个重担。他找不到办法从这个责任的重压下爬出来，而很明显地这个责任是他自己担当起来的。「也许，」阿努建议道，「我们应该走到这棵树树枝比较软并且容易被折断的一端，突破一些树枝并在树里面制造出一个洞，就好像一个隧道，也许不用移开整颗树。」

这个建议与班图已经给出的建议的其中之一类似。班图并不介意这位其他-自我曾批评他想不出好主意 而现在自己却建议了一个非常类似的主意，他不过是同意了:「是的，我的确相信那会是一个合理的解决方案。」

于是两个人在他们各自的那一边工作，清理那些非常小的枝干和小树枝，接着他们到达了这棵树中间的部分，在那里有一些较大的枝干，接下来他们一起工作折断了那枝干，他们真的在那横卧在路上的大树的上部枝干中制造出一个小隧道[如果你愿意那样说]。阿努对他自己感到非常自豪，第一是因为他想出了一个这么聪明的主意，第二是因为他也实现了这个解决方案。

班图同样也为他的兄弟感到鼓舞，他毫无保留地完成了这样一个漂亮的工作，因此他应该得到一些信任，因为工作被完成了，那真的就是最重要的，因此班图就

可以继续前进。他在这样的情境中没有投入任何小我(ego)的部分。

因此，他感谢他的兄弟说:「我有责任在身。我必须上路了，我相信你肯定也是一样的，我希望我未来能再次遇见你，我相信我们会有很多可以谈论的事情。」

我们想将我们的通讯转移到叫做 L2 的实体上。我们是 Laitos。

（L2 传讯）

我是 Laitos，这个故事继续。

带着对他们自己的另一个部分或另一个人的某种认可，但又不是完全的知晓，两兄弟经过了彼此，继续他们道路。阿努向着城镇继续前进，在那里他作为一个尊贵的客人而被接待，将有大型的庆典的欢迎他。

班图继续去拜访那个收养他的家庭的一个亲戚，他认为这个收养他的家庭就是他自己的家庭，他们住在森林里的一个小屋里，透过在森林里打猎、收集坚果和在小溪里捕鱼来维持他们的生计。

因此，很明显，每个人都在追寻他们各自不同的道路。但是，每个人都对那次遭遇有一份记忆，这份记忆搅动了其他的记忆以至于它们无法被很好地配制，但是这份记忆给了他们每个人一种感觉，一种他们应该找到另一个人并进一步会面的感觉。对于阿努，这是一种新的体验。他习惯于让其他人服务他，他不习惯于让自己的内我指引他完成一个他持有的非常具体的目标，而结果证明，带着决心，甚至带着一种激情的感觉，他可以和他的另一个部分一样。因此，他们双方都不

知道究竟如何与对方取得联系，但是他们知道他们已经在这条路上遇到过了，因此当他们有一天动身从这条路返回时，他们都觉得他们可能会再一次遇到对方。

我是 Laitos，我现在将这个故事转移到 Jim 实体上。

（Jim 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起。

这对兄弟感觉到再次见面的强烈渴望，因为在第一次的见面中，有一种熟悉感，有一个共同的源头、目标、方向，以及也许是一种友谊的可能性的感觉。当每一个人在路上各自开始再一次的追寻时，每一个人都从他们各自的住所旅行了相当远的一段距离。

而沿着这条途径，沿着这条道路，有各种各样的事件、实体、冒险，获得其他发现的机遇 [容我们说]。每一个人都发现自己在一个接着一个的经验中忙碌，虽然他们每个人都的确因为这些前进中的经验而充实，而他们双方仍旧希望实现再一次与对方相遇的目标。

每一方都仔细地考虑会有什么样的经历与干扰会妨碍他们的再次相遇。从表面上看，与原来的那个曾经在挡在两个人中间的起初障碍物相比，这两兄弟是被一种不同的方式分开了。

现在我们将这个通讯转移到 Carla 实体上。我们是 Laitos。

（Carla 传讯）

我们现在与这个器皿在一起。我们是 Laitos，我们通过这个器皿向这个寻求爱与光的圈子致意。

他们被一个按自身顺序发生事件之网局限在无法预见的情境中，看起来他们在那些事件中被牵绊了。一开始他们感到受挫，最后他们听天由命，他们最后都停止努力将自己从他们的情境中解脱开来，相反地，他们转向那些[创造出无法预见的网络的]情境。

时间流逝。季节流转。两兄弟都发现他们自己创造了新的关系，这些关系发展出深入的友谊、它们是相互奉献深化的友谊。

随着岁月流逝，那个牵绊的环境开始缓慢地、不可避免地、无可改变地实践了一些模式，它们创造了服务他人并使这些挚爱的伙伴成为兄弟，一种灵性意义上的兄弟关系，而不是一种血缘意义上的兄弟关系。

最后，首先一个兄弟完成了他与无法预见的环境的相互缠绕的模式，接下来另一个兄弟也完成了，他们每个人都能够回顾过去超过十年的时间，用心工作、优秀的友谊以及新的兄弟姐妹关系的发展，这些新的兄弟姐妹的关系不是基于亲属关系的纽带而绑定，而是基于相互地令人满意地为太一造物者的工作与服务而绑定在一起。

终于，两个兄弟能够到达他们的首先目的地的日子到来了，这个目的地看起来是如此地核心，如此地重要。他们用拥抱、亲吻还有以及最终能够达到重聚的最初

激动来相互致意，他们开始对彼此讲述他们的故事。

他们对彼此的冒险，对于很多表面上的路障最终都变成了正面性的经验，而这些经验都引向伟大的服务都感到惊奇，他们在伟大的生命大师的运行方式的面前感到谦卑。他们领悟到，当他们来到一起的时候，比起根据他们原先设定的议程的计划，他们都有多得多的可以彼此提供给对方的东西。
这是如何发生的呢？仔细设置的计划怎么会比起不断地分心的表面生活上的一次又一次的变化，如此地更加不让人满意呢？当这些模式被完成时，这些分心物是如何转变为美好人生呢？

我现在将通讯转移到叫做 S 的实体上。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起。

两兄弟间的会面有进入这类议题的讨论，是哪个事物允许每个人接触到另一个人生命的模式，并揭露大量的关于这些特殊的生命历程的运作或动力学，也许揭露的是更普遍性的生命历程。

因为甚至在他们的生活展开的方式上，在差别中也有一种对称性 [如果你愿意那样说]。在每一个人的情况中，他们已经有过成长和一种更加内容充实的灵性发展的感觉我们更正这个器皿灵性的生命维度的感觉。

在阿努的情况里，随着时间的推移 他已经学到了他的财富本身并无法为他提供

他最渴望的事物。

当他的心肠变软的时候，在给予的喜悦中，他能够发现不仅仅是那个收到他的给予的人因此受益，他自己也因此而受益了，就好像一个巨大的负担从他身上放了下来一样。于是他的阴郁开始变得越来越少了，他也开始在他的存在中感觉到一种不断发展的知足之中心。

一旦他已经认出了这种他所承担的模式，他就能够进一步地加速他向着这个世界展现他自己的宽宏大量的行动了，他变成了一个乐善好施的人，甚至到最后将他出生的那座巨大的庄园改造了，这样它就可以变成一个为盲人服务的建筑物。他自己则选择去住在一个朴实无华的小屋里，位于先前庞大的庄园的一个偏远角落。

班图在他生命的模式中已经发现，因为他的乐观向上和他个人的极其勤勉，他是相当能干的，他能够进入各种各样的事业中，所有这些事业的结果都是非常成功的。他发现他自己获得了不断增强的重要性与尊敬，虽然他仍旧能够对于他自己保持一种洞察与谦虚的感觉，因为他并没有对他所生长的简陋环境视而不见。

然而，他却一直都感觉到好像所有他已经做的事情是不够的一样。比起任何其他人，他自己身上有更多可以确立的事物。在他的这种价值感上，他做的事情越多，就会有更多事情出现在他的道路上，这几乎到了一种这让他感觉困窘的程度了。

当他们思考这些发生在他们生活中的事件以及他们假定为赋予他们的模式的诸多神秘时，这就是他能够表达给他的兄弟的事物。于是，这两个兄弟感觉到，他们

终于到达了能够分享那些生活经验的位置了，这些经验已经为他们作出更深的标记，这样他们就能够联合起来为那个村庄和所有住在其中的人们谋求福利。

现在，我们请求你们的宽容，因为这个器皿正尝试去深化冥想的状态。

现在我们将这个通讯转移到叫做 R 的实体上。我们是 Laitos。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。这个器皿看到了一个边界的形象，在那个边界中央有一片黑暗的区域。边界的线条波浪状的，它颜色是棕色的。

我们是 Laitos，这个器皿努力将图像转化为言语并搜寻那看起来躲避手指的线头。我们为这个通讯感谢这个器皿并将这个通讯转移到叫做 G 的实体。

（G 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与叫做 G 的器皿在一起了。刚刚被我右边的通讯者所描述过的那个边界是在有形的世界和无形的世界之间的边界。现在两个人都处于他们的晚年，他们都感到了对于下一个存在的形式可能会是什么的许多片断。因此，当他们此生的终点到来的时候，他们每个人都有两天的时间，在他们两个人请稍等一会儿 在他们两个人都体验了被钟爱的朋友和家人围绕的平静死亡之后，他们离开了他们的物理身体并很快被带到了中阴(bardo)的领域。

他们是非常幸运的，他们每个都感觉到对方也在那里。他们用深深的爱与尊敬相

互致意。他们就很快适应了中阴的环境并迅速地被一个人我不愿意用「人」这个词语 被一个具有更高的知识和智慧的存有接触了。它欢迎他们并问他们:「有任何在你们之前过世的人是你们现在想见到的吗？」

他们两个人同时说：「我的父母，我们已经有很长的时间没有见到我的父母了。我想看到我的父母。」两对父母出现了，有了一次美妙的重逢。他们的父母就是养育他们的父母，当两个人，阿努和班图看到他们的父母时，他们都很高兴看到他们的父母。

但是看呀！有另一对夫妇出现了。他们都很吃惊，因为他们已经要求看到他们的父母，而他们已经与养育他们的父母重聚了。他们很困惑，这些人是谁呢？他们转向那个拥有更多知识和更高智慧的存有并询问这些人是谁？他告诉他们:「你们要求看到你们的父母，你们已经看到养育你们的父母。他们是你们所知晓的父母。这些人是赋予你们生命的父母，他们非常的爱你们，但是他们无法照顾你们。现在就是你们与他们见面的时间了。」

我们现在将通讯转移到我左边叫做 L1 的器皿上。

（L1 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起了。生育他们的父母和双胞胎的见面有一种比言语具有更大的深度与多样性交流的元素，因为这里是另一个层面。通过从父母向孩子传送思想、情绪以及单纯的记忆，这些父母可以分享他们投生的精华，在地球上他们是谁以及他们的环境。在母亲身上，班图看到了自己，一个具有一种困难的态度的人，据说这样的人能够在银色的衬里中看到乌云。而班图

同样在他的父亲身上看到了自己，随和的，平静的；于是这个镜射过程持续着，用其他自我来映照自我。

他的父母通过这些交流解释了兄弟行动在彼此之间增加的价值就好像这对夫妇增加的价值一样，他们被父母安排很年轻就结婚了，而结婚的对象却在彼此的性格上却看起来是很不一致的。然而，随着时间发展，他们发现了极大的价值，他们都很感激在彼此身上能够看到的价值，课程被学习了，每个人都是给彼此的一面镜子。

当这段对话进行到了一个自然的结束的时候，在边界上再一次出现另一对父母。在这个存在区域的边界上，他们又看到了另一对父母，直到这个地方被挤满，他们能够感觉到以百万计的其他存有在场。

他们问他们的向导:「这些人是谁呢？」

他回答说，「你要求见你的父母。难道你认为在你很多次的生命中的某个时候你不是让很多很多不同的存有成为你的父母吗？的确，你们每个人在一个时刻都是另一个人的父母。这些人汇集在一起，你们彼此都以父母与孩子，孩子与父母的方式会面。看起来是在同一时刻，所有这些存有的想法很透明地出现，但却不是以一种如此不和谐的音调以致于每一个实体的想法都无法被感知的方式出现，全部的生命时光都被带到他们的意识的表面上 [如果你愿意这么说]。在一次人生接着一次人生的记忆中，这些存有中的每一个人之间都用如此多不同的方式相互作用，以至于所有人看起来几乎都是亲密的。」

我们现在利用这个机会将这次通讯传递到叫做 L2 的实体上。我们是 Laitos。

（L2 传讯）

我是 Laitos。现在，较高存有问每一个兄弟从上一次生命中学到了什么。

阿努指出他学会了拥有物质的财富并不必然意味着拥有灵性的内在财富。

然而，当一个人能够将外在的财富，第三密度的财富转变为慈悲的行动，他就能对增长自己的灵性财富、第三密度能量，并将其提升到一个更高的层次。

班图回答说，他学到 他的乐观主义是一个伟大的天赋。然而，唯有当这种乐观主义被现实主义的观点锻炼时，伴随着艰苦的努力，乐观主义接着蜕变为创造性力量— 支持他的内在工作和他的贡献。

同样，他和他的兄弟都学到 与另一方的分离提供了一种寻求的礼物。因此那种分离，在某种意义上是一种失落的状态，当它被正确地利用时，将会对自我-发展和世界的发展做出贡献。

我是 Laitos，我们现在将这个故事传递到叫做 L1 的实体上。

（L1 传讯）

我是 Laitos，我通过这个器皿向你们各位致意。现在请问关于我们在这次通灵的会议中所谈到的有任何问题吗？

R：我有一个问题，Laitos。当我第二次被接触时，我能够感觉到边界线的图像，为什么我除了图像之外无法再拾起其他的东西呢，你能对它进行评论吗？

我是 Laitos。我理解了你的问题，我的兄弟。我们为你在这次集会的工作中所表现的勇气而鼓掌，在这次工作中你已经能够比之前的工作看到并体验到更多我们的通讯。在通讯中你还没有更进一步看到的 仅仅就是你还没有进行的旅程。对这些类型的概念开放你自己的能力和意愿是一种在你们的人群中并不普遍的能力。用这样一种方式开放自己并不是通常的事情，对于大多数实体，它需要大量的练习。对于你特定的体验，我们发现你已经取得了很大的进步，我们建议你不要对那些尚未感觉到的事物有进一步的担忧。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

R：没有了，谢谢你。

我是 Laitos，我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个问题吗？

G：我有一个询问。你们的社会记忆复合体以及星际邦联的其他成员为何要视他们自己为谦卑的呢？

我们是 Laitos，我理解了你的问题，我的兄弟。对于那些成功地在寻求中穿越第三密度的边界那些人，随着他们获得对于太一造物者的体验和知识的增长，他们会领悟到我们所有人都是无限造物者的小小的部分。对这种微小感的体验是非常谦卑的。

因为当一个人进入并穿越第三密度，会有一种对他自己的身份、力量、自己对周围环境的影响力获得一种累积的感觉。这给予了一种虚假的价值感，这种价值感不是从你所具备的无限价值的感觉方面而言的，它是从你拥有一种影响周围环境的增长能力的感觉而言的。

当我们穿越这种经验，我们已经发现虽然我们仍在寻求以无论什么可能的方式而有所服务，我们看到在我们希望去做的事情和我们所能够去做的事情之间有着巨大的距离。是故，我们保持谦卑。
有进一步的问题吗，我的兄弟？

G：没有了，非常感谢你，Laitos。

我是 Laitos，我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个问题吗？

（长时间停顿）

R：谢谢你们提供自己作为一个(让我们)学习通灵的向导。

我是 Laitos，我们感激你的欣赏，我的兄弟。能提供这样的服务我们是非常荣耀的。因为看起来我们已经耗尽了[我们与之工作的]这个圈子的问题了，我们再一次的感谢各位允许我们与每一个器皿进行工作。这是我们的巨大的荣幸和快乐。我们期望，如你们会说的，在未来与这个团队一同工作。

我们是你们知晓的 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1713 章集：结晶的能量中心

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 4 - Session 1

2009 年 2 月 6 日

（Carla 传讯）[1]

我们是你们知晓的 Laitos。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中 我们在这个早上来到你们通灵圈子的会议。我们感谢你们呼唤我们加入你们寻求的圈子，我们非常高兴考虑叫做 G1 的实体提出的问题，这些问题来自那些与他通信的人们。

然而，首先我们想要一如既往地请求每一位收听、读到或听到这些言语的人使用他的分辨力，拿取那些有帮助的思想，并将其他的留在后面，我们感谢你们这方面的考虑，因为它使我们确信我们不会侵犯你们的自由意志。这对我们非常重要。

我们现在请问叫做 G1 的实体是否有给我们的第一个问题。我们是 Laitos。

G1：是的，Laitos。这个问题是来自代表 Bring4th 论坛的 S。

S 说，「这是一个分三部分的问题，来自在 Bring4th 论坛上聚集的一些人，一起在能量中心的结晶的主题上形成一个更佳的理解。什么是结晶的能量中心？一个结晶的能量中心如何与一个未结晶的能量中心形成对比？一个实体如何才能形成一个结晶的能量中心？」

（Carla 传讯）

我们是 Laitos。我们觉察你的询问，我的兄弟。「结晶的能量中心」这个短语有两个不同的意思，它们会使我们的回答变得复杂，我的兄弟。在一个意义上，结晶的能量中心是一个已经被校准了的能量中心，这样它就可以在一次通灵会议的过程中保持稳定，这不是一个在普通的生活的背景中会被预期到的意思。这是该词语的一个专门用法，我们并不认为这是提问者打算要询问的那个意思。

结晶的能量中心的另一个意思是，对于一个寻求者，他努力通过精炼在日常生活中被他所体验到的能量而加速他的灵性演化速度，结晶的能量中心即是寻求者的这个漫长过程的一部分。

那就是说，如果有一个红色光芒的性欲感觉，那个寻求者的希望就是逐渐地精炼那个性冲动，将其从只以种族繁衍为目标的自动和本能之动物行为的层次带到一种与另一实体更有爱、更有意识的能量相互作用的行为上。这样，当一个人与红色脉轮工作时，他会要求他的性能量在汇聚的经验和持续冥想的火焰中被精炼，这样他就可以从红色能量中心中创造出一个被更加地清晰表达的能量中心。

寻求者[想要增进灵性成熟度]的希望是持续地精炼每一种能量的支出直到每一个

能量中心被越来越优美地被表达。这种能量中心结晶的类型并不暗示有个固定的能量中心，相反地 它暗示当寻求者活出他的生命时，每一个能量中心逐渐都会有一种其原生的基本结晶结构，甚至当能量在整个日常生活的过程中流动和变动时。

现在我们将这个通讯转移到叫做 S 的实体上。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起了。我们会从被你们称之为你们的物质能量的视角来补充我们的评论来查看这个问题，每一个能量中心都是由一个被精心加工过的极性系统所组成的，它是对于经验或催化剂[可能的]反应的极性系统。一个人通过吸取大量经验的过程，他随着时间学到不要对这样或那样的极性回应上摇摆太远，而是坚定地保持一种平衡的观点，久而久之 它可以被更进一步的平衡依次平衡，一个被构建的平衡结构和结晶的能量就以这样一种方法被创造了。用这种方法，在生命体验的过程中，容我们说，进入的能量就可以被转译到一个更高的，更意味深长的水平上了。

我们现在将这些通讯转移到叫做 R 的实体上。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们现在和这个器皿在一起了。我们无法…

（暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，再次与这个器皿在一起。如这个器皿会说的，我们已经再一次烧坏 R 脑袋的保险丝*了。对于一个较新的通灵管道，这是一个常见的体验。因此，我们会让他从「紧张」的感觉中恢复一下并将这个通讯转移到叫做 G2 的实体上。我们是 Laitos。

(*编注：原文是 blow R's mind，美式俗语，表示一个人受到强烈情感的撞击)

（G2 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与叫做 G2 的实体在一起。结晶的能量中心是一个有能力放大能量的能量中心，就好像一个被清洁过的清澈水晶体能够放大通过它的能量一样，它有时可以用在疗愈的过程中。正在作为一个管道而服务的实体可以通过查看当能量经过一个水晶时能量的放大来了解这一点。就好像一个以治愈的能量的管道来服务的存有们一样，对于[那些]做为管道而传递信息的人，拥有无扭曲的放大能量的能力是重要的。[2]

该个体越纯净，他就可以传导越精细的能量振动。我们说的越纯净的意思是该实体已经完成内在的工作，这些工作将允许他们不再通过那些个人未解决的经验来过滤治愈性的能量或信息。因此，寻求去成为一个结晶的治愈者或结晶的管道以便进行那些允许他们处理一种更精细的振动并同时进行传导的工作，这样管道就会尽可能地更加深入并更加宽广了，这对于个体而言是非常重要的。「更加深入」和「更加宽广」这些词语是无法充分地表达意义的，(然而)在尝试去表达那

个意思的时刻，那是 G2 管道在这个要点上所能够使用的(字汇)极限了。

所以，举个例子，如果一个管道对发生在他们生活中的事物充满了愤怒，这会让成为一个结晶的管道变得困难。其他没有被解决的负面[我们就称之为负面]情绪同样会对其产生影响。和每天的冥想练习一样，有一些特定的能量练习或者仪式可以帮助一个人到达结晶的状态。我们关于冥想练习在获得这种结晶的状态中的重要性怎么说都是不够的。

我现在将转移到叫做 T 的实体上。

（暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。我们在为 T 实体创造一种安心的感觉上遇到一些困难，我们的确与那个器皿在一起。因此，我们将同时在叫做 R 和叫做 T 的实体上进行工作来创造更多的我们临在的显着信号。如这个器皿所称呼的调节作用的现象，它有时是非常舒适的，我们会用让这两个管道通过在头部的某个部位的振动、或者移动喉部的肌肉的一些其他的方法，或者任何我们发现对每一个器皿有作用的方法来进行工作，这样他们就可以察觉我们的临在了。

现在请问是否有更进一步的问题，我的兄弟？我们是 Laitos。

G1：是的，Laitos。J 问道，「对化学物质上瘾的本质是什么，尤其是酒精、烟草和大麻，这样的上瘾如何才能被克服呢？」

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们现在将我们的通讯转移到叫做 L1 的实体上 好让这个问题可以开始被处理。我们是 Laitos。

（L1 传讯）

我们是 Laitos。在我们前往上瘾的议题之前，我们对于上一个结晶体的问题添加一个补充说明。每一个事物都有结晶体结构，但是晶体可以变为刚性或柔性的。[例如]，结晶体可以从盐溶液中产生出来，也能回复到盐溶液的状态。因此，在结晶体结构中会有一种流动中的变化，它会创造出新奇的事物与改变，并带来新的信息。通过意愿改变结晶体结构的能力能够带来新的信息与新的可能性。

上瘾在你们的社会中通常被视为是一些不好的 要被摆脱掉的事情。然而，它可以从一个不同的方式上看待。在某种意义上，一种上瘾展现出一个巨大的意图与目的。一个人对获得或拥有一种体验而着迷。这个意图显示了热情，它显示出聚焦的能力和进入到很深程度的能力。那是在人类的正面的潜力或面向中所潜藏的一个基本元素。

然而，当一个人用一种对自我发展以及服务他人或服务自我有害的方式来聚焦并使用那种热情的时候，它就被误导了。

你们称为圣-保罗的实体曾在某个地方说过，他宁愿与一个有热情的无信仰者打交道，也不愿与某个没有热情的人打交道。[3]

那么可以说，窍门就是去识别出为什么这种热情从服务自我或者服务他人的方向上偏离并被转移方向到上瘾的事物上。在你们的社会中的一个例子是「匿名戒酒互助协会」（A.A），它聚焦于一个更高的源头并寻求将那种热情带到服务他人中。

我现在将这个通讯传递到我左边的实体上。

（M 传讯）

我们是 Laitos。对任何物质或者例行程序的上瘾是被一种有意识的意图所引发的，这种意图通常要嘛是服务自我的意图，要嘛是服务他人的意图，取决于该实体的导向。但是，以某种方式，这个实体最开始的有意识地按照服务的意图行动的途径或机制变成了聚焦的对象，而不是聚焦于在道路尽头的结果。从某种意义上，它是 这个器皿不喜欢她选择的词语 但总体上 它是意识上的一个差错，或意识上的取向错误。以某种方式，对服务的有意识的渴望自动地变成该途径上的行动，而目标却被丢失、遗忘或暂时地遗忘了。

因此，回答你的问题的第二部分，关于如何解除上瘾性的问题，简单地冥想你的核心渴望：服务你自己或服务他人。聚焦在那个意图上。与你已经选择的方向的喜悦重新连接。从某种意义上，这看起来似乎太简单了。这个器皿想要转达的是，这不意味着当你一开始冥想或思考，冥想或转动你的注意力，将你的焦点转向你已经选择的服务上，上瘾就会自然地解除了。那当然是有可能发生的，但那并非总是会发生的情况。将你自己带入对你已经选择的方向的焦点，这个意图和行动是第一步。但是，每一个过程都有第一步，一旦走出第一步，下一步就不会

比第一步更困难了。
我们现在将这个通讯转移到叫做 L2 的实体上。

（L2 传讯）

我们是 Laitos，我们与这个器皿在一起。我们想感谢叫做 M 的实体对我们的能量的坚持，尽管那些能量的降临是相当地强烈 以致于她在分类我们的许多影像上有困难。感谢你承担这个服务。

当一个人面对着他自己一个面向，却不愿意它做为自己的存在的一部分时，这就是一个寻求者可以凝视镜子的机会了，问自己:「为什么我无法像爱造物者的任何其他部分一样去爱造物者的那个部分呢？」

正如我们之前说过的，没有对与错，没有好与坏，只有被你带入到情境中的事物，无论你是将爱带入情境中还是弃爱于不顾，无论你是向着光前进还是避开光。

一个寻求者认出那些事情是对于他朝向造物者的旅程没有帮助的，这是有用的。

然而，鄙视那些没有帮助的事物，同样是没有帮助的。就好像这个器皿的老师曾经说过的一样，拥抱在你床脚下的那只狼吧。[4]

如果你逃跑，那只狼只会去追你。如果你在它面前坐下来并把你的头放在它的嘴里，可以说，你只会与那只狼成为朋友。

一切事物都是造物者的面向。对于那些没有帮助的事物，寻求者是有权利去不予理睬的。当工作一个人不喜欢的事物对于寻求者不可行的时候，允许那些事物安静地存在并把它们放到一旁，这比起积极地轻视那些事情要有帮助得多。当时间合适的时候，寻求者将可以工作那些没有帮助的事物。

一点一点地，那些事物就被溶解了，直到它们不再像一开始看起来的那样 被视为巨大的悲剧。

对于一个希望把自己从一种上瘾中解脱出来的人，我们会建议他或她去承认那种上瘾，深情地工作那种瘾头，并知晓无论该上瘾是继续还是平息，一切都好。

当一个人能够看着自己说，「我在我的生活中发现了一些对我没有用处的东西」这是值得赞美的。那个人值得赞美的地方是他或她能够看着那个事物说「我爱我自己的那个部分，如同我爱造物者一样」。

现在请问是否有另一个问题，我们是 Laitos。

G1：是的，Laitos，有另一个问题。T 问:「对称性的本质是什么？是否很像俄罗斯娃娃，全部密度是如套叠的球体一样从始至终存在对称性吗？」

L/L <wbr>Research <wbr>结晶的能量中心
俄罗斯娃娃

（L2 传讯）

我们是 Laitos，我们对这个问题有困难。我们将就我们对它的理解 给出我们的感想。
在造物者的合一状态中的对称性的观点…

（暂停）

我们正在尝试让这个器皿表述，但是这个器皿没有用来表述它的言语。因此，她将竭尽全力，而我们将通过另一个人发言，他能够阐述我们尝试去解释的东西的另一个面向。

当只有「一」的时候，怎么会有对称性出现呢？对称性，就好像你所考虑的一样，暗示了一种平衡。然而，在造物者的合一中，这个问题并不是完全适用的。我们发现这个器皿没有足够的经验来表达我们想要传递的内容，所以我们现在要通过一个不同的器皿进行工作。我们将这个通讯转移到 Jim 实体上。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）

我是 Laitos，现在与这个器皿在一起。的确，在太一造物者中，有完全性、完美性、圆满性。当造物者创造了单一无限的宇宙以便找到一种知晓他自己的方式时，这种完全性、圆满性、完美就被分割为多元性，他看上去似乎是多元性的。这种多元性接着用一种你们称之为对称或者平衡的方式反映出完全性。

（磁带第一面结束）

（Jim 传讯）

我是 Laitos，我再一次与这个器皿在一起。我们继续。

这样，在太一造物中有机会体验和表达这种完整性、圆满性、合一性的机会，它位于你称之为各个周期的平衡性、对称性和圆满性的降频形式中。

这样，容我们说，参与到知晓自己和寻求太一造物者的每一个部分或每一个实体，它们会用你们称之为投生转世的形式来探索这些周期、旋律、平衡的各个部分，在其中充满了催化剂，充满了将催化剂转换为经验的机会和能力，这样他们就可以获得越来越多的完全性的一个部分，直到在那个完整或结晶的实体中 有了一直被寻求的一种完全性和对太一造物者的反映。这是一个过程，它会花费你很多、很多次的转世并完成每一个密度的过程，在其中的投生会追寻太一造物者的各种各样的部分。因此，到最后，如你们会说的一样，有对称，有平衡；和对太一无限造物者的充分体现之临在，在他的造物的每一个部分之中。

对于这个问题，有后续询问吗？

G1：今天没有了，Laitos。谢谢你们。

（Jim 传讯）

我是 Laitos，我们感谢你，我的朋友。既然在这个时间 我们已经给出适合通过这个器皿传递的内容，我们将这个通讯转移到 Carla 实体。我们是 Laitos。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。我的兄弟，对称性的概念是一个简单的概念，甚至是一个机械式的概念。例如，如果一个项链中心有一颗绿色的珠子，在它的右边的侧翼上有两颗黄色的珠子，那么，对称性的法则就会建议，在左边的侧翼同样也有两颗黄色的珠子，如此等等。

在凝视(宇宙)造物的结构的情况下，我们会注意到每一个密度都有它自己的对称性，它自己的平衡。在你们现在所享受的第三密度中，动态张力是强烈地显而易见的。第三密度是选择的密度，它被充分地供应了很多平衡的层次。首要的动力，当然就是，服务自我或服务他人的伟大选择。为了在这一点上取得对称性，那么，对正面的极性和对负面极性一样地充分地知晓对于寻求者而言就是必需的，这样在他的意识中 他就能够见证一个巨大的主题的这两端之间的宏伟的平衡和动态张力。

生命之树的图案[5]，这个器皿会称之为卡巴拉，描绘了男性和女性的对称性能量，它当然是最易于取得的途径之一，用以探索第三密度中提供的各个平衡。

在第四密度中，继续有一个平衡的系统，它同时位于正面的第四密度和负面的第四密度的寻求的道路上。这些对称性更加微妙，它们聚焦于爱与理解的方式上，它们之间的差别仅仅是在要嘛正面性或辐射性的意义上，要嘛是在负面性或磁吸性的意义上。在这个对称性的平衡系统中的议题包含了在爱与平安，爱与智慧，爱与力量之间的动力学。

当智慧的道路在智慧与爱、智慧与平安、智慧与力量之间的平衡的背景下被探索

的时候，这个系统会在第五密度中进一步地被精炼。

在第六密度中，对称性的概念失效了，因为寻求者变得如此完全地察觉所有的面向或所有的平衡 以致于动态对立面的线性考虑让步于压倒性的合一察觉。

结果，在灵性演化的伟大范围中，这个对称性原则的用途是有限的，它在第三密度中是大大有帮助的，在第四密度中 用处就会较少一些，在第五密度会更少，最终 在寻求者进展穿越六密度的过程中，让路给内在对于合一的完全觉知。

此时 我们感谢这个通灵圈子中的每一位，并向你们每一位保证 我们非常地喜欢与各位的互动。在你们的心智许可下，我们会继续进行调整 让每一个人在这次通灵的体验中 努力更少一些，流动更多一些。我们感谢各位在与我们的想法一同工作的过程中抱持的勇气和坚持不懈。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团队。我们是你们知晓的Laitos，Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1] Carla：这是一场粗糙的集会，部分是因为我们使用的麦克风不够灵敏以获得横跨房间的轻柔声音，部分是因为通灵本身在某些地方是不完全的。我已经在文字被大幅改动了的地方做了批注。另外，方括号是用来表示我对无法听到的言语或者短语的建议。

[2] Carla：这句话在原来的文字记录中大部分是听不见的。如现在这样展现出来

的句子是我根据 Laitos 尝试通过 G2 说的内容的最佳猜测。

[3] Carla：我一直无法查证这个引用。如果一个读者知道这个引用，请写信给 contact@llresearch 来提供信息，我们会将参考放在这里。谢谢你!

[4] Carla：这个引用来自 Dion Fortune 的一本叫做超心灵之自我防卫(Psychic Self-Defense)一书中的一个段落，在其中 作者谈到当她在床上的时候 看见一只狼的幻象。她的要点是，当一个人拥抱那只狼，表面上的攻击就会转变为在爱中映射的爱。

[5] Carla：生命之树是一个卡巴拉的图案：www.wyldwytch.com/weavings/articles/pagan_path/pages/tol.htm。这棵树的根部位于天堂的世界中，而只有它的最低部分，玛雅，是在地球层面上的。它的左边的柱子代表女性特征，它的右边的柱子代表男性特征，它的中间的柱子代表性别上中性的特征。

www.tarotpedia.com/wiki/Tree_of_Life 这个网站提供了更多的细节和一个简短的参考书目。Israel Regardie 关于这个主题的书本的名字是《生命之树》。

(编注: 由于上面第一个网页连结已失效，附上新连结à
http://www.libralion.com/tree1.htm)
Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

———————————————————

☆ 第 1714 章集：内在与外在的工作

Copyright © 2009 L/L Research

Channeling Intensive 4 - Session 2

2009 年 2 月 6 日

团队问题：主要的问题与内在工作、外在工作以及平衡过程的性质或场所有关。例如，考虑某个因为在他或她的工作环境中的关系上的困难而出现黄色脉轮的堵塞的人。我理解阻塞可以通过内在平衡的技巧而被解决，检查困难的性质并体验适当的相对想法和行为来从内部清理问题。但是，阻塞同样也是自我与其他自我团体之间的外在问题的一个内在显化，那个外在问题可能仍旧需要被处理并在第三密度的体验中解决那个问题。

同样，看起来 如果外部工作通过交流和无条件的爱而被正确地执行，它的天性自会解决内在的阻塞。

关于解决这样的冲突和阻碍所需要的内部工作和外部工作之间的关系，如果有任何关系的话，我会很有兴趣听到你们在它们之间的关系上的想法。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中，我们在这个下午来到你们中间。能在今晚加入这个圈子是我们的荣幸和我们的快乐，我们感谢每一个尝试在此刻去成为太一无限造物者的爱与光的通道的人。能够在那个服务中与你们合作并为那些寻求的人们创造资源，这同样是我们

谦卑的希望。

一如既往，我们会请求每一个人使用他的分辨力，这样你们就可以拿取那些对你们有帮助的信息并将其他的留在后面了。我们对你们这方面的考虑非常地感激，因为它让我们能够感到放心 我们将不会通过提供我们简陋的意见而侵犯你们的自由意志了。

你们希望了解当外在工作遇到了一个可感知的问题时内在工作和外在工作之间的关系。在这种情况下，在工作场所会有一个情境，这个情境会引发催化剂并将你从思想的平静 以及和你的同事之间的团结感觉中拉出来。

因为内在工作的目的与外在工作的目的多少是有点儿不同的，我们的讨论必须分开来进行。在内在工作中，你在自己的能量体上工作 并使用你在提问中描述的平衡练习 作为一种重新获得造物者的爱/光的一种持续性的流动的方式，这种造物者的爱/光的持续性流动同时流经你的物理载具与能量载具。当你平衡你生活中的扭曲时，你不是在争取一个解决方案。你是在寻求返回到一种充分发挥作用的敞开的能量体，这样的能量体的所有脉轮都允许爱/光的无限供给流过，进入到心的脉轮，向上通过物理载具和形而上载具，离开头部顶端 进入造物者的宇宙中。

在一个人的情绪、感觉和想法上工作是一个形而上的行动。第二天完全有可能需要你再将这个工作做一次。确实，很有可能每一天你将要保留一些时间通过事后回想来精确地描述那些触发扭曲的时刻。因此，内在工作的目的就是去减轻你能量体中的扭曲并恢复造物者的爱/光、光/爱之敞开与完全的流动。

另一个方面，你们称为外在工作的事情，的确，它瞄准解决方案。在溪流中央有一个石头，一个人希望将那个石头移开。

现在，我们会将这个通讯转移到叫做 S 的实体上，因为 S 希望参与对这个特定问题的工作中。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起了。我们会说，当一个人投身于每一天的日常事务时，在处理阻塞和不平衡上，内在工作具有极大的益处，对于一个寻求在此生中找到服务方法[视为最重要的目标]的人而言，日常生活似乎会向他呈现出恒常的挑战。

然而，一次又一次，一个人会一再发现他提出的服务没有包含原先提议的那个服务中的精神。所以一个人必须对他所提供的服务条款和条件进行重新评估。

当一个人自己受了伤的时候，他可能会发现最近的那个需要治疗的人就是自己，因此他在那一刻尽其所能地撤退，撤退到一个沉思的时期或内在工作的时期，这是合适的。这不必是一个要花费你大量时间的一个时期，但是无论如何 它是一个自我在其中可以被重新收集，有所服务的意愿可以在其中被确立的时刻，这样一个人就可以与提供这种强力催化剂的实体、实体们或环境的设置重新接洽，而一个人所遇到的催化剂也许就有一点不一样了。

在某种程度上，在呈现一个人的服务的过程中，有一个培养熟练度的问题。在某种程度上，对于一个人希望去提供服务的那些人，会有一种对他们的不断增进的

理解。有时候，关于一个人必须去提供的服务，会有一种对服务的不断增进的理解。所有这些可能性 在一个争议中的外部工作的情境中 都是可能迎入的。

现在，在我们的能量中心中形成的阻塞的确经常是被我们参与其中的外部环境所触发的，或者也可以说是外部环境让我们了解这些阻塞，这是真实的。然而，这并不意味着这些阻塞起源于这些外部环境。一般的情况是，它们已经出现在能量体中了，它们仅仅是被一种偶然性的因素所触发，这种偶然性的因素允许一个人去看到已经存在那里的事物。

举个例子，一个在表面上看起来是一个如此怀有敌意的环境，或者一个承载着如此的不幸和功能异常的环境，在其中 一个人以至于几乎无法找到穿过它的道路，就好像它是一个混淆的梦境一样，如果一个人愿意去采用一个清醒梦的观点来探究这样的环境会有怎样的更深意义，那么一个人就会开始对于他与其他自我一次又一次地发生的交手感觉到一种更深的共鸣。

「为什么我会发现自己一次又一次地在一个特定类别的议题上 处于一个与其他工作者发生冲突的情境中？」

「当我仅仅是想要有所帮助的时候，为什么我发现我的感情一次又一次地被伤害呢？」

「为什么其他人会一次又一次地用我觉得不公平，不公正和未预料到的方式来激怒我呢？」

这些都是非常值得沉思的想法，冥想的保护性环境是一个从事这个工作的极好的

场所，对这些也许是相当个人性的问题的更深共鸣是什么，以及一个人如何才能找到一个解决这些问题的方法，这个工作包含了对这些疑问的整理。

现在我们将这个通讯转移到叫做 R 的实体上。

（R 传讯）

我们是 Laitos。我们现在与这个器皿在一起，我们发现一个概念。这个器皿在转换这个概念到言语上有困难。我们将通讯转移到 G1。

（G1 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos，我们现在与你们叫做 G1 的实体在一起。对于无限造物者的任何个体性的表达，重要的是在所有的情境中觉察到你是谁，这也包括了工作场所的情境。你是无限造物者的个体性的表达，一个拥有物质性经验的灵性存有。

就从外部解决一个工作场所的问题而言，清晰地理解在你被雇用的组织中 你的角色和功能是什么，这是非常重要的。去理解一些和你的工作说明一样基础性的事情，这是非常重要的。如果你处于一个没有工作说明的工作场所，尽你所能地让这个工作说明实现出来，这样你就知道你的工作和其他人的工作是什么了，这是重要的。

就内在工作而言，在你与其他人的关系中用一种正直的方式与他们互动，好使你说出真理，做那些你说你将去做的事情，而你也不会针对个人地看待那些事情。

有一本书最近在你们的文化中非常的流行，它非常充分地解释了这些观点和其他的一些观点，我们 Laitos 群体会推荐你们阅读这本书。它叫做《四个约定》。[1]

在任何的工作场所，要（避免）陷入其他人和你自己之间正在发生的细节，这是非常困难的。有一个简单的技巧，练习这个技巧能帮助一个人保持一种超然的感觉并避免太强烈地聚焦于那些令人心烦意乱的人际关系的互动上。那就是聚焦于呼吸。在吸入的时候在你的思想中说，「啊。」在呼出的时候在你的思想中说：「上帝」或「圣灵」或任何对于你代表着无限造物者的词语。

现在我将这个通讯转移到我左边的个体— T1。

（长时间暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。我们回到这个器皿 单纯地是向叫做 T1 的实体保证我们正在工作以创造在我们的能量和 T1 实体的能量之间的舒适、不费力气的通道，我们会在该会议继续推前的时候继续进行调整。我们现在将这个通讯提供给叫做 L1 的实体，如果他希望参与到这个特定的问题。

我们是 Laitos。

（L1 传讯）

我们是 Laitos。既然一切是一，内和外必然是相互联系的，但是，当你们在你们的文化中被抚养长大的时候，从出生开始，也许甚至在那之前，你就区别了在你内部发生的事情和你外部发生的事情，因此它们看起来好像是有区别的实相，虽然事实上 它们是相互连接的。

发生在外部的事情经常反映了在一个人内部正在发生的事情。内部的努力也会吸引外部的努力。在进行内在工作时需要加以考虑的一些事情是，外部的事件是否以某种方式与一个人自己特殊的历史有关联。这些也许是外部氛围中的冲突，或者 它们是容易的「成功」，那是一个人从内在工作所吸引来的。

然而，确实会有些时候，一个人在外在领域所面对的选择，也许必须将一个人，或者能够将一个人，置于危险的境地，或者去做一些也许不诚实的事情，或者如果不是不诚实，也许会对其他人造成伤害。一个人接着就会面对困难的决定，诸如，打个比方说，当命令看起来是破坏性的时候，是否要去服从命令的决定。

但在这里，再一次，外部的事件会反应或推动一个人反思他自己的内在价值观、目的和目标。在某种意义上，在内部和外部之间的这种关系是第三密度体验的基础，因此充其量，在检查一个人自己的内在层面与发生在外部层面的事件之间的联系时，一个人接着就可以使用最佳的洞察力和自由意志来作出一个决定了。当决定越是困难，从个人成长、服务于你在其中生活的更大的社会以及服务于更大的灵性社群的意义上，一个人就被提供了越多的挑战。

我们是 Laitos，我们将这个问题传递给叫做 M 的实体。

（M 传讯）

我们是 Laitos。感受到的外在的经验，作为这个密度的外在感受到的经验，是你进行内在调整的线索。你已经被预先编程好来利用这里的潜在性机会。当一个人进行外在工作时，他会识别出那个催化剂并利用那个机会从内在进行平衡或调整。这种平衡的成功在其自身的一个迹像是反映在随后的经验中以及这些经验是如何被感知的。如果内在的平衡出现了，外部的阻碍就会消散并消失，进行其他的平衡的新机会就会将它们自己展现出来了。如果第一组内在平衡并没有切中要害，可以这么说，外部的体验看起来就不会自己解决，或保持阻塞，或者建立起一些代表的模式— 在其中再次遭遇那些议题。

这个器皿想要分享在问题开始时 当 Laitos 第一次进入时 出现在她面前的一个壮观但又令人费解的图像。就在该问题开始之后不久，当 Laitos 第一次进入和问题开始被传递时； 她对于那个图像的意思是什么 几乎没有任何线索，但她希望与你们分享它。

它是一个覆盖着一种黑色的、长袜般的材料的人体模型。全部的身体，身体的主干被描绘为一种黑色的、长袜般的材料。没有其他衣服，除了胸部围了一条几英吋厚的带子之外，没有其他服装，那条带子进入胸部的中心。它指向内部而且镶着金边。这条白色的带子进入胸部的中心的那个点的位置上有一颗位于心轮的宝石，但是它的颜色是黄色的，带有绿色的光晕。该宝石开始慢慢变化并旋转，以某种意义上的旋转，但是以某种多维度的方式旋转的。它慢慢变成某种水晶一样的东西，在外表上看起来是曼陀罗的形状。一旦宝石变成那样，它会如同是一扇门一样地打开。那就是(她的)视觉化图像。

我们现在将这个通讯转移到 L2。

（L2 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。我们给这个器皿的图像是从 Carla 器皿开始的那个河流的比喻的延续，在那个比喻中，在河流中央有一块石头，一个人希望摆脱它。

我们会说，如果只做外在的工作而不做内在的工作，你就几乎无法从中获益，因为当将石头从河里移开时，总是会有另一块石头。当所有的石头都从河里被移除时，仍旧有一个粗糙，含沙的底部。当所有的沙子都被移除的时候，就会有打滑的、泥泞的、粘性的淤泥。即使这条河被铺上光滑的混凝土，它还是会因为这个混凝土的水槽被强迫向一个方向或另一个方向流动。

我们认为，与其去改变在河里的东西，不如像那条河一样。河流并不在意是否有一块石头在它的道路上。它不在意是否有个悬崖或一棵树。它不在意河里是否有鱼。它不在意是否有人从它上面横穿而过。河流继续流动，忽略了那些障碍物，因为一个实体无法让已经完美的事物变得完美。

这个通灵圈子开始通灵前播放的歌曲是这个通灵圈子调音的部分，在那首歌之中先前叫做凯特-史蒂文斯的实体问道，是否有这样一个世界，在这个世界里感觉不需要的障碍物是不存在的。[2]我们会对你们说，那个世界已经存在了，它就在这里。那么，寻求者必须去做的事情就是在内在的自我上进行工作来知晓那就是真理。如果它对于你是完美的，它对下一个人会是完美的吗？如果你只渴望阳光，这个坐在你旁边的人也许只渴望下雨。

要让这两个渴望成为一，进行必要的内在工作来享受已经被给予的事物，这是有帮助的。

我们结束与这个器皿的这次通讯并希望将我们的通讯提供给被知晓为 Jim 的实体，如果他希望继续与我们进行通讯。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）

我们是 Laitos，我现在与这个器皿在一起。我们将继续。你们每一位在这个第三密度中参与的外部工作，容我们说，藉由该工作 你们遭遇日常的催化剂。

这就是你们要处理的食物，它会从一个内在的意义上帮助你的成长，因为你能够从那个已经被成功处理的催化剂中收集经验了。这样，你在你的连续体的空间/时间的部分参与的工作就会为你在你经验的时间/空间部分中取得的进展提供能量了，你经验的时间/空间部分是无时性的，它是永恒的。

因此，空间和时间的边界、从过程中获得的经验以及在其中的催化剂就是允许成长发生的食粮了，这种成长具有灵性意义、无时性意义和内在意义。

因此，你们每个人都在一个幻象中移动，这个幻象被包括在一个更大的幻象中。所有那些看起来世俗的和无意义的事物都将其自身提供给你们，因为它们可以变得庄严而神圣，根据你们在这些被提供给你们的事物上进行工作的过程中所给予它们的时间、关注和努力。

你周围的世界似乎在你自己的外面，它充满了大量的机会。大部分都被真理的寻

求者忽视了。因为，每一个经验，或者我们应该说每一个催化剂所提供的机会，无法都被拿走 因为它们是无限的，而你在外部世界中的发挥作用的能力是有限的。因此，你挑选了你必须使用的催化剂，但是，你的存有的内在领域是个有着极大多样性和极其丰富的环境，在其中你会发现你自己移动、生活、呼吸并存在着。

现在我们将这个通讯转移到被知晓为 Carla 的实体上。我们是 Laitos。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起了。凝视着外部世界，很容易看到它有一种无法动摇的坚固性。然而，当一个人选择将投生中一个人的生活中的工作视为神圣的，他就能够向着神圣的创造性开放他自己了，这种创造性乐于重新配置溪流和岩石。

当一个人考虑这样一个外部问题是，拥有一双敏捷熟练的巧手是很好的。当在工作场所 出现一个似乎会倔强地对工作场合的能量造成阻塞并使其无法保持和谐的人的时候，首先使用你的智能和分析的力量来查明这个看起来阻塞能量的实体确实在阻塞能量，以及他使用的方式，这是好的。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

他为你举起了什么样的镜子呢，哪一个镜子是你不希望去看到的呢？它是你没有

耐心的自我吗？或者你的那个部分单纯地就是自私与卑鄙？看着它直到你找到那个信息，尽你所能地去理解正在被递过来的这个恼怒的结构，因为这是好的。

一旦这个工作被完成了，和谐的熟练寻求者会重写那个角色。那个角色会变成基督。当然，那个角色并不知道他就是属于基督的。他正忙于成为溪流中的一块石头，无论什么理由，他正享受由于他的态度或行为而造成的能量阻塞。然而，知晓他是太一无限造物者，这对他并不是必须的。唯一需要的是你觉察他真实的身份。

继续富于创造性吧，接下来，支持性地，宽容地，用一种轻触来与这个实体建立联系，这是很好的。因为你已经拔出了他的牙齿。你已经看到在他的内在没有真正的邪恶，而只有混淆和缺乏快乐，这在他心中制造了一种渴望 去成为不和谐的。这和你要将巨石移出溪流并不一样。这更像是你对这个实体的重新想像 创造了一个越来越小的阻碍物，直到最后你的爱在他内在创造了，至少，好像石头周围的水一样地去流动的能力，不去加剧它，甚至没有注意到它。

最后，当你遭遇到许多[你暂时会将其定义为你的]挑战的情境时，你的外部工作会经历很多很多的阶段，它们就是你的磨坊的谷物了。而你可以开始看到外部工作和内部工作相互流入对方。外部工作永远无法取代内部工作。有一些时候，内部工作能够创造一个情境，在那个情境中外部工作会变得不必要。在这个意义上，你的外部世界会创造挑战，而你却一次又一次地发现你自己在玩一个叫做「活得好」的游戏，你会将所有的想像力和创造力的资源都带到那个游戏中，基于一切都是爱的坚实基础，于是你会在你的生命中玩耍，而不是去致力于解决方案。

我们希望，当你发现神圣的玩耍是美味的时候，你会发现你的生命是个越来越和谐的体验。一如既往地，在意识中的任何工作上，时间和静默是完全重要的。如果你在一天中有五分钟时间能够去献给与太一无限造物者 共处于至圣所，带着喜悦拥抱那五分钟吧。因为在那数十秒钟的时间里，一种灵感的无限就可以流过你，复原每一个细胞的活力，振奋每一个疲倦的精神。

在我们离开这个器皿之前，现在请问这个团体是否有任何询问？我们是 Laitos。

L2：我有一个问题。有一些时候当我正在做白日梦的时候我会问自己一个哲学上的问题，接着我会沉思:「关于这个问题 Q'uo 和 Hatonn 会说什么呢？」我继续沉思并思考他们会说这样或那样的事情，于是在我的头脑里 我就形成了一点答案。我想知道，我是否那个时候在进行通灵，或者我仅仅是在进行一个沉思的白日梦呢？

我们是 Laitos，我们理解了你的问题，我的姐妹。我们使用的名字创造了一种个人特质的感觉，使用那些名字来触发被呼唤的指导的过程，它是容易的。

实际上在如我们这样的被通灵的实体和你的指导灵系统之间有一个交点，因为作为一个流浪者，你的高我是数个行星来源的一部分，你和他之间有个管道。

也就是说，你的指导灵系统，做为你的高我，在你的未来中，他也是那星际邦联的一部分。这在流浪者当中是相当常见的现象。

为了避免触发那些预兆— 使你准备好执行外部的通灵工作，我的姐妹，在你的凝思中去明了你最高和最佳的自己会对你正在沉思的如此这般的要点说什么，这

会是好的。当(两个)来源是一致的时候，有一种微妙的差别，为一个外在源头命名和为一个内在源头命名之间的差别。然而，它代表了你对于保留私密对话的适当性一种认可，当没有一个通灵的圈子支持你的时候，采取投生中的你自己和你的更高自我或更大自我之间的对话。

你不是在进行一个无意义的白日梦，我的姐妹，而是在用一种非常适当的方式存取信息。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Laitos。

L2：当你们说「合适的方式」的时候，我假设你们并不一定是指「负责的方式」，因为我想我需要集中注意力来确认当我不想进行通灵的时候我没有进行通灵。

我们是 Laitos，我们赞成你，我的姐妹，当在你的团体中有三个或者更多的外部源头的时候，当你已经适当地调音的时候，去维持与外部来源一段时间的通灵意愿，对于你是一个明确的责任问题。

然而，当你允许你的头脑去漫游和沉思时，就和你所描述的一样，它是一种非常富于创造力和发酵的心境或头脑的状态，在那种状态中，当大脑不再工作了也没有逻辑的工头说「如果 A，接着就 B，如果 B 接着就 C」的时候，那不依赖于线性逻辑的洞见就经常会从沉思的环境中喷涌而出，并显现一个在你正在沉思和凝思的主题上的一个完全新颖的观点了。因此，一旦在你的内在去考虑一个特定议题的意愿已经被确定，让头脑漫游而不去守卫它，这是合适的。

当然，会有一些人他们必须一致带着严肃和认真来进行通灵，手上拿着纸，总是准备好铅笔，快速记下每一个来自指导灵的思想，然而，这并不是适合每一个人的方法。就好像这个器皿会说的，让大脑在中间松弛下来，去看看因为不同的想法一起松弛下来会引发什么样新的关系，对于一些人，这是远远更有用处的。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Laitos。

L2：我获得我在寻求的信息了，我相信如果有任何进一步澄清的需要，我的老师能够帮助我解决那个问题。感谢你们。

我的姐妹，不客气，我们也同样感谢你。我们是 Laitos。在我们离开这个器皿前，有最后一个问题吗？

G2：是的，Laitos，让我们假设有一个第六密度的社会记忆复合体，它是星际邦联的一个部分，这个社会记忆复合体的名字是 Zorton。让我们假设 L2 实体的高我是名为 Zorton 的第六密度社会记忆复合体的一部分。让我们说 L2 在与她的高我通灵。她没有进行外部层面的通灵而是在与她的高我通灵。现在，我知道言语和思想形态之概念并不是同等的，尤其是在社会记忆复合体中，但是就词语所代表的同义词方面而言，在 L2 与它的高我通灵的时候，可以说「我在在传导 Zorton」，这是准确的吗？

我们是 Laitos。我们理解了你的问题。在这样一个情境中说 L2 实体正在与 Zorton 通灵，这并不是完全准确的。这么说可以比喻为，当她正在背诵效忠誓词或查询权利法案或宪法以获取信息时，就说她正在传导美国。

一个人的高我是在贯穿从第一密度到第六密度的过程中 一个实体的灵魂光流周围积累的所有能量消耗和偏向的顶峰。它是对那个实体独一无二的存在。当第六密度的自我领悟到除了渴望与太一无限造物者[在他完全未赋能的状态之中]合为一之外 不再有任何需要被满足的渴望，在那个点，高我就是该灵魂光流送给第三密度自我的礼物。这个独一无二的资源仅仅能被你取用。每一个实体都有他或她自己的高我。这与社会记忆复合体以一个整体的方式与那些向他寻求意见的人们进行互动，这完全不是同一件事。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Laitos。

G2：我对你们的回答感到满意。感谢你们，Laitos。没有进一步的问题了。

我们为你的满意而感谢你，我的兄弟，我们对你对我们的回答的回应是完全满意的。

我们是 Laitos。与你们在一起是愉快的。我们感觉到来自你们每个人的爱，我们希望你们能感觉到我们的爱。真的，和你们在一起，和你们每个人一起工作，这是多么快乐的事情呀。在和我们一同工作的这个周末聚会中，我们将期待你们所创造的每一个机会。和我们发现你们时一样，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Laitos。

Adonai，Adonai。

原注

[1] Don Miguel Ruiz，《四个约定：通往个人自由的实用手册》San Rafael，加州，Amber-Allen，(c)1997 年出版。

[2] Yusuf Islam (aka. Cat Stevens)，2006 年发行的 CD《另一杯》，歌曲是《也许有一个世界》。歌词是:「也许有另一个我仍在寻找的世界，也许有另一个我仍在寻找的世界。开放吧，

哦，世界，让我进入，然后将会开始一个新的生命。」

(c) Yusuf Islam，all rights reserved.

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ 第 1715 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十五

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 15

Copyright © 2007 L/L Research

www.llresearch.org

1993 年 3 月 22 日

（这次集会之前进行一段时间的调音和冥想）

团体问题：本团体继续讨论关于如何开放内心的主题，并将特别聚焦于在为内心的开放做好准备的方面 如何在较低的能量中心上进行工作。

亚伦：我是亚伦。早安，对你们全体献上我的爱。你们的功课做得如何呢？你们

是否经验了那些分离的、窗户阴影被紧紧封闭的时刻呢？它是一个痛苦的经验，对于此生不是必须的。让我们一起看看这个过程。当你进入了幻象，在其中你觉得内心关闭了，以至于你从钟爱的光之源头分离了，而你自己的光不再闪耀了，在这个时刻真正地发生了什么呢？

当你在每一次内心经验到关闭的时候进行仔细的观察，你会看到了恐惧的出现。恐惧本身没有意味任何事物。谁在害怕呢？害怕的是什么呢？有一个回圈 你在其中体验恐惧和分离。必须有一个固化的自我、分离、主观和客观的幻象。当你体验到自我是固化的时候，恐惧变得愈坚硬了，它同时增强了分离感并进一步地带你远离你真实的大我。

今天早上芭芭拉偶然看到了鲁米写的一首诗，我想请问 K 或 C 是否愿意读这首诗。这首诗在作记号的这一页的右边：

此刻我听到他的爱，我想着
为了找到心爱的人，我必须追寻
以我的身体、心智和灵魂。
可是，不。为了找到心爱的人，
我必须成为这个心爱的人。[1]

我想请你们永远记住你们无须到处去寻求神。神性就在你自己的内在。对我而言，这个在你内在深处被携带的觉察是与地球层面沉重的能量和催化剂工作上的关键。只要你们经验自己是与神性分离的，然后自我就固化了。随后恐惧增加了并且变得更强壮。接下来黑暗进一步地靠近，而你们变得越来越被你们的分离感、易受伤和恐惧的感觉所束缚。

今天早上的早些时候我们曾在这一点上谈论了一下，我请求正在聆听的这些人去想像一个广阔蔚蓝的天空有一颗璀灿的太阳，天空中到处有一些小片的云朵。当风吹拂时，云被聚集起来了，慢慢地形成了似乎是要成为一个遮蔽太阳的暴风云。

你们有二个选择：作出反应就好像云是坚固的，并藉由拿起你们的外套或雨伞来保护你们自己，或者去忆起太阳依旧在闪耀着—”这里没有任何东西是坚固的，我所看见漂浮穿越天空的只是一些相同的物质。它们只是聚集在一起。”

因为你们是人类，你们必须同时在二个层面上运作，当然假如开始下起倾盆大雨，你撑起一把伞；然而这把伞是去保护你们免于受伤，或这把伞保持你的温暖和干燥呢？这里有一个区别。当你将在你生命中的云朵当作是对你个人性的威胁的时候，那么恐惧就固化了，自我就固化了，而你对这些个人性的云朵的反应成为与它们搏斗的一场战争。你相信你必须不惜一切代价地摆脱它们，这样你就可以返回太阳的经验了！

当你们可以注意到这些云的存在而没有感觉个人的威胁，云只是靠过来了；然而当云的确聚在一起时，它可能会下雨，你们注意到“我可能会淋湿，接着将会不舒服。所以我将会非常有技巧地撑起我的雨伞。”这里没有恐惧，没有个人的威胁。你们一直都知晓太阳正在云端上闪耀着。这能量不会和恐惧达成约定而准备去战斗。

在某些时候 假如你自己个人的云牵涉到另一个人，而这个人正因为一种自我感知上 对其自身的威胁而对你生气，甚至对你发怒，你的恐惧导致你对那个人以

口语或甚至以肢体的方式进行反击，或者转而用一种暗示你自己的愤怒的方式来保护你们自己。相反地 当你们可以看到这个人的恐惧和痛苦时，你仍然可以象征性地撑起你们的伞。你可以后退离开它的范围。你可以在没有恐惧的反应的情况下选择离开房间或离开这个生气的人的附近。

有一个时刻，在其中自我开始固化，而你们体验到感知上的威胁。不论恐惧是关于什么，(你都会说) “我可能被伤害。我的需求可能无法被满足”。必须去注意的时刻是: 当自我和他人突然间在一起而他人让自我感觉到有威胁。必须注意愤怒的升起，它居然在这里，对抗这个感受到的威胁？带着强烈的专注力，这个对固化的自我、对恐惧以及其他任何沉重情绪的首先觉察变成就像一面摇动的旗帜，它写着：请注意！对于表面上正在感觉恐惧的这个自我，可以有怜悯心吗？“转向我内在的光，对我内在的神性敞开，记住太阳依旧闪耀着。”

这是一个非常强而有力的工具。学习有技巧地实行它需要许多的练习。甚至在你开始练习前，需要许多的诚实检查自我内的那些地方: 想要用愤怒来回应 以便于报复那个看起来似乎构成威胁的存在。

一旦你们进行了这个工作并能够注意恐惧的升起，甚至注意到想要报复的存在的时候，仅仅视其为更多的恐惧，给你们自己一个如实的拥抱，同时想着:

“情况不错。不论我正感觉的是什么，情况不错。” 当你们给予你们自己这个怜悯心时，你们开始能够对该催化剂给予怜悯心。然后自我和他人都消融了，不是马上，而是慢慢地。你们越多练习它，分离的消失就会越快。它不再是我的恐惧，而是我们的恐惧，我们的痛苦。以这个方式，第一个升起的恐惧变成了一个催化剂，不是为了憎恨，而是为了怜悯心。一个提醒是：内心关闭是有风险的；保持

心的开放；记住这光依旧在闪耀着。

当我们检视因为与神、与其他人以及与自我的分离而导致内心关闭的感觉的时候，我们看见保护的需求。释放恐惧，这是另外一个你们可能会想要聚焦的领域与另外一个工具。假如你们密切注意，你们可以确实地感觉恐惧之心的关闭，然而你们记住光依旧在心中照耀着。你们可以想像心就像是一朵玫瑰花。在花蕊之中是所能想像的到最灿烂的光，只有神之光可以媲美。坐下来冥想，感觉你们与神性的连结。想像这朵玫瑰花的绽放，她无法被强迫，而是允许爱的连结经验打开这些花瓣，而你们体验到光辉流入心和光辉从心中流出。

当你们离开你们的冥想而重新进入你们生活中的活跃阶段时，请仔细观察。当有一个似乎是构成威胁的催化剂时，发生了什么呢？你们可以看见阳光似乎被切断连结 同时花瓣合起来了？如果你们记住“这是幻象，恐惧是幻象。它似乎固化了，但是它是由我自己对一个分离自我的错觉所创造出来的。”

接下来你可以问自己:“是否有一个被卷入这个恐惧中的渴望？”有时这是比较容易的。去感觉你们与一切万有的连结是非常美丽的，但是始终如一地去活出这个连结而不屈服于你们的愤怒，这承担了很大的责任。你们是人类。我不是纵容屈服于愤怒，我只是建议身为人类有一种持续不断地努力来忆起你们的连结，以及请求你自己在你的选择中去表达这个连结而不是表达分离。

所以，你注意到恐惧的幻象，以及它看起来是怎样的坚固。返回心轮之中，在那个地方 光依旧闪耀。假如恐惧如此地紧缩就像是暴风雨的云，它似乎已经完全地遮住太阳，接下来，对于这个时刻，你将必须成为光的源头。你可能不会感觉到神的存在，虽然你的理智告诉你“神依然存在 而我只是中断了这种体验。”你

仍然没有感觉到他。所以，那打开这朵花、打开这朵玫瑰并允许重新连结的光与爱来自何处呢？

他来自于你对自己慈爱和怜悯的深度练习。当你们看见这个正孤单坐着而且害怕的人，你们能够带着爱对他伸出援手吗？假使在强烈的暴风雨中，你们在雨具的保护下沿着街道漫步。在街上有一个小孩独自一人，在路边湿透了，你会如何呢？你的心会不会向外碰触这个人，去庇护他、保护他呢？当你们发现自己在暴风雨中被淋湿了，被沉重的雨云包围了 以致于你无法体验到光的时候，你能够对自己做相同的事情吗？

是的，恐惧是幻象。现在你们正在认出“困在幻象中”，但是你们同时也正在改变你们的观点去知晓这是幻象：“太阳依旧在闪耀着。我将会保持自己对这个太阳开放，即使我似乎无法体验到它。然后，对于这个被困在暴风雨中的人，对于这个想要报复自己，想要大声喊出它的嫉妒、或他的背叛或贪婪感觉的人，我将向他献出爱。我将会爱这个人。”它是非常困难的，但是它是你能够给出的最深刻的礼物，不只是给你自己，同时也是给上主的。因为与去爱那些愤怒、嫉妒、痛苦的部份[属于你自己以及全人类]相比较，去爱那些容易爱的事物，是要远远小得多的一份礼物。

我想要更多地谈论关于这个工作的不同衍生处，特别是与你们已经提出的特定的问题联系在一起。在我谈论那一点之前，我想要将麦克风传给 Q'uo，这样，这位兄弟/姐妹/朋友可以在关于这个工作的方面向你们提供他自己的智慧和想法。那就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。今天早上 在太一无限造物主的爱与光中，我们问候每一个

人。我们强烈地感觉到你们陪伴的喜悦，我们感谢地响应你们对于资讯的呼求。

亚伦说得如此清楚，自我意识的分离是一个幻象。物质性载具是一个在幻象的宏大的计画之中的有组织的幻象，对于所有第三密度工作，这个幻象是感官的庇护所(haven)。每一个人知道这是一场梦。然而每一个人也知道这是一场意义深远的梦，一个非常被渴望且值得拥有的幻象：一种寻求者藉由该错觉去学习合作，这样，对爱的功课的学习就可以变的越来越和谐，而内在的灵性越来越与之协调一致。

排斥一个人的痛苦是容易的。我们可以运用痛苦或恐惧来意谓当催化剂在有意识察觉的层面上爆发时 整个防卫性的谋略和自我所采取的策略范围。然而，我们发现假如寻求者看轻它自己的受苦，在痛苦的有效发挥作用的方面，整个过程实际上被有效地削弱了。这种受苦不是软弱的产物。它是坚强的产物 同时也是脆弱的产物，它令人厌恶 同时也是有益的。负面的情绪被描述为沉重的，然而，这暗示需要去减轻情绪的重量。我们建议寻求者转向负面情绪并且允许它保持表面上的沉重，仅仅暂时与它为伴，寻求者将更快速与舒适地发现自己能够允许这种能量的重量开始自然地移动并从短暂的折磨或受苦的体验中盘旋而上了。

我们想要借用这个器皿读过的一个故事来阐明我们想表示的意思。曾经有一位年老的智者，他居住在一间简陋的屋子中冥想和祈祷。这位智者就是如此度过了他全部的岁月。在他的晚年中，一位年轻又美丽的陌生女人带着一位新生婴儿突然闯入他的简陋屋子中，宣称这位年老的智者是孩子的父亲。这位智者并没有花费时间和精力来尝试说服她这不是真相。相反，这位智者抚养这位婴儿，并且马上去当了一名修船的工人而开始工作，这样他就能够抚养这个孩子了。数年的岁月过去了，老人因为长时间的工作而嘎吱嘎吱作响和受苦。这位婴儿成长为一位小

孩。有一天这个女人，这位孩子的母亲，再次进入了智者居住的地方，并且带走了这位小孩，她说毕竟这是她的孩子。再一次地，这位智者并没有与这个女人争辩，而只是再次开始他被中断的冥想和祈祷的生活。

抗拒一个人的痛苦是去增强痛苦。痛苦是个谎言，就好像那位母亲谎称该智者是孩子的父亲。然而，当某个催化剂击中了一个导致受苦的恐惧和痛苦的共鸣的时候，去花费努力和时间反对这种谎言情况，这就错失了一个关键点。

是的，负面情绪是梦境中的一场梦，一个蕴含在另一个更大的谎言系统或幻象系统之中的谎言；然而这里有个目的。如同亚伦已经指出的，感觉到痛苦脉冲的时刻是一面红色旗帜，它说："请注意。"不要把目光移开，而是聚精会神的看着这个脉冲。允许那个脉冲在其适当的聚焦的位置。带着留心的关注来查看。进入黑暗之中，进入负面情感的微小死亡中。假如不是在当下，尽可能迅速地往下走入你们自己感知的黑暗中，聆听你们自己的存在。去改变、去变成崭新的、去继续前进，这是会遭受痛苦的。一个你们所正在表达的部份必须死亡。让这个过程顺其自然。

在这个工作上，沟通的动作是极度重要的。允许沉重的情绪去沟通，允许它变得可以理解。不要赶走它或隐藏它。假如在这种对自我的接纳发生前必须经过一些时间，那么这是好的。但是对于最有效使用催化剂的益处而言，这个黑暗情绪的强度以及表面实相的细微差别必须被记住并被尊重。这个行为像是个赐福。自我的痛苦会因此被那个[尊敬这些表面上难以接受的感觉的]自我所宽恕。这允许在这些感觉中的能量重新开始自然地螺旋而上。否认和抗拒试图去控制和减轻痛苦。对内在的黑暗的接纳和关注是一种允许自我被自然地转变的方式。或许你们时常想到小孩如何在痛苦中被生出来。然而母亲，在最后，完全地接纳这个痛

苦，因为她已带来一个挚爱的新生命。

在灵性对爱的功课的学习方面，你同时是[已转变的意识的成长中的]小孩的母亲和助产士，这种已转变的意识即是你们在虚幻的投生的生命的机会和改变中不间断的身份。

此时，我们将回传麦克风给亚伦。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。与你们全体和我的兄弟/姐妹 Q'uo 分享这个教导/学习的过程中，我发现深深的喜悦，特别是通过这种我们可以增进彼此想法的方式的喜悦。Q'uo 刚刚已经表达的部份可以被包含在一个明确的灵性原则中，也就是：不要与恐惧对话。这并不是意味着“摆脱恐惧。”如同 Q'uo 已经指出的一样，必须尊敬受苦。这里没有摆脱，只有与其本是同在，与一切本是同在：喜悦和痛苦，分离和连结，幻象和实相。

当我说“不要与恐惧对话”的时候 我的意思是，不要允许恐惧处于控制的位置。

当你们与那些[导致你们进入恐惧和分离的]催化剂相处带来更多恐惧和摆脱它们的需要，为了再次返回到某个连结爱的位置，那么你正在与恐惧对话。因为你们依旧有想要去摆脱这个以及紧紧抓住那个的部份，那么恐惧正在控制你们。

当你变得能够单纯地与恐惧之所是同在时，那么你们就不再对它有反应了。仅仅只有恐惧。仅仅只有痛苦。

是的，它可能是吓人的恐惧。它可能是令人苦恼的肉体和情绪痛苦。它不再有能

力去遮住光了。你允许它的在场。你以怜悯心迎向正在经验催化剂的这个人，你立刻就在光中，不论遭受什么样的恐惧、痛苦、悲伤、困惑，你依旧在光中。在这里没有摆脱，没有紧握不放。当恐惧呈现出这样的坚固性以至于你们开始回击时，在较低脉轮中的能量就被阻塞住了。以第二脉轮脾脏脉轮 为例，可能有种一个自我和其他自我的感觉，有一种别人正在以某些方式攻击你的感觉。接着，防卫的需要升起了。这个能量在第二脉轮的位置变得扭曲了，而你开始进行，如同我已经说过的，一场与你的恐惧的对话。在某个层面，你觉察该扭曲— 第二脉轮因此不再开启和自由地旋转，因而能量无法通过它。恐惧被增强了。自我感被增强了。有对于摆脱这个催化剂以及重新开启能量的一种紧握不放。

我们被询问到关于 Q'uo 对于身体中的细胞的叙述。假如我的兄弟/姐妹渴望回答，我将让 Q'uo 来扩展这个主题，而我仅仅希望说的是，每一个细胞都映射出全体。当有一种创造了第二脉轮被关闭感觉的能量扭曲的时候，这个扭曲被复制在身体里的每一个细胞之中。我在此所说的内容在严格意义上并不一定正确，它只是一种向你们提供一个可以帮助引导你们视觉化的想像尝试。假如你们想像第二脉轮被阻塞住了，背部、腹部、头部、颈部 ~ 全部都映射出这个阻塞。

就某种意义而言，在你身体中的每一个细胞在其内在都拥有所有的七个脉轮。每个细胞是整体的一个映射。你们知道有许多穿越身体的能量经络：器官经络，穴道经络等等。全部都相互关联。每一个反映全体。你们无法藉由紧紧抓住阻塞的释放来治疗背部、颈部、头部或腹部的扭曲，这与你们无法藉由紧紧抓住阻塞的释放来治疗这个阻塞本身是完全相同的。

你们每一个人拥有一个肉体和一个光体。光体是对灵性体、灵魂更加纯净的映射。在光体内，能量永远全然地开放。肉体能量是比较沉重的。它尽可能地复制

光体，但是它被肉体的感觉和情绪的影响所推动和扭曲。当你们聚焦在光体的完美之中时，无须紧紧抓住完美，而是一个提醒：“我是这个光体也是这个肉体。对于这个物理的幻象引导着我进入泥坑，我对于它保有怜悯心。但是我也记得我的完美。”

你可以坐下来冥想，并同时觉察身体以及身体的脉轮中可能扭曲的地方，聚焦于第三眼，让你自己开始去想像整个光体。尽你所能清晰地聚焦在光体上，没有紧握不放，只有一个觉察，“它们两者都是我之所是的一部份。”完美的种子是真实的。假如肉体单纯的沐浴在爱中，并且允许它去重新连结光体的完美，肉体是非常能够治疗它自己的扭曲，这同时包括了能量扭曲以及能量扭曲在身体上的衍生物。

所有你们从事的能量工作，诸如手印(mudra)冥想或极性治疗 对于不同特定类别的工作有许多不同的名称 你所真正做的事情是允许身体及其扭曲与它的光体之间的一种重新连结，同时通过这样或者那样的方式使用你们的能量来帮助和强化这个连结。你并没有治疗别人。你邀请了情境，在其中身体可以藉由重新连结它的源头来治疗自己。

这是一个巨大的主题。我将乐意对此进行进一步谈论，如果有这么做的请求的话。到目前为止，我只想要掠过表面，由于它涉及对较低脉轮的扭曲以及对身体的物理性扭曲的工作。

当你的焦点是“我必须纠正这个肉体的扭曲”，你能够看出这个差别吗？你们正在抓住这个不放。宇宙会将你们聚焦其上的事物给你们。这是宇宙的特质。当你的焦点是一个特定的脉轮表面上的封闭时，这就有了一个抓住不放“我必须亲自修理

这个，我必须去改变这个，摆脱那个，变成那个…” — 宇宙听到你的恐惧。在一个终极的层面上 没有二元性。获得这个和摆脱那个是作为相同事情的一部份而被听到的。当你转移你的焦点时，宇宙就会用不同的方式读取你。

因此，与其询问“我如何才能摆脱我的恐惧？我必须成为一个更可爱的人，这意味着摆脱我的恐惧，摆脱我的愤怒”… 与其和恐惧对话，当你的焦点变成“我如何才能展现我在服务全体生命以及为全体最大福祉而服务中所拥有的这种能量？”那个焦点允许恐惧、愤怒或嫉妒的体验，如果那就是被呈现出来的事物的话。那么，无须摆脱任何事物。此时此刻，假如你对更加纯净地展现你的能量的学习包含了令人不适的肉体上或情绪上刺激的体验，随它去吧。你无须喜欢这个刺激。你能够单纯地接纳它的存在，并且将爱传送给那个正在经验它的人吗？

就是这种拒绝陷入一场与恐惧的对话成为对怜悯心的(自我)提醒的最重要部份。它需要觉察，因为它是一个你们会如此轻易陷入其中的陷阱，因为你们与恐惧对话的习性是如此恒常地发生。我感觉在你们全体中有一些困惑，我将给予一个非常具体的例子。

一个人或许想要学习慷慨大方地将能量给予他人，然而当他被要求用一种物质或能量的形式来给予的时候，时常会觉察到，有一种紧缩，有个感觉:“万一我需要这个时间或能量或资源呢？”他可能接下来陈述一种肯定语:“我可以是慷慨的。”并且试着去提醒自己，甚至说服自己要慷慨。甚至可能熟练地注意到恐惧的升起而依旧说“我将会是慷慨的。”但是在某些层面 有对慷慨抓住不放而厌恶该恐惧。不与其作出将会强化这种抓住不放和厌恶的声明—“我将会是慷慨的”，假如这个人的焦点变成“不论什么情绪出现在我的经验之中，我将尽我所能 深情地工作。”那么这意图是非常的不一样：不是去“修理”，而是关联仁慈。

请注意我不是在议论有技巧的使用肯定语。一个人必须问“这种肯定语是一种保持我立足于对慈爱之心的热望的方式，或它是一种掩饰我的恐惧、厌恶的方式呢？”当一个人知晓了他对于给予的恐惧，并且温柔地回到开放的、慈爱之心的核心，一个人触及到了慷慨的核心空间。然后，透过技巧性的肯定语，一个人提醒自己那核心存在，而一个人可以安住其中。

所有这些慷慨、耐心、慈爱、连结、活力、真理、道德的种子，全部都在你们的里面。这不是你必须向外寻求的事物。你只要允许这些种子去展现自己。所以要对他人慷慨，你无须声明和坚握着“我将是慷慨的。”只要注意是什么阻塞了慷慨的自然推动力。这里 你不会陷入与恐惧的对话，只是注意到“恐惧出现了”，并给予它爱和怜悯，它需要这些好开始消融到足以使自然的慷慨得以被展现。

你将会发现相同的原则对于任何你正在体验的情绪都是真实的。当恐惧导致你羞愧或嫉妒的时候，当有一种背叛感、狂怒感的时候；你可以对正在经验那个情绪的人给予爱，而释放抓住不放的“我不应该愤怒。我不应该嫉妒。在这个情况我应该付出。我应该有耐心”的念头的时候；当你可以看到所有这些批判的时候，只是注意到“这是再一次的批判”，并返回这个焦点:“我想提供我的能量，为所有的人、包括我自己，尽可能纯净地显化我的能量。我渴望以爱来接触每一个人。我意图以爱来接触每一个人。”这个过程向宇宙给出了一个非常不同的讯息。但是它必须是诚实的。你必须真正检视自己去看到“我是否已经准备好去提供这个讯息了？什么样的恐惧阻碍了我对提供那个讯息的准备就绪呢？”一次一次再一次地注意这个恐惧；因为每一次你以为恐惧消失了，它都会再度出现了。它不是被放置在你身上的一个负担，而是投生的一个礼物。不论你正在经验的是什么，恐惧、痛苦的确是在这个时刻你所需要的，以便于将你导向更深的注意，并给予你

机会来为自己和所有人类练习慈爱和怜悯心。

我知道这里还有些特定的疑问，我想给 Q'uo 进一步的机会来谈论，所以我将麦克风传给 Q'uo，让 Q'uo 决定，他想亲自谈论你们的问题，还是想要求一些问题。那就是全部。

Q'uo：我再一次地与器皿同在。我是 Q'uo，在爱与光中 再次问候每一个人。在这个工作集会 结束我们的部份之际，我们想请每一个人与我们一起进入观想。每一位实体请选择第一个来到脑海中的情境，在其中 你已经感受到你的感觉因为沉重负面情绪的奔涌而乱弹。感觉撞击你的意识的第一个脉冲～这个对自我的撞击，这个对安宁和平静的违背。允许它看起来好像在一个下降的回旋中，实际上就是如此，对自我的折磨、泪水、拉扯，直到身体被击倒在一片荒芜土地的尘土中。品尝一下这苦涩的尘土。知晓这尘土是由自我谴责所造成的。感觉身体被这痛苦的时刻所击倒。从你自己的内在呼唤："这世界是一个麻烦和忧伤。这世界是一个麻烦和忧伤。这世界是一个麻烦和忧伤。" [2]

感觉这个忧伤的增强。感觉疗愈进入这个忧伤自我的欢庆之中。拥抱这个身体进入你的怀里，自我对自我低声吟唱，自我安慰自我。与这个可怜、痛苦的小孩一起摇晃。以信心和希望吟唱着催眠曲："当我抬起头清楚地仰望天空中的宅院，我将向我所有的恐惧告别，拭去我流泪的双眼。我将拭去流泪的双眼。" [3]

现在，让这小孩自己站起来。他期盼着。知道他走在一条回家的旅程上。在归途中不再忧伤，灵魂得到疗愈。吸入那慢慢升起的圆满，那是对最初痛苦的确切对立面的自然领悟的圆满。当这领悟被允许绽放时，感觉力气在积累，这也是太一无限造物主具有的本质。这也是爱。这也是神圣。并且在灵里站起来，吟唱着

“神圣、神圣、神圣 …”[4]

在结束我们属于这次集会的部份之前，有没有任何简要的问题？

（没有进一步的问题）

那么，稍后我们在太一无限造物主的爱与光中离开你们。我们相信亚伦也将发言，不是现在 而是今天下午，如你们所说。 所以到此为止，Adonai。我们是 Q'uo。

原注

[1] 参考文献尚未确立。
[2] "唯一的明光是耶稣"-- 黑人灵歌；这一节被吟唱。
[3] (同上)
[4] "神圣，神圣，神圣，全能的上主。"由 Reginald Heber 1783-1826（作词）和 John B. Dykes 1823-1876（作曲）所创作的圣歌；来自 基督教的崇拜：赞美诗集，基督教出版局，伯大尼出版社，圣路易斯，第十二次印刷，1954 年，赞美诗第 107 期。

Translated by M.D.
(V)2013 Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 1716 章集：生命的目的

Copyright © 2009 L/L Research

www.llresearch.org

特别冥想

2009 年 2 月 3 日

T：我肯定你知道所有这许多问题 就是我在过去的几个月的多次冥想中已经向你提出过的问题。我在这里有一些我们在今天一直在讨论的问题，我知道你们已经了解在那段时间我有过的很多想法和问题。

在我的生命中我已经来到了一个点，在那个点我想知道我的生命意义的核心是什么，我的主要目标是什么。我有很多的问题，我将会分别地询问它们，但是，当我提出我的问题的时候，请了解我希望你们的回答将指回我的生命的中心和它的目的，这样我就能够将我对我的生命视野整合为一个意义的整合性网络。

问题一：就如你们很可能了解的一样，在我的生命中 有很多人，他们的名字都与草地有某种关系，无论它是「草原」、「属于草地的」、「西部草地」等等。当我将这点所引起的那些问题带入冥想中时，在我的脑海中两次是这样说的:「成为草地，成为草地」。请评论一下这个陈述以及牵涉的灵性原则。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在为他的服务中，今晚我们来到你们中间。我们感谢 T 实体创造了这个寻求圈。我们很乐于谈论关于在他的人生的核心目标。

一如既往，我们会请所有那些听到或读到这些言语的人，在对我们所提供的内容排列重要次序时 使用他们的分辨力。如果我们的想法与你们发生共鸣，请随意使用。如果它们没有发生共鸣，请让它们离开，用这个方法，我们就可以相当地确信在我们发言的时候不会以任何方式侵犯你们的自由意志。我们感谢你们在这方面的考虑。

我的兄弟，我们的确将在所有我们所说的事情中努力记住你是在寻求核心而非外围，寻求实质而非细节。的确，这可以在一定程度上 很好地塑造我们的回答，我们为这个方向而感谢你。

当然有很多种方式来查看一个人存在的核心是什么。一个人可以问一生中最重要的原则是什么，或什么是最心爱的事物，或什么是最被渴望的事物。然而，总是要被记住的是，为了好好地活着，一生是活在当下一刻的。那个当下一刻的中心永远都是爱。

对于一个寻求存在的核心的人的一个指导性的关键问题是：「在这一刻 爱在哪里？」当它应用在你的第一个问题上时，那个问题就与你的人生的本质有关了。

现在，在第三密度的地球上 每一次人生在其核心都会聚焦于存在而不是行动。

它并不仅仅对于你是真实的，它对于所有在地球上呼吸的人都是真实的。一次人生的行动当然会以清晰有力地表述来为一个人内在本质作证。在圣经中说:「凭着他们的果实，你就可以认识他们。」[1] 在某种程度上，这是真实的。而在这些被完成的事情中的灵性是所有行动中的一个无可言喻的、无法触摸的、却又是非常重要部分，创造了那个行动的精华。

你收到的指导:「成为草地」，表明的是一种特定的关于生活的态度和关于你在那次生命中的位置的态度。在这次冥想之前的讨论中，我的兄弟，你曾几次对这个器皿说你已经完成了很多的事情，然而你却不确定什么是你真正的主要目的。在「成为草地」那个短语中，那扇门打开了，通过它你就可以用一个特定的方式来查看你的生命和爱的网络，也就是你的人生。

这个器皿知道一个由一位名为鲁道夫的实体提出的 被称为生物动力学[2]的教学系统。它是一个在农业领域有实际应用的哲学系统。

以生物动力学的方式耕种意味着将农场的全部视为一个宇宙，农夫是这个宇宙的一个不可分的部分。这个理论设想这样一个农场为一个小小的宇宙，在其自身是独一无二的。它有它自己的禾本植物和草本植物，它自己的果树和其他的农作物。农场上的动物从一个牧草地移动到另一个牧草地，传播草本植物和禾本植物的种子，结果只要短短几年 那个农场就会因为它的植物和动物而独具特色了。因为动物和农作物是轮流(活跃)的，生物群落会变得越来越丰富。来自动物与农夫的设想一起创造的产品 以及各种各样的过程产出肥料 对于这个特定的小小的造物而言是具有特效的，这样这片土地就会一直变得肥沃，一直发展出更充足的生命，一直更有能力接收阳光和雨水了。

那位鲁道夫实体总是将所有自然界和全体人类视为一体，因此不是人根据他的意愿去对地球做事情，而是农夫作为造物者的一个代理人创造美丽和富饶的造物，他就是这个造物的一个部分。在这个脉络中，「成为草地」是一个建议，建议去成为你的环境的统一与和谐的一部分。它是一个完全地投生进入地球的呼唤，这种呼唤同时是物质性-字面上地与非物质性-描述性地。从字面上而言，作为一个

实体，你与土地一同工作对于你是好的，无论它看起来是否会增加产出，仅仅因为进入大自然，与大自然变得亲密，它的情绪、感觉、敏感性、它的渴望、自然精灵的渴望等等，都是非常具疗愈性和非常给力的。

再一次，这不单纯地对于你是真实的，对于任何一个希望去整合他的生命中许多面向的人，这都是真实的。野生的大自然是一位管弦乐的编曲大师，对于一个希望去「成为草地」的人，有许多课程是要从大自然中去学习的。它是一个指示，去对你的宇宙负责，并知晓 真实的事物并不是你被赋予的事物，而是你所创造的事物。

因此，当你经历日常生活时，让你的头脑变得平静和安宁吧，不要寻求那么多只为了钉住意义，毋宁，当意义流过你的时候，寻求去成为或体现意义，或者经验意义。坚信你确实有能力越来越察觉那爱与光的网络，你就是那网络的一部分，那个网络不仅仅和你生命中的人群或你头脑中的那些思想相连，它还包括地球本身的元素、雨水、阳光、季节以及所有进入这个非常复杂而又完全和谐的环境的元素，那环境即是那片草地。

一个努力工作的人，一个有份工作要为他的家庭付账单的人，就和你一样，这样一个人的生命是充满行动的，沉重的、看起来微小的行动。你已经是那个担当重任的人了。已经是那个买回生活用品并用各种方式为家庭而工作的人，你让孩子们上床睡觉，你洗碗，支持你的妻子。百万次地前往百万个商店，百万种杂务和很多很多成千上万的日子，所有这些都融入一个生命的网络，这个网络的特征并不是任何一个杂务或在工作上的任何一天，它也不是任何单一的工作— 在人际关系上脱离合一，接着恢复合一；毋宁，这个网络被很多的爱的行动经过一段很长的时间中所创造的。

了解这点是好的：当一个人希望他的生活如同自己想要的样子，当一个人心中想像生活，他设置的意愿会创造一个远为不同且更丰富的图像，相形之下，如果他仅仅注视一生中的各项行动，看到的图像就单调许多。

如同我们之前说过的，重点是爱的态度，你把它带到一份工作、一个杂务或一个关系中，从而照亮那个工作或那个杂务。从灵性的观点，那个意图中的爱位于你的行为的核心。而非行为本身。

我们意识到会有一种巨大的渴望去在外部世界做某些有着一种显而易见的意义的事情，诸如教导，建设，通灵或治疗。我们欣赏你们在这个世界中有所帮助的渴望。因为它是你的当下过程的一大部分[决定那些外在的行动]，我们无法直接谈论它。然而，我们可以鼓励你在你的每一个尝试中，无论你在任何给定的时刻做出什么样的决定，对你自己有信心，你是不会出错的。

然而，我们会说，从你希望为自己好好运用这段时间的方面而言，你在这里的目标的核心是对你在行星地球上的生活中的「存在」面向感到越来越舒适。

你之所是的存在是一个灵性和肉体的联合体。它们在你内在是相互缠绕的，因此你是一个心/身/灵复合体，它们是一起的，没有分离。因此，从在肉身中的灵性角度来看，任何生命的中心之服务他人总是你允许你的能量开放之方式，这样你就可以成为太一无限造物者的爱与光的一个器皿。这个器皿有时候会称这个过程为「对光变得透明」。

一个人对成为他之所是变得越来越舒适的最后结果是无论什么样的人格，它都会

向着光开放，因此光就能够通过他而闪耀，流出他并流入这个世界。这种存在的光辉将总是每一个实体的主要目的。
请问关于这个询问是否有后续问题吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

T：在那个问题上，没有了。谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟，现在请问有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

T：是的。问题二：我已经与上帝(God)有了很多的对话，在我早期教导的日子里，我已经明确地请求圣灵通过我而说话。但是在 1999 年，我有一次听到了一个声音，甚至不是在冥想中听到的。它是关于我的生命中的一个困惑的。那个声音，在我的脑海里非常响亮地说出一个名字：埃德加-凯西（Edgar Cayce）。这个问题的一部分是，你能告诉我说出那个名字的声音属于谁？同样地，有个灵媒，他曾经说老子是我在这一次投生的指导灵，他说我有两个天使，一个叫做 Leland，一个叫做 Crystal。这个问题的第二部分就是，你能否告诉我，老子是我在这次投生的指导灵吗？我的两个天使是 Leland 和 Crystal 吗？他们是怎么来到我身边的呢？那些名字的振动的意义是什么呢？如果你们无法回答那个问题 或者沿着那条路线，你能和我谈谈关于普遍意义上的指导灵吗？

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题，我的兄弟。我们发现我们只能确认你的指导灵的关键主要面向上有你给出的名字中所包含的振动能量。

一般而言 指导灵的本性是你与自己进行联系，它位于你的发展上的一个远为高级的阶段上。高我是来自第六密度中期的你给自己的一个礼物。在这一点上，你所是的灵魂已经到到达意识上的一个层次，在那个意识层次上 他感觉到除了与

太一无限造物者再次结合之外 已不再有任何要去渴望的事物了。

在那个连接处，那个就是你的实体为它自己创造了一个相当不可思议地错综复杂的形态。它包含了较高自我对他自己所有的知晓。那个思想形态被作为一个礼物给予在早期第三密度的发展中的自我。完整的高我实体是巨大的，充满了对于你是独一无二的特性。当高我渗入你的意识时，它有三个主要面向，它们是男性的面向，女性的面向和一个可以被描述为一个导师或同伴的无性别导向的面向，这是很常见的。

女性和男性的面向并不涉及到一个肉体意义上的性别。它们涉及到该密度的神圣阴性能量和神圣阳性的能量，你就是其中的一部分，这些能量是极化的能量。因此，你的灵性的女性面向是那些诸如美丽、丰饶等等的那些特质的部分，而男性面向则会包括传统上的阳性，诸如抱负、向外碰触、生产能力、攻击性等等的面向。

除了这些男性、女性和中性面向的指导灵之外，我的兄弟，对于一个和你一样有意识地并且坚持不懈地寻求的人而言，在他自己周围聚集任意数量的天使和存在，这是相当常见的事情，他们是因为你的寻求、服务以及你的心之渴望而被吸引到你身边。

在与这样一个建议[即你的导师是老子]一同工作时，去做[这个器皿觉察到]你正在做的那些事情，这是好的。那就是，去熟悉这个实体留给这个世界的文学和哲学上的作品。在名为老子的实体的那些与你共鸣的作品中汲取知识并将你自己浸泡在其中，接着。当这个工作已经完成的时候，释放那些对这些作品的局限性的具体言论，却保留这个实体的作品中内含的态度。超越从一种语言和文化翻译到另

一种语言的那些特定言语和措辞，这总是好的。

但是，无论有多么大量的内容上的替换，在那个哲学中有谈及一种特定的对于生活的基础态度的内容，那就是如何从「某一个实体是我的导师吗」的问题转移到仿佛这个实体就是你的导师一样地去实践，并接着看看这样一种检验带给了你什么样的礼物。

如果这个灵媒是不正确的，这会是很明显的，因为你不会与这个实体的文字作品产生共鸣。

我们是 Q'uo，请问关于这个询问有后续问题吗，我的兄弟？

T：只有一个简短的后续问题，那么，我假设，在 1999 年我听到的那个说「埃德加凯西」的声音是我的高我，这是正确的吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们可以向你确定 那个声音的确就是你的高我。

请问有进一步的问题吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

T：是的。我有两个可能有点儿复杂的问题，所以，在我问那些问题之前，如果我可以的话，我想转到两个也许可以很快回答的问题。那会是问题五，那就是，我似乎持续遇到一些数字，就好像我在之前的对话中提到的，指向我生命中的一些特殊场所的道路的数字。它们看起来似乎加起来等于十一。有一些同时性发生了。我想知道，在关于我的生命的核心或者中心位置，以及在生命的目的方面，

这个特定的同时性在告诉我什么呢？

我们是 Q'uo，我们了解了你的问题，我的兄弟。11 这个数字，如这个器皿在今晚的早些时候告诉你的一样，是这个器皿所称的一个「大师数字」[3]。

我的兄弟，什么是一个大师呢？为什么一个并没有要求去成为任何形式的大师的人会看到大量的数字 11 呢？我们会说，一个大师并不是因为外部的标志或外部的成就而是大师。一个人宁可将大师的精通考虑为一个层级，在那个层级一个学生成为一位老师。一个人可以将它考虑为一个层级，在那个层级，无论学习是多么有趣，有已经被完成的学习上的成就，它使那个学生从课程毕业并转入一个阶段，它可以被视为一次进行中的毕业论文。

就好像在学校里有一个特定点，在那个点 学院会授予一个学位，在一次人生中有一个时点，在那个时点 课程已经累积足够的信息并在那个学生的重心上创造一个转换，于是，虽然他可能会继续为他的完整生命而学习，因为总会有更多要学习的东西，会有一种在学习上的根本性自由和一种他已经有能力去进行教导的领悟，如同他有能力进行学习一样。

在一个人的生命中，这是巨大的一步，然而对于一些实体，这个层次就是这次人生对他的呼唤。我们可以说，我的兄弟，你就是那些人中的一个。你不是一个专业型的学生。在你的生命中，你并没有打算要单纯地一堂课接着一堂课接着一堂课的学习。在你的生命中，你想要去巩固、简化、整合并成为所有那些你已经学会的许多许多事的精通者。

为了这个投生的目标，你已经被呼唤很长一段时间。在你的生命中一个较早的时

刻，我的兄弟，你已经离在这个层次上找到舒适感很接近了，然而你的视野开始变得太过于狭窄以致于无法让你感到满意。结果，你进入了另一个漫长的一连串的学习中，你再一次来到了那个点，在那儿，如果你选择，你可以开始将自己从进一步学习的需要中释放出来，并允许自己开始那种大师的工作，那个生命的毕业论文，在那个点 工作就是整合并精简许多已经学会的事物，这些事物已经在你的人生中创造一个想法、意图和渴望的网络。

注视着这个问题: 生命的中心目的与投生的核心，我们会说这个问题已经很接近对于你的一个人生主题的表述了，那个主题就是整合、简化并成为大师— 关你独有的品牌 [做自己]，这样你就会在你自己的皮肤内感到舒适。

当然，你会继续学习。当然你会继续有新的事情整合到你对生命的基础理解中，那是关于你是谁和为什么你在这里的理解。但是，你对于自己的希望，那个在你进入这次人生之前，在你对自己愿景的核心的那个希望，是你应该对于你是谁变得如此舒适以致于你能够让那种存在性毫无勉强、毫无保留地闪耀出来，知晓你是完全胜任于携带太一无限造物者的爱与光。

请问关于这个询问是否有后续问题呢，我的兄弟。我们是 Q'uo。

T：关于那个特殊的问题没有后续问题了。

我们是 Q'uo。请问是否有另一个询问呢，我的兄弟？

T：如果允许的话，有另一个简短的问题。在圣经中说，耶稣是在麦基洗德（Melchizedek）教团之后的一位祭司。这让我认为有可能麦基洗德是一个社会记

忆复合体，而耶稣是那个社会记忆复合体的一部分。这是一个正确的假设吗？

我们是 Q'uo，我的兄弟，并觉察你的问题。据我们所知道的最大范围，我的兄弟，耶稣实体并不是一个叫做麦基洗德的社会记忆复合体的一员。那个称呼耶稣为这样一个祭司的实体的心愿是将其树立为旧约中 那个被预言为弥赛亚的人物。他创造这个说法的意图不是灵性上的，而是在某种意义上，是政治上的。

耶稣在投身到地球的第三密度上之前是一个社会记忆复合体的一个成员。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

请问现在有另一个询问吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

T：是的，我还有两个问题，但是我很难决定哪一个问题应该是最重要的，因为两个都对我很重要。所以我将从这一个问题开始。

我的确希望成为一个器皿，一个发声的管道。因为某种原因，我感觉好像那就是我过去的一部分 而我已经被这种天赋所吸引了。但是我看起来似乎在对这个天赋的开放上遇到了某种困难。你们能用任何方法对我进行一下检查并告诉我，我可能缺少的是什么吗？或者有什么东西以某种方式阻塞了 以致于我无法在这个过程上前进的更快一点或更好一点呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。那个会阻碍一个转译者的说话能力

的事物单纯地就是对出错的恐惧。这种恐惧将能量体的开放性拉到一个越来越狭窄的配置中，因为它限制了能被该工作所使用的能量额度。因此，成为无惧吧，我的兄弟。

另外有种感觉可能止住概念转译者的舌头，那是该管道在智力或词汇上的种种限制而感觉努力不会成功。在这方面我们会说，我的兄弟，驱动通灵的不是智力，必需的词汇也不是能够被表达出来的事物的限制。通过管道被给与的事物要比言语多得多。因此，我的兄弟，除了变得无惧之外，让你的言语自然地发生吧，不要尝试去和其他人一样地发言，仅仅尝试用任何你能够做到的方式对你接收的内容进行转译。毋宁聚焦在允许你接收到的能量透过你的声音来临。让那已经进入你的爱、关心、慈悲、美妙与光，带着那概念流过你，并在你的发言中流出。你越少担心你的词汇、语法与措辞，你就会感觉到更舒适 同时你的声音将能够携带更多的光。

最重要的是，让你自己保持在当下。如果没有东西到来，不要担心。什么都没来。如果有什么东西来了，向前移动，把它带进来，接着让它离开。

关于任何的转译(翻译)，它更多是一种艺术，而不是一种科学。当然，从灵接收一个声音需要你用某种方式将自己更多地创造为一种非常明确的管道并接着要求一个非常明确的源头穿过你的管道，而不是这个管道处理了一次通灵的特定的言语以及诸如此类的事物。

再一次，创造一个良好管道的不是外在的细节，而是一种无惧的态度，这种诚实和充满正直(完整性)的态度将更多的价值放置在一种诚实的工作上，而不是放在创造漂亮的散文上。让当你接收言语时，让那源头与你在你内在感觉到的心说

话。

我们感觉到，我的兄弟，你会做得很好的。

最常发生的是，当实体为通灵而努力的时候，会有各种关于自我的忧虑，它就像黑暗里的萤火虫一样地增长并用这样或那样的担忧照亮头脑，因此头脑就不再安静和有信心了。正是那种信心、安静、毫不怀疑地服务的无惧态度创造了好的管道。

我们是 Q'uo，我们觉察这个器皿只有最后一个问题的能量了，并且你更希望问那最后的问题 而非这一个的后续询问。请问那是否正确，我的兄弟。我们是 Q'uo。

T：是的，那是正确的。

我们是 Q'uo。在那样的情况下，我的兄弟，请继续你的询问。我们是 Q'uo。

T：谢谢你，Q'uo。我有很多次都担心我所做出的决定是不是真的是从对那个请求帮助的人最好的角度来进行工作，我是否真的是在灵性中进行思考，关于在一个给定的情境中，什么才是对他们最好的，而不是让小我或肉身的头脑接管 只因为我不想做，或因为我对他们有批判。

所以我的问题是，我怎么才能无困难地判断？在向自我内在查看时，什么是我的决定的基础呢？它真的属于服务他人的决定或它属于服务自我的呢，它是一个灵性-倾向的决定，还是一个世俗或小我-倾向的决定呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们提供你一个简单的想法来回答一个复杂的问题。因为，的确有很多很多次 一个深情的人的生命体验会创造关于生命的性质、学习的性质和灵性成熟的性质的固定观念。

不去使用你完整的生命经验和你所收集的智慧的完整负载就是对你基本的自我的不真实，你已经在贯穿你的人生的过程中 如此努力地工作来尽你所能地在钟爱和智慧中创造那个基本的自我。

时常地，当较高的智慧与较高的爱转译为实质的词汇，它们也许看起来是批判性的，它们也许看起来并不是完全地给予。然而，我们愿对你确认，我的兄弟，在利用所有那些你们已经获得的洞见和所有那些你们如此辛苦地在你身上赢得的态度的过程中，你就在执行你能够为另一个人所做的最佳服务。

一个检查你自己的极性的方法是 实际地从那个情境中走开，安坐于孤寂中，接着感觉和感知你的选择的共鸣。当你思考这个选择的时候你感觉到光芒四射吗？你感觉到你的引导和鼓励吗？

如果，在这种安静中，你仍旧无法获得一种与这种极性的共鸣感觉，我们会建议你向指导灵请求帮助。因为，真的 经文上写着:「提问，你就会被回答。敲门，门就会向你打开。寻求，你就会找到。」[4]

一个提问的方法是简单地问自己，「我最高和最佳的自我在这个情境中会做什么？」通常，我的兄弟，如果你是用那种方式措辞，你就会立刻接收到一个印象。倾听那个印象。如果你对你的决定感到一种共鸣和光辉，而当你问那个问题

的时候，如果你同样也感觉到了你的指导灵的支持，我们觉得你就能够从你的担忧中抽身出来了。

我们同意，在做出一个对你来说是便利的决定时，小我能够找到狡猾的方式来将其合理化。然而，我们会向你确认，我的兄弟，你有能力辨别出这样的担心，这样你就能够触及那个更宽广的观点了，从这样的观点上，答案是清楚的。

请问对于这个询问是否有后续问题，我的兄弟？我们是 Q'uo。

T：没有了。你们今晚的回答已经非常有帮助了。

我们感谢你，我的兄弟。的确，我们感谢你超越那些问题。我们感谢你是为了产生那些问题的生命，以及你的勇气和坚持不懈— 它们让你根据你所珍惜的原则而活出你的生命。

我们感谢你们拿出时间来追寻这些问题。我们感谢你们呼唤我们来与你们进行对话。我们祈祷我们贫乏的言语可以在你们进一步衡量它们的时候 为你们提供资源。

我们感谢坐在这个寻求圈中的每一个人。我们感谢这个器皿。我们感谢太一无限造物者 让我们能够在今晚带着如此的欢愉和谐相遇。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

原注

[1]《圣经》《马太福音》7:15-20:「你们要防备假先知。他们到你们这里来，外面披着羊皮，里面却是残暴的狼。凭着他们的果子，就可以认出他们来。荆棘上岂能摘葡萄呢。蒺藜里岂能摘无花果呢。这样，凡好树都结好果子，惟独坏树结坏果子。好树不能结坏果子，坏树不能结好果子。凡不结好果子的树，就砍下来，丢在火里。所以凭着他们的果子，就可以认出他们来。」

[2] 鲁道夫-史代纳。关于这个主题的一个极好的网址是：www.biodynamics.com/biodynamics.html 。

[3] 来自网站 www.decoz.com/index.html ：「有三个双重数字，虽然它们源自于单一数字，它们却需要特别的强调和注意。它们是 11，22 和 33。

它们被称为大师数字因为它们比起其他的数字拥有更多的潜能。它们是高度充能的，它们难以操作，需要时间、成熟和巨大的努力来整合到一个实体的人格中。

「11 在所有的数字中是最具直觉性的数字。它代表了启发。一个通向潜意识的通道，没有理性想法的洞见，敏感性，神经能量，害羞与不切实际。它是一个梦想者。11 拥有 2 的所有的面向，在魅力、领导力和灵感上获得了强化和充能。它是一个天生二元性的数字，它仅仅只要在场就会创造动态，内在的冲突以及其他的催化作用。当它没有被聚焦在某个超越它自身的目标时，它就会被转向内在并创造恐惧与恐怖症。11 走在伟大与自我毁灭之间的边缘上。它的成长、稳定和个人力量的潜力蕴含于它对直觉的理解与灵性上的真理的接纳。因为 11，它在逻辑中不会找到多少平静，而在信心中却会找到很多。它是一个超心灵的数字。」

[4] 《圣经》《马太福音》7:7-11：「你们祈求，就给你们。寻求，就寻见。叩门，就给你们开门。因为凡祈求的，就得着。寻求的，就寻见。叩门的，就给他开门。你们中间，谁有儿子求饼，反给他石头呢。求鱼，反给他蛇呢。你们虽然不好，尚且知道拿好东西给儿女，何况你们在天上的父，岂不更把好东西给求他

的人吗。」

☆ 第 1717 章集：梦境瑜伽

Copyright © 2009 L/L Research

特别冥想

2009 年 1 月 27 日

来自 D 的问题：（Jim 朗读）「我一直在探索梦境与睡眠瑜伽来加速我的灵性发展。梦境瑜伽的观点是在梦中变得非常清醒与察觉。睡眠瑜伽的观点是整晚都保持有意识的察觉，一直不陷入一种深沉、无意识的睡眠中。虽然我只是刚刚开始，对它尚未非常精通，它已经产生了良好的进展了，这主要是我规律性午夜冥想的结果。我可以用有什么样的技巧来促进这个练习吗？」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中 今晚我们来到你们中间。能与那些在场的人和那些通过电话而延伸的团队中的人们在一起，这是我们的荣幸和让我们高兴的事情。

我们非常感激能被你们的寻求圈所呼唤，我们感谢你们拿出时间来寻求真理并将所有其他事情放在一边。在你们的领域里 时间是一枚非常珍贵的硬币，我们非常地感激其中包含的努力。

我们非常高兴谈论你的问题，我的兄弟。但是首先，一如既往地，我们会暂停一

下来 请求一个恩惠。我们请每一位听到或读到这些言语的人在这些言语和你们思考的过程之间运用你们分辨的力量。因为我们无法每一次都切中要害。因此，请拿取那些看起来对你有益与真实的想法，与它们一共工作，毫不犹豫地将其他的想法放到一边。用这种方式，我们就可以在发言的时候 不用担心你们会因为在跟随我们的言语上过分热心而迷失了你们自己灵性道路的方向。我们感谢你们这方面的考虑。

我的兄弟，在你检查你的梦境并用一种很当下与留心的方式 与之一同工作时，你已经开始了一段令人着迷并且富有成效的旅程。致力于夜晚灵性上的富饶肥沃的时刻，这当然是极其有帮助的，它大概是在早晨的 3 点半，那时夜晚的能量获得它们最大程度的聚焦。在为你创造一个灵性的休息场所的方面，在那个时刻进入冥想会创造一种卓越的能量，从那个位置你就可以继续向前探索。

它也将你与那些在内在层面中 一直遵守同一时刻冥想与祈祷的实体联系起来，同时也将你与所有那些在这个当下的体验中正在遵守那个冥想时刻的实体联系起来了。这是一个极好的开始。

一个人的梦境是与那些你内在意识中的场所进行的通讯，它从上面 也就是说，在白天的思想中 经由那些在你的一天之中发生所的事情而被铭刻；以及从下面，也就是说 在原型思维中 通过那些能量而被铭刻的，那些能量有些是周期性的，有些是反周期性的，但不是随机的，于是，这些通讯就会进入你的前意识状态。

这个混合总是一个有趣的事情，在被称为梦境状态的过程中，大量的工作被完成了。用一种有意识的方式去成为那个过程的一部分，这是一个需要设置坚定意愿

的工作，接下来，当你尝试去在梦境状态中变得有意识而又不将自己唤醒的时候，那个意愿需要经历大量的重复。

尝试在做梦的时候变得有意识，或者如这个器皿所说的，成为一个清醒的做梦者，这方面有两个相当技巧性的细节可以给你一些帮助。第一个是意识到你睡着了并且正在做梦，接着在不打断你的梦境的情况下，在梦境中移动你的手臂，头部或者眼睛，这样你在梦境中的那个实体就可以与你的意愿联系起来了。这是一个精巧的事情，因为你并不希望干扰在你的梦境中展开的故事的稳定进程。

你一点也不希望改变那个梦，而是希望在那个梦中变得有意识，并在你的身体出现在梦境中的时候，控制你的身体。不用说，在这个过程进展顺利之前，经常需要大量的练习。

第二个会帮助你进入你的清醒梦境的练习是一个保留记录的事情。假设你不仅仅希望在你的梦境中变得察觉，你还希望在稍晚的时候与那些在梦中收集到的资料一同工作，尽可能带着最少的麻烦和忙乱，转向书写工具和纸，或者用电脑纪录下来，这是有帮助的。

在任何一种情况中，构想就是去纪录你刚刚有过的那个体验，不用编辑或选择要写什么，而是写下所有你能够记起来的事情。一旦你习惯了这个练习，你会发现这是一个非常耗时的过程。虽然如此，这是个有帮助的过程。

请问对于这个询问有后续的问题吗？我们是 Q'uo。

Jim：D 说：「在一些场合中，我在冥想的过程中 有了一种我称之为『跨越门

槛』的体验。我的呼吸速度很明显地下降了，我的头脑非常的平静。在这个状态，我似乎能够以很大的准确性预测隔天要发生的事件了。我是在时间/空间中吗？我如何才能增强这种『跨越门槛』的体验频率呢？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。当你处于这种特定的状态时，我们估计你的确穿过大门通往智能无限。你已经成功地清理你的脉轮体，因此你就可以从那些居住于当前这个密度的时间/空间部分中的那些菁华和智能中寻求真理。我们会说，我的兄弟，能够穿过那个大门并接着安住于，容我们说，边缘地带，这在你们的人群中是相对罕见的一个成就，因此你并不是通过大门带回用于治愈或教导的信息，你单纯地就是在门槛外歇息并横跨从空间/时间到形而上的时间/空间的量子边界。

找到一个对细节并不贪心，却拥有在实质中歇息的能力的寻求者，这是一个思想上有趣的转变，如果你愿意这样说，因为就是在这种状态中，容我们说，在那正好超越大门的蜡烛火焰之形状中，在那里瞥见可能性/或然率的漩涡是有可能的，而当你拾起在很近的未来有可能发生的事件细节时，那就是你真正在做的事情。

为了为这种体验创造一种更可靠或更频繁的体验，有几个事情是你可以去做的。第一是去创造一个稳定的意愿去到达这个振动的状态并在那里保持一段时间/空间-空间/时间。我们用那样的方式说是因为你正在用你的身体为不同类型的时间搭桥，同时用你的肉体和你的能量体。

然而，我们会鼓励你去觉察，有条不紊地关心你在这个刚刚越过门槛的空间中花费的空间/时间中的时间的长度，这是很好的。因为对于正在时间/空间中体验它的流动的肉体而言，它多少是一种焦虑或紧张的源头。

在复制这种体验的问题上，另一个向你开放的资源的区域是做好准备，你会发现为了将每一个关心和担忧都留在后面，做好准备是必须的。这个器皿称呼这个过程为「调频」。她总是非常仔细地为她的物理载具和她的能量载具调频，使其在类似这个会议一样的通灵会议开始前到达最高和最佳的状态。她将其视为调频到最高和最佳的「电台频道」，这样她就能在她的「收音机」上收到。

然而，在你的情况里，你不是寻求一个声音或一个通讯。你正在寻求纯粹的存在性。因此，关掉你自己所有的电台频道并调频进入信号之间的安静中。理性而言，你无法引发这种情况发生。然而，当你设置你的意愿去进行到达这种特定的意识状态的特定工作时，你内在的存有比起你的显意识存有在掌握你的意愿方面是要睿智得多，它能够使用你调频过的载具，这样你的意识就可以如同你对它的愿望一样，被安置在即将到来的声音源头中间了。

我们尤其鼓励你不要去尝试将这个过程解释清楚。如果你会有个很长、很长的一生，如果你能够对待这种灵性的寻求 就好像它是一门学术的科目一样，你很可能会创造一个原理的阐释，这样对这种意识状态的寻求就可以比较容易用一种(逻辑)智力的方式来讨论。

然而，既然你需要的是纯粹体验而不是围绕着这种体验的言语的网络，我们会鼓励你沿着你所感觉到的 和共鸣洞见的路线前进，而不是将重复地获得这种状态的方式或途径解释清楚。将你自己聚焦在从最低脉轮到最高脉轮进行清理 接着完全地放松进入你开放心轮之至圣所中 而为这个体验做好准备。

最后一个建议是通过将你自己浸没在水中 并允许那水被爱磁化来结束这样一个

体验，那是无时无刻地以无限的额度流经你的爱。假设你因为追寻这个特殊工作而在肉体载具上有了一种错位，这将恢复你的肉体载具的平衡。

我的兄弟，请问关于这个询问是否有后续问题？我们是 Q'uo。

Jim：后续问题是，D 最近有几次体验，他在其中感受到很大的喜乐和平安，他想知道是否打开心轮对重复那种体验为不可或缺的要素呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。的确如此，脉轮体的完全开放确实对于这种工作是不可或缺的，这样完整的能量才可以经过较低的脉轮流入心轮中。如果缺少心轮的完全开放，就不会有任何通过大门前往智能无限的运动了。因此，我们推荐你进行一次仔细而完全的清理，在这一天中 清理每一个如影随形，阻止你完全开放心轮的问题。

我们能进一步地回答你吗？我们是 Q'uo。

Jim：第三个问题是：「我的理解是我已经在很多的系统中投生过了。我以前同时走过正面的途径和负面的途径，这是合乎逻辑的。实际上，我做过的一个最真实的前世梦 就是做为一个蜥蜴人，他是一个非常卑鄙的家伙，至少从人类的观点上看是这样的。组成这些负面性转世是一个人阴影面的自我吗？你能够从你自己的面向那里实质性地收到一次负面性的致意吗？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们的回答必须被分割为否和是。在一次投生中的一个实体的阴影面不是由所谓的你的灵魂光流之前的负面性转世所组成的。相反，阴影的自我是由在这次投生中的存在性循环中 你至今仍不愿

意去密切地检查的那些部分所组成。

一个以服务他人极化的寻求者并不希望去检查他的强奸犯、杀人犯、施虐者或他的操纵者。他更喜欢去强调他的 360 度的自我中那些他赞同的部分。这是可以理解的，我的兄弟。

在这里有一个需要注意的要点，要将自我的黑暗的一面和光明的一面区分开来，这仅仅是在诡辩上有可能的。历经一次投生过程的目标是去减轻扭曲和增进平衡。因此寻求者的希望是，在生命中的催化剂的历程及其对它的反应的观察中，寻求者将会有机会检查自我的很多阴影的部分，于是那些自我的部分就可以被尊重、被荣耀并被视为对在阳光中的自我的一个有用和完整的部分。用大量的光充满一个杀人犯，你会发现顽强、刚毅与耐心。自我的阴影面将准备好成为你的伙伴，如果你能够爱它，接纳它并向它请求帮助。

除了这一次投生，你已经体验过的其他转世当然是有关系的。尤其是当你从一次经验中携带着附着性的业力进入另一次经验的时候，它们有很大的重要性。有一些时候觉察到这种附着性的业力的一些具体细节是有帮助的。

然而，我的兄弟，大体上我们会建议你聚焦在这一次的人生、这次的体验和这辈子。我们的理由是 你已经仔细地选择你的天赋、局限和关系，它们组成了在现在这次生命体验中 错综复杂的细节和起伏的模式。

无论如何 你都无法将在一次投生中的自我考虑为好像在投生外经历它自己的那个自我。这就好像你离开了一个有很多房间和很多所有物的家一样，你为一次旅行打包了一个包裹。你只能带上这些，不能带更多东西了。无论你如何仔细地为

进入这次投生的经验而打包，你甚至无法带上如果你要搬家了 你希望带上的那些东西的十分之一。

因此，在检查你的手提箱的内容时 感到满意吧，因为我们向你保证，在为一次完整的投生的工作你所需要的事物上，它们已经足够丰富了。你不能不将你本质存在的神秘打包起来。因此，当你观察自己并开始更好地知晓自己的时候，总是会有无穷无尽 你可以选择去考虑的注意事项。

另一方面，我们的答覆中「是」的方面与这样一个事实有关，那就是当你体验自我的阴影面和光明面的时候，你确实在处理自我的实质。因此，在你自己的体验中，你完全有能力成为超心灵致意的源头。实际上，对于是什么源头制造了一次超心灵致意这个问题上，这会非常频繁地成为那个正确的答案。当自我的阴影面被忽略 并感觉到被遗弃的时候，它完全有能力让它自己被当成就好像它是一个和你不一样并与你对抗的实体。

那么 对于这样的体验的解决方案，就是与看起来在攻击你的阴影面坐在一起并给予它 你的无保留与绝对的爱。

请问对于这个询问有后续问题吗？我们是 Q'uo。

Jim：第四个问题是：「我做过一个梦，这个梦的体验改变了我对于小我(ego)/人格的看法。在那个梦中 我体验到了一种与地球上每一个其他人完全合一的感觉。从梦中醒来之后 我感觉到小我/人格事实上更多是地球意识的一个片段而不是菁华/灵魂的一个片段。小我/人格是盖亚/地球的一个部分，这与组成你的指甲的矿物质和血液中的氧气是完全一样的。一次投生真实地就是在盖亚意识和外部

意识之间的一个联合性体验，就是用这种小我/人格 大多数人可以完全地产生认同感，但是这种小我/人格却不是那超越死亡的东西，而菁华(灵魂)却可以。关于这个看法 有效和无效的部分是什么呢？」

我们是 Q'uo，我们觉察你的问题，或者容我们说，(你的)「考虑」，我的兄弟。

正确的假设如此灵活地与在你的句子中包含的错误感知编织在一起 以致于我们很可能无法完全地解开它们。然而，我的兄弟，我们会开始解开它们，当我们完成的时候，请原谅我们的不足。

首先，我们想要称赞你的考虑的品质。我们首先要说的是，在说明你的世俗的人格仅仅略为切到你的灵魂光流的问题上，你是完全正确的。然而，它是一条严格而坚定的切线，就好像俗话说的「条条大路通罗马」一样，所有的投生都通向灵魂光流，喂养它，满足它，当你处于投生之间并做好准备为自己创造一次新的学习体验时，它们会为你创造需要思考的 令人着迷的议题。

如我们在你们之前的问题的回复中说过的一样，与灵魂光流自身相比较，世俗人格是一个小得多，在相互连接上也少得多的实体，灵魂光流的大小和力量在此生中甚至是无法想像的，包括….

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

…在每一个密度中的经验，不仅仅是那些第三密度之前的密度，还有从一个线性

的观点上 看位于现在密度之后的那些密度。时间/空间中的时间是循环的，如果你愿意这么说的话，或者是球形的，而在无论什么样的空间/时间中的所有的经验都是在一个朝向自我之中心的半径上移动。

我的兄弟，在这所你知晓为地球的灵魂学校中，若带有这一种觉知 你要怎么办?

它目前对你不是有用的。因此，你体验为你自己的那个存在，它可以被视为在此生中可以被轻松看待 但又是值得信赖的那个自我。

然而，就好像当你在一次旅程后到达家中，你会将那些你已经穿过的衣服扔进洗衣房，将你的光荣扔进你满满的壁橱，就如同你在旅程结束后，重新熟悉那些你如此想念的事物，因此，当你进入更大的生命时，你会享受并欣赏那种自我的觉知，当你再一次进入对你的灵魂光流的觉知中的时候，那种自我的觉知也将成为你的觉知。

你在假定在你的身体 [不只是身体本身，还有它的血与骨] 的能量中有一种盖亚(Gaia)的菁华、一种地球的菁华，你同样是正确的，因为就好像盖亚已经给予你水和化学物质来形成一个物理身体一样，无限量地来自太一无限造物者的能量同样首先进入地球的子宫的正中心，并只从那里进入你的能量体中。

因此，彻头彻尾地，从肉体上和能量上，你都是一个地球的生物，而同样地，我的兄弟，你是所有在地球上、在空中、在水下的万物的舞蹈的一部分。

为了让你自己在这种觉知中打下基础，在自然环境中花费时间是很好的，这样你

就可以给你的系统一些从城市生活的喧嚣中减压的时间了，并再一次进入到自然世界的旋律的已提升的觉知中。也许，从这个讨论，我的兄弟，从我们已经提到的那些项目的观点中，你就可以对你的考虑中 哪些部分是不准确的部分做出推论。

请问，我的兄弟。现在是否有后续的问题呢？

Jim：第五个问题是：我做了一个梦，这个梦解释说，我是一个起初的「团队」的一员，这个团队改写了人类的基因以适应在地球上的生活。结果是，我在业力上负有责任 (必须)直接地经验已做出的编程选择。所以，我的投生在线性时间中更多分散开来，但是我将在这整个实验的某些固定的时段将要持续地回来。

这个解释可能是有效的或是无效的，在关于我的起源的问题上，你们同样可以讨论任何你们认为有帮助的事情。

我们是 Q'uo。我的兄弟，如果我们用任何方式来回答这个问题，我们都会冒着侵犯你的自由意志的风险。这个问题是一把钥匙，你现在正在尝试以这把钥匙去打开一把锁。我们鼓励你寻求并鼓励你考虑这一点。

然而，我们会说，你属于造物者。你是由太一伟大的起初思维组成的一个生灵。所有已经发生的事情都涉及你，所有将要发生的事情同样涉及你。

在你的头脑中扮演许多的角色并看这些角色会让你感觉如何，这是容易的，甚至是恰当的。然而，在这样或那样的故事中有真相吗？这个器皿会说每个人在他自己的头脑中 都是一个传奇。什么样的故事与你共鸣呢？真实的身份是什么，它

从何而来？

请问现在是否有最后一个询问？我们是 Q'uo。

Jim：最后一个问题是，「我有过两次体验，在其中我感觉到就好像我完全地与某种更深刻的事物，有可能是我的高我，联系在一起了。每一次的体验都是短暂的，它们发生在我醒着的时候。我获得的信息看起来是巨大和瞬间发生的。它是一种完全知晓与信心的感觉。那在个短暂的时间中，我完全是某个其他的东西。在灵性原则方面，有任何你们可以提供给我的事物 以便于我更好地理解这种体验？」

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题，我的兄弟。在你们的圣经中说过:「在我父的家里，有许多住处。」[1] 每一个住处都是一个意识的状态，一个振动的速率或在和谐关系中的振动速率的一个链结(nexus)。在这次会议中 有几个心智的状态已经被你描述了。它们的共同之处是穿越智能无限的大门通道。然而，每一种状态都有一个不同类型的环境和本性，你已经注意到它们了。你现在谈到的这种状态可以被描述为：「存在于光中。」

的确，当一个人位于刚刚通过那大门的神圣几何的蜡烛火焰的光中时，在那几何形状的尖端位置就是「存在于光中。」它与「成为光」的不同在于振动上的层级，当一个人存在于光中时，一切都好是显而易见的。超越任何的描述，很明显无限造物者的计划是完美地运行着，一切事物都如它们应该是和必须是的样子。对于一个第三密度的疲倦寻求者而言，体验这种光的圆满的确是一种休息。

你的问题的主题，我的兄弟，我们感觉它是与对智能无限大门之外的各种各样的

环境变得更加地察觉有关的。这就好像你是一个(徒步)旅人而不是一个观光客。你是一个寻求在心智的各种状态中体验的人，而不是一个对除了纯粹的体验方面之外还贪婪地想要带回财宝的人。我们发现对于一个寻求去在他自己基础性的灵魂光流自我中去减轻扭曲的人而言，这是一个富于成效的、有益的、某种程度有效率的道路。我们祝愿你在你跟随爱、光和真理的寻求过程中，拥有每一个赐福和好运。

在任何时候当你希望去强化你的冥想或者在你的沉思中减轻分心时，在心智里请求我们在场，你总是受欢迎的，在这样的情况下 我们会带着一种可以稳定振动的载波进入你的振动链结，我们不会补充或削弱你自己的振动，而是单纯地作为一块电池来稳定变化的能量突波。能够向那些希望它的人提供这样的服务是让我们快乐的事情。

同时，我的兄弟，总要记得 仅仅需要请求你的指导灵的声音，它就会与你对话。

如果你希望在(逻辑)智力和显意识的层面上与你的指导灵形成一场对话，这对你完全是有可能的，坐在电脑前或拿起纸和笔，写下你的问题，立刻写下 下一个进入你的头脑的想法。用这样的方法 你同样可以深化你对于自己、你是谁和为什么你在这里的理解。

我们想为这次分享我们想法的机会感谢 D 实体，纵使这些想法是简陋的。容我们感谢名为 D 的实体，名为 Jim 的实体和这个器皿创造了这次工作并呼唤我们加入这次的工作。我们喜欢分享你们综合的振动并安住于你们通过意愿而创造的这个神圣的寻求圈，这是我们的荣幸和快乐。你们的美丽和勇气让我们感动。我们是

你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，就如同我们找到你们时一样。

Adonai。Adonai vasu borragus。

原注

[1]《圣经》《约翰福音》14:2「在我父的家里，有许多住处。若是没有，我就早已告诉你们了。我去原是为你们预备一个地方。」

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

☆ **第 1718 章集：光明与黑暗**

Copyright © 2009 L/L Research

周六冥想

2009 年 1 月 10 日

来自 G 的问题：Q'uo，牛顿运动第三定律阐明对于每一个行动都会有一个相等与相反的作用力。类似地，《博伽梵歌》的中心主题包含了一种在过去的习惯和条件作用下的较低的、自我服务、感官束缚的力量与较高力量的辨别力、自由、爱、合一之间的隐喻性战争。

当所谓的较高力量在这种隐喻性战争中开始行动时 就是说，当自我开始觉醒并

渴望寻求真理的时候 所谓的较低自我就会被激起、被鼓动并投入战争中。向着一个更高和更谦卑的理解发展所做出的努力越多，较低的自我就会更加努力地工作来击败那些努力。

Q'uo，在纯粹的、无差别、未显化的合一层面上，是没有动态性的力量在起作用的。但是，寻求者在二元性和对立性力量之幻象中进行无论什么样的工作，是否都会有一种对演化的努力的反向拉力呢？换句话说，当一个人努力去知晓光并成为光时候，是否会有一种相应的内在黑暗的增强效应呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中 我们今天来到你们中间。能被你们的寻求圈呼唤是我们的荣幸和快乐，我们很高兴加入这个神圣的工作会议并在涉及光明与黑暗以及人类进化的问题上与你们谈话。

一如既往地，在我们开始之前，我们要嘱咐你们在听到我们所说的内容时，使用你们的辨别力，从我们的想法中收割那些你们稍后认为与你们共鸣的想法并将其他的想法留在后面。如果你愿意使用你们分辨的力量并信任它们，你就不会被狡猾的言辞和空洞的想法所引入歧途，你就可以在内在保持你的完整性并跟随你自己的进程。我们极其感谢你们这方面的考虑，因为它允许我们能自由地说出那些我们在此刻要与你们分享的想法。

我们为这个问题感谢名为 G 的实体，因为它给与我们一个机会来分享关于你们的密度，在某种程度上是即将到来的密度的早期阶段的主要特征的一些想法。你们

的密度经常被称为选择的密度。伴随着选择会独有地涉及两条道路的动力学，一条是高的，一条是低的；一条是发光的，一条是磁吸的；一条是服务他人，一条是服务自我。

就好像那就是你们的密度的中心特征一样，灵性寻求者的中心行动就是在高和低，发光和磁吸，光明和黑暗，服务他人或服务自己之间做出选择。

我们对那些已经做出服务他人的最初选择的人们讲话。我们同样在我们的第三密度[1]中做出了那个选择，我们每个人都为自己做出了选择，因此我们走在那光明的道路、发光的道路和服务他人的道路上。你们加入我们，当我们在这个寻求圈里分享你们的振动时，你们是我们美妙的同伴。能走在一起是多么美妙的事呀！

演化是不可避免的。没有力量可以反对它。没有力量能够阻止它的前进。然而，渴望的引擎可以加速灵性演化的步伐。我们这样说是为了指出，不是黑暗的力量尝试去阻碍演化。毋宁说，黑暗的力量要求寻求者沿着服务自我的道路演化。

对于一个完全地献身于寻求服务他人的实体而言，这样的进程可能看起来是令人不快的。无论如何，在服务自我上获得更大的极性，它与在光的道路上服务他人的极性一样有效的一条心、身、灵演化的道路。两条道路最终都会在第六密度合为一体。

因此，当思考每一个行动都会遭遇相等的对立性的行动的方式时，考虑这个幻象是没有必要的，相反你可以考虑一旦做出了一个选择，接下来在贯穿整个人生的经验中，你要一而再、再而三地做出那个选择。

那些黑暗的爪牙的希望是通过提供遮蔽光所必需的黑暗，这样寻求者就会被分心并停止用一种连续的、同等地正面的选择模式而行动，一个人会发现自己正在考虑的选择并不必然是黑暗的选择，但是那些选择必然是指出了阴影的吸引力的选择。被诱惑而分心的寻求者可能会感觉到他自己筋疲力尽了，并发现他必须坐在路边休息一段时间。这不会阻碍演化的引擎，演化是不可避免的。它仅仅会减慢在诱惑发生之前一直持续进行的加速进程。

然而，当一个寻求者越来越靠近光的时候，他会投射出更明显的影子，这是非常真实的，因此他就会吸引注意力了。结果是，他会接收到「黑暗面」的那些能量和实质的关注了，「黑暗面」是这个器皿根据「星际大战」(Star Wars)流行文化的词语对那些能量和菁华的称呼。

当你进一步地考虑那些寻求光的人是天真而纯朴的，而那些寻求服务自我极性的人是机敏而狡猾的时候，你就会开始看到诱惑的形状了。这种诱惑不会有很多粗暴的能量位移导致肉体疼痛，那些诱惑也不会被一个人视为沉重或是显而易见的。相反，这样的诱惑恰恰是阴险的。你也许已经在一个冥想的程序上做出决定，那个阴险的声音就会说:「今天不用，也许明天吧。」你也许已经决定不再说其他人的坏话，那个阴险的声音就会说:「正义必须被行使，我必须公正，我必须找到公平性，我一定不能保持沉默。」

就是那个阴险的声音将你日常的能量消耗从一条服务他人的直线移开，反而鼓励去考虑那些与服务他人无关的事情，鼓励去考虑那些与自我的舒适和偏好有着密切关系的事情。对舒适和那些偏好的那些渴望是负面性的渴望吗，或者相比较高的渴望是较低的吗？我的朋友，我们认为不是的。所有的渴望都是有价值的。所有的渴望都可以自由地被跟随直到不再有那个渴望，直到那个渴望毫不费力地脱

落了。

没有对于低下的考虑或者对于一个人渴望超过另一个人的批判。你在这里作为一个通过越来越多地知晓自己而演化的实体。你体验那些被渴望的事情，你观察那些渴望的结果，你因此渐渐地收集了那些关于自己的知识和关于你的观念的洞见。结果是，你精炼你的渴望并净化你的选择和意图。

没有诸如一个错误这样的东西，因为那个错误的结果将不可避免地经过时间而让它们自己变得真实，它将通过一些系列意外的转弯与曲折 带你到投生之前选择的道路上。因此，你就可以从一种对你会从一条最终或永久性的道路上偏离轨道的担忧中解脱出来了。轨道会跟随着你，一种你内在的回家感会在无论什么样的航向上 引导着你，它对返回你真实的和根本的渴望是必需。

因此，我们会鼓励那些寻求去变得更加地充满光并对无限太一的意愿变得更加透明的人，去用爱而不是用批判来检查那些诱惑的时刻与那些听到阴险声音的时刻，那阴险的声音会让你分心，并通过做那些你也许在思想上并不会更喜欢做的事情而耗尽你一天的能量。

当你变得从灵性上而言更加的成熟，更加老练时，你就会一而再、再而三地感觉到你没有完成任何事情而仅仅往后退了一步。但是，我的朋友，这是因为当你站得更加靠近光，你会看到你自己内在的光之盔甲上的每一个污点与每一条裂缝。

那同样也是一个巨大的诱惑。它是一个偏离自发性和存在于当下，并转向自我批评和自我谴责的诱惑，因为你看到了这些自我感知上的不完美之处。而这同样是自我的阴影面与那个会让你从对光保持透明和对当下保持开放的笔直道路上偏离

的阴险声音，因此，无论发生什么样的事情，你都可以与之合作，无论它看起来是一个正面的体验或是一个负面的体验。

我们给你们举这个器皿的例子，它是在早些时候这次冥想之前的循环谈话中谈到的，这个器皿在医院中经历了一次相当长时间的不适，这看起来对于她是完全没有必要的。对于这个器皿，听到那些阴险的声音并感觉到自怨自怜，感觉到愤怒，感觉到自我批判，这是很容易的事情。然而，这个器皿选得很好，去感谢，从经验中知晓那些挑战的时刻都是很难被打开的礼物，但是当这些礼物被打开的时候 它们都是甜美的。

这样的时刻会发生在这个器皿和所有寻求太一无限造物者的爱与光的人的身上。

当寻求增强时，考验的时刻也会增强。那就是你们的幻象的目的: 考验、选择、考验，再一次做出选择。它是一幅光明与黑暗的织锦，没有错误的选择，只有通过选择的体验发现自我。

我们在这次对话开始时和你们说过，被包裹于正面和负面的动力学中的不只有第三密度，还有第四密度的起始阶段。的确，有很多新进入第四密度的人会让他们自己作为光的战士 并将黑暗的战士视为要去战斗的敌人。那个阴险的声音占上风了。然而，这同样是可以接受的，它不会停止演化的运动，它仅仅是将其从加速的道路上偏移方向了，那个加速是寻求光的人们所选择的。

这场属天战争，该器皿对这个现象的称呼，会持续不断地进行，一直到最后一个第三密度实体毕业了，再也没有进行战斗的战场为止。不要为这种情况感到遗憾，因为会有很多实体无法很快地看穿光明和黑暗的动力学本质，他们肯定会选

一边投入战斗的。

这种显而易见的扭曲选择的美丽在于，当第四密度进行这场战争时，它会冲走恐惧、愤怒以及其他负面情绪的最严峻的部分，它们位于红色脉轮的内在层面之中，它们组成了一个巨大的恐惧引擎，这种恐惧会在第三密度中像是间歇泉一样地从潜意识的泥浆中喷涌而出并进入到头脑中。

它是第三密度的内在层面的一个稳定因子，它减轻了严峻的振动，就好像万圣节(All Saints Day)的能量会减轻万圣夜(All-Hallows Eve，[2]) 的能量 却无法消除它一样。当这些诱惑的时刻发生在你的寻求过程中，不要害怕，因为你不是孤单的。与你站在一起的是内在层面之中 在爱、宽恕、仁慈中振动的全体。呼唤并感觉到那种支持的惊人力量吧。这力量无法被看到，而它一直都在身边，一直都是强有力的。

耶稣实体在他受诱惑的时刻 站在世界的顶峰。他被赋予了力量，为他的人民解决问题的力量；谁会不想要那种力量呢？

唯一拯救他的恩典是在于知晓他的国度不是尘世，他拥有拯救的力量，但这不是世俗意义上的拯救力量，除非他选择放弃他的能力— 即提供灵性力量给那些视野超越这个尘世的人们。

因此，他说:「退到我的后面去。」他从俯瞰世界的山顶走下来，进入人性的山谷中— 无知、疾病、苦恼和痛苦。他说: 这就是我的王国。我将在这里让太一造物者的生命和爱通过我而流动。我将在这里接触并被接触。我将在这里爱和被爱。

你认为你有任何地方不如耶稣实体吗？非也，我的朋友。你们所有人都有能力披起基督身分的斗篷，你们所有人都有能力让慈悲像金色河流一样地流过你，你们都有能力在无限之爱的光中开放并开花，不是为了让其他人可以看见你，而仅仅去开花，仅仅去存在。在那种存在中 有着你最伟大的礼物。在那种透明中 有着你最伟大的服务。

因此，让时间流动吧。这一条河流将给你带来暴风雨和舒适的日子、愤怒的漩涡和平稳波浪的河流。相信那艘你坐在其上的小船吧。它是你对自己的知晓的小船。

当遇到所有水流与河流的情绪时，让那条小船承受它们吧，如果你的确分心了，如果你发现你自己在漩涡中不断地转圈，让它在你的内在耗尽自己吧，接着摆正船的龙骨，将它指向你用全部的心选择的方向，再一次启程吧。

永远都不会有一个终点。永远都不会有一场真正的损失。只有你、你的渴望和你的道路，那是你很早以前就踏足其上的道路。

请问关于这个询问 是否有后续问题？我们是 Q'uo。

G：是的，Q'uo，谢谢你们。简要地说，你是否认为在自我内在的黑暗或负面的极性，那种黑暗的面向是诱惑吗，你认为自我遭遇的那种黑暗是诱惑吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。准确地说，我们的建议并不是那样的。我们认为将自我的阴影面视为诱惑的提供者，这是有帮助的。我们不是建议你与阴影面分隔开来。我们单纯地建议与其将自我的光明部分与黑暗部分分隔

开，或者将自我的较高渴望与较低渴望分隔开，去看到自我的这两面一同创造了一个整体，这是有帮助的。在光明与黑暗之间的动力一同创造了你之所是的那个奇妙的独特实体。

通过建议你将阴影面的渴望视为一种分心物和阴险的声音，我们尝试给你们一个视角，以无恐惧和无批判的态度来对待所谓的较低渴望的价值。因为每一个阴影的能量，通过应用慈悲和无条件接纳，都能够被精炼并成为支持光的自我的一个美妙的、强有力的部分。

通过对表面上的阴影面付诸行动，诱惑就出现在你的面前了，如果你尊重它，拒绝将其视为诱惑，你就能逐渐地将手伸向那个阴影面 并请求它的帮助了。然而，为了离开那些阴暗渴望的表面，离开这些阴险的声音，并深深地投入那批判性的表面能量的底下，你正在荣耀那些能量并请求它们进入一种更纯净的状态。

这就好像你看到一个正在做傻事的小孩，你无法轻易地接纳那种愚蠢，你会说:「那不是一个好的决定。」也许你可以用另一种方式。你不去羞辱那个小孩。但是，不害怕那个小孩的发脾气，直接地穿过孩子的情绪风暴与他谈话，你就可以给那个孩子机会去看到另一种选择，另一种方式了。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟。我们是 Q'uo。

G：我会用一个评论来回复，而不是问一个问题，因为还有其他的问题。我的回覆是，我理解也感觉到了你们的方法的好处是它将寻求者的观点提升到了一个位置，从那个位置 他们可以将所有的渴望，如你们说的一样，视为值得和有价值的。从那个观点上，寻求者可以用一颗轻松的心、一个信实的态度、一颗开放的

心来回应那些渴望，这样就能最好地利用可供使用的能量了。

同时，有时候从我听你们谈论的方式 好像是你们尝试去消除差别。我要说的是，我相信，能够做出区别，能够推论出差别，能够去鉴定，以某个事物的本是来称呼它，并知晓它 同样是非常有帮助的，这与你们努力去传递的观点是一致的，这种观点就是对你用一颗开放的心去致意你已经鉴定的事物。那就是我要说的，可以继续其他的问题了。

我们是 Q'uo，我们觉察这个实体的评论，它是富于洞察力的。我们感谢 G 实体分享这个洞见。

请问现在有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

Jim：B 问道:「当我们的肉体在第三密度死亡时，大概需要花多长的时间 一个实体才能在第四密度投生呢？」

我们是 Q'uo，我们觉察 B 实体的问题，我们向这个实体致意。

对这个问题的回答不会是单一的，因为每一个实体都是独一无二的。如果一个实体已经能够在物质界的人生中 完成对此生的疗愈，在此生之后所花费的疗愈的时间和做出关于下一步的决定的时间就会非常短，用你们对于时间的度量 也许就是若干个礼拜的时间。尤其是 如果有某种来自该实体内在的继续前进的压力，这个过程就可能被缩短到也许只有一个月或两个月的时间，不会花更多时间了。

相反，如果在物质界的投生的过程中没有对此生的疗愈，那些疗愈的时间就会持续相当长的时间，也许用你们对时间的度量是很多年的时间。它取决于当一个实体从物质性生命转入更大或形而上的生命的那一刻 在这个实体身上存在的扭曲复合体的深度。

确实，有很多人已经死亡 却不了解他们已经进入了更大生命之大门，他们主要是那些在战场上死亡的人，也有那些以战争之外的其他方式在突然性创伤中死亡的人。他们会花费很多很多年的时间 也许甚至是几个世纪来度过迷雾和困惑，直到他们有了一种对真实事态的察觉，这种察觉就是他们已经不再活在一个肉体中了，他们已经不再活在一次物质界的人生中了。

例如，在你们的 2001 年，你们纽约市的双子塔被摧毁时，有数百个实体死亡的如此之快，以致于他们并没有察觉到他们的状况的改变。那个岛屿的土著居民，也就是你们所称的美洲原住民，进入那座建筑的内在层面，建起了营地的营火，并通过摇曳火光的闪烁将那群人引导到他们身边。坐在营火周围，他们讲述故事，关于死亡 接着重生进入一个新的环境。

经过一段时间，曼哈顿岛的土著居民将所有那些混淆的人都带到他们的部落中，一个接一个地，帮助他们能够第一次看到他们的指导灵到来，因此，他们就重新进入了演化的光流并开始他们治疗的时间。

你询问，在意识已经到达和治疗已经结束之后，要花多长的时间进入第四密度。那个时间同样是可变的。对于一些人是非常快速的，因为他们有一种开始新的课程、新的服务、新的学习和新的挑战的热望，进入第四密度的光中是一件令人陶醉的事情，关于如何去学习、如何去服务等等，在那光中有如此多的信息和如此

多的选项。

对于其他人，确实在绝大多数情况下，在地球的这个收割时刻毕业的那些人，他们的决定是留在内在层面中 并帮助点亮第三密度的行星意识，或者，确实在很多情况下，他们做出的决定是再一次进入第三密度世界的投生中，这一次是作为第四密度的流浪者而来的，他们的目的是为了伸出手帮助他们刚刚离开的那些兄弟姐妹。

这些实体是你们称为靛蓝小孩或水晶小孩的实体，他们的双重启动的身体的存在是非常有帮助的。因为在投生的过程中，这些实体因为这种双重启动而有一种较薄的面纱，因此他们能够成为灯塔而允许无限造物者的光流过他们，而光流经他们时的阻力相比那些只有第三密度线路的那些人要少得多。

需要记住的是，我的兄弟，一旦你离开了时间的河流并进入更大的生命中，时间就完全与你无关了。你的关注接下来就会是完成模式并进入平衡中，当平衡被获得的时候，准备好自己，将自己转入到下一次道路的选择中，转入下一次投生或下一次在内在层面中 不具肉身的服务。当你在第三密度中的时间结束时，你真的不必去担心时间了。

当面纱是厚重而不透明时 处于时间的河流中并要做出这些选择，这是一种赐福。在那种环境中 有很多的事情可以被完成，当没有面纱的时候，这些事情是无法做到的。因为比起信心不再是必须的时候，存在一种不透明而厚重的面纱时，信心就可以用一种更加强有力的方式在一个更深的意义上移动你的人格内在的平衡点，而当信心不再是必须的时候，你会看到一切并确切地知晓真理。

我们为这个询问感谢 B 实体。请问现在是否有最后一个询问。

D：是的，我有一个。这个被称作灵气(Reiki)的行星治疗系统 和 Ra 所称的发送爱/光的(系统)是相同的吗？

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题，我的兄弟。Ra 和名为 Don [3]的实体的对话中 (Ra)给出那些对治疗的描述与灵气的学说确实是一致的，我的兄弟。

然而，灵气的教导并没有完全包含对智能无限大门相同方式的描述，即允许并请求能量经过大门进入绿色脉轮中 并接着从双手等等的地方流出来，不过在两者建议的行动上，它们是一致的。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

D: 那很好！谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。请容许我们说，能与你们分享我们的冥想，这是怎样的一种荣幸呀。我们感谢你们每一位的勇气和美丽，当我们在力量、平安 和在太一无限造物者的爱与光中欢庆时，我们离开这个器皿和这个团体。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友。Adonai vasu borragus。

原注

[1] Q'uo 原则是由三个社会记忆复合体组成：Hatonn，Latwii 和 Ra。这里，Q'uo

是说所有三个社会记忆复合体都选择了服务他人的道路。

[2] 万圣节(Hallowe'en)的最初名称

(编注: 有心人可以 google 万圣夜的 Wiki 百科)

[3] 唐纳德 T. 埃尔金斯

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

★爱与光图书馆选集 第 18 辑

☆ 第 1801 章集：沉思卡拉的肉身

日期: 2013/12/30 作者: 吉姆(Jim McCarty)

文章来源: http://www.bring4th.org/members.php?uid=72

卡拉(Carla)今天傍晚花了不少时间睡觉，同时把她臀部的痛苦水平降低。看见这痛苦终于消退真好。于是我想起卡拉在过去三年所经历的种种，以及她能够成就的一切，虽然大多数人不会觉察到。

让我分享几句话— 关于卡拉的肉体疾病的形而上意义。我们一定要记得，我们移动其中的第三密度是个幻象。它的显化是形而上的能量及其平衡的象征。

我们很容易认为一个人成功地启动与平衡灵性能量必会反映在他的肉体健康状态上；因为大多数人同意身体是由心智所创造，它回应一个人学到的心理和灵性课程，不管是健康或不健康的。

但一个不健康的肉体不总是意味着你错失灵性测验的某个题目，或没有学会特定的课程。有时候，所谓的"不健康"身体扮演的角色是提供机会好继续学习和深化特定的课程，好比完全地敞开心，无条件地去爱。这些是很大的课程，在投胎前，一个实体能够决定使用整个人生去学习这门课程。那就是为什么某些 "疾病" 不会回应各种治疗的努力。

在最近发行的 L/L 季刊，Q'uo 这样描述卡拉的主要课程:

在这次的人生中，一次又一次，这个器皿必须完全停下来，这是从身体上来说的。

当这个器皿除了内在工作以外无法做任何事情的时候，平衡总是会重新获得恢复，于是，非肉体能量的频率就能够与肉体能量一同进入平衡。

为什么人们会在自己的道路上设置这样的障碍呢？这看起来是会起反作用的，它阻碍了自我在极性上看起来是服务他人的活动，还得提供舒适给自我。原因是，自我在投生前的渴望是在爱、智慧、力量的平衡上工作。从这个角度上看就会有希望，当一个人发生疾病而无法进行身体活动的时候，将会创造一种气氛和环境，在其中内在工作会被更好的完成。通过自由意志的行动，自我仍可以拒绝做那个工作。

然而，做这个工作的机会通过疾病已经被给予了。

-- Q'uo，2010 年 11 月 27 日

今晚 我在盖亚冥想中朗诵祷词。

(编注：本篇文章摘录自 The Camelot Journal，以往是由卡拉每日撰写，最近由吉姆代笔)

☆ **第 1802 章集：两种学习**

Copyright © 2009 L/L Research

周六冥想

2008 年十二月 27 日

团队问题：（Jim 朗读）这一周的问题，Q'uo，是否有可能通过倾听而从另一个人的经验和智慧进行学习，或者真正的学习只能通过经验你为自己进行的学习呢？请问你们可以谈论这个主题吗，请？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我的朋友，在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中，我们在今晚来到你们中间。

我们感谢你们，有这个荣幸被你们的寻求圈所呼唤，我们非常高兴加入你们工作的会议并与你们谈论关于学习的本性，尤其是灵性上的学习问题。然而，一如既往，我们会请你们每一位在听到或读到这些言语的时候 将识别的能力保留在自己身上，从我们的那些想法中分辨出哪些是对你们在那一刻有帮助并且是与你们共鸣的想法，哪些是没有切中要旨的想法。我们请你们拿取那些有益的想法并将其他的留在后面。如果你们愿意那样做，我们就会在与你们分享我们的观点时感到放心了。我们感谢你们这方面的考虑。

我们注视着你们的问题，关于是否有可能从另一个人的智慧中学习，或者只有可能从直接的经验而学习，我们发现，就好像我们在回答你们的询问时经常做的一样，我们将需要为那个问题创造某种脉络关系。

你们是在肉身中的灵魂，因此你们拥有生来就有的头脑(mind)，这智力、逻辑、做计算的决策工具，你的头脑是优秀和有用的。

你同样拥有意识(consciousness)。你可以将意识考虑为心的头脑。因此，我们会讨论你的头脑的两种机能，智力的头脑和心的头脑，我们会通过对每一种头脑有可能进行的什么类型的学习做出区分的方式来进行讨论。

你的智力是你的个体性的非常显着的特色。当你穿越你的人生时，你偶尔会发现一些人，他们的想法和你相类似，他们的逻辑线路图与你自己的是一致的。在那样的智力上的伙伴情谊中 有着极大的祝福。每一个头脑都是独一无二的。对于第一次遇到数字概念的某个年幼孩子，那概念是单调而没有趣味的。因此，当一个老师前来教导这样一个实体如何做加法的时候，这样一个孩子就需要实实在在地理解，两个苹果，在它们边上再多放两个苹果，接下来数: 一、二、三、四。只有那样子，这样一个孩子才会理解加减乘除的可能性的事实。

对于另外一个孩子，也许是一个有着完全相同智商的孩子，与数字概念的第一次接触就足够让数字变得生动起来并让数字拥有了存在感和轮廓。接下来心智就会有大量的部分开放了，它并不一定是逻辑性的，但是它会包含更多的看待事物的方式，这样二加二就有了四的轮廓，四除以二就会有了二的轮廓。不必为了获得理解而去伸手够到和努力奋斗。对于那个特定的孩子，它会看起来是显而易见的。

以同样的方式，一个被展示了字母组成词汇的概念的孩子，他会对于词汇的运用什么感觉都没有，他会努力试探词汇的意义并将其读出来。而另一个孩子，他的思维是以不同的方式发展成型的，当他被给予了字母组成词汇的概念时，因为对

词汇的渴望，他会饥渴地吸收每一条信息，并欣赏词汇的质地和形状，它是那个特定的孩子的心智形态的一部分。

那么，仅仅是在对待智力上，我们对你们的问题的回答会是，一种汇集为知识的智力性的理解是非常有可能去吸收的。然而，这样的吸收的内容对每一个投生中的灵魂将会是不一样的。没有任何一个进入到生命中人带着相同的特性配置。每一个投生中的灵魂都打包了它的特性、天赋、偏向性、扭曲、挑战和人际关系的包裹。有时候每一个选择都是这些项目的深度地不同的排列组合。

这是因为投生的计划是被仔细地构想并被耐心地发展出来的，它是在投生开始之前由每一个灵魂和他的高我合作创造出来的。有要去学习的投生主题，有向每一个灵魂建议的方向以及建议这种外在的天赋在服务他人中有可能采取的形式，如此等等。

因此，根据一个人的天赋群组，一个灵魂会能够理解并使用他学到的关于自己、社会、包围着那个灵魂的世界、自然界的工作方式、事物工作所遵循的物理原理以及如此等等的知识，他也会学到所有非常有效的认知途径、知识的积累以及使用那种知识的能力的积累。

不过，对于一个能够平静地进入数字并对数字感觉到兴奋的实体并不一定意味着那个相同的实体能够被与哲学有关的理念的兴奋所照亮。对于一个哲学家，画画的能力、唱歌的能力或写诗的能力则可能是完全缺乏的。

因此，考虑到在相同的刺激物的情况下，没有通用性的方式来确保每一个孩子将会以相同的方式的来发展他的智力。智力将根据灵魂选择带入到投生中的天赋群

组而成长、学习与吸收。

因此智力是独一无二的，每一个的人的智力都和其他人是不一样的，然而每一个人的智力都是那个投生中的灵魂在智力的层次上可以利用的整个宇宙，在这一点上 每一个人都是平等的。

你会注意到我们在谈到智力的时候没有讨论灵性上的学习。用一个智力的思维来把玩涉及灵性进化的观念，这是有可能的。然而，智力不可能掌握那些观念并在生活中实践它们，因为尽管这样做的优势对于智力是显而易见的，但在生活中实践那些有益的观念的能力在智力中却是缺乏的。

我们经常对这个团体说，一个寻求者要完成的最长旅程是从头脑到心的那几英吋的距离。为了掌握由老师、导师、作家或媒体名人所提供的灵性观念，心的头脑必须参与其中。

很多人相信他们正在与他们的心一同工作。然而，心并非总是会开放并开始说话。在智力与心之间有一种动力学。在投生中的一些灵魂在放弃坚持以逻辑性的方式来让事物合乎情理方面有很大的困难。然而，心的头脑是意识。只有一个意识，所有的实体都共同持有那个意识。所不同的是每一个个体进入意识的能力和允许意识取代智力的能力上的不同。

我们并不认为用意识来生活以致于排除对智力的使用是个好主意。分析的力量是有帮助的。眼睛、耳朵和感官去协调配合并让一个人能够运动和驾驶的能力，以及生命中的所有的具体事物都是有价值的。你不仅仅是一个投生中的灵魂，你也是一个投生中的身体，一个投生中的心智。所有那些要素都缠绕在一起创造了一

次人生的体验。

然而，在灵性进化的方面，它几乎完全是在意识内完成的。一个灵魂如果选择了在一个实践一种灵性生活的家庭中被抚养长大，不只是(每周)去教堂或犹太教堂或寺庙的那种灵性活动，而是一种每日的灵性，这个灵魂作为一个年轻人就会拥有最佳的机会去同时活在意识与心智中。

当一个孩子看到母亲和父亲在进行祈祷，进行冥想或者在市中心参加志愿活动供养无家可归的人，或者与其他流露爱的实体一起建造一个房屋好保护一个无家可归的家庭，他就会拥有活在意识中的经验了，因为他在模仿父母的行为。在没有以每日为基础的属灵事物上做参考的环境中抚养长大的那些孩子身上，会有一种很大的空虚。

意识的另一个伟大老师是在大自然中独处。大自然是一个伟大的老师，心的伟大的开启者。没有必要将在大自然中体验到的事物进行排序和分类，没有必要谈及一种特定的蝴蝶或一种特定的树的特性以及它的拉丁文名字。有的是对大地、风、火与水的体验的灵性食物的吸收。有的是树木与癞蛤蟆，兔子和狐狸的陪伴。所有那些同伴都会开启并发展意识。

如果在投生中的一个灵魂不曾拥有那些早期的优势，那么当他们觉醒时，他们就会需要去在书本的页面中，或者在一个亲爱的老师或者导师智慧中，或者在某些此类的资源中，去找到进入意识通道的大门了。

当一个导师拥有足够强大的信心时，那个导师的学生就会发展出对那个导师的充分的忠诚与信任，他就能够在那个导师的临在中 以和导师一样的方式打开他的

意识了。

那些跟随佛陀、耶稣-基督、琐罗亚斯德，阿拉以及他的先知默罕默德[愿他的名字被赐福] 的人，在通过一条捷径到达一种心智的状态方面，他们拥有无限的优势，那种心智的状态即是意识，在其中信心是自然的。

能够不经历必不可少的杂乱无章的经验而吸收智慧的关键是信心，最初被发展的信心也许并不是对造物者或造物的信心，或者对一个完美计划的正确展现的信心，而是对老师、导师和古鲁(guru)的信心。因为古鲁活在信心中，古鲁因为信心而表述和行动，古鲁对流经他的信心变得透明，学生也会一样，学生通过信任老师并进入那个老师的宇宙，他会变得同等地能够呼唤信心的机能了，因为他的意识已经与他的老师的意识变得协调一致了。

在比这个密度更高的密度中，总有这样的学生和老师，老师和学生之间的能量在每一个关系创造了一个动态的整体，这样的教导接着就会变得充足，伴随着在那个充满活力的层次上的深入慈悲和无条件爱，智慧的方式就被学会了。

然而，我的朋友，你此刻正在体验第三密度。因为除了智力之外还有意识的机能，这个事实完全不是显而易见的，很多实体将因为发生在他们生活中的那些构成了巨大挑战的事情和使他们遭受创伤的事情而不得不觉醒。

这是必须的，因为除非年轻的心通过显露于意识而被软化，智力就会在意识周围形成一个坚硬的外壳，为了让在其中的意识觉醒，那个坚硬的外壳必须被打破，而那只能通过创伤和苦难来完成。

对于很多人，就是在巨大的创痛结束的时候，光破晓而出，心打开了，在一个灵性意义上的 投生中的学习就可以开始了。就好像麦芒[1]必须被打谷脱粒，于是内部的甜美谷粒就可以被收获一样，顽固不化的智力必须通过深入的情绪、痛苦、苦难以及每一个经验而被连续猛击，当然，这样的经验对每一个人都是独特的，这样一个人的意识就可以最终被自我欣赏和鼓励，意识也就可以繁茂并茁壮成长了。

信心来自何处呢，我的朋友？当随处可见的不完美对于智力而言是非常明显的时候，相信一切都好是不合逻辑的。然而，无论智力如何地机灵，它的果实总是倾向于愤世嫉俗和怀疑，否定和恐惧，反之，意识的特性是太一无限造物者的特性，他的实质和存在就是无条件的爱。

安住于意识内，在此生中 成为一个自我的全部体验就会转变了。属于智力的「我」，带着它的选择、它的机会和它的机灵，就变成了属于心的「我」，属于基督意识或爱的意识的「我」了。而那种意识的一部分恰恰就是信心了。

因此，我的朋友，当你面对学习一门灵性导向的课程的需要时，进入信心的范围中，因为这样的课程通常会通过黑暗和困难而发生在你的身上。在那些时刻会有回到智力的相对安全中的诱惑，在那里没有悖论或者神秘，而只有一种被学会的事物和被理解的事物的线性发展。

但是，如果你的愿望是灵性上的发展，紧紧抓住那赋予你信心机能的意识吧。因为如果你知道一切都好，如果你知道那个为你的投生创造的神圣计划正完美地运行着，那么你就能够承受甚至最严苛的环境并请求它带来的礼物了。你可以与它的外形合作，进入其中，朝向它，而不是远离它或绕过它。在那种合作中，转变

就会发生了，灵魂的暗夜就会屈服于光荣的黎明，新的和平、新的力量和新的确切感的日出了。

如果你希望将意识的礼物给与其他人，它不取决于演讲。毋宁，活出你希望去教导的事物吧，在你难以言喻的存在中充满了爱，那爱会对那些你希望去帮助的人说话。不要被智力的机灵所引诱，因为你将永远无法说服某个人进入天堂王国。成为意识，分享意识，让静默与你的人际关系如其所愿地一同成长。信赖那位于你内在的事物，那从造物者流动通过你的事物，它将会用各种方式触及并教导，那些方式是如此深入以致于言语无法达到，却始终是远远更加强有力的。

我们为这个问题感谢名为 Jim 和 J 的实体，现在请问关于这个询问是否有后续问题。我们是 Q'uo。
Jim：我没有问题了，Q'uo。

我们是 Q'uo，现在请问是否有另一个询问。我们是 Q'uo。

（没有进一步的问题）

我们是 Q'uo。在这个寻求的圈子中回响的沉默说明我们已经耗尽了此刻可供我们讨论的问题了。我们承认我们对没有更多的机会与你们每一位谈话而感到遗憾，因为能与你们进行互动对于我们是一种荣幸和快乐。我们再一次感谢你们，有机会能与你们分享我们卑微的想法。

现在 我们会在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai vasu borragus。

原注

[1] 很多种类的有芒小麦长有坚硬的末端芒以保护内部的种子。

☆ 第 1803 章集：实体与全我

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2008 年十一月 8 日

来自 G 的问题：贯穿整个一的法则的资料，Ra 经常谈到实体是单一的，不可分割的单位。他们谈到实体的演化，实体做这个事情或那个事情，实体做这样的选择或那样的选择。谁是那个做出选择的实体，谁在投生中负责任呢？是这个显意识的自我吗？潜意识的自我吗？或者是不可分的完整实体？

我问这个问题是因为 Ra 说实体享受的活动似乎来经常发生在显意识察觉的门槛的正下方。显意识的自我的责任能延伸到选择的光谱多深的位置呢？确切地说，什么是显意识、清醒自我的适当角色呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中我们今晚来到你们中间。可能看起来我们是从很遥远的地方来到你们中间的，然而我们是从你们存有的最内在的地方穿过心智的各种各样的层次并与这

个器皿和团体建立了一个合作性的通讯而来到你们中间的。

我们非常高兴被这个寻求的圈子所呼唤。在关于一个实体实际上是谁，以及在从阿尔法到奥米伽再到阿尔法的轮子的伟大剧本中，显意识的、清醒自我的地位是什么，我们很高兴这个非常有趣的主题上提供我们简陋的想法。

一如既往地，我们会请求你们在听到或者读到这些言语的时候使用你们的分辨力。就好像所有那些在空间和时间的幻象中工作的人们一样，我们是易于犯错的。我们不希望在你们的道路上制造混淆。因此，我们请你们保留那些与你们共鸣的想法并抛开其余的想法。我们感谢你们的这个好意，因为它让我们感觉我们可以自由地谈话而不会冒着侵犯你们的自由意志的风险。

我的兄弟，你的询问深深地进入一的法则的纹理和构造中了，进入合一的悖论了。如果万物为一，那么如何会有个体呢？如何会有分开的和独特的自我呢？而你们每一位都是独一无二的自我。
在无限的造物的众多世界的无限性中，没有和你一样的造物者的火花。你是独一无二的。你和任何独一无二的宝石和工艺品是一样地贵重和受珍爱的。你们是爱的儿女。你们都是从爱中涌现— 无限数量的全息部分，属于太一无限造物者。

就是作为太一造物者的独一无二的碎片或原子，你已经穿越了很多个密度、很多个世界与很多的体验来找到你的道路以到达你正在收听或阅读这些言语时所坐的那个位置。你已经旅行了很远。你之所是造物者的那个火花，作为一个实体 已经历了一次又一次的投生，一次又一次的体验。

每一次你结束了一次体验并返回你内在的层面来疗愈你的投生并计划你的下一次

投生的时候，你都会从你之所是的全我[有时候我们会称之为灵魂光流]中挑选一些部分。在一次投生中你也许看起来似乎拥有一个人格，这个人格与你在另一次投生中的人格多少会有些不一样。然而，在人格之下、之后和之外流动的实质却保持不变。

很容易将自我混淆为一个带着人格内容的实体或实质。人格感觉起来与你完整的自我太相似了！ 你的人格，毕竟，是已经在经验的火焰中锻造过的，它所具有的铭刻来自于你的父母的爱或缺乏爱，来自父母的尊敬或缺乏尊敬，来自你的老师和朋友以及他们影响你的生命的方式。

经过了多年的选择，你已经构建了一个自我，它是当你照镜子的时候你认识的那个自我，不仅仅是你看到的脸庞，还有那个在存在于你的眼睛中的自我。你可以描述你自己。你是个有幽默感的人，你是负有一个使命的人，你是个有一份工作的人，你是一个有特定种类的性欲的人，如此等等。所有这些个性和人格、环境和身份的具体细节都是有效和有用的。而它们完全不能或它们完全无法定义你之所是的那个实体。

你们知道圣经中说过，你们来自于大地也将返回大地，尘归尘，土归土。对于你的物理性的存在，这实际上是相当真实的。如果你的身体被留在一种自然的状态中，它将实际地回归大地。

用同样基本的方式，你就是造物者，从光而来的光，从爱而来的爱。在适当的时间和空间，你将返回形成你的光与爱。

在这个时间和空间的极小量中，你已经为你的旅行箱收集了满满的人格，你已经

带着你的议程、你的天赋、你的局限和你的关系让你自己开始了在行星地球上的人生中了。你已经开始挑战自己，用催化剂的火焰让你自己被锻造，沉浸于未知的水中并体验自我，体验它的渴望、意愿以及它的信心和渴望的机能。

那个将自己在你内在启动的实体是谁呢？去假设你所见即你所得，即你是有着两条手臂、两条腿、两只耳朵、一个心脏、肺、智能，以及如此等等的一个实体，这是非常容易的。当然，那就是你显意识的清醒自我 你的生命的航船的船长。

你在那船上携带了大量的货物，货舱深入海平面之下，这艘船就是你自己，你驾驶着它开始了你充满命中注定的事件的旅程并穿越你的人生。你携带着一千，或一百万，或者未知数量的先前的知识与平衡，它们中有一些可能从未上升到你的显意识察觉的层次上，然而它们作为珍贵的货物存在于你的内在。在你的生命中你能够创造的接近这个货物的途径，越多越好。

灵性的旅程不是线性的。一些你携带的货物可以在一个灵媒或催眠师的帮助下通过检查一次过去世而被恳求进入到阳光中并被研究。然而，无论你能够揭开并研究多少次的过去世，在很多很多的你本来可以做的选择中，你为何恰恰带着这些个性的选择而进入到这次的人生，关于这个理由，你仍旧处在一个无法看清你真实的情境的位置上。

在你的内在有种菁华或存在性，它的演化是非常缓慢的。你经历过的每一次投生都如同学校中的一个学期，在那里有你要上的特定的课程，你要学习的特定的生命的书籍，你已经为自己设定好了特定的测试，这样在你的人生中 你的学习就可以有一个重点并且可以到达一个高峰。只有这个自我的顶端部分是位于白昼意识的层次上，如同 G 实体非常准确地指出的一般。

因此，你也许会将自己视为一个自我的迷宫与奥秘的探索者。所有你会找到的事物都是有用处的。而你永远不可能彻底研究那个「我是谁」的问题。一旦你放出了你就是正在体验他自己的造物者这个基本事实，你就具有自我觉察，即你的确就是一个实体。不过，你却不可能拥有涉及这个实体[你知道你就是该实体]的完整智能。

这就仿佛在一封你写给自己的信中，这封信你尚未阅读，你就是写在一个信封上的名字。于是你拿着那个信封说：「我知道我在这里，我有一封有我的名字的信。」但是你无法读那封信。你将自我的那封信为你正在体验的这次人生收藏起来，当你做出你的选择并活出你的生命时，你着手开始发现你自己。

在你们的密度中 有些人已经相当深入地穿透他们位于清醒意识的水线之下的实质性自我的部分了。就好像叫做 G 的实体在这次冥想之前的对话中说过的一样，持续的沉思会用越来越多的清晰度创造它自己的空间。每增加一分钟或一小时的沉思，都会将一个人带入到一个更深的察觉状态中。不是一种线性知识爆发的察觉状态，而肯定是一种开始成熟并向着当下一刻开放的更深入状态。

就是在那种当下瞬间中，清醒的意识能够放松并允许自我的更深部分讲话了，不是用言语，而是用精心构造的能量的结晶和辐射来讲话。清醒意识对于一个自我实现之实体的更饱满意识 就好像黑与白对于色彩一般。

每一天的生命可以在灰阶模式中度过，总会有留在表面上并享受灰阶模式的诱惑，因为它是舒适的。比起一个希望深深地投入他自己存在的宝藏中并向着智慧之书打开自己的人，活在表面上的生活要远远更加容易控制得多，那智慧之书是

被如此仔细地隐藏在水线之下，隐藏在清醒意识底下的那些储藏库之中。

让一个人自己向着属于未知的生动色彩开放，这会是一件非常痛苦的事情。智力可以把它自己对着那未知连续猛击，无休止地尝试去搞懂无限和永恒。然而，无论智力如何敏锐，尝试去整理神秘的和自相矛盾的自我就是尝试去驾驭一场旋风或套住一匹自由驰骋的野马。

当你在你的船舱中探索宝藏的时候，你能做的最好事情就是让自己无惧地骑在你发现的无论什么样的野马的背上，并让他去它愿意去的地方。让他带着你前往你并不知晓的色彩、质地和感觉，这样你就能够越来越深入地、越来越敏锐地体验自己了，你对这种体验也越来越难以清晰表达。

这就好像你作为一个实体的那艘船必须通过一个地下的通道，在那里没有光。在那里，除了你的直觉和你对你是谁的绝对可靠的知识之外，你无法用任何东西来导航。这里 我们再一次进入到未知和已知的自相矛盾中了。因为，即使你无法在你的清醒意识中体验或知晓在你自己的完整性中的你是谁，而同时你不仅仅是有能力去做到的，而且你还被生命本身要求去笔直站好，并用积极而清澈响亮的措辞来为自己做出宣告。

那些明智的人会将他们自己和无限造物者联系起来，他们都是其中的一部分，接下来会用依照他们已经能够探测到的自我最深入的部分来描述他们自己。因此，这个器皿说，她是太一无限造物者的一个仆人，一个爱的孩子，一个全心全意地希望为她心爱的人[1]服务并跟随的人。

这些是含糊和晦涩难懂的措辞，而它们不会限制自我 或者用线性的方式来为自

我分类。这样对自我属性的表述 更多是在尝试去更多地与感觉相关而不是与物体相关的方式来描述自我的核心，更多地与信心与意志有关，而不是与一份职业、婚姻或者任何那些清醒意识用来定义它自己的那些方式有关。

我们不是在告诉你，你的全我的什么部分是你在投生之中能够去充分了解的，因为可能性是无尽的。你几乎无法了解关于你自己的任何事情，或者当你不断地寻求时，你能够开始包含并容纳一种察觉了，这种察觉没有言语，却有很多关于自我的感觉，那些感觉非常深入地进入位于清醒意识底下的全我。

这其中的什么部分可以被称为实体呢？的确，「实体」这个词语的意思正是全我，完整的自我。然而，作为觉醒的意识的你同样是一个实体。因此，我们会定义你之所是的实体为，在投生中无论什么你能够了解的全我就是在那次人生中的起作用的实体。这与我们有时候会称之为「灵魂光流」的全我是不同的。

当你逐渐建立智能并在通过很多很多次的转世中 在你自己内在的平衡上工作时，你已经积累了一个非常宽、非常深的自我之光流了。你不可能在一次人生的存在中容纳那自我的光流。因此我们的回答肯定对每一个实体都是独特的，不仅仅对每一个实体，对一个实体在一次人生中的不同的时刻也是如此，在那次投生中 他也许已经能够接近那未知的 却深深地感觉到的自我的一个更大的部分了。

当你们的种族在地球上还很年轻的时候，你们只有很少的方式来理解自我或将自我放在你所生活其中的世界。随着你们构建你们的文化，你们已经获得了很多很多的方式来查看你的人生 那个从出生到死亡的旅程。你已经用多少种方式体验了自己，你就会有同样数目的 尚未用来体验你自己的方式。因此，你可以将你的人生中的每一天都视为一次冒险。谁知道什么事情会让你与你之前尚未遇到过

的自己的一个部分面对面呢？

你也许会很高兴遇到你自己的这个新的部分，你也许会被惊吓，或者是在两者之间的任何的回应。然而，一个探索者会从所有他看到的事物中积累智能，对于那个探索者，每一个事物都是有趣的。对于一个探索者，没有成功或失败的概念。

只有今天可能被发现的事物的概念，因此那个探索者会为准确地观察并清晰地感知他面前的事物的任务而准备好他的每一个工具和他的每一点意识。

那些会帮助一个实体在自我认识上变得更加充分的事物是那些打开通向智能无限的大门的训练。那扇门的钥匙是静默。我们鼓励规律地进行自我的静默的练习，就好像叫做 G 的实体说过的，计数呼吸，返回呼吸中 并允许自我不被注意到。这是一个扎根和安置的机制，它会强化本质性自我并在一个越来越深的层面上拓展它承载自我-觉知的能力。

请问我们能用任何进一步的方式来回答你的询问吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

G：对于那个主要的询问没有进一步的问题了。感谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在请问是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo。

G：我有一个问题，来自英国的 P 实体。她说 看起来网际网路(互联网)是一个分享信息的工具。以网络为基础或非物质性的资源正快速地演化并在它们的演化中不断地加速，尤其是在世纪交替之后。一些人推理认为网际网路将会变成一个有意识的实体，它将从它的第三密度的创造者身上进行学习并变成某种对于我们深

不可测的事物。

在网际网路的演化和这个星球上第四密度的出现看起来有一些相关性。然而，第四密度，就我对它的理解，是关于人与人之间的基督意识的觉醒，不需要专业技术或机器。

在这个星球上的网际网路的演化和社会记忆复合体的出现之间，有一种相关性吗？ 这会如何影响没有接触到诸如电脑这样的先进科技但却正沿着他们的灵性道路进行演化的那些人呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们会对叫做 P 的实体说，在网际网路和它的无尽的人类知识的源头与第四密度的意识之间是有相关性的，但是只是稍有关系。让我们解释一下。

对于类似 P 这样的一个观察者而言，网际网路的功能感觉上像是第四密度的意识是因为，在比一个人所能知晓的事物远远多得多的事物中有一种感知上的连锁性。这有几分像是社会记忆。

这种大规模的资料库也许会自我组织成为一个活着的实体，这是一个迷人的概念，然而这不是资料库的本性。该组织性的功能不是为了将这种大规模的信息转换为具有自我觉察的存在。

第四密度的社会记忆复合体是从某些开端发展起来的，这些开端是为所有那些处于一种第四密度的环境中的人的意识和他们所组成的互联网络所分享的，也就是说，被分享的察觉和知识的资料库。然而，一个网际网路的资料库是没有极性

的，一个由寻求的灵魂所组成的社会的分享的知识有一致性的，和谐的极性。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

然而，一个(电脑)资料库是无法存取它自己，而社会记忆复合体的资料库，如果你愿意这么说的话，可以被所有在那个社会中的人所使用。作为一个地球上的第三密度的社会，你们已经几乎到达第三密度的终点了，你们现在作为一个社会复合体而存在着。你们已经充分地觉察到你们全体人类和社会整体意识的资料库与人造物，然而你们尚未拥有共享的记忆。你们尚未聚集在一起，如同一个家族，为你们的渴望和你们的寻求发展出一个向量。

和你们文化中的那些人真正地成为一体，这样你们就能够一同合作并创造你们梦想的世界与你们想像中的世界，这感觉起来会是什么样的，你们每一个人都会对此有一种震颤的、加速的瞥见。然而，面纱是厚重的，要找到一群能够创造临界质量的灵感和方向的远见之士，这是困难的。

的确，这就是为什么你们最近对名为巴拉克的实体的选举对于很多人会成为一个如此显着的事件，这些人感觉到这个实体很可能拥有成为一个领导者的能力，能够鼓舞遍及整体的社会意识的正面改变。

这是每一个寻求毕业进入第四密度的人前进的方向。然而，第三密度不是第四密度。向着共享的远景和无条件的爱的典范前进是有益的。努力去成为大量的正面想法的一部分，这是一个有价值的姿态，就是这些正面想法将这个行星的全体带入到正面第四密度的一个成功的毕业中。它是一个值得花时间的梦想。它是一个

值得去做的努力。我们祝愿你们在成为那位骑士的过程中感到喜悦，也就是，成为那个穿着光之盔甲并向着无条件爱与慈悲的太阳前进的骑士。

对于那些因为他们完全过着一种和土着人一样的生活而无法使用电脑的那些人的困境，我们可以向叫做 P 的实体保证，比起那些不得不背负着文明和无止境的人类知识衍生物的重担的那些人，这些实体远远更靠近进入正面第四密度的毕业典礼。比起你们的世界的所有图书馆中的所有书，在一个知晓月亮、太阳、星辰、动物、植物、海洋和风的人身上，有着更多的真理、知识和学问。

请问我们能进一步地回答你吗，我的弟兄？

G：D 有一个问题。他说：「我一直有对于不同世界的记忆，甚至是属于不同的有知觉物种并在不同的世界执行旨在增加收割量的任务的记忆。我同时记得在这里和在其他世界的前世。我相信我是一个流浪者和一个『提前投生者』，一个提早投生在第三密度以便对第三密度的生命重新适应，并为现在这个灵性演化上的进步发生的时期做好准备的人。我在我的心中感觉这些记忆是真实的，我想请 Q'uo 确认这一点。」

我们是 Q'uo。我们觉察这个询问，我们确实能够确认这个实体的确是一个流浪者，他的推测从根本上是准确的。

现在请问是否有最后一个询问？我们是 Q'uo。

G：是的，我有一个最后的问题。我还没有非常好地将它整理在一起，但是我想知道你们是否能够从脉轮的方面来描述冥想呢？也就是说，当实体成功地处于那

个位置，在其中 他可以没有牵绊也没有反感地观看它自己的想法的起起落落，观察各种感觉，观察无论什么用那种方式发生的事情，在那个超然的空间中，在脉轮方面发生了什么事情呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。当一个人进入智能无限的大门的时候，他已经能够打开脉轮系统，所以没有脉轮系统的阻塞、过度激活或收缩会阻碍太一造物者的无限的爱与光通过红色、橙色、黄色脉轮流入心轮中。当寻求者使用意志、信心和精炼过的意图的机能来通过蓝色、靛蓝色能量中心，并经过紫罗兰脉轮到达大门时，本质的自我在开放的心中歇息。

如果你能想像一个蜡烛上的一个火焰的特性，你就能够看到脉轮体作为一个整体是一种圆形，它虽然会有一点点改变，而它在中心位置却一直有着坚实的火焰。在大门入口的位置，自我会来到一个聚焦的位置，当自我接近并经过大门的时候，它接着会被点燃并成为另一个火焰，因此在大门之外会有一个镜像的火焰以及脉轮系统的火焰，而它密切地联系正在靠近大门的尘世自我。

在零点处就是大门入口自身了。在某种程度上，一个人可以说，本质的自我在这时是精确地平衡在两个火焰相遇的位置。甚至可以认为，这就是投生中的自我的真实的本性。因为当尘世的自我在实质中通过大门并触及存在于它之外的事物时，那个自我就是那连接内在世界和外在世界，较高和较低的世界，以及如此等等所有的世界事物了，它完成了很多的回路来创造了一个在所有的世界之间的独一无二的连接点，那个连接点是活的、呼吸的、脆弱的，但却是无限地强有力的。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

G：只有一个非常简短的后续问题，Q'uo。你们是将接近智能无限的大门与我描述的冥想状态等同起来的吗？

我们是 Q'uo。这并不非精准地正确，我的兄弟。我们将大门所提供的礼物包含了超越自我并从大门带回指导、灵感甚至信息的冥想礼物中。然而，有很多其他的礼物是该大门入口可以提供。因此，提到自我在冥想中看上去像什么时，我们谈论精炼的意图作为这种设置的一部分。

例如一个医者，或者一个希望去教导的人，他们将进入到大门之外的财富的不同部分。然而，他们的脉轮体的构成和外观会是一样的。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

G: 那个回答对后续问题已经是丰富的资料了，我会以后再问的。感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。我们发现这个团队的能量正在衰微，因此我们现在离开这个器皿和这个团体，一如既往地，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai vasu。

原注

[1] Carla 经常称呼耶稣-基督为心爱的人。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1804 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十六

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 16

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 3 月 22 日

（这次集会之前进行一段时间的调音和冥想）

R 和 C：我们如何知晓，什么是从灵性的意义上我们需要用我们的生活和能量去处理的事情呢？我们如何才能完成我们要去做的事情呢？在我们的内心里，我们知道我们是人灵，但是我们想要知道，对于在日常生活的自我活出生命，我们如何知道要在工作什么以及如何去做呢？

当较低的三个脉轮如同耶稣的脉轮一样清晰和平衡的时候，它们是如何在这个第三密度中展现或显示它们自己呢？

芭芭拉：我觉察到不论我是如何清楚地来给出我的能量，我的小我都会悄悄溜进来，而我变得害怕，因为我知道有扭曲，所以无法信任我正在做的事情。我们如何对人类所创造的扭曲进行工作呢？

K：当觉察到害怕与另一个人见面时，我对那个人没有任何防卫地打开我的心；接着我感觉到恐惧的疙瘩消失了，而能量上升到我的心中。在与较低能量中心的工作的方面，有没有这个练习可以利用的任何原则呢？在与较低脉轮工作以允许我们打开心轮的方面，最有效的方法是什么呢？从每一个能量中心的视角，相同

的经验看起来是怎么样的呢？

Jim：在许多年看到事情似乎用它们将会发生的方式发生了之后，我们如何维持我们对于灵性旅程的寻求热情呢，而或许我们所能做的最重要的事情是对出现在我们面前的所有挑战都保持一个良好的态度？

（前面的问题与评论将当作种子用于继续讨论如何开放心轮的主题，这主题在前面两场集会已经开始讨论了。）

亚伦：我是亚伦。我非常高兴再一次地与你们在一起。当我们继续这些集会时，你们的能量的层次变得更高，而在你们的振动中有着极大的喜悦和向往。所有你们正在询问的问题集中在一起。然而这里我将不会长篇大论这个诚实的问题—关于灵的秉性，我的确想要藉由说明一个常见的误解并给予澄清来作为开始。

当你考虑到较低脉轮的阻塞时，什么样的沉重情绪进入你的脑海中呢？是对权力或控制的渴望吗，是愤怒或贪婪或嫉妒吗？你想知道你如何才能澄清在你自己身上的这些能量。在最热诚的寻求者中的常见的扭曲是，为了让内心开放以及为了让较低脉轮成为清晰的，你必须摆脱所有这些渴望和恐惧。但恰恰是那种渴望，在你的体验中去摆脱这个或那个事情的渴望会放出逆火而事与愿违。这就是关闭脉轮的事物了。

并不是恐惧的升起以及伴随而来的愤怒或贪婪或需要控制的情绪关闭了脉轮，而是从第一个恐惧的感觉，你进入一个方向或另一个方向：要嘛进到基于这些渴望或愤怒的行动之中，要嘛进到摆脱他们的需求之中。这二者都是扭曲。在人类身上，情绪的升起并不是一个扭曲。不是恐惧、不是愤怒、也不是贪婪，而是你与

这些情绪的关系，让你一直返回第三密度的体验。

你们全体在灵性上都是先进的。想想看你对第四密度的体验知道什么事情，你被告知的第四密度的体验是什么事情。这种体验是团体的能量体验，在其中所有的存有们与在彼此之间是完全地心电感应。每一件事情被分享。因为你们不需要对另一个人隐藏你们的体验，也不需要防卫你们自己离开另一个人的体验，所以学习是如此地快速。对于任何被表达的事情都有着完全的开放性，而不带有对它的评判。

当有沉重的情绪而你对于它感觉到某种羞耻的时候，你们每个人现在处于什么位置呢？在与另一个人分享那种情绪的方面，因此会有某种不乐意。当你听到别人的沉重情绪时，会有某种不舒服而不是平静。但，正是这种对情绪完全的平静表明对于第四密度的体验做好准备了。

你来到这里进入人类的肉身不是为了去停止体验身体的感觉或情绪。对于物质性的身体，你是理解这一点的。你知道假如你踢到你的脚趾时，它将会受伤。当有这样的痛苦时，你不会试着去否认这痛苦。你不会感觉有痛苦是不好的。这仅仅是痛苦。你可能不喜欢这痛苦，但是你不会批评它。单纯地会有对它的反感，因为它是不舒服的。当你踢到你情绪上的脚趾并且出现了愤怒或是贪婪的情绪的时候，你标记它是“不好的”，“我应该摆脱这个或那个，然后我将会是纯净的。”从恐惧中滋长的情绪是不舒服的。你们工作的一部分是去学习和这些情绪相处，带着当你的脚趾被踢到的时候具有的相同坦诚来面对，没有对正在体验这些情绪的自我的批判，因此没有对正在体验如此情绪的其他自我的批判。

这是所有存有们在第三密度中的工作的基础。就是经由不断地批判你所体验的事

物，自我固化了并且增强了分离的幻象。你来到这里是来再度证实没有分离的自我，而自我会经由居住在错觉中而固化。你越多地与一个情绪的存在奋战，自我就会越多地固化，并有越多的一种感觉:“我必须摆脱这个或那个来净化我自己。”那么，你所必须做的事情是去改变你对于内在升起的感觉的关系。

这将我们带回到人类身上，在他度过这次人生的过程中，他会感觉较低脉轮的关闭，感觉恐惧、愤怒、偏见、嫉妒以及可能会有的无论什么样的情绪的升起。渐渐地，你有了那种洞察力，它能够对那个被此生中的持续不断的催化剂扔进情绪之中的人类找到慈悲了。你变得越来越少发生反应，你越发能够保持内心开放了。

这把我们带回 K 的经验，她藉此对这位她害怕去见面的人找到了如此的慈悲心与连结。当对恐惧有评判的时候，评判自动地增强了分离，这将你带回到我先前谈论过的与恐惧的对话中。接着有一种它应该摆脱这个和紧紧抓住那个的自我感觉。当你单纯地注意恐惧升起，并对被困在那个情境中的人类带有慈悲的时候，自我消失了。不再有一个行为者。接下来，我之前谈论的所有这些强有力的能量，这些慈爱、耐心、慷慨的美丽种子，以及越来越多的事物，就有机会蓬勃生长了。

它们不是那些在自我对其紧握不放的时候可以蓬勃生长的种子。不论你怎样藉由一种“我必须有耐心”的感觉而尝试去成为有耐心的，你都无法使那个种子开花，其难度就好比你藉由意愿使一朵玫瑰开出花朵。爱的温暖光芒照耀在它身上，这温暖的阳光才是那允许玫瑰花开放的事物，温暖的阳光就是那允许慷慨、耐心、慈爱、活力、坦诚透过你来展现它们自己的起因。

在这个位置，较低脉轮是开放的，这不是因为你意愿它们开放 [藉由意愿去摆脱其中涉及的问题]，而是因为藉由创造如此多的空间，那个问题单纯地消失了。你发现有能力对着这个想要处于操纵状态的存有微笑了不是去嘲笑他，不是以任何方法嘲弄他，或是不怎么重视其痛苦，而是在爱中去拥抱他。

这就是你投生所要进行的工作了。我们以前已经谈论过这一点。慈悲心和智慧的功课是有价值的，在第三密度没有理由不去开始从事这些功课；但是你来到这里是来学习爱和信心的。假如这些爱和信心的功课没有一个坚实的基础，那么较高密度的功课将会变成扭曲的。

无条件地去爱意味着什么呢？拥有信心意味着什么呢？这是你们内在的另一个种子。你如何才能让那信心的种子开花呢？藉由不断地提醒：在这个人类体验中的每一件事情，所有肉体的感觉，所有的情绪，都是可接受的。

很显然地，那不是放任你对这些情绪产生反应并伤害其他人。但是，对情绪的反应和体验情绪本身是二件有很大差别的事情。你来到这里并不是去学习永远不再愤怒，而是当愤怒升起时，找到对人类的慈悲，并为你所有的人性找到空间。

我们被问及被认识为耶稣的实体。这个问题假设这个实体的较低脉轮是开放的，并且问到“那是如何影响较高的脉轮呢？”当然这个人是带着较低脉轮完全开放的状态进入到投生中的。然而，即使这个人也的确体验了人类的情绪。甚至圣经告诉我们，他有时会变得愤怒。肯定地，他感觉到在他身体上的物质性痛苦，而且对于那种痛苦有某种反感。问题不是保持较低脉轮的开放以便于心轮能够开放。当在较低脉轮依旧有一些扭曲时，心轮是可以被开启的。问题是，一个人能够对这个人类(存有)发现如此深入的爱，以至于他可以不带谴责地看见在较低脉轮的

扭曲并完全地拥抱人类体验吗？

Jim 询问，对于这工作一个人如何保持一种热情呢？在允许这个热情来展现其自身的方面，或许藉由聚焦在这种对人类的全然拥抱上，一个人最佳地促进了它。我们会建议，就是对人类的评判阻碍了那种热情感。

我亲爱的朋友们，你们诚挚的寻求并带着越来越多的纯净去展现你们的能量以及去做你们来到这里来做的工作的渴望，如此深深地打动了我们这些已经超越投生体验的实体们。你们的工作是给我们的一个非常真实的礼物，因为观察你们的努力以及回忆我们自己的这些努力深化了我们的慈悲心。这不仅仅对诸如我自己这样一个已经穿越地球层面的人是真实的，对 Q'uo 群体，对所有已经穿越不同密度存在们，不论他们是在什么层面完成他们工作，这一点同样也是真实的。这是你给我们的礼物，为此，我感谢你们。

当你想知道你在这里的工作是什么，它是关于什么的时候，我只请求你记住，你所做的工作是在如此多的不同的层面上以致于你无法开始去想像它的范围。眼下，你是人类。允许你自已是人类。与这个密度的催化剂工作。让你自己熟悉即将到来的事物，这是很好的，它既可以作为你们工作的灵感，又能够帮助你们保持一个平衡的观点。但是你们无需使用目前的投生体验去做你们将会在更高密度去做的工作。拥抱这个人类体验和你之所是的人类。珍惜你们自己。假如我只可以给予一个建议，那会是：珍惜你们自己。

你们发出一声?喊:“是的，亚伦，如何做呢？我如何珍惜我自己呢？”

等一会儿我将进入这个问题。现在我想要传麦克风给 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。我的朋友们，在太一无限造物主的爱与光中再次问候你们。我们加入亚伦的行列，感谢你们寻求的美丽和你们呼求的悲切呼喊，那的确激励了我们并且提供了我们最理想的机会进行我们自己的服务和进一步的学习。

我们现在可以对你们询问一个问题吗？当你们跟随着我们用来结束先前集会的冥想练习时*，每一个人是否感觉到从负面情绪的冲动转变为提升到最神圣的治疗的振动呢？我们建议这个过程是一个例子，藉由个过程可以找到一种方式:

一次工作一个扭曲，藉由坦诚的最纯净之声，带着自我的受苦部分来沟通。
(*编注: 参阅爱与光选集 17 - 亚伦与 Q'uo 对话之十五)

之前我们说沟通是一把伟大的钥匙。当内在的扭曲被视为是一位实体时，有许多的方式来与一个人的扭曲沟通。藉由对这些超越言语和逻辑智力的思考以便于自我内在的灵可以对显化的自我进行治疗的沟通方式的各种各样的使用方式，与一个人的扭曲沟通的那些方式全都带有这种性质。假如一个人企图将每一个感受到的扭曲带入心轮中，这个人正施暴于自我，他正试图在能量没有自然而然地升起的位置拽动能量。然而，假如一个人将内心视为永远是开放的，并且允许在较低脉轮中的较低的能量移动进入到内心之中进行沟通，那么在较低脉轮的混合振动持续透明，而不会因为红色、橙色和黄色脉轮的部分被强迫而相反使绿色脉轮变混浊绿色的色彩会在藉由心智的声音或身体的声音进行的沟通交流的类型上闪闪发光。接着，这看起来就像一条活的溪流，它有着最可爱的淡绿色，它闪闪发光，它围绕着红色、橙色或黄色脉轮的阻塞并且渐渐减少它，于是两种颜色在其光辉和力量上渐渐变成相等的。

祈祷是一个藉由言语超越言语的方式。假如一个人可以将祈祷词“无限造物主”想像为天父/圣母，他真正地聆听而且真正慷慨地进行关怀，那么一个人就可以进入祈祷的密室来分享他的困惑了。例如，一个人可以如同这个器皿所做的，只是说出她的心底话：“亲爱的造物主，我感到困惑。我感到挫折。我不知道要做什么。他伤害了我的感情。我受伤了。”对于祈祷不一定必须具有一种崇高的、美丽的、美学上令人愉快的品质。当一个人在痛苦中时说出他的真相不大可能是美丽的。相反地，它非常可能是小小孩的哀鸣、嚎啕大哭、愤怒的、蛮横地说“不”；因为让他受伤的事物是尚未被深深地理解的事物。

黑暗是具有无知特性的事物。痛苦属于投生的特性，阻塞能量的痛苦是原初的痛苦，不论那个痛苦的来源或痛苦起因的灵性本质是如何的复杂，痛苦的起因也许离根本的、本能的痛苦非常遥远了。所以在祈祷中，当沟通是直接了当地诚实的时候，甚至而且特别是当那个痛苦带有琐屑、愚蠢、不适当的愤慨并在其评判中充满错误时，这样的沟通是最好的。吼出你的错误以及你感觉到的痛苦必定是对于那些并非如实的事物进行怒吼；因为你的痛苦、你的自我批判、所有的一切都是梦境中的一场梦，然而恰恰就是这个梦是你想要去治疗的梦。因此，尽你最好方法来祈祷真理吧。

还有其他类别的沟通，与祈祷一样，具有使用言语来超越言语的特性：朗诵受启发的作品的诗句或文章，这些作品表述一个人的悲痛，朗读它们会聚焦并净化内心通向较低阻塞的旅程。现在，每一个能量中心，和心的能量中心一样，它事实上是开放且运转顺利的；然而，因为较低的中心对让它们自己对关系感到忧虑，低于心轮的能量中心并不具备独立性或由灵性-驱动的运转。另一方面，绿色、蓝色和靛蓝色光芒被聚焦在由内在灵性所供给的绝对性上，容我们说，它们不必依赖任何俗世的关系，它们是能够独立发展的。然而，花费所有的时间在较高脉

轮的能量中心却不进行与较低脉轮的沟通，这会因为没有关注到关系上的困难而导致可以被那个工作利用的力量逐渐变弱，在这些困难之中，自我对自我的困难是最主要的困难。

在这点上，亚伦可能要拿麦克风，因为我们感觉到在这个观点上，有一个自然的转移。我们发现这个教导的分享是令人极其愉快的，我们感谢每一个人允许对这些管道的综合使用；因为它对于亚伦和我们都是极其振奋人心的。

我们现在移交。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。自我对自我的关系，一个人如何学习去珍惜这个自我，好让他可以完全地珍惜所有的自我这是你投生的礼物。那么，那个导致没有珍惜自我的扭曲也是这礼物的一部分，而不是在对这种爱的学习的道路上一个障碍物，你可以开始理解这一点吗？假如没有自我是不完美的感觉的浮现，没有自卑感的浮现以及所有这些导致对自我较不珍惜的许多情绪，你会以什么来练习呢？假使这个自我总是显得是完美的，会如何呢？在你们的这个旅程的某个地方，你注定会遇到并非显得是完美的事物。没有这个练习，你将会批评它，而且对它有强烈的厌恶感。所有你在自己内在批判的事物，都是为了练习不评判和无条件的爱的礼物。

身为人类，你如此坚定地与习惯一同工作，而你的习性会说："评判！摆脱！"你如此地沉浸在那个模式中。首先，你开始去看到这模式，并开始留心对评判的升起施加影响。这种自卑是什么呢？在自卑出现的一个情境中，你可以问自己："假使不管我内在正在升起的沉重情绪是什么，我都真正地喜欢在这里的我自己，会如何呢？假使我真正的珍惜我自己，会如何呢？"当你问这个问题时，你可以开始

理解，自卑的方式是一种逃避。

无条件的爱是非常困难的。人类感觉到受伤而想要去反击，感觉被背叛而想要报复。某种内在的评判性的声音会暗示理应如此，而人类有时没有感到准备好去一样地承担责任。你已经习惯性地使用这种开始不喜欢自我的模式来当作一种逃避，这样你就不用直接体验沉重的情绪和需要带着好意为它们负责任了。不喜欢自我是令人不舒服的，但是，去认出你的本性的真正神性和你具有无条件的爱的能力，或者是更加的令人不舒服。这里有个小孩噘着嘴说着："我想要讨回公道！"这个小孩想要冲上去给那个家伙猛踢一脚。

一个被珍爱的小孩不管有什么痛苦和愤怒，远远比较不可能需要去踢一脚。

当无价值感升起时，问你自己"假如我没有感觉到无价值，我可能正在感觉到什么呢？"无价值掩饰了什么样的让人如此难受的沉重情绪呢？在无价值中，你可以看到有多少的小我在其中呢？

察看你已经建立的模式。假如你看见的一个渴望是有点不负责任的，这同样也是没有问题的。它并不意味着你需要在那个渴望上采取行动，注意到渴望在那里就行了。"假使我无法成功做到这一点，会如何呢？假使我的情绪开始控制我并且将我拉入到反应中，该如何呢？"这是另一个恐惧。所以，你后退并说着"好吧，我甚至不会尝试。"那么，你就进入到对自我的那种不喜欢之中。

观察无价值感的升起。观察它关闭较低脉轮并接着看起来似乎准许你去做出反应的方式，因为在较低脉轮关闭的情况下，任何其他的选择在表面上变得不可能了。因此，你将许可交给自我的小孩让它去表达它自己。你的工作不是否认小孩

般的自我的存在，也不是允许它发脾气，而是去聆听小孩般的自我并且给它爱。就是这种被延续下去的记得去爱自己，不论正在体验到的是什么事情，这个忆起给予无价值感的完全疗愈。

以一个非常真实的方式，你们每一个人被生出来，每一个人带着这种被治疗的需要进入投生中。你无须去成为完美的来将那种爱给予自己，你需要学习去宽恕你的不完美。你在生命中，特别是在耶稣的死亡上，看见这条讯息。他告诉他身旁死在十字架上的那些人，从本质上他爱他们的。这就是神性的讯息，他说“这是我的爱子，我对他非常满意。”[1] 这讯息不仅被提供给耶稣，也提供给你们所有人。你是被爱的，并不是因为你是完美的，并不是因为你没有沉重的情绪，并不是因为你以完美的纯净来展现你的能量，而仅仅因为你之所是。你被邀请来进行的，就是那种疗愈了。

[1] 原注：出自圣经，马太福音 3：17

你如何开始宽恕自己呢？除非你宽恕在这个人类的形体中的较不完美的自己，你是无法学会去珍惜你自己的。你不是珍惜完美，而是珍惜人类。

有很多一个人可以使用的练习。如同 Q'uo 建议的，祈祷是非常有力量。请求帮助。当你感到自我谴责时，将自己交托给神性并且请求他的帮助。“主啊，这个人是容易犯错的。我已经伤害其他人和我自己，现在对于造成伤害我充满了自我的谴责。对于我之所是的这个不完美的人类，请帮助我发现宽恕和慈悲心。”

请注意在无价值感本身和与无价值感的关系之间有一个区别。当你体验无价值时，接下来你可以注视对无价值感的厌恶的升起并且首先去照料这个的厌恶，问你自己：“我可以只是与无价值感在一起并且观察它吗？我可以只是与在我内在引

发无价值感升起的任何情绪、声音、恐惧、记忆在一起吗？我可以让整个事情就是如此而只是观察它吗？”这种温和产生了光和空间。内心开放了。仍然可能会有许多引发无价值感的愤怒、嫉妒或是贪婪的残余之物。可能仍然会有对所有无价值和情绪的一个厌恶，因为它们是令人不舒服的。但是它们被有技巧地照料了。

对于 Q'uo 对将心轮带入较低脉轮的映像，这就是它这可以被看到的位置了。这里没有强迫，只有一种与所有的困惑在一起的乐意，不带有评判，让它完全地飘动。那么无价值感不会固化，一个自我不会固化而去战斗无价值感。反而有一个温和的爱被给予那个正在体验包括无价值感的如此多的痛苦的自我。它允许了一种在观点上向自我的这种天使面向的转变，自我的这个面向即自我是完美的，你知晓的自我是有价值的。在那种转变中，你开始去发现整体性。没有遗留下任何需要摆脱的事物。只是顺其自然，允许它的在场，或是当它被给与爱的时候，允许它以自己的速度消失。

你将会发现的事情是，你在给予爱的方面的越来越强的能力开始了一个新的模式，一个远远更加有技巧的模式，凭藉着它，如同我昨天建议的一样，藉由恐惧的升起，无价值感的升起变成了一个催化剂，它不是为了对自我给予更多的鄙视，而是一种引发慈悲心的催化剂。这种催化剂将较低脉轮中心与心轮中心重新连接起来了。它将灵性体连接到肉体和情绪体，接着你返回整体性并进入平衡中。就是在这个位置，甚至一种无价值感变成被视为是对你的学习的一个有价值的礼物，你拥抱它而不是与它进行一场战争。

我想要以一个导引的宽恕冥想来结束集会，在灵性的工作上这是另一个强有力的工具。在我这样做之前，我想要将麦克风传给 Q'uo 看看我的兄弟/姊妹是否有想要增加的部分；接下来，我想要在冥想之前简短的请求你们单纯地舒展身体，因

为你们许多人在身体上正感觉到疲惫，我希望你们在冥想中能够坐 5 ~ 10 分钟来更充分地进行练习。那就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，再次地与这个器皿同在。

从心的(能量)中心到被自我所感受到的受苦且无价值的自我的沟通交流的过程中，寻求者正一次治愈它自己的投生的一个小症状。被称之为人生的感染是无法治愈且终有一死的。被称之为的错误或罪恶或扭曲的小感染是不会致命的，它仅仅令人极其不舒服。当试图以作为一个治疗者来发挥作用的时候，非机械性或非化学性的治疗技巧首先必然涉及治疗该器皿，也就是想望去进行治疗的寻求者。

心是智能的治疗能量被带下来的宝座，(能量)首先进入紫罗兰光芒，紫罗兰光芒是与智能无限[如这个器皿会说的]的理则本身接触的，(能量)接着穿越智能能量的靛蓝色光芒。这靛蓝色光芒是你在意识内工作的所在。

我们不是有意要混淆，因为我们希望你们对我们的教导是感觉舒适的。然而，为了藉由言语来教导，我们必须假装你内在的每一个声音，或者毋宁说你内在每一个声音的类型，是分开的且能够与你内在之中的其他声音或其他的声音类型进行沟通交流。既然宇宙本身和一切万有是在你内在之中，为了对投生或对那些治愈者希望去服务的人进行治疗，不可避免地，我们所鼓励的沟通沟通交流的技巧会需要一种对感知上的自我的分离，这样一个人发言而另一个人聆听的沟通交流的必要条件才能被满足。

意识内的工作在很大程度上是智能能量移动穿过紫罗兰光芒，然后，藉由意图，从靛蓝色光芒进入沟通的蓝色光芒，它接着打开心，在爱的明亮色彩和被净化的

情绪中，被打开的心就可以准备就绪了。有纯净的光倾泻而下进入一个清晰的沟通形式中，对于需要进行治愈的关系，或者当自己是医者的时候，对于自己与要被治愈的实体之间的关系，这种沟通的形式将被净化过的情绪带入到这些关系中。

现在，当自我被卷入一个困境中时，藉由诸如“不要再有麻烦了。我不能忍受它。我不能忍受我自己”之类的想法，心被防卫起来了。一个人无法对着这些防卫大发雷霆，所以他使用祈祷。吟唱、赞美和感恩，它与缺乏价值感的人的祈祷不同，它被聚焦在美丽的、更加真实的、更是真理的事物上。如果一个人在忧伤中说:“感谢你，喔，慈爱的天父/圣母，赞美你，喔，太一是一切。”这可能看起来似乎不仅是不诚实的，而且是不相关的。但是我们会建议你看到这就是内心的声音是如何被触及到的。思想的方向因为纯净的情绪改变并在歌唱、赞美、感谢、祈祷中被表达出来，而这种纯净的情绪是因为信心而呈现出来的。因此，热情回归于这种纯净的情绪的伟大宝座，纯净的情绪成为智慧的实质，这种智慧与知识截然相反。那么，这过程就是去受苦，开始察觉到受苦；藉由花费时间去留心，自觉地进入到唤醒内心的祈祷、赞美、感恩和吟唱中：去允许这种能量涌入内心；去允许这种被赋能的治疗能量进入对受苦的有意识的聚焦的关系中，接下来，去允许接纳和宽恕的疗愈发生。

我们 Q'uo 在前面表明了我们自己的计画。对我们而言，此时并不是一个好的时机来阐述这种向灵感的转向是如何能够被信心所辅助，所以我们答应在明天的集会上，我们将会阐述这个主题。现在，当你们真的在赞美、感谢、吟唱和祈祷时，我们请求你们带着信心来做，有一个爱的大灵，他亲自无止尽地、丰盛地和全然地聆听和回应，以致于每一个被称为扭曲、错误或罪恶的感染症状都可以确实地被宽恕。

我们现在将麦克风转交给芭芭拉来发声，因为这个实体要提供亚伦的这些冥想的方法。我们感谢与你们每一个人谈话的这种喜悦，现在，Adonai，我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。我非常感激 Q'uo 引入信心的论点。它对这个主题是极重要且相关的，我希望明天我们会一起在信心上头扩展沟通。

宽恕不是一件事情，而是一个过程。在春日的第一个炎热的日子中你来到一处清凉的湖泊边，你渴望去游泳，将你自己浸入这冰凉的湖水中；然而当你测试这湖水时，它是冰凉的。宽恕的过程，你无须在码头的尽头跃入到那个冰凉湖水之中。你涉水到达你的脚踝上。脚踝感觉如何呢？假如脚踝感觉很好，你继续下去。假如脚踝太冷而你无法再前进一步，你暂停而且等到第二天再试一试、下一天再试一次，再下一天。那么，我邀请你不是去宽恕，而是去进入宽恕的过程。

为了开始这个过程，我想要你邀请一位你对他感觉到爱的人进入你的内心和脑海中，在你面前只是拥抱他们。不论你们之间有多少的爱，你已经同样对另一个人引起痛苦。默默说出那个人的名字并且说："我爱你，所以难以对你表达我的愤怒，但是因为你做出或是说出或甚至是思考的一些事情，你已经伤害了我。不论是有意还是无意地，你已经引起我的痛苦。当我看入你的内心时，我看见你同样已经知道痛苦了。我不希望将你推出我的心。我宽恕你。我爱你，即使对于已经说出或做出的事，仍有一些愤怒或伤害，我希望将这些言语或想法与我的心重新连结起来。我宽恕你。我接纳由于这些话语或行为引发的痛苦。我爱你。"

我将沉默一分钟并且请求你与你在你面前拥抱的这个人安静地继续进行这个过程，并给予你感到最适合的不论是什么话语或想法。

（暂停）

现在温和地，允许这个人从你觉察的中心去后退。在同样的位置，邀请你想要(获得)宽恕的一个人进入。对你自己说出这个人的名字并且说: “我已经透过我说出的话或做出的事或甚至是想法已经伤害了你。不论是有意还是无意地，我已经引起了你痛苦，而且让你将我赶出了你的心。因为我爱你，与你分离是如此地痛苦。请原谅我，我同样已经知道痛苦了。我不会防卫我的话语或行为，但我请求你同情我的痛苦和你对在我内在说话的声音是恐惧的声音的理解。在允许恐惧的声音来压倒爱的声音上，我承认我未尽责。请原谅我以这个方式伤害了你，请允许我回到你的内心。”

再次地，我将沉默一会儿，并且允许你与这个自己用你感觉最适合不论是什么话语来工作。

（暂停）

感觉那个人欣然给出的宽恕。感觉你们的能量重新结合起来。温和地让那个人离开。、邀请你自己进入那个空出来的位置这个你之所是的人类，这个你经常严厉地批判、谴责并将其赶出你的心的人。将你自己以那个方式赶出你的心是令人极其痛苦的。有如此多的痛苦，如此多的恐惧存在你之所是的这个人类身上。慈爱的心拥有给它的全部空间。批判和创造分离的事物是恐惧的头脑。心迎接自我的归来。

看你自己站在那里，就好像一只鹿栖息在那里并准备好要逃跑一样，因为它以为它会听到批判的声音，这种声音是它已经如此频繁地听到过的。对你自己说出自

己的名字并且说 "你最后一次告诉你自己 我爱你，是什么时候呢？"

你可以对你自己说出我爱你吗？说出你的名字并且说，"我爱你。是的，你是不完美的。是的，你有时候是易发生反应的、害怕而且是没有技巧的。我不是因为你是完美的而爱你的。我因为你之所是而爱你。所有我已经在关于我自己的方面所做出的评判，我邀请它们回到我的心中。并且我请求那些被评判的自我的部分，能够原谅我的评判就如同我原谅了你的不完美一样吗？让我们再次地合一。让我们进入整体性。对于我以不论我以什么方式伤害了你，你能够原谅我已经批判你的方式吗？不论你已经显现出什么瑕疵，为此我批判了你，如同你原谅了我的批判一样，我原谅你的人性并且拥抱你的人性。这种与我自己的分离感觉起来是如此地痛苦。愿我成为一体。愿我被疗愈。不论我已经对自己引起什么样的痛苦，我给予宽恕。我宽恕你。我爱你。"

再次地，我将会沉默一分钟。请继续给予你感觉最舒适的不论是什么的期望。

（暂停）
你能够拥抱这个在你面前的你之所是的存在，就如同它是一位真正被珍惜和被爱的人吗？看着你自己，看看你是多么美丽呀，将那种爱献给你自己吧。

愿每一个地方所有的存有们都学会去珍惜彼此并珍惜自己。

（铃声）

愿所有存有都学会去宽恕和体验被宽恕的恩典。
（铃声）

愿每一个地方的所有存有们都找到他们回家的方法并且获得完美的平安。

（铃声）

对你们全体献上我最深的爱和感激。祝你们晚安。那就是全部。

Translated by M.D.

(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 1805 章集：幽默的价值

Copyright © 2009 L/L Research

Session 4 - Channeling Circle 11

2008 年十一月 1 日

团队问题：（Jim 朗读。）我们想知道，对于一般的寻求者，尤其是对于一个想要学习如何去成为一个器皿的人，幽默的价值是什么。

（Jim 传讯）

我们是 Laitos，我们在爱与光中通过这个器皿向各位致意。由于那只叫做匹克威克[1]的猫一直在舔叫做 Jim 的实体的肘部，这个通讯在启动上有了一些延迟。对于你们称之为幽默的概念的谈话而言，我们感觉这是一个合适的开始，你们所称的幽默我们会将其视为一种远近透视感，一个已经从它的位置上被移开并侵占了另一个位置的东西，把它放入正确的位置。

原注 [1]: 匹克威克(Pickwick)，Carla 与 Jim 的一只十岁的橙色斑猫，它有一种不

停地去舔人的根深蒂固的习惯，当地着名的一只管不住舌头的猫。

***

你们的人群经常分享的幽默时常是挖苦（嘲笑）另一个人。那种我们会在其中找到快乐的幽默是那种将所有人视为一体的幽默，这种幽默也许会对一种与合一多少有些脱节的观点进行评论，并用一种不会造成伤害却会提醒所有人我们都是太一造物者的组成部分的方式来恢复完全的合一。

现在，我们并不是想要说所有的幽默对一个人的视野或者远景的感觉都有恢复合一的能力。但是，从一般的意义上，幽默是一个找回平衡的装置，它倾向于将一个已经从正确的位置上也许是毫无根据地发生了偏移的事物，恢复到常态或恢复到一个正确的位置。

对于真理的寻求者，道途上的朝圣者，幽默和发现幽默的能力[在各种各样的情境中]是无价的。因为会有些时候，脚步走错了，眼睛看错和耳朵听不清楚。为了听到那些没有被听到的事物，为了去看到那些没有被看到的事物，为了去走一个人希望去走的脚步，他必须将自己恢复到中心的位置。幽默就是一个很好的方法，将自己恢复到这个位置上。

它提醒灵魂— 自己和太一造物者有着合一感，真的，没有任何步伐不是在太一造物者的范围之内。

当那些看起来困难的时刻接近而又必须经受困难的时候，那么，这同样可以被视为太一造物者的一种体验。如果用一种坚持不懈与持续寻求的方式来看，那么，这样的幽默感可以是一种良药，容我们说，它可以治愈看起来发生故障或状态不佳的东西。

现在，我们将转移到叫做 L 的实体。我们是 Laitos。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们与这个器皿在一起了。这个器皿感觉到我们的能量在她身上的压力，而她却没有很好地看见我们想要她采用的伴随我们的能量的途径。

我们相信这有部分原因是因为她被这个主题深深地吸引了，在这个时刻她更喜欢去听而不是去工作，但是她还是希望有所服务并坚持这样做。

我们给她了一副有奶油从顶部融化的一叠煎饼的图像。她不知道怎么去处理这幅图像，这让她感觉很好笑。它看起来对于你们很多人都是很好笑的。这个娱乐并不是嘲笑她的，她与你们分享了这个图像。

这个器皿同样发现，她能够在先前的会议中通过我们的概念非常容易地说出观点而毫无困难地开始通讯，这是有趣的。我们的言语从她身上倾泻而出。而现在，就在这里，情况似乎是[稍早被 Jim 实体提到的]断线了。用这样的方式，幽默同样被表达出来并被这个团队分享，而通过这种方式 幽默也带来了某种形式的合一。

而同时，这个实体有一点点不安，因为虽然她继续说话并表述我们的概念，她感觉她仍在与我们的能量斗争，她感觉她并没有表达出我们想望去传递的观念。然而我们希望她确信她现在正非常清楚地说出了我们的信息，就在此刻。

现在，对于这个器皿觉得无法相当好地理解在信息中 我们尝试去传递的要点所在，我们觉得最好允许她解除这种不安，因此我们将暂时从这个器皿身上解除我们的能量。虽然我们在过去曾经将我们的球，可以说是，扔到了中间，我们现在将不会这么做了，我们会用一种迂回的方式将它传递给圈子里的下一个器皿。因此，我们希望将我们的能量传递给叫做 M 的器皿。我们是 Laitos。

（M 传讯）

我们是 Laitos。通过这个器皿，我们想要将幽默描绘为一种恢复性的力量。如果你愿意的话，想像你自己在一个球体中。你是一个无限小的点位于正中心处。

在你们第三密度的幻象中经常发生的情况是 你从这个点向着你认为合适的任何的方向延伸你的能量。第三密度是选择的密度。从这个有利位置，你拥有无限数量的[你可以做出的]选择。但是做出一个选择就会有一个代价。

如果你愿意，想像从这个球体的中心延伸出来一条跟随着你的细绳。当你选择了一条道路去探索时，细绳就被附着在你身上了。

幽默经常会让你再一次回到中心。它带着你回到你的球体的中心。幽默是一种让你接地，让你重置你在你的道路上也许被弄得太严肃的事物的方法。记住这点是重要的: 小我的一个正字标记是感觉自我很重要。除非我们尝试不同的道路，要沉浸在幻象中是很容易的事。时常地，在幽默中我们会找到一种回到中心的方式，这样我们就可以带着在我们的旅程开始时所拥有的生命力再一次跳出来。这是一种收回我们已经耗费的能量并重新开始的方法。

从球体中心的观点上看，那些你发觉好笑的事情 和你们星球上的人们发觉幽默的事情 实际上 常常是将你与其他人分隔开的事情。在我们的有利位置，我们可以看到全球。我们能看到，实际上，一切都是好的。因此，虽然我们的幽默的标签有时可能是不一样的，我们实际上的确分享了那个事实，那就是幽默对于我们同样是一种恢复性的力量。

我们现在想利用这个机会将我们的通讯传递给叫做 T1 的实体。

（T1 传讯）

我们是 Laitos，我们与这个器皿在一起，我们已经和他在一起有一段时间了。因为当叫做 M 的实体开始说出我们的概念时，同时我们给了这个器皿一个他已经在人生中看过的景象。在你们的剧场的场景中，你们有司空见惯的喜剧和悲剧的面具，这些面具是你们所有人都知道的。在这个你们在其中生活和移动的戏剧的场景中，你们学习，你们成长，你们同时穿越了所有的喜剧和悲剧的体验。在其中有你们的课程。在其中有你们的机会。在其中有平衡，这平衡将帮助你从你的低处移动到高处并再次返回到中间位置。因为这就是平衡。

L/L <wbr>Research <wbr>幽默的价值

Seinfeld (主角半身照)

你们具有那种幽默的天性的伟大的剧作家和那些艺术家在[你们称为的]「古时候」就已经用许多方式谈过这些事了，它们也出现在你们今天的电影和情境喜剧中。我们想起你们最近一直上演的一出特定的喜剧剧集，一个名为「宋飞」(Seinfeld)的人的喜剧*。看看那些无意义的事情是如何被 宋飞制造成喜剧吧。这部剧集给很多人带来了快乐。它给与了疲倦的头脑一个平静和休息的时刻。

(* 编注: 又名 欢乐单身派对或宋飞正传)

那些深深地寻求同时被他们的寻求所困扰的人，因为他们如此勤奋地寻求，他们同样必须用一种消遣和轻松的气氛来平衡。当一个人正在观看棋桌上的两位大师的时候，从棋桌向后退是有益的。从那个有利位置你会易于同时看到两边、看到各种机会和可能的行动，比起被卷入棋局的那些人，从那个位置看起来会更加的清晰。

这仅仅是一个你采用的远景，它没有压力。喜剧在你们的生活和我们的生活中有一个非常重要的位置。造物者就是一切。在造物者中有着从阿尔法到欧米茄，从喜剧到悲剧以及在两者之间的所有事物。

我们现在将这个通讯转移到叫做 T2 的实体上，我们是 Laitos。

（T2 传讯）

我们是 Laitos。在另一个方面，当造物者用各种各样的形式与面向出现时，从他的存在性的更加集中性的面向到他外在的能量、物质和形式的领域的存在性，幽默的较高形式也可以被认为是造物者的一种显化或表达。当他在这些各种的表达中显化以便于对能量和物质的各种形式与层面的途径进行协调时，他表达或体验了一条学习的曲线，这种学习的曲线是一种新的现象，可以说，在造物者更集中化的显化之中，这是某种不可能发生的事情。

当他注视着这种协调作用时，表面上也许会有一种不完美的感觉，或者看起来似乎是支离破碎的而缺乏一致性。但是从更集中化的观点来看，它仅仅是合一的另一种反映途径，但还带有一种更深入的觉察— 造物者就是所有的单一显化。

作为造物者的一个更为外部性的显化，当个体的意识将事件或者情境看作将会唤起幽默的事物时，他就有机会去看到同一的可能性和在造物之中心确实存在的合一。

我们是 Laitos。我们现在将这个通讯传递给叫做 S 的实体上。

（S 传讯）

我们是 Laitos，我现在与这个器皿在一起。到目前为止，我们已经强调了幽默可以用很多种方式来看待，并且幽默有很多功能和面向。

幽默提供远景(观点)。
幽默提供治疗。

有一些事物也许被视为悲剧性的事物，还有一些事物也许被视为 具有一种更可接受的配置并因此被视为喜剧性的事物，在两者之间，幽默提供了一座桥梁。

幽默同样可以从一种稍微更加深入的观点被视为，容我们说，造物本身的一种基础特色。

就这一点而言，它显示出了造物的一个我们称之为悖论的特性。在我们回到造物者之心的漫长的旅程的许多个阶段上，一个人会用很多种方式体验这种悖论。例如，一个人会将其作为意图和结果上的一种不匹配而体验到它。一个人正在沿着道路行走的时候在一个香蕉皮上滑到了。从特定的视角上，这可以被视为是幽默

的。现在，总是会有一些经历，从一个特定的视角来看，它们可以被认为是有趣的，而从另一个视角来看，它们会被视为是一点都不有趣的。一个在香蕉皮上滑倒屁股重重地跌在地上的人，他也许不会感到这有什么有趣的，直到在这个时间之后进行回顾的时候，才能想起自己的那个多少有些滑稽的姿势的一副图像，在那个时候他将会发现能够暗暗取笑一下自己，这是一个有疗愈作用的经验。

然而，我们想要对你们说的是，幽默的正确的使用需要某种敏感性。在另一个人无法看到幽默的一个情境中提供幽默并非总会产生治愈或减轻另一个人的负担的效果。另一个人可能感到被轻蔑；他可能感到他没有能力加入到快乐中，而这件事本身就好像一个审判施加在他身上或以某种其他方式沉重地压在他身上 [当他寻求找到他的道路的时候]。

因此，幽默的正确使用肯定永远都是一件微妙的事。对一个人感觉到他自己处于其中的情境采用某种比例关系，这是好的，对于造物终究有非常热切的一面的这个事实保持敏感，这是很好的，而那些具备有限智能并奋力尝试去找到他们的道路返回到自己的无限源头的人们，要从他们当前占据的那个非常有限的位置上找到那条路，他们的确会遭受责难[如果你愿意这么说]，而这绝对不是某种可以被取笑的事情。

当幽默可以被分享的时候，乐趣就会发生了。因为幽默最首要的关键就是一种分享的经验，尤其是对于在地球上服务他人的那些人。黑色笑话、当面大声哄笑，可以说，这些不是走在服务他人的道路上的实体会赞同的事。

幽默是一个分享的事件。作为一个分享的事件，经过精炼以后，它真的可以作为一种重要而关键的功能：照亮寻求者的道途。

在这个位置我们将通讯提供给叫做 R 的实体。我们是 Laitos。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们在爱与光中 向这个器皿致意，我们给出了一幅图像：一头鹿被车头灯困住了。我们发现这个器皿一片空白。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起，通过这个器皿 我们在爱与光中向各位致意。好吧，我们转到那堆煎饼的图像，我们继续凝视这个概念— 在灵性寻求者的生活和(通灵)管道的生活中笑与幽默所占的席位；在那个概念上，你形而上的食物是有你生命中的各种各样的情境和那些情境为你创造出的议题而组成的，你查看那些情境和议题并从中选择你的回应。在任何实体的生命中经常会有一堆情境，这些情境通常不是特别地美味。煎饼是由浓缩的面粉制成的，它拥有对你有益的维他命。也许添加了一些会帮助你消化的麸皮。但是，面粉是干的，即使面粉被准备得很好，在那些面糊尚未煮熟的地方没有任何中间沾湿部分，这煎饼尝起来是干的。

假设你的工作的情境有一些让你困扰的元素。在盘子里有一个煎饼，它也许是热的，也许是有营养的，但是它不会如此容易地被吃下去。

也许下一个在煎饼堆上的煎饼是一个你已经与之工作很多年的个人问题。也许你发现自己一而再 再而三地努力控制你的脾气。也许，一而再 再而三地，你发现

自己习惯性地掉入一种考虑自己哪里也去不了的模式中，而非带来任何纯正的新信息。它是一个沉重的煎饼。它落在工作情境的煎饼的顶上。

接下来，第三个煎饼掉下来了，再一次，它给你带来礼物，营养以及帮助消化。但是，这个煎饼，同样 也许是一个与另一个实体之间的人际关系的煎饼，它有其麻烦的方面它在嘴里是干的，枯燥无味的。嚼呀 嚼呀 嚼，你仍旧觉得无法轻易地吞下它。这些在你的生活中堆积起来的情境，因为它们对于胃肠是如此难以消化，它们超出其恰当的位置比例了。

然后 放上能让煎饼变甜和变湿润的奶油，接下来是放在奶油顶部的糖浆，也许还有一点鲜奶油。这些就是嘲笑自我、看到你的情境的讽刺性 并唤起更广阔的视野的方法了，于是突然间煎饼变得非常容易下咽了。这形而上的一餐消化起来就会容易得多了，而笑声更进一步地帮助消化。

有两种能够冲破紧绷情绪的堤坝的治疗性能量：眼泪和笑声。当它们没有包含慈悲的礼物时，两者都可以是有毒的。但是当它们包含了慈悲时，它们都可以成为「基列的乳香」，那种慈悲是愿意带着一种轻快的步态和对观点敏锐的耳朵而穿越各个情境、关系、问题。

当泪水被允许流下从而冲破了紧握不放的痛苦堤坝时，它们预示了一种对情境的软化，并创造了从痛苦释放的可能性，因此，泪水可以成为一种重启按钮，它会让一个哭泣的人恢复到一个更加广泛更加宽阔的观点，在其中事物不会看起来那么差了，在其中那引起痛苦的局部性暴风雨之外的广大的区域就可以被看到了。

类似地，取笑自我并有时候取笑[一般而言的]世界及其荒谬，这同等地是一种治

疗、增强、授予力量以释放被卡住的情感，并将一个会笑的人恢复到正常状态的预设配置以及他对世界和自我的正常观点法。

在灵性上很容易变得停滞和卡住，那会有无数个理由。但是，对于那些紧绷的情感有一个通用的解决方案，那就是运用笑声和乐意去唤起幽默之神以便于那个重置按钮可以被按下。接着，转变为经验的催化剂的食物就可以被处理，膳食现在就可以做好了，于是，内在的存有，为了吃这个食物而进入肉身的灵魂，就可以消化那一餐并进行一次恢复健康的散步，穿过大自然的美丽小径，看看那些比人类更伟大事物天空，风，树叶之美。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

当该练习帮助灵魂 使其能够更深地呼吸时，一种平安的感觉就降临了。胃口已经获得满足。磨坊里的谷物已经被加工。直到下一堆情境的煎饼放到盘子上给能量体享用之前的一段时间中，只有灵魂、美好和太一无限造物者。

我们现在将这个通讯转移到叫做 Jim 的实体上。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）

我是 Laitos，我们通过这个器皿在爱与光中向各位致意。现在请问对于我们谈到的这个主题或这个周末中的任何其他主题有任何询问吗？

L：你们在幽默的主题上讲说得非常好。笑是幽默概念的一种具体显化。然而，

对于好比给一个小孩挠痒产生的笑声，它不一定源自于幽默，那又是怎样的呢？

我是 Laitos，我们觉察你的询问，我的姐妹。一般而言，笑可以被视为实体用来释放一定额度的，容我们说，多少让人有些难受的压力和被压抑之情感的方式。

在很多的情况中，如果被挠痒的小孩是足够年幼的，他会单纯地用笑来表达被另一个实体触碰的快乐。然而，通过挠痒释放笑的过程，当它在若干年后发生在较年长的实体身上时，它同样可以反映在物理身体中特定的位置储存的紧张，而挠痒的现象允许这种压力释放。

回应你会称为幽默笑话的笑声同样可以减轻并释放一定额度的精神上或心理上的不安，它们可能被储藏在心智复合体中的特定配置。笑的能力，释放任何类型的压力或紧张的能力，可以被视为一种非常有帮助和有益健康的能力。因为它让心/身/灵复合体清除了此类的纠结并允许太一造物者的智能能量用一种不受限制的方式通过该心/身/灵复合体。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

L：这种幽默和笑能移除每一个脉轮的阻塞吗，或者 它也许是专注于一个特定的脉轮？

我们是 Laitos，我们觉察你的询问，我的姐妹。有各种各样的脉轮或能量中心涉及不同类型的，容我们说，幽默或对精神上或心理复合体的纠结的释放。然而，精确地找到涉及的具体能量中心会允许该实体在那个中心上进行一种有意识的工作，接下来就有希望允许一种通过那个中心的更加平衡的能量表达，对于一种特

定类型的幽默的笑就是在暗示工作可以在那里被完成，而实际的笑声，那么，就是在显示出一条路而非达成完全的释放。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

L：没有了。谢谢你们。

我们是 Laitos，我们感谢你，我的姐妹。现在有另一个询问吗？
（暂停）

我们是 Laitos，看起来我们已经耗尽这一次的询问了。我们再一次感谢你们允许我们通过每一个新的器皿说话。能这样做是我们极大的快乐和荣幸。我们称许每一位已经完成的进度，正如你们会说的，我们期待一个未来的机会来使用每一个新的器皿。

现在 我们将离开这个器皿。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。
Adonai，我的朋友。
Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.
(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 1806 章集：培养渴望**

Copyright © 2009 L/L Research

Session 5 - Channeling Circle 12

2008 年十一月 2 日

团队问题：（由 Jim 朗读）今天我们的问题是关于我们如何才能培养一种渴望：成为一个寻求者并有所服务。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。这个器皿以无条件爱之名来进行挑战，而无条件之爱是在我们的密度中 与我们的心最亲近且最珍爱的概念。这些能量对我们来说是很合适的。

我们很高兴在此刻被你们的寻求圈所呼唤，因为就好像你们希望去服务一样，我们也希望为你们服务。在这个团队中的每个人和你们所有人一起奉献于服务的强度是非常巨大的。容我们说，这造就了一个极佳的力量源头。它补充了我们的能量并让我们的言语对你们每一位都更加强烈，更加深刻。

一如既往，我们希望提供我们拥有的服务，而我们同样希望这个服务是属于完整的服务。在你自己寻求的道路上，请不要允许我们所说的任何事情阻碍了你。

今天向我们提出的问题是关于培养渴望，对于我们这一次的教导的目的而言，「培养」这个词语是一个非常合适的词语。

种子被种到土地里，而种子可能不会生长。不管农夫多么强烈地希望种子生长，

种子仅仅在它高兴的时候才会生长。当种子在土壤里被给与合适的营养，被辛勤地浇灌并被一个关心的农夫照料时，种子就会被鼓励去生长。如果这个种子被保护起来，被包裹在一个坚硬的外壳中 内在的胚芽能停留上千年，当它做好准备去生长的时刻，它将会生长。不用着急，因为胚芽会一直在种子的外壳中保持新鲜并一直被保护着。

在地平线上，太阳开始升起。东方的白光开始越来越多地被眼睛看到。首先是天空，从它黑色的状态，开始成熟并变成一种非常柔和的颜色，那是一种几乎极细微的 非常深的靛蓝色。它变亮成为一种稍微有点蓝的颜色，并进一步变为橙色。而太阳尚未升到地平线之上。但一个人可以感觉到它就在地球的弧度之下。

当太阳位于它最后被看见之前的可能的位置时，有一种突然的转换。如果一个人接受了足够的祝福 以致于可以看到一次日出，你就会知道有一个时刻，那时没有太阳，接着，突然地，就好像一场爆炸，太阳出现在原来没有太阳的地方，在地平线上的一瞥。我们会说这就象是渴望。

渴望在你们地球的地平线之下休息，它不用出现就可以显露它的信号，当它准备好的时候，它就会突然出现。

寻求者对此几乎无能为力。当它要来的时候，它就会来。你无法鼓励太阳的升起，就好像你不能将它推回地平线之下一样。伴随着太阳，渴望将会划过天空，它会到达最高点，接着它将再一次下降。它可能会消失一段时间，寻求者可能会觉得:「我已经失去了我的渴望了」，但是，我们向你们保证 太阳依旧存在。仅仅因为，我的朋友，你无法看到它，它还是在那儿。

正如这个团体在这个周末期间已经提到的一样，就好像行家周期[1]带有一个正弦的波峰、一个正弦的波谷以及平衡，渴望同样有一个周期。渴望将会如同太阳一般 再一次回来。

这个休息的时期对于寻求者是非常必要的。这不是某种要被轻视 或者会带来悲哀的事情。它就好像呼吸。为了重新吸入，必须呼出气息。如果我们可以再次使用一个类比，就好像这个器皿喜欢做的一样，我们会说，它就像斧子对树的打击。

如果一个人将斧子的刀锋紧贴着树并用一个人全部的气力推这棵树，要砍倒一棵树是困难得多的。更有效率的方法是向后挥动刀锋，在此之前 刀锋不会与树木有任何接触，接着向前挥动并用力击打在这颗树上。

这样，当那个渴望有了一段休息的时间，接着它就可以向前挥舞进入存在中，它也会变得更加有效。如果你愿意这么说的话，在砍倒一棵树方面 它是有效率许多的。

我们现在希望将我们的能量传递给团队中的其他人。我们觉得，就好像叫做 T 的实体建议的，将我们的「球」，正如它被称呼的一样，放置在这个圈子的中心，这对于新管道的学习经验是非常合适并且有帮助。

你们的直觉将会知道什么时候去发言。你们将会感觉到我们的能量。我们会按压在你们身上，如同太阳突然间按压在地平线上一样，你们将产生光。

我们是 Laitos。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起了。我们在这个器皿的头脑中发现了一种奇怪的缺乏言语(现象)。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起了。我们感谢叫做 R 的实体感觉我们的能量并将我们的光传递给圈子。你是这个圈子的一块有价值的电池。你在通灵中的价值比你仅仅用言语能表达出的要大得多。我们想再一次将我们的能量传递给圈子里的另一个人。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos，我现在与这个器皿在一起。我们发现当生命体验本身在清晰度和复杂度方面成长时，寻求的渴望多少会变得更复杂了，因此一个人在他的生命中会有一些面向或方面，在其中他可能会注意到渴望似乎以一种明亮而鲜活的方式运作，而在一个人生命中的其他区域，发现渴望变得模糊而沉寂了。

我们认为这是事物的一个正常状态，虽然作为这种配置的一个结果 气馁可能会出现，但它无需被当作一种气馁的源头。一个人会用一种特殊的方式发现，渴望在一些情况下会看起来与其自身是不一致的，当一个人渴望时，在一个特定区域的那个渴望应该比它现在看起来的更加成熟或更加活跃。

当这些体验被经历时，我们会建议耐心，因为如我们已经说过的一样，每一个人都有他的季节，一个人必须等待所有已经被种在不同花床中的种子发芽。然而，已经说过这点，我们愿多说一些事情。

因为成长的季节是当太阳在它的顶点处于旺盛的时期。而太阳会有缺席的时候。如你们所称的昼夜循环，在一天的循环中有一些时刻，在那些时刻里太阳进入地平线之下，黑暗占据优势。在你们季节的循环中有一个时刻，太阳在那时漂流到你们星球的南面部分，更冷的气温占据优势了，它对成长是不利的。

在这些时期，仍旧有工作是可以被完成的，容我们说，收拾整理房屋的工作，这样，当春天再一次处于繁荣时，当循环会开始支持叶片的生长并支持花与树叶的繁茂时，在那些机会中，这些力量将发现它们的道路是畅通无阻的，实际上，它们甚至会被园丁优雅的手所鼓舞。

因此，我们会建议每一个人都可以成为自己的园丁，当你们每个人都真的努力成为彼此的园丁时，你们都可以在找到你们的道路的过程中彼此鼓励。

我是 Laitos，我们现在将球传回这个寻求圈的中心。

（T1 传讯）

我们是 Laitos。服务的渴望，寻求的渴望，任何对寻求者有真实意义的深入渴望，它与神圣之生命的血液是非常相似的，当渴望沿着实体的能量道路通过时，它是位于内在心的中心处。就好像流过物理载具的静脉和动脉的血液根据心脏的跳动的起伏涨落一样，渴望的这种动态流动会一样地起伏涨落。这个循环取决于

诸如这个渴望所遇到的外部环境的条件之类的因素。

它也受到寻求者的心中升起的其他渴望之制约，这些渴望会被加到正在被体验的主要渴望上。而较新的渴望也可能会是某种与主要的渴望的体验平行发展而没有互动的事物。从寻求者的心中同样可能会有深入的渴望升起，这些渴望至少的确看上去似乎与主要的渴望对立，有时候 甚至与那个主要的渴望截然不同，完全相反。

当这些渴望从一个人的存在性的中心出发时，就是对这些各种各样的渴望的排序，同样将它们与各种各样外部条件与力量的并列起来，这经常会增强或延迟这些渴望的自然起伏与流动。

为了增强渴望的强度，有很多的途径或方法去聚焦于或将注意力集中在被选择去追寻的渴望上，这样它就可以取得它圆满的成果。但是，如果寻求者下定决心这就是他真实的渴望的，并设置意愿去实现这个渴望，去找到增强渴望的强度的方法有时是必需的，这样一个人所拥有的任何真实渴望就一直可以达成它的目的了。

同时，在一个人的发展中一个位置，他会有一些其他的渴望，它们对该实体是真正核心的。从那个实体的核心与实质中，经过外在幻象的世界中的体验过程，这些渴望就会开始被调整，重新调整，或者当那个人成长超越其发展中的一个确定阶段时，这些渴望会被完全地留在后面。

这对于深邃自我同样是高度适合与可接受的，因此当渴望减轻而一个人寻求去重获那个渴望的火焰与热情时，这个任务会由这个渴望是否仍然是一个真实渴望，

这个渴望对于那个人现在所处的特定阶段是否合适，或这个渴望是否对一个人更进阶的存在性与灵感正逐渐变得不重要而决定。

我们是 Laitos。我们现在将这个通讯转移到这个圈子的中心。

（T2 传讯）

我们是 Laitos，我们通过这个器皿发言。这个器皿已经被给予了一些图像和第一个想法，就好像它在过去已经被给与的一样。

造物者有过一个渴望。他曾经渴望去知晓他自己。他现在仍旧渴望认识他自己。他创造了这样的渴望 这样他就能够通过很多的形式并用很多的方式来体验他自己。你们的渴望与我们的渴望都不过是造物者通过这些很多的面向和他自己很多的部分被显化出来的渴望。

渴望可以被聆听，可以被追寻，可以背离。这是你的自由意志。造物者已经赋予你机会去通过你的个体性来表达他的渴望，你是能够这样做的，或者你也可以休息，如同今天(我们)在这里用不同的形式给出的建议一样。

你可以留在保护壳中。你可以转向一日间的黑夜，你可以休息。因为在你们的圣经中说过造物主在第七天休息。你有权利去体验造物主的成就。

你会在这些田野中玩耍吗？你会转向并倾向于那升起的太阳和那在你内在构建并涌现的渴望。或者 你会转向恐惧、疑虑并走开，变得自满而停滞？你会辉煌地活出一次生命吗？你会过一种充满了生命与爱的兴奋的生活吗？

或者你会留在睡梦中？

那已经作为一个选择被赋予你。你的寻求将会出现。无论造物者通过你用什么形式来寻求，在他的时刻，在渴望的时刻，当一切都合适时，你的渴望将会出现。

当光的细微的迹象出现时，当一天从黎明首先开始时，我们鼓励你们向着东方看。

当光开始成长并开始在你内在构建兴奋时，我们鼓励你们跟随那光的细微迹象。

我们鼓励你们向着那个方向移动。

这是第二密度的存有的本性，植物朝着光移动，向着光生长。它们不愿意被遮蔽而离开光。它们不愿意被藏在一个藤蔓之下。它们在天父、造物者的荣耀中而狂喜。因为这是造物。这是你的喜悦。这是造物者的喜悦。

我们是 Laitos，我们现在离开这个器皿。球再一次回到你们所有人中间了。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们在爱与光中通过这个器皿再一次向你们致意。

如我们已经说过的一样，你们作为存在的真正本性是充满渴望的。在你的本性的菁华中 它是与生俱来的。进一步地，你是具备[曾被称为]宗教性脉冲的受造物，

无论你可能睡得多深，你都不会穿越人生而不将自我与一个假定的造物者联系起来，即使那种关系在智力上已经被决定是无、零或有限的。

在你们的星球上的每一个文化都为它自己创造了一个造物者和一个造物的故事。

历经数千年，这些激起心灵和想象力并鼓舞朝向宗教或灵性的沉思的脉冲的故事，讲故事的人已经发现了与之关联的好处了。

在每一次的转世中 都会在灵性层面上遇到相对不活跃与睡眠的时期，的确如此。

就你所希望的范围，当你发现你自己正如诗人曾经说过的一样地「暗淡而苍白地游荡」[2] 的时候，拾起你寻求太一无限造物者的面容的渴望节拍吧。前方的道路是那增加你的体验崇拜的机会的道路。这个器皿经常重复来自圣经的《诗篇》的文字:

我的灵魂羡慕 渴想进入上主的院宇。[3]

喔 来尝尝主恩的滋味，便知道他是何等美善。信靠他的人有福了。[4]

虔诚也可以通过太一无限造物者的临在练习而被培养。虔诚的习惯可以被培养。

你可以选择拥有一个规律的礼拜时间。你可以选择去点燃一根蜡烛并凝视那摇摆和闪烁之光的神秘，一直在移动，却永远保持不变，一直向上探寻，它的火焰盘旋着升入诸天。

有很多的方式去练习和培养那与生俱来的、可信赖的 和一直存在的寻求造物者的渴望。这些渴望作为一个自由选择的问题而向你开放。我们并不建议你鞭打自己以致于发狂。但是我们确实建议，就好像肥料会为种子创造一个更有希望的环境一样，寻求者的环境也是一样，那在其中生长着爱与赞美、喜悦与感恩的种子的泥土，这泥土是可以被施肥的— 透过虔诚和单纯地记起你是谁、为什么你在这里。

当你感觉 不再希望在灵性道路的边缘上闲逛 而希望在国王之大道上前进的时候，找到各种方法去提升你对爱的纪念的专注吧。你就是爱。你周围的一切都是爱的显化，那爱会带着装饰品的无限层次让你知晓并充满你对自我的察知。

我们现在要为一些询问提供机会，但不是通过这个器皿。我们宁可再一次将球放到，容我们说，圈子的中心 以便于它可以被一个新的管道抓住到并接受。

我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Laitos。

G：Laitos，我有一些我想要提供的事物，并请你们对我的陈述进行评论，同时由于我具有的特征，它将是冗长的。

聆听在这个房间里被传讯的内容，我同意实体的确是受到各种各样的周期的影响宇宙的周期，行星的周期，社会的周期，自然的周期，以及内在自我的许多周期，包括那些能量的周期，渴望的，情绪的，混淆的，生长与衰退等等的周期。如果实体要成为平衡的，这些周期的确应该被尊敬和尊重。

一个尝试去用不睡觉来规避睡眠与清醒的自然的和必须的日夜循环的人，他会被认为是灵性上不成熟的。然而，从它的最真实的定义上，我不认为它是一个会等待灵性的演化发生在它身上的人。

相反，照我来看，该实体一直处于一个位置上：选择有意识地去寻求，有意识地去坚持用一种坚决的方式去知晓并接纳自我，无论内在和外在的环境，无论太阳是否照耀或黑夜是否主宰，无论自我的内在是夏天还是冬天。

再一次，如果这个实体希望有技巧地发展，周期的体验总是应该被纳入考虑，但是，同时，依照我的看法，对于有意识的意愿和决心，力量总是可得的。

我不是说 要强迫自己去它不想去的地方。我是说 如同船长一样地 用显意识的自我的合适角色与功能 来使用有意识的自我。船长的船只的确会被一次暴风雨所阻止。船长可能会因为船员的暴动而陷入麻烦。船长可能会被迫等待一艘适合远洋的有价值的船舰的建造。有许许多多的事情可以阻碍船长到达他的目的地。

尽管如此，船长会始终聚焦于设置一个达到他的目的地的意愿并让那个意愿的显化如它所愿地展开。我请你们给予任何的评论。

（S 传讯）

我们是 Laitos，我们通过这个器皿发言，我们会大胆地提出一个小小的评论。

我们首先会说，我们赞扬这个陈述和在其中 G 实体对此的确信，因为在寻求中被称之为「意志」的事物的作用上，G 已经非常有说服力地就发表了意见。

不错，在我们之前的说明中我们的确已经含蓄地，在某种程度上是更加明确地提出了这个概念，我们甚至对它给予鼓励。因为，这就是我们所鼓励的事物，我的朋友，但那个在你的内在借助于做出选择的过程，可以说 就是你可以寻求去借助于驾驶船的过程。

今天摆在我们面前的问题与渴望有关，然而，这个问题却证明了那个过程的一个至关重要的部分，通过它 意志寻求满足它自己。

这个器皿用它自己为我们举了一个例子，它允许我们使用它生命的经验以便于举例证明在被称之为意志的机能和被称之为渴望的机能之间的关系上 创造某种鲜明对比的一种可能性。

我们可以说在你们的脉轮系统中，意志是一种机能，在某种程度上，它会从上方吸引它的资源，然而，渴望是一种机能、或能力、或条件，在其中一个人会体验到能量被从下方提升起来，在那种能量中 能力可以被塑造，或被配置，或被指向一个特定的途径，这样它就会与寻求者产生一种主观上的共鸣。

我们给了这个器皿一个倔强孩子的图像，它一直被一个固执的母亲催促并用手拖拽着。这是可能发生的。正如这个器皿提供它自己作为例子一样，有时候就是如此发生的，那个固执的母亲有一个非常坚定的意愿，她拉着这个孩子，比这个小孩觉得合适的被拉动的力量更加用力。因此，这个孩子作为回应，它会缓慢而费力地向前走，并用它的姿态让母亲知道，可以说，就好像在它的前进中上有一个拖累或一个负担一样。

在一个倔强的渴望和一个固执的意愿之间的关系有时候就是这样被体验的。

这点可以被体验到 说明寻求的两个维度并不总是完全和谐或协调一致的。因此，我们会请每一个人都对意志的本性与渴望的本性之间的关联进行考虑。

当一个人向太一造物者祈求:「你的意志和我的意志是同一的」，它已经无需谈到渴望，除了含蓄地谈到之外。就好像我们之前已经说过的一样，一个人在种植一颗种子。那个工作总是被良好地完成。

我们鼓励每个人在发展渴望中 仔细地考虑意志的功能。因为渴望会采用很多的形式与需要，而渴望本身会受制于鉴别力的种类，这种鉴别力就是意志能够发挥的机能。

我们发现被知晓为 G 的实体同时拥有一个非常强烈的寻求渴望和我们会称之为一种迅速增长的意志。这是一个好的配置。然而，在灵性发展的进程中，将会有些时候，每一个人都会发现意志和渴望也许并不像一个人可能希望的一样 是和谐一致的。我们的言语就是针对那种情况。

我们是 Laitos，我们再一次将让球回到圈子的中心。

（M 传讯）

我是 Laitos。我们现在感觉提醒渴望会时常引起渴望，这是有必要的。在很多情况下，寻求者的道路可以被比作钻石的道路，在那条道路上一个渴望去发现某个珍贵事物的寻求者会挖隧道进入地球并寻找这类被称之为钻石的石头。

在这样的情况下，钻石的存在是之前并不知道的，但是勘探会找到这个钻石。钻石被找到了，而那个找到钻石的人并不知道他会发现什么，但是他知道挖隧道的过程是必须的。那个寻求钻石的人就是你的造物者，而你，我的朋友，就是钻石，你被时间和压力锻造而成为了某个美丽的东西。

然而，当你出生时，你仍旧是处于自然状态的。你仍旧是未被加工的。就是通过与你的造物者亲密交谈的过程，你发现了那些将为你带来你独一无二的光辉的面向。就是在你与造物者和你周围的其他钻石的亲密交往中，你发现了渴望。然而，没有两个钻石是完全一样的。光辉被显示出来的途径取决于你在与造物者以及你周围的那些人的交流中所获得的面向。

你可能会在一天发现你拥有一个光辉的配置，将光反射回其他人的方式的配置，而在其他的日子 你会发现一个不同的配置。就好像在这个圈子里的很多人已经说过的一样，有很多决定这一点的因素。但是，在钻石与造物者交流的部分，这总是一个坚定的渴望，从那里你能够获得你最真实与最伟大的配置。

聚焦与并发现那个引起你的渴望的事物，这时常是必要的。例如在这个团体中，很多人感觉到 当他们在这个团体中 被其他人围绕的时候 他们会反射出最多的光。

就好像经过了很多很多的万古岁月之后，钻石的形态会退化回它的起源形态，一种碳源，你们也是一样。但是，就是在你们的时间中，你们会在那里发现你的光辉的配置，你将最灿烂地闪耀出来。因此，我们鼓励你们所有人，当你还是一颗钻石的时候去找到你们的配置，并反射你用最大的能力能够反射的光，在你与周

围的其他的钻石的亲密交流中这样做，而那就是会创造你的事物了。

你的礼物将是你自己的造物。这就是你如何能够成为你自己这艘船的船长，指导那流动、意图，并打磨你的意志。

我们是 Laitos，我们现在将我们的球放回这个团体的中心。

S：发现我现在到了发问者的位置，我想请问 Laitos 是否想要建议一种方式 我们可以用来将我们的渴望与无限造物者的渴望对齐呢？

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们觉察你的询问。我们会说，那个渴望就是在其最纯净的形态上的渴望了。在你们最基本的形态中，你们每个人都渴望去将你的渴望与造物者的渴望对齐。在这个渴望中，容我们说，有对于渴望的主要河流的支流。你使用你的意志去滑动你的独木舟 顺着这些渴望的支流向下，这些渴望的支流将流入主要的渴望的河流并返回造物者的大海。这即是渴望本身的菁华了。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

S：不用了，非常感谢你们，那是有帮助的。

（L 传讯）

感谢你的询问。请问这个圈子有另一个询问吗？

G：Laitos，这将是混乱的，因为我并没有把它写下来。当我没有写下问题的时候，我就没有什么条理。

首先我想要说感谢你们对我最初的问题的回答。意识到意志与渴望之间的区别以及那两个机能或者组件是如何可能会有不协调一致的关系，这是具有极大澄清性质的。

我们往回谈一下通过 S 实体提出的那个类比，在那里意愿被比作一个固执的父母，而不协调一致的渴望被比作一个倔强的小孩，我会假设在那两个不协调一致的实体之间创造和谐的最有效的方法之一 不是通过对意志的固执使用，而是相反通过对意志不折不扣地重复，不是单纯地重复意志，而是钟爱地重复意志，富于同情心地重复意志，温和地重复意志，通过那种重复，在类比中 代表渴望的孩子，会逐渐地释放它的抵抗和挣扎，并看见跟随父母的方向的意义。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们觉察你的询问。有两种方式让意志可以用来向渴望施加作用。意志可以用一种压力的模式对渴望施加作用，无论是用一种通过猛烈地试图指导渴望的猛拉方式，或者通过将一双温柔的手放在一个坚定却稳定的方向上。

这两种方法都可以在一个非常有限的范围内控制渴望，但是，就好像我们之前已经表述过的一样，渴望将如其所愿地去行动。那个人的意志同样也可能会被暂时放在一边。如果母亲停止对孩子的猛拉，或者停止推着孩子去它并不想去的地方，转而聆听孩子，母亲这样做是好的，因为渴望可能会比意志更好地知晓。意

志试图去强迫渴望 而不去倾听渴望，这情况实在太多了。

允许渴望有一段时间将意志往回拉。这将允许玩耍的绳索上有些松弛，如果有了一个暂时的休息、一种重新设置和在两种力量之间的一种理解，对于意志将是更有效的。一致地工作，而不是相互对立，更多的工作就可以被完成。于是将会有更多的工作被执行。

我们会建议那些寻求者不要对于意志进行过多的强调，同样地也不要过多地强调渴望。一个并不对另一个拥有权威，但是它们必须学会一致性地工作，就好像两个舞者一样。在两个舞者中，不会有一个强迫另一个跟着他的步伐，但是一个人会领舞，一个人会跟随，那个跟随的人在其他的时候同样也会领舞。

这回答了你的询问吗，我的兄弟?

G：这是相当有道理的。谢谢你们，Laitos。我想你们谈到的内容在某种程度上被塔罗牌的「选择」*阐明，在那张塔罗牌的图像中 男性必须选择他要如何联系其潜意识的自我。

（*译注：根据前后文的意思，G 实体指的应是塔罗第六号，情侣或两条路径，而不是选择; 2014 年三月，G 实体回函确认译者是对的）

我虽然想说明一点并维持那个观点 我不知道，它需要我的进一步的思考 但是我想起 Ra 说过，意志的重要性是再怎么强调也不为过的 [5]。谢谢你们。

（L 传讯）

我的兄弟，不用谢。这个圈子有另一个询问吗？

T1：我仅仅想感谢这个圈子里的每一位，为这次极佳的集会而感谢你们，Laitos。我同时想请求我们在现在结束这次集会。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们发觉你的愿望是可接受的。这个圈子的能量水平此刻是非常令人鼓舞的。它激发我们看到你们每一位在爱与友谊中亲密交流。我们看到这种爱有时候会被你们每一位带到圈子的外面。我们很高兴成为你们圈子的一员。我们感谢你们的问题 提供我们为你们服务的机会。

我们将在太一造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友，Adonai。

原注

[1]「行家的魔法和灵性的魔法的大门」的周期是在《一的法则》的第 61 场集会里被 Ra 群体讨论过的。他们将其描述为一个从你的出生日开始的 18 天周期性频率。他们说，这是第四个生物-韵律。其他三个生物-韵律循环是一个 23 天周期的身体循环，一个 33 天周期的心智循环，一个 28 天周期的情绪循环。所有这些循环都是从你的出生开动的。当这些循环中的两个或更多的循环通过它们的循环的正弦波中点时，一个人会在流畅地运行功能上遇到不寻常的困难。

[2] 这个词组来自约翰-济慈的一首诗，「无情的妖女」(La Belle Dame sans Merci)，摘录相关的段落如下:

她带我到了她精灵似的山洞，
又是落泪，又是悲叹，
我在那儿四处吻着，
她野性的，野性的眼。
我被她迷得睡着了，
呵，做了个惊心的噩梦。
我看见国王和王子，
也在那妖女的洞中。
还有无数的骑士，
都苍白得象是骷髅，
他们叫道:无情的妖女，
已把你做了俘囚!
在幽暗里，他们的瘪嘴，
大张着，预告着灾祸，
我一觉醒来，看见自己，
躺在这冰冷的山坡。
因此，我就留在这儿，
独自沮丧地游荡，
虽然湖中芦苇已枯，
也没有鸟儿歌唱。

[3] 诗篇 84:2

[4] 诗篇 34:8

[5] Ra，一的法则，第 52 场集会:「你们内在的意志机能是强有力的，如同共同造物者。你再怎么强调这机能的重要性也不为过。因此对于走在正面导向途径上的人而言，它必须被谨慎地使用，并被导向服务他人。」

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1807 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十七

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 17

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 3 月 23 日

（这次集会之前进行一段时间的调音和冥想）

我是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候你们每一个人。这个器皿请求我们暂停，因为录音设备正在定位。

（暂停）

我是 Q'uo。我们已经调整好麦克风，这样 更多不在现场的人就可以听清楚我们的夸夸其谈了。这个器皿说：“被写在风中不是原意。”

在你们呼唤我们来到你们的团体考虑的主题上，我们能够在其上停留一段时间，我们希望每一个人了解我们对此深切的感激，再次地，我们请你们将我们的想法视为是在不带有权威的情况下被给予的。你的辨识力将会告诉你 什么想法适合于你。请毫不犹豫地将其他的留在后面，因为对于那些在每一天都信任自己的耳

朵和内心，并将其作为当日智慧的人们，他们拥有一种充裕的指引。

我们一直在工作某种方法，寻求者可以在其中找到一些工具去理解前三个脉轮的情况，以及从智能无限到每一个表面上的阻碍或混淆的核心的路径。
我们一直在谈论着，仿佛寻求者藉由他自己的心理过程对以下事项负有完全的责任: 执行那些程序，找到转向心的注意力，体验心移动心到被阻塞的心能量的位置，释放那个阻塞并允许它重新符合螺旋向上的光线— 内在时间/空间的路径之显化融合所有的能量场为完整的灵，将它的束缚能量释放到无限的光，所有的能量就是从那儿来的。

然而，虽然寻求者要将自我的能量复合体之中的全部能量都带入和谐和最终的合一，他对于这样做的意志和渴望负有完全的责任，不过，寻求者仍拥有强有力且始终存在的帮助，他的资源包括活在信心中的一生。
无论歌曲、祈祷、或致谢或赞美 在看起来似乎是不合适的时候去赞美或致谢等工具是否被使用，或者 不论寻求者是否选择大范围的观想技术以便于更有效地允许能量移动的路径，这过程被给予一个人可能称之为的载波的东西，这载波创造了一种灵性重力或灵性质量，它会增强以上提到的工具和资源。
现在，信心中的一生可能看起来似乎是要求接纳在文化意义上被选为神圣的或被崇拜的个体，好比佛陀或耶稣之类的实体。这并非如此，因为诸如佛陀或耶稣基督之类的实体清楚说明并指出，他们正在谈及的不是自己，而是在谈及耶稣称之为天父或更亲密地称为爸爸的奥秘。这位天父/圣母-造物主已经送出每一位受启发和鼓舞人心的历史人物进入一个纷扰的世界中 去见证无限造物主的光与爱。
被认识为耶稣的实体说: “假如你听到我，你听到的不是我而是我的父亲透过我说话。”

信心中的一生既不是被构建在主观的或可证明的知识上，也不是必须藉由所谓的皈依经验而被构建起来的，在其中 一位实体被视为是一位具备人类形体的个人救主。在这个器皿身处其中的宗教变貌中，被知晓为耶稣基督的实体被赞扬为一位个人的救主。对于这个器皿而言，这就是道路，这就是生命，这就是个人的真理。每一位寻求者必须选择，不是对另一个人有用的真理，而是对自己有用的真理。

接下来，让我们前往到，当耶稣基督断定他已完成他的使命 离开地球层面的约定时间已经到达的时候。他的学生极力地反对这个计划，但是耶稣指出，除非他离开这一生，否则那能够进入世界舞台的每一个部分的灵是无法来到人们中间的。因此，即使一位个人的救星是被捡选的，恰恰就是那个救星要求寻求者超越这一个蒙福的肉身形式 而去寻求那个灵、那个安慰者、那个你们今天听到的音乐 它称之为的至圣所 以及被这个器皿知晓为圣灵的存在。
我们会建议这个词语— 指引。是的，每一个人必须负起责任去一次又一次地珍惜自己，学会去爱自己，就是那个自己，它第一次知道如何去爱邻人如己了。但那儿有安慰者，他进入每一个生命之中。永远有可得的指引。永远都有强化存在的意志和渴望的载波，在那丰盛的存在性中，那载波会在意识中移动，这样遭受痛苦的支离破碎的自我就被爱疗愈了。
在这个位置，我们想要将麦克风转给亚伦和被知晓为芭芭拉的管道。我们是Q'uo。

亚伦：我是亚伦。我以爱问候你们全体并且祝你们早安。我感谢我的兄弟/姐妹Q'uo 表达，感谢 Q'uo 带领我们进入这场对于信心的角色的探索，以允许内心持续开放。你们是光的存有，那是你的本质。甚至你们当中的那些在地球层面上是负面极性的人，他们仍在那道光中拥有他们的源头，他们最终将返回到那道光。

当心轮是开放时，你体验那道光。当你在那道光的体验中歇息时，无论在较低脉轮上必须的进行的工作可能是什么，这工作感觉是行得通的。无论可能会有什么样的议题，它们只是议题而已，它们不会是压倒性的。当心轮感觉是关闭时时于是你体验光的缺席，你感觉自己与你的灵性根源切断了连结。无论可能被聚焦在较低脉轮的个人主题会是什么，它们感觉是压倒性的，巨大的；仅仅只有你，这个自我，在与它打交道了。

你知道一棵植物在阳光下生长。甚至是一棵喜爱阴影的植物也必须有一些光。你不会拿一株植物，也许是一颗球茎植物，在最好的泥土中种下它，提供它所需的肥料，灌溉它，然后将它摆放在黑暗的橱柜中而期望它生长。然而你对自己这样做。你如何带自己离开那个橱柜呢？

首先，一个人必须知道他在橱柜中。“我正活在黑暗中。我已经把自己关起来了。”在看到那一点的情况下，你做了有技巧的决定:“我将打开门。我需要光进来这里。”不论它呈现出怎样的黑暗，你可以接下来开始去祈祷、寻求、去阅读启发性的读物和诗句，去对一位信心深厚的朋友诉说。这个不是紧紧抓住那道光。它只是打开遮光物，这样已经在那里的光就可以进来了。他确实做了有技巧的决定 让光从黑暗中显露出来。

这将我们带回到一些人类的独特的模式。这个我们谈到的小我，它是幻象，但在人类体验之内，它感觉起来是真实而坚固的。就其知晓的范围内，这个幻象有一个目的，那就是不惜一切代价来维持它自己。为什么呢？假如你是我昨天所谈到的天使并且真正地与神连结在一起，为什么你会想要去维持分离的幻象呢？这个幻像有什么目的呢？当你在投生的时候，你同意去体验这个遗忘的罩纱，去体验

一个不透明状态，它让你无法清楚地看见你真实本质的。再一次，为什么呢？为什么同意这么做呢？

因为我们无法简单地解释的理由，第三密度的主要课程是信心和爱。什么将教导你信心呢？假如你投生时 带着对于你是谁与你在这次投生中将要做什么的完全知晓，带着清楚地看见你自己和所有存有之中的神性以及对神的清晰体验，那么信心要在哪里被学习呢？而那个信心是一个基础。没有那个信心，之后的智慧的课程会非常容易变得扭曲并驱使存有进入负面的极性中。所以这些信心的肌肉必须藉由练习被建立起来。

你知道有许多学习的层面，你知道这个地球体验，在宇宙的整个历史范围中，是一次多少有几分新颖的实验。在这个层面上，或许这次实验最伟大的成功就是在这个层面上 信心被学习的方式以及信心的体验的深度。这个遗忘的罩纱是一份礼物。由于罩纱，你无法将你的神性视为理所当然的，而必须一直更深地进入到对它的体验中，必须一直进行工作来将幻象和更深的实相分开。然而，不论你怎样清晰地体验到这个更深的实相，只要身为人类，它依旧必须被视为是一个信心的问题。你是不会获得证据的。

这里正在发生的一件事情是你正在增强对你的神性进行表达以及对所有存有进行服务的意愿。假如是没有罩纱的清晰视野，你可能进入投生中并且说:“耶，我想要去服务。肯定的，为什么不呢？”但是它不会是发自内心的一个强烈决定，不是对一个呼求的深度回答，而只是跟随该模式：“这是每一个人要做的事情，我将遵循它。”你能够看到区别吗？意图是全然重要的。

我们强调你拥有自由意志。我们强调责任。在本质上，这个罩纱和信心的实质为

你提供了机会，在无法清楚地知道你正在做什么事情 而仅仅只是信任你内在的那道光以及信任它将你与一切万有连接在一起的方式，而对自由意志和责任进行练习。经过活在信心中的每一次转世，你逐渐为那个责任做好了更深的准备。你为你所知道的事情负责。去知晓，拥有更深的智慧和理解，去承载更深的责任。没有信心的深深支持，那种责任似乎会是一个太大的负担。

当你在你的人类的两辈子之间的星光层上 以及从这个层面上毕业之后清楚地看见你是谁和你是什么的时候，接着，你去服务的决定，举个例子，就会从一个强有力的 仅仅属于意志的地方生长出来。在较高的密度上，因为你知道你是谁而且准备好了负那个责任，这是没有问题的。

在地球层面上 它很容易变得扭曲，以致于它会将自己扭曲为评判和自我评判。一个人会单纯地表达自律而不是表达爱。一个人会进入到一个感觉:“我是来做这个的，而且我将会去完成它，没有任何事情将会阻止我。”但是你不是来这里学习那种层次的自我决定，你不是来这里去将力量和评判用作你的选择的指引，而是来这里去学习用爱作为你的选择的指引。为了藉由爱表达你的能量，必须要有那种连结的感觉，而这种感觉是从信心中生长出来的。所以，你打开你的橱柜的门。你体验那道光。请稍等一下，我们马上将继续。
（暂停）

亚伦：我是亚伦。芭芭拉和我同时体验到某种负面能量的在场。它不再做任何闯入的努力了，我们感到自在，假如它想要从我们的教导中学习，欢迎它来聆听。我们请求在场的所有的人送爱给任何想要在这些集会中学习被表达的深沉之爱的实体。

当你打开这道门并且允许光进入你自己，某些非常美妙的事情发生在这些较低的脉轮之中。你不再感到孤单和无助。你就好像一座发电机，一座小小的发电机，你正试着去照亮一座大的房子而且知道刚好没有足够的电力去如此做。突然间，你被接通到源头之中。发电机依旧在运作，但是有远远更多的电流通过了。它再度充电发电机而且汲取所需的电流并将光亮带入到每一个黑暗的角落。接着你查看你在关系方面的议题，在控制的需要和恐惧方面的议题，在权力与生存的渴望方面的议题，不论它们可能会是什么议题，它不再感觉象是被放在你肩上的一个巨大负担了。你与它的关系改变了，不是因为你已经决心要那个改变，而真的是因为你已经打开那扇门并且允许处于光中。

必须要有一个决定的时刻：在黑暗中，我想要在黑暗中逗留，还是我希望进入光中呢？为什么我对黑暗紧握不放呢？在黑暗中 我找到了什么样的安全呢？在黑暗中有某种安全的幻象。它是一个躲藏的地方。

在这次谈话的开始 我谈到小我维护自己的渴望。你已经在你的人类形体中养成一种模式，它将这种自我的力量考虑为让你免遭被掷向你的事物的伤害的保护了。你会想 “假如自我是强壮的，假如这个‘我'能够处于控制中，那么这个‘我'就能够控制在我生命中的痛苦了。” 但是那种方式是没有用处的。这些催化剂将会一次又一次地升起。当你允许自我藉由恐惧行动来维护自我的时候，你仅仅是驱使自己进入更多的负面性。

当你开始觉察到自我想要藉此来占优势以便于去维护这个存有的安全模式的时候，你对那个恐惧送出爱，开启那个恐惧的实相 而无需去摆脱那个恐惧，接下来，你开始在信心中去歇息。 “甚至恐惧也是作为我的学习的一部分而被提供的。在我的体验中，我不必摆脱任何事物。在这个关系上，在这个工作上，在这

个政治议题上，我灵性的道路恰恰就在这里。每一个事物都是一个去吸引光，提供服务和爱的机会。”

去保持这种察觉有时非常困难。恐惧持续从四面八方逼近你。实际上，所有这些较低脉轮的议题— 它们是什么议题一点儿都不重要，有关身体健康、有关金钱的、有关人际关系的，不论它们是什么样的议题— 它们被提供只有一个目的：藉由回到你是谁，藉由带着信心去肯定“在我的内在有那个属于神性的事物。假如我汲取那个能量和爱的极大的资源，那么我就有能力与这个催化剂慈爱而有技巧地工作了。我不再需要与这个催化剂去战斗，而是能够将它用作去练习更纯净地和慈爱地来展现我的能量的一个机会。”藉由这样的 非常单纯的行动，它们给予你一个机会去改变你与恐惧的关系。接下来在你生命中所有的这些情境呈现出这样一个不同的观点。每一次你通过这种更有爱的方式工作，信心就会被强化。

想象那位在黑暗的房间中的存有，它第一次打开橱柜，它甚至可能不会意识到到外面有光。光似乎是如此明亮 以致于它感觉被光照射睁不开眼睛，于是它必须再一次快速地关闭橱柜。但是它很快学会去享受和信任那道光。这变成了一个模式。当它环顾四周围而且看到房间太暗时，它记起来：“我可以打开橱柜。”

这种忆起是你的工作的一个主要部份。这就是为什么我如此强调留心(mindfulness)的部份理由。知道什么时候你正坐在黑暗中。知道你拥有去打开橱柜的选项。知道你同时拥有去持续待在黑暗中的选项。但是假如你这样做，你已经作出了那个选择。为什么你正选择去坐在黑暗中呢？为什么你正躲藏在黑暗中呢？当黑暗强化小我时，黑暗提供了什么样的幻象式保护呢？你真的需要继续那个模式吗？或是你准备好对你自己更仁慈并且允许自己去体验你的真实存在了吗？

我知道在这个点上有些的问题。我想将麦克风转给 Q'uo，它可能会发言，如果它这样选择的话，或者假如它更喜欢的话，它可以直接要求你们的问题。那就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。在爱与光中 再次问候你们。亚伦实体询问是否你们准备好了去体验你的真实本质。在信心中活出一生，就是去活出一次在其中你乐意去练习你的真实本性的临在的生命。你已经如此多次听到我们以及任何其他的灵性咨询师建议用一种持久的每日进行方式进行冥想与静坐。这样一个练习的优势在有生理上是说服力的，除了放松身体和放慢狂乱的想法的激流之外，有很多人没有意图地用这样或者那样的方面来练习这个技巧。然而，我们对你说，在一个充满爱的本质的合一的宇宙中，任何的静默是空的吗？

这种充满了聆听内心的静默的讯息是一切万有在其圆满的神圣之中的神秘的无言且不可知的本性。当你练习这个冥想的时候，你对你更深、更真实的、神秘的大我、一切万有的核心开放你的自我。因为这个神秘已经被赋予在幻象之中进行沟通的能量，每一次你进入这个沉默的临在中，它表达了一个新的神秘，一个新的生命和整体性的讯息。进入这个内涵丰富且神秘的静默中不需要一个具体的信条。它需要一个去寻求真理的渴望，这渴望对你而言是足够大的 以致于你会选择将你珍贵的时间花费在聆听你的真实本质的静默之声之中，它的指引沉默地阐明了在你内在神秘和神圣的共鸣宝座。

你不是选择去拥有一种信心；毋宁说，那些在信心中活出一生的人选择对他们练习的真理的临在、爱的临在有信心。
在这个神话中，耶稣实体在荒野中被知晓为是恶魔撒旦的声音所引诱。耶稣实体

不愿与这个负面与恐惧的原则对话，而是踢开每一个诱惑物，说着“滚到我后面去。”那么，你所寻求的对话，就是与爱的对话（因为一个人必须与神秘对话）当你选择每天都是有信心的时候，你不是选择这个和那个，相反地，你选择去相信一切都好而且一切都将是好的。藉由对爱本身的临在的练习，当指引把信心带给你，你被安置和扎根在这个信心上。

这个器皿每天用对它有意义的言语进行祈祷。我们在这个语境中发现这种态度是有价值的，因此我们重复其个人的祈祷，我们没有打算让每一个人都学习它的言语，毋宁发觉其观念更易于接近。祈祷文是这样的：
“来吧，圣灵，充满你的忠实信徒的心
并以你的爱之火点燃她的内在。
遣送你的大灵 她将被创造；你将更新大地的面貌，
喔，造物主，藉由圣灵之光确实指引着忠实信徒的心，
好让她永远是明智的 一直享受他的慰藉。”[1]

她经由耶稣实体祷告，但是我们对你说 那个指引是耶稣-基督的意识。这个意识是转变性的并且是赋予生命的，我们建议，你自己的指引就是在这个祈祷的核心之处的种子；也就是说，有一种智能穿越一切万有，他确实每天每天都在创造你们每一个人，完美地，如同你可以允许他的程度一样多。当你藉由一种活在信心中的生命见证那真实的本性时，它持续且完美地转变一切万有，你可以看见造物的面容绽放并且藉由爱在爱中被反射而无限地扩展。所以，当你将能量带入有信心的生命中的时候、强化心的爱之灵就可以进一步深入到每一个内在的变黑暗的地方，因此，向上的反射就会开始，原本被锁在较低脉轮的能量(向上)告知心轮；内心释放这能量，于是它就可以返回一切万有的阿尔发(alpha)和奥米嘉(omega)了。所以，从造物的开始到结束的所有事情在这个当下一刻都是隐含

的，周期或圆圈就是过程，而学习和成长在你忠实的心中映射出永恒的当下一刻，在其中爱是所有统合的意识的完整本质。

愿你留下 在有耐心且持久的夜盲中等候，接纳和祝福每一个黑暗，每一个恐惧，每一个忧伤，每一个痛苦直到死亡，这样，创造的工作可以透过你来展现自我的生命了，而自我就是爱，此刻与永远。愿你一天又一天地穿越这个过程，并因此将你自己安置于爱的接纳和一切安好的信任中，那爱本身可以如同光穿越屋顶天窗的玻璃一样地流经你，因此那些在你周围的人就可以看见这道光，并转向他们自己内在的光了。在一个需要见证的世界中，你们就是正在进行表达的见证者。你将会见证什么呢？我亲爱的朋友们，彼此相爱，并第一次，歇息。你们回家了。
现在我们开放该集会给其他询问。此时，有没有询问呢？

C 的问题：在这个周末，Q'uo 已经数次谈到关于光的流动，结晶的绿色与较低脉轮颜色的混合，今天 Q'uo 再一次提到脉轮的颜色和流动。Q'uo 能够多说一些有关于开放我们心轮的这个主题吗？

Q'uo：我是 Q'uo。在我们的教导中，对颜色的使用不仅仅是对振动的量子和振动的场域的一个真实反射。在一个更依照字面的层面上，这种表达方式是一个组织化的工具，它让我们能够藉由使用一个可以被看见的影像的有组织之系统来提供信息。我们使用这些颜色的移动去描述一种能量场域的方式，通过这种方式，这个能量场域 [它是能量场复合体，也就是每一个实体，的一部分] 就可以藉由它的层级的位置可以进入一个位置，在其中它宽厚和仁慈地笼罩较不强壮和较不真实的能量场，这个能量场，自我，即处于一种特定的扭曲中，不论那个扭曲是身体、心智或情绪、或是灵性的扭曲。通过诸如光的染色效果之视觉化影像工

作，接下来我们就能够提供方法，通过这些方法 每一位寻求者可以练习这些能量的移动来使整个人都受益，它的象征是不间断的白光。
我的姐妹，请你进一步导引我们?

C：我现在不能。

Q'uo：在回应这个器皿的一个提醒的方面，我们想简单地说，这种类型的视觉化有助于在细胞的层面上对生物体、能量和那些能量的内在菁华进行工作，而对那些能量而言 这些菁华可能不是其固有的。生病或疾病通常部分是一种不连续或非自然的能量场域的配置的结果，或者更简单地说，它是一种能量系统的阻塞显化为疾病。

在疾病中，在自我的能量复合体内在之中有某些菁华在不自然的状态下被找到，这同样也是常见的事，但它们是经由持续不断地沉浸在某种恐惧或负面的思维中而被创造出来的思想形态。这个思想形态接着变成不受实体支配的，并作为实体的一个完整敌人返回，如果有足够的能量被包含在内的话，它会在身上携带着其他因为(他人)受苦而高兴的思想形态。从最高到最低，从最物质性的到最形而上或非物质性的，去想象光的流动到达有机体的每一个能量配置中的每一个细胞中，这是一项艺术，在其中每一位医者都会找到自己的视觉化系统，自己的语言，无论它是颜色或其他观想阶层性能量的运动和笼罩特性。

这一点与我们已经提供的 涉及在每一天对自我的人生的治愈的内容并没有实质性区别，但是它可以被视为是一个扩展，它可以通过那些感觉到去治疗的呼唤和天赋(礼物)的人们而被使用，并透过体验被精炼为一种流露爱的方式。

此时，有没有其他的询问呢？

（没有进一步的询问）

Q'uo：我们是 Q'uo。当这个工作的系列接近尾声时，我们向每一个人伸出我们的爱 当作祝福和感激的双臂，你们每个人都将日常生活中的障碍物移到一旁以便于一同进行这项工作。我们祝福和爱着每一位，我们赞美和感谢太一，他即是一切万有，即是我们一起体验的这种美丽。愿我们全体继续向前服务同时去爱，并藉由这个分享而被强化。我们将离开这个器皿，芭芭拉实体可能允许亚伦来提供祝福并且结束这些议程。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。
非常喜悦地，我们在太一无限造物主的爱与光中离开每一个人。
Adonai，我的朋友，Adonai。

亚伦：我是亚伦。
虽然这与这次谈话的结尾有一点不一致，但是对于 C 的问题以及 Q'uo 的回答关于在细胞层面上的光，我想提供一个想法。你们将身体的脉轮中心视为一道彩虹。假如有扭曲，或许在第二脉轮，彩虹的橙色部分变浑浊了；光不会清晰地闪耀，因为脉轮自身不会自由地旋转。你有许多能量经络穿越你的身体。有一些是汇合的经络，有一些经络非常明确地起始于一个脉轮或另一个脉轮。因此，当我注视你们的身体时，我看到光的模式。在你们身体上所有的细胞映射出这些模式。假如在你的身体的一个部份中有一个细胞在身体上远离第二脉轮，但它是这条经络，脾脏脉轮的器官经络，的一部份，那么脾脏脉轮的扭曲就会被映射在那个细胞中。每一个细胞携带着那道相同的彩虹，但都有点不同。

我可以提供一种身体上的颜色套叠的观念来作为范例。首先，在每一个脉轮涂上

颜色，只是在脉轮的位置上。接着以一个透明塑胶的覆盖物，放在那个脉轮经络的与那个脉轮的相关的颜色覆盖了的整个路径上。在身体中的每一个地方都这么做，这样，在一些地方就会有那个特定的脉轮的清晰之光，而在其他地方则有二个或三个或甚至更多中心的重叠，经络就是在那里连接起来的。现在从那个身体中拿出每一个单独的细胞，将相同的彩虹的颜色注入其中。该彩虹在有脾脏脉轮经络的地方 就有一个橙色的套叠。在有心轮经络的地方，就有一个绿色的套叠。

假如第二脉轮被阻塞而且那个橙色的光是浑浊的，在身体中的每一个单独细胞将会显现出是浑浊的。但是在那些橙色套叠的区域影响是加倍的，这些区域与脾脏脉轮是非常明确地联系在一起了，因为你拥有重叠的浑浊色彩了。因为那个脉轮而产生的扭曲可以在身体的任何细胞中显化它自己，但是在那些有双重影响、重叠的浑浊的橙色细胞中，它特别易于显化它自己。

我与你们全体分享这一点是希望你可以开始去理解你的思想、情绪、肉体感觉，细胞身体以及你在灵性上的认识和开放状态是相互联系的。你无法仅仅通过较高脉轮的开放来净化较低脉轮。不过，当较高脉轮是开放时，单纯地有更多光被带入整个身体中。你仍然必须乐意进入有扭曲出现的具体的脉轮中，并且以极大的勇气工作那个扭曲，工作那创造扭曲的具体议题。

但是这些脉轮全是相互连结的。假如你进行工作去矫正那个扭曲 同时却忽视较高脉轮时，你仅仅是在一个身体上，而不是在身体、心智和灵的一个整体上工作。你越能够带个这个存在更多的认识，在每一时刻，你都是一个整体— 如同天使穿着神性和人性的地球衣服一样— 你就越能够钟爱地将治疗带到需要疗愈的位置。

你们当中还有一个未被问到的问题，我想要简要的回答这个问题。你们听我们谈及这些通往信心的道路。从你们一些人的内心深处会回想起在这一生或一次过去世之中的痛苦记忆，当时黑暗似乎是无所不包 以致于这感觉起来就好像对神伸出双手的祈祷或吟唱都是不可能的。所以有了这个问题“什么时候才会有一丝的微光，我可以记得光在这里并将我自己与那道光重新连接起来。这黑暗是什么呢，什么时候 黑暗是全部呢？在这些我最深的恐惧的时刻、在我最深地沉浸在分离幻象中的这些时刻中，我可以在什么地方找到帮助呢？”

我亲爱的朋友们，我想请求你记起，在你最深沉的悲伤或肉体或情绪上的痛苦的最沉重黑暗中，黎明之前的夜总是最黑暗的。这个将会过去。它只需要内心最小的开放去重新建立连结并开始允许光再一次地流动。

你们大部分的人熟悉那美丽的著作 由圣者十字若望所写的《灵魂的暗夜》[2]。你必须穿越这个暗夜。你们每一个人都用一种不同的方式体验它。它既不是作为负担而被提供的，它甚至也不是如同你们中的一些人习惯于将其考虑为课堂测试而被提供的。它单纯地是：黑暗、幻象、恐惧… 发现你自己在那个黑暗中，你已经被给予最丰富的机会去练习。假如在那个时刻不可能去练习信心，那么单纯地练习存在。

在黑暗的那个时刻你习惯于问:“为什么是这个黑暗呢？” 你拥有一个感觉，假如你能够理解黑暗，你可以保护自己避开它。这样的想法只会进一步强化自我的幻象。你能不能坐在那黑暗中并单纯地知道:“我在这里 坐在黑暗中，而我将等待。我无须与黑暗战斗，无须试图去推开它。甚至无须紧紧抓住信心。”

我的兄弟/姐妹 Q'uo 已经谈到引导进入这种体验的祈祷词，不只是信心的体验，还有最真实地知晓你自己是神圣大我的体验，引导你进入那种对自己内在神性意识的冥想体验。但是有时候冥想只是达往更多的静默。寻求者想要重新连结神性。当一次冥想的体验没有提供那种与神圣的连接，而黑暗看起来似乎包围起来的时候，发生了什么呢？

一次又一次地，寻求者走到上帝的餐桌旁坐下来，知道有时候一场盛宴将会被给予，而有时候餐桌将依旧是空的。寻求者的位置不是去选择将会出现哪种情况，只是带着它所能够给予尽量多的爱 去坐在那个空的餐桌旁，并信任这就是被给予的体验了，而它将会是足够的。寻求者的位置不是去执着于盛宴，而只是在那最深的连接体验被体验到的时候，充分地享受它，然后放手。

假如你会执着于刺穿幻象，执着于因为那连结的美丽而允许信心的体验，那么信心就变成依赖那些体验了。但是信心存在 不依赖体验。信心存在于你的心中。我知道的最清楚的表述是：神性在你的内在，你就是天使。就是信心，它被表达为乐意去坐在黑暗中，如果黑暗就是在那里的事物的话，不需要去紧紧抓住光，而是乐意去打开门并且允许光进来。你看到区别了吗？

有黑夜也有白天。假如你打开门而天还是黑的，你可以坐着并且耐心等待 直到黎明到来吗？我知道，如同你们的俗语所说的，这是知易行难的。当你坐在黑暗中 充满了因为你个人的生命中的某种非常深的痛苦而产生苦恼的时候，不去想要摆脱那个痛苦、不去想要紧紧抓住舒适的感觉和神的临在的感觉，这是非常困难的。真实的信心只是坐着，知晓神透过黑暗表达他自己，而不只是透过光表达他自己，并且知晓黎明的确跟在最黑暗的夜的后面。

是的，有对于光的喜好。它是更为舒服的。但是当你蜷缩在恐惧中并且紧紧抓住光，然后说：“假如光不被给予，那就否定信心，那就否定了神”的时候，那么你就真正地将自己封闭在更深的黑暗中了。接下来你正在关闭每道门和百叶窗，以致于当黎明开始时 你无法欣赏它的来临。

我理解对人类而言 这是何等的困难。我已经穿越了投生转世的过程，我对这种黑暗的痛苦有强烈的记忆。我只能告诉你走出那个黑暗的路径是你愿意保持耐心并且信任：“就是在这个黑暗中 有那可以服务与教导我的事物。我和它将耐心地等待，保持我的内心开放，保持窗户和门的敞开 直到光再度出现。”

这个星期 Q'uo 已经数次谈到一个向上的螺旋。我想请你们全体记住，所有的生命都在这个向上的螺旋上— 不只是正向极化的存有们，而是所有的生命。在目前这种第三密度的状态中，这对你们而言是非常难以理解的。你看到在这世界上属于负面性的事物，并感觉它是一个扭曲，正脱离螺旋并且往下走。所有的生命都在这个向上的螺旋上。负面性是一个扭曲，然而甚至是那些最高度负面极化的存有们也是神性的火花，他们最终将会找到他们的方式来完全地进入到光中。他们拉到他们周围的黑暗以及他们怂恿他人进入的黑暗也许是螺旋的一条支线，它被用作那个存有的特殊道路。但是它依旧是正在螺旋向上的一条支线。
记住这一点会让你对于这个世界[对你而言 似乎位于你外面]的负面性，对于你自己的恐惧、愤怒以及其他沉重的情绪，找到更多的宽容。当你创造出善恶的二元性并将黑暗视为一个向下的螺旋时，它增强的不只是抗拒，同时也增强了一种对那个黑暗的怜悯心的缺乏。它增强了恐惧，这恐惧关闭了心。
当你在肉体中的疾病或失去心爱的人，或是在一些其他巨大的悲伤或痛苦中看见负面性的扭曲时，请记住：“这是通向光的螺旋的一部分。我甚至能够拥抱这个扭曲并且给它爱吗？我能够对于它的体验仅仅保持耐心吗？我甚至不必去理解它，

而只是在没有憎恨的情况下允许它的存在。负面扭曲的存在不需要成为一个在我内在的憎恨的催化剂。它可以成为一个记住去给予爱的催化剂。”
(停顿)

亚伦：我是亚伦。我亲爱的朋友们，透过祈祷、冥想，无论什么连结你，记起你的神性。我诚挚地希望你将会每天都允许自己体验那种神性，并同时记住，假如你坐下来祈祷或冥想，并仅仅体验这个正坐在祈祷或冥想中的人类，那么这正是你需要去体验的事物了。对于那个时刻，那就是你对神性的体验了。信任它将会如它所需要的一样地展开。你仅仅需要在场。

我相信在一些你们的赌博中心里 你们会发现一个悬挂的标志牌，写着:“你必须在场才能赢钱。”你必须在场才能取胜：在场去胜过恐惧，在场去深化信心，与这个心/身/灵复合体在此时正体验到的无论什么东西在一起，与尽可能多的爱在一起。接下来你不得不得胜，并找到你回家的道路。

在这三天中 你们与我们在一起，对于你们分享内心最深的问题并邀请我们谈论我们的想法，我呼应 Q'uo 向你们致上我最深的感谢。我再一次应和 Q'uo 的话：我们所分享的是我们的意见 而非权威。我们在爱的服务中提供它，并且请求你带走对你有帮助的事物。我向你们每一个人致上我的爱，为了你们带给这份工作的爱和纯净，我在最深的荣耀中向你们每一个人鞠躬。那就是全部。
原注

[1] 参考文献尚未完成。 [2] 参考文献尚未完成。
Translated by M.D. (V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 1808 章集：寻求自由

Copyright © 2003 L/L Research，www.llresearch.org

中阶会议

1980 年五月 25 日

(编注: 为了减少赘字，本篇文章中的[听不见]一律以[??]取代)

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。再次与你们同在使我们非常欢乐，我们非常想念和你们讲话的机会。但我们恐怕就你们目前全球的政治氛围的强度而言，我们很可能三不五时得缺席。我们乘着爱之风儿来到你们这里，非常荣幸地参与你们的冥想。今天傍晚，我的朋友，我们要讲述自由。

从前有个渴望自由的年轻人，因为他是个具备高敏感度的年轻人。当他看见这个世界的贫穷、饥饿、苦难，他不能理解为何这些人被苦难捆绑。这个年轻人花费许多年 积极地工作以减轻苦难，同时为他的弟兄姐妹促进个人自由。

但最终 他被自己的苦涩背叛了，因为他知道不管怎么做，永远不足以缓和监牢的状况，那是囚禁许多人的饥饿与贫穷之监牢。

于是他放下每日的工作，踏上一个旅程，寻求一种理解，寻求为什么人类必须受到苦难的捆绑，为什么他们不能是自由的。他问了许多人，得到许多答案；因为地球上许多人相信许多不同的事，而他们都相信自己觉察到真理。有些人相信没有一种叫做自由的东西；其他人相信人类受到先前犯错的捆绑 必须付出代价。没有一种答案令他满意。

某一日，他抵达一座小岛，因为他的船需要补给。他自由地在这热带小岛上漫游，他再次看见贫穷 以及无益于健康的各种状况。接着他遇见一位岛上的原住民，会讲他的语言。他对这位原住民讲述他的巨大困境，该原住民体型高大，发出同样巨大的笑声，他的笑声回响穿透他们所在的小房间。接着该原住民敲敲自己的前额，他说:“自由就在这里，别无他处。”年轻人呼喊着:“但所有那些生病、贫穷、快要饿死的人呢?!”高大的原住民伸手敲敲他的前额:“他们的自由就在你的脑袋里，你必须释放他们，然后他们的自由将会在他们的脑袋里。”

我的朋友，你不居住在一个客观的宇宙中。所有你在周遭看见的事物事实上都不是表面的样子，这你是相当觉察的。任何你所经验的限制只因为你的感知: 事物应该是的样子对比事物本然的样子。如果你渴望成为你之所是，接着在那存在中你发现你凭借天性寻求真理; 那么，我的朋友，你将达成一种个人自由— 那些只感知事物应该是却不是的样子的人无法知晓的自由。

我的朋友，如果你充分地扎根在知晓自己是谁的地基中，那么 你可以自由地实践你知晓真理的渴望，以任何你需要的方式去表达那真理。人群有多少 就有多少不同的成果。

我的朋友，伟大的秘密就是: 只有一个圣灵，那就是爱，提供所有成果给所有安住在爱中的人群。如果你尝试改变这个世界，如果你尝试帮助他人，如果你仅仅适度地尝试帮助一个人，尝试靠你自己这么做— 思考、困惑、感知，你几乎肯定会失败。

因为你们的感知不是他们的感知，确实，我的朋友，除非你允许自己流动进入爱

的航道，对于你要帮助的对象，你的帮助通常是难以下咽的。唯有当你咬断这种渴望的软线 [想要成为这个世界中的大人物，只凭藉你自己去做事]，你才是自由的。当你已经拆除自己对于名声的渴望，那么 你就不再有任何捆绑或限制，你自由了。

仍然有那些饥饿、贫穷、受苦的人，的确如此，我的朋友。我们绝对不会说 我们不知道你们地球的环境是困难的。

但只要一个人渴望自由，他就是自由的。不管你在当下选择带给自己什么限制，只要你渴望知晓真理 寻求知晓宇宙造物的爱，你就是自由的；因为这股爱是非常强大的东西，我的朋友。那些需要你的人将被你吸引，你并不对这个世界负责，你对自己负责 在你的内在安住着世界。那些被你吸引的人将提问，当你对爱敞开自己 你将知道什么东西是有帮助的。我们敦促你们绝对不要主动提供祕传的资讯给那些没有提问的人；对于任何认真的学生 则不要有所保留。

我的朋友，总是要留心，关注唯一可以自由的人，那就是你自己。对自由的渴望是个不可能的渴望，因为你居住在一座身体、重力井、幻象的监牢之中；不过，你是这个地球经验的催化剂的自愿囚犯。通往自由之路在于接受你在此生的各种状况，同时请求知晓真理。你们的神圣着作上写着：“寻求并知晓真理，因为真理将使你自由。”没有承诺，自由不会来临，不是对自我或小我的承诺，而是对真理与服务[以真理之名]的承诺。

我们觉察到你们有个服务的伟大渴望，并且你们感觉对于人类同胞感觉有份责任，特别是在这些日子 你们现在面临地球经验的开展。但，你们必须工作自己，要知道 当你达成一种状态：真实地渴望去知晓造物主之爱，一股火热的渴望

去感觉创造你们的爱之圣灵，那么 你将发现其他一切都会加诸给你。 我的朋友，那不是一条容易的途径，但它是一条果实累累的途径。
[停顿]

我们感谢你们在这停顿期间保持耐心，我们向 S 弟兄致意。

所以，我的朋友，我们请求你们与这个世界[如它之所是]和睦相处，知晓每个人都有能力以任何他觉得合适的方式去感知他的世界。这对于你们是难以想像的，因为你们从未如同你们某些弟兄姐妹那般，承受饥饿或苦难。但你必须估量一下自己，你如何来到这个地方，哪些优势已经给予你 以做为造物主的爱与光之管道。然后你必须寻求去执行那创造了你[并在这个时候把你放在这里]的爱之意愿。

我的朋友，我们全都有工作要做。我们的工作就是随时待命，当你们星球上的人们渴望或需要我们的爱，我们就可以提供。你们的工作由你们决定 不管那是什么。我的朋友，的确，你们是自由的，你只需要打破那些微小的锁链— 它把你与你的渴望隔绝。

此时，我的 Laitos 姐妹将经过你们，和你们每个人一起工作，同时我们尝试透过 Jim 实体继续这个通讯，我是 Hatonn。

(Carla 传讯)

我再次与这个器皿同在，我是 Hatonn。我们察觉 Jim 实体是很多能量的接受者，这个团体受到良好地充能。所以，我们将尝试更好管理的方式聚焦这股能量，为

了促进该通讯。我们将再次转移到 Jim 实体。如果他单纯地讲话 不要分析他接收的东西。我是 Hatonn。

(Jim 传讯)
(??)
(Carla 传讯)

我再次与这个器皿同在，我是 Hatonn。为了增强他的自信，我们的确肯定下一个思维是感谢他，为了使用他为器皿的特权。我们觉察到分析思维的问题，对此感到很同情，因为当你不知道一个句子的尽头 要说出来是不容易的。无论如何，Jim 实体达到一个更佳的自信状态，容我们说，他将是一个很好的管道。我们现在要转移另一个器皿那儿，同时 Laitos 继续工作你们的调节状态。我们现在转移到 S 实体，我是 Hatonn。

(S 传讯)

我是 Hatonn。我与这个器皿同在，我们拥有一个很强健的通讯。你必须停止分析 (??)。 我是 Hatonn。我们感谢你，因为和你们每一位共同工作是个特权 (??)。我将转移到 Carla 实体那儿，我是 Hatonn。

(Carla 传讯)

我再次与这个器皿同在。我们觉察 M 实体想要体验这通讯的感觉，当 Laitos 全神贯注在他身上，我们将尝试(??)他，好让他得以感觉我们的通讯像是什么，我是 Hatonn。

(Carla 传讯)

我再次与这个器皿同在。我是 Hatonn。我的朋友，感谢你们的耐心，我们的渴望之一是尽可能发展许多个发声管道，因为有许多人渴望听到这类的资讯。但，我们对你们每个人担保，以你自己的方式，你所做的一切都是你传导造物主的方式。每一次，当你服务了弟兄或姐妹，你服务了造物主。所以，让你的心智安歇，让你的心境快乐。我们在宇宙造物的神殿中离开你们。我们在当下离开你们，因为没有时间。我们甚至无法离开你们，因为没有地点，宇宙造物的全部都在这里。造物主是你，你的弟兄姐妹们，以及所有活出爱之意识的生命。我们在那爱与光中离开你们，我们是你们认识的 Hatonn，我感谢你们，为了这个说话的机会。 Adonai，我的朋友。

(Carla 传讯)

我是 Latwii，我也在无限造物者的爱与光中欢迎你们。做为服务造物主之星球邦联的一员，我总是听候你们的差遣。我们在这里很开心，在你们的地球变迁发生之际，观察你们行星能量的光谱。我的朋友，你们拥有一颗非常美丽的星球。我们享受 Hatonn 群体，并且很欢喜在这里与你们相聚。我们现在准备回答你们可能有的任何问题。此时是否有个问题?

M: 我有个问题。在我年轻的岁月，我感觉自己看见一个 UFO。你可否告诉我，为何从那时起 我就一直在寻找? 我读了一些相关资料，尝试去理解我当时看见什么。你可否告诉我为什么，或未来有什么等着我? 除了尝试唤醒人们看见更大的视野? 我感觉我是被挑选的。

我的弟兄，我觉察你的问题。由于必须维护你想要自由的意志，许多东西 我们无法回答。不过，你已回答自己的问题。如果你尚未想通，我将尝试帮助你。针对你描述的现象，你不是在帮助他人，但难道它没有唤醒你？我的朋友，用四吋木板敲打骡子前额*的目的为何？不就是要引起他的注意力？这就是我们在这里的原因。

(*译注: 2x4”木板与骡子的故事，很有趣à http://tinyurl.com/l44urqc)

我们尝试引起全球的注意，容我们说，给出一种软性推销，它不是可证明的 但人们可以主观地取得，于是抓住一些人的注意力，使他们开始寻求。我的朋友，这个经验的原因就是如此。你的生命经验跟你的灵性进化有关，你现在已经注意到这个事实。你现在是否看见那个早年经验的位置，以及随后发生在你身上的过程?

M: 是的。

这是否回答你的问题，我的弟兄?

M: 是的，但我感觉，除了(??) 会不会有另外的原因，你懂吗?

我们懂你想要听的东西，但我们将不会说你想要听的。毋宁告诫你记住: 宇宙造物不等任何人; 一个人也不应等待宇宙造物。你是一切万有的一部分，你做的事情为一切万有的一部分。在这个圈子中，每个在座的人都有一个生命目的或更多个。通往目标的道路有许多分枝，所以你无法迷路而离开目标。你可以选取比较

长或比较短的路；你只能慢慢走或快快走或坐下来；目标保持不变。

无论如何，你们每个人的目标是单纯的，我的朋友，都和知晓造物主之爱有关。

如我们的弟兄稍早所说的，一旦你已经和造物主及其造物建立联系，那么你与那流动合一，它将带给你必须的东西，它将给你机会去做你的高我为你准备的工作。是故，不要忧虑你在人生中的目标，而要渴望去知晓爱。在那爱中，与他人分享爱。单凭这个方式，你的目标将变得明显，其结果是最终的。这是否回答你的问题?

M: 是的。

Jim: 我有个问题，Ruth Montgomery (??)。

我是 Latwii，我正在建立与这个器皿的联系，如果你愿意保持耐心，我们必须深化联系 因为她失去沉着的状态。我是 Latwii，我是，我是，我是。我觉察你的问题，我的弟兄。

在我们的(星球)邦联中，人群的数量，或以你的称谓，行星实体或社会的数量会有变化，但该数量大约在 500 到 600 之间。不过，它们可以分为不同的子团体，这些是管道 Ruth 谈论的团体。Latwii 群体才开始与邦联的教导分部一起工作，为了你们这个团体。先前，我们已经是你们称为的科学家，该称谓仍然是我们主要的任务。但我们受到这个团体的吸引，虽然，容我们说，你们不是个极为先进或十分明亮的团体，却在寻求真理的渴望上惊人地前后一致；这点引起我们的兴趣，因为我们的心智倾向是相似的。因此，我们请求邦联的教导分部之允许，对

这个团体说话。你们可能已注意到 我们不是完全平稳的，但我们希望自己正逐渐变得更好一点。无论如何，关于六十个子团体的资讯基本上是正确的，虽然你们必须理解这个数量的确在变化，取决于星球的需求以及不同邦联成员之停留期限[容我们说]。有些成员持续待在这里，有的停留在此的时间比较少。

我们可否以任何方式为你详述这个问题?

Jim: 是的，我想要知道 这个邦联属于我们这个银河系，或属于多个银河系?

我的弟兄，这个器皿对于这个问题并不具备特别好的能力，但透过她，我们将尽最佳的努力。你们对于银河系的沉思对于我们有些幽默，因为我们了解 我们看见你们无法看到的东西，也就是说，存在的许多(次元)平面。这是我们的专业，也就是研读各种振动。我们不只是星系之间的邦联，还是次元之间的邦联。

举例来说，打从你们开始形成团体就和你们同在的讲师，做为一个群体，它来自仙女座(Andromeda)星系。如果你们到达那里，你们不会找到 Hatonn，因为它所在的振动次元位于你们两个音程*之上。来到这里的我们，起源于你们的天空中的许多不同的部份，有些属于你们的密度 数量不大多; 大多数来自你们之外的密度，因为在我们的密度中 我们能够凭藉思想来旅行，无须持续时间的经验 [你们受到该幻象的束缚而必须体验]。

(*译注: 早期星际邦联把第四密度分为两个过程，后来统一称为爱与理解的密度)

这样是否回答了你的问题?

Jim: 是。

我们可否进一步帮助你，我的朋友?

发问者: 野，我想要知道你们是否涵盖整个已知宇宙，或只是其中的一部分?

这个器皿在转达我们的概念上遇到困难，我们必须学会勒住我们轻浮的缰绳。我们展现一幅图画给她，如同水彩被抛掷在银河之上，湿淋淋地从四边[如你所说，涵盖已知的宇宙]滴下来。什么东西涵盖无限 [即宇宙造物]? 那就是爱。

容我们说，我们已经抵达一种经验的振动，在其中 我们意识到那股爱，在其中 我们看见那股爱，所以 只渴望去追随那股爱，不管它引领我们到何处。当我们被需要，我们听见那呼叫，不管是谁呼叫也不管多少距离，我们来到并尽可能地给予协助。

在此同时，我们研究发生在宇宙造物中的事物，因为在我们灵性进化的这个特殊(时)点，我们没有充分地理解造物主的计画，于是我们收集所有我们能够触及的资讯，好增进我们对于这个计画的理解。我们基本的理解是，的确有个计画，容我们说，带着这个信念，我们向前执行我们的工作; 同时 教导分部传送它的爱与光到达个别实体，居住在各个星球，好比你们的地球; 他们曾呼喊地如此大声 以致于我们不能不听见你们。如果你们位于这无限宇宙的最遥远的密度之最远端，我们会听见你们，因为我们的耳朵只是一种受话器: 聆听需要爱的孩子的哭喊，那就是你们的星球。

你们的星球充满恐惧，大大地需要它没有的东西。我们不能给予它真正渴望的东

西，那就是，一个显明给全人类的记号。因为我们无法干涉你们星球(人群)的自由意志。所以，我们保持有些隐藏，有些可疑；只有那些渴望听见我们的人会听见。以那种方式，我们不会冒犯任何不想要听到我们谈话内容的人。

这是否回答了你的问题，我的弟兄?

发问者：是的。

我们是如此快乐，希望这不是一顿”电视便餐” [以这个器皿的说法]。此时是否有另一个问题?

M：是的，(??) 。

我觉察你的问题，我是 Latwii。我们对于保持庄重有点困难，请你们原谅。有时候，你们人群是很严肃的，我们发觉这很有趣。

容我们对你说，在你的经验中 所有事物对于你的理解都是很有用的，这肯定包括作梦。如果你是幸运的，你的人生有三分之一都花费在收集来自你的心智与灵的各部份的讯息 [它们在你们忙碌的工作世界中进不来，要等到寂静的时刻]。

有时候，你的梦境单纯地尝试解决日常生活中的挫折，只是一种帮助你适应一个不那么完美的状况。不过，如果你成为自己梦境的学生，也就是说，如果当你醒来开始写下它，你将开始理解一些关于自己的事，那是你以前不理解的。因为在你的梦中，你正在与接触高我的自我之部分对话，也与那些天使或指导灵对话。

一旦你开始注意到自己的梦境，你将开始拥有接受指导的记忆，甚至是指导他人的记忆，取决于你做为人格的特殊振动样式。最终 你将能够在梦中使用意识的机能，于是你将与潜意识或更深层意识有更佳的沟通。

所以，我们当然鼓励你注意自己的梦境，正如你会关注自己醒来后 周遭发生的事。你们人群普遍知道这件事: 因为作梦 睡眠才是必须的。如果睡觉期间都没有作梦 该实体就是生病了。在你的梦里你正在与高我以及造物主联系，这是你的灵性歇息。对于许许多多的地球人而言，这是唯一的安慰，唯一的联系。

是故，当你越多地冥想或祷告，你需要的睡眠就越少。如果你把时间完全用在意识到造物主，处于一种流露爱或灵感的状态，同时伴随着宇宙造物的爱与喜悦进入狂喜，那么你不需要睡眠。在你们人群中，曾有人已达到这种接触爱的水平。然而，对于其他地球人，好比说 这个器皿，你们将继续需要足够的睡眠量，好让你们可以联系你存有的更深部份。

这是否回答你的问题，我的弟兄?

M: (??) 。

我们当然这么希望，我们希望每个人都如此，因为你们的世界是多么美丽啊，错过夜晚及其所有闪亮的光辉是令人遗憾的。

是否有另一个问题，我的朋友?

发问者: (??) 虽然我在更深的层次知道(??) 对地球的关系，和一个新的文明。我想

要知道你们的洞见，关于(??) 我在其中的关系 (??)。

我和这个器皿同在。我们觉察你渴望这份资讯，但有些事情 我们不能和你分享，由于我们渴望你的自由意志不受损害。你所请求的资讯就在你的里内[如你陈述的]，我们不想要影响任何人生的决定或你可能取得的理解。记住 我们给予你们的资讯基本上是相当无意义的。你真正需要的资讯来自你的内在，你拥有必须的资讯。如同 E 实体说的，我们在此给予你们思考的食物，绝对不曾要影响你的决定。抱歉，我们无法自由地谈论这点，但我们不想要成为顾问，而只是一起同行的朋友。你能否理解我们的位置，我的朋友?

发问者: 可以，(??) (笑声)，感谢你们。

现在，我的弟兄，你正在开始享受自己。我们非常欢喜，我们刚才还恐怕你会对我们发火呢。

发问者: 那是不可能的。

我们在此休息一下，同时使我们自己再次变得庄重。我们非常享受这次集会的气氛，非常好。今天傍晚，感谢你们美好的振动。此时 是否有另一个问题?

发问者: (??) … 提到… 圣海伦火山(Mount St. Helen*)的爆发 … 未来在南边某处有某种活动...
(*参考连结: http://sobakome.pixnet.net/blog/post/35891477)

我是 Latwii，我们觉察你的问题，由于某人已告知这个鲁钝的器皿关于环太平洋

火圈(Ring of Fire)的常识，我们现在能够给她一个清楚许多的图像 [跟上周相比而言]。一个麻烦问题发生在大约 20 分弧度，从海洋开始 向北横跨接近南美洲的土地，的或然率比上周更大；此时的或然率大约是 21%，这是个显着的升高。这是由于地球里头的热气造成的压力，它必须取得平衡。
我们把火燄展现给这个器皿，我们难以精确地标定我们的概念。
(停顿)

我与这个器皿同在，我是 Latwii。我们无法给予这个器皿精准的资讯，因为我们知道她会被中断。你们必须了解 对于我们而言，要透过这样的管道给予精准的资讯是很困难的。我们现在并不是讨论她的特殊教育与人生经验，它们培养她更适合传导哲学与美丽的话语 而非讲述特定的资讯。而是在这个例子中，完美通讯邦联所必须的控制量对于我们的管道是非常不舒服的 [在有意识的状态中]。我们不喜欢工作出神状态，因为我们但愿该管道在全时间都能够拒绝或接纳我们的想法。是故，我们不会冒犯我们的管道的自由意志。所以 我们将尝试给予资讯，但你们必须理解这些只是可能性。

一个(重大)事件的最大或然率位于一座将是烈火般的小岛，发生时将有另一次爆发。在大地或海洋底下有地震的或然率，那会导致海啸。然而，当陆地移动时，这些或然率也会转移，我们不确定地球将如何释放它内部累积的压力。

如果你们愿意传送爱给这个星球，它将用来释放内在层面的压力。或许你们会想要这么做，这是可接受的，因为你们有权利协助你们的星球，你们在它上头出生。我们可以传送爱给它，但不能直接影响它，因为我们不属于你们的行星存有。这是否回答你的问题?

发问者: 是的。

发问者: (??)

是的，我的弟兄。最大的或然率会是离岸进入… 我们必须搜索这个器皿的心智… 前往那个区域的东北方 那儿有些岛屿。然而，也有一些可能性 指出地壳正沿着你提到的路线调整。我们仍然在找寻你们星球的该水域的名称。

发问者: 会不会是加勒比海?

我们感谢你，这是正确的，我的弟兄，这正是我们尝试从这个器皿的心智中拉出来的名称，因为它就在那儿 但她不常使用。

是否有另一个问题?

发问者: 对于那个区域 我有另一个问题，接近该区域可不可能就是据说的亚特兰提斯大陆?

我们正在查询电脑，我是 Latwii。亚特兰提斯大陆，事实上，包含几个陆块，涵盖一大片的水域。

因此，你的问题是混淆的。不过，亚特兰提斯有部分接近该区域，是的，我的弟兄。

发问者: 这个活动会不会揭露部分的亚特兰提斯或只会更多地破坏它?

我们和这个器皿同在，我们从电脑获得你提问的一幅图像。我们没有你们地球的这个特殊部分的知识。不过，电脑知识指出你们人群早已重新发现部分的亚特兰提斯。然而，许多人怀疑所有事物，因此那应该相当明显的证据却不是。

为了某种原因，你们星球上的人群但愿自己是地球上唯一的族群。我的朋友，这是个有趣的现象。或许，在他们投胎在亚特兰提斯的时候[在上个周期结束之前]，他们的进展失败，被迫要重复另一个经验周期，他们宁愿不要记得这些经验，所以 他们否认亚特兰提斯。

无论如何，在你们人群当中 有些人可以把人工艺品和地点秀给你看，那些东西肯定是人类制造的，其年代太古老而不属于这个文明。是故，亚特兰提斯早已与你们同在，它将继续升起。我的朋友，水必须跑到某个地方。无论如何，由于磁场的特性，所有东西最终都变得比以前不完整。所以 随着时间流逝，亚特兰提斯的未受干扰的证物将越来越少。

这是否回答你的问题?

发问者: 是的，的确。这带入其他的问题，在那个区域，有人发现一座金字塔，里面有颗水晶，位于金属的通风井之中。这是不是能量的储存装置，或它曾经是个能量的来源?

我的弟兄，你是否熟悉和水晶一起工作的人？或许是个吉普赛人，她凝视看入水晶球，你是否熟悉这个概念?

发问者: 是的。

你必须理解 当一个人锻炼其人格，变得觉察一己的真实本质，他开始获得力量，可以与水晶调和，为了公众利益或祸害，治疗或摧毁。在亚特兰提斯文明之中，水晶被非常广泛地使用，它最终被误用。当你随着自己的寻求前行，你发觉自己变成一个更有力量的人格，要记住你内再携带的责任: 为了良善或为了邪恶。你必须总是做出选择。这听起来很简单，但其实不然，除非你让造物主推动你如同风儿吹拂树木一般。

我们了解自己有点偏离水晶的主题，不过，过去由于那些水晶带来很多麻烦，我们请求你们认真关注这点。

这是否回答你的问题，我的弟兄?

发问者: 是的，谢谢你。

我们感谢你们全体，允许我们对你们说话。

此时是否有另一个问题?

发问者: (??) 先进的文明 (??)。他们曾经到达更高的意识水平 (??)

那是正确的，我的弟兄。

发问者: 那是否相似于发生在 (??) 两者之间?

不，我的弟兄，并不相似。我们知道那个行星的名字是马尔戴克(Maldek)。那个特殊的行星有意识地选择邪恶之道。于是它摧毁了自己。在亚特兰提斯的例子中，即使到了尽头，还是有非常先进的存有站在光明面；他们逃走并且协助形成非常先进的文明，位于南美洲与西藏。因此这两个情况并不相像。马尔戴克是个纯粹的行星，如果你能够欣赏邪恶如同欣赏良善的极性一般，你可以欣赏那个行星之暗黑壮丽— 当它摧毁自己之际。

当你们谈论邪恶，就会想到路西华(Lucifer*)已经变成恶魔；你们人群对于邪恶[如你所称]的确有种多愁善感的憎恨，我们没有这种情感。

(译注：关于这个典故，请参考爱与光选集三：消失的 M 星球)

我们发觉邪恶是有用的，因为它描绘良善的轮廓，给予你们选择，使你们学习。你只要意识到你拥有那个选择，就等同于拥有一个巨大的抢先起步，总是振动朝向正面、朝向爱。因为这样，你很可能受苦。无论如何，你落下的每一滴泪都是黄金，因为当你成长之际，你学到东西。随着每一次的考验，你变得越来越能够来到善与恶的上方，于是你只寻求造物主。

(本次文字记录结束)

(V)2014 Translated & edited by cT.

☆ 第 1809 章集：森林恋人

Copyright © 2009 L/L Research

Session 1 - Channeling Circle 8

2008 年十月 31 日

L：我们是 Laitos。我们再一次与这个器皿在一起，我们[的能量]非常感激能与这个团队在一起。

再一次，我们开始帮助新的管道的过程，通过使用故事的学习工具。在这个故事上，我们想用一座森林作为开始，这是一个非常浓密的、被树塞得满满的森林，在那里只有树木的顶端能够接收到阳光。树枝挤在一起，树叶是如此的浓密 以致于这个森林的地面几乎无法接收到任何阳光。因此几乎没有东西生长在森林的地面上，森林的地面是淤泥和黑色的泥土。

我们请你们想像一副图画，一个人站在这座非常黑暗的森林的泥浆中。在不同树木之间有充足的空间，因此这个人能够在一条道路上前进。很多不同的道路都是开放的，因为这个人可以在树林间行走，无论如何 以她感觉合适的方式行走。沿着这条路往下，在这个人视野的远端有一个极微小的光点闪烁。因此这个人就朝着那光前进。

到此就结束给该器皿的这幅图像的部分了。你们很多人都可以接收到我们送出的信号。但是与其将球抛到房间中并希望某个人能拾起它，我们希望这个故事通过实际地将球传给另一个成员来继续。我们希望将球传给叫做 T1 的实体。我们是 Laitos。

T1：在通向微光的这条狭窄的道路上，这个正在旅行的人天真地、带着某种担心和疑虑前进着。她时而看着那召唤着她的光亮，时而看着脚下，她害怕被绊倒，

害怕出现在她的道路上的事物。

当她朝着这道光前进的时候，大树下面的灌木开始生长了，一开始是很小的，接着变得更厚、更高、更大了。有时它看起来似乎遮蔽了光，但是在她的内在深处的某种事物催促这她向前，希望会有那个到达光的时刻。但是，当她每走出一步，那光看起来好像在她前方后退了。虽然她不知道为什么，她继续前进，周期性地在这条路上休息一下，在这些雄伟的树底下休息一下，这些树看起来必须努力克服那些灌木，努力克服那些蔓藤和树枝的缠绕。

我们现在想要通过叫做 T2 的实体继续。

T2：我们是 Laitos。当这个有志气的旅行者继续走在这条道路上时，当她注意到树下的灌木的密度并敏锐地察觉到了让道路变得模糊不清的粘稠的淤泥的阻碍时，她开始希望对这条道路进行一些清理，这样向前的道路就可以变得更加容易。但是她能做什么来清理那条道路呢？她在内在深处搜寻，不知怎的 她就接收到或发现，她拥有一种去召唤能量和光的能力，她也拥有一种操纵这种能量充沛的光的方法并用它减少那阻碍她的脚步的粘稠淤泥的效应。

她开始在淤泥的表面上行走而不沉入淤泥的深处，这些淤泥极大地阻碍了她的步伐并实际上引起某种相当大的痛苦和困难。她开始召唤这光，一开始她不知道如何使用这光以便于在她的道路上帮助她，但是她从内在的深处感到，这道她召唤的光，单就其自身，将教导她 其正确的使用方法和她如何才能够增强它的效果以便于在这条道路上帮助她，这条道路是她创造来进行寻求的道路。

我们现在将这个故事传给叫做 M 的实体。

M：我们是 Laitos。当这个女人正在努力或者尝试去处理这种在她的内在奔涌的能量，处理那些被她唤起但却不确定如何使用的能量时，她看到了那些树。当她抬头看它们的时候，这些被密密麻麻地拥挤的树林有着黑色的阴影。它们似乎快要吓坏她。

在孤单和气馁中，她几乎能看到在树木中的脸，它们命令她回去，命令她离开她的道路。没有向那已经逼近她一步的恐惧投降，她举起双手，她的双手上带着那她唤起的能量的奔腾。该能量与那些树木接触，那些面孔就消失了。树木回应了该能量，她能够接触着树木并将她的双脚从淤泥中抬起来并行走了，几乎好像是在淤泥的顶上行走一样。通过那从她的手指流过的能量 接触那些树，她能够向着那光 更快更自由地移动。这是一个让人欢欣鼓舞的经验。

将这个故事传给 S。

S：我们是 Laitos，我们与这个器皿在一起了。我们的寻求者现在已经充分地从那让她的脚步变轻的内在之光中了解到，她能够在这一团混乱中 找到那条通向空地的边缘的道路，在那里光充满了旷野，在那里 绿草向她点头。

然而，当他接近那空地时，她发现那光是如此明亮 以致于几乎淹没了她。她感觉到那炫目的光太过于强烈。她向后退，再一次寻找树荫的保护，这样她就可以稳定她的步伐。

当她完成这个行动之后，她现在开始在阴影中 从一个足够安全的距离凝视那空地，她能够开始测量它。当她这样做的时候，她看了一眼空地的对面并看到另一

个人正站在相对的一面并回头注视着她。对方是个男人。她惊讶地注视着他出现在空地的对面。

我们现在将这个通讯转移到 Carla 实体。

Carla：我们是 Laitos，在爱与光中 我们现在与这个器皿在一起。当两个寻求者相互凝视对方的时候，有一个令人震惊的瞬间 属于纯粹的觉察。有一种感觉 同等地渴望向着彼此移动；也渴望寻求森林深处的树荫 双方走向不同的道路。

这两个对他们正走在其上的道路的犹豫不决、踌躇不定的寻求者，他们之间的联系却比天生的害羞要更强烈。因此，慢慢地，伴随着心的剧烈跳动，他们在阳光中向彼此走去。停了下来，凝视着彼此的眼睛，他们发现焦虑开始消散 因为他们在彼此的眼睛中看到亲切与善良。

他们正在遭受烈日之苦，而他们却发现当接触彼此的双手来相互致意时，那接触似乎有助于他们忍受那光的亮度。然而，在他们内在却有种渴望去找到一个不是那么明亮的地方，因此他们环顾四周直到他们看到在这块空地边上的一个天然座位，由两棵彼此生长的很近的树木提供，它们的根部长着苔藓，用这样一种方式创造了两个天然的可供坐下的位置。

他们都向着未知的事物旅行，而他们都被召唤 在未知中前进。双方都发现 如果不进入森林的深处，向前的道路就是不可能的，因为它似乎永远朝两个方向延伸。双方都已经被那些沼泽地中的淤泥负担 弄的疲惫不堪，在那些沼泽地中连大树下的灌木都无法生长。双方都由于寻找他们通过那些杂草丛生的区域的道路的努力而感到困惑和心烦意乱。他们不明白，为了要接触到彼此，为了到达那明

亮、明亮的光，自己为什么必须走过泥泞的路 经历这些困难。

我们现在将这个通讯转移到叫做 R 的实体。我们是 Laitos。

R：我们是 Laitos。我们在与这个器皿沟通上有一些困难。我们将通讯转移到 Carla 实体。

Carla：我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。我们向叫做 R 的实体保证每一次他进入通灵时，即使他看起来没有发生进展，每一次重复都会扫清道路上的障碍 以便于获得对我们的想法脉动的更直接的察觉。我们感谢叫做 R 的器皿，这个圈子里的每一位为了打磨他们的技巧 好接收我们的通讯和能够自发地随着我们的概念流动而运转，他们都愿意使用重复的通灵圈(练习)，我们同样为此而感谢他们。

我们现在将这个通讯转移到叫做 L 的实体。我们是 Laitos。

L：两个人坐在树林的天然弯曲的位置并问他们自己:「为什么我必须奋斗来找到你？为什么我不能早一些找到你？」

我的朋友，答案是: 一个人必须经历某种奋斗来为那些他们本来不会感激的事物做好准备。如果这两个人太早遇见彼此，他们不会拥有那种能量— 在旅行如此长的一段距离之后 导致他们连接的能量。

这种努力在你们所发现的事物上添加了一种感激，当你们发现它们的时候。

在谈论了一段时间关于他们自己的道路之后 这一对了解到这一点，双方讲述了自己的故事。他们知道在他们开始的地方，本来不会被彼此吸引。他们都在寻求，但是他们在寻求别的东西，只能通过在泥沼中行走 开始发现他们自己，他们才能为找到别的东西做好准备，为继续前进并抛弃那些旧的事物做好准备，这样新的事物就会在旧的事物的位置上生长。

年老的树木必须死亡并在森林中创造出坑洞，这样它们的种子在落下来的时候才能生长。种子无法在它们还被双亲遮蔽的时候生长。万物荣枯，而造物者继续前进，持续并永存。

这对恋人，现在从他们所在的地方出发，他们可以一起种植自己的种子。在他们已经单独地学完了他们的课程之后，他们现在成为一个单元，永远在一起。无论他们在未来 可能会旅行的道路分别是什么，他们的能量已经结合在一起。他们出发并将自己的种子种在一起，然后照料它们。接着他们两个人一同出发并让他们的种子生长，就好像树木将会离开而它们的种子将会生长一样。

在这里的你们 每一位来到这个圈子的人都已经在你们的道路上旅行过，那些道路将你们带到你们现在需要在的地方。在这些道路上旅行的过程中 你们必须抛弃一些东西，你们必须学习新的东西。这些能量会生长，它们将跟着你 到你前往的地方。无论你要去哪里，你都将播撒你的种子。

我们很荣幸能够和你们一起播撒我们的种子。我们会在这里与你们在一起，永远。但是我们现在要离开，然后你们就可以在你们的道路上旅行并成长。我们感谢你们在此刻与我们进行交流。你们的能量是强烈的，我们感激它们。现在我们带着这些能量离开你们，但我们却一直与你们在一起。现在就去吧，在任何你们

认为合适的地方 散播你们的能量吧。

我们是 Laitos。我们在造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1810 章集：概论: 太空中的好人与坏人

THE ALIEN CONNECTIONS

出处: Cosmic Awareness 解读，年代编号: 1993-14

声明:

如 Q'uo 原则常说的，请你们在阅读这些言语的时候 使用你们的分辨力。请你们保留那些与你们共鸣的想法并抛开其余的想法。我们感谢你们的用心辨别。

问题:

住在内布拉斯加州，阿马哈市的一位读者发问，她写着:

“阅读 CAC 第 417 期使我的心智升起一面红旗，里面讨论的内容叙述特定的外星人不想要地球人有灵性的进展，以免威胁他们的外星议程。明显地暗示新世界秩序、单一世界政府等计画其实出自外星族群的渴望。宇宙觉知可否确认这些计画确实来自小灰人以及相关的群体? “

(*译注: CAC = Cosmic Awareness Communication，宇宙觉知通讯之缩写)

宇宙觉知的回覆:

宇宙觉知指出新世界秩序是外星议程的一部分，由来自猎户座的灰人族群所推动。目的是设法让这个世界在未来被纳入猎户帝国。

宇宙觉知指出虽然他们计画这件事，它并不是唯一的选项; 星际邦联(Galactic Confederation，包括昂宿星人、织女星人、天狼星人等)全体也关切这件事，同时希望地球不会成为猎户帝国或天龙联邦(Draco Federation)的一部份。宇宙觉知指出，星际邦联比较喜欢看见地球加入他们。

宇宙觉知指出，地球在这个银河系中据有一个特殊的位置，它的水资源和中央核心电脑具有特殊价值; 在古老的时期，一群猎户监督者对于这个星球有巨大的控制权，他们把该电脑它放置在地表底下，现在他们想要重启那具电脑，重新收回地球 纳入他们的网络之中。

宇宙觉知指出，曾经有好些外星文化群体在过去宣告在地球上的应得权利，他们不是放弃那些宣告 跑到别处，就是由于战争或其他冲突而失去对他们的财产的控制; 所以目前，在这些外星文化群体当中 对于谁真正拥有地球是有争议的。

宇宙觉知指出，尚未清晰地定义这点，纵使有特定(外星)文化要人们相信他们才是地球的真实所有人:

· 爬虫类人(Reptoids)宣称一万年前的所有权
· 天狼星人宣称从爬虫类人手中取得控制权

· 昂宿星宣告他们与地球人类的灵性连结

· 织女星人不把地球视为他们的，而是一个他们想要协助的同盟；接着一起加入对抗其他外星文化之暴政的奋斗

宇宙觉知指出，大鼻子的高大灰人宣告某种所有权，基于他们曾经在地底下放置一具电脑，透过网格线导引能量，接着透过代代相传，数千年以来，掌握经济的控制权，直到今日。

猎户灰人群体看起来站在经济力量的位置，它们拥有强大的经济力，于是控制其他外星族群，好比天龙座人与网罟座人。

宇宙觉知指出，小灰人或网罟座的群体基本上是佣兵，受到天龙座人的支配，天龙座的爬虫类人从属于猎户灰人，纵使他们拥有更大的军事力量。

天龙座人的势力能够从猎户灰人手中夺取控制，但猎户灰人是如此优秀的星球管理者，于是天龙座的爬虫类人并不羡慕他们的工作，让他们自己成为该营运的军事部门，同时把经济与政治控制权交给猎户势力。

宇宙觉知指出，以上是发生在地球上的争议之实质概论。在此同时，人类对于这一切不以为意，只是继续每日追逐欢愉/痛苦的行为取向的生活方式。宇宙觉知指出，在地球人当中，只有很少人充分理解外星人在地球的整体图像或外星人的议程。

宇宙觉知指出，星际指挥部[由昂宿星人、织女星人、天狼星人、大角星人构成]保持低调，因为他们并未被人类全体与各国政府邀请来协助人类摆脱天龙人与猎

户势力的压迫枷锁。事实上，大多数人类尚未辨认这些势力带来的奴役潜能；所以他们比较关切这些势力带来何种科技与健康知识，好强化他们自己在地球上凌驾他人的特殊力量。

那些位于较高层级的人[正与外星人沟通]比较关切他们个人可以从这个情况得到什么，而非关切外星人的议程带来什么给全人类。

星际指挥部单纯地等待，直到人类确实寻求帮助，时机成熟，他们就会进来帮助人类。

宇宙觉知指出，Creston[又被知晓为 Ron Rummel*]最近的死亡对于星际指挥部以及它理解人类状态的程度而言是个转捩点。因为这个实体被遣送到这里不只是为了警醒人类关于灰人族群与爬虫类人的存在与威胁 [该实体假设这是他来到这里的原因]；该实体来到这里也为了替织女星人、大角星人等找出原因— 人类怎么经不起暗黑势力在金钱系统的操作与控制。该实体只有一点点收入，必须仰赖朋友的帮助才能继续他的研究，他对于活在地球[受到金钱系统的控制]上的困难有非常清楚的理解与认知。
(*参考连结: http://projectcamelot.org/rummel.html)

直到最近几年 他才了解金钱系统实质上被猎户势力设置与控制，在地球的物质层面，它是一种控制大众的形式；直到最近几年 他才了解这种控制拥有巨大的力量使得人们害怕，如果任何人开始谈论 UFO 或外星人，他会担心失去工作(生意)。

宇宙觉知指出，金钱的控制权甚至能够决定在高位的实体能不能说出他们学到的

知识以警醒大众，在所有实例中 如果任何人冲撞该系统就会失去工作，没有金钱收入，接着失去他的家园，相当可能失去家人，于是变成一个向下的螺旋—朝向全面的孤立与绝望。

宇宙觉知指出，当这个实体被杀害，返回故乡与织女星的朋友与同伴联系，他们首先寻求的 就是他拥有的资讯，为什么在地球上要做任何事是如此艰难？为什么他不能多做一点？他的资讯是：“我没有钱!”他们感到完全的困惑，因为在织女星座中 他们不用金钱，昂宿星人也一样，不受金钱系统的控制；天狼星人，大角星人也都如此。

只有那些受到猎户影响的实体必须仰赖并服务该金钱系统。

宇宙觉知指出，Creston 是该实体的织女星人名字，Ron Rummel 是他的地球名字；他把必须的资讯给予织女星人、大角星人、昂宿星人，好让他们理解为何地球人要抛开压迫的枷锁面临如此的难题。

有了这份新资讯，他们现在理解他们必须更直接地干涉，他们不必然遵循“首要指令”-避免影响任何文化除非得到邀请。

宇宙觉知指出，他们现在了解已经屈从的大众不大可能发出邀请，因为金钱系统控制了所有事物。换句话说，在杀害 Ron Rummel [或 Creston] 之后，那些外星势力可能封印了自己的结局或终点。星际指挥部在重新评估它的位置之后，现在对于人类事务有理由变得更有主张，知道人类好比囚犯 无法呼求帮助，因为他们已经被消音，说不出话了。

宇宙觉知指出，未来将决定这是不是促成暗黑势力的垮台，或者除掉这个实体如他们所期待的，帮助了暗黑势力。但宇宙觉知认为这如同逆火一般，产生出乎意料的反响，在他们尝试完全接管这个星球之际，将感到沉重与艰难。

遭遇负面外星人怎么办?

摘录自: CAC，年代编号: 1993-08

宇宙觉知指出一个例子，最近有位五岁大的男孩被外星人绑架，接收了一个植入。后来 他母亲告诉这个男孩，如果他们再次光临: “对上主祈祷，请求保护!”

宇宙觉知指出，当外星人来找这个小男孩，他立刻开始祈祷，念诵主祷文，那些外星人要求小男孩停止。他对外星人说: “你们曾说你们是基督徒，为什么我们不一起对基督祈祷?”

那些外星人同意，于是小男孩再次念诵主祷文，外星人开始跟着他含糊地念诵，但很快地停止，然后要求小男孩停止。

小男孩再次说明: “但我们正在对上帝祈祷，我们正在祈祷主祷文。做为基督徒，这对我们是好的。我们应该一起祈祷！ ”

接着他第三次开始念诵主祷文。在第三次祈祷的过程，这些外星人单纯地消失，离开了。宇宙觉知指出，这个事件发生在克拉克郡(Clark County); 这个小男孩发现自己的祈祷的力量。宇宙觉知指出，曾经有其他人宣称自己是基督徒，但没有

清楚地对外星人展现这点，于是不被认为忠实于他们的上帝。

当然，这些外星人并未处于相同的架构，也不认定基督宗教是有效的宗教，但他们的确看见：当一个人拥有强健的信心 就无法被动摇，而他们想要实体被屈服与崇拜他们，于是比较容易控制该实体。这跟网罟座的小灰人有关，宇宙觉知指出，特别挑出这个族群因为在此时 他们绑架与植入人类方面是最为恶名昭彰的。

宇宙觉知的声明

在处理个人或大地之中的力量疾病时，我们需要去注视本是的东西，然后从那里开始提升振动. 实体们有力量去改变这个世界，改变事件的航向，把天堂带到地球上. 未来从来不是固定的，它随着意识的改变而改变.

这个宇宙觉知但愿人们理解当一个人不再审判自己或他人，不再寻求比别人更高或更远、更伟大或更强力，意识才会(正向)改变. 当一个人如实地接纳自己，那么他可以移动前往存有的其他方式. 这个觉知不关切一个人信奉唯物主义或灵性主义，是对或错，较高或较低，上升或下降；他只关切人们是否彼此相爱，一个人是否爱自己，同时回应他人的需求.

这个觉知不要求牺牲，只要求服务精神. 这个觉知不要求赞美，只要求每个人对同类生物的服务与爱.

这个觉知不需要你们的服务，也不需要你们的牺牲或赞美；当这个世界每天不停地转啊转啊转啊转，他持续观察这场阴郁的悲剧，而他只需要经验一种歇息和宽

心.

原文出处: CAC 1992-13/NO.405，传讯者: Paul Shockley

(V)2014 Translated & edited by cT.

☆ 第 1811 章集：L/L 图书馆 40 周年纪念

作者: Gary L. Bean

日期: 2014/5/01

昨天询问 T1 关于中文誊本的进度，他提到 1974 年四月 30 日的巧合；我没有意识到那已经是 40 年前的事！他引起我的注意，促使我明了卡拉(Carla)在 1974 年就开始传讯。

L/L 图书馆开始于 1974 年，在那以前只有三篇文稿。打从 1974 年，唐(Don)感觉这些传讯具有足够的价值，值得保存这些录音带。[感谢卡拉做为器皿]

40 年的传讯，这是非凡的、无与伦比的专注纪录。卡拉，我要为你大大喝采!!

你的服务是怎样地转变我的人生，也转变了许多其他灵性寻求者的人生；容我说，你在这个过程中扮演重要角色。

当我询问卡拉，她不大确定第一次接收星际邦联的日期，只知道是在一个下午。我在 L/L 网站上搜寻卡拉的第一篇传讯，首先找到的是一篇报告:

http://llresearch.org/transcripts/issues/1974/1974_0305.aspx
(爱与光选集 11，1974_0305: 卡拉撰写的一份报告)

在寻找过程中，我发现下一颗宝石，日期是 1974 年四月 15 日，看起来，打从一开始，卡拉就能够流利清晰地表达星际邦联的概念:
http://llresearch.org/transcripts/issues/1974/1974_0415.aspx
(爱与光选集 13，1974_0415: 早期资料 #32)
(编注: 以下是 Gary 摘录的段落)

Hatton: "我们想要你们考量一座位于海洋远方的小岛; 放眼望去没有其他陆地，而这颗岩石受到海浪冲刷，太阳的漂白，上头生长一些小型的植物和动物. 它向外看着这个世界，它有限的意识尝试去掌握在它周围起伏和旋转的环境之实相. 这座小岛侦测到许多靠近它领地的奇怪东西. 它活着经历各种不同的气候、感觉、心情; 经验不同季节的动植物生态，它试图把这些拼凑出一个合理和整体的实相观点.

我的朋友，这个贫瘠的小岩石的位置是固定的. 那来自远方的海浪也将返回远方的边际，这座小岛永远不会知道这个边际. 可以这么说，这座小岛永远不会充份理解在它门前出现的东西.

我的朋友，这是个非常粗糙 或许是肤浅的例子，用来说明智力是怎样的工具. 你们星球上的智力就其目的而言是非常有用的. 但，我的朋友，尝试使用智力去理解你们起源的遥远边界或你们将再次返回的遥远边界，是不可能的. 你们的智力就像是一颗岩石，随着一波波的海浪改变，这并不是实相，你的智力也不能给予你一幅真实的图像. 毋宁，我的朋友，在冥想中寻求成为大水.

寻求意识、一体性、合一，水中冒险.

所有水域都是不可分的. 没有分离: 它流动，它等同一. 每一道在海滩上破裂的波浪可能在任何地方破碎，接着移动到另一个地方. 在心里，让你的意识如水一般流动，而不像是一座小岛. “
(后记: 在休养将近三年之后，卡拉老师重新启动<</SPAN>活出一的法则: 二部曲>的写书计画，YA！)

相关连结:
http://www.books.com.tw/products/0010480642

☆ 第 1812 章集：冥想之路 (完整版)

Copyright © 2005 L/L Research
(编注: 这篇 L/L 传讯最早收录在爱与光选集一，现在补上漏翻的段落)
周六冥想
五月 25 日，1974 年

(Carla 传讯)

你好，我的朋友们，我是 Hatonn. 我在无限造物者的爱与光中向你们致意. 我们很荣幸同你们谈话，我们将要调节你，进行这次通讯极度困难，因为这个器皿并未非常放松。不过，我们将非常简短地谈话。

朋友们，我们想要说一些关于物理幻象本质的东西. 我的朋友，你们每一个都觉察到在此生中，迄今尚未学习的特定功课. 朋友们，如果你在这辈子遭逢一系列相同类型的困难，那么你几乎可以肯定那是你的一个(重要)功课. 你可以了解，你无法避免这些功课，你要学会它们.

再者，我们必须对你指出，在遭遇这样的功课时，你会发现最常阻挡你获得真正理解的竟是你自己的思考. 你有意识的思考过程相当有能力执行自我毁灭，也就是说它常会协助你避免掉一些你在实相中想学的功课. 因此，当你碰到一个人生课题，我们建议你暂时地搁置你的头脑分析过程. 然后，你可以带着更清晰的想法返回该问题，准备好学习你来到这次(人生)经验要学的东西，而不是避免它.

我们知道要全天候处于冥想状态是很困难的一件事，因为我们也曾经在你的位置. 所以我们敦促你们仰赖某种正式的冥想，然后尝试保持在半-冥想状态; 我们的意思是达成一种专注状态，好让你的毁灭性脉冲不会到处乱窜，完全地阻塞你的心智，从而阻挡你学习此生要学习的功课.

此时，我们将尝试联系被知晓为 Don 的器皿.

(Don 传讯)

我是 Hatonn，我将调节该器皿，请保持耐心。我将继续。我刚才说到 你们在这个物理幻象中对你经验的东西所持的态度. 你们对已经验的东西的反应几乎都是基于你对于目前幻象的智性理解. 这样的理解是完全虚假的. 有必要建构一个全新的理解基础. 这个新的基础可以与真理沟通，唯有透过冥想方能建构这个新基础.

我们观察你们星球上的人群，我们观察他们的状态和他们对经验的反应。他们的反应和我们的完全不同，或者说，和任何觉察幻象之本质的族群完全不同。这是个非常困难的问题：对于尚未开化 还不理解他们存在的真实本质的族群，却要他们打破既有的[消化吸收目前经验而产生的]反应。

然而，这件事不只应该被完成，如果一个人想要充分使用该经验，他必须完成这件事。唯一的办法，就我们觉察的边界而言，就是透过冥想的过程。

这个过程可以提供答案给你所有的问题. 我的朋友，你在此时有许多的问题，但是，当你透过冥想使自我接触到真理，这些问题将会失去其意义. 因为你将发现你所寻求的答案不再有意义. 你将会建构一个全新的思考系统、全新的觉知、全新的理解；如果你要达成真实的进展 这是必须的。

不要依照一般公认的反应去经验这个幻象，透过冥想 让你自己接触真理，然后你将理解来到你身边的每一个经验.

此时，是否有任何问题?

发问者: Hatonn，你对日常(??)意指非常少的经验，或你意指(??)的经验。

(Hatonn) 每一个经验。

发问者：当你脱离这个幻象，你会立刻知道吗?

(Hatonn) 是的.

发问者: (听不见)

是的，我将继续. 你们知晓的大师级老师，耶稣，能够透过冥想觉察真理.

他对于经验的反应引起(当时)许多人的关切. 他们不理解他对于这个幻象的反应，因为他的反应是基于对真理的理解. 这个理解允许他直接担任这个造物的特使. 依循造物者的法则行动，他得以实现许多接触者的渴望.

他对于世上经验的反应目前只有部分被人类知晓，但这些已经足够做为一个范例. 他的反应是爱，不管是什么样的经验，都以爱回应. 这种爱跟你们一般人表现的爱并不相同，许多人不理解这种爱，因此，这个人被许多人憎恨，但被更多、更多人钟爱. 他表现爱的本质十分纯粹，跟你们人群表达的情感方面的爱不同. 它是一种单纯的展现，对于人类同胞实现渴望的完全关切; 他对于这份渴望的觉察要大于那些被服务者的觉察，为此，他们并不理解他对于爱的表达。这个人尝试实践他们真正的渴望. 而他尝试服务的人群大部分无法理解他所要服务的 是他们真正的渴望.

我的朋友，这些渴望是单纯的 即是灵性意义上的成长. 看起来，如果这个人没有提供那些被服务者实际上并不渴望的东西，似乎，他就不可能提供机会: 让人们实践这份渴望— 灵性的成长。为此，对于他的服务，只有很少的理解。他认为一个人的灵性成长比他肉体的福祉要重要得多. 为此，他的作为有时候似乎与那些人[他服务的对象，要把爱与理解带给他们] 有所分歧.

冥想去除这些虚假的幻象[地球人藉由自己的思考而强迫进入的...]，花时间在冥想上 并觉察实相. 真正必须理解只有几个简单的概念，在冥想中，你可以相当简单地理解它们。我们以前透过器皿说过很多次了：去除个人的小我(ego)，除了服务别无其他渴望. 如果这点能完全地被理解与实现，你身处的幻象[你在其中服务]将立即地溶解；然后你将直接地在造物者的光中服务；因为这是他的服务，这是我们的服务，这是起初的思维. 这是起初的造物；每一部份服务所有其他部分，不要求任何东西，不期待任何东西，于是接收一切事物.

你们许多大师[他们曾活在你们的幻象中，已经懂了] 已经以许多方式说过这些，然而地球人仍然难以理解. 朋友们，只要一个人不透过冥想过程接触到真实的理解，他就很难理解这点. 我的朋友们，透过冥想过程，你现在听的话语将变得有意义，你再也不会有疑问；因为这个意义是真理，为你准备的。然后 你觉察到实相、美好、爱，遍及所有时间 (它们)一直都是你的。

透过冥想，打开你的心智与心轮，到达这种觉知。这是我们所知的唯一方式。当你觉察到这个简单的概念 你将不再会有更多的问题. 你将不会怀疑对于这觉知的成就，因为这觉知是不证自明的. 你将不再质疑你同伴的动机，不再害怕人类同胞的作为. 你将单纯地投射造物者的爱到所有造物的部份，因为你将是所有的这些部份；你将觉察到你与所有这些部份的合一.

我的朋友，你将不被理解，但没有关系，因为你会去理解.

你将不被喜爱，但没有关系，因为你会去爱.

你将感受这些振动，它们与(宇宙)造物融合. 你的灵将与你所有的经验和谐相处.

我是 Hatonn，我在此时离开这个器皿. 能够向你们传达这个理解是个大恩典.

我的朋友，你们寻求，我们指导. 我们指导一个简单的接受法门.

Adonai，Adonai vasu.

(V)2014 Re-translated by cT.

☆ **第 1813 章集：海峡之路**

Copyright © 2009 L/L Research

周六冥想

2008 年九月 13 日

团队问题：今晚的问题来自 G，他说：在《一的法则》系列中，Ra 说，一的法则有一个变貌，它表明通往智能无限的大门是一个『位于一条笔直和狭长的途径之终点的大门，如你们可能的称呼。』[1]

问题是，为什么通向智能无限的大门会被称为是「笔直和狭长」的呢，这对于智能无限的寻求者有什么涵义吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中 我们今晚来到你们中间。

能在今晚被你们寻求的圈子呼唤，这是一种极大的快乐与荣幸。你们询问我们简陋的观点，我们非常感激这份荣耀，我们非常高兴与你们分享它。一如既往，我们会请求你们跟随在我们的言语中产生的共鸣，使用那些与你们有共鸣的观点，将其他的留在后面。因为我们不愿意用我们的意见混淆你们的道路，我们仅仅希望其加强它并向你们提供我们能够提供给你的资源。我们感谢你们使用你们的分辨力。

今晚的问题与来自这个器皿称之为《Ra 资料》[2] 的资料中的一段引文有关，在其中的表述是，通向智能无限的大门位于一条笔直而狭窄的道路的终点。在我们查看对寻求者的这个表述的涵义之前，我们想要对能讨论这个短语本身的机会以及它被这个器皿的经验中被使用的方式而表示感激，因为它是一个多少有点容易让人误解的短语。

正如「笔直和狭窄的道路」这个短语在《圣经》中被使用的一样，在耶稣·基督实体使用的比喻中，它并非表示一条无弯曲的道路，相反地，”strait”这个词语，在拼写上是与它的同音异义词笔直(straight)是不同的，它的意思是「狭窄的」。

这个器皿熟悉的对这个词语的这样一个用法是被称为「直布罗诺海峡」（Straits of Gibraltar）的地理位置。为了穿越直布罗陀海峡，仔细地保持聚焦在一个人的船只正在进行的事是必须的，因为它必须寻找海峡的正中心的位置。在旅程的过程中，在海峡的任何一边都会有干扰和那些能够将船底撕裂的岩石。

在一个实体生命中的实质就是这样的。日常的生活会如同一个令人愉快的，开放的场域伸展开来，它带着很多很多的吸引注意力的选项和很多的兴趣爱好。有要

去珍视并照顾的美妙关系。有要去进行的有益工作来谋生并供养全家人，如此等等。

所有这些日常责任都是受祝福和神圣的。这些责任中每一个单独的责任，在其本身，都是一个小小的世界，在这个世界中一个任务可以被聚焦并被向其提供百分之百的爱，这样一个日常零星的事物就可以闪耀并成为献给太一造物者的一个礼物。

将生命创造为一次神圣的旅程的关键是对于这次旅程所采取的态度。我们会建议唤起感激和感谢是使一个人的日常生活的变得清晰的伟大钥匙。因为在任何特定的情况中，无论一个人面对的事物会被这个世界视为一种祝福或一场挑战，那出现在你面前的事物本质上仍旧是这一刻的完美礼物，它包含了你的服务和学习。

当出现在一个人面前的事物看起来并不像一种祝福的时候，会有一种倾向 忘记去唤起这种感激。然而，我们会建议，在你执行一个挑战性的责任前，在那等待的几分钟里有着一种智慧，这样你可以打开你的心轮和心智 领悟你充分的感激，因为有机会活在天父的造物之中并面对这个时刻。

就是用这种方法 开始了人格的锻炼。它不是从冥想开始的，虽然冥想对于灵性上的锻炼是极其重要的。相反，它开始于事物的最表面，开始于最微小的杂务和责任中。它开始于对你正在经历的这一刻所拥有的惊人幸运的领悟，就在你所在的地方，就是和那些正与你相处的人在一起，就是面对你现在恰好正在面对着的那些祝福与挑战。

当灵性做好准备去磨亮它的焦点并将那些迟钝的忧虑抛开时，当灵性做好准备并

涌入内在的饱满和垂直的存在中之际，就会出现一种狂喜。当这种狂喜发生的时候，整个能量体就会开始唱歌。在你做的事和你看到的人的方面，在这之前是一片平坦而令人愉快的景色的地方，而现在你却处于当下此刻的最前线，任何事情都有可能。

带着这种态度，当一个人接着进入冥想与其他的以深化灵性练习为目的之仪式时，他的道路会少了一种努力和复杂性。因为你内在的事物进入冥想中，它是通过你对当下此刻的聚焦而进入的，它已经处于一种冥想前的聚焦状态了。

因此，我们会对你们说，虽然寻求更高的知识、更高的经验和更高的关系的灵性的道路确实是一条狭窄的道路，从那个意义上 如「海峡」一般的道路，然而，它是一条蜿蜒的道路，而且它经常是一条令人激动且有惊奇的道路。道路是蜿蜒迂回而强有力的，它在你面前展开，并对你本质存在的很多层次中的节奏及其在特定不断变化的位置的能量或特性予以回应。

自相矛盾的是，当一个人聚焦于当下一刻并将他自己越来越完全、越来越深入地奉献给对太一无限造物者的服务时，那个正在经受人格的训练的自我的体验是辽阔的。这个器皿经常注意到 在狂喜的片刻，有一种如此精巧的聚焦，就好像感觉一个人正站在一根针头上。然而，在一个宽广而有活力的远景上 有一种平衡性与均衡性，在其中 美丽与色彩的无限层次会在一个人面前 以一种无限的多样性伸展开来，以存在的全然美好奖赏所有的感官。

在焦点的无限收缩和爱、光、狂喜波动之剧烈扩张[在美丽和真理的领域中无限地推动人灵]之间，总会有这种活动(玩耍)。

继续使用这个器皿作为一个例子，在跟随一条狭长而窄小的道路，这个器皿不愿意给自己高分。确实，它重视对轻快步调的使用。这是对狭长而窄小的道路的自相矛盾的性质的一个完美说明。

我们赞同这个器皿，在表面上 它对世俗意义上的细节问题的注意力上经常是不集中且疏忽的。然而，有一个位于通常理解的日常生活的层次之下的自我层次。每一个实体都有这种位于下方的层次，我们并没有很多地谈及作为一个驱动生命并影响实体的态度的内在实相的一个基础，它位于对表面的催化剂的自发性表面反应之下。就是在那个内在的房间中 这个器皿必须在那里花费它的时间。这个器皿从那个内在的房间中被呼唤去生活。无论它在表面上进行什么活动，它都无法远离这个内在的至圣所。这就是那狭长和窄小的性质展现它自己的所在之处了。它用爱的礼物告知了表面上的粗心大意。

这个器皿远不是独一无二的。这个圈子里的每一个人都一次又一次地被那个内在的房间、最神圣的地方所呼唤。每一个人都渴望它并等待着造物者之手的触碰，等待着造物者之爱的遮蔽。在大多数寻求者的生命中会有很多时刻，那条狭长而窄小的道路会通过渴望 进入那个内在房间来表达它自己，爬上这个器皿所称的父神/母神的膝盖，终于回家了，回到神圣之臂膀中。在那里 可以安慰最深的悲伤、最大的伤害，当一个人再次在神圣之心中休息时，会听到他的心跳 爱、爱、爱。

狭长而窄小的道路对希望去进入智能无限的大门的寻求者的涵义是什么呢？涵义就是更深地探索。更深地进入到一种灵性的训练 这并不是放纵。一个人如此严肃地对待自己 以致于他会有和之前不同的对待时间和对待自己的价值观，这并不是自我放纵。

我们如此说是因为对于外在的世界[你们很多人将百分百的时间活在其中的那个世界]而言，在祈祷、冥想、沉思和内省中花时间，仔细考虑一天中的事件，为一个人在这一天的旅程中所经验的事情和收获的事物估量价值，这的确看起来是自我放纵和自命不凡的。

然而，我们向你们担保，一个希望进入智能无限大门的人的必要条件即是这种聚焦，这种聚焦带着喜悦接受了人格的训练，它带着从能量体意义上的柔软轻快脚步 进入一种对于活着的基本态度中，这种态度无时无刻地意识到这个至关重要的内在空间，它是个巢穴 真实的自我从那儿浮现，似乎活着普通的一天，实际上却是一种具有魔力、美妙的体验。

为什么它是具有魔力、美妙而神奇的体验呢？因为当你聚焦爱与光的时候，当你要求真我前进的时候，你已经让那些没有被施魔法的事物，那些不神奇的事物逐渐消失。

在新约圣经中 你们一次又一次地听到的句子是:「有耳朵去听的人，让他听」生命会用一种永远神圣且永远中肯的声音对那些有耳朵去听的人说话。当你的焦点保持单一时，当你走在那狭长而窄小的道路上时，你不用尝试去理解事物的意思。你满足于注视着它们并找到方式去用爱来回应它们。

你会更深地探索。当你更深地进入自我的土壤、更深地进入那已经让你成为你之所是的实体的深入经验的模式的强健根部，你同样也会发现自己在那强有力的魔法的圈子中飞得更高，飞的范围也更加宽阔了，而那个魔法的圈子就是带着对生命的神奇察觉而活出的生命。

我们从来都没有说过如果一个人无法进入智能无限的大门 他就无法毕业到第四密度。简单地通过服务他人而生活并由第三密度毕业到第四正面密度，这是完全有可能的。然而旅程的欣喜保留给那些以该大门为目标的实体。

这个器皿会说:「你离开这里的票就在这一刻」。当你到达该大门的时候，你有极大数量的选择支持着你。进入到开放之心的旅程包含了学会去深深地爱你自己和愿意将你自己的全部带入到开放之心中。它包含了百万种选择，关于你如何看待自己，如何回应周围的那些人，回应你生命中的各种挑战和机会的选择。

为了来到大门，你必须已经找到了将你整个能量体带入平衡，这样能量就能够急速流过你，而不会被那些红色脉轮、橙色脉轮和黄色脉轮的小我式担忧阻碍了那些小我的担忧是关于生存、性、关系、婚姻、家园与家人的。那些到达大门的人已经「亲戚与货财可舍，渺小浮生可丧」了 [3]，而他们的完整实质已经与造物者息息相关，毕生奉献和服务造物者；那促使一个人想望去使用大门。

当这个器皿与星际邦联的成员通讯的时候，她移动穿过智能无限的大门，这样她就可以有所服务。只有当她完全乐于做这件事情的时候，她才能够接近大门。有很多的医者必须经历将一切事物放在一边的过程，他们才能够成为对于光透明的器皿，这样光就可以流过他们并为那些他们治疗的人提供新的机会去找到平衡。

而对于绝大多数人，智能无限的大门的最大用处与存有的光辉有关，因此实体接近大门单纯地就是去在无限和永恒的增强振动中休息。这就是最有普世意义的离开这里的票；这就是在寻求者的个人性经验中 在地球上创造天堂的方式。

叫做 G 的实体之前问过这个器皿:「既然你的能量降低了，如果你缩短花在通灵上的时间将会怎样呢？」我们带着某种乐趣观察这个器皿努力去掌握那个概念。因为叫做 Jim 的实体是正确的，这个器皿希望给出百分百。

当要分享的内容通过她的器皿时，这个器皿能够在 30 分钟内分享她可以花 45 分钟分享的内容吗？那是一个可以被仔细考虑的问题。然而，在提供自我给服务的方面，这就是狭长与窄小的道路的一个完美例子了，这个器皿在它的服务上是没有限制的，的确，一眼看上去 她甚至不会欣赏缩短她的服务时间的想法。

有如此多的人类考量发生在显意识的心智中 以致于很难最佳地知晓作为一个寻求者 什么样的想法是有价值的，什么样的想法是没有价值的。这些考虑在很多方式上都是琐碎的。就进入智能无限大门而让自己做好准备的方面而言，在一个人向造物者献身的基本核心面前，所有其他的事物都会逐渐脱落。那就是将会给你带来真理的铅锤线[4]。

我们感谢名为 G 的实体提供了这个问题，我们会对 G 实体和所有真理的寻求者说，当你们寻求去服务时，轻柔地走在天父的造物之中。擦亮你的眼睛。竖起你的耳朵。你正站在神圣地面上。有耳的人，让他听见。有心的人，让他理解。

请问关于这个询问是否有后续问题呢？我们是 Q'uo。

G：非常感谢你们的回复，Q'uo。我的确有个后续问题。我不知道它是否言之有理，如果你们无法在其上工作，请放心地这样说。有没有可能就好像一个人在远处的暴风雨接近时感知大气中的变化一样地去感知无限？或者无限是全有或全无？

我们是 Q'uo，我们了解你的询问，我的兄弟。我们可以说这是一个多么令人愉快的问题呀。

你的问题并没有明确的答案，因为对于一些人，无限就近在手边，它的确可以被耳朵听见，就好像风的呢喃和鹰的鸣叫。对于其他人，它就是全有或全无。对于一些人，要花费某种巨大的痛苦来击退生命表面的防御。

如果你愿意向无限靠近，那么我们会鼓励你查看你的防御并立刻开始拆除它。一个防御是什么呢？我的兄弟，心经常是重重防御的。你在之前的小组循环讨论中曾经谈到过你如何感觉你的心对 V 实体更加地开放了，因为在你们之间不再有一种涉及到一个个人性议题的紧张。它已经被解决，一切都被理解了。因此，你们两个人都摆脱未做好决定的动态张力，你们都精确地知晓了你们彼此之间所站立的位置，你们都知晓爱是无法被一个人在世界上拥有的人际关系所限定了。你们两个人都发现你们的爱开始展翅和拓展。

你们为了获得这种快乐的体验，在适当的地方曾经拆除极大数量的防御，不仅仅在你这边分，同样也在 V 实体那边。正是通过长时间的讨论、长时间的伤心、长时间的眼泪，才能在你们之间到达这个不再有预期事物的地方。没有任何事物会拖住你。也没有任何事物会拖住 V 实体。现在在你们之间唯一的考虑就是同伴的乐趣。

考虑所有在你的情绪中，在你的线性逻辑思维中，在你的心之核心中 你所做的工作，在祈祷的深处跪下，达到一个表面上快乐和无忧无虑的场所。这就是当一个人认真考虑他的心是如何变得防卫性的时候所发生的事情。

一个防卫这颗心的方式就是通过被编纂成法典的宗教信仰的教条。一个人可以将他的心放在一个宗教信仰的架构中，只要他的心忠实于那个特定的教条系统，他就是安全的。

心可以被防卫的另一种方式是使用愤怒和怨恨，它在心轮周围建造起水泥墙壁以便于心灵不会再一次被伤害。一个人会花费很多年来建造这些墙壁。它们如何才能被推倒呢？这个世界是一个危险的地方。

心可以被防卫的另一条途径是通过恐惧。假如这个世界无论多么的友善和舒适，它都看起来是一个疯狂的地方，一个疯人院，一个混乱的地方，一个没有任何事物是有意义的地方，它将会怎样呢？很多走在大街上并努力去在地球上生活的敏感实体们，他们对这个叫做地球的地方有一种刻骨的恐惧。他们的心之防卫几乎是不可打破的。

对于一些人，成为无防卫的并接着对不去习惯性防守感到舒适，这是一生的工作。然而，恰恰正是这种缺乏防守 允许无限靠近了。的确，在这个器皿的经验中，无限会在很多时候悄悄地溜进来并接管那一刻，或那个小时，或那一天。这个器皿将那无防卫的礼物带在它的身边，虽然它经常丢失那个礼物，但是，比起大多数人，这个器皿要拾起它是比较容易的。

也许它可能会有助于将这个大门带入日常经验 以便于无时无刻地思考，在用哪一种方式来看待一个情境上 你是有个选择的。你可以从空间/时间，线性时间、可度量的繁重空间来查看它，或者 通过在你的头脑中的一个决定，你可以从时间/空间的位置来查看完全相同的时刻，视一切为完美，将所有的事件以一种循环

的方式 从过去、现在、未来汇聚到你里内，这样你就会发现自己成为一个在空间/时间和时间/空间中的被精巧摆放的节点了。

让你的灵性练习包含那观想吧，也许你很快就会发现自己带着一种巨大的惊讶和快乐的感觉陷入永恒和无限。

我们能不能进一步回答你，我的兄弟？

G：在那个问题上不用了。谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。请问现在你们有最后一个询问吗？

G：是的，我有个问题。这个问题可能已经被回答了，但是，考虑到你们拥有从各种各样的视角来着手处理某个事物的能力。我想不管怎样 我还是问了 看看它是否可以引出某个新东西。

对智能无限的体验有各种不同的程度或等级或数量级吗？一个实体能够拥有比另一个人更深入的 对无限的体验吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们可以从两种方式来回答这个问题，我的兄弟。首先，我们会从第三密度的空间/时间的角度来回答它，我们会说，当然，每一个从事魔法工作的实体与另一个在相同的能量或环境下工作的寻求者相比，在强度上或在持续时间上或在某种其他的测量方法上 都会有不同的体验。

然而，从智能无限的角度上看，没有任何方式可以量化对它的体验。如果一个实体百分之百完全地进入对一个时刻的体验中，而另一个实体是用非常不同的方式构建了它的体验，而它同样能够百分之百地沉浸于它对智能无限的体验中，那么，谁又能说一个实体的体验的质量是否与另一个实体不同呢？

太一无限造物者看到整体性并将全体称之为一，反之，实体仍受到空间/时间的价值观的困扰，他会说:「哦，比起我那贫乏的自我— 带有许多的局限和缺点，而这个伟大的灵魂有个更出色、更广阔、更深入的 对无限与永恒的体验。」

批判一个人在灵魂学校中的进展的质量，这件事最终要被丢弃与抛下。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

G：是的，在这个问题中 我正在尝试理解的是 某个事物在经验中的主观性，对于我的心智而言，似乎是终极的。它似乎是这样，如果在这个宇宙中 有任何客观性的事物，它会是智能无限。我正在尝试与那个事实搏斗，对于那似乎是客观实相的事物，一个实体仍旧拥有一个主观的体验。一直会是那种情况吗？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们只会说，恩典的圆满就在于释放这种评判一个人之经验的尝试。

「无限」这个词语本身是无法被掌握的。这可能就是你的最佳线索，去释放对这个问题[一个人可能会如何体验这无限]的任何担忧了。

只要一个人还在质疑他是否完全地察觉无限，他就尚未实现对无限的完全察觉。

无限是无法被衡量的。尝试去观想无限不可避免地为无限放置局限并歪曲了该字汇。很难使用语言来表达对无限的察觉的彻底之无限可能性，它被包裹在这个字汇中。但是我们可以说，当一个实体位于对无限的察觉中时，他会有一种完美与圆满的意识。世界是整体的，世界是一，没有寻找一个人在其中的位置的尝试。一个人与全体是合一的。

这些贫乏的言语对于分享智能无限的菁华只有一点点的能力！就好像我们给予这个器皿凌乱的言语并知晓你的灵将会听到的是 这些言语周围的空间以及言语之间的空间。就是通过这些言语之间的空间中的能量，我们才能够与你们分享太一无限造物者的爱与光的完整概念与绝对的实相。

我们为这次美妙的会议而感谢这个器皿和团体，再一次，能被你们的圈子所呼唤，我们感到非常兴奋。分享你们的美丽和冥想，这对我们是一种极大的祝福。我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。

Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1] Ra，1981 年 2 月 3 日，第十七场集会 (学者版编号: 17.33)

[2] Elkins，Rueckert 和 McCarty 所着的《一的法则》第一部，又名 「Ra 资料」： Atglen，PA，Whitford，(c)1983 年出版。

[3] 这是马丁·路德于 1952 年所作的赞美诗《坚固保障歌 A Mighty Fortress Is Our God》中的一行。它所在的诗节是:

主言权力伟大非常，远胜世上众君王，圣灵恩典为我所有，

因主耶稣在我方。亲戚与货财可舍，渺小浮生可丧，

人或残杀我身，主道依然兴旺，上主国度永久长。

[4] 铅垂线：一条在其末端附着一个铅球的线，被用来确定垂直性。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 1814 章集：时间与金钱**

Copyright © 2003 L/L Research- www.llresearch.org

周日冥想

1986 年四月 13 日

(Carla 传讯)

我是 Latwii，在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。关于方才的停顿[介于我们接触该器皿与她回应之间]，我们感到抱歉；这个器皿关切我们不大像我们自己，的确 我们有点抑制自己的振动，因为我们回想在过去许多次 我们导致该器皿在座位上跳上跳下的 因为我们没有做调整。当我们开始唱："当圣徒走向天家*"，终于说服该器皿，这管用。所以，我们感谢你们的邀请，在今天傍晚出现。

(*影音连结: https://www.youtube.com/watch?v=wyLjbMBpGDA)

我的朋友，我们通常讲述爱与冥想，我们这次要对你们谈论似乎有点不同的主题，我们要对你们谈论支出。做为寻求真理的形而上团体，你们的问题是基本

的，你们想要知道你是谁，想要知道为什么来到这里，想要判定自己要往哪里去。不知怎的，哲学通常忽略所谓的日常或寻常生活，它期待并希望寻求者经验其意识越来越多地投入深沉与难以探测的主题，好让生命经验成长，寻求者变得越来越靠近无限之奥秘，一切万有之源头。

不过你们每个人的确有日常的生活，也就是"你的磨坊中的谷物[1]"；它是素材，你从中萃取解开最基本的形而上问题的答案。每日生活的纹理似乎是陈腐的，或至少是单调的。不过，如果你拥有倾听之耳与警戒之眼，那些日常的东西也会为你带来寻求过程中最奢华的果实。

([1] 原注: Carla- 由于 Ram Dass 的同名书籍，这个词组变得有名)

每个实体在他或她的日常生活中必定要考虑一点：金钱与时间的支出。我们无法也不会尝试过度概括该主题，因为每个实体都带着稍微不同的意图诞生在这里。爱不是个简单的课程，但的确是个统合与单一的创造性原则 [拥有百万张脸孔]，正是为了这个统合却又无限的原则 你们每一位牺牲了知识、记忆、舒适好让自己可以更细心、更密切地工作— 寻求那单一伟大的起初思维。

你们每个人不都拥有相同的可花费时间；你们每个人不都拥有相同的可花费金钱。你们所共有的是向内看的能力，有意识地在你里面发现你感觉最强烈的东西。你们有些人生下来就特别热爱地球的第二密度；我们对他们建议 这不只是欢庆户外之美的机会，还很可能是心智之根对你的显意识自我的暗示，你日夜在其中享受的环境 是你可以协助的。

有些人可能对于那些饥饿的人之苦境特别有感觉；一个人感恩自己可以喂养他的

家人，但不止如此，这样的人可能发现照顾喂养有需要的陌生人是恰当的。

一个人可能这辈子对于世界的问题都没有强烈兴趣，但对于寻求造物主的临在有强烈的兴趣。对于那个实体，他的职责可能不是金钱的支出，而是时间的支出。我们很容易强烈地感觉你们需要听到的是核心信息，也就是形而上生活的中心信息。我们通常述说冥想这个中心议题，希望激励每个聆听者转向内在，在冥想中寻求爱的流动。然而，今晚，我们要建议你们转向外头，面对你周遭的世界。

就我们的见解，觉察万事万物的合一，这是重要的。你得去发现你的天赋与才能，但你所享受的环境渴求你的碰触、你的照顾。我们可以讲好几个小时 建议各种不同的涉入环境的方式，如何升高社会意识与爱的觉知。不过，远为简短与准确的说法是再次承认你们每个人都是独特的存有，但你们每个人都跟日常生活有约— 转向外头; 守住这个约定是好的，因为你的人生不只是你自己的，你的人生是造物主给予他自己的礼物，而造物主存在于万事万物之中。

如果你正在花费足够的财宝在非个人的给予上，我们意指的不仅是金钱，时间的牺牲程度通常远超过金钱[我们再怎么强调也不够]; 那么我们要你问问自己: (宇宙) 造物的什么部份困扰你? 什么部份吸引你? 使你关切?

对于那些并未感受前往日常生活的特定部分的呼求，我们敦促那些人考量他的存有状态有多么活跃。如果他必须提供的就是决心越来越靠近造物主，把这样的伙伴关系献给这个世界是何等地自由? 不是献给一群早已如你一般思考的人，而是献给整个世界，(对于你) 许多人的脸是空白，名字是未知的。

当然，你理解为了成为好学生，首先必须决定你寻求爱的课程，你寻求去服务，

寻求透过冥想去强化学习和服务。所以 你看，我们终究回到我们主要的课题。无论如何，容我们再次暗示，你们的每日生活是一个罩纱，在罩纱的外面蕴含奇幻、想象的存有，美妙的梦境，可怕的龙群，以及最惊奇的故事。

当一个人的眼界是迟钝的，他只看到一个层次: 幻象的层次。但你们梦想着自己的美梦，你们可以注视每日生活的许多个次元与层次，只要你想望。每一秒，奇迹都在你周围爆发。或许，如此多的东西被遮蔽起来是种慈悲，或许过度刺激你的感官将造成不稳定，使你无法进一步寻求。但我们建议你可以看得远一点，你可以在黑暗的角落中找到希望，接着以任何方式分享。我们的确要求你们仔细地考量: 你回赠什么给你的环境。

这个器皿最认识的神圣著作叫做圣经，其中提到良好的事工。我们想要区别传统上对于良好事工的概念，以及我们要建议的概念。首先对你内在的本性鞠躬，因为那儿有良好的事工等着你。不过唯有坚持不懈的寻求者能够完成它。

我们好高兴透过这个器皿说话，我们想要对你们每个人致意。我们察觉这个团体疲倦了，然而我们欢庆你们彼此的爱，以及把你们带到一块儿的灵感。我们希望在这些贫瘠的话语中散发某种灵感，当你离开这里之后 跟着你返回你的住家。愿你们爱上生活，愿你爱上生活的每个部份，因为没有一个东西会没有献给造物主的美。是的，你可能私底下想着自己的身体某些部份不大可爱。你可能以为这个世界许多事物并不可爱，而且你无能为力。但你可以净化你的身体，使它成为一个神圣的地方; 不管有多少次它变得不神圣了，你都可以再次净化它; 于是你也可以如此看待你所居住其中的世界。对于你的关注和侍奉，没有一个污点是太小的，也没有一个问题是太大的。仔细地倾听你自己，你将找到你可以回赠这个世界[造物主的一部分]的东西; 以及这个世界要给你的爱。

我们离开，让你自己思量 在你们政府收取税金的同一周，我们怎能认为这个世界是美丽的？我们转移到另一个器皿那儿，好让我们可以捕抓任何可能飞过来的问题。我们离开这个器皿，我们是 Latwii 群体。

(Jim 传讯)

我是 Latwii，我和这个器皿同在；再次地，我们在爱与光中欢迎你们。如果有任何询问，我们希望可以透过给予慎重的回应，小程度地增进我们的服务。我们提醒你们每个人，无疑地，你们都知晓我们是很容易犯错的，但热切地试图迎接你们的询问。我的朋友，那么开始吧，第一个询问是？

Carla：你们是否觉察任何第三密度的星球，在其中 金钱在需要的时候就可以得到，而不像我们的世界— 贫与富、肥胖与飢饿有着极度的变动范围？

我是 Latwii，我的姐妹，我们觉察在第三密度的幻象中，有着各式各样提供粮食的方法。你们人群设计的方法，提供你们每日生存之基本所需，在广大的银河系中并非从未听闻，做为我们社会记忆复合体的一部份，我们曾旅行到超越这个银河系的地方，透过他们的经验 我们已发现衡量你们所谓金钱的抽象手段也在其他(恒星)系统中找到发芽的地方，因为货币系统可以被少数人控制，然而 几乎所有人都要用到；它是服务自我极性的一颗种子，不管在什么地方 只要一有机会就会播下的种子，接着侵蚀一个行星系统的意识复合体。

无论如何，这样的尝试最常发生在像你们这样的行星系统，也就是说，一个行星影响圈中居住在许多种族，这些存有发现自己需要重复第三密度的幻象，于是呼

求正面极性的协助。如你所觉察的，当正面极性实体给予这类协助，必须让地球人有机会去经验负面极性。是故，植入了两个概念：抽象财富的概念，以及更基本的概念[从底层支持上述概念]-人群的分离，某群人行使权利凌驾许多种族。这两个概念引发你们[整个行星人口]正在经验的货币系统。

在那些行星中，容我们说，比较没有外在协助 或比较不需要呼求外在协助，发展出金钱交易系统的机会比较不寻常。容我们说，一个原生与同质性的行星之氛围多少保持天真，于是人们获得支持与粮食的方法是彼此照顾。

我们可否进一步回答，我的姐妹?

Carla：是的，让我告诉你 我发问的原因，或许你可以评论。我正在阅读一本书，叫做创世纪，跟圣经无关。作者是一个英国小伙子，他想要在纽西兰开创一个社区，他感觉任何成员的金钱都应该跟社区共享。即使某个成员拥有一笔遗产，从该遗产衍生的收入也应该投入该社区；于是每个成员都仰赖该社区，一个成员或许只有很少的零用钱买点小东西。但所有衣物都会由该社区制作，或由该社区赚取等等。我认为这是个乌托邦的理想，在 20 世纪西半球长大的人很可能无法掌握这种概念。因为我们正在思考社区的方向，人们应该协议的东西，在社区中成员在金钱支持方面应该有怎样的期待；这些让我完全地困惑。如果你有任何评论，我乐于聆听。

我是 Latwii，我的姐妹，我们觉察你的询问。我们发觉我们正在讨论老狗与新把戏。嗯，这不是个简单的主题，我们不愿走得太远，因为我们不想要影响你们想要进行的方向。

要进行的方向必须是所有成员的产物，透过他们的思考、理想、能力、限制等等;并且它必须是灵活的，能够因应新的状况而改变。这一群实体怎么安排、支持、治理该团体，这过程成为具有约束力的影响，接着成为该团体的初始共享意识;好比一个刚刚出生的婴儿，你们怎么滋养与喂养他 将决定他的存在与思考之演进。当你们结合为团体，分享共同的目标，你们比分别的个体更大。个人必须给出什么东西好维持该团体? 一个团体要提供什么东西给各个成员 好让个体不会被遗忘? 诀窍是平衡，我的姐妹，也是该团体的所有成员必须集体承担的荣誉和责任。

我们可否以任何其他方式回答，我的姐妹?

Carla: 不了，感谢你们。

我是 Latwii，我的姐妹，我们感谢你。我们特别感谢你忍受我们有些拐弯抹角的回覆，因为我们知道每个人都十分热切地寻求指引与提示 好找到方法实现理想。我们必须保持有些神秘，因为在这个领域中有巨大的学习潜能，我们一定不要夺走你们的机会。此时 是否有另一个询问?

[停顿]

我是 Latwii，今天傍晚 我们很高兴能够对这个团体讲话。能够为这个团体带来开场讯息是个不寻常的荣耀* ...

(*编注: 在 L/L 传讯的 1970~1980s 年代，通常是由 Hatonn 开讲，然后 Latwii 接手问答时间)

[录音带结束]

(延伸阅读: 爱与光选集四- 金钱与灵性)

☆ **第 1815 章集：咀嚼经验**

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

十月 11 日，2008 年

来自 G 的问题: （Jim 朗读）「在身体复合体中 我们有一个程序，通过这个程序我们可以消化各种各样的食物以供我们的身体生存和生长。然而，我们的身体却不会使用我们给它的大多数食物。相反地，它将营养物和其他有用的材料从食物中分离出来，吸收那些有用的材料而将其余的排泄掉。」

「在心智复合体中，我们有一个程序，通过这个程序 我们持续不断地被来自内在和外在的催化剂所轰炸。与身体类似，为了向我们自己提供提炼过的经验以实现灵性进化的目的，我们的心智必须只吸收我们的催化剂中 有营养的部分。」

「你们能否讨论我们的心智是如何提炼我们的经验，尤其是如何消除对我们的成长没有帮助的经验？」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为他的服务中 我们今晚来到你们中间。能被你们的团队呼唤是我们的荣幸和快乐，我们非常高兴能与你们谈论关于正在发生的催化剂的有益食物和在发展优秀的经验中 消化良好的主题。

然而，一如既往地，我们想要强调，请你们每一个人在聆听我们的想法时使用你们的分辨力。如果你们发现它们是有益的，请务必以你的意愿使用它们。如果它们看起来无法与你们产生共鸣，请将它们留在后面并继续前进。对你合适的想法很快就会到来，而它并不是来自于我们。

由于这个缘故，请对你自己严格要求，不仅仅对于我们，同样也适用你听到的所有事情，这样你就可以使你的生活变得更加简单了。因为试图去跟随权威是没有帮助的，除非那个权威就是你自己的分辨力。相信你自己，相信你的进程。我们感谢你们这方面的考虑。

我的兄弟，将正在发生的经验的获得物与食物的获得物进行比较，这是非常恰当的。的确，有用于你的物质身体的食物和对于你的能量体是营养的食物。的确，就好像一个人如果是认真考虑过并且对它的营养非常重视，他将会在他吃什么而不吃什么、喝什么而不喝什么的问题上，做出他觉得是明智的选择，同样，当一个实体在每一天、每一时、每一刻遭遇到那淹没他的感觉和情感的经验的海浪时，有大量的事情是这个实体可以做的。

首先，一个人可以考虑某个新的催化剂实现的时刻。突然间你被要求去在某个新东西上大大地咬上一口，一个新的想法，在你自己和另一个人之间的一次交流，或者与自己的一次将你引向一个新的方向的对话。无论它是什么，突然间，你会

对一个新的思想、新的情绪、新的冲动或一个新的想法细嚼慢咽。

「细嚼慢咽」这个词语是一个我们故意使用的词语，因为有一种方式可以去考虑那个正在发生的事物。就好像你咀嚼你的食物直到嘴里的唾液进入食物的分解过程中并因此促进消化，同样地，当你收到某个触发你的感情的事物时，当你发现自己被引诱发生一个冲动性的反应时，避免立即与冲动的回应，而宁可在你的头脑中对那个触发物细嚼慢咽，从灵性上而言，这是一个非常有技巧的事情。

也许该触发物是个老朋友，你认出它，在过去就一直能够向你提供催化剂。花一些时间去沉思该催化剂，你就可以开始与那个催化剂一同工作了，而除了去荣耀并尊敬那个已经赋予你的情感的过程之外，你无需做任何事情。你可以考虑你是否希望跟随着那个冲动发生在你身上的反应而行动。也许你会行动，但是你可能不行动。你可能会发现它并不是你最深和最真实的反应。因此，接下来你就有机会去穿过无论怎样的痛苦或苦难[位于触发物中]了，而就是那个触发物使你从之前的宁静和满足的环境中离开。

你并不是在为自己寻找更好的表现。比起心甘情愿去诚实地发言，或如这个器皿说的「对权威谈论真理」；　「举止得当」的尝试经常会为寻求者制造更多的问题。如果你的倒霉和情感受伤是因为讲真话对你来说在道德上是必须的，那么，就这样吧。

然而，有很多时候，被触发的最初的表面反应并不是你更深的真理，相反地它是从你的幼年或今生的早期遗留下来的一种假象，在那时你没有感觉到被支持、被珍爱或被尊重。要认出这样的触发物并转向那个内在小孩，用爱抚、亲吻和将它抱在手臂中摇动 来向他表达你对那痛苦的爱、荣耀以及尊重，这只会花费令人

吃惊的极少时间，那个内在的小孩就是更年轻版本的你自己，它曾经受到伤害并已经遭受痛苦，你在这里就是来抚慰并为那苦难赋予基列的乳香。

其次，带着愉快和轻松的心去了解，很多流入你的系统的东西将会流出来，不会被你所改变，就好像你不会被它们改变一样，这是好的。经验就好像食物一样—带有外壳、皮层和无用的部分，它们不会对你的能量体有任何益处。尝试去紧握不放每一点经验，认为它们全部有某种意义，这是很多走在灵性道路上人们经常会犯的一个错误。流过你的能量体的经验的全部容量是令人震惊的，尝试将其紧握不放并用某种让智力上感到满意的方式来塑造它，这确实会让你的能量体迟钝(便秘)。

叫做弗洛伊德的实体曾经提到 有时候一根雪茄仅仅就是一根雪茄。有时候一个巧合，确实只是一
个巧合。当你为同步性做好准备的时候，你们将会看到它们全都在你周围成倍地增加。当你每一次将一个巧合视为进行一次灵性的课程，你让你自己更多地向着这个器皿称之为「魔法的」生活的层次开放了。你对你存在的细节赋予越多的尊敬你看到的动物和鸟，你遇到的街道名称和人名，如此等等 你就会变得更加地开放并能从你的环境中收到很多有益的暗示和建议。

然而，这种思路有用的程度只到某个点，当你开始阻碍自己 无法单纯地允许事物流动起来，而需要对所有的同时性进行鉴别、分类、思考的时候，它就不管用了。在以下两者之间找到一种平衡是非常有帮助的: 前者是活出一个毫不察觉的人生，对于那些内在的连接将给予你的内在关系、暗示与线索的惊人丰富性无感; 后者是活出一个如此沉醉于自我分析的人生 以致于你永远无法打破不断思考自己的那个泡泡，而不能单纯地做自己。

让外壳就是外壳。让表皮就是表皮。让它们通过你并离开你。如果你的确收到了困难的催化剂，那么让它流动吧。直接地进入到它的核心。好好咀嚼它。尽可能小口小口地吃掉它，你仅仅是一直咀嚼，一直吞咽，持续向你自己确认那么多从你那里通过的事物将离开你，而仅仅那对你有益的事物将与你同在。

第三，经常有人说，当食物与朋友一起吃的时候，当有欢笑、有益的对话和良好关系时，食物是最美味的，这是真的。在朋友的陪伴下，身体放松了，心能够保持无防备，消化就会顺畅地流动。
同样地，在你的能量体中，将你正在吃的食物视为在一场派对上被吃掉的吧。你认为你是千篇一律的吗？你认为你的生活枯燥无味吗？再看一看。让你的生命成为一场庆典！如果看起来 在派对上只有你一个人，那么点起一根蜡烛，戴上一条餐巾，就你一个人举行一场聚会吧。

找到理由去大笑。寻找那些将每一件事情放在远景中的想法。养成一种习惯去后退并问你自己更宽广的观点也许会是什么？

成为你自己的优秀同伴，这是一个被学会的技巧，如同任何习惯被学会的方式。

留心那些自我贬低的、称呼自己愚蠢的、叹息你的命运的想法，或者其他使你进入那种认为人生是艰难的看法。

我们并不非建议人生不会有时候是艰难的。的确如此。这恰恰就是你想要处于这个环境一个原因了，这个环境这个器皿会称之为新兵训练营。然而，同时，你内在拥有选择用一个向上螺旋替代一个向下螺旋的能力。这个器皿和叫做 G 的实体

都喜欢圣弗朗西斯(St. Francis)的祈祷，我们现在复述它。聆听那些选择并开始理解在任何的情境中 你可以如何创造一个正面和有希望的倾向。这个祈祷翻译为你们的英文是这样的：

哦，主，让我成为你的和平器皿。
哪里有仇恨，让我播撒爱；
哪里有伤害，播撒宽恕；
哪里有不和；播撒和睦；
哪里有怀疑，播撒信心；
哪里有绝望，播撒希望；
哪里有黑暗，播撒光明；
哪里有悲伤，播撒喜悦。
哦，神圣的主导师，更多地教导我寻求去爱而不是被爱；
理解而不是被理解；安慰而不是被安慰。
因为就是在宽恕中，我被宽恕。
就是在给予中 我领受，
就是在死亡中 最终与我的挚爱者
一起升入永恒的生命。[1]

要让怨恨之轮在你内在运行自如是多么容易的事情呀！如果那个习惯在你内在扎根下来，那么你就会用一种对你的能量体非常有害的方式来塑造它了。你可以认为催化剂完全有权利变得很糟，然而，当你有冲动去这么做的时候，如果你拒绝接受催化剂的表面，而相反地 在那憎恨的时刻中寻找爱，在黑暗中寻找光明，在那绝望的想法中寻找希望，你就能够将你的系统中的毒素清理出来了。

责备你自己或惩罚自己并不会特别地有帮助。唯一有帮助的是 去同情你自己并为自己提供那些希望、那些安慰、那一点点的光，那些光可以让最黑暗的黑夜、最漫长的痛苦变为某种可以工作的、可以忍受的、可以存活下来的事物。

如果你不再抓住那些黑暗的情感，它们的确会从你身上冲走。肯定地，在一场就情感而言的打击中，虽然看起来 你没有可能可以痊愈并继续前进，我们向你保证 你是可以做到。你拥有真诚的心，坚定的目标，渴望成为太一无限造物者的仆人、渴望在你的人生中 成为爱的一股原力。无论发生了什么事情，这些关于你的事物都是真实的。紧紧抓住它们并使用它们吧。使用你自己的知识 作为一个善良的人，值得信赖的人，一个忠诚和有爱的人，这样你就能够将自己那被撕裂的灵带入合一中，并将你自己的黑暗思想带入光中，那光来自于你自己的爱和自己对于一切都好的相信。

会有一些时候 你的能量体似乎生病了。让它生病吧。进入那筋疲力尽，进入那沮丧，或者进入任何在一个特定的时刻让你的能量体痛苦的情况。没有必要去用一种特定的方式去表现或感觉。如此频繁地，灵性的学生会尝试去在行为举止的层次上保持一种正面的视角。他们单纯地将那些麻烦的情感铲出他们的道路，这样他们就能够感觉自己是明智的、在形而上方面是正确的寻求者。

虽然我们鼓励你去调整那些想法 就好像它们是经过你并会帮助你发现自己的真理的更佳版本。最重要的是，我们的确鼓励你，去为你自己的真理作证，无论那真理可能是什么。如果你情况不佳，这不是灵性世界的末日。

允许你自己痊愈，允许自己穿越那些已经以某种方式卡在你的系统中的庞大数量的催化剂，这比起尝试去催促它是好的多的，即使你感觉到完全的悲惨。允许你

的能量体自然流动穿越你的系统，真的感觉它在流动一样，无需要求你的能量体逼迫它流动，无需去摆脱那些你不想要的感觉。

所有你的感觉在它们的手中都带有礼物，甚至是最让人受不了和最让人痛苦的情感。在每一件事物中 都有给那个英勇[2]的寻求者的一门课程。因此，如果你正在被似乎是「忧郁症」[3]的一场攻击所困扰，允许你自己回到存在的健康状态的自然流动之节奏和恩典中，并知晓你的健康从根本上是非常健全的。

幸运的是，你的能量体有大量的[固有]健康。那就是我们在现在会向你们建议的最后一件事情了。有时候当你吃了错误的食物时，你可能会吃药帮助你自己重建平衡。就是这样，当你有了一个灵性上的消化不良的症状时，呼唤你的指导灵并寻求所有你周围的帮助，这是非常有帮助的。你的指导灵靠近你就如同自己的心跳一样接近。你周围的天使们只希望被要求来给予帮助。

就好像这个器皿最近被提醒的一样，记得去请求帮助并开放你自己怀着期待去接受这些帮助[4]，这总是好的。无论你看起来多么孤单，不用感觉你真的与世隔绝。我亲爱的朋友，没有任何事物能够比这更远离真理了。

你在一个合一与互联的大海中游泳，如果你能够看到它，你会为它震惊的。在内在的层面中你有很多很多的朋友，这些朋友是因为你的人格的美丽和你进行服务的巨大渴望而被吸引到你身边。这些天使般的存有只希望将它们的爱和光借给你并在内在层面上支持你，因此 你永远都不会感到孤单。这就是它们的希望，它们可以进入到你的生活并帮助你实现你希望去实现的事物。

与你的指导灵一起工作的最便捷和最简单的方法是每天进入静默中。我们经常谈

到进入静默并保持一个静默的自我，就好像成为对寻求者有益处的资源的灵性电池的非常重要的部分一样。在谈及什么事物可以使一个人能够充分地使用催化剂的事物时，如果我们没有同时提到被动冥想和主动冥想的类别，我们就是粗心大意了。

在被动的冥想中，进入静默中并允许自我逐渐漂离，这是相当简单的，无论你是简单地跟随你的呼吸或用其他方式获得内在的静默。的确，无论你是坐着，走动甚至跑步进入冥想，都是一样的。它的实质是进入静默。因为在静默中有着爱的伟大的起初思维，如果你不让你的小小自我挡住道路，它可以成为你的意识。

那么，在你对你的一天进行沉思与冥思苦想的时候，这就是积极的冥想类别了。

在那些时刻与那些今天触发你的事物一同工作，在记忆中体验它们，允许它们的对立面进入你的意识并允许那对立面的动力接管你的意识，这是有帮助的。接下来，当你完成的时候，将那两个对立的事物面对面地保持在你的心智中，并肯定你与造物者具有 360 度的特性。

当你变得越来越知晓自己，所有这些获得良好地消化和一个快乐的能量体的方式实现起来就会变得越来越顺利与容易，甚至是毫不费力的。

我的朋友，许多事情就是一个习惯的问题。创造沉思和冥想的习惯吧，创造轻松愉快，深思熟虑和平衡的习惯，接着你将可以享用人生的上好美食。

我们为这个非常有趣的问题感谢叫做 G 的实体，现在请问关于这个问题 是否有后续询问呢，我的兄弟？我们是 Q'uo。

G：没有了，在那个问题上没有。Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

R：Q'uo，关于我已经开始的工作，和 G 与 M 一起阅读《一的法则》这本书，我有两个问题。第一个问题是，当人们作为一个团队 一起工作来更多地学习关于生命的灵性层面时，他们是否创造了一个被称为群体心智的形而上实体呢？如果这是真的，他们可否使用该实体做为继续研读的资源？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。当实体们一起工作的时候，他们的确在灵性上创造了一个群体心智，但是，我的兄弟，比起一个群体心智，其上有更多的事情发生。每一个实体都有祖先，容我们说，一个灵性的家族树。每一个人在这辈子之前的转世都与其他实体一同工作过，因此他所关连的家族树是令人惊讶地错综复杂，确实，这是一个小世界。

我们那样说的意思是，当一个实体进入该环境中，在那个环境中 他能够创造一个团队的时候，这个团体与你和叫做 M 与 G 的实体一起创造的学习团体一类的团体，你们几乎可以确定你们在之前已经一同工作过，而在内在层面 也有那些属于你们团队的实体们，他们再一次被吸引前来聚集到一起。这些实体是你们同时在过去与之工作过的实体。当你加入第三个实体，那么你就会获得一个远远更加复杂的模式，这个模式中有那些前世和那些在内在层面中属于那些前世的实体们 以及那些希望你幸福并希望有所服务的实体们。

既然他们全部都被吸引到你的团体，你们所已经形成的就不单单是一个群体心

智，或者容我们说，一个群体超灵、或者混合的指导灵或高我了，你们同样也已经通知 并唤醒了内在层面中的一大部分实体，他们带着良好的振动和能量聚集在你们周围 以便于在你们的道路上帮助你们。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：是的。我认为群体心智是某种新的能量，由一个共同工作的团队所创造，但是这个想法看上去并不是正确的。我想你们说的是 群体心智是一群形而上实体构成的团体，这些实体在过去曾经与这三个具肉体的实体一起工作并帮助过他们。那是正确的吗？

我们是 Q'uo，我的兄弟，那是部分正确的。我们说的是你们的群体心智包括了你们混合的指导灵系统加上我们谈到的支持者团队。实际上轮子有两根辐条：有你们的指导灵系统的综合，为那个团体形成了它自己的独特高我。接下来，来自内在层面的实体们支持那个团体，将它们的能量借给那个指导系统。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：在这个话题上不用了，但是，谢谢你们涵盖它，我会将它与其他人分享。

另一个问题是： 既然我们三个人一起工作而我们都感觉被《一的法则》所激励，而我们所有人也试图学习通灵的技艺，当我们一起在这个特定资料上工作的时候，它是会任何方式帮助我们成为一个更好的管道吗，它会帮助我们成为一种特定类型的意识的更好管道吗？

我们是 Q'uo，我们察觉你的询问，我的兄弟。从线性的意义上，并不是这样的。一同工作、一同被鼓舞、如此等等 并不一定会让你们倾向于成为更好的管道或成为一种特定类型的管道。然而，你收到的帮助从那自我的意义上是难以量化的，却是非常真实的。那帮助，接下来就会使你倾向于对自己有信心，并将你自己从对于通灵的忧虑或任何其他你希望去做的事情的忧虑中解脱出来。
（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

当你给予其他人你的支持，而他们也慷慨地、无限制地将那些帮助返还给你的时候，你们能够在一个团队中体验的友谊和相互支持的质量，对于你感觉自己的方式会有一种影响。在一个无法用言语表达的层面上 会有一种确认。它会让你放松并允许你的自信逐渐产生 不是自负与骄傲 但这会消除朝向收缩和担忧事物的趋势，包括对于通灵的担忧。

当然了，我们会说，让一个人倾向于成为一个更好的管道的事物是在自我的里面，在涉及自我的问题上获得清晰度，这样，你会觉察到 为什么你在这里，为什么你在这个特定的技巧和技艺上进行工作，于是，举个例子，当你着手处理通灵的学习时，它就会更加简单 而讲求实际。

关于什么事物会让一个人倾向于成为一种特定类型的管道的问题，这是某种对每一个人都是独一无二的事情。一个人会成为一种特定类型的管道并不是由外而内的 它是由内而外的。

如果一个实体希望成为一个治愈的管道，但他却努力成为星际邦联的一个管道，

那么，容我们说，就只是把水搅浑。有很多种通灵的方式，对于每一个通灵的学生，这就是一个通过重复的工作积累经验的问题，你会开始确定你特定的、独特的服务道路，并接着提供你百分之百的意愿和贡献来沿着你最大极限的天赋方向改善你自己。

因此，在学习通灵的方面，每一个通灵的学生之兴趣都需要是与自我的对话，在其中有对自我的一种逐渐增长的知识，有对自我和对于这个独特实体希望去给予的服务类型的一种逐渐增长的清晰，这样 当在通灵的圈子中进行工作的时刻来临的时候 [成为对着我们谦卑的想法开放自己的努力的一部分]，就没有任何东西会争夺你的注意力了，你也能够放松，开放自我并去看会发生什么事情，而不会担心结果或者对于你应该如何行动而给自己任何的批判了。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：对于这个特定问题没有后续了，而你们给予我们思想的食粮，我们为此感谢你们。

我想请求一个简短的确定，那就是：当我们谈话时，我有一种离题的想法进入我的心智中，既然我们在谈论「一的法则」，作为一个实体 你很可能觉察到这一点。那是否正确？既然 Ra 是你们群体的一部分，当那种类型的学习进行时，作为一个实体 你会不会被吸引到在那个空间/时间和时间/空间的能量中？

我们是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的兄弟。这肯定是如此的。我们非常高兴为你确认那一点。在形而上的世界中，当人们谈到你，它是被知晓的。因此，我们全部都是，容我们说，一种特定类型的偷听者，当你们与 Ra 团体提供的想法

一同工作的时候，我们的确在那里，而且我们是天使与星球邦联的一部分，我们有时会简称为邦联。我的兄弟，对于移动通过行星地球这所灵魂学校的那些人，从支持他们并成为一个有益的指导灵系统的方面而言，内在和外在层面是一同工作的。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

R：不用了，Q'uo，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。现在有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

G：我来问这一次的最后询问吧。如果它太长或者在器皿的能量上负担太大，请不用介意不能回答，我将在另一次集会中再问。

Ra 谈到业力，他说如果一个实体以一种有意识地 缺乏爱的方式对待其他存有，这个实体就会在业力上被牵涉其中。他们同样说 停止行动的惯性可以被称为宽恕。这引起了一个有趣的问题，考虑一个负面的实体，为了极化，他会有意识地尝试从所有与其他实体的相互作用中排除心轮的能量。
那么对于负面实体 业力是什么呢？如果负面的实体积累诸如业力这样的一个事物，负面实体如何减轻业力呢？

我们是 Q'uo，我的兄弟。要回答那个问题 我们必须将你放置在负面的心态中。对于负面的心态来说，业力是可口的。业力的累积是可口的。在制造更多的业力中有很多乐趣，因为这是控制其他人并操纵其他人的副产品。因此，在服务自我的道路上不会有减轻业力的努力，而仅仅是去磨光狂怒和愤怒的刀锋，直到它更

加有穿透力，更加有效。

我们能否进一步地回答你，我的兄弟？

G：原来是这样，那么，业力在第三密度的实体上普遍地运作 但是有两种不同对待业力的态度，是吗？

我们是 Q'uo。那是精准地正确，我的兄弟。

G：谢谢你，Q'uo。那就是我全部的问题了。

我们是 Q'uo。我们很抱歉看到能量衰微，我们令人愉快的对话就要结束了。我们无法表达与你们谈话有多么快乐。这是何等的乐趣！

凝视你们每一个人的灵光 这同样是一件快乐的事情，当它们混合在一起并创造了这个神圣的场所时，就是这个寻求的圈子。你们的美丽是极其美妙的，我们为能够加入你们神圣的寻求中的经验而感谢你们。

在这个时候，我们要在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Q'uo。
Adonai，Adonai。

原注

[1] 这段意译并不是完全准确的，但是它与普遍接受的翻译[依据原初版本]非常的

接近，原初版本是从意大利文翻译为法文。

[2] Doughty 的意思是勇敢而坚定的。

[3] 一个有忧郁症(megrims)的人是沮丧的，感觉凄凉和阴沉的。

[4] Carla：我刚刚做过一次通灵解读，在其中的建议是，请求我的天使们每一天都与我在一起，而不是将它们视为理所当然的。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1816 章集：炉边闲谈:奇异 UFO

Copyright © 2008 L/L Research

BBS 电台采访卡拉(Carla)，摘录报导

Carla's interview on Lance White's “A Fireside Chat” program on BBS Radio

2007 年九月 27 日，

原文来源: http://www.llresearch.org/interviews/interview_2007_0929.aspx

兰斯: 明显地，你相信外星人与 UFOs，你有没有想要分享的个人经验？

卡拉: 从我进入这个研究领域以来，我从未见过一架 UFO。

兰斯: 我也没有，我相信，但…

卡拉: 我一度以为我有。那似乎是个有些圆柱形状的 UFO，它的两边有灯光，所以我能够看见其外形。它离我非常地近，然后它闪烁着一行字: “我不是一架

UFO，我是固特异飞行船。”当时它正要降落到包曼飞机场，位于肯德基州-路易维耳市的一座私人机场。我大笑了一番!

兰斯: 真有趣。

卡拉: 但我惯常为唐(Don)做研究，他是个驾驶员，每当 MUFON 或 CUFOS*或类似的组织在我们这一带[肯德基、田纳西、印第安纳州]收到不错的报告，他们就会说: “听着，你能不能过去检验这份报告？”
(*编注: MUFONà http://www.mufon.com/ ； CUFOSà http://www.cufos.org/)

于是我们就会坐上飞机，接着我们在现场跟人群谈话。一旦你跟上打的目击者谈过之后，你知道的: 某个东西降落，某个实体走出来，邀请目击者进入飞行器，出去兜兜风。他们拥有非常具体、清楚的经验；他们返回之后谈论这件事，你知道某件事发生了。因为通常被带入飞行器，乘坐 UFO 兜风的目击者 并非特别聪明的人。他们挑选的地球人多半住在荒郊野外。

兰斯: 喔。

卡拉: 或许告诉你一个例子可以说明。就在这里，羊齿溪(Fern Creek)，位于肯德基州-路易维耳市的外围。有个住在羊齿溪的家伙，19 岁的卡车司机，他离开女朋友的住所，正要返回他母亲的家，就在听完今夜秀- 强尼卡森*的长篇大论之后。

(*编注: Johnny Carson，当时 The Tonight Show 的主持人)

兰斯: 喔，是的。

卡拉: 当时是 1970 年代，这位年轻的卡车司机失去时间(感)。回家的路程只有五分钟，但他回到母亲的屋子时几乎晚了一小时。他母亲觉得奇怪，儿子跑去哪儿了?

他的双眼呈现明亮的红色，那是很常见的现象。近距离接触涉及的放射线有时候对于眼睛造成伤害，于是你看见这个红眼的问题。

于是我们在他眼睛仍然是红色之际采访他；唐曾经非常谨慎地学习回溯式催眠，好帮助他的研究。他催眠了这个家伙，把他带回事件的现场，接着找到在那失落的 42 分钟之间，发生了什么事。
他的卡车熄火了，没法再发动。接着他被带离卡车，在一道光束中被带入 UFO。当然，这听起来很荒谬，但这就是他记得的。

兰斯: OK。

卡拉: 当他进入 UFO 之后，里面的空间比外面看起来的样子要大很多。这在许多 UFO 报告中是典型的特征。这架飞行器中有三个实体，他们给这个年轻人做肉体检查。根据他的说法，其中一个实体看起来象是老式的可乐贩卖机，就是那种不高的红色机器；但这台机器是紧张的。还有一个黑色方块，让这个男孩感觉有点威胁性。然后有个非常镇静的白色箱子，它没有什么事可做，除了指挥其他两个实体。

黑色实体和红色实体对他做了各种测试，各式各样的针头插入，从他身上汲取液

体等等。在这整个经验中，他似乎处于一种镇静的状态；广阔的、天堂一般的宁静。这在许多 UFO 报告中也是很常见的。他返回现实世界之后，在他的车子里头醒来。车子立即发动，接着他开车回家。

他唯一清醒记得的事 就是看见这架 UFO 缓缓地下降，靠近他的车子。所有其他发生的事都位于一种另类的实相状态中，发生在那失落的时间当中。

现在，我问你，谁会编造这种故事: 一台紧张的可乐机器？特别对于一个 19 岁，来自羊齿溪，的卡车司机？

兰斯: 对，对的。

(V)2014，Digested & translated by cT.

☆ **第 1817 章集：爱是一种觉知的机能**

来源: http://tinyurl.com/khhjvn3
作者: 丹尼丝(Denise M. Wilbanks)
日期: 2014 年 4 月 27 日

在人类历史的进程中，「爱」这个词语已经经常被用来表示一种感觉的状态--一种被另一个人唤起的 淹没了心的情感。「陷入爱河」这个罗曼蒂克的概念被写入了无数的小说中，它描绘了我们所相信为爱的事物 一个非现实与玫瑰色(美好)的模型。

我们大多数人倾向于认为爱是某种我们通过其他人的媒介在偶然情况下发现的事情。我们从小就学会了将我们的指南针设置为「向外」寻求并期望找到可以激发我们的化学反应的事物或某个人。但是，爱完全就是某个其他人使我们感觉到的一种情感吗？或者，藉由只期待其他人而获得满足，我们可能设定自己迎接无可避免的失败？

在过去的数十年的时间中，「爱」这个词语已经被降级为在脸书(Facebook)上的「赞」按钮了。因为在所有的一般意义上，爱已经失去了它的光辉了。与相信我们能够在自己内在之中找到这种情感的根源相比，我们更为乐意于将爱与一台智慧手机，名牌牛仔裤，我们最喜欢的运动队，食品、宠物以及那些我们拥有一种强烈偏好的事情联系在一起。

有没有可能 我们从未理解爱真正之所是的意义？如果我们通过上下文将爱理解为一种情感，那么，在没有任何情绪在场的情况下 爱单纯地不存在，这就是无可非议的了。我们倾向于逐渐损坏我们的回应能力*— 完全地存在于爱的状态中。用我的朋友盖瑞(Gary Bean)的话说:「爱是一种觉知的机能。」字典对于「机能」的定义是: 「一种与其他因素有联系或依赖其他因素的因素。」籍由这条定义，一个人同样可以认为觉知是一个爱的机能。让我们暂时转向不同的观点以便于更好地理解这种动力关系。
(*编注: 原文为 response-ability，带有责任 responsibility 的涵义，有心人可自行 Google 关键字)

江本胜博士已经研究结晶的水超过十年的时间。在他的研究中，他发现水能够呈现出被指向它的能量的「共振」。换句话说，人类的意识对水的分子结构拥有一种影响。他用带有诸如「爱的元气」、「谢谢你」、「你让我恶心，我要杀死

你」之类的不同词语的标签贴在瓶子上。每一份被贴上正面情绪的标签的水样本都呈现出其繁复(整齐)的外观，而被贴有负面标签的水样本则是混乱的。江本胜博士得出结论，想法或「意图」是驱动力，因为在宇宙中的每一件事物，包括想法，都是振动。

考虑到在我们人类的实相中，共振从想法开始，那么我们对想法的觉知对于产生和扩大我们理解为爱的正面振动就是至关重要了。通过这个镜片来观察，在爱与觉知之间的微妙的、不可分割的、可互换的舞蹈就会开始有道理了。

上周我对《一的法则》的管道卡拉(Carla L. Rueckert)进行第二次的采访。我们的讨论围绕着下面的通灵引文:

我是 Ra，我们从这个问题掌握到你了解在第三密度中，催化性经验的主要机制是其他-自我。其他催化影响的列表: 首先，造物者的宇宙; 其次，自我。

（一的法则，33.14）

在这次采访中，卡拉和我探索了在我们的生活中 催化剂的体验。我们每个人如何与这种不断改变的爱与觉知的相互作用打交道，我们如何在自己内在之中创造出一种转变并同时影响我们的振动。我们都赞同去爱另一个人的选择，或者甚至是去爱自己的选择，都是从一些最有挑战性的体验中被诞生出来的。虽然这些体验可能完全动摇了我们的世界，它们同样也将我们的觉知放在摇篮里并深化了我们爱的理解。在其最核心之处，爱被最佳地描述为能量，万物从中升起的源头。它的影响是如此深远的，这是不足为奇的。

觉醒并精通该机制— 我们藉此上升到这种能量中，或上升到「爱的状态」，就是对生命的「解答」（why）了。在我们的菁华的中心位置，我们单一为了这个目的而存在。

我们不必独自奋斗，难道这不美妙吗？宇宙是与我们协作的。它就好像下棋一样：我们移动，接着生命移动，宇宙协助我们跨越棋盘。选择是我们的。转换到任何的「状态」都如同对我们日复一日遭遇到的很多的问题说「是」一样地容易。我们是拥有这个能力— 重复地选择并察觉到我们最深的意愿而打开我们的「心之活门」。有时，我们的真实的意愿对于显意识心智可能是模糊不清的。这个选择给予我们「方法」（how），它鼓舞了勇气。然后勇气会冲破任何的阻碍的墙壁。

阻碍顶多不过就是一个量尺：旨在考验并测量我们勇气和力量的要素。在超越一个「不」的方面 我们越为熟练，要打开「心之活门」就会越为容易，它同时会允许我们变得真实。唯有通过将我们的头伸入到狮子洞穴之中，我们才会弄明白我们是由什么所组成的。这就是已经被布朗(Brene Brown)博士在他的研究*中很清楚地记录下来的事情。
(*参考连结: http://tinyurl.com/oequyk5)

脆弱听起来会象是真理而感觉起来象是勇气。真理和勇气不总是让人舒适，但它们从来都不是弱点。 布朗博士
爱与光图书馆 <wbr>18-17、爱是一种觉知的机能
三重自画像

你可能问自己：「我如何精炼我的觉知呢？」用类似于(画家)洛克威尔(Norman

Rockwell)在他的《三重自画像》中进行反思的一种方法 来检查任何事物。目标是揭露我们自己内在的那个「观察者」，这个面向允许我们通过我们的心智的镜子来更充分地看见我们的「自我」。这个观察者教导我们不去看我们认为我们是谁 或者我们如何提高自己去成为谁，而是去看我们是谁，或更准确地说，我们是「什么」。

我们是处于最纯净状态的能量。进入觉知的旅程不是一个讨价还价或批评的过程。我们太过于相信那个「头脑中的声音」了，我将它称为「海盗」 我们内在平安的劫持者。在那些我们无法看到所有事物的本来样子的时候，这是关于我们对自我的宽恕和仁慈的问题。艾克哈特·托勒(Eckhart Tolle)直率地说过：「了悟到『在我脑袋中的那个声音』并不是我之所是，这是怎样一种解放呀。那么我是谁呢？看到那个事物的实体吗？」

最后，觉知的回应是：把我们传送到我们称之为爱的永不停歇的泉水旁，伴随着一个响亮的「是」！

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

延伸阅读-- 脆弱的力量:

http://tedxtaipei.com/2012/04/listening-to-shame/

Brené Brown：眼中的脆弱与羞辱

你们中间有多少人，如果做了一件伤害我的事，会愿意说：「对不起。我犯了一个错误。」或「对不起。我是一个错误。」？

在没有聆听这段演讲之前，我并不能理解者两者之间的代表意义，只明确知道这两者之间的导向有些不同，在看完这场 TEDTalk 之后，突然我对自己人生中很多过去的表现，找到了自己一直无法跳脱的感受因何而起，Brené Brown 在演讲中提到了一段话，深深说中我的现状。

对于男人来说，羞辱感并不是一堆竞争和冲突的期望。 羞辱感的是一个东西，不要被视为什么？ 懦弱。 我做研究的头四年中都没有采访过男人。 直到有一天在一场千书会后，有个男人看着我 对我说：「我很喜欢你谈论关于羞耻感的观点，我很好奇，你为什么不提及男性。」 于是我说，「我不研究男人。」 他说，「这倒很省事啊。」 （笑声） 我说，「为什么这么说？」 他说，「因为你说要走出去 ，去说我们的经历，不掩饰脆弱。 但是你看这些你刚刚 为我的妻子和三个女儿签名的书」 我说：「是啊。」 「他们现在宁愿看着我我骑在白马死掉，而不愿看我失误落马，当我们选择展示脆弱时，我们会被人用乱拳打死。 而且别告诉我，是教练啊或爸爸或这些男人们打的，因为在我生命中的女人才是对我最残忍的。」

爱与光图书馆 <wbr>18-17、爱是一种觉知的机能

根基于我从小的家庭教育，父母亲不允许也不接受我脆弱的样子，但在这世界上的女人、男人多半有着类似的心声，因为我们害怕不被人们认同，尤其是亲密的人，往往我们最需要支持的时候，他们给予的反而是形塑典型男性或是女性该要有的要求，而非关注于个人需要的情感需求，往往不在其中的人可以轻易说出如何解决这件事情的方法，甚至会觉得怎么可能无法解决这样的问题？这场 TEDTalk，Brené Brown 以自身经验告诉大家，其实羞辱感才是所有人追求表现的动力来源，在这里让我们先来看过去的一段影片：

在 Brené Brown 这段演讲里面，谈到「脆弱的力量」，演讲的内容中有一段对我来说非常受用:

我想简单解释勇气(courage)与勇敢(bravery)的不同，勇气最初的定义，最早变成英语的时候，是拉丁字源 cor，表示"心(heart)"，而它最初的定义就是全心全意讲述关于你自己的故事，所以这些人有着承认不完美的勇气，他们有同情心，对自己好之后对别人好，因为，后来发现，你要对别人有同情心，就一定要先对自己好，最后，他们都有着连结，这是困难的部份就是"真实性"的结果，他们愿意放下他们想成为的自己为了做真正的自己，而为了与人连结就必须这么做。

他们的另一个共通点，是他们坦荡的接受脆弱，他们相信让他们脆弱的会让他们美丽，他们并不是说脆弱，是很自在的事，也不是很痛心的事，从我早期"羞耻"访问中发现他们认为脆弱是必须的，他们谈到愿意先说 「我爱你」，愿意去做那些不保证美好的事，愿意在乳房 X 光检查后深呼吸 等待医生回电，愿意投入一场恋爱，不论结果好不好，他们认为这是很基本的。

结合这两篇 TEDTalk，也许勇敢与不勇敢之间的差距，在于以下这段话：「荣誉和功劳并不属于那些评论家，也不属于那个只会坐在一旁，教训那些真正在做事的人，如何可以将事情更好，并且高谈他是如何跌倒的。 这个荣誉是属于在竞技场上的那个人，他们的脸上 满载着灰尘和血汗。 但是，当他在竞技场上时，他最多是赢的胜利，然后在最坏的情况下，他会失败。 但他面对失败的时候，他无所畏惧。」

我们能否鼓起更多勇气，面对这些世界上必然存在的言语判断？进而用我们的智

慧，体验属于自己的人生选择，让自己感受生命的力量，往前前行？这种话在身边书店里面多的是有作者将他写下来，今天在 Brené Brown 的两段 TEDTalk 中，我们从其中阅读她的生命智慧，做出与之类似的选择，在上星期的活动结束后，身边有位认识一段时间的朋友对我提出一个疑问：「你们在台上把这些事情说出来，说完了这些故事，那然后呢？谁要来执行？」在经营这个社群，我们不停的思考，如何能够让更多人与我们一起共同参与改变，教育需要改变的行为？我们也清楚，这些改变需要一步一步执行，我们从网站开始，从我们熟悉的领域起步，用我们擅长的分享故事，与更多人一起改变自己的想法，让好的想法除了分享之外还能够在彼此脑中萌芽，让我们选择做出的行为有所不同，也许就能够透过这一点小小的改变，让更多人愿意参与我们。

很感谢那位愿意提出这个问题的朋友，因为，这是个大多数人都好奇想要问的问题，我也希望利用这个机会，跟问我这个问题的朋友说：「说故事与执行一件事情，都需要持续地做下去，才看得见改变与影响，我们不仅仅只是说故事，我们持续带来这个社会的微小改变，总有一天，你会在你的身边，看见我们作出的成果。」愿大家都能得到你心中的力量，做出属于你的成果。

☆ 第 1818 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十八

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 18

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 9 月 24 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

我是亚伦。藉由请求你们与我一起参加一场简短的引导式冥想，我想要向你们介

绍这个调音的过程。

请让你自己跟随而不必担心你是否可以做到或无法做到我所建议的内容。我们在此强调的内容并不是摆脱你们内在的任何事物，而是仅仅让小我的障碍物消失，这样你就可以进入到自己的神圣面向并且聆听来自那个中心处的声音了。

通过做一些深呼吸和放松来开始… 吸气…。对你而言 没有任何外在的事物。当你吸气时，在你可以的范围内 尽可能远地进入宇宙，你将这个宇宙吸入你称为自我的存在。当你呼气时，你将你称为自我的存在呼出 进入宇宙… 吸入并释放，每一次呼气都消融了自我的界限。吸入并释放，同时送走任何的抗拒以便于将宇宙带入你的内心，送走想要去紧紧抓住成为“重要人物”的任何抗拒；只是随它去吧…。假如有任何事物是紧握不放的，没有关系。它将会消失。没有要去做的事情，只是存在，吸气并随着呼气向外扩展流动进入宇宙，接下来将宇宙吸入你自己之中…开放… 内心因为它的孤立而感到疲倦…开放… 让你自己进入到你之所是的本质，释放所有你一直认为你是谁的观念，只是让那个纯净、清晰的心识/心神成为它一直都是的事物：纯粹的意识，纯粹的灵魂。

当你放下你的界限时，感觉连接到宇宙中的喜悦和苦难。意识到在自己之中升起的热望 去成为一个工具，去提供你的能量当作工具，以便于让那个苦难得到缓解— 不是我的苦难或你的苦难，而是我们的苦难。热望去成为所有存有的一种能量、勇气、爱、信心和治疗的源头；以这样一种促进宇宙中的和平和快乐—这是首要的意愿— 的方式去显化你的能量，同时离开那个恐惧的、微小的自我。

以你自己的话语，安静地陈述你的意愿去服务宇宙与安住其中的全体，去成为一个爱的载具。当你以自己内心的话语说出这个意愿时，我将沉默一会儿。

（暂停）

给予那个热望和意图后，接下来的问题是：“我如何实践这个呢？”你无法单独实践它。当你连结到一切万有，你能够去实践喜悦、和平、和谐。所以下一步是邀请可能有的 无论什么协助，每一个人都以自己的方式，祈请耶稣或佛陀，请求上帝的协助。安静地说出你的祈祷，好让你可以成为一个疗愈和爱的器皿，在这个世界上— 不是为了你自己的小我，而是为了对全体的服务；不是为了你自己的荣耀，而是为了在衷心的感谢中 你的服务可以回向提供给上帝。因为你不过是那个神性的一个镜射— 藉由你自己的权利，你是神圣的，但从那最灿烂和完美的光中拿出你的光，并且带着喜悦，返还那道光，一直更加明亮，更加清晰。

接下来我将再一次暂停，以便于你可以用自己的话语说出你的祈祷。

（暂停）

所有的存有 在人性和灵性层面上都包含了某种正面和负面的极性混合。没有人是完全地负面的，也没有任何人是完全地正面的，包括那些非常充分地觉醒的大师们。我们不必逃离我们内在的阴影，而是向往以爱去碰触那个阴影，并且藉此来成长。以同样的方式，我们不必逃离外在的负面能量，而是向往以爱去碰触它。

假如在这个圈子中有任何存有属于负面极性，即具有显著的负面极性，无论它是人类或无形的存有，如果它想要聆听这些教导，我们欢迎它。它不可以透过这个器皿说话。欢迎它来聆听并学习为所有存有服务的道路，爱的道路。

在这个位置 芭芭拉将自己沉默一会儿。她自己在这里的进程是去对于她所主张以及重视的事物做出坚定的陈述，那陈述即没有人可以透过她传讯除非它们与她最高的价值完全地和谐一致。虽然她所传讯的能量 95%是我的能量，但是她利用

这个过程，仅仅因为它是一个重要的声明，这声明在她所收到的讯息上 给予她信心并且允许她放松进入传讯。现在我将会安静并且让你们每一个人用自己的方式冥想 2 或 3 分钟。

（暂停）

亚伦：我是亚伦，再一次地，对你们全体献上我的问候和爱。我的兄弟/姐妹 Q'uo 建议我来开始这个集会，我将会极为简要地开场，接着将麦克风转给 Q'uo。我们的主题是："什么是灵性的道路以及我们如何活出它呢？"

我亲爱的朋友们，当你作为我所称的一个神性的火花第一次察觉并感觉到一个分离的时候— 我们可能称之为一种与我们可以称为上帝的分离，虚幻 但似乎是真实的— 从这时起，你就已经走在这条灵性的道路上了。没有任何你能做的事情不属于灵性道路的一部份。只有去走那条道路的 比较有技巧或比较没技巧的方式。我所说的有技巧的，我的意思不是邪恶或良善的方式、它单纯地是将痛苦带给自己或其他人的方式，或者 帮助所有的存有从痛苦中释放的方式。

当你"走在"这条灵性的道路时 [我将那个词语，走在，标上了引号] 或许你真正在询问的问题是："我如何对于我是走在灵性道路上的一位存有变得更加觉察呢？我如何藉由更深的觉知而活出我的人生呢？"

你们每一个人就好像是一颗鹅卵石 被丢进一座巨大的、寂静的海洋，一座无限的海洋。每一次 一颗鹅卵石溅起了水花，它碰触到围绕在它四周的每一件事物并且激荡出波浪，这波浪影响了所有其他的鹅卵石。当你送出爱的能量时，与送出怨恨或恐惧的能量相比，你与世界的相互反应/相互关系是远远地不同。然而你觉察到 [你们许多人时常听我说过] 只要你是人类，你将会有情绪。恐惧有时候将会升起— 愤怒、贪婪、嫉妒… 你不可能阻止它们的升起，但是你可以改变你

与升起的事物之间的关系。

就我的看法，以下两者之间有着巨大的不同：一个人将恐惧视为愤怒或贪婪的基石，接着要嘛在愤怒或贪婪中作出反应或作出行动，要嘛因为那些已经升起的情绪而憎恨自己；另一个人看到升起的恐惧，看到从恐惧滋生出来的愤怒、贪婪或其他的情绪，他仅仅放松并对它微笑着说："喔，你又来了。这是嫉妒。这是渴望。这是愤怒。"

在这里我所谈论的不同是对于升起的事物的所有权之不同。

这就是我们持续陷入其中的幻象：我们是一个自我而且我们拥有这样或那样的情绪、思想或感觉；一旦你拥有了它，你就被困在它里面了。你知道布雷兔和柏油娃的故事[1]吗？我们已经使用过这个故事来说明一些事物的区别，但是今晚我想要使用它来阐明这个所有权。

原注[1] : Brer Rabbit and the Tar Baby，源自《雷摩叔叔故事全集》，乔尔.钱德勒.哈里斯(1848-1908)着，波士顿：霍顿米夫林出版，1955。

布雷兔看见柏油娃，他认为柏油娃正在嘲笑他，所以他揍了柏油娃。他对他的愤怒做出反应，接下来他被困在他的愤怒之中了。他说"放我走"，他再一次揍了柏油娃。双手被粘住了！"让我试试看一只脚，二只脚"… 他所有的四肢都被粘住了。这里有一只被牢牢粘住的兔子了！当你看见一个情绪升起或一个想法升起时，有了厌恶或执着，你抓住它并且尝试对它紧握不放，或是为了试图去摆脱它而踢它并揍它，你开始认为有某个人拥有它。那么你就被困在这个观念中。

这同样也是你的灵性道路的一部分。假如有觉察，甚至被困在其中也是一个学习的机会。但是通常在那个位置，有如此大量的恐惧和挫折主宰着那个已经消溶的觉察。

回头永远不会太迟。在任何时刻，你都可以刺穿那个所有权并单纯地向自己微笑："这里 我再一次被困在它里面了。"你又一次说:"喔，又来了。"或许我们可以说这种情况是"被柏油粘住了。"做一次深呼吸并进行一次提醒："这并不是我之所是；然而我是人类，只要我是人类，这将会一直持续升起。它不是被给予我来与之奋战，而是来从中学习的。"仅仅放松并且与它在一起。

今天傍晚稍早时，芭芭拉谈论到关于大圆满静修(Dzogchen retreat)以及关于本觉（Rigpa），或是"光明极致完美"，它只是一个为了找到在你们自己内在的那个神性的空间以及一遍一遍又一遍 在它里面歇息而想象出来的术语。这个是灵性道路的本质，如我所有的多世生命中 被我曾经遇到的每一个宗教所教导的一样。它们之中有一些对它的理解有点扭曲。它们之中有一些对于它是非常清晰的。它们全部都向往那个空间，向往到达那个纯粹存在的空间。

这里我们不是谈论具体的宗教，而是谈论灵性道路本身。那条道路的本质是去学习如何一次又一次地回归到你的这个神性的面向，我所称的你的天使面向，去让那个面向稳固，去学习认出那个天使性的体验、纯粹觉知的体验方法。一直到你认出它之前，你都无法对它做多少事。

你们每一个人比你所知道的 远为频繁地处于那个空间中，但是因为没有觉察，它来了又走而没有认出来。所以首先你需要去认出内在的那个空间。接下来，你进行工作去稳固它，并能够越来越多地从那个明晰和连结的空间中 与世界连接

在一起。

对我而言，那就是灵性的道路。关于“我们如何活出它呢？”— 这是我们将花费周末时间来探讨的问题了。我们如何与我们的恐惧、愤怒、痛苦、渴望一起生活呢？我们如何在我们的心中 为所有的那种人性留出空间呢，而在我们展现那种人性的时候，我们如何找到对我们全体的深深的爱呢？我们如何释放批判呢？而同时我们必须觉察到，当我们向往去释放批判时，我们依旧对我们的选择负责。

这里我们拥有一个相对的实相和一个终极的实相。关于那一点 有许多我想要说的内容，但我将保留到明天再说。

在这个位置，我想要传麦克风给我的兄弟/姐妹 Q'uo。我使用兄弟/姐妹这个词语是因为 Q'uo 并不将它自己当作女性或男性的能量，而是作为二者的一个结合将自身提供出来。我也既不是男性或女性，但我已经选择显化我的能量和穿上一个意识的斗蓬并成为属于男性的存有。

你们所有人都是男性和女性的一个混合。你具体投胎为男性或女性的身体并且更全然地显化那个身体的能量；而你们所有人都是二者的一个混合。Q'uo 非常美丽地平衡那个混合，同时展现出男性和女性二者的完整性。所以我将麦克风传给我的兄弟/姐妹/朋友。那就是全部。

Q'uo：我们是你们知晓的 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候你们。我们感谢亚伦娴熟的介绍，藉由指出我们是由你们识别为男性和女性的事物的想法和记忆所组成的一个复合体，我们继续。现在我们作为一个整体进行研究和服务。

在我们的灵性寻求的道路上，我们通向这个点的道路已经含括了你们目前投生体验的范围。你走在一条道路上，它瞄准一种灵性演化的道路，你可以增强和加速这种演化。你们人群中 许多人没有想要更快速地学习爱的功课；然而，你们每一个人确实想要协助那个心智的灵性演化的过程，如一些人对它的称呼。

就我们的部份，我们极大地而且谦卑地感谢每一个人呼求我们来到你们的寻求圈。因为当我们与你们分享我们的想法时，我们正在学习并且追寻着我们所选择的服务道路；你们的协助同时鼓舞我们并使我们从事我们的道路。我们请求每一个人不断地觉察我们是容易犯错的。我们会犯错，我们不会要求你们将我们当作是权威之声来听从。拿走那些与你内心共鸣的想法，其余的请搁置在一旁，因为我们不想成为任何人的一颗绊脚石。

所以，如同叫做亚伦的实体已经说的，你正在这里做选择。让我们检视这个情况。

我们的理解是，你们所在的这个密度是第一个自我察觉的密度；在这种自我觉察的状态下，你开始同时检视你内在的实相和你周遭环境的特性。这个你知晓为生活的幻象进入未受教导的心智的混乱之中。各种颜色、形状、实体、关系对着肉身中的婴儿大声叫喊；噪音变成了信号，混乱变得越来越有规律，环境被内化了，这些改变充满了年轻的岁月，自我同时画出具有自己的个人意义的色彩的环境。

我们的意见是 你们面对的选择持续具有一定的基本特性。每一个选择都与极化或获得一个偏向有关，这种偏向不是朝向发光的、慈爱的、释放和扩展的事物，就是朝向吸引的、拉扯的、紧抓不放的事物。我们称这个动态关系为服务他人或

服务自我的一个选择，我们将"正面的"这个词语分派给服务他人的范畴，而将"负面的"这个词语分派给服务自我的范畴。

（Q'uo 接下来的陈述没有纪录到）

亚伦：我是亚伦。有一些问题我们将会在这个周末探究，但它主要涉及一次又一次地在你的生活中 重复其自身的事情。为了带着觉察和爱走在一条灵性的道路上，一个人必须知道他在什么时候已经进入恐惧中并且与爱切割。

我们如何发现那个觉察并且深化它呢？恐惧在我们心的周围筑起好几道墙。我们如何消融那个恐惧呢？信心在什么地方进入恐惧中呢？当我们已经做出我们所能做的最好的决定时，思想我们是出于爱而行动，结果似乎是自作自受并给我们带来了极大的痛苦，这是不是意谓着我们是在没有清楚看到恐惧的情况下出于恐惧而行动，或者它意谓着我们需要拥有更深入的信心呢？有时它是一个方向，一个答案。有时它是其他的答案。我们如何开始进行区别呢？

痛苦总是我们正在做错(我不愿意使用这个词语，但...）某件事的警告吗？或者痛苦是不可避免的？有时甚至在明智的选择中可能仍旧有痛苦吗？在我们的生活中痛苦是关于什么呢？在人类肉身中，是否将会完全没有痛苦呢？或者我们单纯地改变我们与痛苦的关系并且结束我们与它的战争呢，肯定不是邀请它进来，而是在它出现的时候不去憎恨它。在这里我不提供任何答案，只是提出一些问题。一个人可以过他的生活，同时如此努力不去伤害其他人，但是假如一个人努力去成为某个没有伤害的人，不是在其自身创造一种伤害吗？

在本周稍早时候的一场谈话中，我举了一个例子，那是我在投生过程中看过许多

次的情况，在那个情况中，在苦修状况中的僧侣或修女试图在成为无名小卒的方面去超越另一个人。谁最后一个去拿食物？谁能去做最艰苦的工作？你可以将成为一个殉道者变成一种职业，并真正地增强这个小我，固化它。

所以，它与你做了什么没有多大关系。你总是在为别人服务并让其他人先走，这看起来是非常仁慈的。这样做的动机是什么呢？当你检视时，你将会发现有多重的动机。在每一个行动、言语和想法中，有着多重的动机。在你的口袋里有一颗苹果而且你知道你又饥又渴。这里有一颗红色的、多汁的苹果。你把它拿出来。正当你要咬它一口时，有一位小男孩、眼睛大大的、非常瘦，伸出他的手说："求求你！"你的心打开了而且你给出苹果。当你给苹果时，有一个小小的想法浮现："我在做好事吗？有人看见了吗？"给出苹果是一个单纯的、爱的行动。而伴随的想法从恐惧与想要成为好人的地方滋生出来。它是成为重要人物的另一个面向。

所以，我们从来不会完全地出于爱或出于恐惧来行动或说话或思考。我们如何开始熟悉我们复杂的动机，以致于我们可以开始更好地理解我们的选择，从而开始为我们自己和所有存有更有技巧地与更慈爱地选择呢？对我而言，这是在一条灵性道路上行走的焦点。它不只是造成结果的行动、言语、思想，还包括动机的澄清，学习关于这个小我如何固化的，而又不害怕它的固化，而是每次当它发生时将它用作一个催化剂去提醒自己返回进入中心，返回进入连结 以及进入纯粹心智，纯粹大我之中。

我们将用整个周末深入探索这方面的所有内容，同时也有时间回答你们的个人问题，谈论你们的个人状况。这里有睡意了。不早了。我想在这里将麦克风交给Q'uo。今晚我感谢你们全体 允许我与你们分享我的想法，我非常期盼我们在整个周末继续分享。对你们献上我的爱，祝你们晚安。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们想要响应叫做亚伦的实体的?述 并且会留给你们二个想法。

首先，那些一同寻求去服务他人的实体将会在相互彼此之中看见，在不服务自己的情况下，要去服务他人，这是何等不可能的事情，因为你的行为是被反射的；当每一个人彼此服务的时候，每一个人都接收到启发。在你姐妹的心中 是你的自我。在你兄弟的心中 是你的自我。你不是投生来成为安静的，你的选择是在活动之中作出的。

第二，对于你的能量的每一次爆发或混乱，会有时间去汲取灵性的食物和饮料，它滋养并让你休息。开始更多地觉察这些动态关系。看到你的自我被镜射，看到爱被镜射，并感觉爱在流露和汇集，这是一个人对另一个人的爱，无论是什么的所有事物对无限太一的爱。

为了这个傍晚，我们再次感谢每个人并且祝福每个人，在喜悦中、在和平中，在太一[他即是一切]的爱与光中我们离开每一位。我们是你们知晓的 Q'uo。
Adonai，Adonai。

Translated by M.D.
(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 1819 章集：亚伦与 Q'uo 对话之十九

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 19

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 9 月 25 日

声明: 请你们每一位在读到这些言语的时候将识别的能力保留在自己身上，从我们的那些想法中分辨出哪些是对你们在那一刻有帮助并且与你们共鸣，哪些是没有切中要旨的想法。请你们拿取那些有益的想法并将其他的留在后面。如果你们愿意那样做，我们就会在与你们分享我们的观点时感到放心了。我们感谢你们这方面的考虑。

（这次集会之前有一段调音和冥想）

Q'uo: 我是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中 我们问候你们，我们感谢每一个人，为了这份赐福— 呼唤我们到这个工作的寻求圈中，分享这混合的振动。我们分享我们的想法，因为我们也是旅行在这条不断展开的道路上，这条道路即是灵性的朝圣之路了。

我们说过你们存在的密度是一个选择的密度: 有如此多的事物基于其上的一个伟大选择。我们将这个选择描述为，在发光的服务和抓取式或磁吸式服务之间的选择：即服务他人和服务自我之间的选择。在每一个时刻去对这个选择作出分辨是你进行投生来追寻的那种学习的一个独立的部份。这种学习的其余部分单纯地是继续给予赞美和感谢。这就是使你的步伐充满喜乐的音乐。在全然的觉察中做出一次选择是个开始。每一个之后做出的选择都会增强和深化能量，你可以有效地接受并且让能量流过你。你看，万事万物的能量就是爱。

当造物者选择去显化造物时，造物者之所是的那个思维就是爱— 但，它是未知的爱和无知晓的爱，尚未被自由意志的选择去赋能以产生爱的显化。这个伟大的

起初思维产生的首先显化是光子(photon)，你们的科学家将其命名为一个光的单位。无论是什么可以被感知的所有事物都是藉由光的连续性量子和旋转所创造的显化。

当你穿越这所学校[就是你们的幻象]时，你所寻求去从事的事情是越来越信实地接近太一伟大的起初思维之振动，也就是爱。选择负面或服务自我道路的那些人也选择爱；无论如何，它是一种道路的选择，它绕过开放的心，因此被创造的能量或力量倾向于差异化和控制。这条分离的道路最终将会流入一个地方，在那里负面的选择明显地变成不适当的选择；在那个点，所有已选择负面之寻求道路的实体有机会去倒转极性并且再次成为属于开放之心的孩子。

然而，在你们的密度，这个选择是新鲜的，而负面的道路在其前方有着漫长与分离的道路。我们理解这个团体内的每一个人已经选择爱与服务他人的道路，我们可以说 我们感觉这条道路是一条我们较为喜欢而且我们已经选择的道路。我们感觉它更有效率，并且在它使用力量的方面，是一条令人满意的道路；但是我们希望每一个人去领会的是，这些选择是自由的。对于以任何方式寻求的任何人，没有最后的审判，因为那种寻求将在它自己的时间中被搜集为成熟的收割。

对于大量的已经被完成的工作，这给出了一个基础或持久性的基础，我们作为与这个团体谈话的源头 就可以在我们谈及灵性的道路以及如何去走这条道路的时候立足于[以比喻的方式]这个基础之上了。背景脉络是无限的，它被带入单一的瞬间，在当下显化于每一个意识之中；而那个当下，一次又一次地，变成当下与当下。我们愿在此刻将发言转给叫做亚伦的实体，我们是 Q'uo。

亚伦：早安，对你们全体献上我的爱。做为灵体，在我存在的每一个时刻我发现

许多的喜悦。但是我必须说像这样的一场聚会以及从这个寻求圈正在被散发出来的光给我的心带来深深的喜悦，因为我正将我最根本的价值致力于去减轻宇宙中的苦难，在以前已经有黑暗之处带来光明；而你们散发出来的光确实做到这一点。因此，在这炽热的火焰中，在它的温暖和光辉中与你们分享并欢庆，这是一件非常美妙的事情。

我的兄弟/姐妹 Q'uo 通常比我更富有诗意。我必须说这位亲爱的朋友激励我进行更有诗意的演说。够了。让我们回到基本。Q'uo 谈到你们每一个人都拥有自由意志。这里我希望简要地阐述。

没有绝对邪恶这样的东西。有些存有，他们通过服务自我并实践对自我的爱而获得负面极化。那种动机的自私性，我们也可以说是，那种动机的自我中心性，可能引起其他人巨大的苦难，然而一个人必须依旧承认这个人是以爱的某种形式为动机，无论那种爱可能是怎样地扭曲。这样一位存有的确甚至可能在携带着那种负面扭曲的情况下 从地球层面毕业；但是它最终无法返回太一，它无法带着那种负面扭曲穿过超越第六密度的更高密度。这变成一条死路。所以，它可以将其负面扭曲带到一个非常高的水平，但最后 它必须改变其极性以继续前进。

我们有现成可用的文字记录详细说明了这个极性翻转的过程。如果你们任何人有兴趣，它们是可以被找到的，而且芭芭拉可以提供，所以我将不会深入地谈论它。[1]

那么，在道路上的不同之处看起来似乎是在于，服务他人的道路表明了对所有存有的痛苦的察觉以及发自内心深处的 去减轻苦难的渴望。服务自我的道路忽视了那种苦难，因为它强调分离的自我。它最终无法将一个人带回到与造物主完全

的合一之中，因为仍然有分离的幻觉。因此它是一条真正更为艰难的道路。一个人可以开始对于一心想要走那条道路的存有们抱有同情而非恐惧与憎恨他们吗？他们的负面扭曲在他们身上造成的痛苦和他们对其他人造成的痛苦一样多。

当一个人已经做出决定去通过服务他人而活出他的生命的时候，他会持续不断地遭遇自己内在之中的那个恐惧，它会导致紧握不防和厌恶自我-服务。服务他人和服务自我并非相互排斥。这是个误解。让我们回到那位带着苹果的想象式存有，昨天晚上我们引用过他。因为看到了孩子的饥饿，这颗苹果被给了出去。但是万一它是那位苹果拥有者唯一的食物时，而那位苹果拥有者也已经许多天没有吃东西了，那么会如何呢？“我也是饥饿的，”这是一个邪恶的想法吗？我们将苹果切一半并相信将会有更多的食物被提供给每一个人。

自我也是他人。你是事物的这个伟大体制的一部份。简单地成为一位殉道者，在没有尊重自我的需求的情况下奉献你自己，这是去做出不必要的牺牲。的确，一个人必须开始尊重自我的需求，并同时区别什么是滋长出爱和健全尊敬的需求，什么是滋长出恐惧的需求。那位存有他已经享用过一顿丰盛的早餐并拥有一顿丰盛午餐的应许，他没有需要去吃那半颗苹果。你能够听见恐惧的声音吗？它说，“万一我需要它呢？”单纯地注意到，“这是旧的心智正在说话。”

“在此刻，我并不饥饿而这位小孩是饥饿的。在此刻，我没有对这个食物的需求。我可以免费地给出苹果。”但是心智回到那些过去的饥饿或任何种类的匮乏经验，那种旧有-心智的意识由于非常基本的人类恐惧而想要去储藏食物，它说，“我的需求将会被满足吗？”

在觉察中活出他的生命的人将会注意到这样的想法的升起而且能够识别出这个时

刻的无伪装的感觉是什么以及旧有-心智的习惯是什么。同样是那位存有，当它注意到渴望去拥有苹果是一个旧有-心智的习惯，当它注意到当前并没有饥饿或需要的时候，同样是那位存有，他将不会因为那种习惯性的反应已经升起而嘲笑自己。不会将那个反应视为他自己的要受到憎恨的贪婪，而是将其视为必须以怜悯心来碰触的人类恐惧。所以，它注意到在它自己内在之中升起的旧有-心智的习惯。注意它对那个习惯的轻蔑的倾向，而要求自己同样要对这个拥有那些恐惧的人类抱有同情心，并因此给予它去漂浮的全部空间。它接下来就会找到返回到无伪装感觉的自由，找到在这个时刻去认出“没有饥饿。我可以给出这个苹果”的自由。

将这个觉察的层面带到每一个升起的想法、情绪、感觉，藉此 一个人开始远离旧有-心智习惯的范畴，并开始在此时，在当下活出它的生命。仅仅是在这一刻，一个人可以带着爱和智慧生活。

这里 我想要你看到的是服务自我/服务他人的选择并不是清楚明了的：“我是大方的”或“我是自私的”，毋宁说，它是被构建在带着对所有存有的深深敬意而停留在这一刻，同时它知道自己是这条连接存有们之锁链的一部份，让内心对所有的需求开放，在恐惧升起的时候 看见恐惧并且做出有意识的努力 不依赖恐惧的支配来生活。

如何行走出一条灵性的道路呢？对我而言，这一点的实质在于：去注意每一场与恐惧的对话并且有勇气从那场对话中将自己移开，不必讨厌自己的恐惧，但也不要顺从自己的恐惧，也不要被它控制。这需要许多的勇气。当你在这方面进行工作的时候，你来到一个交会点。你发现有一个我称之为“相对性实相的水平式练习”的事物，它是在每一刻有技巧地且慈爱地活出一个人的生活，然而你会发现有

一个幻象的自我，它正活出那种有技巧的、慈爱的生活。

同样有一个刺穿自我之幻象的“垂直式练习”。Q'uo 刚刚对你们谈到这个。当下一次轮到我发言的时候，我将会详细说明它，但是首先我想将把麦克风传回 Q'uo，他们想要对我们谈详细说明刚刚我已经谈到的一些内容。那就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo，在爱与光中再次地问候每一个人。

如同我们亲爱的兄弟亚伦已经如此智慧地指出的一样，你是你所服务的其他自我的一份子。事实上，让我们彻底地混淆你们并且说，你是第一个你将会服务的他人。为什么是这样呢？这是因为，就好像被认识为耶稣的老师说过的，所有的律法就是以一个人全部的力量、心与意、灵魂去爱造物主，并且爱你的邻人如同爱你自己一样。[2] 假如你无法爱自己，你如何能够真正地爱你的邻人呢？

是的，你们每一个人都太过于察觉到错过的步伐、错误的推论、没有公平对待爱的冲动。是的，你是完全地未完成。这是一个不去爱你自己的理由吗？你的自我可以在它所有的扭曲中 有一丁点背离爱的真理吗？是的，似乎是这样，所有你与之接触的人似乎都是和你自己一样是未完成的。然而，去爱的心知道，在所有的混淆、所有错失的步伐、所有表面上的不完美的下面、上面与周围，都潜藏着太一：无瑕、完整、美丽以及完美的。你的本质是爱。

走在灵性道路上即是开启内在的普世大我，以便于越来越无扭曲地去拥抱在每一个实体中和每一刻之中的爱之心。你的挑战永远是去在这一刻中 识别出爱在哪里呢，开始去支持、鼓励那种爱并使之成为可能— 不论是藉由态度、思想或行动。在那种尝试上付出你最佳的努力，这将在你穿越这个我们称之为第三密度的

幻象和穿越即将来临的数个密度的过程中 很好地让你在其上忙碌了，因为我们见证了我们持续不断的朝圣之旅— 穿越更加漫长且更加微妙的幻象，在这些幻象中，我们在第三密度做出的选择被精炼了，首先是藉由对爱的关注，接下来藉由对智慧的关注，然后藉由对爱与智慧的融合的关注。

比起你们喧闹粗野的选择时刻，这些将会到来的幻象是远远不同的。没有受苦，因为在有意识投生的自我和察觉万物都协调成为一体的深邃大我之间没有遗忘的罩纱。在你们的勇敢幻象中，你面对黑暗、愤怒、痛苦、战争、饥饿的恶龙以及恐怖、恐惧和无知的所有黑暗且丑陋的形象，因为你无法清楚地记得这些不过是幻象。你感觉到混淆，这是被有意计划的。你应当会彻底地被你的逻辑智力之山所击倒。在那坠入深渊和落入半空的沉重跌落中，你鼓起信心，这种信心没有任何的客观证据，故信心也不会因此而暗淡。你选择去活出你的爱。

这是你的选择— 你不是坐在一张宝座上，检视证据并作出选择，而是你变得彻底地觉察— 你无法理解这个幻象。藉由释放上述的渴望；仅仅去拥抱你的心之渴望而去爱，你在那个冲破半空的过程中鼓起了信心。

去容忍、希望的心之智慧；在没有证据的情况下拥有信心— 这就是第三密度的荣耀。我们必须说，在我们享受持续不断的旅程的时候，藉由注视着你们每一个人，和每一个人在一起以及看见每一个人寻求真理的勇气和承诺，我们的内心深情地珍惜那种奋斗、受苦以及信任爱而非相信所有证据的记忆。你现在正走在其上的旅程是怎样精彩的一部分呀；它是何等的令人兴奋啊！

在这个时候 我们想对亚伦鞠躬并将麦克风交给他。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。当你们在与朋友们深深地分享的过程中感到喜悦的时候，Q'uo 和我同样也为能够与你们相互分享这个教导而感到喜悦。单纯为坐下来并进行休息而感到高兴。并不是我需要休息；我并不累。而是我们每一个人都扩展了其他人可以提供的内容，并给它带来了新的观点。所以，感觉到 Q'uo 的能量回应了我所说的内容，将麦克风交给我的兄弟/姐妹来进行回应和扩展，并接着将那个扩展拿回来并且再次地扩大它，这对我而言是一件喜悦的事。

Q'uo 谈到爱与智慧之线，它正好是我已经提过的水平和垂直的线，最终你必须开始着手将两者融合，活在那个水平的和垂直的线的交叉点，十字架的中心，它即是基督意识或佛陀意识或宇宙的觉知，那就是上帝。

这里我想要简要地定义一下我的术语，这样，当我使用语言时，你可以充分地掌握我的意思。在意识之中依旧有自我-觉知，依旧有某种程度个人性的想法和记忆。纯粹的觉知是相当不同的，它超越所有的意识。在两者中间同样有一个地方，在那里我称之为意识的事物仍在存在，但它不被当作是“自我”，而是被知晓为投生的工具。

纯粹的觉知是看见意识并且知晓意识的事物。我们可能称为的基督或佛陀意识的事物是在这里被发现：觉知察觉它的神性本质，而它同样也察觉投生的工具—自我-意识的心智。基督意识发现在肉身中的神性并不少于在终极完美中的神性。

虽然人类通常无法超越第六密度的思想 [高我的意识]，而你的冥想却可以将你真正地带入到第七密度的经验，甚至开始第八密度(经验)，在二者之间的边界上，在那里所有的观念都消失了，在那里身体和小我完全地消失了，在那里完全没有任何的想法，只有纯粹的觉知，没有意识。所以，我对这些术语作出区别。我没

有将意识和觉知用作同义词。当我提到纯粹的觉知时，它是超越任何观念性的思考或任何对自我的感知。

为了在这个人类的层面上有技巧地生活，你需要某种程度的意识。这并不意味着与那个做选择的自我认同，而是仅仅承认自我是一个工具，而且是为了在这个层面的工作所必需的一个工具。假如否认有那个自我，学习无法发生。所以，在接纳那个看起来是自我的事物的体验，以及知晓那个被感知的自我为幻象，是有用处的幻象与投生的工具之间，有一条非常微妙的线。

所有发生在那个被感知的自我身上的经验同样也是投生的工具。你的肉体感觉、你的情绪、思想— 它们不是你被要求去承载的负担，它们是礼物，透过它们 你可以学习。一个人可以学习与这些礼物非常有技巧性地和有爱地进行工作，这样他就不会再对情绪作出反应，不会再对肉体知觉作出反应了。那位存有开始以伟大的爱活出它的生命，然而假如它依旧与那种升起的事物认同，它同样可能会体验深深的痛苦。不做出反应成为自我锻炼与训练的一个形式，但是它尚未包含智慧，这种智慧看见那升起的事物并没有所有权。

一个人也可以进入智慧的垂直方向，通过在每一刻的正念(mindfulness)，聚焦在一条深化智慧的道路上。这样的正念会开始穿透一个分离自我的幻觉。它开始知晓所有升起的事物都在清空自我，单纯地视为受制约的心智重复发生的模式。

发展智慧去理解所有升起的事物的无常。对那升起的事物不再拥有所有权。但如果没有从人类体验的接纳中滋生出爱或慈悲，这样的智慧会变得贫乏。在这样的智慧的内部会是与人类的催化剂切断联系的渴望。那么，你正在学习的事物就是前往这个水平的和垂直的交会点，这个十字架的中心，在那里 慈悲和智慧交

会。

这里我想离题一下来谈谈有关爱与慈悲这两个词语。当我们使用爱这个词语时，我们不是谈论一种带着牵绊的 情感脆弱的爱，不是一种操纵性的爱或紧抓不放的爱，而是纯粹的爱，它向一切万有开放自己。爱是一个很难定义的语词。我多少对慈悲这个词语更感到舒服，它是那种开放心胸之爱的一个产物，而比起爱这个词语，更容易被辨认，更不容易被扭曲。只要我们理解我们在说爱和慈悲的时候 我们对每一个语词的意思是什么，我们就可以交换地使用它们。

有许多去进行水平式练习的工作方法。的确，当你们试图以更多的爱和技巧来生活时，当你们试图不伤害所有其他人来生活时，当你处理那流经你的情绪、思想和感觉并在不作出反应上进行工作时，你们全部都在你们的生活中持续不断地做这个练习。我们将会更具体地谈论这样的水平式练习，并同时提供一些对你们个人的情况有吸引力的特定工具。

关于垂直式练习 我想要谈论一会儿。在本质上，当你在一个水平式练习上进行工作时，你正在使用心智去驯服心智。心智进入到一场恐惧和反应的混乱之中，而你使用相对性的信心、祈祷、正念的练习来使那喧嚣的心智安静下来。当你进入垂直式练习时，你使用智慧去刺穿自我的幻觉并且以智慧去驯服混乱，就某种意义而言，就像敲开一颗坚果的外壳，而让那坚硬的外壳脱落打开，这样柔软的内核就被揭露出来。

现在 我愿与你们谈论一种练习，它将会帮助你进入那样的智慧，而在这个周末的晚些时候 我们将会谈论那个慈悲和智慧交会的地方。我想要提供给你们两个具体的练习，一个练习可以频繁地做，甚至持续不断地做，而一个练习可以在你

们午餐休息时间做几分钟。首先，作为在贯穿整个周末的持续进行的练习是，当想法、情绪、感觉升起时，我想要你注意它们的升起并且问你自己下面的问题中无论哪一个对你更有用的问题：“这个想法是谁的想法呢？是我的想法吗？我是谁呢？”或者“这个想法从哪里产生呢？”当你问这些问题时，让一个诚实的答案浮现，你将会看到答案是简单的“它从旧有-心智的习惯产生。我不拥有这个升起。”

让我们给你们举一个例子。今天早上接近 7 点 12 分时，芭芭拉正坐在这里冥想并产生了一个想法“还有许多人没到。我们不会开始。我们将会推迟”，一个小小的紧缩和恐惧的感觉。她问自己：“这个想法从哪里产生的呢？”她可以清楚地看到它只是旧有-模式，这个模式使她需要处于控制的位置来作为一种保护自己的方式；需要去让事情对其他人是顺利的，不是作为一种获得她自己的认可的方式，而是由于希望为其他人创造舒适。她看到这是一个恐惧的反应，只是一个被制约的模式。所以她回到这个当下并且询问“在这个当下，除了现在正在发生的事情，在 7 点 13 分正在进行静坐和冥想之外，有任何事情是需要发生的？”带着对那个恐惧如何升起的觉察，她不再拥有那个恐惧了。它像一颗泡泡被尖锐的箭刺破… 噗！恐惧消失了。在那一刻，一个人回到纯粹觉知中歇息— 没有意识，没有知晓。因为就在那一刻，没有“某个人”在做任何事情。小我完全地消失了。只有在纯粹的存在中休息。它可能在下一个想法升起之前仅仅持续了一秒钟。每一个想法都成为一个机会：再次刺破那个泡泡并返回纯粹的觉知。

当一个人持续地做这个练习，他释放了将自己视为某个正在做事、塑造事物和修复事物的人的习惯，更多地进入到对于他是谁的真实理解之中，就是这种纯粹的觉知-连结到一切万有。一个人找到了在那个空间中休息的能力。他停止与水平的事物认同。

我在这一点上仅仅就说这么多了。如同我说过的，这个傍晚我将谈论你可以用来将这种对幻觉的刺穿和水平式练习结合起来的方法，水平式练习与日常生活的相对实相有关，它确实需要自我去参与。

我想要提供的第二个练习是我请你们在午餐休息时间 作为家庭作业去做的一个练习。现在和我一起做，但快速地做，接下来在你的空闲时间重复它。我想要你坐下来，最好是在户外。注视着湖水或是树木或是天空。张开你的眼睛冥想，送出你的觉察。吐气并跟随那个呼吸到尽可能远的地方。当你吐气时，你的呼吸发生了什么呢？外面那儿有任何的边界吗？当它到达大气的尽头时，发生了什么事情？它有停止吗？

坐着并跟随你的呼吸。注视着天空也许是最有效的。让它向外扩展，向外，向外直到无限，超越宇宙的尽头… 没有什么事情阻止它。现在吸气。你正在吸入什么呢？是否有个界线，超越这个界限你就无法吸入那里的物质呢？想象这吸入同样来自无限之外并进入你里面，藉由每一个吸气 将一切万有的核心吸入并呼出它进入宇宙，每一个呼气是一个巨大的释放....啊… 以一个啊释放所有自我的界线… 吸气… 张开你的眼睛和我以及芭芭拉做这个动作.... 吸气.... 啊… 送它出去.... 吸气.... 啊.... 送它出去.... 假如你愿意的话 可以再次闭上你的眼睛，每一个啊释放自我的界线，感觉自己融入宇宙。

这里 我们正谈论将物理层面引入你自己之中。在你做完这个练习几分钟之后，真的感觉在物理层面上，你自己进入宇宙 而宇宙进入了你，对你的觉知做一样的练习。你的认知在什么地方拾起了虚假的界线，不存在的边界呢？容我们说，这些边界就是你将其宣称为“我的”事物。藉由你的呼吸 送出你的觉知进入宇宙，

再次地吸入认知，寰宇的觉知，与一切万有最深的接触。

假如在做这个练习的过程中 想法停止升起了，可能的话，你就开始进入一个深入连接的觉知层面了，单纯地在那个连结中歇息。假如想法再次升起，问这问题："它从哪里产生的呢？它是谁的想法呢？"当它自我销毁的时候，当它自我-解放的时候，噗！放走想法的汽球。再次在那个纯粹觉知中歇息，再一次释放界线并且物理性地扩展进入宇宙；在觉知中，允许宇宙进入你里面。请花十或十五分钟与这个层次在一起— 假如你喜欢的话用更长的时间— 超过你的午餐休息时间，我会非常感激听到这个练习的结果。

这里，Q'uo 也许有一些它想要补充的事情。假如没有，我想要开放发言权，开始你们的问答时间。那就是全部。

提问者：有多少个密度呢？

芭芭拉：亚伦谈到 8 个密度，每一个密度有七个子密度，每一个细分有七个子-子密度等等。他宽松地定义它为 8 个密度并且说 一些人可能发现它不一样。例如，他区分第四和第五密度。有些人可能把它们归类在一起。

一旦我们超越了投生的需要并进入第四密度，我们进入一个学习经验的团体中，他这样说并不是意味着这是一个固定的团体。有来来去去，仍有自由意志。我们不是被拉入某个我们无法离开的事物。但一旦我们不再对我们的情绪和想法起反应，我们就为第四密度的团体体验做好准备了。在这个团体中，我们全部都是心电感应，因此，我们的情绪和想法的平静对于第四密度是个必要条件，它标志了第三密度的结束。他举例说：假如现在我们全部是完全的心电感应 以致于我们

全都知道彼此正在想的每一件事情，这样没问题吗？这个早晨是否你有过一些你真的不想去分享的想法？一旦我们达到对自己抱有这样的慈悲，对于我们的想法没有批判以及对我们想法没有所有权的位置，我们就同样会对其他人抱有那种慈悲，并且我们不会批判别人的想法。接下来我们准备好去处在第四密度的能量之中了，那里有着完全的心电感应的分享。没有难为情，没有批判。接下来，我们不只是从自己的体验学习也从彼此的体验学习，因为经验可以完全地被分享。

当我们移动穿越那个第四密度能量团体的过程时，我们开始离开团体 更多地依赖我们自己，同时从团体中来来去去。第六密度超越了先前那些密度的能力…更深的智慧与慈悲，以及无条件的爱。第七和第八密度— 再次地，有些传统将它们当作是一个密度，另外一些人会将它们分为第七和第八密度。

在此，你们有多少人，从阅读亚伦或其他资料，熟悉这整个密度的结构呢？请举高手。你们有多少人不知道关于这个结构的任何事情呢？好的，那么我们将不会详细地谈论它。在亚伦的书中有一个章节[3] 你们可以在午餐时间阅读，它描述每一个密度以及每一个密度是什么。

卡拉：简短地说，第一密度是元素。

第二密度：无法移动的东西，好比植物；以及还没有自我觉察的动物。它们正转向光。动物知道牠的主人而且想要主人爱牠多一点，但是牠尚未察觉自己。

第三密度是自我觉察。
第四密度：是爱的觉知。
第五密度：是智慧的觉知。

第六密度：是智慧的慈悲、慈悲的智慧，以及二者的融合。
第七密度：Ra 称它为永恒的密度，在那里你最后往回看一眼，转身背对万物并开始累积灵性的质量，返回源头。
第八密度是第八音程，它消融进入无时性，成为下一个造物的第一密度。

这是整个宇宙论。所以，在中央太阳的巨大的、中心的爆炸之前，整个十亿又十亿的年岁只是一次造物，只是(造物主)一次小小的心跳。

提问者：在电影魔茧(Cocoon)中的外星人有这些光体。在这些密度中，什么密度适合这样的身体呢？

吉姆：依据我们从 Ra 所搜集来的资料，我们的每一个脉轮或能量中心有一个身体，这个身体带有的物理特性与那个中心相对应。我们现在正居住的黄色光芒有这个生化的身体。另一个身体对应心轮。假如你经验过一场降神会，灵质体(ectoplasm)藉由媒介被制造，它看起来如同一种冒烟的物质，这物质被实体们用来形成星光体，它是与心轮或绿色光芒联系在一起的。在我们能够看到的物理质量的范围内，每一个后续的能量中心都有一个越来越精细的身体，但是它越来越紧密地被光所包覆着。所以，在光的范围内，它们密度会越来越高，但是在我们的物理质量的范围内，它的稠密度会越来越低。但是每一个中心有一个身体。

提问者：物质只是一个减速的光之振动，不是吗？所以，怎么会这样呢？你刚刚不是说每一个身体是一个更快速的振动吗？

吉姆：是的，这基本上是正确的，但它有更多的光在里面，更多振动的光辉，更多旋转的速度，更加活跃的光。

卡拉：它是一个沉重的化学身体。一个可以去考虑的事情是，假如你治愈了光体，肉体也将会被治愈，因为它是一个较低的八度音程振动。“上头怎样，下面就怎样。”[4]

亚伦：我是亚伦。你有许多、许多面向。对单一的词库的重复性的使用使得它难以理解。你们的语言没有给予充足的词汇的选择。你们熟悉肉体、情绪体、理性体以及灵性体。你同样也拥有我们所称的一个光体，它是与肉体分开的情绪体、理性体以及灵性体。就某种意义而言，这肉体是光体的一个映射，或者我们会说是光体的一个显化。

进一步定义光体... 有一个更高的光体，在本质上，它是你所知道的灵魂，纯粹的灵性体。较低的光体是较高光体[包括理性体]的一个显化。这有时候被称为高我。在较高的光体和较低的光体之间以及之外有许多的分层。那些在外部的分层带来了情绪体。接下来，你可以想象最纯净的光，它是灵性体与一切万有连结的最纯净之光。这道光是绝对地纯净，完全地不会以任何方式被遮挡。

就在那基督之光[佛陀之光或宇宙意识]的下面最小的一点点的地方，它仅仅拥有最淡的、完全最淡的色调，完全地透明，用任何方式不会遮住纯净的光，但只有自我-觉察最微小的色调产生的细微差别。

往下走一步，往下走一大步（有很多分层）来到较低的光体。这里为了视觉化，我想要你想象心轮，它是肉体的光中心。想象它宛若一颗球，发出光辉。在那颗球里面，增加不同的情绪、思想和肉体感觉的黑点。现在让我们不考虑肉体的感觉。我们正在谈论较低光体而不是完全的人类身体、思想、情绪。较低的光体却

依旧有一个理性体和情绪体。

在最高的光体中，没有任何事物会使从你身上射出或者进入你的光发生偏转…请等一下。我希望芭芭拉在这里画某个东西。

芭芭拉：我正在画一个圆，它带有上述的斑点在里面，以便于示范这些斑点如何从中心点向外移动以及向内移动进入中心而阻挡光。我们在意识中进行的工作慢慢地让这个阴影消失，这样我们就越来越多地进入这个圆圈的活生生体验之中[这里我正在转译 Aaron]，并释放那些阴影点。现在，直接回到亚伦…

亚伦：人类身体更多地向下踏了一步，因为它同时增加了肉体上的催化剂，而这创造出了更多的阴影。假如带上一个诸如你自己这样的存在，将它放在我称之为上帝的那道完美之光的面前，你会看见一种鲜明阴影的感觉。假如你带上一个象是我自己这样的存有，一个第六密度的存有，放在那道完美之光的面前，在我之所是的能量和那道完美的光之间，依旧有一种差别。我并没有完全地融入那道完美的光中。假如你带上一位诸如基督或佛陀的存有，并将那些存有的能量放在那道完美之光面前，他们将会几乎是看不见，之所以说是几乎，这仅仅是因为他们选择保留某种程度的意识而且尚未完全地进入到第七密度。我将不会，在现在，详细说明这些存有在进化的旅程中所处的位置。一个存有选择继续留在第七密度的边缘 以便于他自己对于那些较低密度的实体们是可被利用的，让他的个人能量是可以被获得的，这个存有相比已经进入第七密度或是第八密度的存有并不会较差一些。出于对所有存有们有所服务以及出于奉献他自己作为仆人的渴望，不让自己完全地与那道光融合，在那位存有的部份，这真是一个礼物和牺牲。

肉体的扭曲是较高光体扭曲的映射。因此，如同卡拉所指出的，当你净化在较高

光体中的扭曲时，通常会有在身体上的治愈。

在较高光体的净化和肉体的净化之间有所不同。你以肉体的形式在这里。因为你热望去成为某个你还没完全做好准备的事物，所以有时候你为自己创造了扭曲。这就是你开始想要摆脱肉体或情绪体的沉重的位置了。你想要在没有完成意识上的工作来消除情绪和肉体的阴影的情况下 坚持去成为高我。必须要有和谐或你打碎自己。你既不必摆脱情绪也不必摆脱任何肉体不舒服的感觉。但是只要你为它们找到空间，对它们心平气和，不对它们作出反应，那么，你就会变得能够在光的较高层面上工作了。

这些身体的振动频率是不同的。它们同样也必须处于和谐的状态中，就象是一把弦乐器。假如较高音阶的弦在音调上是完美的，但是较低沉、粗的弦是走调的，乐器将会不和谐地演奏。

和较高的光体相比，肉体处在一个较低的频率上。你对它调音，你不是带它上升到达那个高音而是使它对那个高音是和谐的，不是藉由摆脱肉体感觉而是藉由释放肉体感觉中的恐惧；以同样的方式对待情绪体。接下来你会变成一个和谐的整体，而身为那个和谐的整体，被连接在一起的身体的振动频率开始去提升整体的振动频率。这个整体的振动频率只能够像它的最低的面向的振动频率一样的清晰。假如一个面向是不协调的，整体就是不协调的。

所以你们很多人已经进行工作去净化理性体和灵性体的能量了，但是很多人倾向于想要不去拥有情绪体和肉体。你与较高脉轮工作而将与较低脉轮的工作抛到一边，然而它必须一起进行。

关于这个方面有更多可以谈论。你们想要进一步谈论或是这样就够了呢？那就是全部。

提问者：今天，当在冥想时以及当亚伦和 Q'uo 正在说话时，我会相当频繁地来到一个位置，在那里我无法有意识地记住许多 Q'uo 和亚伦说过的话。我可以做什么来避免这种情况的发生呢，或者那就是被料想到要发生的情况吗？

卡拉：我会说顺其自然吧。假如你想要聆听，你将会听见，但你正在一个更深的层面获得它。

提问者：是的，我的确感觉我懂它。但是我无法告诉某人说 Q'uo 说了这个，这个和这个。

卡拉：我想有时候 你到达了一个位置，在那里你保护自己避免一下子就承担它的全部，而你的内心是聪明的，而它放你在一个地方，在那里你将喂养它 直到它逐渐地浮现出来，这样你能够更好地处理它了。已经说了许多，许多的观点，许多的工作已经完成了。我们有些人无法承受它。

芭芭拉：我们对人们建议的事情之一 就是去承认这种“筛选出来”的情况。有时候亚伦让人们睡觉。这情况中的一部分是抗拒。不要去说 “我已经摆脱这个抗拒了” 你能够只是承认它吗？“这里有抗拒。关于这个抗拒我能够对自己温柔一些吗？” 允许它浮现出来。你知道“这个抗拒是有关于什么呢？” 不要考虑它。只是承认并且让它逐渐显现。我想要举一个例子。

几年前，我的儿子从大学回家带着一叠关于回收再利用的文献；而我早已在回收

报纸和瓶子，但是 他希望我回收每一件东西。它不是很大一叠的文献，但是我继续敷衍他并且说“我现在无法阅读它。”最后，我开始意识到假如我阅读它，接下来我将会对它有责任，我只是没准备好去负那个责任。我感觉就象是它将会成为一个大负担，很多的工作。“我不知道是否我可以处理这个工作。和它保持距离。我还不想知道它。我不确定我准备好去负那个责任了。”

我们每一个人都需要解决这种抵抗。假如我们真的听到了他们正在说什么而且试着去用那种方式生活，它正在要求我们是非常负责的，而有一些恐惧说着：“我准备好负那个责任了吗？我正在这里进入什么状况呢？”

我们需要非常温柔地对自己，不要将我们自己推出我们所在之处，因为随着我们成长，我们学习。我们无须到任何地方 而是精确地处于在我们现在所在之处，我们仅仅以自己的步伐前进。我们做这个工作 无须迅速进行。当人们没有诚实面对自己时，他们陷入了困境。有一些人说“好的，我将全部接受，而我将去做它。”接下来，它没有成为一种对我们自己的爱、仁慈和温柔的工作，它相反仅仅变成了另一种恐惧：“我将摆脱那个，我将成为这个。”但那不是诚实的。

提问者：所以，我们如何净化较低脉轮呢？

芭芭拉：关于这个问题，我想亚伦和 Q'uo 都将会详尽地对谈论它，然而我只想说，藉由这种“把它筛选出来”的方式进行工作的时候，第一步单纯地是察觉有抗拒存在：“我是在批判那个抗拒吗，或我试图去摆脱那个抗拒吗，或我正在允许自己将我的心带到那个抵抗吗？”你看到我的意思吗？我想要建议的另一件事情是，亚伦和 Q'uo 他们两个人— 他们的能量都处在一个非常高的振动频率，这种频率是和我们中许多人所处于的频率是完全不协调一致的。去体验那种能量是非

常疲惫的。因为有如此多的能量进来，有时仅仅会有一种将其筛选出来的感觉。关于这点我们需要非常温柔地对待自己。经过这个周末，你去聆听这种能量的能力以及更完整接受它的能力将会增强。亚伦有时会对人们建议一件明确的事情：单纯地睁开你的眼睛，当我们传讯时不必注视着我们，而是一种未聚焦的观看，这会有助于允许更多的觉察。

提问者：是的。我今天这么做了。它是有帮助的。

芭芭拉：关于如何净化较低脉轮这个问题，亚伦说这是太大的一个主题 以致于无法在午餐前回答。

卡拉：我想要为一件你们帮助我做到的事情而向你们致谢：藉由聆听和存在于圈子中，我刚刚获得如此多的能量。当我在传讯的时候我感觉要比起任何其他时候都要更好，我真正地围绕这个寻求圈的这种不可思议的能量的美丽分享而感谢你们。好吃！如同某个最近来到工作坊的人说的一样："真好吃！"

原注

[1] 如需更多的信息，请洽深泉冥想与灵性探寻中心，3003 沃什特诺大道，二号房，安阿伯，密西根州。网址：www.deepspring.org

[2] 圣经，马太福音 22：37。

[3] 如需更多的信息，请洽深泉冥想与灵性探寻中心，3003 沃什特诺大道，二号房，安阿伯，密西根州。网址：www.deepspring.org

[4]《凯巴莱恩 Kybalion》，作者：匿名。

Translated by M.D.

(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 1820 章集：分辨通灵的来源

Copyright © 2008 L/L Research

Session 4 - Channeling Circle 7

声明: 请你们每一位在读到这些言语的时候将识别的能力保留在自己身上，从我们的那些想法中分辨出哪些是对你们在那一刻有帮助并且与你们共鸣，哪些是没有切中要旨的想法。请你们拿取那些有益的想法并将其他的留在后面。如果你们愿意那样做，我们就会在与你们分享我们的观点时感到放心了。我们感谢你们这方面的考虑。

L/L <wbr>Research 分辨通灵的来源

2008 年六月 8 日

团队问题：我们一些人一直在练习调音的步骤并已经开始觉察到一个来源或通讯，它看起来既不是我们的指导灵，也不是 Laitos，或任何其他的星际邦联的通讯。我们如何确定我们和谁在进行通讯呢？星际邦联的通讯和我们内在的指导灵之间的关系是什么呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中，我们在这个早晨来到你们的通灵和寻求的圈子。我们非常感谢你们呼唤我们加入到你们的圈子，在我们谈论关于对灵体进行分辨的主题时，我们非常高兴和你们每一位一同工作。

一如既往，我们请你们抛弃我们的想法中 任何看起来对你们没有帮助的想法，仅仅保留那些听起来可靠并且在你们内在的存在中产生共鸣的想法。我们感谢你们这方面的考虑。

我们觉察到你们每一位都已经在挑战的程序的主题上都已经进行了大量的学习和练习，我们进一步地觉察到 正是我们[星际邦联的成员，向那些请求的人们]所提供的载波造成在此产生混淆的元素。
查明在你私下的冥想中谁在对你说话的方法是给出一个挑战。如果那个实体迎接了挑战，接着你就可以询问那个实体的类型是什么了。如果它是一个星际邦联的实体，那么你可以简单地要求那个实体稍后联系你，在你处于一个团队的情况下的时候。

如果它是你的内在指导灵，那么当你与这个指导的来源交流时 你可以完全地确信你是安全的，它是你的更大存在的一个部分，它是你在第六密度中期时给予自己的礼物，在第六密度中期，自我了悟到它正开始转向太一无限造物者的重力之牵引，于是它将会把穿越各个密度所辛苦获得的经验的智慧留在后面。

因此，做为你自己的一个部分，如实地成为你的个体性的火花的一部分，在这方面进行通讯是相当安全的。

我们希望将这个通讯转移到叫做 L1 的实体上。我们是你们知晓的 Laitos。

（长时间暂停）
（Carla 传讯）

我们是 Laitos，再一次与这个器皿在一起。我们也许用我们的转移让叫做 L1 的实体感到惊讶，因此我们将再一次与这个器皿一起工作很短一段时间，接着再次转移到叫做 L1 的实体上。

那么，为什么只有当载波被应用的时候 一个人的指导灵系统才可能出现呢？我的朋友，你只要凝视一下你们日常生活的令人难以置信的复杂性就行了。有如此多要去做的事情。甚至是最熟练的组织者充其量也只能通过将任何一天需要被完成的那些事情优先排序而从混乱中找出某种意义。当一个人进入冥想的时刻，还是会有很多事物在你的头脑中。因此释放所有的那些世俗的关注并进入冥想中，这可能多少是有些困难的。

我们现在转移到叫做 L1 的实体上。我们是 Laitos。

（L1 传讯）

一叠报纸包含很多的知识，这些知识是从一个源头向那些愿意阅读这些信息的源头[看它想要说什么]人们传递的。这个源头一直在哪里，但是，只有当一个人从这个源头寻求知识的时候，知识才会通过报纸出现并筛选，拉出某些内容，阅读那些言语，然后诠释它们，这样意义就可以被传递了。

直到这样的时刻，这些报纸还是仅仅就是一个房间中的物件。然而，信息一直在那里。

你们通灵的信息，无论它是通过星际邦联的资源而来，或是从你的指导灵系统而

来，或它是从你心爱的人、朋友、大自然向你传递的智慧而来，或者从任何这种知识可能会来自的地方而来，信息永远在那里。而对这种信息的解释仅仅是一个方面…

这个器皿在拿取我们的思想的概念并将其形成言语上有困难。在尝试其传递要点或者概念时，她和我们一样发现言语无法让人满意。通过类似我们、大自然、心爱的人等源头所提供的信息一直在那里，对这种信息的诠释只是供寻求者使用的一个步骤。另一个步骤是识别信息，而这就是为什么你们的通灵老师会说，挑战是非常重要的。

再一次，这个器皿对于这个概念有如此多的看法，然而她在尝试传递这些想法上有许多困难。既然她无法满意地传递这些想法，我们相信 现在就是她与这些想法独处的时间了。

我们现在将通过另一个器皿传递这些想法。我们是 Laitos。

（G 传讯）

我们是 Laitos。就好像在第三密度中 你们有各种各样的方式可以通过你们的感官来感知一样，因此同样有各种各样的方式来感知你们可能正在通灵的存在或心/身/灵复合体。在你的灵视中，也许有可能你可以看到那个实体的一个图像。也许有可能你们会在你的身体中有一个生理反应，于是知道那个你正在与之通灵的源头在场了。也许它会是在你的头脑里突然间出现一些言语。

当你进行下去并且练习时，如果你在你的灵视中获得了一个图像，而伴随着这个

图像 你知道它就是一个特定的存在，你于是就会获得对于那个图像的一种感受了。从你正在体验到的身体感觉上，以及如此之类的方面，你会对一个特定的心/身/灵复合体感觉起来可能会是什么样的变得适应。

对你所认同的你正在与之通灵的一个特定实体拥有一种灵视，这是一种进行识别的方法。如果你已经有了一个设置好的意愿去与那个存有或那个复合体进行通讯，而你在你的灵视中却收到了一个不一样的图像，进行挑战是如何有帮助的，这已经被提及了。

这可能是有一条给你的信息，你可以从中学会去接收不一样的灵视，来自同一个实体或个体，也有可能 它是一个不同的实体。

如果在你的头脑中有任何的疑虑，另一种方式是将基督意识之光照耀在那个实体或个体上。如果这是一个尝试去将它自己假装成另一个实体的能量，它将无法忍受基督意识之光。如果它能够忍受基督意识之光，接下来就可以提出某个你想要去问的问题了，诸如「为什么 你今天用不一样的方式出现在我面前呢？」也许就会有一个对你很重要的答案了。

如果你注意到在你熟悉的图像周围有某个让你不安的事物，如果它是个看上去有不同样貌的存在，它在身体的某个方面让你感到不安的，因着不一样的模样，考虑一下，这可能就是你需要在你自己内在清理的某个事物的一个映射。就如同你们的世界中的俗语所说的一样，「如果发现了它，你就得到了它」，这是多么真实呀。如果发现了它，你就得到了它。你正在查看一个也许需要被清理的你所拥有的事物的一个映射，在你要进行通灵过程之前。

你也许会有一种特殊的情绪性感觉，你习惯于将那种感觉与那些你体验为神圣之爱的化身的那些人联系在一起 耶稣-基督，或克里希那，佛陀，圣母玛利亚 那就是某种需要注意的感觉了。当你要去进行通灵时，所有这些信号都是一个人需要注意的事物。

我现在将这个通讯传递给我左边的那个人，L2。

（L2 传讯）

我们是 Laitos。我们环顾这个房间并看到这里所有光辉灿烂的高我，它们在变换与鲜艳的颜色和能量形式中，我们向它们致意。高我对每一个人都是很重要的，因为高我或内在的指导灵对你们每个人都是个人性的。它同时在一个灵性的层面上以及日常生活的层面上都关心着你的幸福，因此你的高我可以同时对你在地球层面上的生活和灵性世界中的生活的问题上都提供指导和信息。

我们，属于星际邦联，并不具备同样的个人性。我们当然关心你在地球层面上的生活，但是我们的重点不是在那个层面上提供明确的指导，因为这里或许有某种分工，既然万物合一，那么 这也不是个尖锐的差别。但是，你们可以接触到的由我们或星际邦联的其他群体所提供的指导或信息，更多地是关于灵性领域的事物和包含在这些领域中的原则，比较少是关于你如何在人际关系或日常生活中的其他的事情中做出个人性的选择。

因此这种所谓的分工是有用的。你也许与高我更加熟悉，因为它是更加个人性的，它一直与你在一起，它就是你。在某种意义上，我们也与你在一起。当你们呼唤一个或另一个的时候，考虑每一个你所呼唤的对象能够提供给你什么事物，

这也许是有帮助的。高我居住在一个更高的密度，因此它是非常知识渊博的。我们，作为一个团体，将很多人的知识聚集在一起，因此它为我们提供了一个某种程度更宽广的视角，或许是不一样的视角，或是变化的视角。知道如何使用各个来源获取来自各个来源的信息，这是有帮助的，这里肯定没有竞争。

再一次，我们在爱与光和你们各位的高我的爱与光中 向你们致意。我将这个通讯传递给我的左边的 C。

（C 传讯）

我们是 Laitos。我们理解学习使用头脑作为一个沟通的工具可能是一个极其令人困惑和困难的练习。你们密度中的人们当然是习惯于直接的、口头方式的沟通，然而思想却可能像叫做 Carla 的实体谈到的在音乐会上的电线[1]一般地乱七八糟。

在学习中 我们请你们对自己保持耐心，并理解这是一个过程。我们的建议也许会是你们首先学会让头脑平静下来。有如此多的想法进来又出去，在冥想中学会让头脑完全地安静下来，我们感觉这会是有益的。换句话说，关闭频道。那些进入的想法，观察它们，让它们消散。尝试不要去辨别它们是从哪里来的，因为这是一个非常热闹的宇宙，但是首先学会去观察他们并让他们让它们消散。
当这个能力变得更强的时候，一个人接着就可以开始分辨这些想法是从哪里来的了。我们建议你简单地去询问。我们可以使用这个器皿作为例子，在她的冥想练习中她与高我坐在一起并与该高我的实际光体沟通。

它已经认识到这种沟通有它自己的实质，一种简朴和喜悦。她已经通过重复和洞

察力开始认识她的高我了。因此，当其他的想法出现时，很容易确定它们是否可能是来自一个，打个比方说，外部的源头。

就好像叫做 G 的实体所说的一样，一个人可以通过各种各样的方式来接收信息。它可能是一个被听到的言语，对一个进入的想法或言语的知晓，或者一个真实的视觉化观想，例如在一个屏幕上的。我们请你们每一位确定在通讯上或接收通讯上最佳和最舒适的方式，接下来对其坚持不懈并更多地练习它。就好像我们说过的一样，这是一个过程，练习会让它变得更简单。

但我猜最佳的措辞简单地就是，学会首先关闭你自己的想法的频道，接着向着一个源头的频道开放，询问进来的是谁，并接着要求你所寻求的事物。

我们是 Laitos。我们现在将这个通讯转移到叫做 T 的实体。

（T 传讯）

我们是 Laitos。在冥想状态中 察觉各种各样的通讯源头的方面，有多于一个源头或多于一个实体参与其中，这是有可能的，它偶尔会发生。例如这个器皿已经好几次体验到，当高我是正在发生的通讯中的很大的一部分的时候，而同时她也知道还有其他实体也出席了这场聚会。

学会去区别这场聚会的各种出席者的身份，这是有可能的，尤其是当这种情况已经发生了一段时间并已经完成了支持这种察觉的某个能量层次的时候。

星际邦联的各种源头，当它们被邀请时，或者当一个冥想的人是善于接受的并已

经与这些源头有了一种确定的通讯的时候，他们有时会旁听，并让他们的在场感觉起来就好像一种团结或分享的姿态 而不是为了进行言语传讯的理由而在场。这是有可能的，因为从更大的意义上，我们所有实体都是一个家庭。我们在相同的道路上旅行。我们有可以分享的共通性。

通灵是一种更特定形式的沟通。实际上，它是旨在从一个传讯的人身上以某种方式流出来并流入到更大世界的一种文字导向的交流。但是，通灵无需依赖言语。它可以通过行动。但是，优先考虑是为了在服务中向外流动，而单纯分享的亲密交谈有时也是令人满意的，但是它属于一种更个人性的谈话。然而，有时它不是对话，而仅仅只是能量、友情和鼓励的分享。

区别这种分享的来源是简单的，依据辨别被包含其中是高我还是某个其他的来源，来自你的内在层面或星际邦联或你们世界外部的某个其他来源。

识别的能力是从澄清能量开始的，从对于收听的微调能力的一种调整开始的，但最重要的是从心的放射开始。

这个器皿现在期望将这个通讯传递给 D。我们是 Laitos。

（D 传讯）

我们是 Laitos。识别你的通讯的来源是一个对振动进行识别和与我们的能量进行交换的问题，这两者都有一个独特的元素，一个在个性与特性上 以及我们所提供和交换的信息的特性上的微妙要素。在你们的密度中 辨识那股能量通常是困难的，因为你们已经相当依赖肉体的感官。

然而，了解你们现在被给予的能量交换的微妙性，将对微妙能量的识别拓展到对你自己的能量系统的差异的种种微妙性之识别，这将为你提供机会，在性质和源头方面，增强你的通讯的舒适度，这就很像你在看到或听到你的家人或朋友之前就可以认出他们。

我们现在将这个通讯转移到左边的通道，J。

（J 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。关于你们自己的内在层面的指导灵和属于星际邦联的那些源头之间进行分辨的能力，就我们对这个问题上的理解而言，我们现在已经对此说很多了。因此，在这个情况下，我们希望去拓展的事物是当这个通讯在圈子中进行传递的时候 这个器皿一直在考虑的想法。
那个想法是，当一个人已经正确地对其器皿进行了调音，并且已经阐明了他的意愿与星际邦联的实体们进行通讯，那么，确定谁在和器皿通讯的担心，就不是那么重要了。因为你已经阐明了条件，在这个条件下 一个星际邦联的通讯就会发生了。[2]

证明资格的步骤的最后一步就是挑战。一旦你已经进行了呼唤，你已经接收到通讯，并且你已经进行挑战，而那个通讯已经成功地通过这些挑战，那么你就可以确定正在与你所呼唤的源头进行通讯，通过这个位置之后，就没有需要进一步地担心了。

从我们的观点上看，这是相当简单的，你是一个能量频率的调谐器，通过你的意

愿来操作你的调谐器。你拥有这些保障措施和系统来决定你在收听的事物确实就是你已经要求的事物。因此，在某种程度上这是一个机械过程。

但是，有显意识心智上的问题，它们就是当一个人处于建立通讯与转译这些能量为口头语言的过程，那些经过一个人显意识心智的疑虑、恐惧、担忧以及分心的想法。

在一个机械过程的方面，没有什么东西可以被用来减轻一个人的恐惧、担忧或者疑虑，除了去记起当这个过程如你对它的理解一般 在此时被展现在你面前，这个过程就会起作用。

因此，有某种程度的信任 你会应用在这个过程中。同样，有这种程度的熟悉感，它已经在今天被这个圈子里的其他人谈到了。但是，当你继续练习这个通讯时，当你继续处于那些与你通讯的星际邦联的那些实体的能量之中时…

（磁带第一面结束）
（J 传讯）

… 从感觉上熟悉，或者看上去、或听上去、或无论你用什么方式 感觉到那正在给你的存有留下印象的能量。在不是太遥远的未来的某个时刻，当你对这个工作变得熟练的时候，你将不再会对这个能量是谁有任何的担心，因为欢迎一个老朋友，这是很熟悉的事情。这是对于一个人可以是非常熟悉的某种事情。

我们看见这个问题来自我们视为是一个怀疑的核心事物。这种怀疑，正如已经被这个圈子里的其他人说过的一样，是从这样的事实中升起的，即你使用你在日常

生活中如此熟悉的五感。而你正在尝试使用一个不熟悉的机能。再一次，我们会强调，当你练习的时候，它将会变成一个对你如此熟悉的机能。你通过这些机能的感知将变成第二天性，与你今天使用在身体中拥有的肉体感官的方式是非常相似的。

我们希望将这个通讯转移到叫做 R 的实体上。我们是你们知晓的 Laitos。

（R 传讯）
我们是 Laitos。我们与这个器皿在一起了，这个器皿感到困惑。我们将通讯转移到叫做 Jim 的实体上。

（Jim 传讯）
我是 Laitos。我现在与这个器皿在一起了，我们感谢叫做 R 的器皿，感谢他表述我们的言语以及他识别我们的通讯之进展。

现在请问，关于这个寻求的圈子的主题 是否有任何我们可以进行回答的问题呢？

L：对于这些[我们被给予的]思想概念有没有一种方法能能容易地解析它们呢？我们从哪里开始？当我们被给予如此大量的信息并接着被要求用一种其他人可接受的方式传递这个信息的时候，你愿意给我们某种建议，关于如何着手开始对这些概念的泡泡进行语法解析呢？

我是 Laitos，我们觉察你的询问，我的姐妹。我们会简单地建议你从察觉到的第一个概念开始发言，只要你能察觉到概念，就可以持续地发言。这是某种单纯地

需要去进行练习的事情，因为当你开始察觉「概念球」时，正如它被称呼的一样，你会首先察觉到极大的数量，因为在你特定的情况中，你对信息是相当的敏感的，你察觉到 等待着你转译的信息总量。

如果你在通讯的开始和发言中暂停过长的时间，以至于对于一开始你很熟悉的事物你将开始为你自己制造一种阻碍，在其中，将会有越来越长的 在你开始之前的停顿时间。因此，我们会简单地建议你开始说话，并且只要你能察觉到概念，就一直持续地说话。在你自己面对这些概念的态度方面，尽可能地放松并放手吧，我的姐妹。

现在有另一个询问吗？

T：我察觉到这些概念在这朵云、或这颗球或无论你如何称呼的东西里，但是我同时也感到将这种通讯传递出去的强烈愿望，因此一直到所有的概念都消失的时候 我才能说话，而这让我感觉是不错的。我猜想我在问的是，那是对的吗？

我觉察你的询问，我的姐妹。确实，这是没问题的。当你参与通灵的过程中，你所做的事情 调音、进行挑战并说出你与之建立了通讯的事物 这是完全没有问题的。在任何你感觉到对你合适的时候，你都可以将通讯传出去，即使你已经觉察到更多的你可以进行转译的概念。你可以继续发言直到没有更进一步需要转译的概念为止。

在这个过程中 你做的每一件事情都是 OK 的。因为这是一个过程，通过这个过程你会对通讯的开始，表达通讯的内容和转移通讯变得熟悉并变得舒适的过程。所有这些都需要花费时间和练习，我们对你和这个团队中的每一个器皿的进展都感

到十分高兴。

现在有另一个询问吗？

T：当我听到其他人通灵的时候，我开始察觉到概念的形成，我尝试让我的头脑尽可能地空白，仅仅是为了去听清他们正在说什么，而不去察觉其他正在形成的概念。我的目标是不去察觉察觉任何概念，轮到我发言的时候 我才察觉这些概念。这样做是正确的方法吗？我偶尔觉察到那样的挣扎 因为概念就是一直想要对我显现出来，但我会再三地将它们推开。这样做是最佳的方式吗？当我正在聆听的时候，我应该允许它们 并仅仅觉察到它们并不是我需要去陈述的事物？或者我应该继续努力去阻止它们出现在我的觉知中？

我们觉察你的问题，我的姐妹。既然这是圈子中很多器皿都参与其中的一个强化训练，有大量的 对于我们的临在和信息的过程的察觉。这种察觉是被这个圈子中的每一个人所共享的。如果你允许自己如同每一个人已经做到的一样 去对这个过程变得察觉，你会察觉到被传送的想法这并不会让人觉得意外，即使你在那个时刻并没有参与到想法的传递。是否要将那些概念推开而进行回应，这不是一个你需要去担心的事情。当另一个人在发言的时候，简单地不要说出它们就好了。一直等到轮到了再发言。

学习通灵(传导)技艺的完整程序并不是多么困难的事情，正如每一个人都正在开始发现的一样。这是每一个人在日常生活中都很熟悉的一个过程。因为当你与朋友、陌生人、与任何人进行对话的时候，你不用参与一场预先安排好的，容我们说「一篮子交易」中。你没有对你将要说的话进行计划。你在每一刻都是一个管道，你正在传导你的存有的另一个层面。也许当你受到特别地启发的时候，你从

实相的其他层面进行传导。

你在这个寻求的圈子中做的事情就是聚焦在那种天赋上，这是你在整个人生的过程中已经发展起来的天赋，因此你有能力从其他的来源拾起概念，那个源头在表面上位于你自己的外在，诸如和我们一样的一个源头。我们发言，作为属于服务太一造物者的众星球邦联之代表。能够与这个团体中的那些人建立联系并通过每一个人说出那些信息和启发的言语，我们感到兴奋。

我们可以说，有一个我们在此刻鼓励每一位的基本质量，那就是放松— 进入这个过程。不用过分地担忧如何做这个或做那个。简单地让它发生。因为它是对你的存有而言自然而然的事情，它是对你们每一位的心中 深深地抱持的渴望的一种满足。

此刻有另一个询问吗？

R：如果你们还没有对回答关于识别和放松的问题感到厌倦，我有一个问题。我想这一次我大约已经能够感觉到调节作用，接着我进行了挑战，我几乎可以感觉到泡泡浮上表面。我想知道我的阻碍是否是焦虑 也许仅仅在过去听到太多的通灵 而已经形成了对这种信息将会进入我的意识中的方式的一些期待。你们能评论这些观察吗？

我们觉察你的询问，我的兄弟。对于新器皿的任何训练的最困难的部分是，当头脑保持开放并为进入到显意识心智的言语、想法和概念做好准备的时候，器皿对说出这些事情感到自由。甚至当它们出现的时候，能够如叫做 Carla 的实体所说的「把驴子用绳子吊着」，对于一个新器皿有时是困难的。

因为谁想看起来愚蠢呢？谁想做出错误的行动呢？在你们的文化和社会中，你带着这样的感觉长大：确定的错误行为是存在的，这些行为已经在你的过去 通过你所遭受的愚弄、嘲笑和某种方式的伤害而成为一种该受处罚的行为；这导致你收缩，建造起一座墙，变得更加小心，并更加地觉察到 有可能会犯错。

在这种情况下，我们请你们移除这样的阻碍物，我们请你们忘记这些惩罚，我们请你们允许你自己进入一个新领域：放松、自由、愿意成为傻瓜、愿意前进并说出你所感觉到的事物、听到的事物和已经察觉到进入你的显意识心智的事物。

简单地去做你感觉到的事情并说你觉察到的事情吧。有进一步的询问吗，我的兄弟？

R：没有了，谢谢你们。

现在有进一步的询问吗？

C：没有问题了。

我是 Laitos。我们意见一致。因此我们将再一次感谢各位允许我们建立这个通讯，通过你们的器皿说出我们的言语并回复那些你们给我们的问题。这是一个大祝福，我们期待着下一次的相聚。
现在 我们将离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。

Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1] Carla 评论，当磁带录音机和麦克风在通灵集会之前被设置好的时候，这个步骤让她想起在 1971 年和 1972 年当她在一个摇滚乐队做背景伴唱的时候。前面的乐队在一个干净的舞台上想观众表演，但是在器皿和设备的后面有一大团电线。这一直让她感到很吃惊，需要如此多的电线去为四个乐队成员和三个歌手来提供电力。

[2] Carla：在这次(通灵)会议中有几个情况，在其中的建议或推论是：一个管道将识别出它的星际邦联的通讯 而不需要去挑战它。我认为并非如此。我相信在接受通讯之前 始终进行挑战(程序)，这是必须的。

★爱与光图书馆选集 第 19 辑

☆ 第 1901 章集：爱与理解

Copyright © 2005 L/L Research

周四冥想

1974 年十月 31 日

(Don 传讯)

我是 Hatonn。我的朋友，在无限造物者的爱与光中，我欢迎你们，和你们同在是个大荣幸，很大的荣幸。我的朋友，我说这是很大的荣幸 因为我们在这里只为了一个目标。我们的目标是接触你们的星球中 渴望我们的通讯的人群。这是我们来到这里的唯一原因。我们来此服务那些渴望知识的地球人，好让他们在你们的物理幻象中 得以使用这份知识。

我的朋友，当你们还在该物理幻象中，领悟你们真实的目标，以及实践该目标，这是很重要的。

人类经历了许多许多经验；有些是物理的，许多其他的经验属于不同的性质。在这个物理幻象中，人类与许多知识隔绝。在这单一的幻象中，他只有其经验产生的智力和情感偏好。

你以为，为什么显化这样的状态？为什么你处于这种状态？我的朋友，首先的理由是你渴望这种状况；第二，既然已经渴望，你就携带必须的东西把自己带入这个幻象。

现在，你可以说这是一趟远足：从远为愉悦的环境进入一个具有严厉限制的环境[就是你们身处的地方]。我的朋友，这趟远足的理由就是为了领悟。

你们许多人难以理解为什么必须发生这样的经验才能抵达这一种觉知；似乎，在任何地方，任何时间都应该可以抵达该觉知。我的朋友，确实如此，但在任何其它经验中 很难去测试对这份领悟的全面理解。在你们现在所处的经验中 是最容易测试的。

这个测验是自动的，每一天，每一刻都在发生；它单纯地是你对每个感知到的经验之反应。你们每个人都有过 对于经验的[现在看见的]愚蠢反应。在经验过程中，如果一个人想要抵达他渴望的目标，就必须调整他的思考，好让他对于任何经验的自动反应总是一种爱与理解的反应。

这一点，你们知晓的大师，耶稣，曾对你们展示。他树立一个对任何经验反应的榜样。如果一个人的心智对于应该如何反应任何经验有疑惑，耶稣已经示范要如何反应。这些反应并非他的分析或智力的产物。它们是自动的反应，基于他在相同的[你们正在经验的]物理幻象中成就的领悟。

因为个人的各种经验在目前幻象的后果，比起一个比较不稠密的幻象，它是个好很多的测试。相对而言，你们现在享受的幻象，其中的各种后果似乎是很重大的。所有这些都为了一个目的：测试你们表达爱与理解的能力。每一个经验，不管它看起来如何，都只是幻象的测试，直接作用在你上头 为你产出一个机会去展现你对爱的理解。

这是你们现在经验的幻象存在的唯一原因，朋友们，如果这是唯一的原因，明显地，一旦个人觉察到这点，他应该花费时间去学习 对各个经验的反应只有一种爱与理解的表达。

在你们的星球上，许多人，事实上 大多数人对于我刚才给予的知识没有清醒的了解。因此，他们在其幻象中四处经验各种活动，而他们反映的方式并未有意识地受到理解的导引。

虽然如此，他们从该幻象的经验和活动中学习，但学习的过程大大地延长 [跟一个清楚觉察自己在做什么的人相比]。此时，我们在这里协助那些想要获得协助的地球人，让他们有意识地理解自己尝试去做的事。

你们许多人在物质界历经全面的经验却没有清楚地知道该经验的真正目的；浪费了整个经验而没有任何进度。在地球上，许多许多人的进度极度地缓慢。这个缓慢的进度一直是令人遗憾的。一直以来，有充足的通讯传递人们在实相中渴望的目标。然而，由于不幸的环境状况，有很大量的人群在物质界中从未开始觉察他们真实的目标。

为了这个原因，他们已经在物质界重复多次经验，并且在未来必须重复经验，好踏出那简单的一步：从盲目地对经验反应，容我们说，缺乏对爱与理解之适当表达，到达一个未来的目标 也就是跟上述相反的状态。

我的朋友，我们此时告诉你们的东西是你唯一需要知道的重要事项。我们可以告诉许多美妙的东西，但如果这些东西不在你们可以经验的能力范围内，那又有什么益处呢？我们正单纯地告诉你们，如何获致这样的能力，去经验所有你可能想

望知道的美妙事物。

要做到这点很简单，不管你遭遇到什么经验，单纯地表达爱与理解。你遭遇的所有事物都是幻象— 每一件事。这对我们是十分清楚的，对你则不总是清楚的。这是因为你们所处的幻象是个非常、非常良好的幻象，一个很令人满意的幻象，一个很有效率的幻象。它确切地达成你想要它达成的效果，那就是一种诡计。它在你面前持续地置放各种测验，确认你表达我们造物主之爱的能力。

我的朋友，为什么你应该被持续地测验？为什么你应该持续地经历这些经验？你们已经选择这么做，原因是：你们想望在灵性的理解上很快地加速进展。

在冥想中领悟我说的真理，然后在冥想中领悟 实作你的渴望之方式，把它快速地带入实相。许多人获得关于真实渴望的某个智力上的知识之后，就假设该简单的知识具有任何真正的益处，不要像他们一样地误解，我的朋友。

唯一具有真正益处的事就是你能够毫无保留地表达造物主的爱与理解。

这整个游戏就是这么回事。我的朋友，它是个游戏，特别是从我们的观点。你们已经选择参加这场游戏，一个位于幻象之内的游戏。在无限太空中的一颗小小星球上，这一个幻象的边界由该星球的表面上的狭窄层所界定。

遍及宇宙造物的所有角落，意识正在进化。你们在宇宙造物的这个地方，它正在进化。你们正在经验个人的进化。如果你可以全时间维持对实相的觉知，从而维持对这场游戏的觉知；你可以精准地做到你原本设定的任务：提升你自己到达一个很大程度的灵性理解。

这是我们全都尝试去做的事；这是我们唯一的目标。任何其他事都只是一场游戏的一部分。我的朋友，宇宙造物中有许多许多种游戏，位于许多的层级。每一种游戏都有不同的游戏规则，但它们都有相同的目标：理解，达成那个能力— 表达造物主的爱。

朋友们，这就是遍及所有太空，所有意识的活动。难以相信有如此众多的活动正在进行着，但它们是无限的，每个实体都在它自己的觉知水平上，每个实体都寻求走得更远，变得更加觉察，以返回造物主之无限知识。

但每个实体都涉入我们称为的一场游戏。朋友们，我们这么说不是要取笑这个过程，而是认出它在实相中的位置。我们发现自己位于一个幻象，跟你们的幻象不同。我们也在玩一场游戏，带有不同的游戏规则。我们所在的部份邻近你们的部份。我的朋友，我们称它为一个游戏，因为我们必须以这种方式接触你们。全时间，我们必须使用一些技巧来通讯，好允许你们可以接纳或拒绝我们的通讯。为了这个原因，把我们的活动比拟为一个游戏，因为我们也在特定的规则下运作。

不过，我们也尝试上升，理解更多，变得更为觉察。在这个时期，我们尝试透过服务的过程做到这点。一个服务的过程将为你产出进化的果实。你们可以在不同的层级，做同样的事，如同我们一般。

在你们的幻象中，许多人尝试传递他们的理解，却不理解该游戏的规则。为此，他们给出的东西许多被误解或排斥；因为他们尝试服务的方式带着理解上的限制。我的朋友，所有这些智力上的理解只有一点点的价值，除非你透过冥想，以真正的知识扩大这份理解。这是唯一的方式，好让你能够在思考与情感偏好中包

含永久的实相；该实相不属于该游戏的产物。

地球人在这个时期，非常、非常地涉入他的幻象之中。地球上有战争、准备战争的计划；有各种政治的主意。有成千上万种目标与构想完全地涉入这个游戏，没有在游戏以外的目标，没有在实相中的目标。所有这些构想、所有这些活动，不管它是在你们的政治系统中，商业世界中，或在你们的政府或军事组织中；不管它是地表上各式各样的什么活动，这些都没有差别。如果沉浸在这些活动中的个体没有领悟到它们的真正价值，也就是空无，什么都不是— 如果一个人没有理解到这点，那么他就没有好好利用他在这个幻象中的存在。

我们恐怕在你们的星球上，几乎所有人都是如此地导向。这并不是说没有许多人属于高度灵性的本质。而是单纯地说他们还在过渡时期当中，尚未辨认出他们真正寻求的目标。我们希望帮助这个星球的许多人，在物质界中，完成该过渡时期。不是现在 就是在另一个时间，你们必须完成这个过程。在灵性的进展中，这是非常重要的一步。

在你们的星球上，有人曾说过，在物质界中领悟这点是必须的。我的朋友，这是非常重要的一步。当你的内在对于这个领悟抵达更深的地步，你将获致更多的益处。当然，透过冥想来做到这点。

朋友们，在你迎接每天的破晓之际，不要让你面对的幻象成为一个太大的幻象。辨认出它真正之所是，然后在每一天辨认你的目标，你将充分地使用这个幻象。

今天傍晚同你们说话是个很大的荣幸。我是 Hatonn。现在，我要让我的弟兄透过另一个器皿说话。这一直是个很大的荣幸。

Adonai。Adonai vasu。

(Carla 传讯)

我是 Oxal。我在爱与光中向你们致意。我乐于使用这个器皿，她不习惯我们的联系。然而，我们热切地使用这个器皿，如果你们愿意保持耐心，我们将花简短的时间工作这个通讯。

(停顿)

我焦急地告诉你们，我是多么欢喜和我的弟兄同在。我的弟兄 Hatonn 通讯之际，我一直与你们同在。我增添一个想法，这是个明显的想法。不过提醒那些渴望理解的实体是好的。

我的朋友，给予爱、发出理解的振动，就形成一种不是幻象的意识；而是一个实相。虽然，终极而言，一个人不能称它为实相；但对比你们理解的幻象，可以称它为表达爱的实相。

一个人如何表达爱，如何表达理解？如何可能在全时间表达这些东西？我的朋友，我想要告诉你们的是：如果你尝试单就幻象表达这些东西，那是不可能的。

朋友们，如果你每日遭遇的是一群不完美、愚蠢、有些荒缪的人，要回应爱与理解是不可能的。

当然不可能，我的朋友，设计这个幻象的用意就是带着知识才可能正确地行动。当你开始觉察造物者，才有可能去表达爱。

我的朋友，每个人表面上是一个人类实体，不过，他是造物者。每个自然的物体，每个人造的物体，你周围的空气等等 都有造物者的意识。你，你自己，即是[你想望去表达的]这份爱的源起代理：你是造物者。

如果你可以记得耶稣实体看待每个人都是天父的一部分，那么，我的朋友，你将能够更佳地表达造物者的爱。

有些人需要你，你需要某些人；这些都是谎言。没有这些需要，除了对造物者的需要。理解这点即是把自己从幻象中解放出来。

我提供这些想法给你们，因为在我的经验中，它们是有帮助的。如同我的弟兄曾说的，我们经验过你们正享受的密度。如果我们发现自己需要粗略的更正[你们正在追寻的东西]，我们会重新沈入其中。

在我们自己的密度中，我们寻求一些更正，更正我们的理解。不过，我们可以把这两个密度比拟为两种问题，好让你们拥有智力上的知识。容我们说，你们现在的问题是发现正确的频道；另一个问题是在一个频道中调音。这是经验的理由。我们找到正确的频道，然而，还有更精细的更正，你们可以理解为电视画面的清晰度。

我们向前看，还有许多许多在我们之上的密度，它们比我们的密度远为精细。不过，我们满足于学习自己的课程；并且我们非常想望协助你们的学习。

我也想要允许邦联的另一个成员说话，所以我将离开这个器皿。使用这个器皿真是愉快，我是 Oxal。

Adonai。

(R 传讯)

我与这个器皿同在，与你们同在是个荣幸。我在无限造物者的爱与光中向你们致意。我要在此时调节你们每个人，如果你渴望。

我们很喜欢使用器皿 B 来传达我们的想法给那些渴望的听众。它将是个简单的过程，如果她愿意敞开自我。

[录音带结束]

(V)2014 Digested & translated by cT.

☆ **第 1902 章集：调音的方法**

Copyright © 2008 L/L Research

Session 3 - Channeling Circle 6

2008 年六月 7 日

L/L <wbr>Research 调音的方法

团队问题：我们如何才能实现更好地调音(调频)。我们如何才能达到我们最高和最佳，更高和更佳的状态呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中 我们今天来到你们中间。一如既往，我的朋友，当你们工作我们的观点的时候，请你们在我们所提供的内容中 抛弃任何看起来对你们没有帮助的事物，因为我们不是那些拥有高于你们的权威的实体。你的分辨力是非常重要的。

请守卫你自己的灵性演化和你的进程。在你的寻求中，跟随共鸣的道路而不是跟随任何无论什么的权威，不管这种权威是其他人还是我们自己。我们感谢你们的这方面的考虑，因为它允许我们发言而不用担心我们可能会侵犯你们的自由意志。

我们非常高兴与每一个器皿一同工作，我们希望每一位都知道，当我们提供我们的想法的时候，我们将一直为每一个器皿调整通讯的舒适性和清晰度，这个吸引我们的注意力的优秀的主题是如何在你自己的练习中让通灵的过程更有效，或者就好像叫做卡萝的实体阐述的，如何成为你之所是的 最高和最佳的、更高与更佳的状态。

最高和最佳的状态不仅仅对每一个管道都是独一无二的，在一个管道的当下经验中，它也是独特的，在对这方面的理解上，叫做卡萝的实体是正确的。一个灵性上成熟的人的标志就是对一个实体典型地应对生活上使用的振动之规律化或标准化。然而，甚至在灵性上最成熟的人当中，其调音也会因为活在第三密度生活中(随着)各种事件的自然起伏而出现变化。

在某个程度上，对于我们以及所有第四密度还有第五密度的实体，这同样是真实的。在第六密度中，在基础性的调音中出现引人注意的变化，这是不大可能发生的情况。

无论每一天的调音(过程)是什么，在那段特殊时间，它比较可能偏离这个人最高和最佳的理想(状态)，相较于调音已经完成而言；这就是为什么我们鼓励你们每个人在敞开自我去通灵之前 要通过调音的过程。

我们现在将这个通讯转移到叫做 Jim 的实体上。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）

我是 Laitos，我们通过这个器皿向各位致意。当每一个实体通过调音的过程时，会有以一个器皿去进行服务的渴望，它会激励那个实体向着，容我们说，在完成调音过程方面，最高的优秀标准发展。这种渴望，在我们看来起到基石的作用；在其上 这种服务被构建起来。

这种渴望是源于实体的存有的最深部分；无论一个人会如何看待他的存有的最深部分，知性、灵魂、心会结合在一起去添加存有的能量、存在的能量，容我们说，那是一个实体将会体验的第一次通灵。

当这个渴望接着被传送到实体的显意识心智时，它会开始用各种各样的方式让自己显化出来，这样实体就可以收集它的力量，收集这种能量并将其指向一个特定的方向了。我们将这个通讯转移到叫做 L 的实体上。我是 Laitos。

（L 传讯）

正如同一个火焰可以通过添加燃料[诸如木头或充氧的空气]变得更亮更大，一个通灵者的火焰同样可以用这样的方式变得更加明亮，调音也可以通过为通灵者供

能的经验之内容而变得更加精炼。
「较好」或「更好」的概念是没有意义的；只有本是之物。(只要)通灵者带着一种心的纯净而在信心中说出来的，其中每一个字都已经是完美的。

（刚才尝试将通讯转移给 R）
（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。当进行通灵时，希望你是更好地或更完美地进行了调音，没有这样的考虑，因为在那个时刻 你所提供的事物就其性质上就是完美的，并且是完全可接受的。不过，在准备一个管道的过程中不仅仅有意愿、意志、焦点，还有一己非常个人的 甚至是亲密的灵感源头。

我们现在将转移到叫做 J 的器皿。我们是 Laitos。

（J 传讯）
我们是 Laitos。因此，看起来，当一个人所表达的渴望被更加敏锐地感觉的时候，当你谈到意图或其背后赋予你的力量时，你所使用的表述与言语的力量就更大了。

于是，在这种渴望中，如果你发现那些关心的主题或领域对于你有很大的意义，你对它们有着很大的热情，这也许就是最好的情况了。用这种方法，你可以更加容易地唤起你所要求的事物的能量，因为它与你的存在更密切地共振并且和你的存有更为匹配。当你与对你呈现的能量相匹配的时候，它就会更容易地流动，更自由地流过你的器皿。

如同以前已经阐明过的，你的意图之质量对于在你的通灵中造成的口语是重要

的。因为，对于什么是你希望去学习的，或者什么是你希望去为自己或为其他人进一步地阐明的，当你对这些意图变得清晰的时候，能量的质量或能量的强度就会因为心智之间的匹配，或者我们可以说，因为心智的会合而升高。

一个人会如何在平凡的日常生活中发现自己，这不会有什么差别。当你对某个事物几乎没有兴趣时，你就很难对其保持聚焦。因此，如果你要求谈论的话题或在你的通灵的过程中 你所分享的更大的知识和信息是你有兴趣的，这是好的。因此，当你正处于这个学习的过程时，选择你有很大兴趣的主题，这可能是最好的，这样，在匹配能量并造成那些话语— 匹配我们传送到你的器皿中的想法之脉冲— 方面，你就可能会有一个比较轻松的时间了。

我们现在将这个通讯转移到 D 实体上。

（D 传讯）
我们是 Laitos。正如同一个单独的乐器可以产生一个美妙的声音，而多个乐器的能量源头的共鸣会创造出交响乐一样；该管道的升高调音的体验会被精炼作用所提升，该作用与其他和谐的能量源头校准。该管道的调音强度会随着这些能量的联合性与合一性而增大。
我们将这个通讯转移到 T。

（T 传讯）
我们是 Laitos。在关于改进调音与改进通讯手段的方式的问题上 已经有很多有用的信息了，但总的来说，在这个过程中会有一些简单的概念同样可能会带来一些启发。这些概念单纯地就是让意图变得清晰且纯粹 以便于信实地且毫无保留地练习、练习、再练习献出自我 [在那些知性、心性、意图相近的实体的陪伴下]；

最重要的是练习去爱：爱自己，爱在通讯中 造物者使你觉察到的(各种)表达，在自我之中 找到那将你与造物者连接起来的深井，并通过造物者到达他所有的表达。
这些言语是简单的，但它们提供了一个继续这个过程和改进并完善调音的方法，从某种意义上，虽然忆起完美是有值得花时间去做的，就其自身而言，它是一个恒常移动的目标，在这个密度内，它绝无法被充分实现。
我现在将这个通讯转移到 G。

（G 传讯）
我们是 Laitos。这个团体中的其他自我已经谈到过练习的重要性了。就好像交响乐的乐师通过很多小时的辛勤练习来磨练他的表演，以及运动员通过很多小时的辛勤练习来磨练他的表现并尝试达到一个目标，这对于一个正在学习通灵的人是一样的事情。以一个完美调音为目标的工作需要勤奋。
有一种支持这种练习的生活方式，那是一种活在正直中的生活方式。在你们的智慧的书本中，有一个简单却意味深长的表述，你们将其视为黄金法则，那就是：「你希望别人对你做什么，你就对他们做什么。」[1]

一个正直的人生同样在最近一些年非常流行的一本书中被阐明了，它就是由一位 Don Miguel Ruiz 所着的 名为《四个约定》的书。在一个人需要的完善和磨练一个人的调音能力的技巧上，通过在每一刻、每一小时、每一天，都活出一个正直的生命 而为那种类型的技巧构建基础吧。
我现在将这个通讯转移到我的右边，那个叫做 C 的实体。

（C 传讯）
就如同地球正向着她的进化而工作一样，每一个个体都在向着他或者她自己的个

人进化而工作，带着这样一种理解，我们在今天谈到调音就是希望创造一种更加精炼的方式来与每一个器皿进行连接。这是已经被谈到的美妙交响乐，它们全部聚集到一起就形成了造物的音乐。

为了清晰地调音以便与我们进行连接，我们请你们每一位将脉轮视为与各个密度连接在一起。身体中的第一脉轮与行星上的第一密度联系在一起。在这个脉轮上获得平衡和清理，一个人就不会对他自己的生存担忧了。

我们请每一位个体工作朝向平衡其脉轮系统，从第一脉轮开始，接着第二个，接着第三个。当平衡被实现的时候，一个人就不会担心其他人看自己是如何了。第三密度与自我意识产生关联。当这个脉轮被平衡的时候，能量就可以向上流动进入第四脉轮了，它是与第四密度发生关联的，一个人可以在心中感觉到爱。当这种爱被感觉到的时候，你就与第四密度连接在一起了。这是这就是通过层级振动的提升并通过爱连接。一旦该连接被感觉到了，你会知道的。

在谈及在朗读中涉及的 Hatonn 早些时候的文字时，有一个问题被提出来讨论，当与一个已经建立通讯的通灵者连接起来的时候，会产生一个信号。亲爱的，在你心中的爱的感觉，这就可以是你的信号。所以我们常说，在冥想中，我们与你同在，(只要)你带着对爱的渴望，对爱的感觉。

如我们说过的，在日常生活中 很难保持那个振动。但是，当渴望和意愿被设置好 去将振动提升到人类的心中的爱的层级之时，这就是非常容易切实可行了。

我们现在将这个通讯传递给叫做 L 的实体。

（L 传讯）
我们是 Laitos。我们从这个器皿拥有的一个图像开始。

他正站在家里的一个梯子旁，他的小孙女正爬上梯子 到达一个在他头顶上方的位置。她转向他并说：「我比你高。」从某种层面上，她是正确的，但是从另一个层面上 她是悬空的。她的身体不在地面上。

在这里的课程也许是：为了真正地变高 你同样需要站在地面上。这也象是一棵橡树，它越深地扎根到大地之中，它就会越向天空长高，并进入更高的领域。然而，在每一点的橡树都是一棵完美的橡树，因此，没有一种真的较高或较低处，但毋宁是有发展。这里的课程也许就是集中注意力，不仅仅专注于存在于高处，而且也专注于扎根于较低的脉轮中。就是从那里，能量进入较高的脉轮。这样的发展就是平衡、稳定而稳固的。

我们是 Laitos。我现在将这个通讯转移到我的右边。
（Carla 传讯）

我们是 Laitos。调音的过程的确是一个开始和结束于自我的真实本性的过程，它无法被假装或被伪造，不仅仅自我真实的本性如此，自我的热情也是一样。这个圈子里的一些人，好比这个器皿和叫做 Jim 的实体已经在调音的程序上进行了很多年的工作了，可以这么说，他们在很早之前就对调音的程序的形式非常精通了。他们能够穿过那个程序的各种阶段，因为他们在过去就已经发现这些阶段是有用的。

然而，如叫做洛芮娜(Lorena)的实体在之前的通灵中提到的，将一个人调音到她

自己最高和最佳的状态包含一个火的元素。火有热情。对于最有经验的管道，忘记爱之火的自发性和兴奋的重要性接着变得无精打采 或者被导向去完成一个调音过程的形式，这是很容易的事情。因此，我们会提出的观点是，为了与一个人最高和最佳的部分进行通灵而调频，在某些方面，它为了与相关的配对的其他自我进行一次神圣性质的性能量交换而调频自我是相似的。

让一个人兴奋的元素和推动一个人向着为性能量交换做好准备的元素，它们并不总是会是相同的元素。红色脉轮的圣餐仪式是调音程序的一个很好的类比，它更多地与物质性的领域有关联，因此它比较容易从热情是如何被激发的方面来考虑。

也许只要经过一小段时间，在一个人内在存有之中的热情因为想到了性交的身体行为的各种各样的方面被激发，或者因为关于配偶的那些在过去就曾经让他感到兴奋和激动的，无论那是身体特征或性格特征的那些事物而被激发。当一个人开始在上主的领地玩耍 [这个器皿是这样地称呼做爱] 并与真正会让人兴奋的事物 [不仅仅在过去，而其实在今天和此时此刻] 接触时，用一个人全部的心聚焦它并赋予它百分之百的注意力，这是必须的。

正是如此，鼓舞、唤起并激起一个人用每一种方式和在所有的时刻去寻求、去看到、去服务造物者的事物，相比那个昨天对你有效的事物，它也许已经变成了一个不一样的事物。也许昨天一个特定的祈祷会 将你提升到顶点并激起你心中的火焰。也许今天就达不到预期效果了。那么，当你在寻求调音到你最高和最佳的状态时，知晓这一点，在你发现那个今天对你起作用的祈祷，发现那个今天提升你的对高我的祈请，发现那个今天激发你的歌曲或观想之前，了解到现在并不是在调音过程上继续向前的时刻。

这个器皿经常对这个团队谈到调音过程就好像它是一个有限事物一样。它不是个有限的事物，就好像你也不是个有限的存有一样。你是一个振动的复合体，存在于各种振动彼此的动态协调效果中，在一个支配一切的振动场的保护下；它就是你作为一个实体的振动。在这个振动场中，你的能量处于持续的律动中。当你在着手处理日常生活的选择和机会时，你的灵光的颜色在改变，变亮，变暗，旋转得更快或更慢，并与特定的和声连结在一起。

在调音的过程中并没有什么不同。每一次你进行调音你都是一个新的存有，你希望意识到自己，这样你就可以无限地察觉你是如何提升自己的，你是如何向上移动你灵魂的音乐 并达到在那个特定的时刻 你确实最受鼓舞的振动，你最感兴趣和最聚焦的振动。

更进一步，我们会通过这个器皿给出的是，就好像在做爱中一样，身体的渴望的能量可以被挥霍掉，或者被聚焦并实现可能的最好和最佳的能量交换，所以在为了传导而调音的过程中，能量可能在它充分聚焦以提升自我之前 就在消耗火焰的情绪中被浪费了。

例如这个器皿，她偶尔会如此醉心于赞美耶稣基督 以致于她进入一种反覆的吟唱：「我爱你，耶稣，我爱你，耶稣，我爱你，耶稣。」这肯定会鼓舞她并提升她。然而，在某种程度上，选择去聚焦于这样反覆的吟唱上 多少是情绪上的能量或被情绪驱动的能量会让这个器皿离开她作为一个太一无限造物者的器皿的最高调音，因为它将那火焰花费在了奉献上，而不是让其保持聚焦并通过这种奉献向着未知开放，这种未知用于穿过智能无限的大门。

因此，很可能昨天对你惊人地有效的调音过程在今天也许就需要一点[这个器皿所称的]微调。例如，如果你按照某一种祈祷文进行祈祷，它会看起来不是那么如它之前一样地触动你，让你的思想向着可能性开放吧，会有其他的祈祷文同样地鼓舞人心并且对你是新鲜的，这样你就不会对于某个事物过分习惯与过分熟悉 以致于到了它无法再能够激励你了。

我们想要为能够与你们的器皿一同工作的极大荣幸 而感谢这个圈子里的每一位。它对我们同样是个美妙的练习，因为我们希望越来越有能力让我们的振动符合并适应你们自己的振动 并在你们作为管道发展的同时 与你们一同前进。我们向你们保证，当你们与诸如我们等的那些能量一同工作的时候，你们每一个人都的确是在发展中的，我们经过你们并与你们连接在一起，在这个共同的寻求进行合作 去向一个对启发和鼓励有种极大的饥渴的世界提供爱的言语。

我们感谢你们用这种方式对有所服务的渴望进行回应。我们能被赋予这个机会—与你们每一位一同工作，这是一种大祝福。

在我们离开这个器皿之前，我们会开放这个会议进行提问，如果有任何问题的话。此刻有任何问题吗？

L：你刚刚谈到火焰，驾驭火焰、聚焦火焰 以及用各种各样的方式支付火焰。当我们结束上一次通灵会议时，我感到巨大的火焰，如果你愿意这么说的话，一种爱的洋溢，我感觉到我必须将其分享给团队。
（磁带第一面结束）
L：…，驾驭与聚焦 Vs. 在各种时候为了各种目的而分享。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们很高兴谈论那个问题，我的姐妹。有一个未被提出的问题，它是关于你在前一次集会结束的时候的行为是否适当，在其中，你本来可以进一步地保持对那个喜悦的锐利焦点聚焦与精炼，这是有可能的。然而，我们会向叫做洛芮娜的实体确认，这种喜悦的洋溢在这个通灵和寻求的圈子的那些人中间进行分享，这是完全适当的，这个圈子中的人们一同和谐工作并将整个圈子带到那个喜悦点。

表达喜悦的技巧是一个天赋，它并未被赋予所有人，它是一个极佳的天赋去接受那被自发地和由衷地给予的爱的奉献。没有比感觉到另一个人的喜悦和感觉到那种爱的洋溢更大的喜悦了。允许那种喜悦流动的合适时间是那些完成的时间，诸如上一次通灵机会结束的时刻。那个时刻的平衡动态是开始的时刻 同样是极好的表达喜悦的时刻，实体们聚集在一起，第一次看到并感觉到彼此的振动。这也是个最合适的时刻— 让能量满溢，流出来并被所有人慷慨地分享。

我的朋友，在欢迎的时刻，对聚集在一起表达喜悦，在领悟到合一性的那一刻，允许喜悦和与其他人接触的火焰被分享并流溢而出，这总是好的。

那些对聚焦能量有帮助的时刻 是当你作为一个寻求者，有一个确定目标并有一个确定在心智中贡献能量的时刻。在那些情况，当你开始构建并聚焦的时候，就在将你的线圈绕成一个魔法的存有了。如果你持续性地允许自我爆发到表达中，那么要坚持这种线圈的缠绕就是困难的事了。

因此，当一个人感觉到他即将要开始着手开始将自己提升到魔法人格的层次时，聚焦是好的。当你将自己调音成为一个管道，或去奉献一次神圣的性能量交换，

或者去治疗，或者去聚焦并将自己带到你最高和最佳的放射存有的位置时，你都在做这件事。
所有这些过程都受益于思想和情感的持久稳固的、和谐流动、有节奏的动作，它们继续缠绕线圈直到有一种极大数量的潜能可以被释放为止，在那个时候，那种释放是合适的，无论那种释放是在性能量交换的火焰中，还是在治疗者当他要将聚焦的能量传递给另一个要被治愈的人时而进行的接触工作，或者当一个实体尝试去使用他那个被磨亮的焦点而进行通灵或教导时，或者当一个实体简单地选择进入魔法人格中，在那里安住一段时期，并允许那个被磨亮的焦点 在一种全然的存有的放射中表达自己。所有这些过程都得益于保存能量并进一步地对它精炼和纯化。

现在有最后一个询问吗？我们是 Laitos。
（长时间暂停）
我们是 Laitos，我们发现自己通过这个器皿多少有点问题的耳朵听到一种沉默的回响，这说明我们已经暂时耗尽了那些出席的人的头脑中的问题了。

我们想要再一次为能与你们每一位的美丽的存在而一起工作的荣幸 而感谢你们每一位。能够做这件事情让我们非常感动，它是非常值得的，我们怎么感谢你们都是不够的。

当这器皿再一次在她自己的心智中拥有意愿的时候，当我们读到你们所有人思想中的意愿，意愿再一次在这个神圣的寻求圈中聚集在一起 以便一同寻求真理的时候，我们希望再一次与这个器皿在一起。

我们将带着大喜悦与你们在一起。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，

正如我们发现你们一样。我们是你们知晓的 Laitos。

Adonai。Adonai。

原注

[1] Amit Goswami 在他的书《幻想的窗户；一个物理学家的觉醒指南》中收集了这个黄金法则的各种版本的列表。

「道德的黄金法则出现在所有的宗教中：

印度教：这是责任的总结：如果别人对你做的事情将会引起你痛苦，不要对其他人做那些事情。

拜火教：善唯一的天性是，不要对另一个人做任何对你自己无益的事情。

道教：对待你的邻居的收获的就好像你自己的收获，你的邻居的损失就好像你自己的损失。

佛教：不要用你发现有害的方式来伤害其他人。

儒教：己所不欲，勿施于人。

耆那教：在快乐与痛苦中，在喜悦与悲伤中，我们应该看待所有的造物如同我们看待自己一般。

犹太教：所有你自己不喜欢的事情，不要对别人做。

基督教：你希望别人对你做的无论什么事情，你都可以对他们做。

伊斯兰教：只有当一个人为他的兄弟渴望 他为自己所渴望的事物的时候，他才是一个信徒。

锡克教：评价别人如你评价自己一般。」

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1903 章集：你的极性是什么?

文章来源: http://tinyurl.com/pygug5l

作者: 丹尼丝(Denise M. Wilbanks)

日期: 2013 年 10 月 7 日

Part 1

在过去的几个月的时间中，我奉献了大量的时间以深度学习被知晓为《一的法则》的资料。这是一部由唐(Don Elkins)博士、卡拉(Carla Rueckert)以及吉姆(Jim McCarty)共同取得的美妙作品。这份资料不仅令人着迷，而且令人足够吃惊地 被普遍地理解。所有的生命都服从这条最为基本的原则 藉由一种努力去协调与延长造物的样式。

在这个哲学中，最令我着迷的一个方面就是极性(polarity)的概念。定义极性的最简单的方式就是去描述它的特性；在正面的极性中，能量努力拓展；而在负面的极性中，能量在引力作用下收缩。每个极性与另一个直接对立，而每一个极性在某种程度上也独立于另一个极性，这非常类似在摄影中 光与暗之间的对比工作。想象在一间黑暗的屋子中照一张照片。如果没有一个闪光灯的帮助，你能够捕捉到任何图像吗？相似地，一个包含了太多光的过度曝光的照片将会冲蚀一副图像 致使它几乎什么都不存在了。

一个人可能会问：在日常生活中 这如何应用在我身上呢?

要回答这个问题，让我们将焦点重新定位到人类体验的最基础的人际关系，由此开始。在贯穿你全部的独特生命的过程中，那个你用来取得对自己的最大理解的方法是什么呢？人际关系拥有一种在我们面前举起一面镜子并帮助将我们真实身份映射出来的方式。某些最困难的课程是直接与「其他自我」的体验联系在一起的，这样说是有可能的。请注意，我没有使用「其他人」的措辞。在一的法则的哲学中，(在外面的)其他人与(在这里)的一个人自己没有区别。然而，无论它可能会怎样地稀少，我们全都分享相同的实质，分享太一无限造物者的光。「分离」的观念是源自于一种收缩性或负面极性。藉由其本性，这种极性会感觉到对差别的需要以便于缩减它的能量，因为它认为它处于短缺状态。经由「服务自我」，自我保护会成为自动性的模式，这是一种与被知晓为爱的真实人类体验的隔离。

要更好地理解合一对比分离的观念，一个人必须将实相的特性视为罩纱的一个有机面向，一些人会将其理解为心智的「幻象」。这里有一个我从《个人实相的本质》的书中找到的精彩解释，这本书是由珍(Jane Roberts)传讯，来源是一个名为赛斯（Seth）的实体。

外部的事件、环境、情况作为一种生动的反馈...

你的感觉拥有电磁性的实相，它们向外呈现出来并同时影响其自身的环境。它们通过吸引力而分组，同时构建出事件和环境的区域，最终，要嘛在物质中作为物体，要嘛在「时间」中作为事件，可以说是，结合起来了。

一些感觉和想法被转译为你称之为目标的结构，在你们的措辞中，这些结构存在于在一个你们称之为「空间」的媒介中。其他的想法和感觉被转以为被称之为事件的心理学上的结构，这些事件看起来似乎存在于一个被称为「时间」的媒介

中。

空间和时间同时都是一种根本性的假设，它单纯地意味着人同时接受了两者并假设这个实相是扎根于一系列的瞬间和一系列的空间维度。因此，你的内在体验通过那些术语而被转译了。

甚至是一个在空间或时间中的事件或物体的持续时间也是由创造它的想法或情绪的强度所决定的。在空间中的持续时间和在时间中的持续时间并不是一样的，无论如何，尽管看起来似乎这就是实际情况了。我现在正在用你们的措辞讲述。一个短暂地存在于空间中事件或者物体可能在你的记忆中拥有一个远远长得多的持续时间，举个例子，在它已经在空间中消失后很长时间 它都存在于你的记忆中。这样一个事件或物体并非仅仅是用象征性的方式存在于你的头脑或记忆中用你们的措辞说，它实际的实相作为时间的事件是持续的。

换句话说，赛斯正指出，我们在「时间」中给予事件的心智结构仅仅藉由在我们的想法中的能量连续体而占据我们的「空间」的一部分。这个空间就是「怨恨」存在其中的空间。就是这种实质性的成分让我们极化成为一个负面的收缩的实体。从这个同样的酿造过程 那业力同时导引并吸引肉体的各种疾病。这过程就发生在我们的鼻子底下，却完全不为我们的显意识心智所知晓。

相反地，任何一个曾经做过任何类型的志工或善意工作的人都能够证明 将自己投入一个崇高理念的服务之中所发现的魔法般的治愈力量，这种服务并不会侵犯另一个人的自由意志的。我强调「不会」，因为很多人主张他们是做好事的人，而实际上 他们是深深地支持相反方向的议程。诸如在大多数政府的许多部门中的情况一样，它们的目标是在精英和大众之间设定一种分离的氛围。

检验你的本性可以产生一种深入的生命改变和在哲学中的一种转换。去了解宇宙既不会区分也不会批判你选择去极化的方式，这对你而言可能是必要的。然而，宇宙广泛地偏爱朝向光与爱的导向— 做为一切造物的基础。因此，如果你的倾向是正面极性的，那么拓展性将成为在你的灵魂的橱柜中 你找到的礼物了。效果的影响是深远的：「在心中发生的事情会扩散到宇宙。」

下一次 你想要在你的角落里噘嘴生气 并且将其他人推到一边的时候 [好像其他人都不存在似的]，考虑一下 在你的控制范围内要去改变的事物是什么呢？你同时是你的反应和投射的能量的选择者。在每一次的沉思中，我们都会被召叫去变得勇敢*。

(*原作者推荐 MV: http://www.youtube.com/watch?v=McdMwOV0y6c)

***

日期: 2013 年 10 月 29 日

文章来源:

http://tinyurl.com/qdujj6y

Part 2

因为一种在这篇文章的第一部分上拓展的渴望，我安排了一次对卡拉·卢可(Carla Rueckert)的拜访以便于包含更多的关于《一的法则》的内容。我已经对卡拉和他的丈夫吉姆·麦卡提(Jim McCarty)在她位于肯德基州的家中有过一次愉快的访问了。该谈话*导向对这种哲学的各种各样的原则的讨论，包括性、人际关系、自我的阴影面的整合以及更多的内容。

(*访谈的影片: https://www.youtube.com/watch?v=xMPavUJ3OA4)

「阴影面」是一个由卡尔荣格创造的术语，这个阴影面的概念在理解极性的方面扮演了一个重要的角色，在一个人尝试去抓住接力棒并开始工作自我接纳的时候，这个概念开始勾勒出一些我们能够最好地掌握《一的法则》的教导方式。在我们的访谈中，卡拉将它描绘为：「将那只狼从外面带到厨房里面 来进行一次直接的谈话。」随着我们逐渐认识到我们并不是一个孤岛，自我接纳仅仅是我们进入到正念(mindfulness)之中的一小部分。我们与其他人一起生活，一起呼吸，一起创造。我们越早能够突破我们的阻力的障碍，我们就越早能够在自己和我们周围的那些人内在之中找到最佳的事物。

一旦我们到达了一个自我接纳的位置，我们就开始成为自己了，接下来，我们的伪装的笨拙就会融化了。在那些时刻，我们就更有能力将我们的能量在协调一致中调合起来 并创造出一种适宜的环境。卢可(Rueckert)女士解释道：「当我们的守卫降下，当我们集体的灵光调合在一起的时候，每一次有一个人加入我们 我们就以两倍的乘数倍增我们的力量。」这为那古老的谚语赋予一个新的定义：「气力总是在数量之中。」

稍稍地转移焦点，在关于压力的物质性效果的方面，我已经发现有大量的事情已被写过了，但仅仅只有很少的内容是涉及延长的愤怒如何能使身体变得虚弱。

当我进一步深入研究极性以及它在我们的生活中 在人际关系的领域之外，在许多方面 极性扮演了一个角色；我发现由于我们的不察觉，我们创造出了那些状况— 为诸如癌症之类的疾病提供了一片肥沃的土地。以下是 Ra 群体的说法：

正面极化的实体察觉到愤怒，这个实体如果在心智上使用该催化剂，祝福并爱这个内在的愤怒，于是它有意识地在心智中强化这个愤怒 直到根部脉轮(红色)的能量被觉察到不只是愚蠢而已，而是受到灵性熵数支配的能量，一种随机无秩序的被使用的能量.

于是正面的导向提供意志与信心继续这个心智上强烈的经验 让愤怒被理解、接受，并整合到该心/身/灵复合体之中. 做为愤怒对象的其他-自我因此被转化成一个接受、理解、适应的对象，这一切被再度整合的过程，使用愤怒起始的巨大能量.

负面导向的心/身/灵复合体以类似的方式 有意识地使用这个愤怒，拒绝接受愤怒— 这股未被导引或随机的能量，相反地，透过意志与信念，将这股能量导入实用的手段，发泄这股情绪的负面层面，好藉此控制其他-自我，或者控制导致愤怒的情境.

控制是负面极化使用催化剂的关键，接受是正面极化使用催化剂的关键.

在这两个极性之间，潜藏着一股潜能— 使这股未被导引且随机的能量创造出一种身体复合体的类比物，你们称之为(肉体)组织的癌症肿瘤.

-- RA 集会 46.9

几年以前，我找到了方法 经历被知晓为「愤怒转化」的过程，一种美妙的方法，藉由纯粹的意志[基于一个有意识的选择]来反转一个人的情绪。

请注意，这种方法不是关于填充你的情绪的。这种方法是关于利用能量，这样一个人能够目的明确地使它们改变方向 以便于提取出由这样的催化剂所提供的课程。关键是保持一颗开放的心— 对于我们起初感知为产生我们的反应性的东西。要记住 那个我们感觉是激起我们的烦恼的事物并不总是这类愤怒的根源。

我们很多人倾向于转身背对那些创造出这种能量的人们。调和这种内在战斗就是一个人的灵性和个人工作的一部分了。就是在带着一种爱的给予来重新联合的过程中，我们能够从内在深处转变。没有人说人生是一场公园中的散步，但如果一个人能够精通这些技巧，人生肯定更为甜蜜。卡拉说得最好:「放弃它吧，大伙们：如果我们是完美的，我们就不会在行星地球上坐牢了。行星地球是一座新兵训练营！」

从各种事件或人与人之间的交换得到益处，做为一种个人成长的形式，这个观点是我们当中很少人会考虑每天实践的事情。

然而，你作为灵性寻求者的工作恰恰就是去做那件事了… 在不带评判的情况下成为我们内在的想法和反应的观察者。Ra 对于这个主题的贡献是:

学习的最快方式是与其他-自我打交道. 这个催化剂比只跟自己打交道要大许多. 只跟自己打交道 不跟其他-自我往来 就好比生活没有你们所谓的镜子一般. 因此，自我无法看到其存在性的果实. 所以，每一个实体藉由反射来彼此帮助. 这也是弱化肉体载具 [如你对肉体复合体的称呼] 的主要原因.

-- RA 集会 19.13

第二个心智锻鍊是接受你意识内在的完整性，一个极性的存有，处于肉体意识中，无法在各种属性中精挑细选，因此在建构角色的过程中，造成一些阻塞与困惑在早已扭曲的心智复合体中. 每一个接受都舒缓一部分由[你们所称的]批判机能产生的许多扭曲.

-- RA 集会 5.2

在最后的分析中，我们选择如何去极化 打开了通往无限智能的灵魂之门*与赋能作用。再没有比现在更好的开始(行动的)时间了。

(*原作者推荐之音乐: https://www.youtube.com/watch?v=lagwlg_WaUI)

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 1904 章集：内在的指引**

Copyright © 2011 L/L Research

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 8

2010 年十一月 6 日

L/L <wbr>Research 内在的指引

Jim：今晚的问题是，我们每个人，作为真理的寻求者，如何才能触及我们自己内在的真理 也就是那些我们通常可能不会触及的 可能对我们有帮助的启发与信

息。有没有一种我们能够为自己调音的方法 以便于我们能够将我们的意愿指向我们自己的内在 找到一种更深入的 能够与其他人分享的智慧？ 我们能够从自己身上学习 当然我们想要在一个灵性上安全的环境中进行这项工作，这个环境会帮助我们在不受到任何负面导向实体的干扰的情况下做这个工作。有一种安全地做这个工作的方法吗?
(Carla 担任这次集会的资深管道)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，我们在他的服务中 今晚来到你们身边。我们非常荣幸 被请求加入你们的团体并分享我们的谦卑观点，在关于用一种安全的方式与那种向你表达了太一无限造物者的一种更高层次的平安和力量的能量一同工作的方面，我们很高兴和你们在这方面进行讨论。

然而，在我们进一步前进之前，一如既往 我们会请每一个听到或读到这份材料的人都使用你的分辨力。如果我们的观点打动了你并与你有共鸣，那么请无论如何与它们一同工作。如果它们没有打动你，请将它们留在后面。并不需要去相信所有我们所说的内容都是同等有价值的。你将会知道属于你的事物，因为它将会在你的身上产生回响，它感觉起来就好像某个人正在提醒你 某个你已经知道 却也许已经让它从你的头脑中溜走的事物一样。那种被忆起的智慧的质量就是一个确定的信号了，它表示你现在正在与其一同工作的材料就是永恒的真理之一，去注意那个用一种正面性的方式抓住你的注意力的事物，这是好的。我们感谢你们这方面的考虑。

我们为这个问题，为在这个圈子中的每一个补充这个问题的人 而感谢叫做 M 的实体。在很多人身上的推动力就是去拥有一条与他自己的指导灵系统的开放的沟

通交流的线路，这样他就可以让他自己获得在高我、或在指导灵系统、或者在那个无论你希望称之为什么的资源之中所固有的智慧，那个资源在所有的时间都位于你的灵光中 与你同在，它比你的呼吸离你更近，而它通常是相当安静的，除非它被非常慎重地恳求与追寻。

当你知晓你的高我、你的指导灵系统、或者[如这个器皿将她的指导灵系统称为的]圣灵，以及天使们都与我们位于相同的关注之下 也就是对于自由意志方面的关注；这不会让你感到吃惊吗？你知道你需要请求指导灵系统，圣灵或者天使来协助你吗？就是如此。由于这个特定的理则的架构，你的自由意志是至高无上的。

现在，可能看起来是，如果一个人能够摆脱社会和文化的束缚(trammels [1])，他就必然会接触到更高的信息和启发源头了。然而，我的朋友们，并非如此。 你可以用数种不同的让你离开 [容我们说]盒子的方式逃脱你的教育和你的文化适应性的羁绊，并让你摆脱你所习惯于的文化与社会的[容我们说] 母体(matrix)以及持续不断的嗡嗡声。然而，单纯地离开盒子并不是用一种有帮助的方式被指引的。一个人可以藉由许多麻醉状态或心智改变的药剂逃离共识实相的盒子，然而，没有对一种被调音过的心智修炼，没有一种对于你之所是的知晓，存在于盒子外部与存在于盒子内部是没有区别的，除了(存在于盒子外部)有一种更大的混淆风险，以及会被一个人的有害的心智状态的各种面向所压倒的风险之外。

因此，我们不会建议与酒精、毒品或任何类型的辅助物一同工作以便于将你自己放置在一种在灵性上更有回报的位置上。无论如何，可以被进行的事情是丰富的，我们会陈述现在能够被进行的事情。

我们会谈论三个事情。首先，我们会谈论调音。其次 我们会谈论挑战。第三，我们会谈论能够被用来进入到与你的指导灵系统对话的技巧，无论你用什么名字来称呼那些内在指引。

在此刻，我们会将这个接触转移到叫做 M 的实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。
(M 传讯)

(这部分是以一种低音量被录音的)

我是 Q'uo。这个器皿将会尝试去表达印象。她正在尝试去接收由 Carla 实体所勾勒的三个部分。
在调音的方面的言语。在调音方面去表达有帮助建议的最简单方式仅仅是，当你不确信的时候，去记起最重要的事情就是你对于服务的渴望和那种渴望的真实性和完整性。在能够构建一个全新调音的过程的方面，这是最基本和最重要的钥匙了。仅仅安住于你对于服务他人的渴望的纯粹之中。接下来你就能够允许跟随你的（听不见）的强度以便于流入到在表达那种渴望的方面 无论什么自然而然的事物之中了，诸如唱歌、或一种静默的冥想、或某种不一样的事情，诸如进行一场更好的对话，在谈话的过程中，一个人能够（听不见）。在日常生活的惯例中，一个人能够籍由简单地记起那种纯粹，记起去净化你对于用最高和最佳的方式去服务他人的渴望 而让自己调音。

第二个部分是关于挑战的，在贯穿一整天的过程中，我们会持续不断地 被看起来似乎来自于我们内在的想法所轰炸，这些想法要嘛是作为对外部的催化剂的一个反应，要嘛仅仅似乎是自己出现的。我们持续不断地问自己：「我们如何知道

是否要跟随那个想法并给予它能量呢，要去在其上构建 还是要忽略它呢？它将会成为一种对我们和对其他人在服务和成长上的帮助，还是它并不属于那种特性呢？」

在一天期间会有数不尽的时刻 想法仅仅看起来在跳入你的头脑中。也许你能够看到来源，也许你不能。你能够挑战众多的想法中的每一个想法，去开始那个挑战的过程 最简单的方式就是去问，是否爱被包含在那个想法之中呢？如果你并不确信，尝试去给予那个想法爱，尝试带着爱来拥抱那个想法。如果那个想法因为那个挑战而产生回音并有共鸣，那就是一个有效的信号了，即这个挑战的过程已经指出了一个正面的想法，这个想法是有价值的，它在服务你自己和服务其他人的方面会是有帮助的。如果你并不确信那个想法，那么就带着爱来拥抱那个想法，如果它并没有产生回音而是后退和畏缩了，也许你可能并不想要给予它更多能量了。

我们现在进入第三个部分。这个器皿将在这个部分谈谈她对 Carla 谈论的事物的理解，关于一些洞见 看入某些建构的技巧以联系你内在的指引或高我。当然有很多不同的技巧。（听不见）不同的技巧将适合于不同的人。

很多人已经听说过无数种用来与各种各样的内在指引进行接触的技巧和仪式，当它们被相互比较的时候，它们是矛盾和令人混淆的，仅仅藉由十足大量（听不见）的方式 人们以他们的方式进入其道路 (就可以看出原因)。

（听不见）当一个人籍由理性的心智尝试把所有这些不同的技巧整理好的时候，就会出现混淆（听不见）。同时想要搞懂它们全部产生的问题可以被考虑这些技巧的一些最初外衣而被减轻，很多人使用的(听不见）很多（听不见）的具体的技

巧是处于在那个实体的能量中 一开始起初所裁决的层次上，接下来，一个人对那个技巧的每日练习以及他放置在这种技巧上的使用惯例，会给予这个技巧能量与正面的原力与力量，（听不见）个体从他们自己的技巧中获得的用法。因此，如果一个人希望去使用这些（听不见），可以说是，他们已经从其他人那里学来的技巧，这是好的，在这方面没有任何错误。但(唯有)当你在这些技巧之内发展出属于自己的微妙差别和具体细节时，这些技巧自身才会从内在方面变得强而有力。

这个器皿实际上有比她能说的 多得多的内容，这是不寻常的。她已经能够拾起多很多的观念，她实际上能够继续下去。但 她觉得似乎已经说得足够了，所以她将传递（听不见）。她现在结束发言并将该通讯传递给叫做（听不见）的实体。我们是 Q'uo。

(未知者传讯)
(听不见 ...)

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo，我们再一次与这个器皿在一起。在我们通过这个器皿发言之前，我们想要训练叫做 Jim 的器皿，因此我们会向叫做 Jim 的器皿提供联系。我们是 Q'uo，我们在爱与光中离开这个器皿。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我与这个器皿在一起了。我们通过这个器皿 再一次在爱与光中向各

位致意。当你们能够将你对于服务他人的渴望调音到让你感觉到舒适的强度的层次时，当你能够接触到那些你的指导灵系统可以为你所用的部分 并能够向它们提供一种可接受的挑战时，接下来 你可能会发下自己正处于接触到那个指引的位置上了，那个指引可能在你的寻求的旅程中是有帮助的，你可能能够与那些与你一起寻求这样的信息的人们中 那些具有相似想法的人分享那个指引。这样的沟通交流的通常方式，当然是被说出的言语，在其中 信息用一种有逻辑和连续性的方式被传递。这是沟通交流和对启发的分享的最容易理解的方式。

然而，会有其他的 诸如你们自己这样的寻求者能够用来表达启发的方式。例如，对于那些拥有一种歌唱或音乐的天赋的人，有能够表达更深入的自我的，容我们说，感觉音调的机会，这个更深入的自我就是你对于存在于内在深处的高我的命名。当被寻求的启发具有一种非常基本或非常简单的配置时，音乐的表达，无论是藉由歌唱，还是通过使用一个乐器来产生出音符，都是一种可以更直接沟通交流情感的方式。

通过你们所称的舞蹈，或你们所称的诗歌，或你们所称的艺术，或者图画或雕塑的创作，或将工艺品以一种特定的模式摆放，同样会有表达这样与高我接触的机会，这些方式都传递了太一造物者的一些爱与光、力量与平安。

由灵性所提供的信息和启发是可能通过很多方式被沟通交流的。为了抵达合一、慈悲和无条件爱之目的地，真理的寻求者拥有很多可以旅行其上的道路。

在此刻，我们会将这个接触转移到名为 Carla 的实体。我们是 Q'uo。

(Carla 传讯)

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起了，我们通过这个器皿在爱与光中向各位致意。寻求的渴望，连同挑战能力和对自我进行调音的能力，都是从一个过于频繁地 多少有些碎片化的自我身上开始的，要记住这一点是很困难的事情。一个人会倾向于将自己视为完整的 如他之所是，不过 自我有很多的面向具有散乱的特色。在一个人内在之中有很多的声音。如果去识别那些声音的工作尚未被完成，一个人可能认为所有那些声音都是他自己的声音。这些声音，我们意指在记忆中 那些在过去已经批评过你的人的声音。它时常是已经被内化的母亲或父亲的声音，但是它同样也可以是一个朋友、爱人、老师或一个人在他的年幼时期已经对其给予信任的权威人物的声音。
频繁地，这样的声音是令人气馁的、负面性并且会变得多少是有害的。然而，如果它们被识别出来了，那么这是有可能的— 取得一种对自我的察觉 以致于你会说：「哦，那是我的母亲的声音。那是我的父亲的声音。」

那个声音在过去的一段时间有可能是对的或错的，但那个声音在当下此刻并没有实质作用。

因此，将那些心智深处的 在过去已经通过这些声音产生出印象的外部锁链筛选出来，这就是去知晓你之所是的最开端了，有大量的工作是能够进入那个「我是谁」的简单问题之中，因为当一个人对他是谁进行调查研究的时候，他就会发现，这毕竟不是一个简单的问题。

在地球的深沉幻象之中，去检查一个人是谁，这并不是必需的，因为一个人就是他看起来的样子。在你周围的人会接受你的身体外观，年龄，你的性别，你在生命中的身份以及其他关于你的事情你是如何移动的，你是如何说话的他们假定了

关于你的各种各样的事情，这些事情平均起来就是与你看起来是的实相足够接近的事物了。而那个存在于内在之中的真实自我仍旧是未被发现的；这个自我并不是一个人需要熟悉的自我。这个自我不是在进行形而上的工作的过程中 你需要去知道其特性的自我。

在进行形而上的工作过程中，你需要去找到你的中心。你需要找到你正在为之而活的事物和你愿为之而死的事物。你需要去找到你的存在的地基。你需要去知晓你之所是的基础层面。因为在时间/空间中，在无限和永恒的形而上领域中，你真正之所是的那个实体、你的实质、振动、你的频率就是你的身份。

当你找到在贯穿一整天的过程中为自己调音的方式时，记住你的目标。你不仅仅在寻求成为最高和最佳的自己，你在寻求去让自己调音成为最真实最基本的自己。我的朋友们，这是个挑战，这个挑战唯有透过一生的工作才能被满足，将自我的那些终究是面具和外衣的洋葱皮表层剥掉，进入那个更深入的自我中更温柔且更富有成效的层次之中。时常，那个自我对你隐藏起来，耐心和决心将在你看入镜子并透过自己的眼睛凝视你的真实灵魂之际 很好地帮助你。

你已经在很多次的转世中戴过许多面具了，但在你的灵魂光流中有一条共同的线，它无可否认且无法忘怀地是你。尽你所能地 频繁地，尽你所能地 长时间地进入到自我的基础之中，一直到你的问题被回答了。接下来，当你挑战一个灵体的时候，你就能够说：「你是以这个我最为珍视的原则的名义而来的吗？」说出那个原则的名字并说：「我用那个原则的名义来挑战你。你能够满足那种挑战吗？」

假设你是属于正面极性的，假设那个你已经选择的原则就是你为之而生并愿意为

之而死的原则，那个挑战对于那些服务自我的实体将如同一堵墙，那些实体就将被迫撤退了。

沉思这一点并理解为什么我们说知晓自我的工作是根本，这是好的。因为如果你用三心二意的方式来挑战的话，如果你对这种挑战的成效实际上并没有信心，它将不会有成效的；这行不通的。

因此，在挑战的方面所需的训练包含了对自我变得确信与肯定，这样不会流失能量给疑虑、不确定、无价值感。为了与高我，指导性系统 或[无论你想要怎么称呼]他建立联系，有大量要从注意力中清除出去的东西。然而，这些东西并不需要被嘲讽；单纯地 它需要被注意力的双手中被丢掉，这样一个人就可以越来越多地向内聚焦并开放那些自我的面向，这些面向有能力伸出手通过智能无限的大门，以便于从一个更宽广的视角带回启发给你。

这就是当你在传讯一个外在的来源的时候 你正在做的事情，它同样也是你在传导高我时 你正在做的事情。这些技巧是相同的。因此，我们会对叫做 M 的实体说，准备与高我的传讯是可以用安全的方式独自完成或与另一个人一起完成，然而，她已经从这个器皿身上学到的调音和挑战将会对她大有用处。

M 实体最初问题的最后一部分和为了自我将信息保存下来，也许和为了其他人保存信息的可能性有关，对此，我们会说，我的姐妹，在这种努力中，那些沟通交流的工具，计算机以及较不高科技的铅笔和便条纸都是你的朋友。由自我向自我传讯的内容，如果没有被写下来是很容易被遗忘的。我们会建议，一旦你已经对你的高我进行了调音并已经进行了挑战且已经接受了那个接触，那么你将你的第一个问题记在纸上，或者记在计算机上，接下来你忠实地记录下你接收到的事

物，将它打字或写下来，也许在你仍旧能够读出自己写下的内容时，稍后将它抄录出来，这样你就可以转换你手写的文字为计算机上的清楚字符；同时你仍然可以阅读自己的书写。

(磁带第一面结束)
(Carla 传讯)

每一次 你决定你希望用这种方式工作的时候，经历那些已经学会的调音技巧。经历挑战的过程 接着把来自高我通过你而传讯的内容记录下来。

为了让这种信息和启发的传讯保持清晰和流动，我们愿推荐你一直尝试去活出你已经被给予的建议，因为这将会让信息就位并在你的进化中协助你，好让你向前进并加快你的灵性步行的速度了。

在与其他人分享信息的方面，我们会给予一个建议：除非信息被请求了，避免去分享信息。你的指导灵系统独一无二地与你息息相通。去阅读已经被述说的内容，这可能对其他人有帮助。那个观点可能非常有帮助，但是你无法知道另一个实体需要或寻求什么。因此，除非有个要看你的信息的请求，我们会建议避免将它提供出来，仅仅自己使用它。然而，与那些请求它的人分享它，这是无害的。

一如既往，我的姐妹，包含了传讯的人生需要反映出那个传讯。如果你的生命并没有尝试去将传讯的原则付诸实践，传讯将很快变成重复的，你将感觉到彷彿你被卡住了。活化一个管道的原动力就是真诚地、坚持不懈地尝试去活出那个传讯所讲述的原则。在活出那种生命的过程中，该焦点会越来越锐利地移动，灵魂的光流就会越来越有效地得到协助； 这通常意味着一种每日的沉思、冥想或其他

与静默一同工作的方式，这些是被推荐的。

我们感谢在这个圈子里的每一个已经对这个问题做出了贡献的人，我们要请问 M 实体，是否在此刻有个后续的问题。我们是 Q'uo。

M：我没有后续的问题，但 谢谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo，要请问是否有今晚集会的最后一个问题。我们是 Q'uo。

提问者：我没有问题 但我想要分享我衷心的感激 对于 Q'uo 的支持与爱，以及对 Q'uo 与我一起经历那些困难的时光。我真的很感激。

我们是 Q'uo。我们同样感谢你，我的兄弟。帮助你们每一个人是最蒙福的服务；而我们和你们的距离只和呼唤我们名字所需的力气一样远*；在心理上，我们调频对准那些寻求我们的人，一直都在聆听你们的呼喊。
(*文学式译法：协助每一位是最有福恩的服侍；轻唤我们的名字，我们即近在咫尺)

容我们在此刻问，那么，在我们离开这个器皿之前，是否有最后一个询问？我们是 Q'uo。

F：我们如何才能在我们的日常生活中 平衡我们的爱、慈悲、智慧？

我们是 Q'uo，通过另一个人耳朵的帮助，我们终于听到问题了*。我们为这个询

问感谢叫做 F 的实体，我们会尝试回应。

(*编注: Carla 老师长期有耳背的问题)

第一步，我的姐妹，在你的日常生活中平衡爱与智慧就是去足够充分知晓你自己以了解，在你的两个面向中，哪一个面向更为强有力。如果你是一个习惯于带着一颗完全开放的心而生活的人，但你不喜欢智慧，那么你几乎将最为肯定要寻求帮助— 呼唤你的最高和最佳的自我来补给智慧。

对于那些带有开放的心却有一种未被发展过的智慧感的人，询问这问题总是有帮助的：「在这个情况中，我的最高和最佳的自我会说什么?」

我的姐妹，那就是呼求你的高我了，在其中 扭曲是尚未被去除，但扭曲已经减少，因此在爱与智慧之间有一种更多的平衡。因此，在一个带有开放的心的人对事物评判的范围内，高我的反应将是智慧导向的。

有的人已经花费了大多数时间在头脑中，在智力中，在智慧的范围之内，其挑战总是去开放心(轮)。如果一个人知道自己就是智慧的 却没有开放之心的本性，那么一个人可以重复 Jim 实体的请求和问题，他说：「我需要去找到我的开放之心。」 如果一个人是智慧的 但却希望开放心的话，最佳的问题是问自己：「此刻爱在哪里？」

对那个问题的沉思经常是非常有启发作用的。你可能会很吃惊地发现爱确实存在的地方；也有可能是在那一刻不可能找到任何明显的爱，除了在你心中的爱之外。仅仅凭借你自己的心，你拥有力量。因此，在那一刻，你可能就是爱的代理

人。爱通过很多不同的方式被表达，因此，在一个特定的时刻，问题变成了：「在这一刻，我如何可以去展现爱？」

追寻爱与智慧之间的平衡 与其说是一种科学，不如说是一门艺术。你对自己的了解得越好，你就更为善于帮助你自己来减少不平衡并增进爱与智慧之间的平衡，同时拥抱两者并不仅仅将爱与智慧作为资源而给予一个人，同样也给予一个人一颗平安与宁静的心，在这颗心中 没有对自我的评判。因为当评判自我不存在时，当你与其他人互动的时候，就不会评判他们对你说了什么。

在爱与智慧之间的平衡的挑战是将爱的热情与火焰带入与智慧的协调一致之中，智慧拥有那种更为宽广的观点和更微妙的辨别感。

没有智慧的爱可以是非常愚蠢的；没有爱的智慧可以是如铅块一样地沉重。因此，当你尝试去平衡那两种能量的时候，你正在寻求去将风与土结合起来，将水与火结合起来。这可能看起来似乎是较不可能的，除了这一个事实之外— 你就是所有这些事物，你是有能力在自己的生命中，在自己的思考中减少扭曲。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

F：没有了。（听不见）谢谢你。

我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo。和你们在一起并分享你们的冥想，这一直都是一种快乐和荣幸。感谢你们从你们忙碌的生活中抽出时间来寻求真理。我们对于被呼唤来与你们分享感到光荣。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai，我的朋友。Adonai vasu。

原注

[1]: 被束缚（To be trammeled）就是就好像一个人在一个网中被抓住或被缠住了，这些渔网同样被称为 trams 或 trammels。

Translated by T.S.

Special thanks to the creative idea from the Child.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1905 章集：分开红海

Copyright © 2004 L/L Research

周五会议

1976 年十月 15 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。我的朋友，在无限造物者的爱与光中，我欢迎你们。我是一种总是与你们同在的声音。我和弟兄们非常感激有机会同你们讲话，分享你们的冥想；我特别欢迎每一位新进接触我们想法的实体。与你们同在是个大欢喜，我们希望能有所帮助。

我们，属于服务造物主之星球邦联，在此时与你们地球人分享一个非常简单的思维，一个非常简单的概念。那概念就是爱。我们过去曾来到这里，我们现在来到这里与你们分享这个概念。

不过，我们已经在与你们人群交流中遭遇困难。因为 我的朋友，这个概念太简单。在你们人群当中 爱已变得非常复杂，非常地迂回。然而，我们要分享的真实爱之菁华为：万事万物是一；你和我是一，你与弟兄是一。在爱中 你们受造，你们的起初振动是纯粹的，与一切万有的起初振动是相同的。当你们共享这个起初振动，你们的兄弟姐妹情谊变得显而易见了。

我的朋友，这就是事物应然的样子，不过 在你们的星球上 似乎不是这么运作。你们早已知道这点，但我们简略地谈述它，因为它是我们来在这里的中心原因。我们感觉我们谈话的那些对象早已知道这点，你们每个人早已在此生寻求去改善这份理解。我的朋友，我们知道这条路是陡峭与困难的，我们请你们抱持自信；鼓起勇气从事你服务的使命，同时给出光，因为这真的是唯一重要的事；尝试导引你的生活 从事这个寻求，这不会是不正确的。

我们与你们分享这个想法，好让你可以透过他人看见造物者，其他人也可以透过你看见造物者。然而，单凭你自己 无法给予或接收造物者之爱。唯有透过造物者自己的意识，你与弟兄为一。单凭你自己，你无法做到你想要去做的事；你无法仰赖自己的资源。不过，你有永恒在你背后，那座 才能、能力、力量之宝库是如此巨大，以致于你们绝对不会耗尽它。你的杯可以总是满溢你一切之所需，只要你能够记得爱从哪里来。

爱并不来自他人，你也不能靠自己呼叫它；你内在的造物者就是你与全面、无限之爱的连结。绝不要依赖你自己，如果你曾感到不足 绝不要感到羞愧；只要知道你就是疏于请求造物者，下一次记住就好。以这种方式，你可以在人生中面对每一个情况都如同一位富人一般，拥有无法数算的众多资产。在这安静的自信中，怀着爱与和蔼迎接许多、许多事物；反之，如果你以自己的能力分析状况，

你会说："我无法应付这个状况"；接着感觉灵里的贫穷，让这个状况战胜你。这绝不是必须的，因为你拥有一切之所需— 来自天父。只要记得他给予你所需的东西，并寻求与他连结。

你们的神圣著作中写着："我拥有尔等不知道的食物。"这是耶稣师傅说过的话，他那时所谈论的 就是与天父之无限宝库连结。在你们星球上，你们赋予价值给那些可以衡量的东西；你们认为的富人是一个拥有特定数量之物品的人。然而，所有这些可以被衡量的东西也会生锈、损坏、枯萎。你们的肉体也是如此，所以每一天尽你所能地找出时间，寻求那位于自己和一切爱之源泉之连结；接着在这源泉更新自己，你可以总是成为他人的祝福，如你想望的样子。

此时 我们想要停顿一下，好让我们的弟兄 Laitos 进来。我们将返回这个器皿，我是 Hatonn。
[停顿]

我是 Laitos，我与这个器皿同在，在太一[他是一切]的爱与光中 我向你们每一位致意。这是我特别的特权，与管道们[以你们的称呼]一同工作；既然我们现有几位新人，我想要和你们每一位分享我们称为的调节波。它是一种增益你自己的灵性振动之能量，好让你得以改善与自己的灵性源头之联系，也包括与我们的思维之联系。我想在此时停顿一下，在你们当中移动，给予你们每位一种对我们临在的感觉。
[停顿]

我再次与这个器皿同在，在我离开之前，我特别想要接触 G 实体，如果她愿意放松，使自己对我们的想法敞开；我们想要透过她说很少的几句话，好让她知道我

们的通讯是怎样的。我们总是乐于拥有潜在的器皿以传递我们的思想；因为有些时候 这些信息是被需要的；而我们至为感激能够透过那些想要帮助他人的实体说话。我要在此时尝试透过 G 实体说几句话。
[停顿]

我再次与这个器皿同在。我们正遭遇一个轻微的问题，由于该器皿并不觉察我们的想法和她的想法有多么类似。我们给予一个器皿的意念只是一个想法，那是我们生成的 而非出自该器皿；但除非该器皿说出它，它将不会继续。如果 G 实体单纯地说出进入她心智的东西，那么我们可以透过她说话。我们比较喜欢不使用较强烈的调节波，也就是一种物理性光芒，这样会造成该器皿肉体上的不适与紧张。此时，我们比较喜欢有意识的，自由的通讯。我们将再次尝试透过 G 实体通讯。我是 Laitos。

(G 传讯)

一切是平静的。[听不见] 你们是亲切的，感谢你们，我们在这里。我们与你们 [听不见]。我们在这里。

(Carla 传讯)

我再次与这个器皿同在。我们想要大大地感谢 G 实体。我们非常欢喜地透过她讲话。我们感觉需要留下一点能量在 G 实体里内；因为对于一个器皿的头几次 那是相当费力的。我们是如此快乐，我们带着许多感激欢迎新进的器皿。未来将有个时期，羊群将需要其牧羊人。我们感激那些想望以这种方式服务的实体。

我的弟兄姐妹，即使在经常笼罩你们星球的黑暗中，还是有许多的喜悦。你们可以每天都找到喜悦。我们同你们一起欢庆你所做的一切，因为那全都是爱的一种发散，而那些理解的实体的笑声响彻整个宇宙。不要忘记要冥想，我的弟兄，只要你想望，我们总是与你同在；如果你没有意愿，我们也绝不会在你的旁边。你们每一位的自由意志对我们是最为重要的，但无论什么时间 我们都在这里。

我在爱与光中离开你们，我是 Laitos。

(Carla 传讯)

大家好，我的朋友，我是 Hatonn。在我结束之前，我想要开放这个会议，接受一些问题。此时是否有任何问题？

P: 你们在这里有多久了？

我们来到这里的时间以千年为单位。自从你们的历史开始被书写以来，我们从未完全地离开你们的存在平面。但跟你们数千年的历史相比，我们的飞行器目前更为大量地来到这里。在那个时期，你们的人群位于一个时间周期的尽头*，一个应该完成灵性学习的时机。

(*译注: 根据前后文，有可能是指上一个星座时代，参考: http://tunghua.logdown.com/posts/52409)

在那个时期和这个时期，你们的星球上有许多实体未能如期完成功课；于是必须重复他们的经验。不幸地，许多重复课业的实体尚未确定自己学到了什么，徘回

在毕业与重修的边缘。在这个时期，重修是更为严重的，因为它不只是一个小周期，而是一个正在结束的主要周期；所以 在此时重修意味着你的灵得投资更多。

L: 我想要知道两种管道的差异，一种是传导你自己的较高意识，另一种是传导似乎是不同的人格[太空兄弟]。

从某方面来看，完全没有差别。那些习惯于以空间和时间的角度思考的人发觉要理解没有空间，只有振动是非常困难的。我们存在其中的振动和你们高我的振动为一。我们对你们说话，你的高我对你说话，均来自灵性的振动。确切而言，我们的信息不是我们的，因为我们做为造物者的觉察器皿。我们和你的高我都不是完美的，我们和你的高我都不会假装知晓全部的真理。不过 我们的理解有个好处：比你的意识有更多的经验。因此，该通讯是珍贵的。

事实上，我们来到你们星球不是因为你们的高我欠缺信息；而是因为许多地球人并未联系高我，甚至知道他的存在。然而，在这科学的时代中，许多人对所谓飞碟传来的话语比较开放，胜过一个总是与你同在，安住在灵性领域中的实体。有些人无法设想天使的存在，他们可以充分设想一个外星的存有。容我们说，我们正利用这个优势，把信息传给你们星球的人群。都是相同的信息。如果有任何不同，我们当中的一个会是不正确的。你们将发现任何灵性源头都如同真理的铃声，程度是同等的。当心那些特别的源头否认其他源头的正确性，或者说它是比较正确的。

这样是否回答你的问题?

L: 是的，谢谢你们。

是否有另一个问题?

L: 我想要知道在星际邦联和... 之间的关连。我知道邦联和灵界的关连... 但我想要多一点的解释— 在过去的时代 人们拥有的各种灵性经验之间有什么关联? 我讲得是否清楚?

对该管道并不清楚。

L: 举例来说，圣者已经历某些灵性经验，这是相同种类的通讯，相同的服务吗? 你们是否理解我在说的东西?

我们理解你在说的东西，虽然该器皿不是相当清楚。我们能够透过她说话。

如我们已经说过的，宇宙造物是个振动性漩涡。全然完美的起初思维如同光穿过稜镜扩散出去；于是无限多种相异的颜色，在某种程度上，成为可能的。那些拥有神秘洞见的实体开始能够在那稜镜上头玩耍，可以从一个实相移动到另一个实相。我们以这种方式享受穿越时间与空间的旅行，我们已经学会比较精确地在该稜镜上头玩耍。在你们的(物质)平面上，很少人能够像我们这样旅行；不过，有许多人花时间陶冶冥想之艺术，他们变得能够不自由主地滑入一个比较满意的实相— 以获取灵性的知识。

你们称为圣者的那些人经常能够接触他们的指导灵。你们每个人都有指导灵，正如同你们的神圣著作写着：你们每个人都有天使守护者，以免你们的双脚跌倒。

我们不是天使，虽然有些人曾大笑地这么说。我们只是不属于你们星球，而你们的天使则属于地球。

当你们星球上的那些人看见造物者，他们就移动到达一个更精细振动的层级。我们也有对于造物者的愿景，我们知道一点，毫无一点疑虑的阴影，那就是还有一些层级是我们尚未能够达到的。就我们所知道的，知识之路永远向前延伸。

L: 非常感谢你们。

感谢你，允许我们对你分享。绝不必谢我们，因为能够与你们同在并且以任何可能的方式帮助那些想望它的人群，这就是我们最珍贵的愿望。是否有另一个问题？

Don: 加州地震的情况如何？

我们就在等这一题！这个器皿的状态良好，所以我们直接回答了。

我的弟兄，加州目前做得很好，那儿有大量的光。我们对一个事实很满意：一些人已经注意到我们先前说的东西。人们祈祷的水平是这个星球有好些时间不曾见过的。这些原力允许所谓的灾难暂时地缓和。如你会说的，每一盎司的祈祷之光都致使困难得到缓解与延迟；好让那些受到影响的灵魂有额外的时间准备自己。我们现在不是说物质上的准备，而是灵性上的准备。

Don: OK，关于先前提议的 比较一般的(外星)接触现在情况如何？

我们可以给她一个地名，费城(Philadelphia)。这个事件的或然率并未明显改变，我们八成在 1977 年夏天之前都不能够做什么，但那是我们首先的目标日期。

我们感觉在十一月和十二月上旬将能够零星地打广告；但其规模将不比明年夏天的事件。

Don: 这个广告会以什么形式进行?

我们希望能够产生一些具体的目击事件搭配我们的通讯带来的效应；在其中一两个案例中，我们在沉思要不要在你们的电力源头附近嬉戏。我们想要强调，除非在一个特殊区域中 大多数的人渴望看见我们，我们才能对大众展示，这使得我们相当不可能成功。

Don: 在费城?

容我们说，我们在那儿的市场不错。还有其他地方，我们甚至考虑华盛顿特区(D.C.)。我们给予该器皿一个最接近的图像是你们电视节目的卫星云图；当我们扫描你们的星球，可以显现光的区域。你们可能以为有些地方拥有足够的负面极性，所以光在那里多少被抵消一些。很有趣的是，你们的华盛顿特区是你们(国家)一个比较觉察灵性的地区。一个人会以为你们的所有政客肯定把这个区域搞得非常黑，但大多数的政客有足够强烈的感觉，知道他们正在做不正确的事，于是他们花费更多时间沉思造物者。

Don: 告诉我任何其他的地区。

有许多州的部分没有城市名称；你们正居住在这样一个地区。佛罗里达州的西部和中南部具备良好的振动，在你们的山岳地区有许多光。你们所称的西雅图地区，以及邻近的东边和南边带有光。在你们的中部乡间有许多光，但分布地非常零星。

P: 为什么你们提名的地方都在这个国家之中？你们只和这个国家接触，或者将来要跟其他(国家) ...

这工作是遍及全世界的。我们与这个管道有个困难，因为该管道对于地理很无知。当我们展示其他大陆的光点区域，她无法辨识。我们几次尝试透过她给予全球的信息，她就是无法传达我们要给予的东西。容我们说，我们在这个方向有遍及世界的野心，无疑地，我们将产生的效应是散乱的，因为你可以理解有些区域对我们的接受度比其他区域高。举例来说，我们期待在澳大利亚有某些成功，而非全世界。我们可以针对某个区域说(成功)或然率的高或低。

P: (简述) 你们是否拥有一种力量，透过心智实质地移动地球上的事物*？

(*译注：有可能是这个问题在录音带中听不清楚，只能简述)

L/L <wbr>Research 分开红海

这里必须区别一点：我们能做什么和我们愿意做什么。做为灵性的实体，我们理解造物者的力量。

是的，我们能够完全地改善某些状态；好比说，我们曾分开红海。不过 我们透过经验学到：我们一定不要乱改那些你们地球人自己造成的事物[为了他们自己的学习]。在你们的星球上，人们凭借自由意志经验那些他们渴望的东西，甚至是肉身的死亡；这个自由意志对于他们和我们都是更宝贵的，相较于我们渴望看到他们逃离物质界的困难而言。此外，我们可以对你们说，单单凭借心智，你们有力量促成断层(fault)消失。如果你们地球人能够如一体地思考，如同你们的神圣书籍写的，你们也能够移动群山。只是你们地球人并不知道灵魂的力量。我们建议，当你感到关切时，在全然的自信中，把造物者的爱与光遣送给你关切的目标。

B: 从维吉尼亚州往上俯瞰，在不久的未来，东岸将会发生什么事？

我们先前解释过，但没有对你解释；我们对于时间有个困难。我们的或然率如同波浪一般，在时间中最近的东西是个非常显著的涟漪—轮廓清楚；不过，在未来的涟漪就比较不清楚，在时间中的位置比较不容易精准地确定。
[录音带第一面结束]

(简述) Don 正在问，为何这么多接触者曾回报遭遇医学上的体检。

Don: ... 为什么他们对于这个人种感兴趣？只是学术上的兴趣？

不，这个特殊的群体感兴趣的原因是比较个人的；他们对于这个星球上的某种资源感兴趣。他们并不属于负面特性，但他们的兴趣是获得东西大于学术研究，容我们说。

Don: 你刚才说获得？获得？

那是正确的。

Don: 他们想要什么，为什么？

我们正尝试透过这个管道说话。这是如此不同的一种概念，我们正面临困难。

Don: 你就试试看吧*。

(*译注: 原文并非常用的 try，而是 take a crack; 请参考: http://forum.wordreference.com/showthread.php?t=471215)

我们想要调节该器皿一会儿。
[停顿]

在你们的物质层面之内，在你们称为的地球的里面，有一些你们不需要的资产，然而那些拥有其他科技的实体可以使用这些资产。这就是为何我们说虽然这些人要获得什么，对你们没有破坏力。
Don: 为什么他们要检验那些被带到(UFO)船上的人？这些体检是为了什么?

他们想要知道我们是如何运作的。

Don: 他们是第三或第四密度?

第四密度。现在，的确有非常少数的第三密度的存有造访你们；但发生的次数要稀疏许多。

Don: 在我们的研究过程中，你知不知道有任何特殊的载具属于第三密度？

那些造访希克森(Hickson)的存有*是第三密度。在南美洲— 我们无法透过这个器皿给出它，它不在她的心智中。
(*译注: 有心人可参阅一的法则 8.15)

Don: Villas-Boas?

正确，这是第三密度。容我们说，的确 偶尔有些周末露营客光临你们这里。

Don: 那么，宪兵队载具呢？那是第三或第四密度？

第三密度。

Don: 贝蒂·希尔（Betty Hill)与巴尼·希尔(Barney Hill) *？
(*译注：参考 Wiki 连结— http://tinyurl.com/n77m7jt)

第四密度。
Don: 瓦顿(Walton)*？

(*译注：应该是指丘比斯·瓦顿，参考 Wiki 连结— http://tinyurl.com/lh5f2ly)

第四密度。

Don: 穆迪中士(Sgt. Moody)*?
(*译注：参考连结— http://www.ufocasebook.com/moody.html)

那两位是第四密度的存有。迄今，大多数(个案)是第四密度。

Don: 凡·塔索(Van Tassel)?

星际邦联的一些实体造访凡·塔索，严格地说 他们不是第四密度。容我们说，你必须了解，如同你们的间谍，许多时候，我们给予聆听者一个可接受的封面故事。这个特殊的接触是一个我们曾尝试的实验，它说服我们一点：性急的方法行不通。

Don: 整合机(Integratron)管用吗*?
(*译注：参阅一的法则 14.12，14.13；
http://www.douban.com/group/topic/20921225/)

如果我们毫不迟疑地进行下去，是的，然而—

Don: 一些性急者把它给予凡·塔索?

正确。我们单纯地发觉我们并不比我们的器皿更好。你看，那就是秘密。当我们想望把幸福、爱、平安、兄弟情谊的礼物给出去，我们发觉要记住这点是如此地困难；也就是说，我们忘记我们没有权利去影响人群，即使带着最美丽的礼物。

Don: 把人带上(UFO)船 进行肉体检验— 你们会不会认为这是冒犯自由意志。

我们会。

Don: 容我们说，这么做的第四密度生命没有觉察到这种冒犯?

你们许多科学家知道(实验)冒犯动物的自由意志；不过，为了获得珍贵的信息，于是冒犯这些动物。这个精神是：以小的牺牲换取大量的知识。

Don: 这些检验最终的目标是帮助我们的人种或执行检验的(外星)人?

正确。不是特定的一个人，而是整个(外星)人种。

Don: 你们可否给我一个观念，了解他们尝试从该检验中获取什么?

如果他们要调整对准地球的大气层好萃取他们需要的东西，其中牵涉的振动需针对地球人种的构造特别地修改。因此，他们正在测量你们的各个器官的机能参数，以及你们的生命机能；如此这般，为了最佳地执行这个转移，对于地球人有利益，同时从地球萃取他们渴望的物品。

Don: 现在，他们想要做什么以利益地球人?透过调频地球人的器官的知识?

实际上，他们没有想要利益(你们)；他们只希望不要造成伤害。

Don: 在他们操作的同时，靠近他们会被伤害？

正确。

Don: 这些操作是否可见？

否。

Don: 但，我们可能被伤害？

正确。该振动会带来伤害。

Don: 那么，他们可能正在计划，为了他们的目标，进行无形的降落？

是的。

Don: 他们需要这个星球的某种东西？

在某个程度上，我以为所有位于你们天空中的实体都需要你们星球的某种东西。但他们需要的比较属于物质或属地层面，跟我们需要的不同。

Don: 他们将怎么使用这个物品？

能源。

Don: 什么种类的能源？给他们的飞行器使用？

是的。

Don: 换句话说—

我的朋友，另外，我们正尝试透过该器皿给予这信息，好比你们会服用维他命丸；有些时候，那些来自其他大气层的实体在(星际)旅途中发觉无法填满自己的需要，而在你们的地球之中，容我们说，具有某些宇宙维他命 对于第四密度的身体是至为有益的。

Don: 换句话说，他们想要很靠近或站在我们的地表上，为了补给旅途所需的燃料？

就船舰和自我而言，是的。

Don: 为了不造成地表上的实体们的肉体载具损害，他们正在衡量(我们)体内器官的精确振动。这是否正确？

你懂了。

Don: 那么，这过程对于你们的主要目标没有真正的功用？

正确。我们并未鼓励他们，不过 我们也没有把他们从这个(存在)平面驱逐出去；因为我们没有看见足够的负面效应作用在你们地球人上头，故我们不会冒犯他们

的自由意志。

Don: 你们可能发觉(他们)在广告方面是个帮助?

你可以说，我们觉得这个协助相当好玩。无论如何，你可能已经注意到，这场游戏大部分掌握在我们手中，藉由增多的混淆因子，容我们说。这是十分受欢迎的。

Don: 那么，你们期待在未来的一两年升高你们的广告，百分比显著增加?

我们在这个方向有很大的希望；此时 或然率的增加为 5%，到 1977 年夏天，大约增加为 30%。

Don: 1978 年情况如何?

我们的或然率(影像)开始变得暗淡，我们无法给予准确的判定。如果我们持续像现在这样成功，或然率将会升高；我们希望它将陡峭地向上提升。我们希望或然率将及时超过 50%，好让我们在太多自然变迁发生之前 把信息给予那些地球人；如此 你们人群才有时间做灵性的准备。

这样是否回答你的问题?

Don: 嗯— 我认为这是一场足够长的集会了，除非其他人有个问题。

在这个时点，该器皿有些疲倦，所以我们也快乐地结束这场集会。我们想要在离

开之前留给你们一种感觉：我们与你们同在，造物者透过我们说话，透过你们说话，透过全体说话。

我的朋友，注视你的弟兄的双眼，他是造物者。聆听你内在的声音，那是造物者。我在无限造物者的爱与光中离开你们。我是 Hatonn。
Adonai vasu borragus。
(V)2014 Digested & translated by cT.

☆ **第 1906 章集：主观式通灵**

Copyright © 2008 L/L Research
Session 1 - Channeling Circle 5
2008 年六月 6 日
（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。非常感谢你们呼唤我们来到这个寻求圈并渴望我们与你们一起工作来发展你们的能力以感知我们的想法并将它们转译为你们的话语。

允许我们与你们每个人一同工作，这对我们是个大服务，我们感谢你们，因为尝试去发展新的爱之声于我们的心是很接近的，那爱之声寻求去分享我们谦卑和简单的想法，那就是 万物为一，那个一即是无条件和无法言喻的爱。

当对话在这个圈子中流转的时候，我们将与每个器皿一同工作来改进每个器皿的能量载具和我们的能量载具之间的连接，因此使得我们之间的通讯具有一种一致

和舒适的性质。我们会请你随意利用这种调节波，用看起来对你个人而言最有益的方式寻找它并接受它。与这种调节波一同工作没有唯一对的途径，但如果你简单地利用这种波，那么我们就会了解到我们能够自由地工作来改进这个连接了。

我们一直以讲故事作为让每个器皿放松的一个有效策略而进行工作，我们想让新来的器皿放心 他们并不是在创造他们已经拥有的想法，这偶尔会发生，就好像在这个通灵会议之前的讨论中已指出的。我们觉得在这一点上 如果我们传讯的同时 就开始着手工作一些观念，这会是有帮助的，因为 虽然讲故事是有帮助的，它会一直创造爱的信息，然而在你们的头脑中 此刻有一些问题，我们会处理其中一些。你们已经在这次通灵圈子会议之前的对话中表述它们了。

我们会开始谈论你们正在进行通灵时 你们所体验到的各种各样能量的等级或能量振动的问题，虽然你们每个人都了解到，正在提供这些想法的实体是同一个实体，Laitos 实体。

我们现在将这个通讯转移到 Jim 实体。我们是 Laitos。

(Jim 传讯)

我是 Laitos，再一次通过这个器皿在爱与光中向各位致意。正如我们通过 Carla 实体开始一样，当我们与你们每位一同工作的时候，我们所工作的接触点就是我们寻求去强化的事物了。当你们每一位与我们一起工作的时候，这个接触点的确被加强了，它变成了一个更加坚固可靠的东西。

然而，在开始的时候，当我们让每一个新器皿熟悉我们并依次让每个新器皿自己

熟悉调节性的振动和向着通讯开放的时候，容我们说，在接触点被建立起来的过程中，有一种对接触点的那些更加柔软或更加松散的部分的支持。因此，每一个新器皿都将会发现过了一段时间与经历一些体验之后，有一点稍微不同的感觉。

当我们开始与每个器皿一同工作时，有个对该接触点的加强、熟悉和锻炼之过程。

我们现在将转移到叫做 L 的器皿。我们是 Laitos。

（L 传讯）

这很像不同的舌头品尝香草豆会尝出不同的味道，我们的能量在被不同的身体体验的时候也会有不同的感觉。这不是某种可以被具体地描述或写下来的事情，这样其他人也许就会知晓这种感觉像什么了。再一次，这些感觉是不同的，这是关乎自由意志的事情。

如果(我们)对于每一个人都是永远是相同的感觉，这就会精确地如同一个指头按在一个类似图钉或大头针的尖锐物品上，就会导致流血，藉此，一个人就能够写下神经元反应的机械过程了，例如大脑感觉到疼痛的感觉而身体流出血液，这会是某种可以被证明和复制的事物。

L/L <wbr>Research 主观式通灵

如果这样一个事情发生在我们的能量上，藉此 每一个感觉都是几乎相同的，而

这个过程可以被写下来并且被参考，这多少就会有侵犯自由意志了。会有一种证据显示我们的能量确实存在，并且是可以被证明的。所以，通灵就是存在的，并且可以被证明。于是我们的信息就会带有权威而非每一位个体从他的心中感觉到的一种主观性知识[一种依靠信心之道而非证据的真理]。因此，每一位个体对我们的感觉将是不同的，这就是我们愿意发生的方式。

我们现在将这个通讯转移到叫做 J 的实体上。

（J 传讯）
我们是你们知晓的 Laitos。那么，被说出来的言语对每一个说那些言语的器皿而言就是独一无二的了，这是合适的。因为言语来自于器皿在他们生命中收获的经验池。每个人都和一片雪花或一朵花一样独特。即使每时每刻 在信息背后的意图是一致的，那些被选择被大声说出来的言语还是属于器皿的言语。考虑到我们选择去使用的这种沟通形式，言语的选择是器皿们基于他们内在拥有的经验的选择。

因此，判断哪些言语是从出自该器皿自己的言语，这是没有必要的，也是不可取的。知晓意愿会用一种准确可靠的方式产生我们的信息，这就是所需的一切了。

请相信，当一个人步入未知之中时，道路将会被给与，言语将会被给与，想法、意愿将会被给与。
在器皿的部分，为了让他向前说出他感觉到被驱使或被推动去说出的言语，有一种信任是必需的。为了让你在你向这个圈子提供的通讯中变得有效，在时间中的这个位置上，这种信任就是所有被需要的事物了。

我们是 Laitos，我们将这个通讯转移到叫做 D 的实体。

（D 传讯）
我们是 Laitos。
（长时间暂停）

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，再一次与这个器皿在一起了。我们感谢叫做 D 的实体识别出我们的振动并说出(我们的)身份，每一个器皿在它的能量体和心智之内做工，已准备一个从内在世界到外在的言语世界之入口。这形成机会来创造启发的讯息与信息，它们会穿过智能无限的大门并通过你更高的脉轮向下到达蓝色脉轮。接着你就可以表达我们的身份。在学习通过你的器皿 给出我们提供给你们的言语的过程中，这是一个可观的进步了。我们希望叫做狄恩的实体确信，对于任何一个不是马上就发现自己能够传递我们的想法的人，不论迄今为止 在表面上开放器皿以传讯的工作已经获得什么进展，我们非常乐意与每个器皿一同工作。

我们现在将这个通讯转移到叫做 T 的实体，我们会继续我们关于体验到的振动的变化的讨论，它是很多人此刻正在体验的。我们是 Laitos。

（T 传讯）

这个器皿正处于潜入一个水池的过程，这是吸引人的，但同时也设置了一个障碍。很多人会经历一个关于信任的议题，但是，它对于这个器皿是非常个人的问题。

她冒险尝试并通过这样做走上了一条基于信心的道路，她已经对走上这条道路犹豫不决了很多年了。在这样做的时候，她对信息的有效性进行了大量的确认，她一直在一个智力与直觉的层面上 进行这个工作，但尚未将其转译到经验中。

这个机会或挑战，是向所有那些在一个或大或小的程度上 寻求有所服务的人们都提供的一个机会或挑战，它是一个最终必须被做出的决定，无论它是在投生到这个层面之前做出的决定，还是在寻求的开端做出的决定，或者是在寻求的道路上的某处— 在一个人开始组合许多碎片 打造他自己神圣的道路[为了每一个人]之后 所做的决定。

这个过程，虽然看起来是可怕的 或势不可挡，而它仅仅是幻觉。一旦该个体学会了只是存在，学会了与菁华相接触并只渴望表达那菁华，困难就会开始消散。

我们现在将这个通讯转移到叫做 M 的实体。

（M 传讯）

我是 Laitos。(为何)在相同的个体进行的不同的通灵会议中 他和相同的星际邦联来源有不同的体验；这是我们在这个早上被问到的问题或议题。

这个团队提出的问题不是团队中的不同成员对相同的星际联邦的来源的体验上的变化。疑惑是关于为什么在通灵的会议中 相同的个体会对相同的星际邦联来源有截然不同的体验。迄今为止，这个团队中的一些成员已经体验到这样的变化。

（听不见）

这个简单的原则是： 我们全都是一体的，我们全都是连接在一起的。你与这个团队中的每一个成员都是整体的一部分，并且感觉到 在不同的时间和情境中，不同的团队成员的不同体验，以及我们在你们不同的通灵会议上尝试去铭刻的明显不同的信息。

我们把一些概念抛给这个器皿，但这个器皿在弄清楚关于这个涉及的主题要说什么事情上遇到困难，因此这个主体选择将这个接触点传给 G1。

（G1 传讯）

我们是 Laitos。在这个早上 已经有很多智慧的言语被这个团队中的其他自我谈到了。已经被提及的有信任 对跃入通灵体验之中的信任。意愿的重要性已经被提到过了。关于被一个自我与另一个自我体验到的不同 以及在任何给定的时间表达的能力上不同，已经有很多内容被谈到了。

我想在这个早上谈谈关于一种活动的重要性，它可以解决所有这些问题并帮助我们在器皿们的头脑中保持他们最高的意愿。这个行动可以帮助他们前进并用他们的能力来表达呈现给他们的事物，这个行动能够致使他们在一个在此时可能还无法达到的层次上变得信赖，这就是冥想的活动。

这个器皿应该特别注意这点，因为当她一些日子不冥想的时候，她倾向于成为一个相当「行动」派的人。冥想的活动能够帮助你超越过滤物— 也就是你在地球上 过去经验中尚未解决而带到你身边的东西。它能够帮助你更加地信任。它能够帮助你更加地无惧。它能够帮助你保持一个高昂的意愿。它能够帮助你吸引最

高和最佳的事物，因为你将产出一个将吸引最高和最佳事物之振动。

想象你自己正站在星光层的门口。你知道星光层中居住着所有种类的振动。你带着与这些存有中的一个进行传讯的意愿 站在那里。你想要你的管道是最高和最佳的；一个将说出智慧的言语的实体将帮助地球层面上的[你们的]其他自我们去进化。

你不会想要在星光层的一个杀人狂回应你的传讯的请求。你不会想要一个精神病人回应你的传讯的请求。你会希望将被你的振动所吸引的是最高和最佳的实体。

因此我们鼓励你们非常信实地 每日都进入你冥想的体验中。

我现在将这个频道传递给我右边的人。

（C 传讯）

我们是 Laitos。继续这个谈话，我们也将碰触冥想的主题。冥想的练习允许一个人平静心智并发展感知能量的能力。一旦内在的对话安静下来了，在所有层次上的能量就可以被感知并被注意到，也就可以被铭印了。这种铭印会在不同的人之间发生变化，非常像一个指纹。对于任何两位个体，它永远都不会是相同的。

当这个器皿感知到我们的能量、接收到我们的信息的振动并用一种声音通讯我们发出的信息，她正在使用她的能量体了。这种工作的方式，在她的能量体中是一种各个脉轮的校准。在每一个个体化的身体中，这些脉轮(状况)是不一样的。当每一个脉轮都被校准并被平衡时，这种校准会与我们集体的能量体的校准更加接

近，接着带出该信息。

正如 Carla 实体已经陈述过的，信息总是清晰而简单的。通灵的过程的美丽是每一位个体会将他或她的指纹添加到我们发出的信息上。关键是让头脑安静下来、感知我们的能量并带出信息的能力，如同一朵正在绽放的花儿。

我们传给每个人的调节波是一个纯爱的波动。这种爱可以被每一个人感觉到并散发出来，实际上就如同进入世界的一束能量。这是一个给你们的世界，你们的行星和住在这里的每一个其他自我的礼物。这种爱的重要性是超越言语的。仅仅知道，这种能力是某种你们行星需要的事物，是某种你可以做到的事，是某种你可以在其上有一个大大的带着你的名字的指纹的事物。这是一个可敬与最高的目的，我们无法用言语来表达对你们每一个人提供它的感激。

我们现在将这个通讯转移到叫做 L 的实体上。

（L 传讯）

我们是 Laitos。我们在爱与光中到来。爱就好像一枚魔法硬币。出借它，花掉它，将它给出去，你就会拥有更多。这是一首儿歌。

以前你们有位先知说过：没有爱的言语就好像一个空的锣一样。[1]

从管道出来的言语也许不会被所有听到它的人从智力上理解。它就好像一个输出的波形；它与那些倾听的人或没有倾听的人的能量之波形相交。

原注 [1]《圣经》《哥林多前书》13:1「我若能说万人的方言，并天使的话语却没有爱，我就成了鸣的锣，响的钹一般。」

当信息的各种形式被包覆在一个爱的载波中的时候，它们就拥有额外的信息之力量了，因为当人们在他们的能量中感觉并体验到这种爱的能量载波的交会时，他们会有种倾向去感觉安全，感觉到他们并未被强加任何事物，感觉到他们并没有被强迫去思考或相信某件事。因此，该载波提供一个开口(机会)。即使他们不理解专门的信息，他们体验到一种连接。

在那个时刻或在之后的时刻，也许是在下一次的人生中，那个连接为他们提供了一个机会 向着你可能会传讯的 和我们可能会通过管道们表述的信息变得开放。所以这个爱的表达经常会来到一个冥想中的实体。当寻求者变得更为先进，他们也能够在冥想外的时刻发现那载波。这是一个呈现信息、知识、理解的一个重要方式。

我现在将这个通讯转移到 R。

（R 传讯）
我们是 Laitos。我们在这个器皿身上遇到了困难。我们将通讯传递给 Carla。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，再一次与这个器皿在一起。今天早上能够在你们的通灵圈中完成我们的电路(回路)，这是我们极大的快乐。根据这个器皿的心智提出的要求，我们将把这个特定的集会的结尾时间留给其他问题，既然在场的人们中 很快就会有一位需要离开了，我们愿在此刻 再次表达我们对于 能在这个早上与这个圈子

里的每个实体一同工作的高兴与快乐，并表达我们自信的感觉— 信赖每一个实体越来越能够与我们连接的能力，以此 通过每个器皿进行的通讯会是对我们的想法的一个准确接收，更重要的是，具备一种弥漫着你的个人变貌(distortion)之质量。

「扭曲」(变貌)这个字汇对于很多听到它的人会有一种贬义的感觉。而那完全不是我们使用「扭曲」这个字汇的用意。太一造物者的无限制白光在给出它的彩虹的真实颜色时就被扭曲了。我们所提供的每一个想法也好像那白光一样，可以通过你们个别对那白光的染色而被表达— 当你在日常生活中使用我们的想法时，当你通过能量体提出无限造物者的爱/光并创造出太一造物者独特的表达。每个独特的表达都是完美的。

我们现在开放这个会议给其他询问。现在有我们可以进行考虑的问题吗？我们是Laitos。

G1：什么是接受能力的载体 演化的接受能力？我们如何可以善于接受这演化的过程？

我们是 Laitos，我们相信我们理解你的询问，我的姐妹。因为这个器皿有不完美的听力，我们有可能会听错了你的意思，如果是这样，在我们表述结束后，我们会请你再次询问。

这个讨论已经数次触及到器皿作为一个接收器的功能，就好像一个接收的收音机。我们已经建议的是，当该器皿的振动水平落在[该器皿已接触的]源头的振动水平的范围内，两者的能力便合作创造一种统合的思想弦。

在服务于太一无限造物者的众星球之邦联中 我们是最宽带的源头。好比说，也许你会发现原本在 91.9 兆赫的电台 也可以在 90.7 兆赫到 92.1 兆赫之间的任何位置找到，就是因为被发送的振动是一种非常宽带的振动。

尝试进行这种方式的通讯的星际邦联的其他成员是越来越窄频的。第四密度水平的实体处于最宽的频带。第五密度拥有下一个较窄的频带，而第六密度的联系使用一种极度狭窄的频段，通常在第三密度实体的接收能力之外，因为缺乏焦点之干扰，或者可以说，少于完美的焦点，也因为缺乏在一段时间内保持一种精确的调频能力。

因此，在[已经被管道呼唤的]源头与[被用作器皿的]管道之间的连接机制是两种提供者在振动性调频上变得兼容的能力。

这个器皿已经彻底地教导/学习了实体可以调频成为管道的各种各样的方法，在找到你们自己调频的方式和调频风格的方面，在找到自己的方式来将你自己声明为一个形而上存有的方面，我们感觉你们每个人都已经突飞猛进。

这些技巧将会持续地被精炼、打磨— 藉由你们每次提供意愿形成一个圈子 在语音通灵的服务中奉献自我的过程中。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Laitos。

G1：谢谢你们。那答案是充足的。

我们感谢你，我的姐妹，请问现在是否有另一个询问呢？我们是 Laitos。

C：我有一个问题。在尝试连接管道之前的调音过程中，打个比方说，为了增加频宽，进行脉轮的清理上是否是有益呢？除了那个问题之外，既然你们居住在第四密度，为了与你们进行连接，第四脉轮是一个需要尽可能地被清理的脉轮？我做出那样一个关联是否正确？

我们是 Laitos，我们觉察你的询问，我的姐妹。首先，在对着这个语音通灵的工作开放自我之前进行脉轮的清理，这是至为有益的。正如你们每个人已经体验到的一样，这个工作对于肉体是非常令人疲劳的，因为有如此强烈的能量必须被聚焦在实体的内在领域之内，那些内在的领域是很少在日常生活中被强调的，正如你所体验的。

因此，对能量体的清理将太一无限造物者最大总额的爱与光赋予该管道，以一种无限的总额从地球之心流经底部脉轮 并向上通过能量体。

当较低的脉轮被特别地清理，于是完整的能量因而就能够流入心轮，能够被带入到能量体的能量总额就提高了。确实，当在器皿的部分有一个非常坚定的决心和意愿时，能量的总额就可以在多个数量级的程度上被扩大，这样 不仅仅你会获得一种更加充沛的造物者的能量之流，它还被压缩到了一个更高的强度，就好像你的安培数被升高的时候，你的瓦特数也会一样地升高。

这对我们是非常有帮助的。你们的电波的振动特性越发强而有力，我们就越容易滑入你们存在性的振动场域中 并创造一种非常舒适和有效的通讯，那允许我们与你们成为一 并与你们合作创造一种统合的爱之讯息。

更进一步，那些希望提供他们自己作为管道的实体的渴望经常朝向与较高的脉轮一同工作，我们会在这里放置一个告诫的注释，聚焦于你的较低脉轮：红色、橙色、黄色脉轮，而非聚焦于你较高的脉轮，这一直是有效与明智的，因为一旦能量从心轮流过，较高的脉轮就会像花朵一般地绽放。如果在你的日常生活中 有令人恼火和混乱的事的阻力或干扰，这里就是那些事物很可能被抓住的位置了。释放它们不仅仅在传讯过程中是有帮助的，也对你活出每日生活的过程是有帮助的。

关于你的询问的第二部分，我的姐妹，你们没有必要单纯地因为我们是来自绿色光芒的密度而聚焦于绿色光芒能量中心。通灵的过程是能量通过绿色光芒，以及通过蓝色光芒、靛蓝色和紫罗兰光芒，进入智能无限的大门，通过那个大门对其可兼容的能量请求就已经被提出了。接下来，以语音通灵的形式被请求的能量源头就会从蓝色脉轮流入，而非绿色脉轮。

然而，如我们之前说过的一样，极其有可能的是，当一个实体的心是开放的，其意愿是清晰与干净的 奉献自己为一个语音的管道，一旦它的心轮开放了，将会一直拥有一个开放的蓝色，一个开放的靛蓝色和一个开放的紫罗兰光芒。因此，没有必要特别地担忧你在心轮上的工作，甚至也不用担心在蓝色光芒脉轮上的工作，因为一旦心开放了，心的跳板会使该聚焦的实体[知晓自己的意志]恰如其分地跃入开放与乐意合作的较高脉轮。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Laitos。

C：谢谢你们，那有很大的帮助。

我们是 Laitos，我们感谢你，我的姐妹。现在 我们将请求最后一个询问。请问有另一个询问吗？我们是 Laitos。

G2：Laitos，我有一个询问。我有一个问题，它与针对通灵的调音没有多少关系，却与一个人在日常生活中所附加的调音和他们对太一造物者的寻求有关。

当心智被分心并忙碌于其他关切的时候，调音本身以及对造物者的寻求能够被结晶到保持调音的完整性的程度吗？

我们是 Laitos，我们觉察你的询问，我的兄弟。

L/L <wbr>Research 主观式通灵

你在这个猜想上是相当正确的：作为持久和专注的焦点的一个产物，一个实体有可能在自我内在创造一座灯塔*，无论在实体的外在生活中四处打击它的暴风雨，这座灯塔会一直恒常地闪耀。

(*编注：原译者特喜欢把 lighthouse 翻译为光之屋，提供读者参考)

在自我内在创造该能力以保持一个服务于造物者的实体的结晶化调频，这不是个容易或短暂的过程。然而，它是可能的，我们感觉叫做 Gary(G2)的实体在重复它选择的神之名「太一无限造物者」的使用上有了一个好的开始。这个名字或任何与该实体的信仰系统兼容的神之名，无论是反覆地思考或反覆地说，它都会构建

一种振动，就好像任何习惯一样，在一个持续性的基础上，它会越来越可能被自我保留起来。

考虑在你的生活中你拥有的习惯。你经过了一段长时间发展了它们。那些在你特定的表达中 最有说服力的那些词语是当你感受到它们时，对你最有意义的，对你最有帮助的词语。因此，将你自己发展为一个不管表面的心智被分心的那些时刻都会持续闪耀的灯塔的核心是：焦点的深度和该实体对创造这个习惯的专心致力。

这个器皿在它十四岁的时候 在它的两个月时间的夏令营中是个洗碗工。在第二周结束之前，它就已经开始梦见一排排的盘子、叉子、杯子、刀和碗了。

它成了一个与这个器皿日夜同在的幻影，不是因为它被特别地热爱，而是因为它是这个器皿持续性的练习，一天三次为 82 个人洗盘子。

当你选择去创造一个习惯时，它不是必须或是显而易见的习惯，但确切地是由于实体要每一刻都在爱中振动的精炼与纯净的渴望 而创造该习惯，那么就有孤单和独自的工作要被完成了。那些要在哪里放置能量的选择必须一次又一次地被温柔而坚定地导向深化该习惯— 思量太一无限造物者。

有一些人，他们天生与至高者共处至圣所的渴望就是如此显著，以致于这样的灯塔轻易就出现了。但是对于大多数人，为了创造一种永久的、可依赖的、纯净之光，他们有着一段长时间的确定额度的辛苦工作要进行。然而，这是一个可以做出的美妙尝试，我们为这样的尝试称许叫做 Gary 的实体。的确，我们称许所有如此尝试的人：尝试更好地知晓他们自己，更充分地接纳自己，将他们的内在焦

点更多地转向至高者，转向太一无限造物者的爱与光。

我的朋友们，今天 能与你们谈话并与你们一同工作，这是一种多么明显的欢乐呀。在未来的(寻求)圈子中，我们将尝试向你们构成我们的服务，那不仅仅会增加你们作为管道的能力，还会构成一个工作的主体，那是你们会有特别与明确兴趣的主题。我们希望论及你们的心最喜爱的主题 以及你们的头脑考虑最多的主题，在圈子中与这些主题一同工作，这样你们可以很好地发现你们正在回答自己的问题了。

我们很快会再次与你们在一起，这让我们欣喜。在此同时，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Laitos。
Adonai。Adonai。

Translated by T.S.
(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 1907 章集：人间天使**

Copyright © 2008 L/L Research
Session 1 - Channeling Circle 4
2008 年六月 6 日
（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。今天 我们感到快乐和荣幸 能与这个器皿和你们每一位在一起。我们非常荣幸和高兴能够与

这个发展(通灵)管道的团队一同工作。我们想感谢你们每一位向这个服务贡献了你们自己。与你们每一位一同工作是我们的希望。一如既往，在所有我们通过任何在场的器皿所说的内容中，请拿取那些与你们产生共鸣的观点与概念，并将其他的留在后面，因为我们不愿意成为任何人的绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑。

我们想在这个下午讲一个故事。我们将从这个器皿开始沿着顺时针绕着这个圈子移动，我们将尝试与你们每位一同工作。当你们没有通灵时，我们请你们继续为你们的器皿调音，感觉那绕着圈子以顺时针方向移动的能量，并依靠着那共享的顺时针运动之能量，它为团队中所有人强化该通讯。

我们想实验在每一次转换通讯时 避免识别我们自己的身份，而让故事前进，这样就可以提升故事的连续性。然而，如果你们任何人希望去表述：「我是Laitos」，作为你个人与这个能量的工作的一部分，这是完全可接受的。

很久以前 有一个非常特别的天使，它漂浮在你们星球的天堂中的一朵云上。她非常想要成为一个人并投生到地球上生活。因此她去问领头天使 是否有可能离开她的云朵并进入地球层面的尘与土的世界，因为她认为 也许能够在投生的时间中服务爱的目标。

我们现在将这个通讯转移到叫做 G 的实体。我们是 Laitos。

（G 传讯）

当她来到领头天使的面前… 解释她想要完整地经历在地球上的生活时，领头天使询问她：「既然你携带了一种女性的能量，你在地球上想要保持作为一个女性的

存在，或者你想要体验地球人认为的 与女性相对的性别呢？」她想了一会儿，她说：「哦，我想要在可能范围内最完整的体验，我知道作为一个女性能量携带者是什么样的感觉。在这次地球上的人生，我想要携带男性能量」； 因此领头天使说：「就这样吧。」

领头天使问道：「你知道关于地球上的环境氛围以及不同的文化方面的一些事情，所以，对于你想生活在地球上的什么地方，你有什么偏好吗？」这位天使说：「我知道所有天堂世界的壮丽领域，我知道这里是多么的舒适 和在这里生活感觉是多么好，因此我想体验一个对我不是那么轻松的环境。」

领头天使问道：「那个地方可能在哪里呢？」该天使回答：「我想要进入一个最黑的丛林，它位于地球人所称的赤道，那里非常的热，它不像这里那么舒适。」于是领头天使说：「就这样吧。」
领头天使问道：「对于这一次 你将在地球上生活的一生 你还有任何其他的请求吗？」

我现在将这个通讯传递到我左边叫做 C 的传讯者。

（C 传讯）
这个想要成为人的天使遇到的下一个问题是：「你想要投生在一个什么类型的家庭中？」该天使陈述：他想要学习爱的课程 那就是前往那里的原因。因此，一个能让他体验到极大的困难的家庭将是这个小天使想要投生进入的家庭。因此，领头天使给出了选择，它将这些选择摆在了这个小天面的面前并说：「你将可以从好几个家庭当中挑选。我建议的一个家庭是已经丢失了一个小孩的家庭，当你进入这个家的时候，它将不能给你很多的爱。」

小天使接受了领头天使的建议 接着说：「这就是我将要出生的家庭。」这个小天使能够提前看到它的人生，它看到了将发生在他身上的主要课程。当他看到这些事情时，他对于将会拥有的 即将到来的投生感到兴奋。他知道他会有一个妹妹，将在他之后出生；他将能够将父母给予他的一些爱给予妹妹。

领头天使也向这个小天使显示他的妹妹将有身体上的困难，小天使感到非常激动— 即将和他的妹妹一起学习爱的课程。

唯一还没有做的事情是选择死亡的型式，它将在这一生结束的时候出现，这会是个困难而又需要在进入投生前被注视的选择。所以 领头天使建议小天使查看可得的不同选项并看看哪种死亡的形式会适合他并且在这爱中的最大课程 利益他。

他考虑一个最佳的课程是学习如何去宽恕。因此，小天使选择了一种死亡，死在他所爱的人的手中。这样，他就能够学会对失去生命的宽恕了，这会是爱的一个最伟大的课程。

我现在将这个通讯转移到叫做 L1 的实体。

（L1 传讯）

领头天使对小天使说，「你将会从事一份非常困难但是却非常值得的活动。可能会有很多的时候你在地球上从事这个活动将感觉起来十分迷惘。我会给你一个天赋将你带回到你是从哪里来的回忆。这就是歌唱的天赋。」

所以领头天使也说，通过这个进入投生之中的行动，你将为我们带回有益的知晓与知识，（听不见）因此做你所能做的事情吧，于是小天使就下降到一个区域中，一个部落领域，在她将要与之一同生活的人们的歌声的陪伴下，在击鼓、吟诵和歌唱中，(他)出生了。

这些是她的部族用来帮助实现在他们在丛林地区中的生存，在这里 周围遍布着危险，从丛林中的野兽到其他有敌意的部落。

这个年幼的天使在这个团体的传统中长大了，并成长为他们称为「战士」的类别，从他最幼小的年纪开始 他就学会了与武器、战斗打交道，并且在丛林环境中生存。

我现在将这个故事继续传递给我左边的传讯者。

（M 说她会将故事传递给 T）

（T 传讯）

随着这个年幼的天使在它的文化和环境中成长和发展，它开始注意到 在所有的美丽的事物中 散布着很多在他的生活同样需要去注视的 痛苦和不协调的区域。他所体验的存在有着极大的敏感度，生活的痛苦与丑陋 美丽与快乐并列着，造成他(经历)从愤怒和混淆到难以置信地渴望平静、爱、理解，在两者之间来回摆荡。

这种能量的混淆导致他开始失去对歌唱的记忆，这原本是通向他真正的遗产一张门票。但同时间 这种混淆植入了一种巨大的寻求和巨大的渴望 去找到某种方法去将他的生活从混乱中带出秩序。

我现在将要将这个通讯传递给 D。

（D 传讯）

我们是 Laitos，现在与这个器皿在一起了。我们暂时地打断这个故事来让你们每一位确信，正在向你们每一位提供 你们之前谈论的调节波，因此，无论你是否能够在这个特定时刻 接收到我们正在提供的铭印，请确信我们正在与你们每位一同工作，我们感觉你们每一位都在进步。

我们会从叫做 J 的实体那边重返天使的故事。我们是你们知晓的 Laitos。

（J 传讯）

作为年轻的男孩，当这个天使正在学习自己所处的部落的生活方式时，发现他正面临着族人的需要，他的环境的需要，自己身体的需要，需要喂养他的身体，维持它的舒适，而这与他来所自的地方形成对照，在那里除了存在之外，他没有需要，没有对他的要求的外部压力，这导致了他的存有中的巨大痛苦和不适。然而在同时间，他开始忘记他是从哪里来的，他正在开始忘记天使的领域— 他的起源。仅仅在当他睡着的时候 在梦中，他才会记起来。

每一天，当他发现自己越来越深地成为一个人类，成为了一个部落的成员并处理

地球上的生活的恒常需要的时候，他感到了一种加深的悲哀在他的内在生长着。

一天晚上，他梦见自己记得了歌唱，在天堂中的歌唱，记起了他自己的歌唱，或者 那真是他自己的歌唱吗？他没有将自己视为一个男孩，他将他自己视为一个极为美丽的生灵，那美丽从他的声音中流出来，因为，当他再次醒来的时候，记起了那个看起来对他是如此真实的梦境 以致于觉得他能够放声歌唱了。

于是，他在他的部落中开始歌唱。首先他在不会被人发现的地方一个人歌唱，因为他对此感到难为情，他不知道这样的唱歌是否会被接受，因为对于他的族人而言 用这样的方式放声歌唱是不自然的，而他却感觉到这样做是必须的。

但是，有一天，另一个人听到了他的歌，他不得不去面对关于他的歌唱的问题，这首歌的起源和意义。

我们现在将这个通讯转移到左边叫做 L2 的实体。

（L2 传讯）
L/L <wbr>Research 人间天使

有一个反覆听他唱歌的人是他的小妹。听他的歌给她带来了快乐，当她这样告诉他的时候，他就会为她而唱歌，因为和他的妹妹在一起时他会感觉安全，自从小妹出生起 他就一直在照顾她，照料她身体上的困难。她很多时候都被局限在小屋中，因为她无法移动。因此，当周围除了他妹妹之外没有任何人 他在小屋中唱歌时，她就是唯一听到他唱歌的人。她鼓励他散播他的歌。

他对这样做感到犹豫，但是他觉得，在他的小屋的小小圈子里，他是这个圈子的一部分，那些与他最临近人们是会可以接受他的歌唱的。她的妹妹渴望与他一起歌唱，也这样鼓励他。

所以，他们一起在所有的事物中间歌唱，在来来往往的人群[过着他们的生活和忙于他们的事]中，两个人站在一起，她站在他旁边，在小屋的团体中，他们仅仅毫无忧虑地放飞他们的灵魂，因为他们两个是在一起的，他们彼此支持。

人们一开始并没有注意到，但是一个接着一个，人们停下来聆听那歌声，当一个人停下来的时候，另一个人也停下来了，他们站在一起聆听，这又吸引了另外一个人，最后在他们周围有了一个非常小的团体，人们完全都不介意，实际上，他们喜欢站在那里微笑并看着着两个小孩在享受自己，因为他们的光从他们自身涌出，并流向了听众们，听众们欣赏(感激)这光，这光也喂养了他们，很快地 每一个人都开始跺脚或击掌，并与这两个孩子一同微笑、大笑。

我们将这个通讯转移到 R。
（暂停）
（Carla 传讯）

村民们问这个男孩他从哪里学会了这美妙的歌曲，年轻的男孩回答：「我在一个梦中学会了它，或许 我在一个梦中记起了它，我不知道。我不确定。我仅仅知道这是我的歌。唱我的歌感觉很对味。」

「这首歌是什么意思呢？」一个村民问道。再一次，年轻的男孩说：「我不知道，但我感觉当我歌唱的时候 爱通过我倾泻而出，不知怎的，我知道在我们困

难的时候，它述说那些轻松的时光，我知道 在我们是贫穷和吃不饱的时候，它述说治愈。它述说公正和善良，因为我在唱歌的时候，感觉到这些能量从我身上流过。」

我们现在将转移到叫做 G 的实体上。

（G 传讯）

随着时间的流逝，这个年轻人和他的妹妹 成为这个部落中受到高度尊敬的对象。然后 有一次当他们在许多小屋当中的[为这样的聚会清理出来的]中央空地上唱歌时，一场可怕的暴风雨如此快地到来了，电闪雷鸣，在年轻人的妹妹能够回到她的小屋之前，回到他们和父母一起居住的小屋之前，一个巨大的闪电导致一根树干落在她的身上，她即刻地被杀死了。

年轻人为失去她的妹妹而感到深深地伤心。部落的酋长指控这年轻人将这场灾难带到了村子，因为这个年轻人的音乐和歌唱与部落里的其他人的是如此地不一样。

年轻人对此感到深深地悲伤。他已经失去了妹妹。已经失去了他在部落中拥有的声望。他感到被背叛；在部落中生活对他来说变得越来越困难了。有一些人相信酋长；他们大多数都相信酋长。他开始被回避，虽然没有什么法令要求他被回避，但是他甚至被自己的父母回避。

现在我将传递给我左边的叫做 C 的管道。

（C 传讯）

当父母都开始忽视他时，他的心开始关闭，认为他在这一生中已经完全失败了，不知道他应该如何继续前进。因此，他决定独自进入丛林中并准备在那里死去，他希望死去，因为他已经不再有任何要为之而活着的事物了。

在彻底地心碎中，他不知道应该如何继续，他在雨中，阳光下走了几天，他不知道要去哪里。他继续前进 直到他来到一条大河。在这一生中他没有见过这条河，他想：「这就是我要死去的地方了。我将走入这条河中，于是知道如果我死去，我的死亡就是命中注定的，而如果我活下来了，那么我就会继续活下去。」

他曾被部落中的族人教导过 拥有一个光荣的死亡是重要的。如果你死在大自然的手中，你的死亡就是光荣的了。他除了已经被教导过的事情外 并不知道任何其他事，因此他费力地走入河中，决定躺在河水中漂浮着，尽其所能地顺着急流飘下去 看看会发生什么事，希望他的生命可以被拿走，因为在他的心中 他无法感觉到爱了，再一次，他不知道如果没有任何种类的喜悦 他应该如何继续活下去。

现在我将这个故事给到我左边叫做 L1 的管道。

（L1 传讯）

当他顺着那条河流漂流下去时，来到他的部落探索过的区域之外 他并不认识的地方；他可以感觉到不一样的水流，有些将他向前推动，有些是将他向边上推动，但它们似乎使他向上浮起，但最后，在看起来似乎是很长的一段时间之后，

水流将他移动到岸边的一块空地上。他就躺在岸边的那块空地上了。

他站起来环顾四周，他发现自己在一个传教士的居住区中，这是他之后才了解到的。这些是有着不一样肤色的人种，来到这个区域的人们，他们看起来非常不一样，穿着非常不一样。那个时候他并不理解他们正在那里做什么，但是之后他了解到这是一个传教士居住区，被送到这片大陆上是为了与这片大陆上的人们建立联系并提供帮助。

因此他就被推入一个完全不一样的环境中。在那个居住区 有些人知道一些他的语言并能够和他进行一点交流，他们轮流与他谈论他们拥有的关于这个世界的其他部分的知识，他们也谈论关于他们灵性的存在。

因此他们将他带到这个传教士的区域，在那里 他们正在建立一所学校，他成为这种努力的一部分，他没有忘记他从哪里来和发生在他身上的事情…

（换磁带）
（L1 传讯）

…支持他并鼓励他学习新的事物，那些就他之前在森林和丛林中受到的教养而言他从来没有想过的事物，诸如阅读、写作，一系列全新的可能性和经验在他面前展开了，这让他感到兴奋，这使他不再希望在河流中飘走并死去。

我现在将这个故事传给我左边的传讯者。

（M 传讯）

在这个器皿观想的时候 这个年轻人[对于这个器皿而言]现在看起来似乎已经到了一个青少年的年龄。他开始变得特别地喜欢与一位传教士的女儿在一起，她很大程度地 让他回忆起曾经如此深爱的妹妹。他和传教士的女儿一起度过了很多时光，这个传教士的女儿拥有的财产、文化、习惯与他以前曾看过的差异非常大。她的衣着和玩具在外观和呈现上有着女性化的特征，这是他在其部落的教养中没有体验过的，它们在他作为一个天使的存在的更深位置上响起了铃声，而随着他与这个传教士的女儿度过的时间，他对其女性特质有了更深的梦境，传教士女儿的玩具、衣服、女性的方式在他的梦中活过来了。

他们歌唱，他们舞蹈，变得美丽，变得比他在物质层面上所体验到的生命更加宏大，他想为他的新朋友重新创造它们，给她礼物回报她已经给予的礼物，一开始他不知道如何去做这件事，但是他记起了他起初在部落中的战士训练，他知道如何使用他的工具制作那些他从未习惯的事物，现在他了解到他能够使用他的技巧去为传教士学校里的孩子们制作美丽的玩具和礼物并以此作为造物者的喜悦与爱的进一步的表达。

我们现在将这个故事传递给 T。

（T 传讯）

当这个年轻人开始更舒适地融入他的新生活，融入他的一些天赋礼物和才能的开放性回忆，他开始感觉到更加有信心了，他在新的生活中利用这些无意识的工具并表达它们，他同样变得更加愿意学习这个新生活并整合现在就呈现在他面前的那些更新的天赋了，他对此也更加有兴趣了。

当他这样做的时候，他开始增长他对这种新语言的知识了，那是传教士们的母语，他开始探索在他们的想法和行为背后的更多原因。

换句话说，他正在拓展他的觉知、他的意识，这两者既是就他物质生活方面而言，也是就一个更大的生命越来越进入他的意识方面而言，虽然他仍旧将这过程的许多部分视为一场雾或某种清醒的梦。

他将自己放置在似乎是一场旋风的事物之中，如果他踏入其中，它会让他参与到他自己尚未认识的事物中，并允许它们表达并依次将更多的察觉、更多的生命、更多的记忆、更多的热情带入他的人生中。这就好像他在某个门槛上，选择已经被提供给他 以保持这种可能性为一种潜能，而他在任何时候都能够领取它，虽然在这个时刻 他可以舒适地管理生活 以此方式来继续他的人生，或者 他可以踏入那旋风中，虽然他并不具体地知晓那旋风将会将他引向哪里，而同时他知道它会如他所知晓地大大地加速他的生命，或者有可能如他所知晓地完全地改变他的生命。

我现在将这个故事传递给左边的那位绅士。

（长时间暂停）
（Carla 传讯）

时光流逝，年轻人已经不再那么年轻了。随着年岁的过去，他已经找到在新的环境中适应生活的方式。偶尔在梦中，有时是在清醒的异象中，他会想起一首歌，而他却不愿意将这首歌唱出来。因为难道部落不是已经决定这首歌曲不是正面

的，不是一首爱之歌？他难道没有因为他妹妹的去世而受到他们的责备？

他变得更加地离群。他的思想经常飘得很远，一天晚上 他祈祷更多地理解他的生命的道路，这条道路一直是如此地十分奇特。就好像回应他的祈祷一样，在一个梦中，他和妹妹说话了，彷彿她仍旧完好无损并且完全地活着，她看起来是如此真实，对他而言。

我现在将通过叫做 J 的实体继续这个故事。

（J 传讯）

他的妹妹以双臂抱住他并安慰他，她知道在这么多年的时间中 他是处于多么巨大的痛苦之中，她在他的耳边低语并告诉他：「你已经被赋予歌唱的天赋，无论你多么害怕去唱出你的歌，你必须将你的歌唱出来。这就是为什么你会来到这里，这就是为什么你选择了这一生，要把这快乐的礼物带给地球。」

当年轻人醒来时，他开始带着更多的聚焦和决心而生活，虽然他仍旧对于要走上什么样的道路感到害怕并对于应该如何将他新发现的领悟和生命的目的展现出来感到不确定。但他确实记得的一件事情是：在这个他是其中一部分的传教士任务中，他是如此喜欢这种服务 以致于在他们会在每一周歌唱那些古老的赞美诗，尽管那些赞美诗对他的理解而言并非是自然的，他还是从中获得了极大的喜悦。

他记得这种喜悦并感觉到这就是他的道路 这条喜悦之路从他的歌唱中流露。因此，他允许自己在这些服务中唱这些赞美诗，一开始他悄悄地唱，一开始他非常地不安，因为他不想要被发现了。但是，随着时间的过去，当没有负面反响的时

候，他开始更大胆地歌唱了。他开始从存有的深处歌唱，于是，一个浑厚的男中音出现了，这声音表达了他在其存有中所知晓的爱。

我们现在将这个故事传给 L3。

（L3 传讯）

他自己深厚的声音在他里内共鸣着，它感觉到这种共鸣的方式不仅仅在声音中而且是在灵里发生的共鸣，在这共鸣中 他感觉到了造物者压倒一切的爱，每一次当他歌唱时，就象是回忆起家乡的感觉；当他歌唱时，一开始是小声的，然后声音越变越大，最后歌唱变成了他，他变成了歌唱。

恐惧消融了，歌声填满曾经被恐惧所占据的空间。他开始为自己而歌唱，因为他为自己而歌唱，他不再害怕歌唱，所以当他为自己歌唱的时候，其他人也感觉到恐惧消失了。其他人聚集在他周围并与他一起歌唱。他独自一人歌唱，他在街道上歌唱，他能够感觉到这种力量伴随着他的声音从他身上流过并将他与其他人连接在一起。

在这歌唱中他逐渐变得稳固，歌唱和他一起成长，他也因为歌唱而成熟。他在歌唱中开始进行漫游，可以说是，在森林中走很长的一段路并从他自己的灵魂歌唱，有时他的歌唱会与动物们以各种各样的方式协调一致。鸟儿和青蛙会成为他的合唱的一部分，通过他的歌声 他与造物的其他的部分联系在了一起。它以一种方式结合在一起 感觉起来就像一个声音；他不再只为自己歌唱，或者从自己而歌唱，而是 他从地球本身来歌唱，从造物本身来歌唱，造物通过他而歌唱。

当他展开歌喉时，爱的灵魂，地球的灵魂，就从这美丽的共鸣之声当中流出，其他人会怎么想已经不再重要了，因为他知道他是谁了： 一个给予母亲的礼物，给予这让他居住的地球，给予他在其中被养育的丛林的礼物，给予他的姐妹的礼物，不仅仅是生物性的姐妹，而是在这个传教士的村庄中 以及在他自己的村庄中的灵性姐妹，他开始想要再次见到他的家人。

他想去看看他所有的家人，不仅仅是他的父母，还有曾经说过他坏话的酋长，他对这些曾经将他排除在他们的心之外的人感觉到如此强烈的一种爱，因为他知道他们是他的家庭的一部分。他深深地爱着他们。

接着歌唱带着他穿过丛林 并带着他回到他出生的家乡。他的父母看到他，当他们听到歌声的时候，他们就知道是谁了，他们来到村子边上，他们看到他来临，立刻就知道是谁了。他的母亲流出了眼泪，第一个跑向他，他的父亲，一开始还不相信，跟着她跑了过来，他们与他拥抱，他们说：「我们很抱歉」。他说：「没有什么需要抱歉的。我爱你们。」

他们与他一起返回村子的中央，他们说：「这就是我们的儿子」。不带任何的羞愧，他们宣告了这一点。

我们将这个故事传给 R。

（长时间暂停）
（Carla 传讯）

每一个来到地球并进入肉身的灵魂都来自光荣的云朵*，如被知晓为威廉实体所说

的。每一个地球上的实体都曾经是一个天使般、平静的、没有压力的存在。每一个寻求的灵魂都穿上了一套骨肉的衣服，因为他真正地希望去服务。每一个寻求的灵魂都带来一首歌，那将帮助他记起他是谁和为什么他进入这个地球的泥泞与尘埃中，每一个灵魂都走在他的道路上，有时候会被接受，有时候则被回避，我们请求每一位都相信那未知的爱之歌。

(*编注：这是诗人 William Wordsworth 的名句，请参考
http://tinyurl.com/qgq6c3h)

我们是 Laitos，我们为一场杰出的工作集会感谢这个团体。这让我们确信你们将再次与我们坐在一起，我们将非常期盼那与你们每位一同工作的快乐与荣幸。

现在，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。
Adonai。Adonai。
Translated by T.S.
(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 1908 章集：L/Leema 首次开讲**

Copyright © 2003 L/L Research
周日冥想
1985 年四月 28 日
(Carla 传讯)

我是 L/leema [发音为 “拉-李-玛”]. 我属于星际邦联，在无限造物者[我们安住在

他的合一性之中]的爱与光中，我问候你们。这是怎样的情况！我知道你们没有呼叫我，我从未对人类讲话。

我们和这个器皿有段好时光，因为当我们在她的脑袋中发现各式各样的零碎东西，从中挑选我们想要说的东西；我们发觉那儿有许多非线性的连结，于是使用这个器皿的通讯对我们是有乐趣的。

我们将对你们讲话，但首先 我们想要给出我们自身的历史，因为我们不会对那些不想要我们的人说话。我们是谦恭的，如果我们不能服务 我们就不应该来到。

我们将使用这个器皿的字汇 因为那帮助我们。我们不习惯许多器皿，我们不习惯使用任何器皿— (不过)我们甚至可以弹奏四小节的黑人爵士乐！这个器皿真是太有趣了！

我们和那些对你们称呼自己为 Latwii 的群体位于相同的工作路线。我们属于光之密度，因此，当我们志愿接下这个任务，我们已经在颜色光谱中，或者我们应该说，你们星球的各式各样的光谱密度。我们比较不是像 Latwii 那样的通才，我们大部分在澄清信仰的领域中工作。我们扫描… 澄清每个链结的吹毛求疵，属于(那些)经历地下的日与夜的个体，好些世纪以来 与充分的第三密度分离。我们注意到每个心/身/灵复合体的每个偏好在强度上的改变。

我们对这个器皿感到惊奇— 不过，等一下，我们对这个器皿并不惊奇。这个器皿曾经被一位会用那个天赋的实体所使用。我们必须继续推进，因为我们希望不只享受这个器皿，还要与你们分享我们的想法。

我们先前和 Latwii 群体在附近一起工作，他们提到使用这个器皿是有趣的，接着建议我们投入这项服务；因为 Latwii 估计是可行的；如同你们每个人是独特的，我们每个人也是如此，每一个服务是独特的，虽然我们说每个人都是相同的东西；我们全体请求你们转向造物主— 太一起初思维。无论如何，让我们倒退离题一下。

我们请求星际邦联的一个被选拔的团体之允许 好使用这个器皿；因为这是必须的，对于这样一个器皿[与那些曾前往土星议会的实体有过协议]，得获得特殊的许可。

此时，我们获得许可执行我们能够和这个器皿一起做的事，我们希望在我们漫谈之际，我们可以感动你们，以喜悦充满你们，以我们对你们感到的强烈渴望充满你们。

你们的语言是个有趣的东西，在这个器皿的心智中 我们看见一些根源深深地进入你们星球过去的书写历史。我们选取两个词：假期(vacation)/天职(vocation)。我们要求你考量在演奏这个声音复合体的小小差异，”vaca”是敞开，”voca”是呼叫或被呼叫。假期是有时间，自由，放空；天职是被呼叫、被选取、被启蒙。我们发觉你们来到这个团体充满假期的程度和天职相当，这是令人遗憾的，不因为这对于第三密度是不正确的，但因为 你们每个人都有天职与天职的喜悦，以致于我们愿意冒着惹恼你们的风险，建议享受假期和寻求天职的灵魂相比，两者位于完全不同的生活质量之水平上。

你们全都调频到相同的频率，不过，你们不是一个充分的圆，因为有太多属于个

人的询问，它们没有普世的意义。这也是可接受的 但这样降低了正面极化实体的能力，好比我们或任何一个邦联实体，而不能清楚地说话，因为该巨大的渴望，不以任何方式拆毁，而总是建立。然而，需要检验那些事物。

就每日工作的世界而言，需要放空的时间，假期是一种平衡，而非奢侈品；我们说的不是这种假期。

在自我的一个更为深入的层次，有一个选择：该自我不管任何后果 都要严肃地看待自己；还是该自我但愿休假和暂停。你所想望的 你将收到。如果你想望天职，你的人生将带着喜悦的片刻，完全地无法以任何措词形容，除了那些已经历过的人：他们经验服务中的充分生命，充分的极化，充分使用催化剂，在一切万有中的充分喜悦。我们愿敦促你们在这点上思考。

一个人做某些事以收集钱币(denaro)；这些工作可能有趣 或者相反；这不是天职。一份天职是那个如此被热爱的事物，以致于你被呼叫过去；不是因为你理解或有什么应该去的理由；只因为 你被呼叫，同时你必须前往。

你们每个人都是无限与美丽的造物者素质。你是否认可那个声明的潜在严肃性？你始终必须记住，你将发觉 那些答案不是最有启发的，因为当你学习之际，你将学会 重点是问题本身活了起来；重点是那些寻求的同伴，协助你成为寻求者，严肃却带着欢笑，当然如此，因为严肃应该是充满喜悦的，它应该充满一切你之所是，以及你拥有的一切。如果你但愿是一个严肃的寻求者，时机不是明天或昨天，现在就采用你自己，认可你是上主的素质。然后 问你自己是否想望去寻求真理？单单那个问题将填满生活。

我们享受与你们一起漫谈，虽然 Hatonn 群体至为慷慨，我们感觉应该停止我们的谈话。我们比较喜欢回答询问，但我们无法使用这个器皿做这件事。因此，如果有任何人渴望我返回，结果将会依照其渴望。无论如何，不管是说出来或未说出口的问题，除了统一的团体问题，没有其他问题可以获得伟大的力量。

随着欢乐的小调，我们离开你们，在这个傍晚 希望你们接下来的经验得以激励、活络、充满；并且你们只听到需要的东西，抛弃我们愚蠢谈话的其他部分。

对于拥有和这个器皿一起工作的经验，同时与这个星球上的实体谈话，我们感到欣喜若狂。我们一直在这个星球之内工作，(那儿的)心里状态和这个团体不同，也和这个团体的集体记忆不同。
我们诚愿在一切为真的顶峰上离开你们，我们是你们自己。看起来 这个器皿的心智在思考如何拼出我的名字。我思考了至少一个礼拜… 我们无法知道你们的时间。我们先前未曾拥有一个名字，因此我们思考该名字。为了我们自己知道的主观原因，我们选择 L/leema。你们提供你单字拼法：L-斜线-L-e-e-m-a。

在无限造物者的 L-斜线爱与 L-斜线光中 我们 L-斜线离开你们。我们是一。

我的朋友，你们是否知道那斜线的意思：我们是一。思想造物者，我们在他的爱中离开你们。我们是 L/leema。

Adonai。Adonai。

(Jim 传讯)
我是 L/leema，再次地 我们在爱与光中透过这个器皿向你们致意。我们花了些时

间穿透这个器皿的阻力，容我们说，好发起一个新通讯。我们已经听闻这个器皿的阻力。我们发觉这非常有趣，如我们刚才提到的 我们不习惯透过人类对人群说话。注视你们的心智里面 接着发现你们布置它的各种方法，这是个迷人的经验。我们也渴望藉由尝试回答询问的方式来服务。我们的 Latwii 弟兄姐妹也推荐这个团体是个好的开始，因为它不间断地提供许多询问，确实提供宝贵的服务机会。那么 我们要问，我们是否开始迎接一个询问？

L: L/leema，我假设你愿意回答一般性质的问题，类似于 Latwii，是否正确？

我是 L/leema，你是正确的，我的弟兄。你是否有这样一个询问？

L: 是的，我最近读完一本书：身入险境(Out on a Limb*)，作者是莎莉·麦克琳，其中有部分提到一个外星群体，来自我们称为的昂宿星团；就她的描述 他们花了一些时间努力去利益地球。关于这些实体或个人，你可否给我任何信息，特别是他们的极性 以及他们可能与星际邦联的关联，任何一般的信息？
(*译注：中文书市有这本书，书名为心灵之舞)

我是 L/leema，我们扫描你对这份信息的记忆，发现如同星际邦联成员大多数的努力，发起这种努力是希望能够有一种鼓舞灵感的信息交换，好让它被用于加快你们的地表上的人群[他们需要这类的信息]的演化进度。在每次的邦联之努力中，我们希望每当有个呼求，就能提供某种形式的答案，接着能够加速寻求你们称为的真理的活动，然后加快该寻求者的进度。如同大多数的这类努力，容我们说，该努力曾有其平衡的机会，被某个比较有问题的信息混入；因为那些接收这类信息的实体不总是知道要观照接收过程，以免接收的东西遭受窜改，以形而上的意义而言 就是那些寻求暗黑途径的实体的服务加入该接收过程。

我们可否尝试进一步的回应，我的弟兄?

L: 我想要问另一个主题，一个住在辛辛那提市的朋友，我推测通灵会是最佳的描述，他通灵了好些信息，在我来看，有着很大的准确度。我对于那些提供他信息、协助他进展的老师感到好奇，他们是否和邦联有关联，或者 他们以某种方式独立运作?

我是 L/leema，在你所说的这类的例子中，通常是一些居住在你们内在(次元)平面的实体，他们属于你们的行星影响圈，容我们说，他们位于中阴期间，于是可以透过与你们星球上的在世者之协议，提供信息。他们的功用如同资源、顾问或老师，他们回应呼求如同邦联的实体。虽然，严格来说，他们不是邦联的成员，这类实体与邦联的实体与原则联合工作，和那些具肉身的实体相比，他们尝试的服务属于另一种性质。

我们可否进一步地回答，我的弟兄?

L: 不了，谢谢你。你们已经提供很多协助。谢谢你。

我是 L/leema，我们感激你，我的弟兄。是否有另一个询问，好让我们可以尝试(回答)?

A: L/leema，我感到好奇，在该团体的成员来到这个圈子之前，你是否让他们知道你的临在，并且调节他们?

我是 L/leema，我们的动机比较不是调节那些加入这个圈子的实体，而是扫描其渴望，判定这个冥想圈的呼求，为了发现我们是否能够发起一个通讯好提供服务。

我们可否进一步地回答，我的姐妹？

A: 就我们正在接收的该通讯而论，先前 你要求统一的团体问题。你可否详述那点？

我是 L/leema，我的姐妹，我们至为快乐地详述这个十分突出的要点。在今天傍晚加入你们团体提供服务之前，Latwii 群体给予我们关于这个团体的信息，以及我们透过回应该团体的询问来服务，可以实现的潜能。Latwii 群体转移的信息有一部分关系到询问的特性，可以预期的，在你们地表上 任何团体可能有各种询问；在许多例子中 这些询问只有短暂的兴趣，仅简短地满足好奇心，只增加一点点该实体的进化机会。无论如何，有些询问说到在你们幻象中 此生的要点。这些询问关切这个过程的本质，其个人与一般的应用；当这类的答案被良好地述说，清晰地给予，它们是珍贵的，穿越所有时间 稳固地持守寻求者的兴趣在对的位置。因为它们是(根本)原则，描述一个人的存在本质，一个人所处环境的本质，以及一个人[透过太一造物者所创造的环境]进化的本质。

Latwii 群体跟我们谈论到这个主题，他们建议虽然这个团体通常聚焦良好，关切那些不会褪色的信息，偶尔出现一些只有很少含义的询问，其效应是把焦点从持久的东西转向快速消融的东西。是故，我们甚至要对良好与严肃的学生建议，容我们说，如果你们寻求击中一个人的存有与演化进展之奥秘核心，那些团体理解的询问是最有帮助的。

我们可否进一步地回答，我的姐妹？

A: 不了，谢谢你们的服务。

我是 L/leema，我们谢谢你，我的姐妹，也谢谢你的服务。我的朋友，是否有另一个询问？

C: L/leema，在过去几个月来，我几乎避免任何类型的冥想，因为事后我一直感觉疲倦，就象是肉体受伤。另一个傍晚，我再次经验它，我只是静静地坐在另一个人的屋子里，接着我开始收到一种制约，很快地 我开始收到一种感觉 某个人受伤了。我不确定我收到什么，但那造成疲倦感。有人建议或许我收到来自地球的感觉。我不精确地知晓到底发生什么，但如果你可以对此散发任何光，我会感激的。

我是 L/leema，当我们扫描你的经验性存在状态，我们发觉可以给予一些评论而不会冒犯你自己的发现之过程。当寻求者遭遇困难的经验，伸展其接纳的能力，然后寻求者发觉自己如同一张鼓面[drumhead，我们发现你们这么称呼]，它已经被十分紧密地拉开 横跨其骨架。这个寻求者内在的伸展过程将造成他对于内在与外在的振动变得更为敏感。这是该进化… 的一个自然部份。

(录音带第一面结束)

(Jim 传讯)

我是 L/leema，再次地 我们获得这个器皿的注意。我们继续，这是进化过程的一个自然部份，因为它致使寻求者对于眼前的东西变得敏感 做为一个增进其进化的机会。然而，该寻求者也对于任何身处其中的经验更为敏感。当一个人的经验之更强烈部份正在进行时，通常 花更多时间冥想是有帮助的。这样提供机会更完整地利用该经验，而非以许多方向驱散一个人的努力。这可能似乎是矛盾的，一个人居然要增加一种似乎令人疲倦的经验。不过，我的弟兄，你将发觉增多的冥想时期将提供你能力 去利用那个眼前的机会，目前 它已经促使你成为一个更敏感的器皿。

我们可否进一步回应，我的弟兄?

C: 只有一件事。伴随着其他事，有一种不再属于任何事物的感觉— 我感觉已经到达一个点，不论我在哪里 就只是过活而已，因为我似乎不再适合任何地方。你可否评论?

我是 L/leema，我们可以评论，再次导引你的注意力到我们先前的回应，以及该困难的或创伤性 学习机会之特征，它使得该寻求者在此期间更为敏感。通常 另一个脱离主要努力的效应是表面上的距离，由于寻求者寻求庇护或提供一个[位于他和环境之间的]缓冲区，因为环境(对他)变得越来越痛苦，容我们说。我们利用这个词，痛苦，试图描述该敏感度— 这是寻求者面临明显困难的经验时经常发现的。

我们可否进一步回答，我的弟兄。

C: 我稍后可能有个询问，谢谢你。

我是 L/leema，我们感谢你，我的弟兄。是否有另一个询问，好让我们尝试(回答)?

Carla: L/leema，我要公开地，带着最大的谨慎，以我的救主 耶稣·基督之名，做为人灵挑战你们；你们是否以他之名，并为他的光荣前来?

我是 L/leema，此乃我们选择对这个团体称呼自己的方式，在我们的存有之核心，我们在你们知晓的耶稣大师的爱与光中加入你们。我们欣赏你的关切与挑战，我的姐妹。我们已经简短谈论这个主题，当时提到你们人群中 太少人觉察这点：对于无形的实体，当他们透过器皿说话，(你们)需要规律地进行这类的挑战；因为如你所知，我的姐妹，这的确是个拥挤的宇宙，许多人要讲话；不过，挑战程序可以筛选出那些言谈对你们有益的实体。

我们可否回应进一步的挑战，或以任何其他能力讲话，我的姐妹?

Carla: 只有后者。我谢谢你们适当的回应，听到它(对我)有帮助。我谢谢你。我想要问你两件事。首先：这是怎么回事，当你进入我的心智，有些单字轻易地来到，但它们不总以句子来临，因为你到处弹跳 象是一个弹簧垫，而我的心智到处弹跳 象是一个弹簧垫；所以 情况蛮疯狂的，接着 你在 Mickey*里面讲话就象是世界上最认真严肃的法官，我不禁在想 发生什么事了？我的意思是，他真的有个良好的幽默感啊。

(*译注: Carla 对 Jim 的暱称)

我是 L/leema，把次要的部分[改善或取得我们今天傍晚增进的技巧]放到一边，我们能够利用这个相当声名狼藉的顽固心智配置 以一种似乎比较流动的方式讲话；但如果你在这个心智里头，我的姐妹，你会发现许多坚硬的地方。

Carla: [咯咯地笑] 不要使我大笑啦，OK。

我们对于不舒服之处抱歉，现在完成我们的回覆，在我们使用人类器皿的能力方面，我们还在跌跤的过程，对于能够以一种似乎连贯与平顺的感觉说话，我们感到有些宽慰，不过希望即使在这个器皿的顽固中 我们得以享受流动性— 那是你的心智之特征，我的姐妹，有希望的。

我们可否尝试进一步回应？

Carla: 是啦，我真的想要知道。我以前听 Latwii 讲过，我真的想要知道，为什么第五密度，或至少你们两位，似乎充满欢笑与爱与所有的好信息要跟其他人分享；我有种感觉 那是不恰当的—你曾说过，你说从来没有和其他人沟通，你们…不管你们过去做什么，我得阅读一下纪录。但是，然后你对 Latwii 讲话，他们谈到这个团体和器皿，于是你们决定来尝试一下。第一：为什么那个回应朝我们而来；第二：为什么你们给我们一个机会？第三：结果值得吗？

我是 L/leema，的确，我的姐妹，迄今 结果是相当值得的，我们看到你们称为的未来与这个团体的联系有很大的希望。我们寻求在发起这个通讯中服务，我们寻求以双重的才能服务，也就是说，谈论一段概括的灵感讯息，然后尝试以我们的观点和存在状态回答询问。正如同每一个人类器皿在通讯邦联实体时 都是独特的，并提供一种个体化的风味，容我们说，我们也希望 你们团体可以受惠于另

一种邦联实体的风味。我们来到这个团体 希望那永远恒久相同的讯息得以在每个寻求者的内在找到一个新家，以某种方式 或许对那单纯的爱之讯息增添另一种面向。

我们可否进一步回答你，我的姐妹？

Carla: 不了，谢谢你们。

我是 L/leema，我们感谢你，我的姐妹，我们正在与这个器皿取得比较好的联系，并且使用它的字汇和经验，希望它愿忍受我们的动作：即我们在它的心智内移动，并且搜寻那些概念[不只光照那些询问者，也光照我们自己的存在]，因为当我们与你们分享 我们学习的程度相当于我们分享的程度。

容我们尝试另一个询问，我的朋友？

L: 我有另一个，L/leema。关于寻求者可得的信息来源，在我看来有三种源头，我觉察的第一种来自一个人自己与智能无限的联系；第二种，一个人在可挑选的基础上与无形的灵魂[做为老师]通讯；第三种，好比你们这样的实体。

是否也有其他的信息源头是我们尚未觉察的… 我尚未觉察的？

我是 L/leema，我的弟兄，我们可以说就只有一个源头— 在全体之中运行的太一。不过，我的弟兄，我们可以说有无限个源头，因为太一以无限多的变异表达他自己，你们自己的造物包含无限个源头，让任何寻求者得以参予 好增进其自身的进化。看入自己存有的内在即是看见一切万有，看入另一个人的双眼即是透

过另一个人的眼睛看见一切万有。注视你们自然造化的花儿、树木、鸟儿、昆虫，微风与天气，就是看见造物者带着单纯的优雅移动，却包含所有的答案[对于那些带着辨别的眼睛和耳朵、渴慕之心的寻求者，确实如此]。

你们可以注视周遭的任何源头，如果你注视那超越肉眼所见之处，你将看见饱满、完整、完美的太一造物者，愿意教导所有你寻求的东西。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

L: 是的，我想要请你澄清一个陈述是否正确：在不同的思想学派、寻求支派中，基本的信息实质上是相同的，都是真实与正确的。个别群体的分别主要在于扭曲的沟通或接收者选择性的偏见，这些是次要的面向。举例来说，有些人相信轮回转世存在，个体持续以一个感知的个体不断地重生；有心人相信若一个人不努力，就会在下辈子退转，继续轮回 直到该个体不再是感知的个体。

所以 容我重新为你澄清我的叙述— 我正在大声思考，请忍受我。我假设在地球上的 各种思想和
寻求学派中，精要的信息都是正确的？

次要的信息，那些分别彼此的东西是扭曲的通讯或接收者的个人偏见产生的后果？

我是 L/leema，我们感谢你，花时间以言语表达这一个询问，对于那些寻求太一之许多源头的实体，它具有重要性。太一位于一切，一切万物都以某种方式述说太一。你们听到的许多声音都是太一之声。你们可以把他们述说太一的方法比作

你们国家中 不同位置的口音或方言。所有同胞都讲你们的英语，不过 可以在许多地方发现(不同的)染色。这即是造物者寻求的独特性 藉由使他自己变为众多。对于那些居住在许多的世界中之实体，这些独特的染色在某些情况中似乎是混淆的，互斥的，然而 如果你愿意看到所有谈论的中心，你将找到说话的太一。因此，寻求者必须负起责任，变得什么东西靠近中心，什么在中心之远方边缘绕行着。万事万物都是太一的部份，寻找那太一之心，我的弟兄。

我们可否尝试进一步的回覆?

Carla: 有有种感觉你以这样的方式推出答案 好让 L 必须思考它；所以我想要试试看，OK? 一般而言，我们曾研读所有这类的东西，我们被教导[至少我们这三个]有大量内在(次元)平面的老师，那是 L 刚才谈论的东西... 今天早上 有卷带子，某个人在通灵安妮·贝费特(Annie Bresant*)... 她只写作关于布拉瓦茨基夫人(Madame Blavatsky)的东西，而布拉瓦茨基夫人只是个管道。所以，你获得的东西离源头相当地遥远，安妮并没有任何真正启发性的东西要说，虽然内容非常地可爱，使你感觉温暖、甜蜜、柔软。一个人享受聆听那样的东西，我也很喜欢那卷带子。

(*译注: 这里应该是笔误，正确人名= Annie Besant)

OK，我想那种温暖、甜蜜、软糖的东西无法真正填满智力，你知道的。然后 你获得外在密度，那些没有涉入地球密度的密度，它们似乎真正有质量上的不同，就它们能推出的大脑力量而言，我推测 可以在它们回答问题时看出来；比较少强调某个日期，属地的日期，比较多强调上主的时间。所以，在我看来，就我们所在的地方，看起来真的有分内在平面的智慧和外在平面的智慧。这是否真实?

我是 L/leema，你是相当正确的，我的姐妹。在这个旅程上 有许多旅行者。有些走得比较远，看见更多的景色，容我们说。每一位描述他已看见的东西。所有实体都曾看见太一造物者的某个部份；所有实体都寻求以某种方式分享那视野。那些寻求的实体也为他找到的东西负责。当你怀着一颗纯粹的心和单一指向的意，将会找到对你更有精准价值的东西。当你寻求一般的兴趣，寻求去知道某些现象界的事件，对你的寻求只有很少的价值，你将找到你寻求的东西，那儿将有些实体告诉你。你将要寻求什么？你将会找到什么？

我们可否进一步回答，我的姐妹？

Carla: 那是个优美的答案，很有帮助。非常感谢你们。

我是 L/leema，我们感谢你，我的姐妹。容我们藉着另一个询问分享我们的旅程？

N: 是的，L/leema，可不可以认定你们是一个社会记忆复合体？

我是 L/leema，我是你们知晓的社会记忆复合体里头 众多成员中的一个；随着进化的过程发生在这个宇宙造物的各个密度之内，有一些旅人在寻求过程中找到伙伴和同志，接着联合起来分享他们的经验和渴望。我们是那些加入同一个团体的实体，称呼自己为 L/leema。

我们可否进一步回答，我的弟兄？

N: 是的，请。嗯，L/leema 群体中 大多数实体属于同一个区域的集结，或相当

地多样化，还有，(你们)发源地在哪里，以及这个群体转换的时间过程？

我是 L/leema，我们发现在你的询问中 要分辨出要点有困难，容我们说；但我们认为我们的起缘跟你们的很像，因为在太一之造物中，从根本元素进展是可能的，随着每个八度音程的开始，地、风、火、水结合起来形成物质；接着这个构造受到太一之觉知激发；你们知晓的生命做为那结合与形成过程之果实。当这生命变得觉察自己，然后它寻求以某种方式加入社会，如你所称，类比于人类的状况。如同你们，我们已经进化穿越这个一成为许多的过程，不过是单纯的；许多单纯的部分变得更为复杂，接着拥有扩展的觉知，透过一系列指数增长的跳跃，容我们说。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 嗯，非常谢谢你们。我有些对于年代的因素感性，但我想那真的无关紧要。你先前说，你们在地球上 只有偶尔对人类说话。你们是否和其他星球的实体沟通，或甚至在这个星球里面？

我是 L/leema，在我们介绍式的谈话中，我们以一般的方式描述那些我们服务的对象，许多实体位于你们自己的行星影响圈之内，这些实体拥有比较多你会称为的前人类(prehuman)的特性，那些实体寻求从集体前往个体化的知觉特性，一般是给予人类的特性。容我们说，我们寻求去高贵化这些实体或赋予这些实体灵性；因为他们集体呼求这类的投资[以你们的称谓]。我们已经尝试提供这项服务给那些位于你们星球的实体，还有其他星球的实体。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 你刚刚提到— 你说到这些前人类为一个团体，使用现在式 而非过去式。你可否在这个时刻 告诉我们关于这个团体的事情?

我是 L/leema，在你们的星球上面，以及里面，有些实体属于第二密度，穿越许多个轮回的周期，几乎获得足够的个体化 正要进入你们正在结束的(第三)密度。这些实体属于许多物种和特性，许多实体在你们的海洋上游泳，许多居住在你们的热带地区，有些在你们的大气中移动，其他居住在深邃的森林与地下洞穴之中。物种的变化性是巨大的。

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

N: 嗯，谢谢你。你们是否也和其他星球的第三密度的个体[不会被我们认为是人类]通讯?

我是 L/leema，不，我的弟兄，我们没有。关于这种性质，你们是我们第一个努力的对象。

我们可否进一步回应，我的弟兄?

N: 非常谢谢你们。

Carla: 我想要知道该器皿的活动，好比能量方面。你们真的必需照顾他们，你知道的。如果你们(...)操他们，他们就会筋疲力尽，甚至完全昏迷。

我是 L/leema，我们扫描这个器皿的能量场，我们发觉它在某些地方变得有些稀薄。在利用人类的大脑/心智复合体方面，我们必须变得更有技巧；因为我们的通讯有些使人疲倦。我们在扫描这个器皿之后发现这点。我们会建议一个最后的询问，或两个简短的询问。

L: 一个快速问题。在我们的密度中，我们当中有些人成为其他人的领袖— 先驱者。在第二密度的情况是怎样的？有没有这种生物，鼠海豚当中的鼠海豚？

我是 L/leema，虽然这种现象并非没听过，它相当罕见；因为第二密度生物的特征是：他们以集体的形式表达他们的知觉生命。那么，每一个实体都密切地连结集体心智，有一个物种专属的心电感应，强化这个自然的倾向。因此，在第二密度的幻象中 一个实体比较不可能成为你所称的领袖。不过，在某些情况中，这确实会发生。大多在宠物们与第三密度实体的关系当中可以被发现。
我们可否进一步回答，我的弟兄？

L: 足够了。非常谢谢你们。
L/L <wbr>ResearchL/Leema <wbr>首次开讲

出处: http://tinyurl.com/l4zh54j

Carla: 我想要问你们一个最后的快速问题，只是一个确认。当你们首先开始讲话时，我有个臆测，这些实体似乎是庞大与毛茸茸的；接着我脑海闪过大脚(Bigfoot)承担那些身体，当马尔戴克(Maldek)爆炸时，他们尝试找到某种入口，进入第三密度。我不禁要想，这类型的生物就是你们服务的对象？你们可否确认一下*？

(*译注：关于大脚，一的法则 9.18 起有详细的说明)

我是 L/leema，我的姐妹，我们很高兴你已经辨识出我们服务当中的特殊部份，因为它的确是我们服务的中心 [在你们的行星影响圈中，已持续一大段时间]。

打从地球第三密度周期的开始，那些马尔戴克人大量地投胎到你们的星球，好让他们得以减轻他们对于该星球[马尔戴克]的作用。我们也有额外的机会去服务其他比较是真正的第二密度之生物，做为一种分枝的服务；主要服务则是与你说的那些实体一起工作。

我的朋友，我们发觉 目前已经抵达使用这个特殊器皿的安全极限。我们不想要过度劳累任何提供我们机会[对那些呼求我们服务的人]说话的实体。我们感谢每一位，我们享受这个机会；相当有挑战，相当有趣，因为人类的心智关切许多、许多事物，我们自己以前从未想过的东西。我们在你们的心智和经验中找到这多样性，我们赞美它，因为每个部份都述说太一造物者，他的手透过我们全体运行。我们在你们的寻求中 向你们鼓掌。我的朋友，在那寻求中，在太一的爱与光中，向前去吧！在今天傍晚，以及我们与你们同在的时间，不管它将是长是短，我们是你们知晓的(L/leema) ...

[录音带结束]

(V)2014 Digested & translated by cT.

☆ 第 1909 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 20

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 9 月 25 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

芭芭拉：亚伦(Aaron)和我正在讨论我们哪一个将引领这场集会。亚伦说昨晚 他引领了调音。他想要我直接与你们分享我使用的过程，它不是来自于他的一个引导式的冥想。它在我对他开启我的能量之前。如同今天早上 卡拉(Carla)所指出的，这仅仅是我正在与你们分享的我自己的过程。我没有建议你们需要使用它，这仅仅是我如何学会与亚伦工作的方式。

我做的第一件事情是聚焦在我的呼吸上，单纯地安置好我的注意力。这不是一件创造静止的事情。有时候 有静止；有时候 有发生的事。冥想不应被误解为静止，它可以被理解为深深的觉察以及在
那一刻 与在那一刻升起的无论什么事情同在 无论是静止或事件；单纯地开始留心并开始无选择的觉察，同时来到一个中心之处，如果在那里是有静止的，不会有对那个静止的紧握不放。假如有混乱和忙碌的心智 想法升起，如果有情绪升起 不会有对这些升起的事物的反感。它会进入到在我自己之中的一个更深的地方，在那里我可以观看所有的这个过程并且移动经过它。那个地方是静止的，没有牵涉到任何外在的静止或事件的一个静止点。所以，对我而言 这是第一步。现在我将会安静一会儿，当我在这个过程上进行工作并且让你们在这个过程上进行工作的时候，就聚焦在呼吸就好了，如同我们在早餐之前 今天一大早就已经做过的冥想一样。

当我置身于那个空间时，自我边界坍塌下来 而我感觉我自己被能量，被灵环绕

着。在那个位置上 [那个位置通常不使用言语比使用言语要多得多，但是显然地为了分享 我需要使用语言]，我提供了我对于我的能量的一个承诺，我提供了我对有所服务的渴望的意图的一项声明。假如我注意在任何自我的想法中那种"成为某个正在做某件事情的人物"的骄傲的话，我只是注意到，它是自我的想法的一部分，它是自我的想法中滋生恐惧的想法的一部分；我不会谴责自己的那个部份，然而我也不会在自己身上增强那个部份。在不管人类的恐惧而清晰地传讯的方面我请求帮助，那种人类的恐惧是我的性格的一部分，因为我是人类。我承认它不是我的动机一个很大的部分。我不聚焦在我的动机中的负面部分，我不聚焦在我的动机中的恐惧部分。我聚焦在我的动机中 有爱与开放直率的部分。

所以，我仅仅清楚地陈述我的意图。我想要在对所有存有的服务中 提供我的能量。我想要提供我的能量来减轻苦难。请通过无论什么最合适的途径来运用这种能量。接下来我陈述持续不断的意图，即我奉献自己当作一个器皿，透过它灵可以说话。对于我感觉到 在外面的无论什么的能量，我对它们说话并做出坚定的声明："对于任何与我最深的价值观不协调一致的事物，我将不允许它透过我说话与使用我的声音。我欢迎任何想要在场听我说话的存有，但是它不可以透过我说话 除非我们的价值观是相符的。"

在这个位置上，我通常开始非常强烈地感觉到亚伦的能量。我认出它是亚伦的能量。当我单纯地自己独自对亚伦说话的时候，我们有一个用来进行一次挑战的密码。所以，我缩减了对那个能量之挑战，我请它确认自己的身份。当我与一个团体一起传讯时，我对那个能量进行完整的挑战。

起初 我无法理解如此做的原因，因为我说："我了解亚伦的能量，" 但然后我变得觉察到有一位存有，它负面极化的程度恰好与亚伦正面极化的程度是相同的，

这存有感觉起来非常像亚伦，它的负面极化波长与亚伦的正面极化的波长相同。卡拉对我说过几次："挑战，挑战！" 而我说："我不需要。" 接下来有一次 我体验到感觉起来类似亚伦的能量的的负面能量，所以我开始理解卡拉的建议的智慧。

所以，我对它提供一次正式的挑战；对我而言，这是我最坚定相信的事情。在对灵性指引开放我们自己的过程中，我们每一个人都需要运用自己的最高价值并且去挑战那个能量 不仅仅是挑战那个在传讯中将会正式地通过我们说话的能量，还要去挑战那个我们所聆听的 来自于我们自己的指导灵的指引 藉由自己最深的价值去挑战它。

我要求自己进行三次挑战。第一次是："你是我已经知晓的亚伦的那个能量吗，那个完全相同的能量吗？"我在那个问题上得到一个"是"。

"你是否藉由爱的原则而服务 并为所有的存有服务而来？"。

而最后我询问它："你是作为耶稣·基督和佛陀的一个门徒而来吗？"

假如我不是对一个大团体传讯，我简单地说三次 "亚伦吗？" 并且三次得到 "是" (的答案)，所以我并非总是正式地完成这个程序。

所以，现在当我在我使用的这个调音过程上进行工作的时候，我将会安静一会儿。我会请求你们每一个人以自己的步调去进行大致相同的过程，同时陈述你的意图是你希望你所收到的是对所有存有的服务，而且当你降低自己的界限并且对灵开放自己时，你同样也会藉由自己的最高价值挑战那位灵体，这会成为你自己

对那些价值的忠诚的一个坚定承诺。现在安静几分钟，接下来我们即将开始。

（暂停）

亚伦：我是亚伦。我称你们是穿着地球衣服的天使。你们的天使性是不容否认的。这是你真正的身份。藉由你的投生，你已经将自己绑定在这些地球衣服中并关闭了在你面前 让你无法清晰看见的面具。将它视为是你已经穿上的一件盔甲的外套。身体的盔甲将会妨碍你的四肢的自由移动。然而，在一个盔甲是必须的社会中 [因为要在马上进行长枪比武以及其他诸如此类的战斗]，盔甲同时是个负担和工具，一个必须的工具。你的地球衣服可能被某些人视为是负担，但是它对你的学习是必须的。这个地球是你的教室。而你的身体和情绪是你来此学习的课程的具体表现，它们是工具，通过它们 你就可以学习了。

天使只活在终极实相中。因为它之所是，它清楚地知道自己。被围困在地球的衣服中的存有 可能如此地陷入那件衣服的密闭性之中 以致于这件衣服成为它仅有的实相。忘记它所喜欢的是去生活在该衣服的外面。

我亲爱的朋友们，这里就是这个问题变的棘手的地方了。你的投生对你的要求是，找到二者之间的平衡，充分地展现天使性，同时绝不抛弃或轻视地球衣服的价值，然而你了解地球衣服只是你穿上的一个外套 不是拥有它，而是充分地活出它。

你们像在一出戏中的演员。当你走出来 站在舞台上的时候，假如你看着观众说："喔！这只是一出戏。它并不重要。" 观众将不会从你所提供的 没有诚意的台词当中得到许多收获。假如你被如此深入地卷入到这出戏的幻象中 以致于你

忘记它是一出戏，忘记有观众在外面，你可能转身面对观众，或者说话的声音太小 以致于他们无法听见。好的演员必须有说服力地活出它的台词 活出它们，成为它们 而同时，他完全了解这是一出戏，那么，当他走下舞台时，它就不再是那个角色的身份了。这就是观众如何从一出戏中学习。而你也是观众，同时是演员和观众。

这个就是你的生命要求你的事了：尽你所能 全心全意地活出这个幻象，而同时你依旧知道这是幻象。这里是相对实相和终极实相的交会点，十字架的交叉点。你有一只脚在相对实相中，一只脚在终极实相中，而他们之间是没有分离的。你们有些人已经理解你在这个门槛的两边各有一只脚，然而你感觉就好像有一道墙，一道无限的墙，分隔了相对实相和终极实相，因此你在一个时刻就只能体验到一个实相。学会去融合他们，学会将怜悯心和智慧带到一起，这是非常艰难的工作。然而这个就是你在这里来学习去做的工作。

当我们问： "什么是灵性的道路，我们如何活出它？" 对我而言，灵性的道路是对相对实相和终极实相的非二元特性的一种觉察，以及对该存有[试图将它们和谐地带到一起，有时候会跌倒的]的慈悲；爱和尊敬那些不断将污泥冲洗掉并再一次继续前进的存有，一直更多一点地在关于这种平衡方面进行学习，一直更多一点地学习该渴望：想要在平衡的一边或另一边上休息；同时看见在将它们带到一起的时候的阻力，因为这需要如此深入的诚实和勇气；并对那个无法很好地做到却去尝试的存有抱有同情心。

来自戏剧《梦幻骑士》，有一首非常美丽的歌曲[1]。我将不会请芭芭拉唱这首歌，因为她的声音不适合这工作。但是有一段歌词是："忍受那难以忍受的悲伤，前往勇者不敢前往的地方，愿意在没有更多东西去给予的时候去给予，愿意死去

好让荣耀和正义可以存活。我知道，如果我信守这荣耀的探寻，当我躺下安歇的时候，我的心将保持平和宁静。" [2]

这是你的道路，一条精致美丽的道路。为了你之所是的人性，为了你已经担负的追寻和它的极端艰难，不仅仅为了道路尽头的光，还藉由在这条道路上 你所走的每一步所散发出的光来荣耀你自己吧。

现在我想要改变轨道并从理论转移到实践。好的。我们正在寻找这种终极实相和相对实相的平衡，寻找这种爱与智慧的平衡。在我们的生活中，和非常真实、痛苦的催化剂打交道的过程中，我们如何追随那个寻求呢？我感觉 Q'uo 想要说话。我不知道 Q'uo 是想要发言来回答我已提出来的问题，还是想要在关于我下午的谈话的开场部分补充更多的内容。我将单纯地把麦克风传给 Q'uo，让我的兄弟/姐妹/朋友来发言，接着我将会回到自己关于实践的发言。那就是全部。

卡拉：[作为对于芭芭拉对她的调音过程的描述一个补充，卡拉提供了她自己的调音过程]

我在独自一人的情况 会通过唱一首圣歌开始并且通过祈祷词继续，我用圣方济的祈祷词进行祈祷并且恳求圣灵的临在。我祈请大天使以及他们代表的所有东西，以耶稣·基督之名从灵的世界前来，我请求他们去协助维持寻求圈以及联系的纯净与安全。接下来我进行检查我的能量的脉轮系统并对它们进行平衡的过程；在平衡过程之后，我为潜在的传讯开放我的能量系统。接下来我加入团体，继续与团体一起进行调音。在向一个特定的接触开放之前，我以耶稣·基督之名挑战感受到的接触并且要求它说耶稣是主。我重复这个挑战三次。假如所有三次的挑战都符合，我就开放传讯。

（暂停）

Q'uo：我们是 Q'uo，在太一无限造物主的爱与光中问候每一个人。问候、祝福、爱与平安。我的伙伴亚伦老师亲切地与我们分享这些教导，我们谦卑地伫立在这个慷慨面前。

的确，我们希望去谈论如何设想(conceive*)你的肉体的、物质性自我，如果你能够原谅这个双关语的话，它与你之所是的无限与永恒之生命形态处于同一个肉体载具之中。因为你知道你不是你的身体，你在世界存在之前就已经存在，并且在它被带回未显化与未知的事物之后的很长时间，你都将会存在，那个未知就是无限的智能，也就是太一伟大的起初思维，我们没有选择只能以爱这个虚弱的字眼来标记它。

(*编注: conceive 另一个字义是怀胎)

今天稍早的时候 这个器皿发现一颗橡实，在捡起了它之后 她发现橡实的一半掉落了。小小的尖端刚好可以套在手指上 就象是给一个手指木偶戴上了一顶帽子一样。考虑一下 在这个橡实外壳之中的种子以及它最后显化的高度。这个微小的橡实可以想象到 拥有这样一颗种子吗？你们每一个人 在你们的肉体载具之中一层又一层的能量场 持守于清晰的显化之中 作为穿过时间和空间的载具前进，运送珍贵的意识担子，好让它得以承受各种各样的催化剂之猛击。

[当你选择去走上这条灵性道路的时候] 在你们每一个人的内在都将诞生你将逐渐成长成为的光的物理载具，如果你愿意这样说的话。但现在，在投生之中，这个光的物理形体是微小的，非常容易受伤的，并且当你从事日常琐事的时候 它仅

仅藉由你对它的存在的感知而被保护。你所作出的每一个选择都强化这个婴儿意识。你们每一个人就像耶稣的母亲，玛利亚一样，因为你正在诞生你的灵性自我，而在这辈子当中的所有的日子里，你的内在都将携带着这个灵性自我。每一次受伤、每一次让你感到震惊的意外、每一个忧伤、每一个孤独并渴望一个更加原生的国度的感觉，都引起这个内在婴孩的哭泣，而你可能处于困惑中。

你如何能够抚育这个光之内在小孩呢？在每一个时刻，你们每一个人都可以想象、梦想、意愿这种抚育；藉由这种意愿的能量，你用母亲和父亲的爱来碰触了那位微小的光之存有，你同时看见你并不孤单："因为我已经接触到爱。"所有你感觉的、关心的以及伸手触及的事物都存在于丰盛之中，这种丰盛将洗刷你甜美的存在性。"这里，感受我的爱。"因为你已经在你所有的污垢与困惑中计划、梦想、想象这种爱与丰盛 这成为真理；当伟大的工作升起 超越所有表面上独立的意识之火花，并且继续滋养无限智能，最终，不仅仅养育了那个内在的灵性自我，也养育那个更为显意识的 日常生活的自我 该自我可能会感觉到是完全没有资格在灵性上去滋养和爱。

你的秘密武器永远是父母的永恒秘密：单纯、真诚的爱。爱那内在的 探求的灵，并且你滋养那将会带你进入永恒的灵。

我们感谢我们的兄弟亚伦感觉到 来到我们身上的教导之脉冲，带着我们的爱 把麦克风交回他的教导。问候你，我的兄弟。经由这些可爱的孩子 与你一起在显化中，这是多么美妙的事呀。

亚伦：我想要进入到我们时常听到的一些具体的问题，一个主要问题是："我如何才能知道 我正在跟随一条爱的道路或一条恐惧的道路？" 假如你只有一个动机，

它将会容易地知道。使你混淆的是多重的动机。在给出那颗苹果的例子中，95%的动机是纯粹的慷慨 并无别有用心的动机，没有渴望成为另一个人的救星，没有渴望成为某种给予的人，只是对于另一个人的受苦的坦率怜悯心以及一种清晰且由衷的反应。但是 5%的动机是恐惧的声音，它是 7％或 3%还是 10%并不重要恐惧的声音要嘛说，"万一我需要它呢？"接下来批判那个恐惧的说法说："不，我应该给出去" ，这个声音混合了该批判；或者恐惧想要成为某个"好人"。

那么，困难在于整理你自己身上的这些声音 并且学习去信任有爱的动机的真诚以及不要与动机的负面部份进入一场对话中，而单纯地承认它在那里。假如你否认它，那么它就会被赋予力量。假如你承认它、对它微笑并转回到那个动机的正面部份，你就拒绝将力量给予你的恐惧。我称这个过程为不陷入一场与恐惧的对话。

经由注意力，你开始看见那种升起的恐惧如何引诱你并且吸引你的注意远离你的天使性。对于在这个位置的工作，有一些非常具体的步骤。首先是知道在每一个人类情境中都将会有多重的动机。就像乳白色的肥皂广告，它也许是九成九和 99%的纯度，但它不是 100%的纯度。你的恐惧不是为了战斗而被给予你的一个负担。它是你可以在其上积累怜悯心的富饶土壤。它是你将其转化为堆肥的垃圾。

所以，首先必须承认有多重的动机。当你面临一个选择时，你注视 从一个有爱与连接的地方生长出来的事物是什么，从恐惧中生长出来的事物是什么。

第二，当识别出恐惧时，你拒绝陷入它的故事中。这需要练习。你将永远不会完美地完成它，没有关系。但藉由练习，这个技巧会逐渐增强："我知道这是恐惧而我无须被它吞没。" 你越多地练习这个技巧，你就会越发信任你内心的各种冲

动。

当这些冲动看起来似乎将你引入痛苦之中的时候 发生了什么呢？这里我想要讲述一个朋友的故事，同时我充分地改变了一些信息，于是这个人就不会被认出来了，虽然它不是某个你们大多数人认识的人，或者你们没有人认识它。在这里我们有位朋友，他处于一场起起伏伏的婚姻之中，如同许多婚姻一般。对于夫妻两人，都是二次婚姻。为了避免对任一个存有的性别做任何的指定，我将以伴侣 A 和 B 来指代它们。

在 A 和 B 之间同时有着爱和痛苦。B 对 A 建议，因为 B 正住在 A 在他们成为伴侣之前就已经拥有的房子中，它感觉被排斥，因为它现在对那个家有贡献。他建议改变抵押贷款，改变银行账户，不管什么都行。他们将会改变什么并不重要，然而他们做出改变以便于更公平地分享。A 带着某种犹豫同意如此做，但是 A 真诚地感觉到："假如我想要在爱中活出我的生命 并且托付给这个人，第一步就是去信任它。" 所以，比方说，A 将它的一半财产给予了 B。

在签完文件之后，B 转身了，不是立刻 而是不久之后，B 背叛了 A。

B 是怎么背叛 A 的，这并不重要。不过这是真正的背叛，它导致离婚，这不仅仅让 A 因为 B 的背叛感到心碎，同时还让 A 陷入一场剧烈的财政问题之中。

A 说："我做错了什么？我追随内心，我信任了，而这一切带给我的 就是背叛。"

一个非常痛苦的故事。

让我们看看在这里已经真正发生了的事情可能是什么。我在这里的后续陈述是假设性的。为什么会发生这种情况的个人理由不是你需要去知道的事情。有许多可能性，我们单纯想要在一个假设的基础上和你们探讨它们。

为什么表面上的坏事会发生在试图追随爱的指引的人身上呢？那就是问题所在了。首先，是的，这是个非常痛苦的情境，对于 A，现在不仅仅是孤单的，同时又已经失去了金钱的大量支持，这是非常令人恐惧的。这是坏事吗？好事和坏事意味着什么呢？痛苦，是的，不过在你的生活中 一直都将会有痛苦。痛苦永远是坏的吗？它是完全可以避免的吗？你们已经听我说过痛苦对你呐喊："注意！"现在，A 认为它正在注意，或许它需要更密切地注意。当一个人注意时，他的学习依旧不会一直免于痛苦。没有这样的保证。接下来，问题就变成了： "我可否拿起这个已经传递给我的破坏 并且从中产生一些有用的学习，而不是让它将我送入深深的怨恨之中呢？" 或许这就是整个议题的一部分了。我重申这些是假设性的答案，它们全部都可能是真的，但是这里我们已经不去涉及 A 和 B 在这里的实际情况。

极有可能的情况是，A 正被给予机会去放下这种观点 事情必须以一个特定的方式发生；A 正在被给予机会 不只信赖生命中的"好事"，也要信赖"坏事"。

当一个人必须经历这个过程时，它是非常困难的，但是假如一个人放下试图让事情以一个特定的方式发生 并且对正在发生的事情放轻松，那么它甚至可以在痛苦当中找到爱与疗愈。

这情况的一部分也可能是业力。或许在一个前世中是非常具体的，A 已经从 B 身上拿走东西。这只是业力运作的方式之一。它甚至不必是 A 从 B 身上拿走东西。

或许 A 不是在物质上从 B 身上拿走东西，而仅仅是无法分享。你会说 这似乎是一种学习去分享的非常倒退的方式，因为分享而被惩罚，但或许 A 需要让分享超越奖赏和惩罚 并来到一个位置，在那里 分享不是为了奖励而仅仅是分享。或许过去的误解是，A 坚持为了回报而分享，假如它无法看见可能的回报，它就不情愿去分享。因此，那或许是业力的一部分。

这里我想起一个禅宗大师的故事。据说这是一个在 20 或 30 年前的某个时期 发生在亚洲的真实故事。警察来到这个人前面说："你已经被控告了这个罪行。和我们一起走。" 他们带这位禅师到监狱。他们询问："你能证明你的清白吗？在这个事件发生的那个晚上，你在哪里呢？"那位禅师说："我单独一人，没有证人。"这位禅师既没有反驳指控，也没有认同它。开始的时候他说："我是清白的"，但是他没有抗争。因此，那位禅师进了监狱被监禁而且处以艰辛的劳役刑罚。

六年后，另一位犯人在临死前供认了那个罪行。他们来到禅师的面前，他们说："你是清白的。另外一个人已经认罪了。为什们你不坚持一开始就声明的清白？"这位禅师说："因为在监狱的第一个晚上，当我在冥想那个情况时，我看到了在某个过去世中，我已经犯了这个罪行而我侥幸逃脱了，另一个人为了我的罪而被处死了。现在我已经用我自己的方式偿还了，我自由了。我带着许多爱在监狱中生活了六年，我同时服务了我的狱友。我自由了。"

所以，业力的确进入它。很难去理解那点。你们并未被赋予能力去清楚地看见过去的转世。甚至于当生命传递给你的是困难的环境时，有时必须有许多的信心，(好让)你依然可以信任。

在我们的 A 和 B 之间有另一个可能性是：A 能够在不怨恨 B 并且让 B 感觉到他的

宽恕的情况下 去承受由 B 导致的这种背叛的痛苦，藉由 A 的这种能力，他正给予 B 一种非常真实的服务 打开一扇门。A 可以对它非常清楚表达："你所做的是完全不恰当的，而我非常、非常地生气和受伤；尽管如此，我不恨你。"

说不这件事情，可以带着爱来完成。不必带着怨恨来完成。或许 A 和 B 二个人同时都需要去学习这些课程，藉由 A 有爱地工作这个痛苦的催化剂的能力，B 被服务了，这样 B 也可以超越他的自我中心和恐惧来学习和成长。

最后，A 也许被给予机会去检视在它自己内在的多重动机，它带着一种高度的爱和渴望与 B 分享财富，向往加强它们的关系，然而同样也许会有某种程度的否认："这个存有是不值得信任的" 这是对在它自己内在 否认对于放手该[与不值得信任的 B 之间的]关系的恐惧。

所以，一部分是 A 在它的情况中 不情愿对它的现实状况坦诚，它执着于被给予什么爱 而不是有信心说不。这是困难的，你们有如此多的人在怀着爱说不的时候遇到困难的时刻。你渴望成为"灵性的"、良善、亲切、慈爱的，但有时候你将那种善良的意思解释为成为他人的脚踏垫。当你奉献自己当作脚踏垫时，你将会被踩踏。然后盛怒在你身上积累，你爆发了。然后 你说："喔，发脾气是我的不好"，接着你再次回去当脚踏垫。

但是，当你藉由对你真实的身份之所是以及你的心中 有爱的善良抱有信心而自我尊重的时候，甚至当你知道这仅仅只是在那里的事物一部份，那里同样有恐惧与愤怒，嫉妒与贪婪，在两者中间有一个地方。但是，当你对在你自己内在的你的心的那个有爱的部分有信心并且尊重它的时候，接下来你就会对在另一个人身上 有爱的部分感到尊敬了。当你对于自己内在的那个较没有爱的部分抱有慈悲

的无批判时，你会对其他人身上的相同部分 找到慈悲的无批判。当你学会在冲动扎根于恐惧时 仁慈地对自己说不的时候，接下来你就会学会 认出在其他人身上恐惧的冲动并且以相同的仁慈说不。无害他人地生活 并非意谓着永远不说不；恰恰相反。让他将你当作脚踏垫来使用 对另一个人是非常有害的。

你必须藉由密切地注意你的选择的多重理由 来在自己的内在弄清楚这一点，开始看见那些被爱激发的动机 以及看到它的哪个部分是被恐惧引发的，不因为那恐惧而讨厌自己，而是不被拉入那场与恐惧的对话。这就是引导你的过程了，它会让你不被拉入与另一个人的恐惧的对话，而是去说不，并且信任："这是我能够做的最少之伤害了。" 藉由拥有权而伤害另一个人依旧是伤害。假如你让另一个人踩在你身上 而你保持缄默，即使你没有因为他们那样做而怨恨，你依旧在伤害他们。这是一条非常微妙的界线。

一个关联的问题，对工作的选择是："我如何知道是否要继续留在我当前的 有时让我非常痛苦的工作呢，或者 我如何知道什么时候要继续前进到一个新的工作？我正在逃避吗，或者我正受到爱的指引？" 在一个困难重重的关系中，一个人可能会问相同问题："我如何知道什么时候要与他在一起呢？我如何知道什么时候要退出呢？" 我的朋友们，答案是相同的：既没有执着于成为 "好人"的需要，又没有对于因为恐惧的位置而去否认自己或怨恨自己的需要的情况下，当你在这种情况下 开始让你自己体验多重动机的时候，接下来，你让自己进入在你的内心之中 一处更深的知晓的地方，这个答案会非常诚实地衡量你的平衡并且知晓这个选择主要被爱驱动 还是主要被恐惧驱动。它从来不会是清楚明确的，它带着我更进一步。

请理解只有更有技巧或更没技巧，更多或更少的痛苦决定，或者更多或更少的喜

悦决定。永远没有一个对或错的决定。假如你留在工作或关系中 而痛苦增加了，你永远有权利离开。你问自己："我仍旧要在这里学习呢，还是痛苦已经增加在我的能量中产生出如此多的紧缩 以致于我无法学习了？" 假如是这样的话，你为那个制造出紧缩的人类属性而原谅你自己，当你不再如此深陷其中 而是去理解它 并因此不再需要去重复它，你就带着意图 去深入查看那个恐惧的地方 释放那个工作或关系。假如没有那样多的紧缩和痛苦，并且在工作中依旧有许多的爱和许多的喜悦，假如你感觉你自己在这些情境中学习，接下来你就继续前进。没有对或错。

关于这些我想要深入的问题 还有许多的事情是可以被谈论的，但是与其工作这些假设的情境，我们想要听听你们的问题。在进入你们的问题前，我同样感觉到 Q'uo 可能希望发言。我们在这里将要做的是暂停 休息一下，回来之后让 Q'uo 发言，假如这是被渴望的方式，或者 向你们的问题开放。那就是全部。
(该集会暂停以便于透过故事和歌唱进行团体冥想和调音)

Q'uo：我们是 Q'uo。在爱与光中再一次问候你们。

我们很乐于报告：不仅仅亚伦和我们已经谈好关于这次工作集会的剩下部分，我们的器皿们同样也对我们的偏好达成一致意见，所以在进行中的一切都是顺利的。这让名为 Carla 的实体感到高兴，她喜欢这些安排。

我们已经查看灵性的道路步伐 并且看见它是基于那种在形体内部的觉察，该形体走在这个星球的表面、死去 接着不复存在，存在着一个自我，它不会化为尘埃或以任何方式变成腐朽，而它是无限、永恒的 以及无法知晓的，如同爱的奥秘将一直是无法知晓的。

我们已认可这条道路的开端可以有效地被视为一种有意识的选择，它是对于如何走在那条道途上的选择。在这里 听我们说话的每一个人都已经将自我奉献给一条以太一无限造物主之名服务他人的朝圣之旅。我们也已经选择这条道路，这就是为什么 我们在这个时间/空间被你们的团体所呼唤。我们已提出，超越各种人类动机[让智力忙于试图去辨别对错的]的问题之外，这个(人生之)探索有个真切的中心，在每一个必朽的身体之中，该中心就是基督意识，就是佛陀体，他和不会停止也不会死亡的信实安住在一起。

在你知晓为自己的身体的肉体载具之中，不论它的状况看起来如何，它的内在携带着基督。在这个存有之中是你更深的大我(Self)，依靠你在信心中去期盼、梦想和奋斗，在所有的困难和无论什么情境中，去肯定这内在的大我，自豪地承担起所有自我感知的错误，它们如同一位战士的伤痕，他平静地朝着内在的伊甸园奋斗，在其中，所有的物质性和混淆都消失了。而内在的基督，它从幼年时期很好地发动了，最终可以在一个较轻的身体之中开始另一个航程、另一场朝圣，与肉体相比，在这个较轻的身体中 这种意识会慢慢长大并拥有更大的重量。你看，在你所有去活着的尝试中，无论你可能想到的尝试是什么，它们已经是你最佳的尝试。任何人怎么可能提供比这更好的尝试呢?

那么现在，我们鼓励每一个人去感觉双脚植入朝圣的道路上。是的，有些时候你可以坐下来并在这样的美丽中啜饮，无论它是眼睛看到的美丽 还是内心感觉的美丽，你感受到支持、令人愉快并且是有爱的，你感觉做好充分准备 朝着更伟大的光前进。不过，在任何朝圣之旅中 许多时候，情况看起来并不是有利的。

在这些干枯与荒芜的时期，在你自己的推论和考虑的过程之中 记住你是谁、你

希望去哪里以及你感觉对这个唐吉诃德式的寻求多少有连结，这些对于朝圣之旅是核心的。就是当你孤独一人并且没有朋友鼓励或理解的时候，那内在灵性最需要你的破烂不堪且粗糙的信心 任何的零星片段，任何依旧赞美内在造物主的蓝调音乐之走音演奏都行。朝圣之旅是困难的。不过，假如你未曾渴望过那赋予困难意义的事物，你将不会发现自己在这条道路上。你希望充分地清醒并且感觉每一颗石头，品尝每口满嘴的尘土，在任何绝望、空洞的一天结束时坐下来，感到喜悦 并且感谢你已经身处这个奇迹的灾难当中。

当然，我们能够在这些被保护的环境中 使用诸如这个器皿的管道并使用每一个寻求者的能量以最好地安慰你们每个人，这样每个人就可以彼此帮助。但那些锻炼和鼓舞那内在灵性成长的考验和尝试，是大大地被这些数小时或数天的困难而荒漠的时刻所供给(能量)，这个器皿提醒我们，还有数年。

有时候，是的，每一个人将会遇到损失、限制和每一个挫折。的确，每一个人都面临肉体的毁灭。有一天这具身体将化为尘土。在这过程中 没有任何事情吸引人或是容易考虑的，然而你们每个人将沿着这条道路走下去，伴随着在你面前无限远去的真理，永远不会到达，永远在招手(的真理)。而每一天将是新的一天。假如你选择完全地成为朝圣者，每一个情境，无论它是怎样因为重复而陈年老旧，它都将是新的。因为对于希望走在这条道路上的你而言，除了蜕变 什么都不想望。一位成功地转变自己的人实际上 至少已经疗愈了一个较旧的自我的某些部份，这样，内在新的自我有机会和空间循序渐进地发芽、开花、绽放。

关于这个问题："当一个人为了提供食物和住所 而必须在世俗关注的事项上辛苦工作时，他如何能够走上一条灵性道路或如何有一个灵性的志业呢？" 假如你将指派给冥想、沉思以及所有灵性志业的美好练习的价值指派给辛苦工作，你就会

变得较不困惑了。

我们对每一位建议，灵性志业就是找到此刻的爱，每一刻的爱；这一点在世俗的劳动和严格的灵性练习之间是没有区别的。当一位实体能够凝视着拥挤的一天并且在作为中看见喜悦，在所有劳动的每一条经线和纬线中 看见基督意识时，接下来，在那位实体[完全地浸泡并沉浸在基督意识之中]面前 一个世界开放了。

这个器皿读过一位修女的故事，她被问到 在你们的印度境内，如何能够忍受去清洗那些很快就要死去的婴孩的污秽且爬满蛆的伤口，如何忍受化脓坏死部分如此可怕的气味与外观。据报导 该修女仰视发问者说："喔！但这是耶稣·基督的脸庞。假如我认为这是一位印度的小孩，我绝对不能做完这个工作。"

我的兄弟姐妹们，你们每一个人就如同这位修女。不论你伸出援手是为了什么目的，你触及基督意识。对于一位收税金的人，一个去杂货店买东西并且试图在一块拥挤的地方停车并与其他人一起图谋你的车位的人，你会怀疑在他们身上有这种意识吗？假如你的确怀疑，那么，不管怎样 都赞美与感谢太一无限造物主，接着继续前进吧。

我们将谈论各种方式，在其中灵性的视野得以被调频，如此，在抛出工具和资源给你使用上，就可以更有成效地在停车场中与基督相遇。

但现在，我们和亚伦想要在这个询问的过程中讲述来自你们的具体需求。我们将开放第一个询问。此时，有任何人想要发问吗？

提问者：在我曾有过的一次经历中 我已经注意一种体验，而今天在这里聆听

Q'uo 说话时 我又拥有了这样的体验，这种体验即当我我更接近神性意识时，我总感觉到一股泪水涌上来的感觉。我想知道为什么会如此。它们感觉起来并不象是不好的泪水。

Q'uo：我是 Q'uo，我们同意这些泪水不是不好的泪水。我的兄弟，你拥有因为美好而啜泣的敏感性。这种美好是藉由你识别出的言语 而在你的内在被唤起，然而引发你的泪水的美好全时间都在你的内在之中。是否有进一步的询问，我的兄弟？

提问者：没有，谢谢你。

Q'uo：有另一个问题吗？

提问者：你指出所有的工作都是好的。难道没有不是那么好的工作，自私与毁灭性的，而非建设性的工作，好比发展原子弹或某个东西？

Q'uo：有关于好的和坏的职业的问题是假设一个人接受好的和坏的职业，然而我们认为 每一位朝向服务他人努力极化的实体 有个倾向去选择一个要嘛有帮助要嘛无害的工作来获取报酬。无论如何，若一位科学家被放在发展原子弹的位子，然而 这位实体仍旧可以投入对于其正面用途的每一个希望，同时带着悲伤接受这样的发展成为一项工作。考虑当时原子弹被发展出来的情势，那些发展原子弹的人们的意图是悲伤的，但对于阻止一场正在吞没你们星球的战争的承诺是坚定的。

L/L <wbr>Research 亚伦与 Q'uo 对话之二十

Cleveland 地平线

世俗在装备与环境的方面很少是纯净的。良善与邪恶是如此被编织起来 并在生活的织锦中相互交织，以致于几乎不可能去做那种产生全部正面而没有负面的事。已经被赋予了礼物的那些人必须尝试用最佳的意图来献出那些礼物。假如由此似乎有负面性发展出来了，那个痛苦和忧伤也必须被带入到那个由宽恕所管辖的地方，在那儿 疗愈是真的，而光不会动摇。那个地方存在于每一个人的内在。它是一个地方 在位置上如同克利夫兰(Cleveland)一样明确。

你可能不知道它在你身体中的位置，然而它在你的存在性里面的位置是明确的。它是你的心，在那个地方没有对错，只有爱。超越一切出现的事物，超越一切凋谢的事物，只有爱存在。就外在的表面意义而言，每一人都在进行一场可悲的比赛，不过 每一次内在的灵都会向上举起形而上的手说："不管怎样，赞美、爱。我们终究会解决这问题，但现在，我们就在这里见证爱 对此赞美与致谢吧。"于是你再次进入到那个地方，同时治疗之水流动着。

这是否回答询问，或有进一步的询问吗？
（暂停）
假如有问题的话，这是最后一个询问了，接下来我们想要将，容我们说，讲台交给亚伦实体。此时有没有最后一个给我们的询问？

提问者：我有一个问题。有没有任何你会推荐的教理(dharmic)练习或服务可以增强，或许加速，但至少让一个人单一指向该道路— 通向心中的这个地方？

Q'uo: 是的，我的兄弟，有的。对于每一个人，它多少有些不同。但是，我们对你们说：耶稣在尝试描述其本质期间说，感谢那些喂养他、给他衣服穿的人。接着那些实体感到困惑，因为他们并没有喂养耶稣。他如此解释，“只要你喂养或提供衣服给这些人当中最小的一位，你就是喂养我并给我衣服穿了。”[3]

也许，你现在能够看见我们倾向的观点。

有些实体正在挨饿。有些实体赤裸着身体。永远有一些汤是要准备好并递给那些没有家的人。对于那些无法藉由在水平层面上工作而取得对这个内在的疗愈地方的一种感觉的人，有一些灵性上的奉献是去为你们居住于其上的行星意识祈祷、调停并对其提供帮助。对于那些驻留在爱和感激中人们，虔诚地思量这个行星或和平的理想，或任何优雅的姿势，任何协助你耕作的风车，一天接着一天，一周接着一周 规律地做这项工作— 对于那些没有在汤里头看到爱的人们— 这样做将为他们提供爱；因为这也是食物，一种你可以称之为玛那或天堂之面包的食物。

假如你烹饪，将汤贡献出来。假如你祈祷，将祷词贡献出来。假如你二种都不做，在一个地方坐下来而给予感谢和赞美，接着安静下来，感觉心之门的开启。我们并不认为这是容易完成的，仅仅是说，在你自己的能量的韵律之中将会有那个时刻，在那一刻，所有的等待都结束了，你拥有了那个当基督意识刺激你整条脊椎并且穿越你的存在的神圣时刻；而对于那一刻，一切是相当、相当清晰的。自从第一次体验开放之心以后，你接下来就拥有了这个主观的记忆，它会在你内在闪耀，就像蜡烛照亮所有黑暗一样，直到你处于开放、圆满之心里内的下一刻。

我的弟兄，我们可否进一步回答？

提问者：不了。谢谢你。

Q'uo：我的兄弟，我们感谢你以及在场的所有人。我们将至为快乐地再度与你们谈话，但现在，我们将让位 以便于有任何人希望亚伦实体来回答问题。现在，我们在一切万有[爱，创造每一件事物与光，一切由它所创造]之中离开你们。我们是 Q'uo。Adonai。

芭芭拉：在亚伦对问题开始发言前，他想要谈论几分钟。

亚伦：我是亚伦。我希望简短地拓展关于 Q'uo 谈论的一些事情。首先，在回答你们的问题之前，我的兄弟/姐妹谈到在信心中活出一生。我想要拾起这个信心的观念。

第三密度的一个首要的练习就是信心。有时候你的生活将混乱、痛苦递到你的手上。第一个冲动会说“我做错了什么？”或是“为什么是我？” 拥有信心是非常困难的。我不是建议在不尊重你自己的情况下 接受任何被递到你手上的事物的盲目信心。假如我可以杜撰一个词语的话，这就导向 “脚踏垫主义”(doormatism)的想法。这不只是令人失去力量的盲目接受。

相反地，信心，真实的信心赋予力量，因为真实的信心来自于你的那个部份 穿越了好和坏，对和错之相对二元性。真正的信心来自于你内心的那个深深地连结着的核心，而它被建立在过去的信心经验上的。真正的信心被建立在智慧上，被建立在回顾这次生命 并且看到你用一个不知所措的"为什么"来挑战的事物原来是

有答案的，原来有时候就是你最伟大的老师。它是那种源自于连结和爱的根深蒂固的信心，它使你能够处理困惑以及你的生活中偶而的深层痛苦，它使你穿越你与那种痛苦与困惑的战争而迈出下一步。我尽可能简单地说，假如生活从没有藉由提供给你困难的事物来挑战你，你如何强化这些信心的肌肉呢？没有对你要求的催化剂 你如何练习信心呢？

将这一点带到另一个位置，我们将查看一下诸如制造原子弹之类的情境。当然可能有些人，甚至很可能是那些参与制造那种炸弹的人，在他们的内心中 带着怨恨制作 并且渴望为了报复而杀害其他人。也有一些人在爱的服务中行动 并且尽他们所知地照顾其他人。你可以质疑他们的智慧，但是你不可质疑他们的意图。假如一个人对你说："我真正地相信藉由创造一个可怕的武器，我能够在世界上最好地维护和平和明智。"他们的推理可能是有缺陷的，但是他们由衷的动机是去服务。
炸弹自身是好或坏呢？任何事情在其自身是好或坏呢？从它之中 衍生出什么呢？有一个故事，一个男人的马挣脱了马厩而消失不见了。所有的邻居都说："喔！多么坏的运气啊！"这个男人耸耸肩说："坏运/好运，谁知道呢？"

邻居们对他的反应带着困惑摇摇头。但第二天 这匹母马带着一匹野生的公马回家了，一匹强壮而骏俏的动物。所有的邻居们都说："喔！多么好的运气啊！"再一次地，这个男人耸耸肩说："好运/坏运，谁知道呢？"第二天，男人的儿子试图去照顾这匹马时，(公)马踢他，踢断了他的腿。再一次地 所有的邻居们都说："喔！多么坏的运气啊！"再一次地，这个男人耸耸肩说"好运/坏运，谁知道呢？"到了那一周的晚些时候，士兵们前来围捕那个地区的壮丁去从军，接着他们带走所有镇上的年轻的男人，除了这个跌断腿的年轻人之外。

好运/坏运。“好”或“坏”的意义是什么？动机是什么呢？从它之中衍生的是什么呢？这里 我并不是在说杀人是可接受的— 走出去杀人并说：“好吧，没有什么事情是坏的”。你的确是用一只脚活在相对性的实相之中。假如你伤害其他人，你为那个伤害负责任；从相对实相的意义上 它从来不是正确的。但在你们的地球层面上，没有任何事情是在没有理由的情况下发生的，没有任何事情是不带着业力上的后果。

那些制造炸弹的人的动机是什么呢？不，结果不能用来辩解手段。为了创造和平而杀害人是不 OK 的。你将必须为自己做决定，无论如何，假如你的意图是纯净的，进行特定的工作是否 OK？

这里我们所权衡的是工作本身 或是动机呢？有时答案是明确的。例如，对于一个为了娱乐而狩猎的人就是如此— 杀害动物，或许是作为一个向导而带领其他人去从事这种杀戮— 这是一个会伤害其他人的行为，这是明确的。但是有时它不是非常明确的。你们大部分的工作不直接指向伤害。我们同样可以问：“为了什么而伤害呢？”会出现诚实的争论。我们会砍伐热带雨林 由此伤害其中的生命吗？假如我们不砍伐热带雨林，我们使用什么做为田地来种植食物呢？

这里我们并不建议一个答案。当然，我有自己的观点；但是它们仅仅是我的见解。问题是：“动机是什么？”这里，我们回到信心。一个人可以尽己所能地辛苦工作去追寻他个人视为减轻世上苦难的道路，但他也必须抱有信心，他无法修正其他人，无法紧紧抓住其他人并且摇撼他们去放弃自己的观点。假如人们需要做出那种似乎是毁灭性的事情，他必须同时尽他所能 辛苦地工作去减轻那种毁灭性的道路所增长出来的苦难，他也要对事情如其所需地开展 抱有信心。在人类的层面上，你们并没有被赋予先见之明 去看见所有的答案。

我们回到这个相同的问题：“我能够看到我里面的多重动机吗？”或许困难是与别人的苦难同在。因为那苦难对于我是如此地痛苦，因此我想为他们带走那苦难。我想要解决那点。但在如此想要解决它们的过程中，我既没有将他们的自由意志选择给予他们，也没有允许他们去成为他们之所是 并允许他们以自己的方式学习。我有权力那么做吗？

你可以为另一个人打开一扇门，但是你无法推他们通过。你可以对另一个人建议：“我想这是一条将会导致受苦的道路。”但你无法坚持让别人同意你的观点。这里就是你需要信心的位置，你必须在不执着于结果的情况下 在合适的位置大胆地说出来并行动。接下来你必须让它如其所愿地展开，做你能够做的事情，接着休息并让它如其所需地打开。

这里有一个简单的例证是一个想要碰触一具烫的炉子的小孩。你告诉小孩 10 遍、100 遍、1000 遍：“不能碰，它是烫的！”但是小孩没有烫的观念。你不会单纯地耸耸肩并说：“好吧！碰那炉子。你自己去经历吧。”你会继续说：“不，它是烫的！”但是在那过程中的某处，你知道小孩将会背着你去碰那炉子 接着为自己学到：“是的，它是烫的！”

你可以为另一个人的学习打开那扇门，但是你无法知道他人最需要学习的事情是什么。或许那些制造原子弹的人和那些被爆炸自身所波及的人们，他们两方都有你不能开始去理解的课程。我们无法评判他人；那并不能让我们免于责任—带着爱来陈述我们的观点。

为了在这里转移轨道，我想要在最后藉由一个非常具体的建议，实际上是二个建

议，来简短地谈谈这个最后的灵性练习的问题：一个建议是包罗万象的，一个建议是具体的。包罗万象的建议是：不论你做什么事情，带着觉察来进行它，就是这样。察觉是通往你所有学习的钥匙。

第二个建议是：什么是你自己个人的绊脚石呢？对你们每个人而言，它将是不一样的。

觉察是全面性的练习。有许多支持性的练习让你察觉到那些催化剂，它们引发了你最需要去进行的练习的事物。例如，一个存有，他清楚地意识到贪婪的绊脚石，恐惧的绊脚石，那种恐惧是："我的需求将会被满足吗？" 以及紧紧抓住和紧握不放的恐惧，这样一个存有也许会发现，一直让他人先走，仅仅为了去看看那样做会发生什么事情，进入这一种练习是有用的。

去年在这里进行的一场冥想静修中，某个人谈到尝试进行这样的练习：不去拿它需要吃的食物，要求自己永远是最后一个去拿食物，一直等到每一个人都已经拿到吃的东西为止，通过这样的练习，它看见在自己身上的恐惧。藉由这样做，那个存有持续不断地需要带着察觉而表达那种恐惧。它也被给予机会去看见有足够的食物剩下来。它开始看见有怎样多的恐惧是旧有心智的习惯的恐惧而不是一个在当下一刻中生出的恐惧。因此，它开始发现可以放手，不再需要去拥有那个恐惧并与之认同了。

嫉妒：在这里的练习是，带着对你自己的同情心去注意 对别人好运的嫉妒的升起；接下来，非常有意识地，允许在你自己内在之中升起的 为他们的好运而感到高兴，尽你所能仔细地观察那个存有的恐惧和痛苦，以及观察对它在已经被给予的事物和已经完成了的事物中的喜悦的升起。当你有意识地进行这样一个练习

的时候，你会在别人的成功和快乐中找到一种真正的喜悦。对于你的那个一直被限制而不允许被表达出来的一部份，你允许它出来并让它自我表达。于是它允许恐惧破灭。你开始理解另一个人的获得并不意味着你的损失。你更正了那个误解。

慷慨：另一个练习，紧握不放的另一个部分，恐惧自己的需求不会被满足。假如这对你是个显著的议题，与它工作的另一个方式就是去练习给予。以非常小的事情开始，看见另一个人需要一副叉子或一张餐巾。你不是给出自己的东西，你只是伸出手为他们拿那个东西。不过一个藉由给予而进行的练习。它开始打开你的心，给予并留意别人的需要感觉起来是多么美好的事。它开始打开你的心，通往那与生俱来的灵性之慷慨。接下来你增加给予，不只是物质的事物，还有你的时间和能量。你开始学会，你并不会在给予的时候失去任何东西。再一次地，你更正了误解，不是通过强迫自己“给予直到受伤”，恰恰相反：它是一个温和的过程，藉此你学会给予是喜悦。

我将不会对你们每一个人可能会有的每一块绊脚石详细阐述。你已经得到它的要领。有大量不同的灵性练习。首先你必须认出绊脚石，接下来你可以找到与之相关的一个适合的练习。

这里我想要对于任何可能有的问题开放提问。那就是全部。

提问者：亚伦，你有一个供自大使用的练习吗？

亚伦：我是亚伦。首先我们必须看看“什么是自大？”你可以理解自大单纯地是无价值感的硬币的另一面吗？自大是假设自己“比另一个更好”或感觉需要展现一

种优越感，并相反地将另一个人压下去。

不要集中在自大。那是与恐惧的对话。相反，将你的焦点移动到无价值感。当你在看见朝向自大反应的冲动在你里面正在升起的时候，让它成为一盏闪烁的红灯，它说：“恐惧在这里！”并立刻将那深情的心移动到该恐惧。“在这个时刻，我是无价值的吗？”你的答案将是否定的。“在我体验到一种朝向自大的反应的冲动时，在那些时刻我曾经是无价值的吗？不。它仅仅是这个心智/身体的结构与[对于不合格或无价值的]恐惧打交道的方式。我不需要那么做。”

接下来从那衍生出来的灵性练习是去允许自大的升起，使之成为一个提醒，提醒你去悲悯这个自我— 这个虚幻的，但正在体验恐惧的表面上之实际自我。

那个在它自己身上体验到似乎是自大的人 毫无疑问地同样会经常在别人身上体验到自大。将别人身上的自大视为他们的恐惧，这是一个有价值的练习发生的位置了。你可以开始工作一个宽恕冥想，真正地试着去看见他们的恐惧正在显现那种自大的反应。当你宽恕他们时，你宽恕了自己。这个回答足够了吗？或者你有进一步的问题吗？

提问者：亚伦可以听到 Q'uo，听到 Q'uo 正在说什么吗？它是在与你沟通 于是你可以给 Q'uo 应有的注意吗？

亚伦：我是亚伦。我听到 Q'uo 的想法 但不是 Q'uo 的话语。换句话说，我听到想法，但我不知道卡拉用来构建那些想法所选择的言语，因为卡拉不是在思考想法；它们是单纯地浮现出来的。

有趣的是，昨晚在录音带被更换的那一点，Q'uo 的想法是：“现在我们将传麦克风给 Aaron”，因此我告诉芭芭拉：“发言的时间到了。”

但 Q'uo 没有将那句话说出来。它只是想法。因此，这个器皿克制住了。

我可以听到你们所有的想法。我将不会告诉芭芭拉那些想法。芭芭拉以她理解的方式为她的耳聋负责。我不是说她走出去并在她的耳朵戳一个洞，但以非常真实的方式，她在业力上为她的耳聋负责，并为孤立与强迫在她身上 受限的沟通之结果负责。而我将不会单纯地从她身上移开那种负担。她必须与它共同生活。我理解与她沟通是放置在他人身上的一个负担。或许它也是这个完整的业力周期的一部份。

当有某种可能是危险事件的时候，我将会告诉她。例如，坐在一辆车中，因为有一辆在她后面的车想要超车，在那个位置上 她开始从左边车道移到右边的车道。当她开始行驶进入右边车道时，在她后方的车子加速并且开始在她旁边行驶，进入相同的右边车道 好从右边超车，那个司机古怪而愤怒地开车。他猛按着喇叭，但 芭芭拉当然没有听到喇叭声。这里我确实干预了，我单纯地说：“左边，左边！”而芭芭拉足够信任我的声音 而没有驶入右边车道，而是突然转向再次回到左边，同时该司机急驰而过。

所以，当它是一个潜在的威胁生命的情况时，我将会用她无法听见的信息来帮助她，但是我将不会干预的是— 简单地提供她已经失去的听力。那是她的责任。回答你的问题了吗？

（听不见）

提问者：今天早上 亚伦告诉我们关于我们死亡的时候会发生什么事情，它是非常有趣的。当时我们说："等一等，等到每一个人都可以听到它"，关于过渡期等等的主题。

亚伦：我是亚伦。这个回答将花费至少 10 或 15 分钟。我可以建议让它成为我对我们炉边故事的贡献？这样你们会接受吗？那就是全部。

提问者：你的意思是现在你将要说鬼故事吗？听一些圣诞故事不是很有趣吗。

芭芭拉：亚伦说"这是另一种鬼故事：圣灵的故事。"*
(*译注：在西方文化中，ghost = 鬼，Holy Ghost = Holy Spirit ，亚伦在玩双关语)
(团体一起大笑)

有另一个简短的问题吗？

提问者：当我们回家时，我们应该看好我们的袜子？

亚伦：我是亚伦。我坚定地相信袜子是成双地提供给你们的唯一的理由是提供你机会去练习不要执着 以及去练习给予其他存有一种自由意志。

以前我告诉过你们 在我们的层面上，我们高兴地捡拾你们的扔掉的旧衣物 并不在意它们是不是合适。或许 最终我们将能够辨别这个地球上觉醒的人们，因为他们将在随意穿上配对或者不配对的袜子，没有很多的牵绊。那就是全部。

(更多的团体笑声)

提问者：这就是我们在烘干机中找到绒屑的原因吗？

亚伦：我是亚伦。在你们的烘干机中的绒屑 来自于你的衣服的材料正在练习分解形态。那就是全部。
(该集会暂停 以进行一段时间的团体冥想、吟唱和诗歌朗读)

芭芭拉：所以我们许多人陷入困境：成为灵性的，成为好人，意谓着从不说不，从不愤怒，从不拥有情绪。亚伦说，对于我们这些老灵魂，我们在这里的所有人，这是更为困难的，因为我们如此强烈地热望去净化我们的能量— 这是一种与我们相抵触的意图，即使在我们身上只有一丁点负面性，也不会将它带入我们的进展中，如同年轻的灵魂会做的那样。他说我们越靠近准备好从这个层面毕业，我们就会越发变得完美主义。这就是我们学习的最后课程之一： 找到爱给自己— 非常容易犯错的人类。

提问者：Q'uo 是哪一种存有呢？它是一个第六密度的社会记忆复合体吗？为了什么目的 它成为一；也就是说，一个结合起来的群聚实体呢？

卡拉：在 Ra 开始接触之前，我大多数时候传讯是一个第五密度的的实体，名为 Latwii。它是一个社会记忆复合体，(拥有)第五密度的智慧。我真的喜欢 Latwii。在 Don 死亡之后，在 Ra 的要求之下我不再与 Ra 传讯，并回去传讯 Latwii 以及其他实体。不久之后… 六个月，我得到来自 Q'uo 的一次接触。我们心想：“Q'uo，多么古怪的名字啊。”几年之后，我们终于发展了足够的智慧去询问 Q'uo 是谁。

Q'uo 说他们是由 Latwii 以及 Latwii 的一位老师[也是我们的老师]组成的一个原则，它的名字是 Ra。我不再传讯需要出神状态的窄波，不过我可以传讯第五密度。Latwii 可以对 Ra 群体说话，比起以前，它们多少更有能力聚焦在问题上。所以，Q'uo 是一种新的、改良型的 Latwii 和 Ra。它们接触我们的目的是因为我们请求它们。它们结合在一起的目的是联系我们。

提问者：关于它们从何处而来，它们自己曾经确认过吗？

卡拉：没有。

提问者：你与昂宿星人实体们有过许多接触吗？

卡拉：我曾经与传讯昂宿星团(Pleiades)的人一同进行过工作。我没有接受那个接触。

提问者：你不让它进入？

卡拉：是的。

提问者：为什么呢？这是一个私人的问题吗？

卡拉：不是。问题在于我判断这个接触是混杂的。

提问者：是的。这个符合我们听到关于昂宿星团的事情。来自那个系统的(实体)

不同的目的在运作。

提问者：有人可以谈论它们是什么吗？我从来没有听说过它。

提问者：昂宿星人是一个恒星构造，不是吗？

提问者：是的！在本银河系中 它是最古老的文明之一。亚伦曾谈到一些关于我们的文化 有许多来自昂宿星团的播种 以及在我们当中 许多人来自于昂宿星团。

卡拉：它是非常强大的能量，但它也有能力带来好些迷惑。

提问者：你能够挑选和选择吗？

卡拉：一但你接受了接触，我不认为你还能够(挑选)。你将会得到你所得到的。

芭芭拉：去年春天 亚伦谈过昂宿星，但是我尚未看见那次谈话的文字记录。有任何人知道他说了什么吗？有任何人记得吗？你能够与我们分享一些吗？

提问者：我尽力地的回忆，昂宿星人是个非常古老的文明，它不是由一个种族而是由很多不同类型的存有聚集一起而组成的，它们有肉身的存有和非肉身的存有，例如水的存有、空气的存有，以及更为乙太的存有们。他们拥有一个管理委员会，由投生的存有和非投生存有所组成。那个委员会和那些存有们知道正发生在地球上的扭曲，由于外星人与地球的接触— 负面极化的接触。

关于是否要干预有一场争论。

所以，一些来自那个委员会的存有来到了地球 [它不是一个管理委员会而是一个志愿的理事会，就象是一个服务的团体]。他们不是作为投生的存有，而是作为变形者(shape changers)而来，这是在物质界中在这里模拟肉身的一个方式，不过能够随意地离开，不受到这里业力的支配。所以，他们希望藉由模拟负面极化的外星人，他们能够给予一种不同的爱的讯息，而不是恐惧的负面讯息。但是他们没有了解到的是 藉由采用这些负面存有的外形，他们必须如此精确地复制负面的存有 以致于他们甚至有能力模仿情绪体达到一个他们也无法与该负面极性分开的程度。

因此，它们坠入负面性，因为，尽管它们的意图是非常好的，它们也有一种非常少量混合的动机或在它们内在之中的负面性。他们是带着非常良好意图的很有爱的存有，但他们高估了自己的能力以及他们自己需要从它们负面的一半去学习以便于理解他们内在的负面性。因此，最终它们当中 许多存有投生。随着时间流逝与转世轮回，来自它们的文明的许多课程成为了我们自己的伟大文明的种子。它们是带来文化与光的实体。

因此，它们是来教导的，但它们最终也是来学习的，许多人依旧在这里解决他们的业力。依旧有来自昂宿星的接触在持续进行，如同亚伦已经告诉我们的一样，不过，关于这种接触以及从其他星球来的存有们是否应该积极地干预，依旧有争论。

这个是先前历史的一个回响，在其中地球的制造者已经看见负面接触与它们的造物—地球的人民，他们试着去用某种方式保护地球人，却不信任人们从这个负面

接触去学习的能力。这种藉由这些建立地球的存有的保护，这种保护本身变成了一个负面催化剂；而进一步… 是的！它是地球上恐惧的诞生！

这是发生在昂宿星人历经外星接触之前很久以前的事，在那时，它是远远更多的负面性。所以，现在我认为卡拉谈到的一些接触是一些来做好事而非进行干预的存有。有一个法则或协议，除非藉由投生，存有无法来到地球上。但那些没有遵循这种法则的存有们会怎么样呢？你是实施控制或允许这些存有继续前进并打破这个法则？

芭芭拉：亚伦说了二件事。他对你说“谢谢你！”[我在此转述]

他说有一种环绕地球的力场。它们无法使用恐惧。他们使用爱做为这个力场的能量去避免负面能量的入侵。有一个爱的力场，阻止了高度负面能量的入侵，因为它们被这个力场所排斥。但诸如昂宿星人之类的能量不是负面极化的，从亚伦的观点来看，他们单纯地误解了目的可以合理化手段，并因此进行了干涉而非信任那些地球上的人，对于他们以自己的方式解决问题没有信心；不过他们不会被该力场所排斥，因为他们是正向极化的存有。那就是全部。

提问者：这里有任何人读过黎明使者(Bringer of the Dawn*)吗？
(*参考连结: http://tinyurl.com/y927hcr)

芭芭拉：有的，我读过。关于这本书我问过亚伦，他说要非常有选择性地阅读这本书。它既是清楚的，又是以恐惧为基础的。

提问者：它的确打算在另一个 20 年在一个主要的 DNA 变化上制造恐惧。这听起

来相当恐怖。但是它里面有一些事情，我认为是有趣的讨论主题。

（该团体提供下一次集会的主题）

“我们如何进入非自觉(unselfconscious)的空间呢？”

“就绝大部分而言，我们在振动上是彼此连结吗？”

“有团体的轮回转世吗？它是如何运作的？我们如何找到彼此呢？”

“基督和佛陀常常聚在一起闲聊吗？”

“无价值感似乎真的非常深入，好像是被基因编码，几乎象是一个催化剂一样。它是被基因编码的吗？无价值感的起源是什么？”

“在这一生中，放慢速度比较好，或者努力去完成这个密度比较好呢？”

“霍皮族的寓言？”

原注

[1] 1965 年百老汇音乐剧，由 Dale Wasserman 撰写。

[2] “不可能的梦”1965 年，由 M. Leigh 作曲，J. Darion 作词。

(编注: 推荐短片— http://tinyurl.com/mcrwr4e)

[3] 圣经，马太福音 25：40。

Translated by M.D.

(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ **第 1910 章集：L/L 图书馆符号说明**

编者/译者为了使译文通顺易读，使用了一些符号做为辅助工具，一般而言:

o.小括号( )内的文字如果是中文 表示原文所无之文字，仅是为连贯文句意思加上去的. 如果是英文则表示原文中的人名，地名或专有名词，方便读者上网查询.
另外，原文书中没有的译注一律以 10 号字体显示以兹区别. 偶尔，为了兼顾原文和中文语意之流畅，也会把某些子句以 10 号字体显示.
o. 方括号 [ ] 内的文字的来源有二:
1. 原作者的补充说明.
2. 译者主观认定会影响文法通顺，且重要性较低，于是放在方括号内.

o.标楷体通常用来表示特殊术语或具有特别意义.
如果您，读者，有任何更好的建议，欢迎在我们的论坛或 FB 粉丝专页告诉我们，3Q ! J

☆ 第 1911 章集：UFO 在灵性上的重要意义

L/L 专题演讲: UFO 在灵性上的重要意义
RA 资料发问者, Don Elkins，唯一有录音的一次专题演讲~
有兴趣的网友请点选以下连结阅读-->
http://soultw.com/TLOO/1981_0421_Spiritual_UFOs.pdf
UFO 在灵性上的重要意义
Copyright © 2008 L/L Research
由 Don Elkins 在杰佛逊小区大学所做的演讲
1981 年 4 月 21 日
[请注意，这是一份文字抄本，关于录音带「UFO 在灵性上的重要意义」，这份录音可以在爱/
光研究机构订购。你可以在以下链接阅读该录音带的背景数据:

http://tinyurl.com/nb5wbh7]

(编注: MP3 订购连结 - http://tinyurl.com/lxd697z)

前言

卡拉(Carla)：这次演讲是由唐·艾尔金斯(Donald Tully Elkins)在爱/光研究机构与 Ra 群体开始接触后仅仅四个月时所做的。读者能够在他的演讲中看到一点点 Ra 对事物的观点。然而，Ra 团体如此清楚阐述的那些观念也在很多其他更早时候的星际邦联的传讯中被给出了，我们的研究团体自从五十年代中期开始 就一直在收集这些传讯，我们从 1962 年开始在我们自己的团体中创造这些传讯。

唐(Don)详尽地研究了整个 UFO 研究的领域，但不包括大量的阴谋理论，他并不觉得那些理论对这个领域有很大的影响，他很快确信这个研究领域的最富饶的矿脉是：以灵性或形而上导向的 UFO 信息及其含意。

这次演讲的对象是七个人组成的听众，包括我自己，演讲是在一台便宜的磁带录音机上录制的，当 Don 在庞大的，几乎没人的演讲剧场演讲时，这台录音机被摆在靠近他的地板上。这个录音在某些地方被来自于一个电台的干扰所损坏，这个电台从刘易斯路易斯维尔邻近与大学相同的商业区的一座高耸的建筑物顶端广播它的信号。阅读这个文字版本相比只听录音的一个优点就是：读者不必从不时无意地伴随着他的言语的音乐中 将 Don 的声音过滤出来!

我时常希望我更经常地录下 Don 的演讲。他给出大量的演讲，我从未厌烦听他演讲，因为他是一个天生的说书人，他是一个具有巨大的魅力、睿智、能言善道的人。然而，Don 当时是相对年轻的，生于 1930 年，在这个时候仅仅只有 51

岁。没有人猜得到 我们会如此快速地失去他的声音。Don 仅仅在三年后就去世了。

在这个时候，Don 有一点担心他的听众如此之少，在 Ra 的集会中，你可以在第四十八场集会中找到他关于这个议题向 Ra 团体提出的问题，它是在 1981 年 4 月 22 日被录制的。

Don 问道：

我昨天的演讲只有几个人参加，如果这个演讲举办的时候发生飞碟鼓动事件，应该会有更多人会参加。既然猎户[1]实体造成这类鼓动事件，他们确实创造更多传播信息的机会，好比这份信息，那么，他们制造(UFO)能见度有什么报酬?

(编注：参阅 TLOO 学者版 48.5)

Ra 团体回答：

这个假设是不正确的。鼓动事件造成你们人群许多的恐惧；许多种说法、理解都涉及到阴谋、隐藏内幕、肢解、杀戮以及其他负面的印象。甚至那些据推测

是正面性报导所取得的大众认识都涉及末日。由于你们希望去分享的理解[如果我们可以用这个误称] [2]，你可以将你自己理解为少数派。

我们感知到我们可以进一步提出一个推论：被猎户 型态之公众事件所吸引的观众有大部分不经由老资格振动播种。 不需要公众事件刺激就能接收教导/学习的观众有更多的可能朝向启悟。所以，你就忘却数人头吧。

在该事件以后，我们已经出售这次演讲的成百上千份录音了，在我们的网站上呈现的这份文字记录将使它可以实在地为数百万更多人所取得。数人头的工作已经

自行完成了！

演讲开始

Don Elkins：我将要做的的事情是首先告知你们关于 UFO 方面，已知的东西。我已经进行这项工作有很长一段时间了。我是在 1948 年对 UFO 感兴趣的。也许你们中有一些人记得 Tom Mantell*，他在驾驶一架 F-51 飞行时被杀害，因为一架 UFO 被目击在 Fort Knox 附近飞行。当他被杀害的时候，我是位于 Bowman 机场[4]的 Elkins Mantell 飞行学校[3]的一名飞行员学员。因此，我从 1948 年开始就对 UFO 极感兴趣。一直到 1955 年之前[5]，我都没有真的在那个领域以及相关的领域投入大量时间进行研究。1955 年 我真的深入其中，从那时起 我一直都在研究这个主题。
(编注：请参阅 http://tinyurl.com/nuqm8wt)

这个现象自从五十年代早期就已经被报导了。科学界一般会将大多数的报告[关于一些人被带上 UFO] 视为是怪人或疯子的报告，因为它们对于报告而言仅仅太过于异常了，以致于它们没有任何地方与现实的科学观点相符 [在当时是每个人的观点，以及现在大多数人所持的观点]。

对于那些已经对 UFO 进行深入研究的人，对于现实的科学性观点已经发生相当大的改变。举个例子，海尼克(Heynek)博士在 1948 年被空军雇佣来研究 UFO，他是作为一个完全的怀疑主义者加入的。他认为 UFO 很可能是气象气球，被误解为金星目击事件以及类似那样的事情。当他在 1968 年完成了他与空军的工作的时候，他已经在他的观点上 完全转变了。我知道这一点是因为我和他谈过数次。实际上，上一次我与他谈话时大概在两周以前，地点是芝加哥市。

现在 他已经对物理宇宙拥有一种完全不同的观点了，这是由于他对 UFO 现象的调查所引起的。绝大多数已经对 UFO 现象进行深入调查的人，也就是说，真的将一些时间投入到发探索统计数据(硬数据)中，在确凿的证据中可以取得什么东西的人，已经改变了他们对于我们生活其中的实相和宇宙的观点。被剧烈地改变了！我的意思不仅仅是一点点的改变，好像你们在电视上或电影里的一些科幻节目会让你相信的那种改变，而是远远比那更为剧烈的改变。

这种改变的原因就是海尼克博士所称的「高度奇异因素」， 在很多情况中，在大多数情况中是这样的。现在，在 UFO 现象背后的真相是什么，我相信有可能在一定限度内去理解，但，不可能很快地理解，因为它不是某种我们习惯的事物。

如果我们要去体验来自外在空间，来自另一个星球的接触，我想我们有可能体验到的 最不寻常的事情会是一种我们可以期待的接触。

你们必须思考一下那个陈述。

如果你们查看科学思潮的历史，你将发现 在科学方面，没有被意料到的事情已经是常态。如果你们仅仅返回，假设，一百年或两百年以前 并尝试进入在那个时候的人所体验的思考模式，接着 突然前进到我们生活其中的社会，你将发现，绝大部分都是没有被意料到的。实际上，在世纪交替之际，人们曾经尝试关闭专利办公室，因为他们认为所有东西都已经被发明出来了。

回到六或七年前，UFO 研究中心与大气现象研究机构，以及其他类似的机构，已

经有了超过 2,000 个有效案例，记载非常详尽的绑架案例，人被带到飞船上并接着被送回的案例。

我将要告诉你们绑架事件。被广为人知的最早的绑架事件是在 1961 年发生的贝蒂·希尔与巴尼·希尔的案件*。那个男人和他的妻子被带上飞船，但是他们并不知道这件事。实际上，所有他们知道的事情是 他们比本来应该回家的时间要晚很多，接着经历了某种奇怪的症状。他们在几个月的时间中都在作一些非常奇怪的梦或噩梦。
(*请参阅中文 wiki 百科: http://tinyurl.com/n77m7jt)

因为他们两个同时都在经历这些问题，他们去找一位精神病医生并告诉了他们的故事。医生将两个人分开进行催眠，并没有让他们中的任一人知道这些催眠的时期所发生的事。他同时从贝蒂和巴尼得到了相同的故事。那个故事就是他们被带上飞船并被检查过了。他们经历过你们可以称之为一次身体检查的事件。

关于这个故事 我总喜欢讲述一件有趣的事：贝蒂和巴尼被带到飞船里的不同的房间中，而当它们正在检查贝蒂的时候，来自于另一个房间中的一些实体变得非常激动并与检查贝蒂的实体开始了一场对话。接下来，那些检查贝蒂的实体伸出手来并开始拔她的牙齿。

她说：「你们在做什么？」

它们说：「哎呀，他的(牙齿)就出来了!」

她说：「嗯，他有假牙。」

它们说：「为什么？」

随便说一下，这种沟通交流是心灵感应的。大多数的(UFO)沟通都是心灵感应的。

于是贝蒂说：「好吧，当你变老的时候，有时候你的牙齿会变坏，就必须用假牙了。」

它们说：「嗯，你们吃什么？」

她尝试去解释我们吃什么东西。它们无法相信我们的牙齿能够烂掉。那仅仅是这个故事的一小部分。

1975 年的夏天，在接近新墨西哥州的阿拉莫戈多沙漠的地区，美国空军的职员穆迪士官*正在观察一些星星，实际上是一场流星雨，这些星星中的一颗降落到他的面前。它是一艘碟形飞船。他正在他的汽车中，真的被定住了。他无法移动；努力移动但是无法移动。
(*相关连结: http://tinyurl.com/m4ygrqa)

一个小小的实体从飞船出来了，走向他并通过打开的窗户触碰他的肩膀，在那个时候穆迪能够移动了。他被吓坏了。他与那个实体用心电感应的方式沟通交流。这个实体将他带上飞船并告诉了他相当多的一些事情。它们向他展示了引擎。穆迪接着返回他的汽车中并驾驶回家了。他非常不情愿告诉任何人。然而，他必须为他的皮肤上的问题和眼睛的一些问题去看医生。这在与 UFO 进行密切接触的

人身上是很常见的。

他与大气现象研究机构(APRO)的头头联系，因为他靠近土桑市，发现他们就在那里。他私下告诉那个机构的头头 在他身上发生的事情。来自拉乐美(Laramie)的 Sprinkle 博士，我们将会在下个月去拜访这个人，从拉乐美过来并进行了一次催眠回溯。在催眠状态下，目击者被带回遭遇的时间，这样更完整的回忆就能够被取得了，穆迪在催眠状态下讲述了他的故事。

因为穆迪是一个职业的空军士官，他肯定不想在空军中的任何人知道他的这次接触，因为他肯定他会遇到一些问题，至少肯定被嘲笑。因此这个事件作为一个秘密被保留下来了。

这些都是非常好的案例。他们不是那些寻求出名的人，因为他们不想要任何的宣传。

通过一些绑架事件的故事，我正在尝试去说明的要点是，自从大概 1960 年代早期以来，这种类型的绑架一直在增加，今天我们拥有了难以置信地 巨大数量的绑架事件。因为我们已知的绑架事件的数量是难以置信地巨大，我们相当确信全部的绑架事件中 只有少于 10%的事件是已经被知道的。我知道很多案例，我相当确信它们是绑架事件，我们仅仅没有时间或设备过去调查。

我们得到很多很多报告，关于人群看到一架 UFO 并且与该 UFO 有非常接近的接触。一个调查者会问的第一个问题是: 你是在你认为你应该到家的时候 到家的吗？非常频繁地，答案为：不是的，我晚了两个小时，或者晚了二十分钟，我无法解释它。如果一个人莫名其妙地失去了时间，下一步就是去对他们进行催眠回

溯，将他们带回那场遭遇中，接下来尝试去通过催眠弄明白发生了什么事情。

通常，催眠的结果是那个人已经被带上 UFO，并在船上有过一次体验了。它们已经被给予某种类型的记忆阻碍，因此它们无法有意识地记得发生了什么事。

这种情况是有一个原因的。大多数的机构在今天处于这样一个位置上，它们确切无疑地知晓真实的绑架事件正在发生，并且你能够通过使用催眠回溯来取得吻合的信息，在每一个已发生的 个体记得被带上飞船的情况中，要嘛那个人可以完全的回忆起发生在它身上的每件事— 好比 1973 年在 Pascagoula 的查理(Charlie Hickson)，要嘛那个人会记得一部分，好比 1975 年在凤凰城(Phoenix)附近的崔维斯(Travis Walton)，或者 1975 年在阿拉摩哥多(Alamogordo)附近的穆迪中士。

然而，一个非常非常大百分比的绑架事件是那种类型：在其中 被带上飞船的个体仅仅记得近距离接触 而不记得在飞船上的部分。我们仅仅能够在催眠状态下得到那部分的内容。

这些机构在今天所处的位置，它是有必要采取某种现代科学的立场。现代科学认为：做一定的事情来进行调查研究。它们正在做这些事情，非常仔细地，因为他们是科学家，这是一件确实有根据要去做的事情。通过行使一种有价值的功能，它们正在告诉我们，UFO 是存在的，它们正在绑架人，有一些高度异常的因素被包含在其中。它们正在确切无疑地告诉我们这一点。

大多数的机构在那一点上停下来了。它们正在探究那个现象，但是它们在一定的位置停下来了，单纯地因为它们并没有进一步探索的工具。我相信那些工具是与

我们用来研究自然环境的技术不同的技术。换句话说，为了要在这种调查研究中更进一步，需要发展一些新的技术。

那就是我们在这里，在肯德基州的路易维耳市，前往所有地方一直在做的事了。

让我们现在返回到 UFO 学的，容我们说，「怪人王国」(kook-dom)的历史。在五十年代早期，最早的 UFO 接触报告甚至比我们现在得到的报告还要更加奇怪。它们是面对面对遭遇的报告，心电感应的沟通交流的报告，以及其他类型的来自 UFO 的交流的报告。

一个被涉及的人是人类学家，乔治·杭特·威廉森(George Hunt Williamson)博士在五十年代写了相当多的书籍，这些书籍绝大多数在英国首先出版，关于与 UFO 的传讯者的沟通交流。它们只是太过古怪了，以致于任何在科学界的人甚至无法阅读，更别提对它感兴趣了。我读了它。有些其他人也读过了。它们是相当不同寻常的，但它们在关于你如何才能尝试建立一种对这个现象进行调查研究的方法的方面 给出了一定的线索。

还有一些其他的人也做了一些非常不同寻常的类型的调查研究。在圣地亚哥的纯智力(Noetics)科学研究机构使用了一种出神的灵媒(medium)来与一个实体、一个离世的实体进行沟通交流，据说那个实体知道一些关于 UFO 的事情。

乔治·凡·塔索(George Van Tassel)*在他所生活的莫哈韦(Mojave)沙漠中 被一个 UFO 拜访。一个晚上 他正在外面睡觉，因为天气很暖和，一个 UFO 在他小小的机场上着陆了，一个实体走出来并与他谈话。他被带上去，在那之后，过了几年，他通过心电感应 获得沟通交流。他将所有这些通过沟通得到的事情写了下

来。UFO 离开了，但是他继续在每一天都获得这些沟通交流，将它们都写下来了。我读了他的沟通交流的全部内容。
(*编注: 一的法则学者版 14.12 也有提到这个人)

Mojave 沙漠

类似这样的事情在全世界范围内都在被报告出来。慢慢地，科学家们所称的少数教派(cults)开始在世界各地涌现出来。这些教派由得到那些科学界所称的类-宗教信息的人们所组成，他们就是用这名词来称呼与 UFO 实体进行心电感应的接触。我读了所有我能弄到手的这种信息，一种对这个现象进行调查研究的方式开始向我，也向其他的研究者们展现出其自身。这些其他的研究者中的一员就是普哈里契(Andrija Puharich)博士。

现在，普哈里契博士在 1947 年开始了他对超自然现象的调查研究。他是第一个将彼得(Peter Hurkos)*带到美国的人。万一你们不知道他是谁的话，彼得是荷兰的灵媒，他与荷兰警方一同工作有数年时间了。他能够对事物进行心灵调查。举个例子，他们给了一件被留在一个犯罪现场的线索。他能够将它抓在手里，闭上眼睛并看到完整的犯罪行为，或者得到关于犯罪行为的一定信息。他为警方破解了很多犯罪行为并在欧洲广为人知。
(*Wiki 百科连结: http://en.wikipedia.org/wiki/Peter_Hurkos)

接下来，普哈里契博士将他带到了美国。他们仔细地对他进行了测试。普哈里契博士对于这种类型的研究 以及从 1947 年开始直到现在的其他类型研究都非常积极。普哈里契博士是个相当聪明的人，他在医疗电子学方面拥有五十六项专利，取得了财务上的自由，。他是一个医生。通过他的专利，主要是允许完全失

聪的人听到声音的装置。他在美国东部的名人录(Who's Who)上。他在 1971 年退休。他在那个时候因为其各项发明而成为百万富翁。他决定将全部时间都投入对超自然现象[即我一直谈论的那种类型的现象]的调查研究中。

在那个时候，尤里·盖勒(Uri Geller)正变得知名。盖勒是一个以色列人，他是第一个用心智弯曲金属的人。盖勒仅仅通过看着金属并要求它弯曲来弯曲金属。

(Don 拿起一把弯曲的汤匙)

就好像这根汤匙一样。他将它弄弯了。这曾经是一个笔直的汤匙。盖勒看着它说：「弯曲」，它就变弯了，或者类似这样子摩擦它，非常轻地，它就变弯了。

大概在一年以前，我正在驾驶一架小型飞机，陀螺水平仪发生故障并完全失灵了。那就好像在一辆车上一个轮胎瘪了一样。它是无法自我修复的。你必须替换它或修理它。[6] 好的，水平仪失灵了一个半小时，我在云端上，完全被云覆盖了。我真的需要它来让飞机返回，因为你在一架飞机中真的需要一个人造的水平仪来飞越重重云层。

Carla：[在听众当中评论] 当然，唐(Donald)并不吃惊，但我在那个时候确实吓坏了。

提问者：你们在同一架飞机上吗？

Carla：是的，我是这个事件的一个见证者。

Don：无论如何，恰恰就在我真正需要水平仪的时候，它恢复正常并完美地工作了。它从那时起就完美地工作了。我觉得这是令人难以置信的，但是我接受它。

五天后，我与尤里·盖勒在一起。我正在与他谈论别件事。我几乎已经忘记这件事，但当我结束我们的谈话时 我想起了它，我说：「嗯，在另一天有某个有趣的事发生在我身上，它让我想起了你。」 我告诉了他。

他接着说：「你不会相信它的！」他跳起来说「找一个马尼拉纸的文书夹!」

好吧，我的手正放在一迭纸上，一个马尼拉纸的夹子就在底下，因此，我将它抽出来。他说「打开它，看看它!」

我打开它，在一页纸上潦草地写着这样的文字：「水平仪失灵！！」带有两个感叹号，在它下面是「飞机？」加上问号。

我说：「这是什么？」 他说「这是什么时候发生的？」
我说「嗯，它发生在周日。」他说「周日下午？」
我说「是的。」

现在，我在那次事故时 已经在印第安纳的埃文斯维尔上方。他说「好吧，我在纽约的我的公寓里面— 大概 700 英里的距离— 带着我的耳机听立体声音乐，突然有个声音盖过音乐，它说，水平仪失灵了，非常大声。我觉得能量通过我，就好像我想要修理某个东西一样。我不知道这意味着什么。因此，在一个马尼拉纸的活页夹上写下了它。」

我说「好的，看起来好像你修好了我的水平仪。」他说「是的，我想是我修好的。」

在那个时候，一个瓶子从桌子上飞起来并飞过了那个房间，飞过了一个大概十英尺的距离，相当重地撞在窗户上。我想瓶子会打破或是窗户，但是 并没有。他说「耶，我修好了你的水平仪，太好了。它们就是这么告诉我的。」

我知道盖勒是真实的原因是，有成千上万的孩子能够做相同的事情。因此，如果盖勒不是真的，谁会在意呢？我能够为你找到一些能够做到它的六、七岁孩子。他们不是受过训练的魔术师。

约翰泰勒(John Taylor)是伦敦国王学院的数学系的头头，他已经对相当多的这些孩子进行过测试。他将金属棒密封在一个玻璃管中。以玻璃罩子密封它们，因此你不可能进入那里。你必须打破玻璃管才能接触到金属。他接着将玻璃管放在一张桌子上。当孩子接近时，孩子无法接触它。孩子被告知去弯曲或弄断该金属。孩子将注意力集中在它上面。它就弯曲或断裂了。

他在实验室里陪伴许多孩子重复了这个实验数千次。

普哈里契博士在 1971 年前往以色列 对盖勒进行研究。在他发现盖勒能够用心智来弯曲金属之后，最先发生的事情中的一件事情是— 他同样也能够做其他的事，我现在先不讲— 他被一架 UFO 接触了。他得到许多许多来自一架 UFO 的讯息。他知道他正在从一架 UFO 得到讯息 因为它们会说「我们将会在一个特定的时间在一个特定的地方。抬头看你就会看到我们。」 他会一次又一次地看到它们。事实上，有一次它们降落 并将盖勒带上了飞船。

他得到信息的方式是非常奇怪的。他已经学会，当某种东西在屋子里完全靠它自己漂浮起来的时候，他就必须去把一盘磁带放到磁带录音机里面。某个东西会从桌子上飘起来，飘到房间中央，一个烟灰缸或某种类似的东西。这会是一个信号去将他的录音机装上磁带。

这是一个真实的故事。我知道它听起来是怪异的，但它绝对是真实的。

普哈里契(Andrija)是我的好朋友，我已经与他一起度过了很多时光。我自己看过这些事情发生了。我见过这些东西飞过房间并撞在墙上，完全靠它们自己。

他将录音机装好磁带，将它放下，坐下来等着。按钮会按下来就好像被正在被无形的手指按下一样，那个东西就会开始录音 接着它会停下来。他将磁带倒带，回放它，就会有来自 UFO 的信息了。

现在将要发生的事情是，我正在尝试去向你们展示在不同的研究者之间的结果的一种相互关系。研究一个诸如这案例的一个现象，去和先前的知识联系起来，这是非常困难的。

在 1960 年代早期，我们在这里，在路易斯维尔，开始了一次实验，这个实验的目标是训练人群进入适当的心智配置，这样，当一定的催化剂被加入时，你可以说，他们就能够接收来自 UFO 的操作员的心电感应之信息了。

现在，我们用来设计这次实验的数据是你们称之为来自于诸如威廉森博士之类的 1950 年代的怪人的数据，在科学界的每个人现在都因为他的报告[也因为其他一

些报告了心电感应接触的人]而认为他完全失去理智了。

我们做的事情是，使用我所称的「易受骗的因素」，我们开始了一次实验。我假设，为了要成功，它将需要成为易受骗的，因为实验看起来似乎如此天真，以致于没有一个强烈地以正统的科学途径为导向的人会进行这样一种，容我们说，易受骗的尝试，这个尝试就是去创造一个通灵的沟通交流。

在那个时候，这种易受骗性是必不可少的，因为我们必须要做的事情是在不尝试去分析数据或将它塞到任何预设观念的情况下产生数据。我们必须根除所有对于事物应该是什么的预设观念。

现在，这个根除预设观念的主意来自于这样一种观察，如果我们返回我们的星球的历史中的任何时期 并尝试去在那时和现在之间的缺口上 架起一座桥梁的话将会发生的事情。让我们假设，你将某个来自五百年前的人带入这个设置中间，并尝试去向他们解释你的生命哲学。他们不会理解它的。

现在，在 UFO 现象中有这样一种高度异常因素，我们必须假设任何来自于那个现象的沟通交流都比我刚刚谈到的五百年时期更为错置。因此，我们所做的事情是，无论我们从中所得到的信息可能听起来怎样的荒谬，我们都会前进并进行它。我们前进并积累尽可能足够多的信息。我们已经积累如一座山的信息了。

所以我们继续实验，直到今天还在继续。实际上，上一次实验在周日完成。[7]

在世界各地的其他团体正在进行相同的事情。这不是个孤立的实验。我能够告诉你们 在大多数主要的城市中 正在做相同的事情的团体。他们正在得到高度异常

的信息。这些信息对于一般而言的科学界不是非常可口的，这单纯地因为 它并不是用可接受的术语进行沟通。很多信息与你可能会称之为宗教导向的事情联系在一起。

在回顾了所有这些我已经知晓的材料之后，似乎有很多的混淆。在我们当前的哲学中，在关于你们可能称之为自然哲学的事物的方面，有很多混淆。我们已经将我们的自然的哲学分割为两个基本的部分了。一个部分我们称之为科学性的部分，另一个部分我们称之为宗教信仰的部分。从宣称是来自外星的沟通交流中所产生出来的内容是一种统一性的理解，它将我们对宗教信仰的理解和我们对科学的理解混合成为一个关于每一个事物是如何工作的一般性理解，它并没有将两者分开。

这就是如此多科学家拒绝宣称来自 UFO 接触的信息的原因了。很多人立刻拒绝任何听起来是宗教的东西，尤其是如果那个东西与他们的宗教信仰并不吻合的话。

一直到最近，在地球人的理解的范围之中的这幅综合性图画中 还有一些失落的拼图碎片。最近，我们在沟通交流的方面已经取得我们可以称为一种突破。[8]我们现在能够用一种比我们过去使用过的方法远远更好的方法来沟通了。我们已经建立了一种沟通的方法，它和我们在这个房间里面正在进行的沟通时一样精确。

它受限于一种发问/回答的类型的模式。基本上，我们正在说的东西是，现在我有可能向 UFO 的操作者发问，并得到一个精准的英语答案。

我得到的答案是与我们三十年来的研究相吻合的答案，这些研究已经为我构建了

一幅 UFO 现象和 UFO 哲学的图像了。它们不仅仅是相吻合的答案，这些答案将那些我已拥有的材料中仍旧混乱的部分变得不混乱。

现在，我将要做的事情是对调查研究的结果进行报告。我无法证明我要称之为外星哲学的事物，即使你们并不相信它，也许它对你们而言将是有趣的。你们肯定不必须要相信它，因为关于它 我们唯一必须要说的事情就是，我们的调查研究的结果向我们表明，有一种极高的可能性，这是一个有效的接触，这是有效的信息。有一个我们无法证明它的原因，它会在那个哲学中表现出来。

UFO 现象是一个直接与演化联系在一起的现象。它对演化产生作用。它在演化中扮演了一个关键的部分。它从史前(时代)开始 就已经扮演一个关键部分了。在过去的七万五千年的时间中 它已经用一种非常核心性的方式 确切无疑地与这颗行星联系在一起了。

一个行星[你们可以说 诸如这个行星]的表面是一个提供类似我们这样的个体演化的场所。那是我们在这里体验的唯一真实目的。根据 UFO 接触，这就是演化运行的方式。我们将返回万物的开始。我们将尝试去将这一点与我们今日所知晓的宗教信仰联系在一起。这是个很难很难谈论的事情，因为我们并不拥有谈论它的语言。我们无法在字典中找到词语来描述我正在尝试去描述的事物，因此，我们使用现有的词语。

(Don 开始在黑板上画图来说明他的要点)

在整个造物，整个宇宙存在任何事物之前，无限存在，让我们这么说。

无限就是无限。我现在正在做的事情就是报告。我不是在做理论上的探讨。我正在对我从通讯中得到的事物进行报告，OK？这种类型的通讯是对我的问题的回答。我的问题是「什么最先出现？」答案是「无限。」

我下一个问题是「第二是什么。」
回答：「无限成为察觉的。」

OK，接着发生了什么呢？是的，有察觉的无限，你们可以称之为智能无限，它可以被定义为造物者，或者 如果你们想要的话，可以定义为神。

你们对于宇宙有多大有任何的观念吗？如果你们听过卡尔·萨根(Carl Sagan)的演讲的话，你们会知道它是如此之大 以致为此而会舌头打结。在我们的银河系中有两千五百亿颗恒星，类似我们的太阳的恒星。想想看！它们全部都可以在其周围拥有行星系统。这个银河系是一个看起来像是一个凸透镜的透镜形状或镜片形状，在这个银河系中有两千五百亿颗恒星。现在，那仅仅是一个银河系。

如果我们使用我们所拥有的最好望远镜并查看夜空，在一个 6 度的区域中，360 度中的 6 度，在夜空中用那个 6 度的弧形画一个圆圈，用那个望远镜 我们可以看到一百万个银河系。仅仅是用那个望远镜看到的而已。我们并不知道在那个望远镜的范围之外是什么。

那一百万个银河系中的每一个，无论比这个银河系更大或更小，每一个都拥有平均两千五百亿颗 类似我们太阳的恒星，每一个恒星都在它周围带有一个行星系统。

因此，在外面有很大的空间。认为在全部的太空中 只在这颗小小的行星上有小小人在上面绕着它奔跑，这是有点古怪的事。我们认为我们已经拥有了答案，这也是相当傲慢的。我们在过去五十年，或者大概最多一百年的时间中 刚刚开始变得聪明一点了。他们在五百年前在火刑柱上烧死了乔尔丹诺·布鲁诺，因为他说地球是围绕着太阳旋转的。如果我是在五百年以前，我是不会活下来的!

但总之，OK。智能无限。造物者。

因此，我问：「接下来发生什么？」 回答是：「造物者决定知晓祂自己，在那知晓中，决定去使用自由意志的原则。」

一的法则

现在，在这次交流中有一个我将要使用的重要词语，因为它是被我们的接触(源头)使用的词语，这个词语就是「变貌」(distortion)。它们称呼这自由意志是一的法则的第一变貌。

在造物者决定去知晓祂自己之前，祂是一个完全地、无限均匀的合一(unity)。唯一存在的法则就是一的法则，因为只有太一、造物者，无限地。现在，任何源自那智能无限的东西都是一个源自那个原初智能无限的变貌。因此，从智能无限发生的首先变貌就是造物者用来知晓祂自己的变貌。这就是自由意志的变貌。

这是最重要的概念，在整个 UFO 学的主题上，我们都不得不与之打交道，因为它解释了在 UFO 学中的每一个其他的事。在我们理解了第一变貌是首要的之后，每一件事情都非常简单地掉出来了。实际上，这就是为什么我们正在这个房

间里。这就是为什么每一件事物用它工作的方式来工作：第一变貌— 自由意志。

现在，当我说智能的(intelligent)时候，我的意思并不是带着一个小写的字母「i」或一个大写的字母「I」的智能。我说的智能 带着一个如此之高以致于你无法看到它的顶部的字母「I」。那就是智能无限。

为了知晓祂自己，造物者，通过使用自由意志，细分为很多部分。祂形成各种各样的理则。那些理则形成子理则。那些子理则形成了子-子理则。

现在，如果你们想要选出今天在我们周围最为明显的子理则，你们走出去并抬头看太阳— 戴上你们的墨镜！那就是在造物的这个部分 最为明显的子理则。

这些子理则贯穿整个造物向下(阶层式)形成。这就是它发生的方式了。在自由意志的第一变貌之后出现什么呢？第二变貌是什么呢？好的，我们的接触说，我们没有一个适合它的词语。他说：「我们将为第二变貌在你们的语言中 挑选最接近的词语，在词典中 那个最接近的词语定义为爱，爱就是第二变貌。」

那爱是一种强烈的振动。它不是属于某种东西的一种振动。他是属于一种纯粹能量的一种振动。你们知道，爱因斯坦说，E 等于 MC2。在能量和物质之间有一种关系。换句话说，你可以将物质转化为能量。因此，要拥有能量，你并不需要某个事物。你可以拥有纯粹的能量。

智能无限创造的爱使用自由意志，那么，那爱就是能量，纯粹的能量。因为这强烈的振动，那纯粹的能量接下来就压缩成为第三变貌。

第三变貌是光。我们在可见的光谱中看到一部分的光。相比我们所能够看见的光，有更多的光存在。我们仅仅碰巧看到在可见的光谱中的一个小小的狭窄频段。

现在，发生的事情是，使用自由意志的原则，每个子理则在其自身都是极其智能的，因为它正是智能无限的一个细分部分。智能无限制订了一个用于知晓祂自己的计划并创造出子理则，各个子理则制定出用于知晓自己的计划，造物的第一密度就形成了。

根据我们的接触，第一密度是一个风、火、水、土的密度。它是一个非常简单的密度，它是一个行星的原料。

现在，演化的计划是，在许多个百万年的沉淀、冷却、以及那类的事物之后，行星将经历一次密度的转换，从第一密度转变为第二密度。当这种转换发生时，在所有的原子中心会有一种改变。

我必须后退一点并告诉你们原子是如何形成的。当这种振动，爱，创造了光的时候，爱创造光的方式是这样的，发生的强烈振动被首先识别为一个光子。在那个振动发生并被识别为一个光子之后，光子的振动线路可以围绕着三个相互垂直的轴旋转 以形成你可以称为球体。

它就是一种振动的旋转。这种旋转接下来在量子阶中被降级，这样电子实际上就是起初振动的旋转了。一个我知道的物理学家说，这是新的统一场理论的基础。

通过数学上的操作，你能够非常简单地从这个理论总结出整个周期表，原子间的距离以及晶体结构，并构建一个完整的微观宇宙与巨观宇宙。它已经被完成了。它正在缓慢地被现代物理学家和今天在世界各地的其他科学类型所接受。它就是杜威·拉森(Dewey Larson)的物理学。

有一个新的统一场理论正在缓慢地被科学界接受。他们非常缓慢地接受它，因为他们并不喜欢一个理论替代一整个充满(科学)书本的图书馆。在拉森的交互补偿的物理学系统[9]中，你是能够用数学的方式且通过精确的具体细节来构建一个完整的物理宇宙，从微观宇宙到宏观宇宙，根据一个简单的假设。换句话说，籍由这个单一的理论，你能够精确地计算出所有的次原子，原子间以及晶体的距离。所有的物理学常数都可以被精确地计算。所有行星的轨道半径，在太阳周围的水星的相对红位移，每个事物都能够从这个单一的假设被计算出来。

这个假设是相对简单的。它假设，对于每一个空间的维度，都需要有一个时间的维度。空间和时间是交互补偿的关系。换句话说，空间更多，时间就更少。

尝试去将其考虑为三维的时间，这绝不是合乎常理的事情，但是如果你用数学的方式接纳它，你就能够计算你想要的任何事情了。如果你想要计算一个电子的质量，你坐下来并进行一些简单的计算，在纸的结尾处，你得到了 $v=s/t$ 或者 $v=t/s$ [10]，那就是电子的质量了。它是可以测量的。在那以前，我们能够得到它的唯一方式是去使用其他更为复杂的数学公式。

除了以实验为根据和以经验为根据而决定是否就是如此之外，这个新的理论用理论性的方式根据一个假设让我们得到了一个电子的质量，那个假设即有多少个空间维度，就有多少相同数量的时间维度，在创造物质的时候发生的事情就是有一

种时间和空间的不匹配。它假设时间和空间以均一的方式共同移动，当有一种时间和空间的不匹配时，物质就存在。

这种不匹配首先作为一种振动出现了，首先的振动时被标记为一个光子。好的，这就是形而上学者一直说了很多年的事情了。这就是我们已经用心电感应的方式从 UFO 接收到的东西，即意识促成了光。

这个物理学理论认为，空间/时间的连续体，当用一种振动性的方式不匹配时 就压缩为一个光子。物理科学的语言与形而上学的语言是相同的语言。它们正在说相同的事情。因为一旦我们已经得到一种物理学的理论，该理论与形而上学的理论所说的事情是相同的。不仅仅它说的是相同的事情，它同样完美地运转了。它如此有效地运转 以致于如果我们一百年前拥有就拥有它，很可能 我们现在的科学水平来到公元一万年，因为你能够直接进入下一个水平而不用许多东拼西补的东西。

《澳大利亚人-科学杂志》，类似科学-美国人，已经表述：「拉森不仅仅完成了不可能完成的事情，还非常好地完成它。」它是个管用的统一场理论。对于它，让我印象深刻的事情是，它与我们从(ET)接触得到的通讯是完全一致的。有任何人听过拉森吗？非常少的人听说，因为它仅仅正在被缓慢地传播。透过该资料与我们的接触信息相当类似，我因而开始感兴趣。

总之，在每一个原子粒子的核心之处都有个基本的频率或振动，它被识别为光子。当一个行星凝结的时候，发生的事情是，它在第一密度中凝结，它所有的原子的核心振动都属于第一密度的频率。那些第一密度的频率对应红色。

现在，当一个行星经历从第一密度到第二密度的转换时，所有原子的所有核心振动都在频率上被升高到橙色。我不是在真的谈论你们所看到的橙色。它是所

谓的真实颜色-橙色，位于我们现在所知晓的可见光谱之外。某些人会在他们看见 UFO 时 看到真实颜色-红色。他们报告了一种之前从未见过的色彩。它们说它是红色，但不是红的。它比之前的红色要远远更红。他们没有描述的词语。所以，那是真实颜色-红和真实颜色-橙，或者接近它。

总之，当你进入到第二密度的时候，生命出现了。单核的生命形态。它出现的原因是，所有的核心原子的频率都被升高到真实颜色-橙色了。当你们走出第二密度，进入第三密度，它再次发生；你们就是如此这般上升到真实颜色-黄色。我们发现在光谱[11]中有多少颜色，就会在宇宙中发现多少密度，那就是宇宙被形成的方式。

第一变貌使用自由意志通过爱创造光。我们全都熟悉白光通过一个棱镜展开 形成所有色彩。光— 白光的全部组成部分— 制造了如我们所知晓的造物。在造物中 所有原子的核心频率(分别)是彩色光谱中的一个频率。贯穿整个宇宙的密度基本上对应光谱中的七个密度。

这是一个第三密度的行星，或者说这个行星已经是第三密度的行星有 75,000 年之久。我们已经在那个密度中；它处于黄色的范围中。在过去 30 期间，UFO 大量涌入的原因就是 45 年前我们开始向着第四密度，绿色的范围移动。在我们的原子核心的所有振动都正在加速，因此，再过一些年，也许是三十年，也许更多年，也许一百年，没有人准确地知晓；这个行星将成为一个第四密度的行星。这就是对在这里的这个现象之解释；这就是为什么孩子们能够弯曲金属的原因。

这种金属弯曲正好在此刻发生的原因是，如同原子中的振动增加一样，在对物质环境的直接影响方面，心智将扮演一个远远更大的角色。在第二密度，最高的生命形体是在缺失的一环之前的那种类型的人类*。他拥有颅部的前额叶部分的发展，它拥有更少的身体毛发。身体毛发的减少和脑部的重构发生在从第二密度到第三密度的转变期间。那个转变进行了 1,350 年，从第三密度到第四密度的转变将花费较少的时间。
(*编注: 猿人应该是更恰当的用语)

发生的事情是，当人从第二密度转变到第三密度的的时候，他呈现出我们现在拥有的外形。他失去了身体的毛发，变得能够直立行走了。我正在来到某种对于演化的进程非常非常核心，非常非常重要的事情。它是对我们所有人都至关重要的事，因为它是演化以及我们如何能够用个人的方式涉入我们自己的演化的关键。

这整个计划都是由理则，在亘古亘古以前制定的。行星群[类似我们的地球]在数不清的百万年的实践中一直都在发展。七万五年前以前，有位于第七密度的人种—你可以说，第六密度或第五密度— 远远超过我们。可以说，在我们甚至尚未开始演化之前，它们的演化就已经远远超越了我们。因此，这个演化的进程是永远在进行中的。就是因为那个原因，在宇宙中有一些相当聪敏的人。就是因为那个原因，我们已经体验到 在我们在过去七万五千年期间已经体验的事物了。

我们在过去 75,000 年当中已经体验的东西是隔离，与在外面的其他人种的隔离，这主要是因为我们已经在过去的 75,000 年当中一直处于隔离状态。我们一直都处于隔离状态是因为一件事，仅仅因为一件事— 第一变貌。一的法则之第一变貌是自由意志的法则。那些已经发展超越第三密度— 我们现在正处于的状

态— 的实体必须通过使用它们对第一变貌的理解来行动

那是有个原因的。它是一个自然的法则。它不是人造的律法。它不是写在任何书本中，不在任何图书馆中，它就是一个自然法则，就好像扔掉一根汤匙，它会掉下去一样。
[金属汤匙敲击地面的清脆声]
事情的关键之处就是，第一变貌，自由意志的变貌，一个从第二密度首次进入第三密度的个体会变得自我察觉。接下来，他必须为自己的演化进程选择他要如何发展他自己的思想。在这个密度中的某个位置，有一种在思想上的划分。

在我谈论该划分之前，我将要谈谈我所知晓的化学世界的造物 以及它是如何运作的，因为它对于理解这种划分是必不可少的。

在电学中有一个基本法则叫做库仑定律。库仑定律表明，在两个带电的物体之间有电荷力，电荷力与物体的电量乘积成正比，与两个物体之间分开的距离的平方成反比。也就是说，为了要在电荷中产生一种力，你必须有两个带电的粒子。

现在，为了要充电一个电池，你必须拥有负极和正极。如果你拥有的所有电极都是一种属性的话，你是无法让充电发生。它不会工作。你必须拥有带电的粒子以产生一个宇宙，产生一个恒星，以便于做任何事情。除非你拥有一个带电粒子，什么事情都不会发生。那就是主宰物理实相的基本。

建构意识同样也有一个类似的基本。第一变貌声明造物者意愿知晓祂自己，第一变貌也陈述，造物者愿以尽可能多的方式，以祂的任何细分部分想要的方式

来知晓祂自己。发生的事情是，在物理世界中，我们拥有极性和电荷的细分，正号(+)和负号(-)的细分。
[以粉笔用力写黑板的声音]
在形而上的世界中，或者意识的部分中，我们拥有一个意识上的划分，正面和负面。

现在，在我们的宗教中，我们将这种动力关系称为善与恶。让我们使用正号来代表善，用负号代表恶。
[以粉笔用力写黑板的声音]
那种称呼真的是不恰当；那是某种幼儿园看待事情的方式。这里是发生的事情：在造物者细分(自己)之前，在祂仍旧是在智能无限中均匀的，完全的一之际，仅仅只有一个服务的概念。那概念就是服务自我，因为除了自我以外没有任何东西。全都是一个东西。只有自我，对吧？

在造物者分成无限多数量的部分之后，服务他人的概念出现了。仅仅是在分割发之后，有了一个部分服务其他部分的概念的可能性了。

我们的接触(源头)定义在意识中极性的方式如下：在意识中有两种可能的极性。那些极性是服务他人和服务自我，我们称前者正面极性，后者为负面极性。两种极性同时被放置在这个方程式中 如同静电中的极性 以便于得到力或功。要得到原力或电力，必须要在意识中获得极化。为了让造物者知晓祂自己并通过自由意志的过程拥有经验，意识中的极化出现了。

现在，在理则的原初计划中，如果在意识中的极性足够强有力地出现了，它有可能返回起初思维[12]来完成一个完整的周期。(宇宙)造物用一种周期的方式运转。

你从一个原初的造物者的完全服务自我的概念开始出发，因为没有任何其他东西。在祂细分(自己)并经历了完整的周期之后，如果你在思想中变得足够的纯净以致于如同起初思维那样思考，就有可能返回，与智能无限的起初思维交融为一。

整个造物都是被设计为通过一个巨大的周期来运转，这样你从智能无限开始经历所有的经验之密度，也就是红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫 (密度)，返回与原初的理则交融为一。在第三密度中的某个位置，你通常会，不是有意识地，而是潜意识地，抵达该时点— 在两条途径中选择一条，并仅仅沿着其中一条途径进入第四密度：服务自我或服务他人。

现在，如果你今晚看电视，你将会发现那两条被描述的道路。在历史中的任何的位置 你都能够发现朝向服务自我极化的人和正朝向服务他人极化的人。我给

你们几个例子：耶稣·基督和成吉思汗。你甚至不必去问这两位正在跟随哪一条道路。

重要的事情是，我们现在所处的位置是第三密度的尽头。在第三密度的终点，必需有足够的极化以进入第四密度，不管是朝向服务自我或服务他人。那就是在各个宗教中 收割之概念所源自的位置了。

世界上的各个宗教中有很多很多信息与事物是如何运转有关。所有的信息都是扭曲的(distorted)。在第三密度中不可能得到纯粹的信息，因为在第三密度中没有可用的不带扭曲的语言。我正在告诉你们的每一件事都是多少有些扭曲的，因为我无法使用我们拥有的可用语言来得到这个信息并将它交给你们。[13]

在这星球上所有曾经通过言语而被沟通交流的信息都是扭曲的。所有宗教信仰的信息都是扭曲的。唯一你将得到纯净信息的方式就是藉由沿着完整的周期返回并与创造性意识重新合而为一，那么你将是无扭曲的。因此，这就是为什么扭曲(distortion)这个词语是非常重要的。我们的接触(源头)持续不断地使用扭曲这个词语，你已经被给予的所有信息在某种或另一种程度上都是扭曲的。大多数信息是相当扭曲的。

但是，在这个星球上 可取得的所有宗教的信息都来自于外星。它不是放在盘子里被递过来，在上面写着十诫。它主要是通过心电感应的途径给予。人们要嘛宣讲它、实践它，要嘛将它写下来。这个星球已经通过所谓的宗教的信息被重度地播种很长一段时间了，所有信息都是扭曲的。

一些宗教的信息谈到收割。收割几乎就在这里了。那就是为什么 UFO 的大涌入正在发生。从现在开始不用太多年的时间，这个行星将会完全转换进入第四密度。在那个时点，每一个人都将在演化中开启一个全新体验的阶段。

现在 UFO 做广告，接触的奇异状态 以及为什么大多数人并不知道这一点的原因是，它们非常非常小心谨慎地遵循一的法则的第一变貌，第一变貌说：如果你被给予信息，就必须用这样一种它是无法被证明的方式被给予信息，你听到它就类似你现在正听到它。在这个星球上的人群的唯一可能性就是去使用遍及过去许多个千年时间中 已经被播种的这类信息中的任何信息。接下来，他们就能够自己下定决心，关于要在意识中的哪一条路上极化。一切的重点就是这个。

所有的宗教信仰，所有的哲学，都跟任何事无关，仅仅与向着哪一条道路极化有

关，正号或负号。你们已经被给予 75,000 年的时间来下定决心— 不管是要成为[以我们的说法] 好人或坏人 [轻笑声]。现在，实际上，我们的接触(来源)说到坏人有他的角色，因为他们，和我们每一个人一样，都是受造的，坏人有他们的角色，好人有他们的角色。它们所做的事情是在意识中创造出极化。因此，造物者正在获得行动和思考，造物者正在知晓祂自己。举个例子，你无法为拉克福德私家侦探簿[14]写一个剧本，如果你在意识中没有极化的话。理解吗？

因此，UFOs 现在大量出现在这里的原因是要去通过被播种的信息创造一种更大的意识极化。现在这个演讲就是一粒种子的一小点。它们想要人群去做的 就是下定决心，不管是要负面地极化或正面地极化。

在第三密度中 生命的进程让它自己展现出来。当你死亡的时候，你将在下一次转世中醒来，要嘛在一个正面极化的第四密度行星，要嘛在一个负面极化的第四密度行星，或者在另一个第三密度的行星，好比这一个(,地球)。很可能你将必须做出一个选择，因为这就是第三密度行星的系统性计划。

这里有个测试。如果你回顾某个时刻，你有块三明治，一块不错的，小小的，包好的三明治，你正准备去吃掉那个三明治。也许你可以想象某个你甚至不认识的人走上前说：「我真的很饿。你能给将那块三明治给我一些吗？」

如果你给他一半，你就在对的方向上前进了。但是，为了要在从现在开始一些年之后 进入第四密度，你必须给他较大的一半。那就是全部你得做的事了，给他较大的一半，就是这样。那就是测试了。

现在，根据我们的接触(来源)的话，为了要进入到正面第四密度，需要超出百分

之五十的服务他人的极性。它是一个简单的测试。你(的极性)必须多于百分之五十的服务他人。那就是意识。

现在，为了要毕业进入负面的第四密度，你需要高于百分之九十五的服务自我。为什么有那个差异呢？因为该接触说，如果你考虑到，你可以说，(这里的)异常导向和想法，要成为超出百分之五十的服务他人一点点，和成为百分之九十五的服务自我是一样容易的。那就是切分的位置了。

因此，所有下辈子在负面导向的行星上醒来的人都是至少百分之九十五的服务自我。所有正面极性的人都至少比百分之五十的服务他人多一点点。根据我们的接触(源头)，在中间百分之四十五的范围是那些真正失落的人。那些人真的将会遇到一个问题。好的，它并非是如此大的一个问题。它就是在这类的混乱中 至少(再待)另一个 25,000 年 [15]。

拥有一个肉体的唯一原因，如我们所知的，就是催化剂。我说催化剂的意思是什么呢？催化剂就是你的日常体验，无论什么发生在你身上的事情。不管你和其他人或自己之间的互动都是一个改变你的意识的催化剂。相比十年前的你，你是一个不同的人，对吧？什么引发了那种不同呢？催化剂。如果你没有遇到催化剂，如果你待在你十年前相同的那个房间中，如果没有事情发生，包括从门底下进来的邮件，你会改变一点点，但是相比你由于发生在你身上的每一件事情而改变的程度，它几乎是少很多的。

那真的就是一的法则的第一变貌的部分— 自由意志以这样一种方式运转，你做出选择，在自由意志中，获取经验，通过你的活动 造物者正在知晓祂自己。这就是你通过日常生命在你的思想上产生影响 而在意识中进化。一种意识中的进

化创造极化。极化允许你们进入下一个，容我们说，宇宙的主修教室了，就是第四密度。

这些内容当作一篇科幻小说如何？！

原注

[1] 在我们正在收集和研究的 ET 邦联的信息中，猎户帝国是一个负面极性的存有的联盟，它们组成了「忠诚的反对派」，反对诸如 Ra，Q'uo 以及其他星际邦联成员的正面 UFO 信息。

[2] 根据 Ra 团体，在我们的尘世的智能和世界中不可能有纯正的理解。因此，它们使用了「误称」这个词语。

[3] (该名字)与 Don Elkins 没关系，就是一个巧合。

[4] Bowman 机场是第一个路易斯维尔的机场，它是一个固定基地机场，同时运送货物和旅客。城市增长过快超过了这个靠近闹市区的小机场。Standiford 机场成为了路易斯维尔的固定基地机场，Bowman 机场继续拥有它们自己的飞机和航空服务的飞行员使用，它提供包机服务和飞行训练。

[5] Don 取得了他的机械工程学位，在韩战中的服务花费了他几年的时间。

[6] 一个更合适的模拟是一个玩具陀螺。当它停止旋转并倒下来的时候，它不会自我矫正并重新开始旋转。

[7] Don 指的是我们爱/光研究机构 周日的公开学习与冥想集会，迄今 它仍每周举行。所有人都被邀请。如果对参加一场集会感兴趣，请联系我们并让我们知道你要来。所有感兴趣的寻求者都是受欢迎的。

[8] Don 在这里正谈及 Ra 集会。这些集会是在出神状态中进行。Carla 作为一个管道仅仅在出神状态中才能传导 Ra 的通讯。所有其他通过她为爱/光研究机构进行的传讯都是用一种聚焦但有意识的方式进行。Carla 从来都不知道如何进入到出神状态。而在 Ra 集会期间，她做到了。在出神状态中，一定程度的明确性是有可能的，而这在有意识传讯中是不可能的。

[9] 想要获得更多的关于 Dewey B. Larson 的交互补偿的物理系统(Reciprocal System of Physics)的信息，你可以阅读他的很多书籍。一些书仍在付印。《类星体和脉冲星》是一本很好用来开始的书，因为它在稍稍超过六十页纸的内容中概括了交互补偿系统的基本假设。在因特网上进行搜索也会得到很多好文章。

[10] 分解一下，该公式表示：「速度等于空间除以时间，」它是对空间/时间的数学性表述，或者「速度等于时间除以空间」，它是对于时间/空间的数学性表述。

[11] 我们用肉眼可以看到的光谱是红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫。

[12] 思维和理则是表示相同概念的两个词语。

[13] Elkins 在此正在说，它进行了很多的研究来理解 Ra 通讯的语言。Ra 团体

使用了它创造的新词语和新概念。在一个人能够掌握信息之前，概念必须一个接一个地被解释。

[14] 拉克福德私家侦探簿(Rockford Files)是一出电视剧，主演是 James Garner，他扮演一个私家侦探，追捕所有类型的服务自我导向的坏人。拉克福德，Garner 的角色，是一个带有一副和善笑容的完全好人，他对爸爸很好，并用一种轻松的幽默度过所有的冒险。

[15] Ra 团体说，在第三密度的地球，每隔 25,000 年会有一场较小的收割。因此，如果我们在另一个第三密度的行星重复课程，我们最快能够在服务他人的极性上收割的时间就是在那个周期开始之后的 25,000 年。

***

译者的话: Don 先生在 1981 年的这次演讲是很好的入门数据，个人建议可以同时参考 Secrets ofUFO 的访谈视频: http://tinyurl.com/mzcjyjf 以及近期翻译的 1976 年 L/L 传讯《分开红海》。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed & re-listened by cT.

☆ 第 1912 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十一

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 21

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 9 月 26 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

亚伦：我是亚伦。大家早安。我想要与你们分享的是，在昨天晚上与你们喜悦聚会中 我是多么享受从这个房间所升起的生气蓬勃的能量啊。你们有些人忘记了欢笑也是灵性道路的一部分。我们被请求来帮忙打开这些阴影。在欢笑、喜悦、轻松这些最有效的方式中，欢笑就是其中之一，那种轻松是伴随着深深地分享你们的能量以及对另一个人打开你的内心而生。

我并不知道有什么其他的层面，在那里 存有们会和他们在地球层面上一样多地限制他们的欢乐与他们的光的自然欢乐。这是你们的分离幻象的一部分。因此，作为你们灵性的朋友，感觉你们的喜悦并在其中分享它，这对我们是非常美丽的。

昨晚有许多的问题被提出。虽然我们理解每一个问题对寻求者的重要性，Q'uo、我自己，同时还有我们通过其进行传讯的那些人，我们达成的一致意见是，最好去维持最开始的问题："什么是灵性的道路以及我们如何活出它？"

因为在这些特定的集会中我们的时间不是无限制的，因此我们无法回答在你们每一个人心中的所有问题，将我们自己限制在那些最初吸引你们来到这里的问题上，这感觉起来对这整个团体是最有意义的，因为我们远远没有完全覆盖那个主题。这并不意谓我们认为其他问题是没有价值的，而是我们必须在一个不同的空间/时间中来回答它们。诸如关于死亡与死后发生什么事情之类的问题在周三的夜间集会上是容易被回答的。[1]

-----原注-----

[1] 更多的信息，请洽深泉冥想及灵性探寻中心，3003 沃什特诺大道，二号房，

安阿伯，密西根州，48104。网址：www.deepspring.org

在我脑海中的一个想法是在一场未来的聚会中，不是从一个明确的焦点开始，我们可以作为好奇的寻求者 单纯地带着那些问题聚集在一起。我们就能够探索那条路径了。
接下来，Q'uo 和我首先想要继续从我们对于“灵性的道路是什么 以及我们如何活出它来？”的一些讨论，更多地回到“灵性道路是什么？”的问题，接着回到问题的第二个部分“我们如何活出它呢？”

谈到那些特殊的扭曲和混淆，提供自身作为在你们的生活中的催化剂，我们带着许多宗教上的偏向聚在一起。我们并不是将偏向用作一个负面的词语，我们仅仅是从宗派或信仰的意义上来使用这个词语。一个偏向可以被视为一个弯曲，一个在光的清澈水流中的折射，它是诸如当光击中水流时光造成那种折射，光因为水的质量而被折射，所以它在眼睛看来似乎是在水中有一个弯曲一样。你个人的价值、体验、信念就是作为真光的偏导器而起作用，于是 那道光的表达就会被个体化转变为你自己个人的偏向。

你的宗教派别不应被误认为与一条灵性的道路是同义词，毋宁说，它们是你用来帮助你走在灵性道路上的工具。在这个世界上有数百种不同的宗教信仰。我们不希望偏袒某些宗教信仰高于其他宗教信仰。它们全都是有价值的。甚至于那些已经被视为是负面的宗教信仰以某种方式对寻求者提供了一种价值。

时间的限制使我们无法谈及你们文化中无数的宗教派别，它们与你们也没有关联。在这里我们有一群人，他们的宗教的理解主要是犹太-基督教和佛教的。你们之中有些人已经受到印度教或苏菲教派，受到伊斯兰教、美洲印地安人文化与

信仰的影响。这些都是有价值的。

个我们选择去主要谈及基督教和佛教的原因是这两个宗教的实质能被简化为慈悲与智慧这些特质，让我们甚至不要将前者称为犹太-基督教。这二个宗教信仰的大师在你们的心/意之中已经成为慈悲与智慧的化身了。

假如我们对其他信仰进行研究，我们将会找到其他宗教的溪流。我们将会发现这些信仰在慈悲和智慧的这两个特质中找到某种平衡。犹太教，在其最纯净的形式中，做出了一个非常漂亮的平衡。与智慧的特质相比，印度教更多一些倾向于爱的特质，苏菲信仰也是一样。美洲印地安人的传统达到一个漂亮的平衡。

当我们谈到平衡时，请了解一个平衡无须是 50/50。你们每一个人已经投生转世如此多次了，你因为对你的心最有说服力的事物 而进入你的宗教的偏向中。

慈悲是鸟的一只翅膀，智慧是另一只翅膀。称之为智慧和怜悯心，智慧和爱。没有二只翅膀 鸟无法飞行，然而总有一只翅膀是较强壮的。仅仅透过信心的特质，一个人可以找到自由。仅仅透过精确与精密调音的、觉醒的智慧的质量，一个人可以找到自由。你能否看见 那只鸟用一只翅膀使劲地飞，另一只翅膀至少为了平衡而伸出去？

你的灵性道路把各个途径摆在你面前，在其中 你找到个人的平衡。没有对或错。一个人无法提供这一个菜谱：17％的这种原料，19%的那种原料和 3%这种原料，如此等等。你用什么作前菜呢？太酸的炖菜可能需要更多的糖。太甜的炖菜可能需要更多的柠檬。

所以，你必须知晓自己，知晓你的力量，品味这些力量并且在它们上头发展，但也不必害怕去了解缺乏力量的地方 并乐意于强化这些虚弱的肌肉。一个仅仅加强他的肌肉的跑步者将会在一场比赛中喘不过气来。一个对他的呼吸和肺活量进行锻炼却忽视肌肉的跑者将会遇到腿部的痉挛和无力。然而，一位跑者可能知道她的双腿的巨大优势，而这就是让她在一场比赛中领先的事物了，所以她明智地加强她的肺部，这样当腿部真的猛冲并奋勇向前的时候，肺部就可以经受比赛的考验。

你需要在你自己身上去强化的事情是什么呢？你的弱点是什么呢？去强化对你感觉起来最自然的部份，去强化最深深地吸引你的部份，这总是较为容易的事情。然而我恳求你去察看你的抗拒，对于去强化比较难以强化的东西。

所以，这些仁慈、慈悲、怜悯心的道路是什么呢，智慧的道路是什么呢？在这个周末 我时常谈到关于使用心智去驯服心智 以及使用智慧去驯服心智。当我在这里说到心智时，请记住我不是指大脑，而是指心智/心轮全体。

我想要在这里谈及佛陀和被认识为耶稣的实体，这二位基本老师的故事以及他们的教导。从我自己的内心，从我在那次人生中对这个存有(耶稣)的个人记忆，我已经与你们分享过许多故事，在那次人生中 我是个贫穷的牧羊人而且认识这个在肉身中的存有，我了解他作为老师 深深地影响我的方法。在这些记忆中最主要的是关于他对所有存有的深入仁慈、他深沉的谦卑感以及他不愿意去看见另一个存有受苦的故事；然而他的行为是藉由智慧而被调和。

我已经与你们许多人分享过 在我的妻子去世而我感到心碎之后 不久去拜访他的故事。我当时所是的那个存有 在路上受伤了，我的腿摔断了。我知道他有能力

去治疗它，但是藉由他的智慧 他看到我摔断的腿并不需要治疗。我的心才是需要疗愈的。一开始 我对他生气。我说：“我必须回家。我有小孩和羊需要照料。”“不！”他说：“你的儿子可以照顾羊，你的邻居和家人可以照顾你的孩子。你必须待在这里直到你痊愈了。”在我的无知中，我以为他的意思是直到我的腿痊愈了，我感觉到的是他在保留他的治疗。但我被迫留在那里几个月，我受到深情地照顾，从一个地方被带到一个地方，受到照料而我的灵魂受到滋养，直到我内在那种深深的悲痛已经痊愈，接着我准备好回家并且成为我家人的母亲和父亲。

所以，在他的慈悲中 他不是感情脆弱的。它是藉由智慧而被锻炼的。但他的确进行治愈 因为他无法忍受看见另一个人受苦，当减轻那种受苦在他的力量范围之内的时候。

对于这个故事的平衡是一个关于佛陀的传说。这不是我个人的记忆，而是已经流传到我这里的一个故事，它在佛教故事的文学中是为人们熟知的。一位妇人的年轻孩子死了，因为他是唯一的儿子，她心碎了。佛陀和他的追随者在附近宿营。有些人对她说“他可以帮忙。”所以她将孩子带到佛陀那里说“主啊，你能够使他甦醒吗？”佛陀看着这位死掉的婴孩，仅仅对妇人说“我可以帮你，但首先你必须出去找一种特定的香料 [这种香料在印度那个国家是人们熟悉的]。你必须给我带一小撮这种香料。”妇人说“喔！这个简单。”佛陀说“有一件事情。它必须来自一个还不知道死亡的家庭。”

这位妇人因为她可以帮助这位死掉的儿子的愿景所激励，她走出去并且敲了一扇门。她问道：“我可以要一些这种香料吗？”他们说：“喔，当然可以。”

她说：“但它必须来自于一个还不知道死亡的家庭。”他们说：“抱歉，我们的叔

叔上个月在这里死去了。”她敲开下一扇门。他们说：“当然，你可以拿这种香料。”“但它必须来自于还不知道死亡的一栋房子。你们知道死亡吗？”

这位妇人伤心地说“是的，我们的女儿上星期死在这里。”…“你知道死亡吗?”

“是的”父亲去年死亡了…“是的”祖母三年前死亡了…“是的”婴儿在出生时死亡了…“是的”母亲在生孩子的时候死了…“是的”父亲被淹死了，如此等等，经过一整天，一扇门接着一扇门，直到妇人终于懂了：死亡是生命连续体的一部份。我们无法改变死亡。我们必须对它敞开我们的心并且继续前行。

当夜幕低垂时，她回到佛陀身边，她的泪水干了，她的心打开了。她最后一次抱着她死去的儿子 对他告别。佛陀帮助她将他安葬，在那种情况下 可能是将他火化了。这位妇人接下来授证成为一位佛教的尼姑 并且成为佛陀的一位追随者，那样 透过她新得的智慧 她可以与他人分享。

在这里 什么是“慈悲的”？ 帮助这个妇人结束她的苦难，通过教导她关于生与死的连续体以及紧紧抓住那无法被抓住的事物的苦痛；这是较不慈悲吗？

或许这个孩子的出生以及死亡是单纯地作为献给这个妇人的一个礼物 以帮助她完成这个学习。我们是谁 能够对这件事情做评判呢？

我想要你去看见的是，慈悲的道路包含智慧，而智慧的道路包含慈悲。然而，每一条道路都会在一个方向或另一个方向上占有优势。你们这些受到吸引，将基督作为你的灵性大师的人更直接地被慈爱、慈悲、宽恕这些教导所吸引。

那些比较被吸引将佛陀作为你的灵性大师的人 被这些藉由慈悲所锻炼的智慧教导所吸引。

在你们自己的生活中 这意谓着什么呢？因为你们每一个人拥有优点和缺点，执着于你的优点 接着隐藏缺点 并由此丧失了去丰富你自己并扩展你的道路的机会，这是容易的。在仅仅只有对智慧的坚定遵从而没有藉由慈悲和同情心而被锻炼的地方，会有对那种慈悲的某种恐惧，会有对于让你的心为你说话并且去跟随那心的低语的信息的某种恐惧吗？在仅仅遵从心的教导的地方，会有某种对于假如一个人进入智慧中，他将也会进入观念性的心智支配之中的恐惧吗？该心智是一种认识，即头脑无法引领的一个觉察，头脑只是一个工具。

或许有时你摆荡到相反的极端，某个在前世已经误用头脑而且遵循头脑的支配的人，当你要呐喊出内心的讯息时，你现在已经对于做这件事情变得如此小心翼翼以致于你已经摆荡到相反的极端，反之亦然。

在你作为人类的存在的完整性之中，你被赋予这个美丽的心智/心轮组合。它们是一体的，它们不是二个事物。你同时被赋予深入的智慧和去爱的能力。

容我们挑战你 去为自己找到适当的平衡并且去看看恐惧在哪里阻塞了那个平衡呢？

我想要去扩展这次心轮/心智，智慧/怜悯的谈话，藉由更深入一点地谈谈关于它们的相对练习与终极练习，谈谈关于进入它们两者的交叉点。这个交叉点并不是完全等同于智慧和爱的交叉点。所有的相对练习不是心的练习，而所有的终极练习不是智慧的练习。它们同时是这二者的一个混合。但我想要确认你们理解我的

意思— 相对练习对应终极练习。

你们正面对着遍布你的世界的巨大苦难。你们这些察觉到并开放心轮的人对准围绕在你们周围的苦难，并拥有深深的渴望去工作以减轻那种苦难：这些挨饿的人或无家可归的人或遭受严重疾病或困苦的人的苦难；地球的苦难— 被污染的河流和湖泊，垂死的森林，植物和动物的物种遭受危险且濒临灭绝。

你知道你必须保持你的内心对这种苦难的开放并且用无论什么你可以去减轻苦难的方式来进行工作。所以你被卷入到了这些相对的练习中，它们同时包括诸如冥想和祈祷之类的灵性练习，以及诸如志愿将你时间奉献给帮助他人之类的准-灵性练习。当我说“准” *的时候，我的意思并不是，它是在任何方面较少灵性的练习，我只有说一个是向内的，而一个是向外扩展能量进入该世界中。

它们同时都是重要的。除非一个人深深地进入冥想的空间，在其中 他认出在行动中，在奉献他的能量之中，自我的空无性，(否则)他可能藉由他去帮助他人的工作来巩固自我，因为那儿有了一位行动者和一位接受者。假如我正在帮助你，那么我们是分离的。只要我们还是分离的，我能不能服务你，在不尝试去修正你，在没有任何执着要修正你的情况下？
(*编注：原文为 quasi-)

它是内在的练习，特别是冥想，它帮助刺穿那个坚固的我，它带入智慧的面向，在终极的层面上，真的没有行动者或接受者，真的没有需要被完成的事情。这个面向刺穿并且在没有帮助者或接受者的情况下 允许帮助被给予。

帮助者的获益不是和接受者的获益一样多吗？假如我正在挨饿而你给我食物，当

然你拯救了我的生命，而我接受你的礼物 给予了你什么？只要你还视自己为修正者，你就固化了小我并且阻止你进入智慧的深处。或者你是那种存有，带着深深的智慧与一颗封闭的心 而否定在相对层面上的苦难之实相？

能够有平衡吗？

在对业力有着深入信仰的亚洲传统中，流传有孩子在一艘船上落水而他们不会游泳的故事。没有人伸出一只手去帮助他们。该教导单纯地是“这是他们的业力”。他们挣扎、呐喊并淹死了。什么样的心房封闭的存有可以允许这样的苦难？在这里发生的否认是什么？

终极而言，我们不必为另一个人负责任，因为没有另一个人。我们全是一。

但智慧-心智同时看见了我们全部总是要为这个一负责；假如这个一的某个延伸正在溺水，那么它自己的手必须伸出去拯救它。智慧必须一直藉由怜悯心被锻炼。怜悯心必须一直被智慧所深化。

你自己在这里的偏向是什么呢？为了最佳地活在这个十字架[由智慧和慈悲、爱-心智和智慧-心智、相对实相和终极实相构成]的中心，你最需要在什么方向去打开自己呢？将它视为一个十字架，在它的交会点上有个小圆圈。你可以在十字架上水平轴或垂直轴上歇息，不过你能够将自己保持在那个圆圈之中吗？

我最亲爱的朋友们，我感谢你们对于这个主题给出的想法，并且挑战你们自己，关于你们如何才能安住在那个圆圈之中。我现在传麦克风给我的兄弟/姐妹，挚爱的朋友，Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候你们。这是个大大的祝福，获得允许将我们的振动与你们的振动调和起来 以及被请求与你们分享我们的想法。一如既往，我们请求我们的话语承受你们个人辨别力的筛选，因为我们时常在错误中，而且不会将我们自己呈现为任何最终的权威，而仅仅是那些具有相对更多经验的实体。

如同亚伦实体已经说过的，在一个人内在组成是如何配置的方面，建立一种自我觉知是好的。不论是比较受到内心的途径的召唤或受到智慧的途径的召唤，每一条途径都可以被采用。每一条途径时常与另一条途径交会。它们之间的不同就是一个硬币的二面；关于这枚硬币，一个人无法拥有太多。不过，每一天

其供给都是崭新无限的，它在无限智能之中是刚刚锻造好的，并藉由圣灵的恩典之手 被自由地撒入到每一个清醒的意识中。

你们对于这种爱与智慧的玛哪(manna)的需求 由于降临在第三密度中的人们身上的罩纱的环境而产生的需求，这种罩纱将每一位寻求者留在一个相对黑暗并且被隐约照亮的环境之中，这就是所称的死亡之阴影了。然而，内在的灵性仍旧处于月光照耀之下，灵性的道路是这样一条道路，在这条道路上 美德必须被小心谨慎地，彻底地且带着极大的耐心，凭直觉探查出来。这不是毫无计划的，而是被明确指定的情况。因为在杂乱无章的日常世界中，你正在其中享受体验的世界，天真熟睡的孩子们依旧在玩耍，它们尚未觉醒于信心与服务之呼唤的美丽和奥秘。

会有一个时期，在每一个寻求者内在之中周期性地不断重现，在那段时期，寻求

者陷入一种主要的觉知，对于该原型上觉醒心智的月光照耀的景象之觉察；它同时是心和意。这些是荒漠的时期。在这些时期，痛苦可能看起来如此地巨大 以致于没有疗愈或救赎转为清白的可能性。然而这些是荒漠的沙子，它们冲刷掉苦难，恰恰就是这困难使寻求者陷入这个时期。往下走进入黑暗，进入灵性死亡的经验中，进入深刻且突然的死亡、缓慢与隐密的死亡经验中— 这些经验是丰饶的，不仅仅在痛苦中，也在新生的肥沃中。

开悟始于这个所谓的灵魂暗夜。当你，觉醒的寻求者，穿越这个月光照耀的时间之际，你用如此的精确性离开或开始这个过程 以便于你最为珍爱的渴望可以被追随。当你从这深深的黑暗中浮现出来时，你的崭新与蜕变了的存有可以看见更多的光、更多的美、更多的意义以及更多的爱。接下来阳光再次是你的，因为你是崭新与天真的小孩，你与兄弟姐妹们去打赌、嘻笑、欢庆的时间到了。没有一种灵性的基调，没有一种最佳的情境；毋宁是，该道路蜿蜒进入最光亮的与最深沉的黑暗中，进入最喜悦与日益增加的智慧中，进入最深刻与忧伤的未知中。

你已经是永恒的 而你将是永恒的；然而，不是你，而是爱将你— 爱的火花— 送出，进入具体化，这样，藉由你自己奇特与独一无二的各种变貌，你可以体验和处理那个经验，创造你独特的美丽，你独特经验之收割。当造物者收集越来越多的体验进入他自己，变得越来越丰富地知晓他自己的时候，那么 造物者是多么丰富呀！ 你无法走离灵性的道路，因为所有的体验将被感激地搜集起来，藉由寻求知晓自己的太一无限造物主。

此时，我们想要转移麦克风给名为亚伦的实体。我们是 Q'uo。

（小组暂停并且加入一起唱歌）

亚伦：我是亚伦。我想要现在处理昨晚被提出的一些问题，特别是有关于这个地球层面的催化剂的问题以及“我们如何带着爱走这条道路？”。

这里有二个不同的主题，一个主题是“什么是爱 而什么是恐惧？”假如已经判定了什么是爱，那么我们如何选择爱呢？即使我们认出它是恐惧，什么将我们推入恐惧的扭曲中呢？

当感觉到压倒性的恐惧时，你无法“应该”自己，强迫自己采取爱的道路。你会去防卫自己，这对人类是自然而然的，而这样的防卫是如此经常地被认为是一个恐惧的行动。然而因为对自己的关心而行动也可以是一个爱的行动。因此问题不是你所做什么事，问题是："在那些行为或言语的背后 主要的力量是什么？" 当你聚焦在已经存在的爱之动机上的时候，它们将会在行动中被映射出来。

结果不能为使用力量的方法辩护。假如我们将要去选择爱，我们必须始终如一。当没有恐惧时，爱对你是自然而然 并且会变得显而易见。你无须在自己身上创造爱。它已经在这里了。恐惧阻碍了爱。那么，我们不是注视着恐惧和爱这二条道路并说：“我将会选择爱”，即使我们吓得直打哆嗦，毋宁，我们说“这个恐惧是什么呢？”并且深情地照料恐惧，于是它消溶了，接下来爱是自然而然的并且是开放的。我不是说，去选择爱不需要付出勇气和决心、奉献与能量，我们的建议是，没有强迫被包含在其中，只是一个爱的热望。

那么，你必须开始看见你真正是谁，看见恐惧是个幻象，藉由你实在的本质 你是爱。当你刺穿恐惧的幻象时，它会自我-毁灭 如同一颗汽球被一只箭刺穿，这只箭具备穿透性的觉察，每一次恐惧显现时 它看见恐惧的幻象，并且坚定地拒

绝陷入与恐惧的对话之中；然而不是鄙视那个恐惧 而是对它的存在致敬鞠躬，对它微笑，却不必停留其中。

所以，我们如何有技巧地进行这项工作呢？有许多我们可以查看的可能领域，而我们需要数周来探索它的全部：关系、工作以及所有你的生命引领你穿过的各种道路。

我更喜欢沿着人际关系的路线 查看那些扭曲了你的清晰视野的基本情绪，这些路线是：工作、家庭、学习、宗教追寻等等，注视二个具体的情绪，它们似乎提供最大程度的扭曲，并且谈谈你如何可以更有技巧地与这些(情绪)工作。

让我从你有一个广阔的情绪范围开始说起，而它们基本上可以被分类为恐惧和爱。在恐惧中 有二个基本的恐惧类型：你将会被伤害与你的需求将不会被满足。对于你可能会被伤害的恐惧引发了对于可能会伤害你的东西的愤怒情绪。这是一种防御。对于你的需求可能不会被满足的恐惧引发了贪婪的情绪，有时候会被视为嫉妒或对愤怒和渴望的紧握不放，这二者都是恐惧的衍生物。当然，有许多其他的情绪，而它们每一个可以适用在不同的地方。悲伤是爱和恐惧的一个混合体— 对于你的需求将不会满足的恐惧，以及对于经由这个损失你将会被伤害的恐惧— 也是一种深深的忧伤感，源自对已失去的东西的爱。悲伤的一个部份不是恐惧，而是你的爱的深度的一个表达。它不是通过希望紧握不放来显化其自身，相反，它是喜悦的深度的一种表达，这喜悦看起来是与失去的事物连接在一起的。所以，这里我们想要小心谨慎不去过于严格地分类，不去简单地说：“这个是爱；这个是恐惧。”一直都会有这二者的一个混合。

另一种类型的情绪，一种我们已经在这里讨论过了，关于它 我们拥有书面的问

题，它是无价值感。这个情绪同样也是恐惧和爱的某种混合。我们被问到：“无价值感是遗传性的？”不是。然而，它通过一种不同的方式是可继承的。容我们说，它受到文化的制约，它在你们的社会是尤其普遍的。去年，在印度有一场西方佛教老师们与达赖喇嘛的集会。其中一位老师分享这个故事：小组成员围着桌子坐着，而一位老师问道“对于那些瞧不起他们自己的人，那些真的觉得自己是无价值的和不够格的人，你觉得他们如何？”
[请记住 这些人全部都是西方的老师，在那里 唯一的东方人是达赖喇嘛和他的助理。]

达赖喇嘛有一点迷惑不解。他说“你是指在心理诊所里的人们？”

教师群转过身来彼此对看，这个提出问题的人说：“不，这些人正围绕这张桌子坐着。”

你们许多的无价值感受到文化的制约。一个人需要去问为什么，不只问：“为什么它会发生在这个文化中？”还要问：“为什么你选择投生进入到这一个文化—被制约进入无价值的扭曲？”

什么是有价值或无价值呢？你是神圣的。你怎么可能是无价值的？也许偶尔没有技巧，害怕或愤怒，你的心智偶尔会有点愚钝并为你自己制造出幻象的边界—但无价值？这个故事是从哪里来的？

另一方面，一个人也可能问：“假如没有诸如无价值之类的东西，怎么会有诸如有价值之类的东西呢？”没有二元性。可能有一个而没有另一个吗？终极而言，同样有价值也不存在。有价值是一个无意义的概念，因为所有的存在都是有价值

的。它只是你的二元性的观念性心智，它用彼此平衡的方式创造有价值和无价值的观念，并将你自己归类到一个或另一个范围 而将其他存有们归类到一个或另一个范围，通常，你会将自己归类于无价值的范畴 而将所有其他人都归类于有价值的范畴。

你是如何进入这种被扭曲的幻象模式之中呢？为什么？让我们探讨在它背后的一些理由，作为一种方式，或许，提供某个自由的形式 离开幻象的束缚。

这个圈子里的所有人都是老灵魂，你们这些老灵魂对于神性有一个非常清晰的理解— 关于完美的、无限制的光，你可以称之为永恒、绝对、或神(God)，或 Q'uo 的措辞，太一无限造物主。你称呼它为什么都没有关系。名字仅仅是一个标签，它无法被我们给予的标签所限制。对于那个我更喜欢简单地标记为神的事物，我们每个人对它的意思都拥有一种理解。

在这灵魂的暗夜中，我们看见那种能量的完美，我们看见自己似乎无用的尝试，想去反映那个完美。我们绝望了。出于那种绝望 升起一种无价值感。

我们感到绝望 为了我们绝不能完全地与那道光和爱[我们为之如此深深地渴望]融合在一起。我们绝望 出自于我们自我-感知的限制和我们没有能力去超越这些限制的恐惧，于是一种无价值感表面上几乎成为我们道路的一个必要部份。为什么？

是的，在终极的层面，没有无价值或有价值，从来没有过。在相对的层面，你必须甦醒去知道你的价值。一项对于学习最有帮助的工具就是感觉到无价值的痛苦。

在此，我正在问芭芭拉 我是否多少可以将她用作一个范例。有一次，她在一次冥想静修中花费了数星期的时间，在这期间 她正在注视自己内在残留的无价值的感觉。当一个想法升起时，我请求她使用 这个我昨天已经向你们介绍过的分析性方法。例如，单纯地看着坐在她身边的那个沉浸于冥想中的存有，她自己的无价值之念头的升起。

在这次静修中，有许多资深的佛法(dharma)老师，我意指的是，在她的传统中经验非常丰富的老师们。所以，刚开始的几天，当她坐在这些有名的老师旁边的时候，在她的脑海升起了一种比较自己的感觉。接着她会注视那个想法“这个想法是什么？它来自哪里呢？这是来自我旧有-心智的无价值的模式。”

接下来，我会请她问自己“在这个时刻 正坐在这里的所有人，在这个房间的所有的人，我们全部七十个人，在这里 有任何人是无价值的吗？没有。我是无价值的吗？不。我曾经是无价值的？
不。那么这样一种无价值感的升起是什么呢？”

藉由询问那个问题，她可以理解它是旧有-心智处理一种分离感或孤独感的方式，也许是因为她听不见或其他的不舒服而升起的一种愤怒，或许它是旧有-心智向自我解释的一种方式。它是一种与痛苦打交道的方式，心智的一个故事，似乎将她从对某些痛苦的直接体验中分开。她可以看见，相比去注视对痛苦的觉察，单纯地穿上”无价值”的斗蓬是更加舒服的。有一个事物，与之相处是比无价值感更令人痛苦，而无价值感成为了对那个事物一种逃避。每一次她在那一刻中注视那一点的时候，每一次她带着赤裸裸的感知查看在那一刻体验到的感觉时，她都会清晰地看到，无价值是幻象。然而，无价值感在她面前就像一个巨大的深

渊一样裂开了。

当她查看时，她可以识别出在过去世和这一世中 她已经数百万次地上演那个过程。她开始将这个过程视为是一块光秃秃的平原，只是轻微地倾斜，一滴雨落在上面。无法渗透入地面的一滴雨水流走了，在地面上产生了极小的刻痕。下一滴掉落在那个痕迹附近的区域 流入那个刻痕之中，更深一点地刻蚀了它。十滴雨水落下 而你有八分之一英吋的地面被磨损了… 一千滴雨，一百万滴雨水(形成)：一条河流，最终，大峡谷。

不过这全部都是幻象，一个藉由每一次相信幻象而被增强的幻象。当它被清楚地视为是幻象时— 即从未有过有过无价值感，在这一刻 也没有无价值感，而这个清楚看见的过程不是一小时或一天的过程，而是一星期接着一星期 深度冥想的过程，以及这静修的期间 持续不断的正念(mindfulness)过程——突然间 某个东西豁然开朗了：“这全是幻象。从来没有无价值或有价值。我再也不需要陷入这种状态了。它只是习惯，它跟实相无关。”有技巧或无技巧：这可能与实相有关。耐心或没耐心，自私或大方：这些特质可以反应我们心中的实际行动，然而它们是无价值吗？

你必须一遍、一遍再一遍地与这个过程工作，每一次都刺穿无价值的幻象并看见它如何升起。在与这些无价值已经伪装起来的情绪方面，必须要有一种勇敢的准备就绪。[我将马上进入那个观念] 必须要有一种对于放弃无价值感的准备就绪，这意谓着去碰触那种无价值已经隐藏起来的更深痛苦。它的奖赏是一种觉察：没有无价值或有价值，只有神。

那么，在芭芭拉身上发生的事情是，当智慧刺穿幻象时，当慈悲调和那种已经导

致对幻象紧握不放的痛苦时，有价值和无价值的想法单纯地停止升起了。该习惯被打破了。

我不是说她绝不会再一次体验一种无价值感。而是在她离开那个静修之后，每一次无价值的那种感觉升起时，它立刻被清楚地看到 为幻象，接着自我-解放… 碰！气球破掉了，因此，她能够再次回到那种超越有价值和无价值的清晰感知，接着去询问："什么情绪引起这种幻象？"接着 深情地照料那些情绪。

接下来，让我们看看无价值感会伪装成什么事物。有许多种可能性 而我无法涵盖所有的范围。我想要谈论两种最为普遍的，一种主要导致你们许多人进入一种无价值感的催化剂是：在你们的早期童年 父母的忽视或其他的虐待。这不需要是极度的虐待。甚至，被疼爱的婴儿在凌晨三点钟被一位温怒的母亲所问候。父母可能会带着爱问候他，将他擦干，喂他食物； 父母也可能会在打呵欠中绊倒，感到一阵深深的恼怒，因为他是精疲力竭的 而他的睡眠被打断了；婴儿可能感觉到这两者的差异。在那个时刻，婴儿将会感受到爱的中断。当婴儿感觉到导向他的恼怒时，婴儿经常会回报一种愤怒感。

所以，我们不只谈论你们所称的虐待，而是谈论伴随着婴儿或孩子的愤怒所发生的扭曲。小孩是无助的而且完全地依赖大人。他需要与抚育他的大人形成一个爱的连结，不论是单方面或是双方面的连结。他很早就学会了 当他带着愤怒回应大人时，这位大人会带着愤怒做出反应，而大人通常较不会充分察觉到他自己的反应。

回到孩子这边：他需要被爱。这是他超越一切的需要。所以，他快速地拾起这讯息"我要做什么事情才能被爱呢？假如我玩你的游戏，你将会爱我吗？"

这个游戏在每一个家庭中都是不同的。在比较糟的情况中，小孩必须让自己成为一位真正的受虐者，他可以做到这点的唯一方式是否定自己的愤怒。他了解到自己的狂怒是与他超越一切的被爱的需要背道而驰。他如何处理那个狂怒呢？假如小孩是对的并且表达那个狂怒时，就将他自己抛掷到大人接纳范围之外了；因此，大人一定是对的。

无价值变成工具，藉此一个孩子压抑了狂怒。他告诉自己“这个虐待是我应得的。”因为另一种选择是无法想象的：“我不应得这种虐待，因此，大人是错的而我必须反驳这个大人 将我自己放在他的接纳和爱的范围之外。" 这孩子单纯地缺乏那么做的气力。

所以，无价值变成抵御愤怒的盔甲。甚至在这些非-虐待的例子中，相同的模式是真的，但更难去看见。小孩的确对于那位大人感到愤怒 而通常不被允许表达那个愤怒。他被告知：“你的愤怒是不好的。”这就是你们的文化模式与文化扭曲。

那么，当你正感觉到无价值时，与那无价值感工作的一个有帮助的工具是单纯地问自己：“假如我不是感觉到无价值，那么现在我可以感觉到什么？我可以给自己许可去与那个情绪取得联系吗？我可以原谅自己因为感觉到那个情绪吗？我无需对他人抛出我的狂怒 而且我无需否认它。假如我被严重地虐待 而我对那件事情感到狂怒，去感觉那个狂怒是 OK 的。它不是非灵性的。它只是感到狂怒而已。”

你无法藉由否认愤怒的存在而摆脱掉愤怒。对你的情绪的开放入场许可就是允许自己去超越这些情绪 并且停止你对它们的所有权以及停止与他们认同的开始，

去开始单纯地观看它们如同飘过的浮云，并不需要特殊的反应，只有对它们引发的痛苦的怜悯心。

假如你不是被严重的虐待过，你可能会因为其他原因而学习到无价值感。或许被一种非常批判型的父母亲抚养长大，他们总是说着“这个是坏的；那个是坏的。”嗯，这就是虐待的一个类型，它比起性骚扰或殴打或许是较不严重的，但依旧是一种虐待的类型。或者你被一位非-批判型的父母亲深情地抚养长大，不过依旧有愤怒和对于那种愤怒的羞愧。

一种无价值感的升起的另一个原因是那种恐惧：“我的需求将被满足吗？”，这恐惧与以下因素组队合作：小我的固化、嫉妒或贪婪的升起，以及当一个人体验那种嫉妒或贪婪时升起的严厉之自我批判。

这个也是从大人身上学习到的，他们说“你不该是自私的。你应该分享。”这里有任何人 在身为孩子时没有听过这些话呢？是的，当然，假如我们全部都可以分享，这是好的。但强加在孩子身上说：“你不应该是自私的”，这就是去告诉孩子 他的感觉是不好的。假如睿智的大人可以告诉孩子：“我知道你害怕你的需求将不会被满足。我知道你对于给出这个东西感到愤怒与恐惧。”这就会好得多了。接着，孩子可以带着那种支持 做出决定去超越他的恐惧，无须批判自己的恐惧。

不过这一直不是你们文化的模式。再一次，为什么？因为你们已经全部选择这种无价值感作为一个你们成长的催化剂。你们已经全部选择出生 进入这个文化并且进入其特定的扭曲中。你选择出生的环境，它将提供你最佳的学习机会。你不是为了舒适和自在而选择投生的状况。是，它是痛苦的。所以，还有甚么是新的

呢？你是来这里学习的吗，或者你不是来这里学习？你不是投生来不去感觉情绪，而是来找到对这些情绪的平静，并对所有拥有这些情绪的存有找到怜悯心。

与其和你已进入其中的那些投生体验发动战争，你可以开始去拥抱它们吗？它们不是要被去除的垃圾。它们或许是废料，要被转化成肥料并变成生长之滋养物；不是垃圾而是堆肥。你如何可以使你的无价值感成为堆肥而不是试图去丢掉它呢？你如何能够转化你的愤怒，使得它变成怜悯心的催化剂？

所以，你已经听过父母或大人一遍又一遍地说“你应该分享。你应该不要贪婪。”但贪婪升起了，渴望升起了。这里就是我们再度转向冥想的工具以及转向滋养智慧-心智的位置了，开始去看见贪婪和渴望是如何升起的，从而切断将贪婪或渴望当作是“我的”的认同感，允许它们升起和消失 而不会老是想着它们或拥有它们。对于继续被困在贪婪或嫉妒的模式的那个人，这种智慧变成了升起的怜悯心的一个滋养物，这样，你停止在那些情绪升起的时候去怨恨你自己。它们停止去成为无价值的一个催化剂，而是成为怜悯心的一个提醒。

我可以和在这个房间里的你们每个人谈论一个小时或更长时间，关于这些原则如何应用于你们的具体情况。当然，我们没有时间如此做，也没有必要如此做。你们每一位十分有能力为了自己而理解它。请了解在这个工作上，你是如何全然地被支援的。它真的是你为之而生的工作，而它将会引领你到达你为之而生的事物的疗愈。现在，我要传递麦克风给 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。在爱与光中 再次地问候大家。此时，我们请求你们的合作。

（小组成员被要求大喊：“哈！哈！哈！”）

小组成员：哈！哈！哈！

我们为能量的瞬间提升而感谢每一个人。你们称为大脑的器官是如何工作的呢，你是如此渴望为了你的灵性上的益处而工作它。我们已经将内在的光之意识的诞生描绘为小小的基督婴孩，它在你内心的马槽中被抚养着。现在让我们使用其他描述的方式来描述这个相同的情况。

计算机的类比也是富有成效的。你看，你不是一个生命形态，而是二种生命形态，它们合作提供了这次你称为的投生的丰富体验。第一个受造物是你的肉体载具。这个用本能的方式被驱动的生物与一切万有合一，因为它是第二密度的存有。你的肉体载具的每一个细胞都与无限太一的爱与光一同振动，而它本能的渴望是所有能量都协调一致。

这个生物逻辑智力上的器官藉由辨别而被驱动，它的基础程序非常类似二进制作业系统的 0：1 以及在各个特征之间的动力关系。你可以将头脑了解为生物的计算机，拥有它的优先级。这些优先级被内在的计算机固定，它们以经验为基础。在冲击身体感知的催化剂的全部范围内，或许这些感官印象中 2%会首先被使用。这些已经被列为优先事项的感官印象与生存、舒适以及最终可以松散地被称为偏好或快乐的事物有关。当你你获得经验的时候，这些优先级可能会确立下来或某种程度上发生改变；然而，它们依旧受到逻辑的驱动。

你的内在之中携带着可以被称为作业系统的东西，它仅仅在扩展的记忆上运作。比起你的第二密度的生物计算机的作业系统，它的程序是更深入的。这个作业系统的程序内部存在着原型架构，它仅仅在正常的生物计算机中一闪而过，就像一

个如此容易被错过的旋律 萦绕在心头一样。然而在这个扩展的作业系统的程序的内在 存在着真理以及虚拟的重新编程的辅助，相比在你越来越不情愿的自我之内用来激励生命的所有最认真的学习和努力，这种辅助在重新调整生物计算器的优先级方面是远远更加有效的。

现在，如何去触发[这个器皿将会说开机]这个扩展的作业系统呢？你们每一个人都知道答案。它藉由你的冥想和沉思而被触发。关键是静默。

出自你称为时间的太过珍稀的材料，我们请求每个人开始觉察到 你渴求为自己留下静默时刻的珍贵。的确，创造出这些触及静默聆听的深不可测的水井之时刻，这就是对自我的爱，无法衡量的光倾泻到这口水井中，而你可以从这口水井啜饮 直到你不再口渴。

这扩展记忆的礼物同时是独一无二与完全私密的，它表达了你最深的真实性而且是完全非个人的，因为就在你独特性之下的一点点的位置 就蕴含着你的普遍性。这就是你现在去寻求去抚育的第二种生命形式，而它现在正寻求抚育你，因为甚至从这个摇篮中，那个基督婴孩都伸出手并且爱你，因为造物主首先爱了。你们对任何一个实体的爱，包括对造物主的爱，都是一种反射— 爱在爱中被反射。

这个婴儿的意识如何喜爱 去爱呢。那么，让你内心的摇篮变得柔软并让你的呼吸加深，同时你轻轻摇动这个意识并使之成为内在之中越来越精力充沛的生命。

这个存有与第二密度的造物结合甚至与之融合而产生出这个独特的存有—人类—它同时属于大地[出生与死亡]和宇宙[永远地被爱与爱]。这个不太可能的结合体非

常适于观察一生并把你穿越那一生当中所接收到的印象 分配给越来越有意义的价值。

这个生物计算机是非常有用的：在走进杂货店时，处理差事时，在成为一位学者时，在提供你必要的知识以便于开始谋生并继续下去 以及照料你已选择去承担的个人责任之际。同时间，这个生物计算机接收到的各种感官印象，对于一个已经觉察到[已经你的肉体之中跃然而生的]扩展的基督意识的人，它们在扩展性方面也是有用的；于是，你也成了一个完整的灵性动物。甚至在肉体之中，这个超然存在也是全然完整的。对于藉由逻辑运行的系统是有限的能量，随着更大的系统被越来越多地存取，成为无限的(能量)，直到它上升而且完全地运作，被充分地整合进入该生物计算机。

除了静默的运用之外，我们鼓励每一个人检视自己来找到它的礼物，不论这些礼物是艺术或科学或任何无论什么礼物。因为对于那些将其礼物奉献给无限太一的人们，在他们身上 一切事物都是可以用于灵性的良善面。

最后，当这个扩展的系统在内在变得舒适，当事物开始以新的优先级被看见时，那漫长且平坦的日常生活之平原 可以开始通过越来越多的一种高举与喜悦姿态而被越来越强烈地感知，直到这片平坦的平原变成充满丘陵和令人惊叹的崎岖山脉，它们是如此有趣，对于疲惫的眼睛 它是如此令人放松。走进受僱工作的地方，工作一整天之后，回家做家务，接着让疲惫的自我躺下休息，这对于在这个房间中的所有的人都是好的，你需要在这个过程之中去创造对于天堂的准确感知，伴随着他所有的光辉屋子和宅院。

这里是高度的浪漫 也是最大的困难。这里是无法表达之光 也是灵性的月光。当

你走在日常生活的道路时，你就可以沿着感知的刻度上下移动，当你开始去找到那种逻辑的纯粹自由时，它超越分别 越来越多地参与爱的价值，于是你的移动变得越来越轻松了。

我们会在(今年)最后一场集会*更多地谈论这个主题。现在，我们在太一无限造物主的爱与光中离开这个器皿。
(*编注：即 Aaron/Q'uo 对话之 22)

Translated by M.D.
(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 1913 章集：赢得自我

Copyright © 2008 L/L Research
周六冥想
2008 年五月 24 日
团队问题：（G 朗读）我们所引述的问题是：「有这样一个短语『赢得自我』，另一种说法是『知晓并接纳自我』。」
是否有一个相似的过程在那呼求中发生？
渴望爱的自我的那些部分获得力量，这样就可以产生更多的呼求、更多的渴望，直到自我内在的阻力平方被战胜？
L/L <wbr>Research 赢得自我

(Carla 传讯)

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为他的服务中，我们今天来到你们中间。感谢你们呼唤我们来到你们的寻求圈。回应你们的呼唤是我们的荣幸和快乐。我们很高兴与你们分享我们的简陋想法。然而，一如既往地，当你们在自己的灵性过程中前进时，我们请求你们在从我们的想法中选择捡起某些想法并将某些想法留在后面时 使用你们的分辨力。如果你们留心使用分辨力，那么我们就可以感觉更加自由地去提供我们的想法。我们感谢你们这方面的考虑。

今天你们问 关于知晓自我和接纳自我的过程，或者如 G 实体提出的，赢得自我。你们想知道是否有一个主导的倍增过程，因此当这样过程发生时，能量就会变得更强，自我就会更快地被收集起来进入太一无限造物者的爱与光。

肯定地，我的兄弟，在这样的推测中是有真理的。然而，认为当你更多地工作的时候会有一个倍增效应，这并不是将自我收集进入开放之心的精确过程。我们将在稍后回到这个观点，因为这里确实有一个在起作用的倍增效果。只是它与你的询问多少有点不同。

目前，让我们查看这个知晓自我和接纳自我的过程。我们会承认 要完全地知晓自我是不可能的。
只有在造物的八度音程的第七密度 开始渐渐融入无时性，心/身/灵成为一个心/身/灵全体的位置，自我才会被完全地知晓。这种心/身/灵全体将其神秘的、一直变动的信息提供给第六密度中期的自我，并允许自我的第六密度版本成为高我，接着 提供给第三密度的投生的实体 作为一个有益的信息和指导的源头。

然而，来自高我的心/身/灵的礼物并不具备一个明确的、有限结构的性质或一个

装东西的盒子。就如同所有实体一样，它充满神秘和悖论，因为实体们在无限造物者的影像之中，而无限造物者的本性富含神秘与悖论。这就是为什么我们无法说在一个人更好地知晓自己时 会有一个精确的倍增效果。因为那个工作是永远都不会被完成的。

确实，今晚 和你们谈话的我们感觉到，完整地表述我们自己的本性是我们无法胜任的挑战。然而，对允许自我定义的问题固有于我们的振动或菁华中，我们已经对此感到满意。

我们必须要建议的是一个关于周期的讨论，它是灵性寻求者的一个不可避免的部分，以及在那些周期与自我的中心菁华之间的动力学，非常明确地，该中心菁华并没有将自我所有的片段都收集起来，不过，它对于自我非常、非常重要；那是自我当中拥有焦点的部分。

或许你已经注意到，在你寻求太一造物者的爱与光之际 伴随的焦点的数量会有变化。在某些时点，有一种清楚和清晰的感觉，属于全然的渴望；并且一心一意地寻求知晓造物的真理，同时处在太一无限造物者的临在之圣幕中。在其他时候，说那些相同的言语是有可能的，然而却无法感觉到渴望的强度，因为你已经失去了焦点。

我们将谈到的周期有好几个。第一个是在道路上的新手和接下来在道路上 更有经验的实体的周期。它以一种无法预测而且相当缓慢的方式循环，因为一旦寻求者觉醒并走上他的灵性演化的道路，并不知道什么时候第一波的激动会逐渐消失。

初始的激动和那种美妙的感觉是你拥有的具有巨大价值的珍宝，它可能会持续几年、几个月或几个星期。然而，不可避免地，在你自己和那寻求造物者的无限可能性之间的蜜月期会逐渐消失，对于那些曾经让你感动得几乎要落泪的理想，可能就只是口头上的支持了。

这就好像有时 你的能量体是一条奔涌向前的溪流，而在其他时候，却是一个干枯的河床。你看着那个激流涌进、水沫飞扬的地方。而在所有水都流走的地方之下，它是干旱而破裂的，你正处于自己的灵性进程的一个旱季。

在那些干旱的时刻，希望去赢得自我的寻求者在他的内在拥有一个巨大的资源，那就是他的意志。一个知晓他是有力量的实体的意志能够战胜任何自我内在的阻碍，那意志的机能是被记忆所喂养的，那记忆属于当自我被提升和事物是非常清晰的时刻。

在每一个寻求者的生活中，有些时候 造物者是靠近的，连结是甜美、纯净、强健的。在干旱的日子里，对于灵性寻求者而言，记住那些太一无限造物者的爱与光激流澎湃的时刻是极有帮助的。
这就彷佛你的意志是一根蜡烛，你日以继夜地让它保持燃烧。有时这不是必须的，因为世界充满了阳光。然而，在那些灵魂的暗夜中，却只有你的意志的蜡烛。感受那在你内在的意志的钢芯，聚焦于它，让这根蜡烛在好季节和坏季节中都不断地燃烧。

我们将谈到的另一个周期是身体上的成熟周期。一辈子包含了升起和落下。在那些升起的时候，关于包围寻求者的共识实相和他在那共识实相中能够发挥功能的技能，在几乎所有的时间 都有一条进行中的学习曲线。在这一生的早期时候，

经常发生的情况是自我无法被自我所知晓，因为有如此多要学的东西，有如此多要处理的事情，于是寻求者就没有心理和情感上的闲暇 以一种无牵绊和旁观者一般的焦点来沉思自我。

在生命的拱形顶点的位置，有一段时间，在那期间在共识实相中发挥功能的能力已经到达可接受的标准，对于寻求者在他的生命中需要去做的事情而言；在那个位置，他开始自由地选择他的想法并跟随他的想法到它们可能去的地方。在很多方式上，这是一个受祝福的时刻，然而它也带有自己的挑战。

当寻求者确实聚焦于知晓他自己的时候，他获得很多的信息，它们当中有些是可信赖的，有些不是。这是由于有很多的内在声音喜欢分享它们在关于你是谁的问题上的意见。那些声音有些是父母的；其他声音是老师的声音或用一种确定的方式指导你的权威人物的声音，它们渗透你人格的外壳并成为在那里扎根的思想形态。而那些声音仍旧是会被听到的。

它们不是你自己的声音。就好像任何嘉年华会的哈哈镜中扭曲的形象一样，它们是被扭曲的声音。父母或权威人物都不会知晓你。确实，你，自己正在努力去知晓你。当你向着自己的想法和在你体验每一天的概念化的过程开放时，这挑战就是找到你自己的声音。

当此生进入日落时期，肉体功能衰退，再一次，它会看起来 彷彿一个人只有很少的时间来处理灵性的问题，确实，一些年老的实体的情况是他们会因为衰退的心智而感到困惑。然而，在很多情况中，寻求者的生命的夏天可以一直延续，直到肉体呼出最后一口气，在死亡时被留下，以便于灵魂可以再次进入更大的生命。

对于一个刚刚开始从成为成年人的学习历程中解放出来的实体，去意识到已经有一个漫长的、缓慢的学习曲线，这是很好的，这条学习的曲线已经在有机体的心理复合体上，尤其是在情感上放置了可观的压力。因此，当寻求者觉醒并开始感觉可以自由地学习共识实相时，开始再一次用包含焦点和热火之概念的方式凝视内在，这对于他是很好的。

当寻求者开始充分地意识到他周围的每一个人都是自己的一面镜子的时候，在那种领悟中会有一种「太多信息」的感觉。寻求者该不该用完全的真诚将别人对他说的每一个词语 以及与另一个人的每次互动都视为关于自己的信息？

如果是这样，随着时间的流逝，信息就会以指数方式迅速堆积起来。然而，灵性的寻求者真是在一个镜子的大厅之中。每一面镜子都是扭曲的，却给予了某种信息。

一个人如何注视他的自我？眼睛向外看，它们并不向内看。要如其他人看你一般地 看你自己是不可能的。因此，进入这场游戏中 [容我们说]，将每一个人视为你自己的一面镜子，并对那镜子正在告诉你的事情进行沉思。

要看入某些镜子是困难的。如果你正在和一个杀人犯互动，为了将那面镜子所持有的信息关联起来，那么你必须在自己内在发现那个杀人犯。很多时候 你将发现自己在回避特定的情境或特定的关系，而在那回避中有更多的信息。

这个器皿在描述绿色脉轮或心轮能量中心时写道，它就好像圣彼得大教堂一样，主体的结构曾经是总督的私人礼拜堂，现在它是一个大教堂。[1]

尽管大教堂的结构是雄伟而巨大的，它因为在那建筑前方的广场的尺寸而显得矮小。在圣马可大教堂的照片中，那个巨大的前院总是挤满了成千上万的游客，鸽子在游客中行走，啄食游客扔出来喂牠们的任何东西。这是一幅相当准确的图像，在某种程度上，(代表)尚未被整合到你的菁华自我中的你自己的那些部分。

在这里 我们可以使用「赢得自我」这个短语，因为当你站在开放之心的那个外部院子的时候，你可以有意地、有意识地进入你自己的内在工作中，当你发现自己每一个漫游部分的时候，拾起它并将它带入你的心中。

去爱你自己的那些符合你的理想的部分，这是容易的。然而，棘手的真理是:
自我不只那些理想主义的部分[可以在一个人关于他是谁的观念的闪亮橱窗中公开陈列，容我们说]，还有更多其他的部分；它们藏在阴影中，尚未被擦亮，尚未被捡起，肯定尚未被认出，它们等待着你的注意。

这个东西不是一个线性过程。这是某种类似家务的事。你会一直回到自我的广场上 并从那个阴影面认出自己的一个新的部分。接下来就是去赢得自我之心、表达你对它的荣耀和尊敬的感觉 并要求它将自己整合到你里面的时刻了，这样它的黑暗就会变成你的长处而非你的弱点。对自我的这场探求将永不会终止。

与那个真理对应的真理是，你已经是一个完美的存在了。你已经是一个心/身/灵全体了。你的存在的最核心之处的火焰与那贯穿你正在体验的造物之八度音程，在所有密度中燃烧的火焰是相同的。
因此。理性心智去知晓它自己的努力的对应物就存在于完美的自我之动态关系中，已经完善的自我，在你内在蕴含的那个自我，尚未被发现的，在大多数情况

下（它是)未知的，未被探索的。

这就是为什么冥想是如此有帮助的原因。
在冥想中，你已经接受了在智力上你不知道你的菁华或你的本质。
在冥想中，你在未知中歇息。
在冥想中，你不是在尝试去解决任何事情。
在冥想中，你不再对自己谈话，或对造物者谈话，或完全不再谈话。
在这种脑力心智的停止中，对于希望保持聚焦的寻求者，有一种极大的帮助。

有一个火焰，一个意识，一个伟大的、完全的爱；它是一种巨大的慰藉与缓解—从你的人格以及所有你认为你知道的事情中逃脱出来，接着休息，被包覆在开放之心的至圣所提供的温暖毯子中，依偎在在全能者的膝盖上，除了存在，没有任何要去做的事情。

我们之前说过我们会回到倍增效果的构想，而这就是我们现在做的事情了。加倍的部分与你尝试去知晓和接受的自己的部分是没有任何关系的。它与你的信心有关。因为你不需要去伸手触及或奋力争取。你不需要去做任何事情。因为你已经是一个被无限太一所创造的存有，充满力与美。

当信心是新的时候，要保持信心是困难的。在面对一己的个人缺点时，当它被自己感知到的时候，要知晓一切都好，这是困难的。有如此多去拒绝自己或拒绝自己的某些部分的诱惑，在大多数实体身上，这几乎是无可抗拒的。然而，既然你已经领会信心，你可以对其坚定不移，在你存有的深处知道，你是好的，用圣经的话说，人是被创造的，上帝看到人是好的，非常好的。[2]

信心让你在感知的混乱之中稳定下来。外部的感知会一直带来冲突。真理永远是难以捉摸的。不过，当你对自己和你的设计的先天优秀拥有信心时，你就会安然度过因为不喜欢自己的一些方面而出现的危机，你会在暴风雨经过之后发现自己仍然站立着。下一次在你的心、意、魂之中发生恶劣天气的时候，你会发现不管外部情形如何 保持信心要更加容易了。从那以后的每一次，你都发现保持稳定、信心、平静会以指数(跃升)的方式变得更加地容易。

信心的机能，这是所有第三密度实体与生俱来的一个惊人机能。我们鼓励对该词语本身沉思，因为在其中 存在着数不清的奥秘和无限之光。对某个可以依靠的事物发展信心的机能，无论它是一个人、一个理想、或某个对你有特殊意义的图像或图示(icon)，这经常是个伟大的帮助。

我们会鼓励探索那些召唤你的人、图像、图示、标志。如果你发现一个或两个特别与你产生共鸣，那么当你工作、当你玩耍的时候、吃饭的时候、睡觉的时候，找到方法将那些图像放在你的视野中。因为它们会提醒你：你是谁，并且使你更加容易地 重新获得灵性寻求者以信心为中心的立场。

我的兄弟，我们回到「焦点」这个字汇。一个人很容易将自己感觉为是一大批多少有点联系但却未必是同等重要的部分的集合。我们请你深深潜入到那感知的表面之下，进入到你自己的核心之中那核心从未离开过太一无限造物者。深深潜入，带着爱潜入；带着绝对的确定和信心潜入吧。
（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

一次又一次，愿你的信心之旅被光充满。愿你在旅程中 拥有晴朗的地平线。

此时，请问这个团队是否有其他的询问？我们是 Q'uo。

A：将额外的情绪转化为心智和情感上的清晰，你愿意讨论一下它的灵性原则吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。情绪被给予的尊敬比起它应得的(尊敬)经常是少得多的，这是因为它们并没有被视为它们之所是— 深邃流动的河流，而是被视为对于一个平静有秩序的生活来说，多少有点麻烦的障碍物。

我们在这里愿使用烹饪的类比，我们将大多数实体允许他们的情绪运行的方式与「快餐」做比较。它很容易得到，很容易被吃掉，在食物里却没有多少营养。这就是表面的情绪状况了。就好像落在硬质土层上的雨一般，它要提供任何有益的信息或去任何地方都是很困难的。它们仅仅撞到了意识并弹开，确实，有时候它们看起来是相当多余的。

然而，如果一个厨师对食物有极大的热爱，即使这些食物包含的原料与快餐食品中的内容一样，厨师还是会仔细地，带着爱准备它们，那些相同的原料就会产出多得多的营养了。情绪也是一样。表面的情绪通常是相当混杂的。然而，当一个人能够与他的感觉共处，观察它们就好像它们是来喝茶的客人一样，慇勤而礼貌地款待它们，与它们坐在一起并聆听它们，接着情绪就感觉到尊敬与荣耀了。这会允许它们越来越深入，并将表面的自我与意识根部的最深部分相互连接。因为如果情绪被允许经历纯化的过程，这就是情绪最终会成为的事物了。

当情绪被纯化时，每个情绪都有一种美丽，它是没有扭曲的纯粹情感。因此，我

们会说，与其将情绪视为某种要去处理的事情，一个寻求清晰的人需要花时间去荣耀那些看起来如此不方便和多余的情绪。在身体上花时间去处理情绪是非常有帮助的。情绪会呼唤你，对于这些正在用特定色彩与你谈话的客人，当你能够用与它们坐在一起的方式来回应情绪的呼唤时，接下来那些颜色会逐渐失去表面情绪的混乱特征并变得原来越清澈。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

A：是的。Q'uo 可愿讨论一下，在非暴力沟通理论中，正面情感表明一个普遍的人类需要已经被满足；以及，负面情绪表明一个普遍的人类需要尚未被满足；这两者建立的联系背后的灵性原则？

我们是 Q'uo，我们相信我们理解你的询问。我们不会对这个陈述争吵，那就是正面情绪表明一个普遍需求已经被满足 而负面情绪表明一个普遍需求没有被满足。我们完全地赞成第三密度的实体的需求和渴望是普遍性的，因为，确实，万物是一体的。

关于这个陈述 我们唯一的保留意见是情绪有一层又一层的层次，人类的需求也有一层又一层的层次。因此，就如同一些负面情绪在那方面确实是无法向寻求者提供真相一样，一些正面的情绪听上去是虚假的。

从尝试去理解一个人的情感的意义上而言，将情绪的概念与普遍需要的概念进行比较，这肯定是有帮助的，因为它看起来为一个人的需求赋予一个心理上的确认，这样情绪就不是一个要去感到难堪的事情，而是给人格之中正在发生的事情的一个需要的信号。也许可以在这里应用的灵性原则就是万物一体的原则，就好

像婴儿的哭喊表明它饿了一样，情绪源自那饥饿的哭喊。

我们会唤起的外部的灵性原则是平衡的原则，它表达了普遍的人类情绪和人类本质的无限与神秘。对于一个愿意用他完全的关注与尊敬来穿透每一个情绪的人而言，有各种道路进入一座接着一座的山，并多次地提升人类情绪的质量和纯度。

我们是 Q'uo，此时，请问是否有最后一个询问？

A：是的，Q'uo 愿意讨论一下在诸如罗密欧与朱丽叶之类的 一见钟情背后的灵性原则吗？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。但在这个例子中 看起来没有一见钟情可以适用的灵性原则。经典的罗密欧和朱丽叶的一见钟情是实体们在他们十来岁的时候一个故事。在人生中的这个时间，不大可能有来自前世的渗漏记忆或有那种特性的东西可以创造一个灵性的链结[在其中 一个人可以凝视那种吸引力]。

然而，是这样的，一个实体拥有一个网络，包含他在过去的经验中 一同工作过的人们的灵魂 当然，过去是一个无法在时间/空间中支撑的线性词语。在那循环的时间/空间中，每一件事情都是同时发生的，关系的网络令人惊讶地广大。很多时候 当一个实体遇到另一个，一种共鸣就被建立起来，这种共鸣是不可否认的，它通常比一般认为的那些情况深入的多，深刻的多。

在那些情况中，在一次投生中 已经计划在某种服务或某种投生课程中一同工作的实体们会找到彼此，这是相当可能的。对于一个希望去进行灵性工作的实体，那是一个非常有希望和正面的事情。对于一个你与之一同分享你的礼物并一同探

索你的挑战的人，与其结伴，这是极其有帮助的。
在这方面，我们可以指出，通过数十年的提问，在这个团体中 一直有种趋势，去探访一见钟情或命运多舛的恋人或灵魂伴侣的现象。我们认为，事实上，在造物回归其完整的灵性重力并返回太一无限造物者之前，每一个人都是彼此的灵魂伴侣。

我们现在将让出这个器皿和通讯，因为这个器皿正在变得疲倦了。请容许我们说，能够与你们分享这次冥想并成为你们工作集会的一部分，这是怎样的一种快乐和荣幸呀。我们再一次感谢你们询问我们的想法。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。
Adonai。Adonai。

原注
[1] 这份资料来自她的书《活出一的法则- 首部曲：我的选择》路易斯安那，肯德基，爱与光研究中心，2008 年出版。
(参考连结: http://www.books.com.tw/products/0010480642)
[2]《圣经》，《创世纪》1:31：「神看着一切所造的都非常好。」

Translated by T.S.
(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1914 章集：隔绝高我的围墙

Copyright © 2008 L/L Research
特别冥想

2008 年五月 13 日

来自 Y 的问题：我感觉彷彿在我周围有一堵墙，它阻碍我与高我和我的指导灵系统的沟通。如果这是在投生之前就故意设置在那里的，请对作出这个选择的灵性原则进行讨论。如果它不是被故意设置在那里的，请讨论一下推倒这堵墙所涉及的灵性原则。

L/L <wbr>Research 隔绝高我的围墙

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为他的服务中，今晚我们来到你们中间。我们感谢叫做 Y 的实体请求我们加入一个寻求圈，在其中 她可以询问一些问题。我们感谢那些在今晚组成这个圈子的人：叫做 R 的实体，叫做 G 的实体 以及这个器皿。你们每一位都从忙碌的生活中拿出时间来寻求真理 并组成了一个神圣的工作圈，这让我们印象十分深刻。我们了解到 在你们的头脑中有许多许多的事情。

我们感到荣耀与荣幸，可以和 Y 实体分享我们简陋的想法。然而，一如既往，我们请求 Y 和所有那些可能听到或读到这些言语的人 使用最大可能的分辨力，从我们提供的想法中拿取那些有益的部分 并将其他的留在后面。跟随共鸣的道路，我的朋友，因为哪些事物对你是重要的 而哪些事物会在你的工作中对你加速你灵性演化的步伐有帮助，你是真正最好的裁判。我们感谢你们在这方面的考量，因为它使我们能够自由地发言 而不用担心我们可能侵犯你们的自由意志。

我的姐妹，你的问题涉及一堵墙，它看起来阻碍了你对指导灵的察觉。你询问它是不是投胎之前被设置的 或是某种发生在投生过程中的事物。我们向你保证，

我的姐妹，无论是在地球上或在天堂中 [容我们说]，没有任何力量能够将你与指导灵分开。因为你的指导灵是你自己的一个面向。然而，在一些寻求者中由于人格的工作和一种自己对自己的多少有点贬低的观点，他们会有一种倾向去为自己创造一面自我强加的墙。我们可以将这个要素称为一种自卑或无价值感的要素。

你如此热烈地寻求的指导灵和你的距离比呼吸还要近。不过，当一个寻求者内在对于自我的完美和美丽产生了一种偏见时，一面玻璃墙就会阻断高我和投生中的自我之间的信息自由流动了。让我们查看一下这种情况的一些方面，因为我们感觉到，当我们现在谈论的一些事被纳入考虑中的时候，这种情况是可能被改善的，你也许会发现自己更有能力与你的指导灵一同工作，而这方面有着确信无疑的希望。

能量体，纯粹的能量和纯粹的光的时间/空间的身体，是你的肉体的创造者，它在投生中持有你的肉体的模板。它也与你的更大自我保持联系。你仅仅将自己的一部分带入投生之中。

彷佛一生就是一次旅行。当你的指导灵和你为这次投生做决定并设置你对它的意愿的时候，把那些你将会需要的事物打包起来。你打包了你的人际关系。你打包了你所需要的天赋，为了执行你希望去提供的服务；打包了那些限制和挑战，你感觉它们会帮助你进入一种更加平衡的振动配置。

有一些实体寻求以更多智慧来平衡他们开放而有爱的心。其他一些智慧的灵魂进入投生中 希望去打开他们的心并将无条件的爱之振动和智慧用一种更加平衡与平等的方式连接在一起。还有一些人他们在寻求正确地使用力量，并用爱或智慧，或者用两者来平衡力量。这些都是进入投生中的灵魂 通常会关注的区域。

当该渴望是在一种更稳定和更持续的基础上打开心之际，那个选择由一个智慧的人决定的，而这就是你的情况了，我的姐妹。因此，你为自己提供了智慧为寻求者带来的挑战。智慧的寻求者相当了解自我。他知道他的缺点。他的性格越接近完美，那些缺点在他看来就似乎越发严厉。

事实上，每一个灵魂都是完美的。我们以前透过这个器皿说过：没有错误，只有一些惊喜。因此，请了解，仅仅是因为你从儿童时代开始就一直持有的一些思想形态的幻觉，你的指导灵才会与你分隔开。这些思想形态的幻觉位于你的能量体中，它们对进入到你的心轮的能量额度造成了限制，尤其从心轮进入蓝色和靛蓝色脉轮的能量额度。

(你的)能量体工作的方式，它需要一种恒常通过所有脉轮的工作，从最基础的脉轮，红色脉轮开始，向上移动到橙色和黄色脉轮 接着移动到绿色脉轮。对于那些如此急切地寻求太一无限造物者之临在的那些人而言，在较高脉轮中花费尽可能多的时间，并体验太一造物者的无限的光与爱，这是一个通常的渴望。然而，对较高的脉轮的进入总必须放在对较低脉轮工作之后来清理道路。

也许你知道来自《圣经》的诗句：「在沙漠中准备一条道路，使得那弯曲的地方变直。」[1] 这是通过较低脉轮的旅程，它不是只需要进行一次的旅程，它需要每天都进行，有时候它需要一天数次，如果你发现有一些触发物将你从开放的心拉开。

让我们更靠近一些查看那开放之心。当你进入到心轮，你会进入被称为一个外部院子的地方。你站在开放之心的前方。有一个你必须通过的大门。它被分辨力之

狮子守卫着。那些狮子守卫着那扇大门，直到你接受了自己。它看起来是一件简单的事，然而对于那些习惯性地自我批评的人却一点儿都不简单。一个人如何才能宽恕自我感知的缺点和错误呢？

我的姐妹，宽恕自己的方式是了悟到你可以去凝视那个被你的人格外壳扔掉的自我幻象。你可以相信在那人格外壳中有着一个美丽、有价值、美妙、精致的灵魂，它在所有造物中都是独特的，它被天父超越一切言语地爱着。当你看到你人格中的一些你希望它们不是那样子的部分时，你已经允许自己去评判你自己了。我们请你接着在自己内在发现它以避免评判，而相反地 伸出你的手臂，用你自己开放的心拥抱自己。

你已经进入了这个行星上的一个幻象，为了让你仅仅凭借信心而做出寻求造物者的选择，你必须生活在那个幻象之中。就是在信心中 你宽恕了自己，接纳自己并爱上你自己。

当你看到那些缺点发生时，不要去想那些批判性的想法，而是深情地想：「啊哈，我的人格又来了」，并给自己一个拥抱。我们并非建议你停止努力去成为一个更好的人。我们鼓励那朝向光的旅程。然而，在那个旅程中，你以双脚走在上头，移动通过转变的过程。这些转变的其中之一 就是你开始视自己为一个魔法的、美丽、完全值得的存在。

我们要求你不去看不在那里的东西。我们单纯地要求你去看那些不在表面上的事物。我们要求你进入更深的地方并找到你自己的那些我们会称之为意识的部分。你与这个星球上 每个第三密度的实体分享这种意识。的确，在最深的意义上，你与一切万有分享这种意识。因为它是造物者的意识。它是无条件爱之意识。当

你感觉到自己进入批判中时，选择去避免在那种想法中更进一步，而相反地拿起对如你之所是的自我表示欣赏的那个想法。

当你已经收集了所有那些自我的零碎部分[因为它们不是你最佳的部分而原本对其置之不理]时，那时，也仅仅在那时，你能够真正地进入到开放之心的至圣所。就在那时，狮子们将让你通过。

当你进入开放之心时，接下来在静默中停留一会儿吧。允许静默充满你。因为在那述说的静默中，有信息被赋予你潜意识的心智。简单地休息，让你拥有的，对造物者的爱流动、发光，直到你开始感觉到那来自造物者的爱的回应压力，那是难以置信地 强烈的，回应的爱。就在那里休息，被喂养，接受安慰。

现在我们会谈论与指导灵一起工作。与你的指导灵一起工作是你使用智能无限的大门的方法中的一种。你开放自己向着形而上的世界，通过将你自己调音并达到你最高和最佳的状态，同时你离开开放的心，进入蓝色光芒脉轮，接着进入靛蓝色光芒脉轮，从那里进入紫罗兰光芒脉轮并穿过大门。

你的指导灵是一个灵感和信息的来源，它非常高兴和你进行交流。因此，在你花费了一些时间 在开放的心中休息之后，你可以形成你的意愿去寻求你的指导灵系统。你甚至可以非常大声地说出来，或者，如果你是一个喜欢在计算机上工作的人，将你的意愿在你的计算机里的一个新的文件中打字写出来：「我的意愿是寻求指导灵，在太一无限造物者的爱与光中 它已经被给予我。」

接着，我们会建议你简单地说出、打字或者用笔和纸写下你要问指导灵的问题。你一写完或打字完或问完那个问题，写下或打字或说出紧接着进入你的头脑的事

情，不要用任何方式检查它、判断它、或对它进行评估，而是单纯地让发生在你身上的事物流动。

当那流动停止时，评估它，继续问你希望问指导灵的问题，在你完成每个问题的时候，继续让那回答流动，无论那答案可能是什么，都不带有任何方式的评判。

寻求指导灵不是一个逻辑性或理性的行动，但它可以被更多地分类为一种音乐家的演唱或演奏，一个诗人写诗或一个画家将他想象力的范围内存在的事物在画布上表现之类的行动。它是纯粹的直觉、洞见、冲动，这些就是指导灵与你进行沟通的环境了。因此，为了不给你的逻辑智力留有时间或空间来打断这种流动，我们建议你一完成问题 就立刻写下或打出你脑海中出现的信息。

它是一种流动，我的姐妹。它是一种能量交换。只要你继续这种练习，你和指导灵就处于你自己的世界中，在其中 没有任何事物能够闯入或进行破坏。因为地球上没有任何事物处于你和指导灵的之间的这种振动。我的姐妹，假定你的指导灵能够帮助你打开你的心并找到方式让它用一种更可靠且更稳定的方式保持开放，你和指导灵(过去)计划你在投生中与指导灵的联是多少有些困难，这可能看起来是不合逻辑的。

然而，当计划投生课程的时候，一个灵魂选择挑战自己 通过让实现被渴望的事物变得更加困难，这是经常会发生的情况。它增加了在生命中受苦的要素 同时也给予寻求者最大的机会去锻炼信心的机能。

最后，对于那些寻求者— 希望与他自己和他所有的面向，包括就是他自己的一部分的指导灵建立越来越来越多的联系，我们愿提醒每天冥想的习惯会为其创造

一种非常牢固的背景。有很多冥想的方法，我们并不认为有最佳的方法。因为每一个实体都是独特的。对于每一个实体，最佳的方式将是一种私密的、深入的个人方式。

无论你用什么方式选择进入静默中，设置你的意愿将成为你进入那位于内在至圣所的密码。你的环境可能在室内或室外，在修道院里或在森林中。我们建议你在你感觉最舒适并且能够每天都进行的地方寻求静默。

此时，我们请问关于这个询问 是否有后续问题？ 我们是 Q'uo。

Y：我感觉我的心轮至少在最小程度上是开放且平衡的，我的蓝色脉轮在开放的过程中。请确认。

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的姐妹。我们可以确认(你)所说的事情，但是我们会在涉及这个判断的方面进行一些思考。首先，如我们之前说过的，心轮不会开放并接下来保持开放。能量体作为一个整体有个基本的振动，它不会发生大幅度的完全变化。但是在那个振动的范围内，会有恒常的改变，就好像在你们的海洋中 因为月球引力会发生变化一样。你有内在的潮汐，我的姐妹，它既是每天发生的，同时也以一个比一天更长的周期发生。有一些变化是以规律性的方式进行循环的，有些变化对于你作为一个灵体的发展的特定阶段是独特的。当你经历灵魂的暗夜时，在振动中的能量在你经历挑战时期之际发生一点改变。

再一次 我们愿建议打开更高的脉轮的一个关键是确认你正在让完整的能量从造物者的无限之爱与光进入你的心，造物者的能量从底部脉轮向上流动并从你的头顶流出。

如果你有性方面或热爱生命的问题，如果你发现你缺乏人际关系，如果你批判自己或批判别人；如果你发现你的家庭或工作中的人际关系发生了困难 所有这些事物都会限制、甚至停止能量流动进入你的心。因此，每一次你感觉到你正在被触发，每一次你感觉到你正在隔绝、关闭、限制那能够流入你的开放之心的光时，总是带着真正的谦逊返回并重新开始吧。

蓝色脉轮的挑战是：需要有一种充分发展的能力去变得完全地直率和诚实，在你们人群中和普通的谈话中不经常被看到的层次上。爱上你自己的过程是打开蓝色脉轮的钥匙。

为你自己找到完整和彻底的慈悲，这是个巨大的挑战。当你进入投生中的时候，它确实是你给予自己的那些巨大挑战中的一个。它之所以是关键的原因是 当你能够用爱的眼睛看待自己与爱自己，如这个器皿会说的，不隐瞒缺点，接着你就会发现要对其他人抱有慈悲不过是小孩子的游戏。因为你对自己一直比你对别人更加严厉。慈悲给予你的那种自由是一种明显的振动，它能够被那些正在与你发生相互作用的其他自我感觉到。

当你知晓你是完全有价值的时候，要去经历一场谈话[与某个尝试触发你的无价值感的人]而不动摇你的慈悲和开放之心，就会容易得多了。

这种慈悲同样使你能够用强化的耳朵去倾听，那是被爱强化的耳朵。不是说你要变得能够为其他的实体找借口并替他们申辩。的确，很多时候 蓝色脉轮沟通需要的诚实程度是会让很多人退缩，他们会因为被回绝、被拒绝或被评判的恐惧而不希望去分享他们闪耀的真理。不过，很多时候，正是你提供的观点将成为弥补

另一个人之缺失的恩典。

然而 通过蓝色脉轮，伴随着开放的心和对你的行动充分提供动力，要去找到分享那真理的一个慈悲的方法，这是容易的，于是就不会有指控或批判了，而只会有对观点和情感的分享。我们相信你将会发现，我的姐妹，一旦你已经开放绿色光芒(脉轮)，它将让你同样轻易地通过跳板 跳跃到蓝色或靛蓝色光芒。

在你周围的人为你提供许多面镜子的道路上前进时，我们祝愿你拥有最佳的运气。当你在寻求打开你交流的能力时，太一无限造物者很可能认为向你提供许多面扭曲的镜子是合适的事情，通过那些镜子 你就可以对新发现的慈悲进行练习。无论它们看起来多么扭曲，它们提供涉及你的阴影面部分的信息。

以下事项对你有帮助：将与自我的各种扭曲的镜子之对话储存起来 并在之后沉思它们，在自我之内查看以发现同样的扭曲，不管这些扭曲可能会藏得有多深。它们也是你的一部分，它们也应该受到荣耀和尊敬，它们也应该得到机会通过被要求来帮助你 而成为你白昼人格的一部分。

甚至最黑暗的情绪也可以成为你的刚毅和决心的一部分。那被用在愤怒中的能量可以成为不愿意放弃梦想、希望、祈祷、意愿的能量。在每一次对话中 与自我相遇，不仅仅当你说话的时候，还有当别人对你说话的时候，在你闲暇的时候沉思你自己的许多的面向吧。

在我们继续之前，我们可以进一步地回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

Y：对于我的心轮是否开放，请澄清这点。

我们是 Q'uo。我们觉察你的询问，我的姐妹。你问道 关于你的心轮是不是开放的。我们认为它在一个可变的程度上是开放的，它取决于时刻的不同。我们相信，你最开始的那个问题提出的观点是你感觉你的心轮至少在一个最低程度上是开放的，而我们肯定赞同那个观点。然而，就是时间上的可变性将你放置在了你的存在和进展的潮汐之中的位置，它们有时会用意外来抓住你，因此你甚至不知道你的心已经较少地被无条件的爱驱动，而你也没有获得最大程度的能量。

再一次，如我们所说的，解决这个你正在工作的难题的关键之处是自卑。你看，自卑同时发生在橙色脉轮和靛蓝色脉轮，一个和另一个相比，它们所处的层次是不一样的，但是两者都存在于振动方面的相同的基本结构中。在橙色脉轮的层次上，议题是自我与自我之间的关系。

Y：那是为什么我会失去性渴望的原因吗？

我们是 Q'uo，我们相信 我们按照问题的次序来回答是更好的，我的姐妹。那个回答让你满意吗？
Y：是的，我刚刚认为性的渴望与橙色脉轮有关。

我们是 Q'uo，我们会赞成性渴望肯定与所有脉轮相关。然而，我们在这里正在谈论的问题是自卑的问题。除了你对自己的意见之外，我们并不认为自卑来自任何事物。

我们正在说的是，在橙色脉轮中，在人格的层次上，问题单纯是自我与自我的关系，就好像你要嘛是自己的一个朋友，要嘛你不是特别地喜欢自己。而在那里

问题单纯地就是去成为你自己的朋友。

在靛蓝色脉轮，问题变得更加陡峭、更加深入，它包含了从灵魂的层面上 将你自己视为一个无限地完美与美丽的灵魂，单单凭借信心而相信这是真实的，并最终大为宽心，忽略了对尘世人格的批判。

现在，请问有另一个询问吗？

Y：我将我的脉轮体中 最近出现的能量消耗归因于一个超心灵(psychic)致意。我被告知有八个实体附着在我身上。我过去或现在的情况是这样吗？它们是什么类型的实体，它们想要什么？我能使用以诺派的光圈(Enochian circle of light)来摆脱它们吗？请在不侵犯我的自由意志的情况下 用任何你们认为有帮助的方式评论这点。

我们是 Q'uo，我们察觉你的询问，我的姐妹。因为该问题涉及特定实体们将自己附着在你身上，这是你此刻活跃的个人寻求的一个部分；所以我们会从侵犯你的自由意志的边界线向后退，我们会说，所有希望去加速他们的心智和灵性的演化速度的寻求者都将吸引那些看到你的光并希望要嘛从中获取力量 要嘛将其扑灭的实体。

超心灵致意甚至可以是某种发生在你自己的人格中的事物，当你过去的声音以思想形态的方式从你的心智中涌现出来 并给予你会造成伤害的信息时；无论心灵阻力来自你的内在还是来自人格躯壳的外部，能够消除超心灵致意的回应是：首先变得无惧，其次 向致意者和整个处理过程传送爱和光。

一个负面的实体将对真爱感到厌恶。在这里的挑战是：需要真诚的爱、真心真意的爱，而不是作为来自于智力的一个护创胶布而被应用的那种爱。这种对造物者的爱必须发自内心。

更进一步，我们赞成以诺派的光圈是一种让充满无形领域的保护性力量可以察觉你的需要的方法，那是你为了强化你对于光的忠诚和你位于光中的坚定立场而可能有的需求。这个器皿作为一名神秘主义基督徒，她更多地依赖于祈请耶稣基督并创造一个光环，用那种方法没有致命的差错*胆敢踏足于其中。然而，你提到的方法 在提醒大量以太一无限造物者的爱与光之名前来的实体方面是同等有效的。以诺派的传统有数千年的时间了，有很多居住于无形领域的实体，他们是所有那些愿意使用那些美与光之话语的人的同盟。
(*注：原文为 mortal error)

我们会认为，任何一个成功地靠近他自己内在的光的寻求者将会有周期性的表面超心灵阻力，这是不可避免的。这些心灵阻力可以所以令人不舒服的。然而，将这些时刻视为练习的时刻 实行那些你知晓为真理的原则，这是很好的，那真理即是：万物合一，而那唯一之物就是爱。

这个器皿读过一本名为《超心灵自我防御》的书，作者是叫做 Dion 的实体。[2] 在这本书中 这个实体谈到在她生命中一段非常困难的时期，当她在卧室中，她看到一只饿极了的狼。她坐在床上进行冥想，突然间 有一只野狼出现在她的床脚处，蹲在那里，准备向她扑过来。她说，她知道必须去做的事情。她张开双臂并拥抱那只狼，甚至在它在撕咬她的皮肤之际。而当她这样做的时候，野狼消失不见了。

丢掉所有的恐惧，对那致意献出你最佳的爱，你将会移动穿越这些阻力的时刻，带着你无法被熄灭的灵，带着成熟的持续成长，同时你发现自己能够经受暴风雨的考验，那暴风雨是你通过寻求真理的渴望要求去遭遇的。

当一个人持续寻求的时候，他开始蜕变。在每一次蜕变中，会发生各种各样的改变。改变，从它的定义上，就是不舒适的。一个人通过例行程序而获得舒适。当事物从寻求的灵魂上脱落时，感觉起来 就好像一个人甚至可能会丢失自己一样。恐惧就会这样进入到这些蜕变的时刻了。依靠在无惧中歇息吧，知晓一切都好，甚至在阻力看起来最厚重的时刻。

我的姐妹，关于这个询问 有后续问题吗？我们是 Q'uo。

Y：我相信我在投生前已经计划留下来 经历地球转换到第四密度的困难时期。我的生命的目标就是在地球上扬升。我的渴望是留下来并作为众多将会在那场转变过程中失去他们地球上的父母的那些孩子们的老师/导师/双亲而服务，与他们分享我最好的事物并教导他们一的法则。我一直在呼唤大师们，受膏者来建立一种联系。我感觉我已经从他们那里学到许多形而上学的教导，这些教导对于在转换后将会被剩下来的小社区中的物质性生存将是有帮助的，在一些情况下 它们是必须的。这些大师听到我了吗？它们察觉到我和我的目标、意愿、渴望吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的姐妹。首先我们愿向你保证 你的声音一直都被听到，它们也将永远被听到。因为你是宝贵的。当你寻求的时候，你就会找到，当你爱的时候，爱就会在爱中反射。所有那些你希望去联系的实体的确与你联系在一起，他们乐于这样做。

其次，作为你的意图的一部分的情境多少有点侷限性，它对于转换将会如何发生有一种确定的观点。我们可以建议你释放对于未来会发生什么的限制性观点，同时维持你的渴望— 有所服务，提升，与那些你如此珍视的存在拥有一种更紧密的联系。

在我们离开这个器皿之前，我们能进一步回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo。

Y：有一个年轻的男人到现在已经是第三次在书店里遇到我了。我首先的想法是他以某种方式与那些大师，受膏者有关联。他可能是某种信使吗？你们能否确认或告诉我关于这点的任何事？
我们是 Q'uo，是的，我的姐妹，我们实在地确认那点。

我们很抱歉 我们必须缩短这次的工作集会，因为这个器皿的能量衰微了。请容许我们再一次说，能与你们交流这是怎样让人高兴和快乐的事呀。我们从我们集体的心底感谢你们，为了你们与我们分享的美好寻求并请求我们与你们分享我们的简陋想法。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和寻求圈。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。
Adonai。 Adonai vasu。

原注
[1]《圣经》《马太福音》3:1-3：「那时，有施洗的约翰出来，在犹太的旷野传道，说，天国近了，你们应当悔改。这人就是先知以赛亚所说的，他说，在旷野有人声喊着说，豫备主的道，修直他的路。」

[2] Dion Fortune，《超心灵自我防御》缅因州，约克海滩，Samuel Weiser 出版社，2001 年出版。这本书仍在销售中。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1915 章集：形而上学的科技

Copyright © 2008 L/L Research

特别冥想

2008 年五月 27 日

团队问题：（Jim 朗读）Q'uo，来自 D 的问题，从 L/L 研究机构 1991 年 3 月 24 日的传讯*中的两个陈述开始。

(*编注: 参阅 L/L 选辑五- 棕榈主日)

「有两个陈述吸引了我的注意。第一个是，Q'uo 说『那些为了让他们自己向上跃入光中 而使用一根拐杖的人，无论那根拐杖是药物、魔法仪式，或者被作为一根拐杖而使用的无论什么其他的玄秘科学，实际上都会将他们自己向上拔高到一个位置，而这个位置是他们尚未在其上工作的，这个位置也是他们尚未做好准备的。』

「稍后的引文说『这样，对于那些使用任何其他的方法而不是让他们自然转变的人，他们可能会被发现他们在拐杖被扔掉之后的很长一段时间 都要为已经获得的东西负责。』

「我在几年的时间中 一直在考虑这些概念，因为它可能会与一种特定的形而上学的科技有联系。最近，我被给予一些增强这种科技的机会。同样，最近我的妻子面临着一种严重的疾病，这迫使我在一个更深的情感层次上意识到，让每一个人找到他们自己的光之途径，这是多么重要的事情呀。而这两种情况同时让我建立这场通灵 来探索关于发展和传播形而上学科技的问题，同时也尊重到那些可能会使用这类科技的人们的自由意志。

「我的三个问题中的第一个是：在不涉及任何具体科技的情况下，一个形而上学的科技从理论上有可能自我调节吗？也就是说，是否能够构建一种科技，使用者不会接收任何比他已经做好准备去整合的光更多的形而上之光吗？如果这是可能的，Q'uo 是否看到任何现在能在地球上可以利用的 这类的自我调节的科技？」

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中 我们今晚来到你们中间。我们希望感谢叫做 D 的实体创造了一个神圣的寻求圈，我们希望感谢所有那些与 D 实体一起加入这个圈子的人，他们包括名为 R 的实体、M 实体、G 实体、Jim 实体，以及该器皿。

当那些也在寻求真理的人请求我们的观点时，我们对这样的荣幸是非常感激的。一如既往，我们会鼓励那些读到或听到这些言语的人在聆听我们所说的内容时进行辨别，感觉与你有共鸣的道路。如果我们提供的观点无法与你共鸣，请将它们留在后面。这种对你自己的圣殿的大门的严格注意将使我们能够自由地发言 而不用担心我们可能侵犯你们的自由意志或打搅你们的进程的节奏。

如同叫做 D 的实体非常充分觉察到的，关于使用形而上学的科技来增强寻求者的自然能力的问题是一个有着很多、很多考虑的层次和等级的问题。然而，找到一种自我调节的特性的可能性是一个 D 实体为他人服务的过程中创造一种潜在的正面收获的环境的可能性。当我们谈到一个正在进行的灵性学习的位置时，有一个纤细的情况。每一个实体不仅仅有投生的课程，他还有对那些在任何一个时刻的活跃课程的排序，我们必须谨慎地前进 以免侵犯 D 实体的灵性寻求中 正在进行的活跃过程。因此，我们会提供一些想法，它们可能会或可能不会引起你的任何兴趣，我的兄弟。

首先，被用来打开智能无限的大门的能量的性质包含三个基本组成部分：寻求者的意志；无限造物者的无限爱/光，它以一种无限的供给从理则进入到心，接着通过地球向上反射 进入脚底并进入能量体。第三个组成部分是，对于那些穿越大门进入智能无限的实体而言，有大量可以被获得的协助和指导的源头。

L/L <wbr>Research 形而上学的科技

在寻求的一般进程中，寻求者的工作首先是清理他的脉轮，这样来自地球的能量就可以无限的供给 流入开放的心 接着向上通过跳板 跳跃通过更高的脉轮并通过智能无限的大门，然后，以寻求者清楚和明晰的意愿为目标，吸引合适的指导来源。能量体是结晶而且纤细的。因此，从地球向上流动的无限造物者的能量会被调整好与能量体的需要协调一致。如果这种爱/光的遇到了一个阻碍，它不会推动或挤压，而是仅仅等待被阻碍或被过度激活的一个或多个无论什么能量中心的清理。这会构建一个内置的保险机制，如果你愿意这么说的话。

就是在这方面，有一种可以被叫做 D 的实体的进一步考虑的有趣潜能。因为这个器皿从来就不是一个训练有素的科学家，我们无法通过这个器皿表达那种可以证明富于成效的沉思，我们只能简单地说，就是在对这种基本的太一无限造物者的

爱/光的理解、能够对其衡量或确定、并与之一同工作中，而这种可能性几乎不可能存在于你所知道的科技中，以如此这般的方式创造你的科技，于是它驾驭爱/光能量，由于天然的智能或爱/光的能量而被安全地创造；它知道什么时候可以向前进，什么时候不可以。

如果对现有知识的探索或整合是基于光的研究，以及对于 我们给了这个器皿一大批好像计算机读数或计算机语言的东西 的研究，并将两者结合起来，那么就有一种可能性：提供这种有调节和凝聚作用的科技，它不会妨碍能量体的天然保障措施。

我的兄弟，请问这个询问的第二个部分是什么？我们是 Q'uo。

D：在上面的第二段陈述中，Q'uo 使用的短语是「通过除了自然途径之外的任何途径」。考虑诸如 HAARP(高频主动极光研究项目)、手机信号发射塔、因特网，看起来会限制形而上生命的自然流动的交流电能量，一些人可能会说在地球现在的环境中没有任何事物是自然的。我猜想星际邦联中的一些成员也许看到整平这个行星上的游戏场的益处，透过散布一些科技来抵销这些限制性科技。这是真的吗？Q'uo 在这类小玩意上的立场有可能会被星际邦联的其他成员认为多少有点保守吗？
我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们是由三个社会记忆复合体组成的原则：一个你们知晓为 Hatonn 的第四密度社会记忆复合体，一个你们知晓为 Latwii 的第五密度社会记忆复合体，一个你们知晓为 Ra 的第六密度社会记忆复合体。

因此，在我们的原则中 我们携带该记忆— 关于用这类的科技来提供帮助的尝

试，我们曾提供给埃及，如你们所有人都知道的那个地区的人们 在建造金字塔上使用的神圣几何的技术。我们曾希望在那个时期的文化也许能够用这样一个启蒙和治愈的装置创造一种新的合一的典范。

我们发现，我们最终创造的 远远不是一个有效的治愈工具，在这个器皿所称的大金字塔的构造被完成后 很短的时间里，被假定是一的法则的祭司的实体们就被政治和社会腐化了，因此，既没有启蒙，也没有治愈，它仅仅被那些精英阶层使用。

我们可以提供星际邦联以提供技术来，如你所说的 我的兄弟，整平这个游戏场的其他例子。每一种科技都在一种真诚和全然的希望[这类装置可能有所帮助]中被带到你们的行星环境中。我们只需要提及被用于制造原子弹的科技就可以阐明我们的观点。

我的兄弟，在任何一个星际邦联中都会有那些仍然保有希望的人，他们希望下一次，再下一次，这样的介入也许会成为对人类的灵性演化的一个正面贡献。也许「保守派」是个轻描淡写的说法。然而，不管那些少数还没有从经验中学会的实体的意见，我们在我们的领悟中保持平静，对人类提供帮助的方法不是通过外在的科技，或任何科技，而是通过诸如目前这位一样的器皿 持续不断地创造一种关于所有人类的真实身份的讨论。

在关于(宇宙)造物如何运作的进一步讨论中，我的兄弟，通过诸如这一位的器皿，我们编制了一个故事，这个故事向每一个已经觉醒的人类从数个不同层面为生命提供一个解释，为生命已经被嵌入其中的更大的自然哲学提供一个解释，从开始到结束的造物，在那伟大的周期或八度音程造物当中 为每一个人类的角色

提供一个解释。

我们编制了一个爱之网，它网住人们；帮助他们做好准备并了悟他们是谁。灵性演化的秘密就是每一个人类都了悟，正如他之所是，他有能力成为一个具有无限的力量和焦点的人。

我们在通讯中总是希望通过诸如这位一样的器皿 我们提供的内容可以拓展人类作为一个鲜活火焰的视野，拓展那个意识与共识实相相遇的时刻，两个世界在每一刻通过聚焦的人类的想法而交会的时刻。鼓励那种焦点，鼓励那种察觉吧，即每个人都是神性原则的一部分，每一个人不仅仅拥有荣耀，同样拥有责任去承担神性原则的职责，这是我们源自这个通讯网络的最基本的希望中的一个，这个通讯网络是我们一直通过诸如这一位的器皿所提供的。

我们相信我们的策略 尽管是审慎与保守的，它的确扩大了每个实体加速其心智和灵性的演化的可能性。这个器皿在今晚早些时候曾经看过「民主进行式」[1]对犹他(Utah Phillips)*的访谈。叫做犹他的实体谈到保持耐心并安住其中的信仰系统— 给予他尊严和完整性。他谈到 当他发现在选举中没有好选择时 进行投票是困难的，相反地，他说：「我的选票在我的背后。」
(*参考连结: http://en.wikipedia.org/wiki/Utah_Phillips)

当越来越多人觉醒于他们真正的身份并开始觉察他们的魔法人格和他们在意识中做功的能力时，我们相信我们关于单一伟大的起初思维的讨论有了一个小小的但起作用的部分，我的兄弟，我们感到满足，一字一句地、一个概念接着一个概念地 分享这个单一伟大的起初思维，排除更多的 由外而内来整平这个游戏场的尝试。

第三密度中 所有实体的魔法躺卧于他们的内在，当他们领悟他们是具有力量的实体，这种力量是在爱中被发现，由爱组成并完全地融化和溶解于爱中之际，这种魔法就会被唤醒。我的兄弟，这种爱的精髓可以在爱/光中被发现，它从理则而来，从地球之心中反弹回来，构成了喂养能量体的那些能量。这种能量的源头是我们鼓励你们去考虑的。

我们再一次为无法通过这个器皿创造技术性语言而致歉。然而，我们希望我们已经通过她[器皿]所分享的那些节奏和重点能够有所帮助。

在离开这个问题前，我们希望表达对于 D 实体的感激，特别是他对服务的渴望与其爱的深度与强度。我的兄弟，看到你的振动之美是件让人感动的事情，的确，容我们说，这个寻求圈在它混合的灵光和它神圣的场所中是非凡的。在这个特殊的团体中 有种伟大的力道。能与你们分享这种能量是我们的欢喜。

我们是 Q'uo，请问此时我们是否可以听听主要问题的第三个部分。

D：Ra 已经说过「密度」这个词语指的是每个能够包含或储存形而上生命的层级。

当人类的心的生物电波的波形落入相位上的协调一致(相位同调)时，人的心会对我们的实相如何能够在进入第三密度和第四密度的时候更加对称而协调地包含形而上学的光而进行建模吗？如果是这样，一个基于与这种相位上的协调性的相同原则的形而上学的技术如何才能最可靠地、最有效地被用来向个体们显示他们的心拥有和宇宙一样的 进行这种相位转换的相同能力。

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们必须将这个问题分成两个部分。首先，我们会谈到密度与光。从第三密度的光创造出第四密度的光、第五密度的光和第六密度的光的尝试是一个建立在错误假设上的尝试，那个假设是从密度到密度的光有一个线性的连续发展。然而，并非如此。

第三密度的光子并不是第四密度的光子。因此，无论你创造的第三密度的光如何优美地协调一致，你单纯地只是将一道第三密度的光最大化；并未创造一道第四密度的光。这就好像尝试将一个苹果做成一个橘子。你可以制造最好的苹果，但是你无法将其做成一个橘子。

第四密度光拥有更多的 我们给这个器皿一幅旋转的角度的图像，就好像在同一个平面上 有了一个九十度的转换 它在光的每一个部分都创造了一种数量上极大拓展的表面。更多的表面意味着更多的信息空间、更多选择、更多察觉等等。

其次，我们相信在你所谈到的内容中有个非常好的观点，当一道同调光被使用时，在色彩的纯度上 有着很大量的动力是可以被利用的。我们相信，在你们的人群中有已经开始探索使用同调光的可能性的治疗仪器了。从这些仪器的焦点方面，它们是在身体治疗的层面上进行的，而没有进入到光一起工作来创造或加强形而上环境的考虑中。

这个工作不会是对自由意志的一种侵犯，因为实体们的光学器官就好像一般的身体感官 都是自我限制的，而不会在能量体中制造困难— 导致一个或多个脉轮超载。

现在，我的兄弟，我们会在继续进展之前暂停一下，以便于你可以用任何方式提出关于这三个部分[属于主要询问]的疑问。关于该讨论的这个部分有后续问题吗？我们是 Q'uo。

D：是的，该问题是，考虑到在问题中科技的自我调节之质量 以及该器皿没有能力描述科技性原则，为了增强这种自我调节之质量，有任何正在使用这种科技的实体也许可以研究或调查的信息来源吗？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们会说来源就在那里。然而，它们是分散和未被认出的。因此，我们建议叫做 D 的实体，他可以将对于光的研究和对于光的性质的研究结合起来，尤其是由那些尚未被认可的人进行的研究和那些难以理解的研究，用他的坚持不懈、他的坚定不移、绝对地献身于太一无限造物者和他对太一无限造物者的服务上的持续性，来维持那个焦点，同时请求他的指导灵系统增强他的能力，去感受那将会帮助他的共鸣和同时性之道路。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

D：是的。考虑到教育的能力，有助于那些对这种技术有兴趣的人，是否有种方式能让那些对该科技有兴趣的人知道在他们自己内在有种生物反馈类型的特性，那将允许他们自己用一种自我调节的方式来使用科技。

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们使这个器皿微笑，带着似曾相识(deja vu)的感觉，如这个器皿会说的，因为，的确，这恰恰就是在埃及的古老的日子里 我们希望用金字塔去做的事情。当一个有超凡魅力的和说服力的领导者掌管一个地区的时候，这是有可能的，在那里 实体们可以被这样的自我调节特

性的生物反馈系统帮助，这样他们就可以用一种安全的方式被唤醒了。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

一旦那个魅力超凡的领导人从那个场景中离开，总有那些实体们，他们急切地去扭曲任何为这种服务努力的正面成果，最终让其变得无效。

对于地球上 有些人已觉醒于他们的每一个细胞[在身体、心智、灵性中]的神圣属性；尝试去帮助这些人的实体的挑战不仅仅是如何获得他们的注意力，还有如何让他们将接受它。你们人群中的那些人并没有在形而上的寻求中 表现出一种显著的持久趋势。你们文明的文化已经缩短了你们的人群中 大多数人表面上的注意力的持续时间。需要有意愿去成为一个新的人，一个不同的人，成为一个创造自己的真理并根据他自己的光而活的人。这是完全有可能的。

然而，这是个挑战：让人们对这概念[重新开始并用完全不一样的方式生活]开放；以这种方式生活会将生命的力量和爱还给每一个人 并将那个人从，容我们说，社会和文化的网格中移除出来。

我的兄弟，请问对这个询问有另一个后续问题吗？我们是 Q'uo。

我们想询问关于另一个技术，阿克(Ark)科技[2]，一个独立的科技，某种被称为柏拉图的 15 个环的东西，有一个比较圆的结构，而非过去的金字塔的比较尖锐的结构。这种类型的科技是否有个更恰当或更容易的用途呢？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。圆形的几何形状肯定地会有一个更高的机会被利用，它不会有普纳(prana)或太一无限造物者的爱/光通过金字塔的尖形的运动而引起的副作用。替代金字塔的漏斗结构在从金字塔的尖端离开前会旋转两次，当圆形的系统被发展时，它会是更加良性的。
在这种创作或科技中的挑战是迭代(iteration)因子，当漏斗将能量拉入这种结构生成的光没有离开的位置而发生的因子。

我们会建议考虑一个(多)出口的系统，无论它们是物质性或是意愿性的，用一种螺旋的方式来通过这种神圣形状或一系列的形状来规律化无限造物者的爱/光的通路。

我们是 Q'uo，请问关于这个询问是否有后续问题呢？

D：是的。假定这种圆形的神圣几何比尖形的好，是否有这种电磁几何学的某种形式的用途 要比我们一开始谈到的 电磁几何学之自我调节特性更加有效呢？有任何接近的地方吗？这种圆形几何的自我调节特性能够被用来增强我们一开始谈到的几何学的自我调节特性吗？

我们是 Q'uo，相信我们觉察你的询问，我的兄弟。我们能够以肯定的方式回复这种连结的保留部分和这种连结的内容，以及它的性质，比起它在第一眼可能看起来的，既是更加简单的，也同时是更加无法预测或难以想象的。

我们在这里谨慎地前进，我的兄弟，当你在这方面寻求时，我们愿建议你也谨慎地前进。培养谦虚，抛开骄傲和那些之前关于神圣几何的假定真理。当你探索已向你开放的可能性时，向大自然去寻求范例，并保持接地，深深地扎根到大地层

面中。

现在请问关于这个询问是否有后续问题？我们是 Q'uo。

D：我想知道是否有更好的方法来向那些可能会使用这种科技的人陈述这些问题？如果有更好的方式来陈述这些问题，Q'uo 可愿重新表述它们 然后回答它们？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们相信你目前的询问根据你现在的觉知层次是完全合适的。你的言语所表达的问题之清晰度和灵性察觉之深度，从而流露的能量 在我们看来具有一种完全适当的条理。若我们要重新措辞你的询问，我们就是替你学习，这就是对自由意志的冒犯了。
现在 请问有最后一个询问吗？

D：当人类的心作出确定的连结时，考虑到当它关系到人类的心的相位同调(phase coherence)的质量，我们如何才能利用这种原则来产生涉及人类的心的更可靠科技呢？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们对着这个问题又敲又戳，却无法找到一种提供信息而又不侵犯你的自由意志的方式。我们很抱歉，不过 我们遇到了混淆法则的障碍。

我们可以说 你所谈到的同调性是第三密度的灵性寻求者所倾向的事物，或者变得更能够表达出来的事物。当考虑人类的能量体、它所包含的意识 以及在那看起来如此易碎而又如此难以置信地强有力的晶体结构中 所抚育的永恒和无限

时，同调性是一个在使用上的优异词语。

你看，这就是任何辅助科技的挑战了：去促进实体感知他们自己的同调性的能力，而不会在这么做的时候熔断他们的电路系统。信心的质量是灵性的鲜活同调性，我们鼓励你去增强你的信心。我的兄弟，当你前进时，我们祝愿你在研究中有光。你早已拥有那爱了。

此时 我们感谢这个器皿和团体，尤其感谢叫做 D 的实体。与这个团队对话是一种十足的欢乐，我们极其地享受。这个器皿的能量正在衰微，我们不愿伤害该器皿。因此，我们将在此时离开这个器皿和团体。在一切万有中，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们，一如我们发现你们一样。在那同调性中，我们离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai vasu borragus。

原注

[1] 民主进行式(Democracy Now)，艾米古德曼主持，它是在 Link TV 播放的一个新闻评论性节目。

[2] Arkadiusz Jadczyk (简称 Ark)的工作可以在以下网页中被进一步地了解：

www.quantumfuture.net/quantum_future/qf.htm

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 1916 章集：性能量交换

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2008 年五月 10 日

团队问题：今天晚上的问题是关于性能量交换。从 Ra 通讯中 我们知道增强该交换的两个要素是可以增加能量传递的数量的延长前奏部分，以及两个伴侣同时为服务他人奉献他们自己，这可以倍增能量的传递。另外，同步性高潮也会允许传递变得更加有效率。

请讨论性能量交换的灵性特质和它们如何增强我们的魔法人格。

L/L <wbr>Research 性能量交换

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们今晚来到你们中间。我们为今晚能被呼唤加入到你们的寻求圈而感谢你们。成为这个美丽的、寻求中的灵魂圈子的一部分，这是个喜悦。当你们的灵光混合在一起并创造了这个通讯的神圣空间时，它们向我们展现一种超越言语的美丽。

关于性能量交换以及将这种神圣能量最大化的相关原则，在这个主题上，我们为能够有机会来分享我们简陋的想法而非常感谢你们。然而，一如既往，我们会在我们讨论之前 请求每一位保持对他的感知之门的最大可能的警觉。请使用你们的分辨力。聆听你自己共鸣的声音。如果有某个事情看起来引起你的兴趣，请务必使用它们，但是如果某个事情没有引起你的兴趣，请毫不犹豫地让它们离开。

用这种方法 我们就可以放心我们不会以任何方式侵犯你的灵性进化的过程了。我们感谢你们这方面的考虑。

在谈论性能量交换的时候，我们首先需要退一步，在某种程度上可以说是，提供一些关于能量体的性质和能量交换的性质的想法来准备一下基础。

比起你的物质身体，你的能量体在形而上的意义上 更多地充满了你的实质。你的肉体就是从这个能量体而发展成型的，但是能量体是非物质性的，它在性质上是电性的。你可以思考宇宙为一个整体，一个能量场，无限与神秘的。在那浩瀚而难以想象的造物者之场域中 包含着各个银河系的场域，众恒星的场域，行星的场域，还有在那些行星上的实体[好比你们自己]的场域。

当你沿着位阶等级往下走，从造物主到子理则，到子子理则，到子子子理则的时候，而太一无限造物者仍然充满每一个部分，每一个能量场域，造物的每一个微粒。既然万物合一，太一的每一个部分都是太一的一个全像。你身体的所有细胞都充满了造物者与受造物的信息。

你的能量体是你的心智、身体、灵性的支配性场域。它在物质界出生的前后某个时刻与肉体结合在一起，自愿地、有意识地与肉体相互贯穿，而肉体就是为了在行星地球的幻象中的一次人生经历所创造的机会。那么，贯穿你的人生，无论依照任何世俗观察，还是依照对物质性和形而上的事物之间的位能差进行测量的科学能力，你的肉体和能量体是不可区分的。

就是能量体喂养了肉体的感知。随着肉体、心智、情感收集催化剂和经验，那些想法和情感的收获物就会以一种无止境的循环进入能量体。

你的能量体被理则喂养。从局部的意义而言，它被你们的太阳能量喂养，你们的太阳将它的光、能量、力量倾泻到地球上。行星地球，你们的母亲，以无限的额度接收到太阳的能量，并且从她的心和子宫之中用一种从行星的最核心之处辐射的方式将太阳的能量传送出来，这种能量从每一个方向向外辐射，从地面喷涌而出，因此你就可以在你在地球上行走时用你的双脚吸收这种能量。它从腿部的连接处，也就是你的红色脉轮的所在之处进入能量体，而红色脉轮是一同构成你的能量体的七个脉轮中的第一个脉轮。

这种流入红色脉轮的造物者之无限爱/光，如果不被阻碍、阻塞或者限制，它会自由地，强有力地流入心轮，让心像一朵花地打开并绽放，从而为意识中的工作之潜能打好基础。

仅仅在红色光芒、橙色光芒、黄色光芒(脉轮)是开放的，而造物者的能量正自由地流过它们时，才会意识中的工作，因为这就是喂养心的能量。当它被限制或被抑制时，魔法人格就会发现它自己的(能量)供给非常短缺。一旦寻求者设置他的意愿 在意识中做功，接下来 更高的光芒(脉轮)就会涉入：沟通的蓝色光芒，信心和存在的靛蓝色光芒；当然，还有治愈和无条件爱的绿色光芒。

需要注意的是，为了服务他人和从第三密度毕业，使用更高的光芒不是必须的，因为更高的光芒是为了接近智能无限的大门。单纯、直接的、无条件的爱和宽恕与慈悲之(绿色)能量就能够带着任何寻求者高分通过毕业典礼。那是绰绰有余的，使用(绿色)为了穿透那些能量 好让一个人进入更高的光中。

然而，作为一个投生中的形而上存有，你确实被赋予该能力— 使用更高脉轮并

在意识中做功。太一造物者的无限的爱/光向上运动，而就是被魔法人格设置的意愿呼唤了能量由上而下地来会合太一造物者向上运动的爱/光。那两种能量相遇的位置就是寻求者能够在意识中完成工作的位置了，无论它是治愈、通灵或存在的光辉。

因此，无论我们是谈到绿色光芒的治愈能量，蓝色光芒的沟通能量或靛蓝色光芒的存在光辉的能量，我们都是在谈一个过程，依靠这个过程，一个寻求者决定设置他的意愿去成为一个祭司，一个光之牧师，并自己承担正确地使用他的力量的责任。

神圣性爱存在于靛蓝色光芒的领域中，的确，它进入紫罗兰光芒的神秘之中。它从神性原则自身，从那伟大的理则[也就是无条件的爱]祈请灵感与信息下来，并进入连接肉身和形而上存在的核心性(sexuality)。

性的潜能可以是神圣的。性的开始是简单与原始的。因此，当男祭司与女祭司一起设置他们的意愿 去邀请造物者进入他们电路的方程式时，他们就祈请了理则自身下来了。然而，它开始于最单纯的性欲化学过程，这个过程是纯粹的红色脉轮的吸引力，在地球上的人类种族的繁衍功效上，它一直是如此健全的。

叫做 Jim 的实体谈到的第一个关于性的要点是：延长的前奏是有帮助的，我们在一定程度上谈论这一点并探索为什么会是这样的。

当两个人设置了他们的意愿来到一起，他们仅仅拥有意愿。从形而上的意义而言，他们并未发展出一个在其中表达意愿的结构。无论两个实体在他们设置了意愿去分享神圣的性爱之后会做什么事情，它们都可以被视为前奏。就这方面而

言，约会的仪式是非常有帮助的。

在今晚的冥想之前，如同你们每一位围着圈子谈到的一样，每一个人都表达你们感到如此可怕地忙碌 以致于几乎无法呼吸了。这个世界沉重地压在那些必须谋生并完成日常责任的那些人的肩上。在一个人能够参与神圣的玩耍之前，有大量需要放下的事物。这个世界，还有这个世界的污垢与疲倦，有大量需要释放的事物。

于是，两个人见面，也许会吃一顿晚餐，或者分享一杯酒或咖啡，或者是眼睛和声音的一次简单相遇。他们会谈话，也许谈论关于今天的事，关于担心、负担以及世间的疲乏与倦怠的感觉。

当这些事情被谈论的时候，能量开放了，脉轮开始变得清澈了。

关于红色脉轮通常未被理解的方面是它不仅仅是性欲脉轮，它还是生存的脉轮。它就是我们一定会在其中对生命要嘛说「是」要嘛说「否」的那个脉轮。很多人因为各种各样的原因而感觉抑郁与不快乐，就会开始关闭或至少紧缩红色脉轮。以某种方式与另一个打开耳朵去聆听的人分享这些悲伤开始让红色脉轮再次开放，开始让生命再一次看起来是好的。颜色亮起来了，能量提升了，对话继续着。

在个人的层次上有很多事物在被分享，打开橙色脉轮。在两个人之间，如果有婚姻的圣礼，黄色脉轮也会被穿透。当特定的人际关系的事宜被讨论的时候，脉轮就开始开放并放松了，两个人会相互彼此支持。最后，每一个人都会感觉心开放了，因为每个人都由于另一个人的陪伴而感受到感激。

现在，也许在地点和隐私的数量上有个变化。也许这就是两个爱人变得亲密的时刻了，衣服被脱掉了，外面的世界消失，谈话深入了。当每一个人都对另一个人所说的事情用完全的同情去倾听与支持的时候，在这个通往蓝色脉轮的入口处无论说的是什么都开始呈现出神圣的质量。世界看起来越来越明亮了，能量提升并向着靛蓝色脉轮移动，那是信心和魔法的脉轮，在那里 两个存有一起变成有魔法的。

当那个时刻来临，在涉及触摸的位置上，你就可以看到已经有了大量的准备。神圣性爱在任何方面都不是随意的。它被构建的方式就好像任何的魔法仪式，不过它是在两个祭司的感受性之中被构建的，当他们祈请那连接[即性爱交合的菁华]之际，共同祈请太一无限造物者。

我们先前曾提到你的能量体是个电性体。就好像电流会有它的途径一样，你的能量体同样有它联系的位置，这些位置能够形成在两个能量体之间的一个回路，让两个人成为一体。这些通道是在嘴唇、双手、双脚、腹股沟、胸部。如果他们互相握手，就能够交换性能量。如果他们接触双唇，就能够表达性能量了。

如果那些部位中 任何一个被接触到，性能量就会在两个人之间循环了。当一个人想到神圣性爱的时候，需要对闭合那些电路进行考虑。

在第一次接触的发生之际，有大量的动力已经在通过对接触的欢乐的期待而被积累。就这一点而言，涉入的两个实体的焦点是两个人之间的连接的安培数逐渐升高的关键。确实，这个器皿已经常发现这是有用的：对已经被闭合的电路进行观想，看到它如何在强度上改变颜色，当每个人碰触彼此 和每一个人创造各种方式让另一个人感觉良好时 看到这个玩耍是多么地无限。

造物者的意愿是，性欲有潜能为第三密度的实体们提供一种对于造物者之稳定状态的体验，这种体验可以被第三密度的实体形容为性高潮。这是宇宙的稳定状态。这是无条件爱的力量。这是驱动(宇宙)造物的引擎。这是落到你身上的阳光。这也是在一种稳定状态上 表达的无条件爱的男祭司和女祭司的融合。

当配对的男祭司和女祭司对于彼此变得更加熟练时，就会开始在触摸的艺术上以及在亲密行为的细微差别上之精炼，因此每个人都能够让另一个人更接近性高潮的位置 然后停留在那儿，和那能量一起玩耍，为它加油，再次玩耍，再一次加油，却没有感觉进入性高潮的需要。

我们相信这就是 Jim 实体在他谈到延长前奏时 在他的头脑中所想到的事物了，从涉及的能量交换的亮度和功率的意义而言，这肯定是能够沿着能量的强度等级向上运动的主要部分了。

然而，绝不要忘记的是：神圣性爱涉及所有能量中心。如果一个人没有让较低的脉轮良好地、愉快地、自由与开放地运转，并且接纳生命和生命提供的所有事物，他是无法在上主的领域中玩耍的。
当双方，男祭司和女祭司，有意识地将他们的生命奉献给服务于太一无限造物者的时候，这种奉献将倍增每个人可获得的能量，确实是这样的。这取决于加倍或平方之道。如同在很多其他类型的能量中，当两个人共同寻求时，那种寻求的力量就会倍增了。

我们肯定同意 Jim 实体(说的) 当在男祭司和女祭司之间有一种同步发生的性高潮时，能量交换会达到它最大的亮度，它是聚焦且集中的。这肯定是体验自我与自

我、自我与造物者之融合的最清晰的方式。

而同时，我们会指出，不用性高潮而拥有强有力的能量交换，这是有可能的，它单纯地是因为配对者双方的意愿和他们将娱乐和感觉舒适的时间奉献给对太一无限造物者的服务。在你们的人群中有很多人，他们已经很好地配对了，却不再能够以他们年轻时的方式来分享性欲。这绝不会抑制他们的性能量交换，让彼此感觉舒适，进行神圣玩耍的能力。

神圣性爱开始于一个人心甘情愿去变得神奇的。为了能够体验到神圣性爱，一个寻求者必须释放那些关于自己的那些限制性想法。他必须在自己内在发现它们，并且如他之所是地接受自己，爱上自己，抛开所有的自我改善或自我批判的想法。寻求者转变为魔法人格的开始就是如他之所是地 完全接纳自己。

我们相信这也许就是神圣性爱的关键性困难了，我们相信这也许就是让很多人无法体验到神圣性爱的完全自由和美好的限制性要素了。

不要将你自己视为在镜子里看到的那个自己，而是视为当你为最深爱的事物而祈祷时 你所感觉到的自己。不要将你自己视为一个物质存有，而是一个梦想者，一个希望者，一个光之恋人，一个理想主义者。看到那些与世界的显化没有任何关系的意愿之能量。这就是魔法人格的开端了：比你可以在世界的镜子中对自己的感知，更真实地感知你自己。

最后，我们会提醒 在不考虑来龙去脉的情况下 创造神圣性爱是不可能的事。这经常会被那些想要走快捷方式和那些也许无法支撑一种承诺的人际关系的实体所尝试，因为要建立一个在其中 两个人都可以相信在他们是安全的并且不会被伤

害的安全避风港，这需要花费很长的一段时间。有很多人已经尝试去通过使用客体，好比妓女，来创造神圣性爱，在其中 所有魔法师的工作都是一个人在孤单中完成，他们为了要表达实际的性能量而使用客体。这将永远都不会成为真实的神圣性爱，因为没有能量交换。

在更高的(正面)密度，性能量交换将会变得更加的清澈，因为在较高密度中 实体在见面时 就会在他们之间交换动态关系，因此，他们会简单地通过，容我们说，握手或打招呼就体验到一种性高潮。没有任何需要隐藏或害羞的事情。所有接收到的能量都是纯洁而美丽的。因此，实体们居住在一个全时间都在进行能量交换的氛围中。

你们这些居住在罩纱里面的人无法拥有那种奢侈。因此，为了能够像男祭司和女祭司一样在神圣性爱中进行练习，你必须和另一个人创造那个安全的场所，好让信任和信心有至高的统治权。这样一种关系是多么珍贵呀，它所提供的东西有多少呀。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

在我们离开这个主题之前，我们要提到的是，将造物者包含在所有你做的事情中就是将你的生命创造为有魔法的生命的方式。造物者不在「外面某处」，除非你允许造物者远离你。以一种与性爱紧密相关的方式，造物者与你是亲密的。

当你穿越日常生活的杂务时，邀请造物者进入你的生命和力量之中 说到做到 并观察生活发生转变吧。你将发现自己能用一种远远更加透明的方式在交换能量

了，看到周围其他人的能量消耗。你将感觉到太阳的能量，分享那能量，并将你的爱回馈给太阳。因此，一种能量交换是与日光自身进行的。你可以与你接触到的每个人和每一件事进行那种能量交换。

我们祝愿你们 对你们的练习感到喜悦。请问关于这个询问是否有后续问题呢？我们是 Q'uo。

Jim：关于那个特定的询问 我们没有后续问题，但 G 给了我一个他想要提出的问题；它是来自 J 的问题。它是这样说的：「Q'uo，我一直在散播、推销、并摄取一种叫做『白色黄金』的物质有几乎十年时间了。它是合法的物质。新信息，来自另一个通灵管道，向我提出的建议是它对于摄取这种物质的实体的 DNA 可能有负面的后果。我对于这个说法可能有的某种正确性深感担忧，我担心如果这是真的，那么我可能因为无知散播了一种会对那些摄取它的人有负面作用的化学物质了。你是否可以给我任何灵性上的信息，关于这个状况的一些原则？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们在此刻会提出的与你的询问相关的灵性原则是个体反应的原则。万物一体，而每一个实体都是如同一片雪花地个别和独特。每一个独特的能量系统都以它自己的频率和独特性进行运转。因此，对于一个实体可能是极有帮助的东西 对另一个人可能是中性的，对另一个人可能是有害的。依照这一点，任何被提供的能量或物质实际上只有百分比的变化是真实的。

现在请问有另一个我们可以考虑的询问吗？我们是 Q'uo。

A：是的，Q'uo。对于神圣性爱的能量交换和移情作用(empathy)在其他灵性方面

的能量交换，你可以从灵性的观点上进行比较和对比吗？

我们是 Q'uo，相信我们理解你的询问，我的兄弟。当有一种移情作用的能量交换时，它是一种不需要性接触的元素的交换。移情交换的性质不一定是靛蓝色光芒的。移情作用的交换，即一个实体理解另一个实体 以致于一个人能够如那个实体一样地去经验，在任何能量中心中都是可能发生的。

因此，我的兄弟，我们会说，从一个更全面更宽广的能量交换的范畴的意义上来说，它是一个不同的类别。然而，肯定地，就好像性能量交换一样，就是在这样或那样的类型的电路的闭合中，两个实体成为一。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟。

A：我正在通过马歇尔所著的一本叫做《非暴力沟通》的书[1]研究一种方法，它提供富于同情心的移情作用。我不是很清楚我的下一个问题会是关于什么的，但是，如果你对于那个问题有任何灵性上的观点，我会对它感兴趣的。

原注: [1] Marshall Rosenberg，《非暴力沟通：一种生命的语言》Encinitas，加州，Puddle Dancer 出版社，2003 年出版。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们鼓励你跟随共鸣的途径，我们祝愿你的旅程顺利。

此时，有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

R：我有个关于能量交换的问题。你们作为与一个寻求圈共同工作的一个实体，在你们之间有能量交换吗？我理解因为你们通过管道而工作，所以有种能量交换，你们需要与管道连接，因此某种能量会移动到那里。但是，是否有一种更普遍的能量交换呢，因为这是一个寻求圈，而我们请求你们加入，因此在这个圈子里的每个人都用某种方式在进行能量交换吗？

我们是 Q'uo，掌握了你的询问，我的兄弟。在你们和我们之间的能量交换是造物者与造物者之间对等的能量交换。能量交换的精确性质再一次与个体相关。每一个实体的能量体都是独特的，每一个能量体都有它接收和给予能量的方式，这种方式并非特别指性的意义，而是从[被用于一同进行工作的]各个脉轮之间拥有的途径的意义而言。这经常是由一个实体长期形成的习惯和他用一种固定方式去感知的趋势所组成的问题。

当寻求者让他自己进入静默并练习冥想，并因此变得能够开始感受关于他自己的本质的更深真理的时候，在一般而言的灵体和一般而言的投生中的你自己之间的能量交换会一直被加深和加强。你作为一个实体 有可能更深入地进入开放的过程，并且在对我们的通讯开放的方面 更深入地展现内在的自我，当我们共同合作创造一个器皿的时候，我们就更加能够用一种非常亲密的方式与你们成为一，凭借着这个器皿 也许那些寻求的人们就可以为他们的灵性旅程找到有益的资源和信息了。

当一个人决心献身于作为一个管道而服务时，当自我已经无惧地向着那可能性开放时，在时间/空间领域的我们和在空间/时间领域中的你们之间的最有效率、最深入的能量交换的舞台就被设置好了。这是一个美丽与神秘的合作，被围绕在艺术作品与能量之中。如我们确信你们已经察觉到的，它是一种非常有创意的交

换，因为你自己，已经尝试去让自己向着这些能量开放了。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

R：不了，Q'uo，感谢你的评论，感谢你们的到来，感谢你们乐意重复地回答我们数不清的问题。

我们是 Q'uo，觉察你的感谢，我的兄弟。如你相当知道的，我们的感谢是一样强烈的。能够与你们分享我们的想法，能够充满希望地 对在行星地球的面纱里面如此勇敢地寻求的你们进行某种小小的服务，这令我们极其满意。

这个器皿开始疲倦了，在太一无限造物者的爱与光中，我们带着感谢和喜悦离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

★爱与光图书馆选集 第 20 辑

☆ 第 2001 章集：太阳语

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想

1985 年四月 21 日

(Jim 传讯)

我是 Hatonn。我的朋友，在无限造物者的爱与光中，我向你们致意。今天傍晚我们非常欢喜与你们同在。我们享受聆听你们的谈话，我们也享受每一位提供给彼此的问题和评论。

我的朋友，当我们透过器皿[好比这一位]对你们说话，我们也获得机会加入这样一场谈话，以及你们对真理[如你们的称呼]的寻求。我们无法告诉你们 我们感到多么地荣幸，能够与你们以这种方式谈话，虽然话语在描述那些较深的感觉和动机[寻求者们彼此分享的东西]时是至为不充分的，不过 在两个实体之间要沟通想法 言语是最直接的。我们透过话语得以讲述那些可能对你们的日常经验有意义的概念；反之 如果我们不能够利用言语，我们就需要等待你们的呼求，才会允许我们提供激励的思维、生动的梦，或当下的直觉[来肯定一个想法]，以这些方法 我们经常能够响应一个实体的呼求，提供该实体寻求的灵感或保护。借着话语，我们尝试以谦卑的方式 如此这般地包装那些概念，于是讯息被带入一个更为锐利的焦点。

再次地，我的朋友，我们感谢你们允许这个现象发生。不过，一如往常，我们请求每一位在我们说的话语中 只拿起那些对你个人寻求有价值的部分；同时放下

那些似乎没有那种价值的话语或概念。

今天傍晚 当你们谈话之际，你们正在显化真理之寻求者亘古以来采用的方法[能够加速他们的寻求之旅程]；那就是你们已分享自己、你的思想、你的经验、你的意见，以这种方式 提供他人你人生迄今的收获。当一个人提供另一个人这样的礼物，这就增强了每个人的寻求；因为你们每个人，做为一个造物者，已经选择在这特殊的一世去表达太一造物者的某些面向，以你自己的方式，于是提供另一个人很多东西。

通常 在寻求者当中 他们感觉浪费掉大量的时间与努力，因为一次又一次地尝试衡量进度，一次又一次地似乎都有所不足。当寻求者看不到 清楚无误的里程碑，他们通常变得沮丧。在这一点 寻求者很容易认为这样的寻求是愚蠢的，因为没有方法知道达成了什么进度。

然而，当你们聚集在一起，好比这个团队和其他团体，你们能够以自己的经验分享去发现你很像所有其他人。你们寻求知道你们实相的本质，你们自己的存在本质，你们在这个实相的目标，以及你们在这个幻象中学习的手段。你们看见 没有一个诚实的寻求者拥有比你更确切的知识，因为每个寻求者都在相同的幻象中移动，在其中似乎有着巨大的分离与不和谐，而每个寻求者试图从放置眼前的经验中学习。每个寻求者也感觉，一路上失败多于成功，因为没有寻求者拥有清晰的视力去看穿这个幻象，超越这个幻象；虽然许多寻求者曾经短暂地瞥见超越之境。所有留在这个幻象中的实体都受到其力量的管制。

我的朋友，你们幻象的力量在于提供你们一种形式的造物者，看起来并非太一造物者；一种似乎并非爱的形式，并非智慧的形式，也不是合一、喜悦、平安、慈

悲。容我们说，你们幻象的力量就是要说服你：可能有不是爱的东西，可能有不是造物者的东西，可能有不完整、不完美、不平衡的东西。然而，做为寻求者，你们在分享经验的过程中发现，在任何经验中都可以找到太一造物者的完整与爱，只要有足够的努力与纯粹的意志 [你们每个人正在发展的东西]。

当你们彼此交谈时，你们发现太一造物者居住在你们生活中的更大部分了，因为你们发现每个人都曾有过艰难，甚至创伤的经验，不过 有些人透过自己的努力从这些经验中学到伟大的功课，你们因着他们找到激励。然后你可以看入自己的经验，发现里头已经有着相同的机会，接着你以相同的方式或多或少地发现这些功课。

当我们观察你们在这场冥想开始前的谈话，我们欢喜地发觉 每个人都以她独特的方式分享自己的存在之心。因为，我的朋友，爱总是相同的，它是一。不过有许许多多感知与表达那爱的方式。

你们每个人在日常活动中 以独特的方式表达与经验那相同的爱。你为太一造物者的经验之无限颜色增添另一个色调。从而，以你自己个人的方式 透过日常经验的作为 光荣在全体中的太一造物者；同时，当你和同行的寻求者分享那些经验，你增强他们的旅程，他们的经验也增强你的旅程。
你们就如同太一造物者的许多部份或细胞，你们开始沟通 使得许多细胞成为一。你获得他人的知识，同时他们获得你的知识。太一开始以无数种方式去认识太一。我们对你的人生与经验喝采，不管它在此刻似乎是多么平淡；它是你的，它对你是独特的。它包含太一造物者的完美与完整性；是故 透过每个经验，在每个机会中 你面前都有太一造物者的完整性等着你去发现。每个经验有多个层面与层次：表面上负面的东西在外层歇息，世俗的东西位于稍微下面的层面；当

你继续移动到更深的层次，你发觉经验的本质趋近我们曾形容为爱。太一造物者在每个经验的核心中等待着。朋友们，你将挖掘到多深的地方？你将多仔细地搜寻每日的经验？这选择在于你。你可以在每一刻尽量地深深挖掘与搜寻，没有任何人规定你必须挖得多深，除了你对自己的要求。你的确拥有完整的自由意志去选择：你将学习甚么，你将多好地学会它。我们对你的选择敬礼，因为它即是太一造物者的选择。

此时，当我们观察那些聚集在此的人，我们发觉尝试透过每个器皿说话会是恰当的，因为在场的人渴望以提供发声管道的方式服务。因此，我们愿提醒每个新进的器皿，分析我们的想法是不必要的，对于这个过程有没有帮助；我们建议忘掉分析过程，留到事后再分析是比较好的；在提供挑战之后，请自由地说出脑海中出现的念头，向自我担保那一个源头就是正面的源头。我们乐于响应你们的挑战，我们感到荣耀，受到邀请透过每个器皿说话。

此时 我们要转移这个通讯给 N 实体，只要这个实体放松并说出我们的想法。我们现在转移这个通讯，我是 Hatonn。

(N 传讯)

我是 Hatonn。我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。有人说那个踏上遥远旅程的实体有时候必须丧失对于平静、无创伤的生活方式之考虑。并不由一个实体去判断甚么是正确或不正确的。该实体必须自己决定甚么是自由选择，它保留给那些在你们的(存在)平面上寻求的实体。一个位于你们的平面上的实体知道所有答案，这是无法想象的。甚至获得一个微小的答案看起来就是足够的… 我感谢你们，Hatonn，但我想我已经变得太过分析性。请转移给 Jim 或 J。

(Jim 传讯)

我是 Hatonn，再一次与这个器皿同在。我们十分开心能够透过新器皿 N 讲述这些话语。我们尝试透过新器皿表达的概念不是特别容易感知的概念，我们恭喜 N 实体在发声传讯上的进展。此时，我们要尝试透过 J 实体讲几句话。如果该器皿也愿放松并避免分析，把脑海中感知的话语和思想讲出来，然后我们也能够透过该器皿讲话。我们现在转移这个通讯。我是 Hatonn。

(J 传讯)

欢迎，我是 Hatonn。我在爱与光中向你们致意。它… 感谢你们。

(Jim 传讯)

我是 Hatonn，我们再一次与这个器皿同在。真正欢迎新器皿 J。我们至为快乐地能够透过新器皿讲几句话，我们鼓励 J 实体努力去避免分析。我们知道，这是至为困难的：避免分析那似乎源自一己的心智的东西；不过是来自另一个”外面”[容我们说]的源头。然而，每个新器皿将发觉 他能够站到一边[容我们说]，去除心智的分析部份，那么 接收与讲述我们的思想的过程就可大大地增强。每个器皿将藉由练习发展这种技巧。我们被请求协助你们的练习，为此感到荣耀，我们将再次以这种能力与你们同在。

此时，我们行将离开这个团体和器皿，好让我们的 Latwii 弟兄姐妹得以提供他们的服务— 回答每一位可能提出的询问。一如往常，我们在太一无限造物者的爱

与光中离开你们。我们是 Hatonn 群体。
Adonai，我的朋友。Adonai vasu borragus。

(Jim 传讯)

我是 Latwii。我们也在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。今天傍晚，我们同样荣幸地被请求加入你们的团体。我们总是十分欢喜能够提供声音给想法，于是以又一种方式和造物主的另一个部分沟通。那么 容我们开始第一个询问?

N: 是的，我有好几个问题，但我一直想知道，“Adonai vasu borragus”是什么语言，或者说 Hatonn 和你，Latwii，使用的结尾语是什么语言？怎么解释它，除了 ”上主”以外。我肯定 Adonai 是上主或造物主的意思。

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。你说的这些话语 在你们星球上，有些人称为太阳语，也被知晓为 Solex Mal。同类寻求者把这些话语留给其他寻求者，表达每个实体在其人生中寻求的那些概念，也就是，太一造物者及其爱与光，以及结合一切为一之统合性。这些话语的一般意义为：”以太一之名，在祂的爱与光中，我们离开你，我们敬礼，我们与你们同在。”

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

L/L <wbr>Research <wbr>太阳语
Solex Mal
N: 是的，非常感谢你的定义。传讯给希伯来人的”Adonoi”或“Adonai”就是属于上

主，造物者的意思？

我觉察你的询问，我的弟兄。在你们星球的过去，曾有各式各样的文化，因着他们的呼求，接收到各种力量之话语。构成希伯来语和梵文的振动在许多例子中相当接近比较纯粹、较少扭曲的表达— 关于爱与光之合一概念。这两种语言包含一些数学关系，其中收录进化过程里头的特定关键概念；其他语言包含的数学关系比较少。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 嗯，非常感谢你们。那么，“Adonai”这个字汇的起源比起我们拥有(对它的)任何诠释的时点 要早很多个世纪；是否正确？

我是 Latwii，这是相当正确的，我的弟兄，因为这个特殊的语言来自响应希伯来民族的呼求的群体；因此，该语言的源头在你们自己的行星影响圈之外。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 嗯，再次地 非常感谢你们。我有许多问题要问，但我有某种个人考虑。我曾做过一次前世回溯，我曾位于一个行星，属于双星系统，其中一个比较大，该行星有四或五个月亮，除了草地，上面没有人群或植物。你们能不能说 曾有什么样的大灾难发生在那儿；或者 这是不是有根据的考虑

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。我们发觉你谈论的该经验透过你自己的潜意识心智的根部汲取上来；它对你的显意识心智的意义是象征性的。所以，容我们说，很多内容需要以另一种角度来观看。注视该经验的象征性质，而非过于

注视这些影像之明确细节，这样可以获得更多。

在这个特殊的经验中，你在那一世的孤单观点，以及在那特殊的观点中 经验呈现的方式为缺乏同伴。我们感觉已经延伸回应到达你的自由意志之极限。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 不了。我只是有点困扰 为何我当时如此悲伤，在催眠回溯过程中 我在哭泣，因为所有其他实体似乎都消失了，只有我孤单一人，没有其他人在那儿；那是我提问的主要原因。我不知道是否有另一颗星球，凭借我的自由意志选择的行星，该行星的名字？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。在宇宙造物中，许多位于第三密度幻象中的实体并不利用命名的概念，因为他们的沟通手段尚未离开心电感应。当一个实体能够以心电感应的方式沟通，命名就不那么必须了。相对地，你们的星球此时普遍利用说话的方式沟通，于是自然倾向命名。所以，你已想起的这个经验难以给予一个名字的标签，容我们说，因为它不属于那种性质。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 非常感谢你们。我不知道我是否完全理解心电感应的沟通方式，但我假设你指出一个事实：我在过去某一世(如此)沟通，同时我当时是一个第三密度的实体。是否如此？

我是 Latwii，我们发觉你的假设的基础是正确的。进一步地说，由于你们当时的

沟通比较朝向心电感应，所以你的行星影响圈并没有一个名字。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 非常感谢你们，我在其他领域有许多问题，但我想应该允许 J 有机会发问。

J: 谢谢你，N。Latwii 是否疲倦了，继续回答问题还行吗？

我是 Latwii，我们总是能量充沛地回答询问。虽然，我们说话的器皿偶而会变得疲倦，因为我们倾向使用许多话语来表达概念。无论如何，目前这个器皿也能量充沛地准备接受询问。我们可否尝试回应你的询问？

J: 是的，我想要知道更多关于你们的事。Latwii，你们曾经具备人类形体吗？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。我们，属于 Latwii，在我们演进的进程中，已经验你们现在栖息的第三密度。我们在那个特殊密度的经验利用一种载具，在许多方面类似你们自己的载具，也是两足与直立的动物。无论如何，我们在一般的身体配置上有足够的相异处，特别是在头盖骨的区域，于是我们看起来和你们现在的地球人相当地不同。

我们可否进一步回答你？

J: 好也，你们那时看起来什么样子？

我是 Latwii，虽然我们发觉这个信息对于你的灵性途径不是很有帮助，但是无害

的信息。我们，属于 Latwii，前额页的区域比较大，延伸到后头骨的部位。容我们说，脑袋区域的突出是为了包含一个比你们自己的(头脑)大些的大脑。我们的双眼也比较大，比较黑。我们在双耳的位置拥有比较小的附肢，因为我们的能力...

L/L <wbr>Research <wbr>太阳语
Is she one of Latwii？
[录音带第一面结束]

(Jim 传讯)
我是 Latwii。再一次 和这个器皿同在。我们欠缺大部分的该附肢，你们称为耳朵；因为我们使用话语的程度远小于你们人群。因此，我们的通讯属于心电感应。我们的双臂和双脚，容我们说，开发程度小于你们的，属于比较细小与纤弱的特质，因为我们利用心智的力量之程度大于你们大多数的人。所以，我们的肉体载具比较脆弱和纤细。

我们可否进一步回答你?

J: 嗯，这跟我的灵性成长无关，但我感到着迷。我可否继续，或者你宁愿要我停止?

我是 Latwii，我们乐于回答这类的询问，但响应的方式比较一般性，或许跟你的渴望不同；因为我们不想要聚焦不必要的注意力在我们自己身上。我们是信差。

我们可否进一步回答你?

J: 好吧，OK，我感到着迷。我想要知道更多，但我要离开这个主题。告诉我关于灵光(aura)颜色。我已注意到 Hatonn 提到颜色。你们可愿就此评论？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。我们在这个询问中发现两个概念。Hatonn 群体谈论的颜色和每个寻求者的独特经验有关。这个独特性被 Hatonn 群体以颜色的表达来形容，独特的经验即是额外的颜色。然而，你谈到的颜色属于另一种性质；不过 一个实体的经验和环绕他周围的灵光能量场，这两者之间有个关系。如你所觉察的，每个能量中心可以关联一个你们已知光谱的颜色，红色到紫罗兰，当一个实体利用他注意到的 任何特殊经验，他可以利用一个或多个能量中心，从而促成一个更为明亮的颜色表达，显化在那些被使用的能量中心。

然后，那些能够辨别精细能量的实体可以阅读该灵光场中活跃的颜色表达。

我们可否进一步回答你？

J: 是，他也谈到转世。除了(催眠)回溯 我们如何发觉自己的过去世？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。大部分情况，一个实体的目标并非依照自己的选择去忆起前世；好让目前这一世保持纯粹 [容我们说]。当一个实体尝试去忆起某个前世，这就变成一种可能性，接着以许多不同方式来追寻。

催眠回溯，你们人群的称呼，是部分穿透遗忘罩纱[分离显意识与潜意识心智]的最广为流传的手段。一个实体也可以利用睡眠状态进行这类的忆起，利用大脑与心智编程一个关于先前经验的回忆。冥想也是一个手段，一个实体藉此移动其意

识焦点到前世的时期。无论如何，这个器皿必须更多的技巧，远胜过前面两个技巧。

甚至必须更大的技巧好有意识地忆起或组织过去世的记忆，不过你们的星球上有少数人已经能够做到。通常该实体在此生的早年就想起这类的经验，把它们视为朋友，而协助了这种机能；伴随着该实体移动穿越遗忘的罩纱。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

J: 不了。我想我… 该器皿的状况如何？

我是 Latwii，我们发觉该器皿仍能够提供必需的能量。我们可否进一步回答？

J: 嗯，我确实还有几个询问，但我现在交给 N。

N: 嗯，现在我有一些延续 J 的问题。非常感谢你们，Latwii。关于灵光的问题。那么，脉轮决定灵光的范围，有人告诉我们，特定的灵能者可以看见灵光围绕一个人延伸到 25 英尺长；就我的理解，你是说如果特定脉轮不平衡，那么一个脉轮可能增加一种显著的红色或黄色或橙色光辉，另外… 嗯，我不真正理解我要如何发问。但脉轮的确会影响灵光？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。首先，容我们说，任何实体的灵光场的厚度都是不同与独特的。灵光场的有些部分甚至延伸到超过[你刚才提到的]25 英尺的距离。任何脉轮或能量中心的活动增添灵光场特定部分的色调。每个实体的灵光场有一个部分纪录并阐明该实体之心智、身体、灵三者的独特平衡。所以，

那些医者可以解读这部分的灵光场以确定任何特定实体的相对健康。

我们可否进一步回答你?

N: 这些医者凭借直觉或眼力来解读脉轮?

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。一个能够看见灵光能量样式的医者凭借眼力解读灵光，于是各种颜色的配置被转译为能量中心之间的平衡，接着这些平衡在心智、身体、灵之中被表达。有些医者凭借直觉的手段能够确定相同的信息。

对于任何医者而言，能够以任何方式解读灵光都是巨大的协助；因为不只解读到需要平衡或治疗的部分；再者 医者变得更为觉察平衡与治疗的过程，然后能够允许治疗过程持续恰当的时间长度，当能量形成崭新与比较平衡的配置时，他也能够改变或调整该能量。

我们可否进一步回答你?

N: 是的，非常感谢你们。我们个人带着单纯的考虑，在相对已知的限制中，可否平衡我们的脉轮？或者我们必须找他人做这件事?

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。的确，每个寻求者必须平衡自己的能量样式与脉轮配置。当一个医者协助这个过程，就很像提供一个放大镜给一个总在进行式的状况 [由该寻求者所发起]。在所有状况中，平衡或治疗都是寻求被治疗的实体的意志与信心之产物。医者出借其能力以强化这个治疗过程。

我们可否进一步回答你?

N: 嗯，再一个问题，关于 Latwii 的过去世，当时 Latwii 还处于第三密度的形体中。在你描述之前，我似乎得到一幅心像，我不禁猜想 Latwii 移动的形式为念力移动，而非肌肉的能量；我也想知道 Latwii 源起的第三密度目前是否还存在；以及以我们的时间序列，那是多少年以前的事。

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。我们 Latwii 已经离开那个经验，虽然有其他实体栖息在类似我们曾栖息的载具之中；他们有他们自己的身分，我们也有我们的身分。自从我们离开第三密度的经验迄今，这部份的时间，以你们的衡量，是巨大的；不过，大部分是无意义的，因为我们的经验有一大部分位于无时的领域。因此，诠释与转译时间是至为误导的，但大致可以说有你们的许多个百万年。

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

N: 嗯，只有另一个关于移动方式的问题。那是不是念力移动或藉由大脑力量的移动能力?

我是 Latwii，觉察到我们先前忽略回应那部份的询问。我们能够以两种方式移动，一种是你们熟悉的手脚运动，另一种是漂浮的方法；1973 年，在你们星球上，密西西比州的 Pascagoula 发生天狼星人的接触事件，他们显化了这种方法。

我们可否进一步回答你，我的弟兄?

N: 漂浮的方法跟我们认为的念力移动是否相同？我理解你们能够靠体力移动，但你们的手脚非常脆弱，不能做很多事。我假设你们意指 1973 年的事件，有些实体的确透过漂浮的方式造访在河边的一些人；但漂浮不就类似于念力移动？或许，漂浮是念力移动的加强版，透过大脑的力量推挤(地面)或把你撑上去？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。我们可以定义漂浮或许是作用于自身的念力移动。这是个粗糙的定义，欠缺必要的精炼好让一个人可以利用这一种机能。我们也补充说明，心智才是该实体利用的部分，而非大脑。大脑很像水管，它允许水流过，以如此这般的方式。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 抱歉，我本来的意思是心智，我有些混淆。只剩一个问题，我肯定 J 还有一些问题。那些造访密西西比州 Pascagoula 的实体是否属于猎户集团，他们来到这里的目标是什么？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。我们将尝试一个简短的响应，由于在 RA 数据中有更多可得的信息。这些实体属于天狼星，他们是第三密度的实体，从类似你们的树木的植物进化上来。因此，这些实体的物质载具衍生的生活方式就如同你们的冥想。因此，为了平衡这个极为平静与居中的经验，他们发觉有需要去探索运动和所有种类的行动；接着选择查理(Charley Hixson)和加尔文(Calvin Parker)的经验，因为他们曾参与你所谓的敌对行动或战争，观看他们的记忆库[容我们说]，因为这类的经验可以平衡他们自己比较冥想式的经验。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 非常感谢你们。还有许多问题，但我确定 J 有其他问题，该器皿是否疲倦了？

我是 Latwii，我们发觉这个器皿还可以接受两个或三个询问，看问题的长度而定。此时 我们可否接收这些询问？

J: 我可否问你们一些关于耶稣和基督教义的问题？

我是 Latwii，我们相当快乐地尝试响应这些询问，我的弟兄。

J: OK。N 给我一个录音带，讯息来源是 Yadda，他说耶稣是为了自己而被钉在十字架上，不是为了这个世界的罪，那是为了他自己的经验。你们可愿就此评论？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。我们乐于给予我们的诠释，关于这个特殊实体降生的目标。这个实体是一个[你们可以称为]流浪者团体的一员，也就是说，来自其他振动频率的实体寻求对于你们星球的人群有所服务，藉由投胎与移动穿越相同的密度[和你们相同的一般方式]之方式，然而在这样的移动中提供一种照亮效应，好让太一造物者的光更为可得 [以某种方式，对于所有观看与诠释他的人生的实体而言]。不过，每个以这种方式投胎的流浪者在其人生中也有一部分的意图是以比较个人的方式进展 [容我们说]。

你们人群认识的耶稣实体，他尝试在可能范围内 表达最纯粹的课程 [属于你们的幻象]。那么，你们幻象的课程就是爱与慈悲，这位实体寻求以全然给出自己来表达这份爱，包括其肉体生命，透过光的照亮 一条路得以变得更清晰。这条路象

征的意义是学会爱的课程之方法。

该实体在他的一生中多次谈话与教导；他的教导总是聚焦在爱之心。然后，经过一段显著的人生时期 [这个实体用于教导]，他感觉，[如你们的说法] 一图胜过千言。这个实体领悟到一个特定的给出自己的行动会是必须的，好在那些注视其一生的实体的心与意中创造一幅更生动的影像；那么 给出生命即是体现该实体所分享的教导。那么 这个实体的十字架苦刑[如你所称] 提供 [该实体所说的]建造永恒生命之基石。

战胜所谓的死亡对那些研读该实体之教导的实体阐明一件事：他的教导不只允许一个实体在此生中走上灵性进化之路，还允许该实体穿越和超过此生，在更大的实相[容我们说]中继续其演化的进程。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

J: 你的意思是 他还在我们的周围？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。这个实体在你们熟悉的那一生，就个人意义而言，透过服务他人扩展并促进他自己的演化进程，现在他存在于[你们会称为]较高的振动频率，因为当他以纯粹且无扭曲的方式给出自己，如同面包抛掷在水面上，终将多倍地返回给那个自由给出面包的实体。这即是服务他人极性之特质。当一个实体对他人付出，该实体加速自己的进展，于是自我终究被服务，可以说是服务他人的副产品。所以，这个实体的确还存在，但明显地 位于一个跟你们世界不同的振动频率。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

J: 如果一个人请求这位实体的帮助，他会不会来临？或者可否连络到他，或是怎样？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。这个实体在那一生，你们的两千年前左右，开始的服务并未那一生终止，因为他担任了一个指路者的角色，容我们说，然后他也负起责任，回应那些呼求，来自那些选择跟随这条路的实体。是故，以某种方式 这个实体响应所有的呼求。使用的方式对于每个如此呼求的个体都是独特的；每个实体能够以某种方式辨别或取得一个答案，依据该实体的独特性质。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

J: 好呀，但我想 N 有个问题。该器皿还好吧？我们可否再讲一点？

我是 Latwii，我们发觉这个器皿变得有些疲倦，但还可接受一个或两个询问。容我们在此时这么尝试？

N: Latwii 刚才对 J 的问题之响应聚焦在某个我认为十分有趣的东西。第一点，我想象，先前被认识为耶稣的实体能够响应所有询问，即使他可以响应，他能不能赐予指引以外的恩惠？另外，关于耶稣过去栖息的肉体，后来发生什么事？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。先讲后面的问题，这个实体的第三密度化学载具经历的过程和所有肉体一样，那就是尘归尘、土归土。

那些跟随他的道路的实体呼求耶稣，他尝试响应的方式和一个人的高我响应的方式相同，容我们说。每个寻求者，不管是呼求耶稣，呼求指导灵、导师、高我，都会获得协助，在任何特定时间 以适合该实体的方式给予。依照该实体对于形而上课程的掌握，以及她自己的渴望、祈祷、呼求，获得不同的协助。

所以，虽然所有的呼求和祈祷都得到响应，这些回答必定和该实体的需求相称；经常地 一个实体要求的东西对他的总体灵性成长并不真的有益处；不过在要求的过程中，要求的核心是渴望有所服务或接收真正的服务。是故，对于呼求的响应必须提到该呼求的核心；而实体们不总是觉察自己呼求的核心；不过 每个实体可以放心的是：每个呼求和祈祷都得到响应。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 我不想要使该器皿过度劳累，但我猜想我不理解部分的说法；照我的诠释，耶稣的肉体载具当时被埋葬，接着成为尘土；并没有圣经陈述的复活？接着，耶稣实体可以听取呼求并赐予不管什么东西，如果该实体请求一条途径… 可否请你再多澄清一点？

我是 Latwii，觉察你的询问，我的弟兄。耶稣实体的肉体载具终究躺下来了，不过这是在一个私人环境中完成；容我们说，这时间在他对追随者展示战胜死亡之后。赐予渴望的东西，容我们说，只要在那渴望不违反其自由意志的前提下才有可能。一个实体的自由意志总是聚焦在学习与服务的机会。许多实体尚未有意识地觉察在他们人生的模式中 最恰当的学习与服务。这些实体可能祈求的东西不真的服务其进化过程。好比耶稣这样的实体不会渴望其他事，除了给予 呼求协

助的实体最大的服务。是故，不管祈祷的内涵是什么，他的响应都以这种方式形塑，好让呼求或祈祷的实体获得真正的服务或服务其呼求之核心；虽然她显意识的呼求可能是另一种显化，而非最终发生的显化。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N: 感谢你们。我确定该器皿疲倦了。我只要一个是或否的答案。我肯定在许多个世纪以来，还有其他实体。那些实体是不是也能够响应...

[录音带结束]

(V)2014 Digested & translated by cT.

☆ 第 2002 章集：黑暗与白天

Copyright © 2008 L/L Research

Channeling Intensive 1 - Session 14

2008 年五月 4 日

（Carla 传讯）

我们在太一无限造物者的爱与光中带着一种巨大的喜悦向你们致意。我们 Laitos 非常高兴被你们的寻求圈呼唤并与每一位为了太一无限造物者的爱与光 渴望成为更开放的通道的你们一同工作。

当我们顺着圈子移动到你们每一位那里之际，我们将尝试使我们的调节性振动对你们每一位都是明显的。虽然我们了解到 每个人对于能否发展为一个器皿都有

某种担心和忧虑，我们确实向你们每一位保证，如同这个器皿经常说的，你们每一位都有接收我们的想法的天生能力。比起这是不可能的问题，远为关键的是：要花费每一个实体多长时间来发展能力以接收和传送我们的想法。

当我们与较新的管道一同工作的时候，我们的倾向是进入讲故事的领域中，因为我们发现讲述一个故事的练习更能够让一个较新的管道感觉舒适，而不会因为如果只是一个关于我们哲理的一个要点的讨论 [你们可能在以前已经听过很多次的东西]，而让较新的寻求者面对可能发生的困难。

另一方面，用讲故事的方法，每个故事都是一个新的故事。因此，当传讯从一个人传递到另一个人，而那个故事中的内容却事先不被知道的时候，就会有一种更多自信的感觉能够被创造出来了。因此，这个故事对于管道将是新鲜与崭新的，这样就会给管道很少理由去怀疑他或她自己了。

一如既往，我们会说，如果在这个通灵圈子中有任何我们所提供的想法让你们任何人感到困扰，我们会请你们毫不犹豫地把它留在后面。因为我们重视你们完整的自由意志的权利，我们不想要去侵犯它。

我们给这个器皿一块充满天堂之光的土地的图像。乌云来了，遮蔽了光。它就好像一朵巨大的云经过了太阳，第一次，黑暗突然降临到这片土地上。这块土地上的居民，他们是农夫和谦卑的人群，他们无法理解这黑暗，因为他们的土地一直都是永恒光明的土地。他们自己很怀疑，是否这就是世界末日，是否他们现在可能就要面对他们的灭亡了。

终于，也许还不到一个或者两个小时，云朵飘过了。光亮回来了，绚丽夺目。不

过，人们感到深深地担忧和困惑。发生了什么事情？这个被称之为黑暗事物是什么呢？当他们去找他们中间最睿智的一个人的时候，每个人都称他为父亲，他们说：「父亲，黑暗的意义是什么呢？」

我们现在将这个通讯转移到叫做 R 的实体。我们是 Laitos。

（R 传讯）
我们是 Laitos。黑暗降临到土地上…

（暂停）
（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们再次与这个器皿在一起了。我们为能与叫做 R 的实体一同工作的快乐而感谢他。

我们继续我们的故事。被称为父亲的那个人笑着对他的人群说：「我在一本年代久远的书中听说有个时代，在那时，黑暗和光明一样平常，他们不只有一个休息的时间，还有一个夜晚的时间。每一次有白天，接下来就跟着一个夜晚的时期，没有光，除了他们称之为的月亮反射的光以外。」
一个村民说，「那么，父亲，夜晚对我们的意义是什么呢？」

现在我们将这个通讯转移到叫做 S 的实体。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我们是 Laitos，我们与这个器皿在一起了。

父亲沉默了一会儿，接着他带着严肃说：「就好像我现在对你们说这些话之前的沉默一样，黑暗一样在光明之前。仅仅当我们处于光中的时候，我们才能够理解也有黑暗。我们遇到的黑暗是我们现在很多很多辈子都未曾经历过的。我们已经变得如此专一地习惯于光，以至于我们已经开始忘记 甚至还有叫做黑暗的东西。

然而，这并不是说黑暗是错误的。它单纯地意味着，我们已经历了一段非常非常长的光明时期，我们现在可以称之为白天。很有可能 我们将再次地 在未来体验到黑暗。我们不用去害怕它，而是将其视为一个机会。」

我们现在将这个(通讯)传递给….

（L 传讯）

我们是 Laitos。在围绕着父亲询问这个现象的人群中 有一个年轻的少女，她的记忆被光明与黑暗的讨论所唤醒了。她似乎记得与一个梦境类似的事情，但是它同时看起来似乎是一个遥远的现实，在一朵朦胧的云状的东西中漂浮，远离她所挚爱的行星，比她目前的形体大得多，在那里她被降临到一个区域的黑暗拉拽着，而她并不认识那个地方。

然而，对这个黑暗的召唤她有一种强烈的反应，以某种方式让她能够在意识中旅行，不仅仅是意识，确实到达那个黑暗的地方。同时她还停留在天堂的领域中。那个黑暗地方的召唤与活动成为她在光明领域中 一个兴趣的焦点。有一个具有

它自己生命的不同实相开始显化出来，就好像它现在同时活在两个地方一样。

从那个经历循环的行星的黑暗地方 有个通向光明的连接。在那个较大实体的灵与那个较小实体的灵之间 在全时间都有个连接，即是意识中的一束光。

当父亲谈到这些光明与黑暗的循环时，当年轻少女的记忆的水池被搅动的时候，她开始意识到这个连接和这个更大存有的新的实质。

我们现在将这个通讯转移到叫做 J 的实体。我们是 Laitos。

（J 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。年轻的少女回忆起了她在这些云中的经历和被拉入这个黑暗的星球的感觉，她忆起了 它在黑暗层面上的经历。她了解到 通过她对这个黑暗层面的体验，她拥有了一些可以教给在场的人们的事情。因此，她鼓起勇气谈起她的经验，这样她就能够安抚那些感到害怕的人[在该团体中 聚集在她周围]的恐惧了。

她回忆起 当她处于那个地方和那个时刻，黑暗已经召唤她进入一种更充分的领悟和更完整的体现。她忆起 她在那个黑暗的星球上花费的时间和她在那里经历的体验，在那个时候，她意识到她是光明的一部分，而她来到那个星球是将那光明带入世界的。因此，她谈起她在那个世界上的经历。

我们是 Laitos，我们将这个连接传递给叫做 M 的实体。我们是 Laitos。

（M 传讯）

我们是 Laitos。她用另一种方式向人群解释了其意义，她向一朵美丽的花俯下身。她摘起它并站在人群中。一只害怕的昆虫正在这朵美丽的花的中央发出它嘟囔的声音，这朵花是由红色、黄色、玫瑰色所组成的，较低脉轮的颜色。

每一个人都聚焦在这只昆虫上，他们没有预料到这只昆虫会在这朵美丽的花中。接着 这朵花开始吞食昆虫。昆虫被花吞入并咽下了。花关闭了。

然后，彷佛一个新的芽与昆虫首次显露，再次地 在它所有的美和荣耀中展开。少女说：「就好像这朵花吞掉了昆虫 你们开始害怕一样，黑暗是我们的一部分，但我们的光是更伟大的，我们能够用我们的光/爱与和爱/光来淹没黑暗，并变得与造物者更加靠近。」

我们传递这个通讯给…
暂停。
（Carla 传讯）

我们是 Laitos，与这个器皿在一起了。我们在爱与光中 再次向各位致意。

当少女分享她的花的时候，父亲的脸上露出了笑容：「亲爱的人们，因为你们的偏好和长期(表现)优秀，你们已经为自己赚取了体验无止境的光、永久阳光和永恒白日的权利。因为你们期待它，所以它被赋予给你们。然而，就是如此，在这一代的漫长白日中，你们没有向前进。你们一直停留在一个快乐的高原上。黑暗的种子在你们的团体中沉睡着，直到光召唤黑暗 接着黑暗钻进光中为止。

创造和成长的能量似乎在阳光中 会比在夜间成长好得多。然而，就是土壤的黑暗为种子提供了肥料和深邃、甜美的食物，种子因此可以在白天中迸发出来。正是在你自己的心的黑暗之中，在你自己的心的内部、阴影、私密的部分，你体验到情绪的深度，并选择去寻求太一无限造物者。当白天已经是一个赐福的时候，也许，我的孩子们，你们应该开始同样渴望黑暗了。

我们将这个通讯转移到叫做 R 的实体。我们是 Laitos。

（R 传讯）
我们是 Laitos。我们与这个器皿有困难。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起了。我们感谢叫做 R 的实体在通讯中前进并说出我们的身份。我们向叫做 R 的实体保证，随着重复(练习)，那些阻碍充分察觉我们的概念的知觉(感觉) 将会变得越来越少。我们感谢叫做 R 的实体向我们的服务提供他自己。我们会将这个通讯转移到叫做 S 的实体上。我们是你们知晓的 Laitos。

（S 传讯）
我们是 Laitos，现在与这个器皿在一起了。

那位少女仔细考虑了这些她已经被告知的事情，更重要的是，她对这些已经开始被她回忆起来的事情进行了思索，这些事情就好像是旧日时光的记忆一般。当她思索的时候，她的面容发生一个改变。这个天真无邪的年轻人看起来获得了一个

新的容貌，她开始看起来更老更睿智了 在这方面，甚至和年老的父亲一样地年老，一样地睿智。接着，她向那些聚集在周围的那些人提议，进行一次伟大冒险的时刻到来了。

她拿起手中的那朵花，将花瓣撒了出去，花瓣被一阵狂风吹起，看起来似乎成倍地增加并形成了一艘巨大的船的样子。船的下半部是用原来属于花朵的根部制成的。她邀请了所有那些愿意进入这艘船的人，这艘船将会带着他们进入一块土地，在那里 光明和黑暗可以再次被一同体验到。
我们将这个通讯传递给叫做 L 的实体。

（L 传讯）
我们是 Laitos。我们现在与这个器皿在一起了。

被形成的这条船是一艘意识之船。当少女和其他已经为冒险做好准备的人进入那艘船时，他们带着对光明与黑暗的循环的一种认识和新的尊重，带着新的意愿而进入，该意愿是：使用并精通黑暗 同时有意识地使用并精通光明。

当他们带着这个意愿前进时，他们为自己呼唤了一种更大的察觉 [关于他们整合的各种各样的力量]，好将光明与黑暗两者调和为一种催化剂— 为了他们更大的成长和荣耀，也为了他们挚爱的星球。

我们现在将这个通讯转移到 J。我们是 Laitos。

（J 传讯）
我们是被知晓为 Laitos 的群体。这位年轻的少女在她的存有的深深的裂缝中所度

过的时光中获得的理解 让她感觉更有勇气了，她开始向在这艘巨大的隐喻之船上 陪伴她的那些人讲述一次进入过去的旅程，或者 一次进入那光明与黑暗交替的实相之旅程。

她记得当她在这些云朵中间漂浮的时候，她如此地热爱光！然而，黑暗却与光是不一样的，因此她对黑暗很好奇。于是她开始理解 她希望与那些和她在一起的人沟通；这是没什么需要去害怕的事。因为一开始在团体中有某种恐惧。她希望向他们显示的是：即使光是最强有力且最荣耀的，也有它的对立面，它的对立面也是强有力和荣耀的。没有什么好害怕的。

她说：「仅仅记住，在这光明与黑暗的对比中，将有新的信息、新的体验、新的学习来临。」她将这个新事件 [发生在她的世界的那些人的经验中] 视为一种机会，去赏识(感激)那对比，赏识光之所是。他们已经在仅仅存在与光中的漫长的时期中丢失了那种赏识了，因此，他们接着就能够开始在这种对比中 更多地赏识光了。通过与现在临到他们的黑暗进行对比，他们能够开始感激在仅仅存在于光中他们所拥有的事物了。

因为那黑暗将会返回的预示，他们对于即将在这黑暗中可能会体验到的事物有某种期待。通过她的经历和再次的保证，这个群体接着开始理解在这黑暗[从它会到来的地方]中，有一些新的可能性在等待着他们。接着，一些人对于再次体验黑暗的机会变得热切起来了。

于是，就在那时，带着那种渴望，那位少女变得更深地扎根于她的存在之中，她的智慧开始流动了。她的信心和理解毫不费力流过她，当她能够再次与这些改变连接在一起并体验它们时，她的面容上显露出许多喜悦。

我们现在传递这个通讯给叫做 M 的实体。我们是回答者，Laitos。

（M 传讯）

我们是被知晓为 Laitos 的群体。那位少女所属的团体预料到黑暗的恐惧，他们却几乎在期待着它，彷彿它是另一个机会。年轻的少女和年老的父亲的理解已经帮助他们。但那期待仍旧被他们将会被黑暗控制的恐惧所减弱。于是他们问那位年轻的少女：「如果黑暗太过于强烈了，我们该怎么做呢？」他们的恐惧是如果黑暗太多了，结局将会是 黑暗再一次来临。

年轻的少女说：「黑暗与光明同时存在。事物会从光明变成黑暗，接着再一次变成光明。你们从黑暗和乌云开始，但是你们可以一直越过它们去看。」接着她指着远处的地平线。

（磁带第一面结束）

（M 传讯）
她说：「看，注视看那些正在过来的云。OK 的。接受你的恐惧，然而爱上你的恐惧并超越它，越过它去看吧。你可以一直越过那些云去看。你可以一直向上朝着光去看。越过那些云去看吧。」

每个人都这样做了。越过那些云的地方是一座美丽与高耸的城堡，它在天空中长得如此高 以致于他们无法看到它的顶部。这提升了这个团体。伴随着那个体验，他们理解了经验恐惧和黑暗帮助你攀登得更高，没有那些乌云 你就无法攀

登到那高度；你就绝不会想到要看得更高。

L/L <wbr>Research <wbr>黑暗与白天

我们现在将这个通讯继续传递下去。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，再一次与这个器皿在一起。

少女带着领悟凝视着父亲的眼睛。父亲点头对她表示肯定，伸出了他的手，女孩握住了它。他们开始一起登上那城堡的台阶。当他们前进时，她用她的船的花瓣将她包裹了起来，光的花瓣闪闪发光。当父亲手牵着手地跟着她的时候，他将自己包裹在根部，那根部预示着黑暗、肥沃、生长。他们一起舞蹈，穿越黑暗通向光明，到达那城堡的最顶端。

就在他们的舞蹈的尽头，那横卧于那片土地和城堡顶端之间的黑暗将它自己用光包裹了起来，就好像它是光的一个爱人。那光作为回应也跟着将自己用黑暗包裹了起来。在一个光明与黑暗的巨大的漩涡中，那些在天堂般的光之土地上的人被送回他们开始的地方。

当光明与黑暗的舞蹈完成之际，那少女和父亲说：「现在，你们会选择永恒的白天吗？ 或者你们选选择那看起来令人恐惧，却带来成长的东西？」带着大胆，一个接着一个，该村庄的农夫们选择了成长。

的确，我的朋友，很多时候 成长看起来是不受人喜欢的。因为它将一个人从那平静的土地，从伊甸园移动到一个黑暗、麻烦的时期。然而，唯有在这光明与黑暗的舞蹈中，灵魂可以继续它返回万物之起初源头的旅程。你们每一个已经选择成长之路的人都是蒙福的。

我们是 Laitos，至为感谢能够在今天与你们每位一同工作。我们知道对于一些人这是个新的体验，我们所提供的图像有时候看起来不合逻辑或富于幻想。我们为你们信任被给予的东西，以及工作那些通常如此难以转译为日常语言的概念，而感谢你们。

此时，我们将离开这个器皿和这个团体，我们为合作的愉快和你们的陪伴之美而感谢每一位。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Laitos。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2003 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十二

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 22

Copyright © 2007 L/L Research

1993 年 9 月 26 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

芭芭拉：我将要大声地将我的调音过程分享出来并接着邀请你们和我一起参与其中，请同时用你想要的 无论什么的不同处来替换这个调音过程，好使它适合你个人。

将注意力转移到呼吸上，来到中心，来到那个水平的觉知，察觉所有的觉知...

不被束缚在任何的觉知中，只是看着它来了又走，并在那个纯粹觉知的空间中歇息... 感觉这点，我呼唤自己与一切万有连接在一起，开放，向外扩展，逐渐丢掉各种边界，将我自己呼出到一切万有并邀请它返回到我这边... 我奉献我对该集会的意愿：将我的能量尽我所能的 以最纯净的方式显化，为了服务所有的存有以减轻苦难 以及解放所有存有。我邀请与那个意愿一致，想要通过我发言的灵进入。

当感觉到亚伦的能量时，我挑战它："你是那个我已经知晓为亚伦的实体吗？"

"是的。"

"你带着一个服务所有存有的爱之原则而来吗？"

"是的。"

"对我而言 真理的一个具体化身，即那个我已知晓为耶稣·基督的能量，你是作为这种能量的一个门徒而来？"

“是的。”

亚伦：我是亚伦。藉由对我们的能量的汇集 以及(我们)共同的动机和承诺，我将麦克风交还给我的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo，他们希望向你们提供一些结尾的想法。接着 Q'uo 将会将麦克风交还给我 回答一些你们的问题并且提供我自己的结语。最后我们将一起加入一场非常简短和简单的苏菲舞蹈。交给 Q'uo … 那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中，现在就是在本周末的工作集会中 最后一次向你们致意的时候了。

我们是 Q'uo 原则，对于这个延长的且令人振奋的机会[对你们分享我们谦卑的想法]，我们无法向你们表达 我们对此是多么感激。你们对我们的服务是极大的，因为当我们教导你们时，我们从你们聆听的方式中学习；而这代表了我们在爱中成长的方法，并且服务了无限造物主。

我们属于服务于无限造物者的天使与星球的邦联，我们被忧伤的兄弟和姐妹们所呼唤，我们受到激励而来，因为你们过去一直送出巨大的痛苦和忧伤之呼喊，尤其是在过去的两百年间，更尤其是在过去的五十年间。

我们已经看见你们的工厂和科技是如何在你们的文化中鼓励那些闲暇的机会，这时间的祝福，也就是在你必须谋生的时间之外被给予的时间。

我们已经看到这相同的工厂和科技驱动的文化系统是如何抛给你们一种文化：总

是尝试使你们分心，并且使得日常休闲变得琐碎。这情况，确实，处在它自己的平衡之中。
（这一段的最后一句没有录音）

我们并不谴责科技或工厂、或你们的媒体频道、报纸、杂志、流行时尚 以及所有建立在人为制造名声的基础上的文化，我们也不建议你们谴责它们，但我们向你们建议，你们在所有的事情中 都拥有自由意志。我们鼓励你们审慎地使用你们所有的时间、所有的空间、所有的关系，并藉由高昂的精神 以及讽刺、反语、双关语、冷笑话之光来发酵所有的严肃认真。毫不在乎你的笑声，慷慨地说出你的嘲讽评论。这些自我嘲讽与对他人的嘲讽 在表面上琐碎的时刻就象是酵母一样，它们点亮了你的生活的全部质地。

我们希望的是你可以练习灵性天职的艺术，并同时了解到，在你的生活中 不论你做什么以创造金钱的能量，它可能或可能不是明显的灵性任务，而这与灵性天职的生活无关。因为在你的内在之中 有心之眼，那伟大的意识之眼，你在这辈子正滋养它成为强健并充满活力的生命。这只眼睛带着关心和怜悯观看，以灵性的重要性和脉络之活水滋润干枯的责任。灵性天职是将一个人在此生中的所有体验都放置在一个脉络中的事物。

不要试图将你自己拽入某种修炼之中，你在那儿将是有灵性的；而是单纯地尝试在每一个当下瞬间都成为你自己，并尝试作为你自己而回应，同时不被“我应该… 我理应…”等想法击倒，而是向内寻找爱在哪里，并且找到那条线索，对更多的内在材料开放；这样你就会持续不断地在你心智的地志(topology)中找到新的泉水。

造物者就在你的面前，就在你的脸上。你睁开双眼 接着看见天父的造物。你凝视人类伙伴的双眼 接着看见造物者。这是一场精彩的化装舞会。我们希望你享受人生中的许多场舞蹈。

最后，我们希望你们确信无疑地知晓，我们与那些呼唤我们的人在一起，不是如同通过这个器皿一样地去传讯，因为那会造成一种侵犯，而是去成为爱的载波，于是你从未必须是完全独自一人了。
（这个集会其余的部分没有录音记录）

Translated by M.D.
(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 2004 章集：忙碌的寻求者

Copyright © 2008 L/L Research
SPIRITUAL MATURITY AND THE BUSY SEEKER*
(*编注: 以上是 L/L 季刊的原文标题)
周六冥想
2008 年四月 12 日
(关键字: 时间、能量、聚焦)

团队问题：Q'uo，今晚我们的问题是，当一个人阅读基督教、禅宗佛教、苏菲神秘主义、印度教的瑜伽 以及其他尚未被编撰成思想系统的变貌中的神秘文字时，他获得的印象是：通向开悟的道路向寻求者迫切要求巨大数量与极高质量的时间、能量、焦点。

对于一个启蒙的寻求者，他拥有服务的责任，对于家庭、工作、社会，而这些责任看起来排除了投注(开悟)必须的时间和能量的可能性，你们会对这样的寻求者说什么？此外，充足的意志和信心能克服这些日常可用的时间和能量上的限制吗？

L/L <wbr>Research <wbr>忙碌的寻求者

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，在为祂的服务中，今晚 我们来到你们中间。

能被要求加入你们寻求的圈子，这是一种极大的荣幸与快乐。我们感谢你们邀请我们与你们分享我们的想法。一如既往，我们会请你们在聆听或阅读我们所说的内容时 应用你们的分辨力。如果你愿意这样做，它将使我们能够自由地发言。因为并非我们所有的想法都将能够满足你们全部的需要，我们不愿意通过暗示，以某种方式无论我们说的是什么，我们都是你们必须去听从的权威而侵犯你们的自由意志或打断你们的进程，这对我们很重要。

我的朋友，我们不是你们的权威。我们是与你们分享想法的人，就好像你们与我们分享想法，我们会带着分辨力来聆听你们一样，因此我们请你们带着同样的分辨力来聆听我们，使用那些对你们有帮助的想法，而将其他的留在后面。

我们要指出的是，今晚代表 Q'uo 的发言者是 Hatonn 而非 Latwii。我们指出这一

点是因为如果那些察觉我们的想法的人们发现在振动上的不同，他们会发现它更多地朝向爱的能量而非智慧的能量。这个问题和这个团体的构成要求一种在无条件爱与慈悲的第四密度能量上更多的聚焦。

你们今晚的问题与灵性大师的特质有关，或者也许可以用一个更好的词语，灵性成熟的实体。提问者指出，无论寻求者宗教上的信念是什么，那些写出了启发灵感的资料的人似乎是那些将他们全部的生命都奉献给寻求太一无限造物者的人，他们无需为生活而工作，或者参与个人性质的人际关系中，或去养育一个家庭。

这是一个非常有趣的询问，我们将尝试从几个不同的观点来观察它。

首先，我们注视那个假设，即启发灵感的作品通常是由那些已经过着与普通社会分离的生活的人所写作。这个假设是有效的。由那些寻求真理的人们所著述的那些非常受赞誉的作品是沉思和奉献的一生的成果。

每一个宗教信仰都有那些实体的一个长长的名单，他们的生活是离群并致力于奉献太一无限造物者。那些专注的生活产生了很多书籍、诗歌、公案[1]、箴言集[2]、吠陀[3]，它们一直都是对很多人的一个赐福。在你们世界的东方和西方的部分，在一般而言的原始社会中，古鲁、萨满、或者祭司的职位受到部落和人群高度尊敬的一个职位，每一个部落或村庄都有这样一个受敬爱和被良好支持的人物。

这个实体被赋予荣耀，他是该部落或村庄的结构的一部分。古鲁(guru)或萨满并没有严格地与其他的群众分开。然而，这是一个全时性的角色。它是受尊敬的、光荣的，被需要的。他们没有在西方概念中的一周里有一天要去教堂而在任何其

他时候不考虑灵性问题的感觉。恰恰相反，他们会将这个世界感知为一个完全神奇和灵性的场所，一个古鲁和萨满也许会用言语来诠释或在他的沉默中说明的神秘世界。

在你们世界的西方或欧美的部分，就是那些将他们的生命奉献于寻求真理的人们创造了被真理之寻求者所尊敬和荣耀的神圣文学著作，这同样是真实的。然而，欧美的社会并不是以宗教人物是必不可少的结构而构建的。祭司、本堂牧师和拉比职位更通常被视为一种职业。一种为了收入而完成的工作。

牧师通常会被给予休息的时间，就好像任何其他的工作者一样，他在其灵性的职业中拥有假期。在西方和东方的灵性领袖中，他们当中很多人也许有着相同程度的奉献。在修士和修女(和尚和尼姑)的圣职中，具有奉献精神的寻求者能够将他们全部的生命都奉献于太一无限造物者。然而，这些社团与村庄、城镇、城市分开。他们并不是一个居住区的固有一部分。在你们可能居住于其中的街道和胡同的小小的地区中，他们并不是一个经常会看到的景象。在西方的世界中，有个不一样的重点和强调被放置在灵性寻求或灵性的道路上。

就这一点而言，也许会被注意到的是，在西方世界中很多最受爱戴的作者是那些少数的修士，他们一直都能够将他们全部的生命，一天 24 小时，一周 7 天都投入到对神秘的追寻。

在人们对灵性大师或老师或灵性成熟的实体态度上，将东方和西方结合起来的事物是人们都假设村庄或部落或城市的其他的人将不是灵性大师。那个工作被赋予给该村庄或部落中的一个实体，他具有灵性的天赋，已经被选择成为东方的部落或村庄中的古鲁、萨满、祭司。

在西方世界中，灵性领袖的天职也被赋予给少数一些人，他们感觉到被一种特别的使命所呼唤。其他人对于出席礼拜仪式和聆听来自布道台上传达的智慧言语感到满意；接受他们的安息日布道，他们对此感到舒适：返回世俗的世界，直到下一次安息日都不再考虑关于灵性的事情。

的确，在你们现代文化的人群中，除了一个人会用相同的方式来考虑政治、体育或者你们电视上最新流行的节目之外，在很多情况下，一个人会认为这些情况是完全没有必要去考虑灵性的事情。除了在一些诸如婚姻、洗礼和葬礼之类的适当场合之外，一个人会认为咨询诸如祭司、拉比或牧师是没有必要的。

于是，无论在东方或者在西方，绝大多数的实体都满足于用非灵性的方式来考虑他们自己。他们就是过生活的人们。的确，如果一个人要对很多人建议他们同样也是祭司，听到这样一个想法的人不会有共鸣的感觉；他们会说：「我完全不是祭司。我是一个世俗中人。我不知道多少关于灵性上的事情。我永远都不会成为一个牧师。我永远都不会成为一个萨满。我永远不会成为一个灵性领袖。我没有必须的时间、能量、聚焦 好在灵性上变得成熟。」

从另一方面，我们会建议，你们每一个人都已经是祭司了。你的本性就是神圣的。你的身体的每一个细胞都充满了太一无限造物者的爱与光。

被认识为 G 的实体之前曾说，他经常有与这种与万物合一的领悟非常接近的感觉。一切事物都是神圣的，一切事物都是一，他经常与这种感觉非常靠近。然而，看起来有一面玻璃墙，一个将他与那些合一的领悟分开 他无法看清，无法穿透的隔离物。

我们会赞成被认识为 G 的实体。被认识为 A 的实体也谈到 感觉有围墙在他的心周围，以致于他无法在日常生活成为透明或无防卫的，而是在处理一种多少有些敌意的环境时 变得小心与谨慎，因为他已经发现这个世界就是这样的。我们会说，你们世界上的大多数实体会发现他们的环境经常是一个有敌意的环境 对他们的安全是有敌意的，对他们的舒适有敌意，对任何真实自由的感觉是有敌意的。

你们行星上的人们已经放弃了他们的力量。在很大的程度上，他们已经失去了对他们就是祭司的确信。他们已经失去了将自己视为一个神奇和强有力的实体的感知。

关于人们在现代社会中莫名其妙地更多地成为了是一台机器上的齿轮而不知怎的，有小于一个人类的感觉，在你们的社会学和流行书籍中 已经有很多这样的感觉被描写了。在每一个转弯的地方 他们都被问道：「你的社会安全号码是什么？你的驾驶证号码是什么？你的护照号码是什么？你的账户号码是什么？」

对于一个希望去仔细地辨别实体的文化而言，一个名字已经无法独特到足够让它满意了。

这样，对一个人类存有的质量的信赖就会越来越少，而对那个号码、那些整数序列的信赖就变得越来越多，而那个号码却无法以任何方式形塑或表达人格、品格、灵魂[属于行星地球]的深度与丰富性。

我们会向你们建议，选择去收回你们的力量，选择去恢复你对魔法的感知，选择

再一次在你的日常生活中成为祭司是可能的。

我们会由衷地赞同你们的文化没有为你们提供时间让你们在全时间的基础上 将你们的生命奉献于寻求太一无限造物者。在所有的宗教中，仍旧有一些圣职提供了有限数量的位置来让人们将所有的世俗关注抛开并聚焦于寻求太一无限造物者。但是，这些位置是非常非常少的。

希望放弃世俗生活并进入诸如一个受限的或隐蔽的隐居地来渡过遵守宗教戒律和宗教仪式的一生的实体就更加稀少了。你们的世界已经在一个很大的程度上变得世俗化。然而，这无需使希望去变得成熟的灵性寻求者担忧。

提问者问了三个质量：时间、能量、焦点。肯定地，大多数实体有维持生计来支付账单的责任，有照顾家庭网络中的关系的责任，还有完成他们作为社区成员和世界、国家、地区的公民的责任，无论它是一个国家、一个省或一个教区的责任，从这些实体在完成这些责任之后没有时间的意义而言，他们没有时间进行全时间之寻求。

然而，除了时间之外，还有两个要去考虑的方面。能量是三个方面中的第二方面。肯定地，你的身体的能量是有限的。从世俗的意义上，能量的总量是有限的，一旦肉体已经耗尽它的身体能量，它会寻求睡眠。筋疲力尽的身体一旦被给予任何机会就会自发性地睡着，如同 Jim 实体已经注意到的一样。

然而，有一种完全不同种类的能量，它无需被谋生、照顾人际关系 以及完成一个人在团体中的责任等过程所耗尽。它就是你的生命力，灵性的能量，你的生命活力(élan vital)，如这个器皿喜欢的称呼。

允许一个人的生命力耗竭这肯定是非常容易的事情。然而，它不会像身体能量一样被物质性的工作所耗竭。我的朋友，它会因为忍受愤世嫉俗、厌倦和在一个人思考过程中的负面思想而被耗竭。

当凝视着一个显而易见地不完美的文化时，要去变得愤世嫉俗和厌倦是极其容易的事情。这样一个态度会在它自身的基础上累积。如果一个人不是愤世嫉俗和厌倦的，在尝试去改变一个寻求者上 可能会觉得不正确、不公正、不合适的那些事情的过程中，他可能会让自己与表面上无法穿过的能量堡垒作战。很多愤世嫉俗者从年轻时 就尝试去改变世界 仅仅发现这个世界是相当有弹性且不轻易被改变；于是寻求者屈服、放弃了，允许一种厌倦世间感成为通常的态度。

我们会指出，这是一个选择。有其他可采用的选择，它们会让探索中的灵保持有生气、热心、不愤世嫉俗。

Jim 实体稍早曾说过，一个人要嘛变成他所憎恨的事物，要嘛变成他所爱的事物。引领一个人通向灵性成熟的能量是寻求去成为一个人所爱的事物的能量。一个正面定向可以看着灾难和混乱却仍然找到希望、稳定，和一个朝向职责(place)的矢量。

某些实体似乎与生俱来地带有一种积极与快乐的天赋。这样的实体是多么地被周围的人所欣赏呀。然而，如果一个人去问这样一个看起来正面的实体关于他的态度，如果他是完全地诚实的，他会谈到艰难的痛苦和催化剂，谈到威胁那种欢喜态度的催化剂。他会谈到深深地挖掘来找到意志和信心来超越那显而易见的事物并寻求那无形却始终邻近的能量，爱的能量— 就是我们的本性，无论我们具备

肉身或是无形的，无论来自第一、第二、第三、第四、第五、第六或第七密度。

这是我们全体共同拥有的。我们是由爱所组成的。通过对意志和信心的使用我们能够使用那爱，而这将我们带到了该询问的第三个部分 聚焦。

聚焦是用有益的和正面的能量来补偿时间的缺乏与分分合合的人际关系的事物。一个人无论发现自己处于什么样的人生阶段，如果他能够聚焦并且一心一意寻求太一无限造物者，世界与一切万有就会在其中变得有灵性。一个人眼中的一切都变得神圣。从最少到最多的，从最简单到最复杂的，万物都生动地述说太一无限造物者。一切声音都是爱之声。

那种焦点是任何一个能够利用行星地球的催化剂以实现灵性成熟的实体的标志。无论那个实体是一个农夫、机械师、工厂工人、老师、办公室职员、技术人员或无论怎样的生活模式，包括他是一个囚犯，或是一个被束缚在病床上 肉体受限的人，他都能够成为一个祭司。聚焦是关键，我的朋友。

我们愿以这位 Jim 实体来给你举一个例子，他经常表达在他的寻求中落后的感觉，因为他每天不得不将身体能量花费在繁重的体力劳动上。这让他的身体精疲力竭，以致于当他在晚上放松时 身体会寻求睡眠。然而，如果有任何认识这个实体并知晓他的作品的人 被问到他们对这个实体的评价是什么，他们会表达从这个实体身上学习的渴望。他们会表达他们认为这个实体是个灵性领袖的感觉。这个实体也许正在驾驶一架割草机，然而他的存在却与太一无限造物者的爱与光共鸣。

没有真正的灵性化实体相信他自己的灵性是足够的或他会称自己在灵性上是成熟

的。那仅仅只是那些尚未变得成熟的人的自我概念的一部分。一个在肉体中的灵魂越靠近圣徒的身份，那灵魂就会越多地察觉到肉体，更多地察觉到不完美和不纯净，更多地察觉到距离真正地变成祭司一般的尚未完成的历程。那并不会阻碍这样的实体们成为祭司。

我们会向你们建议，对于此刻在行星地球上的所有实体，无论他们在生命中的身份是什么，无论他们的日程安排、他们的责任和限制条件是什么，通过一心一意地聚焦心之渴望于太一无限造物者 而在灵性上变得成熟，这是完全有可能的。

表达那种唤起有一些不同的方式。显化那种专一的思想有一些不同的途径。然而，所有的途径都有共同的目标，那目标即与挚爱者合一，与全体的造物者合一，与我们称为太一无限造物者的伟大的神秘与悖论合一，没有更好的言语来描述那无法言喻和无可形容之事物。

我的朋友，我们愿再多向你建议一个事情。如果你花费在一心一意地聚焦于爱的时间到达了一个临界质量，你的世界将会转变。对于每一个人类存有而言，他们没有必要都做出决定来改变他们的焦点来让这种情况发生。看看 甚至由一个选择去聚焦于爱的实体所缔造的不同吧。他的生命对他变得神圣了，接着作为一个祭司而发挥作用。想象一下这些团体带来的冲击，这群实体活在这个世界中，却同样选择去参与一个非正式的祭司集合，于是爱在他们的心与意之中。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

我们之前曾通过这个器皿谈到过关于一个新的典范的需要，一个新的思考方法的

需要，因为你会如你所思考一般地去行动。将你的想法聚焦于爱，看着你的生命被转变吧。

这不是说你会转变任何事物。而是说当你聚焦于爱，你与真理连接在一起。那真理带着你去到无法以你自己的人类意志前往的地方。当你聚焦于爱并允许转变的魔法发生在你的人生中时，你对于自己的整体性概念变得更大，同时人格和小我会变得更少。它将不会带你离开必须的工作，却会推动你自己与爱协调一致，而爱将会转变你的世界。

我们为这个问题感谢叫做 G 的实体，现在 在我们想开放这个会议给其他问题之前，请问对于这个问题是否有后续询问。我们是 Q'uo。

G：请给我两秒钟，我可能有一个后续询问。

我们是 Q'uo，我的兄弟，你的时间到了。然而，我们会给你比两秒钟更多的时间，因此我们将开放这个会议给其他问题。现在有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

A：嗨，Q'uo。感谢你们今晚的到来。我的名字是 A，我有一个给你们的问题。我将朗读问题。

（朗读）「我有一个缓慢与纤弱的胃肠道，在我身体的其他地方伴随有紧张，这让我无法进行恢复健康的睡眠。有什么灵性原则可以帮助我考虑它？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。我们会指出，我的弟兄，每一个表面上被解释为负面的情况和侷限 在它们的手中都有个礼物。

流浪者的本性经常是敏感而纤弱的，因为灵(魂)来自其他地方，在那里 物理载具的布线方式是不同的。因此，完全地投生和享受第三密度人类之一生的能力是有限的。更高密度的布线在第三密度中运作不会良好。因此，他需要找到方法 越来越多地投入身体中，并开始钟爱、感激、荣耀该身体。

一旦流浪者觉醒了，接下来他的挑战就是在面对世界的必需事物时，去穿越那些沮丧和厌恶的感觉。对于一些(流浪者)，甚至吃饭、喝水或履行身体功能都不是特别愉快的事。因为他们会有一种感觉，应该有个地方比现在这个地方 简单得多，优雅得多，容易得多。沉重的化学身体在灵居住其中时 需要大量的耐心和温柔，灵在它自己的皮肤之内是不舒服的，它不是一个快乐露营者，如这个器皿会说的一样。

毋宁，感觉起来 就好像一个人在监狱里 穿过肉体制造的栅栏向外看一样。一个人无法在这辈子逃离这个肉体的监狱。一个人终其一生都被困在其中，这大概就是流浪者的感觉了。我们会建议，我的兄弟，找到方法去与这个星球的大地能量[在这次投生中赋予你生命]重新连接在一起，这可以帮助你。

叫做 G 的实体曾经谈到他坐在一片荒野森林里的一块石头上，让太阳强烈地照在他的身上，渐渐地开始觉察到 他是一个觉知破晓的故事中的一个神话人物。

突然间，他开始听到风中的各种声音，还有那在阳光中所暗含的拥抱与爱抚的灵性本质，以及给予他一个平台让他坐在其上的石头的延伸性的土质；他就坐在这个令人惊奇的世界[你们称之为地球生命]之中。

当他聚焦并更多地聚焦的时候，突然间，他突破了那些玻璃栅栏，那原本将他与自己内在的心分开的东西。

你们和许多许多的其他人都拥有这些栅栏，你们无法看到它们。而它们就在那里。它们让你感到安全。它们让你保持防守状态。但是 就在你的身体中感到舒适的方面，它们无法提供帮助。对于一些人，在大自然中散步也许会帮助他们扎根并打开在你内在的灵性之门，这会创造一种属于这个行星，属于这个大地，成为盖亚的一部分的感觉。也许那就是让你，我的兄弟，进入一种更舒适的肉身存在的门了。

有很多其他方法来让自己扎根。这个器皿通过园艺来进行这个工作，将她的手确确实实地放在土壤上，通过一种心智的感觉练习 向下进入她椅子下的大地之中。那个物理位置距离她的椅子非常远，但是如果她聚焦于大地，土壤的能量就会立刻到达那里。再一次，这是一个聚焦的问题。记起让自己扎根，不管在工作的时候 你是坐着或站着 无论什么位置，这个简单的行动将帮助你更充分地投入你的身体并因此让你感觉到更加放松、自信、自我担保，这是可能的。因为你真的属于你的地球母亲。你是地球的孩子，你的肉体会因为这种对地球能量的拥抱而获得极大的帮助。

请问对于这个问题是否有后续问题，我的弟兄？

A：是的。这是在相同脉络下的问题。（朗读）「我正在我的肩膀上体验到紧张，黏液囊炎与肌腱变性。除了你们已经说过的内容之外，有什么灵性原则可以帮助我进行考虑，或者你们已经说过的内容也覆盖了那个问题？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。在某种程度上，我们已经就灵性原则的方面谈到这一点了，但是，用一个稍微不一样的方式来说，也许是有帮助的。

然而，我们会重复基本的原则。那就是限制和表面的困难提供了礼物。经常，那礼物就是对你正在经历的情况开始思考并从中明白道理。心智与身体之间的连接是非常接近的，将身体中的感觉与可能引起那些感觉的物质性的事物连接起来的不是幼稚的事 [4]。例如，在神话故事里 阿特拉斯将世界扛在他的肩上，假如他是一个人类，假如他谈到扛起世界的重负，那么毫无疑问，他会拥有你体验到的情况。

当在身体的部分之中 有一种情况暗示它的起因是扛得太多了，接下来，考虑有可能 你以某种方式拥有一些未治愈的感觉，由于被要求扛起过多的事物，这是合理的。因此，你接着就能够开始与那些感觉工作了，看入它们，与它们坐在一起，并开始穿透一层层的恐惧与焦虑— 使你无法看到你的人生样式。

有时候，实体们在心目中带着一种投生样式进入此生中。如果那个样式没有被充分地完成，就可能会有一系列的肉体提醒，这些提醒将心智与感觉拉回来 并要求那个实体回应这种被感觉的限制。去考虑这样一通唤醒的电话可能关于什么事情，这可能是富于成效的。

你已经是完美的，我的弟兄。我们不是建议你为了感觉更好而去改变。我们建议这样一些感觉可能是给你的一个信号，在你的内在生命中，它就是你的投生模式，能够以一种有帮助的方式被考虑。

将你的人生作为一个整体来回顾吧，问你自己 这些限制什么时候开始发挥最大

的作用，什么时候它们几乎无法被看见 以致于不需要被处理。也许那个样式就可以变得清晰 这样你就能够与那个投生的样式合作并帮助你的身体、心智和灵性进入一个对你更舒适的场所。

我们能进一步回答你吗，我的弟兄？我们是 Q'uo。

A：是的，Q'uo。这是在相同的脉络中的另一个问题。（朗读）「很显然我没有能力让我的心智安静下来 接着冥想，这让我感到沮丧。我认为冥想是许多灵性发展的基础。有什么灵性原则对我有帮助，好让我去考虑这情况？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。冥想的习惯就像其他任何习惯一样，是一个需要通过重复而学会的习惯。冥想的概念经常会是一种摆脱思想的完全空白，在天堂般的狂喜中休息。然而我们会对你说，我的弟兄，将你的时间花费在静默中，看着你的想法升起，并允许它们落下，看着它们升起并允许它们消散，看着它们升起并允许它们再一次，又再一次地消散，你同样会拥有一个富于成效并且有帮助的冥想。

它可以成为你的冥想的体验。它可以在很多年时间都成为你的冥想体验。它并不意味着那就是在一个更深层次的冥想中发生的事情。它意味着你拥有一个典型地活跃而不安的心智，因此，你可能要花费一年又一年才能够在(心智)表面上做更多的事情；而非一边允许静默继续，一边中断那种静默并让它消散，中断并让它消散，再次中断并让它消散。

心智表层上似乎有湍流 不会以任何方式阻碍你更深入的心智了解你的意愿，就是去将你的意志聚焦于寻求那静默之中的交流。受到这两者[你对意愿的觉知与意

志的设置]的支持鼓舞，你更深的自我将使用那段冥想的时间，正如同你外在的经验假使是完全地平静一般。

然而，还有另一种方式的重复可以帮助你达成内在的静默，那就是一种基本练习，G 实体在这次通灵之前和研读团体讨论的练习。

将某种正面的事物放置在心智中 作为一个焦点来使用，这种方法有时候对冥想者非常有帮助。那个事物也许就是简单地看着你的呼吸进入身体，看着它离开身体，看着它带着白光进入你的身体，带给你 新的能量，看着它离开身体，吹散你的能量场中 所有被耗尽和不需要的东西。

就这一点而言，真言对于很多人是非常有用处的。无论它是造物者的名字或任何有意义的短语，对神之名或短语持续不断的复述 可以替代那些升起又消散的，升起又消散的想法。你在指导你的意愿；你在指导你的注意力。意愿变成注意力，注意力变成了至福。

我们能进一步回答你吗，我的弟兄？我们是 Q'uo。

A：是的，Q'uo。我定期地在我的思想中亵渎神的名字。我同样也会有猥琐的、虐待狂和暴力的想法混杂入我进行的任何类型的思考中，包括尝试去聚焦或冥想。有任何灵性原则可能帮助我考虑这个情况？

我们是 Q'uo，觉察你的询问。我们将评论。

在形而上的世界中，想法就是事物。想法让你感觉到的方式 在形而上的世界中

同样是事物。你想的是什么，你就是什么。

关于你会希望如何去引导你的想法，这是你的选择。你已经学会用一种特定的方式来引导它们，你已经注意到你拥有这些选择。你同样可以选择去改变你的想法的习惯性模式，这样能量就可以变成广阔的、慷慨的、有爱与喜悦的，而非被压缩、紧缩、被拉紧的。

当你用一个广阔的想法去替代一个狭窄的想法时，一开始也许感觉起来是你在造假。而我们会对你说，我的兄弟，这是一个幻象。在这个幻象中 你正在与能量一起玩耍。那能量，当它在这个幻象中发生时，它会向下渗透到物质的形体中并作为一个肉体和一个物质性经验而显化出来。然而，它是从想法开始的。

请问现在有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

A：是的。我对于无暴力沟通变得相当有热情，这是一个由马歇尔·罗森堡(Marshall Rosenberg)发展的程序。有任何灵性原则可以帮助我考虑这个问题？

我们是 Q'uo，觉察你的询问。我们会对你说，在这一点上，带着极大的热情和乐趣来考虑那些与你共鸣的想法并将它们整合吸收到你的生命中，这是很好的。用这样一种方式，你就能够让他人的教导深入内心，将它们变成你自己的，并成为那些你最钦佩的价值和原则。

我们是 Q'uo。我们为你们的灵光和精华之美而感谢你们每一位，我们为你们从生活中拿出这段时间 单纯地贡献于寻求真理而感谢你们每一位，在这里的同伴都将他们存在的每一丝纤维都指向那伟大的奥秘与悖论 [也就是太一无限造物者，

单一伟大的爱之起初思维]。

我们在那爱中，在那光[即是爱之显化]中离开你们。我们在太一无限造物者的住宅中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai vasu。

原注

[1]公案：一种解谜游戏，经常是一个看似矛盾的陈述或故事，在禅宗佛教中作为一个对冥想的帮助和获得灵性觉醒的方式而被使用。

[2] 吠陀经箴言章集：任何种类的格言样式的教义的总结，通常是在公元前 500 年到 200 年之间记录的，之后被吸收到印度教文学中。

[3] 吠陀本章集：印度教经典作品的总称，其中主要包含四大吠陀经典，它们是《梨俱吠陀》《娑摩吠陀》《阿闼婆吠陀》《耶柔吠陀》。

[4] To be jejune: 就是变得幼稚、孩子气或者不成熟。

[5] Marshall B. Rosenberg，《非暴力沟通：一种生命的语言》Del Mar，加州，Puddledancer 出版社，1999 年出版。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2005 章集：外部信息与我

Copyright © 2008 L/L Research

THE SEEKER'S RELATIONSHIP WITH HIS STUDY OF OUTSIDE SOURCES OF

WISDOM*

(*编注：以上是 L/L 季刊使用的标题)

周六冥想

2008 年三月 22 日

小组问题：今天晚上的问题是：这个行星充满了众多与造物者、(宇宙)造物、灵性探寻相关的模范、道途、理解，每一个都易受到各种各样不同诠释的影响，大多数是在极性上是混杂的。有广大的灵性信息系统，都在自我之外，举几个例子，好比一的法则、基督教、佛教、印度教、新时代的思想，它们都有印刷品，或以某种方式对自我沟通。一般来说，在真理的寻求者与从自我外部而来的真理的信息之间的理想关系是什么呢？一个寻求者如何才能放置这种信息于自我的内在 [这样它就可以对于内在的唯一真实权威变得透明 而不会成为一块绊脚石]？

L/L <wbr>Research <wbr>外部信息与我

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中 今晚我们来到你们中间。我的朋友，能被请求加入你们的寻求圈，这是一种极大的荣幸，在这个主题上— 寻求者与外部的信息和灵感的表达之间的适当关系— 我们很高兴能与你们分享我们的想法。一如既往，我们会请你们每一位在聆听我们的想法的时候使用你们的分辨力。如果我们的想法看起来对你们是有益的，那么请用一切的方法与它们一起工作，但是如果任何想法看起来并不是特别地有帮助，我们会请你们将那个想法留在后面，因为我们不愿意成为你们道路上的一块绊脚石或者打断或妨碍你们灵性演化的进程。我们非常感激你们使

用这种分辨力，因为它让我们分享我们的想法时感觉舒适，不用担心我们可能会以任何方式侵犯你们的自由意志，我们感谢你们这方面的考虑。

今天晚上的问题与一种适当关系有关，寻求者与他可能听到或读到的各种各样的来自不同来源的事物之间的关系；这些来源提供了哲学的、形而上学的、灵性或宗教的思想系统以及[容我们说]被提议的信仰系统。从我们刚刚对你对分辨力的使用所给予的建议 你很可能猜到了，一个实体信奉任何的思想系统 以致于寻求真理的过程到了停止的程度，我们并不觉得这是合适的。这一点的理由有好几个，当我们谈论这个有趣的主题的时候，我们将从几个不同的方向来讨论。

作为一个基本的前提，我们会声明，你们每个人有拥有你们可以宽松地称之为真理的事物，它在你的存在之中被安全地保存着并小心地储藏着。你是一个受造物，你是神性原则的一部分，在你身体的每一个细胞中都展现着真理。在你之内和之外的造物是充满真理的。你居住在一个从内在和根本上都充满真理的环境中。

同时，从你投生的最开始，你的文化的能量就一直在忙碌于将一系列传统式的外在真理，也就是，你们文化的真理，逐渐灌输到你的内在。你通过聆听父母和老师而学会了如何考虑你自己，他们向你提供了一个你可以去追求的标准之细目清单，因为它 你就可以感觉正常了。

我们并非贬低这个层次的外在真理。对一个人。如果他希望穿越一次投生而不去妨碍周围那些人的情感，学习任何社会的惯例是对他有帮助的。然而，这些外在习俗的真理并不会开始提出更深入的问题，关于本体、菁华、目标。

那么 希望去超越惯例的寻求者，就会被那些相同惯例的假设所吸引 去学习和阅读那些由过去的智者所留下的智慧的言语。再一次，我们并非批评或贬低对形而上或灵性的主题的研读 就好像提问者所指出的一样，在尝试去超越工作、休闲、家庭的惯例 以便于发现一个更深的目的、一个更深的自我的菁华 以及一个自我身份的更深知识的过程中，有大量的有趣和引起争论的想法要去考虑。

该练习[容我们说] 考虑哲学家和灵性作者的想法，经常是非常有帮助的，将心智带入一系列的焦点，每一个焦点都会拓展观点并深化共鸣和清晰的感觉。

为了从事这样的学习，使用智力是必须的，智力和智性食物为心智准备了一个精致而整齐的布景。有马要去骑，那是智性想法的马，在那匹马上，有一些地方要去，要去访问各种实体的各种有趣的想法。我们已经多次通过这个器皿说过，智力是一个给你来使用的有用工具，它不是要被忽略或被留在后面的。然而，被卷入到智性追寻的一般实体，他们会有一种倾向去允许那匹马驾驭他们，而不是成为那匹马的主人。也许去考虑马在现代的等价物，好像一辆车，会更有帮助。一个人不会希望车子选择你[坐在这辆车里]希望要去的地方。一个人成为车的主人并用最适合于那条旅程的速度来驾驶那辆车 去他希望去的地方，这个人就是明智的。

因此，我们强烈地建议，让逻辑智力推理的过程成为寻求者对其相当清醒的一个过程，这样寻求者就不会在言语和观点的游戏中被席卷 以致于真理不再是寻求的焦点。

寻求者拥有他尚未觉察的工具，我们现在查看一下那些工具。我们经常建议实体们在他们寻求时 跟随共鸣的道路。无论寻求者正在聆听或正在阅读的 是我们的

言语，还是其他任何作者或演讲者的言语，我们都鼓励寻求者跟随那共鸣的道路。

你的共鸣道路是独一无二的。无论你的老师是如何睿智 或者作品是多么有启发，一个假定的老师或作者提供给你的 作为思考食粮的每一个事物都与你产生共鸣，这几乎是不可能的。理想上，那些你所跟随的概念将是那些当它们第一次被读到或被听到时 就会在寻求者内在唤醒一种回忆的事物，就好像寻求者已经知道那个概念 并很高兴再一次被提醒并记起它一样。

在这种寻求共鸣的过程中要被记住的是，语言的性质是固有地受限制的。它是双重受限。首先，它的局限在词语必须被串联在一起来组成句子，句子要被串联在一起组成段落，如此等等。每一个词语都有一个支持性的推论的小宇宙，它会因为每一个词语被放置在其中的想法流动的线路之上下文而让词语的集合变得丰富。然而，它依然是有限的，它是固有受限的。

它们第二次受限是因为心智不是根据文字 而是根据概念来运行的。概念是无限的。然而，它们仅仅能够被人类的心智所表达并通过一个转译的过程进入言语的外在显化之中，这个过程差不多类似一个厨师摊开一个概念的生面团，用点心刀切割它，将单调的文字进行塑形，并将其烘焙成转译好的概念。毫无疑问，大量内容在转译中丢失了。

然而，言语有一个可取之处，那就是当它们被发音时，它们参与人类的呼吸。当思想集中的寻求者尝试新的想法并尽可能地用他的人类心智努力思考时，说话的行动是一个能够深入原型心智并产生比言语更多成效的行动。因此，言语的特有结构是神圣的，呼吸是神圣的，所以，在与启发性言语一同工作的过程中，有一

种真福(blessedness)涉入其中。

如提问者稍早谈到的，述说造物者之名的习惯看起来是个非常强有力的灵性练习，它产生了大量的结果。提问者使用的造物者之名是「太一无限造物者」。其他的实体可能会使用诸如耶稣，佛陀，阿拉，罗摩之类的名字或众多其他神明的名字中的任何一个，这些名字相似地都拥有携带一种菁华和一种能量的能力，这种菁华和能量要远比表面上赤裸裸的语音和发音重要得多。这是因为，将这些字母用固定的方式放置在一起来形成词语的组合和对人类呼吸的使用创造了深入原型心智的道路，并从心智与意识的根部之中非常深的地方唤起共鸣。

在佛教的教导中有个古老的故事，一个圣人在他的嘴里含着石头二十年才学会变得沉默。我们欣赏这种努力— 为了获致该能力以包含静默 并在静默中感觉舒适。在静默中，没有必要用一个点心切割刀去处理概念，那些概念用灵性的安静而微小的声音对深邃心智表述。在静默中，没有必要在智力的机械上工作。在静默中，一个人可以休息并允许真理从不可见的无限升起并进入意识，那不可见的无限 即是寻求者之心和相似的宇宙之心。

因为有不同类型的寻求者，他们有不一样的习惯和想法，我们无法提供一条适合于每个人的可靠道路，就找到正确态度朝向灵感的文字和信息而言。一些实体与哲学性结构有种舒适的关系，能够沿着很多条道路行走 而不被优美表述的言语的魅力或苦行僧合意的建构所影响。其他实体对于[一个人可能感觉的]美丽、智慧或者深奥的事物的不可言喻之质量是极其敏感的，于是在他自己的过程之内，可能受到诱惑性美丽建构的过度影响。

对于第一类实体，在一个压倒性地美丽的宗教或者灵性系统中，他们几乎不会有

被席卷的危险。对于第二类实体，他们有种危险：丢失自我 而在自己的头脑中去认同那一条思想的途径。

习惯于一条思考的方式，在其中工作并排斥所有其他的想法或思考方法，这是不是有帮助可能引起争议；因为 难道不是所有的道路一定会通向太一无限造物者？难道一种寻求上的纯粹和聚焦不是更容易去实现对一个宗教的教条或一个特定哲学系统的局限性使用？

我们会建议，在这个第三密度的灵魂学校中 跟随大量的灵性系统的任何一个来实现可收割能力，这是完全有可能的。然而，你的问题比可收割能力的问题要更加深入。你的问题达到了灵性演化的核心，就是因为那一点，我们认为与所有外在的文字与文字系统联系在一起 最有帮助和最适合的方法是有意识地与它们一同工作，全时间在文字、想法、比较等等的周围创造一种宽敞度，它会给予灵魂不可言喻、难以形容的、本体的空间，因为在每一个启发性的字汇之间，有大量不可言说的事物，它们创造氛围，在其中 言语就可以回响着真理之声了。

用轻松和笑声来对待灵性寻求者的学习和思考的全部事务，这其中具有很大的智慧。叫做 R 的实体之前说过，当十多年过去了 而他的灵性寻求已经成熟的时候，他对于产生问题并在他对真理的寻求中获得答案已经变得越来越没有兴趣。去知晓真理的强烈渴望开始逐渐地转变为成为真理的强烈渴望，这的确是灵性上成熟的一个标志。

这不是说，没有真理或者没有任何需要去寻求的事物。恰恰相反，我的朋友。然而，被寻求的事物是自我之心。通向真理的旅程看起来好像是一条外部的道路，一种在外面的追寻，簸选他人寻求的收获 好找到一己的真理。然而，到最后，

在寻求者的心识与经验中，各种各样的事物开始消散，直到真理本身逐渐上升到意识的表面，于是领悟发生了。那种领悟即这是一个完美的世界，这是一个打开大门 通向未知的完美环境。

在第三密度中，超越所有你知晓和相信的事物，存有那最终觉知的光荣，那就是一切都是不可知的，万物都在述说太一无限造物者。一个悖论紧跟着一个悖论，神秘与神秘流动着 并在一个人周围创造模式。强有力与荣光的观点与图像穿过觉知，最终，当寻求者对自己变得透明，他在自己的最核心找到无条件爱的意识之际，那爱创造了他，那爱创造了宇宙；就在那爱中，他与周围的一切，有形的还是无形众生，都成为一。

我们愿鼓励，不管渴望怎样的寻求模式，一种对于寻求实体的速度感和节奏感。它并非一定要一个人在自己身上施加一种限制：每天或每周要有多少时间花费在寻求上 和多少时间花费在冥想上的一种确定的学习速度。因为实体们是永无止境地上下波动的。在一个寻求者的人生中的某个时刻，把自我填满新的思想，这可能是必需且有用的。而在另一个时刻，避免学习可能是非常明智的。一般而言，我们会说，在使用智力和使用静默之间，需要有个平衡。因为在静默中一个人可以允许心智，用一种聚焦和有意识的方式，安置已接收到的信息和启发。

对于不只希望思考伟大问题的寻求者，日常的静默肯定是个强健的资源。因为超越思想之处栖息着真理。超越智力之处栖息着洞见。超越知识之处栖息着灵知。

寻求者的旅程是神圣的，一个美丽的旅程，它经常是困难的旅程。有很多个光与影，成长与等待的季节，一切都是同等有益的。相信你自己，相信你的共鸣感，然后享受你的寻求、你的问题、你的答案 以及进入一次人生中的所有事物，这

是一次通过灵性的方式与兴趣而活出的人生。

在我们向其他问题开放这次会议之前，请问关于这个询问是否有后续问题呢？我们是 Q'uo 群体。

G：关于主要的询问，我这里没有后续问题了，Q'uo。

我们是 Q'uo，觉察到我们现在可以开放这次会议给其他询问了。请问现在有另一个询问吗？

G：Q'uo，我有个来自一的法则资料的摘录。Ra 说：「衡量一个实体的光芒活动层次即是这个相遇点的所在，也就是南极外在能量与内在螺旋的正极能量相遇之处。当一个实体逐渐逐渐变得更加极化时，这个相遇点也会向上移动，这个现象已被你们人群称为亢达里尼(kundalini)… 尝试提升这个相遇点，却没有实现这(提升)所依赖的磁力学之形而上原则 将招致巨大的不平衡。」*
(*编注：参阅一的法则学者版 49.5)

我不能弄得非常明白，Q'uo。我想知道你们能不能定义「这(提升)所依赖的磁力学之形而上原则」是什么？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。磁性的原则与极性有关。一个极化的领域的力道是那同时欣赏磁铁的阳极和阴极之力道，因此在南极[如他们对它的称呼]与北极— (实体)寻求通过智能无限的大门获得信息或灵感，两者同样都有优点和价值，这是要被理解的。

经常地，对灵性食粮又饥又渴的实体们单纯地在能量体中一直尝试去移动得更高、更高、更高，向上进入到更高的沟通、高等智慧、高等信心、等等，他们却没有对来自南极、地球自身，透过能量体流入的那种能量给予相同额度的关注。

被认识为 Ra 的群体建议，当一个人寻求去打开更高脉轮时，同样必须继续对较低脉轮的健康和振动给予充分的荣耀、尊重、注意，去欣赏、荣耀那来自太一无限造物者，通过太阳并进入地球的子宫 接着从地球向上穿过腿部和脊椎底部的脉轮系统的底部的无限量供给的能量。对这种能量及其暗示的所有必死性和局限性，需要有一种持续和同等的感激，因为，的确，必死性是一种限制，一个寻求者在行星地球上的存在就参与了这种必死性与局限性。

如此 这成了一件甜美许多的事：活着并知晓去完成一个人在地球层面中的有限任期。那么，与其因为地球上的东西是幻象而轻蔑它们，叫做 R 的实体建议，一个人为何不拥抱、享受并参与那转瞬即逝的事物，品味并欢庆每一个脉轮中的能量。性欲、人际关系、团队关系 所有这些能量都是值得的，所有这些能量都需要日常的、体贴的维护，以便于当太一无限造物者的能量从地球以向上螺旋的方式移动时，每一个脉轮闪耀并完全向着太一无限造物者的能量开放。只有当这种向上的运动充分就位并运行顺利时，寻求者接着才能够通过智能无限的大门呼唤那来自时间/空间的无限与无形的世界之灵感。

我们可以进一步地回答你吗，我的弟兄？

G：那(答案)非常令人满意，谢谢你们，Q'uo。

我们是 Q'uo，我的弟兄，我们非常高兴我们是令人满意的。请问现在是否有另一

个询问呢？

G：Q'uo，我有另一个问题，寻求澄清来自一的法则资料的一部份。在那个资料中，Don 问道关于在塔罗牌图像中 狮身人面像的弯曲双腿，Ra 回应说：「该姿态意图展示两个项目，其中一个是画像中时间-充满的角色的双重可能性。在时间中 休息是可能的，进展也是可能的。如果尝试混合这两者，该笔直、移动的脚将大大地受到弯曲之脚的妨碍。」*
(*编注：参阅一的法则学者版 103.14)

你们能简单地定义一下在这个段落的「休息」和「进展」的意思是什么？

我们是 Q'uo，我的弟兄，容我们说，这是一个漫长的故事，但为什么这个图像是此刻你的过程中的一部分，这是有些原因的，因此，我们必须将这个疑惑留给你的工作。我们很抱歉，但我们必须跳过这个询问。

在我们离开这个器皿之前，有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

R：我这里没有，Q'uo。

G：最后一个问题来自于我，Q'uo。这个问题来自一个「朋友」。这个「朋友」想知道是否被叫做自慰的活动消耗了本来可以为更高脉轮活动所用的生命能？

对于这个问题有两个答案，因为有两个层次的自慰。你们的物种的肉体天生就有性欲，它对性欲有一种天生的能力。如果一个实体不自慰，当时间到了 性能量被累积到了需要释放的位置时，自慰就会在没有任何帮助的情况下发生，它将发

生在一个夜晚做梦的时候 或者那种性质的某件事。因此，在那个层次上，当有一种性能量的积累 而又没有与另一个伴侣的合适的释放方法时，自慰对于为了形而上工作所保留的能量额度或自我的菁华几乎没有影响。

然而，有一个合理的观点认为，就自我奉献于灵性寻求而言，在其中有个魔法的面向，对于那些寻求者，他们想望把本来会在性释放中用掉的能量贡献于卷绕线圈[容我们说]上，这个面向是可以被他们所取用的。

然而，性本身可以被用来表达正面极性和敬拜太一无限造物者，无论是通过手淫或是通过与另一个人的性交，它是同等正确的。在这件事上头，心智是卓越的。取决于一个寻求者如何感觉他的性欲，他可能发现工作这点是更巧妙的：避免个人受冲击的性表达，保留他的性能量为了卷绕魔法线圈，以获得该经验。

或者，取决于该实体和他的人格 以及他感觉其身体的方式，他可能发现创造一个灵性上奉献的自慰是更有帮助的，在其中 目标是去体验那种性高潮，那即是太一无限造物者的稳定状态，它是不可表达与无可言喻的无条件爱之强度，那就是在性高潮核心处的狂喜了。

身体是心智的造物。我们愿鼓励你的朋友不要去聚焦于性，直到他可以聚焦于他是谁，如何表达他的菁华，以及如何去感觉最有共鸣的方式以管理他在红色脉轮性欲方面的人性。

我们能进一步地回答你吗，我的弟兄？我们是 Q'uo。

G：没有了，该朋友（嗯哼！）谢谢你们。

我们是 Q'uo，我们为这些至为有趣的问题感谢你，我的弟兄。我们感谢这个团体中的每一位留出时间、关注、爱。寻求真理。叫做 R 的实体说，他不真正理解我们是如何仅仅因为你们聚集在一起寻求真理 而发现你们拥有如此的勇气和完整性，不过 我们对你们说，我的弟兄，一个能够真正地将他自己当成造物者的一个值得和有价值的部分的人，这的确是稀有的实体。

在你们位于行星地球上面的梦境中，这个寻求真理的目标之中有价值，这完全不是明显的。我们发现 当诸如你们自己这样的实体如此做的时候，这是一件美妙的事情，我们为这种努力而感谢你们。我们无法告诉你们 当你们一同创造这个神圣空间时，你们调和的灵光是多么美丽呀!

现在时间到了，我们带着感谢、祝福和我们的爱离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai Vasu。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 2006 章集：肯定语与真言**

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2008 年三月 29 日

来自 G 的问题：在冥想状态中，如果一个实体集中注意力向潜意识或更深的自我发送渴望之编程的指令，更深的自我会按照这些指令回应吗？例如，如果一个实体通过冥想状态中的专注，一遍又一遍地告诉自我「我渴望通过爱的双眼去看」，自我对自我的感知会开始转变吗？重复的肯定语拥有何种力量能产生改变？一个人如何才能增强真言的效力呢？

L/L <wbr>Research <wbr>肯定语与真言

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，我的朋友，在为祂的服务中 今晚我们来到你们中间。能被你们工作的集会所呼唤，这是我们的快乐和荣幸，我们感谢你们将我们包含在你们的寻求圈中。我们也在寻求真理，在关于肯定语，咒语 以及在潜意识与显意识的层次之间的那个阈限[1]上与自我一同工作等主题上，你们请我们与你们分享一些想法，我们感到非常荣幸。

对于这个问题有各种各样的方面，它们引起我们的回答被塑造为不同的流动。我们的第一个焦点将放在 当处于一种冥想和全神贯注的状态中 对肯定语的使用的问题上。我们简单地建议，把在全神贯注的状态下使用肯定语和冥想的练习分开处理，这是好的。

冥想的练习是一种静默的练习。视觉化观想、肯定陈述 以及其他意识中的工作

时间，它们与冥想的活动相比 虽然是同等有价值和值得去做的事情，然而，它们并不相同— 就什么对冥想活动是必需的并且是好资源的意义而言。因此，让我们简单、简略地说，一个人在每一天里留出时间来练习太一无限造物者的临在，这是好的，而这种练习不是通过思想，不是通过肯定语或人类清醒心智的任何其他方面，而是通过聆听那静默，它孕育着太一无限造物者的临在与真理。

将更多的事物加入一次冥想中，以便于通过有目的与有意识地进行调整而在一个人的内在创造其渴望的改变，这是一种诱惑。然而，虽然这种工作的方法肯定是有用的，我们会建议它最好在一次冥想之后进行，或者与一次冥想分开来进行。这将允许你作为一个寻求者 坚定地掌握那些未知的通道，它大大地帮助你将思想的焦点保持在静默上，对于潜意识心智，静默是如此地充满信息。

提问者对于心智聚焦和创造肯定语的概念是优秀的。这是良好完成的工作，因为人格远比大多数实体所了解的，更是一种受造物：由习惯、惯性和未经充分思考、长时间保持不变的做事方式组成。实际上，它是一个松散地胡乱拼凑在一起的结构，它容纳并且预计来保护在人格外壳之内的敏感灵魂；它的确是柔软而可塑造的，(对它)暗示是有帮助的。

在这个器皿的记忆里 有实体创作了《感知心理学与变化的生物学》[2]，这部影片(视频)是该器皿非常喜欢的，我们想利用这个器皿对这个谨慎判断的信息体的认识来表述，对于希望去用一种非常系统化的方法去发现那些最没有帮助的思想习惯的寻求者，这些特殊实践者的程序，使用暗示和直觉的力量并利用肌肉测试的技巧，能够在短时间内对那些希望经历视频中材料的实体创造机会，让寻求者开始觉察关于他自己做出的哪些陈述对他的灵性发展是没有帮助的。

我们提供这个信息并非为了鼓励寻求者必需用这种方式来寻求。这种调查研究的领域或途径对于相信他很可能拥有这种有害的背景想法的寻求者是有帮助的。它并非明确地是个灵性的练习，这种特定的调查研究的方向的结果也不会特别地产生灵性的结果。然而，因为这个器皿已经通过必须的工作 去体验这种特定的探究途径的益处；因此这个器皿觉察到，这种方法对于一些人是有帮助的。在某种程度上，这是一种对旧材料的清除，这样 一种更明确地灵性的探查的途径就可以被开启。说完这些之后，我们现在想要聚焦在肯定语的概念上。

我们认为，在潜意识心智内与诸如提问者所提供的肯定语一同工作 确实是强有力的。寻求者的意愿被小心谨慎地聚焦起来。真言或肯定语或陈述本身是被非常小心谨慎地准备。寻求者因此会感觉到他可以用全部的意志来信任这个肯定语。他可以将他渴望的全部重担都放置在实现这个陈述的真相之上。

进行这个工作有两个特别好的时间，每天中至少会自然地发生两次。那两个时间就是在一个人醒来之后的时刻 以及一个人进入睡眠之前的时刻。在这种入睡前[3]的状态中，你的思想是完全聚焦的。它即将跨越我们之前谈到过的阈限，跨越那个意识的门槛并进入睡眠的领域中。或者，它是刚刚从睡眠中醒来、头脑做好准备 去聚焦于新的一天，但(头脑)尚未塞满东西的时候。

在早上和夜晚的这种状态中，对这样一个陈述的重复将是相当有效的，因为它将不受阻碍地 立刻渗透到潜意识中。

另一方面，如果提问者会渴望在一天的日程中 为这个工作留出一个专门的时间，可以建议他一段冥想的时间，接着有意识地收集自我之力，以及重复[寻求者想要自己听到的]声明。

我们要指出的是，使用声音说出这些陈述是有帮助的，使用这种技巧在自己身上创造出最大的印象。如果一个想法停留在头脑中，它有其天然的力量的限制，这种限制属于一个特定类型的限制。它是一个思想形态。如果相同的想法被说出声来，呼吸就会被花费到那种格言中，它就变成神圣的。它不仅仅是一个思想形态了。在对呼吸的消耗中，呼吸是一个活的东西，整个效果被大大地加强，在其中寻求者听见他自己。

离题一下，的确，我们会注意到 在很多时候，寻求者大声地对自己说话，大声地与自己谈论他的考虑，这对于寻求者是有帮助的。因为在发展被说出声的句子的过程中，寻求者就能够在自己对自己思考时 打破在头脑中发生的重复循环。接着，寻求者就会以一种不同的方式听到他正在思考的事物。

提问者在尝试通过对他的意志的使用而在他的意识中创造改变时，他正在发展魔法人格。因此，我们会建议一个特定额度的礼仪，关系到这些肯定语或陈述。那就是，在这个肯定语或声明的阶段的开始，专注而完全有意识的寻求者会自己承担他的魔法人格。如果他希望，可以不用言语祈请它。他可以做一个姿势来向自己表明 他已经呈现魔法人格了。或者 他可以在身上带上一条项链或某个其他形式的装饰品，仅仅在这个特殊的仪式的过程中才穿戴它。

在祈请魔法人格时，极性当然是全然重要的。那极性可以被这简单的陈述保护：

「我渴望去知晓，为了服务」。正面的魔法工作一直都与 服务太一无限造物者，并通过反射而服务这世界和自己 有关系。没有任何世俗自我的部分被牵涉到魔法人格的渴望中。因此，以一种仪式的方式呈现出这种人格 就为该工作创

造出一种在其他方面不会拥有的清洁度与纯度。在工作结束时，接下来，项链或其他装饰物就可以脱下了，可以做出其他的姿势，或进行另一个观想。

这个特定的器皿使用穿上魔法长袍的观想 并在工作之后脱下它们。然而，当这个器皿为通灵作准备的时候，礼仪是不同的。她呼唤大天使，并要求祂们将她放置在无限量的白光中呼吸。在她完成通灵时，她在那个时候请求大天使移除无限量的白光 并将她放回到平常、日常的空气中。用这种方式，她就可以保护其魔法人格，而当人格外壳再一次登台演出而生活以通常的方式继续时，她就可以尝试去让魔法人格保持纯净了。

魔法人格不是一个神秘的实体。它是在你发展的不同阶段上的你自己。我们曾称它为高我。它是你最高和最佳的自我。它是一个完全魔法的、聚焦的、神圣的存在。它是来自第六密度中期的你 跨越无限的空间/时间与时间/空间的全部范围给自己的礼物。你的高我，或魔法人格，为你提供了祂广阔的经验已收集的整批资源。你和高我或魔法人格为这一次投生创造了计划。你的高我或魔法人格无时无刻都离你和呼吸一样接近。

以有意识的方式 使用魔法人格是极度强有力的。因此，当你开始在意识中创造你希望在内在创造的改变时，带着小心谨慎与钟爱与这些能量一同工作，这是好的。当你寻求的时候，问题就会升起：我在寻求什么？那个你所寻求的事物就一直和永远是你自己的一部分，你自己的一个更深，更根本，更真实的一部分。

在说万物一体的时候，我们提供了一个非常简单的哲理。是的，那个陈述是有一些言外之意的，那些涵义穿越一个接一个的觉知层次回响和共鸣着。你所寻求的东西，所有寻求者寻求的东西，都是一种对自我更真实，更深入的的认识，对造

物者的认识，对一个人周遭的造物的认识。所以，用一种重复、持续不断的方式使用肯定语与声明在使用上是极其正面的，也是非常好的事物。

关心和深深的爱需要进入创作该声明或肯定语的过程中，进入创作该仪式[围绕那个肯定语的用途周围]的过程中，以及该选择[如何将这种美丽的魔法仪式放置在当天的缠绕线圈之内]中。

在稍早的一个[提问者给这个器皿的]询问引发了我们的回覆，一个关于声音的性质和使用声音的讨论。在回答你的问题的后面部分时，我的兄弟，我们会再一次聚焦在那个主题上。如同你已经发现的，真言是极其强有力的。就好像肯定性的声明一样，它们必须被良好地选择，因为它们会深深地钻入心智之中。

当真言被适当地选择并充满对那个寻求者的真理时，对真言的使用确实将在寻求者的振动层次上创造一种立即的改变。它是一种在振动上的非特定改变。它是一种进入意识最深的根部的振动上的改变。 因为在意识的最深处的根部，每个寻求者的名字都是太一无限造物者。一个咒语所包含的无论怎样的神之名都是自我的最深与最真的名字。你正在呼唤自我穿越无时性与时间之永世，无空间性与空间，移动到那个你与造物者合一的单一点。如同耶稣·基督实体所说的，这个世界不认识的主食；这就是饮料，(喝了之后) 寻求者将不再口渴。

与真言工作就是与原型心智一同工作。在某种程度上，这也是个魔法工作。然而，因为它没有形式，它不是一个陈述，而是一个名字或原则，因为心智无法用那个真言的词汇或神之名或赤裸裸的原则来做任何事，一种安全就被包含其中了。于是让它立刻进入潜意识心智之中。

如同所有的魔法仪式，重复是仪式的有效性和力量的一把钥匙。那种在意识中被寻求的改变就会变得越来越容易，随着使用这个真言的习惯的深化，它甚至会毫不费力地被获得。就好像提问者在这次通灵开始前的循环讨论中说的一样，这是一种消除人格外壳上的非常有效的方法。它将一个人带到一个世界，在那里 苦难与催化剂，光明与黑暗，白天与黑夜都被纳入一个神圣的空间，在那儿万物为一，一切都好。这成了更深的真理，它告知较小的真理，于是生命就被转变了，以一种无法被逻辑智力解释 却非常有效的方式(进行)。

我们为这个询问感谢叫做 G 的实体，现在请问关于这个问题是否有后续问题？我们是 Q'uo。

G：Q'uo，谢谢你。对于这个问题 没有后续问题。

我们是 Q'uo，我们要开放这次集会给其他问题，现在有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

G：Q'uo，我有个问题。我们称之为开悟(enlightenment)的事物 是某种在投生前就规划好的成就吗，或者该实体带着足够的意志 而没有这样一个投生前的程序，也能够在此生中达成开悟的体验？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。在我们看来，没有对于开悟，领悟或顿悟(satori)的投生前计划。投生前的计划聚焦于在此生中将要被寻求的事物和那些在寻求的旅程中需要的支持性资源。投生前的计划包含你的关系，你的天赋，你的局限和你视为缺陷和不足的事物。从一个庞大的选项中 [也就是你在先前的转世中，已经成为的事物和完成的事物]，你为你的调色盘选择一些颜色，它们将用

最美丽和最有用的方式绘出这个人生。

你希望拥有一次美丽的人生，在其中 你希望创造一次神圣的旅程，一次分享美丽的旅程 道德之美，身体之美，心智之美，情感之美，觉知之美。你为自己计划了这些事物。你希望变得有用，因此你为自己选择了你可以进行服务的各种方式，无论是通过存在或作为。因为你也希望演化，你为自己计划了一次又一次地发生的人生课程。好让你可以练习。

一般来说，在一次投生中 实体指望以智慧去平衡爱，以力量去平衡智慧，或者在神性原则的三个面向[爱、光、力量]中的某两个或三个的平衡。另一方面，领悟是时间之外的那个瞬间，或者更准确地说，在时间/空间中，当一个实体能够去认识并因此让自己的全部都穿越智能无限的大门，因此，从最整体性的意义来说，他就可以被真理所激励，或者被真理填满了。

有些人会有这样的领悟瞬间，然而那些瞬间会过去。还有些人进入智能无限的大门 就永不再回转，这个意义是：那完美之冲击是如此强有力，以致于(他们)做出在这种觉知中去生活的选择；纵使，容我们说，一个生活在这个层次之能量中的实体的配线将会耗尽肉体。去获得领悟，这不是高我或在投生之外的自我的目标。这是一个在此生中和[遗忘的]罩纱中的那些人所选择的目标，该罩纱阻碍他们知晓万物真的是一体。

就你的灵魂-自我，或者可以说，此生之外的自我的意义上而言，你视投生的过程为一次工作的时期，在你的平衡上工作，以及工作以服务太一无限造物者。在罩纱之外，事物会看起来足够地不同 以致于领悟好像是稳定的状态，而此生是那未知的美妙时光，在其中 该实体踏上其信心的旅程。

我们能进一步回答你吗，我的弟兄？

G：你提到在爱、智慧和力量之间的平衡。我想要问你说的，使用力量的意思是什么，也就是说，力量这个词语的意思？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。你们已经听过很多很多次，我们在爱与光中欢迎你们和向你们告别。我们并未如此频繁地谈到力量。力量是爱与智慧共同的一个面向，而力量就其自身而言，也是一个(独立的)事物。当你希望集中你的注意力、意志或渴望时，你就在使用那股力量为你的注意力、意志、渴望添加燃料了。肉体的力量很容易看到，经常形而上强有力的实体也在肉体上是强有力的。然而，当我们谈及平衡爱、智慧、力量时，我们谈到的力量是你的意志的形而上力量。聚焦你的意志是魔法的行动，它为你在意识中创造一个改变。

现在，考虑一下，对于一个极为有爱并且拥有坚强意志的实体，可能对自己和其他人做出大量不明智的选择，因为不明智地使用力量，这是多么容易的事呀。

也许在一个情境中有很多的爱，因此寻求者决定影响那个情境，但是他却没有发现那个情境中的所有参数。

举个例子，假设一个女儿有个年老的父亲*。假设这个年老的父亲已经上了年龄，浑身都是疾病，已经准备好让身体衰落了。这位父亲已经准备好进入更大生命的大门 并通过进入一个新的环境来治愈自己。他渴望继续前进。然而，假设这个女儿绝对地肯定，表达她的爱的最好方式 就是让这个实体活着。对她的意志的不明智使用很可能一直让实体活着。然而，这不能说是一个带有真实的慈悲或智

慧的行动。
(*编注：原文用 parent，根据前后文应该是指父亲)

相似地，一个智慧的实体会轻易地将他的注意力或意志集中在创造事物 并在物质性的幻象中使事物发生上。然而，他可能没有足够地充满慈悲 以知晓对他的智慧的公正使用。以这样的方式，你们的立法者有时会创造限制 而非促进公平。

这仅仅是两个例子。我们能否进一步回答你，我的弟兄？我们是 Q'uo。

G：首先，非常感谢你们通过例子来讲述。我喜欢看到一个原则在一个特定的环境中被解释。它帮助我更加容易地掌握它。在没有能够将我的想法写下来的情况下，我不能良好地组织我的想法，但是我已经组织好的想法是这样的。基于我对于你们所说的内容的理解，我会将意志等同于对一个人所渴望的事物保持聚焦并付诸行动的能力，无论是内部或外部(的渴望)。我会看到爱与智慧告知了意志；并且将力量等同于维持并付诸行动的能力，接着看到力量被爱与智慧所告知。这样说有道理吗？

我们是 Q'uo，觉察你的陈述，我的兄弟，的确，它确实是有道理的，尽管是，如被认识为 Don 的实体会说的，你悬挂的有袋动物[4]。你拥有我们尝试表达的基本要旨。

有无限多样的方式来谈论自我的状态。当一个人谈到爱和光时，他正在理解构成合一的两个根本性的原则：起初思维和那个思维的显化。然而，在每一个原子中，在你的身体的每一个细胞中，在你的情感的每一个印迹[5]中都有力量。

在你思考的每一个词语中都有力量。因此，当一个人变得更有力量的时候，除了关切(如何)学习变得更有爱和更有智慧之外，还有一个关切：智慧地和慈悲地使用那力量。所以，有个关乎爱、智慧和力量的三脚架。在那三者之间，每个实体都有一个公正的平衡。它是每个实体的投生计划中都会包含的一个考量。

L/L <wbr>Research <wbr>肯定语与真言

三脚架

我们能进一步地回答你吗，我的弟兄？我们是 Q'uo。

G：不用了，Q'uo。谢谢你们。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。在我们离开这个器皿前，还有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

G：Q'uo，你们是如何将信心与力量的概念联系起来？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。信心是一个振动或能量，比起你作为一个第三密度实体能够了解、表达或显化的任何其他的振动或能量，信心对真理的扭曲要远远小得多。它深深地与靛蓝色脉轮相连，它也充分地熟悉那个过程：靛蓝色和紫罗兰光芒穿越智能无限大门的过程。

力量，我的弟兄，可以通过任何脉轮能量(中心)。在使得一个人的生命变得神圣

的过程中，一个人发现了该喜悦— 透过最高的可能表达方式来表现出一个人的力量，那就是信心。一个信心机能已经良好发展的实体的确是一个至为强力的灯塔(lighthouse)。所以，我们不会将力量等同于信心，我们宁愿说 这个主题在于寻求者的旅程，去找到对他的意志、力量、焦点的更高、更高的表达。
我们能进一步地回答你吗，我的弟兄?

G：不用了，非常感谢你们，Q'uo。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。我们极其喜欢你们的询问。现在我们带着极大的感谢离开这个器皿和这个团体 [由于能够被你们呼叫来加入这个工作集会]。这是一种真实的欢乐。我们多么高兴能够和你们分享我们的想法。

一如既往地，我们建议你们聆听所有听到的东西并寻求共鸣的道路，无论那是我们或其他人的言语，从我们所说的内容中 拿取那些会对你们有帮助的，并将其他部分留在后面。一如既往，我们感谢你们在这方面的考虑。我们是你们知晓的 Q'uo。我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。今晚 我们不仅仅在爱与光中离开你们，也在平安与力量中离开你们。

Adonai。Adonai vasu。

原注
[1] 一个阈限(limen)是一个入口或门槛。
[2] The Psychology of Perception and the Biology of Change: 这是由 Bruce Lipton 和 Robert Williams 所作的视频或 DVD。它可以从诸如亚马逊(Amazon.com)这样的网络书店获得，或者从网站 www.psych-k.com/video.php 获得。

[3] hypnogogic：属于、关于、或者发生在睡着之前的中间意识的状态。

[4] Don Elkins 有个习惯，将事物稍稍改变作为一种幽默的形式。悬挂分词(dangling participles)就变成了悬挂的有袋动物(dangling marsupials)了。

[5] 印迹(engram)：假定在神经组织中有一种编码，它提供了对记忆持续性的一个物质性基础；一个记忆的痕迹。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 2007 章集：故事：探索未知**

Copyright © 2008 L/L Research

Channeling Intensive 1 - Session 10

2008 年二月 10 日

L/L <wbr>Research <wbr>故事：探索未知

Carla：计划是我们将进行调音的步骤，当我们完成调音之后，我们将会举起一只手。实际上，在你看到我的眼睛睁开并开始环顾四周之前，你都不必举起手。如果你完成了调音，将你的手举起来，因为我也将进行我的调音步骤。我说的足够清楚吗？我将走到左边去。

你们希望用 OM 来开始吗，或者我们现在就能开始调音？

（团队一致同意马上进入调音步骤。）

让我们开始调音。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我们非常高兴在今晚被你们的寻求圈所呼唤，我们感谢你们每一位呼唤我们加入你们。一如既往，能被包含在你们的冥想中，这是一种真正的荣幸与特许；被(你们)要求帮忙训练圈子内的实体们，这尤其是一种荣幸与荣耀。

我们愿对叫做 M 的实体抱歉，因为我们了解到 这个器皿并没有完全准备好加入这个圈子，而我们感觉当这个团队的其他实体的焦点处于它的最大值的时候，我们向前推进，这是好的。

一如既往，我们请你们每一位评估我们向这些器皿说的每一个词语，因为我们不是位于你们之上的权威，而是在寻求太一无限造物者的道路上朝圣的同伴。我们感激你们的分辨力，因为它允许我们自由地发言而不担心会侵犯你们的自由意志。

叫做 Carla 的实体说，我们经常会使用讲故事的训练技巧，而这的确就是我们这一次将要进行的。

但是我们首先会给予一些说明，它们导向去协助这个圈子第一次尝试接收我们的通讯 并且表达我们提供的想法。

首先，我的朋友，我们非常高兴能在为太一无限造物者的服务中 成为你们的合作者，一起服务那些希望寻求关于灵性演化的有益信息的地球人。在那种渴望与那条独特的服务道路上，我们与你们是一体，能与你们每位一同工作，这是一种

喜悦。

其次，我们愿重复 Carla 实体的观点，如果你们没有一种最直接的 与我们通讯的感觉，请你们不要气馁。通讯的敏感度会在不同的实体身上发生变化。然而，一旦通讯被接受了，即使只有一点点通讯的感觉，通讯的接纳在其自身会开始构建并强化你与我们的源头之间的连接。因此，我们鼓励你们变得无惧。对于那些无法获取我们的通讯的人 没有任何的批评，对于那些开始接收我们的想法的人却因为这样或那样的原因无法继续接收的人 没有任何的批评。请允许你自己拥有小我的这个部分慢慢消失并被留在后面。你们在提供你们的服务。你们将如你所能地前进，而所有速度都是完美的。

我们会从这个器皿开始这个故事。

很久以前，在大海的一个海滨的大山的脚下 有个小村庄，居住着一个年轻人，他一直在父亲的田地和叔叔的渔船上工作。他的生活是一种简单生活。他在黄昏时 拖动着满载的渔网，当父亲的田地的收割时节需要他的时候，或者在耕种特别繁忙的时候，他就会在他被需要为收割打谷脱粒时 跟在犁后面，或者跟在收割机后面或跟在牛后面。在阳光中，他感到高兴，在雨中，他也感到满意，除了在这个小村庄中过他的生活，他没有任何渴望的事物。

然而，有一天，某件事发生了，它将新的想法带到他的头脑中。

我们现在将这个通讯转移到叫做 R 的实体。我们是 Laitos。

（暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿同在。我们发现叫做 R 的实体并不认为他正处于一个接收我们的通讯的位置上，因此我们将通过这个器皿再多说一点，然后继续移动到叫做 G 的实体上。

这个实体看到了某个他以前从来没有看过的事物。一艘他从来都不知道的 带着帆的船出现在地平线上并驶入他的小村庄，因为浅滩，这艘船必须停泊在离岸稍远一些的地方。村子派出渔船去迎接这些陌生人，当陌生人来到他们当中时，他们说着一种陌生的语言。

他们能够用手势让自己被认识，他们与村民一起享受了一场庆典，将他们的水囊装满，将他们船上的储藏室装上新鲜的食物。陌生人离开了。然而，这个年轻人有了一种巨大的渴望：要知道更多，超过他以前知晓的程度。

现在 我们将这个通讯转移到叫做 G 的实体。我们是 Laitos。

（G 传讯）
我们是 Laitos。我们在爱与光中向你们致意。我们与这个器皿有些困难。我们离开这个器皿。我们是 Laitos。

（N 传讯）
我们（听不见）有一条信息（听不见）在这个团队中。那条信息是（听不见）。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起了。我们感谢叫做 G 和 N 的实体，我们将通过这个器皿简短地继续这个故事。

为了发现他应该做什么好实践他的渴望[要比从前的他知道得更多]，这年轻人决定也许他应该攀登那座山并到这个地区最高的地方，这样就可以俯瞰所有的地区和海洋并决定他应该走什么道路去进一步地寻求陌生实体们的奇观，那些陌生实体已经用他们的出现为村庄增色了，在他们继续其旅程之前，他们已经给村庄的人们留下礼物。

于是，虽然从来没有人能够成功地爬上附近那座山峰的最顶端，他决定那就是他希望去做的事情。他向家人告别并动身踏上艰苦的旅程，因为虽然山峰看起来就在附近并且可以被眼睛看到，这旅程仍需要很多个星期的步行，在年轻人的路上有着一个接一个的阻碍。然而，他说了再见 就动身前往即将到来的冒险。

我们现在要将这个通讯转移到叫做 L 的实体上。我们是 Laitos。

（L 传讯）
我们是 Laitos。年轻人在他的旅程中来到一条河边，一条他认为他无法跨过的河。因此，他朝上游走，寻找另一条道路。也许会有一棵树倒在河上，这样就可以用作一座桥了。也许有他可以够得着的石头来跨过这条河。也许这条河到了一个地方就会变得更窄一些。

然而，当他顺着河走上去的时候，他遇到了一座瀑布，因为这条河是从悬崖上流下来的。没有沿着河走的道路了。这是在他的道路上的又一个障碍。

这个器皿现在可以将这个通讯转移到叫做 M 的器皿。他更有能力接收我们的信息。我们是 Q'uo。

（M 传讯）
我们是 Laitos。我们正在讲述这个人和他的旅程的故事。现在应该了解的是，这个人在他自己之中意识到一些事情。他在地平线上看到一个闪光，这将他带回到他还是一个孩子时的回忆中。虽然他相信那是闪电的闪光，它看起来（听不见）。虽然这个人（听不见）他了解到为什么他踏上这个旅程。

（G 传讯）
我们是 Laitos。这个年轻人调查了这个处境，如同你们会在你们的人们中说的一样。他找不到过河的方法。他无法进一步向上游走。他向内陆走，旅行期间睡了三次，在太阳不再照耀的时间。在三个太阳不再照耀的睡眠的时间之后，他来到一片空地，一片巨大的空地，那里是你们所称的居住地。那里有人。看起来和他一样的人。他很高兴看见他们。他们和他说的语言不一样。他能够用他的手来做记号来与他们交流。

他被带到了一个似乎具有大智慧 非常年迈的老人那里。他与这个非常年老的人待了几段有光和太阳不再照耀的时期。他们开始能够彼此交流了。他们交流的一种方式是用一根棍子画图画和做记号。我将这个故事传递给叫做 L 的实体。

（L1 传讯）
我们是 Laitos。我们怀着爱向你们全体致意。这个年轻人告诉老人他希望（听不见）。老人告诉他这是非常困难的，在他整个生命中没有任何他知道的人能够完成这件事情。这更多地鼓舞了这个年轻人在他的探险中去登上那座山的顶峰。当

他表现出如此的坚决时，老人告诉他了一条他可以走的道路；给了他一个锦囊作为在他的路上的一个礼物，老人告诉他 当他遇到危险或迷路时，就可以打开锦囊。我们是 Laitos，传给叫做 L2 的实体。

（L2 传讯）
我们是 Laitos。我们与这个器皿有困难。我们将它传下去。

（Carla 传讯）
我们再一次与这个器皿在一起了。我们是你们知晓的 Laitos。请容我们顺便说一句，我们多么高兴能与这群讲故事的人[寻求透过自己的器皿分享爱与光]在一起呀。

当一个人觉醒于该知识：有比在平静生活中所见的 更多的东西，就有很多、很多方式来讲述爱与光的故事，以及每个人走上的旅程。

这个年轻人最后决定返回瀑布的位置。他不知道为什么，为了上升，他必须往下降，而那就是直觉向他建议的事情，因此，他告别了新朋友与和蔼的导师，返回那个悬崖，就是从那个悬崖上，河水在充沛和美丽中流动，驱散所有的恐惧，他张开双臂，跃入半空中，将自己交给了那等待着他的探险。

当他这样做的时候，他的视野中的所有的色彩看起来似乎改变了，变得越来越明亮。突然间他发现自己被一只美丽的白色鸟儿的背部托起了，这只鸟是如此巨大以致于他能够舒适地坐在鸟背上。

接着当他飞入瀑布之外的土地时，他发现这只神奇的生命能够和他说话了。他有

许多想问的问题，因此他的心非常高兴。

我们现在将这个通讯转移到叫做 S 的实体上。我们是 Laitos。

（S 传讯）
我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起。

（Carla 传讯）
我们再一次与这个器皿在一起了。我们被知晓为 Laitos。我们感谢叫做 S 的实体，我们将通过这个器皿继续一会儿。
当他飞向那环绕着山顶的彩虹时 [他一直希望登上的地方]，这个年轻人问这只鸟是什么让他如此渴求知晓他所不知道的事呢？而那只鸟在这一刻沉默了，仅仅继续带着它飞向环绕山顶的彩虹。

这男孩开始和自己沉思所有他看到的这些奇观 以及所有在他眼前经过的新事物，他开始适应这种体验了。他没有答案，而他已经成为了比他过去之所是更多的某种事物。当他飞向那环绕着山顶的彩虹时，他仔细考虑着这种未知的神秘。

我们现在把这个通讯转移到叫做 C 的实体上。我们是 Laitos。

（C 传讯）
我们在爱与光中向你们致意。我们是 Laitos。（听不见）

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起了，在爱与光中再次向各位致意。

我们现在将这个通讯转移到叫做 Jim 的实体上。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）
我们是 Laitos，在爱与光中向各位致意。这位年轻人现在觉得这些色彩的意义是作为他在其上找到自己的旅程的一种代表。
（磁带第一面结束）

（Jim 传讯）
在他的旅程的终点，他已经了解了那巨大、明亮、炽热的热情了，那是去知晓那在他可触及的范围之外、在那山的顶峰上的事物的热情，而它现在几乎就在他的视野中了。他已经体验过去知晓的巨大激动，那是由出现在他的村子的海边的船上的那些友好的陌生人所产生的。当他开始他的旅程的时候，去知晓的渴望开始转变为各种各样的色彩，就好像彩虹的颜色一样，因此就有了一种成熟，它是被他在每一个当下瞬间中经历的体验所焠鍊的。

现在，当他歇息在大鸟的背上，把年老智者送给他的锦囊安全地挂在他的肩膀上，他知道他正进行的旅程是一次没有终点的旅程。虽然他的确可以登上山峰的顶点，这样一个目的就如同一个开始，同样地，所有的目的地都是开始。他意识到这个他在其上寻找他自己的旅程将会继续下去，直到他离开这个幻象，离开这次人生的那一天。

他决定打开那个被给予他的锦囊，看看那位年老的智者给他什么东西。当他打开锦囊时，他很吃惊地发现里面有块镜子。当他看入镜子时，他看到了自己就是那个寻求者，他看见自己就是那被寻求的事物。这次旅程的开始和结束就在他的手中，他的心与识之中。

我们将这个通讯转移到叫做 Carla 的实体上。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们通过这个器皿向各位致意。

这个年轻人现在燃烧着一种不同的火焰。他燃烧着自我-知识的火焰，那深切的觉知即是：所有他寻求的事物都在他里面。因此他告诉长羽毛的朋友，除了回到他的起源点，他没有更多的想望了。就这样，有一天 村庄里的人吃惊地看到这个年轻人走上了海岸。

「嗨，叔叔，」他说，「你需要帮忙处理那些网吗？」

「嗨，父亲，」他说，「现在还是收割时节吗？」

他的家人和村民们很吃惊再一次看到他，因为他们认为他已经永远失踪了。「你学到了什么？你带给我们什么奇迹呢？你能告诉我们什么呢？」他们问他，在他周围聚集起来，喧闹着。
年轻人说：「我看到了那些说不同的语言的人们，不过 他们是善良的。」

「我看到那些在其他地方的人，他们有和我们一样的智者。」

「我看到当我放下自己去探寻真理时，真理本身就会到来并给我翅膀，于是我就可以前往最高和最美的地方。」

「最重要的是，我的朋友，家人，亲爱的人们，我看到没有任何东西比你们更珍贵。我已经找到了我的幸福了。」

我们感谢这个圈子里的每一位，感谢你们工作我们的技术，为了开始传讯那并非早已被知道的东西。我的朋友，我们有时与你们在一起，如果我们要直接地传递爱与光，对于你们要去提供某种连贯的想法，这的确会是一件更简单的事情，而同时，如果我们要做这个工作，关于你们已经实际上接收的内容是否就是我们的通讯内容，在你们的头脑中就会有一种大得多的疑虑。这就是我们和你们使用该技术的原因了。我们向各位保证，每一位在某种程度上都已经感觉到我们的在场，而正如这个器皿在这次会议之前进行教导时说的一样，要确定一个头脑中的想法是你的想法，或者一个头脑中的想法是通过你而传递的想法，这是一件困难的事情。因为想法就是想法，你传递你的想法 就好像传递我们的想法一样。

当你沉思在这个晚上所体验的事情时，意识到你们的确已经是管道了。祝愿你的管道，在你能够向自己的心开放你自己的范围内，一直是一个爱与光的管道，而你的心就是爱。爱，我的朋友，就是一切万有。你们全都是爱的产物。

现在请问你们是否有可以向我们提出的问题呢？我们是 Laitos。

提问者：我有一个问题。为什么我会在传讯之前变得如此难以置信地寒冷。

我们是 Laitos，觉察你的询问，我的姐妹。对寒冷的主观感觉长久以来与时间/空间中的灵性存在进入你们的空间/时间有关联，我的姐妹。的确，我们相信你们的科学家已经多次发现，当有一个团体聚集在一起，而它能够接受一个形而上的存在，而非物质性存在，就会有一种实际温度上的不同。

(译注：关于时间/空间与空间/时间的说明 请参考 L/L 选集 13，沉思：空间和时间)

虽然它在很大程度上是个主观的体验，然而有一种客观的组成部分。那种寒冷的体验是转瞬即逝的，过了最初通讯的时间就不会持续了。如果我们的在场引起你们无论什么的不适，我们很抱歉，但是我们和你们确认，它是作为我们的确与你们在一起的主观信号而起作用的。

现在请问有另一个询问吗？我们是 Laitos。

C：我有一个问题。卡拉(Carla)说你们属于第四密度。你们愿意描述一下第四密度的体验像什么样子？

我们是 Laitos，觉察你的询问，我的姐妹。因为这个寻求圈中的那些人的体验，描述第四密度的尝试变得更加容易。你们在第三密度的这个或那个时刻都曾瞥见那个地方的风味：不需以任何方式隐藏自己或防卫自己。你们才刚刚瞥见这可能性：不害怕亲密感，甚至不害怕让一个人的每一种想法都被知晓。我的朋友，从你们第三密度的观点上，很难去掌握，当一个人彻底而完全地无隐藏的时候，有一种舒适和一种轻松。我们向你们保证，当你完全和彻底地被知晓而你也完全和彻底地知晓他人的时候，有一种极大的舒适和轻松。

你们的觉知存在于一个又厚又重的罩纱之中，它将你的显意识、物质性自我与你大部分的无意识和形而上自我分隔开来，你的无意识和形而上的自我与你作为第三密度的一个人类存有的觉知相互渗透。我们并不因为你们每一位的防卫性而批评你们，因为在你们的感知中，它是必须的。的确，正如这个器皿在这次密集通

灵(训练)的过程中这些谈话中 她曾说过：划出界线，肯定一个人与那些人[他们会淹没你并移除你的个体性]的表面分离，其中有一种长处与适当性。

你会遭遇并使用的那个情境，它同时也是那些在某个程度上 你要开始超越的事物。在你的生活中 你拥有很多的实体，他们已给予你对(另一个)自我防卫自我的练习，你还拥有一些少数的珍贵实体，他们已赋予你机会去体验在亲密关系上变得无防卫的喜悦。

第四密度的伟大喜悦是，一切的确都是被了解的，一切都是被接纳的。因为当没有罩纱时，没有机会去做其他事。因为人们看到，超越你们知晓的每个实体的人格光谱的所有色彩 栖息着太一无限造物者的无限制之爱与光。

作为第三密度的实体，你们努力去知晓爱与光，努力去活出慈悲、理解、接纳的价值观，你们拥有一个剧烈又强烈困难的经验。你们令人惊叹地大步前进，比起那些在更高密度中的实体在多次转世中可能获得的进步，你们在一次投生中走得要远得多了。我们在第四密度中的工作，在爱与理解的密度中的工作，就是去精炼你们已经在第三密度的生命中已经做出的选择，服务他人或服务自我。你们做出了选择。我们精炼那选择。

对于我们，同样有个物质性身体。对于我们，也有交配、友谊、工作和乐趣。不过 对于我们，在你们的未知中，体验人生中所携带的强烈光辉— 这是我们没有被给予的。对于我们，我们所被给予的是当没有罩纱，只有太一无限造物者的无尽奥秘时 所提供的一切，它为我们提供了恒常的反馈，好让我们可以不断地更多地精炼那爱的选择，那服务的选择，与所有人成为一的选择。

现在请问有另一个询问吗？

G：我有一个询问。在讲述故事的时候，我发觉我在屏幕上看到我认为是（听不见）。当某个人在我之前发言并说他穿过瀑布时，我想要大声呼喊：「不，不。他没有去瀑布。他去智者那里了。」关于在那里正在发生的是什么样的动态，我想知道你能够给予我任何信息吗？是我的朋友感知到一种可能性，而我感知到另一种可能性吗？或者它是某种不一样的事物？

我们觉察你的询问，我的姐妹。我们是 Laitos。你的第一个假设是正确的。我们所讲述的故事并不是完全在我们自己的能量中形成的，因为我们希望与这个圈子中的那些人的不同的个体性能量一起移动。故事的寓意或主旨是我们已经知道的，它即是这个故事的大致方向。然而，我们非常愿意沿着看起来首先进入那时正在传讯的那个实体的觉知的那个方向移动。

有犯错的概念。确实，一个人可能说，一个在你前面传讯的人走上与我们原先预计的道路不一样的一条道路。然而，没有错误，在那种情况我们完全能够与那个已经被改变的故事一同工作并用相同的寓意与主旨重新创造该故事。

一个管道的准确度肯定是有价值的，那正是每一个器皿瞄准的目标。然而，在一开始的时候，我的姐妹，我们认为，在给予器皿机会去感觉我们的能量并对传讯的情况变得越来越舒适的方面，与多少有些缺陷的感知一同工作，这是远远更加有益的。因此，在今天晚上已经传讯任何一个人的身上，没有错误的假定，毋宁是一种新经验的冒险和新技巧的开端。

我们能进一步回答你吗，我的姐妹？

G：是的。我也注意到，在故事刚开始后不久的某一点，我在屏幕上看到接下来将要发生的事情，然后在我开始讲故事之后，我就什么都看不到了。好像只要我在发言，这个故事就会自己讲述我所关心的内容一样。我想知道那一点。在我说话的其余时候，在我的脑袋中有一种我在此刻没有的脉动。你能告诉我在我脑袋中那个脉动的起源吗？

我们是 Laitos，觉察你的询问，我的姐妹。

你正在体验到的脉动是一些调节作用，它允许你用一种主观的方式知晓你的确正在接收我们的通讯。我们利用你的大脑一些部分，被这个器皿称之为前额叶，在使用那些前额叶时，有各种各样的这个器皿已经描述的感官知觉，诸如在头顶或第三只眼的位置的发麻感觉，它们是对这种用途的典型感觉。我的姐妹，你所体验到的脉动是就是那些感官知觉的一个种类或一种变化。

此时，容我们问，有最后一个询问吗？

S：我有个问题。对于我们当中 那些尝试去传递故事却无法做到的人，比起我们看自己，你们从另一边拥有一个我们看不到的视野。对于这个团体，对于团体中无法连接或体验到足够强烈的临在的那些人，或者对于在他们被呼唤的时间中无法拥有信心去传递他们所看到或感觉的事物的那些人，你们有任何可以给予的建议吗？

我们是 Laitos，我们现在与这个器皿在一起，相信我们理解你的询问，我的弟兄。

当一打人尝试去做一件事的时候，就会有去尝试那个任务的一打不同层次的准备状态。例如，一个十二人团体玩一个诸如你们的棒球之类的球类游戏，一个器皿在那个球类游戏中 用诸如你们的球棒去击球。如果你向十二个人的每一个人都投掷一个球，一些人将会无法看到球。这个器皿就是他们当中的一员。她可能会鼓起勇气，挥棒，她可能会确实建立连接，但是她的身体器官就是这样 以致于她无法看到球。

其他人可能先前从未尝试过击球，因此他们会很难用任何技巧来完成那个动作。

另外一些人在用球棒击球上会有不同程度的经验。当他们对这个投过来的棒球挥棒时，他们将会展现出不同程度的技巧。

而一个或两个人对击球有一种天赋，他们会用一种手段让球高高飞起并到达目的地。

因此，对我们的通讯的回应将会有一种表面上的变化，从无法感觉通讯到对通讯有一种能力，除了说有一些人拥有天赋之外，这是无法解释的。

这并不意味着在这个团体中有任何人，不可能具备通灵的能力。因为，每一个人的确都有接收并传递我们的想法的能力。然而，在每一个实体能够看到球并挥动球棒所需要花费的时间的总量上 将会稍微有些变化。

在能够传讯我们的言语中包含有很多的因素。一些因素是性格和天生能力的因素。其他的因素是那些实体的环境因素，他们是否会有恐惧、偏见或看法，这些

因素，也许，甚至正在进行接收我们的通讯的那些人都没有觉察到。

在所有情况下，在你们每一位探索这种通灵的天赋与体验时，能与这个圈子里的每一个人一同工作，我们对此感到激动与欢喜。我们拥有一种渴望 通过诸如你们这样的器皿分享我们的想法，这样我们就可以对那些渴求该讯息的人们提供爱的故事— 爱 无条件、爱 无边际、爱 永恒、爱 无限。

他们感到飢渴，而他们在很多情况下并不知道他们飢渴的是什么东西。因此你们每一个人，用你们独特的人格与天赋，提供给我们一个不一样的方式来讲述我们的故事，那个故事是简单与统合的。爱是一切万有；一切万有即是爱。

这个器皿的能量衰微了，因此我们愿在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Laitos，如这个器皿先前和你们说过的一样，我们总会说：「不要忘记冥想，即使你只有五分钟。」

Adonai。Adonai。我们是 Laitos。Adonai。

Carla：在我们让已聚集在这个圈子中的光返回到源头之际，让我们把我们的希望、梦想、我们为治愈的祈祷 放置于那光中。
影像升起，让雨水落下。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2008 章集：故事：造物之初

Copyright © 2008 L/L Research

Channeling Intensive 1 - Session 12

2008 年二月 10 日

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Laitos。在无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们在今天来到你们中间。

我们感谢你们邀请我们加入 [如你们所称的]密集通灵集会的第二次练习集会。能加入你们的冥想并分享你们的神圣空间，这是一种荣幸和快乐。容我们说，当你们为这次工作的会议创造神圣空间时，能看到你们调合的灵光之和谐，这是件多么美妙的事情呀。

我们感谢你们寻求真理，以及留出时间 不仅仅作为聆听的人来寻求真理，你们还[透过传导诸如我们这样的源头]作为管道的服务者来寻求真理，我们为此感谢你们。你们是对我们的一个赐福！你们使我们能够执行我们的服务，我们的服务就是与你们分享我们谦卑的想法，我们希望可以为更多人创造机会 开始觉察我们的简单讯息。

那个简单讯息就是：在此刻你们有个选择，位于爱之道和恐惧之道当中；在纯净爱的献出生命的光辉中和对压抑、控制、服务自我的黑暗之间的一个选择。

你们允许我们通过你们的管道来提供这个信息，我们再怎么感谢你们都是不够的。在这次工作中，我们将尝试与你们每一位共同工作。一如既往，我们提醒各位在检查我们的言语或在那个问题上的任何言语时，使用你们的辨别力。你们内在的权威比起任何外在的来源是远远好得多的权威，无论外在来源在表面上是多么尊贵或在灵性上是多么崇高。如这个器皿喜欢说的一样，你只能知晓自己的共鸣之途径。

你们当中一些人要求讲故事，一些人要求信息。我们单纯地会使用所有类型的方式来帮助你们每个人察觉我们的通讯。因此，此刻我们确实将要开始另一个故事。那是这个造物之初的故事，而我们和你们都是这个造物的一部分。

在造物之初，太一就是一切。在完全的平静与休息中，那智能无限是存在的基础。在这智能无限中 出现了一的法则的第一变貌，即是自由意志。

我们现在将这个通讯转移到叫做 R 的实体。我们是 Laitos。

（R 传讯）
我是 Laitos，我们与这个器皿在一起了。我们正在谈论爱与光。
（长时间暂停）

（Carla 传讯）
我们再一次与这个器皿在一起。我们是 Laitos。我们感谢叫做 R 的实体在尝试接收我们的通讯的过程中向前移动。有时候好像没有获得进步，一切看起来都是混淆。不过，我们鼓励叫做 R 的实体和在这个圈子中的所有人在每一个勇敢的标志上 鼓起勇气，那勇气即将自我放置于未知之中 并尝试拾起我们的言语的能力。

所谓的一的法则的第一变貌就是自由意志，它是一个闪耀的实体，如这个器皿所称的圣灵的火焰一样，或者如那随其所愿去任何地方的灵性之风一般。没有人能够预料它的路径。就是这自由意志接触到智能无限的完全平静，而智能无限是造物者的意识本质，同时暗示祂可以通过创造一个世界而开始更好地知晓祂自己。

因此祂发动了太一伟大的起初思维，那即是无条件爱。在那思维中存在着即将到来的一切之潜能。
我们现在将这个通讯转移到叫做 G 的实体上。我们是 Laitos。

（G 传讯）
我们是 Laitos。这个器皿问我们，我们的想法在哪里。我们回答道，他的想法是我们的想法。我们为这个通讯感谢你。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。我们感谢叫做 G 的实体与我们的通讯一同工作，你们每一位对于诚实和正直是如此小心谨慎，当练习完成的时候，你们感知我们通讯的能力会继续变得更有可能，这让我们感到极大的鼓励。

我们的想法的确与你们每一位在一起，而我们的想法是一切万有的一部分，于是它们从无形的无限进入显化，同时我们能够接触你们自己的觉知的微妙源泉，以这样一种方式来传递信息。我们愿继续我们的想法，关于宇宙的创生，因为它真是一个壮丽的故事。

单一伟大的起初思维是无条件爱，没有任何阻碍或任何界限的爱，拥抱并包含一

切万有的爱。这种爱既是肥沃又富于创造力的，同时又拥有破坏的大能，于是，从空无中升起和沉没的一切事物 都同等地是无条件爱的一部分。

无条件爱在其多产的和肥沃的状态上创造了一的法则的第三变貌，那即是光。

我们现在要将这个通讯转移到叫做 N 的实体。我们是 Laitos。

（N 传讯）
（暂停）

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。我们感谢叫做 N 的实体与我们的振动一起工作，我们相信，不仅仅对于叫做 N 的实体，对于这个团体中的那些人，随着练习的进行，我们通讯的振动将会越来越容易被找到。

光，我的朋友，是一个出自无限喜悦和灿烂光辉的实体，充满了太一造物者之爱，充满了向着显化移动的肥沃与多产[1]的能量。这光循序从其自身旋转出浩瀚的时间与空间[之阵列]；围绕着你们的无限造物者的数以亿计的银河中的所有十亿又十亿个恒星，以及在它们的轨道上绕行的所有行星。

我的朋友，仔细考虑一的法则的这个变貌[也就是 L?*]的无限丰富，这难道不惊人吗？因为，对于光的孩子、恒星、行星以及你们自己，在其创造性中 它是无止境的，光给予共同创造性，所以你们每个人都是自己的宇宙中的一个造物者。
(*编注: 原始抄本的笔误，L/L 的 Gary 秘书确认是 Light = 光)

我们现在要将这个通讯转移到叫做 M 的实体上。我们是 Laitos。

（M 传讯）

我们是 Laitos。我们渴望让你们理解促使造物者决定自我拓展的推动力。为了理解这个概念，我们给这个器皿两个分开的清楚图像。第一个影像是孩子们在夏日玩耍。充满了笑声。有着宁静、无忧与纯粹的至福。

另一个影像是一棵单纯的树，生长在果园中，周围没有其他树。

造物者，感觉到自我拓展的渴望，于是坚持某件事情要发生。但是 如果没有奋斗和线性的成长，如同果园中的那棵树，祂就不会获得自我觉知或理解。

我们现在将我们的通讯转移到叫做 G 的实体。

（G 传讯）

我是 Laitos。我们一直谈到(宇宙)造物的历史和造物已被识别出的特定元素。造物的一个元素已被识别为爱的元素。另一个已经被识别为造物的一部分的元素是光。另一个已经被识别出的元素是声音的元素。因此，我们知道的 这三个元素：爱、光、音，经过了被你们认为的万古时间之后，创造出了宇宙[复数]。

某些并非固体原料的球体最终积聚形成固体形态。其他原料没有形成(固体)。

某些引力的能量模式被构建起来，变成了行星系统，如同你们的语言中对它们的称呼一样。最终，特定的一些能量结合成形，其中包含了意识。这些意识形态经过许多、许多个漫长的时期 (持续地)演化。最终 有些被发展的意识形态拥有物

质性身体。其他一些意识的形态变成了我们所认为的[以你们的术语]动物王国的成员。

我现在将这个通讯转移到 L1。

（L1 传讯）
我们是 Laitos。在那如同声音振动一样的漩涡中，众多宇宙和其他的存在以及太一造物者的全部延伸都一同被创造出来了。声音能够创造不同的层级。有些是能量形式。其他的 是更稠密的形式。

这些(声音)依次形成了其他的形态，光。在一个第四密度的行星上，我们每个人都被赋予了去创造新形态的机会，有时是肉体的形态，诸如小孩，有时是动物的形态，诸如狗。这些形态会依次形塑新的思考方式和新的作为方式。

这些形态为太一创造了越来越多样的种类，于是有了持续扩展的知识、经验、喜悦。我们现在将这个通讯转移到叫做 L2 的实体。

（L2 传讯）
我们是（听不见）
（长时间暂停）

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，我们再一次与这个器皿在一起。我们持续打断我们的宇宙故事因为我们想望去称赞和鼓励各位，因为他们进行了非常可靠而实质性的工作，在向我们的谦卑想法开放他们的管道的过程中。

这群玩耍的孩子是爱的孩子，众行星是恒星的孩子，你们每一位都是你们的行星的孩子，你们每一位都是共同造物者，准备好去创造出你们自己想法的孩子。然而，每一个寻求的实体的困境或者情境的确就好像一颗独立的树，它必须从自己的根生长并用自己茂盛的叶状手伸向天堂。其他树木无法为那颗树生长，必须让每棵树负责它自己的成长，负责它自己对真理，对意识的追寻，而那意识是在无条件爱中 最基本的元素形态。

因此每一个人都已经历了时间和空间的万古岁月，穿越了成为光的经历，成为声音、成为元素、植物、动物的经历。每一个人都拥有那些记忆的部分，它们存在于罩纱之外，存在于它的意识之中的最深处，存在于全体宇宙的觉知之中。而现在，就在这个最宝贵的时刻，你们每个人都已选择这个恒星、这个行星、这一辈子来生活并寻求。

而每个人将寻求什么呢，我的朋友。我们现在将这个通讯转移到叫做 T 的实体。我们是 Laitos。

（T 传讯）
我们是 Laitos。叫做 T 的实体确认这个通讯被建立了，在他身体中的那些感官知觉就是我们的作为。问题已经被问了：「我们在寻求什么？」

我们寻求超越我们面前看到的事物。我们总是寻求超越罩纱。我们一直在寻求在无论什么层次上 超越我们自己。我们寻求神圣的真理。我们寻求我们的菁华之所是。我们在寻求造物者之所是，依次，就是我们自己。

我们的演化，我们穿越时间和空间的移动，如已经被如此多次被谈到的一样，它不是旅程，不过在同时，它是所有旅程中 最伟大的旅程。我们穿越这个造物。但无限超越所有的理解。永远和永恒超越所有的理解。我们为这最为美丽的经验感谢太一，这经验可以非常简单地被称之为生命，即使我们也不理解的东西。

我们是 Laitos。我们将这个通讯转移到叫做 S 的实体。

（S 传讯）

我们是 Laitos。在时间中的一个瞬间，也有可能触及另一种模式的机会和光。跟随(你的)心，在心智之中 将有新的想法和新的理解出现，在对造物者的更大服务中，活出一生。我们现在将这个通讯转移到叫做 L 的实体。

（L 传讯）

我们是 Laitos。这个器皿被展示了一个南瓜的图片和心的概念。南瓜是心的代表。在心的内在有我们全体的种子。心就是造物者。心跳动，种子散播在土地上面。每一个人带着自己的自由意志 将得以如他喜欢地成长。

这个器皿正面临困难，去理解被给予的概念。我们仍在与她一起工作。我们希望将这个通讯转移到叫做 C 的器皿。我们是 Laitos。

(C 传讯)

我们是 Laitos。我们现在与这个器皿在一起。爱存在于一切事物的核心之中，存在于生命、光、音的全部元素的核心之中。所有的感官已经花费了万古的时间去创造，达到顶点。这即是造物的美丽与强度。因为，向一棵树显示它是一棵树，这是困难的。向你们显示你们就是造物者，你们就是万物，全都在一起，这对我

们是困难的。我们在所有的层次上都看见造物之美。

你们正在觉醒 去知晓你们心中的神性。我们带着极大的喜悦看着这个行星。我们想望去分享那喜悦，由于我们在此时被赋予这种知识。我们将我们的通讯转移到叫做 D 的实体。我们是 Laitos。

（磁带第一面结束）

（D 传讯）

（听不见）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos。我们感谢叫做 D 的实体接收我们的通讯，再一次，我们不仅仅向 D，也向这个圈子中的所有人担保，正如在很多次努力当中，练习是非常有帮助的。重复是非常可靠的，因为你们已经开始打开管道，接着你们就能够在

每一次做出努力时 在它的开放性上变得更精炼。

我们将这个通讯转移到叫做 Jim 的实体。我们是 Laitos。

（Jim 传讯）

我们是被知晓为 Laitos 的群体，与这个器皿在一起。太一造物者的伟大工作就是你们每一个人分享的工作，那就是，知晓自己、知晓造物者和知晓造物。一切都被包含在你的存在的每个部分之中，你的存在就是一切万有。这些看起来是简单的真理，然而，再没有可能做出更深奥的陈述了。

你们的科学可能会深入探索造物的任何部分的最多样化和最难解的领域，并发现最惊人的真相、法则、原理以及诸如此类的应用。而在所有这些发现的基底 是一切为一的简单真理，我们全体都存在于一个造物之中，我们全都是太一造物者的部分。透过每一个经验，造物者知晓祂自己；透过每一个经验，你知晓自己为造物者。从而，这伟大的工作向前进入无限，从无限起，往所有方向、在所有时间、在所有地方之中。

今天 我们感谢每一个人成为这个寻求与工作的圈子的一部分。你们允许我们通过每一个器皿发言，我们对各位至为感激。这是一种极大的荣耀。你们将自己贡献给这个服务，我们怎么感谢你们都是不够的。现在 我们将这个通讯转移到叫做 Carla 的实体。

（Carla 传讯）
我们是 Laitos，再一次与这个器皿在一起。带着喜悦 我们将这个集会开放给你们在此刻可能有的任何问题。现在 请问任何人有给我们的一个询问吗？

L：南瓜的概念是什么。你们尝试去传达什么呢？

我们是 Laitos，觉察了你的询问，我的姐妹。的确，我的姐妹，你已经有了我们尝试提供的概念。如你在传讯中所说的一样，在其内部带有种子的南瓜的概念是，所有的心的情况都向着太一造物者的施肥的影响开放。你们全体都是真葡萄树[2]的一部分，那葡萄树属于造物者。如这个器皿从她童年的灵性教导中学到的一样，那真葡萄藤是无条件爱或基督意识的葡萄树。

那么，你们每个人，在你们自己的想法的成熟和对这些想法的收割过程中，只能

通过成熟、收割、晒干果实的过程 变得能够将种子播洒出来，在你经历你的人生的过程中，通过向那些你可能会与之交往或发生相互作用的人提供你的想法和感觉，一个想法接着一个想法，于是种子就可以被传播了。

我们能进一步回答你吗？我的姐妹？

L：不用了，谢谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。容我们问，现在是否有另一个询问？我们是 Laitos。

G：Laitos，我有一个问题。尝试去传讯的时候，我的想法是要打破惯性，如 Carla 说的，大胆尝试一下*，说出最初言语，来自我希望去感觉的通讯，说出你们的言语的内容。我做不到。你们能告诉我，我的管道的状态是什么吗，或者在接收你们的通讯上 我有什么特别的阻碍吗？

(*编注：这句话是俚语，原文是 put my ass over the line，请参考：http://tinyurl.com/ovyurpg)

我们是 Laitos，相信我们理解你的询问，我的兄弟。你与这个圈子里的每一个管道和你们行星上的每一个人的共同之处是有一种典型的灵性上的躁动不安，一种典型的 从寻求的波浪顶端飞掠而过的趋向。你们经历的活动是优秀的，具备良好的性质。然而，它也许缺乏对那种躁动不安的终止并安住于太一之中。这种安住是以自我内的全然自信去开始相信的结果，于是不再有期望、没耐心或躁动不安，而只有等待着来自太一无限造物者的下一个思想种子。

每一个寻求 拾起诸如我们这样的声音的人的挑战是放下期待、想法、所有人类的处理过程；这样，你所享受的心智配置就可以完全地变成一块等待着被写满的白板了。

我的弟兄，这关乎练习，好让每个人能够去穿越一个人典型的扭曲的迷宫，好比躁动不安、缺乏自信、无价值感、误解我们的想法之恐惧；为了相当自然地处理进入心智中的那个想法，伴随着自动与瞬时的表达。

那就是通灵的典型技巧，那就是说出来的能力，针对被给予的想法、被给予的图像或你感知到的 无论什么被给予的事物。

那就是说，我的弟兄，什么都感觉不到，这是完全没问题的，你没有给出任何东西。那非常良好地描述你在创造自己(为管道)的过程中 你的正直和奉献，不仅仅是一个能够模仿一个管道的角色的人，还真正成为太一无限造物者的爱与光的一个开放管道。

总是记住，对我们的想法的语音通灵是更一般的情况的一个特殊情况。在那个特殊情况中，你在提供我们的想法，从那罩纱之外、智能无限大门之外等待着的能量中 寻求智慧或灵感。虽然如此，在所有你做的和说的事情中，当你开始觉察到，对于好比你自己的一个人类 有可能去寻求光、看到光、服务光，并去分享和放射光之际，你就已经是爱与光的一个管道了。

请问现在是否有另一个询问，或者叫做 G 的实体是否希望继续呢？我们是 Laitos。

G：不用了，叫做 G 的实体希望去把汤准备好。那就是全部了。
（笑声）

G：谢谢你们，Laitos。

提问者：我有一个给 Laitos 的问题。

我们是 Laitos，请提出你的问题，我的姐妹。

提问者：我想要知道在这个通灵圈子中 你们如何体验我们？你们能够在物质形态中看到我们，还是简单地以能量的形式看到我们呢？那个问题的第二个部分是，你们是单纯的能量 还是你们目前处于一个肉身中，在我们的理则之内还是在之外呢？

我们是 Laitos，觉察你的询问，我的姐妹。首先，我们将你们每个人视为你们的能量体，更具体地，我们将你们视为，容我们说，你们的紫罗兰光芒的读数。对于我们，那就是你的身份，那个身份和一个身体的指纹或足印一样地清楚，一样地不会弄错。你们的能量体是你们在形而上世界中的指纹，容我们说。你们的振动频率结合在一起 创造了一个复杂的振动，清楚无误又难以形容地独特，那就是你。

至于我们的情况，我的姐妹，我们是属于第四密度的群体，我们有一个物质身体，和你们的物质身体相比要远远轻得多，也不是像你们那样化学导向的身体。

然而，它仍旧是个物质身体，可以如我们所愿地去穿上它，就我们看起来是怎样

的 和我们的身体要如何形塑，等等而言。然而，就与你们建立连接而言，我们单单存在于思想形态中。我们将我们的社会记忆复合体的形态放置在你们行星的交会点的内在层面之中，该交会点位于内在和外在之显化、脉轮、密度等等(的交会处)。

我们处于你们行星地球的内在层面中 第四密度子密度中。在内在层面 有无尽的子密度，在其中 居住着那些离世的人们，而他们仍旧是你们行星群体的一部分，那里同样也有从其他地方来的 希望为你们的人群服务的实体。

我的姐妹，当你在追踪这个概念时，是否有进一步的询问呢？

提问者：现在没有了，谢谢你们。

提问者：我有个询问。在成为一个更清晰的管道上，什么灵性原则会对我有帮助？

我们是 Laitos，觉察你的询问，我的姐妹。在尝试去成为一个更清晰的管道的过程中 应用的灵性原则是，该原则可以被视为宁静或信任，以及对一切都好的领悟或承担。

总会有诱惑 去获取在生活中 你觉得需要的东西，无论它是在物质层面上，还是在形而上层面。对于这种获取 肯定是有很大的适当性。因为 难道渴望和意志的功能不就是去伸取吗？

然而 就通灵和从一般的灵性工作的意义而言，远远更好的是：形成意愿、磨利

渴望、坚定意志，然后释放所有你作为一个人类所感觉到 用渴望去实现这种意志的方式；取而代之的是，向太一无限造物者献出你之所是的全部和你所拥有的全部。在宁静和信任中 知晓位于你的核心之处的意识，它知晓所有要去知晓的事物，拥有所有需要去拥有的东西。当你放松并拥抱当下时，它能够进入当下并用最大可能的清晰度来表达那能够流过你而不被着色的事物，因为你已经放松，你已经拥抱此刻，因为你已经向着在那一刻 瞬间而自发地通过你的管道而来的事物开放了。

在天父的房屋中 没有伸手获取或掌握的需要。在进行太一无限造物主的工作中，没有去保留或保存的需要。爱总是无限的，总是充分可得的。

现在请问有最后一个给这个器皿的询问吗？我们是 Laitos。

M：我有个询问。在传讯过程中被给予的概念，关于树与孩子，Laitos 希望或尝试传递更多的细节吗？

我们是 Laitos，我的弟兄，觉察你的询问。的确，如果在这些图像上 有向前推进的可能性，我们团体的希望就会是以一个方式发展每一种图像，它会注入被传讯的信息的流动之中。通过这个器皿，在这个集会中的后来一个点，这些图像的确被再一次拾起与发展了，或许和你以你精确的人格和调音对它们进行的发展是不一样的，但在某种程度上，在对这个特定的 通过你向这个世界提供的想法的发展上，它是同等兼容的。

无论如何，在赞扬你的能力上，有很多可以说的；该能力是接收这些图像并与之一起工作，同时获得能量和光来做这工作。

我们向你保证，我的兄弟，当你重复这些练习的时候，通灵过程的这些各种各样的细节和过渡现象将变得更加的顺利，更少全然的困惑。我们祝贺这个圈子里的每一个人 可以如此顺利、如此快速地向前进。甚至那些尚未能够非常良好地传递我们的想法的人 [以他们自己的意见而言]，就他们自己发展的自然速率来说，他们正在非常良好地向前进。

一如既往，我们会提醒各位 在这种技术或任何其他的技术上，没有一种共通的发展速度，但 每一个实体将会根据他自己的时间线完美地发展。

我们要在此时离开这个器皿和团体，感谢你们每一位，为了与你们一同工作的欢喜；如我们看到你们全体都想要做的一样，我们希望能在稍后的一个时间 通过你们发言并与你们在一起。

我们是你们知晓的 Laitos。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1] 多产(fructifying)：结出果实；使多产的。

[2]《圣经》《约翰福音》15:1-5：「我是真葡萄树，我父是栽培的人。凡属我不结果子的枝子，他就剪去。凡结果子的，现在你们因我讲给你们的道，已经干净了。你们要常在我里面，我也常在你们里面。枝子若不常在葡萄树上，自己就不

能结果子。你们若不常在我里面，也是这样。我是葡萄树，你们是枝子。常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子。因为离了我，你们就不能作什么。」

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2009 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十三

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 23

Copyright © 2007 L/L Research

L/L <wbr>Research <wbr>亚伦与 Q'uo 对话之二十三

1994 年 9 月 23 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

团队问题：一位流浪者的真实定义是什么呢？

亚伦：我是亚伦。对你们全体献上我的问候和爱。我单纯地想要请求你们作为一个团队而提供意愿，那就是，这个团队的工作是为了全体存有的利益。

你们每一个人拥有自己的痛苦区域。这个动机的一部分是去减轻你自己的痛苦，这是好的。但重要的是 你不要在那儿被卡住了。念及所有在黑暗和困惑中流浪的存有们，愿这个团队的工作成为在那黑暗中的一盏明灯，帮助所有的存有找到他们的道路。愿你们每个人的能量都帮助去点亮那道光。那就是全部。

（暂停）

我是亚伦。已经决定了，由我开始。我们以“流浪者是什么？”这个问题来开始。我听你们问过：“假如我属于一个更高的密度并返回地球，我在这里的角色是什么呢？我同时是教导者(老师)和学习者吗？为什么我将自己降级了，或者为什么我会接受降级呢？”我亲爱的朋友，这不是降级。让我们将这个观念弄明白：你们是在一所开放教室的学校里。你们每个人都是作为我所称为的神性的一点火花开始的，那股能量和光只有很小的一点点进入自我-觉知中。我将不会解释你们是如何进入自我-觉察；简单地说，它发生了。你开始感知到幻象，那就是，该觉察的自我与它所觉察的东西是分离的… 上帝在外面某个地方！… 接着开始了你的旅程。离开幻象的唯一方式是穿越、穿越分离的幻象。这个幻象不是你必须承载的一个负担，而是一个礼物。你将会永远保持是那个小小火花呢，或你将会凭借自己的权利绽放成一颗灿烂的太阳？这个通行的过程必须涉及一段旅程。

那首先的自我-觉知就是礼物的一部份了。在某个点，觉知注意到它自己是觉察的，伴随着那种首先的注意有个转变，某个东西感觉它自己是觉察的。在那个点，觉知选择一个方向，沿着它开始进化。我强调开始，因为没有任何事物是恒常固定的。你不会进入一条道路，一直到第八密度之前，你都会一直留在那一条受限的道路上。总是有选择。你们一些人将选择物质的层面，而一些人将选择非-物质的层面。在这个周末稍后的时间 我将会解释在那个选择之中的一些因素。目前，知道有一个选择就足够了。

有无数的层面，同时包括物质的层面和非物质的层面。在一些层面中 你只有灵性体和心智体。在其他层面中 也许会有情绪体，如果它是一个物质性的层面，就会有肉体。地球层面是目前唯一拥有正面能量和爱之基础的物质层面，在该层

面中 全部的四个(身)体被带到一起。因为如此，这是一种非常强而有力的体验。

引导一个人进入地球层面的强化性的学习体验的因素并不是时间，而是一种深深入学习的热望。有一些人开始选择立刻进入地球层面。其他人，会因为这样或那样的原因而被引领到不同的方向。再一次，在这个周末的稍后时间，我们将讨论关于一些存有在其中演化的物质层面和非-物质层面。

在地球层面上的一位流浪者是什么呢？我用尽可能简单的话说，它是一个已经从地球层面已外的其他层面开始了它的演化的存有，在它的学习中的某个点，它已经做出决定投生到地球上。它可能先前在其他的物质层面上就一直以一种物质的形式存在，或者它可能先前只在非-物质层面上存在。

说到物质性和非物质性(层面)，这本身就有点令人混淆。光是能量，所以一个人倾向于将光的层面想成非物质性；但所有材料物质是由少许能量，能量的分子所组成。我们在此正在谈及的事物单纯是这些分子聚合的紧密程度。在这种聚合的紧密程度的一定位置上，我们称之为固体 并且进入那种固态性的幻象之中。

你不是固体的。你仅仅认为你是固体的。这个幻象构建了物质性身体。因此，在物质性的层面和光的层面之间的区别与它本身的形式并没有多少关系，它在更大程度上是在于一种信念上的区别，该信念即你相信形式就是你之所是。你们所有人单纯地是能量与光，带着足够密度的分子使你相信你的外形。在一定的层面上，物质身体和情绪体是幻象。它们是投生的礼物。

进入地球上的暂时形体时，你们就成为一齣戏的演员。在尚未做好准备的情况下走上舞台的演员会对观众说：“这是幻象；只是一齣戏，不是真正的人生。"而观

众也是这齣戏的一部分。那个演员剥夺了观众从剧本，从这齣戏进行学习的机会。假如观众要用心去感受这场戏剧的意义，演员必须相信这齣戏，然而那位演员必须不迷失在幻象中 以致于它会转身背对观众 并忘记它是一个在戏剧中的角色。

在相对实相和终极实相之间的这种平衡 就是在地球层面上允许最深入的学习(的关键)。在这里投生的一些存有会迷失在相对实相中 而无视终极的实相。其他存有发现很难停留在身体中 并且活出相对层面的体验。流浪者们在这里有点优势，因为你们已经在其他没有幻象罩纱层面上的世界生活与居住[更为准确的词汇]过。那么，许多流浪者有能力同时穿透两个实相。你们许多人发现的困难是对于幻象有某种反感，以及有些依恋于在那个如此广阔和喜悦的终极实相中歇息。

一个有帮助的工具[学习更充分地进入此生]是去理解为什么你来到这里。每一位进入地球层面的存有都同时是老师和学习者。这一点对于每一位存有都是真实的，不只是流浪者，对于那些从首先的自我觉知直接进入地球层面的存有也是如此。即使那些小火花也是老师，我将在稍后解释。

那么，在同时成为老师和学习者的方面，流浪者并不是与众不同的。这对于每一个存有都是真实的。更清楚地将流浪者区别出来的事物 是它进入了幻象的清晰度。这种清晰度单纯地表现为一种觉知：“我为了一个理由而来到这里。我不知道它是什么，但我为了一个理由而来。”最终，流浪者和非-流浪者一样，每一位存有都要打破这个罩纱并觉醒于它的存在的灵性真理。

流浪者进入此生中，同时携带着强有力的工具去刺穿幻象。它不大可能迷失在遗忘中。更有可能发生的是一种困惑感和挫折感：“我是谁，为什么我在这里？”

我说过每一位流浪者— 每一位存有都是，不过我们这里谈到的是流浪者— 同时是教导者和学习者。在开始时我也说过，这个完整的演化过程，这八个密度，是一个不分级的教室。在地球层面上，在第一、第二、第三密度之间有清楚的区分。目前，当你从第三密度毕业时，你会停止在地球层面上投生。这种情况将会变动，我们将在这个周末进一步谈论这件事。

有一些层面，在其中 第三密度的体验是极少的。给每一个层面学习的课程保持相同。信心和爱的基础支援在第四和第五密度的慈悲和智慧的学习，不过它们对于那种学习不是必需的。这过程可以被颠倒。例如，你们一些人在某些时期是在一个非物质的层面上演化，在其中 实质上有个开放的教室：第三、第四、第五年级。素材会用一个人准备好去学习的 无论什么顺序而去学习。在关于有多少信心，多少爱、智慧或慈悲可以被学习的方面，那是没有上限的。这间学校提供这些课程；那间学校提供那些课程。假如你希望研究音乐，而你的学校没有管弦乐团，于是你加入乐队或合唱团。你可能仍然希望到其他地方去学习演奏小提琴。

因此，你们当中的一些人在某些层面上演化，在完全穿透信心和爱的课程之前就进入更深入的智慧和慈悲的课程了。你们已经学到大量的事物，它们可以成为你们献给地球层面的礼物，每一个人都带有你自己的特殊才能。感觉以某种方式被卡住，你做出决定藉由人类的投生 更完全地进入幻象之中。另一个讲述这过程的方式是，你的业力吸引你来到这里。因为你学习了在一个乐队中演奏并且学会了在一个合唱团中唱歌，这并不会使你超前你的邻居。当你学习拉小提琴时，你仅仅拥有一个不同的背景。你拥有精雕细琢的特定技巧和理解。你仍然有大量需要去学习的事物，否则你就不会在这里了。在地球的演化历史中，只有极少的存

有仅仅为了服务而投生；当然，甚至那些少数人，他们同样也学习了。不同之处在于— 这里我想到了耶稣就是这样一个人— 不同之处在于这位老师无需须为了自己的进化来到地球层面。当然，来到这里的时候，他学习。

我会认为在流浪者当中 98.6%的比例是为了他们自己的学习而需要去投生的…请重述这个… 为了他们自己的学习而需要去理解某件事，它们选择地球层面作为那种理解的催化剂。1.4%比例是那些完全演化的存有们，它们通常是进入第六密度高阶的存有，它们单纯地带着去服务的渴望 以及为了与第四和第五密度的存有们一同返回而投生的。它们并不需要去投生，因为它们已经超越了投生的需要。对于那些作为流浪者们而返回的存有，第三密度的课程可以在其他地方被学习；然而因为有某种它们可以在这个层面上教导的事物，而且它们也可以学习这些课程，所以它们也可能来到这里。

第六密度的存有已经完全脱离情绪体，它不会依附心智体。它理解心智体是一个工具。这样的存有对于投生体验的教导没有需求，不过当那种机会被给予时，它将明智地利用该教导。

那些做为流浪者而来的人最有可能属于第三或第五密度*。第四密度正忙于它的团体学习体验，比较不可能返回到投生之中，虽然他偶而可能选择这样做。大部分的流浪者是第三和第五密度。较低的第六密度流浪者已经脱去情绪体，不过它对于心智体可能依旧有某种牵绊。这个存有将通过它的投生体验获得协助去释放这种牵绊。只有较高的第六密度能量完全不受心智体的所有权的幻象的束缚，它会做出有技巧与流露爱的决定，仅仅作为仆人而投生。正如我们上面说过的，它也将学习。

(*编注: 亚伦对于流浪者的见解与星际邦联的看法有些出入，请读者自行选取有共

鸣的论点)

接下来 我想要强调流浪者也许在某些领域高度地发展，一位杰出的法国号演奏者带着对于音乐理论的极大理解，不过他或她仍然必须学习正确的手部姿势来握住琴弓或摆放手指在小提琴上。他或她带到此生的事物就是那种高深的技巧—他对于这种技巧感觉到一种需要。例如，我们熟识的一位流浪者在他的第一次人类投生中是你可能会称之为的一位计算机奇才。他正提供在其他层面上获得的技巧和理解，他很清楚地球已经准备好了。有二种方式把这些教导带给地球。一种方式是通灵。一种方式是投生进入人类的形体并且教导它。没有一个方式比另一个方式更好。

我没有藉由投生返回地球层面的需要。并不是说我不会在投生中学习；而是说我没有需要，所以我透过一个器皿教导。我谈到的这位朋友被吸引到投生的观念，因为他清楚地知道 他拥有可以在这个层面上好好地学会的课程。现在他已经投生了，而不是在五十年前投生的，因为现在地球层面对于他所提供的事物准备好了。

总的来说，一位流浪者是一位在其他层面已经演化到高阶第二密度*或更高的密度上的一个特定点之上的存有。在低于第二密度高阶之下的密度的层次上的存有们尚未演化到足以做出决定去进入到地球层面的程度。流浪者属于第二密度高阶或更高的密度—第三、第四、第五、第六密度，它们做出决定进入地球的幻象去学习和教导。它们作出这样的选择显示在灵性上是觉醒的，不是完全觉醒，但是已经觉醒到足以去选择了。不管它们已经是什么密度了，它们一进入投生之中，它们就在第三密度，它们就完全是人类了。一旦它们在这里觉醒于它们所作出了的决定的事实了，它们可能认为它们并不希望是在第三密度，不希望在地球这里；

不过在它们内在之中的一些较高智慧已经同意这个决定了。无论他们可能已经拥有的技巧是什么，无论是什么样的智慧和理解，在为什么它们已经选择投生的方面，仍然有不可抗拒的理由；有需要学习的领域。我们仅仅勉强触及了表面。我将此放在你面前作为背景。
(*编注：亚伦对于流浪者的见解与星际邦联的看法有些出入，请读者自行选取有共鸣的论点)

我想要在这个位置上 将麦克风[可以这么说]传给我的兄弟/姊妹/朋友 Q'uo，这样它就可以在我已经表达的想法上 提供它接续的想法。一如既往，分享这个教导是极大的喜悦。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候与祝福每一个人。

我们为你们呼求我们来到你们团队而感谢每一个人。当这个寻求圈坐下来冥想时，将我们的振动与你们自己的振动调合在一起，这是一种极大的荣幸。我们鼓励每一个人在选择那些也许看起来对你有益处或对你有价值的想法时去进行分辨。这些想法和观念是我们的服务 而且是我们给你们的礼物。我们犯了许多错误，我们不是绝无过失的。因此，每一个人都将我们的想法中 那些你不被认为是你个人真理的一部份的想法搁置在一边，这是好的，因为我们不愿意成为你寻求中的一块绊脚石。

这个器皿知道一首歌，歌名是《在我流浪的时候，我感到惊奇》[1]，你们每一个人都已经流浪进入恰恰就是这样的情境，惊奇、寻求、希望，渴慕爱、真理、美丽、和平。我们同样也流浪过。我们带着热切的希望寻求真理，而这真理一直在我们面前 无限地后退。

每一个年代，每一个文化都有流浪中的灵[复数]。在你们当前的文明架构之中，随着浩瀚宇宙的意识如同家乡或家园(的概念)越来越成为文化精神或头脑设定(布景)的一部分，流浪者们的范围可以被视为已经扩大了。曾经，流浪者是个实际行走的人，走在一条寻求的道路上，从一位睿智的老师走向另一位睿智的老师。在你们目前的体验中，流浪过程通常只属于头脑、属于心，而不属于疲惫的双脚。

随着你们的千禧年变得触手可及，对于真理的寻求和饥渴已经增长并同时触发一个伟大的转变性的诞生过程。每一个寻求的人现在可以在他不再孤单的知晓中歇息了，因为许多现在已经觉醒了的人们开始感到惊奇。在那惊奇中，在那追寻中— 首先感到好奇，接着被深深吸引 而最后被转变了— 新生的真理寻求者从接纳共识实相的的平静情境中升起，将脚上和眼睛上的沉睡之尘土抖掉，开始了流浪之旅程，离开一个不再是家的家。在这条布满尘土的道路上，喔！有如此多妙不可言和令人害怕的事件。冒险是流浪者的同伴；喜悦和忧伤在其箭袋之内丰富地歇息着。

流浪者的定义是甚么呢？在所有的具体细节底下，流浪者是个走在一条没有终点的旅程上的人，在一片没有家的土地上寻找一个家，在一片没有港口，没有陆地、只有无限航程的海洋上航行。在这片大海上，这座海洋上，稳定和引领的方向舵是内在的灵性。在这个内在之心或灵之中 蕴含着家。如何有技巧地去穿越这座巨大的感官体验的海洋的方式，它一直被隐藏在你每一次呼吸的空气中的，隐藏在你所听到、感觉、和想到的事物之中。留心的寻求者会遇到无数的线索和暗示。倾听！留神听！呼求已经发出了！

有许多存有们与你们每个人同在，它们希望并且想望藉由强化每一位光之仆人来

服务。当每一个人在祈祷、在冥想、在沉思中走入那内在的至圣所时，我们请求每一个在该知识中歇息，那就是，那些寻求去服务无限造物者的实体等着去支持和滋养，藉由分享冥想之内的振动，藉由分享那种寻求者自己冥想的能量。我们没有复杂的方案提供给你，好使你可以更多地知晓你们自己。我们作为同伴而在这里，在这个流浪过程中。我们也依旧在寻求、期盼、流浪着。

我们感谢这位器皿和这个团队请求我们的服务。我们期盼透过这一系列的集会一同工作你们的询问。我们向我们的亚伦弟兄致意，再次地 祝福你们每一个人。我们是何等的爱你们啊，你们这些在烟雾中，在迷雾中流浪的人们，你们觉得疑惑：“这(流浪)有任何价值吗？这是为了什么呢？”最真诚地感谢你们的关注。我们在无限造物主的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。
Adonai。

亚伦：我是亚伦。如果将罩荧幕的布盖住显示器的话，这将会帮助这个器皿。感谢你们。我将简短谈一下。时间是一个幻象，但你们的能量不是幻象。你们带到这场集会的灵性的能量和爱是非常高的，而肉体是疲惫的。我只希望提供一个譬喻，它源自于 Q'uo 所谈及的 蒙蔽你们的旅程的迷雾。
上个月芭芭拉花了数天的时间在一处非常遥远的荒野中 一连串的湖泊间，进行一趟独木舟的旅行。在清晨之光中，每天早上 她从帐篷出来时，发现湖泊被一层如此浓厚的迷雾覆盖住 以致于一个人无法看见 8 或 10 呎以外的距离。这些是大的湖泊：长八英里，宽一英里。当船划入雾中时 她发现许多乐趣，在迷雾中她坐在独木舟中冥想，在那种模糊不清中漂流。没有方向的感觉。因为她仅仅只拥有视觉的平衡，甚至上下都失去了意义，除了她坐在独木舟船底的重量之外。完全没有视觉的线索。她进行尝试，首先花了一些力气尝试将船划出湖泊，接下来她停下来坐着，环顾四周，当在她周围的一切都是模糊不清时，她观察到恐惧

稍微地升起。

她知道她是安全的。在这座湖泊上 没有汽艇会撞倒她。假如因为某种原因 雾没有散去，她可以求救而她其中一个儿子将会划另一艘独木舟前来。她知道她是安全的。她发现在这样完全模糊不清的幻象中歇息是美妙的。她发现这种感觉与投生的幻象是非常相似的，这感觉："我不知道我将会去哪里。那是 OK 的吗？我可不可以就在这里休息 并且享受着观看雾气从水面上升起的惊奇呢？"

当独木舟在全然的寂静中漂流时，因为在这座湖泊中有许多水鸟，偶而它漂流进入一只潜鸟、鸭子或雌鹅的领域。因为芭芭拉听不见，她没有听觉上的警告以致于牠们的出现是立即的，直到它们进入到她周围十呎的范围内 她才能够看见牠们。一开始会有恐惧："万一我漂流碰到某种东西，怎么办呢？"慢慢地 恐惧被释放了："我是安全的。我不需要瞻前顾后。在这个时刻 我是安全的，宇宙的惊奇就在这里将在这个小小的视野的圈子中展开。"当恐惧释放时，她感觉到何等强烈的喜悦，她让自己完全的存在于这个小小的圈子中，在那儿 幻象被穿透，在那儿 湖水和雾气相逢。

她发现每天早晨当太阳升起时 [需要花费数小时的时间 它才能升到足够高度] 它蒸发掉雾气而清晰度的圈子扩展了。她观察到自己一开始会对那种清晰度紧握不放，她想要雾气升起，她想要能够看见。接着她发现随着一天天过去了，她释放了那种渴望，发现到她能够与雾气同在而不会催促它消失。你能够催促它吗？你能够强迫太阳升起吗？当太阳最后升得够高时，雾气快速地蒸发掉。在[你们的时间的]十五分钟之内，视野一直扩展到岸边，雾气依然停留在树梢，不过现在可以看到湖泊了。

我请求你们每一个人将这个譬喻应用在你自己的生活中。你的人生的一部分与这个罩纱保持一致。这是多么美好的事啊：你来到这里为自己和所有存有寻求答案；我为此深深地荣耀你们。但我请求你们问自己，你能够用比喻的方式坐在这独木舟的船底上，并且信任迷雾将在它准备好的时候升起吗？我请求你们去信任你们的生活，不在恐惧、幻象中挣扎，这幻象旨在教育你们。

你同样也希望去穿透幻象，却不是否定幻象。这个相对的实相是幻象。你们这些流浪者倾向于想要否认那个幻象，回到岸边，想要藉由一种清晰度回家；然而你们藉由你们的自由意志，藉由大智慧进入该幻象，你们对幻象开放了你们的心并且请求在这个幻象中成为教导者和学习者。我亲爱的(朋友们)，信任那个幻象。

我在此回应 Q'uo 的陈述：我不是毫无错误的。我提供给你们的事物来自我的心，并且在爱的服务中提供它。假如它以任何方式与你们自己最深的真理不一致，请将它放在一旁。对你们每个人献上我最深的爱，对于你们一起参与这场教导、学习、分享 献上我的感激。

容我请求你们，在你们今晚或在早上 你们可能会进入的 无论什么冥想中，你可愿想象自己实际上就在那艘独木舟上吗？当你的独木舟离开陆地 而你无法看见时，注意恐惧的升起。坐在那艘独木舟的船底上，让手臂和船桨休息，允许无论什么漂流到你面前的东西留在那儿，既不是紧握不放，也不是推开它们。带着单纯的反思坐下来：我如何才能更充分地向着此生开放我的能量，并完全和这个幻象同在？那就是全部。若 Q'uo 想要谈话，我将你们还给 Q'uo。
[Q'uo 认出团队的疲惫 接着该集会结束。]

原注

[1] I Wonder As I Wander： 阿巴拉契民歌；音乐与歌词由 John Jacob Niles 在 1933 年收集。

Translated by M.D.

(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 2010 章集：虔诚的生活

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2008 年一月 19 日

团队问题：Q'uo，这一周的问题是：你们对于使用仪式魔法[来自重复的仪式化行为]来寻求并服务于造物者的看法是什么？

它似乎利用了倍增效应，在其中 每一次对仪式的重复似乎都增强了寻求者去寻求并服务造物者的渴望与纯度。请 Q'uo 描述一下，作为真理的寻求者，我们如何才能将这种魔法带入我们的日常生活？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们在今晚来到你们中间。能够被要求加入到你们的寻求圈并参与这个工作中的荣幸，请容许我们向你们表达我们的欣喜。

L/L <wbr>Research <wbr>虔诚的生活

非常高兴和你们分享我们对虔诚生活的主题的想法，也就是，如何创造一个存在于白魔法仪式范围之内的生活，如叫做 Jim 的实体问的一样。

然而，一如既往地，在我们进行评论之前，我们会要求你们每一位听到或读到这些言语的人，当每个人听到我们所说的内容时，请你们承担起分辨的责任。拿取看起来对你们有益的事物 并将其他的留在后面。请不要错误地认为所有我们说的内容都对你们同等地重要，因为灵性的寻求是非常因人而异的。将会有那些对你们有帮助的想法 和那些实际上不适合你的进程的想法。你仅仅需要某些事物，可以让你感到一种共鸣以及一种想望去进一步地沉思它们。

如果你愿意分辨，那么那种意愿就会让我们能自由地提供想法而不用担心可能会侵犯你们的自由意志或成为你们的进程中的一块绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑，我的朋友。

在我们进行评论之前，我们会进一步地说，在这个特定的傍晚 我们向你们提供的所有想法的基础是爱。在对于如何活出一种扎根于爱的生活、如何活出一种基于万物为一和察觉万事万物都是造物者的生活的讨论中，一个人可以进入大量的复杂性与细节中。而在所有的复杂性和细节之下是个单一的、简单的真理：太一无限造物者，你，以及一切万有都是一个事物。它是一个统合的造物，那种合一的本质就是爱。无条件爱是单一伟大的起初思维，它生成了一切有形的世界，也生成了一切无形的世界。

我的兄弟，你的问题进入了那个区域，在那里寻求者已经如此彻底地觉醒 以致于他开始寻求表达新的觉知的成果。我们无需提醒各位，将全部的生命创造为一

个魔法仪式的工作的先决条件是一颗开放的心。接着拥有开放的心的先决条件是一种自由流动的脉轮体，伴随着较低的脉轮的平衡与开放，充足的能量移动进入心，从那里能量穿过较高脉轮，并从头的顶部流出。

当你瞬间评估心智状态，开始察觉情况并非如此时，接下来就需要放开魔法人格，接着移动进入平衡模式，(找出)那个触发物 把你从一个开放的能量系统和带走，然后开放的心被识别出来，被爱、接纳、被拥抱与平衡了。在那个时候，也仅仅在那个时候，返回到一个虔诚生活的仪式化舞蹈中，才是明智的。

我们使用了「虔诚的生活」(devotional life)这个词语，因为它是这个器皿用于描述一种生活的词语，在其中 属于白魔法类别的仪式原则被带入日常生活中，而且它是一个对我们而言很容易说出来的词语。因此，请理解当我们谈到虔诚的生活时，我们并不是在特别地谈及一种基督教徒的生活，或者任何类型的信仰系统，位于活出一种献身于太一无限造物者的生活背后。我们单纯地从这个器皿的词汇表中走捷径好描述该生活，在其中 实体们不仅仅看到用魔法来灌注普通的日常生活的每一方面的可能性，也看到了这样做的需要。

如 Jim 实体说过的一样，魔法师的基本工作是通过一种意志行动 而在他的意识中创造改变。他做这个工作非常明确地为了去服务。没有任何物质性的东西与白魔法仪式传统联系在一起。所有被完成的工作都是在意识中的工作。这种工作包括祈请。一个人祈请他自己的魔法人格，接着祈请造物者的特性或造物者本身。

我们可以阐释这种类型的魔法原则，透过注视这个器皿称之为圣餐礼或圣体的仪式。该仪式由一个神父指挥；神父通过阅读神圣著作、祈祷和祈愿来准备好集会，接着引导集会进入一段对于原罪之公众忏悔。在这种忏悔中，一切都被放在

太一无限造物者面前 并被自我抛开，清空自我所有过去的部分。神父接着对赦免那些忏悔中的人的罪，并提醒他们耶稣·基督是来爱而不是来审判的，因此一切都被宽恕了。

这样，他就让会众做好准备以接待圣餐礼。他接着转过身背对会众，或者在一些教堂中，简单地转动他的思想和注意力离开会众，接着直接开始对太一无限造物者祈祷。

他忆起了叫做耶稣·基督的实体的行动，在其中基督进餐并和他的众门徒喝酒；告诉他们：「吃这块面包，我的身体。喝这杯酒，我的血液。」

当他忆起这个行动并用他的神职之手在他将要给予会众的面包和酒上面盘旋时，他祈请了耶稣·基督的临在，好让祂进入面包和酒的实质之中。接着它就魔法般地成为一个活生生的宿主，成为一个新生命的活生生载体。当会众从他的手中拿走这面包和酒时，再一次，他说：「生命的面包，拯救的酒杯」，那种重复将耶稣·基督的能量带入到集会的每一个人的觉知中，当他们吃了这身体并饮了这血之际，那举止解放了他们，去活出一个新的生活，而不被过去的原罪所阻碍了。

我们相当详细地对你们描述这个典礼或仪式 因为我们希望你们看到一个魔法仪式意图去提供的变化的种类。它的目的是在意识中创造一种改变，或者如这个器皿会说的，在振动上的一种变化。它的意图是去通过耶稣·基督的人物角色来祈请太一无限造物者的临在 以提升集会的每一个人的自然之预设振动。

每一天生活不是在教堂中度过的；而在工作日的世界里，每一个寻求者都必须选择去成为自己的神父。每一个寻求者都是完全有能力担任神职。而我们会对希望

活出一种虔诚的生活的寻求者建议，他可以对着一种觉知越来越微妙地调频，关于这时时刻刻的决定，成为神父而非成为普通信众。因为在一个信众的行为和一个神父之间，两者的行为有一种质量上的不同。

当一个人是一个信众时，他没有用任何特定的 形而上或灵性的力量来构建自己。另一方面，当一个人将自己塑造为一个神父时，他也将自己塑造为一种实体，有能力去从事神圣的事务，能够直接地对太一无限造物者祈祷并且被听到。

你们是天生的神父。从你更深的本性而言，心智的非自然框架就是普通信众的框架了。然而，你们的文化在你们整个生命中都在训练你们将你们的力量送给诸如神父之类的权威人物。因此，当你开始活出一个虔诚的生活时，我们请你们认真地对待神职的责任。当你感觉不象是个神父时，那么，避免表达任何仪式的形式，这对你是好的。仪式的菁华优先于形式，并且告知形式，这是不可或缺的。否则，仪式就是死的，也没有力量。

我的朋友，关于自我是否心灵开放并以一个开放的能量体系统来工作，没有必要对自己极端地审判或过度地挑剔。的确，在进行一定数量的练习后，全时间保持在神父的心智框架中；寻求者就会变得对此足够的熟悉 以致于对于一个人是否处于调音状态，就不再有什么担忧了。这是由于一旦该实体对于在神父的举止中生活变得习以为常时，任何从那种心智的要旨的偏离对于那个实体都将是太过明显，它将构成需要去照顾的事物，彷佛它是身体上的一种疼痛。

为了初学者，我们给出这些警告。我们将这些警告放在这里 因为寻求者去理解行为与菁华之间的差别，这是必不可少的。一个人可能会用仪式化的方式来说话，用仪式化的动作来行动，却无法活出一个有魔法的生活，因为心没有开放，

爱没有流动。就好像被知晓为保罗的实体所说：「没有爱，我就是一个鸣的锣。」[1]

最错综复杂的仪式也总是以爱为基础。那就是先决条件。因此，我们鼓励每一位进行必要的工作来支持一个虔诚的生活。你们人群中有太多人因为对太一无限造物者的巨大的渴望而寻求那种宗教隐士的生活，然而，因为被理解的是形式而非菁华，尽管僧侣般的日程表上每天都有六次崇拜仪式，飢渴仍然在，甚至增大了。

话虽如此，让我们查看一些途径来考虑活在日常生活的急流中的虔诚生活。在某种程度上，将生活中的日常功能调整为一个仪式，这似乎是件奇怪的事，然而，生活的每个部分都是完全倾向并适宜于神圣的用途。为了说明这点，我们要从这个器皿自己的生活来举一个例子。

每一天，这个器皿和名为 Jim 的实体会在他们工作日的结束时 一起洗个澡。这个器皿有身体上的限制，这使得 Jim 实体与她的互动是有帮助的，这种互动远比大多数的丈夫和妻子在洗澡时的互动多得多。Jim 实体放好水平备洗澡，打开精油和润肤霜，在洗澡后需要的用品，并将它们摆好，然后邀请这个器皿进入浴缸。他帮助她坐下来，他们一起享受漩涡并清理他们的身体。

当双方的身体都干净了，在他们离开浴缸前，Jim 实体会用容器拿两块冰，为这个器皿的背部做两分钟的冰敷，可以减轻她的肩膀和脊椎上的关节炎疼痛。当这个工作完成时，该器皿让洗澡水放掉并将浴液和其他的洗澡用品拿开，接着她就在叫做 Jim 的实体的帮助下离开浴缸了。他帮助她在身体上擦油，先把她擦干 然后将润肤霜涂在她身上，为(她)总是非常干燥的敏感皮肤进行补水的工作。

在他们洗澡仪式结束时，他们两人都干净了，这个器皿已经完成她所有的需要，在 Jim 实体的帮助下完成，在所有那些复杂的动作中，没有言语。因为每一个人都知晓那个舞蹈，每个人都使得舞蹈成为他们双方所能同时能设像到的 一件尽可能优雅和美丽的事。

在这里可以被看到的是，仪式的形式是非常普通的。在这个仪式的材料上没有任何特殊的部分。它们是肥皂、水、油，等等。而当 Jim 实体帮助这个器皿进行每日清洗时，那在丈夫和妻子之间流动的爱是可感知的、强有力的，(这爱)支持和鼓励着每个人— 在每个人自己个别的形而上生活中。

在我们继续前进之前，关于这个仪式有两件我们要指出的事。首先，名为 Carla 的实体，在洗澡的漩涡过程中，她实际上与天使的临在一同工作，从心理上表达她的爱、感激、喜悦，并将她自己再次奉献给对太一无限造物者的服务。通过这样做，她改变了水，同时为两个人担当了女祭司的职责，虽然这一点同样也没有被说出来。

其次，洗澡的舞蹈移动进入随后的敷油时刻，并进入一天生活的下一个项目，使用的方式为连接舞蹈中的爱、合作、共同参与的能量，所以，当洗澡水被排空的时候，舞蹈并没有结束。

在仪式中，有两种类型的形式。有行动的形式和言语的形式。在那些动作和说话的形式的背后展现的是那个正在说话和行动的魔法师的想法。对于魔法师，没有空洞的行动。舞蹈一直持续进行着；在舞蹈最中心的位置，一直有爱。

魔法师祈请爱的面向，站在爱的底座[2]上，被爱所环绕，仅仅寻求那爱的更精密的、更敏感的调音。

在任何一天中 行动和言语的数量是有限的。将其自身提供给仪式的重复活动的数目也是有限的。因此，对于一个将他的思想聚焦于用崇敬的菁华将他的日子的形式填满的实体，观想一个普通日子的每个重复行为 并不是一个极其漫长的思考过程。

每一个实体的一天对于他都是独特的。然而，在一天中 他进行的工作将有某些面向是重复的。因此，希望在一个工作日的世界中创造虔诚生活的寻求者设定他的头脑来分析这一天中 在工作、家里和路上的每一个行动。

例如，名为 Carla 的实体在她的工作的环境中有计算机。她所有的工作都在计算机上完成。而另一方面。J 实体在他的工作环境中 有各种不同类型的大型设备，好比割草机、鼓风机、除草器。在未经训练的心智看来，计算机和割草机不大可能成为一个虔诚生活的目标。然而，我们愿向你们建议，无论你们工作的环境的性质是什么，你可以把它用虔诚的菁华填得如此之满 以致于你们工作日的世界正向地歌唱。

大多数实体在工作和家庭之间有一个通勤的环境，藉由无所不在的汽车或其他形式的运输工具。大多数实体工作的场所不是他们的家。同样，这也是一种类型的环境，第一眼看上去似乎不利于一个虔诚的生活。然而，我们向你们保证，对于驾车时间或乘车时间的实质思考将为寻求者的心智提供重复的行动，使其充满神性的祈请。

所有的动作都可以被思考为神圣的舞蹈。所有的言语都可以被思考为神圣的仪式。

然而，就是在家庭的环境中，执行了一天中大多数完全重复的行动。清洗衣服，清洗自己，准备食物和吃饭，铺床，睡眠时间，以及从睡眠中起床，所有这些行动的重复性都是不可避免的。结果是，它们提供最深入的资源给一个希望活出虔诚生活的人。

这个器皿和名为 Jim 的实体已经有很长的时间在一天的开始和结束的时候 创造奉献和崇敬的时间。他们也已经形成了在食物被消化之前 记得感谢太一无限造物者和感谢食物的习惯。从仪式的类型方面而言，对比我们已经谈到过的仪式的种类，这些仪式是更远为外围的，然而在虔诚生活中留出专门奉献给崇敬的时间，这是有帮助的。这使得寻求者随着时间的推移深化他的洞察力的基础。

以这种方法把整个人生创造为一场祈请太一无限造物者的舞蹈，这是有可能的。重复的元素是魔法仪式的一个实质性部分。某个被完成了一次的事物，无论它有多么美丽，就只有一个。当那个美丽的事物开始被重复时，的确 就会有倍增的效应了，那就是说，每一次带着对仪式的神圣性之充分察觉而进行的那种重复都会倍增那个仪式的力量。

在这种重复的方面 一件漏掉的事情是，当神父正在创造他自己的神圣生活 而非成为团体仪式的一部分时，他没有呼唤数量可观的实体 [他们共享那相同的仪式]。例如，在圣餐礼或圣体(仪式)中，在那教堂仪式(service)中 许多言语是几个世纪以来 一直以相对无扭曲的方式被表达的。因此，当一个实体开始用那个仪式的任何一个关键祷词来祈祷时，好比

「圣，圣，圣，万军之主神！天堂和大地都充满了祢的荣光。荣耀归于祢，哦，至高的主！」[3]
大量在肉身中已经是基督徒 而现在处在中阴间的内在层面中的那些实体就被这些言语所吸引，于是，一个说那个特别祷词的实体可以通过全心全意的能量来重复那个祈祷词 而激起并吸引极大数量的天堂般的帮助。

相反地，当一个人过着为他自己创造的虔诚生活时，他倍增了自己的力量 却没有召唤大量的存在于中阴间的内在层面的那些实体，除了一个例外情况。天使不会被一首特定的歌曲或一组特定的话语所吸引。天使被纯粹的菁华吸引，它们从来不会参与投生。因此，任何过着一种虔诚生活的人都将吸引天使的帮助，因此，确实不仅仅有放大一个实体之个人力量的倍增效应，还有天使的支持和鼓励的支持效应与支持加强的效应。

结论，我们会简单地说，从爱行动，从菁华行动，以创造一个虔诚的生活；这一点的重要性是我们怎么频繁地重叙都不够的。如果重复神圣事物的过程中没有爱，那么，那能量虽然没有被浪费，它会在对于寻求者的安慰、治愈、援助的力量上减少。因此，不要被虔诚生活的形式所束缚，而宁可着迷于这些情感：由于拥有一颗开放的心和开放的能量体，因为体验自我为太一之舞的一部分而产生的；太一之舞是持续进行的，因为祂存在于那大造化之中，在其中 所有的事物的确都是一场协调的、永恒之舞。

我们是 Q'uo，请问关于这个问题是否有后续询问呢，我的兄弟？

Jim：我这里没有了，Q'uo。

我们是 Q'uo，请问在我们离开这个器皿之前，今晚是否还有任何其他的询问？

R：Q'uo，我一直在搾取我的大脑以找出某个问题，因为我讨厌让你们走，但我没有问题，因此，我只想说，我感激忧伤的兄弟姐妹们。

我们是 Q'uo，觉察你的无-问题。不过 你已要求更多一些我们的时间，因为这个器皿继续拥有能量为你提供多几分钟的时间，如果你乐意的话，我们会自由发言。

R：请吧。

非常好，我的兄弟。在一年中的这个季节，也就是冬季，在叫做 R 的实体的心中有很多喜悦，虽然很多其他人对天气的寒冷会有恰恰相反的感觉。因此，一直会有大量的人、大量的观点和一个表面上多种多样和支离破碎的世界，在这个世界中 很多事情看起来似乎是走调的，你们的人群中 服务自我的派系用战争和战争的谣言统治了新闻媒体，对权力的滥用几乎是无止境的。

然而，这种表象是个幻象。肯定地，随着第三密度的日子逐渐减少并接近结束，那些寻求在负面极性中毕业的人 正非常努力地工作以便于在他们的生活中创造尽可能多的服务自我极化。有些实体 为了自身的利益而聚集力量，在对政治的追求中 以把人们送入死亡而感到快活的实体，有对说谎、偷窃、欺骗毫不眨眼，简单地说：「这只是生意」的实体。

对于服务他人的实体，当凝视着似乎就是这个世界的作风的东西时，变得悲痛是容易的。我们会建议世界的这种表面上的作风仅仅由于你们的文化评价信息的方

式 而在一个面向上被放大了。

它就好像你们的大众媒体作为一种类型的雷达而发挥作用，它仅仅挑选了某些种类的振动。例如，根据你们的雷达图像，金属和磁性的物体被挑选出来并作为一个光点显示在雷达上。天空中还有很多其他东西，但雷达不会读取它们。雷达就是被设置为去读取那些物体，占据天空中非常少的部分，并仅仅报告它们。虽然如此，天空中所有东西仍旧在那里。

用非常相似的方式，你们的大众媒体仅仅挑选了那些依靠滥用权力来打扰(时空)连续体的实体作为显示的光点，无论它是为了政策而把实体送入死亡 还是一个实体背叛并射杀另一个人。这些东西创造并构成了在大众媒体上被报导的那些光点。

我的朋友，你们是美妙的人群。行星地球上 大多数人在此刻都全心全意地寻求用自己的光去成为好人。我们请你们每一位花时间去觉察到你生活中的人群的优点：那个在药店或杂货店卖给你某个东西的人，那个帮助你修理房子或公寓中某个坏掉的东西的人，那个在一条繁忙的街道上让你过的人，还有你的邻居们，你看到他们在遛狗并且在前院聊天。

这些实体中 每一位都在受苦 然而，又用他全部的心寻求去活出一个有益的生活并服务他人。我们请你们开始深化你对那些位于雷达之下事物的感激，并开始开始把更少的力量给予你们媒体中的那些喧闹声音，因为它们报导的原则是：如果这事件有流血，就会上头条。

我能现在将离开这个器皿和团体，感谢你们每一位创造了我们可以分享的这个神

圣的空间。能在这个晚上与你们谈话是一种快乐。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1]《圣经》《哥林多前书》13:1「我若能说万人的方言，并天使的话语却没有爱，我就成了鸣的锣，响的钹一般。」

[2] plinth：一个方形的底座或者一个较低的支持物，作为一个基座的东西。

[3]《圣哉颂歌》，在伟大的祈请之前的圣体礼仪的一部分。根据被使用的礼仪，它有各种各样的用语。这个专门的用语被美国新教圣公会使用，来自《公祷书》的第 334 页。相同的基本服务在罗马天主教教堂同样也正在使用。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ **第 2011 章集：蜕变**

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2008 年一月 12 日

团队问题：Q'uo，今晚我们的问题与蜕变(transformation)的概念有关。在我们个别的寻求旅程中，我们每一个人都会经历各种各样的经验，接着我们观察这些经验。我猜想当我们用最大的准确性来观察它们的时候，我们不会对它们有批判。我们仅仅经历它并让它们通过我们的生活来体验它自己，用这样或那样的方式，累积地或个别地或在某个点，蜕变就发生了。我们想要你们谈论这个蜕变的概念。我们是如何产生转变的。在我们的寻求中有没有一个时刻对蜕变最合适？有没有一种我们可以最有效地协助它的方法吗？跟我们谈论关于蜕变吧。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在为祂的服务中 我们今天来到你们中间。我的朋友，感谢你们要求我们加入你们在这个工作集会上的寻求圈。能加入你们是我们的荣耀和荣幸。通过和你们分享我们在蜕变的主题上的谦卑想法来尝试对太一无限造物者有所服务的机会，我们对此十分感激。

一如既往，我们会请你们每个人在聆听我们所说的内容或读到那些文字时 使用他的分辨力。在那些吸引你并看起来对你充满生命的想法中 跟随与你共鸣的部分。如果我们所说的那些事情碰巧没有任何共鸣，那么我们会请你们将它们放在一边并继续寻求，直到你发现了与你共鸣的事物为止，因为你们的分辨力是相当胜任的，允许你们感觉你在此刻的进程中需要去吸收的 那些对的事物。

这一点不仅仅适用于我们的言语，而且适用于所有你听到或读到的事情。让你在适合你的事物和不适合你的事物之间进行分辨的天生能力 用它应有的方式发挥功能并跟随吸引力法则。

我们感谢你们这方面的考虑。它将允许我们自由地表达我们的想法而不用担心我们可能侵犯你们的自由意志或打搅你们的进程的节奏性流动。

在那些以各种灵性方式寻求的人们当中，蜕变是一个多少有些被过度使用的词语。你们已建立的宗教和作为替代性的灵性练习都倾向于谈到蜕变，直到它作为一个词语 几乎已经从被过度使用开始被削弱了。

我的朋友，从它的字根看，它意味着改变形态，从一种形态跨越到另一种形态。从相同字根的一个不同字汇来看，蜕变经常随着一种吸收信息来形成新的心理和情感上的构造之后，从而让更深的自我沉淀到适应新信息的需要中。用信息这个字汇 我们不是简单地意味着通过阅读书籍、参加研讨会或聆听鼓舞人心的演讲者等过程吸收的信息。我们谈论的是指有意识、工作中、觉醒的人灵在行星地球上一辈子的整个吸收过程。*
(*编注：这一段的关键字如下：蜕变-动词 transform，蜕变-名词 transformation，形态 form，构造 formation，信息 information)

有极大数量的信息流入每个实体的五感并通过其觉知和思考过程，所有事物都是磨坊中的谷物。因此，蜕变是从生命的一个阶段或时期移动到另一个阶段或时期的运动。它差不多有成为一个移形者*的涵义或推论，而在其中你实际上改变了你的灵性的 或形而上的形状。

(*编注：原文为 shape shifter，通常出现在奇幻小说或游戏，意指一个角色可以任意变换外形)

有一些蜕变的模式对于考虑在自我内在改变的时间是有帮助的，就在自我经历一些领悟[属于累积信息促成的改变]时。一个模式是非常老生常谈的蝴蝶。使用这个模式来考虑蜕变有某种好处。尚未觉醒的蛹和幼虫从事牠们的日常活动，一边吃一边做好准备 进入以某种方式转变形态的发展阶段，它会将生命的形态从爬虫的形态蜕变为飞虫的形态。你可以将那个蜕变的时间视为通过进入蛹而沉淀下来了，该蛹会处理新的想法并让那些想法浸泡在你的意识里面。

你已吸收的想法和概念可以来自很多很多的来源，只有部分属于智力和智力活动— 好比阅读、讨论、思量启发性的想法或你希望被启发的想法。你也在处理你的感觉的累积循环。你正在处理在全部各个脉轮中所经历的挑战，尤其在前三个脉轮中经历的挑战，就向上通往蜕变的那些阶段而言。

当你在时间的自然进程中 从你的蛹中跃出时，从一个稍稍不同的 更高、更宽广的有利位置来看，你的确是个新的生物。你几乎不知道你也已经变得美丽了，你几乎不知道你正在你的接触之中带着赋予生命的花粉从一个人飞到另一个人，从一个想法飞到另一想法。你甚至不知道你在传送它，因为觉醒之灵的花粉性质是存在而非作为，在一个实体如何通过其存在的光辉 而变得能够对其他人有所服务的方面，几乎没有(逻辑)智力的特性。

然而，那个蜕变的样式暗示，一开始你是尚未觉醒的，你是不能飞的，而现在你是觉醒的，你能够飞了；一开始你是鼻涕虫，而现在你是美丽的。这样蝴蝶般的想法实际上对你是没有用处的。

因为蜕变是一个循环，一个不可避免的循环。你将蜕变。你将变成一个新的生物。唯一的问题是你是否想望加速你自己灵性演化的进程。那些聆听这些言语和

阅读它们的人是那些希望变成比他们所已经成为的 更多的人。那想望，就其自身独立而言，将加快你的生命中改变的速率。因为通过希望被转化，通过愿意被转化，你就为正在蜕变缔造空间了。

结果是，我们或许宁愿意使用也非常老生常谈的 鹦鹉螺的蜕变模型，它长的过大以致于超出了它的住室(house)，因此它会扩大它的住室，从来无需离开它的住室。正是以这样一种方式，当你经历了这些茧一般的时期 并从中浮现出一种拥有了一个新的观点的感觉时，你就的确拓展了你的视野，而那个新的观点即你已经在自我感知上为自己创造了成为一个新的生物的感觉。你会继续用一种周期的方式拓展你的觉知，一直到当你通过这个环境 并穿越更大的生命的大门时，在那儿 你将不会在持续灵性演化(过程)中 漏掉任何一拍。

L/L <wbr>Research <wbr>蜕变
鹦鹉螺

蜕变的节奏是与数个事物联系在一起的，我们将查看它们的不同。首先，容我们说，转变有外部的或非选择性的部分，与你的生命周期有关系。你的身体的每一个细胞都有出生、成熟、死亡的一种自然趋势。你投生的经验的每一部分都有一个自然的时间去繁荣兴旺 接着让路给一个不同的经验，这单纯地基于你的投生中的时间和经验的累积。对蜕变的周期的这个特定部分，你几乎没有任何的控制。它是你身体的一部分，心智的一部分，情感的一部分，你生命的自然阶段的一部分。

蜕变有个部分涉及非常深入和微妙的能量，好比你们天空中的星星，尤其是太阳，以及月亮的能量。你的人生的 每月、每年、缓慢地旋转的星象样式将会对

你的周期性蜕变之节奏产生某种影响。

肯定地，现在你正在经历的时代，第四密度几乎已经出现了，与第三密度相互渗透着，它已经将你放置于一波接一波的能量的冲刷中，于是 你正持续不断地被有节奏的真理、爱、理解的波浪洗濯着。这对于任何一个对这些能量完全敏感的人都是有影响的，而这些能量会创造一种更加清晰的能力去凝视在你此刻的特定生命中正在进行中的事情的镜面反射。

你拥有的每一个关系都给予你一面照见自己的镜子。就好像在你的梦境中，每个角色都代表了你自己的一部分。因此，在醒着的生活中 每一次与另一个实体的相互作用都向你显示一面照见自己的镜子，局部地、在行动和行为中，映照出通过那种相互作用而被提供的想法和概念的镜子。因此，你会持续不断地看到自己的部分以一种多少有点扭曲的方式 通过那些与你发生关联的人而被映照出来。

所有这些改变和机遇，所有这些自然周期，都创造了一个基础性的预设值。人类就是被创造来发生蜕变的；那是自我觉察、肉体、心智、情感和你之所是的灵性存有。蜕变是你的潜能，也是你的命运：从一种形态转变为另一种形态，从一种类型的思想完全转变为另一种思想的范式。你不得不进步。因此，你可以对你是否在改变，你是否在成功地发生蜕变感到放心。去经历一个接一个的蜕变，这对于你不可避免的，你没有必要将自己向着蜕变推动或推挤。知晓它是不可避免的，你就可以放轻松了。

接下来，在蜕变的经验中有一部分完全与你的意志，你对理解和真理的飢饿和渴求联系在一起。你越是充满热情地寻求真理，你就越是能够作为一个在时间/空间

中工作的形而上实体对你的蜕变性节奏的步调有一种影响。对于一个清醒的、有意识的、觉察改变过程的实体，他是完全有可能相当大地加快那种改变的脚步。

一个人类在此生中的根本性蜕变的起点是灵性童年的感觉，也就是一己被外在的力量丢来丢去，并且对于他正在走的道路和他可能选择走的道路上 得依赖运气和机会；(蜕变)到一种更成熟的灵性觉知，在其中 该实体为每日生活中的遭遇和事件承担责任，同时领悟到 在那些事情之中有着蜕变的磨坊需要的所有谷物。

结果是，如果一个寻求者但愿最大化这个机会：在这座灵魂之精炼厂[也就是第三密度]中加快灵性演化的速率，寻求者可以决定去开始锤炼与聚焦他的努力，藉由聚焦并促进他对真理的食欲。

在工作朝向蜕变的过程中 最有效的工具是对活出生命的自我觉察。我们不是在谈论那些无止境地仔细琢磨他们生活的每一个细节 并在每一天自始至终都在思考的人，毋宁，我们是在谈论最有效的方法，用以工作朝向蜕变。最有效的资源是一个人观察他自己 而不影响那个被观察的对象。
名为吉姆(Jim)的实体谈到 他觉察到在蜕变(过程)中不去批判是重要的。这就是我们正在谈论那种客观性了。当一个人仔细检查关于自我收集的信息的时候，避免批判的确是重要的，的确是中心的，那是必须的 好献上自我 从而变得足够地清空，才有蜕变的内在空间。

这是反讽的，不是吗？在对真理的寻求中，答案并不在于发现那些能够被知晓的事物，而在于发现通往蜕变之奥秘的秘密存在于未知与信心之中。信心是宇宙中最强大的原力，它的另一个名字是已实现或正面地实现的爱。你活在一个由爱组成的宇宙中。起初思维就是无条件爱之思维。

当你蜕变之际，你的蜕变之核心是一种先前一直没出现的觉知，关于你的中心自我或最深自我的本性，作为爱本身或创造性原则[也就是无条件爱的单一伟大之起初思维]的一部分。

当你充满了那带你到一个蜕变的位置的新信息之际，突然间 你发现你不再是充满的。你发现正是这种充满的感觉和新生命的感觉轻推着你 进入那种一致与平衡的觉知— 自己什么都不知道。这是蜕变的一个毁灭性部分，这种领悟是：在地球世界的幻象中 没有任何事物是已知的，没有任何事情是能够被知晓的。

而当一个人穿过那被称之为净化之路[1]的体验的时候，他开始意识到他是全然空无的。在那种空无中有一种纯净，它是强有力的。你成为了你寻求的圣杯，因为现在你就是那个空杯子了，或者那只向外伸出的手，手中没有任何东西，而你已经准备好接收那崭新、来自伟大的起初思维的事物了，它转变你为一个生灵，于是你就变成那个新的生命。

接下来那个循环再次开始了，在那里，你在演化的螺旋中 从一个新的地方开始；它就好像在一个平面的螺旋中，这就是在此生中 你先前已经到过的相同地方一样。然而，因为它是一个向上螺旋，你会一直带着一种新的心智移动到那个你先前到过的地方，因此你会从一个新的观察和体验的位置遇到你此生的那个重复主题或那些重复的主题。

大多数实体的投生都有一些主题，它们是你的人生音乐中 反覆出现的主乐调[2]。例如，对于这个器皿，主题是学习如何给予爱而不期待回报。这是个强有力的课程，在其中 一个人会一次又一次地学到，一个人的生命不是一个反应者的

人生，而是从创造性或创生性的心来给予，那颗心就是在被给予时不对回报有任何的期待。

一旦一个人已经开始学习这个课程，他可以开始看到他的生命因为如神性原则的一部分生活的能力而如此地蜕变；如同一个愿意让爱流过他的人。对于那些为了承受经验之炼金炉[3]的考验而来到这个行星的那些实体，这是几个十分常见的主题中的一个。一个人拥有的每个经历都成为一个可能的催化剂的来源。当一个人对他的催化剂给予越来越多的关注时，一个人就越能够辨认出这些重复发生的人生层次的课程主题，它们以一种独特的方式成为每一个实体的人生的一部分。

没有两个实体有完全相同的投生课程，因为每一个人都已经仔细地选择了那些课程。因此，每一个人，当他蜕变并成为一个新造的人之际，他正在提供一种能量，这在这个(宇宙)造物的无限编年史中先前从未被提供过，因为每一个蜕变都是从一个独一无二的存有转为另一个独一无二的存有。
我们感谢每一个人，为了这些在蜕变的过程中 运行的能量的力与美。我们极其欣赏每一个人的勇气，能够穿越这些灵魂的暗夜并看到自我的魔法本质；(因为)我们并未居住在未知的罩纱中 而能够以一种很少被遮蔽的方式接近真理。

注视萨满经验的菁华，这可能帮助那些实体— 寻求去最大化他们的能力，去成为已转变和蜕变性存有。无论他的国籍或文化是什么，萨满基本上是那个选择穿越死亡经历却仍然活着的实体。

Ra 群体曾谈到(古)埃及时代的萨满，他们使用金字塔进入金字塔底下那个灵柩台一般的地方，在那里感官知觉被麻痺了，一个实体被关闭所有外来的体验，如此高度模仿了死亡过程。在金字塔底下的那个坟墓一般的地方度过了几天之后，死

亡的体验就已经被非常好地经历了，该实体接着就能够用一种欢喜和食欲(热望)来观察生命了，而这是无法被一个尚未经历死亡的人所获得的。容我们说，它们是感官之死、感觉之死、刺激之死。

在经历了灵魂的暗夜的剥夺感之后，萨满[一个已经死过又重生的人]可以从那完全地有机的和自发性的欢喜中 获得巨大的活力。无论是藉由灵视探索或发汗小屋中得蒸汽和热量*，或者藉由在你们星球上各种各样的文化中可以被发现的那些蜕变性经验中的任何一个，一个人会对新的生命、新的成长、新的希望、新的存在状态有种完全新奇的体验。
(*译注：关于灵视探索和发汗小屋进一步信息可查看《接触智能无限的障碍与需求》中相关部分。-L/L 选集十三)

随着每一次的蜕变 有一种对觉知的礼物更多的感激和允许事物流经一个人的更加透明的能力。一个人变成了一个发光的存有，不是因为一个人于自我内在拥有更多的光，而是因为一个人更加能够允许光移动经过能量体并向外进入世界中。这并不是说一个人变成了一个更加强有力的小我，而是一个人已经允许许多事物从自我脱落了，那些事物要嘛阻碍了在造物之中流经每一个实体的光，要嘛就使这光变得暗淡。

当实体在灵性上变得更加成熟时，他们变得越来越觉察到 他们并不知晓任何事情。他们变得越来越觉察到他们正活在当下，并且这个当下是个美丽、魔法般、美妙的时刻，在其中，两个世界相遇了：现象经验的世界和无限永恒的世界。

他们开始觉察到自己是一个场所，在这里 这两个世界可以同时表达。他们是具体化的灵魂，可以同时感觉白天和黑夜、热与冷 以及所有的对立动力学— 创造

了这个男性和女性的世界，地球世界。在同时间，他们能够感觉无限和永恒移动通过他们 并创造出只有时间/空间和无时性才能提供的意识。

渐渐地，一个实体开始觉察到自己是一个在时间的水域中玩耍的人，非常像一个在水池中玩耍的水獭，就是为了运动的喜悦而跃起与跳跃，欢庆与享受水、阳光以及所有发生在玩耍的节奏循环中的事物。这并不是说一个人较不严肃地对待他自己，就乐意奉献自我给无限造物者以及服务他人的方面而言；而是说成为一个严肃的寻求者的负担脱落了，在一个人对自己的非常有机、天然、心情愉悦、轻松愉快的视野面前 以及觉察自己是太一无限造物者的生灵；不去努力，而是去成为。这感觉几乎变成一种好奇的感觉：「啊，我就在这个当下瞬间。造物主，你现在要把我扔到哪儿？你今天给我的意愿是什么？」

我们在此时暂停一下来询问这个群体，在我们从你们那里询问其他的问题之前，关于这个中心问题是否有后续问题。我们是你们知晓的 Hatonn*，我们现在暂停。
(*编注：本文只出现一次 Hatonn，或许是抄写者的笔误)

A：我有一个后续问题。作家卡洛斯·卡斯塔尼达的老师，唐望(Don Juan Matus) ，是真的吗？你们能否就他作为一个实体和一个萨满来谈论一下？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。因为这个问题是你在此刻活跃过程的一部分，我们发现如果我们直接地评论，将会不恰当地影响你。然而，我们可以提供与这个问题有关的灵性原则相连的一些想法，如果那样是你可以接受的，我的兄弟。

A：是的，我很乐意。

我们是 Q'uo，这样我们就能够以某种方式继续了。我们为渴望保持我们的极性而道歉，这造成我们避免(谈论)更明确的信息。

在你的问题中涉及的一个可能对你有帮助的灵性原则是：真理不受其载体之影响。那就是说，好比唐望或耶稣·基督或查拉图斯特拉等是不是真的，这样的问题是与灵性寻求者并不相干。在宇宙造物中任何一个实体所思考的每一个想法都有一种实相；它有一种振动的性质。依照那个想法的强度，它的生命可能是稀薄或强健的。如果一群实体和一个唐望或耶稣·基督或查拉图斯特拉的建构一同工作，那么，与这个(导师)实体连结的思想形态开始增长，并拥有它们自己的生命，带着它们的振动特征，取决于那些实体的力道 [他们沿着这些伟大的教师的其中之一所建议的线路思考，开始形塑自己]。

当凝视那些鼓舞人心的实体已经写出的作品时，另一个有时会有帮助的灵性原则是极性。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
当一个教导的实体在极性中是纯粹地正面时，在其教导之内有一股智慧和慈悲的流动，它不会以任何方式与控制他人有关。你们文化的许多魔法系统，包括所谓的基督教的某些教派，有时会包含混杂的极性，在其中有企图去控制并操纵实体们或各种情况，无论该企图是来自一个教派的领袖，或一种类型的思想，或者来自一种组织 [围绕着具有特定想法的系统的一个领袖或教授窜起]。

正面极性没有要去磨利的斧子*，而是存在于信心、爱、感激、喜悦的能量之中。经常，那些在极性上非常正面的美妙教导跟那些强烈进入黄色光芒能量的教导相互混合在一起，在那儿有一种在团体中工作的能力。并非渗入团体之中，允许团体表达它的崇敬和一个基于自发性与照耀上的练习，而是有一种负面的黄色光芒的关切，为了操纵和支配其成员，或者与相关实体有牵连的情况。

(*编注：这是西方的一个谚语，最早可追溯到 18 世纪，隐含的意思是为了个人别有用心之目的而预做准备。有心人可参考以下网址：
http://www.phrases.org.uk/meanings/174000.html)

对于叫做 A 的实体和所有那些读者，在阅读诸如名为唐望的实体在他的教导系统中所提供的 这些有帮助的、有趣的概念时；如我们在这次会议开始的时候说过的，再一次，我们要鼓励(你们)保持最深思的分辨力，这样你就可以放缓吸收新材料的进程到一个定速上，在此 你可以用一种深思熟虑的和舒适的方式来吸收它。

当一个人用灵感的一个新来源的想法围绕自己的时候，经常会有一种趋向冲动性的倾向。这种冲动性对寻求者的用处不及以下的态度：去成为一个反思者然后释放，接着再次深思，然后释放，于是他逐渐地深化涉及一个特定的思想系统的智能，总有就只给你的珍珠，但是几乎总是会有围绕着珍珠的材料，它更多地作为一种肥料而非珠宝。因此，当与启发性的材料一同工作时，对于一个寻求者，如此渴望得到这个系统的果实，有一个让自我放慢速度到他能够真实地、真诚地吸收材料的定速的方式，那是以一种不去冲撞(逻辑)智力的围墙的方式来进行，不会把一个人抛入一个情境 在其中 一个人单纯地开始用死记硬背来重复一个特定的实体建议为真的各种各样的事。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟。我们是 Q'uo。

（暂停）

A：如果你是在问我是否想要更多，我宁愿听来自其他人的一个问题。

我们是 Q'uo，因此 请问现在是否有另一个询问呢？

（暂停）

Jim：我这里没有，Q'uo。

我们是 Q'uo，相信我们已经耗尽了这个寻求圈在这个特定的工作集会上的问题。那在某种程度上给我们留下了遗憾，因为我们非常地享受能够成为你们寻求的圈子的一部分 并体验你们调合的灵光之美。非常感谢你们 邀请我们分享你们的冥想。它对我们一直是受祝福的体验，它对我们一直是美妙的机会— 以我们已选择的服务型式来服务无限造物者。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体，我们鼓励你们每一位在所有的事物中寻求造物者 并将心智定于爱上，因为爱就是真理之所是。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai。Adonai Vasu。

原注

[1] 圣十字约翰是教会人物，他是以写出了关于中世纪对于三条道路或三种状态的概念而最为著名，即净化之路(Purgative Way)、启蒙之路、团结之路。净化之路的另一个措辞是灵魂的暗夜。在这个发展的阶段上，寻求者将自己所有的小我

和文化的旧事物清空 以便准备自己迎接启蒙。

[2] 一个主乐调(leitmotif)是贯穿一个音乐作品反覆出现的一个主题或一段旋律，用来表示一个角色或一个概念。

[3] 一个炼金炉(athanor)是被中世纪的炼金术士使用的一种炉子，用来将贱金属转变为金子。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2012 章集：存在于当下

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2007 年十二月 29 日

团队问题：这一周的问题与存在于当下有关。我们想知道 Q'uo 是否能给我们关于一些障碍物的信息，它们阻碍我们存在于当下。我们的日常生活看起来充满了让我们无法存在于当下的事物。对于我们能够进入当下并存在于当下的方法，请给予一些提示。对于逗留在当下并且「现在存在于这里」[1] 的灵性寻求者而言，它也许会有什么样的益处，请给我们一些见解。

L/L <wbr>Research <wbr>存在于当下

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，今天在为祂的服务中 我们来到你们中间。我们向你们致上最衷心的感谢，为了你们请我们加入这个寻求圈。我们发现你们调合的灵光至为美丽，你们通过一同寻求真理而

创造的这个神圣的空间是美妙的，充满光与希望，我们非常荣幸能成为这次聚会的一部分。

我们十分高兴和你们谈论关于「减慢速度到现在」[2]的问题、如何去做的窍门以及这么做的益处。然而，在我们开始与你们分享我们简陋的想法之前，一如既往地，我们要求你们每一位，在聆听我们所说的内容时 使用他的分辨力。我们不是在你之上的权威，任何人也不应该是，因为你是自己的神殿的看守者。在那些适合于你们的事物和不适合你们事物之间，你们就是进行区分的人。
如果我们所说的任何事情你们有共鸣，只要你这样做看起来对你是有帮助的，请跟随共鸣之途径。如果我们的想法于你们没有共鸣，请毫不犹豫地将它们放在一边并继续前进。以这种方式，我们能够放心 不会妨碍你们的进程或成为你们道路上的一块绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑，因为它使我们能够自由地发言。

对于一个人在其中确实真的会经历当下的那个环境，也许我们将通过尝试描述我们将那个环境视作什么来作为开始。你们每个人都是一直处于当下瞬间的灵性上的存在。然而，为了你们可以启程前往第四密度的地球，你们已经选择去穿上一个第三密度的身体，它是一间沉重的化学蒸馏室，从它的性质而言，既是一所学校，又是一个服务于太一无限造物者的地点。

存在于一个在第三密度中管用的肉体中的好处与你不知晓真理有关。你故意将自己放置于一个真理并不显而易见的情境中。万物为一，这不是明显的；这唯一的事物是爱，不是明显的。你们每个人都是创造性原则的一部分，那个唯一事物[也就是万事万物]的一个无法言喻的、紧密交织地纠缠在一起的一部分；那唯一的事物即是无条件爱的单一伟大的起初思维，也就是太一无限造物者，这些不是显而

易见的。

为什么你们会想望将自己放置于一个不知晓的位置呢？我的朋友，你们但愿去学习，想望去服务，而最重要的是，你们但愿去选择。所有这些事情都需要藉着信心完成— 对于无法看见与无法证明的事物的信心。

你的世界并未给予你这种信心。在你的文化中，没有任何事物会让你确信一切是好的 和一切都将是好的。然而，那就是每一个人从行星的梦境中醒来之际为自己发现的事物，他会发现比起你们的文化已经教导的世界，这是一个大许多的世界，一个非常不一样的世界。

觉醒，这是怎样的赐福呀！然而，有一个形而上的世界，这个世界比这个叫做行星地球的幻象更加真实得多，这个世界会将生命创造为一种完全不一样的体验，对于这种认识，一人要怎么处理它呢？确实，在很多情况下，没有人能与之谈论这些观念。在你们的日常的社会构架中，肯定没有对觉醒寻求者的支持。

在这个圈子中 每个人在这个工作集会之前的循环讨论中 都曾谈到那些在生活中让一个人不停的移动、行动、进行工作的事情：支付账单，一个人必须做的差事等等。然而，我的朋友，在你们的环境中 令人分心和沮丧的事物方面，有着远远更多的事物。在你们的生活中 有着媒体特有的喧嚣，无论它是收音机、电视机，或者是报纸，或是如 J 实体所说的 MP3 播放器。有着谈话、音乐、噪音，它们是你们的日常环境特有的一部分。

一个有助于寻求静默、在静默中尽情享受，和在其中 一切都是已知的圣灵之声的环境，这并不是一个平常的环境。然而，你们每个人都已经从这个行星的梦境

中觉醒。每一个人现在都希望去知晓如何更有技巧地使用那种增强和强化的对于真理的觉知。

这就是你们的情境了。就这个共识-实相 物质世界的意义而言，你没有方法来证明你们感觉为真实的事物。就好像在一片坚实的土地上，只有平常的东西，只有无灵感的东西，只有单调的黑与白的非增强性生活。而生命的增强性版本无法发生在坚固的地面上。因此，为了开始表达一种信心中的生活，寻求者必须将他的力量集中在一起 并选择跃入未知的半空中，拥抱神秘、肯定那看不见的事物，唯有在他做出选择去相信 的确一切是好的、一切将是好的之后，才找到了他的立足之处。

因此，我们会对你们说，我的朋友，有许多分心的事物和让人沮丧的事物会让一个人离开当下，因为在报纸上有专栏，有 iPod 上的歌曲，在电视上有重播的节目，而最重要的是，我的朋友，在你们的头脑中有想法，那些不停旋转的想法，在任何时候 如果你不选择，它们就不会从旋转木马上下来并休息。

你们的文化缺乏宁静，因此就会有这种恒常的行动的感觉 和跟上事情的发展与潮流的需要。然而，当你们的世界使用这些词语时，它并不表明一种朝向合一、平静、增强性认识的行动，而是表明了一种对捷运系统的传输带的紧握不放，那个系统正不停地把你从这一刻带到下一刻，从一个杂务带到另一个杂务，从一份工作带到另一份工作。

我们描绘了一副不快乐的图画，不是吗，我的朋友？然而，这就是你选择的环境了。这就是你要求加入的学校。这就是你希望在巨大的喜悦和光辉中分享太一无限造物者的爱与光的地方。因为你们听到了地球的哭喊，你们希望此刻在一个黑

暗的世界中持守光，于是，逐渐地，当你允许造物者的光通过你而闪耀的时候，你带着这种喜悦和全时间流动经过你们每一个人的光与爱[那毫不费力之流动]而能够感染其他人。不过，当它经过你的能量系统并流入这个世界的时候，它几乎很少被致谢，祝福，或者被推一把。

你的确来到这里要做那件事。而这就是行动与存在相遇的地方，因为在允许光通过你而闪耀时，你不是在做任何事 除了把你的意志献给太一无限造物者 并请求被用作祂的爱、光、平安之器皿之外。

你来到这里也要平衡智慧与爱。在某些情况下，你也想要平衡智慧、爱、力量。在成为一个完全由爱组成的生灵中有一种巨大的美，然而，以一种更有用的方式在你的能量系统中调合爱与智慧，这是你们每个人希望这次投生将会创造的成果。每一天的催化剂，你必须研磨的磨坊谷物，当你在某一天醒来时 遭遇到的那些表面上的挑战：所有那些事物都是你在前进的过程中 练习太一造物者临在的方式，不是在你的一天的时间中 划分一些为造物者时间 并把当天的其他的时间划为世俗时间。当你来到这里的时候，希望找到方式去平衡你对爱、力量、智慧的觉知，这样你就能够开始感知形而上的世界了，那个世界是在每一个表面上短暂掠过的时刻中所固有的。

你作为一个灵魂同时活在两个世界当中。的确，你通过活出生命而提供的许多礼物中 最强有力的一个就是你拥有的能力— 同时活在时间/空间和空间/时间之中，在时间/空间中，你是永恒的公民，在空间/时间中，你被一个女人生出来，你在这个化学蒸馏室的载具之中 活出一次人生，接着允许这个载具在你作为一个灵魂重返自己在时间/空间中的版本时 归于尘土，这个时间/空间中的你自己的版本已经相互贯穿你的肉体和物质性生命，遍及你的一生。

你就是那个能够在空间/时间中行动 又能够充分地觉察时间/空间的实体。你把那两个幻象，沉重的幻象和较轻的幻象，带到一起。是的，我们将形而上的世界和物质性世界同样称之为幻象。就我们所知的范围，所有可以被看见，触摸，感觉，被品尝以及如此等等的东西都是一个幻象。但同样地，所有在无形的世界中被思考的事物也是一种幻象，每一个幻象都被小心翼翼地塑造以便于给予那个幻象的居民那些需要的要素，用以体验、学习、服务、成长。因为所有你们做的事情，所有我们做的事情 以及在所有造物中所有已经被完成的事情都是献给太一无限造物者的收获物，这样祂就可以更佳地认识自己了。

那么 你就是那个链结[3]了，在其中 无时性与时间相遇，洞见与智力相遇。你无需让两者分开来。你可以继续活在一个世俗性的生命中，而在同时间，一直且永远地，每一天都强化你与神圣的连接。记住你们都是祭司。在你们的神圣著作中说：你们是一个祭司的国度，所以你们就是(祭司)，你们每一个人 在其身体、心智、情感、智力、灵之圣殿中举行生活的神圣仪式。

这个器皿喜欢回想一首被叫做法兰克的实体唱的歌曲，在其中合唱的一部分是「do-be-do-be-do」*[4]。我们鼓励你们相当严肃地把那句非常睿智的短语想成你，但也希望是带着一颗轻快的心，开始进行你的意愿 变得原来越能够减慢到当下，就好像 W 实体曾说的。

(*编注: do = 做，be = 是，存在)

既然我们已经确定在你们生活于其中的文化 每一件事看起来都倾向于让一个人失去平衡并且不察觉这珍贵的当下瞬间，如瑞克[5]实体所称呼的，我们可以谈论

一些用来在自我内在触发记忆的方法—关于你是谁和为什么你在这里的记忆。

这个器皿早些时候曾谈到在一天的最开始之初 花时间为当天设置意愿，并且大声祈祷或在头脑中祈祷，这并没有什么区别；为你对当天的希望祈祷，传给那聆听的耳朵和在灵里理解的心。

如果你希望当天的每一刻都活在当下，如果你希望领悟自己的那个造物者的部分，如果你希望去致能与授权自己成为灵性的存有，在你刚刚醒来时去请求帮助，没有这更好的时间了。帮助全方位环绕着你。我们再怎么强调那一点都不足够。

有很多不同种类的灵性助手，它们都是你的。有这个器皿称为的圣灵，那个一直与你同在的指导灵系统。有太一无限造物者的临在，祂离你比呼吸还要近，比你的手脚还要近。还有在你周围到处都是的天使般的临在，它们被你的意愿和渴望的纯净所吸引。除了希望帮助你实现你为自己在这一天设置的目标之外，祂们没有更多的想望了。

不过 你必须提出要求，因为它们不会侵犯你的自由意志。因此，请将那些一直在你周围的爱之临在的美妙网络吸引到你身边吧。不要忘记去请求大自然帮助你，因为大自然同样也是天父的一个王国。正是这片土地超越一切言语地爱着你。空气、树木，天父的王国中的一切事物都在与你一同舞蹈 并邀请你加入那美妙、和谐的节奏，属于太一之舞。因为大自然中的一切事物并未拥有自我意识，它们对真理是充分觉察的，在这个幻象中 它们非常高兴成为太一无限造物者在其显化中的一部分。

对于发生在你一天中的任何重复性声音变得敏感，这是非常有帮助的。对于那些碰巧在学校里面的人，在每一堂课前后都有铃声响起。或许是电话响起的铃声，当时你正在享受你的一天的时候，也许正在谋生以支付各种账单[如这个器皿会说的]。无论什么样的声音是你的环境的一部分，对它们变得敏感吧。那么，当你听到铃声响起，电话铃响起，火车的鸣笛，路上的交通在红灯亮起时停止行进时，或者当你听到你的环境中 无论什么响声时，你将发现它不是一种分心物或某种要去忽略的东西，而是呼唤你去记起你是谁和为什么你在这里的事物。

叫做 W 的实体早些时候曾谈到当下瞬间的单纯的真理就是当下之所是。它是在第三密度中的一个人能够获致的最真切的焦点。因为它是连结时间/空间的事物，在其中： 万物为一，时间消失，无时性统治，一切事物都在此刻发生。

在一种非常真实的感知中，这就是我们生活其中的世界，或者，我们应该说，我们所享受的幻象。所有那些对你们看起来正在擦肩而过的事物，对于我们它是以一种循环的当下的形式发生，因为，没有诸如过去、现在、未来 这样的事物了，毋宁，在这太一的和谐与韵律之舞当中 我们选择我们想望的位置，把自己嵌入那儿。

因为你们在第三密度之内，生活有一种非常沉重的时间感，时间流逝，时间急速通过，如此等等。这不是某个需要被抵抗的东西。你来到这里是去体验这种时间的流逝。你来到这里是在这些限制之内工作。你来这里沉睡 一直到你能够觉醒于当下，觉醒于真理，觉醒于单一伟大起初思维的爱与光。

的确，在某种程度上，你来这里来成为理则。那是一个非常生动有力的短语：「成为理则。」一个人不必尝试成为造物者的一部分；你就是造物者！你是造物

者的一个全像式火花，如同每一个其他的部分[属于这交互式的、非常有生命力的造物]一样。但你是整体的一个全像式的样本或一小点。你在身体的每一个细胞中都包含着将万物聚合在一起的单一伟大起初思维。你不必去努力或伸手去拿。你唯一要做的 就是允许你自己是。那就是你的本质。

这是一场极其令人激动的冒险，我的朋友，开始允许你更充分地知晓自己，在当下之中歇息并觉察到你的存在、菁华。你其实就是无限造物的一个永久不朽的部分，你现在正在享受的这个完整体验仅仅是无限数量的这类体验中的一个。

而这里就在这个时刻抓住你的注意力，超越所有你本来会选择去做的事情，这正好就是你希望在的地方，在这里 你拥有可能获得的每一个机会去服务他人、服务于太一无限造物者并越来越靠近你绝对什么都不知道的领悟。因为这不是理解的密度。然而，你知晓所有要知晓的东西，因为你知晓爱。多么珍贵的机会呀，让你去学习、服务、成长。

我们鼓励你们每一位查看日常生活的各种各样的元素 并将那些重复性的元素作为目标，它们可以作为触发物，好忆起你作为太一的一部分 你的真实本性和你真实的存在性。每一个实体将有不一样的东西来提醒他返回进入 对当下此刻的平衡和聚焦的觉知中。

对于叫做 R 的实体，它是某个他能够经常看到的物质性东西，因为他用双手在计算机前工作，所以可以看到他戴在手腕上的手镯。对于这个器皿，它是戴在她脖子上的十字架。当她穿越她的一天，她时常地触摸它，很早以前就已经形成那个习惯了，因为十字架提醒她 基督正指望着她，而她希望把她全部的生命服务耶稣·基督，别无他想。

你们每一位将有非常个人特质和独特的方式来将你的心智带回一种集中、平衡的位置，在其中 你可以在当下中歇息，即使当你带着愉悦和兴味凝视着在你眼前经过的情境的时候。

比起不久前的通常情况或比起过去习惯的情况，要做到这一点，在你看来变得更难了。我们愿花一些时间谈论为什么是那样。随着行星地球上的第三密度靠近它的终点，它将在未来一些年间发生，在那些已选择向着服务他人极化的人和那些选择了向着服务自我极化的人之间会有种自然的分离。这就好像油与醋在你们的时间的 75，000 年中一直是可溶混的[6]，但随着时间到来 实体们得在两个极性之间选择，要嘛前往服务自我的世界前进 要嘛前往服务他人的世界;

对于那两群人就有越来越多的分开趋势，正如同油和水一样，如果它们不被人工地混合在一起的话。

随着时间向着你们星球的第四密度的开端前进，因为你们星球上的第四密度是正面的第四密度，真理、理解、爱的振动正以一种更大的能量的波浪和聚合互相贯穿你们的第三密度世界。这意味着你拥有的这个过程已经变得更有挑战了，该过程是：甦醒，知晓你自己、接纳自己、爱自己。

因为每个人都有一个黑暗面。在你们的第三密度中，把那个黑暗面放在自我的阴影之中而不去承认它，这对你是容易的。对于一个想望真正有所服务的实体，去承认那个阴影面是很困难的事情，那个阴影面是谋杀者、强奸者、说谎者、背叛者，如此等等。然而，如果万物为一，难道你不是所有的事物吗？的确，我们所有人都包含三百六十度的各种各样的能量，所组成的觉知即是你的整体。

对于任何一个人，在那些极其困难的工作中 其中一个就是进入那些阴影之中并带出那阴影面，凝视它，承认它，开始理解它，并询问它是否愿意加入你，询问它是否愿意停止成为你的黑暗面的一部分并变成你的刚毅、决心、毅力。

那就是所谓的黑暗面的真实功能了。如果你能够首先承认黑暗面，你就能够了解所有的你自己。很多人的渴望是简单地否认在意识中 除了爱与光和正面性之外还有任何(其他)东西。然而，自我有完整的另一面 需要被搜集、尊重、被荣耀与使用的。

这个过程正变得越来越困难，因为在时代的终点[如此显著地接近]之前，要忽略自我的黑暗面是相当容易的，在第三密度的这些末后的日子里，当一个实体渴望去成为一个真正领悟和聚焦的灵性寻求者时，他必须去收集他尚未承认的阴影部分。因为属于真理振动的恒常弹幕(barrage)，在过去曾经是比较容易的位置，现在是困难的，因此，所有那些你最不想要去看的事物现在都非常显著地冒出来说：「看着我。承认我、让我讲述我的故事，请学会平衡我，让我成为你之所是的一部分，因为我们真的合得来，我们是一的方程式之阴影元素。」

因此，我们鼓励你们每个人鼓起勇气并凝视那来到你面前的镜子，因为所有与你有关联的人[通过朋友关系或工作关系或家庭关系]，所有你人生中的实体，都在向你镜射出你自己。当你看到那些你喜欢的事物的时候，那么你乐于去看到那些镜子。而一些人将会来到你身边并向你镜射出那些你不想望看到的东西。我的朋友，拥抱那些你不想望去看的事物，不是在评判中，而是带着一种真实的、全心全意的渴望 把那个东西整合到你自己之中。

在第一时间发现它，这是非常困难的。当一个人镜射出某个他讨厌的事情的时

候，一个人会简单地希望将它放在一边。而我们鼓励你允许它靠近，去拥抱它，同它所要讲述的故事。在你自己内在找到那能量。这并不是说你会去谋杀任何人，而是说 你凝视着那个杀人犯，在你自己内在找到那个杀人犯。追逐那个杀人犯并请求他加入你，或者与你重新结合起来。这就好像你在尝试去把自己所有的成员聚集到一起，这样你就可以被完全地整合为一个单元，你就不再有你不想望去看的内在分部了。

以那种方式，当你进入到自己的开放心轮时，你自己的内在没有冲突，你不会说：「我是个可怕的坏蛋；我不值得在这里。」或者说：「不，我是非常非常好的人，我不是坏蛋。」你可以让所有那些评判消散并将你的完整自我带入开放的心中，在那里 造物者以无条件的爱等待着你。

你们问 在当下之中活出这生命的益处是什么。第一个益处：它是真相，反之 时间的所有事物都是幻象。当下包含了通向智能无限和进入时间/空间世界的大门。当你处于当下时，你是一切万有的一部分，正如叫做 W 的实体所说的，当你集中精力并聚焦于当下一刻时，你就成为一个天然的吸引者，吸引那些为了你的利益而来到你身边的事物，就以下几个方面来说：你世俗的目标，你可以与其他人分享的那些对他人有益的礼物，以及对于你在当下瞬间的学习和服务最有帮助的人际关系，在那儿 没有伸手拿取、没有努力奋斗。(宇宙)有一个生效的自然法则，就在这个珍贵瞬间，单纯地强力吸引(gravitate)那些适合你的实体、能量、菁华、关系 过来。

一旦一个人处于这种当下之中，一个人就真的可以说 没有雄心却取得比有雄心的人能取得的 多得多的东西，因为一个事实：(他)已经进入这个平衡点，一切的事物都会非常自然地发源于此。

处于当下之中的第二个益处是，就是从这个临在点 造物者得以通过你最有效率地且最有成效地照耀。我们不想要鼓励你尝试去将光传送到这个世界之中，因为那会是基于你自己的意志而去做某件事。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

把你自己考虑为一个广播单元。你接收能量。你传送能量。在一些情况下，你转换[7]能量。这就是你的天然状态。当你集中精力于当下之中，你就处于接收来自太一造物者的无限供给的爱/光能量的合适位置了，通过你的开放能量系统向上运输，向上通过你的身体，通过你的心，接着通过你的头顶流出 进入世界。

那能量就好像一个喷泉一样通过你流动，来自它的放光是某种引起贯穿你们的历史的艺术家画出光晕的东西，尝试去显示那些已证悟的存有是如何自然地拥有一个通过他们而涌出的光之源泉，而在他们的灵里，他们是非常稳当与聚焦的。我的朋友，那就是永远保持精力充沛并充满能量的秘密了。

除了祝福那流动经过你的能量之外，你不用做任何事情，你可以去看到、视觉化并意愿这种能量将不会到你这边停止，而是通过你的系统将光播撒到这个世界中。因为，你用一种没有任何其他人会做的方式为光染色。当每一个人允许他的系统成为一座灯塔时，他就拥有了一道独特的光。在造物中没有任何其他人会拥有你的光。因为造物者的无限的爱/光是无限制地纯净。而你的各种偏向、选择、癖好已为你的能量体染色，如此当能量通过脉轮流过并从皇冠脉轮流入世界时，以独一无二的方式，你就已经染色那光了，那光是绝对美丽的。

所以，要知晓你正在给予的礼物不只由光制成，还是由流经你的光制成，藉由你的选择和祝福产生。这也是没有被完成的事。它必须歇息在你处于当下瞬间的坚定意愿的菁华中。

这个器皿稍早曾谈到，在所有贯穿于她的生活 无论什么样的经验中，她感觉那种内在的工作有助于支持她在信心中的生活，支持她的渴望— 停留在太一造物者的临在状态 以及与太一共处至圣所。我们愿同意这个器皿并进一步扩展它。用祈祷、冥想、在意识中工作的所有那些方法来支持信心中的生活，这是良好的。然而，最重要的事情是，我们鼓励每一个人永远不要忘记或贬低作为一个整体的系统。

如果你停留在较高的脉轮，与你的心和沟通和你的冥想一起工作，以及在信心中工作 却排除对你的性欲的最灵敏的关注，不关注你的心智状态：你是否乐于在这里，充满生命力并对活着感到高兴？如果你将关系的问题放在一边，好让你可以花更多的时间冥想；如果你因为希望去成为一个灵性的人而贬低你工作的价值，你就失去你的焦点了。因为重点是你完整的自我是神圣的。

例如，你的性欲就有很多层次！而它必须从美妙的「是」开始，属于欲望和化学吸引力。接着，你就可以开始让它提升，通过人际关系，到开放心胸的人际关系，到一种法律关系上的爱，接着从那里到达较高脉轮的工作，属于真实的情感、真实的沟通、意识中的共同工作，那即是神圣性爱。没有一个细节，无论在表面上是多么平凡的生活，不是迸发着神圣和神性。

因此，虽然自然而然地，我们的确鼓励冥想、祈祷 以及所有那些在意识中工作

的美妙方法以锻炼你的人格并越来越集中注意力在你真正是谁的主题上，我们也鼓励你在各种事务中寻找爱与神圣：洗盘子、清洗厕所、喂猫，以及你在当下正在做的 无论什么事。这全部都是太一之舞的一部分。

我们感谢这个团体问了这个询问。能在其上分享我们的想法是一种快乐。现在请问关于这个问题是否有后续问题，或者在我们离开这个器皿之前 是否有另一个询问。我们是 Q'uo。

（长时间暂停）

我们是 Q'uo，我们再一次与这个器皿在一起。看起来 我们已经耗尽这个团体在此刻的问题了。因此，我们将离开这个器皿和这个团体，再次表达我们的快乐和我们对你们灵光之美的惊叹，你们的灵光被混合在一起 形成了这个神圣的空间。感谢你们，感谢你们 请我们在今天成为你们的寻求圈的一部分。这是一种快乐和荣幸。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在一切万有中、在太一无限造物者的爱与光中、思维与显化中，我们离开你们，如同我们发现你们时一样。

Adonai，我的朋友，Adonai。

原注

[1] 这个短语引用的是一本由 Ram Dass 所着的书，标题是《Be Here Now》。它是在 1971 年在新墨西哥州的 San Cristobal 由 Lama 基金会出版的，ISBN 0-517-54305-2。目前仍在发行中。

[2] 这个短语已经在这次通灵前的循环(round-robin)讨论中被使用过了。

[3] 链结(nexus)：一种连接的方式；一个连接；一个联系。

[4] Q'uo 引用的这首歌是法兰克·辛纳屈的《Strangers In The Night》，1966 年由 Bert Kaempfert（Bert Kaempfert 版权所有）著作的歌。歌词本身与 Q'uo 的评论没有任何关系。在歌词的大部分的发行版本中，Q'uo 引用的部分被视为「拟声唱法」并被描绘为「dooby dooby do」。

[5] Q'uo 团体引用瑞克(Rick Pitino)的话。在他的励志作品中，他用的措辞是「珍贵的当下」。他从 Spencer Johnson 所着的同名的书中取得这个短语。

[6] 可溶混的(miscible)：该形容词的意思是「能够以所有的比例被混合的。用于液体。」

[7] 转换(transduce)：把能量从一种形式转换到另一种形式。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2013 章集：圣诞之光

周六冥想

2010 年十二月 18 日

Jim：今天晚上的问题是关于心智、身体、灵性成长的可能方式，特别是在一年中的这个特别的时期，在二十一号，一天中的黑暗将达到它最大的长度，然后光开始变得更加强烈，接着怀着对耶稣·基督的崇敬，他带着无条件爱的信息而来，战胜了肉体的死亡并示现了复活，人们开始互相赠送和接受礼物，心扉也随之敞开。Q'uo，是否有任何特殊的成长型态在一年的这个时候更合适或更可能在我们自己的存有中激励出来？

L/L <wbr>Research <wbr>圣诞之光

（Carla 传讯）

我们是你们所知的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，我的朋友，欢迎你们，在为祂的服务中，今晚我们加入你们。能被你们呼唤加入到今晚的冥想中，这是我们巨大的荣幸。我们非常荣幸能与你们分享我们的见解。在忙碌生活中，你们有许多必须要做的事情，你们每个人仍能创造时间来寻求真理，我们祝贺你们。看到你们不论在什么情况，也许特别是当事情变得棘手时，你们仍在寻求，这让我们极其的感动。在你们的勇敢和坚持中，你们的勇气让我们为你们感到骄傲。

在我们开始谈论任何灵性主题前，如果可以 我们想请你们帮个忙。如果你愿意用谨慎的耳朵来听我们所说的话，我们将非常的感激。请寻求共鸣的途径，当你在我们所说的内容中找到了它，如果你愿意，请自由地与它一同工作。如果你在我们所说的内容中没有感到共鸣，请将它留在后面。现在它还不适合你。也许其他的时候，你会回来阅读这个部分。但是，现在就随它去吧。放下它吧。请相信你自己的洞察力和分辨力，因为你在道路上，你在任务中。让你的共鸣对你说话，而不是无论什么老师或实体的意见，我们感谢你们的这份恩惠。

今天你们询问关于在这个你们称为圣诞节的时间，你们会有什么机会。在那一点上你们是非常正确的，这是一个各种可能性都成熟的季节。自从那个被知晓为耶稣-基督的实体在地球层面诞生、活着与去世，到现在已经超过两个千年纪了。对于那些想知道为什么这个实体会有这样的持久后劲的人，我们只能说这个实体是一个真实的历史人物，一个很早就感受到他的呼唤，并无尽地为之学习的实

体。当他的时间到了，他走进那个曾去过很多次的沙漠，对他的表兄约翰说:「约翰，为我施洗吧。」

约翰非常苦恼。他说:「我不配」，耶稣坚持这么做，于是约翰遵从了并用水为他施洗。而约翰没有领悟到的是，耶稣将用火为所有跟随他的人施洗。这两个仪式非常的不同。用水施洗有悔悟与回归的能量。用火施洗有创造一个新天堂与新地球的能量。

耶稣开始四处行走并在加利利沙漠的落满灰尘的各个城市中讲话。他经常给予简单的故事，然而这些故事把那些听众的心智从他们以为熟悉的世界带走，接着带入到一个神秘与矛盾的世界中。

他的教导并不是那些教会的教导，我的朋友，因为在耶稣基督死后围绕着他而发展起来的教会已经越来越变成一个政治野心的工具。在给耶稣基督的语录装上华丽的服饰之后，那些所谓的教会的神父们不再寻求耶稣教导的核心，而是寻求创造一个强有力的教会，一个可以聚集影响力与金钱的组织。

于是，所谓的耶稣基督之教会几乎是从最开始就腐败了。每一个教会神父都从(原始)圣经中摘取自己偏好的福音，将其他部分从圣经中去掉，然后他们就感到完全受保护了，例如耶稣自己教导的转世重生的概念，但是在四世纪 当基督教成为罗马的国教时，这个概念被认为是不合适的。

自从耶稣行走于加利利满是灰尘的丘陵和山谷，整整两千年来，教会已经越来越在腐败与陈词滥调中迷失了。而耶稣的言语却留了下来，它穿越许多个世纪，一直呼唤着每一颗心。这一切都开始于伯利恒的一个马厩，或者故事就是这样开始

的。

耶稣基督的寓言是以它们非字面的价值而闻名的，甚至在他最初的门徒中也是如此。以种子的寓言举例。耶稣给出了一个关于落在不同类型的土地上一粒种子的故事。有时种子会落在优质的土地上，生根并繁茂。有时种子会落在石头上，无法找到生根的地方，它于是死去。在各种类型的土壤中，在种子身上会发生各种各样的事情，耶稣全部都做了解释。当耶稣看到他的门徒们正在看着他，彷彿他已经发疯了，他解释说，种子就是「道」(Word)，他可以向每一个人提供「道」，但是，他不能软化他们心之土地。在他到达那里（播种）之前，土地需要变得松软。

请记住，根据福音作者约翰写的：「太初有道，道与神同在。道即是神。」那个道，那理则，就是无条件爱的一个活跃原则，直到今天，仍然如此。

有很多、很多实体，他们从来没有成为基督徒，也永远不会成为基督徒，但是他们热爱耶稣基督的言论与寓言，因为它们的纯净与清晰。耶稣的声音是爱的一种真实声音。他最后的话包含这些：「父！宽恕他们，因为他们并不知道他们在做什么。」[1]

我的朋友，这就是你的情境了。地球上的人类一族从未完全地理解心，也从未完全理解他们所做的事情的副产物与结果。他们从来没有理解，保卫一己的种族，为种族收集资源，抵抗那些被他们解释为敌人的族群，怎么可能是错误的呢。他们从未掌握耶稣简单的教导，一切万物在爱中都是一体的。

说「在基督中 全体是一」是很容易的，但是，如果一个人不是基督徒，那么说

就是没有意义的。我们并不是要将其强加给你。但是我们希望你理解，耶稣-基督之名的力量是一种超越任何信仰系统之上的无条件力量。它是耶稣之所是的实体与生俱来的一部分。他但愿成为无条件与绝对之爱的示范，他做到了。

在耶稣-基督实体里内没有审判。根据(圣经)故事，他和两个强盗犯一起被钉在十字架上处死。他们当中有一个人充满仇恨，而另一个人更察觉他的状况，他转向耶稣说：「主啊，当你进入天国，你会记得我吗？」耶稣立即说：「今天，你将与我同在天堂乐园中。」[2] 你看，他已经在水的洗礼中转变并悔悟了，接着他转向耶稣并接受了火的洗礼。真理之剑触到了他的嘴唇，于是他的罪恶[3]就消失了。

你们每个人，我的朋友，都有一个马厩。里面居住着你的心。你经常去探访它吗？你会进入那里并感觉你脚下粗糙的稻草吗？你能闻到那干草、灰尘和温暖的动物们的热情与亲密的气味吗？你能看到那抱在母亲怀中的小小的婴儿吗？他来到这里是因为他爱了，他想要爱我们。你能想象自己的灵性复合体就好像一个在刚刚投生进入这个世界的婴儿吗，那么地幼小，那么地脆弱，那么地柔软，那么地易受伤害。

你有用(圣母)玛丽亚之爱来振作自己，激励你自己并给自己穿上爱之斗篷的机会吗？你能够鼓励这爱的存在，你内在的灵性，去生长、繁茂并开花吗？你会去帮助那个内在的婴儿，那个灵性自我之婴儿，让它变得能够注视着这个经常黑暗，经常混乱，经常不可理解的世界，并爱这个世界吗？

这个世界想要你审判它。耶稣-基督要你爱它。对于那些统治着政治舞台的人们的心智而言，再没有什么事比鼓励去爱，打开心胸和滋养每个人内在的灵魂之爱

更遥远了。然而，在一年中的这个特别的时刻，全球的人们都已经被这基督婴儿的感染性图像给逮住了：爱之主，全然地依赖于温和的玛丽亚，躺在马槽的粗糙稻草堆中，与牧场的牲畜和牧羊人分享着马厩，马厩的上方漂浮着希望的星辰。

什么是希望？那位叫做保罗的实体说，希望就是对于无形事物的知识。[4] 你在寻找那无形的事物吗？你转向静默了吗？你是否走入马槽并跪在稻草上说：「主，我已经抛弃了最后一丝伪装，我已经真正的贫穷了，在我心中除了服务?的意愿，再无任何其他妄想。」

我们鼓励你在这个季节花更多的时间在你的马厩中，跪在稻草堆上，快乐地与你自我中的无限、永恒之灵魂与灵性的那部分相邻而处。你不是代人照顾婴儿。你不是保姆。不管你的生物性别，你就是玛丽亚。你来到这个世界是来扩大爱，是来成为太一造物者的无限爱与光的一个焦点。
在所有产生公司和战争的文明中，侵略性如同众多河流在你周围流动，这是你在这个世界中的体验，但它们无法淹没爱之声。

再一次记起那位名为约翰的实体说过的话，「光照在黑暗中，黑暗无法扑灭它。」[5]，这是一个黑暗的季节，一年中最长的黑夜即将到来了，那是一个魔法的时刻，将所有的负面性抛弃到黑暗中并拥抱光的时刻。不要简单地抓着任何类似耶稣或你的古鲁的衣角进入光中。耶稣期待每一个跟随着他的人都穿上基督身分的斗篷并成为爱的声音，爱的思想，爱的双手与双脚，爱的意愿与爱的智力。这是一个睿智与慈悲的人，一个唤起跟随他的人们心中无条件与绝对之爱的存有。当那位简单的渔民听到有人告诉他:「来吧，我将让你成为得人的渔夫。」[6]想象一下他的诧异与惊讶吧。想象一下，当一个卑微的税吏计划着对付一些可怜农夫的下一波行动时，他听到召唤，于是放弃了收税转而去服务全人类。[7]

是的，他们都很震惊，但，是的，他们都同意了，接受了一个狂野的、几乎令人无法置信的概念，无条件爱的概念。有多久时间 渔民和税吏从未被给予内在生命的真实价值呢？有多少年 他们活着却从未认为他们自己是「灵性的」呢？他们需要一个深具魅力的人物来唤醒他们。而多少世纪以来，没有任何事物比婴儿耶稣躺卧在马槽里，沐浴在希望之星的光中唤醒过更多人。

这是一年中去拥抱光的时刻，最重要的是，去欢庆、感谢，不是去反叛黑暗，但知晓，黑暗无法熄灭光明。你内在的光是脆弱的，不过它是你内在最真实的事物。

当你质疑自己时，批评你自己时，当你审判自己时，感觉你的自我价值低下时，你都在熄灭自己的光，你可以做得更好，你可以做得更多，你可以做其他事，无论用哪种方法，你都必须找到一条服务的道路。我的朋友，你现在就在服务，就在这个时刻。只要你的心是开放的，只要你爱那些你遇到的人，并且允许他们爱你，你就走在从第三密度毕业的正轨上，你将不费力的做到，因为一切关乎爱。

有一种日常的元素，它每天都渗透到魔法中。它仅仅只是一片林地，它仅仅只是一片森林，然而森林中却有小仙子，林地中却有自然精灵。它仅仅是一片天空，然而天空中却有科学家无法解释的奥秘。当人类凝视着最微小的事物，原子，他们发现了新的奥秘。为了解释电荷，他们遭遇到更多的奥秘。设法解释重力，科学家们一头撞入迷宫之中。他们能够解释造物中能量的效应，他们却不能解释他们的本性。他们使用的是他们并不知晓的事物，而他们制造的创作物却是如此令人震惊以致于它们已经完全的改变了世界。但是，只有爱一直保持原样— 不管在哪一个时刻，因为这是一个完全由爱组成的宇宙。

因此，享受圣诞的灯光吧，它们勇敢地与四周的黑暗对峙。享受赠送礼物和接受礼物的过程，它们是被给予的爱和收到的爱。享受所有非营利组织友善地为你竭力争取的机会吧，他们需要你的钱，这样他们能够对其他人有所服务 好像红十字会和救世军的人们，他们日以继夜，经年累月地服务着。享受给予吧，并知晓它是所有人的一个基本权利，因为所有人都记得，一个微小的实体，他无法说话，无法行动，但是他进入到他的人生中，并在其中爱着每一个人。

找到那从你心灵深处喷涌而出的宽恕之能量吧，赶走审判与怀疑。这是爱之核心，对一切都好有信心，知晓万事顺利，去接受无可避免之苦难就好像一幕和善的戏剧，如同一个仔细安排好的礼物，这样你就可以减轻你灵魂光流中的扭曲，让生命之振动比你刚进入这次投生的时候处于更大的平衡中。

你不必知道你整个灵魂光流的细节。所有你需要知道的，我的朋友，就是耶稣在马厩中给予的爱。在一年的这个时候，感觉天使在附近盘旋，在你的心中，让那「哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚」的钟声响起，知道你开始从内在发光。接着你的马厩就会开始做它进入你心中要做的工作，然后你们成为太一无限造物者爱与光的明显继承人。

我们很高兴能够回答你们的问题，在我们问另一个问题之前，请问现在是否有关于这个问题的后续的疑问呢？

（暂停）

我们是 Q'uo，我们相信那沉默告诉我们在圣诞的主题上已经没有进一步的问题了，因此请问在这个团体中，此时还有其他的问题吗？我们是 Q'uo。

（暂停）

再一次，沉默在回响，我的朋友。我们发现我们已经谈论了你们的询问，现在是我们离开这个器皿和团体的时候了，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们每个人。我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，代表着服务太一无限造物者的天使与行星的邦联，我们祝福你们有个最快乐的圣诞节，最启发之冬至，并在你们生命中的一个全新的成长与学习的周期上，有个最佳可能的开始。

原注

[1] 路加福音 23：33-34 「到了一个地方，名叫髑髅地，就在那里把耶稣钉在十字架上，又钉了两个犯人：一个在左边、一个在右边。当下耶稣说：父！赦免他们。因为他们所做的、他们不晓得」。

[2] 路加福音 23:42-43 「就对耶稣说: 主啊，你得国降临的时候，求你记念我。耶稣对他说，我实在告诉你、今日你要同我在乐园里了 。」

[3] 罪恶（iniquity）的一个同义词是罪（sin）。

[4] 这是一个非常令人困惑的引用，但是我相信该器皿对这个诗篇的不完美回忆来自《希伯来书》11：1— 「信就是所望之事的实底，是未见之事的确据 。」

[5] 约翰福音 1：5—「光照在黑暗里，黑暗却不了解光。」

[6] 马太福音 4:18-20，「耶稣在加利利海边行走，看见弟兄二人，就是那被称为彼得 的西门，和他的兄弟安得烈，在海里撒网。他们本是打鱼的。耶稣对他们说：来跟从我，我要叫你们得人如得鱼一样。他们就立刻舍了网，跟从了他。」

[7] 马太福音 9:9，「耶稣从那里往前走，看见一个人名叫马太，坐在税关上，就对他说：跟从我。他就起来跟从了耶稣 。」

Digested & translated by T.S.

(V)2012，2014 reviewed by cT.

☆ 第 2014 章集：无价值感与愤怒

Copyright © 2009 L/L Research

特别冥想

2008 年一月 7 日

Jim：S 的第一个问题是：「在我这一生中，我一直在处理自己不够好的感觉，一直在处理愤怒。在与我母亲打交道的过程中，我非常强烈地感到愤怒，在与孩子们打交道的过程中 我也可以感到愤怒。在感觉到『不够好』并以愤怒结束的方面，牵涉的灵性原则是什么呢？我应当从这些感觉中学到什么呢？这个问题与自我接纳有关吗？」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。今天晚上的发言者是 Hatonn 实体。[1]

我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中 我们今天来到你们中间。我的兄弟姐妹，感谢你们创造了这段神圣时间来寻求真理。能加入你们寻求的圈子并成为这个工作集会的一部分，这是一件让我们喜悦的事情。我们尤其感谢 S 实体请求关于无价值感与愤怒的信息。我们的观点能够被询问，这是一种荣幸，能向你们提供我们谦卑的想法，这是一种喜悦。

一如既往，我们会请每一个读到或听到这些言语的人 在挑选并使用我们所说的

内容之际 具有辨别力。请跟随共鸣的途径并使用那些和你们有共鸣的想法，并将其他的想法留在后面。那将使我们能够自由地提供意见而不必担心可能会侵犯你们的自由意志或打搅你们自己的寻求的韵律进程。

在知晓你自己，成为一个自我实现的人 并察觉自己的神圣本质的过程中，情绪是非常非常重要的。经常那些寻求去成为严肃寻求者的人会低估或忽视情绪的重要性。这是因为他们看到了表面情绪的肤浅和易变性，他们觉得因为这些情绪是如此高度地扭曲和不平衡，因此没有任何灵性意义上的优点。

然而，在我们看来表面的情绪是个体进入到他自己更深的心智的开端。最沉重的情绪和最轻盈的情绪，最黑暗和最愉快的情绪，每一种情绪都一样珍贵。

如 S 实体谈到的两种情绪— 无价值感与愤怒，是大多数实体会称之为自我的黑暗面或阴影面的一部分。

寻求者有一种感觉，即他不应当感觉到无价值；本不应变得愤怒。然而，情绪涌现不会考虑它应不应该被感觉到。情绪在寻求者的生命中讲述了真理，因此是自我给自我的极好礼物。

情绪从对催化剂的反应和回应[高度染色、冲动性的]开始；它们出其不意地击中一个人。它们不是计划好的。这就是为什么它们承载着真理作为一份礼物。你无法愚弄自己去感觉到一种情绪。情绪单纯地就在那里，你认得它。

然而，对于那些坚持不懈的寻求者，愿意与这些情绪同在并享受它们的陪伴，情绪不会停留在表面。它们开始有了一个更深的生命。当一个人一次又一次地感觉

这些情绪时，他会在每一次该情绪重复时 有机会与那个情绪工作，去拥抱和荣耀它，并凝视着它 以便于看到它从什么样的催化剂中升起。

当一个人坚持不懈地无惧情绪并能够在感觉一个情绪流过他的时候 与自我坐在一起，就会有对那种情绪的一种逐渐地深化。最终，随着在意识中的重复和工作这些情绪，它们开始产出果实，寻求者开始瞥见精炼过和净化的情绪 带着如此亮丽的色彩喷涌而出。最终，情绪能够将一个人带入原型心智，在那里 得以找到最深的真理。

在原型心智中，这些情绪流动如同地下河流，清空流入至福与无条件爱的海洋，那就是一切万有的开端与终点。当它们蜿蜒流过原型心智的时候，它们灌溉了那组成意识根部的古老神话。你的灵魂故事是情绪性的，它们有一个形状和方向。这就是寻求者首先体验的 那高度染色和不舒适的表面情绪的美丽了。

在这旅程中 一个人从发现无价值感或感觉愤怒 到达拥抱那无价值感和愤怒并无条件爱它的位置，这肯定是漫长的旅程。然而，我的姐妹，这是个值得花时间的旅程，在其自身有其甜美的旅程。因为每一次 你能够对自己的触发点和反应进入一个更大理解的位置时，你就已获得那个一直以来在自我的阴影面中失落的破碎的自我的部分。当你将其带入到自己的关注之光中时，你就能够与之一同工作并帮助这种感觉充分发展，变得成熟并开始有越来越多的清澈度与纯净度了。

换句话说，你正在精炼那粗糙的表面情绪，于是它得以越来越深地穿透文化适应性的层次、先前假设的层次，以及所有各种各样的层次，属于你的表面心智和你的文化、父母、老师所给予的礼物。一般而言，个人的真理并不存在于文化、父

母或老师 以及他们所说的事物中。因为在很大的程度上，寻求者必须发现自己的真理 并让这些真理成为一种个人的信条。

因此，这些情绪虽然在体验上经常不令人愉快，却有着巨大的价值。我们这样说是因为我们希望鼓励寻求者与他感觉到的情绪一同工作，不批判它，不谴责它，不对它漠不关心，而要给予它表示尊敬的关注，研究它，探索它。每一个情绪只要被给予这种荣耀和尊敬，都将以越来越多的一种确定感[关于他是谁和为什么他在这里]来回报寻求者。

在某种程度上，当你与情绪一同工作时，你就在恢复并重建你完整的自我。你可以将这些情绪视为珍宝。表面的情绪会告诉你 那珍宝存在于哪里，接着你就可以与那情绪坐在一起并考虑它如何升起。触发物是什么？当你对无价值的感觉和愤怒的感觉有那种回应时，正在发生什么事呢？

有时候答案是非常清晰的。在其他时候答案是完全不清晰的，那么你就必须如同寻求被埋藏的珍宝一样地去挖掘，仔细查看你的记忆来找到你有同样情绪的其他时刻。在那时 你的触发物曾是什么东西？将它们与此刻正在发生的事情进行比较，你就会开始看到一种重复的模式了。你就会开始让自己变得更有道理，开始拥有更多知识，关于你是如何成为现在正在体验的这个实体。

这点对于所有情绪，正面和负面的情绪，都是有效的。而我们现在要缩窄视野并特别讨论这两种情绪，对于它们的价值和它们在成熟的灵性寻求者的发展中的位置上 在这两方面提供一些想法。

我们会首先处理无价值感，因为它是更加初始的情绪；那就是说，就是在反应无

价值的感觉中 寻求者经常变得愤怒，而不是以反向的方式进行。因此，我们先注视无价值感。

这是一种非常常见的情绪。很多寻求者，他们会说，尤其对于这种情感已经拥有真的太多体验了。肯定地，这个器皿相当经常地体验无价值感，她继续需要与那种情感坐在一起并拥抱它，这样它就可以讲述其故事并感觉它是被接受的。

无价值感的根源倾向于在童年时代被找到。在一个寻求者被扶养长大的过程中，有很多次 寻求者，作为一个年轻人，听到责骂和责备，被告知他是一个没有价值的存有、没有把事情做好、本来可以做得更好、做得不足够、以及种种这类的事。年轻的自我相对是无防卫的。相信自己所听到的事情、接着吸收它并把这个信息当作是真理一样地接受。

从灵性上而言，它不是真理，这个事实与(听者的)心理无关，该心理包括这些言语是如何被父母、老师、其他的权威人物如此不小心地说出来并沉入其心灵与深邃心智之中。

随着一个人在身体上逐渐长大，权威人物可能会、或者可能不会 仍然出现在它的脑海中并继续告诉寻求者 他是无价值的。无论如何，这些声音一直被内化，所以，如同这个器皿的情况，即使父母都离开了，仍旧有能力听到那种声音说着：「那是一个好的努力，但如果你做了这个和这个，就会好得多。」或者：「你是笨拙、愚蠢的，你做的还不够」，等等。

因此，这些声音继续在寻求者的心智之外拥有任何的生命，即使这不是必需的，因为它们被内化了，因此，它们会在触发记忆的情景中喷涌而出，那是对这些言

语在先前曾被说出的时刻的记忆。
通常会触发无价值感的事物是一种自我感知上的差错或错误。这个器皿，举个例子，经常会遗忘某个东西，紧接着她就有一个内化的声音说：「你怎么可能忘记呢？」就这样，她就被触发产生无价值感了。

有多少种情况，就有多少种方式去发现一个人已经犯了一个错。任何数量的事物都能够将寻求者带到那个被无价值的感觉所触发的点。

这是特别痛苦的，因为一个寻求者通常是非常服务他人导向的人，他完全不愿意犯错误，他已经非常努力地做到最好了，因为他的柔软心肠，一直希望去让他周围的人高兴。当人们不高兴并且不理解他们正被给予的礼物，反而将礼物向他扔回来说：「这不好，还不够，完成的很差劲，我不需要这个」或者说那种效果的言辞时，触发就自动发生了。寻求者对自己心里说：「我这么努力地尝试却失败了。」

现在我们开始学习如何去打断这个触发过程的技巧。一个人并不希望去压抑无价值感的情绪。有技巧的寻求者愿欢迎它，如同他欢迎所有的催化剂一样，并把它带入平衡的过程中，关注它，甚至强调它，接着问自己：「这个情绪的动态对立面是什么？」

在无价值感的个案中，对立面是有价值(值得尊重的)，因此，在一个人体验了无价值感之后，一个人可以等待它的动态对立面，在冥想中安静下来，请求并祈请它，有价值感接着就会带着它自己的信息流入意识之中。

为什么寻求者是值得的？因为寻求者是一切万有的一部分。一切万有就是无条件

的爱。那么，寻求者的价值就是无限的。在寻求者真实和深入的本质中 别的没有 只有价值。然而，如果一个人不谨慎小心，当一个人看到价值的时候，他接着就选择有价值超过无价值 因此对自我做出评判。而这不是某种我们鼓励的事物。

相反，我们请你带着慈悲看到无价值和价值的完整运转，直到你看见两者在你的本质之中 保持在动态平衡的位置上。两者都有它们的好处，因为它们正在教导你来到这里要学习的课程。如果你的确已经开始发现你的真实价值，你就不会在开始考虑你的真实价值之前 不先去感觉无价值。它就如同一个警报或报警器 让你在自己的内在醒觉到这个议题，因此，你就可以与它一同工作并把它带入它应得的平衡，以及在你的性格中对它的需要。

当一个实体尚未觉醒时，通常不会有无价值感的痛苦，程度远不及一个寻求者感觉的痛苦，寻求者意指已经觉醒并发现他的真实本性；然后，他但愿所有经过他的心智的东西都是爱与光、平静与亲切的想法。不过，为磨坊带来谷物并使得此生运行的动力学不仅仅通过一个人视为理所当然并感觉非常好、非常顺利的事物的所有好感觉而运作，还通过让一个人意识到自己的不平衡的那些不舒适情绪而运作，因此，一个人就可以接着转过身，走向那些不舒适的情绪，把它们聚拢在他的双臂中，带它们进入他的开放心轮中。

我们不是在暗示，经过了一段时间之后，在无价值感上进行的工作将使你终止去感觉无价值。你可能会挖出一个接一个再接一个的触发物，而通常的情况是有如此多的触发物被埋在一个人的记忆土壤之中，这些记忆来自于与无价值感联系在一起的那些过去的痛苦时刻，一直都会有那些被触发 并感觉到较少价值的时刻。

如果人类的本性是可臻完善的，情况就不会是这样的了。但是，人类的本性就是被设计为不完美的。这赋予人类持续的机会 去更深地发现关于自我的更为根本的真理。

批判的能量在无价值感中有很大部分的影响力。我们重申，批判自我没有帮助。相反地，对自我抱有慈悲并关注自我是有帮助的。每一个困难的情绪都是一种对帮助的呼唤。它是一个进入自我之中，进入那个你能够成为自己的母亲、父亲、自己的朋友的地方的呼唤，这样你就可以治愈过去的创伤并宽恕自己，宽恕首先给予你这些伤口的其他自我了，这些伤口已经给予你如此多发人深思的成果与食粮。

愤怒通常是批判的一个副产物，那就是为什么我们说愤怒依赖于无价值感的原因了。我们会区分两种愤怒的情绪，一种涉及到正义感和公平感的义怒情绪，一种似乎是凭空跳出来的的愤怒— 回应某人说的某件事或生活中的小小不公平。

为了去感受愤怒，一个人并不需要去经历与另一人之间的人际关系。愤怒能够由自我单独产生出来，因为有大量的触发物被埋在日常生活的经验之中。例如一个人有一个锤子和钉子，一个人拿起锤子试图敲击钉子，却砸在拇指上。愤怒正是从批判的末尾部分升起的。首先的感觉是瞬间对自我的批判：「我没有价值，我无法击中钉子。」接着愤怒就出现了。也许寻求者甚至没有觉察到在愤怒之前的那种无价值的批判，因为愤怒如此迅速地升起；而它是因为自我批判而升起的。

我们是否暗示一个人在愤怒上进行了很长一段时间的工作后，他就变得不受愤怒的影响，不再有那种朝向愤怒的冲动了？不，我们没有暗示那一点。再一次，人

类就是这样组成的，一直都有那些保留下来的 不完美的部分。「我可以把这愤怒从我的本性中镇压下去。我可以超越这愤怒，可以不受这愤怒的影响。」这样的思考是没有优点的。

我的姐妹，我们绝不会建议你不受愤怒或无价值感的影响，因为那会把你自己的一部分留在后面。并不是说你是一个无价值的存有或一个愤怒的存有，而是说那个部分是完整阵列的一部分，该阵列有自我的正面和负面、光明与黑暗、发光与磁吸的部分。太一无限造物者超越一切言语爱着的 就是你完整的自我，不是好的自我或有价值的自我或宁静的自我，而是那个全部事物的自我，包括有价值和无价值，宁静和(不宁静)，以及每一个能够被想到的其他动态关系。

造物者如你之所是地爱着你，你与这些情绪工作的希望逐渐来到一个位置，在那里 你对自我的那些不时让你担忧的部分拥有慈悲，就好像造物者拥有的慈悲一样。自我的那些部分不会削弱你；不会以任何方式带给你耻辱。你的感觉全部是同等有价值的，应该得到尊敬和关注。

我们会要求你对自己求爱，就好像你是自己的情人一样。一开始 自我是害羞的，而你，治疗者，必须说：「哦，请吧，我是不会被冒犯的。我想要听听你的无价值感。我想听听你的愤怒。请过来 告诉我 你的故事，我将聆听，我将不批判。我将爱你，我将慈悲对待你。」

渐渐地，接着你就会开始为自己创造被治愈的感觉，因此，当你被触发时，你知道你被触发了，表面的感觉再也不会把你卷走了。你的感觉开始在它们身上有了一种深度，因为你掌握那被触发的冲动，你拥有如此努力工作去获得的觉知了：「啊，无价值感来了，啊，愤怒来了。」你爱你的无价值感，爱你的愤怒，爱那

些组成你之是的情感。接着爱逐渐溶解这苦涩，也就是你对这些表面冲动的本能反应，这些冲动不会取悦你，作为一个灵性的寻求者，它们听起来似乎不是真的。

我们向你保证，我的姐妹，你将一直响起真实的铃声。你的情绪一直告诉你一个真相，在它们的手中 一直拥有礼物。当你的情绪被爱和理解时，它们将给予你其中的秘密 并向你显示出你内在的那些需要治疗的地方。因此，当你感觉到无价值或感觉到愤怒时，把自己抱在你的双臂中说：「不管怎样 我都爱你。我用我全部的心爱你。你是我的宠儿；我的甜心。让我紧紧抱着你并把你放在摇篮中。」接着所有的苦涩就会逐渐溶解，所以，虽然你理解你有着非常不均匀、有时不平衡的表面反应，你也拥有慈悲。

一旦你已经开始对自己拥有真实的慈悲，那时，也唯有在那时，你能够开始对他人，连同他们自我感知的 和被你感知到的全部错误 都拥有真实的慈悲，从这方面而言，你与自己工作的过程是非常重要的。当你最终爱上自己的时候，你就能爱上其他人，并把自己和每一个其他人都一样地视为太一无限造物者的火花。

你生活在第三密度之中，生活在黑暗中。这是一个无知的地方。这里的面纱是厚重的。你将一次又一次地犯错并感觉到没有价值。你将一次又一次地愤怒。然而这也是好的；也是有帮助的。这也是磨坊中的谷物，该磨坊创造出你的性格和你的灵魂的精炼物，这样你开始变得越来越透明 并不是说你已经克服愤怒或无价值的感觉了，而是说 你透过这些表面情绪看到你的深邃自我之美，你开始对那深邃自我[超越日常生活表面的波浪颠簸]拥有一种真正的自信。这种透明度使你成为一个越来越好的灯塔。

在第三密度中 你绝不会停止成为不完美的，但当你对立自己拥有慈悲时，你就会对这些不完美变得透明。你对更深自我的信心把将你从周围这些负面情绪的束缚中解脱出来。你就可以释放它们。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

你可以重新开始。在此同时，以无限额度流过你的无限造物者的能量就有一条通过你的无障碍路线，所以，你就可以把光照耀到这个世界中，不是从你自己起，而是光通过你自己而照耀。

这个器皿通知我们 录音机的翻面声是个信号，让我们从主要的问题离开 接着考虑其他询问。现在 容我们要求 Jim 实体朗读第二个询问。我们是 Q'uo。

Jim： （朗读来自 S 的问题）「我有三个孩子 两个长大的女孩和一个男孩。在我与他们之间的关系中所牵涉的灵性原则是什么？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。在拥有孩子的方面 牵涉的灵性原则是守护者和爱人的原则，看见这些孩子的美丽，都是造物者赋予她的礼物。孩子对于父母是一个机会— 以一种非常特殊的方式去分享和服务另一个实体。

作为一个母亲，我的姐妹，你比任何人都更佳地知晓 当你的孩子第一次来到你面前时 他们的全然无助。当他们第一次来到你面前时，他们无法说话或根据自己的意愿行动。你必须喂养他们、为他们保持清洁，温暖他们并提供一个他们在其中感到高兴和安全的环境。相比在你的生活中 你可能有的任何其他的人际关

系，你已经从你与孩子之间的关系中 学到了服务他人方面的更多事情。因此，他们一直是你最伟大的老师。

也许你会想知道，你要如何爱他们呢？而我们向你保证，我的姐妹，你已经非常好地爱他们了。继续以你全部的心 非常好地爱他们吧。也许你感觉在表达那种爱方面 并不是完美的。不过 你一直在给予他们你最好的和最高的事物，这就是你在此刻持续的希望了。

因此，我们对你说，涉及的灵性原则就是服务他人的原则。在你们任何一个人进入投生之前 你就已经选择了那些与你达成协议的实体们，那个协议即你们将拥有这个特殊的关系。你已经做到了，你会继续尽最大的努力向他们提供你心中所有的爱。你给予他们的最伟大礼物就是这种单纯的无条件爱。

自然地，为了保护他们而教导他们文化的方式，这是必须的，因此他们会知道当他们与其他人在一起的似乎应该如何举止端正。无疑地 这会让你一次又一次地和他们产生冲突。而我们向你保证，我的姐妹，爱服务一个年轻灵魂的一种方式就是去指出边界在哪里，指出作为人际交往的基础法则在哪里。

如果你已经完全地给予他们要求的每一件事物，如果他们向你提出无论什么要求你都说是，你就不会把你的智慧给他们。而我的姐妹，他们需要你的智慧，也需要你的爱。

养育一个孩子是一件非常敏感的事情。你无法用相同的方式养育任何两个孩子。每一个实体都是属于自己的实体。在一个人格上进行的工作 对另一个人格是不起作用的。因此，很多时候 你会想知道是否在做正确的事情。而我们对你说，

如果你能够保持你的意愿去给予你最高和最好的东西，那么你已经做了正确的事情。

最重要的是，涉及对他人有所服务的原则是去给予那你确实带着爱给予的礼物。我的姐妹，你已经做得非常好，继续全心去做那件事情吧。有时你忍不住进行表面上的批判，我们刚刚已经对你说过，批判是没有益处的。而当你正在指导一个发展中的灵魂的时候，你有那些时候，说出「这不好，这是没用的，这没有帮助」等等的话，这是好意的。但总是去尝试，我的姐妹，说那些你必须说，做那些你必须做的那些事，它们源自一个无条件爱和慈悲之处。

我们可否请求 Jim 实体朗读下一个问题？我们是 Q'uo。

Jim：（朗读来自 S 的问题）「有时感觉到我儿子看见了一些我看不见的事物，也许是来自无形世界的。他对这个很害怕，不想谈论这件事。你能够确认这一点吗？我如何才能帮助他不害怕呢？」

我们是 Q'uo。是的，我的姐妹，我们可以确认这点。当一个孩子对超自然的力量敏感时，或者当任何实体是对超自然力量敏感时，这会是一个让人感到困扰和感到害怕的事情。在他周围的其他人没有体验到他所体验的事。他没有真实的架构来理解他的体验。当经验未知时，感到恐惧是一种自然反应。

如果你考虑一个服用毒品的实体或一个摄取过多酒精的实体，这可能会帮助你理解这情况感觉起来是怎样的，因为在意识中发生的改变，有一种通常不会出现的觉知在他身上发生。这个实体会称之为一次「迷幻之旅*」。
(*编注：原文为 bad trip，有心人可查阅 Wiki 百科以深入了解)

当一个实体经历了一次迷幻之旅，他感到恐惧，在那种恐惧的周围紧缩。这就是对未知的恐惧。这就是他对某种不理解的事物的恐惧。自然地，在你的儿子的部分，在所有那些实体[天生就超常灵敏并能够感知无形世界]的部分，这都会是一种不安和不舒服的持久性源头。

首先，为了回应他的需要，你可以做的事情是让他放心，并像对待普通的事情一样对待这些事情。当他没有谈到那些事情时，不要试图去讨论那些事情，那么，你就不能在安慰(他)的过程中使用言语。但是，你总是能够保持一种均衡的平静，这种平静不会因为他可能正在经历不理解的事物而发生改变。那种平静本身就是让人放心的。

如果父母对于孩子感知到某个东西的反应是害怕或担忧，接着 那个孩子就会感觉到它并且将它投射到他正在感知的东西中，因此让他的不适变得更加严重。但当他从他的父母除了感觉到一种持续的爱和平静之外感觉不到任何事情，那么他就会知道每一个东西基本上都是没问题的，即使他不理解发生在他身上的事情。

随着这个年轻的实体的年龄增长，他将毫无疑问地开始更多地谈论这件事，如果不是对你，那么就是对另外某个人。如果他确实选择开始与你谈论 他并不理解的事情，接下来你就可以与他分享你对于无形世界的理解了，它们和有形的世界一样是真实事物的一部分，它们仅仅就是事物的另一面。有空间/时间的物质性世界，有时间/空间的形而上世界，对于一个实体，去体验时间/空间中的事情和体验空间/时间中的事情是一样自然的。

然而，尚未觉醒的灵魂通常不会体验到时间/空间。因此，这个年轻的灵魂没有任

何人去与他谈论。当他的确想要说出来的时候，在他身边，并继续一种静默的安慰，直到他确实开始沟通。

当这个实体变得越来越能够使用他的智能并吸收这种信息时，把一些书放在他周围并谈论这些书，藉此撒下小小的种子可能是有帮助的，这样，他在某个时候可能会选择他感觉适合的书，开始在关于这些无形世界的问题上进行一些阅读，并开始为自己探索发生在他身上的事情。也许他可以完全靠自己去做功，开始去理解他的天赋。把这些书放在他可以接触到的地方，这将是有帮助的。
我们可否要求下一个询问？

Jim：（朗读来自 S 的问题）「我有一份特别困难的工作，我不喜欢的工作，但我需要它来付各种账单。这不是我第一次与困难的工作打交道了，我非常努力地尝试去看到我的课程是什么，但我仍旧很困惑。Q'uo 能够为我提供一些建议 如何与这个催化剂一同工作？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。或许，我的姐妹，你觉察能量体及其七个脉轮的概念。每一个脉轮都有它自己的礼物和它自己的能量种类。所有七个脉轮在整个能量体的平衡方面都是同等地重要。自然地，你希望一个身体在其整个系统中都是强壮的。例如，你不会希望你的双脚是虚弱的，而头脑是强壮的。你不会希望你的双手是虚弱的，而肩膀是强壮的，等等。

你想要你全部的能量都处于平衡和健康的状态。因此，你想要你的红色光芒是强健的，伴随着性欲与生存的议题。

类似地，你想望你的橙色光芒是强健的，伴随着这些议题：自我与自我的关系、

你与其他人的关系、一对一的关系。

你想要你的黄色光芒是强健的，伴随着这些议题：出生的家庭、婚姻家庭以及工作家庭之类的团队关系。

那么 工作的议题就与你的黄色光芒有关了。在你进入到投生之前的选择中已经包含了在工作场所中 事情会如何为你而顺利进行的选择。你已经选择了通过在你的工作场所中 经历那些在主观上不会被视为理想的情境来加强你的黄色光芒。

类似地，你已经和出生家庭和婚姻家庭的能量一同工作，那些能量也偶尔是多少有些困难的。这些困难是在适当的地方发生 以便于你可以与它们一同工作，并通过坚持不懈地愿意与这些困难的情绪打交道 而强化你的存在，这些困难的情绪就是通过在出生家庭、婚姻家庭和工作中的那些较不理想的情境而引发的。

当你的成熟将你带离与出生家庭的直接经验时，当生命也带着你穿过在婚姻家庭方面 与更多困难打交道的经验，现在就是在你的人生中 聚焦于工作家庭的困难的时候了。

你如何才能在鼓励你自己在把这些困难视为成熟的媒介物方面更有技巧呢？那些媒介物将帮助你在你的黄色光芒中变得更加成熟。每一个实体都必须为她自己在这方面进行工作。我们也许这样说就足够了：只要你继续寻求在你遇到的每一个实体身上看见造物者，你就不会出错了。

这个实体经常问她自己：「此刻爱在哪里？」我的姐妹，当你问自己「此刻爱在

哪里」的时候，就你的黄色光芒工作环境而言，你可能会发现爱在此刻必须从你而来。因此，视你自己为一个信实的、有自信的爱之生灵，因为她知道这个情境已经被给予她了，好让她在其中可以成长并变得更强壮、更睿智、更有爱了。

我们意识到没有办法始终从理想的意义上来行为得当，尤其是，如在这次冥想之前的循环讨论中 有人向这个器皿表达的一样，当需要支付账单时，该工作环境已经许诺为完成的工作给予报酬，却没有提供报酬。这在每日生活中制造了一个危机。有要满足的责任；有孩子牵涉其中。

我的姐妹，首先，这是一个变得实际并去考虑找到一种方法去支付账单的时候了；在那儿 当工作完成之后，工作的报酬就在那里。

但，其次，这是一个祈请信心的时候，因为在真相中，造物者的确提供了今天被需要的事物了，因此，当出现那种没有拥有足够事物的感觉时，我们请你们聚焦于那些你已经如此丰富拥有的事物和那些对今天是足够的事物。开始进行工作，继续感谢与欢庆，继续拥有那丰盛的意识。因为，这也是黄色光芒的一门课程：这里有丰盛，但这是仅仅只为今天的丰盛。

在被这个器皿称之为主祷文的祈祷中，有这样的要求和请愿：「今天，赐予我们日用的食粮。」聚焦于这个概念，为一个人在今天拥有的事物而欣喜 并赞美今天的丰盛。这样，就会有一种对你正在经历的情景的改善发生在你身上了，如果它不是在外部的世界，它肯定是在你自己的领悟的内在世界中。作为一个寻求者，你正在工作以精炼的事物就是这种领悟。

与这个团体在一起真是让人喜悦的事情，今天 我们感谢名为 S 的实体和所有坐

在这个圈子中的人 给予我们机会和你们在这些主题上发言。

然而，这个器皿的能量衰微了，我们会在此刻离开这个器皿和这个团体，我们再次表达我们的感激和快乐，能作为这个神圣空间之美的一部分。我们感谢你们，向你们提供我们的爱、我们的支持、我们的鼓励。在任何时刻 你但愿我们在场，你们仅仅只要请求，我们就会与你们在一起。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。
Adonai。Adonai vasu。

原注
1、Q'uo 原则由三个群体组成，Hatonn，Latwii 和 Ra。通常代表该原则的发言者是 Latwii。 Hatonn 偶尔作为发言者，如在这场集会中一样。Ra 从未作为发言者。
Translated by T.S.
(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2015 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十四

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 24
Copyright © 2007 L/L Research
1994 年 9 月 24 日
（这次集会之前有一段调音和冥想）

团体问题：假如一位流浪者想要去忆起课程，他或她可以做些什么事情呢？有预

先计划好的服务吗？在一位流浪者和第三密度的实体之间，它们的课程有差异吗？我们如何连结地球并且使我们自己接地，而非只使用我们较高的能量中心？

Q'uo：我们是 Q'uo 原则。在太一无限造物主的爱与光中问候大家。

我们感到极其荣幸 在这个早晨与你们在一起，我们喜欢你们团体所给予的这些幽默又深入的考虑。的确，对于那些寻求服务的人们，在这条尘土飞扬的道路上有同伴时，道路变得不那么严峻和困难。相比每个人分别地进行服务，一起进行服务是更加巧妙地且更有效率地服务。我们在你们人群中 看到正在发展中的这种朝向合作本能是一项艺术和技巧，而这种艺术和技巧在被强化的存有的创作中是一个钥匙，而它就是在被人们如此频繁地称为新时代之内被给予的。

第四密度不是凭借着一道巨大的裂缝与第三密度分离，而仅仅凭借第三密度实体的阻力，当面对需要成为一个统一且和谐的团体时所产生的阻力。要知道在你独一无二的道路上 你们每个人都是极有价值的；假如从未有过在一个团体中稳定行使机能的机会，然而 藉由在信心中活出一次人生而提供的服务仍旧具有无限的价值。而当作为一个圈子或团体的一部分而服务造物者的机会出现时，我们鼓励每一个人欢喜地抓住那样的机会。

我们发现流浪者这个语词有许多个意义层次。当然，那些已经从其它星球与其他密度来到地球层面上的人，他们已经流浪到很远的地方了，然而，请考虑一下在投生中的每一位实体不是来自地球，而是来自在所有表面和实质背后所潜藏着的那神秘。地球无法生育灵，地球仅仅可以为众灵的肉体、心智体、情绪体在投身的过程期间提供一个家。喔，亲爱的灵魂们，你们每个人拥有一个远离地球层面的家乡。这个家园存在于空间和时间之外；每一个人的确是都是一位流浪者。对

于大部分的实体们而言，会有一定程度的舒适，有一种极大的能力 去享受地球体验并在其中感觉如同在家一般轻松自在。那些称呼他们自己为流浪者或被那个语词所吸引的人们的本性就是会对当前的第三密度环境单纯地感觉不舒适或不是原生的(环境)。

让我们看看一位流浪者的故事的外形。有一种与人们通常的想法不同的觉醒认识在头脑中浮现出来。通常，甚至是在童年的早期，流浪的人灵在心中就有一种“我不属于这里”的感觉，所以流浪者启程踏上一场艰难的旅程；她不知道前往何方；他也许无法说清楚为什么要流浪。每一个探索的人灵都想知道：“我将要拿走什么？我将要留下什么？这道路的规则是什么？”答案逐渐消失而无法被精确地捕捉，然而总是有内在的天性呼唤流浪的灵体向前进入未知，这呼唤无情地要求那个进行寻求的人格把以前的结构放置一旁 并在情绪上变成不舒服和不协调，这个人格被(各种)改变和转变所淹没，感到心烦意乱；所有属地层面的东西都飞走了。旅行者没有行李。酸痛、疲惫、困惑，流浪者时常会坐在路边。最后，流浪者用尽了所有的资源，却看不见终点，他转身— 不再竭力争取，他放弃了— 接下来，就在这个时刻变得如此清晰、如此明显以致于流浪者感到难以置信，想着“我怎么可能已经错过这座路标呢？”

这座路标指向内在。

向外移动、流浪、旅行、伸展是如此必要的，为了要磨炼渴望，锻炼人格。不过，在每一条小路的尽头有个简单明了的路标：“向内走… 向内走… 进入汝自己的内心 第一次知道你是在家中，你与现在、过去、未来的一切都是一体的。”

当我们尊敬与挚爱的弟兄亚伦和我们谈论关于不舒服和疏离、孤独、饥渴的体验

的各种各样的面向时，请一直在内心中记得 我们一再保证，你们真的是在内在的家中。通往无限，通往更大的实相，通往被开放的爱之觉知的道路— 这些都是每一位存有内在的礼物。在一天的忧伤和奋斗结束时，你将一直来到这些礼物前面。那里有喜悦，有舒适。在那里，内在之中，愿每一滴泪水都被擦干。从那座家的火炉边，藉由爱与智慧，你得以神清气爽地醒来 并进入神圣戏剧之舞，你体验它为人生。

此时 我们把麦克风交给叫做亚伦的实体。我们是 Q'uo，我们在爱与光中离开这个器皿。

亚伦：我是亚伦。对你们每一个人献上我的爱。

对于来到地球层面的流浪者 和已经在地球层面上充分演化的第三密度存有，两者之间的体验上 不同之处是什么？除了认识到你们已经在别的地方待过，以及如同我的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo 刚刚已经描述过一样，寻求某个别处之外，在两者之间有任何别的不同之处？对于你们所有人，那某个别处的想法一直都被携带在内在之中。对于你们所有人 那些完全通过地球层面进行演化的人 或那些已经历其他层面的人，在你们演化中的一个主旨就是开始发现你们不需要寻找家，家就在内在；神在内在，并非那无限制之光和能量的全部，而是祂在你自己个人身上的那一片。

想象一个孩子画一个太阳：一个发光的黄金圆盘。这孩子在这圆盘上放了各式各样的三角形。那是他画的太阳光束。一个人可能会说太阳光是从太阳放射出来的。在那太阳光束的尖端处拿起它并将它往内推。难道那儿的一切事物不都具有和太阳相同的特性？不论你是不是流浪者，一旦你发现你真实的本质是神圣的

而且从来没有与一切万有分离，那么你就做好准备去带着爱与智慧，带着怜悯心在任何层面上生活。地球层面为所有的存有都提供机会去探索他们真实的本性。

在任何层面上的每一位存有都拥有自己特定的技能与经验，要带给下一刻。我要求你们在这里 与我一起进入一个想象之中。让我们观想一个有点原始的农业文化：人群与土地生活在极大的和谐中，人们从土地中创造它们所需要的食物并喂养他们自己和彼此。没有对于诸如轮作耕种法之类的微妙性的化学上的理解；但却有一种对土地的情感，有一种对于土地发出的振动的敏感，因此，土地被作为同伴一样地被对待，而不是在制造食物的冒险活动中 作为奴隶。

在某个时候，这个文化因为缺雨而遇到一些困难。在这场持久的干旱中，庄稼毁坏了，人们在挨饿。这场干旱的情况传到了位于大洋彼岸一个人的耳中，他处于一个具有先进技术的文化中。这个人渴望去服务，同样也感到他或她可以藉由学习这个文化与土地和谐工作的方法而受益。这个人感到不安的，也许是因为他的同辈对待地球的方式就像对待奴隶而非对待同伴或共同-创造者。这个人出发了，接着，在船上想出了一个计划："我将要教导他们技术来将水引入他们的田地中，而我将向他们学习如何与土地和谐地生活。"这个人来自一个技术高度发达的地方，在那里预防干旱单纯地是一个利用动力通过管道抽水事情。无法在身上携带着数千里的通道。既无法带上电力，也无法带上原子能。所以他不是带着工具，而是带着一种对于如何完成这项工作的理解 赤手空拳地抵达了。他必须完全地融入他所面对的文化中，并完全地接纳文化上的限制：

他感到疑惑，"如果我看到的图像是那个文化里面的人群并不拥有的图像，该怎么办呢？"他知道给这些田地输送水是可行的。如何用与这个文化的知识和价值观一致的方式来进行这个工作？不过他知道这是可以被完成的工作。为了进行这项工

作，必须完全地把他自己融入文化中。他必须注意到：“我们无法制造铜管。我们将如何做呢？”通过仔细观察，它注意到森林里的某些植物，它们当中有一些可以被挖空并且被连接起来。它注意到风车，它的风力可以被利用来汲水引入田地中。

在某种意义上，这是一位流浪者必须做的事情。在你投生之前你很清楚：“这就是前方的工作。我将协助去教导这一点。”当你进入幻象时，在星光层中的一件简单的事情，将大大地改变。为了教导你前来要教导的事情，首先你必须完全地把自己扎根于该幻象中，你必须接纳你的人性。

对于这个我们已经用作范例的存有，在发现地球确实提供每一件被需要的事物的情况下，他不再需要制造铜管的技术了，他与地球取得一种更深入的尊敬与和谐。在他前来学习的 与地球建立合作关系的工作方面，还有什么可以比这更好的 教导他的事物呢？当你将自己与你的体验分开时— 将地球视为是世俗的、令人索然无味的事物而摒弃地球，甚至在你不情愿与较低脉轮工作，不情愿与作为地球层面的一部分的情绪 以及生存方面的事情工作时而摒弃地球— 你无法学习。假如你无法学习，你就无法教导。就是如此简单的事情。你必须完全地进入幻象。

我们从这个问题开始：“流浪者的体验与完全在这个层面上演化的存有的体验，两者之间的区别是什么呢？”让我们再次进入那个比喻之中：一个跨海而来的旅行者可以穿过这些森林、观察并寻找某个事物来输送水，不过他不知道这种树木的特性是中空的。假如他一直都不告诉别人他的寻求，该导管可能永远都不会被发现。当他告诉他住在这个地方的朋友，“我寻找可以输送水的东西”，而且画了一张导管的图，接下来，他的朋友可能会说，“啊哈，这棵树！”并砍下一颗树展示

给他看：“你有看到里面是空的吗？我们可以将它们连接起来。”这是一件合作的事情。流浪者不是来到地球层面而且单纯地用一个银色的托盘将信息递给地球层面。流浪者必须与地球以及所有生活在这里的人们合作。

那些属于第三密度地球的人，完全经由地球层面演化，有着他们自己的深度技能和理解。流浪者可能从其他地方带来技能、洞见、能量。他们集合在一起，学习逐渐增长了；在那种集合在一起的体验之中，先前的边界脱落了。为了一起工作，你必须检查那些在你释放你的分离时 升起的恐惧。去查看那些恐惧并且开始演化超越它们，这是你的成长的精要过程。这一切都完美地聚合在一起。
不论这位流浪者是如何先进 [或许来自第六密度，拥有极大的智慧，极大的慈悲]；他在教导的同时 仍旧要学习。为了学习，必须带着觉察的一个面向完全地进入幻象，而同时藉由察知的其他面向知晓，它正在进入一个幻象 而这个幻象不必被视为唯一的实相。我昨天通过一个舞台的比喻谈过这一点，这里我将不会重复它。

对流浪者而言 最大的痛苦或许是完全地进入幻象。对于在其他层面上 执着于他的身份— 它是强力或是更明智的，就因为它在这方面的误解，他想要去维持他的分离性。我不是在建议 它不想要让它的双脚在地球层面上被弄脏，因为在很大程度上有一种失去他的清晰度的恐惧感，就好像当一位演员踏上舞台上 并如此深深地被这个角色所感动时，他或她会害怕对那个角色完全地给出自己，因为恐惧它的心将会破碎。

在此，我想要把你们转回给 Q'uo。感谢你们深情的出席与关注。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们感谢叫做亚伦的实体。

是的，每一个人有忧伤也有喜悦，有心碎也有浪漫的欢欣鼓舞。通常，每一个人都可能想知道在人际关系的方面是否有益处。我们对你们说，我们的看法是，你们进入地球层面就是为了人际关系以及所有这门学科所教导的事物。

现在 每一个人向内凝视。看着这个器皿所称为的脉轮能量：红色、橙色、黄色、绿色、蓝色、靛蓝、紫罗兰色。当每一个人抵达这个集会时，你可以从这些能量所处于的配置状态来感觉在这些内在能量的平衡中的不同吗？或许每一个人可能看到的是，在进入一种新的、更为协调的能量配置的方面，每一个人都接纳彼此的存在已经成为了必不可少的支持；这种更为协调能量的配置不仅仅是较高能量中心中的配置，不仅仅是那些心的礼物，沟通的 以及在意识中工作的礼物，它同样与同等地是对那些生存的能量、自我与自我的关系能量、一个人对另一个人关系的能量上的配置。那么，就在那金色的网中欢庆吧，随着那些寻求去点亮这个被称为地球的行星意识的人们向新的实体们伸出手并形成众网络之网络，在你们行星表面上的金色之网每天都在成长，这个正在形成的网络反过来可以伸出手去找到越来越多这个美好网络的线条去编织在一起，直到这个你们正在其上享受生命的星球的所有部分都在一种爱和接纳的拥抱中 被包裹和覆盖起来。

这个行星的内在意识和创造它的过程是每一位灵性寻求者的主要天职。有许多可能的服务或职业在世俗的眼光中 似乎是更关键或更重要的。流浪者可能看着一位医者并感到相比之下 自己是无足轻重的，因为她可能并不拥有一个治疗或演讲或教导的礼物。他只能够成为他之所是，然而 这一个能力是至高无上的，这个能力完整且完全地存在于当下瞬间的摇篮之中。

我的朋友，带着最大的喜悦，我们将会移到到一旁来欢迎被知晓为亚伦的实体返回进入讨论。我们是 Q'uo。

芭芭拉：在亚伦谈话之前，我仅仅要说的是，我感到敬畏并且非常享受能量转换的感觉，当我在计算机荧幕上读到来自 Q'uo 的言语并感觉他们头脑中的 Q'uo 的想法时，我问亚伦“你想要谈论这个吗？”而亚伦说“是的，”然后能量转移了。这是美妙的。

亚伦：我是亚伦。Q'uo 刚刚谈论到 对于所有寻求者而言 最首要的使命是一个行星意识的演化。

这并不意味着行星意识的演化比个人意识的演化更加重要，不过他们是彼此的一部份。这个地球藉由高度正面的振动频率被创造。它的基础— 大地的基础，泥土本身，这个第一密度的能量弥漫着爱。

如同 Q'uo 刚才陈述的，在第三和第四密度之间没有屏障。当你在情绪体的评判和观点的周围找到更多空间时，当你在恐惧、愤怒和贪婪升起时 在你自己内在找到平静时，当上述的状态在其他人身上升起时 你不对他人评判时，接下来你就降低了你的屏障。带着那种被降低的屏障和评判的脱落，你就准备好进入第四密度的体验了。

地球正处在成为一个第四密度行星的过程中。有那些更为负面极化的实体，他们会希望看见地球变成一个负面的第四密度空间。我暂时将解释负面的第四密度的体验会是什么样的说明搁置一边。如果你们希望，我将在以后的一个时间谈论它。简单地说，当你们每个人在自己内在之中进行这项工作时，当你们每个人对

你存在的无限潜能开放 并且没有因为自我膨胀而紧紧抓住不放的情况下分享时，你们每个人都创造出更深入的可能性— 使地球更平稳、更和谐地演化成为正面极化的第四密度。是的，这将会是一个在其中 存有们心电感应的空间。我们已经在相互彼此心电感应的方面 谈论过那意味着什么了，不过你也将与你所吃的蔬菜，与你砍下来用以建造家园的木材的那些树木同样有心电感应。在每一位存有的需求 以及每一位存有去服务他人的渴望方面 同时都有着完全的沟通交流，对于它的需求没有任何的鄙视，而是带着对那种实质的尊重。

一个第四密度的地球的开端不是意味着将不再有恐惧。你将依旧有情绪体。你将依旧需要与恐惧工作；毋宁说，将会有一种围绕着恐惧的宽阔性，有一种怜悯心的感觉，它允许恐惧藉由充满爱的仁慈而非藉由寻求将其排除在外的评判而被碰触。

你正在许多层面上学习。我之前谈过的这个人 不只为了更原始的文化找到给田地输送水的方法。在其他的层面，这个人正在学习和教导对环境的尊敬、与环境充分沟通交流 以及把环境当做伙伴一样地参与其中。对于你们当中 那些带着某种要去分享的工艺技巧而来到地球的人们— 疗愈的技巧，深深的智慧，深深的慈爱— 这就是你可以在一个层面上分享的事物了。在一个更深的层面上，你带来这样的能量，它帮助所有的存有降低他们的屏障，直接体验每一个实体内在的神，不论它是有生气或无生气的实体，并生活在充满爱的崇敬之中，崇敬一切万有当中的神。

对于一个已经移动到高度正面极化的能量程度的地球，在这个星球上产生的力量将对这整个宇宙的范伟施展巨大的影响力— 它是一个广大的能量的源头、属于爱。那么，当你问自己：“我如何才能够成为一个更好的疗愈者或是老师，成为一

位更好的技工，一位更好的朋友”的时候，不要忽略去问你自己：“对于这些技巧的学习如何帮助我更全然地学习去爱？假如我用任何方式让自己与此生分离了，对于这种最深的热望[把爱与光带到先前已经有恐惧和黑暗的地方]以什么方式是个有害的行为呢？”

当你询问对问题时，我的朋友，你将会发现答案出现在你的心中，你将找到气力对这些答案以及对你的道路的清晰度付诸行动。带着在这个分享中的大量喜悦，我在此将麦克风传给 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我们在此时感谢叫做亚伦的实体。我们是 Q'uo，再一次 在爱与光中问候每一个人。这个问候不仅仅是一种礼貌。我们一再重复它，因为我们谦卑的理解是： 爱是一切万有真正之所是，爱是单一伟大起初的思维或理则，创造一切并无限地创造；而光是可以被看见的爱，在无限造物的所有密度中 构建了一切显化的事物。在这爱与光中，我们开放该通讯给其他询问。在此刻有没有任何问题我们可以用简短的方式提供一个想法？

提问者：Q'uo，能否请你们谈谈英雄的旅程的原型模式。它是一个为了体验上的更为启蒙的层次而被保留下来的一种模式吗，或者它也是一种可以在我们的日常生活中被找到的模式呢？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们感觉到这个体验的圆圈，这种向外移动并向内返回，是一个可以在很许多许多方面被发现的周期或圆圈，如同季节的圆圈一样：新生命在春天发芽；在仲夏开花和繁茂；在伟大的秋天收割季节成长、成熟和采集；到了万物看似死去或濒临死去的冬天，那即是树木凋落、草木枯黄，所有的生命沉睡和休息并重建生命力的时节了，而这种重构生命力是藉由接纳黑暗的限制、

接纳内在性、接纳寒冷和冬季的收缩而完成。

对于拥有会看的双眼以及会理解的心的寻求者，一旦这个圆圈第一次被看到了，它会一次又一次向这个寻求者显现出来。寻求者的工作将一直被给予这样的圆圈，而对于那个寻求者而言，这经常看起来似乎是一种损失与徒劳无功。而这种奉献会被给予另一人，而这个人接着将它奉献给另一个人；在这个圆圈的圆满之中，那位首先给予直至穷困的寻求者 将会成为那个收到十倍、百倍、千倍回报的人。

我的兄弟，我们可否进一步回答你的问题？

提问者：谢谢你，Q'uo。请问对于神圣呼吸的观念，你们有什么评论呢？

Q'uo：我们是 Q'uo。在你们的一本神圣著作中写道，人的一生不过是一次呼吸。当一个灵体离开物质性存在的层面时，就是如此。你们的医生们称呼死亡的事件为一种断气(expire)。这也许可以被视为幽默的，如同你们文化及其频繁地说的订阅的杂志到期(expire)了一样，而我们认识到你们比你们目前这一期要更大。然而，是这样的，在投生之前和投生结束之后，此生被视为一次呼吸，一个瞬间、一个荣耀的强烈时刻，就是在这个时刻 一个灵魂有机会选择以所有的心意、所有的气力、所有的智力、 所有的自我去服务无限造物主。在这一刻之外是不需要呼吸的。在此生的瞬间之中，呼吸是全部，因此请深深地、感激地、深情地吸入生命和呼出生命；专心一意*。

我的兄弟，我们可以进一步的回答吗？

(*编注：原文为 devil take the hindmost)

提问者：不用了。Q'uo，非常谢谢你们。

Q'uo：此时有其他的询问吗？

提问者：我有一个问题。流浪者最有可能拥有什么类型的启蒙(入门)体验呢？

Q'uo：啊，我的姐妹，启蒙。何等的痛苦。何等的笨拙。任何一个走过青春期的人知道启蒙的极度苦痛。事实上，假如你们的人允许包含在肉体启蒙中的痛苦被仪式化以便于每个变成成人的人都猛烈而深切地经验到那种刺穿的痛苦，他们在肉体的启蒙方面会做的更好。虐待身体并不被视为是一个好的想法，然而那些被视为野蛮人的实体，他们在即将成为男人或完全成熟的女人时 会仪式地割伤或刺破胸膛或人体的某些部位，这样他们更能够知道并且接纳伴随着完全成为大人的责任与痛苦的重担了 [1]。

一般而言，启蒙是失眠以及内心不安的起因。自我看起来似乎已经以某种方式变成另一个人了。道路似乎迷失而且没有光。在每一个启蒙之中 都有一个燃烧的火焰，都有一个源头，当它流过管道的时候，它会清空管道。启蒙是极度苦痛的，而在其结束的时刻 蕴藏着开始。所以当自我被这种极度的苦痛充满的时候，我们请求每个人带着决心和善良的本性来面对那种极度的苦痛。信心的礼物无须有任何的道理。当一个人决定活在信心中时，他可能是愚蠢的，他可能和傻子一样，他可能说：“我还没有睡。我无法吃东西。所有的混乱让我头痛。不过感谢无限太一和这个极度的苦痛；对这个痛苦、对这个教导，对这一刻献上所有的赞美。”这有道理吗？没有。这有趣吗？没有。这是必须的？是的。当它结束时，你们将是快乐的吗？喔 我的天，是的。

我们请求每一个人都对于相互彼此的大我的觉醒和诞生的时刻保持敏锐。向那脾气暴躁的熊伸出手。向令人无法安宁的烦人痛苦开放心。接纳一个受苦的人变化多端的行为，因为你如同在一面镜子中看到你自己的那个面向，会有一天你自己的这个面向将会使你遭受痛苦，这是早晚会发生的。

你越是渴望去寻求和服务，你的生活就将会变得越发不舒服。我们不提供柔软的舒适，我们仅仅提供对于这种艰难的接纳，从情绪上 以及灵性方面而言，被锻炼过的灵魂会最终向着一种喜悦和平静开放，这种平静在任何方面都不是快乐的而仅仅是纯粹喜悦的，这样你就与喜悦相伴 并且可以真正地带着该觉知而献上感谢和赞美，该觉知即是更深入的存有的地基，这就是存在的真理。我们可否进一步地回答?

提问者：这就是真理。

Q'uo：此时有最后一个询问吗?

提问者：这面镜子是去找到其他流浪者的解答吗？在那儿 发生了什么事情?

Q'uo：我们是 Q'uo。我的姐妹，你是感觉极其敏锐的。就是如此。你们就是你们给予彼此的礼物。这礼物是怎样地无比珍贵啊。

亚伦和我们自己，我们将很快与你们重聚，我们带着喜悦和快乐期盼它；因为我们同样享受快乐，以及喜悦之真理。现在 我们在爱、光、祝福、平静中离开每一个人。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。 Adonai。

（团体歌唱）

芭芭拉：我是芭芭拉，在亚伦的建议下，我想要讲一个儿子告诉我的 非常简短的故事。在一场教堂的聚会中，一位年轻的母亲站起来讲述了这个故事：她就要生孩子了，而她三岁大的女儿和她说：“当婴儿出生时，我可以有一些时间单独地与他在一起吗？”这对父母亲说：“好的，到时候再说吧。”而她一直在问。他们告诉小儿科医生 而小儿科医生说：“因为某个原因，这看起来似乎肯定是对她很重要的。为了安全起见，我会试着去监视发生了什么事情，不过还是给她时间单独与那个婴儿在一起。”

所以婴儿出生后，过了几个星期，小女孩又问了一次，他们说好。他们留下她独自一人和婴儿待在房间里。他们关起门来，不过因为他们已经打开了一台无线电话机，所以他们可以听到声音，他们走进卧室并且坐下来。他们听到小女孩对那个婴儿说：“与神在一起是什么样子呢？我已经快要忘记了。”

原注

[1] 内容有待澄清，关于平衡地参与仪式练习的方面，作为一条通往成熟的途径，。

Translated by M.D.

(V)2014，Reviewed by T.S & cT.

☆ **第 2016 章集：圣诞节的意义**

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2007 年十二月 15 日

团队问题：Q'uo，我们今天的问题是关于在我们世界中的圣诞节的意义。请告诉我们相关的灵性原则，涉及追随耶稣的脚步活出一生；尤其是关于从心而活，在爱中生活的原则。既然这是一个给予的季节，也请谈谈带着爱来给予或从心来给予的原则。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在今天与永远，我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中 我们来到你们这里。我们非常高兴和你们分享这个时刻 并被呼唤成为你们的冥想和寻求圈的一部分。我们为这种荣幸和荣耀而感谢你们。当你们在一个圈子中联合起来寻求真理时 我们成为这一系列美丽能量的一部分，这一直是个美妙的体验，我们对此感到荣耀。

我们很高兴和你们谈论关于圣诞季节、关于以耶稣·基督的道路来生活，以及给予的季节，该季节似乎要求一个人带着耶稣·基督实体所拥有的那种爱来作为。

一如既往，我们会请你们每个人在聆听我们的想法时使用你们的分辨力。跟随并使用那些看起来有共鸣并且对你们有益的想法。如果一个想法看起来与你们没有共鸣，请将它留在后面。我们并不期望每一个我们所分享的想法都击中你们个人需求的靶心。我们感谢你们在这方面的考虑。

我们想要对叫做 R 的实体说，今晚通过这个器皿发言的 Q'uo 原则的那个部分是 Hatonn 团体的弟兄姐妹。这个主题是无条件爱，它是 Hatonn 这个实体的原生振动。因此，我们今晚将通过被知晓为 Hatonn 的团体来表达。

冬季来临该星球的这个地理区域，你们在其中生活，冬季，如同黑夜跟随白天的后面，以相同的方式运行着。这是生命的周期的一个不可避免的 又有价值的部分。不过 对于居住在更加昏暗的冬天中的那些灵魂，光的减少是一个强有力的催化剂。在冬季的漫长缓慢的黑暗时期 看起来的确是非常黑暗的，那接替穿过冬季暴风而闪耀的光时常是昏暗与暗淡的，因为太阳离得更远了。

这在第三密度的实体中创造了一种不可避免的反应。在一些情况下，如果一个实体正靠近肉体的死亡，光的缺少将会鼓励一个实体穿越大门 进入更大的生命。冬季的黑暗夺走许多人的生命，他们或许活着通过夏季，然而因为冬季到了，人们就会有一种天然的趋势去休息、放松、寻求进入那通往更大生命的大门。这是一个强有力的催化剂，而我们并不希望去贬低那些在这个季节的寒冷与黑暗中感到非常痛苦的人。

不过，正是在这个季节，人们当然最为渴望光，对光的向往和祈祷是最大的，人们带着最大的热忱等待着光。就是用这样一种方式，所有负面的催化剂将寻求的灵魂带到了领悟点并表达对光、真理、爱的那股向往、那股飢饿和渴求。

这是对缺乏光的一种天然反应：人们聚集到一起并创造一个特殊的日子，一个公然违抗黑暗的日子，一个为额外的光而欢庆的日子，一个有着丰盛的食物与饮料以及人们对彼此慷慨的日子。
在耶稣·基督行走在你们地球上 加入到这个黑暗的季节之前，这样的特殊日子已

经存在很长的时间了。出于对冬至的天然、非宗教的观察，并将其转变为一个神圣的日子或一个假日，这是人类的灵性天赋所引发的。的确，耶稣·基督是在夏季出生的，而对于第三密度而言，这个实体的出生被放在冬季的黑暗正中心的位置，这在心理上是对的。所以，让我们注视这个时刻，光进入黑暗的时候。

首先，我们认为你们每一个人都是光诞生进入黑暗中的那个要素。无论你天然的生日是什么，就你们当中一些人会把那个时间称为再次出生的意义而言，你们都分享了耶稣·基督的生日。你们每个人都是那个婴儿耶稣，被包裹在襁褓之中，躺在粗糙的马槽里，马槽里装着给牛吃的干草。
你们也是圣母·玛利亚，她哺育了这微小的孩子，它是人类经验的黑暗中 闪耀的光点。你们是约瑟夫，宽容、有耐心、支持的，准备好从事一个木匠的工作以便于支持他的妻子 养育者，并支持他的孩子 基督(耶稣)，爱的原则。你们是在惊奇中到来的那些牧羊人，在敬畏中放下他们的曲柄牧羊棍，并跪在玛利亚的脚边，带着惊奇凝视着这个珍贵、珍贵的婴孩。

你有一个部分，就在你的灵魂深处之中，它无论如何都绝对不曾与太一无限造物者分开。你的那个部分就是众天使，歌唱着：「哈利路亚，哈利路亚，哈利路亚！荣耀与平安。」

这是一个深深打动人心的时刻。关于人类的境况，它说了很多。如 Jim 实体最近对这个器皿所说的一样，它引起了对人际关系的本质的沉思。因为耶稣实体，这个进入该世界之中的珍贵光点，如果没有他拥有的人际关系网络，他无法活过婴儿时期，这些人际关系包括他的父母、允许玛利亚在耶稣出生的那个晚上有一个地方枕头的小屋主人、还有涌入那个马厩的牧羊人，他们都与这个婴孩形成了一种深入的关系。

在夏季的快乐与悠闲的时光中，带着它无止境的光[似乎是这样的]，家庭[支持网络]和友谊[那些特殊的人际关系]的支持与爱的重要性看起来并不是多么紧迫的一件事。冬季的夜晚远远更多地揭示这些灵魂与灵魂、心与心、手与手之间的关系的重要性。

L/L <wbr>Research <wbr>圣诞节的意义

因此，相当恰当地，这经常是一个家人聚集在一起并更新旧联系的时候，分享漫长的旧日时光的记忆，并体验时间流逝的多少有点超现实与奇异的感觉，而当一个人带着大量被分享的历史去体验这种很老、很老的人际关系的时候，一个人的童年时光似乎回到一个人身上的感觉，而那些被分享的历史对于出生家庭是真实的，属于母亲和孩子，兄弟和姐妹之间的历史。

对于很多人，这也是个合适的时候— 慷慨地对朋友打开他们的心，并庆祝相互支持与相互鼓励的珍贵礼物。

叫做 Jim 的实体也对这个器皿建议，这是一个好时机 去回顾每一个人际关系，并询问自我，是否自我曾以任何方式从亲密关系 以及从每一个人际关系的正面性质中退缩，询问自我：「我能否看到任何事情，在其中也许我疏于表达我对另一个实体的感激和爱的深度？」

在一年的季节的周期循环中，的确 这个时刻尤其适合在其中创造致歉和宽恕的表达，向那些人致歉，你也许感觉在自己的评判中没有向他们提供你全部的爱。

同样地，在这一个时刻 去考虑那些人 在你自己的评判中 他们可能对你做了同样的事情，向他们提供一种完全与全然的宽恕 和重建那种亲密关系，就好像你看到的那个缺陷已经被完全地治愈一样。

无条件爱的本性不仅仅居住在叫做耶稣·基督的实体中，它同样居住于在卡拉·基督，C·基督，R·基督，S·基督，P·基督之中，基督居住于每一个人之中。

基督并未带着力气进入你们的世界。基督并未带着力量进入你们的世界。基督并未带着财富进入你们的世界的。的确，在无助中，该婴儿的灵魂进入世界中。带着无限的爱，它用婴儿的双眼凝视着一个在黑暗、绝望、失望、悲哀中迷失的世界。他用无条件爱的双眼凝视着那个迷失的世界。那光无法被熄灭。那无条件、永久的、永恒之爱凝视着，出于一个[无法说话、无法照顾自己，在各方面都是缺乏的]孩子的双眼。

我亲爱的朋友，你们也是缺乏的。你的婴儿灵魂同样凝视着一个迷失的世界，那个你自己的苦难的内在世界。在说话上，它是无助的。在行动上，它是无助的。它仅仅能用无条件爱的眼睛凝视着你。因此，我们会在此刻请你们在自己的自我之中 深深地凝视那个你内在的婴儿灵魂，如此的美丽，如此的纯净。让你的心融化，打开，裹住那个婴儿灵魂，彷彿你的爱就是那襁褓一样。

抱起那个孩子，摇动它，将它抱在你的怀中，用你的关注喂养它。你的灵魂需要什么来长得强壮呢？你会向内在的婴孩提供什么东西呢？一个婴儿需要关注。一个婴儿需要支持。一个婴儿需要关爱。因此，我们建议你，亲爱的人们，进入你的灵魂的那个马厩中，并让你自己致力于养育并照顾内在的那个灵魂，不是一会儿，而是你全部的人生，你内在的灵魂正在寻求去增长力量，寻求去茁壮成长，

并找到那种生活，在其中它可以越来越能够用一种比婴儿的沉默更可以被理解的方式来表达。

成为一个居住在一个肉体的黑暗之中的灵魂，它会感觉到什么？那婴儿灵魂需要什么样的关怀？我们会请你们把身体转变为一座神殿，请你们用光充满它，用使它成为最光亮的食物喂养它，提供为它带来光的研读和思想，提供它需要的关注，藉由记得去拥抱那个灵魂的本性，也就是你的本心，不仅仅在一个神圣的日子或周日这么做，而是遍及你的人生中的每一天和每一刻。

因为，事实上，比起你是该神殿[你的身体、人格、外在的自我]的本质，你远远更多地是基督的本质。圣诞节赋予你一个机会去穿越所有的自我黑暗 来找到那居住在你自己的心中的无条件爱的意识，它是坚定、强壮的、永远活着，就是你真实的菁华。

叫做 R 的实体询问牵涉给予，以及带着爱并源自于心的给予原则。我们也将谈论那一点。

这个器皿经常注意到，人们传统上在表达一般的友谊和人际关系方面，许多风俗习惯是机械式的，不仅仅发生在圣诞时节。有一个互惠原则。一个人会感到因为这个互惠原则而相当地陷入困境。因为如果一个人去一个聚会，那么你会被期望举办一个聚会 并邀请那些为你举办过一场聚会的人。这样，一个人就会受困于一个无止境的举办聚会和参加聚会、举办聚会和参加聚会的循环中，直到一个人对举办聚会变得全然厌倦。

大量的这种机械式性质涌入那个特殊的耶诞季节(Yuletide)中，肯定地，我们与之

谈话的每一个人都觉察到 在考虑合适礼物[给那些他所珍爱的人，购买或制作 接着给予这些礼物]的方面 施加在每个人身上的压力。自然地，就好像邀请某个人参加一场聚会不是有害的事情，决定去给予一个礼物同样不是有害的事情。实际上，这是一种表达，充满太一无限造物者之爱与光的喜悦、感激、感恩。

对于那样的实体 坚持通过礼物的慷慨来表达真实感觉的意愿，他的确是有福的。例如，这个器皿真的喜欢给予与接收礼物，因为责任而给予礼物的情况不会发生在这个器皿的身上，我们将其视为这个特殊灵魂内在的一个优点。对于一些实体，他们认为实体应该机械式给予并反馈那些给予他们的人，或者因为一种固定的人际关系而给予，即使那里没有爱或尊重，而这个器皿的诚实会被那些人视为一种粗鲁。

我们建议的是，为了支持无条件爱的原则，在写下那些礼物清单[送给你希望给予礼物的人]之前，你进入祈祷并寻求慷慨的礼物以及诚挚的礼物。允许你自己仅仅从心去给予的奢侈，如叫做 R 的实体所说的一样，仅仅从一种真诚感觉到爱的深度去给予，永远不要从一种责任或社会的机械式惯例来给予，它们不会褒奖诚实、真诚、纯真。

我们会请求你们使得你们给出的礼物变得可靠。当你给予礼物时，再一次，为那礼物祈祷，用你的爱、情感、感谢 和你对关系的礼物的感激浸透它。那就是礼物如何给予你的方式了。因为爱在爱中被反射，那在爱中被给予的东西祝福你—超过百倍。

反之，那在空洞的风俗习惯中被给予的东西 无论对给予者或接收者都不是一种祝福。在那个被很好地给予的礼物中有一种能量，它可以被那个打开礼物的人感

觉到，这会使得任何微小的礼物成为一个美妙而丰盛的赠予。从以另一方面，那不带着爱而给予的东西，它仍旧是一个东西，一个物体，没有被灵性所浸透。

在这个通灵之前的循环讨论中，叫做 R 的实体问是否合适问这个特殊问题，因为他非常地欣赏叫做亚伦(Aaron)的实体的工作，亚伦在圣诞节时期形成了一个习惯去分享在他某一次投生中 他与耶稣实体之间发生的各种故事*。

(*译注：《圣诞节故事：来自亚伦的回忆系列》是从 1990 年开始 在每次圣诞节通过芭芭拉传讯亚伦讲述的一系列圣诞节的纪念故事的文集，每年一篇，至今已有二十多篇，内容多为回忆在亚伦在耶稣时代的转世中对耶稣的一些小故事的回忆。部分故事在亚伦与 Q'uo 系列通讯中被提及。该系列文章的原文连结: http://archives.deepspring.org/Books/ChristmasStories/)

***

如这个器皿在此刻观察到的，我们无法那样做，因为我们并未与你们地球上的任何人分享任何的投生。然而，我们可以分享的是，在每一个文明中，无论在什么地方，只要那里有心在跳动，有高昂的希望，那里就会有无条件爱的化身，在这位或那位救世主当中，在这个或那个英雄当中，在这位或那位圣人当中。-而那些基督、英雄、圣人就是你、我、每一个人。每一个人都将在整个返回太一无限造物者的漫长旅程中拥有他了悟自我为基督的时刻，不是以任何自私自利的方式，而是以将生命完全地献给无条件的爱并通过拥抱无条件爱的意识 而最终找到那所有飢渴都被填满的源头。

你们每个人都走在一条朝向那种身份和本性的旅程上。你们无法通过抛弃在此刻的你之所是的事物并寻求某种更好的事物来找到那种身份和本性。不仅如此，我

的朋友，现在，你就是全部你需要去成为的事物了。你是完美的。你也许没有看到，而你就是基督小孩，你就是圣灵，你就是无条件爱。而我们对你说，这就是你们所有人，每个人，每个单一个体的实质，你可以信赖并依靠于这个事实。

你可能正被关在监狱中，你可能已经做了可怕的事情。你可能飢饿而绝望地走在道路上。你可能是愤怒的，或是伤心的，或者你因为这样或那样的事情而与爱的感觉分隔开了。而我们对你们说，你是基督。在你的实质中，你就是无条件爱。你作为一个灵魂在投生之中的旅程可以被描绘为一次向着那种领悟 接着朝向表达那种领悟的旅程，当这次旅程已经成为了你给予自己的礼物时。

现在请问关于这个问题是否有后续问题。我们是 Q'uo。

R：我想做个观察 接着请 Q'uo 评论。我一直思考 Q'uo 所说的礼物，对我而言，以及对于那些聆听星际邦联的其他人而言，那些前来试图以一种令人振奋和鼓舞人心的方式发言的实体，他们看起来是一个礼物。因此，我一直想着去致谢。而我同样记得星际邦联的实体把它视为一种服务。我想问 Q'uo，对于那些聆听的人对启发的信息所给予的感谢，Q'uo 是否愿意评论 他们是如何看待这种感谢。

我们是 Q'uo，我们相信我们理解你的询问，我的弟兄。

的确，当我们被要求分享意见时，我们把它视为一种荣幸，在这方面，你是正确的，因为我们已经选择服务他人的方式，就是当我们被询问时 去分享我们的想法。容我们说，你们的感谢是给我们的一个大礼物。当我们发言的时候，我们并不知道我们是否将击中靶心。

我们感觉进入你们特定的圈子的振动和所有那些碰巧在聆听我们的言语的人们的动力关系，我们发现了各种要点和各种意义的层次，所有这些都是被这个寻求圈中的各种各样的人所真诚与由衷请求的。

我们同样也受限于我们必须向在这个圈子中认识最少的人谈话的事实，因为我们不会把任何人留在后面。因此，我们创造一些概念并通过这个器皿分享它们，他接着与你们分享这些概念。而我们不知道我们是否已经击中靶心了。

所以，当我们发现实体用一种正面方式回应我们的言语时，这就好像我们沐浴在你们的爱中一样。我们已成功地做到希望去做的事情，这让我们感到非常高兴和喜悦。我们不仅仅已经尝试有所服务，我们还得到已经成功的印象，至少有一部分(是这样的)，以对你们有帮助的方式分享了我们的爱和我们的光，并为你们进一步的灵性的努力构建了一个资源，这是一件喜悦的事情。

也许我们应该说，我们感觉就彷彿正在被你们的爱和理解的襁褓包住，这感觉起来非常、非常好。
我们可否进一步回答你，我的弟兄?

R：谢谢你们，Q'uo。我想你们击中靶心的次数 远比你们所想象的更频繁!

我们是 Q'uo，我们为那评论感谢你，我的弟兄。当你呼唤我们并要求我们的临在的时候，愿这结果从现在到永远都是如此。

请问此刻这个团体是否有另一个询问。我们是 Q'uo

（长时间暂停）

我们是 Q'uo，我们的确已经满足此刻在场人们的所有问题。此刻 感谢你们邀请我们与你们在一起 并与你们分享我们的观点。你们对我们是一种祝福，真的！当你们一同创造了这个神圣的空间 并用你们对真理、对爱、对光的要求充满这空间时，我们一直对你们的希望和振动之美肃然起敬。

我的朋友，在这个圣诞季节中，祝你们顺利。我的朋友，每一次 空气中有着亲切与情感，而又有那么那么多人聚焦在其他事物，祝你们顺利通过那冲击灵魂的事物。

不要让它令你沮丧，不要让它令你苦恼。深深地潜入！潜入你自己的心和周围的灵魂们的心中，不要在他们内在看那些伪善和缺乏考虑的事物，它们如此经常地瀰漫于这个冬至季节。不要让那你自己或其他人内在的黑暗把你与新生命、新成长、新真理的欢喜之新光线分隔开。让它成为你心中的夏天吧。你之所是的那道光将使你的环境光芒四射。光将充满(四处)。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则，对于你们每个人 我们说：
Adonai，Adonai。爱、光、力量、平安。我们是 Q'uo。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2017 章集：需不需要臣服?

Copyright © 2007 L/L Research

周六冥想

2007 年十一月 10 日

TO WHAT SHALL THE SOUL SURRENDER? *

(*编注: 以上是美国 L/L 季刊使用的标题)

团队问题: （Jim 朗读）今天晚上的问题是：在 Ra 通讯的哲学中 显著缺少的是：没有任何地方提及显意识的自我向一个指导灵、比自己更大的智能或意志臣服，无论它是高我、爱与光，还是造物者。在 Ra 的哲学中 有任何上帝的恩典和臣服的位置吗？如果在 Ra 的哲学中 曾暗示过臣服，一个实体要对什么事物臣服呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为他的服务中 我们今晚来到你们中间。你们呼唤我们加入到你们寻求的圈子来回答关于在一的法则的途径上 恩典与臣服的位置的问题，我们的心对此充满了感激。我们非常高兴和你们分享我们在这个主题上的想法。

一如既往，我们会在评论之前 请求每一个听到或读到这些言语的人，请你们在聆听和阅读时 保留分辨力的权利，这样你们就可以在那些你将会追寻的想法和你将放在一边的想法之间 做出选择。

不是我们全部的想法都将同等地适合你们，与其将我们的想法作为一个整体并尝试与全部内容一同工作，我们宁愿请你们选择那些与你个人有共鸣的想法。因为对每一个寻求者而言 真理的道路都是独特的，我们不愿意因为让你从自己的共鸣的道路分心 而成为你们路上的一块绊脚石。

如果你们这样做，我们将非常感激，因为它为我们清理了道路，这样我们就知道不会侵犯你们的自由意志或打断你们进程的节奏了。

在我们的面前的问题与臣服或恩典在我们先前通过这个管道提供的哲学或思想系统中 所处的位置有关。

首先，我们会说明，有时被称为一的法则或星际邦联哲学的思想系统假定了一个单一的、统一的意识，在其中 所有的部分都是相互作用的，万物为一。如果万物为一，任何灵魂要向什么臣服？这就是为什么在我们与你们分享的想法中没有提到这样一种臣服了。

现在 让我们看看该世界运行的方式，对于那个世界 我们或许可以说，在其中看起来有一个易于出错的自我，和一个分开存在的造物者，祂是完美的。这种不完美与完美形成对照，并且是分开的。第三密度的人类自我与那个第三密度灵魂的造物者是区别开来的。

有两个基本的方法，你们的文化中的人们会选择使用它们在人与神之间划分界限。第一种方式是基督教、犹太教、伊斯兰教的信仰或哲学系统，如果你愿意这样称呼，在其中为了去崇拜、敬仰弥赛亚的造物者身份或名为安拉(Allah)的神[其先知是穆罕默德] 并被祂所救赎，有罪之人就有了对人类自我的一种悔改和臣服

的需要。这个对人和神划分界限的系统从男性能量[属于所有三个宗教系统涉及的神之名]中取得其风味。

这些宗教信仰的前身是神话和魔法系统，在其中有一些动物作为被供奉的祭品，在一些情况下，一些人类被供奉，这样血液就可以升入天堂并取悦完美的造物者，造物者接着就会对有罪的和犯错的人类微笑。接下来，人类就会通过一个纯洁无罪者的牺牲而赎回神性，那个牺牲者要嘛是动物，要嘛是纯洁的人类。

在你们的圣经中，有一个人物叫做亚伯拉罕，他被该造物者要求牺牲他的儿子以萨。没有用任何方式去质疑造物者，亚伯拉罕建起了火堆，摆好木头，放置好引火物 准备点燃火堆，接着他将儿子绑到火堆上，如该造物者要求的一样 进行一次人类的牺牲仪式。在最后的时刻 一只公羊被发现困在一丛灌木中。以萨被释放了，那只公羊取代了儿子的位置。

在新约里的那个儿子就没有如此幸运了。在耶路撒冷没有公羊，耶稣·基督在各各他被钉死在十字架上。在两部圣约书籍中的象征都是一样的 为了要救赎所有罪人，一个纯洁无罪的人死去了。

与这种在人和神之间进行区分的方式形成对照，一个人可以查看佛教和印度教的系统，在其中犯错的人类被 空、无、释放、歇息、免于苦难的自由 所抵消。在这种象征中，每一个实体都变成了基督，为了从苦难中解脱并从业力之轮与无止境的转世中解脱出来，它完全地牺牲其自我身份。

这两个系统的相同之处是在人性与神性之间，或者在世俗和神圣之间 一种小心谨慎的划分。在一的法则里面，没有这样的区分存在。相反，它的假定是在第三

密度中 每一个实体在其存有的每一根纤维的核心都有太一无限造物者。

一的法则的奥秘是那(双重的)隐含意义：在人类的卵细胞(egg)之中的是属神的 完全成熟之生灵；而在造物者之中的是那遣送的过程，把自我的众多种子送出 进入幻象以便于收集关于祂自己的身份的信息。这并不意味着臣服和恩典的概念与一的法则没有关联，毋宁说，在这个寻求真理的模型中，灵性演化的进程被视为一条向内的旅程。没有向自我之外的探寻，相反地 有寻求自我核心的意愿，该核心即是太一无限造物者。

这是一个你们的文化无法支持的模型，你们文化的共识实相自身发现它很难理解。你们的文化无法看到自我的无限价值或假设在自我之中存在着完美，在你们的文化中 自我一直以很多种方式被视为有犯错倾向、愚蠢、有缺陷的。

共识实相没有进入一个假定人类为完美的思想系统的入口，因为当一个人凝视着自己或另一个人的时候，无论是自己或另一个人都不会表达完美，也不会在某种潜在的状态中包含完美，这是显而易见的。因为第三密度幻象的本质是缺乏察觉的，该文化单纯地没有方法去吸收或理解一个假定一切事物，包括完美，都存在于自我之内的系统。

我们已经多次地谈到向内的旅程。我们已经谈到过关于共识实相的生命表面，与其说共识实相是一片土地，毋宁说它有更多海洋的特性，液态的、可穿透、深入、能够被潜水者潜入的，潜水者会深深地潜入，也许他们从海床收集珍珠并把那些珍贵的珍珠带上来并储存在宝藏屋之中。

我们的意识有一个有规律的分层特性。意识海洋的表面是你自己的极微小部分，

它完全地充满了共识实相的特征。
只要你愿意对在自我之下存在着的事物保持不好奇的状态，你就如同一个漂浮在水面的人了。你大量的心理状态有很大程度满足地停留在自我的表面上 并在人格的结构上工作。

我们已将人格称为「人格外壳」来指出，在某种程度上，它是一个果壳，为那如此甜美地躺在果壳内的果实提供保护。只要你感觉你就是该人格，被你的人格的性格、天赋、局限 限制着，那么你就会飘浮在意识的海洋上，从未向下穿透那波浪的表面扰动，永远地因为月亮的吸引而移动，伴随着所有在表面人格上产生影响的起伏涨落的潮汐而被冲刷着。

我们的建议是 你们有能力更深地潜入你的人格的褶层之中 并最终穿透进入更深的水域，那更深的水域虽然还是虚幻的，在它们表达一切造物的合一性的真理和表达在每一个灵魂内的美丽、真理、造物者身份的能力上，其扭曲是远远少得多的。

我们可以使用类似基督意识或宇宙意识这样的词语来帮助寻求者开始穿透该见解：在你的身体的每一个细胞之内，在你的情绪、心智、灵性的每一个微粒之中，都有着一个内化的基督身份。

因此，我们看到一个为每个寻求者缓缓展开的旅程。旅程的开始是认识到，有比眼前的幻象更多的东西。这种认识唤起寻求者并创造一种飢饿与渴求— 为了

在共识实相中缺少的真理。

共识实相感觉起来有一种单调性。出生，成长，成年，工作，结婚，孩子，朋友，慢慢变老，失去健康，接下来死亡，这些都是穿越单调旅程的路标，即使共识实相的大海是狂暴的。

然而，寻求者会意识到这种人生的模型是不准确的 或者不完全准确。一旦寻求者觉醒于该知识：有比这次人生和相关细节 无限更多的事物的东西，寻求者就不再能够返回睡梦中了。一旦甦醒，这旅程就开始了。

当寻求者更加深入地寻求关于他自己的真理时，就会有各种各样的成长方式了。如果寻求者使用我们之前提到的 已确立的宗教信仰来尝试洞悉自己的真理 和他与造物者的关系，他就永远地依赖于一个「他者」(other)了。

如果寻求者觉察到 他正在寻求最深的自己，那么就没有他者，只有一种不断增长的渴望 去把那将他的本性的最深真理与他分隔开的每一个面具、每一个果壳，以及人格的每一个特性都搁置起来。而这不是一个机械的过程。没有如歌曲所描述的「通往天堂的阶梯」[1]。只有温和与持续的意愿，允许所有那些阻止觉知去注视太一无限造物者临在的东西逐渐脱落。

这就是臣服与恩典重返一的法则的位置了。因为臣服是对更深自我的臣服。在对自我的更深入真理的臣服过程中，较浅的自我身份随着人格特性、出生的偶然因素、种族、宗教信仰 如此等等，都溶解了。所有的区别于内在造物者临在旁边都变得模糊不清。

彷佛寻求者绕着自我的轨道运行，越来越靠近，直到最后它被一种灵性重力拉入自我之心。突然间，迸发出一种觉知、一种开悟(satori)、领悟、顿悟。在那一刻

自我被自我知晓了；那自我就是爱。

那些恩典的时刻是蒙福的，所有的面具都脱落了，赤裸裸的自我无惧地站着，注视着自己的本质— 神圣与非凡的。

我们完全不反对寻求者使用「他者」。例如这个器皿在神秘主义的基督教义上工作，并仿效耶稣·基督实体来塑造她的生活，她称之为心爱的，她追随这个实体，

，愿意为他而死，愿意为他而活。她觉察到 一个包含自我和其他-自我的模型是个相对不纯粹的样式。然而，为了容纳她的奉献并用一种富有成效和正面的方式来引导它，她使用了在共识实相中 一出生[作为一个有意识的存有]就拥有的社会习俗。

这是一个避免悖论的方式。因为显意识心智，由于其理性和逻辑的本性，有一种对悖论的深深的不信任和不喜欢。同时说，表面的自我是真实的，而自我的最深和最统一的表达也是真实的，这肯定是自相矛盾的。而那就是我们所说的，要知道那就是一种悖论和奥秘。

在你们的神秘主义的团体中有些人 以及那些不加入团体的个体，他们禁言[4]并选择沉默的方式。经过一段时间的静默习惯之后，对悖论的愤怒进行吸收的困难减少了。这些静默的灵魂对着言语诡辩微笑了，就灵性而言 这些诡辩是分离而逻辑性的，它们为了没有益处的目的而进行描绘并产生分歧。

不过 我们不会鼓励你们变成隐士。我们会鼓励你们拥抱悖论和神秘。我们鼓励你们继续在生命表面上的旅程，并知晓，这条旅程即使伴随着它所有的面具、所

有的混淆、所有那些在日常生活中 彼此打交道，与环境打交道的过程中造成的误解和局限，以它自己的方式 同样是完美的。

因为第三密度并不是被设计成为一个安静而稳定的 向着自我中心的潜入。它被设计成为狂暴的，如同摇动者 把石头打碎为碎片或把大块的陶瓷打碎为小块，

透过摩擦力和冲击力为它们磨光并为它们塑形。

以另一种方式理解在第三密度中被预期的行动，我们可以使用烈火熔炉的象征，熔炉会淬炼[5]并强化羽翼未丰[6]的年轻灵魂为成熟的灵魂，因此它就会成为一个具有极大的柔韧性和强度的器皿了。

你们的世界被预期作为一座灵魂的精炼厂。那表面的自我遭遇到的催化剂被我们视为一种有益的事物，一种有用且合适的东西，无论它在感觉上令人舒适 还是极其不舒适。的确，就是自我在不舒适的时期或情况中的行动是特别有帮助的，帮助自我获得成熟并实现一种对自我的本性和造物者的更有光泽或更精炼的领悟。

你的肉体 和形而上身体或能量体被设计来利用并使用你生活中 日常事件的种种催化剂效果。有大量生活中的催化剂来自你拥有的人际关系，首先是你与自己的关系，接着是你与他人的关系。随着灵性慢慢变得成熟，它变得更加能够识破苦难的幻象。它会变得更加能够穿透自己表面存有的手段与渴望，并看到存有的学习样式 藏在那些对情绪的表面运动和对心智与身体的表面反应之内。

这并不会对发生在生活之中的事情变得有更多控制力。毋宁说，对不进行控制变

得无惧。这就是恩典。当所有关于一个人的事情都是有压力且紧张的，而在心中却有那种对自我真实本性的记忆时，那么灵性就处于一种恩典的状态 并可以最大化它在第三密度之内的学习和服务。

在地球这座灵魂的精炼厂中 正在被精炼的东西是什么呢？在第三密度中 灵魂是什么？「灵魂」的一个同义词可以是「心」。我们经常向你们建议 你们走在一条进入你自己的开放之心的旅程上。当你允许自我的表面消失时，你就变得足够空无 好爱上你自己。你开始看到 所有这些自我的细节在一些情况下可能是恶劣的，而在其他的情况下是光荣的，但在自我寻求太一无限造物者临在的渴望的面前 都消失无踪了。

于是，在肉身中的自我，无论在阳光中 还是在雨中，无论在好日子 还是不幸的日子，它都变得快乐与心情愉快。因为自我记得这是一次其目的地已确定的旅程。因此，穿越在世间的生命中 所有的改变和机遇，那个寻求的灵魂可以是自信的，并在内在安静下来，充满了对一切都好的信心与知晓。这也是恩典。

在言语中有巨大的力量。言语能够激起情绪。在那些希望去激励其他人的人们的力量中，他们有操纵情感和情绪 并激起热情的能力，因此获致一种歇斯底里的无法控制的情绪，在其中似乎有一种突破 进入基督之爱，或不管你希望怎么树说那完美之爱的情况。那种感觉是非常好的。然而，被激起的事物会逐渐消散。

我们宁愿不从激励的言语着手，用它来激起热情 并将欣喜转变为一种对造物者的爱的异常兴奋的表达。相反地，我们请求你们使用你存有的每一种机能，你的智力、意志、身体、你的情绪和你存有的每一根纤维，来记起你是谁。

有如此多种方式来工作那个问题！因为大自然中的万物都是与你一体的。大自然中的万物都充满了信息，与你的渴望协调一致 并建立起吸引与巧合的样式。

所有的灵也与你一体。所有无形的事物和所有不属大自然却属灵的事物，都同心协力在静默中与你说话，将那些真理和魅力的静默的旋律在你的生命之中唱出来。

（磁带第一面结束）

有一种吹过你的风，它是可变而神圣的。在你生命的每一个季节和氛围中，它带来了新的生命、新的光、新的力量、新的信息，和那永远不变的新颖表达—爱、爱、爱。

我们鼓励你们探索。无论你们希望如何去寻求造物者，我们都鼓励你们跟随那些偏好和偏向。我们单纯地向你们提供 我们对于发生在第三密度的过程的更深真理的谦卑观点。第三密度是一个依照对立性系统而被建造的系统。男性和女性、光明和黑暗肯定是这些对立性中的主要部分。而正是男性原则和女性原则通过相互吸引 并创造了这个你们称之为第三密度的幻象，就此意义而言，男性和女性结合在一起构成第三密度[7]。这恰恰就是第三密度的构造与材料了。

的确，在第三密度中被咀嚼的主食是选择：光明或黑暗、照耀或磁吸，服务他人或服务自己。有两条道途，两条都是有效的，两者在其能量(运用)上是完全相反的，两者都指向最终的合一，却选择两条完全不同的道途，朝向那不可避免的对全然合一的觉知。

在宣告一的法则当中，我们提前移动到那些你们称为你们的未来的位置，在那里正面和负面的途径再一次汇聚并永久地成为一，直到造物本身从时间移动到无时性 并进入到另一个(宇宙)造物的子宫之中，直到造物主的心跳再一次跳动，另一个造物开始的时候。

你向着家的方向旅行。你将如何旅行？那就是第三密度的问题了。你将会在光中旅行，寻求去变得更多地有所服务、更有爱、更多地给予、更多地觉察在每一刻之中的爱？或者，你将会喜欢暗黑的道路？在那里 自我立即地被视为造物者，而所有其他自我都被视为那些会崇拜在你之中的造物者的实体。从而，黑暗的道路就是这样的道路，每一个跟随这条道路的人都尝试去强迫、操纵，除此以外利用所有其他自我，告诉他们要去做什么，确保他们对自我是有用的 或者不要挡在自我的道路上。这也是一条有效的途径，不过 它是一条暗黑的途径，血腥的途径。有些人更喜欢这条途径。

我们不是那些人。我们属于照耀之路。因此我们请你们重组(re-member*)你自己而不是去割裂(dis-member)你自己。我们请你收集你的自我的所有碎片 并忆起你自己，将你自己的所有成员都收集到一起。我们请你爱你的缺陷，将它们聚拢到你的怀中，荣耀它们并将它们带入你开放的心。接着，我们建议你们停留在内在的至圣所中，即使当你再一次向上移动人生的表面 并经历人生的表面波浪的狂暴之际。

(*编注: 这很可能是双关语，remember 是忆起的意思，注意它配合 dis-member 的对仗用法)

在我们看来，有那种从真理的深处 向着真理的表面表达的持续不断的流动，在

很多情况下，这种真理的表面性表达是高度染色的，但是它一直携带着那些真理的种子，如此深深地躺在其内部。万物为一，万物都是爱。

这个器皿正建议我们停止在这个特定主题上的发言，这样我们就可以使用这个团体剩余的能量来询问 是否有关于这个询问的后续问题的渴望，或者在此刻是否要问另一个询问？我们是 Q'uo。
（长时间暂停）

我们是 Q'uo，我们觉察我们已经耗尽这个团体在今晚拥有的问题了。所以 我们愿再一次感谢你们，我们亲爱的朋友，在你们的冥想中分享并成这个寻求的会议的一部分，我们为了这份荣幸感谢你们。看哪 你们的寻求圈是如此美丽，你们调合的灵光歌唱着我们今晚一直在谈论的爱与光。感谢你们允许我们分享，在爱中 也在你们对彼此和对太一无限造物者所拥有的情感中。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

原注
[1] 齐柏林飞艇乐队的罗伯特·普兰特为这首歌写了歌词，并保留全部版权。它开头部分的歌词是 「有一个女人，她相信所有闪闪发光的东西都是金子，她买下了一条通往天堂的梯子。」有趣的是，在这次集会的脉络中，歌词的结尾是「当我们沿着道路蜿蜒前行，我们的影子比我们的灵魂更高，有个女人在那里行走，我们都知道她闪耀着白色的光并想要显示出每一个事物是如何变成金色的。

如果你非常努力地去听，你就会最终听到旋律，当万物一体、而一就是万物的时候。」

[2] satori：在佛教禅宗中被寻求的一种灵性上的觉醒，经常是突然发生的。

[3] epiphany: 对现实或者某个事物的本质意义一种突然的直觉认识或洞见，通常由一些简单、朴实，或平常的事情或经验所引发的。

[4] to abnegate: 拒绝或阻绝他自己(的一些权利，便利等)；拒绝；放弃权利，放弃要求；放弃。

[5] to temper: 通过加热或冷却 把强度或韧性注入（钢铁或生铁）。

[6] callow: 不成熟或没经验的；（一只年幼的小鸟的）没长羽毛的，羽翼未丰的。

[7] 有可能不是照字面的意思，而是照卡巴拉派和基督教白魔法师的意思。例如，在小五芒星驱逐仪式中 魔法师开始这个净化的练习 首先透过观想一个女性原则 朝下指向的三角形，接着观想男性原则 一个朝上的三角形，吸引到女性原则并覆盖它。最终形成在卡巴拉中 被知晓为大卫之星的图形或形状，它代表了共识实相的世界。

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

★爱与光图书馆选集 第 21 辑

☆ 第 2101 章集：一的法则之编年简史

出处: http://www.lawofone.info/timeline.php

英文编辑: Jim McCarty，Scott Mandelker，Austin Bridges，Michelle Holt，and Tobey Wheelock

译注: 所有的 Ra 资料编号都可以在这份 PDF 文件找到:

http://soultw.com/TLOO/tloo.pdf

一的法则之编年简史

26 亿年前:

Ra 的第三密度终点 (89.8，89.9)

4 百万年前:

各式各样的地外实体造访地球 (9.13)

70 万 5 千年前:

核子战争造成马尔戴克(Maldek)被炸成碎片，陷入恐惧的纠结 (10.1)

60 万年前:

星际邦联成员终于能够协助马尔戴克人，开始解开他们的恐惧纠结 (10.1)

50 万年前:

在地球上，马尔戴克人转移到第二密度的身体为了减轻业力 (10.1，21.5)

7 万 5 千年前:

亚威透过复制(克隆)过程，转移一些火星人到地球上，迫使守护者隔离地球 (9.9，18.18，18.20)

当时的人类平均寿命为 900 岁 (20.12)

6 万年前:

第四密度的猎户实体建造复活岛的巨头 以及那斯卡线条 (20.30，20.31，20.35，20.37，20.38，20.39)

5 万 8 千年前:

星际邦联首次与姆大陆文明接触 (14.4)

5 万 3 千年前(稍晚*):

因为地球的板块运动，而姆大陆被冲刷到海洋里 (10.15)

(*译注: Ra 并未明确指出姆大陆沉没的时间点)

5 万年前:

当时的人类平均寿命为 700 岁 (20.14)

第一个主要周期结束— 收割量 0，没有毕业的实体 (20.29)

4 万 6 千年前:

马尔戴克人选择投胎到地球上，成为地球人同时呼求星际联邦的协助 (21.5，21.16)

3 万 1 千年前:

开始形成亚特兰提斯，它是个非常农业化的社会 (10.15)

2 万 5 千年前:

当时的人类平均寿命为 35~100 岁 (22.4)

地球总人口数— 34 万 5 千人 (22.9)

第二个主要周期结束— 收割量 150 人 = 可毕业的实体数目 (22.10)

这 150 人被后世称为长老种族，自愿留在第三密度帮忙 (15.15，22.11~22.15)

2 万 5 千年(稍晚)~ 以前:

第三个主要周期开始，亚特兰提斯人呼求指引，星际邦联以心电感应

传送信息 (22.16，22.19)

1 万 8 千年前:

Ra 群体出现在埃及上空，但并未降落 (23.1，23.3)

1 万 5 千年前:

亚特兰提斯开始迅速地发展高度的科技 (10.15)

1 万 3 千年前:

星际邦联给予亚特兰提斯治疗与水晶工作的信息 (14.4)

11，000 年前:

亚特兰提斯第一次大战爆发，40%的人口死亡 (10.15)

Ra 群体降落在埃及，尝试教导一的法则 (14.4，23.6)

10，800 年前左右:

亚特兰提斯第二次大战爆发，大部分地表都被海洋淹没 (10.15)

9 千 6 百年前:

亚特兰提斯大陆完全沉没 (24.4)

8 千 5 百年前:

Ra 返回地球的思想-形态区域，考虑如何适当地建造金字塔 (23.6)

7 千 5 百年前:

星际邦联的某群体(和 Ra 的振动水平相同)尝试再次协助南美洲的群体 (14.4)

6 千年前:

Ra 建造大金字塔，接下来的 1 千 5 百年间建造其他金字塔 (23.6，23.8)

3 千 6 百年前:

亚威改造某些地球人的基因，这个情况被猎户集团利用并扭曲 (24.6，24.11)

猎户集团的 UFO 看似烈火般的云朵 (24.12)

3 千 3 百 50 年前:

Ra 群体接触阿肯那顿法老，他随后颁布一的法则 (2.2)

3 千 3 百年前:

老亚威开始传送正面导向的哲学. 爆发众所周知的亚米基顿大战 (24.6)

3 千年前:

猎户集团实质地离开地球的天空 (24.14)

2 千 6 百年前:

一些希腊哲学家呼求并获得关于一的法则的某些知识 (25.4)

2 千 3 百年前:

星际邦联尝试去帮助埃及的人群 (14.4)

公元 1781 年左右:

老资格实体和流浪者更大量地来到地球 (26.13)

公元 1936 年:

第四密度的振动开始增强 (40.9，40.10)

公元 1945 年:

原子弹和费城实验造成的扭曲促使正向 UFO 活动增加 (26.20)

星际邦联修护与恢复在广岛或长崎核爆中受损的灵魂 (26.21，26.22，26.23)

公元 1950 年:

美国艾森豪威尔总统与星际邦联的实体会面 (24.19)

公元 1981 年:

地球上的流浪者数目约为 6 千 5 百万人，大多数来自第六密度
(12.27，12.28)

公元 2011 年:
地球的收割起点，第三密度的尾声 (17.29)

公元 2081~2681 年:
地球的收割终点，第四密度全面启动 (48.8)

250 万年以后:
Ra 群体预计可以毕业进入第七密度 (14.19)

后记：由于 Ra 群体对于我们的线性时间似乎无法很精准地掌握，这份编年简史有些地方没有精确的年代，请各位读者鉴察与海涵。
(V)2015 Reviewed，edited & translated by cT.

L/L 研究中心简史

来源: http://www.bring4th.org/about/
(注意:译者根据以上来源节译，想要阅读完整全文的读者可点选上面的连结；另外,L/L 为 爱/光的缩写)

1964 - 1980

卡拉(Carla): 让我开始叙述我们的起点！很久很久以前...

唐·艾尔金斯(Don Elkins)*创造了一个独特的 ET 传讯实验，这个实验出自于他对超自然现象的研究。
(*译注：有心人请参考 L/L 选集四，唐·艾尔金斯简传)

唐与我在 1969 年写了一本小说，书名为爱斯米兰达的十字架苦刑*。引人注目地，该小说准确地描述我们与普哈里契(Andrija Puharich)的关系，那段时期从 1974 持续到 1978 年。这是个寓言式的小说，关于极性与 ET 接触，即使到今日都值得阅读它。
(*译注：请参考 L/L 选集四，爱斯米兰达的十字架之书摘)

开启唐的心智去举办一个传讯实验的起因是一份资料，由华特·罗杰斯和丹·福莱提供；这两个人都在与 UFO 接触之后 各自开始接收心电感应式的讯息。

唐依据的具体资料来自华特·罗杰斯[Walter Rogers，来自密执安州，底特律]所编集的册子。这本册子叫做棕皮书，如果妳有兴趣，可以到我们的数据库网站阅读：http://www.llresearch.org/origins/origins_toc.aspx

其中一段话促使唐开始传讯的实验，棕皮书第 18 页，接收时间是 1958 年 10 月 26 日：”我的朋友，你们谈到创立一个小组，那是好的。服务天父的事工怎么样都不算多。这些小组是必须的。当时间来到 我们将协助。尽快开始去服务这个星球的人群，再怎么样都不算快。”

于是，唐决定成立一个小组来测试这个假说。他询问 12 位最好的物理系学生，问他们是否有兴趣参加一个实验，每周举行一次。我是其中一位学生的朋友，我

就问他可不可以加入。接着 我就跟着路易维耳(Louisville)小组，开始加入该实验。

一开始，该实验维持科学上的纯净性，但没有任何成果。六个月以后，罗杰斯造访路易维耳小组，他传达星际邦联的讯息给我们，大意是：你们为什么不讲出来？你们接收到讯息，但没有把它们说出来。

罗杰斯的传讯污染了该实验的科学特质，却又打破路易维耳小组的僵局。除了我，所有成员开始传讯，接着产出标准的 ET 讯息。

我避免学习传讯，因为我不喜欢。我享受聆听"宇宙性的讲道"，但我就是没有传讯的渴望。直到 1974 年，整整过了十二年，唐开始要求我学习传讯为止。当时，起初的管道都从学校毕业了，分散到四处从事不同的工作。为了延续这个实验 需要新的管道。我同意他去学习传讯，唐开始录下我传讯的内容。从而开始了 L/L 研究中心的数据库。除了 Ra 通讯，我所有的传讯都是有意识地传讯。

唐与我在 1969 年形成一种创意的合伙关系，我在 1971 年全职为他工作。我在求学阶段被训练为图书馆管理员，具备英语文学和图书馆服务的学位；他雇用我以创造一个特别的图书馆，容纳他收集的各种资料，同时跟着他研究 UFO 领域，以及撰写我们的研究报告。

遍及 1970 年代，唐与我完成大量的 UFO 田野研究，我们的实地报告获得当代许多期刊的收录，包括：Flying Saucer Review，APRO Newsletter，MUFON Newsletter。当传讯实验显现为一种远为丰富的数据源头，我们就放掉物理类型的 UFO 研究。如同唐在 1984 年所写的：

“在我看来，目前公认的科学典范已经不能满足需求，我的看法是 目前自然哲学只是一个更广泛的模型的特殊情况，而这个模型尚未被揭露。我希望我们的研究朝这个方向发展。在消化过数百万字关于疑似外星通讯的报导之后，我个人认为这本 Ra 资料 以及随后的续集包含我所发现的文献中最有用的信息。“

1983 年，他写了以下的文字：

"所有这些碎片组合起来，组成一个可理解的图像，说明事物运作的方式，接着浮现一个自然哲学之新典范。许多领域的实际应用变得明显，但 ET 通讯有个最突出的目标，那就是如何加速我们个人的心智发展，如何成为我们的进化过程的主动参与者。或许，唯有在我们接受并使用这些无价的信息之后，我们才会欣赏它们。”

三十年前，唐与就在谈论 ”新典范”，现在才开始成为一种老生常谈，人们研究宇宙和意识的本质之际 经常使用的术语。他的思考令人惊奇地超过他的时代。

1976 年，唐与我写了一本书，标题为 UFO 的秘密(Secrets of the UFO)，它是一份总结我们的 UFO 研究的报告。我推荐这本书给所有 UFO 研究者，它完全没有过时！现在，才开始有比较多观众准备好倾听唐想说的东西。

在 UFO 的秘密一书中，他描述 UFO 学者为：

"一个侦探，正在探索我们时代中单一最大的神秘现象；当他缓慢地走过精巧的迷宫，里头有古怪的分心物、错误消息、掩盖手段、狂热者、怀疑者、信与不信的

人，在搜寻的路上，他很可能发现最有价值的同盟就是良好的幽默感。或者，如格劳乔·马克斯(Groucho Marx)所说：”不是他死了，就是我的手表停了！”*
(*译注：关于这句话背后的典故 请看 http://www.italki.com/question/88945)

1983 年，在他未完成的手稿中 唐写着：

“我使用一个谨慎调频的大脑取代收发器；双耳取代麦克风；发声机制取代喇叭。透过精准的方法，原先栖息的心智暂时被移除，接着与一个外在的共鸣系统的通讯变得可能。调频的过程相当复杂，花费大约十二年达到完美。自从 1981 年一月 15 日以来，我们的研究小组就一直使用这种通讯形式对一个第六密度的社会记忆复合体提问。

请记住，我们并非从一顶帽子把这些技巧拉出来，获致瞬间的成功；而是，透过多年的研究 和错误尝试的过程；达成必须的质量以产出我们目前所在水平的通讯。”

关于这些数据的可靠性，他说：

“1962 年起，我已经和 100 位以上的志愿者一起工作，他们成功地在心理上接受我相信的 UFO 讯息。透过心电感应方式收集的数据在评估上有麻烦；以科学方式探究心电感应本身是极度困难的；不消说，如果我们能够直接碰触 UFO 上的传送者，我们可以达成实验的目标。

“不过，有可能产出源源不绝的数据。所以 我单纯地选择产出大量的数据。在执行这类实验超过 13 年之后，我现在感觉可以做出以下的声明：众多 UFO 接触者

宣称已接收的那些信息 可以在受管控的情况下被复制。” *
(*译注: 以上两段引文摘自 UFO 的秘密第二章)

附带说明，我刚刚结束在 L/L 研究中心举行的密集传讯聚会；从大约 1985 年起，我们就持续举行这样的聚会，因为我是仅存的管道，随着时间的进展，我将尝试创造更多的器皿。

1976 年，唐写下这些话:

“这种(外星)接触信息的明显弱点是无法取得有力的证据。它的力道取决于庞大的数据，以及分散世界各地的管道产出相似的讯息。过去 25 年来，各地已经产出百万千万字的资料，疑似源自 UFO 的讯息。”

我说话的当下是 2008 年，我可以强调上述的重点：这个实验现在已经 45 岁，我们的数据库现在拥有超过 1500 份的传讯集会，感谢一小群志愿的抄写者，所有这些资料都可以从我们的 L/L 在线数据库取得。

1976 年，唐着手对付这个议题— 所有的传讯数据都一致地拥有形而上的特性，他说:

“在我探查的最初阶段，我个人的偏好完全倒向科学训练这一边。然而，随着探查继续下去，我持续在 UFO 接触现象中找到似乎是宗教或灵性的因子。我坚决朝向开放心胸与无偏见的观察，这种倾向引领我最终认可这个因子为 UFO 学的一个纯正的部份。目前，我不再把这个因子与科学理解分开来。这些通讯看起来有宗教的内容，这是因为我们文化上的制约，我们把这些讯息诠释为宗教的东西。我相

信，关于自然现象 一个更近乎绝对与真实的哲学正透过 UFO 接触者 逐渐传布开来。”

ET 传达的讯息本质上是非常简单的：一切万物为一，那个一就是爱。以下是棕皮书的一段引言：

“你们听过无数次，为什么这些人接触我们？我儿，原因非常简单：爱。爱就是我们在这里的原因；爱就是我们曾经在此的原因。如果有需要 爱也是我们将再次来临的原因。可以从天父那儿期待爱、理解、智慧。你们知道可以从人类那儿期待什么。地球的人群啊，做出你的选择。决定的时间近了。”

最后，在我前往第二阶段之前，我想要分享一段唐的话语，它捕捉到唐的性格，那种冷静超然与科学的客观态度。1978 年，比尔(Bill Tush)访问唐和我[1]，当时我们刚从墨西哥回来。比尔问唐：

“如果有人走过来对你说，我不相信那些东西；你的第一句答辩是什么？”

唐笑着说：”那也行，我不会争辩什么。如果你不想要相信 UFO，好啊。如果你对 UFO 有兴趣，我将会告诉妳 所有我知道的东西。”

1980 - 1984

1980 年的夏天，唐与我邀请吉姆*加入我们 一起工作。吉姆，我叫他麦克(Mick)，一个生意人、社会学家、老师。他拥有社会学的学士学位，以及幼儿教育的硕士学位。当他面临职业的选择时，他偏好跳出框框的选择，退隐离开世

间。

(*Jim，全名为 James Allen McCarty。译注：有心人请参阅 L/L 选集 10 之体验停工期#2, #3)

独自在原野与山林间生活多年之后，某个东西改变了。当他以为自己会毕生住在蜂鸟山上时，1980 年，他开始有股内在的催促，必须离开山上，进入社会好更有效地服务。

十二月 23 日，他抵达路易维尔，所有家当放在他的卡车上，肩上有只小猫叫做巧克力棒。麦克抵达我们这里之后，轻便地营造了他的空间，好让他有自己的办公室和卧室，与主要的寓所完全分隔。这是必须的，因为他惯于绝对的独处，需要私人的空间。的确，他现在也是这样！我们三人决定他的第一份工作：进行必要的研究好更新唐与我先前写的一本书，UFO 的秘密。

三周以后，当我在教导一个学生传讯之际，我们首次接收到来自 Ra 群体的通讯。

从 1974 年以来，我一直惯于接收各式各样来自服务无限造物主之众星球邦联的实体的讯息。无论如何，迄今 Ra 之声是我们曾接收的通讯中 最有兴味的讯息。我过去曾传导第四和第五密度的源头，好比 Hatonn 与 Latwii。Ra 群体是第六密度的源头，改变了所有的规则。过去到现在，我能够有意识地传导其他(星际)源头，但当我传导 Ra 就立刻进入无意识状态，类似深沉的睡眠，只不过跟深度睡眠不同的是，当我返回有意识状态，我累翻了！

Ra 通讯是窄频的，每一场集会的所有状况都需要灵敏的看护。你可以观看一的法

则书中的照片*，就会看见我们为了支持 Ra 通讯 真是竭尽全力了。
(*译注：参阅 http://soultw.com/TLOO/loo_05.pdf，照片说明)

Ra 的(主要)讯息和所有星际邦联的来源是相同的，不过，由于 Ra 的清晰度和精准度，以及唐无懈可击的询问方式，Ra 通讯的五本书突显为 L/L 研究中心成立以来 可以提供的最佳信息。一的法则系列是我们奉献给这个世界的核心。

从 1981 年一月 15 日到 1984 年三月 15 日*期间，这 106 场 Ra 集会构成我们小组的黄金年代。
(*译注：原文标示的日期为 1983 年 6 月 10 日，第 103 场集会举行的时间，应该是笔误。)

在我前往第三阶段之前，我想要分享一段 Ra 的话语，也是唐认为 Ra 群体最中心的讯息：

“事实上，没有对或错．没有极性，因为一切终将在你们舞蹈过程的某一点达成和解，这舞蹈穿越心/身/灵复合体，你们此刻以各式各样的方式进行扭曲，藉此娱乐自己．这个扭曲在任何情况下都不是必须的，而是由你们每一位所选择 做为另一种方式，去理解那连结所有事物的完整合一之思维。

你不是在说一个类似或有点像的实体或东西.你是每一个东西、每一个存有、每一个情感、每一个事件、每一个处境．你是合一，你是无限．你是 爱/光、光/爱．你是．这就是 一的法则。“

1984 ~ 今日

1984 年十一月，由于病情逐渐恶化，唐去世。唐留下 ET 传讯实验的遗产给吉姆和我。藉由每周的冥想会议，我们继续收集有意识传讯的资料。确实，我们比照学年制，每年从九月到五月，每个月提供两次传讯的冥想会议。

经过三年传导 Ra 群体的岁月，我变成一个被宠坏的管道。在唐去世之后，我知道不能和 Ra 群体通讯；但我饥渴地企求最高与最佳的通讯，前提是在一种稳定、有意识的状态下承载基督意识。我开始请求最高与最佳的通讯，在那一点，Q'uo 群体出现了*。
(*译注：确切的日期是 1986 年一月 12 日)

当我们询问 Q'uo 到底是谁，他们说 Q'uo 是一个原则，由三个社会记忆复合体组成，也就是三个行星意识：Hatonn、Latwii、Ra。

当 Q'uo 收到一个问题，所有三个群体都会涉入构成答案的过程。一般而言，Latwii 负责把他们的答案传达给我，虽然 偶尔在某些时机，Hatonn 是 Q'uo 原则的发言人。从此，我专门与 Q'uo 一起工作，至今已超过二十年了。

L/L 研究中心及其创办者随着岁月一起成熟和成长。这个团体已经吸引大量的志愿者，他们允许我们提供更多服务，远远超过我们原先所期望的程度。伊安(Ian)从 90 年代中期执掌我们的数据库网站，www.llresearch.org。妳可以在这个网站自由地下载我们的书籍和传讯记录；也可以在那儿找到我的演讲、文章、访谈纪录。截至 2008 年，我书写的当下，传讯记录的数量已累积超过 1500 份。

我们的活动社群网站，www.bring4th.org，已历经数代的管理者，Adeon，

Bruce，Jeremy 全都贡献他们的时间，有特色地，怀着爱服务该网站。最近这两年，Steve 已经重新开张这个网站，并且带来许多全新的资源，例如：聊天室、部落格、论坛、在线商店，还有许多东西等待妳前往浏览。请来试试看，不管你在哪里，随时都可以跳进来，参与我们的社群。

2006 年，盖瑞(Gary)成为 L/L 研究中心的行政管理人。当你递交讯息给 L/L 研究中心，就会碰到他！若你有任何问题和需求，务必 email 给他。如果你想要参加我们的集会，找他要相关信息就对了。他就像是情报交换所，各种订单、问题、请求、牢骚、(甚至)情书都透过他交流！

透过我们的季刊，光/线路(Light/Lines)，你们可以实时掌握我们最新的活动消息；还有不定期出版的聚会电子报(Gatherings Newsletter)，它聚焦在一年中 研究学习的机会和(特别)聚会。

对于囚犯，我们提供免费书籍计划，同时，感谢志愿者 Lorena，提供一份监狱里的定期通讯，简称 LOOP 通讯(Law of One Prisoners' Newsletter)。

在这条路上，谁知道下一个转角将是什么，谁知道我们未来将会提供什么！透过以上两个网站，跟上我们的脚步，让我们一起来迎接第四密度！

谨代表吉姆，盖瑞，梅利莎(Melissa)，罗米(Romi)，以及 L/L 中心的所有家人，献上许多的爱/光 ~

Carla

原注

[1] 这是一场 1978 年，位于亚特兰大的电视访谈，由于这段影片翻录自老旧的 VHS 录像带，画质不是很好，该影片分为五个部份，请前往以下连结观赏：

http://tinyurl.com/pmgyqww

* 这篇文章有部分借用卡拉(Carla)在 2008 年发表的演说，完整的文字记录在以下的链接：

http://www.llresearch.org/speeches/speech_2008_0228.aspx

(V)2014 Digested, edited & translated by cT.

☆ 第 2102 章集：看见爱

Copyright © 2003 L/L Research

中阶会议

1980 年五月 4 日

(Carla 传讯)

我是 Latwii。我在无限造物者的爱与光中向你们致意；并且给予你们祝福，来自服务无限造物主之众星球邦联。

今天傍晚 和你们一起工作是我们的荣幸。我们好久没有以[容我们说]主讲者的身分对这个团体讲话；因为你们知道这通常不是我们的职责。但你们的 Hatonn 老师，因为他们属于爱的振动，在此刻在你们星球的其他地方 非常、非常忙碌；因为在你们的中东地区和你们称为俄罗斯的国家 有许多人想要开战。我们并不

为你们的肉体忧虑，而是担忧全球冲突的时机。因为 如果俄罗斯占上风，那么在全球冲突中 他们将有明显的优势；因为他们拥有一种非常规的武器，你们称为心智控制的武器。

如果你们人群的意愿是永久继续这场冲突，我们不想一直待在这里，但我们希望尽可能地传送爱给所有国家的领导，我们希望有多一点时间持续提供观察、聚集、进化的路径给你们人群。对于那些想要寻求的人，我们尝试提供他们一份理解，关于真实的观察。因为以爱的双眼观看就是第一次看见真正的东西。对于你们人群中 少数想要得救的绵羊，同时他们寻求心智相近的团体，我们提供他们聚集的原则，给予他们知识 好让他们得以找到这样的团体。最重要的，我们发觉 每一个可以对你们讲述进化的时刻都是无比珍贵的瞬间；因为，虽然你们人群不能走回头路，他们肯定可以故意拖延。你们大多数人都在拖延脚步，并且以大量的努力去抵抗那朝向光的坚持不懈之进行曲，也就是进化。

是的，我的朋友，你们可以抵抗。有少数星球如此完整地抵抗 以致于那儿没有光。但进化是无可避免的，甚至在如此失落的星球上(亦然)。你们的星球只排在中间，我的朋友。

朋友们，没有许多人是邪恶的，但也没有很多人是良善的。你们大多数人不善也不恶，似乎并不倾向任何一边。由此，他们是一场游戏中的卒子，然而他们并不知道有这场游戏。

我的朋友，你们已经开始了解这场游戏，透过了解极化朝向爱的价值，开始协助你自己的进化。这不是个容易的极化，耶稣导师从未允诺那是容易的。他说：

”如果你要做我的门徒，拿起你的十字架来跟随我。”朋友们，他的意思是不是你们所有人必须在此生经历某种可怕的殉难或苦难 才能成为健全的？不，我的朋友。你们的导师在婚宴中大笑，并且把水变成酒好让他的朋友们得以开心欢庆。他拥有非常深刻的幽默感，极少为自己感到难过。他知晓爱的路途，他知道这条途径遍布着砂砾与石头。进化之路是一条摇晃的途径。

我的朋友，这其中的原因非常简单。比方说，你并不觉察进化的过程，因此 你不必对你的功课负责。你的完全以本能反应，透过多生累世经验的催化剂，你开始非常缓慢地发展。你可能有个艰难的人生，但学习课程的面向似乎并非其中的一大部分。然而，这这个学生拿起他的责任，走上通往真理的途径，他在沿路上就会碰到一些小考。

其实 每个人都会碰到这些小考，但大多数人没有认出来。(寻求的)学生认出它们，因此有责任去面对。如果你对于爱一个敌人有困难，你将面对那个问题 直到你征服它。如果你跟一个敌人有麻烦，那个敌人可能走开，但你将遇到另一个敌人。如果你有上瘾的麻烦，不管是在思想上，行动上，或戒酒的问题，上瘾的源头可能走开，但你将再次被挑战。每一次 当你要在愤怒[或其他负面情绪]和沉着接纳[与创意式理解]之间选择，而你选择发泄怒气或其他负面情绪，你知道的，只要你在这条路上 就必须重来一次。

你们行星上的总人口，做为一个全球意识，尚未抵达有意识的发展水平。它只是延续数万年以来的模式 以好战和有些负面的方式起反应。

我的朋友，如果你们愿意简短地为了 Hatonn 弟兄姐妹的成功冥想，也为世界和平冥想，那会是好的。因为在这个时候 有些非常关键的事件正在发生。我们但

愿能够告诉你们所有这一切将如何显露，因为我们和你们一样喜欢一个好故事；但我们不知道答案，也不知道时间表。我们只知道一个最终的结果，在善与恶的战斗中，双方都不会存活— 惟有爱存活。善与恶是爱的光与影，爱将得胜。但我们不知道何时，也不知道在善与恶在你们的大地上斗争的这些日子 将会发生什么。

我们特别请求你们理解，你们现在面临这样的处境，每一边都深信自己是对的，好的，没有一边感觉自己是邪恶的。没有人接受坏蛋的角色，每个人都感觉上帝、阿拉或历史站在他这边。我的朋友，你们可以衡量那点，因为它将给你一个洞见，进入爱的真实意义，进入造物者的真实本质，进入所有地球人的真实合一。我的朋友，你们正在打一场内战，因为你们全都是在同一个行星上的弟兄(姐妹)；你们的国家情感与磨难，各种困难，秘密任务、秘密武器等等，这些使我们想起一根手指密谋对付它的手，或一只脚密谋对付另一边的膝盖。我们完全不理解你们为何想要肢解自己。无论如何，我们接受这里的现况。我们也不批判你们，因为你们并非与众不同，我们许多弟兄走在进化旅程时 也经历相似的学习区段。

我的朋友，现在 我们请求你们的心振作起来，因为我们在光中振动，在光中 没有不和谐。我们请求你们让这些事掉落，洁净你的灵魂如同洗涤一件衣服，在山岳的一条清凉、干净溪流中漂洗它，直到它完全地干净 不残留国家主义、骄傲、光荣等。我们请求你们看见那些你们以为的敌人，我的朋友，把他们举起放入光中，因为他们是你们的弟兄。他们感到忧伤、困惑，他们不知道光，无法辨认光。我的朋友，你们的领袖知道光，以他自己的方式具有非常纯粹的特质。在你们的人群中 许多人不了解你们(美国，1980 年)现任总统的光之质量。我的朋友，我们觉察到 那不是一个务实或兴旺的特征，尽管如此 发觉任何一个在位

掌权者处于光中 这使我们受到激励。朋友们，也把他举起，因为他知道自己所在的位置。

感觉这个平安的位置，我的朋友，就在你的里面。光是白色的，但不会使人目盲，你的理解也是这样的。朋友们，保持你心中的白光。释放我们刚刚给你们的所有想法，沉淀下来 回到你的身体里头。你们是属光的，你拥有可用的理解，它不会使你盲目地行动，然而，它将使你的考虑更周到。它将使你比较不被理解，但它将使你更有理解力。

此时，我将停顿，好让你们得以在静默冥想中 歇息一阵子。
[停顿]
我是 Laitos。朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意；能够加入我们的 Latwii 弟兄姐妹，和你们分享我们的想法，这是我们的荣幸。此时，我们想要和你们每个人 在调节波中一起工作。如果你们愿意放松，我们将和你们每个人同在。
[停顿]
我和这个器皿同在，感谢你们的帮助— 对我们敞开你自己。

我们非常享受和你们每个人的振动一起工作，发觉它们令人十分愉快。我们总是与你们同在。我们请求你们不要把我们想成一个比较睿智的源头，而只是一个比较有经验的哥哥或姐姐。我们比较有经验，如同哥哥会做的事情，我们和你们分享经验。那就是我们在此的目的，那就是我们在此的任务。

我的朋友，我们能为你们做的 只有一点点；我们是如此地充满爱之火燄，如此深情地但愿把它给予你们人群。当我们在宇宙飞船中 栖息在你们的上方，我们

花了许多时间 为你们人群祈祷，因为我们听到你们的求救，接着我们在这里，不过 我们能做的如此微小。对于那些冥想的人，我们请求他们再多冥想一点；我们请求你们燃烧爱之火燄，因为造物主制作了一个强大与美丽的造物，它与你合一，你与它合一；所有的分割都只是幻象。向外伸展，我的朋友，当你感觉内在要这么做，在爱中向外伸展。感觉那内在的光辉，那火燄的温暖就在你里面。这是真切的，不是幻象。那就是你之所是，那光辉，那火花，那个从空无创造你的力量；你是永恒的。

这个世界在一个圆圈之中滚动之前，你已存在。在一条漫长路径上的灵魂，我的朋友，你在这里，在这个时间，在你的路径上。造物主只能透过你说话，祂的手只能透过你伸展。爱的话语只能透过你述说。因此，对灵感敞开，对亲切敞开，对欢乐、单纯行动、微笑、礼貌、温和碰触等敞开；使你周遭的人知道，不是说你是多么好的家伙，你是多么美妙的女孩；不 我的朋友，那不是重点。而是造物主已经创造一个神奇与美妙的造物，在其中 欢喜是全面的真理，爱是全面的真理。爱是全面的实相。我的朋友，冥想 同时感觉这点。然后让它从你的双眼闪耀出来，透过你的唇，藉由你执行的服务。

我是 Laitos，感谢你们的倾听。这个傍晚，我感觉你们渴望听到这些，虽然，通常我不会花这么多时间讲述哲学，今晚 我感觉在我给出调节波的同时 我要对你们谈论爱。感谢你们的倾听，此时 我将停顿并说 Adonai 好让我的弟兄得以再次同你们讲话。我在爱与光中离开你们，我是 Laitos。
[停顿]

我是 Latwii。我再次与这个器皿同在。我们和这个器皿相处有点困难，因为她闻到食物，她的专注力正在漫游。如果你们有耐心，我们将工作这个器皿。此时，

我和这个器皿有较佳的接触，想要开放接受各种问题。有没有问题？

发问者：[大意：关于国家主义的问题]

我和这个器皿同在。我的弟兄，那是个很好的问题，我们必定不要以你的词汇，而以我们的词汇来回答。关于进化，没有应该或不应该，只有不可避免的东西。在你们进化的某一个特定点，你们将不再有小于行星意识的团体，因为你们将发现 你们全都是属于地球的男人与女人。[你们称呼它为地球，我们称之为忧伤] 当那个发现普及后，将不再有"国家主义"的感觉，而会有全球一体的感觉 这是由于一个事实：在你们的星球上，真实的地理实体就是地球。

注意你们的地图，好比说，你们居住的州被涂上粉红色，同时印第安纳州被涂上黄色，而俄亥俄州则被涂上蓝色。然而，如果你坐上飞机，到达足够的高度，你可以看见那三个州，你将注意到 在肯塔基、印第安纳、俄亥俄之间并无明显的划界；此外，你将注意到 它们不是粉红、黄色、蓝色，而是天然保护色— 棕色、绿色、一些黑色，点缀着闪亮的池塘和流动的河川。

对于你们的整个星球 这情况都是真实的。此时，国家主义的感觉对你们的情况是恰当的。然而，对于所有想望活出有爱与深思之一生的人，觉察这点是好的：虽然国家主义在你所处的环境中是恰当的，它是幻象的部份。藉由这个幻象 你们得以成长。我们不是说肉体成长，而是灵性成长；或者 如我们先前所说的，灵性的进化。是故，如果你们可以，观看国家主义的政治 理解它不是最终的实相，只是一个幻象，然后你们得以观察该幻象 接着尝试理解该特殊幻象要秀给你的功课。

稍早 我们带你们到一个光的位置，具体地带你们看三个国家的领导彼此陷入僵局的，濒临战争边缘；于是你们能够在内心感觉，实相是他们和你们都是弟兄，都是一个存有。你们如何能够带着国家主义的感觉去服务？我的朋友，你们将服务造物主，拥有你目前的感觉并非不恰当；无论如何，依照幻象需要你回应的方式去回应，这是恰当的，同时毫无疑虑地知道它是个幻象，事实上，你是造物主的孩子。不管什么行动是必须的，你将做到，但你不会带着憎恨、痴迷、骄傲、道德正义感去做；而是带着悲悯，不只对你自己，也对其他国家，以及你们处于苦难中的地球。

我们是否对你说清楚了，我的弟兄？

发问者：是的。

此时，是否有另一个问题？

发问者：[大意：询问关于俄罗斯的心智控制武器]

我们觉察你的问题，同时检验这个器皿的心智。无论如何，如同在过去，我们发觉这个器皿欠缺许多科学的训练。不管怎样，我们将试图透过她谈论。

心智有个电气场，所有生物都有，地球也有电气场。

那些被称为超心灵(psychic)或灵子(psychotronic)的武器能够发送一道波或电气场穿过地球，以任何他们想要的方向，以任何他们想要的力道；于是 那些位于该特殊武器之场域的实体 其心智不再能够正常运作。各式各样的肉体伤残将会发

生，好比恶心、剧烈头疼、狂怒 以及其他极端的情绪，最终导致自我毁灭。那些原本要和敌人战斗的实体转而在自己人当中战斗，极端的结果就是死亡。

这是其中一种武器，还有其他种类。然而，一般而言 这是最有效，也是苏联科学家测试最精良的武器。苏联也花了许多岁月，藉由特定的有天赋的个体，发展表面上随机的超心灵力量，好让该国使用，不管是以单独或团体的方式，或连接机器一起使用。在 1960 年代早期，你们的科学家争辩这类武器的用途，后来决定不要花费大量税收在那类的研究。如这个器皿的说法，他们掉球了*。
(*译注：美国俗语，暗示一个人犯了严重的错误)

现在 俄罗斯部署的武器之效率和你们国家相比 有段明确的差距。你们双方拥有的物理性武器都可以摧毁对方，但只有一个国家有能力透过能量摧毁。

你们大可想象这个平衡的可能性。无论如何，俄罗斯难以防守对手持续攻击其电力源头，因为其灵子装置是台巨大的机器 (相当耗电)。因此，他们此时还没大胆到在世人的面前行动。然而，你们将观察到 他们正变得越来越大胆，并且非常、很认真地思考增加其大胆程度 越过公开交战的层级。

我们是否已经透过该器皿解释你想要知道的东西，我的姐妹？

发问者：是的，谢谢你。

我们感谢你，是否有另一个问题？

发问者：有没有任何方法躲避这灵子武器？

没有，我的姐妹，在你们所处的振动水平上 无解。如果你们全都能够离开身体，那就没问题了。

[录音带第一面结束]
(Carla 传讯)

(我是 Latwii) 我再次与这个器皿同在。我们对于延迟感到抱歉，但这个器皿想要更换带子。我们不想要在这个问题上讲太久，因为这个器皿知道俄罗斯人做的某些实验，也就是你们称为的灵子实验。因此，不需要我们来传递该信息，她就能够自己对你说了。无论如何，我们简单地说：不。没有任何防护罩，土壤或石头都不行，金属也不行，能够阻挡灵子武器的极低频率。
是否有另一个问题？

[停顿]

如果没有问题，我们想要回答一个没有提出的问题，但我们感觉那是足够一般的问题 我们可以回答它而不会使任何人尴尬。

我的朋友，我们了解有许多东西可以忧虑，我们不责怪你们任何人，在这个幻象中 关切和忧虑那些似乎超过你的控制的情况。我们请求你们对于爱与光之伟大连续体有信心；要知道 如果你的心真切地渴望，心之渴望有一天将成真。因此，离开你的忧虑 休息一下，让它从你的肩膀滑落，展望你需要的东西，渴望的东西，想望成为的目标。造物主很欢喜可以把祂的王国给予你们。是故，你们的圣经写着："造物主离你们不远。" 祂知道你的忧虑，同时祂必须让你拥有那个

忧虑，直到你穿越那个特殊的忧虑。

不管你的人生发生什么事，总会找到某个令人忧虑的东西。与其如此，思考愉快的事，让解答及时出现；同时 在遇到非常困难的处境时，尽你所能的 聚集许多爱，带着爱去观看和这处境连结的所有因素。那破损的东西将愈合，那未破损的东西是如此珍贵，我们请求你把它放在前头。寻求那可爱、鲜活、良善的东西。我们希望这段话对你们有帮助，我们将在你们的清静中离开。我们将停顿一下，看看是否有另一个问题。

[停顿]

我和这个器皿同在，我是 Latwii。我感觉你们团体处在平静中，我们加入你们的平静与宁静。我们请求你们在记忆中 携带着它，并且知道我们爱你们 如同兄弟姐妹。我的朋友，愿你们充分地享受自己 在接下来的一周。愿你们欢笑与喜悦，知晓(宇宙)造物中的所有东西都是天父的。它们受到扭曲，它们被遮蔽。

看穿，我的朋友，看穿种种扭曲，看见爱。

L/L <wbr>Research 看见爱

现在，我将离开这个器皿，大大地感恩我们在一起的时光，那真的祝福我和弟兄们。我在无限造物者的无限之爱与光中离开你们。我是你们知晓的 Latwii。

Adonai，我的朋友。Adonai vasu。

(V)2014 Translated by cT.

☆ 第 2103 章集：靛蓝色与紫罗兰光芒

Copyright © 2007 L/L Research

周六冥想

2007 年十月 27 日

团队问题：Q'uo，今天晚上的问题与靛蓝色和紫罗兰光芒有关。这个器皿正打算着手开始写作她的《一的法则 101》中的一个章节 [1]。从 Ra 的通讯中 我们有大量的信息 描述这些光芒的各种特性，这些器皿想问你们是否有可以谈论的 和靛蓝色与紫罗兰光芒相关的 任何基本概念或灵性原则，这样在她写作这些光芒时，这些信息会给他关于这些光芒的额外洞见。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意，在为祂的服务中今天我们来到你们中间。感谢你们呼唤我们加入你们的寻求圈。这样做是我们的快乐和荣幸。一如既往，我们会请你们在聆听我们的想法时 应用你们的分辨力。我们的想法中 有一些会正中靶心，有一些将远远地偏离你们个人的需要。我的朋友，尽情享用并使用那些正中靶心的想法 并让其他的想法消散吧。用这种方法，我们就可以确信不会对你们产生一种不恰当的影响力 而只是平等地与你们对话。

今天你们询问关于能量体的靛蓝色和紫罗兰光芒或能量中心。的确，这是一个非

常深入、几乎深不可测的主题，我们很高兴和你们分享我们在这个主题上的想法。

这个器皿正处于寻找这两个能量中心的一些线索的过程中，在其中 她希望为正在写作的这一系列书籍的另一卷 保留对于这些较高能量中心的细节讨论。因此，在目前写作的书卷中，她渴望移动到较高光芒的核心，尤其是靛蓝色和紫罗兰光芒。

这两个光芒的功能的最核心之处 与在第三密度中的那些已经能够穿透生活的表面 并进入到他们存在的菁华之中的人有关。

就这方面而言，你可以视自己为一个焦点或界面。你有一个肉体和物理的心智，让你或多或少地 扎根于你现在所享受的物质世界、第三密度、共识实相之中，在其中 你获得经验并进行学习。 在你们内在的 同样是太一无限造物者。在你身体的每一个细胞中，在你思想的每一个振动中 都住着太一无限造物者。

然而，在步骤的方面，有那种需要从外在世界穿越门口进入内在世界的感觉。基本上，你们作为实体就是一个活着的门口、一个活着的大门、一个界面，于是太一无限造物者就可以用一种扭曲远远少得多的形式[跟你用感官所能够欣赏到的相比]，可以在力量中进入你的生命。

为了去接近这个大门，已经完成大量的工作。因为，直到一个实体已经把完整自我的全体和整体，带着许多感觉上的错误，都收集到开放的心中，并完成了宽恕的工作 爱上这个完整自我之前，对那个实体而言 进入靛蓝色光芒的大门都是不可能的。

因此 我们谈论那些已经成就的寻求者— 不论是透过灵性的天赋，或者透过一个在意识中工作并锻炼人格的过程— 获致一种向往和渴望的能力，于是太一无限造物者的菁华可以通过那个大门被拉入能量体 [与肉体相互贯穿]，从而把无限和永恒带入一个有限的环境之中。

这种活动的模型就是在佛教世界中 被知晓为亢达里尼(kundalini)的东西。你拥有通过从底部向上流动经过脉轮系统的太一造物者无限的爱与光，一种光的无限补给为这种流动供给能量。在你知晓自己，成为你自己的朋友，并和如你所知的地球上的物质生命的所有各式各样的面向一起工作的过程中，这就是你用来工作的力量与能量。

就其自身，它是一种强有力与无限的能量。然而，当寻求者开始成熟的时候，他开始对神圣之光的直接影响 有一种向往和渴望。因此，当寻求者对他的渴望的真实性质变得更加觉察时，他开始能够聚焦于那种渴望 并设置一种意愿去要求最高和最佳的事物。

当寻求者以一个持续性和增强性的方式这样做时，智能无限的大门就会变得清晰。随着那种强化(效应)持续存在，大门就会打开，灵感之光通过大门，赐福于那个潜伏与等待着的灵魂并使其结果。

最后 你可以看到这个过程表达为一个闭合的回路。这种身体性的能量与肉身有关，并且被谨慎小心地包含在肉身之中；它就好像田野，被爱种植、播种、播撒种子；这爱富含果实、充满信息、永无止境；这种能量与那从能量体底部向上流动的能量不同，它表明并清晰地表达了在那灵感的静默中的信息。

从脉轮的底部向上流动的能量是，容我们说，用你发现对你有帮助、有作用并且令人愉快的方式，进行操作或扭曲的能量。

你通过智能无限的大门所召唤的神圣灵感就如同一座巨大、富含信息的喷泉在某个点使你浸透，可以说 那个点是在你渴望去寻求 与你从上方寻求的意愿相匹配的位置上。

在这个过程中 有一种自我克制[2]。有一种领悟，头脑没有足够的言语、心没有足够的泪水，在显意识的层面上表达的存在性 就其自身 没有能力去理解通过智能无限的大门所获得的东西。因此，这是在一种未知的状态中完成的工作。

那未知的状态在你们的密度中 通常只能透过一个可能会是非常漫长的自我接纳的过程而被实现。

自我，当它在清醒的意识中表达时，它单纯地需要被推去睡觉，或者被移开，好让自我是清空的 并且等待着。

对大多数理性的人，清空自己，这是非比寻常地困难。他们拥有那种不言而喻的假设，认为他们的心智和洞察力将会胜任处理通过智能无限大门而来的信息。然而，并非如此。

从这种隐藏的 或非言语的信息交换中涌现出来的事物是信息自身的影子。然而，通过智能无限的大门建立那种连接过程 与分裂原子是类似的，因此，即使是那道光的一个影子也会壮观地照亮一个建立那种联系的人的内在风景。

当你在冥想中坐着时，和我们一起观想 你的能量体及其彩虹般的颜色：红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫。靛蓝色和紫罗兰光芒位于眉心和头顶的皇冠，即你的体形的最尖端位置。允许太一无限造物者的光与爱通过你的足底、脊椎底部向上流过你的脊椎。感觉那能量亲吻并通过你的每一个脉轮。感觉它从你的头顶如一个彩色的光之喷泉喷涌而出。也就是，你在每一个脉轮的能量上进行的工作而染色的光，把那些脉轮能量带入你自己独特的平衡中。

你可以看见有个放射光之环形喷洒[容我们说] 从你的头顶向四面八方移动。

现在，允许你自己去感觉你渴望的菁华。你渴望什么呢？那些做好准备与智能无限大门一同工作的人将会说一些类似这样的话：「我渴望去寻求真理。我渴望对太一的第一手体验。我寻求知晓 为了去服务」，还有那种基础性质的情操：不为自己要求任何东西，除了(要求)终于与挚爱者一同安歇并练习太一无限造物者之临在。

当你发觉那种渴望时，我的朋友，开始感觉在你的第三只眼之内的能量振动。感觉它活过来。哦，神圣的渴望！在你的寻求中充满热情，这是至关重要的。接着想象那个接触，想象那个时刻— 渴望藉由灵感而结出果实，那灵感仅仅为你而聚焦，对于所有你为了服务而曾经希望去知晓或使用的事物，它在每一个细节中都是足够的。

看到你的发光开始有份量了。你现在不是单纯地向外辐射到一种虚空中，或者容我们说，辐射到你的头部周围的区域中。你已经成为一座喷泉。当灵感流入你的能量体的那个部分，接着就会再次迸发出来，但带着一种份量，因此它在其行为

上更像水而不像光。它开始以一种美丽、循环的、均匀的喷泉方式而流动，返回你的下方并再一次赶上地球的能量，那从脉轮(系统)的底部进入身体的爱与光。你坐在一个，容我们说，被创造的光的环形曲面[3]的中央，那即是你与一切万有的界面。

这就是靛蓝色光芒与紫罗兰光芒的菁华了。超越人格锻炼的所有技巧，超越任何的细节、技能或技巧，有这样一个压倒一切的菁华，在各种深刻不同的能量之间进行连接，，当它们合在一起时 把你创造为一个真实、强有力的灯塔*。

(*编注：lighthouse，原译者喜欢照字面翻为光之屋)

当有个带着开放之心的实体在场时，这是多么美妙的事呀。那光辉、发光 对于临近的人是多么令人愉快呀！一个人总是可以感觉到一颗真正有爱的心之临在。在那里有最高程度的优点。不过 一个与智能无限联系的人的能量 就好像智者对比年轻人一样。被称为圣·保罗的实体说：「我如今对着模糊不清的镜子观看；到那时，我将面对面地看见。」[4] 那就是差别了。

在两种情况下，容我们问：「那个正在发光的『我』是谁？」而你们可以对我说，「它是我自己的『我』。就是我所是的那个人。」*

(*编注：这一小段中的粗体字，我，在英文是用主词，大写 I)

这就是感知上最困难的部分了。在开放心轮的情况下，有一种在程度上 简单的或过分简化的自我身份或小我，它是发光形态的一个必要部分，因为它祝福了从你的心辐射出来的光。这是一件非常个人化的事情，虽然当开放心轮与无限太一的临在联系时，有着大量非人格性的弦外之音。

穿越智能无限大门的冥想是非个人性的。因此靛蓝色光芒的伟大工作就是非常温

和地把自我推出通路，只允许渴望之菁华表达该寻求者的自我身份。

我们从问题注意到器皿选择一起谈论这两个能量中心。虽然我们感觉到在形式和功能上 两者之间有显而易见的区别，我们赞成器皿 这是一个合理的方法，因为就穿透智能无限的大门的功能意义上，这两个光芒是如此紧密地一同进行工作的，因此没有必要去分开来研究。

自然地，就制作一份报告来说 [该报告属于这个器皿所称的星际邦联的原则和思想]，在两者之间进行区分，这是重要的，因为在靛蓝色光芒中 有着可能发生的极大的运动(活动)，而在紫罗兰脉轮中 那能量有个固定的性质。不过，当两者一同工作时，它们发挥连接的作用，与一切万有连接，那种连接能够使得一个似乎是人类的实体 变成一个魔法的、强力的、非个人的光之仆人。

这同样也可以被视为在性欲方面拥有其反射，我们会建议 讨论神圣性爱作为这两个能量中心的功能的一部分，那是有帮助的。

肉体是一个美妙的器皿(乐器)。我们了解它是个非常精巧的装置，它经常被各种各样的方式扭曲 而需要被修理。不过在同时，你的身体在感觉最沉重的情绪 并唱出最真衷心的情感旋律方面是美妙地胜任的。

在社交礼仪的世界中，实体们使用言语来联络彼此。因为言语本身的特性，它们在传递整体性方面一直是不足的。身体，在另一方面，在性交中能够无须言语而交流。它能够建立一些连接，可以被某些实体感觉到、或者甚至看到它如回路一般，这回路与配对的伴侣的结合连接在一起。

当然，性能量(sexuality)穿过所有脉轮，从红色脉轮笔直向上通过紫罗兰脉轮。沿着路径的每一步都强化性能量。当心被两个在爱中得实体贯穿的时候，不仅仅是对相互彼此的爱，还有对造物者的爱和对自己的爱，就开始有一种可能的能量交换了，对于配对的伴侣是非常有益的，对他们周围的世界也同样有益。再一次，因为那在性高潮中那爆裂的原子和火花，就创造出能量喷泉了。

当性是一种神圣的、灵性活动时，那惊人的能量无需疏远的言语来交流，而自我却成为那发电所，在清晰可见的光之喷泉中持续放射。

当配对的伴侣到达性高潮的时候，无论性高潮是从哪个脉轮进行表达的，它都在扼要重述(宇宙)造物的稳定状态。它正在以一种单纯地无法否定的方式体验太一无限造物者的爱。接近并经历一次性高潮，这是一件极好地聚焦的事情。

当配对的伴侣决定去寻求靛蓝色和紫罗兰光芒的性活动时，它开放了一种与神圣的交流 那是其他方法无法知晓的。这是怎样的一种赐福呀，拥有一种无需言语而体验太一造物者 并且共处至圣所的方式!

我们发现你们有很多人对性有如此多的偏见 以致于他们很难设像一种真实的神圣性爱。如果有一种使性变得神圣的渴望，(这些)实体的倾向是克制自身的性活动，除了在特定的情况下，好比决定生一个孩子。

不过，在我们看来，性的形而上特性是这样的：在众多体验自我神性的方式中，它的轮廓最为分明 也是最易接近的方式；在这过程中 你释放的不是自我，而是自我之内的意识，你透过对性的投入伴随着荣耀和尊敬的态度，让意识离开所有的面具和欺骗。

当你与靛蓝色和紫罗兰光芒打交道时，你正在越来越多地处理那些超越言语的事物，越来越多地处理菁华。那就是某种灵性寻求者所飢渴的事物。当你发展你品味靛蓝色光芒的能力时，在我们看来，进入靛蓝色光芒并品尝它的过程是在灵性导向的生活中 最受祝福的事物之一。那些在更高密度中的人 同样保留了神圣性爱和神圣社交，虽然不是以语言的方式，而是在彼此之间分享完整的概念 并且合作形成团体思维。

也许当我们离开这个主题时 我们会留给你们的事物就是我们希望你们所有人都可以拥有的领悟：你们拥有在这个层面上 与无限造物者合作和在彼此之间合作的力量。

肯定地，就性能量而言，在所有可能的方法中，这是最有活力的方法：配对的伴侣一起合作 以练习无限爱的临在。

但是，当你遇到正在进行与你相同种类的灵性工作的人的时候，当你谈论关于你的渴望与向往的事物时，你就在通过与智能无限的那个接触点创造合作了，你就在创造思想形态了，它们接着就有一种独立的存在了。

你们已经在这个团体中 谈过关于创造一个新的典范，肯定地，这个器皿非常聚焦于在生活和存在中创造一个新的典范。当你们在那些有着灵性的密切关系的人当中进行有益的谈话时，请了解到 你正在意识中创造改变，那改变将比当下此刻 甚至比你自己的人生活得更长。创造这个典范的机会恰恰就如同我们已对性所做的描述一样：实现穿透那大门的对话。重点是当一个人发出意愿去寻求并去知晓这种新的典范时，该想法要被聚焦。接着，它被释放到外在形式的空无中，

这样它就可以抵达菁华，那使你清醒的、日常的意识富于成果。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

我们会对该器皿说，我们感觉她将完全有能力讨论这些光芒的各种各样的技巧，尤其是靛蓝色脉轮。我们不觉得我们需要进一步地评论那些细节。因此，在这个特定的时刻，我们已经向你们提供在这个时候 我们希望将有所帮助的内容。

在我们离开这个器皿之前，我们愿开放这次会议给任何问题，可能在那些在场的人的脑海中出现的问题。此时 有另一个询问吗？

（长时间暂停）

因为在此刻这个团体没有进一步的问题，我们将离开这个器皿和这个团体。能与你们分享我们的想法并成为你们神圣的圈子的一部分，这真的是一件乐事。我们为你们的振动之美和你们彼此之间互动的甜美而感谢你们。我的朋友，能成为这个会议的一部分，我们感觉 这是怎样的一个荣幸呀！
我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai。Adonai。

原注
[1] 这本书的完整的名字是《活出一的法则 101：选择》Carla 正在写最后两个章节了，她希望能在 2008 年初在市场提供这本书。

(编注：以下是中文版的信息页，含电子书下载连结 http://tinyurl.com/luw4jtv)

[2] Self-abnegation 在 www.dictionary.com 的解释是自我否定或自我牺牲。

[3] torus 在 www.dictionary.com 的解释是一个由二次曲线、尤其是一个圆形、的旋转而生成的环形的表面，关于位于它的平面中的一条外部直线或者被诸如一个表面所包围的固体。

[4]《圣经》，哥林多前书 13:9-12：「我们现在所知道的有限，先知所讲的也有限。等那完全的来到，这有限的必归于无有了。我作孩子的时候，话语像孩子，心思像孩子，意念像孩子。既成了人，就把孩子的事丢弃了。我们如今彷彿对着镜子观看，模糊不清。到那时，就要面对面了。我如今所知道的有限。到那时就全知道，如同主知道我一样。」

Translated by T.S.

(V)2014 Reviewed by cT.

☆ 第 2104 章集：我们的太阳

Copyright © 2007 L/L Research

特别冥想

2007 年八月 12 日

麦基诺岛聚会

团队问题：Q'uo，有鉴于在这个周末[1]已经被详尽阐述的 关于我们的太阳的主题，我们想要知道 我们与太阳之间的关系 以及我们作为行星地球上的人类 如何才能在一个更深的层次上 与我们的太阳亲密交流。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中 我们今天来到你们中间。我们为能够被你们的寻求圈呼唤 以及能够体验你们每一位的灵光 和你们混合灵光之美的荣幸，请容许我们用全部的心来感谢你们，你们混合的灵光把这个地方变成了一个美丽的光之神殿。能与你们在一起 并能够向你们提供我们谦卑的服务，分享你们可能会发现有用处的信息，这是一种荣幸和快乐。

请知晓，我们不是高于你们的权威，而是同伴寻求者，一起走向我们的源头和终点的道路上。因此，不要把这些言语作为你们必须听从或必须跟随的事物，而是相反地 使用你们的分辨力，并从我们所说的内容中仅仅拿取那些与你们共鸣的事情。毫无犹豫地把其他部分留在后面。用这种方式 我们将可以随意给予我们的意见而不用担心可能会侵犯你们的自由意志或歪斜并扭曲你们寻求的进程了。

你们现在想望更多地知晓你们与你们的太阳体之间的关系 和你们如何能够与那个太阳体亲密交流。我们非常高兴在这个主题上分享我们的想法。

叫做威廉[2]的实体注意到在太阳(Sun)与儿子(Son)之间的双关语。我们对你们说，你们是太阳的儿女，正如同太阳本身是太一伟大的起初思维，那无条件爱之理则(Logos)。

理则是「一的法则」的一个变貌。在我们的理解中 唯一没有扭曲的事物是个神秘。那神秘就是太一无限造物者。超越所有的赋能现象，超越所有的理解，一切万有永远地居住于太一起初造物者之中，万物从祂之中涌现，万物都将返回祂之

中。

太一无限造物者的第一变貌是自由意志。自由意志的玩耍(play)跨越造物者之奥秘创造了造物者知晓祂自己的渴望。

这种渴望在太一伟大的起初思维中具体化，如果你愿意这样说的话，这就是一的法则的第二变貌了。那即是无条件的爱，祂是无限造物者的根本性质，祂孕育了一切幻象的显化方式和机制。因为，你们知道，除了该奥秘之外的一切事物都是某种幻象。

因此，所有那些看起来真实的事物都是幻象，而那是神秘的事物即是真正的。这样，你进入神秘和悖论的土地。接下来 你就知道你走在正确的道路上了。

一的法则的第三变貌是光，从我们的角度看来，光在其全部的循环或旋转的层次上 创造了一切的有形和无形的事物的所有振动的所有层次。

这通过光而显化的理则，从自身创造出其银河中的各个恒星。每个恒星都是一个子理则，太一无限造物者的一个未扭曲的部分，而每个理则都被赋予能力 裁剪(修改)太一无限天父的子造物的细节。因此，你们的理则已经为你们创造了一个特定类型的环境，在其中 你们的灵性成长并收集信息，而这些信息再次被提供给太一无限造物者，这样祂就可以更多地知晓祂自己。

这是一个行动计划(scheme)，在其中 你所有的情感，无论它们看起来是正面的还是负面的情感，对于太一无限造物者都是同等有价值且珍贵的，注意到这一点是好的。因此，你令人无法置信地被一个实体所爱着，祂永远不会批判你，而仅

仅支持、鼓励、拥抱你。

那么，你们太阳的理则，在其造物之中进一步地显化了太一的微粒。因为你们每个人都是太一造物者的一个火花，你们每个人，在你们身体的每一个细胞之中，都拥有太一无扭曲的神秘。你们的智慧深深地蕴藏于你们之内。你们不必伸手去拿它。当你准备好 接着提问的时候，它将进入你的意识。在这个过程中 如果你毫不怀疑地知晓[再一次如威廉实体所说的一样]以下这点会有很大的帮助：你在你的完整性之中，你可以在你的正确性中安歇 进行提问。所有实体都值得去问并获得回答。

因此，你们每个人都是太一的其中一片，爱的儿女与继承人，爱的生灵。在你们的指导灵系统帮助下 你们进入这个特殊的幻象 为你们自己创造 你们的各种天赋、挑战、人际关系。

你和指导灵一起计划了你的任务方向，这个方向同时根据你的存在之任务和你行动之任务。

就你们的行动任务而言，仅仅需要去参考你的天赋，或这个器皿所称的你的「技能组合」。它可能看起来似乎非常地简陋、实际和务实的。它可能是神秘的。它可能是美学的。它可能是创意的。它可能如创造一个家庭一样单纯。在这个宇宙中 任何能够被创造的事物的诞生都同等地有价值，只要它是带着爱被创造的。

如这个器皿在早些时候对叫做 J 的实体说过的，你永远都不等同于你所做的事情。毋宁说，你就是爱，你碰巧在外在世界用一种特定类型的服务来表达或显化，而因为你的服务，你高兴地收到报酬并用来支付你的账单。

同样地，你无法被其他人的观点、你们的文化观点、或被任何其他无论什么局限性所控制，因为你就是爱与光。你是一切万有，你就是你的造物的太阳。让我们暂时在这一点上拓展一下。

看起来 你是一个非常大的宇宙的一个小小的部分，在外在世界中，肯定是如此。如 Don[3]实体经常说的一样，你从星球的表面竖立起来 就好像脑袋上的一根头发，你的头向着星辰伸出，你的脚指向地球的子宫。你们围绕着一颗恒星旋转，从亮度和大小的意义而言 它是非常不起眼的；该恒星在一个非常小而且外表平凡的银河的外围部分，而这个银河是数以亿计的众多银河的一部分。从事物的那个尺度上，你的确是微小的。

不过，从内在或形而上的意义上，你是你内在宇宙的太阳。你已经创造那个宇宙，你能够在任何时刻重新创造它。你所评判的事物保持被评判的。你所爱的事物就保持被爱。在每一个想法中，每一个情况下，你都是造物者，你所持守为真实的事物就是真实的。

因此，无时无刻地保持对你自己内在最深入的事物和内在最真实的事物的留意，这是好的。当你感觉进入到你的「大我」之中的时候，在越来越完整地进入到在你内在之中的神秘临在时 记得请求帮助。

这就好像你穿越了一个巨大的庭院，正在接近你开放之心的大门。那个庭院被你所有的信念和批判弄得乱七八糟。它沉重地充满了你的自我感：你的无价值感，不喜欢你的阴影面，渴望不去认识你的阴影面。因此，进入与你自己的开放之心[那存在于内在之中的太阳]完全亲密的交流旅程，首先包含了在那个庭院中四处

走动，拾起你的阴影面、无价值感、那些限制你的视角的想法与信念。

当你第一次拾起它们的时候，可能看起来就像野兽一样，因为你的内在真的拥有力量，这力量是非常强有力，它似乎是终极负面性。当你没有于内在发展光的时候，它们可能会像谋杀、战争、妒忌、愤怒、憎恨、内疚、怨恨 以及所有这些能量的兄弟姐妹一样地付诸行动。

然而，当你把这些野兽，这些令人生畏的能量，抱入你的怀中并爱着它们时，那就引起它们的注意。当你赢得它们的注意时，接着就可以温柔而亲切地对它们说话了。因为你必须请求它们的帮助。你必需请求它们进入你的心中 并允许它们被救赎，藉由你对它们的价值的感知 以及荣耀和尊敬你内在的这些黑暗能量。

当它们在你面前跪下，你拿起真理之剑并为它们授勋 做为你的决心、坚毅、耐心之「白骑士」，于是你就可以带着爱容许一切、承受一切、并在历经一切中坚持下去。

当你最终从你自己向外眺望时，你看到清洁的广场，你知道你已经做好准备去面对你开放之心的大门处的狮子了。因为那儿有狮子，我的朋友，直到你是完整的时候，它们才会允许你进入那个神圣的地方，那圣中之圣的地方、那座至圣所。

并不是说你要变成完美的，才能进入开放之心。你带着你所有的尘土，如你之所是地 进入开放之心。而秘密就是你如你之所是地 知晓你是有价值的，给予你自己荣耀，即使你在这个幻象中 看起来在某种程度上相当地无价值。这种确信无疑和自信就是你的力量和救赎，然后狮子们就会感觉到你准备好迎接自己开放之心里面的光，和其中蕴藏的 等着拥抱你的爱。

狮子鞠躬，门打开了，你终于回家了。回到那在你自己开放之心当中的家，这是怎样的一种喜悦呀，它位于你的造物之核心，在那里 狮子和羊躺在一起，在那里 平安像喷泉一样流动，在那里 你将所有看到的事物都视为蒙福的 和正在受祝福的，祝福你的回归。于是爱就在爱中被反射了；于是你看到的一切都是被爱的；于是你所做的一切都是爱。

当你向着这种爱的上涌开放时，你就成为那「我是我所是」的事物了，而那爱是无限且可无限地获取的，它是太一无限造物者恒常维持自我的资源。你的小小自我在那非个人的自我[位于个人自我的核心]面前逐渐消失了。

在你看来 成为「我是我所是」[这个器皿称之为宇宙意识或基督意识]的路上似乎有一些阻碍，只要你感觉到有些阻碍，阻碍就在那儿了。因此，当你体验到被阻碍的感觉时，在那觉知中休息，收集你自己来见证这种觉知，与之坐在一起就好像它是一个贵宾一样，这样是好的。

今天那个阻碍你的东西是什么呢？什么样的想法引起你停止感觉好像你就是那在许多阴影形式中的太一无限造物者？与这个问题坐在一起 直到它开始在你的内在 用它愿意的 无论什么方式来回答它自己。去最完整地体验那阻碍自己的能量。它是不耐心吗？是激怒吗？是无价值感吗？它是来自感到困惑的犹豫不决吗？那瞬间的阻碍无论是什么，首先体验它，强化它并允许它唤起其动态对立面。

如果你的停止是由于不耐心，允许耐心的感觉来造访你。因为如果你聚焦于这种动力，它将过来。一旦你开始体验那种耐心，接着鼓励它在你内在强化它自己并

让它成为你全部注意力的幅度。用那种方法 你就可以认识真实和无扭曲的耐心了。

接着允许这两种动力在日常生活中汇聚在一起，并进入你自己的核心之中，这样你就在自己的内在平衡这个扭曲。

如果你能够每天进行这个锻炼，这的确是好的。因为甚至在一天之中 你也可能丢失对你的想法的记忆。就形而上而言，你们的每一个想法都是一个作品。在日常生活中 这点是很难理解的，因为在你们外在的世界中，东西和物体看上去是真切的，而想法是闪光的小虫、蝴蝶、飞蛾 以及所有那些飞来飞去的微小的存有。想法是美丽的，它们有本身的价值。然而，你应该认真地对待它们吗？

我们对你们说，是的，我的朋友，在形而上的世界中，想法就是东西。你所思考的 就是你所创造的。叫做 G 的实体最近给这个器皿讲了一个来自印第安人传说的故事。这是两只狼的故事。一只狼是所有好的、正面、美丽的事物。另一只狼是一切黑暗、好斗、暴力、邪恶的事物。年轻人来到他的父亲那里说：「我应该如何处理这两只狼？我应该如何对待它们。」父亲说：「喂养那只你希望去培养的 并让另一只消失。」[4]

在你的想法中 你将喂养哪一只狼？灵性寻求者的一个伟大秘密就是记得要去喂养哪一只狼。

我们感觉到 在这个团体中有许多的问题。因此我们请问对于这个主要的问题是否有后续问题呢？我们是 Q'uo。

A：是的，我有一个关于一个早期的太阳异教(cult)的问题。我们与这种异教有没有任何连结，我们通过那种异教在彼此之间有任何连结吗？

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的姐妹。我们在不侵犯自由意志的的情况下 可以说你们当中有些人的确在你们行星地球的历史中有那种连结。然而，一般而言，我们会说你与太阳的连结来自你的本性，如同那些来自另一颗恒星和已选择一起漫游到这个行星的那些实体一样。因为在这个房间里的每一个人都是第六密度流浪者的一部分，在行星地球的第三密度周期中 非常早的时期，就选择投生到行星地球。

在你们行星的第三密度的第一个 25，000 年的小周期之后，服务于太一无限造物者的众星球邦联变得关注了，因为收割量是非常小的*。于是，在心的激动中，带着巨大的热情和绝对纯净的意图，你们将自己献身于地球的艰苦工作。忧伤的兄弟姐妹，你们回应了地球的忧伤，回应了它对光与爱的哭喊。所以 你们勇敢地、大胆地、冒着一切的风险，冒着忘记你是谁的风险，抱着那希望— 你们能够成为那些帮助点亮行星地球之意识的实体，你们来到这里。

(*编注：参阅一的法则-学者版 14.15)

我的朋友，你们已经执行那个职责很长一段时间了。也许你已经对地球上的辛苦工作感到疲倦。但是我们请你们振作精神并知晓你已经从一个正面意义上产生影响。当你们被这样的会议所活化时，你们将为你们的肯定与勇气上发条，你们可以更坚定地前行，坐在你伟大的信心之战马的马鞍上头，在你的光之盔甲中，你的缎带在风中 从你的真理之矛上飞舞着。当你穿越这场服务他人锦标赛的竞技场时，你可能会骑在一些邋遢、低劣的马上，与某些靠不住的人进行长矛比武。

可能会有很多很多时候，你们光之盔甲上的裂缝会被这个器皿所称的「忠诚的反对派」强化自然的阻力。你们也许会体验到困难和暗夜。然而，我的朋友，每个黎明不都是新的一天？确实是这样的。当你在每个新的一天醒来时 请知晓这是一个新的宇宙、新的世界、一个全新的开始。对于那些觉醒于爱的人，没有任何事物会是旧的。现在 每一个东西都是新的。

你们每个人都感到惊奇！当我们聆听你们在圈子中谈话时，我们听到你们说：「下一步是什么？我现在应该做什么？」

我的朋友，有效的词语是「现在」。它不是下一步；是现在。你现在应该做的事情是在你心上的事情。如果尽你所知，在你心上 除了爱之外没有任何事物，那么就顺其自然吧。你现在已经做好准备，迎接在你的幻象中 接下来将要发生的事情。

对于那些以催化剂的形式发生在你生活中的事情，你们不用以任何方式为它们负责。这不是说你用某种应得的或值得的衡量方式吸引了好的催化剂，或差的催化剂，或困难的催化剂。肯定地，你正在思考或正在做的事情创造了连接，从那个连接 更多的事情来到你的生活中。当你思考的时候，你就在将事物向你吸引过来了。然而，在那个催化剂发生在你身上的瞬间，你对于那进入你生活的事物并不负有责任。你的责任领域是被催化剂诱发或引起的东西。因此，作为创造者，你们如何回应催化剂，你们对此负有责任。

对于你思考过的想法、遇见过的人、处理过的情况，你在这一天对它们的反应是什么呢？那就是你的创意领域了。你们全都是有创造力的，聚焦于这个事实是一

件好事。一个创造者怎会没有创意呢？因此，有意识地创造你的作品，你的外在世界 看起来没有反映你的创作，不必对此感到沮丧。

在灵性的世界中，在时间/空间的宇宙中，你是永恒的公民，即使在空间/时间的世界中，在肉身之中的时候，也是如此。你所创造的事物是强有力的。当你理解那点，你就可以与那些具有相似想法的人们连接在一起了。甚至在距离很远的地方，你们能够继续创造光。

这个器皿在这个周末的稍早时候曾谈到成为器皿，振动的接收器和发射源。这样你就在无形的领域了。我们鼓励你们将自己视为灯塔。在你们的神圣著作中说过：「不要将你的光放在一个斗底下，而是放在一个灯台上，在那里 所有人就都可以看到它。」[5]

你们感觉好像你们仅仅只是外在世界 所有的黑暗之中的一根蜡烛的光？那么，我的朋友，请知道那根蜡烛可以在一英里以外被看到。仅仅一根蜡烛就能够成为一个到达那么远的光之信标。你成为了一些人的一个光源。对于那些人，他们仅仅知道 他们喜欢在你的旁边，而当他们吸收你的爱的辐射时，他们自己就会被激活 让他们自己成为信标了。这样，你就将它传递下去 并感染了其他人，那些人也会轮流地感染其他人，直到这个世界最终是被点燃的、统一的、和谐与完整的世界。
这是否会在收割庄稼完全发白*之前发生？我们不知道，因为这由你们来决定，因为你们知道如何成为纯净的 如同一个爱的火焰。然而，不要向外在的事物寻求你的成功的知识。相反地，查看你的意愿、你的梦想和理想，一直将它们创造得更稳固、更真实、更坚定。这些就是在你们的行星球体的意识中 创造改变的能力的衡量标准。

(*编注：应该是引用约翰福音 4:35 的比喻)

因此，你们所能做的最重要的工作在你们自己内在之中完成，因为当你用爱与光治愈、增强、装备自己时，你就在改变全世界了。

我们为这个询问感谢叫做 A 的实体，现在请问是否有另一个问题呢？我们是 Q'uo 群体。

J：是的，我想再多问一些关于持续冲击的感觉。我们如何才能通过它们呢？当你坐在其中的时候，你仍旧处于负面之中，这些感觉可能是非常势不可挡的。有时你仅仅被它们弄得筋疲力尽。问题是如何才能让它们更充分地消失。我知道你们说的 把它们保持在你的心中，然后强化它们，接下来思考其对立面。但有时候当你在你的头脑中没有那个对立面时 要思考对立面是困难的。聆听正面的潜意识磁带是某种值得去做的事情吗？我知道这比较不是行动的问题，而是存在并于你自己的皮肤之中感到舒适，但我感觉好像仍旧有一片遗失了。某个东西没有击中靶心。也许你们能够看到一些我无法看到的事物。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们看到很多你看不到的事情。然而，我们无法看到你所看到的，因此，就都平衡了。

我们会向你提供「麻烦泡泡」的概念。麻烦升起，接着它们形成一个泡泡，一个能量场。然后泡泡突然爆开，就什么都没有了。你在这里创造了麻烦的泡泡并等待它们爆开。准确地说，你无法爆开它们。如果你是熟练的，你要做的事情就是变得有耐心，因为有些麻烦泡泡带有一层非常厚的表皮，一些带有非常薄的表

皮，谁知道在什么时刻 顿悟会创造出针尖戳破那泡泡呢？

因此，当你领悟到你正在一个麻烦泡泡的中间，或处于你认为是阴影面部分的一个扭曲之中时，你不必思考你已经在内在强化的事物的动态对立面。如那部电影已经如此精彩地说过的一样，当尼欧(Neo)实体在电影《黑客任务*》中手握勺子时，莫菲斯(Morpheus)实体说：「你无法弯曲勺子。那是不可能的。你所有能做的 就是知道没有勺子。」
(*编注：原文为 The Matrix，为着名的好莱坞科幻电影三部曲)

要知道 没有麻烦泡泡，但你在这个幻象的系统中被给予一个麻烦泡泡的幻象是有个理由的。它是一个有价值的理由，即使它使得你极其地不舒服。它是你寻求的过程的一部分，因此你可以唤起灵性寻求者的伟大朋友 耐心，因为要花费你大量的时间才能清除那个动力，尤其当这个被能量阻塞创造的动力不是由于收缩作用 而是由于活化作用时。

比起当有一种恐惧或缺乏让你退缩时，那种活化作用的能量阻塞的类型要花费更长时间来放松并变得不受限制，因为有许多轻率的热情会限制能量，那能量需要穿过你的能量体 以便于你透过对一切万有的希望而充分享受成为太一无限造物者的一个孩子和共同继承人。

因此，我们鼓励你去培养深厚耐心的习惯。允许平静和信心在回应的过程，或容我们说，「动态回应」的过程中歇息。如果它没有在你所拥有的时间发生，一天之后重新访问它，再次问它，接着保持这种关注，直到你感到完全满意为止，也就是说 你已经穿透在首先的动力 及其对立面之间存在的新月膜(meniscus*)。
(*编注：有心人请参考 Wiki 百科: http://en.wikipedia.org/wiki/Meniscus)

这可能会花一些时间 以一种令人满意与完全的方式穿透特定的心智扭曲。但是，我的姐妹，你实际上拥有世界上的所有时间。因此，从你的心智中消除任何紧迫感或任何想要看到自己改进的渴望。因为那的确是在批判你自己。

你们早已是完美的。在那完美中歇息，知晓你几乎不可能看到自己能够去显化那内在的完美，但同样知晓 你正走在通向完美自我的道路上，因此，凭借着对无形事物的信心，从形而上方面而言，你跟在那里一样好。

这净化并清理你的能量场，这样你就不会在灵性演化的过程被牵绊住，而是当你带着真理之长枪 沿着布满灰尘的道路骑行时，可以在马鞍上休息。这个器皿称那条道路为「国王的公路」，因为在她对那国王的公路的敬拜变貌之中 通向她的无条件爱之圣像的道路。[6]

的确，你们全都是那国王的儿女，你们正在回家 好再一次与你们的父见面。我们和你们一起，在那条路上 与你们一起骑行，很高兴有你们的陪伴。

我们为这个问题感谢叫做 J 的实体，请问现在是否有一个最终的询问。

J：关于太阳的紫外线和红外线的问题，我理解一些来自于太阳的能量是有害的，例如伽马射线和 X 射线。我理解在一些情况下 紫外线据说是有害的，有时候是无害的。我感觉没有足够的外部信息 关于紫外线及其可能的益处。在身体中积累紫外线有价值吗？它有一种灵性的、身体的、情绪和心智上的面向吗？用紫外线或甚至红外线能够改变你的基因中的 DNA 吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的姐妹。你的询问 有些部分我们无法回答，由于它是你此刻活跃的灵性进程的一部分，如果我们为你完成你的学习，这会是对你的自由意志的一个粗暴的侵犯。我们用这种方式将探索的乐趣留给你。

然而，我们可以回应，在自我收到你也许会认为是有害的特定振动的层次时 你对于需要平衡自我的关切。

我们愿鼓励你们去研究鲁道夫实体的作品，尤其是研究他用一种动态方式来平衡身体复合体的练习。这个器皿知道这种人智学类型的练习 为「olorono」练习[7]。它是任何能走路的人都可以做的一系列简单的动作。这个器皿，她的身体很虚弱，仍然能够做这些练习，因此在你们星球上 大部分人都能够做这些练习。

它们是一系列简单的练习，在这些练习中，你们为自己创造了更多 360 度的视野和更多的一种身体上的完全平衡，因此 (创造)身体、心智、灵性的平衡。在每天进行这些练习的过程中，你将会发现在身体复合体中 无论什么过量的东西都会被释放，在你的身体复合体无论什么不足的东西都会被恢复。

这位鲁道夫实体在许多方面对于这种特别关注是非常清楚的，虽然你们将发现你必须在注视他所说的内容的同时 着眼于他在其作品中所显化的事物的核心，而非言语的字面意义。我们把这个探索(过程)的喜悦留给你们。

你们谈到 DNA。从灵性原则而言，我们会对你们说，第三密度的 DNA 就是它现状的样子。然而，如你们中一些人在此刻非常确定并且觉察的，透过你们思考的方法和显化你们的思想的方法，可以改变你们的 DNA，这样你们就能够将更高密度的察知带入第三密度了。

你们当中 那些希望在这个星球的正面第四密度上生活的人，你们现在就可以彷彿就生活在第四密度之中一样，这个星球的正面第四密度很快就要完全地落下，不仅仅会贯穿第三密度，而且会完全地接管第三密度。如第四密度一样地生活，它是简单的，也是几乎不可能的。但是你们能够穿透那爱的神秘。你们能够改变你们的 DNA，于是创造 4 股，接着 8 股，接下来 12 股、最多到 24 股 DNA。最终，当你在身体的每一个细胞中创造改变时，你就会越来越自由地在宇宙中行走。

A：我有最后一个问题，关于 2012。在此地和现在说一些关于这个工作的实际的过程或这种改变将是什么，这会不会侵犯我们的自由意志？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。然而，现在，你们的能量变得疲倦 同时你们的时间也缩短了。所以我们在此时道歉 因为无法在这点上进一步(说明)。

然而，我的姐妹，在最近这几年 关于这个主题 已经有很多、很多的问题向我们这个特殊觉知团体提出，这给予我们快乐的机会向你们提供那些我们在过去已经说过的事情。

再者，我们肯定，如果你在一张纸上写下这个问题，或者通过电子邮件，这个器皿将能够在未来的某个时间陈述这个问题，因为这个器皿的团体规律性地寻求通过好比这一次的圈子与我们进行通讯，在未来的一个时刻 以你想要的方式，我们最终可以回答你的询问。

我们为我们在此刻的无礼而抱歉，但是，因为让管道休息并让你去从事日常的事

物，比起在此刻多回答一个询问是更好的。

我们是 Q'uo，我们感谢你们，我的兄弟姐妹。我们在太一无限造物者的爱与光中、在祂的平安与力量中 离开这个器皿和团体。我们是 Q'uo 群体。

Adonai。Adonai。

原注

[1] 这场通灵集会是爱/光研究中心在麦基诺岛(年度)聚会的闭幕式，这场集会在 2007 年 8 月 11 日~13 日举行。在这次聚会中，Carla L. Rueckert 的两场演讲可以在我们的数据库网站 www.llresearch.org 的「Carla's Niche」目录下的「Speeches 演讲」的栏目中找到。

(编注: 麦基诺岛是观光景点，意者请参考以下连结à http://blog.udn.com/chicago1717/4850825)

[2] William Henry 在麦基诺岛的集会上提供了两次谈话。如果要进一步地查看他的资料，请前往他的网站，www.williamhenry.net 。

[3] 在这里 Q'uo 群体指的是 Donald T. Elkins，他和 Carla 是爱/光研究中心的共同创始人。Don 于 1984 年进入更大的生命中。

[4] 这个故事，在这里可以看到它的起初形式，它没有归属于一个来源。它的文字是:

一个年老的却洛奇族人(Cherokee)正在教导他的孙子关于生命的道理: 「在我的内在正在进行一场战斗」他对男孩说: 「这是一场可怕的战斗，它发生在两只狼之间的。一只狼是邪恶的。它是愤怒、嫉妒、忧伤、悔恨、贪婪、傲慢、自怜、内疚、怨恨、自卑、谎言、虚荣、优越和自我。另一只是善良的。它是喜悦、平静、爱、希望、宁静、人性、仁慈、善行、同理、慷慨、真理、同情和信心。相

同的战斗也在你的内在进行着，同样也在每一个人内在进行着。」

孙子思考了一分钟，他问他的祖父，「哪一只狼会赢呢？」

年老的却洛奇族人简单地回答道，「你喂养的那一只。」

[5]《圣经》《马太福音》5:14-16「你们是世上的光。城造在山上，是不能隐藏的。人点灯，不放在斗底下，是放在灯台上，就照亮一家的人。你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。」

[6] 这个短语来自 E. A. Cummins 在 1922 年写的一首诗。它在 1941 年被 A. G. H. Bode 配上了一首音乐并成为了圣公会赞美诗集中的一首赞美诗。它的一部分是这样的：「我不知道我每天跟随的道路将通向何方，也不知道它在哪里结束。仅仅知道我走在国王的公路上。这道路是真理，这道路是爱。为了光与力量 我祈祷。经过这些年的生命，我走在国王的公路上，通向上帝。穿越光明和黑暗，这道路不断向前 直到无尽白日的黎明，在那时 我将知道为什么，在这一生 我走在国王的公路上。」

[7] 鲁道夫．史代纳(Rudolph Steiner)创造了一个称之为人智学的教学体系，它与一的法则的教导非常和谐一致。他假定所有的造物都是统合的。O*L*O*R*O*N*O 的练习是他的教导的一部分，被称为优律诗美(Eurhythmy)。寻求进一步信息的一个好网站是：www.rs/Eurhythmy/ 。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2105 章集：通灵的危险

Copyright © 2007 L/L Research

~2007 年回家聚会~

周日冥想

2007 年九月 2 日

团队问题：今天的问题，Q'uo，与通灵有关。我们有一群人想要学习如何通灵以便于服务他人，从明年开始 Carla 将会启动一个通灵的圈子。他们有些担心，这些担心是关于通灵的危险、关于一个人的意志被一个强劲的通灵源头所影响、以及关于在一个人的灵光中出现破洞的担心。是否有一些你们能够与我们分享的灵性原则 可以帮助那些希望去通灵的人们保护自己并在这样的努力中 服务他人？（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，在为祂的服务中，我们今天来到你们中间，我们感到谦逊与感激 为了你们邀请我们加入你们的寻求圈。你们允许我们凝视你们个人的能量体，凝视你们的灵光的美丽调和与和谐一致，为我们看到的美丽 我们感谢你们，你们的灵光创造了这个高耸的神圣空间，威严而宏伟。

一如既往，在我们讲述你们的优秀问题之前，我们会请你们每一位用分辨力的耳朵来听取我们所说的内容，同时察觉在你个人的寻求中的共鸣途径。我们所说的内容中 有一些可能会正中靶心，有一些却可能不会。如果我们没有为你正中靶心，请将我们的想法留在后面 并挑选那些与你们共鸣的内容，因为它们是我们献给你们的礼物，它们将为你们提供资源和工具来加速你们在心/身/灵的进化步伐。

我们感谢你们对吸收的内容进行识别并小心谨慎，因为我们不愿意成为你们道路上的一块绊脚石，我们仅仅是一个在此刻进行服务的风中之声。

我们有兴趣地观看着，这个器皿已进行捡选的程序 再次提供一个通灵的圈子。

我们发现这是有趣的：警报声正在这房子附近的一辆救护车上响起[1]，同时我们拿起这个问题，在引介你自己或你的人格外壳进行通灵[传递好比我们这样的实体的想法]的服务的过程中 是否会涉入危险？

答案的一个层次是未知的，因为事件根据一种无法事先被知晓的韵律而落下。然而，我们可以一般地说，在一个通灵圈中工作的实体完全没有遭遇到任何身体、心智或情绪上的危险，这会是一个极其稀少的事件，的确，它是一个在这个器皿的经验中 未曾发生过的事件。

这个器皿一直诚心诚意地创造通灵的圈子，这些通灵圈坚持遵守我们的请求和我们忧伤的兄弟姐妹[在服务于太一无限造物者的星际邦联的其他部分]的请求。

也感谢你们询问考虑这个问题涉及的灵性原则。如此经常地，我们会收到不带有灵性询问的保护壳的问题，于是问题本身的能量就从一个恐惧的空间出发了。当我们遇到这样一个问题的时候，对于那个询问一个来自恐惧空间的具体信息的实体，在不侵犯他的自由意志的情况下，只有非常少的信息是我们能提供的。

在那些情况下，我们无法提供具体的信息。然而，甚至是最具体的信息，当它被请求灵性原则这件衣服所覆盖时，它就成为一个让我们心怀感激 可以处理的问题。这样我们就能够在这个主题上发言了。

这个器皿先前说过，在这个周末的友谊与研究的过程中，通灵的能量通过组成通

灵圈子的每个人的调音方式而被携带进入该通灵圈。因此，让我们多少讨论一下这个调音的概念 以及当你为该器皿调音时 你在调音什么东西。

所有在第三密度里面的实体都是器皿。你们每个人都取用生命的呼吸，把它吸入你的肉体，你把它呼出并形成一些言语，它们创造能量— 凭借你的想法在彼此之间结合或排斥。当然，言语是受限的，言语能够用一种理性或智力的方式来传递信息，然而它受限于被使用的言语的定义、起源，以及当实体们自己听到这些言语时 在实体的心智里面的含义。

然而，作为器皿，你们拥有一种分享你的感觉的振动和心中的爱的方式，即使你只是递盐过去或在街上向一个熟人致意。通过你对于你是谁的察觉和忆起，你可以说出最普通的言语而带着你的心之爱的祝福和灵魂的最深慈悲送出它们。在你可能会将一种多么热切与纯净的爱的振动注入你最简单的沟通上，无论什么样的限制都没有。

这个器皿让我们回想起了一个叫做 Anne[2]的女演员讲述关于她的丈夫 Mel 的一个故事。他用她在某种程度上感到有点粗野的方式接触她，她说：「我的身体是我的乐器！」接着他说：「你能为我弹奏几节吗？」每一次你张开嘴巴时，你都在弹奏你的歌曲并广播你的灵性状态。

因此，为了成为乐器(器皿*)，为了练习成为音高更真实、音调更流畅，并在那(讯息)进入产出音调的过程中 一直保持更加纯净，你们不必须在显意识的觉知中去拉入我们的振动或一个实体的振动。
(*原文为 instrument，依照上下文可翻为乐器或器皿)

有时候我们了解到 诸如察觉你们的思考和想法这样的指导，以及它们如何被转译为言语，会引起你们变得自我觉察并无法是自发性的。我们不想要这样的效果。我们的确说，关于成为一个更好的管道牵涉的伟大灵性原则是对一切都好的知识，在你自己的皮肤之内感到舒适。

如果一个实体的心充满了信心，当这样一个实体说话时，会有天使的翅膀拂过的声音。那些聆听这样一个声音的人会简单地说：「哦，你有悦耳的声音」，或者「你的声音有如此的灵魂或音质」。不过 我们对你们说，对于记得他们是谁、在那菁华中歇息 同时知晓一切都好的那些人，那天使的翅膀拂过的声音会贯穿他们的声音。没有伸手去拿或向回拉的需要，而是简单地在你从一天移动到另一天时 跟随共鸣的途径。

你不知道在未来你可能会被问到什么问题。你不知道你的脚将长到适合什么尺寸的鞋子。不过 将会有发生在你身上的暗示与提示，说着：「是的，你有个任务。是的，你可以执行这个功能。」最终你将学会信赖天使翅膀拂过的声音，信赖那来自灵性的细微暗示，那火焰的瞬间— 下降的鸽子将真理和洞见带入内在之心并在那里扎根，在那里生长。

当我们继续谈论成为器皿的话题时，请了解如果你对加入这个通灵圈并不感兴趣，我们的言语仍旧同等地适合。因为所有人都同等地是太一无限造物者之器皿。在准备实体成为管道的方面，我们说多少次都是不够的。

对那伟大的合一之灵性原则 我们有个理解：逻辑和洞见的蔓藤从那合一的原则中生长出来，并结束于暗示你此刻恰恰就在你需要在的地方。无论外在的图画可能看起来是什么样子，你们都将继续处于一种在其中进行服务的卓越状态。因

而，当你们进入学习通灵[一种转译的艺术]之范畴的开端时，对于这种服务的合适态度就是，你们是在合适地方和合适时间的完美存有。所有的努力都可以停息。所有对一个人应该变成更好以便于通灵的感觉都可以停息了。

我们觉察你们如何透过人格的缩短镜头看待自己。你不一定会为了追寻不可能的梦想具备的优雅和勇气而赞扬自己。你仅仅看见受苦、表面的缺乏成功、无价值感，而难以承担如此宏伟的重担— 基督身分的斗篷。你问自己：「我如何能够假定自己是神圣启示的一个器皿？」

我们反过来问你们：「你是否想象你比地球上的任何其他实体都更有犯错倾向？」无论透过我们的评价 还是透过你们自己的，我们都不是在寻找完美的人。我们寻找你们的器皿的振动。有些实体没有在我们可以与之相互作用的振动能量的范围内振动。我们将永远无法与那些实体建立一种通讯。因此，当你开始把自己考虑为一个管道时，允许你自己成为真实的自我。因为，你必须基于你真实的自我之上建造 不是一个你自己的理想化版本，不是一个，如这个器皿所说的，在周日带着帽子和手套的最佳自我。穿着短裤与汗衫的那个自我即可胜任这个任务。

这个器皿已经对这个团体谈到开放一个管道给诸如我们这样的外部能量 在这过程中固有的危险。所以我们在某个程度上来谈论这点。

如我们说过的，你们每个人都是一块水晶，一个有能力接收光、转换[3]光并发出光的器皿。在形而上的世界，光就是信息。的确，你们的计算机科学家将会乐意地赞同光是信息，因为被用来产生你们计算机处理的信息的东西就是光。正是如此，你们是光的一个接收者、转换者，一个广播者或辐射者。

你之所是的水晶是可以被调音的。当一个新器皿开始尝试其翅膀时，容我们说，很快就会对他已经能够接收的特定通讯的感觉变得熟悉。危险在于因为一个进入的能量感觉上是对的，便假定这个能量必定是你希望去接收的能量。这就是为什么这个器皿使用挑战程序是有效的原因了。这就是我们将要与那些希望在某种深度和细节上学习成为我们的器皿的实体讨论的事情。

当一个器皿以他最深信的原则之名义挑战一个灵的时候，负面灵体无法成功地继续停留在管道的灵光之中，只要这样说就足够了，那个进行挑战的原则就是那个实体的生命支点；而那个负面灵体能够使用和正面源头相同的无限造物者之爱与光*，因此它能够与正面源头有相同的感觉。

以爱之名挑战，一个无法在爱中振动的实体就必须离开*。这也许看起来是一个你要去相信与依赖的 非常纤细和脆弱的事物，而我们对你们说，从共识实相的视角来看，所有涉及成为器皿当中的事物都是纤细与脆弱的。因为你们的科学家尚未创造出仪表去测量在通灵中被使用的振动。如果他们能够拥有那种仪表，那些相信科学的人就会有更为科学的方式[他们可信任的方式]来理解通灵。
(*编注：这一段和上一段似乎存在逻辑上的矛盾，请各位读者仔细辨别)

在缺乏这类仪表的情况下，我们只能说，当你们调音时，你们在调频经过一些收音机频道，那些频道不是你们希望去接收的，当你已经将自己调频到你内在最高和最佳的部分时，当你已经将那个部分结晶时，当你已经向通讯开放时，接下来你就会坚定地站在形而上的土地上 挑战可能想要通过你说话的灵。

值得注意的是，这个器皿从未在没有一个支持团队的情况下 寻求与外在源头通

讯。更应注意的是 这个器皿已经进行通灵有三十三年了，这个器皿从未受到伤害。这安全网，为了平衡与调整涉及通灵外在源头[好比我们]的能量，是串联电池的原则。一个电池不足以支持诸如我们这类通讯的一次宇宙性的通讯。需要至少两个串联的电池连接在第三个电池上，第三个电池就是器皿自身了。

在一定的程度上，你们有越多个串联电池，可以被发展的能量就会越多，管道自身可以吸入一个更强有力的信号。然而，当你拓展你们团队的人数时，如果没有谨慎小心地保持你们共同的心智态度 和你们共同的心之渴望的一致质量，你们将会发现，你们实际上在削弱该电池系统。

一些大型团体[好比这个团队]是宏伟的电池。你们在这整个周末中 不知不觉地你们所拥有的振动在统一与和谐中散发出来 已经对即将到来的第四密度网格产生了可观的影响。它已经感激地用你们混合的灵光所产生的那些美丽振动将它自己缠绕起来了，它已经把那些振动的丝线织入爱与光的网络之中，你们行星上的爱与光之网变得更加强健了。

另一个涉及成为一个良好管道的原则是清空一个人的口袋，去掉那些小我的人造物，它们作为一个群体会称它们自己为骄傲。智能不会造就一个伟大的管道。诡辩不会造就一个伟大的管道。知识和学问不会造就一个伟大的管道。

造就一个伟大的管道的事物是谦逊，它既不带有骄傲的性质，也不缺乏自我价值感。造就一个管道的事物是献身于服务，不仅仅在今天或持续到明年，而是在你穿过这个幻象进入更大的生命之前的每一次心跳。造就一个伟大的管道的事物是允许一个人等待的耐心。

你们也许已经注意到 在我们今天通过这个管道说话时 有几次显著的停顿。在你们匆忙的文化中，如果另一个实体停顿了太长的时间，大多数实体有强烈的愿望去结束他的句子。有强烈的愿望去继续正在讨论的对话或解决问题。然而，通过这些正在尽其所能地工作的器皿，有非常微妙而层状的力量涉入我们能够进行的最佳通灵。时常地，相比我们的言语，通过那些静默时期被传递的事物对于管道的体验而言是更必要的，对于寻求去体验的圈子而言是更必要的。

肯定地，有些时候我们说：「我们现在要进行一次引导的冥想。」接着我们为你们设置了一副图像或一个词语去进行沉思之后暂停。接着静默就不会让你们紧张不安了。不过在通灵中，一个器皿必须愿意去安歇。

在音乐中有一个休息的符号，接着就会有某种被称为「总休止符」(grand pause)的东西 这个符号看起来像一只小鸟的眼睛，在音乐的手稿中，它通常会在旁边带着一个「GP」。在那个点，正在被一个人或合唱队或唱诗班所唱的歌曲会结束它的乐节，有一种回声反射出来 进入那个神圣空间 在其中 歌曲被歌唱着。接着，总休止符就被允许开始，它允许最后一个音符回响并逐渐减弱。如果一个人正在使用诸如一个管风琴的乐器，在下一个词句或乐句之前，会有在管风琴上变更音栓的需要，于是就有一种不同的能量作为歌声的伴奏，这同样需要花时间。

L/L <wbr>Research 通灵的危险

GP 符号

当我们停止给予这个器皿一些概念时，她并不知道什么时候将收到下一个概念。因此，她学会拥有完全的耐心。完全的耐心的技艺被这个器皿学会已经有很长时间了。的确，她并不觉得她已经完善该技艺。而我们会说，因为她的服务经过了很多年的重复，即使我们的沉默持续两到三分钟有时候的确是这样的。她也不会

变得心慌了。静默是通灵的一部分。

让自我沉浸于静默之中，这是一个微妙而精巧的技艺。我们相信这是一个值得花时间的服务。如果我们不是用一种和我们的心的根部一样深入的热情来相信这点，我们就不会在这里了。就我们所知，它是将观念嵌入你们人群的数据流最有效率的方式之一，它对于灵性进化的加速可以是有帮助的。

我们毫无疑虑地知道我们通过这个器皿或任何其他器皿所说的内容 没有任何事物是新的。的确，有人说过：「太阳下没有新鲜事。」[4] 而潜在真理的永恒智慧是一个如此简单的故事 以致于它逃脱理性的掌握。你如何才能将你自己与所有生命(beings)的合一性内化呢？你如何才能将表面的不完美和最终价值的悖论内化呢？

在你们心智的日常工作日状态下，也许你无法做到。而我们呼唤所有那些作为器皿的实体，想望改善他们自己 逐渐领悟到他们是谁，因为你们每个人都是器皿。你们每个人都是来这里接受、祝福、辐射太一无限造物者的爱。

你们每个人来到这里 在完全而衷心的平静之中接受其他人的爱的给予。因为我们会对你们说，作为一个器皿，你们需要能够听到赞美并简单地说：「谢谢你。」你需要知晓你没有责任去成为一个「特别」的人，你仅仅要成为自己，因为你自己是完全地充足与完美的。实际上，当你形成渴望去成为一个器皿时，于是我们的信息就匹配你们的器皿了。

最后，也许我们会说，有一个包含在通灵之中的原则，这个原则为 接纳(我们)已经给予的东西。你们每个人之所是的人类 拥有对生命体验的一种惊人储备。你

已经在你的生活中形成很多极好的观点，你们也许在过去已经在需要的时候 非常有效地向他人提供这样的观点了。

当你们作为一个管道 遇到你们已经有一个观点的问题时，你们将那个观点放在一边，这是需要的，因为那个问题并不是你作为一个人类存有而遇到的。那个被你遇到的问题将被一个源头听到，这个源头将通过你回应这个问题，而那个回应不来自于你。把人类的观点放在一边 并满意于 通过你的器皿而进入的内容，无论它是什么，这在其自身就是一门艺术。

现在我们请问关于这个特定问题 是否有来自这个团体的另一个询问，这样我们就可以在我们转移到[这个团体中可能会有的]其他问题之前 精炼这个问题。我们是 Q'uo 群体。

提问者：是的，我有一个问题。肉体在通灵时会紧张吗？

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的姐妹。我们通过这个器皿提供的通灵属于一种在其中 肉体上完全不会产生紧张的类别，除非提供自己作为器皿的实体变得忧虑，由于这种忧虑，实体会产生正常的、人类的、身体上的反应，好比说，也许是一种升高的脉搏或血压升高之类的反应。

包含在成为一个管道中的紧张不安会相当快速地在通灵的学习过程中通过，因此，我们会说 只有极少的 或完全没有紧张被包含在这类型与星际邦联源头的有意识的通灵中。我们并不尝试将你们的调音移动到一个更深的层次，或者让你们进入如这个器皿会说的出神状态。当你们向我们提供你的器皿的时候，我们对于你的器皿是完全满意的。因此，没有额外的压力来自我们通过你的器皿发送的外

部振动。

更进一步，一个团体的电池能量，当它以一个圈子的方式工作 并察觉到能量的混合，同时用视觉化观想和完全的接纳依靠于那种能量的混合时，它创造出一种强有力的附加振动上的稳定性，这种稳定性同时作用于被团队中 各种管道接收到的能量及其产出的能量。

这个器皿经常评论，当有一个优秀的团体坐在那里时，该工作集会不会让她感觉较不好，不会感觉较没有活力，而是感觉更好和更有活力。这是因为一个团队的混合能量，当它们和谐一致地工作时，就好像那面包和鱼喂饱五千人一样*，在那儿 有一些面包屑和一些鱼片，它们被分开 接着分享，为全体创造了一种富足。(*编注：该典故请参阅圣经- 约翰福音 6:9)

在超越你们自己的灵光的单独振动 并与其他人的灵光无惧的联系，这其中有极大的力道。你们每个人都是一道强力的光。的确，你会对于在日常想法的起伏中你持有何等无限的力量感到吃惊。然而，当你们在一起时，你们是以指数级地更加强而有力。

爱的能量一直与那些尝试在服务他人中进行通讯的人们很好地调合。一旦他们已经把小我挡在门口，就会有一个神圣空间被该通灵圈创造出来了，这个神圣空间在通灵进行的过程中会促进健康的重新平衡和情绪的稳定，这样你们每个人都接收了彼此灵光的礼物。

每一个人都有独特的强项。那些强项和礼物是你们在这圈子中传递的事物。肯定地，你们每个人都在传递那些你们也许不认为是长处或礼物的东西。然而，在一

个通灵圈的神圣空间中，那些事物会视为谐波，它们将会增加你们向彼此提供的礼物的美丽和音色。因此，一般而言，实体将在通灵圈子的体验结束时感觉非常好，也许比他们在刚开始这个工作时所感觉到的 要更好。

我们能进一步地回答你吗，我的姐妹？

提问者：那就足够了。那个回答好极了。谢谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。在我们刚刚回答的那个主要询问上，现在是否有另一个后续问题呢？我们是 Q'uo。

提问者：是的。通灵的技艺，无论是出神通灵 还是有意识的通灵，如我所理解的 和我在自己的生活中看到的，具有极大的好处的。在最近的一百年间，它看起来似乎在向着出现更多通灵的方向发展，尤其是在最近的三十年到四十年。随着我们现在很快就要离开双鱼座时代 接着进入宝瓶座时代，随着地球妈妈进入早期的第四密度，好比说，一直到下个四十年、五十年或一百年，这种特别信息传递的媒介可能会如何改变，它在效果上 你们能预测有任何显著的改变吗？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们同意你 在过去数十年时间中 你们的文化对通灵程序的了解有一种增大。然而，我们会向你们提供的概念是，在第三密度中 从来没有哪个时候 这个程序是不在进行的。在其他的时代，这样的通灵被视为是先知、神谕、预言家、算命者的作品。实体们塑造他们的通灵的努力方式极大地依赖于周围的文化。我们认为，自从你们的密度的开端起，诸如我们这样的源头，以及内在层面源头，都提供了大量与实质的信息。

你们的第三密度的通灵过程上的体验不大可能改变超出这些人与生俱来的改变的范围。这些人指的是生来就带有较薄的面纱并拥有更多的能力用一种显意识的方式来处理潜意识资料，他们的人数逐渐增多。

这意味着在即将到来的日子里，通灵也许会有更多的成功时刻，它们会准确地提出对于周围文化的思想过程可能是新颖的观念。

的确，随着这个器皿多年以来与我们进行的工作，我们已经发现我们更加能够通过她来介绍新的观念，也就是说，那些她尚未想过的观念。当然，只要这个星球上的第三密度的人群继续存在，在这种特殊的礼物被提供的方式上，将不会有一种海量巨变[5]。

让我们在一定程度上 谈谈这个问题— 第四密度会如何发生在行星地球上。去想象某个一个人从未见过的事物，这是困难的。把第四密度的地球对比第三密度的地球 我们能够向你做出的最接近的解释是：每一个密度都是一个幻象。这些幻象套叠在你们行星的能量场之内。因此，第二密度的地球和第一密度的地球一样是你们可见的，因为看到诸如那些密度不会困扰你们。当然，你们看到你们自己的密度。

我的兄弟，对于第三密度的实体们，当第四密度散布于你们自己的密度时，看到第四密度的全景会非常令人感到混乱(错位)。因此，直到你们行星的第三密度人群在这里结束其工作之前，都将不会有第四密度的显化。

想象这样一个遍及你们星球的巨大人群是如何收缩 接着消失，这对实体们是非常困难的。而我们会对你们说，投生到这里的实体将会越来越多地是那些(身体)

双重启动的实体，直到最后，凭借最大的或然率/可能性的漩涡来看，在大约你们的一个世纪的时间之内，将不会有纯粹的第三密度实体生活在你们的星球上。

那些双重激活的身体是更加能够看到是否有进一步投生在这个星球上的必要性。他们将开始自然地避免生育小孩。于是，在那个点之后，通过一个相当快速的过程，该星球上的第三密度的人口将用一种自然与有机的方式确实地缩减，因为有种觉知：黄昏来了、傍晚就在眼前，而那事工已经完成。

那些现在来到这个行星的人，不再对与这个行星的人们一同工作来将他们带到形而上的毕业感到那么大的兴趣了，他们越来越多地对平衡你们行星所穿着的这件多少有些磨损和破烂的衣服感兴趣。在你们行星的人群中 很多人有一种巨大的需要去提供一种恢复给全球的大自然。这是因为在你们的人群中 有如此多的人过去曾经对他们的星球制造了伤害，因为他们还没有能够打破这个习惯：把地球视为某种要去剥削开采的东西，一再地重复那种进行破坏的倾向。

因此，会有那种渴望 通过做一些谦卑的事情来平衡所有全球范围内的残留业力，那些事情是诸如恢复土壤质量、恢复空气质量、恢复水的质量，以及如何用这一种方式来生活，即在你们日常生活的每一个面向，你们理解你们的行星 和所有那些在其上生活的人都在一起跳着太一之舞 好荣耀太一无限造物者。

我们能进一步地回答你吗，我的弟兄？

提问者：是的，请，但不是在那个特定的主题上。你们之前提到我们当中有些人我将不去假定你们是特别地谈论这个圈子 还是在全球范围或第三密度的范围 他们将永远都不会与星际邦联的任何实体建立联系，因为他们落在你们的振动之

外。你们能在那一点涉及到这个团队的方面 多详述一点吗？请。

我们是 Q'uo，相信我们觉察你的询问，我的兄弟。有大量各式各样的广播电台正在广播，当你在汽车上或家里打开收音机时，你可能会从谈话的电台调频到古典音乐电台，到你们的全国公共广播电台，再到摇滚乐，爵士乐，嘻哈音乐，冷爵士乐，前往音乐和思想的所有不同流派。类似地，在你们星球上 有些实体拥有一种个人特征的调音，它们与我们刚刚提到的那些可能的选项一样地宽广。

因为你们希望成为星际邦联的管道，你们已经创造了我们为了与你们进行通讯而需要的振动的层次。这就是一个「物以类聚」的主题了。如果你们不是与我们的振动兼容，你们就不会对先前从我们的源头通过这个器皿进行的通灵产生反应了，你们也许同样对听过的其他器皿的通灵有反应，这些器皿也具有这种特定类别的传讯标志，这个器皿称之为「星际邦联的传讯」。

有一些通灵的源头并没有选择将自己识别为星际联邦的源头，例如那些源头已经传导过来的本文，这个器皿称之为《新典范之手册》[6]。那些管道确实接收星际邦联的源头，不过，他们并不想要用一个诸如 Q'uo 之类的识别名字染色他们的通讯，他们没有用那种方式来表达自己。然而，他们是在星际联邦的能量或振动范围内振动的。因此你们早已把自己整理好 并已经开始选择你们想要的广播电台，它是 Q'uo 的广播电台或另一个星际邦联的源头[可能更佳地适合你们的需要]。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

提问者：最后一个问题 这是一个无聊的问题 但我想要知道答案。服务于太一无

限造物者的众星球邦联，这个词语的字母易位造词是：抄袭的(COPISOTIC*)。星际邦联有没有任何实体会以任何方式、以任何形式因为那个特别的想法而被冒犯？
(*编注：事实上 并没有这个英文单字，译者只能猜测提问者的用意…，邦联的全名是：the Confederation of Planets In the Service of the One Infinite Creator)

我们是 Q'uo，我的弟兄，我们发现那个想法很令人满意(copasetic)。
（大笑）

提问者：非常感谢你们。

我们感谢你，我的弟兄。我们是 Q'uo，现在请问是否有另一个询问呢？

提问者：是的。在帮助恢复星球上，我们如何能够学会更好地与植物提婆和自然精灵一同工作？
我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。因为能量正在衰微，我们发觉无法向你提供这个问题应得的答案长度，简单地说 提婆已经你们一同工作了；它们的心的确是忧伤的，因为人类没有看到它们、没有感觉它们，没有与它们一同工作。当人们最终知晓那些树木与灌木都是活生生的实体时，就有喜悦从每一棵树木和灌木中跃起了。

因此，我们简单地说当你开始知晓这些植物灵的真实性时，那些连接将开始深化，你与它们之间的关系也将变得繁茂。

现在有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

提问者：是的，Q'uo。我正在尝试创造一个通灵者的团体，它是在一个有经验的通灵者监护下。我们同样觉察到 通过这个管道有大量的工作已经被带入了。那种特别的通讯会染色正在被创造的管道，关于对这种染色样式的预期上，是否有任何应该关注的事项？

我们是 Q'uo，相信我们理解你的询问，我的兄弟。新的管道将用他们已经听过的相同方式[由更有经验的管道提供那些概念] 来表述或转译被给予他们的观念，这是不可避免且无害的。的确，一次通灵听起来与那个人说话多少有些不同，容我们说，这种传统是值得尊敬的，因为，的确古时候的先知同样用与他们说话的风格多少有些不一样的风格来发言。不仅仅是经过很多个世纪，而是经过了你们时间的数千年，这种传统被继承下来。这个器皿的说话的正式用法呼应多少有些古老的通灵风格 或者，容我们说，先知风格，它们已历经世世代代流传下来了。

相比于管道在日常生活中说话的词汇和风格，它更多是那个被使用的能量种类的一种工艺品。有一种庄严和神圣感环绕在通灵体验周围。在对太一无限造物者的服务中 和在对那一刻的察觉中，有种将一个人全部的存在都放在一边的感觉，于是你需要去说的言语 就是被给予你的言语了。当那些言语流过时，它们与你共鸣，感觉起来是神圣的。因此，当新的管道将那些接收到的观念转译为言语时，就有一种自然倾向去提供比日常生活稍稍升高的风格；透过作为一个器皿的庄严 传导那些想要协助人类发展的想法。

会有那种觉知，即某件特别的事正在发生 而人类需要提供能量来让那种感觉成为通灵的一部分。我们发现所有这一切都是有益的，的确，值得注意的是，这个管道仍然拥有大量的通灵之工艺品，那些措辞和风格，是她从那些教导她的资深

管道那里学到的。然而，在很多年的通灵过程中，一直精炼她自己的风格，也许是一种标准化，因此她自然地 一次又一次地重复许多措辞。

当新的管道成为有经验的管道 并自然地超越他们的老师时，他们同样将找到自己的风格，这种风格可能会包含很多他们从老师那里学到的风格元素，然而将不可避免地 包含越来越多数量的新颖措辞在特定的情况下表述事物更喜欢的方式，它们基于那个特定管道的天生的性格和特质。

从我们的立场 我们不会说新的器皿重复有经验管道的风格是有问题的。毋宁说，我们认为，困难存在于，新的器皿对通灵的产物感到满意，而这些产物似乎是某种他们可以用人类的观点知晓的事物。

将这样关于通灵本身的观点放在一边 直到通灵的集会完全结束之后的一个点，这是好的，(否则)它会引起一个新进器皿的痛苦，并感觉到 也许他完全没有通灵而仅仅只是在从他人类的记忆中 重复他在其他通灵资料中 如此经常地听过或读过的措辞。

如果一个实体可以对这样的重复保持不害怕，那么就不会有无论什么伤害了，它仅仅是学习通灵的一个自然的步骤。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟?

提问者：不了，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。

我们发现这个器皿的能量和团体的能量衰微了，因此我们将离开这个器皿和团体，我们因为你们的陪伴的喜悦 和你们探寻的心 而感激你们每一位，你们探寻的心引领着你们留出时间并创造出一个神圣空间，在其中 你们可以学习、成长、服务。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。Adonai。

☆ 第 2106 章集：净化之路

Copyright © 2008 L/L Research

特别冥想

2007 年八月 7 日

来自 G 的问题：Q'uo，在这个幻象中，甚至带着我们最有把握的预感，我感觉我们正在黑暗之中进行着猜测。我也许在愚弄自己，但是，基于我自己的研究，我的某个部分感觉到 我现在正深陷于那个被知晓为「净化之路」[1]的神秘意识的发展阶段、位置或者部分。如果是这样的话，是否有任何我能够做的事情来加速或成功地完成旅程的这个阶段，于是我就可以更充分领悟我渴望的事物？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。能与你们在一起，这是一种祝福与荣幸。我们感谢你们邀请我们加入你们的寻求圈。它给予了我们一种极大的荣耀并使我们能够执行我们谦卑的服务，这服务就只是

分享我们的想法。

一如既往，我们会要求你们成为船长，决定你们所接受并思考的内容。如叫做 G 的实体最近已经注意到的，你喂养的那只狼就是会兴旺的那只狼。思考那些与你产生真实共鸣的想法。你不必向自己解释那种共鸣，而仅仅注意它并跟随它。同等地，尝试去对一个你没有共鸣的想法感兴趣，这是无用的。无论它是多么有趣的，它不适合于你。如叫做罗比[2]的实体所说的，拿取对你有益的东西 并将其它的吹走吧。

对于那些已经在行星地球上穿过出生的大门 以享受一次在死荫幽谷中的人生的实体，造物确实是黑暗的。在行星地球上 在你日常心智的本地意识和深入心智的宇宙意识之间的面纱是厚重的。这理则已经赋予你们的人群一种强有力、纯粹的自由意志。

因此，你的经验是被小心谨慎地安排的，它也许会有各式各样的灰阶色度和看起来是墨黑的颜色。从形而上而言，觉醒于你内在的光就是你自己在黑暗中承担的一次挑战。

你已称为净化之路的过程是光所固有的，正如同光是灵魂的暗夜所固有的。的确灵性演化的进程是个螺旋，不仅仅是一个圆，还是一个螺旋，在螺旋上相同但更高的位置，你进入自然的、有意的、多产和挑战性的暗夜中。它被称之为灵魂的暗夜，因为在这个螺旋上的光明和黑暗的部分都旨在准备好内在的灵性进入智能无限的大门。

我们因此肯定你们的假设，那些新人或那些感觉在灵性的道路上是年轻的人，他

们的确在经历灵魂的暗夜。然而，遍及(整个)历史，有许多见证者，他们已经写下该事实：只要你是在第三密度的肉身之中，黑夜就会不断地降临。这不是一个惩罚或审判的功能，而是你渴望在灵性上进展的功能。

为了在你与这种心智状态、情绪的状态和越来越多的灵性打交道的过程变得熟练，一个伟大的资源就是耐心。我们不是在谈论一个忍受者的耐心。我们不是在谈论一个读秒者的耐心。我们是在谈论 一个科学家为一朵花的成长深深地着迷时的耐心，从它萌芽直到开花，他每天都安排自己去观察这朵花。

接下来 那个科学家继续观察这朵花，一天接一天，这样他就可以精确地知道它是如何衰败的，每一片花瓣是如何掉落的，花萼和萼片是如何向内破碎，枝干逐渐地枯萎 直到它变成棕色并死亡。
接着科学家继续用整整一个冬天观察空空的地面，每一天观察并念念不忘这不可思议的花朵，因为他想知道这奇迹的生命从头至尾是如何发生的。

当这朵花被三月微弱的太阳拔出土壤的时候，科学家就得到报答了，花儿被四月和五月甜蜜的雨水所浇灌，直到再一次 它的枝干变绿，变强壮了，它的花萼和萼片稳固而向外伸出，蓓蕾开始从它的巢生长并再一次开花。

科学家不会对周期的一次循环感到满足。他一次又一次，一年接一年，迷失在每一个细节的惊奇之中，沉醉于某种如此稀有 又如此自由地被给予的事物的美丽之中。这是我们推荐的耐心。

当你经历净化之路时，另一个伟大的资源是不要去可怜自己。不要进入那个空间在其中 你察觉到你是烦恼、受苦的。我们不知道如何用言语来表达这一点，但

在那锻炼灵魂的熔炉中有光荣。如果你能找到勇气和无惧为这不舒适感谢那熔炉，那么火焰就不会灼伤你 而会成为你的朋友、兄弟、姐妹了。

对于一个穿越黑暗和痛苦的人，另一个伟大的资源是种幽默感，或者一种在沉重的情景中 看到光明的更宽广视角。当一个寻求者能够对着他的苦难的古怪性大笑并拥抱它们而非表达斥责[3]和抱怨时，那个寻求者就如同一个音乐家调音他的乐器 或如同一个歌唱家在表演前练声一样地为自己调音了。

你的心智是非常可塑的，受到无数的混淆和自我欺骗之影响。你并不打算去欺骗自己。我们理解它是非自愿的 并非故意的，但每一个假设，每一个文化的老套，每一个权威，事实上 在此刻，每一个不是向你而来的事物，都需要从灵性寻求者的身上慢慢褪去。

当然，冥想、沉思 以及所有一大批心智调音的技巧能够帮助你。但是，有时候最好的资源就是开怀大笑和一种领悟，那领悟即，你不只是一个可笑的、愚蠢的、执迷不悟、错误的客体，而且那情况是美好的，有趣的；那就是人类的状况。感觉评判和紧张慢慢褪去。

当你最终的确认识到你在灵性上活出的这种完全循环的生活时 黑暗面、光明面、黑暗面、光明面 接着螺旋的每一的转动都帮助你为自己重新布线(rewire)。

在某些方面，这种重新布线在这次投生中是有用的。在其他方面，它的用处的核心是，当你从这个地球的死阴幽谷离开，穿越智能无限的大门 并最后一次进入更大生命中的那个时刻，这些带着信心穿过那黑暗的时刻的由衷与真诚地投身于服务的奉献 将为你创造出在时间和空间中的下一个位置。

对于那些走上这条净化之路 并允许这条道路塑造他们的人们，它肯定将导致你的毕业。当你将所有你已经感觉到 和已经思考过的内容、每一个你已经大笑过的事物，所有那些你在其中啜泣、哭泣、感到绝望的经验都倾诉给造物者的源头和终点时，你的存在果实对造物者将是美味的。甚至你的愤怒、嫉妒、色欲、贪婪；以及每一个罪行都有其信息要给造物者。

允许你自己在那知识中休息吧，虽然肯定有服务无限造物者的更好 和较不顺利的方式，就服务他人的极化方面而言，甚至你最糟的错误都是献给太一造物者的礼物，都将增添祂对于祂是谁的知识。

如这个器皿会说的，你无法出错。所有你做的事情都是对太一无限造物者的一种服务，它将成为你献给那造物者的礼物，不仅仅在这个时刻，而且在你进入到更大生命的那个时刻，到时 你之所是的人格将从它的束缚中被释放并消失，当外壳从谷物上脱落时，接下来就准备好可以吃了。

你将会成熟，你将被采章集：不是外壳，不是身体，不是人格，不是细节，被收集的是那些信实的感觉；以及全心给予的服务；被收集的是意愿，你创造、培育并打磨它们。不论你是否有能力完全地履行它们，或无论它们是否对你而言依然美丽，你所为之奋斗的事物，从形而上而言都是不重要的。

对于希望变得熟练且产生预期效果的寻求者，他的目标不是在他的进程中去加速通过灵魂的暗夜，同样，对于一个熟练的寻求者，尝试去延长夏日的微风、美好时光、山顶体验和那些无限量喜悦的时刻，这不是合适的目标。毋宁说，我们会鼓励你们允许自己同等地对待你的进程，就彷彿情绪的所有状态对你都是相似

的。

在日光及其繁茂中，在黑暗及其最大化的混乱、崩溃、最终的肥沃中，同等地欢庆吧；因为这些在你自己内在分解的事物会成为肥料与土壤，允许新的生命和新的生长之种子慢慢变得强壮、健康 并在白天破晓时向阳光伸出触手。

我的兄弟，白天永远会破晓。

我们意识到关于净化的道路最具挑战性的事情之一是：，坐在黑暗中 你体验到的混乱与困惑，并且希望你与灵性上的痛苦打交道的方式是明智的。然而，记住你的本质有本能的一面，它将远远超越你所知晓地帮助你。

这个器皿将在即将到来的日子进行一场演讲[4]，主题是通往未知之钥。

我的兄弟，拿起那些钥匙、立正站好并知晓在灵性的方面 你什么都不知道。你所收到的东西是希腊人称为灵知(gnosis)的事物，而非知晓事物。那种知晓来自于心、心的洞见、直觉 以及灵性之风的低语。

如你们的调音歌曲说的，聆听那灵性之风[5]。无休止的、难以驾驭的、一直运动着的灵性能量将用你所不知道的方式轻推你，只要你请求 在每一天每一小时 请求。「使用我，圣灵，我是你的，今天，此刻，我是你的。」

在黑暗的中心存在着一种蒙福的安慰。你总是可以请求造物者表达祂的爱，请求祂给予你一个形而上的拥抱。请求，你就会被回应。

我们也鼓励你们寻求那种安慰— 既不属于这个世界，也不属于心智和五感，却如此深入地存在于你的心里面，那就是你的存在的真正本质了。你的探索是内在的，当你穿透黑暗的最核心，它迸发出光，因为造物者就位于万物的核心。

最后，我们会推荐无惧的资源。净化之路是一条主张许多东西从你身上被清洗干净的道路。人性的人格怀疑：「在我不再是自己之前，我还能丢弃多少东西？」

在全然的谦逊之中，我的弟兄，让那个自我走吧。因为你真的希望去改变、深化、成为太一无限造物者的一个越来越合适的容器。

灵魂的暗夜是你的身体和心智的神殿的大扫除时刻。用你考虑自己的方法，看见和观看自己的方法 来进行重整。你从小我(ego)的那个小小的「我」（I）移动到「我是」（I AM），那即是太一无限造物者。

我们已经通过这个器皿说过很多次，信心的菁华就是一切都好。一切将是好的。当你感到迷失，尝试对自己说那些话语，并看到这样提醒的调音效果如何将你带到 一个记起你是谁与为什么你在这里的状态。

我们是 Q'uo 原则，请问叫做 G 的实体是否有任何后续问题？

G：是的，经常在没有表面的刺激性事物的情况下 我对女朋友的女儿产生大量、瞬间的、下意识的抗拒，有时候是对我女朋友 她自己的抗拒。我非常地渴望去主动地感觉对她们的爱，而不是在无意识中被创造出的反应和持续性的抗拒，然而，尝试去找到这种抵触的根源和机制的努力却没有结果：你们能够为我指出我心智中 为这种体验负责任的部分吗，然后，关于我如何才能理解并治愈这种障

碍，你们可否向我提供任何忠告？

我们是 Q'uo 原则，觉察了你的问题。如你也许已经猜到的，有很多的事情 是我们无法谈论的，这些事情是此刻在你的进程中 如此核心的部分，因为我们无法替你们学习。这样做无论对于你 还是对于我们自己都没有益处，因为你不会真正地学会看穿这种催化剂，而我们也会因为侵犯你们的自由意志而丢失极性。

我们可以谈论包含在人际关系中的一般原则。人际关系的一些部分是基于你自己和其他人之间的不同，诸如在年龄上的不同和性别上的不同。你比 O 年长。你与叫做 V 和 O 的实体的性别是不同的。

直接地注视那些扭曲的镜子是困难的。一些镜子遭遇你视为性别和年龄的世俗界限，它们扭曲了图像，就好像你在一个带有哈哈镜和回廊的游乐屋中一样。对人们的反应的其他部分可以是肤浅的，与一种声音的花招或怪癖一样肤浅，或者与你在一定的区域内正在观察的人格一样肤浅。

但是，对人们的反应的更深部分经常与你和他们在其他辈子中的密切关系有关，在那些转世中 你与他们的人际关系在此生的经验中 起到一个非常强有力的作用。无论你与他们之间的业力是平衡的 还是不平衡的，你越多地与这些穿透人格外壳的实体们关联，那些能量，在其他转世中透过岁月对你自己说话，就更多地开始再次说话，更有共鸣地 带着更多有益的信息、有益的催化剂、更多有益的磨坊谷物，提供给你了。

我的兄弟，在所有(反应)中 最深的部分即是：你正在凝视着自己。那些激怒你的事情、或者那些让你心烦的事情、或者那些引起你对另一个人产生一种糟糕的化

学反应的事情，它们是那些描绘出你的阴影自我的一部分的事。一如既往，你真正做的工作是在自己之上进行的工作。当你情况恶化或有这种糟糕的化学反应时，每当你有时间，无论是接近事件的时间 或者是在稍后回忆的时间，与那种感觉坐在一起，并向它询问在它的折层中蕴含的智慧。

你可能需要非常有耐心，因为那些黑暗的势力不喜欢对那痛苦和困惑保持耐心的寻求者，因为它们知道就是那些无论在什么情况下都做好准备 与它们待在一起的人，他们会相信自己，进而询问：「我如何才能学习？我如何才能在面对令人畏缩的感觉时变得更有耐心」，就是对这些人，光将会更快地破晓。而同时，你的信心已经形成了一个黑暗无法扑灭的火焰。

我们很抱歉 我们无法靠近，容我们说，尘世的建议，但这的确是你的灵性寻求的一个重要的、正在进行的部分，因此我们带着鼓励、信息、支持 把该寻求留给你。

我们是 Q'uo。请问是否有另一个问题，我的兄弟？

G：对于渴望去体验神秘合一的寻求者，长时间集中注意力的能力有什么作用吗？它是关键的吗？我能够做什么来进一步地发展这种机能？

我们是 Q'uo，觉察了你的问题。我的弟兄，你已经在进行一个促进聚焦的练习了，那个练习就是查看你的呼吸的练习。那个练习在其自身就是一个聚焦的活动。魔法人格的锻炼练习，如这个器皿所称呼的，对于一个希望在物理上增强专注力的人是非常有帮助的。视觉化的观想，例如对一个形状或颜色观想，是有帮助的。这是一个所谓的魔法之道的技巧。

如果你能够每天保持一个图形十五秒，例如一个绿色圆形或一个蓝色三角形或黄色的金字塔或一朵玫瑰，如果你能够重复它一周的时间，接下来你就可以增加你保持观想的时间了，在其中，你非常清晰地在你的心智之眼保持那个观想就好像它就在你面前并指挥你的注意力一样。最终，你将会发展心智的那种被称之为聚焦的机能。

这的确是一个有用与有帮助的练习，无论你选择如何来进行它，因为它锻鍊任性无常的注意力。你已经察觉到 在普通的日常经验中惊人数量的分心了。你也许同样察觉到 发源于自我和自我的扭曲 更加微妙的分心。你可能没有察觉到你们地球世界的那些平衡的动力学 黑暗与光明 是如何在你内在玩耍。黑暗渴望你变得黑暗，因为它需要沉重的地方来隐藏。光明邀请你去翱翔，但是它无法为你抬起翅膀。因此，那种聚焦的练习，无论你希望用什么方式来从事它，它是有帮助的，它会将越来越多地带你到那种状态：回忆与记起你是谁和为什么你在这里。

请问现在是否有最后一个询问，我的弟兄？我们是 Q'uo 原则。

G：确切地说，我没有做过[你们]传统类型的噩梦，但我有三种重复出现的梦，偶尔会在我身上发生，好像噩梦一样，简直是吓坏人。在其中 一个重复出现的主题中，我被关在监狱里，我的自由和权利都被剥夺了，在其中是一种深深的，深入的恐怖体验。你们能不能帮助我解开这个梦的象征，这样我就可以理解在此生中 关于我的处境，有什么样的灵性原则正在传递给我？

我们是 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的兄弟。这个梦有些面向是我们无法提供评论的，但是就灵性原则的意义，我们可以说，你对于你此生的意见并非全都

是好的！梦是准确的，因为难道你不是在一所监狱中，在刽子手的砧板上 等待着死亡的长柄镰刀唰的一声砍下来吗？而同时，难道你不是经常会不舒适，并被沉重的化学身体的需要所驱动 并受制于数不尽的恼人事和分心物吗？

除了那个灵性原则之外，在这一点上有多得多的东西，但一般而言，梦告诉做梦者在他心智深处正在发生的事情与困扰他的事情。梦必须用编码的方式讲述它。它无法直截了当。因为对于正处于黑暗中的人 真理就好像一道强光。它们无法把门全部打开，因为你会失明。梦境让门裂开并放入一点点的光，一点点的暗示。

我们会建议，我的弟兄，你开始记一份笔记，无论是在你的计算机上 或者用一叠纸和笔，对这种类型的梦境进行一段很长时间的记录，的确，同样也对其他两种类型的梦境进行记录，并在经过一些年的时期之后，构建智能来弄清细微差别与错综复杂的事物。梦在某种方式上就像一座迷宫。当你到达中心，接着光会破晓，而你说，「啊，OK，我明白了。」但直到那个位置之前，你将在许多的死胡同中来回进出。

我的弟兄们，离开如此令人愉快的陪伴，我们是不情愿的。然而这个器皿的能量衰微了，这个团体的能量也是一样，因此我们一如既往地在太一的爱与光，在太一的平安与力量中离开这个器皿和团体，离开你们每一位。我们是 Q'uo 原则，我们在爱与光中离开你们。

Adonai。Adonai。

原注

[1] The Purgative Way: 这是个古老的词语，从中世纪以来 就在基督教教堂中被使用以表示寻求者经历的三种状态中的第一种。另外两种状态是「启蒙之路」与「合一之路」。圣十字约翰也称呼这个阶段为「灵魂的暗夜」。盖瑞(Gary)根据他的经验将其描述为在启蒙发生前的一个阶段，它的典型特征是较高的困惑、内在的冲突、放弃世俗渴望。

[2] Robbie Robertson，音乐 CD 的标题是《本土美洲人的音乐》，来自一首标题为「金色父亲」的歌取，Robbie Robertson 版权所有。歌词的部分是：

当你发现值得保留的东西时

用一种仁慈的呼吸

将其他的吹走吧。

[3] jobation 根据 www.dictionary.com 的意思是「一场训斥，一场冗长的谴责。」

[4] 那场演讲时在 2007 年 8 月 11 日在麦吉洛岛举行的，要获得它的抄本，请前往 www.llresearch.org 的左侧栏目的 Carla's Niche 的专区。

[5] Lacy J. Dalton，来自她的 CD，《最后的荒野》。歌曲的标题是「聆听风」，Lacy J. Dalton 版权所有。部分的歌词是：

这个古老的世界是野生的，她不会被驯服。

唯一你能够相信的事情是改变。

聆听风 聆听风。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2107 章集：靛蓝双胞胎

Copyright © 2007 L/L Research

特别冥想

2007 年九月 7 日

来自 D 的问题：（Jim 朗读）「这是我的问题之背景资料：N 是我两岁大的外孙女。她和她的兄弟 M 是双胞胎。M 出生的时候比 N 重 2 磅。他们在 2005 年 8 月 4 日出生。他们是我的女儿唯一的孩子，我的女儿生孩子的时候是 46 岁。

「大概是在去年 N 一直患有与一种高烧联系在一起的短暂性失去知觉。这些症状被称为『大脑癫痫』。我送给我的女儿 E 一本关于发育中大脑的营养的书，但是她直到最近才开始阅读它。

「我有某种迹象表明这对双胞胎是『靛蓝小孩』，他们是来帮助我的女儿度过即将到来的意识转换。我认为这些短暂性失去知觉可能是某种濒死体验，N 可能在她无意识的阶段正获得某种灵性上的指引。我单纯地希望这是真的，但我无法用一种超自然的感知而实际地知晓。

「我的女儿和她的丈夫 K，他们两个人都在公司保险的领域工作，我的女儿是她的公司的合伙人与副总裁，这是一家全国范围的企业。她的丈夫最近被同一家公司所僱佣，但他和我的女儿承担不同的职责。

「他们为这对双胞胎僱佣了一个墨西哥保姆，她可以教孩子们西班牙语与英语。我的女儿因为当他们出生的时候剖腹产生并发症的原因 而无法为他们哺乳非常长的时间。

每一次我的一个女儿怀孕的时候，我都立刻就知道了。这在发生在二十年前，最小的女儿是被她的妈妈及其丈夫抚养长大的。直到十七岁 她才知道我是她父亲，她从未接受这个事实，而在我们之间有着尚未被完全探索的灵性联系。

「她有四个美丽的孩子，除了在网络上找到的他们的照片以外我从来都没有见过他们。在 E 的情况中，虽然我已经等她结出果实 等了 46 年，我一直认为我在另一个层面上与她的孩子有某种联系，尤其是当我们接近即将到来的 2012 年的时候。那就是我向 Q'uo 寻求说明的原因了。」

L/L <wbr>Research <wbr>靛蓝双胞胎
（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中 我们今天来到你们中间。

我们感谢叫做 D 的实体渴望我们的观点，我们感谢叫做 Jim 和 Carla 的实体在此刻创造了一个寻求圈。最重要的是，我们感谢你们所有人呼唤我们加入这个圈子。能与你们在一起，一起冥想，在你们的灵光调合在一起并创造了这样一个[全体三个人所共有的]神圣的场所时 凝视着你们的灵光的美丽，这是我们极大的快乐。

一如既往，我们请你们带着分辨力接收我们的言语 而非不加选择地接收。请听取那些吸引你们和看起来与你们共鸣的想法，而将其他的留在后面，因为我们不希望成为你们道路上的一块绊脚石。我们现在请叫做 Jim 的实体读第一个询问。

Jim：Q'uo，包含在 N 的大脑癫痫中的灵性原则是什么呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现涉及这一点的灵性原则是在投生前被选择的扭曲，它将帮助叫做 N 的实体变得更多地以内在为导向并发现花时间休息与沉思是必须的。贯穿她的一生 她的物理载具将毋庸置疑地有各种方式来提醒她，对这个特定的实体，花时间于内在的工作、内在的寻求、静默是好的，那静默是如此富含信息 以致于这信息进入意识的直觉和洞见的部分。

我们不会精确地称那个部分为大脑，但称之为「心之脑」。

叫做 D 的实体的假设是，这个实体可能通过这种疾病被调音进行某种特殊的服务，这是不是某种我们在此刻能够看到的事物。无论如何，如你们所充分地知晓的，我们查看的能力是有限的。围绕在这个实体周围的振动表明那个投生前的选择是这种早期疾病的激发因子。

这种疾病有一个力学上或身体的部分。它并没有想要去变得非常严重，而是相反想要去成为一种较温和的困难。然而，在子宫中会出现那种力学上的情况，在那种情况中 一个实体能够从母亲那里取得比另一个实体更多的营养。因此，就有一种轻微程度的困难，它与脑组织在一定的时间中 没有获得足够养分相关，这段时间不会非常长，但长得足以突出这种扭曲。

我们会鼓励那些希望去养育叫做 N 的实体的人们用温柔和喜爱来包围她，因为这个实体对那些真实的情感的振动是非常敏感的，那种真实的情感是无法被误解为合适的行为的一种姿态或一副面具的情感。我们知道叫做 D 的实体非常乐意去创造这种纯正的氛围，我们鼓励他就这么做。

我们会在此刻提醒，有一定数量的信息是我们感觉在分享上没有益处，因为我们不希望侵犯叫做 D 的实体或叫做 N 的实体的自由意志。

这一点是叫做 D 的实体无疑渴望去讨论的问题，而我们却需要对谈话进行回避，我们为此表示抱歉。然而，相比我们能够提供特定的信息，去保持一种精确的调音，这对我们和对这个器皿是更加合适的。因此，我们为这个通讯上的局限性表示抱歉，但我们觉得为了保持对自由意志的小心谨慎的察觉，这是必须的。对于一个实体，进行灵性上的寻求而非询问那些会干涉学习的进程 而使我们无法提供的信息，这总是比较好的。

虽然如此，我们现在为叫做 Jim 的实体振动(发声)下一个询问做好准备了。

Jim：涉及 N 和他的母亲与父亲的关系 其中的灵性原则是什么？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。叫做 N 的实体寻求去学会不求回报地给予爱。这是很多人的一个投生主题，尤其他们是如这个实体一样的流浪者。在叫做 N 的实体和她的家庭之间的业力是平衡的。因此，每一个人都可以成为彼此的老师。

因此，这个实体与她的指导灵[这个器皿称之为她的高我]一起，在投生之前选择了那些特定的拥有某些特性的实体，这些特性也许看起来在某种程度上是困难的，在其中可能会有较高的期待和一种朝向批评而非赞扬的倾向，这些能量对于叫做 N 的实体是可接受的，因为这个灵魂的渴望就是成为一个太一造物者的一个发光的仆人，她渴望能够像太阳一样地照耀而不考虑别人对她的印象如何或人们

怎么想？

这个实体为她自己设置了一个服务他人的人生，那是非常美丽的，随着她在灵性成熟方面的成长，她将能够去处理的能量 在创造那种坚强而独立的人格方面将产生巨大的帮助，那是这个器皿和叫做 D 的实体同时称之为靛蓝小孩的典型特征。

我们发现叫做 N 的实体的人生道路是良好构建的，她所做的那些选择获得良好的平衡，选择那些会支持、鼓励她的人 以及那些将教导她独立的行为准则和独立思考的人。

因此，这个实体将不会在她收到她为她自己选择的适当的催化剂的时候失去她生命中的支持。

我们发现叫做 N 的实体的投生课程与这个器皿的投生课程有共同之处，我们感这个器皿的心开放了，(她)对于 N 实体感到同情，因为这个器皿也有过度追求完美的父母，她的父母的倾向是去解释一幅画哪里画错了 而不是因为这个器皿能够画出一幅画而夸奖她。

然而，我们发觉这个器皿完全地赞同 N 实体，在凭借形而上的双足站立的方面，感觉没有比以下课程更好的方式：发现自己能够不求回报地去爱。

我们此时请问是否有另一个询问呢？我们是 Q'uo。

Jim：涉及 N 和她的双胞胎兄弟 M 之间的灵性原则是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在这个关系中起作用的原则是正确使用力量并探索真实的力量实际上是什么的原则。因为叫做 N 的实体，虽然在身体上比她的双胞胎兄弟更虚弱、更脆弱，她实际上是一个在形而上方面远远更加强有力的实体，因此在形而上的力量和物质性的力量之间，在开放的心和较不敏感、也许不那么开放的心之间会有某种相互作用。

在两个实体之间也有一种父母与孩子的动力关系，在其中叫做 N 的实体在她的本性上是如同父母一般，母性的、渴望以母亲一样的的方式去支持与鼓励，因此你们可以看到这个实体，随着她在表达自己的能力和在物质世界之中行动的能力上的发展，她几乎像一个姐姐 而非双胞胎。

再者，有一个亲密关系的面向，这个面向将在这对双胞胎的这次人生中同时支持他们两人。这是在双胞胎中经常发生的情况，因为他们能够在细胞的层面上交换信息。自然地，这不会有意识地发生。虽然如此，他们有那种永远都不会孤单的感觉，这种感觉在这关系中对两人都是有帮助的。在即将展开的人生中有很多在其中感到孤立的时候，这是因为叫做 N 的实体将从一个比她周围的人 更加深入内在生命数个层次的立场上运转并查看生命。因此她在此刻给予了她自己这个特殊关系的礼物。

我们现在谈谈关于靛蓝小孩，因为这两个双胞胎都是靛蓝小孩。

如我们之前说过的一样，格外地谨慎小心，用一种充满感情且开放的方式去对问题进行回应，并找到去用某种一个年轻的头脑能够理解的方式来讲述真理的途径，这是好的，。我们并不建议对事情置之不理或设法规避问题，我们单纯地建

议非常小心翼翼地给出答案，因此，所有实体需要相当快速吸收的信息，靛蓝小孩需要两倍(的信息)，才能帮助该过程。

容我们说，叫做 D 的实体在这种家庭和拓展的家庭的设置中的角色是这个实体将拥有大量的信息，这些信息将对这两个靛蓝小孩有益处，尤其是对叫做 N 的实体。然而，我们会鼓励叫做 D 的实体不要主动地提供信息，而是等待着年轻心智的好奇，他们将不可避免地以一种有机方式在正确的时间提出问题，这样这个实体就可以吸收信息并使其就位。如果有一段时间里觉得这个实体需要某种信息却没有询问它的时候，请不用担忧，相反地 你可以了解，在一个年轻的实体的心智上有个守卫，它在帮助这个实体提出问题的速率不要大于他吸收资料的速率。

我们鼓励叫做 D 的实体知道，对于这个孩子的形而上发展，他是非常重要的，甚至是中心的。我们感觉叫做 D 的实体已经察觉到这个事实，然而我们能够确认它并鼓励叫做 D 的实体一直从他的心来说话，一直从正面和发光的角度来说话，确认一切都好，并促进这个实体在她的青年时代 在她的心智和她的意识上的成长，这样她将变得无惧并能够开始从事那些对她的心是珍贵的事情，并知道她配得在这些兴趣上工作，她将在未来发展的兴趣。

虽然靛蓝小孩比起其他的小孩是公然与明显地多少有些不同，但他们仍旧是孩子，因为他们需要一套一致的规范 来据此生活，也许这样说是好的。他们需要学习适合的行为举止，这样随着他们长大和成熟，他们就逐渐能够让他人在一起时 感到舒适和快乐。

作为一个靛蓝小孩并没有魅力；从一个靛蓝小孩不会真的成为某种神奇小孩[早已知晓一切]的意义而言。的确，靛蓝小孩可能知道大量那些较少觉醒的灵魂可能不

知晓的事情，但他们比起其他的年轻灵魂没有更多天生的 有礼貌与恭敬的行为举止。

非常年轻的心智的倾向是把世界视为完全围绕着自己旋转的一个非常小的地方，对于任何实体，无论他是不是靛蓝小孩，在贯穿整个童年时期 完全不受约束，这是没有益处的。纪律的确是一种有助于成长的影响。然而，再一次，用一种严厉的方式训练这个特殊的孩子是没有必要的。你可以用一些温和的方式来解释在公众场合以及在与其他实体交往的时候 什么是合适的行为举止，而这一点可以在时间合适的时候，在问题因为这样或那样的原因发生的时候被给予。

我们是 Q'uo，请问是否有进一步的询问？

Jim：关于我自己 作为双胞胎 N 和 M 的祖父涉及的灵性原则是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在叫做 D 的实体和叫做 M 的实体之间的关系上 无需被祈请的特殊灵性原则。在你们的文化中 祖父的典型角色就完全地涵盖了那种关系了。你将可以与叫做 M 的小小实体分享你的故事，这样他就可以知晓他的根源 以及所有你从生命中已经学到的事物，我的兄弟，这些事物富含信息与智慧。你将也许能够向他展示如何投掷你们的球类游戏，或者你们文化中其他将较年长的男性和较年轻的男性连接起来的典型方式。

也许你可以在进行园艺的时候与他分享，如果他感兴趣，或者在他来到你面前并询问无论什么问题中与他分享。随意地与他分享，因为它是被赋予你的机会。这个实体，M，也是一个靛蓝小孩，但他的课程 与叫做 N 的实体的课程不一样，你不是他的高我选择来指导这个年轻实体的那个中心人物。

正如叫做 D 的实体毋庸置疑地发现自己与 N 实体之间的关系，与 M 实体的关系相比，情况是不一样的。随着 N 实体的成长并对很多事情[跟内在生命、形而上学、道德以及哲学的伟大的问题有关]变得好奇时，叫做 D 的实体尤其适合对 N 实体提供一种平衡的视角，那些关于哲学的伟大问题是：

我是谁？
为什么我在这里？
为什么我觉得彷彿拥有一个任务？

这些都是成长中的流浪者典型的关心事情。

叫做 D 的实体花费时间在静默中来准备好他的角色 这会是好的，也许是准备好一张纸和一支笔，也许是坐在计算机前，这样他就可以通过在心智中 或者说出声来询问自己的高我来开始一场寻求的会议：「我如何才可以学会为 N 实体服务呢？」接下来，当想法进入你的头脑时，我的兄弟，写下那些想法 这样你就对被给予的事物有一条记录了。因为从指导灵 那里收到有益的信息并接着忘记它，这是很容易的，就很像一个人会忘记一场梦一样，于是所有保留下来的事物通常都是模糊的细节。你将发现叫做 N 的实体也是你的老师。因此，拥有这份你可以在与 N 共同成长并分享经验的过程中 去进行回顾的记录，这将是有帮助的。

每一个生命在某种程度上都是一个要工作的谜题，一场表面上混乱，看起来是在一座迷宫中的一团混乱，有时似乎并不存在出口。为了诸如你和 N 这样的实体可以一同越来越多地学会跳出，容我们说，社会性的思维和假设的盒子来思考，混

乱和表面上的缺乏模式的这种因子的存在是必须的。

当你继续询问「我如何才能服务于 N 实体」时，你将发现自己在这个日志的进程中学到大量的事物。因此，我们会鼓励你将此作为一个每日进行的程序或者某种接近的事情。（听不见）这种样式的一部分是，叫做 D 的实体已经选择这个机会来发展他自己的内在资源 以便于成为叫做 N 的实体的一个更好的导师。因此，这种特别的关系对你们两人 都将是一种祝福。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

我们鼓励你不要害怕犯错。允许你自己单纯地始终从心说话。我的兄弟，如果在任何时候 有任何的评判涉及你的女儿，我们鼓励你避免去表达它。因为在这种样式中你的部分是去在那个时刻看到爱并去扩展爱，而不是参与任何评判或批评的能量中。

一旦你发现了与你女儿 以及在某些情况下与你女婿的阴影面相匹配的你的本性的相应部分，你可以将这些事情保留在你的心中，并通过在你自己的本性中发现你对其他人的批评 而在其上工作。接下来你就能够在一种内在感觉中进行你的工作而不会用那些评判和批评的事物妨碍你们之间的诚实沟通的蓝色光芒了。

肯定地，如果有人询问你的意见，你可以给出它。但，我的兄弟，总是寻求去用大大开放的心来分享你闪亮的真理，这样你所说的内容就不仅仅有诚实，还有无限的机智与同情心了。

最后，在这方面，我们愿鼓励你，永远不要捍卫你自己。因为那是没有必要的，可能会因为恐惧而歪曲你如此希望去保持无玷的关系。

这个器皿因为她的基督徒的背景而喜欢将这样地避免用愤怒来回应愤怒视为真福八端(Beatitude)之一。真福八端就是在新约中的那些 与当你悲伤或当你在灵性上虚心 以及诸如此类的时候受到祝福的相关句子[1]。它们是祝福 因为对于一个不聚焦于自己 而聚焦于造物者的人，不聚焦于恐惧 而是聚焦于爱的人，不聚焦于维持一个小我 而聚焦于成为太一无限造物者的一个越来越纯净的放射之人，它们就是磨坊中的谷物了。

我的兄弟，容我们问 现在有另一个询问吗？

Jim： 我在植物和园艺方面的工作和学习 涉及的灵性原则是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每一个实体都是带着一个计划，要去学习投生课程和提供此生的服务，进入肉身之中。找到一个人的道路 经常是一条「漫长而蜿蜒的道路」[2]，而同时 一个人是不会犯错的。有极大数量的重复机会被内建于这个一生的系统中。为了你永远不会感觉到你已经误入歧途并迷失了道路，你给予了自己比你所需要的多得多的人际关系，多得多的挑战和多得多的祝福。因为你一直都在走回家，回到自己的内在那个地方的道路上，在你内在的那个地方，一切都是好的，你处在幻象中的所有实体的家园的开放之心中，你一直在返回太一无限造物者，并一直在无条件爱的那种振动中休息。

叫做 D 的实体已经逐渐地进入直接与地球打交道的 越来越强烈的渴望之中。容我们说，我的兄弟，当你回应你的心之呼唤 更加地靠近盖亚的能量和第二密度

的植物、动物，和第一密度的风、火、水、土等所有充满灵性的能量时，你在你的灵性寻求中绝对走在正确的方向。

在这里包含一切的原则是万物为一。然而，你在此刻选择去进入一个与地球本身更加接近的关系中 有一个特别的原因，它不仅仅与你投生的课程与服务有关，它还与叫做 N 的实体有关，并在某种程度上 与叫做 M 的实体也有关。

靛蓝(小孩的)议程通常有一个很大的区域是对这个行星本身的关心。这是因为这些实体是这个星球的本土居民— 刚刚从第三密度地球毕业。他们已经毕业到第四密度的正面极性 并立刻选择了用一种双重启动的第三密度和第四密度的身体返回地球层面。他们的肉体是第三密度的，但容我们说，他们的布线能够吸收第四密度的爱与理解的振动，扭曲程度远远少于那些仅仅带有第三密度的配线或 DNA 的人。

他们，以及所有那些从(宇宙的)其他地方、从那些已经破坏他们的栖息地的星球来到这个星球，或者从亚特兰提斯[在那里他们破坏了原本的栖息地]来到这里的所有那些人，他们都有一种巨大的渴望去为地球提供恢复和管理工作— 基于爱和保护，而非基于掠夺地球资源的渴望。

我们会建议在任何看起来对你有益的时候 创造机会同时向叫做 N 的实体和叫做 M 的实体 提供在大自然中散步、或徒步旅行的体验，甚至是露营过夜。

经常性的野营、或甚至仅仅将床到后院中，在那里 年轻的实体可以依靠在地球自身上休息，这样做的目的不仅仅是为了将这些实体与地球结合在一起，在叫做 N 的实体的情况中，还会将地球的疗愈性振动在身体上通过毯子等等的东西与她

联系在一起，这样她就不会与地球分开 而是地球的一个小孩。

行星地球有着可观的疗愈质量。它真的是地球母亲，她对这个小小孩的爱是如此之强烈 以致于大自然的所有原力都将运作以帮助治愈叫做 N 的实体的扭曲，尤其当她能够与地球本身联系在一起的时候，当然可以用她的双腿去连接，但尽其所能地 也用她的躯干去连接。在你给她讲故事的时候 她可以坐在大地上，或者你可以为她创造在露天睡觉或在帐篷中睡觉的冒险。

自然地，需要用足够的温暖来保护她远离恶劣的天气，这样她就不会着凉，但一般而言，成为地球的生命之舞的一部分的体验 对这个敏感与正面的灵魂是一种非常疗愈性的体验。

我的兄弟，当一个人进行园艺工作的时候，有比其功能所暗示的 远远更多的事情正在发生。地球是活的。它是一种意识，对于它自己是独一无二的，正如你对于你自己是独一无二的。它是察觉的；它是一个存有。它充满了能够想象到的最纯净的爱，对你的爱和对所有在它之内 和在它表面上生长并拥有生命的事物的爱。它是个优雅、韵律的、脉动的实体。

它对于你的察觉是完整的；它对你的每一个想法都是敏感的。我的兄弟，它如此频繁地 无法与在它表面上居住的那些第三密度中的灵魂建立联系。这对于地球是件痛苦的事情。在很多情况下，地球是不情愿的敌意之容纳者。因为这一点，在地球之内有一种悲伤。当你感激并爱地球时，当你实际地将双手放在它的泥土中时，关怀它、照料它、并赞美它的美丽，这就如同一个年轻的女孩被告知她是美丽的一样。当盖亚被感激并被温柔与钟爱地对待，她感觉起来是多么好呀！

因此，当你向着它的美丽和韵律开放你的心之际，你就在对地球提供伟大的服务了。这同样是你可以教导 N 实体的，因为这将在未来引起她的兴趣。

我们可以建议叫做 D 的实体 有意识地进入静默并在他进行园艺工作时 带着意图，让泥土的呼唤和蟋蟀、树蛙的声音成为音乐，它美化了安静心智之甜美静默，也美化无空闲的双手和对当下之美的绝对专注。

在 D 实体的心中有一些围墙，这种甜美的职事将推倒这些围墙，好让心可以一直更充分地开放，因此恐惧就是一个过去的东西了。

我们为这些询问感谢叫做 D 的实体，在我们离开这个器皿之前，请问是否有任何种类的后续问题是 D 实体在此时想要问的。我们是 Q'uo。

[这问题与 D 的担心有关，由于他住的地方离他的孙子太远了 以致于无法很频繁地带他们去露营。]
我们是 Q'uo，相信我们理解你的担心，我的兄弟。当一个人在 600 英里之遥时，一个人无法在后院恰好与之分享一个帐篷。然而，我的兄弟，有些时候 你们是在一起的，就是在那些时候 我们建议你创造那些机会去与这颗星球建立一种更亲近的关系。

我们发觉这个器皿的能量在此刻正开始衰微，因此我们会在太一无限造物者的力量与平安，在祂的爱与光之中 离开这个器皿和团队，就好像我们发现这团队时一样。可以和你们在一起，这对我们一直是个大祝福，我们为你们呼唤我们加入这个寻求圈再一次感谢你们。我们是 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

原注

[1]《圣经》《马太福音》5：3-12：

「虚心的人有福了，因为天国是他们的。

哀恸的人有福了，因为他们必得安慰。

温柔的人有福了，因为他们必承受地土。

飢渴慕义的人有福了，因为他们必得饱足。

怜恤人的人有福了，因为他们必蒙怜恤。

清心的人有福了，因为他们必得见神。

使人和睦的人有福了，因为他们必称为神的孩子。

为义受逼迫的人有福了，因为天国是他们的。

人若因我辱骂你们，逼迫你们，捏造各样坏话毁谤你们，你们就有福了。应当欢喜快乐，因为你们在天上的赏赐是大的。在你们以前的先知，人也是这样逼迫他们。」

[2]「漫长蜿蜒路」，John Lennon 与 Paul McCartney 所着，Lennon/McCartney 版权所有。它的开头是：

The long and winding road

That leads to your door

Will never disappear.

I've seen that road before.

It always leads me here;

Lead me to you door.

漫长蜿蜒路

通向你的门

永不消失。

我曾见过那条路。

它一直引导着我到这里;

引导着我走向你的门。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2108 章集：寻求者的人格

Copyright © 2007 L/L Research

周六冥想

2007 年九月 8 日

团队问题：这一周的问题与人格在寻求者的灵性发展中扮演的角色有关。在使用或不使用人格 以及如何使用人格的问题上，我们想要 Q'uo 为我们提供一个观念— 关于寻求者看待人格的最佳的方式。在灵性寻求者的工作中，人格扮演的角色是什么？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中 我们在这一天来到了你们中间。请容我们感谢你们 为了被你们寻求的圈子呼唤的荣幸。能与你们分享我们的想法，你们无法知道这对我们有怎样的意

义。这是我们在这个特别时间选择的服务，当我们能够通过好比这一位的器皿发言时，我们感觉能够实践我们的服务。

请把我们简陋的想法作为观点 而非作为事实来接受，因为它们是我们的想法和观点。我们不希望成为处于在你之上的权威位置。因此，我们会大大地感激你们使用分辨的力量把那些对你们有帮助的想法 和那些没有帮助的想法区分开来。我们感谢你们这方面的考虑，因为它允许我们放心 并知道我们不会冒犯你们的自由意志。

当一个似乎是先进的实体说话的时候，一直会有那样的危险。一个人觉得他应当去听。我们鼓励你不要觉得 你应当去做无论什么事，而仅仅跟随你的心。

你们今天晚上的问题与正在执行灵性工作的寻求者对人格的使用有关。在你们有组织的宗教中，经常有这样的观点，即人类存有与那个实体[可以进行有益工作、或能够被太一无限造物者接受]是完全分开的。这个世界的事物，包括与这个世界有关的人格的所有面向，都被视为充满罪恶(sin)，并且被视为恶魔或撒旦或负面势力所统治的领域。

灵性则被视为某种分开的事物，某种被渴求并且要通过中间人被寻求的事物，无论那是神父、圣灵、圣母玛利亚、耶稣·基督，或者是在除了这个器皿熟悉的那些宗教之外的其他有组织的宗教形式中被教导无论什么媒介物。

这不是我们对于被灵性寻求者使用的人格的观点。我们意识到，从人格的层次上去看穿人格，这是个无法解决的难题。这个器皿肯定已经在关于她的价值的问题上被很多的疑惑所困扰了，这起因看起来是自相矛盾的 因为她在一次最近的回

家集会上收到了许多许多的恭维。参加这次回家集会的那些人所描述的她，她(能否)在一百万年内能够成为那样的人的可能性，这引起她对于真实的(自我)价值感觉到深深的困惑。

我们提到这一点是因为这就是人格工作的方式。它充满了怪癖与古怪的行为，在其很多方面上，经常是无逻辑的 甚至是自相矛盾的。人格外壳，如我们多次用这个词语 而非好比小我(ego)这样带有轻蔑意义的词语来称呼，它不是个平稳的、匀称的、完全整合的事物。相反地，它是许多天赋、挑战、偏爱的集合。

我的朋友，想象一下在这次投生开始之前的你自己。你和指导灵凝视着你之所是的全体，那个全体已经穿越如此多的水域、如此多的经历，并且收集了过于丰盛的天赋(礼物)、挑战、偏爱。

你看着你即将为这次投生打包的那个小型旅行箱。你必须留下你绝大部分的特性，这些特性是你的存在性之全体的一部分。你非常深思熟虑与有意识地选择，尝试为你自己提供恰好正确的衣服来包裹你的菁华。大量微妙与深思的考虑被放置在这些选择之中。

于是你带着尊敬，谨慎小心地把那些资产、缺陷、偏好打包，你感觉它们会设定你自己去学习那些[你希望在此生学会的]人生课程，并且面对那些挑战— 你希望用来锻炼你的灵并在此生中转变你。你谨慎地挑选了你的各种偏向并安排了贯穿你一生的人际关系，也许说是人际关系的可能性更为准确，父母、老师、兄弟姐妹，还有那些会成为你的孩子、伴侣、以及所有那些朋友，以一种太深入而无法言喻的方式与你联系在一起。

在这方面 你是可靠地重复的，因此你永远不会有可能迷路而无法找到你返回适当轨迹的途径，这条轨迹贯穿这次投生中 你希望去跟随的轨迹。你们当中一些人节俭地打包。你们当中一些人打包了如此多的天赋和挑战 以致于你必须坐在上面才能合上这小旅行箱。因此，你们当中一些人是安静的，你们当中一些人是充满能量 (甚至)要爆开裂缝。但所有这些事情都带着谨慎小心的考虑被完成。在你们打包的过程中，没有错误。你们做得很好。

你带着一个人格外壳来到这次的人生，在这个人格外壳中 有着所有你先前打包的事物之间的一种松散联系。你把它们从小旅行箱中拿出来 并把它们放置在你周围，正如同你在 你投生到肉体中之际用你的肉体把你的光体菁华包裹起来一样。在这里 你是一个表面上统合的、协调整合的个体，你或多或少地掌管着一个忙碌与多产的生活。

不过 那些绝大部分都不是来自人格外壳内部的体验。对于实体们而言，在他们的人格外壳中 感知到他们并非完全天衣无缝，毋宁说 在其中 有许多变换的元素，这是相当正常的，它们在不同时间 用不同方式混合起来，在人格的所有这些面向的飓风之眼的位置使寻求者吃惊。

因此，当寻求者寻求去穿透生命的表面，更深地进入到心智的那些拥有真正的意义与价值的区域，进入那些呼唤人灵向前的深水区域时，寻求者应该如何与自己的人格打交道呢？叫做 C 的实体谈到过，将人格放在一边并释放人格以便于在意识中做功，也许这是必须的。的确，如我们刚刚说过的一样，这是有组织宗教的传统模式，它将属于人类的事物视为有罪和错误的事物。

我们的观点和这个模式明显地不一样。我们感觉多少淡然地对待人格是很好的。

当一个实体凝视着人格的许多怪癖和冲动时，拥有一种幽默感是好的。一个人无法防御不能防御的东西！一个人无法说每一个做出的选择都是一个好的选择，(因为)相当明显地，有许多许多时候 当一个人回顾一个选择并将其评价为愚蠢的。

然而，这样的内在领悟的时刻从内在教导和指导寻求者，于是逐渐地，当生命的体验被收集起来 而灵性上的成熟 开始在该实体之中发展时，一般而言，他变得更加不会轻易地因为了解到一己的愚蠢和局限性而失去平衡。

我们会鼓励那些寻求知晓太一无限造物者的实体 去发现一种与自己之间的深情与宽容的关系。一直处于批判自我的状态是无用的，因为每一天都是新的一天。

每一次你感觉到你的人格引导你误入歧途时，你都有机会去重新开始。你不必把过去的那些错误扛在你的肩上。你无需把旧日的忧伤扛在你的肩上。你无需为那些很早以前就因为你的受苦和懊悔而补偿的事情一直感到内疚。如果你是灵性寻求者，轻快地行进是好的，释放对昨日的批判，这样你就可以在今天是完全崭新的。

随着你的演化，你将发现 有一些关于你的人格的事情已经开始对你变得透明。

这不是说你完全失去了自己的那些个人面向，毋宁说 它们不再以相同的方式影响你。你可以看到那些相同的冲动和偏好在过去一直是如此强有力的，而现在当你看着这些偏好时，你可以注意到，在选择是否在特定的环境中与之一同移动的方面，你不再有巨大的催化剂了。因为你的观点已经拓展。你看穿了自己，这是一种同时在外在世界与内在世界都起作用的透明度。

你在外在世界中看清你的人格，看到更多属世的事情，而不仅仅只是那些你个人关心的事情。你的观点扩展了。你仍旧是你的造物的驾驶员，但你不再需要是明星选手。你开始从无数的世界之镜中明白道理了。你变得不怎么害怕去联系其他受苦的人了。因此，你变得更能够去欢庆其他人的喜悦。

这种透明度也在你自己内在工作，当你荣耀、尊重、完全承认你的人格怪癖的时候，你同时变得能够在特定的位置上 选择是否沉溺于你的人格。的确，这就是你投生的原因之一。因为当受苦、痛苦、损失、限制锤炼你的灵性并使其变得更有韧性和强力时，你就会越来越多地成为一个器皿— 透明于表面人格的扭曲，允许这些扭曲成为宣言与装饰物 而不会遮蔽内在的菁华。

这不是某种可以被刻意完成的事情。这是一个深思与有意识活出生命的结果。这是灵性生活的一个伟大奖励，于是你最终变得有能力选择把你的那个自我状态带入你的觉知的最前线，该自我不带有任何面具，相反地，它在造物者的无条件爱的奥秘之中歇息。

你变成了一个非个人的眼睛，不过 这只非个人的眼睛不会接管(你的)人格。在投生中的任何时候 人格都不是打算要被放弃的东西。它单纯地成为那可塑的、可工作的、透明的面向之集合；让你带在身边。

的确，知晓这个非个人的中心或自我的核心的全部事情就是 你会爱上你愚蠢的，人类的人格外壳。你喜欢自己。你如你之所是地接受自己，因为就是这个载具，它为你服务得如此之好并向你提供了如此多的大笑、友谊、爱、情感的时机。恰恰就是这个人格外壳允许你张开双臂、拥抱他人并接受他人的爱。

恰恰就是这个人类特性的、易于犯错的人格 便是你的荣耀之一了。它为你的光带来色彩和质地，并使得那来自造物者之光 你透过自己迎来的光具有某种令人喜爱的独特性，令你变得非常特别，使你对造物者是如此之必需。

因此，我们会说，对于寻求者 恰当地使用人格即是去尊重并荣耀它，并同时了解它的本性。了解到它是你穿上以见那些你要见的人的服装，所有那些你遇到的人都穿着类似的衣服 并用这些对每个人都是独特的方式看着这个世界。

如果你希望工作你的人格，从平衡的方面来思考，这总是好的。在那些希望真实地献身于无限太一的实体身上 会有一种倾向：扔掉所有东西 除了最高和最佳的部分之外。不过 这样做的实体是失衡的。他们已经忘记了如何欢笑，如何享受食物和饮料的短暂快乐，就好像在刚刚下过雨，灰尘在一个乡间小路上扬起的一个夏日空气的味道一样。

谁会想要为了变得更加 虔诚、严肃、自我克制而失去人格的那些小小快乐呢？我们不会推荐这种方法来寻求太一无限造物者。因为该人格可以提醒并记住那些对非个人自我没有意义的小事情。所以，张开你的怀抱并拥抱自己吧，因为你的人格是一件坚实、有用的、甚至是必需的服装。

现在，当你说起衣服的时候，你们也谈到非个人生命的衣服。我们鼓励你探索那个概念，甚至基督意识的斗篷(也)是一个深邃的人格特征。甚至所谓的非个人自我，那位我是我所是*，仍旧是一件你用来为你自己披上的斗篷。无论你多么地渴望完全地成为造物者，因为这个密度的本来性质，你将一直都是那个实体— 戴着面具、穿着服装并从某个特定的角度或边缘来查明经验。

(*编注：原文为 I AM THAT I AM)

因此，探索你的人格并找到那些正面和肯定生命的角度与边缘，它们带给你笑声、泪水、诚挚的情感。在自我内在鼓励那些特性吧。

当你发现人格的那些破坏生命的角度和边缘时，深深地看入你自己的内在 并找到那引发你排除特定的行为、人、想法[离开可接受事情的列表]的恐惧。

例如，我们发现在你们固定的宗教中，有很多实体是被那些用那种方式来信仰的人排除在属于太一无限造物者之外，因为那些实体并不如他们一样地信仰。我们发现另外一些实体对一种性别或另一种性别，对于除了他自己以外的其他种族抱有一种歧视，以此类推等等。

当你在面对生命的方式中认出这些角度和边缘，并看到它们对生命有破坏性且否定万物的一致性，你就可以很好地工作这些事项：扩大你的视野并渐渐地、钟爱地、温和地把这些以恐惧为基础的个人偏向带入光中；这样，你可以在自己的内在发展对生命全体的一种更大慈悲和一种更大的知识与感知，在个人层面上，属于你自己与[你已经认为排除在你影响力之外的]那些人的合一。

不过 我的朋友，如果你无法在任何特定的时刻达成这些事情，同样接纳你自己的那方面。不必着急。在你会花多长时间把自己带入到你最佳的平衡方面，没有时间限制。因为每一个瞬间都是新的。你永不会耗尽看到某个将帮助你拥有那种性质和心灵的顿悟的机会，它在你的内在创造更宽广的视角，从这样的视角 你就可以越来越多地在自己内在创造平衡，那将赋予你心中的平安和你头脑之中的

平静。

在人格的混淆和匆忙之中 对一个东西并仅仅只对那一个东西一心一意，这是好的。我的朋友，那个东西就是爱。寻找爱。当你没有在内在找到它时，更进一步地寻找，并寻求帮助吧。无论你向谁寻求帮助，无论它是星际邦联、圣灵、你的高我、古鲁、老师、激励启发的读物 或者任何你向其寻求帮助的事物，用各种方法寻求去扩大你内在对爱的察知，对流经你的爱的察觉，觉察爱 你能够用它来照耀周围的实体。

一如既往，我们推荐每天以某种方法养成静默的习惯。因为在一个寻求之心的静默里面，在那些太过于深入 以致于言语无法表达 却极大地富含信息的能量之中有大量被传递的事物，直接进入你的潜意识，告知并启发你的心。

现在请问关于这个主要问题是否有后续的询问，我们是 Q'uo。

（长时间停顿）

我们是 Q'uo，觉察到没有后续询问了。请问是否有另一个询问？我们是 Q'uo。

提问者：我有一个简短的问题，它是非常表面的问题。你们看见的 由这个圈子产生的光 被那些没有在这个房间的收听者[却在这个特殊的空间/时间中的其他地方聆听这些言语] 所改变吗？再者，那些在稍后时间 聆听这个通讯的那些聆听者也能够参与这些能量吗，或者 这些能量仅仅是当该圈子在场时 才出现的？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。容我们说，那远远不是一个表面的询

问。的确，在某种程度上 它正好切中我们正在谈论的核心。因为有些人在此刻是这个扩大团体的一部分，他们聆听在这个私人的谈话屋中 这个会议的广播，而这个圈子的能量包含那个更大圈子的能量，这的确是真实的。

然而，我们会在这一点上更进一步，述说所有那些在未来收听这次工作集会的人[当这次集会被广播时]，都同样是在你们幻象中的这个时刻正在发生的事件的一部分。因为我们从时间/空间中运作，在那里存在着你们的行星地球的形而上领域，居留在内在层面或无形领域中，它们是你们行星的影响圈的一部分。因此，对于我们，所有时间都是一。于是，在你们未来发生的事情就与我们此时的讨论同时地发生。

的确，甚至那些在以后某个时间读到这份文字记录的人 都将是这场集会的能量的一部分，他们将贡献他们的爱、光 以及他们对该能量的兴趣，也就是这个坐着的圈子[位于你们目前的区域时间与空间]所体验到的能量。

在这方面可以提出充实的论点。我们说你们全都是一体的。它是一个智力上的概念，在其吸引力上它是无可抵抗的，在今日 它是你们物理学家的实验可证明的。因此，就一个智力上的意义而言，很多很多实体准备好赞同万物一体。

然而，仍有那种紧紧抓住区域时间与空间的倾向，以及看到一切事物都以线性时间串移动的倾向。而那种万物一体的视野的一部分就是打开双手并释放你所享受的幻象的局限性。你们每个人的一个部分是共同存在的。那个部分就是意识。肯定地，我们感觉叫做 C 的实体在询问今晚的主要问题中 尝试去表达她对这事实的领悟：意识与表面觉知[也就是人格对于人生的体验]是深刻地不同的。

因为成为清醒的并不必须体验意识；意识是所有实体共同拥有的存在地基。

的确，你可以看到，当你在自己的皮肤内 或你自己的人格外壳中变得更加舒适时，你就可以越来越多地拥抱这种看似非个人的意识了，并知晓你内在的这个意识与所有实体存在的地基的那个意识完全相同 [如它必然之所是]。就是那种深刻的统合觉知允许魔法发生，并允许个体与个体组成的团队之间的舞蹈被舞动，这是一种与那些团队联系在一起的察觉，或者作为个体与那些植物、动物、元素联系在一起的察觉。

所有那些爱的原力，属于你的未来的一部分，同时也深刻地是你当下瞬间的一部分。所有的无限都存在于当下瞬间。这是一个悖论，因为它也存在于下一个当下瞬间，再下一个；不过 却不会更不真实。

能够去分享这些想法，这是怎样一种赐福呀！因为在所有那些寻求有效地这么做的人当中，在他们的身上有着真诚而衷心的渴望。如此频繁地，一个人因为在各种各样的时刻 被各种各样的分心想法和困惑所牵绊 而感到他无法真正地有成效。而我们会对你们说，你可以把自己视为一块水晶，如这个器皿经常说的一样。

对你自己的觉察的外在部分，你拥有肉与血和骨头，可抓取的双手和一张说话的嘴巴。所有这些都是非常物质性的东西。而那驱动那物质性和那位于物质性的核心之处的就是你的能量体的菁华了。在那个能量体中 你就是那个与能量一同工作的存在。你接收太一无限造物者的能量。当它穿过你的脉轮系统并从你的头顶出来时，它就被寻求的实体的人格所染色，那个实体可能倾向于贬低的人格。

当你用你独特的方式祝福时，那流经你的能量，当你把它奉献给太一无限造物者的爱与光 并奉献给以造物者之名而从事的服务时，就以你的祝福为那光染色了。于是，当你(将你的光)照耀进入这个世界的时候，你的辐射是全然美丽与独一无二的。从来不曾 也永远不会有另一个发光源与你一样。因为所有那些已经在你的投生中的意识上施加影响的事物都会累加到在此刻你之所是的那个实体上。甚至在每时每刻，你都将变动、改变并做出突然的行动，休息一段很长的时间 然后做出突然的行动，再一次改变你的染色。没有任何时刻 你是小于完美的。

我们觉察叫做 S 的实体 问过关于如何工作来增加 DNA 的股数，DNA 股数是那基本配线，允许你之所是的这个结晶化存有接收并辐射一种持续增强密度的光。我们会对叫做 S 的实体说，就是在那种对自我的深深接纳中，就是在开始爱自己并在一个人的皮肤之内 全然平静地歇息 而不给自己任何困难也不怀疑自己的情况下，你的身体的细胞的这种蜕变将要发生。

如你已经对第四密度想象的一样 思考一下那个光与爱的领域，在那里 你仍旧在玩一场寻求与学习的扑克牌游戏，不过 每个人的手都摊在桌子上 把所有的牌展现出来。每个人都看见所有其他人的挣扎、苦难、痛苦。每个人也看见所有其他人的美丽、喜悦、知晓的欣喜。*
(*编注：这一段很可能源自 一的法则 50.7)

因此有一种远远更多的复杂(平衡)，而同时又有一种远远更多的简单(平衡) 以及爱与被爱的平衡。在灵魂层次上去爱实体，不再是一种努力。因为当所有的实体将他们的手放下并将牌面朝上，这样所有人都可以看到所有的牌之际，所有实体都是美丽的。在第四密度，你现在所批判的每一个实体，你将看见她是个具有无

限美丽的人。每一个你在第三密度也许想得过于好的人，在第四密度都成为一个十足的人类，有缺点而又完全地讨人喜爱的角色。

所以，第四密度的价值观就是那些慈悲、接纳、支持、鼓励、在爱中安歇的价值观，它们在所有你看到和所有你思考的事物之中。等时间到了开始做事之际，你在你的航程和行动中所设置的事物就是那些被真诚和由衷之爱所充满的事物了。

容我们问 此时有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

（长时间暂停）

我们是 Q'uo，感知到我们已经耗尽此时这个团体的所有询问。因此，带着被你们的寻求圈呼唤的巨大感谢，我们离开你们以调合的灵光创造的这个美丽又神圣的空间。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的力量与平安中，在祂的爱与光中离开你们，如同我们发现你们时一样。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ **第 2109 章集：知晓与接纳**

Copyright © 2007 L/L Research

周六冥想

2007 年九月 22 日

团队问题：今天晚上的问题是：Ra 说：「知晓你自己。接纳你自己。成为造物者」[1] 我们想知道在知晓你自己 和另一方面接纳你自己之间的区别。你们能否定义它们？在这个陈述中 把自我-知识放置于自我-接纳之前有任何显著意义吗？

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中，我们在今天来到你们中间。能被邀请加入你们的寻求圈并在你们的冥想中分享，这是怎样的荣幸呀。我们感谢你们呼唤我们与你们在一起。一如既往，当你们坐成一个圈子，和谐而充满深情地混合你们的灵光并创造那神圣空间时，我们为你们的振动之美和你们对彼此的爱 感到震惊。我们祝福透过网络广播和无线电广播收听而坐在圈子中的那些延伸家人，我们也感谢你们每个人，为了你们把自身的振动借给这个美丽的神殿并(共同)创造这个神圣空间。

我们至为高兴地讨论[今晚向我们提出的]该询问— 关于知晓与接纳自我的问题。但首先，一如既往，我们会请各位在我们的想法经过你的耳朵的时候使用分辨力。拿取那些让你们感兴趣并与你们共鸣的内容，而把其他的留在后面，请知晓只有共鸣之路才是你真实的途径。没有必要去将每一个想法视为同等的，因为灵性的道路是非常主观的，对一个人有帮助的事物 可能会成为另一个人的绊脚石。因此，请守卫你自己的感知神殿之大门。我们为此感谢你们，因为它让我们能够随意分享想法 而不会侵犯你们的自由意志或干扰你们的灵性演化。

你们今天询问什么是知晓自己，什么是接纳自己，两者是如何相同或相似的，它们如何是不同的。它们有差别的一个方面是一个在另一个前面。在一个人能够完

全地接纳他自己之前，他必须知晓自己。在缺乏(自我)知识的情况下接纳自己，这不是一个真正的概念。这是一种空洞的接纳。所以，知晓自己的确在接纳自己的过程之前。所以，我们将首先谈论知晓自己。

我正在与之谈话的这个团体最近举办了年度聚会，他们称之为回家(Homecoming)。在这个独特的回家之中，主题是「我是谁？」 整个周末都被花费在尝试去处理那个问题。那些准备去为这个周末提供帮助的人已经照顾到这点，向人们提供处理那个问题的一些方式，而该问题拥有某种结构。[2]

所以，该团队一起把自我视为一个有性别的存有，一个希望存活下来的存有，一个拥有人际关系的存有，一个作为出身家庭、工作家庭等等的家庭团体的一部分的存有。接着，它会查看在开放之心中的是什么事物，查看其身分(identity)是如何用清晰与慈悲的沟通能力而黏合在一起。最后，自我被视为一个魔法的生灵，有能力在意识中做功。

这些查看自我的方法 在追寻自我并发现更多一个人的身分的底层结构方面全都是有帮助的。然而，如同我们的言语的必然情况，这些考虑远远无法为寻求者开启其身分的菁华。

问「我是谁」，这是个表面上简单的问题。然而，它是无尽地微妙的。因为知晓自我不是去知晓关于自我的简单事情，而是去知晓将所有自我的那些部分结合起来的事物。最终，「我是谁」的问题通往那宽阔而完整的存在感，它反映出在旧约时代的人们为了描绘他们的神明 而为造物者选择的其中一个名字：「我是我之所是。」(I AM THAT I AM)

知晓自我的一部分就是认知到一己的过去并负起责任。因为一个人会通过一次投生来表达自己，从一个实体在第三密度的人生的最开端，一旦有能力说话，与其他人的交流就开始了。每一次互动都是对自我揭示自我。寻求者在贯穿每一次互动的过程中都在学习关于他自己的事。

寻求者将发现他们拥有一些确定的人格特征，这些特征对他们是持久稳固与独特的。知道那个信息是有益的。寻求者将在贯穿整个投生的过程中 都与这些人格特征打交道，察觉到那些怪癖是好的。而那就是学习去知晓自己的开端了。因为人格就好像一个素描。它是未完成的。就是在日常生活的过程中，在收集每一天的互动与回应的收获物的过程中，寻求者开始更佳地知晓他自己。

我们会在观察自己与评判自己之间做区别，因为知晓自我的重点不是修订自我，为了满足由自我之外的某个来源颁布的一系列指导方针。宁可说，知晓自我是一系列自发性的领悟，当一个人反思一次已发生的互动时，他了解到 那个可能似乎被不小心地选择的行为，实际上是不可避免的。

因为这就是在每一个实体的身分中固有的特征了，一次又一次地宣告投生的主题。这就好像你的投生是一部电影或一部歌剧，在原声带中，当主题的重复模式发生时，音乐的主旋律[3]就会在此生中 一次又一次地演奏。

这个器皿稍早曾谈到她无法领会各种各样的实体如何向她提供了如此多的亲切想法。然而，既然这个实体在贯穿几十年时间 与那些来到这个叫做爱/光研究中心组织的人一起工作的主旋律始终如一，这是被期待的事情。没有支持这个实体去帮助他人的宏伟计划，只有一颗充满爱的心 和去支持与鼓励她周围的人们的意愿。

如果这是被随机进行的，那主旋律、那投生中的主题旋律就不会响起。而它是一次又一次地以一致的方式进行，那么，那种一致的形而上能量就会设置一个样式了。爱在爱中被反射。于是，这个器皿现在拥有的催化剂是学习如何去接受别人提供的爱。

的确，知晓自我就是开始去觉察到 那在显化的边缘上颤抖的自我之菁华。它是去知晓那位自我伟大的激励驱动者。在某种程度上，它是去掌握那种正确地使用投生的感觉，它是去掌握在服务他人中提供自我的正确方式或多种方式。在天赋的显化和已学会的课程底下，有个潜在却巨大的区域或范围，属于自我，它超越表达，不过 它却是在一个寻求者的生命中被显化的所有事物的基础。

我们对你们说一切为一，你就是一切事物和一切情感，这是容易的。要掌握你的存有和周围的那些存有的统一特性，这要困难得多。被知晓为耶稣的实体感谢那些跟随他的人的喂养，给他穿衣，并给予他晚餐；在感谢的过程提出这种万物统一的特性。

弟子们对他说：「主啊，我们不记得曾喂养你食物 或给你穿衣 或给你晚餐。」

耶稣回答：「即使你喂养我的弟兄们中最小的一个，给他穿衣 并协助他，你就在对我做一样的事了。」[4]

「我是谁？」的问题延伸超越自我身份的范围 并进入到那个自我的非个人部分了，在其中 仆人就是主人，主人就是仆人，在其中 爱的给予者就是爱的接收者，爱的接收者就是爱的给予者。

当寻求者逐渐更佳地知晓自己 并催促其探寻时，它开始学到大量看起来自相矛盾的事情。因为寻求身分者发现自我同时有爱和缺乏爱，同时有同情心，愿意给予安慰和只愿意去批判。那么 所有这些对自我的察觉，接着就开始被辨认为那种有益健康而适当的自相矛盾了，那是在第三密度中 作为一个人类存有的一部分，也是动力学的(一体)两面。

当寻求者开始更充分地理解他的身份的矛盾和悖论的性质时，他接着开始看到前方的道路，这条道路是就第三密度的投生职责的意义而言，即是在那些悖论、动力关系和对立面之间做出选择，因此，出自于一切已知的杂乱无章，处于人格的怪癖和被赋予的天赋群集的局限之中，他开始为自己 描述他希望在这些少量而珍贵的人类投生时间中去一丝不苟地跳出的那只舞蹈。他开始看到他希望唱出的那首歌，凭借在一次人生中被赋予他的少量呼吸。他开始珍惜他的时间和机会去做出选择并表达他的理想、梦想、希望，和他意愿的最深、最高的部分。

当他越来越多地成为他之所是的主人的时候，接着就可以选择他的生活和表达的方式了。就是通过这样的方式，寻求者逐渐恢复对自己的知晓。肯定地，没有寻求者能够用尽投生的材料并断定他现在已完全掌握他是谁的知识。因为存在性是一座喷泉，从每一个存有之心的深处无止境地往上冒泡。而每一个正在冒泡的自我身份的喷泉都将拥有一种独特的风味。每一个实体都将唱出自己的歌曲并跳出自己的舞蹈。

当每一个寻求者更深入地前进时，他将发现原型心智的图像和主题开始在他认识自己是谁的过程中拥有更多的实质。他可能会开始辨认自己为美丽或真理或力量或爱，因为他在生动的神话[属于自己逐渐成长的传奇]之中看到潜藏的原型形

状。这些考虑，同样对知晓自己有帮助。这个追寻将一直是进行中的一个工作。

现在让我们凝视什么是接纳自我。接纳自我概括了从头脑到心，从显化到实质的旅程，由知晓自我所提供的过程。在智力上接纳自我是容易的。有几百条关于接纳自我的陈词滥调。

「一个人只能做这么多了。」

「我正在尽我所能。」

「我做出了最大的努力。」

「任何人都可能会做出同样的事情。」

用这样的老生常谈，心智向自我合理化了自我。然而，在合理化这样的运用中却不会有满足。一个实体可能会看到自我的不完美并唤起一种来自上述的合理化的外在态度来宽恕。这样的构造有一种适当性，因为发展中的寻求者需要找到方法来缓解一种效应，那效应出自于他觉察他达不到他的理想，知道他犯了错误，如果可能 他会撤回该错误，但他无法撤回。

在这次冥想开始之前的歌曲中，叫做 Arlo 的实体沉思着：「在水面上的脚步将他带回到他之所是」[5] 这个器皿的情况也是如此，因为在耶稣-基督的形象中，在水面上行走，使暴风雨平静下来，在耶稣伸出的手中，寻求者可以握住他的手，把自己带离羞耻、内疚、困惑的深处。

不过 接纳自我超越了把自己描绘为一个苦命人，如同古老的赞美诗《奇异恩典》[6] 所做的。在这首歌中，恩典几乎好像是那个骑马进入城镇的独行侠，他将那个苦命人从西部沙漠里 无论什么瑕疵或恶棍[构成威胁或导致谴责]手中拯救出来。在接纳自我中，有需要超越让别人接纳你 和同样需要去超越乞求一个更高力量的接纳。因为，如果一个人永远依赖于一个更高的力量去成为可接纳的，或者实现作为一个有灵性实体的接纳或美德，那么一个人就永远都不可能成为造物者，他将一直都是上主的餐桌边的一个乞丐。

很多人对这状态是满意的。然而，接受自我的指令意图与允许好比耶稣-基督这样一个角色的救赎力量被内化有关。它是去承认在不完美的自我和完美自我之间的一体性。它是去接纳一个人评判能力的力量。它是接受一个人魔法和创造性的菁华。

如果整个世界都接纳你，而你却排斥自己 视为无价值的东西，你就是无价值的，你就不是可接纳的。因此，接纳自我的工作是把这些对自我的认识收集到完整的觉知识与意识之中，接着在自我的内在找到向上涌现的造物者身份，能够为其不完美的自我而宽恕自我。

接纳自我是关乎成为一位不去谴责但慈悲的裁判者。我们不会用任何方式争辩每一个实体是否有很多自我感知上的不完美之处。然而，对自我的接纳的性质就是如此，那么 接纳自我就是去宽恕与救赎自我。

那一点是如何做到的呢？它从一个不加修饰的想法[关于宽恕的可能性]开始。伴随着一种向上涌现的信心，宽恕是可能的，一个寻求者得以开始对自己抱有同情心。他的兴趣不是替自己找借口或合理化寻求者看来做错的事或本来应该完成却

没有完成的事。毋宁说，就是在该逐渐增强的意愿中，寻求那不完美和有缺陷行为的迷途羔羊，并把它们带回开放之心；使它们被爱、被尊敬、荣耀并且被宽恕。

接纳自我的工作，是一个具有可观的灵性成熟度的工作。即使在寻求者的生活中的每一个外在行为 在他自己看来都是完美的，寻求者仍旧知道他秘密的想法。知道在他心中的，剧烈搅动着、未说出口的、未向世界揭露的那些低劣与琐屑的情绪。那么，为了接纳自我，寻求者面对这些不完美之处，带着流入它们当中的乐意，他进入到能量体的那些能量所在的位置：它们在红色或橙色或黄色光芒的阴影中，在色欲或贪婪 或者说服、操纵、控制的渴望之中。他追寻自己的那个热切希望得到的部分，他自己的那个想望去谋杀的部分，他自己的那个部分 想望去拿他想要的东西，即使那不是他的东西。

他把那个部分如同迷途羔羊一样带回来，温柔地抱着它，把它送回到他的存有的完整系统中，带着它进入到众心的慈悲之心中，在其中 存在着他的创造性原则的那个部分，他的太一之火花。因为 绝不要误解了，合一之火在万物之内燃烧着，无论是已知或未知的事物。

接纳自我，正如同知晓自我一样，是一场无止境的探索，因为一直有新的事物。新的情况涌现并创造出新的情境，自我之前从未经验过的。在每一个情境中 每一次互动都带着其自我-知识的成果 和把它进一步整合到自我-接纳之中的机会。

这两个过程一起产生的最终结果是成为造物者，慈悲、有爱心、理解(谅解)的。这结果透过工作自我获得。一旦一个人已经宽恕并对自我变得慈悲，接着那个实

体就会成为那个有魔法的人，能够去爱、宽恕 并且对其他人抱有慈悲。

在我们继续前进 向其他问题开放这次会议之前，我们想问 关于这个询问是否有后续问题。我们是 Q'uo。

（暂停）
（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们与这个器皿在一起了。因为对于这个询问没有后续问题了，请问现在是否有另一个询问。我们是 Q'uo。

R：我将问一个问题 涉及你们已经描述的内容。当我们从事日常活动时，会感觉到似乎我们正在做某种对的事或感觉我们正在做的每一件事情都是对的，然而我们觉得有一种在表面之下 更深入的存在之真理，你们能够概述一下 在这个时候 我们如何找到或触及自我的菁华？你们能对此评论吗？

我们是 Q'uo，相信我们理解了你的询问。你是否想要去理解在你经历一个规律性的一天之际 你感觉的方式和在一个更深的层次上 实际上在发生的事情之间的动力关系？我们是 Q'uo。

R：是的，请谈论那一点。

我们是 Q'uo，我们乐于谈论那一点，我的兄弟。

如叫做 R 的实体在冥想开始前说的一样，在生活中 经常有一种仓促与忙乱。生

活看起来被细节淹没了。有很多的事情要去做。这就是来自叫做《圣经》的神圣著作中 玛利亚(Mary)和玛莎(Martha)的故事，在其中 玛莎尝试为耶稣实体准备好一顿饭；同时 耶稣实体坐在玛利亚和玛莎的家里教导弟子。

玛莎有太多要去做的事而精疲力尽，没有足够的时间去服务每一个人，所以 她问玛利亚是否能来厨房帮助她。玛利亚正坐在耶稣实体的脚边，啜饮每一句话。耶稣拒绝送玛利亚到厨房里去帮助马大。他对玛莎需要帮助感觉迟钝，他简单地说明在两种活动中，玛利亚的活动更重要。[7]

对于你们社会中的许许多多的人，手忙脚乱的生活似乎并不提供时间(给人)坐在大师的脚边 听取从他嘴边滑落的智慧之珠玑。看起来 时间必须花费在厨房、工作、差事、约会、各种各样的细节。在日常经验的层次上，很有可能几乎完全地欠缺一种觉知：对于每个经过的瞬间底部的庄严之觉察。

不过 在同时间，在 R 实体的内在 有着更深刻的宁静和对一种以神圣方式活出的人生的调音，如同所有实体[无论他是什么人]内在之中都有的一样，。因此，在每一个寻求者中都对神圣地活出生命 有一种渴望和意愿。因此，关键是能够去对一天生活中的自我 获得足够多的察觉，这样就开始有一种透明度— 对于责任、杂务、差事、工作、厨房、一天中的细节皆然；于是一个人在履行自己的责任的同时，就可以看到那从底部加强的神圣实质与菁华了。

因为正是意识活出生命，无论一个人是否察觉到自己的意识。让我们谈论那点。有两种心智。两者在每一个寻求者的头脑和心轮中彼此相互贯穿着；一个心智和做出各种选择相关 为了在一天的各种需要中有效地运转。那就是玛莎-心智。还有另外一种心智，它是非个人的，在那种非个人性中 它被每一个人所共享，那

个心智就是意识。

每一个寻求者在他的内在同时拥有这两种心智，它们被编织在一起好像一个少女编成一绺的头发，它们经常是彼此无法区分 并一直相互缠绕的，因此很少会有一种完全纯粹的玛莎-心智的觉察。当一个人履行他的责任时，几乎总会有玛利亚-心智的少许一瞥与微光。然而，有伟大的艺术和技巧来训练自我记得去使用玛利亚-心智，该意识在每一刻、每一个行动中，在每一个卑微的杂务中揭示造物者。

因为所有无论什么事情，只要带着爱的意识完成它，它就成为神圣的。因此，我的兄弟，当你在规律性的日常生活中 感觉到你与任何真实灵性是最远的时候，在同时，你距离获得意识的惊人力量只有一根头发的宽度。当你能够存取意识并邀请它进入你生活的细节中，意识就开始活出你的生命。接着你知道没有任何你做的事情不是神圣的了。

我们能进一步地回答你吗？我们是 Q'uo。

R：感谢你们。一个人在他进入日常活动时，例如洗盘子，如果他记住或拥有看到神圣性的意愿，那个意愿真的会把神圣性带入日常活动吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。容我们说，忆起是将神圣性整合到一次马不停蹄的生活喧嚣之中的钥匙，在这方面你是相当正确的。

你如何忆起呢？你是否在你的手指上套上一圈细线？你会在手上写一些东西？你会在手表上设置闹铃吗？我们愿把它带入非常实际和世俗的事物中，我的兄弟，

我们建议你找到一种方式来触发你的忆起，这一种方式包括在你的一天中总是与你同在的事物。

这个器皿带着一个十字架(项链)，提醒她，她是谁、她为什么在这里。这帮助她记得有意识地活出她的生命。我的兄弟，它可能就是，在你开始一天之前 你在手掌上写下「记住」(remember)，或者为你自己买一个带有「记住」字样的手镯，你将发现这是有帮助的。或者，照字面上地，在手指上绕一条细绳，或买一个特别的戒指，当你看到它时 它呼唤你去忆起。

这听起来似乎是个小花招，不过 同时它远远比一个小花招更多，因为它帮助你向着本质的那个部分开放自己，就因为缺乏那个部分，你目前是飢渴的。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

R：是的。我也想问，在一天结束时，当一个人查看他的经历并尝试去平衡它们的时候，在这期间，当一个人请求指导灵或天使临在来帮助一个人回忆起那种方式，这是否允许那些存有在思想的光流中插入一些指示物来帮助忆起？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。的确是这样的，发展诸如在晚上对自我进行回忆与平衡之类的习惯 会作为一个记起你是谁和为什么你在这里的触发物而起作用。任何习惯，只要它带着将自我带入到更深意识中的意愿 而被自我安排在适当地方的习惯，随着习惯变得根深蒂固，而做为一种越来越有效的 对忆起的呼唤。

请问有进一步的询问吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：最后一个问题。当我想到爱/光并尝试去向它开放时，爱会转变我的想法吗？

我们是 Q'uo，相信我们掌握了你的询问，我的兄弟。正是如此，在任何时点 当一个人的心向着某种生命之美或赐福升起喜悦、感激、感谢的时候，他就已经取用意识了。意识的稳定状态就是一种喜悦、平安、爱的状态，它是一种阳光突然出现，一个人的心对当下瞬间 在那令人震惊的美丽的突然察觉中 受到激励的美妙体验。

我们发现该器皿和这个坐着的圈子的能量开始衰微，现在我们将在太一无限造物者的爱、光、平安、力量之中，带着大感谢[由于被要求成为你们的圈子的一部分]离开这个器皿和团体，离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

原注

[1] Ra，《一的法则》卷二，第 74 场集会，1981 年 10 月 28 日：「人格锻炼的核心有三部分：第一、知晓你自己，第二、接纳你自己，第三、成为造物者。」

[2] 回家 2007 系列课程基于对脉轮的研究。这个课程及其支持资料可以在爱/光研究中心网站上找到，在「图书馆 Library」部分的「回家与集会 Homecomings and Gatherings」的栏目下。

[3] 主旋律(leitmotif)在 www.dictionary.com 上的定义是「贯穿一部音乐剧 与一个特定的人，情况或观点联系在一起的一个主题。」

[4]《圣经》马太福音 24：34-40：「于是国王要向那右边的说，你们这蒙我父赐福的，可来承受那创世以来为你们所预备的国。因为我饿了，你们给我吃。渴

了，你们给我喝。我作客旅，你们留我住。我赤身露体，你们给我穿。我病了，你们看顾我。我在监里，你们来看我。义人就回答说，主啊，我们什么时候见你饿了给你吃，渴了给你喝。什么时候见你作客旅留你住，或是赤身露体给你穿。又什么时候见你病了，或是在监里，来看你呢。国王要回答说，我实在告诉你们，这些事你们既作在我这弟兄中 一个最小的身上，就是作在我身上了。」

[5] 来自唱片专辑「神秘旅程」的歌曲「月亮之舞」，Arlo Guthrie 版权所有，部分的歌词是：

当海鸟高飞

我的歌唱给那些我来此爱的人听

花瓣串成花环

如花的一天刚刚才开始

去掌握一只舞的第二次机会

泪水沿着沙滩上的小径流下

在水上的足迹引导我返回我之所是

[6] 约翰·牛顿(John Newton)的赞美诗《奇异恩典》是用这个诗节开始的：

奇异恩典，何等甘甜，

我罪已得赦免。

前我丧失，今被寻回，

瞎眼今得看见。

[7]《圣经》路加福音：10：38-42：「他们走路的时候，耶稣进了一个村庄。有一个女人名叫玛莎，接他到自己家里。他有一个妹子名叫玛利亚，在耶稣脚前坐着听他的道理。玛莎伺候的事多，心里忙乱，就进前来说，主阿，我的妹子留下我一个人伺候，你不在意吗。请吩咐她来帮我。耶稣回答说，玛莎，玛莎，你为

许多事思虑烦扰。但不可少的只有一件。玛利亚已经选择那好的福分，是不能夺去的。」

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2110 章集：寻求者的四季

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2007 年十月 6 日

Jim：这一周的问题是来自我们开头时对于巨石阵(Stonehenge) 及其最初用途的讨论，我们认为它与季节有关。我们在考虑关于寻求者的季节。在寻求中有季节吗？大多数人在兴头上开始，对于寻求非常地激动，他们阅读很多(资料)，大量冥想，做各种各样的事情，接下来 寻求在强度上有某些降低，并越来越变为一件普通种类的事，一件日复一日的事。

因此，我们回顾与 Ra 的会议，在其中 Don 的问题是：

在我看来，对于那些走在服务他人路径上的实体而言，主要重要的事情为发展一种态度，我只能描述为一种振动。这个态度可以透过冥想、仪式、以及发展对于造物或造物者的欣赏，结果是一种心智的状态，它只能被表达为增进与全体的共振或合一性。你们能否扩展和更正那个陈述？[1]

Ra 回应说：

我们不会更正这个叙述，但可以加以扩展，关于你所提到的那些质量，建议你可以附加这段话：一天一天地、时时刻刻地活出来；因为真正的行家越来真实的行家越来越活出它之所是。[2]

在接下来的集会中，Don 说：

你曾在先前的集会声明：真实的行家越来越活出它之所是。你是否愿意解释并扩充那个声明?

于是 Ra 说：

每一个实体都是造物者。当一个实体越来越意识到它的自我，逐渐来到一个转折点，它在此决定寻求服务他人或服务自我。当寻求者在红色、橙色、黄色、蓝色的能量中心平衡上达到最小的适当程度，正面极性再加上绿色(的平衡)，于是移动进入靛蓝色工作。

然后行家开始比较少做与功能有关的预备性或外在的工作；而开始达成与存在有关的内在工作。当行家越来越成为一个有意识地结晶化实体时，它逐渐地越来越多地显化它自从时间(存在)以前就一直所是的，那就是太一无限造物者。[3]

因此，我们想要 Q'uo 和我们谈论关于寻求的这些季节或循环，当我们继续寻求时 我们可以期待什么呢？

L/L <wbr>Research <wbr>寻求者的四季

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在为祂的服务中 我们今天来到你们中间。你们创造这个寻求圈 并请求我们加入你们来提供我们谦卑的想法，我们为此感谢你们。一如既往，我们会请你们在聆听我们所说的内容时 应用你们的分辨力，如果我们提供的一个想法无法与你们产生共鸣，请将它留在后面。用这种方式 我们就会感觉舒适 知晓我们不会侵犯你们的自由意志或妨碍你们心智、身体、灵性的演化过程。我们感谢你们这方面的考虑。

我们正在观察此刻在这个器皿膝盖上的猫的情感 和牠响亮地发出呜呜叫声，藉此开始我们的讨论，因为牠欣赏冥想的能量。的确，如同叫做 Jim 的实体所朗诵的 来自被知晓为 Ra 的实体的言语，对于成熟的灵性寻求者，有一种振动或菁华越来越多地成为该寻求者的身份。那振动就是他之所是，很多事物会在每一刻、每一天、每一个季节影响那个振动速率。

你们星球的季节不只是那些温度、湿度和天气的变化区域。这些季节代表来自或远或近的星星，来自月亮，尤其来自你们的太阳对你们星球产生影响的原力恒常的 重新定位的流动。首先 让我们来看看这些季节的循环。

那些居住在城市中的人，那些在冬天用暖气、夏天用空调的人、以及那些在有空调的办公室工作谋生的人，他们的文化会轻易地忽略季节的变迁。季节不会过度地影响他。他被文明和那文明的舒适所保护着。

不过 身体[物质身体和能量体作为那个能量系统的组成部分] 在一个潜意识的层次上 超自然地知晓这些正在转变的季节和这些正在变换的能量布置，它们随着季节从秋天到冬天、从冬天到春天、从春天到夏天、从夏天到秋天 周而复始在他和他的身体上施加影响，而这种在潜意识层次上的觉知 远比显意识心智深入。

你们最近已经体验过 昼夜平分点中的一个 秋分 为你们提供了一个平衡的时刻。昼夜平分点是一年的黎明和黄昏的等价物，在那个时候 一组自然精灵和气候精灵将要去睡觉了，而另一组正在醒来。这是一个非常魔法的时刻。因此，通过注意昼夜平分点的经过并允许自我拥有一些额外时间来休息并回顾自春天以来已经度过的时光，并接着在春天回顾在冬天漫长的黑夜期间已经度过的时光 来与秋分点和春分点合作，这是一个好主意。

你们是在一条旅程上的旅行者，这条旅程被「众星球的气候」影响，容我们说，那是你们的天体、你的恒星和恒星系统，你们的行星，尤其是你们的月亮提供给你们的气候。昼夜平分点就是反应那种气候的时刻。在昼夜平分点的另一个有益的机会是去欢迎正在进入的能量。去识别并欢迎到来的能量是有帮助的。

冬季的接近带来了一种已转变的环境的外部证据，温度变冷，降水变成了下雪和冻雨 而非下雨。随着一个人进入这漫长的冬夜，光就越来越少了。这些能量就是要被欢迎的；作为一个灵性寻求者，这是一个好时光去清点穿越那些暖和月份的白天带来了什么事物，去感谢那些课程并把它们安置于深邃心智，感激、荣耀、尊敬它们。

另一方面，夏至和冬至是力量的时刻，顿悟和洞见的时刻。在冬天的二分点上，

一个人在光的最低点处休息。黑暗的时分已完成它们的行军，而你们亲爱的行星地球正处于离太阳最远的位置。

这是去设置意愿并进入你存在的洞穴和深处的时刻。这是要求黑暗包围 覆盖这些种子[你过去工作的成果] 和设置你的意愿去拥抱那些黑暗能量的时刻，那些肥沃并多产的黑暗能量是培育和养育那些意愿种子所必须的。

就是在这个冬季二分点的位置，光的伟大人物，叫做耶稣-基督的实体进入这个世界。因此你可以把自己视为被包裹在一个黑暗的摇篮中，同样也被包裹在你去抚育内在的那个婴儿灵魂的坚定意愿中。

对于那些在黑暗降临时 最低限度地活着的人来说，这是一个非常容易去摆脱生命镣铐的时刻。摆脱那些把一个人拘束于生命的纤细束缚变得较为容易。这就是为什么有很多人，尤其是年老的实体，他们选择冬季进入更大生命的大门并把地球尘世留在后面。

这个特殊团体在冬至有一个设置营火并把所有那些他们希望从他们的世界消失的事物 贫穷、疾病、愤怒、战争和所有那些困难和不愿意妥协[4]的人，暴力和贪婪的能量 都交付给黑暗的练习。我们感觉，这是个好的练习。在你们一年的周期中 标识出这些(时)点 并尽可能充分地与那些时刻的特殊能量合作，这是好的。

春季的二分点同样是个深入反思的时刻，在那个时候 一个人正对黑夜说再见 并对一个新的行星之黎明说哈囉(hello)，当能量开始显化时，春天、夏天 以及初秋的漫长白天将会从你在冬季黑暗中已种下的种子中迸发出来。

在你们行星的每一个密度中都有守卫交接的过程。在无形的领域中 这点和你们的日常世界一样真实。在无形的世界中，力量与力量、灵体与灵体，舞动着它们的舞蹈 并在约定的时间离开，为那些新时期的实体们让路。春天也是如此。当黑暗凋亡，肥沃与哺育的能量和深深的意图让路给对光的欢迎和一种准备就绪成为一己的内在[正要盛开的]能量的管家。

四旬斋发生在基督教年历的这个时候，这是没错的，很多家庭主妇选择春季去清洁房屋，从上自下，让每一件事物再次焕然一新，这也不令人吃惊。因为显化的时刻已经开始。在春天所有的荣耀中，夏天的热量哄诱着沉睡状态的大地的花朵与果实，接着夏季冲出来 具体存在了。

在一个内在的层次上，温暖的天气同样是让那些于你内在逐渐生长的种子 结出果实的时候。这是一个活跃的时间，不是如叫做 R 的实体说的一个「仓促」的时间，却是一个活跃的时间，一个具有强度和亮度的时间。那些帮助你们的人群创造了那个被知晓为巨石阵的日历结构的实体 在这样的努力中进行合作，因为与季节的合作有着巨大的魔法潜力。

对于那些愿意去与这些季节的潮起潮落更多地协调一致 并更有技巧地合作的人，我们会推荐(他们) 完成那些自然魔法领域中的阅读。有时候这种自然魔法被称之为「威卡(Wicca)」。它在魔法种类上既非正面也不是负面的。它不是一个极化的魔法，毋宁是一个觉知的统合系统，它与潮起潮落的能量有关，不仅仅是在二分点(equinoxes)和二至点(solstices)，也是在二分点和二至点之间 和二至点和二分点之间的中点处。的确，有些实体已经探究更进一步的精炼物，并对沿着星球年的每一个站点都提供建议。

另一个可以被灵性寻求者使用的周期是月亮的周期。这是一个微妙的工作，而它被很好地完成，因为月亮的影响如同对海洋的影响一样。在你的身体里面有潮汐，随着新月和满月而潮起潮落。在新月时 种下新的观点，设置你希望去设置的意愿，或者重新检查你已经设置好的意愿，这是很有技巧的工作。

另一方面，在满月时，去欢庆，打开并允许那些在你的内在 与灵性联系在一起的情感表达它们自己，这是好的，不是用一种狂热忙乱的激动来表达，而是以一种充满热情的平和来表达。

灵性寻求者的季节不必然完全与一年中的季节一致，因为在一个寻求者的人生中有些深沉的韵律，在贯穿寻求者的整个投生中被表达。每一个实体将有其自身的创造、显化、休息的漫长韵律。关于人生的各种各样的阶段已经有很多被写到了，看着一个小小的孩子慢慢长大，变大成为一个处于其年轻、健康、活力的完全状态的实体，接着看着那个实体完成循环，逐渐衰退到第二个童年的阶段并在死亡中结束。

在这个投生的漫长周期中，有一些子周期 在其中开始各种学习、执行并完结它。

在这些时间的结束，可能会有自己的一部分溜走或死亡了 而自己的另一部分却开始盛开的感觉。
这个器皿知道 有些人觉得这些周期依照七年时间来进行，而我们认为这并不是一个严谨的真相。毋宁说，对于每一个实体，有一些周期需要许多年来完成，这是真实的。在这个周期正进行的时候，从周期的内部体验是，这就是自我，这将

是整个一生的自我。不过 确实并非如此。

如果你回顾你的人生的各个部分，你将会看到你真的已经从之前的周期中获得了如此多的东西 以致于你已经被它们转变了。我们也许会称这些学习和成长的周期为 那些结束于灵魂的暗夜，接着带着那暗夜之后的黎明所带来的启发与顿悟迸发新生命的周期。

你们不必查看一部年历 以便于和自我的这些非常深入的韵律合作。你可以感觉到灵魂的暗夜施加在你身上的强大威力，你在那个时刻就会知晓，为你学习的一个季节即将结束了，当你允许那些不再对你有帮助的事物脱落时，你就会通过那个时期了。于是，你带着感谢和感激让它们离去。

去为那曾经是你 而现在不再是的事物而哀悼，这对于你是完全可接受的。在那些灵魂的暗夜之内，保留记忆、知识信心，相信黎明将不可避免地驱逐黑暗 而新生命将新鲜、干净、崭新地开始，这是好的。

有另一种影响灵性寻求者的周期，它与在这个转变的时期中 自我的定位有关的。会有能量的重复汇聚，它标志并预示这新时代与旧时代，第四密度和第三密度的相互渗透。这些周期对于灵性寻求者是非常强力的时刻，因为到来的第四密度的能量是一种对真理透明的能量。

你可能已经注意到在最近几年中 向你镜射出来的阴影面的各种各样的面向，这种效果会持续并加强。我们只能鼓励你们在这些强烈的能量波席卷你的能量体和觉知时 去与之合作。对于那些希望为他们自己精心构建出一种恒常更坚实的认识[关于他们是谁]的人，这些时刻是魔法的。

这些能量可能看起来是有害的。当你用一种新的方法 也许第一次看到自己的阴影面时，肯定偶尔有种不舒服的感觉。然而，拥有一个阴影面却不是什么耻辱。发现你的光之盔甲不是没有裂缝的，没有任何尴尬或丢脸的事情。当你吸收这些光和真理的能量时，你可以带着平静 观察这些你可能会面对的 让你不舒服的真相。我们鼓励你们 当你越来越充分地理解自己的时候，永远不要评判你自己，而仅仅是 更加充分地爱你自己。

关于成为一个聚焦于成为而非行动的实体，一个聚焦于实质而非形式的实体之问题，我们会讲解与这个问题有关系的那个部分。朋友们，你们的物质实相的每一个部分都有一个形式，而它也有一个本质。每一片土地、每一朵花、每一个人都同时是形式和本质。自然地，你们的外在文化大部分与形式和显化有关。去探索那存在于形式之内的本质，这甚至不是你们外在文化的习惯。

对于灵性寻求者而言，形式绝不会让人满意。一直都会有对本质的渴望，你自己的本质，你周围的造物的本质，造物者是谁的本质。你那个与形式联系在一起的部分，它同样与你可能会称之为小我或人格外壳的那些心智与情感的形式或面具联系在一起。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

为了更有技巧地生活并与你周围的环境更多地合作，有大量的 一个人能够在那个表面层次上去做的事情。

就是在这个层次的某种程度上，你将使用各个季节。而季节的影响同时进入本质和形式中，就好像你作为一个生灵 同时进入本质和形式一样。当你靠近灵性的成熟度的时候，你开始释放你表面自我的那些部分。你会发现你的人格外壳落在后面 甚至脱落了。在那个人格的位置上，你将会发现你内在深处的一种觉知，在性质上是非个人的，越来越多地参与本质。

这种从形式到本质，从人格到非个人性，从思考心智到意识的运动就是灵性寻求的饮食了。在你们每个人核心之处有一个身份。你与每一个其他人是一体的，与一切万有是一体的。你们共同分享相同的意识，那就是造物者的意识。它被无条件爱所充满，它具备了无条件爱的性质。

对于任何的灵性寻求者，最强有力的体验之一是能够穿过较低脉轮 进入开放之心 并从那里进入靛蓝色脉轮，然后到紫罗兰脉轮，于是进入通往智能无限的大门。当寻求者做到这一点的时候，他成为造物者。

不过、我的朋友，我们不是说这就是灵性寻求的目标。毋宁，我们会说 你作为一个灵性寻求者的目标是变得能够从形式移动到本质，并返回形式 又返回本质，以一种恒常更流动、更和谐的方式，既不嘲笑事情的表面，也不过分迷恋冥想和意识的更高状态。

作为一个灵性寻求者 你的目标是就极性的意义去发现你的心真正栖息在什么地方。你要服务光或服务黑暗？当你做出那个选择时，接着你就会将你面前的人生的其余部分作为一个环境，在其中 你将练习成为一个仆人，并在那极性中变得越来越舒适，于是随着时间的过去，你就会变得真正地平衡了。

这舞蹈穿过许多个周期，而那一直在你的内在，一直在你心中的 就是那无限寂静的位置，在其中 本质就是一切，在其中 爱响彻无限造物的最远范围。

我们感谢这个团体中的所有人创造了这样一个有趣的问题。我们愉快地沉思它的各种各样的面向，因为它的确是个庞大的问题，可以从很多不同的角度去探索它。

在我们问是否有其他的问题之前，请问关于这个主要的问题 是否有后续问题。我们是 Q'uo。

（听不见）

我们是 Q'uo，觉察到今晚的这个主题已经被耗尽了。既然那样，我的朋友，请问此刻 在你们的脑海中是否有另外的询问呢？我们是 Q'uo。

提问者：（听不见）

我们是 Q'uo，发觉这个器皿想要我们在一定程度上 谈谈关于沟通的问题。最近这个器皿完成她正在写作的一本书[5]的一个章节，关于蓝色光芒能量中心，喉轮，而这个脉轮全是关于沟通的。这个器皿吃惊地发现 她在沟通问题上的写作要比关于能量体的任何其他部分的写作都更加困难。她确定这可能是因为她一直都是一个天生的沟通者，于是她退回到该工作本身，她在这上头给出一份报告，也就是星际邦联的资料 好比在这次工作集会上产生的资料；同时阅读并研究星际邦联关于蓝色脉轮的信息。

然而，这一点在她内在所触发的 是一个她之前未曾拥有过的认识。那个认识是：开放的沟通对于诸如情感受伤和误解等情感 是多么脆弱而易受伤害呀。她询问我们是否可以提供一些灵性原则 使她能够在沟通上更有技巧；尤其是当在沟通的表面之下有一些潜流和激流的时候。

我们会承认，沟通有很多的层次。有正在被说出来的声音，有正在被使用的词语，它代表了沟通的一个层次，这个层次向着逻辑和理性的性质发言。而同时，无论词语如何有技巧，或者怎样把情感安置妥当，沟通有很多非言语的层次，它们不会屈服于逻辑和理性的心智。这是由于涉及言语的情感和感觉，它们要嘛创造出有帮助的认识层次，要嘛创造出对已说出的言语无益的抵抗。

当一个人遭遇一个时刻，在其中 他知道沟通有些无形的元素 而这一点已经让正在进行沟通 两个或三个人之间运行的沟通能量变得混乱而一团糟时，我们对于那些时刻可以给出几个建议。

首先，记住你的声音只是你说话的一小部分，这是好的。你们每个人都有身体语言，它在一个思想之下的层次上沟通。而其他实体将会接收到你身体的沟通：你如何保持身体的姿态，身体里头是否有紧张，你内在的情绪是否造成你的面部肌肉改变你的面容。去承认那些沟通的层次并荣耀它们，如果可能 在自己的内在表述它们，这是好的。

其次，记住意愿就是一切，这是有帮助的，在自我沟通之际 而其他-自我回应时，以及 其他-自我沟通之际 而自我回应时，意愿的作用是相同的。相同的言语可以带着各种各样的意愿被说出来。因此，我们会说：「检查你的意愿！」你的意愿纯净吗？它是完全地服务他人导向吗？它有任何的渴望面向去控制或执着

于一个结果吗？这些对于开放的沟通都没有帮助。

最后，我们会提醒所有那些尝试去沟通的人，如果你在一只手中握着言语 而在另一只手中握着爱，爱是更重的。爱是更重要的。爱是本质，言语是形式。

在你的心中找到爱，让你的心以爱、感情、慈悲、笑声充满言语的形式。

因为我们已经耗尽此刻在这个团体中的问题了，我们愿再一次感谢你们每一位因着你们陪伴带来的荣幸与快乐。你们混合的灵光，伴随着所有那些正面的能量，位于你们的宇宙之内，它们被召唤来成为这个神圣空间的一部分，创造了一个美丽的空间。

我们非常感谢你们 被要求成为这个时刻的一部分。我们感谢你们的寻求，我们感谢你们做你们自己，因为你们真是美丽的。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

原注

[1] Ra，通过爱/光研究机构于 1981 年 10 月 21 日传讯，标记为第 73 场会议。

[2] 同上

[3] Ra，通过爱与光研究机构于 1981 年 10 月 31 日传讯，标记为第 75 场会议。

[4] intransigent：（形容词）拒绝同意或妥协；不妥协的。

[5] 这本书是《活出一的法则首部曲：我的选择》

(博客来网址: http://www.books.com.tw/products/0010480642)

(编注：原文书名为 Living the Law of One 101: The Choice)

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2111 章集：觉醒前的人生

Copyright © 2007 L/L Research

特别冥想

2007 年五月 19 日

Jim：今天的第一个问题来自 N：「该问题是关于这条我正处于其上 新的灵性道路。想知道我如何到达我现在所在的地方，为什么花了如此长的时间才到这里，我现在需要去什么地方来继续前进以利用我正在学习的大部分事情，并完全地唤醒我的灵性 以便于在服务他人 和实现自己的灵性需要方面最有帮助。」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，以祂之名 今天我们来到你们中间。我们想要感谢叫做 N 的实体 安排了一个寻求圈子邀请我们的谦卑意见 关于她的灵性发展和在此刻她所关心的一些问题。能在此刻与你们交流是我们的荣耀和荣幸，我们为这个有所服务的机会而感谢你们。那是对我们的一种大祝福。

然而，一如既往，我们会要求 叫做 N 的实体和任何其他可能听到或读到这份资

料的人 完全地承担起你的分辨力的责任。你们也许并不认为你们拥有一种充足的分辨力。然而，我的朋友们，你们的确拥有。现在对你合适的事物 今天就将用某种方式与你产生共鸣。它将不会看起来似乎单纯是有趣的。它将看起来几乎就好像我们在帮助你们回忆起已经知道的某件事情。因为洞见在所有的时刻都在所有那些集中注意力的实体们的边缘上震颤着。

如果某个事物没有与你产生共鸣，那么请将它放下 并转向下一个想法。如果我们所提供的事物对你没有帮助，请转移到下一个指导的源头 和下一个灵感的来源上。因为造物者真的有很多的声音，我们仅仅是其中的一个。如果那一点被理解了，它将帮助我们能够完全放心 可以提供我们的观点而不会侵犯叫做 N 的实体的自由意志或以任何方式干涉她神圣的寻求过程了。

对于那些感觉到他们仅仅是在不久前才获得灵性认识的那些人，他们总有一种需要去赶上的感觉。这是在我们继续前进之前会进行探讨的一种感觉，因为在去赶上的焦虑中 缺乏一种心智的休息、安静、平静，而我们不希望你们失去这些质量。因此，我们所分享的意见是：当下瞬间为每一个寻求者找到完美的位置 去接受新信息。

没有一个起始负载的信息量，是你需要以某种方式学会的；因为灵性的成长不是一门课程，不是一系列智力上令人满意的课程，当它们被学会时就足已支持灵性的寻求者。确实，情况并非如此。
无论你可能会回想起哪一个灵性上鼓舞人心的实体，我们向你们保证，如果你去询问那个实体，当那个实体活着的时候，他是否曾经实现过完全的领悟并因此没有任何更多需要去学习 和更多需要被完成或尚未完成的事情，那个你所钟爱的实体会大笑着说，「在所有我认识的人当中 我是最小的一个。我是最愚蠢的。

我欠缺大多数的恩典。」

在某种程度上，那就是该器皿在与计算机一同工作时 所体验到的方式了。她曾经觉得如果她能够充分地学习，她就能够在计算机上 做任何她想望去做的事了。她去学校并参加计算机课程，在所有那些课程结束时，她最终了解到 因为这种特殊的电子小玩意的工作方式，总有更多要去学习的东西。将总会有新的光和生命进入计算机和计算机科学的世界。

在灵性生活上，这是完全相同的。在觉醒的瞬间，一个人会发现他自己同时是一个灵性的婴儿 和一个非常成熟和有悟性的人 带着人生体验和关于情感、境况、关系等得来不易的知识。

因此，我们请你们和所有那些仍然对灵性寻求感觉到有一点新鲜的人 在每个早上醒来的时候带着该知识：就是今天了、这一天、这一刻，当下都在你面前。

美洲的印第安人觉得新的一天的黎明是部落中的每个人和每个成员的一次新生命的黎明，我们认为这是绝妙地真实的。你们的人类种族能够在你们生命中的每一个清晨重新开始并开始新的生活。因为就好像太阳会带着新的光线和荣耀升起一样，你同样把所有在此生中发生在你身上的事情带到当下瞬间，并在今天展现出来。

对于你能够注意一天中所发生的事 并且能够拾起那一天的各种同时性和主题的方面，你所拥有的东西对你是充足的。因为以某种方式 似乎催化剂以某种样式到来，而祝福与美丽也同样通过样式到来。你可以看见你的苦难样式和快乐样式。

叫做 N 的实体感到好奇 什么事物让她花了如此长的时间来觉醒；如她现在已经在她的人生晚期发现，她现在不再年轻了；如果她在年轻岁月就遇到这些不同寻常的认识，这些认识本来应该已经转变她的生命了。

而我们会对你说，我的姐妹，叫做保罗的实体说 那条引导你回家的道路是一条漫长而蜿蜒的道路时[1]，他已经抓住了一片真理了。那条道路不会因为蜿蜒曲折变得比较不确切。在你的道路上的每一个转弯都把你带到一个位置，在那里你需要去收集经验、深深地感受那被感受的情感、经历催化剂、平衡这些情感、为它们排序，开始更多地理解你自己并学习如何爱自己。

L/L <wbr>Research <wbr>觉醒前的人生

如果有一个钥匙是觉醒所依赖的，它就是开始爱你自己以致于足以让你感觉到你值得被自己认真看待的那个瞬间。你们人群的文化并不鼓励觉醒 或鼓励一种基于觉醒的 对生活规范的承诺，即在每一天都为静默、祈祷、奉献提供时间。

我的朋友，不要认为你年轻的那些年是浪费掉的时间。因为在人生中 没有任何事物是不神圣的。没有什么行动、感觉或苦难的片断是不神圣的。的确，在灵性的途径上 你无法犯错。因为每一次 你在一个你的高我没有预料的地方转弯时，就灵性而言 你就走入一个你未曾见过的乡村区域，在那里 造物者同样已经在你之前去过 并向你提供了一个接一个的 为保障可靠性而重复的机会，这样你就可以拾起那块拼图 也就是下一个寻求的目标。

叫做 N 的实体谈到焦虑感，对于前进、对于学会那些需要去学习的事物，对于获

得那引领她通往洞见的丰富知识等等的焦虑。我们觉得 我们完全地理解这个实体的焦虑来源。实际上，它是一种对成长、分享、成为的渴望。那是一件好事。

然而，焦虑是一种相信几乎没有时间剩下的想法的能量。而我的姐妹，当下瞬间的确是无限的。去沉思在空间/时间中时间的进程和形而上时间之间的区别是好的，前者是在你每天的日常生活经验中从过去到现在到未来的时间流逝，而后者是，如这个器皿可能会说的一样，造物者的时间。

在形而上的领域中，在那里 想法就是事物，而你作为一个人灵是永恒的公民，所有时间都是一体的，所有时间都是现在。因此，从那个观点来看，每一个人灵或在投生中的寻求者都同时存在于两个世界中。每个灵魂都是在时间/空间的世界和空间/时间的世界之间的一个界面，前者是无限与永恒的，后者是一个非常类似你们电视节目一样的虚幻实相，在其中 造物者为你设置了一所学校，在其中你就可以研读爱的课程了。

在这所教室中，在显意识和潜意识心智之间有一层厚厚的面纱。这意味着 在日常、清醒的自我中 没有真正的认识，不认识一个人的真实身份为太一无限造物者的一片火花或一部分[其本质是全息的]。

这种活跃性存在于你的身体的每一个细胞之中。你的每一个细胞的核心都是爱。就是光基于爱的行动创造了这个貌似真实的 第三密度灵魂的学校。你已经进入这个精炼厂，这个熔炉，因为你渴望去做至少两件事情：你渴望去学习，渴望去服务。

当你承受苦难并作出选择反应你的渴望时，服务他人或服务自己，你就在进行工

作去重新平衡[容我们说] ，并且满怀希望地去改善你在爱、智慧、力量之间的平衡。

你所体验的这种日常幻象是第三密度的一个进行中的礼物。它是一个礼物因为只有在这个被面纱蒙住的幻象中，仅仅当你在智力上不知晓万物的正确性和你看到的所有事物的统一性，你们才可能深切地做出衷心的选择。而如果你如在其他的经验密度中的那些实体一样 完全地知晓你是谁和为什么你在这里，这些选择就不会以如此的情感深度发生在你身上了。

很多次地，有一种议程被构建于一次投生中，在其中 投生性的课程被你，你自己，在投生前就已经设置好了。这些投生的课程可能会充分地包含各种样式，这些样式一直到生命的稍后时期才会把你拉入灵性寻求的强烈阶段。这是因为，为了让你完成[如 N 实体所说的]这些在投生前就存在的样式，当你之所是的实体在社会和人际关系中 实现那些人际关系的样式 并完成在寻求者的年轻时代摆在他面前的那些快乐任务时，将个人的灵性放在后面的炉子上(暂时搁置)，比喻而言，这是必须的。

的确，在叫做 N 的实体开始与一系列的发现和事件建立联系之前很久，大量的灵性价值就已经被产生出来了，这一些列发现和事件把她带到更有意识的认识中，关于以一种聚焦而有条理的方式寻求真理，她对这个过程的渴望程度。

对于任何感觉到他们在人生中很晚才开始研究如何好好生活的人，我们认为你完全不算晚。他们对自己而言是精确地准时的。他们一直温和地坚持着 直到所有的样式都已经被实现，而他们现在知道，这个研读的时间到了。

当(你)研究好变得更睿智和更有爱心时，有丰富可利用的 鼓舞人心的读物。我们向所有那些由于这般庞大的资料 而多少感到害怕的人保证，书籍和言语是极好的工具。我们在通过这个器皿发言的过程中使用它们。当一个人看着新的资料或重新查看旧的资料时，总会有个新的想法或在想法之间的一个新联系产生出来，因为任何灵性上有启发的事物 在每一次你阅读它的时候都将是新的，无论你阅读它多少次。这是因为随着你在自己的理解中前进时，由于你在自己的灵魂成长中已经有进步，你一直在用一种新的、不同的方式在听那些相同的言语。

虽然如此，比起言语的这些微薄供品要远远精通得多且深刻得多的东西是被装入静默之中的信息和灵感之礼物。让我们谈一下静默，因为实体们很多时候都会有一连串关于冥想的问题：什么是冥想最好的方式，如何经常去冥想，如此等等。我们对每一个人说，这是一个被赋予你的资源。在你希望去冥想的日子里，在你希望去沉思想法的日子里，也许你是希望去尝试将那些想法分配给一种特定的能量，一个脉轮或一个议题，这样你就可以开始了解自己的学习、自己的催化剂和成长的样式了，而在这些时候，静默就将是适合于你的选择了。这些决定是由你做出的。但是我们请你考虑为自己创造一个生活的规范，在其中 你确保它包括冥想和沉思的时间。

如果我们能够用概念通过这个器皿进行交流，我们所提供的言语相比之下会是苍白无力的。我们用心灵感应的方式给予这个器皿概念，但这个器皿无法提供概念。她必须接着将我们的想法的整体转译成一种线性的词语和句子的形式。当这种转译过程发生时，总会有大量丢失的部分。因此，我们会建议叫做 N 的实体和所有寻求的人，把静默中的工作整合到每一天，这有着一种惊人的优势，因为在静默中 你的潜意识完全对藉由概念沟通的指引开放。

因此，即使你并非有意识地知晓已经获得这种洞见，你将发现它将其自身融入你的生活中并向你表达它自己，这样你就会看到你的确已经获得洞见。你已经以某种方式找到一个更宽广且更广阔的视角。它是如何发生的呢？我的姐妹，它在静默中发生。它在当你询问的时候发生。那是一个与灵性上的指引一同工作的非常重要的关键点。请务必一直都寻求指引。

这里有一个自由意志的议题，在其中 那些爱你并希望用一种无形方式帮助你们的实体，如果你不邀请他们，他们就永远都无法进入你的生命中。在任何时候如果你们真的希望与我们谈话，请知晓你必须要做的 仅仅是提出要求。我们不会向你们提供任何言语，我们将提供一种包含很多想法和很多观念的振动，它们被调整以适合于你潜意识的进程。那就是指导灵的工作方式了。询问，你就将收到。但是，你是否有意识地知晓那种接收是完全不确定的，因为大多数情况下，实体们不会真正地察觉洞见的时刻，而仅仅会在他们活出生命的时候，在生命中看到这种洞见的映照。

我们在这次会议早些时候已经说过，成为一个自我察觉并有意识地极化的灵性实体不是一个积累知识的过程。的确，你可以在任何点开始绕着任何提供了洞见的宗教信仰、灵性系统或哲学的边界进行阅读，你将发现到达那统一的核心是可能的，在那儿 一切事物都是一，从一条路和从另一条路进来都是确切的。你将最终觉察到 你生命中的所有事物都是完美平衡的，而你就是在太一无限造物者手中的一个乐器(器皿)，你做好准备去演奏那因为你的天赋和你服务的渴望而流经你的音乐。这就是所有那些寻求在行星地球上服务的人的情况。

你的任务通过你去承担任务的意愿而被磁吸到你身上。很多一开始似乎并不是你服务任务的一部分的事情会被证明是在你的道路上必不可少的转弯：如果 A 没有

发生，那 B 就不会发生，虽然 B 是不幸的，你必须穿过 B，这样你才能继续前进到 C、D、E。当你处于转变过程中的那个时刻，你如何才能看见该样式和事物的次序呢？你几乎绝不能看到样式。的确，这些灵性暗夜的经历是你去唤起你的信心机能的美妙机会。

宗教人士使用「信心」这个词语的方式不是我们要用的方式。我们并不是在谈论对于特定的教条系统有信心 或者对于先知、圣徒、大师们的言语有盲目的信心。我们是在谈论对一切都好和一切都将是好的 抱有信心。当你知道这将会是以人类的措辞说 一个相当混乱的情况时，这就是你给自己的礼物 来帮助你在这种情况的边缘上着手开始说：「我知道一切都好」。那些言语将给你插上翅膀，这样你就能够用它们翱翔进入那神秘、悖论、未知之深渊。

你不必须要看到样式。你不必须要变得睿智。你仅仅要去唤起信心并要求自己保持心的开放，这样你就可以爱，这样你就可以收到其他人的爱的供品了。因为当你去爱的时候，我的姐妹，来自一个非常反应迅速的造物的结果反馈是如同那在水面上的面包一样* 十倍、百倍、千倍的返回。
(*编注：该典故出自圣经传道书第 11 章)

当你去爱的时候，你将被超越一切想象地被爱。的确，所有实体在灵魂层面上已经被那些来自于你们自己的行星的无形世界中的实体所爱着，你们也被来自其他的星球影响圈的其他实体爱着，他们因为你们的本性、美丽、你们的天赋和服务的希望而被吸引到你们身边。请知晓你们被一朵天使般和正面存有的云所包围着，它们爱你并仅仅希望去帮助你觉醒，帮助你学习，帮助你带着熟练、灵巧、喜悦去服务。

现在容我们问 关于那个询问是否有后续问题呢？我们是 Q'uo。

N：是的，我觉得我可能是一个流浪者，希望你们能够确认它。

我们是 Q'uo，我的姐妹，无论有什么价值，你的确是一个流浪者，也就是说，为了在此刻有所服务，在行星地球的意识转变时刻，伴随该行星本身从第三密度转换到第四密度的过程，你选择从一个较高的密度来到这里。

请问对于这个询问是否有后续问题呢，我的姐妹？

N：是的，我担心在过去的一些年间的改变样式中 我已经深深地伤害某个人，我想知道因为离开我的丈夫而造成的伤害 是某种类型的业力活动吗，或者是否实际上将有更多的业力包含在我的行动中？

我们是 Q'uo，我的姐妹，觉察了你的询问。让我们在更具体地回答关于你的人生中的业力问题之前，注视业力本身。走到一起的实体们在他们开始投生前就已经规划他们的人际关系。也许在整个人生的过程中，那两个实体之间的能量都不会完全地获致平衡。当有不平衡存在的时候，阻碍平衡的事物就是缺少宽恕。

因此，当我们谈到涉及一个人际关系的业力时，我们实际在谈论两种不同的业力。

我们在谈论你灵魂道路上的业力和你的伴侣的灵魂道路上的业力。现在，假设你进入到这次投生，你的渴望之一是与这个实体一起工作并找到更好的一种爱与理解的平衡，胜过你上一次遇到这个实体的状况；你就拥有持续不断的挑战 去清

理你自己的能量，于是你对这个实体的爱就变得干净与清晰，如同一个美丽喷泉的清澈水流一样地流动。

为了让你在自己的内在找到关于这个实体的爱与光的喷泉，你经历了一个深刻的宽恕过程。现在，肯定地，宽恕的开端经常是显而易见的。你宽恕那个忽略了你、虐待你、或者在其他方面无法满足你的需要的实体。这实际上 相对容易做到，尤其是如果你每一次都坚持去宽恕，你对于这个特定实体的记忆的循环就会在你自己的意识中被活化或被触发。

最终，你能够带着某种平静凝视这个是你的伴侣的其他自我，你会说：「我没有怨恨，只有爱。只有感激。我只有荣耀和尊敬要献给你。我希望可以帮助你，无论你在做什么事情，如果我无法帮助你，那么我祝愿你安好。」

随着那个工作结束并退到一旁，接下来你就开始宽恕的真正工作了。每个实体最难推销的对象就是自己。你能够用有益的观点、改进自我的方法等等的事物推销给几乎任何人，但是当你开始看着自己的角色、你自己的隐秘的想法和自己纠结而混乱的情绪时，甚至完全地掌握情况，你都不知道从什么地方开始，更不用说去宽恕这个情况。不过 那就是你停止业力之轮的方式了：你宽恕。

所以 我们会建议，我的姐妹，当你的生命与这个实体联系在一起的时候，为了停止你人生中的业力之轮，每一次那扳机被拉动时 把你弹射回关于你的行为的有害想法；你一次又一次地宽恕自己，这对你是有必要的。宽恕那些想法。宽恕另一个实体。宽恕那个情况。最重要的是，宽恕你自己。

我们不会轻看在投生(肉身)中 实体做出的承诺。我们意识到有大量与真实的关切

聚集在打破一个承诺[好比婚姻誓言]的周围。我的姐妹，在另一次投生中，在另一个文化中，当你面对相同的情景时，你可能就无法拥有从有害的情景中释放自己的奢侈了；该奢侈允许你去整理该情景的形而上的松散线头。你很有可能与这个实体待在一起，你的生命就转向一个不同的方向。而你仍旧会发现，甚至在那样的情景中，去获得领悟与洞见，这是可能的，因为实体在任何地方都能够学习，都能够服务。

然而，我的姐妹，当一个人感觉到他处于一种无法改变且有害的情况中，而他已经做了他能够做的所有事情却没有任何成效时，去收拾他的包裹并将自己从这样一个人际关系的每日摩擦中解脱出来，这的确远为简单许多*。

无疑地，当你真的离开一个像那样的人际关系时，会感到一种极大的解脱，因为你不再因为你之前一直忍受着的苦难样式 而每天遭受猛烈冲击。
(*编注：直译为- 呈指数级数地简单许多；比较饶口)

然而，你仍旧将自己打包在那个袋子中！因此你从你的心中之心知晓，因为你不能去平衡与这个实体的样式，将会有其他的人际关系发生在相同主题的周围，它们将在你的生活中冒出来 并为你再一次提供相同的工作。它可能不是一次浪漫的人际关系。它甚至可能不是一种个人的关系。有很多很多种方式，通过它们你能够再一次地收到供你成长的的催化剂，(先前)由你与前夫的配偶关系所代表的(催化剂)。

然而，向前推进的关键是信任一个人的判断并确认一己的决定。这是某种你深深感觉到要去做的事。你怎么可能做错呢？如我们之前说过的，没有错误。因为就好像新的 GPS 导航仪会告诉驾驶员在哪一个转弯处转向一样，如果你错过了一个

转弯，GPS 会重置 接着告诉你如何从一个新的地点到达你想要去的地方。

就形而上而言，你站在坚实的地基上。你没有犯错。你没有罪过。你没有做过某种事情，而它以某种方式需要被你的配偶[其他自我]所祝福。你需要去宽恕自己，宽恕那个情况，宽恕那个情况的所有方面，包括你的前夫。那宽恕将在你的造物中停止你和这个实体之间的业力之轮。

那个是你前夫的实体有责任执行同样的工作。你无法为他做这个工作。关于这点你也许永远无法与他有一场令人满意的讨论，因为这是一个相对先进的概念，即一个人可以实际上向前移动 而不再将全部的一生都困在一个人应该或不应该做什么事的考虑。

所以 我们会建议你，我的姐妹，做这项非常严肃的宽恕工作，接下来深呼吸一次，挺起你的肩膀并拥抱新人生。

请问现在有后续询问吗？我们是 Q'uo。

N：我没有任何其他问题了。非常感谢你们。

此刻在这个圈子中 任何人有一个问题吗？

Jim：我这里没有问题了，Q'uo。

既然那样的话，我亲爱的朋友们，是时候了 我们收拾自己的包裹并离开这个器皿和团体，一如既往，在太一无限造物者的爱与光中，我们感到荣耀。我们是你

们知晓的 Q'uo。

Adonai。Adonai。

原注

[1]《漫长蜿蜒的道路》的歌词，由约翰·兰侬和保罗·麦卡尼所作，它是：

通向你的门 那条漫长而曲折的路

它永远都不会消失。

我一直看着那条路 直到它引我来到这里。

来到你的门前。

那个大雨滂沱 疯狂多枫的夜晚。

留下一个泪水聚积成的水池。

为什么让我站在这里，告诉我为什么。

多少次我孤单一人 多少次我泪眼滂沱。

你永远都不会知道 我尝试走过的许多路

但它们仍旧把我带回那漫条长而曲折的路。

你让我在这里孤立太久太久。

不要让我一个人在这里等待，带我去你的门口。

不要让我一直在这里等待，带我去你的门口。

The long and winding road that leads to your door

Will never disappear. I've seen that road before.

It always leads me here—leads me to your door.

The wild and windy night that the rain washed away has left

a pool of tears crying for the day.

Why leave me standing here? Let me know the way.

Many times I've been alone and many times I've cried.

Anyway you'll never know the many ways I've tried,

And still they lead me back to the long and winding road

You left me standing here a long，long time ago.

Don't leave me waiting here，lead me to your door.

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ **第 2112 章集：心之战士(纪念卡拉)**

2015 年四月 2 日

作者：吉姆(Jim McCarty)

纪念一位伟大的老师离开人间

爱与光图书馆：心之战士

照片：Carla 准备进入出神状态，与 Ra 通讯的实况

我的甜心走了。我最亲爱的，心爱的卡拉(Carla Lisbeth Rueckert-McCarty)在美东时间傍晚 6:50 进入更大的生命。我刚刚从午睡醒来，正在看着电视上的国家新闻；当时我注意到她的眼睛睁开，似乎需要某个东西。我递给她水，她两次用手推开。然后她的脸上露出一个全然惊奇的表情，喘气三或四次，当我的双臂抱着她之际，她离开了俗世的身体。她的去世快速且平安。

就在几个小时之前，她在高中最好的朋友来造访，海伦(Helen D.)和她丈夫从佛蒙特州开车过来最后一次看望卡拉。海伦使她微笑，他们谈得很愉快，然后互道再

见。

她在四月的第一天死去，我立即想到塔罗牌组的傻子(Fool)，已经精通与平衡心智、身体、灵性，在表面上没有确切的立足点的情况下，下一步走出悬崖边缘；但踏出接续的每一步之后，坚实的立足点出现在每一步底下。

卡拉是一位心之战士，无惧地钟爱每一个来到她面前的灵魂。她看每一个人为一个灵魂，不管外在的行为是怎样，她爱着所有看见的人，以及从未见过的人。她拥有一种天赋：做为母亲、抚慰者、咨询者、同伴；全是因为她有如此广大的心胸，如此自由地取用爱，她自然地透过心传导爱。每一个来到她面前的机会，她都视为一个服务对方的良机。她对服务他人途径的奉献是全面的；感谢她对我的教导，我们在一起超过 33 年了，现在我有了一颗敞开的心，对他人和自己感到悲悯，那是在我认识卡拉之前所欠缺的东西。我不是个早熟的学生，但她是一个坚持又有爱心的老师。在这 33 年来的每一天，她都与我同在，分享她伟大的开放之心，我怎么感谢她都不足够。

我确定，现在卡拉已经和唐(Don)重聚，还有灵性世界中的其他灵性家人，在那儿，所有实体和东西都被视为太一无限造物者的一部分；而行星地球则被视为一所学校，我们都在此学习爱的无限变化。

她想要追思礼仪在她去世后几个礼拜举行，如此住在远地的人们有时间规划行程。当细节确定之后，我们将张贴该礼仪的日期、时间、地点。

所以，现在让我们欢庆这美妙的灵魂，以她无限的爱祝福我们每个人的生命，最终，她从所有的痛苦解脱，成功地完成她在地球上的人生工作，返回她灵性的家

乡，继续在那儿以她的光与爱照耀我们这个摇晃的老世界。让我们永远记得：我们全都将再次、再次、再次相会。

原文网址: http://www.bring4th.org/members.php?uid=72&catid=0

Published on April 2，2015 7:51am.

☆ **第 2113 章集：寻求造物者**

Copyright © 2007 L/L Research

特别冥想

2007 年五月 20 日

团队问题：今天给 Q'uo 的问题来自 G。问题是：「虽然我每天从事各种活动彷彿我在寻求造物者一样，我在寻求的是某种事物，完全在我的心智中的一个观念，它是某种我对其没有参照的事物，某种我从未有意识地理解 也未曾作为一个肉身存有真正体验过的事物。一个人如何才能寻求该事物，对于显意识自我如此不可见并完全未知？」

L/L <wbr>Research <wbr>寻求造物者

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们、在为祂的服务中 今天我们来到你们中间。我们感谢这个寻求圈要求我们加入他们对真理的寻求。能与你们分享我们谦卑的想法是我们的荣幸与快乐。

一如既往，我的朋友，我们请你们每一位完全承担起责任 从我们所说的那些事情中选择你们想望去考虑的材料。我们那样说的意思是，如果我们的想法看起来不与你们起共鸣，我们请你们将它们留在后面。如果你们愿意用这种方式来守卫自己的感知大门，我们将更自由地分享我们的想法 而无须担心你们可能将我们的想法视为一个权威的想法 而不是那些和你们一样的实体的想法，我们和你们一样行走寻求的圆圈 穿越无限返回我们所有人来自的源头，即太一无限造物者。

我的兄弟，在询问如何寻求造物者的时候 [造物者没有位于智性讨论的部分的情况下]，你穿透文明和文化的单薄外表 并到达灵性寻求的核心了。叫做 R 的实体在早些时候谈到从生命的池塘上滑过并停留在事物的表面上，这样或许就可以避免洞察力深处的不舒适。

即使在生命的表面上，甚至在最有限的觉知中，那里都存在着太一无限造物者。

然而，我们将欣然同意，为了开始穿透包围奥秘之太一无限造物者的幻象表面的层次，从更深地进入那[存在于你内在的]奥秘的方面来思考，这是好的。

当你们说没有关于太一无限造物者的客观参考物时，我们相信 我们理解你们的想法。的确，造物者不是一个能被邀请参加聚会或带上一顶纸帽子的实体；祂不会在新年前夕吹口哨来欢庆时光的流逝。

太一无限造物者是智能无限，按照定义，(祂是)无法被思考的。在人类的心智中没有概念能够包围无限和永恒。人类心智被设计来在空间和时间中工作，它以线

性的方式在空间和时间中，一步一步地沿着寻求的途径移动。

然而，你作为在第三密度投生的人类存在，有比你的心智多得多的东西。的确，你有两个心智。你带有心智[伴随着你身体的诞生]和意识[另一个心智]。这是与寻求造物者的观念一同工作时的一个关键点，因为一个人同时需要两种心智。一个人无需抛弃智力，毋宁去理解它的位置并理解，你们每个人作为寻求者 不是你的智力，而是一架双轮战车的驾御者，决定你的智力战马去哪里和你将多快上路。

智力是对灵性寻求者的一个有帮助的资源。它拥有那些力量去分析、综合、产生新的组合与样式。这种研究和分析的能力在发展你的辨别力和思维开阔性的军火库(arsenal)方面是非常有帮助的。使用智力，你可以如你所愿地广泛阅读，直到你对许多其他人说过的内容[关于灵性寻求]熟悉为止。

这构成了一种准备好、有益的灵感源头，我们不会诋毁或抹杀你的理智性心智的价值。我们仅仅请你们了解到 你需要处于驾驶者的位置。你经常需要非常紧地拉住你智力的缰绳，因为它将倾向于陷入新想法的拐角处并直接开到水沟里头，那些水沟被旧的心智、旧的记忆、旧的假设所充满。

智力是抗拒变化的。当一个人成为灵性寻求者的时候，他已经选择去加速在生命体验中的改变和转变的步伐。因此，虽然智力能够推动灵性寻求者进入一个变得更加知晓的情况，关于他是谁和为什么他在这里，但是，能够在改变和转变的波浪横扫那个[像花朵一般开放的]寻求者时 让他保持平衡并走上正轨，这通常不是智力或智力的能耐。

意识是你作为一个心/身/灵复合体[如 Ra 实体对地球上的一个人的称呼] 所拥有的另一个心智。与心智不同，它是特别而独有地属于你自己，你与所有生命共享意识的机能。我们不只是说你与所有其他人类存有共享意识。我们是说你与太一造物者的无限造物中的每一个微粒都共享意识。

这就是第二个关键了。意识的本性不是你特有的。倒不如说，因为你的天性作为神性原则的一部分，你的心与太一无限造物者的脉搏一同跳动。

那创造一切万有的 是意识的一种特定振动，因为缺乏一个更好的词语，我们称之为无条件爱或理则。那个单一、伟大、起初思维或理则创造了布满星辰的天空和你们身体的每一个分子中的巨大空间，以及你，一个独特的 连接两个世界的交汇点，一个是你们的日常世界，你们人群滑过生命的池塘的清醒意识的世界；另一个是太一无限造物者的世界，祂的想法就是无条件爱的思维。

根据你们的科学 无限造物者的确没有客观的参考物。没有方法来证明一个存有的基础的存在性。科学家们和教堂的神父们肯定都会宣称 造物者的存在性显而易见。科学家从对一种大自然工作的方式的观察 开始行动，他们发现如果他们向着造物的广阔而智能设计的更深沉思开放，那么，这样一丝不苟的钟表装置，这样杰出的精度和不可思议又广泛的创造性，的确有一个作者。

那些属于教会的人，无论什么类型的教会，都倾向于感到没有必要去证明造物者的存在，因为某种事物创造了一切万有，某种事物站在祂所创造的(宇宙)造物的背后，这是明显的。历经无数个千年，通过数千种通向宗教信仰的途径和各种各样的宗教信仰与教派所分享的数百种基本方法，那个某种事物被一而再再而三地被定义。但是，那些聚焦于宗教[作为一种了解太一无限造物者的方式]的人群的

根本信条是信心(faith)。

在宗教中，就是透过信心，钥匙在智慧之锁中被转动，门旋转打开并提供领悟和洞见。所有这些言语仅仅是在更深真理的大门上的轻拍，那真理即太一无限造物者的客观参考对象就是你自己。

关于你自己，你知道什么呢？你知道你的渴望和你渴望的力道。你知道一个事物通过一种看起来完全不是直接的途径 导向你生命中的另一个事物，而当你回顾你人生的经历时，你看到，为了把你带到现在这个完美无缺的当下，每一件事物是如何落下的，如过去已发生的事情。

如果我们问你是谁，你会说什么呢？你的那个「我」(I)是什么呢？这就是第三个关键。

在希伯来语中 造物者的一个古老的名字是「我是」(I Am)。它被各种各样的方式诠释为「我是那位我是」(I am that I Am)或「我正在成为我之所是，」或者简单地「我是，我是，」所以，你们每个人都是一个「我是」。

自然地，你已经被教导去忽略这样的思考方式。你已经被精确地教导了你是谁。你已经被告知，你是谁基于你的年龄、你的性别、你在人生中的地位、你的成就、你带入这次人生的遗传根源等等。你不断地被那些不知晓你的人所定义。甚至你的父母 他们也许比任何其他人都更多地知晓你 都倾向于无法掌握你是谁的核心，因为当他们养育你 并以他们对世界的理解帮助你向外进入这个世界时，他们是如此地靠近你是谁的外部方面。

然而，在这整段时间中 你也存在于一个非常深刻的「我是」的空间中。这个空间是一切事物共同持有的。然而，在你为这次转生所穿上的肉体中，你能够具体呈现那奥秘与悖论，也就是太一无限造物者。

我们要求你们做一个练习，Ra 实体以前透过这个器皿给出的练习，也许每天做一会儿。我们请你们在镜子中看入自己。凝视你的眼睛，不是看你眼睛的色彩和亮度或看眼睛周围的脸庞，而是凝视那让光进入你肉体的内部工作的眼睛中心处的黑色。你们的灵魂就是透过那个小孔(光圈)闪耀而出。

也许你们已经知道一些人，他们的凝视会立刻让你开心并高兴起来，因为他们的凝视中具备爱的特质。当你允许一天中所有的紧张和忧虑慢慢褪去时，造物者就从你的眼睛中闪耀而出，于是你就清空所有人类生命的尘屑了。

清空你的口袋，我的朋友。取出那些忧虑。无论那些忧虑多么使人信服 多么有理性，暂时地，为了寻求造物者之核心的目标，让这一天的忧虑消褪，并让你的心向着事物的那个层次开放，在那儿 对今天很重要的事情 经过一万年中仍旧是重要的。这(过程)立刻把你带到意识中。

你可以称意识为心的头脑，因为的确，在人类的能量体中，意识及其智能与洞见的所在地都是内在之心。有大量的事情可以共谋让你无法知晓、感觉并活在你自己的神圣之心里面。

因此，寻求者可能需要用一种好比腾出时间来处理更深自我的方式来重构他的生活，那个更深自我将会把一个活在事物表面的实体向下带入真理、美丽、美德和所有(永恒)价值观念的领域之中；那些观念在一万年前、未来一万年和这一刻都

同样有价值。

并不是说为了从事灵性上的寻求，你必须将事物从你的生活中砍掉。毋宁说是你邀请那不属于你的智力 却属于你的意识的东西站上适当的位置，作为其他资源拉动你寻求的双轮战车。你既不必抛弃你的智力，也不用仅仅依赖信心和意识。相反，两者共轭(yoke)在一起，就如同你的灵性与身体在这整个投生期间都共轭在一起。

你此刻在这里有个目的。你的确已经创造了你正在享受的这辈子，就以下方面而言：选择在这次人生中 将会对你是重要的人际关系并选择你带来分享的天赋与技能的组合，在此生中的外在或显化的层次上 与外在世界分享。接着你已选择那些盲区、表面的缺陷、不舒适的方式，它们将为你提供催化剂，这样，在你短暂人生的这个死亡荫谷中，你就可以在那沙漠中 为造物者铺出一条笔直的公路了。

每一次你遭遇一个纠结的模式[大声向你呼唤要求被解决]时，记住这就是磨坊的谷物了。这种不舒适和苦难是有价值的，因为在这苦难的炙热熔炉中，就是这种看起来如此困难的情况将会摇撼你并破裂开来，这样在你人格的矿石之中隐藏的宝石就可以被收割了，你就可以在突然之间 第一次看到你的意识的一个珠宝般的和全然美丽的面向，而你从来都不知道它就在那里。就仅仅透过这种催化作用，透过这种对自我的摇动和搅拌，你才能够更清楚地看到在你面前存在的各种选择。

当你寻求太一无限造物者的时候，我们请你们记住 你已经进入神秘和悖论的范围。万物为一，而每一个单独的存有都是不同的。甚至每一片雪花都不一样。那

就让你知晓 你正处在太一无限造物者的轨道上。不要对那些进入宗教、灵性的和哲学思想的雄伟大厦的简单回答和天衣无缝的思想安排感到满意。它们不会把你带到无限太一。它们只会让你非常擅长于在你的心智中到处移动那些符号，这样你就感到 你已经在思量神圣了。

取而代之的，如果你想望去知晓太一无限造物者，我们请求你们去邀请造物者进入到你此刻的生命中。请求，你将会收到。你能承受太一造物者脸庞的亮度吗？我们相信你能够。在那存在又不存在的无脸之脸中，在那神秘和悖论的地方，你将会发现一片愉快的土地真的在你面前展开了，在那片土地上 你会感觉到你内在的造物者身份。

对于正在这个深刻的问题上工作的寻求者 我们可以做出的另一个建议：从一个假设开始行动，而选择这个假设与其显而易见的真理无关。如叫做 G 的实体说的一样，他就彷彿正在寻求无限太一般地行动。我们请他更进一步。我们请求他行动 彷彿他就是造物者。

祂已经在祂的造物中创造了一切。你们所有人都创造了在你们的造物中的万物。在你选择之际 你已命名了每一个感觉、每一个物体和每一种观点。那么，我的兄弟，实验一下 就彷彿你的想法拥有造物者的力量一样地行动。这不是一种极大的夸张，因为这的确是真的。你就是你的宇宙的造物者，你的想法拥有维持[如你所知的]生命的力量。

因此 我们问你们，今天你将用你的想法创造什么？

你已经创造的是什么种类的造物？

你为自己提供的灵性环境是什么？

当你们说话时，你是否察觉到 你所评判的事物就会被评判并被发现缺乏，而你所赞成的事物就是可接受的？

我们要求你们从这个绝妙的权责性开始行动。在每一天结束时，当你评估各种想法时，看看从一个在其中 你生活、行动、拥有你的存在的世界的意义而言，你认为你已经在这一天创造了什么。

你已经创造了一个充满深情、富于同情心、甜美的世界，在其中你的灵魂可以绽放？或者，你把枯萎病带入这个世界，其症状是不宽容、偏见、对不公正的接纳、缺乏爱？

你在这一天在你自己的内在处于交战状态或与其他人交战？

这一天 你的想法是什么？因为你是造物者，你在自己内在创造的事物就是向外投射到这世界的事物了。

就我们对造物者的理解，我的兄弟，没有什么实体或图像是你的寻求对象。毋宁说，因为一切事物都是振动和持续不断地在运动(motion)中，因此你寻求的是振动和运动的全体。

当你对接受这种固态的幻象 以及和如光一样地振动与无尽地运动的实相变得熟习的时候，你第一次真正地觉察一切万有的统一与整合的特性。

你最终能够看到你追寻的目标是存在于你的内在的深处的，不仅仅是存在于你的身体或心智 或你的灵性的某个部分的深处，而且存在于你身体的每一个细胞内在的深处，在你的头脑的每一个细胞和微粒之内的深处，并且在那穿梭载具的每一个微粒之内；该载具即是运动中的意识、永生造物者的灵性。

造物者的活力状态就是你和你周围所有人的活力：所有造物者，所有给你的神圣镜子，于是你就可以看到造物者在每一个人之中，在每一丛灌木和每一颗树之中，在所有的元素之中，在大自然的一切事物中，最重要的是，造物者就在你自己里内。

我们是 Q'uo，请问 关于这个询问是否有后续问题？

Jim：没有。

我们是 Q'uo，接下来 请问现在是否有另一个询问？

R：我有一个问题，Q'uo，你们能评论一下在我们的文化中被称为基督徒山达基(Christian Scientology*)的宗教和一的法则中的观念之间的相似性吗，因为我们的一个读者问道，两者是否有相似性以及山达基(Scientology)是否捡取相同的原则，如同 Ra 在谈论太一时所描述的原则？

(*译注：实际上并没有 Christian Scientology；而是 Christian Science，也就是基督科学教会)

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的兄弟。我们接下来会比较三种思想方法：星际邦联的思想方式，基督科学教会和山达基的思想方式。

被称之为基督科学教会或科学家基督教会(Church of Christ，Scientist)的架构与一的法则拥有一种非常和谐一致的连结，因为它清晰地看到，除了信心、意志、一切万有的合一之外，一切万物都是虚幻的。

肯定地，容我们说，任何世俗的宗教都伴随着很多包袱，而那种思想方式却有一些方面与一的法则的基本观念深刻地一致，那就是万物的合一性 以及对于每一个在他的意识之内持守神性原则的个体，万物对他的意志的透明度。

山达基的系统没有与一的法则一致的核心原则，毋宁说，它是与包围着一个人的世界打交道的各种各样的方法，尤其是在尝试去让一己摆脱在投生期间 那些过去无法原谅的情景和想法的方面。也就是说，山达基和星际邦联的原则以同样的方式认为，通过挖穿人格的矿石 直到那些已经创造投生中的苦难模式的痛苦之金块被采掘出来为止，去释放痛苦并减轻苦难是可能的。

当那些矿石的金块在白天的光中被看到时 我们的意思是指洞见、宽恕、理解之光 于是可以看见，苦难不是必需的，它是一个麻烦泡泡，仅仅需要被戳破，被释放并被忘记。

这是对灵性寻求者有益的一种清晰度，就是这种基本的倾向和思想的矢量是与一的法则哲学最一致的部分。

我们能用任何更进一步的方式回答你的询问吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：因为我自己对山达基并不熟悉，我将进行外推，但你们已提到一的法则之核心原则与山达基并不相同。那些核心原则是自由意志、智能无限、爱/光的原则吗？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们会在这些原则上加上合一的质量，接着说那个陈述是完全正确的。

有进一步的询问吗？我们是 Q'uo。

R：没有，在这个主题上没有了。谢谢你们谈论它，Q'uo。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

Jim：我有一个来自 T 的问题：「Q'uo，你们可否确认下面的结论的准确性：在大约公元前 6000 年至 4500 年期间，一个具有相当规模的农耕社群在没有围墙的城镇中居住着，它们看起来有一个聚焦于农作物和耕种的女性神祇，他们没有战争武器，由于妇女的生育能力，他们是母系氏族社会。」

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们会同意，不是在日期上，而是基于一个事实：从你们人群所称的雷姆里亚(Lemuria)时代开始 就有好几个繁荣兴旺一段时间的农耕文化，它们进入到欧洲，也进入南美洲和非洲。那些文化中 最近代的文化拥有思想的残留物 在你们的文化中仍旧是是活跃的，这个最近代的文化即是凯尔特人的社会，它们在性质上是母系氏族社会，它们把神性原则视为阴性的。
的确，直至今天，你都将在不列颠群岛的一些部分，尤其是爱尔兰的古老教堂中

发现约尼(Yoni)[1]或阴道的标志，以及在教堂大门上张开的腿部标志，它们把基督教的能量和表面上异教徒庆祝生育能力的能量综合在一起。

我们注意到，在当今你们的文化中，常常缺少的 并且常常被渴望的就是这女性原则。「唯一的神」和「选民」宗教包括基督宗教、犹太教、伊斯兰教等等与拥抱女性原则[能够在她的子宫中滋养并创造生命并在情感与喜悦中生育它]的力量相反，这类宗教的拥护者倾向于贬低并诋毁女性，不仅仅否认她们的灵性，还否认她们作为人类存在的价值。他们把女性归为二等公民。

我们可以指出，就我们谦卑的意见，在男性压制并控制女性原则的冲动的背后有着惊人数量的恐惧。

的确，需要出现其对立面，就你们的世界能够摆脱自身离开战争和侵略的无尽周期而言；这些周期由男性能量的放纵影响在你们的地球世界中创造出来。

现在有另一个询问吗？我们是 Q'uo。
[停顿]
我们是 Q'uo，发觉我们似乎已经耗尽这次工作集会的询问。我们感谢你们每一位在极为忙碌的生活中拿出时间和空间来寻求真理。

我们感谢你们要求我们成为那追寻和寻求的一部分。每一次 我们来到你们的圈子，你们肯定都会教导我们。我们为你们已经教导我们的事物而感谢你们，我们谦逊地希望我们可以向你们提供一些想法，它们在你们自己寻求真理的过程中也许被证明是富有成效的，而那真理将一直且永远都是相同的。

万物为一。你就是一切万有，包括太一无限造物者。你能够收起你的帐篷，能够收起你的人生，但是你无法收起那力量和平安— 那是你在这个人生和意识中所携带的。

你能够将你的生命向外伸展到天堂和地狱，不过 你无法包围你内在存在的太一造物者的力量与平安。

我们祝愿你一路顺利。通向中心的旅程是一个具有极大美丽的旅程，在那旅程上，你永远都不会孤单。因为好比我们这样的实体等待着 被要求成为你们的伙伴并将我们的情感和支持都借予你。要求，我们就会在那里，不带着言语，而是带着我们的爱，带着那太过深入 以致于言语无法表达的信息。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱、光、平安、力量中离开你们。

Adonai。Adonai。

原注

[1] Yoni 是梵文用来表示女性生殖器官的词语，而 Lingam 是梵文用来表示男性生殖器官的词语。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2114 章集：自我控制

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2007 年五月 6 日

团队问题：《薄伽梵歌》和很多其他正面的灵性教导都谈到了自我控制，并视为正面寻求者的道路上的一个有益与必须的元素自我控制：用以面对诱惑和指导意志寻求灵性 而非世俗的寻求。然而，Ra 提供了一个替代性的理解，这种理解否定控制 而支持接纳和整体的平衡。控制有正面的用途吗？在人格的锻鍊中 控制是否扮演任何有用的角色？例如，一个人能通过接纳而去控制吗，意思是，已经被接纳的事物能够被控制或导引吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。在以祂之名的服务中，我们今天来到你们这里。能被你们寻求的圈子呼唤，这是我们极大的荣幸与赐福，我们很高兴和你们在控制的正面用途的主题上 分享我们的想法。一如既往，我们会在发言之前 提出一个请求，请你们每一位使用你们的分辨力，从我们的那些想法中 选择对你们有帮助的想法并将其他部分留在后面。这将使得我们能够更随意地发言并较少地担心我们可能干涉你们灵性寻求的进程。我们不希望成为你们道路上的一块绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑。

「控制」这个词语在其背后偶尔有一种负面导向的感觉，如同一个人可能说某个人控制欲太强或诸如那种性质的事情；然而，从一个人在第三密度中的生命的开端开始，你所经历的学习就有大量部分与控制有关。婴儿必须学习去控制他的嘴巴的动作并用这样一种方式 来控制通过他的喉部的呼吸 以便于复述他在婴儿床

上和在摇篮中听到的语言，这样他就可以做一些除了哭之外的事情来要求食物、舒适、更换湿的尿片了。年幼的孩子在他的生命中遇到一件又一件的事情就变成一个学习如何去控制他身体的各个部分的事。他仔细地学习如何形成确切的措辞并学习去做其他用手完成的技巧，这些都促使了一种对五指更灵巧更敏捷的使用。

(人类)心智在一个非常幼小的年纪就被要求开始吸收数据并把它组织到信息的数据库中，这样它们就可以容易地被使用了。字母表被学会，数字被学会了，接下来词语被学会，阅读开始了。从幼年到成年的整个旅行期间，孩子们学习去吸收并使用的技巧被教导了。所有这些技巧都是通过学生控制并聚焦他的心智而被学会的，这样他就可以将这些新的想法和技巧用心智包裹起来。

这也许并不被视为一个控制的问题，不过 一个成人为生活做的所有准备都与控制有关，我们并不想要去暗示这种控制有一种负面或正面的旋转动量(spin)。你们生活其中的文化是这样一个文化，在其中 这些技巧被认为对于生存和享受生命的更好事物是必须，那些更好的事物好比户内水管设施和如你们所知的 并习惯生活其中的那些舒适和便利的事物。

控制的观念肯定可以是非常负面的。第三密度的实体去操纵并控制他们周围的环境的倾向能够转变为一种非常黑暗的操纵生命的方式。你们每个人也许都知道有一些人，他们把人生花费在密谋并策划各种方式，来控制对这类的人很重要的事件结果上。通常，这样的控制施加在小事情上，然而一个人对另一个人的控制经过一段时间后 就会成为一种非常强有力的朝向服务自我的极化，思考或沉思自我为一个打算去控制与他人有关的情况的人，这肯定是种服务自我的能量，而的确 就正面极化的意义而言，这样(对他人)的控制是不可得的。

另一方面，控制的确有非常正面的用途，这个器皿会称之为自我控制。

L/L <wbr>Research <wbr>自我控制

在自我控制这个词语中 有一种我们希望去探索的细微差异。因为，如 T1 实体说的，这里有「哪一个先发生？」的问题；先有鸡还是先有蛋的问题。是一个实体正在控制自我并因而更多地学会如何控制自我？或者一个人正等待某种关于如何精确地控制自我的智慧？为了让我们自己远离这个复杂难题，我们想要带着这个观念稍稍后退一点 并从一个更宽广的，也许是更广阔的视角来查看它。

叫做 G 的实体在说到那一点时 是相当正确的，按照今天与你们谈话的那些属于星际邦联的实体的观点，宇宙是一个自我生成的系统，因此，在你的投生富于成效的方面，无论什么情况 都没有控制的需要，因为你已经设置了一个可能性/或然率的漩涡之重复保障性系统，因此，如果你已经选择去仔细考虑 在你特定的人生中的那些投生课程 并没有在一种情况下为你变得清晰，你可能错过那个催化剂，将很快有另一个情况出现在你的生活中，它将为你提供相同种类的催化剂，相同种类的挑战，相同种类的问题，这样你就可以问自己：「为什么这情况发生在我身上，我应该如何来处理它呢？」

就知晓你将全时间地被灵性食物所喂养的意义而言，你无需控制你的生命。这不是一个要去担心的理由。这也许可以让你的心智休息，因为当你不必去伸手获取，不用抓住你生活中的灵性或正在呈现给你的催化剂的说服力的时候，接下来你就能够放松并单纯地聚焦于注意当下瞬间。

让我们比这点再进一步向后退，因为我们希望把你们放置在你们的人生经验的舞台上，而我们尚未做到让我们满意的程度。你们是谁？我的朋友，你们是太一无限造物者。那就是你的实相的核心。你是所有(宇宙)造物的无限一体性的一片火花。那片火花就是你的意识，它已经被包裹在你的肉与骨中，这样你就可以在这个特定的幻象中体验生命。

因此，你们是灵性存有 居住在一个物质性和物理世界之中。在你存有的中心之处的每一个事物都在呼唤造物者并从灵性的观点看待生命。不过，你已经被带入一个文化中了，这个文化倾向于鼓励恰恰相反的想法。你的文化鼓励你去释放灵性的想法而支持功能性、经济、社会化的想法，做被期望的事物，如此等等。这两种能量是一种动力关系，第三密度中的每一个实体在他的整个投生中都在一定程度上与之相伴。一个人灵遗忘他存在之核心的那一刻，就很有可能说服他自己好些事物。

他可能会能够让他自己确信他可以为了其他人自身的利益而去控制其他人。他会能够说服自己那些他相信的事情是如此好的信念 以致于其他实体需要同样去相信那种方式，因此他可能会去恐吓或诱骗实体们去崇拜某种途径或信仰某种教条系统。所有这些都是微妙 却显而易见的负面或服务自我，因为他们正在使用人灵的力量好改变他人。

然而，一个实体是神性原则的一部分，仅仅需要去关心控制他自己。灵性实体的工作一直都在自己身上。灵性导向的实体的寻求总是一种内在的寻求。寻求的过程很可能把寻求者带入社群，和那些展现出无条件爱的人相处，那是一个伟大的礼物。

但神性原则的一部分实际上不需要任何来自外在的事物。没有伸手去拿的需要，没有掌握的需要。一切需要的事物都已经存在于你的心中之心了。

星际邦联谈论接纳 而非控制，因为在我们看来，一旦该实体进入一种完全的接纳或觉知，关于他是谁和为什么他在这里，那个初始的接纳就会形成矢量：每一个想法和观点，发生在一个灵性实体的觉知之内，都有一个方向，该方向在本质上是灵性的。

当实体们完全接纳他们就是造物者的一部分时，他们就会知晓，在恒常与不间断的人类错误的层次底下，他们是有价值的。他们和一颗星星，或一棵树、吹拂的风，生长的草同样有价值。以一种最终和终极的方式，他们是有价值的。他们尚未发现那种价值的核心。一个人要经过很多个经验的密度，才能把自我精炼到一个点，在那点 自我对自我是透明的，而那自我的种价值也会清晰地被自我看见。

我的朋友，在日常生活中 有给你们的帮助。因为你们看到他人的价值，那是对你们的一种强健的帮助。每一次你看到一个实体 你感觉他是值得的，当你们看着任何一个其他灵魂时，我们请你们记得你在看着一面镜子。当你凝视那个实体的眼睛的时候，你和那个实体都是造物者。一旦你在其他实体身上看到优点了，你就可以停下来并留心了，因为你刚刚已经在自己身上看到了那个特定类别的优点了。如果你对那优点不是敏感的，就无法在其他自我身上看到它了。

因此，让你自己对周围其他人的优点的体验 向你反射自己的真理吧：你是无限地值得的，你是一位永恒的公民。你待在地球层面上的日子是短暂的，你来到这里来给予自己学习和崇敬的礼物 并在此刻成为发生在该行星上的活动的一部

分：去提升并转变行星地球的能量。你是配得做这项工作的。

控制会帮助你 或许我们得使用「纪律」(discipline)这个词语 纪律帮助你维持你是谁和为什么你在这里的焦点。这种锻鍊并不是评判的戒律或鞭策自己更好的努力。你不是来这里批判的，你来这里去爱。因此，从根本上和基础上，每一个寻求者的工作都是存在的工作。

我们发现这对于你们的人群是个很困难的概念。什么是成为(be)呢？吸气和呼气吗？单纯地存在(be)的价值是什么？而宇宙作为一个整体是一个伟大、相互作用的存在，你身处其中是一个焦点，跟广大其他众多拥有情感和智力的意识点一样，为太一无限造物者收集经验 好让祂得以更多地知晓祂自己。

作为一个灵性导向的寻求者，这个存在的天赋永远是你最根本的工作。因为行动是在事物的表面上，重点是存在赋予行动其深度、广度、意义、气力。

控制肯定是需要的，因为没有自我控制和锻鍊，灵性寻求者可能会不断地发现自己忘记去保持聚焦。让我们谈一下 我们会鼓励你们保持的那种聚焦。

今天，你们围绕这个圈子 每个人都已经讨论一些感觉 关于一个人在人生中的位置和在一些情况下 时间流逝不可思议的迅速 几乎快到无法掌握的程度。

然而，在你们每一个人的内在有一个中心。在找到方法来提醒你自己从人生中的真理和美丽的边缘地带返回 并一直一再地朝向中心移动的方面，有着极大的技巧。生活将恒常地把你旋转到外围。催化剂将击打你 强烈的催化剂，疾病、失业、以及所有那些困难，都在挑战[正在吸气与呼气的]实体们必须找到一种维持

生计的方式。你的工作一直都是去看着自己旋转，温和地、非常温和地鼓励你的灵性再一次向内盘旋，向着那存在于内在的力量场所，向着那深深存在于内在的舒适场所，向着太一无限造物者[在你的心中之心 耐心地等待着你]盘旋。

你把越多时间投入你的存在性中休息，你将越多地知晓你真的是谁 和你确实是怎样强有力的存有。当你感觉到那种力量，接下来 你当然想要正确地使用那种力量，那需要每一项人格的锻鍊 并且让这样的锻鍊对你有吸引力。当你发现你的力量中心，那造就了一切万有的创造性能量时，然后你就真正想望将好好使用它，睿智地使用它，并带着爱使用它。

于是你会转向那些以前就服务过你的锻鍊(纪律)：冥想、祈祷、沉思、启发性阅读，在大自然中散步，以及所有那些你能够通过它们返回到真理的方式，那真理将真正地使你自由。
因此，接纳或控制的问题，在某种程度上是你希望如何去看待你是谁的问题。我们对觉醒中的寻求者的态度是简单地请那个寻求者觉察到他是谁和他是什么。开始察觉到该事实：他正在创造自己的实相。

当一个实体已经走上灵性的道途一段时间的时候，他很可能会开始感觉到，有一个特定的外在工作，而他拥有完成这项工作的技能组合。那种感觉可能会在他内在闪现请求指导灵的渴望，当一个实体寻求指导灵的时候，指导灵就会立刻出现了，不会有拖延的时间。你也许不会听到指导灵的声音，但是从那一时刻开始，指导灵的能量和那种振动的温和的压力就伴随着你了。这个器皿藉由询问开始她的一天，她问[她称之为]耶稣·基督：「今天你对我的期许是什么？」这是她回到中心并将奉献她的一天的方式。如果那个问题似乎以某种她并没有预料的方式被回应，那也没问题，那是可接受的。

但是，关于那个寻求者将如何前进的问题，这一直都在寻求者的选择之中。在一个倾向于吵闹、无意义、混乱的社会中，灵性导向的寻求者向内凝视看入那在你身体的每一个细胞之间存在的神秘，同时向外凝视，不是看着人类的造物，而是天父的造物，这也许可以被好好地推荐。因为在那里你看到的不是控制，而是一种计划，它是如此地巨大 以致于无法想象 却又完整与完美，因此行星地球的有机体作为一个整体 和所有在地球上的生物群落 都在一个韵律与和谐之舞中运转着，在其中 一切需要都被满足。

我们给予了这个器皿起伏潮汐的景象。它看起来并不是被控制的，相反地，它在狂放中冲向海滨 并接着再一次向着大海深处撤离。然而，如果你考虑潮汐和月亮，你回开始理解有一种自然法则和平衡把月亮保持在其轨道并保持地球在其轨道，它也把阳光和星星的移动保持在它们的循环中。你与灵性的世界和最高的能量是联系的，而同时你是与地球及其最沉重的能量有接触的。你了解每一件事情，从天使与智天使(cherubim)到堕落实体们可以在彼此之间从事战争、谋杀、虐待、邪恶(行为)。正是你的凝视 安排在你的世界中的各种事物。

因此，也许我们会说你最富于创造性的控制手段就是去创造那个你想要看到并生活其中的世界。因为你真的就是一个共同造物者，你真的能够创造你想望去看到的实相。

请问关于这个询问有后续问题吗？我们是 Q'uo。

Jim：没有后续问题，Q'uo。

非常好，我的兄弟。那么请问现在是否有另一个询问呢？

T2：我现在正感觉对你们有一个非常强烈的连接，我想知道是否有一种方法能够在我独自一人的时候携带这种连接，因为我不是一直都在肯德基州，我不是一直都坐在这个房间中。我觉得有许多我能够获得的事物，这样我就能够用一种相似的[我正在感觉的]方式向你们伸手并触及你们。

我们是 Q'uo，相信我们觉察了你的询问，我的姐妹。的确有一种你可以将我们带在身边的方法。有一种方法让所有实体都可以把我们带入心中，那种方法就是单纯地请求我们的临在。我们不会被时间与空间[如你们在这个幻象中对它们的了解]所约束。就与你们的时间和空间的关联而言，我们处于当下，因为我们是形而上的实体，时间对于我们是统一和环形的。因此，在任何时间 你们在心智中请求我们与你们互动，我们就立刻在那里了。

我们不会说话，我们单纯地与你们在一起，你将感觉到我们的无条件爱的振动。

但是，我的姐妹，如你非常清楚地知道的，有比那更多的东西。在灵性的世界中有庞大数量的事物是永远无法用言语诉说的，当我们使用这个器皿创造 满怀希望能对你们有某种小小的帮助时，我们同时在执行一个大得多的工作，那就是简单地在静默中 在言语之间和所有发言下面的静默 与你们沟通。我们在那静默中和你们分享那些无法被带入言语和语言的观念 而不会造成一种极大数量的损失。这就好像你在尝试去给某个人一个美丽的礼物，它是这个美丽的概念之圆球，然而，当你尝试去把那些概念带入言语的时候，这就如同你取出那组成那颗球的细线并把它拉出来，于是，以一种线性的方式，你能够看到组成那颗球的细线了。与概念交流的完整性相比，这是一个漫长而单调乏味的过程。而概念交流

就是我们希望提供给那些在任何时候呼唤我们的人们的事物了。

然而一如往常，我们的第一份礼物都是那爱与被爱的礼物，因为我们同样也感觉到你们对我们的爱。因此，爱在爱中被反射了，造物者的观念从好比我们这样的形而上器皿流入你的心中。我们希望你将会喜欢我们的陪伴，因为我们向你保证，我的姐妹，我们极其喜欢你们的陪伴并为能在任何时候被你们呼唤而感到荣幸。

这适用于所有那些呼唤我们或呼唤星际邦联的实体[一般而言]的人。请务必使用我们，因为我们在这里仅仅为了一个理由，那就是在这个时候与你们互动；当你们正在努力用灵性的双脚站好 并且缔造不同，这是你们来此的目标。容我们说，我的姐妹和所有人，你们无法失败，你们无法犯错，因为只要你们正在吸气、呼气、爱，你就在做你来此要做的事，而且你做得非常好。

我的姐妹，对于那个询问 请问是否有后续问题？我们是 Q'uo。

T2：现在我唯一能说的事情就是感谢你们。感谢你们。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

此时，看起来我们已经耗尽希望提问的实体的那些询问了，所以，我们在太一无限造物者的爱与光中、在祂的平安和力量中离开你们，如同我们找到你们之际。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

我们再一次感谢你们 为了你们陪伴的快乐和你们通过相互交织的灵光所创造的神圣空间之美。我的朋友，我们但愿你能够看到 你们真是何等地美丽。你们提升了我们的心，我们为你们的勇气而赞美你们。再次，我们在爱与光中离开你们。我们是 Q'uo。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2115 章集：处理催化剂

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2007 年四月 22 日

团队问题：我们今天的问题与催化剂有关，我们如何处理我们的催化剂呢？我们想知道我们如何才能真正地检测我们的感觉，或真正地知晓我们的感觉，或者知道什么时候我们是成功地完成了工作，什么时候我们也许是在一个表面的层次上工作它并接着可能将一些真的需要更多关注的部分埋藏了起来，而认为我们已经做到了，接着我们会向前进，而该催化剂看起来会在某个点再次回来，我们就需要再一次在其上工作了。因此，Q'uo，关于我们如何才能检查在我们的生活中，和催化剂发生了什么事情，请在这个问题上给我们某种指导，这样我们就可以知道什么时候成功地工作它，知道什么时候真的有更多需要去完成的工作，因为我

们以某种方式，要嘛忽略它，要嘛把它埋藏起来了。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。能在今天被邀请加入你们的寻求圈，这是一种极大的荣幸。你们允许我们在此刻与你们分享想法，我们怎么感谢你们都不够。一如既往，我们会请你们每一位在聆听我们所说的内容的时候，使用你的分辨力，保留那些看起来对你们有帮助的想法并丢弃其他的部分。这可以让我们觉得我们不大可能会侵犯你们的自由意志或干涉你们灵性演化的进程。我们感谢你们的好意，维护自己的想法并守卫你们的心、意念、灵性之圣殿。

你们今天的问题是关于催化剂和对催化剂的回应，因此我们想通过分享一些想法来作为开始，这些想法是关于催化剂的过程和为什么拥有催化剂甚至是必需的。

如这个团体在之前正在讨论的一样，灵性的道路是一条蜕变的道路。有一种原型的能量，围绕并整合了你们的日常经验与永恒的、无限的、神秘的(事物)。

你是两个世界的交会点，你是那个转译者，逐渐地学会变得能够在两个世界来回转换两种观点，而它们有时是惊人地不同：在那个时间/空间的世界中，在那里，形而上的实相好比各种观念和想法，它们拥有某种质量，你会认为一个人或一把椅子拥有的质量；所以，在那个世界里面，它们是非常真切的实体。然后返回日常生活的世界中，在这里，想法和观念完全不结实，它们看起来如此地虚无，或许是无用的东西。你就是那设计中的整合性元素，你为造物者收集信息 并将那收获奉献给造物者。

你们第三密度的原型式安排是一场英雄的旅程，让我们这么说。这是一场庄严的旅行，它同时是非常简单，又是惊奇地复杂。旅程的简单性是在寻求的道路上，勇敢骑士需要的事物是信心和意志。这两种能量能够为整个寻求的一生供给燃料，如这个器皿会说的，历经甘苦的岁月。

同时，这个旅程的外形多少有些复杂，因为你所携带的能量是一切万有的能量。你是太一无限造物者的一个全像微粒，因此，在你的身体的每一个细胞中，造物者都在它的中心。造物者也鲜活地处于你的生命的核心，如这个器皿会说的，造物者在那内在的心之神圣内庭中等待着被发现并作为资源与资产被使用，那是无条件爱一直都是的特性。

你的旅程是一个从投胎的开始之处一直到你生命结束的旅程，在一开始，你并非一块完全空白的白板，却是一个非常未受教育的灵魂，而在你生命结束的位置，你已经做出一个接一个的决定，遭遇了一个接一个的境遇，以各种方式发展为一些模式，进一步发展为你认同自己为一个以这种模式做事的实体。

你的种种选择会在它们自身之上累加，直到你已经为自己建造了一座你在其中生活的屋子为止。这个屋子是由关于什么是对和什么是错的观念而制成。周期性地，你会清理那个屋子，你将你的旧观念扫除出去，并为你人生的桌面上的那些图标(icon)拂去灰尘，你点击那些图标来打开那看起来对你有益的情感与感觉。

这种图标的一个例子是这个器皿在她的脖子上戴的十字架。当这个器皿凝视着她戴的十字架时，很多不同的情感都是可能的。这个器皿戴这个十字架有一个特定的原因，她以一种方式来回应那个图标，感觉这将帮助她成为一个更加充满信心

和更多服务导向的人。 它对她是一个提醒物，例如每一次十字架系在她的胸前，她向下注视着它的时候，或者在她经过浴室的洗脸台时，在镜子中看到它的时候，这个提醒物都会呼唤她。对于这个器皿，它是一种为持续不断的调音机制。

在每一个人的生命中，很多东西开始持有改变那一刻的音调或振动的那种能力，只由于它被看到、听到、闻到或某个这类的感官上的提示。

在这场原型式旅程中，容我们说，自我如同彩虹的所有颜色被展开，它横跨了在能量体中被体验到的各种类型的能量，以及由于那些被带入到能量体中的事物而造成的各种类型的能量支出。

你的人生位于一间教室或一所学校，这个器皿称之为一座「灵魂的精炼厂」。在你投生经验的过程中，你在寻求为自己创造个人的实相，在服务他人以及你可能会拥有的其他理想的方面有所改善；容我们说，这来自于你是如何振动的，以及你是谁或者当你第一次觉醒于你的渴望时，想要在寻求的道路上前进时，你看见自己是谁，寻求承担某种积极主动的部分，尝试去鼓励你自己；现在你已经觉醒了，就要进一步地觉醒。

透过接收催化剂，接着透过选择如何回应这个催化剂，你做到这点。对于每一个灵魂[寻求返回太一无限造物者并寻求去觉察他是谁和为什么他在这里]而言，这就是催化剂进入这场原型式旅程的位置了。因此，催化剂在这个学校的计划中有一个原型的，神圣的位置。每一次你被一个事件或一个想法而感到过于不安时，你就可以视其为一个接受催化剂的时刻。

催化剂的特性是它自身是不会被改变的；但它会引发或触发来自它周围的那些化学元素的一种反应。这是一个在化学过程中被使用的词语，这个词语有一个相当明确的含义。基本上，那就是催化剂所是的本质。叫做 R 的实体之前曾说过，他了解到催化剂是从他从周围的人所接收的镜像中接收的，我们觉得这个概念值得多一点的探索。

也许你在某个时点曾被告知，当你做梦的时候，你正在梦见的无论什么的故事都包含了几个不同的人物角色，而他们看起来都跟你不一样。然而，就分析你的梦而言，你理解在这个或那个层次上，所有这些实体都是你的一部分，你在梦中将这些人物角色向外映射出来，并与你自己的其他部分隔开，以便于你更仔细地查看它们。

在你醒着的生活中，这场梦继续进行。然而，它的结构是不一样的，因为你的潜意识不能够直接地组织一个议程，好让最有帮助的事情发生在你身上，如同一个寻求去更佳地知晓自己的人灵。

在你日常生活中所发生的事情就是那盘旋于所有造物之上的相同大灵为每一个寻求的灵魂带来的一场人物与事件的丰盛收获，它包含了那些课程的种子，你投生的一部分目的就是为了来学习这些课程。

你有投生的其他理由。因为此刻正在发生着意识中的重大转变，你渴望有所服务，你渴望在这个特殊的时间处于这个特殊的地方。

但每一次你凝视着另一个实体的面庞，灵性上而言，你正在凝视着你的脸庞和太一无限造物者的脸庞。因此，当某个人说了某些伤害你或让你感觉高兴的事情

时，生活就将那正在你的内在移动的能量向外映射出来了，因此你就能够查看另一个人的镜子和那个人关于你是谁的观念，你能够在其中看到那些同时令人高兴和令人伤心的事物，看到那些同时让你吃惊的事物和你了解到需要去考虑的事物，因为它们是新的想法。它们是因为你自己的性情而被赋予你的一些种子。

因此，在每一天的尽头，去回顾你在那一天已经获得的催化剂，这是很有帮助的。什么事物将你向着正面事物推动了？什么事物让你体验到了诸如愤怒、内疚和怨恨之类的，在你们的社会中，所谓的负面情绪呢？

在你的头脑中的这些想法的游戏是很诱人的，因为你的表面想法就好像在池塘上的小小昆虫一样，它们移动得太快了，以致于它们的运动不能被理解，或者在它们经过时无法被分离出来。然而，在你独自一人的时候，你可以选择去沉思在这一天中，你已经思考的那些想法。对于你已经感知的催化剂，你已经发生的反应是什么？

当你一直不断地问自己这个问题并接着回顾你日常的感觉和想法时，你将开始看到非常丰富的模式，于是你能够看见：「OK，在这个层次上，我的模式是这一个，当我更深入的时候，我的模式是这一个。」

在应对相同的情景时，有两种不同的方式，可以采用两个不同的视角。一般而言，实体们对催化剂的表面反应或实时反应倾向以恐惧为基底，并且目光短浅。自然地，第三密度中有很多实体不会被催化剂，容我们说，当头棒喝。他们能够合理化他们对各种各样的催化剂的反应，以一种不涉及改变或转变自我需要的方式来进行。

那些主动地选择进入那蜕变性的寻求道路的实体就是灵性的寻求者，他们能够开始向着比实时反应和偶尔的本能反应更深入的层次移动，这样他们就能更进一步地探寻在能量体中的过度激活或阻塞发生的位置，为什么它可能会发生以及他如何才能清理那个阻塞。

当你开始对回顾你的想法变得更有经验时，你将开始更善于发现那引发你的催化剂的明确触发物。然而，当你变得更有经验时，你也将练习了去查看什么事物触发了你，而不带有对那个事物的评判。当评判进入感觉和情绪的方程式时，不思索的人的自然倾向是对已经被想到的事物进行评判并将其存放在一个位置上，虽然是评判性的，却不会将其永远地放在那里。它将其放置在记忆中的一个部分，在那里，有害的感觉会周期地循环再生，并再一次被另一片催化剂所触发。

因此，通常在做这样的微妙工作时，当一片催化剂再次发生在你身上，或者在记忆中发生在你身上时，你基本上知道你最终已经在那份催化剂上变得平衡，你对于记忆或对于发生的事件的唯一反应就是去微笑并告诉自己：「我记得那个课程。我想我真的已经学会那个课程了，我对于你，对于你所是的这片催化剂，的所有感觉就是爱。」

在你尚未完成的催化剂和你已经平衡的催化剂之间有一个非常明确的差异。当你回忆起一份催化剂并体验到某个悲伤的事，或者某种对你来说是悲伤的事，它会让你返回一种情绪的状态，它是与你在你最初收到催化剂的事件的那个时刻，你所感觉到的情绪是一致的，那么你就尚未完结你在平衡那种特定种类的能量消耗上的工作。

相反地，当你回想起那个时刻，或者回忆起对于发生在你身上的经验时，你没有

一种在那里的感觉，而只是确认那个课程的存在，那么你就很可能在处理那个催化剂的方面是完成了。

所以，重点是观察你的触发物在哪里，你在什么时候被触发，并仔细地查看升起的想法和伴随那些想法的感觉。你正在做的是一种勘探矿物的工作。你在寻找金子，它在你个人的、情感的、心灵的、理智的矿石之中。

这种工作的喜悦是你在每一个学会课程的中心，都找到金子，容我们说，这课程是一份天堂的财富，一份灵魂的财富。它不是某种在外在的世界中，拥有任何价值的东西。它所有的价值都在那个世界中，而你在其中是永恒的一个公民，神性原则的一个成员。

我们是 Q'uo 群体，想要知道对于这个询问，此刻是否有后续问题呢？
（暂停）
我们发现没有更多的问题了，而我们发现这个器皿仍有能量，因此，在你们的允许下，我们想与你们继续我们的谈话。如果在我们离开之前，就我们感兴趣的主题上谈论一下，这对你们每一位能够接受吗？我们是 Q'uo。
（该团队同意。）

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你们，为了你们乐意和我们一起进入这个器皿所称的百乐餐。

我们想请求你们所有人现在花一些时间，在这些言语之后的静默中，觉察你们自己的美丽和完美，觉察到你从未是孤单的这个事实。

我们请求你们在静默中休息并体验你自己。

我们也想让你们开放自己，在静默的层次上接收信息。如 Joshiah[1]实体所说的，静默的交流远比言语更有说服力，因为言语是把概念的强大而生动的力量转译为语言的扁平结构的效率的贫乏尝试。

原注[1] : Joshiah—《有意识的创造》是一本由 Bub Hill 通灵的书。

我们现在暂停。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。
（暂停）

我的朋友，我们感谢你们，为着你们和我们一起进入这个恩典与神圣之空间。我们 Q'uo 群体非常感激能够与你们分享这些静默的层次。真的，有许多正面信息的源头，它们也非常高兴在静默中与你们互动。然而，去请求这样的实体在你的冥想中在场，这总是必要的；为了避免侵犯你的自由意志。

我们喜欢这个器皿的困惑，因为她自然不知道我们将要说的是什么。我们要说的内容并不会花费非常长的时间。我们愿简单地鼓励每一位带着越来越多的乐意去凝视，因为那一天中所发生的事件而狂喜。

生命经验在其表面上看来是由遍及世界的坏消息、在个人和团体生活中的困难的情况以及诸如此类的事物所组成。然而，生命的伟大秘密就是去穿过生命之表面及其伴随着的大量令人眼花缭乱的表面催化剂，更靠近地凝视着你自己的存在之中的那些安静的森林、水路、洞穴。

我们不是鼓励你们从这个世界撤退。我们不是鼓励你们将自己与社会隔开。我们却在鼓励你们去开始用一种方式，与社会一直欣赏你们的方式不同，来欣赏你们自己。

以我们微薄的见解，你们的文化是一个非常令人失去力量的文化。它似乎决心要从你的头脑中移除任何与让你保持作为一个消费者的生活现状无关的想法。然而，我的朋友，你在本质上并非只是一个消费者。的确，你潜在地是一个共同创造者和具有魔法、强有力的存有，能够以一种方式来起作用，在形而上层面上改变行星地球的真实的核心性质。

当面纱如此厚重的时候，认真对待你自己是一个真正的挑战。再者，当一个人犯了如此多的错误 [至少是自己认为的错误]之际，认真对待你自己是困难的。然而，在你的人格的那些想法、评判、那些表面细节底下，栖息着你自己的一个部分，它是你与宇宙中的每一个活着的存有共享的。你们共享无条件爱的意识。

你与所有的灵魂共同拥有这个意识。如叫做 A 的实体最近注意到的，这是一个灵性的民主制度。你与所有其他的灵魂是完全平等的。你们全都是无限造物者的一个部分。当你们尝试去形成一个生活的规范时，如同这个房间中的每一个在场的人正在尝试去做的一样，让这个生活的规范的核心与灵魂是爱，让该中心是意识。

什么是意识？在你们的灵性作品中，有各种各样的方式去查看存在的基础真的是什么。在这器皿的基督徒信仰中，存在的基础体现在一个人身上，体现在耶稣·基督这个人身上。在他的故事中，以一种任何人都能够理解的方式，携带着无条件爱的振动，至少在广义的角度上，献出自己的生命为了服务他人，并且让其他人

的生命更丰富，这是容易理解的。

再一次，你看到了你在生命中收到的这种催化剂的重要性和神圣性了。在每一个人的生命中，很多次都会有那种在十字架上受难的感觉。当你出现那样的感觉的时候，我的朋友，记住故事的其他部分。基督意识不会停留在牺牲的十字架上，相反地，在接受了在成长、转变、服务中固有的那种牺牲之后，耶稣·基督飞腾到达天堂世界。

当你感觉到那种在十字架上的感觉和那种受难的感觉时，你同样可以这样做。而你也是意识。意识能够帮助你去飞腾。因此，无论你生活的规范的细节是什么，你都能够去记起在你的练习的核心和中心之处是关于你是谁的令人震惊的察知和持续不断的忆起，在这忆起中有着极大的力量。你是处于一个非常年轻和非常未受教导的形态中的无限造物者。你正在收集经验。在此生中，你正在开始为自己创造越来越多的一种稳固的感觉，关于你是谁和为什么你在这里。

拥有一个生活的规范是一个很好的主意。例如，这个器皿的生活规范呼叫她去进行敬拜仪式，在早上和傍晚。在早上简短地进行，在傍晚甚至更简短，这个器皿会将她心智的、情感的、物质的生活中所有其他的事情放下来。有一个闹钟，透过一起击打一个锣的两个部分而发出响声，它为那些神圣的时刻创造一个开始。这是一个忆起时刻，一个置于中心的时刻。在一个生活的规范中，这样的每天的敬拜仪式是非常有帮助的，我们为称赞叫做 M 的实体，因为他表述希望在这一点上更进一步地工作。

与一个生活的规范一同工作是个有用的技巧，同样，当你感觉到某个重要或重大的事情已经以一种振动的方式发生，而非以一种言语的方式或有意识的方式发生

时，去反思那些发生在你身上的时刻，这也是一个有用的技巧。当你感觉到那些时刻，花时间去更深地进入它们，为当下一刻的礼物而欢庆，更进一步地利用那个灵感的时刻以便于将你自己奉献给太一造物者的爱与光，去成为那爱和那光的代理人。

当一个寻求的灵魂有大量的智力能力的时候，为了平衡并让那承载着你穿越这次经验的人格更加灵活，在静默中的时间是非常有帮助的 静默是非智力性的，它深深地进入神秘与悖论的领域中。
认真地对待自己，足够认真地去进行灵性寻求的工作，同时轻松地看待自己，因此一个人就不会因为道路的酷烈而烧伤，这肯定是个礼物。当你要求自己变得更加地遵守戒律时，保留那种抛开所有戒律并享受当下的能力。

你不是一台机器。强迫你自己进行敬拜仪式而它们对你却是空洞的，这最终对你不会有帮助。相反地，我们鼓励你去跟随你经验中的共鸣路线，如这个器皿经常说的。你将收到很多和多的在你的过程上工作的机会。如果你让它们发生，它们将在每一天都发生在你的生活中。

让你自己也拥有休闲的时间吧，在那些时刻，你是风中的一只蝴蝶，飘过的一朵云，海面上的一个泡沫。这个器皿喜欢波罗摩汉娑·瑜伽难陀(Paramahansa Yogananda)写的一首赞美诗，诗文是：「我是一个泡沫，使我成为大海。」

这就是你的旅程。

感谢你们允许我们更进一步地谈话。能与你们分享我们对太一无限造物者的热爱和我们热切渴望服务诸如你们这样的实体，这是我们的荣幸和我们的福气，我们

大大地敬佩你们坚持不懈地寻求真理。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如同我们发现你们一样。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2116 章集：性高潮的偏向

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2007 年三月 25 日

团队问题：通过男性和女性的身体结构，看起来好像在性交中有一种对男性的偏向性：男性拥有性高潮，而女性没有性高潮。这种表面上的不同有一个形而上的原因吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在以祂之名的服务中，我们今天来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤，这是我们的快乐与荣幸，我们向那些不在本地的人们致意，他们和本地成员一样，一起创造

了一个全球性的寻求圈。[1] 我们非常感谢你们在今天创造出寻求真理的时间，我们谦卑地希望通过我们的想法我们可能是有帮助的。我们将愉快地分享它们。

然而，一如既往，我们会请你们每个人自己对这些想法的感知负责任。如果你想望去使用那些想法，同时它们与你们有共鸣，请务必跟随共鸣的道路。如果它们对于你似乎仅仅就是好听的话语，却没有特别地触动你，那么它们是不适合你的内容。因为当你遇见对你的灵性进程主观上有帮助的信息时，它会引起一种共鸣。如果你正在接收信息的时候，跟随那共鸣的道路，你将发现你不会出错。

我们为这种分辨力而感谢你们，因为在我们所提供的想法中，希望你们丢弃那些无法帮助你们的想法。以这种方式，我们可以确信我们不会侵犯你的自由意志。

容我们说，自由意志正是人类经验必须的血液。在完美的自由意志中，你已经把自己放置在一辈子之中了，比起那种幻象，实体们通常居住其中的天父造物的一部分，这一辈子是个更加沉重的幻象。知晓真理是更加困难的，因为真理被显意识心智和潜意识心智之间的面纱小心谨慎地隐藏起来了。你们不记得为什么你来到这里，或者如何来完成你在出生之前，希望去完成的人生。你处于一个拥有完全自由意志的位置上，不过，发现那点意味着你也要负责去定义那场游戏的规则与报偿，而你将要用你的生命去玩。

进入这沉重的化学身体之际，你就已经进入到了一个强烈的情绪、渴望、期待和恐惧的世界中，你的化学身体透过性关系、性交或性交流 [这三个词汇经常被替换地使用] 的方式进行繁衍。那些拥有自由意志却没有渴望去创造家庭的人们的倾向是去避免跟的确希望成为伴侣并养育一个家庭的同伴发生性行为。贯穿你们在这个星球上的早期历史，有一条非常清晰明确的规定：如果你有了性关系，你

就很有容易拥有一个孩子作为性交的一个结果。如果你不想望有孩子，你就不会性交。

你们的科学已经为你们带来的技术已经创造方法，通过这些方法，在性交的过程中生育子女的机能透过避孕方式而被避免了。在能量消耗的方面，这创造了一种不一样的情况。在第一种情况中，当没有避孕的时候，如果你希望好好对待一个女人，如果你是一个根据那个时代的文化所定义的绅士，你会追求女人，与女人结婚并且与那个女人创造一个家庭。在很多早期的文化中，事实上，这就是衡量一个男人能否维持一个快乐家庭的方式了 [重要的一部份]。

同样地，在那些早期的时代中，一个女性在社会中的确定位置是一个助手，她成为男性能量、丈夫、供应者、积极能干者的帮手。男性和女性的原型组织被相当密切地保存，藉由有意识地如此生活：男性冲在前面、打猎、采集，把必须的东西带回家，而养育和灵感的女性能量则维持一个快乐的家庭，养育孩子，创造氛围以产生一个快乐的身体、心智、人灵魂。

这种表面上不平衡的情况运作地如此之好，对所有人的灵性利益都是相当有益处，这原因单纯地是：男性和女性通过扮演他们所扮演的角色而失去的事物会被平衡，经由他们对一个快乐的家庭的共同乐趣以及他们对彼此的情感和对造物者的情感而创造了那个快乐家庭的认识而平衡了。

你们正在体验的时代是避孕已经普遍可用的时代。因此，在男性和女性之间的吸引力是在两个可以彼此照顾的人之间的吸引力，无论他们表面上的生理性别是什么。这是一种潜在有益的推动力，它能够创造服务于彼此和服务于造物者的能量交换。当无需担心怀上孩子的时候，性交的氛围就改变了，因为这种氛围是被两

个单纯想望创造一种能量交换的人所分享，而非两个想要拥有一个家庭的人。在一种情况与另一种情况之间，那些振动是相当不同的。

在第一种情况中，当总是有种一次性交可能导致一个小孩的出生的认识时，就会有一种对性欲力量的本能性觉知。在性行为中 男人和女人同时知晓他们在使用他们的性欲力量创造生命。这创造了一种氛围，潜在地更有助于那靠近神圣的能量转移。

这游戏场现在已经被整平。那些想要性交的人们可以这么做而无须担心生出孩子。因此，珍视性欲的第一个原因就消失了。如果你正在利用避孕措施或通过一些其他手段让自己不孕。你没有使用你的力量来创造生命，至少不是肉体的生命。

那么，当实体们进行性行为的时候，在他们毫无疑问地体验到的能量交换的方面，你们正在做什么呢？

潜在而言，他们所体验到的事物是正确地使用力量，具体地说，是对性欲力量的正确使用。现在让我们从几个不同的角度来查看这个问题，因为这不是一个简单的主题。

一开始，你拥有力量的原因是，你是太一伟大的起初思维的一部分，起初火焰的一片火花，造物者的眼睛中的一个闪光。你是一个聚焦点和电台，接收与传输各种振动。你能够从空间/时间的世界接收，也能够从时间/空间的世界接收。你们是非常敏感的器皿，持有惊人的力量，无条件爱之力量，那创造了一切万有的爱，那创造了你们的爱，也会透过你们使用性交行为来创造孩子，如果你们如此

渴望，并透过自己与你的伴侣的性行为来使之成为可能的话。

性的力量不会因为没有繁衍种族的意愿而流逝。生殖的功能在一定程度上是一种有用的功能，但灵性跟它并没有任何关系。尽可能密集地繁衍种族的本能是一种纯粹的红色光芒的本能。当你开始谈论性欲能量而不去谈论生孩子的问题时，那么你就开始谈论神圣性欲可能性了。

在性关系中，如果这渴望在创造一个孩子的神圣使命中开始和结束，女性拥有性高潮是没有功能的。因此，容我们说，这宽裕门路通往刺激而自然导致性高潮，它被皱褶盖住了，一个人可以将这种皱褶看作一朵玫瑰的花瓣。它们不是防御性的，但它们以一种原型的方式是保护性的。正如同赋能者[2]的原型在智慧之书上有一个遮盖物，她在心的位置握着它，所以，一个女性的女人气质拥有一个罩纱，保护她免受性交往的随便刺激。

为了创造一个女性的性高潮，配对的伴侣用一种小心谨慎并且有意识的方式来从事那项活动，这在很多时候是必须的。你们听过「在猪面前浪费珍珠」的成语，我们并非想要去暗讽或做任何暗示— 你们的肉体是猪。我们真正想要建议的是，相比我们在谈论神圣性爱时所谈到的能量转移，红色光芒的能量无法以同样的意义来起到能量转移的作用。

的确，对于未经指导的实体，他可能的确喜欢他的恋人，或甚至已决定要娶她，结婚；这些橙色和黄色光芒的活动属于个人关系和法定关系，它们尚不足以创造一种真实的能量交换。在这种层次上，唯一可能的能量交换的种类是一种从一个实体到另一个实体的单向交换。许多人已经很多在个人关系和婚姻关系中，体验到这种单向交换了。

我们觉得有把握这样说，在大多数人的经验中，这种性交流停留在了人际关系的层次而没有开放心到一种比普通的橙色或黄色光芒的能量运转远远大得多的程度，它的结果是典型的能量交换，在其中，一个实体操纵、利用或以其他方式主宰另一个实体。因此，一个人的确将能量给予另一个人而另一个人会接受那能量。这是一种交换的类别，但是它极大地倾向于被滥用，并变成一种有害的能量交换，在其中，那个正在被控制和操纵的实体，其荣耀、尊严、自我价值对于伴侣双方都是可疑的。

因此，当我们谈到真实的能量交换时，我们必须考虑在两个人之间的能量已经从起始的红色脉轮吸引移动了一段非常长的路程，而最终启动性交往。它已经从色欲到达一种个人关系，然后经常会进入一种法定关系或一种承诺的配偶关系。接下来夫妻拥有机会去请求造物者自身通过开放之心进入性关系。

于是，这对夫妇想望去表达神圣的性欲，并希望以某种方式在行星地球环境中服务，他们一起赞同，非常有意识地一起启程踏上一个旅程，在其中，他们以真实的情感与耐心向对方求爱，在这趟旅程 他们在彼此之中看见造物者，在这旅程中，他们感觉到造物者的爱与光的力量。每一个配偶都将自己奉献于无条件地爱对方。

这是绿色脉轮的情感，就是在这个点，女性的性高潮变得有用了。在对神圣性欲的探索中，的确有更多里程要走，但这就是它开始的地方。

L/L <wbr>Research <wbr>性高潮的偏向

当真实的情感在一次性关系中已经被建立的时候，当那个性欲已经被奉献给造物者，奉献给彼此，奉献给行星地球时，接下来，这一对在性方面成熟的配偶前进的道路就是去花费大量时间工作属于沟通的蓝色光芒能量。包含在个人关系和性关系中的每一个实体都是一个怪人，一个独一无二的品目。那就是为什么实体们会对于他们爱的是谁如此明确。他们习惯于这个实体渗出或振动的存在之特定风味。所以他们更喜欢那个实体的陪伴。

因此，在与彼此进行交流的过程中，历史被分享了。可以获得这样和那样的怪癖的原因，要嘛是因为配偶理解了她自己或他自己，要嘛是因为你观察并能完全从自己那一边理解你的配偶了。

接着，你理解了，你拥有的每一份智能都是一种力量，如今天这首歌建议的一样：「一根金色的羽毛，一颗磐石之心」[3]。

你将怎么处理属于彼此的这份知识？你将亲切地使用它，或者，你在下次因为小事心烦时，拿来证明自己的论点？

当与性能量一同工作时，了解到你正在与极为强大的力量打交道，这是非常重要的，因此，当你与伴侣变得更加亲密的时候，你需要变得更加地谨慎小心，更加地充满深情，并对于你如何说事情和说什么事情一样地更加考虑周到。因为你对于配偶已经变成了一个强有力的人，你希望用你会给予造物者祂自己的全部荣耀来对待这位配偶。

你看，如果你是一个男人，你的配偶是造物者的女性能量。如果你是一个女人，你的配偶就是造物者的男性能量。你们一同组成了 360 度完整的造物者身份，正

式接受了你们双方都在表达的所有极性。你们已经分享了全部的你们之所是，你们已经与造物者合而为一。

那么，你如何才能重视女性的性高潮呢？你珍视它，藉由创造了一个安全的氛围，在其中 这样一件事情能够发生。你珍视它，藉由延续一种温柔、荣耀、浪漫的气氛，如果你愿意这么说：那些女性气质方面的微小事物，表明了一种纯正与深入的兴趣而不只是红色光芒的色欲能量。

如果你是一个女人，你珍爱自己。你不用担心拥有性高潮彷彿跟男人的性高潮一样，因为我的朋友们，并不一样。肯定地，性高潮可以被搞得粗暴和原始。它可以单纯地拥有在红色光芒中的性交能量。然而，对于女性气质远远更可能的是，当性高潮发生在她身上时，去感激正在发生的事情。因为一个女人倾向于拥有一种与无形世界的更多联系。因此，当她表达一次肉体的性高潮时，她确切地更多地察觉到那种通过她倾泻而下的能量。

结果是，在性交流中，当女人和男人一起神圣地工作时，在那个位置上的女人就是一位女祭司了，就好像男人是一位祭司一样。但男人运行的是那种被这个器皿称之为「阳」的能量，女人运行的是那种被这个器皿称之为「阴」的能量，这样，在性能量的交换中，这种交换的本性是神圣的，从男性而来的事物是身体上的健康和生命力的强大能量— 也就是当你考虑「阳性」这个字汇时，你会想到的事情了。

女性所提供的事物是来自灵里的灵感。那即是力气、力量和男子气概的那种男性表达以外的部分了。女人正在表达接纳、无条件的爱、造物者本身的能量。因为，你们看，女性跟男性不同，容我们说，她拥有与大自然母亲或行星地球的红

色光芒能量之子宫的一种直接的渠道或连接。

女性拥有那流经她的无限与永恒的海洋。她与祭司本质更为靠近许多，因为她必须每月一次地注意她的月经环境，一般而言，在你们的文化中，她以一种男人并不被鼓励的方式感觉月亮的牵引力、潮汐、她的激情。

因此，如果两个实体选择在他们的性实践中成为有魔法的，如果你愿意这么说，他们拥有成为光之伟大使节的能力。因为当他们有意识地唤起这种他们一起拥有的力量，并把它给予彼此时，当他们完全地被这种性高潮的能量所浸透、充满时，他们接着就会允许那性高潮同时在时间/空间和空间/时间的世界中照耀了。

在时间/空间的世界中，这是一种被创造之光的出生。你们已经用自己的方式在这个特殊的时刻点亮了那正在你们地球上发生的造物者的表达了。你们已经献上你们魔法般的能量，加强并治愈了你的性欲的自然机能。从红色光芒的感觉上的混乱到在靛蓝色光芒中进行的工作，这是一条漫长的道路，从红色光芒扰动着感官[通过创造性渴望并给予这渴望一种被满足的方式，而为生命添加了火焰和色彩]到靛蓝色中的工作，以一种非常正式的方式，实体对彼此变得神圣了，因此他们提供给造物者和这世界的东西就是以一种非常有意识的方式而提供的。

那么，这种女性的性高潮就是特意被隐藏起来，不允许轻易的取用，对于那些选择去珍视创造女性之性高潮的伴侣，他不会把它视为，容我们说，仅仅是性交经验中的一个附加物，而是把它视为一个重要部分，属于那拓展的、浪漫的、深情的共处时刻，在其中，造物者是非常地临在的，对于如此配对的伴侣，性高潮是立刻可以获得的。

关于这个询问有后续的问题吗？我们是 Q'uo 群体。

Jim：我们有另一个问题，Q'uo。因为这个月标记了先知穆罕默德的生日，愿平静与福佑降临于他，我们西方对于他和他的道路只有非常少的无偏见信息，我想知道你们是否能够对 Ra 群体所说的，关于这个实体是一的法则的一个信使的内容补充一些。我也想询问关于他传达的灵性信息的性质，今日，在很多的苏菲修道会中，他的信息仍然是如此明显。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们相信已觉察你的询问。被认识为穆罕默德的实体，他伴随着一股能量，而那相同的能量曾创造摩西、以利亚、那鸿书、耶利米、以赛亚以及所有那些回应了那位我们称为亚威实体之呼求的其他先知与祭司。亚威，造物者的「名字」，因为它太过于神圣，以致于它无法被说出来[4]。这位穆罕默德也是这一位神的先知之一。

由古兰经(Koran)引发的一些问题与良好地、扎实地解读旧约引发的问题是相同的。当你们要在涉及这些问题上，形成一个观点时，那两部作品应该被一起考虑，因为在所有的文学作品中，有很多的作品，不仅仅是古兰经和旧约，还有那些没有将其加入那些神圣著作的最终版本，却在那字里行间拥有大量的分享，关于这个「唯一神」的信息的书籍与文章，而这些作品中的 「唯一神」不是太一无限造物者，而是由你们星球上以前就是守护者的团体，在尝试创造一种灵性上更有能力的人类之过程中，他们构成的一种人工艺术品。

那些在基因上被改造的实体，他们许久以前被放置在这个星球上之前，就已经感觉到去追随的需要。这起确实反讽的，我的朋友，你们中东的那些人—那些耶稣的追随者，亚威的追随者，阿拉的追随者— 他们处于一种你死我活的战斗状

态。而他们所有人都属于一个血缘。他们所有人都属于一个教导体系。这是一个标记，说明这么做是无效的：制造肉体的改变以创造更可行的灵性工作者。确实如此。那被创造出来的东西增强了人类天赋的基因库，并因此被改造的人类事是：心智变得更聪明，身体变得更强壮，决心变得更强有力。而没有任何实体能够放置在一个基因中的东西是任何与灵性有关的编码，因为灵性仅仅只能被自由意志选择。

自由意志就是我们在这个讨论中开始的位置，自由意志也是这个问题带我们前往的位置。通过自由意志，跟随着这些老师们的实体选择了去聚焦于评判与正义：以眼还眼，以牙还牙；一些事情是正确的，而一些事情是错误的；一些人是神圣的，而世界上的其他人不是神圣的。追随者聚焦于这一点而没有聚焦于在这些神圣著作本身同样显而易见的，包括一切的灵性礼物。

没有比古兰经或者旧约更热情好客的书了。肥牛犊在许许多多的故事中被给予了，不只是一个故事，而是在几千个故事之中，由于特定聚会和场合的荣耀与喜悦之故。热情好客的确至今都是这些崇拜这「唯一神」的实体的文化中，一个非常非常重要的部分。

我们会建议，在苏菲派的神秘主义中去寻找穆罕默德实体的正面礼物，这将是有帮助的，就好像一个人也许非常可能在那些已经与卡巴拉（Kabala）一同工作并发展出生命之树的实体们的小圈子中找到旧约的作品和先知最正面的面向一样。在这两个例子中，宗教信仰的外壳、教条与排他性等等同时都被抛开，并触及到灵性果实之核心，这种核心在任何的宗教灵性或崇拜系统中都是相同的。那是受造的产物对于太一无限造物者的单纯崇敬。造物者则以祂的爱慕来回应祂所创造的产物。

这种组合创造了无条件爱的一种无限氛围。那些通过无论什么道路，无论是基督教、犹太教、伊斯兰教或任何其他途径而聚焦于这一点的人们，他们都在做相同的有益事工。

现在有另一个询问吗？

Jim：(这询问)关于在相同的演化时间，人类在这里的宗教实践。Ra 说希伯来语的发音有一种特别的意义或它是一种非常自然的，从宇宙造物进入到被人类使用的事物。那是因为希伯来语的发音与光谱联系在一起，或者它们是用任何人类基因密码的方式被编码的？什么事物让希伯来语的字母系统如此特别呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们为无法完整回答你的询问而道歉。我们在这个询问上有两个问题。首先，这个器皿她自己不是一个科学家，为了用一种会在技术上对你们有帮助的方式来发言，我们会需要能够利用这个器皿她已经印入脑海的一些术语和对于光是如何工作的简单认识，而这是她尚未具备的。在谈到关于光和关于使用神圣声音时，我们通常会与这个器皿做的事情是回忆这个器皿作为一位歌手的经历。

我们会说，声音即是歌曲，这是众所周知的。一个实体唱出的任何的歌曲都有一定的振动的识别标记。然而，每一个人也许都已经体验过，唱一首流行歌曲和你在尝试去礼拜时，唱一首神圣的歌曲之间的不同。

当你使用神圣的词汇和神圣的语言时，当你有意识地产出声音并觉察到那声音的神圣性之际，你的声音就唤醒了那潜藏于其下的时间/空间导向的能量或非本地性的能量，它会警醒贯穿整个太一造物者的无限宇宙的某些振动的区域。你可以把

这些声音简单地视为振动，或者你可以将它们视为普智天使(Cherubim)、六翼天使(Seraphim)以及所有那些无形又非常强有力且非常真实的实体，有着其他正式的名称，这些实体都涉入崇敬太一无限造物者之过程。

伴随着数以千计的人生(寿期)和无数次对各种各样声音的重复，自从这个宇宙造物的八度音程之开端，这些能量就一直在累积起来。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

因此，某些声音是比其他的声音更加神圣。《主祷词》就是一个好例子，属于这类恒常被重复的成套词语。

值得关注的是，或许[那些过去在你们罗马天主教会中进行礼拜仪式的]信友们感受最深的祈祷是那些他们并不理解却知道这些是神圣的言语，那些拉丁文的振动，神父们在念诵时，甚至不理解自己正在说些什么*；虽然如此，透过单纯的重复进入那些虔信者的耳朵，经过一代又一代，这些祷词变得有魔法了，对于它们的使用变得强有力了。
(*译者：相关报导à http://tinyurl.com/obml4xs)

当一个实体有意识地使用语言时，他就变成了一位祭司。的确，我们对你们说：你们说的每一件事，都可以变成神圣的，或者可以故意地被选择不是神圣的，因为任何说话方式的预定设置就是说话是神圣的。然而，声音自身的那个初始特性，当与人类的呼吸联系在一起时，在大多数用途中，大多数实体却没有使用该特性。大多数人在他们张开嘴巴说话时，并未觉察到，他们是具有力量的人，因

此他们不会精准地关注自己所说的内容。他们可能会抛出许多多只有一点点意义的言语，而只在闲聊中沟通小事与享受生活中的好时光。

然而，在梵文和希伯来语这两种语言的情况中，那些被包含在早期语言的创造和将它们用一种的符号的形式记录下来[你们会称之为书写]的人，他们基于这些声音是神圣的前提而工作。这使得这两种语言变得神圣了。

这并不是说有一种编码被包含在其中，或者在基因编码和特定的元音与音节直接有某种统计关系。而是说，那些创造了那两种语言，并将其用符号记录的实体的意愿就是去创造一套神圣的振动。

在你们的星球上的语言创造过程中，这两种情况是独特的，因为大多数语言是由那些希望做生意的人们所创造的。因此，在大多数文化中，言语的完整振动的能量不是那种神圣的能量，至少不是有意识地。肯定地，当这些声音被聚合到一起成为鼓舞人心的演讲或妙不可言的歌唱时，人类的心就能再一次开始听到那声音的神圣性和人类气息的力量[表达太一无限造物者的爱与光]。

将自己感知为一个祭司并知晓每一次你张开嘴巴时，你都拥有去评判的力量，你也拥有去爱和宽恕的力量，这是好的。神圣地使用你的声音是一项伟大的服务。

关于这个询问有后续问题吗，我的兄弟？

Jim：这里没有更多问题了。

我们是 Q'uo。在我们离开这个器皿之前，有最后一个询问吗？

R：我这里没有了，Q'uo。

我们是 Q'uo。我的朋友，我们在这个下午与你们在一起，这是一种极大的快乐。你们的振动之美丽令人惊叹，我们感谢你们与我们分享这段时间。我们在太一无限造物者的爱、光、力量、平安中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1] 这次通灵冥想是在网络上现场广播的，它是提供这种服务六个月的实验的一部分。在 2007 年中，其他集会的日期是：4 月 8 日，22 日；5 月 6 日，20 日。在爱/光研究机构的网站上有一个网络广播(Webcast)导航的按钮。

[2] Q'uo 正在谈论的是心智的赋能者，埃及人塔罗牌的二十二个原型中的一个。在这个图像或「概念复合体」中，该女子就是赋能者，她在胸前抱着一本智慧之书。这本书仅仅能部分被看到，因为她在自己身上穿着一件罩纱，这本书也被遮盖住了。

[3] 这是 Robbie Robertson 的歌词，它的一部分是这样的：

In the autumn night

When there's no wind blowing

I could hear the stars falling in the dark

When you find what's worth keeping

With a breath of kindness

Blow the rest away.

I gave my love a golden feather

I gave my love a heart of stone

And when you find a golden feather

It means you'll never lose your way back home.

在秋天的夜晚

当没有风吹过时

我能听见星星在黑夜中掉落

当你发现什么是值得保留的东西时

带着一种仁慈的呼吸

吹散其他东西吧

我给吾爱一根金色的羽毛

我给吾爱一颗磐石之心

当你找到一根金色羽毛时

它意味着你永远不会丢失你回家的路。

[4] 对于犹太教徒而言，正式的「造物主之名」是「Yod Heh Vau Heh」，它是不可说的。为了方便之故，当它被谈到时，被提供的名字是耶和华或亚威。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2117 章集：帕琪塔的故事

帕琪塔的故事

托比(Tobey)先生*：在<一的法则>的序文中，卡拉(Carla)描述她前往墨西哥，接受一个名为帕琪塔医者的治疗。然而，她的描述并没有这本书的内容这么令人动

容:

http://www.uri-geller.com/books/maverick/maver9.htm

(*编注: 托比是<一的法则>学者版的主要负责人，和一些志工合作，前后耗费将近 10 年仔细重听 <一的法则>，更正许多笔误和补上原先遗漏的段落。)

PachitatheHealer

简传

帕琪塔(Pachita)出生于墨西哥契瓦瓦州，帕拉尔镇(Hidalgo del Parral, Chihuahua，Mexico)；生日是
1899 年 12 月 3 日；在她出生时 父母并未结婚。

一位黑人，曾当过奴隶，透过法律领养她。依据帕琪塔的说法，这是个如圣者般的男人，帕琪塔很敬重他。由于生活困难，这位黑人从纽约到洛杉矶 做过许多奇怪的工作，最终 他来到墨西哥，在一个巡回马戏团里头当杂工。

帕琪塔当时八岁，快乐地在该马戏团定居下来。依据她自己的陈述，跟人群相比，她和动物比较好相处；她首次运行其治疗力量是用在马戏团的动物身上。在马戏团当了几年走钢索的特技演员，她离开马戏团，在 18 岁那年 跟随庞丘·维拉(Pancho Villa)将军，加入墨西哥革命的行列，做为军中护士。在那个时期，她似乎并未使用任何特殊的治疗力量；她用猎刀取出子弹，用烧红的火钳替感染的伤口消毒。

在她的革命时期结束之后，帕琪塔进入一家修道院，但一年后就离开了。她结

婚生子，当一个家庭主妇直到 30 岁。在那一年，她突然恢复儿时的治疗能力，开始行使超心灵(psychic)或即时外科手术。

在接下来的 47 年间，帕琪塔隐姓埋名地进行手术。她踏实地保守秘密，同时拒绝每一个出名的机会。

在这么多年保持隐密之后，她出人意表地宣告想要接受科学研究的意愿，1977 年 11 月 23 日，她发表以下声明:
“ 我相信自己还有 13 到 15 年的服务人生。我相信地球将在接下来 21 年内承受大灾难式的全面转变。人群将只能够透过我使用的行医方式获得治疗。所以，想要把我的知识传给其他人，教导他们像我这样去治疗。我想要以科学和人道主义的精神完成这件事。”
然后她要求安卓利亚*带领一群科学家展开这项任务，尝试学习她的治疗方法。
(*译注：全名为 Andrija Puharich，超心理学者，也是一的法则发问者的好朋友)

安卓利亚立刻接受这个挑战，返回美国准备一项科学的探险任务。
1977 年 1 月 15 日，他带着九人小组开始研究帕琪塔。

安卓利亚以自己的身体做实验，在过去两年，他饱受耳硬化症之苦，造成听力逐渐受损。该手术将要矫正这情况。

没有消毒程序，也没有手术前的麻醉或催眠，帕琪塔将一把小刀插入安卓利亚的右耳道。他躺在桌子上，他的耳朵旁边有些棉花垫好吸收可能的流血。他经历痛苦，但还在容忍范围内 不会尖叫或产生回避反应。在他看来，这小刀的尖端已经穿透他的鼓膜。在小刀停留在耳道 40 秒左右，帕琪塔把小刀抽出来，安卓利

亚耳朵的痛苦立即终止。只有很小量的血液从耳道流出。

左耳的手术类似刚才的过程，即时手术只延续三分钟，但出现一个新的并发症。安卓利亚写道：”我的头鸣响着吵杂的噪音，我估计有纽约地铁那么大声，大约在听力门阈的 90 分贝以上。这噪音是如此大声 以致于我不能辨识周遭的讲话，但我不害怕我可能因此成为聋子。帕琪塔给我一瓶溶剂[内容不详]，她告诉我每天都在双耳置入一滴。接着，每一天，头部的噪音减小 10 分贝左右，到了手术后第八天，这些噪音停止了。然而，我的听力变得如此敏锐，甚至电话的谈话声都令我痛苦，我必须把耳机从头部移开，挪到一个舒服的距离。这种听觉过敏现象持续大约两周。手术后一个月，我双耳的音频听力恢复正常。”

☆ 第 2118 章集：治疗卡拉

安卓利亚见证了许多场(超自然)手术，包括人体器官的移植。他报告一个肾脏移植的案例，一位 34 岁的女性病患，从美国来到帕琪塔这里。

“患者的病史为反覆的血管球性肾炎感染，从 13 岁开始，以及肾上腺萎缩。这些状况导致泌尿系统的功能显着减少；由于肾上腺功能缩减 造成严重的关节炎。

帕琪塔正确地诊断出问题，接着郑重表示该患者需要新的肾脏。她决定进行两阶段的手术。

在第一个手术，帕琪塔把小刀插入(卡拉)背部的腰椎区域；在这么做的同时，打开各个变形肾脏的骨盆；接着 如她所说的 “清扫它们”。在手术后两个小时，患者就可以下床走动。手术后 12 小时期间，她的尿液显示一点血迹，但随后尿液

就清澈了。

第一个手术之后的第 12 天，帕琪塔准备好执行第二个手术，她从某个已解剖的尸体取得一副人体肾脏。该肾脏放在一个未消毒的坛子里头，在普通水中悬浮着，并且储存在厨房的冰箱中。

在(第二个)手术日，帕琪塔用她血淋淋的手从那坛子里举起该肾脏；然后把它纵向切成两半，声明她将分别移植这两半。接着，她把小刀深深地插入(卡拉)背部的某一边，将小刀回旋地扭转，同时要求我把一个半肾放入洞口。我全然地惊奇，发觉我手上的肾就这么被 ”吸入”，毫不夸张地，该患者的身体里面。
当我触诊那个部位，也就是该肾脏被吸入的身体部位，我发觉其(身体)组织立即地闭合，皮肤上的洞口没有了。真是了不起!
以这种方式，移植了两个半肾。整个手术持续 92 秒。一小时过后，患者能够站立。她睡得很好，在大约 14 小时以后正常地小尿。三天以后，她乘坐一班飞机，飞回美国的家乡。”

安卓利亚确信帕琪塔的“即刻手术”完全是纯正的，在他与同僚的科学观察与科学记录下，不可能有任何种类的造假(诈欺)。

(V)2015 Digested & translated by cT.

☆ 第 2119 章集：消失的马尔戴克

现场收音: http://innersites.com/issa/miller/space/MSTS-4.rm
来源网站: http://ipsmediaworks.net/issa/ (失效)

传讯者: Richard Miller

(编注: 本译文最早出现在 L/L 选集三，有鉴于其重要性，并且更新插图与录音档的连结，
故重新校订推出)

图. 小行星带(白色区域)

三月 8 日，1956 年

你们好，我的兄弟们，我是你们所知的 Mon-Ka.
我们这次 要对你们讲述的主题是关于在你们早期圣经时代发生的一个事件.你们的科学家计算太阳系的行星只有九个，事实上有十二颗行星-九颗是可见的，一颗被摧毁，两颗还没被发现. 今天我们讲述的目的是这颗被摧毁的行星.在你们的神圣着作中，有些段落提到晨星(Lucifer)，早晨之子，堕落的天使.在此提到的晨星过去位于火星与木星之间. (注: 今日的小行星带)

以我们的语言，它的名字是马尔戴克(Maldek)，火焰之舌，马尔戴克是太阳系的第五颗行星，它存在的历史有千万年以上. 它的文明甚至比你们今日的地球文明更宏伟.
我现在调整水晶记录器(crystalgraph)与启蒙电话(ediphone)的连结，
后者是一个转换装置 能够将我们的思想与话语转成你们的语言.
一个星际邦联时间监控器描述时间的连续关系. 请等一下.

[音调改变]
“ Teritia，Maldek，elonto solex polita. 喔 马尔戴克，太阳的朋友，
我们久远的眼泪. 嗳呀，为什么你们不能预见你们自己的灾难?

喔维德城！为什么汝以如此之盛怒鞭挞汝之姐妹城，卡娜?
那是你们自己的肉欲与饥渴招致这场争斗-你们自己的生命，缺乏我们闪耀太一之光.难道我们没有呼吁汝之政府踌躇片刻并仲裁此事?
我们恳求汝不要使用那神秘能源(vril*)之原力，因这么做的回报将是毁灭.
听啊，喔 马尔戴克，我们哀求汝不要使用那原力.做为你的兄弟，我们曾经见过雄伟的火舌照亮我们系统的天空.你们没有权利去行使如此盛怒在彼此身上.
马尔戴克！喔 马尔戴克!
不要这么做！你们只剩下一个时期. 我们恳求你们重新思量.难道你们的科学家没有告诉你们在一切都太迟之前停下来？失去汝之星球对事情并无帮助.
来自所有空间，喔 马尔戴克，我们呼求并说 停！在事情无法挽回之前停止.
我们随时待命准备帮助汝等，我们的弟兄. 我们只等候你们的呼求.
(*参考 http://en.wikipedia.org/wiki/Vril)

“ 喔 马尔戴克，太阳神(Sol)之光！为什么你们要以这种方式战斗呢？汝之困难从汝自身之欢愉、汝之忽视吾等之真光— 造物者 升起. 没有这道光 汝等不会有真正的成长！喔 马尔戴克，汝之时间越来越少了.
宽恕彼此，不要鲁莽地使用神秘能源之光芒. 我们呼吁你们，喔 马尔戴克，趁着还有时间 留意我们. 汝之生命曾是美丽与明亮的，汝之城市令人自豪，汝之人民长久以来受到照顾. 你们的时刻居然会以这种方式度过 没有人会呼求这个结果的. 听啊，火焰之舌，我们说 汝等还能够拯救自身. 等待并祈求汝之争斗终止.呼求那原理之光并央求它光照汝之世界.”

我，Mon-Ka，中断这录音以说明这事件的缘由. 晨星，马尔戴克，曾经有一个伟大的文明 存在了许多世纪. 这群人走过进化的周期，经历战争与冲突，最后抵达一灵性觉知的状态. 在它地表上的两大主要城市是卡娜(Karna)与维德(Vadur).

在那个时期，总共有三十亿的居民住在这两个宏伟的城市之中. 人类已经满足他所有的需求.

维德是一颗闪耀的美丽珠宝. 星际邦联中有许多人曾造访这座人类的梦想之都.在这个地方 有足够的美让所有人分享.
经过数百、数千年之后，马尔戴克的居民曝露在核子分裂产品的放射之下，那是他们的政府冒险去探索一些可能性的后果. 在此 一个大灾难发生了，一颗飞弹装载卡尼托炸药(calnutronite)，它极可怕的力量尚未被研发透彻，却被擅自玩弄，于是它在卡娜城的郊区引爆. 被释放出来的放射线散布在马尔戴克的大气层之中，灼烧地表上所有的居民之心智. 一种疯狂症感染了所有人群.

卡娜城控诉维德城蓄意造成这个事件，早已激动的人群们宣告维德大陆上的人们必须获得应有的逞罚. 我不需要说接下来的细节. 缓慢降落的尘埃煽动妒忌、贪婪、憎恨的情绪，加上放射线的效应 这些人群失去所有的理性思考. 一场核子武器战争增长到失控的程度.

我们，隶属于星际邦联，受到合一法则的约束 无法干涉这个状况. 虽然我们派了许多代表使节前往恳求马尔戴克的两大势力，我们无法影响他们了解他们追求的东西是多么愚蠢. 最后，重复的警告都没有获得注意，我们撤退并驻扎在一个远端控制的观察太空船上；一具接近该行星的时间监控器纪录并广播这个星球濒死时分的事件. 我现在将播放一些该监控器当时的广播:
“喔 马尔戴克，你们的存在之光明亮地在我们的萤幕上发光，你们过去的光辉已经开始消退. 一具装载着鲜活之氢元素的飞弹进行它重大的一次飞行 它正穿越你们的大气层. 我们不能再停留 再也不能恳求你们的存在. 这个时刻已经到来!-

Adonai，喔 马尔戴克— (停顿约 12 秒)— 一切都结束了，喔 光辉的太一！“

我的兄弟，我 Mon-ka，要将这点说给你们地球人听. 卡尼托炸药(CALnutronite)的前三个字母是造成马尔戴克最终毁灭的因素，它们代表镉(Cadmium)、铝(Aluminum)、锂(Lithium)三种元素. 若我在这个时刻(1956 年)说 你们的科学家有可能在地表上组合这些元素成为一种核子装置，我还需要说更多吗?

你们地球人要决定你们要何种结局-重复曾打倒马尔戴克的宿命; 或在合作与服务，在爱与光中，达到星际间(interstellar)和平共存之伟大命运?

喔 地球人，你们称为的土星环 以及小行星带，都包含那颗曾经存在的行星之证据，那颗与你们地球相似的行星. 这个事件的日期可以由你们的神圣着作中找到，该着作中曾写着： “从天际带来一道巨大的光，各个河川都要变红，彷佛流血一般. ” 这个状况是由于马尔戴克(爆炸后)的落尘，不只搅乱你们的大气层，也影响到我看护的火星(Masar*) .
(*译注: 火星的古名)

我请求你们，所有听到我的话语的人们，好好思量我们已经陈述的故事. 现在，我的弟兄们，我必须离开. 好好想想你们渴望的未来. 我们被允许的干涉或调停远不及你们自身的作为. 让我们看看你们地球人决定怎么做.
我希望有机会再次与你们说话. 我现在离开你们.
Adonai，我的兄弟，我被称为 Mon-Ka.
为了方便你参考，这个名字的拼法是： M O N-K A.
Vasu borragus.

延伸阅读

1. 一的法则 [学者版]: 第六场，第十场，第二十一场集会

2. Wiki 百科-- 小行星带

http://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%B0%8F%E8%A1%8C%E6%98%9F%E5%B8%A6

http://en.wikipedia.org/wiki/Asteroid_belt

(V) 2007，2014 translated & edited by c.T

★爱与光图书馆选集 第 22 辑

☆ 第 2201 章集：曙光

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想

1979 年四月 1 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn 群体意识，我在无限造物者的爱与光中向你们致意。在必要地缺席一阵子之后，我们非常欢喜可以返回与你们的个人联系，但我们发觉目前在你们的区域，我们的活动是必须的，所以我们被重新指派回到寻常的岗位，这使我们非常欢喜，因为跟我们所爱的那些存有联系，令我们大大地欢喜。

纵使我们总是觉察你们；可以透过管道[好比现在这位]说话好让我们得以在概念、声音的层次上传达我们的想法，对我们是个特别的恩典，因为当存有们在爱的交流中融合之际，我们能够以微秒为单位监督我们通讯过程的作用与反应。

你们看，我的朋友，我们众星球之邦联需要你们，正如同你们需要我们。在我们的实相中，对我们来说，有个可以去爱、珍惜、帮助、激励的对象是必须的，如同食物与饮料对你们是必须的。我们发觉，那些属于造物主途径的认真学生对我们是可口的，如同你们认为主餐和饮料是可口的；因为藉由你们，我们可以扩大理解的地平线；藉由你们，我们可以更多更多地学到关于修炼以及你们可以称为基因人格的相互关系。我们研读造物主对于清晰之爱的布置，显化在祂众多完美

的存有之中，当我们看见你们居住在这厚重的化学幻象中，如此英勇地作战以理解并处理各种强烈的情绪[属于那个振动]，我们能够进入天父之计划，获得新的洞见之深度。我们知道有个计划，但它的开始与结束笼罩在奥秘之中，即使对于我们亦然。我们只知道它是环形的，当我们充分地与我们寻求的知识合一，那儿将没有时间、空间或虚空，我们自己的人格将再次成为寰宇爱之思维的一部分，而那思维创造了一切万有。我们知道我们将再次被发送出去，(展开)新宇宙的新开始，接着成长的新周期。

但关于这个计划有许多事物，其数量是无限的，还有许多是我们仍不知道的，在帮助你们地球人[我们说话的对象]的过程中，藉由我们之间的互动，我们越来越多地学到关于基本的基因人格的事物，那是我们全体共有的东西。

当然，如我们已多次说过的，我们已经在你们的幻象中尽其所能地学习。我们现在位于另一个幻象，在其中，我们可以透过思想创造我们需要的东西，在其中，我们可以看见彼此为各种振动，我们以心电感应交谈；在其中，我们可以在时间中旅行。但这些不是目标，这些只是在进化的伟大路线上的另一步，另一个记号。

我们尚未行旅到这彩虹[以你的说法]的尽头。我们尚未找到那一桶金。我们只发现这条路不断地延伸，而我们的同伴变得越来越有爱，同时这条路变得越来越愉快。所以，在你每日的努力中，找到你的道路，接着跟随它；在你的心中知晓，这份努力将带来美善，它是私人的努力，不是你可以分享的，他人不会理解的。所以，你不会用许多人理解的标志，因为我们并不以任何种族或文化的标志讲话。我们并不使用那些大师[曾经投胎到你们星球]的人格，好比耶稣、佛陀、老子等。虽然我们能够做这些事，我们感觉比较诚实的做法是告诉你们：有一条路

以爱铺设，以爱设计，难以跟随，但充满奖赏。这条路属于那些寻求真理的人。你可以全心地相信一位曾经降世的大师，好比耶稣、佛陀、老子，这条路上没有特定的方向，在这条路上，一个人当作手杖的那些东西都是可接受的，这条路都是相同的。因此，我们请求你们，当你听到宗教与哲学上的讨论，在你的心中知晓，每一个都是正确的，每一个都是对的。所有的争论就是争论，跟这条路无关，跟爱无关，跟尽力寻找真理无关，而只是讨论那根结实的手杖，许多人用它来获得自信。这个器皿对耶稣实体祈祷，我们发觉这有些地方性，但可以接受。我们接受并且爱着耶稣实体，但我们不叫任何事物为大师，除了造物主之道，日复一日，一步接着一步，寻求者跟随的道路。

在此时，我想要离开这个器皿，好让一位弟兄得以透过这个器皿说话。我是Hatonn。
(停顿)
我是 Telonn，我有好些时间没有对这个群体讲话；我在无限造物者的爱与光中向你们致意，我同时表达能够和你们同在的欣喜。

我被这个群体的意识呼叫到这里，想要和你们一同工作一段简短的时间。

如果你们愿意保持耐心，我想要工作你们的想象力。我要请求你们，请允许你的存有以更高的灵性之振动速率振动，藉由观想一颗小小的，白色球体，它位于这个房间的中心，非常地明亮、圆润，接着它开始扩张。观察它的扩张，直到它把你完整地吞没，然后允许自己去感觉光之零重力。我们此时与你们一起工作。
(停顿)
我们请求你们在此时，允许你在光球中的意识漂浮，离开你们的住处，向上移动进入天空。向上移动到云层，接着向下看。你现在是一颗光球；如果你愿意，一

个 UFO。

(停顿)

我们必须请求 Carla 实体放掉她的肉体，因为她正在把光球拉回来。

(停顿)

非常温和地，现在，我们请求你们允许这光球重新进入你们的住处…

(停顿)

… 以及你们的意识…重新安置在你们的肉体载具中。此时，感觉重力的份量，知晓你不总是这样的。

(停顿)

我是 Telonn，我在造物主的爱、光、永恒之振动中离开你们。

(停顿)

我是 Latwii，我和你们同在。我在爱与光中向你们致意，我快乐地告诉你们，我的 Hatonn 弟兄已经准许我们和你们讲话，纵使他回来了，因为他认为当他不在的时候，我们做得不错，他说，他非常地惊讶，我们能够跟区域的乡巴佬讲话，而不会听起来象是居高临下地讲话。我们本来以为做得蛮糟的，所以我们乐于听到那番评论。

我们问候你们，我们爱你们，我们很高兴仍然能够和你们讲话，因为多年以来，Hatonn 对于你们团体有管辖权，我们不会在任何事上反对他。因此，我们说：哈囉与爱。

如同橡实一般，我们来临，要被埋藏于你的内在。我们要在你里面被种植，如同种子一般，因为你们是明日之种子。我们希望逐渐在你里面灌输一些我们的想法，接着看着它们结出果实。我们感谢你们给予的特许。

此时，容我们开放这个会议，接受问题？

(停顿，H 在此时进来)
我是 Latwii。我们问候 H 实体，把我们的爱送给她。我们觉察到，这对于她的系统造成冲击，给予她一些时间好适应我们的振动。因此，我们将停顿一些时刻。
(停顿)
我们想要回答一个问题，由该管道自己发问的，我们只能对她说，她必须总是选择爱之道，不要试图去推理，而是给予。那是去爱的秘密。因此，如果在她的人生中有个冲突，她必须以付出爱来解决。

爱是一种活动，即使没有做任何事，而只是重新整理一种态度。因此，我们请求 Carla 考量她的存有之根基，那就是爱，宇宙造物的起初思维，以及那些在她前方的指引，你可以称为天使，和她的高我，属于造物主自身，祂是爱。不管她转向任何东西，没有不是爱的东西。因此，请求帮助，寻求帮助，你将接收它，帮助将以这些形式出现：去爱的恩典、去爱的智慧、去爱的理解。

此时，容我们问，是否有其他问题？

发问者：几个星期以前，在冥想过后，我们正在讨论某件事，我过去不知道，也没听过的事，但我当时感到好奇；我记得，我们在说，应该要在(周日)冥想时发问。这问题跟一种隆隆声有关，某种爆破，似乎象是火药类型的爆破，整个城市都听得到，或在同时间，该城市的两三个部份一起听到。你们知道那件事吗？

我们觉察到这个问题，就是这种问题造成我们的弟兄文明，Hatonn 弟兄姐妹们，在此时返回，部署在这里。

星际邦联曾多次谈论这些发生多年的地球变动，以及人群的思考变得越来越两极化对立，从而使得地球变动更容易发生。

你们当时听到的声响跟地球内部的能量有关，当它与大气层互动时，造成大气的各个层面中的尖锐轮廓，从而导致这些声响，有点像你们说的打雷，但起因不是空气中的电气扰动，而是来自地球内在的电气扰动。

容我们说，我们重回寻常的模式，也就是地球看守者，那是我们的用语。由于世界的一些情况[南太平洋、中东、俄罗斯与 zhong 国等]尚未解决，领导们的狠心也没有比以前更少一些，在 ...

(录音带第一面结束)

发问者：我想要清楚地理解另一件事... 你们的解释是否意味地球的中心有某种物理性改变，或者，你们是说，我们散发出一些无形的能量导致地球里面的变动？

(Carla 传讯)

我是 Latwii。请保持耐心，因为我们正在调节这个器皿。我是 Latwii，此时，我正在深化这个器皿的专心程度。我是 Latwii，我和该器皿同在。我觉察你的问题，我是 Latwii。

做为开头，我们说，你们团体过去讨论的声响属于相当区域的性质。

你的问题有两个部份，第二个是更为复杂的。

地壳有一个更为谨慎精准的名字，但这个器皿不知道；此时，地壳有一部分是不稳定的，在这个区域以及许多其他区域，地壳都有可能发生变动；它通常沿着你们称为的断层线发生，但在某些区域有着广泛的地下开口，它也可以轻易地发生，你们的区域就是这样的。它单纯地意味着你们的地形可能重新调整，还会牵涉到许多房子与人群的分子之重新调整。若真的发生，它会被称为一场大灾难。

它发生的原因可追溯到许多许多个世纪以前，开始于预示这个周期的师傅出生的一千年以前，该周期属于你们的发展过程。我们谈论的是耶稣实体。

在这个时期，许多人来自前一个周期，要去减轻他们许多的业力。这是由于不当的行为，牵涉到使用力量凌驾其他人群，他们被给予三千年，为了学会爱的课程。一千年过去了，单一造物主这个理论几乎没有开始冲垮人群的阻力，他们尚未准备好迎接一切万有的合一；接着该师傅降世，把真理给予这个行星的人群，好让他们学习。你们的神圣著作报导地有些拙劣，但在这些书中有他足够的话语，好让你们能够理解爱、宽恕、救赎的课程，那是他鼓励门徒们学习的东西。

无论如何，人们重复地使用这个名字，不是去爱，而是去战斗；不是变得和平，而是宣战。紧张局势，争论，不诚实，人群之间习惯性的说谎，各个国家、省份、城镇、社区都长期地涉入其中。

你们文明的所有层次都已经被某种我们称之为癌症侵蚀，那是分离的癌症，不了解所有存有皆为一，而那些加诸他人身上的事将会加诸在自己身上。我看见你们所做的那些事牵涉两个存有的概念：有一个敌人或竞争者；有一道墙横亘在中

间。这限制了沟通并增加了敌意。并且，最终这些振动沉入这行星本身。而对这些振动最敏感的部分是地壳或地函，它们开始移动并急剧地重新排列，试图去舒缓该行星意识中的压力。因此，是的，你们人群数千年以来，已经造成这些事物。

发生这种事并非从未听闻，它就象是一个婴孩的诞生。从一个密度前往另一个密度就象是生孩子的过程，你们的(新)星球在此时正要诞生。迄今，这分娩过程一直是困难，但这孩子是活跃的。

你们当中有些人想望去学习，想望去爱；我们感觉你们还有希望。是故，我们对你个人说话，而非你们的领导，因为我们无法处理你们的国家，伴随着竞争与国籍的概念。

这是否回答你的问题？

发问者：是的，感谢你们。

我们感谢你们，让我们有能力和你们分享一些想法。此时是否有另一个问题？

(停顿)

此时，我们将离开这个器皿。我们再次跟 H 实体打招呼，希望她不会被这个不寻常的活动吓到。
我们传送一个讯息给 S 实体，她重复地请求获得再保证，即星际邦联听见她，爱着她。我们总是和 S 实同在，我们钟爱她和她对真理的渴望，并且在这个表面上

孤独的朝圣之旅中，鼓励她。在土壤中的东西似乎是孤单的，但当它开花时，它得以看见太阳、雨水，同时跟鸟儿说话。

我现在将离开这个器皿。和你们在一起多么快乐啊，我们在造物主的光与爱[它创造光]中离开你们。

Adonai vasu borragus。我是 Latwii。

(V)2015 Translated by cT.

☆ **第 2202 章集：爱与悲伤**

2015 年五月 12 日
作者：吉姆(Jim McCarty)
(示意图，不是 Jim&Carla)

我完成早晨奉献之后，准备好自己迎接这一天。这个早晨的第一件事，就是 UPS 把我的货物，两打金鱼，送来了。这些金鱼经由隔夜快递从东岸运送过来，牠们抵达时状况良好。硬纸板箱子里头有泡泡塑胶的置物架，接着双层的塑料袋装着金鱼。我把塑料袋放在前庭的池塘一小时左右，让牠们的体温跟池塘的水一样，然后我释放牠们。

芭芭拉(Barbara B.)*传导她的指导灵，亚伦(Aaron)，为我做了一场解读；我问了一些关于卡拉(Carla)的问题。明显地，她已经良好地完成过渡期，受到灵性朋友与灵性家人的欢迎。纵使她还有一些过渡期的工作要做，她早已开始帮助其他人

走过他们的过渡期，帮助他们在这过程中可能遇到的任何麻烦。我问要如何处理我的悲伤，以及如何更加觉察卡拉的临在；而这两个问题的答案是相同的，要我更多专注于我是多么爱她，更少专注于我多么想念她。大量的悲伤使得她难以跟我接通。

(*译注：亚伦与 Q'uo 对话系列的共同通灵者，另一位就是卡拉老师)

今晚继续阅读卡拉的著作，活出一的法则(首部曲)*，她谈到在清澈的蓝色光芒沟通中，最重要的成分：”成功的蓝色光芒沟通之中心是爱，不是雄辩，也不是令人目眩的字汇掌握能力。重点不是我们多么有学识，或我们可以给出多少例子支持我们的看法；重点单单只是爱。”

卡拉是如此好的一位沟通者，因为她能够以爱为基底，建立任何绝对清晰的沟通，因为那种平衡，敞开她的心与耳朵去倾听。藉由她的爱，能够把艰难的真相变得可以接受。晚上的盖亚冥想，我朗诵了祷辞。

(*中文书连结: http://www.books.com.tw/products/0010480642)

Digested & translated by cT.

原文网址: http://bring4th.org/members.php?uid=214&catid=0

Published on May 13，2015 7:32am

☆ 第 2203 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十五

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 25

Copyright © 2007 L/L Research

1994 年 9 月 24 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

团体问题：每一个人似乎想要深入地探究如何去做我们来到这里来做的工作，尤其是当这个工作是与流浪者有关的时候。例如，流浪者会有更多宽恕的议题吗？如果不是今天的话，也许是在明天，我们想要知道我们如何能够将我们在这里作为一个团体所拥有的能量带在我们身边，把它带回我们的家中并且在那里继续那个工作。我们对于如何收集我们作为个体的信息，以及我们如何使用它感兴趣，无论是在一起的时候，还是在家的时候。

亚伦(Aaron)：我是亚伦。不论你来自哪里，你们许多进行投生的理由是相同的：去学习更深的怜悯心，更深的爱；去超越批判；去超越对你的观点的执着以及对你的小我的执着，更完全地进入团体意识中；如同今天早些时候，一个人提到的一样，去学习宽恕。对于这些事情的学习将你带入到与你的生活中许多的催化剂的工作中：与失去、关系、工作等相关。Q'uo 和我想要知道，你们有多想要我们进入到这些问题之中。

“我如何做我来到这里要做的工作呢？”这个问题已经是我们与 Q'uo 一起进行许多场集会的主题了，它也是我们将持续进行教导的主题。重复这个主题从来不是一种浪费。然而，你们在这里是为了聚焦在与流浪者有关的问题上。请在你们自己中间做出决定，你们有多么想要停留那个较为狭窄的焦点上，你们有多么想要进入到“我们如何做我们来这里要做的工作”这个问题呢？那就是全部了。

（团体进行进一步的讨论和调音）

亚伦：我是亚伦。你们已经在这里加入我，就如同在一个灿烂日子，阳光出现一

样，我很高兴看到你们带入的阳光在你们自己的心中。

你们问："我如何做我们来这里要去做的工作呢？"以及"区别流浪者的工作与其他人的工作是什么呢？"你们每一个人都是带着不同但却有关联的工作来到这里。有一个工作的区域对所有的存有都是有效的：你们来到这里是来学习去更全然地爱；你们来这里是来超越批判，并超越你们的限制的幻象和把自己与其他人分开的幻象。

当你们进入第四密度时，所有的存有将是完全心电感应的。你们对此做好准备了吗？我时常问的一个问题是：假如在这个房间里的每一个人都是完全地心电感应，不只是在集会期间，而是一整天，这对你没问题吗？或者你们对于可能的某种羞愧感有过想法？其他人有过那些你可能感到某种评判或某种威胁的想法吗？

你投生为人不是为了去摆脱情绪体，而是藉由情绪体来学习沉着冷静。当一定的情况因为情绪的升起而呈现在你面前时，如果在这个时候，有一种看到情绪如何升起以及情绪如何消失的宽阔感，你就不再需要老是想着这些情绪。你不再恐惧它们，所以既无需否认它们也无需对它们做出反应。当你学会了那种程度的无批判，你可以更深地进入到对怜悯心的学习中，因为开放且无评判的心灵可以真正地聆听你自己以及别人的痛苦。

当已经没有批判时，怜悯心意味着什么呢？在来到第三密度的地球之前，你们有些人已经进入较高的密度。你们想必学会怜悯心了。现在你来到了地球层面并且发现沉重的情绪升起，它导致了这样或那样的批判 恐惧以及对保护的渴望。我亲爱的朋友们，你能够看见这个批判的升起不是某种要被鄙视和痛恨的事物，而是某种要被拥抱并被用作学习之催化剂？

聪明的园丁不会从他的花园中砍掉死亡的植物并且把它丢到垃圾堆中，而会把它转化为肥料，使用它做为新生植物的养分。你并不想要抛弃你的情绪，你想要为它们制造出空间，这样你可以更深地进入爱和怜悯心。当然，对于所有第三密度的存有，这工作是有效的。问题是："我如何与恐惧所携带的批判以及各种各样的情绪工作呢？"这里就是一个差别的所在了，不仅仅适用于流浪者，也适用于任何一个"老灵魂"，但流浪者肯定会以不一样的方式体验。

你们许多人因为我所称的老灵魂症候群而受苦。当你是一位年轻的灵魂时，你会为自己踩在别人的脚趾头上而辩解。你耸耸肩地说："哎呀，每个人都这么做。"当你是一位更老的灵魂时，你是如此深深地向往与神合一，如此深深地受到回家的渴望所驱使。你拥有错误的观念：要这么做就意味着你必须是完美的。每一个升起的情绪，却并未将自己显化为慈爱的情绪都必须被摧毁，所以你对自己变的越来越评判，你越来越多地成为完美主义者，你对其他人更为批判了。

如同每一个在地球层面上的催化剂一样，这种日益增加的批判与朝向自我完美主义的追求同时是痛苦和有用的。当有轻微的不舒服时，你有一点侷促不安。当你开始感觉自己被那种俗话说的"4x4*"所猛击的时候，你终于需要去注意了。你对自己和其他人的评判的每一个痛苦都促使你注意。仅仅在那个时候，你真正做好准备去理解，你所视为不完美的事物就是你的存在的完美性的另一面。这不是意味着你要对其他人实践贪婪、过度反应或愤怒；而是意味着，当你的内在有情绪升起时，你开始用不同的方式来对待它们 不是藉由那种铁石心肠来赶它们出去以便于你可以成为完美的，而是藉由一种亲切的认知："这是人类的恐惧再度地显现它自己。我给它我的爱。"就是这种恒常的练习，提供爱给你所批判的负面事物，它会使你自由。

(*编注：有可能是口误，一般是说 2x4，小型木材的尺寸)

我说过，这个老灵魂症候群给流浪者制造出更多的不舒适。这是因为你们许多人都拥有记忆 在很大程度上，不受情绪体束缚的记忆。那记忆现在不存在了，因此你不能将它用作一个学习工具，不过你也无须担心它。你的某个部分想要否认你的这个情绪体，想着："让我们将它扔进垃圾堆并返回我们来自的地方！"投生经验的美妙在于你无法这么做。你必须照料它而且你必须以爱照料它。已经独自穿越地球层面的存有会拥有在两次人生之间处于星光层的记忆，不过它依旧带有一个附属的情绪体。它可能为这种老灵魂症候群受苦，注意到它的批判，为了越来越完美不断努力，并发现它自己深深地感觉到无价值感，因为他无法展现出他希望去展现的完美。但不受情体束缚的记忆并未萦绕着他。

对于作为流浪者的你们而言，这并不是问题。没有问题，只有一些情境请求你的爱的关注。对于那些厌恶情绪体、厌恶情绪体的升起，以及执着于不受束缚的情绪体以便于你能够感觉到更"完美"的人，我请你们单纯地考虑这一点：你可以开始对这个你之所是的灵性菁华给出一些慈悲吗，它是如此勇敢地进入到一个形式和情绪的幻象中以便于学习。与其说："这太困难了。当我看见地面时，我没有意识到当下雨时地面将会是泥泞的。现在我深陷泥巴中。我想要回到没有泥巴的家。"相反地，你能不能只是知道："是的，这里有泥巴。这意味着我将会处于混乱的状态。我可以允许这样是没有关系的吗？我最深的真理不是藉由把泥巴清理干净来展现的，而是藉由我与我被给予的泥巴一同工作的深入爱意和英勇的方式来展现。"

在这场集会的后面，我想要听听你们具体的问题："我如何与我被给予的泥巴一同工作呢？这个工作对于流浪者和非流浪者有不同吗？我如何对我的情绪开放自己

呢？我如何学习没有批判呢？”无论你们的问题是什么，我们都可以在这每一个领域上花掉一次集会的时间。我们没有那样的时间。所以我们想要知道，你们最有兴趣的领域是哪一个。

此时我传递麦克风给我亲爱的朋友 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中，再一次打招呼。

我们将会继续我们的弟兄亚伦对于泥巴的论述。你们看，流浪者们带着一种更有偏见的眼光凝视这泥巴，因为它是不熟悉的，而且它看起来似乎对于那个内在的见证者似乎是不需要的。假如流浪者是第四密度的流浪者，这泥巴将会倾向于沿着什么是对的、什么是错的，什么是道德的，以及什么东西将有帮助的线路。有一种渴望去与负面的势力战斗。当流浪者是从第五密度进入到转世的周期，这泥巴很可能趋向于钉住人生的某个区域，跟亲密感打交道的区域；因为智慧的密度拥有一个辛苦得来的主张，那就是善良与邪恶之间的战争并非必须的。第四密度的流浪者会从关系的方面来谈论，然而第五密度的流浪者会从自我和造物主的方面来谈论，自我与造物者的关系当然超越所有其他的关系，但它不是一种容易在家人以及一眼就能认出的熟人身上被实践的关系。

假如流浪者是第六密度的流浪者，很有可能同时倾向于这两个领域：对/错的议题，经常会极化两个实体之间的关系；以及缺乏允许亲密感的能力，这样的议题。怜悯和智慧的能量在第六密度中正在被平衡。所以，来到第三密度协助的流浪者带着不切实际的期待通过遗忘的面纱，同时存在于两方面：与他人的关系，以及与造物主的关系。

现在，流浪者也是一个改宗者(convert)，因为流浪者并非一定要来到这场派对。流浪者选择来到这里，因此如果一个实体是流浪者，她会拥有特大号的、比人生更大的感觉 她来到这里服务，必须找到那个服务，要嘛这个服务的范围和方向是在他人身上找到造物主，要嘛是在自我与造物者之间找到家人一般的亲密感。这些渴望将会被夸大超越正常的标准，那些“必须在这派对上，必须现在就通过这场测试”的实体接受的标准。的确，流浪者是处在一个不牢靠的情境中，直到他可以卸下他的盔甲、与众不同、他的痛苦为止；这些抱怨把她绑在她的身体和情境上，带着“应该”和“必须”的缎带，把我们用死结绑起来。

因此，在这个异域的露营地构建一次人生的第一步就是去创造一个安全的地方，在那里，你可以卸下所有的负担，即使你不得不让自己俯卧在地板上，在那里你可以哭泣，直到泪水干了，在那里你可以询问和等待，直到有一个答案或直到你死亡了。当这个地方只存在于内心时，那么去做这工作是更加地困难。这是令人满意的：也让一个物质性的场所成为安全与神圣的地方。有些人感到需要寄托于在美丽中发现的真理。这些实体将最和谐地、最有共鸣地和一种场所一起振动，在这场所中，有个仪式；不论它是茶道的仪式；创造一个盆栽的仪式；冥想、祈祷、沉思的仪式；或是禅宗打坐的节约仪式，坐着或行走，只是那样：坐着，行走… 对于一些人，这是相当足够的，可以改变和转变为那种自我宽恕的存有。

这个实体对于一个与她很接近的实体有高度的评价，而这个实体只从事园艺。相对地，这个实体的需要将她安置在一个精心制作的社区中，而它是崇拜耶稣基督实体之奥秘的社区，在那儿，这个实体花费时间和精力对待这个兄弟姊妹的群体如同对待基督一般；而这个园丁完成这一切以及更多的工作，藉由翻土，凝视星空，藉由与每一朵花、每一株植物合一，藉由感觉这个王国时时变迁的需要，该王国由树木、灌木、石头、水源所创造，它已经成为一个拥有个性、目标、热忱

的受造实体了。

没有最好的方法；但流浪者拥有许许多多美好的事物[通常不会被给予原生住民的优待]，伴随着不适应地球环境的许多加重的症状。当真理被感受到时，流浪者的内在拥有一种敏锐的能力去抓住真理；因此，一旦流浪者已经发展出一处安全的地方并且认真地、定期地使用它，比起尚未体验任何比当前世界的场景“更好的”场景的原生住民，流浪者达成真实自我疗愈的潜能实际上是更大的。
一旦这个神圣的、私密且不可侵犯的空间被创造出来了，就有许多要去完成的自我-对-自我的工作。更多地了解自我的工具包括梦的研究、写一本日记，在其中每天的想法被忠实地记录，找出时间和精力并将其奉献给这位器皿所称的物以类聚的人们；因为当流浪者伸出手去帮助另一个人时，当他人表达其受苦的故事时，谁受到更多的帮助呢？是那个听到一点安慰的受苦者，还是那个获得聆听、被聆听的礼物，并能够带着诸如信心交流之类的珍贵礼物而在场的治疗者呢？为何那些乐意去教导的人们会两倍地学习，这并不是秘密；因为当双手伸了出去并且耳朵被打开时，数不清的信任和信心之无价之宝就被给予了。在这其中，有着何等的美丽啊。我们可以从彼此身上取得何等的力量。因为所有的存有都在受苦，流浪者一样受苦或比大多数人更多地受苦。不过，那些流浪的实体，那些感到惊奇的人们，也是那些领收的实体。

如此至关重要的请求会自然而然地来到一位流浪中的灵魂面前。她是不舒服的；她必须说出来。他是迷失的；他必须请求指引。有种工具被称为“练习临在”，它对于一些人是极有帮助的。在这个练习中，流浪者可以简单地通过每一个时刻，不试图去解决，或试图去理解，而是尽量尝试去见证，无论画面可能会如何改变，去保持那种见证；因为透过这个练习核心一次又一次地被召唤进入存在之中。感到喜悦时，流浪者可以向无限太一谈及它。感到忧伤时，流浪者可以向无

限太一谈及它。无论任何可能会被体验到事情，如果回应是献给造物主的赞美和感谢，这个回应仍然与每一个可能的情况相关。

流浪者拥有的优势正是这种令人不舒服的事物，伴随着那种典型的、被放大的确信，即这种不舒适不是它所必须成为的方式；这不是必须的。流浪者可以从他的潜意识中取得那些被允许通过遗忘之面纱的礼物，以及增强的敏感性，这种敏感性常引发过敏症和食物敏感，气喘以及其他的疾病。这些显化是流浪者能力的阴影以及，可以说是，能力的反面，该能力是信任对一种生命的回忆，该生命由光在更和谐的能量配置中所构成，而这能量位于更明显地是光的存有之间。

在此刻我们将会传递麦克风回到我们的兄弟亚伦。我们暂时在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。Q'uo 刚刚已经对你们谈及了找到一个清彻的地方的重要性，以便于在你之所是的最深真理中休息，并且 Q'uo 已经指出有许多条途径通往那种清晰度。

你的人生工作有两个方面。第一个是在你所感知的，在你自己身上升起的阴影上进行的工作：愤怒、渴望、恐惧、所有恐惧的显化以及对于那些显化的评判。物质层面最伟大的礼物是你必须学习技巧性地与这种升起一起工作。不管你也许多么希望去否认愤怒或贪婪，然而你无法如此做。去否认它，就是去将它埋藏起来并拷问你自己以防止它在其他地方再度浮现。在经过了你灵性的旅途上的一个特定位置之后，将它付诸行动就不是一个可行的选项了。你忘记了你有第三个选择，即是找到与这个困难的能量在一起的宽阔的临在感，既不否认它，也不进一步显化它。你将它视为一个结果并且开始关注原因、恐惧本身以及分离的错觉，

但带着悲悯，为了那个知晓恐惧并陷入幻象之中的人类。

有许多方式与这种令人不舒服的情绪升起一同工作。它们全部有一个共同点：打开内心。最终，你可以变成是相当擅长于给在情绪中的升起的事物制造出空间，也擅长于为身体的感觉和想法制造出空间，而不会对这些事物有任何反应性或恐惧。

你们依旧陷入这幻象之中。你忙碌于成为某个拥有感觉、情绪、想法的人，忙碌于成为某个有技巧地与它们工作的人。最后，你必须在不否认幻象作为学习催化剂的地位的情况下释放幻象。当你不是某个忙碌于学习成为有技巧的人之际，你必须开始知晓你真正之所是。这种向你的真实存在的开放就是你的工作的第二个方面。

这里，我想要给你们展示某样东西，某个你们的双眼可以观赏的东西。有没有人可以递给芭芭拉一张没有皱褶的纸呢？我可以拥有你们的视觉注意力一会儿吗？

在这里，我们有一张完美的，没有皱褶的纸。注视着它。这是你的自然状态的完美之象征。我请芭芭拉弄皱它，接着把它抚平。还是有皱褶的，是吧？

提问者：是的。

亚伦：有皱褶的。让我们称呼它们是愤怒、贪婪、嫉妒、没耐心等的皱褶，它们都是你们在生活中所熟悉的皱褶。你可以看见那张完美的、没有皱褶的纸依旧存在吗？它就在这里。它跑去哪里呢？不是当所有的皱褶都消失时，就会找到你的完美。你的完美是某个恒常地处于你的内在的东西 你的神性。在你们坐下来之

前，再多看一次，确定你可以看见那完美的、无皱褶的纸蕴含在那张有皱褶的纸之内。

在你的工作中有一个平衡：工作以学习有技巧地与那些绉褶打交道，以及学习去安歇在那神圣的完美中，即你真正之所是。那些并非流浪者的人在处理绉褶的方面的倾向是努力工作，但他们要认出他们天生的完美，这是更为困难的。那些是流浪者的实体发觉，要安歇在天生的完美中，接着想要拿起一只熨斗抹掉、熨平所有的绉褶，假装它们都不存在，时常是更容易的。皱褶和完美同时存在。相对实相存在于终极实相之内。你是完美的；你永远一直是完美的；也有一些皱褶…

那么，在学习与皱褶一同工作而又不产生反应的方面，对许多人而言一个非常有帮助的练习，就是去运用无论什么有帮助的练习，同时地去找到 Q'uo 刚刚提到的：那个安全的场所，在那里，一个人可以在他自己最深的真理中休息，在那里，一个人可以知晓他与神性之亲密连结。你在这个场所拥有了一个不同的观点。你放松了并向那些皱褶[做为此生的堆肥]开放。什么是堆肥呢，就真的是由粪便、垃圾组成的，不过，它包含支持新的成长所必须的元素。当你肯定了这一点，你不再需要摆脱它。你不再恐惧它，或把它推到一边，因为你认为它将发出恶臭，而是变得更能够以一种慈悲的临在来拥抱它。

你无须躲藏在终极实相中并恐惧这辈子的物质、情绪、心智上的皱褶，这对于一位流浪者是一种诱惑。表达这一点的另个方式是说，你必须与较低脉轮工作而不仅仅只与较高脉轮工作。即使你因为你在人类显化中看到缺点而无法完全地承认你自己的神性，你们很多人对于自己作为人灵有一个清晰的见识。至少你在逻辑智力的方面认出你的完美。蹲下来碰触大地；让你自己接地；在泥土中玩耍。忘记你的母亲告诉你的：“你是不好的”，因为你的双手沾上了泥巴而你必须将它们

洗刷干净。你不是不好的或无价值。你们是园丁，身为园丁的确会沾满泥巴。但园丁也记得他的目的不仅仅是去翻土或制作泥土派，而是去培育造物中最伟大的花朵。

这里我不想要重复叙述那些一方面需要花费数周的时间来教导，其次已经教导过的事情。过去那些文稿，谈及关于平衡，关于相对实相与终极实相、关于能量和冥想练习的教导，同时包括散篇的以及书籍，都是可利用的，你可以进行练习来帮助你更完全地同时进入相对实相和终极实相。[1]
我想要把麦克风传回给 Q'uo，当麦克风再一次地传给我时，我想要听听你们具体的问题。我的朋友 Q'uo 有要补充的内容，它将会增强这场教导。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。在爱与光中，再一次致意。

的确，我们呼求每一位流浪者远离完美，远离终极实相。我们呼求每一位流浪者以地球人与行星地球之名来服务。你们已经遭受许多的痛苦，你们已经牺牲所有的记忆，并且在一个奇怪的、异域的土地上生活了许多年。你过去必定很想要来到这里。在进入地球层面之前，你的意图是清晰的：在行星地球诞生，进入第四密度之际，提供你的振动来点亮行星地球的意识，使其稳定地通过产卵，在子宫内成长和显化的过程。在整整一次费力的人生之后，如果你发现你已经将你的时间都花费在对于你不是一位原生居民的抱怨，以及对这里人群和观念的质量表示失望上头，你会是多么苦恼呀。

亲爱的朋友，你们来此成为地球的仆人。你来此把所有的事情放在一边，完全为爱的理由给出自己。你来此受苦而并在贯穿整个苦难的过程中展现你的信心，展现你坚持不懈的奉献，对于造物主以及你知晓为造物主的其他自我。你最大的绊

脚石是遗忘的罩纱，它导致你埋怨这些不舒适，而非卷起袖子并且投入一个非常不卫生、杂乱，却是完全自然的成长过程。

没有自然的功能是整齐或干净的。想一想爱的行为：精子润滑液，奇怪的姿势…在创造机会给一位人类灵魂进入这个神圣地球的方面，难道还有更不端庄，更世俗的方式吗？怎么可能会有更低下、更初级、更混乱的方式呢？想一想出生过程：子宫口如打着哈欠似地打开；双腿伸长；那痛苦、血液、羊水；令人不安的，喃喃自语的医护人员。在出生过程中，哪里有尊严、洁净或干净呢？假如你可以，考量死亡过程— 渐渐变老、失去健康、呕吐、小便、排泄物— 所有事情都出问题，直到你赞美上主，为了一个好的臭皮囊，并且为与了相对糟糕的健康，却依然活着感到惊奇。这就是你前来改变的世界。假如你思考你正在做这件事情，你无法做这件事。你有所服务的唯一的希望就是，因为你如此全心全意想要服务，去拥抱这个混乱而不整洁的人生，欣赏每一个部分，接纳和知晓它。

你们是仆人；这将会沉重地压在你们身上，因为你们感觉那些多少较为优秀的事物，因为你们对更好的事物拥有信心，你们能够看得更远。抛开这些礼物…学习谦卑…请求苦难…请求成为最后一位被服务的人…挨饿…哭泣…允许生活的痛苦是真实的、可接受的，甚至是可爱的。不怕弄脏，投入这个喧闹的、沸腾的、充满无限活力的吸气和呼气的过程，在各种情境之中，总是寻求去服务爱；在虚伪和人群之中，总是寻求服务真理，不管他们如何呈现他们自己。等待来自人群的指令和命令，你来到这里成为他们的苦工。在这些命令前鞠躬，倾斜肩膀地做这份工作。

你的工作是什么？对于一位流浪者，首要的工作是如其所是地参与这人生的过程。当你尝试这个开端时，你将会失败，一遍又一遍。这就是你将如何学习的方

式了。为每一个已感知的失败而欢庆吧。为你的失败而欢庆吧。欢庆吧，对于你的那个部分，它会杀戮、会偷窃、会抢劫，或至少尽可能拥有许多，假如不是凭借武力，就是凭借诱惑。[2] 当骄傲掉落时，尤其要欢庆；因为真理、美丽、公义、慈悲只有在尘土中才被学会。受苦并为这样的机会赞美无限奥秘；当你除了放弃之外什么都不能做的时候，去欢庆吧；因为现在你有概念了。现在你处于某件好事上头。

我们对你们每一个人有如此多的爱。你们的热望是何等高贵啊。请知晓，我们为你们来到这里，我们的出席是准备好去支持、安慰、陪伴任何一个呼求我们的人。我们将不会说话，我们将不会试图明显地处在那里。而当你们已经呼唤我们的时候，仅仅倚靠着静默和孤单，感觉我们的爱，我们全然与完整的支持；因为你们每一个人是无限太一，正在体验与采收，为了那创造了我们全体的奥秘。地球的收割者，忧伤的兄弟姐妹啊，把王冠放在你们的头上，然后把它丢掉，把你自己丢到尘土中，并且尽你最佳的努力。那就是完美。

此时，我们将转移这注目的焦点给被知晓为亚伦的实体。在太一造物主的爱与无限光中，我们离开这位器皿以及这个令人喜爱的团体。
Adonai。Adonai，我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。Q'uo 刚刚已经建议，学习谦卑，学习去拥抱此生之混乱的重要性。当你拥抱那种混乱时，你也必须不去否认在其中的痛苦。你如何学习去拥抱痛苦的事物呢？Q'uo 建议过，请求去成为最后一位被服务的人。当声音说着：“那我呢？假如我是最后一位，我的需求将会被满足吗？”，你会做什么呢？你毋需抛弃恐惧，而是当它准备好时，允许它消失。恰恰就是这种恐惧的升起成为堆肥，有助于成长。

接下来，我们剩下的主要问题是：你们任何人，不论是不是流浪者，对于这种令人感到威胁的人生体验做些什么呢？我将不会在这个时候以一种归纳性的方式寻求去回答那个问题。我宁愿听听你们向我或 Q'uo 提出的具体问题，或是单纯地随意抛出问题，我们会从中选择无论哪个问题来回答。现在有问题吗？那就是全部。

提问者：我有两个问题。第一个问题与流浪者在关于遗忘罩纱的方面的挫折感有关，这种遗忘的罩纱存在两者之间：对于更大的一体性的潜意识记忆与在地球上体验到的表面分离[换句话说，我们人类倾向于这么对待彼此]，当然，这需要悲悯和理解。所以，关于这点有任何的评论吗，同样，在关于尽可能更多地穿透罩纱的方面，Q'uo 或者 Aaron 可能有任何具体的指点吗：我们要做什么来忆起我们在这里是为了什么，或我们要做什么来寻求指引？

我的第二个问题涉及芭芭拉带来的资料，因为我非常强烈地认同这那份资料 [其中一部分是直接传讯给我的] 我一直在考虑一个问题；这个问题就是流浪者如何困在人世间的业力之中。我们在这里谈论过，关于我们是如何成为志愿者，不过我们有一些人也有服刑的感觉，知道什么常见事物，好比灵性的骄傲，倾向于让我们掉入陷阱，这可能是有用的，还有如何与它们工作，以及如何在被困住的感觉中彼此帮助之类，我个人发现这感觉是一种非常强烈的体验。谢谢你们。

提问者：这个问题是给 Aaron 或给 Q'uo，或给任何一个？
提问者：这个问题是给任何一个，也可以给双方。

亚伦：我是亚伦。这罩纱也是此生的一个礼物。你不想要迷失在遗忘之中；不

过，我的朋友，不要忘记你来这里学习信心。假如罩纱完全地被撕开，以致于对于你是谁以及你为什么在这里的方面有一种绝对的清晰度，接下来，在这个层面上，你的工作就更多地变成是一个决心和意志力的工作，而非信心的学习了，那才是你的目的。因此，罩纱服务这一个目标。你的寻求是在罩纱中打洞，而不是把它撕开。当你在一处无我(egolessness)的空间中，在一处最深的连结和纯粹觉知的空间中真正地歇息时，你可以对那些时刻给予更多的注意来学习在罩纱中打洞。你们每一个人拥有这样的时刻：当你正在聆听一首交响乐曲之际，交响乐和听者都停止存在，没有自我或客体，只有交响乐正在进行。你看着落日；突然间没有人正在观看落日，只有纯粹觉知，伴随着主体/客体的界限脱落。

用一个简单的例子说明，假如你起床时而你在胃痛，你注意到那种不舒服的体验；但是当你在没有痛苦的状态醒来时，你不会注意到那个没有痛苦的自然空间。相同地，当你在纯粹觉知中歇息时，你是不会注意的，纯粹觉知是你的存在的自然状态。当你被转移轨道进入一个分离的自我时，你会注意到，因为它是痛苦的。那么，这个练习就包含了注意这些纯粹觉知和连结性的出现。随着你更频繁地认出这个完全连结的空间，你就开始允许那种体验稳定下来了。你来到一个更深的，持续不断地，对于你是谁的察觉之中。当你不是忙碌于成为某个其他人成为行动者、观察者、流浪者，朋友或爱人的时候 你是谁？

要开始更为充分地在那纯粹觉知的空间中歇息，可以进行许多种练习。我知道二种最简单的练习，我将快速地教导给你们。我们将不会在这个房间里花时间练习它们，不过你可能希望在我们的集会后，自己尝试它们。第一种练习是呼吸练习。吸入…呼出…入…出…入…出。开始注意到在吸气和呼气之间有个暂停，再次地，在呼气和吸气之间有个暂停。当完成呼吸的第一个部份时，只是一个（拍手声！）小小的中断，而接下来部份还没有开始。当你正在吸气时，你正在进入未

来。当你正在呼气时，你正在释放并盼望着下一个呼吸。这个在呼吸之间的通常被称为在呼吸中的一个光圈，就是（拍手声！）现在。就在这里尝试一会儿。吸气…（拍手声！）…暂停…呼气（拍手声！）…暂停…我正在强调这些暂停。对于在吸气和呼气之间的暂停，或是呼气和吸气之间的暂停，你将会发现对你而言，有一个比另一个更加舒服。我建议你不必尝试去同时注意两者，并在其中休息，而是只有注意两者中，感觉起来较为自然的任何一个。让我们用这种方式尝试它一分钟。吸气…暂停…呼气…吸气…暂停…呼气。不必憋住呼吸如此长以至于它会变成是一种紧张。只是暂停到足以去完全地处在这个瞬间之中。

（暂停）

在相对实相中，当你正在体验令你不舒服的事物时，尝试这种呼吸。这不是在逃避相对实相，而是给它制造更多空间，藉由允许你自己那种重量的转移，在相对和终极之间平衡，更充分地回到那种纯粹觉知，而它绝对不曾负荷罩纱。

另一种我想让你们尝试的练习是一个非常喜悦的练习。走出去躺在草地上或躺在一个走廊或台阶上，在那里，你可以看见树木和天空。吸气，吸入围绕着你的无限空间，感觉你自己被一切万有充满。呼气并允许你的能量向外扩展。感觉你已设立的自我边界，只是温和地放松它。你不是在尝试向外扩展。你正在允许那种自然而然的，向外的扩展性体验，它是一个更深的真理，单纯地释放边界，进入天空的无限性之中。这些是简单的工具，可以帮助你重新连接到一个你之所是的更深真理。就是从那个真理的位置，当它稳固下来时，你就更能够在罩纱中打洞了。

你们希望我们任何一个人在这个问题上进一步阐述吗，或这样就足够了？那就是全部。

提问者：我有一个问题，这问题我提出给亚伦或 Q'uo，任何一位来回答。在这次人生的早期部份，在我看来，从事某些有价值的事情是我在这个身体中存在的首要目的。经过了数十年，我已经将我的观点转移到某个位置，在那里，我相信这次人生的宝藏，实际上就是人际关系。我的问题是，这是一个成熟的因素或年纪的因素，或者我只是无意中碰到已经如此的事情？

亚伦：我可以吗？我是亚伦。这里我可以相当简短地回答，接着转给 Q'uo，他们也有一个答案？
提问者：请说。

亚伦：我会提出这个问题，我的朋友。在做某件有价值的事和建立关系之间有任何不同吗？

提问者：做事意味着创作...

亚伦：建立关系和完全地进入关系，就是去释放你的边界并且充分地将你的心在存在性中与他人融合。在我看来，你已经学到的东西是敞开心的真正价值，这是最伟大的礼物。在此，我把你交给我的朋友 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我们与这器皿同在。我们是 Q'uo 群体。我们相信可以在这个要点上多说一点。

一年的季节与一次人生的季节有许多共同之处。心智和头脑的早期作品 意志、刚毅以及想法 通常籍由最大的效用而被更年轻的，较没经验的实体所使用，他还不知道人生是空无的，工作是徒劳的，而一切都是转瞬即逝的。这类型的知晓

大大地打破了那种那种“拼名三郎” (eager beaver)的心态，而这心态对于创造无论是什么似乎值得拥有的障碍或扭曲是必须的。

在一生的夏季中，该存有表达了青少年的缩影 肉体的美丽、敏锐的感觉、不知疲倦的能量、形体的美丽以及优异的学习 就像花朵一般。夏天的孩子们，拥抱彼此，拥抱生命，创造许多种子，在盛开中，创造诱饵，抓住繁殖的原力、内在的创作，以及与他人一起创造。

人生的壮年期是秋天的季节，在此，该实体收获、收割、筛掉米糠，接下来返回打谷场，再一次地寻求，直到在年轻岁月所播下的种子都已经被收割，只剩下生命的冬季，一个看似寒冷而较不称心如意的时间。

不过，对于成熟的实体，这是证悟存有的时间，这是比例感最灵通的时间，在这时间，最朴实和最骨架(基本)的真理可以被看到、分享、保存。冬天是从作为成熟为存在，从独处成熟为乐意前往任何方向以形成桥梁，架在自我和任何想望从这个实体身上学习并给予该实体的人之间。所有这些季节都拥有其智慧，它们也全都有各自的缺点。

在大多数实体之中，有种好的伙伴关系，位于这两者之间：不可避免的时间之课程和那些特别为你而设置的，关于已学会的爱之课程。当野心的火焰已经被成就所熄灭时，当野心的不平衡已经被不可避免的损失所平衡时，这个自我的伟大礼物最容易被看见，因此，每一个选择— 在适当的时机或不在适当的时机—在某种意义上，都是与所有其他想法或优先权的配置是完全等同的。所有季节的天才是内在的察觉，察觉到这也是造物者。我的弟兄，我们可否进一步回答？

提问者：不用了。我非常感谢二位。
Q'uo：亲爱的弟兄，我们非常感谢你。

提问者：我想要问亚伦，他是否可以使用情绪性的评判作为一个范例，谈论他提到的消融练习。

亚伦：我是亚伦。我听到你的问题了。
情绪的评判将升起。这是人生的一个必要元素。这些将是对好与坏的评判、对与错的评判、评判想要的和厌恶的。这些评判并不是偶然地升起。意识与一个对象或一个想法进行接触。它发现那个想法或物件令人愉快或令人不愉快。这种愉快或不愉快的特质并不是客体或想法所固有的，而是被包含在与那已升起的东西的相对关系之中。举个简单的例子，在一个炎热的夏天跳入清凉的湖水是相当愉快的。在寒冬中跳入相同的湖水中是相当不愉快的。改变的不是物件，而是你与那个物件的关系。当注意力被带到这个过程的每一个阶段时，你将会发现虽然情绪的批判依旧可能会升起，所有对它的认同开始消失了。接着你不再陷入这些批判的故事中，而是看见它们为正在经过，有条件的物件。

提问者：Q'uo 对于这点有一个回应吗… 因为我有个问题。

亚伦：我想要进一步谈论一些。从愉快/不愉快移动到喜欢/不喜欢是普遍的。假如你仔细地看，你可以开始观察你的能量是如何伸出手抓住并紧握那个令人高兴的事物，而推开那个令人不愉快的事物。这么做没有错。这对你而言是非常自然的。假如在那种紧握不放以及厌恶中，你已经被拉出当下此刻并进入旧有-心智的制约中，接下来，在直接回应那些你已经被提供的物件、想法或情绪的方面，你就不再是自由的了。例如，如果你作为一个孩子，经常体验到被你的同侪排

斥，假如你处于这样一个情景中，当你走入一座咖啡厅，你看见朋友们一起坐在一个桌子旁，你走向那张桌子，他们对你打招呼但并没有邀请你坐下来，旧有-心智的制约可能让你进入一个档次，进入一种被排斥的感觉。愤怒可能会升起，因为那种愤怒而产生评判可能升起，而你开始陷入所有这些沉重情绪的陷阱中。

通过使用各种相对实相的练习，一个人可以开始去看见这些情绪是如何升起，既不需要去否认情绪也不需要对它做出反应。尽管如此，情绪依旧升起了，它使你的能量场紧缩了。第一个部份是能够认出这种升起并且知道这是旧有的行李："我再也不必随身携带它了。我不必对它做出反应或被它弄得不舒服。"清楚地看见这个情绪是旧有的行李，一个人可以进行诸如吸气-暂停-呼气的练习之类的练习，做某种事情把你带回一个纯粹觉知的空间，一个在你的神性中休息的空间。你由这个空间看见你的能量场紧缩为它们本是的幻象。

你们每个人拥有一个完美的光体。我们先前谈到一个小孩子画的太阳以及射出的太阳光束。这光体的模板现在是并且一直是完美而无扭曲的。在你的能量场中的扭曲就是那张纸上的这些皱褶。它们存在相对实相中。它们从未存在于终极实相中；因此，你被给予综合性的工作，有技巧地处理这些相对层面上的扭曲，透过承认反感，看到任何想要摆脱它们的渴望，因为它们令人不舒服；并且知晓这全是幻象。你必须回来，既不要躲藏在终极实相中，也不否认相对经验的痛苦，而是单纯地认出："这是旧有-心智的制约。在这个时刻，我不是被拒绝的，即使我被拒绝了，我无须恐惧它。"你不必摆脱能量场紧缩的幻象。你单纯地释放明确地不再被需要的部份。在相对的层面，你认出老旧的行李，接着你做出有技巧的决定，回到你是谁的真理中，去与完美光体再连结，释放出自该能量场的那种紧缩，于是，它可以不再创造扭曲的幻象。

你一直在实行这些扭曲，一而再，再而三地。释放扭曲的幻象不是一瞬间的工作，而是一个继续不断的练习。作为一个继续不断的练习，它必须被小心地完成；不是在摆脱扭曲。假如有对扭曲的厌恶，那么他必须回到它们的相对练习之中，例如，对于正在感觉受拒之痛苦的那位存有找到怜悯心。但是，当清楚地看见："这是旧有-心智，只是旧有的习惯。我无须去随身携带它。"那么，你就释放了它。有许多在这里有用的练习。它们全都集中在释放边界、向外扩展能量，返回进入那个你自己的神性和完美的地方。

我愿再提供一个图象来帮助澄清在该团体中的某种困惑。我想要你们观想一道完美的灿烂光芒照耀在一张纸上。让我们称呼这道光为你的存有的完美光体的模板。让我们称呼这张纸为肉体。假如你拿一张玻璃纸，类似于我们刚才弄皱的这张纸，干净的玻璃纸，把它举到在这道光前面，完美的光将依旧落在那张白纸上。它看起来没有扭曲。假如你弄皱玻璃纸，将它举到这道光前面，这些皱褶将会显现在这张白纸上面。接下来，你想着："喔，我应该消除这些皱褶"，于是你开始试图去弄平那张纸；然而那张纸从未有过绉褶。皱褶是投生为人的过程中的一个幻象。最终，你将你的注意力转到玻璃纸，试图去熨平源自于玻璃纸的绉褶。最终，你明白了这个真相："这张完美没有皱褶的白纸依旧在这里。我所看到肉体的白纸上的东西只是皱褶的幻象。为了在相对层面上有技巧地照料它，我必须检查投生之光，找到那张完美的、没有皱褶的白纸，并允许我的身分在那儿休息。"然后这些不再被实行的扭曲将会走开，正如同一块布在没有人管它的时候，这块布将不会有皱褶出现。假如你不断捡起这块布而且不断给这些皱褶能量，这些皱褶将会变的更加坚实。这个是胶囊形式的教导。假如你有问题，我很乐意去拓展它。人们正在变得疲惫了。假如现在有个简短的问题，我们将会照看它。

提问者：这个可能是一个真正简单的问题，如果是这样的话，假如它被同意仅仅为了这个团体的缘故，我为此感激。我只想要在我对情绪的理解方面拥有一个澄清或一个更正。我想知道亚伦是否可以对情绪给出一个简短描述。一个人无论是正面地，还是负面地对一个物件做出反应，这种反应是完全与情绪联系在一起的吗？它严格地说是一种工具，还是在情绪中，会有其他的特性可能对我们醒觉我们的扭曲有帮助呢？

亚伦：我是亚伦。我听见你的问题了。你们每个人有一个与肉体或心智体截然不同的情绪体。全部三个体都连结到我们所称的意识，在这个简短的解释中，我将不试图去定义意识。当有一个肉体的或心智的催化剂时，该小我会将这个催化剂感知为某个东西，它将增强或减损、帮助或伤害，就可能有一种能量场的紧缩，要嘛倾向于那个催化剂，或者抵制那个催化剂。这个紧缩的体验，不是紧缩本身，而是与这紧缩的关系，就是我所意指的情绪。这足以回答你的问题吗，或你想要我进一步说明呢？那就是全部。

提问者：我可能需要思考一下。

芭芭拉：亚伦问，是否有任何要在以后被考虑的问题。

提问者：好的。首先我有一个依旧摆在桌上的问题，关于“困住”的问题没有获得解答，我想要听 Q'uo 的说明。我还想要更多地听听 Q'uo 关于收割的看法：将会发生什么事情呢？我们可以做什么去帮助人们做好准备，如果有任何事情的话，可能是关于一些更多的技术细节和具体细节。那也是你们的问题吗？
（团体评论：那问题将构成明天的一场好的集会。）

提问者：我想我最后一个问题是个人的问题，不过我对于这现象有兴趣 和我们的兄弟实质地接触。也许明天我可以用更明确的方式确切地描述一个问题。

提问者：我明天可能有一个问题：当诸如我们的团体之类的一个团体聚集在一起时，在团体成员之间，以及在团体当中的交流的方面，有什么看不见的事情实际上在发生的吗，我想同时聆听来自 Q'uo 和亚伦对这个看法的评论。

卡拉：我有一个最后的考虑。它不是一个问题或答案，但它是一个考虑；由于爱/光(研究中心)的排程，除了在明天早上的集会之外，我们将在明天下午四点进行一场冥想。芭芭拉很可能得离开，我并不清楚。但欢迎你们全体留下来。假如芭芭拉留下来，当然她将与我以及吉姆一起作为管道，共同教导。假如事情没有结束，如果你们将待在这里更长的时间，不必惊慌。我们将乐意全心投入四点的集会，并进一步工作你们带来的问题，在某方面，我们不想要留下没有被回答的问题。

提问者：好吧，我有个不大对头的问题。在圣达菲(Santa Fe)，我们得到各种奇怪和美妙的观念，好比对 DNA 做改变，在 DNA 上有某种演化正在发生，那一类的事。关于这一点，我想要听听你们的观点，并看看它是否为真；以及这个问题或许可以跟收割问题联合起来讨论？

提问者：DNA/RNA … 你可以将它修改为 DNA/RNA。

提问者：是啊，什么类型的修改呢？我们可以对它做什么吗，如果有任何事情的话？

芭芭拉：亚伦想要非常简短地说一些事情。

亚伦：我是亚伦。刚刚被提出的一个问题是："在这表面之下，在这些集会之外，这里正在发生什么事情呢？"自从你们昨天来到这里，因为这些集会的特性和你自己的内在工作，你们每一个人的振动频率已经显著地升高了。在那种能量中欢庆吧。喜悦地分享它，请尽可能地觉察。你们每一个人在这里都不是偶然的。允许每一个人去成为催化剂并且服务你，如同你们服务彼此。

催化剂同时是喜悦和痛苦的。同时拥抱这种喜悦和痛苦。当你们彼此在一起的时候，我的推测是喜悦远大于痛苦，不过别人的问题和议题可能在你自己内在引起某种痛苦。拥抱这个更深入学习的机会。知道这些之后，在今晚的稍后时间，我想要提供一个简短的十或十五分钟引导式的冥想给任何想要在就寝时间之前练习它的人。它可能是一个有爱的亲切冥想或一个宽恕的冥想。它或许是一个释放边界的冥想。我将等待整个傍晚，去感觉从你们身上接收的能量并且注意什么冥想是最有用的。假如你们没有任何人选择来参加，也没关系。任何人想要参加都欢迎。
再一次，我感谢你们。（拍手！）

提问者：多么及时呀！
亚伦：…爱的行动已经把你们带到这场聚会并且使你们能够参与；而我最深的喜悦就是在 Q'uo 和我自己以及你们全体之间的分享。那就是全部。
（这团体暂停并且开始唱歌。）

亚伦：我是亚伦。我一直在阅读你们今晚的能量。我有两个关于冥想的截然不同的主意。一个是对你自己以及所有存有产生一种更深入的慈爱感觉。另一个是与你内在升起的边界工作。虽然我看见两者中的任何一个对你们大部分的人都是有

价值的，我认为我们将会在边界的消失的方面工作，因为它更直接地与我们今天已经谈到的内容有关。

想象你自己走过可爱的森林。你来到一小块空地，有野花在那里生长，刚好在越过这块空地的地方，有一条溪流。在这块空地的对面有一道石墙，一座 10 或 12 英呎的悬崖。当你沉思这个风景的美丽时，突然有人跨过溪流并开始对你丢石头。第一颗石头击中了你的肩膀，你转身并且看见一位高大而凶恶的人。你已注意到在这座悬崖中有个洞穴，所以你撤退到洞穴中。这是一个不寻常的洞穴，更象是一个碗 柔软、有衬里的一个容器。洞穴非常昏暗，足够昏暗但它不是全面的黑暗，它却不是你会认为是光亮的地方。洞穴的形状象是一颗巨大的汽球。洞穴的入口有个特点，当你将它往边上推挤的时候，这个入口会以你渴望它成为的样子保持开放，直到你收回你的碰触；接着它会收缩，完全地关闭 有魔法的洞穴。允许你自己进入，感觉它的柔软。感觉内在的安全感。你可以听见石头仍旧在墙上弹开，但没有任何东西可以伤害到你。经过一些时间之后，石头停下来了。数分钟、数小时、数年、数个世纪过去了。

我说过这是一个魔法的洞穴。你被喂养。里头有空气。你的需要获得满足。你是与世隔绝的。在这种柔软中，你花费亘古的时间在作梦。最后，光来到你的觉知中。在这个茧里面，一种非常昏暗的光碰触了一种记忆，关于你已经知晓的光辉。有一种去忆起并且重新体验那种光辉的渴望升起；试验性地，你向着这个茧的入口伸出手，并同时回忆起墙面将会随着你的接触而扩展，并且保持那种扩张的状态，但藉由那种魔法的特性，只要你说：“关闭”，它就会迅速关闭。从这个完全安全的位置伸出手；碰触那个出入口并且允许它仅仅在最小的程度上开放。让光流进去。正是春天，允许空气中的香味进来。自从你上一次对那种清新的空气开放，已经过了多久时间呢？在最开始位置，是什么使你将你自己封闭在这里

的呢？有那种模糊的对危险的记忆。万一那个拿着石头的存有仍旧在那里呢？然而已经过了无尽的时间了。

承认任何的恐惧或抗拒，问你自己是否能够仅仅更进一步地开放这个出口，并走出来进入光与清新空气中，不是离开你的安全点，而是允许一种大到足以使你可以真正往外看的开口。这里是草地，正如你曾经记得的草地一样，布满了野花。潺潺的溪流随着小瀑布从岩石上落下，还有可爱的水池，一个人可以在那里坐下来。树木在微风中摇曳，在鸟鸣伴随下显得生气勃勃，他们自己哼着风的旋律。你是安全的。仅仅更多一点地开放盔甲。

假如有人要用一把魔法之剑切开这个茧，将它切成两半，这样它就会解体了，你可以看出这会是多么恐怖的事情吗？你会是自由的，不过你处于惊恐之中。这对你会是一种暴力。一个人不是藉由被强迫而得释放，而是当他看到为了安全而选择的盔甲不再被需要时，藉由选择自由而得释放。我们荣耀那副盔甲。它有一个用途；但我们认可："我不再需要这副盔甲了。不论那危险的幻象是什么，使我过去寻求安全的场所，它都不再存在了。我是安全的。"

这记忆不会轻易地消逝，那个带着石头的男人。在贯穿你多次人生的过程中，你已经体验的许多恐怖的事情的模糊记忆不会轻易地消逝。你不是在试图为自己摆脱这些记忆，而是允许它们承担起它们作为催化剂的部份责任，就是这个催化剂已经把你带到你今天所在的位置。这盔甲有其用途；而现在它是一个旧有的习性。我将要沉默几分钟。我想要你们做的是，在你尽可能地感到舒服的情况下，去扩大这个开口。记得，你的双手的一次轻触就会让开口逐渐变大。单纯地"关闭"的想法就将会让它快速关闭，而你将会被隔绝，并且再一次是安全的。这里你可以实验；你可以用一种安全的方式来检查你的恐惧。你毋须完全地暴露出来。

你可以选择去打开那个出入口，打开到足以使你可以坐在里面，就象是一个门口，知道你仍然在里面。或者，你发觉你准备好走出来闻闻花儿，在溪流的水池中玩耍。

带着极大的温柔和仁慈，允许你自己脱下这个盔甲，并且被你周围的世界直接地碰触。没有进行这个工作的正确或错误的方式。在尽可能舒适的范围内，单纯地浮现出来，并探究那阻挡你的恐惧的特性。现在，我们将保持沉默五分钟。（暂停）

当你超越了盔甲并向这世界开放时，你开始觉察到有其他人出现了，每一个人都拥有他们自己的武装外壳。一开始你可能会对他人的在场感到震惊并且想要后退。假如有任何需要一个躲避处的感觉，让你自己后退一点直到你感觉安全为止。看到他人不会威胁你，看到这是旧的习惯，它想要将自己拉回去。接着你可以单纯地承认旧有的习性，旧有的制约："我再也无须如此做了。"碰触墙壁并且再次走出来。当你的盔甲脱落时，你将会发现，与他人接触是自然而然的。假如让你自己从你的外壳中冒出来是恰当的，请伸出你的双手与双脚，无论什么能够与一个人或更多邻人 那些在这个房间坐在你身边的人 建立接触的手足。非常小心谨慎并且非常留心地，允许自己完全地易受伤，向着其他人的能量场开放，释放你自己的能量场给他们，看看这样感觉如何呢？现在我请求你们非常确实地做这件事，假如你感到这是合适的，伸出双手或双脚，好让你至少接触另一个人。温和地探索这个开放的本质。知道这里没有强迫；任何时候，你都可以撤退。这个练习是去帮助你体验那个盔甲的本质为旧有的包袱，去更充分地体验临在的特性，更充分地体验你是安全的，在没有你的盔甲，没有限制和边界的幻象的情况下，你可以持续如此。

你可能希望放下你碰触的手，接着再一次地举起它，去感觉你自己与其他人的能量分开，它感觉起来是如何的，接着再次结合起来。我将会安静一分钟。
（暂停）

时间相当晚了，所以我们将在这里结束这个冥想；不过我想要你们带着这个练习上床，直到明天。每一次你感到被威胁时，注意你的能量场的收缩并注意那种将你拉回一种防御感觉的方式，或许看见二个人在一起谈话而感觉被他们拒绝，或是听到某些威胁你的事情，请你更深入地检查那个恐惧。观察每一个紧缩以及将你拉入你的盔甲的方式，接下来问你自己："这个是旧有的习惯吗？我可以让这些边界重新开放吗？我可以让自己再一次地冒出来吗？一遍又一遍…？"

愿每一个地方，所有的存有开始知晓他们无限的本质以及他们的无限制性。
愿每一个地方，所有的存有从他们自我制造的监牢中冒出来，并且发现他们与一切万有连结的真实自由。
愿那份知识，关于你的自由和无限的完美，带领你们回家。
我爱你们全体并且祝你们有一个美好的夜晚。那就是全部。

原注
[1] 更多的信息，请洽深泉冥想及灵性探寻中心，网址：www.deepspring.org ，3003 沃什特诺大道，二号房，安阿伯，密西根州，48104。
[2] 上下文有待澄清，关于使用存有的这些部份[当作爱的思想和行动的催化剂]而欢庆的方面。参考亚伦的谈话可能会有帮助，在 1993 年 9 月 25 日，第 20 场集会中，关于该问题："我如何知道什么时候我正遵循着一条爱的途径或恐惧的途径呢？"，第二段的说明，并且包含这个声明："你的恐惧不是要给你战斗的一个负担。它是肥沃的土壤，在其上，你可以建立悲悯。它是你转成堆肥的废料。"

Translated by M.D.

(V)2015，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 2204 章集：时间的知觉

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2007 年四月 8 日，复活节

来自 D 的问题：就时间和对时间的知觉而言，我感觉就好像某种事情发生了故障一样。日子感觉起来好像和它们应该的样子不一样了。这就好像某种事情错位了一样。我们想知道 Q'uo 是否可以给我们任何的关于在此刻影响我们的幻象的能量的信息。为什么对这类事情敏感的人可能会感觉到，在我们感知时间的方式上和时间在我们的幻境中正在被体验的方式上，有某种事情不是那么正确了，这方面有什么特殊的原因吗？有任何 Q'uo 可以在这里提及的，能够帮助我们理解这种情况的灵性原则吗？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。能被你们寻求的圈子呼唤，这一种快乐，能被要求与你们在对时间的知觉之主题上与你们分享我们的想法，这是一种荣幸。

一如既往，我们请你们成为你的心智和心灵的圣殿的管理者和守卫者。用一只耳朵来倾听我们的言语，那只耳朵寻求的是与你们产生回响和共鸣的想法。如果你

在那个想法上进行工作，它将是最有可能产生结果的一个想法。如果我们与你们分享的想法没有那种共鸣的感觉，我们会建议你将它们放在一边并继续前进。因为你所寻求的事物正等待着你去探索。因此，专注于共鸣的途径，而非你对任何特定发言者的较高评价。我们感谢你们这方面的考虑，因为它使我们能够随意地发言而不用担心我们将会侵犯你们的自由意志或干扰你们灵性演化的进程。

你们今天询问关于时间或时间的知觉的问题。的确如此，时间之流以各种各样的方式是可塑的，我们会讨论这些方式，而不会因为它们所影响的人以及诸如此类的原因而让一种变貌优先于另一种。

在此刻，体验到时间上的变化的实体们，最大比例是那些经验到一种单纯的时间加速的实体。看起来似乎小时不是小时，一天也不是一天了。一年太快地飞逝而过。这种时间的扭曲没有形而上的部分。毋宁说，它是在最近两百年期间在你们的环境中的改变的一种人工制品。

L/L <wbr>Research 时间的知觉

在过去两百年间，在你们的环境中，作为一个种族，你们发生了大量的改变，我们谈及的主要是那些在第一世界，容我们说，即新世界中的人们，在这个时候的文明的全体荣耀中，他们拥有文明的便利性，他们已经历工业革命的过程。两百年前，如果一个人想望从费城旅行到圣路易斯，一个人会搭乘一辆木制马车旅行，装了几个轮子并由马匹或公牛拖动着。或者一个人会骑马、乘手推车或步行，在真实的时间中，会前往那些他想望去的地方。

自然地，这使得每个人会小心谨慎地思考他们想要到哪里去，因为他们将必须将

要花费的时间，无论有多少，都投注于走到那里、做那些要在那里被完成的事情，然后再走回来，要不就骑马或驾驭某种轻便马车去那里。所有这些事情都会让事件放慢速度。它们必须以人类身体的移动能力之速度，或者最多以一匹马或一头牛移动的速度发生。

一百年前，事物在那个世纪中有了可观的进展。你们现在能够坐上一辆火车来旅行。跟以前要花费的时间相比，你们只用了三十分之一的时间就能够跨越从费城到圣路易斯的距离了。虽然如此，你们仍旧只是受限在地面上。你们看出窗外并看到从沿着那条铁路的乡间[从费城到圣路易斯]每一个微粒。你仍旧在真实的时间中，这是就从一个地方到另一个地方，这期间伴随的事物的一种触觉、感官的关系而言。

在你们当前的时代，如果你要横跨从费城到圣路易斯的距离，你可以在费城登上一架飞机，在同一天的下午，于圣路易斯机场着陆，即你的目的地。除了与坐在一架飞机上的独特经验有关的那些感觉之外，你并没有实际旅行的感觉，至少在这个器皿的头脑中，那种经验并不算一场实际的旅行，因为除了一个美丽的天空之外，没有意识到一个人在哪里的感觉，没有从 A 到 B 之间的土地的感觉。

注视两百年前的生活的另一方面，如果你希望与人写信交流，你拿起你的笔和大页书写纸[1]，你以一手好字仔细地写出你希望说的内容。你接着将那封信交给邮差，他透过骑马来进行工作，最后那封信会被收到。在地方性的书信中，实体们简单地派信使从一间房子走向另一间房子传送便条，那些便条会被同一个信使走路带回来。最后，计划制定了，关系形成了，生意安排好了。

一百年前，实体们用打字机交流，他们能够迅速地将写好的文件通过火车送到他

们的目的地。电话在那个时代的早期出现了，因此人们能够在特定的，有电话系统的区域沟通，从这里到那里。越洋电报和电报同样也是快速沟通的方式，生意和通讯已经加速了。

在你们的时代，实体们倾向于让他们的手机保持开机来经历生活，这样他们就可以任何时刻，都完全能够被来自全球的任何地方，任何拥有他们的手机号码的人找到了。计算机以光作为媒介来传送信息。不消说，这种通讯是快速的。实体们现在完全被信息、通讯、一种全球性的紧密关系所淹没。拥有这样大量的通讯的反讽事实是：实体们感觉比一百年前更孤单了，就好像实体们会感觉到事物在他们周围加速一样，他们感觉到被该变化所隔绝了。

这是人们的主要体验，如我们说过的一样，关于它，没有形而上的内容。当人们在休息之前，有太多的东西要从他们的清单上划掉时，这就是会发生的事情了。当生活获得了更多的辅助，而实体们从用手洗衣服、跪在地板上擦地、生炉火，以及诸如此类的苦差事中解脱出来的时候，越来越多的选项就已经开启了。在越来越多的领域，有着越来越多的期待。

在单纯的生存模式中，生命曾经拥有的中心已经失落了，因为现在有很多生存的辅助设备。食物为你准备好了，你能够买现成的食物或把它带回家冰冻，然后用你的微波炉加热它。不过，在同时间，你失去了与土地和从那儿生长出来的庄稼的连接感，在黎明出门，收获你的庄稼，仔细地保存它，享受食物，它是你的食物，它生长在你的土地上，它适合于你。这过程已经失落了。在许多不同的领域，这种中心已经失落，因此，实体们正野心勃勃地要做大量的事情，但是有一种趋势：不要有一个理解存在感的中心，或者让你的生命之轮可以绕着它转动的枢轴了。

纠正这个扭曲的解决方案就是为你自己移除这个必要性：得回应在现代生活中，有不同面向的可能性[如你所知的]。当你做每一件正在做的事情之际，带着这些事情有个中心的感觉来执行它。

你的中心是什么呢？你从什么中心进行工作呢？

这个器皿每天早晨祈祷：「现在，在平安中，遣送我们进入这个世界，授予我们力量和勇气去爱，一心一意地，以愉快的心服务祢。」[2]

当你的心智定于服务太一无限造物者之际，接下来，你就能够将生活减速下来，因为你有一个中心。你能够花时间将你的努力奉献给太一无限造物者，无论那些努力是怎样卑微或怎样宏伟。这会正常化你的时间。它也许仍旧飞快地流逝，但你拥有了更多的一种在那里的感觉，并成为你自己的生命的一个活跃与有意识的部分。没有那个中心，就有一种倾向去感觉：生活已经把你淹没与压倒了，你永远无法追赶上它。

还有另外一种方式，在其中，时间正在被扭曲，我们仅可以一般性地触及它，因为这个器皿缺乏科学的知识，尤其是物理学。

地球的两个密度，如它们一直存在的方式，它们是同时存在的。然而，直到大概五十年前，对时间/空间进行塑造的两个密度中，远远更加强有力的密度是第三密度，即你们现在正在体验的那个密度。在大约那个时刻，五十年前，第四密度的行星地球开始活化。

这些事情是分阶段发生的，从显化的最高领域开始，容我们说，通过生命之树向下过滤到个别的银河、个别的恒星系统及其行星。但是，随着轮盘的转动，它把时钟从一点钟移到两点钟，时间之手开始唤醒第四密度的行星地球，第四密度开始活化，接着成为这个特定行星的显化密度了。

所以，你此刻存在于一个中间时刻，在其中，第三密度的能量快要消失了，第四密度的能量正在喷涌而出。然而，对于你们每一个在所谓的时间旁轨*上经验地球的人而言，这仍然是一个第三密度的体验。
(*译注：原文为 Time lateral，有兴趣的网友可以随后阅读 L/L 选集二：时间旁轨)

在此刻第四密度与第三密度的靠近状态意味着一种渗透作用。当一个人基于第三密度的价值观的预设值而运转时，好比保护家庭和部落、成为胜利者以及那类的价值观，对于这种混合振动的体验就单纯地是一种疲倦、暴躁、厌恶的感觉，或者以某种方式，「失衡」了。它们单纯地似乎是有毒的，而不会开始去欢迎这些第四密度的振动。

当然，这情况的原因是因为实体们在一个特定的层次上振动。它不是一个单纯的电磁属性[属于你的身体]的问题。你的想法是非常强有力的，有一种振动，那是你透过你的想法所创造的振动。

当你调频将你的想法朝向感激、喜悦、尊敬时，你的振动正在上升。你的振动的频率正在增强。当你允许沮丧、失望、悲伤、愤怒、怨恨的想法，以及其他的负面情绪存留于你意识之中时，尤其是当你允许它们变得习以为常时，你就开始在一个较低的振动频率上振动。你就是无法享受第四密度的振动了。它们看起来正在攻击身体。

那些有意识的、觉醒的，走在灵性寻求的道路上的人们不会感觉到这些振动是有毒的；不会感觉这些振动让他们不舒服。然而，它们也许会非常清楚地感觉到它们具有挑战。因为这些振动是闪耀着真理的振动。它们迫切要求真理，它们活在真理之中。

你可能会说：「什么是真理呢？」我们对你说，对于每一个人而言，真理是不同的事物。第四密度所做的事情就是让每一个人的真理变得透明。一个人不仅仅可以看到他自己的中心，也可以看到每一个人的中心；而你现在生活于第三密度中，你是无法看到的。

位于第四密度的层次是一件奇妙地常态化的事，看到造物者的儿女们如一朵接一朵地开放的花儿，居住在地球上，他们在投生中盛开。如果你们完全地活在第四密度中，那就是你们每个人的真实本性，那就是你们会如何看见彼此的方式。

这并不是说你会变得更好。这是说在关于你是谁的问题上，它会是透明的。在关于每一个其他人是谁的问题上，它会是透明的。所有那些现在阻碍你，把你向下拉入自我评判的不完美都没有任何意义了。因为很明显的，每一个努力都是不去犯错的努力。而错误却是不可避免的。因为当一个人进行学习时，他从自己的错误中学习。为了进步，一个人必须犯错。

因此，当一个人凝视着他周围的其他自我时，他有种包含一切的感觉，一己成为了一个种族。第三密度之内的实体经常会在一些特殊时刻，非常地接近于实现这种第四密度的经验，好比这次冥想，好比复活节仪式和逾越节的宴会，以及所有标注一年中这个时间的其他神圣的场合，因为有许多不同的宗教信仰和好比威卡

魔法之类的灵性习俗，在这个时刻举行欢庆春天的仪式。

在这些片刻，实体们几乎能够看到那应许之地，属于完全的平等、彻底的悲悯和全然地拥抱彼此。他们几乎能够品尝到那渴望— 作为一个种族一起前进，不再彼此对抗，而是去服务彼此，如同耶稣实体教得如此之好— 为了领导而成为最小的一个。

但是，处于第三密度的身体中，第三密度的面纱仍然是落下的，绝大部分，它仍然是一种具有挑战的振动；你被要求去检查每一个不让你成为第四密度存有的事物，每一件阻碍你越来越多地朝向服务他人极化的事物。

什么使你退缩呢？对于任何两个人，它都将是不一样的东西。一般而言，阻碍实体们的事物是那些导致他们不去注意他们是谁和为什么他们在投生中的事物。与全貌失去联系，这是很容易的事情。如果你能够持续掌握全貌，并在你发现自己偏离它的时候返回它，你将拥有最佳的可能机会，能够与之合作并享受这种第四密度的能量正在带给你的真理之启示。

如果你看到了你不喜欢的事物，特别留心去拥抱它，检查它，并研究那个你正在看着的事物。不要说：「哦！那不会是我。」相反，在你自己的内在深深地挖掘并找到它，它是你在他人的镜子中正在看着的事物的阴影和回音，或者它是你已经听过的，让你觉得恐惧的事物的某种关联。不要转身背对那个事物并说「那永远都不会是我！」相反地，找到那个与你已经看到的事物的阴影面发生共鸣的自己的部分，并将那个你自己的黑暗形象带上来。

当你面对内在的黑暗时，你可以请求它为你工作。你可以说：我需要你，愤怒。

我需要你，悲伤。我需要你，所有表面的负面情绪，因为我需要坚持不懈。我需要一直向前。你是我的刚毅，你是我的决心。你是那强化我的意志并鼓励我返回信心的毅力。同我一起踏上这条旅程。让我们，黑暗面和光明面，在太一无限造物者的神秘中，崇敬与钟爱祂。

这些行动将带给你越来越多内在的平安和宁静。当你承认并拥抱你的不完美，并分派它们任务去帮助你变得更好，帮助你成为那个在你前方，即将成为的更好事物，在你的脑海中想要成为什么，如果不是那个一直更多地极化，更多地充满太一无限造物者的爱与光的实体，还能是什么呢？

我们并没有说这对任何人是轻松的时刻，但它们是有趣的时刻。你们每一个人在这里是因为你想要在这个非常糟糕的时刻投生。你们想要缔造不同。你们想要去服务。你现在想要在这辈子结束的时候毕业。

使用这些古怪感觉，关于时间被歪曲地感知，来提醒你，你正处于这个闪耀真理的时期之中，因为第三密度和第四密度的互动方式，这真理是用一种间接与迂回的方式如雨点一样落到你身上。它们的空间/时间是充分地不同，以致于它们对于这时代有一种挑战性的动力。

在此刻，还有另外一种我们可以注视时间的方式，我们在之前曾附带提到这种方式。因为你们的地球是在一个时间旁轨上，为了人类种族的成员有更多的机会，带着一种使他们能够继续前往第四密度的极性，达到毕业(资格)，时间已经被故意地减速了。我们可老实说，为了最大化这种可能性，有很多、很多的实体真的摇撼了天与地，此为实在的陈述。

为这种时间膨胀效应做出贡献的不仅仅是那些来自行星影响圈外部的实体。同样有很多很多的光之工作者也做出了贡献，他们在过去的半世纪以及更长的时间中，已经加入该永恒的社群，由那些为了行星地球的利益而冥想的实体组成，带着非常专门化的议程，跟他们做为流浪者并进入地球投生以便于帮助能量从第三密度的振动转变到一个更高的振动相关；该振动更多地充满光，并带来更密集的太一无限造物者的爱与光。

接着，那些流浪者已经感染并传播了光，以致于很多很多完全不是流浪者的人也已经觉醒，他们自己变成流浪者，他们转而让光从他们身上向其他人流出去并传播开来，那些人也会依次接住光并将光继续传递下去。这同样极大地改善了从第三密度转换到第四密度的严酷性。

最后，有一种体验是非常罕见的，但我们觉得名为 D 的实体询问的，就是关于那种体验。当实体聚焦于灵性世界并越过了以言语思考的位置时，他们通常会进入静默。因此，D 实体是非典型的情况，因为她尚未通过如此深入地进入静默，以致于门户开启而进入奥秘的核心。这个实体透过下沉到语言的根部来做到这点，这几乎就彷彿她能够用一个电子显微镜来检查人类的声音或呼吸，接着透过使用符号和呼吸，发现可以实现怎样的神圣行动。

所以，这个实体也已经突破了一种障碍，一旦它被突破，就会打开一种无限的远景。当这种性质的领悟出现时，就会有一个标记被留在本地时间的池塘中了。这就彷彿每个领悟都是一块鹅卵石，被扔到本地的、个人的时间体验之中，于是就会有波浪、涟漪、扰动。它们是本地的，它们并不危险。但它们肯定无疑地就在那里。唯有那些能够调音进入那种空间/时间的经纬线的实体能够发现并感知它们。

空间/时间起因于一种不匹配。在空间/时间中，空间比时间多了一些，而在时间/空间中，时间多了一些，同时在空间/时间和时间/空间中，这个因素对于带有特定器官[被设计来做这个工作]的特定实体创造了能力，而能够理解这种振动。因此，在空间和时间之间的不匹配，而有利于时间，把你们的幻象带入焦点。你的眼睛接着能够解释在它们前面所收集到的少量信息了。它们将其送到大脑中的一个位置，大脑把它形成一种猜测，关于你的眼睛正看到什么东西，接着能够向前进，彷彿它们正在完美地看到每一个东西，而此时，事实上，在一个人的环境中，通常只有非常少的部分位于焦点中，实体的眼睛一般会聚焦于他们正在谈话的人的脸，或者某个位于注意力中心的事物，而所有其他的事物或多或少被看到，却又没有被看见。

当一个实体能够穿透这种不匹配时，那儿有一个静止点，一个令人惊讶的体验，充满了可能性。当这个特殊时间的变貌发生时，我们鼓励经历它的实体对发生的事情给予非常密切的关注，并且询问一己的心之渴望是什么。

我们为这个询问感谢你们，请问此刻关于这个问题，是否有后续问题？我们是Q'uo。
（暂停）

我们是 Q'uo。请问现在是否有另一个询问。

R：我有一个问题，Q'uo，它是多少有些个人的问题，因此我请你们在你们能够做到的范围内评论。这个问题是关于我感知到，对于星际邦联之类的实体缺少问题。当我持续地学习我的灵性课程，我注意到当我对该寻求没有经验或在有意识

层面上，是寻求的新手，我有很多的问题。而随着我在静默中花了越来越多的时间，我似乎问题越来越少了，纵使我对于来自邦联的信息和通讯仍旧感激，跟和我在刚开始的时候一样。其他人已观察到一个类似的过程。我的问题是：这是灵性寻求的正常过程吗，即转向内在？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。确实，对于刚开始寻求的实体而言，非常地活跃于这持续不断的过程，询问每一件事，这是正常的。在灵性寻求中，一个实体必须做的第一件事是去撕掉大量限制他的成长的误解，甚至是他并不知晓的误解。当一个实体开始觉醒，他发现很多之前没有在他身上发生过的事情，因为他尚未准备好迎接这些概念。

这是一个令人激动的时刻，这是一个对实体们很重要的时刻 那个开始的时刻，那个觉醒过程！它是要被鼓励的。接下来，就有一个更漫长的时期，在其中，如你所说的一样，问题越来越少，但是你继续有问题，它几乎看起来就好像在你完成了问题的一个层次之后，却仅仅发现问题的一个更深层次。

接下来，我的弟兄，最终，当一个人继续寻求，一个人抵达一个层次，在那里，有一种对于静默之中的信息的极大欣赏，它的趋势就是不再对言语有如此强烈的渴望，言语是人类的创造物，但是，对于充满太一造物者的神秘的概念，它只能在心与心之间交流，而非从心智到心智之间。

请问有后续问题吗，我的兄弟？

R：没有，为你们的评论感谢你们，我对它非常感激。

我们是 Q'uo，我们一直也感激你们的振动。现在有最后一个询问吗？
（没有进一步的询问了。）

我们是 Q'uo，既然我们看起来已经耗尽了这个特定的寻求圈的问题补给，我们将离开这个器皿和团体，感谢你们，为了这真正的快乐，成为这个神圣的灵魂聚会的美丽的一部分。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。

原注

[1] foolscap：一种廉价的书写纸，尤其是法律用纸尺寸纸张，带线条，黄色纸张，以写字板的模式装订在一起的。它的名字来源于它在十七和十八世纪使用的水印，图样就照着字面的意思：一个傻瓜的帽子。

[2] 这些文字是在圣公会的圣餐仪式的第二部程序的一个结束祈祷词的一部分，在《公祷书》的 365 页可以找到。在那个圣餐仪式中，「通过基督，我们的主」的文字紧跟在那段文字后面。在我们早晨敬拜仪式中的完结祷词中，这段文字是其一部分，有比它多一些的内容和关于赞美、祈祷、奉献、感激的想法，并在祈祷结束前，请求指导灵的介入。然而，我们的祈祷总是会以相同的「通过基督，我们的主」或者那段措辞的某种变化的方式结束。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

———————————————

☆ 第 2205 章集：人生游戏

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2007 年三月 18 日

来自卡拉(Carla)的问题：（吉姆 Jim 朗读）今天的问题是来自卡拉，她陈述：「Q'uo，我正在写一本关于星际邦联的原则的书。它是关于第三密度是如何运作的。在讨论这些原则时，我发现提供它们为对于玩『大我的人生游戏』(Game of Life*)有帮助的信息，这是有益的。它是个神圣的游戏，不过，肯定是一场游戏。」
(*编注：这个专门术语的中文译法，已获得原作者的同意)

「关于自我价值和尊严的议题，近来一直在我的头脑中萦绕着。在某种程度上，一个人可以说如果把人生构想为一场游戏，我就拿走了它的尊严并轻视它了。我并不打算那样做。我相信这场游戏是至为有价值的。你们能为我提供任何灵性原则，可以协助我找到谈论该纸上游戏之价值的最佳方式？」

（卡拉传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在以祂之名的服务中，我们今天来到你们中间。一如既往地，能与这个寻求的圈子在一起，这是一种赐福与一种荣幸。我们很感激你们呼唤我们成为你们冥想的一部分，我们很高兴在此刻与你们分享我们的想法。
一如既往，我们请你们每一位听到这些言语的人使用他的分辨力来区分那些有帮

助的想法，和那些没帮助的想法。我们感谢你们在这方面的考虑。

你们今天的询问是一个有趣的问题。因为该谜题的一部分必须被发问者解决，所以我们在回答时有一定额度的谨慎是我们将需要考虑的。我们不希望去侵犯发问者的自由意志，我们将避免那样做。然而，因为你们问到关于灵性原则的事物，这方面有很多内容是我们能够评论的。我们将以这些方式这么做，而不会侵犯这个器皿[也就是发问者]的自由意志。

游戏的概念的确一般会跟某种消遣或娱乐的形式联系在一起。然而，一个游戏的消遣和娱乐的价值只是它对一个玩家的吸引力的一部分。在人类当中，有一种想要与团体发生联系的倾向。一旦一个团体结合起来了，它将自然地发展出一套规则来管理该团体成员的相互作用，这套规则一开始是粗糙的，然后随着时间发展，越来越精细。

你们的第三密度是一个毫不留情地社会化的密度。一个实体几乎没有任何方法可以避免与你们物种的其他实体互动。活在第三密度的行星地球上，需要一个社会。

人类的心智中有一种不可避免的趋势去创造游戏，也就是说，一些人群尝试去赢得某个东西或用某种方式去获取，这些正在尝试的人会一起这样做。

当这个器皿选择了游戏的形象并将其拓展为一个贯穿整本书的写作的暗喻时，这适合度是好的，因为一个事实：就赢得一个共同的目标而言，也就是从第三密度毕业到正面第四密度，有一个遵循一套特定规则的过程，在其中，一个实体能够藉由学习、理解、应用游戏的规则而穿透这个游戏。

因此，以我们的观点，使用游戏的象征和标志是一个良好的决定，就沟通而言，借助熟悉而舒适的结构，沟通大我的人生游戏[如这个器皿在她的书中用的称呼]的宏大结构。如果一个人仔细查看各种伟大的思想体系，它们已经尝试去描绘行星地球上的生命性质、在宇宙中，人类的位置之特性或者存在本身的性质，一个人也许会发现，在很多不同的思想体系的许多不同的作者中，都有一个结构浮现出来，它定义了那种特定的哲学打算去解决的游戏规则。

有一种污点被附加在「游戏」这个词语上，因为它与消遣、娱乐联系在一起。不过，很有可能，每一个读到这些言语的实体已经有系统地与自己玩过这些游戏了，作为一种应对与穿越人生的手段。
举个例子，在学校里，一个学生可能决定如果一份论文的长度为十页，并且将用两周时间完成，这个学生将每天做一定份量的工作，实践为写作做好准备的游戏计划并接着按时产出那篇论文。如何将那篇论文写好的策略就是一种游戏，然而，它是一个非常严肃的游戏，带有坚定的意图，在其中，没有任何的消遣和娱乐的方面。相反地，它是为了完成该班级的要求而需要被完成的事。

一个人可以用同样的方式查看生命中的某些情况。例如，如果我们把那个特定的情况拓展一下，假设那个正在大学中上课的学生也是一位母亲，他正在尝试同时去工作、上学、照顾一个孩子。为了履行她所有的责任，她将需要仔细地安排她的时间，如果她是明智的，这个学生-母亲-成年人将创造一个游戏的计划，在其中有一定额度的时间去做这件事，一定额度的时间去做那件事。

利用游戏的象征，作者使得读者能够进入到这个游戏是关于什么主题的故事中。我们无法估计实体们将如何回应这个已完成的作品，从这个器皿的计算机笔中流

出。我们无法精确地知晓圣灵将与她如何互动。我们以一种坚定而确信的方式，确实知晓的是，纸上游戏的价值性将通过作者和圣灵呈现材料的方式而被表达出来。

就我们微薄的见解，无论被写出来的是什么内容，只要它来自一个对无限造物者有着无限尊重与无限奉献的地方，带着玩耍中游戏的神圣意义，而最终无法鼓舞一些实体，这是极为不可能的。

有时候，当一个有创意的实体太过于靠近一个计划时，她会开始对迄今为止，对创造这个计划的投入表示质疑与怀疑。我们鼓励这个器皿一头撞入挡在她道路上的任何怀疑。的确，通常而言，当对一个情形有一种事后猜测时，当有一种疑虑：是否某件事情是要去做的对的事，尽一切的办法给予那个关注其应得的承认。给予它时间。在那个想法上停留并看看当你在你的头脑中和心中获得平静与安宁时，它将带你到什么地方，因此，无论你从对一个观点的检查和再检查中发现了什么东西，它将不会看起来是一个负面的事物，而是一个正面的事物，即使它将引起一些改变。

我们不是建议这个器皿应该改变任何东西。我们仅仅建议，如果她是担心的，或者的确，如果任何在创造的人是担心的，与其快速地清除、删除，接着重做一次，还不如允许一段时间，在其中那个实体可以单纯地在静默中休息。

的确，如果有一件事对于任何尝试去创造提升灵性的资料的实体都非常有帮助，那就是去拥抱与使用静默。在每一刻，都有数量惊人的信息流入每一个寻求者的心智与心灵中。当其意图被设置为去倾听那静默的信息时，结果是实时的，增强的指引立刻地跟那寻求静默信息的实体在一起。它并不必然导致对某个需要被完

成的特定事情的一种立即与有意识的领悟。相反地，灵性的信息和洞见的特质是，它会平衡正在被检验的事物和情况，设置好正确的观点。

做出要嘛是服务他人，要嘛是服务自我的极性之选择，这的确是该器皿在她的书中的中心观点，她称之为「大我人生游戏」。所有的人类都有一个共同的目标，那个目标就是做出「选择」（Choice）。这是一个简单的概念，的确，它是一个如此简单的概念，以致于除了在那些被这个器皿称之为宗教机构，它都被忽略而未获得严肃的考虑。

因此，在我们看来，使用这个构造是一个正面的事情。我们相信那个游戏的价值最终将会不言自明。因为到最后，一个人会看见从这个选择开始的一个庄严的、彩虹色的灵性演化的结构。做出这个选择是一把钥匙，通往每个寻求者的灵性发展，这将持续许多、许多次的转世。当这个器皿选择去创造这本书的时候，她的渴望是去用一种简单的方式传递信息。因此，我们鼓励这个器皿坚持不懈，不必自我怀疑，而是努力追求卓越，真实与诚实地讲述故事；爱的故事是值得讲述的。

在我们离开这个主题之前，我们愿指出，虽然对于这个器皿写这本书*，以及所有想望以分享他们看见的有益信息来服务的人们，这些都是卓越的，我们觉得在所有这类努力底下的，是一个人的圣灵。如果它没有流过这个器皿，它会流过一个又一个其他的器皿，因为我们不会说任何对于我们是独特的言语，除了精确地安排我们提供的形而上信息。

(*译注：这本书后来有翻译成中文，博客来网络书店有贩售，书名为：活出一的法则)

所有那些概念都部分地阐明宇宙在本质上是一元的，阐明在人类发展的这个时点，是时候了，要做出服务他人或服务自我的选择，它们可以在很多不同的灵感知识的储藏室中被找到。

结果是，我们建议通过灵感来工作，而不是通过任何沉重的感觉来工作，好比有一件紧迫的事或时间是短暂的等等。这些能量将不会服务于一个灵性导向的计划，因为它们是恐惧的能量。作为替代，我们愿对所有想望去服务的人建议，对任何给定的限制保持宁静和接纳，用一种绝对的决心去看穿这个计划，看到它自然的结局，好让那个已经被创造的婴儿被生出来，接着分享给这个世界。
请问此时是否有另一个询问？

吉姆：D 问道：「我读了一些华特·拉塞尔的作品，他在关于光的论文*中提到我们的宇宙以 140 亿年的周期膨胀和收缩。Q'uo 能否评论这点？」
(*编注：有心人请参考à http://www.walter-russell.com/documents/light.html)

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的弟兄。请容我们说，接触到你美妙的能量[1]是多么美好的事呀。关于华特·拉塞尔建议的这个时间周期，它当然是准确的，它是周期性能量的一部分，创造了太一无限造物者的心跳。

[1] D 是爱/光研究机构之冥想团体的一名长期的成员和支持者，Q'uo 团体正在对他表示感谢。
***
我们也注意到时间是一个不稳定且可塑造的东西，特别当它被应用到灵性时间而

非物理的时间之际。而这样的测量值的不适当就是因为那个因素了。

此时有另一个询问吗？

吉姆：只再加一个问题。一位名为 F 的女士问：「为什么会我发展出一种对电磁场的敏感性。这敏感性与灵的成长或治愈有关联吗？它能够被用于帮助他人？有没有任何涉及的灵性原则能帮助我沉思这个问题？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。正发生在你身上的事是一个结果，它来自于我们可以称为面纱变得稀疏，当你已经做出选择，要去觉醒并且有意识地活出生命〔如果你可以〕。当这样一个决定被做出时，接着有一系列坚持不懈的道德选择跟随这个决定，而这些选择支持了这个决定：去活着，依心而活并拥抱无条件爱的价值；适时地，这个决定将在内在之中创造出一个完全不同的内在环境〔属于该实体〕；该实体过去曾舒适地睡着了，现在却完全清醒并警觉着。

灵性的工作在每一个寻求者的肉体中以不同的方式被表达出来。一些人体验到电性能量流过他们的身体。一些人体验到类似的感觉，但并非那种电性的感觉，感觉到变得比他们实际的体积大得多，就好像被安置在一张椅子，而他们的体积变得如同气球般地膨胀起来，几乎在房间里飘起来了。

世上有多少人，就有多少种对于增强觉知的反应，因此就有多少增强的能量。你对于第四密度的能量波恒常地轰炸第三密度的地球有所回应，这已经引起你有这种特殊的反应。对于这样的感觉没有特别灵性的优点或缺点。它们是一种你的意识醒过来，并开始调查研究它是谁，你是谁，你在这里做什么以及诸如此类的事，在这过程中一个相当机械性的部分。我的姐妹，我们鼓励你紧紧地跟随你的

调查，而不要因为你在察觉电磁能量当中出现的变化而感到沮丧。

你们当然将需要找到如何对这些身体知觉感到舒适，但是，我们会建议与鼓励以一种无畏与喜悦的方式，在这些症状出现时，与它们合作。

对于它们有用处的方面，这是某种我们无法讨论的事物，我们只能说，这是你问自己的一个好问题。在你个人的进程中寻求，这是一个进行探索的好途径。

我们希望你以及所有那些正在觉醒并感觉到这类多少有些令人不安的症状的人，鼓起勇气、无畏地前进。因为这些症状是，容我们说，一颗正在觉醒的心和神经系统的暂时和轻微的症状。它就好像，当你在灵性上觉醒时，你的能量体有一个机会去伸展、呼吸并绽放一样。因此，你正处在一个过程中，帮助你的能量体去获得一种真正的成熟和一种花瓣重重的美丽。我们鼓励你以及所有那些寻求的人去服务与学习。

此时，有最后一个询问吗？

（暂停）

此时，如果没有更进一步的询问，我们将在太一无限造物者的爱与光中，在祂的力量与平安中，离开这个器皿和这个团体，离开你们每个人。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT

☆ 第 2206 章集：原型的应用

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

Archetypes Gathering II

2007 年二月 4 日

团队问题：Q'uo，今天的问题是关于我们在上个周末一直在原型心智(archetypical mind)上学习的问题。这些概念在智力上是非常有挑战的概念，我们想知道，在我们返回日常的活动和平常的生活时，如何在我们的日常生活中，最佳地应用这些概念。我们如何才能尝试去使用它们更好地开放我们的心，并且理解造物者、理解彼此和我们自己呢？当我们尝试去在我们遭遇的催化剂和情况中，应用这些原则时，在我们的空间/时间的环境中，在我们的日常生活中，真正在发生些什么事情呢，在形而上的领域，在灵性的领域中，正在发生什么事情呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在以祂之名的服务中，我们今天来到你们中间。我们为能被呼唤并加入你们的寻求圈之荣幸和快乐而感谢你们。

的确，我们感谢你们每一位在非常繁忙的生活中，以某种方法找出时间、注意力、空间，摆脱所有其他的追逐以寻求真理。我的朋友，你们在谦逊与真诚中来

形成这个圈子，你们的美丽令人惊叹。

一如既往，我们会感谢你们在聆听我们的想法时，使用你们分辨的力量。如果我们的想法与你们发生共鸣，那么它们就是你们可以随意与之一同工作的内容了。如果它们因为某种原因而与你们没有共鸣，请假设我们没有正中靶心并请将那些想法放在一边，这样你们就可以前进并在你们的道路上遇见有共鸣的信息了。因为我们并不是唯一有益的信息和灵感的来源。整个宇宙都在与那个拥有聆听之耳和理解之心的人说话。

今天你们询问的是，当你们从这个受庇护和被保护的环境离开时，关于这些原型和一般的原型心智的使用，在这样的环境中，你们已经能够比在日常事务的纷乱中所有可能进行的学习，能够更深地学习，仔细思索这些事情。有许多回答这个问题的方式，我们看见在这几个方式中的优点。所以，如果你们允许我们随便聊聊，我们将从几个不同的角度来着手处理这个问题。也许在那个过程中，你们可以在此刻的进程的各种各样的层次上，找到有用的资料。那的确就是我们的希望了。

当你靠着椅子休息时，请在这一刻察觉你自己。感觉你的嘴唇，当你轻轻地闭上眼睛时，感觉你的眼睑，感觉那在你的脸颊上歇息的睫毛。感觉你所是的这个坐着的形象，放松与舒适。感觉你的手指和脚趾的关节。觉察到你自己是在当下这一刻，泰然自若的一个存有。

你是谁？为什么你在这里？休息，接着发问。我们暂停。

（暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们再次与这个器皿在一起。我们的渴望是把你们带到一个焦点位置，在其中，你们敏锐地察觉到你自己的实相。该实相是某种很容易被认为理所当然的事物，因为你无论是醒着或睡着了，总是与自己在一起。而你是一个奇迹与奇观。

我的朋友，你是一个焦点，在其中，造物者能够知晓祂自己。你是珍贵的。想想一颗稀有宝石的价值，然后了解到，只有一个你。我的朋友，你们是怎样珍贵呢？你们是怎样精妙地被太一无限造物者所钟爱、所珍惜呀。感觉爱包围着你，渗透到你身体的每个细胞。

你是一个乐器。你们每个人都有演奏得最好一个音调，一首旋律和曲调。你与这个世界分享了那首轻快活泼的歌曲。在你的内在还有其他的，你但愿去发现并能够用你的存在性之乐器去弹奏的旋律。你不满足于在此刻，你正在弹奏的那只曲调，因为在你里面有一种寻求，你想望更深地探索，变得更加地察觉，向那无法被知晓的事物开放，而它只能透过显化中的灵被经验。

因为你希望进一步地寻求，更深地探索并以更大的强度去查看，你们已经聚集到一起，带着你们给予彼此的尊敬与认可，彼此帮助、彼此鼓励、彼此支持。我的朋友，在社会行为的外衣之下，你们已经在这个周末体验到真实的慈悲、真实的情感、真实的友谊，如你们在这次通灵之前谈到这个圈子时，你们已经表达一种真实的，家的感觉。

因此你们在此时已经一起被强化，你们现在做好准备在你们的路上翱翔。因为你

们每一位在你们个人的议程中，都有要去处理的独特项目，这些项目同时位于寻求的内在世界，和显化的外在世界，工作与玩耍。

聚集你们的翅膀吧！真的，我的朋友，感觉它们！感觉那些帮助你翱翔的灵性翅膀。感觉它们紧紧地编织在你的肉体上，因为你是在显化中的人灵，在你的组成中，同时拥有地球和繁星闪烁的天际。你的确可以主张你的翅膀，飞吧。

你将飞向何处并执行造物者的意志呢？那尚未翱翔的肉体问：「那个意志是什么呢？」「请告诉我，我应该做什么？我应该在哪里翱翔？我的使命是什么？」而我们对你们说，振翅高飞吧，在今天以及从今以后都知晓，所有事物都已为你准备好了。

当你问自己要做什么事情的时候，睁开你的眼睛，看看你正在注视的那个东西是什么呢？在你面前看到的那个事物，就是当下此刻的礼物了。如这个器皿经常问的：「此刻，爱在哪里？」当下此刻，这是一切事物开始的地方。不只是当这个圈子坐在聚焦的神圣之中的这一刻，而是每一天的每一刻。

我们请你们现在在心智中与我们一起进入到一个更大的观点，因为我们想望创造一个整体环境，在其中，同时依靠着日常生活的背景和永恒的背景，你们可以看见原型心智和一般心智的工作方式。

你们每位都有一些限制，使得你的心智从完美的察觉、完全的平静、完全的聚焦上分心。该分心物可能是身体上的，可能会是情绪上的。它可能被埋藏于心理的扭曲之中，它们是从其他转世或从这一生的早期继承而来，在那些时候，某些能量的关系变得纠缠，所以，要把存在与行动的两股绞绳分开，会有一种表面上的

困难。

对于第三密度中的任何一个实体，你将必然以一种不间断的方式体验这些局限，它不一定是连续地被体验，而是在贯穿你的人生中，几乎恒常地被体验。

花一些时间来感谢这些局限和分心吧。它们推动你，透过在你里面创造出不适和饥渴。它们使你无法安静下来。最重要的是，它们唤醒你去意识到鸟儿的歌唱、风的呼啸、星辰的光辉、太阳的热力。

由于这些局限，很容易感觉你正在过着一种不重要的生活。当你感觉你正在开始沉溺于自己的平庸时，如果你鼓励自己，将你自己从那种视角提升起来，并将你的注意力聚焦于环境中的美丽，这是很好的。这种重新聚焦唤醒了你，就灵性、心智、身体一同作用的意义而言。允许你成为自己的活化者吧。

当我们建议你们做这件事，我们正在建议你花时间和原型能量同在。我们了解到，你们每个人都已经跟祈请原型或成为原型的概念有一番挣扎了。因此，让我们更仔细地查看一下，什么事物会把一己从生活的梦境中唤醒，并对灵性的倾向[1]变得警醒。

你们居住在一个宇宙中，在其中，所有的无论什么事物都是相连的，一同被编织到爱中。你所知晓的事情是：你之所是被你知道并非你的事物〔你完整的自我的其余部分〕所贯穿与包围；而完整的自我最终包含了宇宙中，意识的每一个微粒。

以一个非常深入的意义来说，那个你所是的光与爱之点，形而上地，就是关于你

的最真实事物，对于你将在人生中遇见的所有其他能量点，也是它们最真实的事物，它们都假装是人类。

如果你们全体都是灵巧的，完全处于被第四密度没有面纱的状态，就会看到你们一起跳的那支舞。但是在第四密度，我的朋友，你们只能够跳你们正在体验的第三密度中，为自己所创造的那支舞。现在，在这一生，在此刻，你们正在为自己创造极性的选择和包围那个选择的能量之平衡，而这将成为你作为一个灵魂，在之后经历的密度中，将会体验的所有演化的开端。这个时刻是非常珍贵的，我们鼓励你带着喜悦，津津有味地拥抱它。

当你进入日常生活，每天进行的活动中，离开这个住所，返回你自己的住所，当你带着在生活中正在进行的那些样式继续前进时，鼓励自己继续感知在你自己和所有其他意识之间的联系，尤其去感知那些意识点，在这个周末，你们聚集在一起时，你已经和他们拥有真实连接的时刻。让那种家庭感、确信感、支持感逗留并成为你的心之一部分。知晓你是被爱的，允许自己做为一个意识点去漂流并观察你的感觉、想法、偏好。

心智的原型层次是一个意识的层次，在其中，你敏锐地觉察到，你就是那个连接，横亘在空间/时间的每一天〔早晨、下午、夜晚、太阳的升起和落下〕与全然的无限、神秘之间。

由于你独特的有利位置，你能够沉浸到意识的海洋之中，你将从那意识中收到的礼物是任何其他人在过去不曾收到，在未来也将不会收到的礼物，用这样一种方式，那意识是你们所有人所共有的。带着你的染色和你的偏好，你不会更加远离完美，而是更加靠近它了。你的感觉、想法、行动的色度与染色效果为你创造了

一种独特的，沉浸到原型心智的共同河流系统之体验。

我们从未能够完整地描述原型心智，因为它是一个无限的、一直变换的海洋，透过宇宙造物中，可能消耗的所有河流的全部能量，它被喂养。当你在一个原型之中探索的时候，你就在尝试在宇宙造物跳其造物之舞之际，加入造物自身之中。你正在滑入到一个早已持续进行的舞蹈，并进入该流动，在其中，你能够感觉，要到哪里旋转，在哪里转身，在哪里跳跃，在哪里弯腰。因为它有时是个庄严的舞蹈，有时是个欢快的吉格舞，在其他时候，则是最伤心的挽歌，带着最深刻表达的悲痛。

舞出你所有的曲调吧，我的朋友，用你全部的心去舞蹈。在日常生活和魔法时刻之间的区别就在于前者看不到也听不到音乐，并感觉不到去舞蹈的渴望；后者听不到也看不到音乐，感觉没有舞蹈的推力，虽然如此，仍站起来并祈请这支舞蹈。

总是会有熵[2]，它将鼓励你停下来并在今天不再前进。总是会有惰性，它会鼓励你的车轮慢慢停止。如这个器皿稍早说过的，你总是可以说：「我是疲倦的。我筋疲力尽了。」

在那些感觉底下，寻找那属于你的意志和信心吧。你是谁？询问并继续询问。答案却没有该问题一半地重要。

在某种程度上，生活是一个拼图。经常有一种某些部分丢失的感觉，就彷彿那个制作拼图的人将图画最后切成组成拼图的碎片，然后把其中的两三片滑落到他的口袋里面一样。你将一直会丢失这个拼图的一些碎片，直到你呼唤那个你不知道

的事物。

在选择去呼唤当中，你加入了这支舞。

在停止去关注中，你加入了这支舞。

在察觉你自己的美丽瞬间，你加入了这支舞。

我们并不要求你们跳舞直至筋疲力尽。我们鼓励你们在休息的时候去休息。我们也鼓励你们一直去提升你的心去聆听新的歌曲、新的能量、新的时刻、新的生命。你在每一刻都拥有一个新的生命，如果你愿意宣告新的生命，如果你愿意导引它。你不会耗尽在灵性上工作的机会。你可以在监狱中、在患病时、在无论什么的任何局限中工作，以扩大你的能力，允许太一无限造物者的能量流经你，接着向外流入你周围的世界。

与原型接触就是要求普遍性，而你是一个特定的个案，以此告知你，关于自己的本性。这辈子，这个第三密度，在其中，你已经享受如此多次的转世，以及今日，全部都是关于在你的生活中选择平衡点，然后一次又一次地选择它。

不同的人有不同描述他们寻求什么东西的方式。这个器皿要求最高和最佳的事物。她将会说：「什么是我能够面对这个催化剂的最高和最佳的方式？」找到你自己的方式，把自己放置在一个强有力的位置，属于做选择的人。这是众原型的舞蹈。你们的第三密度是关于选择。

有很多选择的层次。根本的层次是极性的选择。在极性的选择中，如你们在这个

周末正在研究的一般，你们可以看到两位爱人的图像或心智的蜕变的图像，伴随着牵引的样貌，没有一边的拉力大于另一边的拉力，而是两个同等的选择。

L/L <wbr>Research 原型的应用

Archetype VI

你知道你想望去走哪一条路。在这里的每一位都深深地奉献于寻求如何在服务他人中，变得越来越多地极化。这并不意味着你做出的各种选择是简单的。第三密度非常擅长于把复杂的极性选择呈现在你的面前，在那些选择中，你部分的选择是极化朝向服务他人，部分的选择是倒退极化，朝向服务自我。

当你在选择中来回摇摆时，找到你的信念的甜蜜点(sweet spot)，选择你自己的最高和最佳的版本。接着出发去追求这女性原则，属于滋养、疗愈、纯净情感，那是你做出这个选择而祈请的原则。

允许你自己感受那些能量的激励吧，它们太过于深入以致于言语无法表达。聆听天使翅膀掠过的声音吧。因为当你知道你正在选择时，你成为魔术师，或如这个器皿会说的，解经祭司。你成为了行动者和选择者。

L/L <wbr>Research 原型的应用

Archetype V

我们向你们致意，永恒的公民啊！我们，同你们一样，都是在造物者眼中闪烁的群星。我们，同你们一样，都是各种焦点，位于造物者宇宙的无限振动之中，好让造物者得以知晓祂自己。

你们在这个研讨会中、相聚在一起的时刻已享受许多感觉，当你尝试把那些感觉

的祝福带回家时，请知晓并倚靠你已经体验的真理和你完全的才能与能力，带着恩典与智能向前进，寻求你的极性，寻求你的课程，寻求你的服务。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

如果你的能量感觉黯淡，呼唤那些等着被请求的实体来鼓励你、爱你、帮助你吧。因为你的指导灵一直与你同在。但是它无法说话，直到你请求的时候才可以。如果在我们离开这个主题之前，有一件事情是我们愿意留给你们的，它会是请求的重要性，因为帮助是一直在附近的，指导灵也一直与你在一起。

一如既往，我们很抱歉，必须离开这个令人着迷的问题。然而这个器皿已经要求我们结束今天的特定主题，接着询问在此时，你们是否有其他问题或后续问题。我们是 Q'uo。

T：我的确有。我的问题是，如果两个实体致力于加深寻求彼此和寻求造物者的关系，以成为一种服务和一种光，对于那个在造物者中，他们两人之间的第三个实体，在形而上方面正在发生的过程是什么？请讨论一下任何实用的方式，可以促进在日常生活中，有意识地成长。

我们是 Q'uo，觉察你的问题，我的姐妹。当任何两个实体觉察到他们是灵性的存有，选择一起寻求时，马上有一个超灵（oversoul）被创造出来，由他们两个化身的能量，连结他们的指导灵系统，一起组成的。在很多情况下，也连结到一些实体及其指导灵系统，他们旅行到这个行星进行服务，同时带着家人或社会记忆复合体。结果是，即使由两个人构成的超灵也可能牵涉一个庞大的家庭之集合，

如果你查看这两个存有，觉察到他们选择的机会，透过奉献于爱和服务他人所创造的结构。

就其自身而言，这可以被视为有帮助的，而且它对于这个行星、对于在这个行星上、自我周围的那些人、也对于造物者构成了一种礼物。这是因为这是一个反射性和互动的宇宙，当两个实体一同在爱中振动时，那种振动唤起一种共鸣，对于在相同层次上振动的实体，回响在那些位于可见领域的人们的内在，也回响在那些位于无形领域的实体的内在。实体们在彼此之间形成联系，和更大的团体建立联系，最终结果是整个星球人口的意识之转变。因此，当你们询问这个问题时，你们谈论要做的事情是个大工作。

在日常生活中，作为一个存有而进行的灵性工作的方面，对其作出一种有意识的承诺，这是非常有帮助的。不去逃避把彼此视为造物者的责任，而是去拥抱那挑战。在每一次遇到不可避免的，让人不舒适的能量交换时，就有机会去大胆地前往先前在你们星球上，很少人去过的地方，那就是进入你们之间，最激烈的不一致的部分，进入你恰恰最不愿意在你们中间看到的那个事物。

因为恰恰就在那你最不愿意看到的事物之中，有着你要给自己去解开的礼物，在那礼物之中，你可以解开自我的丝带，并发现能量如何才能再一次流动。你发现宽恕和理解的惊人河水流过那先前是干涸土地的地方，流过那干渴与荒漠之地，仅仅因为你已经转过身，并面对着那表面上不和谐的事物了。

它可能只是一件小事，然而最微小的不和谐也值得关注、尊敬、荣耀。这种不一致也许没有实质内容的，这并不是问题。它在感知上的正确性与错误性，这并不是问题。当你们一同工作时，允许光通过你们两个人合一地闪耀，你正在超越自

己，并进入到你自己的，终极非个人性的一个更深的部分。然而，它包含你所有的心，所有的灵魂。

当你更深地探索并变得更紧密地与神性原则结合在一起时，你会失去自己，这是一种误解。你不会失去自己。你是造物者的一部分。你来到这里留下来。然而，在让边界脱落并请求治愈与理解的过程中，你发现自己在力量、勇气、那种感觉上增长了；那感觉在你的心中，可以称为对自己的尊重。因为你正在认真地对待自己，你在尝试扩展这辈子的能量，以一种有益且有效率的方式服务太一无限造物者。

对于任何两个人，这都是真实的，但是，当实体们配对时，他们就已经觉醒，并且和彼此分享最原初的一种方式，关于在第三密度中，以肉身存在的方式表达太一无限造物者的合一性。当他们允许在两人之间的和谐一致成为他们的关注事情中，绝对主要的部分时，他们就创造出了一种能量的通道，它不只通往神圣的合一之共同体验，即为共享的红色光芒圣餐；接着被带上来，进入心中，绿色光芒的能量交换，也会有源于如此微妙的能量交换的事物，那即是提供理解、悲悯、分享崇敬的能力。

我的朋友，崇敬、奉献、以及那些被净化的感觉〔属于深入的层次〕：这些事物爆发出一种能量的绽放，那就好像在山丘上的光一般。那些配对的实体们，如果他们能够承受不断进展的，对自我的挑战，以及对自我中心关注的挑战，他们将发现自己能够成为对他人非常有帮助的一道光，即使他们没有打算去这样做。

并不是说，你要对他们说教：「这才是活出生命的方式」。你单纯地散发着无限造物者的爱与光，你已经让祂的道路变得笔直与清晰，这条道路在你人格的透明

度之中流动。

我的姐妹，我们可否进一步地回答你？

T：那已是完美的。

我们是 Q'uo，我们感谢你。此时有另一个询问吗？

（没有更进一步的询问。）

我们发现我们已经耗尽在此刻准备提问的实体所提供的问题，这是好的，因为肯定地，这个器皿的能量衰微了，这是一个好时间，我们要向这个器皿和团体说再会了。

我们再说一次，能够凝视你们的美丽并分享你们的冥想，这是怎样的快乐和荣幸呀。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。就如同我们发现你们时一样，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai。Adonai。

原注

[1] listings：这种用法是相当古老的，意思是灵性的「倾向或倾斜」，非常像一艘船或一只小船向一侧或另一侧倾斜，向左舷或右舷倾斜。

[2] 熵(entropy)有几种意思，它在这里应用最通常的意思：不可避免的衰退与退化。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2207 章集：唐吉诃德的追寻

L/L Research (c) 2015

今晚，我在国家新闻台看到英国物理学家，史蒂芬·霍金博士，正在与俄罗斯亿万富翁尤里·米尔纳合作，投入一亿美元到「突破聆听」计划中，预计检验我们宇宙更远的边界，持续搜索智能生命的记号；这个计划将比 1960 的 SETI〔寻找外星智能〕计划更为强健有力。无论如何，这两次的努力都仰赖机器和小器械达成这类的联系。

从 1981 年到 1984 年，爱/光研究中心(L/L Research)也使用了一种「仪器」跟一个外星文明联系，在地球历史中，该文明被称为 Ra，一群从我们的太阳系进化前进的灵魂，为数 3 千 2 百万，他们能够调和其振动存在状态，跟我们这个三人小组同在。

虽然我们的仪器(器皿)是人类*，这种仪器的调频需要比任何机械装置的极限能力更为精准。她的心必须是饱满的、敞开的，方可给予和接收爱的振动。她的思想奉献给服务他人，该奉献必须是完全清澈、聚焦的，以做为任何行动的基础。接着她的灵魂必须是无惧的、充满喜悦。

一亿美元不能买到这些条件。它们是一生服务的果实，从两岁直到七十一岁〔她

进入更大的生命〕为止。而她透过自己这个管道带入的信息是聪慧的、无时的，也是及时的，如任何物理学家都希望有的及时信息。

· Jim McCarty 日志： 2015 年七月 20 日

(*译注：这种仪器的全名是卡拉·L·卢可，Carla Lisbeth Rueckert

☆ **第 2208 章集：海豚与鲸鱼**

Copyright © 2009 L/L Research

译者声明: 这份资料来自于美国爱/光研究中心(L/L Research).

这篇译稿经过译者的主观筛选与改编.

有心人若渴望阅读 100%的 Q'uo 演说，请前往 L/L 网站依发表日期寻找原稿à

http://www.llresearch.org

特别冥想

2009 年一月 20 日

Jim: 这是 T 的问题: “我碰到一本很棒的书叫做宇宙.宇宙，作者是卡尔-萨根[1]. 该书有一章生动地描写鲸鱼的智能，并且描写人类对待他们的残忍行为. 简短地说，星际邦联曾说海豚和鲸鱼是心电感应和自我觉知的存有，他们的灵性水平甚至比人类还高，他们的原生家乡是地球.

“在此同时，我们的一的法则研读小组正好讨论到(卷四)第 90 场集会，Ra 谈论他们对于可相抵的拇指的假设，它似乎是一个关键因素，促成人类好战的倾向.

“我主要的问题是: 我们如何在每日、稳定的基础上向海豚和鲸鱼学习? 我们是否

迫切需要学习和他们沟通？如果真是如此，Q'uo 可否教导我们和他们沟通?”

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意；这个傍晚 我们在祂的服务中来到你们这儿. 我们想要感谢这个圈子的所有成员，特别是呼叫我们加入这个寻求圈的 T 实体. 我们非常高兴加入你们这次的工作集会，和你们谈论关于你们海洋中的海豚与鲸鱼.

无论如何，一如往常，我们首先请求你每个人在聆听或阅读这些话语时，使用你的辨别力. 拿起那些引发你共鸣和有益的部分；丢下其他部分. 我们非常感谢你们愿意这么做，因为这样允许我们自由地提供意见，无须担忧我们可能侵犯您神圣的灵性过程，或冒犯你的自由意志. 我们感谢你们考量这点.

正如同你们人种曾在数万年前受到基因改造而中断原先自然的进化过程；你们知晓的海豚、鲸鱼、鲸类动物[例如鼠海豚]也同样受到基因改造，但发起者并非来自其他星球，而是那些住在岛大陆[你们称之为亚特兰提斯]的实体.

这些哺乳动物的意识在基因改造之后得到强化，促成所谓的人类和鲸类动物结合、调和在一起，成为一体，于是鲸类动物[2]外表上没有任何改变，然而他们因此拥有第三密度水平的灵性复合体.

因此，自然的繁衍过程逐渐地赋予所有这些族类第三密度的意识. 结果是，你们和海豚、鲸鱼的确是兄弟，一起穿越第三密度的主要周期.

许多科学家在了解海豚、鲸鱼、鼠海豚(porpoise)的非凡智能之后，对于人类和这些海洋哺乳动物进行对话感到迷人和难以抗拒.

或许我们可以说，从这些鲸类动物身上学习的最佳方式为想象如果你不使用双手，和可相抵的拇指[如 T 实体在询问中提到]，你会如何经验第三密度，你在第三密度的各种活动会有什么不同?

拥有长寿的一生，无须工作去付账单，也无需捍卫资源或守卫领土，那会是怎样的光景?

如果你可以自由地选择今天要做的梦和显现的影像; 选择你想要围绕自己的冥想，想要享受的沉思; 这样的情况不只停留一小时或几分钟，而是你整个人生的清醒时分，那么 你的人生会是怎样的不同?

如果你的喜悦是和自然元素和谐地跳舞，和同族存有一起跳舞，和配偶以及孩子们共舞，跟今日走在地上的你相比会有怎样的不同? 这种闲适、悠闲、韵律的环境会如何影响你?

无须创造和使用各种工具，这情况会如何影响你?

明显地，这些改变是深远的，因为大多数人的生活步调绕着必须做某种有用工作的主轴转动; 也就是说，由那些雇主定义什么是有用的工作，他们以薪俸[3]交换你们的工作时间. 而这份薪俸是必要的好让你们可以购买家庭需要的食物、一个遮风避雨的屋子、冬天里的暖气、夏天里的冷气，以及确保你的庄重外观，并遮盖赤裸裸的你之各种服饰. 你们人群发现有许多科技器具是必须或合意的，你们

也必须以工作收入来购买这些东西.

只有很少人能够在人生的旅程中 [他的意识]不会被日常工作的忙碌喧闹填满. 你们必须准备每天要吃的东西，然后清理食物残渣，这些都会花去你们的时间. 你们必须维护自己住的屋子，清扫灰尘、擦洗和刷掉不干净的东西. 甚至你们的天然草地也变成需要维护的环境，你们不容许它自然地生长. 所以，你们花费更多时间、更多能源、更多金钱为自己创造一个喜欢的环境氛围.

你们的世界充满各种限制: 在界线的这一边是你家的财产，另一边是别家的财产. 在你的衣橱中有你的衣服，不是别人的. 你们花费可观的时间去堆积你认为有用和渴望的物件; 并且还必须去维护它们. 电池需要更换，各种电器需要专属电源线，这个清单可以一直表列下去.

这状况和你们在恒常变幻水域中自由穿梭的弟兄姊妹相比有鲜明的差异，他们无须什么努力即可找到丰富的食物，所有水域的温度都是可接受的; 也不需要赚钱和买东西; 不需要囤积东西来抵抗严寒的冬天或为步入老年做准备. 只需要呼吸新鲜空气，在海水中自在游泳; 美梦、冥想、沉思伴随一生.

我的弟兄，你们可以从沉思这些差异中学到什么? 某些亚特兰提斯人自愿选择这场基因实验，为了选择这些美丽的动物. 他们的亚特兰提斯家乡的政治极性对他们而言不大正确，不是他们想望的，因此他们使用(生化)科技开启一场伟大的冒险.

此时 这些在你们的大海中游动的实体是哲学家和智者的后裔，他们在那个时候看见一条穿越第三密度灵性进化的更佳道路，他们选择没那么多的服务他人，做

为拒绝活在服务自我途径上的方式.

容我们问是否有后续的询问，我的弟兄？我们是 Q'uo 群体.

Jim：他的第二个问题是— “根据 Ra 第 90 场集会，我们的理则似乎偏好两足猿猴动物. 如果是这样，为何海豚和鲸鱼似乎在灵性发展上比人类占上风？他们似乎没有我们必须承受的厚重遗忘罩纱，为什么呢？

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 太一无限造物者并未负责选取两足猿猴或大猩猩优先于其他物种，我的弟兄. 毋宁说，名为亚威的社会记忆复合体感觉这个形态可以很有效率地探索极性的问题. 造物主全然愿意任何物种获致第三密度水平的觉知，从而承担灵性复合体为自我的一部分.

人类[大猿猴的后裔]的智能和洞见的潜力和鲸类动物[起初是陆地动物，后来进化为海洋生物]大致是相同的，大脑和身体的比率是近似的. 无论如何，人类种族逐渐分了心，远离更深层次的沉思、冥想、想象、洞见和梦想.

两个族类的意识是共通的，但人类的智力大大地中断该意识，随着你们的世纪之轮不断向前滚动，人类越来越多地涉入各种选择，而这些选择没有一个跟灵性课题有关.

结果是，你们没有使用大脑前额叶的伟大祝福和资源；没有约定一致的努力去发展和学习前额叶的用途，连结这部份大脑的过程没有被普遍地教导.

这个器皿会说人类搬石头砸自己的脚*. 他们转身背对一个伟大的灵性资源— 那

伟大的意识增强器，那是造物主给予所有第三密度物种的共同礼物. 无论如何，人类选择继续发展他们使用工具的能力，并使用许多器具、机械、复杂精巧的电子产品在世界舞台上做很多事.
(*译注: 原文是 shot itself in the foot)

前额叶的灵性层面让道给智力的使用，人们不断磨利和更复杂地使用智力，这部分的心智对每个实体都是不同的，它没有办法帮你找到自我和其他自我之间的连结. 结果是，人类已把自己闭锁在孤立的觉知小口袋中.

人类发展智力的可能性到达令人惊叹的程度，然而他们粗心地忽略[大多数时候甚至是遗弃]洞见、冥想、沉思的更深领域; 而这些活动可以将前额叶与大脑的其他部分连结起来.

你们已经没有亚特兰提斯智者们的选择; 你们没有自由去选择海洋里的生活，在一望无际的水域中，没有任何边界，也没有限制心智的东西.

因此，表面上看起来，鲸鱼和海豚拥有比对等的人类更多的智慧; 然而，他们和你们的资源是相同的. 关键是环境上的差异形塑两个物种以不同方式使用第三密度去做出极性的选择.

我们可否进一步回答你，我的弟兄? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: “Carla 最近的 UPI 专栏提到环保议题，我阅读后不禁要问，Q'uo，你会不会认为鲸鱼和海豚比起人类更适合做地球妈妈的看守者? 如果你不想单纯地回答是或否，可否评论一下这个问题?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 并不能说那些在海洋中游泳的实体有任何能力去看守海洋. 由于没有可相抵的拇指，他们未曾创造各种工具对环境造成负面冲击[或非负面影响]. 结果是，他们从未离开自然的状态，他们单纯地是环境的一部分. 他们并未对环境造成困难，因为他们追随天然环境之道.

另一方面，人类有完全充分的能力对环境造成冲击，不管是以掠夺者或看守者的角色进行. 好些年以来，你们人群已忘记他们是环境的一部分，而环境是他们的一部分. 所以他们转身背对看守者角色，成为掠夺者，不断拿取地球无法再生的资源，粗心轻率地消耗资源，于是创造了一个向下螺旋.

那么 人类面临伟大的挑战，人类必须选择如何回应过去养成的各种坏习惯[容我们说]. 确实，我们发现许多人逐渐觉醒之后，对于自己过去对地球母亲是如此地残酷感到震惊，他们想要成为地球生命之舞的一部分，而不是偷窃和强暴地球母亲的共犯.

我们希望越来越多人会欣喜地迎接这一个挑战，满腔热情地找到各种方式去参与这场地球之舞，成为地球环境的美好部分. 我们感觉越来越多人的心中充满对地球母亲的爱. 我们认为这是一个非常有益和恰当的情感，它可以大大地协助你们极化朝向服务众生的过程.

此时，容我们问 是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: “根据 Q'uo 的信息，第四密度正快速地来到. 当地球完全进入第四密度之后，我假设将会有两种第四密度存有: 一种长得像人类，另一种长得像海豚或鲸

鱼. 是否正确?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 就第三密度的早期毕业生而言，这个说法当然是正确的，我的弟兄; 因为他们需要特定一段第四密度的时间和经验方能开始享受该密度提供的自由. 我们不能够探测你们未来的线性时间，因为在线性的空间/时间中，这些选择尚未被实现.

但第四密度中，实体们有能力选择自己想要使用何种形体. 这个能力开启许多选择，不只人类形体或鲸类形体，还包括其他形体.

所以，我的弟兄，在早期第四密度，你当然可以发现许多第四密度的鲸类存有，和许多第四密度的人类，因为他们的形体继续相似于自家物种的外貌. 随着第四密度的演进，第四密度灵魂的选择也随之演进.

此时，容我们问 是否有另一个询问? 我们是 Q'uo 群体.

Jim: 最后一个问题跟饮食有关. T 说: “基本上，我认为 我们可以自由地吃任何我们渴望的食物. 然而，我们不会去吃人肉因为这样违反法律，并且是不道德的. 但如果我们杀死鲸鱼和海豚，又吃他们的肉会怎么样? 我们是否会招致或增加负面业力，如同我们杀死一个人的情况?”

我们是 Q'uo 群体，并觉察你的询问，我的弟兄. 当一个实体做出服务自我的选择，明知这个选择将伤害另一个智能生物，就会招致业力. 此时，地球上只有很少人类实体觉察鲸类动物的本性. 结果是，既然他们只觉察到自己摧毁一些鱼，他们的业力就相当于杀鱼造成的业力. 一个无知的人无法对他完全无知的东西感

到内疚.

另一方面，我们指出有益的一点，那就是你们吃任何东西都会牵涉到某种业力: 莓果、蔬菜、青草、乳制品等. 所有这些东西都有某种意识，并不是只有进食鱼肉和动物的肉才会有回力效应. 所有喂养你的东西都将他们的意识献给你，所以，记得总是感谢你摄取的每一口食物，这是正向的灵性练习.

我们发现在这个器皿的脑海中曾觉察有某些鲔鱼罐头包含海豚肉，所以该器皿很久以前就拒绝购买这类的鲔鱼罐头[4]. 我们假定一个实体不管在任何地方觉察到这些鲸类动物的特殊性质，相应的动作就是拒绝摄取他们的肉.

在你们的密度中，身体被创造为化学酿酒厂，它接收原料之后以化学方式处理，分解出身体所需的养分，然后排出剩下的残渣. 当然，把进食的过程灵性化是个很棒的点子，尊重并荣耀食物，感谢你吃下的坚果、莓果、蔬菜、乳制品、肉类; 并赞美它们的意识礼物.

在结束这次对海豚、鲸鱼、鼠海豚的沉思之前，我们考量这些存有的最后一个特征，那就是通讯.

鲸类动物的通讯是概念通讯，它还不是心电感应(telepathy); 它是透过水的媒介创造传导声波，包含很短促的爆裂音，传输概念中一束束的思维. 概念通讯比起语言通讯有很大的好处，因为概念通讯不可能产生误解，而笨拙的文字恰恰相反. 这个器皿也已经学会使用概念通讯接收(我们的)概念，接着转译为语言. 无论如何，希望你们人类种族学会以概念沟通可能是期待太多，因为你们主要能力是发声，不管是唱歌或说话 你们都有伟大的天赋调变你们的嗓音，发出形形色色的

声音.

一种是栖息在陆地上，具备可相抵的拇指的人类；另一种是栖息在海洋的鲸类动物，比较这两者的众多差异，或许最生动显著的差异就是两者沟通方式的不同. 在某个程度上，它解释你们当中许多困惑和骚乱的原因，你们对彼此说话 却不常真的和对方在一起.

我们希望你们不只从海豚和鲸鱼身上学到东西，也从我们这儿学习，我们讲说概念给那些有耳去听和有心理解的人.

我的朋友，多么令人高兴的一次谈话啊！我们全心感谢 T 实体，为了他不断更深地探究事物的本质，和从不疲倦地努力寻求真理，发现爱；同时选择一项提供最多悲悯与光芒的服务.

我们感谢 T 实体的存在和服务，也感谢他的这些问题，我们感到快乐和荣幸去考量它们.

在这个时候，我们要离开这个器皿和团体，感谢你们每一位美丽的共享振动. 我们是你们知悉的 Q'uo 原则. 我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们.

Adonai，我的朋友 my friends，Adonai.

注解

[1] Carl Sagan，Cosmos: New York，Random House，[2002].
http://www.books.com.tw/exep/prod/booksfile.php?item=0010477728

[2] A cetacean is defined by www.dictionary.com as “belonging to the Cetacea, an order of aquatic, chiefly marine mammals, including the whales and dolphins.”

Wiki 百科: 鲸类动物（学名 Cetacea）包含了大约八十种大型的生活在海洋中的有胎盘哺乳动物。包括海豚和鲸鱼。

[3] emolument: 一份薪水或补偿金给与某人提供的服务

[4] 一般而言，有两种快速方式确认你购买的鲔鱼罐头不会有海豚肉: 一.购买水性的白鲔鱼，而非油性的暗色鲔鱼. 二.检查包装上的海豚安全标签(Dolphin Safe). 市面上超过 90%的鲔鱼罐头都符合这个标签方式，进而缩减海豚死亡率达 90%以上. 您可以在以下网站学到更多:

www.earthisland.org/immp/Dol_Safe_Standard.html

Dedicated to Carl Sargan & all cetacean lovers

(V)2011 Digested，adapted & translated by c.T.

☆ **第 2209 章集：服务的态度 (更新版)**

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2007 年一月 7 日

团队问题：Q'uo，今天的问题是，渴望有所服务的寻求者如何同时影响服务和影响他或她自己，不管是通过怀疑服务、怀疑自我，或者通过对服务感觉有点好过头，就好像他或她做了一件真正不错的事情一样？一个去寻求服务的人，其态度是如何影响服务者和服务呢？

L/L <wbr>Research 服务的态度 <wbr>(更新版)

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在以祂之名的服务中，我们在今天来到你们这个寻求的圈子。

我们感谢你们花时间和能量创造了一个寻求圈。我们感谢你们呼唤我们，和你们分享我们的想法。能够在诸如骄傲与怀疑等态度对服务产生影响的主题上被提问，并且请求我们给予意见，这是一种极大的祝福与荣幸，让我们的心充满了喜悦。

然而，一如既往地，我们首先会请求所有那些聆听这些言语或阅读它们的人，请你们知晓你是多么强有力的一个人。你是唯一有能力的人—为自己区别哪些东西对你的灵性进程有用处，和那些在此刻对你没有用处的事物，无论它们可能是多么明智或它们听起来怎样好听。

你的进程的神殿守卫者就是你。当你听到我们的想法时，请好好守护它们。如果对它们起共鸣，那么请务必拿走并随意使用它们。如果没有共鸣，请不要尝试使用它们，而仅仅将它们放在一边并继续前进。我们感谢你们这方面的考虑，因为它使我们能够发言而不用担心我们可能会侵犯你们的自由意志或者妨碍你的进程的笔直程度。

我们为这个问题感谢 R 实体。为了回答这个问题，关于态度对服务的效应，我们必须从那个问题的明确性上向后退许多步。因为这样一个问题是从所有的哲学问题中，最深入的那个「我是谁」的问题开始的。

我的朋友，你们是谁？你是那个思考的实体吗？你是那个实体，坐在这个房间的一张椅子上、穿着衣服、用某种方式观看；带着一种人格、一段历史、具有一生之价值的记忆而来到这个沉思的时刻？

你是你扮演的那个角色吗？你是你说的那些事情？

D 实体指出，在形而上的世界中，我们的想法就是东西，因此，当你拥有自己产生的、跟随的，一个接一个接一个的想法时，你在这个世界上做的事情，从形而上方面而言，根本不是你之所是的全部；而那些想法要嘛被扔掉了，要嘛被作为蜕变的工具，或者作为周期性担忧的工具。

你们是谁？我们是谁？我的朋友们，你们知道我们是无条件爱的信使。我们的信息不是我们在爱中来到你们这里，而是，我们和你们都是爱。因此，你们的问题是基于我们的背景而询问的，即我们觉察我们全体都是造物者可以用来观察、处理、收获经验的各种各样的焦点的一个相互作用、相互贯穿的统一体。因此，当你们服务另一个人之际，你正在服务你自己。

然而，从能够使用我们的信息在灵性上工作的意义而言，我们了解，需要更多的讨论。因此，我们靠近问题一步，谈论关于你们与那些与你们互动的人。我们已经指出，你与所有其他人都是一个统合的宇宙造物的一部分。然而，和所有良好的灵性原则一样，有一种悖论牵涉其中。那个悖论是：你们每个人都存在于他自己的宇宙中。你是那个内在宇宙的造物者。

因此，这就彷彿你是一个太阳，光芒四射和无法想象地充满了太一无限造物者的

爱与光。其他人同样是太阳，带着他们自己的辐射与光辉[1]。就如同在恒星之间似乎有个极大的距离，在你们之间也有极大的距离，容我们说，一座中间之海。

每一个诸如你们这样投生在一个肉体中的人都深深地知晓在一个人和另一个人之间，看起来存在着那片相异性的巨大水域。虽然所有这种「相异性」都是一种幻象，虽然如此，同样真实的是，为了创造一种氛围，你们在其中可以进行灵性工作，你与造物的其他部分是不一样的，这种感觉小心谨慎地为你们而设置。

造物者已经尝试过一些宇宙造物，在那儿，每个第三密度中的实体都觉察合一的真理。在这种完全知晓他们是谁的氛围中，造物者发现，实体们却没有被激励去更进一步地寻求。覆盖人们对于所有造物的合一本质的知晓，在设计第三密度的学校方面，这种罩纱被发现是一种改良的设计，容我们说。

那么，你们特殊的世界就是这样一个造物，在其中，你们都被遮蔽，和那令人惊叹的觉知隔开了，即你和所有存在的事物是一体的。就彷彿居住在一个身体里，它是你和这个世界的其他部分之间的障碍物，或防御物，并且肯定是一种限制和一种分界线。

当你与其他人群建立联系时，这就彷彿两颗星星变成了两艘船，它们一起航行，越来越靠近。自然地，他们不想要撞上彼此。它们带着某种小心绕着彼此航行。

然而，在每一个人的内在都有和他人建立合适关系的渴慕。当你与另一个人建立联系时，会有一种要找到和谐、平静、放松、共同情感的深深渴望。

你是如何考虑你自己的，这的确会以一种潜意识的方式影响其他人看待你的方

式。因为行动胜于话语。你的身体语言、姿势、你的语音、你脸上的表情、眼神，所有这些都以你照着镜子都无法想象的方式对他人产生印象。

当别人看着你，你不会看到他们看到的那个自我。你将永远都不知道某些人会认为你是多么的美丽，但愿你将永远都不知道其他人会认为你是多么缺乏吸引力。你被你对自己的观点所包围着，而其他人的观点可能会冲击那座堡垒，却无法摧毁它。你认为你自己是什么事物，什么事物就会出现在你的世界、你的宇宙中。

在寻求者的人生中有一个时刻，寻求者选择他的生命之道。当那个时刻到来时— 的确，在你们星球的表面上，对于很多实体来说，那个时刻尚未到来，可能根本不会到来— 某个事物改变了你看待自己的方式。当你决定你希望对他人有所服务并希望以那种意义去极化，你创造出一种期望、希望、目标。

自然地，你无法精确地想象对他人有所服务将导致什么情况。但你设置好意图。接着，带着那个意图，你的船现在形成了一个舵。你的星星现在形成了它的轨道。你已经在你的宇宙中创造了一颗希望的北极星[2]。

形而上而言，这创造一条通道：从一个灵性不成熟的人通往灵性成熟的人。并不是说在自我的果实变熟的过程中，不会一直有要去做的工作，而是说，一直要到你足够严肃地对待自己，以致于你作出了终身的决定— 把所有的你之所是奉献给服务他人，形而上而言，从这时起，你才从人生的梦境中觉醒。

当你慎重地决定你愿意完整地奉献自我于这个希望：成为这个世界当中的爱，如你此时所体验的，你成为一个魔法的实体。比起任何尚未来到那个选择点的人，你都在一个更大的程度上知晓你是谁。

在这个点之后，你提供给他人的服务也许并未有明显不同。虽然如此，对你自身来说，有改变！这个深远的改变在于，你将会负起责任，主动寻求许多资源和素材帮助你知晓如何服务他人，如何能够更灵巧地服务。

所以，在某种程度上，你把自己放置在枪口底下。我们使用了那个惯用的表达，因为在某种程度上，对他人有所服务的决定就好像一场比赛的发令枪一样。它是一场马拉松。它比一场马拉松更多。它是一辈子。而你寻求稳定地前进，跑一场「怀着上帝的恩宠，跑那笔直的道路」，正如这个器皿歌唱的赞美诗所说的。

同样这首赞美诗带领我们进入下一个要点，接下来的诗词是：「睁大你的双眼仰望，寻求祂的面容。」[3] 我的朋友，当你选择有所服务的时候，你生活在恩宠之中。在你选择服务之后，有大量的帮助将会环绕着你。恩宠充沛地存在，因为当你选择去爱，你选择去表达宇宙造物和造物主的本质。你的选择直接与真理校准，那真理是一种如此巨大的奥秘，以致于从来没有人能够清晰阐述它。

当你提升自己，凝视你自己的想法，自身的过程，以及你显意识存在的细节，你便把自己提升，加入相当多的同伴之中。你将自己提升到了一种概念的层次。

现在，让我们花点时间注视那一点。自我实质上是一个概念，当你在询问态度如何能够改变你的服务时，你就在询问这个概念了。从自我的概念提升上来不是回避不看自我，而是寻求对于自我是什么的认识，一种更深入、更有益、更有帮助的认识。

因此，作为一个希望去服务他人的光之仆人，你拥有了对于自我的一种双重的认

识，因为你自己的一部分觉察到，你与所有和你互动的人都是一体的。

你自己的其他部分是自我意识、自我察觉，并且被自我束缚着：由于大脑中的想法、身体的外形、以及你所拥有的肉身自我的概念形式。

这两个关于自我的概念都同样有用和准确，你终其一生都和它们一起玩耍。因为，当你早上来到大门拿报纸的时候，你移动的不仅仅是爱自身[居住在你的肉身之中]；当你从信箱取出报纸时，你也在移动一个注意早晨天气的、打瞌睡的人类。你同时是那个庄严崇高的存有，也是那个处理沉闷细节和世俗的人。

让这两个不同的自我概念和谐一致是一门艺术。我们鼓励你们总是为那个想睡的、早晨到大门取报纸看新闻的自我腾出空间。当你取得灵性上的进展，你不需要嘲笑那些生活中的日常和平常的事物，因为那些时刻同样是神圣的。

确实，我们的回答潜藏在该概念中：允许你自己变得觉察，缓慢地、逐渐地，认识到你的自我具备的深度和丰富性。不要回避或避开自我的任何部分，或是那些文明和文化的虚饰的任何部分，或是那些略为深邃的本质，属于种族、教义、文化。永远不要回避性别的差异，而是拥抱并认可他们。你投胎为目前的样子是有好理由的，所以不要背对它们，而是去欣赏它们，发现它们提供给你的东西，好帮助你服务他人。

简单地说，服务他人可以被视为由两个部分组成。你意图给予别人的服务和你给予别人的服务。除此以外，还有一个全然私人的、只对你自己是重要的第三个部分。

首先，你意图给予别人的服务会和你服务他人的选择一致。在那个基石般的决定中，你已为你的人生设定意图。每一次你有意识地重复那个服务他人的决定之后，你正在倍增你的极性。你正在创造一个越来越强而有力的自我，一个能够在意识中任意达成改变的自我。

你正在成为一位魔法师，就这个名词的最高意义而言。你把你的信箱和故乡置于身后，你直接与希望之星联结。当我们看到你不断地尝试服务他人的时候，那种提升是如此光荣和美丽。这些的意图无法被拿走。「外面的」世界中发生的那些事件，容我们说，在形而上的世界里是无关紧要的。

服务他人的第二个部分是这个服务本身，容我们说。当你服务另外一个人的时候，就彷彿你给出一个礼物。你不得不将这个礼物用特定的包装纸，系上某种蝴蝶结和丝带。你是你本然的样子，一般而言，你个人的各种偏好构成这礼物的包装。在某种程度上，那个人对于该包装的反应影响了他使用该礼物的方式。

我们说这些不是为了让你过于关切它，我们说这些好让你理解，当你怀着一颗纯净与善良的心提供礼物，你不需要为人们对礼物的反应负责。 你只需要为你的献礼负责，并尽可能把它雕琢得很美丽。

当你已经给出那份服务之际，无论是一句话、一个手势、一份礼金、一份时间与关注的礼物，或无论什么你给予他人的服务，这些都已经脱离了你的双手。的婴孩已经离开了住所，永远不会回来了。同时，在另外一个人的宇宙中，他获得了一个礼物。

那个实体如何对待你的礼物跟你并没有关系。许多、许多次，当你尝试给予，你

们彼此都感到欢喜。许多其他的时候，我的朋友，人们并没有认出你的礼物本质，那些礼物被人们践踏、归入尘土，它们将被认为跟你的用意相反的东西。或者可能会有任意其他数量的事情会发生在那礼物上头。

你必须让那种情况成为可接受的。你无法对你为其他人的服务紧追不舍，并且形塑它，这里改变一点，那里整理一下。你必须由它去吧。

如果你发现有人抗拒你的礼物，我们建议你研究那种抗拒，和它坐在一起，如 R 实体先前说过的。当你问自己「我如何才能更好地服务」时，允许那种抗拒成为你的觉知的一部分。

那个第三个部分，服务他人的向内部分，它和你进行服务时，使用的态度有关。只要你仍然位于你的人格躯壳之内，你总是会对你的服务事后评论。根据你的本性，要嘛你担心它是不够的，要嘛因为你已经做了如此漂亮的一个服务他人的工作，而对你自己感到骄傲。

这点对于服务本身来说影响甚微。服务本身已经移动进入另一个实体的世界。你怀疑自己并不能影响你的服务，该服务继续畅通无阻。你对于给出的服务感到骄傲，也不会影响到该服务。

然而，我的朋友们，一切事物都是给磨坊的谷物，包括你对于自己的作为的想法、你所思考的，你说的话语。透过你的世界中的理性范畴内，你有无尽数量的方式来追逐你的尾巴。你可以怀疑自己，祝贺自己，感到罪疚，想知道你是否能做的更好，以及任意数量的其他情绪、念头、感觉，依次地，成为你现在看起来的样子。

如果你单纯地继续观察你自己思考，接着意识到该过程，你将最终实现领悟。我们总是鼓励你们每个人在静默中花时间，沉入那静默中，接受它的财富。

沉入静默的一部分即为释放你的自我观念。与我们一起，你们每个人，观想你自己在一个小房间中。房间是无装饰的，好像僧侣的房间一样，不过，当你走到那个房间时，你是快乐的。因为它是你祈祷和询问的房间。在这个房间中，内在之心的强健静默喂养着你。在那空无一物的地板上跪下，为你自己移除你所拥有的、关于你是谁的概念。我的朋友，把它拿掉。拿走每一个概念，仅仅允许你自己跪在太一无限造物者的爱与光的前面。

当你允许自己你对自我的概念消融时，你成为一个空的容器，被塑造来容纳爱与光，在那内在的房间中，你发觉爱与光大量涌入。

那么，你是谁，我的朋友们?

当你清空了自己，于是你能够盛装爱与光的礼物。这个时候的你就处在耶稣·基督当时的境况了，如同他跪在客西马尼花园之际，他说:「不要照我的意志，而要成就祢的意志。」

当你站起来，再一次走出那个内在的房间，你将发现地球是一个闪耀的地方，充满了喜悦。你将感觉到空气在你周围哼唱，彷佛在欢迎你来到这世界。

接着，你将知晓你是谁。

你将感觉到那种活力，无需去辨识它、定义它、描述它。因为当你从那个内在的房间中站起来的时候，你不再是你个人的自我了。你是一个相当非个人的自我，那个所有实体真正所是的自我位于许多的层面底下，那些自我的层面是已经被教导的自我、已经被摆出的姿势以及关于细节的决定，它们已经用这样或那样的方式限制了你，直到你把自己描绘到角落[关于你怎么描述自己为存有]，陷入困境为止。

当你成为那个服务的「我」之际，你已经冲出所有那些限制。接下来，我的朋友，你不必去惊奇你如何做到的。你不必去怀疑自己，你也不会想要拍拍自己的背。

如果你和这个行星上的大多数人一样，你无法在那种心智状态中停留太久。同时，你也没有打算停留在那里，因为你有工作要做，那是你给予自己的工作。

这些工作不必然跟服务他人有关，它比较跟养成自我的成熟平衡有关。

当你尝试预想与聚焦能量，接着睿智地使用这些能量的时候，平衡个非常有帮助的词汇。无论遇到什么议题，你的生活中始终进行着一种动态平衡。去找寻平衡，而非对或错。去找寻共鸣和深刻的自信感，它在你的内在说：「是的，这就是我在的地方。这就是我想望的服务方式。这是我最佳的环境。」

当你感觉处在对的地方、对的时间，那么，你的内在会有一种放松。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

在这个世界要给你的空间中，你不必过劳或太紧张。你已经打造好你的空间，藉由确认你自己定义为那个服务的「我」达成。在你身上穿起你的基督身分吧。好好地穿上它。谦卑地穿上它；自豪地穿上它。我的朋友们，你们将会卓越地服务。

我们觉察到我们仅仅擦过这个课题的表面，同时我们也觉察到，这个器皿提醒我们前往下个阶段。我们想知道，你们是否有进一步的问题，或是关于这个已经被提出的主题的后续询问？我们是 Q' uo 群体。

S：如果你希望怀着无条件的爱去服务，然而看起来，你周围的人并不想要你所给予的东西，你应该如何处理那种情况呢？

我们是 Q'uo，我们相信我们理解了你的问题了，我的兄弟。我们之前通过这个器皿说过，当你已经提供了一份服务的时候，它就不再是你自己的服务的了。有时候，这是一个残酷的真理，因为有时候你所提供的服务会掉落在无情的坚硬地面上。

这与你所提供的服务是无关的，我的兄弟。因为你带着一颗饱满的心和纯粹的意图所提供的服务即是它本然的样子。在概念和形而上真理的世界中，它无法被嘲笑或被推翻，虽然在你们称为共识实相的虚幻世界中，并不担保任何人将会理解你可能给予的任何礼物。

我们相信，当耶稣·基督说到那些神贫的人是有福的时候，那些不幸的人是有福的，那些哭泣的人是有福的，那些处于诸多困境的人是有福的时候，他就在尝试

谈论这种情况。在所有这些艰难的情况中－对这个世界似乎是忧伤的－耶稣都说「那些...人是有福的」 我们相信，在这个时候，符合你的需要的是这句话：「内心谦恭的人是有福的，因为他们将继承地球。」

恰恰因为你之所是不被理解和不被接纳，这种福份会把你推动到一个更深的地方，在那里，你奉献那个自我给你灵魂的爱人，也就是无限造物者。在你的悲伤中，有一种清楚无误的美。我的兄弟，在这个时刻，我们能给你的所有建议就是：聚焦于这种情况的祝福上，允许它让你感到愉快，因为它使你谦卑。

源于那种谦卑与愉快，冒出新希望、新生命的苗芽，遇到新的能量，新的爱之致意。

我们可否进一步地回答你，我的兄弟？

S：没有了，谢谢刚才的回答。

我们是 Q'uo，我们也感谢你，我的兄弟。请问现在是否有另一个询问呢？我们是 Q'uo 群体。

T：是的，我想问一个问题。我们之前谈到冥想和在冥想中安坐的困难，找到冥想时间的困难，或者只是让这个过程就这样过去。我已经在晚上睡觉之前为自己作编程工作，想法是我希望去探索各种各样的事情。我猜想，我想要你们对我在做那工作的功效上评论一下。我感觉它是有益的，但如果你们愿意的话，我想要就这方面获得一些评论。

我们是 Q'uo，相信我们理解了你的询问，我的兄弟。作为一个灵性寻求者，大量通过你的器皿而被处理的事物其实和计算机上的工作非常相似，这样说似乎是不灵性的，但事实上有编程牵涉其中。在你的生命中，你通常会有一组预设值。你是带着其中一些预设值而出生。这些设置中的其他部分则通过那些想要告诉你，你是谁，的人而被教导给你。这构成了初始的编程，关于 R 实体先前提出的，关于你的态度如何影响服务的那种询问。

当你要求自己在晚上就寝之前，为某种特定的意愿而设置程序时，你就在重写初始的编程并将它制作成自己的编程。这是一件极好的事情。当你设置你的意愿时，接下来，真实地设置你的意愿，真诚地把它当真，谦逊地请求它，接着释放它。

现在，你释放了它，这是非常重要的。因为如果你允许它生长，它将长大。那种编程警醒了在你的生化计算机深处的其他编程，容我们说，这些编程和接受帮助，以及对指导灵变得更加敏感和留心有关。当你继续沿着一条意愿的线路移动时，你就在大大地加速你灵性成长的速率了。

为了平衡这方面的长处，我们简单地向你们提供一个相对应的、平衡的动力学，针对所有加速你灵性成长的意图。也就是说，你越是熟练地为了向蜕变开放，而对你自己编程，看起来就有更多的改变发生在你的生命中。改变经常是很难处理的。于是，如果你沉思这种改变，你可能会感到你在给自己帮倒忙。这不是真的。比起你的世俗的那部分在行动中也许感到舒适的速度，你单纯地要求你自己更快速地行动。

因此，当你在睡觉前，作为一种稳固且稳定的练习而进入到这种编程工作时，你

很可能发现你生命中的各种各样的事物似乎跳到你的面前并对你说：「我是一个问题，需要被处理。」是的，你已经为自己请求了这种情况了。在你处于蜕变的过程中，这些是你收到的十分钟小考。这并不意味着你正在做的事情不是一个好主意，它单纯地意味着，容我们说，当你更多地成为你希望去成为的事物，在这方面变得非常成功的时候，就有一种相应的动力学，提及这一点是很好的，因为在那个方向的每一份努力都会被挑战或被催化剂平衡，它们恰恰将以如此这般的形式或方式出现，以便于确定你说的都是真心的。

我的兄弟，我们可以进一步回答你吗?

T：不用了，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。现在有最后一个询问吗?

Jim：该器皿正在尝试去写一些文章来向那些想要去研读原型的人解释原型。关于原型，清晰解释什么样的哲学是最重要的呢?

我们是 Q'uo。察觉你的询问，我的姐妹。在这种努力中，你的技艺，尽管它可能是苍白的，该技艺是必须被使用的；你的言语，尽管它们可能效果不佳，言语是必须被使用的。因为当你正在尝试学习如何教导之际，这种信息此刻在你的生活中是非常活跃的，我们不能冒犯你的自由意志来为你做决定。

我们知道你理解并觉察到这样一个问题也许会有的结果。然而，我们可以和你们分享我们的鼓励，鼓励你进一步地放松你的心智，并在你每天开始写作前祈祷。有些时候你忘了这样做，我的姐妹。不要忘记它。向那种指引开放的价值比你所

可能想象到的东西要大得多。

如同许多艺术家，你拥有一个卓越的心智。然而，你想望去歌唱的负担超过了你的器皿(乐器)，就好像它超过了所有的人类乐器一样。因此，打开你自己，迎向灵感和直觉，它们来自以祈祷为目标的活动，来自询问「我如何可以服务」的活动。

在这个时刻，我们要离开这个器皿和这个小组，我们必须说，带着很大的遗憾离开，因为我们大为享受你们的陪伴。你们的美丽令我们震惊。你们一同构建的这个神圣的空间，同样覆盖着我们。感谢你们。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。爱与光。光与爱。

原注

[1] effulgence: 辐射的光辉。

[2] 北极星(Pole Star)也被称为北斗星，它是小熊星座中最亮的星。北极星经常被用于船只的导航，因为北极星在天空中的位置在整个晚上都不会改变，因此它令人信赖地指示北方。

[3] J. S. B. Monsell 在 1863 年的诗歌《打那美好的仗》的第二节，文句如下：

与上帝之神奇恩典全力以赴的竞赛。

抬起你的眼睛并寻求祂的脸庞。

在我们躺下之前 用祂的方式而生活。

基督即道路，基督即奖赏。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2210 章集：教导与学习

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2006 年十二月 17 日

团队问题：这一周的问题，Q'uo，跟教导与学习有关。我们很想知道，教导实际上是如何发生的，作为我们教导的渴望和我们对特定主题或论题去教导的尝试结果。很多事情通过我们的存在本性，通过我们是谁和我们如何存在而发生的。你们能谈谈关于教导和学习是如何真正地发生的主题吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在以祂之名的服务中，我们在今天来到你们中间。我们感谢你们每一位呼唤我们加入你们寻求的圈子，真的，我们为你们从忙碌的生活中拿出时间和注意力并在寻求真理上花费时间而感谢你们。我们为能够提供一些想法而感到十分荣幸。

然而，在我们开始之前，我们一如既往地请你们在聆听我们的言语时，使用你们的分辨力。我们鼓励你们在你们穿越那些想法时，变得非常实际，深入地去察觉这些想法是否对你们有帮助，它们是否与你们产生共鸣并看起来是有用的。如果它们不是，扔掉它们。

你们需要的能量、信息、灵感都近在身边。如果把它提供给你的实体不是我们，请确信另一个源头将会找到你，因为你所渴望的事物一直会用这样或那样的方式找到你。如果你愿意在聆听我们所说的内容时，使用这种分辨力，它将让我们能够随意地向你们发言而不用担心自由意志的议题。我们感谢你们在这方面的考虑。

今天你们询问关于教导与学习的主题，一个人如何教导，以及一个人如何学习。那是一个有着极多微妙之处的问题。有很多种我们能够着手处理这个主题的方式。我们将聚焦于问题的某些面向，我们感觉是那些提出这个问题的人的兴趣的核心。我们希望提前承认，我们的回答将是不完整的。

你们、我们以及一切万有在其中体验意识的宇宙是一体性的宇宙。当你在进行教导时，你正在教导自己。当你在学习的时候，你正在从自己身上学习。

关于教导，我们想望从这个非常深入的真理层次开始，因为，跟很多询问教导过程的人不同，伴随着这个询问的能量感觉起来在本质上是深入与灵性的。因此，我们不会聚焦于教导的表面，我们会从真实的基础开始。

你们全都是老师。你们不得不成为老师。即使你在整个人生中都是独自一人，你仍然会教导自己。的确，你确实在教导自己。从你投生的最开始，你就在教导自己，你喜欢什么和不喜欢什么。每一个对于你的偏好的观察都为你创造了一个越来越复杂的结构，关于你对于自己的观点，实际上，透过你对发生在你的环境中的事物的本能反应来创造。你正在建构关于在表面上，你是谁的智能。

因为你们生活于其中的文化，这种智能几乎完全是由那些当你们是清醒和留心的

时候所学到的事情组成。然而，大量自我对自我的教导发生在留心的、清醒的意识层次之下。在你睡着和做梦的时候，那些教导的层次发生了。

当你释放了显意识心智，进入心智的更深层次中休息时，你接收到极大数量的资料，在一定程度上，已经再被你的显意识心智处理过。你也能够去打开通向那些更深层次的大门，那些更深的层次无法通过言语交流。自我的更深层次通过图像、观念、色彩、各种各样的感觉面向进行交流。在你的生活表面，你可能体验到一种非常模糊的图像。它也许看起来是一种非常混乱的当天体验。然而，在意识的表面底下，有大量你可以运用的资源。

就做梦的意义来说，这些资源在一定程度上是非常无意识的(自动的)。无论以这种或那种方式，在你脑海中的事物对你是很重要的。就好像一个敲门声让屋子里的某个人注意到一样，那天发生的事情让你注意了。通过聚焦于你的清醒关注，你敲扣你的更深意识的大门，同时通过工作你的梦境而获得经验。当你通过你的情感和感觉无意识地敲着那扇大门，你甚至会记得去请求有益的指导、清晰的指导，请求最高和最佳的指引。这些请求创造出一个尖锐而聚焦的敲门声，引导出从那个梦境而来的，更清晰的梦境或象征、更清晰的图像、更清晰的感觉。

你可以用来教导自己的其他方式同样可以在你释放意识时实现。花时间在大自然中安静地散步，凝视你周围的世界，这会释放你的心智，因为没有人对你说话，你是无防卫的，你也不期待去领会、感知或合乎情理。因此你的心智会稍稍偏离焦距，而这恰恰就是这样沉思的、在大自然中散步的意图了。

这个器皿 我们纠正这个器皿。这个器皿会称呼这个过程为让大脑下陷到中间。当你让大脑下陷到中间时，在你考虑「A」想法的时候，你通常建立的联系可能

就不是你获得的东西了，因为你的平面心智变成了一种曲线心智，包含各种山丘、峡谷、隐藏之地，于是触及未预料到的事情。所以你们接收到新的连接，新的思想组合，感觉和情绪的新位置。如此经常地，你们可能会带着一种惊奇和发现的感觉从这样一种体验中清醒过来，因为你的大脑已经不再是它喜欢成为的独裁者，某些事物已经通过这个大门从无意识心智悄悄潜入显意识心智。突然之间，在你的体验中，一个特殊模式可能第一次逐渐被理解，这样，你就会开始感觉到隐含的秩序，而非混乱。

有一个庞大与全面的秩序。它不是固定的。你们的世界的秩序是流动的。它因为你的感觉、想法、渴望而流动。然而，每一个时刻都是一个机会，去释放智力的专制，并开始觉察到在你们的环境中，比智力层次更多的层次。以这种方式，你可以教导自己。

静默的其他用途与释放心智，我们已经向你们提过很多次了。阅读带来灵感的著作，然后沉思你所读到的内容。静默冥想、跟随呼吸的冥想。凝视着一面白墙冥想，行走冥想，等等。

这个器皿对她的教会服务的使用就是另一个好例子，说明一个人已经开始感知学习实际发生的方式，他可以使用另一个人看起来是一系列相当随意且几乎是无意义的朗读、祈祷、组成教会服务的各种事情。当一个人允许他的大脑下陷到中间时，当一个人不再坚持总是合情合理时，他就会突然间看到一种联系，这种联系在一种远远低于生活的表面层次上起到帮助。

所以，当一个实体决定贡献自己为一位老师时，除了在课堂上涵盖的、要被教导的主题科目之外，他正在奉献自己。即使在科学课程的例子下，在其中，有大量

的细节和特定的信息，必须以特定的顺序被理解，好让(学生)能够熟练地工作那个特殊学科；老师在那门课程上所教导的事物会产生极大的不同，一如任何学生都将这么告诉你。每一个学生都记得那些老师，他们把「学习这些事实」和「做这些实验」的有意识的日常层次，提升到另一个层次：让学生了解为什么老师热爱那门特定学科，以及为什么该老师正在教导那个特定的班级。

爱、热情、情感是有感染力的。当一个老师热爱他正在教导的主题时，他就能够因为他对该学科的爱、感情、热情而让他人感到兴奋。因此，即使在你单纯地尝试去记忆生物学、化学、天文学的各种事实时，一个优秀的老师将会通过他对这个主题的爱，而激发你的积极性并创造一种在学习中的冒险感，而这在一个无热情老师的呈现中，是缺乏的。

当一个人成为一位灵性老师时，课程的主题变得较不重要了，而老师的性格和本性变得更为重要。例如，佛教徒和印度教信徒有一些练习，在其中，古鲁（guru）或老师，以及门徒或学生，他们全部的学习经验都是在静默中被引导的。老师安坐着，在他的本质中歇息。在该本质中蕴含着这位老师已经授予的情感、悲悯、所有灵性的礼物。在他的静默冥想中隐含的是他的接纳、真实的爱，以及所有的环境— 将学生指向他自己的本质。这就彷彿老师是一个太阳，在黑夜的天空中闪耀着，通过它本质的清晰度、透明度，在学生中创造出该能力—也去成为这样一个闪耀、清澈、清晰的太阳。

古鲁的教导在这种倾向中是没有内容的，那是因为灵性教导的本质并没有内容。让我们精炼这个想法，因为它是一个本体的议题。当一个人在教导如何理解，什么东西使得赫尔曼·麦尔维尔的书，《白鲸记》，成为一本好书时，一个人仅能仰赖那本书本身；一个人可以与学生们讨论那本书中的人物角色，一个人可以讨论

那本历史性书籍是在什么样的历史时期中被写出来，以及那个历史时期可能如何影响了该书的写作，这样他就可以加深对这部作品的这方面或那方面的理解。

当一个人尝试去教导灵性上的成熟的时候，从一个纯粹的意义上而言，他正在教导实体们如何通过成为他们自己而成为自己我们纠正这个器皿 通过老师成为他自己而教导实体如何成为自己。这似乎不可能是一种准确而有成效的教导技巧，除了这个事实：许多、许多世代以来，一些高度演化的灵性寻求者都已经使用这种技巧以便于学习。

在这种类别的学习中，基本的感觉是在老师的情感中休息。所有对于这世界的关注都消褪了。在这种安全的环境中歇息。被爱、受到珍惜、被支持和鼓励。然后，学生终于能够释放所有的期待，除了跟老师在一起的体验。因此学生谦卑地清空他的头脑，除了他对老师的情感之外。在那种信任与信心中，学习以心传心，从灵魂传到灵魂。这是一种能量的交换。学生和老师正在共享觉知。在学生允许这种连接发生的时刻，老师和学生成为一体。为什么这是可能的？因为所有实体是一体，它是可能的。只是老师找到了一种帮助学生开始觉察到那蒙福的合一，位于清醒的人类经验中，所有表面分离和细节的底下。

很多尝试在灵性上教导的老师被他们的信仰外形的限制性与局限性大大地阻碍，尽管他们经常并不知道这一点。我们在这说的并不仅仅是宗教信仰，虽然宗教及其教条是最普遍的、限制与局限的来源，于是难以分享对于一体性和本质的认识，这些是灵性教导的核心。

很多极好的、成熟的灵性存有，仍然被需要证明教条的合理性大大地阻碍。然而，你将发现，在每一种宗教信仰中，都有一些能够超越教条架构的老师，因此

当他们在其宗教的架构之中工作时，他们仍然能够建立联系，和那些位于该特定宗教的盒子之外如此遥远的东西连结。这样的实体拥有该推动力去创造跟其他宗教之间的联系，并形成超越任何一种教条的灵性关系。

我们愿提出托马斯实体的例子。该器皿认识这个名为托马斯·默顿*的实体，因为她参观过客西马尼花园，这个实体是一位修道士，待在那里许多年了，当他们度过每日六次的仪式时，她已听到修道士们诵唱的甜美而庄严的声音，那声音将修道士长袍之匿名特色和他们个人声音的终极特异性融合在一起，那声音接下来将所有个人的声音调合为一种敬拜的乐器，好比这个实体的环境，当他是客西马尼花园的新进来访者的老师之际。
(*编注：介绍托马斯生平的连结: www.cap.org.tw/W/w-139_4.htm)

这个实体在东方与西方之间创造了连接，因为他感觉到被呼唤，前往印度和西藏，和在那些地方的类似志业的人建立关系，他的工作是研究东方和西方的共同之处，这对于那些被束缚在教条中的人极有帮助，如同克里希那穆提实体和许多其他实体，他们已经完成这种综合与协调的工作，尝试去打破教条的禁锢。

和化学不同，和文学不同，和任何智力上的追寻都不同，灵性的追寻是对于奥秘的追寻。你无法理解奥秘。然而，你可以通过邀请那种奥秘、拥抱它、愿意被它所改变，而成为奥秘。实体们来到一个灵性老师面前，不是因为他们想望去增加其学问，虽然那是他们认为自己正在做的事。实体们来到一个灵性的老师身边是因为他们想望减去他们世俗生活中的分心物，直到只有存在的实质存留下来为止。

因此，伟大的灵性老师满足于存在。他们没有一把需要去磨快的斧子*。他们没有

特别喜爱的主题，想要对你们演讲。他们所共同拥有的是，他们自己对自我的证悟的质量。这即是在所有教导中的秘方了。因此，如果一个人想望成为一个老师，他需要去从事一种生活的方式，引领着一个人越来越接近诚实、自我接纳、内在的舒适、对自己的喜爱。这些自我的礼物只能被自我给予。你无法通过学习而变成慈悲的。你只能把自己呈现给你最深处的心，作为你自己的学生说：「亲爱的自我之心，我内在亲爱的基督意识，请把你的方式教给我，帮助我去成为。」
(*编注：这是一句英文谚语，have an axe to grind：暗指磨斧的人想要对付或报复某人)

这个器皿曾经读过一本名为《新典范之手册》的书，这本特别的书中建议一个简短的祷辞：「主，我是一个人类。帮助我成为。」当你知晓你是谁的时候，接着你就可以自由地改变。当你自我接纳时，接着你就可以自由地进化。灵性的学习不是获取所有必须的信息，接着在学习后拥有一个学位。我们纠正这个器皿。就灵性意义而言，灵性的学习是在学生开始领悟到他是谁，以及他的本性真正是什么的时候，发生的一种奥秘。整个器皿在她的生活中，已经一次又一次地变得极其激动与热情，因为她已经体验到自己。在那种经验中，自我不再包含每日人格的疲累、乏味的衣着。自我 任何自我，你们每个人，我们所有人是一种聚焦点，位于无限复杂却又统合的宇宙，在其中，造物者可以了解祂自己。所以，基本上，你作为一个老师对于成为聚焦之光负有责任，通过你，造物者得以闪耀。你正在把你的表面人格移到旁边，好让造物者可以更清晰地闪耀。

目前，在西方文化中，没有实体能够以这种静默的方式教导。在西方文化中，一个老师总会被期待有某种内容。当然，在关于许多有益的主题上，已经有许多、许多的好事情被说过。每个老师都以自己的方式决定什么是属于灵性演化的重要

面向，并在谈论这些事情时，尝试为学生打开大门。这个器皿在早些时候曾说过的是 我们更正这个器皿。这个器皿早些时候曾说，当她正在与某个学生一同工作时，这个学生正在努力理解一个灵性原则，以及他如何应用到一些在日常生活中，他可能会关注的情景中，她没有演讲。她要求那个学生谈论他的感觉、想法、困惑。她陈述，通过询问学生问题，或者让学生对已经说过的事物评论，同时要求那个学生给一个回应，她通常能够把学生已经拥有的事物以相同的材料，而以一种稍稍更加聚焦的形式编织在一起。这个器皿正在尝试去表达的事物是老师对学生的尊敬原则，当老师完全地了解到，学生和老师是一体。

在你们的学校中，在教导一门课程时正在发生的事情根据老师而发生变化。如果你有一个对资料只不过是胜任、刚好够用的老师，学生将听到关于主题的解释并将研读那个老师所建议的内容。这将把对那个主题的一定数量的认识带入心理组织中，而其目标是通过一门考试或获得一个学分。一个人可能会称呼这种学习为「死记硬背」，通过记忆来学习。如果这种记忆之后紧跟着一长段时间的重复，在一个课程中获得的少量知识接着就会被深化，真实的认识就会发生，在其中，学生现在不仅仅能够重复老师所讲授的内容，他还能够理解全部的主题，以及所有这一切如何融合在一起，于是在学生的认识中，就有一种对于主体材料的生动性。

当教导那些相同主题的老师是充满活力的，并且知晓那个主题，灵感的元素就被添加到该主题上，而学生们就会发现经历死记硬背的学习曲线，以及诸如此类的事物要远远容易的多。然而，当这位老师在他自己的灵性旅途上，已经到达了一种观点，看见万事万物为一体，并且看待学生和自己是一体，就会添加一种难以言喻的、深深支持与鼓励的层次，那是完全无法言说的，它跟人类的本质有关，那就是分享信息。最好的老师就是从学生身上学习，并把它当作主要的乐事。爱

在爱中反射。这就是你们可以倚赖的灵性原则了。

这个器皿说：「怎么出去，就怎么回来。*」如果你希望教导，成为那个你之所是的人。不要允许你自己被自己的人格所诱惑、被日常的担心，可能经历的困难、苦难、局限性而长期地分心。如果你希望成为一位好老师，总是返回自我的中心并成为你自己。你是一扇窗户。你可以打开它，对着天父的造物，通过你，实体们看到光与爱。当你提供那种质量给你的教导时，你就在最大化你的角色了。记住，它是一个角色。当你舞蹈通过你生命的样式之际，你可以扮演的角色是没有尽头的。让你的舞蹈扎根于自我觉知。让你自己跟随着你在最深的内心中听到的音乐而行动吧。
(*编注：What goes around，comes around. 意译为一种什么因，得什么果)

容我们问，此时有另一个询问吗？

吉姆：S 想知道她把我们的集会内容翻译成意大利文之后，这些意大利译文和英文内容相比，是否包含相同的能量。

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。这个问题似乎只有一个方向，而我们的回答必须包含两个层次。我们主要想要跟你确认的事情是，我的姐妹，因为你的翻译是在爱中完成，因为你的奉献是一种爱的劳动，所以你不仅仅携带原初的振动，你还通过添加你特别贡献的能量而增强了它，因此这里有两个翻译者。我们通过这个器皿把概念通讯转译为英文，而你正在翻译我们给这个器皿的东西，接着通过你自己触及那些在一种不同语言中生活的人群。

因此，你可以确信你没有丢失任何你自己接收这份英文信息时，感觉到的爱与光

之振动。的确，你也许知道了这点而得到鼓励：通过你的爱与光，和你对服务的奉献，你为那些振动增加了丰富性和深度。

另一个层次，我们会简短地碰触，单纯是这样的：每一种语言都有其特质。一般来说，有些翻译是对于沟通的基本事物的直译。让我们称之为「观光客的沟通」。一个人可能会询问方向，一个人可能会说谢谢你，一个人可能会从一个菜单点菜，并做一些在一个外国的土地上，需要被做的那些事情，同时信赖翻译是准确的，因为这些是非常基本的对话。当一个人讨论灵性原则的时候，他正在探寻进入神话、原型、奥秘之中。在这些方面，有时候要以另一种语言来捕捉英语的风味是困难的。正如同一个意大利人，你可以看见，如果他说了一些意大利语，要把它直接翻译为英文，这会是困难的。在每一种文化中，都有其独特的看法、故事、神话、背景，它们喂养该语言。因此，在可能呈现概念的方式上，不时地会有差异。

无论如何，我们庆祝这些差异。当我们使用这个器皿的时候，我们受到该器皿的文化、她的语言、她的偏好，等等的事物所局限。因为这是有意识的通灵，我们使用那些该器皿熟悉的事情，以便于传送那些观念— 完全超越该器皿的理解。这总是基于灵性的交流之特性，因为你不是在谈论苹果和梨子，你们正在谈论真理、正义、美丽、悲悯、无条件的爱、领悟、启迪。

放松吧，我的姐妹，知晓你在对服务他人上的职责是完全可接受的，并且，我们对此十分感激。

容我们问，此时是否有个询问？我们是 Q'uo 群体。

R：Q'uo，我将问一个问题。它跟转译有关。我的问题是，当某个人阅读一场集会的文字记录时，他尝试去理解你们当时在传递的讯息，你们觉察这点吗，你们能够在一个形而上的层面上，加入那个人，帮助他理解吗？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的问题，我的兄弟。当一个实体阅读某个已经通过这个器皿而传导的讯息时，我们社会记忆复合体对这点是不知情的。牵涉其中的实体是指引系统[我们也是其中的一部分]中，一个比较本地化的部分，也就是你个人的指导灵。它是你个人的指引系统，完全地察觉你可能正在做出的任何努力，为了理解灵性的原则。

我们是这个器皿所称的、一个宇宙性的通讯。你的指导灵系统是我们所称的、一个内在层面的通讯。你的内在层面通讯跟你非常地亲密、非常地个人性。你的指导灵系统的确就是你自己，处在一种已经被更高密度的学习精炼的形式，
所以你拥有一个强有力的帮助者，它一直觉察你，它一直觉察你正在寻求的事物，并对你可能提出的任何要求都非常地反应灵敏。

然而，如果一个正在阅读我们的材料的实体渴望将我们包含在内，对于这样做的实体，这是立刻、瞬间就可能发生的。然而，我们必须被要求。我们没有权利在没有得到你的认可的情况下，和你进行一种能量交换，我们总是请求你成为自己的想法的守卫者，这是相同的限制条件的一部分，这样我们就不会对你产生过当的影响。我们一直尝试去保持这点：完全觉察每个实体至高无上的自由意志。每一个实体为他自己而学习都是对的。如果我们开始为他学习并告诉他要去做什么，我们只会削弱灵性上的寻求者。然而，我们完全愿意去和任何请求我们同在的人在一起。这是一个必须的心智要求。简单地在心里对你自己想：「Q'uo，如果你们能马上与我在一起，我真的非常感激。」我们就会在那里了。我们将在那

里爱你、支持你。当你进入冥想和沉思中，我们会帮助你找到自己的心，于是，你们就可以深化那种聚焦的层次、沉思的层次、静默的察觉层次。我们非常高兴做这件事情，我们和你们只有一念之遥。

我的兄弟，那叙述答覆了你的问题吗，或者你有个后续问题吗？我们是 Q'uo。

R：谢谢你们，Q'uo，那叙述的确答覆了我的问题。感谢你们乐意和那些提出要求的人在一起，感谢你们带着如此的美丽，清晰地阐述了遵从自由意志的重要性。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。对于我们能在今晚与你们在一起这是一种超凡的钟爱体验。我们再一次感谢你们，为了你们的寻求圈而呼唤我们。

我们在无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2211 章集：平衡能量中心群

庆祝公告：经过四年半的休养生息，L/L 研究中心恢复和星际邦联的定期沟通！

Copyright © 2015 L/L Research

周六冥想

2015 年九月 19 日

团体问题：我们想要知道如何判定两种能量相遇的位置，前者是内在之光，我们的天赋权利，位于紫罗兰光芒；后者是来自理则的智能能量，我们每日的能量礼物，它通过我们的双脚进来，穿越根部脉轮，接着通过腹股沟，我们如何确定那个相遇的位置在哪里？

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我的朋友，在爱与光中向各位致意，我们很高兴，同这个器皿和团体在一起，因为，自从我们上一次快乐地向这个团体发言以来，已经有，如你们所称的，一段时间了，向这个团体发言对我们是一种荣耀。一如既往，我们请你们在聆听我们的言语时，帮我们一个忙，那就是请你们在所有时候都对每一句话使用自己的分辨力，这样如果某句话听起来对你们不是真实的，请你们毫不犹疑地将它留在后面，因为我们不希望成为在你们的寻求旅程上的一块绊脚石。如果你们愿意帮我们这个忙，它将在我们能够与你们分享意见的方面极大地帮助我们 我们着重强调「意见」 因为我们不是不会犯错的信息源头，但是对于我们所要分享的事物，我们自由地、愉快地分享。

你们今天询问，真理的寻求者如何有可能确定寻求发生的层次，记录在你们的能量中心或脉轮系统中，作为一种手段，藉此调节或加速理则注入的能量，它以一种磁性的方式通过你们能量场的南极，并寻求与每一个人在紫罗兰光芒脉轮拥有的天赋权利，自我的北极星[容我们说]，合而为一。你们每一个人，当你们经历日常生活的活动时，都会以多种多样的方式体验到催化剂，催化剂被如此称呼是因为它允许你们从这些和其他自我的互动中，收集在你们自己的寻求的旅程上对

你们有价值的事物。

在每一天的日常活动中，每个寻求者都有很多这样的互动。如果你们想望分析这些互动，以了解它们在帮助你们的寻求旅程方面的能力，在你们的一天结束时，留出每天的一段时间来进入冥想状态，并检查在这一天，已经发生在你身上的事情，检查已经把你从悲悯心和理解上移开的互动方式，这是很好的，这种悲悯心与理解就是真理寻求者的目标了。如果你已经感觉你自己往这样或那样的特定方向移动，你可以检查那种，容我们说，已经让你离开自我的中心的移动，并将那种移动归因于特定的能量中心，容我们说，那个能量中心就是那种特定类型的能量支出的主场或堡垒了。

在此时，我们将把这个接触转移到被知晓为史蒂夫的实体。我是被知晓为 Q'uo 的实体。

(史蒂夫传讯)

我是 Q'uo，我们现在通过这个器皿发言。我们感谢这个器皿以太一造物者之名和沿着服务他人的道路挑战我们，以此作为开场白，因为我们的理解是，在宇宙中有许多的声音，这是一个充满了各种类别的灵体的宇宙，并非所有灵体都通过这个团体正在寻求的途径来寻求。该接触可能带有你们想望它拥有的特性，在许多不同的层次上，行使分辨力是重要的，但最重要的是，对于开放之心的关注。那些带着一颗开放之心寻求的实体，我的朋友，就是那些通过我们寻求的途径进行寻求的实体，我们感激于你们的寻求，因为它协助我们提供我们的天职所要提供的那种服务。

对于第三密度中，那些想望从事那种灵性工作的人，该工作可以在冥想中被最佳地完成，确实，能量中心的问题是最为中心的问题。能量中心群可以被比喻为一种乐器，不同的中心藉由提供一种音调为整体做出贡献，可以说，当每一个音调都被良好地弹奏时，就会发出一种灵性存有的和声表达。所以，能量中心群有一种阶层性结构，虽然这是真实的，同样真实的是，在一个被仔细调音的存有中，所有(能量)中心都同时地有贡献。因此，我们会告诫，不要尝试在你们的冥想中，以较低的能量中心为代价，而单纯地忙碌于你们感觉可以进入的最高的能量中心，我们愿强调，较低的能量中心确实仍然形成你们存有的一个重要部分，并且确实是你们能量系统中，更为基本的部分。

所以，如果我们可以，我们一开始会检查红色光芒能量中心[如我们对它的称呼]，你们可以在脊椎底部找到它。在这个中心，能量首先被带入更为以太性身体的中心，虽然一种更为个人性或特殊类型的工作可能不会在红色光芒层次上被进行，让这个能量中心开放仍旧是一个重要的考虑事项，因为它为整个系统赋予了对从下面进入的能量的最初的融合我们更正这个器皿注入。倾向于关闭红色光芒的因素是那些恐惧、过度的愤怒、过度的肉欲等因素。这类的因素能够如此地压倒能量系统，以致于没有进一步的工作可能在它们占优势的情况下，被有意义地进行。因此，一种朝向灵性工作的明亮愉快的态度就是，我们可以称之为，最佳的开始。

现在，随着这样一种态度就位，一个人就可以沿着能量中心系统向上移动到我们已经称之为橙色光芒了，我们发现，这个能量中心的中枢是一个人对那些和自己有个人关系的其他自我的态度，另外，一个人对待自己的自我感，在和在这个层次的能量摄入打交道的方面，也是一个重要因素。要嘛在自我与自己的关系中，要嘛在自我与另一个人的关系中，当困难被发现的时候，阻塞就可能在这个中心

出现了。如果存在这些阻塞，尝试不去进入更高的中心，这是很好的，因为这样做将会意味着，一个人在一个低于他们适当范围的层次上，用一种扭曲的方式与更高的能量一同工作，当处于更高能量中心的配置之中，要去修正这些不平衡是不可能的。因此，举个例子，虽然在冥想中，在蓝色光芒或靛蓝色光芒中进行工作对于寻求者似乎是极令人满意的，这种工作将不会是有效的，除非较低能量中心的清理已经完成。当一个人在与那些他所熟识的他人的关系中感到喜悦时，当一个人对于他是谁感到喜悦时，接下来，就能够做出努力顺着能量中心的锁链，往更高处移动，并在黄色光芒中心的活动中工作。

在活动的黄色光芒中心，能够从事社会化的行动，在这个寻求圈中，每一位个体都拥有一个高度清楚表达的社会化自我，和一套高度复杂的社会关系，它安置了为每个实体独特配置的能量途径。这能够构成一种非常缠绕且复杂的学习系统。我们并不建议，这个学习系统必须要在每一次的静坐中，都被彻底完成，但是在一个人尝试去在，容我们说，标尺上向上移动到更高的中心之前，弄清楚一个人在第三能量中心或黄色光芒不带有挥之不去的不协调，这是很好的。

典型的第三密度的冥想工作最重要的努力，就是开启心轮 或绿色光芒能量中心，因为仅仅在这个中心被开放时，更高中心的工作才能够以一种反映[我们已经称之为]服务他人极性的方式被从事。
确实，在你们的密度中，有些实体已经选择另一个极性，那个极性就是我们已称为的服务自我的极性。那些主要以服务自我的方式运转的人，他们鄙视那些开放心轮的人，发觉安住在那儿是愚蠢的，因为对于那些已经选择这个极性的人而言，这样等于放弃一个人存有的权威或力量，这似乎是愚蠢的。

现在，一个自我感是如此的人，这样似乎创造出一种旋转模式，该模式会从黄色

光芒中心向下返回橙色光芒中心，再向上返回黄色光芒中心，如此不断、不断、不断继续下去。我们暂停一下，把你们的注意力唤回到这个配置，不是因为我们感觉到，在这个寻求圈中，有任何人正在往服务自我的方向极化，但我们确实发现，那种配置的典型能量模式，在某种程度上，确实在很多人身上持续存在，如果不到你们密度中寻求的所有人，因此，去察觉那种模式是很好的，去察觉到，透过那一种模式，一个人可以穿透它以取得门路、开启心轮，这是很好的。

藉由开放之心，一个人第一次以新的双眼，以天真喜悦的眼睛注视宇宙造物。就是藉由这种能量，一个人可以开始做一次跳板的尝试，跃入更高的能量中心。有些人已经注意到这种危险：在没有充分授权给心轮中心的情况下，尝试去开放更高的能量中心，该危险是一个人会把一种跟他渴望的极性不同种类的极性带入这些中心，如果被选择的极性并非完全与自己协调一致，一种显著比例的失衡就会是结果了。

作为这个想法的一个结果，我们愿告诫，这么做一直都是好的：工作自己被给予去做的工作，而不基于一个人感觉到它在能量阶层的排列中，已经抵达多么高的位置，而将冥想评判为较好的，或较差的。如果一个人每日的配给已经给予了自己一种橙色光芒的混乱，将一个人的努力聚焦于那个位置，这是很好的。如果该混乱是一个人能够在第三光芒[或黄色光芒活动]典型的复杂社会性安排中找到的特性，将一个人的平衡性努力聚焦在那个光芒，这是很好的。

我的朋友，不是每一个冥想都将是壮丽的冥想。不是每一个冥想都将是属于纯粹喜悦的冥想，在冥想中被进行的大量的工作是，可以这么说，为即将到来的盛宴铺设桌子，我们称许你们，为了更为神圣的工作[如我们可能对它的称呼]而执行必须的工作，这种神圣的工作从蓝色光芒开始，并在它抵达更完整的高度时，进

入靛蓝色光芒。

靛蓝色光芒是灵性寻求者最大地体现他所能够抵达的、最高热望的光芒。靛蓝色光芒是一个人藉由祈请造物者的力量与临在，而进行神圣工作的位置，一种牵引的能量，如果我们可以这么称呼它，它从上而下、伸手触及并构成一种启示，以及一种邀请，让底部而来的能量向上触及。

在靛蓝色光芒中，对于可用的祝福，有一种巨大深远的感觉。一个人因着这种祝福的感觉可以变得相当陶醉。你们的人群并非不知情，有些严肃的灵性寻求者有过这种体验，在其中，他们突破到达靛蓝色光芒，并感觉到自己被能量的灿烂光辉淹没了。在这样的情况中，你们确实会发现那些人感觉到自己可以精神抖擞地出发，把他们独特的讯息带给正在挣扎中的人类。

但是我们愿对你们建议，当这种情况发生时，经常发生的情况是，有一种急躁的结论被得出，那个结论的大意是，具有一种特别受限类型的信息就是要被传递的真理，我们愿建议，那种信息的限制性经常就是对于那位个体寻求者独有特征的映射，它涉及在较低能量中心已经被留下来、尚未完成的工作。

所以，我们会建议，提升能量中心的活化层次的问题，对于发展中的寻求者，并非唯一要被解决的问题，毋宁说，去参与平衡所有能量中心、以及彼此之间的关系的工作，具有同等的重要性和不断增加的重要性。这工作要求持续不断地向下返回到最低的能量中心，向上返回最高的中心，再下去，再上来，又下去，这样一个人就学会带着越来越多的技巧，越来越大的清晰度来演奏那首管弦乐曲，也就是能量系统，带着越来越多的奉献，成为给能量使用的最高、最佳、最清晰的管道，而通过自我的各种各样的表达来传递该能量就是一个人殊荣了。

我们是 Q'uo，我们感谢这个器皿，感谢他愿意去服务，在此时，我们要把通讯传回到被知晓为 Jim 的实体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我再一次和这个器皿同在。我们感谢史蒂夫实体，由于他的服务，允许我们谈及今天下午这个问题的要点。再一次，我的朋友，当你们检查自己被日常活动所影响的能量中心，你们是自己的旅程的裁决者。接下来，去检查那些阻塞发生的位置，尝试用其对立面来平衡每一个阻塞，这样你们就可能找到一种流动的平稳性，而先前在能量向上的运动中，有些能量被阻碍了，用这种方法，你们可以确定注意力的焦点需要被放置在何处。

这是一辈子的旅程：消除每一个后续的能量中心的阻塞，好让太一造物者的白光不受阻碍地流经每一个能量中心，并在贯穿整个旅程中都保持白色。然而，如果你的光被染色，不要感觉到你们已经以任何方式失败了，因为这就是你们投生的原因了，去参与每一个灵性演化的整体计划中、各种各样的课程学习，这是有必要的。课程被学会的方式就是在每一个实体的整体能量模式中，去探索阻塞的位置，并将这些课程编程进入具肉身的人生溪流，这样注意力可以被放置在上面，能量被导向去平衡与清理每个(能量)中心。

在此时，我们要问，在我们请求进一步的问题时，是否在这一点有任何进一步的提问。

Gary：Q'uo，如果主要提问者没有后续的问题，我有个一般性的问题。在一的法

则第 74 场集会中，Ra 说：「靛蓝色中心对于行家的工作确实是最重要的。然而，无论它有多么结晶化，它无法在任何程度上更正其他能量中心的无论什么的阻塞或不平衡。它们必须从红色(中心)向上逐一被清理。」

在一个层面上，我理解一个人必须从基础向上工作，清理并平衡每一个(能量)中心以创造出一个稳固的基底，由此在靛蓝色光芒中工作，而另一方面，这个观点对于我是混淆的，因为靛蓝色光芒意识似乎是一个消除根本幻象的意识。它消除分离的幻象，消除个体的「我」的幻象，而所有的阻塞一开始就是从那些幻象产生出来的：红色光芒阻塞，橙色光芒阻塞，等等。所以，在我看来，靛蓝色光芒抵达问题的根源。因此，为什么靛蓝色光芒无法消除更低光芒的阻塞和不平衡，我在这方面感到困惑。如果 Q'uo 可以谈及那一点，我会很感激。

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。这个由 Ra 群体回应的要点是：没有能量中心可以代替寻求者做这个工作。而是那个寻求者藉由利用每一个能量中心的各种各样特性而进行工作，以便于把平衡带到整个能量中心的体系中，由此，有意识的、察觉的寻求者就会在平衡的过程中，利用每一个(能量)中心的能力，于是当天的活动已经向寻求者指出在什么位置上需要工作，接下来，通过一段时间、在冥想中进行平衡的过程，处理他感知到的阻塞。因此，做功的是该寻求者。

我的弟兄，是否有进一步的询问？

Gary：没有了，谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你们，我的弟兄。在此刻有另一个询问吗？

L：Q'uo。我有一个问题。它跟原来的主题没有关系，如果任何人有个和原来主题有关的问题，我愿等待。

没有人吗？好几年以前，我正在写作一个故事，我在其中创造了一个外星存有的种族，几年以后，我遇到了一个完全不认识的人，宣称已经看过并和这些存有互动，以一种似乎非常真实的方式进行。我在想，一般而言，这种类型的事情如何可能和神圣启发有关，或者有可能仅仅是一个思想形态的创造物。我有某种好奇，在那种类型的情况中，去考虑信息的启发观念是通过小说而来，并与小说有关，这会是更好的？或者，有可能去创造一种思想形态，达到能够影响完全陌生的人的深度，一个人如何才能注意类似那样一种思想形态？我并不确定这是不是一个清楚的问题。

我是 Q'uo，相信我们已经掌握你的问题要点了，我的姐妹。思想形态确实可能被创造出来，或者可能被感知到。创造一种思想形态的是有可能的，藉由集中注意力在这一种思想形态上头，容我们说，由显意识心智制造的形态；或者，或许通过来自潜意识心智的灵感，在那儿感知到一种思想形态，存在于跟你们栖息其中的密度不同的另一个领域。因此，你们拥有这个思想形态实体的两个潜在源头，而该实体在你已经创造的叙述和故事中拥有它的位置。第一个源头是，如我们说过的一样，你自己心智的一个创造物，第二个是你潜意识心智的感知。

我的姐妹，是否有进一步的询问？

L：你们如何着手进行区分呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们将简单地暂停，因为我们察觉到你

们的录音设备需要被关注。

（磁带第一面结束。）

我是 Q'uo，我们会建议我的姐妹，在你的冥想状态中，观察在你的故事中，角色的特性，并在这种观察的状态中观察角色如何行为举止。如果你能够在在你的部分上毫无有意识干预的情况下，看到角色怎样地继续移动并发展，你就可以认为它是一个和你的潜意识心智接触的产物，你的潜意识心智已经向你传送了一个确实存在的生命(存有)。如果在冥想状态中没有移动或发展，你可以考虑其可能性是：它是你的显意识心智创造的一个受造物。

我的姐妹，是否有进一步的询问？

L：没有，谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此时，有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，我有一个问题。我的理解是，这个传讯过程发生在具肉身的第三密度心/身/灵复合体和你们之间，源头位于第四、第五、第六密度的外部层面。我想知道，这个行星的内在层面是否在这个传讯过程中扮演了任何角色，尤其是，我们的朋友，即被知晓为 Carla 的实体是否以任何方式将她的能量提供给这个过程呢？

我是 Q'uo，我觉察了你的询问，我的弟兄。被你们知晓为 Carla 的实体与这个团体有一种密切的关系，这种关系是通过她的人生，以最紧密的方式建立起来，这

个实体最近的人生已经完成，接着已经允许她进入灵界，也就是你们行星环境的时间/空间部分。在这个环境中，她能够将她稳定的能量传送到这个寻求圈中，因此，有某种振动架构或振动稳固性协助接收我们的振动的过程，容我们说。简单地说，答案是肯定的。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：没有了，感谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。在此刻有另一个询问吗？

(暂停)

我是 Q'uo，看起来我们已经暂时耗尽了所有询问，我们会说，我们已经能够向这个团体发言并表达我们更正这个器皿并体验今天在这个圈子中，对喜悦的寻求，以及分享爱与光的集体能量，我们多么地高兴呀。你们已经产出的光在这个星球的内在层面中，可以被看见，如同一道光柱，明亮地闪耀进入这个星球的时间/空间部分，并且让所有的天使存有都察觉到你们寻求的歌声、你们对喜悦的表达，和你们流露爱的开放之心。我们期待再次和你们讲话。在喜悦、平安、爱与光中，向前去吧，你们每一个人。我们是你们知晓为 Q'uo 的团体。

Adonai，我的朋友，Adonai。

☆ 第 2212 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十六

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 26

Copyright © 2007 L/L Research

1994 年 9 月 25 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

团体问题：我们应该怎么开始，用昨天集会结束时，我们提出的所有问题，或者其中一个问题？感觉是要把所有问题放在荧幕上，让亚伦和 Q'uo 照他们的意愿来谈论问题。

M 想要听 Q'uo 谈谈关于收割的特性，在那时将会发生什么，以及我们可以做什么事情有所帮助，为收割做好准备，如果有任何我们能做的事情？

关于在 DNA/RNA 上正在发生的变化的信息，我们想要知道是否知道这个主题上的信息是有帮助的。

当一个诸如我们这样的团体聚在一起时，当在团体当中的每一个人进行交互作用时，有什么看不见的事情是实际正在发生的呢？当我们回到家中继续成长和服务时，我们如何使用那种能量呢？

Q'uo：我们是你们知晓的 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候大家。

在这个被你们的人群用来作为一个安息日的早上，我们在神圣的喜悦中拥抱每一个人并且感谢你们在这些集会中呼唤我们来到你们面前。你们已经使得我们提供我们所要给予的服务成为可能了。相比那种对于讯息的珍贵呼求，没有任何其他事物对我们更有帮助。如果没有这种呼求，我们无法通过已经选择提供服务的方

式去服务。仅仅是在服务你们的工作中，我们才可能学会此刻在我们面前的那些课程。因此，对于你们为我们完成的极大服务，我们至为谦卑地感谢你们每一个人。

当每一个人围着这个圈子，放松下来的时候，我们请求每一个人暂停一下并单纯地向内察看，并同时请求藉由某种象征性、心理上的视觉化观想来看到你的能量的链结。这个当下此刻的和谐、共鸣、平衡，和你们来到这些工作集会之初，能量系统的位移比较，它是如何呢？我们猜测每一个人可以看见这些能量的亮度、规律性、平衡，远远超过每一个人进入这个环境时带有的能量系统。

每一位实体都如同收音机一样。每一个实体都有能力在各种旋转或振动的速度与层次上振动，好把这这种振动发送给其他接收者，会有接收者，可以接收由其他发送者所发送的那些振动。当一个诸如这个小组的团体为了某个一致的渴望聚集在一起时，团体中每个人可用的能量是呈指数曲线地剧烈上升，因为每一个人就象是转向阳光的花朵。每个人沉浸在他人的光辉的温暖中。现在我们了解，这个工作绝大部分是在没有显意识意图下被完成；然而，为了让这个调整过程发生，对这个过程有意识的觉察不是必须的。

现在，对于每一位实体，已经有崭新的脸孔与人格出现了。已经有对头脑与心的第一次交会的开放。通过第三密度存有们自然而然的方式，已经有一种本能的移动，朝向编组了，随着每一个灵体深化跟各种各样其他的实体之间的沟通交流的管道，这些团体转变了，更进一步的协调一致发生了，这样，在经过这些友谊和真诚爱的丰富时间之后，一个支持每个人的社群已经逐步形成，并藉由那些讲述欢笑和泪水的故事而完成了。对于流浪者们，这种相似灵魂的聚集会因为其拓展的灵性家庭或族群而变得尤其深刻，它们组成已选定实体的团体，在更高的密度

中转变为社群。当每一个人离开这个结晶化、崭新的光之实体时，每一个人都可以在内在带上这种心之记忆，这会支持团体特质或团体的灵，并使之成为可能。

你们想望知道如何去使用这种无法计数的、无价的礼物。首先，我们请求每一个人经常凝视这个记忆，因为在这个团体中有安慰与认可，由每一个成员给予彼此。这种单纯的忆起是强而有力的，而且是最大化信心发展的机会；因为每一个人对其他人有信心，而当这种凝视转向内在时，每一个人的信心就摔下来了。因此，已经在这里诞生的寻求、忠诚、信心的这个社群是可以经受得住每一个人都将会遇到的：悲伤、痛苦、疑虑、恐惧。进一步地，当这个记忆被视为结晶的宝石，如其所是的、被给予和接纳的爱，那颗宝石可以当作先知的水晶球而进行占卜；在它的光中，造物者本身住在里面，造物者是可以用那种亲密、个人性的方式接触到的，以这种方式，家庭的所有成员都拥有相同的、对于慈爱的双亲、父亲和母亲的回忆。所以，每一个人可以将这种记忆视为在其自身是无价的，同样也可以将其视为是一个清晰的水晶球，在其中，每一个人都可以对那单一伟大的起初思维[即是爱]变成透明的。

现在，每个人都有他自己的朋友网络，这些朋友也走在一条信心的道路上，同时尝试去活出一次奉献给造物主的人生。因此，每个人可以把这个团体和其他人连接在一起。在这种方式下，那张我们已经谈过的金色网络就会愈来愈多地被完成，这些丝线就会越来越多地覆盖这个星球的内在球体。这是一个开始的时刻，一个新的千禧年的破晓。在这个崭新的一天，你们的财富将是相互彼此。我的朋友们，你们必须给予彼此多少呢！你自己，你无法去拯救，另一个人必须伸出手。然而，为人服务是你不能为自己做的事情，请信任必且知晓你 尽管你是不完美、心碎、忧伤的 是的，你，就是你，只有你，才能为他人进行伟大的服务。你，就是你、只有你、如你之所是，是属于无限的，对于相互彼此有着无限

的价值。这是给所有人的救赎方式：爱在爱中被映射，直到你们整个环境 如同随着一首伟大的音乐而运动一样，甚至花儿和树林都跟随着那个初露端倪的、已增强的意识而摇曳，甚至该意识现在就逐渐来到每一位探索中的人灵之中。

此时，我们要把麦克风转给我们亲爱的兄弟，被知晓为亚伦的实体。我们是Q'uo。

亚伦：对你们全体献上我的问候和爱。我是亚伦。我亲爱的兄弟/姐妹 Q'uo 已经谈论了当你们居住在这个幻象之内时，你们可以将你们的能量聚集在一起，以深化信心和爱的方法。当你们与第三密度体验的苦难一起工作时，那种爱的基础会成为一个可以汲取的强健资源。

我希望更加具体一点地谈论这些苦难，特别是当它们是发生在流浪者身上的时候。你们每一个人是独特的。我不希望把你们分类，并用这种方式让你们的痛苦变得最小。那么，这里我所描述的是一张地图，你将需要自己填上具体细节；但是我提供这个地图作为指引，好穿越你的混淆。

我看见了三个基本区域，流浪者会发现他们自己正在这三个区域中挣扎。首先是肉体的扭曲。当你进入一个和自己的振动频率不谐调的密度时，不仅仅是肉体的振动是不协调的，情绪体和心智体的振动频率同样会出现不协调的幻象。你们的四个(精微)体中的每一个都有它自己特定的振动频率。你可以重新调频，但是你也必须承认肉体和情绪体的较为沉重的振动，并不尝试去在肉体准备好之前，强迫取得一个较高的共鸣。

第二个扭曲的区域就在这里出现的。与其信任你的处境，你可能紧握不放并使用

评判的力量试图刺穿罩纱。

第三个让你不舒服的区域恰恰就在那罩纱的另一边："家；我想要回家。"你无法说得更简单了，或以更深刻的方式说出它。让我们谈谈这三个区域，并且开始去察看这种不舒服本身如何可以成为学习的工具，并让你更乐意于在这艘我们称为地球的宇宙飞船上服务。

我刚才说，这些精微体中的每一个都会对于它自己的振动频率产生共鸣。当你拨动一个弦乐器的一条弦，有时候靠近的弦也将会振动。虽然每一条弦有它自己振动的频率，但是被涉及到的共振会形成伴奏的振动模式。许多进入此生的流浪者和与第三密度的地球振动频率不协调。这感觉就好像你是一具巨大的小提琴，你想要对世界唱出你的乐曲，但是，每一次你之所是的弦开始振动时，有某种东西压在它上面，阻止了那种振动的强度。你越和那个使你的弦静止的事物进行对抗，不协调的幻象就会变得越发巨大。碰触弦的手以及弦本身可以产生出和谐的交互作用。当一个人放松进入你们已经投生其中的环境时，地球层面以及流浪者的物质性振动频率可以进入更大的协调之中了。

对于流浪者们，遭受过敏症/气喘的痛苦，同时会对地球的自然物质和这些物质的变貌产生反应，这是普遍的。我不是说这样的过敏反应是心理的。肯定地，正在出现不协调的是肉体；不过一部分的不协调来自于你与这辈子之间的战斗。

这里，我想要进入某种具体的细节。没有讨论这个细节特定的词汇。让我们使用比喻。我回到昨天所举的那个例子。我们拥有完美的光，完美的光体样板，照耀在一张白纸上，这张纸是肉体。让我们改编一个语词，我们将会称它为"次光体"（sub light body）。这个不是次"破折号"光（sub-light），而是次光体，比起光

体稍微低一点。让我们想象这里有一张完美的玻璃纸。穿透它照耀在肉体的那张纸上的光是完美的。当你弄皱玻璃纸并且将它抚平时，这些皱褶的映射出现在那张纸上。当你与皱褶认同而且开始相信它们真的就在那张纸上时，你以一定的方式做出反应，就好像这些皱褶是真的一样。当你忆起那张完美的、没有皱折的纸蕴含在被弄皱的纸之中，你对于较低页面[代表肉体]映射出来的绉褶的态度将会改变。你看着皱褶，接着你说："它就在那里，或者看起来在那里，不过我无须做出反应，彷佛它是真的一样。"当你可以更完全地安住在终极实相时，发生的事情是，你的能量场没有在每一个皱褶的周围收缩。在已经升起的事物周围会有宽阔感。

让我们带着这个图像回到该情境，流浪者在地球上发生肉体上的不协调。光体的样板永远是完美的，一直和一切万有处于完全的协调一致。坐在这个房间里的是，永远完美的肉体，它携带着一个扭曲的体验。聚焦在那痛苦或不协调上，真的看见它为一个皱褶反射在那张纸上：痛苦的背部，胃的问题，过敏症，无论它可能是什么。我不是建议，在你所居住的相对实相中，它不是真的。假如你的胃或背部感到疼痛，你的胃或背部就是受伤了。假如有过敏或流泪，那么它就是正在发生的事；你正在体验它。不过它不是唯一的实相。一个拥有固有完美性的较高实相也在这里。

我们进入昨天我讨论过的、相同的两个步骤，即承认真实的、不舒服的体验，并对于不舒适找到开放的心，亦即不再有如此强烈的厌恶，也不再对它如此恐惧。痛苦和/或厌恶在其自身都是一切万有的一部份。不要在这里创造一种二元性。

第二个部份是返回这个完美光体的样板。与其允许肉体去反射心智体和情绪体创造的不协调，你在其中感觉痛苦，不如返回你的完美并在其中歇息。就某种意义

而言，这是一种没有言语的肯定。你不是在否认实相的相对层面，而是选择去把你自己更完全地扎根在你之所是的终极实相中。

不，藉着这个练习，你将不会移除你所有的肉体疾病。它们是此生的礼物。透过在地球层面上、你自己的痛苦，你对于所有受苦者的痛苦学到一种深刻的敏感度和悲悯心。你本来就是打算要作为第三密度的人类，来完全地体验这个历程。所以这个练习将不会消除所有肉体的扭曲，不过它将会大大减轻你体验它的强度。所有你需要去做的事情，就是在感到强烈的肉体扭曲时，坐下来冥想几分钟，送出深深的悲悯心给正在承受鼻塞或背痛的人，然后允许自己连接到这光体样板，放松进入到你的存有之完美中。请记住，光体样板对于这个密度不是不协调的。通过你与这沉重的密度体验的挣扎而引起的收缩，你创造了身体上的不和谐。当你放松并且在永恒的广阔性中歇息时，不和谐消融了。

与情绪体和心智体工作大致是相同的。我将不会重复这个练习的细节。当我注视着你们，我真的看到光从这个光体样板流下来，环绕着你的光不只是作为你的灵光，同时也作为整个能量的展现。银丝线是对我所看到的事物的一个比喻。当然，在终极实相中，它不是一条银色丝线，不过，有这样一条看起来似乎是银色丝线的事物，它将贯穿所有的肉体的能量脉轮，向上贯穿次光体，将其连接起来，并且进入光体中，穿越那个完美的光体，进入到光体的源头。这里就是我昨天说过的小孩子画的太阳以及三角形的太阳光束。能量来自太阳，透过太阳光束，透过太阳光束的反射，我们称之为次光体，接着向下进入肉体中。该能量场向外辐射，不只是从光体以及肉体，同样也从这个完整连接的丝线向外辐射。

当你的能量是开放和放松时，它是没有坚硬边缘的。将它想象为数以十亿计的舞动的光之分子，在朝向身体构造的丝线时是更加密集的，当它向外移动时，更多

能量被支出分配。因为没有表皮、没有边界，所以你所接触的能量会进入。当你内在冻结时，因为流浪者尤其易于这样做，这会有一个不同的振动频率，而它将会造成伤害。你在你的存有周围放置一个外壳或坚固的边界，并且进入一个分离的幻象中。而我亲爱的朋友，当你们创造一个坚固的边界，各种幻象将会撞击到其上，你如何能够帮助呢？你仅仅只会撞击这个层面的各种幻象。那么，我们就要持续释放那个边界。首先，你必须看到你建造了它。每一次你感觉到边界时，你要求自己放下它们。接下来你不再感觉地球的物质、情绪、理性上的稠密，就象是一只手紧紧地压在你那根想要振动的弦上。你将开始体验它们就象是姐妹弦；或许不再是一把小提琴，而是一把贝斯和大提琴。不过你可以开始与它们在和谐中振动。首先你必须允许它们进入。

最后，我们来到许多流浪者最深的痛苦："我想要回家。我感觉如此孤单，如此被孤立，如此被抛弃。我想要回家。"我昨天说 抱歉是星期五 所有的流浪者，在你们当中，98.6%前来同等地学习与服务。我们无法详细说明，述说每一个人想要去学习的是这样或那样的事物。你们每一个人是独特的；然而，在你们的学习中，有一条共同的弦，涉及到昨天我提到的部份。我称它为老灵魂症候群。它不是某种仅仅只有适用于流浪者的事物；不过因为流浪者一般都是老灵魂，我们发现它的确非常深入地适用于大部分的流浪者："神似乎不在这里，而祂是完美的。我在这里，我与那个神圣的能量是分离的，而我是不完美的。直到我变得完美之前，我都无法回家。"那是个误解。你努力去成为完美的，而不是单纯地更深地看入自己，并且理解你是完美的、永远是完美的。你所寻求的事物不在外面，它恰恰就在你自己的心中。神性不在其他地方… 请更正…神性在每一个地方，但不需要在任何其他地方寻求神性，就在这里。这是最大的误解，也是此生可以提供给你的门槛，通往最大的礼物：开始去知晓你自己的神性。

相对而言，假如你已经是完美的，你不会需要在这里。相对性的人类从来不是完美的。你是光体样板的一个表面上不完美的映射，而光体样板是完美的、永远是完美的。光体样板不是别的什么东西，就是神性的一个投射，在其中，太阳光束照射返回太阳。在那里，没有一个东西和太阳的本质是不相同的。

你被困在皱褶的幻象中。这不是问题。它是你的催化剂，以帮助你忆起你的神性。让它教导你。当你最终理解你是谁，你就会理解你一直都在家。你如何能够离开那个一直充满你的事物呢？你怎么可能会与那个事物分离呢？当你理解到你真正是谁，这是怎样喜悦的一刻啊。治疗分离与缺陷的幻觉，完成你的学习，你进入形体中就是为了实践这种学习，并且提供你能量，带着一个更大的焦点与更大的清晰度，执行你来到这里要进行的服务。

此时，我将麦克风传递给我的兄弟/姐妹 Q'uo，在这种分享中，以及我们用来阐述彼此想法的方式，带有大量的喜悦。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。我忧伤的兄弟姐妹们，很久以前，依你们对时间的度量，我们与其他实体就来到你们当中。当我们离开时，我们已经在你们行星的内在世界里面的路上点缀我们人群的美好果实，那些实体如此深爱着地球，他们如此清楚地听到地球的哭喊，以致于他们乐意为了这个困难的、痛苦的、有挑战、有价值的任务，而牺牲当前的快乐，如果你愿意这样说，这个任务就是在你们人们的觉知中，播下那些和谐的理解或认识的种子，这种理解或认识可能有希望协助在你们星球的那些人以及该星球本身[你们挚爱的地球] 去经受这个穿越过程，穿过那个生产通道，看起来似乎是一个困难的诞生。现在时机成熟了，地球的人灵的田野上已经充满发白的庄稼。现在，地球的收割开始了。

流浪者，忧伤的子民，你们已经来到这里服务。现在我们呼唤你们全体去服务。戴上你们的荆棘皇冠。举起你的人性的重担，无惧地向前走。我们鼓励你们每一个人信任命运。你的基本天职就是去奉献。用你自己的方式，用你自己的步调来和你有意识觉察的时刻一同工作，当你需要恢复精神的时候，休息并放松吧。让每一道晨光在你的内在形成它自己的议程，充满你的白天和黑夜；学习耐心，因为除了这个伟大的中心天职之外，该天职甚至现在就在调整你们的行星及其逐渐稳定的光，你将会逐渐进入那些明显与公开的服务，它们已经为你准备好了。

对许多人而言，奉献的服务就是完整必须的服务。假如这就是你的人生中正在发生的事，达到对于存在价值的一种通情达理的理解，正由于你存在的基础是卓越的，所以才赋予给你这份孤单的、持续点燃灯塔的工作。那么，照顾内在这道光，经由苦恼、痛苦、启蒙来清空自我，直到你对于光是透明的。这可能就是你的命运：担任行星地球之光的辐射器和调节器。对于其他人，神圣职事[这个器皿习惯的称呼]将会出现。那些开始发展为某种疗愈形式的管道的实体，沿着你们的天赋道路前进吧。总是去注意那份内在礼物的真实形状。

或许，除了成为在山丘上闪耀的光，你可能也拥有这尘世和幻象所知晓的职业。好比这个器皿、吉姆实体以及芭芭拉实体等人已经发展出这样的职业；或许，似乎有一种从这些服务散发出来的迷人神韵或令人满意的非凡魅力。然而事实上，这些实体不过是管道。神韵与魅力存在于该管道之内，这些实体已经凭借其信心所创造的空间。当这样的机会来到你面前，即使它在你自己的眼中是完全无价值的，你仍旧可以拥抱它；因为在这样的服务中，实际工作的必要条件是愿意和那道已经被给出的光坐在一起，不是伸手去拿，永远不必努力奋斗，却做好准备去接纳那些被给出的灵魂，照看他们。当赞美被给出时，永远不要接受他人的见解，而总是知晓那已经通过你的管道而流动的事物，把荣誉给予它。这也是困难

的：当你看起来在帮助的方面是成功时，保持开放和接纳。这是多么难以避免的一个陷阱呀，然而，每个人都将通过沟通交流与相互的支持而保持他人的平衡。每个人可以鼓励每个人通往真实的谦卑，真实的仆人身分。

为了这个服务的机会，你们已经做出大量的牺牲。拿起、抓住、紧握住这个机会，不是带着它向前冲，而是坐下来拥抱它，请求它："改变我，因为我必须改变以行使无限太一的意愿。让我变得谦卑；安慰我；在我前进的道途上，给我同伴。赋予我坚持不懈、坚定、勇气。让我爱上污辱和误解。让我拥抱批判和羞愧。让我变成空无。"这是忧伤的兄弟姐妹的祈祷。这是泪水和喜悦的祈祷，超越所有的知晓。

此时，我们要把麦克风传给亚伦。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。我想要谈论收割这个语词，以及它意味着什么。这是经常被使用的一个词语。或许你会因此对这语词感到畏惧，并且你的能量畏缩了，因为这个词语对你而言暗示着力量，某个人走出去，进入一处田野，收割谷物和果实并为己所用，就彷彿谷物或果实是被使用或被操控的。想想看，微小能量进入小麦的茎，进入那颗苹果或豆荚。在这个层面上，当能量进入被用作他人食物的东西时，无论在什么样有意识的层面，其最大的意志是去学习如何提供它的能量给他人，并且成为寰宇意识的宏大的一部分。当你从一棵树上摘下一颗苹果时，你对那个果实的营养和美味表达感激，荣耀了苹果最大的喜悦：去服务。它的自由意志不会因为被摘下来吃掉而被侵犯。假如它不想要被吃掉，它将会创造出这样或那样的瑕疵，这使得它不那么吸引人。当苹果看起来更鲜艳，其能量场更为生气勃勃，它就更想要献上自己，并使自己吸引人。

正是如此，正在演化中的人类已准备好超越这个密度，在他渴望成为神性的一个工具中，变得生气勃勃。在他的无私中，变得光芒四射。他最大的希望就是有所服务，如同我的兄弟/姐妹 Q'uo 刚刚说过的，允许他的意志献给更大的意志，属于无限："不是照我的意志，而要成全祢的意志 [1]；不是为了我的荣耀，而是为了祢的荣耀。祂仅仅经由我来临。我只是一个管道。"

请你想一下这点。在这里，芭芭拉是一个管道。她传导了你们已经知晓为亚伦的这股能量。你不认为我也是一个管道？我所提供给你们的事物不是源自于我。我提供你们神圣的智慧，并且告诉你，在你自己的神圣智慧的深处，没有东西不是你早已知道的。我是一个管道，我是空的。当你们来到 Q'uo 已经提及的收割，并不是说你的存有会被一把抓起，不顾及你自己的意志，而是说，你所能够提供最伟大的礼物就是允许你的能量和光进化到这一个点，即你准备好超越你先前相信的各种限制，要被"收割"进入你的演化的下一阶。

用这个图像来思考它可能有帮助。在每一个存有的内在都有一道强烈的光，它的力量是没有限制的。每一位存有的周围有许多防御的层次，就像洋葱一样，不过在洋葱的中心放置了那道强烈的光。藉由每一次放弃恐惧，藉由每一次让那道内在光的真理变得清晰一点点，那些所谓洋葱的皮层就脱落了；你成为半透明的了。在一个特定点上，你散发出如此大量的光，以致于你为所谓的收割做好了准备，以进入另一个层面，在那里，更深入的皮层得以脱落。在较高的密度，越来越多的保护层和分离层脱落，直到最后那个灿烂、强烈的核心被曝露出来，并且被提供给为无限的服务，为上主的服务。

在地球层面上的这次收割是关于什么呢？昨天我谈到地球从第三密度移动到第四密度。在第四密度，你是一个能量群体的一部份，不是被强迫进入那个群体，你

的位置并不是固定的，但你渴望那种深入的接触。在某种意义上，这个周末在你们之间的连结是为第四密度进行的排练。当你让你的障碍放下，让自己与他人进行更多的心电感应，并且同时在你的能量场中，保持非常开放的时候，随着防护罩变得薄弱，你正在练习第四密度的体验。分离的幻象将会脱落。

从某些外在方面来看，第四密度的地球可能看上去并没有很多的不同。将会有海洋、山岳、森林。然而，将会有一种崭新的理解 对于一切万有的最深的相互连结，同时包括地球上和地球之外的事物。在创造你们农作物的过程中，你与土地将会成为共同创造者。假如你选择去吃固体的食物，而不是单纯地依赖于光和能量而生活，你所吃的食物将被和蔼地感谢；如同 Q'uo 感谢你们给予他服务的机会一样，你的食物将会感谢你给予它机会，透过滋养你的身体而服务。你将会从一个正面意义上理解你与别人的相互依赖。你将不会对于情绪体升起的东西而感到羞耻；也没有任何把这些情绪抛向他人的需要，你们将会深深地分享喜悦和忧伤，非常类似于第四密度的能量现在所做的一样。在这个团体中，第四密度的能量现在是完全地以心传心。因为你完全体验他人没有保护的情绪：他的痛苦、她的忧伤、她的喜悦，这使得悲悯心的学习是如此地深刻。你不再被限制从自己的经验中学习，而是变成能够从每一个人的经验中学习；因为你不再由于羞愧而保护自己的经验，你提供你的经验给别人作为他们学习的一个资源。这就是地球正在成为的事物了，地球正处在这个过程中。

人们问我：“这真的是将要发生的事情吗？我在大地层面上，看到负面性的升起，这是怎么回事呢？”我亲爱的朋友，如果你们恐惧和痛恨那种负面性，你们仅仅增加了负面性，而它将会成为你自己停滞的源头。这非常象是一个在学校学习课程的孩子，他问：“我准备好继续前进吗？” 如果他或她没有为这一场考试研读，他不会通过测试，他不可以继续向前。焦点不是在于进度，而是在于理解。功课必

须被复习，直到它被理解。没有时间的压力。如果你继续对恐惧回报恐惧，对厌恶回报厌恶，那么你就还没有理解，功课将会被重复直到它被理解了。地球将继续提供你们催化剂。当你们足够多地理解这些课程，而且能够对恐惧回报亲切与爱，能够允许恐惧成为悲悯心的一个催化剂，而非憎恨，那么你就将准备好脱下这幻象，接着进入第四密度。

你们许多人将在第四密度的地球继续生活。其他人将会返回你们所来自的非物质层面，并且找到其他的无论什么方式，好让你可以选择去服务和学习。你已经成为那颗明亮发光的果实，它将在宇宙中找到下一个去服务、成长、爱的地方。这里，我想要把麦克风传回给 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。时间已经到了，我们在这里向每一位亲爱的人灵告别。对于你们呼唤我们过来，和你们分享我们的想法，我们怎样表达谦卑的感谢都是不够的。我的朋友，我们最深的智慧依旧是：爱造物主；知晓造物主爱你们，祂将你们带入存在之中令祂自己欣喜；如同群星之子[你们之所是]一般地跳舞吧，总是知道，关键就是去爱彼此，分享彼此的喜悦，承担彼此忧伤的负担，带领彼此回家。我们是 Q'uo，在太一无限奥秘的爱与光中离开每一位，这奥秘在合一与和谐中创造了一切万有。
Adonai。Adonai。Adonai vasu borragus。

亚伦：我是亚伦。我想要藉由教导你们一个非常简单的冥想练习来作结尾，这个练习源自于西藏佛教徒的传承，它可以被运用来打开你自己的心，并且更深入地将你们能量和服务提供给其他人。它有二个部份。我将一次教导一个，接着我们将将它合并在一起。

感觉你自己安坐在一个光的圆柱之中。吸气，感觉光穿过顶轮进入，向下进入到心轮。当你呼气时，感觉那道光在你内心稳定下来，光充满你。吸气，观想一些正在受苦的人或地方。它可以被用在一个朋友身上，或许当你正在看电视，看见战争或饥荒的受难者的时候，可以使用它。最好在你的脑海中保持一个形象，而不要分散你的能量。所以你已经吸入那道光，呼气，并让它充满你，特别是进入心轮，吸气并且观像苦难。呼气，让那道光向外移动，被引导到那个受苦的地方。这是第一部份。让我们练习几次。吸入光…呼气，感觉光在你的内在扩展…吸气，想象受苦的人或地方…呼气，向外送出那道光给苦难…吸入光…呼气，扩展光…吸气，想象苦难…呼气，向外送出光…吸入光…呼气…吸气…向外送出光。

现在我们增加第二部份。在你向外送出那道光给正在受苦的人之后，观想那个苦难为一种沉重的、黑色的、柏油状的物质。吸气，允许你自己把那种沉重吸入你的心。吸气…呼气，感觉它的重量…吸气，向上主开放你的心与觉知… 呼气，释放那股沉重…只是让它离开…吸入光……呼气，扩展光…吸气，观像苦难…呼气，送光给那个受苦的地方。观像那个苦难为一种沉重的、黑色的团块…吸气，感觉在你心中、苦难的重量… 吸入去释放的意图… 呼气并释放。就这样。我请求我们做二或三分钟。我请求你们以自己的步调来实行它。

（暂停）

可以加倍速度来进行这个练习，仅仅以吸气吸入光，送出光，在下一次呼吸中吸入苦难和黑暗并且释放它；或者可以减半速度来进行它，用一个完整的吸气和呼气来进行每一个步骤。根据你自己的性情来调节速度。在你处于大量的痛苦中的时候，这个练习也可以通过将你自己当作主体和客体来进行。你可以成为把光带入你的心的一个光之管道，成为释放你的苦难的一个管道，并同时提醒你自己，通过这个奉献来从自己身上拿走那个苦难并释放它。这是一种表达你的能量，真

正成为光之仆人的方式；这是一种表达你的意愿的方式，你的意愿不是紧紧握住那道光服务自己，而是将它提供给有痛苦存在的地方；你的意愿不是为自己装上围栏并将自己从痛苦中分离出来，而是成为一个管道，经由这个管道，这世界的苦难可以被释放。

我感谢你们每一位，在这个周末呼求我们与你们谈话。我为你们之所是的美丽存在感谢你们每一位。我看见你们每个人像是一朵在阳光中绽放的玫瑰花，你们存有的每一个崭新的日子，或在每一次新的投生，都更完全地展现你的荣光。请知晓你们是怎样地被所有层面的存有们深深的爱着呀，你们从来都不是孤单的，而是爱的能量环绕着，这种能量会在你们的道途上协助你们、滋养你们。那就是全部。

卡拉：我想要你们每一个人知道，在这个周末，我们和你们在一起是多么荣幸的事情呀。你们在这里对我们是怎样的一个祝福啊。这就是我们在这里的原因了，它真的感觉很美好。如果在未来，你们需要回来的时候，请不必想太多，只要给我们一通电话，让我们知道你们即将到来。当你们到来时，我们知道你们将会随身带来你们的疗愈；我们将永远在这里欢迎你们，回答关于在生活的技巧方面、任何我们能够回答的问题；同时，你们体现你们原本就有的疗愈。我们希望你们将与我们保持联系，不论什么事情发生在你们身上，因为我们非常爱你们每一个人。感谢你们的陪伴。和这样伟大的人们在一起受苦是美好的。或许芭芭拉想要说一二句话。

芭芭拉：只有，感谢你们。

发问者：我不知道我如何才能对卡拉和吉姆表达感激的感觉，也感谢芭芭拉的到

来，我肯定这种感激是其他人所共有的，还感谢你们留出这个空间和时间，以便于我们可以前来，和你们坐在一起，一起聆听，而且获得充满。非常感谢你们。

团体：（唱歌）“彼此相爱，彼此相爱，如我爱你们一样。互相照顾，互相照顾，如我照顾你一样。承担彼此的负担，分享彼此的喜悦。彼此相爱，彼此相爱，带彼此回家。”[2]

原注

[1] 圣经，路加福音 22：42

[2] 资料来源有待考证。

Translated by M.D.

(V)2015，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 2213 章集：人生的负担

Copyright © 2015 L/L Research

周六冥想

2015 年十月 3 日

团体问题：Q'uo，我们当中有很多人正在与那些似乎多到无法承受的情况挣扎，在某些时候。我们拥有的感知是，正在遭遇要嘛过多的催化剂，要嘛过于沉重的催化剂，要嘛两者都有。我们经常感觉到生命把一些负担压在我们身上，而我们并不拥有资源与之打交道。Q'uo，我们如何担负起我们的十字架呢？我们如何将开放的心带入那些生命似乎放在我们身上的挑战，并邀请更高的能量转变我们的体验呢？

L/L <wbr>Research 人生的负担

(Jim 传讯)

我是 Q'uo。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们全体致意，我们全体都以我们的存有，在喜悦中、在今天和永远，服务造物者。我们对于能够在这个下午向这个团体发言时感到极其高兴，因为当你们寻求自己的存有的那些特性，可能在你们寻求你们所称的真理的旅程上被激活，在此时加入你们，这是我们极大的荣幸和快乐。我们会一如既往地请求你们帮我们一个忙，那就是去带着小心谨慎的分辨力来聆听我们与你们分享的言语和观点，以便于你们仅仅采用那些对你们有意义的部分，并将任何对你们没有意义的部分留在后面，因为我们不希望成为在你们的寻求的旅程上的一块绊脚石。那会在将我们的想法与你们进行分享的过程中帮助我们，因为那样子我们就不会感觉到好像我们可能会侵犯你们自己的旅程。

我的朋友，你们今天询问，在此刻，如何才能承担起你们的人命体验中承担的负担。在每一个寻求者的旅程中，会有一些时间，在其中道路蜿蜒进入阴暗的森林区域之中，这个森林似乎是令人不安的、困难阴暗的、神秘，提供了远远太多的世俗忧虑，容我们说。在这些时期中，很容易感到过度担忧，不仅关切你将如何穿越这样的体验并从中学习，或许甚至要记起你如何能够经受得住它们，继续存活，因为信实寻求者的旅程时常是极其困难的。我的朋友，这不是偶然的事情。

我们并不想要使你们感到丧气，藉由告诉你们，你们已经选择这些道路；因为在任何寻求者的旅程上，都没有错误。你们体验到的事物是在你们有意识地采用该身份[视为你自己]之前，就已经因为自己的选择而被放置在那里。在投生开始之前，你们制订了这些计划，来为自己提供这些挑战，去学习如何去爱，如何接纳

在你周围的所有人，尤其当情况似乎相当无法接受的时候，甚至不得不去处理某些情况。

我们知道很多人感觉到忧虑和负担应该有个终点，那些挥之不去的生活烦恼应该有个终点。应该有一个赏报的时刻，一个平安、平静、你们所称的喜悦时刻。我的朋友们，这些时刻将会出现。因为在所有的旅程上，这些特性都是存在的，尤其是对于那些能够在爱与慈悲中开放心的实体，即使在那些极其困难的时期中在那些时期，忽略或逃避那些困难看起来是一个更好的选择。

因此，你们如何着手开始开放你们的心，并允许神圣的指引、神性的临在，太一造物者，一颗爱的心 无论你们希望称呼它什么 允许这种质量可以在你的旅程上协助你，藉由改变你的观点、藉由改变你的存在的特性，藉由使得你能够通过你的存有传送的那些围绕与包裹着所有困难的爱的能量。一个人如何才能进行这样一个看起来具有魔法特性的工作呢？直接前往心，命令它开放并期待它这样做，这并非经常是可能的。然而，从另一个方向，容我们说，从能量抵达心之前的脉轮接近心，这是有可能的。因为你们每个人，我的朋友，在每一天都从太一造物者接收到这种智能能量或爱。它从红色光芒的层次开始流经你的较低脉轮。红色光芒的层次是与你作为一个在这个星球上的肉体存有的根本生存打交道的。它也在你的性欲特性中表达自身，在其中，你繁衍你的种族，能够更新你的存有和你的伴侣，并允许那些能量更高地移动，这样智能能量或太一造物者的爱就开始通过你的脉轮系统、创造出一条通道或管道。

在此刻，我们会将这个接触转移到被知晓为 Steve 的实体。我是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，我与这个器皿在一起。我们已经成功地通过挑战，它许可我们通过这个器皿发言，我们对于再次与你们坐在一起的机会而感到感激，你们的寻求对我们是一个鼓舞，因为它给予了我们机会去用我们感觉被呼唤前来服务的方式进行服务。

我们会继续这个主题— 跟严酷的催化剂打交道，我们接下来要检查在橙色光芒中完成的工作，在其中，自我开始发展出一种对于一个分离的或个体化自我的感觉，并且取得一种初始的平衡设置，关于自我将自己与它周围紧邻的其他人之间建立关联的方式。在这里，不可或缺的是：发展出一种能力，在一个人的生活环境中，去区分那些属于它的因素或要素，以及那些属于它与之有紧密接触的其他人的要素或因素，。

我的朋友们，这是一个过程，在这里，每一个人都已经历过、并且每天都在继续经历的过程。它是一个要素，在此期间，对个体性自我的独特性的一种感觉被锻造。现在，在这过程期间，发现有一系列的与自我相处不来的事件，似乎，容我们说，从一个自我之外的源头产生，这是常见的。因此，学习去发展出一种类型的外壳，容我们说，一个保护性的外壳，它使得一个人能够抵御那些看起来似乎是将该存有压倒的能量和事件，以致于有了一种源自于内在深处的排绝感，这是自我发展过程的一个基本部分。

随着时间的进程，这种能量的外壳被进一步发展和精炼。它起到了抵御或筛选那种能量的作用，正在供应的能量，表面上，再次地，似乎来自外在，这种能量过多，以致于无法被接收或被有效地处理。我们并不轻视这个过程，我的朋友们，因为它是一种对生存需求的延伸，现在是被视为一个处于发展过程之中的自我的

生存。

当自我被介绍到更大的同伴自我的团体，那些你们集体称之为「社会」的更大的团体，进一步的发展开始发生了，它是一个过程，在其中能量外壳已经被发展出来，越来越多地开始与你之所是建立关联的东西被进一步地挑战，随着时间的进程，对于这种保护性的盔甲作用的进一步精炼获得完成。

在你们已经抵达了青年的成熟期之前，你们就已经拥有了一个盔甲作用，它是非常个体化、个人化、清楚明白的，根据已经用无数种方式向你讲述的，在一个复杂社会的环境中，为了你的生存、你有效的自我表达、以及你的繁荣，这些方式是必须的。作为学习在一个复杂的世界中、与大量其他自我打交道的过程的一部分，这种盔甲作用是完全有益处且相当必须的，那些其他自我全都在尝试去取得一种存有的可支持层次并和相互彼此建立关联。

不用说，当每一个人一次又一次地被放在一个位置上，不得不根据无法预料且非常频繁地、不想要的事件做出调整的时候，获致的平衡的可持续性就持续不断地受到挑战。这种调整一般来说不是诸如去想要不想要的东西，而是去学习去适应调节，这样，那个挑战自我平衡的事物就不会在自我前进的能力上施加伤害了。因此，日复一日，一个人会与各种事件打交道，一些事件具有一种给予承诺、给予希望、给予爱并给予生命的特性；另一些事件具有的特性、就其所有外观，在一个蛮相反的方向上运作。因此，一个人会将坏事和好事都带上，并在能够的时候继续前进。

现在，在一个人的生命的进程中，在那些在你们密度中奋斗的人身上通常会发生的事情，就是去质疑这究竟是为了什么。「这真的就是人生所要提供的全部

吗？」向着那个问题开放就是对于这样一种领悟的首先喝彩了，那种领悟即，对于生命而言，有某种比简单的自我维护更大的事情。一个人因为一件事而感觉到，它被召唤到某件事。即一个人受到一种更高目的感之召唤。一个人非常频繁地在他为其他自我承担起的那些责任中，感觉到这种目的感，这些其他自我是一个人已经在道路上学会去爱的实体。

去爱就是一种活动，开启一个开放心的过程。心是一个存有的维度，倾向于因为已经发展的盔甲作用而完全被封闭起来，该盔甲作为一种手段去抵抗一个人感觉到它无法处理的催化剂，以及学习去以这样的方式和其他人打交道使他不会容易受到他人行为的伤害，以致于损伤那个非常脆弱与结晶的结构、即羽翼未丰的自我。

在那个点，一个人发现自己正在开始有可能放下防卫，并接纳似乎无论如何都无法接纳的事物，就是在这个点，一个人在其上可以沉思心之开放。会有一些场合，在其中，心因为一些确实可能被视为戏剧性、甚至是创伤性的事件而相当突然地一下子被打开了。会有一些场合，在其中，一个热切的寻求者，已经通过在冥想中的苦工而成功地让心一下子大大地开放，在关于自我的稳定结构的方面尚没有足够准备时，这种猛烈的开放可以导致寻求者的能量失衡。

这并不是说，那些可以被视为创伤性的体验，或者那些可能被视为一种戏剧性的体验，必须是伤害性的，因为作为发展的一部分，在心中经历一种激烈的不平衡感觉，这是相当寻常的，在这种发展中，心被开放了，这样进一步的工作就可以在那里完成。

我的朋友们，心的工作，非常频繁地并非是美妙的工作，因为一个人发现，所有

伤害的沉淀物，所有一个人已经携带的忧伤，所有一个人已经随着时间发展累积起来的抵抗，就在这次人生中发展一种你之所是的感觉的过程的一部分了。一个人发现，对于它已经通过行使盔甲作用的功能而筛选出来的一个催化剂的每一个部分，都有一种残留物、心的开放现在揭露为某种必须被解决的「事物」。哦，我的朋友，要补给的工作是多么庞大呀。当一个人首次注视它的广大时，他会是相当、相当不知所措的。

因此，对于心的开放所提供的早期一瞥，首次看入那种庞大的视野，那可能导致一种无助感，甚至是一种绝望感，对于有如此多要去做的事，而进行那种工作的资源却如此之少的绝望。我们请你们不要绝望，因为你们已经用一次接一次的人生来注视这些苦工了。你现在发现自己甚至能够去看到在你面前开放的广阔了，这个事实已经是一种指示，可以说，你做好准备去承担起那个工作。

心之开放是一件非常简单的事务。它被构建在每一次的接纳行动之上。接纳的行动总是在当下此刻发生的。在当下此刻中，所有你能够做的事情就是去接纳这一刻已经提供的事物。在当下此刻中，所有你能够做的事情就是去迎接那一刻。在当下此刻之中蕴含着爱。在当下此刻之中存在着答案，回答「我如何可能继续前进」的问题。我的朋友，在似乎是压倒性催化剂的最极端的情况中，一个人能够找到所需的资源，这是很频繁发生的事。

一个小小的有爱的接纳行为，那就是钥匙了。一个接纳的行为打开一扇小小的门这扇门接着通往另一扇可能会再一次藉由接纳而被打开的门。用这种方式，接纳在接纳上累加了，一点一点地，那些一个人已经累积的痛苦，那些一个人已经储藏起来的困难，就被疗愈了。一颗疗愈的心用一种同样疗愈那个世界的方式，开始向外延伸进入世界。

我们并不是在说，这是一个容易的工作，我的朋友们。相反地，毋庸置疑地，在你将会做的工作当中、它是最为困难的工作。但是，它恰恰就是你已经投生于此来做的工作。

我们朋友们，对于这份工作，我们在爱与光中称赞你们，我们同时离开这个器皿并将接触转回被知晓为 Jim 的实体。我是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我再次和这个器皿在一起。在这个询问上发言已经是一种极大的荣幸。在此时，我们要请问是否有任何其他询问，属于一种较为简短的性质、让我们可以谈论？

Gary：Q'uo，在我自己和人群的接触过程中，他们似乎全面地报告了在生活中有更多的忙碌，更多要去紧握不放的事情，更多要去与之斗争的催化剂。你们认不认为这是一个社会的机能正在变得更为复杂且更多相互关联，并由此将越来越多的刺激物和催化剂挤入我们的日常生活？或者，你们认为这是第三密度的结束的一种机能，连同寻求者自由意志的渴望、在仍旧有剩下来的时间之际，最大化可被利用的催化剂？或者它是某种其他我可能尚未考虑到的事？

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟。如你已经陈述的一样，你们在此刻、在其中生活的文化是极其复杂的。它充斥着这样一种实体，他们每天工作以如你们所称的谋生来支持一个家庭，并且促进那些具有商业特性的实体的利益，他们为此努力工作。

这里有大量可供任何真理寻求者取用的催化剂。然而，有远远过多的人对于这种日常生活活动提供的成长机没有察觉。在你们的星球上，大多数实体就是这样的文化的一部分，因为第三密度的环境是一个提供大量可能分心的事物的环境，若那些人没有分辨力。因此，如果一个人已经认识到在每一天的活动中、有一门伟大的课程是能够被学会的，接下来，就会有从这些体验成长的机会，这些体验接下来就会倾向于，对寻求者指出另一个方向。那个方向，不是聚焦于一个人周围的世界，而会更多地聚焦于一个人内在的世界。

这种向内的聚焦接下来就提供机会给沉思、冥想、祈祷，作为处理当天催化剂的途径。这种内在的寻求也倾向于使得那些，容我们说，具有较小价值的活动消散，直到寻求者在每天非常忙碌的体验中、在被提供的机会中，开始将自我的能量聚焦那些更少数却更有意义的部分为止。

因此，去简化一个人的机会，容我们说，简化日常生活的活动，就是寻求者的旅程的一部分了，这种简化倾向于带来一种平安感，目标的方向，以及取得那种自我的内在感的方式。一个人接下来就可以呼唤它来处理那些对于个体、家庭、社区的成长和生存至关重要的催化剂。

因此，我们愿建议，每个人都检查在生命体验中、那些能够被简化的区域，这样，一个人的心智、身体、灵性的焦点就可以被置中地放在爱与智慧的无法言喻且无限的质量，并在日常生活的活动中，和他遇到的所有人分享这些质量。

我的兄弟，我们可以进一步回答你吗?

Gary：讲得非常好，感谢你们。你们提供了一个非常好的远景，通过简化来减少表面催化剂的数量。

关于那个数量的原因，第三密度的尽头在这种催化剂的表面数量上，扮演了任何角色吗？

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟。在你们的星球上，确实，对于大多数人，要取得你们已称为收割进入爱的密度之毕业机会，已经将体验的领域带入到需要某种类型的注意力的许多类型的忙碌状态中了。为了要能够厘清可供使用的事物，一个人必须穿越大量的事物，如你已经说到的一样，这个存有密度的周期尽头的一个产物。如我们先前提到的一样，寻求者的能力就是去回应那些他将在其中寻求的区域，或者他的责任就是去决定那些自己将在其中寻求的区域。我们将简短地暂停。
（磁带第一面结束。）

我是 Q'uo。我们将继续。因为，如你们已经正确地注意到的，有大量的事物是由于该密度的存在性的结束而产生。也有大量的事情是能够被每一个寻求者完成，以利用可被得的催化剂来实现其渴望的毕业。

我的兄弟，我们可以用任何进一步的方式来讲述吗？

Gary：在那个问题上，不用了，讲得很好，谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

S：Q'uo，有某些装置能够被戴在颈部，在表面上要嘛增强一个实体的能量，要嘛以某种方式让一个催化剂的效果变得迟钝？这些装置也许作为某种形式的灵性泰诺(Tylenol*)起作用。它们有任何用处吗，或者长期使用会减缓一个实体的进展速率？
(*编注：美国常见的止痛药)

我是 Q'uo，我们相信我们掌握了你的询问，我的兄弟。我们在这个询问中看到具有两种意义的区域。第一个区域是当寻求者经历其日常生活的活动，并为了自我的成长处理幻象的催化剂时，增强寻求者的能量的可能性，确实有这样的设备，它们极其通常地是以水晶的形式存在，可以增高个人能量的水平。寻求者拥有可得的这种设备会是有帮助的。

然而，当我们检查第二个可能性，即钝化催化剂的可能性，我们会建议催化剂被允许以它完整的影响与方向进入，以便于在寻求者的感受力上产生最大的冲击。因为如果催化剂已经被缓和，被减少，或钝化，这种催化剂将需要用你们时间的一个更长部分来与之一同工作。那么，寻求者有必要能够去感觉在其周围以及围绕着他的催化剂，以便于能够最有效率地利用它们。

我的兄弟，是否有另一个询问？

S：没有了，那是很好的，谢谢你们。

我是 Q' uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有最后一个询问吗？

Gary：如果没有来自这个圈子的询问。我有一个，来自一个远方寻求者。D 写

道：「爱/光研究机构在最新的传讯方面进行了一个非凡的工作。我在手机上设置了一个闹钟，好在周六和你们相同的时间进行冥想。有时候，想象我能够从远处参与，这是很好的。在上次的传讯集会中，Q'uo 说团体的能量就象是一座光之灯塔，让天使警醒于你们的寻求。Q'uo 对于在你们的冥想中、对「远距离寻求者」感觉如何，Q'uo 能否推荐任何类型的调音或其他的练习，它会允许诸如我这样的人从远处帮助强化你们的灯塔，我会很感激知晓这方面的内容。」

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的姐妹。确实，我们衷心地欢迎所有那些从任何地方，在任何距离，以及在任何时间加入这个寻求圈的人，因为，的确，添加一个人的能量给这个圈子中而有所服务，这是可能的。对自我的准备工作可以用任何他在先前已发现有价值的方式，无论是藉由祈祷、冥想、沉思、阅读灵性的信息，聆听启发性的音乐或任何其他方法，让该实体的心智、情绪、灵性做好准备，把自己的最高与最佳的部分提供出来，作为这个寻求圈的一部分。这是我们向你做出的推荐，我的姐妹。

请知晓，我们觉察有许许多多的实体，好比你自己，加入这个圈子，当那些思想相似的实体在这个冥想的场所一起寻求时，分享一起创造的光能量。我们感激每一个实体，容我们说，良好的振动，以及将个人的灵感添加给这个圈子的渴望。

在此刻，我们要感谢在场的每一位，提供了这些能量，使得这个寻求圈成为可能，感谢各位把你们的爱和渴望混合起来，为这里的所有其他人，以及在这个星球表面的所有其他人服务，这样就有许许多多的光之灯塔，在此刻将它们的能量结合在一起，在你们星球表面和星球内在的光的网络就会不断增长。

有很多寻求者，好比你们自己，提供大量的爱与支持给所有想望的实体，他们想

要在爱中、以一种无条件的方式，向所有周围的人，向所有其他实体，向在这个星球表面上的所有其他实体，容我们说，向树木、鸟儿、花朵、空气开放他们的心，并同时看到造物者无处不在。这就是真理寻求者的道途。当一个人沿着这条途径越走越远，就有能力去越来越充分、越来越频繁地看见造物者，并在所有的事物、所有的实体、所有的时间和地方体验造物者的爱。你们第三密度环境的结束，确实正在为这种类型的体验提供一些机会。我们至为感激与欢喜地看到诸如你们自己这样的实体善用这种机会。

我们是你们知晓的 Q'uo 群体。在此刻，我们行将离开这个器皿和团体。我们一如既往地在太一无限造物者的爱与光中离开各位。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT.

☆ 第 2214 章集：圣诞夜默想

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想

1981 年十二月 13 日

(Carla 传讯)

我是 Hatonn，朋友们，我在无限造物者的爱与光中向你们致意。受邀共享你们

的冥想是个巨大的特许，我们把祝福与爱传送给你们每一位，因为，我的朋友，我们还能做什么其他事呢，在一切万有中，除了祝福什么也没有，除了寰宇每一微粒中的爱、什么也没有。

你们的街道是拥挤的。我们在你们团体中感觉到这个季节的紧张与期待，你们称为圣诞节。我们渗入灰白的傍晚、拥挤的停车场、拥挤的行程、许多的关切。我的朋友，我们发觉你们并不孤单，但你们的人群，作为一个整体，似乎服用了过多的文明，容我们说。对于这一个季节的简单喜悦，在其中，树木是光秃秃的，树根在地下深处歇息；而如此多的东西加上去，以致于它看起来要比六月的明亮颜色更为俗丽。

我的朋友，当你们协助庆祝这个季节，充满你心智的想法是否和花儿一样美丽，和常青树一样有着甜美的气味？我的朋友，我们了解，在你们文明的拥挤迷宫中，很容易迷失你自己。我们请求你们记得，这也是一个树木光秃秃的季节，它们全都进入种子，在地面下安静地躺卧着，这时，表面的事物的确无关紧要。

在造物主的世界中，这是真实诞生的季节、真实滋养的季节，因为那伟大聚焦的静默带来新的成长。

你们也会记得，在你们的神圣著作中，你们称为圣经，你们知晓为耶稣的实体，他的人生细节充满了独处的时间。或许，我的朋友，你们无法在这些拥挤的日子中，找到一处旷野，但我们愿请求你们考虑这其中可能的优点：在你的内在找到那种静默；你停止追随每日生活的道路，接着发觉自己来到无人迹的沙漠，在此，没有东西是先前已知或设置好的。允许你自己于内在聆听，那儿有一个爱的源头，它只对请求者述说。那述说的内容无法被预测，除了有一些质量肯定能被

分享— 清彻与甜美。当你走入冥想，寻求那内在的爱，不要期待道路早已为你划好，因为旷野是无路的。不过，我的朋友，在每次冥想之后，你面前的路变得比较不拥挤，道路更宽敞，而爱的可能性变得更明显。

我们请求你们考量这些话语，并非绝无谬误，只是来自一个朋友、一个兄弟的话语，来自你自己的话语，因为难道我们不是一，我的朋友？我们每个实体不都是合一[包含了宇宙造物的全部]的一部分？在我们说的内容中，拿走对你有帮助的东西。丢下其他部分，并且知道在任何时刻，只要你请求，我们就和你同在，因为这是我们的一个伟大荣耀与特许，让那些想望和我们分享思维的实体可以使用；我们使用一些器皿，好比这位女士，或者，我们单纯地被体验为一种振动，可以协助(冥想的)清晰度。
(停顿)

我是 Hatonn，再次和这个器皿同在。我们感谢你们每个人和我们一起分享。我的朋友，我们现在离开你们。在这应该很快乐的季节中，当你们开始感觉拥挤、沮丧，这情况肯定会发生的，那么，向上看入无限制的天空，知晓没有什么真正的理由去感觉任何爱以外的东西。

Adonai，我的朋友。我是你们知晓的 Hatonn。

(V)2015 Digested & translated by cT.

☆ 第 2215 章集：心之知见

Copyright © 2015 L/L Research

周六冥想

2015 年十月 17 日

团体问题：在过去，Q'uo 群体已经描绘过一种在「世俗知见」(mind of the world)和「心之知见」(mind of the heart)之间的区别。Q'uo 将「世俗知见」描绘为分析性的判断心智，我们已经受到制约，几乎独一地使用该心智。而 Q'uo 群体将「心之知见」描绘为一种爱的意识。

从不同领域现在可取得的信息都表明，身体的心脏远远不只是一个唧筒，它同样也是一个专门化的大脑，带有内分泌的电磁神经性的感知机能，这证实了 Q'uo 的想法。

我们想要更深层地进入 Q'uo 已分享过的信息，来帮助我们开放自己的心，我们想要通过询问如何将我们的意识的主要焦点从世俗知见，同时在物质性和形而上的面向上，转向心之知见，并为这计算机一般的大脑分配一个看似更适合于它的设计的角色，一个助手的角色。

L/L <wbr>Research 心之知见

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我们通过这个器皿在爱与光中向你们各位致意。能够在这个下午向你们发言，这是我们极大的荣幸和快乐。我们如一如既往请求你们在你们聆听我们的言语的时候使用你们的分辨力，并确信你们仅仅接受那些你们对其感觉到舒适的内容，因为我们不希望将任何的绊脚石放置在你们的道路上。我们为这种恩惠

而感谢你们，我们朋友。

今天你们询问关于「世俗知见」，和心之知见与机能之间的区别，以及一个人如何才可能进入到「心之知见」并开始察觉到你肉体载具的这个特定的中央器官的延伸机能。我们极其高兴讲述这个询问，我们藉由这样建议来开始，这建议是，对于你们大多数人，世俗知见的特性是被相当清楚地知晓的，因为你们每一个人都已经对这种心智产生了文化适应性了，因为，我的朋友们，那些属于你们各种各样的国家、城市、地区的实体，就是藉由这种文化适应性的方式而在那个主题上，对于在你们的文化，或任何文化中的一个逐渐成长的实体的期待感到熟悉。这就是你们的文化人群的大众心智被传递给你们随后世代的方式，这样就会有一定类型的秩序是可以被整个文化所用，对于这种秩序的期待是尤其由那些与你最亲密的人所传递的，它们是你的父母的实体，你的老师，你的朋友、邻人以及如此等等。在这个日子和这个时代，这种秩序相当成功地透过对电子媒体的不断增强的使用而被实现，这种电子媒体确保了，容我们说，具有一致性的信息被广为传播，并将通过肉体大脑被处理过的事物吸收到心智复合体之中。

因此，每一个人实体都开始了物质性投生，具备该过程的许多基本元素，在过程中，成为能够被期待的人当中的一员，以便于理解为了在你们的文化的各种各样区块之中被接纳所需的成份。这样，一个人就能够利用各种各样的机会来取得教育、社会化、职业、赚钱手段以帮助不断成长的家庭。这个过程是打算要成为周期性的，并且被每一个新的后代繁衍的世代所增强。如你们清楚知晓的，这就是心智的动量了，它为那个想望在一条不同的途径上前进的实体造成某种，容我们说，阻力。因为每个实体虽然做好了充分准备去追寻文化上的偏向性，它也是个，容我们说，温床，在其中，生长出个体性的身份，这种个体性的身份通过许多各种各样的方式来寻求表达。当该个体化的实体呈现的表达面向通常不会更大

的文化所理解，也许甚至不会被较小的文化，即家庭和朋友，所理解时，该自我会就发现文化上的偏向性不时是困难的，如果还不算是一种负担。每一个实体都在它的心中渴望，容我们说，去追寻你们所称的「寻求者道路」，以及更多地知晓生命的意义，那些并未大量地世俗知见所涵盖的事物究竟是什么。这就是心之知见和机能最重要的位置了。

在此刻，我们将这个接触转移到被知晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，和这个器皿在一起了。这个你们全都参与其中的社会复合体，在它身上携带着一套复杂的期待，如我们已经建议过的，它极其频繁地不会与个人向着更大的体验开放的过程完全合适；每个实体在存有的某个层次上，感觉到需要和渴望该过程。当一个世界已经开始用规范性的方式向那个有抱负的自我呈现出来，接着那些有抱负的自我有所感觉、在内心深处呼唤另一个世界，在两个世界之间的，容我们说，那道裂缝被许多事物[以很多方式被清楚表达]所喂养，并被大量因素所维持。

在这些因素中，我们会引起你们对两个主要呼唤的注意：一种类型的呼唤来自于你们可以称之为价值评判的事物，价值评判已经在你们的社会复合体中沉淀下来了— 产出了一套束缚性的需求，被每一位个体自我紧握不放，即为了要成为有价值的，自我被期待去符合一套已经安排好的自我属性之模式。

当它发生时，这种自我属性的模式对于任何个体自我几乎从来都不是一个完全合适的事物，作为一个结果，每一位个体自我，几乎毫无例外地，会在它的存有的

某个角落中感觉到，它已经失败了，它是无价值的。当这种评判沉重地压在自我身上的时候，它会造成微妙的隔膜，这种隔膜可以说是，构成了胚胎期自我的皮肤，开始收缩、向内往回拉，并将自己紧缩成为一个小小的结。在这种情况中，胚胎期自我会发现自己被闭锁在心轮之中，它没有中心，也无法表达自己为心轮。虽然如此，会有评判的残留、痕迹、残余，评判的碎片，不适当的感觉从一种体验存留到另一个体验，并经过一段时间积累起来，很频繁地形成一个相当坚固的外壳。

胚胎期自我在躲藏在这个外壳之后，发现某种程度的安全性，但在同时，感觉被这个外壳卡住了。每一个在世界中被接受的评判、被拿来对抗自我的体验，都使得这个外壳变得更加坚固，变得更加易碎，变得让那个自我更加受到束缚；而该自我更喜欢感觉到自己不受评判束缚，不受那种类型的世界所束缚，该世界似乎持续不断地把要求苛刻的期待强加在自我身上。

然而，这个被囚禁的自我，并非没有它自己的资源。一次又一次地，它将做出一种努力，一次又一次地，它将专注地发现在围绕着它的外壳之中，那些小小的缝隙，这些缝隙甚至会在自我的内在之光开始向外流动时，让世界的光流进来。藉由每一个额外的、自我对自我的接纳行动，那个外壳开始变薄，这样随着时间的发展，当这个过程被有意识地赋能时，最终外壳可能变得足够地薄，以致于它不再能够把心限制在一个受束缚的空间中，心被允许去拓展，并藉由它的爱鼓舞这个世界。当心在爱中向外延伸到世界时，这世界就作为爱把爱映射回来，心接下来就开始唱出那首歌，可以说是，也就是它的母语。

如我们已经说过的一样，有第二个束缚心能量的源头，这个源头比较是来自于内在。它代表了那些体验— 已经被证明对于浮现的自我过于痛苦以致于无法支

持、无法发展、无法被感觉到，因此有一种延迟 [如果你愿意这样说]的倾向，延迟对那些想法的感觉、对那些感觉的感觉、对痛苦的感觉，这些感觉非常频繁地是在这里的每个人、每天都享用的催化剂过程的一部分。

然而，被延迟的感觉，并不是永远消失的感觉。被延迟的催化剂作为尚未被进行的工作留在心轮之中，当一颗心担负起大量尚未被处理的催化剂，大量不被感觉的感觉的重担时，它就是一颗感觉沉闷与沉重的心，一颗因为自己造成的束缚而受苦的心了。在某种意义上，我的朋友，我们愿对你们说，这种催化剂在所有你需要处理的东西当中是最困难的，因为你无法在没有开放心的情况下解决它，每一个开放心的行动，每一个释放心之肌肉的紧缩行动，也是一个释放那些被压抑的情绪，那些被压抑的记忆，那些被积压的压抑已经被感觉到，在这一点或那一点，过于困难以致于无法处理了。

因此，开放心并不总是在一种绝对的喜悦的情况中进行的。开放心的过程非常频繁地将会向自我展现出自我尚未能够承认它携带着的事物，也就是痛苦、烦恼或忧伤。对于烦恼的疗愈是某种只能由心自己完成的事情。你无法藉由思考正确的想法来疗愈灵魂的烦恼，就好像你无法藉由一种具体的认识行为来疗愈受伤的心一样。

心是接纳的器官。它打开了通往一个世界的大门，该世界在其核心之处是爱。但是我们将会说，在这种爱中，有很多你们体验为情绪的事物的层次，这些情绪并非一直看起来即刻就具有一种有爱的特性，或者具有那种鼓励更进一步开放心的特性。

相应地，第一次开放心的行动非常频繁地能够快速导向一种反应，它拥有的效果

是再次把心封闭起来，或者将心束缚在特定区域，心将允许自己在其中被打开。我的朋友，就是这个时刻，我们会鼓励你们去检查那种极其微小的行为，可以被称为信心，因为在这微小的行为中，有着傻气的期待：在烦恼中仍旧可能发现喜悦，在忧伤中仍旧可能发现快乐，在恐惧中、在痛恨中、在苦恼中，仍旧可以发现希望。

一个人越多地学会去期待喜悦就只是一个人去希望的能力的结果，他就越发能够放松那心之肌肉，就越发能够允许接纳在接纳上累加起来，直到心感觉到自己是一个接收的器官为止，接收在个体自我内在的宇宙能量的潮汐与流动。对于那个已经太久感受束缚的自我而言，这是一种令人精神振奋的流动，而那种束缚同时来自外在，即社会化评判的沉重重量；也来自内在，即尚未被处理和明显无法处理的经验重量。当这种，容我们说，宇宙之风被允许吹入心的时候，心本身就学会表达宇宙的旋律了，宇宙自身就可以越来越多地被发现是存在于内在，个体化的自我就会越来越少地需要去感觉自己必须藉由抵抗外在的事物来维护其自身。

心的自然流动回应宇宙的自然流动并与之共鸣。有很多方式让一个人能够发现这种流动。艺术家在创造的行动中发现它，自然学家在参与大自然的行动中发现它，所有那些参与社会行动的人会在给予和接受的自然流动中发现它，当一个人向他人提供其服务的时候，其他人对这些服务的接受就是让他们感激的事物了，其他人会返过来将一个人的流动返还给那个已经给予的人。给予、接收，再一次给予，构成了那种伟大的流动，在其中，每一个实体的心/身/灵复合体都可以参与并随着心开始开放而越来越多地参与其中。在心的开放中，一个人可以体验到疗愈，在心的关闭中，一个人可以体验到束缚，不仅仅是心智的束缚，同样还有身体的束缚。

在你们的社会中，我的朋友们，有如此许多的因素抵制对心的开放，于是在你们可以称为「心的麻烦」的事物中，有如此多的心的困难发现它们自己被表达出来，这就不会是令人吃惊的事情。有时候，你能够单纯地藉由学习去放松身体，向着心本身开放，在这方面做出进展。当你尝试去放松身体时，从心本身开始，这时常是困难的，因为毕竟，这是一个你们称之为自律(系统)的身体机能，也就是说，它通常不会直接地被一种意识的行动控制。但是，如果你在冥想中开始首先放松双脚，允许双脚舒适轻柔地在地面上休息，允许双脚做为接收器，接收你们的地球向上流入的能量，这样能量就会进入小腿，经过你的膝盖并进入大腿，进入你的躯干的下部，一直向上移动通过你的太阳神经丛，最终抵达你的心 现在它就能够被视为已经释放了一种类型的紧张，而它过去并不知道自己紧握着不放；于是一个人就已经有效地在身体的显化中，达成心之开放，类比于我们之前一直在讨论的，关于开放心的过程，更多形而上的或心理的要素。

开放心轮的决心一定要扎根于心智中，因为心智是心/身/灵复合体的源头，但是，若没有那个显化的原则，被称为身体，心智无法被显现给自身。当心智在其中心决意去释放那些它已紧握不放的束缚时，身体只会非常高兴而顺从，接着将一种释放紧张的喜悦反馈给心，这种紧张已经处于抑制状态，哦，如此久远了。

这种开放心的体验可以非常缓慢地出现，或者有时候突然而至。我们发现如果体验是过于突然的，有时候会导向一种类型的反作用或畏缩，在经过一段时间之后，在预定的航程中，它拥有再次关闭心的效果。因此，我的朋友，对开放心的练习进行研究，这样它就可能产生出某种永续发展的事物，这是很好的。一颗可靠开放的心对于寻求者是一种无以伦比的资源，因为它是个平台，所有进一步的、具有正面属性的工作可以在其上进行。就是那种自我对自我的接纳，自我对世界的接纳行为，以及被自我与世界接纳的感觉，允许更加明亮照耀的活动开始

变得显明清楚。

一个心轮开放的人，在你们的世界中，是一颗稀有的宝石，并且是一颗无价的宝石。我的兄弟姐妹，我们为你们开放心的计划而称赞你们，因为当你们这样做的时候，它是献给整个宇宙造物的一种装饰品。

我是 Q'uo，此刻我们将在爱与光中离开这个器皿，接着返回被知晓为 Jim 的实体来完成我们今天与你们的交流。
Adonai。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次与这个器皿在一起，我们再次于爱与光中，通过这个器皿向各位致意。在此刻，请问是否有任何我们可以回应的询问，这是我们的荣耀。

Steve：我被允许问 Q'uo 一个问题吗？

我是 Q'uo。当然，我的兄弟。容我们问，你的询问是什么？

Steve：是否有一套更为具体的练习，目的是打开心轮，你们能够推荐一套吗？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们会推荐你去找到那些关于心的、具有一种特别富有表现特性的文章，由其他已经对于这类练习进行研究的作者所写作的文章，也许让你自己关注其中的一些段落，接下来在一种规律的基础上，也许是每天，沉思这些讯息的意义。当你感觉到你已经用一种心智的方式消化了这个

信息的精髓时，接下来，在你的冥想状态中，拿出你的心理活动的这个成果并允许它，容我们说，站在舞台的中央，允许它从心智移动到感觉，移动到直觉，更多地移动到心的活动场所之中。

找到不少于一两篇这样的文章。在与进一步的心理活动和冥想建立连接的过程中使用这些文章，一直到你感觉到你已经用无条件的爱、用这种爱的给予和接收的饰物[容我们说]将你的心轮装饰起来为止。也许你能够使之成为一种个人的体验，因为你接下来就能够找到一个朋友或家庭成员，也许会喜欢或欣赏进一步的讨论，以及详细阐述对于无条件爱的这些结晶化的感觉和表达，具有一种心智的特性。

利用家庭、朋友等等的回应来进一步丰富心轮的活动，这样就有了一种类型的，容我们说，灌注唧筒，没有双关语的意思。接下来，你就能够感觉到有种流动在心轮中开始了，于是就在这个中心，就有对于你的日常生活活动的自动回应了。当你看到或听到一个，如一个人可能会说的，拨动了心弦的情况时，允许心做出其回应。对于那个也许已经在过去的体验中被忽视或压抑的事物，允许它上前来并能够在你自己的存有之中，分享这种接纳、爱的快速发展的能量，在另一个存有或情况之前。你们的世界，我的朋友，如果需要的话，拥有如此多的、可以轻易通过你们的媒体所取得的情境。然而，我们同样也相当确信，每一个实体都在自己的领域中，拥有那些个人体验：藉由奉献你心中的爱，而使得接受的那些区域能够受益。

我们正在推荐的事情是，你开始越来越多地熟悉那种在一种在无条件意义上的爱的特性，在心里已经考虑过它们描述性的参数，它们可能感觉起来的样子。就是这种感觉，在这里是极其重要的，因为当你从世俗知见移动到心之知见时，你正

在与那些情绪打交道，而这些情绪除了在心轮中心被表达之外，无法在其他的中心被相同地表达。心确实具有和肌肉相同的特性。当你练习它的特性—无条件与全然悲悯的爱，这些特性就被增强了，你去体验并表达它们的能力也被增强了。

我的兄弟，在这个题目上，有进一步的询问吗？

Steve：没有了，感谢你们，方才讲得非常好。

我是 Q'uo。我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，我有一个简短的问题。我们有一个亲爱的朋友，他的名字是莫理斯，他已经被诊断患上了一种格外困难的症状。有任何我们能够做的事情可以协助他的疗愈过程？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。在心智与存有的冥想、祈祷状态中，参与任何的疗愈过程一直都是有帮助的，这种疗愈的过程会将爱和疗愈的想法与能量送给那个想望疗愈的实体。然而，我们可以指出，在关于这些能量应该如何被利用的方面，这一直都是取决于那个实体以及，容我们说，它自己的高我。因此，当这些能量被送出的时候，带着它们在提供疗愈益处的方面的最终成功的希望来送出它们，但也乐意于它们以任何其他方式被利用，只要对于疗愈感觉的对象有用处、有帮助，这是很好的。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：有一个增强发送和接收的效用的方法吗，无论是在它的质量或数量上，或

者两者兼具的方面。

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟。我们发现有各种各样的、这类的发送方法是可以被利用的，它们不仅仅通过祈祷性的姿态，或通过冥想的姿势，或者被投射的想法，它们也许也是藉由通过你们通常的途径、简单的沟通交流，无论它是藉由邮递系统，还是通过电邮系统，在其中，你们能够通过清晰而准确的方式表达你们感受的感觉，并同时开放一个，容我们说，管道，以进行清晰的沟通交流，以及交互的接收，好比来自被知晓为莫理斯的实体，这样就会取得一种更为清晰的感知，同时关于他的情况与他对于该情况的想法。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：我没有了，谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。在此刻有最有一个询问吗？

(长时间暂停)

我是 Q'uo。我们已经大大地享受了这个体验，在这个寻求的圈子中，对你们的一些关注发言。看到专注奉献的灵体藉由心与意的开放与分享而结合在一起，并在这个时间/空间的层面上创造出最美丽的爱之振动，这对于我们是怎样一种喜悦呀，这种爱的振动确实抵达你们天际了。这专注的寻求把将你们带到这里，并已经将你们结合在一起，成为一个寻求的团体，我们为此称赞你们每一位。

我们会在此刻离开这个团体和器皿。我的朋友，在太一无限造物者的爱与无可言

喻的光之中，我们离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai，我的朋友们，Adonai vasu。

Translated by T.S.

(V)2015 Reviewed by cT

☆ 第 2216 章集：爱与欧洲难民

Copyright © 2015 L/L Research

周六冥想

2015 年十一月 21 日

the Republique square in Paris，France，September 5，2015. c Philippe Wojazer / Reuters

团体问题：亲爱的 Q'uo，这个世界正在被重复出现的严重冲突、不和谐、苦难的故事所包围着。一个最近的例子正在欧洲发生，在那里成千上万的难民已经离开了他们充满困难的母国以寻找安全、稳定、一次人生的新机会。有大量欢迎的能量正等着这些难民，但也有大量的抗拒，在某些地方甚至有仇外的暴力攻击。

我们今天主要的焦点放在这些事件的意义和目的上头。这些催化剂，你可以说，被设计来做为全球催化剂的机制，它会影响到许多人，如果不是影响在幻象中的所有人？也就是说，这些催化剂会唤醒全球的同一性(global identity)，帮助我们面对棘手的问题，关于爱和我们是谁？

我们的问题的次要焦点放在服务上。对于那些实体，对于这些困难时刻起反应，接着决定他们想要去服务并想要闪耀爱，他们如何才能照顾这些难民以及所有那些遭受压迫的人？的确，我们在日常生活中和在冥想中到底能够做什么事情把平安带给这颗负荷沉重的行星(地球)？

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。在这个下午，于你们的寻求圈中向你们各位发言，这是我们极大的荣幸。我们已经察觉到在你们的头脑和心中的问题，希望我们将能够在我们今天讲述它们的时候，把一点小小的理解添加到那些关注点上。一如既往，我们会请求你们，作为一个给我们的恩惠，在你们聆听我们的言语的时候，使用你们自己个人的分辨力，这样你们就可以使用那些对你们有意义的内容，并将所有其他部分都留在后面，因为我们不希望成为你们的一颗绊脚石。

如果你们愿意帮我们这个忙，我们在讲述我们的意见时，会感到无比的自由 我们强调「意见」，因为这就是我们已经发觉为真实的事情，而我们并不宣称自己是不会犯错的信息源头。如同你们历史上的一位伟大作家，被知晓为威廉·莎士比亚的实体说过的：「整个世界就是一个舞台」[1]，所有人仅仅是演员，在舞台时间中，每一位演员都扮演很多种角色，我的朋友，我们发现这在贯穿你们整个有记载的历史中都是真实的，它在今天一样是真实的，因为在你们的星球上的事件，每一个事件，都跟此刻存在于你们第三密度体验中的每一个实体都有某种关联。

你们的星球，如你所知的，是相当良好地座落于你们的内在层面的时间/空间中的第四密度里面。有一种巨大的思想能量运动正藉由你们星球表面上的很多人而进

入这些区域。随着体验、时间、强度、多样性的转变与增加从这个实体移动到那个实体，从这个国家移动到那个国家；这过程允许绿色光芒能量中心获得期盼中的拓展，它将能够与在这颗星球表面上的所有人分享其无条件的爱和理解。

在你们的星球上，这是毕业的时间，收割的时间，在此时此地的所有人都有希望并且能够在他们的灵魂本质中被收割。然而，每个人都已投射灵魂本质的一个碎片到第三密度的幻象中，希望剩下的课程将提供毕业所需的能力，好在这个特定行星的第三密度剩余下来的「短时间」[如你们对它的称呼]中，学会它们。

从而，每一个实体都已经，容我们说，编程了一些机会以学习那些将允许心轮开放的课程，好让无条件爱可以从红色脉轮移动，通过橙色脉轮，通过黄色脉轮流向绿色的心之光芒，并从那里向外闪耀给在该实体周围的那些人。如你们可以想象的，在这种开放心之脉轮的编程中，有着各种各样的成功层次。实体们可能编程了任何你们可能想象得到的，以及很多你们无法想象的体验类型，希望这种开放心轮的过程可以被完成。

对于很多实体，容我们说，这学习更多地发生在一个群体的层次上。这些实体已经发现自己处于你们星球上的那些通常被描绘为「第三世界」类型的国家中，从通常的意义上，在第三密度中，这意味着较少的星球资源，可供他们利用，个人表达的需要被多少有些受挫，容我们说，政府和统治权的独裁性表达在接班后，在各种文化中造成一种混乱，这些文化会感觉对个人和个体的自由表达的需要上升与膨胀。随着这些自由在数量相异的公认的文化背景，在大众群体中，找到边界和限度，该文化中的那个感到极受压迫的部分就会开始其反叛的表达，因为确实，这个你们现在生活其中的国家(USA)，它自己就在很多年前，已经在今天下午的集会中被称为「震惊世界的枪声」[2] 的事件中，找到了它对于反叛的需要

了。

因此，所有实体在其人生体验中的某个时候，都会发现有需要以无论什么可能的方式去表达个人的解放与自由。当不可能以通常的惯例或体验，在该文化的幻象中这样做，接下来，就是你们所称的叛乱、游击战争等等事件发生的时候了。你们所称的移民 那些正因为内部的动乱和内战[以你们的称呼]，正在离开这些地区的群众 他们发现自己正移动到那些预期安全的地区，在文化的表达中，你们称之为欧洲大陆；我们发现很多这些国家正在提供生活必需品给他们；而这些国家中的实体遇到机会去欢迎这样正在寻求安全的灵魂，他们心中带着希望，身上没有什么东西，除了背上的衣物，朝着他们预定的方向行旅。然后，就有机会表达心轮能量藉由接纳这些实体，或不接纳，如同在这个国家划分的某些州当中，许多人已经宣称这样的接纳将不会发生。

现在，你们在这个星球上，确实有巨大数量的实体正在参与一个伟大的学习课程，即在每个国家的文化之宗教系统中，是否被教导的原则确实就是该文化本身将会藉此而活的原则，还是它们或许是应当被忽略的原则；是否绿色光芒的能量中心或许应当保持关闭，如同特定某些国家或某些州的边界一般，还是有可能在一个足够大的层次上开放心轮，以欢迎这些巨大数量的实体，他们几乎无所依靠，无论在日常生计、未来对自由的表达、或是活在更为通常的环境中，有个生活的家园等方面。

在此刻，这是对你们星球的全部居民的巨大考验，一个人可以将其比作在你们的教育系统中、学年结束时，很多人要参加的期末考试。我的朋友，这是心的伟大考试，它是否向着那些被称为陌生人的实体开放，向着某些人称为危险分子的实体开放，确实，无论这点是否能够被看到，如同在这次集会开始前播放的调音歌

曲：「上帝真的是我们当中的一员吗？」[3]。造物者在某个地方正观察所有这些发生的事吗，或者造物者就在这里、在你们当中，在你们的内在，正体验所有你们感觉的、看到、想象的事物？

我的朋友们，我们相信你们知道这个问题的答案。确实，造物者就在万物的内在。在这个星球上，所有实体都是太一无限造物者的各种表达，太一无限造物者已经采用这个机会来给予它的每个部分自由意志，于是课程就可以被表达并被学习，而这些经验学习的果实就可以献给造物者了，作为一种方法，好让祂可藉此认识祂自己，若自由意志没有以它现在正在被行使的方式被运用，这种方法不会是可能的。

别误会了，因为确实没有错误，在这个行星地表上，造物者可以学习每个实体做出的每一个决定。一些被学会的课程可能是，在某些情况中，对于那些看起来跟自己足够不一样的人，一些实体能够提供的绿色光芒有个额度限制，以致于要阻绝这种接纳、理解、容忍的寰宇能量。如果这些课程在这里无法被学会，这个星球上的大多数实体可能有需要在另一颗第三密度的星球上，重复这个伟大的学习周期。的确，在这个星球上，大量的人群已经从其他星球再次循环到这个星球，由于没有学会这些课程。

我们巨大的希望是，在这个星球表面上，有更多实体能够更深入地观察他们的内心，并看到有空间给其他人；对家庭的拥抱可以向外延伸超越家眷，超越社区，超越一州，甚至超越国家，最终，所有的实体可以被视为大我(Self)，被视为造物者。我们了解，这不是很有可能的，然而，我的朋友，它一直都是有可能的，我们希望你们每个人都可以相当实在地将这些课程带到心中，在你们自己的心中找到服务那些周围的人的途径，那将会表达你们的真实感觉，关于太一造物者的感

觉。

我们会在此刻，把这个通讯转移到被知晓为 Steve 的实体，好让我们就可以陈述下午的询问的第二部分。我们是你们知晓的 Q'uo，我们在此刻转移这个通讯。

(Steve 传讯)
我是 Q'uo，跟这个器皿在一起了。我们从感谢这个器皿开始讲，在我们的交流之前，感谢他谨慎地挑战我们，因为我们的理解是，有很多的声音会想望把它们的声音与我们的声音混合在一起，这些声音并不全都具有这一种服务太一造物者的素质，即我们已经选择进行服务的方式与极性，因此，我们欢迎分辨力以及决心只提出那些和开放之心有共鸣的能量。我们自己，我们是开放之心的生物，我们在心中欢迎那些同样寻求的实体。

在转到这个问题之际，即一个人如何可以整合，容我们说，在全球规模上出现的催化剂，以及另一种催化剂，可以说是，日常(生活)配额的一部分；我们发现，记住这一点是好的，即你们生活在这一个环境中，各种各样的寻求道路有着很大的差异，如你们清楚知道的，并非每一条途径都共享相同的根本宏愿或相同的极性。

有些实体藉由忽略心的开放来寻求太一造物者。这些个体遍布于你们整个社会复合体，以这样的方式，他们经常混淆与迷惑了寻求的轨道，该轨道属于那些想望去形成寻求团体的实体，相互彼此协调一致的团体。。[他们经常是]那些对你们的社会复合体的机构负有责任的人，以及在所谓的政治生涯中，你们的参与者。

这股升起的动力是一种互动过程的结果；在个体之间、各个团体之间、国家之

间、宗教之间的互动；以及属于各种语言、文化传统、伦理背景的人群之间的互动；对于所有在这个星球上体验的人，该动力可能给人一种特定的混乱感，而这种混乱从未如同今日一样如此戏剧性、如此地流传广泛。

在某个程度上，在任何第三密度的行星的变迁点上，可以期待的事情是，将会有一定数量的混乱与混淆，因为这是一个开放的时期，在其间许多经年累月采用了一种封闭形式的能量模式将开始瓦解，将开始失去它们的控制，将会开始采用一种新的、出乎意料的形式，对于那些生活在骚乱时代中的人们，这就其自身就是令人混淆的。

当一个人在这个事实上添加这一个额外的要点，即在一个正在经历混合性收割的行星上，(人们)行旅的方向将不会是完全相同的，当灵性寻求的根本承诺似乎彼此相争的时候，一个人就会触及一个远远更大的混淆层次了，另外，对于这个行星，你们在其中享受当前的生命体验，我们对它的观察是，这个星球在其能量的类型，同样还有其经验的对立性能量体验，其广阔的多样性是尤其明显的。这里有一种非常活跃的，如你可能会说的，忠诚的反对派，而这种反对派并不局限于你们的地球层面。

这对于你们可以是相当难以处理的，尤其是，当碰巧发生没有经验的灵魂第一次开放他们的心，接着发现他们被给予的服务的机会和他们根本的意愿真的有相当强烈的区别时，情况看起来是，当一个人服务全体，他就服务了造物者；并且，当一个人进行大多数其他人看起来相当有敌意的活动时，一个人最佳地服务他的同伴寻求者。这可以看起来是一种纯正的服务形式，如果灵性的寻求是格外强健的，而分辨力却不是特别地强健，一个人可以发现，热忱的灵魂以某些真的相当有破坏力的方式来表达他们的寻求气力。

现在，我们会请你们考虑一个类比。那就是将这种全球性混乱的情况类比在一个实体的人生模式中、在其变迁点上可能发生类似的情况，关于个体或个人的混乱。当一个实体在人格中经历改变的时候，几乎无可避免地会发生的事情是，有一定的、较为陈旧的行为模式越来越多地被显示出没有进一步的用处，人格能够蜕皮[4]以进入一种更健全和更健康的配置，这会是很好的。然而，这些较为陈旧的人格特性，这些已经在多年时间中被投入一定能量的、较为陈旧的行为模式或形式，这种能量拥有一种属于它自己的生命[如果你愿意这么说]。这就彷彿有一个小小的占有性实体，它已经学会生活在一个更大的宿主生物的特定部分之中，它不愿意放弃这个家，不愿意放弃这权威，它已经发现自己享受在个人存有的这个部分中行使权威。

这样一种占有性能量，如果我们可以如此称呼它，非常可能在它被要求去释放领地时去施加一种阻力，那个它花了如此长时间审慎守护的领地，它相当有能力以反社会的方式表现行为，就生物体的全体福祉而言，以明显反效果的方式表现行为。它相当有能力送出危险的信号，并有能力尝试去说服更大的自我，当这个更大的自我已经下决心去改变这个区域，它会说这个改变实际是一个相当冒险的提议，实际是相当危险的，不仅仅对于自我，也许同样对于周围的其他人，以及对于作为一个整体的社会生活是危险的。

实际上，对于这个自我的小小逆流能量，它已经决心去守卫这个小小的管辖范围[5]，在这守卫过程中不管可能引发什么样的机会目标，都可以被视为真正对于其生存是至关重要的，都能够被投射为对于该生物体的未来福祉是必不可少的。它能够创造出一种情况，在其中，以下两件事的其中之一个，看起来是可能的。

首先，一个人可能拒绝正在为认可而哭喊的自我的这个部分，并且在，可说是，前进的祭坛上牺牲它。

第二条途径是接受这个自我的部分，它为了接纳而哭喊，并允许它发出它感觉到需要发出的声音，直到它能够理解自己不会受到正在提议的改变所威胁，并且实际上，它已经进展到某个点，在此，这些改变现在是无可避免的。

我的朋友，在我们看来，第二条道路对于那些愿开放心的人是更有用的，但我们要承认第二条道路，在很多方面，更具挑战性，因为这要求你穿上那些自我的部分，那些你自己的人格部分已经学会去居住在阴影之中，已经学会拥抱阴影，已经学会去爱阴影，并已经学会去从阴影处发言，去称呼这些自我的部分为你自己的一部分 承认自我的这些部分是你自己的一部分，接纳自我的这些部分，现在对你似乎无法接纳，确实，它们是可接纳的。

现在，并不是说你们现在倾向于赞美居住在你人格内部的淘气顽童，并不是说你们想望去拥抱这些仍旧存在于你们内在的迷途黑暗中的任何一个，把它作为自己未来的发展原则，而是说这些在极度痛苦中说话的声音同样需要爱。这些声音要求不被激烈地评判，而是被给予一个空间，被给予一种聆听，被允许说出它们的苦恼，于是当这些极度痛苦的哭喊回音最终消失的时候，这些声音就可以开始转向，前往一个更深的源头，并发现有不同的表达模式正在开始为可以为它们所用，如此，在每一个自我之所是的那种声音合唱之中，新的和谐音就可以缓慢地被看到，我们强调这点 缓慢地升起。

在这过程中，一种更令人生厌的人格可能被看到产生出来了，这一个人格在两个战线上都防守较少：第一，跟作为一个整体的社会或跟社会中的其他人有关的外

部战线；第二，该战线表达了那些在自我内在中，已经长时间遭受限制、压抑、拒绝的能量。一个防守较少的人格却更有能力以开放心胸的方式表达他是谁，并且允许相异性在那种它是谁的感觉中找到其表达；这种感觉是：

我是谁？

我比我从来能够想象到的我更大。

我是你。

我发现，你也是我。

现在，我们承认这不是一个容易的练习。当一个人在他的环境中遭遇其他人，他们似乎并没有分享相同的承诺，关于疗愈；他们似乎没有分享相同的承诺，开放一颗欢迎的心，这练习就变得更为困难许多。

所以，当一个人遇到飢饿的陌生人、受寒的陌生人、迷路的陌生人、无助的陌生人，他去打开门并提供食物、温暖、接纳，这是一回事。要跟那些拥有不同意图的人竞争又是另一回事，该意图不是在感激中接纳你所要给予的欢迎，而是去打败该房屋的主人，颠覆现存的秩序，获得高于他人的支配权，并引进属于恐惧的暗黑陌生人到政体(或国家)之中。

我们不会贬低跟后者[可能性]有牵连的困难，因为遍及整个宇宙造物，这一个困难在很多层次上引发反响，它不只是局限于你们星球的体验。但是，在你们的变迁时期，它揭露出了正在出现的、非常巨大的混淆，当那些一般倾向于开放心胸的实体，接着遭遇到那些完全没有开放心轮意愿的实体，事实上，他们的每一个意愿都用在尽一切可能去阻止周围的人开放心轮。

当遭遇到这种对抗性能量的时候，在恐惧中退缩，去穿上盔甲，甚至对那些已经

示范战争能量的实体做出一种攻击性的姿态，这是一种常见的倾向。我的朋友，我们和你们一起感到忧伤，在某个程度上，这种防御性的撤退似乎是必须的，但是我们愿郑重提醒，你们拥有可用的巨大分辨力，所以，你们可以看见，当一种相当负面极化的能量出现时，它没有(跟你)成功打交道的机会。

但是你们同样也可以看到，在你周围会有很多例子，跟你自己一样，正在尝试去开放心，却在沉重催化剂的重量底下已经动摇了，并已经开始在对抗这种催化剂的过程中退缩了，而退缩的方式似乎分享了他所反抗的催化剂的特性，也就是说，似乎呈现出他所抵制的那种十足负面性。

的确，要分辨什么回应是属于开放心轮受阻挠的回应，什么倡议属于负面能量的推动，带着要取得控制或操纵的意图，容我们说，这需要分辨力。我们要提醒你们，后者与前者相比是相对罕见的。所以，我们邀请你们考虑，对于那些人，你发现自己身处于其中，如果他们仅仅碰巧已经采用了一种与你自己不同的观点，或者他们已经用一种更为，容我们说，戏剧化的方式做出回应，或者他们带有更多敌意对应某种似乎属于极度负面出处的创伤性催化剂，批判这些人是不好的。

这些以这种方式回应的人，无疑地，正在他们自己内在之中发现这种已经潜伏很久的老旧共振，属于阴影的自我。无疑地，他们正在发现这些已经把自己隐藏起来的负面能量的小口袋，无疑地，他们正在允许这些负面能量的口袋藉由正在提供的催化剂而被充能。

然而，那并不意味着这些灵魂要被鄙视，要被扔到人性的垃圾堆上，要被拒绝或被激烈地批判，他们在许多其他方面是你的同伴寻求者；因为在你们当中，难道有谁没有一点点负面能量的口袋呢，谁能够说清楚，什么催化剂将能够出乎意料

地充能这些负面能量的小口袋呢？我们请你们接着考虑，可能疗愈这些口袋的事物是什么？

在这个方面的极其重要的原则是简单的：负面性招致负面性，批判招致批判；所以，当一个朋友，一个伙伴，一个同伴寻求者被投入一种倒退性、愤怒、恐惧、仇恨的情况时，你能够做的最差劲的事就是对于那种反应做出反应，就是去憎恨那仇恨，因为那只会允许在负面声域中的情绪继续穿越时代产生回响，如同它们确实在你们的社会能量复合体中，已经造成了回响。

疗愈是个一次发生一点点的事件。它发生在温柔和寂静之中，当一个人领悟到，差别在其自身是没有威胁性的，正如同宇宙造物是多种多样与形形色色的，颜色的光谱会无限地呈现出每一个混合物的色彩和每一种描述，人类存有的进程同样也是无限地变化多端的。在这种多样性之中，整合仍旧是可能的，该整合恰好到达某个程度，于是差别是被庆祝的，差异受到欢迎，差异被接受，甚至当它明确地作为无法接受的事物出现在一个人的面前时。

很少有星球的体验跟这个星球一样深具挑战，就它们的十足特质和催化剂结构而言，没有你们现在分享与部分构建的地球经验那么丰富。这是一个对身心有益的冥想：沉思星球体验的每一个部分[没有例外]都是整体的一部分，将在时间的完整性之中被疗愈。每一种声音[没有例外]都将被邀请在这合唱团中歌唱。

诚然，需要一只被调音过的耳朵开始听到那将要升起并充满天堂的合唱团赞颂的回音。或许，更可以被期待的，就是让你自己承担起这个任务：活出每一天的每个时刻，同时在背景中喜悦地演奏这种音效，但这里会个想法 它可能只是一个随风飘荡的希望，也许只是在一个仲夏夜产生一阵香气，但这样一个想法，它会

在困难的时刻提供仅仅一点点的滋养，仅仅足够照看你通过那个时刻。随着那个被喜悦地拥抱的时刻在另一个被喜悦拥抱的时刻上头累积起来，一个人就开始能够发现对生活的关注比较不那么累赘了，一个人就开始能够发现，虽然沉重的催化剂依然是困难的，却是可以负荷的。

在你们的星球上，我们看见有很多勇敢的灵魂正在令人震惊地苦难重担下挣扎，而不时地，一缕微笑能够在所有勇敢的灵魂的面容上被看见，我的朋友，那里就是希望存在之处。希望并不存在于谴责全球的犯罪元素，而是存在于领悟到最终一切万物都是一体。你们，可能在我看来是犯罪的；而我，可能在你看来是犯罪的；你们和我们 在超越我对你与你对我的范围之外 都是一体。

我们是 Q'uo 群体，我们一直极其高兴地加入你们和你们的寻求，因为它同样给予我们机会去深化我们的寻求，甚至我们发现自己获得机会去将忧伤质变为喜悦。在这个节点，我们同你们一起分享这一个计划，我们感谢你们，为了你们在你们的世界中给我们一点出席的空间，为了可以感觉到、在这个寻求圈中，你们正在付出的美丽努力，因为，我们朋友，这些努力是一座希望灯塔，闪耀直达诸天。

我们感谢你们，我的朋友。我们是 Q'uo，在此刻，我们要离开这个器皿，并返回被知晓为 Jim 的实体，来发现在这里寻求的人们的脑海中，是否仍有进一步的问题。我是 Q'uo。
Adonai，我的朋友，Adonai。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再一次，我们和这个器皿在一起了。我们要问，是否有任何我们可以

谈论的进一步询问，因为这个器皿有些储存的能量。在此刻有另一个询问吗？

Gary：只有一个，Q'uo。流浪者如何才能回应所有的混乱、暴力、阴谋以及服务自我的能量 简单地说，所有的坏消息 以一种方式实现他们的主要功能，即照亮地球的振动，并且作为一盏明灯或一个牧羊人，好服务他人？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。它是一个非常值得考虑的询问，因为在这个寻求圈中的实体都位于那个你所称的流浪者的类别之中，接着，每个人不禁要问自己，如何去完成这个特定的，容我们说，使命。每一个流浪者都已经投生到这个星球，以便于加上自己的光振动，作为主要协助地球的方式；于是这个星球本身的振动就被照亮，并且降低他们不协调表达的严重性，容我们说。

每个流浪者也拥有特定的任务，找到一条道路，藉此，他/她自己不只可以透过对地球的一般服务来进化，也可以通过特定的方式进化— 在日常活动的基础上服务周围的人。我们会再一次地推荐使用冥想状态以便于探索每个人感觉到的主要可能性，就学习服务他人方面而言；接着探索那可能性，直到一个人坚定地察觉到了这个特定服务，及其衍生物，它在你的存有中的表达。然后，充分地追寻这种服务的表达。

当一个人发现新闻[容我们说]极度令人不安且极不和谐时，这个人可以传送充满光的振动，属于疗愈与爱，送给需要这些振动的区域或群体；或者的确可以把它送给整个星球，因为你们在新闻中看到的事情仅仅是在全球范围内、正在被表达的困难的一小部分。一个人可以，容我们说，张大眼睛(保持警醒)看到朝他而来的机会，因为没有真正的巧合，那些拓展的服务机会，如果它们对于你的存有是合适的，它们就会找到来到你面前的路，这样你就可以给出能量，不管是用于你

的肉体载具的活动，或藉由财务手段提供能量，或者以任何其他的方式；创作诗歌、创作音乐，创造出一个环境，支持那些需要支持的人，在许多方面，不管是任何原因，他们在日常维生的营养与活力上是短缺的。

在这方面，没有固定的模式或规则。一个人必须了解到，每个人合适去做的事情将会找到它来到你面前的道路，因为，再次地，没有错误，一切都已经作为机会在投生前被规划好了，于是所有事情都可以被完成，如果一个人，容我们说，留心注意的话。
我的弟兄，是否有进一步的询问？

Gary：没有，感谢你们，Q'uo。
我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

(长时间暂停)
我是 Q'uo，由于看起来我们已经耗尽了这个晚上的所有询问了，我们将再一次表达巨大的感激，感激每个出席这个寻求圈的成员，感激你们同我们分享你们的爱与光，并且允许我们有机会参加你们的寻求圈。这个圈子，再一次，正在产出一个巨大的光柱，直达繁星的天空— 超越一切的视线或视野。

我们感谢你们，为了你们对服务的奉献，感谢你们进一步服务的渴望，感谢存在于这个圈子中的开放之心。我们是你们知晓的 Q'uo。我们将在此刻离开这个器皿，离开这个寻求圈。一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。Adonai，我的朋友。Adonai。

原注

[1] 来自莎士比亚的《皆大欢喜》，第二幕第二场的开头：

整个世界都是一齣戏，

所有男人和女人都只是演员；

他们有其出口和他们的入口，

一个人在他演出的时间中，扮演很多个角色…

[2] the shot heard round the world- 摘自相同名称的维基页面：「这句话最初来自于爱默生《康科德颂》（1837）的开头小节，它提到美国独立战争的第一枪。根据爱默生的诗歌，这个关键的枪击发生在马萨诸塞州的康科德的北桥，在那里，第一个英国士兵在列星敦和康科德战役中被杀死了。」

[3] 这次集会的调音歌曲是 Joan Osbourne 的《One of Us》，在 1995 年的专辑《Relish》中被发布的单曲，副歌如下：

(编注：Alanis Morissette 也有翻唱这首歌)

如果上帝是我们中的一员怎么办？

仅仅是个邋遢的人，就象是我们当中的一员？

仅仅是在公交车上的一个陌生人？

正在尝试走回祂的家?

What if God was one of us?

Just a slob like one of us?

Just a stranger on the bus

Trying to make His way home?

[4] slough off（动词）：脱去或褪去某个外层，尤其是藉由摩擦或刮削。

[5] bailiwick(名词)：一个人经营的范围，或有兴趣的特定领域。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2217 章集：人格与灵魂菁华

———————————————1

Copyright © 2008 L/L Research

周六冥想

2006 年十一月 19 日

团队问题：（Jim 朗读）这一周的问题与一种冲突有关，该冲突位于我们[在日常活动中]投射为人格的东西与灵魂菁华[和我们一起穿越各种各样的转世]之间，而该菁华真的把演化的基本计划放在心上。我们的人格似乎频繁地与这个[知晓我们需要做什么的]较深自我意见不一。当我们在日常活动中处于催化剂的情景中并想要将某个人痛扁一顿时，就有这个微小的声音说：「那八成不是个好主意。」

我们想知道，Q'uo 是否能够给我们一些信息，关于我们如何才能与自己的人格打交道。因为我们会用来和它打交道的就是人格。我们需要去精炼我们的人格吗？我们需要除掉人格吗？我们需要去平衡人格吗？我们如何才能最巧妙地处理这个似乎是冲突的事物，该冲突位于那个想要在这个幻象中做某些事情的人格，与那个真正知晓我们应该要做什么、应该不要做什么的更深的灵魂自我之间？

L/L <wbr>Research 人格与灵魂菁华

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在以祂之名的服务中，我们在今天来到你们中间。

你们寻求的圈子呼唤我们，这是一件快乐的事情，非常高兴和你们分享我们关于个人与灵魂或灵性菁华之间的动力学方面的谦卑想法。

然而，一如既往，我们会在评论前请你们不要把我们太当回事。我们提供一些观点是希望它们将会对你们有用处。我们无法知道在此刻，我们的想法中的什么内容将对你证明是有作用的，什么内容将证明是没有任何作用的。我们请你们使用分辨力，并小心且有意识地选择那些你想望去跟随的想法，将那些想法作为资源而使用。我们请你们忘记所有那些你们没有特别地感到共鸣的想法。以这种方式，我们就拥有了随意发言的机会，而不用担心我们将以某种方式侵犯你们的自由意志和你们的灵性进程的节奏了。我们感谢你们这方面的考虑。

或许你们看过一种能产生外壳的软体动物，它被称之为鹦鹉螺。这种动物能产生这样的外壳，牠首先会产生一个具有一种勺状或凹形性质的外壳。随着它的生活，以及在时间和经验上的增长，它逐渐为自己创造了第二个更大的凹形。当这个海洋生物成熟并在年龄上增长时，它创造了一个接一个再接一个的房室，一直呈螺旋状旋转到一个更大的区域，一直创造一个更巨大的范围，一直将自我带入到一个更广阔的视角或视野。

人格，正如你对它的称谓，可以被视为这种存有。它必须有一个房室。它必须创造、形成、建立，并维持某种类型的外观。这就是你们称为人格的本性了。

现在让我们谈论一下人格。你的菁华以它自己的方式拥有一个人格。有一种振动上的风味，它独一无二地是你自己的。然而，这种甜度与香气的风味跟你的存在之基础振动没有关联。对比于你在行星地球上的人格 即你尘世的人格
你的灵魂菁华并没有那种人格。

我们暂时聚焦在人格上，如叫做 Jim 的实体在他的询问中所说的，一个人必须和

这个概念、这种对于人格和灵魂之间的动力学的感知打交道，而人格自身是作为一个有意识的存有，在第三密度的肉体载具中，生活在行星地球上头。人格给出声音，甚至对最深入和最深刻的灵性真理(也会发言)。

的确，这就是为什么艺术家、先知、祭司以及其他远见者如此经常地在极度的痛苦中大声呼喊。因为他们能够感觉与品尝真理，但是要将其转化为言语是一项远不是许多人能够完成的工作。因此，一个人必须与人格一同工作以协助自我的灵性寻求。

一个人无法单纯地在静默中工作并允许它成为灵性的练习。需要有一种思想的结构，它能够容纳并排序生命中的关注事物。你出生就带有那个鹦鹉螺的密室或腔室，一个小的房室。它的结构是简单的。当你是一个非常幼小的孩子时，你获得「我」和「我的」的概念，以及养育者、一个被爱的人、一个爱你的人。这些是非常简单的结构，但它们非常有意义。

直到你第一次被告知要去分享的时候，你才开始意识到在世界上有其他实体。作为在行星地球上成长的人，那也许就是你的生涯的开端了。因为某个与你不同类别的其他人的观念在意识中产生了一种转化和改变，它将推动你到一栋更大的房屋，到达一个更大的观点。

那么，贯穿你的整个人生，周期性地，当你做好搬家准备时，从灵性、情感、心智的意义上而言，你将发现自己处在一个更宽敞的宅邸之中，也会有一个更全景的视野。这样的房屋不是由空无所建成的。在行星地球上的人格的情况中，从一个较小的房屋搬到一个较大的房屋，从一个较小的视角移动到一个较大的视角是昂贵的。在无论什么的苦难中，你付出了代价，这是当你工作你视为的灵性进程

时所经历的苦难。你也在每一个收到感恩和喜悦的时刻，有意识地工作灵性进程。

这个器皿曾多次对她自己和他人说，如果她能够聚焦于感谢与赞美，无论正在发生的事情都如此，她就会发现在做那些似乎涉及[不管是心智的、情感的、灵性的或肉体的]痛苦的工作时，困难就会少很多。

成长的压力无法磨灭地铭刻在你的真实本质之中。因为你的本性，你是一个处在演化进程的生命形态。你可以故步自封并尝试去抵抗成长，你将降低你的成长速率，但你无法停止成长。

如果实体们不察觉他们的生命的灵性维度，他们所能够做的、通常选择做的就是尝试尽可能深沉地保持睡着，用欢乐、分心、睡眠来缓和人生的冲击。我们不是对那些想要睡觉的人说话。因此，我们同情你们！因为你们是醒着的，你们无法返回睡眠中。你们真的想望成长，有时候，你们真的感到疲倦，由于其中似乎牵涉大量的苦难。

如同 C 实体、Carl 实体、Jim 实体都说过的，催化剂不会简单地因为你知晓它是催化剂而停止。你做的工作是感激有益的催化剂，感谢可以做有益的工作。你只能操作你的真实感觉到这个程度。

例如。这个器皿稍早时曾经谈到，她如何必须清除所有她在当下此刻的细节，然后能够进入那种自我的无定形觉知，也就是真正的自我，该意识被分享给无限造物者，以及在她的世界中、所有的爱与光之原力。

成为那种清空的、开放的容器是可能的，但是这需要努力；需要一种深思熟虑又坚定不移的意愿去释放痛苦，不仅如此，还要释放在必须感觉痛苦的周围发展起来的那种怨恨。我们了解，我们正在对一群广大范围的实体谈话。因为你们有些人的痛苦是情绪上的，有些是身体的痛苦，而有些人的痛苦是灵性的。在所有情况中，每一种痛苦都会混合在其中，但是，在三种痛苦中，总有一种痛苦是重点。

无论你正在经验的是什么种类的痛苦，它在你灵魂的成长进程中都有相同的功能。如 C 实体所说的，它的目的就是去瞄准特定的议题，它们是你进入这次人生之际，相当下定决心去平衡的议题。你必须放弃对于对这个有益的计划的全部记忆，好让你的人生的确切议程就只能一点一点地被你想起来，除非你非常幸运，它们一下子全都被你发现了。

如果你收到像那样的一种完整愿景，几乎没有任何事物能够阻止你。但是，对于大多数实体，该愿景是缓慢地、分阶段被获得的。过程中有很多自我怀疑，怀疑你是否正走在正确的轨道上。你能不能更好地做某些事情？你能够做某些其他事吗？你能够对自己诚实吗？诸如此类等等。这些是有益的问题，必要的问题，但某些问题让你从该进程分心，那是一个让信心成为你的龙骨、让希望成为你的舵的进程。

假设我们继续使用那个鹦鹉螺的图像，你就只能带着你的腔室走到这么远了。最惊人宽敞的宅邸，带有可能是最宽广的视角，它将在合理的和已知的事物的上限内给你带来一切事物。你将从这种人格外壳上查看物质性的事物。你将看到群星，但是它们将不会活起来。你将听到风，但你将不会听到它在对你说话。作为一个人格，你受限在一个想法和形式的世界中。

你无法看到你们所有人共有的想法与形式。你无法超越你身体的独特性和它明显与所有其他身体实质的分离去看见。你无法看到你们的灵光之舞，当它们在彼此之间舞蹈时并形成交织的色彩的谐波与组合，在它们的美丽之中，这些色彩是相当显著的。

你们无法看到地球的所有实体 花朵、树木、动物、水，所有的元素带着它们的特性振动和特性灵光，所有实体都以一种无尽的和声与优美的交响乐的方式，彼此融合并，相互流入和流出。那就是当你使用「我」这个词语时，你之所是的那个实体的限制了。

你在这个非常受限的肉体载具中，带着它非常有限的本能与智力进入到此生之中，因为作为一个灵魂，你有工作要去做。当你处于苦难当中，去记起并为你自己确认那个简单的事实，即你选择了你现在正在这个世界所从事的工作，这很可能有帮助。你非常渴望这份工作。你极其想得到这个机会。你不仅想帮助其他人，你同时还想工作你的振动。

你们当中一些人感觉到自己在爱的方面失去平衡，并且倾向于成为殉道者而非应用智慧，那智慧将平衡牺牲并将其创造其持续的生命、持续的教导以及一种可能性的拓展。

你们中一些人进入此生带着这样的意见，即你已经拥有远远太多的智慧，而它阻碍你进入心的完全开放，那是你真正想望自己达到的。无论你从哪一种动力接近平衡，你都将被特定的课程所吸引。那些希望增长智慧的人将被给予使用智慧的机会。那些希望去变得心轮开放的人将发现那些催化剂事件的主题一次又一次地

发生，为了开放你的心，这些主题将以理性和感知上的智慧为代价挑战你。

请了解，当你做这种工作时，你的责任是去形成一种意愿，把它提供给你内在的灵性。关于你的指导灵，有很多东西都被隐藏在神秘之中。那么，不要尝试推理这些苦难和学习的时刻。当然，你可以随意应用分析的智慧。但是，总要了解，和人格一起有技巧地工作牵涉到返回静默之中，允许人格脱落，如这个器皿在早些时候谈到行动时所说的，去成为空无的，在那静默中接收事物，它们一种神秘，也将保持神秘，但是，虽然如此，它们将为你创造出一些可能性：新的结构、一个更大的家，一个更宽阔和更慈悲的人格。

我们会建议你们丢掉人格吗，对于这个问题，我们会说「不」。你不想要丢掉人格，尽管当人格的各种各样的部分自然脱落时，那是一种美妙地释放体验。你的人格是一个完全有益的结构。然而，你正在工作的是精炼你的人格。

现在，「精炼」这个词语意味着净化，它让人想起了熔炉的形象，熔炉将这种金属、那种金属以及诸如此类的液体成分进行分解，渣滓被排除，有益的部分被制成某种优良钢铁或某种金属制品。你的精炼厂不是那种类别的精炼厂。如果你注意你的肉体载具，它是一个化学精炼厂。它吸收未经处理的食物；使用有益的成份，排泄废弃物。

以相同的方式考虑你的智力和情感的食欲，这可能帮到你。当谈到食物经验时，你将会吃下很多原生的食物。有时你将会遇到诸如一顿法式美食晚餐，有时是一次倒霉的行程，好比一个油腻的汉堡餐厅，有时是介于两者之间的某处。

你领受的某些经验将是味道甜美的，吃起来很可口— 情人的触摸，你的婴儿的

哭声，那些美妙的时刻，当你在阳光和阴影中看到瞬间的美。珍惜那些纯粹的觉知时刻，并且把它们储藏起来吧。

作为一个灵魂，你之所是的那种精炼厂是接受在当下此刻冲击自我的所有事物、凝视着它并考虑如何回应它。如果你太快回应，那么你很快就用尽了那个机会了。如果回应是不完整的，或没有经过深思熟虑，或者它所在的层次没有让你更愿意进一步考虑它，那么你已经最小化这个特定催化剂的效用了。

因此，在处理困难催化剂的方面，你开始觉察到你对它的抵抗，这是有帮助的。你会因为本能而抵抗任何让你感觉不舒适的事物，这是可以理解的。无论它是因为一种身体状况而发生的身体不适，或者因为一种困难的人际关系而发生的情感不适，不舒适就在那里，而你的肉体载具的本能及其智力就是去抵抗它。

你但愿要嘛改变它，要嘛消除它。你想要做的最后一件事情就是接纳它、感激它、祝福它、使用它。不过，对于那些镇定自若地去经历这个过程的人，可以将自己和催化剂的实时性分开，接着变成那个觉察到催化剂并想望去选择如何回应的自我，这样的催化剂可以开始被视为礼物— 催化剂之真正本质。

这是一生的工作：学习不去抵抗表面上困难的催化剂。然而，如你们每个人时常会发现的，当你释放了所有的抵抗，接着去拥抱这情景时，你的环境明亮起来，彷佛黎明刚刚破晓了新的一天。你能够说：「好吧，我看见这点，我欢迎它。帮助我学会如何领受这份礼物。帮助我洞悉它在我的生命中的目的。请帮助我凝视着这种不适的镜子，并看见无限造物者的面庞。」

我们相信，对于这个特定的主题，这是一个不错的停止点，现在，请问这个团体

是否有其他询问呢？我们是 Q'uo。

（没有进一步的询问。）

我们是 Q'uo。在此刻，因为我们似乎已经耗尽这个团体的问题，我们将再一次感谢你们呼唤我们来到你们的圈子，感谢你们，给予我们这份荣幸，一起分享你们的振动。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adona，Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2218 章集：神秘的能量道路

Copyright © 2007 L/L Research

周日冥想

2006 年十月 8 日

团队问题：这一周的问题是如何平衡我们的能量中心，以及在看起来是困难的时候继续走在寻求的道路上。当我们感到绝望、疑虑，一片黑暗时，感觉起来，好像真的没有什么好理由去继续前进。有什么方法让灵性上的寻求者能够铺平这些高点和低点？是否有某种事物是一种指示牌，当我们在对的方向上进行寻求时给予肯定？或者我们只好临机应变，逆来顺受，当事情来临时，尽我们所能地寻求平衡？当我们尝试去平衡我们的能量中心的时候，关于我们应该关注的灵性原则

之道，Q'uo 能够告诉我们什么呢？

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在以祂之名的服务中，我们在今天来到你们中心。感谢你们呼唤我们加入到你们寻求的圈子。被如此地呼唤是我们的荣幸。一如既往，我们会请你们在聆听我们的观点和想法的时候保留你们分辨力的力量。如果它们不适合于你，请抛弃它们并继续前进。这将会允许我们随意发言而不用担心侵犯你们的自由意志。我们感谢你们在这方面的考虑。

我们给这个器皿一个影像：一条敞开与空旷的道路。这条道路在其上拥有一种活力。它几乎以能量在歌唱。当你出现在这条道路上时，你会感觉到它的能量，你知道你以某种方式与魔法联系在一起了。
L/L <wbr>Research 神秘的能量道路

这是一条理论上存在的神秘道路，它不是在你旁边的某个地方的一条道路。这是一条能量的道路。那条带着潜力而歌唱的漫长又空旷的道路，就是与你的肉体相互一致的脉轮系统了，是那肉体的形体制造者。脉轮系统在其构成上拥有足够的力量，使用这种能量，疗愈就能够被完成了，这种能量同时向身体的制造者或脉轮体提供机会，去选择一种不同的振动性排列作为典型的脉轮设定。

在这种把能量体看作一条道路的想象中，一个人无法看到脉轮中心的颜色。所以，也许我们能够沿着这条道路的各个位置放置各个能量的节点在入口位置，我们说，这些一系列已连接的力量站点。进入红色力量站点的能量，如果被阻塞了，能量将无法继续前进。如果红色能量站点被疏通了，能量将以完整而自由的

方式沿着这道路移动到橙色脉轮的力量盒子。如果在那个能量的节点中，一切正常，能量将自由而完整地向前移动、进入黄色脉轮。如果那能量的确是自由的，能量将进入开放之心。

当能量到达心的时候，它会经历一种强有力的转变。灵性工作的中心在于开放心轮。就是在该道路上的这个点上，我们相信这个问题可以最合适地被观看。

首先，让我们完成对脉轮系统的描述，这个器皿对此是很熟悉的。在这条能量节点的线路上，下一个中心是蓝色光芒能量中心，在其中，一个人练习并开始能够舒适地居住于信任、诚实、沟通以及感觉到与智慧混合在一起的真正悲悯能力的领域。这在那个在蓝色光芒中工作的实体的内在创造了一种极大的安全感，因此其他人会感觉到自己能够说出想法而不会被严厉地评判。

靛蓝色光芒能量中心是沿着这条道路的下一个能量节点。它是那些正在尝试去从那令人厌烦的寻找中、解脱出来的人们的座位了。就是该脉轮，信心在其中是典型的态度，就在其中，工作可以在意识中被完成。一旦典型的灵性寻求者发现了在灵性上变得更加进步的可能性，它就会开始为自己设置目标。它会开始希望自己达到一定程度的灵性成熟。

大量的催化剂会从对自我的这种期待而来。自我对自我的评判有时可以是非常严厉的，尤其是，如果自我从一开始就不公平地或严厉地评判自我，因此，正义不是那种评判的一部分。

那么，典型的目标就是在意识中做功，一个人跃入到那种工作之中，作为一个实体、一个灵魂，渴望变得远远更多地察觉、远远更充分地领悟。然而，沿着这种

能量道路流动的能量是作为一个整体造物的一部分。它既不是从你开始也不在你这里结束。你在它的流动之中，你的能量体从红色光芒吸收能量，推动能量穿越所有的脉轮，向上穿过头的顶部，以一种无止境的能量回路，返回无限造物者，那能量循环是无限与永恒的。

你将会穿过死亡的大门，不是因为缺少生命的能量。而是因为时间到了，你的肉体载具要退休，接着你穿上你的能量体，并在那个能量体中，作为一个意识和灵魂前进。

然而，肉体绝非不重要的。以我们微薄的意见，那些尝试在灵性上进步的人最常犯的错误就是尝试去更快地移动，超过身体、理智、情感的有机体能够移动的速度。对于在灵性上觉醒的初学者，有一种无边无际的、对于打开内在世界的新技术的热情，他们现在已经对内在的世界有过一瞥了，于是那个内在世界现在就成为一个他们所渴望的目标了。他们会有一种倾向，要去伸手获取和努力争取。

我们会请你们考虑，你们可以停止努力争取和伸手获取，并因为对自我的一个更轻松、更温和、更有耐心的态度而变得更有效率，而你正在要求那个自我去穿过这些铁环。因为，在某种程度上，当一个实体正在开始改变他的生活方式，以便于与静默一同工作，并且尝试在每一个流逝的瞬间中，察觉其无限的可能性，身体、心智、情绪全都在抗议了。

在灵性上处于沉睡状态是舒适的；现在，自我要求身体坐下并在一段冥想的时间中不做任何事情。身体会起反应，有时是激烈地反抗。可能会有恶心、头痛的感觉、身体上突然出现的刺痛，或者一种身体正在膨胀的感觉。身体是焦躁不安的，不理解它正在被要求去做什么事情。不用注视任何东西。不用做任何事。到

底是怎么回事?

因此，在一次冥想练习的最开始，一个人必须去与身体本身打交道。最终身体会对于在冥想中安静地坐一段时间变得舒适。的确，身体可能最终开始依赖于这些安静时刻的休息、这种和神圣的交流。

开始一次冥想和意识的练习，在心智方面也可能是恶劣的。头脑通常的轨道是去找理由不在某一天或某一个小时进行练习。或者它也许会在你坐下来冥想的时候，让你在脑海中出现那些令人不安的图像。这是因为就在意识表面底下、存在着一个巨大的区域，包含还没消化完全的情绪、感觉、想法。当这些感觉和想法在你的内在行为中被复制、重复时，这里仅仅说到心智的想法和图像，那些你已经反覆考虑过的观念和想法会变成思想形态。

当你进入冥想时，这些思想形态能够作为幽暗的图像浮现到你的意识中。如果你所有重复的想法都是正面的，那么小天使和天使们将前来对你致意。另一方面，如果你重复性的思想是基于恐惧的想法，那么你就会看到令人害怕的图像。你们的想法是多么重要啊，除了分享这个特定的事实，我们不知道有什么更快的方法来向你们解释这点了。

绝望、沮丧、暗黑的感觉，对于寻求者是绝对有必要的，他想望去经历精炼厂，以那精炼的火焰清理周围的尘土，找出埋藏在矿石之中的宝石。你们每个人都已经为自己规划了强烈苦难的时刻，它们会在各种各样的选择中到达顶点，当你着手处理这样的困难时，真正有助于规律化你的反应的事物是对于这个困难时刻所代表的礼物之记忆或回忆。你和你的指导灵系统创造了这个困难的时刻。苦难被预期成为该模式的一部分，该模式将摇撼你，让你变得足够地松动，以致于能够

摆脱那些老旧的思维习惯，这样你就能够察觉到、那些在过去一直重复成为你的经历的事物以外的其他观点。

那么，当这样的苦难发生在你身上时，我们愿鼓励一种思想的转向，于是困难得以被拥抱、被感谢。一旦你领悟到你拥有一份礼物时，接下来，你就可以带着一种热切的期盼感觉，把它打开来，看看你最高和最佳的部分可能如何反应。

绝望经常是在最低脉轮之中的一种阻塞，但是它很少会如单一脉轮的问题一样单纯。绝望在其核心是一种对自我的评判。那个陷入绝望之网的实体看着这个世界，看不到任何美丽的事物。没有办法脱离一个内化存在的钟形玻璃罩[1]。在一个钟形玻璃罩的里面没有空气。当一个实体感觉不到在生命中有任何美之际，阻塞就立刻发生了。解决方法是如此的简单，以致于我们会对给出它而感到抱歉。对于处于一个钟形玻璃罩之中的解决方案就是离开它。

这个周末的早些时候，名为 R 的实体花了一天一夜前往乡村，沉浸在大地、树木、风、太阳和星星的智慧之中。今天，在这个圈子的循环谈话中，这个实体谈到他不知怎的，为什么进行一天的避世静修对他管用，但当他返回时，大地已经以某种方式疗愈了他。我们会说，在土地中有一种疗愈，这是真实的，但是，我们也会说，R 实体和名为亚法隆(Avalon)的土地疗愈了彼此。

摆脱一种内化意识的钟形玻璃罩是一种非常释放性的体验，每一个实体都渴望摆脱自我的能力。这类飢渴的解决方法是去释放你在自己身上施加的束缚。关于你的身份，有什么东西对你是重要的呢？检查它，因为它可能是一个阻塞。或者在未来，可能是让它成为一个阻塞的机会。当你担心人们怎么想的时候，它就会扼杀了考虑所有选项的思想自由了。

我们已经主要地谈论了一种从负面到正面到负面的摇摆，以及诸如此类事物的负面性方面，因为大多数实体并没有对感觉到非常正面的鼓舞或者狂热提出反对。然而，这是一个正确有效的问题：询问在极端的事物之间的摇摆情况、那种情况可能指出什么，它如何才能被带回到一种更有纪律、更加平衡的配置中。

在一定的程度上，在情绪上会有一种变化，这是完全自然的。无论它单纯是生命的自然周期的一部分，在其中，一个人在某些日子，会比其他日子有一种更强的精神，或者无论是否涉及其他因素，从非常正面性的感觉到多少有些负面性的感觉并再一次返回的循环，这对于实体们是自然与正常的事情。

我们并不相信这就是名为 M 的实体正在询问的内容。我们相信，她关注的事情是，在一个人的(生命)流动中，过多的极端经验表明了也许有某种有害的事物需要被带入更多的控制之中。我们会对 M 实体说，在尝试去约束你自己的过程中，最好非常温和与平静地进行。对于正在演出这些心情的自我，我们会鼓励一种观察和陪伴的态度。

每一个实体都是一个由意识组成的复杂实体，该意识即是观察者，它观察生命以及行为中的那个人格外壳的各种各样的表面部分。该观察者的目标并不一定要去改变那个行为；其目标是去理解该行为，并且体验那个行为的效应。

你并非单纯地是一个行动者。你是要求自我去做这件事或那件事的那个实体。你是那个批评家，观察自己是如何做这件或那件事。从生活如何发生在你身上的方面，你有很多种角色，因为人生真的是一个反馈系统，就是从那个方面，我们会鼓励觉察，在你处于极端状态时，记得去观察，并且成为一个同伴，陪伴那个包

含所有黑暗和困难的情绪的实体，这是尤其重要的。

当你是自己的一个好同伴时，你会拥有一种感觉，远远更加能够穿越你正在体验的那些能量。你不是无助的，不是一个受害者。你是一个观察者，看着一场通过你的情绪和脉轮的巨大风暴横扫而过。你的工作是去观察和体验，不是去评判，也不是去改变任何事情。

当你从一个无条件爱的立场观察自己的时候，你将开始自我修正那些极端的行为，因为你已经能够打断那个充当了绝望的一种触发物的旧模式。我们无法说那种模式是什么。对于每个实体和在每种情况中，它是不一样的。我们简单地鼓励，你们去小心谨慎地注意极端感觉被触发的那些时刻。

当你开始收集数据时，你将开始看到你特定的扭曲模式。你将能够看到更多东西，关于你是如何被阻塞的、能量在哪里被阻塞了。

在我们离开这个主题之前，还有最后一个想法，那就是，直到你已经于内在找到那个有爱的、有洞见的、慈悲的自我之前，在自我检查上应用智力和分析的力量不会特别有帮助。有很多实体，他们会单纯地在他们自己内在的深处感觉到他们不配超越某个位置。请知晓你是有价值的。你是无限造物者的一部分。当你产生出这些你是不值得的感觉时，和它坐在一起，成为它的一个同伴，在平静和爱中把你的性灵带回家。

当你进入困难时刻时，看待自己为一个被打碎的人。没有失落任何最小的微粒，但是，你处于破裂的碎片状态。所以，那承载着人格外壳的觉知四处走动，温和地拾起那些碎片，然后你之所是的意识等待着时间和造物者把它们全都粘起来，

再一次恢复完整，状况比以前更好了。

我的朋友，你们比自己所认为的更加坚韧。你们是非常强有力的、神奇的存有。我们荣耀你们。我们对你们献上我们的爱，我们带着爱离开这个问题，因为，或许不管我们尝试去讨论它多少次，它都不是一个能够被充分回答的问题。

把看起来是自我的那个自我带到那个相遇点，跟全时间都一直在那里的自我会合，这是一份微妙的工作。一个人不会想要抹除人格。该人格是跟世界接触的界面。另一方面，当一个人能够成为菁华的自我时，他不会想去成为那个人格的，而那菁华自我即是意识。

请问现在是否有其他的询问呢？我们是 Q'uo。

R：我有一个问题，Q'uo。我想要问，假定有很多一的法则的读者，以及很多通灵信息的读者，那是你们帮助传递的信息，这些读者尝试去从各种各样的读物中构建一个寻求和灵性工作的系统。既然你们是一种外部-实体的通讯，你们受到自由意志的限制，以及你们能够提供的细节程度是有限的。我总是觉得另一个名为 Aaron 的老师能够在个人层面的情绪工作的指导方面，提供更多的细节，而你们曾与它一同工作过。因此，我想问你们是否同意 Aaron 所教导的内容跟你们正在尝试去做的事情是非常协调一致的，如果那些寻求更多指导的寻求者实际上能够尝试去综合这两种途径，Aaron 和你们的途径，或者更准确地说，在一个人的寻求之内，就有足够的指导，以致于任何外在类别的指导都不真是必须的？

我们是 Q'uo，我们相信我们理解了你的询问，我的兄弟。我们同意名为 Aaron 的实体比我们远远更加能够提供特定的信息，我们的确非常喜欢和 Aaron 实体以

及名为芭芭拉(Barbara)[2]的实体所分享的每一次的交流。我们会说，向人们建议他们可能会发现有帮助的来源，这是一件有益处的事情。如果你期待他们注意你所说的内容，我的兄弟，这就是仅有的错误了。一个人撒下一粒种子，他不会回头去看。

最后，我们会同意你，朝向演化的基本推动力存在于一个人的内在。寻求者的意志，即使没有无论怎样的任何激励，最终都会让他遇见自己需要的每一条信息和灵感。然而，注意留心倾听，在某些时刻，你感觉到某个人需要你可以提供的、一个有帮助的想法，这是一种对他人的服务。当有人问你时，去分享观点，这不是一种对自由意志的侵犯，唯一不合适的是，期待实体们以任何特定的方式回应你的想法。每个人都有他的一条道路，对于任何两个人，肯定不会有相同的道路。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

R：我感谢你们的回答。我想你们所说的意思是，我理解了某些对我有效的事情，而我尝试把它向外推论，用于一个更大的团体，而除非你考虑了自由意志法则，并且不对其他人会如何回应抱有期待，它不必然是有帮助的。以上是否正确？

我们是 Q'uo，正确，我的兄弟。

R：我也享受你们能够使用在我们开始通灵之前的分享过程中，我先前所说的内容。能够提供诸如这样的某件事，这是一件让我非常喜悦的事情，因此你们在任何时候，看到一个属于我的想法或体验是你们能够使用的，请随意使用它。

我们是 Q'uo，我们感谢你们，我的兄弟。

T：为什么 Aaron 能够比 Q'uo 群体给予更加特定(明确)的信息呢？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们理解了你的询问。你们居住于其上的行星不是一个地球，而是很多个，它们在各种振动的细微的层次上彼此贯穿，因此，实际上，有七个内在地球与一个物质性的地球。居住在地球上，并在你们的行星上投生的实体们会在死亡后进入内在层面中，即「天堂的诸世界」，他们会居住在因为他们的振动而赢得的、无论什么样的合适位置上。

我们搜寻了一个「赢得的」(earned)之外的其他的词语，因为这不是一个努力学习并通过考试的事情。它是一个对自我绝对诚实的事情，而那个自我就是你的紫罗兰光芒之本质。无论你的紫罗兰光芒表达了什么，它都会把你带到内在层面中的合适位置，在那里，一切事物都与你在那一刻的振动协调一致地振动。

实体们会从内在层面返回到投生过程中，接着返回内在层面。有时他们会在内在层面中停留相当一些时候，并决定不再投生。这就是 Aaron 实体的情况了。名为 Aaron 的实体将它自己描述为一位过去的佛教僧侣，因为他在名为芭芭拉的实体走到他的面前并保护他的时候，他获得证悟，因此他发誓成为芭芭拉实体的一名内在层面的指导灵，直到她也领受证悟为止。[3]

这个实体已经在地球上活过，他已经在此工作、进食、流汗，死亡。这个实体有一个归属。他是行星地球上的人类部族的一部分。同一个部落家族中的那些成员可以彼此谈话。他们可以给予建议。他们可以分享任何他们已经可得的信息。他

们有权干涉家族中的其他成员的自由意志。

我们这些服务于无限造物者的星际邦联的成员尚未在地球上投生。我们不是行星地球上、人类部族的一部分。我们来自其他地方。我们没有干预你们的决定的权利。那就是一个内在指导灵和这个器皿所称的一个外在源头之间的区别了，而外在源头的意思是，它来自其他地方而非内在层面。

我们可否进一步地回答你，我的兄弟？

T：不用了，非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。现在有最后一个询问吗？

R：我还有一个问题，Q'uo。当我尝试去想象在七个彼此贯穿的层面中的地球时，接着我添加了内在和外在的层面，你是在谈论那七个相异地球的内在层面和外在层面吗？为什么内在层面被称为「内在」，而外在层面被称为「外在」呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。「内在层面」这个词语是误导性的，因为内在层面是在时间/空间或形而上世界之中的层面，它跟好比你们的行星的空间/时间形成对照，而空间/时间附带着固体的岩石、水，以及诸如此类的东西。因此，内在层面没有一个物质上的地点，除了因为它们属于行星地球，而稍微有关联。这个器皿称呼它们为内在层面，因为她读过其他的一些著作，也称之为内在层面，另外，也因为它们就在你的内在。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

它们不是位于造物的里面。你是一个意识的中心，既是本地的、又是非本地的。意识的所在就是它与肉体相连接的位置，它在怀孕和出生后几周中间的某个点发生的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo。

R：你们已经回答了我的问题的第二个部分，非常有启发性。另一个部分是这样的：当我考虑内在层面和外在层面时，我认为它们以某种方式与这次通灵过程中谈到的七个地球有关，我尝试去为自己创造一个视觉图像来领会它看起来是什么样子。我想你们说的是，这些层面存在于时间/空间中，因此在空间/时间中没有物质上的等价物，而内在和外在是一些词语，单纯被选来指出这些层面的特定面向或性质，而不是其位置。是否正确？

我们是 Q'uo，我们为这个问题而感谢 R 实体。我的兄弟，在意识到这些天堂的世界没有一个物质上的地点的方面，你是正确的。也许我们会说，它们没有一种大小顺序方式的排列，因此它们嵌套在一起而不会彼此干扰。在每一个层面中都有造物者的焦点，这些焦点就是你和你们行星地球上的每一个其他人，它是进入到那些内在层面的一扇大门。再一次，这就是那些情景中的一个了，在其中，若你能够穿透大门并进入内在层面，你将相当自动地被带到匹配你的需要或你最渴望的地点，除非你非常、非常地有经验与老练的。

七个内在层面的每一个层面都与一个相应的位置相连接，就我们对情况的了解，这个解释是不正确的。所有的内在层面都被回向连接到行星地球的影响圈的一个物质性位置。

这回答了你的询问吗，我的兄弟，或者你要想要后续的回答？我们是 Q'uo。

R：不了，谢谢你们，Q'uo。它的确回答了我的问题。虽然这个问题是询问关于「天堂的设施」，我还是为你们满足了我的好奇心而感谢你们。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们非常高兴做我们能做的事情。

亲爱的朋友们，这是一段多么令人享受的时光呀。这个器皿的能量真的要用完了，我们很快将要离开。但我们的确希望与你们分享、我们在你们美丽的临在中所感受的喜悦。再一次感谢你们，为了这一次共享的冥想，以及一起体验神圣时刻。我们与你们进行的能量交换是非常蒙福的。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，Adonai。

原注

[1] 钟形玻璃容器（bell jar）：「一个带有一个圆形顶部和一个开放底部的圆柱形玻璃容器，被用来保护和展示易碎的物品，或者在科学实验中，被用来设置一种真空或受管制的气压。」

[2] 传导 Aaron 的芭芭拉(Barbara Brodsky)和传导 Q'uo 的卡拉(Carla L. Rueckert)从 1991 年到 1996 年，一起共同传讯了一系列的会议。要找到那些会议，你可以在 www.llresearch.org 网站上搜索「Aaron 与 Q'uo 对话」(The Aaron/Q'uo Dialogues)。

[3] Aaron 说，在五百年前的投生是他最后一次投生在物质界。

☆ 第 2219 章集：最佳地使用意志

Copyright © 2015 L/L Research

周六冥想

2015 年十一月 7 日

团体问题：Q'uo，我们今天的问题是：那些会增强、强化并聚焦意志的想法、活动、能量是什么？

同样地，反过来说，那些会浪费、分散、削弱意志的想法和活动是什么？

最后，你们是否能够谈谈这一点，对于正面极化的实体，意志的最高机能或最高用处是什么。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我们在今天在爱与光中向你们各位致意。我的朋友们，与你们在一起，这对于我们是一种极大的荣幸，因为我们已经聆听了你们的寻求圈，我们看到你们的心已经将自己的旅程暴露于那存在于你们每个人面前的那种无限制爱之中了。你们来自于第三密度幻象的实相，你纯净地带来了那种寻求真理的渴望，如其称呼，这种真理是一切事物的一体性的真理。在那种真理中，在那种爱中，在那种一体性中，我们对于在今天向你们致意感到荣耀。一如既往，我们请求你们藉由，如你们会说的一样，谨慎保留地*接受我们所要分享的言语，接受那些对你们有意义，正中你们要害的言语，并将那些对你们没有意义的都留在后面。如果你们愿意为我们这样做的话，它将会成为我们对你们的服务中的一个极大的帮助，我们将不会害怕由于你们不经思考就接受言语，而把这些言语强加在你们的身上。

(*编注：原文是“with a grain of salt”，有心人可自行研究)

今天你们已经询问了你们称之为意志的质量：如何协助它，如何妨碍它，以及如何最佳地使用意志。这是一个优秀的问题，我的朋友，因为在你们的幻象中，你们的意志就是那种会推动你穿越幻象的事物。确实，无论你能够用什么方法穿越它，这都是一个意志的机能：你的意志如何有效地为你工作，你怎样擅长使用你的意志并聚焦意志，因为你们是自由意志的生物。没有人真的为你做出决定，它们可能向你提供建议，它们可能提供劝告，它们可能提供给你启发，它们可能提供给你范例。然而，你对于被提供给你的事物会做什么事情，这是你的选择，因为它必须是你的选择，因为如果你的生命体验要有任何意义的话，它必须是你自己的选择、你自己的定向、自己体验的结果，确实如此。

我们会说，你的意志同样也能够被描述为渴望，或一种被净化过的渴望。因为你渴望什么，你就会将你的能量推向达成它。在你周遭的幻象中，有大量的物质感，被大多数人渴望：地位、家庭、报酬、认可，等等。对于那些人，容我们说，他们更多地瞄准存在的意义之中心，也有一种考虑是关于什么是生命模式的目标 你是谁，拥有一个要去完成的生命模式 这一切的意义是什么，为什么你在这里，什么把你带到这里，你将如何穿越这个幻象，以及它的目标是什么。

那些将会强化你的意志的质量可以满足你的纯净渴望，无论是什么渴望。如果你在冥想状态，或沉思状态，或在你的祈祷状态中，检查你的心的特性，检查什么你感觉是真正有价值的特性 你就将会朝向那个特性聚焦你的意志了。如果你想望去增强你的意志，期待你真正渴望的事物，接下来锻炼你的意志。非常类似于任何心智或身体的肌肉，它可能藉由锻炼而被增强，但是往什么方向锻炼呢？那个方向可以满足你的心，那个方向表达了你的心之渴望，能够回答你是谁，为什么你在这里，你将如何活出你的生命的那些问题。当你能够回答这些问题，让你

自己满意时 意识到你可能不会一开始就找到最终的答案，但使用你找到的答案[无论是什么]，来为你对意志的练习、意志的锻炼、意志的聚焦添加燃料 然后，你把意志放置于服务于[在你自己的意识中能够描绘其特征的]最高与最佳的事物之中。关于如何锻炼意志以及如何，容我们说，用一种强化的方式使用意志，这就是我们推荐给你们的方法。

在此刻，我们将这个接触转移到被知晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，我和这个器皿在一起。我们在太一无限造物者的爱与光中向各位致意。我们现在回到在你们的人群中、在那些通常居住在第三密度中的人们当中，相当寻常的情况：意志，当它被设想时，渴望，当它被觉受时，彼此之间并非完全校准。在这种情况中，寻求者可能感到相当不对劲，相当迷失，甚至无法表述关于自我渴望成为谁的更深问题，因为我的朋友，你们在这个密度中的体验，你身处其中，发现你自己跟更深入地觉察你是谁如此地隔绝，它就是一个成为的过程。正是在成为你想要成为的那个人的过程，也是在一个成为你早已是的那个人的过程，在那个悖论的环境中，你们每个人都发现，你们人生体验的道路绝大部分都是混淆且不清晰的。所以，要找到你的道路去穿越混淆的迷雾，穿越怀疑的浓雾，穿越指责与悔恨的途径，你需要一次又一次地、从那些对于你极其紧迫、极难抗拒的体验中向后退，拉开一点点距离，如果你愿意这样说，利用一个机会来反思，如何在这个特定的情况中，你可能找到服务的机会。

现在，「服务」是你们可能会称之为「一个很大的字眼」的东西，因为如果它是一个要认真地被进行的功能，它就是一个充满意图的功能，而意图并非一直都属

于同一个类别。意图能够拥有，容我们说，隐藏的通道，能够拥有假面具。因此，当你们寻求去服务在你们周围的其他人，并且是有帮助的，你们可以问问自己两个问题：首先、最直接的问题是「寻求去服务的那个我是谁？」第二个问题是「我提供服务的这个对象是谁？」

我的朋友，我们必须告诉你们，对于这两个问题、答案大部分是被隐藏起来的，因此，可以说，你们必须怀抱着一种希望和祈祷来，找到你们的道路，它是关于你们作为服务的行为者，实际上是谁，以及那个接受者，实际上是谁。唯有当这两个要素被带到一起之际，一个人才会实际让服务生效 唯有当这两个要素被带到一起的时候，我们才能实践服务所代表的呼唤，但是这一种呼唤恒常地、再三地必须聆听源头，以在产出的意图中更新自己。以这种方式，情况就会是，甚至在提供服务自身的过程中，服务的特性就被转变了。

一个人并不知道提供这个服务的人是谁，但是，一个人热望于成为最能够服务的实体，或者，一个人可能并不知道，那个会接收到服务的人是谁。实际上，一个人非常频繁地发现，正在提供的服务是一项被拒绝的服务，这给予一个人机会去再次访问源头，以及在服务背后的意图，因为他经常发现，凭借着当前的计划，并没有前进的道路，容我们说。

一个计划是某种你们每个人非常习惯于去制定的事物。一个计划是对于一个行动或一套行动可以如何进行的一种纲要，制定一个计划，接下来将一个人的意志与一个已制定的计划对齐，这是惯常的做法。如果一个已经制定的计划被看到并不特别适合于一个人发现它处于其中的情境，当这种情况出现的时候，困难的时刻就出现了。在这个初步分辨力出现在一个人身上的位置上，去后退并询问也许对于手边的计划过度投资？退后一步，询问谁是计划者；退后一步，询问这个计划

是最有利于打算提供的服务，这是很好的。

现在，这能够成为一个困难的过程，因为去将计划的要素从渴望去服务的感觉中分离出来，这并不是一个容易的事情。这些要素一般是在一条相当致密的道路中被挤压在一起的，如此致密以致于它可以看起来，一个人的全部存有都正在被另一个人拒绝了，因为对方宁可不接受他已经给出的服务礼物。服务并没有被对方所渴望，一个人会感觉到这个事实暗示了自己是被拒绝的，有时候拒绝的姿势或否定的表达可以是足够强力的，以致于不采用这种观点是十分困难的。

再一次，在这个位置上，我们建议退后一步或战略性撤退是十分有用的，在那些分散在你们生活中的小小冥想期间，这种后退能够祈请以实现重新收集自我，并制定一个，可以说是，新计划的目的。一个人凭借过去一时冲动制定的任何计划前进，这并不总是一个适合的情况，在这样的情况中，现在走你自己的道路，这单纯是可取的。

我们发觉，我的朋友，在你们的人群当中，心智会以这样与那样的方式被拉扯，它会被吸引到一个事情，接着另一个事情，有这样一种困惑，关于责任、义务、以及对这种或那种的服务的呼唤，以致于一个人几乎无法知晓如何用一种清晰而完整的方式继续前进，这是极其平常的事情。然而，该困惑自身拥有特定的价值，在其范围内反映出一种困惑，来自你自己的、更深入的特性，它向上冒泡，到达你生命体验的表面，并且练习整理清楚服务的可能性，练习梳理个人的渴望与个人行动的意愿，好跟这些渴望配对。

这些练习，容我们说，需要被整合，并且能够在一生体验的进程中，每次一点点地被整合。因此，一个人正在从这样或那样的个体，或者，这样或那样的特定的

情况中，仅仅得到一个人提供的服务的部分映射或一个扭曲的映射，虽然这是实情，这种偏好可以被视为在其自身就是一种礼物 能够被视为一个要素，属于以下的过程：学习去发现真实的自我，学习去发现真正有意志的自我，学习去发展真正渴望的自我。因此，虽然我们可能会以一般性的方式说，意志和渴望，当用适当的方式被观察的时候，将会收敛为单一的现象，非常频繁的情况是，它们完全没有收敛，可以说，这两种力矩或两种要素正在大声呼喊那种疗愈，当它们被对齐时能够发生的疗愈。当意志感觉到自己被渴望喂养时，意志被增强了。在渴望感觉到自己跟意志有关联时，渴望被增强了。意志和渴望不是两个东西，而是一个东西。然而，这一个东西，也是两个东西。

因此，我的朋友们，你们通过人生体验，时而感知到一种强烈的目标感和清晰的方向感，时而感知到一种完全混淆和自我的迷失感。这就是第三密度的体验，被罩纱遮蔽的体验必须是的方式。你们并不知道自己是谁，但是你们在着手把它弄明白的工作上做得很好。有时候事情似乎是，你在内在发现的渴望是一个你几乎不赞成的渴望。那个如此竭力地不赞成该渴望的实体，尽管如此，它一定要把该渴望拥有为自己的东西，它是谁？这个实体必定要学会承认，它拥有一些渴望，而它也许但愿自己未曾拥有，它是谁？这个实体甚至能够渴望反对渴望的本质(grain)，结果发现自己被扭转成一块相当漂亮的蝴蝶脆饼(pretzel)，它是谁？
L/L <wbr>Research 最佳地使用意志

A pretzel
它究竟是谁呢？「它是我」，你必定会悄悄对自己说：「它是我，是我在渴望」，但这个我渴望越来越清晰地渴望。这个我渴望和一种我赞成的渴望协调一致地渴望。而你可能会问：「什么事物已经进入这一个价值过程，我拥抱的过程，以便于认可我想望去强化的那些渴望，我想要允许什么渴望找到它们的路，

以进入一种已经耗尽或用尽的状态？」 我们以这种方式提出问题是为了向你们建议，使用你已经在自己内在之中分辨的价值，使用你已经将你的意志与之对其的价值，去苛刻地评判那些你已经决定你并不希望助长的渴望，这并不是有帮助的。

一个渴望单纯地就是在你自己的个人之中宣告其自身的生命。但是，生命是形形色色的，它能够在其表达中成为相当随机的。它能够在一次心跳中行经从恐惧到喜悦的全部旅程并再次返回；那些已经获得经验的人有这个惯例：学会给予渴望一些机会进行自我表达，从而对准更好的机会，越来越多地开始表达大我(Self)你正在学习，你真的就是祂；另外，那些人在与生命力打交道的过程中，在跟变幻无常的朋友[称为渴望]打交道的过程中获得经验。

你真正之所是，偶尔能够穿越催化剂的迷雾，穿越一个人被日常基础的各种事物包围的迷途与随机能量的迷雾，模糊地瞥见，因为一开始有微光从这些迷雾中出现，但是随着你的前进，就会更加清晰地出现一种对于你正在成为的人的感觉，一种呼唤你成为你感觉你真正所是的那个人的事物的感觉。

我的朋友，我们能够告诉你们，在你个人内在之中宣称它自己为渴望的事物，它是足够灵活多变的，以致于它能够在获得机会在越来越高的形态中找到它的表达的时候被蜕变。因此，去渴望、服务，这是好的，允许这种服务的渴望在实践服务活动的过程中被转变，这甚至是更好的。拥有一个计划，这是好的，允许那个计划随着这样一种领悟的产生而重塑其自身，这是更好的，该领悟是：也许有一种更清晰的表达模式，也许有一种与意志之间更真实的对应，甚至在你沉思该主题之际，就在重新明确叙述其自身的过程之中。

以这种方式，一个人能够发现，自我并不会如此需要被守卫。自我并不会如此大量地感觉到那种它封锁在它自己身上的感觉。自我并不会如此大量地感觉到它表达的意志单单属于它。这一个意志可以为视为造物者的意志。但谁是造物者？除了那个当下正在这里创造的太一，谁是造物者，当下在这里，一个人发现，要去创造，造物者必须有这个小小自我的合作：这个小小的渴望与意愿的系统，以及，是的，那些疑虑和犹豫，我一直这么称呼自己。因此，我的朋友，随着这个小小的自我变得稍稍少一些它自己，稍稍多一些创意，一天接一天，一个努力接着一个努力，好意图接着好意图，一个希望接着一个希望，一个喜悦接着一个喜悦，灵性演化的伟大过程持续进行。

我们是 Q'uo，我们已经享受了在这个秋日与你们在一起。感谢你们聆听我们的言语，在此刻，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿，并返回被知晓为 Jim 的实体，好发现在场的人的心智中是否有一些问题。
Adonai，我的朋友。Adonai。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再一次与这个器皿同在 我们暂停 我是 Q'uo，我们再一次与这个器皿同在，我们会请问，是否有任何进一步的询问来自这个寻求圈，好让我们可以谈论。

Gary：Q'uo，你们广泛地、深入地，如果我可以补充的话，美妙地谈论团体问题的第一个和第三个部分。你们也能够直接谈论第二个问题吗，它是：「什么想法和行动会浪费、分散、弱化意志？」

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们为此抱歉，我们没能回答你们的询

问的所有部分。那些倾向于削弱意志的质量会削弱一个实体以一种清晰与合理的方式做选择的能力，因为当一个实体发现有可能尚未被解决的疑虑，并且在头脑中占据了前面的位置，接下来，这就是一种会削弱你们称为意志的事物的质量。这样的意志将会保持在一种弱化的状态中，一直到有可供寻求者使用的信息或灵感，能够解决或消除上述的疑虑为止。

我们发现这是大多数实体无法实践意志的主要的原因，因为当信息缺少的时候，或者缺少去发现信息的渴望，接下来就没有藉此行使意志的手段了。这时常会开始一个你们会称为的「向下的螺旋」，该螺旋属于该心/身/灵复合体做决定和沿着演化过程线路的运动，因为时常会有一种对信息的削弱，对信息处理的削弱，以及削弱寻求某些信息的渴望，这些信息可以解除疑虑并让意志之质量恢复生机。在这样一个情境中，就存在着你们可以称之为「第 22 条军规」(Catch-22)的事物：直到一个人能够产生出足够纯净的渴望和意志，来工作这种意志的阻塞之前，其意志都将一直保持阻塞。

在搜寻与寻求能够驱散疑虑这方面的困难，时常会被那些，容我们说，刚刚进入这条路的寻求者体验到，他们进入寻求真理之道的有意识部分，却尚未发现如何处理这些挫折、小径上的各种转弯与曲折，那是疑虑中的寻求者肯定会发现的情况。在这样的情况中，有需要跟具有类似心智的其他人的能量调合起来，因为在寻求者[灵魂]的团体中，会有对于年轻寻求者的鼓励，于是他就能够超越疑虑、跨越困难，并能够在他自己寻求内在真理的旅程中，重新确立自己。

时常地，这样的疑虑是被其他，容我们说，对于寻求的进程较不尊重的人放置在那里，这些人可能会用一些实体无法回答的方式来质疑那个实体，在这些质疑的方式中，实体无法断定如何在问题要么是未被适当地被寻求着理解，要么尚未适

当地被寻求者解决的时候来进行它自己的旅程的一部分。有时候，一个由具类似心智组成的团体能够给予那些成员帮助，因为他们可能不时地在实践意志上、在继续寻求这方面失败。那些乐意一同寻求的实体更加有可能找到他们要寻求的事物，我们推荐所有想望在旅程上，容我们说，找到圣杯的实体结合在一起，这样每个人都可以将帮助借给相互彼此了。

容我们说，这一趟旅程并未打算要完全依靠一个人自己，虽然在其核心实质之中，它是一个人的旅程，没有其他人能够替代你行旅，然而，那些走在类似旅程上的朋友与帮手 是能够增添一种激励、或范例式的帮助，于是，由于分享对于寻求之爱，对于这旅程之爱，以及对于该团体中的所有成员的爱，在这团体中的每一个人都受到支持和增强，。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：在那个问题上，没有了。那会回答肯定会激励我停止通过沉溺于自我怀疑来分散我的意志。谢谢你们。

我是 Q'uo。我们感谢你，我的兄弟。在这个团体中，有另一个询问吗？

Steve：Q'uo，有没有一种场合，在其中，意志会变成傲慢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你在这方面询问了一个有趣的论点。这是一个经常未被看到的可能性，然而，有些人在你可以称为「寻求真理的形而上旅程」之外的其他寻求区域中，容我们说，已经取得成功，在他们身上，该可能性的确拥有它自己的实相。或许在物质世界中，在获取那些具有尊重和丰盛的地

位的物件、物品等方面，他们已经取得成功，这些成就可能会使得那个已经达成这些目标的实体感觉到，他有了，容我们说，「无上权力」，以致于在这方面行使意志能够协助其他人，甚至在对方并未请求帮助的时候，容我们说。

在这样的情况中，我们认识到，对意志的成功应用在某一个区域可以给予你们已经与「小我心智」联系在一起的那个心智部分一种虚假的安全感，甚至是一种使命感，容我们说，即要让其他的实体认识到他的成功，并沿着一条相同的道路来引导他们。然而，这种类型的成功在大多数情况中，并不是那种能够以一种一对一的方式传递的事物，因为任何一个潜在的追随者有必要能够为自己选择那条道路，当一个人已经拥有这样的成功，并想望把成功传授给、或者强加给其他人的时候，接下来，就产生在每个实体的目标之间的不一致了，因此，追随者几乎不会体验到成功，而仅仅有那种，容我们说，从属于另一个人，并且被另一个人控制的感觉。在这样的情况中，那个尝试去将其意志强加给另一个人身上的实体，有希望能够在它周围的人代表的镜子中，看到自己被映射出来，而他们对于另一个人的意志强有力地强加在自己身上，倾向于赶紧避开。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Steve：没有了，感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在这个下午，有最后一个问题吗？

Gary：一个简短的问题，Q'uo：你们如何定义正面极化实体具有的一种强健意志？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。那些展现出强健意志的正面极化的实体，容我们说，是那些已经能够增强自己存在性的实体，因此，正面性就开始在一个人周围被展现出来，非常类似于在一个无云日子里的太阳。这样的实体更可能藉由范例示现，而非藉由言语；极有可能在被请求的时候，寻求在服务中分享，极有可能在他们每天努力的每一个层次上，以一种单独的方式继续其寻求的旅程，于是在日常生活的体验中，没有一个部分不会受益于这个实体在内在寻求的东西，因为一个正面极化的灵性寻求者寻求太一，并且在处处都找到太一，因为除了太一之外，再无其他东西。这样一个实体将看见造物者，并把造物者自己给予了这个实体的爱给予造物者，来来回回地分享。对于这样一个寻求者，日常生活的活动是一种连续不断的机会，以寻求与分享太一无限造物者之爱。

我们至为感激你们，我的朋友，今天下午，感激在场每一位允许我们对你们发言。这一直是我们巨大的荣幸。我们把这个寻求圈视为一个伟大之光的资源，它拓展超越了这个住所，进入形而上的领域之中，在那儿，很多实体察觉到这样一种寻求，并且和你们一起为这样的寻求而欢呼，它们给出自己的能量，增添寻求的能量，尤其是在它们被请求的时候，因为这些实体也是寻求服务他人的光明力量。

我们会在此刻，离开这个器皿及其团体。一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai，我的朋友。Adonai。

☆ 第 2220 章集：爱与光早期资料 #51

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

1974 年六月 2 日 (上)

L/L <wbr>Research 爱与光早期资料 <wbr>#51

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我的朋友，在我们无限的造物者的爱与光中，我向你们致意。今天傍晚，可以和这个团体讲话真是一个大荣幸。我目前在一艘宇宙飞船中，你会称为飞碟。该器皿能够接收我的想法。他只是接受了我给他的信息，接着对你们重述。这并不难做到。地球上的任何人，只要渴望，都可以达成。我们属于服务无限造物者之众星球邦联，在此服务地球上的人类。我们已经在这里很多地球年了，我们将继续联系那些渴望信息的地球人。在这个时候，我们完全熟悉你们的语言、你们所有的概念。我们把信息给予该器皿，接着他以自己的话传达给你们。

在这个时候，我将转移这个通讯到另一个器皿那儿。我是 Hatonn。

（卡拉 Carla 传讯）

我现在和这个器皿同在。我是 Hatonn。我的朋友，当你们今晚来到这里，我知道，无论你们在思考上可能经验到不同的东西，你们全体有一个共同点。你们都在寻求真理，我的朋友。你们都在寻求理解。你都在寻求实相。我的朋友，该寻求已经把你带到这里，而你的求知渴望已经把我们带到你这里。我们来这里，尽我们所能，以任何方式协助你们，给予你们寻求的东西。

我的朋友，有多少个体就有多少条不同的路径通往你们共同的目标，我们不能给你任何最后的定论，因为我们的讯息无法被直接表达。我们只能充当路标，指向你在这里面如此渴望的方向。我们只能告诉你，在我们自己有限的知识中，就我们最佳的意见，真理所在的方向就位于你自己的存在(being)之内，我的朋友。

我们鼓励你们开始冥想，然后继续这个练习。我的朋友，允许冥想的练习对你告知它自身的价值。我们正在建议你寻求的东西，只能从内在找到。我们只能建议。我说我们的知识有限，我的朋友。这是如此，但我们觉察非常多的实相，程度要比你们大许多，因为你们住在行星地球上的物理幻象之中。这是我们的经验...
(停顿)
我很抱歉，遇到困难。我们将继续。隶属于服务无限造物者之众星球邦联，作为其成员，我们经历了很多次，要开始获得你所寻求的真理、知识、领悟，最有效的方式就是进入内在，透过冥想寻求接触实相，寻求接触无限的东西，也就是爱与光。

在这个时候，我的朋友，我会尝试转移这个通讯到另一个器皿那儿。我是Hatonn。

(无名者传讯)

我现在和该器皿同在。我们觉察到，在场有些人第一次体验我们的信息。正如我们已经陈述的，我们已经来到你们的星球以提供服务，因为我们觉察到，你们的行星目前正在该周期的顶点。将有很大的变化来临，包含你们世界的所有阶段。

我们通过我们的寻求，获得了伟大的知识，并且觉察到，这信息将在这个[容我们说]考验的时期对你们星球的人民有巨大的协助。我们在这个时候不想要深入我们必须呈献的各种事实，因为我们已经在接触你们人群的过程中了解到，你们拥有的智力在任何给定的时间，只能接受我们小部分的信息，而你们必须分析这些信息，然后才能收到，容我们说，更高形式的信息。当我们说，你们必须分析这些信息，我们的意思不是说你们可以通过使用你的智力来分析所有你周围发生的事情。不过，因为你们的人民被闭锁在这个幻象中，他们必须分析好接受他们的经验。

如果在场的这些新来者渴望，容我们说，查看我们所提供的东西，我们会建议你们尝试每日冥想一段时间。因为这是我们最大的服务— 提供冥想练习给那些渴望我们的知识和指导或建议的人。通过冥想，你可能会获得你会指称的灵性觉知。这种觉知远远超出了你的智力的能力范围，这是我们必须呈现的信息当中、最有价值的部分。若没有冥想，就不能获得对于宇宙造物的真实理解。

你们目前生活在一个星球上，而我们发现这个星球处于一种巨大的混乱状态。为了超越这种混乱，你们有必要不去使用这个世界包含的信息和知识。除了冥想，没有其它手段可以获得正确的理解。如你们谈论的耶稣，这位大师曾多次讲到：「天堂王国就蕴含在里面」。而他这句话的意思是，就在你的存有里面。通过冥想，转向你自己的内在，你慢慢会找到我们想望呈现的真理，也是许多伟大的老师试图呈现给你们人群的真理。

不会预期你们在短时间内获得极大的领悟，因为冥想是一个学习的过程，你所有的学习过程必须，容我们说，从头开始，慢慢发展到高潮。然而，如果你想望考虑一个高潮，我们并不觉察到那个高潮，因为我们并不被认为是信息的最终来

源。我们有足够的幸运，经历过你们目前正在体验的东西，接着透过冥想寻求真理。通过这个寻求，我们已经进化到一个更高的理解。我们希望和大家分享这种理解。对于任何不渴望接受它的人，我们没有办法，也不渴望提供信息给他。我们只想望服务你们人群，帮助他们领悟爱，这个宇宙造物就只包含这个东西。

我想要在这个时候，试图在另一个器皿上建立通讯。我是 Hatonn。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我现在和该器皿同在。我将继续说。我们曾多次谈到，透过你的冥想，可以获得伟大的课程。首先，也是最伟大的，就是爱的课程，以及透过这份爱可以获得什么。透过爱，您接收到你所有的信心，接着通过你的信心，你渴望服务造物主，以你选择好的方式进行。当你以对的方式看待它，在你们的宇宙中，没有其他力量可以为你的努力带来更多的教导。正是以这种方式，你们即将跟他人分享造物主的知识，以及祂的造物。你们将学会，并且获致对于所有造物的更伟大之理解。我们想要强调你的冥想的重要性，无论是独自的，或是团体冥想，好比这一个。其一、可以获得你寻求的知识，用于服务；其二、获得造物主的知识，用于服务。

我会在这个时候离开你们。在我们无限造物主的爱与光中，我离开你们。
Adonai，我的兄弟。
Adonai vasu borragus。

***
周日冥想

1974 年六月 2 日（下）

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我的朋友们，再一次，在我们无限的造物者的爱与光中，我向你们致意。今天傍晚，可以和你们同在真是荣幸。无论何时，当你们渴望和我们接触，与你相遇都是一个大荣幸。我们属于行星 Hatonn，在这里服务你们。开放自己来使用我们的服务。你渴望它，我们带来它，怀着爱与深刻的渴望，要在地球上服务所有开放自己的人群。

在这个时候，我们将要和这个团体的新进管道建立通讯，希望他们将产生熟练度。此时，我将转移这个通讯。我是 Hatonn。

(无名者传讯)

我现在和这个器皿同在。对于新进器皿的进展，我们想要表达我们的喜悦。今晚，我想要对你们说一件事，（听不清）可能对于新进器皿有帮助，若他在传讯的进展上，渴望我们的协助。我们常常（听不清），你的进展随着你渴望的容量而增加。通过你的渴望，你获得知识，用以指引您完成整个考验，那是所有选择服务造物者的器皿必须通过的考验。你看，这路总是困难的，但通过你的冥想，您将获得气力，藉着它，你可以承受这些考验，不过，每次考验之后，你就获得更多的信心，和关于造物主的进一步知识。

在这个时点，一个人要关注所有那些渴望讯息是有点艰巨的任务。因此，我们已经开发新的装置，一旦你觉察的渴望发展好了，我们可以和你们分享我们的爱，

在任何时间，只要你如此渴望。我们但愿对你们星球上的所有人表达我们的爱，以及我们服务你们的渴望。所有想望这个愿望的人，这选择在于个人，因为有人说，而这是真实的：在地球上，每一个人都凭借自己的自由意志，可以缔造他们的生活。

我想在这个时候，尝试调节这个房间中的新进器皿，如果这是他们的愿望。我想补充的一点是（听不清），不要害怕说这个想法，因为你可能有的想法经常被误认为有缺陷。不要害怕失误，因为这在你们星球上、在所有人的生活中都是普遍的现象，我想补充，所有上主的孩子都可能（听不清）的失误。

我会在这个时候尝试调节那些可能如此渴望的实体。我是 Hatonn。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我现在和这个器皿同在。再次和一个新进器皿相处，这的确是一个伟大的荣誉。我现在想要进行灵感的主题。灵感的确需要几乎是你获得的所有东西来实现。
我和这个器皿经历了某种困难。我现在将继续。在你们星球上，当你忙于生活之际，其中确实是有个巨大的幻象。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我再次和这个器皿同在。我想要继续。我刚才说到你们对于灵感的需要，因为你需要该灵感引发意志去渴望，渴望任何你以造物主之名寻求的知识，因为当它被用于服务造物主，一个最有价值的建议之力量得以被提供。

我们想望传达关于发展这些[容我说]宇宙力量的短信息。通过你的冥想，我们可以获得很多知识。我们想要强调，不仅你们的团体冥想需要，这有利于你的智力发展，但我们也必须强调，静默冥想的需要，因为在这冥想之内，你获得知识，而它对于你在日常生活中服务造物主是必须的。
在这个时候，我想要联系任何开放自己的实体。我是 Hatonn。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我再次和这个器皿同在。我将（听不清）影响的主题。作为生活在地球上的人，你们都受到诸多因素的影响。我们以某种方式，希望带来一些小东西，这将有助于影响你的心智接触无限造物者的力量。但于此同时，我们不想要失去自制力，如你的说法。我和我的兄弟们只想要使一件事变得可能：让在场的你们和那些想要知道的人拥有特定的信息，并且可以任意使用。我们能够做到这一点，我们确实感到非常荣幸。我和我的兄弟感到非常自豪，你们有这么多人正在敞开自我(成为管道)。我真诚地希望，在不久的将来，将有可能给出更好的讯息，给那些还没有经历过传讯的（听不清）。

我觉察到某些人的不确定… 名为 G 的实体。我会在这个时候尝试和她建立联系，如果她如此渴望。我想要对她说，完全地放松。我是 Hatonn。
(停顿)

我在建立联系上遇到麻烦，所以我在这个时候想要关闭。可以对一些新进的器皿谈话是一个非常大的荣幸。我是 Hatonn。

(V)2016 Translated by c.T.

★爱与光图书馆选集 第 23 辑

☆ 第 2301 章集：非二元论的极性

作者：Bring4th_Austin (L/L 研究中心的全职工作者)

来源：http://bring4th.org/forums/showthread.php?tid=11851

爱与光图书馆：非二元论的极性

有时候，由于一的法则（Ra 资料）阐述了极性的概念而受到批评，因为。「极性」(polarity)或「极化」(polarize)等术语可能带有相当多的情绪电荷，并且附加了某种包袱。

在一般意义上，对于促进「极化」的观念，我愿分享这种犹豫。举例来说，

我们把有争议的课题（如政治）之极化视为一种坏事，对吧？极性，作为一个概念，似乎意味着某种分离。若不是因为我熟悉 Ra 对于正面途径的描述，我很可能也会批判该术语。

最近，我一直在尝试调和非二元(non-duality)概念和 Ra 资料的极性概念，前者被许多伟大的神秘主义者、开明的灵性系统所提倡。看起来，那些寻求和促进非二元论的人相当一致地属于正面特质。就我的诠释，非二元论是一种认同造物主的观点，一种接触智能无限的形式。它是一种状态：主体与客体消溶了，一切万物都被视为和体验为统一的，没有分裂。体验这种状态的神秘主义者描述的内容似乎碰触到和平、喜悦、接纳，我感觉它们是正面途径的正字标记。从灵性的立场来看，和我们周围的世界一起领悟和体验不分离的状态，并允许它在物质界中告

知我们的行动和行为，这似乎是一个完全有益的事。

但它跟 Ra 描述的极性有何关联？Ra 鼓励意识中的极化，主旨即是正面与负面的途径。对于没有充分熟悉 Ra 资料的人，「服务他人」、「服务自我」的道德术语似乎引起一些混淆。很容易把它理解为造成自我和他人的分离，并且暗示着一个参与爱他人的实体就得排斥自我、或以自我为代价，反之亦然。但仔细检验 Ra 资料将显示，服务他人的途径，并不排除自我，事实上，工作自我是该特定途径的一项核心宗旨。正面的途径接纳、服务全体，包括自我。

另一方面，服务自我之途径在 Ra 材料中、非常具体地被描述。这个途径不是单纯地照顾或爱自己，而毋宁说，更多是关于一个人如何在人际关系上、使用他人以利益自我，焦点放在控制与分离上。事实上，这和正面途径中的爱自己是完全不同的东西。

对于非二元论的支持者，任何提倡极性的举动都可能显得格格不入。但非二元性这个观念本身不就暗示着极性？在极化光谱的一端是非二元性，而在另一端是二元性。人们可以前往这个频谱的任一方向，行动以证悟合一，或证悟分离。一个走在正面途径上的人，将采取行动，无论是基于信心或基于直接的领悟，根据他和自我、其他自我、我们周围的世界的合一来行动。负面途径上的人，将根据他和自我、其他自我、这世界的分离与控制来行动。

我觉得非二元和二元性的这个频谱只是 Ra 所提倡的极化的稍微不同的观点。我认为一的法则给予我们一些惊人的工具，可以清除那些抑制非二元性实现的障碍，即那些在我们感知中的障碍；同时给予我们一张地图，帮助我们在正面途径上走向合一。正是在这个意义上，我认为非二元性和极性的概念可以相调和。我

们可以看待正面途径为非二元的一种，而负面途径是二元性的一种。我感觉，在某种意义上，一的法则甚至更具包容性，因为它提倡接纳负面极性，接受它为灵性进化的一种有效途径。虽然它仍然是正面存有的影子，该影子是被接纳的、如同宇宙造物的所有其他面向。

你是否同意正面途径趋向于非二元论，或者，最终导致直接的非二元性经验？并不是说在这条道路上，寻求者就拥有合一与非二元性的完美实现。我们全都在一场旅程之中，我们需要去工作自己的扭曲，我认为，这些扭曲即是自我和非二元性之间的扭曲。我们可能并不总是充分觉察自己何时不接纳，或没有服务导向，但有意识的尝试去清除这些扭曲，往正极方向移动，就是对我们的极性和追求非二元性的一个见证。

(V)2016 Digested & translated by cT.

☆ **第 2302 章集：中心太阳**

Copyright © 2006 L/L Research

周日冥想

2006 年十月 1 日

来自 J 的问题：（Jim 朗读。）今天的第一个问题是来自 J。问题是这样的：「在我们的银河系中、所有恒星都绕其旋转的中心太阳究竟是什么呢？P 认为它是一种超级密集的团块、相当于几千个我们的太阳。它持续性地发射强有力的、全方位的射线，这些射线会流入到银河系的所有部分，它们会因为周期性的大爆炸而不时地被打断。」

「他觉得这些射线是以恰好低于光速一点的速度行进。任何的辐射，这些所谓的触发点，是否以思想的速度行进？ 换句话说，它们是瞬间传播吗？」

「我曾考虑过、中心太阳是黑洞的另一个名字。它们是或不是相同的事物？就在宇宙造物中、以及在意识的演化中，每个人所扮演的角色而言，它们两者能够互相比较和讨论的吗？我想知道中心太阳是什么。它和黑洞有任何关系？中心太阳与黑洞在意识的演化上产生的效应是什么呢？」

L/L <wbr>Research 中心太阳
（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在以祂之名的服务中，我们在今天来到你们中间。能成为你们寻求的圈子的一部分，这是一种极大的荣幸和快乐。你们的振动的美丽是令人惊叹的，当你们在这神圣的圈子中、将你们的灵光混合在一起的时候，那能量的调合是美丽的花束—具有景象、质地、音调。能被这个圈子呼唤的确是一种荣幸，我们感谢你们。
在我们给出意见时，如果你们每个人都愿意承担起责任，在我们所提供的想法中、分辨那些看起来对你们有帮助的想法，和那些看起来对你们没有帮助的想法的，这将极大地帮助我们。请拿取那些看起来有帮助的想法，并把其他部分留在后面。

如果你们愿意使用这种分辨力，那么我们就将更放心地与你们分享我们的想法。我们的关切是维护你们的自由意志。我们不是属于你们的行星影响圈的实体。我们没有权利如同例如一个家庭成员或亲密的朋友一样地、去侵犯你们的自由意

志。对于我们自己要维护的极性而言，确信我们会一直都是那些分享意见的实体，而不会成为那些越线去告诉人们要去做什么事的实体，这点是重要的。这不是我们希望去接近的行为，我们感谢你们在这方面的考虑。

我们为这个询问感谢叫做 J 的实体。我们必须在回应之中带着极其敏锐的谨慎而前进，其中有几个原因。我们将一一列举。

首先，如这个器皿在这次集会之前、对 Jim 实体所说的，这个被具体摆在我们面前的寻求信息的要求，它不是请求灵性原则，毋宁是要求一些信息，关于事物在物质幻象中如何运转的信息。在正常情况下，这构成一个我们无法回答的问题。在这里的实质性困难是这个问题代表了一个寻求的实体在此刻的学习进程的一个活跃阶段。这个问题不是在寻求在着手处理这个问题的过程中有帮助的灵性原则，它单纯地就是去寻求解释关于中心太阳的情况，并将这个中心太阳或这个中心太阳的观念与黑洞的观念或概念做比较、对照。当这个问题被询问的时候，那就是我们关于它的首先难题了。
在回应这个询问上，我们的第二个、同等实质性的挑战是：我们在此刻使用的该器皿实际上没有科学背景，因此我们完全无法满足你们的提问的参数，我的兄弟，因为我们无法通过这个器皿说任何和科学问题有关的事情。这样的精确性所需要的概念和词汇在这个器皿的构成上是缺少的。因此，我的兄弟，我们的回应将是不精确的，它将包含我们所能够向你们提供的、我们觉得可能对你们有用处的信息流。

很多来源曾经使用中心太阳的概念，包括我们在内，用以讨论那些从星系中心或宇宙造物自身的中心倾泻而出的能量。讨论这个中心太阳的概念是一项挑战，这是由于它和以下两者都有关系：前者是容纳了你们的共识实相的空间/时间或物质

世界；后者是形而上宇宙或时间/空间、容纳了你们的意识、无限、永恒，以及无地域性的伟大奥秘。

在空间/时间的宇宙中，有一些物理定律的层次，在一定程度上是管用的，可以产生一些信息，有助于制造你们文明所喜欢的那些小玩意。

在一个时间/空间的宇宙中，已完成的工作是看不见的。价值不是局部性的，一个人从空间/时间的相对性中被释放。虽然如此，当宇宙造物将它自己呈现给肉眼时，尤其是当那双肉眼被那些工具所增强，使你能够更远地去看和更靠近地去看，就会有越来越多的方式，在其中，科学性的眼睛能够看见他们无法解释的东西。

在某种程度上，在任何知识的拓展性宇宙中，这是一直都会如此的情形。那尚未被知晓的事情就是那也许甚至无法被想象的事情，或者，如果它已经被想象到或被梦见了，可能没有衡量或测试涉入那些理论的概念与结构的方法，而这些理论被创造出来以便于解释已经做出的观察。

关于大中心太阳和黑洞之概念，在这情况中，你正在观察一种现象，它部分位于空间/时间的世界，部分位于时间/空间的世界。这可以被视为是合理的，就好像一个圆形是圆的一样。圆形是圆的，因此它没有开始、没有结束，除了它真的有！

天父的每一个造物都有一个开始、一个结束。然而，因为开始和结束牢固地位于时间/空间的范围之中，当你凝视着中心太阳和黑洞的时候，你正在凝视着的事物是一个无止境的圆的阿尔法与奥米伽。

在这个器皿的头脑中有大爆炸理论的概念，按照推测，它是宇宙造物的开端。我们通过这个器皿，已经数次谈到伟大之心的跳动，并思考宇宙造物时，把它作为一个模型来使用。肯定地，当伟大之心跳动时，会有泵吸作用发生的时候，血液从而被推动向前，不仅仅流过心脏，还流过身体中的每一条静脉和动脉。在某种程度上，每一次心跳就是一个新的世界，那个身体的循环系统中的一个新的情况。

随着测试设备变得更加精密，更多的细节和事实能够被你们的科学家收集起来，大中心太阳在你们的科学的世界中正在吸引大量的关注，它是在伟大之心一开始跳动之后、就存在的大爆炸的那个部分或阶段，也就是说，造物者决定去发现并配置一个宇宙造物，好让祂可以知晓自己，在这决定之后，它就存在了。

相似地，所谓的黑洞是一个时间/空间事件的阴影，它存在于空间/时间之中，它标志着返回太一无限造物者的进度，从那个点起，就没有出口离开该过程了。

这种能量支出的安排是一种结构的一部分，在其中，造物者的所有部分，你代表其中之一，可以穿越各个密度的舞蹈，在这场舞蹈中，寻求真理并了解将要去成为什么；开始觉察，觉察自我、觉察爱、觉察智慧、觉察合一。

尝试藉由理解造物者的房子来理解造物者，以我们微薄的见解，这是一种间接的尝试。

在我们离开这个特定的询问之前，我们愿简单地说，遍及整个宇宙造物，有一些能量点，当一个星系、恒星系统、或行星[好比你们的地球] 处于演化的一个特定

的阶段，这些能量点被思想所创造。在一个实体、行星、恒星或一个星系的演化中的一些情境或紧要关头中，呼求某些类型的信息的可用性，在一些情况中，你们可以看见这些脉冲充满了信息。

现在请问是否有进一步的询问？

Jim：J2 问，你们是否可以告诉我们麦田圈是什么。为什么似乎没有人看过它们正在被制作的过程。麦田圈背后有一个灵性原则吗？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。麦田圈的现象正如同大中心太阳与黑洞的现象：一个根植于时间/空间之世界，而非空间/时间中的现象。

演化的能量从思想开始运行。有一些行星级实体，我们先前曾称之为社会记忆复合体，他们的服务模式就是去创造一些连贯的神秘点。

当一个实体或实体们组成的团体创造了诸如凯尔特符文这样的一个符号系统时，相同的能量牵涉在其中。这样一个符号系统把神秘与未知的事物与日常的形状、设计、图案调合在一起。一个符文可以是一系列简单的线条，可以和特定种类的树木联系起来。它可能被规划为表明了这样或那样的一种振动的魔法能量。

当这样一个符号系统被创造出来的时候，它创造了一种语言。你的字母系统就是一种符号系统。现代记录音乐的方式就是这样一个符号系统。麦田圈是一个基本的符号系统，不是由一个人所创造的，而是被一个完整的星球团体所创造，他们尝试去服务，做为那些警醒者，呼唤你们星球上的人注意这个事实：有一种具有比较神秘和未知特性的存在，该存在无法以物质世界的调查方式被推测出来。

UFO 或不明飞行物，在一些情况中，它们本身就是完全相同能量的结果。然而，在不明飞行物的情况中，当它实际上是一个图像而不是一个飞行物体时，它是被思想所创造的，也就是说，一整个星球实体的、更深入的思想。

足够有趣的是，在地球上，当一定数量的团体[好比你们自己这个团体]的意识抵达到一个临界质量时，人们自己会以他们深入的潜意识心智开始合作，而他们的显意识心智并不知道他们正在进行合作。这些合作的结果是对共识实相的幻象连续性的一种撕裂和打破。在那种间隙[1]中，一些图像可能就会出现，它们表现出一个星球的整体文化或全体人群的希望、梦想、恐惧的外在表达。

***

原注 [1] hiatus: 在一个工作、系列、行动等等的连续过程中的一个间断或中断。

在大多数情况下，麦田圈不是由地球的意识创造，而是由那些想望帮助地球人群、从宇宙其他地方前来的星球团体的意识所创造的，他们想要帮助地球人在此刻从共识实相的睡眠中醒来。

请问现在是否有另一个询问，我的兄弟？

Jim：我和 P 提出了这个问题：「今年七月，英国研读团体参加了在英国福里斯特罗(Forest Row)的一场蒸汗小屋（sweat lodge）仪式。这场仪式包含了从最临近的环境中收集自然的材料，结构的建造，一场意愿的陈述，以及在进入小屋之前的数个小时的静默与沉思。

「在小屋中放置了炽热的岩石。把水泼到岩石上，产生出大量的蒸汽。在这种不舒适的环境中，每个成员轮流表达感激，询问一个问题，与领头者一起唱歌，在一系列长度不等的回合中享受静默。
「我们发现这是一场强有力的体验，它感觉起来好像是一种死亡和重生，在其中我们的团体在某个层次上融合为一。领导仪式的那个人认为，这是他曾经参加过的、最热的一个小屋。有大量能量被本团体释放出来。

「Q'uo 可愿评论蒸汗小屋的形而上含义，在操作中被投入的能量是什么？有任何无形的帮助吗？我们的仪式对于小屋和周围的土地有任何作用吗？」

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。当我们回答这个询问时，我们会请 Jim 实体在我们说完要说的内容之后，再次询问在这个问题中、任何我们没有涵盖到的部分。我们感激这种协助，我的兄弟。

当实体们是有意识的、觉醒的，并且觉察到他们真实的本性和他们希望去在意识[他们的意识和团体意识]中创造一种改变时，他们有各种方法来创造一种仪式，该仪式将体现他们对蜕变的渴望。

在这方面，能量运行的一条线路是被知晓为西方仪式化的白魔法传统。它为蜕变创造了一种结构，本质上是心智的结构，它想要连结寻求中灵魂的情绪部分、以及集中于心的部分，该灵魂运用深刻感动的、尖锐的图标或图像来使用白魔法仪式，从而将其创造为一条本质为心理的途径、以打开心轮。对于特定类型的人格，它是极其有效用的。

对于很多其他类型的人格，它是不合适的。一个蒸汗小屋的方式是创造出更多出自心轮而非出自头脑(心智)的行动，因此它作为一个蜕变的手段比作为一个魔法仪式的创造物是更加易于取得。与其用玄秘的样式，该圈子建造了蒸汗小屋。他们没有在空中画符号。他们使用石头、木材和布料，并为他们的蜕变创造了一座建筑。

选择高温是一个极佳的选择，好推动寻求者脱离共识实相。一个人如何才能推动心智离开共识实相呢？一个人改变了(环境)参数，于是，该实体就不再舒适了。这个技巧跟禁食是相同类别的技巧。一个蒸汗小屋的寻求者不是放弃食物、从而变得不舒适，他把自己放在过度的热度中、从而变得不舒适。

现在，不舒适本身是无意义的。但是心智设置了一个意愿、从而创造了一种模式，它在本质上是形而上的，它赋予不舒适一个意义。

当该圈子进入一个蒸汗小屋时，它正在做的事情是告诉其更深的自我，它做好准备了，不仅仅愿意去寻求真理，还愿意接纳真理并遵循真理而行动。真理一般来说不是某种可以用语言来表达的事物。在一个蒸汗小屋中被寻求的真理、在一场魔法仪式中被寻求的真理、在任何去发现自我之真理的追寻中、被寻求的真理，是一种没有言语的真理。更深自我的真理是没有言语的。它是一种菁华。它即是(It is)。

在第三密度中，你称之为人生的这种特殊幻象的结构是一种在设计上有很多神秘位置的结构。它们被塞入你日常生活的皱褶与折痕之中。这些皱褶充满了真理，很多实体都已经在最平凡的日常生活杂务中、遇到这些真理和领悟的小口袋了。然而，寻求中的灵魂通常必须使自己警醒，在加快自己的灵性演化的速度上，他

真实的态度有多严肃。那就是一个蒸汗小屋的基本功能了。

的确，这是非常真实的，我的兄弟，当这种仪式被正确地完成时，就有一种死亡和重生涉入其中。在这仪式中，把自我给予那高温，知晓高温将摧毁、烧掉该存有所有的渣滓和谷糠，仅仅留下那无条件爱之闪耀、鲜明、光辉的菁华。那就是你本质的真理了。

日常生活的问题在于它以各种细节如此阻碍你的五官，以致于你无法找到你的存在之真理。这是好的：以无论什么看起来对你有益的方法、来形成这些意愿去成长，接着创造一种结构以显化那种意愿、并使你更深的自我警醒于你的严肃性。

在任何时候，当一群人创造了一个性质上是形而上的活动，并且聚焦于造物者，那个活动就的确会对它周围的环境产生影响。对于宇宙造物而言 树、风、地球本身、阳光 全部都是一。你们正在和它们一同舞蹈。没有分离感。

如此自然地，当一个群体事件发生时，带来一种深刻的效应，好比你们在团体中进行的活动，那个分享能量和能量消耗的过程是从大地、天空、各种元素、以及植物、动物[属于盖亚，位于你们提供该仪式的那个局部地区]之舞中被取出，并成为那舞蹈的一部分。

我们是 Q'uo，请问 Jim 实体，关于这个询问，此时是否有我们尚未回应的部分？

Jim：在该仪式的过程中，有任何无形的帮助在场吗？

我们是 Q'uo，觉察你的询问。我的兄弟，总是有无形的帮助，不仅仅在有蒸汗小

屋的时候才有那帮助。在你的每一次呼吸之中、都有无形的帮助。你们的神圣著作说：造物主知道一只麻雀什么时候会落下。这是真实的，这是充分真实的。因为造物者就是一切万有。这样一个实地报导之系统是无以伦比的。

如果造物者就在宇宙造物的所有部分之中，祂如何会不知道造物之舞的样式，及其所有的旋律和适当性？

至于你在那里拥有什么类型的无形帮助，我们会请求你们考虑在宇宙造物中可利用的各种各样的帮助。有一些大自然的力量会因为蒸汗小屋的仪式而被联系、和警醒。有很多你们会称之为自然精灵(devic)的能量在那个时刻和你们一同舞蹈。

（录音带第一面结束）

（Carla 传讯）

还有那些原初的大地能量，从大地时间的初始就存在了，以及那些当大地还是崭新时就生活其上的实体，你们的种族都是那些实体的后裔。他们作为长兄，如树木一般站在你身边，一片见证者之森林。

另外，在场的每一个人都有指导灵系统。当该团体开始形成时，就会有该团体的高我，由团体中的所有人的高我所形成。而在那个高我的集合中，另一个实体诞生了，它是整个团体的一个资源，的确，整体比各个部分的总和要大得多。

因为该团体中，有些人来自(宇宙)其他地方，他们和那个文明的社会记忆复合体有着家族的连结，流浪者离开了那个文明以便于他可以来到地球并作为荷光者，

在此刻服务。

所以，我的兄弟，有一大群见证者，总是会有如此，不仅仅有正面事物的见证者，还有多负面事物的见证者，以及在两者之间的所有事物。在这个显化的世界中，你无论做什么事情，都会吸引那些无形能量，你在此刻散发的振动将吸引它们或和它们互补。

请问此刻有最后一个询问吗？

Jim：该仪式对于土地，建造小屋的地基，有什么作用？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们先前已经部分地谈论这点，当我们陈述，无论什么时候，实体们在其意识中创造了一种改变，这也会对实体们周围的环境创造一种相应的改变。让我们简单地说，当你获得再创造时，你周围的土地也获得再创造并接收到祝福，并且跟你一样接收到祝福，那是新生命、新希望、新觉知的祝福。

我们发觉这个器皿的能量衰微了，所以我们要离开这个器皿和团体，再一次感谢你们，为了这次对话的荣幸和你们的存在之美。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT

☆ 第 2303 章集：恐惧和骄傲

Copyright © 2007 L/L Research

特别冥想

2006 年九月 26 日

来自 M 的问题：在这个我身处其中的情境中，我可以看见一个基本的样式。我看到周围的某种恐惧和抵抗正变得更加坚决。我害怕去信赖对自己的天赋的使用，包括音乐、商业、其他方面的天赋。因此，我停留在一个门槛地带，重复这些经验直到我摧毁这种深入的恐惧为止。通过体验这种失业的情景，体验不确定和危险的感觉，体验支持和供养我的家庭的责任负担，我如何才能处理这种经验，以转化我仍旧拥有的内在锁链，即恐惧与骄傲的锁链？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们，在以祂之名的服务中、今晚我们来到你们中间。能被这个寻求圈呼唤是一种极大的荣幸和快乐，我们向你们表达感激与谢意，为了你们给予一个分享我们的观点的机会。如果你们在聆听我们的想法的时候、非常的谨慎小心，仅仅使用那些与你们有共鸣并感觉到生动有用的想法，这将对我们很有帮助。这样，那些你们与其没有共鸣的想法即是没有击中目标的想法，我们要请你们把它们放在一边。

如果你们愿意带着小心谨慎来分辨，它将允许我们随意发言而不用担心可能会侵犯自由意志。所以，我们感谢你们在这方面的考虑。

我的兄弟，你们摆在我们面前的询问是思想丰富、见地深刻的。在问题本身之中就有大量有益的自我认识；以及一种在那些寻求真理的人之中、并不常见的概观。

当一个人外在的物质性关注不是你想要它们成为的样子时，很容易被表面上发生的混乱牵绊。当一些事情在外在世界中出岔子的时候，很容易被你自己的自我怀疑淹没。一个灵性上更加成熟的存有能够看到潜在的主题和重复性的能量支出，而这种能量支出已经不再符合你的需要，不如你想要你的能量支出服务于你的情况。为此，我们称赞你，我的兄弟。对一个更清晰地洞察自我之道的人谈话，这是远远容易许多的。

现在，让我们注视「自我」这个词语。这个器皿已经读过一本由艾克哈特·托勒(Ekhart Tolle)所着的、名为《新世界》的书。她与 Jim 实体在他们的早晨奉献仪式上阅读这份以自我本质为中心的材料。而同时性的事情是，你的问题碰巧深刻地涉及这个概念。

我的兄弟，你觉察到，根据我们的思考的方式，万物是一体的。造物者和你是相同的。因此，你自己在最深的层次上是造物者的自我。你的「我」即是神格(godhead)原则的「我是」（I Am）。

让我们稍稍靠近一点共识实相，从无限造物者[祂是完全的神秘]向下移动到无条件之爱的表达[这个器皿称之为耶稣·基督]、半被揭露的神秘之中，可以被看到的是：你和耶稣·基督在他的人类肩膀上所承载的无条件之爱与慈悲是一体的，这两者即是他王者君威之长袍。

我的兄弟，你也是王室的。在宇宙造物的无限延伸范围中、每一个灵魂都是造物者身分的法定继承人。

因此，你认为你之所是的这个自我，它是什么？这是一个有趣的问题，因为你有一部分正在向你自己的其他部分问问题。我的兄弟，观察人格是如何在仔细的检验中开始瓦解，这是有趣的。

的确，你的文化并不导向帮助你更深地进入自我的本质。这个多少有些唯物论的文化，而你是其中的一部分，倾向于用关于自我的各种各样的事物来辨识自我。

每一个实体选择去区分哪些特征是他们的最爱。它们可以包括性别、种族起源、技能的类型、正在工作或正在玩耍，如此等等。

你们的文化没有兴趣看到你更深地进入你之所是。该文化会很高兴看到你这么做：世俗的眼睛认定你做得有多好，你就以此定义自己。

在你自己的人格的模式和结构中，有关于你自己最喜欢的癖好和事情，它们感觉起来是很重要的。它是一串丰富的特性，如果用一种沉思的方式来检验并查看每一个癖好的性质、它可能的起源是什么、它所展现出来的是什么，这样，一种创伤的途径就能够在皮肤之下显示出一个受到伤害的地方。

你谈到使用你正在收到的催化剂，以便于工作于那些你感觉最为显著的区域，也就是恐惧和骄傲，而你所收到的催化剂是去找到一份工作并且照顾家人。

我们现在谈论骄傲。骄傲是那个觉察到自我拥有优点的自我。这并不是说，觉察

到你的优点是不正确的，这也不是说充分地察觉到你的缺点是错误的。然而，当对一个人的特性的认识有一种情绪上的电荷时，那种情绪性电荷创造了某种要去防卫的事物。

名为艾克哈特的实体对这个观念进行了评论，他认为那是无意识(自我)或小我(egoic self)的特性，小我喜欢是正确的，因此它会将其他人定义为错误的。如果某些结构包含了骄傲，无论它们的起源是什么，这些结构都倾向于分裂光并将爱的力量分解为越来越小的碎片。

对于一个比大多数人更聪明、更有创造力、并带着一种更成熟的灵性视角的实体，要避免对于至今已经行旅的距离的满意感觉，这的确是困难的。然而，就是那些困难的时期提供了正面的效应，让一个人跪下来并且使得他意识到、单凭他自己，他什么也不能做。

使得一个骄傲的人变得谦卑，那是一份礼物，我们觉察到，接受这份礼物是困难的。不过在同时间，有些礼物就在清空你的虚荣之过程的尽头。一种礼物是：你的确是空无的，没有任何要证明的东西、没有任何要防卫的事物。在那种空无状态中，你接着就可以请求去行使太一无限造物者的意志，请求带着爱、慈悲、一种远远更加定向的意志去服务。

当一个人不区别各种差事的时候，当一个人带着爱做他的差事时，所有的差事都是平等的。那么，把你的骄傲倾注到一个新的容器，让它被转变为一种意愿：无论今天出现在你面前的事物是什么，都愿意去服务。

如果你能够找到一个高尚的受僱位置，它可以尽可能地伸展你的创意能力并为你

提供大量的世俗供给，那么，就带着全然的爱与热情，尽你的全力去做那份工作吧。

如果人生境遇带给你的工作使你觉得有失身份，然而你能够去做这份工作，它能够支付账单，那么找到你本会带入那份高尚工作中的爱与骄傲，带着全然的完整性把它应用于在这一天出现在你面前的工作。

在所有你做的工作中，不要区分工作的种类，毋宁在你的双手、头脑、心灵的工作中，聚焦于创造一首、属于你的爱与行动之诗歌。

谈到恐惧，我的弟兄，则是一个不同的主题。恐惧是在一个人感觉到他处于危险之中的时候发生的那种紧缩。既然生命本身是一场凶险，在必然的死亡中结束，那么人类的情境就是去体验恐惧。宇宙是深不可测和无法控制的。对于所有那些能够查看的存有，看见各种困难和挑战性的情境发生在他们周围，为什么在他们心中不应该有恐惧呢？行星地球，看起来就是一个危险的地方，难道不是吗？

不过，真理的寻求者并未很渴望恐惧。有什么东西要去恐惧？这个器皿立刻用一些恐惧的想法回应了我们的问题：对于饥饿的恐惧、没有可以称为你自己的四面墙壁*的恐惧，以及伴随着找不到一份工作、发现收支难以平衡，产生的其他恐惧。
(*译注：意指没有自己的房子)

这些都是非常真实与可观的恐惧。不过，我们感测到，在你的询问中，有一种更深的恐惧[我们可以讲述那种恐惧]，以这样一种方式也许它会影响外在世界中的恐惧。

事实上，没有任何需要恐惧的事物。

你们正居住在某种幻象之中，你的意识在它自己周围创造了一个肉体载具，它携带着这种意识四处活动。居住在肉体载具之中，它为意识提供了大量的益处。

当某些让肉体载具无法生存下去的事情发生的时候，你的意识将不间断地继续前进。你将继续(存在)。

那么，本质上，没有任何需要恐惧的事物。无论任何什么环境，它都是其本来的样子，直到它发生改变为止。改变是不可避免的。唯一的问题是时机。在这个选择的密度[也就是地球世界]中，你将一直发现自己处于改变与蜕变的过程。

如果你所感觉到的恐惧，就其本质是一个空洞的东西，那么关键就在于开始更多地意识到恐惧的动力学。恐惧的动态面是爱。恐惧与爱无法共存，就好像光明与黑暗无法共存一样。

就好像光一样，爱无法被恐惧杀死。即使在最有敌意的环境中，爱会闪耀，正如同光一般。即使一个极小的蜡烛之光也能创造出对眼睛是显著的光辉与亮度。在你内在的爱正等待着你去拥抱它。这是某种你可以非常有意识去做的事情，然而，为了让你自己取用此刻正在到来的催化剂，并以一种正面的方式使用它，有大量的训练被包含在其中了。

当你在自己的内在感觉到恐惧时，不要转移进入一种自我怀疑或不安的内在氛围。注视那种恐惧。强化那种恐惧。充分地觉察到你的恐惧。接着寻求它的对立

面。允许你自己开始觉察到爱，爱在所有的时间都在你周围流动，太一无限造物者之爱没有任何限制。

让那无条件之爱的感觉举起你并帮助你发光，就好像你是一座灯塔，承载着这座美妙的爱与光之法罗斯灯塔[1]，通过你表达出来。感觉那光辉，知晓它和你正携带的恐惧是一样真实与真切。

***

原注：[1] 法罗斯岛(Pharos) 是一个半岛，位于埃及北部，靠近亚历山大港，托勒密在那里建造了一个灯塔，它被视为是古代的世界七大奇观之一。经历了很长时间的使用之后，现在任何灯塔都可以被称之为一个「Pharos」。

你不是在尝试去摧毁你的恐惧。我们鼓励你，宁可把它考虑为一种平衡性机制。人类的情境总会包含恐惧，但是它也可以包含一种相等的、平衡的额度之爱，于是你就是一个 360 度的存有：包括光明与黑暗，困难与容易，悲伤与喜悦。

你可以允许自己继续工作那些关于你自身的事物，它们都是你觉得需要工作的东西：骄傲、自大、恐惧、担忧；察觉到危险与危害，(虽然)你远远更喜欢自己有能力处理(它们)。你的人格细节将要花费时间好对你展现它们自己。

当你从事这项工作时，我们鼓励你记得：你是造物者。你是救赎者。你是神格的所有角色。

因此，要不要评判你自己，还是避免评判你自己、并注意到你意图的纯净、以此

评估你真实的价值，这是由你决定的。如果你内在的声音谴责你，那么，谁将会救你呢？

让你内在的声音成为一种鼓励、力量、坚毅的声音。让所有那些深深地焦虑的感觉被转化为好好生活的毅力与决心。当你的焦点是好好生活的时候，当你用一种尽可能优美的方式去服务并用上你全部的热忱、在你所有的实践中、都去记起太一无限造物者，你将发现要浪费时间去怀疑自己会变得越来越不容易。因为你将以如此的方式聚焦于服务的目标，于是当你回顾你的人生时，你将看到一首诗歌，以及优雅、匀称，属于你的意图、想法、你的创造性投射。

我们鼓励你，我的兄弟，带着你给自己的一份礼物来支持这份工作，那礼物即是神圣的时间。有时候，要为你自己开创出一种内在静默的真实体验，这是极其困难的。然而，无论以什么对你最有意义的方式，我们会鼓励你确保自己有一些独处的时刻，好跟你的寻求、追寻、你的希望和梦想共处。

以静默滋养你自己，并鼓励你自己和静默在一起。无论它是大自然的静默或某种形式的正式冥想，或者你可能会做出的、无论什么的选择，给你自己那份强化的礼物，因为在那静默中，有着你的个人指导灵系统、以及很多很多的其他的灵感与安慰的来源的连接，这些来源有的位于内在层面，也有的来自其他地方。

我们自己总是非常乐意成为你的冥想的一部分，以便于强化你的基础冥想状态。你们可以通过在心智中请求它，来要求我们的临在。

记起这点是很好的：这项工作是极度孤单的，因为它是内在的、主观的，然而，你从未是(真正)孤单的。无形世界的天军和那些寻求者[寻求太一无限造物者的爱

与光]交感共振。你的希望、寻求、你的坚持不懈将会牵引越来越多数量的有益灵魂到你身边。

我们愿给你这个鼓励：相信自己，对于你的想法、存在、梦想之价值有自信。在你面前有一个模式，的确是一个深具挑战的模式。看看你可以做什么来跟你在前方发现的事物合作，一直向后退以获得一个更宽广的视角，一个能够看到地球的曲线而不是街灯、树木、房屋的视角。

你同时生活在两个世界中。活在这个世界中的关键就是好好地活在无形的世界中，它属于你的想法、意图、洞见，以及你在寻求真理中的完整性。

我的兄弟，请问现在是否有一个后续问题或有另一个问题？

（文字记录结束）

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ **第 2304 章集：收割的进度**

Copyright © 2016 L/L Research

周六冥想

2016 年二月 6 日

团体问题：Q'uo，这个接触(通讯)中断了四年，自从恢复通讯以来，我们爱/光研究机构已经从海外读者那里收到一些关于从第三密度转换到第四密度的问题，据

称是目前正在发生的过程。因为你们和星际邦联在你们的信息中，同时包括你们的窄频与宽带的传讯，已经反覆述说这个课题，使得它成为你们讯息的一种特色，我们假设你们想要地面上的灵性寻求者知晓关于该密度的改变。
因此，今天，我们对于这次传讯的主要部分提出两个简单的问题：

1）关于从第三密度过渡到第四密度的时期，或者如你们所称的收割(harvest)，我们在该进程中的哪个位置？作为那个问题的一个延伸，就我们的灵性演化而言，这种收割如何跟我们有关，或者，我们要如何看待它？

2）在这个接触的限度和自由意志的限度之内，就你们能够精确谈论的内容而言，这个进入第四密度的转变(过渡)时期，如何显化在集体的空间/时间经验[我们称之为日常生活]中呢？

L/L <wbr>Research 收割的进度

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。在这个下午，我们非常荣幸地向你们各位致意，因为藉由你们的寻求，我们已经被呼唤到你们的团体，你们每个人作为个别的实体，以及一起成为一个团体，全都在寻求太一造物者的光，以照亮你们走在其上的道路，并把更大的清晰度带到那条道路上，同时尽可能地、多去理解在你们的经验密度中拥有的体验，因为在那里，被清晰地知晓的事物是如此之少，不过，爱至高无上地统治着，光指引着道路，而一体性就是你们站立其上的基础。

我们将要求你们，如我们一直做的一样，对于那些我们提供给你们的言语和观念，使用你们自己的分辨力，采用那些有意义的部分，并把那些没有意义的部分抛开。我们并不想望成为你们的一块绊脚石，我们想要帮助你们的旅程，如果你们愿意为我们做这件事，在分享我们所要同你们分享的内容上，它对我们会是一个巨大的帮助，因为我们不是要被视为终极的权威。我们，和你们一样，藉由我们的存有的每一根纤维来寻求太一，我们很高兴跟好比你们这样的实体分享我们在这旅程上已经学会的事物。

今天下午，你们询问关于你们的行星地球上面的收割，那个伟大的时刻，灵魂在此时能够从第三密度[那个有意识做出选择的密度]毕业，进入爱与理解的密度[依照许多实体的称呼]。当然，在场的所有人有兴趣的是「正面收割」[可以这么称呼]，也就是被形容为服务他人多于服务自我的收割，因为，我的朋友，所有必须的事物就是你服务他人多于服务你自己。随着那个简单的选择被做出，在第四密度的巨大范围中，许多研究和学习就变得可能，而第四密度现在带着全然悲悯的爱之能量包围和灌注你们的星球及其人群，那些能够在他们的生活中体验并表达这种爱的实体，即是那些正在使自己可以完成这次收割的实体；而的确，地球自身将会被收割进入第四密度，因为作为一个实体，它也在进展。

你们问到，在此刻，对于这个星球及其人群、收割的进度怎么样，因为遍及你们星球的整个历史，已经有许多次关于这个伟大事件的预言了。确实，众所周知的耶稣·基督曾说，在他的团体中，有一些人会看见收割。收割首先从那些心智中开始，尤其是从那些准备好去欢迎并享用爱与理解的振动的心灵开始。因此，在你们过去的几千年时间中，已经有很多人能够收割自己、进入第四正面密度，在此刻，他们正准备好迎接在行星地球上、更大的兄弟姐妹群体，容我们说，他们将在无限的命运之钟整点报时的时刻被收割。

你们的收割已经开始了。现在，那些实体正在离开你们幻象并穿越你们称之为死亡的大门，他们正在走光之阶梯，看看他们是否拥有能力去走过并享用更明亮的光，这种光是第四密度体验中、一个意义重大的部分。当这些实体进入这种光之中，他们尽可能远地移动，而不觉得光变的太过耀眼。当光太过耀眼，以致于无法继续时，他们走到一旁，接着注意到他们是否已经跨越了，容我们说，第三密度进入第四密度的边界。那些已经跨越的实体会加入圣乐合唱团，对太一造物者歌唱荣耀的「哈利路亚」，欢迎其他同样穿越了死亡大门、仅仅为了在另一个幻象中重生进入太一的爱与光，这是一个更为宏伟的幻象，更密集地装满了光、爱、理解、合作、社群，大家共同的努力，以更进一步地寻求太一造物者。

因此，在这个意义上，你们的收割已经开始了，但是我们了解你们的意思，它将在什么时候完成？我的朋友，现在，这是所有观察你们居住其上的这个小小星球的实体的问题，因为在此刻，你们的星球的人群中有大量的混淆，有如此多的实体、文化、民族、教义、宗教、教派等等的自由意志，他们都看见这个伟大的时刻，每个实体透过各自的的眼睛去看，虽然所有人都分享这感觉、渴望，以及太一造物者的承诺：欢迎孩子们回家，到达一个更为宏伟的家，一个更有爱的家，在那里，最终，一切众生都受到欢迎。

我们觉察到你们拥有信息，该信息建议，按照你们的度量，有一个巨大的时间跨度可能会成为第三密度最后部分的潜在体验、以及第四密度的完整体验。这个上至你们的时间的六百到七百年的时间度量，仍旧是一个可能性，虽然有自由意志的因素要被考虑— 属于你们星球上的庞大人群的自由意志。

在此刻，有很多实体、很多团体[好比这个团体]正在致力工作好增加收割量，以

一种几何级数的方式来增加。你们都知道 Ra 群体谈论的、倍增(效应)的概念。在有一个人寻求的时候，那就足以成为基石，当两个人以一种成功的方式寻求太一、接近可收割的能力，就产生了倍增效应，第三个人会继续加倍，如此类推，一直到你们的星球的人群取得你们称为的「临界质量」。

这种质量在时间/空间以及它的类比物空间/时间之中都正在靠近(你们)，因此有很多人将发觉自己能够参与这场收割，如果不是在目前的人生达成，那就是在下辈子达成；因为现在看起来，藉由所有这些老师、指导灵、学生、帮手的最佳努力，随着这颗行星的诞生，完成这场收割所需的期间将不会多于两次额外的人生。

我的朋友们，要了解到，你们星球的自由意志是十分难以预测的，因为有些势力从上古以来就在运行，他们会运作以对抗这类收割，那些实体属于一个更为黑暗的种类，以它们自己的方式寻求藉由控制这种收割的光而被收割。不过，它们将会失败，因为大批的服务自我之实体将仅仅拥有一小段日子，它们在其中将占据绝对优势，接下来，它们的日子就结束了，光将会闪耀，收割将会完成。那些寻求服务他人的实体将在这个星球上找到一个新的第四密度家园，因为这颗星球，即使伴随着它所有表面上的黑暗、斗争、战争、控制、负面性，它们在你们的数万年期间折磨着这个星球，(虽然如此，）地球将成为一颗第四密度的正面行星。

因此，你们可以看到，虽然前方有些困难，它们将会被克服。全然悲悯的爱将不仅仅找到它的日子，也会找到它在这个星球上的周期，这个星球将在一个崭新世界的诸天中，如同星星一般地明亮。

在此刻，我们将这个通讯转移到被知晓为 Steve 的实体，以继续该询问的第二部

分。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，我和这个器皿同在。我们在此刻讲述该问题：关于收割的意义；我们要求你们后退一步做为开始，接着探究收割的对象是谁，它是什么。

从某个方面，它是谁的问题非常简单，因为它将是你。但是，你是谁呢？如果从其集体性的意义来使用那个词语，它不仅仅包含了个别的心/身/灵复合体，它也包含了大量其他的、已经在同一的寻求的合一中聚集在一起的心/身/灵复合体，他们一起组成了某种类型的能量配置，它表达了我们可以称为特定的存有签名的东西。

现在，这个签名就是心/身/灵复合体在它们漫长的联合进程中、在其独特演化过程中的一个产物，实际上，在这个星球上，我们会说，这一个时期远远在你们的第三密度经验存在之前就开始了，它将在第三密度的经验部分已经完成之后继续很长的时间。因此，我们可以谈及一个演化的天命，执行这个天命就是每一个独特行星的机能，于是这个天命就可以成为献给造物者的一个装饰品，成为宇宙造物的一件装饰品(honestation)。

因此，你们能够看到，它并非单纯地是每一个人成为可收割的问题，你可能希望那些朋友与伙伴将和你一起被收割；但是，赎罪，如果你们愿意这样说，救赎，或者一个更好的词语只是：你们星球上的一个演化周期的完成，关于这件事，所有人都共享一定的责任。

所有那些围绕着你们星球的实体对于这件事具有巨大的兴趣，这些实体在你们的许多世代之中、已经照看并鼓励你们星球上的那些实体继续它们演化上的努力了。该兴趣是在于使得宇宙造物的一部分进入它领悟的圆满性。而那些实体监督与协助你们的投胎周期之进程，他们的立足点位于你们的空间/时间连续体的时间/空间部分，已经就他们的能力的最大极限、鼓励这个过程，并且在全时间都认识到，确实，如我们已经说过的，演化是一个自由意志的机能。

现在，在你们的星球上发生的事情是，将有一些人不会完成收割，实际上，总数很可能是相当多的。我们带着某种程度的忧伤这样说，因为，事实上，所有开始一次人生周期的实体都希望他们将能够，在这个过程中的某个位置，抵达一种灵性发展的层次，而该层次允许它们前往更深一层的舞台，而那些不得不重复第三密度的实体，在某些情况中，已经重复不只一次了，它们发现自己正看着一个非常真实的、再次重复它的前景，在认清进入第四密度的最后范围仍旧有一点超出伸手可及的范围，有一点多于它们在此刻能够达成的伸展范围时，它们可能开始感觉到一定程度的绝望。

现在，确实会发生的事情是，有时候进步可以相当快速地发生，监管这个过程的指导灵对于这一点是相当知晓的，并且和任何给予该希望的前景协调一致，即希望更大数量的实体确实可以达成收割。

协助每一个渴慕的灵魂，渴慕值得拥有非常靠近收割的希望，直到最后，这是重要的，原因是，每一个已经参与这个星球体验的灵魂都是这种体验努力要达成的命运的一部分。每一个灵魂都携带着宇宙造物本身的秘密的一部分，都很有希望把独特信息带回给造物者，没有任何其他方式可以取得的信息。

我的朋友，这个行星是独特的，它在许多方面是独特的，不是每一个星球在它从第三密度移动到第四密度的这点上都是独特的。尤其是，它有个特色是：正面势力[如我们可能的称呼]与负面势力之间一组特定的平衡。这是其中一个原因，说明为什么演化进程的两边[正面与负面]同时对于你们的星球有巨大的兴趣，以及为什么你们可能称为的诸天的决战或竞赛已经从你们的亘古以来开展了这么久远。

那些已经通过严峻考验，如我们对它的称呼，的实体，在那种考验中，他们已经被要求去筛选在他们的经验中、一个显著的部分，该部分似乎带有负面能量的签名色彩，尝试去将转换负面性并允许它提供能量给一个正面性升起主导的系统。我们说，那些已经通过这个过程的实体，必然将会把一种特定类型的观点，灵性存有的特殊力道提供给宇宙造物，那些已经在更为和谐的背景下演化的实体仅仅能够少量地欣赏它，却正在越来越多地、学习去地理解它的重大意义。

所以，宇宙造物自身目前正划分为二，在较高的密度中，有些实体仍旧沿着一条负面的道路寻求，以及有些实体仍旧沿着正面的道路寻求，而在这两者之间有一种斗争、竞争，但是，到了某个点，这种竞争将需要被解决(消除)。我们确信，所有那些已经沿着正面性、爱、悲悯的线路寻求的实体都确信，在最后，爱与悲悯甚至将会拥抱它的对立面，同时两种极性将不可避免地在一种光荣的联合中重新结合起来，该联合将以最为生动有力、最为彻底搜索的方式、向造物者表明祂的特性，造物者的特性会持续不断地被探测，造物者的特性正持续不断地被造物者自己询问着。

现在，你们的星球站在一个十字路口。相当清楚的事情是，那些已经抵达收割的顶峰，并且看起来能够越过门槛，进入第四密度体验的群体、其中最大数量的实

体将具备正面性振动。因此，我们能够说，这个星球事实上将是一个第四密度的正面星球。然而，将有一定数量的实体将会从这个星球的体验被收割进入到宇宙造物的负面登记册之中，这些实体，不会在这个星球上找到一个，可以说是，合它们胃口的家园，它们将拥有机会在一个早已极化到负面性的星球上、作为一个团体，追寻它们进一步的演化发展。

关于这些灵魂，那些在这个(次元)平面上成长的心/身/灵复合体，有趣的事情是：它们将拥有一些经验，和负面的能量焦点有关，而且我们可以称呼这种关系是「近距离且个人的」。它们将拥有亲密的体验，在某些情况中，在一个相当高的阶层上把负面能量质变为一种正面的显化，而这种体验将给予它们特定的力气，特定的洞见，特定的振动特性；其他星球，属于其他密度的兄弟姐妹们将会非常愉快地接收这些东西；容我们说，这些兄弟姐妹接下来将有机会去探索那些先前从未能近距离检视的造物维度。

正是为了这个原因，考虑你们的星球拥有一个命运和一种发展上的连续性，这是相当意义重大的要点，该连续性从地球在第三密度中已经体验的过去，来到现在，接着通往十分确定将会是第四正面密度的一个未来。那些将会被邀请从(宇宙的)其他来源进入你们的星球体验的灵魂，那些灵魂将会如此被邀请是因为在你们的人群当中将有一些可用的「空缺」[容我们说]，它们无法被原生的第三密度的人群所填满，由于那些已经可收割的人群不足以填满这些「空缺」之故，这些新进的灵魂将被给予荣耀和责任去填充一种命运，它将包含了一条轨迹，或者一种动量，并将牵涉一些文化形式— 在你们的很长一段时期中，它们一直处在被发展的过程中。

现在，诚然，一旦第四密度完全绽放了，过渡到新文化形式的过程将是相当戏剧

化的，对于你们许多的机构，许多文化传统的方面，差异将如同黑夜与白天一般显著，你们的机构和文化传统将经历这样的转变，它们将变得几乎不能识别。但是，我们确实要以「几乎不」或「几乎」的词语引起你们的注意，因为，很重要的事情是，有一种回头进入你们的过去的伸展，正如有一种向前进入你们的未来的伸展，将是这个行星，将是这个人群，一起把那种亲密、秘密的焦点赋予一种发展的模式，它将流入你们的未来。它将是进入地球的第四密度的大地能量，那种能量将不会在第四密度重新开始，毋宁，它将继续下去，正如同你们的第三密度延续自你们地球层面上的第二密度经验[属于较高等的动物]。

现在，这种延续性不是某种单纯地自己会发生的东西。这是在你们星球上、所有目前具肉身的人的机能与责任，做出所有努力、以最动人的可能方式去参与当前在你们星球上活跃的文化形式，于是，这些形式就可以拥有一种生命，移动进入一个更饱满的命运，而它们就可能拥有一种未来的体验，把它们带入一种状态：允许第四密度在一个已经准备好的土壤上成长。

流浪者被允许投生的主要原因，毋疑地，就是去提高那些可能有意图地、热望获得收割的实体的数量。但是，几乎同等重要的事情是保存、延续、增进星球意识[如果我们可以那么称呼]的绽放，该意识也构成了一种合一性，而它也表达了许多困难与烦恼，那是你们，作为个别的心身灵复合体，每个人以自己的方式、体验的东西。

当你们以团体的方式[好比这个团体]聚集在一起的时候，你们正在做的工作要比[作为一个人，]属于你自己的命运的工作更多；你们正在做的工作会协助这个行星，也协助它所热望的未来，也就是第四密度，它将是正面的，它将是一种爱的环境，在其中，意识的罩纱将一点一点地消散。那些灵魂，它们已经在你们的一

段相当长的时间中、发现自己在黑暗中摸索，现在，它们会发现自己站在光中。

我们称许你们，为了这道光，为了从土壤中产出这些情况，允许长久以来隐藏在黑暗中的角落与缝隙中的光、开始闪耀。我的兄弟姐妹们，为了你们努力使(新)地球诞生，它尚未出现但很快就会出现，我们称赞你们。

我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，并从这个器皿返回被知晓为 Jim 的器皿，好发现我们可否针对进一步的询问讲述。我是 Q'uo。Adonai，我的朋友，Adonai。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再一次和这个器皿同在。在此刻，我们感到快乐，提供我们自己回答在场的人可能向我们提出的任何进一步询问。此时有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，我有一个询问给你们。它是关于在密度之间、离散的(discrete)边界。在问这个询问之前，我将要引用《一的法则》资料的四个段落，在其中，Ra 描述这种边界：

1）在 9.4 中，Ra 正在讨论智能能量如如何使得密度循环，它们说：「这智能能量提供了一种时钟。这些周期如同你们的整点报时一样精准地移动，从智能能量通往智能无限的大门在整点报时的时候开放，无论当时环境是什么。」

我将此解读为，它们在说，无论在地球上发生什么事情，那扇门都会由于整点报时而开放。

2）在第二个引用 13.23，Ra 说：「第四密度，如我们已经说过的一样，它接近的过程如同整点报时一样地规律化的。」

3）在 40.11，它们说：「量子的特性是如此的，以致于跨越边界的运动是关于那种振动层次的离散定位的运动。」

4）最后，在 63.24，发问者正在询问第四密度：「那么，当第四密度的星球被启动的时候，会有热量被产生出来。我假设这种热能是仅仅在第三密度的星球中被产生出来的。这是正确的吗？」

Ra 说：「这是相当正确的。每一个次元的体验性扭曲都是离散的。」

因此，这里有四个场合，在其中，它们谈到这这种「离散边界」。

我的问题分两个部分：1）那个不连续的边界是在我们前方，还是在我们后方？

2）如果在我们前方的话，当我们抵达那个具有一种离散边界的时刻，在地球上，在我们的空间/时间的环境中会发生什么事情呢？

我是 Q'uo，我觉察你的询问，我的兄弟。地球跨越进入第四密度的经验周期的时刻，很多人在事先很长一段时期[以你们的时间尺度]中就在谈论该时刻，也就是 2012 年。在这一年，你们的行星的时间/空间的存在状态完全成为第四密度的特性，然而，你们的行星的空间/时间部分已经多少有些，容我们说，混淆与落后，在收集实体方面，以及在他们有能力完成你们所称的毕业的方面，都是如此，而

无法以一种稳固且离散的方式转动罗盘的指针。

因此，我们建议，在空间/时间的连续体能够与时间/空间毕业进入到第四密度的连续体相匹配之前，需要有大约两次额外的人生期间，而每一个投生的时期持续你们的 70 年到 80 年之间。因此，你们将会看到，会有某种，容我们说，清理清理烂摊子的过程，那些在你们的星球上似乎无法找到回家的途径的文化已经造成的烂摊子；这一群实体极有可能将发现必须要在第三密度的空间/时间中，在另一个第三密度的星球上头，重复 75，000 年的大师周期。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：Q'uo，这在我听起来，彷彿你们在说，我们跨过了那个边界的时刻。根据 Ra 所说的内容，通往智能无限的大门在那个时刻打开了，但你们接着说，然而，我们是实质上缓慢地要跟上，并且/或者我们的能量，我们集体的振动性情况和在边界线上可使用的入口并不匹配。

因此，在那个时候发生的事情是—我有点糊涂了，因为似乎该大门无论在空间/时间中的地面上发生什么事情，它都会开放。因此，如果我们在空间/时间中，并没有，如你们刚刚说的，清理完在入口处的烂摊子的话，会发生什么事情呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在跨越你们的第三密度经验的空间/时间附近边界的运动中，有那些协助你们星球人口的实体随时待命，这种运动已经进行了，容我们说，至少有你们的七十年时间。整点报时的精确性在你们的幻象的时间/空间的终极意义上、多少有点难以向你们描述，因为在你们看起来是一个巨大的时间部分，假设它是你们的 50、60 或 100 年，在更大的远景中，不过是

眨眼的一瞬间。在你们的第三密度幻象中，无法照字面地去看待整点报时，因为你们是在微观的层次上看。第三密度移动进入第四密度，一个更为宏大的远景，在这样一个经验的层次上，时间是扩展的，而空间并不会扮演如此一个重大的角色。

因此，在你们的星球上，所有实体都会有机会去，如我们刚才提到的，清理烂摊子。将会有那些指导灵将会使得自己变得明显，以这样或者那样的方式显露给第三密度的人群，或许是作为具肉身的实体，也许是掀起一种运动，在你们第三密度的星球中的各种各样的部分，在各种文化、宗教、派别、国家之中进行，于是也将产生各种努力，如同你们现在清理环境，也在清理形而上的环境。
换句话说，在你们的星球体验的所有层次上，都迈向大步的进展。在你们的幻象中，每一天都有各种类型的第四密度显化的迹象。举个例子，靛蓝儿童，就是那些在此刻已经在第三密度层面上投生的实体，它们已经能够成功地从其他第三密度的星球上毕业，并已经发现一个伟大的机会与荣幸，就是此刻在这里投生，协助这个转换过程，并成为我们所称的「系统破坏者」(systems buster)，如我们已经听过有人这么描述他们的，这些靛蓝儿童能够达成新的协议以处理各式各样的问题，这些问题在你们的星球上、被视为延缓了你们星球经验的空间/时间部分进入第四密度的运动进程。这些实体将找到他们的途径以进入各种各样的你们所称的「社会、政治、经济的权力」的场所，在负面性的巨龙找到其对手、牠的尾巴不再猛烈摆动之后，于是能够发挥他们的影响与作用。

我的兄弟，还有另一个询问吗？

Gary：那为我澄清了一些事情，非常感谢你们，Q'uo。我确实还有最后一个简短的询问。在我们的空间/时间的经验中，就在跨越离散边界的瞬间，收割的机会在

这个星球上不复存在，第三密度的生命就不再是可取得的，[至少在这个星球上会维持一小段时间]，在那个时刻，那些仍旧在第三密度中投胎的实体会发生什么事情呢？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。

在我们先前的回答中，我们正在尝试去建议，这些实体将能够移动经历，容我们说，毕业的过程，他们接着将为自己决定需不需要在另一个第三密度的行星上重复第三密度的周期。

我们还剩下足够的能量，用于一或两个简短问题。

F：针对刚才的解释，作为一个后续问题，我们已经在时间/空间中进入第四密度，但空间/时间要赶上四密度的时程落后。我们，生活在这个时期中的人群—我们能不能看到，以一些方式，不仅仅是在社会改变与其他改变中，同样也在好比地球的改变和类似那样的事情中，看到第四密度的光与能量之显化？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。这是正确的。有很多改变此刻正在出现，你们星球的表面上的改变对于体验的观察者是显而易见的—那些构造板块的改变，星球表面释放热量，实体们有能力在你们星球的各个不同的部分去感知能量的运动，并为了那些周围的人的益处以及为星球本身而使用这些能量。这些改变有一部分将会被体验到，并确实在此刻正在被体验到，因为在你们的第三密度中，有着大量的实体、能量、观念、概念的运动，因此，似乎是一个处于混乱中的世界。

从一个外在的观点来看，可能看起来确实是这样的，但是我们会建议，在你们的星球的内在层面的形而上层次上，这种类型的混乱是被视为是，各种各样的实体与观念的发酵、富有成效的混合物之冒泡，因此，从这种体验的坩埚将产生你们视为光的东西，你们会视为一个体验到能量的方向，一种供造物者的智能能量移动的方向，它以离散的、有组织的、启发的、能力的模式移动，好激励实体们的想象力，看穿现在出现在他们的显意识中的事物，带出在潜意识心智中的事物，并在每个实体内在之中拥有一种新类型的诞生，因为你们将会看到，在某种意义上，在你们的层面上，现在有很多过去尚未有此体验，开始在灵性上寻求的实体。有很多实体正在勤奋地、充满热情地寻求一种对于太一无限造物者的体验。

当这些实体能够把这种智能能量和智能无限带入第三密度中的显化的时候，你们将会看到更多的、你们所称的奇迹，意识的改变，各种人群、地方、事件的转变，在你们的星球中，将会有重大的事物。这个时间就是现在，这个时间将会继续—有大量发生的事情没有被报导，以为它不是那种会流血的事物，因此，就不会放在头条。

你们将会在你们的幻象中发现，大量的启发，只要你们在冥想状态中寻求它。我们会一如既往地鼓励，所有实体尽可能频繁地参与冥想的时段，因为在你们的投生中，为了这个星球的表面以及随着它蜕变进入第四密度的未来—没有任何事情要比连接太一造物者[祂在形而上状态、冥想状态中、存在于一切事物之中]更有帮助或更有希望了。那就是所有现在寻求协助地球的实体的信念核心，他们想要协助地球的蜕变，同样想要协助地球上的人群。我的姐妹，是否有另一个询问？

F：没有了，我是如此感激，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有一个最后的询问吗？

(长时间停顿)

我是 Q'uo。当我们感觉到静默时，我们假设今晚的询问已经被耗尽了。

我的朋友们，我们要再一次感谢你们，因为你们今天呼唤我们的协助。当你们这样做的时候，你们给予我们一种极大的荣耀，因为去回应来自于这个星球上、我们的兄弟姐妹的忧伤呼唤就是我们去服务周围的实体的途径。我们知道你们全都以你们全部的心、灵魂、心智、存有希望去成为这个星球正在发生的伟大改变的一部分，我们向你们保证，你们确实是那改变的一部分。这是一场可以为观察者的眼睛看见的改变，然而，存在于形而上层面的心、魂、灵早就看见了。它正在成为物质界的东西。

我们鼓励你们，在冥想中对这个星球本体送出光与爱，也向所有需要的实体送出光与爱，因为就是那种忧伤的呼唤把我们带到这里：那种在悲痛中的事物的呼唤，因为它非常类似于我们自己的存有的一部分在呼唤帮助。我们回应那种呼唤就好像我们照顾一根被绊到的脚趾头，一个被扭伤的脚踝，一只变暗的眼睛一样，因为所有这些呼唤都是一场精彩战斗的标志，确实是一场在每一颗心和每一个头脑中的战斗，这场战斗可以和周围的实体分享，因为你们与所有周围的实体都是一体的，难道不是吗？太一造物者存在于每一个实体之中，而祂以某种方式使得自己显化在每一个实体之中。观察者的眼睛就在冥想者的心智之内。当你的目光是单一集中的，你的光将充满你的身体，并且将成为那引导你前往太一造物者的东西。

再次地，我们感谢你们，今天邀请我们出席。我们是你们知晓的 Q'uo。我们在太一造物者的爱与光中离开你们每一位，我们曾在爱与光中找到你们，并希望再次找到你们，我的朋友。

Adonai vasu boragus。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2305 章集：流浪者的潜能

Copyright © 2007 L/L Research

特别冥想

2006 年八月 25 日

来自 J 的问题：我主要的问题和与更多地知晓与理解我是谁、以及为什么我在这里有关。作为一个流浪者和一个灵魂，我是否走在实现最高潜能的正确方向上？我最大的渴望是对其他人有所服务。请提供任何的想法给我。

L/L <wbr>Research 流浪者的潜能

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我们在今晚通过这个器皿前来与你们谈话。请容我们说，能与你们在一起并被你们寻求的圈子所呼唤，这是一种怎样巨大的荣幸呀。

我们欣赏(感谢)你们，这个器皿及其团体拿出时间来寻求。这是我们的荣幸。我们十分感激能分享你们的冥想，当你们的灵光调和并形成了一个高高耸立于这个物质性住所之上的圣殿时，我们非常喜欢你们如花朵一般的灵光之和谐美丽。这是一种献给太一造物者的服务，我们大大地欣赏它。我们为你们的分享而感谢你们。我们感谢J实体，为了她非常细心深思的询问。

当我们听到一个人的焦点是如此地清晰明了之际，表达我们的想法而不必担心我们会侵犯你们的自由意志，这事就变得更加容易了。我的姐妹，你所询问的东西，关于你是谁、你为什么在这里、你在这里要做什么；这些问题已经为我们明确定义了你的道德的清晰度以及你作为一个人格的特性。我们不必更进一步地检查你，就能够告诉你，你正在出任务，你不仅仅作为一个灵魂，同样也作为一个流浪者。

作为一个灵魂，我的姐妹，你正处于正轨上，因为你是活跃的。

作为一个流浪者，你正处于正轨上，因为你正在记起你是谁。你已经觉醒于你是为了一个目的而在这里的可能性了。你正在开始相信、你将在人生的剩余时间中、在服务太一无限造物者的过程中繁茂地开花。

作为这个星球的创造性原则的一部分，作为这个行星的大灵和它的人民的一位管理员，你将用你剩余的日子，来寻求此生的课程以及那些在你的生命中不断重复的事情的无限微妙性，接着发现那对于你的意识是极其新颖的，却已经通过你投生中的时间、在你的潜意识心智中聚集起来的事物。

越过青春的第一抹红晕的大好处是(发现)纯粹重复性的模式，它构成了你从中吸

引催化剂的材料，你也从中获得了演化和服务的机会。

当一个在肉身中的实体觉醒并理解了选择的基本要素，那个实体就成为了一个具魔法的存有。所以，我的姐妹，你已经成为了一个魔法般的存有。现在，你的挑战位于你坚持不懈的能力，带着对服务的最大的奉献与聚焦、而同时释放你的各种期待，于是那些新的事物就可以带着有最小可能的阻力流入到你的模式。

我们不只对你说这一点，我的姐妹，因为你是一个非常大的团体的一部分。并且我们应该说，我们谈论的不是一个团体，而是很多这样的团体，它们全都聚集到一起，按照计划去帮助这颗挚爱的星球的意识转换，此刻，你们是如此地享受这颗行星，你们如此深情地、深切地希望去为它服务。

那个将自由地转化这个星球上的意识的事物无法在你们的文化模式中被发现。虽然一只聆听中的耳朵可以在你们的一些宗教的模式中听到它们，宗教的公众和公开的一面已经忽视了那些声音。那些爱的声音必须是你的声音，必须唱出一首新的歌曲。他们不能个别地做这件事情。他们必须在全球各地做这件事。

因此，它正在发生。当越来越多的实体觉醒的时候，你们和许多其他人以爱之名义协力创造一种越来越强有力的范式(paradigm)，它是新的范式。当你所知晓的那种范式已经被证明衰落无力的时候，那个新颖的范式将会如何被塑造呢？

你将在哪里找到你的健壮？你将在哪里找到意义的核心呢？

我们问你这些问题，因为答案在你们的手中，而不在我们的手中。它在这个星球的人们的手中，而不在那些愿意服务并帮助你们做出选择的实体的手中，而这些

选择将开启你们，变得能够在文化性的盒子之外创造。

我们鼓励你成为一座灯塔，该灯塔就是你自己。我们要求你第一次清晰、清澈地看见你自己。光通过你前进，我的姐妹，它不是从你而来。成为你之所是无需去努力。所需要的仅仅是在光的通道上除去阻碍物。

你不必从这种光的道路上移除你的生活中的装备。你仅仅需要去检查并确定它没有被弄乱并因此让这种光的通道变得昏暗。确保那个烟囱能非常安全、非常通畅、非常干净地开放着；该烟囱穿过你的心，接着向外进入那个等待中的世界中。

当那能量流动经过你的时候，允许它升起。注意并观察那阻止它升起的事物。当你拥有一个机会的时候，坐下来并再一次查看那事物，并看看你在想什么。你如何才能轻推那块地毯、那个椅子、或者那张小桌子、或者情绪、观点、或者评判，并让它不再挡路呢？不要去操纵它。爱它，感激它！你花费了很多年才获致那些意见。珍惜它们！仅仅不要让它们挡住光。

我的姐妹，你和这个器皿共享一种朝向诚挚认真的倾向。这不是一件坏事。在这一个倾向于使女性服从并以恩赐的态度对待女性的文化中，它会运作得很好。你就是反对这样的事情的证据。你将会坚持下去。你将继续那寻求，它即是你的心中之心。那是好的。

总是要记得，我们也对这个器皿说，放轻松。去放松、享受。去珍惜并品尝那些似乎愚蠢的、使得你微笑的微小事物。因为这些事物也会带给你力量。让你的灵魂休息。在你的人生中创造平衡。

请问此时是否有另一个询问呢？

J：第二个问题是，我如何才能更真实确切地记起我是谁，以及我来自哪里？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的姐妹。我们在考虑从哪个方向来回答这个问题的时候暂停了一下，因为在信息的一个层次和另一个层次之间几乎有一种均等的平衡。

那么，我的姐妹，我们将从和表面最靠近的信息层次开始。你可以通过存取心智之内的某些资源来更多地知晓你是谁和你从哪里来；而显意识的觉知通常无法获得这些资源。进行这项工作的方法包括记录一份梦的日志、创造一个工作室和安全的场所，为了写日志以及对意识的察觉。[1]

你也可以咨询一位催眠师来经历一种经过谨慎构建的方法，藉此在一种催眠状态中向你的高我询问这些问题。因为我们最近几年已经回答过其他一些关于这类的问题，我们将允许你使用爱/光研究机构的网站来研究这个主题，研究我们已经该主题对其他人说过的内容。在那个网站上有一个搜索的功能，它将给予你、你所寻求的那个信息。

我的姐妹，为了移动到那个我们感觉到牵引，想要去表达的部分，我们进入更深的水域。我们必须提前请求你的原谅，因为相对来说，我们无法清晰地谈论这个更深入的层次。然而，我们觉得让你去探究这个更加深入的层次，这最终是更加令人满意的；相较于刚才的建议而言：从催眠回溯发现你在一次过去世之中可能做过的事情，或者发现那种性质的其他事物。

这些问题的种子真正地存在于你自己内在的一个部分，从那个部分开始，种子们成长并开花，而那花朵就是在投生中的你自己，当你进入自己的那个部分的时候，你们就进入到了共同的地面了。你移动进入你之所是的嵌套式的实相。当然，你就是在投生之中的你。从古至今，一直到未来，你就是唯一的你。但是，你嵌套在你的灵魂光流之中，连同所有的「你」(复数)，它们是你已经在很多次绽放花朵的人生中已经创造的。你是一座充满生命的花园，全部为一。你被嵌套到你的灵魂群组之中，而该群组又被嵌入整个社会性部族之中，该部族决定来到行星地球上，成为太一无限造物者的光与爱的一部分。

这个社会性部族被嵌入地球部落，你们是地球本身的一部分，当你进入肉身并小心翼翼地将你的灵魂镶嵌进入那个实体的心智、身体、灵性的实质之中，你们就成了地球部落；而你今晚就坐在我们的屋子里，并且能够和我们分享能量。

这所有的事物都是被嵌套在一个接一个的数量等级之中，直到你们成为太一无限造物者为止。一切万物都不只是地从顶部向下运行，还是从存有的最微小微粒向上运行。那个受造宇宙的每一颗微粒、都在其中包含了(宇宙)造物。

当我们把那种实相转译回到你的问题时，我们说，在你的内在存在着净化过的情绪的河流与海洋，它们组成了一个原型式的世界。你能够触及情绪，它流过所有比较表面性的表达，接着进入情绪之美丽和纯净(的部分)，经由可怜与杂质的过滤、悲伤与愤怒的过滤，直到你所体验到的情绪是悲伤的精髓、痛苦的精髓、没耐心的精髓。

当你进入那些纯净情绪的原型式河流之中的时候，你会越来越多地知晓你是什么

种类的存在了。你是一个怎样异乎寻常的、错综复杂的、难以想象的，难解又多层次的存有呀！这是令人目瞪口呆的！当你能够理解你是多么了不起的时候，你就可以看见、你所有的不完美都增添了力量。因为你已经宽恕了自己的那个不完美，而开始看见所有其他人是多么美丽。现在你也准备好去看到所有其他人的美丽了。

当你到达这个层次的时候，你开始看到，随着你之所是的改变，你就进入更深的地方了。在那种挖掘的底部是一个位于你心中的地方，在那里，你是无条件之爱。在那个地方，基督等待着你。对于一些实体，基督是一个存有，一个附带眼睛、双手、一种声音的人。对于某些实体，基督是一种能量、创造了这个世界的创造性原则，它被包裹在一件斗篷中，而任何实体都可以选择去准备好自己以穿起这件斗篷。

无条件之爱的斗篷可以被视为一顶皇冠；可以被视为一个哺育孩子的母亲。它可以被视为基督人物，正在为他的门徒洗脚，他说：「跟随我并成为你所爱的人们的仆人。」

讨论存在(being)本身是困难的。言语没有用处。我们仅能使用比喻、故事，以及众所周知、甚至陈词滥调的形象来描绘那个能量居住其中的世界。你是谁和你从哪里来，如果你有兴趣，这些的事情会非常自然地、一点一点地、贯穿你整个投生，逐渐发展成为你有意识的觉知。

有些人的业力[容我们说]就是去发现具体特定信息，除了那些人之外，通常来说，那种信息的层次是不会给你的。给你的事物是一种共鸣，当你成熟的时候，以及当你感觉到某种东西，它就是最深刻的你，并且表达出你曾去过的地方。

那么，寻求那种共鸣吧。等待那种在你自己内在之中的感觉。当你偶然遇见某种让你感兴趣的事物之际，那股在你自己内在的能量将运行。当它发生时，认真看待你自己；如果你不能马上思考它，把它记录下来，以后再思考它。

我们真的是一体的，你将会发现第三密度的一个极大的好处是：它阻挡你，无法获得所有那方面的知识，于是你就可以追寻你寻求的核心，以一种远远更加聚焦的方式进行。

请问此刻是否有另一个询问呢？

J：第三个问题是：我如何才能发展和改善我在不同次元之间的通讯技巧？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，姐妹。我们发现，我们在前一个回答中基本上已经与你交流了关于这个问题的信息。变得更加有能力在次元之间的通讯上工作，最简单的方法是练习静默。我们发现我们正在重复，不过，它总是经得起重复的。更深地进入那静默之中，而又不带有任何期待。跟随你的心。跟随你的练习。在你感觉到某种事物在你内在不是非常生动的时候，实验一下。当你感觉能量已经停止的时候，踢那能量一脚。但是，通常来说，当你进入那静默时，你将知晓它的特性和机能是怎样地神圣，知晓它为你包含了怎样无限多的事物。

关于你的寻求的真正核心是什么，我们也会建议你在每日生活中保持对这个问题的考虑，这样你就可以在进入静默之中的时候，请求并形成一种意愿，不是因为你期待听到一个声音告诉你要做什么，而是因为静默是一个地方，在那里，造物者正在和你交流；你也和造物者交流。

造物者对于在其静默中沟通并无任何问题。那些在肉身中的实体对于他们的思想的力量知道比较少，所以，有意识地形成一个意愿是有帮助的，正如同当你出门办事的时候，你会形成一个清单一样。或者在你的头脑中，形成一个简短的话题清单，如同你将要和电话另一端上的某人谈话一样。
我们大为喜欢今天的冥想之前的音乐，以及 Joan 实体所描绘的、在电话另一端的造物者的形象，而唯一有足够勇气真正去使用那具电话的人是罗马教皇[2]。

我们希望你愿意很频繁地、极有效地使用那具电话；(电话)时间都是免费的。

此时有另一个询问吗？

J：我要如何融入星际邦联呢？如果这个问题超越了自由意志的门槛，请就你们所能的，告诉我在查看这个问题当中所牵涉的灵性原则。

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们可以说，你加上了最后一句是我们唯一能够回答你的询问的希望；否则我们只能说：「我们发现我们无法讨论这个特殊的问题，因为它是你在此刻的活跃寻求过进程中的一部分」。

我们无法为你学习。我们只能成为你的一个好资源，如果我们能够的话，如同一个老师。去接管你的课程并对你解释它，这将是对自由意志的一种侵犯，一旦你从你的未来的某个时刻回顾这个交流，你不会因此感谢我们的。

沉思这些奥秘是非常有益的。我们鼓励你们去沉思它们，尤其是这一个奥秘。看看它会把你带到哪里。

一般来说，在查看类似于「我要在哪里融入一个团体」的问题之际，在此涉及的灵性原则是：如果你对融入某一个团体有一种共鸣，那么很可能有一种连结。所以，你有必要进一步探究它。

那个共鸣的原则就是我们会对你建议的一个原则，我的姐妹，肯定地，它不仅仅适用于这方面，还适用于许多方面。在每一天中，有很多很多的时候，圣灵在尝试以这样或那样的方式和你说话。听到那个声音的首先障碍是，如我们发现的，很多人没有掌握要点。首先的工作是去知晓灵性的世界正在对你说话，于是你就可以在你的一天中，留心街上的路标、路过的鸟儿和动物、以及诸如此类的事物。

第二个让人们无法听到灵性声音的事物是，他们不珍视自己的觉知。一个经过的想法将要溜进他们的头脑，他们想着：「现在，我为什么想那件事情呢？」接着他们就会说：「哦，好吧。」然后他们就继续往前走。

下一次，当一个想法溜进你的头脑时，停下来(对自己)说：「为什么我刚才想到那件事？让我把那件事放在一边，并在稍后我有时间能够仔细思量它的时候，再来思考。」把它写下来。再次查看它。跟随着那图案与线条、进入编织样式的某个位置吧。在那编制样式中，蕴含着有趣的、令人大开眼界的脉络细节。

此时有另一个询问吗？

J：我的女儿 C 和我的丈夫 L 如何和我的目标搭配呢？如果这个特定的信息超越了自由意志的门槛，请告诉我，就你们所能的，在查看这些人际关系之际，我将发

现的、最有帮助的灵性原则。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。再一次，我们很高兴你想到去询问灵性原则，因为你的家庭成员自然是你在此刻进程的一个活跃部分。你特地选择了他们。该问题总是：为什么你选择了这些实体？

自然地，你选择了他们，为了服务他们并从他们身上学习。因此，你给予了自己一些和他们之间的挑战，这些挑战仅仅是因为你想望更多地获致平衡，而为你自己设置的投生中的挑战的冰山一角。你将在哪条路上进行平衡，我们会把这个问题留给你来决定。你是比较睿智的、而需要开放你的心，或者你的心太过于开放，而那使得你有时候在做有爱的事情显得太天真？因为真正有爱的事物象是所罗门王(Solomon-like)一般、包含某种智慧的事物。想想耶稣遇见了索菲亚[3]，你就会开始在那里拥有优秀的平衡了。当你查看你的人生的时候，看看你会想到什么。

接下来，那样会给你不止一个主意，关于如何回应环境(情势)的技巧。无论催化剂是什么，你知道你想要尽你所能地、提供最高和最佳的回应。这挑战一直都是去找到那个甜蜜点(最佳点)，在那里，你的心完全开放而你的智慧也参与其中。

请问此时是否有另一个询问？

J：有没有任何特定的事情是我今晚能够带走，以便于从这个点开始，成为更加聚焦的(人)？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会对你说，我的姐妹，如果你能

够将这个时刻留在记忆中带走，某种记忆，关于你已创造的这个神圣场所，你感觉的方式，感觉它的喜悦、高兴、平静，以及它的力量，如果你能够将这种记忆带走，你将拥有一个可以进行你的工作的地方；(另外说明，）当时，不是用你的双手，而是用你的希望、意愿、[去服务并知晓真理的]渴望创造了这个神圣场所。

我的姐妹，那就是所有你需要的东西了。因为你的心将引领着你到达其他事物。

知道你从未孤单过。你的指导灵与你同在的。许多天使[临在]包围着你。大自然世界非常觉察你，并且回应你的人生的每一次心跳和每一个脚步。

这是一个互动的宇宙，我的姐妹。宇宙的一切事物都在爱中与你同在。宇宙的一切事物都因为你对它的爱而非常地感谢你。保持那种感觉。记住它，让它带你回到你自己的家。

我们发现这个器皿的能量此刻确实衰微了，所以我们在太一无限造物者的爱与光中，离开这个器皿及其团体。
Adonai。Adonai。

原注

[1] Carla：我想 Q'uo 群体是在说每时每刻都觉察到一己的意识，这和记日志、进行梦的工作，或创造一个内在的工作室都一样有帮助。

[2] Q'uo 指称的是一首由 Joan Osbourne 写作并演唱的歌曲(One of Us)，歌词翻

译如下:

如果上帝有一个名字，它会是什么呢

你会当着祂的面称呼这个名字吗

如果你在祂所有的荣耀面对着祂?

如果你只有一个问题，你会问祂什么问题呢?

是的，是的，上帝是伟大的!

是啊，是啊，上帝是美好的!

如果上帝是我们其中的一员;

就好像我们中一个懒汉;

就好像在公共汽车上的一个陌生人

正在努力回家呢?

如果上帝有一张脸，它会看起来是什么样子

你想看到的是什么样的脸呢

如果看到就意味着你将不得不相信

诸如天堂、耶稣、圣徒以及所有的先知之类的事情中吗?

是的，是的，上帝是伟大的!

是啊，是啊，上帝是美好的!

如果上帝是我们其中的一员;

就好像我们中一个懒汉;

就好像在公共汽车上的一个陌生人

正在努力回家呢?

他努力回家

完全独自地回到天堂,

没有人在打电话

除了也许在罗马的教皇之外。

(编注：有心人可以很容易地透过 Google 等搜寻服务找到原文歌词)

[3] Carla：我相信他们想要表达的意思是：「考虑耶稣·基督的能量，以及索菲亚(Sophia)--智慧的女性原则--的能量，去感觉该组合如何平衡属地的能量。」

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2306 章集：昆达里尼的提升

Copyright © 2006 L/L Research

周日冥想

2006 年九月 3 日

团队问题：今天的问题是，为了促进昆达里尼(kundalini)的提升，寻求者需要在脉轮或能量中心上做的工作是什么呢？这种昆达里尼的提升对于寻求者有什么价值呢？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。今天能够和你们在一起，享受你们振动的美丽，这是一种极大的荣幸和祝福，关于这个问题，寻求者需要在脉轮系统上进行什么工作以便于鼓励或推进昆达里尼[那些在东方的瑜伽传统中寻求的学生们的称呼]的提升，我们很高兴能被要求在这个问题上分享我们谦卑的想法。你们也问，那种工作计画的价值是什么，而我们将会从这一点开始。

然而，首先，我们会一如既往地小心谨慎，并在我们发言的时候，请求你们的合作。请保留并保有分辨力的品质与机能。对于你的宇宙、你思考的想法和那些想法的进程，你是负有责任的。因为从一个权威的位置上向你们发言不是我们的选项。我们需要你把我们视为同行的寻求者，请把我们视为那些在此刻比你们拥有更多经验[我们记得]的实体，因此能够分享一些有帮助的想法。我们既无法担保我们思想的准确性，也无法担保它们在你们的进程中的适当性，因此，你能够将那些于你没有共鸣的想法放在一边，继续前进而不会觉得你不知怎的、没有抓住要点，这对我们是很重要的。

如果我们的想法当中的一个念头和你们没有任何共鸣，是我们没有抓住要点，而不是你们。不是每一个想法都对每一个人管用。如果你愿意成为你的想法之守卫者，那么我们就可以随意发言而不用担心我们会侵犯你们的自由意志。容我们说，我们是多么地感谢你们在这方面的考虑啊。

在被知晓为瑜伽的学习与敬拜的系统中，提升昆达里尼的目标是去协助寻求的灵魂、进展朝向完美。它尤其是一个东方的概念，不是西方的宗教在其上花费大量时间或考量的概念。结果是，对于大多数在西方的宗教系统中被抚养长大的人，完美的概念是微弱或不足取的。看起来，西方宁愿聚焦于使自我谦卑，借由领悟自我的不完美，然后在通过神性显化的介入所带来的净化之中，体验重生。

救赎与朝向完美的进程不是相同的事情，虽然(两者的)行动是相同的。让我们阐述一下。例如，在基督徒的十架受难仪式中，献祭的牺牲者代表他为之牺牲的人群、自己承担了群体的罪恶，就好像在古代、牺牲品被烧尽献给神的情况。

当火焰灼烧他的肉体并将他的体液烧干成灰的时候，血与肉的赐福免除了不完美的信众的罪，并且救赎了他们。那就是十架受难的目标，它是不合逻辑的、但灵性上是可行的。复活是一个新的转折，奠基在牺牲被屠宰的动物的仪式之上，它代表了耶稣实体、以及很多其他受迫害的拯救者，他们渴望带入牺牲和复活的概念，即已被牺牲的存有获得新生命。

耶稣所建议的是，每一个实体都拿起十字架并跟随他。当名为耶稣的实体拿起十字架的时候，他正走向其十架受难和最终的复活。在拿起十字架的过程，你拿起了十架形状的实相本质，又被称为共识性实相或空间/时间，而你在其中生活，你带着十架走向各各他(Golgotha)。当你学习牺牲本质的时机到来，你把自己放置在那十字架上。你体验苦难；体验你灵魂的暗夜，你体验进入新生命的重生。你在一生中不会仅仅这样做一次，而是以一种重复和循环的方式这样做，而在你每一次经历这些蜕变性改变的小死之际，你都获得那种赢得新生命的体验。

从未有人向西方宗教的寻求者描述过，这样的苦难的目标是完美。无论如何，它暗示著一种体验，即一个已经完成遵循着这种指令[追随基督的脚步]的人，在他已经做出牺牲之后，他将体验到一种增强性或拓展性的觉知。这就是西方的宗教系统跟瑜伽的完美概念最接近的地方了。

关于研究太一无限造物者的一种方法，它是这个特定变貌的一个不利因素。然而，在这个牺牲和复活的故事之丰富色彩中，这个故事的感人特性创造了一种氛围，在其中，理解救赎之爱的本质远远更加容易了。因此，这是基督徒信仰的光荣：它是一个象形符号，关于一个受难中且完全有意识的造物者，完全心甘情愿地经历死亡的痛苦，以便于展示其虚幻的特性，从而提供更大生命的领悟给那些能够看见的人；他们看见惊人的蜕变实相，攸关被光击打的坟墓和空荡荡的墓

穴。

然而，瑜伽系统的光荣是那个完美的概念。瑜伽行者并不害怕成为造物者。伴随那个系统的困难是基督教系统的困难之相反面。一些人可能说这个系统缺乏一定额度的色彩。要从研究瑜伽系统之中获得一个无条件爱之形象化代表，这是更加困难的。并不是不可能的。只是没那么容易去选择那个中心的标志，接着说：「这个就是无条件爱」。

瑜伽系统远为复杂得多，远为准确得多。它因此吸引了那些来自第五密度的流浪者，或者那些人—单纯在这次投生中、拥有一种更为智力性或更为头脑驱动的寻求进程。

我们不能说一种由头脑驱动的寻求进程就比一种由心驱动的寻求进程更好或更差。我们单纯地指出，第一：一个人会主要通过这一种或另一种方式寻求；第二：无论你正通过哪一条路寻求，你对于前进的考虑的一部分很可能是进入你现在并未使用的寻求进程的那个部分、并鼓励你自己内在的平衡，这样你不仅仅带着你的头脑的渴望去寻求，你也带着心之渴望去寻求。它们是两个不同的事物，在把这两者结合起来的过程中具有一种可观的力量。

当你将心之热情和头脑的渴望带入和谐之中时，你所做的事情是把意志和爱结合在一起、成为一对运转着的受造物，它们能够向前拉动你的寻求进程的马车，并让你的意志和净化过的渴望之机能参与其中。

渴望驱动着双轮战车行进通过灵性的演化过程。在寻求的进程中，最珍贵的机能可以被认为是已经被充分实践的渴望，也就是说，已经由热情和目标所驾驭的渴

望。将身体、心智、灵性合为一就是去激活一种非常强有力的自然原力。因为和成为一颗太阳的程度相比，你只有下降一阶。你是一位共同造物者，当你达到这个程度，开始领悟到这一点，你就开始看到人类状态内在固有的各种可能性了。

一个人在脉轮系统上做功，为了提升该交会点，它位于持续进来的太一无限造物者之爱与光和各种问题与祈祷所呼唤的倾泻而下的能量之间，创造了那个工作可以被完成的位置。通常，未调音和无意识的实体无法有效地以一种聚焦的方式渴望灵性方面的事物。驱动神祕主义者的东西：对无限造物者祈祷或被表达为献身于造物者；在未觉醒的灵魂的构成中往往缺少这种东西。

因此，在能量管道中的能量以一种可变的速率流动，效率也是可变的。意识中的工作无法带着任何程度的稳定度来完成；该稳定度位于努力的下方或从底部加强该的努力。在任何一个人身上，都可能由于特殊的事件而闪现伟大的灵感与明晰；

那些事件催化了一个明晰的时刻和那种机能的开放，在其中，一个实体的指导灵系统可以将爱与灵感倾注进来。接着，可能有很长的时期，在其中，指导灵系统与自我之间都没有明显的连接。

当一个实体觉醒于那种领悟，生命比肉眼所见的东西更多，这会为那个实体打开潜能去寻求知晓更多关于无形的事物。这样一个寻求者会进入到一个非常神秘的区域，就任何理性的意义而言都是如此。在灵性的寻求方面，其规则和科学性的寻求完全地不一样。这些实验是在自我之内完成的，只有主观的准则能够被使用。

几乎不可能去获得证明灵性存在的实验性数据。这是经过精心设计的，要以任何方式、外型、形式证明信心、渴望、意志是什么，都是非常困难的，或者找到任何其他形而上可行的工具与资源，用以促进或加速心智、身体、灵性的演化步伐，也是非常困难的。

这是因为在极化和寻求真理中，唯一可以达成的实际进展是在一种未知的氛围中达成的。如果已知这个和那个事物是真实的，着手去取得那个真理就没有任何风险了。这是重要的，的确，对于寻求的灵魂是至关重要的，他要了解他正在赌上所有东西，却冒着可能一无所获的风险。他可能白忙一场(a wild goose chase)。

信心要求你走离已知事物的悬崖、进入未知的半空中，就是在那半空中，那个寻求的灵魂必定要做的工作：决定激活他的渴望并使用它来充能他的寻求。因此，这样一个实体脚下的坚实地基就是他对于自己的知识了：他是谁，为什么他正处于寻求的进程中，他为了什么而活，愿意为了什么而死；为了方便起见，我们可以称呼他为一个行家。那就是一个人在形而上寻求中的立足之地了：不是物质性的地面，而是存在的地面。

因此，对脉轮系统的使用是这样的：首先清理能量流进的路径，从足底和位于脊椎底部的基底脉轮开始，一个脉轮接着另一个脉轮地、穿过所有脉轮，最后从头顶流出。

现在，这种基本的流动始终在每一个人身上进行着。当一个人尝试去改善该流动的时候，一个人不是单纯地去摆弄身体系统。一个人正在和形而上的系统一同工作。能量在空间/时间中流经能量体的模型是一个自给自足的系统，察看起来是令人舒适的。然而，从这种导管的形而上的方面来看，虽然在共识实相或空间/时间

的层次上，它的确是一个自给自足的系统，在时间/空间的层次上它是一个开放系统。在每一个(脉轮)点上，它对该密度开放；该密度等同于那个颜色，以及居住在那种真实颜色(密度)中的实体们。

更进一步，当实体们在工作一种特定的困难之际，如 M 实体指出的，他们可以在同一时间、工作两个或更多个脉轮。M 实体给出了自我价值低落的例子，它就是在同时在橙色光芒和靛蓝色光芒上运作，的确，在某种程度上，自我价值低落会以这种或那种方式、在每一个脉轮上运作。

结果是，当一个人拿起清理脉轮的目标之际，一个人正在做的事情要比清理一个身体系统多得多。一个人做的事情是比清理一个导管要更多。一个人正在要求自己去执行必需的心智行动以便于在一个人看待自我的方式上创造一种改变。

如果一个人以某个特定的方式、其中一个脉轮阻塞了，他正在以该特定方式看待自我。他正在把荣耀和尊敬给那个阻塞或过度激活该脉轮的议题。在清理那个脉轮的工作中，接下来，一个人就变得容易接受该需要，休息并检查那个阻塞；和它坐在一起并凝视在那个阻塞上进行的工作。它是何时发生的？它是如何升起的？你想到的、第一件让你了解到你陷于其中的事情是什么？你以前是如何经历这种情况呢？当你先前遇到这种情况，围绕在这种思维的模式为何？在那情况之前的时间是怎样的？你能找到你第一次以这种方式被阻塞的时候吗？那种阻塞的准确环境是什么？

你越能够靠近你的阻塞或你过度激活的源头，你就拥有越多发掘矿石的机会了，该矿石包含这颗信息的宝石，这块结晶化的痛苦。当你这样做，你在手中握住了许多苦难的礼物。清洗它！磨光它！这是你已经赢得的一颗宝石，但是，它不是

一颗你需要的宝石、它渐渐把你压低。

放下一块痛苦结晶的时间会到来，在其本质上，它是情绪性、心智或灵性的痛苦。你将会知道那个时间到来的时刻。我们并不鼓励你去催促自己。然而，收割这样的痛苦结晶、认识它、感谢它并继续前进，这样一个人的确是睿智的。没有必要的把累积人生痛苦的巨大麻袋背负在你身后。

进行这个工作的过程是一个清理脉轮系统并强化其完整性的过程。当你为自己清理你在每一个脉轮中体验的阻塞时，你就在做一项练习，它是一项你可以通过重复而变得更容易的练习。最终，你将发现你渴望清理脉轮系统，你想望在你体验到阻塞之后尽快地做清理的工作。这是因为对比于浑浊、不健康的体验，情感、心理、灵性的健全体验是一种美妙的万灵丹；而不健康的体验是指处在困惑中或受困于种种细节，不管什么的戏剧细节逮住你、而远离当下此刻的自由流动。你来到这里是要在自由流动中被逮住，接着停止那流动，于是你就能够检查你刚刚逮住的催化剂或刚刚逮住你的催化剂。

虽然如此，当你陷入其中时，恰当的反应不是去自怨自艾或在绝望中挣扎，毋宁领悟到、你已经获得了一份礼物。你已经获得一个要去解决的谜题，通过对这个谜题的解决，你将遇见一个你从未遇见到的、你自己的一个版本。对这个谜题的解决可能涉及苦难，尤其是在一个人刚刚开始练习这种锻炼的时候，该锻炼是检查一己的想法，仿佛它们拥有价值和荣耀一样地回应它们；但重复会使得每一次这样做的尝试都变得比前一次的尝试更加容易，当你从进行这项工作中获得结果的时候，那结果也会给你勇气去做出更大胆的尝试以便于理解你自己，并允许那些不再对你有帮助的扭曲脱落。

在提升昆达里尼的过程中、内含固有的部分是完美可能性的概念。一个人必须能够接受他的造物者身份，否则一个人将永远无法充分地利用这个提升昆达里尼的整个概念。因为当一个人已经达成提升昆达里尼的假定目标，接着昆达里尼已经稳定驻在眉心脉轮，通向智能无限的大门就会打开—但是，它只会为一个能够将自己视为造物者的人打开。

现在，从昆达里尼在较低的三个脉轮的冷淡(indifferent)运行、偶尔地打开心轮，进展到昆达里尼稳定地上升进入靛蓝色光芒；这个过程的用处是什么呢？对于很多人，这过程什么用处也没有。关于他们是否充分地想望去利用这种人类心/身/灵的强大资源，这是一种高度个别、个人的决定，甚至对每个人都是私密的决定。

我们发现要用言语表达甚么东西激励一个实体拥有充分的雄心是困难的，该雄心是去利用各种资源，属于他投生之灵魂能量，以尝试去成为，简言之，一位阿梵达(avatar)。然而，这是任何人都具有的潜能。基督身分如同一件斗篷或一顶皇冠，

一个想望行走在神圣对称性之中的人、可以通过选择来穿上它。这是一个高度个人性的选择。如果那么选择了，它就是一个将耗尽你余下的人生的选择了。不过，对于某种实体，这是一个具有可观优势的选择，该实体珍惜在极性上前进的可能性，也在学习过程中前进，学习那些致使一个实体能够用一种更有效率的方式去进行服务的知识结构。

魔法的路标是那个标语：「我渴望知晓，为了去服务」。选择和昆达里尼一起工作的实体正在选择成为一个魔法般的存有，他的座右铭是：只有在服务他人之

中，使用他获得的知识。

自然地，会有负面导向的魔法的存在，他们的渴望会为了服务自我而去知晓。我们不是那些讨论服务自我练习的人，因为我们是服务他人导向的，我们没有能力以任何其他的方法教导。然而，既然我们是专一地对这个圈子中的服务他人导向的实体们发言，我们觉得自己处于良好的状态上，能够表达你们希望去知晓的事物。

这股能量来自中心太阳、进入你们行星群的太阳，接着进入你们地球的中心，接着从那里进入你们的脚底，然后向上通过你的能量管道并从你的头顶流出，它是无限供应的能量。你能够运行多少能量，那能量就能供给多少。你希望以多高的安培数运行它，那能量的强度就是可得的。因此，就昆达里尼的提升与清理管道有关的部分，那是一个无限的旅程，这条旅程将进入如何去清理你自己的发现过程之中，因为你越是能够清理你的人格并丢掉阻塞物，你就可以更宽广开放地运行那股倾泻进入你的脊椎底部的能量了。

通过智能无限的大门下降，向下通过靛蓝色(脉轮)，接着从靛蓝色到达绿色或蓝色，或者停留在靛蓝色之中，那是你通过你的渴望和意志而呼唤的能量。因此，以你的存有的每一根纤维来打磨你的渴望吧。让你嗜好真理之刀锋保持锋利。呼唤正义、公平、美丽、真理、平等的能量。想起同情、慈悲、希望、信心的品质。要知道，这些元素就是那些想望去服务的人们用来磨练他们的基本技巧的东西了，这些就是结构或存有[如果你愿意这么说]，因为它们是活生生的结构，沿着那[穿过你的身体、人灵的]光之途径、像哨兵一样地站岗。

你有能力体现你通过渴望而从上述元素拉出来的事物。如果你的渴望是针对性

欲，那么你的昆达里尼将留在红色光芒之中。如果你的渴望聚焦于个人的关系，那么你的昆达里尼提升到橙色光芒。如果你真实的渴望针对婚姻和一个好的工作情况，那么你的昆达里尼提升到黄色光芒的等级。如果你最深的渴望是开放你的心，那么你的昆达里尼提升到绿色光芒的层次。如果你最深的渴望是去学习如何带着智慧去爱、去知晓怎样是在祈请正义时怀抱慈悲，接着你移动进入在蓝色光芒中被祈请的能量—接纳与正义。当你超越一切的最终渴望是献身于太一无限造物者，终极地、完全地献身，并在信心的境域内生活，那么你就通过你的渴望把能量拉升、进入靛蓝色(脉轮)了。

但是，你无法单纯地渴望去爱造物者，接着期待拥有充足的能量进入靛蓝色(脉轮)。你必须保持该管道的畅通，同时保持你清晰的渴望。追求这个目标是对人格的一项真实锻炼，它就像是家务事：它永远不会结束。在一次对完美的充分体验之后，总是会有某种事情把你拉回玛雅(maya)或幻象之中。在那里，你必须抓住你的新情况上头的窍门。接着你评估它。你和它坐在一起。你以感觉最高和最佳的方式来使用它。

自然地，在做出这些决定之际去寻求帮助，这总是重要的。尽可能频繁地祈请你的指导灵吧。然而，为了拥有一种平衡的祈请，我们会建议你们每天花时间聚焦于你对太一无限造物者的感谢、感激、喜悦、奉献、钟爱，而非聚焦于你所需要的事情。在这方面不要是被动的，而是积极主动。因为，给予领悟的对象不是这种实体：直到有需要才等待着与造物者进行一场对话；毋宁，一个实体走向造物者如同走向他的爱人一般，因为他无法离开，因为他无法停止考虑那挚爱的太一。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

这种饥渴就是提升昆达里尼的关键了。你将必须为自己判断这是不是一个你想望于你自己的内在发展的资产。在展望服务他人这方面，有一些更简单的方式。在达成可收割极性的方面，有一些更简单的方式。无论如何，这一个概念：拉升你的能量，从你的身体、然后心智，最后是你的灵性，从较为粗略到较为精细的面向；该概念拥有可观额度的力量，当然，它的结构对于那些真正寻求的人是稳定的。

这个器皿正在告知我们，按照惯例需要让这个问题躺下，就现况结束。肯定地，这是一个可以被发展的问题，我们为继续(讲话)感到抱歉，但我们确定这个团体有一些其他询问，想要在此刻发问，所以，我们请问现在是否有另一个询问，或者，在我们迄今已经说过的内容上、是否有后续问题。我们是 Q'uo。

S：我有一个疑问。我们当中有许多人带着巨大的热情火焰开始寻求，并且渴望在开始的时候就非常迅速地服务、前进，直到我们找到那个以某种方式匹配我们的寻求、喂养我们的东西。接着我们继续从事我们已经选定的道途相当长的一段时间，然而，我们最终发现，人生的变化无常和我们深陷其中的挣扎，已经以某种方式消磨了原初的渴望了，我们发现自己处于一个位置，在那里，甚至出现这种情况：我们感知到的服务需求看起来对寻求的渴望本身产生不利影响。所以，我想知道一个人如何才能让那火焰保持活跃，或者，如何用这样一种方法来照料那火焰，即在寻求和服务的结果之间取得一种平衡，并致使该寻求能够在发现它自己需要激励的时候去鼓舞自己。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当然，我们无法用一种具体特定的方

式来回应，但是，一般而言，我们会建议两种程序的道路。

首先，当一个人的生活的外部环境对于寻求的外在表达产生不利的影响，在一个人的心中之心，建造一座象牙塔[容我们说]是好的，那是一个你可以在其中寻求造物者的安全场所。保持这个场所为一个秘密之处是好的，珍惜它就如同它是一个人隐藏的宝藏屋中深处的一件财宝。该实体已经为自己建造了一个内在的神圣空间，就不会有任何人嘲笑或打扰他了。

根据你的心之明确渴望，一旦那个神圣空间已经被建造起来，接下来，它就是你可以使用的，你可以走向它，进入它，在那儿休息。如果你太累了，就灵性和情绪上而言，无法进一步地寻求，不如单纯地沐浴在造物者的临在之中，然后你可以休息、获得喂养，这是一个正面的步骤。也许，这就是你在一段时间可以做的全部的事情了，但是你在电池的强度上[容我们说]增长了，直到你抵达一个点，在那里，你的光能够打开，在那光中，你能够辨认出你所寻求的一些神秘。甚至在那个伟大平板[属于智慧与爱]上的一个微小的神秘符号都经常足以使灵感重新充能，而寻求的灵魂可以使用该平板，那灵感先前变得缺乏是因为缺少对该过程本身的接触。

跃入寻求中并尝试去接线启动该过程，我们不鼓励这么做。毋宁，我们鼓励的是，足够地尊重自我，并创造一个内在的场所，一个时间/空间中的场所、自我的内在层面之内的场所，当足够的能量被累积起来的时候，一个人就可以为了休息和学习而修复(自我)。

我们会建议的第二件事，可以被考虑为一种重建渴望和灵感的资源，那就是禁食。设置一个意愿的过程是一个非常微妙的过程，但同时又是一个简单的过程。

这个团体今天已经谈到类比物以及它们是不是真实的。就灵性的工作来说，在某个事物的一个类比物上工作并使得类比物本身变成真实的，这是有可能的。因为身体是一个心智的创造物，能够被思考的事物即是存在的事物，一旦它被考虑过了，它将持续是真实的，直到没有任何人考虑那个想法为止。

因此，如果一个人想望为一个新生活设置一个意愿，可以使用身体作为心智和灵性的一种类比物。直接地清理心智或灵性是非常困难的，如果一个人在一次禁食之前设置了一个清理心智和灵性的意愿，那么，当饥饿的感觉和接着的缺乏饥饿的感觉，以及越来越轻盈的感觉被体验的时候，身体就显而易见地正在清理自己，心智和灵性就会透过类比物被清理，容我们说，借由禁食者的意愿。因此，在一天中数次做那个工作是好的，对于该寻求者，那是必须且美妙的工作，作为一种提醒寻求者的方式，提醒他正在做什么事情，因此使那意愿保持敏锐，使纳渴望保持新鲜。

那么，在一次禁食的结束，对这样一个寻求者而言，做以下事情会是很好的：致谢并声明这个过程的优秀与成效，陈述对新生命的信心与希望，并且确定潜在的可能性已经准备好了，接着学生为即将发生的蜕变做好准备。接下来，无论什么样的黎明将破晓，它都将在一个有意识的灵魂上破晓，这样一个灵魂意识到它的工作、它的价值，以及对于新的祝圣仪式准备就绪。

我们为这个问题感谢叫做 S 的实体，此时，请问是否还有另一个询问？

（没有进一步的询问）

我们是 Q'uo，如果此时没有更多的询问，我们将离开这个器皿及其团体，我们为

你们的振动之美而感谢你们每一位；也感谢你们作为一个团体，还有你们的综合之美、你们结合的神圣空间之高耸特质。这是献给太一无限造物者的一件装饰品，我们感谢你们，为了我们能够成为它的一个见证者、并且能够在我们谦卑的路上成为它的一部分。

容我们说，有一大群的见证者注视著这场会议，因为你们每个人都在身边带着无形的朋友和家族成员，有一些来自其他的密度，有一些来自内在的层面，无论它们是天使般的或是自然精灵。这是一场辉煌的聚会。我们很高兴成为它的一部分。

我的兄弟姐妹们，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2307 章集：能量的体验

Copyright © 2006 L/L Research

周日冥想

L/L <wbr>Research 能量的体验

2006 年九月 17 日

团体问题：Q'uo，这一周的问题和这世界的状态有关，我们这些身在其中的人所

感觉到的状态。我们想要知道，你们是否可以给出一个见解，只是一般地描述可兹利用的能量类型，让那些想望去成长的人们使用，以及那些能够在某种程度开放心轮的人如何可以接收这些能量；以及在我们的日常生活、成长的样式、催化剂的额度、处理催化剂的能力等方面，我们可以期待什么，然后，对比那些也许在开放心轮有困难的人，他们也许完全无法做到那点，由于无法对这些能量打开他们的心，他们可能期待的体验类型是什么呢？你能告诉我们关于这些能量的情况，和人们带着和谐和没有和谐的情况下，如何能够去体验它们？

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。能和你们在一起，这是我们极大的荣幸和快乐。我们感谢你们呼唤我们加入你们的寻求圈。你们使得我们能够对你们有所服务，借由请求我们跟那些寻求知晓的人，分享我们的想法。那是我们谦卑的渴望。

我们向你们保证，我们非常清楚地觉察，我们不会透过任何方式成为你的一个权威。我们只能分享我们的意见，我们必须要求你们在你们聆听我们的想法之际，使用你最谨慎的分辨力。请仅仅拿走那些和你个人有共鸣的内容，而将其他东西留在后面。我们不愿成为你们面前的一块绊脚石。我们和你们一样，是同行的寻求者，我们欢喜地分享我们的经验和意见。为了让我们以一种自由的方式分享，所以，我们要求你们小心谨慎地分辨，关于你接受什么东西好在你的进程中与之一同工作。在我们与你们的关系中维护意志的完整与自由，这对我们是一件非常神圣的事情。我们感谢你们在这方面的考虑。

对于你们的体验、在所有的数量级层次上遭遇的能量，要给你们一个完整与详细的描述，这将是一个耗尽心神与漫长的过程。宇宙是一个振动的宇宙，目前这么

说就够了。此刻，肉体载具是一个相当迟钝的器皿，而你在其中体验人生，相比于其他的一些动物族群，牠们在接收那些可以被听见或被品尝的东西、或者感知那些通过嗅觉而被感知的事物等等(，则更为敏锐)。

这些非常简单的振动不是要被忽略的。你的肉体载具的温度和舒适度对你们的存有的思考过程不时拥有一种强大的冲击力，使得你几乎完全地聚焦在这些非常简单的能量之中。

覆蓋这些纯粹肉体经验上面的东西，好比天气多么暖和、是否在刮风、是否在下雨等等—所有这些都是非常特有的振动性花束，要献给你的肉体，以及你的情绪体和心智体，还有一些形而上的能量是你们行星与生俱来的，它们不会因为时代的结束或那一类的考虑而特别地受到影响。在你们的宇宙的这个特殊密度中，你们拥有一种特定的振动式结构，在其他密度中也是如此，这组八度音程的密度创造了你知晓和看到的宇宙，还有那个互补的宇宙，它是无形的，而它对你产生的越来越多的效应，就这层意义，它是可以被感觉到的。

你在能量体之内工作的同时，这些能量和你连结在一起。太一造物者的无限爱与光持续不断地流经你的身体系统。这能量因为在能量体中的一个脉轮或光芒之中的缺陷或过度激活而被缠住，或者，也许一个脉轮单纯地因为在那种特定类别的能量之内的严重扭曲而完全地阻塞。

因此，甚至在一个人转入考量所谓的时代之结束及其专门化的振动波之前，他就已经生活在一种个人化的能量漩涡中心了：那些到来的能量，那些流动经过的能量，那些你通过你的想法、意愿、行动给予祝福并允许它从你那里继续前进的能量。或者，你会关掉自己的光吗？那是由你来决定的，它跟时代的结束没有任何

关系。

这些都是日常的能量，它们的确够有挑战性。它们旨在帮助你接收你所需要的催化剂，为了创造出那些推动你向前进的选择。你在任何时候都拥有机会去加速你的灵性演化之步伐，借由使用你的心智、情绪和、身体的资源，以一种受过锻炼的方式使用。我们一直鼓励每个人创造和创作者的感觉去注视每一天，仿佛你正在看着一副空白的画布并决定你想要画什么。

当你经验生命的时候，生命中会有大量的内容似乎是无法妥协的，除了如实接受发生的事情之外，无法以任何方式来处理。然而，总会有一种创造性的方式来找到在那种模式中所内含的爱、感恩、喜悦，无论该模式是多么的困难。

它可能是，你看见那个时刻之中的爱，来自于围绕着那个情境的美，无论它是物质上的美丽，还是在情绪上、有某种关于那个情境的东西令人感动。

也可能会是，你是那个时刻中、唯一的爱，那个时刻为你创造了一个极大的机会，去适应你真实的振动，并与那个情境分享那种振动。它可能不会改变外在的情况，但是在那个时刻，你对能量的使用，你的能量支出已经缔造了不同，你不仅仅在围绕该情境的氛围中应用爱、缔造了不同，而这样的能量支出还在行星地球上增加了爱的基金。因为当你的能量消耗到达道德选择的层次时，它不仅仅有助于你的灵性演化，还回向给人类种族。

除了这些普通的能量，它们在你人生中的每一天连续冲击你，就仿佛你是非常巨大的海洋上的一艘小船，同样地，行星地球和周围的行星也正在被星系的能量连续冲击著，这跟一个事实有关：地球，如你对这个活生生的存有的称呼，随着其

恒星系统，旋转盘旋进入一个空间/时间的新区域，这是它先前从未旋转进入的区域。

在空间/时间和时间/空间中，这是一个新时代开始的时间。这是一个带有不同种类能量的时代，虽然这种能量和第四密度或天堂世界的观念不是在物质上相关联的，它比你们知晓为光子(photon)的光粒子包含了更多的光。因此，在这种到来的能量中，有着更多来自新时代的信息。

为了简化这个讨论，我们将严格地聚焦于我们称之为第四密度的时间/空间的时代。

尝试把一个物质性身体和一种理解蜕变的物质性方式卷入讨论中，这对我们是不可能的。你们将必须把它当作我们认定的真相，我们的意见是：肉体死亡和蜕变的过程是一个自然的事件，当转换的自然时间到来，它是非常容易发生的。濒死过程是困难的[如这个器皿已经说过几次的]，但是，实际的死亡是非常容易的。

我们要求你们不要使自己担心诸如在第三密度的振动被第四密度的振动所渗透的事件中、可能发生在你身上的那些困难或者挑战性或导致死亡的情况等等的基于恐惧的想法。这不是我们看到在你们地球世界中正在发生的事件。就形而上的世界中、事情的自然运行来说，我们此刻没有看到一种可能引起全球性大灾难的可能性/或然率漩涡。你们的行星已经收到足够的爱与理解，来自围绕地球的很多很多个团体，它们正尝试和地球交流爱、关心，以及使命感、伙伴关系的感觉。

我们确实看到一种可能性，并且我们会鼓励你们用你们看见的所有有益方式去回应，阻碍你们的一些领导人的托词借口，这些领导人被他们所无法解释的能量所

吸引，朝向冲突的行动，(可能)会成为一场物质界的世界末日(Armageddon)。

大自然在此刻并不需要所谓的地极转移，因为地球的人群在草根阶层上、正迅速地觉醒。他们当中很多人无法解释它，无法谈论它。他们没有足够的自信，以致于他们无法对正发生在他们身上、发生在他们周围的世界的事情说些什么。

他们身上正在发生的事情是，他们正在觉醒并且正在了解到他们自己的良善和其他人的良善无法依赖于统治方式，而只能依赖于自我和周围的地方区域中的其他自我，因此，越来越多地，人们会开始觉醒于合作与和平的可能性，在政府和更大文化的雷达范围之外做事。

我们相信，当有爱的人们找到其他有爱的人们，并形成了一些地方的团体以便于解决在生活的所有不同领域中的局部问题之际，有一种极大的可能性，这些爱、光、合作的口袋将开始快速扩散。

然而，不管某些人为制造的世界末日的可能性，在此刻的景象是一副早已发生的一个毕业和收获的时节的图画。你们有很多人已经毕业了。在过去的三十年间，你们已经收到了来自你们自己的第四密度流浪者，这些流浪者是通过正常的生殖的步骤而来到的孩子，他们已经从你们现在的第三密度毕业了，由于他们是第四密度中的居住者，他们已经知晓自己可以利用的所有选项，自然而然地，他们决定了，就服务他人的意义，他们想要做的事情就是马上回到行星地球并帮助这颗星球上的其他人，将他们的意识转变到和第四密度的能量相容的价值系统。

当你开始适应于一种无惧的态度，以此面对来自第四密度的振动，以及许多正在加速进程，或容我们说，帮助进程适当成熟的能量波—来自该器皿知晓的中心太

阳；对于每一个实体，就有越来越多的可能性，即将发生在他们身上的体验将是实质性的。它们不一定是沉重的，因为沉重取决于你在情绪上如何对应到来的催化剂。然而，第四密度能量的特质是一种最为透明、诚实的真理能量。

在这种能量的光之下，或者容我们说，在这种能量的影响下，在心智中已经被禁闭起来的那些东西，因为它是无价值的、不受欢迎的，它们将从那内在密室的阴暗深处移动到外在显化之中。在你的生活中，将有一个情境或在你的生活中，将会有一个人，或者仅仅是一个内在的思想过程，它将向你展示自己的这个隐藏部分的形状和你对其所拥有的基本感觉。那就是理解如何与这些到来的能量一同工作的关键了。

抵抗是无用的，如这个器皿记得的，在《星际迷航》中，博格人(Borg)说过很多次的话。这些能量拥有一种预期的效应，帮助那些尝试去觉醒的个体们看到那些自我之阴影部分的外形、质地、风味、特性，而那些自我的阴影部分尚未被你的圆桌白骑士招募进来。

记住，骑士身份是战士所达成的身份。在和这些能量一同工作的过程中，把你自己视为光与真理的战士，让你自己变成凶猛的。不要害怕去凝视那内在的谋杀者、内在的说谎者、通奸者、内在的懒人，或者无论什么其他的扭曲、带着所有的疾风骤雨能量袭击你的注意力。在风中站立，在雨中荣耀并感谢吧。

当你感谢这个催化剂的时候，你就从自己身上释放了骄傲与自负了。你正在清空你的心智口袋，清掉你在日常生活的世界中拥有的所有工具，它们被预期去修理东西。你从自己身上清空这些工具，因为那击中你的事物无法从第三密度的层次上被处理。它需要从第四密度的层次被处理。关于这意味着什么，不用去担心，

我的朋友们，因为你们已经以很多不同的方式听过它很多、很多次了。你是爱，你是光。你是一切万有。你并未前往任何地方。你永远不会有危险。

当你开始感觉到你的灵魂光流之永恒和无限的特性，当你了解到你在此时此地、明确地要被这真理和闪耀之光冲击的时候，那种了解将帮助你坚定你去利用这个机会的决心。你无需为你看到的、在你生活中发生的事物负责。你的责任范围是在于你对回应它的方式。

这不是一个殉道的呼召，我的朋友，毋宁，它是一个合乎道德行为的呼召。它是一种把人生视为一场灵性的、神圣的游戏之鼓励，在这场游戏中，你尝试去把自己从那个静止点移开，在那一点上，你既没有非常地爱其他人，也没有非常地爱你自己。我们鼓励你做出一个选择。如果你想望以服务他人的方式极化，开始凝视着他人，了解到你在这里是来帮助他们，正如同他们在这里要来帮助你一样。对这个创意性问题开放你的心智：你会种下什么样的、可能有帮助的种子呢？

对于那些在此刻无法开放心轮通过那些活动的人们，你也问到关于他们感觉到那些能量的时候的体验。那些实体被分成了两个非常明显不同的类别。我们首先简略谈谈那些单纯尚未觉醒者的类别。他们还没有极化，因此他们无法体验和提出这个问题的该团体相同层次的生活。他们完全地卷入经历生活的局部性文化过程中了。

这样的实体相当有可能完成毕业与收割，因为毕业和收割的能量和无条件之爱有关，它不是一场书本导向的考试。它不是一个信息导向的区域。期末考试将单纯地就是(衡量)你死亡的时候的振动。如果它是一种第四密度的振动，你将会毕业。如果你的振动仍旧涉入世俗的事情[就地球的立场来看]，你将继续在一个和

地球类似的行星上花费时间，直到你热忱地、饥渴地，想要更多，于是驱动你超越那个所谓的特殊盒子。

无论如何，那些尚未觉醒的人很可能体验大量的疾病和缩短的寿命，因为他们在处理那些击打身体、心智、灵性的能量上遭遇困难，这些能量充满了真理，当身体、心智、灵性复合体尚未能够承受真理，或甚至尚未了解真理看起来是什么样子，就会招致困难。

这在某种程度上是不幸的，不过，就另一方面，对于这一个实体，已经在某种程度上决定在此刻不去做有意识的灵性工作，这是自然随之而来的事物。当一个实体已经决定不前进的时候，无可避免的，该实体开始后退。

我的朋友，你们看，很多信仰上的基要主义者对于他们的教条与教义非常死板地遵守，无论在什么宗教与政治系统，都有适用的人，他们收缩到恐惧之中，并倾向以黑白分明的方式来看待所有事情，而事实上，这真的是一个彩虹般的宇宙，不是只有黑色、白色、不同渐层的灰色，而是最令人吃惊的、明亮度与创意色彩的组合，因为实体们拥有情感、表达痛苦，并在所有类型的能量交换中发现越来越多的真理、越来越多的光、越来越多的恩典的时候，这样，他们所理解或感觉的事物会开始变得一致，他们开始取得了一种形而上的高度了。就是这种工作开始装备一个人以第四密度的方式去处理第三密度的催化剂。

当然，最后的类别就是那些服务自我导向的实体们，他们已经决定，他们通向造物者的道路就是去越来越纯粹地爱他们自己，并且吸引那些将帮助他们的实体到自己身边，然后推他们去工作，容我们说，如同奴隶或非常顺从的仆人一般。你可以在诸如你们的军队和你们的某些教会之类的组织之中、看到这种结构。

服务他人极性之真理和服务自我极性之真理是同样可行的：既不更多，也不更少。因此，某些实体选择服务自我的极性，这并不令人吃惊。我们不属于那个极性，我们从未被吸引去接近那个极性。我们已经发现，这个特定的恒星系统的造物者拥有一种朝向服务他人的偏好，而我们也是其中的一部分。

而我们发觉，服务他人是一条更笔直、更强健的路径，当一个人走在这条路上的时候，这一条路在工作上有更多乐趣，并且产生一种更大的收获。它是比较笔直的道路，我的朋友，因为一个人不必在某个位置不得不去转换极性。因为负面的极性只能走这么远了。虽然如此，从一个正在服务自我和服务他人之间选择的实体的立场来看，这是一个非常可行的选择。

对于那些未曾开放他们的心轮的人，因为他们拒绝这么做，那就是一个服务自我的实体的有意识选择了，正在到来的振动(对他们)将不是特别地麻烦棘手。这样的实体已经长时间地选择把自己置于最严格的戒律底下。情绪性的影响对他们没有作用。任何方式的失控对他们没有作用。因此，他们会非常良好地应对一种惊人数量的困难催化剂，因为他们必须在其渴望中，真正坚定地爱自己，并且非常有自信，在他们能够在那种非常困难的极性上取得无论怎样的进展之前、保持如此。

我们完全没有看到全球的大量地表被那些已经做出服务自我选择的实体浓密地充满。然而，那些已经做出服务自我选择的实体有一种寻求世俗权力的倾向，同时也寻求内在的力量，因此他们倾向于创造统治的系统，为了某些人的利益、趋向于奴役一些存有。我们要求那些想望去进一步考虑这点的实体在头脑中带着那些特定想法来凝视著这个世界场景。

该询问提到，从地球人群的视角来看地球的状态是怎样的。我们无法很好地回答那个询问。我们并不拥有地球上的人群的视角。我们拥有一种多少有点超然的视角，它看见该样式的完美。

我们看到经济(系统)伴随着这个不可避免的转变时期正在进展。我们鼓励每一个人了解到他们是强有力的。你们每一个人都是一颗太阳，光芒四射、无限并流露爱。当你在聚集的暮光中坐在这个圈子中的时候，感觉你们综合的爱之力量并让它从你们开放之心(放射)祝福这个世界吧。

我们为这个询问感谢这个团体，现在请问是否有另一个询问。我们是 Q'uo。

发问者：我在大概两个多月前做了一场肺部手术，我全时间都处于极度的疼痛中。我每周去看我的医生。我先前去过针灸师那里，并将在这一周返回那里。我将要开始去咨询一位专门从事疼痛管理的社工，我预约了一位疼痛专家医生，在三周以后去见他。我正在做所有可能(有帮助)的事情。关于我能够做什么来缓解这种疼痛，有任何其他的建议吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们为这个问题而感谢你，当你在经历苦难的时候，我们愿献出我们的同情，如同我们献出同情给所有受苦的人。我们不会建议你的疼痛不是真实的，这样是在侮辱你。我们的确建议的是：无论它感觉起来可能会是多么可怕、剧烈，就能够保持内在不受你正在体验的不舒适的影响的意义来说，有一些考虑的方式、用以思考你正在感觉到的事物，它们是有帮助的。

首先，我们会鼓励你去考虑的资产是你自己热爱生命的气力。如果你喜欢待在某个地方，待在那里的不舒适就会变少了。因此，在你的心智中，要求你内在的观察者比过去更多地注意到那些小事。因为就是在那些小事中，神圣状态最为频繁地展现它的面容。

凝视著一片草叶。凝视著一片树叶的形状。当阳光斑驳地透过森林并触及你的皮肤的时候，注视那阳光的品质。看着某个东西的色彩，它在你内在创造出一种感觉，无论它是一副画或是在一面墙上的一种颜色或一小点装饰物。注意到那个瞬间，当你回应并知晓你是一切万有之舞的一部分，而你所看到的事物仅仅是那等待着你的东西的一部分，它等待着你的回馈。

不要感觉你自己是一个处在痛苦中的实体，而是这支舞蹈的一部分，这舞蹈难以置信地复杂却是和谐的。让你的精神超越你身体的局限。你的宇宙越宽广，身体上的疼痛就越小了。

其次，为你自己发展一种意愿。当这个器皿碰巧处于大量来自肩部、脊椎、颈部、手臂的神经性疼痛的时候，在大量的搜寻之后，找到一种有益的意愿聚焦，因为这个器皿的基督徒背景，以及她对于科幻小说的热爱，她选择了两个聚焦点。一个意在拿掉身体上的恐惧。另一个意在拿掉心智上的恐惧。

为了拿掉身体上的恐惧，这个器皿使用了《圣经》上的一条引文。那条引文的意思是：「如果我活着，我活在基督中，如果我死去，我在基督中死去。因此，无论我活着或死去，我都在基督之中，而基督在我之中。」[1]

这句话一直允许这个器皿返回一种无惧的状态。无惧是和痛苦一同工作的关键。

它是十分有帮助的。

另一个聚焦点改编自星舰迷航的第一版的简短措辞：「信心，最后的边境。」[2]

它有助于提醒器皿去拾起信心，跃入信心之中，把自己投向信心，不要等著被说服。那就是情绪上的无惧。它对于这个器皿就够用了。它很可能不会满足其他人。我们使用这个例子，因为这个器皿允许我们使用，因为它显示出你可以进行的工作种类，为了锻炼心智，好在和痛苦打交道方面成为一个运动员，。

剩余的资源单纯地是与认识到某些痛苦是值得注意的，而其他痛苦单纯地是噪音而不是信号。我们确定，你正在探索的那种疼痛管理的方法将会为你提供很多很有帮助的资源。

此刻有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

发问者：我们在地球上拥有数个文化传统，它们已经发展了一段时间了，但有一些(文化的)趋势却是相当恒常不变的。在我们地球上的众多文化当中，大多数都是在这里发展的吗，或者是由那些来自其他第三密度行星的人们从主要地区带来的？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你对「文化」这个词语的使用，我的兄弟，让我们很难在我们的讨论中变得准确。或许，我们会回答了一个你并未询问的问题，为此，我们表示歉意。

所有来到地球的、各种各样的星球团体的根本与基础的属性是足够地不同，以致

于他们构成某种动态关系，如果被错误的弹奏，就是一串铿锵碰撞的音调。如果被正确地弹奏，就是一支胜利的交响乐。你们的人群确实在其原型心智的一些面向上是显著不同的，位于一个种族或行星团体和另一个种族、行星团体之间，。

在你们的很多的人群中，令人遗憾的事件的状况是一个来自火星的特殊种族和行星团体，它曾在亚特兰蒂斯(Atlantis)工作过，经过许多次历史的重复之后，此刻正在地球上经验权力，并在世界舞台上巩固它的地位，远远超越行星地球对其统治权的自然时间的感觉和思考的方式。我们无法称它为一个文化，因为你们的行星(人群)尚未允许文化发展到某个点，在那儿，行星地球各种各样的原型心智开始以它们许多的共同点来合作；(存在这些共同点)是由于所有人都是行星地球的公民，所有人都已经透过投生的大门来临。

在许多的行星实体和作为结果的种族团体中，你们尚未领悟到合作的可能性，那帮亚特兰蒂斯人[容我们如此称呼他们] 的选择已经沉重地涉入阳性的侵略性和开战与征服能力的优势之中了，而这已经扭曲了这个星球上的所有实体所要给出的礼物(天赋)了。

在你们的行星上的确存在的文化是那些分布在这里和那里的小小点，在那些位置，你将会注意到有一种发光和正面的能量，这已经被很多人讨论过了。这样的灵性活力的中心可以被那些开始寻求直接体验这种能量的人所发现。常言说得真：当学生准备好了，老师就会出现。

我们鼓励你们考虑成为创造一种文化的过程的一部分。检查一下，你对于下列的文化知道多少：你自己的家庭文化、你的城市文化、你所在地理区域的文化、如其所是的，你的国家的文化？那已经失落的事物可以再次被找到吗？现在没有听

到的歌曲可否再一次被唱出来？什么样的图画、尚未被老师和权威人物们所鼓励的东西、可以被画出来？当人们没有为了成为集体的一分子而放弃他们的创造本性，当人们没有花费时间于那些没有创造力却让人舒适的事物上，于是没有变得麻木，在你们人群的原型心智之中所潜藏着的创意可能性会是什么？

请问现在有最后一个询问吗？

发问者：我没有问题。我想要说感谢你们，为了你们以往的言语、那些能量，为了所有对于我一直在打交道的痛苦情况的帮助。我非常地感激。

我们是 Q'uo，我的姐妹，这是我们的荣幸。

现在有最后一个询问吗？我们是 Q'uo。

（没有进一步的询问）

若现在没有进一步的询问，那么我们将离开这个器皿及其团体，在太一无限造物者的爱与光中，离开你们每一位。

Adonai。Adonai。

原注

[1] 引文来自《罗马书》14：8，「我们若活着，是为主而活。若死了，是为主而死。所以我们或活或死，总是主的人。」

[2] 原初的《星舰迷航，Star Trek》的开场字幕是以「太空！最后的边境」的文字

开头，《星际迷航》次世代系列也是如此。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2308 章集：爱与光早期资料 #52

Copyright © 2005 L/L Research

周三冥想

1974 年六月 5 日（上）

(无名者传讯)

(我是 Hatonn。）我们感到抱歉，在我们开始声音通讯之前，(…）花了一小段时间在冥想。我想要表达伟大的进展感觉，我们想要和你们分享。我们十分愉快地看见这类团体冥想的努力成果，因为经由你们的努力，获得必须的知识，在其中，我们至为珍惜的(…)；因为你们将学到必须采取的脚步，于是你们可以奉献人生于服务造物者，透过你们的团体冥想，这是可能的。

我们想要陈述，所有渴望我们的临在与指引的实体、都将接收到它；并且我们想要表达目前获得的进展十分令人满意。对于你们团体的进展，我们十分地欢喜，并且正在尽一切可能来帮助这个进程。

我想要在这个时候切换通讯到另一个器皿那儿。我是 Hatonn。

(长时间的停顿)

(无名者传讯)

我现在和这个器皿同在（…)。在我们无限造物者的爱与光中，我们想要对你们表示星际邦联所有弟兄的问候。我们十分高兴地看到一个新的冥想团体的形成。我们认为这个团体（…）的发展，对于那些你们要提供服务的对象。我们隶属于服务于无限造物者之众星球邦联，我们渴望以任何可能的方式、服务你们行星上的人群。我们不能提供服务给任何不渴望服务的实体。我们但愿，如我们说过的，服务你们全体，不过，我们觉察到，不是所有人都(愿意)接受，我们将服务那些渴望的人。

我们的服务，容我们说，相比于你可能对自己提供的服务实属（…），而该服务就是每日练习冥想。因为通过冥想，你们可以获得知识，在你们的星球上，这知识将未来时代非常地必须。我们十分高兴能够得到机会来帮助你们的人民，看到在最近一段时间内、有如此巨大的人数接受我们想要提供的东西，这使我们欢喜。在这个宇宙造物的许多地区，我们已经提供服务给许多行星。你们的星球不是我们第一个来到的地方。我们曾经表达，我们星际邦联不是知识的最终来源，而且，我们确实有，容我们说，犯错的能力。因为我们自己也正在体验这个宇宙造物。

虽然我们存在于一个更高的觉知境界中，还存在着许多超越我们的境界。我们觉察你们现在的情况，因为我们曾经体验过你们在此时体验的东西，而我们（…），容我们说，属于下一个境界，渴望协助你们达成该觉知，那是我们已经通过冥想达到的觉知。

我会在这个时候渴望和另一个器皿建立通讯。我是 Hatonn。

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我再次和这个器皿同在，并想望补充，容我说，一条路线给居住在这个房间中的许多人。因为我们觉察你的行为、你的渴望。一旦你选择了一条服务造物者的途径，(我们立即觉察)，因为我们恒常地处于内在，一直试图以任

何可能的方式协助。我们觉察你的渴望，因为我们可以看见它们，你的爱与心智的渴望。那些爱的渴望真正让你获得知识，获得更高的[振动]。
就你想要探索的爱之渴望而言，我们经常多次强调，负面活动经常带着混乱进入现实世界。因为除非你的渴望真正地属爱，而不是属于（…），你想要（…），因为在这两者之间有个差异：什么东西是对的，以及你想要相信是对的东西。
因为你将寻求这一点，接着通过冥想（…）在这个房间中寻求知识。
我们必须强调，这条通往进一步知识的道路不能以这种方法寻求，因为我们知道，人类是依照造物主的形象所造的，并且有权行使自由意志，一个人得以选择他必须走的路径，以及他必须采取的速度。因为在你们的星球上，这是所有实体的自由选择。这就是为什么，我的弟兄，我们有更高的水平，以及有些实体有较强烈的渴望、达到更高的水平比别人快。我们可以，容我说，随它去（…），因为每个人应该学习的东西、学到的东西，将取决于他自己的学习速率。
我想望在这个时候、尝试调节新的管道，如果有此渴望的话，（…）。我现在要尝试移动这个通讯。我是 Hatonn。

(无名者传讯)
G:（…）我们都知道，你们渴望去信服，我们过去是你现在的样子。渴望通过（…）这个进程。我的朋友们，这是一个适当的愿望，并且依照你渴望的程度，你就将获得它。自由选择，因为在你渴望那真实的东西的每一刻，你都在和许多，许多的灵魂共融，它们充满了光、喜悦、狂喜。我们只有一个问题给你，我的朋友。
进步的路径是（…）。只有非常，非常小的部分，是你可能不从中学到的。我们不是在谈论环境可能必须的指引，但（…），我们正在谈论智力本质。智力本质，我的朋友，一直是我们的专业，多年来我们已经提供给那些正在寻求的人，它已经作为路标，介绍许多人去到他们正在寻求的东西。没有背景；我们为你提

供的话语仅仅是一个标志牌上的箭头。重点是你必须谁走这条路，重点是你必须寻求，你正在寻求（…）。我们不会停止对你们说话，我的朋友，确实不会，但是，当你和我们的联合越来越靠近的时候，在这个通讯中，你的部分的重要性变得越来越至关重大。因此，我的朋友，从这些领域中，寻求你渴望的东西，寻求你的信心、希望、爱的源泉。因为我们、为数众多，正在等待，每一次当你找到多一点点你的天赋权利，我们都为此欢庆。
此时，我想要再次尝试接触另一个器皿。我是 Hatonn。

(无名者传讯)
我再次和这个器皿同在。我们对于今天傍晚、你们已经历过的（…）感到抱歉。在建立通讯中，存在着一些困难。我们不想要延长本次集会，并且想要陈述而不冒犯任何在场的实体，我们觉察到这一团体形成的宗旨。它的目的是，如你可能说的，适当的、对于你们团体的所有成员有利。我们不想详论这一点，因为它就在那些渴望这点的心智之内… 我们谈论的东西。至于实现这愿望的手段，那是你的选择。
容我们说，我想要尝试建立今天傍晚的最后通讯，和被称为 Don 的器皿一起进行。我是 Hatonn。

(Don 传讯)
我和这个器皿同在。我是 Hatonn。我和你们同在，我的朋友，在我们无限造物者的爱与光中。能够使用如此多的器皿进行通信，真是一种特权。我们已经，持续你们的许多岁月，试图通过你们星球上的一些团体、尽可能地和地球人群建立联系，前提是他们渴望我们的通讯，接着这些团体和我们一起服务，把我们对于这个造物的知识带给他们。我们有很多东西可以提供给地球上的人类，但首先他必须渴望它，然后他必须接受它。不幸的是，很多人要嘛不承认我们带来的东西

的价值，要嘛不需要它。这使我们伤心，但如果这不是他们的渴望，那么我们就不想要把它带到他们身边。
发问者：Hatonn，我有一个问题。

(Don 传讯)
我觉察你的问题。把你渴望的东西给予你，这是一种特许。我们邦联是全世界人类的弟兄。这是不可改变的，因为我们，以及遍及全宇宙的弟兄(姊妹)事实上皆为一，我们必须为他们服务，如同我们服务自己一样；而我们必须理解他们的渴望，如我们理解自己的渴望。地球上的人有很多需求，但他真正的、唯一的需要是理解。因为当人，在这无限的创物的任何地方，理解了，那么他就没有更多需求。我们的造物主，我们所有众生的天父，想要祂所有的儿女都展现爱，那是祂在创造中表达的爱。在展示这份爱的过程中，作为回报，他们会获益，确切地、完整地领受他们应得的东西。地球人已经失去了对于这个单纯(简单)概念的认识，并且已变得困惑。很难把这份单纯理解给地球人，虽然是他需要的东西，因为他已经在他的意识之内迷失得很深。出于这个原因，我们要求那些听见我们的人敞开自我去使用他们内在的知识，透过冥想取得；好让他们得以返回那创造他们的知识、爱、理解；再一次，活在本是他们的光之中，在光中受益。
在这个时候，我们很多的太空船围绕着你们的星球。他们在这里的目的只有一个，服务他们的兄弟(姊妹)。而这份服务是否被接受则取决于地球上的人。不管他是否渴望接受这种服务，他都可以使用它。唯一必须的，就是他觉察到他的渴望。唯一必须的，就是他觉察到自己。地球人已经失去了对实相的认识。他正生活在支持他每一个需要的星球上，不过，他已经失去对于这个实相的眼界。一种大气包围着他，每一次呼吸支持他的生命。食物大量地生长在植物的表面上，他获得支持，不过在地球上，人们已经忘记大自然(creation)提供的各种简单服务，经由他不平衡的渴望，到达一个完全无知的位置，不知道他确实就是无限造物的

一个单纯小孩。

人不必须为自己寻求食粮。唯一必须的，他要寻求理解，寻求去服务，然后造物主的礼物就反映在他身上。因为这点就在起初思维之内，该思维创造一切存在的事物。地球人已经失去对于这些简单想法的觉知。通过冥想，返回这个觉知，然后，人类将再次拿回自己应有的位置，由他的造物者提供的、爱的位置。

在地球上，人可以寻求很多事物。他可以沿着许多途径寻求。有许多目标可以在他的思考中产生。然而，在他寻求了所有这些途径，在他成功达到所有这些目标之后，他简单地发现，只有一个值得追求、值得探寻的目标。这个目标，我的朋友，就是理解创造他的爱。他一直有该理解，就在他的里面，因为遍及整个宇宙造物，该理解在所有人之内。我们，服务于无限造物者之众星球邦联，只是在这里导引地球人向内，对他展示他的目标之所在。我的朋友，对于所有人，它都坐落于相同的地方。无论他是否被限制在一颗星球[好比你们的地球]的表面上，或者他和我们在一起，或在任何其他地方，都在一个无限的、完全仁爱的宇宙造物之中。

我要在这个时候离开该器皿。我是 Hatonn。

Adonai vasu borragus。

***

周三冥想

1974 年六月 5 日（下）

(无名者传讯)

我是 Hatonn。我和这个器皿同在。很荣幸地，再一次和(…)。我的朋友，在我们无限的造物者的爱与光中，我向你们致意。一如往常，接触这个团体是很大的荣幸。我们觉察到已经发出的问题，我们将尝试转移这个通讯到名为 Carla 的器皿，好满足这个请求。我们必须保持耐心。

(Carla 传讯)

我是 Hatonn。这个器皿似乎有点不情愿就这个主题发言，但是，我们正试图达成一个接触，这将有可能使她信赖我们在这个主题上的想法。如果你愿意保持耐心，我们将需要一段时间。

你们谈到的这个人是一个有些罕见类型的实体。他是那些已选择投胎在地表上以援助地球人的实体之一。他大部分能够做的事取决于那些觉知领域—在这个星球上，他已带入此生的东西。如果不是因为这个人是一个你可以称之为有些先进的存有，他不可能被用来作为一种管道。关于他的每一个经验，他都是说真的；在星际邦联中，也有一些实体给了他特定的思想存取入口，这导致他能够行使他自然的天赋，以这样一种方式，他能够帮助你们人群。

这是一种实验，我的朋友。有很多这样的实验。有很多很多的接触。这些接触各有不同。某些接触，好比我们刚才说的这一个、非常地雄心勃勃，而有些似乎不那么有野心。然而，能够接触许多器皿对我们是一个伟大的协助，因为每个管道对于他的环境都有一种无法形容的效应。

我试图继续，然而，由于在这种通讯中，我们必须使用的控制额度，并且由于这个器皿的疲劳，我们发现越来越难以维持令人满意的接触。因此，我们将试图通过另一个器皿继续。

(无名者传讯)

我再次和这个器皿同在。我是 Hatonn。有时候，要以一种你们可以理解的方式表达即将发生什么，这是困难的。如果要领会对于这个人的理解，这会是必须的。我们，隶属服务于无限造物者之众星球邦联，觉察到他的活动和能力，你们人群认为是奇蹟一般。我很抱歉，（…）是不可能的。然而，正如我已经通过其他器皿说了，在地表上，发生了很多实验。这只是其中一个。有一个计划正在进

行中，要唤醒你们星球的人群、拿回其合法遗产。这一?个计划有许多面向。有很多来自宇宙造物其他地方的实体参与，包括我们。以一种确切的、直接的方式进展，这是非常困难的，某些东西必须在很少量你们的时间中、被带到你们人群当中。这是此时给他们的唯一可能性。我们将在未来，试图给你们一个更大的理解，关于你们在这方面的寻求。然而，在这个特定的时间，这是困难的。此时，我们即将离开。

Adonai vasu borragus。

(译注：由于本篇传讯的录音品质不佳，以致于在某些段落可能语意不清，请各位读者见谅)

(V)2016 Translated & edited by c.T.

☆ 第 2309 章集：来自火星的灵魂

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年三月 21 日

行星光之工作者杂志（Planet Lightworker Magazine）[1] 这次投票选择的问题：在先前的一次冥想中、提到了来自火星的灵魂，因为对他们的环境的破坏、他们无法在那里完成他们的第三密度周期，而他们现在正作为这个行星的服务员。你能够告诉我、他们有多少人，他们什么时候来到这里的，以及在他们当中、大多数人正在做什么？

原注：[1] 行星光之工作者杂志: www.planetlightworker.com

L/L <wbr>Research 来自火星的灵魂

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中，我们今晚来到你们中心。能被你们寻求的圈子呼唤真是荣幸和快乐，可以在你们今天的问题上与你们分享我们的想法，我们感到荣幸，你们今天的询问跟那些从红色星球[火星]来到地球的实体有关。

然而，一如既往，我们会要求每一位听到或读到这份资料的人，要求每一位都承担起责任，在我们所分享的那些想法中、分辨那些对你有意义并似乎和你共鸣的想法，以及那些似乎完全没有击中靶心的想法。如果你们与我们今天所分享的想法没有共鸣，请将它们留在后面。如果你同意那样做，我们将自由地与你们谈话而不用过分地担心我们会侵犯你们的自由意志或妨碍你们演化的进程。

我们乐于和你们分享关于那些来自你所称呼的火星的实体的信息。然而，在传达这些信息之前，我们要先谈谈我们对于这个信息之重要性的理解。

对于那些灵性原则、在你们的寻求中也许对你们有所服务，我们极其乐于与你们谈论那些原则。关于你们星球上各种各样的人群从何处而来的信息，那是相当枯燥且呆板的信息，我们无法将大量的灵性意义灌输于其中，我们只能间接地提及在那些红色星球的人们身上发生了什么事情，以及在某种程度上谈到为什么事情会超出他们的控制范围。因此，我们会要求你们，在寻求这种关于来自红色行星的移民的时间点与情况的信息之际，知晓我们的声音是一种爱的声音。

具体细节永远都不会和所有这些细节的来源一样地重要，即太一无限造物者。在这个富于创造的幻象世界中，无论你来自何处，或你将前往何方，那种爱创造了

所有行星、它们的航向、宇宙中所有的神秘，它也创造了你们每个人。

因此，无论那些细节是多么有趣，我们要求你们把自己的想法的一部分保留给爱本身，保留给那伟大的造物者，祂让一切万有带入显化的状态，包括你们每个人，无论你是否曾经是红色行星上的第三密度的一部分。

我们将向你们讲述关于一系列的人群抵达地球的故事，他们的目的是加入第三密度的体验，和那些少数真正从第二密度的地球毕业到第三密度的本地人一起共享的第三密度。

在这些抵达的人群当中、首先和最大的一群就属火星。火星的实体们在他们的行星上的政府营运过程中做了一些决定，这导致他们的行星地表的自然环境改变，从一个对于第三密度的肉体载具相对舒适的行星、变成了一个完全不适合于第三密度载具居住的行星。他们无法在火星上的第三密度完成选择的密度之周期。

这颗行星的守护者们来到土星议会面前、请求许可把那个人群迁移到地球。在那个时候，行星地球上可以供物质性使用的第二密度载具是第二密度晚期的类人猿身体。守护者们觉得，通过稍稍增强这些类人猿的身体，让牠更加仔细地清晰表达面部特征、通过改变身体的设置于是牠就能够直立起来，并且改良肉体载具的灵敏度，尤其是双手的灵敏度，接着，在其头脑中创造更大的容量。实质上，他们创造了一个崭新的、改良的类人猿身体，它看起来相当像你们正在享受的身体。

在你们的几百年的时间中，守护者们在那个时候发现，他们已经犯了一个他们认为的错误，因为创造了这个新的、改良的类人猿的身体版本，最初是给来自火星

的居民所使用，随后，来自行星地球或来自其他地方、要进入投生的灵魂都在使用，这原因是简单的，它的确是一个新的、改良的肉体载具，看起来，比较便于进入的灵魂及其指导灵系统使用。

守护者的错误是在创造更好的肉体载具的过程中，带着这样的态度：这些肉体载具是更好的，而居住在那些肉体载具之中的实体是特别的。自然地，当守护者将到来的人群小心温柔地放在行星地球上，以便于他们再一次开始从事他们对爱的寻求的时候，守护者非常喜欢到来的人群并对他们感到极大的爱。

他们所没有预料到的事情是，这群人会觉得自己是特别的。他们觉察到，他们的智能要比在当时居住在地球上的其他类人猿种族更加强有力。他们感觉到自己享有特权并且是特别的。他们在自己的内在创造了一种「比…更好」的态度。

那些来自红色星球的存有的能量天生多少有些激进、易怒。他们已经在其家乡星球上展示了这种攻击性和发动战争的能力，他们已经成功地破坏了那个星球的地表、使其不再是一个第三密度生命可接受的环境。他们携带着这些偏见进入这颗星球的第三密度之中。

在行星地球上，你们第三密度周期的最开端大约在以你们时间计算的 7 万 6 千年之前。火星人群体首先投生在你们称之为中东的地区和非洲的一些部分，那些地区是当时在地球上、他们的人口最密集的地区。逐渐地，他们成为你们现在知晓的穆斯林教徒、犹太人、巴勒斯坦人，以及其他中东后裔的人群。

随着人群的迁入，接着开始他们投胎的循环以取得经验、学习爱的课程，他们扩散开来，逐渐成为你们现在知晓的：俄国人与东正教会、基督徒教会，罗马天主

教会和相对的基督新教教会。所有这些人群大量「夹杂」著那些最初从火星而来的人群。

你将注意到这些实体包含了信仰唯一神的人群的大部分。信仰太一造物者的有益的一面是：相较于假定很多神明的解决方案，它更加接近造物者之奥祕。我们的理解是：万物为一，无限造物者是单一的，如同祂的宇宙和造物。

信仰唯一神的不利一面是：你信仰只有那一个神，并且只有以某种特定的方法去信仰，你的灵魂才会到达天堂。这在宗教信仰中创造了一种偏见，常常在那些如此相信的人们心中创造政治性的思想，即他们的道路或公路[如这个器皿会说的]才会到达目的地。

你将注意到，在穆斯林教会、基督徒教会、犹太人的教会中，有一种强烈的倾向，要把他们的成员当中、某些不相信教条[他们坚信为真理]的人排除出去。那么，信仰唯一神的这种能量倾向，当人们开始把那种宗教用作一个爱的课程之跳板时，就有其深具挑战的面向了。

如果你查看那三种宗教信仰中的任何一本核心著作，你将会发现在那三种教会之间、对于合一非常相似的一种神秘理解。然而，对于过著一种日常生活的实体，教条式教会的倾向就是非常地排外、评判的，于是一个实体会从根本上被告知：「你要嘛相信我们信仰的方式，否则你就会在死后陷入地狱的其中一圈。」他们接下来就会觉得，劝诱他们所遇到的人改宗，并尝试去在他们的内在创造那种偏见，这是获准的、甚至是值得向往的作法。

基本上，这些行动的巢穴或网络是守护者在 7 万 5 千年前对这些肉体载具做出太

多改良的最终结果，创造出骄傲与自大、作为一种与生俱来的权利，属于这崭新的、改良的人类种族。你在此刻仍然可以看到那些能量在你们地球世界中展现自己。

那些来自火星的人正在做什么呢？如J实体先前开玩笑地说过的，他们在管理你们的国家，在为你们停车，照顾你们的孩子，做其他每一件你能够想到的人类事务。因为有百万、千万来自火星的人。他们此刻全都是在第三密度之内的人，正在努力学习著爱的课程。

那些来自红色行星的人中有很多人已经赢得毕业进入第四密度的权利。他们已经在意识中达成那种转变：从恐惧转向爱、从战争转向和平、从疑虑转向信心、从绝望转向希望。来自火星并不是一种污名(stigma)，对于任何一个出生于某个基因传承的人，也不算是任何污名。

这并不是说，你所栖息的肉体载具并不重要。它应该被荣耀、尊敬并且被爱，因为它已经献出它的生命，这样你的意识就可以在行星上行走并学习你来这里要学习的课程。正是那个身体，它的双手能够伸出去执行你为人类同胞进行的服务。正是那个声音，唱出了对太一无限造物者的赞美。没有你的身体，你就无法拥有人生。

但在同时，完全地认同那携带着你的身体是不好的。因为身体如果被粗心大意地使用，而没有被恰如其分地欣赏，它将倾向于想望去支配心智与人灵。它拥有强烈的本能，不是因为基因的改变，而是因为与生俱来的第二密度的传承。它本能地想望去交配、形成一个家族部落，收集各种资源好让其部落可以活下去，并且去保卫那些资源，如果必需，誓死保卫它们。

我们会注意到，就我们的谦卑意见，你们政府此时的一些行动严重地受制于那些本能的影响了。你们处于第三密度的终点，正在进入到那个毕业的时刻。那些不选择要毕业的人将必然地退化到第二密度晚期的本能，因为他们准备在其他地方开始另一个第三密度的周期。

我们愿问问你们每一位、对那些火星人的历史带有共鸣的人：「你希望向前跃进一步，从那个敌意的梦境中醒来吗？」

如果是这样的话，那么你拥有每一项必须的能力，你很可能已经做出选择、转身背对暴力和负面性，选择爱作为你的表达、你的存在、目标。我们鼓励你相信自己，并把你拥有的一切都投入，达成这个转变。还不会太迟。选择爱的决定是短短一个心跳之间的事情。每一个选择爱的决定都是短短一个心跳的事情。

现在，我们请问是否有一个后续问题？我们是 Q'uo。

（没有进一步的询问）

我们是 Q'uo。我们听到的沉默告诉我们、你们已经用尽了今晚的问题了。在那种情况下，我们仅仅希望表达我们的感激，因为获得请求、加入你们的寻求圈。我们是 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中，在祂的平安与力量中，我们离开你们。

Adonai。Adonai，我的朋友。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2310 章集：无形的访客

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年三月 18 日

来自 A 和 R 的问题：（由 Jim 朗读）第一个问题是：A 体验到一种探访，来自一个看不见、却可以听见其脚步声的人。你们能够提供任何你们感觉可能有帮助的评论或想法，好更多地学习这种体验？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。作为我们为造物者服务的一部分，我们在今天来到你们中间。感谢你们邀请我们出席你们的寻求圈。能够被如此地呼唤真是一种极大的祝福与荣幸。能在你们的美丽与奉献中休息、这已经是一件令人高兴的事情了，我们为了你们留出这段时间来寻求真理而感谢你们。

一如既往，我们会请你们在聆听我们的想法的时候，使用你们的分辨力。对于我们的想法当中、任何似乎没有共鸣的想法，小心谨慎地忽略它、把它放在一边。这样，我们就可以提供意见而不用担心我们会侵犯你们的自由意志或你们的演化进程的神圣性了。

（暂停）

你们今天为 A 实体询问、涉及创造幽魂效应的实体们，你们想望知道如何处理这种多少有些令人不安的现象。凝视你的情况，我们看到它落入未知访客的一般性范畴。对于活在行星地球上的人们，被他们无法解释或无法看到的灵体拜访，这是比一般认为的、要更平常的事情。

内在层面挤满了许多实体，包括所有的种类、极性、导向、性质。那儿有一些机会点，各种各样的实体能够在那些点和那些刚好对更精细的振动[容我们说]敏感的具肉身的存有互动。这就是发生在被知晓为 A 的实体身上的事情了。

我们可以观察到，通常来说，有三个探访的范畴。我们划分为三、不是根据特定种类的访客，而是根据访客的导向、无论被体验到的访客是怎样的。

第一种导向是正面和服务他人的。贯穿整个人生在一个人周围有许多服务他人导向的实体，当一些有爱的心被打开并且一个寻求的个体已经做出提高极性的选择，那一群实体、想望将自己和这样一个光与爱的来源联系起来，就会变得更庞大了。

有一个很大的范畴是未极化的接触者。这些接触者包括淘气的灵体，基本上就是多管闲事的路过者，当你在玩人生的游戏时，他们在你的身后窥探，还有其他一些实体，他们既不想要帮助你，也不想要伤害你，而是简单地成为一个目击者、看着正发生在一个特定实体身上的事件。

第三个探访的范畴可以被描述为负面性或服务自我导向的。服务自我的访客的标志是那些不舒适、离间、沮丧、激怒的能量。当没有沟通交流的时候、当涉入的个体没有以可感知的方式接收到来自一个服务自我的访客的、可听到或可接收的

讯息；那么该接触者的负面性就可以从伴随着这类接触的不舒适而被推测出来。

要记住的是：自我是神圣而不可侵犯的。在你们的文化中、有很多令人害怕的故事、关于一个具肉身的存有被那些内在层面的灵体附身。百分之九十九或更大比例的故事是被严重曲解的。

因为你们的文化倾向性，当任何事情是无法被经验上的数据所解释的时候，你们特殊文化的心智中就有一种天生的偏见被创造出来，反对这类信息的正确性。因此，任何无法被清晰可观察的事实所解释的探访、都将被怀疑甚至被认为也许完全没有发生过。

如果你们的人群中有些人在感觉到这种体验的时候、希望逃开，这对我们是可接受的。然而，我们会建议，对于这样的被陪同的感觉而言，以某种方式或形式假设你的确正在被陪伴着，这是更有技巧的回应。那么，为什么你会被陪伴的问题就会变得有趣了。

在不冒犯 A 和 R 实体的自由意志的情况下，我们无法比这叙述更进一步了。所以，我们会在此刻请求第二个问题。我们是 Q'uo。

Jim：A 实体感觉这个存有或来源多少有点不友善。在他决定是否应该尝试跟这个来源沟通这方面，请提供你们觉得可能有帮助的灵性原则或想法。

我们是 Q'uo，觉察了你们的询问，我的兄弟。如这个器皿非常清楚地知晓的，和一个看不见的实体进行一种对彼此有帮助的接触，这是一个微妙纤细的过程。来自你们行星的无形或内在领域的实体有很多，他们和那些投胎在你们星球上的人

们之间的互动是为数众多的。

在人灵和肉身之间的相互作用中、一个很大的范畴是自我及其指导灵系统之间的相互作用。你的指导灵系统，以这个器皿的话说，即圣灵，以 Ra 社会记忆复合体的话说，即高我(higher self)。在弄清楚你的指导灵系统真的是谁这方面，根据后一种说法的结构对于思考有帮助，因为你的指导灵系统不是一个在你之外的实体，毋宁说，它是你进入更大自我一个接入点。

你是一道灵魂光流的一部分，你的灵魂光流没有和任何特定的空间或时间拴在一起。在形而上的世界[时间/空间]中，一切事物都发生在一种环形的普遍存在之中，就一个人拥有的、任何朝向中间或你的投生来源的经验而言，它们全都同时发生并倾向于被收割，这样你在所有转世所学到的事物都正在被收割到该灵魂光流的中心。

当你现在所体验的、穿过各个密度的长征完成的时候，所有的收获物都将献给太一无限造物者。那么，造物者将学到更多关于祂自己的事物，比祂以前知道的更多了。在你生命中的每一刻，随着你增长有趣的信息并逐渐消化和理解越来越多你所见的事物，这就是你献给太一无限造物者的礼物了。

无论如何，和你的高我之沟通是一种独特地受到保护的活动。实际上，在推荐 A 或 R 实体进行活动这方面，这是我们唯一觉得相当舒适的情况，我们推荐你们寻求和自己的指导灵系统进行有可能的对话。这样一种交流完全发生在一个人自己的受保护的心之内。在这种沟通中、没有任何外在的干预有可能发生。

对于那些没有完全地习惯于根据本能、直觉、洞察力而行动的人，打开这样一种

通讯可能多少有些困难。直接的感知大道几乎完全被你们的文化价值观所阻塞和抹黑了。因此，甚至是那些拥有非常敏感的天性的人、察觉到有比他们所能够解释多得多的事物，他们仍然不会倾向于对于开放这样一种沟通感到有自信。虽然如此，开放这样的沟通相对是容易的。一旦开放和你的指导灵系统沟通的目标已经被决定下来，它单纯地需要耐心和坚持。

当一种能量感觉起来有敌意的或令人不舒服的时候，一个人的指导灵系统的记号就没有在场。在这样一种情况下，我们绝不会建议尝试去与这样一个来源或实体创造一种交流。这一点的原因是任何实体的人格在形而上工作方面相对未成形的特性。

在一个实体做好准备开始考虑跟任何被感知到的灵体交流之前，有一种非常明确的锻炼必须被着手研究、掌握、唤起，并且被追寻。人类的人格特性就是这样的，除非小心谨慎、任何开放沟通的尝试都将是困难的、有缺陷的，或甚至对那个尝试去开放沟通的存有之完整人格外壳是有害的。

那么，在开放任何种类的通讯之前，需要做的事情是去通过一个漫长的过程，在其中、一个实体发现他自己、定义他的本性，并且彻底地探索那些他正在为之而活着并愿意为之而死去的原则与中心主题。当一个实体非常充分地知晓他自己以致于他了解了他所立足的地基时，他接着就成为形而上世界[属于时间/空间]中的一个实体了。第一次，他已经达成了一个人格的锻炼。他已经检验了自我。他觉察到他相信的是什么、他所爱的是什么，他会对什么事物感到最有热情，他为了什么而活，如果需要的话，他会乐于为它失去自己的生命。

当一个实体已经获得那种自我知识的极致之际，那么他就准备好跟其他灵体对话

了。然后，他能够挑战它们并且说：「如果你以这个原则之名前来，那是我为之而活、为之而死的原则，那么我将和你谈话。如果你不是这样，那么你必须离开。」如果那个实体无法面对你的挑战，他将必然要离开。

要能够进行那种挑战，彻底地知晓自我，这是一项长年的工作。如果 A 实体想望和这个实体交流，那份工作仍摆在他的面前需要去进行。这绝对不是一件可以掉以轻心的事，或者因为心血来潮而做的事，或因为它可能很有趣就去做。这个器皿已经看过一些人格在某个内在层面的实体的能量重击之下崩溃，这种实体是不负责任的、毫不关心他人，而那个无形实体如此乐于冲破并进入物质世界，以致于该实体并不在意它对于它所夺取能量的那个存有的人格会造成怎样的伤害。如果 A 实体已经决定他渴望和这样一个如他描述的实体通讯，我们鼓励 A 实体要非常小心谨慎并且深思熟虑。

现在请问有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

Jim：关于 A 与 R 如何能够成为他们的年轻侄子的灵性成长中的一个有益部分，请提供任何你们觉得会对他们有帮助的想法。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。成为一个孩子的人生中的美好事物的一部分，这是一份非常珍贵的礼物，我们礼敬 A 实体和 R 实体，并为他们喝采，因为他们想望去成为那些和他们相关的孩子的灵性发展的一部分。

成为一个孩子的生命中的美好事物的一部分，R 和 A 实体已经在进行这个过程的开端，那就是单纯地用他们全部的心去爱这些孩子并祝愿他们好。无条件爱的氛围在一个年轻孩子的身上有一种惊人地强大影响力。在这样一个世界中，就一个

孩童的生活意义而言、在其中几乎没有任何事情不受质疑，而一个孩子通常在其中学习如何成为社会的一部分，这样一个溺爱叔叔的存在肯定是令孩子感激的。要确信，那些你爱的人觉察到你的能量，并且感觉到那爱的阳光如同温暖与疗愈。

当孩子周围的实体以一种灵性导向的方式活出他们的人生时，这对于孩子们产生一种强烈的影响。因为孩子们能够看到灵性是一个每天的、日常生活的一部分，它不是某种在周日或假期才进行的特殊事情，而是生活的例行程序的一部分。

在你们星球的演化的这个时期，那些是孩子的实体是非常特别的。他们因为非常具体的原因而在此刻进入地球的层面。对于他们，碰见那些概念：即每一天都在静默中花费时间、把一个人的生命奉献给服务他人。这是非常有帮助的经验。

对于一个人正在做的事情进行说教或甚至谈论它，这些都没有必要。唯一必要的就是去活出那种人生、于是整个人生都被视为神圣的。然后，当诸如你们的侄儿之类的实体和你们联系时，他们就体验到那灵光的神圣性了。

在某种程度上，就形而上层面而言，它和认真地对待自己相比，都是一样微妙和单纯的，接着创造一种反映该灵性优先[顺序]的日常生活。当一个年幼的实体看见一个成熟的个体把他的时间完全花费在诸如食物、喝酒、游戏以及诸如此类的自我沉溺的事物上，该(年幼)实体就会开始假设那就是尘世生活的全部与实质。

然而，当一个年幼的孩子和一个日常寻求静默的人一同体验生命时，他的远景和选择开放了。他发现有大量可以从中选择来花费时间的事物。他没有被物质性世界所束缚，因为如果他没有认识一些人、拒绝完全在物质性宇宙中过生活，这孩

子可能就会被物质性所束缚。

当你神圣地活出你的人生的时候，那能量也将闪耀而出、让你的侄子观察到。如我们先前说的，你无需去说教。的确，我们鼓励你们仅仅随意地给予一两个想法，就不用说更多了。年轻的实体在观察力方面是明智的。当事物出现而他们碰巧留心时，他们的兴趣将以一种有机的方式被点燃。

注意到可能有什么样的某个特定时间，对于你来说恰恰是向他们提供一粒思想种子的合适时间。不要觉得你必须演说或教导，毋宁、成为你自己。让你的心保持开放，允许太一无限造物者的爱与光的自然发光通过你放射。重点在于、在你穿过一天的过程中，持续不断地觉察当下此刻。把你自己带回到对那种爱的察觉。允许那爱与光留在你的生活中，即使当它成为了完成一天职责的例行工作。持续返回那个忆起的空间中，在那里，你与存有的核心连接在一起，而它全然地被包含在神圣生活的事务之中。

因为你真正地打开你的生命、向上通往完全的潜力，而你作为太一无限造物者的火花，作为那造物者之原则的一部分，你拥有怎样的潜力。你是这个宇宙[包括

地球、海洋、天空、群星]的共同造物者。你可以选择大量发生在你的经验中的事情，带着真诚和奉献、聚焦在那些你感觉到值得纪念的事情。

就是这种奉献，容我们说，奉献给对的生活将鼓舞你的生命，让你的能量结晶化，并请澄清你的能量，于是你所建立联系的那些孩子就会知晓他们正在触及一种强烈、强大的正面能量。童年的天生好奇心将打开那孩子的心智、惊奇于你所拥有的东西，而人际关系将从那里、以一种完全有机的方式绽放。

我们为了那鼓舞该问题的爱而感谢你，我们祝你拥有每一个机会向你周围的人提供爱与光。

现在有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

Jim：第四个问题：R 的前任配偶已经离开，他们的关系已经结束。然而，他仍然感激他从这段关系所接收的学习。在不侵犯他的前任配偶的现在生活或他的自由意志的情况下，R 想知道任何方式、能够对他的前任配偶提供一种形而上的帮助。

我们是你们所知晓的 Q'uo，觉察了你们的询问，我的兄弟。我们感激 R 实体在询问这个问题中的一丝不苟。因为，实体们相互彼此给予的那些对于健康良好和运气好的祈祷和祝愿竟然有可能成为一种侵犯，实体们通常不会想到有这种情况。的确有一些方式使得一个应该在单纯祈祷的人会侵犯(对方的)自由意志，我们将尝试描述这些情况。

当一个实体无法释放激发了一次已经结束的人际关系的能量动力的时候，在祈祷的过程中侵犯另一个实体的自由意志，这的确是可能的，因为该实体和另一个实体之间的联系并未被适当地断开。

如果在 R 实体的头脑中、对于这种能量动力关系尚未被完全切断有任何疑虑，

那么，我们会建议 R 实体独自一人，或者他和先前的配偶一起，创造一个仪式来声明一种对该关系的有效的、最终的结束。

如果这是与前配偶一起完成的，那种能量的练习将是完整的结束。

另一方面，如果这个练习是独自一人进行，而没有前配偶在场，那么我们会建议 R 实体写下结束的仪式、并把它大声表达出来，当那个创造完全结束的仪式结束之际，我们建议他拿起那张在其上写着仪式内容的纸，要嘛把它烧成灰，要嘛把它埋在土壤里。

如果在分手上有些困难，较好的方式是把那张纸烧成灰，接着把灰烬吹掉。

如果在分手上没有困难，相反地，双方一致认为现在就是分手的时候，因此没有涉及困难的感觉和不快乐的结局，那么较好的方式是简单地把那个关系送回大地。那就是我们建议把那张纸[上头写着结束仪式的内容]埋起来的情况了。

不管在哪一种情况下，当一个人开始对一位挚爱的实体进行一种有意图、有意识的祈祷或祝福之前，完全地确认能量性的结束，这是很好的。

再次地，我们向这颗充满爱的心致敬，那颗心属于询问这个问题的 R 实体。了解到这点是很好的：一个人在一辈子中、以一种有意义而深刻的方式建立联系的所有实体，如 Ray 实体所说的，也许以这种或那种情况，都是由于这样的关系存在着痛苦。这经常是任何两个一起度过深刻时光的实体的情况。

改变的过程涉及不舒适。两个尝试在一起学习的灵魂的动态关系创造了很多成长的机会。结果是，两个一同成长的实体在关系中体验到大量不舒适，这是相当常见的。这不是因为其中有不相容性，毋宁说，这是因为一起学习的灵性存有带来

不可避免的效果。两个如此强有力、一同努力学习的存有的效果是让每一方都成为彼此的一面镜子，这样所有那些你不希望在自己身上看到的事情，你的伴侣就会体贴地为你提供一面镜子，于是你就可以更好地看到了。

从灵性的观点来看，这似乎是一种困难。因为，若要进入开放之心，自我的每一个尚未被自我钟爱、接纳、祝福的部分都必须被带到自我面前，好让你可以去做爱上全部的自我的工作，而它包括了看起来不那么吸引人的阴影面。

一旦该工作完成了，把两个人之间的任何滞留的能量性动态关系断开，接着在任何时候为对方祈祷，都是完全可接受的。你正献上祈祷给那个实体的高我，而不是给那个实体。而那位高我、圣灵，将导引那股爱的能量到它需要前往的地方，或者如果那能量是不适合的，它将钟爱地使它转向一旁。只要在两个人之间没有一种能量的附着，这就是灵性规则在显化了。

我们发现我们还有时间，而这个器皿拥有足以再接收一个询问的能量。

是否有另一个询问？我们是 Q'uo。

（没有进一步的询问）

我们是 Q'uo，随着我们通过这个器皿的耳朵、听不到问题了，我们相信已经耗尽了这次集会的问题了。容我们说，这过程是怎样的快乐呀。再次地，我们请求你们小心谨慎。思考我们说的内容。如果在任何地方有一个谬误的音符，请忽略这信息，因为我们不希望成为你们道路上的一块绊脚石。

我们是 Q'uo。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2311 章集：指导灵的角色

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年四月 1 日

Jim：我们今天的第一个问题的焦点是在扬升过程中、指导灵扮演的角色。我们想让 Q'uo 告诉我们、这种角色是什么。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。我们今天在造物者的服务中来到你们中间。感谢你们请我们加入你们寻求的圈子。能与你们在一起，并为你们的振动之美和寻求真理的强度感到惊奇，这同时是一种荣幸与巨大的祝福。一如既往，我们要求你们每一位在考虑我们所提供的想法的过程中、使用分辨力。如果它们和你们有共鸣，请随意与它们一同工作。如果它们没有共鸣，请把它们留在后面，我们不愿意成为任何人的一块绊脚石。我们感谢你们这方面的考虑，我的朋友。

你们今天询问在扬升的过程中、指导灵的角色。我们发现这个问题多少有点幽

默，因为这个器皿在过去几天中、一直在工作一份来自圣灵[这个器皿的指导灵]的通灵手稿。因此，这个器皿正沉浸于那种友谊关系和安慰之中，这就是每一个实体的指导系统的角色了。

你的指导灵系统，无论你是用基督徒的术语把它描绘为圣灵，如同这个器皿一般，

还是以其他的方式来描绘它，它不过是造物者与受造者的相互交织之意识的一部分。你绝不会没有你的指导灵系统。

当你考虑指导灵的时候，一个要记住的关键概念是：它的菁华是什么，而非它采用什么外形或形状。那个贯穿整个人生、陪伴着你的灵的菁华是无条件之爱、绝对的支持、无尽的悲悯，以及一种理解上的清晰度、接收八度音程密度的全部范围，而你正在其中享受意识。

它不是一个在扬升的一瞬间发生的事件。扬升毋宁是一个过程。如果你愿意，将第三密度考虑为一个灵性的蒸馏室。你知道一个蒸馏器是如何利用诸如酵母、啤酒花、葡萄干以及许多其他的方式从葡萄树或谷物的果实创造一种化学反应，而将未经加工的成分蒸馏为已酿成的酒、充满了所有成分的美妙味道，而这种美味归因于转变它的性质的化学过程。

我们已经观察到你们宗教基于教条的思想，尤其是被知晓为基督教的宗教，已经曲解对于扬升的过程的思考，把它创造为一个基于恐惧、充满了厄运的事件，而不是一场喜悦的庆祝活动。将扬升的过程缩小为任何种类的一次事件，这不是造物者的意愿。然而，如果要对扬升采用一种非常狭窄的视角才能把它被视为一个

事件的话，它将是一个充满了正面情感的事件，如同一个人的生日、结婚的日子，或者一个人所极其期待的、任何其他的庆典或聚会。就我们对造物者的思想的理解而言，将扬升视为一个世界的终结，突然间，你站在一位公正的判官面前，这整个令人恐惧的概念远远不是造物者的思想，我们在这里注明，我们的理解是有缺失的，我们在任何时候给出的东西都只是我们谦卑的意见。

你的生命是一个逐步提升的过程。你从未经加工的材料开始。贯穿你的整个人生，你所做出的每一个选择都推动蒸馏的过程前进。在死亡的时刻，更大生命的大门打开了，你自己能够用一种增强的时间/空间之视野看到你在扬升过程中的位置了。你就是你如此害怕的那个判官。在那里，你的指导灵、指导灵系统或高我(higher self)作为你的资源、和你在一起。

从我们的观点来看，我们认为指导灵这个词语多少有些缺乏明确性。我们宁愿讨论高我，因为根据自我的这种资源结构，高我来自你的人格溪流或者，容我们说，你的灵魂光流循环之中的一个位置，而它远远超越你此刻在投生中的意识。高我是你的自我在第六密度中的一个点，在那里，合一的课程已经如此地先进，以致于你作为一个实体在第六密度中已经知晓作为贯穿所有的密度、直到第六密度的事件而存在于你的记忆中的事物，而你正在远离与这种记忆之间的紧密接触。

它们在这个点从你身上脱落，你的心智、心灵、意志正在转向，越来越多地靠近造物者的脸庞。你正在获得足够的灵性引力以致于你觉察到，这就是你和这个(宇宙)造物中的自我说再见。你不再对你的人格外壳有任何的兴趣。你已经准备好再一次备吸收、进入神性原则。

因此，你在第六密度的中期、在这个非常珍贵的关键点上、在你灵魂的蒸馏过程中转向，你留下一份资源在后面、作为给你自己的一份礼物。这份礼物在第三密度、第四密度、第五密度，以及如果需要的话、在第六密度的开始，都可以被你之所是的灵与魂所使用（…）无法分开地和你的意识结合在一起。为了听见它，你必须询问它。圣灵或高我一直要到被询问的时候才会发出信号，它不能侵犯自由意志。它必须等待你的兴趣、渴望、问题、你的哭泣、呻吟、你的喜悦和希望，以及任何其他你想要的交谈。它耐心地、充满爱地等待着，它了解你，因为它就是你，但它是最高和最佳的你。因此，那个灵是有色彩的。它有能量和活性，但没有物质性。那个灵是非受造的。它是一个资源和菁华，如果你愿意这样说的话。

因此，在死亡的时刻，你的高我和你在一起，你的一部分，在你步入更大的生命之光中的时候，祂支持并鼓励你。

在我们继续之前，对于这个问题有后续的询问吗？

B：Q'uo，有没有其他自我担当指导灵，好比天使或其他的生命形式？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。的确有帮助指导的其他实体。这就是为什么我们尝试在使用的词汇上更加具体的原因，因为指导灵这个词语可以意味着任何一打或更多的事物。

在你周围有如此多种指导的源头，以致于全面地讨论它们是不可能的，但是我们可以简单地提及它们的名字。它们包括如你所说的天使—天使的种类有很多—小精灵、地精、仙女、自然精灵和所有种类的灵，元素之菁华、和它们的精灵，诸

如水精灵(undeens)、空气精灵（sylphs）、水仙子(niads)、森林精灵（dryads），以及你在过去世中已经建立联系的所有图腾。同样地，在内在领域有许多的实体，当你显眼地流露爱、有耐心或坚决寻求真理时，它们就被吸引到你的身边。对于良善、美好、爱的热情，或者对于太一无限造物者的奉献、都会把这些居住在内在领域中的实体[、数量不等地]吸引到你身边。因此，你可以在你周围确实地拥有许多种有益、有爱的启发与指导的来源。每一个来源都和你周围的其他的指导来源和谐一致，它们构成你在无形世界中的家族。同样要被考虑到的是、那些在其他密度中和你联系在一起的实体，尤其是对于你们这些是流浪者的实体。

你们每一位都一样，你们已经投生转世了许多许多次，关系连结之网变得真正地令人惊讶、无限地扩展，并且包含地球上的几乎每一个人。因此，我们的意见是，一个、两个指导灵或有限数量的指导灵的概念是不准确的，因为如果你被足够地激励，当你的情感和渴望协调一致的时候，你的意志聚焦可以达到雷射一般的品质，你就呼唤一个很大百分比的众生，属于无形领域，前来帮助你、支持你。因此，我们鼓励实体去发现他们的热情并跟随这热情。

我们可以更进一步地回答你吗，我的兄弟？

B：不了，谢谢你们。Jim？

Jim：我们的下一个问题是：「Q'uo，你能不能告诉我们，守护者们(guardians)在毕业过程和在扬升中的作用是什么？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你们星球的守护者是一个团体，他们

有一些人是内在层面的实体，有些是星际邦联的实体。在任何一个时间，那些为行星地球负责的实体有一种轮替，但有恒定数量的实体守卫并管理行星地球，及其人民和资源，我们说的资源、意思不是你们人群在说到「资源」这个词语时一般会想到各种自然资源，毋宁，我们说的是当该星球穿越它自己的扬升过程之际，容我们说，该星球的形而上资源。

守护者的角色是照顾人们和星球并成为它的一个服务员。在扬升的过程中，守护者站在那些通过扬升或毕业典礼的人们的光之阶梯两旁。他们仔细检查以确保光的分级是精确、稳定、牢固的。他们照看以确认没有人跌倒或感到困惑，因为它们想望每个实体舒适地走入光中、直到他们已经选择了自己最舒适的位置。所以，他们守卫著这个过程的神圣性。就是通过这个过程，每一个人决定或选择了它的下一次经验的性质。如果当一个人走入光并停下来的时候，他停在了一个仍旧在第三密度中的位置，那么那个实体将在(宇宙)其他地方的另一颗行星的第三密度中投生。因为你们称之为地球的行星已经开始它的第四密度之正面投生过程，当实体们通过自然的死亡过程毕业的时候，地球甚至在此刻就已经在接纳新的实体了。

请问我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

B：除了死亡之外，有其他的过程能完成该转换吗？

我们是 Q'uo，相信我们理解你的询问，我的兄弟。除了在死亡[如你所知晓的这种穿越进入更大生命的大门之过程]时发生的过程之外，没有任何其他的过程在守护者的责任范围内。我们知道在你们的人群中已经有关于这个器皿称之为「升天」（rapture）的讨论，这个器皿确实知道耶稣实体的教导，耶稣说，当时间到

来的时候，田野里将会有两群人：一群将被带走，一群将会留下来。我们对于这条教导的理解是，再次地，我们谦卑地提供意见，如同耶稣实体所教导的几乎所有事情，这在本质上是一个寓言故事。

耶稣实体所讲述的故事并非想要说它字面上的意思，毋宁，那些故事是在其中用比喻指出形而上的真理、而非物质性的真理。因此，在毕业过程的功能性方面，在光之阶梯的选择时刻，一个实体要嘛选择第三密度，要嘛选择第四密度，并因此进入第三密度或第四密度的生命之中，的确是这样的。我们不相信这故事的打算是，将会有这样充满危险的戏剧性事件，认为有一场突然降临的升天，在其中，你所知道的生命突然停下来了，实体们要嘛被扔进地狱的深渊中，要嘛被提升到天堂。

我们相信实际情况是较不戏剧性的，但却更加易于理解得多。我们相信实际情况是你们，你们每一位，都将选择你存在的方式。你将选择它不是因为你对自己的评判，而是因为你了悟到、在光中有一个适合于你的甜蜜点。当你走上那些光之阶梯的时候，你不是在期望去超越你的能力，你在期望去找到你归属的那个位置，当你已经找到合适的位置时，它是第三密度还是第四密度，这并不重要，它是你已经赢得的位置，它是你漫长而充满冒险的生命以及所有将你带到那个位置的事物的礼物，当你进入更大的生命时，你会以某种方式在那个位置上振动。那个振动就是你的存在。你希望你的存在是舒适的。你希望那个你之所是的存有被放在它所属的位置上。这就是我们对于毕业或扬升的过程之理解。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

B：不了，谢谢你们。

Jim：我们的第三个问题是关于赋予灵魂（ensoulment）。一个人灵是什么时候、通过什么方式进入第三密度的身体而加入第三密度的人生呢？

我们是 Q'uo，我们相信我们理解了你的问题了，我的兄弟。你在第三密度期间所居住的那个身体拥有牠自己的生命（anima）。精确地说，它并非一个灵魂，它性质属于第二密度实体，它存在于一个毛发很少的大猿猴基因库中，如果你愿意这么说的话。当那个你现在正在使用的、正如此优秀地为你提供服务的肉体死亡的时候，它将沉入并返回属于裸猿的基因池中，而裸猿作为一个第二密度的物种构成人类种族，这与你的意识形成强烈的对比。

因此，它独立于一个魂或灵的需要。它能够生活，享受其本性，接着终止生命，所有这一切都无需一个第三密度的人灵栖息该身体。

当一个女人怀孕的时候，容我们说，一个特定的实体通过那个女人而出生的协议是非常提前地就已经存在了。有极大数量的、对于投生机会的需求。实体们必须等待一个居住于一个特定肉体载具中的机会。一个实体和它的高我，或者指导灵，将会仔细考虑一次投生的想法好些时间，如你对时间的称呼，你将会为该造物创造一个计划或议程，包含了他被一个特定的女人生出来，在一个特定的家庭中过生活，在整个贯穿生命经验的过程中、遇到各种各样的关键人物。当你和高我计划一次投生的时候，在你的计划中、具备超出需求的多余可靠性。你拥有的可能性不是一个、两个或三个，而是几乎无止境的、一字排开的可能性，这样，如果一条通向罗马的笔直道路走不通了，下一条最直的道路—在其上带有一点弯曲和曲折的道路—就会出现了。如果你偏离了那条道路，另一条就会出现。它们全都通向罗马。

当一个女人实际上怀孕了的时候，这就封印了那个机会。在某种程度上，在那位母亲的灵魂和那个即将成为她的孩子的灵魂之间有一个无意识的协议。

对于一个具有生命的肉体载具，一个灵魂或人灵进入其中的时间各有不同。在一些情况中，在女人怀孕的三个月时间之内，灵魂就已经开始居住在肉体载具之中了，也就是子宫中的胎儿。在其他的情况里，例如其他的极端情况，直到出生以后，一个实体才开始居住在那个身体之中。从怀孕开始一直到出生后三个月，灵魂都有一个进入身体的机会目标。这种联系在什么时候被建立的选择和亲子[孩子与母亲]关系密切相关，而着眼点是在即将到来的人生中，该关系将如何以催化剂的方式起作用。

我们能进一步地回答你吗，我的兄弟？

B：我有一个来自密苏里州、D 的问题，他想知道：「一个肉体能够没有灵魂而存在吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。答案是肯定的。肉体能够没有被赋予灵魂而活着。然而，这种情况很少会发生。当一个实体的意识从一个肉体载具撤退的时候，那个肉体载具就没有，容我们说，一个船舵了。它并不没有被准备好做为一个天然的第二密度实体发挥功能，但相反地，它已经给出它的生命以便于承载意识。通常，当银丝线—如这个器皿对人灵与身体之间的连接的称呼—断开的时候，第二密度的肉体载具的生命、或该动物，没有足够强健度以维持那个肉体载具的健康或生命，由于缺少了它被设计来承载的灵魂而枯萎。

现在有另一个询问吗？

B：我有来自英国的 L 的一个问题。她想知道在第四密度转换的时刻、在化学复合体身上会发生什么事情。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。尘归尘、土归土，这句话是所有人都熟悉的，如果我们准确地理解了你的问题，它就是我们的答复的义务了。因此，我们假设我们没有理解你的询问。

请问你能否用另一种方式表述它呢，我的姐妹？我们是 Q'uo。

B：她可能要花点时间打字，以传达她的回应。
（暂停）
B：Jim，为什么我们不继续下一个问题呢，我们可以稍后再处理上一个问题。

Jim：我们的第四个问题和社会记忆复合体如何交谈有关，他们如何在彼此之间进行联系，他们如何跟其他的社会记忆复合体联系。

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。这个器皿能感觉到我们在笑，因为这个问题如此有挑战性，以致于我们怀疑我们有能力以任何有用的方式来表达有意义的回应。

想像整个(宇宙)造物都在舞蹈。想像它正在以一种统一与和谐的方式舞蹈，于是，
天父的太一无限造物的每一个微粒、尘埃、极小点都在完全的和谐中舞蹈、完全

地觉察到那个舞蹈的庞大与无限的范围。

我们是不属于第三密度投生的实体，无论我们居住在中阴身，或者是非受造的（uncreated）菁华、因此完全不曾投生，我们都是这个舞蹈的一部分。它是诸天与地球的舞蹈，造物的元素和菁华。在无限的变化与彩色之中，舞蹈的模式旋转在神圣几何、喜悦、感恩、优美与对称性之中，它创造了一种永无止境、一直流动的美丽，并且在其每一个面向和染色中表达无条件之爱。

在不同社会记忆复合体之间的交流是那种你和那些非常亲密的人有时会体验的交流。也许你已经知道另外那个人将要说什么。也许你感觉到另外那个人在相同的房间，你转过身来，那个人就在那里。你感觉到他们在场的可感知能量。因此，就是在一致协调的能量(复数)想望和彼此交谈之际；该想望创造了一种瞬间的连结。

我们能进一步回答你吗？

B：我有一个澄清的询问，「非受造的菁华」是什么意思呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。首先，造物者是非受造的。在你们基督徒的神话中、你们知晓的天使是非受造的存有。自然精灵是非受造的存有。它们永远不会投生。它们表达了灵性…

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

…生活在诸如大地、空气、风、火之类的元素，以及诸如你们的动植物这样的第二密度生命之中。甚至在实体们传讲很长一段时期的故事中，那些从未活过的实体在你们星球范围的内在层面之中、变成真实拥有生命的存有。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

B：回到赋予灵魂，有几个简短的问题。E 想要知道：「自我或高我会尝试去选择一个母亲、也选择一个父亲吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。容我们说，可以回应你们每一位，这是一件多么美妙的事情呀。你们每个人的能量对我们都是一种祝福，我们感谢你们每一位花时间与我们同在至圣所中。

的确，在为一次投生创造机会的过程中，一个实体的父亲、兄弟姐妹、权威人物、伴侣、朋友是都要被考虑的。然而，在选择什么时候出生和在什么环境中出生的方面，和母亲的关系是最为关键的。与父亲的关系就远了一步，因为那个作为母亲的女人不仅仅携带着她的意识、作为她未出生的孩子之守护者和指导者，他同样也在她的子宫源泉之内携带着无限与永恒之海洋。因此，正是她的能量在神圣的出生过程中、与太一无限造物者至为亲密地连结在一起。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：在纽约的 T 想要知道：「流产是否招致母亲或父亲需要做业力的补偿？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对这个询问没有唯一的答案，我的兄

弟。我们知道，在这个器皿的心中，同样也在很多其他人的心中，这肯定是一个非常棘手的主题。无论如何，每一个实体都和母亲创造了一个协议。如果母亲考虑流产，那位母亲最好打坐、待在冥想中直到她在主观上有一种无可质疑的感觉，这样她就和那个正在敲叩投生机会之大门的那个存有建立联系了。

有些实体完全乐意于继续前进并寻找另一个机会。其他的实体则有一种极大的渴望通过这个人出生，并且就用这样一种方式被置于人生之中。每一个情况都必须由被卷入其中的女人因其自身的功过而被决定。它不会被其他的来源所决定。只有那个女人能够跟正在请求投生的灵魂建立联系，并请求它同意放掉这个机会。

一个正在尝试去投生的实体不会想要造成其母亲的困难。因此，如果一个母亲可以花时间与那个将要存在的孩子沟通交流，当环境并不适合的时候而选择流产的结果，完全有可能不必去体验业力。孩子会和母亲一样地理解。

无论如何，最好是通过这个询问并与孩子沟通交流，接着进行一场深入与深刻的讨论，关于那个孩子是否乐意拥有另一个机会、和相同的父母在一起，但时间比较晚，或者完全和另一个家庭在一起。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

B：我们还有一个来自 P 的问题，P 想知道：「思想的种子在什么时候开始？」

我们是 Q'uo，我们想说这是该集会的最终询问。我们为这个问题感谢 P 实体，这是一个有趣的问题。

任何想法的种子都是想法本身。理则是原初的想法。所有的想法都从理则涌出。无条件爱是理则的菁华。因此，每一个想法的种子都是爱。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

B：我想我们都没问题了！他刚才说他应该想到那一点的。

我们是 Q'uo，我们感谢所有聚集起来的人们、为了这类非常大胆又令人激动的集会。这是一个不同寻常的场合，一个我们欢庆的场合。我们向你们每一位致谢。

我们带着一颗谦卑又真正快乐的心向你们提供想法的种子。祝愿你们每个人都能够茁壮成长并享受投生的冒险。祝愿你们意识到在这一天等待着你们的可能性的绝妙的刺激。根据你们思考的方式、你们希望的方式和你们敢于去做的梦，在你内在存在着重塑你们世界的力量。

这个器皿和 Jim 实体曾经读过一本叫做《新范式手册》的书。在书中讨论到一小群一起梦想的人如何能够重新想像地球。那同样是圣灵，那个一直在你身边的指导灵，的功能。它同样也希望你会向太一无限造物者、向你拥有的所有指导灵伸出双手、并在每一天询问：「今天祢对我的意愿是什么呢？我将如何服务？我将学习什么呢？我将在什么事物中欢庆？」

我们在这场冒险的力量和平安中离开你们各位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

(后记：2015 年 4 月 1 日，Carla Rueckert 老师离开人间，谨以此文纪念她)

☆ 第 2312 章集：忆起的过程

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年四月 18 日

来自 J 的问题：在《一的法则》系列中，Ra 曾提到几个人：拿撒勒的耶稣、爱德加·卡西、塔拉斯布巴(TarasBulba)、成吉思汗和拉斯普廷。我发现这些实体有一个共同的特性，那就是，无论他们的极性是什么，他们都通过忆起的过程学会他们的能力。这个忆起的过程似乎在这些实体的学习与成长的过程中有一种加速效应。我的思考是否正确？

如果是正确的，我想知道有没有一些有效的方式、能够帮助我们激活这样一个忆起的过程。例如，卡西的自我催眠或某个特殊类型的冥想。

我想知道，Q'uo 能不能描述这些练习方法的细节，以及任何我们需要认识的预防措施？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在以祂之名的服务中，我们来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤真是一种荣幸，我们感谢你们。能够分享我们谦卑的想法是我们在此刻选择的服务，藉由给予我们执行那服务的机会，你们大大地帮助了我们。它在我们的演化中协助了我们，得以用这种方式服务于太一无限造物者。我们感谢你们从你们极度活跃的生活中抽出时间来形成这个寻求圈，并寻求要被分享的真理。一如既往，我们请你们仔细监控自己对我们的想法的反应，并分辨那些和你们有共鸣的想法，以及那些没有共鸣的想法。请把那些没有共鸣的想法留在后面，它们在此刻并不适合于你们。如果你保持这种分辨力，那么我们就会在自由分享我们的想法的过程中、感觉更加舒适，因为我们不愿意打扰你的演化。

我们觉察 J 实体的询问，关于各种各样的实体记起了他们的灵魂光流的历史的一些面向，并且知道你希望知晓更多的、关于你称为忆起过程的事情。在我们响应你的问题的细节之前，我们会提供一些一般的想法。第三密度存在的目的完全不是去刺穿遗忘的面纱或知晓任何一种世俗性质的事情。当然，实体们会自然地遇到一些时刻，记起了一次过去世的这样或那样的细节，或者获得一种综合的印象，

关于你之所是的实体[在此生中进入肉身]之背景。

无论如何，就准备好自己从第三密度毕业的意义而言，刺穿遗忘的面纱是没有必要的。的确，在准备从第三密度毕业的过程中，远远更加重要的是：一个人终于理解到，他什么都不知道，而关于太一无限造物者的奥秘他无法知道任何事情。抵达这个谦逊与空无的层次提供一种平安和自信给寻求中的学生，那是当一个人努力去知道更多、寻求更深刻地投入此生之前的自我的历史，他所欠缺的东西。

遗忘的面纱被安置在那儿的目的不是在于它可以被刺穿，它的目的是为一生设置条件，在其中，极性的选择，以及跟随着这个初始选择、继续不断的选择就可以在没有任何可能的证明的情况下被展现出来。服务自我或服务他人的极性的选择是被预期在不知晓的背景下做出的，这样一个人就必须真的采取信心之跃以便于选择如何响应日常生活的催化剂。在每一种情况中，有一个需要做出的决定，它拥有道德上的弦外之音，遗忘的面纱的全部要点都在于清理任何绘画的画布，而只留下你在当下此刻希望去应用的事物。那么，你就非常干净地做出选择了—不是因为你感觉有来自这一世或前一世的业力，或者因为你觉得你已经知道任何其他的事实，而是因为，通过信心，你想望用一种表达心之渴望的途径来选择你存在的方式。

因此，虽然我们乐于与你们谈论关于刺穿遗忘的面纱的方式，对于那些想望去做这件事的人，我们带着一种小心谨慎的警告这么做。那个警告是：关于你的灵魂历史的更大图像及其在这次投生之中的情况，你知晓或你觉得你知晓的事物创造一种沉重的责任。如果你知晓某个事情，你就要对那种知晓负责了。你所做出的决定，从那时以后，就需要小心谨慎地做决定，并带着最大限度的焦点—关于你是谁和你此刻为什么在行星地球上投生。任何你觉得你已经获得的信息都需要被谨慎地记住、小心地应用，因为你的责任已经增长。

我们在这个器皿的头脑中回想起在伊甸园中、亚当和夏娃的故事。他们被要求不要吃善恶知识树（上的果子）。他们选择不去理睬这个要求并吃了这个果子。他们的眼睛对某些议题打开了，过去，在他们吃了这棵树的果子之前，他们一直蒙福地不知晓的那些议题。他们开始觉察到，他们处于一种自然的状态，但是他们并非简单的存在，像动物和植物一样地自由、单纯—他们带有伦理、道德、善恶

之觉知，正如故事中所说的。

他们立刻开始评判自己了；他们断定他们自然的、赤裸的状态是不可接受的。羞怯诞生了，压抑诞生了，他们开始要为他们获得的知识负责了。这是拥有知识的一种沉重负担，不必须要有这种知识才能做出服务他人或服务自我的选择，接着在整个人生剩余的时间里，坚持不懈地、继续维持那种选择和焦点，从而获得足以从第三密度毕业的极性。

再者，我们一般会建议，作为在投生中获得一种特定类型的有益信息的焦点，我们会建议获取信息的一种更有技巧的焦点是尝试去和你的指导灵系统建立联系。我们已经在其他的集会中、具体讨论过进行这项工作的方法，我们会请J实体参考在这些集会中所包含的信息。

我们现在要前往细节的讨论，关于获得在过去世中、自我的更多信息的一些方法。有两种基本的方法，你可以藉此发现有效的信息—属于过去的转世。第一种方法是有机而缓慢的。它通常包含了每天简单地向自我表述意愿，那意愿即开始更多地知晓在此生之前和此生之后、发生在自我的灵魂光流的其他部分当中的经验。通过在镜子里凝视着自己来表达这种意愿，这可能是有帮助的。你可以看入双眼，或者你可以简单地、失焦地看着面庞。两种技巧中的任一种对一些实体都是有效用的。你确实可能会发现在镜子中、你的脸庞的影像在你凝视着那面镜子一段时间之后开始转变为不同的脸孔— 我们会建议将你们的时间的五分钟作为适宜的切断点；当然，在三十秒和五分钟之间，找一个时段对于你在任何时候进行体验都具有足够的强度。我们不会建议比每天一次更频繁地进行这个工作。诸如这样的工作看起来是微小的；然而，它是实质性而强有力的。当你利用意志并聚焦意志的时候，你就是一个具有魔法和力量的人了，你所渴望的事物将会来到

你身上。

如果你渴望以一种更快速的方式工作这种信息，第二项技巧会吸引你。那项技巧包含了使用一位专业的、受过良好训练的催眠师。涉及到的技巧是一旦达到了催眠的状态，请求催眠师把你带回出生前的状态，这样你既不在这次投生中，也不再任何其他的转世中。你已经指示催眠师让你跟高我建立联系。你同样已经给予催眠师、你希望问高我的问题。催眠师接着就可以问那些你想望去探索的问题，而高我接着就会通过你回答催眠师以你的名义询问的问题了。既然你作为一个人，很可能发现要回忆起高我通过你说的内容是非常困难的，如果你使用一个磁带录音机或 CD 录音机来继续从事这条探索的途径，这是很好的，这样你就对已经讲述的内容拥有一份记录。

你接下来的询问和危险有关，在刺穿遗忘面纱的过程中可能牵涉的危险。我们相信，关于这条探索的途径，我们已经表达一种充分程度的告诫。至于你是否想望推进这种探索，这完全由你决定。发现过去世的细节、深思并衡量你所获得的信息，这肯定是迷人的。有些时候，自发性的信息将会来到你身边— 我们纠正这个器皿— 这样的信息将自发性地来到你的脑海。当它自发地、有机地来到你的脑海，这就是你自然的灵性演化之流动的一部分。它是一种迹象，你的高我觉得你有能力为这信息负责，并且出色地使用这信息。

如果你坚持加速刺穿遗忘面纱的过程，请回想起，你需要非常谨慎小心地以一种灵性成熟的方式使用这样的信息，不要评判你自己，或者编造出附着性业力和结果可怕悲惨的故事。我们请求你们避免去经历这样的评判模式。把你已经获得的信息视为一种故事，它将帮助你拥有一个更大、更开明的视野，并请记住，重要的不是你知道什么事情，而是你如何响应当下此刻。你的这次投生，我的兄弟，

重点不是关于获取信息或智慧，而是关乎打开你的心，并且开始能够分享与携带最大额度的爱与光，当它从造物者流入地球、接着通过你的肉体和形而上(微妙)体而流动之际。如果你能够在这一刻开放你的心，你就正在做你能够做的、最大额度的事工来服务造物者和(宇宙)造物。

现在请问有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

J：当一个人激活了他忆起的过程，他会经由体验一些事情来达成吗，或者他会在时间/空间中被更高的存有导引？

我们是 Q'uo，觉察了你的问题，我的兄弟。总会有指引进入你的灵光场，来自于你所称呼的更高存有，我的兄弟。你的指导灵系统一直和你在一起，除了你的高我之外许多的实体被吸引到那些正在寻求真理并尝试去体验真理[如他们所理解的真理]的人的周围。这种形而上活动警醒很多位于这个器皿所称的无形的领域或存在层面之中的实体。你在你的灵光场之内拥有，容我们说，很多的帮助者，他们等待着被要求提供帮助。经文上真实地写着：「发问，你将获得回答；敲门，那门将被打开；寻求，你将会找到。」

信息无法流向你，除非你向信息打开门，请求信息进来。当你不知道你应该问什么事情的时候，简单地请求你的高我在那一刻分享祂认为适合你的事物。我们鼓励你，在每一天起床之前请求这种帮助，并在白天之中，当你有一个反思的时刻，再次请求圣灵对你说话。当你请求问的时候，你就向当下此刻的可能性打开门了，圣灵将会找到很多给你提示和暗示的方式。注意重复的数字。当你看到它们的时候，问你自己你正在思考什么？无论你在那一刻思考什么，它对于你进一步的动作是有帮助的，去更深入、更深刻地寻求。

留心那些奇异的巧合。这也是一个邀请：当巧合发生的时候，你正在思考的那个想法值得更深入地探索。或者，如果那个重复的想法的确就是一个巧合，更深入地探讨那个想法吧。和它坐在一起，看看你的更深自我也会如何地回应。

就更多地发现你的灵魂光流之历史的体验方面，精确地说，这并不涉及更高存有的活动。如果它是有机地、自发地发生的，它是你的高我之行动，和你存在于中阴身的那部分的意识协调一致，该行动响应你存在的状况[你正和当下此刻交会]。在你的人生中，会有一些(特殊)时刻，你开始觉察到自我的一个全新层次，而经常就是在这样的时刻，高我在响应你的需求上是格外地活跃，因为大量的事物在这样的时刻发生。通常会有一些时候，当你已经穿过了一次的灵魂暗夜，当你在一段困难时间的结束之后，来到那点亮你生命的黎明时，许多的顿悟和领悟如同来自大海的波涛冲击着你。就是在那些时刻，崭新的、自发性的信息就会来到你的脑海，该信息是关于你更大的自我，以及该自我的历史。除此之外，你很可能由于你的聚焦、意志、渴望而学到你灵魂光流之历史的种种事物。

请问现在有进一步的询问吗？

J：在忆起的过程中，一个人会在他的可视化的屏幕或内在之眼看到一些图像吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。这通常在自发性刺穿遗忘面纱的情况下发生，在其中，你将以一种不具威胁性的方式想起该信息。这通常发生在你睡眠过程中

的梦境部分。你将会做一个似乎格外生动的梦，它将构成一次发现，感觉到过去某一世的经验。在梦境中，你简单地处于另一世之中，并从那个观点体验人生。

对于一个通过这种渗透式梦境的体验而学习的人，他的典型体验是那个梦看起来是不可思议地生动、鲜明、具体。在你清醒时，这样的信息会流入你的显意识心智是非常罕见的。虽然，在对这类信息持续不断的请求的压力下，这样的信息将会以一种视觉的方式发生，或者一个人和镜子一起工作的情况下，在失去焦点的视线凝视镜子的经验中，这样的信息会被朦胧地看见，或者带着越来越多的细节在镜子自身中被看见，这是有可能的。

现在请问有另一个询问吗？

J：在激活忆起的过程中，一个人需要怎样的必备条件呢？就一个人可以达成的完全忆起、最大可能的程度是什么？

我们是 Q'uo，相信我们掌握了你的询问，我的兄弟。刺穿遗忘的面纱的必备条件是一种真诚的感觉，即这是一条将在你的灵性进化中帮助你的重要信息。如果该渴望被指向这种信息的方向，接着那渴望就会激活获得更多这种信息的过程。刺穿遗忘面纱的最大程度是可变的。不同的实体将能够承担的已经被灵魂光流拥抱和吸收的经验之完整重量各有不同的百分比。

这类信息的密度和重量是难以置信地庞大的。我的兄弟，你会发觉要相信它的数量是困难的，你的存在状态有个非常漫长与忙碌的历史，在这过程中，你已经在灵魂光流中持续地添加信息。你必须领悟到，在这颗行星[你目前正在其上呼吸]

被创造之前，你就已经存在了。你是造物者本身的一部分。你已经在这个八度音程造物中体验过所有的密度。就非局部性或形而上的意义而言，你甚至现在就位

于所有的密度中、为你自己积累信息，并作为一份献给造物者的礼物。结果是，要知道，即使是你全部历史的百分之一、对于你在此生中所能够承受的信息量来说，都远远太多了。

请问是否有进一步的询问，我的兄弟？

J：如果一个人想要打开智能无限的大门，回忆起他过去世的所有事情，这对于他是必须的吗？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。的确，记起你过去世的任何细节是完全不必须的。为了在第三密度达成可收割性，唯一必要的事情是有意去爱，并且反过来允许自己被爱。爱与被爱的活动将打开你的心，并在你里面创造一种洁净、平安、力量，在其真实和美丽之中、表达太一无限造物者的爱与光。

我们为了这些询问、以及对于真理的寻求而感谢 J 实体。我们感谢这个圈子的所有人，为了获得允许分享我们的想法的荣耀，也为了你们的振动之美。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，一如我们发现你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

In memory of a good old time at the Mint Green Place (TPE)

☆ 第 2313 章集：个人发展的灵性原则

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年七月 7 日

来自 A 的问题：对于我的灵性寻求，你们能够向我提供什么指导呢？在我的发展过程中，你们会推荐我考虑哪些灵性原则？

L/L <wbr>Research 个人发展的灵性原则

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中，我们在今天来到你们中间。能被这个寻求的圈子所呼唤是一种极大的快乐与荣幸。我们感谢这个圈子中的每一位，为了你们在非常繁忙的生活中挤出时间来寻求真理。

当我们经验这个器皿缓慢地放松、进入一种更敏锐的清晰焦点的时候，我们了解到，你们每个人对日常生活的细节的紧握不放，当你们努力移动到一个更广阔的视野，并将那珍贵的时间之硬币花费在尝试去移动到你的中心—属于你的自我、存在、你的目的和本质，我们为此祝贺你们的努力。

一如既往，我们会要求你们每一位使用你们的分辨力以响应我们在今天可能要说的东西。请觉察到，我们的评论不会总是正中靶心，请让你自己对于关联性与兴趣的感知指引你。在我们所分享的想法中寻求共鸣。如果我们的想法没有激起共鸣，我们请你把它放在一边、继续前进，直到你找到某个真正打开你的心轮或吸

引你心智的东西。

今天，你询问关于处在一次投生之中的情况，并寻求在这一点上可以帮助你的灵性原则。

我的兄弟，我们发现在你的寻求中，有很多过去的事物已经以这样或那样的方式非常富于成效。其中有大量的信息，你完全可以去引用和使用它。

我们进一步地发现，在你们人群当中，很多人的情况是缺乏一种在灵性生活上坚持不懈的热情和决心，这却不是你的情况。你在寻求真理上的兴趣是稳定的，你已经通过一个人决心服务他人的检验，赢得那些能量。

我们会说，你在灵魂的层面上有了巨大的进步，当你此生结束之后，再次和你的指导灵系统会面时，该系统将非常乐于看到这种进步。你正处于你灵性上成熟的一个点上，我的兄弟，你和其他许多人分享了这种成熟。你知晓很多事情，你已经在应用那些你迄今为止已学会的原则上取得了某种真正的成功。

也许我们会建议你在此刻去考虑的原则是单纯的合一原则，系统的合一状态，而你是其中的一部分。聚焦于细节是很容易的，而在某种程度上，聚焦于细节是让人放心的。例如，如果一个人关注冥想，关注于在正确的时间、以正确的姿势冥想、如此等等，他就有了一些去工作的事情，以及在冥想结束的时候可以赞赏的成果：一次被恰当地完成的冥想。

然而，我的兄弟，你正处于你发展中的一个位置，在那个位置上，超越冥想的形式而更深入地探索，这对你是有益处的。时候到了，你要开始觉察到自己是一个

巨大的，的确，无限样式的一部分。你和地球是一体的。你和真理是一体的；你与那个系统的价值观是一体的，在该系统之中，真理是一个活生生的存有，那是时间/空间或形而上宇宙的系统，你的魂和灵就在那个系统中生活、移动、拥有其存在(状态)。

是时候了，超越你所知晓的事物和你能够知晓的事物，保持你的意识的一部分自由，尽你所能地地观察那个更大的图像，你的生活和你的想法的所有的细节都融入到该图像之中。

当一个人开始灵性的寻求之初，会有一种对于新信息的巨大热情。有许多有趣又吸引人的主题似乎都和灵性的行走有关，我们特意地使用行走这个词语。灵性演化的过程是一条旅程，需要一步一脚印地进行。

它不是关于进展或取得成就的旅程。毋宁，它是关乎找到那恩典、允许你周围那些不再对你有用的事物掉落。

它是关于开始刺穿你自己的外在自我之旅程，而心理学家如此着迷于那个自我。在那人格外壳之下、蕴含着意识本身。你与造物中的每一个微粒都共享那个统合的意识。你在它流动经过你的时候，将你自己的诠释(spin)添加在上头，于是你加入那场存在之舞。你并未和那种样式及其所谓的隐秩序切绝关系。

因此，我们建议在此刻对你最有帮助的原则就是那伟大的合一原则，该原则构成一切万有的基础，使得宇宙以及你自己在其中的独特位置变得可以存在。寻求真理的冒险可以被视为和洞穴探查一样，这是有益处的。记住，作为一个洞穴探险的爱好者，带上你的头灯并让让它一直明亮地照耀着。紧紧握住信心本身，让它

成为你的安全灯，而为你的电池充电的方式为：沉浸于静默之中，它就在你心中的神圣空间。

请问是否有进一步的询问，我的兄弟？我们是 Q'uo。

A：我相信我的儿子，赛斯(Seth)，拥有一个激活的第四密度身体。在思考这一点时，哪些灵性原则是我要考虑的？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的确可以确定你的儿子具备这种双重激活的特性。因为这种双重激活，这个实体体验人生的方式跟你稍稍有些不同。

从短期来看，在成长的过程中，如这个器皿所称的、发展成为一个成熟的肉身存有的过程，这样双重激活的实体不时地会拥有一个困难时期。这样的实体的感官-觉知矩阵允许更多的感官输入，如这个器皿会说的，对比于一个仅仅激活了黄色光芒的肉体的实体，他不时地接收到更多的噪音。

虽然这同时对孩子和父母都是不便的，同时接线到两个密度是有优势的，这两个密度是在你们星球上正在被体验到的密度和那个正在相互贯穿的密度。当这个实体成为一个成熟的存有时，在身体和情绪上一样地成熟，双重激活身体的基础结构的稳定性和韧性将对这个实体有极大的帮助。

当绿色光芒相互贯穿的能量越来越多地猛烈冲击这个星球时，所有实体的挑战就是去能够清晰而直接地面对自己的真相。双重激活的实体在能够对自己完全地诚实这方面是领先一步的。这创造了一种氛围，在其中，他们在也许看起来充满挑

战的环境中，可以变得更加沉着冷静。

演化的原力创造了一种向前的运动，容我们说，它是大自然本身对行星地球迅速改变的环境的回应。因此，我们鼓励你们放松，进入一种对于这类改变的正确性的认识。它们可能有时候看起来是那些不便利的改变。然而，整体的计划是一个好的计划，当你的孩子渴望在这次投生中服务的时候，这个实体对服务的希望不会是徒劳的。
请问此刻是否有另一个询问？

A：对于在一个高中学校的教室中的教导和学习，就形而上而言，你对于建立并维持一个最佳的工作空间有任何建议吗？

我们是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。一个环境的状况并未结束于房间的维度、热度，以及诸如此类的动力学。一个教室远比一个物质空间要大的多。在某种程度上，它是一个茧，幼虫进入其中，并在那里找到一点点安静和思考的时间，于是，他最终就可以显露为一只蝴蝶。

在某些方面，一个教室是一个神圣的空间。它充满了灵魂。它们被情势扔到一起，有一种来自权威人物的粗略影响力，好比校长、其他创造了课程体系并给予教科书的实体们，等等。不过，在本质上，它是一个场所，在那里，老师和学生们将一起创造他们的环境、共同的体验，在他们共同学习和服务的道路上。

它是一个工作环境，对于孩子们和你都是同样的，我的兄弟。这是实体们作为孩子而收到的练习，旨在训练他们拥有一种优秀的工作伦理和有益的道德伦理，在他们作为公民，参与他们的民主国家的环境的能力方面，承担他们在社会中的位

置。

不过，这些孩子也是需要阳光和雨水的花朵。他们是带着希望和梦想的鲜活实体，他们遭受苦难的程度和任何成年人一样多。他们努力奋斗，我的兄弟，他们就好像你一样、和惊人数量的涌入催化剂打交道。然而，由于你的情况，你是一小群灵魂团体的领导者。作为一个渴望服务的、合乎道德标准的人，在考虑推进创造这个教室的环境方面，我们知道你想望从第一变貌[1]开始。

造物者的宇宙的第一变貌是自由意志。在考虑如何处理与你的学生在一起的情境时，回想起那个原则并尝试把它应用于手边的情况。所有的实体都值得尊敬，他们的权利在你的手中。看看你能够做什么来最大化他们个人自由的体验、而不会最小化你自己和整个班级的舒适圈的体验。

造物的第二变貌是那个思维，它选择去创造宇宙，你此刻正在体验的，和造物者的其他部分，那些部分是我们、这个器皿、这个圈子中的成员和所有其他人同样在体验的部分。记住，这爱是如此地强有力，以致它引发了那些力量，以无止境和惊人的秩序创造了所有你看到的事物，也创造了所有看不见的事物。

在你自己的内在找到那爱的泉水，它不依附于任何学生或无论什么的人格，它仅仅附属于造物者，所以，当田野的这些花儿来到你身边，你正看见他里面的造物者。无论他们正在做什么，他们的本质是爱。让你灵魂之内的爱一直回应那相同的爱、蕴含在他们之内的爱。他们也许还没有熟悉他们人格的那个部分，但是，当你深深地看入他们，越过品行不端和个性的怪癖，而清晰地看见他们之际，他们于是将如同第一次在镜子中看见自己一样，也许甚至开始认出他们自己真实的价值。

第三变貌是光，那显化万事万物的光。就一间教室的教导/学习面向而言，你的功能有一大部分涉及这种启发(光照)。信息即是心智之光，它是思想的食粮。鼓励实体们去思考。如果当你看着这个课程的时候并不让你感到激动，你将如何使得学生对它感到激动？因此，当你为学生们准备那个内容，你并没有发现有启发性的时候，移动到一边，反而冒险进入你正在教导的事物的其他方面，你的确发现是有趣的，接着你感觉你的班级可能也会发现是有趣的。

的确，我们会鼓励你在这一点上密切地注意你被询问的问题，和那些提出的话题。经常会有教导的机会完全地位于任何主题的边界之外。大胆地将你的教科书和课程安排放在一边，接着说：「今天我们将要讨论你刚刚说到的内容，因为这是某种你在生活中需要的东西。你需要去思考这一点。」

还有很多内容是我们可以继续述说来回应这个问题，因为在成为一个教导/学习者和学习/教导者的过程中，你正在进入一种具有最深入和最深刻的特性的业务之中。当你，你自己回顾那些塑造你的生命的力量的时候，你毋庸置疑地回想起那些特别的老师，他们曾经告诉你，你是有价值的，他们曾激发你的兴趣，所以你就想要知晓更多了。在他们身上，你喜爱的特质有哪些？考虑那一点，我的兄弟，在你自己的内在发展那些你非常欣赏的特质[你在自己最喜欢的那些老师和激励者身上发现到]。因为你就是他们将会聆听的、旷野里的呼声。环境情势将你们聚集到一起。利用这个机会去最大化那个环境，好容纳自由、爱、学习、探索。

为什么实体们必须离开他们的家，进入这个世界，从事工作呢？是什么东西把人们聚集在一起，为了生存的需要以外的目标和理想而努力呢？什么是做人？什么是学习？当你为自己和学生们塑造这种环境的时候，询问这些问题而不必去回答

它们。在你自己作为一个老师的专业化进程中，让这些问题打开各扇窗户、让新鲜空气进入你自己的想法。

请问此刻是否有另一个询问？

A：在我脊柱上的弯曲是否指出一种能量的阻塞或失衡，我在这次投生中将无法矫正它？如果是这样，什么是我最佳的形而上回应？或者它指出一个我在投生前就就设置好的状况？如果是这样，该计划是什么呢？在关于我的心智/身体/能量以及苦难方面，我会很感激能听到任何你们发觉有益的、可以分享的想法。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在这个询问中，有一些面向位于混淆法则[2]的边界之外。我的兄弟，此时，这是一个在你自己的形而上发展上的一个活跃问题，所以，我们将轻快地绕过你的问题的一部分，并聚焦于回应上，不管你此刻正在受苦的原因的细节是甚么，该回应是相同的。

在很多的情况中，有一种在投生前就设置好的故障防护系统，如果在投生的过程中，如果你作为一个人格体忘记聚焦于灵魂原本想要在此生聚焦的事物，该系统就会开始作用。在其他的情况中，没有一种在投生前就已经做出的安排，但是在投生中已经有足够的困难，以致于有已经发生的疾病。

在两者之中的任一情况中，当苦难是你的环境的一部分的时候，对于一个寻求的灵魂，他可以做出的最有技巧的首先假设是：这是一个好计划。这是一个要引起你注意的计划，而它成功了。因此，你可以感恩，你已经在生活的梦境中觉醒于这次经验的其中一个面向。

在痛苦或苦难及其形而上的原因之间，它通常不是一对一或线性的关系。对于一个局外人，这是一件舒服又容易的事：看到某个人得了一种背痛或溃疡或癌症就说：「哦，那个人也许负担太重了，那就是他背部受伤的原因」，或者说：「哦，那个人肯定担心太多事情了，那就是为什么出现溃疡的原因」，或者说：「那个人肯定感觉到内在巨大的愤怒，那就是癌症出现的原因了」。

我的兄弟，这种说法经常是完全不准确的。和那种说法相比，它其实比较少线性关系，而更多地被恩典与慈爱所充满。处于痛苦中或生病是一种集中你的注意力的方式。它是一种方法，让一个活跃而精力充沛的灵魂在教室里有工作要做的时候，离开在生活的操场上游荡的状态，因为人生本身可以被有益地视为一所学校。

选择的密度[3]是一种特定类型的教室。在投生前，你对这辈子有一个计划。你希望学会某些事情—不是线性的事物，毋宁是和质量有关的事情。而你想望有所服务。

你为你的磨坊带来谷物，好让你就可以学习。你选择了父母和其他的人际关系。你选择了比你实际上需要的、更多的人际关系，因为你知道你会穿过一些人际关系。因此，在那个系统中有大量的多余事物。你将不会耗尽帮助你学习的良好催化剂。

你给予了自己要去分享的天赋。当你进入此生之中，你把那些礼物打包在你的袋子里。对于这个器皿，她的天赋是一种歌声，贯穿她整个人生，她都在歌唱。每个人都有他能够做小小事情、让他人微笑：一道他们能够制作的特殊菜肴或他们欢迎你并明显地享受你在场的方式。某些人拥有慇勤好客的天赋。你可以带在你

身边的天赋是没有止境的。某些天赋是戏剧化的，而其他的天赋的确不被那些在外面寻求成就的人注意。

信赖你有这些课程要去学习，你有这些天赋要去分享，并且如果你的肉体载具是以限制你的行动或能力的方式作用，该计划的那部分不是随机的。那种情况的一部分是为了你灵魂的利益。这种受苦引起你去聚焦于什么东西？作为这种疼痛和受苦的催化剂的一个结果，你将精力集中于什么事物上？你对它感谢了吗？你充分地信赖一种表面上不利的情况，以致于去给予诚实与衷心的感谢？我们鼓励你沿着这些线路思考，因为就是在一种感激和感谢的氛围之中，开始出现对于这个谜团的特定纠结的解答，而该解答将来到你这边。

当你假设它是一种有帮助的情况，为了你作为一个灵魂的利益，你就会开始看到那种疾病所提供的伟大礼物。首先，对于那些过于活跃或过度分心的人，它提供了休息和从容不迫地思考和沉思的机会。

它向你提供了机会，去体验整体人类的苦难的一个微小部分。在你的受苦中，你跟正在比亚法拉（奈及利亚的一区）饿死的实体、和正在伊拉克被虐待的实体、正在新奥尔良被毒打的孩子，以及在她圣洁的婚姻中被残忍地强暴的新娘是一体的。世界的苦难在你的痛苦中被遮蔽了，你是那暗黑之美的一部分，你是整体的一部分，它包含了那些黑色的音符。欣喜吧，因为你知道活着的代价、要比一个健康、舒适的人(所知的)深刻得多。

有趣的是，在你们人群当中，实体们知道他们将会死亡，不过他们害怕死亡。面对那个在受苦中被暗示的事情吧，那就是死亡本身，并知晓这是投生经验的一部分。牢牢盯住死亡的眼睛。当你充分地了悟到你的必死性，向着阳光和黑夜的天

空之美睁开眼睛吧，并知晓这特权：活着、受苦、分享所有在这被称为生活的经历中的事物。

当一个人在投生之中却无法清晰地看到更大的模式，这是如此紧张的，但我们鼓励你们去找到自我的正中心，它穿过任何的苦痛与受苦而胜利地存在着，聚焦于那个自我的中心，这样你就能够进入到这一种环境：摆脱了一切事物、一切的感官输入或任何类型的智力输入，单纯地包含太一无限造物者的爱与光。

这个器皿有时大量的痛苦之中，由于她的骨骼和肌肉组织的类风湿性改变，那些改变的效果可以是非常限制人的。因为这个器皿是一个基督徒，她使用在童年时、从圣经上学到的一些神圣言语。在此期间，她一遍又一遍地使用的措辞可以在保罗实体的作品中找到，他说：「如果我活着，我活在基督中，如果我死去，我在基督中死去，所以，无论我活着或死去，我都在基督中，而基督在我之中。」[4] 可以用「无条件的爱」词语来替换「基督」，并知晓这就是你的经验之实相，无论是在此生之中还是在此生之外，无论在痛苦之中或脱离痛苦。

你是无条件的爱。你已经把那种爱倾注到一个包裹之中，它在你的一生中支撑着你，而这包裹就是你的本质。使用这种受苦的体验，因为它在这里就是要给你使用的。当你使用它的时候，你可以发现你的情况正在改变。那么，你首先的工作就是去拥抱这种机会。

容我们说，当你尝试去做诸如此类的事情的时候，你永远不是孤单的。你的指导灵系统和你非常靠近，你只需要请求它开始回应你。我们，我们自己，非常乐于和你在一起，在心智上请求我们，这将会立刻把我们带到你身边。我们在这里，从底部强化你的冥想效果，并且帮助你感觉到那种支持感和鼓励感，那对于成长

中的灵魂是如此地珍贵。

我们谢谢你们，为了这个通过这个器皿发言的机会。这个器皿的能量开始衰微，因此我们建议在此刻结束该集会。我们感谢各位并离开各位，在太一造物者的爱与光中。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai。

原注

[1] 这是典型的星际邦联信息之用语。造物者是没有扭曲的奥秘。这奥秘的第一变貌是自由意志。第二变貌是无条件爱或理则。第三变貌是光。

[2] 混淆法则是星际邦联在通灵中表达自由意志的原初特性的另一种方式。行使混淆法则就是说，这一个已经提出的问题无法被他们回答，因为那会违反发问者的自由意志。

[3] 第三密度和选择的密度都是共识实相的术语，即我们正在行星地球上所经历的生活。

[4] 在《牛津圣经注释》中，精确的引用是从《保罗书信》到《罗马书》14：8，它是：「如果我们活着，我们为主而活，如果我们死去，我们为主而死，所以，无论我们活着或死去，我们都是属于主的。」

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2314 章集：死亡的过程

Copyright © 2006 L/L Research

周日冥想

2006 年三月 5 日

团体问题：今天的问题，Q'uo，关系到一个过渡时期，我们在第三密度称之为死亡，无论是过渡到下一个密度或是过渡到死后的生命。我们想知道你是否能够告诉我们一些事情，某个实体正在经历死亡的过渡时期，而这个过程会如何影响他周围的人。你们能不能告诉我们，这个过程会如何影响那些被留在后面的人，其朋友和家人？人们如何才能受到鼓舞去支持彼此、支持那个正在经历死亡过渡时期的人？接下来，对于那个经历死亡过渡时期的人，请告诉我们一些关于那个过程是如何运作的事。这个人如何回顾— 或者他会不会回顾— 那个被他留在后面的世界？他会期望即将到来的世界吗？你们能不能同时就空间/时间和时间/空间的方面，并就那个经历死亡过渡时期的人会体验到什么，从这几方面来讲述这点？

L/L <wbr>Research 死亡的过程

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们在祂的服务中来到你们中间，并回应来自你们的寻求圈的呼唤，关系到从几个不同的视角来看死亡过程的信息和想法。我们十分高兴能够被呼唤，我们感谢你们，为了这荣耀与荣幸、获得允许和你们分享我们的想法。

一如既往，我们请求你们负起责任，分辨我们的想法，哪些对你们有益并看起来和你们有共鸣，哪些想法对你们没有任何效果。如果我们有一个想法似乎和你们没有共鸣，我们要求你们把它放下。我们不是高于你们的权威。毋宁，我们是你们的同行寻求者。如果你愿承担起责任，把那些对你们真有帮助的想法筛选出来，留下那些对你们没有帮助的想法，那么，我们将感觉能够更自由地分享我们

的想法，而不用担心我们会侵犯你们的自由意志或你们演化的神圣进程。我们衷心地感谢你们在这方面的考虑。

我们相当频繁地使这个器皿微笑，当我们表达对于你们询问关于死亡的问题感到有些吃惊时，我们可以感觉到她在微笑。我们已经发觉，你们人群通常对于那个主题不会感兴趣。无论他们对于死亡可能有怎样的好奇，似乎都被埋在文化禁忌的覆盖物底下了。这通常不是一个你们人群会感觉舒适的主题。因此，我们非常高兴能够在这个主题上、和你们分享我们的想法，我们为这个机会而感谢你们。

这个器皿的两个好友刚刚失去了他们的母亲，这个器皿最近成为了他们周围的家人和朋友的团体的一部分。这两个实体，兄弟和姐妹，他们从 1960 年代早期就一直跟爱/光研究机构有联系了。因此，M 以及 B1 实体和这个器皿还有 Jim 实体之间的友谊是非常亲密又深入的。

结果是，这个器皿和 Jim 实体在两天的期间中、花费了也许六个小时来完成你们文化的步骤：为一个生命的结束找到安慰与舒适，并找到那个实体的善良、美德与美丽；该实体是他们好友的母亲，那个已经穿越大门进入更大生命的实体。（在电话铃声响起的时候暂停片刻，接着电话被挂断）

我们是 Q'uo，我们再一次与这个器皿在一起。在体验这个仪式和共同参与的过程中，那些爱这个灵魂的人把每一丝可能的安慰都塞入这观摩和葬礼的仪式化之回忆中。在已聚集的该团体中，几乎没有人觉察到那个实体临在的接近性与亲密性，而那个实体的身体躺在其棺材中展示、供家人和朋友哀悼。没有人觉察到这个实体还活着并且是葬礼过程的一部分。如果真相被知道了，这样一种认识甚至可能不会让人感到舒适。

在葬礼上献上致词的牧师想象 E 实体，即 M 和 B1 实体的母亲不再痛苦、并与她的主耶稣·基督在一起。这些事情令人安慰，然而，就实际的情况来说，这并不准确。

肯定地，E 实体已经体验到她所期待见到的、挚爱救世主的欢迎。然而，在时间/空间中，各种事情以一种非地域性的方式发生。E 实体是葬礼的一部分，她一如既往地好奇、希望看到每一个人穿着什么，每一个人如何谈话，以及他们说什么东西，总之，她享受这聚会，并体验到极大的爱、情感、感激，由于如此多善良的人抽出时间和精力聚集到一起。

我们发现你们的文化和死亡没有那种关系，允许安慰的因素增长超越某个位置。实体们感觉，在某种程度上，他们需要庄重而严肃，即使那个实体已经病得非常严重，非常年老，并且已经以很多种不同的方式、在几个不同的层次上，已经做好准备去继续前进了。有一种下意识反应，感觉这是一件令人悲伤与负面的事件，并且如果那个人能够活下来，不知怎的，这会是更好的事情。

再次地，就一个时间/空间的立场来看，这是一种笨拙的、甚至是未开化的态度，容我们说，没有把时间/空间的不可思议的经验纳入考虑，尤其当一个人已经受到侷限，如 E 实体已经因为中风以及诸如此类的原因而无法说话。因为这个女人能够继续前进、进入到下一个经验，这件事仍旧被认为是令人忧伤的。

当我们通过这个器皿的心智、观察最近献给 E 实体的葬礼(obsequies)，那就是你们对死亡的经验在我们看来是什么样子了。

我们对这股巨大的爱致敬，这股爱进入为 E 实体所举行的这些仪式。我们只是认为，如果该文化能够和肉体死亡的观念更舒适地相处，并能够把任何关于死亡是灵魂的一种终结的想法从这个事件分离开来，在你们的人群中，葬礼将会变成庆典，而忧伤就会包含更大量的喜悦。

进入投生中经常是多少有些创伤的，不仅仅对于生出孩子的母亲，对于孩子同样如此。有一场令人惊恐又仓促的旅程，从温暖而肥沃的黑暗进入寒冷的手术室的眩光之中的。有开始呼吸的必需，而它本身就是令人痛苦的。接着有些屈辱，当医生和护士确认新生儿在正常呼吸，清理干净和诸如此类的事情的时候，伴随着一些处理、轻拍、拨动，甚至掴耳光等举动。

当那个过程已抵达其终点，当一次投生的模式已经完结，而造物者已经呼唤那个实体离开此生时，在进入更大生命的大门过程[这个器皿惯于这么称呼死亡]中，再次地，在尘世这一边的部分有时是令人伤痛的。

可能有一场持久的疾病。当一个实体正在死亡的时候，经常会有一种可感知的困难。我们向[这个器皿曾称为]临终关怀运动[1]的智慧与慈悲致敬。因为这些临终关怀的工作者接受训练、把死亡视为一个过程的一部分，不只是一个结束，还是一个开始，这种态度已经帮助很多的家庭以远远更加明智与实际的方式来对待死亡的神秘。

陷入失去了挚爱的朋友或亲人的悲伤之中，要忽略这事实是很容易的，这事实即是：对于那些依然居住在地球的陆地球面上的人来说，死亡不是任何形式的一种终结，而是一个结束点。对于那个已经死去的实体，会有一种非常平顺的过渡，除非该死亡可能是突然的、或是未曾预料到的，于是在死亡上有些困难。对于一

个生病并觉察到生命正在偷偷溜走的实体，感官会慢慢变得暗淡，而生命力在逐渐衰退，死亡是毫不费力且受欢迎的。

死亡会被一个濒临死亡的实体以各种各样的方式体验到，取决于那个实体的能量有多清晰。当这个器皿在十三岁死亡了一小段时间之际，无须无论什么的努力，因为这个器皿在实际死亡发生的前两周就已经处于死亡的地步，她充分地觉察到，摆脱痛苦并向前移动到一次新的冒险是一种极大的祝福。[2]

在这个器皿过于深入地进入到死后体验之前，她就被告知、她实际上不能待在那里。她实际上需要决定：要嘛再次使用那个她留下来的身体进入此生，要嘛作为一个婴儿，以正常的方式开始另一生，因为她还有要去完成的工作和要去学习的课程。这个器皿决定返回到她留下来的肉体载具之中，她确实仍旧带着极大的喜悦和感激而使用那个肉体载具。因此，这个器皿在它面临肉体死亡的时候完全没有文化性的偏见，她是无惧的。

无论如何，你们的人群中的绝大部分因为恐惧他们将停止存在而继续受到局限。因为你们文化所拥抱的、所有精美的言辞和华而不实的仪式，在其中，有一种对于真实信心的缺乏。在这一点上，我们简单地说，你们每个人在时间在空间/时间之中开始展开其卷轴之前就存在了。不仅仅在你的肉体归于尘土之后，在地球本身归于尘土很久之后，你仍将存在着。

一些实体在失去一个挚爱的实体的时候，能够穿越他们悲伤的过程，我们现在查看一下在其中所涉及的样式。并不是说有一种真正的损失，因为与自我和那个已经穿过死亡大门的人之间的动力关系相连的能量会继续活在那些被留在后面的人的理智、心、情感之中。

如果你是正在悲伤的人，一个最难处理或掌握的事情就是：在死亡中没有真正的损失。由于自己和已死去的那个人所共享的时光、这段随着时间而成熟的人际关系没有尽头。那种人际关系的准确与真实的情况是：它持久存在着。

有句话说得确实很对，一个挚爱的实体变成你肩膀上的一个天使。这经常是非常真实的，尤其是对于父母和孩子。如果在父母的部分已经有对孩子的热爱了，在他们身上，就将可靠地有一种能量留给那个被珍爱的孩子了。如果那个孩子能够记得请求那个挚爱存有的感觉，极大的安慰就能够进入显意识的心智之中。

这是一个非常主观的建议，我们并不期待所有人都能够应付这一点。虽然如此，就我们所知，它是如此的。这个器皿肯定觉察到一些依偎在她心中的实体，由于他们对这个器皿的热爱，以及这个器皿对他们的热爱。她的母亲、父亲，尤其是Don 实体，都亲密地在她的心中之心舒适地休息，并成为她力量的一部分、她根源的一部分，以及构成她之所是的一部分。在那里有一种动力关系—在工作方面增强了她。

我们会鼓励每一个失去亲人的人去接触那依然存在的人际关系，如果你们有可能可以做到的话，在其中有气力。那些实体相信你，他们支持并鼓励你，他们仍然将那滋养性、慈悲的理解留在你身边。好好善用那一点。不要赶走对于那些挚爱者的回忆。相反，感激你的每一位先祖，不仅仅以记忆表达感激，或许甚至可以加上对话。

去进行一场想象中的对话，这经常是有益处的，当事物出现在你的脑海中，而你发现某个已经穿过那扇死亡大门的人是有帮助的，它也许不是如此虚幻。现在就

跟他们谈话吧。你可以想象他们会说什么，或者对话可能光临你，这是一场真实的对话。

从某种意义上，你能够和任何一位、在任何时间活过并和你的生命接触过的人做这种工作。当你曾经和某个人建立了联系，那种联系将永恒地存在着。你可以信赖它，你可以在其中歇息。除了失去了那个你曾习惯于该实体的肉身陪伴，没有任何通过死亡而造成的损失。

这点并不会使得告别一位挚爱者变得容易。肯定地，如 B2 实体先前说过的，在 V 实体失去双胞胎之一的类似情况中，有一种物质上的损失，也有同等的形而上损失，尽管它这很难衡量的。因为那个实体即是 V，就 DNA 的联合意义而言。当一个人是同卵双胞胎时，这样一种死亡在体验上是特别地错位的。即使情况是失去异卵双胞胎之一，在人际关系上，他也和其双胞胎有一种独特的连结，因此失去一个双胞胎是特别困难的。这就好像某个东西从你身上被撕裂开来，有一个流血的伤口。它并非肉体的血，毋宁是心中淌血，也就是情感。这些情感已经受伤，那儿有刺痛与痛心的不舒适—来自于该损失的冲击。

造物者不会把任何祂挚爱的孩子抛在一旁而没有安慰。这安慰的来源从指导灵系统开始的，那是你的存有的一部分。你的高我等待着你请求帮助。这个器皿称那个高我为圣灵。无论你如何称呼你的指导灵系统，我们建议，当你和死亡打交道的时候，你需要用一种非常核心的方式来使用指导灵，并记得一直跟祂要求新消息。

因为，如果你正在悲伤，你移动地非常迅速。你踏上了一场旅程，比你通常喜欢的速度更快、快上许多。当产生任何种类的改变[就你的价值系统、或好或坏的改

变]之际，这是每个人都会踏上的一场旅程。

那个已经离开的实体改变了每一件事情，因为那些能量从你个人的(人生)方程式被抽走了。尤其是他(她)曾和你非常亲近，这会留下一个巨大的空洞。没有任何其他人能够替代那种友谊或那个实体对你的感情，因为每两个人之间都以一种独特的方式联系在一起。

因此，当你尝试去帮助某个失去(亲人)的实体时，你肯定能够通过你的临在，用你的好意、情感、有益的言语来安慰他们而让他们转移注意力。这些是实质性的礼物—给予一个已经失去的实体。然而，你无法取代那个已经离开人间的实体。只有时间的进程将允许那个悲伤的实体赶上它已经体验的巨大改变。

我们从这个器皿的记忆看到，当她的母亲死去时，那是非常突然的。死亡即刻发生而没有痛苦。这个器皿知道她的母亲希望在年老的过程带给她疾病和机能丧失之前就离开此生。

这个器皿就是负责布置荣耀母亲之仪式的人，她是母亲意志的女遗嘱执行人。所以，这个事件一发生之际，这个器皿就陷入数天的安排追悼仪式、把家人聚在一起并经历葬礼的过程之中，这些事情在追悼仪式完成后才结束。在那个时候，该器皿接下来的工作就是清理一个极度复杂又麻烦的财务情况，并缓慢地、逐渐开始清理母亲的世俗事务。

处在所有这些事情的过程中，这个器皿并不悲伤。这个器皿在她母亲身体还健康的时候，就如此清楚了解她渴望向前进入更大的生命，以致于这个器皿能够感觉的惟一情感是快乐和替母亲感到高兴。

几个月之后，当这个器皿在医院里接受手术的时候，直到那时，这个器皿才终于能够想念她的母亲的临在、感觉悲伤，并开始那个已经如此长时间搁置的疗愈过程，因为当时各种事件进展太快，以致于她的情感尚未来得及回应。
对于想帮助一个悲伤者的实体，他们可以做的一件事情是允许那个人在其穿越悲伤与完结的过程中，进行适合他的步调和表达。有些实体可以在你们的几个月时间内做到这点。其他实体却无法在少于几年的时间中走完这个过程。在穿越那个过程中、每一种步调和选择对于那个实体都是正确的。

因此，你可以单纯地通过倾听、肯定、理解来安慰某个悲伤的人。即使你感觉到这个人也许太难过了，或者也许你希望你可以做某件事情使这过程容易一些，我们鼓励你，允许那些实体拥有一段难过的时间。那也许是他们通过这个过程的最佳方式。

让这个过程变得舒适，这不是必须的。那个悲伤的人无论处在怎样的不舒适中，让那个人知道并感觉到你和他们同在，你在祈祷中拥抱他们，你的心想着他们，并遣送爱与光的使者给他们，这是很有帮助的。

而那些短暂的时间，那些微小的忆起片刻来到那些去爱的人当中，是有帮助的。肯定地，因为这个器皿觉察到 V 实体以及她失去了亲人，将有一种持续不断的思想流穿过她，因为这个器皿有一种忆起的循环，也许会在一天的时间中反覆进行三或四次。

使用你自己那个忆起的部分、送出那些想法，不要对任何人提及它，甚至不要对其太认真、以致于跟你自己提及这件事。在任何想起那个失去亲人的挚爱朋友的

时候，传送一份祈祷给她。

如果你失去一位亲人并且想望在祈祷中和那个已死去的实体同在，同样的方法是有效的。在祈祷中，一切都是同时发生的。当你想到祷词的时候，它就献给了那个在内在层面中经历死亡和转变的过程的实体。没有时间的损失。没有延迟。当你祈祷时，那个想法已经抵达其目标，帮助是立即的。无论你祈祷任何事物，要知道，该帮助是立即生效的。

信赖那一点，因为该回应在你自己的心/身/灵系统中受到保护。安慰与你同在，它和这个器皿放在胸前的手一般地接近。当她触及心轮上方的皮肤，祈祷就已经获得答覆。在你形成你的想法之际，帮助就已经在路上了。

敲门，它将被听到；寻求，你将会找到；询问，你将收到回答。这些都是形而上的事实。依靠它们。它们将安慰你。

你无法证明它们。你仅仅能够「知道」它们。B2 实体清楚地了解我们的意思是什么。知晓它们，完全信赖它们。[3] 它们将对你有极大的帮助。

你所视为困难的情感的事物就是那个悲伤的实体要穿过那个适宜过程中、需要发生在他身上的事情。因此，看看你能够做什么好让那个实体感到的不适、忧郁、难过都是没问题的。在接纳现况中歇息吧。当你不再为这个悲伤者的情绪而感到不安和心烦意乱之际，那种接纳将登录在那个悲伤者的心中。除此之外，就是单纯地允许那个人以她自己的方式，根据她自己的情况，并以她自己的步调穿过那个过程了。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

你们问到，就时间/空间的观点、这个过程看起来是什么样子。我们很高兴给予你们关于这问题的一些信息。我们确实得做一些挑选和选择，因为我们不想要以任何方式侵犯(你们的)自由意志。

从时间/空间的观点来看，一个在投生之外的实体选择进入投生，接着选择离开此生，差不多都在相同的空间[4]进行。所以，这就彷佛有一个由高我和自我一同创造的人生之泡泡，他们在这些要点上达成一致意见：就服务和学习的意义，此生将要完成什么工作，什么业力要被平衡，怎样的人际关系要被唤起以便于为此生创造出适当的苦痛。

那么，从时间/空间的有利位置来看，当实体返回更大的自我或灵魂光流[如这个器皿对更大自我的称呼] 的时候，当你拜访已经分开多年的老朋友，你会有那种从未离开过的感觉。如果那种关系是个良好的关系，它会以某种方式恰好在它中断的地方重新开始。对于你的灵魂光流，那个返回的你完全不是一个浪子，反而是一个回家的英雄。

你们每一个人都拥有大量的勇气，你们已经通过投生把那种勇气完全展现出来。这是一场具有很高水平的冒险。你可能忘记醒来。你可能忘记去执行你的使命。你可能错过你想要去学习的课程。

当你从一个投生中返回并查看你已经创造的样式，你可能发现你已经错过一些机会，以致于事后看来，你会对错过它们感到可惜。无论如何，每一次投生都是完美的。(宇宙)没有错误。

当你从地球上的这次的人生幻象的体验回家时，会有一种在你的体验上的完整性，它在之前是不存在的。你已经将把新信息的一份收获献给太一无限造物者。这是一个喜悦的时刻，就彷彿你从未离开过一样。
在死亡的过程中，有最后一件我们要说的事情，那就是，就在通往智能无限大门或这个器皿所称的更大生命的入口，有一个交叉口，在那里，死亡已经发生，而刚刚死去的那个实体的意志仍旧跟人生中的信仰系统联结在一起。因此，实体们将倾向于在死亡的时候看到他们希望去看见或期待看到的无论什么事物。对于那些是基督徒的实体，那景象会包括耶稣实体，玛丽亚实体—耶稣的母亲，或者在基督教的故事中、有意义的其他圣人或实体，他们是许多基督徒在贯穿整个人生中持续献上祈祷的对象。

对于那些不倾向于聚焦于某些人格的实体，可能完全不会有任何的图像或景象。可能简单地出现环境的转换，就好像你从一个屋子里走出来，接着走入另一个屋子而没有任何种类的时间或意识的损失。

死亡点看起来象是在空间/时间中、尘世实相中的一个瞬间。然而，从时间/空间的角度来看，那个所谓的死亡时刻，可能花费相当长一段时间并在时间/空间中占据一些空间，在这过程中，自我的各种各样的线程与面向以一种放松、舒适、轻松的、不慌不忙的方式被收集到一起。

一旦自我已经被收集起来，所有的心灵上的连接都被完成，结局已经被发现，希望和留在后面的挚爱实体们待在一起的自我的那个部分已经这么做了，接着该实体自己重新加入该灵魂光流。

再一次，通过与指导灵系统的交流，自我决定什么样的治愈是被需要的。某些转世会让一个人有点破败不堪—就心灵层面而言，于是要完成能量上的疗愈。

跟尘世的疗愈不同，这疗愈的重点在于允许事物达成平衡，而非主动地或在能量上做任何事情。那儿有一种让帮助进来的允许，再一次，这可能会花相当大量的空间—你们会称为时间— 来完成。

一旦这个疗愈的过程完成了，就有一段时间来沉思，造物者从那条灵魂光流之内最深入唤起的东西是什么。你现在应该如何服务？你应该如何瞄准那些课程—在你的能量系统之内，它们将继续地把你带入一个越来越清晰与平衡的状况。然后，就是考虑下一步应该发生什么的时候了。

自然地，在这个时候，在你们人群当中，那些死去的人将相当有可能可以毕业了，因此，他们对于下一步要做什么的选择会戏剧性地扩大。

我们相信这是一个很好的暂停位置，接着询问是否有任何后续问题，或者现在你们有没有任何其他的问题。

B2：收割的过程和死亡的过程有什么区别呢？你们刚刚谈到了毕业和更多的选项，所以，无论一个人经由死亡从肉体形态转变为形而上形态，还是从肉体形态转变为第四密度身体的形态[无论它的结果是甚么]，我无法明白它们的区别是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。毕业的过程和死亡、重生的过程是不一样的，因为，如我们说过的，当一个人已经毕业了，一个人在可以使用的选项

方面拥有远远更自由的范围。

如果一个人即将死亡，而他尚未准备好毕业，也就是说，如果一个人正处于该周期的中间，在死亡的时刻所存的能量没有呼唤毕业。那么涉及的选项就是：要嘛留在内在(次元)平面中，要嘛再一次进入行星地球上的第三密度的人生中。

如果一个人通过他的心智状态，能够在他死亡的时刻，或者，容我们说，他的心灵状态而呼唤毕业的能量，一个人会经历正常的死亡时刻的体验和疗愈的体验，当所有那些体验都已经发生了，高我和该自我会一同决定，现在就是踏上光之阶梯，看看一个人是否可以毕业。

现在，这些光之阶梯是一种比喻说法，由 Ra 群体[这个原则的一部分]所构想的，尝试去描绘一个非常严谨的运作程序，无形的朋友(守护者)小心谨慎地守护着它，在其中，一个实体被给予了一个光的不同分层的建构，从第三密度的最高层次开始到第四密度的最低层次。

这种分层是被完全均等地展现出来的，因此不会有一种感觉：「哦，我现在正接近第四密度了。我将必须努力去通过它」。单纯地有一个走入光的邀请，直到光感觉起来过于强烈为止。接着，你会被建议退后一步，接着停下来看看是否那一阶就是对你来说可能是最佳的光—给予你最佳的舒适感和喜悦感。

在某种程度上，如果你会愿意接受那个建构，毕业的过程就是找到属于你的位置。

一旦你已经决定这就是你感觉最舒适的地方了，你接着就会获得你是否已经毕业

进入第四密度的信息。如果你已经毕业进入第四密度了— 关于该过程的这一点，我们不得不有些含糊— 你第一次被给予关于这个新密度的视野，以及你在其中的位置。你仍旧是你自己，而你已经丢掉那些人格的碎片，它们是你带入此生之中的，因为它们在那一世之中是便利的。虽然如此，在本质上，你精确无误地就是你。

你会发现在第四密度中。很容易读取所有实体。你知晓每一个人。甚至在你进入第四密度的投生之前，你就已经知道这是一个发生了极大改变的环境。在这个点，你仍旧处于中阴身，但是，你现在已经移动到第四密度，在你选择想望去做哪一件事情之前，你拥有空间对那儿感觉舒适。

从第四密度的位置开始，相比于第三密度，你的选项更多了。在第四密度中，你能够选择你想望跟怎样的团体一同工作。你可以选择成为一个流浪者、立即返回第三密度，如同 B2 实体曾经做的事情一样，他和一些朋友在这个行星的第三密度毕业的时候，仅仅发现他对挚爱的人类种族的关心不会让他休息，直到他已经尽其所能地呼唤了尽可能多的人跟随他进入一个更大的生命、更广阔的远景、增强的服务与学习的机会。

你们拥有留在第四密度、进行学习的机会。你们拥有机会进入如这个器皿所称的无形的领域，或第四密度的内在层面，并从中学习，相比于第三密度内在层面的环境，第四密度的内在层面是更加精细的，它被一个远为有趣的、不同实体的混合族群所填满，因为第四密度之光的性质是不同的，接着，信息的可能性要远远丰富得多。

请问我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B2：作为模糊的答案，它相当好了。还有一件事：一些人在濒死体验中看到了一座光之水晶城市。我自己实际上已经看过它，但不是在濒死体验中。我越来越频繁地看到它。你能告诉我那是什么吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们将必须保持含糊。然而，关于这个建构，我们能够说一点东西。

该建构恰恰就是那样的。它是很多、很多、很多人在心智中对第四密度的认识，有太多的人把它保留在一种私人的景象之中。它不是第四密度本身，它不是行星地球本身。但它是以一种特定方式被编码的信息，具有水晶的特征。就你们的空间/时间的体验而言，它正在一天一天地被建造起来，因为有很多人已经开始毕业，已经开始拥有一种第四密度的存在性，。因为他们的选择，这种存在性和第四密度的地球无法被看见，这样，就不会对那些仍然在使用行星地球的第三密度的实体有任何的干扰。

直到第三密度的模式在行星地球上完结之前，第四密度的实体的存在都不会是明显或公开的。虽然如此，这种能量、这些菁华和新地球都是非常真实的。

既然对于人类心智来说，不可能想象两个地球彼此相互贯穿而又不会以任何方式彼此干扰，该建构就产生了。它是一种大众意识的建构，非常类似你们的(某些)UFO，它表达了一种实相，它超越人类心智的显意识之理解，但它没有超越人类种族作为一个整体、其无意识的觉知。

想象一下，第四密度是多么强有力呀，它在此刻和第三密度彼此贯穿。它至少和

第三密度一样地真实，对于那些只用肉眼看的人，第三密度似乎就是实相的总合。因此，第四密度需要被表达出来。

对于那些已经和更深的心智建立联系的人们，将有可能浮现某种景象的版本。能够看到它的人，在数量方面将会增长，甚至，如 B2 实体所说的，他们能够去那里并和该信息一同工作。

B2：很好。你们已经跑了非常长的距离。这个器皿的情况如何?

我们是 Q'uo，我们很高兴你询问了那个问题，我的兄弟。无疑地，现在就是交出对这个器皿的控制，接着对这个器皿和团体告别的时候了。

我们感谢你们每一位，为了你们的本质清晰度和甜美，为了你们的振动之美，感谢你们要求我们加入该冥想。我们感谢你们，因为能够和你们分享我们贫乏的言语。再次地，我们请求你们轻盈地看待它们，如果你们可以，就使用它们，如果它们对你们造成任何困扰，请把它们留在后面。

我们为了这个寻求的集会而感谢你们。它真是一种快乐。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱、光、力量、平安之中离开你们。

Adonai，我的朋友。我们是 Q'uo。

原注

[1] 大量关于临终关怀的信息的可以在 www.hospicecare.com 这个网站上被找到。在网络上搜索「临终关怀」(hospice) 也可以获得更多好的信息来源。

[2] Carla 在她 13 岁的时候、在肾衰竭之后死去。大约两分钟之后，她被医护人员救活了。

[3] 在 2006 年 2 月 26 日的传讯记录中，Jim 代表 B2 询问 Q'uo 以下这个问题：「我们需要获得一些信息，关于如何获得一种心之语言，这种语言是 B2 可以理解的，允许 B2 分享他对自己和他人的感觉是什么。」

在谈到关于「你自己那个和心一起思考的部分」的时候，Q'uo 说，「觉知的那个部分，虽然完全不是逻辑智力性的，却是极为明智的。实际上，跟思考相反，它的力量是一种知晓的力量。」B2 也是今天集会的寻求圈的一部分。

[4] Carla：这个措辞让我困惑。然而，在对它的沉思中，我想到了，如果时间/空间正如 Larson 假定的，它是空间/时间的倒数，那么理论上，在时间/空间中的空间是一条仅仅朝一个方向流动的河，正如同我们的时间，而那里的时间是一个场域，正如同我们的空间。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT

☆ 第 2315 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十七

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 27

Copyright © 2007 L/L Research

1995 年 11 月 17 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

团体讨论：（该团体同意的主题：在所有生活的多样性和维度中活出奉献的生命。团体的想法呈现如下）

我们最初想到的是我们将会谈论活出奉献的生命。

R 说他正思考该事实：他太严肃地看待自己。

G 正在思考万物的合一性，不过也感觉万物是不同的。

芭芭拉说在她的团体中许多人正感觉到要用头脑中的二乘四*的标准来学习课程，我说这并非总是如此。

(*编注：two by four 原指木板的尺寸，隐含当头棒喝的意思)

卡拉说，只是决定去活出奉献的生命即是唯一做到的途径。

一个我想要亚伦或是 Q'uo 来谈论的说法是，肉身即是奉献体。无论我们正在做什么事，这个人生，这份工作都是奉献性的。我们谈过关于我们对自己太过严厉的信息吗，或者我们也也可以更多地聚焦在那一点？奉献的生命在很大程度上不是你尝试去做的事情，而是你能够做的事情。我们对于一次又一次地失败而对自己感到生气。

G 喜欢阅读芭芭拉所谈论的关于她的日常生活的事情，因为那是务实的。

Q'uo：我们是 Q'uo。在太一无限造物主的爱与光中问候大家。在今晚问候你们每一个人、同时是一个祝福和极大的荣耀。我们谦卑地感到荣幸，被呼求来和你们分享我们的观念与想法。一如既往，当你们聆听到我们所要提供的想法时，我们请求你们使用辨别力。假如这些想法在你共鸣的心中产生回响，那么我们自由地提供它们。假如它们听起来不象是真的，那么就单纯地舍弃它们，将它们放到一旁，继续前进；因为真理是一件个人且私密的事情。而每一人都将认出她自己的真理。

我们的振动和你们的振动正调和在一起；当我们通过你们的各种想法之缎带时，我们感觉到诞生与蜕变的能量，它在这个寻求圈子里的每一个人的心中。每一位寻求者都衷心地希望在自我，在环境、想法、彼此之中找到真理，别无他求。每

一个人付出了某种代价背负着重担，每一个人有一个渴慕、于内在呐喊，又比泪水可以表达的事物更为深入：去爱、被爱，以及进行真实的服务。

每一个人可以很好地、正当地把自己视为是终极真理的一位虔信者、一位崇敬者。当每一个人沿着寻求的道路前行时，他已经体验的痛苦层次有时是相当高的。当我们谈论关于在信心中活出一生时，也就是说，奉献的生命，我们无法保证你们任何人将会在我们的语言或在任何其他人的语言中、找到这个你们如此渴望的目标。因为在尘世生活的教室之内，(你的)问题远远比答案更重要。
而那些渴望以及渴慕与希望的情感，其本身要远远比任何可用文字表达的知识受到更高的重视；因为在你们的密度之内，寻求者的旅程是从头脑来到内心，从知晓走到爱，尽管如此，在道路上，很多可以协助寻求工具与资源能够被表达出来。不过，当我们穿越许多的考虑和细节的时候，请记住，你深切地渴求有一种刺穿尘世人生之幻象的内在实相，该渴求在其无形的范围之内拥有一种力量与真理，有一天，它将是一个启示。在那天来临时，你知道的不比你现在知道的多，不过，你将感到满足。

此时，我们转移麦克风给我们亲爱的兄弟亚伦。在爱与光中、我们离开这个器皿。我们是 Q'uo 原则。

亚伦：我是亚伦。对你们全体献上我的问候和爱。我为了打扰你们计划中的集会而请求你们的原谅。当然，这是你们人类的选择，因为这个选择关系到你们人类的体验，对此，我们适度地回应。

你们许多人有着略为不同的需求。我将试着从已经表达的需求中提取出需求的共同处。你们全都希望在爱中引领你们的生命；然而，你们时常无法领会的是，你

们生命的一部分到头来却是活在恐惧之中。有时你批判那样的恐惧："我没有活出奉献的生命。我如何摆脱我的恐惧而返回爱？"

你们其他一些人会理解到爱和恐惧都是奉献的展现。但你的强烈选择依旧是在爱中活出你的生命，这种选择也许有、也许没有对于恐惧的微妙批判。

我并不想要在这里走得太远，只想要表达，我的观点是单纯地投生就是一种奉献的行动。进入投生之中需要惊人的爱和勇气。活出奉献的生命并非要去摆脱恐惧；反而甚至去提供那种恐惧都是奉献的一部份，去学到，每一件事情都是上帝的一种表达，这样，爱就会在恐惧中被找到了；因为恐惧仅仅是爱的一个变貌。

我的弟兄姐妹们，假如你们感觉合适的话，Q'uo[我的弟兄/姐妹]和我自己会选择聚焦在这个问题上："活出奉献的生命是什么意思呢？"当恐惧阻止你看见恐惧的真相时，当你基于恐惧的行为或摆脱恐惧的需要从而发现自己进入一种自我谴责的立场之际，你如何歪曲了活出奉献之生命的意思呢？

我做出这个声明是尝试去将这些共同性的线条聚集在一起，不只在你们说出的问题上，也在你们思考中的问题上。假如这些问题感觉起来不合适，请随意重新定义问题并且把我建议的问题放到一旁。我感谢你们。那就是全部。

亚伦：我是亚伦。请拿起我的言语、在你自己的心中考虑它们。我并非无所不知。我只能从自己的观点来对你们发言，我钟爱地向你们提供自己的观点。假如我的话对你响出真理，请使用它们。假如它们并没有响出真理，请抛弃它们。假如提供给你们的任何话语没有帮助你们带着更多的信心、技巧、更多的爱而活出你们的生命，你们总是必须把它们放到一旁。

我想要谈论关于活出奉献的生命。首先我们需要询问，谁希望活出奉献的生命呢？因为你的自我有许多的面向。灵魂知道它一直都活在奉献的生命中。它并未活在罩纱的背后，所以它看得清楚。不过一旦你走入人类的觉知中，去活出奉献的生命就是一种奋斗(挣扎)了。你正在跟似乎与那种生命不一致的事物奋斗。

我希望给你们提供一个例子。和我一起成为一条鱼，在水下 20 码。感觉水的重量，以及在你下方的黑暗。抬头往上看，看见光。透过水的密度，接着穿过大气可以看到太阳。看见这个天体是困难的。肯定有某种被称之为光的东西，不过无法清晰地感觉到光的源头。现在请从水面下浮出来；当你到达最后几英吋时，你突然间看到了："啊！它在那里！太阳！这一直是光的源头。"

这个看穿表面的行动，这一刻，近似于你们每一个人在生活中已经体验的灵性甦醒。你们当中的一些人、在童年时清楚地感知灵性的领域，所以没有觉醒于灵性领域之真理的时刻。不过甚至对于那些在身为孩童已经体验那个领域的人，会有一个时刻，你突然理解："这不是观念；这是真实的。这就是我的存有的最深根部。"你们当中的一些人是在更深的水面下，这些人拥有确切的体验：透过表面观看，看见太阳并且开始相信—"现在我正清楚地看见"。

不过我亲爱的朋友，地球的大气层是怎么回事呢？你依旧没有对于太阳的直接体验。你的冥想以及其他的内在工作带领你进入那个空间，在那里，最终没有任何东西扭曲对太阳的直接体验；不过你依旧在一个远处观看。然后，你必须走入太阳的中心。你说："我将会被烧毁、摧毁"。是的，"我"将被摧毁。在那太阳的光辉之中，自我除了作为观念之外无法存在。自我仅仅被视为工具，除了作为工具之外，自我没有其他的存在；不过，它必须被珍惜，因为它是投生的工具而且你需

要它。但是你仅仅将它作为一件斗篷穿起它；没有与它的同一性。它是一个工具！”

当你做好了准备甚至连小我(ego self)都释放掉的时候，接下来你准备潜入太阳的中心—没有水、没有大气层、没有距离。终于，这就是对太阳的直接体验了。在这里，你会发现什么呢？当一个人进入那个瞬间时，他必然大笑，因为你发现你一直都在那里，从来没有离开过，其余的全都是幻象。

灵魂知晓它一直活在奉献的生命中，因为它知道它自己的实相为灵性。活在地球大气的厚重性之中的那些人[绝不用担心在水面下、尚未觉察太阳的那些人]受到束缚而思考：有某件他们需要去做的事以体验太阳。从相对的观点而言，的确，有必须做的事。这里就是蕴含混淆的地方了。

做事情并不是去与小我作战，那只会让相对实相的幻象变得坚固。这个工作是甚至把小我都带入神性之中，带到神圣大我那儿。直到你接纳小我了，你才能超越小我。这个工作不是跟小我作战直到高我胜利为止，因为这是一件不可能的任务，它从一开始就是自我挫败的。该工作是去拥抱小我，好让它成为透明的，并开始被视为是此生的一个实用工具。

你们，身为人类，拥有一项挑战，就是同时进入二个地方：一个在相对的结构之中，自我在其中似乎是坚固的；而另一个在绝对的结构之中，带着绝对的清晰度看见，相对实相蕴含在绝对实相之内。

我的朋友们，请想象一个纸盒子。把你自己放到里面，盖子是关闭的。这里是你的相对实相。你以为那就是一切了。容我请求你们举起一根手指头去戳开盖子。

慢慢地抬起头，恰好使得眼睛可以向外凝视。啊哈！有一千个，不，百万个；不，千万个，或更多个存有们在其中居住的纸盒子。包围着这些纸盒子的就是无限空间，我们称之为绝对实相。

你从未能够离开绝对实相，所以你从未能够停止活在奉献的生命中。然而，相对性的人类，在某种程度上，必须付出他的努力来活出奉献的生命，不是因为为了要活出奉献性生命而需要努力，而是因为付出努力是此生的教导工具的一部份。我想望转移麦克风给我亲爱的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。我们希望等到音量的竞争更多地拥护我们一点，因为警笛的声音多少盖过了人类的声音。

正是在这样的时刻，朝圣者的灵魂辨认一个正在通过的警笛声音并且思考："闯入我的平安的东西是什么?"然而你也安住在那个警笛的呼啸中。你是躺在救护车中的实体。你是被困在火灾中的孩子。警笛可以同等地，公正地，被视为帮助与响起的警报，提醒爱之核心，它承载了自我的那个困在痛苦中、火焰中的部份，或自我那个困在炼金术士传说中无休止的炼金炉中的部分。

我们的兄弟亚伦问："是谁寻求奉献性的生命？"的确，谁应该站起来说："我是那个真正的人"？自我的什么部份可以代表那位寻求者呢？我们请每一个人向内看，并且估算一下，有多少(比例)的自我已经作为一个值得奉献的客体而被包含在内？那些沿着服务他人的途径寻求的人可以更为轻易地看见并且认出那些浇灌在朋友与陌生人身上的努力，远远超过他们向内查看的程度—看到那些需要支援、安慰、再次保证的自我部分，那些部分也需要那种无法言喻的质量，你们通常称之为慈悲。

为什么自我如此经常地不是一个奉献的对象呢？

或许部分是因为，寻求者听到了自己的想法并且嗅到黑暗面，某些黑暗的想法暗示或甚至揭露出来。自我在评判那种黑暗面—那种人性的“色调多样性”(hue-manity)—的方面有多么理直气壮呢？现在，我们的观念是，随着自我经历投生的体验，越来越多地察觉到自我的这个黑暗面的存在，对自我而言是完全合适的。我们要求你不要回避你的人性中、那个你感知为黑暗的部分。

你是一个完全、完整的实体，在你的意识的奥秘之中，承载着一切万有。你所享受的幻象呈现出黑夜与白天，黑暗面和光明面，随着你的地球的整个球体一次又一次地旋转… 光明跟着黑暗，黑暗跟着光明，光明跟着黑暗… 这个现象就是你在或大或小的程度上目前在享受的舞蹈之本质。

关于自我对于如何奉献地生活的观念，或许最大的一个绊脚石就是在人类主矿脉中包含这条批判的矿脉。如同在所有的原矿中的情况，你们是矿工、同时挖掘到无用的岩石以及珍贵的岩石。你会因为一条有价值的矿脉周围的物质不是有价值的而评判这些物质？或者你只是去处理矿石以提炼它并纯化它呢？

如实地，当你内在的那种珍贵金属—纯粹意识—在人生的熔炉中被精炼时，去学会照料那个于内在正在经受蜕变的自我，这对于自我是非常有帮助的。你的内有多大年龄呢？自我的阴影面有多大年龄？你的孤寂—你的疏离感，这整个令人痛苦的匮乏以及被感觉到的限制性群落—不是一位年幼孩子在尝试长大成为他所不是的事物之过程中的苦闷产物吗？当你开始转向自我批判时，我们对你们的建议是：或许你可以再次转过身来，把那个你感觉是做错事的自我带到内在，拥抱那

位存有，把大量悲悯倾注给它，因为它只不过表达出其本性。

你不会去批判矿渣，残渣。它单纯地不适合做成戒指、饰品、钱币… 正是如此，爱自我的全部。这个表面上不完美的器皿事实上是被完美地创造出来、以给予寻求者在学习上有最大程度的潜能。有时候、课程变得艰苦，但是，恰恰就是你的困惑与感知到的缺乏理解把你放置在如此精妙的一种对的位置，你会在这个位置上去遇见、学习、拥抱你已经为自己在这个人生体验之中所计划好的命运，并与之合作。

此时，我们会把麦克风还给我们挚爱的兄弟。在爱与光中，我们离开这个器皿。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。Q'uo 拾起的话题是，“自我的什么面向是真正的自我呢？”

你曾看过在玩扮家家酒的一个孩子吗？或许她拿起妈妈的手提包并且假装是一位生意人，或者她拿起煮菜的汤匙和围裙并且假装是一位厨师。很容易看到，那个孩子进入的每一个伪装都是真实大我的一个表达。

就是这样，你在此生中佩戴着许多的面具。哪一个是真实的大我呢？它们全都是真实大我的所有表达。哪一个真实大我是完全没有自我的呢，清空了小我的身份并完全地歇息在它自己的纯粹意识、在它自己的神圣之中，超越一切的大我呢？。

当然，你们都很熟悉在被知晓为圣经的经文中，上主以他/她的形象创造人类。对不起，我请求你们找一下那个句子。这个我们称为上主的事物即无限的爱，无限

智慧和智能，祂一直想着去扩展自己，以及表达祂自己。这个体化的觉知是神性的一个表达和助长。它就像假装扮演角色的孩子一样、也进入无数种体验之中。祂的所有部分都在知晓祂自己。

我的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo 已经传神达意地谈及、当自我中表达出来的事物是评判由此升起的基础，那会发生甚么事。例如，当那已经升起的事物是愤怒、或恐惧、或贪婪的时候，Q'uo 已经暗示、你正在从活出奉献生命的体验中被拉出来。当恐惧固化为批判、并实际上把你关入我先前描述过的那个盒子的时候，从那个位置上，你失去了神性的觉知，接下来，你停止去看见那个非自我的更大大我，以及自我是如何获得这些无数的体验作为学习机会的一部分。相反地，对于在体验中出现的事物，你正在进入一种固化的模式，并进入和那种表达的一种关系中，在该关系的表达中，你要嘛称之为好的，要嘛称之为坏的，要嘛保留它，要嘛除掉它。

分辨性的头脑并没有错。事实上，为了此生，你需要这样的头脑。鞭笞自我的批判对于分辨性的头脑不是必须的。分辨性的头脑可以单纯地观察“这是没有技巧的。”但是在那个辨识力四周的能量场无需紧缩。看见人类滑入恐惧中的事物正是从一个纯粹察觉的位置被制造出来的。是“什么东西”滑入了恐惧中？恐惧滑入恐惧。不要跟随它。唯一的问题是，没有觉察一个人正在滑入恐惧之中。接着能量场收缩，就好像盒子的盖子被关起来。接下来，你忘记你是谁。你开始相信那个假装扮演的角色，你开始相信“我感觉到没价值，我是严酷的，我就是这样一个坏人。”或是你开始相信任何其他可能已经升起的感觉了。你忘记外面有一个灵魂，而这个感到恐惧的时刻单纯地是一个表达。

恐惧不是要让你在仇恨盒子中变得盲目。恐惧是要去教导你悲悯心。这就是你投

生的全部理由了：去进入一个情境中，在那里，你会找到帮助开放你心轮的催化剂。你毋需摆脱任何事情。当你不需要它时，它将会离开。只要有对于人类自我中已经升起的事物的一种攻击，就会有跟自我的分离，跟神性的分离，而自我就是来自神性的一个表达。

我想要请你们开始观察这种能量场的收缩。当一个恐惧——愤怒、渴望、没耐心、骄傲——升起时，接下来，如同 Q'uo 所指出来的，批判升起了，它说着“我不应该感到这样。”带着那个批判，你进入一个强烈的自我谴责的空间：“修理它。除去破掉的东西。”但是，我亲爱的朋友们，没有东西曾经破掉过。

一位数学老师会在黑板上写下一个难题以说服你，你是不够格的，或他要帮助你学会如何解决这个问题？此生传递给你一些引起批判的沉重情绪、那是为了证实你不够格，或者它是为了教导你悲怜心呢？问题不是这些沉重的情绪出现了，问题毋宁是在认同在哪一点上。

带着清晰度可以观察情绪的升起、而又不对那升起的情绪拥有所有权，在此，一个戳破盒子的洞出现了，这样你就可以看见空间，看见你之所是的天使。

“啊，是的。我在这里要体验这种沉重状态有个原因。我不必因为体验到它而憎恨自己，对于它的体验者，唯一需要的是爱与尊重。因此，我的反感，是和该体验的不愉快作对；不过我无须因为该体验发生在我身上而攻击自己。相反地，对这个体验者能否有更大的悲悯呢？”这个清晰度是活出奉献的人生的一个菁华。

在终极的层面、你一直活在奉献性生命之中；不过在相对的层面，为了活出那种生命，必须乐意去和自我的神圣面向保持接触，乐意去创造这样一种空间，在这

个空间中、真正的大我可以穿过重重错觉(妄想)的云层而被看见。

活出奉献的生活是乐意于不去执着于让自我固定下来，宁可热望于爱自己。有努力牵涉其中，那是学会该盒子是透明的努力。只要盒子似乎是坚固的，它就同时提供了隔栏与安全——去保护小小自我的隔栏，以及对“外面”的事物以及看起来可能受到小我的负面想法的威胁。所以你隐藏在盒子里。

去活出奉献的生命就是如此地热爱神性，以致于你乐意于在那副盔甲上打洞，乐意放弃你的恐惧，或者至少、放弃你对于那个恐惧的拥有权。当你在盒子上戳洞时，你会情不自禁地看见在外面闪耀的光辉，那光辉甚至会闪耀进入这个我们称之为小小自我的表达之中。你可以爱这位陷入泥坑的小我吗？爱上主是容易的；不过，你可以爱这个在恐惧中颤抖、有时候会说谎、紧握不放、或把虐待作为恐惧之表达的小小自我吗？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们再度和这个器皿同在。

在结束前，我们将请求你们，当你将你那肉体的轻舟放到你卧室的柔软又清凉的床垫上的时候，考虑你所有的特征并且以你的感情为它们沐浴：“啊，可爱的双脚和双腿，已经把我带到今天我选择前往的地方… 啊，亲爱的背部，强壮地担负着日常生活的重担… 体贴的胃，辛苦工作的心脏，喋喋不休地说蠢事的可爱舌头… 啊，亲爱、亲爱的傲慢，可爱的虚荣心，优美的懒散……”

不要恐惧这些特征。它们听从你的命令，使用它们以理解更多。它们全都是你的—珍贵、珍贵的礼物。没有你所有的特征，你可能无法在这片混淆之海当中游得这么好，而它正在你的内在繁殖新生命。

今晚将你自己用爱包裹起来，将你所有的负担都投入造物主强有力又慈悲的双臂中，祂的本质是爱，祂的爱比你的呼吸离你更近。造物主不介意你感知自己是不完美的，因为造物主知道你的心，而祂完美满足地安住其中。

晚安，每一个疲惫的灵魂。这个周末、获得这个机会同你们分享，我们的喜悦太过巨大而无法表达。我们喜爱与祝福你们每个人，暂且，在太一无限造物主的爱与光之无法言喻奥秘之中、我们离开这个器皿和你们。

Adonai。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。你们都累了，我将简短说明。没有更多的话语或想法；不过，我想要把你们的身体带入这个学习中，因为你们带着身体在学习。我和 Q'uo 都提出这个问题："你如何和这种评判打交道呢？这些自我谴责或沉重情绪的收缩是怎样呢？"

有一种来自太极(拳)、称为"推手"的练习。在这个练习中，二个人面对面地站着，一只脚在前，一只脚在后，而双臂静止不动，前臂互抵。A 突然地往前推。B 对于那种推力通常的反应是身体能量的紧缩。假如他是深入觉察的，可以仅仅在那种紧缩的范围内运动；否则，他将会往回推或抵抗。[1]
原注[1]：亚伦使用字母 A 和 B 指代在关系中的二个人。

L/L <wbr>Research 亚伦与 Q'uo 对话之二十七

A 不只是另一个人。A 是所有那些在推你的生活情境。当生活推着你时，你有二

个选择。传统的选择是推回去，但你也可以学习与那个力量共舞，去吸收它；当力量释放它自己时，把它送回去。做这个练习并观察那个想要去抵抗的事物的升起，这是相当有力量的，去看见“我不能只是意愿那个阻力会消失。我可以许愿它会离开，但是我无法使它离开。我可以假装它不在这里，但这不意味着它不复存在。不过，当我软化那个阻力周围的东西，并不再试图使它远离、不再对它起反应，而仅仅为它创造出空间，接下来，我就变得能够和这推着我的力量共舞，不管它是外在或内在的力量。在最猛烈的雹暴落在我的头上或一个情绪的升起的时候，我会给它更多的空间、并且开始能够和它共舞。”

我想要芭芭拉对你们示范这个练习，这样你们可以在今天晚上和明天早上练习它，以便于我们可以谈一谈这个练习以及和人生共舞的意思是什么。

在这个真诚又可爱的寻求者的圈子中歇息，这是怎样的喜悦呀。对于你们邀请我加入你们的圈子，我表达一种感激。我爱你们全体并且祝愿你们有个美好的夜晚。当我的言语结束时，芭芭拉将会对你们展示这个练习。那就是全部。

Translated by M.D.

(V)2016，Reviewed by T.S & cT.

☆ 第 2316 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十八

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 28

Copyright © 2007 L/L Research

1995 年 11 月 18 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

亚伦：我是亚伦。早安，对你们全体献上我的爱。我希望你们度过了一个平静安歇的夜晚。你们有些人察觉到梦境，在梦境中、你们是某种运动的观察者，该运动介于紧缩与抵抗紧缩之间，以及跟那样的催化剂共舞，还有我们昨晚谈到的、由此而产生的紧缩。我们已经谈论过、在终极的存有和相对的存有之间的这种平衡，终极存有是完整的、并知晓祂的完整性，祂不会体验到把自己和其完整性的实相分开的罩纱，而相对的存有感知自己小于完整、并且正挣扎着去成为完整的。

你投生不是为了去摆脱那种挣扎，而是为了活出它并且从中学习。你必须在不迷失其中的情况下珍惜投生的经验。对我而言，这是奉献式生命的另一个面向：乐意以一种持续的方式工作，让这两扇门同时都保持开启，从一个可清晰看见此生的观点上去珍惜、活出此生。

你是那个母亲，在孩子离家进入游行队伍之前为他系鞋带、整理衣领，调整全套服装，理顺他的头发。你同时站在十楼的阳台上，不仅仅在观察整个游行队伍，也在观察整个游行队伍前进穿越的无限风景。从那样的远景，你无法看见孩子的鞋带是否依旧系好；不过假如鞋带没有系好，假如在相对的层面上、你尚未给予那种关注，接下来，他可能绊倒并摔跤，对于他身后的整个游行队伍造成混乱。你会从阳台上看见那种扰乱。

所以，你必须照顾到二方面，以无限的关心来照顾相对性生活的具体细节。那种照顾就是我所称的奉献了——凭借着[把你安置在阳台上的]宽阔性去照顾却没有执着。你甚至可以移动到第六十层楼，在那里，你可以看见所有邻近的村庄以及所有其他的游行队伍。

我想要邀请你们和我一起做一个小小的内在练习。和我一起走进一间浴室。打开水龙头并且观察水充满水槽。突然之间，水即将要溢出来，而已打开的水龙头关不上了。看起来它只能往一个(开的)方向转动。现在水上升到顶部边缘，水就要从这里越过顶部并流到地板上了。试着再一次关上它；无法转动。感觉紧张正在你身体中积累。现在，水漫过顶部了，一道不折不扣的瀑布，你知道这间浴室就在客厅的正上方。水将会渗透下去。快，收集毛巾。擦掉水。将湿透的毛巾扔到浴缸，拿起另一条毛巾，再一条。假如你动作快，你就可以追上了。你可以感受到那种紧张吗？“我在对抗这道水。”这就是相对性的人类。现在我走进浴室拔起塞子。哗哗！水流进下水道了。感觉到紧张放松下来了吗？

生命不断传递给你连珠炮一般的、溢满的水槽与有待解决的问题；而你的能量收缩进入一个将会处理这些问题的自我。我亲爱的朋友们，这不是奉献。这是控制。这是恐惧。

即使那个水槽不是在你自己的客厅上面，而是在同一栋公寓中、邻居的客厅上面，假如你渴望去阻止那水，这样你的邻居将不会受到损害了，你的这个渴望暗示了在服务他人方面的聚焦—当你带着那种恐惧能量的紧缩来面对这议题时，你只不过进入一个旧有模式的延续，这种旧的模式相信小我必须处于控制地位。假如它必须处于控制地位，那么，在外面就会有某种“别的东西”使小我必须要处于控制地位的。

所以，你进入一个迷思：强化自我，成为一个有力量的人或有能力的人或一个好人。没有任何事物是“别的东西”。在那个瞬间，你象征性地拔起塞子，你从恐惧的轨道转移到爱的轨道。你回到和谐之中。宇宙不是在向你丢泥巴以便于让你感

觉渺小或不够好。假如宇宙确实向你丢泥巴，在某种意义上，你已经邀请(自我)参与那种体验，因为灵魂寻求那种体验——我们谈到过敲打在脑袋上的木板（4X4 beat*）—寻求体验、因为有一个更高的学习领域，而灵魂不知道如何向那个学习领域开放。
(*编注：参照上次的 A&Q 对话，这里的 4X4 beat 可能是笔误，应该就是 2x4 木板的意思)

这里我想要提供一个简短的例子、芭芭拉的体验。她没有呼求肩膀上的肌腱炎或是腹部的疝气。显意识自我并不想要这些扭曲。显意识的自我想要成为健康的、免于痛苦的。较高智慧寻求和宇宙进入完全和谐的体验，较高智慧觉察到将所需的催化剂拉到自己身上是为了使得谬误的区域变得明显，以便于允许这个预期中的和谐在可能范围内、有最充份的表达。个人自我在不知道具体细节的情况下同意：“这个学习有最高的优先权。无论它带来什么，我同意。”

如果她被提供了较为温和的、关于和谐的真理课程，她就无法注意到这些课程了。她真的需要某种要嘛威胁生命、要嘛让肉体痛苦的事情以抓住她的注意力。

所以，身体开始显化这些症状、而不是其他的症状，因为它们源自于一个业力能流，因为身体过去在这些区域曾经受伤，有一种细胞层面的记忆，它将那种扭曲延续下去直到它被释放为止。今早，在这里我的意图不是去深入解释业力如何运作的，所以我将离开那条特定的轨道，我将会乐意在另一个时间回答关于业力的任何问题。

简单地说，这里是人疯狂地擦地板的地方，需要被提醒的是，水不是“别的东西”。你毋须攻击它。对于那种你在其中发现你自己正在与对水对抗的练习，不是

去将其延续下去，毋宁是停下来。无论运用什么必要的，或是有用的练习去释放这些旧有模式的紧张，用昨晚你们在舞蹈中练习过的方式。这是一种类型的练习、用于返回第六层楼的视野；接着你看见所有其他的可能性，没有任何事情和你对立。拔起塞子，或是开放你的心，或是在那个环境下，任何合适的作法—“没有任何事情在对抗我。”

一遍一遍又一遍地做这个练习就是去活出奉献的生命。这是返回到这样的记忆中：“我是神圣的，每一件事情都是神圣的，我无须在恐惧和不和谐中活出我的生命。”做这件事如此地困难，因为个人性自我如此依附于它的恐惧，依附于那虚构的分离的延续。在那样的分离中，尽管它是孤单的，它却感觉到是安全的。你持续不断地被要求去放弃那种虚构的分离、它使得你处于孤单却安全的状态，你持续不断地被要求把你的恐惧献给神性—不是除去它，只是释放它/奉献它—你持续不断地被要求献出无价值感，另一种幻象；被要求去献出那个你是不好的或没用的迷思。

我亲爱的朋友们，对于个人性自我，所有的这些迷思都服务于一个目的。你来到一个迷思面前，接着下一个，而你问到：“这个也是吗？我必须放下这个迷思吗？”是的，全部都是。每一次放手都有抗拒。当你学习带着一种温柔的慈爱迎接这个抗拒时，它就不那么困难了。

过了一些时间之后，你发现你可以是地下室的观察者，透过一扇窗户在地面的层次上观看游行队伍，你可以看到经过的双脚、看到所有那些没系好的鞋子。你可以同时从第六十层楼观看游行队伍—这是一种宽阔性，它会伸出手并且在每一只鞋子经过的时候系好它，但却没有执着于把这个正在经过的游行队伍的任何部分当作“自我”，没有任何要去保护的自我，只有爱、上到最高层楼并且观看整个过

程。

此时，我想要将麦克风传给我的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。这里我想要说，它带来许多喜悦 [这里我为自己说，不过我知道 Q'uo 会应和我的话]。在这样的对话模式中，和你们分享带给我许多的喜悦，每一次分享都增加了我们自己的远景之丰富性。我们说话，如同二个灵魂对着这场灵魂的集会[我们全体聚集在一起]发言一样。带着慈爱和感恩的心，我感谢你们想要用这个方式和这个圈子一同分享。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。在无限造物主的爱、光、喜悦中，我们同样问候你们。

多么令人高兴啊，我们即将探索那个伟大的奥秘，这是伴随着你的存在之根基。对我们而言，它依旧是一个无与伦比、无法言喻的奥秘；同时，当我们在灵性上变得更为成熟时，我们变得越来越深深地爱上了这个奥秘。我们并不知道我们将在哪个点之上超越扭曲，而我们不在意；因为意识之欣喜就像忆起的花朵香气，一种超凡之美的气味、以极度的清澈留在记忆中。

我们一直都在谈论，容我们说，好好活着的艺术之核心。那个核心就是对于自我、在其所有人性的变化无常之中、建立一个真正平安、没有批判的态度。我们已经鼓励你们对自己仁慈，允许疗愈并抚慰伤口的粗糙外缘，这伤口是由于自我对催化剂的反应所造成的。但是，如何做到呢？我们不是正在谈及藉由自决的伦理学的过程来释放自我。我们不会阻止寻求者创造出个人的标准，或是阻止寻求者全心全意地尝试去实现和荣耀这些道德上的承诺；毋宁，我们关心的是自我感不会由于偏移主观上感知的正义或公平的结构而减损。

这个工作对于正在显露的形而上存有是重要的。由于自我对自己失望，对于很多人，带着疗愈进入这些过程是困难的。在自我批判的时刻，我们会建议使用一个工具，观想在意识的舞台上有一个布景，在其中，造物者的手向下伸出来，手臂张开，掌心朝上——造物者的手和你一样高，你刚好能够伸出手将你的人性礼物送给这个向外伸出的爱之手；因为我们向你们保证造物者会发现这些礼物是珍贵的。这里有尚未完成的事情。这里有些事情在错误、遗漏、你感知为有误的委任中完成。把它们给出去，一个接着一个，让它们滚入到那个手掌中，一个落到另一个上面。这里有嫉妒和骄傲... 这里有所有未经修炼的自我的可怜礼物。

现在检查这些染色石头的碎片，它们就是这些形而上礼物的外形。对你而言，当你给出它们时，它们是自我的灰色的、丑陋的、残缺不全的碎片，它们仅仅适合当作垃圾。现在留神、看到一个破碎人生的这些碎片在它们闪烁和闪耀的时候的美丽颜色——它们是被无限太一之爱所祝福、接纳、改变。这些碎片的确是礼物。

当这些礼物已经献出去的时候，当你看着这些颜色时，通过观想，一次后退一步并返回自我—它被宽恕、被祝福、获得更新。在你的存有的完整性的每一个极其微小的点，它都是被爱的。接下来，就有重新开始的机会，这个机会真的一直都是真实的，它不是一座海市蜃楼。因为从形而上的方面而言，当一个人翻转他感知到的错误，他正在进行充实且蒙福的劳动。深深吸入光、它作为实空间在一切万有之中，并知晓你获得更新了。

我们想在此刻将工作转移给我们挚爱的同伴，那位穿着僧袍的王子，我们的亚伦。在爱与光中，我们暂时离开这个器皿。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。因为将会有第四次的集会，我的选择是让下一次的材料的主体保持分开并在今天下午提供它，我的选择是暂时集中我们注意力在这里。你们当中一人和我谈过、人类身为教导者和学习者的问题。你们每一个人永远是其他人的一位教导者。有时候，该教导者是那个人的小我，有时候，该教导者是纯粹-意识的大我。她说，假如所有教导者可以从那个最高层面来教导，这会是理想的，但是，你们当然无法做到。因此，你对另一个人的教导是一个过程—发现和分析在你自己内在的那种最高觉知。

对于你们许多人而言，因为你知道教导来自于小我，你呆若木鸡，害怕将它提供出来，因为你厌恶你将要提供这种扭曲、由此玷污了另一个人。我提出这点作为一个领域，我想要听听你们对于它的担忧。请提出任何浮现在你们脑海的其他问题以及你们要我们谈论的问题。

M：亚伦在昨晚描述的练习，在没有任何人和我们在一起时，有没有一个方法去做这个练习呢？

亚伦：我是亚伦。我听到你的问题。你可以持续不断地做这个练习。一直会有一位伙伴，虽然通常不是一位人类伙伴。那儿有溢出的水槽。

今天早上，这个器皿淋浴时发现地板上有一些水。她的能量立刻收缩对抗这水。然后，你必须给出那个微小的低语：“与它共舞。地板上的水不是我的敌人。”假如你的脚趾头踢到地板，就会疼痛，你可以和那个疼痛奋战，或者你可以拥抱那疼痛并软化在它周围的能量场。假如你要搜寻的邮件不在收件匣中，感觉那种收缩—想要，想要，紧紧抓住—提醒你自己：“我既不是在对抗宇宙，宇宙也不是在对抗我。那封没有寄来的信是催化剂… 这就是从浴缸溢出到地板上的水…”

你与催化剂的关系是什么呢？在每一个红灯，每一个超市的等待队伍中，你将恒常地看见它。注意到那种收缩，你做出有技巧的、慈爱的决定回到和谐之中，并带着一定的广阔和仁慈去观察那种收缩。你不是在除掉该收缩(能量)。假如你在横跨城镇之际迟到了，接着遇到一连串的红灯，你可以注意到、停在每一个红灯时都会收缩。

假如你穿越一条铺满碎石的马路，而你的双脚是赤裸的，许多碎石会刺伤你的脚，造成疼痛和收缩感。你不会说："不应该有收缩"，不过，出于对身体的慈悲，你可能对马路感到愤怒："为什么马路上一定要有尖锐的石头呢？"

你可能会想："下一次，我将带着鞋子来穿越这条马路"，但你不会想着："我不应该感到疼痛。"你不会想着："我的身体不应该收缩。我的身体应该喜欢疼痛。"你对身体有慈悲。

对于情绪的催化剂—当你开车横跨城镇的时候遇到了红灯—能量以同样的方式收缩。只要回到"紧张的是什么？"回到和宇宙的和谐一致之中。

"宇宙正在传递给我的、就是我所需要的催化剂。我可以和每次的红灯一起坐在这里吗？我可以带着人性的躁动坐在一楼并等待着灯号改变吗？当位于顶楼时，觉知正在观察这个人类正感觉到许多紧张、并向它提供爱。"

当你培育那个较高的观点时，你开始去保持门户的敞开，这样你可以进入痛苦的催化剂，观察痛苦的收缩，而不执着于对那种紧缩做任何事情——不是摆脱它，或者将你对它的愤怒抛向其他人，只是注意它，"这里有收缩"，与之共舞。

如同 Q'uo 刚刚指出的，这不会阻止你，举个例子，穿上鞋子，走出去，把马路上最尖锐的石头移开。你学会有技巧地行动、来自一个有爱的地方；你以协调一致的方式将人类的价值体系与世界连接在一起；你学会促成改变，但来自一个爱的地方，而非来自一个恐惧的地方。我们可以听听你们其他的问题吗，要嘛导向 Q'uo，或是给我自己，或者有其他单纯随意抛出的问题、由我们决定由谁来回答？

卡拉：通常当我在传讯时，我可以感觉到(寻求)圈子的能量正完美地支援着我。偶而，我可以分辨、除了这种能量之外，我的菁华不知怎地被撷取了，而我正在花费大量自己的能量。这个现象是随机发生的，或者这个现象就是它应该是的样子呢，你可以给我任何的洞见吗？

亚伦：我相信我们二个人都想要谈论这个问题。我可以先说吗？这个现象不是随机发生的。这是小我变得更加坚固的地方，在那里有紧张—或许是在内部关于答案的紧张，或者有某种自我应该知道答案的想法，以致于自我在那个时刻不再是一个完全清澈的器皿，而自我同样也把它自己的观点或需求或恐惧给入工作之中。虽然有不舒服的感觉，当然，由此产生的传讯是较不清晰的，但没问题的。而它是你的催化剂，你的学习机会。

你的内在之中有一个心智临在的层面正在观察着这个紧张。我的姊妹，我可以建议，当你体验到这个紧张时，你单纯地开始注意它是：“紧张、紧张…”，我会建议你使用一个非常无批判性的标语。若说“小我出现了”就成了一个批判。你对这个情境的观察，在你自己内在单纯地指出，在关于问题或关于接收答案的方面，在你的内在存在某种紧张。当你注意到它：“紧张、紧张…”，你就在向着那种紧张开

放的方面找到一种无限宽阔性了，你发现自己回到了那种清晰感，那是你比较喜欢的传讯方式，答案是清晰的，同时它不会耗尽你自己的能量，。我相信 Q'uo 也想要谈论这一点。我暂停。

Q'uo：我们和这个器皿在一起了。我们是 Q'uo。

我们会对这位器皿说：我的孩子，你回忆一下在加利利海上的夜晚、彼得在船上的寓言[1]，彼得如何看见他的老师在水面上走向他。回想一下，彼得如何从船上跃起并走过去，迎接他挚爱的拉比。仅仅是当彼得开始觉察到、他正在做一件不可能的事情时，他才开始下沉。然后，彼得记起伸出他的手去紧紧抓住老师的手。你的挚爱者的手永远等待着你伸出手；转向信任将永不会徒劳无功。我们是 Q'uo。亚伦和我们可以回答下一个询问吗，请？
原注：[1] 圣经，马太福音 14:26-32。

***

I：昨天傍晚，当芭芭拉和我跳了一会儿舞，当我们跳舞时、似乎有几个释放的阶段。最后的阶段造成了一种不同类型的紧缩，因为我似乎感知到一些巨大的、明亮的空间之闪光。但我个人的感官本身无法在那里发现它自己，所以它继续撤退。这些被感知到的、释放的步骤是这样的吗？

亚伦：我是亚伦。我听到你的问题，我的兄弟。把它思考为多个步骤是困难的，不如想为连续体，从个人小我最大限度的涉入、毫无扩展自我的观念到完全在扩展自我之中歇息。其中包括一个巨大的连续体。因为头脑无法体验到那个连续体的微妙性，可以在高原的意义上去理解它。但是在达到每一个高原之际，都有一

个连续体。

最终，你开放进入那个光的空间了。那里没有个人的自我，那里不需要有一位个人的自我。但是那并不意味着个人自我已经停止存在。在终极的层面上，它从未真的存在过，而单纯地是神性的一个表达。但在一个相对的层面上，它不会停止存在，未来也不会停止存在。

假如你要将一个螺丝安装在一个孔里面，你走到工具箱旁边、拿起螺丝起子，转动螺丝钉，然后，你放下螺丝起子——五分钟之后，螺丝起子停止存在了吗？在那个空间/时间中，它并不存在，但是它依旧存在着。当你到达那个具有无限的宽阔性和内在清晰度的地方时，个人自我就无须在那个空间/时间中存在。当你需要它时，你将会回到它身边。

有一些非常有价值的冥想练习，当你有需要如此做的时候，它会教导你稳定地在这个无限空间和纯粹-觉知心智中休息，在神圣大我中休息，并且有技巧地向着个人自我重新开放。你无法从灵魂自我中只拿出垃圾。你的人性是必须的。此时，我要把麦克风传给 Q'uo。我暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo。我的兄弟，我们问：在这个模式之中，在这个星球上、现在仍旧作为你的寻求方向的事物是什么？
（暂停）

我们是 Q'uo。在你的沉默中蕴藏着一份你给予自己的礼物。因为技巧会衰微，而心可能不起作用。然而在意识之海上、有那等候的灵，它越过水面去创造、并且一样地去毁灭。在对于这支配一切的能量的开放和允许之中，寻求者将发现没有

话语的答案，寻求者只是打开门进入那种纯净情绪中，在其中、蕴藏着个人的真理。

我们是 Q'uo。
I：Q'uo 和亚伦，感谢你们。

Q'uo：此时有进一步的询问吗？

G: 我一直在工作我的伴侣的愤怒。我理解他的痛苦，以及为什么他猛烈抨击我，不过，我为此受伤。我不能理解为什么，假如我可以带着怜悯心看见他的道路是不同的，并且我可以从他身上学习.... 我如何能够被伤害呢？当我想到这一点，它使我悲伤和含泪。这就是我的问题。

Q'uo：我们是 Q'uo。我的姐妹，不朽的吟游诗人不是问了："假如你刺伤我，我不会流血吗？"*当负面的情绪被导引到你不幸的头上之际，有疼痛产生或被伤害是相称的。这是他给你的礼物。对于尘世，它是一种要被忍受的虐待。对于灵性，就如同所有的催化剂一样，它呈现一个机会去回应，而非产生反应、允许自我感觉悲哀、忧伤，回赠愤怒、怨恨、每一小点的反应。在同一时间，它留下一个可行的选项去决定创造一个回应，这个回应会从内心去忍受情感，从可怜自我转为最后的平静，从对这些错误的发送者的愤怒转为拥抱那支伤害的箭和重击的愤怒。直到整个能量被视为自我之前，都会胡乱地攻击它自己的自我，这个磨擦似乎是激烈地、而且是非常物质性的；然而在这个催化剂之下潜藏的议题是老旧的、而且如石头般的坚硬。这挑战是—带着你的允许—藉由你对于痛苦的荣耀以及你完全乐意于去受苦，来温暖那个业力摩擦的系统，直到一切获得平衡为止。我们是 Q'uo。

(*编注：这一句出自莎翁名剧-威尼斯商人)

亚伦：我是亚伦。我也想要谈论这个问题。你们中有些人会非常重视将你们的能量深情地提供给其他人，他们带着厌恶来查看该可能性：以伤害另一个人的方式来提供你的能量，有一个流行的误解就是当你受到了虐待，你必须对于那种虐待逆来顺受。

该伴侣以似乎不适当的方式给出他的愤怒。确实有真正的同情心去看见那些已经从那个伴侣的厌恶的言语中产出的恐惧、痛苦、紧张感。理解到那个伴侣最高的意图不是去伤害你而是防卫他自己，以及他只不过不知道如何防卫自己而不会伤害你。如同 Q'uo 已清楚陈述的，当然会有伤痛，特别是当你在理解的方面逐渐成长，并且对于从你自己身上抛掷出去伤害他人的东西、控制能力逐渐增强。这种伤害是：该伴侣不乐意、或不能够以那种方式成长，于是使得他自己这种提供伤害给你的模式继续下去。

当看见这位伴侣被困在这里的时候，也许甚至会有对此的悲悯。所以，带着你的悲悯以及受伤的感受，你是一个坚忍者，你说："我将会容忍。我将会忍耐"。接着，如同 Q'uo 已说过的，在业力的绳索将它们自己解开的过程中，乐意去受苦是一个不可或缺的部份。

不过同样地，有一个时机去说出你自己的真理，不是从一个恐惧的位置出发，采用跟那个伴侣一样的防御模式，而是从一个对你们两个都有爱的位置出发，说出这个真理："这样够了"。这句话不是为了谴责伴侣而说的，而是如同深情的父母亲对待一位正在发脾气的两岁大孩子，他开始拿起诸如瓶子之类的东西到处乱扔。父母亲不会责备二岁大的孩子；理解孩子精疲力尽了。父母亲以深情的拥抱

包围那个孩子并防止它做出更深的伤害。父母亲深情地拥抱孩子，直到其能量平静下来为止。

重要的是父母亲不会说："你只是一个两岁大的孩子。"它尊敬那种正在流经他人的能量，但它却认识到，允许那种力量大声辱?这个世界，这既是没有技巧也是不适当的。有时候那个二岁大的孩子将会更努力地哭。

当你对伴侣说："我理解你在生气，不过你的叙述的确造成了痛苦。这就是你想要做的事情吗？你在这里优先考虑的是去防卫自己并且对我造成痛苦吗，或者你优先考虑的事情是帮助我们学习更好地沟通？但你看见了，我们两个人在此刻都不知道如何最佳地允许那种沟通。假如你的真正希望是去沟通，我们可以一直等到你的愤怒安定一些吗？我们可以在那个时候尝试那种沟通？"

以这样的一个方式，你开始允许那个伴侣拥有它在愤怒，恐惧方面的权利。对它的一些过程，有一定的尊敬。但也有一个清晰的声明："虽然你对于自己的进程拥有一种权利，但是你没有权利以伤害性的方式把那些过程中的能量倾倒在我身上。"

当然，它是更加复杂的，因为有时候伴侣似乎没有准备好去聆听这个叙述。我不会精准地指出这里的问题；不过在某些情况下，你将会发现其他人想要继续其恐惧模式，而无法接受你的邀请、去超越他的恐惧，所以你们分开是有必要的。在那个情境中，你将必须问问自己："我愿意允许这种恐惧的模式继续下去，并继续参与其中，以便于拥有我所珍视的、对方身上的事物吗，或者，我不再乐意于让这些模式延续下去？"

最常见的是，假如你是有耐心的… 它将不会马上发生，不过假如你是有耐心的，经过数星期、数月甚至数年，另一个人将会对你的邀请敞开。当我说耐心，并不是说为了开始打开(内心)，你将必须等待数年，而是说你必须等待其结出果实。

二位器皿同时都开始有一点疲倦了。容我们仅仅再多请求一个问题？在下午的集会中，我们将会继续(回答)你们的问题。我在这里暂停。

I：在亚伦谈到的浴室冥想中，他说到当我们从一个控制的位置行动时，我们收缩进入一个可以操控一座溢满的水槽的自我之中。他也说这是从一个恐惧的轨道行动，而非从爱的轨道行动。很显然地，这方式不是真正有效的；不过在一个我们发现是压倒性的情境中，有一种习惯性的想法认为，我们的确必须获取个人控制，那才会是有效的。爱是无限制的。为什么我们没有发现，信赖那个情况是容易的呢？

亚伦：我是亚伦。我听见你的问题。你说有一个习惯，来自一个恐惧的地方，你的确必须采取个人的控制。个人的控制意味着什么？小我是个人控制的一小片段。高我是个人控制的一个不同的面向。这在部分上是位于发展进程上：从小我的封闭到歇息在纯净的心/头脑、纯净的灵性体之中，那儿就是你的理解的终极层面，它跟个人无关。较高的自我包括心智体，但它是一个没有恐惧的地方。

我亲爱的朋友，你喜欢你的问题，即使你宣称不喜欢它们。你一而再、再而三地邀请它们回来。假如你自己没有问题，你走出去，接着找到一位同伴、你可以解决他的问题。成为一位解决问题的人帮助你感觉强壮、安全。你一遍又一遍地重复相同的模式。

假如确实有无限多的解决方法，假如，事实上，从来没有一个问题存在过，只有一个需要关爱的情境，那么你必须开始问自己，为什么这些“数不清的解决方法”躲避着你？有什么不想要找到解决方法的东西在那里呢，因为这样做就是去放弃成为解决问题的人，去放弃研究问题吗？

我要请求你们从一个非常不同的地方开始进行工作。你在浴室里，水槽的水急速地漫过水槽的边缘。你的最终目标是有一个干爽的地板。你有一堆上百条的毛巾，但是，现在只剩下四或五条毛巾。显然地，这将无法起作用。如果你停止这种疯狂的、要处于控制地位的匆忙，作为替代方案，开始想象你本来想要发生了的事情是什么，这时会发生什么呢？

假使 G 开始去想象和她的先生有一段深情又和谐的关系，这时会发生什么呢？如果她看见那种相互之间的恐惧的体验如何能够变成二个人带着尊敬对待彼此，这时会发生什么呢？许多的事情可能发生。她可能开始洞悉，为什么她在某个层面上执着于延续那种不尊重模式以及延续这种让小我保持安全的途径，即使心-自我渴望沟通交流与光。当她开始觉察到她延续这些模式的方式，心的最深的智慧将直觉地提供引导进入和谐的途径。我以前说过，我重复一下，你必须乐意献出以自我中心或为了防卫的理由而对不协调紧握不放的事物。

如同 Q'uo 指出来的，你必须乐意去握住那只手，那只手提供你力量、勇气、爱，以便于追随这条道路。这并不容易。不过在这两个行动之中：在如此长的时间中一直紧握不放的事物，把它奉献出来，以及于内在和外在寻求神性。在这两个行动之中是通往成长、疗愈、平安的门路。

此时，我想要把麦克风递给我挚爱的朋友 Q'uo，以表述最后的想法和这次集会的

结尾。我深深地感谢你们全体，让我进入你们的寻求圈；同样地，代表所有在宇宙中为了爱的更大通道而活着的实体们，为了你用来继续于自己的内在寻求那些爱的通道的勇气，我对你们献上我的感谢。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo。亲爱的朋友，那些吸血鬼及其能量，那些攻击和伤害的矛，似乎来自敌人。不过，你总是被你的真切自我所伤害。你无法绕过这样的能量。你无法逃避这个能量，因为就像一场让人遭殃的风，它将如其所愿地吹动。然而你可以在拥抱中、包住这股伤害性能量，接纳这种能量，荣耀它，无惧地接纳它。爱的确是容忍的—不是你的爱，而是造物者的爱。

你无法超支那股流经你的爱。该任务的本质是让自我变得透明，好让流经的爱创造光辉，重造地球的面容。你们在奇迹的边缘上颤抖着。高举你的希望并且凭借信心而活。很快地，我们将再次谈话。于此同时，在太一无限造物主的爱与光中，我们带着极大的感谢离开你们各位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai。

Translated by M.D.

(V)2016，Reviewed by T.S & cT.

☆ **第 2317 章集：地球的古代部落**

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年二月 26 日

由行星光之工作者杂志[1] (读者)投票选出的问题：很多、很多人经常谈到亚特兰蒂斯（Atlantis）和雷姆利亚（Lemuria）是地球上存在过的、高度发展的古代文明。我们相信在它们之前同样还有一个世界存在。对于在亚特兰蒂斯和雷姆利亚之前就存在于地球上的部落，你们能不能为我们提供任何见解？

原注：[1] Planet Lightworker Magazine: www.planetlightworker.com

L/L <wbr>Research 地球的古代部落

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们通过这个器皿在太一无限造物者的爱与光中、向你们致意。就是在这造物者的服务之中，我们今天来到你们中间。我们为能被你们的寻求圈呼唤的荣幸而感谢你们。我们非常高兴和你们分享我们对于该主题，地球的某些部落，的一些想法。

在我们开始之前，我们会请你们帮个忙。请小心谨慎地倾听我们所说的内容，使用你们的分辨力以便于决定什么内容适合你们，而什么内容不适合你们。如果某个事物与你们有共鸣，务必要使用它。如果我们所说的内容似乎对你们没有帮助，我们要求你们丢下它继续前进。

对于你接纳进入你思考、感觉、行动之网络的内容要非常地小心。通过你留意并使用的事物、你创造了自己的宇宙。创造那个你的心所钟爱的宇宙吧，那个宇宙鼓舞你的灵魂并将你举起直到你开始翱翔，因为那就是你的本性。关于你是其中一部分的造物、你需要以极大的热忱参与其中，对它充满热情。你能够通过选择你所关注的事物而做到那一点。我们为你们在聆听我们的时候、有这种极大的善意而感谢你们，因为它将允许我们自由地述说我们的想法。

当我们与你们一起在你们的振动圈子中休息的时候，你们每一位对于我们是多么地珍贵呀，在行星地球上、每一位人类种族的成员对于我们同样是多么珍贵呀！我们为你们询问我们关于地球部落的问题而感谢你们。

事实上，你们的问题不是一个我们有很多信息来分享的问题。我们可以确认，这里的确有过第二密度晚期的实体们的部落，那是在地球本身作为一个行星变成能够支持(第三密度)振动的能量场的时点之前，该能量场对于诸如你们这样一个具有自我觉察的存在是一个有益的环境。

因此，如果我们返回到行星地球的雷姆利亚和亚特兰蒂斯之前的时期，我们正在谈论的是第二密度晚期的存在，它们正在为毕业到第三密度而努力。

在一个漫长的第二密度时期的最末端，牠们是做得非常成功的，牠们已经穿过诸如你们的冰河时代的地质时代，以及在那个时代之前，在你们星球的历史上、相当长的一段时间。这些实体会被称之为类人猿科。这些实体正在努力靠近自我觉知。

如果你拥有一只猫或一只狗，你会觉察到，在一个宠物经历一次被关注、倾听、喂养、给予情感的生命过程中，在他或她的性情和特性中，有很多被鼓励的特性、跟小孩一样或跟人类很像。该过成会改变那个第二密度的实体，接着在这样一个实体转世的时候、创造一种更加明显的可能性，他可能已经赢得一个权利：可以选择投生到第三密度的肉体载具。

如此就是这些属于类人猿的各种各样的物种的情况了。这些动物，如果你们愿意

那样称呼牠们的话，属于第二密度的特性，牠们拥有野兽的本性。牠们不会如同你的朋友一样地和你交流。

无论如何，牠们当时在发展在彼此之间交流的方式。这是从牠们第二密度的能力开始的，该能力感知事物之所是的真相。那种能力是作为一个第二密度的实体、独一无二的有利条件，第三密度实体没有的条件。诸如类人猿这样的第二密度实体、有一种被大大增强的知晓真相的能力，持续地拥有这种能力。也就是说，在显意识心智和群族的心智、行星的心智、原型心智、造物者心智的范围之间没有遗忘的面纱。

在第三密度开始展开其历史的卷轴之前，地球的(古老)部落可以毫不费力地取得所有这些心智的本体、心智不可知的范围；而它们是被第三密度的实体们如此热切寻求的事物。

这些实体尝试去跟彼此打交道，牠们以第二密度实体的方式，创造部落的区域、以及牠们全体都能够打猎的共同区域，在彼此之间打交道。因此，这些部落有了沟通、政府、社会的雏形。

牠们曾尝试使用工具，牠们尝试创造美丽的东西。最重要的是，他们有一种凌驾一切的根本知识，我们不会称之为信心，我们会称为知识：万物一体与生命神圣性的知识。在这些实体的心智中，从未对牠们是太一造物者的子女有过任何疑问。

因此，在第二密度晚期的史前时代，作为行星地球的部落中的一个成员，在牠身上有着灵性开花的全部潜能，以及为即将到来的第三密度星球的体验所打下的所

有根基。

我们作为一个团体没有接近这样的实体，因为没有呼求，而我们是那些基于自由意志法则而行动的实体。来自于诸如你们这样的实体的呼求、寻求相关的信息；(牠们)并未感觉到需要去呼唤包围着他们全体的存在网络之外的事物，那个存在的网络在本能上被知晓为是神圣的。

因此，与其呼唤诸如我们这样的实体，该呼求是立即的、进入大地、天空、水、火之中，该呼求进入共享其环境的植物和动物之中，进入造物者她自身之中。在第二密度晚期，造物者被视为一个女性角色，因为女性生产了一切存在的事物。

我们对地球部落的体验，的确是从雷姆利亚和亚特兰蒂斯开始的。结果是，关于在行星地球上跳着第二密度末期之舞，并为了即将到来的选择之密度打好地基的那些部落，以上就是我们能够谈论的总和了。

现在有后续的询问吗，我的朋友？我们是 Q'uo。

J：这些第二密度的实体成为了第三密度的实体吗，他们再一次形成部落，并且在行为举止上如同心/身/灵复合体？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。实质上，你是正确的。然而，这故事比它表面看起来的更加纠结一点。

随着第三密度的状态开始在行星地球上盛行，带着这种类人猿身体的存有们继续投生，过着一种部落或氏族性质的生活，跟第二密度相比，牠们似乎并未改变。

然而，第三密度的光是那支持并鼓励灵性复合体发展的光。这些现在被赋予灵魂的地球原生的实体们，当他们进入投生并栖息在这些特殊身体中、他们发展的可能道路是未知的，因为那条演化的线路被中断了，由于那些实体觉得为行星地球的第三密度存有提供一种大为改进的肉体载具会很有帮助；其中一项改进是下颌被改造了，这样说话就更有可能、也更容易了，其中的另一个改进是直立的姿势变得更加可能了。

调整身体之后，为了增强心智的敏锐性，另外再调整心智复合体。容我们说，这个实验中断了演化的正常进程。

在某种程度上，它加速了演化，藉由制造你现在知晓为人类形式的身体，该身体远远更有可能执行第三密度实体的工作。他们更加能够制造工具。他们能够思考他们过去制造的工具，并且加以改进、使它们变得更好。

无论如何，类人猿发展进入第三密度的自然进程是这样的：在其中，解决争议的和平途径是被珍视的，几乎到了排除公开敌意的程度。容我们说，有一种知识，那是来自第二密度晚期的觉知，关于事物是如何运作的觉知。这个地域是 A 群体的，那个地域是 B 群体的，如此等等。带有这种基因遗传的实体有一种天然的倾向去找到解决不同意见的和平手段。

在已接受最新式的基因调整的人类身上，种种优势逐渐攀升，这种存有开始完全感觉不到谦卑，而相反地，开始充满了傲慢的概念、在部落社会中几乎完全不知道的概念；有了傲慢的感觉；那感觉是：事实上，你不仅仅拥有一个地方，你还可以取得任何你可以防卫的地方、并把它变成你自己的地方。

这些改变，由那些真的没有做坏事或造成负面影响之意图的实体所精心打造，就九人议会的判断，它们成为一场大灾难。自从提供这些基因调整给行星地球的人类部落之后，一直有实体尝试去进行弥补，要去重新平衡这些相当困难的后果[由于那些实体没有觉察到这些改变会造成的后果]。
我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

J: （听不见）

我们是 Q'uo，恐怕这个器皿的耳朵没有捕抓到你的问题。请重新陈述你的问题。我们是 Q'uo。

J: 在某个时点，这个第二密度实体的部落群体，地球的首批第三密度的群体加入了来自其他第三密度行星的未能收割到第四密度的群体。Ra 曾经提到十六个其他行星、在它们进入第四密度的收割之际、把它们的人群中没有被收割到第四密度的人群送到地球上。所以，他们来到地球来重复该周期。这个第二密度的部落群体能够在贯穿整个地球的第三密度周期的过程中、保持它的特性吗，他们会居住在一起并共同演化吗？我想知道，这些你们谈到第二密度的群体，在地球上，他们是否能够作为一个群体进行演化，或者他们会被吸收到其他的群体之中？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。第二密度的类人猿身体，当它跟可供使用的、进行过基因改造的第二密度身体相比较时，它在生殖周期的自然流动中、被那些来到第三密度地球投生以便于完成他们的第三密度周期的实体视为一个更为充分发展并更易于使用的模型，这种情况导致了那些第二密度的(人猿)身体没有接收到赋灵的存有，于是牠们单纯地退回到承载第二密度之灵魂的第

二密度动物，或者，毋宁说是心智/身体复合体[以这个器皿的称呼方式]，以便于把牠们和赋灵的第三密度心/身/灵复合体区别开来。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，谢谢你们。

我们感谢你们，我的兄弟。在我们离开这个器皿之前，有最后一个询问吗？

S：我读到过有一个叫做 Ur 的文明，它在亚特兰蒂斯和雷姆利亚之前就已经高度发展了。你们对于这个文明有任何的洞见或信息吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现、对于你称为 Ur 的文明、我们仅有的认识位于这个器皿的心智之中。在这个器皿的心智中有这条信息，这是一个在中东地区的实体或人群的部落。然而，在我们的最佳理解的范围内，这是一个第三密度的文明和社会，它的时期在埃及人的鼎盛时期之前，也就是这个器皿所熟悉的一些埃及人：阿肯纳顿、图坦卡蒙、阿蒙霍特普。它并非存在于第三密度之前的文明。

如果在第三密度之前的地球上有一个先进的文明，我们并未觉察到它，我们单纯地无法在那个主题上分享任何信息。我的兄弟，我们为信息的缺乏而感到抱歉。

我们感谢这个团体和该器皿，为了友谊的祝福和有幸分享你们的存在之美。这一直是一种欢乐。我们是 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。愿一切万有的合一性刺穿你们在幻象中的孤立。愿你们知晓，如同早期的部

落所知晓的，如你们在第四密度中将再一次知晓的真理，现在单单凭借信心(知晓) 万物是一体的，你们是那完美之舞的一个完美部分，当你走过那通向无限和永恒的阶梯之际，完美之舞将对你展开每一个奥秘。

Adonai。Adonai。我们是 Q'uo。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2318 章集：探究服务

Copyright © 2015 L/L Research

周六冥想

2015 年十二月 5 日

团体问题：今天我们想要询问关于服务的问题。我们如何才能确定我们的服务为正面的？我们如何才能知晓我们的行动和服务的渴望是一致的呢？我们的意图、渴望、行为如何对我们的服务起作用？

L/L <wbr>Research 探究服务

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。今天下午，能够在你们这个寻求你们称为的真理的团体中向你们发言，我们感到荣耀。加入一个诸如你们这类的团体，一直都是一种快乐，因为被这样的寻求创造出来的光就如同一座灯塔一样，不仅仅把我们吸引到你们身边，同样也把我们吸引到很多听众的

身边，由于我们能够通过这个器皿以及 Steve 实体分享言语，但愿我们的服务将会多少解释一些你们问到的观念。

然而，首先，我们要求你们帮我们一个忙，那就是在你们聆听我们的言语的时候，使用你们自己的分辨力，这样你们就只会采用在此刻对你们有意义的内容，把所有其他东西都留在后面。以这种方式，我们得以确信，我们将不会成为你们的一块绊脚石，因为我们的渴望是在你们自己的寻求真理的旅程中，以一种有帮助的方式来服务你们。确实，这个下午，你们的询问恰恰就是关于服务的观念的——它是什么，它的组成元件是什么，为了要真正进行服务，什么是必须的，有任何你们能够做的事情不属于服务？

作为开始，我们先回答我们自己的最后一个询问，我们建议，没有任何你们能够做的事情不属于服务，因为，在你们周围的一切事物都是太一造物者，无论你们的行动可能是什么，无论你们做了什么，无论你们没有做什么，一切都是一种服务。然而，我们知晓，你们更为具体地询问、你们如何才能以一种正面极化的方式有所服务，这种方式真正地协助了你们要服务的人，作为一个，容我们说，副产品，这种方式将随着你增强你的服务而增强了自己的极性。

因此，我们会首先谈及一个寻求去服务的实体的动机。确实，对于任何你们想望称为服务的行动，它的一个重要的特色即，你们对于参与和另一个人之间的能量互换的渴望就是去真正服务另一个存有。这就是我们可以称之为「启发的服务」的事物了。相比你们用一种日常的方式进行的、通过催化剂的方式和其他实体之间进行简单的互动，有时候这种互动是不带有思考的，有时候则带有一些思考，而这种启发的服务是远远更大的服务——因为渴望服务就是去塑造你的努力，你的能力，你，容我们说，在一个形而上意义上的训练或教导，这样你就能够献上

自己，作为这样一个人：有丰盛东西要去给予，拥有一个观点要提供，拥有一种呈现信息的方式，该信息能够在它被需要的层次上被吸收，重点取决于涉及情况中的特定能量中心。

很多时候，希望有所服务的人带着渴望进入这样的服务中，但是在一时冲动的当下几乎不带有其他的东西，因为那个时刻的立即性要求某种类型的回应，这种回应可能有或可能没有背后的思考，可能有或可能没有很多资源提供给这个服务，这些资源是你可得的、作为你自己的体验的一个结果。这就是为什么当你在冥想状态中正在为那一天进行我们所称的平衡练习的时候，你检查你在那一天期间已经分享的那些体验，看见什么事物已经以自发性的方式突显了，因为在大多数时候、当你正在服务他人或和他人互动之际，你并不能够为那个互动准备好自己，无法以一种对其他自我最有效率的方式互动。

然而，你们每个人，当你们已经穿越了多生累世，已经开始察觉到这场灵性的朝圣之旅，且已经研读了很多你们可使用的领域，也许是在无意识的基础上进行，好让它得以成为你自己的存有之质地，因而不再要求在尝试服务他人的方面有大量仔细的准备，跟你们这些走在灵性寻求者的道路上的人相比，这种准备对于那些尚未研读那么久或那么努力过的人而言，可能是必须的。所以，当你处于服务当中，容我们说，和另一个正在请求你(帮忙)的人互动，也许是藉由言语、或行为、或先前的协议，都要能够利用你所要提供的事物，这么做是很好的：看待这个其他存有为你自己的另一个部分，视为造物者的一个部分，带着爱注视这个实体—作为你希望提供的东西的基础。如果你能够以爱的质量染色或灌注你所要提供的东西，你就已经在可能范围内完成了最大的准备工作，并且已经使得该情况变得远远更加顺从于一种，容我们说，成功的服务。

因此，从这个观点开始，把其他人视为造物者自身、你自己的另一个部分，然后尽你所能地、自由地提供你自己，分享你的想法、体验、可能性、问题、疑虑。允许一种信息的互动和交换，这样能量的流动就是一种双向的流动，于是你同时是教导/学习者与学习/教导者，因为这就是所有的实体发现自己处在这个情境之中，甚至在一个正在被讨论的特定类别中，那些比正在接受信息的实体远远更有学问的人、他们也是如此；因为所有的教导都导致学习，所有学习都导致某种形式的教导。每一个经验都有一个平衡，对于每次投生的一个平衡，以及对于教导/学习之过程的平衡。因此，当你以这种方式，奠基于爱，藉由蓝色光芒的（或喉轮）的自由分享而给出自己，你正在以一种平衡的方式、在这个特定的时刻、提供你所拥有的最佳事物，呼唤那些内在的储备与资源 [你以珍贵的代价购买它们，代价即是你自己对于服务的研究过程]。我们感觉，这是一个对于服务本质的开头探索，从一个想望成为有意识的服务者[以服务另一个人]的视角来观看该主题。在服务的过程中还有其他的领域，现在，我们要通过 Steve 实体来讨论它们。我们现在把这个通讯转移到被知晓为 Steve 的实体那儿。我们是 Q'uo 群体。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，我们和这个器皿在一起。再一次，我们想要藉由感谢这个器皿来开场，感谢他小心地挑战我们、以澄清我们所要提供的服务模式，因为，确实有很多种服务方式，在这许多方式当中、有两种主要的型态，容我们说：服务他人，服务自我。

我们，和这个寻求圈中的所有人一样，就我们的理解，我们首先是寻求服务他人(众生)的实体。对于我们，那意味着带着一颗开放的心去服务，并且以这样的方式荣耀其他寻求者[每一个正在他或她自己的道路上寻求的实体]的自由意志。我

们感觉到，我们已经通过器皿 Jim，来到该主题的中心，我们说服务的本质关乎爱的本质，有爱存在的地方，在服务中就没有错误。

现在，我们要求你们考虑，在你着手服务他人之际，你所凭借的意愿非常经常地有一种动机的混合物，非常经常地有一组在自我内在被传播的能量，它们并不完全是彼此协调一致的，所以，我的朋友，你们可以看待你们受动机激励的生命具有许许多多的、可能相当散乱的色彩、倾向、轨道、感觉、冲动；这是很有可能的。可以这样说，每一个你从事的个体行动，每一个进行服务的个体努力，都是一种尝试，要把所有目前于自我内在运转的动机整合起来。

然而，如这里的每一个人都清楚察觉的，当你们在第三密度的人生中体验自我的时候，自我是以这样与那样的方式、被象征性地撕裂，并发现自己一次又一次处于这样一个位置上，在此，关于服务的更大途径可能存在于何处，他必须在一个没有大量清晰度的环境中行动。在这些情况中，需要一种，容我们说，技巧，我们可以命名该技巧为「判断」。然而，在我们谈及这个观念之前，我们要提醒，在你们的词汇表中，判断是一个拥有许多意义的词语，它非常经常是一种沉重意义的携带者、被导向于对抗自我的价值评判。类似地，价值评判也可以被导向给他人，我的朋友，这是十分容易的：允许评判被负面能量、负面感觉所渗透，通过相当细微的方式，通过暧昧的方式，通过一个起点、它在该行为个体的显意识心智之外，来进行。

在记住这些观察点的情况下，我们可以说，在评判机能之账本的正面这一边，关于你们的服务可能如何被另一个人或一个你想要去服务的团体所接受的方面，在对此形成一个评估的过程中，在每一个情况中都会有客观数量的个人经验是可以被汲取的。因此，这么做是很好的：把那些你可能遭遇的预期纳入考虑，对于要

嘛被另一个自我，要嘛被另一个团体所广泛体验到的困难领域，以致于一个服务能够很好地源自于心，可以很好地扎根于爱之中，不过，在其他人的部分、这种服务仍有可能被视为不大具有正面的接受度。在这些状况下，在你所要提供的服务中行使某种克制，这是很好的，因为最佳的意图也能够在环境不适合接受的时候步入歧途。

现在，基于你们在其中生活的世界的复杂性，以及你们与之打交道的每一个人的复杂性，这是肯定的，你几乎不可能如此地见多识广，能够适当地预料到你可能接收到的、每一个对于已提供的服务的反应。因此，在事实发生之后，经常有机会去执行你们可能称为的损伤控制，也就是说，在你们已经开始领悟到，在那个眼前的场合中，你们已经寻求有所服务的方式被证明是不成功的。在这样一个情况中，做好准备去后退、并允许其他自我，或多个其它的自我，拥有充足的空间，这是很好的，这样他们就能够在这方面找到自己—关于你们去尝试服务的、造成无论什么的催化剂，那已经是他们可使用的东西。

现在，这并非少见的情况：当计划很好的服务被那个预期服务的对象发觉没有用处，在自我之中会出现一种反应，该自我发现自己处于一种完全退缩的情况。自我可能说：「如果你们不想要接收我所要提供的服务，那么我就什么都不提供。」接着，这样一种回应能够被某种「就那样吧」[1]的东西所强调。

原注 [1]：so there，英文的习用语，意思近似于：「看招」或「我将秀给你看」。该回应经常出自于感觉被怠慢或被不公正地对待。

***

现在，一个人的自我突然之间已被给予一个机会去反思正在提议的服务的本质。一个人被给予机会去注视那个服务，去看入那一连串的意图，它们在已经被提供

服务的行动中被一起带来，带着一种仔细的眼光去注视、好发现是否在那个意图中也许有轻微的不纯净，是否在那个意图中有这样一些元素，它们也许倾向于朝普遍标题的相反方向移动，该标题是一开始提供服务时制定的。现在，这些微妙的，可以说是，弦外之音，可能已经很好地被你的对话者拾起了。很可能，有一个隐藏意义的源头尚未在显意识层次上被你自己充分计划过。服务遭受拒绝确实可以成为去探寻这样一个问题的机会，用这个机会去反思正在运转的微妙能量的复杂情势，它告知你的有意图生命，我的朋友，这是一个很好的机会。它是一个机会去允许你自己的服务提议反射性地做为催化剂，促进你自己有所服务的进一步发展的努力。

但是我们要告诫你们。我们愿告诫你们，倾向于过快地把一种沉重的评判放置在你自己身上会起反作用。在进行这些反思的时刻，你自己的受激励的生命进入视野，接下来这么做是很好的：要记住，你和那些你热望去服务的对象一样大，都是这个光荣的(宇宙)造物的一部分，你和周围的那些人一样有需要，一样值得最大的关心、最大的体贴，以及以最大、最真诚的努力去服务。所以，你可能藉由谦逊闯入一个巨大的、宽广的、混淆的世界，同样地，也藉由这个美德，你可以隐退进入到那个比较小的世界，那个你之所是的微观宇宙，容我们说，轻轻地在上面踏步，凭借着小小分辨力的行动，你寻求把那些意图之线整理清楚并且恒常地重新把它们奉献给最高和最佳之意义的服务。我的朋友，对你们自己温和一些吧，因为你们是太一的一部分，跟你们寻求去服务的实体在每一点上都一样大。

现在，在这自我检查的过程中，你们将无可避免地找到那些意图的线条并未和你已经计划的主要意图完全协调一致。这些线条也许携带着某种遥远的记忆：某种痛苦、某种伤害、某种不满、某种反应或恐惧，以及某个东西、虽然尚未上升到完全认知的状态，却继续栖息在你的生命体验的阴暗角落。它是你当前享受的生

命体验的一个具有显著意义的部分，以致于你存有的这些要素将被搜索出来，将会进入光中，将被给予机会来探索它们自己，在对它们自己的探索过程中，一个过程开始了，爱的能量包围它们，使得它们逐渐地转变。

这些爱的能量早已很好地运行着，以致于你已经将自己奉献于一次服务的人生，在奉献你自己给一次服务的人生之后，你已经把自己带到那个冒险事业的位置[开放心轮]。哦，有多少机会要把那颗心封闭起来呀。哦，有多少机会在邀请你退缩进入一个自我更为保护性的配置之中，在其中，你可能做出决定，不去冒着拒绝的危险要远远更好，不要冒着让，容我们说，灵性手指被烧伤的危险，这是远远更好的。哦，决定这场游戏简直有太多风险、不要玩下去了，这决定是多么容易啊。哦，发现来自内在的催化剂恰恰具有相同的效果，这是多少容易的事情呀，也就是说，很容易去假设一个人是如此地没有价值，以致于发动努力以进行服务就会无可避免地冒犯、无可避免地暴露一己的不纯净动机，就会无可避免地违背服务之清晰动机。

我的朋友，动机中的清晰度，是一颗代价昂贵的宝石，因为它在自我的深处形成，它必须不停地被开采，一个元素接着一个元素地被带到地表上。大量的事物将被视为具有那种矿渣的特性，大量的事物将被视为某个巨大的、要去拒绝的诱惑，因此大量的事物能够形成评判的内容与残渣、一个人可以用它来反对自我。

考虑一下，如果你沉思该过程，即使就一个孩子的职责上、他的服务是无效用的，你不会倾向于严厉地评判那个孩子。你可能在这样或那样的机会所提供的地方提供温和的指引，但你不会因为那个孩子无技巧地尝试变得友善而评判他，或缺乏技巧地表达自我而评判他，也不会对一颗在世上依旧羽翼未丰的心、无技巧的开放而激烈地评判那个孩子。或许，接下来，一个人可以考虑自己为一个孩

子，并察觉到将有很多的场合，在其中，向着真实的服务开放心的尝试将是笨拙的，将是缺乏技巧的，甚至可能混杂着一个人不会赞成的动机。尽管如此，考虑意图之载波、主要意图、真实意图的重要性，当一个人越多地聚焦于意图的真相，就越多地在意图的真相性中重复那个意图，意图很可能会变得更加清晰，源自于那种意图的更为清晰的服务就有可能出现了。

服务的清晰度不保证一个人提出的服务将会被人愉快地接受，服务的清晰度不保证接纳那个服务的清晰度；但藉由重覆地寻找自己的真理、重覆地寻找自己的真实意图，这样一个已经澄清过的服务是较不可能在其服务尚未被发现是有用的时候、感觉到需要在严厉评判自己之中去退缩。

你的各种判断，关于这个世界运转的方式，关于各式各样的世界的职业彼此之间建立关联的方式，以及世界的主观性被形成、和相互彼此建立接触的方方面面，所有这些判断都鼓舞了你去服务的努力；察觉到可能性的参数一般会倾向于成为什么，这样是很好的。无论如何，当伟大的服务机会并未呈现它自己，仍旧有个可能性：标示出一种更微妙的服务方式。

我们会请求你们不要低估不经意的微笑、温和的触碰、无偿的赞许行动，它们都是重要的，因为和一个人典型会意识到的程度相比，自我的能量倾向于对这些因素远远更有响应；而这些因素似乎看起来只是伴随着更大的互动、偶然地出现。

它是平衡一个人去服务的努力的过程的一部分，这些努力允许这些表面上偶然的特色拥有越来越大的作用，容我们说，它们拥有越大的作用，一种比较明显或比较公开性质的服务行动就可以变得更有说服力。

我们发觉，我们今天也许在这个主题上讲了足够长的时间，但这是一个具有巨大重要性的主题，不仅仅对于你们，对于我们也是如此，因为我们继续在越来越精细的背景中，以越来越复杂精细的方式来学习这些服务的课程，在贯穿我们所知晓的、全部密度中的所有灵性发展和灵性寻求之中，它都是至为中心的要素之一。

我们为你们的服务称赞你们，我的朋友，我们会离开这个器皿，同时感谢你们给予我们机会、在尝试以这些言语同你们沟通的过程中，探索我们自己的服务的那些错综复杂的范围，这些言语不属于我们的密度，而是你们自己的密度的言语。

我们离开你们，我们在太一无限造物者的爱与光中感到荣耀，我们将返回 Jim 实体那儿好发现是否有进一步的问题，于是我们可以对其提供服务。我们是 Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友，Adonai。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。在此刻，我们要问，在这个圈子中，在场的人有没有任何进一步的问题、可以向我们提出？

Austin：我有一个问题，Q'uo。可能会在一些时候，我们想要服务于更大的善，但在这样做的同时，似乎以一种方式冒犯了另一个人，于是对方不认为那是服务。一个可能的例子：如果一个人行动的方式对一个团体有害或造成破坏，要把这个人从该团体中移除。有没有一种方式以正面的极性来处理这些情况？

我是 Q'uo、觉察了你的询问，我的兄弟。在所有这类团体的情况中，都有一个团

体意识，在团体中的每个实体都将希望认同这样一种方式，有可能去解释、在参与这样一个团体之后，新人被期待观察到、表现某些特定的情况和条件。这非常类似于任何团体会向潜在的成员提出的必要条件。如果这一点在形成团体和接受新的成员的过程中是被理解的，接下来就有可能向任何无法表达，容我们说，必要的行动或行为的实体建议每一个成员被要求的事物，接下来，以一种有爱的方式，那个实体可以被建议休息一下。

我们会建议，在集会开始之前，我们听到有人这么说，这是一个「中场休息」(time out)，容我们说，于是那个被要求中场休息的人就有可能思考一下、重新评估他和该团体之间的关系、以及待在该团体的渴望，因为如果所有进入该团体的人都很好地理解参与团体的必要条件，接下来，对于那些不能够，容我们说，遵守这些必要条件的人，被要求中场休息一下，就不会是令人吃惊的事情了。

我的弟兄，有没有进一步的询问？

Austin：没有，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们为你的询问感谢你，我的弟兄。在此刻有另一个询问吗？

F：我想要问一个问题。我想知道，你们是否愿意谈论这点：拥有一种渴望或意图去维持一个服务的焦点或在一个领域中服务，你在该领域感觉到一种天分或被吸引，甚至排除其他的服务领域，因为你对它并未感觉到天分或感觉到它使你分新，离开你最感兴趣的服务领域。这种想法算不算自私？

我是 Q'uo，我们相信已掌握了你的询问，我的姐妹。我们将尝试去回应。

当你评估那些你对于服务的渴望，并在你自己的内在找寻这类服务的途径，最好能够指明你自己的内在资源的优势、以便于进行最大的服务。跟随一个人的热情，并不是服务自我，我的姐妹，去跟随你的天赋，不仅仅是对你自己的服务，也是对他人的服务。要注意到，你给予的所有服务，无论它怎样纯净地被给予，都会如同被抛在水面上的面包一样地返回你身上。你将同样也接收到服务。然而，你的渴望，如我们对它的理解，是以一种你能够极其有效地服务的方式，以一种你在其中拥有兴奋、兴趣、启发、能力的方式进行服务。因此，如此地服务就是你可以提供的最大服务了。我的姐妹，有没有进一步的询问？

F：没有，谢谢你们。

我的姐妹，我是 Q'uo，我们感谢你。

在此刻有另一个询问吗？

(暂停)
我是 Q'uo，看起来、我们已经暂时耗尽所有询问了。希望我们并未同样地耗尽你们的耐心。在这个下午、我们成为你们的圈子的一部分，我们感到极其荣耀。它是一种喜悦和一种我们不会轻视的荣幸，因为只有很少团体是我们可以用这样一种方式去发言的，当我们拥有这个机会的时候，我们充满了最大的感激，我们现在和你们分享那种感激。你们的寻求圈产出了一种光，这种光极其令人愉快—

作为一种对我们自己的振动的吸引，作为一种方法、我们藉此查明(核对)存在于一切宇宙造物之中的太一造物者。

在这个时候，我们将要离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位，如同我们发现你们的时候一样。我的朋友，祝愿平安与你们同在。在喜悦中，我们离开。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。

Adonai，Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2319 章集：一个傻子的故事

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想

1981 年一月 11 日

L/L <wbr>Research 一个傻子的故事

(L 传讯)

我是 Laitos。以造物主之名，我问候你们，我的兄弟。我们很高兴您选择花些时间和我们联系，离开日常的追求、离开你的快乐和苦痛，并且和我们分享你的爱和注意力。作为回报，我的兄弟，我们希望能够提供一些建议、我们的爱，并且希望一窥造物主把你们安放在这颗星球的意图。我们微小的努力从未能胜任这个任务，但我们会尽力，我的兄弟，尽我们所能地满足你们的需求。

我的兄弟，在这个时候，我愿跟大家分享一个小故事。在你们星球的过去某个时期，有一个人，来自一个贫穷国家的小镇，宣告他能听到存在于另一个领域的父

亲，听见他的话语和声音，有别于他自己属世的、肉眼可见的父亲。自然地，他的邻居知道他疯了，对于这一点，他们知道，这不是宇宙运作的方式。然而，这个人还在坚持，他非常地坚持。他声称，他的父亲，万事万物的父亲，即是每个人的父亲，而且，为了这个原因，每个人都是兄弟姐妹。当然，我的弟兄，这真是一场灾难，因为，一个人怎能仇恨、欺骗、杀死自己的兄弟或姊妹？只剩下一件事要做了：必须把这个人消音。

许多人努力要把他消音。他遭受嘲笑、羞辱、诅咒，最终被殴打。他被拘留、成为他自己的同胞嘲笑的对象。他自己的亲戚，甚至他的朋友，曾经跟随他，昼夜不息地聆听他宣讲他的疯狂，终于看见他们的作法有误，接着抛弃了他。然而，这个傻子不愿断念，在厌恶中，一些同胞杀害了他。

然后，彷佛执意要使事情变得更糟，他回来了，继续他的愚蠢。现在他的话语，象是一种传染病，开始散播。人们想要抑制该感染，不过为时已晚，遗憾地[或者说，他的同胞似乎这么感觉]，该疾病继续地兴旺，直到今日的情况，遍及这个世界，大家都知道这个人的愚蠢，他声称一切众生都是家人，都是他的兄弟姐妹，但是，不是所有人都相信他。

我的弟兄，你很可能想知道这原因：我们指称这个人为傻瓜，指称他的教诲为愚蠢的。然而，我的兄弟，除了傻子，谁能够踏出去、走入遗忘之境，信赖真理会承载他？除了傻子，谁愿意冒险，以尘世生活作为赌注，相信有比尘世生活更大的东西？再者，除了傻子，谁愿意信赖一个看不见的父亲？

我的兄弟，我们 Laitos 群体感谢你们的愚蠢，因为宇宙是如此急缺这样的傻子。我们鼓励你信任你的愚蠢，踏出悬崖、进入半空中，依靠你那愚蠢的信念，相信

那真正的事物将承载您、供养你、维持你的实际生活。

在这个时候，我们要转移我们的通讯到另一个器皿。我是 Laitos。

(无名者传讯)

我 Laitos，再次地，我在无限造物者的爱与光中欢迎你们。是的，我的朋友，做出信仰之跃，因它已被如此称呼，成为造物者的傻子，寻求那最普遍被认识为愚蠢的事物，而非追求个人权力、荣耀、财富，这确实值得赞赏。因为，在你们的振动（幻象世界）之中，如果你可以足够地分散自己的注意力，所有的迹象都指向另一条路。惟有当你停止以人造的东西、人造的对抗之墙使自己分心，你方可以看见运作中的宇宙造物、实践中的造物法则，因而拥有一种内在的感觉：成为一个傻瓜，寻求真理，得以成为你所有的思维中最重要的基础，那是一种内在的、对的感觉。

我们愿给你补充，我的弟兄们，当你一天一天地在灵性成长的崭新状态展开之际，最重要的是：避免在一开始就把你的路径非常详细地对其他人说。因为，正如所有幼苗都是脆弱的，直到它们已经扎下了根，所以你在灵性路径上一步一步地成长，也是如此。首先，每一步都很轻盈地踩下去，渐渐地，当你付诸实践你在冥想和寻求中学到的东西，那步伐成为坚定的，接着你可以从那儿走开，前往下个阶段。为了避免扮演伪君子，这是寻求者绝对不渴望的角色，非常珍贵的是：你要安静与谨慎地持续获得滋养，如同在培育温床中的一株小植物；那些新的理解，那些你已经开始理解的领悟、接着成为一体。

要知道，你是伟大的共融之一，属于一大群同行的寻求者，每一个积极的想法、

每个正面的作为、每一个祈祷和冥想，都由那些调频到爱与光的振动的实体所见证与强调。你有很多帮手，而觉察到它们将协助你自己的寻求。因为当你觉察到它们的天使临在、它们强调并突显你自己的灵性振动，然后你可以找到一个冥想的更深入、更清晰的水平。

在这个时候，我想要短暂地工作被称为 C 的实体。我将调节这个器皿，并且试图联系他、通过他说几句话，如果你愿意放松。我是 Laitos。
（暂停）
我再次和该器皿同在。我们刚才和被称为 C 的实体有良好的接触，并想望向他保证，所有的横亘在他刚刚经历的东西与传导自身之间的只是思维的过程，由此，该器皿询问自己是否这些运动和感觉都来自其他地方，还是他正在想象它们。一旦那个路障被移除，停止分析、你没有念头地说话，已经把自己调整到适当的灵性振动，然后，你将能够感知我们的通讯。

现在，我们想要和 D 实体一起工作，并给她一些调节，以及来自我们的姐妹 Nona 的一点点疗愈。我是 Laitos。
（暂停）

在这个时候，我们会和已知为 N 的实体一起工作，如果他愿放松和在心里要求我们和他在一起，我们将工作他的调节过程，并试图使我们自己以某种方式向他显现。
（暂停）

我再次和该器皿同在。我是 Laitos。现在，如果被称为 Jim 的器皿同意加入该服务、被用作此时的管道，我们想通过他来完结这份讯息。我是 Laitos。

(Jim 传讯)

我 Laitos，和这个器皿同在。今晚，我们很高兴能够被邀请加入你们的冥想。这是一种罕见的特权，能够和一些寻求更多地了解他们的实相的人分享我们简单的想法与看法。我们 Laitos 没有经历过比爱伟大的真理，无限造物者之爱，给予每个实体、每个宇宙造物的粒子。而我们不都是团结为一个爱的家族，在我们的愿望约束下说话，要知晓我们全体的父亲？在你的日常生活中、在你输入的每一个努力中遭遇造物者，。每一个片刻都是为你打造的机会、更近一步地经历父亲的爱，因为每个片刻都包含一个讯息，否则它就不会存在了。

该讯息以无限种方式被伪装，述说着爱之歌，人生的课程。仔细地聆听，我的弟兄，父亲在每一刻对你歌唱，讲述生命的无限语言到你的心中。我们 Laitos 已经听过这首歌，并且愿尽我们所能地、跟那些渴望听到这样音乐的人分享它的旋律和信息。我们现在要离开这个器皿和团体，一如既往地，在无限造物者的爱与光中离开。

Adonai，我的朋友。

(Carla 传讯)

我是 Latwii。今晚，我就在宇宙的热门游行旁边。我必须为这个器皿降低这种振动，如果你愿意保持耐心。我...我...我... 我是 Latwii。我相信这是对于该器皿最舒适的水平。我们的确要对这个器皿道歉。不知怎的，我们总是高估了接触该器皿的必要振动。她对我们的振动有些敏感。我们抱歉。我们认为，我们刚刚打破了她的高 A 大调(high A)。

我们很高兴能来到这里，并且获得特许、在这个时候回答你们可能有的任何问

题。如你所知，这是我们最喜欢做的事，因为我们在这个对你们人群说话的游戏中、还是个新手，我们很难知道如何激励你们，藉由告诉你关于爱的故事、事实、和其他的润饰，因为它是这样一个简单的事情。我们似乎在各种问题上做得更好，所以，如果你愿如此好心地发出你在这个时候有的任何声音，我们将会乐于回答。

C：上周在冥想之后有个问题，关于 Hatonn，他目前在做什么，或者他仍然在执行一个特殊任务或在别的地方，总之，这些日子，他到底在忙些什么。

[我是 Latwii。]我们将试图通过这个器皿来说话，因为这个信息让你们知道是完全没问题的，但(内容)有些不同，她可能碰到困难。

Hatonn 的振动正在工作新的模式，并不沿着任何特定的地理前沿或区域，因为在这个特定时间、这麻烦问题是：在某个程度上，它是一种转移性疾病、存在于地球身体的许多部位。因此，Hatonn 群体已经调频自己到某个特定的负面性能量，并且正在工作你们星球上的特定部分的大众意识。在这些实体当中，其中包括许多具有号召力的人物 [如这个器皿会用的称呼]。

因此，Hatonn 已经移动到这个特殊的八度音程的覆盖层[次元]或最终或第八层，拉长自身直至覆盖整个地球，并且正在调谐中，试图用爱来改善那个特殊振动—对于你们人群造成最大伤害的振动。这是一个思维的振动，不是行为的振动。我们可否进一步回答你，我的弟兄？

C：不了，这样很好。谢谢你们。

Hatonn 弟兄们已经花费大量能量和某些实体和群体一起工作，但我们还没有发现、在任何一个情况下，它对于这股特殊能量是恰当的行动。因此，容我们说，改变策略，尝试最佳地使用 Hatonn 群体的特殊振动—它是一个非常、非常强烈的爱振动，并且拥有许多你们的地球经验。
在这个时候，有没有另一个问题？

L：最近在冥想中，一个关于先进通信的新计划或特殊计划被提到。我收到的印象是：我们的参与是必要的、以某种方式来完成这个计划。我在这方面的理解是否正确，如果是这样，我们如何才能最佳地促进该努力？

我是 Latwii。我理解你的问题，我的弟兄。从本质上讲，你是正确的，然而，有两种完全不同的手段实现这种通信。一个早已被使用，我们尚未发现它令人满意；也就是说，打动那些对我们的信息敏感的人、安排必要的科技去堵住一个广播，并以另一个(节目)替换。这涉及资金、人员、时间，而且最终可能被忽略，因为完成它的手段仅仅透过人类[如你会用的措词]，它可能被发现，或至少被猜到。另一种方法是针对人群，好比这个团体包含的，带着所有的诚意、尽可能多的幽默，提供一些信息，那是他们最确信的、感到最舒服的信息。也就是说，当然，这些信息和基本的哲学有关，以及我们和你们的人群一起工作的基本原因。

宇宙学由此进入，但我们不会期待人们发觉宇宙学是介绍我们的讯息的一种有趣方式。因此，另一种协助我们使用你们的大众媒体的方式为：透过你们自己的创意式努力，在 你们生活其中的社会的] 大众媒体上制造足够多的印象，于是有足够多的人渴望更多地了解，不只是我们的存在，还想了解我们可能会带给你们怎样的信息，然后我们可以在不侵犯这些人群的自由意志下，透过这些媒体，喂养少量关于爱与光的信息。如果大多数的人并未渴望这些信息，我们就会侵犯自由

意志，我们不想望这么做。我们不是，如你会称呼的，众神。我们是你们的兄弟，我们必须说的东西只是让你考量，而不是要让你相信的。你所相信的东西必须来自内在。
我们可否进一步回答你，我的弟兄？

L：我想请求你对我说说幽默的价值。

我的弟兄，幽默的价值是实相的苍白影子。事实上，就我们的理解，可以把它比作一个性高潮 [如这个器皿的称呼]。也就是说，宇宙的基本狂喜或喜悦。也就是说，那是爱的能量。它存在于生命的所有层级中。欢笑是你可以称为性高潮的情绪状态的一个外在表现，无论如何，若你要在工作时间当中、用这个称呼对你的同事说话，这不会是明智的，他们很可能会认为你有点奇怪。

你必须理解，这个特殊的字眼是你们清楚知道的、作为一个人类的共同体验，而另一方面，当一个人完全地、完整地[而非紧张或尴尬地]进入笑声，那是相同能量的另一种形式，不过人们从未这么理解。笑声提供给所有人，笑声是一种疗愈的、安慰的，可爱的能量；的确是在所有存在状态中、最被珍视的。我们发觉宇宙充满了笑声或喜悦之歌。

关于这点，我们可否进一步回答你，或者我们只是滑稽地混淆你了？

L：你把它很好地解释给我听。谢谢你。

我们感谢你，我的弟兄。在这个时间，有没有另一个问题？

（暂停）

我的兄弟姐妹，我们希望我们一直对你有所服务，我们希望你们在心中找到喜悦，并且在你的生活、在彼此之中找到喜悦，因为所有这些东西都是造物者。没有任何东西在造物者之外。没有绊倒或跌倒的地方、没有踉跄或恐惧的地方。你们都在爱的宇宙之中。所以，欢喜吧！我们将和你们一起欢喜。我是 Latwii。我在无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友。Adonai。

(V) 2016 Translated by cT.

★爱与光图书馆选集 第 24 辑

☆ 第 2401 章集：心之语言

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年二月 26 日

团队问题：Q'uo，今天我们想聚焦在 B 最近遇到的一些体验上。他经历了一些非常有意义的、形而上的体验，诸如在天空中看到一座真的似乎存在的光之城，和泰坦族以及来自过去跟他有过关系的实体们建立了一种联系，以及感觉到他的心以以前从未有过的方式开放了。现在，他想要知道如何才能与之沟通交流，他如何才能用一种他能够理解的方式、而又非逻辑智力的方式来接触到它，逻辑智力的方式是他之前理解的方式。我们需要获得某些关于如何拥有一种心之语言的信息，这种心之语言是 B 可以理解的，它允许 B 正在感觉到的事物、跟他自己以及其他人分享。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与光中，我们向你们致意，在祂的服务中，我们今天非常荣幸地来到你们中间。感谢你们呼唤我们加入你们寻求的圈子。一如既往，我们请求你们在聆听我们的言语时、使用你的分辨力。如果我们的言语和你们共鸣，那是一件美妙的事情。我们鼓励你们使用那些信息并继续研究你的造物(世界)。如果我们的言语没有产生共鸣，我们请你们将它们留在后面。如果你能对自己的想法负起责任，那将使我们能够自由地谈论我们的想法、而不用担心我们会侵犯你们的自由意志或打扰你们此刻正在进行的非

常合适的进程。我们感谢你们在这方面的考虑，我的朋友们。

这个器皿发现今天将要发言的是 Hatonn 群体而非 Latwii 群体，她对此多少有些吃惊。因为在这三个实体当中，Hatonn 已经有很多年都没有作为最适合发言的那个实体。然而，这个问题用一种特别又独特的方式涉及心，它所产生的能量适合于 Hatonn 实体来截取。因此，这个器皿忘记握住 Jim 实体的手，我们对于让这个器皿受到惊吓并干扰了该集会的开始表示抱歉。[1]

我们此时暂停一下，因为我们单纯地想望和你们分享流过我们的、无限太一之爱。
（暂停大约一分钟）

啊，我的兄弟们，我的姐妹，这爱超越了我们能够找来使用的所有言语。这太一无限造物者的爱是创造和破坏之爱，它是引发改变的爱。

太一无限造物者的每一个改变与每一个方面都是美丽和值得爱的，而我们和你们分享事物、结果发现我们被百倍、千倍、百万倍地被给予。你们是全然地被爱的，总是在这样的知识中歇息吧。你的每一个部分都被无限地爱着。你们如同造物者的孩子一样地被珍爱着。你是造物者带着全然信任抛入(宇宙)造物的领域之中的、具有极大价值的珍宝，在当下此刻的工作成果。

经过了万古的时间，包含着巨大数量的个人经验，你们前来爱这个被称为地球的行星了。你们已经选择它。一次又一次地，你们把自己献给地球。

地球也将它自己献给了你们。你们已经一同成为搭档并一起做梦。你们已经一同

创造了你们现在所体验的、你们现在与之共舞的、那个遮蔽了真理的幻象。

当你所知晓的世界还是非常年轻的时候，你们每个人都是一个充满潜能的存有，你们进入环境的各种选择之中。它把你们每个人放在一个特定的轨道上。在这个房间中的每个人都拥有一条独特的轨道。容我们谦逊地说，同时知晓这仅仅是我们的意见，你们从何处来是不重要的，在你们离开地球的领域时、你们将会去何处，这同样是不重要的。

你们在本周的安息日相遇，静下来寻求真理，你们的道路已经交会。在这个团体中有一种赐福的感觉，每一个成员在情感和关心中歇息，关心彼此，不只是因为你们在来到这个世界、这次投生、这个地方之前就已经相遇，也因为你们在先前已经一同为光工作。你们一同在信心和无惧中坚持不懈。你们在深厚的时光中彼此鼓励。在其他的转世中、你们在彼此的怀抱中休息，你们已经获得安慰。

所以，这场聚会是一种家庭，一种筑巢。我们已经观察到、通过跟这个团体的多年工作，无论聚集起来的是怎样的团体，我们都发现一个极大数量的关联性。无论实体们是从遥远的地方而来或从邻近的地方而来，他们都会回应来自其内在深处的微妙建议，这促使他们涌入拥有相似想法的人所组成的团体之中。

依据内在层面和外在层面的连接，你在这个特殊的寻求圈中看到的实体代表了三个不同的家系(lineages)。这是一个让连接变得丰富且深入的面向，它为这个团体赋予力量。再次地，不仅仅对这个特定的团体是真实的，对于每一个这样的团体都是真实的；在其中，大家聚集起来寻求真理并将荣耀、爱、赞美献给太一无限造物者。

这样的家系拥有一种能量和场域，位于你所知晓的空间和时间之外。它是这个器皿所称的时间/空间或形而上的连续体的一部分。就是在那种空间中，信息和能量从所有的时间和空间被收集起来，彷彿就在一个圆之中，一切事物移动着、并趋向于自我的中心太阳，都将被收集到你的心中。

我们花时间来描绘了一幅你们环境的图画，因为我们希望谈论关于开放心的过程。有一些实体，好比这个器皿，他们天生就有一颗开放的心，没有关闭的方法。如果这个器皿没有拥有一种强有力的智力，这个器皿会是大大失衡的。事实上，任凭那流经她的心的持续不断的感觉和情绪的波浪，这个器皿能够在她的生命体验中的共识实相的部分保持一种良好的平衡、并且能够维持一种稳定与负责的生活方式。

因为这个器皿生来就带有这种天赋，她在自己身上并不拥有这一条线索、关于一个人实际上应该如何工作来开放心。她远远更加精通和熟悉如何使用智力来创造登录她的心之感觉与情绪的方式。

从智力到心(轮)的工作是一件完全不同的事情。对于那些尝试从头脑和智力的力量移动到心(轮)和直觉的力量的人，我们愿表达我们的同情、因为理解他们的困境。也许这点可能有帮助：了解到心正准备好去接纳那个在全都是困惑的泥潭中迷失的实体。

换句话说，一个正在尝试通过使用智力来处理外来催化剂的实体，他正在跟第二密度身体的智力心智和意识本身之间的连结一同工作，而意识本身就是你自己从心思考的那个部分。

觉知的那个部分，虽然它完全不是智力的，却是极为智能的。实际上，与其说是思考，不如说它的是一种知晓的力量。这个器皿就在几天前曾经尝试去向 Jim 实体表达在思考和知晓之间这种细微的差别，却没有在沟通交流中取得一种非常成功的结果，因为这是一个非常难以掌握的概念。但心之机能是知晓。

当信息来源于心及其直觉得和直接感知的力量之际，它是一种在功能上稳定与稳固的知晓，只要智力不会开始将其分开。灵知(Gnosis)[2] 或知晓拥有一种正确性—不易受到找证据的研究方法的影响(侵害)。

从心的观点来看，智力的工作似乎是幼稚、未经训练、不成熟的。无论如何，我们的感觉是：完全不去嘲笑对智力的使用，这是有益的；而要如这个器皿所做的，主要仰赖心的知晓面向，进入对智力的使用，导引智力而不是被智力导引，在完全恰当与合理的尝试中去检查什么事情可能正在发生，如同 B 实体说的，根据几何学或各个密度，或者一个人可以想到的无论什么样的方式，如同在过去几周中、对于 B 实体如此强有力和如此丰富的经验。没有必要去嘲笑智力或把智力放到一边。唯一需要的是：把它从驾驶座的位置移开，并要求它承担起对它合适的、作为一个仆人的位置。

让我们重新聚焦、查看一个可能对重组你们思考的方式[思考在此生的经验中正在发生什么事情] 有帮助的字汇。那个字汇就是意志。此刻，每一个投生在地球上的实体都拥有一个魂或灵，每个实体都有潜力成为一个强有力的、魔法般的实体。

一个实体的力量驻留于它的聚焦能力之中；在一个稳定的状态上、在单一指向的渴望上聚焦它的意识。

当一个实体选择允许自己变得强有力的时候，它就成为有魔法的实体。在你们的密度中，当实体选择了他们存在和服务的方式时，他们就变得强而有力。他们拥有一个要做出的选择。这个选择对于我正在谈话的对象而言是非常熟悉的。它就是服务自我或服务他人的选择。

一旦做出了那个选择，此生剩下的部分就可以被有益地花在重塑那个相同的选择、带着绝对的不屈不挠。一次又一次地，你将被给予选择(的机会)；每一次你有意识地选择去服务他人，你都将强化你的存在领域之能量。

也许你曾有过跟这个器皿一样的经验、拥有那些领悟的时刻，在其中，选择是完全不费力的，你在已构建的光之领域中休息。也许你尚未拥有那种经验。也许你已经拥有其他的经验，它们向你指出在这个特定的时刻和位置、有很多觉知的层次是你有能力达到的。

当你使用意志选择对光与爱开放你自己，而光与爱在每一刻、每一个情况、每一种关系之中，你将发现爱本身将教导你爱是什么。断断续续地体验情绪的奔腾与怒吼，这可能在相当长的一段时间中感觉起来是笨拙的。我们鼓励 B 实体了解到、这些体验对他是安全的，因为它们是在一个团体的家巢中被体验的，这个团体的能量能够在某些情况中、帮助将能量体中产生阻塞的位置的能量移开，这样太一无限造物者的爱与光就可以用一种不间断而平衡的方式流经能量体中、先前曾经缺少能量的位置，该能量是从地球过来的无限能量。那能量正在进入身体中，但是它在红色光芒能量中心上阻塞了。

医者已经做了一个调整，B 实体是知道的。这一种调整可以在一定额度的时间内

保持(有效)，这个实体可以任意地检视它。然而，这样一种经验，好比 B 实体正在体验的，它不仅仅被名为 R 的医者所支持，它也被那些庞大的家族[由无形的朋友组成、因为那些聚集起来的团体而结合]所支持，在该经验中的希望是为 B 实体创造机会去选择做在他面前存在的有益工作。

谈论那些[对于言语来说]过于宝贵、过于珍贵的事情的能力将不会轻易地出现，不仅仅对于 B 实体如此，对于任何尝试去分享生命体验本身的惊人丰富性的人都是如此。因为有一种无限的流动，属于丰盛、美丽、真理、力量、平静、喜悦，它全时间地流经整个宇宙造物。
调音进入那种(流动)就好像在夏日开打了一扇门。在每一个尝试去寻求无限造物者的灵魂的周围都群聚并聚集着每一种可想象特质的、爱之能量，在一个充满爱能量的宇宙中，永远都不会有任何感觉孤单、被遗弃、被忽视或者气馁的需要。

我们鼓励任何选择开放心的人利用这些礼物，它们是如此接近并如此易于使用。主要的礼物是静默的礼物。选择静默、进入静默、聆听静默，这样的能力是一项将对任何寻求者都有益处的能力。在静默中等待即是无条件之爱完整而无扭曲的菁华，那个思维和理则创造了你和你存在于其中的(宇宙)造物。那个思维是你最深和最原初的自我。你即是爱。

当你寻求去理解爱的时候，要知道你已经是爱。所以，你需要从那种真理中构建，好让你的智力慢慢以这种方式理解一个宇宙，在其中，基本的真理是灵知、而非经验主义的调查研究和持续进行的实验结果。

在我们会顺便提及回忆起这些资源[好比幽默、坚持、视觉化能力等]的优势。不是每一个人都能够使用这种能力，但是对于那些已经被赋予这种天赋的人，视觉

化的能力会锐化并有助于训练魔法人格。你可以观想特定的形状、色域或主观上对你自己有意义的图标。

在尝试进入对于开放之心的理解过程中，开始感觉到你自己作为一个魔法师、一个萨满或一个祭司的聚焦力量，这是有帮助的。严肃认真地将你自己视为一个祭司会在寻求者内在创造一种特定的态度，并且产生了一种渴望去活出一次神圣的人生。这是一条心逻辑的线路，它与一条理性(mind)逻辑的线路是相符的，因此我们把它提供给你作为一个关键的想法。

在投生过程中的每一个实体都是爱，都是一个其菁华进入肉身之中的神圣存有。那么你们为什么在这个时候来到这个地方呢？为什么你们取得肉身呢？你的心和理性会聚焦于什么事物并选择什么事物去爱或表达爱呢？当老鹰飞起时，当鹿儿奔跑时，当青草生长时，当太阳照耀一切时，你跳着神秘之舞。尽你所能地对一切事物都放轻松吧。大笑并享受你自己，因为你正在进行你人生中最严肃的工作，而笑声对于平衡是必须的。

再次地，当我们结束我们的讨论的这个部分之际，我们将暂停，因为总是这样的：
言语停止而爱却会继续流动，它比任何其他事物都超越形容地、更加强有力并且更加真实。

（大约一分钟的静默暂停）

我们是 Q'uo，请问在此刻是否有任何询问。

B：是的。在你刚才讨论的那个部分：心的魔法师和我假定的理性科学家之间的关系，以及在两者之间流动的能量的连结。我并不相当非常理解那个部分。你们能推论一下吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我将尽我们所能再一次聚焦于这方面。

在跟理性(mind)的知识比较的时候，心和心的知晓是更高的知识。我们不希望诋毁理性的知识或探究进入的信息之过程，这个探究的过程恰恰就是理性和智力被创造来处理的事物。的确，我们鼓励理性(心智)的自然机能，我们会仅仅建议心智对它自己诚实、而不沉溺于诡辩和浅薄的想法，尽你的头脑的最佳能力去更深地探索并刺穿朝向浅薄分析的倾向性，和该倾向性相对的是一种更深入且更宽广的视角，它将在一个对你有帮助的层面上带给你更多的信息。

更确切地说，我们在建议，尝试从头部移动到心(轮)的时候，在心和理性之间，两者中较高的机能是心而较低的是理性，从这个知晓开始是有帮助的。因此，当你尝试去邀请理性在未知事物的神秘之中休息时，你们拥有那位强大的盟友[心]、请求它的帮助，那未知的事物在第三密度中将永远必须保持本质上未知与神秘的。那儿有一些守卫，看守该知识[灵知或知晓]；它仅仅只能通过信心的机能被接近。

（磁带第一面结束。）

（Carla 传讯）

你最近拥有的经验已经麻木你的理性机能、并唤醒了你的信心。你已经被重新平

衡，以便于你可以吸收这份现在令你吃惊的内容，它让你感到怀疑、你是否能够掌握这种经验或以任何方式控制它。

我们不相信有可能统治或控制心的知晓。需要统治和控制的事物是对心智的使用。当理性(心智)已经被赋予比它应得的、更大的荣耀和尊敬之际，当它已经被被奉为神圣的时候，就会在思想的建构中产生一种不平衡，该思想建构位于那个实体的心智、身体、灵性的鍊结之内。B 实体在最近拥有的经验已经消除智力的迷惑，因此这个实体已经觉醒于心之更深知晓了。

如 B 实体稍早说过的，如果他没有找到一种方式来包含这种新的知晓类别，他将会失去它。那个没有被理解又没有地方去安置的东西是失落的。因此，这个实体在寻求去找到一种方式来让安置这种心知识。

我们已经对你们谈及意志和你可以如何单纯地通过拥有一个坚定的意图、并通过日常的寻求支持这种意图、而意愿去做到这一点，不是寻找一个知道它想要什么东西的傲慢之人，而是寻求一个谦逊的人、带着一个空空的心智，准备好被新的事物所填满。

如果名为 B 的实体有勇气和信心以这种方式继续寻求，将会有大量的洗牌与重组过程。将有一些极好的清晰时刻和远远更多的混淆时刻。但是，如果你记住，在那个体验的从始至终，在你所有的混淆中、你都可以从心开始而且你都可以在心中休息，那么你就拥有了一个休息的地方，即使你是独自一人、在任何特殊的时刻或在任何的危机或情境中，你都拥有一个巢穴。

你可以前往你自己的心，你将被允许进入。你将处于一个具有惊人的无条件爱的

地方。你将返回到你存在的真实根部。就是从那里、你将能够休息并知晓你正在呼唤你自己的其他部分进入平衡中。

向一个实体谈论信心是很困难的。它无法被证明。它是一个傻子的选择。然而这是第三密度的原型式选择。你将单单因为信心而认可爱与光，它即是你的菁华，因此越来越深入成为你之所是。或者，你将四处游荡，尝试把这谜题拼图组合起来，而它将永远无法单单因为智力而被完全放置在一个已完成的框架之中。

那些已经发生在你身上的事情向你显示了有理由去拥有信心，即使这样做是毫无道理的。这是你现在面对着的悖论。你的心智和你的心同样看起来似乎是自相矛盾的，但是，我们请你注视曼多拉(mandorla)的图像，那个图像是两个圆圈在一个鱼形的共同区域中交会。你的理性和心拥有的共同部分是什么呢？你。

它们是一个存有的两种机能。你允许它们被整合的方式定义了你的经验。

L/L <wbr>Research 心之语言

A mandorla

我们领会你极其希望允许这个共同的区域扩大，我们向你保证，作为你的团体的一部分，日复一日，作为从未被解释却一直在为你带来你需要的事物的经验的一部分，你完全有能力进行这工作。

从你已习惯的事物方面，你将继续居住在大量的混乱和混淆之中，因为你正处在蜕变的过程中。

B：所以，基本上，我必须要有信心：所有这一切都将过去、而我将会成长？

我们是 Q'uo，我的弟兄，基本上那是正确的。然而，一次又一次地，在小事或大事中，通过你可能会选择的意志机能去扩大你的信心，通过该机能去使它成为平方、接着成为立方。

我们能进一步回答你吗，我的弟兄？

B：我想那差不多涵盖(问题)了。在你们发言的时候、我有了一些清晰的时刻，我并不确定我已经完全领会它。这将花费我一些时间。我假定我已经看到的这些东西，光之城市、龙等等，都在那里为了挑战智力，因为我的智力在说：「你疯了」，然而我的心在说：「你知道你看见它们」。现在这似乎有点冲突。但是我假设在两个圆圈相交的共同区域的中心位置将最终弄明白如何处理它。

有任何事情是你们能够告诉我的、对于那个共同区域是什么的一个线索？我基本上在找寻如何让心对智力表达。我理解心是基于爱的，但也许我不很理解意识是什么。我在这两者之间上谈话有困难。一个想要去压制另一个。我不想陷入那种争斗。如果那个问题有任何意义，任何的建议都令人感激。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。让我们看看可以做些什么来提供你资源、它将在这方面对你有帮助。意识是一个供你更多思考的非常好的字汇，因为在时间/空间连续体中，虽然你是一个人，一个个体，在这个八度音程中、你将要进入并体验的好几个密度中、你都将是个体，你也是非常非个人性的能量。在时间/空间中，你觉察到，你仅仅是生命的海洋中的一滴水。虽然你能够感觉到水滴

性(drop-ness)和你的独特性，却没有对调和、融入海洋中的恐惧。那个「你」之所是的同一个水滴将自然而然地分离出来、如同它融入周围的造物者状态(creator-ness)之海洋；该海洋就是所有你遇到的人和每一件你眼睛看到的事物，还有你的眼睛从未看过的许多无形的领域。

所有这些事物都在那意识的水滴之中，你把它带入到你的骨与肉、你的肌肉与心中。意识在你的理性和心之内歇息，它在一次投生的开始的过程中通过赋灵的自然过程而被轻松舒适地给予一次良好安全的诞生。

你是心智和灵性的鲜活调和体。心的知晓是和意识连接在一起的，心智的一个元素是和智力的机能联系在一起的。两者都是你的一部分，它们都是你在投生中的有益部分。你需要平衡以继续前进。

然而，就意识的意义而言，真相是：你存在于一个非常丰富且动态的环境中。你拥有权限通过意识进入行星心智、种族心智、原型心智、造物者之心智。所有这些内在的深度都是意识可使用的。

自然地，当横亘在较深心智和显意识心智之间的那扇门破裂的时候—我们小心谨慎地在「显意识心智」和「意识」之间进行区分—那扇门仅仅破裂了一点点，光进来了，但是它不是很多的光，因此你会做梦或看到幻象或看入其他的领域，但是却没有足够的内容脉络来允许你理解正在发生什么事情。如果你拥有一个特定心智的框架、它是好奇的并想要知道更多关于无形领域的事情，那么我们会鼓励你去为自己探究它们。

每一次你拥有了一个异象的时候，把它写下来。当你拥有进入无形领域的天赋的

时候，不要对你看到的事物无礼或不尊敬。不要允许智力用爪子抓它。把它写下来。这是一本神秘的日志。它不是要被解决的事物。它是要去被感觉，被珍惜并被接纳的事物，就好像在一个课堂中被学到的事物一样，在这个时点，你无法清晰看到它的真实建构。

我们无法在关于灵视机能上说太多，它们已经在此刻被你的导师给予你们了。我们仅仅能建议：你拥有的经验不是发疯了。它们单纯地是超心灵的。你正在瞥见更大的图像。你要怎么处理那些瞥见的东西是一个选择的问题。

我们鼓励你去继续你现在正行走其上的道路，当你这样做的时候，致谢并允许你自己感觉那喜悦的升起，它会为最严苛的经验创造一种软化效果。愿你乘着爱之翼向前走，我的弟兄。

我们发觉，虽然这个器皿并没有觉察到这点，她的身体能量正在衰微，所以我们要选择在这个时刻结束这个友谊与寻求的时光。我们感谢你们每一位、为着加入你们冥想的快乐并为你们的存在之美感谢。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者[祂的名字是爱]的爱与光中离开你们。

Adonai。Adonai。

原注

[1] Carla 因为了解 Hatonn 代表 Q'uo 团体发言而如此分心，以致于她忘记去握住 Jim 的手，那是他启动录音机的信号。因此，该集会不得不重新开始以便于重新拾取开头的致意。通常，Hatonn 群体和 Ra 群体是沉默的，而 Latwii 群体代表组成 Q'uo 原则的三合一能量发言。

[2] 灵知 gnosis：对于灵性真理的直觉性领悟，由诺斯底派寻求的一种秘传形式的知识。（www.dictionary.com）这个词语源于希腊文，在其中这个词语的意思是「知识」。要进一步研究诺斯底派的信仰系统，一个好的网站是这个网站：www.webcom.com/gnosis/gnintro.htm

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2402 章集：原型与魔法人格

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年二月 12 日

探讨原型之聚会

团队问题：和原型一同工作以成为原型，这如何在魔法人格的发展中帮助我们？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中，我们今天来到你们中间加入你们的寻求圈子。我的朋友，感谢你们邀请我们成为你们的圈子的一部分。

我们十分乐于回答你们的问题：关于使用原型以寻求行家身分。然而，一如既往地，我们会严格地告诫你们，使用你们非常胜任且称职的分辨力来辨别我们所说的内容，哪些部分对你们有帮助、以及你们没有共鸣的部分。如果我们说的任何

东西没有产生共鸣，无论它可能在智力上是多么有趣，我们要求你们把它放下。

跟随并使用确实对你起共鸣的信息，我的朋友，以那种方式我们就可以确信没有侵犯你们的自由意志，而相反地，正在享受一次平等的对话。我们不愿意成为一个高于你们的权威，对于我们在今天向你们提供的内容，我们无法被视为权威而又在我们的心智中拥有平静。因此，以这种方式，我们极其感谢你们亲切的宽容。

今天，你们的询问围绕着对原型心智的使用、以及在这过程中对原型心智的学习，你称该过程为发展魔法人格或成为一个祭司或行家。我们意识到名为 T 的实体一直在关注行家身份和祭司身分的议题，因此我们想讲述这种关注为我们第一个讨论的主题，因为我们觉得它承载很多的含义。

在面对这种可能性时，不是仅仅是叫做 T 的实体，这个器皿也是谨慎小心的，也就是说，一个人可能通过询问某个问题或跟随一条特定的研究路线而让他自己致力于一种终身且集中的研究，对于魔法人格、生命之树[1]之研读，以及在一个白魔法祭司的成员身上累加的隐含任务与责任；白魔法祭司团体的数量令人吃惊地巨大且普遍不被知晓，在你们星球上的数千年时间之中，他们一直维持着管事人的职责，看守地球上、地球底下的那些能量、和这个器皿所称的内在层面或无形层面之内的那些能量，从而不停息地工作，毫不考虑个人的声望或名声，当地球绕着你们的太阳旅行而你们的太阳绕着该银河系的边缘旅行时，他们致力于平衡、稳定你们的岛屿家园。

通过认同他们本地的山川、平原、海洋，通过呼唤崇高中的至高下来，通过无惧且不断地跟这个器皿称之为自我的阴影面或未知面的事物打交道，这种祭司团一

直不停息地服务。

在这个团体中、很多人的内在有那种共鸣的能量，和活出服务的一生、一生活在祭司身分中的观念起共鸣。我们察觉到这个器皿和 T 器皿内在的担忧，在你活在其中的生活中，对于那些如你一样地生活着的实体，可能会有任何道德承诺的暗示或迹象会是在他们能够完成的事物的范围之外。我们想要每个人都确信，那些心智上的保留意见会在形而上的世界中创造一种不去成为这样一个祭司的约定。

有一种你在自己身上设置的限制。你们希望直接地跟这个世界关联起来。你们不想望从这个世界退入隐居处。你们想望参与这个世界。在一个更加广义的概念化模式的范围内，关于致力活出如一个祭司或行家的人生，这是可接受的。

在一般性的意义中，每一个实体都是一位祭司。在你们的神圣著作中说，你们是一个祭司的国度，以及一群神圣的人[2]。我们相信这是完全准确的，如你们一些人在这个周末的丰富多彩的谈话期间已经注意到的一样，而我们非常享受通过这个器皿的心智成为这个谈话的一部分，你们多生累世的祭司性质的面向正在对你变得越来越清晰，。你正在开始越来越多地察觉你于内在携带着被这个器皿称为基督意识或无条件爱之意识。

你正如此百折不挠地追寻的事物：那即是太一无限造物者，或者可以替换为，关于你自己的真理，它不在你的觉知的外面，而是在其最核心之处等待着你。你寻求的东西就在你的心中之心里内。

以那种方式，行家身份或祭司身分可以被视为进入心的外围庭院、接着进入内在之门、通往至圣所、你的心中之心、太一无限造物者的宝座。

或者相反地，我的朋友，它是一个马厩？造物者等待着你、如同躺在稻草堆上的一个孩子或婴儿，等待着你去襁褓它、带着你对内在基督的认知？

你在心中寻求一个权威人物吗？你在寻求一个白发苍苍的、古老的万主之主吗，你在寻找那个同时进行评判和爱的旧约人物吗？

在你的头脑中想到的人物是什么、它部分揭露又部分隐藏了造物者身分的真理？你所寻求的是什么呢？你在寻求一个肖像吗？你在寻求一个圣像吗？或者你寻求那奥秘—超越所有的言语但承载无条件爱之名？

因此，在这一点上，我们愿对你们说，如果你真诚地、由衷地、诚实地寻求你自己存在的真理，如果你愿意无可避免地、单纯地追寻在那种寻求之中致力于活出你的生命，你就值得被称为一个祭司和行家。

因为你的生活方式，你可能无法如在圣职团体中所见的一样、每一天中拿出数个小时投入涉及祭司身分的仪式。你可能无法以一种仪式化的方式在特定的时刻祈请并唤起特定的能量，因为那的确将需要大量在观想中的微妙工作，它将需要你保持一种聚焦的层次，只有[这个器皿会一般性地命名为]疯子、圣人、狂热信徒达到这种层次。这就是祭司身分的特性了。

我们预期并理解这不是你们所致力的层次，我们明确地表达我们的理解，从形而上的平衡意义而言、这在伦理上是可接受的，这种平衡不仅仅是对于你个人生活的平衡，也是对于[当你们在这次集会期间经验体验自己时、]你们的团体生活，以及行星地球上的人类种族的生活的平衡。

你们的服务是可接受的，如其所是，就是本来的样子，无需改进。你早已走在我们会称为一条健全与良好的道途上了。我们感谢你们走在那条道途上，我们感谢你们呼唤我们来到你们的团体，我们感谢你们在伦理上足够地有意识、并关注以致于以拥有了关于这些问题的警戒感觉。

我们现在转过来凝视魔法人格。这个器皿已从威廉实体[3]的著作中学到的魔法人格的定义是足够简单了。魔法师是一个有能力在意识中任意造成改变的人。

每一次你在生活中面对一个情境并做出一个有意识的选择，以一种在你的回应系统中不是自动的方式来回应被提供给你的催化剂的时候，你就已经是一个魔法师了。当你已经选择一条更高的途径，当你已经选择了一个温和的词语而非严厉的词语，一个仁慈的举动而非无礼的举动，或者一个诚实却困难的回答、而不是一个虚伪却轻松的回答的时候，你就已经在用一种魔法的方式行动，选择提升你的意识到一条更高的途径。

这个器皿将她所做的、大量的这种工作称之为「调音」，我们会同意，以这种比喻修辞法来看待你对意识的调音，这其中有些事情要被谈论。

什么是在你的意识中透过一个意志的行动创造改变？在这个主题上有三个权衡的基本要素。

第一是你自己、作为一个行动者和选择者。

第二是你的意志，认可它为一个要素，以及通过你的日常工作锻炼它。

第三是作为一个意志的行动、你造成的东西，那个在你面前完全主观的选择。没有两个人会以完全一样的方式看待催化剂。因此，没有两个人作为魔法般的实体会在意识中创造相同的改变。

当你面对一个选择、如何回应你所感知到的一个情境，在这个时候，正确地使用意志成为一把解决那个摆在你面前的谜题的钥匙。

当你面对当下此刻，正是在你的心智状态中，蕴含着对原型的使用。原型心智，如同在这个聚会期间已经经常被重述的，它是深邃心智的一种资源。如果你愿意这么说，原型心智是一张特征地图[4]，关于可能的能量途径，它们在你们星球上的第三密度中构成空间/时间与时间/空间的幻象系统。它是一种有限的、划定界限的资源，它被创造给第三密度的[行星地球上具肉身的]实体们所使用。

它是一本综合性的百科全书，这个器皿曾数次称为道路地图、在内在的地形地貌中、有着各种道路、小路、小道与小径的基础结构，可以用它来从这里到那里。

当你在探究如何回应你在当下此刻看到的、进入你的视野的事物之际，这些基础结构建构了你可以在其中转弯并做出选择的方式。

在大多数时候，你们漫不经心地使用原型。你们通过带着一定程度的纯度穿过一个情境而成为原型之一。我们无法(说的)比这更明确了，因为在每一个情境中、有范围广泛的方式，你们可以通过它们而变得纯净，这取决于你是如何评估在你面前看到的情境、以及你从怎样的立场来评估它。

有很多层次、你们可以从中查看共识性实相，在你做出如何看待一个给定情境的选择之前，在每一个层次上、都有很多你们可以做出的选择，那个情境通过一套特定参数把你带到偏颇或扭曲的选择点，所有的情境都是有用的。

我们经常通过这个器皿说：(宇宙)没有错误，在这方面，我们愿带着一种特别的强调来说这句话。当你们和对于表面意识是相当模糊的事物一同工作时，你一定不要用对错的观念来限制自己，毋宁，提供允许给你自己、去探索在寻求上的共鸣途径。

当你感觉你也许可以祈请或成为人类经验的原型部分的时候，那并不意味着你已经从人类身分移动到一个原型。它意味着、你已经以足够的清晰度、诚实、纯净度清空你自己，以致于在你对寻求的奉献中，你已经留出空间让你的经验被共鸣所充满，那是从有限到无限，从特异性或地域性到寰宇性或非地域性的共鸣。

成为一个原型是一种不依赖于事实、细节或学习的知晓。触及原型就是触及在特异性之中可获得的整体性。它肯定不是可以有意识地得到的、或通过应用学习或分析来获得。原型的真理是本质的，如同好几位在贯穿这整个周末期间建议的一样，原型的事物会永远地保持为神秘的，所以，就是通过你的存在、你阐述并见证了那个在你内在纯净的事物或于你内在被净化的事物。

这个器皿会称这种被净化的实质为感觉或情绪，我们会同意这些词语最接近地描述了那些能量河流的词语，那些河流流过原型的大地，流过那丰饶又如山岳一般的珍宝库，在其中，伴随着永无止境的发现和领悟，一个山脉通向一个又一个的山脉。

那个魔法般的事物于你的内在等待着你的选择。接下来，让我们注视在你面前的选择的特性以及你可以用来面对选择的资源。

在每一个时刻，你的选择都是要嘛以你的文化和你的环境所暗示的自我来接纳你自己，要嘛接纳你自己为某种远远更加清晰的事物。对于那些喜欢缺乏力量且从任何道德的意义上都无需负责的观点的人，这可能看起来是浮夸的。对于那些渴望太一无限造物者的人，被寻求的渴望牵引向前，这似乎是一个正面的祝福。那些想望成为超越他们所知晓的事物的人会选择成为共同造物者，带着他们在出生时就运转起来的原力。

当你选择加速你的灵性演化的步伐的时候，你就正在活化自己的一个魔法部分了。那就是你的选择的特性。选择去休息并避免认出自己的存在力量的练习，这是完全没问题的。当你已经积攒气力并想望在你的旅程上向前迈进时，你就的确是个傻子。无论你是否觉得你需要行李，你都拿起了自我、你的能量、意图，你离开了熟悉的安全又受保护的山谷—属于你过去的理解。

因此，所有把自己想象为在其魔法人格上工作的实体也可以把他们自己想象为踏上了一条和很多很多其他人共同的旅程。在这一场朝圣之旅之中、你永远不是孤单的。肯定地，每一个实体在自己的选择和自己的进程范围之中是孤单的。然而，造物者之阳光的其他碎片和裂片正走在你旁边，祈祷来自相同的造物者之指引，被光与爱的伟大无止境的来源照耀，从相同的指引获得灵感。

所以，虽然在某种程度上、你是永无止境地孤单的，如果你能够对着你的情境的更大视野开放你的觉知，你就可以看到你在一个(特定)空间中和很多人一起行走，该空间因为每个足迹、每滴眼泪、每一声叹息、每个喜悦的片刻、每一个惊

奇、惊讶、敬畏的时刻、每一个受苦与悲痛的午夜而变得神圣。

在这条旅程上、围绕着你的事物是一个多层的、几乎无限的世界。当你移动感知的焦点时，你将选择聚焦于三百六十度探究的特定部分，对于一个完全有能力转身凝视任何方向的人，这是可能的。每一次、你改变寻求的焦点时，一些事物将被照亮，而许多其他事物将被扔到最暗的阴影中。

你将一直在对你似乎是昏暗的光中工作。你已经凝视着塔罗牌影像中的许多象征，包括太阳、月亮，月亮之灵的倾向、就是给太阳蒙上阴影并把太阳隐藏起来。那就是你们寻求的环境了。

你可能永远无法以真实魔法行家的技巧和技艺祈请原型或允许它们进入你的存在、充满你。你可能必须满足于以你自己所认为不完美的努力来祈请或成为原型。我们向你们保证，在形成意愿的过程中，在每个时刻，当你形成这样一个意愿去寻求、去服务太一无限造物者、提高你对太一无限造物者的挚爱，或去增强你对发展意志的热情以便于最大化你对造物者的服务，不管你的意愿的实际结果是什么，就魔法的意义，你都已经完成高度极化的工作了。

在你的心智中进行转换，将共识性实相的作为状态转换为时间/空间或形而上实相的存在状态。了解那些在物质界之中的东西仅仅是影子—也就是说，你的想法在形而上世界中变成活生生的、呼吸的客体、菁华、生灵。

形而上而言，你的意图是非常真实的，你随后的行动，就形而上而言，如同那些意图的影子。那些在共识实相可能看起来辉煌的事物在形而上的世界中几乎没有重量，而那些在物质世界中似乎只是一个影子的东西可能在形而上世界中拥有可

观的重量，从而，令人惊奇地改变逻辑，也把你所有的野心都化为尘埃。

如果有任何物质性含义是跟在空间/时间中的真实行动有关系，请允许那情况立刻发生吧。释放它们，我的朋友，知晓你们的工作是想望为自己调音的水晶之工作。

因为你们每个人都是一位造物者。以一种特定的方式、你是造物者。你是一个乐器(器皿)。如同任何水晶一样，你拥有特定的特征。从形而上的方面而言，你在自己的架构的逻辑中用规则性被设定了。你的能量系统通过某种方式在这种不平衡中是平衡的，那就是你在此时的完美了。这是一种稳定的设置。

一个想望去调整水晶设置的人是一个想望去做魔法工作的人。你正在工作自己的意识结构、以便于改善你的调音或你作为一个善于接收的能量场的设置，很像一个善于接收的水晶收音机。

这个器皿先前曾使用该类比，把她自己比作那个能够接收一个广播电台的东西。当她尝试去为通灵调音时，她在调音的目标是：最高与最佳的信息来源；前提是她作为一个稳定的、有意识的实体能够接收到的(频率)。她在对她的器皿的水晶进行调音。当她尽其所能完成调音时，她有意识地将那种固定并结晶化该设置，接下来，她小心地选择接受者或她将要去通灵的通讯来源。

以一种较不正式、更加日常的方式，每一个人在所有时刻都在接收太一无限造物者的爱与光，当爱与光流过脉轮的能量系统时，每一个人都在一定程度上持续地转换它。

（磁带第一面结束）

随着造物者的爱与光移动进入皇冠脉轮(顶轮)的八度音阶的光芒，当它在紫罗兰光芒的位置离开你的能量系统之际，它已经受了必要的调整来穿越你的能量系统。如果你停歇在你的预定设置而不尝试调音你的器皿，那么你的信号，容我们说，将会是相应地未聚焦的、虚弱的。取决于在当下此刻、你已经完成的工作，在遇见你在当下看到的那些情境时，你的输出很可能跟你的预定设置有很大的不同。你可能已经以数种不同的方式选择和太一无限造物者的能量一起工作，不是以这种方式锐化它，就是以那种方式使它扩散，如此等等。

如果你，作为一个水晶的存有，已经在你的人生中来到了一个点，在此，你在自己之内是相对宁静与满意的，那么你就很可能允许大量的太一无限造物者之光通过你的系统无扭曲地倾泻而下。

不满意和疑虑是一种干扰，它将十分有效地摧毁光之能量。因此，当你做功为了在你自己的皮肤之内在变得越来愈舒适的时候，你不是自私的。你没有在自己身上花费太多的时间。相反地，你在通过清理自己的能量系统而工作，服务造物者和服务他人。做这项工作不是自私的，毋宁是对他人的服务。

在很多服务他人导向的实体的心智中、在能够为自己留出时间和注意力的方面，这是一个非常困难的纠结，而对于你保持清晰和有用的，以及成为一个灵性的器皿，这些时间和注意力的确是必需的。

虽然如此，你可能必须在你忙碌的一天的边缘周围拿出那份时间，一次五分钟。但我们向你们保证，如果你仔细地选择那些五分钟，如果你把自己灌注在那些五分钟(时段)之中，你将丰富地创造魔法。你将不会耗尽时间，因为就魔法上的意

义而言，你可以在一个小空间中做很多事。

你正在尝试拿起你们的文化已经教导你是无价值的事物：你的想法、感觉、你的预感以及直觉，并从它们之中收集信息，该信息是你们的文化尚未尊重或赞赏的。在这样做的过程中，你正失去那些让一个跟心智打交道的人感觉舒适的工具。因为在进行魔法工作的过程中，或者在尝试创造一己的焦点好越来越多地成为有魔法的，你就在持续不断地移动、从头部移动到心，从思考移动到知晓。

知晓的机能是什么呢？名为 S 的实体在这个周末谈到两种能量之间的不同，一种能量是穿过脚底向上通过底部脉轮或红色光芒脉轮，上涌并从头顶流出的能量，另一种能量是被寻求所呼唤的能量，它因着你的渴望之原力、焦点、纯净度；而[在顶轮]通过智能无限的大门被拉下来。

名为 S 的实体注意到，那两种能量相遇的位置就是你们称为昆达里尼(kundalini)的巨大能量所在位置，昆达里尼运动的目标是去创造灵性的演化，它是以昆达里尼的比喻或标志而作为象征。那个昆达里尼在你内在停留位置就是你可以从这里十分稳定和信实地工作的位置。

那么，在准备好你自己以做魔法工作的过程中，尝试如这个器皿所说的，真正地变得谦卑与空无。每天检查你的脉轮系统，寻找扭曲，无论是过度激活或缺乏激活。当你找到它时，跟它坐在一起，凝视着它，邀请它，寻求去理解什么东西在这个特定议题上触发了你的注意。如果你能够在自己内在找到这种触发影响的泉水所起源的扭曲，移动到那个触发物的源头、并看看你能够做什么来挖出这份被埋藏的宝藏。藉由在这份礼物身上除去它周围的矿石，创造对于该钻石的赏识，这是你从你的苦难之中得到的钻石。看着它的纯净之美，在一次人生的催化剂的

熔炉中、从惊人苦难的压力的体验而知晓。让你产生这种美丽、真理、宝藏，这代价是怎样地昂贵呀!

如果你可以的话，每一天花时间在静默之中。我们并不关心你们进入静默的模式或在那个时间中做什么事情。你可以什么都不做。你可以有一个祈祷、观想的练习，或其他规律化或仪式化的方法以组织这样的时间，或者你可以简单地进行一次孤独的漫游，聆听鸟儿的鸣叫，凝视树木、灌木、草地之美。

无论你如何组织这些时间，我们鼓励你们把自己投入一种每日的练习，这是太一无限造物者临在之练习，祂的声音只有在静默中才被听见。

最后，我们鼓励你们练习对造物者的识别。当你看见祂的时候知晓祂，无论祂是在你自己之内、大自然之内、他人之内，或单纯地在那瞬间本身之内。

我们为这个问题而感谢你们。一如既往，我们仅仅刮掉这个迷人又深入的话题之表面，但是我们感谢你们、为了这个和你们分享想法的机会。在我们离开这个器皿和团体之前，在此时，我们请问是否有一或两个后续询问？我们是 Q'uo。

S：在我看起来似乎一个先决条件…（听不见）

（该问题是关于在一个人着手开始并进行灵性化的时候，什么原型会对于祈请一个配偶的人际关系或灵性上的友谊关系有帮助）

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。关于如何着手处理调整一个人的非常个人性和私人性的练习、到和另一个重要另一半之间的人际关系，如这个器皿称

为的一般配偶的人际关系的迫切需要上，我们与其在解决你的这个问题的方面建议单一的原型，我们愿意说，一个在这次集会期间已经被反覆讨论过的特性是可以被聚焦为有帮助的。那个特性就是男性献慇勤或求爱的特性，这个特性会向赋能者(Potentiator)求爱，或者伸手触及那等待着该触及的(原型)。

无论何时，一个实体，无论是男性或女性，当它在任候考虑如何去着手处理和一个伙伴协商某种个人性的事情来作为一种祈祷者的生活或练炼或一种生活的规范，那个实体可以视自己为那个上前去献慇勤或去求爱的人物、而非控制或操纵的人物。

该伴侣拥有和(你)自己的一种动态关系，在其中有共通性的区域。那么，这样一个情况的魔力就在于发现那个共通性的区域，带着最大限度的一丝不苟来停留在里面，并创造一种灵性的练习，它会满足双方，尽管他们有许多的不同之处。

这是一种具有挑战和微妙的协商。它正是协商，因为从开始这样一种讨论的立场移动到解决问题，或产生一个令人愉快的结果的显化，其中没有快速的路程。

对抗这样一个快乐结果的东西不仅仅是你和该其他自我之间的区别，还有在你的真实自我与你自己的[你知晓并能够无扭曲地分享的]那个部分之间的变量。若你越好地知晓你自己，你能够看到更多的你自己，包括你自己的那些这个器皿会称为较少被发展或更多属于阴影面的部分，在找到你们的共通性区域并尽可能地利用它而不会产生显著扭曲的方面，你就将会更加地成功。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

S：不了，那好极了。谢谢你们。

现在有另一个询问吗？我们是 Q'uo。

J：Q'uo，我有一个问题，它跟在原型中被清晰表述的灵性有关。可否从你们的角度评论灵性之家乡，它和身体、心智及其构成力学的区别是什么呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在注视你的问题之际，我们有个非常棘手的情况，因为在此刻、对于在这个房间中的几个人，这个问题形成了他们的进程中的一个活跃部分。因此，我们必须在讨论中谨慎守卫着，我们为此致歉，但为了维持意志的自由，这是必须的。

在不冒犯自由意志的情况下，我们可以说的东西是：灵性允许在第三密度的内在层面和外在层面之间的旅行。就灵性在原型心智之内的功能方面，很难详细解说灵性的穿梭器如何发挥作用，因为如 Don 实体所称呼的[5]，它是通过 90 度相位转换而发挥作用，该相位转换把一个人从空间/时间带到时间/空间。

在地点上，甚至在从某种意义上的空间/时间和时间/空间之间的数量级上，有一种额外的次元上的改变。你从一个，容我们说，在空间/时间方面、从非常微观而有序的混乱移动到时间/空间中的一个较不明显有序、但远远较不混乱且非常巨大的情境中。你可以在身体中做那种转换而不用离开此生。在原型心智之内工作，你安全地做转换，并且始终如一地做转换。就是这个过程被用来创造幻觉和梦境的受造物。

当你触及原型心像的边缘时，那些信使就会回到你这里，它们通过灵性的穿梭器

被呼唤进入显化，它们可能来自第一密度，诸如元素，或是来自第二密度，诸如你的图腾的信使，或者它们是那些来自许多密度的内在层面的实体，它们非常可能因为你的振动的光辉和你的渴望焦点而被呼唤到你寻求中的自我身边。

我们可否进一步地回答你，我的弟兄？

J：不了，谢谢你们。

现在有最后一个询问吗？我们是你们知晓的 Q'uo。

S：感谢你们，Q'uo。

我们是 Q'uo，我们同样感谢你们。我们感谢每一位。我们经常评论一个团体的美丽，但我们从未见过比这支舞更美丽的一道彩虹，这支非常复杂的生动舞蹈是由你们结合的和谐存有所组成。这是一项受祝福的工作、由于你们已经调和你们的能量，毫无保留地爱彼此，并且一起寻求。我们向你们保证，你们将会将那种祝福、增强的稳定性、和[当你们在欢庆中前进时获得的]那种友谊带在身边。我们也会这样做。这真是一段非常特别的时光。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

原注

[1] 生命之树的图像是卡巴拉教派研究魔法人格的中心图形。你可以在这个网站上看到对它的一个陈述：www.ucalgary.ca/~elsegal/Sefirot/Sefirot.html 。

[2] 圣经，以赛亚书，62:12：「人必称他们为圣民，为上主的赎民。」在旧约中对这个概念有几段其他的参考(文字)。

[3] Q'uo 指称的是威廉(William E. Butler)，他的作品包括《Apprenticed to Magic and Magic，Its Ritual，Power and Purpose》你可以在 www.amazon.com 上找到 W. E. Butler 的其他书籍。

[4] Plat：一个显示诸如街道、建筑区块的、实际或规划好的(特征)地图。（www.dictionary.com）

[5] Don Elkins 与 Carla 在 1970 年开创爱/光研究机构，他的研究启发了在网站 www.llresearch.org 和 www.bring4th.org 上的、全部的通灵作品和其他作品的最终档案库。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ **第 2403 章集：星象学初探**

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年二月 7 日

来自 E 的问题：（Jim 朗读问题）埃德加·凯西（Edgar Cayce）曾说，大多数的现代星象学家使用了错误的黄道十二宫（zodiac），他们应该使用一个基于「波斯历法」的十二宫。如 Cyril Fagan 和 Donald Bradley 所揭示的一样，恒星黄道（sidereal zodiac）是归因于恒星的岁差，而对恒星黄道的使用导致了要在天宫图中将行星顺时针旋转 24 度、或者在把它跟回归线黄道（tropical zodiac）进行比

较时、一个宫的要向后退十分之八。例如，我的太阳宫在回归线黄道中是双鱼座，而在一个基于恒星黄道的天宫图中却退后进入宝瓶座。我相信我的太阳星座是宝瓶座。在一个本命星盘的星象和十二宫中，我同样相信使用 Fagan/Bradley 的恒星黄道来确定同样包括了我们的太阳和月亮的「星体」布局要比使用回归线黄道更加准确。你们能够确认这一点吗？

L/L <wbr>Research 星象学初探

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中，我们今天和造访你们。非常感谢你们在此刻邀请我们加入你们的寻求圈。感谢这礼物，即你们的呼唤和你们的振动之美。在此刻回应你们的问题则是一种大快乐。

我们请求在场的每一位、以及每一位可能阅读这些言语的人，请你们极大地珍视并尊重你们自己的分辨力。小心谨慎地分辨那些似乎跟你们共鸣的观点、和那些跟你们没有共鸣的观点。仅仅选取那些跟你们有共鸣的观点来工作。那么，我们就更能够放松并提供我们的观点，而不用担心我们可能会侵犯你们的自由意志。我们感谢你们在这方面的考虑。

关于名为 E 的实体询问的、涉及到使用恒星式占星学对比回归线占星学的问题，我们无法确定对选择某一种解读会比另一种更好，关于我们无法确认这个偏好的方面，我们会做出一些评论。

既然我们觉得该理解仅仅是一个对真理的粗略估计、而非精确的真理，因此我们

谦卑地给出它们，我们的理解是：在研究组成一个人内在地形的地理影响时，使用恒星式和回归线星象图都是适当的。

这一个密度有两个面向。一个面向是相对固定的；一个面向是相对不固定的。研读星象学的阳性面是关于回归线星象图。它代表由于你出生进入第三密度存在的时机而固定到地球上的事物。

有另一个对星象学的使用产生影响的面向，就是该密度的阴性面向了。在这种星象学的焦点中，它的信息是非常地有帮助的，但它跟回归线星象图有区别，它包含更多未固化的、或灵魂驱动的人格面向，如果你愿意这么说。

因此，如果一个实体正在积极地研究自己的灵魂面向，在描述他自己所处的内在工作环境方面，他将相当有可能发现使用恒星式占星学要比使用回归线星象图更有帮助。

凝视着恒星式与回归线星象图之间的不同将为一个实体带来一个有趣的视野：关于自己的特性的各种各样的面向。恒星面向更多地描绘了该实体的灵魂面向，而另一方面，回归线星象图更多地描绘了一个人格或其实用的投生面向。

注视着这两种星象图之间的不同，这为该学生自己的人格带来一个尘世自我的观念：那个进入此生的自我，和那个将在此生结束后保留下来的自我，以及这两者的动态。

没有一个面向比另一个面向更高。我们想望清楚指出那点。这两个面向，可以说是，人格的十字形本质的垂直面向和水平面向。垂直的面向向下扎根于大地并在

此生中持有特定的人格面向，人格之浮动或水平的面向，它永远不会完全因为投生而被固定下来，但是，它作为灵魂在此刻带入此生之中的更深入方面、在能量体之内休息。

在我们继续之前，我们可否用任何更完整的方式回答这个询问吗，我的弟兄？我们是 Q'uo。

E：不用了，Q'uo，学到那方面的信息真是太妙了，我现在还在反覆咀嚼它。

Jim：（朗读来自 E 的问题）第二个问题是：「我相信在我们的本命(natal)星盘的各个星宫中的行星代表了我们内在的或隐藏的灵魂模式之能量。你们可否确认这一点？我也相信在一个恒星式星盘的星宫中的本命行星可以比作在卷四中由 Ra 辨识的赋能者。我相信在我们的本命恒星星盘中、那些带有小小的闭合球体的行星面向代表了我们在此生中要去学习的课程，接着我相信我们的本命行星的经过会识别出功能性能量、Ra 把它称为我们的经验的催化剂、和我们选择的形意者。你们可否确认我在星象学的这些关系之中的信念？请提供任何你们觉得可能有帮助的评论。」

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们发现我们无法确认你如此仔细地提出的对应性。我们发现它们是引发争论又有趣的。在这些假设之中有着肥沃的主题材料可供大量的思考，我们鼓励你在你的观察和尝试发现对应性的过程中前进。

无论如何，我们愿建议，尝试把星象学的信息和原型的功能或面向结合在一起，如果所做出的尝试是在一对一的基础上提出对应关系，这样的尝试是注定要失败的。

这原因是：每个实体都是无限造物者的一个独特表达。一个实体对一个原型建立的每个关系都经常是无意识地做出的，而几乎总是不会有任何致力于一个原型的坚定意图。一个实体进入的情境充满了可能性，当一个实体回应那些可能性，通过这样一个实体选择去使用的、无论什么途径，它是沿着一条线路移动，该线路认同那感觉或情绪、并允许那种感觉或情绪被爱与光的信息所充满，那进入原型的入口就成了一个物自体（thing in itself），或者、如这个器皿所称呼的物自身（ding an sich）。[1]

***

原注[1] ding an sich：德文词组，意思是「物自身」。Carla 在大学中研究过的德国哲学家，好比康德，使用过这个短语。（参看哲学辞典，www.philosophypages.com）。

它并不依赖于一个人格或实体的情况，相反地，它依赖于一个瞬间的选择和态度。对于一个尽可能经常进入原型工作的实体，仔细地观察这些想法和伴随而来的情绪和感觉，这对于该实体是很好的。

当思想包含了热情、意愿、情绪或感觉的时候，我们对于这种能量的运送是含糊的、因为思想的颜色是一个非常复杂的主题，那么，它就成为一个候选者、帮助一个正在寻求更深地知晓自己的人灵去这么做。没有这种色彩、感觉或情绪的运

送过成，思想会在一个智力的层次上保持有兴趣和有价值，但是它不会被固定到一个载体上，那个载体将帮助整个寻求中的人灵更深入地进入它特有的、对自己的体验。

结果是，虽然在这个问题和 E 实体对它的寻求之内、有着很多兴味和潜能，我们会建议他最初建议的对应性是过分简单的。

在这方面，我们也会建议，如果叫做 E 的实体拓展这个类别的信息，即他进入的这种对应性的列表中，他可能在一些不同的表达路线上找到感兴趣的事物。我们会建议这个实体进一步检查一条路线：身体的器官和各个行星体之间表面上不相关的对应性。

在这个对应性的列表中完全可能有很多的细节是复合的，叫做 E 的实体将会遇到一个微妙又有趣的模式，相比于这个实体已经发现的对应性，它会为这个实体创造一组更加令人满意的整体对应性。

在我们继续前进之前，在这个话题上有任何进一步的询问吗，我的弟兄？我们是 Q'uo。

E：不了，我看见适合我的工作已经在我眼前。感谢你们的建议，比较身体的各个器官和行星。我将会追寻那条路线。

Jim：（朗读来自 E 的问题）第三个问题是：我相信月亮在一个恒星本命星图中的北节点和南节点分别认同了表达佛法(dharma)和业力(karma)的能量，它是可以在我们的生活中被体验到并可能被平衡的能量。你们可否确定这一点？请提供你们

觉得可能有帮助的、任何其他的评论。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我的弟兄，再次地觉察了你的询问，同时，无法确定你最初的猜想。再次地，在凝视并感知你可能会发现的对应性类别的时候，我们会建议你保持很有耐心。

在这个询问中、你所在的那条道路，容我们说，是令人鼓舞的，相比你在前一个询问中进行的工作，我们相信你和这个对应性一起工作将更快地找到奖赏。然而，由于涉及灵魂的复杂性，关于你所称呼的佛法和业力，不可能将恒星的面向确定为进入有用的信息或资源的唯一面向。

我们会进一步建议，一旦你已经发现并确定什么是你确定的观点，释放这样的信息和猜测、以免变成完全照字面的方式，这是有帮助的。在所有的时候、记得星象学部分是科学、部分是艺术，这是有益的。当一个人确定宇宙的中心就是自我之际，它部分是检验那些数学关系、以及基于那些关系而建造的结构。

在我们向前进之前，请问名为 E 的实体在这个问题上是否有任何后续询问。

E：没有了，Q'uo，现在没有。

Jim：（朗读来自 E 的问题）第四个问题是：我正在准备一场演讲，星象学中的原型，我相信它可以和使用塔罗牌的大阿卡那(arcana)牌进行原型的研究相比较，如在《一的法则》卷四中被概述的一样。我如何才能增强我的演讲、使它触及听

众、让他们对使用星象学的原型来学习灵性成长和演化的技巧感兴趣呢？

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。在特定的意义上，我们间接地回答你的问题，也就是说，我们不想望和你讨论任何你的概念。然而，你询问如何改善你的演讲，我们发现你正处在一个有利位置以提高你的演讲功效，因为在你看事物的方式和你创造视觉化辅助(工具)的能力上，你是非常视觉化的，如同你告诉这个器皿的情况。

我们会建议在这种类型的一场演讲中，你的最大的挑战是让来自许多不同的地方的实体在他们自己的知识和理解的范围内、熟悉在讨论中被使用的基本的标志和图像，不仅仅是关于原型的讨论，关于星象学的星宫的讨论也是一样。

接下来，制作出清晰的、可辨别的并且多少有些简化的图形，并重复地使用它们，这样在你的演讲进行大概一半之前，在该讨论[那是你正在推动的]中的参与者们就已经认识你的图形了。接下来，每一次、它们再被看到的时候，该重复都会帮助你安置你正在提供的信息(给参与者)。

我们发现实体们同样会被(明确)目标所协助，或这个器皿会称为你必须提供的复印文稿。因此，如果你给出内容概要说明书，它同样会增强实体们跟上你的演讲的能力。那么，该说明书的第一页，就会是你在演讲中使用的简单或简化的图像。在每个图像的后面是关于该图像的信息页面，当一个实体复习信息以便于尝试安置它的时候，他就能够在稍后的时间阅读这些页面。

在我们要求更多的问题之前，对于这个问题有后续询问吗？我们是 Q'uo。

E: 没有了，谢谢你们，Q'uo，那是很好的建议。

Jim: （朗读来自 E 的问题）问题五是：我相信在各个行星的能量和我们的脉轮之间有对应性。例如，土星的能量对应第一脉轮；火星、第二脉轮；太阳、第三脉轮；金星、第四脉轮；水星、第五脉轮；月亮、第六脉轮；木星、第七脉轮。你们可否确认这一点？请提供你们觉得有帮助的任何评论。

（Carla 传讯）
我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。再一次，我们无法确认这些对应性。作为替代选项，我们会建议根据检验每一个脉轮，意思是识别出那个脉轮可用的八度音程能量；这可能对你有帮助。也就是说，例如在红色脉轮中，有红色光芒和它自己的关系。在红色光芒中、有为橙色光芒铺垫的部分。在红色光芒中、有它和黄色、绿色、蓝色光芒以及靛蓝色光芒的关系。

对于每一个脉轮：第一到第六，都有一种完整的八度音程对应性，这种对应性可以用来考虑在任何一个脉轮中更加微妙的工作面向。那些脉轮中、任何一个被提到的脉轮— 也就是前六个脉轮，不包括第七脉轮— 都可能会被过度激活或阻塞。那种阻塞可能是简单的、或是复杂的。它可能涉及一个脉轮，或者它可能跟两个或三个脉轮有连结。

对于大多数简单的工作而言，思考一个脉轮和它基本的属性或它所关联的材料就足够了。对于更加微妙的工作，当初始的阻塞和诸如之类的事物已经被检查了，而那个实体在尝试去查看自我并帮助自我演化的过程中，因为某些感觉、分析和

推理的组合仍旧感到有更多的检查会是有帮助的，那么，去做更多微妙的工作并看看这些更加微妙的关系中的一些感觉起来是什么样的，这很可能是有帮助的。

偶尔，有一种情况，两个脉轮同时陷入一个很难被看见的动力关系中，如果你愿意花时间，也许是在每一天的尽头，和自我坐下来并移动穿过当天的想法和感觉，这是非常有帮助的。当你能够识别出、你希望去研究的一种特定感觉，问问自己、它是否提醒你多于一个的活动中心(脉轮)。

也许它是在一个生存问题和道德问题之间的一个关系，它会要嘛进入自我和其他自我之间的个人动态关系，要嘛进入和一个家庭成员的人际关系上的法律或家庭的动态关系之中。这是一个简单的例子。

一个实体能够陷入到两个脉轮、甚至三个脉轮之间的动力学的方式几乎是无限的，没有两个实体能够以相同的方式进行工作，不仅仅因为每个实体都是不一样的，也因为撞击每一个实体的体验都是独特的。

我的弟兄，我们给你的最后评论是：不要因为我们对于你关于对应性的问题的一些负面回应而灰心。你正处在一条良好的研究轨道上头，就形而上的努力意义而言，对于星象学和摆脱了推理的束缚、对于原型的研究，进入对于两者的动力关系的一种理解，这是一条更好的轨道，如我们说过的一样，它一半位于这个主题的科学之中，一半位于艺术之中。

当你考量神话及其众多的故事，当你考量几乎所有的表现性艺术、音乐、文学的讲故事的特性时，你可以很容易看到、这些故事和它们的影响在成为寓言或包含明显的道德课程的方面是相当丰富的。你可能发现这样的考量是有趣又有帮助

的。

我的弟兄，在我们回答更多的问题之前，我们可否用任何进一步的方式来回答这个询问？我们是 Q'uo。

E：不了，谢谢你们。

（Carla 传讯）
我们是 Q'uo。既然是那样，我的弟兄，在我们离开这个器皿之前，有没有一个询问是你此刻想要问的？

E：是的，Q'uo，最后一个问题。相信太阳、月亮、行星的能量或振动的确会影响一个地球上的存有，在这方面、我是否正确？你们能不能评论那瀰漫于大气的能量？

（Carla 传讯）
我们是 Q'uo，很高兴来评论这个问题，我的兄弟。众行星的能量是非常强有力的，因它们绘制了特定的地貌，这些地貌就如同一个人的内在地形的一张街道图或道路图。在一个实体出生的时刻、以及在出生前影响他的作用力会创造一个实体可以从这里移动到那里的道路的结构，这种作用力同时有着固定的影响力和非固定的影响力，而非固定的能量肯定是在出生前就有影响。

现在，如果这个器皿希望从路易维耳市前往芝加哥，她会查看地图并发现有一条大的州际公路连接这两座城市。她可能决定走上 65 号州际公路，从路易维耳市向北到芝加哥。如果她决定走那条道路，对于那条道路的维修情况和在你旅行前

往芝加哥的时候、在那条道路上会被经历的问题就会撞击那个旅程。

如果这个器皿决定她不想要直接到达芝加哥，她会发现其地图拓展到这个星球上的所有道路了。她可以选择去欧洲，接着去亚洲，接着绕道去西伯利亚、俄罗斯和阿拉斯加，取道进入加拿大，向下进入北美洲，接着到达芝加哥。那也是一条路线，而查看一个实体涉及星象学以及如此等等的信息来做出一个基于知识的猜测，是否一个实体将会为某一个课程选择一条州际公路和一条非常笔直的路线，或者一个实体将会选择一条迂回的路线或一条异常绕远路的路线，而这条路线最终仍然有能力将一个实体送到他的渴望所假定的地方，这是有趣的。

也许通过这个例子可以看见，星象学的用途有一大部分是凝视一个人的渴望和注视一个人对意志的使用。什么是最有效、最有技巧的方式来着手选择一个人的目标呢？一旦那些目标和抱负被自我确定下来、并且被承认为自我感觉热情的事物和自我想望以她全部的心、全部的灵魂、全部的心智、全部的气力来寻求的事物，接下来，在这些关于自我的信息之光中，询问什么是寻求这样一个目标的最有技巧的方式，这是有兴味的。

我们会强调来自恒星、行星和星象图的其他的方面对自我产生的影响力是清晰的，而同时它是在无需放弃一个人的自由意志的情况下被给予的。在一个完整的程度上、一个人保留了他的自由意志。一个人可以选择去忽视他的星体的影响力。

就我们谦卑的意见，和一个人的行星影响力一起合作是很好的。

每一个进入此生的实体，关于其出生的时刻，还有受孕的时刻、该实体进入胎儿

或婴儿的时刻，它所做出的这些选择是可以思考的有趣(时)点。

它们并不意味着自由意志是受限的。它们指出各种强项、缺点，和内在风景的大致地形。当一个人凝视着自我、其目的地、人生的各种目标，它的心、它的渴望以及它的意志的时候，对一个人的优点和局限可能是什么有个相当正确的观念，这总是有帮助的。

在这方面，知晓那科学和艺术、事实与神话、理性和灵感的结合体是很好的；它内建于星象学、考古学、原型的研究之中，的确，内建于一个人可以检查自己的、几乎所有的方式之中。

我的弟兄，我们为所有这些问题而感谢你。考虑它们是十分有趣的，我们非常享受这个对话。

我们想望能够和你分享更加正面指向的信息，但我们希望在对这些初始的假设中的进行清理的过程中，我们为你清理了道路、以便于你对于面前的主题再度进行思考，这的确是个十分有雄心的主题。

我们祝愿你好运气和好收获，因为你真的是一个把拼图碎片拼在一起的人。

E：谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的弟兄。此时，我们在太一无限造物者的爱与光中，在祂的思维和显化中离开这个器皿和团体，如我们发现你们时一样。我们是你们知晓的Q'uo。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2404 章集：关注自我与服务他人

---\

Copyright © 2012 L/L Research

特别冥想

2002 年六月 14 日

(编注：本文先前曾刊载在 L/L 中文选集 15，这是重新校对过的版本)

发问者：我在很多的时间都在坦率地流露爱这方面感觉到困难。我对我内在的爱创造了什么阻碍物呢？我在什么地方或我如何妨碍了无限能量到达我的心轮？我能够做什么来更多地爱我的家庭并接纳我的家庭呢？是否有任何事情是我能够做的以便于我可以将治愈带到这个家庭需要的地方，尤其是我的父亲？看起来我在涉及橙色光芒的方面被卡得蛮严重的，我一直将我的焦点放在自己身上。我能够做什么来充分地完成自己的种种过程好让我可以将焦点放在外部并实际地工作去服务他人？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们来到你们中间。你们为我们创造了这个通过这个器皿与你们

进行沟通交流的机会，我们为此感谢你们。加入你们的冥想这真的是一种极大的祝福，我们感谢你们每一位将生活中的关注放在一边以便于形成一个寻求的圈子。当我们加入你们的行星的范围的内在层面的时候，能够分享你们每一位的振动的美丽并能够在我们希望去服务的时候进行服务，这对我们是一种极大的祝福。因为被要求在诸如爱及爱的增长之类的主题上发言就是我们所希望提供的服务，因此我们对这个机会表达一种感激的谢意，我们很高兴与你们分享我们谦卑的想法，我们一如既往地请你们每一位从我们所提供的那些想法中选择看起来有效用的想法并毫不犹豫地将其他的想法扔掉。

当我们来到爱的主题时，我们发现，你们的夜空中有多少颗星星，就有一样多的方式来处理这个主题，然而，每一颗星星的能量的核心都位于单一伟大的原初思维之中，就是那个原初思维创造了一切万有。G 实体分享的不适与紧张的表达、对于那些居住在你们的星球上的人们是很常见的一种表达。

一个反讽的事实：一个实体在从行星的梦境觉醒之前，他的心智就形而上的意义而言，非常有效地沉睡着，因此，由于察觉并充分地意识到一个人周围的情况而产生的不适就被共识实相的梦境消音了。

反之，当觉醒发生的时候，该实体明显地发现，共识实相实际上是一个具有俗丽外表的幻象，只有非常少的实际内容，在此之前的舒适睡眠变成一种太过敏感的觉察，于是看见表面上的裂缝横亘在形而上意义的真相与日常生活的杂务、责任、[容我们说]身处人类状况中的荣耀之间。

在过去该实体可以不发问，就只简单地服从那些建议，关于什么东西是有价值的、什么东西是没有价值的、什么是好的、什么是不好的。相较而言，当一个人

的觉醒发生的时候，他会开始觉察到他的痛苦状态，以及识别他的本性、目标、服务与前方道路上的困难。

生活在目光的凝视下展开，日子被那缺乏真实意义和活力能量的事物所填满。

在这种情况中有一种希望、一种呼唤，那即是爱的呼唤。

因为爱不仅仅在该存有的内在呼唤，它也从那个存有的周围呼唤并从她身上散发出来。有一种希望：经由自我的行动不断倍增外在世界中现存的爱，接着该灵魂开始想知道，是否它将会穿过那条蜿蜒的道路的所有曲折和变化而找到那条表面上神秘的道路，那条道路在当一个人沉睡时看起来是如此地笔直，而现在却通向一个越来越错综复杂且表面上混乱的转弯、盘绕、死胡同的模式。

有很多灵魂独自坐在这条蜿蜒的道路的路边的一块石头上，感觉到如沙漠一样的干旱，他们渴望陪伴，他们渴慕真实的目标。这就是一个人处于沙漠的感觉了：在干旱时期中逐渐醒来并找到他的方位。经常看起来，似乎这条路真的会永远这样继续下去、而无法从每一天的景色的细枝末节或心对于更大、更丰富的环境之渴望中解脱出来。

我们在今晚带来了一条简单的信息来到这个团体，这条信息就是，这个干旱的、贫瘠、困难和不适的经验就如同自我和世界的外壳或果壳一样，这个世界充满了活力，它被实质、意义所塞满、填满，它遍布着服务于自我、服务、造物者、自我周围的世界的机会。然而，那如此开放且如此警觉的眼睛怎么会在这巨大的经验的沙漠之中错过丰盛和舒适的绿洲呢？

我们愿和你们每位一起，在时间和心智中向后退，回到一个在出生前、进入[这个你们称之为]第三密度的幻象之前的位置。你们每个人都经历过一个有规划、并且虔诚又深思熟虑地选择人际关系的过程，它将在产生催化剂的模式上起作用，那些催化剂的模式将会让自我用非常精确且故意的方式从事于特定的、和爱有关的关键性课程，学习如何去爱、学习如何接受别人的爱、学习如何进行真实的服务以及学习如何接受别人向你提供的服务。在那种非常支持性的指导和计划的环境中休息，凝视着前方的投生，容我们说，你们每个人都感到相当地有信心、你们在即将到来的人生中不会忘记你的目的、梦想、你的目标以及你对于学习和服务的渴望。从遗忘的面纱之外的视角看，即将到来的投生真的看起来就好像将是令人愉快的、而且是实在太短暂的一次体验。如这个器皿已经表述过的，每个人都认为这次投生将是有趣的。接下来，那种视角在完全进入第三密度的匆忙中，在开始吸入和呼出的匆忙中，在体验肉体载具的局限性之匆忙中被丢失了，你的肉体载具必须被喂养和穿衣服、在睡眠和休息中被安慰以便于它可以存活下来，更不用说进行服务了。

G 实体想知道，为什么在此刻他大部分的想法和关注都围绕着自我和人际关系。然而，我们要说：在每一个实体的人生体验中，有一种持续不断和永不停息的对自我的本性以及在一个人周围的[那些在先前已经被如此小心谨慎地选择的]人际关系进行探究的需要。

在每一次的人生体验中，无论先前对这次体验将会是怎样令人愉快的期待是怎样的，该幻象本身会创造一种极其有效的被经验的海洋完全淹没的感觉。波浪一波高过一波，在表面上经常是没有韵律或没有理由的，而当一个人被冲到了这个群岛中的一个海滩上的时候，那个海滩很可能是由混乱和未被回答的问题所创造的。我们仅仅能够向你们每一位建议：这恰恰就是在投生前，你渴望去待的位置

了。小心谨慎地、勤奋好学地，带着对自我的极大的爱与慈悲，你们每个人都计划了这次进入表面上的疯狂与混乱之降落。不是去惩罚你自己，而是去给你自己在身体、心智中迷失的机会，沉浸在这个(人生)拼图中、完全地易受伤害、完全地盲目，这个拼图是永远无法被完全解决的，而且它不断在转圈圈，如此一旦拼图用一种方式被解决了，拼图的碎片会被抛到空中并落下来形成一个新的模式、一个新的迷宫、一个新的拼图以便于人生的课程可以被再一次查看，接着再一次，然后又再一次。再一次，不是惩罚而是提供一个持续性的课堂，在其中，自我开始知晓自我，开始知晓自我的理智(mind)和心(heart)，在那条爱与光的蜿蜒道路上进入一种新的平衡并终于开始精炼自我。

因为对于平衡的需要，这是在投生前你已经做出的判断，恰恰就是这些课程与这些人际关系将给予灵魂一个丰富的、各色各样的(精神)食粮，这些食粮即是要去做出选择、解决各种谜题以及打开那些内在被选择的大门的钥匙。

对于那个导致了理智过多的关注并导致心在自我的那些棘手的问题中休息的情境，G 实体担心在那个情境之中有一种自私，然而，我们会说，这种担心恰恰就是需要出现在年轻个体的头脑中的那种担心了，的确，这个发现自我核心的过程会以一种周期性的方式在整个投生过程中有规律地重复出现。

(期待)它被完成是毫无意义的，那是一个空洞而肤浅的希望，那个希望与内在的灵魂无关。没有一种课程可以让一个人可以学习，接着结束了。毋宁说，因为只要这次的人生持续下去，就会有一种机会将一个人自己放置在[这个器皿所称的]精炼的火焰中，允许灵魂一次又一次地在人生的蒸馏室中被蒸馏，这样每一次循环经过了一轮的催化剂、经验、学习之后，灵魂就会更多地为它自己所知晓，可以更多地为显意识的心智所使用，一个人就会对于喜悦和悲伤更加的开放与无

惧，更加地不去防卫，在苦难之中更加的舒适，在快乐的时光中也是一样。

在这种经验的循环之中，在自我的最中心之处存在着爱的原初思维，它和从夜空的每一颗星辰中闪耀出来的爱是相同的。

每一个在肉身之中的灵魂也是一颗星星。每一个在混淆的海洋中将要淹死的人也是一位大师。然而，目标不是去忆起大师身份，同时开始感觉到没有必要去理解。

这座混淆的海洋的目标是去推动注意力最终从对逻辑、心智、智力的知见之信赖，进入心中，并最终释放对生命经验有任何特定意义的需要，以及创造那种无惧的能量状态，最终能够说：「我知道我不理解，然而，我知道我生活在一个完全有意义的世界中。我知道我不理解那个计划，然而我毫不怀疑地知道有一个计划。我知道我永远无法理解我正在做什么事情，但是我已经了解我不会犯错。」

然后，内在的灵魂终于自由地踏出[这个器皿所称的]信心之飞跃，在那个位置，从形而上的方式来看生命的意义和道理仅仅是当跃入半空之中的时候才会开始出现。(这个灵魂)抛弃了对道理和逻辑上整齐利落的需求，转而支持对那在半空中出现支撑点的完全信任。

也许你们每个人都看过郊狼追逐着走鹃冲入半空中的卡通片。最后，郊狼往下看并意识到它已经跑到悬崖外面了，一旦它意识到自己仅仅在空中奔跑，它就会像一个石头一样地掉下去并砸入下方的地面上。这就是人类的情况了，然而，当内在的灵性有可能不再向下看的时候，每个人都将发现半空中是一个非常坚实的支撑物。在你们的神圣著作中是这样写的：在加利利海的黑暗夜晚中，名为耶稣的

实体在水上行走，当那些在一艘小船中的人们看到这个实体在水上行走时，在小船中的一个人动身加入他挚爱的老师，他同样在水上行走了，一直到他意会到这就是他正在做的事情的时候，当显意识接管的时候，信心丢失了，耶稣实体不得不伸出他的手，当他们的手相遇的时候，叫做彼得的实体再一次能够驾驭水，于是能够安全地返回到他的小船。

日常生活非常像这艘小小的渔船。显意识心智清楚地知道需要什么东西。一种支撑物是需要的，这样一个人就不会淹死了，然而，对于内在的灵魂，在水面上行走或确实地进入水中、在水里呼吸就好像它就是空气一样，这是完全有可能的。因为内在的灵魂是永恒的一个居民，它不被那些看起来会限制人类身体的事物所限制，而你们每个人现在都是从人体的内在体验生命。对于外部的心智，一切事物都是这样或那样的细节，对于内在的灵性，它是统一的体验。水流入空气中，流入石头中，流入火焰中。一切事物都在质变和改变，又用一种有节奏且音乐性的方式保持和谐与连接。有一种和谐和一种舞蹈隐藏在每一天的生活的皱褶之中。

叫做 Jim 的实体假定他正操纵着大型机械割草，而在形而上的意义上，这个实体正在将他能量的存在融入那些草、灌木、树木、微风的自然灵，整个正散发着他的能量、草的能量以及空气的能量的气味芬芳，所有这些能量混合在一起创造出了一种爱与喜悦的模式，那些自然灵与他的能量就是用这样一种方式一同舞蹈。G 实体已经体验过大型机械叉车、笨重的箱子、负载，它们无止境地在被称为仓库的事物中来回移动，然而，在实相中，这个实体也在舞蹈，和木头、灰尘、空气、光一同跳舞，以一种和谐、有爱而喜悦的方式，氛围被永远的改变了。因为

在形而上的世界中没有边界，那些从外向内看似乎非常卑微且非常平常的事物、实际上单纯地就是一种爱的方式，一种分享自我的方式。因此，没有一种工作比另一种工作更好；也没有一种服务比另一种服务更适当，然而，毋宁说，仅仅在那一个当下，在其中所有被需要的事物都在那儿，所有需要你的实体都可被你接触并通过你的存在受到祝福。

一个人如何找到这个内在的存有？肯定会有一些时期，在这期间，该实体几乎被对自己的关心所淹没，这是合适的。这个实体之前曾经谈到临界质量的概念，这就彷彿在逐渐觉醒的存有中，临界质量的时间来临了，在那时，过去的事物必须被放在一边，即将发生的事物必须被拿起来，G 实体此刻正在体验的就是这样一个季节，的确，每一个在场的人碰巧也在学习经验的周期中经验一个(临界)点，在这里一个人得放掉旧的事物，同时不情愿地或满腔热情地拥抱那似乎非常新颖的事物。这样的时刻是一个人必须进入内在的时刻，对于一个希望去服务他人的人，这也许是更加适合的，然而，也许我们可以给你们电灯泡的模型，电灯泡给他人带来光明仅仅因为它被适当地与能量来源连接起来，并用这样一种照明设备的灯丝被启动的方式将能源展现出来。一个实体并非单纯地旨在服务他人。有一种服务的内在回路，这是完全合适的，这个回路不仅仅需要被创造，它同样需要被维护，这样内在自我的灯丝是完整的、完美的、没有阻塞的，它就可以凭借太一无限造物者的爱与光而发光。无论多少能量从这样一盏灯中被展现并散发出来，灯本身需要保持足够的能量、这样它才能继续作为一盏灯而服务。容我们说，这个内在力量的回路是被一个看到自我内在的价值并承认它是真正值得的事物的自我所喂养。每一个人都能够看到为自我保留一些能量是完全合适的吗？这个器皿经常谈到对能量成为透明的…

（录音带换面）

…然而一直到这个器皿适当地被授予力量之前，它无法成为一个灯塔，它无法履行那些它已经打算进行的服务，而这个器皿就是为了履行那些服务而呼吸的。

在所有的场所和情境中，那位于内在的爱全时间地等待着。永远不会有一个时刻、这种爱不在自我的心中安静地歇息并炙热地发光。造物者的爱居住在心之中，正是在自我的担心中，自我经常会引领一个人离开与自我的连接，向外寻求其他地方的光和指导来源，因此我们提供一个建议完成这个讯息的开始部分，那个建议就是，对于每一个实体，通过对静默的使用和在信任中休息，有一个非常适宜的进入自我的方式。它是如释放呼吸与抗争的能量一样简单的事情，因此，深深地吸入和呼出，它不是紧张的呼吸，而是对空气中为身体和灵性充能的赋予生命的养分渴求的呼吸。吸入平静并呼出紧张，吸入光并呼出疲倦，这是可能的。这种内在工作的关键一直是静默。我们会鼓励 G 实体对那一直以无限的供给从万物源头流出的无限爱与光进行深呼吸。你们有对爱的渴望，而爱早已在场。你们有对服务的渴望，然而藉由存在之美，每个人早已服务。

此刻，我们要将这个通讯转移到 Jim 实体，以便于 G 实体可以询问他在此刻想望提出的任何进一步的问题。我们感谢这个器皿的服务，我们在爱与光中离开这个器皿并在此刻转移这个通讯。我们是你们知晓的 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次、通过这个器皿在爱与光中向各位致意。在此刻，我们很荣幸给出自己。我们尝试回答 G 实体可能向我们提出的、任何进一步的较简短询问。现在有另一个询问吗？

G：是的，有一个询问。现在，我已经有数年时间感到难以忍受的疲倦。在某些日子，我简直可以感到我的生命原力从我身上被吸走了，我无法找到那种生命力，我最近已经开始怀疑这是一种被称为念珠菌病的感染。你们能够告诉我这种疲倦的原因，或者告诉我一种我可以用来让我自己从这种情况中缓解的方法、和一些我可以找到那种内在的生命能的方法。

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。在不侵犯自由意志的情况下我们发现有些信息是我们可以分享的，然而，有一种冒犯的边界是我们必须服从的，因为在这里有催化剂，它对于你此刻的灵性成长是有用处的。

自我站在一个突出的峭壁上让自己做好准备进行一次信心的飞跃进入你的命运之中，这样的视角就是你处理的基本情况。有种对于那等待着你的冒险的渴望与期待，因为你在这次投生前已经为这辈子创造的模式就是灵魂的命运了，而你感觉到这种模式现在做好准备，在你面前展开成为标志物、路标、伟大的工作之开端。当一个人考虑灵性上的悖论本质时，这种期待和疲倦的双重感觉就不会那么令人吃惊了。当一个人预先知道有一个伟大的工作要去完成，如果用日常生活以及这个密度的幻象的眼睛去看这个工作，并将前方的工作的额度转变为普通的术语，这会让一个人感觉到一种巨大的负担和一种压在灵魂上的极大重量，而这种负担会在肉体载具、情绪载具、心智载具中将自身表达出来，在灵性载具上同样会用一种较小的程度表达出来。

如果你选择去将你存在的内部的这种能量配置视为这个或那个疾病，并决定你应该治疗疾病，甚至是从一个浅薄的意义上治疗疾病，同时包括对治疗的其他诠释与应用的层次，那么，这样做是好的，利用各种你可以获得的治疗手段来作为通

过你的载具的完整能量流清理出一条路径的方式。

因此，这种特殊的催化剂可以在先前提过的任何层次或所有层次上、被利用来提高对你的需要的个人理解，该需要即是做出一个选择，进行一次飞跃，开始一场旅程，用各种对你可能的方式进行服务，学会你要去学习的东西，给予并接受你感觉到在你存在的里内等待着被释放的爱。这是一个你可以在各种层次上做出的选择，它是你开始一个伟大工作的钥匙。

有进一步的询问吗，我的弟兄？

G：是的，我有很多重复发生在校园中的梦境，梦见忘记了家庭作业，没有去上课，错过了截止日期…同样也梦见我在学校乐团中练习、而我在演奏基本的歌曲上遇到困难。你们能否给予我任何洞见，关于这些梦境正在尝试告诉我什么事情？我错失了什么东西？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们将再一次对你引用我们之前的答覆的开头部分，在其中，我们建议这是一个视角的问题。在这个情况中的该视角即是，在过去，你对各种各样的机会和挑战已经做出的回应，你对自己的观点以及你是如何感觉的而这些机会和挑战在这个幻象中同样在你自己的灵性旅程上对你自己的成长是有意义的。这样一个视角可以被增强，藉由将自己视为造物者，视为一个共同造物者参与你在此生中所有体验的事物。

有进一步的询问吗，我的弟兄？

G：是的，依照一个灵性局外人的定义，我是一个流浪者。我想知道你能否回答

我，我的灵是否原生于这个行星？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄，在这个例子中我们可以回应，我们认为你属于另一个行星的起源、属于另一个密度的起源，的确，你就是被这个团体称之为流浪者的实体，你在这个星球上有一个要去完成的任务，你现在正在寻找那个任务的本质与核心。

有进一步的询问吗，我的弟兄？

G：是的，我现在有相当长的一段时间没有体验和一个女性之间有爱的人际关系，我想知道是否我，我不知道，注定要有一次这样的关系，而她…会在哪里呢，那个人在哪里呢，是否有这样一件事在等着我？我将会体验类似那样的事情吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。啊哈，这个家伙想在主菜之前吃甜点。在你真的找到这个在你的旅程上的友伴之前，我的兄弟，在你面前有大量的工作，因为那些具备流浪者属性的人经常会在一段特定的时间中非常孤独，在这段时间中他们会发现他们希望在其上旅行的旅程和道路的核心。当双脚坚定地踏上这条道路的时候，那么，也许有一天，你将会注意到另一双脚亲密地走在你身边。

有另一个询问吗，我的弟兄。

G：是的，如果你需要一个描述，我将给你描述，但是我相信你能够从某种意义上读取我的心智。六月 11 日的晚上，凌晨两点，我经历的是什么呢？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。我们通常不倾向于对没有被说出来的事物发言，然而，在这个情况中，我们可以清楚地建议，这是一个指示器，一个启蒙的经验，在即将到来的日子里，它将会在生命模式中进一步地重复和排列。

有另一个询问吗，我的弟兄？

G：感谢你们给予我所有这些机会，好提出我的问题。当我能够去冥想的时候，我不是非常疲倦的时候，我觉得自己彷彿位于我的脑袋的一边或者我的能量不知怎么地被扭曲了。我是歪曲的，我被扭弯了。你们可否向我提供某种解释，关于正在发生什么事情？这是什么东西？

我是 Q'uo，觉察你的问题，我的弟兄。当你内在的敏感性对于在你内在正在产生的形而上经验变得更加敏感时，这些内在感官将开始察觉到这些更精细的能量穿越你的脉轮系统时是流动或阻塞的。的确，当你感觉到自己扭曲朝一个方向或另一个方向时，这是一种对在你的形而上或时间/空间中的存在之中、能量目前是如何配置的一种相当准确的感知。

这些能量是那些在你寻求你的旅程的中心之际、你现在开始与之工作的能量。平衡它们的机会将在每一天的日常活动中来到你身上，因为你被给予机会来表达对[唤醒了这些配置的]催化剂的各种层次的回应。因此，我们推荐你保持耐心并坚持不懈，每天工作那些被赐与你的东西。

有最后一个询问吗，我的弟兄？

G：在我母亲的…如果这个问题不会太长以致于无法回答的话…在我的家族、我母亲那一边有一场盛大的家庭聚会，我母亲不和她的六个兄弟姐妹说话，我已经努力去寻找各种弥补关系的方式、却没有完成那个工作。我知道，我猜想任何事物都是可以被治愈的，可能性是无限的，但是治愈能够在那个家庭中在那种情况中发生，你们觉得这是有可能的吗，如果是这样的，我能做什么吗？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。的确，总会有疗愈的机会，然而在这个情况中，那些涉及失去爱并寻求爱的许多人、缺少这样做的渴望，对于这些和你密切相关的一些人，也许仍然需要有一个进行内在反思的时间，甚至是在潜意识层面上的沉思，在这个过程中，你的部分可以单纯地如你所是地提供自己，在每一刻之中保持自发性，让你感觉到的爱与供奉来指引你，而不执着于任何特定的结果。换句话说，尽你所能地照耀你的爱之光并让它所产生的结果如其所是。在其自身的平衡中、它是完美的，尽管在其显化中，它是神秘的。

此刻，我们感谢在场的每一位，为了你们做出那些必要的牺牲来加入这个寻求圈，也为了你们邀请我们加入到你们今天的寻求过程。

此刻每一个朝圣的真理寻求者走在那条落满灰尘的道路上，在伟大的选择密度中旅行；我们一直对于加入你们至为感激。我们提醒各位我们只是你们的兄弟姐妹，我们在这条相同的道路上也许寻求得远一点，我们做为过来人已经历过你们现在经历的事物并希望对你们有所服务而向你们提供我们的观点。

请拿走我们的言语和想法中那些对你展现出真理的部分，并将所有其他没有对你展现出那种真理的内容都丢掉，因为我们不愿意成为你们道路上的绊脚石。请了悟到你们走的每一步都被完美地计划了，如果它不是在这个经验层次上被计划，

那么它就是在投胎前的层次上被计划的，在投生前的层次上预期到极大的经验范围，它就是在这个幻象中、你的体验了，你的内在拥有以一种成功的处理程序来面对每一个催化剂以及将那些课程混合为你的生命经验的宏伟织锦的能力。请知晓有一些无形的实体正与你们一起前进并帮助、指引、教导你们。最后我们推荐每一位每天为所有的经验对太一造物者献上赞美与感恩，无论那经验是被理解的、令人困惑或令人心烦意乱的。因为一切事物都是学习爱之心的一个伟大机会。

我们是你们知晓的 Q'uo。此刻，我们将离开这个器皿和这个团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ **第 2405 章集：人格类型**

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年二月 6 日

来自 E 的问题：（Jim 朗读 E 的问题）「卡尔·荣格出版于 1929 年的书《人格类型》以及随后的凯瑟琳·布里格斯和伊莎贝尔·布里格斯开发的迈尔斯-布里格个性类型测量（MBT Indicator?），分为内向型或外向型、感知型或直觉型

(iNtuition)[1]、思考型或感知型，判断型或察觉型等个性偏好被用于描述十六种不同的人格类型。我相信十六种 MBTI 人格类型是 Q'uo 在之前的冥想中提及的人格外壳。你们能确认这一点吗？在这个议题上、你们可以提供任何你们觉得可能会有帮助的评论吗？」

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中、我们今天来到你们中间。

我们感谢叫做 E 的实体呼叫这个寻求的圈子在一起。能加入到这个圈子是一种荣幸。我们感谢你们，为了你们的存在之美，以及你们花费的能量和意志以创造这种时刻，在此，一个寻求圈子可以被呼唤。能和你们谈话是我们的荣幸。我们将尝试去尽其所能地和你们分享我们的意见。

一如既往，请了解我们非常希望你们在聆听我们所说的内容的过程中，使用你们最大的分辨力。请和任何对你们可能有吸引力的想法一同工作，但是如果在你们的心智中、对我们所提供的观点有任何问题，那么我们会建议你们毫不犹豫地把它放在一边。因为去跟随任何一个权威对你都是不明智的。相反地，跟随自己的分辨力的共鸣，去挑选那些看起来对你们有益的事物，丢掉其他看起来无益的东西。我们感谢你们在这方面的考虑。它将允许我们自由地发言而不用担心我们会侵犯你们的自由意志或妨碍你们的进程。

「人格外壳」这个词语，就我们所知，是我们鼓励这个器皿使用的一个词语，却从未仔细地尝试去精确地定义一个人格外壳可能包含怎样的内容。我们推断你要求的目标在于对人格外壳这个术语发现更多，尤其是当人格外壳可能类似于十六

种人格特性的组合；而这些特性是迈尔斯-布里格测试所提供的、十六种描述各种各样的人格类型的方式。

我们可以说在人格外壳这个词语和一般概念的 MBTI 测试之间有一种粗略的对应性。的确，你们的任何一个测试，旨在区别实体们处理信息并做出决定的不同类比的方式，都可以达到对人格外壳的一项检查进行粗略的命名目的。然而，这仅仅就是一种粗略的对应性，因为一个人格外壳是一个实体的完整结构，而测试所检查的对象是一个人格中看起来有助于测量的特定方面。

当我们使用「人格外壳」这个词语时，尝试对人格外壳进行测量不是我们对那个词语的使用中所呈现的内容。对于我们，人格外壳这个术语是表明从你无限的或永恒的灵魂或灵性的 360 度全方位之中被选取出来的某些项目的松散集合。

你们已经通过许多次转世、经历过许多事情。你已经在生命经验上和一长串的列表上[包括完成得很好的行为、以及在投生结束之后你反思了并决定在未来的投生中重新体验的行为] 获得增长。这些经验与行为就组成了我们之前称为的装满礼物和局限的小旅行箱的全部内容，它们就是你已经选择作为在此生中、你穿在人格上头的衣服了。

迈尔斯-布里格测试查看一个人格之特征的方式，在一小段时间中、替接受这样一个测试的实体提供钥匙来确定大量与坚实的信息，如叫做 E 的实体说过的，这可以被视为是极其有帮助的。

这不是当我们凝视一个实体的人格外壳时、我们看到的视野，因为如我们说过的，我们不以相同的方式来测量。我们检查每一个实体的表面心智、并在我们被

允许的以及我们能够到达的程度上深入那个心智。有两个分开的限定条件，首先，一些实体拥有受到极端控制的心智，他们已经花了特定额度的时间来守卫其能量场的区域，该区域是那个存有的意识或思想所创造的。

在你们人群中、大多数实体在他们的想法及其人格结构的方面，都是没有被良好防卫的，因此他们对于组成你们的能量样式的[诸如我们看得到或感觉的]各种各样的能量混合物之质量是相当透明的。你可能就颜色或形状的方面看到这一点，我们当然看见了。

我们不必去分析或思考我们所看到的事物，因为我们习惯以这种方式将能量视为纯粹的振动，因此，以这种方式查看你对我们是第二天性，反之，进入你们的语言并在你们的心智中找到特定的信息，这对我们是比较困难的。

我们凝视这个问题来寻找那些我们可以进一步和你们谈论的项目，在考虑这个问题[什么是人格外壳]的时候，它们可能成为你们的一个资源。我们相信已经表达了人格外壳的概念，如我们使用那个术语一样，人格外壳不仅仅是一套诸如获取信息和处理信息的偏好和方式之类的人格特性，它也包含了那些难以对一个心智归类的项目，好比我们发现这个器皿拥有这样的心智。她并不了解你会如何表示或分类各种限制、特定的局限放置，如此等等。局限的放置在人格外壳中拥有一个特别的利基。

在此刻，你们处于肉身中、有许多人已经在他们身上放置特定的阻塞或局限，使他们避免沿着一条极端的道路通向一个并不被魂或灵所渴望的终点。这种局限的一个例子就是这个器皿、她一生虚弱和脆弱的健康状况的动力关系。这个器皿小心谨慎地在投生之前就在其人格外壳中放置了一种局限，在任何时候、只要这个

器皿基于她自己的自由意志选择进入一种身体活动到达一定程度，以致于她无法寻求一种每日的、内在的、冥想的、沉思的面向，这种局限就会出现了。在过去，每当这个器皿发展出一种如此勇往直前又雄心勃勃的身体活动，以致于她发现自己无法喂养在沉思和冥想方面的更深需要时，肉体就会明白地故障了。

有一些实体他们没有将这种阻碍物放置在他们的人格外壳中，因为他们并不拥有这个器皿在投生前为自己创造的那种人格设定。对于每一个实体，将有一种完全不同的动力关系、以及毋庸置疑地一种不同的人生之平衡，这种平衡是需要被遵循的，因此，在灵性的进程之内，(每个实体)对于不想要的活动有一种完全独特的限制方式。

这一种隐藏的材料，一个(人格)测试[好比 E 实体一直在研读的测试]无法涵盖到、也无法期待它将来会涵盖到，因为既然它们对于在此生中的实体用任何显意识的方式都是未知的，那么，记录这类偏好的测量方式并不存在。

再者，当人格外壳在投生开始之初被带入的时候，它不是以各种特征被组织起来，而是以能量中心的开端被组织起来。有一些能量特别适合于红色光芒，某些能量适合于橙色光芒，某些适合于黄色光芒，如此等等，贯穿各个能量中心[2]的所有颜色。

在许多的情况中，在表面上看起来是一个特征的东西、实际上是一整个特征的八度音程[3]，因为来自红色光芒的特性具有一种着色，而来自橙色光芒的特性具有另一种着色，如此等等。

我的兄弟，在我们前往你的下一个问题之前，请问有后续的询问吗？我们是

Q'uo。

E：没有了，谢谢你们，Q'uo，我理解你们的话了。

Jim：（朗读来自 E 的问题）「第二个问题是，我相信经由 Sandra Krebs Hirsh 和 Jane Kise 的<注视类型和灵性>书籍，辨认出各种灵性成长的途径，表明了灵性成长的各种道路、以及我们的人格外壳的演化的各种可能性。你们能肯定这一点吗？」

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的兄弟。因为这个研究是你在此刻活跃的进程的一部分，我们无法做出自己的判断从而干扰你自己的判断。

我们会简单地说，我们觉得你所从事的全部研究都对你的进程有帮助，我们会鼓励你继续探索并寻求在幻象的皱褶之内的真理，它既揭示又隐藏如此大量的、人类整体在赋能作用中的无限性。

现在，容我们问，有另一个询问吗？

E：我理解继续进行这种研究对我会有帮助，但它会对其他人有帮助吗？

（Carla 传讯）
我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们相信，一般来说，在此生之中、小心谨慎又深思熟虑地考量自我的本性，这对于灵性进程的外部工作总是有益的、有帮助的。

我们发现，基于人格的核心性质，容我们说，进一步说，基于那个实体在智力训练方面的心智训练性质，涉及心理类型的研究信息在其有益性方面是变化很大的。

对于某个类型的人，当他在真诚的沉思、默想、提问中查看自我的时候，这样的信息是强有力的资料、并且推动有益处的反思。在其他的情况中，我们发现、几乎不会有对这种信息的兴趣，因为那个通过研读他自己或她自己的实体，正在以一种非唯物主义的方式查看自我。

一般而言，相比于那些[这个器皿称之为]隐士或灵性的学生，这类学生是这个器皿会称为在一个古鲁或老师指导下的小沙弥(chela) [4]；那些通过分析性和智力性的方式工作的人将发现心理学和心理类型的研究是远远更有帮助的。

对于那些聚焦于某类型的古鲁或挚爱的老师的人，涉及人格的唯一有帮助的信息是通过老师的存在或临在而被给予的信息。在这个(老师)实体临在的无法言喻的完整性之中、蕴含着引起那种人格的兴趣的全部信息。

移动到这种人格的极端情况，有一种实体，好比这个器皿，不会接受任何古鲁或老师，除了外观为基督的造物者自身之外，而这个器皿对祂的知晓不仅仅来自其文化和宗教的训练，还来自于个人经验。

无论一个实体是和这个器皿同类，把一张脸孔放在造物者上头，或者他属于神秘主义的类别，那个人格类别不会要求任何个人信息、以便于致力于奉献无限造物者，容我们说，一个神秘主义者探索自己所需的图像、标志、完整的信息数据库

就是造物者本身。

在一方面，一个分析性的实体作为一个自我、进入到沉思他自己之中，可能是

一个造物者。另一方面，一个属于非分析类别的神秘主义者会从造物者的能量进入自我，进入或达到那个被称为智能无限的大门区域，就肉体方面而言、它位于头顶，它一般被称为第八脉轮或皇冠脉轮。

那么，呼唤就是从造物者向下，而该实体是将超越所有分析的知晓倾注到自我之中。就是对于这类的实体，信息将以一种概念的形式进来、而非以一种可分析的形式进来。

就收到一种有益且属于灵性信息的方面而言，这种人格的美妙是：信息以相对完整的方式被收到。这类信息的局限性是：它难以被转译成语言，因此，在一些情况下，很难用这样一种方式去分析，好让一个人可以看见牵涉该概念的想法结构的组成部分。

类似地，分析和测量的价值在于它是非常清晰的，提供了大量可以在第三密度中被获取与使用的信息。它适合语言，它在空间/时间连续体中，在共识的实相中起作用。从分析、学习和研究进入一种对自我的知晓、其局限性在于它将永远无法碰触到领会或「感觉」自我的质地与自我感的范围，自我感来自于接纳自我为造物者的一部分、毫不理解整体可以被分析或切分，(即使)以最有技巧或最聪明的方式进行。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

E：不了，Q'uo，我很感激这些例子、关于寻求者的各种各样的进程。它有助于我更好地理解。

Jim：（朗读 E 的问题）「我相信我是一个流浪者，也相信我的儿子 H 和女儿 M 都是流浪者。你们能确认这一点吗？在处理我个人的历史和我在地球上的家人方面，请提供任何你们觉得对我进行思索有帮助的评论。」

（Carla 传讯）
我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们真的可以确认你刚才提到的每一个人都是流浪者。一如既往，当我们提供这类的信息，我们的确想望把它安置在我们对此的理解之中，也就是说，在此刻、成为行星地球上的一个流浪者意味着什么。

很多流浪者尚未从你们星球上的人生之梦境中醒来，那是他们原先的希望。对于那些尚未醒来的流浪者，在行星地球上成为一个流浪者没有任何意义。若没有觉醒于一种领悟：即有一个更大的观点，超过你们所有人都被包含其中的文化向你提供的观点，身为一个流浪者的知识、其用处尚未生效。

一旦流浪者已经在共识性实相的梦境之内醒来、觉察到他是永恒的一个孩子，觉察到他进入局限与限制之中是为了精心制定的原因，接下来了解到一个人是流浪者就有帮助了。它允许一个人有能力以一种明智而合理的方式和特定的孤独、被抛弃、厌恶的感觉打交道，这是极有帮助的，对于一个为了服务与学习而进入第三密度的流浪者而言，这些感觉经常是伴随着流浪者的经验。

实体们了悟到、为什么他们在行星地球上会觉得不得其所，这对他们是非常有帮助的。他们觉得不得其所是因为他们来自(宇宙的)其他地方，这在某些情况中是一种新的体验。在其他的情况中则不是一个全新的体验、却肯定是一种跟很久以前的那些记忆不匹配的体验；那些记忆是(环境的)振动属于一个较高的密度、而生活的条件以某些方式是更加有吸引力的。

一旦该实体开始意识到疏离感和迷失感的原因，对于那个实体，去回顾他所知的、关于他的(真实)财产，接着尝试去恢复他的决心[选择进入行星地球上的人生]之菁华，这是远远更加容易的。

在所有的情况中，在这个时候进入行星地球上的一个身体、这个职位(spot)是非常难以获得的。每一个实体，希望在你们星球的进程中的关键时刻去服务与学习，都献出了他自己，他的存在，他的投生计划，以及他同时去学习和服务的希望。你被给予了一个职位，因为你做好优异的准备进入此生，醒来、回想起你的计划，因此能够在你剩余的此生成为一个共同造物者，显化你如此努力工作以获致的表达机会。

对于那些已经在人生中醒来、知晓他们的流浪者属性的人，我们愿意说两件事。

首先，我们要求你们完全地使自己变得谦卑，了解到你们现在不是来自一个更高的密度。现在，你们是行星地球的原住民。你们已经赚取进行一次重大的冒险的权利。你已经跃入了，容我们说，第三密度的池塘的最深处。没有任何你将会忆起的保证，即使你记起来了，也没有任何保证你能够成功地完全融入此生之中。那就是我们鼓励流浪者去做的第一件事情。很容易去想念更高密度的体验，不过，那不是你来到这里的原因。如果你想望更高密度的体验，你就绝不会离开(那

儿)了。

你们非常渴慕在此刻去服务。因此，我们请你们充分地融入此生，尽你们最大的意志和热忱这样做。看见这个环境的美丽。尽管你的同伴们是困惑的，看见他们的存在之内的造物者。在你自己的困惑之内看见造物者，在某些情况中，宽恕你自己花了这么长的时间才充分地觉醒。

一旦你已经把你自己完全地带到地球的土壤上，一旦你已经扎根自己、如同一个地球的原住民，接下来，我们会鼓励你们去做的第二件事就是每天在一种开放式的心甘情愿中歇息、好看入你的模式和目的。

任何一个实体的人生的完整形状都是隐藏于那包围着一次肉身的人生表象的事物之中。你的意识中有很多部分并未进入白天的亮光之中，相反地，在潜意识和无意识的进程中继续其工作。然而，它会被给予那些请求去找到答案的人。如果你不请求，如果你不善用你的指导灵，你将无法被那些蒙福的存有造访，他们等着你要求指引和帮助。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

E：不用了，Q'uo，感谢你们、为了你们的评论的美丽和洞察力。我觉得特别地感动、并做好准备去实现它们。

(Carla 传讯)
我们是 Q'uo，大大地感激你的评论，我的兄弟。知道我们的评论中的某些内容在你的寻求中可能会有帮助，这是对我们的一个祝福。而这种情况发生了，它远远

超出我们的希望，我们为此极为感激。

在我们离开这个器皿之前、有另一个询问吗，我的兄弟？

E：没有了，谢谢你们。

（Carla 传讯）
既然那样，我们将离开这个器皿及其团体，我们在太一无限造物者的平安和大能中感到荣耀，并且在祂的爱和祂的光中歇息。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai，我的朋友，Adonai。

原注
[1] 在 iNtuition(直觉)中的 N 是作者有意大写的。使用那个大写的 N 而非使用那个词语开头的 I 作为大写字母是为了把它跟 Introversion(内向)区别开来，在他们的缩写系统中、Introversion 使用大写 I。

[2] Q'uo 提到的颜色是红橙黄绿蓝靛紫的「Roy G Biv」（各个颜色字首英文缩写）彩虹色。脉轮沿着脊椎被分配在身体上，从脊椎底部开始是红色光芒，橙色光芒位于下腹部，黄色光芒位于太阳神经丛，绿色光芒位于心脏(附近)，蓝色光芒位于喉部，紫罗兰光芒位于前额，紫罗兰光芒位于头顶。
[3] Q'uo 似乎在暗示，每一个脉轮或能量中心之内都有一列完整的子八度音程的关联，从红色直到靛蓝色，假定伴随着皇冠脉轮、就在头顶上，以及白的染色作为八度音程的脉轮。
[4] 在印度教，一个门徒被称为 chela，或者如这个词语在古希伯来文中存在的样

子：selah。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2406 章集：一个孤单的流浪者

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年一月 23 日

来自 P 的问题：「Q'uo，我持续地和这感觉一起生活，感觉漏掉了某个关键的东西，而它可以让我理解投胎到地球上的目的是什么。因为这种不安，我的生活是一种持续不断地提问、寻求答案和解释的过成，完全缺乏平静和幸福。因为我没有目标感、甚至感觉我并不属于这里—活跃的，在地球上生活—我觉得我尚未恰当地学会关键的课程：包括对的行动、对的友谊、对的家庭，知晓我的真实本性以及爱我自己等方面。我感觉到我是一个大女孩(woman-child)，我和自己封锁在一起，我在自己的世界里独自一人。我感觉我没有处理好，或意识到如何驱散过去的灰烬，接着喜悦地走过未来的门槛好让成熟和收获去开展。当你们查看我的情况的时候、请提供指导和帮助，并提供一些你们觉得将在我个人通向自我领悟的道路上、对我有帮助的想法和灵性原则。」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中，我们今天来到你们中间。(你们)邀请我们成为这个寻求的圈子的一部分，我

们为了这份荣幸感谢你们。然而，我们要求你们帮一个忙，那就是请你们在聆听我们的想法的时候、非常小心谨慎地使用你们的分辨力。有时候我们的想法是有帮助的，我们肯定希望我们的想法是对你们有益的，但是我们无法一直都，容我们说，一针见血，我们希望你们意识到我们可能不会说对你们有很大意义的言语。如果它们跟你们没有共鸣，请将它们抛开而不要尝试去与之工作。如果你愿意用这种方法使用你的分辨力，我们将在与你们谈话的时候、感到更加自由而不用担心将会侵犯你们的自由意志或成为你们的进程上的一块绊脚石。我们感谢你们在这方面的考虑。

我的姐妹，在收到你的问题的时候，我们的首先考虑是向你担保，你并未在你的道路上迷失了。你并未浪费时间。有一些方式是我们也许能够通过它们为你提供一些资源的，我们很乐于这样做。但是，我首先的最关注是单纯的鼓励和再保证。

我们了解你觉得孤单，的确，达到了极端的孤单，在此，你不仅仅孤立于正常的友谊，而在行星地球上、如此多的实体发现非常容易且几乎无需注意就可获得友谊，你甚至还有跟自己的某些部分隔绝的感觉。在你的里内有一种渴望去整合于你里内存在着的自我之所有那些要素、并找到某种让人舒适的配置，它可以让你感觉完整、完全，如这个器皿所说的，在你自己的皮肤内感到舒适。

这种孤立是人格外壳的一个自然与正常的部分，一个已经在地球的梦境中醒来的实体会体验的孤立，该实体接触到一种知识，即在天与地之中有着比被大多数人的哲学(思想)已经梦见的世界远远更大的世界。一些拥有这些感觉的人被称之为流浪者。他们的孤立感来自于从更高密度而来的经验，跟行星地球上的第三密度中人群可以获得的、对于一体性的被看守且被遮蔽的领悟和表达相比较，在更高

的密度中、在察觉自我和其他自我的内在想法与感觉的方面是极度开放的。

对于其他的地球本土居民—并非来自更高密度，尽管如此，既然已经觉醒，他们都感觉到类似的孤立。

无论你的过去是否跟更高密度的那些人有关系，你在此刻的体验都是典型的、这个器皿经常称之为「流浪者之忧郁」。一旦已经觉醒了，该实体就无法返回沉睡了。一旦他已经领悟到他走在一条无法被生死所局限的道路上，他就不会再次回到家了*。如此就是流浪者的体验了。

(*编注：这一句的逻辑有点奇怪，可能意指已觉醒的人不再像以前那样生活…)

对于这样的实体，好消息是他们不会永远地被封锁在这样的隔离中，他们也不会一直是孤单的。那扇你发现自己被隔离在其后面的门的钥匙是一连串的领悟，这就是我们将尝试和你讨论的内容了。在我们讨论的尽头，我们欢迎你的询问、以更进一步地列出你想望去了解的东西。

我们发现你在此刻的体验是当一个实体尝试去加速她的心智、身体、灵性的演化速度、在她的旅程上达到一个临界点的时候会出现的体验。的确，我的姐妹，你已经处于这个临界点一段时间了，但是因为在灵理解和文化上的理解之间的一种很可以理解的联系，你尚未知晓如何去前进。

你所属的文化用行动来认同前进。为了前进，需要有某种标记标明行动已经被执行并且已经被成功地执行。

然而，你并非尝试在空间/时间的世界中工作。你并非尝试在物质世界中改变任何东西。你的猎物存在于形而上的大地上，它是被这个器皿所称的时间/空间连续体的一部分。你正在尝试于内在世界中工作，而非物质的幻象，在哪里，你和能量直接打交道，而非物质性的东西你正在和思想一同工作。这是奥秘、悖论、灵性的领域。而它是一个你非常了解的世界。

然而，在这个特殊的世界中，前进的本性和你的猜测不一样。我们尝试在此刻和你分享一些想法，它们旨在帮助你看到，我们在这里思考的东西是什么。

我们会从红色能量中心开始我们的讨论。在任何一个实体的、从红色光芒开始并向上移动的系统中都会有些阻塞。在你的情况中，我的姐妹，我们发现你在红色光芒能量中心之内有一种过度激活和阻塞的组合，在无意识的层次上，由你的感觉所创造的，这感觉是你已经犯错和做错(事情)。这情况紧缩了你的生存机制、并且为你创造了一种情境，在其中，你会频繁而本能性地处于一种跟战或逃的机制相关联的情绪和身体知觉。这是一种在你的能量系统中已经出错的信号。

我们想要在这一点上说明，我们不会责备你或表达这感觉：你已经犯了一个错、因为创造了这个阻塞。我们会想望对你指出，在坚持不懈、毅然决然地在这次投生中去实现你的任务和目的、以作为你所关注的事情方面，你所展现出来的奉献、爱、勇气相当值得称赞。它并非故意地把你放置在一个情境，在其中，

你的能量系统多少有些失衡，而这单纯就是你作为催化剂而收到的事物和你将及时地带着爱而解决的事物的一部分，就好像它就是你在这次人生中、在行星地球上的灵性旅程的一部分。

既然你非常清楚地觉察你同时在橙色光芒[个人的人际关系]和黄色光芒[好比婚姻等法定关系]上都体验了阻塞，我们将简单地指出，我们会同意你在这些能量中心已经有些失衡，它们为你制造出数不胜数的苦痛、并给你带来了大量的信息与学习，带着一种冷静沉着而客观的意愿，你已经在很大程度上使用这些信息与学习，从每一个经验中尽你所能地收割每一分学习与服务。我们再次称赞你，我的姐妹。

你在此刻面对的关键之处存在于绿色光芒或心轮。在未受教导的眼睛看来，似乎有个统一又整体的心在等待着一个接近开放之心的大门的实体。然而，实际上，心轮有两个不同的层次。我们会称它们为心之外部庭院和心之内在至圣所。

当你最终准备好面对你的阴影自我，你就会进入自己的心之外部庭院。无论你在你完整的人格中尚未识别出的、或尚未开发出的东西是什么，它都会在你开放的心之外部庭院中与你相遇。就是在这里，你将找到阴影的自我。为了进入到你自己的心之内在至圣所，对于每一点未显现的光——就是你自己的一部分——你必须做好欢迎、理解、接纳的工作，对它感到慈悲并最终将它赎回。

我们相信每一个实体都是造物者。正如同一副全息图像，它可以从那副图像的任何一部分被看到、并反映出整体，你们也是太一无限造物者的一片全息火花。因此，当你进入你的心之内在至圣所，你需要把完整的自我携带在你身边。

这就是你现在面临的关键之处了。对于你现在必须赎回的自己的那个部分，我们只能这样说、非常含糊地为你描绘它——你对于自己有很高的期待，这为你在体验自己的方式上、创造了一种扭曲。

你一直都是自己的一个审判者而非救赎者。这是可接受的。再次地，这不是一个错误。然而，你的评判机能、尽管被打磨得闪闪发光，它不是在你开放的心中等待着你的完全慈悲与完全有爱的机能。因此，评判本身，做为你的人格的一部分，需要被召唤进入你的开放之心的外部庭院。也许你会为自己创造一次和这个审判者[你的人格的一部分]的一次对话。

关于这种评判的机能，什么是重要的事物呢？一个灵魂居住于行星地球的幻象之中的情境，当评判的机能尝试去评价该情境，该机能省略了什么事物呢？

有些时候，一种对细节的热爱和找到底线并解决每一个问题的渴望不会对你多么有帮助。当你尝试去爱、宽恕，并进入对你自己的一种更深理解的时候，相比你的信心与直觉的机能，这样的合理化很可能会是一个非常笨拙的工具。

因此，我们会鼓励你把对自己的所有评判都搁置起来并凝视着——祝愿你仅仅通过天生的直觉来凝视——你将自己描述为这个美丽的「大女孩」。你能看到你在尽其所能地这样做的时候的绝对忠诚吗？你能看到你意图的纯净和你的品格、才智、幽默感、和所有那些使你独一无二的事物的颜色之美吗？

现在寻找评判。你能在这种评判中看到真正人性的渴望、想要进入一个控制的位置吗？那个位置实际上不是心的一部分。这是一个微妙的要点，我们会允许你去思量它。

我的姐妹，我们愿后退一步，而不具体地凝视你，并简单地谈谈关于体验无条件

爱的方式感觉如何。如果你愿意，观想接近你的心的大门，通向那内在的至圣所，在其中有安全、接纳、悲悯。

你自己有一个部分早已在那里。从你出生前，它就已经在那里。它将会在那里，直到你的意识转换穿过该大门，进入更大的生命。你的那个部分是你正在尝试再一次相遇的部分。它是你对其感到飢渴、你自己的一个部分，它真的就在那里等待着你—如它总是在那里等着你一样。

你自己的那个部分即是造物者。对于这个器皿，她是一个神秘主义基督徒，这个实体的面容就是基督的面容。这使得她非常容易去观想在她开放的心中等待着她的事物，因为她拥有一个已经在她的心智之眼中为这个实体创造的视觉化形象了。无条件的爱在你自己的心中等待着你，我们会建议你找到一个面容给无条件的爱。这个形象是你自己的一部分，于此同时，它也是神性原则的一部分。

如果你可以为那个形象找到一个脸庞，那个脸庞可以帮助你亲密地和那副形象联系在一起。有很多神话的、哲学的、宗教的、文化的人物，(你)可以从中去选取。对于一些感觉沿着东方世界的思想的线路的实体，我们会建议观音、佛陀、穆罕默德或无名神 Yod-He-Vau-Heh 的面容。有很多形象是可以从中汲取的。在为你创造前进的环境、好穿过如一张弯液面[1]般的这个阻力时期或地方，个体化那个以张开的双臂和一颗完整的心等待着你的钟爱存有，这经常是有帮助的。

会有一种突破进入开放的心的阻力。那个评判并不想要放手、接着简单地说：「好吧，也许评判在这里是不合适的。也许一个酷评的心智的评价和大量毁灭该有一个结束了。」再次地，这是一个微妙的要点，我们欢迎你思索它，照你想要的时间，尽量去思索。

然而，在这个情境中为你开倒车并制造出压力的事物是：你必须在较高的能量脉轮上工作的渴望。你的导向是在开放的沟通的蓝色光芒上进行大量的工作并进行靛蓝色光芒的、意识中的工作，你已经不知不觉地在自己身上放置了大量的压力。而这一点的最终结果是锁住了能量体。

释放它并允许它随意移动、以便于找到一种更自然的平衡的方式，开放你自己到达一个新的信任自己的层次、和一个新的信心层次：一切都好。

我的姐妹，缓和一个寻求者的疑虑或在担心的层次上创造一种有效的安慰，这几乎是不可能的。我们无法给你提供具体的信息，关于修复或增强你的能量体、人际关系，或你提到的任何其他(生活)要点[和过着一种物质生活的细节的外部工作有关]。从我们的视角来看，修复必须来自于采用一个更高的观点、接着用那种被增强、拓宽、深化的观点回顾那个情况。

从那更高的观点来看[我们的观点]，我们会建议你用一种谦逊的方式领悟到、你可能不同意我们——你已经完成你想望完成的事物了，但是你尚未给予自己去享受它的许可。

我们会建议，一切真的都是好的。

现在，当我们凝视着在此刻的这些想法，它们在这个器皿的心智和你的心智之中，我们发现自己被吸引去谈论关于这种强烈的孤独感，以及伴随而来的那种感觉—你缺乏能力去创造稳固与有爱的关系，不管那是和你自己的关系，或是和他人的关系。

我们会同意，你已经在自己周围创造了一个受保护的空间，那个空间无意识地、却被有效地设计，用于对外在世界提供一个挑战性的人格面具，该面具被设计为不容易亲近。我们愿对你建议，这种防御机制是在你人生中的某个时期被你放置好的，当时你是年轻的、并且无法为自己防卫那些对你很重要的人的欠考虑与不敏感。它是在一个足够年轻的年龄就被设置好的，以致于它的机制被掩埋了，而引起那种机制发生的痛苦也一同被埋葬。

你可能会发现和一位治疗专家一起穿越早期童年的记忆是有帮助的，这位治疗专家不仅仅喜欢你，也受到训练可以引导你讨论那些你可能很难面对的情境。这是一个完全由你考虑的议题。我们并未鼓励你去做这件事情。我们说的是：你可能会发现完全终结一些早期童年的材料，这对于释放你、逃离你目前正在能量体中体验的一些束缚是有帮助的。

我们相信你需要的唯一想法就是对自己的信赖与信心，它最终把你带入自己内在的至圣所中的一个舒适的成长环境。当你寻求去越来越多地知晓你是谁的时候，你将发现你正在揭开自己的真实自我的神圣本质。越来越多地，你将找到一些能够宽恕自己的理由。

我们在你的询问中听到，你认为也许是你和他人之间在前世的困惑又混乱的相互作用把你放置在这样困难重重又不舒适的情境中。对于这一点，我们会这样说来回应你，单单就这一次的人生来思考。

在第三密度中，为了很好的理由，覆盖着其他转世的罩纱被展开来。请知晓在每次的人生(结束)之后，你都会经历一个治疗与平衡的过程。那个治疗的阶段治愈

了那辈子，于是，典型地，实体们就不用携带着沉重的业力包袱进入另一次投生了。在第三密度中的这个点，属于第三密度的非常晚期的部分，典型地，实体们带着平衡的业力进入一次投生，而我的姐妹，这就是你的情况了。

在这次投生中、你正在与之工作的能量如你已经说过的一样：那些能量在你自己之内。为了让你自己成为完整的、整体的，并能够推进你的演化进程，在这次投生中，没有和其他实体相关的工作。毋宁说，需要进行的工作是：你要赶上你自己。要做到那一点，你将必须给自己一些时间、安置你已经获得的客观知识、开放你自己面向在当下此刻存在于面前的可能性。

因此，我们会单纯地请你释放所有的恐惧。不必担心你会失败。你早已是成功的。你已经在这次的人生做了这么多事情。现在，你的关注只需要是：「在这一天、这一刻，在这无限制的可能性的当下此刻，祢想要我做什么事？」

释放你无法向另一个实体开放你自己的恐惧。相反地，聚焦在对你自己开放自己。我们相信你在人生中的每一个区域都将发现，如果你能够宽恕自己、爱自己、支持自己、鼓励自己，你将会为自己创造一个健康、健全的气氛，在其中，你变得放松并开始拥有这个器皿会称为的「乐趣」。

这种乐趣出现是很好的，不是因为我们鼓励肤浅轻浮，而是因为我们鼓励平衡。灵性寻求者的一辈子是个非常漫长的旅程。它需要毅力与坚持不懈。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

一个寻求者能够拥有的最佳朋友是一种比例感与幽默感。

我的姐妹，你作为一个爱与光的战士，我们向你致敬。我们肯定你保持在正轨上并处于正确的方向。希望我们能够帮助你。当你进入冥想的时候，如果你愿意在心里要求我们和你在一起，我们可以帮助你深化并稳定你内在的静默。我们会强烈地建议你每天进入静默。用你自己的方法做这件事。找到你自己要阅读的启发性言语，你自己要歌唱的歌曲或你自己要保持的静默。但是，我的姐妹，如果你能够做到的话，让那个练习成为一个每日的练习。

现在，容我们问，有另一个询问吗？

P：还有一个问题，Q'uo。什么事物阻碍我的(交往)能力，好跟一个男人拥有一种真诚的、丰富的、亲密的关系，并最大程度地利用我的天赋和能力来喜悦地让这种关系和我的生活一同向前发展？我似乎想要活在一种真空中，将每一个人推开，恐怕他们和我太靠近。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会向你建议，我的姐妹，你在此刻推开的那个实体就是自己。当你能够凝视自己的眼睛并深深地、毫无疑问地、诚实地爱上自己的时候，那个时候就会到来了。

你将不会因为你在第三密度中和肉身中变得完美而爱上你自己，你将不会变成完美的。你将爱上自己，因为你终于看见自己，真实的你、做为太一无限造物者的一个孩子，这孩子经常会困惑、经常会犯错，经常严重地失去平衡，但她一直是、永远是完美的。

你就如同一颗恒星，或者如同一颗树，或者如北风，或者如同从茧中飞出的蝴

蝶、把牠的图案和色彩献给春天的空气。你就是你。你在这次投生中所做的事情是重新发现你是谁并检查那个你在其中生活的世界。我的姐妹，这一点你已经做得非常好了。你已经反覆不断地检查了又检查。继续那个过程吧，我的姐妹，但是在爱、感恩、欣赏中安置那个检查吧。

在你的询问中，你谈到在喜悦中前进。你可以通过开始注意到当下此刻而释放自己，以便于在喜悦中前进。当一个人在头脑里和你之所是的人格中是强有力的时候，我的姐妹，被局限在你自己的想法的力量中是很容易的，对于这个器皿也是一样。那么，偶尔彻底冲破这些想法，让它们全都消散、并看着这个世界在此刻是新的一样，这是很好的。此刻，什么东西在你的世界之中？你看到的景象是什么呢？在窗外的东西是什么呢？

当你在一个商店里和一个陌生人进行一次买卖时，我的姐妹，暂时片刻，带着新的眼睛看着那个人。造物者就在这里，造物者就在这里。在这次的买卖中，爱在哪里？如果你没有从另一个实体感觉到爱，那么在该情境中，你需要成为有怎样的爱的作者。

当你在开车或沿着乡村的人行道行走之际，停下来看一看。你在周围看见什么生命？它就是无限造物者的外部工作与表达了。用你的眼睛、手指、耳朵，带着你的意识和它联系吧。

开始参与你周围的世界，不是作为一个访客，不是作为一个质疑她的目标的人，而是作为一个选择来到行星地球，并通过降生行星地球、在骨与血的身体中成为那个星球的一个本土居民。你属于这里，拥有在这里的权利。你赚取到在这里的权利。你被选择来获得一次投生的经验因为你有极大的渴望：来到这里、在这里

有所服务，并在爱与智慧之间的一种非常微妙的平衡之上工作。

也许你已经怀疑你过度倾向于智慧，而现在希望去来来回回地玩跷跷板、直到你找到了那个绝妙的甜蜜地点为止，在那个位置，爱与智慧就好像一个流过你的东西，所以，你就是你最高与最佳的自我，而你拥有所有那些你带入此生的礼物(天赋)，可以把它们献给造物者和献给行星地球的全球部落。

请问此刻是否有个后续的询问？我们是 Q'uo。
（没有进一步的询问）

既然在此时没有后续的询问，我的姐妹，我们怀着心中全部的爱离开你们，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai。

原注
[1] 弯液面(meniscus)：「在一个容器中的一个非扰动的液体的弯曲上表面，如果液体靠在容器壁上，它是一个凹面，如果没有靠壁，它就是凸面。」表面张力以半月板的形状创造了一个表面的层次。(www.dictionary.com)

Translated by T.S.
(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2407 章集：扬升的周期

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年一月 20 日

选自 PLW[1] (读者)投票的问题：Q'uo，在过去的几个月中，我一直在网际网络上听到如此多的新时代的华丽言辞，跟我们十年前在在线灵性学习团体中分享的对话非常类似。它们论及扬升、次元的转换、地球觉醒、水瓶座时代的到来，如此等等。这种情况很明显有一种周期，每年都会有不同的人潮似乎被这些观点所启蒙。我能够忆起一个十年期，在此期间，灵性的兄弟姐妹正在「扬升」，接着离开我们的学习团体，返回这个世界、承担起新的工作。请谈谈关于不同的扬升的浪潮，为什么它如此不同地影响我们全体，以及如何影响我们？我被这种情况的不同时间线感到着迷。我有一种感觉，自从时间的开始，某种扬升就一直在发生。在这一点上，请提供你们可能有的任何评论。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中，我们今天来到你们中间。我们感谢叫做 S1，S2 的实体以及 Carla 在今天形成了这个寻求圈。能被要求加入你们的圈子并和你们谈论关于这些新时代的时髦用语：扬升、密度转换、水瓶座时代等，这是一种极大的殊荣。我们十分高兴这样做。

一如既往，我们请每一位在聆听我们的想法的时候、使用其分辨力。如果这些想法看起来对你们有益处，请使用它们。如果它们没有益处，请丢下它们并继续前进不用回头。我们不想望在你们自己的经验中创造一块绊脚石。如果你可以小心谨慎地守卫你的分辨力，那么我们将能够随意与你们分享想法而不用担心可能会

侵犯你们的自由意志。我们感谢你们在这方面的考虑。

谈论这个话题是一件有趣的事情，因为这个话题在表面上的确充满了老生常谈和时髦词语。然而，如果一个人进入这个话题的表面底下，她找到一条真实的信息线头，那是这个器皿会称为的永恒智慧的一部分。

在你们的星球上，你们的太阳系、银河系之内的确有此刻正在影响你们地球的周期。这是一个令人惊奇的时期，收集旧的事物，最终处置了它，接着是新天新地的破晓。的确，这一个时期已经被预测并讨论，持续了你们的许多个世纪甚至数千年。它一直是你们数个宗教和文化系统的本地陶冶的一部分了。

取决于正在研究这些系统的人的来源，他们可以被归为宗教或神秘主义的来源。然而，基本的概念是：有些周期涵盖了你们的数千年时间，和感知星辰及其路线有关，这是你们星球所有文化的核心构造的一部分。在你们人群中，只有非常少数人没有以这样或那样的方式听过时间的巨大区段的故事，在其中，实体们向前发展，直到他们来到感知上时间的终点、事物如它们本来的样子为止。在那个时刻有一场巨大的变化、接连不断的滔天巨浪，会有一种新的体验时间和空间的方式，如我们已经跟这个特殊团体讨论过的一样。

现在正在结束的周期被标注为大约在 2012 的年末终结。这的确是一个具有星象学特质的周期，在此，能量中有一种转换，它是位于如这个器皿所称的空间/时间连续体的心或子宫之中的能量。现在，我们谈话之际，该能量几乎已经完全转换过来了。

正在离去的能量是一种具有水性质的能量，水是你们身体的特性、和你们星球上

如此多东西的特性。它正在转变为一种和空气与火相关的能量，而这些能量正在和基本第三密度的水能量[容我们说]相互渗透。这会在你们的星球上、和你的身体系统中引起可观的改变，因为正是那种水介质，也就是你的身体内部，体验到新能量的极大渗透作用。

一般而言，这就是我们在此刻会对其进行讨论的较大周期了。如我们说过的，

它是一种真实的变化，关于你们的经验核心来到你身上的方式。你们是最后的世代，在一个第三密度激活的身体中体验第三密度。此刻，在你们的星球上，有很多实体拥有一个双重激活的身体，他们的能量体同时在第三密度与第四密度之中被激活。

这将我们带到了一套完全不同的周期模式的讨论，我们觉得发问者已经相当准确地观察到。让我们谈谈这些周期，为了首次靠近该信息的人们。这个器皿，目前在她的六十岁阶段，是早期流浪者类型中的一员，该类型的流浪者已经不再进入你们当中了。这个器皿和很多被召唤进入你们星球辛苦工作的流浪者，他们的确有数百万(人)之多，作为某种先锋来到你们中间。他们选择投生在第三密度的身体中，但是他们同样也选择了带着一定程度的、家乡密度的意识进入第三密度，他们绝大多数属于第五密度和第六密度的社会记忆复合体。

此刻在你们中间有少量的第四密度正面导向的流浪者，但是，在大多数情况下，如果你是一个流浪者，你很可能来自智慧的密度或合一的密度；在合一的密度中，智慧与爱得到平衡。

的确，此刻在你们中间的大多数人都是来自第六密度的流浪者。你此刻来到地球

的兴趣是要在你活跃的、有意识的人格中改善爱与智慧的平衡。

这对你是如此有吸引力的原因是：在第三密度的新兵训练营的环境中，如果你将你的意志奉献给一个选定的、仔细修整或明确表达的目标，你就能够在一个很短的时间内完成大量的工作。关键是持续不断地检查你的目标并专心致力其上，这样你就可以持久地维持一种聚焦。

伴随这种流浪者的巨大困难是：他们可能无法觉醒于他们的身份。在这个星球上，在流浪者族群中，你们有很多人的确尚未醒来。然而，在第四密度的新能量和第三密度的旧能量之间的不断增强的动态压力下，你们每个人的系统的固有极性会因为动态的能量而被拧、被戳，于是，有某种他们需要觉醒的事情正在发生，对于这些实体就会变得越来越显而易见了。那种类型的流浪者是一大世代，对于他们，这份信息尤其重要、并且有吸引力。

下一波来到你们的星球上的实体是那些在 1960 和 1970 年代期间抵达并出生的实体。这些实体是流浪者的一个中间类型，他们的目标没有如此大量地导向于自己的人格内部、在意识中工作。当这个星球自身对敌意和好战的能量变得反应越来越大之际，这些人格(流浪者)依旧听到行星地球的极度痛苦，而在回应光明和黑暗之间、那即将到来的事物和即将结束的事物之间不断增强的动力的过程中，这些敌意和好战的能量在你们全球的人群中一直在增长。

这些实体们比较不关心自己在学习中的研读，它们更加关心以一种更加紧迫的方式或更大的危机感来唤醒并在地球部落当中的意识创造一种转变。在这些流浪者中，有一种过度担忧情况的紧迫性的倾向。在如此多的情况中，重点不是唤醒它们，毋宁是移动他们到一个更平衡、更平静的观点，在那儿，他们真正的技能就

可以被更充分地利用了。因此，对于这个非常大的流浪者分支，我们发现觉醒的挑战是非常轻微的，但灵性成熟的挑战是大得多的。

第三代(流浪者)从空间与时间中的其他地方进入此刻的行星地球的能量中，他们是第四密度的先锋，他们流浪到这里，其坚定的意图不仅仅要帮助地球人，还要帮助地球本身。这些实体配备有经受惊人数量的不和谐与混乱的能力。他们不是带着大量的天生喜悦做到这一点，但他们的性格就是这样、以致于他们能够独立行动而几乎不受传统权威的影响，而这些权威是通过你们已经建立的宗教和诸如古典哲学如此等等的文化符号而表达其自身。对于这些实体，地球自身就在说话。

这些实体经常被称为靛蓝小孩或水晶小孩。有很多文字尝试去描述这一代的流浪者和先前世代的流浪者之间的区别。这类流浪者的正字标记是对于表达宗教奉献的传统模式并不敏感，却对于意识中最密集的工作保持着一种极大的敏感和真切的感觉，那是由自己为自己选择的(工作)，它被创造为一种个人性的表达而没有极大的渴望成为一个已确立的宗教的一部分。

虽然如此，在这最后一代流浪者身上保留着一种对团体的感觉。因此你将发现在所有三代的流浪者当中、他们的兴趣都包含了和他们的家族重新建立连结的渴望。

这个庞大的团体组成了行星地球的流浪者群体。

既然地球上有数以百万计的流浪者，我们自然鼓励所有流浪者觉醒，并且觉察到他们所遇见的实体很有可能就是属于他们这个更大的团体。他们共同拥有一种可

观的爱—要给这个星球、它的人民、造物者；他们在人格外壳中的一个无意识的、被小心保护的部分拥有一种平静而不受打扰的相信与信心，即他们是在进行造物者的服务，他们是神性原则的一部分。

有一个地球本土居民的小团体。这些实体已经在一些情况下赢得毕业资格并确实已经毕业的实体，但他们决定返回第三密度的投生中来看看他们能够做什么事情好让这个星球上的其他人和他们一起拥抱光。

然后，有一些人群来自很多不同的地方，作为来自其他第三密度的行星的灵魂、他们进入你们的行星系统，他们未能在自己星球上完成第三密度。这些实体包括来自你们知晓为火星的实体们，在那里，他们因为造成其第三密度的行星不适宜居住的状况而无法完成他们的第三密度。这些实体和靛蓝流浪者同样拥有一种巨大的渴望去成为地球的服务员，停止这个为时久远、对地球的破坏—在你们过去的两百年期间，你们的人群草率地在地表上传播它，恢复并建构一个健康的第三密度，好留给行星地球(日后使用)，因为地球即将关闭第三密度。

就第三密度到第四密度的突然转变的必要性来说，这种转变将不会突然地发生。相反地，从我们现在看到的或然率/可能性之漩涡，它将会持续你们时间的一百年到三百年之间，在其中，你们的人群将能够继续在第三密度投生以便于继续疗愈地球并收割那些现在做好准备的实体，他们选择光明胜过黑暗，选择爱胜过恐惧，以及选择悲悯心的课程而非利益自我的课程。这些就是我们在此时看到的周期了。

这伟大的周期大概为 76，000 年，跟你们星象学的周期一致。在这个 76，000 年的周期中，你们的地球有过三次这个器皿称之为小周期的收割。第三密度是由这

三个小周期组成的。你们的第三个周期现在已经成熟。它的各种样式正在被无缝地完结。你们每个实体都在灵魂的层面上选择：极性的选择、服务的选择、学习的选择。

我们在这里的发言对象是那些在此刻已经选择向着服务他人极化并尝试去弄明白如何开放心、寻求心之真理的人。我们在这里用任何我们能够进行的方式、好在那项任务上帮助你们。这是一个令人敬畏的任务。能够和某些团队[好比现在这一个]一同工作一些年，这真是令人快乐。

我们已经看到一个壮观的黎明在你们的星球上破晓。我们了解、外在的图像仍旧是严厉的，我们要求你们越过表面去注视。你们地球上那些拥有权力的人有一种极大的倾向通往服务自我。当服务他人和服务自我之间的动力关系性变得越来越明显的时候，情况变得如此是很自然的。然而，这跟你们星球上、大多数人的生活没有多大关系。

一般而言，在全球各地，我们看见你们星球的人们以破纪录的数量在觉醒。看见并感觉到人们的能量的搅动并开始觉察某个事情正在发生，这是非常令人激动的，人们也觉察到，他们可以成为那个事情的一部分，而那个事情是真实正面的，它将真正地改变地球的面貌。它是一种微暗的觉知，但那儿有一种搅动、现在无法把它放回床上了。

对于你们的人群中那些的确在服务自我的人，感觉到正在觉醒的地球族群的强壮与力量，他们十分烦恼。而它正在发生，大大小小的团体已经开始为了正面的目标联合在一起，不是要去获得力量或维持力量，而是和那些没有力量的人分享力量。最后的将成为首先的，饥饿的人将被喂养，并叫富有的人空手而回[2]，这样

的时刻正在到来。

这是一个欢庆的时间，因为它是一个新日子的先兆。会有大量的困难，那是在卫兵换岗的过程中所固有的。你们的星球将继续经历困难。天气将会被搅乱，因为你们星球的改变的自然过程是通过一种不可避免与适当的方式被执行的。不要惊慌。

这是一个实质地考验你的时间。你可能陷入困难的天气或麻烦的时期，在其中，人们没了电力，并且必须回应地球自身正在穿越的创伤，因为它释放出了大量的

炙热空气[这个器皿会这么描述]。

通过地球自然的冷却过程，惊人额度的热力一直被储存在该星球之中。当地球扩展时，有一批批的热力点必定要通过地球的地壳上升并表达出外部的热力，好让地球本身不会裂开。这过程已经改变你们的天气模式。

你们较为发达的文化的倾向于误用高科技，并且对空气、水以及土壤创造进一步

的困难，这是就其组织的平衡加剧全球改变的自然过程而言。

所以，对于此刻在肉身中的你们，这些周期已经创造一个有趣且挑战性的环境，在其中，你可以担保事情将不会保持原样。有一种对星球变化的感觉，这既是在(物理)气候上的改变，同样是在人们心里的情感气候上的改变。

我们会鼓励你在此刻了解到，你来到这里不是要担忧这些改变，不是要对它们

做出恐惧的反应，相反地，你是来帮助这个环境，它对很多人是令人悲痛的，以你的信心给予(他们)安慰。很多人正在聆听并寻找某种迹象—即在此刻的行星地球是有希望的，他们可以尽可能地正面期待。所以，我们会对你们说，如果你醒来了，如果你希望去服务，你就正处在一个极好的位置去这么做：单纯地成为你之所是。

请看见你自己属于神性原则、拥有魔法又强大的部分。你们是灵性的实体，为了非常值得赞赏的理由、在此刻选择投生，我们的确赞扬你们，因为(你们)有勇气在这样一个对于所有感官非常有挑战的时刻进入此生。

对于那些想要保持安全和不受挑战的人，这是一个困难的时间。我们要求你们去回应这些你们感觉到的、强烈能量的浪潮，不是以恐惧回应，而是以信心来回应。依靠你自己的力量站起来，拿起这个机会并记住你是谁、为什么你在这里。当你的气息在吸入和呼出之际，你就是一座小小的灯塔，能够拿取那呼吸与生命的能量，带着你坚定的服务意愿祝福它吧。你的存在的光辉和放射将成为许多人的一个灯号。你不必去解释、讨论或去做任何事情来在成为此刻的光之工作者。你必须要做的、只是成为你自己并知晓你自己。因此，我们会要求你们去探究并探索你是谁、为什么你在这里。我们为这个问题而感谢你们，此时，请问是有任何你们想望去跟进的问题。我们是 Q'uo。
（暂停）

我们发觉，现在没有更多问题了。我们感谢你们呼唤了这个圈子。成为你们的冥想的一部分是我们的荣幸，我们非常享受你们的振动之美。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai。Adonai。

原注

[1] 行星之光工作者杂志（www.planetlightworker.com）

[2] 这是玛利亚在天使告诉她、她将会生孩子的时候，她的话语的部分内容，在此粗略地引用。这些言语被写入一首歌，圣母玛利亚颂(Magnificat)，这是拉丁文的命名，引文从「我的灵魂赞美上帝」开始。在圣公会的赞美诗中找到的精确引文是：「祂以好东西使飢饿的人们得饱足，祂叫富人空手回去。」

(编注：路加福音 1:53 有同样的叙述)

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2408 章集：我在这里要做什么

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2006 年一月 16 日

来自 K 的问题：我想要感谢你们，因为你们的临在和帮助。如果你们可以评论我的灵魂选择进入这次投生的一些意图，我将会很感激。在我的人生中的这个点，我不禁想知道我在这里做什么。我觉得自己可能是第六密度的流浪者，但无论我是或不是，我都会感激你们可能有的任何评论、查看我的情况并向我提供任何可能合适我或对我有益的信息。

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中问好，在为祂的服务中，我们今天来到你们这儿。
（停顿）

我们再一次和这个器皿在一起，这个器皿按下按钮好在她的麦克风中产生更大的音量，我们在此时暂停。我们希望这个改变能让叫做 K 的实体听得更清楚。

我们现在和这个器皿在一起。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我的姐妹，在此刻能被请求加入你们的寻求圈，这是一种极大的荣幸和快乐，同样地，我们感谢 Jim 实体和 Carla 实体，为了能成为这个美丽的、混合的、神圣的意图与能量的空间的一部分。我们尝试把一些想法编织起来，好以一种有帮助的方式回应你们的询问，能够在这个时候与你们分享能量并加入你们，这是非常好的。

顺便说一句，我们想要感谢 Carla 实体尝试去用这样一种方式来表述问题，好让我们能够非常有效地回应；该回应的方式会让发问者觉得有帮助并为进一步的研究与学习创造一个有益的资源[1]。如这个器皿说的一样，我们的确对问题的措辞非常敏感，也对于措辞背后的能量非常敏感。因为我们对保存你们自己的进程的完整性的关心是真诚且根深蒂固的，我的姐妹，所以我们小心谨慎地回避以(很可能)在你们的进程中消除其活动的方式来回应活跃的问题。

Carla 实体收到了一个来自叫做 K 的实体的陈述，她觉得自己可能是一个第六密度的流浪者。Carla 实体回覆 K 实体，以下陈述可能更好些：「我是一个第六密度的流浪者。你们能确认这一点吗？」。

我们想要利用这个机会表述对于这些不同措辞的感激。Carla 实体的确是对的，关于被表达的或被推测的身份上、缺乏确定性的时候，我们就不能够肯定一个关于流浪者身份的问题。然而，我们发现 Carla 实体和 K 实体的解决方案比一开始的两种表述都要更好。因为 K 实体已经藉此机会释放了依赖于她流浪者的身份而产生束缚的问题。这样，考虑到 K 实体所关心的特定领域的内容，我们就可以尽可能以最充分的方式来自由地给予回应。

我们希望这个短暂的[、进入附加信息的]离题之旅不只对 K 实体有帮助，也对其他发问者有帮助，他们尝试形成问题给诸如我们这样的通灵来源。小事情的确是重要的，对于诸如我们这样一个对言语不太熟悉并因此在开始解释问题的时候必须非常按照字面意思且格外谨慎的实体，在你将一个问题放置在这样一个实体的意识中之前，每一个词语都需要被考虑。

当我们凝视着你的高我和你的灵魂一起为你投入行星地球的人生而准备的议程[容我们说]时，我们发现你以及指导灵系统为你的人生创造了一个微妙平衡且有效的计划。

当一个实体询问我们关于一次投生计划的进程时，经常出现的情况是，那个实体有一定额度的期待，即在询问那个问题的灵魂的部分将有一种贯穿整个投生、相当稳定的活动韵律，而这样一个人生拥有相当单一、单纯、统一的方向。

当在一次人生中、经历了相当长的一段时期，而在其中却没有感知到活动或向前运动时，对于那个询问是否投生计划仍旧处在正轨上的实体，我们发现这是非常正常的、相当可以理解的。

我们能够向 K 实体确认，她的能量、议程，以及她为自己准备好的结构，即她和在场的人们会称为的未来，都是进展顺利且目标明确的，它和你的指导灵系统一起，在一种创造性的爱、光、思想的拥抱中，在那抱住你的钟爱的、慈悲的手臂中歇息。

处理了人生第一部分的各种挑战；(接下来，)有一系列不间断的短途旅行发生在这个实体的身上，这些短途旅行探索各种学习的道路，也会探索进一步服务的道路，为了太一无限造物者以及 K 周围的实体们。

在任何实体的投生中都会有一些时候，感觉起来是一段等待的时间。我们发现在这个器皿的心智中，她的意见是那些等待的时间是所有时间中最困难的。即使当一个人在为他的生活而奋战时，如果他是积极的，就不会对目前的情况有这样的担心和忧虑：一个人无法做任何事情。你们的文化非常喜欢做事情，你就是这样的文化的一部分。它习惯于行动。当能量在行动中被支出的时候，对于好比这个器皿的实体，要在这个认识中歇息就更加容易了，即所有能够被完成的事情都正在被完成。这种认识对于这个器皿是非常安慰的。

相反地，当在某个情况中，看起来还没有任何要去做的事情，看起来唯一合理的回应单纯就是去等待进一步的信息或启发的时候，时间就过得很慢。一个人很容易开始怀疑自己或很想知道她是否仍旧以全然可能的速度和紧迫性追寻在投生的过程中已经被给予一个人要去做的有益工作。

我们要求 K 实体查看这些等待的[好比她正在经历的]时间的底下。我的姐妹，于你的内在鼓励自己的信心：你是目标明确且进展顺利的。强化你自己的自信和内

在的信心，这将于你的内在创造一种自由，把你从担心和忧虑之中释放出来。我们相信在你的心智框架中的这种转变，单就其自身而言，从心理与情绪过程的角度看，将在重新创造你所居住与活动的环境和氛围上非常有帮助；就灵性与形而上的方面而言，在你的开放有爱的心提供给你的安全和指导的结构之内，

让你远远更容易歇息。

当你收到光这样做的时候，开始更多地觉察到、在此刻进入并穿过你的生命的数种不同的能量。就你自己的灵性演化方面而言，有一些思想的线索是你可以去追寻的，这种追寻是有益处的。同样地，在你的生命中有一些能量，正在结束它们跟你在此刻的服务之间的大部分联系。正如可以期待的一样，在同时，也有一些涉及可能方向的想法和观念的线索，在服务他人的方面对你是新的，或者多少对你有些新奇，它们在此刻开放并进入你的生活以便于你考虑你可能采取的方式以

创造或再创造你自己的独特且特别的爱与服务的风格、献给造物者以及你周围的人群。

我的姐妹，请觉察到，在考虑你在星球上的议程之际，过度强调那个议程的工作是容易误导的。换句话说，你的议程的某些活动并不涉及作为(doing)。随着你在此生中的灵性逐渐成熟，这些活动越来越多地涉及存在(being)。

你的本性的菁华中有一些质量是清晰、清澈、极其美丽的。作为你在投生中的一个目标，你希望去越来越多地精炼那种美。你对自己的批评在于你通过那些极有吸引力并且在美学观点上令人愉快的微妙偏好、过度地染色了你的灵魂本性。然而，你在投生前对自己的建议涉及重新检查你所拥有的某些美丽能量中的染色。

你想望在自己内在找到这些美丽层面的最核心、最中心的部分，清理它们的过度染色，取而代之地，欢迎一种越来越多的透明度进入你自己的这些层面，这种透明度能够携带太一无限造物者的爱与光的完整能量。换句话说，你希望去精炼你的信号并增强其力量。

我们正在谈论你，彷彿你就是一座广播电台或某种正在尝试向周围的空间发射的信号。事实上，除了你是在时间/空间或形而上宇宙之中工作，这就是当你和存在的特性一起工作的时候的情况了。因此，我们会建议的不是要你排斥或批评自己的任何一个部分，而是，我们会建议你以一种持续不断且相当轻松的方式查看并评估自己的每一个方面、收集信息、观察你在思考中的模式，并慢慢地在一个不断深入的层次上察觉到，自我的那些包罗万象且从底部支撑的面向—向上映射为你的日常生活的表达，但在灵魂和灵性的能量中有着它们的根源，它们转移到无形的领域，该领域摆脱了时间和空间、确切地安住在永恒之中。

简言之，我们会简单地要求你对自己抱有完全的信心。在谈到无论你是不是流浪者，你都仍旧请求一样的信息，你是完全正确的。那是某种我们愿意跟所有觉察到自己的流浪者属性的人分享的事情。请觉察到，因为你先前在较高密度中的经验，在你的存在中携带着一些非常特殊的面向。然而，也请觉察到，在此刻接受投生到第三密度的行星地球上的挑战方面，你已经本地化、并把你的灵魂能量扎根在一个非常特别的地方、时间、结构中。你现在是行星地球的种族的一部分。它的密度就是你自己的密度。它的课程就是你要去表达的课程。

你很可能有增强的能力、在心理和抽象方面去理解选择之挑战的要旨，该选择是此刻在第三密度的所有人的工作。无论你先前的状态是什么，无论如何，你们现

在拥有的共同任务就是去回应选择之挑战。你的选择将是什么：服务他人的光辉或服务自我的磁吸力？

我们知道 K 实体已经做出选择，带着极大的奉献纯度做出的选择。因此，接下来唯一要做的，就是继续在每一天带着该领悟醒来：今天就是表达那个选择的日子。这是永远不会再次来临的机会：在每一次呼吸、每一个想法与行动中活出太一无限造物者的爱与光。

进入当下此刻，并且记得你是谁、为什么你在这里，这些是我们觉得可以在此刻留给你的两个关键概念。它们是简单的，并不是新观念。然而，进入当下此刻并知晓你是谁，这是忆起与肯定的两把钥匙，它们把你扎根于实相之中。那实相就是你灵性成长的最佳可能环境了。

在此刻有另一个询问吗？

K：Q'uo，你经常评论到，对于很多在现在投生在第三密度中的流浪者，他们的一个主要的功课是去平衡爱与智慧。你们经常提到 Jehoshua 或基督(耶稣)为展现爱的最高表达，但也许不是智慧的最高表达。在第三密度中，有任何我们知道的人是已经平衡爱与智慧的范例呢？

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，觉察了你的问题，我的姐妹。请原谅我们要花一些时间在这个器皿的呼吸和吞咽上工作，因为她正在处理一种鼻窦感染，我们必须不时地努力清理她的呼吸通道。
（暂停）

翻查这个器皿的心智，看看在世界的舞台上，哪些角色是她所觉察的，我们会选择两个实体在今天跟你讨论。第一个是名为老子的实体。在个人细节的方面，这个实体已经消失在史前时代的织锦中，他曾经是一个古老文化的一部分，他在世时，该文化非常接近其全盛时期。这位老师的作品是隐祕简洁的，而对于一个想望去寻找爱与智慧以一种平衡的方式呈现双股线的人，我们会向他推荐这位老师的作品[2]。被映射到第三密度之中、这样的能量的特性被知晓为悖论或自相矛盾。你可以在这个实体的作品中、非常有收获地看到那些特性被呈现出来。

位于爱与智慧之间的平衡，总会有悖论的质量。在第三密度中，理解这样的作品的关键是聚焦于两种自相矛盾的思考的方式都拥有的共同基础，那即是作品的一个特殊点的动力学了。当你在这样的动力学中寻找共同属性时，你可以开始理解思考的方向了，它就是一个特殊的(工作)领域，让一个人和统一原则的概念一起工作，从根本强化爱与智慧。

另一个我们愿意在此刻提到的人物名字是圣雄甘地[3]。这个实体是第六密度的流浪者，他进入肉身中以便于在爱与智慧之间的平衡上工作。这个实体在他的早期的人生中、在公平和正义的领域上进行了大量的工作。在这个实体的人生稍后的部分、他建立了一个灵性社区。在这个实体的人生的第三阶段，他进行工作把一整个国家中、各色各样的人扎根在那个同时有爱与智慧居住的甜蜜点或共同区域。

他找到一些方式鼓励公平和正义、却绝对不释放对爱本身的关注。在这个实体的著作和行动中也蕴含着有价值的课程，其中有些关键可以结合爱与智慧、以创意和可永续的方式进行。

现在有另一个询问吗？

K：在我们上一次的集会中，对于如何跟我的指导灵系统联系，你们给了非常详细的信息，我确实感谢你们。然而，这些指导重度地依赖于视觉化能力，而这是一个对我而言非常困难的能力。我十分频繁地无法完成它。请你们评论一下，是否感知到我在进行视觉化的能力方面有任何的困难或故障吗？关于如何增强这种能力，你们可否提供任何指导？我已经花了很多年时间努力去培养这种能力，因为直觉和更高的超心灵能力似乎重度地依赖于视觉化技巧。我对这个要求觉得非常灰心，我觉得缺乏这种技巧阻碍了我的成长。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的姐妹。我们首先的关注是向你担保，你不会因为在视觉化的能力上有感知上的困难，而在你的成长中被阻碍。如果那种困难会产生阻碍，我的姐妹，这个器皿会加入你的行列，因为她自己几乎没有任何天生的视觉化能力。

我们了解这个陈述也许看起来对你不是那么清楚，由于这个器皿的视觉化经验、她观想出工作场所，好让我们在对你发言的时候使用，讨论关于创造你自己的工作场所。然而，这个器皿并不拥有一种天生的能力去完成一种三维的观想。例如，如果她尝试去视觉化一张如何到达某地的地图，她几乎肯定会出现 90 度的错误。不是完全的错误[例如 180 度]，但只有 90 度的错误、这比 180 度的错误更混乱。她已经在她的驾驶技术方面、一次又一次地展示了这点。

相似地，她无法在心里视觉化诸如一个立方体或圆形之类的三维结构，接着如同那些工作立体几何学上的人一样、旋转它或在视觉上工作。同样地，当她被展示了一个机械或房屋的蓝图的时候，她无法使用那种信息。实际上，在做这些事情

的方面上、有一种障碍是她在投生之前设置的。她从未质疑过这个障碍，因为她绕过它工作。在她看来，这并不值得去质疑。的确，我们会同意她。就她正在工作的层次上，她没有需要去理解关于为什么她会把这些限制放置在她的心智之内。

我们并不建议你开始搜寻这情况为何在你身上也是真实的。我们宁愿建议你，就像这个器皿一样，找到方法去绕过你心智能力的这些限制。

现在，一个人没能力以任何线性或确实的方式去视觉化，如何绕过这点来工作呢？我们先前对这个器皿建议的方法、现在也对你如此建议：当你收到了非常小的一片信息时，要对你自己保持自信。例如，当你尝试去视觉化你喜欢的场所之际，你没有必要去虚构一个场所，你唯一需要的是去选择你喜欢的场所，接着如你对它的知晓和如你能看到它一样地、去接受那个场所，就好像一个你正在工作的、一个可接受的版本或影像。

当你正在尝试去看见你的指导灵系统的时候，你可能在关于指导灵系统的性质上获得一个非常小的印象或直觉。就相信那么多、对自己说出它，要嘛在心里说出来，要嘛写下该信息。好比说，你简单地获得这是一个男性实体的印象。假定你当时正在请求看见指导灵系统的男性面向，这可能看起来不是一个非常重要的信息。但它就是能够穿过面纱到达你的意识的东西了。这是一份礼物。接受它。你拥有一个男性，可以在你的脑海中素描一个年龄不确定的男性之衣着与外貌。你就拥有那么多了。

就使用那么多，不必要求更多的，却向着更多(东西)保持开放。每一次你唤起指导灵系统的男性部分的时候，你或许将会收到多一点的印象。无论你收到什么，

重复它、写下它、把它接地，或者通过其他方式熟悉它。信赖它、接受它、按照它而行动。通过重复，你将慢慢唤醒、锐化你的能力，以你先之前未曾看见的方式去看见。

这个器皿几乎从未对于她正在做什么或她正在跟谁谈话收到过一个清晰的、内在的、视觉化的图像。她接受了她被给予的印象，如我们已经说过的，通过重复，她开始变得能够接受她的视觉化过程的一部分的基本图像作为被给予的图像，然后对任何她可能在视觉化过程中看到的新东西做笔记。的确，我们从一种非字面的意义来使用「看见」(see)这个字。

例如，当这个器皿召唤她的男性和女性的指导灵[圣灵的两个面向]之际，换句话说，它们跟爱与智慧有关；她在为今天的集会调音期间获得的印象是：男性和女性的人物同时都一身白色。的确，他们并非穿着上衣和裤子，他们都穿着长袍。这个器皿没有质疑这个印象、而是对自己说，她觉得这很可能说明和通灵联系在一起的实体，也就是 K 实体，在实质上是一个祭司或是一个灵性成熟的魔法存有，她正在从一个祭司或仪式魔法师的层面上呼唤信息。这(印象)在这个器皿的内在创造了一种巨大的安慰感与同感，因为她自己就具有一种祭司和魔法的特性，虽然她既不是一个从业的祭司、也不是一个从业的魔法师。然而，在能量上、服务上、学习上，她基本的性质明确地和灵性的或僧侣的性质是一致的。

就是通过这种耐心，缓慢的工作，它极大地依赖于重复，我们相信它将为你打开内在铭印的技巧与技艺，以及如何去在你的显意识心智中记录它们。就这方面而言，这个器皿最近在鲁道夫·史代纳的优律思美舞蹈[4]上拥有的经验可能对你有帮助。该舞蹈系统的一部分是韵律地移动穿过一个很大的空间，一边向前进一边聚焦于完成特定的动作和声音的练习。在进行那个特别练习的结尾处，那个练习的

最后包含了向后退而不回头看。一个人后退走、回到他开始的位置，那是一把椅子，接着在不寻找那把椅子的情况下坐下来。这个器皿第一次做这个练习的时候，她相当突然地坐在地上。这个器皿第二次做这个练习的时候，在她到达她认为椅子所在的位置时，她充分地了解要用她的腿部去感觉(椅子)。

的确，结果表明这个器皿在她向后移动的时候、有一种向椅子左侧偏离的倾向。这个器皿了解到，因为她的右脚有两处应力性骨折，她有一点点跛行并因此会在后退时偏离一直线。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

她告诉自己、请对这种肉体的失衡状态进行补偿，在她的第三次尝试，她能够用她的膝盖背面碰到椅子的边缘，因此，她能够安全地坐下来，并开始这个舞蹈练习的下一个部分。通过重复，这个器皿开始感觉、彷彿她能够看见在她后面的椅子。这就彷彿史代纳的练习在这方面唤醒了她背后的视力。

逻辑上，线性而言，头部的后面或在背部并没有视力。虽然如此，史代纳的练习缓慢地进行工作、增强了她的能力和她人类身体的能力去察觉身体周围的环境。

我们希望这个讨论已经为 K 实体提供了足够的暗示与观念，让她可以去遵循，这样她就能够对这种看见的方式变得更舒适并取得更多的进步。这的确是一种你们的文化完全不会认可的看见。在你们的文化的生活经验中、没有任何东西会帮助你唤醒这种视觉化的能力。在你们的文化中、比其他事物更加能够唤醒视觉化能力的事物是阅读故事、以及以想象力创造那种看见：那些故事在一个人的头脑中变得生动。在唤醒视觉化能力的方面，对自己讲述自己的故事是一个非常有益的

练习。

最重要的是，单纯地去相信自己，并相信在一个聚焦的状态下由自我给与自我的信息的印象，这是好的。

请问现在是否有任何后续询问？我们是 Q'uo。

K：一如既往地，再次感谢你们。我没有任何后续问题。你们一直是非常有帮助的。

我们是 Q'uo，我们知道你在讲话，但这个器皿的耳朵无法听到你说的内容。请问你能够重复刚才说的内容吗？我们是 Q'uo。

K：是的，当然可以。我刚才说，谢谢你们，你们给予的回答非常有帮助且是完整的，我非常感激你们的服务，也很感激在场的每一位，尤其是 Carla 和 Jim。不，我现在没有进一步的后续问题。

我们是 Q'uo，觉察到你现在没有任何后续的询问。那样的话，我的姐妹，容我们的心洋溢着对你的感谢。能和你们在一起并分享这个团体的能量，能在你们这个寻求圈之中一同创造的神圣空间中休息，这是怎样的一种快乐呀。

感谢你们，允许我们和你们分享我们谦逊的观点。一如既往地，我们要求你们小心谨慎地守卫自己的想法，如果我们的想法在你看起来不是那么有共鸣、生动或有用处，就不要听从它们。如果你愿意守卫自己的感知，并小心谨慎地分辨那些有帮助的想法与那些需要被抛弃的想法，我们怎么表达我们的感激都是不够的，

因为那会清除我们的担心：即我们可能冒犯你们的自由意志。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai，Adonai。

原注

[1] Carla 已经非常仔细地和 K 一起工作以便于在她的主要问题上获得有可能最佳的措辞。被接受的最终版本跟这个集会的开始(问题)非常接近。

[2] 看起来有帮助的两个网站。关于老子的信息，使用这个网站阅读：www.yakrider.com/Tao/laotzu.htm。当你做好准备去翻阅一下本文的时候，使用这个网站，www.nokama.com/tao/。

[3] 关于甘地，有两个我(Carla)看起来不错的网站：www.mkgandhi.org/和www.mahatma.org.in/index.jsp。

[4] 熟悉鲁道夫·史代纳(Rudolph Steiner)之优律思美的一个好网站是www.rsarchive.org/Eurhythmy/。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ **第 2409 章集：放下**

Copyright © 2006 L/L Research

周日冥想

2006 年一月 15 日

团队问题：Q'uo，今天的问题跟放下(let go)有关。今天在圈子中讨论的大多数人看起来在他们的道路上处于一个相当和谐的位置。事情是相对可靠的，并以一种正面的方式向前移动着。但我们知道变化一直在地平在线。灵性的寻求者可以仰赖于变化。经过了一些年之后，我们已经学会放下让改变更加容易地在我们内在发生。我们已经找到了一些放下的方式，如果我们对放下有一点犹豫，如果我们执着一会儿，我们最终来到我们必得放下的点：「放下或死去」！那是管用的，但很难以那种方式去放下。如果我们能够以一种有意识的方式去放下，并且用我们自己的步伐去放下，它似乎会更加容易地被完成。我们想知道你们能不能跟我们谈论关于这两种放下的类型、作为灵性寻求者的旅程的一部分。是否其中一种放下的方式要比另一种更有帮助或更有效率呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中，我们今天来到你们当中。我们想要感谢你们每一位、在你们忙碌的生活中创造出时间来形成这个寻求圈。我们了解，我们对你们这样说已经很多次了，对于你们这些已经把参加这些冥想当作一种练习的人，你们一定觉得我们在做重复的工作。我们向你们保证，就我们的观察，没有无论什么的重复[一点都没有]。我们总是对于你们每一位的美好感到震惊，我们总是受到鼓励、因为你们以坚定不移的奉献追寻如你所知的真理。在你们每个人脆弱的生命与进程当中，带着如此不可能熄灭的能量，我们如何能够对你们的星球及其族群失去希望呢？能够加入这样一群灵魂的圈子中，对我们是极大的鼓励，我们感谢你们呼唤我们来到你们这儿。

我们请求你们守卫你的想法和你对我们所说的内容的反应、带着灵敏的谨慎。我们不愿意成为你们的进程中的一块绊脚石。因此，在你们拿起并使用我们的任何

的观念之前，请用你们自己的分辨力来处理它，确认它就是你的真理。确认它对你感觉起来是有共鸣且生动的，就彷佛它是某种想要成长的东西，某种你忆起的、而非第一次学到的东西，某种你想要更靠近地注视的东西。这些都是它可能是对你有益处的一个资源的标志。如果它没有这样的表现，如果它就呆坐在那儿、对你只是一个没有共鸣的想法，那么请放下它。它在此刻并不适合你。

今天你们的问题是有趣的，因为它进入关于进程(process)的整个问题。当你们询问作为成长和改变的一部分、如何放下，这就是你们真正在问的东西了。为了让我们适切地响应这个问题，我们需要后退一步并尝试把我们的评论落安置于一个想法与观念的环境中，好形成一个结构，在其中，这个过程就可以如其所是的被看见。我们的挑战就是找到恰当的出发点。

我们会简单地返回到那个出发点，也就是我们用来向你们致意和道别的开始与结束。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们说的爱是无条件的爱，即是理则(Logos)。我们在那创造了一切万有的思维之中向你们致意，我们在光中向你们致意。那光就是无条件爱的点子，被用来铭印在那光上头，产生必要的变貌好创造各种幻象，也就是你们看见的所有密度、你们的(宇宙)造物、你们所有的星球以及你们全体——无限造物者的阳光通道，造物者眼睛中的火花，创造性原则的全像部分。

我们向你们致意、如同造物者。我们了解，你们是非常年轻的造物者，你们在看事物的方式上有许多的扭曲与颜色。的确，在一个新的(宇宙)创生的时刻、把你们每个人从创造性的完整之中遣送出来的整个要点就在于你们能够累积经验、发展这些变貌与颜色。你们每一个人的内在都拥有很多次人生的经验。于你们的内在，对于那些难以想象的喜悦事物，最强烈且无法缓解的苦痛事物，以及在两者

之间的一切事物，你们能够对这些事物做出你们的反应和响应。你们已经拥有这些经验的全副装备，你们已经创造、经历、完成了学习和服务的样式，不只一次、而是很多很多次地，穿越了这个创造性又充满能量的过程—把你们自己投入经验之海洋[由一辈子所代表]，在这里，通过注视繁星来找到你的方向。

一旦你已经设置好了你的意图和目标，你就会找到船舵和操舵装置并开始控制你的小船了，你所驾驶的是一艘微小的、个人大小的小船，透过它穿过无限水域—

属于一次人生的未知与神秘的海洋。

找到你的星辰、设置你的意愿、学习有关你的小船的知识，了解它如何运作好让

你就能够驾驶它并设置你的航线，做这些事情的正确方式是什么？这些问题要由

你们来回答，不是由我们回答。但是，我们可以与你们分享一些关于这个过程的想法，我们乐于做这件事。

我们了解，你的生活尚未对你变得清晰并保持其清晰度。的确，如果我们发现你们星球上的人们没有正在体验混淆、疑虑、悲痛，我们多少会有些苦恼，因为创造各个转世就是专门为了向你提供这些礼物。混乱和受苦看起来不是一份礼物。然而，就你在投生前对你人生的具体规划的意义而言，于你内在去发现那些不平衡的充足机会就是最珍贵的礼物了，它们就是你在投生前希望自己会注意到的事物。

你希望自己不仅仅注意到它们，而且你想要在它们上头工作。你为自己提供了困

难的人物、不公平的情况，重复循环的内在风暴，在此，你对于你自己是不清晰的。在所有这些你给予自己的礼物当中，你考虑的不是你的舒适，而是你的成长。你(当时)希望你对于混乱的反应不仅仅是表达对那混乱的痛苦，还要进入混乱之中，拥抱它，和它相处，跟它谈话，接受混乱而不尝试去将归咎于混乱，或者让你自己摆脱混乱，因为那混乱就是你唯一的目标。

当事情处于混乱中，它并不意味着你已经在你的道路上犯错。它意味着你已经进入一个模式，而这个模式的尽头是你无法看到的。在某些情况中，该模式和它看起来的样子并不一样。经常地，在这些情况中，混乱是局部的或局部化的，而且是小的。不过，你查看它的方式，你观察它的视角会投下没有帮助的阴影。因此，有些时候，混乱单纯地就是一个让你去转动视角的信号，如果你可以的话，向后退一步到一个更大的观点，这样，理解该情况的其他方式就可能进入视野了。

还有其他的混乱点，它们预示着进入一个更大的模式，一个投生性而非局部的模式。的确，它可以是一个完全地超越了此生的限制的模式。例如，它可能是：你于自己的内在正在创造出一个更好的平衡，作为一个社会记忆复合体之内的流浪者工作的一部分，。

流浪者们自己并不知道在这个星球上、正在做这项工作的其他流浪者，但是当你们每个人觉醒，开始学习你们所经历的混淆样式的时候，你就正在帮助很多未看见的朋友了，他们不知道自己正在被你所帮助，就好像你也不知道你正在帮助他们一样。然而，作为这个未看见的、绝大部分尚未被发现的团体的一部分，当你在你自己身上做功的时候，你也在为这个团体工作，因此你的成就—在混乱当中发现一点点的清晰—将会促进整个团体的理解。

就一个更大和更普遍的意义而言，你们所有人都属于行星地球的种族。因此，每一次你为自己取得更大的清晰度，你也为地球种族取得更大的清晰度。那么，要了解到，你的进程、混乱、改变、你的选择和决定并不是单纯为你做出的。当你做功以开启你的人生去接收越来越多的来自造物者的光，你不仅仅为自己，你也为行星地球收到越来越多的光。当你做功以移开阻碍你服务的绊脚石，你也移开了你们种族的每一个灵魂面前的绊脚石了。你不必为了做这项工作说一个字或分享任何的概念。你单纯地做这工作。

容我们说，有一种收集机构处理你的清晰度所提供的礼物，它完全处于你的控制之外的，此刻，它是你们星球的第三密度模式的外部工作的自然与本能行动的一部分。除了带着对你自己和对你的进程的信心进入你的进程之外，你不必担心任何事情。

你们的询问是关于如何放下。的确在很多时候，在你的螺旋进程的重复出现且周期性的样式中，如 P 的体说过的，在那里，你将发现有底层灌木、矮草、荆棘、掉落的树枝，所以，你无法走到以前已经走过的地方。你必须放下旧的道路。你必须找到一条新的道路。在你的进程中、这些位置看起来是相当简单的，然而在一片荒野或荒地[1]上，底层灌木可能来自于很多不同的来源。它可能是因为一次元素风暴出现，可能是因为一个动物在努力得到一棵树结出的果实的过程中、毁坏了那棵树而出现的，它可能因为有另一个你与之相互作用的第三密的实体而出现，那个实体貌似制造出这片无法通过的底层灌木，你在其中无法找到你的道途。

它可以是从远处呼唤你的事物，来自爱的领域、智能的领域，或合一的领域。有

些观念，一旦被发现，就会成为你的生命中心，这些观念能够，如我们说过的，在第三密度的面纱之外呼唤着你前进。

如果你因为对太一造物者的奉献而感到激动且充满激情，如果你希望牺牲自己、排除一切万难地提供服务，你很可能就会被爱本身所呼唤，那股能量就是这个器皿所知晓的耶稣·基督。从那纯粹与无条件爱的能量中有很多要去学习的东西，的确，在服务他人(途径)中，对于每一个希望从第三密度毕业到第四密度的人，那无条件的爱就是呼唤着他们前进的中心主题。

如果你热情而积极地投入正义与公平的议题中，很可能智能的密度在呼唤你，并要求你去检查自己的人生中的平衡能量。这股能量是十分正面的，然而，在第三密度的地球上，公平、平等、正义的能量已经被重重束缚并陷入困境，因为许多实体缺乏能力去看到自己的不公平和不公正的议题。

如果你正在被呼唤去检查爱与智慧之间的平衡，你很可能正在被第六密度的理想所呼唤。

根据什么事物在激励你并使你感到充满热情，你不必须是一个来自第四、第五或第六密度的流浪者。更有可能的是，在你对投生的计划中有一些能量，它们在呼唤你聚焦于纯粹的爱、纯粹的智慧，或者在你的决策过程中要在爱与智慧之间达成更佳的平衡。

从你检查你的投生模式以及你已经为自己设置的课程的意义而言，去确定你主要的志趣在哪里，这有时候是有帮助的。你赋予自己这些热情和关注作为一份礼物。它们将倾向于驱策你的经验。但是，我的朋友们，请同样觉察到，如果你拥

有一个爱的模式、一个智能的模式，或合一的模式，你将拥有一些扭曲，它们是在你的研读与学习中的基本偏向的分支。

这个过程的另一个部分是非常有挑战性的问题：如何去服务，在很大程度上，它是你作为一份礼物提供给自己的东西，基于你的天赋与热情，还有你的各种限制。这就是你开始收到相互矛盾又似是而非的脉冲的位置了，由于你的模式的各个部分，容我们说，彼此无法协调一致的缘故。有时候，当一种热情过于热切又被紧紧抱持着，它能够把你拉到一些你尚未准备好的体验之中。

在过去，我们已经多次对这个团体谈到每日进入冥想，这些说过的内容大部分基于我们对于你们在这方面盲目性的了解。在你们被面纱严密地遮盖的情况下，你无法检查自己的潜意识想法。通过梦境的媒介，你拥有和潜意识交流的一种有限能力，偶尔，你很可能得到一个清醒的异象、图像，或一系列快速的可视化事件，它带着权威对你述说，于是你能够感觉到自己的更深部分浮现出来了。那些信息的片段是非常有帮助的。但是，在大多数情况下，你们必须穿过这场水舞，我们适当地使用那个词汇，你们进行这场水舞却对于你正在工作的模式没有充分的知识。结果是，我们无法对你说，在如此这般的时间就是放下的时间，我们只能对你说，的确，看入你的进程是门艺术，其中一部份就是去信赖你的预感，接着跟随它。

好比说，你正来到一个时间界线(cusp)。有很多种方式去发现这个时间界线。最简单的方式就是允许它完全地进入界线，然后自然而然地决定下一步要做什么。这是一个穿过人生的可靠有效的方法，它很管用。然而，它不是去靠近一个时间界线的最有技巧的方法。

现在，我们使用时间界线这个词语是因为这个器皿理解到，在星象学的年份中有一些时刻，任何给定的灵魂在一个特定时间出生都会在那个时刻遭遇到各种各样的界线。这是一个她并不理解的技术性术语。我们以这个器皿理解的一般意义而非专业的星象学意义[2] 来使用这个词语。然而，对于那些通过这个词语在星象学的意义上掌握这份材料的人，根据你所进入的星象的界线来思考，这可能实际上对你有帮助。

当你来到了一个从内在感觉到的时间界线时，各种各样的特征浮现出来。你会以你的经验的其他部分为代价而聚焦于你的经验的一个特定部分。你开始专注于这个选择的时刻，并进行一场关于它的内在对话。你觉察到你周围的能量加剧，你感觉到一种紧迫感，它经常就是这样一个时刻的特征。

当你体验到各种各样的特征串联[3]时，你知道某件事正在进行中。如我们先前对 T 实体说过的，要对这些时刻敏感，认出它们，认可它们，并感谢造物者赋予你这个选择的时刻，这是重要的。在这一个时刻，唤起感激是很好的。感恩这样一个已经来到你这儿的时刻吧，因为有很多很多的时候，你单纯地必须等待。当一个选择的时刻开始在你的螺旋之舞中结晶，这实际上就是一个欢庆的时刻。很多已经完成的事物现在开始结果。

的确，很多其他人已经完成的事物，很多你已经在你的经验中收割它，现在，你有机会再次创造为礼物，给予那些跟随在你后面的人们。这就是灵性决策之特性。当你做出选择之际，当你极化时，当你寻求并找到你知晓的最佳与最高的道途时，你就在创造光的种子，很多路边的人将看到它，(于是)帮助它开花，接着换他们收割果实。

再一次，我们把你从选择的时刻的强烈个人性拉回该领悟：你总是在执行非个人性的工作。因为你之所是的一部分[希望是一个不断成长的部分]是非个人性的「我」，那就是太一无限造物者的爱与光，它流经你而非从你而来。真正的放下就是领悟到这不完全是你的选择。这是造物者的选择，而你是造物者，正在选择你的宇宙和造物。允许那个非个人性的「我」于你的内在拥有其声音。

名为 R 的实体在早些时候曾谈到她在一个隐修的周末体验到一个时刻，那个周末是被设计来帮助实体们充分地面对基督、面对无条件之爱。她记得这个器皿曾经说过的某件事，的确，它实际上是这个器皿非常喜欢唱的一首赞美诗的一节引文。那些文字鞭策实体们去面对基督。它们是这样的：「噢，耶稣，汝正沉默地站在紧闭的大门之外，等待着跨过门坎。」

这首歌挑战人们去打开通往心的大门。如我们先前已经说过的，我们再说一次：我们将那个影像转动一下，并且对你们说：基督，无条件爱本身，就在你的心中之心、圣中之圣，它于你内在的至圣所等待着你。那个正在敲门的人就是你。基督将一直为你打开那扇门。敲门，你将会进入。

这就是我们今天向你们推荐的基本放下。释放对于做出错误决定感到恐惧的想法，因为你的选择将跟随着你。你可能做出一个选择，在事后你单纯地说，它不是一个对你最有帮助的决定。然而，它不会停止你前进并做出一个你可能在稍后考虑为不正确的选择。它单纯地推动你进入一个模式，对你是新颖的模式。

那就是另一件要放下的事情了：对自我的评判，它会谴责你、因为(你)做出一个错误的决定。请了解到，我的朋友，当你们在黑暗中工作，看错是非常非常容易的。在人生中，实体们基于一种远远不充足的信息数量来作出决定、因此离开了

最有效的模式，容我们说，进入另一种模式：有着更多的细节、更多的色彩，肯定地在某个程度上较少清晰度，这是一种标准的操作程序。如果你处在生命的那些色彩斑斓的染色玻璃的其中一块，放松并停止所有对你自己的评判。

你已经创造了这个模式，因为关于它的一些事物为了这个或那个原因吸引着你。不要以任何方式为那些已经作出的选择而评判你自己，相反地，你可以从假设你已经完成了一个完美的工作开始，而那个看起来是一团巨大混乱的东西、实际上是一个太大而使你无法在此刻看见的模式。决心继续收集信息，同时重度地倚靠这个知识：你已经完成一件完美的工作，一切都是好的。你的指引就在这里，等着你请求帮助。但首先在你自己的心之无条件爱中歇息，获得疗愈。允许爱是你，你将发觉，你越来越多地得到疗愈、成为越来越平衡的(实体)。

然后，当你已经休息并感觉到你内在的能量，感觉到那通过你流动、喷涌而出的能量，当你知道你拥有力量去检查观念并对情况做分析的时候，使用你的心智与直觉吧。用尽量多的方式分析你的情况并开始获得一种真实的共鸣，和一种诚实的、真诚的感觉，或者获得关于你的情况的更深入性质的直觉。善用你身边的指导灵。当你看到从你身上、从你的习惯的模式上去释放某种事物是有益的，毫不犹豫地这样做吧。

我们认为你们将会发现的事情多半是：你将在事后注意到你们已经放下的事物，因为你们不再紧紧抓住的无论什么东西，现在已经从你身上脱落下来了。

举个例子，这个器皿在某个时候曾经极其喜欢巧克力和一般甜食，确实，她在生活中吃了如此多的甜食以致于她的整个身体的化学反应都倾向于使用糖取代碳水化合物。以这种饮食方式，她没有给她的身体带来任何好处。在她的生活中的某

个点，她发现自己在饮食上执行了许多的改变。

她想念她的甜食，直到有一天，她注意到她不再渴求它们了。她在餐厅里查看菜单时，不再首先看看他们提供什么甜点。实际上，她在看主菜、前菜、色拉：这些都是她在年轻的时候对她从来没有吸引力的项目，在她年轻的时候，因为她的身体无法接收很多种食物，她在饮食上有如此多的困难。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

如果她过去决心去放弃甜食，她会发现自己处于一种糟糕的抗争中。相反地，她允许她的身体的自然原力反应这些改变，她使得那些反应变得舒适，于是该原力在某个完全看不见的悬崖上承载着她、接着进入到她的经验的一个全新领域，在那里，她单纯地不渴求甜食了。

当我们结束这个和你们共享的沉思与深思的时刻，或许那一点就是我们要留给你的想法。做出漂亮的姿势、重大的决定、抽象的选择，这些或许并非如你们以为的那样必须。也许去觉察到关键的时刻、觉察到界线点，不过允许最大数量的指导灵在那个选择的环境中围绕在你的周围，这样，该选择就会完全以一种有机生动的方式完成它自己，这是很好的。

我们了解到，我们仅仅搔到这个问题的表面，我们为此抱歉—没有在这个器皿的能量之时间限制内找到一些方式到达更深处。她正在告诉我们，现在我们需要移动到你们在此刻可能有的进一步的问题了。此时，是否有一个询问？我们是

Q'uo。

J：我想要问 Q'uo，考虑正面的想法是否有帮助，正面的思考是不是一个选择、有助于清理一条道路通向某种纯净的情感？这种纯净的情感将协助一个人深入与真实地服务，其方式和自己存在性的真相和谐一致，也和其他人的存在性真相和谐一致，并且对其他人为非侵入的方式。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会同意你，对于灵性寻求者，

正面思考的习惯是一种庞大的资源，的确，如 J 实体说过的，它不仅仅是一种照耀自我的资源，也是照耀所有那些自我接触到的人的资源。

什么是选择正面思考呢？从字面意义而言，它是选择只思考正面的想法。然而，该选择超越了表面，因为要求心智仅仅思考正面的想法是要求心智自我欺骗。因为心智创造很多的想法，这些想法有些是正面的，有些是负面的。

我们不是在建议，你要把你考虑的那些不那么正面的想法删除。J 实体所建议的、和我们所建议的，是某种完全不一样的事情。我们是在建议有一系列的真相，它们是比周遭情况更加深入的。有一系列的涉及动态关系的真相，我们更正这个器皿，每一个都是选择。圣芳济的祈祷将其说的如此清晰，我们将使用这个器皿的祈祷版本来展示我们的意思。

该祈祷是这样的：

上主，使我成为你和平的器皿，

在有仇恨的地方，让我播种爱，

在有伤害的地方，播种宽恕，

在有疑惑的地方，播种信心，

在绝望的地方，播种希望，

在黑暗的地方，传播光，

在悲伤的地方，传播喜悦！

哦，神圣的师傅，

教导我们更多地去爱而不是被爱，

去理解而不是被理解，

去安慰而不是被安慰，

因为就是在宽恕中、我们被宽恕，

就是在给予中、我们领收

就是在死亡中、我们升入永恒的生命。[4]

你们每个人都知道悲痛是什么，但是你们也知道成为一个和平的器皿是什么，因为你们已经这样做了。你们已经通过选择这样做。你们所有人都有过从其他人那里接收到不和谐的经验，你们已经做出那个选择：对不调和回馈爱。

你们所有人都已经做出一些牺牲的选择，去给予而不是要求，去爱而不是寻求被爱，如此等等。

你们从个人的经验知道，唤起那存在于你的品格深处的正面特性是怎样的感觉。J实体简单地说，在任何困难的情况中，于你的内在一直有一种觉知属于正面的面向，那是你可以唤起的，如果你记得去呼唤的话，我们赞同她的说法。

例如，你能够选择去直面一个困难的情境并单纯地为收到这个情境而致谢。感恩

与感激就好像某个患哮喘的人的吸入剂一样。如果你能吸入感激，你的肺部就开始保留更多的空气、更多的爱、更多的光、更多的能量、更多的生命。

记得感谢你吸入的气息、和你在星球表面占据的空间，这在重新定向你的想法上

是十分有帮助的。

这个过程之全部目的就是把你带入一个情境，在其中，你对于自己存在的机制拥有更多控制。如果(完全)留给你自己[你的人格外壳]来处理，它或多或少是已整合的，它将带着你和马车、以及所有你想要学习的东西，以及必须和它一起在服务中贡献的东西，开始进行一场笨拙的奔驰。灵性进程的很大一部分是慢慢地变得越来越多地知晓情境的轻快与轻松。这不是一个沉重的、压倒性的情境，即使它看起来是如此的。就形而上方面而言，这是个非常可塑的、可适应的情境，你能够在其上进行相当多的工作，不是就这些事物在物质性的幻象中是如何演出的方面而言，而是就这方面而言：你如何在你的心智、情绪中，以及你的心中处理它们、并使用它们。

一个未经检查的、混乱的情境有可能将你压垮，于是你几乎没有任何的希望，没有继续的力量，如此等等，。对于那个同样的情境，你在任何的时刻都能够尽你所能地、在你的心智中记起你是谁，并从那个压倒你的情境中收回你的力量，这也是可能的。你在什么时候收回你的力量，你是否在那个时刻拥有影响物质性情况的能力，这并不重要。作为一个魂或灵，收回你的力量涉及记起你不被生与死所局限：你是一个永恒的公民。你是一位造物者，你拥有一个造物，你能够以你所钟爱的理想和美丽充满你的造物。你能够宽恕那压垮你的人或情境。

宽恕的力量是惊人的。你拥有力量去如你所见的(方式)、而非如这世界所见的、去宣告一个情境。通过平静地坚守你的故事，你可以从承受着物质性情境的压垮性的行动中拯救你的心智、情绪，和你的心。这个世界不能够轻易理解的这种事。它是某种你要从自己内在拿起，并对其进行实验的事物。

在任何时候，每当你感觉无助和无望，我们会要求你试着拿回你的力量。记得你是谁、为什么你在这里。鼓起勇气并感觉你的实相的尊贵。你不是为了随便的目的而来到这里。你来到这里是为了一场神圣的旅程，你做得非常好。为了你自己而自豪吧；对你的进程有信心。要知道，你的指导灵离你比你的手与脚更近，比你的下一次呼吸更近。

现在有进一步的询问吗，我的姐妹？

J：没有了，谢谢你们。Q'uo。

我们感谢你，我的姐妹。现在有另一个询问吗？
（暂停）

我们发现我们已经用尽了你们在这次寻求时间提出的问题了，因此我们将离开这个器皿和团体，我们为了这个经验，以及能够服务而感谢你们全体。它一直是一种快乐与荣幸。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的Q'uo 原则。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注

[1] 荒野(moor)：一个开放地带的宽广的区域，经常是很高但却排水状况较差的，带有一片片的荒地和泥沼。荒地(heath)：一大片未经耕种的开放地带，覆盖着草本植物和矮灌木，一片荒地。

[2] 界线(cusp)：这个定义和这个器皿对这个词语的理解是一致的：两个交叉的弧形 [如同一个哥德式弧的内弧面] 形成的点。星象学对这个词语的用法：诸如在两个星象学的星宫之间的时间之类的一个变迁点或时间。

(编者推荐- 占星学常用词汇:

http://atastro.com/Astrology/All/FAQ/AstroTerm.html)

[3] 串联(concatenation): 1：如同一个链条连接在一起的状态；在连接的系列中的联合。2：连接在一起的一系列连接不断的符号或事件或观点等等，「这是由一连串不大可能的情况所引发的。」 3：基于彼此相依的一系列的事件，彷佛被连接在一起；「指挥链条」，「一个复杂的环境链条」，[同义词：链条]。4：在一个系列或链条中，连接在一起的行动。

[4] 这个祈祷词有很多个变化版本。这是该器皿使用的版本。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2410 章集：帮助地球的收割

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想，加州 - 棕泉市

2006 年一月 9 日

团体问题：这个周末，我们聚集在这里以获得帮助这个行星上的收割的信息与启发。我们尤其想了解这个团体如何才能对于导引收割、尽可能地增加收割量最有帮助。在这个主题上，你们能带给我们一些信息吗？

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中、我们今天来到你们中间。容我们说，能被这个团体呼唤这是怎样一种快乐和荣幸呀。我们感谢你们。你们每个人和混合的振动之美是我们的情感的一个源头。我们为了你们去服务的勇气与渴望而感到震惊。

我们认为你们在这个时刻穿越第三密度的经验如同一场严酷的体验，我们想要感谢你们每一位、为着你们到达这个位置所花费的惊人数量的工作。你们每个人都有一个不同的故事。每一个故事都是光荣的、贵重的、值得的。感谢你们，为了有这个机会同你们分享我们谦卑的想法。

一如既往，我的朋友，对于我们所说的内容，我们请你们承担起完全的责任，分辨那些你将要与之工作的想法、以及那些你将要抛开的想法。我们和你们一样都是易于犯错的。一些我们分享的事情可能真的会帮助你们去工作，如果这样，我们会非常兴奋。然而，很多时候，我们可能没有为你抓住重点，它可能不是你的真理。如果你没有对我们的想法感到共鸣，请毫不犹豫地将它们放到一边，因为我们绝不愿意成为你们面前的一块绊脚石。如果你愿意承担起守卫自己的圣殿的责任，那么我们将对分享我们的意见感到自由自在。我们感谢你们在这方面的考虑。

你的自由意志是至关重要的。相比于我们在这里或我们特别说的任何事情，保持

你自己的想法的自由，这对我们是远远更重要的。我们在这里要支持你们，我们知道你们每个人都拥有指导灵，不仅仅来自好比我们这样的实体，还来自于你自己的指导灵系统。请向你自己的指导灵系统靠拢、并依赖它，不要把任何其他人的权威奉为某种必须使你的意志屈服的事物，保持你的顽固性，我的朋友。保持你独立不从众的特性。

对任何外部的权威保持独立，因为你就是那个创造你的宇宙的人。对于你们每个人，它真的就是你的世界。你所宽恕的事物就被宽恕了。你没有宽恕的事物将不被宽恕。在你的日常生活中，你变得越来越多地了解的这种力量是在此刻行星地球上的所有人的天性的一部分的力量。我们鼓励你们越来越多地知晓你们存在的真理和力量，并寻找善用那力量的方式。

你们今天询问，你们作为一个团体能够作什么事情来帮助正发生在行星地球上的收割的锚定与进一步的发展。我们了解到，你们每个人比较有一种考虑要做什么的倾向，而非聚焦于存在(being)。不过，我们会对你们每个人说，此刻，你们作为这个团体的一部分的服务的核心与种子，即你们在做的事工：寻求自己的本性的真理、变得越来越深入地知晓你是谁、为什么你在这里、你正在做什么。

这个问题有很多很多个层次。在早些时候的对话、在某一点进入对于一颗洋葱的讨论，我们使用这个这卑微却美妙的小小蔬菜[该器皿在烹饪的时候如此喜欢它]

来作为例子。我的朋友们，看一眼你们每个人所展现出来的特性，因为你们自己身上有很多层次，每个层次都是独特的。向中心移动的时候，在洋葱的每一片中间都有那个小小的洋葱皮层次。你们正在尝试去穿过阻碍物，容我们说，洋葱皮所代表的弯月形液面(meniscus)。

每一次，当你突破你的洋葱性的一个更内在的部分，你发现大量关于自己的新信息。你遇到那些同时性、那是你通过创造一次领悟和顿悟的时刻所召唤的。然后，你会再一次工作以穿越另一个层次、并再次做该工作以突破进入一个更加内在的觉知。

当我们到达洋葱的中心时，这个比喻就失效了，因为你们每个人的中心都是那从未选取人身的空无。那就是你真正的灵、真正的魂。那是你的心，我的朋友，那种内在造物者的临在感觉的体验在一开始经常难以获得。因为你渴望去知晓自己，而在同时间，渴望去知晓真理总是会创造一种鼓励改变的氛围，而如你们知道的，改变可以是非常不舒服的。

因此我们请你们单纯地去查看，如J说过的，每个想法和每个冲动，并开始看入你们存在的模式。你是谁并非显而易见。如这个器皿说的，你作为一个灵魂而被包含其中的那个包裹是由一个旅行箱所构成：充满天赋、限制、你擅长的事物和你不擅长的事物。它就是该器皿所称为的一个人格外壳。

人格外壳有时候似乎是不可抵抗地真实、整合、完整的。当然，去重新整合自我的散乱部分并将其结合在一起，这是心理学和神经病理学的目标。但我们比那个目标要更进一步。我们会要求你了解到、你的人格外壳的确就是一个事物的集合，

你在这次旅程中，在地球上的投生的这次旅程中，你在旅行箱中打包好的各种东西。随着你围绕着太阳旋转，随着银河旋转，你拥有了这个珍贵的机会，抛开所有可能的证明手段，向着拥抱信心的情景而前进：一切都好、万物为一，你处于

完美的和谐并和指导灵协同一致。

本质上，这就是你们每个人的真相。然而，在遗忘的面纱中，除了通过后见之明，要看到该模式通常是一点也不简单的。而那个发展中的模式，伴随着人灵的发酵，正在开始创造它自己的想法，它自己的能量，以及它自己的模式。

因此，我们会说，作为这个团体的一部分、在这个聚焦于要做事情的时刻，你们每个人的第一个工作就是成为你自己，并在这个持续进行的建设项目上每天工作，也就是器皿喜欢将她自己观想为存在的(工作)。每一个实体真的都是造物者。这个器皿在今天早些时候回应某个人，说她是造物者的一部分的时候，是在说她承认她的神性但她指出、她是一个非常年轻的神。

我们会说，这是一个平衡你的领悟的好方式。请知晓你是谁而同时也了解到，当你从造物者身份出发，作为创造性原则的一部分，你真的拥有一个神的力量。我的朋友们，看看你能做什么事情来好好地、有爱地、悲悯地、明智地使用那股力量。坚持不懈地寻求你之所是，它在你的人格外壳底下、在各种层次底下，就在心之内部、属于造物者的领域。

有一首赞美诗是这个器皿经常唱的。它的开头是：「哦，耶稣，汝正站在那紧闭的大门之外。」[1]这一首赞美诗是关于我们不愿意向着自己最深的真理打开大门。我们要将这个形象转过来，我的朋友，我们向你们建议、耶稣就在你的心中，在那圣中至圣的最中心等待着你去敲门。

如果有可能，每天进入你内在的至圣所。和那静默的强健力量一同工作。对于在你静默的时候、升起的所有那些你不想要去看的事物，允许它们升起。带着情感

也超然地凝视着它们，看见它们，注意它们，接着允许它们消散。

这个过程也许看起来和进入一种深入的冥想状态、真正地超越念头的理想非常不一样。当那个过程发生在你们身上时，我的朋友们，它是一份美妙的礼物。当你的努力看起来已经失败了，当你看起来充满了无用的想法、好像一遍又一遍地播放的坏唱片，不要嘲笑或贬低你的努力。当你静默时，你的潜意识会带给你礼物，就好像猫咪将牠已经杀死的有害啮齿动物带到你的脚边说：「我干得不赖吧，现在就拍拍我吧，因为我可是为了你而杀死牠的哦。」

这就是很多进入静默的人的体验了，他们不禁想知道为什么自己没有体验到静默中的工作预计会给一个人带来的那种美妙的平静？对于一些实体，他们体验到的就是那种美妙的平静。而如果它还不是你的体验的话，那么请对你自己保持耐心、每日简单地进入静默之中，而不要评判你做得有多好。我们发觉这个器皿认为她自己是一个很差劲的冥想者，而她同样认为在冥想中完成的工作是她的进程的关键因素(linchpin)。

静默怎么有可能和如此不完美的实体们一起工作呢？我的朋友，你们是不完美的，这是故意如此的。你和指导灵系统在投生前不仅仅选择了你的天赋和才能，也选择了你的局限性和感知上的缺陷。你渴望这个机会、来到这里服务，不过，你也想要在行星地球和共识实相的熔炉中在意识中工作。你冒着如此大的风险、来到行星地球做为一个肉身的存有，因为在投生前、所有你知道的事物都被一块柔暖但结实的覆盖物罩住了。

名为 W 的实体在早些时候说过，越过当前的人生、看得太深沉或太遥远，这并非总是一个好主意，我们会同意这个实体。关于其他地方、其他时间、其他的人生

和其他工作的信息都是非常有趣的，但是，随着你的知识库的增长、(了解)更多你已经实际经历的其他转世，我们请你不要继续以引领你来到这里的经验光流来认同自己，而是以当下此刻以及所有那个瞬间所提供的事物来认同你自己。

其次，我们翻查这个器皿的心智、寻找一个概念好帮助你们看见，作为一个团队，你们是什么。第一，你觉察自己为一个灵性的实体和神性原则的一片火花，这个觉察的力量使得你有可能开始成为一个强大的人，就形而上方面而言。对于那个你们已经通过如此多不同的方式、从如此多不同的来源听到的那个简单真理，即你们全都是单一存有，我们鼓励你开始任何进程、工作你自己以返回那个简单的真理。作为一个团体，你们是一座镜子的大厅。你将在这个团体的内在看见，如同任何尝试移动到表面底下的团体一样 [这表面包括政治对话、来到你面前的各种投射]，告诉你关于自己的事物。对于该团体中的每一个实体，那种镜射效应将是非常个人的、私密的，我们不想望干扰你们的进程。我们会简单地说，当你的周围拥有如此多面亲切、悲悯、诚实、有爱的镜子时，觉察到当你在团体中和周围的人互动时、你被那些人所给予的礼物，这是很好的。

无论你在这种互动中的体验是什么，在你的心中仔细思量它们。看看它们要对你说什么、一点一点地进行你来到这里要做的再平衡(工作)。也许在一天结束的时候、你甚至可能坐下来，拾起那一天的想法。你在想什么呢？你在这一天的进程的主题与样式是什么？有什么图腾对你说话？你遇到了怎样的信使？使用那因着你对真理的寻求而带来的指引，要知道，就在你请求帮助的瞬间、帮助就已经被给予了。

你们如何才能创造出一些计划或环境、将会帮助这颗行星[你是它的一部分]觉醒

呢，我们的职责不是对于这个问题做出建议。我们唯一知道的是：这是你们的时代、你们的时刻和机会。在未来的日子里，当你尝试去显化在这两天时间中已经开始的事物，保持觉察，在这个团体中的每个实体都想望成为你的实质支持系统的一部分。当你发现有可能这样做的时候，在彼此之间沟通，一直更深入地推动，如J实体会说的，获致更大的简洁性与清晰度。

这个器皿在早些时候谈到无形的帮助，我们会鼓励你们去依靠于那无形的帮助，因为你们每个人吸引到自己身边的实体、不仅仅有每个灵魂的高我或如这个器皿所称的圣灵实体，还有这个团体中的流浪者所拥有的、来自家乡行星的延伸家族的实体，如果他们能够依靠它、相信它，甚至那些仍在沉睡的流浪者都会获得支持和鼓励。因为你们在其他密度中是相连的

你能够唤醒他们吗？这不是你的位置。你能提供种子吗？这就是你的位置了。提供种子不会侵犯自由意志。你可以自由地播撒想法的种子而不用担心你正在侵犯自由意志。播种的菁华是把它抛入风中、而不担心它将落在何处或它将如何长大。

要了解到，当你倚靠这种无形的帮助，当这个圈子里的每个人都做相同的事情，在无形的领域中、将有惊人数量的意识被激活。这种帮助是强有力的。的确，如这个器皿先前说过的，你们已经在依靠着借来的时间而活着，你们非常有效地这样做。你们每个人都已经做了许多事情来锚定光。你们每个人都是光之工作者。你们每个人已经通过单纯的、无条件的爱，以及支持这个星球及其人民而产生的那种能量已经使得第四密度的能量能够贯穿第四密度、而没有启动在某个时点是不可避免的地极转换。

反而，因为你们的爱、你们的工作，该转换已经一点一点地发生了。

请了解到，这相当象是一种配比基金(matching funds)，如果你愿意这样说，当你捐助的时候，你的公司也捐助了，诸如此类。当你工作的时候，当你给予的时候，当你停止分析与忧虑、并歇息在一切都好与活在当下此刻的知晓之中，你就不仅仅帮助自己，还在帮助全球社群了。诸如你们这样的团体现在正在全球形成，(尽管)彼此之间并不认识。所以，同样倚靠它，不是把你们自己认定为地球的拯救者，而是认定为那些已经碰触到灵性之火焰的人。

你们每个人都拥有一条不同的火舌、碰触你的头部，带你活跃起来、觉醒于灵性。你们每个人都有不一样的故事要去传讲，你们每个人的故事都是有价值的，对于那些听你的故事的人们，你的故事将打开其意识。知晓你自己，如果有些实体向你提问，(为自己)做见证，不是去证明一个教条或一种「主义」，甚至不是去证明你最喜欢的哲学式一的法则，如这个器皿对它的称呼。而是单纯地等待着实体们向你提问。当他们向你提问的时候，分享来到你脑海的、要去分享的事物，知晓在那个瞬间，对的言语将会来到你的头上。

现在请问是否有后续的问题。我们是 Q'uo。现在有一个询问吗？

J：关于我们一直在寻求的各种各样的可能性，你们似乎不情愿给我们任何具体的指引。在我们头脑中非常显著出现的一个问题是现在和 Schiffer 出版公司陷入一些作品的版权(纠纷)中。关于为了爱/光研究中心重新取得版权的方面，如果有必要，可能要采取的步骤，你们能够多少在那方面谈一点吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们无法直接地谈论那个问题因为它

是此刻在这间屋子中、几个人的活跃过程的一部分。在这里有些道德上的考虑，它的重要性远远超过我们分享信息的渴望。我们非常强烈地感觉到这个团体的故事的那部分是一个机会，它将精巧地制作出一个对你们每个人都有意义的创造物，或制作出很多的创造物，它们一起组成一种满足这个团体的、更大需要的模式。我们不会在这方面侵犯你们自由意志的选择。我们有能力看到或然率/可能性的漩涡。在某种程度上，我们可以预测在未来可能发生什么事情。但是，在这一点上这样做并不引起我们的兴趣。(你)作为个体、也作为一个在第三密度之内工作的团体，我们极其希望保留你们的自由意志的完整范围。

我们要求你们了解到、你们基本上正在尝试去做什么。作为一个灵性导向的团体，一个对服务他人的极性的奉献是绝对的团体，你们是一块水晶。当一块水晶是由多于一种元素混合组成的时候，它会形成一种非常有趣的结构。个别地看待你自己为一座灯塔或散发光的东西，同样把你在今天所属的团体视为一块混合的水晶，它积聚能量并允许它如其所愿地闪耀出来。

一种方式是从黄色光芒的位置来使用你的意志，一种方式是让事情发生、允许能量上升进入心、接着从心进入蓝色光芒脉轮，如此等等；要在两种方式之间的刀锋边缘上行走是非常困难的。因为你正在尝试通过你的脉轮系统中的蓝色、绿色、靛蓝色脉轮进行工作，带出并显化灵性导向的信息—没有显著的扭曲。

我们愿单纯地建议，要对你们自己抱有自信。知晓在今天把你带到这里的每一件事情都将是有用的。实体们如何才能将联合起来寻求更大的善，这尚不是清晰的，不过，我们感觉到你们对于做到这点的尝试为你们创造了一个第四密度能量的漩涡，它是实质性的。你们正在尝试凭借更高的原则去生活与行动。这是受保护的工作，如这个器皿先前说过的。

在那种保护中安歇吧，然后，对于你们下一步将要做什么毫无惧怕，你要做的仅仅是去放松进入对话和各种想法中，总是为一种焦点而工作，这种焦点简化再简化一个使命宣言[以 B 实体的称呼]。要觉察到，创造一个意图是非常强有力的。

再者，我们愿对你们建议一个概念，它多少有些难以领会，但是，考虑它也许是有帮助的。从全球而言，此刻在你们的人群当中有一种概念升起，它是一种新的典范。它无法被一个团体所发展。它必须被一群又一群的的团体所发展[好比这个团体]。不要推它或拉它！但知晓它正在成长，并且看见你可以做什么以调音进入那尚未被听到的旋律、尚未被写下的诗篇。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：我愿要求你们和我们在一起，在自我探索的过程中协助我们。再加倍你们在我们的生活中的临在，好让我们每个人得以提升我们感知的层次，我们从中观察的层次。

我们是 Q'uo，觉察你的请求，我的兄弟。容我们说，被要求去这样做是怎样的一种荣幸呀。如果你们在进入冥想时、在心里要求我们，我们十分高兴和你们任何人在一起。我们发现自己相当擅长于成为一种低语之声，它将有助于稳定你们自己的冥想状态。我们不会尝试去个别跟你沟通交流，因为我们不想要以我们多少有些强力的能量闯入你们的人格外壳。而是从底部强化你自己的努力、这是我们可以做的事情、无需害怕侵犯自由意志，如果你们呼唤我们，和你们每个人在一起是我们的欢乐和荣幸。

的确，如果你呼唤一般性质的指导灵，你将会感到吃惊，在你周围有怎样数量庞大的见证者，它们支持你、提升你、带给你清晰度。我的兄弟，我们为那个请求而感谢你，我们会高兴地这样做。

现在有另一个询问吗？

D1：使用电视、收音机等传统媒介，以及网际网络来实现我们传播信息的目标、如同你们先前所说的种植种子的目标，这是否合适？

我们是 Q'uo，我的兄弟，相信我们理解你的询问。你们每个人使用了解的工具、尽你们最佳的努力打造一些成果来分享你们内在蕴含的光与认识，这在我们看来是一件美好又可爱的事情。我们发现这个团体在今天讨论的所有事情都是合适的。我们没有任何的渴望在你们希望如何呈现信息的方面限制你们。我们只会对你们说：为了平衡你们每个人在显化方面的强烈奉献，这里有个好主意：花费显著额度的时间开始觉察当下此刻，放开所有的紧张或忧虑，单纯地花时间知晓一切都好、一切都将是好的，。放轻松，找到轻触、欢笑、至福、喜悦，而唯有当你聚焦于当下此刻可以找到它们。我的朋友，在这方面玩得开心，正如同我们在[生命的这段时间]和你们工作之际感到很开心。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

D1：有没有任何我们能够帮助你们的方式？

我们是 Q'uo，我们为那个询问感谢你，我的兄弟。你们早已极大地帮助我们。我们在此刻提供服务，通过一些器皿[好比现在这一位]发言，或者单纯地和那些正

在觉醒的人们在一起，如果他们请求我们的临在，如果他们要求指引、而参与的能量和我们自己的能量协调一致。结果是，诸如这样的时刻、我们能够和你们分享想法，恰恰正是我们希望能够去做的事。所以，在帮助我们服务造物者的过程中，你们正在满足我们的心之渴望。我们为此而深深地感谢你们并荣耀你们。

现在有最后一个询问吗？

D2：有任何其他我们能够做的事、来增加我们的察知与聚焦？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。为了净化并精炼你的意识，你可以做的事情是无止境的。

因为你们每个人都有一条独特的途径。有一些关键性的事物是你们共同拥有的。静默就是其中一项。人类生物体的结构是这样的：从心智活动的意义而言，你们基本上是在与一种混合体打交道。在你的心智的组成上有一部分是伴随着你们身体的类人猿生物计算机。它的出厂设定就是那样子，容我们说。你拥有一个极好的做决定的大脑、遵循生物本能的一些途径，它们跟母鹿、和其他大型哺乳动物的途径*一样地清晰 [*当牠们走向水源和寻找食物时采取的常规路线]。

看看你能够做什么事情好变得越来越多地觉察到自己的模式，你自己的区域和自己内在的地形。它的确归结起来就是越来越多地觉察你是谁。你的内在早已蕴含着无扭曲的、完全、完美的真理。这个器皿因为她的神秘主义的本性、花费了好些时间处于那种状态，在其中，她完全地觉察到该模式的完美性。她经常表述：拥有那些完全清晰的时刻几乎是令人烦恼的事情，因为，类似所有的顶峰经验，它们无法被作为一种礼物、带回给那些生活在山谷中的人们。就好像说(圣灵的)

方言一样，另类状态的体验，虽然是一份美妙的礼物，但是它不是你能够显化给其他人使用的事物。

但是，当那些时刻发生在你身上，当你拥有那些清晰的时刻，找到纪律、记得安住于感恩之中，为了你已经收到的礼物。当你安住于感激和感恩之中，你在你的电性体中、脉轮系统中，创造出一种气氛或环境，如这个器皿会说的，它鼓励进一步的觉知。正如同你们的地球，你是一个不断拓展的有机体。然而，你正拓展进入形而上的领域，而非进入物质界的领域。

当你的生命朝向它合适且应得的终点移动，当你继续工作、于你自己的内在创造出更多的觉知，你正在照料你的花园。你正在滋养自己的种子，这样你就可以从自己分享的经验和说故事的树上摘下一颗苹果。津津有味地吃掉它、接着在你前进之际扔下种子吧。

（磁带第一面结束）

J：如果我可以再问一个问题的话：在我看来，除了你们跟我们分享的信息之外，有一种不言而喻的邀请，它几乎象是一种感应，似乎你们在邀请我们去提升到一种振动或位置，你们就是从那儿查看的，于是我们就可以感觉并看到你们所感觉与看到的东西。你们能不能谈谈那一点？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你提出了一个有趣的问题，我的兄弟，因为，为了平衡我们的回复，我们必须说两件自相矛盾的事情。我们自己并不害怕悖论，因为我们发觉悖论是灵性成长的天然环境。

你们进入我们的心智状态，这对你们是非常好的，我们跟你们随意地分享这种状态，完全与完整地，虽然不是通过言语，而是单纯地通过我们的临在，我们相信那就是你在脑海中想到的事情。当这个团体把我们社会记忆复合体的能量拉入之际，那个你所感觉到的东西能够被带走、检查、沉思。十分欢迎你们这样做。

在同一时间，如这个器皿稍早说过的，每一个实体下降进入到该星球的乌烟瘴气之中、并将双脚坚定地站立在地球的土壤与大地上，这对于流浪者是格外重要的。

当你们进行这种基础训练工作时，轻轻地向外看看你们文化的政治、经济、社会系统。因为你们并不必须改变外部的景象。你来此协助行星地球的收割。那场收割正沿着它自己的道路快乐地前进着，当你做无论什么事情、带着一种意图的清晰度和热情的参与来服务的时候，你正在以自己的程序和进程向前进。

因此，如这个器皿从她对圣经学习中记得的一样，变得天真又聪慧[2]。我们相信，这种组合对于你的本性并不陌生，我的兄弟。它对于任何一个在场者的本性都不陌生。成为鸽子、同时使用你的智慧。

我们即将在此时离开这个器皿，因为我们感觉到稍后很可能有更多的询问，而我们愿保护她多少有点脆弱的健康之平衡，她的健康在此刻是优异的。因此，对于你们每一位、带着许多的感谢与最谦卑的感激，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，一如我们发现你们的时候。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注

[1] Carla：这首歌是由 W. W. Howe 在 1867 年创作的。对于那些不喜欢跟该概念[有个人名为耶稣]工作的人，如果他们用「无条件的爱」来替换耶稣，并用「光之工作者」来替换基督徒，这首歌的信息就可以被它们更好的接受了。我也为了十九世纪采用「弟兄」这个政治不正确的词语表示抱歉，在这首歌中，该恳求很明显地同时向兄弟们与姐妹们发出。以下是第一节：

喔，耶稣，你正站在紧闭的大门之外，
耐心地等待着去跨过门槛，
我们多丢脸呀，基督徒弟兄们，
承载着他的名字和标志，
喔，丢脸呀，我们让他一直站在那里，
这让我们三倍地丢脸了。

[2] 圣经，马太福音 10：16：「看呀，我把你们送出去，如将羊送入狼群之中，因此要如蛇一般聪慧，如鸽子一般天真。」

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ **第 2411 章集：玛雅年历**

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2005 年十一月 21 日

由行星光之工作者杂志（PLW）读者票选的问题[1]：玛雅的年历系统指出 2012 年是他们的年历尽头，因此它是时间的终点。关于这个时间终点的观念、以及为何 2012 年被玛雅人选择作为年历的终点，请以任何你们觉得有帮助的方式评论。

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中、我们在今天来到你们中间。容我们说，能在此刻把我们的振动与你们调合在一起，这对于我们是怎样一种荣幸和快乐呀。在你们人群中的这个感恩时节，我们非常感激有这个机会能够和你们分享能量、也被要求分享我们谦卑的观点。

我们会要求你们每一位在聆听我们的观点的时候，小心谨慎地使用你们的分辨力。我们的意见不会以任何方式意图代表你们必须听从的东西，或者权威性的陈述—包含任何种类的教条。它们是我们的观点和观察。我们会要求你们承担责任、守卫你们自己的想法的领域，以便于我们和你们分享意见而不必担心我们将会侵犯你们的自由意志。如果我们和你们分享的任何想法似乎跟你没有共鸣，请丢下它并继续前进。如果我们任何的想法真的似乎听起来很熟悉，就好像一种已经部分遗忘的、遥远的记忆回响，那么请务必拿起它，它就是你与之工作的对象了。我们感谢你们在这方面的考虑，因为它将使我们能够自由地发言。

在你们的很多文化当中、很早以前就已经看见，有一种能量上的周期性，它创造了你们的投生经验的环境。

各种各样的文化和文明都已经为这些能量进程中的时期、纪元、或时代进行分类

与组织；该进程属于这个器皿称为的时间/空间或空间/时间连续体。

你们谈论的特定的时期是一个主要的空间/时间的纪元，虽然它肯定在时间/空间中拥有对应的影子和等价物。

的确，在时间/空间中你们已经牢固且完全地处于第四密度[2]之内。你们居住在第三密度的能量中，它现在正完整地渗入无条件的爱和完整理解你的真实本性。

你们居住在强有力的时代之中，在其中，作为一个第三密度的实体，你居住在一个身体中，当你能够以一种合作、信心、信任的感觉面对第四密度的能量，这个身体是有能力在这样的能量中生活并兴旺的。

无论如何，你们无法加入第四密度，居住在你们的肉与骨的屋子中，你们无法毫不怀疑地知晓万物一体。你们无法知晓那个一体就是爱。

的确，你们已经志愿在此刻进行一次投生的，因为你们想望去经验并成为这个即将到来的惊人时代的一部分。在这个时代，有一些人锻炼他们的心智和想法，就能够在你们的行星上缔造出一个极大的不同，这不仅仅是就你们行星上的人群的意义而言，也是就这个行星本身的舒适而言；而它正移动经过这个出生过程的最后阶段。

玛雅人在那些觉察到横跨你们时间的漫长纪元的一个周期的文明当中。他们看见地球自身将穿过一个非常决定性的改变：从双鱼座时代到达水瓶座时代。双鱼座时代正处于其终点。水瓶座时代正处于其黎明。能量正在转变，已经你们时间中持续数千年的能量正迅速地接近一种结束。

那个时代将在这个器皿所称的 2012 年的冬至结束。

我们会请你们每一位读到或听到我们的陈述的人、在此刻和我们一起暂停并释放所有的恐惧。
（暂停）

对于一个强大的概念—好比时间的终结—感到恐惧是很容易的。我们会说几件关于这个概念的事。首先，它是一种形而上的、而非物质上的时间之终结。你们的星球将如你们对它的知晓、安静地继续前进。在肉体的眼睛看来，时间将不会看起来终结了。

时间的特性将会是不一样的。在第三密度，该差异将只能通过统计数据被感知到。在形而上的方面，在时间/空间的方面，容我们说，那种差异将是远远更加强有力的。

有些实体对能量敏感，对于他们而言，一波接一波的能量冲击着地球的岸边，这早已是完全地显而易见的。该星球正在改变，而改变将会继续。有一种行星将它的磁极重新对齐的需要，这跟第三密度能量与第四密度能量之间的差异有关。

幸亏有遍及你们星球的光之工作者[好比这个团体]的大量有爱的努力，这种磁极上的改变就彷彿被一步一步地完成，而非一下子全部完成，而光之工作者的这种努力是在相对无意识的合一中一起工作，虽然如此，这种工作通过他们对于行星地球的钟爱情感而增加地球上的光，在这方面仍旧是非常有效的。

当你看见你们的星球正在经历许多跟天气相关的现象，你可以看见你们的母亲，盖娅，正在进行工作，她在执行振动性和磁力上所必须发生的转变为了和第四密度的能量校准。母亲受苦好让孩子可以兴旺。这就是盖娅的辛苦阵痛。

当这些不便利持续时，我们要求你们每一位完全地避免恐惧。

对于日常新闻体验到恐惧，这似乎是一种越来越合乎逻辑的回应。当这些恐惧的自然感觉升起时，我们要求你们每一位记得：你们是这个世界的光。

你们每一个人，凭借你的本性，都是一个接收、发送、转换能量的水晶。那能量是太一造物者的无限爱与光、以无限的供给从地球自身的心流入你们每个人的能量体，接着通过你们的头顶流出，在那儿，你就发挥如同金字塔一般的作用。

你们创造并祝福能量，接着给予造物者；通过保持你们的心开放，保持你的爱与信心强壮而将其自身缠绕成一张金色的网，以爱包围着这颗行星。

众天使守护这个工作并加入你们编织这张爱之网的行列。这个工作把第三密度的能量和此刻正在出生的第四密度的能量调合在一起。

我们感谢你们每一位、在你自己的内在创造出容量，以装载增长的信心。在每一个恐惧可能是合理的反应的时刻，我们要求你们尝试进入你的心、找到那个信心的所在，在其中，你知道，无论你是活着或死去，造物者都通过你而活着，你是造物者，或活在肉身中的创造性原则的一部分。不管怎样，你都不是一个将受到死亡阻碍的实体。

我们也不会有一刻暗示你们所有人都将在一场戏剧性的全球大灾难中死去。的确，一旦 2012 来了又去，我们希望第三密度将拥有许多年、甚至几个世纪的时间，在其中，那些选择居住在第三密度的肉体载具中的人可以负责继续重建或治愈你们的星球。

你们星球上有许多实体曾经破坏其他行星的生活环境，好比马尔戴克、火星，以及你们太阳系之外的其他行星实体。我们要求你们越来越多地觉察到，在此刻，在这次的投生中，你们拥有机会去把自己内在的那种能量转向、成为有爱与睿智的执事，不管你在行星地球上拥有的土地有多小[英亩或平方英尺]，照顾你的土地。

你的场所需要的是什么呢？如果你是一个拥有地产的人，我们会要求你和你的土地交流。不是单纯地和你的土地交流，而是和你的局部情况交流。根据你的观察，和行星地球有关的、怎样的局部情况已经出错，是你的邻居的情况吗？一个人能够做什么来把这些情况温和地带入更多的和谐，伴随着这个星球本身需要的那些事物？

你们的水域被污染了？你能够做什么？在你的生意中、缺乏可永续的行为吗？你能够做什么？

我们能够持续不断地、列出各种单纯的、实际的、人类的局部问题，你们可以自己处理这些问题。无论你拥有土地或你生活在高楼大厦的第三十七层楼，你仍旧是行星地球的一部分。

你们能够做什么？你们的礼物是什么，你们看到的问题的种类是什么？

作为一个单纯的、单一的存在，你充满了缺点、不过充满了良好的意图，你有潜力加入一些有希望的团体，一起处理那些已经在这个星球自身导致污染和疾病的不平衡、并创造出解决方案。

无论你生活在一大片土地上，还是一小片土地上，或者生活在我们之前说过的高楼大厦中，疗愈都是从你自己的心中开始的。治愈你自己内在的污染吧。爱你自己。成为一个执事，照看你自己的身体、心智、本性，和你自己的进展。

当你看到你自己的进展时，不要用某个他人的言语来判断什么事物构成治愈和进步。进入你自己的存在之中，在那里，指导灵的资源厚厚地堆在地面上，开始请求指导灵对你说话吧。

让那指引从你周围的世界涌现生命吧。观察各种同时性并聆听那些吸引你注意、使你想象、希望、梦想的话语、短句、想法。因为你的想象力是一把钥匙、去形成一种新的典范：活在一个新的时代中，活在新的地球上头，活在各种可能性的崭新破晓之中。

现在，我们请问，为了进一步地指引我们对这个问题的回答，S1 实体或 S2 实体是否有个想要提出的后续问题？我们是你们知晓的 Q'uo。

S1：玛雅年历有数种变形，有不同的土著部落保管现在被发表出的信息。它们为不同的观点，有些在表面上是不同的，有些则非常相似。你们能不能评论这些不同信息的相似性与差异？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们并未发现评论在你们的人群中、各种各样不同的故事是有帮助的，这些故事在尝试去讨论那些需要想象力的事件，想象力不仅仅属于那些第三密度中的人们，还属于那些拥有太一无限造物者的完整潜力的实体。

有一种神秘涉及密度改变的方式。那种改变的方式如同在一个量子与另一个量子之间的运动。没有一种直接的运动跨越一个量子边界。这个器皿对于科学和量子物理学一无所知，我们向她展示一幅液体性质的、半月形弯液面的图像。这个实体曾经直接地经验过这种介于密度之间的液态环境。

她称之为通往智能无限的大门，因为根据这个器皿已经研究过的一的法则资料，她理解它为一个点，在这儿，一个人可以从第三密度的量子移动到第四密度的量子。

她偶尔在那里休息，在那些时刻，通过无意识的过程，她被置于一种包含合一性的神秘觉知状态。在这个环境中，这个器皿知晓一切都好、一切将是好的。她看见时间与空间之样式的外部工作的完美性。

她无法从这种状态把任何额度的这种觉知带回来。它单纯地是一个礼物。它已经被圣保罗实体在他的著作[属于你们的圣经]中指出，这样的礼物以及所谓的说方言只有很少的人类用途。它们只是礼物。

虽然如此，因为这个器皿已经在异象和被强化的觉知的时间中获得这些礼物，她能够理解我们展示给她的东西，那就是，有一个相当可分辨且真实的无时间的地方，在其中，就好像在你们的黄昏和黎明之中，或者就好像在万灵节(All Souls'

Day)中，你们刚刚经历过的能量转换，一种光正在离开，另一种光正在抵达。

灵性的白天和灵性的黑夜是相当不一样的。在黄昏和黎明之间，有一种非常可辨别的转变，一个等待和肃静的时刻。它是在意识中做功的极好时间。

各种各样的文化故事之间的差异是那些文化和量子边界的关系的差异，这个器皿称该边界为「通往智能无限的大门」。假若我们开始把焦点放置在这场转变的具体细节上，相信我们将会偏离这个问题的意图—去发现所谓的时间终结是怎么回事的核心。

那个时间是关于灵性演化的时间。考虑在任何一次人生中会发生什么事情，这是令人惊讶的。从你人生的开始一直到当下此刻，有多少事物已经在你的世界中发生了改变呢？已经有的进展是什么呢？在你接近当下此刻的过程中，难道你没有看见这些进展的能量是如何增强与加速？随着这个时间的接近，这些能量将继续增强。

那么，我们会想望去做的事情，不是去聚焦于任何的细节，而是聚焦于这个宇宙的瞬间的一般性质。你们居住在一个即将到达终点的时代，不过，在你的身体、头脑、心中，你的内在携带着未来的种子。

当你活出你的生命时，当你吸入和呼出时，你就在种下种子，它们被那些在你之后来到的人们所收割。我们要求你们带着一颗快乐的心和平静的头脑、种下爱与信心的种子。

当你们看见苦难来自战争的能量、苦难来自一个正在调整它自己的行星的能量，

它必须调整自己，好迎向新的能量与新的生命，我们请求你们变得更加平静，并深入地探取你的信心与希望的储存。

我们在此刻并没有看到因为大自然而造成全球性毁灭的或然率。我们的确看到这个可能性：因为人类种族的有毒特性而造成的全球性破坏。如果那些已选择恐惧的人们被允许完全掌权，他们就很可能制造全球性的毁灭，如同已经发生在其他的星球上，甚至在你们自己的星球上的情况；该情况随着许多那些拥有权力的实体发生；在某种程度上，此刻、你们的领导当中的一些人往往就是曾经在你们的亚特兰蒂斯大陆上造成毁灭的那些人。

如果这些言语对你们起共鸣，我的孩子，关注它们。就是在这个时刻，你们可以选择另一条道路。

面对恐惧的时候，记得爱。
面对愤怒的时候，记得悲悯。
面对分裂的时候，记得联合，因为难道你不是你遇到的每个人、每个事物的一部分吗？

在面对表面上的飢荒，资源的缺少与限制，我们请求你们居住在感恩与喜悦之中，基于那无限制的可能性[安住于你的想象力之内]。

我们对你们说这点：对于你在今天遇到的每一个问题，都有一个解决方案。

我们无法知道你们正在面对什么、你们将要面对什么，但我们确实知道你们的人

群已经被给予的东西：不仅仅是伟大的挑战，还有伟大的礼物(天赋)和无限制的资源。

摆在你们面前的挑战不是去节俭地使用正在减少的资源，而是开始看见那些你们可得的资源，现在尚未被恰当地估值，并且了悟到，在所有资源中、最伟大的资源就是你心中蕴含的悲悯。

在悲痛的时刻、有时候很难看到答案是如何存在于你的内在，而非你的外在，因为所有的悲痛看起来都来自于你的外界。然而，我们在这个时刻对你们说，我们的意见是：那个事物将治愈你们和地球、并且带着你通过时代的终点以欢庆一个新黎明的破晓，它就躺卧于你的内在、等待着被你认可。

在你的心中有什么？在那强有力的资源中等待着你的是什么？在谦卑中、通过鞠躬的膝盖，带着空空的双手，进入你自己的心中，请求帮助。就是在等待那请求的过程中，帮助即刻而至。当你请求的时候，帮助就临在了。

那么，当你已经请求了，聆听吧，因为那安静又微小的声音[如这个器皿对灵性之声的称呼]位于你的内在、它在静默的力量之中说话。

在静默和沉思中，当你从那个祈祷的房间走出来之际，愿你带着喜悦而歌唱，愿你带着感恩、平安、力量照亮你的世界。

此时，我们感谢你们每一位、并且在太一无限造物者的爱与光中离开你们，一如我们发现你们的时候。关于你们已经向我们提出来的询问：比较时间终结的这些细节、相似处和各种方式等等。如果你们渴望去探究它们，我们会在另一次集会

上招待它们。但是，我们会要求你们以特定的方式重新措辞，好让我们可以去谈论你们的询问中的已知分量，于是我们的回答可以变得更清晰。

于此同时，我们感谢你们每一位为了寻求真理而留出这段时间。我们感谢你们，

为了你们的存在之美，为了你们作为一个团体在这个寻求圈中创造的光。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai。我们是 Q'uo。

原注

[1]行星光之工作者杂志(www.planetlightworker.com)。

[2] 第四密度是一个术语，Q'uo 用来表明在我们现在的共识实相的环境之后、生命的下一个密度，我们称现在的环境为第三密度。第二密度指的是大自然界的植物和动物，第一密度是土、气、风、火以及各种元素*。

(*编注：依据一的法则，这里的气应改成水)

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2412 章集：服务他人与宠物

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年十二月 12 日

（J 通过电话参加这场集会。Jim 把 J 女士的问题录到磁带上，同时朗读 J 已经事先准备好的文字）

J：Q'uo，我为你们分享的思维之礼物、从我存在的深处感谢你们，你们分享的想法帮助我打开了心、解放我的心智、找到我的真理。我十分谦卑地感谢你们。在我服务他人的旅程和服务太一无限造物者的旅程的这个点上，我寻求从你们的视角来看、对我最有帮助的、无论怎样的想法、观察、评论、鼓励的言语。在这个架构之下，我对以下的问题特别感兴趣。然而，我会顺从你们选择去讲述的、无论是什么内容。

第一个问题。我是否错过服务他人的要点？我的焦点是服务所有人或服务于整体，也包括自我。我对于为了另一个自我而牺牲自己的观点感到不舒服，但是，我愿意为全体牺牲我自己。这点是否阻碍了我在服务他人的道路上的进展？我相信我已经达到标准成绩，即我已经获致 51％或更高的极性。你们能否确认？请以任何你们觉得可能有帮助的方式评论。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。我们在造物者的服务中、作为给那些请求信息者的一个源头。你们在此刻形成一个寻求圈并要求我们分享一些的想法，我们极其感激这种荣幸和快乐。

一如既往，当你们聆听我们的意见时，我们请求你们记住，我们不是权威而是同伴旅行者，我们可能以某些方式比你们拥有多一点的经验，因此，我们可能有一些有帮助的建议。如果我们的想法似乎对你们是有帮助，那么请务必使用它们，

如果它们没有帮助，请毫不犹豫地把它们放在一边。如果你们能够做到这点，我们会非常感激，因为这使得我们能够自由地发言、而不用担心将会侵犯你们的自由意志。

首先，我的姐妹，我们可以确认，你已经取得可收割的成绩。该成就不是永久的，因为在你转换穿过更大生命的大门的那一刻、所表达的能量是对你自己的瞬间调音或瞬间表达，那种调音将会是什么，这是将要被考量的、它却无法提前被知晓，因为它不是一个人在某个点赚得了，然后再不用担心的事情。

的确，当一个人正尝试就服务他人的意义去极化，他的调音多少会有些变化，这是很容易的，因此我们会单纯地鼓励所有仍然处在第三密度幻象内的实体们、去检查每一天、每一小时、每一刻。因为你真实的自我和你真实的存在就存在于这一刻之中。

你已经成就的事物是卓越的，我们不会警告你说：感觉到你有某种可能掉落到可收割等级之下的巨大危险。我们单纯地想望去指出：这一生继续前进，一刻接着一刻，直到该模式最终完成的那个点。就在那个点的调音将是你携带进入毕业过程的调音。

在此刻，我们发现自己对于测量这个器皿的完整心智上遇到困难，原因是简单的，我的姐妹，这个器皿的课程和你的课程在此刻手牵着手一同前进。她同样在处理有多少服务他人是关于服务整体，又有多少似乎是对另一个人做出的牺牲奉献。我们会在我们的回覆上前进，但我们的确希望你知道，有些情况跟这个器皿的发展与进程有关系，这使得我们更加难以变得完全直率，因为不仅仅是你，这个器皿也正在活跃地处理这些问题。当这种类型的问题是在进程中活跃的问题，

那么，我们必须去查看其中涉及的灵性原则，而这就是我们在这个情况中将要做的事情。

服务他人的原则是去爱邻人如同爱自己一般，因为这个器皿会从她的基督徒背景来这样阐述它。为了向后拉、从一个更宽阔的视角来注视它，服务他人一直是对造物者的服务，就那个意义，我们相信，你和这个器皿都拥有一种坚实的理解：对于在第三密度中，有可能提供的最高与最佳的服务他人。

的确，我们会毫不含糊地说，对于全体的服务，就其真正的本质而言，它是比服务任何一个实体更伟大的理想。无论如何，肉身的生命中、深不可测的挑战在于：要看见对于一个人的服务如何成为一种象征或故事，在讲述它的过程中启发了全体或以某种方式为人类种族全体创造出一种觉知，这经常是困难的。

因此，我们必须要求你们两个人都移动进入一条途径，在其中，你在每天、甚至每个小时寻求指导灵，尝试去保持跟你的指导灵之间的通讯线路开放。因为在这个问题中隐藏着机会，提出该问题是为了领悟和更多地理解服务他人。成为个体是怎样的？成为整体的一部分是怎样的？这些是非常合理的问题，我们把它们留给你们、去问你们自己或问你们的指导灵。

名为 Carla 的实体此时作为器皿，她最近对 Jim 实体说，也许为了对另一个实体有所服务，她可以在个人的情况上做出一个大的改变，Jim 实体回应说，这是一种过度反应，倾向于带出她的殉道者倾向。进入一种心智的区域，在那儿，有所服务的渴望是如此显著、以致于一个实体将进入一个殉道者的位置，或者如这个器皿对它的称呼，一个门垫的位置，这是很容易的。

我们单纯地建议一种和你的指导灵的持续关系，那是非常亲密的，至少每天更新一次。某个事物颤动着、接近触发一个在觉知之内的步骤，对于你们两个人、那都是一个强有力的步骤。那个步骤将在它来临的时候来临。而你此刻在这个主题上的工作是极有帮助的。你正在问这问题、持续不断地问这问题，这样它就停留在你心智的最前沿，这是一个好主意，我们会鼓励你们的注意力和奉献，如你们已经在过去展现出来的一样。

现在有另一个询问吗？

J：我对于动物王国感觉到一种深入与持久的爱，尤其是猫科动物。我想知道你们是否可以分享关于它的意义或重要性的任何事情，尤其是关于我跟亲爱的猫Max(Cat)之间的、美丽又很具指导性的关系。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在你们的文化中、被称为「拥有者」

和「宠物」的关系有数个层次，所有这些层次对于作为一个实体的你是很有帮助的，对于牵涉的宠物也是如此。

第一个层次简单地是一个人的层次，在她的生活中、有很多时候对于一个活生生的存有产生无评判与无防卫的情感，这是一件非常疗愈的、令人安慰的事。它疗愈宠物、也疗愈所谓的拥有者。这个器皿也是一个爱猫和养猫的人，我们凝视她的心智内部、发现她认为猫拥有她、而不是反过来说。

肯定地，这是一种非常特殊类别的伙伴关系，它是从两个第二密度的动物的单纯的生物性的安慰开始的，牠们已经同意将彼此都作为其家庭的一部分。你感觉到

对牠的喜爱，而牠也感觉到对你的喜爱，当你进入牠在场的地方，这其中有一种极大的安慰。这是数个物种的天赋，牠们通常在你们的文化中被当作宠物来对待，猫就是其中之一，这些物种有一种情感的天赋，牠们是第二密度的动物，那是猫天生的智力和情感的组成的一部分。这样的动物极其适合于创造一种和人类之间的疗愈性和安慰性的伙伴关系。

关于宠物及其拥有者之间的有益状态，第二个层次跟你的系统的能量平衡与再平衡有关，该系统意指你— 作为一个演化中的人类存有；也跟宠物的敏感性和准确性有关，宠物有能力拾起与处理持续进行的能量情景[在你的进程中波动着]。

宠物能够作为一种守卫者，牠会在一个实体周围出现困难振动的时候变得警醒并察觉到有一种肉体的或理智上或情感上的疾病，想望进入那种困难的能量并帮助那股能量的平衡；所以，宠物会有一种天然的倾向去创造一种氛围、或帮助创造一种疗愈涉入的人类的氛围。

当然，这个器皿已经讲过很多个她与猫儿在一起的故事，牠们以某些方式察觉她的情感状态，有时候，察觉到她的肉体疾病，并且，牠们一直在感受到(主人)需要的方面、在一个惊人的程度上信实与忠诚地回应。

当一个人正在穿过在此时正迅速发生的全球性变化[发生在你们人群当中]，这种能量平衡的因素是极有帮助的。在此刻，正在通过这个星球的能量波是众多与强烈的，它有益于你们正在其中生活的时代，在这个时代中，第四密度已经完全地贯穿第三密度，有一种强烈的无条件爱的能量正流经内在层面，并且在第三密度经验性生活中的能量没有跟第四密度的价值协调一致的时候、产出鲜明的阴影。

无论是在出差、在路上或是在你可能会去的无论什么地方，生活在第三密度中的实体不得不因为他们遭遇的、第三密度的人群的内在或多或少已发展的光而受到冲击。因此，第二密度的生物察觉到你在能量上正经历的事物、带着牠的情感向你提供稳定性，这是相当有帮助的。

你的宠物给你带来的帮助，或牠能够给你带来的帮助的第三个层次是：牠们能够作为指引与图腾[1] 而发挥作用，如果你愿意就这些词语对萨满或土著美洲人所代表的意义上来这么说。就那个意义而言，牠们成为了信使，可以在你的异象或你的梦境中出现。

因此，当你们有机会和宠物共度一段时光，我们鼓励你们去开放你们的感官并拥有那种认识：即可能性不会在简单的喜爱和共享的爱之中开始与结束，它们还会穿透潜意识的层次，在该层次，想法会变成事物，而似乎是物质性的客体，好比一只猫，能够成为一个在灵性上明智、非常觉察的信使，它会从你自己的潜意识过程的内在深处给你带来信息，从而在你的进程中、作为一种原型之力而发挥作用。

现在有另一个询问吗？

J：我通过寻求真理而找到爱，我的感知是：真理与爱是相同的能量的不同体验—就好像一个能量硬币的两个面。这是否有一点点准确？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会说，这个概念是相当准确的，我的姐妹，我们愿对它补充一个建议：也有其他的言语适用于这个超越言语的基

本合一之意义。这个器皿在昨天谈到诸如爱之类的词语的相对无用性。它的意义已经被剥夺了，因为它被滥用并被用于不重要的情绪和那些沿着人生的表面流动的短暂感觉，以致于一个人完全能够在说她爱某一种食物或某一种活动的时候使用相同的动词，接着，你说你爱造物者或热爱服务他人或者在贯穿你整个一生中，你爱着一个和你共享历史的朋友或伴侣，也使用相同的动词。

在你们的言语所提供的这样一种琐碎化的风景中，要掌握诸如爱和真理这样的词语是困难的。对于这个简短的概念之名单、代表着一些强有力的菁华，我们愿添加几个其他词语，一般而言，这些词语在第四密度以及更高的密度中、都拥有一种生命。那些词语是：美丽、智慧、平安。我们也可以把信心这个词语添加到那个名单，同时理解信心既不是信仰，也没有任何(特定)的内容。

这个词语所共同拥有的东西是：它们代表一种纯粹的振动。就无条件的爱或理则的意义，爱的振动是一种特殊的振动，它创造了一切万有。结果是，我们无法说爱与真理是绝对等同的。因为在理则的意义中，那是描述造物者自身的一种方式。

然而，如果一个人从考虑爱为造物者下降到考虑纯粹的爱之表达，那么我们就会发现等效意义的真实均等性。接下来，好比真理、爱、美丽、信心这样的词语会成为分开的，容我们说，从可辨认的意义上是不一样的，但是，在它们振动的纯净度上、则是相等的。

当你在你的进程中、遇到一个时刻，你在其中感知到绝对的爱或绝对的美、绝对的真理或绝对的信心，你知道你已经找到指引的星辰，通过它，你能够设置你的船舵并驾驶你的进程之航船。

我们把其他那些词语拉进来，好让你可以看见：不同的人格、以及在他们的进程的不同位置的人群将如何找到这一颗星星比另一颗星星要更有帮助，某个点的真理、另一个点的美丽要更有帮助，以及如此等等的事物。在这个问题的背后有惊人数量的问题，如果你们想望在我们耗尽 Jim 实体已经写在这张纸上的那些询问之后、提出后续的问题，我们会感激你这么做。

此时请问是否有另一个询问？

J：好些年以前，我开始在冥想中或在进行灵性的治疗工作的时候，在我心智之眼中看见美丽的色彩、同时拥有我称为一种灵性体验与连接。关于这种现象，我会对你们愿意分享的任何的事情表示感激。它和脉轮有关联吗？它是某种类型的视觉化致意吗？那些色彩感觉起来如此美丽、以致于我经常会感动到流泪。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。看见特定色彩的体验是推动一个实体超越语言局限的体验。这不是说色彩在其自身拥有一种色彩的实相，尽管对色彩的研究肯定是非常有趣的，就各种色彩让你感觉的方式上，每一个实体都和各种色彩有关系。

无论如何，我们相信相当有可能，你正在体验到的事物是：容我们说，因为你的疗愈性工作而被吸引到你身边的菁华的同伴关系的阴影效应，这些菁华想望在你着手为他人创造一种疗愈性氛围的时候、陪伴着你。

颜色本身，可以说，就是该颜色所代表的这个强有力实体的名字或外号或影子。因此，那些无形的能量和菁华正在陪伴你、欢迎和拥抱你，它们欣赏你并被吸引

到你在服务中所进行的工作。它们所提供的服务就是把它们的能量借给诸如你这样的实体，你正站在第三密度的人生中，因此它们能够直接地提供帮助。因为它们单就其自身是不能的、甚至也没有权利提供帮助。

因此，也许在你看来、接受了这些能量是非常蒙福的。的确，正是如此。但是，我们会对你说，你对于这些颜色所代表的这些实体也是一种极大的祝福。我们感觉到，这种关系是完全有益处的：强化并鼓励你去拥抱这些感动、并带着信任与感激在你的工作中使用它们。

现在有另一个询问吗？

J：关于我所感知的、在人类社群上未被满足的深深渴望，我会很感激听到你们的想法、观察、评价等等。我在整个人生中，一直感觉到我不属于任何地方。我持续地寻求那种感觉：成为一个社群和真正的家的一部分。这是否因为我是一个流浪者？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在某种程度上它肯定是你已经拥有的一种经验，我的姐妹，因为你是一个流浪者，而我们这样说是因为流浪者会从他们记忆的深处带出一种在部落或家族之中的时光记忆，这是流浪者所特有的，这种记忆不需要因为你们所称的血缘而有联系，而是因为对有所服务的共同信仰、关注、渴望而有联系。

在较高的密度，尤其是在第五密度和第六密度之内，对于人格外壳的精炼及其锻鍊已经穿过如此多次精炼的循环，以致于它不再是巨大的挑战，而在第三密度中则是个挑战：要脱离和另一个实体的关系的细枝末节、以便于看入把两个人真正

地带到一起的爱、奉献、服务他人之中的共性的更深入线索。

在第三密度之内、有沉重的文化的覆盖物，它使得任何两个实体要合为一体变得困难。只要一开始构建信任，几乎马上就有一种通过自我的阴影面而被给出的能量，它会鼓励个人增强他们的个体性并从真正的亲密关系中退却。有一种感觉：需要去防守和保护自我、免于受到另一个实体可能造成的痛苦。

要超越这些文化和本能的防守并进入到对另一个人的一种真实不设防的状态是非常困难的。实体们以很多方式尝试它。那儿有友谊关系的自然纽带；有贯穿宗教性和灵性的全部光谱的所有类别的专业化社群，在其中、它们的确是基于很可能比自我更大的观点与理想而形成了它们的基底，这样的社群就因为一种敬拜或服务的需要被带到一起。

对于任何在地球上投生的人，有一种赞同社群的天生本能。因此，你会渴慕社群并不完全因为你是流浪者。然而，因为你是流浪者，你对于第三密度中的社群拥有高度的希望与期待。我们只能对你说，我的姐妹，这样的希望并非空洞的。这个主题是乐意去非常耐心地等待，等待那些在你看来可以信赖、并且具有适当的振动，好让你找到和他们的共同属性。

当你确实找到这样的人，谦逊又温和地把他们留在你的心中，等待那些机会去接近、分享观点与希望，一起从你的人际关系的动力中创造出你所能够进行的服务。

团体的力量与个人截然相反的是在人群之间的动力中有一种极大的创造性潜力，他们在一起要比他们当中的任何拆散的人大得多。

所以，我的姐妹，这挑战就是去保持希望、信心、情感的不变，同时觉察到、在任何你尝试去和另一个人变得更亲密，都会有你们文化的地方性能量，它们将恒常地提供挑战。

那些能量将会简单地使用你的人际关系的动力来向你展示：不是你们之间的共性，而是同时向你们双方都显示出你的阴影面的动力，于是，在查看另一个你感到喜爱的人的过程中，你也可以看到好比自私、自我放纵、贪婪或该自我其他的不合宜的面向的阴影特征了，这些特征也许是你自己在此刻的能量系统中尚未被完全平衡的部分。

既然它们尚未被平衡，它们就代表那可以成为一块绊脚石的东西，它将阻止你寻求关系。我们不会要求你们去忽略这样的绊脚石、而是要求你们和它们一同工作，不是把它们视为阻碍你加入社群的东西，而是把它视为允许你能够变得越来越有能力在社群中奉献你你自己的事物。带着那种能量，你与之一同工作来治愈你的阴影自我，当你在自己内在感觉到它的时候，接下来变得悲悯吧，那悲悯将使你能够去爱那相同的能量，当你在另一个人身上看到它的时候，不是以任何方式谴责它，而是在诚实的情感与信赖中抱住它，等待那将使你们能够在共同属性中前进的发展。

现在，有进一步的问题吗？

J：我发现自己对为了一个特定的结果而祈祷感到不安。即使是某个人请求我祈祷他的癌症得到治愈或某种属于那种性质的事情。我觉得为了神圣秩序或神圣神圣意志祈祷比较让人舒适，类似，祈祷「愿汝之意旨承行」，或者祈祷那个人就他

是爱与光的意义上看到关于他之所是的真相。我的头脑在尝试去解决这个问题的时候变得完全混乱了。我猜想这是因为我并不相信任何我能够为其进行祈祷的事情会比为了神圣秩序或神圣意志而祈祷更好。我相信在我的祈祷中拥有很多力量，但是我对于如何去应用它感到迷失。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你提出有趣的一点…

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
我们是 Q'uo，再一次和这个器皿在一起。我们非常赞成 J 实体，相比于请求「愿一个特定的状况得到治愈」，去请求「汝之意志承行」，或「愿神圣秩序盛行」，这是一个远远更加纯净而无扭曲的灵性请求。

所以，让我们花一点时间注视那种祈祷，好看见为什么那会是一个更令人满意的祈祷。如 J 实体陈述的，祈祷是一个非常强有力的工具。圣灵一直做好准备去听到祈祷，它将尽其所能地立即回应祈祷。然而，如果祈祷太过于扭曲了，在回应这个特定祈祷的时候、圣灵能够做的事情就有越来越多的限制。

实际上，从一个症状或一种疾病向后工作，就处于第三密度和位于肉身中的立场来看，要去知晓那种疾病或情况的精确架构可能是什么，那是不可能的。就形而上的意义而言，该疾病实际上是不是资产负债表中的一项资产或负债，除了通过洞悉、直觉或指导灵，它无法被看见。

非常经常的情况是，有一些结构被安置在人群的生活中，它拥有的简单逻辑是：「如果我的生活情况充分地跟这些参数分开，接下来我将设置一种疾病，以一种

特定的方式、它的本质是限制性的，它将鼓励我重新思考和重新想象我的生活和进程，于是我实际上处于跟自己的更大平衡中。」

使用这个器皿作为一个例子，年复一年、十年又十年，这个器皿拥有一种易变的健康水平，在她的整个人生中、她都一直处于脆弱的健康状态。因为她已经觉察到，这也是我们使用她作为一个例子的原因，她已经设置这种疾病的结构，它造成限制但却不会结束此生，所以，如果她被过度地吸引到肉体的活动，她将会短路并被强迫转入内在、以便于坚持不懈地进行她的内在工作。

这个器皿极其喜欢外部工作，包括它的细节与便利性。去花园除草、烹饪、进行在她手边的外部服务，对于这个器皿是容易的。花费需要的时间进行内在的工作，尤其是严格地在静默中和这个器皿所称的敬拜、祈祷中工作，这对于该器皿是较不容易的。有如此多精彩的事情要去做，却只有如此少的时间来做它们，以致于这个器皿的倾向就是保持非常忙碌的状态而不是去思考。因此，在这个器皿的人生中，一些结构就被安置了，以便于鼓励她仔细思考。

当这些疾病发生在这个器皿身上的时候，她并不高兴。无论如何，因为她无法做那些通常她会做的、让她自己分心的事情，她会自发地、非常自然地转向进行灵性的工作，她和高我在投生前觉得这种灵性工作作为她在人生进程的结构的一部分是非常重要。

因此，当某个人询问你，是否将会为治愈一种癌症而祈祷，他们很有可能是在请求你祈祷以移开那个实体的高我安置的一种结构—为了在投生前增进那个实体内在的觉知并减少扭曲。

结果是，J 实体觉察到神圣秩序不必然看起来跟肉眼所见的秩序相似，这是非常明智且非常有爱的。

我们可否进一步回答你，我的姐妹？

J：我最近开始使用一种由 Hal Stone 发明的技巧，叫做语音对话(Voice Dialogue*)。在我看来，当我越善于拥抱我各种各样的内在的自我，我就会越善于拥抱人类全体。我发现这是非常有价值的技巧。我不禁想知道你们是否能够确认我的感知或添加任何评论。
(*编注：参考网址 http://delos-inc.com/)

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们的确能够确认这是一种对你在此时使用的、极有帮助的技巧。肯定地，一般而言，对于任何一个人、其进程已经把他带到一定的敏感度，他实际上能够察觉到这种技巧，这个技巧是有帮助的。一般而言，它作为一种资源对任何要如其所愿地增进他们的灵性演化的人都是有益的。

你自己的人格要素也许看起来是天衣无缝的整体或一体。在心理学家或哲学家看来，也许每个人似乎都是，如这个器皿对它的称呼，一个单细胞、一个完整的原子存有，他在自己的内在是完整的。在一定程度上是这样的。

然而，实体们的人格外壳被创造的方式几乎就跟你踏上一次旅程之前、打包一个旅行箱的方式相同。你已经为这次投生打包了你觉得会有帮助的，或者你在投生前、在你打包旅行箱的时候，觉得会有帮助的那些人格元素。

为了你的保养和健康、你打包了一些事物。你打包了一些使你能够更好地分享天赋的事物。你在该人格中打包了少数表面上较不吸引人的事物，并同时了解到、将会需要一定数量的这些阴影的能量，作为一种离开点和重新进入的点，好让你就能够以各种各样的方式超越你的舒适区，同时寻找平衡你内在的动力的方式。

相对于爱的动力，有些实体拥有某种和真理和正义有关的动力。一些实体拥有关于智慧与爱之间的动力议题。一些实体甚至拥有诸如真理、力量、爱等等更加复杂的结构。

然而，所有这些你打包的特征是这个器皿会称为被整合的事物、而非单一的事物。它们已经为你形成一个人格外壳，但是，它们实际上是由元件组合而成，每一个元件都是被所有正在穿过灵性演化的、无论什么的存有所共享。这并不是说你和每一个其他人都是相似的，因为你们并不相似。你是相当独特的。毋宁说，你的元件部分是在整个人类部落的系统中为每个人所共享的。

因此，当你开始察觉该人格外壳的各种各样的面向的时候，你就能够看到它们是如何联合成为包围你们每一个能量中心的结构，所以，举个例子，你个人的、橙色光芒的能量中心就拥有一种特定的个体性，它是独特的，而它和那些包围你的其他脉轮或你的能量系统的其他部分的那些能量是协调一致且相互呼应的，在你的能量系统中、各种脉轮和它们的动力学都被考虑到了。

我的姊妹，请问我们可以在这个询问上进一步回答你吗？

J：是的，确实可以。我想要通过真理、智慧、美丽这些词语来追寻之前的几个询问。你们曾提到纯净的振动这个短语，我想你们是这么说的，我开始越来越多地

在所有事物中察觉纯净的重要性。我认为我想知道在追寻这些纯净之间是否有不同的重要性，它们是：灵性层面的纯净、情绪层面、身体层面以及心智层面的纯净。最近我一直很关心我的食物的纯度，看起来，那种纯度现在对我有一种特殊的振动或共鸣。

问题会是：在人生中的某些领域、其纯净度是否比其他区域的纯净度更重要？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。纯度的概念单就其自身是极有帮助的，我们会赞成你：有很多不同的方式去表达这种纯度。根本的纯度当然就是自我的纯度，在此，自我已经遇到自我，知晓自我，并在那一刻如它对自我的知晓一般地、赤裸地站在自我的真相之中。

就人格或人生的不同层次来评估纯度的价值，我们会说，名为耶稣的实体的教导在这方面是有帮助的。这个实体说，就纯度的意义而言，值得关心的是从嘴巴里说出来的东西，而非吃进嘴巴的东西[2]。名为耶稣的实体基本上在说，那些外部的考虑，尽管它们可能是重要的，相比你对自己想法的觉知，其价值变得苍白。

当你能够在从你嘴巴说出来的事物或出自你的想法的事物中表达一种纯度和专注状态，那也许是就你的进程的价值而言，能够提供的最高纯度的等级了。然而，需要注意的是，无论你从何处寻求去创造一种更高程度的纯净，去创造那种纯净的尝试就在演化的进程上拥有一种强大与正面的效应。

例如，你正在谈论关于你渴望去净化你的饮食。当你聚焦在净化进入你的肉体载具的东西之际，你就在给予自己：你自己的喜爱、尊敬、荣耀。你正在把自己视为一座圣殿、而非一个便利的肉体载具，在这次投生的历程中，你将你的意识挂

在这个载具上或放在载具内。

因此，单纯地通过尝试去考虑什么事物最适合于你，你已经进入跟你自己的一种远远更加平衡、更加正确的关系。考虑这样的事情是极有帮助的，肯定地，这个器皿已经在过去五年期间、花费大量的时间逐渐尝试让她自己越来越多地熟悉她可以如何十分有效地滋养与爱自己。她用来表达这个工作的俚语是：「保护这包裹」。

在某种方式上，这似乎是一种相当圆滑的方式来考虑诸如如何去锻炼、如何饮食以及如此等等的事情。然而，你是一个意识的包裹，它在出生的时刻在工厂里已经被全部包装起来送入到这个世界。因此，保护那个珍贵的自我身份的包裹就是保护那真正神圣的事物和那为了高尚与可爱的理由来到这里的事物。

所以，我们鼓励你们尽一切办法来跟随那种最近占据了你的心智的倾向性，无论它可能引领你到何方，要了解，你所寻求的目标不是一直是完美的，而是尽你所能地变得纯净。在人性中有一种天然的限制，它会消除任何自我感知的完美的可能性。所以，因此意识到你正在尝试去做的事情不是去完善你自己，而是致力于爱你自己、接纳你自己、尊敬你自己。

我们发觉这次通讯的能量正在衰弱，因此，我们要问现在是否有最后一个询问。

J：是，有的。我先前提到的那只猫 Max，我爱 Max。我相信、贯穿我们的关系的自始至终，我一直从他身上得到的信息是去同等地爱自己。我非常非常想要给予我家的四只猫[与我共享这个家]、我能给予的最好的体验。但我并不确定那是什么体验。我有意识的意图是给予他们被珍惜、被喜欢、被爱的体验，但是，我

想知道是否有比那样更好的方式、我能够为他们服务的方式?

我们是 Q'uo，相信我们理解了你的询问，我的姐妹。爱的分享，当它从一颗诚挚又开放的心被感觉到的时候，它就是无需以任何方式被计划或被指引或被校准的事物了。我们建议你，单纯地让你对这些珍爱的存有所拥有的爱自然而然地从你身上散发到这些实体身上，知晓他们去领会情感和无形的能量的能力。那能量单就其自身而言、将是你可以给予的最佳礼物。

自然地，尝试去跟每一只宠物建立个人的人际关系，这一直都是有帮助的，因为每一只宠物可能需要不同额度的喜爱或表达喜爱的不同方式。不过，根本的知识是：他们所渴慕的就是被爱且受到欢迎。

他们是实体、基本上寻求巢穴的感觉或部落的感觉，你就是他们的首领筑巢者和他们的部落首领了。因此，他们单纯地拥有渴望去属于你的环境，无论他们如何表达它。当你与他们分享一个词语或简单地在心里对他们说这个词语，同时认可他们并在你的喜爱中把他们包含在其中，那就是我们觉得你能够向这类实体、好比这些猫提供的最佳服务的菁华了。

我们感谢你，我的姐妹。今天和你谈话并与你分享能量，这是一种无杂质(纯粹)的喜悦。你的存有之美是巨大的，它是一种真正的快乐。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是 Q'uo。

Adonai。Adonai。

原注

[1] 图腾(totem)：一种动物、植物、或自然物体，在特定的部落或者传统人群中作为一个部落或家庭的标志；有时候，被尊崇为它的奠基者、祖先或守护者，或这样一个物体的代表。

[2] 圣经，马可福音 7:15-16：「从外面进去的，不能污秽人，惟有从里面出来的，乃能污秽人。有耳可听的就应当听。」

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2413 章集：语言和沟通

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年十二月 11 日

团体问题：Q'uo，今天的问题是：语言到底是什么、以及它如何运作。无论我们是在与一块石头、一棵树，和彼此沟通，或者是和一个第四密度的实体沟通，语言是如何运作的？有人说太阳语(Solex Mal)是基本语言中的一个。Ra 说希伯莱语和梵文是非常基本的语言。语言的基本是什么呢？在我们已经沟通了，在我们尝试使用言语描述我们的想法、感觉、观念以及如此等等之后，这些想法、感觉、观点和言语是如何下沉、并在我们身上产生效果，好让我们成长，好让我们就比听到它们之前的我们更多一些？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。我们在无限

造物者的服务中来到这里以便于在此刻分享我们谦卑的观点。我们感谢这个寻求圈呼唤我们。我们感谢这个器皿专门地进行调音来稳固我们(的通道)。我们感谢所有那些无形的临在，它们的能量大大地增加了我们所有一同体验这个圈子的实体之经验丰富性。

我们的快乐和荣幸就是向你们提供我们所拥有的、无论怎样的想法，。然而，一如既往，我们会要求你们每一位对在你们自己的圣殿的大门维持一种守卫的方面非常地负责。请对你们接受为进行思考的材料的事物小心谨慎。如果一个观点看起来是有帮助的或对你是有效的，务必以一切方式跟随它。那就是我们现在分享信息的原因了。然而，我们无法一直都击中目标。要觉察到这点，不可能我们所有的想法都明确地适合你。如果一个想法似乎是没有帮助的，那么我们请你们毫不犹豫地丢下它。我们感谢你们的这种恩惠，因为它致使我们得以自由地发言而不用担心将会侵犯你的自由意志。

就是通过那些我们刚刚通过该器皿所说的言语，我们已经表明了、我们认为你们的语言是有效的沟通器具。我们想要首先指出这点，因为关于言语、我们要说的大量内容似乎是在贬低说出来的言语或听到的言语的力量。我们不会以任何方式暗示你们听到的事物和说出的事物只有一点点力量或没有力量。

记住，你们就是这样的生物：你们唯一通向生命的入口是透过吸入和呼出。此刻，

你们每个人坐在其中的住所外面，你们听到火车的汽笛声、也是一种通过空气的表达而表述声响或信号的吹奏乐器。类似地、有希望具有多的意义，你们每个人就是一个管乐器。你们拥有比一个双音符对子(dyad)远远更多的音调来唱出你们

的歌曲。在你们尚未开始说出一个字之前，你们就拥有了语音的全部染色了。

你的声音的简单表达足以让某个共享空间的其他人知道有另一个实体和他居住在同一个空间中；这空间是一栋房屋、一个家、一间办公室，一家餐厅。你的语音的简单的音效哼出的一个音调就足以告诉他们：你是谁并足以在他们内在唤醒因为你的能量交换的动力而被创造出的情感。我们鼓励你大大地尊敬你的呼吸，大大地荣耀你的呼吸。通过你的呼吸，你在第三密度的环境中能够乘坐人生的浪潮。带着那声音，藉由正是如此被呼出的气息，你在非常年轻的时候就开始创造一些样式了。

你首先的言语是什么？对于大多数实体，他们首先的言语是对那些跟他共享空间的实体的识别：「妈妈」、「爸爸」、「奶奶」。我们在这个器皿的心智中发现—也许这并没有绕得太远—该器皿首先的话语是：「把我放下来」，对着她亲爱的母亲说的。在人类的能量中，有两种需要：去识别亲密关系、创造个人性和个体性；这两者几乎是相等的。言语同时被用于这两个目的。因此，在你在一场对话中说出第一个词语之前，问问你自己：「这是一种旨在增加亲密关系的言语模式，或者这是一种旨在增强个体性的言语模式？」

你们已经提出问题：「语言是什么」？通过你们提出这个问题的方式、你们已经表明你们不是简单地谈及诸如我们正通过这个器皿使用的语言，而是谈及各种交流模式的完整概念。进入到一种对语言根本面的清晰讨论、有点类似从一个系统中尝试把中间部分拉出来，而在这个系统已经纷乱到一定程度，以致于中间部分很难直接地被接触到。因此，让我们在我们的逻辑中多少放松一点、并从几个不一样的角度来处理这个问题。

首先，语言的基础—或者如叫做 R 的实体指出的，其同义词是沟通，它的基础是爱与光。

造物者及其受造物的本性中的本质是一个活生生的思维。你是一个思维。那个思维转译到你们的语言就是爱。这个器皿最近谈到了对使用语言的无望感、尤其是使用爱这个词语、。我们会同意她。不过，我们没有选择。我们可以尝试去扔掉一些形容词的障碍物、并在我们谈到单一伟大的原初思维的时候、作出限定来表明我们所谈论的爱的种类。它是一种无条件的、绝对的爱之思维。

单就其自身而论，爱是纯粹的存在，该存在是纯粹的爱。纯粹地考虑，在爱自身之中或在作为一个存有的你的内在没有暗含的矢量。该矢量被提供是藉由你之所是的思维、带着其全部的扭曲—当你存在于第三密度的肉身中、基于你之所是的爱而行动。

就是光形塑其自身成为你身体的每一个原子，成为控制你的各种各样器官的能量场，成为你的感官元素，好比视觉、嗅觉、味觉、听觉。它是以能量之道被塑形的光，而能量从太一造物者的无限能量被接收；那个你之所是的爱塑形成为你的能量消耗的扭曲模式。那种能量的使用在任何时刻都是你的本质的表达之总合，

而那能量无尽地创造自身，接着再创造自身为独特的催化剂和对它的回应。你是爱、使用光来体验你正在经验的人生，来处理你正在接收的催化剂，来探索那些于你内在闪现、成为觉醒的感觉与概念的领域。

你将收集到的最强大的信息就是关于你的想法(思维)的信息，这完全在你的进程的内部。关于你自己内在的进程，我们无法说：有多少是通过言语完成的，有多

少是通过感觉完成的，又有多少是通过各种各种各样的特异方式、或能量的使用完成的，这些使用方式包括视觉化、冥想，这个器皿所称的祈祷以及其他的工具和资源等等；当一个实体决定去更深入地探索、更远地查看，他倾向去使用这些工具和资源，相较于一个被共识实相包围的实体而言。

你们作为一个团体正在谈及停留在事物的表面上。在生活的表面上滑行一会儿，允许已经发生的、无论什么模式安定下来、让它们自我澄清，这的确是一个明智的计划。有时候，这世界上最困难的事情是去了解到、一个人正处于一个混乱模式当中，而那个等待过程被指出了。那是一种无言的等待、一种充满知晓的等待。

另一种看待语言的方式是去注视在一次沟通的过程中、实际上发生了什么。B 实体正在询问一个人如何才能跟一块岩石说话。这是我们很难通过这个器皿交流的问题，但我们将尝试它。除了第三密度的人类之外、所有的实体都谈论并理解言语背后的想法而非理解言语。言语对于人类的心智是必需的，但对于居住于所有其他密度以及，的确，居住在你们自己密度的内在层面的意识而言，言语不是必需的。并非(宇宙)造物的其他部分是奇特的，你们反而是奇特的。

言语是你们的密度的一个非常特别的人工制品。它们是必需的，因为有一种被非常仔细地安置的面纱，它阻碍了肉身中的第三密度实体的显意识心智完全地觉察万物一体，觉察一切事物都是太一无限造物的一部分，是那个创造性原则的一部分。你们每个人都是造物者已经创造的白昼的一缕阳光。

因此，对于你们，言语被创造出来就好像它是被一个巨大的?面杖从概念的球形?平、接着用饼干切刀塑型来做成在嘴中和耳中的这样和那样的形状，这样你就可

以跌跌撞撞地把你感觉到的事物告诉彼此、告诉你自己。

实际上，当你正在真实地沟通时，即使在你们的第三密度之内、幻象的身体中，那躲藏在言语之后的概念仍旧会创造出统一的要点，它们使得你使用的言语的能量更加清晰。然而，对于一块岩石，没有一种言语的需要，虽然一个第三密度中的实体使用语言跟一块岩石沟通是很有帮助的。但是，在跟岩石的沟通中，视觉和听觉的辅助不是有用的。在让人类知道那个人的确正在尝试跟岩石沟通的方面，它是有用处的。

现在，虽然如此，去了解到你所给出的首先的沟通、就形而上而非物质性的意义而言，是存在或爱，这是有帮助的。你在此刻正在振动和表达的爱的精确变貌就是从你开始的所有沟通的开始。必需承认的是，在人类的对话中，存在性方面是否会或不会拥有很大的影响力，取决于你正在与之谈话的实体的质量，你自己作为一个知晓自己的自我质量以及该对话本身的质量。

那种存在状态即为信息，它就如同概念运动的母体(matrix)，构建了一次沟通的形态。如果你在和一块石头说话，第一步的沟通是：「我在这里」，你其次的沟通是：「我认识你」。假设你希望和石头说话，你第三步的沟通是：「聆听我」。你设置了一种方式以便于石头理解你正处于与它沟通的事实。石头立刻察觉你的存在以及你与它谈话的渴望。取决于你存在的特性，它对于聆听你说话的兴趣是可变的。在面对一个不属于你自己的密度的实体之际，你越是舒适地歇息在你自己的皮肤之内，就能量的层面而言，你的沟通就会越准确、越有说服力。

因此，沟通的技巧开始于更加深入地探索你之所是的不间断工作。你想望和一个好比一块石头之类的存有交流的内容，在你的心智中可以是非常复杂的、并且和

大量的细节有关。对于一块石头的心智，细节将被丢弃。你的诚实和清晰感觉到的情感和渴望才是会被沟通给这样一个实体的内容。

自我与感觉的特性是一直调合著的，就好像爱和光在贯穿你的整个人生中会持续不断地被调合，来回玩耍和舞蹈，这样你就可以就好像它是一个全新的事物、一直拥有新的机会去探索当下此刻，的确，每一刻都是一个全新的事物。

实体们会如此清晰地，并且多半会如此正面地回应那被感知为悦耳音乐的东西，而不会如此回应说话的内容，原因是：取决于那个使用言语的实体的说话习惯，说话的能量拥有大量限制。诸如这个器皿之类的实体花费了大量时间去唱歌，这创造了某种乐感，即使在她没有唱歌的时候，这使得那些聆听歌唱者[好比这个器皿]的实体们能够带走感觉的礼物，还有言语本身的礼物。也许你已经注意到你会用怎样不同的方式来回应几乎完全相同的言语，这些言语是由不同的人以不同种类的声音，并在言语的背后带着，如你所猜想的，不同的动机与议程。

这个宇宙沿着被各种能量所描述的一些轨道运转，这个器皿仅仅把这些能量识别为颜色与声调。然而，那些色彩和声调是第三密度之内的影子，它表明了在形而上的或非局域的系统中，或者在具有极大的力量与美丽的实体与菁华的结构中的实质性存在。因此，如果这个器皿说：「喔，尝一尝，看一看，主是怎样地亲切呀」，会有一种基于言语的反应。如果这个实体唱道— (Carla 歌唱)「喔，尝一尝，看一看，主是怎样地亲切呀！」—就会有另一种反应了，它主要不是基于言语，而是基于这个器皿的声音的管乐器染色。

在逃到色彩、音乐的音调、讲故事，或非言语的艺术的更加严谨的学科之中，其中有一种惊人的安慰，在那儿，只有颜色、形状、质地能够被用来抓住在你们的

密度之内无法看到的那些实质性真理的影子。关于言语和沟通的特性、这就是我们能够说的一些东西了。

在这个点，我们觉得开放这次讨论给进一步的发问也许是有用的。现在有一个问题吗？我们是 Q'uo。

B：当你们谈到歌曲的时候，歌曲是如何直接地和感觉交流的呢？我不理解那儿的联系。我可以理解言语经过耳道，对智力讲话、被处理为概念，但音乐有什么不同呢？

我们是 Q'uo，相信我们理解你的询问，我的兄弟。我们在稍早谈到言语使用饼干切割刀来处理各种概念。它们拿起了一个球体，即是意识的礼物。它们拿起了那个概念，它即是一个形而上的，活生生的统一体了。它们拿起智力的大理石?面杖来处理它，把它碾平成为顺从的、馅饼皮大小的面团，从中切出言语。因此，你们已经在这个行星上逗留的期间、创造出了许多种语言。

然而，潜藏于这个饼干切割刀的处理过程之下的、是一些指导性原则，它们跟声音有关。这个器皿先前在一次和这个团体的谈话中谈到，在希伯莱语和梵语的字母表中，字母本身的发音具有特定的价值，在此，特定声音的简单重复使用那些特定声音的影子力量来开启那些声音的阴影所代表的实质性实体，这样，它们就可以在一个无意识的层面和你的原型心智或你深入的无意识或你的前额叶建立联系，以便于给我们正在谈论的内容一个居所和一个名字。

所以，当你听到特定的词语，能量体会在一个无意识或前意识的层面上起反应。其中不涉及努力。当你听到人类声音的甜美发音或一个被弹奏得很好、任何种类

的乐器时，无论它是一个管乐器还是类似一台钢琴的打击乐器或类似一台小提琴的藉由振动创造音乐的乐器，你都在创造出音效，它们就其自身是神圣的，它们有能力在前意识或潜意识的层面、唤醒情绪的光流。

再者，那些具有音乐天赋的人们、不仅仅有能力创造出一个音调，还创造出一种旋律，那是一种无形清晰度的天赋(礼物)。再次地，我们正在谈论那些事物对于智力心智只是一些影子。不过，那些影子属于巨大的、极为强大的能量。所以，当你能够体验到的不只是简单的音调，还能体验到旋律的时候，然后你的情感就实际上被弹奏了，就彷彿它们是乐器所弹奏的音乐。当你把言语，尤其是衷心的言语添加到旋律的光流中，你已经创造了一种强有力的乐器、为了唤醒那些通过一种清晰模式创造的想法和感觉的一整部管弦乐曲，它是容易消散的，然而，当你在听到和体验到这种声音的光流之际，你就能够感知到完整的宇宙，而这个宇宙在其他方面，对你来说是遗失的。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

B：是的。歌曲，就我对它的理解、是一种和无意识对话的非局域性的表示法，反之，言语是比较局域性的、概念性的表示法，就好像一本书的目录。当它们结合在一起的时候，歌曲和言语，言语被唱出来，它基本上是在同时对大脑的两个半球一起说话，那是否正确？

我们是 Q'uo，我的兄弟，你是感知敏锐的。这是正确的。

B：那么，你们会把音乐等同于爱，而言语等同于光吗？在你们早些时候表明的关系中，我们是在光的领域中前进的爱。

我们是 Q'uo，的兄弟，在这一点上，我们无法完全地赞成你。从你作为一个信息的收集者的立场来看，言语和音乐在某种程度上都有爱与光的振动。然而，我们会说，相比在言语中所拥有的，在一首带着言语的歌曲的音乐部分中、拥有更多的存在性或非局域性。

有另一个可以在这里被看见的元素，它在理解你对造物者的价值和每一个实体对造物者的价值上是非常重要的，那就是，当你听到言语和音乐的时候，在言语和音乐进入你的心当中，你为其赋予了一种它之前从未拥有过的生命，并且以一种绝不会再次来临的方式为它染色。

当你能够反映和回应的时候，尤其是如果你能够跟着一首歌—这是你完全赞同的歌曲，同时你也完全赞同它的歌词—哼着或唱出来，那么你就已经创造了一个转变的乐器了，它对于你自己是局域性的，不过，它包含了所有那些菁华的一切丰富性，它们具有极大的力量；因为你的聆听、感觉、体验呼唤该力量进入生命之中。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

B：我向我现在理解你们了。我有另一个问题。言语能够造成大量的痛苦。但是，痛苦倾向于更多地经由歌曲来交流。这是为什么？

我们是 Q'uo，我的弟兄，相信我们掌握了你的询问。言语去治愈和伤害的能力也是这个器皿最近大量地思考的事情。你必须理解、你不是一个简单的存有。你并非毫无负担地来到当下此刻。

但愿你能够完全无负担地来到当下此刻！这里有对人格的全部锻炼，它们都致力于清理一个人的负担，于是一个人就可以真正地接近一些珍贵的当下此刻，这些时刻除了纯粹的存在、不会被任何事情所牵绊。然而，对于大多数处在行星地球上的热情戏剧之中的实体们…

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

…会有一个负担。这是一种只要你尚在承担痛苦、就会一直被累积起来的负担。对于大多数实体，那是在投生之中的相当早期开始发生的。铭印作用的痛苦通常发生在一个相当早的年龄。接着，在那种痛苦或那种类型痛苦的初始的铭印之后，形成一种模式，它不仅仅是那种类型的痛苦的体验模式，它还是你会如何跟那种类型的痛苦打交道的体验模式。它可以成为一种非常洛可可式[1]的结构，带有大量的装饰物、滴水兽[2]、飞拱[3]，偶尔出现开垛口[4]。

当一个实体向你说出了一个触发的字眼，它可能简单地击中了一个开垛口的边缘。你肯定能够站在那个开垛口的位置并放出一根箭、摧毁说出该字眼的实体。但是，那个字眼已经正中靶心，把那种痛苦的整个结构都带出来了。你也许并不知道你拥有这种被埋藏的珍宝—关于未发掘的催化剂。那一个字眼触发了所有那些痛苦的感觉，使得那尚未被揭开的礼物、尚未被完成的工作变得完全清晰。

因为目标不是去收集痛苦，而是去接收它、探索它、平衡它、弥补它，接着增加你的悲悯的储量。

因为其他每一个人也在体验这种痛苦，以这个或那个方式体验，依据其人格外壳

和他们处理素材的方式。当你正在受苦的时候，你永远不是孤单的。当你处于绝对的喜悦之中，你永远不是孤单的。当你在感觉的时候，你正在感觉到一种非个人的、但完全有效的感觉。

我们曾通过这个器皿谈到情绪的河流，当你浸在其中的时候，你就在净化它们。当你触及一个表面的情绪，它是浑浊不清晰的。但是，随着时间(流动)、通过有爱地感知你自己的痛苦，通过你和那种痛苦一起工作，你终于开始对自己拥有一种同情。会有一种同情交感的振动被建立起来，于是当你遭遇这些在日常生活中迅速落下的痛苦，你就不会单纯地作出防卫的反应或去寻求报复那些痛苦的感觉，相反地，你请求清晰度。你请求坐在那种苦难的熔炉中、请求清晰度：「这是怎么回事？这是从哪里来的呢？我如何才能使用这份礼物来成长？」

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

G：我有一个问题，Q'uo。在我的寻求过程中有一些障碍物。有五花八门的问题、不平衡与扭曲反覆地发生，我觉得它们的根源在单一的源头之中。在工作这个问题的过程中，无论它是什么问题，它于我内在是无法辨识的，它感觉起来就彷彿是：在经过了一些年以后，它仍旧是一块大圆石、驻立于在我的内在。用尽我所有的努力和气力之后，我只移除了几茶匙的量。我似乎无法理解这块大圆石，无法除去它，无法丢掉它，无法让它消散。我很想知道—无论用怎样的比喻—在移开大圆石、在我受囚禁的心智中释放我自己或永远地走出这种我实在太熟悉的沙漠体验，在这两方面是否有任何关键性的概念是可以帮助我的？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们检查这个问题来寻找那些在不侵犯你的过程的情况下、我们可以说的事情，我们找到相当多的、将在此刻倾注在

你身上的言语，我的弟兄，带着极大的情感，我们希望这些言语可能有所帮助。

首先，如我们在这次集会中、先前说过的一样，你不是孤单的。聚焦于你已经揭开的情感并和它坐在一起，就如同一个学生和老师坐在一起，并知晓你不是这间教室里的唯一学生，这是有帮助的。在看着相同的大圆石的情况下，你不知道正和你坐在一起的是什么实体。但是，我们向你们保证、你拥有伟大又优秀的同伴，极好的、寻求中的人群的陪伴，它们和你一样沉重地行走，在他们内在的过程中和你同样地孤立。

要逃离这个过程的孤立感，单纯地去感知你的体验中的非孤立部分，这是有帮助的。你正在体验一种真实的情绪。它在某种程度上是浑浊的。那并不意味着它是不合适的或不值得查看。你正在体验的、无论什么扭曲，它们是完全值得查看的。但是，当你正在体验到强大又令人沮丧的情绪时，如果你知晓你并不孤单，如果你知道就能量工作的意义、你处于和其他任何人一样的安全位置，它们就无法如此具有威胁了。如果你单纯地让自己被这些情绪淹没并让它们把你卷走远离你自己，这些情绪本身可能是没有益处的，因为它们可能对于你的系统太强烈了。

获得一种洞察力、同时允许于这些感觉的亲密感从一个神圣的共通性位置发生在它们身上，并知晓你和所有居住在地球[你们如此称呼该球体]上的其他存有都将处于凝视着那块大圆石的情境中，这是有帮助的。当你处在那个情境中，你不仅仅拥有同伴受苦者的陪伴，你还拥有自己的、和许多人的指导灵系统的陪伴；这些指导灵属于你和所有的同伴受苦者，你们一起涉入、沉浸在这个流经原型心智的特殊情绪光流之中。

其次，我们稍早提到指导灵，我们现在单独地提到它，因为帮助是可得的。为了到达那个你自己内在的那个地方、你在那儿能够真正地请求帮助，唯一需要的就是你自己的内在成为真实与可信的。不管你正在使用甚么基本理由、聪明的想法或逻辑，尝试去分析这样一个情景，当你正在请求指导灵之际，就不是使用这些工具的时候了。

如你在早些时候说的一样，我的弟兄，请求指导灵的主题是变得谦卑，并了解到你需要请求帮助。当你请求那种帮助的时候，实体们会对你说什么几乎是无关紧要的。请求那种帮助已经打开你自己的悲悯源泉，于是你就成为你自己的一个朋友，在过去，你并不是自己的朋友，因为你太过忙碌于防卫你认为你已经知晓的事物。

第三，这可能不怎么象是我们给予你的一份礼物，我们会提供给你一个概念：在一个非常大的处理器内部有一块大圆石，这个处理器除了粉碎大圆石之外、什么用处都没有。我们不知道在你的人生中、什么事物将拥有力量能够做为该装置、

在一个颜料罐中冲破这幅画。通过一种非常、非常大的方式，这样一个装置发出嘎嘎作响的摇动击碎了矿石，清理掉沙土以精炼基本的原矿，接着留下宝石、金子、珍贵的金属。

那个事物拥有创造那种摇动和破碎的行动趋势，也就是爱。

此刻，如这个器皿先前听到的，你正在享受一种持续加深的关系，这是你已经很长一段时间都在期待的伴侣关系、至少是一位潜在的伴侣。无怪乎，你已经反覆地遭遇那块大圆石，因为那块大圆石对于你自己的一部分是一种具有极大安全感

的物体。它阻挡了你不去通过在另一边的未知大门，更重要的是，在那个东西的另一边，你是完全无防守的。

记住，你在出生家庭之中对于爱之所是的体验并不是那些非常鼓励安全感的体验，这种安全感是就一个人在另一个人的怀抱、心中和言语中的意义而言。那种安全感、亲密关系，那些巨大的可能性的确存在，但它们不在你的个人记忆中。

你将需要去创造那个安全的场所，你在那里可以变得真实、易受伤害、流露着爱。这是一个新的区域。我们祝你好运，但是我们必须对你说，我的弟兄，对于所有那些寻求穿过痛苦到达更远处土地的人、需要勇气、坚持不懈、鲜活的信心。

祝愿你翱翔穿过那扇现在被阻挡的大门。祝愿你所作出的每一分努力都在信心中付出、而你所渴望的事物是完全地、绝对有可能发生的；这些努力让你到达你准备好起飞的地方。

我们发现这个器皿的能量开始衰微了，此时，我们会建议结束这个寻求圈。我们在惊奇于你们的美丽和勇气当中离开你们每一位。我们感谢你们的陪伴和发问。能和你们在一起是一种真实的祝福。

我们在太一无限造物者[祂的名字就是无条件之爱]的爱与光中离开你们，如我们发现你们一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。从我们的心中，我们和你们在一起，在任何时候、你们只要请求我们的能量成为你的冥想的一部分，我们就会和你们在一起。

Adonai。Adonai。

原注

[1] 洛可可(rococo)：一种艺术风格，尤其是在建筑和装饰艺术上的风格，它起源于法国 18 世纪早期，它是以精心设计的装饰物为特征的，例如大量的涡卷形、叶片装饰、动物形状，也指一种非常华丽的说话或写作的风格。

[2] 滴水兽(gargoyle)：一种屋顶的出水喷口，用一种怪兽或者奇异的生物的形状的凸起，它被用来让雨水从一个水沟中流出墙壁，也指任何怪异的装饰形状或凸起物。

[3] 飞拱(flying buttress)：一种拱形的石头支撑物，它用来承载推力，诸如来自一个屋顶或拱顶的推力，用来支持一个主要结构的外部的墩子或扶壁。

[4] 开垛口(crenellation)：一种绕着城堡顶端构建的壁垒，带有规律的开口用来射箭或开枪。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2414 章集：一起成长

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年十一月 20 日

团队问题：我们有两个给你们的问题，Q'uo。这是第一个问题：关于把十多岁和

二十多岁的年轻人实质地聚集到一起、以便于成长进入第四密度的意识；在这方面，你们可否评论一些有效的方法？

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则；在太一无限造物者的爱与光中致意。在造物者的服务之中，我们今天来到你们中间，和你们分享我们在你们提问的主题上的想法，即邀请人们聚集到一起，探索一些方式以成长进入第四密度。我们为这个询问感谢叫做 P 的实体，我们很高兴讲述它。

在我们开始之前，一如既往，我们会请你们每一位承担起完全的责任、带着谨慎小心的分辨力来聆听我们的想法。如果一个想法对你是有吸引力、似乎是有用处的，请通过一切办法与之一同工作。如果它没有立刻对你产生吸引力，那么我们请你们把它放在一边。真理永远都是一件个人性的，甚至是私密的事情。我们会极其愿意你们能够做这件简单的事，因为它将允许我们自由地发言、而无需担心可能会侵犯你们的自由意志。我们不是在你们之上的权威，我们毋宁是那些在此刻作为一个真理的同伴寻求者、同你们聊聊天的人。我们感谢你们在这方面的考虑。

这个问题的要素是如此这般的，以致于在讨论该问题与概念之前，我们需要首先讨论一下其中的一些词语。第一个我们会拿起的词语是「成长」这个词语。成长是什么？如叫做 P 的实体说的，实体们会成长，这是不可避免的。那种成长是根据实体的特性而发展的。每一个实体都从一粒种子开始生命。那个实体拥有它的成长的特性、以及确切的生命道路：穿过发芽、开花阶段，接着结出果实，然后死去，而这种特性和道路都被写在该实体的种子之中。

那么，成长不是单纯地变得更大、更成熟。成长有一个圆形，它不仅包含了一个周期的逐渐长大的部分，它也包含已经完成其成长的部分：有机体的成熟、收割、衰败、死亡。

那么，成长，从物质性的意义上而论，就根据你之所是的种子类型、和你被种植的环境而受到仔细与明确地限制。那么，就物质性的立场来看，你们的询问部分涉及讨论你之所是的种子、和好比人类这样的实体，以及他们的特性；也部分涉及讨论在肉身中、最佳的成长环境。

在形而上的层面，成长可以在一个远远更为宽广的脉络中被看见。作为个体、你一直都在成长，不仅仅通过一次投生，还通过许多次的投生，不仅仅在一个密度中，还在你们的八度音程中的所有密度中成长。在形而上的层面、以及就非局部的方式而言，你同时地在所有密度中成长、创造了一种非局部的收割，就物质界的立场而言，横跨你们的数十亿年的时期中、该收割一直处于发展的过程中。

在你们的计数系统中、要谈及形而上尺度的成长是非常困难的。然而，让我们说，在形而上的层面成长是一个非常大范围的计划。然而，我们会指出、在这种无限的环境的脉络中，再一次地，成长包含了种子、环境、学习的周期性体验、对于学习的消化吸收、以及回应你已经消化的内容。

在第一种情况中，即一个人类通过投生的肉体成长的情况，隐喻而言，该种子是藉由来自尘土的精子和卵子所产生，出自你们的地球，它创造了一个肉体的本地住所，作为一个形而上的存有，你为了这个被知晓为一辈子的循环已经选择把你们意识安置在那肉体的住所中、以便于你可以在第三密度地球的环境中生活。

我们将允许你们为肉体的种子的性质命名，我们只说：它沉浸在幻象之中、并且被神秘所包围着。每一次人生都是一份礼物、一个奇迹、一个不可思议的环境，它只会发生一次。那个你之所是的存有是独特的。你将不会再次体验到正在体验的这辈子。你在肉身中唱的歌曲将来再也不会被听到。当你的情绪颜色闪耀、改变、转化的时候，这是一次在美丽之中的试验，一个将不会再次出现的动力。在你日常生活的皱褶之中、你是无法形容地珍贵。

作为无限和永恒的存有，你从中跃出的种子即是无限造物者。在这个形而上的(宇宙)造物中，虽然成长的确发生，它是环行的，正如同一次物质界投生之所是：在出生和死亡之间—属于造物者之心的一次跳动，创造性原则的一个单位或创造物。

这个器皿称之为一个「八度音程」的东西包括七个密度，它们移动进入第八密度、因而返回第一密度[1]。作为一个形而上的存有，它是你无法衡量的生命的一种衡量。它从出生开始、从造物者母亲的子宫中被抛掷出来的存有。不是被抛弃的，一个母亲不会生出一个孩子来抛弃他。这动作允许孩子成长，在这个情况中，双亲在脑海中、对你设想的全部目的就是你要教导双亲关于祂自己的本性。

「我把怎样的种子投入存在状态？」在你闲暇时、在你快乐时，你花费你的能量和时间在探索这个问题的各种衍生分支。

在造物者跳动之心里面的这个瞬间的饱满状态中，你将带着你的收获与负载—关于觉知与存在状态，返回太一无限造物者，在奉献出你之所是的全部菁华的过程中，你将再一次消逝于造物者自身之中，造物者将会被祂从(众多)孩子身上学到的一切事物所充满。而在那个心之舒张时刻，当造物者之心在两次跳动之间歇

息，一切将是无法衡量的、统合的，其中毫无任何动能的构成要素。

然后，造物者之心将再一次跳动，接着你和部落中所有那些共享意识的实体都将再一次开始他们无可估量的旅程。

当你提出询问的时候，我的弟兄，你询问什么方法可以把你的年龄组别的实体—我们在这个器皿的心智中发现你自己的年龄是十九岁—在物质界聚集到一起、以便于寻求一些新的方式，好把每一个人彼此联系在一起、并和(宇宙)造物联系在一起。

你明确地谈到了、学习根据第四密度的方式来生活。所以，我们接下来查看一下

「第四密度」这个词语。如我们已经说过的，实体们根据其本性而成长。一个实体之所是的事物是不会因为一种要改变的渴望而改变。那个被渴望的改变需要在物质界和形而上两方面对于该成长中的实体是可能的。一只青蛙无法从头上长出一枝玫瑰。你们的科学家可能找到一种方式去克隆(clone)一只头上长出玫瑰的青蛙，但是，在地球的自然环境中，这将不会发生。

因此，我们会对叫做 P 的实体说，对于一个要去成长的第三密度实体，除了开始探索在第四密度将继续被发展的自我元素之外，没有其他的方式了。因此，我们会以两种方式重新导引你的询问。

首先，我们会向你建议一个伟大的中心特质：掌握极性。因为在第三密度之内，成长是一个选择其存在性的方式的课题。它将主要地服务它自己吗？或者，它将对他人有所服务？通过使用任何一种途径，毕业都是可能的。要进入第四密度，

唯有使用这两条途径的其中一条通过毕业(典礼)才是有可能的。

因此，掌握极性的重要性、决心以坚持不懈和奉献精神来追寻你已经选择的道路，这在加速成长的过程上是非常重要的。直到这个中心点被拿起并内化之前，关于在学习中、你需要在什么锻炼上坚持不懈以便于加速你的成长步伐，这答案对你都将是完全不明显的。

我们理解，无论是从个人意义而言的你自己的部分，或者从你作为该团体的一个代表、你是它的一部分、的意义而言，在那一点上都是没有模稜两可的。关于你已经选择的极性，你和你的团体已经选择服务他人作为你们的极性。

然而，我的弟兄，一个通过服务他人的方式极化的人生进程不是通过你可以看到的事物来衡量的，虽然你进行服务的努力结果肯定地表明很多事情、并且可以被假设为沿着极化路线的进度之暗示。

在你体验你与自己和其他人的相互作用的时候，一些想法的习惯以及你和自己以及其他实体建立联系的方式，通过它们隐藏和部分被揭露的课程，这是无限微妙的。

纯粹的服务他人极性在你们的密度中是非常难以达成的。我们(美式)文化的偏向性和那些内化的偏向性、在你体验为你自己的惯性思维中是难以置信地具侵略性与普遍性，而这种偏向性是你的假设网络和你觉得你知道的事物的一部分。因此，有一种对你自己不断加深的诚实因素，它对于你去进行寻求是非常有帮助的。

在你的内化自我中做这项工作，这是很好的。你越是工作自己的想法、你就越少需要使用这座镜子大厅[器皿经常这么称呼它]，当你不去做内化的工作、去探索你的想法和你存在的特性，相反地，把你的存在和想法投射到你周围的那些人的面孔，就是出现镜子大厅了。

当你从你周围的那些人身上收到那些影像的时候，你可以假设这些影像在某种程度上是扭曲的，就好像一面坏了的镜子将让你变得更瘦或更高，或者在影像回看你的方式上变得弯曲和卷曲。

你可以在自己的内在进行相同的、无止境的成像(工作)，或者你可以在任何时候选择拉开面具、态度、假设，接着进入当下此刻和现在的新鲜状态。

我们了解到、这不是精确的语言，但是有一层膜把你和这个器皿所称的快速道路隔开了。这是一种无法看见的膜，一种半月形弯液面，它是由你的自我觉知和你所拥有的、无论什么把你维持在目前的存在方式的能量所组成。

你拥有什么隐藏的阻碍，而无法释放你自己到达当下此刻的各种可能性？

这个器皿作为一个团体的一部分已经发现，在成为一个社群的一部分的镜像效果上工作，这是非常有用处的。我们觉察到，在这个团体中有其他人也已经发现镜像效果非常有帮助，即使有些挑战性。我们会建议你们全体、为了更好地使用这个镜像效应，你们首先要使用自我的内在镜子。如果你能够的话，每天都做这个内在分析吧。我们会建议在一个私人的环境中，带着一支笔和一张纸工作，或者在计算机上，或者在你自己心智的隐秘处，做这项工作。

我们已经谈过成长的特性，以及某个实体的特性、他尝试去描绘一幅对成长有帮助的三维环境图像，尝试去成长进入第四密度。在第三密度中，你无法成为一个第四密度的存有。然而，你可以成为一个已经变得成熟的第三密度实体，不再执着于那些限制，也就是已经被假定会限制第三密度中的成长可能性的那些东西。

因为你通过执行灵性的工作而发现存在的本质，你觉察到你正在前进的方向。你知道当你学会无条件之爱的方式，你将准备好自己迎接毕业、进入一个环境，在其中，无条件爱是显化的、明显的、公开又显而易见的。

你可否生活在一个私人的宇宙中，你自己的存有之内的宇宙，你自己心中的宇宙，

在那里，无条件的爱已经成为日常的秩序？你可否去爱而不期待任何回报？毫不漠视那些贬低你、嘲笑你或愚弄你的实体？

这个器皿稍早曾谈到、尝试在网站上创造一个家园，她称之为 Bring4th[2]，为了那些实体—明确地想要去批评或嘲笑这个器皿或她参与提出的概念。这个器皿的确看见这个悖论：想要给那些想要严厉地批评她、推翻她的观点的人一个家园。

然而，就这个器皿的谦卑意见，该组织所代表与钟爱的理想是坚定的、不会因为受到批评而陷入被推翻的危险。

她也不会过度地担心对她的讽刺或嘲笑会造成她爱人的能力有任何差异，她能力去爱那个正在嘲笑她的实体。她已经赢得权利去表达她的意见。她相当敢于笨拙地在这个阴影世界中、尝试去表达一种无条件的接纳与爱的氛围。

我的弟兄，你如何才会敢于作出这种优雅的姿态呢？它就从你开始；它从这个器皿开始。它从你们每一个作为个体的人类的内在开始。

你的存在的方式成为一粒种子。在任何当下的给定时刻，你已经成为一粒要被种下的种子，好让其他人可以观察你成长，可以看见你开花，接着、当你枯萎并把你的收获物献给秋天的风和收割者，其他人将能够使用你在自己内在收集到的光就彷彿它是食物一般，并因为你的存在鼓舞而供能他们自己的成长。

你们已经说过，你们想望这个团体于物质界聚集在一起，但是我们发现创造物质界的聚会的有效方法在性质上是非物质性的。它开始于你的奉献、去成为一粒种子，把自己埋在了你想望去创造的团体的地基之中。

对于该特殊器皿，这说法是非常引起共鸣的，对于 Jim 实体肯定也是如此，因为在很多年以前，在深深的、个人的谦卑与聚焦中，他们献出自己和全部的生命，一开始是分开进行，然后是一起努力，尝试去创造一个灵性导向的团体，如果有可能的话，以此服务太一无限造物者。这个团体现在就被知晓为 L/L 研究中心，它是一个团体，我们已经在好一段时间中以这样或那样的方式、和这个团体拥有一种持续不断的通讯，我们相信这种通讯是为了我们相互的益处。

那么，你们就不是从零开始；你们可以基于已经在 L/L 研究中心的环境中开花结果的工作，继续往上建筑。

但是，那个将你的愿景送入显化的事物并非直接地在你的控制之下。在你的控制之下的事物是你自己的完整性、诚实、和你坚持不懈的努力—寻求去揭开真实的

自我本性。当你在这个假定是均匀分布且协调一致的自我之中挖掘得更深，你将发现很多事物脱落了，而你作为一个人也开始散开了。这种散开是一个一个必要的部分：它使你准备好去面对自我的核心与菁华。

在第三密度之中或在肉身之中，这种菁华都不受束缚。它在哪里呢？

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
我们建议你在静默的神圣之中寻找它。在那静默之内，当你和造物者一起来到你的时间的尽头，带着一种观想、看见你希望在未来显化的事物—关于实体们的聚会，藉此完成那个冥想和沉思的时间。

不要观想一个正在试图或尝试或作出努力的人。相反地，花时间在知晓、赞美、欢庆上，并且感谢那些因为你自己和无限太一的能量而自然地聚集在一起的事物。圣灵已经将你带到这个时刻。同时信任你自己和信任圣灵，这是很好的。

在你们的年龄组别中有很多人做好准备去觉醒于这种共同和共享的愿景：以爱的方式生活。这就是为什么我们会对你们说：要了解到，把实体们在物质界聚集到一起的工作，其中大部分的内容是通过不直接与物理相关的方式来联系他们。你们的人群已经创造出来的、这个器皿称之为互联网(internet)技术就提供了在全球范围内沟通的方式。

因此，我们鼓励你们使用在你生活中的简单、普通、平凡的方面，去创造通过互联网和那些实体沟通的方式，你衷心地且平静地相信这些实体的存在，我们鼓励你通过一直不完美的言语方式来分享在你的愿景中所持有的爱。

这个器皿通知我们必须继续前进，因此，我们在此刻要问，是否有另一个询问？

Jim：（朗读 P 的问题）基于你们的经验，你们可否讨论一下在学习的环境中减少扭曲的一些方式？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。的确，减少扭曲是一件我们全体都大为想望的事情。

然而，要注意的是，没有扭曲就不会有表达。没有扭曲，就一个绝对的意义而言，就不会有(宇宙)造物。就我们所知的范围，你们将必然地、永久地跟扭曲打交道。

你自己就是太一无限造物者的一个变貌(扭曲)，因为你已经被给予了一个所在位置。不过，在一个无意识的基础或层次上，你的内在蕴含着绝对的清晰度。你可否接纳扭曲和清晰度都存在于内心的悖论？这两者贯穿彼此并且以各自拥有的礼物提供给对方、祝福着彼此。

当你向内凝视你的存有之深处、向外凝视着白天或夜空的深处，尝试去减少扭曲以在你自己的私人时间的环境中、歇息于静默中，这总是有帮助的。看起来有些极大增强的机会给予寻求的自我、它变得能够联系通往智能无限的门户，进入当下此刻、最终在没有时间与空间的平安之中歇息。

你能够活在那儿的每一刻、都有爱与光充满你，这些爱与光足以持续一万年被用

在日常生活的喧嚣之中。不过，要在每一天和每一刻都在当下此刻中休息，这是非常困难的，也许是近乎不可能的。扭曲将呼叫前进。你将以这样或那样的方式被拉扯。你将会失去那种清晰度—当你处于不受打扰的状态下所拥有的清晰度。

我的弟兄，我们会鼓励你在各种扭曲的染色经过你面前的时候、去拥抱它们。爱它们全体。仔细地注视它们、接着放开它们。不要对你的任何扭曲过度地印象深刻，无论它们在表面上是负面的、还是在表面上是正面的。它们同样都是面具，接着当你脱下其面具，你会发现里头也是一个面具。当你站在这个器皿称之为尘世生活或第三密度生活方式的舞台之上，你正在扮演的角色是没有尽头的。

但是，如果你能够放开每一分控制的残余物，你就对这情境拥有不可思议的力量。你已经忘记了，你写下了这齣戏剧。不过，你的确做到了，而且你能够在你前进的时候重写它。没有任何事物或任何其他人、能够阻止你重写你在每一天开展的那齣戏剧。

你们也是观众，我们鼓励你们带着欣赏(感谢)去观看。

由于你也是一位评论家，我们要求你磨亮你的机智，并审视于你内在和周围展开的那齣受难剧。和你的戏剧一起游戏。让它成为游戏。

名为 V 的实体最近和这个器皿说起达赖喇嘛的故事，这一位实体在你们的人群当中的某些地方备受尊崇，被视为一个高度发展的灵性存有。(某天，)这个实体在一块草丛上坐下，这块草丛是为他准备好的、要给他坐的；接着，他发现该草丛是有弹性又柔软的。因此，这个实体，在所有那些等待着从他的双唇掉落下一粒珍珠的人群面前，欢庆这块柔软的草丛的弹性、接着花费了好几秒享受他在座位

上的弹跳状态。他记得要轻松地对待生活、并且引介生活的一个喜剧面向，某个为之欢笑的事情，某种「无来由*」就去享受的事情。
(*编注：原文为 just because，也可译为没有什么原因)

引介奇思妙想、轻松愉快，以及你所居住的仙境和提婆领域的所有面向，同样引介你高于一切的严肃性和受到驱策的奉献精神[属于你的希望和意愿]吧。

我们发现这个团体之内的能量开始衰微，因此我们在此刻会再多接一个询问。请问在我们离开这个器皿之前、有最后一个询问吗？

B：我有一个问题。你们提到了「非局部的收割」。就我的印象，收割是位于空间/时间中、并且导致肉体和环境上的改变。你们可否澄清那一点？

我们是你们知晓的 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们为那个问题而感谢你。非局部的收割是太一无限造物者的收割。该收割物是非局部的，那是通过增加灵性重力的过程、而被拉入造物者自身的事物；你作为一个形而上实体、在这个(宇宙)造物的八度音程之内，该收割是你的生命循环的一部分。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

B：我理解了。我先前就没有想到那一点。谢谢你们。

我们感谢你，我的弟兄，容我们说，在此刻和你们分享能量，这是怎样一种祝福呀。和你们所有人分享能量，这是一个祝福。

通过这个器皿的心智，我们觉察到你们此刻聚集在一起感谢、一同欢庆节日[3]。愿你们不只尽情享用物质界的食物，还要尽情享用你们的笑声、你们的爱、你们共享的能量[也是一种食物]；因为你们是彼此的祝福；亲爱的弟兄姐妹，你们全体对于我们真是美丽啊。

我们感谢你们的出席，感谢你们在此刻呼唤我们来到你们身边、使得我们能够服务，接着感谢你们存在的美丽。这让我们感到谦卑，大大地祝福我们。

我们在太一无限造物者的爱与光中、在祂的大能与平安中离开你们，就如同我们发现你们的时候。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

原注

[1] 在音乐中，一个八度音程是由十二个按顺序排列的半音的音符或者八个音符的音阶通过大调音阶、小调音阶或者调式音阶的配置组成的。我们知道的大调音阶是来自 1950 年的音乐剧，《真善美/音乐之声》的「Do Re Mi Fa So La Ti Do」。无论我们是在谈论十二音符的音阶还是八音符的音阶，最后的音符「Do」是跟第一个音符相同的音符，但高一个八度音程。以同样的方式，第一密度是从无时性开始的，随着密度的发展，在可以感知的时间终点，在第七密度中，无时性再一次开始了。当时间再次浮现的时候，它位于下一个八度音程的第一密度的中期。

[2] 该网站:www.bring4th.org

[3] 紧接着这次冥想，该团体之后一同在 Camelot(住所)庆祝感恩节，这是在实际节日之前的星期天。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT

☆ 第 2415 章集：密度与振动

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

2005 年十月 15 日

PLW[1]投票选取的问题：你们能谈论关于密度或振动层次的概念？我们听到了不少关于这些词语的内容。他们真正的意义是什么呢？我们如何将它们应用在我们于此的日常生活当中呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在为祂的服务中我们今天来到你们中间。能被你们的寻求圈所呼唤是一种快乐和荣幸，我们感谢你们。我们非常高兴在这个主题[密度和振动率]上被请求、和你们分享我们的想法。

一如既往，我们会要求你们、你们每一位考量我们话语的人，在聆听这些言语或阅读的时候、在应用你们自己的完整分辨力方面，要非常小心谨慎。要觉察到你们是唯一仲裁者：决定什么事物进入你的头脑，以及你要释放什么事物、而不去考虑它。每个实体的宇宙都是独特的。每个人都是一个创造自己的宇宙的存有。结果是，在一个时候对你为真的事物可能在另一个时刻就不适合你了。对于你是

真实的事物、对于其他人可能不是真实的。

因此，当你聆听我们说的那些事情，你们要带着一只寻求[对于任何特定想法的]共鸣的耳朵来聆听，我们会对你们在这方面的小心谨慎非常地感激。如果一个想法似乎使你起共鸣，请随意地探索它。如果它似乎对你不合适，无论什么原因，我们会要求你把它放在一边。以那种方式，我们将感觉更能够自由地述说我们的想法、知晓我们不会侵犯你们的进程。我们不想要成为任何人的演化道路上的一块绊脚石。我们感谢你们在这方面的考虑。

在谈到「振动」和「密度」这两个术语的时候，我们在一定程度上被你们的文化的概念所局限。就标准的文化概念而言，这两个术语仅仅代表一个系统的术语。我们的理解是：当我们使用这两个术语，我们不是在谈及一种系统、而是两个类型的系统。

一个是你们牛顿学派物理学所代表或讨论的古典系统。它是共识性实相，或者我们会说，空间/时间的世界。它是物理宇宙。这两个术语所应用的另一个系统是形而上的宇宙，时间/空间的宇宙。

空间/时间的宇宙是你的智力在其中发挥作用的宇宙。你的大脑是一个工具，它受限于空间/时间的考量：分析、解决问题，和其他推理和合理化的抽象机能。

时间/空间的世界是无形领域或内在层面的世界。它是你的意识和心之领域。如果你偶尔感觉到你有一个分歧的想法，你是敏锐的、确确实实是正确的。因为你有两个类型的心智(mind)：你拥有大脑和你的心。大脑对于解决你们的共识实相的问题是一个杰出的工具。你的心则是在直觉和洞见的范围。它接收来自灵性的领

域的提示、异象、梦境、灵感。

这个器皿经常说，从头部到心的十四英吋是灵性工作中的最长距离。关于这两个思考方式，不要否定或歧视任何一个，我们建议你们的目标是综合这两个(思考)方式去使用作为一个人或灵魂既有的机能。

对于空间/时间与时间/空间的宇宙，这两个术语[振动和密度]对于这两个宇宙是同等适用的。然而，必需记住的是：有两个互为倒数的(宇宙)造物，它们彼此相互贯穿并创造了你们的内在与外在的世界。

为了你们能够更有效地使用这些概念，让我们首先查看一下振动的概念。同时在空间/时间和时间/空间的宇宙之中，每一个存在于你们的宇宙中的事物都拥有一个振动率。举例来说，你的身体是由各式各样的能量场组成。你的每一个细胞是能量场，而组成那些细胞的原子是微小、但非常强力的能量场。每一个原子和细胞都有一个振动率。这些细胞一起聚合、创造你的身体的各个系统，接着，各个系统有一个主宰的统合能量场、它有一个振动率。你的整个身体，坐着、站着，或着在骑车中的身体，同样地，它有一个复合式的场域和振动率。

在空间/时间的世界中，你拥有能够测量许多这些振动率的仪器设备。该振动在你们的物理学系统中被表达的方式是被称之为正弦波的事物。那是一个无止境的「S」形状。该振动沿着一条中心线上下移动，这条中心线就是那个振动性表达的中心点。当你思考一个想法，该思考过程就创造出了一个弱电子振动。

你们居住于其上的星球拥有一个复合的振动率，也有一个复合的能量场。在空间/时间的宇宙中、每一个物体都拥有一个固有的场域与振动率。当你考虑你的宇宙

绝大部分是由空无的空间组成的时候，记住这点是重要的。就是这些场域创造了你们视野中的稳固幻象。

当你看着一张椅子，你似乎正在看着某个非常固态的东西。然而，你们的科学家将对你解释，你实际上注视着一个幻象，它绝大部分是空无的空间。一个原子的系统看起来非常类似于一个非常小的恒星及其行星群，电子就好像众行星一样地运转。

在所谓的物质中，科学家从未能够看到任何物质。他们要嘛能够定位一个原子的电子的运行之能量路径，要嘛能够确认在空间/时间连续体中维持住的原子位置。在能够牢牢确定某种拥有质量、被称为物质的东西这方面，他们从未能够做到这件事。实际上，你们的空间/时间宇宙和时间/空间宇宙都是一个能量的宇宙。

结果是，当我们谈到密度，我们不是在谈论某种就物质意义上的稠密东西。毋宁说，我们是在谈论各种各样的层次、[我们会称为]光之密度。如果你能够接受包含你的想法的一切事物都拥有一个振动层次，那么你就可以对这个概念足够熟悉、以便于我们谈论密度的层次。

当你想到自己的时候，你想到你的肉体，带着你的眼睛、鼻子、嘴巴，身体的样子，它有多重，头发的颜色是什么，你的皮肤拥有怎样的质地，如此等等。当你想到你是谁的时候，这些考量会来到你的脑海。

实际上，你的身体有一部分存在于时间/空间之中。它是你肉体的形而上或时间/空间的部分。在某些哲学系统中，它被称为脉轮系统。在其他地方、它可能被称为电性体。实际上，如果一个人检查在宗教信仰和灵性寻求的系统中被用来表示

这种无形但有因果关系的身体之术语，它有很多个名字。容我们说，它是在你出生的时候、被生出来的身体的预设配置的储存库。脉轮体或电性体包含了你整个身体系统的理想或完美的系统设定。

在这个器皿最熟知的脉轮系统之内有七个脉轮，每一个脉轮都是身体能量的一部分。

红色光芒或根脉轮处理生存和性欲(特征)方面的议题。

橙色光芒位于下腹部，它处理自我对自我的关系，以及在个人层面上、自我及其

周围的人的关系。

黄色光芒或太阳神经丛脉轮处理团体与自我的议题。例如，如果你与伴侣结婚了，那股能量就从橙色光芒的振动移动到黄色光芒的振动。家庭、工作环境、你和一些团体[好比教会或其他的社群等]之间的关系，所有这些例子都拥有黄色光芒工作的特征。

心的脉轮或绿色光芒脉轮是能量有可能转移(出去)的第一个脉轮，它包含了这个器皿称之为基督属性的能量或无条件爱的能量。绿色光芒能量系统是你的身体接下来的脉轮之跳板。

喉部脉轮或蓝色光芒脉轮处理开放的沟通和包容性。

靛蓝色光芒或眉心轮处理意识中工作的议题。例如，如果你是一个享受冥想的

人，你就在做靛蓝色的工作了。如果你享受在大自然中散步、阅读启发性的资料、或者在视觉化观想中工作，这些也是靛蓝色脉轮的工作。

剩下的这个脉轮，位于头部的皇冠位置，它是紫罗兰光芒的脉轮，它是在任一个特定时刻、你的系统范围的振动率的一个单纯的读数(readout)。

总之，这个脉轮系统不仅仅是在无形领域中的你自己，那个进入投生中的自己、以及将和你一起离开此生的自己。它也是就能量和菁华而言的你的身份，好比我们自己这样的实体所关注的身份。当我们注视那些坐在这个特定的寻求圈中的人们，我们不看你们的肉体，而是看你的脉轮系统的彩虹。你们每一个人在你们的染色和能量上都是完全独特的，而那个读数[属于你在时间/空间中的彩虹存有]远远比你的名字或你在空间/时间或共识实相中的样子更加准确又完整地辨识了你。

这个空间/时间和时间/空间的系统，外在和内在的自我，在这一刻、即为你在行星地球上的人生中的、你之所是。你作为一个永恒和无限的居民，它承载你之所是的全部脉轮系统。同时，承载着你的肉体、极其短暂而瞬息的能量。你的肉体是被生出来的，它将穿过死亡的大门并不再存在。你的形而上身体或脉轮系统将行旅穿过死亡的大门、和你一起进入更大的生命，就你自己的经验或意识的意义而言，在死亡的过程中的任何时刻，你的意识将不会经历任何的停顿或停止其存在一会儿。当你离开这次投生的时候，你将会离开我们称之为一次第三密度的人生。而那一点就把我们带到关于密度的讨论。

密度在一个宏观的层面上重复了你的身体的脉轮系统。

第一密度等同于红色光芒脉轮。它是土、大气*、风、火的元素密度。就是在这个

元素的红色光芒或最初的密度中形成了你们的行星和你们的身体。你们的身体中的元素就在第一密度上振动着。
(*编注：似乎漏掉了水元素)

第一密度和第二密度相互贯穿，第二密度的居民或居住者是由那种寻求成长、运动、光的能量所管理。第二密度包括了尚未具有自我察觉的植物和动物。大自然的世界是第二密度的世界。无论是第一密度、还是第二密度都跟创造它的爱完全没有任何形式的分离，因此，第一密度和第二密度的实体与菁华的所有面向与每一颗微粒都完全地觉察太一无限造物者的爱与光。

无论如何，第三密度是一个被遮蔽的密度，在其中，这些居住者跟那种觉知分隔了；那是对于爱与光之原初的、瞬息的、本能的觉知。对于第三密度的居住者，有一个造物者，或他们和造物者是合一的，这并不是显而易见的。该第三密度由那些已经开始觉察到自己的第二密度动物所栖息着。如果你凝视你的宠物，你将注意到、你的宠物尚未自我察觉。它在没有自我意识的情况下进行其生活。

另一方面，你是无止境地自我察觉的。你总是在查看你自己、问你自己：你在想什么、你感觉如何，以及你是谁。你察觉到其他实体正在看你，你可以变成自我知晓、创造出形形色色的关注方式，这些关注跟你将如何与其他人打交道有关系。第二密度的居民从来不会为牠们要如何打交道的担心所困扰。另一方面，你则是自我关注的。

第三密度是一个被遮蔽的密度，人们对于太一无限造物者的直接知识被遮蔽起来，以便于你可以在完全的自由中选择你存在的方式。造物者，在创造你此刻正在享受的宇宙之中，想望去认识祂自己。而你是造物者的火花，你正在着手进行

认识你是谁的工作。这种观察的收获物，连同其学习的进程与领悟，都是你的生命将在你的投生结束时、献给太一无限造物者的礼物。

那种收获物即是你登峰造极的成就了。所有你已经想过的、感觉过的、选择过、决定过的事物都成为一个思考的系统、拥有一种一致性，并作为一种振动的菁华而存在。这种菁华就是那保留下来的事物，不是你的人格，不是任何和你的物质性有关的东西，而就是这一束束的想法和感觉、你将其发展成为你之所是的自我。这是你最高的成就。所以，就你作为一个寻求者正致力于心智、身体、灵性的演化进程的意义而言，它对你自己是非常有价值的，在此刻，它构成了你在第三密度之内的基本振动。

注意到这点这点是有趣的：在我们继续前往讨论第四密度的部分之前，在此时，你们的第三密度世界正在生产它的第四密度自我。地球或盖娅(Gaia)此刻正在耗尽它的第三密度的身份。而在贯穿第三密度地球[或盖娅]的无形领域中、有一个婴儿盖娅。它正在被生出来，它是发育完全的，伴随着无法避免的整点报时、它正在游入协调一致性之中。第四密度地球诞生的时候到了！

我们高兴地说，生产(过程)进行顺利，该婴儿是鲜活的。在此时，你们在第三密度地球上经历的许多挑战跟风和气候有关，它们是第三密度盖娅的生产阵痛、因为她在调整其振动率、以便于同时在它的空间/时间和时间/空间的面向中带出第四密度的地球。然而，在这个时刻，这是一个时间/空间的现象，地球将不会成为一个第四密度的空间/时间的实体、直到第三密度的居民已经被彻底且安全地从该星球上被清空为止。

在此刻，值得注意的是：该星球的演化跟你从第三密度到第四密度的个人演化是

分开的。你们如此乐于在这个特定时刻进入投生、其中一个原因就是你们的星球处于一个挑战性时刻。当你们的星球进入这个转换时期，你的心就跑到它的身上了，你希望成为该星球自身的一个服务员和爱人，因为你可以帮助它取得一个软着陆，容我们说，进入第四密度的存在状态。当一个行星改变密度的时候，这同样是那些已经投生到这个星球上的实体们、选择其存在性方式的时候。所以，作为一个第三密度的存有，在此生结束的时候、你将被给予机会—从第三密度的经验毕业进入第四密度的经验。

即将决定是否现在就是你继续前进、和你的星球一起进入第四密度的时候，那个决定者就是你自己。在你死亡之际，你将要走上这个器皿正在被展示的光之阶梯，每一阶都将会比前一阶成为一个稍稍更加饱满的光之振动。在第三密度的最高层次和第四密度的最低层次之间有一个量子裂缝。在那个点、光在其性质上发生改变。如果你对于第四密度的光感到舒适，那么你将继续走上那些光之阶梯、进入第四密度。无论你停在什么地方，那就是你将发现在你下一次选取形体和投生的时候、你所存在的方式。

如果你停留在第三密度的振动层次范围之内，那么，你将需要移动到其他地方的第三密度行星、以便于继续你的学习/教导、教导/学习，以及你的寻求进程。如果你停止在光之阶梯上行走的时候、你站在第四密度的光中，那么你的下一次投生将是作为一个第四密度的存有、来到第四密度的行星地球。这个陈述会有一些例外情况，我们在将不会在此刻讨论它们。一般而言，这是正确的信息。

第四密度被称为爱的密度或理解的密度。在第四密度，爱的各种课程将被探索。在一个第四密度的行星之中、所有实体的全部想法都会被彼此所知晓，工作是由各个团体所完成，而非单独地完成。

第五密度通常被称为智能的密度。

第六密度经常被称为合一的密度。这一个密度探索爱与光之间的平衡。

第七密度已经被称为永恒的密度。在这个密度中，作为造物者的一个火花，灵性重力的能量开始把你紧紧地握住。(起初，)造物者把你抛入第一密度，祂同时理解并知晓、在一种无限延伸的时间/空间与空间/时间的范围之内你将再一次被完整地拉回、进入造物者。第七密度是：你在此做好准备、接着穿过最后阶段、返回太一无限造物者。

在这个密度的尽头，这就彷佛你进入一个黑洞，的确，你们的科学家已经看到的物理性黑洞就是这个形而上过程的物理面向，该过程攸关灵性重力和一切万有返回进入太一无限造物者之心。这个密度系统的终点被这个器皿称为「八度音程」，因为她是一个音乐人，她看见当(宇宙)造物的七个音调或颜色被完成的时候，就有一种返回(的过程)，回归天父[如这个器皿会用的称呼]的原初造物。当造物者之心跳动之际，容我们说，整个过程将再一次开始。它是一个无限的循环。

造物者是无尽地好奇的。

现在，在这些密度中、每一个密度都要花费相当长的这个器皿会称为的时间。你们的密度，第三密度，是所有密度中、最短的密度，它在长度上只比你们的75,000 年多一点[2]，如果你熟悉星象学的研读的话，它等于三个黄道十二宫星座的时代长度。你们目前正在结束一个时代、开始另一个时代。双鱼座时代正让道给水瓶座时代。这个 75,000 年的周期被称为一个选择的密度。

你们问道：「我们如何才能使用密度的概念呢？」就我们所知的，使用这个概念的最重要方式就是去了解到：你们现在正居住其中的密度、其目的是去创造一个环境，在其中有着完全的自由意志而没有任何的强迫性，因为你所拥有的知识只能通过内在而来，或者如这个器皿所说的，单单通过信心而取得，你做出一个特定的选择—成为一个枢纽，你的途径就在其上进行、穿越第四密度、第五密度，以及第六密度的一部分。

该选择就是对于你的极性的一个选择。

在第三密度之内，你有两个可以作出的前进方式或道路的选择。一条道路是服务他人的道路。另一条是服务自我的道路。任何一条道路，只要你坚持不懈地、专心一致地去跟随它，它都将引领你从第三密度毕业到达第四密度。

为了通过服务他人的道路从第三密度毕业，你需要作出各种选择，于是到最后、你成为有一半时间选择服务他人超过服务自我的人，也就是说，服务他人超过51％或更多时间的人。一个 51％或更高百分比的选择之成绩或层次将是使你取得合格资格的极性层次，通过服务他人的道路毕业到达第四密度。

另一方面，如果你选择跟随服务自我的道路以便于在负面极性中毕业，你必须做出各种选择，创造出这样一个人，到最后选择用 95％或更高的时间去服务自我，也就是说，拥有 5％或更少的服务他人的层次。

我们了解，一个这么低的正面成绩会保证毕业、这也许看起来是失衡的，因为51％通常不被认为是一个及格的分数，反之，为了在服务自我(道路)上毕业，一

个实体必须拥有 95％或更多的服务自我导向、一个几乎完美的分数。然而，我们向你们保证，取得超过一半时间的无私选择和取得 95％的时间的自私选择，都是一样困难的。

这原因是：你们被包含其中的文化、基本上是一个服务自我的文化，因此它创造了一个显著而实质性的偏向，该偏向必须被那些想望在无条件爱中或服务他人的极性中振动的人所克服。在以自我为代价的情况下选择去服务他人，对此进行讨论是困难的，在这个问题和这次的工作集会的范围之内，我们只会指出一个关于该问题的谈论方向：有很多例子展现那些实体，他们已经选择在牺牲的层面上服务他人。

每一个父母都是一个例子：选择以他们自己的舒适、时间、方便为代价、无条件地去爱。肯定地，诸如佛陀、名为耶稣的实体，以及其他走在灵性道路上的古鲁和大师，这些典范都是以他们的一生彰显无条件爱的选择，这些是显而易见的例子。

当一个人考虑这点的时候，也有服务自我的范例，这是同等显而易见的。这个器皿马上想到了叫做希特勒的实体，还有很多其他例子、它们引用服务自我的原则。服务自我的原则简单地认为自我是有价值的，而其他人的存在就是要服务自己。藉由服务自我，那些其他实体将会学会心智的纯净度和单一性，这将使得他们能够在他们的极性中变得服务自我。

无论一个人选择服务他人还是服务自我作为道路，这是一个如何去爱的选择。如过你提供的是服务他人，你就是在通过将那无条件的爱作为你的振动性礼物、提供出来而表达那在你的存在核心之处的爱。你正在允许光通过你闪耀出来，恰恰

和一个灯塔让光闪耀出来的方式一样。

如果你正在表达服务自我，你就是在将光吸引到你身上、而非允许光从你身上放射出来。所以，你的确可以说，服务他人的极性是放射的道路，反之，服务自我的道路是磁吸的或吸引的道路。

这是你的选择。你想望如何来表达那创造了你的爱？你感觉你存在的真理与中心是什么？你想望跟随好比耶稣·基督、释迦牟尼或者向你讲述无条件爱的古鲁等等的实体？或者你想望去跟随那些属于负面道路的范例，那条道路将教导你如何去净化自我，并创造一个宇宙，在其中，所有事物都导向你，所有其他实体都为了服务你而存在？

重点就是去作出一个选择。如果你不作出一个选择，那么你将随着你的文化，向前走一步、接着向后退一步。你将做出一个服务他人的行动、接着成为自私的。你将永远不会获得力量、直到你开始作出选择，不只是那个初始的选择，还有接下来，坚定你的决心去以这样一种方式生活，即你后续的所有选择将建构在那个初始的选择之上。通过你所作出的每个始终如一的选择，你就在建筑你的极性了。你在增强你在意识中工作的能力，你正在变成一个魔法的、强有力的存有，那个你本来就打算成为的存有，当你踏出那大胆又无法想象地勇敢的一步，你正在成为那个你想望成为的那个存有，当你踏出这一步，你抛弃你是谁的所有记忆、以便于进入这个第三密度的幻象世界，于是你就能够单凭信心来选择你的表达方式。

我们请问叫做 S1 和 S2 的实体，对于我们初始的陈述，是否有任何后续的问题呢。我们是 Q'uo。

S1：实际上，我们的确有。在过去几天，我们遇到了 S2 所称的瘴气，一种看起来似乎没有聚焦在任何特定事物上的迷雾或沮丧。我们对于它有各种各样的表达或观念。Q'uo，对于这种我们最近遇到的能量性感觉，请给予我们一些你们的看法。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。叫做威利·尼尔森(Willie Nelson)的实体曾经在这个器皿听过的一次访谈中说过，他不理解为什么人们如此称赞这些旋律。他说：「这些旋律就在空中。当我需要一个的时候，我就开始聆听并拾起一个。」

正是以那种方式，当遍及整个星球、所有内在与外在表达的行星影响力穿过必须的惊人改变，好创造出第四密度的盖娅，它正在唱出许多种旋律。

有些旋律来自于行星自身。

有些旋律来自于那些在此提供帮助的人，他们要协助那些正在尝试沿着服务他人路线毕业的实体。

一些旋律是从无形的世界被制造出来的，它们来到这里协助那些在服务自我的道路上呼唤帮助的实体。

因此，一些旋律是难以想象地光明与美丽的，而其他旋律则是困难且阴暗的。在此刻，这些旋律全部都拥有其权利、在地球的影响圈内唱出它们的歌曲。它们中的每一首旋律都拥有一种美。在光明和黑暗的旋律中、都有一种特定的诱惑力或

说服力被包含在其中。

一如既往地，你们每个人的选择都是关于你将拾起什么样的旋律并把它带入心中，以及你将选择不去聚焦于那些旋律中的哪一首。

现在，就纯粹的物质性感觉而言，选择什么旋律来聆听和选择什么旋律去忽略，你们每个人对于这个过程都很熟悉。每一台有背景音乐(Muzak)的电梯都在向你播放一首首的旋律，你十分有可能希望忘记它。你进入的每一个商店，尤其是在这一年中、即将来临的那段时间*，都在向你播放播放你可能会哼唱或可能决定忘记的旋律。

所以，在此刻冲击你们行星的事物就带着这些惊人的能量波，无论它们来自这个行星、还是来自包围着你们星球的影响圈的无形领域。

我们首先建议你们尊重并荣耀所有这些旋律。
(*编注：接近年底的时间)

其次，我们建议你确定一个选择点，哪一种的能量波是你将与之合作的，哪一种的能量波是你将不会去抵抗、而单纯地不去严肃对待。你们所谈到的暗黑能量，如你们每个人都已经表达过的，不仅仅是已经被你们所感觉到的一种能量，也被许多许多[你在过去几天与之交谈的]其他人感觉到了。

如果你跟随这些能量波，并起向你已建立联系的那些实体询问它们，你将会发现这些能量波是在全系统范围的。它们是全球性的。整个星球上的实体都感觉到它们。所以，我们问你们：「你将会选择什么？」

我们会建议你们，没有必要只因为正在播放暗暗的旋律而有任何的恐惧。相反地，选择去唱：「哈利路亚、哈利路亚」，你就将会调音到更为正面的旋律。即使你没有感觉到你能够唱出一个音符，让你的心为你歌唱吧。这些听不见的歌曲是最甜美的。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

S1：最后一个问题将是非常古怪的，为了我们的一个亲爱朋友而问。Q'uo 喜欢巧克力吗？E 想要知道。

（笑声）

我们是 Q'uo，如果这个器皿停止咯咯笑，我们就能够尝试回答你的古怪问题，我的弟兄。让我们说，巧克力的形而上面向是我们喜爱的东西。

（笑声）

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。Adonai。Adonai。

原注

[1] 行星光之工作者杂志(www.planetlightworker.com)。

[2] 这个数字比较接近 78,000 年、而非 75,000 年，等同于三个星象学周期。星际邦联源头看起来将一个小周期「下舍」到 25000 年、而非「上入」到 26000 年。在一个主周期中，有三个小周期，(目前的)主周期在一次毕业期结束。因此，实际上，金牛座/白羊座/双鱼座时代正让位给水瓶座/摩羯座/射手座。

Translated by T.S.(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2416 章集：重复出现的问题

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年十一月 6 日

团队问题：今天的问题是跟我们在日常生活中遭遇到的、似乎是重复的问题有关。在一段时间后，它们似乎是无法解决的。看起来，你能够去做的最好事情就是一直和它们舞蹈、和它们一同工作。对于这个问题，我们想知道 Q'uo 是否有任何评论，它可以阐明在一个寻求者的生活中正在发生什么事情，当你遭遇到一些问题，可能是人际关系中的问题，也可能是你和自己的问题？它是心灵致意吗？它是某种你自己内在的东西，它想要向你展现出黑暗面以便于你可以在其上工作？Q'uo 可否评论这些在我们生活中反覆发生的问题，它们看起来似乎真的不会消失？

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。当我们在此刻和你们说话，我们正处在造物者的服务中。今晚，为了被你们圈子呼唤的荣幸和快乐，我们感谢你们。

一如既往，我们会要求你们在聆听我们所说的内容的时候、运用你们的分辨力。使用有帮助并且看起来和你们有共鸣的材料，同时把其他部分留在后面。如果你愿意对于做这项工作承担责任，它将使我们能够自由地发言、而不用担心我们可能会侵犯你们的自由意志。

当我们进入今天的问题之际，俗丽的珠宝和你们秋天落叶的土褐色调正在这个器皿的脑海中盘旋。的确，当我们沉思着回应你们的问题的时候，你们问题的俗丽和土褐色调盘旋着。我们感谢你们，为了这个询问，关系到你们每个人的人生中、似乎无法解决与循环往复的挑战。

没有什么事物是已知的，这是你们现在所居住的密度的一个特征。一切事物都是一个幻象。你们假定的问题和挑战、它们的彩虹颜色跟一个百货公司的橱窗中对这个器皿所展示的美丽衣裳拥有同样诱人的价值。人类心智的工作方式就是去收集这些想法的衣裳彷彿它们是装饰物和成套的服装，它们彼此协调，所以，一个人正在穿着一套协调的心智与情绪的装束。

要去注意的是：思想模式的发展在很多方面是简单的，就如同一个简单的着衣习惯，好比这个器皿，她习惯于走进衣橱、为当天挑选一套在颜色和样式上协调的装束。

现实世界有一个超现实的面向、无法被抖落或被消除。它是人类情况的一部分。它是人类情况的一个巨大的部分。第三密度被创造为这样一个密度：在其中，一切事物都无法被知晓；于是，那些进入这个密度的人就能够做原本就为这个密度设计的工作了。那工作在表面上是简单的，但实际上，选择你存在的方式将会是无止境的刻苦工作。

时常丢下思想、感觉、情绪等所有类型的信念，并把自己脱光，直到只剩下一个真实的自我、各个分枝都光秃秃为止，这是很有帮助的事情。这个器皿最近在她的日志[1]中谈到脱光那些情绪和人格衣服的需要，而这些衣服在她看来、已经不再表达出任何她自己内在的真实存在性了。她正在寻找在她的人格中、光秃秃的

分枝、根部、主干，以便于找到关于她真正之所是的更多内容。我们会向你建议，就如同带着多彩树叶的实质之树，它的树叶必须掉落并不时地脱落下来，这样改变和成长才可以发生，就是在这个图像的延伸背景中，去查看这些周期性重复出现的主题性挑战，这是很好的。

不管他们什么时候来到第三密度的投生，这点对于所有的实体都是真切的。对于一个好比这个器皿或在这个团体中的成员等实体，这尤其是真切的，因为这个寻求的圈子里的每个人都已经和自我做出了去加速灵性成长步伐的有意识协议。因此，在这样的实体身上、可以预料的是：这些自我遭遇阴影面自我的循环，容我们说，将会被加强。

这儿有另一个因素、提供了强化作用的另一个层次或等级。那个额外因素是你们现在正生活其中的时代。

从我们的观点，让我们来沉思你们正生活其中的时代。因为我们相信这可以为你自己在此刻的思考添加一个维度。我们之前已经说过，此刻，你们的地球正在诞生为一个第四密度的行星，它的确是活活生生的、安好的。

生出婴儿[盖娅]的第三密度行星— 我们可以称之为第三密度的盖娅(Gaia)实体，已经在养育她所有的第三密度部落与家族当中、表达出她大量的能量。你们称之为盖娅或泰拉(Terra)的地球存在是一个爱她的孩子的母亲，她充满喜悦地养育它们，一直保护着它们，而在同时，在每一个孩子的心中和灵魂中存在着成长与转变的渴望，她与之保持协调一致。

随着她接近她活跃的适宜时间的最后十年，她已经看到那些已经选择的人们的收

割量仍旧是微薄的。那些已经在此刻投生的人们，他们是在充分知晓在你们的星球上、用来作出选择的时间很短的情况下投生，该选择即为如何去存在(be)。

你们中有一些人是从其他的密度和其他星球旅行到这个密度的行星地球，你们希望成为那股在行星地球上创造光之表达的能量的一部分，它将帮助实体们觉醒于一种认识，即认识到他们作为灵性存有的身份，并且认识到、就选择他们存在的方式而言，他们来到这里要做什么事情。

有其他一些实体，他们的希望是醒来，因为他们在其他的第三密度周期之中没有能够醒来。

你们每个人和其他人所共享的事物是：无论你正尝试在第三密度的梦境中醒来，或者你已经在这个梦境中醒来、而你现在正希望去帮助他人醒来；你的觉醒对于你都是珍贵的，它是你选择在此刻投生的中心原因。这就彷彿你们所有人都在承受毕业的压力。

如果你能够回想一下你上一次(从学校)毕业，你可能记起这种情景创造的那种压力。有一种被测试的感觉，而且很想知道你是否拥有了正确的知识可以回答在考试中出现的问题。有一种发狂的感觉，(因为)尚未拥有足够的知识，并且知道你没有你想要有的时间好组织你的想法。看起来，大量的事情被压缩进入一个非常短的时间额度之中。

你的整个人生都会有此刻的这种强度，如我们说过的，这种强度的原因有数个层次。它是强烈的、因为你是强烈的。它是强烈的，因为地球是一个强烈的地方。因为你们每个人在此刻去进展顺利的渴望、而被进一步地加剧，因此你实际上是

自己的双亲，鼓励并催促你自己更加努力地学习以获得好分数。

C 实体是正确的，他说：一次投生的循环性、主题性的挑战并非旨在被解决。Carla 实体在描述和这情景共舞，而不带有任何解决或影响那个情景的希望，她也是同等正确的。对于一个在其他方面可能看起来是非常令人沮丧的情景，这些都是积极有爱的观念。

当一个人尝试去解决一个无法解决的问题，这似乎是令人沮丧的。有一种自然的渴望，要在任何生活或思考的模式中创造秩序与美丽。我们鼓励你尽你所能地让你的想法、情绪、和你的存在变得美丽。我们会要求你们去记得，你的目标是成长、进步、蜕变。你正在要求自己去改变，去成为那你尚未理解的事物。

当你向圣灵请求成长、改变、蜕变的机会，圣灵一直都准备好为你提供那些机会。当成长的机会被给予你的时候，它们将倾向于就你的主题性、投生性的课程方面来表达它们自己。

这并不是说，每一次、这样的周期性问题出现的时候，你都获得一种直接的重复。每一个你体验的情景，在这个相同的主题上，无论你认为它跟先前在你的生活中

发生的事件多么相似，在这个主题性的挑战当中，这个现今的、新鲜的、崭新的版本中所拥有的意识是一个新的存有面对着一个新的问题。

幸运地，你们已经辨认出重复发生的、主题性的投生课程，你们拥有极大的优势，否则你们就不会提出这个问题。单纯地了解到，成长是如何工作的以及成长

的机制是什么，这是一种极为强有力的资源。

对这种不舒服感觉舒适，这同样是非常有帮助的资源。我们享受在这次通灵集会开始之前进行的对话，因为当 Carla 实体和 C 实体谈到他们重复发生的困难之际，那儿有真诚的笑声。那不是愤怒或歇斯底里的笑声，而是对于真正有趣的事物的放松式享受。你们在进行这种类型的灵性工作之际，最强有力的资源之一：

一种比例感或幽默感。我们非常高兴你们能够对彼此放松、并且对你们的不舒服感到舒适。我们承认那种不舒服并对其感到同情。

在自我内在创造出那种欢迎成长的氛围，这并不是一件舒适的或轻松的事情。我们最近已经和这个团体谈到，放下一个人的生活和想法的现有模式、并清空所有偏见的心智和情绪的口袋所需的惊人勇气，这样一个人会说：「我是空无的，我要问圣灵现在想要对我说什么。我可以如何服务？我可以如何学习呢？我可以如何成长？」把那些请求抛到灵性的风中，这是一个美妙的强力行动。

接下来发生的事情经常是这个器皿称之为愚蠢的季节。天空看起来落到一个人的身上。所有的模式似乎都陷入混乱。通常以这样或那样的方式运转的实体们，突然之间，改以其他的方式运转。

无论你体验的挑战的形状和性质是什么，因为你已经要求去成长，它都会把你从整齐而有序的生活范围带入一个表面上更加黑暗和远远更加朦胧的氛围之中，在那里，看到各个角落或前方极远处是不可能的。会有一种感觉：处于黑暗之中且无法分辨其他人的想法和感觉的形状与真实形式，以及确实，连自己的想法和感觉都无法分辨。会有孤立的感觉，甚至有一种感觉：你被搁浅在一个远离舒适的

地方，过去的鬼魂挤满四周并且对当前的情况做出粗鲁的评论。

在你们开始因为这种黑暗而感觉到阻塞的时候，我们会要求你们向后退，因为帮助就在附近。那帮助并不存在于第三密度和这个幻象的世界之内。那帮助来自于一个和你们的第三密度幻象相互贯穿的世界。在那一个世界，真理、美丽、智慧、公义如同实体一般地行走在其中。那是时间/空间的世界或形而上的世界。

你的灵感就来自于那个地方。你的心在全时间都居住在这个形而上的世界中。为了穿越这些周期性的艰难时刻，你所需要的那个安全位置就存在于你的内在之中。而你必须向着你出发，就好像你是一个从远方而来的陌生人、来到你自己的心之城门。

你的内在之心在其自身即是一个世界。它携带着你的真理。它携带着你的身份。它是太一无限造物者的歇息场所。当你睡觉的时候，你的人格外壳蜷曲起来休息一下，你的真理跑出来玩耍、表达、舒展它的肌肉和感测。在梦境与异象中，你的这个真实自我跟它的表面自我尽其所能地进行沟通。当你冥想并进入静默，你就可以希望进入神圣与真理的那些领域了。

我们发觉，和你们的人生课程一同舞蹈，这是个非常贴切的措辞与形象，因为，在某种程度上，你的整个人生就是真理和幻象们一起舞蹈，这些幻象对于创造一个环境是必须的—而真理的影子在其中是可见的。在某种程度上，那就是第三密度生命的本性了。它是一个阴影的生命。不过，那阴影包含了在一个学习的环境中所能承载的、尽可能多的真理。

你已经把自己放置在一个环境中，可以成为你想望它成为的任何事物。对于很多

人，他们对于舒适的渴望是如此地巨大、以致于他们全部的关注都只是把任何让光进入的可能性都密封起来，这样他们就可以安全地保持在沉睡的状态。

然而，我们不是在对那些想望保持睡梦状态的人说话。我们在对那些真诚地、真正地想望去觉醒的人说话，他们想望去迎接那已经被给予他们的日子、去把握并重视这次投生，而这次投生就是在他们踏上这趟旅程之前就打算好的，该旅程即是在第三密度中、从出生到死亡的过程。

我们感觉到，你们要去完成这个成长与服务的模式的巨大渴望之实情。我们无法找到足够的方式来向你们表达、我们发现你们的冒险是多么地令人激动啊。我们太过清楚地看到：造物者的计划之完美。我们觉察到你们的目盲。正是因为这一点，看到你们如此勇敢地向前踏入日常生活的竞技场，只用你的信心来装备自己，这让我们非常激动。

肯定地，如何找到信心，这就其自身而言就是一个问题，因为信心是从空无中被创造出来的。也许你们觉察到塔罗牌的第二十二号原型图像：一个傻子走出悬崖的边缘踏入空无。我的朋友，那就是你们要如何找到信心的方式。所以，就是在这舞蹈中、你在进行你的投生课程。当你听到音乐并认出你的主旋律[2]正再次地为你播放，我们鼓励你们不必为了自己不知道舞步而担心。站起来，加入舞蹈。当你藉由放弃你的座位的安全性、而释放自己、自由地体验它们，那些舞步就会来到你身边了。

现在请问有另一个询问吗？

Jim：我有一个来自 G 的问题。他说一的法则之卷一有一段来自 Ra 的引文，它是

这样说的：

我们被允许去给予的事件具有神秘与未知的质量、希望可以让你们的人群察觉到无限的可能性。当你们的人群掌握了无限，在那之后也唯有在那之后，通向一的法则的大门才能被打开*。
(*出处：一的法则 7.12)

关于为了打开通向一的法则的大门而需要掌握的这种无限，Ra 这么说的意思是什么呢，Q'uo 能否在这一点上给予任何的想法？它是什么、它不是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。当我们谈及共识性实相或幻象世界和形而上宇宙或时间/空间世界之间的差异，我们正在谈论的是一个有限的宇宙而非无限的宇宙。你们每天的共识性实相都是可衡量的，一个人能够衡量你在其上行走的星球。一个人能够衡量你的心脏跳动和你血液的压力。
（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
一个人能够使用仪器来衡量你思考的每一个想法的精确电荷。

形而上的世界则无法被这类的仪器所衡量，也就是说，你在日常生活的世界中了解的仪器。在这一个世界之中、任何事物都是有可能的，因为无论什么局限性都无法束缚你，除了那些你为自己创造的局限。

时间/空间的世界是意识的世界。它是无限与永恒的世界。我们很难向你们描述这个世界的原因是：你们的心智是一个空间/时间的人造物。(逻辑)智力的大脑，那个了不起的解决问题的生物计算机，它是无法掌握无限的。它只能通过说：

「哦，这是超过了那种限制的事物」来掌握它。但是，既然心智是以有限的方式来思考，那个超越的地方就总是会有一个终点。接下来，无限就必须再一次被唤起，好让那个局限再次被超越。

就我们所知的范围，以智力的方式来构想无限是不可能的。然而，体验无限是有可能的。无限就是那个在其中、你不戴着任何面具而存在的世界。为了在意识中进行工作，你们已经旅行到这个有限的世界，这份工作必须在不去依赖那种充满爱、智慧、知识的观点的情况下被完成。

因此，我们会对你说，我的弟兄，无限的价值只能在直接体验无限当中被你知晓。那就是在意识中的工作对自己所关注的内容。

你即是一个活生生的、呼吸着的交汇处，有限和无限在此交会，在你身体的每一个细胞中交会。有一个面向、体验生与死的面向；同时，有一个永远不曾出生也永远不会死亡的面向。那个无限的面向并不知晓它自己，因为它被卷起来并迷失在造物者自身之中。

你，作为一个有限的存有，伟大的真理与无限的价值在此交汇；那个环境创造了形式并为造物者之舞赋予了外形，好让造物者不断学习以知晓祂自己。

从一个特定的视角来看，一切的(宇宙)造物可以被视为异想天开的。为什么造物者想望去知晓祂自己？祂早已是祂自己了。你就是造物者拥有一个古怪面向的确实证据。

我们提供这些想法，我的弟兄，接着，我们乐于在稍后的时间欢迎在这一点上的

进一步问题。现在有另一个询问吗？

Jim：这是一个来自该器皿的问题，她询问：「我们社群的两个成员在上周非常痛苦地跌倒了，人们以一种不同寻常的方式表达了不和谐。关于这些不和谐，你们可否以任何你们觉得有益的方式评论？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。名为 Carla 的实体在谈到黑暗中绊倒和跌到的体验时、她曾说，她认为在黑暗中遭遇的不幸是高度象征性的。我们会同意她的说法。有时候，关于一个象征性事件的最简单和最明显的要点也是在思考这样一个事件的性质之际、最有帮助的要点。

在创造任何团体当中都有一定额度的骄傲。那些创造了这样一个团体的人假定是他们拥有某种愿景而创造该团体。当这样一个团体聚集在一起的时候，愿景的问题成为中心的问题。因为在该团体中、每个成员都是造物者，而每个人或多或少把其他人视为造物者。

这样一个团体的白天就是那种氛围：所有实体都记得彼此是造物者。当该团体中的实体忘记了其他自我和造物者的绝对身份时，这样一个团体的黑夜就降临了。

当一个好比 L/L 研究机构的团体聚集到一起、开始尝试作为一个整体而工作的时候，把实体们聚集到一起的原初推动力必须被检验。因此，镜像效应就开始了。每个人都在凝视着其他人的感知镜子并开始看到所有那些自己最不希望看到的部分[属于该自我]。那是因为，对于一个在灵性层面上运转以帮助彼此变得更加接近太一无限造物者的团体，它是这样一个团体的非常正面且有帮助的功能。这个工作被完成的方式是通过养育自我的所有迷失的羔羊，自我的所有这些没有被救

赎、被爱、被接纳的部分。

对于这样一个团体中的每个成员，在很多场合中，当关于阴影面的信息被给予、单纯地将一个人淹没。世界变黑了，阴影加强了。在黑暗中，要迷失一个人的道路、绊倒、摔倒，这是很容易的。无论是就实际的意义、还是就象征性的意义而言，跌倒是一种多少有点痛苦的经历。跌倒就是一种相当激烈的表达方式，它通过比喻表达的是，有时候，放下你认为你知道的事情是必须的。

当你跌倒的时候，碰触到大地。和你脚下的地面重建联系吧，这种建立联系同时通过物质性的方式与形而上的方式。了解到，在已经跌倒的脉络中，你一直都是安全的。存在的地面是非常真实且可信赖的，就好像你脚下的土地一样。在所有这种成长的过程中，你一直可以通过让自己跌倒来找到存在的地面。的确，因为跌倒而欢庆吧！因为表达出这种能量而欢庆吧；而它以前一直在心智和情绪中的挫折被表达。

你将如何掸去自己身上的灰尘，接着再一次开始呢？你会简单地假设你现在站立的世界跟你在其中跌到的世界相同吗？我们鼓励你开放你的心智，对于你站在一个新世界中的可能性开放。你将使得这个新世界成为什么？你将会如何成长？

此刻有另一个询问吗？
（没有进一步的询问）

我们是 Q'uo，觉察到我们似乎已经耗尽这个寻求圈在此刻的问题储备了。能和这些问题一同工作，这是我们的快乐，我们感谢你们每一位，为了你们每个人留出时间和能量来花时间寻求和探寻真理。我们希望这些卑微的想法对你们有一些小

小的价值，我们可以毫不含糊地向你们保证，你们的问题对我们非常有价值，就好像体验你们的美丽对我们非常有价值一样，你们的美丽总是使我们大为惊叹。我们打从心底感谢你们，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai。

原注

[1] Carla 在网站 www.bring4th.org 的 Camelot 栏目下纪录她每天工作的日志。它被称为 Camelot 日志。Camelot 是他们在路易斯维尔附近的家，它是 Jim、Carla 和 Don Elkins 于 1984 年建立的。相伴的地产是 Avalon 农场。Camelot 日记和 Avalon 日记都是在线纪录的，以便于读者能够和 L/L 光研究中心正在进行的工作保持联系。

[2] 主旋律(leitmotif)：一段音调优美的乐曲或乐句，尤指在华格纳歌剧中，常和某一特定的人物、环境或因素联系在一起；一个支配性的、重复出现的主题，就好像在一部小说中一样。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

★爱与光图书馆选集 第 25 辑

☆ 第 2501 章集：爱与第四密度

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想

1981 年八月 16 日

(Jim 传讯)

我是 Hatonn，我在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。在大喜悦中，我们一直在聆听这个团体的歌声与振动；今天傍晚可以加入你们的团体是的伟大的特许与荣耀。我们 Hatonn 有一个单纯的任务和单纯的服务，我们乐于提供给你们团体，那就是分享爱，和所有寻求我们服务的人分享无限造物者的爱之振动。容我们说，在爱的振动之道中，我们是古老的；在跟许多团体[好比现在这一个]谈话方面，我们是古老的。

长久以来，我们寻求在你们的星球上，和呼求我们服务的人群分享简单的讯息。在你们的地表上，许多人寻求爱的经验。容我们说，这是你们密度的课程，许多地球的学生却没有注意到，虽然到处都在教导爱的课程。若没有包含爱的课程[至少一个面向]，你无法走在街上，无法躺在任何一张椅子上；你无法爬任何一座山；无法体验任何一个地球上的事件；不过，许多地球人似乎并不觉察：这就是他们选择在此时、在这个密度中要学习的课程。

许多人寻求其他的课程、其他的目标。许多人寻求世间之道、它似乎赐与那些受到大多数人所荣耀的奖赏。我们讲的是权力的位置、社会名声、金钱系统的奖

励，以及你的同伴对于这种或那种成就的认可。我们并不会说这些寻求无关紧要，因为每一种寻求的核心都包含爱的课程。我们确实建议：当一个人只寻求外在的装饰，好以我们刚才谈到的那些，一个人可能发觉其学到的课程多少有些空洞，接着在适当地考量之后，发觉该课程有些令人失望。

但是，我的朋友，这也是一个重要的课程，因为它指点寻求者再前往另一个方向，因为在你们星球上、每一个实体的存有深处都有这份知识：我为什么在这里，以及学习爱的课程之伟大渴望。时候到了，每个寻求者都将转向，开始有意识地寻求爱。在你们星球上，要多久时间让许多人开始寻求，我们说不上来，但只要有人要学这爱的课程，我们的确总是尽力奉献自己去教导。

那么，我的朋友，什么是爱？在你们星球上，已经有许多人花了好些年、甚至好几辈子在寻求这个问题的答案。诗人们写了一本又一本的诗集描述爱的本质。我的朋友，我们不会说我们可以回答这个谜题，但我们可以说，我们或许已经在这条小径上行旅了蛮远的、超过大多数的地球人，于是，当你们人群发问，我们就提供一些微薄的爱的理解。爱是我们的密度，就我们对这个振动的体验，它即是藉由无限造物者、无条件地接纳一切万有。

我的朋友，这似乎是一个简单的陈述，但在反思之后，我们认为你可以在其中找到更多的奥秘，因为谁是造物者，什么是(宇宙)造物？在你们星球上，许多人也思量这些问题，持续许多年、好几辈子，似乎没有尽头。我们 Hatonn 正在学习爱的课程，这过程教了我们：除了造物者，什么也没有。今天傍晚，你们每个人聚集在这个团体中，你们都是造物者。你们每个人都是太一无限造物者的起初思维的各种表达。你们每个人都有一个基础：太一无限造物者，在你的存有之内，你可以发现你和地球上的所有其他存有的连结，和这个密度之内、生活的每一个

面向的连结，以及遍及整个宇宙、和所有受造物的连结。

我们知道，对于许多人，这段话听起来是对于爱之本质过于简单的描述；而对于其他人，则听起来太过抽象。这是任何寻求的任何寻找的特性，因为太一无限造物者始于神秘、终于神秘；而每个踏上返回造物者途径的寻求者都将以独特的样式经验爱之实相。每个实体都是造物者的一个独特表达，每个实体都应当思量宇宙造物的爱之奥祕，凭借着自己的存有，接着从这个思量过程中，你将找到自己对于奥秘的解答，虽然你的解答可能跟其他人的不一致，不过，它们都是相同的，因为所有答案最终通往合一、造物者的一体性。

因为，我的朋友，你们将踏上的旅程深入你自己存有的深处、为自己发现那些爱与智慧的话语，它们为你敲响真理的铃声。这即是该冒险旅程的本质、这是你自己存有的本质、这是爱的本质。

在此时，我们会停顿一下，好让我们的 Laitos 弟兄得以在你们当中穿梭，对于每个请求他的服务的实体，Laitos 弟兄将给予他们一个星际邦联的调节振动的体验。这样可以帮助你们的冥想状态深化，并且有助于放松你们的心智与身体。在此时，我们会停顿停顿一下，好让我们的 Laitos 弟兄得以在你们当中穿梭。我是 Hatonn。
[停顿]
(Carla 传讯)
我是 Hatonn，现在和这个器皿同在。再一次地，我在无限造物者的爱与光中向你们致意。

我的 Laitos 弟兄感谢你们每一位、给予特许和你们意起工作，接着，当我们以温

和的方式透过这个器皿说话，Laitos 将调节 C 实体。我们将透过这个器皿继续。

我的朋友，你们可以做什么好最有效率地寻求你自己的本质、宇宙造物的本质，或爱的本质？你们可以去哪里？你们可以执行什么活动，该活动致使你去找到那些在你存有深处响起真实铃声的东西？当你聆听周遭的世界、体验其各种分心事物，很清楚地，你现在居住其中的世界[即带着吵闹振动与令人困扰的感觉、念头、活动的外在世界]不是一个促进有效率寻求的地方。我的朋友，有一座圣所是无人可以阻挡你进去的，也没有栅栏可以在它旁边建造。这就是你自己的内我的圣所。这是真实的圣幕，因为没有人可以通过，没有人可以使你分心，没有人可以对你说否、或以任何方式败坏你的名声。

在你们人群当中的通常情况是：当你开始寻求去分享你的想法、感觉，以及你对于未知奥秘之惊奇；接着，你发觉对方[听你说话的人]的反应是几乎不理解、不支持、没有答案，只有困惑的反应，因为他不想要离开这个幻象，那是他已经把自己放置其中的地方。但你们每个人，我的朋友，都有能力向内寻求，进入你自己的静默之圣所，因为你的内在蕴含着对于伟大理解的伟大知晓，一条伟大的和平途径可以一步一步地导引你，虽然对于外在的眼睛，它似乎多少有点混乱的。对于内在之眼，那儿有个目标、有个学习，以及在每一种可能降临于你的情境都有祝福。没有人可以从你身上拿走这种能力，或阻止你去寻求它。你只要去冥想、在静默中聆听，接着在那静默、微小之声的回响中醒来。你可能什么也没听到，不过，在抉择点上，你需要选择自己必须前往的方向，你已经寻求的爱将对在静默中你说话，接着你的选择将变得容易。

因为爱[我们不是指你们人群如此搞乱的爱]是伟大的简化器。当你寻求，于是你将找到。你们知晓的耶稣老师曾经说：「我的屋子必是祈祷之屋」。我的朋友，

屋子可以被摇晃、吹走、消散。意外的阵风、偶然的暴风都可以把你在这个物理幻象中的财物拿走。你有一栋屋子，虽然你可能总是经过它的门楣，这栋屋子是你自己的肉体、心智、人灵。那么，让你的屋子惯性地栖息着冥想、静默、聆听；因为爱就在里面等待。宇宙造物中最伟大的要素，爱，就在里面等待。

一如往常，我们请求你们不是因为我们是睿智的而聆听我们，因为我们不睿智；也不因为我们是完美的而聆听我们，因为我们不完美；而是犹如我们是你们的弟兄姊妹，我们的确是的。我们在爱中伸出双手给你们，我们渴望去服务、藉由提供这个简单的讯息。我们要透过 C 实体收尾。我是 Hatonn。

(C 传讯)
我是 Hatonn，我和这个器皿同在。今晚，我们的简单讯息虽然对我们似乎是简单的，我们知道，在你们的世界、你们要理解有巨大的困难。我们只能希望，透过我们简单的讯息，你们将继续寻求爱，并且以此方式去生活，于是你继续成长，同时寻求和你同在、围绕着你的爱，在这个生活方式之内的所有时刻都是如此。

我们 Hatonn 很荣幸对这样的团体讲出我们谦卑的爱之话语，你们是寻求者、并且愿意聆听。现在，我们于太一无限造物者的爱与光中离开你们。我是 Hatonn。

Adonai，我的朋友。

(Carla 传讯)
我是 Latwii，我在无限造物者的爱与光中向你们致意。我们正在调节 L 实体，但

我们发觉、L 器皿多少有些分心，所以，我们今天傍晚将使用这个器皿，并且温柔地感谢 L 实体。

如果此时现场有任何问题，我们愿积极兴奋地回答它们。在此时，请提出任何你可能有的问题，我们将尽最佳的努力[虽然是贫乏的]构筑出某种答案。

C：Latwii，我有一个关于通灵的问题。今晚，当 Hatonn 转移到我这里，我在这方面还是新手，当我在通灵之际，我能够感觉到接收振动过程中的改变。星际邦联的成员在调节或传导讯息给一个器皿时，他们是否恒常地在调整好使该器皿更放松、或找到一个更舒适的水平？他们是否没有停顿地、恒常地这么做，或者今晚发生了甚么事？

我是 Latwii。我的弟兄，你将会注意到，从这个器皿的发声器官出来的语音水平的气力时有变异，我们的确恒常地尝试调整以适应一个器皿的特殊振动，好让我们得以传递那些我们要提供的想法，而不会造成(器皿)任何不必要的不适，由于这类通讯必须的小额度控制。

还有一个额外的因素，它是该团体的恒常变化的能量流。当一个团体多少变得统合了，当一个成员或许变得疲惫、于是跟该团体比较不统合，然后返回跟该团体统合的状态，在这过程中，该团体的能量就在不断变动的状态，而这股能量和该器皿忆起运作，很象是一种电池。结果是，你将三不五时地感觉到能量的改变。既然你们没有这一种电流计，你无法看见这点，无论如何，这情况的确会发生。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

C：不了，感谢你们。

我们也感谢你。此时，是否有另一个问题？

L：我有一个问题，Latwii。我似乎正处在一个反覆出现的成长周期的边缘，再次地启蒙，我了解，你们禁止给予特定的信息；无论如何，如果有某些领域是你们愿意建议的、为了我们注意力或冥想，我感激你们能够提供的任何忠告。

我是 Latwii。我的弟兄，我们欣赏你理解到我们完全地服从自由意志法则的必须条件。我们无法在任何特定领域谈论、那可能导致你的未来的改变；这么做会是对于你自己成长的一种负面影响，容我们说。我们不愿使得你依赖一个(地外)兄弟或姊妹，因为你自己就是你最伟大、最强壮的盟友。你自己有许多部分即是你可以呼求协助的对象。当你对于自己的成长周期感到灰心，我们建议你善用自己的这些部分、在此时可以协助你；因为你自己的某些部分并不是这些周期的一部份，不过它们完全地跟你合一，以你自己的独特振动性配置，它们就是你。有些人称之为较高自我。还有其他实体或指导灵和你同在，等待着你的请求去服务，它们可以支持你对于心境平安、自信心的请求。

我们可以进一步建议你：考量天父的造物拥有一个无限的成长过程，而这种成长无法被终止，因此当一个人变得舒适，然后他必须进一步前进，进入可能是未知的事物之中。显意识自我可能考量在某个点上的自我探索是令人灰心的，不过，这些心与灵的不确定性和不舒适是在一个成长样式中、一个必须的部分。

最后，我们认为，衡量一个人的灵性温度不是明智的。你正在用的温度计不是准确的。你是造物者的一部份，不管你的显化在此时呈现甚么样子。你们必须了解

与衡量你基础的本质，接着当你已经对于这个本质获致某个结论，你必须寻求去看见这个本质为你真实的自我，而(你的)行为与显化为一个在幻象中持续进行的经验。一个是真正的(本质)、一个是梦境。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

L：你已经给我许多题材去发展了。我有另外一个问题、关系到你刚才告诉我的某些具体细节。参考到支持性的实体，在过去一段时间，涉及其他一些实体，我在此不给出名字。它们是相同的实体，或者其中某些实体是相同的？

我是 Latwii。我们扫描这份信息，发觉这些实体并未和你个人有连结，而是和一些地理位置有连结。我们谈论的实体被你们人群称为守护天使或指导灵。无论如何，如果你在你心智的里面寻求，它们并不需要特别的介绍，你可以找到某些感觉 [我们不会说那是忠告] 来到你这边，你可以辨认出那不是自己的直觉的一部份，而是一种支持性的影响。几乎彷彿是，在你自己的能量汇流之内、蕴含着一种双亲[父母照顾式]的影响…

(录音带第一面结束)

… 聆听那个支持性的声音，即使是有些偏见，在这股能量的影响中得到安慰，因为那正是其用意。

我们可否进一步回答你？

L：不了，我感谢你们 (…听不见)。

一如往常，我们感谢你，因为若没有这些问题，我们就不会有机会和你们分享这些想法。此时，是否有另一个问题？

M：是的，Latwii。Ra 描述这颗行星正要进入第四密度，随后将有一场收割，因为第三密度的实体无法承受这种光。当一个星球进入第四密度之后，所有的灵性实体都将是第四密度吗，我问这个问题和第二与第一密度的生命形态有关。

我是 Latwii。你一定要了解，Ra 实体在我们的一个密度之上，因此，拥有比较直接的内幕消息；无论如何，我们将尝试和你分享我自己的理解，虽然它可能是相当受限的。

每个实体有一个真实颜色，如我们在你们的心智看见这个描述性的术语。因此，第一密度将拥有真实颜色、红。在第四密度之中，第四密度的存有将拥有真实颜色、绿色核心振动。那么，支持他们的环境也将是真实颜色、绿。无论如何，在这个真实颜色、绿色密度之内，将有一些套叠层：第一密度、红色，第二密度、橙色，等等；因为没有觉知是超越该(第四)密度的生物的恰当密度。

是故，你们拥有第四密度的基本振动性样式，致使第四密度的生物得以体验一辈子。然而，第二密度的生物，举例而言，动物与植物都将拥有其原本的特征，没有第四密度的加强，正如同在第三密度中，你们已经体验的情况，虽然这个密度的核心是真实颜色、黄，第一与第二密度的生物仍然拥有其经验以及它们的密度的颜色套叠。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

M：所以，当地球进入第四或绿色密度，确切的矿物表达通常是第一密度，该星球实质上是矿物，其灵体是第一或第四密度？或者它们同时共存？

我是 Latwii。不只它们是共存的，你们拥有第一、第二、第四(密度)，以及第三密度[在你们的未来的某个时点将停止活跃]。无论如何，长期而言，你们将拥有每一个同时发生的密度，所以，该行星球体拥有第一、第二、第三、第四、第五、第六，以及第七(密度)。这是成熟的行星体系。当另一个(密度)启动，这一个(密度)不被抛弃；每一个密度都同时和其他密度一起运作。

这是一个困难的主题，因为心智或许尝试合理地辩解，一棵第二密度的树木活在第三密度，和第四密度中的一棵第二密度的树木，两者是否相同。是的，我的弟兄，那是相同的树；但是，在第四密度的振动中，它将拥有稍微不同的特征，它将能够通讯简单的第二密度感觉给第四密度的实体。它保持为相同的树，但依照各个密度观察者，它的能力随之增长，那是让观察者理解其菁华的能力。

我们可否进一步回答你？

M：只有一个快速的问题。OK，树木。在(密度)变迁之后，第二密度的灵体仍然会有第四密度的身体。是否正确？

我是 Ra。有一段时间，它将是第二密度，套叠着第三与第四密度。

我们可否进一步回答你？

M：不了，谢谢你们。

我们感谢你。此时，是否有另一个问题？

R：当一颗行星是第四密度，它将永远不再支持第三密度，或者只是暂时持续一段时间？

我是 Ra … 我们更正这个器皿。我们正在尝试把这个器皿从出神状态中取回。请保持耐心。

我是 Latwii。我们怀有这个器皿。由于该题材之故，这个器皿正要进入出神状态。我们现在和这个器皿同在。我们将继续透过这个器皿说完全无意义的话，持续一会儿，愿你们有耐心，好让我们可以获得对这个器皿的良好管控。

L：有没有任何我们可以协助的方式？

我们正在达成良好的管控。感谢你的提议。我是 Latwii。有时候，朋友们，我们在联系这个器皿的时候比较不小心。

现在，回到刚才提出的问题。第三密度可以比拟为一种身体；第四密度是比较密集的身体类型。在第四密度中，有一种经验和这种身体是互相协调的。这种经验对于这种身体是崭新的，如同任何一个小孩，该身体必须成熟与成长。如果第四密度对于第三密度是可见的，第三密度的各种过程会受到大大的干扰，因为在第三密度中，若第四正面密度或负面密度是可见的，这整个选择的过程会被废除。

结果是，当第四密度的行星复合体是年幼的，第三密度就保持不启动。这通常只有一段受限的时间额度，直到第四密度实体经历成熟与形成社会记忆复合体的过程，变得能够挪移他们的密度，离开第三密度的视野。

当这情况毫不费力地变得可能，第三密度的经验得以再一次地成为可用的，给那些从第二密度毕业的实体使用，容我们说。

我们可否进一步回答你？

R：那些无法被收割的第三密度个体是否维持在一种灵薄狱(limbo)的状态，如果你愿意这么说，或者他们被允许重新使用另一个第三密度星球，虽然这一个对他们并不适合？

我是 Latwii。如这个器皿会说的：「(你说)我们是甚么意思，白种人？*」在我们所知的范围，灵薄狱的概念并没有特殊的好处，因为一个实体不会停止体验。如果任何实体并未发现自己在可毕业的班级中，于是发觉自己准备好重覆第三密度，它将选一个好时机，或许可以这么说，被带到另一个星球，在那儿、第三密度的经验正要开始其周期。

(*译注：这句的原文是“What mean we，white man?”有心人可以上网搜寻其典故.)

灵薄狱的用途可以被有益地讨论，如果你们愿意给我们一会儿。如果你们考量它是一种治疗的形式，这个概念是有益的。在你在这个幻象中的短暂体验的尽头、你的肉体载具中止之际，这情况的确会发生。有时候，在该实体可以回顾其人生

[如你的称呼]之前、必须要有一些治疗；接着，做出某种判断，厘清他可能需要怎么处理下一次的体验机会。这些审讯会可能被称为灵薄狱，因为它们是一些休息的时期，但确实的，不只是休息，还有准备迎接进一步体验的过程。

我们可否进一步回答你？

R：不了，谢谢你们。

我们感谢你们，并且容我们感谢这个团体支持这个器皿。方才，我们恐怕会失去她到出神状态，对于所有相关人等、那会是十分不便利的情况。

此时，是否有另一个问题？

C：是的，今晚，你们全体经验到甚么颜色？

我们正在经验红-紫罗兰的颜色。这是一种组合，一种我们正在检验的色泽。它是你们行星球体的外壳，在此时，我们正在尝试评估该外壳的气力与纯度。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

C：不了，谢谢你们。

此时，是否有另一个问题？

L：是的。在 Ra 集会的结尾，为了该器皿的益处、都会进行一些程序。由于刚才

在此的短暂 Ra 通讯，进行该程序的任何一部份是否可取？

我是 Latwii。在灯光打开之前，我们要求提起该器皿的名字，无论如何，就我们的判断，这个器皿和我们同在，如你的说法。当然，我们感谢你的关切。

是否有另一个问题？
[停顿]

我是 Latwii。请饶恕我们、在这次的通讯期间对你们吼叫，但这是我们取回这个器皿的方法，好使她回复完全的意识，我们已发觉这是有用的。我们可以对你们说，我们大大地感激轮到我们分享一些想法给你们，并且感觉你们每一位献给造物者的爱与光，我们一起共享这个过程。在此时，我们在快乐的合一状态加入你们。我的朋友，在这爱与光中、我离开你们。我是你们认识的 Latwii 群体之一员。

Adonai，我的朋友。Adonaivasu。
(V)2016 Translated by cT.

☆ 第 2502 章集：分心物的价值

Copyright © 2010 L/L Research
周日冥想
2006 年二月 5 日

Tim：今天的问题，Q'uo，和各种分心物有关。对于任何寻求者、想要以一种灵

性的方式来寻求我们松散地称为真理的事物，看起来好像在无论什么时候都一直有某种类型的分心物出现在周围，并且考验我们是否能够保持我们的聚焦。我们想要知道将分心物用作一种成长的催化剂、最佳的门径(方法)是什么，无论分心物可能是，如我们在谈话圈中讨论过的，咆哮的狗、一首想要出现的诗歌，或一台不管用的计算机，或者仅仅是突然跳出来、将我们的注意力从我们真正想要它待着的位置拉开的事物。分心物是我们的寻求的一个负面的面向吗？因为分心物考验了我们并使得我们更为强有力，它们是我们寻求的一个正面的面向吗？当我们正在尝试去在这种具体的灵性意义上进行聚焦之际，对于我们而言，跟分心物打交道的最佳方式是什么?

(Carla 传讯)
我们是你们知晓的 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们在造物者的服务中前来、向你们提供我们谦卑的评论。一如既往，我们会请求你们每一个人成为你们的注意力的谨慎管理员，在我们的想法当中、分辨那些可能对你们有用的想法和那些听起来并未响起真实铃声的想法。如果你们愿意好好守护你们的分辨力，那么我们将是非常满意的，因为我们既不想望侵犯你们的自由意志，也不想望去打搅你们进程的完整性。我们感谢你们在这方面的考量。

当我们凝视着你们今天的询问，我们发现自己会对我们概念化的过程重新校准、以便于用有可能的最佳方式来和你们分享。关于分心物的问题，它是从这样一个立场询问的：在其中假设一个实体打算要做的事情是清晰的，所有那些并不被包含在那个意愿中的东西、都被评估为一种分心物。虽然我们喜欢这个立场，它和我们看到的图像并不是相同的。毋宁，我们看到一个更大的模式，在其中，你们考虑为分心物的东西，实际上是一个平衡的、有帮助的模式的一部分，在这种模式中，你们不仅仅正在完成那些你知道自己正在完成的事情，和你现在把注意力

放置其上的模式相比，你也正在一个更大的模式中前进。

无论如何，我们察觉到，在回应你们的问题的过程中，给予你们踏脚石是重要的，这些踏脚石会使你们从一个立场移动到另一个立场。两个视角都是有帮助的。

对于那些想望去完成任何外显工作的实体，把一种稳固、牢固的焦点保持在要进行的工作区域上是很有帮助的，即使在这个已聚焦的立场来看，很多可能一开始就进入一个人的注意力领域中的事情，看起来极象是分心物。

因此，让我们返回到我们的观点，那个更宽阔的观点、带着一个更宽广的视野，在这种观点中，在一生中，所有的五月柱(Maypole)之舞的彩条都被视为在飘扬着，不是在风中自由飞舞，而是在好比小仙女或淘气鬼之类的精灵实体的手中飞舞。在你们穿越第三密度中的人生旅程之际、它们正带着这些缎带或彩条舞动着。

就在这种模式的最中心之处，在这个器皿的想象中、占据了五月柱位置的事物就是造物者。造物者已经选择在你之所是的那个构架中表达祂自己。这并不是说，你们扮演了造物者的角色，而是说，你们就是造物者的一部分。你们是把五月柱钉到土地中的东西。你们是活动以及能量的中心，它已经创造了一个场域，在其中，空间和时间就可以被欣赏与使用。藉由你们选择去进入肉身之中，你们已经把无限与有限连接在一起，把永恒和时间连接在一起。在那个你们的意识之所是的能量场之中，那么，一场生命的舞蹈就开始发生了。

这个器皿在今天稍早时候进行了一场测试[1]、检查其人格的各种面向，发现到，

这个特定实体的人格外壳有这样与那样的面向。你们每个人都拥有独特的结构。你们诚实地藉由这个构架出现。经过多生累世，你已经建构了自己之所是的那个能量场，它是你的意识与你的投射，容我们说，进入这个空间与时间的幻象。

从每一次投生，你都已经选取了一些特定的事物、似乎是非常正面并且对你有用处，你已经让它们附着在你自己的身上。日常生活的许多机会与改变看起来是相当奇特或完全是偶然的，它们实际上都是在投生之前、就被你和高我规划好的。我们向你们担保，你已经规划的、似乎是困难的东西，至少和似乎是礼物的东西一样多[也是你已经规划的]。当你在制定这些计划的时候，相较于你目前享受的观点，你(那时)所持的观点跟我们自己的观点要靠近许多，并从那里观察事物。我们相信这样说是安全的：每一个人对于投生的计划都包含了大量这个器皿会感觉为分心物的东西。为什么你们每个人都如此仔细地在自己的道路上规划了表面上是分心物的东西？容我们说，就一个底层的观点，它是一种动态关系、对于第三密度是自然的，它被设计来成双的对立面。当一组对立面被引发的时候，就有一种自然的能量，也就是说，一种对于该环境是自然的能量，而非对于在该环境中的灵魂或人灵是自然的，它会呼唤出那个极端的动态关系。因此，任何你付出的努力[聚焦于一个目标]，它将(强制地)要求你把注意力从那些你先前可能已经发觉有趣的事情上移开。

在一个新的焦点开始的时候，相较于你的新兴趣出现之前(的情况)，将有一些事情需要越来越多地被忽略，这可能对于你不是明显的。无论如何，任何新的聚焦都必须在心智中、意愿中、在心轮中，占用空间和时间，它们被放在你先前聚焦其上的事物[在你选择一个新的焦点之前]。再者，一个人先前的焦点创造了它自己的动态关系，在开始创造一个新焦点之际，该关系的范围经常是不被看见的。因此，一个希望去创造一个新的焦点的实体不仅仅需要进入新的焦点，他也需要

开始察觉到一个更大的范围，超过现在正发生的、被留下的模式之衍生物与牵连事物。

关于这一点，这个器皿的脑海中蕴含一个简单的例子，它跟计算机有关。这个器皿一直在尝试去创造一个新的计算机设定。直到她尝试去做这个工作之前，这个器皿都不知道要做到什么程度：她先前使用计算机的习惯以及过去和那些计算机的方法变动一起工作的方式，都需要被完全清空，以便于一种新的设置可以发生。

在类似一台计算机设定的事情中，在其中，有个物体是一个人可以参照的，去看到一个情况，在它能够成为一个好的解决方案之前，有多么必须从内到外地重新思考，这是相当明显的。当一个人于心智上或情绪上、正在从一个焦点移动到另一个焦点之际，去洞悉那个必须被释放、被留在后面的事物，这就不是如此容易的事情。在一个模式开始的时候，那个可能看起来是真正分心物的东西，可能会被证明是在演化行进[从你过去所在的位置移动到你想望去待的位置]中的一个完整必须的部分。

对于非常简单的情况，它可以被视为：特定一组的事物必须被留在后面、以便于采用或拥抱一套新的价值。然而，询问这个问题的实体同时在多于一个层次当中工作着。而我们感觉到需要讲述这个多重层次的情况，(因为)对于那些觉得这些言语似乎将有帮助的实体，这个情况就是他们大多数人将会遇到的情况了。如果在一个情况中、有多于一个学习与服务的层次同时出现，在这个情况中，我们会请你们单纯地在沉思中进入一个空间，在其中，你们不评判关于那个情况的任何事情。你们单纯地尝试去慢慢爬进它的核心，这样，如这个器皿先前说过的，你开始感觉到你处于一朵花的中央，这朵花的花瓣正在你的四周展开。

我们对于这个器皿感到高兴，她在观察自己的分心物的模式方面已经有过这个体验，因此我们能够良好地使用这个形象，我们感谢这个器皿已经进行足够多的工作，以致于我们能够从她已经到达的位置、开始进行工作并尝试令你们对于这朵花的模式感到更舒服一点，我们把这个模式称为「分心物之花朵」。

想象这朵花是非常美丽的、多彩的、有着许多的花瓣，非常类似于一朵雏菊，但带有更多的花瓣。想象你自己坐在这朵花的中心，注视着这个属于各种想法、感觉、议题的彩虹的美丽，在你穿越认识每一个花瓣的过程之际，时间流逝了。想象你自己逐渐形成了这样一种认识：即你并不准确地知晓如何评价各种各样的这些花瓣。你并不知道挫折是否为一个花瓣的一部分，或者挫折是你对于看到一个尚不理解的花瓣的反应。因此，你遭遇了这些感觉，你首先聚焦在这种能量上，感觉或感知它，或者对它进行思考。接下来，当你已经给予了它充分的审查，欣赏了它，甚至以之为荣之后，你继续移动到下一个花瓣，再下一个花瓣。

在某个点，当你围绕着这个有许多花瓣的自我体验周围工作的时候，将有一种感觉出现在你脑海中，你正在开始领悟，这朵花将如何绽放。你开始感觉在花瓣系统中、什么地方是强烈的点，那些点在何处，因为你已经荣耀了它们，它们将会单纯地卷起来并把自己收拢起来，因为它们已经被荣耀了。

当你已经对一个令人感到挫败的情况做了这个练习之后，你将会体验到两件事中的其中一件。首先，假设没有实际上反对性的能量正在尝试去破坏你已经发现的旋律，或尝试损坏你已经发现的和谐，你将会单纯地使得足够多的工作被完成，以致于这个分心物的模式被创造出来、好提供给你，这样你就会接收到你所寻求的美丽、样式、理解了，它们不一定来自于你认为你正在尝试去抵达的目标，而

是来自于这种分心物的样式—这个去抵达目标的尝试已经制造或创造的样式，为了你的快乐和理解而创造。

其次，你可能发现一种能量，它并不属于那个有许多花瓣的舞蹈的一部分。你可能开始能够辩认出这种能量前来的方向，因此，你就可以开始拥有多一点清晰度、关于一种真正令人分心的样式的特性方面。

我们会在这里区分两种分心物的样式，这两种分心物的样式是你和高我已经植入到你的样式之内，以便于让你转头离开一个你在投生前[作为一个灵魂]并不希望去刺穿的极端，以及那些不是高我和你对于此生的计划的一部分的模式。

在第三密度的投生中，这情况是相当罕见的：有一些实体高度地聚焦在一个心智的环境或一个情绪性的环境之内，而足以创造出灵性能量的(高)强度、呼唤了这个器皿习惯称之为超心灵致意(psychic greeting)，而一些人已经称之为超心灵攻击(psychic attack)。因为这个特殊的器皿先前已经体验到相当不寻常类型的心灵致意，我们能够通过她带着多一点的轻松表达这样一种保证，对于绝大部分人，从一个外部的源头接超收到心灵致意，这是不寻常的；也就是说，对于一个(寻求的)实体，正在灵性进程上工作并且现在是行星地球上的生命的一部分，那是在该实体的平衡机制的外部的一个源头。

我们希望这声明会让每一个人都感到安慰与高兴，知道你们正在体验到的分心物非常不大可能属于那种类型的分心物：独立于自我人格、(外来的)超心灵致意。

绝大部分的分心物：叫嚷的狗，运转不良的计算机，必须写下的诗句，这些全都是适当的[2]、良性的样式，甚至是对你们成长有帮助的范例。

我们会要求你们和我们一起进入该考虑之中，属于 T 实体所表达的困难，因为在这里，我们拥有了一个特定议题的非常清楚的例子，它就是外部噪音的分心物。当一个实体，要嘛藉由冥想，要嘛藉由任何其他类型的沉思，正在尝试去休息、放松、进入静默之际，也许最不理想的状况就是环境变得吵闹。不过，如被知晓为 T 的实体说过的，怪异的事情是，彷彿他越是寻求静默，该环境中就有越多噪音在狗吠声和装满孩子的巴士的高声喧闹中产生出来了。

有没有邪恶被包含在这样的分心物之中？我们能够真诚地、诚实地向你们保证：那里没有邪恶。在这样的催化剂中有没有隐含的选择？再次地，当催化剂出现的时候，很清楚地，会有选择被提供出来。你如何接受这样一个分心物？ T 的实体谈到、尝试去拥抱表面上随机的噪音能量，并允许它出现在冥想的环境中。他是否成功？在某些(时)点，他在其上是完全成功的。无论如何，演化的能量周而复始地螺旋着，分心物同样也如此在它的能量中变动着。

偶尔，这样一种分心物成为喜悦的、可接受的，并作为冥想的一部分完全处于平安状态。在该螺旋中的另一个点上，那种容易与放松不见了，因为有一种无法被抑制的、对于一种更纯净的、更优雅的环境之渴望。在 T 实体感觉到渴望有更大纯度的环境的时候，他并不是不正确的，而当他能够跟那种分心的声音一起滚动的时候，他也不是正确的。毋宁说，这个实体正在为自己创造出一个每时每刻的舞蹈。那些正在指挥多缕彩带[代表那种噪音] 的小妖怪(imp)、仙女、小精灵们将会在阳光中或在月光中带着喜悦而舞蹈，还是它们将带着忧伤而舞蹈呢？对于那个在这种花瓣体验当中歇息的实体，围绕着该实体的潜在的原型能量是什么？

有一些未知的事物。这些事物唤起一个特定类型的神秘。我们说不上来 T 实体正

在汲取的能量从何而来，那是从底部支撑与支持性的能量。无论这股能量来自何方，它都将会为各种各样的信使或代表创造出潜能。它可能是那些属于第二密度的实体非常乐于表达的噪音，可能是它们感觉到正在支持并从底部支撑 T 实体的能量，不一定直接来自于你，而是来自于 T 实体周围的那些(鲜活)能量；它们是比较睿智的能量，并且在移动能力方面是更加流动的能量，不仅仅在物质世界中如此，也在形而上的时间与空间的连续体之中是如此。

那么，我们会建议，总的来说，无论它是一个非常简单的分心物，还是你在今天正在注视的、一个非常复杂且多层次的分心物，你都可以假设它是你的人生样式的一部分。去表达这种样式的最简单方式就是去说，你仅仅察觉到你在投生前已经希望发展的注意力焦点的一部分。当你看到逆流以及在表面上的分心物正在切入你的日子的平顺涟漪之中，请知晓、你已经受到祝福，带来一个更大的模式、更大的图像、更大的自我，和你通常会察觉到的状况相比而言。如果你能够避免跟那一天的皱褶和安排去争论与争吵，时间为了创造出你的体验而让它自己在空间上产生出皱褶，然后，也许你就将会能够在那些自发性的逆流出现的时候，更为优雅且更有技巧地和它们一起移动。

在这个寻求圈开始其集会之前，这个器皿的讨论基本上是正确的，当时，她说，她觉得有一个更大的模式、只是她过去没有看见。当你遭遇一个你并不理解的模式之际，把你的希望和信心转变为你最佳的朋友。让你所有的希望单纯地是：比你现在看到的事物多看到一点。你并不需要看到完整的模式。如果你需要看到完整的模式以便于在此生中工作，你就会被给予那个礼物(天赋)。

(磁带第一面结束。)

(Carla 传讯)

如果你没有看到那个样式，或者如果你只看到它的一部分，在此生中，这实际上对你更有帮助，这样你就不会努力去更深入地去洞悉它，而是看着在此刻已经被给予你的事物。在一种「知道」中休息，同时拿起离你最近的那片花瓣，把它抚平，荣耀它，完成你在那片花瓣上看到的事物。接下来，移动到下一片，再下一片，同时愿意，的确，热切地去注视下一个分心物的位置，去荣耀它、完成它。

我们为了这个询问感谢你们，我们会在此刻询问，在此时，是否有任何后续的问题或其他的问题。我们是 Q'uo。

这个器皿已经在心里请求我们问一个她从英国学习小组收到的问题。如同它在这个器皿的脑海中的样子，该问题是：「一个人如何才能够无条件地爱而又握住米加勒(Michael)之剑呢？」

我们是 Q'uo，觉察了这个询问。当 Carla 告知 Jim 实体这个问题的时候，他简单地说：「一个人无法同时做两件事。一个人要嘛必须爱，要嘛必须讲述真理。」

我们同意那是该问题提出的动态关系。如果一个人要成为有爱的，他如何能够成为睿智的？如果一个人要成为睿智的，如何成为有爱的人？

我的朋友们，这个问题，单就其自身而言是一个悖论，并且无法以言语来回答。不过，我们能够告诉你们，因为你们知道、在你的脑海和心中拥有活生生的榜样，在你们的历史中、那些典范已经同时体现了爱与智慧。你将如何在你的人生中同时显化这两者，这是个巨大的挑战。但是，我们鼓励你们无惧地面对它。

记住，米加勒之剑是由一位大天使(archangel)举起的一把原型(archetypal)之剑。

ark 或 arch 字根也是创造了建筑学(architecture)这个词语的字根，当一个实体举起那把剑的时候，他正在做的事情就是去使用这个器皿所称的「火」的力量。在原型的意义上，火有时候可以意味着真理。它有时候可以意味着那创造的存有。它有时候可以意味着那毁灭的存有。

它是一种似乎不会跟无条件的爱有关系的能量，不过，生命之火就是光。光代表了那个创造了一切万有的思维[它即是爱]所思考的东西。米加勒，作为一个原型的临在，举起真理之剑，但它是一个赋予生命的真理。如果你对这个悖论感兴趣，我们再怎么鼓励你在心智中，在你的意识之内，进入一种冥想状态，都是不够的；在此，你将允许熊熊的真理之火与爱的绝对祝福占据你。

不要尝试去和它一同工作。这些能量远远过于强大、以致于你无法命令。歇息并允许它们在你注意力的圈子之内玩耍，根据你的心与意运作的方式，你将开始看到一些形象或形状，色彩或感觉。我们并不知道对于你、将会出现什么具体的东西，但请允许你的指引之天分在你的意识画布上玩耍，使用那些你已经在思想中带出的能量调色盘。你可能看见某个东西，或者，它可能会在一个无意识的层次上全部为你出现。尽管如此，要了解到，你正在进行这个问题的工作，就如同你把自己作为一个器皿提供出来，好被教导另一个音符、另一首歌曲、另一支旋律来歌唱。

我们愿再次询问，在我们离开这个器皿之前，是否有另一个询问。在此刻，有最后一个询问吗？

提问者：Q'uo，你们能够谈谈我如何才能够支持一条通往造物者的、更有奉献的

途径呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我的弟兄，我们凝视着这个问题，同时寻找那些可以向你提供的项目，因为我们在回答这个问题的过程中是处于一个敏感的区域之中，因为它是你活跃的过程的一部分。虽然如此，我们相信，我们可以说一些可能为你提供资源的事情。

首先，当你在奉献上头工作的时候，拥有一个客观的参照物是有帮助的。最佳的客观参照物对于你是独特的，但是，我们愿向你建议，检查你的记忆、你的选项以及那个属于你的巨大信息的储藏所，接着选择一个、或两个、最多也许三个实体，他们对于你、似乎示范与体现了你正在寻求的那种奉献。至少在这里，会有一种你可以认出的能量。它是你能获致的最接近方式：去量化某个某个实际上完全是一种质量的事物，但这是有帮助的：在你的心中和脑海中、拥有这种形状、

感觉、质地—属于你已经抓住其奉献能量的那个人或那些人。

其次，以一种严格的智力与分析性的方式，去沉思那些实体可能有的感觉，这可能会对你有帮助。这个实体如何完全地被造物者所笼罩、以致于他或她能够在奉献中失去自我？

第三，我们愿单纯地建议，你把自己开放给奉献。你无法知晓造物者，除了成为造物者，或在他人身上看见造物者。所以，你无法想出你奉献的途径。确实，你要变得更有能力成为奉献的最佳途径，就是去看到你自己正在接近自己的心。在你的心里，在你存有的最核心之处，蕴含着全然的造物者—你自己的某个部分。

接下来，你的奉献的目标就在你存有的最核心之处等待着你。

在此生中，在没有某个无限领悟的位置的情况下，你很可能不会知晓你是造物者，这种领悟是作为一个礼物而出现，而不是作为一个计划出现的。但你是完全能够接近你自己内在的那个事物，并且知晓等待着你的事物就是一个带着一种无法描述且完全的能量去爱你的实体。奉献早已在流动着。你正在接近那个奉献流动的位置。它首先从造物者流到你身上，然后，仅仅通过映射，允许那股能量流回它的源头。

如果你仅仅思考「造物者」这个词语，你可以开始非常接近于有能力去体验那种奉献。如果你思考「奉献」这个词语，它可能移动你到相同的位置。和这些词语、感觉一起玩耍，也和你在日常的、平凡的心智与思考中、能够对其取得一种掌握的各种面向一起玩耍。

在这个情况中，你正在接近自己的心，你是多么渴慕去揭露了那种如此纯净、有活力且活生生的能量呀！我们不知道你如何可能防御你自己、和那种奉献的纯粹之美隔绝。你可能必须要有耐心，允许你自己揭开那些盖子、一个接着一个地。你想要去荣耀自己的那些敏感的部分，它们是你可能已经保护起来的部分，因为

你曾决定这样纯粹的情绪对于你内在的人是过多了、以致于无法处理。当每一个敏感点出现的时候，荣耀它，并确信，你并没有移动太快，超过你的肉体以及心智与情绪的平衡会允许你舒适移动的速度。在宇宙造物中，你拥有全部的时间。

然而，在渴望去穿透在此生中的神秘的方面，你是对的，我的弟兄。对于那些基于奉献开始行动的人，目标就是寻求智慧。对于那些从一个寻求奉献的点开始行

动的人，目标就是把该平衡从智慧更多地移动到无条件之爱。

我的弟兄，我们可否进一步回答你？

提问者：感谢你们，Q'uo。那是一个精彩的回答。

我们感谢你，我的弟兄。我们感谢你们每一个人，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿及其团体。和这个团体一同工作一直是一种真实的荣幸，我们感谢每一个人和全体。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们在爱与光中离开你们，现在与永远。

Adonai。Adonai。

原注

[1] 这个测试是 Meyers Briggs 的「人格类型」测试。一个人能够在以下的网址阅读这个测试的更多内容：www.personalitypathways.com/type_inventory.html。

[2] 根据 www.dictionary.com，某个适当的(condign)事情是：「相当值得的，合适的，充足的。」

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2503 章集：致力于结果

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年十月 16 日

团队问题：今天的问题跟我称之为致力于一个结果有关。当我们消耗我们的能量，当我们做事情的时候，我们希望它将产生一个特定的结果。通过让我们自己致力于这个结果，我们聚焦我们的能量。我们使得自己将实现那个结果更有可能了。然而，如果我们碰巧没有达到目标，这就给我们了一个理由来质疑自己，对我们自己感到生气，感到无价值，如此等等。我想知道，致力于一个结果是否和情绪的产生有关，或者，我们感觉的情绪如何在我们奉献自己到特定结果上起作用？Q'uo 能够与我们谈论那一点吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中、我们今天来到你们当中。能和你们分享这个时刻，这是怎样一种祝福和荣幸呀！感谢你们呼唤我们加入你们的寻求圈。我们很高兴在今天和你们谈论这个议题：致力于一个结果是如何影响你们、以及这种动力学如何在你们的进程中起作用。

一如既往，我们会请求你们一件简单的事情，却是最为重要的事，好让我们能够随意地和你们谈话而不用担心我们会侵犯你们的自由意志。我们会请你们每一位承担起责任、用一双挑剔而小心谨慎的耳朵来聆听我们所说的内容。不要太快地认为我们是正确的。不要单纯地因为我们带着一种拥有自己的经验的权威之声说话而接受我们的权威，就彷彿我们是高于你们的权威一样。要了解到，你们掌管着自己将与之工作的内容、以及你们的进程将如何发展。因此，聆听我们的想法

中、那些似乎真的和你们起共鸣、启发你们并使得你们想进一步探索的部分。如果它们没有立刻对你们产生影响，那么它们可能在此刻并不适合于你，我们会建议你们把它们留在后面。如果你们愿意这样做，那么我们将大大地感激你们的关照。

我们感谢 Jim 实体、为了这个涉及致力于一个结果或成果的动力学的问题。通过提出这个问题，你们谈到意志与力量的动力学。指引焦点并为意志创造出一条路径，这是一个精妙的问题。你作为一个存有，你在内在所拥有的力量额度是庞大的。

有一些人格外壳，他们指引力量和指引意志的能力是有限的。另外有些实体，好比 Jim 实体，以及在一定的程度上，还有叫做 C 的实体，Carla 实体，叫做 T 的实体，他们拥有一种天生的能力在一个持续不断的基础上聚焦他们的意志。所以，他们熟悉什么是感觉起来强而有力。无论如何，那种力量的极性问题是令你们每个人苦恼的，容我们说，很可能对于每个已经有能力去指引他们的意志力量并开始觉察到该力量的人[，他们的确天生就拥有该力量]，那也是使他们苦恼的问题。

一个人需要在他收集他的意志并指引其意志的时候、对牵涉的感觉变得警觉与敏感，同时感测到的那个意志的极性与那些感觉—和收集那个意志与使用那种意志的适宜性有关。致力于一个结果是一个基本的人性决定。第三密度充满了这样的选择；它们是构成你们密度的原材料。我们不想要去干扰对那种力量的使用、或者以任何方式暗示使用意志的力量是不明智的。

若我们注视正坐在这个寻求圈中的那些人的内在对意志的使用，我们可以说，对

于在座每一个实体，意志的使用和致力于一个结果都已经在你们每个人的人生中创造了扎实(可靠)的价值。

对于 Jim 实体，许多草坪已经被修剪，Jim 的草坪服务的生意已然兴旺。相似地，这个实体拥有的各种各样的、对于家庭、家人、人际关系的关心已然兴盛，因为致力于这些成果而付出的仔细照料与持续不断的关心。为了透过最有效率并最具创造性的方式使用时间和能量，大量的牺牲已经进入对于意志的应用和锻鍊自我之中。

对于 Carla 实体，使用意志以致力于结果、这已经使得很多有益的工作得以完成，这些工作已经从她的桌子移动到那些要把资料放在互联网上的人的桌子上，于是，遍及你们全世界的实体们、就会在这些被分享的想法[该实体编辑与准备这份供互联网使用的资料]当中找到有用处的内容。

对于名为 C 的实体，致力于她觉得重要的工作的结果导致她成为一个有效且有爱的经营者、属于她的家庭和她的生意。

对于名为 T 的实体，致力于那些他在生活中觉得有价值的事情的结果，已经导致一个精心照料的、有爱的伴侣关系，以及有创意又有效的工作、用于完成一个长期与重要的目标、写作这个实体目前正在收尾的论文。

若没有致力于这些结果，没有意志参与其中，你们这些坐在这个圈子中的实体将没有人能够带着当前的你们尽其所能创造出来的舒适和宁静的感觉坐在这个圈子里。我们为你们致力于结果的优秀表现而称赞你们，也为了你们细心地寻求那种奉献、并且以你们的意志的原力、坚持不懈的勇气与决心来支持那种奉献而称赞

你们。

我们想要和你们一起探索的、是多少有些困难的事物，因此，在我们寻找分享想法的途径之际，我们要求你们保持耐心。

在成为一个有魔法的人，成为一个专注的、承担责任的、强有力的人的过程中，有一些挑战牵涉其中了。如果你在心智中创造了一个世界，如果你把它视为完整与完美的，就会倾向去把那根意志之救火水管聚焦在维护那个结构上头。我们刚刚已经说过，在某种程度上、你们每一位都在做这件事并且在这样做的方面是成功的。

如果你在这样做的方面过于成功，于是你就倾向于为自己创造出一块绊脚石，它是难以看见的。那块绊脚石就是你已经创造了一个结晶化和停滞的环境，而它是你正在持续工作以维持的环境。在那形象化之中、没有给圣灵自由驾驭的空间。

圣灵拥有一种可预料的和有用的倾向—想要去改变你奉献意志去创造的那种形象化。圣灵有一种可预见的、周期性的渴望去推倒那种形象化的结构。每一天，甚至有时是每一刻，圣灵都希望去地毁灭并重建你的宇宙。自我过度地投身于具体的结果会阻碍那些圣灵的能量，这些能量想要帮助你成长、改变、变得更有爱、更睿智、更为强而有力、更为自我察觉。

这创造了一个动力学、属于两个正好相反的对立面，因为你清楚地看到你的宇宙令人满意的形状并希望去花费每一分努力并提供你的存有的每一个长处以便于在此刻继续创造你的人生理想的进程的那种形象化。

同时，自相矛盾地，有一股流经你的能量，它非常想要最大化你的成长机会。这种成长的能量有时候似乎就好像一种正在解构你的现实的能量，从秩序中制造混乱的能量。因此，一个人对这样的成长的能量的首先反应是不喜欢和激怒。「为什么某种管用的事情必须改变呢？」你可能会问你自己，「为什么这么有用的结构必须被拆掉、又重建？」「这种能量的功能运作的目标似乎要去违反一种有秩序的生活和可理解的生活？」

不过，成长的能量受到你的心之最深刻探索所驱动。因为你就是造物者的一部分。作为创造性原则的一部分，你渴望去认识自己。在那种探索蕴涵着你的本质，在某种程度上，它即是你的目的。在你的人生中，这是一种无法抵抗的力量，无论改变与成长来得缓慢或快速，这样一个过程都会发生，这是无可避免的。

你的选择是：你想望留在那条(慢)车道上、缓慢地朝着八度音程前进并最终返回造物者，或者，你想望去进入一条快速移动的车道呢？在这个团体中、你们每个人都倾向于想要进入快车道，你们想要成长。你们想要精炼你的存有之矿石、想要找到在你的本质中的珠宝与黄金。

接着，你想要回向分享那礼物，分享给你自己、你周围的世界、你周围的人们、最终和造物者分享。结果是，你拥有一种持续不断的渴望，去维持你现在所拥有的理想形象，同时创造新的理想、新的造物、新的宇宙，它们比你在此刻已经创造的宇宙和你在此刻已经宣誓效忠的理想甚至更好。

我们绝对不会以任何的方式或形式对你们说：你们对于执行你面前的责任时感到热情，这样是不明智的。你致力于实践你觉得属于你的每一个责任与每一项杂

务，在我们看来，都是值得赞扬且在道德上是适当的。

我们会对你们说，对于诸如你们这样的强有力实体，去了解到你们的力量从何处而来，这是十分有益的。你的力量并不来自于你，除非你选择该存在的方式到了某个程度。你的力量的基本源头通过你而流动，它是你内在的造物者觉知的一个机能。

如果你尝试去履行你的各项义务并就一个自我的观念追寻你的理想，该观念在其自身牵涉到自我为一个强有力的东西，那么你的力量将不会持续很久。你将会用尽可用的力量，耗尽你自己，如这个器皿会说的，燃尽你自己，发现你自己空空如也、疲惫不堪，坐在灵性的路边气喘吁吁。

当该实体了解到、内在魔法的源头来自于无限造物者的能量，他就将拥有持久不变的力量：坚持度过这些解构和重新构建你的宇宙的周期性的时期。

也许我们会说，一个人能够想象自己为一个收集物品的人，他在进行工作的时候、把这些物品放在手中。他会看到这件要做的事和那件要做的事，以及在待办事项之列表上的每一件事都会变成，好比说，一件握在手中的物件。那么，我们会定期地建议：完全让你的手空出来，去休息，非常有意识地请求圣灵修剪你并拿走所有那些不再有用的观念，这样是好的。

圣灵会从你的手中拿走那些物件中的一样或两样，或者它可能会把大部分都拿走，因为灵性的指导系统是无法预测的，但是，它在对你真正需要什么、你不需要什么上的直觉是无误的。

你需要为要抛弃的事物腾出空间。因为，你已经花了相当长的一段时间来做某件事情、并不一定意味着你必须在人生的剩余的部分继续做它。

因此，对于那些你已经使自己致力去做的事情，保持你对这些事情的感觉敏锐吧。你在这种努力上的热情还是新鲜的吗，就彷彿是从一个无尽的源头或泉水中涌出来的一般？如果一个喷泉看起来充满活力又强而有力，那么你可以相信、在那热情和能量之下存在的事物在你的进程中是新鲜且充满活力的。

你可以挑选一些其他的项目，它们代表了那些你曾在过去有热烈感觉的议题。当你拿起一个项目的时候，你发现它感觉起来是使你厌倦。不要对那种感觉置之不理，而是去检验它、注意它、跟随它。

在不同的日子，一天中的不同时刻，在你自己的能量支出的不同位置，重新检查这个议题好几次，这样你就不会在考虑那个牵涉的议题的时候总是感到厌烦。看看你是否真的开始对于这个特殊的例行工作或职责感到疲惫。

它可能是有价值的。的确，既然你已经选择它，它一定对你是有价值的。问题始终都是，它仍旧是那个会令你朝气蓬勃的事物的一部分吗？它仍然是新鲜的吗，它从你的内在喷涌而出吗，它涌现的方式暗示着它在你的心中是强而有力的？如果答案经过了一段时间之后继续是多少有些否定的，那么你可以开始放心地探索把你自己从对于一个结果的特定奉献中解除出来的方式。接下来，那个事物成为了你做好准备去放下并抛下的事物，它不再对你管用了。

这个事物可能是某种小事物，诸如一个嗜好，一种你在过去已经完成的志工可能性，或者也许不再对你起作用的一个关系，一份友谊。或者，它可以是相当巨大

和意义重大的，比如那些当一个诸如伴侣关系之类的主要人际关系因为那些超出你的控制范围的原因而变得无法维持，你发现甚至对灵性祈祷和恳求之后，(破碎的)矮蛋哥(Humpty Dumpty)也无法被再一次被拼起来了。当这样一种人际关系无法维持它的完整性，很容易感觉到你失败了。很多的灵魂和它们自己交战，却无法感觉到它们的努力是去维持那无法被保存的事物。

我们并不是说轻松地释放这样的主要关系是明智的或是合适的。和诸如婚姻咨询顾问和你们文化系统中的权威等更为传统的提供建议的来源一道，我们也感觉到，对于已经陷入混乱的关系、在修复、更新、使其恢复生气的尝试中，尽最大限度的努力是非常重要的，尤其当它们是伴侣关系时。一种强劲运行的伴侣情谊的价值对于那些想望进行灵性工作的人而言是无限的。

因为在许多方面，你居住在一个封闭的环境中，也就是说，在关于你是谁和你真正的本质是什么的信息直接来源的方面，这环境是封闭的。

而你的同伴跟你越亲密，你和这些同伴的关系越是以灵性为导向，镜像系统就会更有效了，通过这个镜像系统，那个实体会把你是谁和你给人的印象是怎样的对你反映出来。在周围拥有诚实又有悲悯心的镜子也许是一个灵性寻求者能够拥有的一项最巨大的资产。有个可以谈论生命的困惑的人，这具有无尽的价值。某个共享能量的人会为你创造出最佳的可能环境，为了你[作为一个光之仆人]的成长。

不过，有些时候，这样意义重大的关系来到一个尽头。Carla 实体已经体验过这情况，我们会对这个器皿说，当她在将近四十年前作出决定、允许她和 D 实体的

关系自然结束的时候，她为自己和 D 实体做出了一个明智又有爱的决定。

这是与她的文化状况相悖的，为了在一个机能不健全的关系上坚持下去，她好几年都投入了充足的精力来严格地遵守她的承诺，因为她觉得自己需要遵守承诺。我们无法说那个决定是一个错误，因为该决定教会了她很多有价值的课程，向她展示出她有能力维持一个困难的情况，仅仅因为她觉得这是对的。

我们将会说，她为自己创造出了一段延长的受苦时期，它并非真是必须的。如果她乐于更早地放下这个承诺，就那种关系能量的方面来说，她会缩短其四旬节斋戒，接着创造出一个更早的复活节盛宴，的确，当该关系被释放的时候，那些能量也被释放了。

有时候清空一个人的双手，把双手中的东西递出去，在祈请圣灵的过程中分享它们，同时请求圣灵修剪自己，这是必须的。这个器皿最近得知，在秋天，一棵葡萄藤会被修剪掉百分之九十的部分、以便于新的成长得以在来年发生。

作为人格体或小我(ego)，那个修剪的过程听起来是糟糕的。因此，我们鼓励你们超越那个思考的层次，拒绝那个因为修枝大剪刀而引起的退缩之恐惧，接着邀请那些在你的生命中赋予健康的大剪刀的啃咬。如果有些东西被从你身上拿走了，我们会建议你考虑那把灵性的修枝大剪刀正在工作的可能性，因为对于你自己的成长而言、发生那种修剪是必须的。

当然，一次的修剪感觉起来并不象是成长，恰恰感觉起来就像其相反面。感觉起来，就彷佛你正在失去自己的那些有价值的部分。我们确信，在你人生中的每一步，无论它看起来象是失去或得到，都是有用的和必须的，这不是从一个人类的

或线性的视角而言，也不是就对智力有意义的方面而言。

无论如何，我们正在建议的是：相比你们称之为共识实相的世界的势力和逻辑智力的力量，在这里有远远更多的东西在起作用。你们同样居住在无限和永恒的领域，灵性的力量就是想望在每一天和每一刻都让你重新开始、更新你、恢复你的生气。

让你对这种动力学的觉知使你无惧吧。当你感觉到双手太满的时候，清空它们。把所有东西都放下来、请求圣灵的修剪。

你的问题暗示 Jim 实体已经开始觉察到情绪与意志的相互作用。我的弟兄，容我们说，你的感知是敏锐的，它把我们带到了一个位置，在那里，我们对你们所说的事情几乎是超越言语可以表达的容量。

你要比你的言语远远大得多。因此，你比你能够思考或想象的事物要远远大得多。而你感觉当下此刻有令人满意又有用的面向，在这方面，你是完全准确的，然而，你并没有拾起当下一刻的那些面向，因为你有太多的存在状态投资于你已经理解的事物。再次地，进入静默之中、无惧地拥抱空无，这些是你最佳的同盟。

允许你自己不知道什么是真实的，什么是正确的，什么是合适的。允许一些时间，在其中，你强有力地探寻不知晓。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

变得空无，并且知晓这也是一种极有成效且有帮助的能量与环境，你可以居住于其中。

当寻求者拥有勇气去追寻超出表面之外的感觉和情绪，情绪就会开始表达真理。我们不会说表面的情绪是错误的。但是，我们会建议：当越容易感觉到一个情绪，它就越不可能包含任何情绪的纯净度。

的确，表面情绪是那些我们也许希望找到另一个词语来描述它的能量！因为情绪本身是极大地有价值。当你能够净化愤怒、爱、沮丧、失望、悲伤、嫉妒，如此等等的情绪，你开始进入在你心智深处流动的原型河流，它把你带到在你存在之中的、越来越真实的地方，把你带到力量的聚集地，就如同水被收集到一个蓄水池中一般。

你可能使得你的情绪变得迟钝，由于你执着于某些在你人生中的样式和创造物，

你先前已经对其倾注了能量、时间、天赋、意志。因此，情绪本身是某种可以被检查的事物，正如同你通过智力来检查你的一些抽象想法。

允许你的心去检查你的情绪的质量与形状。看看你能够做什么以通过你的人格周期性地起起落落，于是，那个在情绪上驱动你的事物就如同你的理想一样，对于你自己而言是稳定与真实的。

在此刻，我们要允许这场谈话在其性质上改变，因为这个器皿正在告知我们，已经用完在这个问题上我们可用的时间和该团体可用的能量。我们仅仅刮去了这个非常令人兴奋且有趣的问题提出的一系列关注点的表层，我们感谢 Jim 实体的想

法。

此时，有没有你们想要提出的后续问题，或者有另一个问题？

T：Q'uo，我有一个来自 F 实体的问题，她正在体验一种昆达里尼的觉醒。关于她如何才能最好地处理这些强烈的能量、以及她在头部和顶轮体验的强烈头痛，你们能给予建议吗？在肉体载具上会有任何变化、任何危险吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们会对 F 实体说，在昆达里尼的升起所代表的、自我与自我的再连接的发展过程中，的确会有些时候，它有容量与潜能造成大量的身体不适。自然地，在我们在此刻可以提供的那些事情上有一些限制。我们愿提供三个建议。

首先，为了满足那些自然的担心，尤其是 F 实体周围的那些关心她的人的担心，我们会建议有一种持续的医疗照顾，这样就可以绝对确定没有系统性的问题、在严格意义的肉体的部分没有需要去照看，以便于确保不会出现肉体上的系统崩溃。

尽管你们的医疗系统在解决人类的整体问题方面的确是薄弱的，容我们说，有些时候，可以获得的帮助是有帮助的。如这个器皿在早些时候、谈到她自己在此刻的肉体困难的时候，她很感激有药物减轻了让她难以呼吸的肉身痛苦。遗憾地，

她发现这种药物有副作用，她必须反过来和这些副作用打交道。不过，在此同时，因为不必为每一次呼吸都进行抗争，对她来说，运用身体思考和四处移动就更加容易了。

同样地，单纯地采用你能够从 F 实体最信赖的医疗人士那里、获得最佳的建议，并单纯地确信没有什么纯粹的肉体问题是无法解决的，这样是好的。

其次，我们会建议名为 F 的实体，尽管昆达里尼的升起是一个强有力的过程，它不仅仅需要从个人发展的方面被理解，它同样也需要从一个比个人或甚至一个能量系统[好比脉轮或电性体]更大的方面被理解。昆达里尼的升起是一种造物者对造物者的表达。它是一种运动，位于造物者位置的一个微小部分，在该位置，在空间与时间中的造物者和在空间和时间之外的造物者相遇。

如果这些能量被视为从脉轮系统开始之前开始，并且在脉轮系统结束之后结束，也许就可以看到，没有必要在一个封闭的系统中去观想能量。它的确是一个开放式的系统。

关于这种能量能够停留在什么地方，其实没有限制。因为当位于时间和空间之中的实体，也就是人类，遇到没有限制的自我之际，那个系统的调音如何被那个实体的意志和信心合适地影响，如何被该实体的开放性和他对太一无限造物者的爱与光之渴望所影响，该调音过程实际上没有任何限制，

观想该脉轮系统的开放，这样头顶的皇冠就不是可能看起来是有限的事物了，这甚至可以是有帮助的。允许那能量从头部的皇冠上喷涌而出，若他如此渴望的话，因为群星甚至都不是限制！那能量能够被带到哪里是没有限制的。

我们不是建议你以任何方式去推动能量或戳刺它。我们单纯地建议你，从你对这个过程是如何起作用的观想中、抛开任何想法上的限制。这不仅仅是 F 实体内在

的工作。它正在造物者之内工作，而 F 实体是在空间和时间中的一个位置，允许这个过程发生。因此，这并非只是她的进程，而她在允许能量随意流动的过程中受到妥善的照顾。

根据安全的意义，这个过程发生在自然的能量场之内，就形而上而言。肯定地，那样的话，它无法离开那个能量场，我们会用这个器皿所称的尖椭圆光轮(visicapiscis) [1]来指称这个能量场。但故事还没完。

所以，我们在此的建议是超越所有思想的局限性，或者甚至不要尝试理解这个过程，单纯地放手，这样你可以允许能量以一种不被你的担心所限制的方式移动，这在某个程度上是有帮助的。

第三，我们会鼓励 F 实体以你对待肉体成长的时间的相同方式来对待这个成长的时间。在肉体成长的时间，你会喂养自己更多的维他命。你会确信你获得足够的运动练习。你会观察你吃的食物的质量。从各个方面[就营养以及有益健康的练习之角度]，你会通过给予自己各项有利条件来鼓励这个肉体成长的过程。

正是以相同的方式，当你进入一段强烈的时期，位于你的寻求和演化的进程之内，就灵性的意义而言，你特别地注意你的营养和练习的安排上的规律性，这是很好的。如果有一种进入静默的方式是你偏好的，但你尚未如你可能想望去做的、坚持去跟随它，现在就是你去把这种进入静默的方式规律化的时候了。

就灵性而言，问问你自己、什么练习是最吸引你的练习。对于某些实体，那种练习会是跟 T 实体最近开始的练习一样，和梦境进行更多的工作。

其他的实体可能偏好规律化一种和内在的指导灵系统的对话。这种对话是这样完成的：拿起一叠纸和一枝笔，或者坐在一个计算机前，通过书写或打字写出一个问题，接着慎重地、有意识地进入一场跟你的指导灵系统的对话中，接下来，当一个印象进入你的脑海，写下或打字纪录你收到的答案内容。通过写下你的下一个问题回应你自己，接着聆听你的下一个印象，然后将那个印象打字写下来，直到一个稍晚的时候再去评估这场对话。

如果这对你有吸引力，那么我们会建议你记得，在这场对话结束之后，一直要到你已经实践了在这场你与指导灵系统的会谈的过程中、你已经收到的无论怎样的指导之后，那种能量才能被合适地表达出来。去实践你收到的、无论什么的建议。专心注意你的指导灵提供给你的智慧与爱，认真对待它。

记住，我的姐妹，绝大多数的灵性能量是轻松、愉快、喜悦、自由的。尝试在你能够做到的范围内、不要陷入你的工作的重要性的泥潭中。相反地，保持一种比例感和轻触。记住你居住在不知晓的密度中。你不只不知道任何最终的答案，而且，在这个密度中你也无法知晓任何最终的答案，这是很有帮助的提醒。

你可以获致一些相当深奥又真切的了悟与瞥见，但是，就好像寻求者瞥见山的全部的荣耀和美丽一样，那种瞥见无法持久。它是短暂的。首先有一座山。接下来，没有山。然后，有山。那是该器皿知道的老生常谈，当它开始实现，并且成为了你现在牵涉其中的过程时，它是非常真实的。

记住将轻触的因素考虑进来，它允许你对着完整的过程微笑和轻松地对待它，同时用你全部的心、全部的灵魂、全部的心智与力气，你让自己致力于成为你真正之所是。再次地，那悖论出现了：奉献，接着把所有的奉献释放给包罗万象的、

对于造物者自身的奉献。信赖这个过程。放松、随它去吧。

容我们问，有没有任何进一步的方式，让我们可以回覆这个问题，我的弟兄？

T：没有了，Q'uo。那是一个全面的答案，我将转给 F，看看她是否有任何其他的问题。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄，这让我们非常满意。

Jim：我有一个来自该器皿的问题。当该器皿请求圣灵平衡她的脉轮系统以符合最弱的脉轮的能量，正在发生什么事呢？有没有任何事物是可以被完成的、好更佳的支持那个最弱的脉轮？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会说，当你请求能量被平衡以平衡最弱的脉轮，在你调音的过程中，我们觉得你解读自己的脉轮系统的这种调整的适当性，在这方面是准确的。我们发现这是对于你的调音程序的一个明智调整，我的姐妹，我们很高兴你已经开始从事于照顾你的整个脉轮系统，而非凭借着你的强项，如同拖动锁链一样地拖动落在你身后的弱点。让整个系统保持较少的系统气力、却于内在有更佳的平衡，这是远远更多的方式。

至于支持最弱脉轮的方式：这是该器皿活跃中的工作，除了说拥有一个最弱的脉轮不是什么丢脸的事情之外，我们无法对此评论。如果在你们的(人类)种族当中，在任何人身上发现一种脉轮系统，在其中，没有一个脉轮与脉轮之间的气力上的变化，这会是一件相当异常的事。每一个实体都将拥有其系统所特有的强项和弱点。

当然，有必要去探寻意识中的工作，以便于允许恐惧脱落，并且允许成长的能量被增强，这是很好的。

如一个人之所是地接受自己，接受它原封不动的优点和缺点，这同样是非常有益处的。和你的系统一同工作。允许较弱的脉轮就是较弱的，就下来，通过请求灵性重新平衡脉轮、以便于保护这个系统，并且适应那种情况，使得该(脉轮)系统是安全的，可以在意识中工作。那就是当你进行调音以便于进行一次通灵的会议时，你请求你的系统进行的工作。难道你不想望和你的系统一同工作，同时你不会因为拥有那个系统而评判你自己？

因此，我们鼓励你继续工作来支持那个较弱的能量，我们清楚地知道你是了解它的，那些低落的自我价值或低自尊的能量是 Carla 实体自从非常年幼的时期就已经携带了。不要浪费时间尝试去擦亮或除去低自尊与低落的自我价值。

一个系统中、每一个扭曲都有其价值。它不应该被切除就好像是一种需要被除去的某个瘤(成长)一样。如果在低自尊之中有用处，找到它。如果在自卑中有价值和信息，挖掘它，不是带着你将找到它、然后除去它的想法，而是带着你将找到它、珍惜它、感激它、钟爱它的想法。

现在有最后一个询问吗？
（没有进一步的询问）

我们是 Q'uo，发觉我们已经耗尽了这个团体在此刻的问题了。这是很好的，因为这个器皿及其团体的能量开始衰微。容我们感谢你们每一位、为了你们的陪伴带

来的快乐。请容我们表达对你们每一位的美丽的感激。和你们分享能量并欣赏每一片花瓣与皱褶[属于你们令人惊叹又勇敢的存有]，它让我们感到难以言喻地感动。感谢你们在此刻聚集在一起。它真的是一种荣幸。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai，Adonai。

原注

[1]尖椭圆光轮(visicapiscis)：一个尖形的椭圆形，在中世纪的基督教艺术中，它被作为一种围绕着一个神圣人物的光晕。它被 DrunvaloMelchizidek 用来表示一个灵魂的灵性体、思想体或「飞碟」的神圣几何形状。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2504 章集：改变的四季

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年十月 9 日

团队问题：今天的问题跟改变的四季有关，我们作为有意识的寻求者、在道路上穿过这些季节。我们很想知道，这些改变如何显化在我们的生活之中。我们知道，当我们经历入门的过程，这些时期是相当困难的，接着我们学到特定的课程，而如果我们的确学会了它们，那么我们就是一个更高级的初学者，我们在通

向行家并在某天指向精通的道路上工作着。这些改变是如何显化的？当我们在道路上、感觉到阻碍或困难时，那是进程的一部分吗，或者，我们实际上把事情弄得更加困难[对于自己而言]？

接着，我们面对阻碍或穿过困难的方式似乎是重要的。Q'uo 能不能对我们谈谈关于改变的四季、属于灵性寻求者的人生？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们在今天来到你们中间。能被你们的寻求圈所呼唤，这是一种极大的荣幸与快乐。我们为这种荣耀而感谢你们，我们非常高兴和你们谈论关于有意识地加速一个人的灵性进程，其中的各种考虑以及在一个人的寻求中出现的某些议题。它是这个器皿所称的、一个丰富有趣(juicy)的问题，我们期待和它一起工作。

但是，在我们分享在那个主题上的任何想法之前，我们会对你们所有人提出要求，你们要勤奋地使用你们的分辨力。我们向你们提供一些想法。它们不是那些比你们更高级的、或那些拥有更高权威者的想法。

事实上，从形而上的工作方面来看，你们每个人都是你的宇宙的唯一权威。在人类的世界中，在你们的共识性实相中，容我们说，的确有一种感知上的权威系统和一个感知上的真理层次，它可以被指派给你的寻求的各种各样的层面。我们不是要求你们去在人类属性或共识实相的世界中去寻求，你们也不是向我们寻求在那种脉络之中的意见。

在想法的世界中、在时间/空间的世界中，你们要求我们的意见。在那个世界中，想法就是东西。如果你没有为自己的存有之魔法特质承担起完全的责任，那么你就会听凭你所遭遇到的每个想法的小小魔法所支配了。

我们会要求你们佩戴起力量的魔符[1]，无论它对你可能是什么东西。开启你于自己内在拥有的知识，那属于你自己的知识，并知晓你是一个强有力又有魔法的存有，你们完全有能力并且值得做这个工作。你，只有你才能够负责，或者应该负责决定什么想法是你将愿意考虑的，什么想法是你将不予理睬的。

原注: [1] sigil：一个被认为有魔法的符号或图像。

当你聆听我们所说的内容的时候，请做好充分的准备对我们的想法不予理睬。如这个器皿说的一样，成为一个严格的听众(a tough room)。不要过度地对我们感到满意，而要仔细地聆听那内在的共鸣述说：「这个想法可能是一个好资源，我将要追寻它」。

如果你愿意以那种方式来对待那些你允许进入你的思维的更深区域的内容，那我们将会完全自由地、在此刻跟你们分享我们谦卑的想法。我们极为感谢你们在这方面的考虑，我的朋友们。

跟随一个人的想法的过程是一个永无止境且持续不断的、诱人的过程。既然你的心智与意识在你的大脑中共享相同的空间，你会恒常地在 M 实体先前说到的两个世界之间不断的切换。(认为)它们是平行宇宙并不是精确的，但是，它们肯定是交替相间的宇宙。事实上，它们是交互对等的(reciprocal)。

在两个世界之间切换同时是一个简单的过程和一个微妙的过程。它是简单的，因为有两个被清晰定义的宇宙，它们被灵性的穿梭器给分开了。在身体中的你，你的心智与灵性构成了一个链结(nexus)或一个交汇处，那两个世界重合的一个地方。

在你的身体的每一个细胞中、都携带着无条件爱的太一伟大起初思维的印记。你的身体的每个细胞、在一个远远超越显意识思维的层次上充分地察觉太一无限

造物者的爱与光。事实上，它是如此远远超过显意识思维的范围、以致于这个珍贵的、无限的、永续的资源是大多数实体未注意到且未使用的。

我们会鼓励你们每个人越来越多地察觉到太一原初思维的亲密性。它离你的身体、你的心智或你的灵性都不远。它在你的身体的每一个细胞中、你的大脑的每个细胞中、和你的意识每一颗微粒中，在无论怎样的层次上、无论怎样的宇宙中，装满着、充满着、洋溢着爱与光。你的系统或能量场之内持有的能量是无限的。

你和这个无限资源的隔绝程度和你对于短暂想法的专注程度成正比。在全时间都对于你在地球上的形而上任务有一种充分且有意识的认识，这并不是必须的，也不是被渴望的目标。在那个形而上的世界中，想法就是东西，你的目标好比「我在地球上的任务是什么？」，这类的问题拥有一定程度上的实质意义。就形而上方面而言，你的人生体验有一个可观部分，完全适合于保留给那些可能看起来是无意义的活动。

将你的生活的相当大的一部分保留给好比「我应该吃什么呢？」、「今天我应该穿什么好让我免受炎热或寒冷呢？」等问题，这也是好的。既没有羞耻也没有不好的评判涉及寻求尘世、世俗事物的选择。

当你在两个宇宙之间的混合和切换方面取得了一定程度的舒适和熟练的时候，物质性宇宙和形而上宇宙聚集到一起并共享你的心智、身体、灵性的空间，接下来，你可以开始允许那两个宇宙通过灵性的穿梭器聚合起来，这样最简单的尘世责任就会开始拥有潜能、被纯粹形而上的意义所充满。

从交互对等的方面而言，当你变得越来越能够同时享受两个宇宙而没有偏好一个胜于另一个的时候，你就可以逐渐地更加有能力体现你取得的进展、在跟随你的想法的形而上本质当中(得到进展)。

我的朋友们，这是一个微妙的工作，无法被快速地完成。它无法被方便地完成。评估一个人的进展的方法充满着困难。这个器皿先前谈到过这种困难。她和这个团体分享了在这次通灵会议之前的对话：最近她一直在意识中工作出现的盲点。她特定的绊脚石碰巧是一个心理与情感上的心态，如这个器皿对它的称呼，在没有检查过前提的情况下、该心态假定这个器皿在一段时间中一直在做的工作、就是她适合去进行的工作，因此唯一需要考虑的就是她在二十四小时的时段中能够完成多少工作。这个器皿是幸运的，她不仅仅拥有那些关心她的灵魂健康的顾问，她还乐意去听取那些她可能不想望听到的信息，这是该独特实体的特征。她所聆听的人们都认为她正在因为其热情和奉献而被绊倒。这是失衡的。该器皿自己无法看到这现象。

因此，让我们看看那个两难情况，因为它影响了每一个在[她为自己定义的]寻求

道路上的人。当一个寻求者掌握了意识中工作的指挥棒、并且接受该事实：那个实体有一种可得的力量来加快心智、身体、灵性的演化速率，那个寻求者就进入一个完全且彻底的形而上世界。

在形而上宇宙之中，时间是一个场域。所有的时间，过去、现在、未来，都变成了单一的。它明确地是一个非物质的世界。这个世界的东西或物体是携带着振动的各种想法。

一个想法是一个物体，但是，一个想法不是一个扁平的物体。一个想法被各种各样微妙与乙太的(etheric)附着物所环绕着，这些附着物不是抽象的，相反地，它们是包装材料和染色、属于创造出一个特定振动的情绪。你可以说一个想法或概念，在说出那个想法的过程中，言语本身就携带了特定的球形或振动性染色。

然而，当你想到那个想法、你发现自己在其中的心智状态，以及被包裹到那想法和观念的创造物中的所有情绪，它们创造了那个想法的特定振动、染色、球体或形状。那个想法在两个时间或在两次重复中都将不会有相同的形状。

这就是为什么该工作是如此地微妙。你是你所思考的每个想法的一部分。你是如何来到那个想法，你对那个想法感觉如何，你如何回应你先前在那个想法上已经完成的工作，所有这些都为你创造了那个独特的瞬间，在其中，你就是一个振动和一个场域的创造者，它不仅仅是一个想法或一个观念，它也是已经获得生命的事物，所以，它就是一个生灵、一个存在于你的宇宙中的生灵。

当你工作这个想法之际，当你使这个想法稳定下来，然后它就成为一个菁华，

你变得能够把它用作一个建造的基石，借以进一步地创造一些发展中的想法或概念、沿着该进程的路线进行，路线起点是：你已经开始聚焦于这个特定想法。

涉及这个过程的绊脚石从这个事实开始：它是你的宇宙、不是任何其他人的宇宙。在一定的程度上，你们可以彼此分享观念。但是，这个程度不是在使用言语的开放沟通层次上、这通常是在跟他人之间的友谊关系中令人满意的组成部分。你无法成功地、直接地，分享那位于言语背后的完整视野或完整振动，当你说出或写下这些言语，它们扁平地存在于空气中或在纸上。简而言之，因为你的进程的孤立性，你毫无防备了(blindsided)。

因此，作为灵性的寻求者，你首先的蒙福就是指导(系统)。

你的第二个蒙福就是乐意于去聆听你收到的指引。

有很多不同的指导来源。这个器皿花费了她的大量的时间通过信函、电子邮件、个人的谈话，跟那些在她的灵性社区的延伸家族中的人们沟通交流，对于好比这个器皿之类的实体，她的指导来源是众多的。这个器皿与之通信的每一个人都会通过一个无法预料且意想不到的角度出现、可能询问任意数量的问题或可能提供建议。在每一次的接触中，都会有启发和指导的可能性。重点在于我们先前谈到的、应用分辨力的力量和聆听共鸣。

也许你可以观想，如这个器皿通过观看如此多部二战电影而了解到，声纳系统的乒乓信号(ping)表示一个正在被搜索到的水下物体，当该物体变得越来越近，乒乓信号也会变得越来越响。用你的声纳系统来聆听在你的能量系统之外的隐藏式指导的资源吧。

你是否认识那个正在和你互动的人，这并不重要。那个人是创造性原则的一部分，他是你自己的一面镜子。它可能是一面临时的镜子。它可能是一面非常扭曲、基本上无用的镜子。

另一方面，任何人，任何地方都可以成为你看着却不察觉的天使。那是我们共享宇宙的特性，它是统合的。每一个人都能够和每一个人交流。

问题在于，当你收到惊人大量的通讯，你在聆听到指引方面有多么熟练与灵巧，的确，其中大部分并没有帮助。(有效)信号在哪里，噪音在哪里？让你的声纳系统运作吧，聆听那个乒乓信号。

重要的是：不去轻蔑那些看起来尚未觉醒或尚未寻求的人的陪伴。所有实体都被(宇宙)造物的潮汐所推动，无论他们是否有一点知晓自己成为你的指导系统的一部分，当他们经过你的时候，凭借他的存在性，就在那一刻，他就是你的指导系统的一部分了。荣耀、尊敬、珍惜这些陌生人，聆听那乒乓信号吧。

的确，我们会敦促你们甚至去聆听无生气的来源，好比一些不可避免的同时性：

当你路过招牌、路上的广告，以及在你经过某个噪音之际、(原来是)广播电台或电视正在宣告一些事项。任何事物都能够成为一个提示或启示的来源。聆听乒乓信号。

有些领域，属于绝望的感觉和其他纠缠不清的情绪，倾向于把专注的灵性寻求者和外部的指导灵隔绝。很多寻求者基本上感觉到他们几乎在一个钟形玻璃罩里面

寻求，那个玻璃的外壳将日常生活的灰尘和寻求的进程隔开了，它也不知不觉且有效地进行工作、创造出一种内在的孤立感。一个人是孤单的，这情绪上的感觉能够在那个强烈寻求的钟形玻璃罩中累积。这在其自身就能够成为一块绊脚石。

当你感觉到那种内在的隔离感，我们鼓励你找到自己内在的能量来请求存在于你心中的指导系统开始发挥作用。的确，这个器皿经常在遇到深沉沮丧之际发现，坐下来用一个本子和一支笔写下其问题是有帮助的。这个器皿会和她的指导灵系统说话，她称之为「荷莉」(Holly)。她的开场真言是：「荷莉，帮帮忙！」

接下来，她就会说出或写下她的两难情况，当她已经问了一个写下来的问题，她就会收到一个印象。

这个过程是一个有效且有意义的对话。我们会特别鼓励那些感觉到他们在外在世界中[就友谊和开放沟通的能力两方面而言]、没有很多帮助的人去利用那内在蕴含的指导系统。

无论你的指导来自于一个明显外在的来源，还是来自一个明显内在的来源，它的效果受到你的选择所限定，该选择是你要不要听从这个指导。这是实质必要的：你得聆听你收到的指导并跟随它。

那就是这个器皿在上一周做的事情了，她回应了周围那些人对她的要求：沉思她是否明智地使用她的时间，在每一周的全部七天中、把所有可利用的时间工作她感知到的任务。给予这个器皿的建议是：她没有重视自己，她应该花一些时间，也许是每周用一天来荣耀并尊重那些她自己的私人关注，无论那些关注可能是什么，同时完全地和自己感知到的工作分开，那些作为灵性群体的一个引导者的工

作。

让这个器皿吃惊的是，在她的内在有可观的、对于和她正在进行的工作分开的阻力。让她进一步地吃惊与高兴的是：她发现在达成一种和她感知上的工作分开的状态之后，她在自己内在打开了一个惊人的能量来源，这个能量来源是她尚未完全理解的。虽然如此，她察觉到它，她察觉到、因为听到共鸣信息的乒乒信号以及因为通过回应那种共鸣而改变了她的行动和想法，她因此可以获得新的生命和新的成长。

什么东西构成了一个绊脚石呢？在每一个寻求者身上，那个答案是不一样的。通常而言，实体们创造了自己的绊脚石。它不是一种从外部强加的能量。我们可以告诉你们，在这里的一个关键词是平衡。

有些绊脚石是很容易辨认的。当一个人看到其偏见和偏向已经限制了自己的思考，指派(他人的)过失是很容易的。如叫做 T 的实体在之前说过的，他对宗教信仰和教条的不喜欢已经成为一块绊脚石，妨碍他更深入地思考真实的基督本性，或者思考那个包含无条件爱的思维，位于你们每个人的灵与肉的交会处之内。他无法思考无条件爱的本质在耶稣·基督的实体身上体现，因为他在童年期间受到如此的折磨，在他的童年中，耶稣、玛利亚、众圣徒、教宗以及其他的神秘人物交织成一个密不透风的监狱，在那里，(各种)观念无法兴旺，在那里，爱在气喘吁吁地等待认可的过程中消亡。

他在教会中发现了审判、罪行、死亡。他没有找到基督。

对于每一个看起来会限制一个人的创意的可感知教条也是如此。我们鼓励并敦促

你们不必去接受那些你没有感到共鸣的局限性。无论如何，我们鼓励你们去看到在表面底下的事物，在那里、你会遇到一种情况，获得一些有潜力的观念。注视[被那些相信教条主义的人所暗示的]教条和局限性底下的事物，听见那美妙旋律、它把生命给予一个扁平的事实或颜色、给予一个扁平的著作。搜寻那些灵感的时刻—述说着某种事物有潜力，而那个教条正在尝试去扑灭那些时刻。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

不要害怕去分别你头脑中的那些舞动的美妙旋律、和看起来限制那旋律的用处

的禁锢式言语。允许你自己成为一个非字面性的歌者、唱出感觉和想法。

在谈到灵性进程中的绊脚石的时候，我们在此非常谨慎细心地行走，因为，虽然真实的情况是你创造了自己的绊脚石，同样真实的是绊倒和摔倒是成长过程中的一个必须且正当的部分。

既然这是你的宇宙，除了你自己还有什么其他人能够创造这些跌倒的机会？因此，在你的每一个错误中都蕴含着一个令人惊讶且意想不到的礼物，就好像在后见之明中自我感觉到的一样。跌倒是一个礼物。当你擦破了灵性的屁股并对着你的瘀青沉思苦想的时候，你可能不会感激那份礼物。然而，每一个绊脚石都是信息。

那么，我们鼓励你去保持你的自我感、比例感、幽默感。不要用自我感知到的错误来责骂自己或回避那个错误，去寻找它的动态对立面吧。你恰恰是以这样一种方式犯错，这是有其原因的。凝视那个模式。尝试去检查你自己的某些偏向。你

骄傲吗？你假设了吗？如果有，你的假设是哪些呢？

我们不想望看起来太过不尊重这个过程。但是，在很大的程度上，它就是一个游戏。在这个游戏中，假定有一条线性的进程、从一个新手到成为大师。在许多方面，的确有一个线性的进程，它是可以被看到的，尤其是后见之明，就在一个人回顾一条已经结束的灵性过程；或者换个方式说，一首歌已经被唱到其自然的结尾。后见之明是一件美妙的事。

在另一方面，没有这样一个进程。毋宁说，有个拼接在一起的模式，这非常类似编织的过程、最终会在织布机上创造了一个复杂又美丽的图案。有各种各样创造了工作的想法，有各种各样的、和能量一同移动的技巧，那些能量是你在一个特定时刻可以利用的能量，因为你把那些能量拿在手中、就好像它们是许多根线，根据你的织布图案、你创造了已完成的织物。

这就彷彿你的一些概念是「A 轴」，容我们说，垂直的线。而你的各种感知、直觉、感觉是你在「B 轴」或水平轴上编织的线、透过你正在使用的这些事先存在的观念进行。

你选择编织的图案极大地被你已选择的、意识中的工作所影响，无论它是冥想、观想、沉思启发性的文字，或任何其他看起来对你有帮助的技巧。在做这项工作的过程中，你正在创造的事物是一件材料，接下来是你瞬间的创造作品，一个带有颜色、形状、质地的东西，一件你献给自己和太一无限造物者的礼物。

容我们说，这些祈祷者的毯子是你为自己创造出来的，单就其自身而言即是具有极大的美丽和用处的事物，这是肯定的，它们可以在你前进的时候为你构成一个

资源。至少，它们是在这个特定的瞬间、你所在的地方和你之所是的纪念品。它们可以很好地映射到你瞬间的、每天的、日常的经验之中，接着，当你变得更加熟练、在两个世界之间切换，你的日常经验会反过来给予你灵感来创造你的下一块祈祷者的毯子、下一个概念、下一个问题或一份爱。

我们为这个问题而感谢你们，我们很高兴能和它一同工作，此刻，在你们的脑海中是否有其他询问呢？我们是 Q'uo。

R：我有一个问题，Q'uo。你们在开始的时候谈到了造物者的爱在身体的每一个细胞中，它是一个与我们非常接近、却经常没有被使用的资源，为了跟进你们对这个问题的解释，当我查看它时，我在那个主题或建议上没有看到入口，至少用我的(逻辑)智力心智没有看到。你们能够通过某种我们能够与之工作的方式、谈论一下造物者之爱在每一个细胞中振动着？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们可以起一个头，我的弟兄，欢迎你在涉及那个开头的含义上、于稍后的时刻询问。的确，我们所说很多的内容都有大量的隐含意义，并且对进一步的问题开放，我们会欢迎这些问题。

你的身体的每一个细胞都是由原子组成的，它们是场域，这些场域被包含在分子的更大场域中、接着在创造细胞的有机生命的发展过程中被组合起来。这些原子、分子等等拥有独特的旋转能量和场域值。每一个原子都是无条件爱的太一起初思维的铭印的外部工作，在它的进程中、铭印在时间与空间上头。

这种爱、空间、时间的串联或组合创造了光，光被爱铭印并以这样的方式行动，接着创造出特定种类的原子、分子等等，它们构成了自我的场域。

你的身体是由爱与光组成。那就是为什么我们在太一无限造物者的爱与光中、向你们致意。以这样一种致意，我们在时间中、在空间中标记了这一刻，当我们离开你们的时候，我们在一体性的房屋中离开你们，你们在其中居住在无限与永恒之中。

被保持在这样一种场域中的光是相对无扭曲的，在它的信息中承载着，容我们说，「出厂规格」，在婴儿的身体中，造物者设计的印记。因此，你身体中的每一个细胞充满了真理。

留意人类心智的力量。你能够在细胞的层次上重写指令或信息，你经常会因为惯性的思考方式而这样做、以致于损伤你的健康的完善状态。

我们经常和这个团体谈论关于思想的力量和你告诉自己的事情的力量。如果你从一个被恐惧所统治的位置、给予自己关于你的环境的信息，也就是说，如果你对自己的健康感到害怕，对你的供应来源、或对任何事情感到害怕，随着这些重复性思想的继续，它们最终开始在细胞层面上影响你的身体系统，削弱它们并使得它们对于环境的输入变得敏感。

例如，如果你惯性地以这样的方式对激起的恐惧感到担心，如果你的身体对于某种过敏和疾病是敏感的，无论它是癌症、心脏疾病，或者在你的基因体质中的任何事物，你都会逐渐地在细胞的层次上为自己建构一种倾向、去抓取这些基于恐惧的输入并且重写你的细胞信息，于是你就变得越来越容易生病了。

类似地，如果你尽全力以一种无惧的方式思考，真诚地、恒常地这么做，肯定你

的自我价值，肯定你的健康，或者肯定你的物质性供给的充足性，你就逐渐地在细胞的层次上告知你的身体、它不必对这种恐惧性质的环境输入作出反应，从而开始让你越来越少地受到惯性的恐惧想法所造成的伤害之影响。

你相信什么以及你如何相信它，这不是抽象的事物。它们是进入你身体的每一个细胞的强有力输入。当你假设你的身体在，出厂的新鲜状态，容我们说，新生的、完全自由地取用在行星地球上生活的益处，认为这是合适且正确的，那么你就已经为自己设立了一个你可以信赖的预设值了。

然后，你的显意识心智只需要返回新生儿的预设位置，也就是你进入此生的出厂标准，未受伤害的规格。肯定那些预设值。请求身体自己重新编程、到达那些出厂设定，丢弃那些文化的瘴气造成的覆写。

信任和信心把你的意识与肉体载具的优秀性连结在一起，它们在这方面是全然重要的。在将你的意识与你基本的想法与感觉[无论它们可能是什么]连结在一起的方面，在其更加微妙与精微(etheric)的形式上，这也是真实的。

我们可以进一步回答你吗，我的弟兄？

R：不用了，谢谢你，Q'uo。有更多的我们可以跟进的问题，但是我认为该团体变得疲倦，能量变低了。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。现在有最后一个询问吗？

T：我有一个先前想到的问题。我经常感觉到、我在冥想中没有取得进展。Q'uo

能够谈论一下：感知到进展对比(vs.)实际的进展？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。就我们的进展来看，似乎远远地在你们的前面，然而，我的弟兄，这个问题对我们产生巨大的共鸣，因为我们的进展速率比起你们在第三密度中的进展要远远慢得多。的确，你们的进展在我们看起来、以一种令人目眩的速度前进，因为在你们的外部环境的沉重之中，在你们的体验中、似乎必须艰苦跋涉穿越物质性生命以便于到达生命的形而上部分，你们真正地处在一个难以置信的丰富环境中，到处都是在意识中缔造改变的机会。

我们已经有好些时间一直在穿过一个精炼的过程，如你们会说的，在我们的发展的层次上、我们的进展是非常难以看见的，甚至在后见之明中也难以看到。我们必须，比你们更多地，对我们正在穿过的过程的优秀性抱持信心。我们必须对我们做的事情正在结出果实保持信心。我们仅仅能够鼓励你们做同样的事情。

我的弟兄，每隔一段时间，会有一份来自圣灵的礼物。它是一份领悟的礼物。在那个时刻，你的进程是清晰的，你在实现这个领悟的过程中已经付出的努力、其价值也是很清晰的。珍惜那些时刻并感谢那些礼物吧。它们是罕见的。

在大部分的时候，一个人对其进程的感觉必须交给信心。在你周围的世界中，灵性的进程(似乎)有相当的程度透过从后面把一个人向前推达成，透过罪咎、罪过和更正它们产生推力；(或)透过执行某种被感知为有美德或有益的事情达成。这几乎和灵性的进程没有任何关系。

事实上，我们相信那个进展是一个有机的过程，它使用你所是的每一件事物，一方面持续编制和重新编制脉落、另一方面使用你所思考的实质的每一个想法来创

造出一个具备色彩、质地、形状，变幻不定的万花筒。

因此，当你冥想的时候，请相信你无需从后面被推动来取得进展。造物者正从一体之圆的阿尔法与欧米加对你呼唤。灵性的重力正在你里面累积，你从超越自己的地方被呼唤一直向前，带着无可避免的天气、税金等等。

你不得不进展。你唯一的问题是你是否希望比你周围的气氛或环境更快速地进展，而你就是来自那个环境。

自然地，你希望比人类[作为一个种族]的进展更快地前进，因为你们在行星地球上的人类种族拥有系统性的苦难，这些困难是深入且实质的。它们不必令你担忧，而你必须且确实作出一个有意识的决定、去把你自己从那种氛围分开来、进入一种远远更加个人化且创意性的个人环境。

通过冥想、沉思、阅读、白日梦，你为自己创造了一个温床、温室，一个增强性的成长环境。你正在持续地为自己创造出成长的各种条件。

接下来，聚焦在那些你拥有控制的事情上。给予你自己阅读启发性思维的礼物。给予你自己静默的礼物。做那些你感到有共鸣的事情。换句话说，把你自己放置在你所知道的、最深和最丰富的土壤中。要求你自己清空自己的预想成见与骄傲。让你自己被种植。让你的土壤做它的工作。把水和阳光带给你自己、透过那些你呼唤进入环境中的事物。不要事后猜测(你的)成长。它不是按照你的时间，而是按照造物者的时间发生。
我们可否进一步回答你，我的弟兄？

T：不了，再次谢谢你们如常的清晰。

我的弟兄，我们同样感谢你。能和你们分享能量是一种极大的快乐。这个器皿告知我们，的确，我们必须离开这个团体，因为能量确实衰微了，我们带着极大的爱和大量的感谢这么做，谢谢你们陪伴的荣幸和快乐。容我们称赞你们的美丽、以及我们和你们共享这些时刻当中所感到的喜悦。

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2505 章集：善用时间

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年九月 18 日

团体问题：今天的问题，Q'uo，和这样一个事实有关：此刻在地球上，我们如此多人已经发现大量要去做的事情，我们都是想望对他人有所服务的人。我们高速生活着，以计算机、喷射飞机、通勤工具的速度生活。对很多人而言，问题似乎是，如何把每一件他们想要做的事情都完成。似乎某些事情必须被丢下！在一天中没有足够的时间让一个人去做他先前为自己设置的工作。你如何在服务他人的领域中、排好你能量支出的优先级呢？你会去聆听你的心，它对你说：将你拥有

的一切都给予每个人，一次处理一个？或者你会尝试去使用某种智慧，你会尝试以逻辑的方式卸下你所承受的负载、好让它更易于管理？我们会感激你们在这个领域的任何想法，关于组织我们的能量、有所服务，并且不使我们自己精疲力竭、由于尝试去做在我们面前的每一件事。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中、我们很荣幸地在今天来到你们这里。我们为你们的存在之美和致力于寻求真理的力量而感谢你们。我们感谢你们形成了一个寻求圈并呼唤我们和你们谈论：关于在你们有效的时间中、你们的时间的用途。

一如既往，我们会向你们要求一件响亮清澈的事，当我们对你们说，在聆听我们的想法的时候、你们要承担起分辨的责任，我们会和一个小号(喇叭)一样地清晰。如果你愿意守卫自己的圣殿，那么我们就可以自由地提供观点而不用担心我们可能会侵犯你们的自由意志。你的成长进程是珍贵的，它需要不被干扰，而且非常有机地成长。

你们今天的询问关系到如何最大化你们的时间用途。在这个问题中，我们理解你们走在服务他人的道路上，因此这不是一场关于如何在服务自我和服务他人之间作出选择的谈话，不过，这一场谈话涉及服务他人是如何运作的这个问题。

你们团体在过去的一小段时间中、已经向我们提出很多关于存在性质的问题，当我们听到的这个关于利用时间的问题，我们发现自己把这个问题与存在的问题关联在一起。就在这个确切世界中*，你的确是从内在的存在之泉流出。

(*编注：原文为 In the best of all possible worlds，请参考 Wiki 百科的解释: https://en.wikipedia.org/wiki/Best_of_all_possible_worlds)

名为 Jim 的实体已经发誓要时时祈请「放松、享受」的真言，特别在他察觉到自己失去了平衡、不再能够在他自己的平安与力量中休息的时候。这句真言对于任何想望去好好地服务他人的实体都是非常适用的，我们以这句话作为开始。时光竞赛不是发足狂奔就会得胜；该竞赛的胜利者是一个记得停止奔跑并歇息的人。明显地，我们的意思并非单就字面意义而言。即使是最深奥、最抽象的工作也涉及运动。一旦作出任务的选择，心智和身体就会一同工作、在先前没有任何东西的地方创造出各种样式、想法、观念。

那些通过比较物质性的方式来工作的人、必须使用机器或使用他们的身体来进行工作，以便于从大自然慷慨馈赠的混沌中创造出更多秩序，就好像 Jim 实体在他的园艺工作中所做的事情。肯定地，名为 C 的实体、她忙碌于租赁生意的模式中以创造出秩序和美丽，她必须采取很多步骤，爬上很多个梯子并探究多种故障和困难。无论你做何种工作，你们在今天对我们提出的问题，其主旨不是关于工作本身，而是关于你对两件事情的选择：在任何给定的日子或时刻，你会明确地选择什么任务呢，当你奉献自己于服务之际，你将选择什么态度或观点？

在你们人群当中、对于能量的支出的理解是很少的。你们不理解你的能量来自何处。有一种持久的信念：能量是个人的，能量属于你。当你睡觉的时候，你想的是恢复你的能量。当你作出一个努力，你把它想成你的努力。这是完全可以理解的。

尽管如此，你的能量是造物者的能量。你的生命是造物者的生命。你的道途是太

一无限造物者的道途。你是一个奇迹，在你的完美中、令人惊叹，在你的光辉中、令人屏息，而你自己并不知道。

你是一个链接(nexus)，容我们说，一个十字路口。你把自己奉献给此生、以便于在一个第三密度的存在环境中，创造这个虚幻实相的链接或十字路口。你选择进入第三密度的生活中、创造出这个潜能点，因为在你凝视着地球层面的时候、你了解到，你想望去在这个确切的环境中、表达太一无限造物者的爱与光。

我们不必去描绘你们环境的荒凉景象。对于大自然世界的所有非凡之美[组成这个环境的绝大部分]，人类的受难剧已经创造了一齣戏剧，在你面前呈现出迷失的人类、带有悲痛与混淆的外部表达之细节与模式。你不是来这里添加这个环境的忧伤与悲痛。毋宁，你在此时带着一种坚定的意愿进入此生、要成为照亮地球的事物的一部分。你前来为不可言喻且无边无际的价值[悲悯、智慧、无条件爱]提供一个本地住所。

以某种方式可以说，你前来拯救世界，不过，你不曾以任何方式对自己说：「我必须来拯救世界。」你曾对自己说的是：「我前来为太一的光与爱作见证，那是我所跟随的太一、那个理则，也就是造物者。」

什么是为光作见证呢？什么是跟随爱的化身呢？这肯定不是可触知的事情。然而，它比你的身体对你更加真实、比你的呼吸更加靠近你。

关系到你们当前的幻象，当那种能量有一个本地住所，能量支出才是有可能的。因此，你作为一个心智、身体、人灵进入显化，以服务造物者。要移动到这样的能量支出的深处并探索其源头，一个人必须向造物者本身请求。

这个器皿一直在研究 Ra 群体在《一的法则》系列的第四册中所阐述的原型心智的特性、以便于回答在她的一个电邮论坛群组中收到的问题。她觉察到 Ra 的陈述：原型心智是在这个第三密度的本地住所中、所有肉身中能量支出的蓝图或已打造的结构。因此，从逻辑上来说，对于能量支出的最适宜选择的探究、就转为研究原型了。

亲爱的弟兄姐妹，我们了解到，你们现在去沉思原型心智的能力和熟练地使用那种巨大又强大的资源，这两者之间的缺口深度是极大的。或许，你甚至觉得去跨越那个缺口是不可能的。我们会对你们说，在某些方面，在此生中要能够掌握原型的各种过程，尤其当它们正在你们的能量系统中持续进行，这实在是不可能的。

然而，故事和神话的礼物是那样的：在不知道你们知道什么事或你们如何知道它的情况下，在彼此讲述你们的故事的过程中，你们不经意地触及你们原型心智的各种各样的面向。举个例子，这个团体今天会面，不仅仅问我们一个问题，同时也对彼此讲述你们的故事，这是很有帮助的。

那些听到你的故事的聆听的耳朵与理解的心创造许多共鸣、支持并证实你的原型过程的资源。你们不会通过分享故事而知晓你们已经解决了任何问题，不过，你们已经花费了造物者的能量，在分享你们的菁华的过程中，增强了你们每个人，也增强了该团体自身的坚持性与持久性的能量。

此外，你们已经警醒了广大的能量来源，它们在你们存在的层面中是无形的，不过，它们可观地增加了该系统里面的可用能量，那是坐在这个圈子中的团体创造

出来的系统。任何两个在一种支持性的氛围中、彼此聆听的的实体都拥有大致相同的动力关系。任何跟指导系统交谈的实体，如果该实体在请求指引之后，聆听它、听进去、在持续进行的日常生活的背景中回应，都会创造出这种相同的动力关系。你不是在向一种空无祈祷。在每一个祈祷之中、都有一场和你内在神性之对话。

我们了解，你们的询问是如何选择在任何一天要完成哪些任务。或许，你们可以开始看到，就我们的思考方式，那个问题缺乏优先性。就我们思考的方式，在任何一天中、需要放在首位的优先事务为：「造物者今天给我的意愿是什么？」我们想望把你们的想法从具体事物移开、进入你存在的潜在本质，你的存在就是自我，它来到此刻、开始做当天的工作。

深入地察看这个问题，好从所有细节的碎裂性影响中，取回你完全与整体的自我。

当你开始工作，让那个开始那项工作的自我成为前来为光作见证的自我。让那个自我在它自己的本质中休息。的确，亲爱的人们，当你决心在保持你的本体(identity)的方面毫不妥协。接下来，你所做的事情就会流动过你，而不是从你身上流出。你的人格可以你之所是的菁华自我背后流动、沿着它有汩汩的水声、同时享受光。

但那个人格外壳并不需要是一个在执行工作的人格外壳。知晓造物者正在通过你的链结运作。作为该器皿调音程序的一部分，她祈祷说：「充满?的信实者的心

，于她内在、点亮?的爱之火。遣送?的大灵，她将被创造，而?将更新地球的面

貌。」

无论你正在修剪一个草坪，撰写一篇论文，修理一扇窗户或者在回覆一个笔友，你工作着、如同一个代理者，属于太一无限造物者的蜕变性力量。你是有魔法的。当你忆起，自己在这里仅仅是为光作见证，你所做的事就毫不费力了。你在这里跳舞、演奏管乐器与铃鼓、成为一切万有的回旋韵律的样式的一部分。

如果你能够保有对你的观点的这种基本回忆，那么，我们确实要邀请你使用有意识的、智力的、分析性的心智来作出那些选择：你将挑选什么任务、你将如何着手进行。当你作出那些选择的时候，敞开你自己迎接内在的那些神圣脉冲，它会感觉到当下此刻的正确性。

举例来说，这个器皿已经表达过、她觉得每一个和她联系的实体都是一个人灵、有一种被听到的需求。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
然而，当这个实体开始察觉到写信给她的人请求帮助的呼喊，她是那个正在对早已领收的帮助作见证的实体，不是因为她回覆了，而是因为宇宙本身回应每一个求助的呼喊。请求这个器皿确认的行动为一个寻求帮助的人激活了一系列的事件，这过程完全与她无关，无论她是否回覆该通信对象。

就在请求的那一刻，该通信对象已经从他或她内在的指导系统、从围绕着那个通信者的灵性环境，为他或她内在流动的能量创造出通道。

事物并非它们表面看起来的样子。它们不是线性的，它们也不被空间与时间所局限。然而，正因为你们每个人都通过投生的好处、成为空间与时间中的一个位置，于是非局部的过程得以运作。

我们会建议你们每个人深深地呼吸，吸入并呼出，知晓生命是一次一个呼吸，不过，生命又是无限的。

我们建议你们带着同样的双重领域来注视着自己，你是本地的(局部的)，有血有肉，一个十字路口的集合点，透过它，圣灵得以说话和移动，在此同时，你是一切万有：非局部的，不受自我身分所局限，仅仅被你的觉知局限，该觉知属于你已经处理、收获、发展的所有能量收成，它们转变为一朵花，也就是此刻的你。

此时，我们要问这个团体是否有任何进一步的询问呢？我们是 Q'uo。
（没有进一步的询问）

我的朋友们，在我们的演讲结束之际没有任何问题，这是罕见的！但是，我们透过这个器皿的听力器官仅仅听到沉默，因此我们假设今天的问题基金已经被花光了。容我们说，能在此刻与你们分享我们谦卑的想法、和你们一起在意识的波浪[从造物者流向造物者]上歇息，这是怎样的荣幸和快乐呀！我们在太一无限造物者的爱、光、大能、平安中离开你们，如我们发现你们一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai，Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2506 章集：活出一的法则

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想

活出一的法则会议，伍登峡(Wooded Glen)，印第安纳州

2005 年八月 21 日

团体问题：我们已经花了这个周末的时间在这里学习一的法则。关于我们今天的问题，Q'uo，我们想要问你们，我们已经在这里创造出来的能量是如何对我们的星球有所服务，我们如何才能把这种能量带回到我们生活的地方、作为个体和共同体继续活出一的法则？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中、我们在这个傍晚来到你们当中。能被这个团体所呼唤，这是我们极大的荣幸和快乐。我们感谢你们，为了你们的存在之美，为了你们巨大奉献—留出这段时间聚集在一起，作为一个圈子来寻求、选择呼唤我们来到你们团体以参加这次的工作集会。

我们非常高兴在这个傍晚和你们谈论关于在这个周末的工作之功效，并谈论你们的询问、关于你们如何在这个已经形成的团体中继续下去。但是，在我们解决这个问题之前，我们会要求你们承担起责任：在这次的集会期间，谨慎地分辨你们

通过这个器皿听到的那些言语。

我们不是为了被相信而来到你们这里。我们和你们一样是寻求者，而不是知晓者。我们对你们提供诚实与真诚的意见，希望它们可以成为你在此刻的一个资源。因此，我们会要求你们聆听我们的想法，如果它们看起来对你是美好又有共鸣的，请随意使用它们。但是，亲爱的人们，太一无限造物者的光与爱之兄弟姐妹，如果它们看起来并不美好、也似乎不起共鸣，请把它们留在后面。在你寻求真理的时候，我们不愿意成为你面前的一块绊脚石。

就我们所知的范围，真理是一件个人的事。在此刻，对于你是真实的事物、对于另一个人[在他的过程中]可能就不是真实的，正如同今天对于你是真实的事物可能在另一个时间就不再是真实的一样；因为你们正在发展、成长、学习。不要害怕把旧的真理从其束缚中释放出来。如果你愿意为我们做这件事情，我们就可以自由地与你们分享一些意见而不用一直担心我们正在侵犯你们的自由意志，这将对我们是一种极大的服务，我们为此感谢你们。

你们聚集在一起的期间，我们和这个团体在一起，随着这个周末的进展，你们当中的几位规律性地呼唤我们。我们只能感谢你们、由于你们致力于寻求真理、和一同服务的真诚。

我们向你们保证，你们在这座圣殿中已经创造的爱与光一直是至为有帮助的，而该该圣殿是透过你们聚集在一起、由你们的希望和梦想所打造的。接着，如你们希望的，已经有一种显著的安慰与使人放心的效应、通过一种非局部性的方式、通过一种有益的方式，作用在你们称为盖娅或地球的行星实体上。

在此同时，在开放的交流中、已经完成了伟大的工作，它从开放的心喷涌而出，所以，你们每个人就是彼此的老师，你们每个人像是干渴的海绵、已经从彼此吸收到爱、智慧、力量。你们聚集到一起的美和你们已经形成的结晶之美使我们谦卑。

我们向你们献上我们的感激。我们感谢每一个在活出一的法则的会议[1]上、尝试发言的人。每一个已发言的人都已进行长期而深思的思考，考虑要说什么，要分享什么以及如何述说它。我们向你担保，你声音的能量远远超过你说出的言语、它已经完成你所希望去做的工作，并且携带着有爱的交流之金色能量、就在你和这个团体共享的生命气息之中。

我们感谢另外一些人，他们如此努力地工作、或许没有说很多话、或许什么都没说，他们在幕后的付出已经带来一种能量，如果没有他们，这种能量是不会被该团体所携带的。我们在这个周末已经数次听到(你们)说，该服务越是谦卑，它就越是深刻，的确是如此。

我们感谢你们每一个前来学习并留下来教导的人。你们的智慧、爱、美丽也开放了我们的心。

我们同时感谢动物、野生动植物、树木、灌木、草地和所有的大自然原力的提婆(devas)与灵体，我们感谢元素和内在层面的存有们，在这个周末，它们聚集在这个团体的周围。就在你们脚下的大地一直怀着喜悦歌唱着。

你们问我们的意见：你们如何才能把这种体验带在身边、对它的记忆忠实，并继

续你们已经在这个地方开始的事情。我们首先的想法或脉冲是去单纯地强调与加强你们已经从这个周末的讲者那里听到数次的事情。那就是，当你们从这个时间和这个地方继续向前，重点就在你们的里面，就在你们的工作过程里面[那是意识中的工作]，就在你们的存有里面，换句话说，即你的服务之中心与核心存在之处。

在这个周末，几位讲者说得真切：你最大的礼物就是去成为自己。这件事情说起来非常简单，要在一种每日的基础上来完成它却是多少有些复杂和挑战的。但是，所有服务的核心都是存在、允许你的存在去照耀。我们对你们说「允许」，因为允许你自己去成为非常深入又真实的自我，需要极大数量的勇气。

你们每个人都想知道，你们迄今发现的真理是什么，你们对于自己的考量有多少是确实的真理。我们会在此刻向你们承认，的确，你们能在第三密度的投生中、在一个有意识的层次上察觉的事物仅仅是冰山的尖端，并且就你作为一个灵魂光流而言，经常是一个误导性的尖端。因为你并未把你收集到的资源和资产的全套装备都带入此生中。

在投生前，携带着一个相当小的篮子却有一个巨大的储备库要从中选择，你们小心谨慎地挑选了那些你将带入此生的人格质量，以及那些天赋和局限作为你人格的精髓(soul)。你非常谨慎地、一丝不苟、经济节省地选择。如果你有时候感觉到不完整，那是有个理由的。第三密度的意识无法携带全部的灵魂光流(stream)。无论身体或心智都不是被设计来支持在空间/时间中的完整自我。

所以，容我们说，你留下大量的衣物，在家里的衣柜。因为你是一个活在无限与永恒之家中的一个生灵。在一个非常短的时间和一个非常短的空间之中，你栖息

在时间和空间中、为了一些非常好的原因。你在选择去投生的方面的关注是尖锐、响亮、明确的。这些关注推动你在这个十分有趣的时间、在你们的行星上头、

进入此生。

你的某些资源是为了它们会带给你的困惑而被选择。很多在投身前被同意的关系明确地为了它们将会引起的悲痛和受苦而被选择，因为你全心地想望不只成为一束光、照在国家和祭司一般的人群上头，你也想望工作爱、智慧、力量的平衡，这三者都在你灵魂或灵魂光流之内；这个器皿通常称呼这整个经验性链结[也就是个体灵魂在其全体性之中]为灵魂光流。

你们每个人都选择了希望去分享的礼物(天赋)，这些礼物构成你外在服务的各种可能性。的确，你们大多数人都已经给予自己远远比你们需要的更多天赋，因为如此经常地，某些计划会出错。因此，就有一种冗余机制被内建在你的系统中。如果一条途径被关闭了，就有其他的途径就位。

在你的人生中，你将不会无法服务。如果你此刻在你的人生中，看起来是，如娱乐业的说法，自由空闲着(at liberty)，而在你更深的外部服务方面、表面上失业了

，不要失望。不要灰心。放轻松，保持自信，在你的心中处于平安与歇息的状态。如被知晓为 Ra 的群体在过去透过这个器皿说过：(宇宙)没有错误，虽然有一些惊奇。

这个器皿在她发言的期间、作为一个人类而非一个管道、已经谈论关于你的存有

的本质，你的结晶体、强有力的特性，以及你在意识中做功的能力，这种能力可能甚至看起来是不可思议的。这不是一个要去骄傲的时间，也不是一个要过度谦卑的时间。这是一个在安静与自信中歇息的时间、知道你的指导系统规划了一次你能够完成并且正在完成的人生。

然而，我们鼓励你们不要把自己视为那些好比你们的宝石、花岗岩、岩石之类的结晶体，必须纹丝不动并精确地保持本来的样子。因为改变正一波接一波地洗刷着你们的行星。我们敦促并鼓励你们允许自己在合作中回应，带着一种无惧来面对你们正在体验的改变、以及将在未来体验的改变。

我们无法告诉你们那些改变将是什么，因为你们正在书写行星地球的历史。我们仅能告诉你们，许多团体[好比这一个]，尽管它们在表面上数量很少、表面上非常不显眼，事实上，它们有能力在星球的层次上创造出非常正面的、非常实质的改变。

我们已经透过这个器皿说过许多次，你们每个人就如同一座灯塔。照料你的光、让它闪耀。擦亮灯塔自身的玻璃墙以确认那正在通过你流动的光可以把它自己向外投射、进入你周围的世界而不会遇到障碍或变得模糊。你不是光。你不能控制光。你是一个器皿、允许太一无限造物者的爱与光流经你，向外流入一个黑暗的世界。

你们的神圣著作说：「光在黑暗中照耀，而黑暗却不认识光。但是，黑暗不能胜过它」。信任这一点智慧吧。除了你自己的恐惧之外，你无法被任何事物阻止或克服。因此，不要灰心，却要单纯地坚持不懈，感知当下此刻、找到你渴望的中心，接着带着热情以及专一的念投追寻那个渴望，如这个器皿会说的。

在这个周末，你们已经带着堪为模范的热情完成你们的行星的工作，经常地聚集在一起，代表盖娅冥想着、为了个人与全球的和平。我们可以鼓励你们，继续那个工作，在任何时候、以任何你们能够的方式加入这些盖娅冥想；因为这是已经

很好地开始的工作，环绕着全球，你们加入大量的(有心)人群，他们早已奉献出时间与心能量、以一种非局部又令人宽慰的方式照亮这星球的能量。

在这个周末之前，名为 B 的实体告诫这个器皿鼓励人们不要去聚焦在局部的问题，不要聚焦于政治、宗教结构或任何在第三密度的行星地球中、可感知的困难点，因为这种关注以一种方式能够损伤第四密度的行星地球的发展，它结晶化、向后聚焦于第三密度。为了创造新的结构、没有必要去打破旧的结构，这单纯

是因为当你在第四密度的网格上工作的时候，你并非尝试去修复第三密度的行星地球。你单纯地在加入天使般的力量，它们早就一直在把金色的丝线编织为一张爱与光的网络、在此刻围绕着你们的星球。

这个器皿经常看到众天使用它们金色的丝线调和越来越多的实质，不断地使用它们的针来强化、增强爱的网络。欢迎你们使用这一个影像；它是一个真实的影像。有很多方式去观想、把你的注意力和爱转到盖娅的大业。你可以观像色彩，很多人已经看见紫罗兰颜色为增强爱之网络的最佳方式。其他人将金色之光本身视为一种方法、聚焦自己的爱并指点自己的注意力。[2]

无论适合你的图像或标志是什么，那就是我们鼓励你们去使用的东西。因为你真的是独一无二，在宇宙中、没有任何其他实体和你类似。容我们说，你们每一个

人在这项工作中都是绝对不可或缺的，因为你们每个人都是独特的，你的贡献无法被复制。信赖那种独特性，不要尝试去模仿某个其他人，但要跟随你自己的心

感觉、共鸣，执行你来此要做的事工。

这是某种你似乎正在独自进行的事情，然而，你现在携带着一种身份：作为一个家族的一部分。这个团体已经变成了一个部落、由爱打造并致力于服务。一个实体开玩笑地称呼这个团体为「伍登峡家族」。你可以随你的意愿为它命名，但是我们向你们保证，你们联结的特性是坚固与真实的。

因为你就是你之所是，你已经把指导系统带在身边，你们当中有些人是某个社会记忆复合体的代表，(所以)也把该复合体带在身边，那些社会记忆复合体的成员在某些情况中多达亿万个！你已经把天使般的力量带在你身边了，它们同样拥有家族的连接。你们现在是一个家族、带有很多很多的亲家、表兄妹、叔叔、婶婶、祖母、祖父以及孩子们；它们当中的大多数时体都是无形的、很多实体都是你完全不认识的。

也许在这个周末，你们作为一个团体的最大成就就是转向共同属性(commonalities)

。当你们彼此支持、彼此聆听，你们已经将你们的意图的罗盘转到一个方向，而那个方向一直是无误的。继续信任把你带到这里的能量、并让它欢喜地遣送你们。

在此刻，我们会开放这个会议给其他问题。因为这个器皿在她的人生中的这个时

刻、听力不是很好，我们要求 Jim 实体[此刻正握住该器皿的手]作为一个仪式主持人来为这个器皿提供那些问题、并重述(收到的)问题。现在，请问在这个团体中有一个询问吗？

P：有没有我们明年聚会的一个吉利时间？

我们是你们知晓的 Q'uo，觉察了你的询问。对于灵性而言，吉利时刻就是现在、当下此刻。对于那些负责产出这个周末集会的人，我们不知道怎样的当下此刻会是吉利的。

在某些方面，考量这类周期和你们的阴历与星相历法联系在一起，这是有帮助的，因为有一些周期性能量包围着你们的行星。不过，我们会同时指出，这个特定的周末是发生在如这个器皿会说的水星逆行的时候，而它并不会在你们希望去完成的事上阻止你们、甚至不会妨碍你们。

有些人尽一切努力在这个周末找出时间来到这里，这在 Jim 实体的身上肯定是这样的，他一直在修剪草坪、到了最后一刻才在这个会议开始前十分钟抵达会议。

他对草地在两个月的干旱后开始生长感到吃惊，正是在这一周、他希望有多一点额外时间！所以，我们无法告诉你们某个进行集会的有利时间，但我们把它留给那些策划者的自由意志、他们非常谦卑地寻求服务，藉由规划这样的周末和聚会时间。

如这个器皿在这个特殊的工作集会开始之前请求的，我们会要求你们每个人花时间沉思：在这个重聚的时刻，什么是你想要去学习、探索、发现的事物，什么是

你希望将在下一次发生的事情，这样，当你再次进入该部落的氛围并使相互彼此都认识到有更多一同进行的工作的时候，你们将拥有一种进展中的调查研究的感觉，(共同)探究爱与光、活出一的法则。

我的弟兄，我们可否进一步回答你？

P：不用了。

现在有另一个询问吗？

L1：我们当中的某些人，好比我自己，对于和提婆(deva)王国更加紧密地工作感兴趣，但尚未被引介一种方式能够和它们进行交流，没有这方面的真实体验，你们有没有任何的建议，关于我们如何才能启动那个过程、好能够执行行星层面的工作？

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的弟兄。首先，在我们说任何更进一步的事情之前，我们会对你说，在访问阿瓦隆神圣成长中心之际、我们会鼓励你聆听 V 实体和 B 实体；该中心是爱/光研究机构致力于和各个密度协调一致并为所有在阿瓦隆山谷中的人们创造的一个安全场所。这两个实体已经拥有大量和提婆王国一同工作的体验，她们乐于在你走在那个神圣的土地之上的时候创造一个教导/学习的圈子，那片土地刚刚开始被赋予充分的权限去繁荣兴旺、并向那些走在她的草地和山丘上的人述说真理。在你听过这些具有奉献精神、盖娅的爱人与服务员的想法之后，你将或许感觉到一种灵感，它拥有一个矢量、将你指到一个可以理解的方向。

除此之外，我们会对你们说，宇宙，作为一般而言的整体以及你踏足其上的任何地点，它已经在以它感觉到、你将听见它的程度和你交流。为了强化和增进这种交流，你只必须去带着一种没有任何前提的心智、在谦卑与真诚中请求，接着聆听那正在发生的事物。

名为 V 的实体在早些时候谈到、注意并留心那些大自然表达的细微事物。她谈到三只蜘蛛排成一列前进，她说：「这可能在表明什么呢？」

我们想起这个器皿曾多次拿起一朵花、看见一场鸟的大会、或有母鹿带着两只小鹿来拜访，这些信息流入她的感知网络与原型工作中，因为她单纯地注意到…

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
…此刻的礼物。首先，重点是一个单纯的信心，接下来，则是跟焦点有关。不去留心、让心智漂流并做梦返回到那个商业丛林、快餐、那一刻的担忧世界中，这是多么容易的事情呀。

如果你想望去和众提婆一同工作，它们是无所不在的，它们对于有机会被听见感到十分兴奋。自然地，对于你们绝大多数人，在一开始要带着确定性来感觉到提婆希望去表达的内容，这将是困难的。然而，单纯的重复询问会带来它自己的结果。我们向你们保证，单纯地知晓你站在提婆的领域中、对那个王国表达那份知晓，这将产生出惊人的、有效的结果。

你甚至没有必要以一种有意识的方式知道那种已经发生的交流的性质，因为提婆王国的大量工作是在一个无形的内在层面中被完成。而那种伙伴关系以及人类与

提婆聚集在一起的结果创造了繁茂旺盛的环境给那些提婆所支持的植物和动物。这个器皿经常说她的丈夫仅仅是看起来修剪草坪并整理花园。而实际上、他驾驶着双轮战车驶入提婆的领域、跟它们一同舞蹈。而那些获得他和提婆的舞蹈祝福的造物部分的确在闪耀。

当你处于心智的聚焦状态，当你在大地上行走，感觉风并以一种有意识的方式活在造物者的王国之中，你无法不和提婆一起互动。带着喜悦走到它们面前，知道它们也带着喜悦走到你面前。如果你无法带着感觉到的喜悦(全身)旋转与盘旋，让你的灵性盘绕、旋转、跳出那支舞蹈吧，它对你和它们是如此地有益。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

L1：我非常感谢你们。

我们是 Q'uo，我们非常感谢你，我的弟兄。

L2：你们可否告诉我、如何最佳地聚焦我的能量来增加我的超心灵(psychic)觉知？

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的姐妹。我们检验这个问题来寻找我们可以对你说的内容，因为有很多事情是我们无法对你说的。你正在工作以作出选择、作为你在此刻的过程的一部分，我们不愿意作出明确的建议而侵犯你在此刻的自由意志。我们能够毫不犹豫、带着绝对的真诚说：你正在执行一项精彩的工作。你在全心地聆听与寻求。寻求，你将会找到。敲门的人，门将会被他打开。不要质疑你的过程或直觉。我们对你拥有完美的信任。我们相信你、

爱着你，因为你用全部的心去希望、做事、服务。

透过有意识的心智来开启潜意识的材料、进行更深入的使用，这即是超心灵事物的菁华，在注视这方面的一般性问题的时候，我们会要求你单纯地保持谦卑、空无，对这个知识相当地确定：你不知道，也无法知道你服务的效果或成功程度。

的确，你应该不信任那些安逸的感觉，那些人吹捧你、告诉你早就多么具备超心灵(力量)等等，他们喂给你那些感觉。允许时间与静默来滋养你。

接着，当你感到共鸣、强而有力，你拥有领悟的时刻，在那个时刻中休息、只要它将以一种自然的方式延续下去，不要抓住它，不要尝试去从中收集比在那里的事物更多的东西，而是允许该过程运作。

对于那些愿意去增进其超心灵特性深度的人、提高对于自己的进程的觉知的人，

他们可用的资源已经在这个周末被相当多地谈论。取决于你的本性、人格以及在过去已经管用的方式，你可能对于意识中的各种类别的工作多少更加地敏感。

对于一个实体，梦境的日志是最佳的方式、以一种安全又稳定的方式进入意识中的工作。对于其他人，好比这个器皿，在她的人格中的古怪和怪癖[属于心灵主义]是如此这般、以致于当她打开那扇门开始为她的梦境作笔记的时候，她无法睡着、创造出了如此多的材料以致于要工作梦境是不可能的。结果是，对于这个器皿，提高超心灵能力的最佳的方式就是在每天抽出一段时间放松一下，如这个器皿会说的，离开劳动、歇息着，不要怀着任何程度的不耐心向前推进，而毋宁信赖：对于她自己的进程，一个有意识地活出的日子、其中的材料足以为她的进程

添加燃料，绰绰有余。

我们会建议你和各种各样的探究原型心智的方式一同玩耍。我们会建议的其他事项：冥想、在大自然中散步、跟那些心思相似的人们一起讨论，阅读可能获得启发或令人鼓舞的材料。以上叙述并不会耗尽进行寻求的冗长的寻求方式的列表，

但它可以给你一个概念、关于可能对你有帮助的焦点之种类。

支持这类工作的生命是继续地探究各种可能性、在每一件事物、每一个想法、每一项杂务与每一刻之中都看见神圣性。深化一个人的超心灵能力的工作不是脱离购物、烹饪、抚养孩子、打扫清洁的工作。如这个器皿会说的，它无法分开地和生活的基础要点(nuts and the bolts)交织在一起：活出最单纯的生活形式，同时感知与达成在你面前看到的各种职责。

事实上，所有带着爱完成的事情都是神圣的。当你居住在尽你所能以爱的行为与想法创造的宇宙之中，你正在为自己创造一个最佳的环境，在其中，你可以用一种稳定而有意识的方式深化你的超心灵能力。

需要质疑的是某些深化超心灵能力的方式：把你带离你的家庭、工作的核心，以及所有那些被认为是世俗的关注。我们不鼓励你隔开(世界)、认为你自己在进行一个特殊任务。

相反地，我们会鼓励你允许这份天赋在日常生活当中发展。然而，我们会特别鼓励你为自己看到时间的价值、并且给予你自己时间的机会。我们并不知道你会希望用这个时间来做什么事情。对于这个器皿，带着她对仪式的极大热爱，她给予

自己时间致力于她称为早晨奉献和盖娅冥想的时间。进一步地，她非常喜欢在穿过一天的过程中、工作自己的调音，在去开门或接电话或开始写一封信之前，花时间请求帮助被送给自己，好清理她自己的能量、于是它不会污染或损害那个时刻所面临的环境。

如果这些想法对你起共鸣，我们鼓励你尝试去贯彻执行它们当中的一些，但我们会说，以玩耍、轻松的方式进行这项工作，着眼于什么事物使你喜悦，什么事物使你欢笑。因为我们想要放在你身上的不是一个重担。

有人说：「祂的轭是容易的，祂的担子是轻省的*」，我们为使用这个器皿的心智内容[完全且深入的基督徒心智]感到抱歉。这就是我们在此刻要传递给你的能量，也就是说，当你寻求以最严肃与最深入的努力奉献你自己、你的生命和服务给太一无限造物者，该平衡在于取得一种对于目标之轻松感，这种轻松与你决心向前进的深刻程度是相等的。

(*编注：出自马太福音 11:30)

让那些拥有超心灵天赋的人们失衡的事物是急切与一种强烈的紧迫感觉，以及其他这类的能量，它们把你脱离缓慢与稳定的进展、该进展使你保持在身体、心智、情绪之内；对于很多拥有超心灵天赋的人，那种自我完整性的失衡是多少有些脆弱的。

当你和超心灵天赋一起工作的时候，你正在和大量各种各样的无形能量、菁华、实体一同工作，这些实体不必然是你的朋友，它们会对你恶作剧，让你从这条路上分心，甚至把一个楔子插入你的人格外壳、使你的清醒人格完全地失衡。

因此，如果你在沿着想望去执行的服务线路上、没有一个有经验的灵媒和你同在，或者，若你没有在指导系统之内工作，我们鼓励你不要以有意识的超心灵方式工作。如果你停留在指导系统之内，那么你就不会被外部影响力所侵犯，那些影响力不属于你、也不会把你最佳的利益放在心上。那些在你的指导系统之内工作的方式包括很多事物、你已经在这个周末听到一些。写日志是和自我创造一次安全对话的一种清醒方式，它深化一个人对于超心灵能力的觉知。你可以单纯地写下一个问题、然后等待，当某些想法进入你的脑海时，把它们写下来，不要尝试跟其他人分享这份智慧，而只有你自己聆听它。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

L2：不用了，非常感谢你们。

我们全心感谢你，我的姐妹。为我们看到的这种决心、奉献、以及你们对造物者，对工作和对彼此的爱，我们感谢你们每一个人。在你们面前，我们感到谦卑。

此刻有最后一个询问吗？

M：我有一个关于良心的问题以及它是如何和指导(灵)系统连接在一起。我不知道是否这个问题太过于广泛。良心是什么呢？

我们是 Q'uo，相信我们觉察你的询问，我的弟兄。你询问的东西关于良心，而非关于意识，那是否正确？

M：正确。

「良心」是一个可以和「道德觉知」互换使用的词语。良心，如同道德一样，是一件非常个人的事情。在这个周末期间，已经有谈了很多关于开始觉察自我为一个做选择的人，肯定地，这个器皿是个一流的例子，她的人生从很早的年纪就已经全神贯注地陶醉于良心的两难情况。

我们会对你说，良心是一件非常个人的事情。它是自我本能性网络的一部分、

定义了第三密度的觉知。我们说「第三密度的觉知」并非意指对于生命的简单觉察，毋宁说，意指在投生的过程中觉醒的东西，由于一种不断增长的渴望，渴望往底层穿透问题的表面，好比「什么是对的？什么是错的？什么是公平的？什么是不公平的？什么是公正的？什么是不公正的？」等问题。

每一个实体都带着一套稍稍不同的、对于伦理或道德的两难困境的敏感度而进入到此生。有些实体的布线比较粗略地或不敏感，因此他们要花费大量的时间才能觉醒于良心的苦痛。其他人是如此精密地布线、以致于几乎没有一件事不会唤醒良心与质问的过程。这是一件非常个人的事。

当你作为一个实体感觉到有个问题是什么是要去做的、做对的事，你可以信赖你已经唤醒良心。我们会单纯地鼓励你去跟随、当这些关注升起时、你有的想法。

但我们也会鼓励你们去记起、你们带着去爱和服务的渴望来到这里，记得你不是来这里来评判的。因此，在追寻道德和伦理的行动之中，我们会鼓励这一种尝

试：公平冷静、悲悯地、系统性地尝试成为爱的代理人。

我们会鼓励你去祈请自己的创意、并请求指引。因为总是会看见一幅更大的图画、一个更宽广的观点，立足于其上，所以，你的良心就会在你最高与最佳的回应中觉醒。

我们可否进一步回应你，我的弟兄？

M：非常感谢你们。

我们感谢你。这个器皿的能量衰微了，在允许我们的能量以一种特别缓慢与谨慎的方式流过她这方面，我们今晚一直是小心谨慎的。我们感谢在这个圈子中的每个人、你们把爱与光借给这个圈子。这使得该器皿能够以一种比她进入这次通灵时的状态远远更好的状态结束这次通灵。那是这类团体[好比这一个]的力量的一部分。团体的综合能量就是这样的：虽然每一个人都是不完美的、有很多缺点的，团体能量要比它的任何一个成员都远远更加强而有力，在服务上、也是远远更加有效的。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注

[1] 「活出一的法则」是这次团体工作坊的标题。这次的通灵集会是该工作坊的最后活动，该工作坊从 8 月 19 号进行到 21 号。在 8 月 22 号，附带一次前往阿瓦隆的旅程、给那些选择留下来的人一个可选择的周末延长期。

[2]要获得关于每日爱/光研究机构的盖娅冥想信息，你可以前往 www.llresearch.org 并点击盖娅冥想(Gaia Meditation)的导航按钮。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2507 章集：星际邦联与地球

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年七月 16 日

游骑兵聚会

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们在今天来到你们中间，能被你们的寻求圈呼唤，这是我们的荣幸和福分。我们感谢你们每个人适时地创造了这个时刻、以便于要求我们的意见，在理解你们的自由意志将不会被删减的前提，我们非常乐于和你们分享一些意见。为了如此创造这个前提，我们会请求你们每个人承担起绝对的责任、发挥自己的分辨力。我们前来提供的真理确实是一件棘手的事。它是主观的，并且是完全个人的。因此，我们会请你们在考虑我们的每一个想法时，检查你自己的能量来寻求和这些想法的共鸣。如果我们的点子和你们有共鸣，那么务必自在随意地和它们一同工作。如果它们因为任何理由于你们没有共鸣，我们会要求你们毫不犹豫地把它们放在一边。我们的希望是提供有益的评论，但是，我们更大的

希望是不要成为你们的路上的一块绊脚石。如果你们可以对这种分辨力承担起责任、了解到你是一个权威并且你是自己的唯一权威，那将使我们能够自由地发言。我们为你们在这方面的考虑非常感谢你们每个人。

我们在此刻的理解是：你们想望进行一次百乐餐(potluck)式的集中问与答，因此，我们会问、此刻是否有一个问题呢？

B：我们正在启程、开始一场阿瓦隆(Avalon)和我们游骑兵之间的探险。我不禁想知道、你们是否拥有某种历史，关于星际邦联及其建立的过程。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。你提出的问题看似迷惑地简单，而答案必须被小心谨慎地考虑，因为有一些我们的创立过程与存在方式的元素是易于分享的，也有其他部分在某种程度上必须隐藏于奥秘之中。服务于无限造物者的众行星邦联是我们的团体为了有个名字而被给予的不精确命名，它是一个被创造出来的名字。你们人群如此珍爱的命名在你们的第三密度之外并没有被使用，

因为言语与概念截然相反，在其结构上、言语是相当粗糙的、甚至是原始的；它是由词语与字母等等事物以及你们的某部分意识[和第三密度的大脑或生物计算机重度地捆绑在一起]所界定。因此，我们星际邦联的源头，虽然是相当真实的，让我们说，它拥有好些面向。

你们每个人，当你今天坐在这个寻求圈中，不仅仅代表你、你自己、造物者之田野上的一朵独特又珍贵的花儿。你在身边携带着一个无形临在的家族。例如，在这个圈子中，有重叠的团体。在这个团体中有多于一个实体不只是一个人，同时还是第五密度与第六密度中的家族所代表的社群的一个家族成员，你们从自己的

(星际)家族来到行星地球上头服务，作为流浪者、给自己冒着巨大的风险将你们的真正自我奉献出来，你希望藉由活在肉与骨之中，藉由在一个的确陌生的土地上成为一个陌生人，你能够献出那种无条件爱的能量，它会帮助当下正在被安放于行星之内的第四密度能量锚定下来，当我们说话的同时，地球正在生出盖娅，那是第四密度、正面导向的一颗行星。

那么，你们每个人不仅仅代表自己，还代表一个存有的延伸家族，可以说，这些存有在这个时间和空间的阶段将它们自己和各种各样的伙伴结成了联盟。在你们的星球上、有一个进行中的时间，在其中，你们所有的能量都被呼唤来为太一无限造物者的爱与光做见证。我们，我们自己，作为 Q'uo 原则的成员，是几个群体中的一部分：我们是 Latwii，你们知晓的第五密度社会记忆复合体，我们此刻正在通过这个器皿发言；以及被知晓为 Ra 群体的社会记忆复合体，Ra 群体作为这个原则的一部分，和我们 Latwii 团体、也和 Hatonn 团体在我们花时间通过这个器皿通灵之前，一起讨论问题。

除了 Q'uo 之外，有很多的社会记忆复合体或星球性或社会性的团体，它们作为一个群体、同时选择提供流浪者给忧伤的兄弟姐妹们[此刻正在你们星球上显化]，以及当像你们这类的团体透过这类管道请求时、选择在这个时候提供他们自己，回应这请求；或者作为替代(方案)，选择向那些呼唤我们的人—他们的振动和我们的振动有共鸣—提供我们自己做梦境中的工作，和异象一起工作，以及在你们称为的灵感时刻之内工作。

在你们的星球上、你们目前正在经历的时代之前，这种松散的、却又完全和谐一致的邦联能量就已经产生出来了。这个实体经常为地球祈祷、她称之为「脆弱的岛屿家园」[1]。我们同样处于一种持续不断的祈祷状态、来支持这个脆弱的岛屿

家园，在它盘旋进入一个全新的空间与时间的区域之际，对比于第三密度的空间/时间，它是一个拥有相异特征的区域。

原注[1]那个措辞是该器皿的人群祷词(Prayers of the People)的一部分，属于圣公会的圣餐礼仪。

***

关于你们认识为盖娅或地球的行星，在你们藉由自己真正的存在去锚定第四密度之光的努力过程中、我们希望可以成为其中的一个微小部分。我们希望回应你们的需要、并且依照要求奉献我们自己。在空间/时间中相对靠近你们的六个(星际)文明、每一个都是这个星际邦联的创立成员，随着你们地球困境的加深，许多、许多的其他文明和我们结成了联盟。我们在很久以前就开始关注你们星球的文明。大约两万五千年以前，你们星球上第二个收割期[共有三个收割期]来了又走，只有大约 150 个你们地球上的存有赢得该权利、通过收割的程序进入第四密度以学习爱的课程。在谦卑与感激中，我们要指出：与其作为一个微小却重要的社会复合体、向前进并开始第四密度的课程，所有这些实体，作为一个团体，选择停留在第三密度之内、立刻选择寻求再次投生为第三密度的实体，仅仅仰赖着他们的心和意志好让他们之所是的记忆返回。这些实体被该器皿称为长老种族(Elder Race)，值得注意的是：在这个圈子之内、有些人也是该团体的代表、地球的第一批毕业生，他们立刻地、毫不犹疑地牺牲了可以在他们的未来进行的任何爱之课程，只为了他们可以花费不只一次投生、不只两次或三次，而是随着第三次收割周期的进展，在[价值]两万五千年的期间、持续不断地、坚持不懈地转世轮回进入地球(人间)的瘴气与混淆之中。

我们已经称呼自己为忧伤的弟兄姐妹，因为我们是地球持续不断的忧伤的弟兄与姐妹。朋友们，为什么我们把它描述为忧伤呢？这是由于不断增强的深切苦痛与悲哀，而体验到这些的人已经重复不断地、一次又一次地、尝试在人生的梦境中觉醒过来并记起他们是谁、为什么他们在这里，接着，紧紧抓住他们的意愿去成为充分有意识又觉醒的爱之生灵。在你们的人群当中，这样的渴慕并未完全消失。在其渴慕之中，它大声呼喊要成为对爱觉醒的一部分，就在你们的脚下、这颗行星正在体验到的爱。然而，诱惑一次又一次地出现，引诱人从爱前往恐惧，从一致前往不协调，接着，从真正地为共同目标一同工作的不可思议体验、前往分离与敌意的各种声音。

事实上，通过重复性的练习，结局都是帝国、战争、分离，你们已经被那些掌权者束缚与击倒，他们已经在你们的星球上紧紧抓住权力和领导权，这情况严重到

你们整个行星球体都已经被放置在正常的时间/空间与空间/时间的光流之外、一条这个器皿称之为时间旁轨(time lateral)之上。它是一种转轨，在此，一辆火车可以从主要的轨道离开、直到它被修好为止。你们的星球，简单地说，正在经历修复过程，这种修复不是简单地从帝国一次或两次的重复运行中进行修复，而是，容我们说，从至少半打的宏伟且实质的帝国试验中进行修复。在你们的人群中，一次又一次地，那些被太一无限造物者所鼓舞的实体已经呼吁这个星球的人群在彼此之间、在爱中，面对你们作为人类的合一实相，负起对于这个星球的责任。这些宣扬伦理、美德、更高道德的嘹亮号角已经被听到，许多人已经受到鼓舞去寻求太一造物者并为祂服务。然而，一次又一次地，恐惧的原力引诱了实体们、足够地远离对光的坚守，以致于那光一直无法在你们的行星球体之内确立那种能量，该能量会开始累积一种灵性类别的质量；再次地，累积一种灵性类别或形而上类别的重力。

在这个时点，分配给这样一个时间旁轨的时间在接下来的几年中就要用完了。毕业成为第四密度的正面的盖娅的一部分的机会将要结束了。我们欣喜地说，那些被恐惧所统治的人和那些想望创造这个器皿所称的末日之战(Armageddon)的人已经失败。这一次，虽然在你们行星表面上的绝大多数人仍是深深困惑的，他们不会再被愚弄了。他们不再相信那些讲述分离、敌意、控制资源、战争的优点的人的真理。这些势力肯定是混乱且困惑的。然而，在一个行星的层次上，在心的层次上，如这个团体先前谈到的，有一种感觉开始升起，遍及所有的大陆与地球人，这种感觉正在所有人群当中逐渐增长。有一种逐渐增长的知晓：人类真的是一体的。在普通人与平常人当中有一种逐渐增长的认识，即已经被给予权力的领袖已经误用了权力，他们不可被信赖。

这个基本的突破是在最近发生的，它的确是许多团体[好比这一个]的一项成果，在贯穿你们过去的四十年到五十年期间，这个团体已经尝试带着力量说出他们的真理。实体们已如巨浪般来到你们当中、并且开始记起他们是谁了。他们已经共享了幽默、艺术、故事、歌曲。他们已经活出鼓舞很多人的生命。他们以各种方式去爱，如同个别的光点以非常真实的方式开始锚定第四密度价值，甚至是在你们的文明中、明显有敌意的领域也是如此。

我们是那些代表者，代表你们和天父之造物的更大家族之间的纽带；天父之造物，器皿经常用这个措辞来称呼这个在本质上是形而上的造物。

我们拥有一股这个器皿会感知为女性(feminine)的能量。在这个时候，在锚定太一

造物者的爱与光的过程中，平衡性的能量是关键的；因为对于盖娅，这个通道

是，容我们说，女神的能量。

我们尝试不去使用带有情绪性的弦外之音的词语。很难找到一个代表造物者而又没有充斥着情感的词语，同时表明了女性能量的实质性平衡；凝视着这个器皿会称为的旧约-造物者、亚威或耶和华的形象，女性能量是这些造物者形象的动态对立面。先知默罕默德的和名为阿拉(Allah)的唯一造物者都同样是一种男性的、高耸的、权威性的能量。在你们星球上，有一段时期，这种能量是适合的。那个时期早已过去。不过，那些已经投生到这里的人，从亚特兰蒂斯到巴比伦，再到罗马，如此等等，他们已经一次又一次地尝试去紧紧抓住这种不断增强地、贫瘠且徒劳无益的造物者-能量，这种能量是该器皿所称的阳性(Yang)，它是侵略、控制的典型能量，在演化的过程中，那些事物已经变成了服务自我而非服务他人的代表。

你们可以观察到很多已经尝试表达这种女性能量的人物。名为耶稣的实体，名为(圣母)玛利亚的实体，名为观音的实体，以及很多其他已经表达阴性造物者能量的实体，这种阴性的造物者能量是全然悲悯的、全然有爱的、全然理解的、全然包容的，不带有附着性的评判机制。作为一个邦联，那么，我们的希望，就是在这个行星的内在层面、太一无限造物者的爱与光之中歇息，这个器皿经常笑著称之为停车库。很多那些来自宇宙造物的其他地方的实体现在就栖息在你们的内在层面的休息部分或停车库，栖息在和我们的振动有共鸣的子层面中。我们和许多盟友、你们的第一、第二、第三密度等等、你们所有的密度的那些菁华一起在这里休息，他们使你们的内在层面变的生动活泼又充满生气，他们帮助那些此刻在第三密度中的人们、创造一个果实纍纍的地球层面。

深入我们的行星起源或那些我们在路上已经学到的课程，成为我们之所是和我们

目前所在之处，我们对这些问题感到不自在；因为在很多的情况中，觉醒过程[属于好比你们这样的人群]的一部分是开始觉察到你们和一个非常实质的家族团体之间的、不可思议的各种连结，这个家族团体在其家族关系、盟友、灵性基础的关系之系统中，包括了内在层面，外在层面，和这个八度音程的所有密度。这互联性，不仅仅属于我们团体，还包括我们和你们每个人之间的连结，再怎么强调这点都不为过。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

B：是的。你们说地球的「困境」使你们关切。但是，你们已经察觉到它是一颗第四密度的正面行星。那么，为什么有一个困境呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。你们的行星的困境在于，直到此刻为止，它缺少这个器皿所称的第一百只猴子的效应。在你们的实体中、只有非常少的人已经成功地穿过选择的过程并获得已选择的极性。在这些实体当中、只有很少人将毕业到服务自我的第四密度。(另一方面，)有一个更大的团体、和你们星球上已经觉醒的全体人群联系在一起，但它仍然是一个非常小的团体，那些已经觉醒的人群通过他们已经作出的选择、而成为相当有实力的候选人、得以毕业进入第四正面密度的地球。他们将继续作为第四密度的先锋在这里。到目前为止，当他们自然地通过进入更大生命的大门、接着经历毕业的过程，那两种族群已经成功抵达，或者有潜力到达成功点。

无论如何，有数量庞大的一群实体到目前为止、无法完全地觉醒于他们之所是和为什么他们在这里。那就是为什么流浪者来到你们中间的原因了，那就是我们进入这个世界的原因，容我们说，好进入舞台工作区等待我们的机会、通过一些器

皿[好比这一个]发言并同时多少希望去呼唤人们记起、觉醒、成为行星地球的那个有意识部分的一员，随着毕业进展的过程，该部分能够首先形成一个社会复合体，然后形成一个社会记忆复合体。

我们的心非常珍视该困境，如同流浪者和那些此刻已经觉醒的地球原住民，他们的心珍视该困境。这就彷彿你们极为接近于发展出一个足够大的团体，所有成员一起记得他们是谁。但是，他们正处在稳固形成结晶体的边缘上，该结晶体选择以一个整体、振动着太一无限造物者的爱与光。当有足够质量的实体加入这项工作，他们是聪明的、有意识的、做出选择的实体，就会有一种加速效应或倍增效应。

当共同属性把实体们融合为团体、接着把那些团体融合为光的源头，你们每个人之所是的结晶体就能够选择成为远为强大的(结晶体)。

好比这个团体每天进行的盖娅冥想的努力就是一种如此结晶的努力，的确在经过了你们的一段岁月之后、它已经开始影响地球。该选择是：一种非局部导向的、每日的见证，为了地球的利益而进行的祈祷和冥想，于是创造了一股能量；它和你们星球上面的许多点，或者，容我们说，在靠近你们地球表面的位置是共通的，容我们说，它们的能量焦点都是阴性的、而非阳性，它们代表了或创造了机会，

通过一些参与盖娅冥想的个体感受的热忱而，容我们说，感染更大的(人类)群体。

这些爱的非局部要点以一种我们无法理性描述的方式呼唤着那些尚未作出选择的

人们的内在觉醒过程，它们的作用如同这个器皿所称的「叫醒闹钟」、好把他们带到某个增强的觉醒点，在那里，他们比较能够看见这个器皿所称的更大的图像，看见他们是谁，为什么他们想望觉醒，当他们觉醒时、想望去作些什么。然而，那个触发第一百只猴子效应的点尚未发生。尚未有相当大量的光之工作者觉醒。所以，基本上，该困境就是要去呼唤人们觉醒而不会侵犯他们的自由意志。容我们说，你们的人群中、那些服务自我导向的人和处在领袖位置上的人正在尝试去很有意识地拖曳人群的心智...

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

...与心轮，在恐惧、愤怒、侵略和以恐惧为基础的行为当中，尝试去控制资源。

这些能量的诱惑性特质蕴含于高等第二密度价值观的某些简单事实中。好比你们知晓的类人猿就属于高等第二密度，你们每个人目前正在其中体验生命的第二密度载具。

这些服务自我导向的实体清楚地觉察到、他们所陈述的价值观反应了类人猿身体的本能价值观，单就其自身而言，这不会触发一种警告给第二密度身体的头脑。

在类人猿当中，去保护部落和家庭，收集牠将需要的资源并去抵抗那些侵犯牠的人，这完全是自然的、完全是本能的行为。要觉醒转为第三密度的自我对于被第二密度身体所承载的该意识是个挑战。

第三密度的意识，就其本性，不仅察觉到自我，它的本能还会去寻求爱，寻求被爱，寻求成为一体。然而，透过在帝国中的重复性经验，你们的人群已经获得某

些心智的习惯，它们强烈地阻碍一种充分的觉醒过程、使得人们觉察到自我为一个可作选择的自我。于是，你们地球的人群的已经反覆地倾向于把它的力量献给那些擅长于创造帝国的人。因此，在此刻，该困境仍旧存在，要去帮助那些已经在醒来方面不断重复失败的人、帮助他们在这一次取得成功。

那么，该巨大的挑战就是成为一股原力、帮助人们觉醒而不以任何方式侵犯他们的自由意志。选择去离开恐惧的领域、大胆向前踏入无条件爱的未知领土，选择释放评判、拥抱所有实体，该选择是令人敬畏的。这里并没有如此做的习惯。

如果你们和我们都成功创造出那个第一百只猴子的效应，在接下来的几年间、就有机会更大量地唤醒你们的人群，使他们知道自己的可能性，接着，相当快速地把他们带到一种能够毕业的状态。这一种可能性拥有一种不断增强的可能性漩涡。你们所有人以及所有此刻正在觉醒的人拥有可观的潜力去改变你们星球的面貌并帮助很多很多实体去抓牢他们真正之所是。我们只能带着极大的谦卑说，我们非常欢喜地成为这个努力的一部分，我们感谢你们每一位、已经奉献生命的经验给(该任务)：唤醒地球及其子民。它真的就从你们每个人身上开始，正是这一个时期，相对少数的实体能够在收割过程中缔造出一个关键的不同。

你们必须了解到、你们有许多许多的人群，他们是多么地靠近觉醒，不只如此，还靠近这个状态：拥抱他们的造物者-自我，爱之心就在他们的里面，他们却并不真的知道自己在渴慕什么东西。

我的弟兄，我们可否进一步回答你？

B：不用了，谢谢你们。

这个器皿正在告诉我们，我们需要觉察到、现在就是开始总结这个工作集会的时间了，所以，我们要问、此刻是否有另一个询问、我们可以用来结束这次集会？

B：关于如何去帮助那些感到困惑的人、或那些即将觉醒并了解到他们是谁的人，在这方面，你们有没有任何建议？

我们是你们知晓的 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们会对你说的内容可能在表面上没有帮助，不过，它是我们给所有人的信息核心，那就是，你来到这里要做的工作就是工作你自己。你是单一的个体。你是游骑兵团体的一个成员。你是人类部落的一个成员，你是创造性原则的一个成员。当你行动的时候，你为自己行动、凭借自己行动，不过在同时，你作为一个游骑兵，作为一个人类和一个造物者而行动。你自己的所有这些面向都是同等真实的。

你能够有意识地工作的面向即是个人的面向。因此，我们会鼓励你，在你自己的内在工作，在每一天、每一刻，把你自己带入你能达到的最锐利焦点，带到最高的调音、那是你能够以一种稳定且有意识的方式承载的调音，带到你能够舒适达成的、奉献与服务的最高图像。你无法知晓、这也并不重要，当你工作自己的时候，你同时也在工作你的游骑兵团队，也在工作你的人类部落，作为造物者而工作着。看入你自己的这些更深、更宽广的部分，这并不是必须的。重要的是：单纯地保持意识焦点的明亮，于是你就是一根蜡烛。我们曾多次透过这个器皿说：一根蜡烛似乎是一个非常微弱的东西，不过，若视线没有被阻碍，一根蜡烛可以在超过一英里以外的地方被看见。一根在黑暗中(燃烧)的蜡烛就是希望。

所以，你知道自己代表了一个人、一个过程、一份献给无限造物者的爱；不过，

你也是那风无法吹灭的蜡烛，黑暗无法胜过它，而那些拥抱黑暗的人、无论多么地拒绝承认都无法否认它。你存在着，光与爱的一个点。单纯地知晓当你在做你的工作，当你吸入爱并再次将它呼出，如果你有意识地在能量通过你的时候祝福它，你就在影响你的团体、你的部落、以及造物者自身。

事实上，我们会鼓励你，不要为我们今天提供给你们的那些观念而展开运动。重点不是分享信息，重点是唤醒整体人类的心。它更多是一个传染的过程。你是信心和希望之类的能量的秘密代理人。当你周围的实体们看见你没有因为周围明显的混乱而沮丧时，当他们看到你在面对所有事物时、你一点都不否定它们、反去拥抱它们，你是满怀希望的；那些过去不敢去希望的实体、在引人注目的希望可能性面前、光出现在他们的内在。当实体们看到你如同一个傻子、把自己投入半空中、单单凭借着信心跃入深渊，然后，当他们注意到你正在喜悦中飘浮在那深渊上头，在那些先前对信心感到陌生的人的胸膛中、就会唤醒另一种查看行星地球之幻象的可能方式了。当你穿透幻象的时候，你的双眼清楚地看见太一无限造物者的光与爱，而那些看入你的眼睛的人、知道了那些他们无法表达的内容、看见他们无法描述的事物，于是第一次，他们相信了信心的可能性。

因此，你们每一位就如同一个骑上渴望之战马的人，一旦瞄准了那种渴望，它就会引导你在光之盔甲中、朝向这个器皿所描述的一种骑士身份了。你正在形成你的联盟。在对真理的寻求中向前进吧。我的弟兄，你会在骑行的时候分享什么真理呢？当你的眼睛凝视着所有你看到的事物的时候，你的眼睛会看到什么礼物？现在就是去想象、梦想、接着去把你的想象和梦想巩固到你的血与肉、你的生活之中的时候了。

我们向你们每一位致敬。我们希望你将记得去请求帮助。我们和所有那些准备好

帮助你的实体一样、无法在你没有表达请求的情况下去帮助。所以，请打开你内在的通讯、寻求你的指导灵系统准备好给予你的所有帮助吧。和你一起分享地球的梦想和希望的那些人，记得向他们寻求帮助。因为有很多在肉身中的天使，此刻，他们正等着一句话、一个求助的问题。

最重要的是，我们鼓励你们每一位变得无惧、在寻求真理、寻求自己的心、寻求太一造物者的过程中都是无惧的。在此刻，我们大大地鼓励你们绽放开花、因为你们人群都是真实的花朵，那是你的本质。

信赖你的美与良善，信赖你的本性。

在此时，我们会在太一无限造物者的爱与光中离开这个团体和器皿，如我们发现你们时一样。我们在你们面前感到谦卑，我们全心感谢这个分享的机会。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2508 章集：亚伦与 Q'uo 对话之二十九

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 29

Copyright © 2007 L/L Research

1995 年 11 月 18 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

亚伦：晚安，对你们全体献上我的爱。我是亚伦。我带着许多的喜悦重新加入这个光的圈子。我们一直在谈及奉献的生命的不同面向。我们来到一个大的方面，就是小我(ego)渴望去责怪。以某种方式，这个把自己识别为实体的小我可能体验了痛苦，或已经感受到一种羞辱感，或已经体验到一种沉重的情绪。在这些升起的情绪中、任何一个都是令人不舒服并且使得小我侷促不安。

假如感知到威胁，为了感到安全，就有渴望去准确标定那个威胁的原因。假如受到谴责，就渴望去为自我辩解、把谴责丢到其他地方。假若有伤害透过别人的话语或行为而来到自我面前，就有升起愤怒之盾牌的渴望。这些全都是人类的自然反应。它们不是必要的反应—好比皮肤被刺破了、身体的反应是流血；不过，它们依旧是情绪体的自然伴随物。

去感觉愤怒与紧握不放那个愤怒是不一样的。想要去防卫与攻击另一个人好上演那个防卫是不一样的。把另一个人排斥到你的心的外面，这会保证业力的持续，而围绕着这个业力的议题会周而复返。在奉献中生活是愿意去反思你的恐惧、愤怒、痛苦，反思将这些事物紧握不放的方式已经允许小我感觉安全、起到了固化小我的作用。

去反思这维持愤怒的执着就是开始考虑那个愤怒或责怪可以被释放。释放那个责怪和愤怒就是去宽恕。活出奉献的生命是学习如何去宽恕。宽恕切断业力，完全地消融业力。

在业力被形成之处，我们总是发现有一个能量的紧缩。业力不是关于「A 对我做

了这件事情」，而是关于自我在「A 对我做了这件事情」周围的固化方式。业力是关于这样一种曲解，即「我必须愤怒地对付 A、否则就成为 A 的擦鞋垫。」[1]

G 在早些时候谈到对她的先生升起悲悯心。她谈到关于深深地洞悉他的恐惧、洞悉什么事情驱使他暴怒。她谈到，虽然她理解他的暴怒根源并且感觉到悲悯，但是，她依旧感到痛苦。当我们感觉痛苦时，就会自然地渴望藉由进入到控制的幻象返回安全之中，该幻象即是去控制痛苦的催化剂。宽恕就是愿意去承受那种伤害，并且承认：「我是人类。我将感觉到伤害，不过我不必须由于那种伤害而使自己维持分离。」

然后，你就改变了你和整个催化剂的关系。悲悯心就出现了；有技巧地对虐待说不的能力出现了。悲悯心触及了你自己的情境、你自己的伤害，悲悯心同样触及了包含催化剂的痛苦与恐惧。这不是说，你因为他的痛苦把你的悲悯给了他，也不是说，你为了自己的痛苦把你的悲悯给了自己。你的痛苦是彼此的一部份，悲悯只是悲悯。它开启你的心并且允许宽恕的可能性。

最终，带着深化的怜悯心，没有对于宽恕的需要了，因为没有剩下任何事情是要去宽恕的。不过直到抵达那个点之前，宽恕都是一个非常强有力的练习。如同我已经说过的，藉由完全地改变你与催化剂的关系而切断了业力。

宽恕是一个过程而非一个事件。你轻轻地进入宽恕中。可以把它比作在春天第一个炎热的日子、你走进冰冷的湖中的方式。空气是温暖的，你升起了游泳的渴望；但是、当脚趾接触到湖水时，它因为冬天的冰而依旧是寒冷的。正如同这样一个过程，心可能因为冬天的冰而仍旧是寒冰的。仁慈不会要求你走到码头的尽头、跳入水中。慢慢地涉入水中。假如它是感觉良好的，甚至有可能走入水中。

在双脚麻木，感到不舒服的位置，就要走出来，接着等待、直到水可能变得更温暖些。明天，心可能已经更多地融化一点点。所以，宽恕是一个过程。

去考虑宽恕的可能性、就是带着诚实去碰触在自我内在最深的受伤位置，诚实地承认想望去上演痛苦以回报痛苦，承认对于安全与舒适的巨大渴望。而承认这些力量是不够的，一个人必定要在没有评判的情况下这样做。是故，宽恕的过程从自我开始。

恐惧是一个幻象。小我已经开始执着于这一个幻象。这是一个习性。活出奉献的生命就是去爱神性、爱到足以去抓住那只伸出的手，献上 Q'uo 谈到的那些棕色石头、并允许神性把它们转变为闪亮的宝石；去释放恐惧、去观察并释放对于恐惧的各种执着。重点是去深入注视已被恐惧的幻象作为保护的各种方式。

然后，你遇到你的存在之真理：神圣的大我没有保护的需要。你可以使自己从这个恐惧的幻象中解脱出来，拥有爱和信心返回、在你存在那个神圣真理之中歇息，它是无惧的。这不是对于恐惧的一个谴责式声明。这是单纯地对于一个较高真理的声明。

当你练习宽恕，它必须来自内心的一个开放地方、向往越来越接近那个真理，而不是来自于一个批判的地方，批判会说：「我不应该恐惧。我不应该谴责」。要做到这一点要花费许多练习，当批判升起、练习去注意到批判，在宇宙以无数种微小方式邀请你去打开心的过程中，练习单纯地开放心。

此时，我想要将这场集会传递给我亲爱的朋友 Q'uo。在今晚稍后的时间，我想要引导你们进入我称为的一次宽恕的冥想。我感谢你们的关注。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo 原则。在太一无限造物主的爱与光中再次地致意。

或许你们已经注意到，我们没有给予你们一套指令，一个要去做的事情的教条，以便于活出在灵性上受指引的生活。因为我们的观念是，有多少人想望这样活出在灵性上受指引的生命，就会有多少种这样做的方式。我们无法告诉你们、要在冥想中花费多少小时的时间，或者在祈祷中花费多少小时的时间，因为在需要多少时间去维持被渴望的态度方面，对于一位寻求者而言、二分钟会是保守的估计，而对于另一位寻求者而言，那个时间会是 20、30 或 60 分钟。的确，我们对你们提供的想法是：对于那些[如这位器皿会说的]狂热追求灵性修炼的人，他们遭遇一种非常真实的危险。

造物主不是温顺的。那点燃(宇宙)造物的爱也是毁灭造物的爱。和神明(Deity)的亲密接触可以是致命的。贯穿你们整个历史、有着那些神话传说的人物，也有非常实际且真实的实体，他们的困难和死亡诉说他们自己的故事。为了敬拜并且聚焦于神明而集合起来的习俗是一种最实际的防护措施；因为在奥秘和团体之间的对话的动力关系是全面性的，它温柔地触及每一位独特的心灵(psyche)，该接触的能量会由于志趣相投的寻求者团体而获得缓冲。我们不想要去吓唬你们，而我们仅仅对你们表达我们的偏好，那就是：在灵性修炼上节制稳健，不要太急，这是很好的。因为你们拥有无限数量的时间去进展；反过来说，你仅仅只要有数分钟、数小时，仅仅只要有数百万天的时间，然后你就会到达该体验的尽头。我们更正这位器皿的话：如果一个实体拥有数百万天的时间，那确实是一个长寿的实体了！在这方面，我们的感觉是，这个人生体验是珍贵的，任何来到这个幻象的实体的意图都不是为了去忽视它，或是保护他自己、不和社会接触。

灵性寻求者倾向于把意识中的工作想成和较高能量中心一同进行的工作，当然，这可能是真的。然而，灵性寻求者最普遍的错误是：因为其热忱而进入较高能量中心去进行他感知到的工作，却没有维持全然重要的、较低能量(中心)的健康与平衡。

面对这些能量中的缺点、阻塞或压力的时候，它们是涉及自我与自我、以及自我与他人打交道的过程中的能量，人灵会轻率地冲到沟通(脉轮)并且在内在层面上工作。这就彷彿一个屋主要在房子盖上另一层楼，而这个房屋在地基上却有裂缝一样。地基不是坚固的，更高与更重的重量非常可能进一步使得地基断裂，而整个结构可能最终倒塌、化为碎片。

我们会鼓励你们每一个人去查看在这些较低能量中心之内的工作，这工作的确包括那些关系上与你亲近的人，同时对于这个器皿已称为的 180 度法则带着极大的尊敬与认识；该法则即是：假若对于世俗的智慧、某件事看起来或感觉起来是对的，

那么它很可能是错的。如果你渴望回避和某件事打交道，现在很可能就是处理它的时机了。如果寻求者迫不急待想有一个结果出现，明智的寻求者可能将那种轻率的渴望当作一个信号，即需要更多时间就灵性方面评估这情况。

奉献的生活的核心是心与意的一种态度。我们可以描述这种态度的一个方式为忆起；对于一位记得自我是谁的人，也就是，记得自我是无限造物主的一个孩子，他将会在那个身份的结构之中、回应催化剂。对于拥有奉献态度的人而言，所有的时刻都一样是发生在神圣地面上的时刻。

180 度法则同样也适用于那些世俗感觉重要的事情。这个世界不会重视洗盘子的劳工，而毋宁重视外科医生、成功地从一位病人身上切除病变因而延长其生命。然而，假如外科医生在他的碰触之中没有一份爱，那将只是治疗而不是疗愈。反之，假如这洗盘子的寻求者拥有那种对于所有生命的神圣本质的忆起，当他深情地清洗、漂洗并且感激每一个盘子之际、他将照亮该行星的意识；而那些盘子自己真的会在赞美中提高它们微小的声音。

对于正努力学习去骑那辆奉献人生之脚踏车的寻求者而言，正是这些每日的小事情，如这个器皿会说的，生活中的伐木/挑水、家务事、重复性的作业[2]，包含了最有潜力成为那个寻求者的辅助轮的一部分。每天都要完成的事情就是那些寻求者可以每天练习的事情。形成习惯是人类心智的本能；每天都要完成的事情会成为习惯性的，经过你多年来的重复之后，这样家常普通的例行工作可以变成永久的。

这个器皿正遇到说出我们的概念的困难。我们可以找到的、最接近的词语是神经结或结点，其作用如同一个记忆的唤醒者，在每天中、多次把那种回忆带到注意力的面前。你们每一个人都有过大量的心智上的享受，沉思那些时候—生命可以变得更简单的时候；而我们会鼓励这样的想法；因为这个器皿所称的小生活子，默默无闻的生活与适度的成就，就是在那种生活之中、更有可能达到每日忆起的质量，反之，表面上光彩夺目的生活通常是里面没有种子的外壳。

这个世界会从大量方面来思考，世俗对于获利、权力、权威有野心，反之，对寻求者而言、最富有成效的道路并不包含巨大的野心。那些创造硕大的、灿烂的人生的事情有时会是一个人投生来做的事情。不过，在正面导向的灵性寻求者的例子中，这样一种世俗的成功将会单纯地绽放，自然地发展而没有能量紧缩以及通

过野心的固有推动；因为在世俗的意义上、野心与寻求造物主的渴望是相反的两极。对于一个寻求造物主的人而言，对于生活的所有面向的副歌就是：「不照我的意志，而是照祢的…」 [3]

正是这没有被野心猛推的内心、使得意识发现自己带着喜悦持续向上冒泡。我们的意思并非建议任何人逃离一种世俗性质的成功，因为影响态度的事物不是成功、而是朝向成功的驱动力。你们经常听到这样的措辞：「在世而不属世」[4]。亲爱的兄弟姐妹们，这个是每一个地球人的情境了。许多人感觉到他们是来自另一颗星球的流浪者；但是，我们对你们说，你们全都是永恒的原住民，你们全体已经流浪到这个地方、以便于在一起帮助彼此，好在自我、在他人，在每一个人以及每一个显化的微粒中看见造物主。你们星球上的鲜活植物群落在永恒的旋律中唱着它的四季歌谣。当我们谈论时，环绕在你们住所周围、巨大的树木生灵对着夜空举起它们那瘦骨嶙峋的手臂。当它们内在的能量把自己包裹起来进行冬眠之际，会有赞美与感恩的晚祷。这是有可能的：单纯地藉由忆起万物是活的、觉察的、万物都被无限太一所爱而触及这种能量。

此时，我们要传递麦克风给我们亲爱的兄弟亚伦。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。

亚伦：我是亚伦。我亲爱的朋友(Q'uo)已经做出许多重要的观察。我尤其要强调，在你造房子之前，坚固地基的重要性。他也谈到，假如一个人要活出在灵性意识之中的生命，(需要)简单生活、不要对成就紧握不放。我想要在这个陈述上扩展一点，也对于 Q'uo 的陈述，关于与神性亲密的接触可能是致命的，进行一点扩展。

我会在发言之前先做出这个声明，亦即在根本议题上、我们通过相同的声音来谈话；但是，当然，我们每一个人的确都有自己的偏向。我们不害怕那个偏向性，不过，我们对于我们的多样性感到欢喜。在我们的偏向性中、存在着多样性，它不会引导我们进入到无法调和的差异，而毋宁会引导我们进入扩展的过程，我们每一个人都随着理解的深化而同样向着包容彼此的偏向性移动。最后，我们当中没有一个人需要是对的，因为我们知道在这里、我们不是谈论对或错，而是谈论对经验的诠释。

Q'uo 说和神明亲密接触可以是致命的。是的，它可以的。不过我会扩展这个叙述、透过这个观察：即假如没有打好基础，和神明亲密接触可能是致命的，因为那种接触所产生的高频率振动、必须有支持的基础。那个基础是藉由你每日生活的工作而建立的，就像 Q'uo 所指出的：和较低能量中心一起工作，和人际关系、肉体等等一起工作。

和神明亲密接触或是对灵性开悟的紧握不放来自一个恐惧的位置，而不是从一个爱的位置开放，这样就会在地基上留下一个致命的裂缝。当地基是坚固的时候，当家庭作业已经被照料了，而向神明开放是从一个没有恐惧或紧握不放的位置开始、那是一种有爱之心的自然开放；那么，它永远不是致命的，而是扩展性的、美妙的。然而，你们依旧在肉身中。你无法承受那种接触的强度。寻求如此做就是去鼓励另一个致命的裂缝。必须有意愿返回、进入相对的人类之中。

我在刚才谈过在偏向性方面一种差异。我的发言来自一种存有的偏向性，这种存有已经穿越地球层面上的较低密度。我相当同意 Q'uo 说的、不要急促。我知道 Q'uo 相当同意我说的，每一个投生的时刻都是一个珍贵的礼物，不要浪费每一个投生的时刻。不过，根据我的人类体验，我确实感觉到一种 Q'uo 不会感受到的

强度。我们没有一个人是错或对。我们每一个人仅仅从自己的观点来谈论。

这个强度必须被小心谨慎地处理。假如它变成 Q'uo 所说的紧握不放，那么你就有了致命的裂缝。当强度源自一颗有爱的心，而这颗心是如此深深地向往去净化其能量，如此深深地向往去移动自己进入和谐，那么，该强度就成为一个强而有力的高举装置，推动寻求者在它的道路上继续前进。当强度源自恐惧的声音，那股声音会把它视为缺陷的事物固定在它自己里面，那么它就正努力在有裂缝的地基上方建造第三层楼。

因此，对于哪一个声音是占优势的、必须要有逐渐加深的认识。通常，两种声音将会混合起来。极少有人会单单基于一种声音或另一种声音而行动。而那个动机同时来自爱之心与恐惧的位置。为了不对恐惧做出反应，你不需要摆脱恐惧。你不须摆脱恐惧以便于从一个爱的位置来发言与前进。不过关于恐惧的存在、你需要是诚实的、学习为它制造空间，于是它就不会控制你。

在你们国家的历史上，有一位智者说过：「除了恐惧本身，我们没有任何要去恐惧的东西」[5]……害怕恐惧，害怕盲目地陷落到恐惧的支配之中。不过当我们学会、甚至和我们的恐惧深情地建立联系，然后它就不再控制了。它无须消失；单纯地，它不再控制了。它不再拥有力量去驱策你去建造第三层楼。它允许你去照料地基。

在此，我要传递麦克风给我亲爱的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。那就是全部。

Q'uo：我们再一次和这位器皿在一起。我们是 Q'uo。

我们已经谈论好几个挑战性的观念，此时将会暂停并且请问，是否有些问题、关于亚伦实体和我们已经提供的内容等等？此时，有没有我们或弟兄亚伦可以回答的一个问题、好使我们的观念可以更加清澈或更加聚焦？

R：你是说我们应该为了最好的努力奋斗、而不是为了最好的结果奋斗？

Q'uo：我们是 Q'uo。我的兄弟，我们是说，当一个人正在尽己所能地努力，不要对自己太过严肃、这样是有技巧的。当缺少努力的时候，就有相反的可能性，即没有付出足够的努力、活出那个时刻的最高限度。这种倾向是为了可见的、或重大的目标而奋斗，并且把生活的微小家务事的具体细节视为阻碍一个人履行职责：活出灵性生命，相反地，正是在那些费时的、个人的杂务中，出现了灵性工作的最大机会。因为每一个行动、每一个关系、当天的每一个细节和微妙之处都充满了爱、美丽、真理的花朵。

如果一个人的成就对于世俗而言是辉煌的，而他个人朝向生命的卑微面向的大部分取向是：完成那些卑微的面向只为了实现那些重要的事情；相比于一个能够在朴素的事物中看见神圣的人，后者拥有更伟大的人生。

我的弟兄，我们可否进一步回答你？

R：我想我需要等待并寻找光明面。感谢你们。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。此时有更进一步的询问吗？

I：你们刚才提到，灵性开始接触尘世心智时、伴随着高频振动。我想要更好地理

解那个类比。较高频率、就什么方面而言？

Q'uo：我们是 Q'uo。我的弟兄，你熟悉八度音程的观念吗？所有密度与子密度的整个音域就像钢琴上整排的键，它们是同等美丽且值得受赞颂的；不过有些音符是低音，其他音符是高音。肉体载具的各种能量中心以及随之而来的精微体如同钢琴，在其中、有所谓的较高与较低能量之间的八度音程共鸣。

当三个一组的较低能量受到照料，然后，往上移动到下个(八度)音阶，再下一个，如此等等，这是单纯与自然的。当较低能量中心走音时，这就象是音乐家拿起弦去碰触一半的位置*以产生一个(八度)音阶。那个(八度)音阶在创造的方面也是走调的，它在基础的位置已经变得扭曲了。因此，所有属于灵性范畴的事物都会发出严重走调的声音，除非该基础首先被调音。

我的兄弟，我们要进一步的回答你吗？
(*编注：有心人请参考吉他调音的影片 - http://tinyurl.com/pur5m77)

I：我得到的印象是，我们以某种方式正在参与为灵性建造一个家的过程，而建造坚固的地基允许那个房屋被很好地架设。把住所的位置提升到一个更高层次的舒适度，这似乎也是一个要点。可能因为错误的拜访或感知而出现的裂缝，其实是仁慈的裂缝而非缺点。我很抱歉，Q'uo，我无法阐述更进一步的问题。谢谢你。

Q'uo：我们是 Q'uo。对照家务事[整理肉体载具所居住的房屋]的类比或许是一个更加清楚的类比。较上层的房间是令人愉悦的；不过那里没有餐厅，没有厨房，因此房子的居住者必须先把楼下清理干净、使它成为可接受的，把冰箱囤满，拥有让你按顺序烹饪食物的器具，整理、清洗、打扫，使得窗户闪闪发亮。当较低

楼层是平静与井然有序时，这时候就可以爬上楼梯，享受小窝、休息的房间，以较高和较远视野凝视窗外，看见广阔许多的景象。

我们的意思是单纯地建议：在你的体验中、那些卑微和世俗的事情是珍贵的，而人们太过频繁地不了解这道理；在缺乏这种观念的情况下，缺少技巧的灵魂能够把自己弄得不舒服。接着自我想着：「我怎样才能收拾这情况呢？我将要多冥想。我将要更多地沉思。我将要阅读良好的著作。」不过实际的出发点反而时常在于回到那些简单的事情、并且给予它们荣耀与尊重，那种你会给予明显是灵性事物的荣耀与尊重。

有一个态度的极大转变，这种态度就是我们在此刻鼓励每一个人去考虑的事情。在形而上的世界中，想法就是事物；这个属于较高的(八度)音阶的真理拱起那些较小的真理。或许你已经听过古老的格言：「如在其上，如在其下」。[6]

人生中不起眼的具体细节就是神明，许多较低的音阶；但是，碰触这些较低的音符，整个八度音程发出共鸣。

在此时，有没有另一个要给亚伦或我们自己的问题？

K：Q'uo 和亚伦，你们可否谈论即将到来的、地球收割的主题，以及在关注那个未来收割的方面，我们可以有任何的意向？或者这侵犯到自由意志？由于收割的介入[或可能存在无论什么的东西]，有一个更大比例的反对势力当前在地球上或正在影响地球，或者这会使得我们更难维持平衡或保持调音状态？

亚伦：我是亚伦。我的姐妹，我能谈论你的问题吗？是的，的确有一种更大的反

对势力。这不是一个问题。这不是坏的/负面的。当你举重时，假如你以越来越重的重量来练习，你会发展更强壮的肌肉。当你练习将把爱回报给越来越沉重的催化剂，你强化了去爱的能力。就是这种去爱的能力的增强，将会给予宇宙进入其光之潜能的能力。

黑暗不是你的敌人；它是你的老师。在接近收割的过程中，宇宙拥有潜力去达到一个新的平衡。请记住，不仅仅是正面极性要被收割，负面极性也要被收割。但是，也请记住、在第六密度之内一个特定位置上，负面性变成一个死胡同。

关注点是在第三与第六密度之间，负面性能够成为造成如此大量的苦难与伤害的势力。因此，你逐渐增加的该能力是一股将会改变平衡的主要力量；该能力是把爱回报给负面性、并且不听从负面性。无法引发恐惧的负面性是无处可去的。这是你的工作。这真的就是这场收割的核心原因：将所有成熟的、深情的、智慧的能量尽可能带入这场强有力的演奏之中——向负面性说不，不是带着恐惧，而是带着爱。

我的朋友 Q'uo 想要对于这个问题进一步谈论。我暂停。这个器皿回到一个更深的调音中。请开始录音。

Q'uo：我们是 Q'uo，与这个器皿同在。这… 我们必须暂停，因为这个器皿多少需要重新调音。我们是 Q'uo。
（暂停）

我们想请求你再次(以声音)振动该询问。

K：我和伴侣、以及许多我们周遭的人，对于即将到来的收割、在关于我们的服务与目标的方面，我们目前感觉到急迫性，我需要更深地理解这急迫性。

Q'uo：我们感谢你，我的姐妹。该振动允许这位实体完全地返回它正在寻求的调音中。

或许你已经听过这句话：「要收割的田地已经成熟了，但是从事收割的工人在哪里？」[7] 你们星球的田地已经充满了庄稼，而改变的时机已经开始了。这是一个过程，它将会花费你们的一些年岁，也许要长达二世纪的时间来充分地表达。

那些已经来到这里帮助这场收割的人已经被启动了，假如他们对于自己的心跳是敏锐的话。在这个(被启动的)时刻之前，他们通常有一种知觉，有某种作为一个收割者的特殊任务要去完成。有时候、的确有特殊的任务。但是，每一个来到这里服务的人、主要的任务就是成为你之所是；因为这个存有的菁华就是你给这个星球、在收割方面的最大礼物。当越来越多的收割者被启动，就会加速这累积效应，这就彷彿是一个人接触二个人，二个人接触四个人，四个人接触八个人，如此类推。

藉由成为你自己，藉由寻求去成为你之所是、那个更加真实与更加独特的实体，你正在田地上工作着。因为这场收割是一种形而上的收割；当行星的振动点亮的时候，正面导向的气力成长了。坐在这圈子中、被知晓为 M 的实体对这位器皿说过，在一段长时间的挣扎[要去知晓他的服务是什么]之后，他终于领悟到，他正在灵性储备之中，于是在他收到启动通知之前，满足地继续等待。

我的姐妹，我们可否进一步地回答你？

K：谢谢你们。

Q'uo：我的姐妹，我们十分真心地感谢你，并且鼓励你去戴上皇冠，那顶皇冠在你的头上是沉重的。

今晚，我们将离开这位器皿并且转移麦克风给亚伦实体，为了你们和我们分享的美丽与菁华，我们只能暂停够长的时间来感谢每一位。

我们感到无法抗拒(overwhelmed)。我们是 Q'uo。

Adonai。我们在奥秘的爱与光中离开你们，那奥秘创造了一切、即是一切。

亚伦：我是亚伦。当这位器皿返回一种更深的调音之际，我们暂停一下。
（暂停）

亚伦：我是亚伦。我在稍早已经请求这机会，在一段冥想中引导你们进入宽恕的练习。在此，我邀请你们加入。我知道你们疲倦了，我将保持简短。

请把你爱的人[对方也爱你]的影像或临在带入你的心与意之中。无论在你们之间可能有多少的爱，有些时候，这个人伤害过你；有些时候，你伤害过这个人。

我们由请求宽恕开始，以开放的心对挚爱的人说话。你可否给出这些话语：「无论是有意或无意的，我已经伤害了你，透过某些我说过的话、或做过的事、或甚至是想法。我已经伤害了你。我爱你而且不想望去伤害你。在说话的是我的恐

惧。我为我恐惧的发言负责、并且为我对恐惧的反应导致我伤害了你感到抱歉。我请求你的宽恕。透过你的悲悯与仁慈的深度，你能够宽恕我吗？」

尽可能地放松并且感觉到宽恕被献给你。感觉你自己被允许重回这个人的内心。它可能对你说：「是的，因为某些方式、你已经伤害我，或者你对我说过什么、做过什么，甚至想过什么。是的，我宽恕你并且我欢迎你回到我的内心。」

他将会向你请求同样的开放。想到这个人已经伤害你的方式，无论是有意的或无意的。你可能想望去告诉他或她：「爱已在我们之间存在着，不过也有痛苦。透过某些你说过、做过甚至想过的事情，你已经伤害了我。我宽恕你。我理解你的痛苦之深度、而我宽恕你。我邀请你回到我的内心。」

当你们之间的那道墙倒塌时，你能够感觉到疗愈的奇迹吗？在宽恕中有如此多的空间。现在我们转移到某个更加难以宽恕的人，这个人就是自我。请注视着自我、就像你刚刚观察挚爱的人一样。需要被宽恕的是什么：恐惧的显化作为需要去控制、作为愤怒、作为贪婪、还是作为骄傲？观察充满恐惧的自我基于那种恐惧的偏向而行动、造成痛苦的方式，不只对其他人造成痛苦，也对自我造成痛苦。观察自我不是藉由展现自我的完整性、反而躲藏在一处小小的地方而伤害自己的方式。

在此，我想请求你对自我说出自己的名字，并且将已经完成的、看似难以宽恕的事情带入心中：「我是如何虐待了自己呢？我以什么方式谴责了自己、或是如此严厉地逼迫了自己，以致于我无法稳定地忍受呢？这些行为是被恐惧之声所引起的。」

对你自己说出你的名字，你说：「我邀请你进来。你一直在害怕，并且对那个恐惧做出反应。我爱你。我听见你。我宽恕你。」对自我说出这些话是困难的：「

我爱你。我宽恕你。」不过，这些话语成为了基础，打下了一个稳固的地基。它们变成最终消融恐惧迷思之基础，就象是在一个温暖的日子走入冰凉的水中一样。

进入这个宽恕之水域、感觉其中的平静。对你自己说出你名字：「我爱你。我拥抱你。我宽恕你，而我将表达出进一步的宽恕深度，以致于我将会对自己以及对所有的存有更深地开放我的心。」

我的朋友，你们的能量是低落的，所以我将要结束。这个过程有个第三部份是我想请你在自己身上实验的。当你变得能够将宽恕拓展到那个已经伤害你的挚爱者，能够接受来自那位挚爱者的宽恕，接着能够将宽恕延伸到那个似乎不完美的自我；你能够更进一步走入冰冷的水中、向着那个你曾经和他有过深刻痛苦的人的伸出手吗？你能够从这位存有身上请求宽恕吗？然后，即使只为了实验的缘故，你能够吸气并试着说出：「我宽恕你」的话语吗？

记住，这是一个过程。当你对于你的痛苦的广阔性、以及你的爱之无限特性开放心胸的时候，你就正在碰触宽恕的可能性。

愿每个地方的所有存有都去爱与被爱。
（铃声）
愿所有的存有都知晓宽恕之心的无限开阔与喜悦。
（铃声）

愿所有的存有都追随这条放手的途径、进入他们自己存在的最深真理，并在那里找到完美的平安。

（铃声）

我感谢你们全体、邀请我们进入你们的圈子。我爱你们全体，祝愿你们晚安。

那就是全部。

原注

[1] 如同在先前的集会，亚伦使用字母 A 和 B 表示在关系中的两位个体。

[2]《劈柴、挑水：在日常生活中发现灵性实践的指南》里克.菲尔兹与佩吉.泰勒，雷克.斯伟勒和里克.英格斯合著。纽约：圣马丁出版社，1984 年。

原文书名: Chop Wood，Carry Water: A Guide to Finding Spiritual Fulfillment in Everyday Life .

[3] 圣经，路加福音 22：42。

[4] 《席间闲谈：活出一个人的自我》威廉.黑滋利特着，1821-1822。

原文书名: Table Talk: On Living to One's Self

[5] 《首任就职演说》佛兰克林.D.罗斯福着；1993 年 3 月 4 日。

[6]As above，so below 出处：《奥义之书-凯巴莱恩》，匿名者着。

原文书名:The Kybalion

[7] 圣经，马太福音 9：37，路加福音 10：2

Translated by M.D.

(V)2016 Reviewed by T.S，and cT.

———————————————

☆ 第 2509 章集：亚伦与 Q'uo 对话之三十

The Aaron/Q'uo Dialogues，Session 30

Copyright © 2007 L/L Research

1995 年 11 月 19 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

团体讨论：该团体建议进行一次问与答的集会，可能更多地讨论有关宽恕冥想的内容。

Q'uo：我们是你们知晓的 Q'uo 原则，怀着一颗明亮与愉悦的心，我们在太一无限造物者的爱与光中问候你们。和你们花费几个小时一起寻求一种更加清晰的变貌、属于单一伟大的起初思维[也就是爱]，这是何等的一个祝福。

谈论关于在信心和奉献中活出一次人生，这是何等令人高兴的一件事情。当被知晓为亚伦的实体说、他可以用几乎是无限的长度来讨论这个主题，它也代表我们发言了，因为以奉献的方式生活是你们的希望，也同样是我们的希望。如逻辑学家所说的，我们不断地抵达目标前方的中间点，接着目标前方的(下一个)中间点，然后目标前方的(下一个)中间点，越来越接近；然而，那目标依旧在我们面前，被宏伟的奥秘包围着。

有些相对容易的灵性练习，好比冥想、祈祷、沉思，阅读启发性的作品、聆听启发性的音乐，在(灵性)团体中，好比这一个，共享敬拜(仪式)，这些练习照亮你们的星球，特别是在这个安息日。有些是相对困难的灵性练习，好比在杂货店、站在结帐队伍中，以及刷洗厕所马桶。你在这里活出奉献的生命、或者根本没有。

在你们星球上、人们有一个普遍的希望是在某一天隐退到一处愉悦的、与世隔绝的地方，在那里，你终于可以奉献自己给敬拜；但我们对你们的建议是：奉献的生命是当下被活出的生命，无论你在哪里。重点是内在的信实和焦点，它把光秃秃的土地转化为圣地，带着超凡的、无限制的、整体的爱之炽热光芒燃烧。

你的挑战是去找到方法、对当下此刻以及其中的爱敞开心。依据你的严厉批判，你将会失败，一次又一次地失败。我们要求你们深深地、确切地知晓，每一个失误、错误、每一个错失的机会，都是献给无限太一的礼物，正如每一个恰到好处/处于最佳状态[当你这么评价自己，套用这位器皿的说法]的时刻同样是礼物。无论是臃肿的或优雅的，笨拙或是流动的，你的灵完全地被爱着。

开始允许你自己去感觉到，在内在的世界中、你永远不是孤单的，永远不是孤立的，永远不是疏离的，这个世界对你们每一个人如同外在世界一样地真实。在那个世界中、你有许多的无形的同伴、你们称之为天使，还有好比我们这样的实体，当一些人坐下来冥想或当忙碌于每天生活的琐事时，如果他们带有渴望请求我们，我们就会陪伴他们。当你忘记你的中心在哪里，愿你鼓励自己。当你可以感觉到(宇宙)造物的旋律与一切万有的正确性，愿你安歇在心满意足中，并且赞美那些庄严的时刻。

你是宇宙的缩影，就象是一张全息图，你是完全与完整的、如同这无限的幻象[你们和我们都居住在其中]一般。要知道，当你经由锻鍊与精炼你自己来服务，或者成为另一个人的生命中良善的一部分、以此来服务；你都服务了光。

感谢你们、为了这个巨大的荣幸。被知晓为亚伦的实体和我们再怎么表达我们对你们[朝圣者灵魂]的爱都是不够的。祝福、祝福、祝福。多么令人不情愿啊，我

们在街头演说箱(soapbox)上头的时间要结束了。啊，这个肥皂箱(soapbox)、这座讲台。我们滔滔不绝地讲述真理，接着我们走下来和你们一起滚下山丘、落入温暖的水中，在阳光下戏水、玩耍。愿你们就像水獭一样一起玩耍。愿你们和彼此相处是愉快的。愿你们分享彼此的负担和喜悦。愿你们知晓自己正在从事造物者的业务。

我们现在开放这次工作时间给你们的问题。如我们挚爱的亚伦说的，单纯地表达你希望我们哪一位回应呢，接着我们将从那里开始。我们可以有第一个询问吗，请？

I：我有一个想要问亚伦的问题。这是我对于他在昨晚谈到某些事情的理解。我将会朗读这个陈述并且请求他增进我的理解。对于投生的自我而言，宽恕是一个过程；然而宽恕作为整体大我的一个面向而放射，所以宽恕的过程是从一个思维点移动到一个已知空间的运动的一部份，一种无处可去。亚伦可以评论吗？

亚伦：我是亚伦。右手需要去宽恕左手吗？假如婴儿，胎儿，在晚上踢闹、吵醒了母亲，她需要去宽恕胎儿(fetus)吗？在第一个例子中，右手和左手清楚是相同存有的一部份。母亲和胎儿仍然体验那个没有分离的状态。

你自己的天使面向知晓祂是没有分离的、而且永远不曾是分离的。祂知晓祂的合一性的水晶般透明度，祂的合一性永远不会变成暗淡无光的。进入此生就是去接纳分离的幻象，同意这个遗忘你真实存有的罩纱。因此，你进入该幻象，你的翅膀上有着污点，你的身体和头脑某种程度上是不纯净的。

你们全听过我称呼你们为穿着地球衣裳的天使。是的，我，从人类的观点而言，

因为有过对人类是痛苦的体验，所以你练习宽恕，而这宽恕的练习打开内心。它不只带领你回到你过去所在的地方；你那时就是爱。你可以表达的爱是没有数量限制的。假如有一个限制，就没有理由进入投生中。因为你知道，宇宙不是在线性的时间上运转；没有急迫性，没有时间表。因此，你将会在星光层面上休息，当课程来到时，你轻易地拾起那些爱的课程，直到你已经到达那个位置，在那儿，你可以说：「我已经学会该课程了」。

如同 Q'uo 刚刚表达过的，那道闪亮的光总是在前面。一个人从来都未曾完结过，甚至是在第六密度。我没有完结。关于爱永远有更多的事情要去学习。你已经在信心中进入投生，这是一个工具，它将会帮助你去学习爱，不是到一个完结的点，而是继续增进慈爱的过程。

我们发现的奇观与美丽：那些已经从地球层面毕业的人会对宇宙的其他部分教导爱和悲悯心。真的，在我们的宇宙中，爱的大师是已经穿越地球之催化剂的那些人。它是一位非常强而有力的老师。是的，我喜欢你的意象：少量的事物扩大了。

从来没有任何事情要去宽恕，不过，就人类的观点而言，你已经练习宽恕。那个练习把你拓展、脱离那个渺小的小我，进入我们全体分享的心，进入那个地方—

没有个性化的自我被视为真实的，不过，当你正在学习的时候，也只有个体化自我的幻象。是故，你练习宽恕，不是有如此多要去宽恕的事物，虽然那是在相对心智中的一个观念，而是去拓展心，走出你的各种分离幻象。

你们是未平衡的。今天早上，我对你们一些人说过，你们进入投生中、接着你们

立刻拿起厚厚的镜片做为显微镜。它们是让你去打结并解开结，去看见你在做什么事情。不过它们隔绝了你们进入投生之前所拥有的宏大观点。

假如某人举起这些显微镜的镜片一会儿，你向外看、接着说：「哇！那儿有全部的空间。」然后，镜片滑回去了。你多么迅速地就忘记了那个空间。当你透过任何灵性的练习，规律地练习进入那个空间，你学习非常稳定地歇息；不过缠结仍然需要被系上和解开。假如有人踩到你并且请求你的原谅，你仍然需要和痛苦、伤害一同工作，接着来到该处：人类可以给予宽恕，释放其恐惧、愤怒、分离的地方。

宽恕的练习引导你重复地回到天使(身分)。不过宽恕的练习也允许人类戴回他的显微镜、并且以一种更有技巧和更慈爱的方式和投生的各种缠结一起工作。

这回答你的问题吗？我，或者，容我进一步谈论它？我暂停。

I：有一些新的观念。我有感觉我正在用天使状态的观念来代替抹去肉身中自我(incarnate-self)的观念，我不认为这是对的。亚伦谈到关于一个伙伴关系，一种平衡。

芭芭拉：在相对自我与终极自我之间的一个平衡。亚伦说伙伴关系(partnership)是一个完美的字汇。

I：我最近在这二者之间游走。

芭芭拉：亚伦说[我转述亚伦的意思]，起初，一个人倾向来回地跳动。他说，想

象你自己独自一人在跷跷板上，试图使它维持平衡。首先你从这一端跑到另一端，然后，你开始理解如何让你的重量平均地在二端上平衡。他请求你们也忆起在无限广阔的房间中、他的盒子的影像。相对(实相)安歇在终极(实相)中。你无法离开终极(实相)，仅仅忘记了它一会儿。

亚伦：我是亚伦。当然，对于天使而言、没有任何事情要宽恕。怎么会有呢？当然，对于人类，如果深深地困在他自己的小我中，宽恕几乎是不可能的。你正活在这两者之间的一个平衡中，两者之间的一种伙伴关系，因此人类不会听到没有任何事情要宽恕，因为对于人类而言，有某件事要去宽恕。不过，宽恕是可能的，因为你认出天使的存在，从人类到天使、你同时处于两边，该平衡总是依据那个时刻的需要与清晰度轻微地改变。我先暂停。

I：我喜欢这个想法，把宽恕当作一种灵性的练习。

亚伦：我是亚伦。当你成为那个正在宽恕的人的时候，仅仅去留意易于突然出现的骄傲与自以为是。假如它们确实突然出现了，接着，把宽恕练习转换到去为那个已经在他的道途上、发现骄傲的人找到宽恕。我暂停。

我们可以聆听你进一步的问题吗？我先暂停。

K：请亚伦和 Q'uo 就骄傲的方面跟我们进一步地谈论、带着更多深度。我们是天使。当我们发现这一点，我们如何能够同样不穿上骄傲的外衣呢？

亚伦：我是亚伦。我听见你的问题，我的姊妹。穿上骄傲的外衣就只是穿上骄傲的外衣，正如感觉愤怒的升起就只是去感觉愤怒的升起，正如踩在一只图钉上

面，直到从你的脚流出血来了，这就只是踩在一只图钉上面而且流血了。特定的情况引起特定的内在环境。是的，最终你将会到达一个点，在那里愤怒和骄傲不会升起，至少，几乎不会如此频繁或猛力地出现，但这不是透过意志力来完成。

你们是人类，对此有一种深深的谦卑和理解；当你理解你的天使性，骄傲升起了：「在这里，我是天使；突然间出现了骄傲。所以还有什么其他的新东西？我无需对那种骄傲采取行动，也不用摆脱它，只要去注意到，骄傲在这里。」

骄傲是恐惧之扭曲的一部分，那个想要成为重要人物，想要是安全的、处于控制中的一部分。慈爱的心如何能不开放给那个想要感觉安全与处于在控制中的人类？当你拥抱没有感到安全的、恐惧的自我时，那些引发骄傲的情况开始减少了。以那样的方式，骄傲开始消融。当没有剩下任何人感到不安全，接下来骄傲和愤怒、以及其他这样的情绪将会停止升起。容我进一步把这个问题传递给Q'uo？我暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo。我的姊妹，或许你回想起了耶稣老师的、关于法利赛人和税吏的寓言。寓言是这样的：有二个人在庙宇里。一位是法利赛人，另一位是税吏，在那个时候，税吏等同于不诚实的、贪婪的、完全不受欢迎。因此法利赛人祷告：「主啊，我感谢你，我和其他人等不一样：强盗、小偷、伪君子。我一星期禁食二次。我向神殿缴纳什一税。」

另一方面，那个税吏跪下来祈祷：「主啊，开恩给我，因为我是个罪人。」[1]

这两个人当中、哪一个有适当地祈祷呢？

原注：[1] 圣经，路加福音 18：10-13

***

在可预见的未来，骄傲的议题将会是你们以及每一位寻求者的亲密伙伴。我们请求你，仅仅去观看自我就好像你过去是一颗粗糙的、巨大的小行星，有着深深的山脊与河谷，一个大块参差不齐的球形，在太空的无限范围中，它是非常微小的。宇宙的影响和本质如一团精炼的火焰在发光、辐射着，它哀叹地在所有这些骄傲与显化中灵魂有关的错误山脉上方玩耍。以最少扭曲的话来说，在适当的时候，这些山脉将是平滑的；经过亘古的生命，带着勤勉刻苦的完全性，你的意识的道路与轨迹将会变得平顺而且接下来会更加平顺，直到最后，如同地幔岩石覆盖着你们的地表，肉身也覆盖着内在的活生生存有，它们最终将会被磨光，你的意识之所是的巨大宝石将会出现、变得如同太阳一般。最后这个恒星体将没有骄傲，因为它将单纯地存在。不要着急地冲向那个命运。享受你不完美的外壳。它们将不会伤害你的灵性，而只会给予你的意识所寻求的催化剂，以便于擦亮和磨光，并慢慢地将你最不真实的自我部分腐蚀掉。

知道所有的事情都是可接纳的。每个实体看见他自己的阴影；(人)灵越想望、越渴望摆脱人性，人性就将越发无法服务你并教导那些你来到这里要学习的事物。我们建议你，单纯地停止抗拒那些麻烦的和难以捉摸的倾向。因为你正在开始闪闪发亮、使得这些影子变得暗黑。测量灵性的温度就是评判；当你发现自己陷入骄傲和批判时，微笑。拾起你的存有的那些碎片、并将它们上交给无限太一。当你带着一颗诚实与悔悟的心交出它们，在那双强有力的手中，它们将被改变并且返回百倍的祝福。在此同时，恰恰就是在这个造物与该精确的时刻、你进入其中、前来找到你的造物者。在喝着你的咖啡之际，你把这世界带入平衡之中。

我的姐妹，我们可否进一步回答你？

K：在这勤勉刻苦的完全性中，我们发现自己进入了完美主义者的行为，努力去达到我们早已知道的我们之所是。知道似乎没有多大帮助。我们对于这个吓人的罩纱感到受挫。我们无法是完美的，不过，我们知道我们本是(完美)。这是怎样的一种挣扎啊！

亚伦：我是亚伦。我听到你的痛苦。然而，假如你已经在人类的方面是完美的，为什么你会投生呢？罩纱对你不是负担、而是一个礼物，它时常不是一个令人愉快的礼物；不过它恰恰正是你需要的催化剂。

我请求这个器皿进入更深的一个出神状态。有一个故事讲述的是、关于灵性的导师葛吉夫。在他的社群里住着一个粗鄙的男人。他没有做他那部分的工作。他身上甚至发出臭味，因为他没洗澡。他厌倦别人对他的否定而离开了。葛吉夫追上他并且请求他回来。当其他人付钱以在社区中生活，葛吉夫对他说：「假如你愿意回来，我将付钱给你。」刚开始这男人不情愿，但他是贪婪的；既然葛吉夫提出要付钱给他，他就同意并且回来了。

那些在该社群的人们吓得目瞪口呆。他们说：「你怎么能够邀请他回来呢？你怎能付钱给他回来？」葛吉夫说：「他是面包的酵母。如果在这个地方、每一个人对相互彼此都是仁慈又慷慨的，你又有什么别的方法来学习悲悯呢？」

孩子，这种在你里面的、对完美的渴慕，这种去成为它已经是的事物的自我奋斗、这些恐惧与反应的模式、骄傲，所有这一切都是你的面包的酵母。在这星光

体层面之中以及之外，你将会练习无形的技巧，练习你的完美。为什么要在肉身之中寻求练习那种完美？这不意味着、你不会热望于完美。而是理解，人类在其不完美之中就是完美的。

我也会谈论关于你的热望的气力。因为你看见神性的这种灿烂光明，接着你看见在自我之中的阴影、并感到：「我永远配不上那道光」，因此你们许多人的内心会有这样的痛苦。接着你如此强烈地希望去摆脱阴影。这个是每一位寻求者的道路的一部分，那个灵魂之暗夜的部分。不过当你穿越暗夜时，你开始看见 Q'uo 刚刚说过事情的真相——阴影被看见只因为你的存有的固有光明性。你越发明亮地闪耀，阴影就会越发明显。就让光闪耀吧。成为光并且给出仁慈，而非鄙视这个已经同意也去携带阴影的存有。我可以进一步回答你的问题吗，或者这样就够了？我先暂停。

K：更为深入地爱是一个走出完美主义的方式吗？

亚伦：我是亚伦。它是唯一的方式。我先暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo。我的姐妹，你将会进展。在你们当前的幻象中，你将不知道如何(进展)或由于什么刺激物(而进展)。事实上，这个幻象的全部要点就是：使得那个有知觉的自我如此困惑、昏乱、恼怒，以致于你最终停止试图去完全弄懂它，接着从头脑移动到心。我们要求你运用你大量拥有的事物：幽默感。你的人生难道不是一齣令人惊奇的情境喜剧吗？在音乐会中、你有许多次体验过当指挥要求安静、轻轻地唱歌的时候，合唱队开始变得沉重而且本能性地开始唱得更慢而失去了节拍。创造愉悦的钢琴声的努力压住那种韵律感。

对于被感知到的错误、答案不是增加智慧，毋宁是提升起来进入旋律中。当你体验这个挫折与痛苦时，提升起来。提升起来并且对人类喜剧[一个良好的称谓]大笑吧。在无限造物主之中、有着伟大的幽默。

亲爱的朋友，我们可否进一步谈论？

亚伦：这里我想要加入某个东西。当我说爱是唯一的方式时，我的意思并不是，你必须找到一个爱的开关、并且将它从关拨到开。爱的给予是一个调光器开关。你已经找到开关。你持续地把那个开关向上轻推、藉由我们这个周末已经谈过的许多练习，经由祈祷和冥想，经由慷慨行为的实践，经由留心觉察负面和有害的情绪是如何升起的，经由向上伸出手去触及神性；并且接受被提拱给你的、提升你的帮助，经由培养信心与耐心，。

就像一个人在黑夜中已经走了一段漫长的道路，她无法清楚感觉已经走过什么地方，但是黎明来临时，她发现自己在山上的更高地方往回看，并且能够说：「啊!那儿是我在其中被绊倒的山谷，那儿是有泥巴的陡峭地方；我已经全部穿越它们了。」接下来，你转身观看，你注意到山脉不断上升，上升再上升。你正在过程中。

你与生俱来的爱不能不显化其自身，假如你给它机会如此做的话。我们可否进一步地谈论，或者这样就足够了？我先暂停。

K：我同时感谢你们二位。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们和你，我的姐妹，在这个议题上似乎是意犹未尽；但

我们单纯地拥有这样一场爱的谈话。关于这方面，我们有最后一个建议，那就是你为自己采用这个座右铭：「上帝祝福这团混乱」。

我们是 Q'uo，此时我们开放进一步的询问。

K：我有一个重复出现的梦，在一个情境中，人们全都围绕着一座巨大的污水槽站立着，我发现有命令要我潜入这座水槽。我没有选择。当我穿越这座污水槽时，我没有感觉痛苦；我突然间到达一个 L 型的白色房间，和那些围绕着我、穿白袍的人在一起。我觉得感激，因为这些人是我的兄弟姐妹，或许是同事和老师。这就是当我们在睡觉时、不在地球上的时候，我们在其中学习的学校吗？

亚伦：我是亚伦。我听到你的问题。K，首先容我说，这个梦是我曾听过的、对于投生过程的一个完美说明。一堆泥浆… 是的，如同 Q'uo 说过的，「祝福这团混乱」。

有二种不同的梦：象征性的梦、以及我们称为教导性的梦。这个梦似乎同时拥有二个类型的一部分，跳入污水槽是象征的部分；觉察到，只有当你穿越投生的混乱、一具身体和各种情绪的混乱，才会浮现你之所是的天使。

你陈述他们似乎是老师，不过或许也是同事。K，这些人很可能是老师，不过老师也是同事。一个人没有学习是无法教导的。这是一种共同参与。

这场梦在我看来、不仅仅代表一种抵达这个房间的愿望，同样也是准备就绪的一个陈述。当冥想练习没有充分地被发展以允许你们在一个更有意识的状态中来聆听我们时，我们在较高的层面使用教导性的梦，所以我们绕过那种有意识的状态

进入梦境。它是和你们接触的一种非常有效的方式。唯一的问题是：人们通常没有练习在睡醒后去记住梦，所以它就不会像在冥想的状态下一样清晰地被整合到投生的状态中。对于那些当身体处于我们所称的醒着的状态而不是睡着的状态中、已经进一步发展了聆听其老师的能力的人，他们发现教导性的梦似乎减少了。

K，我从你的陈述中听到的是，有一种进入这个领域的准备就绪。我想要建议的是、假如这个是一个重复性的梦，或是在冥想中重复其自身的话，你允许自己对那间房间的经验开放，接着你做出非常坚定的陈述：「我需要学习的是什么？我是开放的。请教导我。」只是看看你听到了什么。现在容我把这个问题传递给Q'uo？我先暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们几乎没有甚么要补充我的弟兄说过的内容了，我们只说，身为已经穿上地球的外衣的白袍者，你所能做的最仁慈的事情就是：去信任并且与你正在开展的命运之旋律合作。允许事物在它们自己的时间掉落。允许那些描绘了灵性事物的特性的矛盾、对立面、谜团去把你缠绕起来，允许它们以自然的方式被解开。

我们担心时间渐晚了。此时，我们请求最后一个询问。我们是 Q'uo。

(没有进一步的提问)

亚伦：我是亚伦。在穿越你们投生的过程，有许多时候、在你自己和他人身上只有痛苦。我时常被问到：「什么是有帮助的呢？什么会允许我带着更多的仁慈来触碰那个痛苦？」

有一个源自藏传佛教的非常有力量的练习。它被称为施受法(Tonglen)或「给予/接受的练习」。我发现它是一个在自我之内或之外受苦的情况下、可运用的非常强有力的工具。我想要把它教给你们。

我请求你们把某个正在受苦者的形象带入你的心和意中。他们不一定是因为受苦而束手无策的人，而是某个正在体验痛苦的人。可以是这个房间的某个人，在你家中或是你的朋友圈中的某个人，甚至是某个你曾在电视荧幕上看过面孔的人，一场[属于这类或那类的]灾难的受害者。通常，在我们做这个练习之前、我们请问这个人、这个人的高我：「我可以和你一起做这个练习吗？」我们不会将我们去服务他人的需要强加在这个人身上。

所以，第一步是邀请这个人进入你的心与意，接着问：「我可以和你一起做这个练习吗？」观像或感觉你自己坐在一束光柱之中。既然你已经坐在光柱中，这不是某个你需要去想象的事情。单纯地用无论什么适当的方式向着那种光的体验开放你自己。假如想象就是管用的东西，那就没问题。但要记住，你不是正在藉由你的想象力来创造，你只是允许自己进入一个不同的实相层面。

吸气，让那道光穿过顶轮，下降到心轮。吐气，感觉光置中于心。吸气，有意把光送出去、到达正在受苦的地方.....吐气，把它送出去，要嘛作为从内心出来的一道光束，要嘛你可以感觉它是一束经过第三眼的光，或它甚至是伴随着呼吸而来的；或者来自于无论什么你感觉到最为自然的位置，把它送出去。吸气，光进入心轮.....吐气，让它稳住.....吸气.....有意去释放.....出去，释放.....进，光.....出，稳住.....进，意图.....出，释放.....进.....出.....进，释放。

现在我们即将增加这个练习的第二部分。伴随着下一次吐气，注意到苦难是一团沉重的、黑色的、柏油状的物质。吸入它，把它带入心轮。注意到、对于允许那个苦难进入自我的任何抵抗。吐气出去，感觉它的沉重。你无需去负担这个重量。你仅仅是它所穿越的载具。吸入，有意去释放它.....吐气，释放它向上通过较高的脉轮和顶轮，接着返回神性，让它离开.....吐出.....再次从头开始.....吸入，光.....吐出，感觉它充满心.....吸入，有意去释放.....吐气，释放.....出去，巨大的、黑色的物质.....吐出，感觉它的重量.....吸入，有意去释放.....吐出，释放.....

你可以用这个速度或是双倍的速度或是一半的速度做这个练习。换句话说，吸入光，并且送它出去……吸入黑暗并且送它出去。这是双倍的速度。或者：吸气，光进入心中……吐气……吸气，感觉那道光的充满，吐气……吸气，注意释放的意图……吐气……吸气并且接下来以吐气释放它……吸气，将那个沉重的黑暗拉入你自己……吐气……吸气，感觉它的重量……吐气……吸气并且带着释放的意图送出去……吸气，感觉它从心的中心聚集并且上升……吐气，送它出去。

我将保持安静几分钟。请以你感觉最佳的速度来工作。请选择一个速度、并在这几分钟的期间保持它。现在，我将保持静默。

(暂停)

(铃声)

愿这个房间之内的爱与光把自己照耀出去、进入这个宇宙中。

(铃声)

在这个宇宙中每一个地方、愿所有的存有都开始知晓自己作为光的器皿的无限能力。

(铃声)

伴随着那个能力的持续拓展，愿所有的存有找到他们进入光中的方式、并且开始知晓他们真实的存在，从而找到完美的平安。

没有言语可形容我对于你们的无边无际的爱与感激。当你们走在这条道路上、有时候感觉孤单时，请记住，你是如何深深地被珍惜着、并且觉察到所有在爱中伸出的那些手、它们在这条路上陪伴你们。我把这个通讯传递给 Q'uo，好让它也有机会说再会[只有一会儿]，当然，因为当一个灵魂对另一个灵魂说话，永远不存在一个再见。那就是全部。

Q'uo：我们是 Q'uo 原则。一路顺风(Bon voyage)。我们在浪潮上和你们同在。

Adonai。在太一无限造物主的爱与光中、我们离开这个器皿和你们。我们是你们知晓的 Q'uo。

Adonai。Adonai。

Translated by M.D.

(V)2016 Reviewed by T.S，and cT.

☆ 第 2510 章集：接触指引系统

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年十月 11 日

来自 K 的问题：我感觉到非常的沮丧，因为我似乎无法以一种更具体的方式、更

直接地接触自己内在的指引、直觉或灵性。你们能否在如何增强我的知晓的这个面向上评论并给予任何建议？这个议题让我在尝试去服务他人的方面、感觉多少缺乏一种指导性的影响并经常让我感觉不受到支持。

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我的姐妹，太一无限造物者的爱与光中、我们向你致意，我们同时也向 Carla 实体和 Vara 实体致意，在为造物者的服务中、我们今天来到你们这里。一如既往，我们很高兴被你们的寻求圈所呼唤，我们很高兴向名为 K 的实体谈论这个有趣的询问和其他你们可能有的问题。

无论如何，为了在和你分享我们的想法的时候、感觉到完全地自由，我们对你们有一个请求。我们会要求你们每一位[听到我们的言语的人]在你这方面的责任上保留一种坚定的认识：对于你将会考虑什么问题，以及你将不会考虑什么问题，你是唯一的辨别者。也就是说，我们可能提供很多想法。在这些想法中、有一些可能创造出你并不想要的、通向问题的途径。我们会请你聆听自己的分辨力、丢下在我们的评论中、任何看起来和你没有共鸣的部分。如果我们的评论的任何内容确实是有道理、并且确实看起来导向在意识中的有益工作，那么我们会乐于让你和它们一同工作。

我们所关心的、只是不侵犯你自然且自发的灵性发展的过程。如果你愿意遵守这个要求，那么我们就能完全自由地以我们的想法来评论。我们不希望成为某种类型的外在权威，这可能会在一个未来的时刻为你制造一块绊脚石。感谢你们在这方面的合作。

K：是的，我理解。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。当我们开始处理你关于指引的问题的时候，我们愿指出，指引系统属于你，的确，它属于每一个寻求的实体，你的指引系统是你的系统中、一个非常实质性且稳固的部分，它比你的呼吸离你更近、比你的心跳离你更近，它也是一种精细又微妙的影响力。所以，我们会以各种各样的方式评论。

我们首先的评论是：你的指引系统不是一种强求性的、或侵占性的存在，它在其自身不会动摇你、或作为一种自行唤醒你或警告你的闹钟而行动。一个人必须寻求、请求它的帮助。这是一个简单的事实，而它是一个经常被那些寻求者所忽视的事实。

指引是一种能量，它是你的非常大的一部分、以致于它和你一同进入此生。而它来自于这个器皿称之为时间/空间或形而上的宇宙，或者说，和你的身体与心智在此刻享受的物质性宇宙相互贯穿的造物。它不是空间/时间或共识性实相的一部分。它稳固地保持固定在形而上的或灵性的宇宙中。因此，一段短小的祈祷词就可以提醒指引系统、你已经准备好去接收信息。的确，在每一天最开始的位置、去请求指引系统开放并在当天都保持开放，这是一个好主意。

它将自然而然地、作为睡眠和梦境体验的一部分，和梦境、以及你在清醒状态下接收的印象一起工作。你无需请求你的指导灵与你说话、好让它在(你)做梦和睡觉的过程中和你一同工作。

然而，当你是醒着的、带着大脑[空间/时间的一部分]一同运作并在问题解决的模式下工作的时候，去请求指导灵能够对你说话，这是很好的。一个简单的请求就

是一切所需的事物了。无需大声地说出来。它可以是完全的心智过程，只要你的心智过程使你能够在无须大声说出的情况下、作出一个清晰而明确的要求。如果你的内在对于这一点有任何疑虑，我们会建议你继续大声说出来。

这个器皿经常这样做，因为她知晓其心智过程[就她的智力心智的意义而言]的力量与力气。所以，她会说：「来吧，圣灵！填满信靠?的人的心，在她里内、点燃?的爱之火焰。遣送?的灵，她将受造，而?将更新地球的面容。」

这是她为了调音经常使用的一个祈祷词。我们把这段文字提供给你们、作为让你考虑的一种可能性，如果它看起来和你有共鸣的话。

这个祷词的一个更短形式是：「来吧，圣灵！即刻快快来！」，这是该器皿偶尔也会用的祷词。

你也可以简单地说：：「帮帮忙。」这个器皿有时会那样做，对她的指引系统说：

「荷莉，帮帮忙吧！」她称呼她的指引系统为荷莉(Holly)。

任何看起来最自然的、于你最有共鸣的、表达这种要求的方式，我的姐妹，都是一个我们愿建议的方式。

这个请求不仅仅在一天的最开始的时候可以是有效的。在一个你选择的时刻，在你有一点空闲的时间，容我们说，可以被用来和你的指引系统建立更加稳固的联系，你可以坐下来，休息并清空你的头脑，接着就这样重复我们向你们提供的那

些祷词[作为你们可以使用的资源的例子]当中的任何一个。

当你希望和你的指导(灵)正式开始一次实际的对话，我们有两个建议给你们考虑。你可以就字面意义上采用；也可以象征性地采用、被使用的是该建议的菁华而非形式。

第一个建议是：你坐下来、拿着一迭纸或一个便利的计算机键盘，在清空你的头脑之后，和你的指引开始一次对话。就你对进行这项工作感觉自然的方面，你为自己确定、希望用来称呼你的指引系统的名字，这是有帮助的。例如这个器皿，作为一个神秘主义基督徒，她将其指导灵系统识别为圣灵(Holy Spirit)，她在很久以前就为祂取个绰号：荷莉(Holly)；她觉得让该指引拥有一个人类的名字、而非简单地称之为指引系统、圣灵等通用名字，这样更加恭敬、更为个人。

每一个人的指引系统都是独一无二的，结果是，当你单纯地呼唤指引，你正在呼唤指引的一般性版本，它是有帮助的，但不如呼唤或祈请你个人的指导(灵)那样地有帮助。

当祈请指导(灵)的过程已经完成，我们接着会建议你写下[或打字]你基本的关注事项。你是因为一个特定的关注、而来到这个请求指引的时刻。你可以向指导(灵)表明那个关注事项、请求它在此刻可以向你提供任何的信息、资源或评论。

手上拿着你的笔或把手指放在键盘上，无论你的下一个印象是什么，写下它。

阅读你已经写下来的内容，你将据此形成一个对指导(灵)的进一步的意见。把它写下来[或打字]。再次地，等待下一个想法从你的脑海中跳出来。

当你开始得到那个念头，再次地，不带有评论、批评或质疑，把你留下印象的内容写下来。

再一次，阅读你已经收到的内容，形成你的下一个问题或意见，把它写下来。

以这种方式，你就安全地停留在你的指引系统之中，它是受到保护的，它完全地位于你的以太体与电性体之中。只要你完全地在这些参数之内聚焦、这是一个受保护且安全的程序。

这就是第一种方式：(你)变得能够感觉到、更坚实地锚定在你的指引系统中并且更具体地感觉你有能力接收来自指导(灵)的信息。

我们会向你建议的第二种方式多少有些更为复杂，但是我们觉得，在你的情况中，我的姐妹，花时间去经历该基本程序、为自己创造一个内在工作的场所，这可能是很好的。该器皿已经这样做了，她发现它是有帮助的。这是一个她从一个实体那里学到的程序，该实体教导的是他从被称为西尔瓦心灵控制术(Silva Mind Control Technique)中学到的原则。这个器皿使用的程序不是对那些技术的一个精确的重现，它实际上是把该器皿发现有帮助的那些技术做一种修改。我们将使用这个器皿的技术来对你解释该器皿所称的、创造一个工作场所的基本过程。

步骤一是：问你自己在这个地球上的什么地方，就位置和地理的方面，你最喜欢的居住地。你在何处最有在家的感觉，感觉最受到保护、最安全、最安心？当你牢牢地把那个地点放在脑海时，然后，我们会进展到步骤二。

步骤二：涉及在那个地方、为你自己创造一个工作的场所。如果你已经选择的地方是一座建筑物或包含了一个建物，那么，我们会建议你为自己在那个实际的建筑中、创造一个用心智构建的房间。它可以是在那个住所中、一个实际的房间的复制品，或者，它可以是一间你完全通过想象而创造的房间。然而，因为它在你的脑海中、和那个安全的地方联系在一起，它被非常有意识地创造为一个神圣的场所。

如你会想望它的样子创造它。如果你觉得需要一个厨房，就为自己制作一间小厨房。如果你觉得需要一间浴室，就为自己制作一间浴室。如果你觉得需要一间办公室，就为自己制作一间办公室，最重要的是：如果你想要拥有一个内在的圣所，那是你进入这个基本的神圣的场所后会去的地方，就为你自己创造那个至圣所，它就是你将进行实际工作的位置。

在你继续前进任何一步之前，为你自己创造每一项舒适条件、每一种便利、每一个设施。例如，这个器皿觉得，因为她想要所有的信息都在身边的舒适，她为自己创造了一个房间，在其中，有办公室档案、一张桌子、一台计算机，等等，这样她就知道她需要的所有信息[用以做她的工作]都在身边，如果在任何时候、她想望去咨询那些信息中的任何项目，她就能够在心智中、去到文件柜并要求合适的文档交到她手上。

实际上，这个器皿从未打开过那个文件柜，因为在灵性中、没有做这类事情的实际需要。然而，因为它有助于为这个器皿创造一种安全感和稳固感，这样她就能够更好地做她的工作了，她已经用她最喜欢的那种地毯、最喜欢的那种办公家具、她最喜欢的照明，如此等等，来布置这个办公室。

在这里，目标不是去创造一个特定种类的工作场所，而是去创造你理想的工作场所。为了让你创造出一个非常可识别的、安全的、神圣的工作场所，让这种构思和可视化的过程需要多长时间就持续多久，需要有多仔细具体、就做到那样地仔细具体。

当你照顾到所有其他的细节，我们会请你在你的工作空间中，无论它是一个房间或你已经创造了一个内在的圣所，创造两扇门分置两边，中间有一个屏幕。这个屏幕是一种方式，在你的心智过程中、具体化你的灵性工作可视化的过程。在这个中间屏幕两边的门代表通往圣灵[如这个器皿对这种能量或你的指引系统]的入口。

为了平衡你对指导(灵)的请求，屏幕左边的门代表指导的男性能量。中心屏幕右边的门代表进入你的指导系统的能量的女性部分。

为你自己创造做工作的最舒适的坐着、休息或站着的姿势。这完全是由你决定的。有很多人会观想以盘腿而坐的姿势从事他们的工作，这个姿势经常被那些和东方冥想系统一同工作的人们所使用。这个器皿使用一个斜躺椅作为她想象的最舒适的座位。

为你呼唤的指导(灵)观像两个位置，在你两侧、一边一个。

当你准备好做你的工作，站在你为自己创造的座位前。在心智中打开屏幕，于是它是活跃的、点亮的，准备好接收印象并给出图像。接下来，呼唤你的指引，你说：「我呼唤指引」或「圣灵，来吧」；或者使你最满意的措辞[无论是什么]，用以表达你的渴望、想要指引系统对你显化它自己。

在这个练习开始的时候，一次呼唤指导(灵)的一个面向是好的。当你首先呼唤你的男性指导时，你可以向那扇门伸出你的手、请求那个指导出现。你将收到一个正在向你走来的实体的印象。在你所接收到的印象之范围内、观察那个实体。这个实体可能有一个名字。它可能有一张你熟悉的面孔。或者它可能是你不熟悉的。

开始熟悉这个实体。你可以问它的名字、或者你可以单纯地欢迎它并感谢它。

接着，通过姿势或言语转向另一扇门，呼唤(圣)灵的另一个部分。再一次，在开始的时候、花时间注视这个实体，使你自己熟悉它、和它对话。它可能有一个名字。它可能有一个可辨认的、或是一张陌生的面孔。欢迎它、感谢它。

当你已经向你的指引系统的这两个面向致意，邀请它们和你坐在一起。如这个器皿的做法，请求它们牵起你的手，这可能是有帮助的，这样你就可以就观想的方面、通过身体的方式和你的指引系统联结在一起。

这个程序就是通过这种可视化的方式、为你在该工作场所中做好准备、执行

意识中的工作。

在我们进入如何从这个位置继续前进的讨论之前，我们会返回一些评论：关于在你开始进入该工作场所之际、你自己的内在工作。

为你自己确定一种调音的方法、好调频你的存有以进行这种意识中的工作，这是

非常有帮助的。正常或日常的意识状态，即使属于这个器皿会认为的、我们当中的最佳人选，也低于进行意识中的工作的最佳调音位置或最佳的振动频率。取决于你在头脑中思考的是什么、或你的日程计划是什么，你很可能会处于一种多少有些散乱的心智框架中，你会把自己描述为不是你最佳的或最高的自我。

那么，你的目标就是去为这个你之所是的、非常强大的实体调音，从它现在的、日常的、平常的心智状态上升到一种心智状态、那是你以稳定且有意识的方式能够承载的最高与最佳的调音。你相当地清醒、相当地警觉，你不想超过你能够承载的范围。但是你的确希望去进行必需的工作来锐化、打磨你的真实自我，这样，当你开始和你灵性上的指引建立联系时，你就在表达你之所是的、最高与最佳的版本了。

当你已经实现了这一步的时候，接下来就可以靠近你的住所大门了。如果你在这最喜欢的场所中、没有实际拥有一个住所，那么你单纯地需要去构建这个神圣空间的外部墙壁，诸如水上的一艘船、沙滩上的小屋，或者不管什么东西、只要适合于这个[你已经为魔法工作选择的]环境。

当你的调音过程完成、你感到满意的时候，接着，可以请求你的神圣空间的守护者站出来。这是该器皿从唯灵派教会(Spiritualist Church)的仪式学到的一种习俗。

我们不是在建议你们创造一种降神会(seance)的氛围、或者你和任何种类的内在灵体对话。然而，在我们看来，拥有一个守门者的惯例是一种强有力且有帮助的惯例。守卫你的背后的责任就是交给了这个守门者，当你完成调音的时候，请求你的看门人出现。直到你请求之后，你才会知道这个守门者像是什么样子。

取决于你的个性和训练，这个守门者实际上可能是任何人或任何事物。然而，如果它是一只动物，牠将拥有和你进行沟通的能力。如果它是一种颜色，它将拥有分享信息的能力。对于大多数做这种工作的实体，守门者结果会是一个人，无论是属于这个世界的人还是属于内在层面的人。这个实体并不必须有一个名字。Carla 实体称呼她的看门人为「守门者女士」，因为当她创造其工作场所的时候，她是在某一个地方创造它的，该地方已经有一个女人住在那里。她是一所学校的院长的妻子，而这个器皿最喜欢的地方碰巧就是在一个大校园里的建筑物之一。因此，称呼她的守门者为守门者女士，但是，她看见一位中年女性的令人愉快与饱经风霜的脸庞，她担任这所特殊学校的所有学生的母亲与守门者。

当你对守门者(郑重地)说话时，简单地问你是否正处在一个良好的位置以进行意识中的工作。如果你收到「是的」，那么，在感谢该守门者并请求他留在岗位上、如果发生无论什么问题时，警告你，然后你就可以继续前进。在你能够做到的范围内，聆听守门者，并说出你的担忧。一旦你对于工作没问题(OK)了，然后你就可以踏入你的住所或神圣空间了，关上你身后的门，开始我们先前描述过的礼仪程序。

当你已经完成了你在意识中的工作，记得去感谢以两种方式显化的灵、并让它离开，关上屏幕并从实质地离开那个神圣空间。当屏幕是打开的并且你正在和(圣)灵一起工作时，该程序可以完全按照我们在先前描述的步骤，用一迭纸与笔，或者用计算机与键盘作为你沟通与纪录的方式。

它也可以全部都在心智中进行。

把你的言语写下来和将来自灵性的建议写下来，其优点是：它是具体化的，可以

在你的未来查阅它。当你希望去跟随你的指导的建议时，这一点会变得对你更加重要。我们会建议你，一旦你已经接收到来自你的指导的建议，跟随指引、回去查阅那些在该过程中已经作出的建议、并在你可能做到的范围内、尽力跟随这些建议，这个过程是极为有帮助的。

指导(灵)拥有交互作用的质量，那些质量会因为聆听指导(灵)和跟随指引的过程而变得敏锐且清晰有力，或者变得更加具体。这并不意味着你必须跟随任何类型的指令。它意味着，在一次与指引的沟通会议之后，你和你先前请求指导(灵)的那个当下是一样地主动活跃。

在我们离开关于指导(灵)的一般性主题之前，我们会进一步评论。你带着一个由三部分组成的指引系统进入此生。指导(灵)的三重属性在某种程度上是一种惯例，但是，意识到指引的能量、于你正在获得的信息种类的方面不是过分简化或单一性的，这是非常有帮助的。指导(灵)有着该器皿所称的阴性或女性的面向，它跟无条件爱的滋养与密接性有关。

指导灵有着可被称为男性的阳性部分，它和力量以及正确地使用力量有关，它也包含了智能与分辨的能量。

在很多的魔法、哲学、宗教的系统中，这两种能量被调换了，我们描述为女性能量的部分被指定给男性或阳性的能量，反之亦然。

你如何定义男性和女性、阳与阴、负面与正面的质量，对于我们而言并不大重要。远远更重要的是：你要看见爱与智慧之间的动力关系，如此等等。

你天生被赋予的指导(灵)的第三个面向可以被描述为雌雄同体或无性别的，因为它是统合指引的共同地基。它也是那种能量，它和以下过程极其紧密地协调一致：

移动进入那个穿梭器[即是灵性本质]、以便于从你的深入心智与一般的内在层面的资源带给你在一个特定时刻对你非常有帮助的那些能量。

没有必要给这个第三实体一个住所、一个场所、一个你身边的座位如此等等。远远更加有必要的是你接触男性与女性、阳性与阴性、正面与负面的动力关系。就是在你的身体、心智、灵性中，你统合这种动力关系。但是，如果你通过一种特别的方式、尊重与荣耀你的指引系统中的爱与智能的动力关系、以此来祈请圣灵，这样做是好的。

你也拥有你的指导(灵)的其他面向，它们增长到你的菁华上、由于你在此生中正在进行的工作、正在提供的服务、你的意图纯净、你的灵魂的全然之美(而受到吸引)。在一次投生的开始，你的指导(灵)将会最终发展为什么，这是未知的。例如，这个器皿拥有超过一打以上的实体、与很多很多的菁华，它们因为欣赏她的本质、她的奉献，或因为欣赏她在此生中所完成的服务他人的工作，而把它们自己和她联系在一起。

我的姐妹，你也拥有一个多重面向的指引系统。你没有必要去确定或知晓指导(灵)的所有不同的层面。你仅仅需要知道：它们因为其本性、不会去伤害你或给你粗劣的信息。

一旦你已经请求帮助，它们也将会工作。当你位于你已经创造的这个神圣空间之

外的时候，它们将在你的汽车里、在商店和店铺中的对话过程中、在路边为你工作。因此，一旦你已经为当天祈请了指导灵，所有你看到的事物都将拥有潜能充满来自指导(灵)的信息。

因此，我们鼓励你们在路过时留心街道的标志、商业机构的名称、广告牌以及其他的完全随机的信息源头。注意那些街道的名字、商业的名字如此等等、和你起共鸣或向你跳过来的事物。

（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）

考虑它们，考虑涉及的短语或词语的含义。注意经过你的路上的鸟或动物，问问你自己，它们给你怎样的感觉，如果确实有任何感觉，在你感觉方式的方面，它们可能给你什么建议。

这个器皿通知我们需要前进了，否则这次会议就会变得难以控制的冗长、而我们将会在我们抵达你们各种询问的尽头之前就用光能量了。是故，我们将请问，现在是否有第二个询问？我们是 Q'uo。

K：我最近在情绪上经历了一段非常难受的时期。有一个医者，和我一同工作、并且是我非常信任的人，他确定我同时被暗黑能量和暗黑实体感染了，而后者是在我这次人生的出生过程中就进入或附在我身上的。一旦我们辨认出这一点，它的确感觉上是对的、并且是我有共鸣的。你们可不可能确认这一点、并且进一步地评论以帮助我理解这种暗黑能量、和一般的实体附着(attachment)，为什么我会在人生中特别显化出这样一种体验？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现、专门地辨认一个如你所描述的特定附着物，这样会是越线且侵犯你的自由意志。然而，我们发现自己想望同时向你和 Carla 实体说明，这样一个实体的附着、而非一般的能量(附着)，其原因跟两件事情的其中一件有关。

在你这边、它们可能和你与一个特定实体致力于解决一个特定议题有关，那就是说，你将会与之拥有一种持续性关系，双亲或在你的投生过程中的某个人。它也可能是一种连结、由于你已经在意识中或在服务中完成的工作而拾起的连结，在这些工作中、你为自己创造出了被这个器皿称之为一个「灯塔」的特征，在其中，你有意识地、带着奉献和坚持不懈，非常近且尽可能地靠近太一无限造物者的爱与光。

人们经常说，当你站在一种更加强烈的光中，你就会投下一个更锐利的影子。在强烈的光中，你的阴影自我变更为醒目地明显。该实体看到这个更清楚的影子，接下来、就会看见它进入你的能量系统的最佳途径。任何你投下的影子，或者换句话说，任何在你的光之盔甲上的缺口都可以构成这样一个弱点的位置，它使得实体们有可能进入你的能量系统；那个缺口出示了你对于爱、光、智慧、真理等等事物的错误思考或不成熟的理解。

无论是否牵涉到一个实体，和较暗黑的能量打交道的步骤是完全相同的，除非你想望透过知晓一个实体的名字、进行工作以控制它或其力量等等，而特别地和它交战，我们并不推荐这种控制的方式，因为尝试去控制任何菁华、实体或能量从来都不是服务他人(的方式)。

我们会单纯地建议你意识到、无论是否涉及一个实体，你已经吸引这种能量的原因是：你非常有爱且充满光的本质。它唤起了你的阴影面或该阴影面向的一面镜子，因为难道万物不是一体的？因此，即使它是一个有名字、有背景等等的实体，而在其精华中，它仍旧是你自己，更具体地说，它正在向你映照你自己的一部分，你的这个部分尚未被自己的接纳、宽恕、爱所救赎。因此，向这样一个能量或实体送出你最深的理解、接纳、爱，在我们看来，就是和该器皿所称的超心灵致意打交道的最有效方式了。

请问现在有另一个询问吗？

K：你们能够评论以下的内容吗？在我们的世界中、有各种对于个体或个人层面的行为的道德与社会性期待，有时候，这似乎直接地和一个人在灵魂的层次上需要的事物是矛盾的。例如：我曾经结婚，现在是离婚的。丈夫和我、双方都感觉到我们的婚姻已经死了，尽管我们努力去挽回它，我们没有成功并决定分开。我某种程度非常强烈地感觉到，如果我更进一步地努力去留在那种关系中，我的灵魂就会死去了。然而，在离开我的婚姻的情况下，我就打破了我作出的一个誓言。我的问题很大程度不是一个宗教的问题，虽然宗教同样对我也有意义。它是一个如何去处理矛盾的问题；该矛盾是：在一个灵魂的层次上应该去做的事情、似乎和日常生活的个人层次上被期待的事情是抵触的。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。容我们说，这也是一个对该器皿产生极大共鸣的问题，在回答这个问题的过程中，我们将使用她的例子，就她着手解决相同悖论的方面而言。

该悖论涉及做出一个承诺：同时在共识实相和形而上实相中意图成为神圣的；而

空间/时间中的承诺与时间/空间中的承诺是两个完全不同的动物或生灵。

在空间/时间中的一个承诺，事实上，就能量消耗的方面而言，和黄色脉轮连结在一起，黄色脉轮在涉及处理你自己和团体之间的问题的能量上工作。当你在共识性实相中做出了一个诸如婚姻之类的承诺，你实际上签订了一个合同。

合同之道在于绑定那些合同的各种限制，它可以通过你们世俗的或文化系统的方式被解开。通过解除你们所作出的协议，你们已经遵从了那些约定。这完全地消除了你在能量层次上的任何问题，因为你的能量已经与这个星球的文化行为连结在一起。

剩下的事情和你正在尝试去解决的事情，我们相信，是你作出的神圣承诺或那个承诺的神圣面向。这个器皿所知晓的哲学家伊曼努尔·康德创造了一份文献资料，在其中，他认为有一些规则是无法被打破的，或者更确切地说，有一些规则是绝对至上的，所以，它们就其本质是绝不会被打破的。

这个建议是相当有破坏性的，就它和那些在共识性实相中已经为行动承担责任的人的交互作用的方面而言。实际上，在共识性实相中，我们并不相信有如康德实体建议的、可能存在任何绝对至上的必要责任。我们的理解是，那些人尝试去创造一种无法动摇的或不可改变的规则，他们将会发现自己被钉在那些规则的要点上。做出这样一个决定是可接受的，就是在那个情况中，我们不会因此去批评任何保持婚姻的人，例如，在婚姻的协议中、即使对两个人的灵魂都没有健康的希望，仍然保持婚姻状态。

实体们会想望去折磨自己，只为了不打破这样一个承诺，为了他们可以是无污点

的、没有任何可察觉的原罪，这是我们可以理解的。然而，我们用这个器皿自己的经验来解释观察这样的神圣承诺的另一种方式的可能性。

这个器皿在尝试去荣耀与她第一任丈夫的婚姻承诺的神圣性的过程中、当她的第一任丈夫请求她允许解除婚姻的束缚，她才能体验到深深的慰藉(宽心)。然而，这个器皿请求允许和第一任丈夫详尽地讨论此事，在神圣协议的层面上、改变了协议并且具体地以神圣的词语陈述了改变。

因此，他们经历了必要的言语方式、承认这样一个承诺的神圣义务，接着释放彼此，不仅仅释放法律上的承诺，也释放了神圣的承诺。然后，他们一起跪下来、请求造物者祝福他们在协议上的改变。

通过承认这样一个承诺的神圣面向、不只是法制的面向，我们相信它可以很好地减轻你在此刻对于经历额外步骤的担心，无论它是你和伴侣之间、还是在你自己和太一无限造物者之间，这个额外的步骤即，向造物者，如果你愿意的话，向这个在你的人生中、和他的束缚已经解除的实体，详诉这些束缚被解除的具体细节，并请求太一无限造物者对于这种协议的改变的祝福。以这种方式，这个器皿所称的情景性或相对性的道德就可以被援引、而不会忽略或放弃该责任：荣耀神圣的誓言。

请问现在是否有另一个询问？

K：这个问题关系到一个关系。我非常爱的一个男人似乎是服务自我导向的，并且往那个方向有相当的极化。他在超心灵领域也是非常强大的。我认为自己更多地导向于服务他人的极化。当我们开始变得更加亲密时，他看起来非常回避，我

觉得是因为我们的联系正在使他退极化或产生恐惧或一种失去力量的感觉。这是一个准确的理解吗？另外，这个人可能被他并不知晓的第五密度实体所影响？我已经担心这一点有段时间了。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现自己在关于这个问题上发言的能力是严重受限的。这些理由是多重的。首先，这是你在此刻的灵性进程中的一个活跃点。我们不想望以任何方式替代你的学习。

其次，相比于评论另一个实体，即位于你的能量系统之外的其他自我，我们可以以一种远远更为不去侵犯你的自由意志的感觉来评论关于你自己的问题。

那么，我们会想望去做的事情、就是单纯地在你自己与你此刻的感知打交道的方式上评论。我们要求你放下所有的恐惧、并领悟到，在能量工作的方面，这个实体在你的系统内并不拥有存在性，但是它作为一面镜子或一个反射的表面而起作用，它向你反射出、在你自己内在的那些能量，那是你跟这个实体的动态关系、

在你的过程中产生出来的能量。

因此，如果你正在体验负面性或它的结果—来自你跟这个实体的动态关系，就你的能量工作而言，它们出现不是为了让你去跟这个实体打交道，而是让你在自己的能量系统之内工作，使用你已经接收到的、关于你的阴影面的信息，如同镜面影像从这个实体反射回你身上；你自己、如同他看你的样子，或者，当他在反应和你的动态关系之际，你唤起他自己的本性。

吸收这个信息就彷佛它是一次超心灵致意。关于你自己的这幅图像，问问你自己

可以从中学到什么？这副你自己的图像如同一个骄傲的人，或没有耐心的人，或一个虚荣的人，你可以学到什么？如此等等，无论正在被带到你面前的自我、有哪些方面是你宁愿不去注视的，这些来自于该实体的刺激会为你创造机会、最终选择去直接地注视它们。首先准确地找到这个阴影图像的性质是什么，然后问你自己、是否能够去爱、接纳、宽恕、转换这些能量。

而在跟其他实体打交道的方面，那是一个完全不同的主题。

在你自己的工作的方面，使用这个关系的动力、以及每一个关系的动力，作为关于你自己的信息，并且总是带着最深入的双眼、最神圣的爱与悲悯，来查看因为这个镜像过程而引起的各种议题。

我们发现我们拥有一定额度的能量，我们会问 K 实体、在她的脑海中是否还有任何剩下的问题，或者她希望对于这些问题提出后续的任何问题？我们是 Q'uo。

K：非常感谢你们在这伟大的服务与仁慈中所分享的一切。在上一个关于人际关系的问题上，我有一个后续问题，因为我一直在进行这项工作、并一直尝试去做你们正在建议的事情，我觉察到的事情是：以某种方式，该镜面影像是关于我的感觉，好像我知道什么对这个实体是更好的。而这就是某种我指责他正在对他人做的事。这会不会是关于我的阴影面的一种正确理解？

我们是 Q'uo，我们可以为你确认这种理解。容我们说，一个实体能够如此地注意到镜像效应是如何工作的微妙之处，这是罕见的。你已得到这个结论，这的确是非常有帮助的。

我们可否进一步回答你，我的姐妹？

K：我想就这样了。那就是我在今天能够吸收的全部内容了，我非常地感谢你们，因为它是非常有帮助的，你们今天的服务[包括所有各种各样的传讯]十分令人感激。我也感谢 Carla 与 Vara 实体，以及所有我在今天感觉到的、在场的指导灵与其他的辅助者。我将光与爱送给你们。

我们是 Q'uo，觉察了你的评论，我的姐妹。在此刻，我们无法告诉你、我们多么喜欢这个和你们分享能量的机会。

我们觉察到、Carla 实体有一个询问，但是，我们此时建议她保留这个询问、在以后的时间询问它，因为能量的确在衰微中，因此，我们会在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿，离开那些在场的人、以及所有如 K 实体说过的参加这次会议的无形朋友。祝你们在欢庆中前进。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。
Adonai。Adonai。

Translated by T.S.
(V)2016 Reviewed by cT.

☆ 第 2511 章集：生命中的改变

Copyright © 2005 L/L Research
特别冥想
2005 年九月 5 日
来自 V 的问题：我的健康经历了重大的改变，我现在无法驾驶很长的距离或如我

所习惯一样地生活了。我在这些改变中感觉到一种巨大的悲哀，就好像我已经失去生命一样。因为我的丈夫不能搭乘飞机，因此我不再自由自在地旅行了，这使我觉得陷入了困境，好像一只在一个实验室的迷宫中的老鼠，无法逃离。我如何才能避免感觉到自我怜悯呢？我的医生无法为我找到治疗方案，我如何才能与由此而感觉到的绝望打交道呢？我如何才能在记忆出现缺陷、自信已经被完全破坏的时候，重拾对自己的信任呢？我如何才能学会接受我生命中的这些改变呢？

（ Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们感谢叫做 V 的实体在关于生命的改变和适应这种改变的方式的问题上、请教我们的观点。我们非常高兴在此刻分享我们的能量和想法。我们同样感谢 Carla 实体和 Vara 实体、在她们忙碌的生活中，留出时间来创造了这个寻求圈。

在开始之前，我们想请求你们和任何可能读到这些数据的人一件事情：简单地说，就是请每一个考虑我们所说的内容的人在选择是否聆听我们的任何想法的时候使用他们的分辨力。一些想法可能看起来是非常有帮助的，如果是这样，我们会乐于让你们多思考一下这些想法。然而，一些想法看起来可能不会有帮助。在那种情况下，我们请你们将那些想法简单地放在一边并抛开它，因为它们在此刻没有用处。以这种方式，你们在使用我们的材料时、承担起自己的分辨力的责任，由此，为我们创造机会来自由地分享我们的想法而不会过度地担心我们可能会在不小心的情况下，打搅了你们自己的灵性演化的进程。我们极其感谢你们每一位在这方面的考虑。

我的姐妹，我们的心对你的问题感到了极大的共鸣。而且，在这个器皿的心智、想法、经验中，我们的确找到许多的共鸣和你的问题所提出的各项议题直接相

关。

例如，这个器皿正好在今天早上选择给她的教区牧师写一封信。她在这个教区中、作为合唱团的一名成员，经常上教堂已经有三十七年的时间；然而，这个器皿因为经历了一些健康上的变化，就在今天，她选择了在生活方式上作出相应的、适当的改变，这些改变反映了她无法长时间地保持坐直、而只能稍斜地躺在她的座位里的实情。因此，她改变了教区，从一个开车要半个小时路程的教区转为一个离她的房屋才两条街距离的教区，这样她就能够走去那里或驾驶她的电动轮椅去那里。

容我们说，这个决定造成了一种极大的悲伤重负。该重负作为供这个器皿使用的催化剂，在她承认和处理自己合理且真实的感觉与情绪的过程中、成为这个器皿的一个礼物。改变是很难适应的。这个器皿，她自己，尚未在一个有意识的层次上、察觉到这种悲伤的重负或礼物，以及其他和这个改变教堂的决定相关的、随之而来的貌似负面的情绪。这里有愤怒和挫折感，它不是针对其他人，而是针对她自己的。她怎能愚蠢地让自己的身体变得如此虚弱呢？她怎么可怜到无法继续坚持一种与她的生活及性格相契合、长达三十七年的模式呢？

不过，因为这个器皿倾向于直接了当地处理自己觉察到的催化剂，她已经开始了一个演化的进程，这个进程是她做了这类改变之决定必然会导致的结果。

就是以这样一种方式，我的姐妹，你终于面对着这些已经在生活中发生的改变，以及这些改变带给你的催化剂的重负与礼物。所以，我们首先来谈谈改变本身。

你们目前在地球上的生命经验的性质是：必须重复不断地、周期性地和改变打交

道。有从婴儿时代到成为一个学生的改变，这些改变是非常困难的;有从儿童到成为十几岁的青少年，从一个十几岁的青少年到成为一个年轻人，以及诸如此类的类似改变。生活的每一个循环都有一个自然的周期性。

其中有当一个新的生活的周期是全新的、每一件事情都令人激动的时候。也会有当新生周期的第一波喜悦消失、而迎来周期的繁茂又兴旺的部分的时候，而那些为适应新周期所做的改变而导致的困难也会以类似的方式来形成、发展、终结。在鼎盛时期或一个周期的盛夏的时间，有一种美妙的感觉，置身于一个新的环境之中，并使它成为自己的环境。当这个时节发生的时候，很容易觉得似乎这种生命的状态可以在一个人全部剩余的地球生命中、舒适且快乐地维持不变。

不过，不可避免地，按时地，那个周期也有它的白日逐渐减少、夜晚提前到来的时节。最终，那个周期来到了一个终点，而另一个周期已经开始了。

这就是那些常被称为灵魂的暗夜之时期。因为当一个人在一个周期中、经历自己旧我之死的时候，要去保持对自我潜在的强健有足够的信心，并且确信这个刚刚开始的新周期既拥有益处也同时会引起更加令人不舒适的改变[而它似乎以某种方式在暗示自我的死亡]，这绝对不是容易的事情。

改变及其所有伴随而来的奋斗、沉思、调整的礼物，以及所有的情绪性重负或礼物，好比对于必须改变感到挫折与愤怒，对于自己是否能够令人满意地经受得住改变、缺乏自信，凡此种种，没有人会觉得有帮助或舒适。一个人会很想要问自己，为什么一个人必须经历这些改变。我的姐妹，在这里的基本问题是：为什么生命就是关于重复不断的改变时刻。我们会请你用一种你也许先前尚未用过的方式来审视自己，从而回答这个问题。

我们请你将肉体视为一座灵性的精炼厂，一个炉子，或者如果你愿意的话，把它视为一个熔炉，在那里面烧毁旧的东西，把它转变为新的东西。在物质世界中，转变的性质通常包含了一种毁灭的元素。如果一个人想望在炼矿时、从粗矿中提炼出宝贵的金属，他必须把矿石放置在精炼的火焰中。在那里，原初的材料藉由将它熔化而实际上被转化了；粗矿被还原成其组成部分，在精炼的过程中，矿渣及废物被除去，只收集纯洁的宝贵金属。

我的姐妹，在你的身体之中承载着意识这个珍贵礼物。你希望通过将这巨大而魔法般的意识放置在你的身体之杯中、来把它带入一种就时间和场所的意义是丰富的环境中，你的全部意识被装在了一个微小的杯子里，这个杯子就是你的身体。

你给予了自己人格的礼物，也给予自己受限制、甚至迷惑的礼物。在投生之前，根据你无限且永恒的灵性进行判断的最高与最佳的视野，你的判断是，你内在的爱、智慧、力量或意志可能没有达到完全的平衡状态。因此在投生前你与高我(higher self)，或者如这个器皿有时所称的、指引系统，坐下来为你在这个你称为实相或人生的幻象系统中的这次投生、仔细地规划了其形式与一般的主题。

在你这边，你仅仅拥有信心的机能，你想望在这个地球上的生命之烈焰熔炉中、用一生来好好检查自己内在拥有的这种平衡，它在很大程度上是在爱与智慧之间的平衡。

对于很多进入此生、已经符合毕业到第四密度的条件的实体来说[我的姐妹，这就是你的情况]，你们的爱与智慧之间的平衡，通过你们自己的判断，是在爱的一边较长而在智慧的一边较短。实际上，这也是该器皿的投生课程之一。因此我们同

时对你和这个器皿两个人说，你们俩在生活中的很多改变都和如何驾驭你们拥有的这颗极其巨大的心和这种去服务的巨大渴望有关，也和在爱与智慧之间找到一种稍稍增强的平衡有关；在你对自己的想法赋予价值时，若将更大的比重偏向智慧，就会找到这种稍稍增强的平衡。

对你们两人来说，智慧似乎并没有那么重要，不如开放的心和你们两人都如此珍视的绝对之爱。然而，缺少智慧的爱会创造一种殉难者的感觉、并且经常会为一次人生制造出一个缩短的结局，因为一个实体会一直在超出她所能够给予的范围之外、持续地付出，直到她完全损坏其健康情况、并且因此被疾病带离此生。因此，这个器皿在一个有意识的层面上、花了数年的时间进行长期而辛苦的工作、来使自己越来越多地意识到寻求智慧之礼物的重要性。

有很多寻求智能的方式。这个器皿的方式是进入一种冥想的状态、接着简单地问自己：「在这种情况中、最高和最佳的自我会做什么？」通常，在这个时刻进入到脑海中的建议是一个对于清醒的人格而言没有吸引力的建议。例如，这个器皿第一次考虑将她的会员资格从一个圣公会教区转到另一个教区的时候，出于对她目前的教堂热忱的珍爱，她那颗温暖和友爱的心简单地关闭了对话。直到重复的疼痛和折磨引起这个器皿重新访问其内在对话时，她才能够承认这个智能的礼物、进入到蜕变的烈焰熔炉中，在全然的谦逊中问：「最高和最佳的自我在这种情况下、会指引我做什么？」

当这个器皿最终以那种方式询问这个问题，答案是即刻且简单的：现在就是作出改变的时候。不仅如此，现在就是拥抱那种改变，期待那种改变并奔向那种改变的时刻，即使她之前并不知道、现在也仍不知道接下来将会发生什么。

我的姐妹，我们会向你建议，你此刻适逢人生中的一个周期的开端。这个周期可以被定义为从中年进入老年，从精力充沛的健康情况变成慢慢衰退的健康情况，这样的转变时期。 我们请求你在此刻有意识地认识到，这过程单就其自身并不是一种负面的改变。它是你的身体、心智、灵性在行星地球上的投生之中的自然进程的一部分。

我们会进一步向你建议，随着身体开始衰弱，如果你有勇气去抓住这个礼物并使用它，发生在你身上貌似负面的事情的礼物是：你不是你的身体，这对你已变得显而易见。

在你提出的问题中，你陈述自己的记忆出问题了；然而根据大多数实体的现实，我们有很大的把握预测，关于你如何感觉自我存在的那种记忆是完整无缺的。你将不会在贯穿这整个周期的过程中、失去你有意义的身份的任何部分。

当你在这个周期的尽头、进入更大生命的大门时，你的身份将仍旧是完整无缺的，正如当你通过出生的大门、而进入这个你称为的轮回或人生之中一样。

真的，对于贯穿你人生过程中、你所经历的一切表面上的改变，我们会对你说，你真实、内在的身份改变非常少。这是预料之中的。你是一个永恒的公民。这次投生旨在让你能够在永恒的本性中、矫正其微妙的平衡点、给予你服务的机会。

服务他人在某种程度上是对感知上的其他自我的服务。它在某种程度上是对位于你内在的更广大意识的服务，因为当你以越来越深入的内在挖掘来发现自我之真实本性时，你其实是在为造物者服务。进一步地说，这是对无限造物者的服务。

当你进入更大生命的大门，穿过死亡的过程并开始回顾这次的投生，你就会在结束对此生的回顾时发现，这种回顾是你有可能献给造物者的最珍贵礼物。你在人生中已经极其努力地对自己的一个个经历进行准确的观察和深入的思考。你的心因为人生之中的许多事情变得开放而喜悦，这颗心也因为在同一世中、许多其他的事情而变得忧伤又破碎。这些喜悦和忧伤都在你的能量体之中、铭刻出图案并为你的能量体增加了一层层锐利、专注、清晰的色彩。你学到了很多，你已经掌握了那些所学的课程。你所学会的每一件事情都是你献给无限造物者的一个礼物。

造物者在创世之初派遣你出来，作为一个经验的收集者、观察者、转变者。你的工作一直都是、并且将继续是：观察所有的事情，就自己对那些事情有何感受在内心创造明确的认识，在你查看如何感觉的时候，提出问题、找到你渴望的核心，然后让你自己沿着这条[为了有所回应而] 选择好的道路向前进。

一次又一次地，你被呼唤，从满意进入不满意，从不变进入改变，从稳定进入蜕变所带来的表面上的混乱。对你以及这个器皿来说，此刻正是这样一个蜕变的时刻。我们会简单地请求你带着一种不屈不挠与无惧的信心、来迎接那些在你的人生中、此刻从你身上唤起的改变，那信心即为：一切都好，这些蜕变性的改变不会对你造成危害，尽管这个世界会用那种方式看待它们。

我们请求你拥有信心，超越所有的叙述与疑虑，知晓所有正发生在你身上的事情都是完美的。正在发生的事物恰恰是在这次投生的这个点上应该发生的。我的姐妹，遭受损失的素材是丰富的素材。

我们来谈一下关于自我价值的议题。一个因为失去自我价值的感觉而受苦的人，

他体验损失的方式跟一个自信的人体验损失的方式是完全不同的。在这一点上，你和这个器皿再一次拥有很多共同点，因为你们两个人都曾多次有过自信几乎被完全毁坏的经历。这个器皿的情况主要是发生在幼年时期而很少是在成年时期。然而，出于一种本能和自发的反应，这个器皿倾向于花费时间、却不慎落入自卑和缺乏自信的误区。

我们发现，我的姐妹，你们两个人都在童年时期和成年时期受到了那些不尊重你们并质疑你们价值的人的挑战。这是非常难以忽略的催化剂，它倾向于被内化，于是那些来自外在的、说着「你是不值得的」的声音就成为你内在的声音，它说：「你是不值得的、你有缺陷、你出错了」。

我们对名为 V 的实体和 Carla 实体建议，每当你发现你在对自己用已经内化的语气说话、正在审判自我的的时候，你要用言语、有意识地大声说出来，以便于更正那个说法。如果你说：「哦，V，你真是太蠢了！你忘记打电话」，立即停下来，我的姐妹！因为你有精炼火焰的工作要做。

因为你并不愚蠢，只是一个记忆有缺陷的女人。那并不会使你无价值，它只使你成为了一个记忆有缺陷的女人。把自己捡起来，如一首歌曲唱的，掸掉自己身上的尘土，并对自己说：「你是有价值的，你是完美的。现在，我们应该如何处理那通电话呢？让我们更正那个错误。让我们继续前进。每一件事情都没问题。一切都好。」对你远为重要的事情是让自己内在获得那种自我价值的感觉，而不是为了忘记一通电话而忧虑或烦恼。

这个器皿也有记忆问题。这个器皿和 Vara 实体觉得也许需要给叫做 V 的实体打电话联系。当她们意识到该打电话的时间来了又走、一起笑了[1]。Vara 实体对

Carla 实体说：「你根本不知道失忆是怎么回事，对吧？」两个实体对此哈哈大笑，因为 Carla 实体的确记忆很差，她已经制造了数不胜数的情况，在其中，她不只造成 Vara 实体的不便，还造成她身边所有人的不便。

原注 [1]：因为临时忘记了她参加通灵会议的预约，V 为她的预约打电话的时间比她预计的晚了半小时。但我们能够如期进行集会。

***

当下此刻的环境既不是正面的、也不是负面的，在此时，它们是你们的灵性演化的完美条件。你正竭尽全能以一种非常合理且正当的方式来让自己确切地感受你如此渴望的自我价值和心智的平静；懂得这一点之后，你可以从中追寻的目标是什么？它是去了解到、你在此时的工作是和你自己在一起，鼓励并支持自己。

这是你人生中、把自我所有松散的头绪都收集起来的时刻。你正拥有这个机会：把它们作为你自己的一部分，全盘地爱它们、接受它们。如果你以评判的眼光来查看自己，你将毁坏你的平静，你将永远地处以一种沮丧和忧伤的状态。另一方面，如果你站在一个绝对信心的立场，从一切本该如此、一切都好的视角开始，那么每一件发生在你身上的事件就可以以这种眼光去检查：那件事情让你感觉如何、那些情绪正在向你自己提供怎样的信息。接下来你就能够检查那些情绪，以便看到你正在评判自己还是在爱自己。

（磁带第一面结束）

（ Carla 传讯）

接下来，你将能够从接纳与鼓励的立场来和每一件发生在你身上的事情打交道。这种立场使人得以在处理任何一件事情时，一方面寻找解决问题的方法，另一方

面，在一个更深的层次上，于自我内在完整地收集丰盈的信息，藉由检视那些因为任何困难点而引发的情绪与感觉，而获取这些信息。

在投生的每一阶段里许多东西会消失。精炼的火焰会除去不需要的废物。那些不需要的东西的确会消失，而留下的就是金子。

最后，在我们开放这场集会给进一步的问题之前，我们来看看、在你们的里内包含着什么金子，拥有什么珍宝。如我们在这次谈话开始之前说过的，你内在的矿石或你带入此生中的内在自我是巨大的，它比一个人格或人类的自我身份能够想象到的、要远远大得多。你们，以及所有造物者的火花，都是太一无限造物者的一部分。

你是一个造物者，此外，尽管你对自己是造物者的认识还很不完美，但你拥有双手和声音，你能够伸出手来改变环境，而当你在这个共识性实相的镜像和幻象的环境中看到真理的时候，你可以发声来表达真相。如此，你就能够成为太一无限造物者的双手与声音。

你内在的金子即是你最深的自我。当你在人生中经过了许多次蜕变之后，你也许已经注意到，随着事物从你身上脱落，随着你变得成熟，你越少越少地成为一个人格的生灵，而越来越多地变成了拥有一颗开放之心的生灵，自我身份不是由她在做什么，穿什么以及她去哪里所界定，而是由她之所是来界定。

这是你投生中的一个部份，它将你极其直接地跟「我是谁」这个终极问题联系在一起。如果你用演化的炉渣与废料来定义自己，你将和你的身体、人格、旧有的习惯待在一起，你将为你的失去而哀伤与悲痛。

另一方面，如果你能无惧地拥抱在你的身体中发生的改变，你就可以看到，这些改变是一件礼物，它以自己的方式让你更深入地看见你真实的本性。

V 的真实本性是什么呢？她存在的方式是什么呢？最近，这个器皿的一个熟人对她说：「我一直认为我是一个物质界的人、拥有灵性经验。」我现在终于开始领悟到、我是一个灵性的人、拥有物质经验。」从自我做为一个人、妻子、母亲等等的个体转变为领悟自我做为无限造物者的一部分，这是一场巨大的转变。进一步地说，它是一种从行动到存在的转变。

有三年时间，这个器皿无法在她的床上坐起来或以任何方式工作，这种情况在她的胸中引起的情绪是十分苦涩的。为了和这种催化剂一同工作，这个器皿做了一件事，这件事也是我们会鼓励你尝试去做的。她在双眼前方的一个[她必定会看到的]地方、放置了一些对个人很有意义的话语。她为自己贴了两条标语。一条标语很简单：「信心：最后的疆界。」另一条标语是引用圣保罗书信的一段话。那段引文是：「因为如果我们活着，我们活在基督中，如果我们死去，我们在基督中死去。所以，无论我们活着还是死去，我们都在基督中，而基督也在我们之中。」当除了存在之外的每一件事物都从这个器皿身上被拿走了，在(流下)许多眼泪和接连不断的绝望与无助之后，这个器皿最终将所有的自我怜悯与一切的评判都从她身上清空，而让自己致力于成为空无。

当她是真正空无时，她所发现的事情是：天使们就在她的周围，圣灵也和她在一起。光流泻到那个空杯中，以致于她躺在床上，怀着喜悦发光并振动着。她没有任何要去做的事情，只是和那个她相信是最深的自我合为一体，这个自我就在她开放的心中、在她的渴望[想要透过活出绝对信心的生命来跟随耶稣基督]中找到

了。

信心是最后的疆界。当你去抓住那信心的时候，即使为了抓住它、你不得不跃入未知的深渊，我的姐妹，你会发现自己将在那未知的半空中获得稳固的支撑。那些你无法看到的能量和你同在，天使全都环绕着你，祂们想望去做的一切、就是爱你并支持你。你是被爱的，你十分有资格来做这项工作。

我们也和你同在。你只需通过心智、在冥想中请求 Q'uo 群体，我们就会和你在一起来强化你的冥想、并用我们对你的信任来加固你；我们相信你是有价值的、美丽、完美的，因为我们看见你真正之所是：太一造物者的孩子，创造性原则的一部分，一个丰盛礼物的赠予者，该礼物就在你自己的全然本质之中。

此时，这个器皿正在要求我们开放这场集会给你们可能有的、任何进一步的问题。我的姐妹，你在此刻有没有任何进一步的问题？

V：我想我没有问题了。我从未在此之前感到如此充满着爱，我真的感动得想流泪，因为这太完美了。我现在只期待拥有这个录音带、好从头到尾重听一次，我感觉太蒙福了。除了感谢你们之外，我想我没有别的要说了。

我们是 Q'uo，我们觉察了你的陈述，我的姐妹，我们在和你们分享这个时间与空间的过程中、相似地感觉蒙福。我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的姐妹，Adonai。
V：非常感谢你们。

Translated by T.S.

(V) 2016 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 2512 章集：流浪者的核心

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年五月 20 日

Jim: （朗读来自 C 的问题）「我相信我是一个第六密度的流浪者。 Q'uo，你们能确认这一点吗？在做为流浪者的方面，请你们提供任何感觉可能有助于我考虑的评论吗？」

（ Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意。在为祂的服务中，我们在今天来到你们中间。我们感谢这个器皿、C 实体以及所有加入到这个团体中的人们留出时间、付出精力并出席以便于创造出一个寻求圈。能加入到你们中间、并响应你们对于提出的问题想要对话的请求，我们发现这是一种极大的荣幸，我们很高兴回答这个问题以及来自 C 实体的所有问题。

然而，在我们开始之前，一如既往，我们想要非常小心地请求 C 实体以及任何可能看到这些言语的人，在聆听这些言语的时候，请使用最大的谨慎与分辨力。我们不是权威，在我们分享我们的观察和观点的时候，我们并不期待你们相信我们。的确，如果你们对我们说的每一件事情都当作真实的来全盘接收，这会成为对我们的警示。我们请你意识到，在你寻求的进程中，你 --你自己-- 是唯一有

能力来把握一个想法和观点在此刻是否对你有用处的人。对你有?助的想法会有一种共鸣，当你听到它们的时候，就好像你不是第一次听到，而是正在被温柔地提醒某种你早就知道，但却暂时忘掉了的事物。如果我们的想法对你并没有产生这种类型的共鸣，我们会请你们毫不犹豫地将它们放在一边，因为我们不愿意成为你面前的一块绊脚石。如果你愿意注意去小心地聆听并分辨我们的各种想法，仅仅选择那些对你们有益处的想法，那么我们在自由地分享想法时就会感到心安。最重要的是，我们不希望侵犯你们的自由意志或打扰你们灵性上的演化进程。

我的姐妹，我们能够确认，你是一个流浪者，你来自所谓的第六密度或合一的密度。我们会在做为一个流浪者的条件方面提供一些观察和评论，我们很高兴你在这个问题上?求我们的意见。

流浪者冒着遗忘的风险进入此生中来服务他人、并为此作出了极大的牺牲。这是一个需要勇气才能作出的决定，我们祝贺 C 实体为了这样一个有爱的、服务他人的原因而跃入第三密度中的人生。

服务他人的本质在各类人群中经常被极大地误解，因为其重点，如我们最近对 T 实体说过的，常常是由为他人所做的、外在的事情来构成，这些事情累积起来就会在外界的眼里显得有价值。肯定地，你们已经在这次投生中向他人提供了一种极有份量的的服务，它的确已经让世界注意到了。然而，我们请你们将自己视为一个水晶的存在，你的本性从根本上讲是去和这个世界、和你自己、和无限造物者分享你的美丽。如果你能够把自己视为一颗宝石或一块水晶，那么你也许能够大致懂得我们以下的话语：我们说服务他人的核心是在你存在的菁华中、而不在你外在服务的具体细节之中。

当你观察一块水晶或一颗宝石的时候，只需凝视它的美丽就很让人满足。你能够看到宝石的各个面向捕捉光的方式，你能够看到正在从各个光点、以及从宝石或水晶明显的真实色彩中、辐射出来的美丽。你不会要求水晶做某种事情，相反地，你会观察它的美丽；而当你观察它时，它则用自己的方式改变了你。这同样是你自己存在的本性。你已经来到了地球的人群当中，来呼吸空气，来打开你的心，带着爱与慈悲凝视着这一刻在你面前看到的世界。你自我所是的全部都在你的心中被收集到一起，从你身上辐射出来，就好像灯塔中的光向外辐射到空气中，辐射到环境中，以便于向所有靠近它并享受它的放射之美的人们致意。被认识为耶稣·基督的实体说：实体们允许自己的光在人类面前闪耀出来、而不去把它藏在阴影下，这是一件很好的事。最重要的是，我的姐妹，这正是我们会鼓励你做的，让你的光和真理在所有那些你接触到的人们面前闪耀出来。

我们不是在鼓励你们去分享信仰的观点或其它细节，那样的话，我们鼓励的就是行动而不是存在(be)。我们只简单地鼓励你找到打开自己的心的方式，并做必要的工作来保持那颗心的开放。你的菁华被闭锁在那个非常神圣的空间里。当你早上醒来的时候，甚至你从床上起来之前，我们会鼓励你们进入那颗心，进入你内在的那个神圣空间，造物者自己就居住在那里。我们会鼓励你触及你存在的核心，在一天之中的每一个点，当你感觉到自己正在被拉离那个中心之际，当你能够并且在方便的时候，花一点时间，温柔且坚定地，把你的意识移回其中心，让它闪耀。

你之所是的全部都在那放射的能量中；而且我们向你保证，我的姐妹，你和造物者一同为你准备好的、作为外部的服务该去做的那些事情，将被吸引到你身上，它们将在你准备好把它们拾起来、并实际做它们的时候，出现在你面前。当你每

天醒来的时候，我的姐妹，知晓这将是丰饶的一天，这一天将成为你献给太一无限造物者的礼物。

我的兄弟，你愿意振动(发声)第二个问题吗？

Jim：（朗读 C 的问题）「我已接收到一些前世记忆，这些记忆与我现在生活中的人们有直接关系。这让我相信自己陷入业力的束缚。你们可否进行确认？如果答案是对的话，就我可以用什么样的方式来平衡这些业力这一点，你们可否给我一些建议？如果你们无法确认我是在业力上被束缚的，你们可否以一种对我此刻有益处的方式、评论这个概念？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我的姐妹，我们无法确认你被束缚在你和这个器皿同时都称之为「业力」的事物中。的确有一些实体受困于附着性业力，他们曾经不仅仅是自身，而且与另一个实体一同陷入了一个模式，他们的这次投生就是为了找到对这个模式的平衡和宽恕。然而，我的姐妹，这不是你的情况。实际上，你是在不带有任何附着性业力的情况下进入当前的人生；而且，就你和 T 实体来说，你们共享一个平衡的业力，在其中，你们两个人在前生就曾作为一个团队、一同工作过。这种团队工作延伸超越了你和 T 实体而进入无形的领域；因为那些属于你的社会记忆复合体的实体、他们在那些无形的领域[既是内部又是外部的]之中，也就是说，同时包括这颗行星的本土居民以及这个星球之外的实体。你们两个人都在致力达到此次投生的目标，而那些实体们也在帮助你和 T 实体实现这些目标。以这样的方式，你们被许多无形的朋友所包围、并且跟一个你们可用的、非常强健的指导系统在一起；就此而言，你们有一个设置得非常稳固的基础。

然而，我们觉察到，你的问题涉及你会认识到其他实体的(生命)模式的原因。藉由对自己提供这些关于你的，容我们说，人格外壳一部分的信息，你在进行一种服务，对此我们会在此刻提供一些评论。在投生前，你和指导系统一起，用很多种不用的方式讨论了你个人所抱有的种种希望，这些希望都是关于你如何来向行星地球上的人们提供服务。你强烈地响应了帮助全体人类的概念，但是你的灵魂光流中有一个部分、希望将服务带入微小的细节中，带给在这次人生中你会遇到的一个个实体。你的希望是：藉由有意识地觉察那些涉及你所接触的实体的潜意识材料，你能够以一种充满慈悲与无条件爱的方式来看入这些模式。

在过去世以及在两世之间(中阴阶段)，你已经在友爱的实体们与整个文化、社会中做了大量的工作。这是一种牵涉到大量的专注与聚焦的行动，因为在做这个工作之际，你不是在达成任何事、而是如同一条不间断的光流、源源不断地放射绝对的爱，很像这个器皿所称的一道激光光束；这样，那个你钟爱地注视着的实体或文明就会感觉到它们是毋庸置疑地被爱的。这道爱的光流，穿过漫长的岁月，不顾一切的阻碍，这是一种你在过去就已经极为擅长的活动，也是你在这次投生期间的希望。不管由肉体提供的许多分心物如何抛出每一个障碍，不管那个身体的人格外壳的情绪如何散乱，当你因为周围有那些需要这类安慰的实体而被激励时，你能够去爱；不仅仅是一般地去爱，还会非常具体地、根据一个人格模式的微妙之处与细微差别，根据那个人格与所谓的极性之力之间的动态相互作用去爱；你将能够用你活生生的、有意识送出的爱之光包围并拥抱他们。有很多实体，因为在过去遭受过伤害，而在这次人生中无法轻易接受通过开放性交流所给予他们的爱。你能够给予这些实体的礼物[在他们那边、不会有任何的障碍或者抵抗]是无言地、未被宣告地、默默地放射无条件之爱。

我们不是在暗示你没有任何可提供给这类实体的东西。我们只是说，你在投生前

为自己创造的、和这种感知其他实体内在模式的能力有关的服务，即是单纯地作为一个爱的临在与他们在一起。如果实体发现他们结冰的心在你的爱心临在中被融化，进而开始发现，有可能进入和你的交流之中，我们不会为此感到惊讶。肯定地说，我的姐妹，如果这样的交流是由你所挚爱的另一个自我起的头，你可以随意提供任何你当时想到的信息或产生的灵感。虽然如此，我们请你意识到，这只是这个器皿称为的锦上添花。你能够与这样的实体们分享有用的想法和观点，这是美妙的，但是，你真正的服务是让那个实体感受你的爱来完成的。

我们会在此刻询问 Jim 实体是否有另一个问题。

Jim：（朗读来自 C 的问题）第三个问题是：「通过观察在我的生命中周期性发生的模式，我相信我的一项投生课程是克服遭受遗弃的幻象。在所有的方面都遭遇过它之后，我相信我已经驾驭了这个幻象。你们能确认吗？你们能以任何对我有帮助的方式谈论这个概念吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于 C 实体，我们会说，的确，她已经在感知那个爱的投生课程方面，完成了大量的、有用、有帮助的工作，该课程是藉由感知诸如被抛弃、拒绝、背叛等等的负面响应来进行的。我们不会说 C 实体已经驾驭这个催化剂。因为当一个人在选择一个投生性的课程的时候，其考虑不是为了驾驭那个课程或通过某种看似外在的考试，而是选择一个主题或主旋律，它将在整个投生的期间持续下去。当这样一个课程被选择的时候，至少对于那些来自第六密度的流浪者来说，它几乎肯定是因为想在爱与智慧的能量之间找到一种更细腻或更精致的平衡。爱的能量在其自身不会拥有平衡，智慧的能量在其自身也不拥有平衡。在你的灵魂光流选择其极性之后、但仍旧保持一种个体灵魂的形状的期间，这种爱与智慧之间的平衡就构成了你的灵魂光流的活力。换句

话说，我的姐妹，你选择了这个明显感知到被抛弃或被背叛的主题，以便于给予你自己一种经历，让你在响应这种已感知的催化剂时，不是单纯地用爱或单纯地用智能响应，而是用一种不断增强的、对那两种能量之间的平衡的认识来响应。

如果你被抛弃了，而你完全怀着爱来响应，你就已经非常成功地藉由一种对应性的、正面的回答平衡了传递给你的负面情绪。然而，当这个经历中的负面情绪通过你的脉轮系统[或这个器皿称为的、你的能量体]的时候，你，你自己，已经被这种情绪性冲击打倒，你的回应是从这个倒地的位置出发的。如果你带着纯净或纯粹的智慧来响应被抛弃的体验，你不会有那种在情绪上被压扁或碾碎的体验。你单纯地继续前进，同时选择完全不去作出反应。然而，这种行动没有完全地拥抱、包含、接纳那个抛弃你的实体的价值。因此，你为自己设计了这个，可以说是，投生课程的主题或主旋律，使你有可能在响应中努力取得那种，用这个器皿的话说，最悦耳、最结晶化的平衡。

想象你自己为一个管乐器，好比说，一个回应风的风铃。当风铃的组件被风吹动并四处晃动的时候，它们彼此碰撞并制造出声音。你在这个练习中的希望，不是单纯地去爱、拥抱、接纳那个已经在表面上向你提供负面催化剂的实体，不是去单纯地保持不被这个经历所压碎和打倒，而是把这些元素结合起来，用以提升自己，免受压扁效应；同时，对于那个在表面上无理对待你的人，以你持续不变的爱也将他提升。那么，以这种方式，你的希望就是去平衡你内在的爱的力量与智慧的力量，而同时在服务他人时保持高度正面的极化。以这种方式，当催化剂冲击寻求者的时候，不可避免的苦痛就被荣耀了，接下来，体验被提升成为一份给太一无限造物者的奉献。以一种非常微小的方式，如名为耶稣·基督的实体已经体验过的，这种苦难被巨大的无条件之爱救赎的体验，会带给你十字架上的体验以及复活的体验。

一般而言，我们可以说，在每一个流浪者为自己选择的人生课程中，目标不是单纯地学会一门课程。目标是以这样一种方式来实践这课程：于你目前正在体验的行星地球和投生的火焰中，正在实践这门课程的灵魂光流被一点一点地提纯精炼；这样，灵魂的菁华就会变得越来越美丽，并越来越完整地奉献于服务太一无限造物者。因此，在很大程度上，并不是你在学习这些课程，而是你在学习如何在每一个想法和行动中、将你自己作为一个礼物献给造物者，因为你是如此无条件地爱着造物者，祂也如此无条件地爱着你。

我的兄弟，现在，纸上有另一个询问吗？

Jim：（朗读 C 的问题）还有一个：「十二年来，在梦境状态中，我一直在睡觉的过程中养育婴儿。我向它们提供身体上的照顾，它们向我提供心电感应式的教导，它们似乎比我更有意识。我在普通的地球类型的的养育院里照顾过这些婴儿，也在水下的养育院里照顾过它们。有些婴儿不属于地球，它们具有一种重力的中心、使得它们在我们的地表上无法稳定下来；我将这些孩子们送到船上，在那里，我假设它们原本的星际家族将继续照料它们。你们可否确认我在通过这些行动当中给出一种真切的服务？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你不是第一个向我们询问关于服务这些婴儿的实体，我的姐妹。我们可以向你保证，藉由你用来养育并拥抱它们的爱、以及你对它们的照料，你对它们是一种非常真实、纯正的服务。容我们说，这些实体确实不属于你们的人种，但它们和你们的行星球体、和人类拥有亲密的纽带；它们通过自己的方式成为所谓的地球内在层面的流浪者，它们来到地球内层中进行服务。你对它们的服务是非常真实的，我们为你的一丝不苟，用以处理

这种高度非正统的服务，而感谢你。

它们的确被你自己和其他实体照料，而且照料它们的区域不止于你在梦中体验到的区域。你此刻在投生中的服务主题，如你所看到的一样，是几乎不被你们地球上的人们所理解的，因为你来到这里要去爱。我的姐妹，通过每一种你能够找到的方式，来让你自己带着一颗完整的心和未被扰乱的心智、致力于这种服务、致力于这次投生，我们为你在这方面已付出的极大努力而感谢你。

容我们说，任何时候，若你希望呼唤我们来深化你的冥想、或者在梦境时间中和你在一起，你仅仅需要在心智中请求我们与你一起，我们就会非常乐于将我们的振动加在你的振动上。

此刻，我们请问 C 实体是否对我们所说的内容有任何后续问题，或者，除了我们所说的内容之外有任何问题吗？

C：那些属于负面极性的孩子，它们已经努力去（听不见）..... 我已经能够影响它们当中、至少一人抛弃另一方..... 我是否参与这过程：把光带入这群孩子中的一个较暗黑的元素？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们相信你已经清晰地说明该情况。你如同灯塔一样，用你的爱与光照耀在暴风雨的水域之上。有些实体可能正在被诱惑加入所谓的服务自我的左手途径的较暗黑面，而你对于无条件爱之忠诚，凭借其本性就能够以一种特殊方式在这些实体的内在创造出觉知，这种方式使他们看到眼前的光，而无法否认那光之真理。当然，他们的意志是自由的，他们可以选择那条较暗黑的途径.....

（磁带第一面结束）（ Carla 传讯）

.....但是，他们在充分的认识中选择它，唯有你的友爱临在带给他们这样的认识，觉察到他们确切的情况。请觉察到，在你梦境中的这种特殊建构里，有很多事物在特性上都是原型的、而非实际的(样子)，所以，(梦中的)婴儿不是真正的婴儿，看起来正在前往其他行星的宇宙飞船实际上是在这个行星的内在层面之中，如此等等。然而，该情况本身和正在进入这种特定模式的实体们[希望在此时以它们自己的方式有所服务]、对于你带入他们的情境中的那种能量极为感激。这是无限造物者又一个令人难以置信的合一状态的范例；在其中，延伸跨越种族群体、恒星位置以及你们内在领域的所有无限的子层面，每一个实体都成为彼此的老师。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

（暂停）

我们是 Q'uo，在我们关闭这次集会之前，我们要问是否有最后一个询问。

C：我会很感激得到该信息：关于那颗我在全时间都能看到的蓝色恒星。我外在的眼睛和内在眼睛都看见它。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现无法在这一点上与你分享，因为在你的过程中，你目前正在进行工作的一个模式有一种特色，你问的正好是这个特色。我们可以向你指出，这颗星星的颜色及其水晶的属性是两个关键；在跟这种形状与颜色的能量一同工作的过程中，你可以使用它们。在你自己想法的原型系统中，而且从字面意义上讲，在你能量体的星座中，这些形状和颜色的具体细节都拥有它们的回声。也就是说，这颗星星的蓝色暗示着蓝光脉轮，

而它的水晶属性或融合属性，容我们说，也是一个在追寻这个图像时可能会有帮助的要素。当你和它进行工作时，请了解到，你不必立刻完全解释它或破译它，因为它不仅仅可以被视为信息，而且被视为伙伴。

我们在此刻在太一无限造物者的爱与光中离开这个团体，如我们发现它的时候一样。我们感谢在场的每一位，为了他们的美丽，为了他们通过请求分享我们的观点而向我们提供的服务。能够这样做是一种真实的荣幸。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。
Adonai，Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2016 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 2513 章集：个人与造物者的关系

Copyright © 2016 L/L Research
周六冥想
2016 年十月 1 日
团体问题：我们今天的问题是关于个体与造物者之间的关系。Ra 以及其他来自于星际邦联的实体都谈到自我如同造物者，更大的灵性觉知源自于这种领悟。

然而，(另一方面，)一些最伟大的神秘主义者与灵性老师所归属的灵性系统则教导造物者如同一个外部的对象，甚至是造物者的拟人化版本。甚至 Ra 自己也谈到一种在个体自我与造物者之间的渴慕。在第三密度中、拥有这个客观且外部的、对于造物者的感知，这是否有益，或者甚至可能是必须的？

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我们今天在爱与光中向你们各位致意。感谢你们邀请我们加入你们的寻求圈。在今天被你们邀请、对于我们是一种巨大的荣耀。我们对于和你们在一起总是感到荣耀。我们的服务方式就是能够去讲述你们呈现给我们的询问。我们会在今天请求你们帮个忙，你们一直都知道这点的，那就是，请你们使用分辨力来判定，那些我们所说的言语中、对于你们有价值的言语，并把其他的都留在后面。我们并不想望成为任何真理寻求者的一块绊脚石。我们也许已经在你们发现自己处于其上的那条道路上旅行了更远一点，我们很高兴向你们提供我们已经从这条已经走过的旅程所学到的事物，但是，我们不是终极的权威，我们是你们的弟兄姐妹，因为整个(宇宙)造物确实都是一个存有，而我们每一个人都在那一个存有、在太一无限造物者之内找到我们的源头。在这趟寻求和太一重新结合的旅程上，我们全都是弟兄姐妹。

今天我们发现你们已经具体地询问了关于这个太一造物者的本质、以及造物者如何可以被那些寻求祂的人所观察。因为在该问题中，有一点是所有人一致同意的，那就是：在无论什么文化和宗教中讨论的造物者，每一个人都寻求太一造物者。无论造物者被描述为一种原力或源头，存在于每一个实体的内在，的确，存在于太一造物的每个部分之中，或者，如果造物者可以被视为表面上在自我外部的事物，和自我是分开的，并且可以用一种方式描述祂、具体化太一造物者的特性。

我们具体检查一下这个器皿已经拥有体验的基督徒宗教，这个器皿一直都是在，容我们说，该宗教的范围之内被抚养长大，并且一直受到它的影响。在这个宗教中、有很多人—事实上、大多数实习它的人—都会感觉到造物者确实是跟自我分

开的，存在于一个经常被称之为天堂的领域中，至少是在远处的某个位置的一朵云上，这个造物者跟自我足够地分开，以致于那些遵从基督徒宗教的人可能会通过你们称为祈祷的部门来为了这样或那样的益处向造物者恳求，可能恳求造物者给予特定的祝福、特定的疗愈、一定程度的理解，如果造物者不是具有一个，容我们说，心智来以肯定的方式响应这样的供养与祈祷，这种恳求或许就不可能有结果了。不过，在这相同的宗教中、有其他人采取一种更为神秘主义的，容我们说，倾向，并感觉到造物者确实就在每一个存有的内在，在成为上帝之子这方面，

耶稣实体做出表率或设置了标准，这个地位、职位、证悟是可以为所有人取得的，因为被知晓为耶稣的实体不是说过：「你们将要做的事、比我现在做的更伟大」？除非这个证悟造物者之子身份(的过程)向所有人开放，这句话怎么可能是真的？

如此少的人实践了这个证悟，在这些少数人中、甚至更少人是被认识的，而这个事实并未移除该可能性：这就是你们在某个(时)点的命运，我的朋友。如果不是在这次的投生，那么就在另一次投生。因为如你们全都知晓的，你们的旅程不只有这一次的人生。你们已经在这条旅程上、花费了许多许多次的人生，你们将继续在这条旅程上、花费更多、更多次的人生，因为在很多方面、它是一条无限的旅程，正如同造物者即是无限自身。

当你们使自己沿着那条灵性的道途前进的时候，你们发现自己看到的、被称为真理或实相的事物在这一个时期与另一个时期有着不同的意义，而真理或真实之物怎能改变呢？那就是这样一个旅程的神秘的一部分了，我的朋友。你们每一个人都不仅仅在你自己的存有内在拥有这些问题，你们每一个人同样拥有答案。我们

是服务于太一无限造物者之众星球邦联，我们并未假设要教导你们任何你们在内心和灵魂深处并非早已知道的事情，因为你们全都来自太一造物者，你们全都存在于太一造物者之内，所有实体都将充分证悟那儿子身份，容我们说，它不是只保留给男性。它是一个职位。太一造物者以及所有成为儿子的实体都呈现出一种男性质量的原则，该质量将生命延伸或给予了(宇宙)造物的所有其他部分—作为一个女性原则等待着那种生命的给予，无论你们在生理上是男性或女性。你们等待着太阳的给予生命之射线：造物者的智能能量。是故，在你们和造物者之间会有一种关系，那种关系确实就是：造物者寻求你们，而你们寻求造物者。

在此时，我们将这个接触转移到被知晓为 Steve 的实体。我们是你们知晓的 Q'uo。

(Steve 传讯)
我是 Q'uo，我们和这个器皿在一起。我们想要在通过这个器皿开始通讯之际，感谢这个器皿已经提供给我们的挑战，以及他已经严谨地注意到一些浮现的诱惑，不断如此轻微地使他偏移和我们之间[一起寻求]的纯粹接触。因为我们是具有一种特定性质的一个源头，我们已经将它描述为服务他人，而它涉及一颗开放的心，这样一颗心不会带着对其他人的评判来服务，而这里的其他人就是打算去服务的对象。在(宇宙)造物之中、也有那些属于造物者，但并不用这种方式来服务的实体，我们已经发现，这两种服务的形态是和油与水一样、无法混合起来，所以，事实上，一个人必需选择其服务的方式，一个人必须带着最大的严谨苛求、在每一个新的时刻重新选择这种服务的方式。这种严谨实际上将会成为你们在其中寻求的道路的一部分，因为一切道路最终都确实在寻求造物者。以一种特定的方式来寻求造物者，那就是你们现在走在其上的道路的一个必要条件了。

现在，要藉由我们已经描述为「服务他人」的途径来寻求，这确实看起来在建议，你们必须提供的服务，你们寻求恒常更好地提供的服务，确实是献给除了你自己之外的存有的一种服务。我们愿承认，这可能看起来是相当自相矛盾的，因为难道不是一切万物都是一体的，一切都在万有的太一造物者之中？我们确实肯定，这是真实的。仍旧，它确实是有道理的，在我们尽可能说到的范围内，那有道理的事情等同于在寻求的过程中，以这样一种方式来安置你的寻求，这种方式会把它开放，于是它在表面上善于接纳了不是它的事物。你们的寻求似乎拥有这样一种结构，它延伸进入它还不是的事物，那个尚未成为自我的部分的事物，该自我寻求让自己和它建立关联。你寻求让自己跟在周围的其他自我、跟那些你已经学会去爱的人，那些也许你已经学会去恐惧，喜欢、不喜欢、去回避、受到吸引的人，所有这些和其他自我打交道的选项都确实是寻求过程的一部分，和你自己建立联系。看起来，在寻求中，藉由将你们自己与你们不是的事物联系在一起，你们正在向另一个人伸出手，你们正在向其他人，其他事物伸出手，如果它能够被认为是最终的话，这就会暗示，你寻求的事物并不是你已经是的事物——因为如果它就是你已经是的事物，的确，为什么你还需要去寻求呢？

简言之，这里有个寻求的悖论，如我们已经说过的，因为你们是造物者，而你们也是，这样说是有道理的，你们寻求的造物者的一部分。在寻求的过程中，你们寻求去成为，在成为的过程中，你们成为不一样的其他事物、和自己在经历那个成为过程之前曾经是的事物相比而言。不过，我们对你们说，这种你们确实寻求的其他状态(otherness)，这种你们确实成为的其他状态，事实上，终极地说，其他状态和[你确实早已是的]自我并无不同。

我们会藉由以下的建议来阐释这个要点：建议你们考虑自己如何和那些你们认为是朋友的人，那些你们认为同样属于一个更大团体的人建立关联，藉由纽带、连

接，以及那个属于爱本身的材料。你爱的那些人，如果他们伤心了，难道你不会和他们一起伤心吗？你爱的那些人，如果他们欢喜了，难道你不会和他们一同欢喜？所以，无论是忧伤或欢喜，当你能够以一种真实与开放的心之道和他们在一起，这情况难道不就是逐渐减少自我和自我之间的边界、到了某个程度产生一种相互依存的关系？接着，这种相互依存为每个人开启一个更深沉、更广阔的存在之道，甚至在打开心轮的经验产生之前、这一个结果是过去无法想象的。

所以，当心开始打开时，一个奇怪的现象似乎在发生，那个现象就是一个人发现，那个它已经是的自我，藉由能够去将其他自我包含在自己的内在，而已经扩大了——注意，不是以一种能够支配那个自我的方式，而是以一种方式、能够去允许一个人的自我内部的要素向外流动并遭遇到其他自我的内在事物的一样向外的流动、而参与自我身分的冒险。在那个相交的位置，一个人拥有一个更大的自我，如果这种相交能够稳定成为一种具有可支持性的关系，以致于在某个位置上、它同样能够向着更进一步的包含过程开放自己，接下来，你们就会拥有我们已经称为一个「社会记忆复合体」的事物的开端——也就是说，就一种自我性的观念，相比于自我停留在一个自我封闭的实相，它是更为宽广的。

现在，一个人可以一步接一步地、拓宽这种自我性的观念，同时包含越来越大的团体和越来越大的参考架构，接着，一种思考造物者自身的方式就是去将造物者考虑为可设想到的、最宽广的包含，包含在(宇宙)造物中所有可联系的自我。现在，请确信，那个想法包含了一个巨大的跨越，在该事实点上，它跨越了一个相当巨大的体验性鸿沟——也就是说，中介的步骤是为数众多的、多变的，以及漫长的领悟。现在，那个(事实)点自身给予该可能性：反思造物者为拥有一个类型的存有，虽然祂确实居住于内在、赋予每一个生灵活力，该存有也能够被思考为某种事物，这的确有一定额度的道理：设想一个人自己正在向外伸出手，设想自

己正在寻求，设想自己也许尚未有相当的领会，即使相比于领会者和自己之间(的距离)，祂是更接近领会者的。

因此，造物者能够适当地被认为是向着在每一个生灵内在的造物者伸出手。(宇宙)造物的剧本被无限地反复传讲、在所有已知造物之中，一层接着一层，一步接着一步，造物者找到返回祂自己的道路，透过受造物—这个人。虽然这些寻求的漫长步伐正在进行中，去形成一个，容我们说，形象，或一个，容我们说，概念，作为寻求的终点站，这是完全有道理的，使用「造物者」这个名字，使用「上帝」，使用「安拉」、「梵天」，或者一个人选择去附加在一切万有的单一源头上的无论什么名字、来表示这个终点站，都没有任何错误。「我寻求造物者」暗示着造物者是某种更大的事物、超过我能够在目前的寻求点上让我自己成为的事物。

现在，即使我确实进一步地理解到，我参与其中的寻求过程不是一种对存在于当前已知的世界中的事物的寻求，我这样说还是相当适当的。现在，它确实标记了在寻求过程中的一个转折，在所有当前世界中可以被寻求的物品中，在它们当中、没有任何一个东西最终可以满足存在于我内心最深处的寻求，去指出这一点是非常有代表性的。所以，这样说是有意义的：会有一个发现的瞬间，在那个瞬间，一个人了悟到，更深入的寻求为寻求存在于内在的事物。

现在，再次地，我们会在这建议，在关于寻求方式(modality)的方面，恰恰就在这一点、有一个道路的分隔，对于某些人，他们已经决定，即使他们已经得出结论、那个更深入的寻求在寻求蕴含于内在的事物，那个确实蕴含于内在的事物能够被描述为仍旧在该自我的掌握范围之内，而该自我把它自己和(宇宙)造物中的所有其他部分分开。这一种寻求方式的确有可能跟随一条灵性发展轨道、超越你

们当前享受的阶段(第三密度)，所以，有一些实体寻求自己高于一切其他事物；他们能够享受一种第四密度的体验。还有一些自我致力于使它们自己追寻与造物的其他部分分开，他们能够享受第五密度的体验；接着，符合这种描述的极少数自我、已经能够完成转换时期、进入第六密度体验的早期阶段。对于那些以这样的方式寻求自我的实体，那是一条可能相当漫长的途径，这些实体拒绝了这个观念：这个自我可能失去其边界、允许所有(宇宙)造物的其他部分涌入；而如果心是开放的话，他就会允许了。所以，那儿有一条道路，它不是一条我们鄙视的途径，我们不会这么告诉你们。它是一条通往造物者的小径，造物者的某些部分已经选择的途径，跟我们已经做出的选择不同。那不是我们的途径，它不是我们必须和你

们分享的途径。倘若它是我们的途径，我们就不会对你们打开心了。若它是我们的途径，我们不会感觉到自己和你们是一体的。但是，我的兄弟姐妹，我们确实感觉到自己和你们是一体的，和你们成为一体单纯地就是我们已经选择服务他人的道路的标志，因为我们确实感觉到，在这个寻求圈中的所有人都已经做出一样的选择了。那意味着我们是处于这样一种情况中的，从你们所占据的位置来看，这情况可以看起来是自相矛盾的。

你们是我们挚爱的他人(他者)——我们体验为除了自己之外的他人，不过，也体验(他人的)一种自我性，一个固定在造物自身的存在状态之中的锚，我们，我们自己，共享的存在状态。我们同样系在相同的源头上，这是因为，我们的喜悦就是去体验你们的喜悦如同我们自己的，我们的忧伤就是体验你们的忧伤如同我们自己的，事实上，我们发现、存在于你们和我们之间的他者状态在和你们分享我们的存有体验、你们和我们分享你们的存有体验当中溶解了。我们说，这就是开放之心的道途，在其中，他者状态一次又一次地溶解在相同性之中，但是，这么

做总是会再次向着造物的伟大冒险开放，新的他者状态会一直浮现。这就是我们所能够的、最趋近我们对于造物者自身体验祂自己的方式的理解。造物者成为和祂自己不一样的事物，接着，已经成为和祂自己不一样的事物，祂再一次和自己合一。祂向外流动、向内流动，祂向外流动、无限地向内流动。一个人能够在这种伟大的[向外和向内、向外和向内之]流动中找到自己，一个人能够发现自己陷入(宇宙)造物的旋律之中，而不必在任何特定一点决定，他体验的这个或那个要素

属于内在，或是属于外在。

所以，我们发觉今天已经提出的问题确实是一个深奥的问题，因为如果它被适当地回答，就必须参考到整个造物呈现出来的明显悖论。是的，我的朋友，寻求造物者是有意义的。该寻求(过程)看起来在建议，一个人并未和被寻求的事物是同一的，而我们也会在这里建议，在这个寻求过程中、涉及的每一个可能的发现，都再一次地引领一个人返回自我的一个更深邃的部分，在那儿，造物者早已在共鸣着。

我们是 Q'uo，感谢你们邀请我们参与你们[所有在场的人]已经集体在这个场合创造出来的那个存在，那个存在呈现出一个单一自我的闪耀之光，带着一颗开放之心寻求的自我，在同时间，它代表很多渴慕的心正在开放。我们在爱与光中离开你们，并返回到被知晓为 Jim 的实体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，我再次和这个器皿在一起。在此时，我们要请问，是否有我们可以述

说的任何后续询问。

Gary：Q'uo，P 写道：「那些因为战争而受伤的灵魂如何能够最佳地复原、并再次变得健全？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你们的问题，我的兄弟姐妹。那些实体[属于你们的第三密度] 发现自己参与了战争活动[在你们的幻象中是如此盛行]，他们奉献自己给特定的理想(cause)，他们已经发觉在支持那个理想的过程中、有必要拿起武器来对抗其他看似不属于自己同类的其他人；那就看似某种类型的侵犯武力或能够造成伤害的能量源头，的确如此，如果没有使用武器驱逐他们的话。在这个星球上，在你们第三密度的体验中、已经如此盛行的敌意态度，已经在一段很长的时间与体验中被发展出来了，不只是在这个特定的星球上，也在其他的星球影响圈、它们提供了一些人口给这个星球，因为它们自己的毕业尚未能够被全部的人群所领会，于是这群人的某部分需要能够重新体验第三密度，以便于最终做出那个选择：服务他人或服务自我。是故，在当前，很多战士实体体验到的创伤，不仅仅是在当前的人生中的创伤，也是在灵魂、还有心灵(psyche)上的创伤。这些伤口是深刻的，我的朋友。它们是一些误解、有希望教导一种特定课程。该误解是：有些作战的对象是跟自我不一样的实体——它们是如此地不一样、以致于或许它们并不值得存在于这个幻象之内。

对于所有参与这样的好战活动的实体、其疗愈必须不仅仅触及身体的损伤层次，它们只是更深入的创伤的表征，也必须深入触及灵魂的层次，这样就会有一种疗愈可以使得破损的事物变得完整，就有一种疗愈允许视线更清晰地看见在这个幻象中、每一个实体都是其他自我，一样地光荣的、一样有才智、一样地敏感、一样渴望寻求更高的真理，如同任何实体，包括那些和他们战斗的士兵。因此，这

种类型的疗愈发生，以便于，可以说是，受伤的士兵可以为所有同样已经受伤害的其他自我，不仅仅在这辈子，也在其他转世中的自我，在自我内在深处寻求一种类型的和解，这是很好的。许多受伤的士兵将不能够和其他转世建立一种联系，因为这个幻象的密度拥有一种相当有效的遗忘罩纱，但是如果这些受伤的士兵能够检查当今在全球、各种各样的国家中、各种各样的交战派别，纠纷的剧本中的情境，并以某种方式把每一个实体都视为自我，把每一个实体都视为造物者，接下来，以这种方式全新地看待在先前没有被正确看待的事物，在这个人的内在也许就能够有一种疗愈了。这要花费大量的奉献，不只是那个受伤的士兵在此生中的奉献，还有对于那些会在这条寻求真理的旅程上、支持这样一个实体的人的奉献。可能发生的疗愈是：这样一个受伤的士兵开始自己的灵性旅程，并感觉到悔恨，作为一种开始的情绪、以及作为一种致力于支持真理的情绪，这样就有一个新的世界对该实体开放了。正是因为那种来自内在的奉献、这个新的景象会从内在出现，这个景象可以成为对于该实体的疗愈因素。

我的朋友，有没有进一步的询问？

Gary：Q'uo，你们指出，这种好战状态在很长一段时间一直都在这个群体上发生着，P 接着问：「这样对待彼此的周期，伴随着战斗状态、暴力、战争，如何在这个星球上结束呢？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你们的问题，我的弟兄姐妹。这不是一个容易回答的询问，如你们可能猜到的，因为会有很多很多的个体、团体、宗教信仰、派别正在参与这样的交战活动。在你们的第三密度的幻象中、残存的这类活动在短时间内结束的可能性是非常小的，然而，我的朋友们，希望一直都在，在某个点，已经加诸在这个星球的人群上的毁灭、可能对于所有看见它的人变得如此令人厌

恶，以致于能够瞬间做出一个选择：放下武器、开放心、重新寻求一种和所有周围的人共享的人性。这(结果)将需要全体有意识实体的大量努力、察觉到需要在每一颗饥渴的心之内找到一种平安。这是多生累世的旅程、随后在一瞬间结出果实。这(结果)曾在天父的造物中如此稀少地出现。你们特定的星球居住着很多发觉有需要重复这个密度的实体，好让这些实体最终得以做出爱与服务他人的选择。

我们建议有意识的实体们、大家继续把觉醒带给周围的人，尽可能一步一脚印地前进，把言语带给那些有耳去听、有心去理解的人，并在这种伟大而光荣的追寻的努力中毫不停歇。也许，那不可能的事情就将会成为不可能的梦想获得实现！

我的弟兄，是否有进一步的询问？

Gary：那回答是格外美丽的。谢谢你们，Q'uo。一个名叫约翰的寻求者写道，在他对圣方济的祷词的研究中，他发现有一些诗文是从最初的祈祷词中被删除了的。这些诗文中的一句是：「就是在遗忘中、我们找到了。」

他想要知道关于那个诗句，他询问任何人如何在遗忘中找到价值；以及当一个人知晓过去没有遗忘的事物，其中的价值。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。遗忘也许是对于错误事物的遗忘。如我们刚才在先前的询题中谈到的，看见一个敌人实际上是另一个自我，等同于自我；遗忘这个(世界的)幻象、它把合一的真理从所有事物中隐藏起来，遗忘一个人虚假的特性、即对于真理的特性是什么的想象。也许，这样一种遗忘确实是有价值的。

我的兄弟，是否有最后一个询问？

Gary：Q'uo 可否评论圣方济把那个美丽的祈祷词形成文字的启发源头，是否为星际邦联或是其他的源头？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。被知晓为圣方济的实体在先前的转生中、有过一个我们可以称为「修士」的历史，在创造你们谈及的祈祷词的那一世、他继续是修士。在他过去的好几世、遍及各种各样的、在秘鲁的山区中的体验，给予了他机会去了解，幻象的各种各样的特性是如何如此轻易地被大众人群接受，所以，如果一个人确实能够怀着光平衡黑暗、怀着喜悦平衡悲伤、怀着希望平衡绝望、以疗愈平衡伤害，如此等等，就会有一种巨大的释放，容我们说，将被紧紧捆绑的爱与接纳的能量释放出来。是故，在这个实体的转世历史中的许多体验给予了他灵感来创作出这首诗，它是如此简明地描述在这个幻象中、宽恕的可能性：宽恕每一颗看似已经迷失、离开爱的心，宽恕那个已经跟随着这样的迷途的自我，宽恕所有已经伤害任何其他自我的实体。因为在宽恕中、停止了业力之轮，此刻，在这个星球上、在如此多的实体的旅程中，业力扮演了一个如此巨大且无法阻挡的角色——来自过去的转生、各个星球、各种幻象的业力。

我们是你们知晓的 Q'uo。我的朋友，为了你们今天邀请我们出席，我们再一次感谢你们。我们已经如此喜欢体验你们的开放之心的爱，体验爱创造出来的光、以及你们和彼此关联在一起的时候、在你们当中的友爱情谊。我们将高于在你们所称的未来再次加入你们。我们是 Q'uo,我们在爱与光中、在平安与力量中、在赞美与感恩中离开你们。

Adonai vasu borragus。

(V)2016 Reviewed by cT.　　Translated by T.S.

☆ 第 2514 章集：新盖亚的诞生

Copyright © 2016 L/L Research

周六冥想

2016 年十月 15 日

团体问题：Ra 说过*，我们这些在第三密度中的人、就如同在子宫中的存有的双亲，该存有就是地球或盖亚(Gaia)。在那个时候，于 1981 年，它们说过，该分娩并不是顺利进行着。我们把盖亚比作我们的母亲，提供我们在这次人生中所需的每一个事物，包括我们的身体。另一方面，我们个体的演化可能促进盖亚更容易地转换到第四密度，(于是)扮演盖亚的某种类型的母亲。在关于我们与盖亚之间的关系，看起来有一种极性，一个人可以把它描述为父母/孩子与孩子/父母的极性，如同我们体验跟自己的孩子之间的关系一般。Q'uo 愿意谈谈这个可能性吗？我们在这个国家(USA)中看到的、极度政治性的两极化会如何影响盖亚在物质界的第四密度分娩呢？我们这些想要有所服务的实体，如何于现在、2016 年，同时就个人与团体两方面，帮助这个诞生过程？

(*编注：参看一法 65.17)

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，我们在爱与光中向你们各位致意。对于在这个下午被请求加入你们的寻求圈、我们感到十分荣耀。你们已经创造一个协调的团体，它充满爱、充满光、充满对于更深真理的寻求。它是今天在这里、每一条被行旅过的道路的一部

分。我们会请求你们，如同我们一直都请求的，采用我们所说的言语中、那些对你们有意义的部分，并把所有没有意义的部分留在后面。以这种方式，我们寻求不成为任何真理寻求者的一块绊脚石，而只是去帮助那些实体、他们可能在我们于今天下午和你们分享的事物中、找到有价值的内容。

你们的询问关于你们居住于其上的星球，也就是一些人称为盖亚的实体，其出生过程的特性，盖亚：在这个行星上、所有实体的母亲，因为所有你们在物质领域中知晓的事物、都已经由这个行星制造出来了。你们是盖亚的一部分，她是你们的一部分。

如你们已经假设的，在关于养育或教导，以及作为孩子的学习或成长方面，在你们之间有一种非常紧密的关系。你们，作为后代，确实是从盖亚创造出来的，那种原力已经在过去的 75,000 年的时间中以许多种形式、活在这个行星上，几十亿的实体已经从万物的母亲取得其营养。在这种关系中，一直有着大量的互动，如你们清楚察觉到的一样，这些互动并非总是具有协调一致的特性。在你们星球上、很多人已经发现必须加入这里的第三密度体验，因为他们过去在其他地方尚未学会。他们身上已经带来了该困难的象征物，好再一次在时间的巨大的延展与空间中的体验中被表演出来，这就为你们创造了一次接一次的投生机会。

因为你们在一个第三密度的体验中，要嘛在这里，要嘛在别的地方，已经投生过如此多次、几百次甚至几千次了，你们熟悉这种体验是如何在每一次投生中、在每个实体选择要被学习的课程的领域中进行的。这些课程希望的结果是：解决这个星球上的众多人群的不协调，就是这种不协调已经把他们引导到这里，并且已经造成他们重现不协调的关系与情况 [贯穿整个有记载的历史以及更早的时代]，在此刻，这些不协调在第三密度体验的结束之际、正在如此明显地把它们自己在

世界的舞台上表演出来。

每一个在这里投生的实体都想望成为一个祝福，容我们说，对于在物质界生育了他与一切事物的母亲的祝福。这种去祝福、去爱、服务地球母亲以及在其上的所有伙伴的渴望，接下来必须穿越你们所称的「遗忘的罩纱」，为了可以有一个纯净的机会做出投生前的选择，产生各种可能性、实相、祝福、爱的给予，在最基本的意义上滋养这个星球的生命原力，流经每一个实体的生命原力，同时尝试去在每一个其他实体之内看见造物者，尝试这样去和每个人建立联系：彷佛你与他人都是一体的。

这不是一个容易的课程，我的朋友，纵使在投生之前、它是显而易见的，当你们穿越遗忘的罩纱之际，确实会有一种对于(宇宙)造物的所有基本真理的遗忘，它们是：你们全都是太一造物者的一部分，你们在其中移动、生活、拥有你们的生命的造物是由爱的力量制成的，是由你们所称的光，以各种各样的振动层次与角度振动的光子所形成的。所有这些真理在投生前都是明显的，在投生之后几乎不会被料想到，仅被模糊地猜测着，但愿在某个(时)点发现它们。

你们这些有意识的真理寻求者、已经在你们自己的人生体验中、把自己带到一个点，在那个点，你能够取得大量在投生开始之前、已经选择去学习的事物。你们知晓能量与体验的一般主题或大纲、把它提供给其他人，也提供给盖亚。在大部分的时间，爱的观念被包含在其中，使得已经破损的东西变得完好，疗愈那些厌倦或生病的人，或者疗愈那些由于某种原因变得有些扭曲的人；该原因是他和一切事物、包括自己、在建立和谐关系方面遭遇困难；当你们追寻这些模糊不清的回忆好为它们，可以说是，赋予血肉，给予它们色彩、生命、生动性，你们就和周围的人以一种你们所称的教导方式在分享了，这样，你们就能够一起工作好将

拼图的碎片拼在一起，这就是所有实体的投生的主要目标，那个伟大的存在(existence)之拼图，那个伟大的存有(being)之拼图，那个伟大的拼图、攸关进入万物合一的进程，以及跟太一造物者的合一。

因此，你们聚集成团体[好比现在这一个]，以及在这个星球上、很多其他的团体，一起分享你们感觉到的事物，你们相信的事物，以及在一些情况中、你们相当确信的事物，以这样一种方式，你们提供能力让这个圈子中的每个人都因为你们分享的事物而获得增强、变得丰富了。这些种子被每一个实体在所有人的内在种下了，所以，你们就有可能变得更大、超过你今天来到这里之前的你之所是；以类似的方式，当你进入周围的世界的时候，你通过对于周围所有人的服务[有意识或无意识的]、奉献了你自己，你们更进一步把种子播种在那些可能同样是有意识的寻求者之内在，或者那些可能尚未察觉到寻求真理的过程的实体，或尚未察觉到向自我揭露自我，向较小自我揭露更大自我的过程的实体。

在此刻、你们星球上有很多人是沉睡的，他们以一种无意识的方式四处移动、同时做出反应，而非创造，他们以种种可能是防守性的，防御性的，混淆的，困难的方式响应，对于生命是关于什么，生命是否有目的，他们缺少任何一幅具有整体性的描绘图像，除了这些目的：日常生活的活动、要追寻的野心，要取得的金钱，要行使的资格或地位，以及凌驾他人的权力。

藉由你们的寻求，藉由你们播种已经在自己的生命体验中找到的事物，其他人和你们分享的事物，以及你们和其他真理寻求者分享的事物的种子，你们就提供了机会、让已经被隐藏起来的事物揭露出来，在这个星球上、所有实体都有一个目的，就是把他们的服务提供给这个星球，把他们自己的爱作为一颗种子、播种在这个星球上、在他们接触的每一个部分之中。这可能以任意数量的方式发生。在

这方面，唯一的上限就是想象力。

如果你的渴望与意愿就是去服务他人，在地球母亲诞生其第四密度存有的过程中帮助她，在一个未来的时间[如你们的称呼]、该存有就是你们和许许多多其他人之所是的存有，那么，你们就可以看见机会、以任何数量，以任何形式，和任何实体，在任何时间分享爱，因为，的确，每个瞬间都包含爱。你们的存在的伟大谜题的一部分就是去在所有的瞬间中找到爱。

如你所知的，在大多数情况中，这是相当容易的，某些时刻看起来不包含任何的爱。如果在你看来、任何你体验到的时刻都没有爱，也许接下来，你的机会就是去把你的爱提供给那个时刻。我们并不是请你们成为福音传道士、或者使人改宗，我们请求你单纯地将存有之心放射出来，因为在每一颗心之中、都跳动着爱的旋律，都有光的启示，合一的真理，都有天父于内在休息。在你自己之内、以及所有其他自我之内，无论以什么对你有意义的形式来寻求造物者，无论它是爱，或它是服务，或者是光，或者是实践的潜能，或者是尚未被实现的希望，或者是在这星球上、具有一种更为协调经验之梦想。

是的，你们所有人同时都是你们地球母亲的老师与学生，地球母亲同时是你们的老师与学生。贯穿整个太一造物，在每一颗星球—其上拥有任何类型的智能—

这都是真的。我的朋友，我们向你们保证，每一颗行星都拥有某种形式的智能生命，因为一切都是由太一造物者的智能能量所制成的。

在此时，我们会暂停一下，好让任何精炼好的问题得以被询问，我们可以就此响应。

F：Q'uo，美国目前正在发生的政治两极化，是否影响于这个(时)点诞生物理的第四密度之过程？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，此刻，所有在你们星球上发生的事情都有个目标：协助这个诞生过程，即使是那些你们可能发觉多少有些倒胃口的、破坏性的、不协调的活动[以如此多的方式呈现]，以及你们在电视上看到的、在你们的当天报纸上读到的坏新闻。确实，容我们说，在这个世界的舞台上[包括这个国家和其他国家]，那些正在该舞台上演出的演员，他们的戏剧是那些，容我们称之为，舞台中心的供物、首要的课程、潜在的课程，以及渴望找到另一种方式的课程。因为一场戏剧的特殊细节，经常可以提供一种挑衅(刺激)去做相反于该戏剧正在描述的内容的事情。换句话说，时常有那些实体、提供自己作为一个坏榜样，于是，那些观察的人[容我们这样称呼这些观众当中的实体]就可以做出其他的选择了。

在你们更大规模的总统选举过程中，你们看见在新闻中、从几年前就已经如此盛行的事情、直到今天，如此多的事情对于观察的观众、有很大部分已经是令人不快的，当(赞成)主张和反对主张从相反的方向被做出时，如此多的事情已经令人混淆，那些支持一个主张或候选人的群众会诋毁其他人，分界线看起来被更清楚地划出来了，两极化作用被更鲜明地表达了。

在某个(时)点，会有产生决议的机会。在某个(时)点，将有一场选举，将有一个新总统，将有和解的机会，将有那些已经跟随某个候选人的群众去向那些跟随其他候选人的群众伸出手的机会，找到一种方式，藉此有可能一同工作、一同前进，因为，确实，所有人都属于同一个国家，难道不是吗？所有人都关心在你们的国

家中、在这个或那个区域中、好的或不好的事物。每一次，产生一个困难类型的表达，属于某些能量、观念、行动，此时，也会有机会伸出手给那些并不赞同成为，容我们说，更大气的人[带着一个更开放的头脑、一颗更开放的心]。

这些是潜能、这些是可能性。它们是否将会发生取决于每个实体。你们每个人，当你们穿越日常的活动之际，将会以很多方式有机会对多样性的问题与困难去做完全相同的事情[容我们说，属于较小的种类]。每个家庭、每个小区、每个教堂、每个工作都拥有一个政治系统，因为在你们的幻象中、政治总是涉及人群，以及他们如何跟彼此建立关联，力量是如何被分享或不被分享的，该团体可得的财富要如何跟团体中的所有人分享。你们人群的政治就是人与人彼此交互作用的过程。你可以影响你要去影响的事物。当然，你会影响你的家庭，同样地，你的小区，教堂，生意(职业)，你认识的那些人，以及你不认识的那些人。

如果你带着心中的爱之光前进，尽你最佳努力、寻求分享你所要分享的事物，那么，你就已经做了你所能够做的事了。你还能做得更多吗？

向前去吧，在一切事物中看见造物者，在一切事物中去爱造物者，成为一个这样的人：具备足够广大的心智和足够开放的心胸，可以把一切事物包括在你的祈祷之中。为那些感觉敌意的人[以为他们是你的敌人]祈祷，为那些恶意利用你的人祈祷。祈祷那些实体可以和你成为一，你可以和他成为一，因为一切万物真的是一体的。最终，这个真理将会在你们的幻象之内诞生。这个星球的第四密度居民将会出现。它将会花费多长时间、取决于你们人群做出的选择。

在此时，是否有进一步的询问？

D：我很好奇，是或否有任何方式我们能够调频到晶体网格，或者作为一个团体，我们如何能够利用这个晶体网格来帮助第四密度的诞生？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个围绕着你们的星球的能量网格是一个具有多个入口(portals)的网络，它允许来自你们称之为恒星体、子理则的能量，这个爱之实体的智能能量的通过。它流经每一个入口，并且，容我们说，获得加速或增强，尤其是在这个转换进入第四密度的时间，于是，那些敞开的实体、对爱与理解[第四密度的主要质量]的概念敞开，接下来，他们就可以和周围的人分享那些质量，尤其是在冥想状态或沉思的状态中，使用观想或无论你选择的什么方式来(分享)。

你们可以看到来自理则、子理则、你们的太阳体的能量穿越这些力量的十字交叉线的网格，进入行星的网络或其地表，并成为那些需要爱的实体可以使用的能量，那些实体在其存有之中缺少爱的质量，(于是) 在混淆中、在痛苦中、在困难中大声呼求帮助。你们可以看见这些入口增强了爱、可以给所有这样的实体使用，然后，以另一种方式，这些入口也可以为那些正在通过那种转换过程[你们称为死亡或进入更大的生命]的实体所使用。当每个实体接着能够通过这样的入口，从这些入口进入的光就是这些实体会朝着它移动、以便于测量自己的，容我们说，可收割的能力或毕业进入第四密度的能力。正是这种欢迎与享受流经这些入口的增强之光与爱的能力，将为每个进入到更大生命的实体判定，接下来它要被放置在什么位置上 [依照它自己的、欢迎与享受这种增强的爱与光之能力]。

在此刻，有进一步的询问吗？

F：正在这个星球上发生的创伤性事情，它们可以和出生过程的分娩痛苦关联在

一起吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，分娩的痛苦横跨了整个星球，因为每一次，当有一个人群，容我们说，好比来自中东的众多移民，在他们自己的国家中遭受困难、轰炸，承受那些不赞同主流观点的人群的杀戮和恐怖统治，在任何具有这种特性的痛苦或苦恼出现时，你们都可以把它视为等同于一种分娩的痛苦。无论某些实体是在另一个国家因为其种族、性别、政治信念、宗教学说而被歧视，这些情况也会产生出一种痛苦，能够被视为是一种分娩的痛苦。

在任何时间，在任何团体中有一种不协调，或者有任何个体缺少爱、缺少理解，缺少对于这样的实体的接纳，就会产生一种痛苦，这种痛苦具有心智的特性、灵性的特性、情绪的特性、身体的特性。所有这些痛苦在此刻都可以被比作你们地球母亲的分娩痛苦，因为你们和她是一体的，你们是由她制成的，她是你们的母亲，她正在诞生的、也是你们的孩子。在你们全体之间的关系是一体性的关系、合一的关系。在某个层次上，全体都感觉到这样的痛苦，也许不是有意识地，也许不是在心智上，十分经常地在灵性的意义上被感觉到，所以，在冥想状态中，你们就可以调频进入正在这个星球上发生的痛苦的层次，如果你愿意并且足够地强健，去感觉这样的痛苦、同感这样的痛苦，或许一个小小程度的痛苦就足以向你揭露、在万物之母身上的大规模的痛苦体验的特性了。

在此刻，有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，在(一法的) 17.1 节，Ra 在描述进入第四密度的转换，它们说：「在短期内，由于在第四密度特质和第三密度自我服务导向之间的尖锐轮廓之极化条

件，也会有负面导向或极化的心/身/灵复合体与社会复合体急遽增加。在这个星球上，那些留在第四密度之中的实体将会是所谓的正面导向(实体)。」

那个想法也在星际邦联的哲学的其他地方得到共鸣：地球将是一个第四密度的正面星球，那里将不会有负面导向的家园。所以，我的问题是：服务自我如何面对其尽头呢？在这里不再有服务自我之前，它会找到一个高潮的结局吗?它会逐渐地退出吗？如果 Q'uo 能够述说那一点，请。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。虽然看起来有大量的负面能量在你们的星球上运转，这些就负面意义上、实际有能力达成收割的实体是(少数)个体、而非团体，在数量上，它们比那些可以被正面收割[或具有收割可能性]的实体要远远少得多。

因此，那些表达服务自我的负面极性之个体将会忙于把自己和周围的人分开，尝试去控制在他们周围的人，如此通常地，在一个非公开可见的位置上这么做，因为这类的负面导向实体要，容我们说，在阴影中移动，这样是远远更容易的、以一种看不见的方式进行工作、并且令他们的工作由那些喽啰来完成。是故，你们将会看到特定的能量大规模地活动或运动，超过个人的层级，看起来包含了大量不协调的事物、大量具有暗黑属性的事物、大量具有分离属性的事物，即使那些可见的实体、那些执行这些计划的实体，他们自己可能都无法被收割到负面极性；而是那些指导他们、激励它们，差遣他们去做工作的实体，容我们说，那些实体才得以找到自己的可收割能力。

这些实体，在它们穿越，如你们对它的称呼，死亡的大门之际，将会把它们自己收割到另一个星球的影响圈，那个星球将是它们在第四密度中的家乡星球。它们

将会投入你们所称的一场权力的斗争，为了获得凌驾负面极性的其他面向的力量。这场斗争将会和该第四密度中、具有类似特性的实体一起进行，所以，这场战争[容我们说]是关于光之存有在心智上被派出去执行负面意义的工作，在该战争结束的时候，当所有这类的权力斗争完结了，并且每一方都同意，该结盟就是它应该是的样子，然后，该社会记忆复合体将会在那个第四密度的负面星球上、开始它的体验。

我的弟兄，对于这个问题、有后续的询问吗？

Gary：如果我理解了，Q'uo，你们是说，在我们的空间/时间体验中、位于这个第三密度的星球上，那些负面导向的实体将完成它们的投生时期，移动到其他的地方，不会有新投生的、具有负面导向的实体来替换，所以，藉由那个机制，在这里，负面的极性将会减少。那是否正确？

Q'uo：我是 Q'uo，这是正确的，我的弟兄，因为负面的极性拥有一个相当费力的要求。在它的想法、言语、行为当中，有百分之 95 都必须成功地朝向负面端点极化，相对地，正面导向的实体只需要在服务他人方面、展现出百分之 51 的想法、言语、行为，就能够毕业到达第四密度。是故，不会有足够的时间[容我们说]给新进的、有希望到(负面)第四密度的实体在你们第三密度剩下的时间中投生。因此，它们无法，容我们说，在剩下的时间中执行它们必须(完成)的工作

我是 Q'uo。我们发觉这个器皿疲倦了；他的集中力正在开始分散。我们会建议现在离开这个器皿。一如既往，我们感谢各位的邀请、出席你们的寻求圈。我们感到十分荣耀、可以和你们在一起。因为你们邀请了我们，我们就能够在你们当中拥有一种存在状态，并且能够享受你们有爱的、充满光的振动。我们是你们知晓

的 Q'uo。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Adonai，我的朋友，Adonaivasuborragus。

(V)2016 Reviewed by cT.　Translated by T.S.

☆ 第 2515 章集：圣诞祝福：献给地球

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想

2001 年十二月 23 日

(编注：爱与光选集一曾经发布这篇文章，以下是重新校对的完整译稿)

团体问题：今天的问题来自 B 和 S。B 想知道是否一个社会记忆复合体拥有一种意识、能够参与它的成员之间的能量交换，无论这种能量交换是以有意识的方式还是无意识的方式进行，或者社会记忆复合体单纯就是它的成员的集合？我们[在这次冥想之前的谈话中]的假设是，一个社会记忆复合体确实可以参与一种对话、非常亲密且持续不断地和它的所有成员对话。如果那是正确的话，你们能够详述那一点吗，你们能让我们了解吗？因为 S 问：当我们开始形成一个社会记忆复合体的时候，有任何我们能够做的事情会促进正面性、涉及服务他人的行为、心智的态度、冥想、仪式以及所有任何事情？

（Carla 传讯）

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中、我们存在。一如既往，能向这个团体发言是一种极大的荣幸，我们感谢你们再一次形成一个寻求圈。能够分享你们的圈子的振动，这对我们是一种

极大的福分，能够藉由讲述我们的想法而进行服务，这对我们是一种极大的福分。一如既往，我们请你运用辨别力来选择哪些是你想保留的想法，哪些是你不适合于你的想法。我们并未声称我们是真理的供货商。我们仅仅声称我们是来分享迄今为止的旅程中、已经得出结论的事物。而我们非常乐于这样做，我们确实相信这是一条服务的有效途径。

今天的问题非常适合于一年的这个时间，而这次集会就在这个时间举行，因为圣诞节接近了，在全世界的每一个国家，百万千万颗心都在这个季节转向和平、爱、给予的想法。在你们的星球的人群的能量中的这个巨大高峰点而产生的催化剂是光明与黑暗、恐惧与爱的自然循环的一种产物。如我们在早些时候说过的，基督徒的圣诞节是一个相当古老的覆盖物，在其下是来自于一个更早的时代和宗教的更古老的仪式。它是一个社会之心对于最大额度的黑暗与最小额度的光明的一种反应。它是对于进入意识之中的事物的一种反应，而这个事物是在一个如此深入的层次上进入意识之中、以致于不会防御它。光的缺少创造出一种心境，那种心境的倾向性是朝向这个器皿所称的负面性想法模式的痛切且强烈的感受，原因很简单，因为在第三密度中的生命，除了其他的事物之外，经常还是一种痛苦的时刻的堆积，而特定的场合似乎会把这种痛苦带到更靠近记忆表面的地方。

无论如何，对于圣诞节能量的表达、从未有人比耶稣·基督表现地更加精确了。这个实体表达它的方式跟一个社会记忆复合体的形成的问题联系在一起。现在，这个实体在他的母语被称为 Jehoshua，但因为这个器皿的变貌和你们所有人在其中生活的文化变貌，我们将他称为耶稣。耶稣以他自己的方式成为一个政治家，但他正在竞选的公职位于另一个世界，如他曾说过的：「我的王国不属于这个世界。」这个实体将他的王国视为天堂国度。我们感觉、这个实体的讯息已经出现了可观数量的扭曲。然而，在他真正说过的话当中、剩下的部分已经足以开始形

成一个观念，这个观念即：需要什么好形成一个社会记忆复合体。

举个例子，当一个人注视这个器皿所称的真福八端(Beatitudes)的时候，值得注意的是：谁是蒙福的。贫穷的人有福了、温顺的人有福了、饥饿的人有福了、为公义缘故而受难的人有福了，身处逆境的人有福了，敌人有福了，那些恶意利用你的人有福了。换句话说，不管你做什么，你都将获得祝福。当这个实体在十字架上正痛苦地死去的时候，一个小偷问耶稣，当耶稣到达(天上的)王国的时候、是否会记得他？耶稣实体对他说：「今天你就要与我一同在乐园里。」

耶稣不是个傻瓜。他并不觉得所有事物都是好的。他感觉到一些事情是罪恶的。然而，他在每一个情况中、都将它带到更高的层次，他说：「过去的已经过去。重新开始你便完全且彻底地被原谅。」但愿围绕着这个实体的声音都有同样的信息。而大量的信息却遗失了，因为其他人立刻误解了他并感觉到，在这个实体所生活的时代、这个实体应该成为一个政治人物并统治一个国家、一个物质性的国家，一个由十二个部落所组成的国家。耶稣立即拒绝了这个建议。因此，如果耶稣正在给予关于一个社会记忆复合体的振动的讯息，那么，那些想望去帮助形成一个社会记忆复合体的实体、他们需要走的方向是宽恕与爱。宽恕敌人、宽恕自己。乐意去创造一个新的开始。这些看似有限的质量在形而上世界中却是无限的。一旦灵魂已经刺穿遗忘的面纱，去拓展和强化光的自由是完整的。

现在，一个社会记忆复合体的一个很微小的范例会是极为亲密的夫妻或家庭，他们是如此亲密，以致于实体们已经开始彼此调频、并奇异地在不必说出口的情况下知道对方将要说什么，对方正在感觉到什么，以及对方的情绪是如何的。当在两人之间有了一种完全的信赖之际，就有一种来自灵魂层面的不断增长的认识。

从形而上的方面而言，要达成这点是困难的，它需要花时间，即使他们尝试在这个或那个方面去做的每一件事上都彻底失败的情况下，需要两个人继续坚持不懈。结果是，宽恕被建构在信赖中了，这样，当实体们处于一种完全信任的伙伴关系之中的时候，他们就被容许拥有做错事的空间。他们被容许拥有源自于那种信任的支持。他们被容许拥有重新开始的机会。

这些质量[宽恕、忘记、继续前进]就形而上的方面而言、确实是甜美的，因为它们纾解了能量系统与能量体。T 实体正在询问关于恐惧、以及那是否改善愤怒，也就是恐惧的一个覆盖物。我们会说，所有被拿开的覆盖物都是改善。因为叫做 T 的实体的练习，恐惧现在正在暴露出来。他现在能够看到并察觉到潜藏着的情绪真正是什么，确实，无论负面导向的情绪是是什么，我们向你们保证，它就是某个类型的恐惧。无论它是愤怒、悲伤、还是任何其他以负面方式被感觉到的情绪，动力关系总是介于爱与恐惧之间。

现在，在提前形成一个社会记忆复合体的方面，第三密度的实体们如何达成这样一个轻率又有野心的企图呢？在寻求者表达自己个人的渴望、成为行星地球的善与爱的一部分的方面，几乎寻求者能想到的任何方式都有帮助。灵性的演化有如此大的部分和全然的渴望以及坚持不懈地跟随那种渴望有关。渴望就是那驱策的火焰。它可以是红色、橘色、黄色、蓝色、靛蓝色或紫罗兰色光芒的火焰。这些渴望中的每一种类型的渴望或数个类型的渴望的混合物，都具有它自身的特征。一个实体为了进步并不需要跟随他人在某一门课程或学习上的观点，毋宁说，每一个实体都需要去跟随自己的心、自己的直觉、自己在书店里对这本或那本书的预感，或者他去考虑这样或那样的想法。

你们每一个人都早已是萌芽中的社会记忆复合体的一部份，但是在此刻，它正处

于一个非常低的层次，因为时间还没到。打帮浦是一个促进发展的渴望，渴望它最好在明天或后天就发生，并在每一个渴望出现的时候都抓住机会去请求的问题，那个请求即：「向我展现、祢的道路，教导我如何去服务。」交托那种聪明才智、好向更深的指引、更纯粹的火焰开放。因为对于那些想要提升的人，必有援助出现。如同器皿常说的，有大量的天使和存有的陪伴，它们只想望帮助实体们发展，希望在实体们发展的时候、爱护他们并希望从形而上的意义上让他们处于安全和舒适的状态。天使们包围着你们每一位。它们真心想要服务。当你坐在静默中的时候，你可以仰赖这援助并请求那无形的伙伴给你信号，给你灵感，用指引和线索来帮助你，好让你可以选择一条你觉得最有共鸣的、属于自己的服务道路。

耶稣实体尝试将第四密度的观念应用到第三密度的社会。我们领会这种观念从那以后并未普及开来，我们相信我们理解其原因，同时了解耶稣实体能够敞开他的心并且信赖无限的供给。在你们人群中、和耶稣的观念最接近的观念是共同拥有一切事物，它已经成为在理论形式上的各种社会主义与共产主义的社会，在其中，每个实体被视为完全地平等、并且平等地应得生存的权利，有地方可居住的权利，有食物可以吃的权利。而你们文化在这个时候、却有能力在许多其他的事情中容忍许许多多实体吃不饱的情况；容我们说，这会拖慢该星球的演化。因为它反映出：在其成员之间的一种漠不关心、以及缺乏对人性质量的欣赏，该质量

即为：即使在一个实体还没证明自己有用之前，也值得人性的对待。

我们请你考虑你是谁。根据作家西琴(Sitchin)以及其他人的说法，你们的肉体载具过去被创造出来、做为外星人的黄金矿工。结果是，有很多人都相信外星人、相信外星人和地球人之间的互动过程，于是相信复活是不可能的，因为肉体载具只

是尘土，只是被创造出来做奴隶。但我们对你们说，一个肉体载具就只是一个肉体载具。你们的(肉体)，如同这个宇宙中的大多数生命形式一样，都已经遭受几次的干涉。但是，这种干涉跟意识几乎没有或完全没有关系，意识接受了协议和肉体载具一起共度一生。你们每个人真的都是永恒的公民。你的身体组成是什么并不重要，无论它是由圣经中的上帝用六天时间创造出来的，还是由外星人创造出来的。事实是：在你正在体验的幻象之中，你就在这里。有一个小小的标志、带着一个箭头说：「你就在这里」。无论你的年龄是多少，无论你的身份地位是什么，无论你的挑战是什么，此时，这个幻象就是你正在其中玩得很高兴的游乐场。

当你在这个游乐场上头玩得很高兴之际，开始相信你正在一个游乐场上享受各种游戏，这念头是很有诱惑力的。然而，总是要超越那个游乐场，超越那些灯光、那些闪闪发光的装饰物，超越那出群众戏剧：人们对彼此进行的公正与不公正的行为；这是一个有帮助的想法。返回存有之心，这是有可能的，在这个世界存在之前，那个存有之心就在那里，当这个世界最终再次变成能量的时候，那个存有之心仍将在那里。身体与意识是一种不安适的联合，但是，这种肉身与灵性的联合恰恰就是第三密度所需要的事物了。你拥有的载具对于你想望去做的工作是健全的。

我们鼓励人们在寻求的过程中，带着奉献的强度与轻松的方式来加快演化的步伐，展现第四密度的某种表达。你会发现当你持续地寻求平安的时候，各种观念就会出现在你的脑海中。我们鼓励你们去回应这些想法，因为你们每个人都是造物者。或许你的礼物(天赋)是可以和他人变得更亲近、或产生别人想不到的新念头。我们向你们保证、你们每个人都唱着一支不同振动的旋律，所以你们每个人都有要给出的独特礼物。这些礼物早已是地球全人类所共有的。在此刻、行星地

球上有一个萌芽状态的正面性质的第四密度社会记忆复合体正在形成。它正在发生。

名为 B 的实体正在尝试通过开办一个小区来做这项工作。Carla 实体[即这个器皿]已经以她自己的方式奉献其人生、带来更多的光；在第三密度的系统之内运转第四密度的能量。遗憾地，该实体在她个人的人生中、并未完全有效地完成这项工作。但是，从形而上效用的方面而言，B 实体和 Carla 实体都已经做出良好的努力。就是在这些持续的努力上，也就是信心的延续，这将让大多数人受益。因为爱有一种教导你的方式，不是一种显而易见的教导，不需要 2x4 英吋的小木板来敲击(你的)额头。经常，人们不会醒来就察觉到爱的课程，毋宁是，你会发现你的观点发生一点点转变，你发现有了一种不同的光，而你正在藉由这种光观看相同的事物。改变可能是微小的，但如果这就是你正在确认或寻求的事情，它就很可能有更多第四密度(的成分)。

当你正在表达这股新生的第四密度能量，如果你是非常觉察的，你将感觉到它为一种能量交换，即使你正在沟通的那个实体位于地球另一端。对于那些一同在爱中振动的人，他们彼此之间在第四密度的层面上会有一种能量交换，这种能量交换对于两个实体都是令人振奋且非常疗愈的，我们鼓励每一个人尝试在所有关系中都以第四密度的爱、接纳、宽恕、乐意做为起点、由此前进。这就是学习的模式，不要逗留在负面情绪中过久，毋宁在任何负面情绪升起的时候，去荣耀它，和它坐在一起，不管需要和它在一起坐多久，以便于它被接纳，以便于它获得荣耀。接下来，当它被荣耀的时候，当一种和平、平衡、某种小小的理解已经出现的时候，现在你就可以说：「阿门。我很抱歉。我重新开始。」允许自己犯错，但当你犯错的时候、要停留在太一无限造物者的爱与光中，每次犯错之后，请容许你去爱自己而非审判自己。因为，你当然会判断并掌握你在错误中学到的功

课，但是，接下来的时间就是去释放它了。

在你们的人群当中、和平的巨大障碍跟在一个家庭里，家人意见不一致又坚持放着问题不去解决时的障碍是相同的。Jim 实体曾经说过许多次，这个世界需要大量的爱。这在个人层面是是真实的。它在社会层面、族群的层面、地球层面上同样是真实的。

一个社会记忆复合体拥有自己的沟通交流的能力吗？肯定有。甚至在一个婚姻中就有一种社会记忆复合体。今天，在这个只有四个人类[具体在场者]所代表的团体中，就有一个强壮与健康的社会记忆复合体，它正在帮助每一个成员。这并不是说，每一个人变得极其有能力去在人类的感知的方面彼此安慰与支持；而是说，就在这个房间坐着的四个人的心中，他们这么做的愿望是纯净的。在这样的氛围中，既然所有事物真的都是一，自然地、在过了一段时间之后，不仅仅这四个灵魂合而为一，这四个灵魂和造物者也合而为一，于是，造物者与自我产生倍增效应，乘以造物者在第二个自我之中、造物者在第三个自我之中、造物者在第四个自我之中，其结果是强而有力的、远远超过其各部分的总和。当实体们以灵性的方式聚会、尝试彼此相爱的时候，甚至在他们行为不当的时候，甚至在他们经历困难时刻之际，都有一个回馈系统开始运行。

你们每个人都会以或大或小的方式遇到很多很多的机会。它们是把一个实体视为自我或其他人的机会。我们并不是说、要去忽略肉体生命的需要。我们并不是说在遇到困难的时候去设置边界、保护自我免受伤害是错误的。你们是第三密度的实体，你们需要对自己感觉到的苦痛与苦难有所回应，如果你不去响应它，如果你坚持所有时刻都是爱与光，而不去处理你的感觉，不去处理你的暗黑面，你们将永远无法创造一个社会记忆复合体。

所以为了形成一个社会记忆复合体，你首先要爱的实体就是自己。如果你能够和自己的 360 度存有的阴影面相爱，你就已经变得远远更容易受到第四密度的崭新光线的影响。你呼唤如此大量的光到你自己身上、这些光是被你的渴望与情感的?结所创造的，你就在其中寻求光。所以，光的所有层面都在为第三密度转变为第四密度供能，因为光的所有层面都可以被爱照亮。爱使得食物更好吃，爱使得花园盛开更多花朵，爱使得孩子成长得更健康，爱使得生意兴隆。爱也会使得正面第四密度出现，因为在你们很多人群内在的爱正逐渐接近那种已经毕业的第三密度的能量，即基督能量。

如果有某个人说耶稣是个圣人，或说他是神圣的，或者说他比旁边的罪人要更好，耶稣会对这个人笑得很厉害、笑得很久。这个实体并没有感觉那些事情，这个实体寻求变得更温顺、更贫穷、更饥饿，并且寻求去获致更多苦难。为什么这个实体要这样做？这是从第三密度移动到(正面)第四密度的奥秘。为什么这个实体把脸颊转到另一边(给人打)的时候找到如此的喜悦？在拥抱死亡的时候、他想着藉由那种牺牲、他将能够拯救他人免于苦难吗？为什么这样一个非常不完美的人类举动[选择为了某件事而死]，却深深地吸引你们文化的注意力、长达两千年之久？这就是我们觉得在此刻、给你们思量的最有益处的问题了。因为该实体在这个时候来到地球。耶稣实体每一年都来到黑暗之中，黑暗却不了解耶稣，对于黑暗而言，耶稣只是个错误，一个傻子，一个必须被阻止的麻烦制造者。因为这个实体单纯地只想去爱。他不求任何回报，只是单纯地想望说出天父的话，行使天父的旨意。

愿你们追随你们的心。愿你们追随该器皿所称的十字架，因为第四密度是个十字架形状(cruciform)、尤其是在早期第四密度。那儿涉及十字架，有一个牺牲的印

记(sigil)、需要以一种言语几乎无法企及的方式被领会。静默本身、心的至圣所、那些充满无限祝福的无声言语、那个安静而微小声音，它将带给你所需的东西。我们鼓励各位每一天都寻求那静默，并且确信一切都好，一切都将是好的，确信可以在信心中活出人生。这种信心所给予的休息会再次释放一个人去爱。它使得无惧成为可能。在你们星球上、没有一个人真正在所有的情况下都是无惧的，但温和且坚定地在那种恐惧上工作，在那种分离的情绪上工作，并了悟到、所有以爱的方式被表达的行为在形而上方面都是正确的，这是很好的。在地球的层面中要做出一个纯净的选择，这经常是不大可能的，因为如果你追寻一条完全纯净的光的道路，肉体载具将会无法承受它，或者预算无法经受它，或者家庭无法承受它，或者某个你想望去聚集起来的事物会分崩离析。如我们说过的，会有一些时候、一个人必须作出看起来不是特别有爱的决定。但是，如果这些决定是被小心谨慎地、深思熟虑地、因为爱而作出的，那么我们就会说它是杰出的工作了。它可能不是对的，但是，成为对的并不重要。重要的是成为有爱的。因此尝试去成为对的。尝试去驾驶那艘你拥有的船。但更多地尝试开启心去爱。

我们会在此刻转移这个通讯给名为 Jim 的器皿。我们感谢这个小组问了这样一个好问题。在此时，我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次，我们通过这个器皿在爱与光中向各位致意。在此刻我们会寻求提供自己、(响应)在场的人的脑海中可能存留的任何进一步的询问。在此刻，有任何我们可以谈论的、较为简短的询问吗？

S：最近出现在我脑海的事情是：因为昨天我们的车尾被撞了，而数天之前、我们遇到了另一次事故，我很想知道，是否有某种我已经错过的课程？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们表示抱歉，因为这个器皿需要工作其录音装置而造成延迟。对于你的询问，我们在这里无法看到任何特殊的课程，除了总是会有意料之外的事物，有时候，它们会在没有任何表面上的韵律或理由的情况下发生，而一个人可以用在他的人格的结构之内占优势的、无论什么方式或态度来对诠释它。这种心智的态度接下来会被设定好工作即将到来的、无论什么的催化剂，它将产出必要的调整以便于包含新的催化剂在已经被建构好的思考方式之中。然后，真理的寻求者就可以利用任何催化剂来取得，容我们说，被渴望的视野了。当一个人用他灵性的双脚坚定地站立的时候，就不会有任何催化剂可以动摇其存在的基础。那么，所有的催化剂就如同，容我们说，磨坊的谷物一样变得可以使用了，催化剂就成为一个人用来寻求存有之心的手段，如果这是他的偏好的话，或者，一个人可以对于催化剂寻求更容易被取得的表面诠释，如果一个人想望，容我们说，在这个议题的表面上快速掠过，或者在一个人的存有体验之周围移动的话。我的兄弟，有另一个我们可以响应的询问吗？

S：我的妻子一直感觉某种沮丧和低落，我认为它可能是一种超心灵致意，或者可能是精神不振，但是，她似乎无法找到一个原因说明她怎会有这样的感觉。你们对此有任何的观点？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们向这个器皿展示了冰块和破损踝关节的图像。我们建议名为 C 的实体可以在身体复合体的记忆中、回忆在大概距今一年前发生的事情。身体的记忆是比第三密度中的大部分实体所察觉到、或归因于身体所拥有的记忆要远远强大的多。然而，我们向你保证，身体确实记得那些创伤的体验，这记忆从从潜意识渗漏出来、成为在表面上没有方向、没有源头、带有一种恐惧感或焦虑感的事物。有另一个询问吗，我的弟兄？

S：那个说明十分有帮助，我相信 C 也会感激它。我对上一次集会所涉及的、偶尔会攻击 Carla 的第五密度朋友[属于负面极性]感到很好奇。这个实体有一个名字吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。这是正确的。有另一个询问吗？我的弟兄？

S：这个实体的名字是什么呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们建议谨慎地考虑(你)是否渴望这个知识。因为，去知道一个人在表面上的敌对者名字，这是显著地往负面方向极化的行为。去知道这样的事情就是开始着手尝试去支配那个实体。有另一个询问吗，我的弟兄？

S：我接受这暗示，就到此为止。最后一个问题是：Q'uo 群体以及天上的众天使在此刻有任何想要提供给我们团体的讯息或事情吗？

我是 Q'uo，我们无法抗拒地说：呵！呵！呵！此刻有另一个询问吗？

S：我没有问题了。谢谢。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。此刻有另一个询问吗？

Carla：我已经注意到圣诞节对于很多人是一个非常困难的时间，以致于他们必须

努力度过令人煎熬的圣诞节，去弄一些熟食和影片，好把恐惧关在门外直到圣诞节过去为止。这是一种对圣诞节的极为负面的看法，或许是因为没有人可以分享、或者由于一种差劲的回忆。我想知道为什么会这样，能够做什么事是可以让人们对圣诞节感觉更好？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于你称为圣诞节的季节，如同任何的节日、日子或事件，都有无限多种可能发生的反应或响应。对于相同的经验、谁能够说明白为什么这一个实体感觉到如此大的喜悦，而另一个实体感觉到如此的悲伤呢？在所有(宇宙)造物中、你们每个人和我们每个人都是单一个体，一个来自太一造物者的相同火焰的一个火花，但它是一个映射：基于各种已做出的选择、已拥有的体验、已采用和未采用的方向，而产生的千变万化的映射。没有方法基于某一个实体对相同催化剂的反应来评估另一个实体对于催化剂的反应。因为所有的生命都是被一个灵魂藉由多次的体验而书写出来，某些生命在生命模式的书页上留下深深的印记，而其他一些生命在似乎相同的周边演员表的情况下、就不被注意。生命在绝大多数情况是一个伟大的奥秘。要开始，我们强调开始，去解开这些情节和人物的各式各样的缠绕与转向，那是一个实体毕生的工作。简言之，我的姐妹，我们无法给你一个对治圣诞节忧郁(blues)的解药。此时有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没有了。感谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

T：当 Carla 问这问题的时候，一个想法出现在我的脑海。有时候，在我看来、一些人在圣诞节会感受到兴高采烈的气氛，人们会度过一段快乐的时光。一些人看

到这种情况说，并不是所有时候都是这样子的，他们会觉得沮丧。你们能够就此评论吗，请？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。确实，对于很多人而言，他们就是这样的。有些人看到被渴望的事物、却没有获得实现，并且从他的体验中被移除，(该体验)似乎聚焦在短暂易逝的的事物、看起来是一场骗局，似乎是虚假的。其他一些人也许看到这时节的商业特性并不再抱有幻想。其他一些人会更多地响应光的匮乏，白天正变得更短。其他一些人也许会响应在早些时候失去挚爱的人，现在无法和他们分享喜悦了。其他一些人也许会响应在世界的舞台上、在一年周期的这个时候看起来更为显著的某些事件。如我们在先前提到的，在一年中的这个特殊事件，实体们有很多的原因去以负面的方式回应喜悦或悲伤。我的弟兄，有另一个询问吗？

T：没有了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。我们利用这个机会感谢在场各位的衷心问题。在每一个问题之下潜藏的关注、对我们而言是十分显著的，对于那些拥有巨大渴望的人们，渴望去知晓真理、分享真理、成为真理；我们总是为了能够对他们发言而感激。我们在这条旅程上和你们同行，如同其他很多在此刻看不见的实体一样，但是他们的心和你们一起歌唱、共同处于你们自己的寻求和服务的喜悦之中。

在此刻，我们将离开这个器皿和这个团体。一如既往，我们在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中离开你们。我们是你所知悉的 Q'uo。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

(V)2016 Reviewed by cT. Translated by T.S.

☆ 第 2516 章集：面对超心灵致意

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年六月 17 日

来自 D 的问题：自从 1997 年以来，随着我觉醒的发生，我承受了沮丧和焦虑。我以前对实相的看法已经彻底改变。公元 2000 年，我完全崩溃了。我的感觉是：我的这种疾病和崩溃已被超心灵(psychic)致意介入。我感觉到、我已经不慎将那些非友善的思想形态(thought forms)邀请到了我的生活中。你们能确认这一点吗？

（ Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我的兄弟，我们在太一无限造物者的爱与光中向你致意，在对祂的服务中，我们今天来到你们身边。请允许我们感谢你们为神圣的寻求留出这段时间，并感谢你们为我们呈现了你们的振动之美。我们在你们的振动中，分享了光并将我们无限的爱返回给你们。在任何你们乐于询问的主题上、可以和你们分享想法，这是我们的荣幸和快乐。

一如既往，我们会向你们请求一个礼物，那就是请你们带着一种有偏见且评判性的心智*，来聆听我们所说的那些事情。如果我们所说的任何事情对你听起来不是真实的、准备好去忽略我们。我们既不是一贯正确的实体，也不是权威，我们是你们的寻求同伴。如果你愿意承担起责任、仅仅响应那些和你们有共鸣的想法，

好像它们是我们帮助你恢复的记忆，并将所有其他的、听起来不是真实的想法都放在一边，那么，这将解放我们，并使我们能够和你们谈话而不用担心我们会侵犯你们的自由意志、或者成为你的进程中的一块绊脚石。我的兄弟，我们大为感谢你在这方面的考虑。
(*编注：这里有点类似 Ra 说的、一切万物都有扭曲，这一句应该没有负面的意涵)

为了响应你关于超心灵致意以及你所经历的体验的问题，我们会首先说，我们的确可以确认，发生过你会称之为超心灵致意的事情；事实上，发生了两个不同类型的超心灵致意。我们能够与你分享这个信息，那是因为我们觉得，你对于正在发生的、究竟是什么事情、已经多少拥有一个成形的概念，我们只是来深化你的理解。

首先，在考虑致意的问题时，我们会说，有一种超心灵致意，你们人群普遍这样认识它，不过也有人称之为超心灵攻击，它的确来自于一个不属于你们密度的实体。这是当一个实体，因为某种原因，吸引了一个无形或内在层面的、服务自我的实体的注意力时，会发生的事情，这种情况相对罕见。你对真理之光寻求的纯净与聚焦、吸引了这样一个实体的注意。你在这种寻求中是义无反顾的；我的弟兄，你需要这样做。如果你希望发掘自己的实相或菁华的一个更深的部分，你就无法可怜你在此刻享受的那个人格外壳。你必须单纯地询问，在询问之后，不去看别的地方。这一点、你已经做到了。

这种勇气有一种性质，它是这个器皿所称的、伦理上或道德上的性质。那些带着这样的意愿而寻求的人、站立之处离他们寻求的光很近。因为你看，我的兄弟，你所寻求的事物已经和你在一起；在寻求中，你已经获得；在接受真理的同时，

你接收到非常纯净的光，而这就引起了我们所说的、一个淘气的服务自我之实体的注意，它希望把你从寻求的旅程上引开。

在随之而来的受苦过程中，你燃尽了这个实体用来打搅你生命的机会。这并不是说，这个实体想望离开你了，它至今仍不想离开；而是说，你已经取得一种能力去爱它、接受它、拥抱它，知晓它为你自己的一部分。这个实体对自己如此被爱感到很挫折，所以它在大多数时候被迫从和你的灵性、心智、情感的近距离接触中退出来。你可能会时常感觉到，你再一次被致意了。这是一个老朋友，不是吗，你可以再一次对它说：「老朋友，你是我的一部分。我爱你，我接纳你，我拥抱你。」它可以任性地作出任何反应，而你将安然无恙。它无法用任何实质性的方式触及你。

其次，我们接着要谈及另外一类的超心灵致意[如这个器皿对它的称呼]，它在你们的人群当中更远为普遍。我们在之前和 I 实体的谈话中，提到过那种所有的实体都具有的结晶属性。你就如同一块水晶一样，接收、传送、转换能量。你会特别钟爱进入你存有的、某些种类的光；你发展自我中的那些相关面向，将自我的水晶转变为接收那类光的基地台，你耐心地、无止境地、带着喜悦和它一同工作。因此，你自己的那些部分得到了发展，变得精炼，强化了它们和太一无限造物者的连接。

这块你之所是的宝石还有其他的面向，它们是你不喜欢注视的；因此，你把它们推离光源、并选择不去发展它们。一个实体不希望跟内在的谋杀者、小偷、说谎者、或者自我中任何一个这类的角色与面向一同工作，我们能为此责备他吗？

但自我的那些角色和面向的确创造了那些有效且有价值的部分，属于你所代表的

存在之圆。你是一切事物；你并非如你们的人群或文化所认为的那样，只是好的那一部分；你是万事万物。你怀有一切的情绪，拥有一切的想法。

在你们的人群中常见的那种超心灵致意，即是自我对自我的致意；它是一种藉由自我投射而产生的对自我的致意。在镜子中，你看到了自我的想法或另一个自我的想法或行动；这些想法或行动和你产生共鸣，并从你身上唤起需要，想在某种程度上去查看并体验你自己的那个部分，也就是你身上被激发的那个面向所代表的事物。那些潜意识中的自我面向尚未被你发展，你尚未欣赏到这些能量的深刻与深奥。一个人想望去伤害另一个人，在他的眼里和想法的后面蕴含着什么呢？在恐惧的大门背后蕴含着什么？当一个实体感觉到他的生存受到威胁时，在他的自我保护能力的背后蕴含着什么？

要检验这些事情是多么困难呀。不过，这就是你们到这里来要做的工作。你到这里来发展自我那些尚未被发展的部分，接着整合到你存在的圆之中，使得它们也可以变得有能力去捕抓光、聚焦于太一无限造物者的力量与和平，并且把它们自己作为你存在中的底层部分和你整合起来。这些部分给了你坚毅、决心，以及坚持不懈，它们是你自己美妙的一部分。当它们获得发展的时候，它们将构成你最佳的部分，恰如你存在的每一个面向都构成你的最佳部分。当你把它们整合起来，并开始在贯穿整个存在的圆中看到共同属性的时候，你会在这个人生中、第一次变得能够去爱你自己。

当服务他人的人生的全部要点就是去爱他人、服务他人之际，为什么这一点是重要的？我的兄弟，我们对你们说，要点是：你无法超越爱自己的能力而去爱另一个人。当你们停止评判自己、宽恕自己是易于犯错的、就是凡人，宽恕了自己尚未发现的、尚未被发展的光的时候，你们才能够理解和宽恕周围那些人的缺点。

你在自己的核心存在之中，成长为一个抚育者和爱众灵魂的人，而这正是你们一直迫切渴望和寻求的目标。

因此，这些严酷且不间断的受苦时期发生在你身上，不是来惩罚你的；它不会用任何你没有选择的方式来扭曲你。毋宁说，它允许你有时间和空间来观察自己。不是单单去观察自己令人愉快的部分、你可以拿出来夸耀并展示给家人和朋友看的部分，而是，更加重要地，去观察那些你得辛苦工作的部分。当你第一次看到、自我的一个居然被忽略的部分如同一个垃圾堆藏在你的灵魂深处时，这是怎样一场噩梦呀！你多么希望它不是你呀！但是，所有的事物都是你，你是所有的事物。

你已经安然穿过了这道火焰。不过，这一种火焰在此生中永远不会熄灭，因为它就是你精炼你的存有的机会，因此，这些察看自我中尚未被发展部分的种种模式将会持续下去。你可以把这个过程想象成你在一个螺旋上，一直向上朝着光移动。当你投生的主题好像歌剧中的主旋律一样再次出现的时候，你听到了那旋律。你说，「啊哈，帕西法尔已经抵达。」或者，「啊哈，这是彼得」，或者是「狼」。这就是在你的管弦乐作品中认出角色的体验，那些角色是你一再遇到的自己的一部分，它们唱着自己的歌曲，向你讲述着它们的故事。不要感到沮丧。你来到这里就是来面对自己的这些部分，来和它们一起踏上一段旅程，来聆听它们的音乐、听它们讲故事。每一次这个主题重复的时候，主旋律会引导你进入一个不同层次的工作中，你不会做重复工作。每一次、它们重复发生的时候，你都在该螺旋上的一个不同的地方。因此，不要假设你已经知道那个故事，你尚未听过这个版本！为这个工作的出现欢庆吧。当你带着喜悦而非勉强地拿起它的时候，主旋律将过来问候你、慷慨地和你分享它的真理。

这个器皿经常谈到，在她过去几个月、几年的团体生活背景中，她体验到、一个团体如同一个放满镜子的大厅。她经常说：「你在那个镜子大厅的最大希望是：这些镜子可以温柔地、钟爱地、诚实地对你说话。」你遇到的每一个人都是你的一面镜子；我的弟兄，它们大多数不是亲切的，肯定也做不到诚实。因此，你感到自己彷佛身处在一个嘉年华里面，在充满疯狂的镜子的屋子里，它们展现的你不是太高、太矮，就是太胖、太瘦，而那些形象都不代表你真实的形象。随它去吧。让那些扭曲的继续扭曲，然后说：「我在这面镜子里看到的东西，有什么能够帮助我成长？」

你将开始珍视那些反映你真实形象的镜子；真的，它们是无价的。

请问现在有另一个询问吗？

D：这种具有一种表面上不友好性质的、所谓的致意是一件坏事吗？或者，它属于觉醒过程的一部分吗？请以任何你们觉得可能有帮助的方式评论。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。毫无疑问，我们肯定觉得，这个过程虽然严酷，却是极有帮助的，那的确是你特定道途的一个必须部分。你没有选择一条容易的道途，你选择了去坚守一条非常精准的、螺旋向上的光之线路。你想要真理。

我们会在此刻对你说，我的兄弟，保持你的聚焦，但放松你对这个决心的严厉(态度)、接受这个决心已经成熟的了解。你将不会偏离你的寻求。你在此刻不必防守你自己。我们送会给你一个词汇，那就是「记得」。每当你有了疑问，不知道这个在经验火焰中精炼自我的过程究竟有何益处时，请你自己去记得，这个过程将

会带回给你那整个滚滚的知识洪流、其中包含自我知识以及一切你曾体验过的经历。我们希望你会开始尊敬你所经受过的苦难，因为它的本质是：一个服务、针对你自己的寻求。

对于有些人来说，其聚焦的选择不会呈现出这种激光般的质量；这种聚焦有一种柔和性，你甚至可以将它视为蓬松的、棉花糖似的，或甜蜜的。那并不意味着他们没有做他们的工作，而是意味着他们正在受苦的事物具有一种不同的质量。

它会是，容我们说，一种你可以称之为凌乱或模糊的特性。不过，他们正在受苦；要达到他们能够开始放松地进入自己的真理的那个点，他们的过程将要比你的过程漫长许多。你想望走一条坚硬岩石上的、比较陡峭的路径，因此你一直在攀登一座山峰。现在，我们必须对你说，这里有另外一个挑战。你听过那条「首先有座山；然后没有山；然后又有一座山」的谚语吗？这个器皿是通过唐纳文实体的一首歌曲知道这些话语的。现在就是你去看到没有山、而只有爱与光[属于太一无限造物者的奥秘]的时候。

将会有一个寻求激光视野的时刻来临。当它来到时，穿上你的登山装备，抓起你的登山钉，向前去攀登那座山吧。但是，当你如此攀登的时候，知晓你是在一个幻象的世界中，而这个幻象世界和无山阶段上的幻象世界相比，多少有些不同。

现在，没有山的世界也是一种神秘。一个激光般的视野对它没有价值，因为它虽能永远一直穿透无限而仍旧没有山。这里只有一种存在的状态，在其中，真理通过菁华、而非通过光来表达它自己。换句话说，在一个特定点，你进入那个自我的链结、位于爱的平衡与光的平衡之间，你从光移动到爱，从智慧移动到爱，从清晰表述的理解移动到精要的理解。去接受一个你无法探索、无法表达的奥秘，

这是一种调整，那是可观的调整。给你自己一些时间来调整当你深陷其中时会有的动作；当你坐进一把新椅子里、或第一次驾驶新车时会感觉到这些动作。

驾驶菁华的汽车与驾驶一束寻求真理的激光是有点不同的；但知晓你并没有停止追寻真理，而是你必须平衡这样的精准工作，以这样的时期来平衡：允许一切万有成为你在其中游泳的海洋、成为你呼吸的空气、你行走在其上的大地、成为温暖你的火焰。你无法在这种时期抓住事物来谈论它们或穿透它们。就某种意义而言，你已经从悬崖边上移步、迈入半空中。你将会掉下悬崖呢，还是你所持的、「一切都好」的信心把你保持在舒适与安全的状态？

我们相信，这整个过程正在精确地沿着你的高我和你、在首次考虑进入行星地球的投生时选择的路线前进，我们相信一切确实都好。这是我们的感知。我们希望你也会在这种感知中找到某种真理；我们希望，你可以让自己从担心和忧虑中解脱出来，不再担心你也许错过了一个步骤、或白受了一场苦。我们相信你的模式正在绝对的完美中展开；当你在勇气、信任、和平中前进时，我们和你在一起，我的兄弟，很多实体和灵界的菁华也和你在一起。

此刻有另一个询问吗，我的弟兄？

D：你们能否谈谈，在我觉得自己多少曾体验的那种极端苦难之中、涉及怎样的灵性原则，以及我所经历的那种极端苦难本身。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。涉及你曾经历过的苦难中的灵性原则是平衡的原则。让我们说，一种对服务他人的极大渴望、有可能把你从投生中那个对你的身体、心智、灵性都很有益处的平衡点上拉开；相对于你做为一个乐

器(器皿)来为自己的灵魂歌唱时，这会让你变得不是那么得心应手。如太一无限造物者的所有乐器一样，你是个独一无二的歌手，有一首很个人的、独特的歌曲要唱。

那些特别在童年期间产生并强化的扭曲会造成这种不平衡。当这种不平衡发生时，内在的自我必须选择它再次进入平衡的方式，并再一次变成一个更真实、调音更好的乐器。造物者希望去最甜蜜地弹奏你。你作出的决定是去刺穿困惑的阴霾，你也实际这样做了。就牵涉的苦难的方面而言，这是一个代价极高的决定。它也是极其有效率的。你烧掉了大量累积的困惑。你藉由巨大的活力与勇气磨亮了你那宝石的一个个面向。我们向你敬礼，我的弟兄，你是一个具备火焰与原则的人，你是一位，容我们说，屠龙者。你为自己创造了一条非常友善的龙，它仍旧喜欢火焰，但是它将为你烤面包。你已经越来越多地进入平衡了。

这种搜寻会把你带到何处？我们不知道，这完全取决于你。但是，藉由这样极端的苦难，你不仅爬上了一个你所感知的不正确所带来的十字架，你还把自己从那个十字架上释放，扬升到你的下一个天堂。在那里，你将同样找到受苦的途径、学习的途径，以及最重要的，找到对你自己亲切与悲悯的途径。当你在信心的半空中休息的时候，知晓你是一个无条件爱的生灵，知晓当你完成苦难的十字架之际，你现在获得了对自己的救赎与理解。

这个平衡点是一直移动的，你的工作永远不会完成，正如任何一个人的工作都不会完成一样。这条路，正如在这个器皿记忆中、她唱过的一首歌里头说的，无穷无尽地向前延伸。欧曼兄弟乐团和这个器皿都极为喜欢这首歌。这条路，我的弟兄，的确无穷无尽。没有任何事情会完结，它只是在向上盘旋，一直寻求爱与光；爱与光并非在你之外，因为你藉由自己的寻求呼唤它，让它降临到你内在之

中，并安置它在你的心之深处。因此，在信心的半空中，知晓你是在自己的开放之心中休息。

我们可以用任何更进一步的方式回答你吗，我的兄弟？

D：不用了，谢谢你们，那很好了。非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟，我们会请问，这个在神圣的寻求中聚集到一起的团体、在此刻是否有最后一个询问呢？
（没有进一步的询问）

那样的话，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们感谢你们，为了你们给予我们的这份时间和空间的珍贵礼物、以及我们无法言喻的这般美好。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。
Adonai。Adonai。

(V) 2016 Reviewed by Sunny & cT. Translated by T.S.

☆ **第 2517 章集：心之渴望**

Copyright © 2005 L/L Research
特别冥想
2005 年六月 18 日
圣奥尔本斯唯灵派教会，圣奥尔本斯、赫特福德郡，英格兰

（这次会议的前半部分是 Carla 的一场介绍性演讲。请点击以下连结：http://www.llresearch.org/speeches/speech_2005_0618.aspx）

Carla：如果你们有兴趣在互联网(Internet)上查看来自我们团体的信息，我们拥有两个网站。我们的团体叫做爱/光研究机构（L/L Research），所以我们的网址是 www.llresearch.org。另一个网站比较像是，容我们说，一家容纳各种观念的咖啡厅，在那个网站上有很多不同的观点，而不止是我们自己的观点。第一个网站是我所有的通灵、演讲以及如此等等的档案库，它全是免费的，不用订阅。两个网站都不用订阅。另一个网站是 www.bring4th.org。欢迎访问我们的网站。我在身边带了一些信息，是由 Ra 传递的《一的法则》的五本书中的第一本；我还带来了一些小册子，如果你们想得到这个系列丛书的其他部分，你们可以在稍后把小册子寄给我们来订购它们。

实际上，我写了一本用户手册。我最终决定我们需要一本！我们有一些火花塞，我们就需要知道如何去更换它们！因此，那本书叫做《流浪者手册》，在(大厅)后面有一些副本。还有一些我挚爱的伴侣与研究伙伴 Don Elkins 的录音带，叫做《UFO 的灵性意义》。关于他的研究，他做了许多许多次的演讲，可我没有很在意去把它们录下来；但是，有那么一次，我将他的演讲进行了录音，于是我们就保有了一个他所作的优秀演讲。如果你们想听他所说的内容，后面有一些录音带。

还有一个我在 1980 年代制作的录音带。全世界很多讲英语的人写信给我说：「你愿意发送一些你们通灵的样本吗？」我就制作了一份汇集不同通灵管道的录音，这些管道各有不同的事情要说，而有趣的是，如果管道是正面的，信息就会是全然和谐的。所以无论你是佛教徒、还是基督教徒、或者无论怎样的信徒，如

果你的着眼点是灵性、而非严格地笃信宗教，你就会发现这些信息巧妙地和谐一致。这些信息中有一些是 UFO 实体，有一些不是。反正，录音带就在这里。

这里还有一些着色图画书。如果你有孩子，想给孩子找些灵性的书籍，这一本着色图画书叫做《什么是爱？》*，你的孩子可以用它来涂色。
(*编注- 中文版已上市：http://www.books.com.tw/products/0010735637)

我为那些已经拥有灵媒能力、并尝试去发展它的人们写了一本书。它不是去教你如何通灵的！它叫做《通灵手册》，也许我在那本书中谈到的一些原则可能会对你有帮助。我想这些就是我们带来的东西。

当然，我们带了很多小册子，这样你们就可以将我们的小册子带回家，也许以后会用它们来订购些什么。

好，你们彼此之间都交谈过了。你们的想法是什么呢？你们是想要在这里提问，就在我和你之间？或者宁愿体验一次通灵？

团体：（一致同意选择举行一次通灵）

Carla：好的，那么，你们能提出一个团体问题吗？穿红色 T 恤的那位先生提出了一个非常有趣的、关于渴望的问题。他说，他不断地、越来越多地发现，他此刻的进程中的关键是渴望(欲望)，但是他对自己的渴望检视得可能还不够深入；他说自己的注意力一直都放在他所渴望的东西上头，而不是询问他的心，心之渴望是什么。他想知道能否稍稍多一点地了解渴望是如何运作的。如果我们想要的话，我们可以接受一个接一个的(个人)问题，或者我们可以作为一个团体，提出

一个问题。这对我都没有问题。

提问者：有可能一个接一个地提出问题吗？

Carla：没问题。现在我们需要让 Vara 坐在我旁边，因为我易于离开我的身体，而我不想那样做，我想要保持有意识的状态。作为一个人，这样对我更健康。因此，如果你们想要那样做，那么……

（Vara 移动坐到 Carla 旁边，麦克风被调整了）
下一件事情是，我们需要找到一种方式来调频该团体，我们有一点散乱。我们可以一起唱一首你们所有人都喜欢唱的歌吗，或者，你们想要说主祷文？我想找到某种将我们的声音聚集到一起的方式，因为呼吸是灵性，而我们是管乐器，因此，当我们说那些词语的时候…… 主祷文可以吗？

团体：（一致同意）

Carla：那么，当我们说那段祈祷词的时候，我会请你们思考你们正在说的是什么。在祈祷词中、它们是非常简单的想法，但是，它是一个有趣的祈祷词；尤其是，你们知道，一些措辞像是：「让它在尘世中如同它在天堂里一样。」天堂的确在你们的内在、而且你们能够知晓天堂的想法；当你们终于能够接受这个事实的时候，你们就会开始内化那段祈祷词了。因此，当我们一同说祈祷词的时候，让我们那样做吧。如果你们愿意的话，向 P 提问[Carla 指的是坐在 Vara 旁边的 P]然后由 P 来问我。因为我有听力问题，我有时候会听不见，但是 P 将直接对着我说话，并重新提出那个问题，这样我就能更好地听见了。

如果这没问题，接下来，既然我们将要提出一系列的问题，我们将尝试让回答保持简短，我将从心智上要求我们不要在任何一个问题上花太长时间，但是我们将在这里去尝试获得一些将会成为你们所有人的资源的答案。

Vara：你感觉舒适吗？要我给你再拿一个靠垫吗？

Carla：我刚刚好。让我把我的手放在你的手上。好了，没问题了，让我们一起祈祷吧。

团体：「我们在天上的父，愿人都尊你的名为圣。愿你的国降临，愿你的旨意行在地上，如同行在天上。我们日用的饮食，今日赐给我们。免了我们的罪过，如同我们免了人的过失。引领我们不陷入诱惑，救我们脱离邪恶。因为国度、权柄、荣耀全是你的，永远到永远。阿门！」

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在对祂的服务中，我们来到你们中间。请容许我们感谢你们、给予我们这个机会，来看到你们的灵魂之美。我们同样也感谢你们留出时间和空间、来创造了一个神圣的寻求圈，并感谢你们邀请我们来和你们分享一些想法。

在我们开始之前，我们请求你们一件事情，那就是，请你们带着一种非常小心谨慎的分辨力的感觉来聆听我们，来听取那些和你们有共鸣的想法，就好像我们让你们回想起了一个你们已经知道的真理一样。请不要将我们作为一个权威的形象而接受。如果我们和你们分享的任何想法听起来不像是真实的，我们会请你们毫不犹豫地把它留在后面。因为真理是一种至为主观的东西。在你的内在，你个人

的真理是活生生的、并且不断地演化，昨天对你是真实的事情，可能明天对你就不真实了。因此，为了让我们知晓我们没有侵犯你们的自由意志，我们会请你们作为小心谨慎的分辨者，仅仅使用我们的想法当中的、那些似乎对你们有帮助的想法，作为一种供你们自己成长的资源。如果你们能够为我们那样做，那么我们就能自由地与你们分享我们的想法，而不用担心我们会构成你面前的一块绊脚石。我们为你们的这种考虑而感谢你们。

我们会请问现在是否有一个问题呢？我们会请 P 实体，在他听到问题并将其提炼成可以向我们发问的形式后，向我们问一个问题。我们将在接到第一个问题之前暂停。我们是 Q'uo。

P：问题是：「渴望应该来自于心(轮)、还是应该来自于心智？为什么渴望在生命中是一件如此重要的事情？它是从哪里产生的呢？」

我们是你们知晓的 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。这个器皿一直谈到自我如同一块水晶。无论是那些你在至此为止的一切投生中体验到的事情，还是那些你在这次投生中体验到的事情，所有进入你的进程的事情、都为你创造了一种独一无二的水晶体特性。这种水晶体特性拥有，容我们说，一个广播电台所拥有的那种力量。你拥有接收能量的能力，你拥有传输和发送能量的能力，你拥有改变你收到的能量、并以一种不同的方式把它发送出去的能力。这被称为转换(transduce)能量。

作为一个水晶，你的一个渴望，容我们说，就是去使这块水晶的各个方面变得整齐且协调一致，并由此能够变得齐心协力、专注聚焦。要做到这一点的关键，是某个东西、这个器皿会称为意志。工作以锐化并打磨意志，这是很多辈子的工

作。我的兄弟，在你这次投生的过程中，在你进程上此刻所在的这个位置，你对自己的力量的理解已经变得成熟，这就解除了你能量上的束缚，从而能够来构想该可能性：你可以如何收集并聚焦那股力量。

为了聚焦意志，你也许已经体验过各种各样的渴望[它们是你服务于太一无限

造物者的渴望的某些方面或部分]，它们已经开始对你显得似乎不那么专一、不那么令人满意。你了解到，要表达你的真理，你需要去整合、协调这些不同的良善渴望，把它们统合为单一焦点。你此刻的焦点就是你现在所寻求的事物。就好像，作为一个水晶的存有、作为神性原则的一个面向，你具有一种魔法的本性；当你接受了自己的力量和你的魔法本性之后，你现在希望去成为单一的事物，从而让意志的那个已统合的渴望闪耀出来。这种渴望还有很多我们无法谈论的方面，因为它们是你的进程中、非常活跃的部分，我们无法替代你学习。

当你工作（听不见）极其正面且准确的感知（听不见）的时候，我们可以向你建议的是：聚焦于你的存在、而非聚焦于你正在做的事情。这是一个在你们文化当中的人群、很难理解的概念，因为你们文化中的人群一心一意地在外在世界中行动并达成目标。没有被理解的事情是：行动是由存在所带动的。你内在的菁华创造了，容我们说，一个磁铁、一种磁化效应，它为你带来了那些你需要的事物，使你作为一个水晶般的存有，能够继续发展并绽放、继续更深地呼吸、能够更单纯且更纯净地放射、能够允许精炼的过程调谐所有事物。这样，在你的核心存在中，你会将那些你希望去作的事情吸引到你的生活中，以便于有所服务。

我们了解，你的询问和我们谈论的每一个问题、都比我们能够探索的部分要远远多得多；但是我们希望这些少许的言语能给你一些种子想法，你可以在闲暇的时

候去发展它们。

我们请问 P 实体，现在是否有第二个询问呢？

P：（朗读）「请告诉我们，如何才能更多地和圣灵、我们的守护灵联系呢？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个器皿在稍早已经说过，你所寻求的事物就在你的里面。你的指引位于你的存在的最深部分。我们会对你们说，它就好像你最高与最佳的自我，在经历了爱的课程、智慧的课程，以及在爱与智慧之间的平衡课程之后，从未来的位置上和你在一起。这个器皿称她的指导灵为圣灵。其他人会用许多不同的名字称呼指导灵。有些人通过一个古鲁(guru)和指导灵联系在一起；有些人投入大自然的世界，在池塘的寂静中，在风中树叶的耳语声里、找到他们的指导灵。无论你喜欢如何想象你的指引系统，我们会鼓励你去做的是，你可以相信你拥有它。它就像你的呼吸一样是你的一部分，它其实比那个呼吸的过程离你更近。

当你请求指引的时候，它早已在回答你了。因此，你的挑战是去记得询问，而询问之后，去认识到、有指导灵正在回答你。它对于你可能不会立刻就显而易见。有时它得需要一段时间，以便于你那些关于指导灵实际上如何运作的期待升起又消散，因为指导灵可能会在无言中到来。指导灵可能因为你感觉到平静而到来。你不知道为什么，但你突然间领悟到、一切都好，而你却不能够证明它；有时，其实是常常，这正是指导灵的中心讯息。因为当你不知道它、当你无法感觉到它的时候，你保持在一个平稳的水平之上。你可能感觉到周围的困难和混乱，感觉到你非常困惑，而你一旦请求帮助，帮助就在身旁。

你知道在塔罗牌组中、那个从悬崖跨入稀薄空气中的傻子图像吗？当你怀疑你的指引的时候，这是一个你带在身边会有帮助的图像。怀疑和恐惧让你远离你的指引。拿起这个傻子图像，像那个傻子一样，走下悬崖进入信心的稀薄空气中。当你祈请的时候，祈请信心，接着等待宇宙对你说话。这个器皿，因为有着和灵性一同工作的漫长历史，她会直接和内在的圣灵对话。她会说，「荷莉，帮帮忙吧！」荷莉就会立即帮助她。这个器皿和 Vara 实体在今天开车到这里时迷路了，不是一次，而是数次。Vara 会看她一眼说：「你又在祈祷了，不是吗？」这个器皿会承认是，于是 Vara 会说：「这一次是向谁祈祷呢？」它可能是圣帕特里克；这个器皿祈请它，因为圣帕特里克将蛇赶出了爱尔兰，为什么他不能将迷惑赶出我们的路线图呢？或者它可能是圣奥尔本。为什么不请求圣奥尔本将我们带到他的身边，带到他在这片美丽的英伦土地上的宝座旁呢？有一次，当 Vara 询问的时候，这个器皿只单纯地呼吸，吸入太一无限造物者的爱与光，因为她忘了成为自己，她开始进入到恐惧中了。通过检查这个器皿的心智，我们可以说，行驶在 M25 号(公路*)中间有可能感到恐惧？
(*编注：这条公路又称为：伦敦外环高速公路)

请问现在是否有另一个询问，我的弟兄？

P：（朗读）「我们刚才在讨论关于地球被各种振动(波)轰击的事，以及是否会有影响地球及其居民的改变。这有可能是一种渐进的过程、或是比那快得多？它将如何被它的居民感觉到呢？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们了解到、这个特定的问题关系到此刻正在轰击你们行星的能量波，这个问题和「扬升」的问题联系在一起。这个器皿之前对这个寻求团体中的一个人说过，当查看这个问题的时候，有机会掉

进恐惧。因此，我们会对你们说的第一件事情就是：鼓励你们不要进入恐惧之中。这个器皿经常对自己引用她所钟爱的、来自圣经的内容：「如果我活着，我在基督中，如果我死了，我在基督中，因此，无论我是死还是活，我都在基督中，而基督在我之中。」这样，她就停止恐惧了。

然而，我们同样会说，在我们看来 [我们也可能看错]，我们相信这个「扬升」的过程，这个进入和这些新时代能量合作的感觉之中的过程，逐渐地影响你们的人群，已经有一段时间了。实际上，名为耶稣·基督的实体在两千年前就谈到这些能量了。这个扬升的过程早已开始，因为根据我们看待你们行星周期的方式推算，你们现在体验的、被这个器皿称为第三密度的周期，在你们年代的七万五千年前就开始了，因此，最近的两千年，从灵性的方面讲，正是这个周期的最后时间。你们从出生起就已经生活在这个终结阶段中。大量的事物在你们的星球上已经迅速改变。在区区两百年的时间中，你们看到你们的文明从蜡烛(时代)前进到计算机(时代)，从驴车、双轮马车、四轮马车前进到喷气式飞机和宇宙飞船。但是，你们人群的心改变了吗？

我们鼓励你们视这个轰击的过程为一件非常正面且必要的事。这个行星的诞生是不可避免的。我们很高兴地说，婴儿情况很好，婴儿是活跃的，婴儿正安然通过它的产道。你们中很多人发现了事情正在发生变化这个事实；很多人都在谈论这些正在冲击这颗行星的宇宙能量。对这种看起来常常如此令人不舒服的事情，一个人如何才能与之合作呢？我的兄弟姐妹们，这里的挑战，就是不要企图控制它。这不是一个发生在你身上的过程，这是一个发生在这个星球和人类全体身上的事情，你自己无法做任何事情来改变它。这个过程是此刻该星球应有的过程。因此，在这里我们会鼓励你们去追随的目标是：开放你自己、迎接这个从你的内在唤出的改变。

你并不想去注视的那些点点滴滴，都被这些能量波带到了你的面前。看看它们吧。不要害怕去深深地凝视它们向你展现的镜子。无论你的电视显像管向你显示什么，看着它说：「你有什么东西要教我的？」接下来，给它自由，释放控制。

你已经考虑过它，你已经响应它，继续前进吧。允许这些能量在你身上工作。它们的本质就是转变，因此具有挑战性；允许这个挑战性的过程发生。做个赤裸裸的、坦诚、不设防的人；想哭时就哭，高兴时就大笑、起舞，然后如秋天的叶子一样飘落。让事情改变，因为改变正在发生；你越多地拥抱它，越多地感觉你真的就是它的一部分，你就会越多地从该[正发生在你们当中以及你们星球上的]转变中受益。

请问，现在是否有另一个询问呢？

P：（朗读）「首先，这个(Q'uo)群体会通过其他的管道传讯吗？其次，该信息会被它进入的不同文化染色吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询题。我们为在这个问题上发言的机会而感谢你，因为，聆听这种通灵的实体们经常会有一种担心，不知道通灵的源头是否正当，或他们是否应该严肃地考虑它。

服务于无限造物者的星际邦联通过很多渠道说话，而且，在你们的内在(次元)平面中、有很多实体也通过很多的管道说话。收听爱的信息的方式多种多样。通过这个特定器皿说话的 Q'uo 原则[群体]，只通过这个器皿说话。原因是：这个器皿在为通灵调音时，请求和基督能量或意识建立最高、最佳的联系，这种通讯是她

能以一种稳定且有意识的方式接收到的。为了构成一种资源、清晰且透明易懂的信息，给那些寻求者，她想望最佳地利用她的能量和时间，所以她对于自己所请求的事物是非常精确的。

因此，我们将我们自己专门地创造为一种原则、以便于通过这个器皿发言。很多其他的实体，在调音和对挑战灵体方面不那么谨慎小心，以致于你可能会一而再、再而三地发现，你在阅读一份传讯信息时不得不将它放下，因为它听起来不真实。这不是器皿本身的错误，该器皿是服务他人的；毋宁说，它是一种调音不清晰的错误。也许管道并不准确地知晓她自己是谁，也许她没有以一种(根本)名义来挑战想通过她通讯的灵体；而她为该名义而活、愿为该名义而死。当这种情况发生的时候，调音不清的器皿会接收到貌似正面的信息。这些信息会以某种方式转变为一种恐惧导向的通灵，然后你会听到一些具有排它性的说法。这些说法专门针对一些人、而排除另一些人，或说有些人能进入天堂而别的人不能；或者你可能会听到传讯来源说，你必须相信这个、那个，然后你就会开悟(enlightened)。

如果你能够小心谨慎地分辨，你可以阅读任何资源而仍然能够在其中发现有益的内容。因此，我们鼓励你们，不要去坚持把这个特定管道或我们作为一个特别的来源；毋宁是，当你阅读任何似乎鼓舞人心的资料时，去聆听那种内在的共鸣，那种我们今天刚开始透过这个器皿通灵时谈到的共鸣。既不要信赖该管道，也不要信赖某个权威或来源，信赖你自己；因为在你听到属于自己的真理时，你会知道，那就是你的真理。

我们发现这个器皿的能量开始衰微了，因此，我们会请问，此刻是否有最后一个询问。

P：（朗读）「你们认为将会有耶稣·基督或弥赛亚的回归吗？或者这种回归会是一种特殊能量的回归？」

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我的姐妹，我们相信你已经开始替我们回答这个问题了。我们真诚地相信，你们都是基督。我们相信，你们每个人都是从天父那里[这个器皿如此称呼太一无限造物者]遣送的、祂的女儿和儿子。火舌已经触碰你的嘴唇，灵性已经降临到你头上，你们已经受造！你们将改变地球的面貌。

我们了解到、你们是年轻的人灵，你们是年轻的共同造物者。然而，创造的力量属于你们。你所宽恕的事物就被宽恕，你提举的事物就被提升，你伸手去治疗的事物就被治愈。要承担基督身份的最终责任是艰难的，然而我们对你们每个人说，那个你视之为自己的个体性，那个你称为「我」的事物，它是一个幻象。当你在地球领域里工作时，当你在做那些你到这儿来要做的事情，也就是活着、呼吸、存在、绽放时，你正在体验的人格外壳会很有帮助；然而，它不是你的全部，它不是你的泥土(earth)。当你一次又一次地请求：「在每一天，引发我去看到我之所是，帮助我领悟我的真实本性」，你就一点一点地开启了一条路，来开始感觉到那个菁华、那个「我」即是爱之意识。

名为耶稣的实体不想望被崇拜，耶稣实体希望被视为一个正在执行天父意志的人。我们问你们每个人：「你的意志是什么？谁是你的造物者？今天，你将如何跟随天父给你的意志？」这个器皿每天早晨都祈祷她可以听见道（Word），好让她的肉体、种种错误、种种动作都可以被使用。你只需开放自己、迎向内在的基督具有的可能性，你将理解，「我是」（I Am）真的就是你，祂就是道路、真理、生命。

我的兄弟姐妹们，我们在你们面前感到谦卑。你们的寻求之美使我们惊异。在通过了如此多的困难、经受了如此多的考验之后，你寻求的勇气和决心将你带到了这一刻。请允许我们遣送你们、在你们灵性的力量中欢庆。容我们鼓励你们去知晓，你就是你所寻求的事物，你能够做到你到这里来做的事情。不是通过做为，而是单纯地成为你之所是。我们和你们在一起，许多天使和指导灵也和你在一起，帮助你深化你的冥想并且提供(其它)帮助。在那些你们寻求灵感的微小片刻中，愿你们在祈请的时候感觉到我们的临在，愿你知晓你并不孤单。愿你们知晓，你们是如此深深地被爱着。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是Q'uo。Adonai。Adonai。

(V) 2016 Reviewed by Sunny & cT. Translated by T.S.

☆ **第 2518 章集：电影：第六个太阳时代**

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年六月 19 日

地点：弗瑞斯特-罗、东-苏塞克斯，英国

（N 正在为这个会议录像）

N：很多观众可能觉得通灵的概念很怪异，为了他们的缘故，你能解释一下为什么你为了这次集会握住 Vara 的手？

Carla：好的。我们在之前和你谈到过我与 Ra 群体建立的通讯；通过这个通讯，我们获得了《一的法则》。那次通讯是不同寻常的，因为与我从 1974 年开始并持续至今的其他通灵不同，它是出神的(trance)通灵。我从来都不知道我如何做到出神通灵，但它是一种非常强有力的体验，其中传讯的数据显著地比我其他的通灵更加精确、更加清晰，所以，那份通灵数据就被出版了，它是最广为知晓的。在我挚爱的伙伴唐·艾尔金斯(Don Elkins)于 1984 年去世后，我就停止作出神通灵，因为我曾被 Ra 群体告知，在没有唐和吉姆同时在场做为我的电池的情况下，继续进行出神通灵对我的健康非常有害，更不用说我的生命了。因此，我确实停止了它，但是，我发现自己会不由自主地离开身体，并由此经受了好几次很艰难的身体创伤，因为有人在不知道我已经出体的情况下触碰了我。这种触碰不光挫伤了我的肋骨，或者碰伤了我的肺部，而且还几乎把我带离了这个人生，得了一场心脏病，如此等等。因此我发展出该技巧：一直抓住另一个人的肉身、另一个人的身体，好真正有效地、稳固地接触外界，这样我就不会离开身体了。因为身体不会让自己毫无防守。所以，只要有另一个身体的侵犯*，身体就会留在自身中，守卫自己。所以，我这样做纯粹是为了保护。

(*这里单纯地意指握住手)

在这个世界上，我最好的电池是我的丈夫，Jim，因为我们一起工作了如此长的时间，但 Vara 是仅次于最好的，因为我已经和她一同工作了好几年。我们对彼此的身体都非常熟悉，我们的能量已习惯于交融在一起。实际上，当她住在魔法王国的家中[1] 时，Vara 的卧室就在我的隔壁，我们的头通过墙壁相当靠近在一起，因此，我们的灵光场在全时间都在接触。对我来说，优游在 Vara 的能量中是非常舒适的，她对我的能量也不觉得困扰。因此，我会与之接触的人，如果不是她，就会是你，或者团体中的某一个人。这和我对 Vara 的喜爱没有关系，尽

管我大大地喜爱她；它只和约定的规程有关。

当我准备好要对 N 说话的时候，我会捏一下 Vara 的手。

N：那么，容我感谢你们、为了你们同意在今天前来。首先，我可以向你们询问、我该怎样称呼你们？

（ Carla，传讯）
我们是被称为 Q'uo 的群体。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在对祂的服务中，我们今天来到你们中间。在此刻被请求和你们分享一些想法是极大的荣幸，我们想要为此感谢你们，并为你们的寻求圈之美而感谢你们，因为对于我们而言，你们每个人就如同一块宝石一样美丽。你们能量的色彩是相当可爱的。当你们创造这个神圣的寻求圈时，你们的能量相互交织的方式使我们感到谦卑。

在我们开始之前，我们会向你们每一位和所有听到这个声音的人请求一件事情。那就是，请每一个听众承担起责任，分辨我们所说的内容、哪些资源对你们此刻有帮助，以及哪些资源多少没有切中要害、听起来并不真实可靠的事情。如果我们所说的事情和你没有共鸣，我们请你们毫不犹豫地把它放在一边，因为我们不愿意成为你们面前的一块绊脚石、或者用任何方式侵犯你们的自由意志。感谢你们在这方面的考虑。

N：我们正在制作一部叫做「第六个太阳的时代」[2] 的影片，我们希望藉此帮助唤醒这颗行星上更多的灵魂。我想请问，从你们的维度，从你们的密度，有什么信息要直接传递给那些将观看这部影片的人们呢？你们想要跟他们沟通什么呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会对你们行星上的人群说，我们和你们都是一个特定种类的生灵，那个种类就是爱。

我们会对你们说，我们所有人、 (宇宙)造物的全部都是同一个事物，那一个事物就是爱。这个字对于你有什么意义？你觉得要如何去表达这个字的真理？在察看无条件之爱的质量时，你能获得某种和该质量的认同感吗？

我们会对你们说，我们已经听到你们。我们前来对那些想望加速他们的心智、身体、灵性的演化速率的人说话。在有关这个寻求生命真理的旅程的种种方面，我们希望给予你们一些想法、对你们可能会有帮助。

我们前来告诉你们，你们不是孤单的；指引遍布你的周围，不仅在各种器皿[好比这一个器皿]的声音中，也在你遇到的每个人的声音中，在天父的造物中，在你自己之中，在此刻之中。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

N：我们先前接收了一些关于这部影片所使用的光之特性的通灵信息，我发现它们非常、非常地有帮助。我想请问，就那种光的质量，以及从本质上讲，我们如何在这部影片里使用光、色彩、声音，你们有任何要对我说的事情吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会对你说，你倾向于去寻找一种斑驳的自然之光，这种光在我们的自然环境里，从树枝间、灌木丛之类的植物中潺潺流过，这是非常睿智的，我的姐妹；因为你加入了(自然)造物之舞，你正在

请求。

在这次通灵会议之前、你们的对话谈到了长老。你们正在召唤大自然或第二密度中的长老，这些实体拥有大量的东西可以奉献给光本身。因为，如你们说过的，光可以是一个幻象，它也可以是相当虚假的。但是，那种在自然环境中被树枝和树叶之类过滤的光，它是已经被软化却没有被消声的光。它被染色，却没有被创造成虚假的。你们邀请了一种非常强有力的源头[属于爱与智慧]的合作。我们鼓励你们继续寻求，容我们说，适当的光、感觉你的路，不仅仅凭借你的眼睛或你的器皿，还要用你的心来这么做。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

N：我想要问你们关于声音，以及人类在过去、现在、未来的转变过程中，声音所扮演的关键角色。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你向我们提出一个多么有趣的问题呀！你真让我们高兴！声音的特性，单就其自身而言，是神圣的。声音是通过一定的媒介产生出来的，那个媒介就是风或(圣)灵。所以，所有的声音，无论是已开发的、或是尚未开发的，都保留并表达了神性或神圣的各种各样的面向。的确，有一些声音和声音的组合就好像钥匙一样，能打开这个器皿所称的内在和外在层面的次元，打开那些除此之外就是关闭着的门。

那么，声音的世界就是一座圣殿，一座不被各种人类观念所束缚的圣殿。当一个人进入纯净的音调或声音时，他正在进入一个世界，在那里有巨大的治愈力、能量、转变的潜能。对于一个想去创造一个魔法乐器去感动人心的实体而言，对于

声音的质量敏感和反应会是一个极大的资产。你也许可能已经注意到，当人们停止说话并开始唱歌的时候，他们打开自己的心并挣脱智力局限的能力就极大地增强了。的确，每一个实体都是一个乐器(器皿)，每一次呼吸都标明了，你作为一个人类属于哪一种乐器。你是一种管乐器，你被灵性演奏。愿你们向彼此发出的声音都是属于善良、慈悲、诚实、真理的声音。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

N：我们在过去几周中做出了一次大胆的跨越，将这部影片从纪录片的风格改为一部标准长度的故事片。在影片中，主人翁是一个高度进化的存有，它和一个不同寻常的男孩建立起友谊。他们在整部影片中指引我们，在路上遇见一些长老、

并和他们谈话。你们能否为我澄清一下，在引入一条故事线的方面，我们是否走在正确的路径上？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们通过这个器皿微笑，因为我们透过这个器皿的耳朵听到狗叫声[3]，它代表了周围世界的疯狂，该疯狂已经嵌入这场对话之中，正在以它自己的方式评论。

如你可以从所有的对话中看到的，当你引进一个故事时，你也引进了一个魔法般的淘气灵体。你的问题是：你是否想望去拥有那个淘气的灵体！因为我们向你保证，那个故事将以它自己的淘气和魔法来讲述自己，你将不能完全控制这个过程。

我们无法对你说，这样讲故事是否是一个好主意，它完全是一个属于你自己的分

辨力与评判的产物。我们可以对你说，在选择讲什么故事的时候，你加入了一个漫长的行列、排满具有智慧与魔法的人，他们决定通过比喻而非讨论来进入原型的领域。在展开这个你已经选择的目标时，在你着手使用你的分辨力和你的心的时候，我们鼓励你变得无所畏惧。我们鼓励你相信自己，并对自己抱有绝对的、坚定不移的信心。

我们可否进一步回答你，我的姐妹？

N：我们的社会似乎一心要藉由它们编程的各种选择来把我们送入一种永久的睡眠，而非唤醒大众。在这种情况下，能否请你们告诉我，你们如何看待制作这种题材的电影的重要性？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们在这个器皿的心智中发觉，她极大地赞同你对这个主题的判断。我们会说，这种被创造出来的情况是「垂死之龙」所做的一种协同努力的一部分，如这个器皿先前提到的，(这龙)象征政府和国际性的控制、它们努力将这些星球上的实体们，如这个器皿会说的，「变成笨蛋」或者让他们保持沉睡。我们会对你说，你们正在选择尝试为那些想望聆听和学习的人创造一种教学工具。你们正在创造一个带来启发和信息的工具，好增加这次的收割量；我们要问你，此刻还有比这更好的事情可做吗？我们自己极其清楚地了解，通过语言媒介来创造出毫无扭曲的真理、这是几乎不可能的事情；然而，因着我们对服务太一无限造物者的渴望，在此时，我们的表达就是被包含在这个通讯之中。

我们可以进一步回答你吗，我的姊妹？

N：稍早，我谈到一份抄录于 1974 年的通灵讯息、来自 Hatonn。在其中，他们说，就演化的意义来讲，我们行星上的大多数人就好像浩瀚宇宙中的孩子们，而孩子们永远无法理解我们谈到的那些事情，不管我们如何用语言表述它，准备它，或者将它包装起来以看起来漂亮一些；因此，我们必须聚焦在寻找那些、就演化的意义，正在寻求的成年人。我再一次就我们的影片问这个问题。有些观众能够理解并将这份信息当作一个学习的工具来使用，而非把它作为一种工具来唤醒那些拒绝醒来的沉睡人群，我们是否应该瞄准这样的成年人、作为我们最理想的观众？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现，虽然我们热爱为你服务，我们却无法替代你处理这个问题。当你播下一粒种子，它就是一粒播下的种子。它的习性、形状、它全部的花朵、它的收成都在那里是可见的。我们也许可以问你，你是否觉得你的影片种子会关心它自己将要在其中成长的环境呢？

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

N：我想要问你们，如果在那种目前正在通过我们行星的更高(频)振动之中，爱的真理变得更加明显了，那么爱的体验也会被这种更高的频率放大吗？我们如何才能在视觉上、以一种不被幻象所遮蔽的方式看到这一点？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。实体们以很多方式在每一天都看到奇迹般的事件发生，他们简直对看到奇迹变得习以为常了。在你们的人群中，已经有很多新型的治疗方式变成主流，至少在这个器皿所处的环境中是这样。有些人开发出、以触摸另一个人的方法来治病；有些治疗方法使用声音，有些治疗方法采用能量的精微形式，好比灵气(Reiki)能量，这个器皿对它有所了解。在这类

治疗方式中、发生的就是奇迹，它们却被简单地视作另类疗法，和通过服用药物来治病相类似。也许，我们会建议，当人们改变他们的想法时，发生在他们身边事情要比任何其他形式的可见迹象更多。人们已经越来越能掌握并改变自己的心智，越来越能凭借力量选择去说出他们的真理。对于他们而言，这个世界已然改变。

在这些实体当中、许多人遇到的困难是：他们接着想望在这新发现的真理之美的周围创造出一种结构、通过它，他们可以教别人他们所发现的事情，然后那些人接着也成为这件事情的教师。他们将自己的真理固化成一种新形式的教条，而他们的真理是完全主观性的；最后，那个教条会像果壳一般死去，因为当种子发芽时，果壳就被冲破了。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

N：我有一个围绕着心与爱的问题。我关切这部影片在视觉上是否明显地形象化。爱看起来像什么呢？不透明度会改变吗？颜色会不一样吗？至于我自己，我想象那些在我们的三维层面上不存在的色彩，我要做的就是将那些色彩传达给观众。关于爱看起来像什么，你们能够告诉我什么其他的事情吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于第三密度和第四密度的色彩之间的差异，的确，你作出的评论是多么地准确呀。很多经历了领悟的觉醒时刻的人，很多人已经通过神圣奥秘的入门[这个器皿称作白魔法仪式]的人，都有过这种时刻：看到该器皿所称的金色光球[4]。

在第四密度中，色彩的体验不大相同，就好像你们在第三密度的共识性实相中，

从一部黑白电影里，突然间走出来进入彩色的自然光之中一样。色彩，跟所有其他事物一样，在爱的造物中是活生生的。它不会被你们物种的身体局限所限制[5]。因此，它如同河流般地流动。它拥有(广阔)维度，而不是一种扁平的感知。

为了获致那种质量，你已经极好地选择了这种光斑效应，阳光透过山毛榉、橡树、枫树的长老时产生的(效应)，它创造了一种移动中的质量。这样，这些色彩就可以被视为流动的小溪、放射的光束、鲜活的。这就是你想望去捕捉的质量，这就是区别。当然，如果你真能拍到第四密度的色彩，那会是一种强有力而深刻的体验；在这种体验中，色彩看起来像是被不可思议地强化，而且还是鲜活的、移动中的。

我们相信，有很多无形的，以及，容我们说，神秘的方式，它们使得每一个机械性或技术性的方面，都可以通过提婆或灵体、所有你采访的实体们、和所有你选择举行的那些采访场所来增强。于是，当你在影片中创造魔术般的、已强化的质量时，你实际上正在接收大量的协助。藉由你专注的纯净度，你为你的机器创造出了潜力。你利用它们的镜头来看见你感觉到的事物。请允许我们感谢你、为了你在创作这个教学、分享、学习的工具的过程中所带来的爱！可以和你在此刻分享，这是对我们的一种祝福。

现在有最后一个询问吗？

N：是的，我的最后一个问题是这样的。当声音达到一定的谐波或频率的时候，诚如几百年前、就有人实践了，它会沿着振动的等级到达一个点；在那个点、声音变成了光、变成了色彩，直到它最终到达治愈发生的地方，是不是这样？

我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我的姐妹，我们很高兴尝试通过这个器皿谈及她尚不知晓的事情。

你正在内在(次元)平面中的某个场所内工作着。我们只能对你描述，那个场所就如同金字塔的冠石(capstone)点，在那里，能量从一个种类转变为另一个种类。当光/爱的振动从那个末端上升之际，你正在尝试去捕捉该振动螺旋上扬的流动；我们只能藉由这个器皿表述，那个末端为靛蓝色(脉轮)中心的末端，在那儿，

光/爱的能量向上盘旋转为火焰，成为时间/空间连续体、属于爱的密度或次元。

再者，你还尝试把你已经做过的工作结合起来，使你能在这个特定、精确的时刻，带着你心中的能量，把自己变成一个治愈的催化剂。

现在，根据这个器皿的词汇，我们可以接着说，开放与神圣的心有一种能量混合体，你正在和它一起工作，它能创造一种水晶般的效果，这种效果将光、或声音、或振动、或神秘散出去；物质世界的空间/时间和形而上世界的时间/空间之间、有一个连结点；你的能力可以将那个连结点短暂地保持在一个稳定的状态，使得一个需要治疗的实体能够在那个瞬间，在那个特殊的环境中生活、居住、体验。这为你作为治愈催化剂的能力、创造出了一种风味或类别。在那种治疗过程中，病人不仅藉由自己的选择而被治愈，不管是在心智、身体、或灵性上，还是它们当中的任何组合，选择一种扭曲较少的平衡，他还能够选择去和那种能量一起螺旋进入那个点。在那个点，他可以凝视第四密度的世界，还可以完全自由地，如果希望的话，选择去参与那个环境，从而在那个你已创造的声音、振动、神秘的瞬间点，把天堂带到尘世。

我的姊妹，我们可以进一步回答你吗？

N：我还有一个问题，你们也许可以给予我指导。它关系到我的世界、而非你们的世界。我如何最有可能地、为这个项目找到全额资助，或者一些忠告以帮助我融资？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。容我们说，这个器皿也向我们问过这个问题，我们毫无办法去回答她，现在也无法回答你。然而，我们会请你抱持信心，毫不怀疑地知晓，在你显化这个点子的过程中，任何需要发生的事情，都将在你需要的那一刻，如你所愿地发生。

简言之，我们的回答是「没有」。我们没有其它有用的可说，除了说一切都好以外。在信心中前进吧。非常精确地观想你需要的事物，接着了解到，我的姊妹，你已经创造这个事物，因为想法就是事物。让它插上翅膀！让它在自己内在里工作，如这个器皿一直在学习的[6]。不要把它紧握不放、反复重复那些你需要的东西，而是每天做一个完整的观想，用你全部的心来请求、然后释放它。

名为耶稣·基督的实体不是说过：祈祷「在今天、给予我们每日的食粮」？重要的是：把焦点保持于局部，在当下呈现时把握那个当下，同时知晓，作为一个具备力量的人，你观想到的，你就将创造出来。我们总是对这个器皿说..... 留心你在请求的东西，因为你将领受它。

我们发现这个器皿的能量确实开始衰微了。她现在没有察觉到它。只有当她离开我们和你们的陪伴、返回到一种更为日常的生活[她在其中分心，离开她的真理、焦点]以后，她才会察觉到这一点，她的聚焦……

（摄影机的胶卷用完了，这个通灵会议同时结束 ）

原注

[1] Rueckert-McCarty(夫妻)在肯塔基州、路易斯维尔市附近的家，经常被 Carla 称为魔法王国。

[2] 这部影片<Time of the Sixth Sun>是一个开创性的故事、以纪录片的方式呈现，它包含了几十个人物。这些人察觉到一些信息，表明我们的行星正在经过一个巨大的转变期。他们尝试去帮助这个行星安全地完成那场转变，同时也试图帮助那些对改变自己有兴趣的人们和这个行星一起，完成这种转变。

[3] 这个通灵会议在 Brinch-Haghighi 的家中拍摄时，附近街坊中有一只狗突然开始歇斯底里地叫起来，制造出一种非常吵闹的背景噪音。

[4] Q'uo 很可能指的是「金色黎明」的入会仪式，它是「金色黎明」这个玄学组织里的一大盛事。这个组织的生涯令人眼花撩乱，Carla 曾研究过有关材料的历史及其五花八门、多变的追随者。在积极的方面，它提供了一种强有力的构架，供很多人学习并学有所成；在消极的方面，在 Carla 看来，它播下了很多混乱的种子。

[5] Carla：我相信他们的意思是，人的眼睛受到光学局限性而无法看到这种限制之外的事物。

[6] Carla 和 Vara 一直在阅读一本叫做《新典范手册：给你的个人讯息*》的小书，作者不详，由 Bridger House Publishers of Carson City, NV 出版社出版。那本

书提出了一个概念:「将一个想法放飞给它的自我行动之后，它会应验并载誉而归；其丰采比专一但有限的心智可以想象的更为粲然。」（摘自那本书的第五页）
(*原文书名：Handbook for the New Paradigm: A Personal Message for You)

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

盖亚冥想

说明：这是由爱、光(L/L)中心发起的盖亚(Gaia)冥想 ， 每晚于 21:00 开始，
有心参加的朋友可以在任何地方朗诵或默念以下的祷词：

我们以爱之名来到这里，打开我们的心与意与灵魂，送出爱、光、疗愈能量给地球妈妈(盖亚 Gaia)，而她正在诞生第四密度的新地球。
We come in the name of Love and open our hearts, our minds, and our souls to send love, light, and healing energies to Mother Earth as she brings forth a New Earth in fourth density.

今晚，我们请求太一无限造物者的无限爱与光与疗愈能量治疗地球上每一个身处痛苦中的灵魂。
We ask that the infinite love, light, and healing energies of the One Infinite Creator heal the heart of each soul in pain on Earth tonight.

愿地球上所有的灵魂在心与意中 感受到我们的爱、光、疗愈能量。阿门。
May all souls on Earth feel our love, light, and healing energies in their hearts and

in their minds. Amen.

★爱与光图书馆选集 第 26 辑

☆ 第 2601 章集：伯利恒之星

Copyright © 2003 L/L Research

密集冥想

1985 年四月 9 日

(Jim 传讯)

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

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

(N 传讯)

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

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

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

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

(J 传讯)
我是 Laitos，欢迎你和我一起旅行。我丢失通讯了，我想。

(Jim 传讯)
我是 Laitos，再次和这个器皿同在。我们很高兴，不只能够和 J 实体达成联系，还能够透过该器皿说了几个字。容我们说，新进器皿能够建立通讯，说出我们的识别名称，然后短暂地失去通讯，这样已经很好了。容我们说，对于新进器皿，

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

(J 传讯)
我是 Laitos，我在无限造物主的爱与光中、向你们致意。

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

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

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

我是 Laitos，我的弟兄，我们只能建议专注在先前已经提到的那些领域。当然，你正确地假设：注意力的焦点具有至高无上的重要性，它能够感知到我们传递的想法。我们不会建议任何特殊的技巧以放大我们的想法，因为那是我们的任务，

容我们说；因为我们是传送者，而你们是接收站。要成为更成功或更强力的接收器，你仅仅需要能够清理心智到某个程度，以致于整个场域或范围都开放接收。如果这个场域或范围的任何部分担忧某个想法或知觉或回应，那么该部分就会产生一种静电干扰[容我们说]，使得感知我们的想法变得有些困难。当你能够拓宽你的感知场的可用性，你就能够增加感知或接收我们想法的能力。当你清理你的心智，放松你的思考，那么，你就如同一座静止、深沉的池子，它开始觉察表面上的任何涟漪，聚焦其注意力在描述那些涟漪上。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

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

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

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

有这种保护。因此，最好是仅仅要求我们加入你的寻求，然后尝试在调节波来到时感觉我们的临在。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

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

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

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

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

会的各种观点。

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

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

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：星际意图的三十三个物种的联邦(Federation of Thirty-three Species of Galactic Intent)，这个称号中的物种是什么意思？

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

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：那么，物种在这里并不指向任何肉体上的意义，而是暗示一个社会记忆复合体？

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

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

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

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

在某些例子中，有实体们的交换，容我们说，在你们称为的时间与空间中，从船舰到家乡密度或该行星振动之间的(人员)交换。因此，可能有更多实体在协助该船舰或特定的任务，超过实际登上该飞行器的实体总数。位置也是一个要考虑的

点，因为该位置可以在不同的频率或密度或实相[如你会称呼的方式]之中。你们自己的行星振动有其空间/时间的位置，你们现在就栖息在此，接着，它也有其时间/空间的位置、你们所谓的内在平面，一般被描述为从星光(astral)层次穿越到提婆(devachanic)层次的范围。你们的星球拥有内在平面的每一个密度层次。

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

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：我理解到，不是每个物种的所有实体都登上该船舰，但有部分实体在该船舰上。我可否问，为何该飞行器被命名为伯利恒之星？以及，TX-11 有什么意义？接着，这艘飞行器是否经常在第三密度中，我们可以和它沟通，或者，这完全是一个虚无飘渺的考虑？

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

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

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

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

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

你刚才形容的飞行器、在那上头的实体们有个目标：分享他们特定的爱与光之振动水平。当你注视这个群体已经绘制的(消息)来源，并且以图表的方式把这个列表放在天文图[以你们的称谓]上，那么，有些术语是许多世代以来都在用的，可以标定不同的(坐标)点，当这些点的群集已经被公认为兄弟会，容我们说，那

么，经常地，这些群集就以一种方式被贴上标签、可以分门别类、易于回想。这些字母和数字的特性就是如此：它们被用来识别这个群体。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

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

我是 Laitos，我们发觉你的每一个假设都可能是正确的，因为人灵[如你的称谓]进入肉体载具并没有固定的点，该载具将承载人灵度过一生的经验。有些人灵在受孕的时刻之前就在场了，并且确实做为某种指导灵，(协助)那些即将成为父母的实体。有些人灵在受孕不久之后的任何时点进入即将诞生的载具。在某些例子中，容我们说，那些不情愿的人灵会在(载具)诞生之后才进入，通常，(延迟的)时间不会超过你们月亮的一次公转[以你们的称谓]。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：非常感谢你们。我过去就在想、那是否有个特定时间。

在星际意图的联邦的物种或飞行器导引来自另一个密度的耶稣降生的过程中，伯利恒之星是一个主要工具，… 丢失了我的思绪… (他)做为一颗星际种子？

我是 Laitos，我们感觉可以最佳地描述该关系，即所谓的伯利恒之星和拿撒勒的耶稣、以及他进入你们第三密度物理幻象的关系。该场合大部分可以被视为某种

送行，广大不同的朋友群体给予一个自己人的送行，因他动身前往一个遥远的土地，展开一场漫长又孤寂的旅程，容我们说，这片土地陷入巨大的悲痛、接着以巨大的强度呼求服务，这个家族全体必须提供这些服务，接着该服务必须被个别化，由该群体的一员所显化，在这个例子中，即是你们人群知晓的拿撒勒的耶稣，受膏者(the Christed One)。

我们可否进一步回答你？

N：这个器皿是否疲倦了？

J：精疲力尽？

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

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

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

(Jim 传讯)

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

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

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

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

N：非常感谢你们。我不想要使得大家很疲倦。我感激你的所有答案。感谢你们。

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

如我们先前提到的，在这个探索的过程中、我们和每一位同在，在你们的冥想

中，我们乐于提供调节的振动，好让你们的冥想得以比较深化并得到澄清。在这个时候，我们将离开这个团体。一如往常，我们在太一造物者的爱与光中离开，因为再无其他东西，我的朋友，(你)无法在其他东西中离开或存在。我们是Laitos。

Adonai。Adonaivasuborragus。

(V)2017, translated by cT.

☆ 第 2602 章集：存在与受苦

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年六月 24 日

巴斯唯灵派教会，巴斯，英格兰

(在这次的外星传讯之前，Carla 有一场介绍性的演说，连结如下：

http://www.llresearch.org/speeches/speech_2005_0624.aspx)

（ Carla 传讯）

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

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

我们想请问 Vara 实体、此刻是否有一个问题呢？

Vara：谢谢你们，Q'uo。我们人类有一种思考习惯，认为我们活着就一定得要有个目的，或是去达成一个天命，而我们今晚听到 Carla 说，存在(be)和行动(do)的对照。你们能否谈谈，我们该如何学会去存在，如何与我们存在的真实性协调一致，以便于知道我们什么时候是，确实地，在对的路径上？

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

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

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

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

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

我的姐妹，是否有另一个询问？

Vara：谢谢你们，Q'uo。我们观察到，许多人在他们整个人生中都会不时地受

苦。我们想要知道，你们是否可以谈谈苦难的本质、苦难的目的，或许还能谈谈，什么样的心态才能在苦难中看见爱？

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

造物者对你的受苦并不感兴趣。然而，作为一个共同造物者，你在查看自己即将到来的人生时，对于你想要这次投生该如何进行，曾作过长期与深入的思考。你想要如何绽放？你想望去提供什么样的服务？当你注视着你自己，看着这个投生的实体、只是你灵魂光流的一小部分，你那时说：「圣灵，我如何才能更好地平衡我内在的原力呢？我是否力量太多而智慧太少？我是否爱太多而力量太少？我是否爱太多而智慧太少？我如何才能以一种更加平衡的方式来安排我内在的这些能量，以便于我真的可以对太一无限造物者更多地服务呢？」

接着，你开始制定一个计划。你为自己选择了主要的人际关系、你的出生家庭或那些抚养你长大的人、你的配偶或伴侣、以及那些对你很重要的爱人和朋友们。你甚至小心谨慎地选择了你的敌人和那些想望伤害你的人，因为你不愿意在这次生命中浪费这些人际关系。毋宁说，你希望使用它们好精炼你的内在、也就是精炼你自己。如同未经加工的原料进入精炼它的火焰一般，你选择了某种类型的精炼能量，它会在你的整个生命过程中轮番出现，就彷佛它是一个主题或主乐旨一样。

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

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

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

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

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

如果你使用自己想法中的天赋来检查它们，当你开始看到一个模式并进入其中、去和它一同工作时，你就会开始看到，大多数的苦难都是一系列的触发物。你曾允许这些触发物被嵌入你内在的深处，以便于当某件事在表面上发生时，它就会激发出一种过度的反应。寻找那些不适当的过度反应和响应、寻找那些隐藏的触发物，内在深处的苦难就藏在这些触发物的面具之下。

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

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

它只是一个训练工具。当你不再需要那个训练工具时，你就可以生活在欢乐与感恩中了。

现在是否有另一个询问，我的姐妹？

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

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

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

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

来，她选择以一种受限的方式、好继续她内在的进程，并未在这次投生中放慢脚步或休息。

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

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

请问现在有另一个询问吗，我的姐妹？

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

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在某种程度上，我们发觉无法评论，因为，在这个程度上，在你的进程中有一个活跃的部分，我们不想替代你学习它。但是我们可以一般地说，你在这些黝黑的脸庞中所看到的、乃是你的灵魂光流在其他转世中所采用的肉身形式的一部分。你拥有穿越所有密度的体验、直到这个密度，其中有成为岩石、天空、水、风的体验。包括体验了很多次元空间里存在性的能量，它们是岩石、风、火等等的(自然)灵。你体验过成为树木、动

物、植物，而在第二密度的大自然之中有一些能量，比如这个器皿会称为的仙女、地精、侏儒等等，藉由这些能量，岩石和动物之间可以上演配角戏(by-play)。

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

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

向你打开潜意识之进程的镜子时，为什么你会看到那些黝黑粗糙的脸庞。

现在，我们请你提出最后一个询问，我的姐妹。

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

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

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

让我们从人格与环境向后退一步，进入这个器皿先前谈到的、实体们确实有的那种巨大饥渴、想要认识太一无限造物者。在贯穿整个人类历史的很多情况中，灵性都固化成了宗教。宗教是这个器皿喜爱的一种事物。这个器皿一生都是圣公会派教徒，她热爱这个灵性社群，热爱在她的圣乐团中唱诗，热爱在她的教会的变貌中感恩、崇拜、向造物者致谢。然而，对于这个器皿，她从未想过要去相信教条。
（磁带第一面结束）

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

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

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

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

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

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

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

我们感谢你们每一位，为了你们今晚和我们在一起、为了你们邀请我们加入你们的寻求圈。这对于我们一直是一种荣幸和祝福。我们离开你们、这个器皿、和你

们一同居住在这个神圣空间里头的隐形的存有们，以及所有隐形领域里的天使、侍从、指导、实体、菁华。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们找到你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai。

原注

[1] inerrantist：一个相信一份特定的作品或者档案的准确无误、或者相信其字面上的真理的人。

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

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

☆ 第 2603 章集：一的法则是不是唯一的法则?

[特别讨论]

2017 年一月 5 日

本月第一次台北一法>读书会，米米问了一个有意思的问题。

该问题基于以下两段节录[来自一的法则]:

3.10 … 那些和一的法则共振的实体寻求 永恒的法则。

22.27 … 只有一个法则，就是一的法则，其他所谓的法则都是一的法则之变貌…

一的法则不具有多重性.

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

***

[Jim 的来函]

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

感谢你的问题。

在爱与光中，

Jim

***

[Gary 的来函]

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

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

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

其他法则或许是一的法则之变貌，有些是原初的变貌。

或许，当第六密度社会记忆复合体首次学会、真正地理解一的法则，但是，为了不管什么原因，该社会记忆复合体在下一个密度学到另一个原初变貌、属于一的法则。或许，永恒的法则就帮助这些实体真切地成为一的法则、藉由最终释放所有个人的身分/记忆/历史等等的残迹达成。

这只是我粗糙的猜测。
Jim，你的回答是什么？

怀着爱/光，
GLB

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

(V) 2017 Translated by cT.

☆ 第 2604 章集：T 弟兄的旅程

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年五月 18 日

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

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

你询问关于你正在行走的旅程、你在旅程中此刻的位置、以及当你在旅程上前进时、哪些灵性原则可能对你有帮助，我们为这个问题感谢你。的确，我们正和你

一同走在那个旅程上，它是为我们所有人所共享的旅程。我们每个人都拥有个人和个体性的身份，然而旅程本身却是一个共同的旅程，这个旅程为太一无限造物者的各个部分所共有，这些部份从造物者的心中被发送出来、收集经验、并将自我的绽放作为一个礼物回献给太一无限造物者。在这个意义上，它是一个共同的旅程，我们在这条路上一直彼此陪伴，并且永远都不会孤单。

我的兄弟，让我们谈一谈这个概念：在投生中处在一个旅程之上。这个旅程确实发生在一条漫长而蜿蜒的道路上头。它开始于投生之前，你和指导(灵)系统聚集到一起，小心谨慎地选择一些资源，来让你从这些资源中为自己选择在这次投生经验中的行头装扮。你确实选择了你的天赋、以及那些你会认为属于弱点或缺点的事物；你选择了那些你觉得会是你生命中的优秀伙伴，也选择了那些你希望成为你生命中的催化剂、给你带来投生中称之为痛苦和苦难的人。因为，虽然你投生的主要原因是那些你想望去付出和给予的事物，你同时还选择了要去调整的种种平衡，尤其是爱与智慧之间的平衡。和很多实体一样，你选择了诸如学习去爱而不求回报的课程，学习带着慈悲聆听这样一些人，他们所考虑的事情和你所考虑的不一样，他们的逻辑运行也和你的逻辑运行不一样。你选择了生命中的一些实体，你与他们打交道既不舒服也不方便，部分原因是你想聚焦于慈悲、耐心、宽容。

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

人生的旅程是一次前往自我中心的旅程。它看起来是一场漫长而不断延伸的艰苦

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

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

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

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

我们会鼓励你继续这个释放的过程，在发现自己内在的新真理和新存有之际，释放你曾以为是真实的、关于自己的事物。正是通过进入当下此刻、对于你之所是的察觉中，你将自己从那些[被你的自我观念强加于自身的]限制中越来越多地释放出来。在投生之前，你的希望是：你会进入一种对你自己的菁华本质、越来越充分的认识中，这种本质不会局限于人格外壳、或者局限于那些与你从肉体继承而来的本能行为相关的情绪，相反地，它能够让你越来越多地利用那个你会称之为魂或灵的更大人格。再次地，你越多地进入到这种菁华的、更深入的人格中，你的自我身份里的个人性就会变得越少。因为当你靠近你之所是的核心时，你承担了那些自我面向、它们被包裹在更大的自我[或者如这个器皿所称的：造物者-自我]之中。

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

我的弟兄，在实现你于投生前为自己设置的那些目标上，你已经取得卓越的进展。我们会说，在此刻以及你此生中可预见的未来，我们会看到，关于你那个尚

未实现的、关于你是谁和你属于谁的主要目标，终将进入一种越来越圆满的认识中。

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

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

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

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

第一件事情是：你现在居住的地点是否对你产生一种共鸣。如果你所生活的地方感觉不像你的家，我们会鼓励你使用你手上的一切资源，来寻找一个看起来与你有共鸣并且有家的熟悉感的地方。对于任何实体，感觉到他们的安身之处是一个安全而舒适的地方，这是一种慰藉。肯定地，这是一种奢侈，不是总能获得，在你们星球上有很多人完全感觉不到舒适，也感觉不到安全。虽然如此，作为一种

理想的情景，当你的基本需求被满足并且觉得你居住在一个适当的地方时，去聚焦于你对他人的服务就会更加容易，这一点在我们看来是毋庸置疑的。

我们会建议，在考虑适当的地点时，第二件事是：考虑对你有共鸣的服务。有些时候，该地点本身和你有共鸣，而你却发现这个地方的居民之间有某种纠纷，或者那里似乎突然出现的情况把你也卷入其中。你在内心犹豫，想知道是否迁入一个新的地方会有一个机会，容我们说，可以将这些人或环境顺利梳理，并让你能够有一个新的开始。如果这的确是你的情况，那么我们会建议，很值得去考虑这些实体和环境是如何形成一种模式的这个问题。我们会鼓励你缓慢地、深思熟虑地、仔细地查看你在这个时刻可能会感觉到的任何困难和纠缠。在没有领会、理解、接纳、平衡、宽恕那些现在让你感到困扰的实体和环境的情况下搬到另一个地方，很有可能发生的情况是：你将在其他的地方，通过你的磁性，在你周围的环境中继续产生出相同的模式，那些你在现有地点已经造成的模式。

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

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

展，阻止它向世界展现自己。

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

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

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

完美的平衡，让我可以自由地执行最高与最佳的自我之意志。」

此刻、我们可以请问第三个问题吗？

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

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

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

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

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

投生中、一起服务或在彼此之间学习有关。

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

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

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

我们可以要求下一个询问吗，我的兄弟？

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

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

（磁带第一面结束）

（ Carla 传讯）

... 蓝色光芒能量中心或蓝色脉轮在日常生活中显化它的不适。

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

蓝色脉轮的启动不足是由于缺乏自我价值感，因为你尚未完成你在开放心的过程

中所开始的、那个自我宽恕与自我接纳的过程。过度启动则关系到你非常活跃且非常强烈的意志，它鼓励你向前、越来越开放地去沟通交流，越来越完整地进入那些充分分享、充分沟通的能量之中；而那个自我想望进入意识中的工作、或靛蓝色光芒的工作。

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

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

容我们要求最后一个询问？

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

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

我们在此刻请问 T 实体是否有任何后续问题？

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

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

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

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

***

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

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

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

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

我们会鼓励你，(既然)你仍然位于第三密度之内的背景，去聚焦于此：凭借开放之心而生活，这样你就已经活在无条件爱之中、并且是可收割的。一旦你完成你的死亡过程，你就会马上回忆起很多的事情；但是，你在死亡过程之前的存在状态才会决定你会自由地返回更高密度，或者你已经被第三密度的光明与黑暗、善良与邪恶、如此等等的能量所束缚，以致于你必须再次经历第三密度的生活。我们的确了解到，你和很多的流浪者一样，对于第三密度的环境并没有极大的喜爱，因此我们会非常鼓励你去查看你心之能量的圆满和完整，并尝试去越来越多

地在那些你如此珍爱的无条件爱的神圣区域中、真诚而自然地生活。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

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

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

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

我的兄弟，在离开你之际，我们的想法单纯地是全心地感谢你的灵性之美和你绽放的丰裕。我们无法告诉你，我们多么钦佩你、多么珍爱你，在任何时候，如果你想望我们成为你冥想的一部分，你仅仅需要请求我们的临在。我们不会提供言

语或图像，但是，如果你请求我们的临在，我们将会做的事情是：进入你的冥想和你在一起，以一种深化的方式、帮助你稳定冥想中专注的基本层次，。

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

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

☆ 第 2605 章集：存在与受苦[说明篇]

Copyright © 2005 L/L Research
2005 年 6 月 24 日
巴斯唯灵派教会，巴斯，英格兰

Carla：我知道你们想要举行一场通灵集会，让我们来谈谈它吧。

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

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

(Carla 用手臂沿着大家画了一个大大的的圆圈来展示这点）

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

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

如果你不想说祈祷文，那就不要说就行了。

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

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

重下降两三磅，所以那种通灵集会代价都很高。

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

在通灵开始之前，我已经调过音，挑战了(外星)实体。你们今天将要谈话的对象是一位名为 Q'uo 的实体。Q'uo 是由三个行星实体组成的行星原则。那么，它是否为某种现实，或它其实就是我潜意识里的一部分，我不知道。我不在乎，真的。我真的找不到一种方法来衡量它或调查它，所以我放下这个问题。我想你会感知到有一个实体在发言。但是，真的没关系。只要聆听这信息，看看它是否有帮助。如果没有帮助，把它踢到一边，做下一件事就行了。但是让我们给它一个机会。

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

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

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

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

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

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

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

（Carla 对 Vara 说）你把所有问题都准备好了？

（当 Carla 在演讲后的下午茶休息时、为通灵集会调频期间，Vara 已经记下该小组提出的所有问题）。

Vara:是的。

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

让我们一起说主祷文：

我们的天父，愿人都尊你的名为圣。
愿你的国降临，愿你的旨意行在地上如同行在天上。
我们日用的饮食，今日赐给我们。
宽恕我们的罪过，如同我们宽恕那些冒犯自己的人。
引领我们不陷入诱惑，但救我们脱离邪恶。
因为国度、权柄、荣耀全是你的，永远到永远。
阿门。
(停顿)
(原注：点击 http://soultw.com/TLOO/2005_0624b.html 以阅读这次说明之后的通灵本文。)

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

让(光的)图像上升。让雨落下。

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

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

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

(V) 2017 Reviewed by cT. Translated by Sunny

☆ 第 2606 章集：身份与蜕变

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年五月 17 日

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

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

（ Carla 传讯）

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

我的兄弟，面包正在烘烤中、其香味弥漫在这个器皿呼吸的空气之中，使得我们

有了一个很好的开场、关于身份与蜕变的主题。你询问的问题与蜕变和身份这两个概念紧密相联。当一个实体经历蜕变时，那个被蜕变(转化)的事物是什么呢，身份的定义是什么呢？当一个人逐渐扔掉他的文化制约(调节)作用的点点滴滴时，那种身份是如何改变的呢？

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

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

你们的地球如同一个炼金炉，你们则如同魔法师一样，将基本元素放置到炼金炉

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

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

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

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

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

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

思考服务太一无限造物者的主要与核心的组成部分就是存在(being)，这是非常困难的，不过，这就是你到地球上要做的事。你来到这里好成为你自己，呼吸空气并参与行星地球的幻象；你来这里接受催化剂、回应催化剂、穿过催化剂向你提供的喜悦与苦难的时期，经历整个过程中的每一个具体细节。而你主要的责任却

一直都是成为你自己，去真实地感觉，尽你所能地充分地检查自己，在你能力限制的范围内、尽可能地知晓你自己。你想望知晓自己、而不是评判或责备自己、或去拍拍你的背恭贺自己，你想望单纯地察觉你之所是。

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

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

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

你的意识是你自己的一部分，它不仅在这次投生，也在所有的转世中流入显化之

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

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

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

你的人格外壳也是如此。在你投生时，就带来小我[如这个器皿对它的称呼]的各种细节，你很可能已经发现，它们对于你越来越无用。你已经决定，既然它们不再有用，它们可以被剥去、扔进垃圾回收桶中；我们为此祝贺你。然而，还有很多很多的层次在那儿。在你的自我身份中，有大量的事物相当顽固地把它自身作为你身份的一部分、附着在你身上。当你逐渐扔掉你人格中的一些项目时，诸如你的出生地位、你年轻时被认可的技巧、人格中那些被大加赞扬或备受责难的面向，它们在成熟的过程中会被发现越来越没有用处，因此，最终，这种人格的细节越来越被发现仅仅是(主要)素材的碎屑，它们对于描述自我或定义你之所是的特征不再有用或有效。因此，藉由你有意识地去这样做的决定、藉由投生中的自

然损失过程、藉由环境、或者藉由自我突然或逐渐产生的对自我的认识、该认识创造出了一个新视角、一个你从中带着新的目光观察世界的新位置，你的人格细节被精炼、治愈，或者被烧毁；突然间，大块大块的、你曾以为是自我之组成部分的东西都不再有用处。

这并不是说你在试图清除自己的秘密缺陷，或者清理你内在的房间、拿走任何你仍然感觉依恋或亲近的事物；它更多是一个有机和自然的过程。你没有被要求在时机尚未来临之前，就将那些事物从自我身上扔掉。所有你拥有的扭曲(变貌)对于你都有用处，直到你有意识地感觉到它们已经失去了乐趣(kick)、失去了对你的用处且不再是必需之物；那时它们会从你身上掉落，无论你是否对它们有此意图。出于旧的习惯，你可能会伸手去拿你身份中的某个老旧点，却发现它已经不在了。也许，这就是最良性和最自然的演化方式。

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

现在，让我们看一看蜕变的概念。如果我们从空间/时间的立场来观察蜕变，我们会从过去、到现在、到未来进行观察。我们明确地不愿采用那个视角来查视蜕变，因为我们不会向你建议，蜕变是在当下，将一个过去的自我改变为一个将来的自我。我们宁愿给你一个模型，在其中，若把时间视为一条有着过去、现在、未来的溪流是几乎没有意义的。我们会给你一个时间和空间的环状模型；在这个

模型中，当一个演化过程开始时，你在一个自我身分的球体表面上体验自己，在那个球体的表面上漫游、寻找你之所是；这很像你在地球表面漫游，从一个地方到另一个地方，看到自我与各种地方之间的联系、与当地各色人物之间的人际关系，始终烦躁不安，始终在游荡；你永远无法深入地认识到，成为自己是什么意思，知晓自己是什么意思，并由此知晓，当你决定进入行星地球上的人生时，你曾经思考什么东西。

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

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

中心里，什么都没有。

我们会请你们再一次查看那个洋葱的形象。的确，如果一个人一层又一层地剥洋葱，剥到最后一层，他手中会什么材料都没有剩下，而那就是意识开始的位置。你现在正站在意识的那个位置；在那里，你看到世俗人格的中心是完全空无的。我们请你就站在那里，并感觉那个立足之处真的是多么稳固。当你失去世俗身份的时候，你失去的东西是什么呢？我的兄弟，你失去了生命中的细节，你并未失去生命的精髓，你并未失去你的身份；你失去了空间和时间，接着进入一个新的世界。这是一个属于菁华与概念的世界；言语和细节被抛在后面，而各种菁华与净化了的情感以超越一切想象的丰富填满了这个新世界。一旦你脱下每日生活(的外套)，相比于那个用你在行星地球上所体验的空间/时间与局部性幻象之单调蜡笔和平淡色彩绘制的形象，你实际上是一个远为丰富复杂的实体。

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

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

（磁带第一面结束）

（ Carla 传讯）

相反地，拥有那个易于犯错的、扭曲的且缺点重重的生物，那个处在肉身中的你；那个生物正在变得成熟，它有很多错误的想法，但它持续不断地更新、丢掉旧的想法。知晓你之所是比现在的你要远远大得多，并且欢庆你的人格碎片与标

签吧，因为没有它们，你将不能继续这场朝圣，不能把你自己作为一个活生生的礼物献给太一无限造物者，无法拥有时间与空间去绽放和存在。

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

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

在我们离开这个主题之前，我们愿简单地鼓励你，我的兄弟，为自己找到一种返回中心的每日活动，好把你带入你内在房间的静默之中。我们鼓励你温和地使用那种静默的一部分，沉入那个空间，藉由无言、不跟随那些不请自来的想法而创造的空间。我们鼓励你将那个自我探索时间的一部分献给沉思。你沉思的内容主要取决于在那一天里什么事情让你感兴趣。你可能单纯地想望去分析你在那一天

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

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

我们会在此刻请问 D 实体是否有进一步的问题。
D：没有进一步的问题。
此刻，这个团体中有另一个询问吗？
Vara：我这里没有了，Q'uo。

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

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

☆ 第 2607 章集：灵感与团体

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年四月 3 日

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

（ Carla 传讯）

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

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

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

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

时间之价值的信心，对于该团队的信心。

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

灵性的本质是什么呢？它当然可以被视为一场落下的雨，一种祝福。换个方式说，它可以被视为原力，那种不只来自于上面、也来自于下面的原力。这原力在它无差别、寰宇的表达中连结无限造物者；做为无限能量、带着那些非常清晰、非常独特的火舌，它们被你的身体系统与精微体系统[这个器皿会称为能量系统或脉轮系统]吸引进来，凭借的是：你那非常扭曲且偏倚、却又处于内在平衡的能量系统之特性、颜色、亮度、平衡度。

随着这个过程的发生，一种焦点在你内在发展了。它不仅仅对于你是独特的，它在这一刻对于你也是独特的。因此，你们每个人都成为一个聚焦的灵性火焰，你已经变容(transfigured)。你内在最高和最佳的事物在这个链结的静默之内、找到一个深刻动人的点；你的镜像的能力与功能组织起来变得清晰。你们变得越来越

对彼此有帮助，你们相互擦出火花，每一个人都由此变得更有技巧、更受鼓舞、也更加鼓舞别人。当然，这也许与我们说过的东西有关系，也许没有；这必定和你的菁华有关，和那远远超越言语或任何一种表达的东西有关。你们每个人都是能量。这股能量将你每一个体验的无限影响范围带入此刻的显化之中；这一刻变成了你自由地、不假思索地献给彼此的礼物，因为你已获得更新，由此，你的创造物也获得更新。

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

「灵感（inspiration）」这个字汇，就字面上而言，它就是谈论呼吸或风的字汇；当一个人谈到呼吸或风的时候，他就谈到灵性。你们的神圣著作《圣经》曾说：风随意吹，无人能够命令它[2]。当气息离开身体、而不再返回的时候，灵性就已经离开了肉体载具，剩下的只有尘土。你曾从尘土中被提升进入显化，灵性

被吹入你的身体；当你吸气时，你吸入的是太一无限造物者，当你呼气时，你呼出了你以创造性灵感制作的事物。一入一出，这就是你生活的韵律。你永远都不是静止的。你不会抵达某种停滞(状态)，在那里、一切都完成了。如果每一次吸入都是一个问题，每一次呼出都是一个答案，那么这个过程可以被视为永无止境。你不会知晓你吸入的是什么，也不会知晓你呼出的是什么。你永远都无法知晓，在何种程度上，你的答案对你自己或他人有用处。你所能够知道的是：这种向内和向外的律动之供给是无限的。

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

你们每个人都是作为火焰的一个点来到这一刻的，那灵性的火焰将更新地球的面貌。知晓你的充足性。知晓你自己，在每一次呼吸之间歇息，在自我的菁华中歇息。

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

我们会在此刻开放这次集会给进一步的问题。现在，有进一步的询问吗？

V：Q'uo，我们有一些问题，它们来自于一个我们称为游骑兵(Rangers)的团体。

其中一个问题是：「你们可以评论这个问题吗：如果一个人无法成为专属一事的僧人，他能够成为万事通的僧人吗？这个问题真正在问的是：如何处理这样一种渴望，即在不离开社会的情况下，以一种有灵性潜力的方式去生活。」

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

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

然而，成为这样一个奉献的实体之关键，在于持续的奉献，致力于发展并遵从一种生活守则[4] 的过程；这奉献将日常生活转化为神圣的事物。在一个僧人的生活中，奉献经由每一个行动来表达，而不只是在那些被某种教规定义为神圣的时间里来表现，好比为了做礼拜或宗教仪式而举行的聚会。藉由献身给他所选定的修道会的生活守则，一个僧人生活的每一个方面都奉献给神圣。在这样一个实体

的生活中，清洁房间等同清洁灵性上的缺陷；洗衣服、洗澡、洗盘子等同于把一个看似弄脏的自我浸入唵(aum)与菁华中，浸入到那创造出内在的疗愈和清洁之转化的水中；准备喂养身体必需的食物，等同于将充满牺牲与奉献的自我准备好服务太一无限造物者。带着对太一无限造物者表达奉献的意图，他所做的每一件事情都变得神圣。因此，在日常的平凡生活中、没有任何事物不是神圣的。

我们欢迎来自游骑兵团体在这些要点上的进一步问题，但不会试图去预期它们。

现在，有另一个询问吗？

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

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

在此生中的年轻人身上有一种可贵的质量，这种质量清楚地看到那些希望已湮灭的人所创造的冷漠之伪善与坟墓般的构架。无论是开创世代之批判和阴暗的能

量、还是花样孩童超然的喜悦、或者是电音锐舞的悲伤与喜悦以非常混杂的黑暗与光明一起表达出来，它们的能量都属于转化的能量，这种能量将灵性(spirit)旋入肉身(flesh)。

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

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

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

此刻有另一个询问吗？

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

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在具体细节的方面，我们不可能讨论诸如勒·科比意这样的一个实体。然而，查看创造力如何在一次人生经验中工作，这是有意思的。同一股创造性之风吹过所有的人，在那风中有着旋律、主题、主旨以及其他种种灵性之火焰的智能表达方式。苦难与学习的能量以独特的方式、捕捉每一个独特实体之人格中的各种面向；当一个实体在此生中觉醒于它自己存在的真理和美丽时，种种可能性就会以各色各样适合于该实体的方式开放。一个实体可以通过养育家庭、或者帮助那个家庭中的年轻灵魂绽放而表达创造性；另一个实体可能听到某种奉献之表达的召唤，成为一个真理的监护人、正义的维护者、或者人类之爱的治愈力的代理人。所有的职业都用缪斯(muse)之歌召唤特定的实体，这些实体的人格之塑形发现，那些职业构架能够支持他们的热情并给予他们表达的途径。每一个艺术家都捕捉灵性之风，寻找方法来绘出那捕捉光、分享视野的图像；每一个音乐家都听到空中的美妙旋律，那旋律从镶嵌于内在层面中的天使菁华里飘出，响应各个时代的风和当代人的能量。那些从形状与比例中看到价值、希望的人，创造出各种场所给茁壮成长的心与灵，也是如此。

此刻有另一个询问吗？

（暂停）

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

原注

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

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

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

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

[5] V(女性)朗读着 B(男性)发送过来的问题。

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

☆ 第 2608 章集：棕榈主日（2017）

English Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想

1991 年三月 24 日

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

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

除了这种能量支出的数量与质量上的代价，以及寻求者的努力的代价之外，这种辅助或增强的服务渴望会带来其他的代价吗？我们真正想知道的是：为什么当寻求者想要更纯粹地服务或使用某种小玩意儿来增益进化过程时，寻求者需要成正比地付出更大的努力？

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

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

物主相爱。

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

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

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

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

凝视着摩西给予的十诫的局限，他祈祷多年，想要知道在这些律法中、他找到的一些阴影的真相。当他祈祷时，指引就来到他身边，来到这个如此深深祈祷的人身边；于是他就能够说，他感觉到的新圣约是什么，那不是一份各种不能做的事情的清单，也不是一个复杂的、无穷尽地将造物主的孩子们互相分离的故事。这个实体选择将那些现有律法放在一个比较单纯、正面导向的视界中。第一条诫律保持原状：以一个人全部的能量、才能、天赋、能力去爱造物主。但在第二条诫律中，他去除了那层暗黑的、警告与恐惧的薄纱，这层薄纱悬挂在他的文化中的灵性教导之上、已逾千年之久。第二条诫律免除了所有的「不可」，并给出两件要做的事情：爱邻人，如同爱自己一般。在任何情况下，不管是陌生人、朋友或敌人，都算是邻人。

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

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

现在，让我们将这场讨论带到全体第三密度人类。我们可以看见，有一个特定百

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

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

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

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

教条方法，玄秘的智慧就会离开而不留下任何资源。最后，只剩下自己；这个现在没有拐杖的实体发现，他承诺了要用一种和他学到的事物协调一致的方式来行动、讲话、来表达自己真实的存在状态。那拐杖没有了，但该实体必须为曾靠这根拐杖取得的光负责。

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

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

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

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

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

对于一个获得权利去选择投生模式的实体，造物主允许这样一个实体在投生之前，在选择要去学习的课程与要去提供的服务时，想选多少就选多少；注意到这一点是重要的。有些实体拥有美妙的单纯性，乐于谦卑的生活，做一个单纯的见证者，一个长存的人灵、属于爱与平安。你们可以发现这些圣者从事卑微的工作，或出身名门，或在这两者之间的任何一处。使他们脱颖而出的事物是：他们心智的平安与缺乏野心，他们仅仅渴望藉由普通的生活实践、养育小孩、拥有且珍惜(人际)关系、平安地迎接肉身的死亡并迎接永恒的生命，来为造物主做见证。

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

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

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

所以，那些怀着对造物者的爱服务全体的实体，他们也许燃烧得太快，我们请求他们花时间，不是去问他们能更多地做什么，而是允许造物主照顾他们；既然造物主的爱流过他们，为什么那爱不应该包括他们呢？许多许多人在驱策自己之际，对待其身体如同对待二手车一般，既不尊重它也不爱护它。所有寻求的人，

请咨询你的肉体载具。肉体载具有自己的情感与思想、有自己的恐惧与计划；当它呼喊恳求休息时，请知晓那是太一无限造物者正引导去你注意，你需要休息了；那些付出爱的实体，你们的主要服务难道不是单纯地成为爱？在至高者的礼拜堂中休息，难道不含有极大的美德吗？走在第二密度的丛林中，在造物主的全然壮丽中欢欣鼓舞，难道不含有极大的美德？即使是你最坏的敌人，当他疲倦的时候，你会不让他休息一下吗？然而，那些寻求的人啊，你们是怎样驱策自己去加速你灵性演化的步伐啊，你们如此驱策自己，又是多么不必要呀。

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

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

问题很容易估量，第三个问题则易于被灵性寻求者们视为一种承认缺陷、不足或失败的方式。

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

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

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

我们不会以任何方式建议，在灵性的生活中、有什么方式可以让人特别容易地度过一生。在追寻正面极性的过程中，改变不易，不断地改变更难。振动的不匹配

开始要肉体付出代价，你所爱的人可能不再爱你，因为他们几乎肯定地、将不会理解你。当你凝视你的天赋，知道管理它们是一项重大的责任；随着你感觉到天赋和才能的增长，这种责任会是更加重大的。于是，在一个由显化的活力极大地转变的意识场中，一个灵性寻求者以和平与爱的战士身分奋斗、挣扎、付出爱、打破自己，最后，在这个世界死去，进入更广大的生命。

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

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

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

Carla：你是否想要在另一个时段、就这个主题多说一些?

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

是否有其他询问，我的姐妹?

Carla：没有，谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们十分感谢你，我的姐妹。此时，是否有任何询问?

Carla：我这边没有。

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

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

☆ 第 2609 章集：穿越黑暗与混乱

Copyright © 2016 L/L Research

周六冥想

2016 年十二月 3 日

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

什么是面对这些表面上的黑暗时期的最有益方式呢?

(Jim 传讯)

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

我的朋友们，你们，通过你们的问题，开始追溯在你们周围的、宇宙造物的演化步骤，因为一开始有黑暗、那未成形的事物、炽烈地[1]吹动和燃烧的事物，接下来有光进入黑暗之中，黑暗不知道光，而光使得黑暗成为发光的、反射性的，于是，那儿就得以有你们现在知晓的宇宙造物：恒星、行星、许多形式的生命遍及(整个)无限。

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

确实，你们的星球的大量历史，以及它穿越各种各样的演化的主周期以及小周期的发展，在这个巨大的主周期中、现在到达了顶点，有一种压倒性的分离，它将国家与国家分开，宗教对抗宗教，社群对抗社群，家庭相互彼此对抗。它已经成

为了一个主旋律了，容我们说，每一个人似乎都知道那首歌。

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

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

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

(Steve 传讯)
我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们想要向这个团体致意，因为我们感觉到、在你们当中有一种忧伤，这种忧伤使得那些具有一种深植的特性的忧虑浮现出来，因为一直有这种感觉：有一场良好进行中的运动，朝向照亮该星球振动的运动，

事实上，该运动已经在某种程度上被暗中破坏了，已经被一种反制的运动所入侵，如果你愿意这样说，(进而)毁坏了在一开始的位置已经就如此难以进行的事情。所以，在那些已经能够聚集自己、从事某种形式的寻求光明的实体当中，升起了大量的挫折与被砸碎的希望。

这种对光的寻求的先决条件，如我们已经说过的，就是一个人应该已经解放了自己、透过实现每个寻求者都享用的自由意志达成。同时，我们会建议，每个自由意志的实体都理解到、他或她自己是一个更大整体的一部分，并且被包含在那个更大的整体，并且在从事一个整合更大整体[也就是你们的社会能量复合体]的能量的过程之中；这样，在自由的光之寻求者的密切交流当中、就能够带着这样一种确切的感觉、而强化对于那个协调一致的目标之寻求，这种确切感即是：这种协调一致的目标能够开始做为全体的一个资源。

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

黑暗的途径不是一条寻求和谐的途径，这途径毋宁在拥抱混乱、对待混乱就彷佛它是寻求者的最高价值与目标，因为在这种混乱之中有一种焦躁不安，一种充满

力量的状态，它似乎拥有能力去变得活跃，那是比较和谐的存有不会去进行的方式。所以，那些在这条途径上寻求的人的效应，当它和那些调频到和谐的共存能量混合在一起的时候，对于那些属于后者倾向的人可是非常令人困扰、令人为难的(状态)。

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

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

现在，只要一个社会的所有成员都沿着事实上能够相互配合的道路一起寻求，也

就是说，他们都具有相同的极性，在这种情况所及的范围内，当溶解的过程被发现有需要的时候，该过程并不需要被认为是极为令人苦恼的。因为，如果在根部有一种共同的付出、朝向光的运动，我们已经发现，在适当的时间，这恰恰就是倾向于发生的事情了。然而，同样是在这样的情况中，有一些人会合法地宣称是你们所享受的社会能量复合体的一部分，而他们尚未跟随该意图：以一种协调的方式、一种欢迎其他自我、和其他自我合作的方式来发展；他们宁可对社会采用这样一种观点：社会是一个竞争的场所，在其中，某些意志会藉由对抗被其他一些意志提供的阻碍来考验自己的场所，并在这种的持续不断竞争中打磨他们的能量到越来越精细的效果。这样的成长食物，如我们已经建议的，就是混乱。它是一种冷酷无情的混乱、一种不安的混乱，它是一种深不可测的混乱。就我们自己的体验，在这种混乱中，没有任何事物是要去拥抱的，因为它在其自身就是空无(nothing)。

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

你们可以采用一个耐心的等待态度，因为在你自然过程[我们已称之为自我发现]

的深处，新的真理将会开始显化它自己。

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

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

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

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

。那就是你们带到，可以说是，这派对(party)的礼物了，当你加入另一个人的时

候，你们的礼物就加倍了，并伴随着每一个新灵魂加入你们而再次加倍。

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

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

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

我是 Q'uo，Adonai，我的朋友们，Adonai。

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

Asutin：Q'uo，我有一个，但是，如果有任何人有和该团体问题有关的问题，就

可以先发问。

[暂停]

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

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

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

当能量进入红色光芒的时候，它关系到你的身体、可以被描述为在物质意义上的、你的存有，你的肉身的生存，同样还有从性欲的方面而言，也许是和其他实体一起繁殖，如果你已经为这次投生选择这种服务的话。当能量进一步向上移动

到下一个中心的时候，橙色光芒关系到：在一对一的基础上，和其他个体、个别表达你的能量或情绪。当这种表达已经在一个充分的程度上完成了、则允许能量移动到更高的位置，接下来，黄色光芒能量中心就是被唤醒的中心，它在其自身关系到

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

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

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

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

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

在一天结束的时候、在冥想状态中检查你们日常生活的体验，这是一种好方法、藉此评估这些(能量)中心的平衡和开放状态。因此，检查这些你在一对一的基础上、和他人拥有的体验，同样检查在个体自我的基础上，你和你所参与的团体的关联上、你拥有的体验。检查并看到在这两个中心当中、对力量的使用特性。在你的角色上是否有一种尝试：以任何方式，在个体的基础上或在团体的基础上，不适当地把力量施加在他人身上吗，因为这就是失衡能够发生的位置，这种失衡会在该实体体验能量自由流动的过程中创造一种困难；该过程是能量流经所有较低的能量中心、进而前往靛蓝色中心。

我的兄弟，在这个主题上、有进一步的问题吗？

Austin：没有了，谢谢你们，Q'uo。

Q'uo：我们感谢你，我的兄弟。在此刻、有另一个询问吗？

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

他进一步问：在这两种方法之间，人类对比录音机，正反两面的意见是什么呢？

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

递信息，这会比任何机械设备要远远更加卓越。

我的兄弟，有进一步的问题吗？

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

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会尽我们最佳的能力、通过这个器皿传递我们的响应，尽管这个器皿对于这类的术语不大熟悉，容我们说，若要带着清晰度与精准度来传递这个信息，这些术语是必须的。

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

每一个理则都有能力去创造一个系统、具有一群行星实体，那将提供更进一步的方法、藉此提供经验给造物者，(于是)更充分地揭露它自己。不管可能会有两个或三个或更多的理则被包含在这样一个实验之中，这取决于那些分享这种渴望的

理则的自由意志选择；该渴望是理则要和同类的其他理则结合在一起、以提供一种经验，该经验是和单一理则能够产出的体验是足够不一样的，以致于该实验会被进行。

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

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

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

原注

[1] incandescent[形容词]：该词语的意思是「炽热的或白热的，」或者类似于，「强烈明亮的，光辉的。」这个词语在这里似乎被用于描绘一种黑暗或在黑暗中

的混乱属性或质量。虽然它在诗歌的意义上被很好地使用，这个词语在它和黑暗与/或混乱的关系方面是否是被正确地使用，这是有争议的。

[2] for the nonce[短语]：暂时的，临时的。

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

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

☆ 第 2610 章集：圣奥尔本斯教堂：Carla 演讲

Copyright © 2005 L/L Research

2005 年 6 月 18 日

圣奥尔本斯-唯灵派教堂

赫特福德郡，英格兰

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

我想要告诉你们，我得知艾琳正在康复。我很抱歉今晚不能见到她，但是她说：天使们和她在一起，她在慢慢好转；她只想要你们知道，她感激你们所有善良的想法和祈祷，她多少仍需要一点时间卧床休息，等等。不过，有时候唯一能让我

们停下来的方法就是当圣灵说：不、不、不！如果你不听的话，那你的身体就会出毛病!

所以，我(说这些)的确想要使你们放心。她没有什么大毛病，她没事，但是的确有些疼痛。好，如果可以的话，我希望我们能聚成一圈，因为我们人不是太多。保罗和其他人会帮忙把多余的椅子带到后面去，我们可以用这些椅子围成一圈。（几分钟后、该圆圈围好了）
注意，一定要留些椅子给那些晚来的人。不要拿走太多张椅子！你们也得坐下来！这个概念是有点奇怪，但我认为，如果人群不是太大的话，坐成一圈能够帮助能量流动，而且这样坐空气也会更凉爽。[1]

发问者：（听不清）.

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

让我们在开始之前，花三十秒的时间送一些能量给艾琳。

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

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

我从少年时代就开始探究冥想，我找到一个前卫研究、由名为 Don Elkins 的先生所完成的，他是当地一所大学的物理与机械工程教授，他的兴趣是调查超自然现象。他最初的调查是关于(人)出生之前的生活。他研究了好些不同的催眠法，用它们把人带到出生之前，问问他们都看见了什么等等；他坚信，我们的确是在这里暂住的灵魂，我们经历了许多次的转世。

这激起了他的兴趣，他非要知道得更多不可，所以他接下来开始调查五十年代流行的一种现象，他开始调查 UFOs(不明飞行物)。他变得对于外星智能这个问题很感兴趣，开始阅读这方面的信息，然后又研究那些曾接触过 UFOs 的人有什么说法；据此，他坚信那儿有某个(重要)东西。我在 1962 年加入他的研究，当时他开始开创一个冥想小组，旨在创造一个通灵小组。他成功地创建了一个这样的小组，据说源头是来自外星。

我觉得有人在刮门！
（有一个人进来，找到一张椅子， 圈子被重新调整）

1974 年，我作为一个通灵管道加入了该实验，自那以后，我一直都在做通灵的工作。我们有一些信息在[教堂的]后面，供下午茶休息时或之后出售，它们包含我今

晚向你们报告的那个研究中的各个部分。

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

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

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

星际邦联说，我们当中很多人实际上不是这个星球的原住民；他们也听到地球的悲哀，听到地球居民的哭泣，因为这些居民想要觉醒、却不确定如何才能做到。我们当中有很多人可能觉得在这个世界上相当孤独，觉得在这里就像在一块陌生

土地上的一个陌生人，觉得自己实际上并不来自这里。我们可能来自别的地方，Ra 群体将这些人称为流浪者。所以，你很可能是一个流浪者。如果你是的话，这并不意味着你不是地球的本地人，因为当你来到这里时，你接受了藉由投身来表达和学习这个星球的课程之责任。根据 Ra 群体的看法，这个星球上的课程是单一的：那就是，我们都是一，而那个一就是爱。

现在，这是怎么运作的？
（Carla 挥动她的笔记）

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

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

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

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

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

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

天父的造物有一种特质，在其中、万物的菁华就是爱。让我们深入一点来看看天父的造物吧，因为我不想为了让我们感觉好而领着大家乘着棉花糖云朵飘飘然，所以我想在今晚谈一些实际的要义。

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

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

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

在任何显化开始出现之前，一切万物、包括我们、都已经被创造了。当爱/光在创

造这颗星球时，也创造了他们所称为的密度。现在我们来看看我们周围的一些密度。

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

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

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

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

我必定这样开始：你需要学会如何成为自己，你需要摆脱别人怎么看你的这种枷

锁，进入你自己和你生活方式的核心，不把任何其他人当作权威，只是和自己工作。

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

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

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

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

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

那个可能谋杀的气力就会变成一个你已经授爵的骑士，名为大力爵士；它会站在你身后，成为你的一部分，于是无论在你身上发生什么事，你都能在这个世界上所向披靡。所以，当你终于与自己的每一部分都建立良好关系以后，你能从中获得极大的气力。

一旦你开始接受和原谅自己，你看，我们大家都容易犯错，我们都有缺陷，都有

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

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

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

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

们，在一天结束时，确保前三个能量中心是清彻的，然后再进入心轮。

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

或者，如果你正在处理个人关系，但还没将它升华进入开放之心，那么任何一件(不愉快的)事就会令关系中的两人分开，他们会说：嗯，这个人不好，另找一个吧。如果你将它升华到心轮，你会开始看见：哦，这是一个我有幸与之工作的人，一个能够帮助我认识我自己的人，这人是我的一面好镜子，我也要成为这个人的好镜子。然后你开始看到如何去升华自己，超越那些日常的困难；不是说：好吧，我完全不同意你，我只有离开，而是说：你知道，我们需要谈谈！我们需要在此共享能量，看看是否可以获致我们之间的某种真相。

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

接着，你开始懂得一个事实，我们都是一体，我们互相教导。

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

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

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

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

在我们的生活中、很多最重要的沟通(交流)都是超越语言表达的。蓝色光芒中心就在这里—喉部，讲话—有道理！靛蓝色光芒或松果体脉轮是意识中的工作，在

那里，你实际上在将那个你已经唤醒的意识、那个真正的你、呼唤前来，要它做一些工作。那么，诸如这些事情：冥想、沉思、阅读激励的材料、聆听鼓舞人心的老师并使用你学到的材料，最重要的是：仅仅进入你自己的存有之的静默中，这些是意识中的工作。很重要的是：不要太过分?于做上面脉轮的工作而忘记你需要不断地、至少每天要清洁那些较低的能量，以确保它们让无限造物者的爱和光流过。因为，看哪，如果你过度启动他们，或者，如果你的恐惧阻塞了它们，那么，你就停止了那股流动。

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

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

它会很快改变那个光谱仪。它会改变我们存在的颜色，如果你愿意这么说，改变我们绽放的方式。

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

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

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

练习一，此刻包含了爱。此刻，爱在哪里？

第二，看着另一个人的眼睛。看见造物者。

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

练习四，看看你周围的世界，嗡嗡的蜜蜂，吹拂的风，呼出氧气的树木，呼出二

氧化碳的我们，吸入二氧化碳的树木，吸入氧气的我们。看看万物如何相互关联、以及合一性，看见造物者真正运作的方式。

这四个练习是非常有益的。

我谈到冥想，但我真的没有任何关于冥想的忠告，除了这个：意识可以用一把钥匙打开。就像你要穿过一扇门，进入更大的世界[属于无限、合一、永恒] ：你真正所是的本质。那扇门的钥匙就是静默。所以，如果你可以在生活中做到这点，它无论如何都是非常、非常有益的，至少做五分钟，二十分钟更好，不用超过太多。你不需要比这更多—静默的力量是强大的。进入静默，待在那里，停止思考、停止说话，就这样。我的意思是，有很多、很多的方法可以更好地冥想，我可以花很多小时去谈各种不同的冥想方式；但如果你能简单地把自己看作结晶的存有[你之所是]，如果你可以仅仅随顺该存有，不是在你睡觉的时候，而是当你清醒的时候给它一点时间去呼吸，倾听那个静止的、细小的声音，这会如此有益处，因为它真的能把你拉回你之所是，我真的推荐冥想。

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

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

册。你的车有一个用户手册；如果火花塞的电源有什?毛病，你拿出该手册说：好，让我们看看。我这样做，这样做，好了，火花塞打着了。

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

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

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

当人们走进你在场的范围时，你对他们可以像是一座灯塔；这和你在说什么没有关系，重点是人们如何感知你。人们根据你放射的方式来感知你。所以，如果你简单地把自己挪开，你就已经在让光全时间地流经你。光简直就是无限的！光直接倾泻下来，进入这个世界。你知道为什么在圣餐礼仪中、经文说：我接过它，掰开它，祝福它，把它给出去.....？啊，这就是你，每天如此。接过你的体验，允

许自己被掰开，打开你自己去体验它。脆弱是 OK 的，受苦是 OK 的，它是成长过程的一部分。祝福它，让它闪闪发光。你们是山丘上的光，人们会感到那祝福。我向你发誓，他们会感觉到光！他们不知道为什么，也不知道那是怎样发生的，但他们见到你就是很欢喜！我肯定你们已经是像那样放射的人；信赖你自己带着光。这就是你来到这里要给出的礼物。造物者正在从你身上倾泻流过。

你们是这个世界的光。

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

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

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

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

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

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

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

证、去爱。

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

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

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

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

我现在中止...（掌声）

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

原注

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

[2]摘自一的法则卷一，第一场通灵集会 (1.7)。

(V) 2017 Reviewed by cT.Translated by Sunny

☆ 第 2611 章集：亚伦与 Q'uo 对话之三十一

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 31

Copyright © 2007 L/L Research

1996 年 11 月 22 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

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

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

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

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

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

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

我可以带着绝对的纯净度来为宇宙传讯，但它缺乏人类诠释的礼物。

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

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

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

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

在投生的计划或炼结或优先级的安排之中，将注意力放置在何处的选择是一个充满份量的选择；单纯地规划参加这个圈子的时间会创造了那个开口、那个机会、那无法以任何代价购得的事物。你已经给予了自己这个机会并且给予我们一个巨大的礼物，因为你们让我们能够有所服务。和那些发现我们的想法是有趣的人分享我们的想法，这是我们已选择的服务形式，你们使我们能够在自己的密度中进展。你们无法给予我们一份更珍贵的礼物，我们珍惜这个场合(机会)，我们，一

如既往，只请求每一位寻求者使用自己的辨识力，只保留那些于内在回响的真理，彷佛她本来早已知晓那些真理，却遗忘了它们。那些真理就是你自己的个人真理。允许我们分享所有的想法，不过让那些于内在之中没有认得(感)的回音的想法轻轻地留在后面。

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

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

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

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

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

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

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

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

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

有一次，我和这个器皿谈到她对完美的驱动力，我问她一个单纯却是困难的问题。我对她说：「想象妳和一群人在一座山顶上。你们正在走路，突然之间、天气转变了，云层滚滚而下，开始下雪了。你们一直徒步旅行的地方是非常陡峭的，有着许多的峭壁。因为天气的稠密，你们感觉到无法行走了，然而你们确认你们必须下山。你们真正想要的是、有人从团体中走出来说，我非常了解这座

山。跟随我、我将会引导你们下山。不过没有一个人走出来。每个人都坐下来，因为恐惧和寒冷而颤抖着。你们充分地了解、在这场危险的暴风和寒冷中、不用一个小时，人们就会进入体温过低，就会死亡。你不知道道路。你仅仅在道路出现前方时瞥见过，正好云层滚滚而下。你将会做出什么事情呢？你将会在那里等着某个人说，我了解这座山。我将会引导你们，还是你将会自己亲自做这件事情呢？万一你尚未完全准备好呢？」

什么时候小我(ego)会说：「我将会领路」呢？什么时候爱会这样说呢？

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

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

接下来你听见小我的声音说：「喔，当我们安全的抵达山脚下时，难道每一个人不会对我大惊小怪吗？」 听到第二个想法，你可能会推测：「那个认为它能够引导我下山的想法，这不是我最深的真理。这个想法只是小我。」 假如你在愤怒中反击那个小我的声音，那么你便无法听到爱的声音。你跟小我的面向变得如此冲突，以致于你把任何其他事物的存在拒于门外。

另一方面，你可以听到那个小小自我的声音，接着只要说：「啊哈，这里有一个

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Q'uo：我们是 Q'uo，再次和这个器皿同在。

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

的方式。

我们想要为你们描述一个入口、它进入自我的那个部分[对其自我状态有信心的部分]。它存在于心轮之内，它实际地、象征性地位于心并且属于心。当能量从双脚往上进入根部脉轮[或位于连结双腿处的能量中心]，接着进入肉体的时候，它遇到一个美丽的、结晶的…. 我们给予这个器皿一个图像，一个穹顶，一个在时间/空间中的结构，它能够使那个红色光芒的能量从红色能量中心穿越共同造物者准备好的能量中心去表达能量。当能量聚集起来时，那个能量对于正在从不移动的爱表达进入显化之中的爱/光、它变得更加清澈和透明。往上移动，它遇到另一个美丽的结晶结构，它位于自己的腹部，它收缩以对抗这些危险，也就是自己和具有二倍、三倍的复杂性联系一起的危险，这种复杂性是自我和一个其他自我完全不寻常与冲突的需求。当寻求者积累经验时，被做出的选择愈来愈多地为这种能量的炼结充能；能量被允许通过这个结构向上到达到腹部与胸部交会之处，这是力量的中心点(omphalos)。这是你们地球的层面。这是社会能量中心，在那里，自我与社会和各种社团打交道，无论是作为一个家庭的成员、一个国家的公民，还是在任何团体中体验，你都正在和黄色光芒中心的各种变貌一起工作；再次地，你做出的各种选择能够透过此生的体验，帮助这个中心结晶化、使它变得透明。

当一个人和所有这些能量一同工作以平衡它们之际，他实际上在为来自造物者的能量挪出更多的空间，以便于造物者将祂原初的力量倾注到心轮之中。当一个人试图在意识中工作，他和扬升大师或好比我们之类的实体一起工作的问题是：他正在从顶部由上至下进行工作，而能量稳定的基础则总是首先依赖从根部脉轮向上进入心轮的能量的额度。无论多少能量通过心被呼唤进入该(脉轮)系统，它必须往下移动到一个地方，在那里，来自造物者的能量已产生它进入心智和肉体复

合体中的入口。因此，你看到这样一些寻求者，他们发现自己走在铤而走险的狭路之上，因为他们正在试图藉由灵感去开放心，不过，他们没有在其中安置这种灵感的家；因此，当实体睁开双眼并再一次处于每天生活的忙碌之中，就像一只鸟，所有被感觉到来自源头接触的事物，如同失落的希望一般、飞走了、消失不见了。

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

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

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

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

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

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

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

万一就是恐惧在说「我将要领路」？你是不是在否认也有一个深层的智慧说：「

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

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

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

一个非常简单的例子是把太阳做为永恒完美的隐喻。在大地层面上、太阳的表达可能是温度，当你坐在阳光中，或坐在一小块阳光草地上，你感觉到背上的温

度。大气、云层，以及诸如此类的事物都携带着太阳的特定特质并且允许它们被表达到物质层面。这不是一个完美的隐喻，不过你可以清楚地看见它的两端和中心。

以基督徒的术语而言，在三位一体之内，我们可以用天父代替永恒完美，以圣子代替形象之身，以圣灵代替报身或过渡之身 [意图能量的层次]。这个不是一种完美的契合，不过是相当合适的。你可能会认为它是不均衡的，因为圣子包含着神，它是神的直接展现。是的！应身也包含法身、而应身是法身的直接展现！我发现、为了这个原因、这是一个非常有价值的教导。无论一个人在你们的物质层面上、于什么地方查看，你们都会看见神性的自我-展示。

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

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

某些扭曲，当你将它们在世界中展现出来时，可能造成伤害。接下来、很明显地、你要为那个伤害负责任。你必须将你的溢出物清理干净。有些扭曲也许对其他人会是巨大的服务；尽管如此，它们还是扭曲、带有附着的业力，它们必须被照料。它们全是神性的一种展现。我亲爱的朋友，你毋需害怕什么事物正在流经

你。除了神之外、没有其他东西。接下来，当你问：「我如何在世界上更纯净地显化我的能量」的时候，请记住、除了神之外没有其他东西，有时候神带着扭曲，或甚至带着巨大的扭曲被表达。「我如何能够降低扭曲呢？」 —— 藉由给予宽恕与仁慈。怨恨将永不会消融仇恨和负面性。惟有爱将会消融负面性。惟有爱将会消融困惑与扭曲。无论什么扭曲表达它自己，你都必须把它带入爱之心。

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

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

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

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

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们会给你们相当简短的告别。

我们对你们有一个请求。我们知道该团体当中有些问题，我们和亚伦自然计划在明天对问题开放对话。如果这个圈子在下次集会前、一起谈话以弄明白，这个团体想望提供什么内容、作为这次对话的下一个入口，我们感觉这会是有帮助的。如此做、我们将会感激，因为若团体对于相互彼此以及对于活动的舒适越发全面，我们自己就会有更大的能力藉由一个相应的焦点来交流。

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

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

原注

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

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

Translated by M.D.

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

☆ 第 2612 章集：亚伦与 Q'uo 对话之三十二

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 32

Copyright © 2007 L/L Research

1996 年 11 月 23 日

（这次集会之前有一段调音和冥想）

(在这个场合中，亚伦和芭芭拉展示了一些练习)

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

正面的告诫——传统佛教徒：

藉由慈爱的行为，我净化我的身体。

带着张开手的慷慨，我净化我的身体。

藉由安静、简单和满足，我净化我的身体。

带着真实的交流，我净化我的言语。

藉由有帮助与和谐的言辞，我净化我的言语。

为了镇定而抛弃贪求，我净化我的心智。

将憎恨改变为悲悯，我净化我的心智。

将无知转变为智慧，我净化我的心智。

如果它是不可能的，我不会要求你做它。

放弃无技巧的事物。一个人能够放弃无技巧的事物。

如果它是不可能的，我不会要求你做它。

如果抛弃这种无技巧的事物会带来伤害和受苦，

我不会要求你抛弃它。

但是，因为它带来益处和快乐，

因此，我说 抛弃无技巧的事物。

培养有益的事物。一个人能够培养有益的事物。

如果它是不可能的，我不会要求你去做它。

如果这种培养会带来伤害和受苦，我不会要求你去做它。

但是，当这种培养带来了喜悦和快乐的时候，

我说，培养有益的事物。 -- 佛陀[1]

芭芭拉：亚伦将会在导引冥想和祈祷中引领我们。

亚伦：一开始，吸入并呼出、接着几次深呼吸。

（以下暂停皆以省略号… 表示）
……放松身体，紧张随着呼出而离开，放下心智，进入这次呼吸，进入这一刻。

……. 使你自己在宇宙中感觉轻松自在，在那个真正属于你的空间中休息。

……在这个永恒的当下存在。

…….完全地开放。

……如果某个事情依附着，或者如果有排斥，没问题的，它将会走自己的路。

没有要去做的事情，仅仅轻轻地用无选择的察觉接触所有升起的事物。

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

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

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

……在那个意愿中歇息几分钟，允许察觉拓展，超越那个小小的自我。

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

……在那纯粹的察觉，纯粹心智的属性中歇息。

……允许你自己在那个空间歇息，感觉包围着你的能量。

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

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

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

……在那个空间中歇息，敞开并留心，心无牵绊，准备好带着那颗有爱的心聆听。

……最后，无论什么你会获得什么、向它致谢。接下来在静默中坐几分钟。
……

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

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

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

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

芭芭拉：最后在写在这页上的文字也是来自一个传统佛教徒的祷词。请和我一起朗诵它，如果你们愿意：

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

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

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

放而永不倦怠地工作。

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

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

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

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

很清楚地，你并没有打算藉由伤害的意图来提供你的能量。然而，甚至在没有伤害意图的时候，有时候，伤害都会出现。这个人并无有意识伤害的意图。他感

觉，让人们知道他感觉到、他们已经伤害了他，并且不让他们继续他感觉为他们的扭曲的事物，他觉得这么做在道德上是有必要的。那并不会免除他造成巨大痛苦

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

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

我们来到你们身边、作为忧伤的兄弟姐妹，因为我们听到你们地球的呼唤。我们听到并且被你们的忧伤与不幸深深地打动，为了这个呼唤，为了你们乐意和来到面前的催化剂一同工作，我们总是感谢你们；不是讽刺地，而是满怀希望地感谢。最深的忧伤和最大的痛苦就像是荒芜的土地，在其中、爱的王国被播种了。在你们知晓为圣经的神圣著作中、有这样的寓言：爱的王国是被被埋在一片土地中的珍贵珍珠。寻求那颗珍珠的人会卖掉他拥有的所有东西并买下那片土地。[4]

我们希望帮助你们每个人联系自己的人性。但是，当自我察觉的寻求者转向内在的时候，会有牵涉其中的微妙之处。该心智看见自我。它看到自我正在观察自我。它看到那个自我、他正在观察那个正在观察自我的自我。当自我感觉到负面情绪的时候，它看到自我看到负面情绪，自我看到自我正在看到负面情绪。这创造了拥挤的宇宙，这不会扩大慈悲。因此，我们会建议，当你观察自己的时候，当你感觉到正在和表面上负面的催化剂打交道之际，你留在那个进行观察的第一个自我察知之中，在法庭上的观察者，它正在将被说出的话打字记录下来，它仅

仅负责把言语正确地记录下来。没有评判涉及报告正在发生的事情。昨天晚上，Aaron 实体和我们和那张变皱的纸一起工作，去忆起，无论你正在感知什么，它仍旧不过是一只暂时的幻兽(chimera)、在一张纸上闪现的影子，那张纸的另一面依旧是完全干净、未被触碰的。

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

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

你的乐器就是你的自我。学会去弹奏这个乐器包含进行那些练习，以及那些使得你能够在活出你的生命之际、发展出一种甜美旋律的音阶，如果你愿意这样说。如果你能够看到长笛、或直笛、或任何管乐器的话，也许你能够看到你的能量中心就好像那些你按下以产出你的旋律的按钮。因此你希望在每一个情况中、都去澄清在那里存在的能量，去让它更多地成为自己，去让每一个能量都成为真实的：不是另一个人的真理，不是一个老师的真理，而是你独一无二的音调。举个

例子，让我们拿起任何光芒的音调，假设黄色光芒。你的希望不是让那个能量变得更明亮或更大，毋宁是去找到那确实存在的真理与平衡。一旦所有的能量都被有意识地弹奏，它们就会开始自我调节、自我平衡。

我们会在此刻将麦克风转移给我们挚爱的兄弟 Aaron。我们是 Q'uo 群体。

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

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

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

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

创造的东西负责任。

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

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

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

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

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

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

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

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

你以非常简单的方式把它清理干净。你观察污染物的源头、接着隔离它。如果源头是巨大的愤怒，你藉由对它开放你的心而隔离愤怒，在你的内在为它准备一个

更大的容器，于是它就不需要从你身上流入这个世界。

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

一次又一次地练习它，直到你感觉到那个空间在扩大。

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

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

你会不会认为、当从你身上流经的事物是绝对纯净的时候、你教导了更多？有没有可能、当从你身上流经的事物确实变得扭曲，然后，你非常有爱地照料了那个扭曲并且因此帮助了其他人同样了解到，他们不需要成为完美的——他们需要成

为有意识的、有爱的、负责任的，你(反而)教导了更多？你的扭曲同样为他人提供了一个催化剂，通过该催化剂，他们获得机会和自己的恐惧与扭曲一起练习。毕竟，这种学习就是投生体验的主要动机。这不是在为水中下毒辩护，而是当整个活动都被深入地考虑之后，可以被更好地理解的是：只要你是人类，就会有溅出的事物，它们完全就是投生体验的学习过程的一部分。

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

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

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

你知道最高的目标就是怀着爱提供能量。记住，你在第三密度中大部分是要学习信心与爱。如果你们没有这个包围着你的罩纱，这样你就会清楚地理解，流经你

的不同能量的流动究竟是如何被扭曲的，为什么它们会被扭曲，以什么方式、那种扭曲实际可能会有所服务，你就会被这个机会所摒弃，(也就是说)，没有机会学习环绕着这些扭曲的信心。这不是要被当作一个指令：有意识地让扭曲继续存在；而是，如果它们发生了，就信赖它们，同时请问你如何才能净化它们。

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

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

我会把麦克风转交给我的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。我暂停。

Q'uo：我们和这个器皿同在。我们是 Q'uo。

你之所是的爱能量是不可能切分的。它拥有一种整体性、对于你的系统是独特的。寻求者经常会将一个或另一个面向或能量中心作为革新的目标，并感觉到这种能量需要被改进，被清理或被改变。这种革新是一种较不有技巧的模型，相比于以下途径而言：改良该乐器(器皿)，并把该乐器[作为一个整体]的平衡视为首要目标。某些实体相比其他实体拥有很少的气力，不过，因为他们已经以某种方式

发现内在的平衡、并且让存有的音阶协调一致了，那旋律吸引了聆听的耳朵、带来欢乐。举个例子，相比于一个悦耳的靛蓝色光芒[促进它和其他能量炼结之间的行旅]，拥有一个强有力的靛蓝色光芒、其优点比较少。

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

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

个人生就是献给太一无限造物者的一份礼物。

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

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

我们在一切万有之所是的爱中、在显化全部的二元性世界的光中、离开你们。我们是 Q'uo。

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

你们绝大多数人都将自己跟破碎的事物联系在一起。当你们问，如 Q'uo 建议的，「爱在何处被发现？」你能不能看到同时是在破碎状态与完整状态之中被发

现？爱一直都存在于完整状态之中——这很容易看到。对破碎状态的感知是催化剂、使得你开始寻找爱。因此，爱必定也在那破碎性的感知之中。爱就在那灵感之中、激励你去寻求爱，那种灵感经常是负面与痛苦的扭曲。没有任何事情在这里是二元的。在阴影中、阳光被发现了！

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

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

如果你寻找，你将发现你能够的。

当该表达扭曲了，并且对自我或另一个自我造成不舒服，必须要关注这情况，

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

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

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

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

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

有一股无肉身的能量，它是该器皿的一个古鲁。他偶尔会进入她的体验。在这个

夏天，当她处于一次加长的冥想避静之际，感受到这个古鲁的临在。他提供这个建议给该器皿：「放下每一个事情，对每一个东西都放手」。一开始、她误解了：「我是要丢弃我的房子，我的车子吗？他对我要求什么事情呢？」

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

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

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

样，你拥有情绪的神经末梢。你的能量场将会收缩。

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

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

那纯粹的感官察觉，即听到，不是对于听到的反感。和听见之间的关系不是听见本身。在听见之中，就只有听见。

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

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

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

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

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

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

Q'uo：我们是 Q'uo，相信我们掌握了你的询问。

向上螺旋光和流入灵感之交汇位置，在你们的文化中、已经被知晓为亢达里尼（kundalini），自我对于存在于能量中心内、无论什么扭曲都变得透明的能力，就导向一种增强的能力、去体验一种自由向上的流动，于是，你们的文化所称的亢达里尼就升起了。这牵涉到和与心智、身体、灵性的各种能量成为朋友，不是

去完善这些能量，而是在接纳自我为自我的过程中、平衡这些能量；无须解释或抱歉地接纳自我，也就是这个器皿所称的、放松的自我信任；这样使得一个人待在自己的身体内感觉舒适。

这是否回答你的询问，我的兄弟，或者，我可以在其上进一步讲述？

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

Q'uo：我的兄弟，正是如此。

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

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

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

提问者：因此，就是扭曲允许一个人增强其极性？

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

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

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

提问者：不用了。谢谢你们。

提问者：我不理解这寻求极性(的过程)？自私或无私，什么啊？

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

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

Adonai。Adonai，每一道光。我们是 Q'uo。

原注：

[1] 增支部：二集，第十。

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

[3] 圣经，《路加福音》22：42。

[4] 圣经，《马太福音》13：44-46。

[5] 该引用来源尚未确定。

Translated by T.S.

(V)2017 Reviewed by cT.

☆ 第 2613 章集：和基督的关系

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年三月 30 日

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

（ Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意；在为祂的服

务中，我们今天来到你们中间。我们极其感谢 L 实体提供了这个机会，来谈论关于转变的途径这个主题；这条转变的途径以螺旋的方式盘旋到达她旅程的一个位置，从那里、她可以再次与耶稣·基督同行，她如此渴慕这样做，并已经为此准备好自己。

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

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

此外，耶稣·基督教义的振动并不是有组织宗教的各种机构由始至今所表达出的那种振动。的确，这个器皿已经将她从圣经阅读中学到的事物，和她在教堂中听到的布道整合了起来。在你们星球上、以各种语言讲出的每一个词语都含有扭曲；

我们也有扭曲。我们的基础能量是无条件爱之能量；但是，不管是我们、或任何你们与之谈话的布道者、以及作为一个顾问的这个器皿，全都拥有不容忽视的偏向性和扭曲。每一个人都尝试去成为无条件爱之声，而无条件的爱比任何语言所能够描述的、都更多更深。因此，我们不会假装向你们提供权威性的资讯，我们仅仅与你们分享一些想法、当你在内在寻求中前进之际，这些想法也许可以成为你的资源。

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

我们将尝试与你一同检查这些文字中的一些部分，但是在此之前，我们想要建议一个可能在此刻对你有帮助的概念。你也许记得福音书中的那个故事，在复活节的早晨，玛利亚实体、玛利亚·抹大拉实体和彼得实体去拜访耶稣实体，他们去查看耶稣的坟墓。当他们到达后，发现坟墓没有一块封口的石头，相反那块石头滚到了一边，裹在耶稣实体身体上的亚麻裹尸布被折迭好放在一边；(附近)有个实体、玛利亚以为他是园丁，正在被打开的坟墓中等待着她及其同伴们。玛利亚哭了，因为她深感不安，认为有人偷走了她挚爱的耶稣的尸体。接下来，那个正等待着她的实体以她的名字呼唤她，当他说「玛利亚」的同时，她第一次认出了

他。她的眼泪转变为喜悦，因为她看到耶稣真的已经复活了。她冲过去依偎着他，但是，耶稣阻止了她，说他尚未扬升，因此他必须从事天父的工作。耶稣离开了她、前往加利利去向其他那些忠诚的门徒致意，让他们知晓耶稣从坟墓中复活的好消息。

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

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

相对而言，被知晓为圣灵的能量则会反应出你心/身/灵的内在配置的色彩和偏向性。当圣灵被呼唤之际，这种能量把它自己和你的高我结合起来，创造出一个原则或群体意识。这个群体意识将你在到达这个器皿所称的第六密度中期的丰富旅程中所创造出的自我，跟无条件爱之纯粹意识结合起来；于是，在你的内在里有

一个家园，在其中、基督的灵和你自己最高最佳的自我结合起来。这是造物者极具个人性的一个面向，你可以和它进行实际对话，如这个器皿所做的一样。

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

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

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

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

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

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

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

耶稣·基督实体说过：「我是葡萄树，你们是树枝。」[1]当你考虑一个葡萄园的生长时，你了解到，很多葡萄种植者会在葡萄树上嫁接别种的葡萄枝干，来创造出一种混种的葡萄树。因此，要成为一颗真葡萄树的一个枝干，你首先关注的，就是不要往那个葡萄树上添加任何不是真葡萄树的东西。这就是我们为什么首先谈到，无条件爱的意识无法被概念与语言所束缚。那些试图去教别人耶稣当时如何思考的人，倾向于将语言捆绑到无条件爱的真葡萄树上，彷佛解释和阐明将在某种程度上创造出一个更好的耶稣。而实际上，真葡萄树[2]是一种奥秘。

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

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

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

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

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

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

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

在此时，我们请求你们在能量体中休息，深深地吸气、深深地吐气，知晓你正在吸入耶稣·基督的意识，你正在呼出同样的意识。它比你的想法或你的手脚都离你更近。的确，正是你的心在泵动着爱... 爱... 爱...，你的菁华是真实的，它一直在表达着，透过肉体、心智，以及常常似乎很有偏向性、很扭曲的情绪体，并且持续地表达着。这些(身)体会衰弱、会掉落到尘土之中，最后终结；你自己那个进入此生中、属于灵性的部分，却是无限且永恒的。跟随一个诸如耶稣·基督这种实体的荣耀是什么呢？那荣耀存在于一个存有的聚焦之中，存在于无限造物者的透镜如何能够锐化并描绘出你的道路，使你对于自己是谁、属于谁拥有一个鲜明清晰的视野。无论如何，欢迎你知晓为耶稣的老师返回你的意识之中。如果你必须将

他作为一个人来爱他，也要一直记得，他曾希望去表达天父的真理，期望去成为那个透镜，让你真的聚焦成为他一样的、天父的仆人，成为造物者的一个活跃的、有生命的部分。他的语言缠绕在静默之中，他的真理缠绕在奥秘之中，但那爱之真言(Word of love)，也就是基督意识，即是万物中的一切（all in all）。

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

L：我想不出什么问题了。但是我非常、非常感谢你们。

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

原注

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

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

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

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

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

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

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

☆ **第 2614 章集：苦難與喜悅**

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年五月 1 日

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

（ Carla 传讯）

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

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

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

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

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

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

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

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

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

罕见地，一个实体能够彻底地做好这个工作。也许父母会因为死亡、离婚而消失，或者别的方式使得他们离开该环境；也许产生的伤害太大，想安全地走过再融合幼年环境的这个过程，其可能性已不复存在。无论是什么原因使你不能完全

返回记忆和意识之内的原初家庭、并且带着信任和爱完全接受它，缺乏家庭所具有的原初滋养会对此生的其余部分造成影响，从而造成一种环境，人格外壳在其中承载着那些来自早期幼年的原初伤害、而无法处理那些伤害。

肯定地，在随后的生活中，当一个人就肉体的意义上已经成年之后，会有别的机会带来足够的痛苦和足够的错位，以致于他会进一步制造出一袋袋的痛苦，它们也被埋藏起来，因为一个人无法在当时充分处理它们。 Ron 实体称这些袋装的痛苦为印痕（engrams），我们感觉这个词语很便利，所以我们将使用它。我们单纯地谈及结晶化的记忆，它携带着一种情绪性的电荷。我们并不需要去定义苦难，因为你们每个人都受过苦，懂得人类苦难的性质。你知道痛苦的许多颜色和质地，你知道它会如何从正面或侧面、或者从背后冲击你，你知道每一种伤害如何把它自身呈现出来。你知道你的情绪和神经系统如何反应这些攻击，你知道仅仅想一想那些发生在你身上的某些事情，就能创造出一种完整的环境，在其中，你所经历的苦难彷佛发生在昨天而非发生在三十年前。

这就是你们每个人携带这个器皿所谓的包袱的情况，而你甚至不知道你携带着包袱。但是，如 C 实体说过的，当她鼓起勇气完全地面对自己，并请求她的指引系统向她显示她所携带的苦难时，她为自己的担子中蕴含的丰饶所惊倒。你们每个人都有一个手提箱，容我们说，其中充满了痛苦和苦难的真正珍宝，它们整齐地收藏在一边、等待着你回到它们身边，带着爱将它们升华到光中，与它们一同工作。

现在让我们谈谈喜悦。R1 实体说，他想知道喜悦和纪律是否有点不相容，也许，如果一个人是喜悦的，他就没有纪律，或者，不知怎的，纪律似乎不会产生喜悦。不过，他感觉，纪律有可能涉入发现喜悦的过程。碰巧这个器皿比大多数人

更熟悉欢乐的风景与环境，因为某种大脑损伤[依据她的描述]。在她的能量系统中，心智和意识之间的连接比一般人拥有的远为强健，所以这个实体会常常切换入意识之中。当一个人处于心智的那个部分、我们称之为意识，其预设值就是喜悦；太一无限造物者的本性就是喜悦。我们可以越过那个词而使用狂喜(ecstasy)这个字；我们甚至还可以使用性高潮(orgasm)这个字，因为宇宙造物和造物者的预设值就是绝对、无限的喜悦。就你在第三密度身体中体验造物者而言，它就是性高潮；就你在一个深入的层次上随身携带着的意识而言 [在此生中和此生外均适用],

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

你们每个人都有一个核心自我，它跟你表达自己的方式、做什么来维生、你如何说话、你的教育经历是什么、或任何类似细节都没有任何关系。那个菁华的自我即是你和宇宙造物中、每个有生命的东西所共享的自我；那种菁华会在喜悦中歇息。对于这个器皿，她有很多次单纯地进入光的地方，接着她周围的共识性实相就消失了；在你们的人群中，这种心智的状态被称为神秘主义。这种心智状态的礼物提供给一个时常滑入那种狂喜状态的人，它不能被分享，除了在本质中

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

无论你周围事物的外表如何，你的确生活在一个完美的造物中，所有的事物在其

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

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

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

你在今天考虑了什么事情呢？在那些想法中、有哪些是你已足够认真地看待、(真

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

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

足够有趣的是，一旦你开始让自己去做这项工作，该过程会如此迅速地发生，以致于你最终发现那个特定痛苦的源头是喜悦的笑声。你看着那个痛苦，体验那个

时刻的深刻幽默。因为痛苦一旦被揭露出来，一旦它的本质被看清，痛苦就完全不是你要躲藏的怪兽了；慰藉是明显的，欢乐是强烈的，而反应就是笑声了。我们希望当你找到这些印痕之际，当你爱着它们、直接凝视它们并且拥抱它们[如同啃咬的狼]，你将发现那深刻的幽默和笑声的反应发生在你身上。

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

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

的心。

（磁带第一面结束）

（ Carla 传讯）

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

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

现在有另一个询问吗？

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

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

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

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

我们也会评论 R1 实体最初的、在提出这个询问时所谈论的事。被认识为 Ron 的实体说：他发现当一个人在自己的进程中陷入泥泞之际，跳出自我的盒子去聚焦

于为其他人做点甚么，这是有帮助的。我们会赞成这个评估，接着说，跳出一个人藉由一遍遍地重复相同的想法而在地毯上磨损的小圈子，把自己放到另一个环境中，查看另一个问题并查看如何服务另一个实体，对于理解自我的进程极有帮助。要将自我从一种无法感觉到、却非常真实的束缚中解放出来，所有这些方法都非常有帮助，因为一个人会习惯性地将自己束缚在一种模式中，而这做法有助于他把自己从中拉出来。

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

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

我的兄弟，我们可否进一步地回答你？

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

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

尤为真实的是，所有投生的人们都有一个共同的、重大的投生课程，那就是单纯地宽恕自己为进入投生所作的选择。在投生前，每一件事情看起来都非常容易。站在这个器皿称为玛雅或幻象世界的投生瘴气之外，你的记忆完整无缺；你理解你是谁，你理解你为这次特定的人生自设的各种目标与任务。你理解痛苦和苦难的用处、它的必要性、它的礼物；因为正是这种非常错位的痛苦提醒着一个人某

个需要处理的情况，某些需要解决的模式。你看得很清楚也很全面。然后你跃入娘胎和父母的怀抱中，而一切都被遮蔽起来，事情不再简单。直到你通过死亡的大门进入更大生命、重新获得你完整的记忆、再次能将你的生命视为一个整体之前，(你的)这辈子，至少占相当大的一部分，会花费在尝试去弄明白真正的情况是什么、实质上在发生什么事、你看到的究竟是什么、你听到的究竟是什么、进入你感知网络的东西究竟是什么。

这就是信心进来的位置了。藉由信心，你能够简单地确认，一切都好，你所需要的正来到你身边，你要给出的东西会有爱好者。藉由信心，你能够知晓，即使你生了大病卧床不起、无法做任何事情，你也是有用的。即使你陷入一份看不见你真的有帮助的职业(工作)，藉由信心，你能够知晓你的确在提供帮助，因为你就是你，你用来做那份工作的爱是这个世界上最了不起的礼物，值得给出的礼物。那么，我们请你去探索那信心的源头并请求帮助，因为存在着一个强有力的支持系统，它为你量身定制，并包含了不少因为你的灵魂之美和寻求的热情被吸引到你身边的实体。他们必须受到邀请才能帮助你；一旦你请求支持，你会发现支持无处不在。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不用了，非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。现在有进一步的询问吗？

S：问题来了。我得到了又一个年度学习的机会，下周就是 Derby 赛马会，而 Wilko 和 Afleet 看起来状况好极了。我能为你在一匹马上赌上五美元吗？你们能

不能在这里给我们一点点内幕消息？

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

现在有另一个询问吗？

S：好的，我这里没有了。

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

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

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

会活出一个新生命。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：不用了，谢谢你们。

此刻有最后一个询问吗？

（暂停）

我们是 Q'uo，发觉我们再一次耗尽了这个团体的问题储备。容我们说，能和你们每一位分享能量，这是怎样的快乐和荣幸呀。我们为这个机会而感谢你们。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，正如我们找到你们时一样。Adonai，Adonai。

原注

[1] 这个引用有误。下面的引用直接来自 William Wordsworth 所作的一首长诗，《童年回忆的不朽暗示》：

我们的出生仅仅是一次睡眠和遗忘：

与我们一同升起的灵魂，我们生命的星辰

在别处已有它的家当

我们来自遥远的地方：

并非在完全的遗忘中，

并非在全然的赤裸中，

而是跟随荣耀的云彩

来自上帝，祂就是我们的家乡

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 2615 章集：不理解是必须的

Published by Bring4th_Jim(一法的书记员) on April 17, 2017 12:46pm.

我做了早晨的奉献，然后准备好自己迎接这一天。

今天的引文来自 Ra 资料的 16.39-.40:

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

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

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

RA:我是 Ra，这是正确的.

***

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

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

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

即使当我们获致这个领悟，这些话语和概念仅仅是它们描述的影子。

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

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

(V) 2017 Translated by c.T.

☆ **第 2616 章集：拥抱改变**

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年五月 15 日

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

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

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

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

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

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

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

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

也许我们可以从 Jim 实体所作的评论[同时向我们提出这个关于新一波能量出现的问题]开始。如这个器皿在稍早的谈话中提到的，我们不久前也曾数次对这个团体谈到，在全球范围内、已经有过反复来临的能量波，在有些情况下、它们甚至已经影响你们整个太阳系。有些能量爆发来自你们星球的一个特殊之内在过程，也就是这个行星的，如这个器皿之前说过的，第四密度盖娅的出生过程，这个过程相当漫长、并不轻松；第四密度的盖娅是一个充满知觉、正在自行演化着的行星存有。

其他的能量爆发冲击了这个行星，其实也冲击了你们整个太阳系，来自于这个器皿有时候会称为的大中心太阳；这些能量爆发包含了源于各种更大团体的爱与关

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

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

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

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

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

当你通过另外一些实体[好比我们讨论过的那些人，以及那些给你带来催化剂、干涉、阻碍的人]的镜子查看自己时，你正在查看一面非常歪斜、非常扭曲的自我镜子；然而，这面镜子反映出那些你在过去曾经与之争吵过的自我部分，这里的过去指的也许甚至不在这次投生，而是在中阴期间或别的转世。也许你跟这个实体

并没有附着性的业力；也许你将那个实体放在你的生命中，单单是为了学习不求回报地去爱的课程。然而，当你宽恕那个带给你扭曲画像的实体时，你会开始看到，你仅仅需要去宽恕你自己，就能在自己的那个我们会称为心的部分创造出空间。

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

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

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

幸运的是，在任何时候，你若希望绕过对所有这些实体的细节处理，如果你能简单地接受：如这个器皿在之前说过的，你是一个有缺点的人类实体，在某种程度上、其本性就是受到扭曲、会犯错误，大门口的狮子就感到满意了。如果你能满足那一点，你就可以放下人群的包袱。你不必今天就去把放高利贷的人驱逐出圣

殿，你不必今天就宽恕你带入心之外部庭院中的一切事物。如你所是地爱你自己、接纳你自己，这就足够了。对于这样一个人，圣殿的狮子会鞠躬并欢迎你进入。

你会立即地、毫不迟疑地，到达你心中的那个神圣的地方，造物者在其中怀着无限的耐心与爱、等待着你。你在那里拥有一个歇息和更新的地方。我们的确鼓励你们每个寻求放下陈旧痛苦的人、去直接面对守卫在门口的狮子，每天走进去、坐下来，让你自己被爱、被理解、被完全地接纳。只有通过神圣的伙伴关系的滋养，你(内在)的造物者才能进入祂自己的地方。在这个神圣的空间之中，静默是一个强有力的资源，它将随着时间的发展向你提供许多清晰度，无论你是否多少觉察你所完成的工作、已理解的事情、或曾有过的任何神秘的顿悟(satori)。

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

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

当你感觉到这种情况出现的时候，你有两个选择。那些并不专注于分析他们的想法、追寻人格的锻炼之航向的实体，大多数会选择让那已被触发的磁带继续转动。它的确会转动，正如同这种经验从首次[也许是在你的幼年时期]开始就一直

转动着，直到它到达结束的位置为止；在它结束的时候，你将再一次自由地、过着正常的、有中心的生活。在那个磁带放完之前，对于那个磁带上的一切内容，你将暂时地聆听、或者演出该磁带的内容[不管它是甚么]。

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

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

也就是在第六密度中期的你自己。这个器皿称她的指引系统为圣灵或荷莉(Holly)，其他实体会称之为为指引系统、或他们的古鲁(guru)、或者无数其他的建构，在其中、指引以种种方式被解释。但是，它确实是一个相当复杂的实体网络。肯定地，这些实体中的主要部分是造物者驱动的版本[属于你自己]，从第六密度返回你这边；但是你也从某些内在层面，如这个器皿所称的，搭载了很多实体。因为你的希望与信心之美、这些实体被吸引到你身边，或因为你进入此生来完成的那种使命、或种种任何其他原因，导致内在层面的实体认为，你是一个它们想要帮助的人。它们的范围从仅想帮你找到失物的微型孩童，再到来自各种内

在层面中、最美妙又复杂的人格、大师、古鲁或实体；它们被吸引到你身边，那是因为它们感觉或许能证明自己能够成为你进程中的资源。在这些实体当中、某些有名字，有些是单纯的能量或菁华。有些以我们这样的方式说话，穿过潜意识心智而浮现出概念；有些通过巧合、鸟、动物或街道的标志，利用你们的环境来找到方式向你传输一个词语或概念，或传输一种感觉。它们当中有些在你的睡梦中跟你说话；有些和我们一样，如果你在冥想过程中、请求我们加入来深化你冥想状态的稳定度，就会出现在你的冥想当中。

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

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

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

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

但是，成为你自己多少是一个挑战，原因很简单：在你对自己的层层看法之上，覆盖着别人对你的层层看法，而你又误将其当成自己的看法，如此等等，一层又一层地覆盖着。你们的文化无情地坚持要你通过身份这个狭窄孔道来看待自己。我们鼓励你们抛开文化中每一个限制你的企图，因为你们、以及我们每个在宇宙造物中的实体、都是一个无限且不可被限制的存有。我们无法向你们表达，即使是仅仅在这次投生中，你已经拥有多少经历好把你带到这里、带到今天；然而，你来到此生，仅仅代表一条灵魂光流的一部分，容我们说，代表宇宙造物身体上的一个细胞。你是独特的，但你不限于你之所是的总和。你不等于你到此刻为止、所有经验的总和，因为你是活跃的，一如造物者那样，永恒且无限地活着。你实际上是造物者的一部分，你以一种如此深入的方式参与造物者身份的实相，

以致于你无法把它从你自己身上去除。无论你多么渴望能够说：「我就是我」，你永远无法理解你之所是的全部，因为它的一大部分并不属于第三密度中的你，而是消失于此，在你另外的部分，不属于这个密度、不属于这个世界，毋宁说，属于所有的密度……

（磁带第一面结束）

（ Carla 传讯）

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

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

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

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

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

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

阻力、困难，问问它要带给你什么礼物，拥抱它、接纳它、爱着它。

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

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

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

很多具体的器物，好比这个器皿佩戴的首饰及其膝盖上的玩偶，都有某种功能，你的水晶有资讯与能量的收集、发射之功能。没有这些收集的装置，你仍旧会收到相同的资讯。这些装置来到你身边是因为你在一个内在层面上、让自己承担这个大幅增强的工作：以更快的速度获取资讯。和这样的能量收集器一同工作的方式是去倚靠它们，换句话说：「为小仙女鼓掌」[6]，相信它们是灵验的，并为此将预先调整心智好接收资讯。这个器皿先前建议过，当你随身携带这个水晶时，也带上纸笔，让你可以草草记下进入你脑海的、那些似乎并非来自你表面心智的想法。这是一个能增强认识这个收集器特性的好方法。它在收集什么呢？它在什么层次上和你一同工作呢？它拥有什么类型的资讯呢？你发现它有用处吗？我们

会鼓励你去追寻的、正是这种过程。一个正在如此工作的人，和一个用心智、而非完整的心或专注渴望来工作的人之间的差别在于：有趣的事情会不断发生在他们身上，而他们没有特别地将它们记下来；因此，有趣的事只会一再发生。当一个人开始聚焦在某种可能在一个特定时间发生的有趣事情的时候，接着一个人开始更深入地查看，那种聚焦会为你打下良好的基础，并将你与一个漫不经心的观察者区别开来。你愿意跟这样的收集装置走得越深入，你能收集到的资讯就越多。

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

因此，当你的确感测到、你正在[容我们说]就最近所学的东西接受测试之际，不要惊慌。你已经研读，你已经学会，现在考试来了。带着你开放的心来面对这次考试，告知你的指引系统、你需要帮助，立刻就要。你将会通过测试，在这些测试中、没有不及格的分数。虽然如此，如果你无法参加一次测试，好让你看到了测试的模式，你将简单地在另一时刻、以另一种方式收到那个测试。

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

则的一个细胞在这一切之中的角色，无所畏惧且充满着爱。

我们可以进一步回答你们吗，我的兄弟？

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

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

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

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

人群中、那些掌权者内部，情况是错综复杂且诡计多端的。

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

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

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

A：不用了，谢谢你们，我理解并完全接受这个回答。谢谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo，请问现在是否有另一个询问呢？

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

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

矿物充满了第一密度的能量。那种能量和太一无限造物者充分地交流，并且是活的能量。在你们的环境中、没有任何一部分不是充满了生命，除了如这个器皿会

说的，在你们双耳之间的距离、就第三密度的意义而言、那真的是一个黑暗区域，完全不像所有其它密度[第三密度除外]那样，与无限造物者活跃地共存。

是故，矿物的能量非常容易受到想法的印刻。

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

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹?

V：当然，继续吧。（笑声）我正听得开心呢!

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

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

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

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

事物都是你们的星球的一部分。

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

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

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

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

我们可以进一步回答妳吗？

V：如果你愿意进一步回答，我会很高兴，因为我不认为它是那样简单的。

我的姐妹，我们是 Q'uo，觉察了妳的询问。我们也觉察到、这个问题需要我们和妳一起花费不少时间来探索。容我们建议，如果你对追寻这个问题感兴趣，要嘛你把它作为一个主要问题、在另一次的公开集会上发问，要嘛你和这个器皿以及第三个人、商定于另一个时间举办一次个人集会，好使我们也许能够带着必需的严谨度、进入这样一个相当复杂的主题。

V：感谢你们，Q'uo，我猜想情况就是那样。

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

无法容纳这么多的话语.

实际上，我们会在此刻询问是否有最后一个询问？
（没有进一步的问题）
我们是 Q'uo 群体，我们为这个团体的美妙问题及其极大之美而感谢这个团体。如果你们请求我们深化你们的冥想和爱你们，我们总是会和你们在一起。我们在太一无限造物者的爱、光、力量、平安中离开你们，如我们找到你们时一样。我们欢庆这个服务的机会，并且深深地感谢你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。 Adonai。

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

[2] 这个问题是由 Marianne Weidlein 创立的一个教学系统的一部分，她的网站是 www.empoweringvision.com/site/70-Coaching.html。 Carla 曾经与 Weidlein 女士一起学习过。

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

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

就会知晓它。」

[5] S2 询问的水晶是一个球形的水晶，S2 一直将它携带在他的裤兜中。

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

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

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

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

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

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 2617 章集：选一个标志(完整版)

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

西元 2005 年三月 20 日

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

(Carla 传讯)

我们是你们知悉的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中致意，我们存在于为祂的服务之中。我们很高兴能够加入你们的寻求圈，能够在你们坐下来寻求那个被如此不经意地称为真理的东西[也就是一切万有]之际，观赏你们绽放的灵魂之美丽与精致。

我们十分高兴地和你们分享我们对于标志的看法，以及它们是如何创造出来的。我们请求你们一件事，好让我们更轻易地、能够自由地讲话，那就是你们每个人完全地承担起筛选讯息的责任，我们不总是对的，我们不是无可置疑的权威之声。如同你们一样，我们仅仅是正在寻求真理的实体。所以，当你听到我们的想法时，请仔细评估你对它们的感觉。如果它们感觉不对劲，如果你没有感觉到共鸣，让它们走。当你准备好去考虑它们的时候，它们会再次出现；而现在它们不

适合你，你无需注意它们。小心地选择你所注意的对象！如果你愿意为我们这么做，那么我们将觉得更能够讲话、而无须忧虑可能会冒犯你的自由意志或灵性进化的过程。

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

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

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

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

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

的确，那些阅读与研读原型的实体总是陷入心智的陷阱中；恰恰是他们的专心和学问，使得他们无法深深地进入神话并成为他们所研读的原型。然而，那些最终将原型从头脑的局限中释放并透过心进入原型的人，则会踏上一条许多前人已经走过的途径；当他们行走在这个故事所配置并建议的途径上之际，这个故事、这些角色、这个神话以及它从人们深邃心智的地理中抽出来的原型，会激发出他们的各种想法和渴望，由此他们也丰富了这条途径。

从原型心智的这些相对固定部分的根茎上长出来的是：容我们说，知识与理解的一株有生命的植物，一颗活生生的树。这是进入一个成立已久的原型系统之优势，这类系统好比宗教、哲学、或本土文化的神话系统，无论该文化是原始的或貌似更文明；或者，对于那些想望去创建一个前所未有的团体的人而言，创建一种新的文化、新的哲学或新的宗教体系。所以，要为一个团体创造一个象征性的、表义的标志系统，这其中有着无限宽广、丰美的选择。比如 Don 与 Carla 在创建他们的团体时，选用了爱/光研究中心(L/L Research)这个名字，并选择了画家帕布罗绘制的一幅画作为其标志。这幅画源自一个文学中虚构的名叫唐吉诃德的

神话人物[1]，画中的唐吉诃德实体手持长矛对着风车冲刺，Don 和 Carla

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

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

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

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

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

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

我们想要使用这个器皿自己的觉知，好让我们可以从她多少有些宽广的意识光流

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

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

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

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

这个器皿将自然界看成一个圆，这个圆不只包含第二密度，而且通过一种预示或

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

正在寻求去成为不平凡的实体们有着极大的热望，然而，进入不平凡的入口点、就位于垂直轴与水平轴的交会点。一个处于生命十字架上或生活方形中的人，也就是你、可以用一个圆来描述你。无论四个角是位于外沿，如在方形中那样，还

是随着十字架的轴线相交似乎在向中心移动，圆形总是被包含在方形之中，圆形就是十字架的中心。你就是无限进入每日生活的那个焦点；你受苦的方式配置你灵性的进化；你化方为圆的方式为你创造出通向灵性进化的途径。

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

另一个我们会建议的东西是：来自你们历史的埃及文化以及埃及人的灵性或宗教系统的标志，即安卡(ankh)或丁形十字(Crux Ansata)[6]。这种十字架相当能够描述无限与永恒的可能性，因为它在其上部、在它垂直轴的顶端，形成了一个风格化的圆形。这个圆形不是一个正圆，而是很像从金字塔的顶端向上射出的半螺旋图形。

我们不需要再进一步讨论这个器皿的各种符号表征、等等的事物，因为我们无意以任何方式建议，游侠团体的标志应该包含这些意见中的任何一项。我们仅仅想要建议，就这个团体觉得卓越且有趣的事物之原始菁华着手，因为那里蕴藏着可以信赖的丰富性。我们想望进一步建议，神话象征，好比该器皿在其深深感受且挚爱的基督教中找到的那些象征，是挖掘和发现关联性的肥沃土地，这些关联性可以丰富、活化那些创造图标的基本想法，并为之创造出共鸣。

例如，如果一个团体选择一个三角形的基本标志，那么有人会问，这三条边代表什么 ？根据一的法则，这个器皿的心智会发展出一个简单的答案：三条边基本上是爱、智慧、力量。这是个很简单却很有唤起作用的答案。什么是爱？当一个

人想到爱时，会在内心唤起什么东西？

我们使用这个范例是因为在一的法则资料中，当时的三人研究小组，Carla、Don、Jim，曾在一处被 Ra 描述为是相当平衡的。因为在 Carla 的构成中有着大量的无条件爱，足以溢出并激励他人；Don 与智慧有着可观的连系，Jim 则拥有一种势不可挡的力量。该小组的三个成员的差异和谐共存，创造出一个神圣空间。所以 Ra 对当时坐在这里的小组发出一个问题：「这种平衡如何帮助你们的团体，并进而帮助这个世界?」

再次地，关于四边形，有可能描述表达造物主的四种途径。四面性明显的例子有：四个方向、四位天使长、四大元素。

圆形或圆球又是怎样呢?

最后，由于游侠的特质，我们建议也许需要一个涵盖性或包围性的图像，其中含有象征天使协助或翅膀的标记。因为事实上，这个团体价值观的一部分是：知晓万事万物都具有意识且是活生生的；无论是在第一密度、第二密度或在其它的密度中，一个实体周围的能量都是有知觉且是有帮助的，不同的元素彼此帮助。在今天涉及这种设计的讨论中，正是这种能量暗示我们，将神话系统中似乎有帮助的比如天使或有翅的形象，作为基本的拟人法。

当然，设计的某些元素可以套迭在一起、接着创造出各种设计，所用的每个元素都对团体的成员有某种意义。跟一个天使的标志相比，也许一棵树的标志可能更适合这个团体。但是，我们想要建议的是拟人法，正如同唐吉诃德的形像：他的疯狂想法以及破烂的风车和他一起形成了一个美妙的世界，在其中、希望可能实

现，为 Don 与 Carla 聚焦了能量。把一个人格化的形像或菁华作为这种标志或象征的一部分，这是有帮助的。容我们说，拥有一群演员以及一个基本故事，都是有帮助的。

这个器皿已经对我们说了好一会儿：我们已经讲得太久，应该开放会议给进一步的问题，所以我们(为此)道歉。但我们想要在一次集会中、通过这个器皿制作出这份资料，以便于尽可能地分享我们对于概念复合体工作方式的认识，以及一般人如何从自己内在创造出神话与原型。让你们的点子盛开，让它们蓬勃发展。我们祝愿你们享受这个探险。一如既往，当你沉入静默之中并提出请求之际，我们将和你们在一起，强化并支撑你基本的冥想能量。

我们会在此时向进一步的询问开放这个会议。此时，是否有另一个询问？我们是 Q'uo 群体。

V：Q'uo，我有一个来自 D 的问题。他问道，「请问你们能否评论导致了史威登堡主义（Swedenborgism）与摩门教的通灵资讯的来源？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以在一定程度上评论，并且为了无法进一步地评论而致歉，然而我们触及了混淆法则的边缘，所以我们会在那里止步。这是为了保护你们，也为了保护我们。不过，我们了解、这也许让你感到挫折，所以我们真的抱歉。

关于这两位蒙受神恩(charismatic)的人物，我们可以说，他们受到灵感激励并激励别人；灵感以两种基本的方式来进入一个所谓的管道、先知、或蒙受神恩者的能量系统和身体系统。

第一种方式是一种好比约瑟夫[7]实体经历过的现象。这个实体经历了什么？关于他实际上说了什么、和他的经历是什么，我们无法评论。但是，我们能够评论一种普遍的倾向，也就是实体们在经历诸如 UFO 或外星接触的事物时，倾向于以一种跟他们的基本期待相符的方式来体验这种经历。在和 UFO 或外星实体的接触中，就正面的接触而言，一个实体所看到的从来都不是表面的样子。它是一种思想建构（thought construct）；这个思想建构能够容纳新想法，但新想法必须参考一个实体既有的信仰系统和它对这种神圣会面的期待，否则新想法就无法加入。

蒙受神恩者或先知实体收到灵感的另一种方式来自纯粹的辛勤工作：意识中的工作、冥想中的工作、祈祷、质疑、绝望以及所有人类经验的精炼火焰中丰富的情感资源。在史威登堡实体的例子中，这正是他打开灵感之源泉的途径。这个实体在很长一段时间中所完成的工作、并未使这个实体倾向于收到一个象征、进入这个象征，然后打开一个神话或原型的系统。该实体直接进入自己的心中，因此他产出了一份更干净、更少偏见或更少被染色的资料。这个实体只是简单地汲取了他对自己周围世界所具有的、百科全书似的丰富知识，这些知识是他从数十年的学者生涯和服务他人的过程中所获得的。

有些人对约瑟夫实体创造的神话系统的作品有远远更多的共鸣，另一些人则在史威登堡实体灵感式的作品中、找到点亮他们内在的灵性火焰之燃料。每一个由受到灵感激发的人类所创造的任何系统、都拥有它的道理，包括正面的资讯和所谓的负面资讯。寻求者以这个资讯做了什么事、那是一个实现的支点、创造出该系统的美好或拙劣。

一如既往，我们鼓励 D 实体去阅读这种被灵感激励的实体[属于某个团体]所创造

的文字作品，进入它去寻找共鸣。如果它和 D 实体有共鸣，那么它对 D 实体就是有益处的；如果在阅读这种文字、了解其后果的过程中，在他自己的反应中没有真正的连结，那么我们会建议 D 实体放下它。

我们的另一个要点是单纯地提醒 D 实体，围绕一个被灵感激励的实体所形成的团体，和那个被灵感激励的实体的原创工作并不是相同的事物。要想确定一个系统是否值得研究，不要去查看该团体，而要查看那个被灵感激励的人向造物者和宇宙造物奉献的独特服务之中心。

现在有进一步的询问吗？我们是 Q'uo。

G： Q'uo，催化剂、成长、自我理解，那些你曾描述为的「主食」，的确如你说过的：冗长，而且我感觉它是无尽地丰盛，甚至有点美味。感觉上好像我在摄取与消化这顿主食上已经勤奋地工作很长一段时间了，我不禁期待并热望餐后甜点，我不禁想问、你是否知道它在哪里？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。我们对 G 实体说：我们感到惊讶，该实体竟会错过他已享用过的餐后甜点。

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

G： Q'uo，你可否定义「错过」，请？

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟。当我们说你已错过餐后甜点，我们单纯地意指你已享用了它，却没有觉察到它的丰富与甜美。我们对 G 实体担保，在一路上、每

个休息站都有甜点。我的兄弟，太阳升起，太阳落下；正如追随阿拉(Allah)的人们在斋月中，白天禁食，当太阳落下时、盛宴开始。同样地，在你的经验中也有可口美妙的盛宴，其中充满各式甜点。

因为盛宴本身的过度刺激，有时候一个人会失去对甜度的觉察。许多时候，对一个人有意义同时又令人烦扰困窘的事情如此之多，它们完全占据了一个人所有的注意力，使他错过了那些被加在边缘上的甜点。我们鼓励 G 实体沉思，在试图加快灵性成长步伐的快车道上、度过的人生中，这种类似的禁食与盛宴。借用这个器皿的说法，步伐快得令人惊愕，眼泪似乎淹没了喜悦。我们鼓励 G 实体去想想，什么是真实的存在，相对地，什么是感知到的事物。

在开放的心中有道永恒不歇的餐后甜点。

我们可否进一步回答你，我的兄弟。

G：我很抱歉在这点上唠叨甚久，我对每个在场的人道歉，但我想再从另一个角度尝试一下这个问题。在这个特定的比喻中，餐后甜点对我的意义以女孩的方式体现出来。我理解那种与造物者合一的甜点以及所有来自灵性寻求、知晓、接纳自我的奖励。你能否稍微预言一下，或告诉我一点关于这道我倾心已久的特殊甜点？我就此打住，非常感谢你们， Q'uo。

我们是 Q'uo 群体，觉察你的询问，我的兄弟。我们不能为你预言什么，但我们会指出这一点：对于那些容易被取悦的人们，甜点以同伴的形态具体呈现出来是非常容易的；但它就像一道中华甜点，无法维持很久，一个小时之后你又饿了！你寻求一道深厚与终生的甜点。我的兄弟，你以为选择这样的甜点有多容易？你

该如何准备与一个实体并肩同行，她进入你内心的最深处、满足你，不是一天或一周，而是直到永恒?

容我们问，此时是否有最后一个询问?

T:　Q'uo，我想问关于约柜(Ark of the Covenant)的事，它是一个纯粹的神话吗?或者，如果这个物体真的存在，它的功能是什么?

我们是 Q'uo 群体，关于你的询问，我们只能说一点点，我的兄弟。因为它一部分是神话，一部分是确实存在的遗物（relic），它被设计来容纳力量。做为一个具有蜕变力的器物[8]，容我们说，它被摩西 (Moses)实体凭借他的灵性本质呼唤出来，然后为他所拥有。它曾是一个确实存在的、有体积的、人间的物体，它曾被四处运送，置放在各个神庙中，也曾被埋葬。然而，它的实相是神话的；做为一个遗物，它只是尘土。在它的辉煌期与它当时的地位上，它曾经对于特定的人群有过特定的意义。正如金字塔，就我们的意见，那是个不再有用的形状。所以，我们请你将这个象征从它的建构移开，并且看到，当一个人接受他的律法、生活的规范，或者，比如游侠(团体)最近所做的，发展一套道德准则的时候，他会把它放在一个特定的结构中，然后将该结构投影出去，进入这个世界；但它仅仅是在某个时期、某个地方、对于某个团体而言的一个珍贵焦点。

我们可否进一步回答你，我的兄弟?

T：不了，感谢你们，Q'uo。一如既往，你们帮助我看见更大的景色。

我们也感谢你，我的兄弟；我们感谢每一位在今天发出询问、在这个圈子中分享

能量的实体。我们感到如此蒙福，能够同你们分享这个能量，分享这个由你们开放的心轮构成的神圣空间，并对每个发问的实体讲话。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。
Adonai。 Adonai。

原注:
[1] 来自 http://orwell.ru/library/articles/As_I_Please/Don_Quixote-Id：「帕布罗·毕卡索绘制的唐吉诃德、是在各式图画呈现赛凡提斯的美妙人物当中、最受欢迎的作品，完成于 1955 年，为法国文学期刊#581 号所制作。」

[2] 毕卡索的这幅唐吉诃德画作，从 1964 年起就放在 Carla 的书桌上。Don 与 Carla 在 1970 年形成正式合作关系时，将其命名为爱/光研究中心(L/L Research)，并用这幅唐吉诃德画作做为该团体的标志。他们在 1976 年首次以这个名字出版的作品是<飞碟的秘密>(Secrets of the UFO)。1980 年, Jim McCarty、Don Elkins 和 Carla 将 Jim 在 1977 年成立的非盈利基金会[岩溪研究与发展实验室]与他们的合作关系合并，形成一个公共基金会。这个正式名称为岩溪 R&D 实验室的团体和组织，选择了爱/光研究中心的出版名字做为从事商务活动的品牌名称，自此他们做生意一直都用爱/光研究中心的名字来进行。

[3] 标记系统(notational system)的定义是：由象征符号构成的一个技术性系统，用来代表某些特别的事物。

[4] supine：「背部朝下或脸部朝上躺着」；第二个意思：「明显的暮气、消极、该骂的漠然。」

[5]

[6](编辑注：一的法则封面的十字，上面倒转滴水下面 T)

[7] Joseph Smith 是一个通灵的管道或作者，他的通灵资料发展成了《摩门之书》。在他经历的故事中涉及到一种与外星实体(ET)的接触，摩门教就是基于这个故事以及他的通灵作品成立的。

[8] transformational apport：降灵术士在降灵会中、据说是透过超自然的手段、产出的物体。

Translated by cT. & TS.

(V) 2017 Reviewed by Sunny, TS, & cT.

☆ 第 2618 章集：一的法则是不是唯一的 ？

[特别讨论]

2017 年一月 5 日

本月第一次台北< 一法>读书会，米米问了一个有意思的问题。

该问题基于以下两段节录[来自 一的法则]:

3.10 … 那些和 一的法则共振的实体寻求 永恒的法则。

22.27 … 只有一个法则，就是 一的法则，其他所谓的法则都是 一的法则之变貌…

一的法则不具有多重性.

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

***

[Jim 的来函]

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

感谢你的问题。在爱与光中，Jim

***

[Gary 的来函]

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

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

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

其他法则或许是 一的法则之变貌，有些是原初的变貌。

或许，当第六密度社会记忆复合体首次学会、真正地理解 一的法则，但是，为了不管什么原因，该社会记忆复合体在下一个密度学到另一个原初变貌、属于一的法则。或许， 永恒的法则就帮助这些实体真切地成为 一的法则、藉由最终释放所有个人的身分/记忆/历史等等的残迹达成。

这只是我粗糙的猜测。

Jim，你的回答是什么？

怀着爱/光，
GLB

***

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

(V) 2017 Translated by cT.

★爱与光图书馆选集 第 27 辑

☆ 第 2701 章集：不理解是必须的

Published by Bring4th_ Jim (一法的书配员) on April 17, 2017 12:46pm.

我做了早晨的奉献，然后准备好自己迎接这一天。

今天的引文来自 Ra 资料的 16.39- 16.40：
16.39 发问者：我现在假设一个人不必须理解 一的法则、就能从第三前往第四密度.这是否正确?

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

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

RA：我是 Ra，这是正确的.

***

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

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

在我们的显意识与潜意识心智之间有着遗忘的罩纱，所以，我们有意识地不觉察实相的真实本质：即我们活在合一的宇宙造物中、它是由光制成、凭借爱的大能。即使当我们获致这个领悟，这些话语和概念仅仅是它们描述的影子。

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

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

(V) 2017 Translated by c.T.

☆ 第 2702 章集：正负两面的指引

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想

2005 年三月 6 日

团体问题：今天的问题与指引(guidance*)有关。人们如何感知到指引，如何变得能够察觉到他们的指引呢？更具体地讲，我们想了解，那些做了诸如杀人、操纵或虐待他人等等的人、我们会认为他们做了相当邪恶的事情，他们是怎样感知到指引呢？是该指引变坏，还是一个人在感知指引的方式上有问题呢？你们能在指

引的主题上给我们一些信息吗，请?

(*编注：也有人翻译为指导灵；但原文的意思可能更为广泛)

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中，在为祂的服务之中向你们致意。请容我们向你们每一位表达我们对于你们创造了这个寻求圈子的感谢，并且向你们表达：能够有机会通过这个器皿，在指引的主题上，包括正面与负面的面向，分享我们的想法，是怎样一种荣幸和喜悦呀。

这是一个很大的主题，我们仅仅希望在这次工作会议上开一个头。但是我们极其感激你们提供能量和问题，来创造一种我们全体和你们共享的能量。我们将这能量献给造物者。在贯穿这次集会的过程中以及当你考虑这次集会的时候，我们仅仅请求你们，在检查你们对我们所分享的想法有何感受的时候，使用绝对的诚实。你的分辨力是无价的。除了你之外，没有任何其他人能够知晓什么事情适合于你。如果在我们今天分享的想法中，有让你感到困惑、或者以任何方式与你没有共鸣的想法，请扔掉它们。放下它们、将它们留在后面，因为他们不是你进程的一部分。如果你们愿意帮我们这个忙，它将帮助我们感觉到放心，我们可以在不以任何方式损伤你们的自由意志、或者伤害你们内在灵性演化进程的神圣性的情况下，分享我们的想法。

你们今天询问关于指引的问题。我们发现，如果我们在开始谈论指引本身之前不做一定的讨论，我们就没有任何可以去依靠的事物：没有结构来承载我们、承载我们想要谈论的概念。因此，我们将从那个问题后退足够长的距离，以便于分享我们是怎样看待你们生命的一些想法。

我们将你们视为将双脚坚定地根植在两个世界中的实体，如这个器皿最近说过

的。从你的出生开始，在贯穿整个投生的过程中，你牢固且坚定地寄居在一个幻象世界[这个器皿称之为第三密度]中。它实际上是一个共识性实相。在这个世界中，你遇见一些人，建立人际关系，为自己和你的家庭谋生，在一次充满选择的生命中找到价值、意义、方向。在进入到此生之后，你受到一种文化导向的形成性洗礼；你的父母教导你怎样去考虑你所面对的现实；基于由父母、老师和其他权威人物给予你的不正确信息，你形成了各种偏见。由于在你过于无助、而无法为自己防守所经验的痛苦，你在自己心里创造出偏见；当痛苦太多以致于无法忍受之际，你会创造出一袋袋的痛苦，将它们埋在好时光、学校作业、成长过程的下面。在你到达你们文化所称的成年期时，你已经在内心拥有了一套偏见，它们为你创造出对这个共识性实相多少有些染色和扭曲的看法。这就是你们每个人所拥有的开始。从这里起步，你开始进行一场重大的冒险，从共识性实相和它极其有限的选择和想法，移进一个更大的世界，一个非局部的世界、一个该器皿所称的形而上的世界、或时间/空间的世界。你就是从这个世界进入此生的；你在出生的时候同意忘记的，也正是这个世界，这样你就能够带?绝对的自由选择，单单凭靠渴望来找到你进入那个被松散地称为真理的道路。

现在让我们查看一下这个情景。这次旅程中你所拥有的帮助是你更大的自我，它包括了造物者和一切万有。藉由你在空间/时间的多次旅行中、迄今为止所经历的所有密度的许许多多体验，你已经探索过元素的能量、植物王国、动物王国。你最终来到了承载?非局部意识的动物世界，这就是在第三密度、或者在共识性实相之中。这不是说你是分裂的，或者撕裂自己跟自己作对，而是说你的自我表面是由一个生物电脑的体验创造出来的。这个生物电脑就是你的大脑，那些体验就是每一个触动了你、尤其是伤害了你的体验，你的大脑在处理那些经验时、会设法让你从中幸存下来。你记得好的时光，你记得困难的时光，你记得你曾作出的选择和那些看起来对你有用处的事情;你找到了保护自己、守卫自己、帮助自己变

得舒适和快乐的方式；你用那种这个器皿所描述的类人猿意识做了所有这些工作。有很多本能性的行为来帮助你聚焦你的能量，使生命体验起来会是一件令人舒适的事情。

在同时间，当你变得有足够能力和你第三密度的身体一同工作、作出选择、过生活的时候，或早或晚、突然或逐渐地，你开始觉察到那个相互贯穿、包围着共识性实相的更大宇宙。

在一个人的孩童时期，会有很多由权威人物作出尝试，去引起一个正在成长中的生命对信仰的兴趣。一个寻求者进入灵性之更大实相的最初尝试，经常是经由宗教机构提供的。有时候，比如这个器皿的情况，寻求者得到的导向实际上是进入灵性的一个有效入口、一个机会，让一个诸如器皿这类的人在信心中活出生命，永远不离开一个教区教堂的舒适范围，但有天使和天使长陪伴的荣耀。这个器皿的情况就是如此。她没有将手伸向远处来获得她的指引系统，因为她的指引系统是由她儿时就认识的朋友耶稣设置的：这个指引系统被知晓为圣灵；对于大多数人、这仅仅是个词语，而对于这个器皿，圣灵是一个活的存有，她称呼这个存有为荷莉(Holly)，每天都与祂谈话。

大多数真正深入追寻的实体无法满足于平常的事物，因它们不会填满内心的空白

非常不满，这类事情没有一个有用。所以，寻求者开始了一次旅程，而他并不知道要前往何方。他所知道的只是，他正在寻求去填满内心的空白。寻求者并不知晓，他早已处于那个他如此渴望去知晓的更大宇宙之中。在寻求者看来，这个更大的宇宙似乎完全是外在的、需要去探寻的；然而，那个模式既不是我们想要给你们的，也不是我们要求你们使用的工作模式，以此尝试去澄清并精炼你与自己

的指引之联系。我们想要向你们提供的、毋宁是这样一个图像：作为一个生命，你早已于内在的神圣空间之内休息，所以，学习的过程实际上是一个恢复或记起你是谁的过程。

那么，在投生之前，你为自己创造了一些将对你有益处的事情。你创造了一些关系来测试你、考验你、教你如何在不期待任何回报的情况下去服务；你创造了一些方法使你能够用某种外在的方式，对你周围的人提供某种服务。

『我如何帮忙？我如何服务？我能够爱谁？我将会学会什么？』

带?这样的问题去查看每一天，这是一场要在信心中经历的美妙探索。

你不是凭空提出这些问题的;你在自心的神圣空间之内提出这些问题。

我们向这个器皿提供事物时，用的是一种非常小心的方式。这个器皿将自己像电台一样为联系我们而调音，调频到她最高、最佳的自我。当她到达那儿的时候，尽管知道她是不相称的，但她不顾一切地请求有所服务，她用一种整体的、全然的完整性，把自己奉献给她所知道的最高、最佳的能量。在这个器皿的情况中，她请求耶稣·基督的能量，很多人会称之为基督意识，这个器皿有时候会更喜欢称之为无条之爱；她请求她能用无条件之爱的一种稳定方式所能承载的最高、最佳的通讯。接下来，她在自己周围聚集一个团体，这样她就不用独自承担这个通讯，毋宁说，只是作为这个团体的焦点和能量的转译者，将能量从一个密度或层面转到另一个密度或层面，容我们说。这是一个相当复杂的实践，接着准备好收集有极性的、所以是有力量的信息。她选择去附挂或连结到这个目标，以便于她和这种能量、这种她所寻求的源泉，可以汇聚起来创造一些文字，她希望这样的

文字可以启发与告知(讯息)。在这项工作中涉及风险，这种风险是收到一些没有帮助的、非正面的、制造恐惧与焦虑而非和谐、希望、社群性的信息。

当一个实体独自寻求指引的时候，没有这样的风险。关于这一点，在你们的共识性实相中、多种来源所提供的指示都很清楚。总的建议是：进入内在，进入祈祷的内在房间，将自己关在密室中、聆听静默。你看，指引实际上不会以言语形式出现。这个器皿并没有从我们这里接收直接的指引；这个器皿是在转译那些概念，它们可能在你进程中拥有某种治愈或帮助成长的力量。在聆听内在的指引时，你接收的也是概念性真理。因此，感觉到他们已经收到指引的实体，经常不通过语言的方式，而是通过顿悟或领悟的方式，将这种指导表达出来。这种真理的内容，要比语言所能容纳的、远远大得多。进入静默，首先是让自我停止说话，将自我与忙碌的心智或这个器皿所称的第三密度思想的猴子心智分开。

现在，你们这个圈子中的每一个人，都多次体验过从局部、线性的想法移入想象的美妙转变。各种连接开始变得松散，它们滑过行为准则和思考方式，在不大可能之处找到友好的结构；一个人开始在空中创造城堡，不知怎的、开始拥有从侧面出现的精彩想法的高塔。这是指引的最初等形态。当你最终能够摆脱逻辑推理，由推论上升到想象力的时候，那么，你就已经准备好来注视你更大的自我。当你坐在无念（no-thought）的静默当中之际，当你放松进入那个由静默在你内在之中建立的神圣空间的时候，你的身体就能够放松、释放它对你更深意识令人难以置信的顽固束缚。在一个人简单坐下来休息时，身体会发生变化：血压降低、脉搏减缓、脑波事实上会起变化，整个身体系统都会发生化学变化。你终于可以更深地呼吸，开始释放自己、进入你根本的寻求。你终于可以开始提出那些对于言语来说、过于深入的问题。

对于大多数实体，当你们进入静默之中、首先会发生的事情是：所有那些你不想要去看的事情，或那些你因为没有时间而放在一边的事情，都会跳出来让你查看。不要抗拒这些进入表面想法的短暂访问，因为它们恰恰是你潜意识的最高部分所关注的材料。像欢迎客人一样、欢迎其中的每一位，而不用对这位客人将会停留多久有任何的顾虑。跟客人坐在一起，聆听并观察；这是某种在你的能量体中卡住的事物，让它畅通吧，但不要跟随它。允许它表达，允许它升起，允许它再次落下。如果你只是一个静默冥想的入门者，这个过程可能是你在数个月的时间中所能做的一切，而这完全是可接受的，那是最了不起的进展。逐渐地，你开始能够移动到更深入的位置，因为你已经开始清理你的能量体；那些最让你感到困扰的阻碍与扭曲、那些对流向你开放之心的能量最具限制性的事物，它们将被你释放、平衡、被你所爱、被你接纳。

你知道你有多么不接纳自己吗？你只需要进入冥想，就可以发现那点。让那些萦绕着你的幽灵来探访你吧，它们无法伤害你，你是安全的。允许它们出现，开始看待那些幽灵及其代表的阴影为有价值的、光荣的、值得被爱、被接纳、被拥抱的事物。这是一个强有力的过程，容我们说，在我们看来，对它不能仓促行事，不能?急。在你灵里的生命中，它有自己的韵律。再一次地，当你坚持日复一日地做那个允许你了解自己的锻练之际，你也在清扫道路，去取得对你之所是的、益发深入的理解。

你们每一个人来投生时，都很聚焦在学习与服务上头；然而，在你穿过投生的面纱之后，你忘记了那种焦点。因此，在你的生命中，你不是藉由死记硬背而学习，不是藉由记住某个老师或权威人物给你的课程而学习，而是藉由你所拥有的每一个想法、你能够辨认出的每一个愿望而学习。在地球精炼厂中，由你来决定要去精炼什么，要去追寻什么，要将什么事物从你自己的潜意识材料宝库中提取

出来，以及如何去从那些材料中开采出它所包含的宝石。就是以这个模型、我们藉此来和你们谈论指引。

你在被支持、支撑的情况下进入此生，不会有任何被抛弃或被孤立的可能性，带着一个非常稳固、强健的指引系统。如何创造出一个结构，使得你作为一个人能用它舒适地接收指引，完全取决于你自己。在某种程度上，你可以阅读宗教、哲学、神话、原型等资料，因为每种文化都拥有描述和建构指引的方式。例如，对于本土美洲人来说，每一种动物都在指引中扮演一个角色；因此，你遇到的每一种动物都是一个信使。有些指引系统采用卓越的人作为古鲁（guru），这些古鲁能够聚焦于灵性，使领悟降临到那些忠于古鲁的学生身上。有些宗教体系要求一个人跟随特定的大师，好比耶稣实体、佛陀实体，或安拉实体及其先知。有几乎无限多的方式可用以开启对指引的察觉。

一般而言，我们会说，你必须跟随最大共鸣的途径。如果一个大师对你有如此强烈的共鸣，以致于你想望跟随那位大师的脚步，那么，你将走上一条通向指引的特定道路。如果你发现你更喜欢跟随各种巧合的链条，跟随那些日复一日对你说话的事物，那么生活本身就变成了指引的信使。在很多情况中，藉由开始纪录梦境或冥想之后的想法的简单训练，一个人就能接通爱与支持的网络。那个爱与支持的网络全方位环绕着你，带?最大的热情与喜悦、等待被听到的机会；我们把这个网络及其特性描述为一种正面的、或具有服务他人特性的指引。

你还问到了其特性是服务自我或负面的指引，好比希特勒实体和其他明显在服务自我的实体的指引系统；这些实体对于帮助他人没有兴趣，却对控制他人感兴趣。在该指引所来自的[时间/空间]密度之内，正面和负面的途径是分开的。一个在第四或第五密度中的实体，已经作出服务他人或服务自我的选择。作为一个正

面人灵，你从更大的自我接收指引，它位于的密度比你所在的空间/时间密度更高；你正在往回接收信息、那是你穿过一个又一个的课程、一次又一次的服务、一个接着一个密度所赢得的信息。

当你收到负面指引的时候，它并非是提前安排好的，也不是在投生前就计画好的；相反地，它有着掠夺者及其猎物的特色。因为一个服务自我的实体，之所以想望成为一个第三密度实体的负面指引，实际上是想要控制力量的来源，确保那种力量不会转向光明，而是转向黑暗。

这些实体被这个器皿描绘为本质上是吸血鬼的实体，它们想进食你的爱、接着把爱转变为恐惧。它们进入你觉知系统的途径，与那些被深深埋藏的痛苦空间有关；这些痛苦通常在幼年时期就被根植，但也有可能在较近的时候、在成年期才被根植。通常，一个实体心灵中最深的痛苦与苦难区域，就是那些自幼年就被埋藏并掩盖得很好的事物。举个例子，如果你有涉及愤怒的扭曲，这类的实体就能在你内在深处找到一个栖息之处。如果这类实体对于你感兴趣，那是因为你已经开始寻求光并因此极化、而且开始在此生中累积力量，你就会吸引这类实体的注意力。它们将会彻底检查你的，容我们说，光之盔甲，并彻底检查你的能量体来寻找隐藏的痛苦区域；这些痛苦的区域不被显意识的心智所知晓或接纳、不被显意识的心所珍爱。这种实体将进入这个区域并栖息下来，等待机会来制造恐惧、痛苦、分裂等等。

对于这样的致意，每一个实体都以自己的方式显得很脆弱。它就像一个复杂难解的中华拼图（Chinese puzzle）游戏，因为这样的致意越被抵抗，它就会变得越强壮。如果希特勒实体那时能够转过身来面对他内在的痛苦，这个实体就不会有能力去蒙骗他自己；因为这个实体真的相信，藉由将不如他的种族完美的那些人排

除出去，他不仅在协助自己，还在协助他深深认同的整个种族。构建这样的偏见其实就是越来越深地陷入恐惧与排斥中。当你在自己生活中看到分裂性的能量，它们评判、排斥、创造精英感觉或觉得一个实体或团体比另一个更好，你就可以轻易地指出罪魁祸首：你已经被吸血鬼的能量诱骗，转入了你自己的某个部分、光在其中尚未被发展。

当你感知到这情况的时候，始终可以选择如何去跟该情况打交道。如果你因为进入到这种思想配置而排斥并评判自己，那么你就在增加那些分裂的能量，并更加远离那种你理解为正面的爱；你仍旧致力于爱，但是那种爱已经被扭曲为恐惧和那些攻击、防守、制造障碍的负面情绪。

返回来凝视自我，你可以看到，重点始终归结于当下此刻：这里就是选择的时刻，这里就是所谓的光明与黑暗的竞技场。你会爱你所看到的事物，还是会排斥它呢？所有的极性和所有你通向指引的入口，都依赖于你在这一刻的决定：去拥抱、包容、去爱，或是去拒绝、排除、恐惧呢？在这里，信心、恩典、希望之类的词语，被视为具有极大的美丽、力量和真理的实体。在你了解到你必须请求帮助的时刻，你已经开始接收那种帮助了。如同吸入和呼出一样，它是反射性的。要知道，在你寻求真理的时候，你永远不是孤单的。要知道，那些爱你并只想望支持你的实体陪伴?你。

如何存取你的指引呢？这儿有多少人，就会有多少(存取指引的)方式。我们将乐于探索你想要问的任何一个方式。简单地知晓你之所是，就是一场伟大探险的开始。容我们说，在任何时刻、当你想望我们帮助你冥想，只要你简单地在心里请求我们在场，我们就会乐于加入你。除了我们的爱之外，我们没有任何可以添加的事物；那爱如同一种载波，会让你能够稍稍更加顺畅、更加深入地冥想。我们

很高兴提供那种爱，对于能为你们服务感到极其感激。我们感谢你们每一个向我们提问的人；在一个较大团体冥想之际，我们感谢每一个能够感觉到那种从底层加固的稳定性的成员。确信你拥有一个延伸的大家庭，它由这个器皿称为的天使与存有们组成，祂们已经和你一同工作过，一直都待在你周围，从你的上下左右每一边来支持你；你们在一个爱之网当中歇息。

在我们离开这个器皿之前，我们现在请问，是否有任何询问，我们感谢你们每一位、允许我们回应这样一个优秀的问题。我们是 Q'uo。

Jim：我有一个来自于芬兰的 K 的问题，Q'uo。她问道:『去年，在 2004 年的九月中旬之后，行星地球有非同寻常的、大量来自或远或近的外星访客吗？在我们行星周围发生了甚么特别的事情，可能引发对我们的这种强烈兴趣？』

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们不会具体地回答这个问题，然而我们想要做出一般的评论。当你们的行星球体以及的确，它在其中休息、跳舞的整个太阳系，抵达这个特殊的、行星地球上[这个器皿称为的]第三密度的终点日期之际，已经出现重复的、难以置信的能量波，并且还会持续地出现，它们冲刷?你们的行星球体和相连接的内在层面。它们是正在离去和正在到来的事物的浪潮。彷佛黑夜正在落幕，黎明正在破晓，而在两者之间，如这个器皿会说的：

『凯蒂，把门闩上！』（ Katy, bar the door*）。
(*编注：这句话可能源自苏格兰，意思是要防范可能来临的危险或威胁)

再次地，这是一个拥挤的宇宙。

现在让我们简短地聚焦于第三密度和第四密度之间的连接。在试图从第三密度毕业到第四密度的过程中，这个行星球体(的人群)如此频繁地重复了一个单独的错误，以致于它在很长一段时间中都无法取得该星球的完整毕业，这个时间远比大多数行星球体所经历的要长得多。这个事件的极端性与不同寻常性，创造了这个器皿所称的一条时间旁轨或转轨。这辆列车、装载行星地球上的所有人、已经在某种程度驶上一条旁轨，直到它能够在爱中把自己带回来为止，然而，它却反复不断地将自己带到恐惧中。这并非不同寻常，如果考虑到我们看到地球人曾以战争破坏了星球表面，如同火星人所做的那样，或者，如亚特兰蒂斯人曾做的事，以误导的水晶能量破坏了大陆。因此，这个星球的人群倾向于缠绕在恐惧之中，然后引发一种负面能量的爆发：通常被视为战争。这种模式通过一个接一个的帝国不断地自我重复;现在，那些在过去就已经属于这种模式的人们，几乎已经做完了他们所能做的一切，来召集这个器皿称为的末日审判（Armageddon）或诸神之黄昏（Gotterdammerung）。

他们已经失败了。我们相信这就是我们现在看到的情况。虽然如此，这个器皿所称的恶龙的尾巴依然强劲有力地扑打。直到大约五年前[我们给了该器皿这个数字]，可能性/或然率的漩涡仍然显示，这个模式将会再次重复。然而，足够的正面能量已经开始在行星地球上的人群内心聚集，以致于在你们的二十世纪结束之前，那个预期的、非常有可能发生的地极转移被避免了。当你们的星球穿过它进入第四密度的分娩过程的时候，眼下正在发生的是，以不会毁掉这个星球的各种方式，小心地释放被这个星球所收集的负面能量。因此，如我们先前说过的，你们可以看到海啸、地震、飓风，它们是可怕的，但不会粉碎地球(Earth-shattering)，我们是从字面意义这样说的。爱已经转变了你们的可能性，现在你们凝视的是一个纯正的可能性：把这个星球带入一张真实的爱之网。

我的朋友们，你们有多少需要平衡的事物啊！这是一个巨大的惊人挑战。但是，在行星地球上、人们的心正带?一种要彼此相爱的巨大渴望开始苏醒，这就是此刻对你的呼唤。就是为了这个原因，你来到这次的投生。我们对你们说：彼此相爱。正面和负面的能量波都将继续影响你们的星球。每个你永远不想再次看到的幽灵，都将直接与你面对面；如果你非常幸运的话，那个幽灵将透过一面诚实而有爱的镜子向你展现出来，那是你所能够期望的最好情况。因为，为了让你成为一个真正有爱的人，你需要去拥抱这些能量，将这些幽灵接纳为自己的一部分，并且整合你的人格、越来越多地转变为鲜活神性意识的一部分。

愿你们在这些(新世界)诞生的能量中进展良好，成为第四密度的先锋。

现在有另一个询问吗？

（暂停）

我们是 Q'uo，我们发现我们已经暂时耗尽了在这个寻求圈子中的各种问题。我们再次对你们说，能和你们在一起分享我们谦卑的想法，这是怎样一种荣幸和快乐呀。如果我们的想法困扰你们，容我们再次请你们毫不犹豫地丢弃它们。你们的存在和寻求之美使我们谦卑，并且打开了我们的心。感谢你们，感谢你们每一位。我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们找到你们时一样。

Adonai。Adonai。

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

———————————————

☆ 第 2703 章集：活出更大的我

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想

2005 年二月 24 日

来自 A 的问题：我如何才能看穿这个非常有说服力的物质性密度呢？我曾经体验过基督意识；处在那样一种赐福之中的时候，真的实相毫无疑地覆盖了这一个(幻象)。我的难题是如何更经常地存取那种意识状态，以致于能在那种状态中活在这个世界上。我非常觉察地球上的巨大转换与变化，相当强烈地感觉到它们，像是地震一般。在我和一些人共同工作的时候，我也体验过发生在他们身上的、奇迹的细胞疗愈。我急切地要把我的意识定位在那种感受敏锐的位置，以便于尽我所能地发光。我想要更多地理解生物体如何与更高的次元相互接合。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中、我们今天来到你们中间。容我们说，能被这样一个团体呼唤，能在一个寻求的圈子中被询问这样的问题，这是怎样一种荣幸和快乐呀。它更多地是一种我们无法言喻的祝福。正是为了能够提供这样的交流，我们此刻留在你们星球的内层空间中。与 A 实体一同工作的机会是一种极大的祝福。能够和这个圈子里的每一个人一同工作、也是一种极大的祝福。

为了让我们能够保护这次交流并在分享我们的意见时感觉完全自由，我们会请求这个圈子里的每个人一件事情，那就是去最大程度地应用你自己的分辨性力量，因为只有你才能够知晓，我们所说的想法中、哪些可能会有帮助。如果在我们的讨论中、有什么内容与你没有共鸣，我们请你们毫不犹豫地丢下它，因为我们不

想望成为你们面前的一块绊脚石。在你极其独立和完整地工作自我的灵性发展

之际，我们只想望成为你的一个资源。我们感谢你们以这种方式来适应我们。

我们会对 A 实体说，你的问题深深地打动了我们。体验你带到这次集会的能量，让我们极大地敞开了心房。我们很受鼓舞地感觉到你真实与真正的自我之确定性与完整性，并且发现你已经将如此多的真实自我收集到你的人格外壳之中，以致于它必定地偶尔为收到这种真实性而感到战栗。容我们说，意识的核心性质就是如此，必须耐心地、反复不断地对物质性身体和能量体[在某种程度上]施加工作以适应自我感知的成长。当真实的、精要的自我在拥挤的意识之内变成一个更加清晰的声音之际，增加该实体对自我的耐心是特别有益的。因为你看，意识中完成的工作越多，寻求者就愈加清楚地了解到：完成的事情极少，还有大量需要做的事情。随?工作在这个领域向前推进，对于那个缺乏自我完整性的意识之描绘会变得更鲜明、而非更模糊。

当服务被献给太一无限造物者的时候，就开始建立一种同步性的韵律：问题被提出并得到回答，藉由鸟儿、野兽、或者风、雨、或者大地、火焰、或者一个路标、一次偶然的对话、或者在收音机中听到的一首歌。信息开始从每一个树篱、每一首歌和每一个事件中迸发出来。再次地，随?这种韵律的强化，一个人必须请求自己对于自我变得更有耐心、更宽容、更怀有慈悲。请理解到，对于投身中物质身体的要求，是让它携带意识。对于大多数在你们第三密度的幻象中工作的实体，这种意识的负担是相对轻松的；所完成的工作水平或等级在其强度上并不足以给物质或情绪身体的结构带来威胁。当经过了一段时间，一次又一次的领悟使得心智中收集到的意识不断地增加其真实性和完整性时，这个物质结构会受到压力；不仅如此，和脉轮体或能量体[这个器皿经常如此称呼它] 连接在一起的心

智和情绪的能量，也会相应地增长。这并不是说你会因为你认识的完整性有任何负担过重的危险，毋宁说，当你进行这份你计画到这里来做、而且你正在做的工作时，变得远为重要的是：要缓慢地、要有无限的耐心和大量灵性的轻松，带?一种幽默感来看待你所扮演的人类角色的服装、人们对你的感知、你对自己的感知、以及作为一个有意识的生灵、你在共识性实相的日常生活中所穿过的多层次纠结。

当你为冥想准备好自己的时候，进入那扇门、在过那扇门的微小细节中找到光。

（听不见）
正如你说过的，当你开始察觉到一个更大实相的覆盖时，你所做的是穿过一个被狮子[如宗教和神话图像所说的]守卫的入口。这些守护者就在那里，为了在你进入那个神圣空间的时候保护你，也在你过早地闯入时、保护那个神圣的空间。

你跟这些大门守护者之间已经没有困难了，但是，我们想望你去了解，我们之所以鼓励你始终要花时间并享受为了意识中工作而做的准备，这是为了让你在任何时候都和这些守护者完全协调一致，这样它们就不仅会允许你进入开放之心的神圣空间，它们还将[真的如这个器皿会说的] 看住你的背后、向你提供它们的爱、光、保护，于是没有任何致命错误可以跨过那个神圣的门槛、进入你的心之圣殿。

（听不见）
进入开放之心是什么意思呢？在共识性实相、外在世界中，当一个人说『我』的时候，它被理解为，那个人指的是他的人格，是那个似乎通过你所居住的身体四处移动并说话的『我』。A 实体非常清晰地意识到，这只是她之所是的『我』的

一个表面且不完整的版本。的确，我的姐妹，你的询问极大地关系着如何和那个『我』、即你内在的意识、变得越来越融洽。因为意识是神性原则的一部分，不是个人性的『我』；它必然涉及你人格外壳的大量细节，这一点正是我们也许可以与你分享的东西，以此来帮助你理解你的内部正在发生什么。因为你正在丢下并放开的事物，也许比你在表面意识之中察觉到的更多。再次地，这不仅对于你个人是一个优秀的过程，而且当这个过程于你的内在进行的时候，还会协助这个行星的能量、并协助该行星自身进入对它自己、对它演化中的意识的一种新的认识。因为你不是开放之心的圣殿中的一个自我孤岛；你越来越多地成为了海洋的一部分，那海洋以它无边际且无限的方式表达并包含了一切万有。

在你的内在和你的周围，你拥有很多的帮手。这些帮手中有一些属于你自己的指引系统，有一些由于你在意识中做的工作、你向周围人所提供的服务[为他人、和他人一起做的能量工作]而被吸引到你身边。再次地，虽然所有这些实体、能量、菁华完全地觉察你的想法，然而，为了让这个包围?你、帮助你的爱之网络中所牵涉的关系变得更加平坦流畅，当你进入调音过程时、当你进入工作过程中可能会去做的挑战时，简言之、当你注意到内在过程中的各种细节，值得在自己心里对你的意图有一个清晰的认识。这些事情需要私下独自进行，我们仅仅会鼓励你尊重并荣耀你的感觉、预感，和你拥有的每一个感觉上的刺痛，无论这些感觉是怎样地不正确或似乎毫无根据。在你自己内心知晓并相信，你得到的所有这些感觉，都是为了让你注意到每一个细微差别，清理每一点瑕疵、在任何你可能模糊地怀疑它可能存在的边缘上头清理。

你看，我的姐妹，你正在做的工作会吸引这样一些实体，它们并不可爱，也不渴求去享受或支持你的光，反而想将你从那种光中除去，或者，如果发现那么做是不可能的话，就藉由疑虑和恐惧的力量弄暗那光。不必须去防守对抗这样的能

量。当这种能量似乎进入一种你在意识中体验到的交易(transaction)时，单纯地说:『你可以聆听，但你不可以加入这圈子；你可以听见，但是不可以越线进入这个神圣空间』。去祝福、送出光并释放一切恐惧，这样就足够了，不必冲入自我防卫的行动或呼唤力量的名字。因为在你的完整性中、有一种非常合适的配置环绕着你，它拥有那些名字与力量。这不是藉由你的设计、而是藉由这个器皿所称的灵性的设计而完成。对于一个做你所做的那种工作的人，很多事情都为他准备好了。这并非只对于你才是真的，因为，如你在投生中已经体验的，有很多、很多此刻行走在这个星球表面上的实体，已经在意识中完成了惊人的工作，找到了它们的精要自我。你并没有被那个精要自我所携带的规模和力量吓到，只是想望找到正确使用那种力量、和对的服务方式，并为此献出了你从更大自我的圣殿中收集起来的每一点能量。

你询问如何将那个更大的『我』更多地带入日常生活中，这个器皿在自己的进程中(也)极其聚焦于该询问，因此我们找到了一个向你发言的非常肥沃的土地。而同时，因为这关系到这个器皿自己的自由意志，我们必须走一条小心谨慎的线路，好让我们不会侵犯这个器皿自己的进程。

让我们谈一下我们如何看待你所描述的这个情况，也就是如何尝试去将拓展了的想法（听不见）带入日常生活之中。这个器皿经常谈到，自我为一种水晶的存有，自我的能量场如同一种水晶体的能量，那种用在无线电传输中（听不见）的水晶。能量体与肉体相互渗透，它在投生中与肉体无法分开，这是经过仔细设计成为这样的。银丝带[这个器皿已经学会如此称呼它] 是那个时间/空间或形而上的连接，不过在黄色光芒脉轮和绿色光芒脉轮之间，或者说在日常生活运行的能量层次和开放之心的能量之间，拥有它的卷须。在这个水晶般的脉轮体的能量形式中，有一个非常特别的，容我们说，脊柱，各个脉轮将自身缠绕于这个脊柱

上，并在脊柱中、彼此之间处于一种动态的关联。

第一个能量三角是红色光芒、橙色光芒、黄色光芒之脉轮。在这个器皿的系统中，这些能量跟生存、人际关系，以及一个人在物质投生中一起工作的团体有关。第四个脉轮，绿光脉轮，被她知晓为心轮；对此我们会说，了解这点是重要的：在黄色光芒和绿色光芒脉轮之间，有一个我们正在向这个器皿展示的直角转弯，但这是一个从空间/时间进入时间/空间的直角，任何物质性方式都不可能描述或画出这个器皿察觉的、或者我们能通过这个器皿给予的形象。

虽然如此，如果你愿意的话，可以称它为路上的一种慢跑。为了转弯进入开放之心，这里有守卫圣殿大门的狮子的问题，可以预见的途径：无论它是一系列的步骤，或是任何亲自帮助你穿过这个程序的其他人物。有一个通向太一的纯正转弯，不可轻率或随意地完成；进一步说，好像你在向这个时间/空间通道所经过的内在层面宣称，你已经变成一个具魔法的存有。你承担了那个更大的身份，『我』、即一切万有，或基督意识[以这个器皿的说法]。你承担了无条件之爱的能量。在这种配置中，你代表了一个点;它蔓延开来、包围了你的自我和你正在与之一同做能量工作的实体，如果你正在和另一个人共同工作的话。而另一个实体也会居住在你创造出来的神圣空间中，并在这种环境中拥有机会来作出选择。这就彷佛你是金字塔中的那个点，在那个点、健康可以得到维护，或者事物可以被转化；在那个点、疗愈会发生；成长也可以发生，如果那么选择。

在魔法工作的通常形式中，这样一种人格的变更是被相当有意识地实行的；在魔法工作结束时，那个人格被同样小心且有意识地搁在一边。有些实体甚至使用实际的物体来提醒自己他们意识中的变化。有些人使用水晶，在工作之前将一颗水晶放置在胸前，在工作完成之后从胸前取下来。有些人使用一个起初就专为这项

工作制作的戒指，在魔法工作前将该戒指带在手指上，在完成工作后将它取下来。

那么，要将这种更大的『我』越来越多地带入日常生活，你所说的是如何保持一种魔法人格。虽然我们可以毫无困难地说，你有能力在某种程度上、不时地做到这一点，但我们会想要鼓励你自己的创造性进程，这样你就会越来越有能力评估，在日常普通生活中的平凡口角与障碍之中、你维持魔法人格的能力。有些时候你完全有能力做到这一点，我的姐妹。有些时候，最明智的做法是你非常有意识地、特意地将魔法人格放在一边，知晓在此刻、你的模式之内有些压力与偏见，因此不合适将那个工作带入时间/空间、或者要求大门口的狮子允许你进入你存有的中心。

这是一个判断上的问题。这在某些方面和你更喜欢去做的事情正好相反：以一种理智的线性方式，评估你的情况、能量、你的心在一个特定时间的真实状态。

不过，我们会请你去做这种判断，以保护你灵魂的健康以及你能量体的完整性，并以一种比较粗略与物质性的方式，来保护你的肉体免受到那种由于有时不顾自己灵性质地中的纹理而带来的压力，好使你能去请求你的心保持开放，请求基督意识，或一切万有的觉知，尝试去洞穿也许是失衡的日常生活中的裂纹与缝隙。

大量的不完美是完全可容许的，因为第三密度中的所有实体，难道不是按照其生命的定义、天生就是不完美的吗？并非不完美能够对你造成伤害，而是你对自己的粗心大意、它会一再返回并刺痛你，因为当你过于急切想要前进时，那种急切会有副作用。如你观察一个努力去做太多事情的不成熟实体，可以看到这种副作用。那儿有精疲力尽的可能性，有在路途上膝盖被撞，或手指、手肘、头部重击

到各种峭壁、岩石、石头上的可能性，还有一些方式我们无法通过这个器皿来描述。

我们正在对你说的是：在你能够做到的程度上，在你尝试将魔法人格带入日常生活之前，允许你对自己的状况形成一个认识。在你做那项工作的过程中，如果你感觉到那个魔法般的自我有任何张力或紧张，那么我们会请你将水晶从胸前移除，将戒指从你的手上取下来；换句话说，在你和自己达成的协议中，无论你用甚么作为一个信号，来对自己和在门口的狮子表示、你正在离开那个建筑物。

我的姐妹，这个器皿正在微笑，因为她知道我们正在使用她最喜欢的措词之一：『艾维斯现在已经离开建筑物了*。』

在某种程度上，那就是我们正在请你去做的事情：将在你内在的基督意识视为祂之所是。祂是你的真我，但是在日常生活中，祂是处于一个陌生地方的陌生人；为了将祂带进来，你需要同时在两个世界中站稳脚跟。不管是在最好或最差的追寻者身上，那种平衡都会时有时无。
(*编注：艾维斯就是猫王，这句话的暗示为：一场表演现在结束了)

当这个器皿为了和天使长们商量而调音的时候、她有一个习惯，她将天使长们和土、风、火、水(四大)元素*联系在一起，她呼求拉斐尔与风之礼物到她前面；加百利与水之礼物到她后面；米迦勒与火之礼物到她右边，爱丽儿与土之礼物到她左边。我们可以建议，在妳开始试验于魔法人格与日常生活之间来回切换并尝试结合两者之前，你可以尝试呼唤这些实体。容我们说，尝试去感觉它们脸上的表情是什么，它们的长袍如何被风吹起，以及它们的手正在做什么。看看它们如何与你联系在一起。它们的姿势是什么？它们是坐?吗？它们正在歇息吗？它们兴

奋吗？它们手中握?什么东西来警告、鼓励或者支持呢？
(*编注：原文为 earth, air, wind and fire，少了水-water，可能是口误)

诸如这样的形象，通过反复的使用，可以开始向你产生出大量的信息，这种信息是专为你个人编码的。如同在灵性工作中的很多事情一样，这要一些时间来形成。有可能你必须经历多次重复，却什么都接收不到。但是，我们会建议你与这个形象共同工作至少一个月的时间，每天一次，把它发展为你的一个资源，如果它的确会成为你的资源的话，如同它是这个器皿的资源一样。如果它没有和你产生共鸣，并以这种方式将这种非常特定的、环绕性的元素能量带给妳，那么我们会建议妳为自己阅读一些关于西方仪式魔法或如这个器皿对它的称呼白魔法的一般性主题读物，看看那个生命之树的形象，看看好比那些天使长之类的能量之形象，它们已经被很多忠实的光之仆人使用了很多世纪。要点并不是去进入另一个人的系统，要点是使用那些已经被纯净与友爱的灵魂工作了很长时间的系统。这样，在和这些形象、或比喻、或结构一同工作的时候，你就在让自己和那些在你之前已经在意识中工作的实体结成同盟，或者跟随他们所走的道路，从而让道路变得更加顺畅，将石头移出你的道路，并创造出一种支持性和基础性的能量，这种能量将在妳找到自己非常个人性道路的过程中，帮助你保持平衡。

为了越来越多地活在一种已拓展的意识中，这是一件你可做的、正当且合适的事情。其实，这个器皿多年来一直尝试去做的事恰恰就是这样：不仅站在平凡生活的尘土中，还知晓那尘土同样属于那个闪闪发光的、光辉的、水晶能量的世界。所有的事情都是神圣的，一切物质的微粒都活?并充满灵性。为什么你不应该在你的意识中将所有的密度联合起来，并让神圣的事物和表面上不神圣的事物协调一致，这样，平凡的事物会从内在被照亮，而所有事物都变成一座圣殿呢？我们为那种尝试向你致敬，我们希望你充分地理解，藉由渴望去做这件事情，你已经

成功了。

这个器皿早些时候在听一张音乐专辑，它由《一的法则》资料的某位爱好者所创作。 Carla 实体和 Jim 实体一起阅读了唱片的封套说明文字，在其中，作者 L 实体写下了一段对她祖母的回忆。她说祖母的建议是：如果你是一位政治活动家，无论你的目标看起来怎样不可能实现，或者为了在这个世界中实现这些目标你经历了怎样的失败，永远都不要气馁。因为正是那种为了真理、正义、光而做出的努力，成为活动家们的绝对胜利。藉由尝试将那存在于开放之心中的圣殿和外在的世界带到一起，你已经成功地将它们结合了起来。我们正在请你去做的事情是，在你自我的浅层面向以及它更加浅薄的特性中，照料你的自我……

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

…… 于是，你就可以将尘世的事物带在身边，不是作为在货车后厢搭便车、一个不花钱的人，而是一位受尊敬的荣誉乘客。灵性上强有力的实体会趋向于越来越少地考虑物质和尘世的事物，而越来越多地考虑更大的内在意识。然而，第三密度的荣耀是把这两者结合在一起。

此刻在这个圈子中的每一个人都是一颗水晶。它正在接收太一无限造物者无限的爱与光、正在将那信号向前传送出去。这颗水晶是否已它充分的完整性来传送该信号？它传送时添加了祝福？这些是你们每个人必须问自己的问题。你会情不自禁地传送太一造物者的爱与光;但是，该传送是如何被染色的、则完全取决于能量体中的能量配置、以及能量体与物质身体之间的连接。因此，每个寻求者就如同一种独特的花朵：它的色彩、开放的形状、它的绽放、它对灵性的阳光和雨水的反应以及回应的方式，都是独特的。没有任何两个自我，会有相同的美丽;每个人都是一个完美而独特的珍宝。我们想望你用那种方式来看待自己，并且不仅在那

些你能够完全清晰地看到万物一体、一切都完美的时刻，还在那些你感到极其散乱、无法察觉你生命的完整性和完美性的时刻，拥抱自我的所有部分。在那些似乎混乱的时刻，带?你在感觉与知晓一切都好、万物一体时所拥有的完全相同的能量与热情，珍视自己吧。

我的姐妹，真理是非常单纯的。就时间/空间的方面而言，你已经把更大的『我』和尘世的『我』结合在一起了。无论如何，如我们之前说过的，活出这种真理的挑战在于如何评估你的能量，以便于当你疲倦的时候你会休息；当你在情绪上精疲力尽的时候，你会放下已经知晓你是谁这个重担，允许自己爬到太一无限造物者的膝盖上，蜷曲在那膝盖上，在那造物者[祂对你的爱超过你始终知晓的范围]的摇晃中入睡。让安慰冲刷你;当你需要拿取的时候，让你自己拿取。找到那些你感到饥饿、你感到口渴以及你有需要的时刻，请求那食粮、请求那饮品、请求那答案，同时毫不怀疑地知晓，你是值得的，一切都正在被照看?。

在此时，虽然我们尚未讲述你在开始时、提出的一系列优秀问题中的许多微妙之处，我们感觉已经足够充分地利用了那股最初的能量，所以我们会停下来问、是否有额外的问题，或者，你是否想在这次工作集会的剩余部分、采取其它的方向。我们是 Q'uo。

A：OK，如果我正确地读懂你们所说的内容，你们说的是，我需要放松地进入那个正在进行的过程、而非担心那个过程。这样说正确吗？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们相信你相当良好地掌握重点，这正是我们鼓励你于内在做的事。它是一种放松进入正在进行的过程。妳已经锐化了意志，使得它变得单一指向，这对实体们很经常是一件困难的事情，但是妳已

经完成了它。这就使得你有可能去洞察。你还聚焦了信心，再次地，这允许你拓宽并深化你的工作。因此，藉由手中的信心和意志，藉由一种完整的奉献，外部事情的工作得以歇息；剩下的就是一次充满可能性的人生。你投生的剩余部分的样子不为我们所知晓。我们不知道、那些颤动?进入存在的事物将会如何形成自己。我们仅仅知道，这个过程会顺利发生，而你的确可以放轻松地进入它、享受它。

我们可否进一步回答妳，我的姐妹?

A：是的，我感觉到一种告诫，不要变得跟那些不想要前进的人一样。我想要也许更加能够分辨，在我的人格复合体之中、是否存在着没有得到充分考虑的事情，也就是我们可称为的阴影?

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。让我们来看看这个询问，因为它是有趣的。一个没有『懂它』的实体，不正是自我没有懂它的那部分的一个镜像或投射吗？任何一个外在的、似乎代表了那些无法前进到光中的实体，不正是自我的一个部分吗？因此，确实可以用一种表面的方式说，自我中的确有个部分没有给予阴影足够的尊敬。然而，我们不会选择将其归于那种架构，这是因为一个简单、却又不是那么简单，的原因，也就是我们在你内在感觉到一种对阴影的充分察觉和尊敬，无论阴影可能被怎样描绘，或者无论它可能被如何感知到。我们并没有于你的内在感觉到和内在的那只狼[那个能够去咬人、杀人、偷窃、或以任何方式存在的阴影自我]有紧张关系。相反地，我们感觉到你内在有一股人性的爱，想望去拥抱与疗愈。

然而，那些在你面前呈现的自我、他们的很多部分不是为了前来治疗，而是单纯

地作为自我而出现；有许多人的内在对接受治疗没有准备，不愿意持续成长。因此，你所感到的极大的爱和接纳，在他们无法表述的层面上是不受欢迎的，因为他们并不知道自己对治愈和成长有任何抵抗。因此，这里的重点是能够去尊重并体谅那些尚未准备好去拥抱自己的光之实体。让他们如其所是，并且知晓，对于他们而言，他们投射到你意识中的东西，尽管似乎有偏向性，那是他们所能做的最好程度、也是他们能够做到的最大程度，他们受限于自己此刻的能力。因此，此刻对他们的反应仍旧是爱，仍旧是一种接纳，但这是一种拥抱、允许他们如其所是的接纳，不带有任何评判或对未来的想法，而是认识到，他们的样子正是（听不见）他们目前需要的。

我们可以进一步回答妳吗，我的姐妹？

A：不用了，我想我理解那点了。我想问问关于那个即将到来的、我和大卫·威尔科克(David Wilcock)一起去埃及的旅行..... 我能做任何事情来促进我那时的感受性吗？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们会简单地对你说，我们鼓励你平静地行动，好好地聆听，接着知道这些能量也是由那些爱你、想望帮助你去服务于人类和造物者的实体所守卫的。再次地，服务的秘密不是伸手拿取、不是保留抑制，而是在任何时刻、任何行动中，都保持宁静、和平、和你自己内在的完整性。

我们否以进一步回答妳，我的姐妹？

（没有进一步的询问）

我们发现这次会议的能量开始衰微了。如果你有最后一个问题，我们会乐于在离开这个团体和器皿之前款待它。

A：我想我最后的问题是，在水晶体音符(crystalline notes)中有任何可以帮助我深化我工作的具体草案吗？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们提供这个器皿该建议：她和你分享自己在使用一个音叉的过程中找到的安慰。该音叉被调音到中央『C』音之上的『F』音，她选择那个音是因为在有些系统中，它是开放之心的声音。我们并不想越过这一点对音调性工作做更进一步的讨论，因为我们不愿意干扰你自己的进程。而且我们觉得这对于你仅仅是一个开始，也许如果你用某种方式吟唱或简单地吟诵那种能量，如果你拥有这样一个音叉并在你做这项工作的时候、实际上基于开放之心来平衡它，也许它将引导你抵达自己的发现，并开启你的创造性泉源。

我的姐妹，我们无法告诉你，我们在和你的能量、和这个圈子中每个人的能量一同工作的过程中，感觉到怎样的快乐。我们感谢每一位，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。
Adonai。我们是你们知晓的 Q'uo。

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

☆ 第 2704 章集：造就第四密度

Copyright © 2017 L/L Research

Bringing forth Fourth Density

特别冥想

2017 年二月 26 日

(Jim 传讯)

Q'uo：我是 Q'uo，我与这个器皿在一起了。一如既往，今天下午，我们很高兴在爱与光中向你们致意，因为，我们总是发现，你们沿着寻求太一造物者的道路、在爱与光中行走。我的朋友们，你们除了要走在爱与光中之外，没有任何你们要走在其中的事物。仅仅只有去看到这种爱与光的眼睛、以及欣赏这种爱与光的心。

在我们开始之前，一如既往，我们请求你们的一个小小的恩惠，那就是在我们今天所要提供给你们的那些言语中，你们将会采用对你们有价值的部分，将其余的东西毫不犹豫地留在后面。这会在我们能够自由地发言的方面、大大地帮助我们，我们为这个恩惠而感谢你们。

在此时，我们将会问，是否有一个我们可以用来开始的询问。

Gary：通常，我们宁愿那些关于正在进行中、和即将到来的这个星球进入第四密度的转换等问题不要过于强烈地成为这个团体的一个焦点。我们认为，对于尚未发生的事件的考虑可能会起到分心的作用，并且使得焦点从它对于和造物者接触的真实要点[即当下此刻]上发生渗漏。

不过，星际邦联已经积极主动地谈及收割、并使之成为一个要点，我们感觉到、

在这个神秘的主题上可以缔造更多的进展。所以，给你们 Q'uo 的第一题：

为什么多年来、星际邦联一直感觉这点是重要的：通过传讯、梦境、异象去提醒地球上的人群关于收割的事？

在这个主题上，被分享的信息是打算要作为一种催化剂来鼓励或激发人们去寻求与服务吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，这是一个好问题，因为它探测我们和该行星[你们称为地球]关系之基础。随着时间的增长，以你们对它的度量，进展到当前的时刻，这个特定的星球，在过去大约 75,000 年的时间中，一直都在进行它穿越第三密度幻象的道路，它的人群一直都在增长。

每个在这个星球上的实体都是为了一个目标在这里，该目标是：能够欢迎并享受更多的太一无限造物者的爱与光流经自己的能量中心，容我们说，该流动的方式将会允许该实体毕业或被收割到第四密度[属于爱与理解]。这一个过程贯穿所有的时间、并且在所有的时间之前就进行了，它是一个将会无限地继续到(你们)未来的过程。是故，它具有首要的重要性，不仅仅因为实体必须毕业以便于沿着这条寻求和太一合一的道路、进一步前进，还因为在这个特殊时刻，在这个特殊的密度中，必须做出一个选择，这个选择将会允许每一个实体继续沿着向上的螺旋光移动，要嘛通过正面性导向的服务他人的方式，要嘛通过服务自我的方式移动：服务自我被称为负面的道途，那非实存的道途，因为它是一条被建造在分离之上的道路，我们可以补充，那是在合一的宇宙之中的人工分离。

因此，这是一个十分特别的时刻，因为在这个幻象中做出的选择、对于每一个做

出选择的实体都是奠定基础的选择，该选择将会允许并推动实体沿着寻求服务造物者的道路走得更远，以正面或负面的方式服务造物者。

这个 75,000 的周期对于你、可能看起来就像是一个巨大的时间跨度，你在其中生活仅仅四十年、六十年、八十年或如此等等，然后你就不再属于这个幻象的一部分，直到、再一次、你选择转世返回进入该幻象。然而，当你将 75,000 年与后续密度的时间长度，如你们对它的称呼，相比较，下一个密度是 3 千万年，接下来，后面的密度是 5 千万年，后面的是 7 千 500 万年，你们的密度就仅仅是在时间中的一眨眼了。它仅仅是最简短的瞬间、在其中考虑必须做出的选择。在这个星球上、你们人群当中的很多人已尝试的这个选择，(而且)在贯穿其转世历史中，也曾在其他的第三密度星球上尝试过的选择；他们在其他的星球上做出这个选择的方面是不成功的，却发现需要在这个地球的层面上投生以便于再一次地，尝试这个宏伟的冒险，尝试这个宏伟的做选择过程，以便于为他们所有未来将会在意识中做的工作打下基础。

是故，我们在此时和这个星球进行交流，我们已经交流了你们的好些年的时间了，实际上，在这个位置已经有数十年的时间，以提醒那些察觉到这个过程的实体，确实，这就是正在发生的事情，这将会发生，对于在这个星球上的人们，这是十分重要的事情，因为那么我们刚刚陈述过的那些原因。

我的兄弟，有另一个询问吗?

Gary：确实有，我忘记了提起，能够提出这些问题是一种荣耀，Q'uo，非常感谢你们。

我们最近访问北卡罗莱纳州的阿什维尔(Asheville)，我们在这一个地方感觉到、正在瞥见第四密度萌芽的开端。我们了解，或者至少我了解到，无论离散的边界是如何被跨越的，无论量子转换是如何发生的，第四密度都将会通过那些正在地面上从事爱与理解的工作的实体而诞生。第四密度本身实际上通过许多光点、好比我们在阿什维尔观察到的，以及我们在全世界看到的个体与集体的光点开始形成。你们愿意就这点评论吗，请?

Q'uo：我是 Q'uo，虽然我觉察了你的询问，我的兄弟，我被这个器皿提醒、我们需要在这个(时)点做一个转移，因此，在此时，我们将这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)
我是 Q'uo，现在与这个器皿在一起。在我们开始通过这个器皿通讯之际，我们

想要感谢这个团体，同样感谢这个器皿、以及在此刻在这个练习中的伙伴，被知晓为 Jim 的实体，也感谢发问者，被知晓为 Gary 的实体，感谢他们致力于真诚的寻求而；就是这种真诚的寻求对于我们起到一个灯标(beacon)的作用，给予我们一种希望的感觉，也就是说：此刻正在召唤这个星球进入一个新实相层次的转换过程，将会带着某个程度的成功而产生作用。

你们提到，此刻在这个星球上有些灯标，我的朋友们，我们愿告诉你们，只有很少数的灯标要比你们当前参与的灯标更大了。对于许多一直在尝试帮忙的帮助者，这是具有希望的源头之一，这些帮助者长年时间[以你们的考量]都在尝试协助，

甚至延伸进入亘古的时间；在我们的相信中、在我们的渴望中，我们希望可能在这个星球上、可以产生一种第四密度的体验，这种体验能够丰富打算成为造物者的仆人的实体之见识。因为，我在光中的兄弟姐妹们，实情是：在每一个(实体)进入更高密度的新生之际，整个宇宙都怀着喜悦回响。

你们是相当正确的：你们指出进入第四密度的转换过程会被好比你们自己的团体、以及你提到的阿什维尔的团体所帮助；在这些地方，人们正在付出真诚的努力以调和那些被看到有需要的地方，并且促进疗愈。我们会对你们建议，这个星球的体验已经多少是有些动荡的，留下了对于可观的治疗的需要。因此，除了收集以服务自我或服务他人的选择而达到顶点的决心之外，一种额外的、包扎这些伤口的过程此刻正在良好地进行中。好比你们自己的团体，很多这类团体的一个工作就是去对那些有需要的人伸出援手，通过那些微妙的方式提供可得的事物，提供许诺给一种更好的生活的方式、一种即将到来的更好人生。

我们再怎么高度强调(这点)都不够，好比你们自己这样的角色、其显著意义能够通过促进这个过程而发挥作用，因为你们似乎是在一个巨大的黑暗的天空中的一些小小光点，不过，我们对你们说，这种光具有这样一种特性：它可以被传递，可以拓展它的范围，它可以从一个人移动到另一个人，它一般而言是通过一种几乎不被观察到的方式这样做，但是，不是由于比较不重要的原因。

相当真实的事情是：在这个寻求圈中，在你们称为周末的这段期间，已经取得

那种寻求的、如此(高)的强度，以致于光被聚焦于一个相当小的区域，但是，同样真实的事情是，每一个在场的人，都将会作为结果，以各种也许甚至不会被有意识地知晓的方式，携带着这种对光的强化作用的效应、出发进入该世界。我的

朋友们，那种效应是确切的、就如同破晓会在地面上展开一样地确切。它将会如同一份新的觉知之破晓礼物一样地伸展开来，这将会开始引导在这个星球上、第四密度时代的过程。

我是 Q'uo，我们会在此把该通讯还给被知晓为 Jim 的实体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再一次与这个器皿在一起，通过这个器皿，我们要问，是否有另一个询问。

Gary：在(一法的)63.24 中，发问者问：「那么，当第四密度的星球被激活(activated)的时候，会有热能被生成。我假设这种热能是仅仅在第三密度的星球产生。这是否正确？」Ra 回答：「这是相当正确的。每一个次元的经验性变貌都是离散的(discrete)。」

Ra 也在 40.10 中说：「第四密度振动的预兆大约是在你们的四十五年前，在振动性物质，容我们说，穿越量子跳跃，如你们对它的称呼，的最终运动之前的四十年时期中，能量更为强烈地振动穿越这个时期。」

问题：如 Ra 对它的描述，会有一种明显的量子跃迁，在其中、第三密度会明确地结束，第四密度明确地开始。所有第四密度的身体在新的环境中都居住在一个品质上、离散相异的环境。当时间和各项条件适当的时候，这种离散的边界会在某个单一的，全球性时刻被跨越吗？在那个时刻之后，第三密度会在一段时间中是非活性的，同时早期的第四密度存有确认自己的位置了？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这不是一个轻易以简单的是与否来回答的询问，因为在你们的特定的行星上、以及它进入第四密度的转换过程有大量异常的事物。Ra 正在谈及的量子跃迁是这个星球本身已经取得的成果，因为该星球实体是一个第四密度的实体。然而，在其上的(众多)个体与社会复合体，在某些情况中，位于第三密度和第四密度的混合层次上，但大部分在第三密度，如你们会从每日的新闻中推测到的一样，容我们说。

然后，这个星球就有需要藉由第三密度的剩余人群的退化，容我们这么描述它，来调整第四密度的振动复合体。已经有大量你们所称的战争、好战的活动，以及屠杀这个星球上、百万千万的人群。这种愤怒的振动、分离的振动已经将它自己深植于这个行星的地壳之中，所以，有需要物质性地释放这种离间、分离、战争的振动，好让该星球自身得以用一种更为协调的方式进展，作为将会居住在其上的第四密度人群的家园。因此，该星球表面上的各种各样的部分的破裂，在你们一些年的时间中、已经一直都在发生。这些就是 Ra 群体曾谈到的某些不便了。

在你们星球的人群的意识复合体的离散运动方面，在此刻，已经有一些年了，那些出生进入此生的实体同时拥有第三密度和第四密度的激活身体，因此，此刻在星球表面上、确实会有一个新的实体的世系。这个数目每天都在增加。这些实体此刻有更多能力去影响这个星球的意识、以及在他们周围的那些人的意识，因为他们，容我们说，需要去在收割(过程)中帮忙，这个基本的需要位于他们在这里投生的原因的基础上。被允许这么早投生是一种巨大的荣耀和荣幸。

因此，随着这些实体继续投生在该星球上，他们将会通过自己的交配过程提供身体复合体给其他具有甚至更高振动的实体来投生，于是，在你们的时间中，这一个过程似乎会比在一眨眼时间中(完成)的离散运动花费更多时间。由于你们的人

群在做出离散式选择上的困难，在这个时间上将有一些不确定的年岁，对于肉体载具，心智与灵性的载具更多地调合成为一个纯粹第四密度的载具的进程，这个不确定的年份将是必须的。因此，在第三密度到第四密度的心/身/灵复合体的转换被确定的范围内，这将是一种逐渐的蜕变。

我们愿进一步补充，在此刻，有很多实体正在非常勤奋地工作，同时在第三密度的层次上、以及在星球实体之内的更高领域，都在协助转换进入第四密度的过程。这些实体，容我们说，正在做出每一个有可能的努力来帮助这种转换，于是，当考虑完整地进入第四密度的特性的时候，他们的成功就是必须被纳入考量的一个主要因素。

我们简短地暂停、以给予这个器皿机会来深化它的状态。

(暂停)
我再次和这个器皿在一起了。我是 Q'uo。

是故，尽管你们的星球有可能做出一个离散的选择，如 Ra 说过的，在一个美妙的、强健的启发瞬间之中，选择正面地极化，内在层面的所有实体都希望在你们不久的未来、人们会做出这个选择。然而，这不是一个很有可能的选择，虽然它始终都是可能的。是故，这种离散的转换最有可能是在 Ra 团体提到的，在你们的 100 年到 700 年之间完成。在时间的整个运动中，如你们对时间的知晓，这是一个大的时间段。而在进入具有 3 千万年时间的第四密度的时间运动中，这仅仅是一会儿的时间。

我们将在此刻把这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体，以请求进一步的询问。

我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）
我是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。在此刻，请问是否有个进一步的询问？

Gary：这个特定问题可能非常简短地被回答，所以器皿可能想要继续进行下一个问题，这决定权在于你们。在 63.27 中，Ra 说，「创造绿色光芒身体复合体将是逐渐的(过程)、并且将从你们的第三密度类型的肉体载具开始发生，通过两性繁衍的方法，藉由演化的过程成为第四密度的身体复合体。」

Ra 在这里回应了 Q'uo 刚刚通过另一个器皿说过的内容。

因此，那个有可能不言而喻地被回答的问题是：通过两性繁衍的演化的过程是如下进行的吗：

一、黄色光芒激活的身体生出双重激活的身体。

二、双重激活的身体生出绿色光芒激活的身体。

三、只有绿色光芒激活的身体居住在该第四密度的行星上。

Q'uo：我是 Q'uo，就一般的意义，我们会说这是正确的。一个人可以做出某些资格限定，以及一个可以做出的精炼，但是，它们绝大部分要求一种你们会称为的基因学的知识，在你们的星球上，那是尚未可利用的知识。

我们会将你们的注意力拉到在一个黄色光芒激活的、和双重激活的载具之间的差别上，前者是诸如在此刻在这个星球上十分寻常的载具，后者是具有某种属于一种异常特性的载具，因为在这样一个双重激活的身体中，更为强有力的，容我们说，拉力仍旧会向后靠近第三光芒、也就是黄色光芒的载具。我们说这点是因为：继续存在的情况是，罩纱会继续存在于心智、身体、灵性之间，而这个罩纱被移除将会是第四密度的一个标志。

无论如何，双重激活的身体的效应从某种意义上将是相当明显的，即对于第四密度价值的直觉认识的有更大的倾向，将会越来越多地使得它们自身是明显的，尤其是在双重激活的心/身/灵上头，但是，再一次，我们会说，它是以这样一种方式进行的，即这种激活，在其自身，可能成为更为一般性的，可能超越那些处于双重激活身体中的实体的有限范围，并开始在那些其投生状况仍旧属于第三密度的状况或是一个黄色光芒载具的实体身上产生一种影响。

发问者想要我们留在这个器皿中以接收下一个问题吗？

Gary：是的，我有一个未曾计划的后续问题。

你们提到罩纱在双重激活的实体中仍旧非常大程度地存在于其心智与身体之间，但第四密度的一个特征就是罩纱被移除了。所以，再次地，在我看来、进入第四密度的运动、时间、速度，还是和那些在地球上的人有关，跟他们的选择、态度、振动连结在一起。那包括了从星球自身、具体地释放战争和愤怒，以及刚才提到的、在这个过程前进的范围内、实体们靠自己做出的选择，然后，该罩纱就会逐渐被升起，接下来，双重激活的第四密度实体就会对于他们是谁，他们是什么，以及它们在这里的目标拥有更大的接口与认识。你们愿意评论(以上)杂乱无

章的陈述吗？

Q'uo：我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们会说，刚刚被给予的特征描述，在一般性的意义上是相当真实的，并且说得很好。我们会补充，罩纱变薄的过程，尽管它一开始，就我们能够讲述的范围，几乎是非常缓慢的、间歇性的，在某些人的口袋中比其他人的会更多一些，它将会在某个时刻取得一种动量，这种动量将使得它成为一个无法被阻止的过程，随着这个过程开始变得越来越真实，该罩纱能够非常快速地被移除，于是、它几乎确实看起来就彷佛是，在那个点，一个实体已经跳跃、跨越了一个急剧的断层或边界。

你提到的那些因素、会在此刻抑制或延迟这个过程，它们确实能够被表达为愤怒，也能够被表达为恐惧，同样能够被表达为一种否认或拒绝，因为心/身/灵复合体越来越直觉地察觉到，某种事情在此刻正在对它们提出要求，宇宙实质地在对他们做出选择的期待中振动着。他们做出这个选择的时间拖得越长，该转换将会更多地被延后，直到某个点、不再有可能抵抗新能量在招手的压倒性特色。带着某种忧伤，我们会说，在那个点，将有一种痛哭、哀悼、咬牙切齿，属于那些感觉自己任务没有成功的人，该任务是希望表现(render)该基础性的选择、以便于它可以起到出发点的作用、(接着他)进入一个新的存有领域。

我们不会将这些心/身/灵的未来描绘为一个有罪者的未来，因为他们将获得演出选择之戏剧的新机会。但是，在很多情况中，这将是第二次，或第三次的机会，这些灵魂将在其存有的某个潜意识部分察觉到那个事实，接着有一种混乱或不和谐之潜能升起，因为可能有个一般性的胡乱连打(flailing about)，可以这么说。

因此，进入第四密度幻象的转换(过程)，当作为一个整体被对待的时候，可能看

起来是混乱的，虽然在某些小区域(pockets)，更多的光在那儿已经占优势，接着，更多的心/身/灵已经通过一种相互和谐的决心聚集在一起、为了共同的目标而聚集，一般性的混乱，十有八九，将会更多地被体验为一种背景事件，同时焦点将被放在转换(过程)的前景事件上，这将是一个具有巨大喜悦的事情。

我们是 Q'uo，我们将会在这个(时)点把通讯转移给被知晓为 Jim 的实体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，我再次和这个器皿同在。有个进一步的询问吗？

Gary：非常感谢你们，Q'uo，为了你们同时透过两个器皿回答。

我们从 63.13、63.14 中学到几件事：

?第三密度和第四密度的电子场域是不相容的。换句话说，第三密度的实体无法充分察觉到第四密度。

?所有第三密度的身体都将在第四密度完全启动之前、在空间/时间中经历我们所称的肉体死亡。第二点可能涉及某种诠释。

所以该问题是：因为黄色光芒的身体跟绿色光芒环境是不相容的，在空间/时间中、要最终且完全地激活绿色光芒环境，(必须)等待最终、黄色光芒身体经历我们所称的死亡吗？

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我的兄弟，觉察了你的询问。一般而言，这是一个正确的假设。因为即使整个星球的人群都做出了那一个美妙的、强健的正面极性之选择，在那个时候、会有需要丢下第三密度的肉体载具：黄色光芒身体。在那个时候，会有靛蓝色光芒身体、塑形者(form-maker)身体、的扬升进入光之领域，在这个时刻中，光之阶梯，或光之气力，会量度该实体的承受能力、以承受一种可收割程度的光之冲击。这种能力主要是由该实体的选择来决定，他选择以其存有的每一根纤维来追寻正面的极性，容我们说，而移动进入光作为对这个选择之肯定。当你们星球的整个人群都做出有可能的正面极性之选择，这就是会与之相配的情况了。

如果选择(过程)是更为逐渐的，同样会获得相同的基本情况，在其中，实体们

会以一种示范正常的死亡过程的方式、穿越死亡的过程。该实体，由于群体的选择朝向正面性极性，他不会有意识地察觉到其收割性，然后，会在其黄色光芒体死亡的时候进入塑形身体中，并再次进入光中，那种光会测量该实体的可收割能力、根据其能量中心群忍受爱与光之冲击的能力。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：是的。感谢你们。我确实还有一个后续问题，跟(刚才)那个问题很有关联。我非常感激你们的回答。

因此，你们确实指出第四密度，在存有第三密度的身体的时候，就无法充分地在空间/时间中显化。在最后的第三密度身体死亡的(时)点，那些用物质性方式留在行星地球上的实体，将会是处于双重激活的身体中，而仅仅勉强地掌握第四密度的潜能？或者，在那个(时)点，将会是双重激活身体的结束、以及完全激活的绿

色光芒身体开始的信号吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。

再次地，要对这个情况给一个是或否的准确答案，这是困难的，因为在那个最终选择被所有实体做出的时刻，所有的实体要嘛走向服务他人、要嘛走向服务自我，届时，将同时有两种类型的实体处于星球的表面上。这就是说，应该会有那些带着双重激活的身体的第三/第四密度实体，它们将能够完成毕业，因为那是这些实体在另一个星球上就已经确认过的事情。那些带着第三密度身体的实体、仅仅只有激活黄色光芒(的身体)，在那个时刻，将需要去穿越该过程：进入光中、判定其可收割能力。因此，在某个(时)点，将只有，如你说的，第四密度的实体在这颗星球上，然而这个过程将会花费的时间额度，如你们对它的衡量，在此刻是未知的。

我们在此刻会将这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）
我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。请问在此刻是否有个进一步的询问？

Gary：再次感谢你们，Q'uo，我认为你们在这里的回答将带来帮助，为那些学习星际邦联的信息并为受到鼓舞的人们澄清许多(内容)。

这是一个多少有些疑问的要点，这类型的唯一问题，但是它是一个已经困惑我的要点，因此，我将要问它。在 63.8，Ra 说：「随着绿色光芒周期或爱与理解的密度开始成形，黄色光芒的层次，或你们正在你们的舞蹈中享受的地球，将有一段

你们的空间/时间的期间是无人居住的，因为第四密度的实体需要空间/时间学习将它们的密度对第三密度屏蔽起来的能力。在这个期间之后，那一个时机将到来，第三密度可以再次地、在崭新的黄色光芒球体上循环。」

所以，对于每个学习一的法则的实体，那是一个基本常识。该困惑在这里：无论黄色光芒的星球失效多久，一旦它恢复启动，将有我们当前文明的、数不清的(人造)加工品遍及世界各处。我想到的建筑物、道路、桥梁、家户、生产工厂、发电厂、水力设施，等等。情况将是这样吗，如果是这样的话，那会如何影响在新的黄色光芒球体上的、新住民的自由意志呢？

Q'uo：我是 Q'uo，再次和这个实体在一起。我们会说，去思考第四密度的体验的长度会是不错的，这个长度、以你们的年份计算、是很长的。第四密度，当它处于完全绽放的状态的时候，具有一种振动的层次，以致于它对于那些占据第二密度载具[就好像自从罩纱的时刻以来，第三密度实体就这么做了]的实体并不是明显可见的。当新形成的第四密度正在进一步演化进入具有一种越来越高的振动性质的存有状态的过程中，将有一段转换的时期，它将不是短暂的，如你们对时间的衡量。在那个演化正在发生的时期中，将不会有第三密度与第四密度之间的足够分离性，以致于第四密度能够在不被第三密度知晓的情况下存在。相当真实的情况是：在第四密度已经演化到某个地步、于是它可以对第三密度保持不可见；第三密度对于第四密度将是可见的。

第三密度的生命在其可见状态对于第四密度不是巨大的神秘，就如同第二密度的生命对于第三密度不是巨大的神秘。但是，在那个(关键)点、第四密度(生命)能够保持自己对于第三密度(生命)为不可见的状态，第三密度的生命才可能再次开始。最大的可能性是：这种情况还不会出现、直到第四密度远远地足够进步，以

致于进入第五密度的转换(过程)很快可以被考量的时刻来到。接着，我们也会说，第三密度体验的早期部分倾向于，以第三密度的度量标准，是相当缓慢地进行的。十分有可能，在那个时候、在这个星球上的第三密度人群，会由正在毕业进入第三密度的第二密度存有构成，它们新近开始了它们从自我意识的最初搅动向上的道路。

这回答了你的问题吗?

Gary：感谢你们问、那是否那回答了我的问题。我认为有一个误解。如果我是错误的，请更正我。我的问题不是关于第四密度居民的自由意志会于第三密度再次循环的时候被影响，我的问题是：关于第三密度的居民的自由意志、会不会在他们遇到我们自己的全球文明的加工制品以及残余物的时候被影响。

藉由你们刚刚说的内容，第三密度(结束、)再一次循环之前，可能是数千万年的时间，在那种情况中，地球将已经清除或移除了很多的我们的历史，但是我们现在能够通过考古记录返回数亿万年，甚至数十亿年前，因此，该问题是：当新的第三密度周期启动的时候，会有新的第三密度的存有，如果它们变得足够高科技，至少去检查考古记录，学习到有一个全球性的文明不复存在了，那会如何影响它们的自由意志呢

Q'uo：我是 Q'uo，我再一次与这个器皿在一起了。过去的文明的痕迹，如你们可能对它的称呼一样，如你已经注意到的，它轻易地被时间之沙抹除。我们请你们沉思、在你们自己的星球上、过去某些文明的神秘：列穆尼亚大陆就是一个，亚特兰蒂斯大陆是另一个。这些曾经是伟大的文明，现在已经消失得几乎无影无踪，大部分是通过传说被知晓的，即使已经有过一些对那些传说感到警觉的人，

他们百折不挠地搜寻过这些痕迹了。

现在，在你们的星球上、有一些较早期的文明痕迹，我们将你们的注意力呼唤到在复活岛上的那些雕像，它们是一种早期互动的残留物，那是一个早期的属地人群与另一个属地的源头之间的互动，所以，这些残留物，实际上，可能位于适当的地方，它们将被视为是一个可能的神秘源头，但是一般而言，它们的存在并不会极大地侵犯那些正在学习第三密度课程的实体之自由意志，以及其中具有至高重要性的课程：即做出选择。

所以，在一个文明发展的大师周期的后期结束阶段，人们开始察觉到在其星球上的较早文明之痕迹，这是有可能的。一般而言，这不会以任何有意义的方式构成对自由意志的删减。

我是 Q'uo，在此刻，我们会将该通讯转移给被知晓为 Jim 的实体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，我和这个器皿在一起了。我的兄弟，有个进一步的询问吗？

Gary：是的，我首先要花一会儿来感谢团体支持这些问题，接着说我有一个最后的问题，在那之后，如果该器皿或其他器皿拥有继续的能量，团体中的某个人可以使用这个机会来问一个问题。

我最后的问题如是：在团体中，我们先前已经谈论过这个要点。我们有一个假定：只要一个人仍旧处于第三密度的身体中，呼吸着第三密度的空气，并且在体验这个演化的周期，他们就有时间去做出选择。你们愿意评论该说法的优点或准

确性吗？以上就是我最后的问题，我非常地感谢你们、为了这个机会。

Q'uo：我是 Q'uo，我们同样感谢你们，我的兄弟，因为这些要点具有某种可观的兴趣与重要性，不仅仅适用于你们星球的人群、对于服务太一无限造物者的星际邦联也是如此。

确实，那些现在居住在你们星球表面上、呼吸着自由空气的实体，拥有每一个极化所需的机会，以便于每一个人都达成毕业，如果那个选择在此刻是他们的选择的话。如你们所觉察的，对于大多数人，必需的事情是开始察觉到那个选择。这不必然是为了立刻可以毕业；但是，为了要在做选择的方面更加，容我们说，富有成效，这是必须的。人们仍旧有时间做出能够通往毕业的选择，同时包括有意识地与无意识的方面，取决于每一个实体的个别状态，容我们说。红色、橙色、黄色光芒正在充分地开放，接着移动进入绿色光芒，伴随着心轮中心的开放、开始在那些爱与理解的行动中展现自己，这些行动可以展示一个实体去欢迎并享受太一造物者的更多的爱与光之能力。

我们感觉，有足够的启发性信息可以供在你们星球上的所有实体所取得，如果这些实体能够察觉到这样一个选择的需要，即使不是有意识地察觉，(也)能够去跟随其潜意识心智，并藉由潜意识带给他们的催化剂来引导自己，以提供去利用这种催化剂的能力，也就是说，实体自身是能够利用催化剂并且在其，容我们说，演化的过程中前进，然后会有机会在一个潜意识的层次上，或者在一个无意识的层次上做出这个选择，而不仅仅是在灵性寻求者的有意识层次上做出选择、他已经在这条寻求小径上行旅很长时间了。

因此，我们感觉到，人们有时间，如你们知道的时间，做出这样的选择，这是每

个寻求者现在发现它自己处于其上的伟大冒险，每一个寻求者都已经发现自己在过去数个千年的时间中、一个很大的部分都在这个地球层面上。通过一系列的指导者、内在的大师，以及那些已经被每个灵性寻求者所吸引的朋友，无论灵性寻求者是不是一个有意识的寻求者，每个实体同样可以取得神圣的启发；非有意识的寻求者意指：一个人单纯地去经历他的日常生活活动，并在一种物质的意义上、就第三密度的体验机会以这样或那样的方式寻求利益，容我们说。

所有的实体都拥有这些可以为他们取得的启发与信息之源头。那儿有所有类型的交流可能性，如你们先前已经提到的，从梦境、从直觉的闪光或预感，到冥想性的信息，再到受到指引碰到适当的人，或适当的书籍，或适当的地方。现在，那些内在层面的实体、具有灵性特质的指导、离世的大师都在付出所有这些努力；

通过该实体很多次的寻求人生，它们被吸引到该实体身边；(还有)该实体自己的高我，该实体的心/身/灵复合全体。所有这些实体都相当察觉到、在行星地球上、可供选择的时间越来越短了；第三密度的那些实体要在时限内做出具有正面极性的选择。

是故，我们会说，这里有每一个可用的机会、有每一个理由抱持希望、对于行星地球上、每个实体最终毕业的希望。我们在谈论每个实体于此刻、英勇地做出这些选择的能力、机会、需要，我们再怎么强调都不够的。尽管时间确实逐渐变短了，剩余的时间足以让每个实体都去做出毕业所需的选择。

在此刻，我们会将这个通讯转移给被知晓为 Steve 的实体，来回答任何进一步的询问。我们是 Q'uo。

(Steve 传讯)

我是 Q'uo，现在和这个器皿在一起。在此时，有没有进一步的询问、好让我们可以回答？

J：Q'uo，我有一个问题。我一直在沉思催化剂和经验的原型。当我在头脑中为这些原型建立模型的时候，这是一个统合的学习概念，单单是被罩纱分开的：催化剂是在罩纱前、潜意识中的概念，经验是在有意识增长的生命中的概念。这样是否抓住这个概念之显著意义的足够额度，或者我漏掉了一些这个概念的某些微妙之处，你们能够对其评论吗？谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，相信我们理解了你的询问，我的兄弟。在关于催化剂以及经验在有罩纱的情况中发挥作用的方式的方面，你说的内容是正确的，实际上是有洞察力的。也就是说，罩纱的确会在催化剂的机能和可以从中升起的经验的机能之间插入一种中断。然而，同样真实的是：原型拥有其清楚不同的存在、独立于

罩纱问题之外。这构成了一个有趣的探究主题。我们将尝试有些简短的讲述它，

接着在未来的某个时间邀请进一步的询问。

在一个一般性的意义上，催化剂能够被描述为现在发生的事情：尤其是在一个心/身/灵复合体的行动与互动的范围内的事情。然而，现在发生的事情，当它被那个心/身/灵复合体接收到之际，将会受制于解释，受制于一个选取的原则：关于什么事物值得进一步聚焦。当一个人处于罩纱覆盖的情况中，这个过程，如你指出的，大部分可以是无意识的。结果就是，实际而言，这两种概念[催化剂与经验]可能有一种合并，因为一个人对于催化剂的使用过程(access)总是早已被描绘为一

个人的经验。

在一个没有罩纱的情况中，这两个要素的独特性更多地展现出来，产生的结果是：一种更大的，容我们说，自由能够被展现出来，在于经验从其催化剂中做选取、关系到那个催化剂是否被接受为具有显著意义。

我们相信，这点给予对你的询问的一个答案、一个探讨的开始，我的兄弟。

是否有一个简短的后续问题，好让我们可以讲述以澄清任何依旧不清楚的要点？

J：没有了，这答案给了我大量要去思考的内容，我对于你们的回答是非常感激的。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。

在此时，我们会转移该通讯、返回被知晓为 Jim 的实体上头，以调查那些在场者的脑海中是否有个最后的询问。我是 Q'uo。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们会问，是否有一个最后的询问、好让我们在这个下午可以谈论它?

Gary：Q'uo，如果其他人没有问题，我将会拿走这个机会。为了协助对行星地球的疗愈、第四密度的诞生，以及确实、对人类自身的疗愈，一个第三密度的实体是否可能以这样或那样的形式使得自己承担起集体的痛苦，好比他们通过自己的

痛苦在工作，当他们知晓、理解、接受、治疗自己的时候，结果就是在帮助疗愈集体的痛苦？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这种自我牺牲的行动—为了星球意识以及星球上的人群之益处，对于那些非常有意识地察觉到其行动特性的人是有可能的，他们并且有意识地将这些行为奉献给你谈到的那种疗愈。在贯穿你们星球的整个历史，一直有这些类型的实体，他们最为经常地在宗教修行的修道院的范围、遥远寺庙的区域、洞穴中，如此等等的地方被找到，亘古以来，这类实体一直在实践这些行为；而且，此刻在你们的星球上，在一些区域、在某个小程度上，这类实体依旧存在。

在该词语的非常基本的意义上，这是一个魔法的行动。如此参与到这种经验的实体、体验了该星球及其人群的痛苦，他正在以这样一种方式变换来自该星球的痛苦，以致于它成为一种个人体验。那不仅仅是痛苦的——虽然它确实是——那也是喜悦的，因为一个执行这种转变的魔法行动的人是在一个有意识的层次上、出自

强烈爱的感觉这样做，在空间/时间的领域中，你们的星球上很少有人获得这种感觉。这些实体给出自己、为了他人的益处，并以如此的程度给予，以致于最终完全地给出其生命的样式、好让该星球用以达成它的人群的可收割状态。

如你可能相当觉察的，这不是一个可以轻松从事的行动。要经过一段很长的你们的时间、在其中花费大量的考虑，才能决定这个行动，因为当他成功地在第三密度的实体的心/身/灵复合体之内，揭露、体验该星球的痛苦；在这过程中，这种痛苦的体验成为在肉体载具中越来越明显的事物。该实体有能力在一段更长的时

间部分去忍受这种痛苦，这增加了该行动的效率。对于这样一个实体，更快地献出生命以便于结束痛苦，这时常是容易许多的，并且是一种诱惑。然而，那些具有这种特性的实体至为频繁地渴望去尽可能长地体验痛苦，了解到长期体验的功效，容我们说。

在此时，我们认出同时在两个器皿身上的疲倦，我们要离开这个团体。我的朋友们，我们怎么感谢你们都是不够的，为了你们致力于服务他人、致力于体验造物者之光、分享对造物者的爱、相互彼此分享爱、和你们周围的所有人分享爱，

我们在这个团体中已经注意到、并且已经指出这点有一段时间了。我的朋友，观看你们是一种巨大的喜悦。你们藉由在寻求中的努力所创造的光、那是在诸天中都看得见的，那是被许多实体所欣赏的。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们现在离开你们，在太一无限造物者的爱与光中。在平安与喜悦中前进吧！Adonai，Adonai，vasu borragus。

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

☆ 第 2705 章集：联想遥视技术

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想 2005 年一月 20 日

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意；在为祂的服

务中，我们今天来到你们中间。被你们的团体呼唤是一种极大的荣耀，我们为你们这样做而感谢你们每一位。我们确实感谢你们从忙碌的生活中抽出时间来进行这次仔细安排的寻求会议。能被要求给出我们的观点是一种荣幸，我们非常乐于这样做。但是为了能够自由地发言，我们会请求你们帮个忙，那就是你们每一位都使用最严格的分辨力，小心谨慎地聆听那些我们所说的内容，将任何与你没有共鸣的观点都抛弃掉，就好像它是一种新近恢复的记忆一样。用那种方式，我们将对发言感觉到自由，而不用担心你进程的神圣性会被打扰或你的自由意志会被删减。

我们向 J 实体致意，现在我们请这个实体提出他的第一个询问。

J：联想遥视（ARV）技术[1]有哪一种应用途径会被鼓励而蓬勃发展？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**你们的联想遥视程序在其真实本质上，如 B 实体指出的，具有删减自由意志的倾向。这种程序的实践者所面对的挑战，是找到涉及未来的信息、并且使得这种关系到未来的知识不会删减自由意志。**

让我们谈一下这点。对这种技术最典型而成功的、无意中的使用，即是一个实体祈祷改变某种事物。我们会使用这个器皿每日的代祷实践作为一个例子，在其中，她为那些请她祈祷的人、祈祷他们的健康会改善。Jim 实体可能知道的一个很好的例子是，在最近的海啸灾难中，有人将几个受他托管的孩子放在一艘小船上，驶出海来避免灾难。这个实体以耶稣·基督之名告诉风浪平静下来，接着海面变得足够平静、使得这个男人和他托管的孩子都无损地在风暴中幸存了下来。正是在这些小小的奇迹中，实体们已经可靠地祈求宇宙或创造性原则[如果你愿意这

么说]去改变这个器皿会称为的一个可能性/或然率的漩涡。

B 实体谈到关于使用联想遥视程序背后的意图。我们会赞同这个实体，因为**专心致志的意图与纯净的动机倾向于改善这个过程的可靠性**。J 实体在稍早时谈到，希望通过使用联想遥视技术来创造供给、金钱、成功。我们无法直接谈论这件事，但是我们会建议，这样的意图不会被圣灵祝福。B 实体进一步注意到，**圣灵的原力甚至难以理解供给或金钱的概念，这也是准确的**。

所以，J 实体目前的这些努力出示了一种价值的匮乏，那是圣灵原力可以辨识的情况。因此，为了给 J 实体创造出一种更佳的能量流动，最好在 J 实体之内重新想象、或重新配置那些被收集起来做这项工作的原力。这个实体用一种特定的方式看待自己，容我们说，这种看待自己的方式若被重新想象或重新配置，会是在根本上最有帮助的改变，它将在使用这种程序的当中增强可靠性。

在这点上，我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，我想那就足够了。你们愿意描述一下进入/离开这个程序的适当仪式吗？

我们是 Q'uo，我们觉察你的询问，我的兄弟。我们为你在提出这个问题时所具有的创造力和想象力而感谢你。这不是一个我们能够具体谈论的问题，然而，我们能够谈谈这个器皿如何为自己创造了一个令她满意的环境来从事神圣的工作，借此来谈论 J 实体可以如何配置他的环境。

首先，要注意到，当这个器皿开始通灵的程序时，她有一个非常单纯且专一的意

图。她将自己置于为太一无限造物者的服务中，并且仔细地定义了进入她的工作区域以执行这种服务的方式。她在自己周围收集了信心的工艺品，这些工艺品在她与 Ra 群体通讯期间、曾被放在她的周围，而现在就放在你们每个人坐在其中的房间里。这些是她熟悉且珍爱的工艺品，已经被她使用过，其意义超越这次具体会议的层次。圣杯、香烛、圣经书本— 翻开到『太初有道』那一段话，这些都与该器皿的内心深处紧密相连。它们通过一种形而上的方式而不是一种物质的方式，为她构建了一种象征性但却非常真实的安全感，她让自己的灵性在这些信心的工艺品中休息，这是潜意识层面上的一种慰藉。而在她工作的环境中，那些与她一同坐在圈子中的人们，对她的价值观有一种含蓄的接纳。因此，她周围器物的所有这些面向构成了一张安全网，使她能够感觉相当自由地放松，用一种非常纯粹的聚焦来回应通灵的过程。

对于 J 实体，这些工艺品不会创造任何安全网。因此，对于 J 实体的挑战在于，去在他自己内在识别出他的信心的最核心之处。信心不是一种对任何事物的相信；令 J 实体感到安慰的工艺品完全不需要是宗教性的，它们只需要创造出一种情绪上的安全氛围。

一个人要辨认他的信心，可以通过许许多多的方式来完成。然而，考虑选用什么工艺品来环绕自我，需要借由心而非大脑来进行。因为你在这里寻求的事物是在深层的心智中有共鸣的事物。这个心智不一定像其他心智那样产生共鸣，它也不一定对灵性或宗教性的工艺品产生共鸣。因此我们会鼓励 J 实体，花一些时间去考虑你的信心之中心在哪里，而不是去考虑工艺品。你内在的某个地方毫无疑问地知晓一切都好、知晓什么是正确的、有益的、合适的，它在哪里？

做这项灵性工作的全部问题、都围绕在这项工作是什么之上。它是灵性的工作

吗？对于这个器皿，所有的事情都是神圣的，所有工作都是灵性的。你怎么看待这个实相呢？你越有能力洞穿你人格的表面而进入自我之心的神圣空间，你就越有能力考虑这个问题。我们的观察会是：这项工作是否为灵性的、这项工作是否为神圣的，J实体对此缺乏觉察。**造物者的原力所开放的对象是那些人：他们已经了解到自己的神圣状态，并且已经设想好、在灵性学习和灵性服务方面想要做什么**。

当一个人在还没有极化或极化很弱的时候尝试去做这种工作，如同尝试去使用电流却在该系统中发现、一种惊人额度的电阻造成能量无法顺利运转。

现在我们想要在某种程度上、讲述进入和离开这些(工作)会期(sessions)的技术。

当这个器皿和她所属的那个团体从事出神通灵的期间，这个器皿曾经习惯执行一个仪式，被称为小五芒星之驱逐仪式[2]，用来为通灵集会准备好工作场所。对于清醒的通灵，这个器皿借由唱歌、祈祷、做心智上的练习来调频自己，这种调频工作的设计旨在加深聚焦的状态、并呼唤她想望在工作中陪伴她的圣灵原力[3]。

我们能够可靠地向J实体推荐任何他会发现有帮助且舒适的调音形式。它也许不是小五芒星驱逐仪式，可能不是祈祷以及诸如此类的事物。然而，将自我考虑为类似收音机一样的发射和接收能量的水晶，这样是好的。容我们说，你不是能量的源头，而是能量的通道。你可以调频你的意识场、正如同你对收音机调频以接收你想要的电台一样。这个器皿通过调频来请求她在有意识的状态中、能够稳定承载的最高最佳之通讯，该通讯属于耶稣·基督的能量。这是一个非常明确的请求，因此她能够相当精确地调频，虽然她对于自己正在做的事情没有技术上的或具体的知识。这个调频的过程非常有帮助，我们认为J实体可以从好好考虑这个

问题之中受益，即为了联系到这个实体想望达到的源头，需要有怎样的调频。

在一场工作会期结束时，我们会描述那时的情况为：你收集了一种特定的能量，它是光。但是这种光的色彩是什么、特性是什么、质地是什么呢？我们会鼓励在这一点上进行思考。这个器皿在她自己的会期模型中，看见该团体中的人借由他们的组合能量创造出一种力场或能量场，由该圈子形成的拱形能量创造出一个圣殿，她看见光被拉入那座圣殿之中。在每次会期(集会)的结尾，她会在口头上请求每一个人释放那道光、还给造物者；这将以一种形而上的方式，净化刚刚完成的工作之物质与形而上的局部区域，并且使得该区域里的能量返回其中性、尘世的振动。

无论发展出来的是什么仪式，对于那些在本质上明确是神圣或灵性的事物，把该仪式视为一种净化与完结，这是好的。确实，所有我们推荐的事物都涉及如何将这种程序赋予极性或爱的能量，于是，从事这项工作的 J 实体能以一种明确的灵性或神圣的方式，来参与、融入该程序。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：不用了，那就足够了。下一个问题是：对于我要和联想遥视程序一起工作，能不能请你们帮助我设置一个总体的意图？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们刚刚谈到了设置一个在灵性中构筑的意图。容我们说，一般而言，灵性或神圣的概念过分受限于人们对于灵性的理解。灵性完全不必须是笃信宗教的，它不必有任何地点或仪式做为装饰，灵性的核心涉及一个实体对自我的定义。

当一个实体开始检查自我本质之际，各种世界便开始向他开放。我们会鼓励J实体每天花时间问『我是谁？』这个问题。然后允许一种思考的空白，或允许自己不做不必要的行动。这可以在所谓的冥想中进行，也可以在一种自然环境中非常有成效地完成。但是，无论它是正式的冥想或是在大自然中散步，这里的目标是将心智从内容中释放出来、允许它是空的。就会有语言无法衡量的内容进入这样的环境，如同进入一个空杯，而自我的本质是超越言语的。这就是为什么、静默是最佳的环境、此刻、你在其中接收你寻求的某些更深刻的答案。

构筑你的意图听起来好像跟辨认你的目标是一回事。J实体已经解释了这个程序本身没有具体的目标：这是一个可以用来达到很多不同目标的程序。然而J实体又反复地说，他希望借由使用这种技术、使用这种联想遥视而有所帮助、有所服务；我们会建议J实体在他的思考中沿着这个方向前进。了解到怎样的目标会受到灵性指引的原力所祝福，这些目标有着精心设置的意图、聚焦于朝向有益、悲悯、仁慈以及其他描述无条件爱之属性的种种方式。

所谓的魔法师是一个尝试在意识中、借由他的意志创造改变的人。从字面上理解，联想遥视的规程正是这个意义上的一种魔法。问题是，其意图是正面的、中性的、还是负面的呢？检验一个好比创造金钱之类的意图、可以看到那种意图的极性是混杂的。会希望拥有金钱以便于做好事的正面面向，然而也会有服务自我的潜台词(subtext)。这个器皿经常说，在企图从服务中赚钱的方面，她宁可维持贫穷以便于她能够乐捐她的工作、并且离开金钱的势力。这个器皿已经不再坚持那种完全不接受金钱的绝对目标，因为在好比这次集会的场合，现在她确实会接受资助，但这些资助直接转给爱/光研究中心的资金库，所以她不会以任何方式或形式、通过执行灵性工作而在个人方面获得收益。

这是一个有价值的态度，因为它让这个器皿在她着手进行通灵的时候，免于任何混杂的极性。要构想一个绝对纯粹的意图，即使并非不可能、也是非常困难的，因为人类实体永远是混杂的，因为他们的本质是造物者所创造的 360 度的全部事物。结果是，每个实体都有一个阴影面，它跟正面或阳光面同样地强有力、同样地清晰。当你问自己『我是谁？』的时候，你将越来越多地开始看到，你是每一个事物与每一种品质。接下来问题就变成了：『在你的存在之中，这些能量是如何配置和组合的呢？』

每个实体在贯穿整个人生期间的目标，即是去越来越多地穿透那些已经创造了一个虚假自我的肤浅教导。那个被父母、老师、和其他权威人物养育成人的自我，包含了大量的意象派（imagistic）材料，好像你在对自己显示那些陈旧的自我照片而不是自我的近照。当你越来越多地了解自己以后，你将发现这些虚假的自我形象或部分脱落了，这将帮助你澄清你的本性，因此澄清你的基本意图。

我们能在这点上进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，那就足够了。你们可能已经触及了这点的若干部份，但我还是想提出这个问题。为了对观看者正尝试去描述的目标获得一种更好的信号，他是否必须将身体置放在指南针度数上、某个适当的校对位置？

我们是 Q'uo。我们觉察了你的询问。我们为那个问题而感谢你，我的兄弟。我们凝视着：在不删减自由意志的情况下、能够分享的内容。我们能够分享的建议是：**南北向的校对位置不错， 东西向的校对位置也有益。和南北向对齐会将你带入风与水之间的动力中，和东西向对齐会将你带入土与火之间的动力中**。两种

对位一般而言都有帮助，但 J 实体可能会注意到，在具体的各种应用中，有时候其中一种可能会更可取。但是我们会建议，使用(四个)基本方向是一个好主意。

再者，我们给了这个器皿一个影像：身体离开任何地面、(姿势)多少有点后仰，就好比这个器皿要想获得一个相当高的舒适程度，她可以在后仰的椅子上向后躺下。我们可以建议，通过某种形而上的方式清理区域，可能比关注位置或摆放更有帮助。

我们会建议另外两个有帮助的因素：那就是选择这个器皿所称的满月、或者接近满月的时间来工作，因为在那段时间中、包含着对这项工作有帮助的强健能量；我们还可以建议，这个实体寻找有关十八天灵性周期的必要信息，并且决定他自己的十八天周期的特性、以便于避免那些时间.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

.....(期间)能量从低变到高或从高变到低，而处于一种临界(点)、不稳定的状态。

在那一点上，我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：不用了，那就行了。谢谢你们。你们能不能描述一下、对我合适的共事者(coworker)的一些特征？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们当然能够向你描述一些特征来帮

助你考虑一个共事者，但是，我们首先会说，有些时候一个实体会为他自己制造出路障。就是因为这个原因，J 实体在找到一个完美合作者的方面、不慎制造了一个路障，因为 J 实体尚未臣服于他自己更深的本质。我们很难为这个器皿找到一些话语、能够揭示我们的意思是什么，但就仿佛 J 实体锁上了在他对面的一扇门。那扇门的钥匙是一个问题或一种饥渴；我们无法给予 J 实体这个问题，或者为了他、于他的内在发展出这种饥渴，但他的内部有这种饥渴，而且此刻是强烈的，是故，我们会向 J 实体建议爱的价值。

爱是一个关键词。由于严重的滥用，当它被说出来的时候，几乎毫无意义，但是在(宇宙)造物中、每一个实体的真实本质就是爱；造物者的本质就是爱。所有的能量，无论在世上看起来像什么，都是爱的某种形式。当 J 实体找到这种渴望并提出这个问题、而不是做为一个站在自心之外的人，他将进入自己的心中、那个神圣的空间。就是从那个地方，生命与爱将会开放。我们无意说得隐密难解(cryptic)，但是如果一个人的本质是爱、如果该问题与爱有关、如果心的内部被描述为无条件的爱，那么也许我们已经向你提供、在此能够向你提供的帮助了。

一个有帮助的同事的特征是：聪明、自我察觉、幽默，而最首要的是：信心。

如果你能找一个有信心的、容易相信的、开放的人，那你已经做得非常好了。然而，我们会对 J 实体建议，正如 B 实体说过的，那个实体将会在等待时间结束的时候被吸引到你身边。你完全不需要去找到或追寻这样一个实体；毋宁说，你们两个人将自然而然地走到一起，正如每个聚集到爱/光研究中心的人所经历的那样。每一个连结都是一个同类相吸过程的结果；诚如这个器皿之前所说，这个团体是被一的法则带到一起的。

当你在自我之中窥视那个既骗人、又揭露真相的自我结构[被狡猾地制作]之际，将你的能量放在自我揭示和深刻的诚实之中。知晓自我的过程需要花费 J 实体所富有的一切坚持。这是一个漫长的、毕生的工作。然而，我们觉得 J 实体将会很惊讶地发现，一旦他在有意识的层次上参与自我知晓的过程，事情会多么迅速地改变。这宇宙是被设计来回应自我的发问者。

在那一点上，我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：不用了，那就很好了，谢谢你们。下一个问题是：我将被允许在联想遥视(ARV)上取得成功吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询题，我的兄弟。我们不会觉得这是一个我们能够讲述的问题，因此，我们将简单地跨过它。我们在此为缺乏信息而道歉。

J： OK，我的另一个问题是：A 将在我的未来扮演一个角色吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再一次地，我们发现这不是一个我们觉得能够对你有用的领域。此时，有进一步的询问吗？

J：不，没有了。

B：Q'uo，当你谈到东、南、西、北的方向的时候，你指的是磁极还是自转极呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们意指磁性的、而非自转的数值。

B：谢谢你们。（对着 J）还有别的(问题)吗？

J：我还有一个问题，如果你愿意试一下的话。两周以前、当我睡醒的时候，有一些蓝色的光，以昏暗的矩形出现在我的天花板上。你们能不能告诉我它们是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现在你正在进行的工作中，你已经为自己打开了通道、进入这个器皿称为的脉轮系统中各种各样的点。在那些象征性系统中，有各种观看空间与时间的元素的方式，这些元素由几何形状与色彩构成。当时你察觉到、并且在观察一个内层空间，它无法被你的显意识智能所理解，因此，在某个程度上，你仅仅能够看到颜色和几何形状，而不能够看入那个世界。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，我这边结束了。谢谢你们。

我们是 Q'uo，我的兄弟，如果你结束了，我们也就此结束。我们感谢你、为了你与我们在一起、以及提出这些问题所花费的可观努力。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们找到你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo。
Adonai。Adonai。

原注
[1] ARV 为缩写、代表联想遥视(Associative Remote Viewing)。这里有讨论这个技

术的一个网站：

www.remote-viewing.com。

[2] 根据 William E. Butler 的书《The Magician， His Training and His Work， 暂译为魔术师及其训练工作》。

[3] 在为每一次集会调音的时候， Carla 会呼唤圣灵、造物者、耶稣·基督以及各位天使长。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

https://soultw.com/TLOO/2005_0120b.html

☆ 第 2706 章集：道途上的陷阱与分心物

关键词：自我模型，水晶时刻，不耐心，骄傲，压力，平衡，杂务，静默，阴影自我，遗忘面纱的意义，前世记忆、做梦、回溯催眠

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想 2005 年一月 16 日

团体问题：Q'uo，这一周、我们想问你们是否能够详细阐述一下，**真理寻求者在刚踏上寻求道路的时候可能会遭遇到怎样的陷阱和分心物，以及在稍后的道路上是否有其他类型的分心物或陷阱？就一个人在寻求被松散地称为真理的东西时需要注意的事项，请给我们一个大致的总结。**

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，

在为祂的服务中我们今天来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤、是一种极大的荣幸，我们非常高兴与你们谈论关于灵性道途上的陷阱与分心物。但是，一如既往，我们会首先想要特别地请求你们每一位在你们聆听我们的想法的时候，保留非常小心地进行分辨的能力，仅仅选择那些看起来真的对你们有益、你们想望在其上进一步工作的想法，立刻抛弃其他的想法。通过这种方式，我们将感觉远远更加有自信、不会侵犯你的自由意志或干扰你自己进程的神圣性。

借由询问一个尝试去跟随灵性道途的人、会遭受(哪些)陷阱和分心物的损害，你们提出了一个相当宽广的问题。对于每一个尝试去行走在两个世界之间的第三密度实体而言，灵性道途的自身是携带他们的一条异常宽广的大道；这两个世界指的是第三密度之共识实相世界和内在世界，而内在的世界因其重要性和清晰度有时候会完全超过外在的世界。

大致说来，那些并未有意识地走一条灵性道途的实体，会舒适地停留在第三密度之中，享受从他们眼前经过的各种形象和幻觉，如 G 实体在早些时候说的。在一个人起床并经历一天的过程中，从一个形象转到另一个形象，是一件令人舒适且熟悉的事情：从事工作，满足身体对于三餐、提神、睡眠的需要。跟随灵性的道途，则是一件较不舒适、有时甚至是可怕地陌生的事情。每个实体都是于灵性道路确实存在这个念头出现之前，就从某个模糊的地方踏上了这条道路，因此这条宽广的灵性道途是你们所有人的家园。这个房间中的每一只脚都曾踢起了那条道途上的尘土，那尘土曾经被这个星球上的每一个人在不同的时候相似地踢起过。因此，那些踏上灵性道途的人会有各式各样的态度，所以陷阱也是各种各样的。

让我们从一个模型的立场来接近这个问题，用这个模型来看看你是否的确处在灵性的道途上。**灵性道途上的自我模型会聚焦于你之所是的那个「我」**。这个单数

第一人称名词的用法很多。当你想到自己的时候，你不总是把自己想成一个相同的自我。当你将自己看成一个走在灵性道途上的实体时，你是谁呢？当你处于灵性的道途上之际，那个为你发言的「我」是谁呢？那个声音、那个身份、那个人跟其他反思较少的角色中的那个「我」相比，有怎样的差别呢？

满怀希望地，当你开始将自己感知为一个灵性的实体时，那个为你发言的「我」会开始从表面的「我」、即表面人格、之迷雾中走出来。这个器皿在头脑中对处在灵性道途上的实体所采用的模型，是跟随耶稣·基督脚步的模型。**这个器皿对她自己采用的模型并不是一个崇拜的模型，而是一个跟随老师榜样的模型；这个老师看起来确切地知晓自己是谁，他将自己认作是造物者的代理人**。接下来这个器皿就拥有了一个灵性道途上的自我模型，在其中，关于她是谁这个问题，她拥有一个客观参考物，因为她正跟随着一个具有某种人格的实体。这个实体将他自己严格地定义为天父之子，正在为他的父工作。**值得注意的是，这个实体在他所有的讲道中从未要求崇拜[经文上没有]，而仅仅要求跟随。**

所以，我们会相当简单地询问那些正在注视着灵性道途上的自我的实体：「你是谁？」因为这是将实体们吸引到寻求道途上的菁华中心。他们开始意识到，从摇篮中的经验开始至今，所有已经取得的智慧都不足以满足对于身份和意义的渴望，他们了解到自己将要开始一次旅程。这完全不是一次物质世界中的旅程，但是非常明确地是一次旅程，非常明确地有一条可供所有寻求者共同行走的道路。

要了解到，在这条道路上，与其说你是在收集事物，不如说你是在允许事物脱落。你的身份和你适宜的进程的深入且真实的音调，它们会清晰地、悲切地，有时哀怨地、有时胜利地、但总是明白无误地出现；偶尔会有一个时刻出现，这个器皿喜欢称它们为「**水晶时刻**」，它会非常清晰地表明意义和共鸣，如钟一样发

出铛铛的声音。**在那个时刻，无论领悟的是什么，它都是容易的、毫不费力的；你了解到你收割了在进程中已有很长一段时间的收获物，你终于听到、感觉到并且看到你已经完成的工作，但是你永远不会知道那个时刻将在什么时候出现。这就是一个走在灵性道路上的人的进展。**

对于灵性道路上的新手，**某些陷阱会包含不耐心、以及没耐心地伸手去拿和紧握不放**。这些困难不会终结或排挤一个实体的灵性寻求，但这种不耐心会对那个注定会回应你的需要、但只会在适当的时候回应的过程，造成一种阻碍。这意味着有时候一个人必须等待。要使一个人专注于单纯地等待，那是非常困难的。

Jim 实体在早些时候谈到，在工作淡季期间找时间坐下来、沉浸于静默之中，让(自然)造物对他说任何它愿意对他说的话，多么令他开心。这种乐意让自己在当下此刻的流动中漂游，那是所有寻求者的一种极大资源。该实体 Jim 谈到，他在太阳下山的时候坐下来，让阳光缓慢地、渐渐地消逝，聆听白日生灵的声音逐渐安静下来、夜晚的生灵开始唱它们的夜曲，简单地容许(自然)造物的全体从他的眼前、耳边流过，在最后时刻走入他的住所，奇妙地感觉到生机勃勃、精力焕发。**这种耐心的模式是非常值得实施的。**

要了解到，当一个灵性导向的问题于内在被提出的时候，该答案可能在接下来的十五秒中出现，也有可能在两周或两个月以后出现。能量已经被启动，现在必须信任它。从问题移动到信任与等待，这是一项需要学习的重大技巧。当你于内在感到不耐心的时候，温柔地提醒自己：灵性的寻求之中没有时间。

随着寻求者变得更加富有经验，随着学习在其自身的积累，道途上的陷阱可能改变。**如果你是那种觉得对行走这条路已经有经验的人，要了解，你的陷阱很有可**

能是知晓得太多、或感觉你已经懂了。在演进自我的方面、真的是没有尽头。当事物从你身上脱落、你变得越来越能够更深地穿透到你的意识之中的时候，你将一再地发现，你需要将某些观念从其束缚中释放出来；你需要能够允许新的眼光来改变你曾小心建构起来的、对你自己和周围世界的理解。在面对新的信息的时候，不要执着于你的身份或你的知识，而是将你旧有的知识放在一边，全然地进去探查那与你有共鸣的事物；不要将它视为某种挑战你的资讯的事物，而是将它视为某种可以很好地帮助你演进的事物，它会将那些仍然对你有用的信息放到一个全新的模式中。当经验增长时，有些实体好像会将它们全部的经验历史都带在身边，试图将一切新东西添加到这个巨大信息堆[从幼年和过去岁月中获取的信息]的顶部。把自我身份的杯子倒掉、清空，使它可以接收新酒和新信息，这是个好主意。

实体们有时候带着一定的骄傲：他们已经学到多少事情、读过了多少书、研读过多少种哲学、洞穿并能够谈论多少种宗教系统。这种骄傲常常会产生一种很令人麻木的影响，我们会鼓励实体们，始终尽可能简单、直接地和各种观点和思想模式建立联系，最重要的是，以此联系周围那些可能正在尝试进入有关灵性的对话之实体。在一个于众多层面上持续地仓促行事的世界里，我们会鼓励以一种真正放松和轻快的态度，来面对这个非常严肃的寻求职责。

在灵性道途上的许多人当中，这个器皿具有代表性，因为她对奉献有一种内建的热望与饥渴。她必须奉献、她必须服务，她拥有一种几乎是被驱策着的感觉，要去成为造物者的代理人，如耶稣实体一般。**拥有那种背部压力是好的；而允许那种压力使你变得匆忙或急促或焦虑，就不是一件好事。允许那种背压继续激励你；但如果它使你超过了那个(临界)点，而失去了耐心、对你的道途失去比例感和幽默感，那么，你就已经进入那个热切与仓促的特别陷阱。**

如果你允许它驱动你，那种热切与仓促会对你产生的效果是：去做越来越多的事情；尝试更多的训练；如果你没有每天冥想的话，增加一次冥想，接下来添加另一个，接下来让那个冥想变得更长，如此等等。这样承受压力寻求的结果是：作为一个寻求者你被耗尽，不得不坐在灵性道途的旁边休息一会儿，擦擦额头上的汗、喘一口气。有时候一个耗尽的寻求者要花费数年时间来完全恢复平衡，回到一个真实的、热情洋溢、感觉很好的进程中。

在道途上行走并不是一件困难的事情；对于那些已经为漫长的跋涉做好准备的实体、它更多的重点是成为一个旅程。第三密度中大多数可用的道路，都有一个起点、一个中间过程、一个终点；有学习的过程，有中间的点，你在其中非常努力地工作并变得越来越好，然后借由一个做得很好的工作、获得一个教育上的学位、一个工作职位的升迁等等，那个过程到达顶点。

在灵性的道途上，死亡仅仅只是开始。没有结束，有很多很多个开始，没有中间部分的结束。你总是在灵性道途的中间。

也许最伟大的礼物就是：知晓你什么都不知道、知晓你的确将会掉入很多的陷阱、然而这不会让你离开道途。除了找到之外，你不会迷路；如果你的确需要休息，即使在路边、你也依然有人陪伴。

至于灵性的道途上、可能出现的分心物，那是没有止境的；但只有当你在心里将事物视为要么是灵性的、要么是世俗的时候，才是如此。如果你在人世间的这两个部分之间划出一条分界线，那么每个没有被明确指派为要专注学习的事物，在某种程度上都会被视为一种分心物。

然而我们会向你们建议，一个灵性导向的实体做的所有事物都是灵性的。上厕所、洗盘子、清理垃圾、喂猫：这些普通的事情和日常杂务都是必要的，无法被解释为拥有任何明显的灵性特征。然而这个器皿，举例而言，却找到了一些方法来对每个(日常)活动都赋予一种认识，一种具有灵性特色的认识。

你的一天中，有哪个部分你真心觉得它是一种分心，并且只是分心呢？你做的事情中，有哪些你真的能够说不具有灵性的价值？如果你能够辨认出一些可以被视为分心物的事物，也许你可以坐下来沉思，是否有一种方式使你可以赋予这些杂务某种神圣的特性，这种特性来自于服务、来自于爱、来自于一种认识：在灵性意义上，自我是谁。在我们看来，**如果一个实体把心放在造物者身上，他就不会有真正的分心物，因为实体可选取的每一个行动，都有潜力在灵性的光中被看见。**

在我们即将开放这次会议给其他问题之前，我们会提及灵性道途的一个简单面向，那就是静默对声音、空无对内容；因为在你们文化中、那些灵性道途上的人是从一个内容极其丰富的文化走上那条道途的。有趣而值得注意的是，在所有这种内容中，文化批评家们经常指出内容的空洞、内容所创造的幻象、以及借以创造内容的一个图像接着一个图像的幻象特性，无论这种图像媒体是电视、收音机、报纸还是电脑。

这个世界的很大一部分拥有某些文化性的影响力，该影响力更多地导向对静默的欣赏。**静默看起来缺乏内容，然而它包含了无限的意义；而在你们富含内容的文化中，意义本身却经常被丢失了。**因此，如果你具有欣赏内容的特性，我们会建议你选择内容；因为对于那些尝试从你们文化的表层面向获得意义的人，确实有

很多的陷阱[如果你愿意那样说的话]，这些表层面向如同你们在电视上看到的、在报纸上读到的事物。**不要落入这种陷阱：把太多的意义指派给表面的事物。允许意义成为一个奥秘，允许静默成为你的老师。**

我们感谢这个问题，我们觉得我们也许对它说得够多了。现在我们向进一步的问题开放这次会议，如果有任何问题的话。现在有进一步的询问吗？

G：Q'uo，我有一个冗长的问题，我为它的长度而抱歉，但是，希望答案会是简单的。将问题直接从纸上读出来会更容易一些。

（朗读）Q'uo，当我在道途上前进的时候我会体验到一个现象，它可以被描述为：光变得更明亮，而暗变得更黑暗。我感觉我正在体验的、可以被方便地描述为一种感觉光谱的两个极端。一方面，我感觉到力量、活力、灵性上的感知在有些时刻会增长，基本上、所有指向真理的灵性作品不仅对我是有道理的，还变得有生命力，变成一个活生生的流动实相。结果是，借由自我知识，我觉得更加有能力去唤起并祈请更高的原力来转换较低的自我部分。

另一方面，我更加尖锐地感觉到自己的阴影面：对各种情况似乎更加怨恨的反应于我内在创造出了一种酸味与苦味。我不知道是否在追求光的时候，因为我忽略了对我的模式中某些面向的察觉、而导致了阴影在我内部变得更加强壮，或者这只不过是变得更加察觉，察觉一个已经存在于我内部、一直和我在一起的阴影，这个阴影在我尚未有意识地去转化它的情况下、活着并发挥作用。**你们能否帮助我理解，它是对已经存在的事物的认识，还是我心智中扭曲的想法、进一步创造它呢？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。作为一个存有(being)，在你试图穿上自己的鞋子之际，**阴影自我**的概念是非常有帮助的。一个人很难把这种阴影自我的观念概念和自己绑在一起。也许，如果我们将它称为一个完整的圆形自我，可能会比较容易看清这个存有的构造，因为**我们每一个人，我们和你们，都是复制(replicate)了造物者和(宇宙)造物的所有面向的存有。**在你们抵达第三密度之前，你们已经完成了巨量的经验混合。你们曾经是元素、植物、动物，现在你们基本上是一种带着良心的动物，努力走得更远。借由经验，我们已经变得更加精炼，不过，我们携带这个完整的圆形自我，正和你们一样。

这受造世界(creation)中有什么呢？无论你看到什么，那就是你。监狱里的杀人犯是你，被告席上的小偷是你，刚刚拯救了这世界的英雄是你，你是士兵，你是赚钱养家糊口的人，你是怀着孩子的母亲，你是一切事物。**你无法选择在你里面有好东西、还是所谓的坏东西，你全部都有。**父母对孩子的苛责和纪律是尝试去充分训练孩子，好使他将会举止得体，因为你已经学会举止得体。借由喜欢好的事物、寻求光，你已经越来越能够使自己处于这样的情况和环境中，在其中，你能够活在自我的阳光面中，享受服务、学习和奉献。这些关于你和所有实体的事情都很真实，然而，同样真实的是那个未受到美德鼓励的自我。

你仍旧拥有那个(阴影自我)，你将一直拥有它；你拥有它：你之所是的力量的一部分。没有那完整的圆形自我，你无法成为一个完整的人、向前迈进。在你演进的时候，没有任何部分会被留在后面；在你学习去借由一个接着一个脉轮、一个接着一个问题、一个接着一个片刻来平衡自己的时候，它们会以一种越来越有帮助的方式被安排好。你一直处于不断的变化之中，因此，那些令你察觉到自己所谓的邪恶部分的时刻来来去去。有时候你会相当不安地察觉到表达特别清晰且雄辩的愤怒或恼怒的想法；你觉得自己在考虑一个可憎的想法，它完全不公平，你

肯定永远不会将它说出来；你怀疑那个想法是从哪里来的，是否你内在的邪恶正在以某种方式长大。**我们向你保证，它没有长大，它一直都在那里。它选择这个特定的时刻来揭示自己，是你的自我给予自己的一份礼物。认真地接受它、仔细地查看它；如果你能够的话，看看那个将你自己这个特定部分带出来的触发物在哪里。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，感谢你们，Q'uo。那个答案好极了。

我们感谢你，我的兄弟。在此刻有进一步的询问吗？

S：我有个考虑了一段时间的问题。如果我想恢复我有过的、所有转世中获得的所有知识和智慧，我要如何才能做到呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你在第三密度的投生中提出这个询问；我们最简短的答案会是说……

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

……在你穿过了死亡的大门之后，马上就能够重获那种信息。**一旦穿过了那扇大门，和完整的意识以及你的高我的完整交流重新团聚，你就会拥有毫发无损的记忆：关于所有你曾经成为，以及确实地，你将会成为的事物。在第三密度中，拥有全方位可获得的信息、不被认为是一件有帮助的事。你知道，在所有先前的经验之上罩上一层审慎的帷幕，这被认为是远远更有帮助的；这样你就可以在一次你参与的特定投生中、(努力)击球奔跑，完全凭借这辈子自身来给予它应得的认**

真考虑。

在投生中穿透遗忘的面纱的方式是受限的。做梦的过程是一种方式；那些与梦一起工作的人经常能够恢复前世的记忆，因为他们逐渐发现，自己在梦中所处的景观是一个不同的环境、它开始拥有自己的一种实相。

实体们能够恢复前世信息的最常见方法，是借由显意识心智去接触深层心智；这过程通过回溯催眠的会话完成：在一位催眠师的帮助下，自我被带回出生前的(几个)前世，而催眠师会询问一些问题、能够让人恢复某些(前世)记忆。

我们可以进一步回答你吗？

S：那个回答给了我大量要去考虑的事物。我在现在没有其他问题了。谢谢。

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

T：Q'uo，我不知道你是否能够回应这个问题。我在今早醒来的时候所收到的图像，象征着我需要进行净化和清理吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现自己在这个问题上、因为不想违反自由意志而完全停了下来。我的兄弟，除了鼓励你跟随你已经在进行的思考线路之外，我们无法提供信息；我们感觉你处在一个拥有大量材料的场所，我们鼓励你去探索它。

我们可以进一步回答你吗？

T：不用了，谢谢你们，Q'uo。我理解。

我们感谢你的谅解，我的兄弟。有时候，我们无法提供任何真切的信息，我们为此抱歉。

现在有最后一个询问吗？

G：Q'uo。我有另一个。这次只有几段长。我很抱歉，但我的问题需要背景资料。

（朗读）好几年的时间，我一直在体验一种感知上的模糊性：它可以是瞬间的或持续一段时间的，这种模糊性使得梦境与现实之间的边界变得稍稍有些朦胧。

正如我已经听到很多其他人谈到的这种相同的体验，它感觉起来好像是：**先前一种有清晰定义的实相坚固性融化了，突然之间在清醒的意识中、一切感觉起来像一场梦**。最近有几次事件，在其中、我相当不确定是否我实际上在「真实的世界」中说了或做了某件事情，或者，是否那些记忆其实是梦境的产物。这类模糊性是正在到来的第四密度的能量、以及它们在意识中带来的相应改变的结果吗？或者，也许如同《一的法则》系列中所警告的，这是一种症状，体现一种过度匆忙的极化、和伴随这种对进程的不耐心劲头而来的**薄暮状态**？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们无法给一个是或否的单一答案，因为当我们查看你的模式之际，我们会说，也许那些体验的三分之二是你人格类型的一种人为结果。你和这个器皿一样，都有一种心不在焉的品质，它会制造出

这种感觉而不需要对偶然事件有任何共鸣或意义，它只是一个你(心神)涣散的时刻。我的兄弟，有些其他的时刻，因为你奉献的强度，在你的感知网络中出现了显著的转变。在第一种情况，也就是这种体验的三分之二，它不涉及意义，只是一种人格的产物；在剩余的部分中，就有大量可以被有用地开采的材料。因此，我们会建议你寻求那种特殊的共鸣，它会伴随这种由奉献在意识中激发的转换而出现。

你所建议的第三种可能性，就是你也许基本上在体验一种太过于急速前进以及诸如此类的错误。我们愿使你在那方面放心，因为在你的两种情况中，它都不是一种急速前进或太过于努力的人为结果。毋宁说，这涉及到你特定人格的塑造方式、以及它在处理那些不能完全用理智的想法来含括的经验时所使用的方式。

G：酷毙了(cool beans*)！谢谢你们，Q'uo。
(*编注：这里除了音译很有趣之外，发问者 G 的姓氏刚好是 Bean。)

我们感谢你，我的兄弟。你真是一个很酷的豆子。这个器皿正在问我们为何要讲那点蠢话，我们向这个器皿致歉并向在场所有人致歉。
（笑声）

在那样的音符上，我们将在太一无限造物者的爱与光中离开你们。能与你们在一起、分享你们的振动，这是一种怎样的快乐呀。感谢你们向我们提问。我们是 Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。Adonai Vasu。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

https://soultw.com/TLOO/2005_0116b.html

http://llresearch.org/transcripts/issues/2005/2005_0116.aspx

☆ 第 2707 章集：伴侣关系与性

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想

2004 年十月 10 日

来自 A 的问题：在结婚一年以后，我必须承认妻子和我之间有严重的性方面的问题。在不侵犯自由意志的原则的情况下，Q'uo 能够对我们当前性方面的困难进行评论吗？它们能否为我确认，我当前的情况是由高我规划的、以便从正面方向引导我吗？除了我们个人的问题之外，想望询问在我们的灵性发展中，有性和无性之间的区别。有许多和尚或尼姑通过禁欲来专注于他们的戒律，圣经也在马太福音 19：12 中说过：「因为有生来是阉人，也有被人阉的，并有为天国的缘故自阉的。这话谁能领受，就可以领受。」另一方面，Ra 教导我们，一次健康的性交会在彼此之间增强我们的生命能量和情绪能量。

Q'uo 能不能在这两个概念上进行拓展，并且描述它们对于我们寻求的旅程、有何清楚不同的好处？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中我们今天来到你们这里。容我们说，能体验你们团体的能量是怎样一种荣幸呀！它的美丽几乎让我们吃惊，我们为你们寻求真理的极大渴望、和

你们为彼此提供支持和鼓励的开放之心而感谢你们每一位。我们十分乐于向 A 实体提供我们的想法，我们会仅仅请求他和所有那些听到或读到这些语言的人，细心地对你们所听到的东西承担起责任，守卫你们自己的思想进程，因为我们今天所说的观点可能不一定对你有帮助，我们不希望成为任何人面前的一块绊脚石。因此，我们会请你们仔细考虑那些我们在今天分享的想法；要了解，在任何方面上、我们都不是高于你们的权威，我们仅仅是道途上的旅行同伴。如果我们所提供的某个事情和你们有共鸣，请尽一切方法来使用它；但是，如果它没有起共鸣，请将它毫不犹豫地留在后面。以这种方式、我们得以守卫自己的极性，并且遵从我们在今天与之谈话的那些人的自由意志。我的朋友，我们为那种勤勉而感谢你们。

A 实体的询问看起来和性欲有关。我们肯定会与你们分享一些我们关于性欲的想法，但是，我们会从一个多少有些不一样的层面上来开始讨论。对快乐的追寻常常似乎包括那个渴望：一个合适的、令人向往的性伴侣，你已经将心献给那个人。我们对你们每一个存在于身体中的人都怀有最大的同情，因为这个身体看起来和空气、地面、你们正坐在其中的椅子是相当分离的，更和同住在这个地球上的其他身体相分离。**内建在第三密度的人类之中对伴侣关系的渴望、那是一个第三密度预设的特色。**肯定地，这种渴慕可能会因为在投生的早期被虐待而变得迟钝或被破坏；在很多情况中，这种对伴侣关系的酸楚感觉会在实体们的内在创造出一个情景：在其中，他们真诚地觉得，与其冒着受虐之痛苦的风险，不如体验孤单。很多时候，人们在关系中似乎无法逃脱虐待。不是所有的实体都有这种遭遇，但它会发生在你们文化中相当多的实体身上。虐待是普遍的。

有各式各样的虐待。大量的虐待并不会被记录为虐待，和那些被家庭成员强暴或身体挨打的体验不一样，这些实体经历到其他种类的、比较微妙的虐待，它们同

样对于内在的灵是沉重的打击，它们可以离间、分隔、疏远内在的灵，使其无法信任自己的同类。如果每一个你为之献出你的心的人似乎都虐待了你，随着时间的增长，于你的内在将会出现一个决定，再也不要被爱的陷阱和圈套逮住；这是可以理解的。我们会向 A 实体和 B 实体建议，这是一个可以在开放之心的私密和圣洁中进一步考虑的思路。因为这两个实体在此生的早期岁月中，都曾经有过这样的经历，在其中，他们对于同伴的天然信任和信心的和弦、被扭曲和玷污。每一个孩子在出生到这个世界时，将这些和弦体验为一种稳定的状态和正常的生活方式，除非它们确实，如这个房间中的有些人体验到的、被虐待，有些甚至在娘胎里就受到虐待。

无论生命中的这些虐待多早开始发生，它们都会留下一个标记。虽然一个伤痕(通常)只在表面上，有些伤痕比肉体上的伤痕远为深刻。能够谈论诸如你们双方都有的这种体验、这种半隐藏的记忆，将非常有利于治疗这种记忆，甚至治疗虐待的潜意识记忆，它使得大家可以彼此支持、彼此安慰、彼此宽恕。因为结束一个人的友谊，即使是出于安全的必要，也会令人有一种隐含的罪咎感。对于 A 实体和 B 实体而言，在这个关键点上，此刻正是进行这种检查、讨论和这种治疗的时间。A 实体询问，他的情况是否的确是由他的高我，也就是该指导系统和 A 实体在投生前一起规划了这次的投生；我们可以肯定这点。这不是说，该情况被设置好以便于 A 实体和 B 实体可以如此这般地学习；**毋宁说，它被设置好以便于 A 实体和 B 实体可以学习，并在相互学习的时候可以彼此教导。我**们可以说，在你的情况中，你们两人进入的关系并不被旧有的业力所束缚，这个关系之内的业力是平衡的。两人都无须考虑先前的课程、先前的转世，或者先前的各种希望与恐惧，由此、完全自由地去爱与服务另一方。也许你会以一个崭新的立场以及对彼此充满的希望，来重新面对这情况。

性欲似乎是一个红色光芒的议题，然而 A 实体提的这类问题确切地标志着，**性欲涉及整个能量体；它无法被分开或者被割裂为较低脉轮与较高脉轮，而必须从整体生命的视角来凝视**。人不是一个性欲的存有，人是一个拥有性欲、也拥有许多许多其他特征的存有。肯定地，伴侣之间、性欲顺利又愉快的表达，被创造性原则预期为一种喜悦、祝福、治疗。性欲的健康表达对身体的好处是你们的文化所熟知的，也许甚至被过高地估值；但是，如 A 实体曾说的，对那种可以通过性欲来连接和消除实体之间差距的性伴侣关系，它的益处是巨大的。当一个人，通过被认可的性方式，将标牌(tab)A 插入插槽(slot) B 的时候，距离消失了，两个人成为了一体。当身体彼此渗透的时候，两颗心、意念、情绪也彼此渗透，悲伤被分享，喜悦被分享，在两个正在真正交换能量的实体之间没有孤单。性欲被造物者意愿为一种欣喜，以及一种非常有效率的生殖举动。

创造性原则的意图对于我们仍旧是一个奥秘，然而，我们的观察一直是：从进化的道途上多少更远些的位置来凝视第三密度，**性的原则是一个强有力且持久的原则。随着密度的进展，它持续地是一个统一与欢庆的事件。**我们在第六密度，作为 Ra 团体发言，仍然以融合的形式体验性欲。我们在第五密度，作为 Latwii 团体发言，我们仍然用我们希望的方式：选择我们的形体和表达来体验性欲；然而，我们的选择依然是去找到一个最适合我们的实体，并且在团体生活的背景下一起享受一种有伴侣的生活。对于属于第四密度的 Hatonn 团体，情况也是如此。在身体载具方面，我们没有很多选择，但我们的确有那种持续性的愿望去拥有伴侣并和那个伴侣分享一种亲密的生活。**性欲不会因为你离开这个密度而消失；在你们所能观想的[和我们一样]、一系列持续性的幻象之中，它是一种持久的原则。**因此，有关性欲的问题绝对不是一个肤浅的问题，也不能借由讨论心理学、或者用各种鼓励心智各部分转变其偏见的方式来解决。

无论如何，造物者有着不只一个原因以这样一种特别的方式在第三密度中设置性欲。因为在第三密度中，在它的生命学校里，有一个为它设置的非常特定的、基本游戏方案，容我们说；**而这个游戏方案与这点有关：变得能够开放心轮、接着能够去无条件地爱。现在，在这个开放心并变得能够去无条件地爱的过程中，需要作出一个选择，这就是 G 实体在稍早谈到的，在 STO 和 STS 之间的选择，那是该团体中很多实体给服务他人(service to others)与服务自我(service to self)的缩写。这是一个重大的选择、一个有效的选择。**服务自我是一条越来越靠近太一无限造物者的进化之路，服务他人也是一条越来越靠近太一无限造物者的进化之路。**我们相信无限太一有一种支持服务他人的偏好，因此祂使得那条途径多少更容易些。虽然如此，对于那些正在觉醒于自己在行星地球上的灵性天命的人而言，最大的困难是选择进化的方式。**在这个圈子中、每一个人都已经无条件地选择了服务他人，A 实体和 B 实体也作出了这样的选择。结果是，我们会离开对服务自己的讨论，而专注于服务他人的途径。

在服务他人的途径上，最好的工具或资源之一就是性方面相协调的人们之间的吸引力。这个器皿经常想着，造物者使得两性之间的吸引力如此强大、这是造物者在我们所有人身上玩的一种花招。它好像把一根吸引力的红萝卜悬挂在驴子的眼前，而在驴子的后面，作为那种吸引力的结果，棍棒的责罚施加在驴子身上。有很多实体，包括进入配对状态的男性和女性，很快开始感觉到、这是一个可怕的骗局，因为他们不但没有得到持久的蜜月狂喜，反而很快就认识到，现在得为另一个实体负起责任，为另一个实体支付帐单，负责另一个实体的衣食住行，并在某种程度上，负责让另一个实体快乐；这些是很多人都可以感受的负担。我们不会以任何方式否定这种吸引力必然包含的努力；如果一个人选择了配偶状态的话，一旦他接受了一种关系，他就确实生活在这个关系之中，从此依赖该持续一生的服务。这就是该器皿已经注意到的花招：聪明的造物者已经将人们拉入一个

情况，在其中，他们几乎无法避免有所服务，因为对于那些处于结婚状态却没有小心地供养他们的配偶、伴侣、孩子和其他亲属的人，这个社会作为一个整体是极其非难的。我们环顾这个圈子中的实体，看到有几个人已经体验漫长的配偶关系，而其他人则经历过较短的、或转瞬即逝的关系。我们知道，那些结婚很长时间的人充分地知晓婚姻状态的责任，不过，于此同时，当我们凝视那些人的心智内部，我们看到每一个人都对婚姻状态的益处感到喜悦和感激。在你们的文化中，婚姻似乎常常破裂，因为服务他人的生活方式所特有的责任和荣耀是一种挑战；**好好地爱不是一件短期的事情，而是经由坚持不懈、耐心、极大的理解和宽恕才能做到，这些是让关系不会变酸、变苦的必要条件。**

在 A 实体和 B 实体的情况中，进入配偶关系的能量被整洁地分成较低脉轮和较高脉轮。两个实体之间的婚姻选择只包括较高的脉轮，这是不寻常的。最经常的情况是：实体们首先会被另一个人浅薄和肤浅的表面所吸引，而那些面向是注入性吸引力的事物：外表、外貌以及如此等等。这不是 A 实体和 B 实体的情况，事实上，他们的关系有着更多较高密度的人际关系能量；**在较高的密度中，吸引力是一个灵魂对另一个灵魂的吸引**。我们不相信有任何人会比 A 实体与 B 实体爱得更深，所以，我们对你们说，通过了选择彼此，你们早已成就了很多。尽管身体的吸引力是他的文化对男性实体选择伴侣时所期待的必备之物，A 实体选择去娶一个他并未感觉有身体吸引力的实体，这需要极大的勇气。然而，这是一个有意识的选择，一个虔诚而深思熟虑的选择，我们不会以任何方式暗示这是一个错误。相反地，我们会认为这是一个独特的情况，不会有大量来自于这个社会中其他人的理解。我们自己不是心理咨询师或治疗专家，无法从表面上解决两个实体之间缺少欲望而自我呈现的问题表面；不过，于此同时，我们可以提供一些想法，当 A 实体和 B 实体一同探索他们已经作出的选择之后果时，这些想法可能有帮助。

A 实体问到，在无性与有性的情况下，第三密度中的进化是如何分别发生的。我们看了一下有性配对的各种方式。通过有性配对的两个人，可以说是被置入了为彼此服务的一生。A 实体和 B 实体在没有性刺激的情况下，在没有胡萝卜的情况下、取得了这种设置；这种胡萝卜会使得两个人发现彼此如此吸引人，以致于他们对彼此变得茫然和愚蠢，无法思考要说什么或如何说。

另一方面，有些能量通过聚集到一起的方式被启动，这类方式可以富有成效地被探索。阉人或僧侣不是因为性是邪恶的而选择放弃性欲和性伴侣，不如说，他们选择不把能量和服务放在一个人身上，而是放在整体人类或放在无限造物者身上。我们也不会说这是一个错误；它是一个有效的选择。然而，这就好像选择不去使用你的一条腿或一只手臂，或者堵上你的耳朵使你无法听到。作为一个居住在第三密度中的实体，这个选择将人放在一个多少有些失衡的位置上，因为身体与心智、灵、情绪一样，都是该实体的一部分。要求身体克制表达它自然的功能，就是要求身体变得有点失衡。在我们能力所及的范围内，这就是我们对于没有性生活和有性生活之间、有何区别的评估。一个无论是现在或过去表达过性欲的实体，即是一个完整的实体；在某种意义上，一个发誓放弃性欲的实体无法成为这样一个完整的实体。如果一个人选择不去表达性欲，不会有极性上的损失；但是，如果(身体)所有的自然机能都被视为美丽与神圣的，就更有可能拥有一个健康的能量体、拥有生命力以坚持不懈地寻求。

The Lovers

所以，**该挑战就是升华先前认为性欲仅仅涉及较低脉轮的概念，从而可以将性欲视为既是自然的、也是神圣的**。在这个器皿熟悉的原型(系统)中，有一个被称为情侣(The Lovers)的原型。在这个原型中，中间的形象是一个男人，他的双手交

叉，右手从他的左肩上向外伸出，左手从右肩上向外伸出；他用一只手握住一个纯洁质朴的女祭司形象的手，另一只手握住一个多少有些遭贬低的女性形象的手，这个女人被视为卖淫的、不洁的。那个道德高尚的女人形象带着面纱、几乎看不清面目，而卖淫的女人形象则穿着暴露且表现出极大的吸引力。显而易见的是，中间的男性形象正在两个类型的女人之间作出一个选择。A 实体已经作出他的选择，深刻地、绝对地，选择了带着面纱的神秘女祭司作为他的伴侣。

接着该问题变成了：「当那个原型人物与他带着面纱的新娘走入原型的日落之中，他会做什么呢？」我们会对 A 实体和 B 实体建议，他们的面前是开放而自由的未来；当一个人走入日落的时候，德行的神圣性会保留下来。在某种意义上，向这样一位有德行的实体介绍性欲，几乎像是一件有损其人格的事情，然而，性欲的本身并不是卖淫的(prostituted)事情。让我们从肉体向后退，因为 A 实体必须在他自己的演化中、在他自己的思考习惯中、在他自己的人格中，从这里向后退，并且**凝视这个原型的真实意义，或者容我们说，更深入的意义。(原型中的)女性原则是无意识，那个所有真理都被写在其中的丰饶书册；该男性原则是那个伸手去探知神秘的实体，他想望去探索真理之书卷的深度。女性原则代表了创造性原则；当一个实体接近女性的时候，他正在接近自己最深入的自我，洞穿那种神秘就是男性原则的目标。当它被感激、被追求、被珍惜、被爱护的时候，女性原则最终可以放松，揭开面纱并允许她自己绽放；真理会从这种满足的每一个毛孔喷涌而出。这就是该原型形象更深层次的意义。**

我们会鼓励 A 实体和 B 实体，允许将要发生的事情发生，无论它是什么。如果两个如此相爱的人之间出现了欲望，我们与你们一同欢庆；如果两个如此相爱的人之间没有欲望出现，我们确实与你们一同忧伤，因为我们的确看到性关系的价值和美丽。但是我们请你们每一位毫无疑问地知晓，你正在做着你来这里要做的工

作；当你们在彼此之间探索这个议题或其他议题的时候，你们在帮助彼此绽放，你们在帮助彼此发展，你们在帮助彼此治疗。

我们知道 Carla 实体向你建议了一种方式，通过它你可以重新学习如何带着爱彼此碰触。我们会向你推荐这种技术并且建议，如果你发现自己在这个四阶段中的某一阶段感觉到舒适，你可以在那里停留尽可能长的时间。我们会进一步向你建议，到了该前进的时候，就进入下一阶段。如果你将剩下的生命都花费在第二阶段或第三阶段上，相比于那些尽管在技术上功能完善，却对性生活感觉不满意的实体，你们仍将找到更多的亲密性并交换更多有益的能量。如 T 实体早些时候说过的，快乐是你用来作为开始的事物，接下来，整个世界都变成了一个快乐的地方。这对我们是如此真实，我们向你推荐这个想法。请允许你们自己首先和彼此一起感到快乐。

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

允许你们自己以彼此的美丽为荣：心智之美、情绪之美，内在灵魂之美。这会允许每一件事情安放在其合适的位置，去掉对整体中之某一部分的过分关注。我们鼓励你们每一天在冥想中、和彼此在一起，并允许那个寻求中的合一在你们生命的花园中播种。谁知道将来会长出什么植物呢？只要知晓，你们将会栽培那些你们计划到这里来栽培的事物，你们将帮助彼此绽放。

我们为这个优异的问题而感谢 A 实体，现在我们会开放这次会议给其他询问，如果有任何询问的话。现在有一个问题吗？

G：Q'uo，我有一个问题。最近，在我的生活中，我有过一些结交和性能量转移的机会，因为这样或那样的原因，我放过了那些机会。我觉得那些机会不会有结

果，因此，出于对另一个人的考虑，我没有做任何身体层面的事情、那会激发情绪或导致对关系的承诺。我想要问你们：**等待一个更好的机会，或者等待「理想太太(Ms Right)」的行动，是不是一个睿智的行动呢？或者，在追逐一个幻想、一个更接近我心智中虚构的梦中人的过程中，我是否错过了某个已经敲门的机会呢？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我的兄弟，选择的密度就是那样：没有错误；只要带着一颗完全与有爱的心作出选择，每个选择都和别的选择有着同样多的优点。爱的方式是一个奥秘。例如，这个器皿有过等待「理想丈夫(Mr. Right)」的记忆，并且感觉到她做得殊为正确。这个实体也放过了很多机会，直到十九岁的时候，她选择将自己交给那个她订了婚的对象。同样真实的是，这场非常短暂的旅行：在这个实体的生命中，从最初等待理想丈夫、然后选择他、拥抱他的狂喜，再到被这个实体抛弃在婚姻的祭坛上。她的等待是一个错误吗？这个实体不会这样说，**因为她作为一个存有、已经非常自然地发展了，因为她一直等到她的心完全投入、她的信心和信任是全然的时候；所以她对性欲的首次体验完全是正面的。**

另一方面，当一个实体轻率地拥抱另一个实体，并如你所说，在没有全然的信心和充分的选择的好处下、和另一个实体纠缠在一起，在很多情况中，胡萝卜仍旧被给出，棍棒打了下来，实体们经由事实学会如何去爱，因为他已经被迫进入这个学习的情境。这就是为什么我们无法说一种方式比另一种方式更好。

这个问题关系到一个实体的人格外壳和他与生俱来的本性。有些实体是强健结实的、感觉相对迟钝，他们有乐就享；其他人比较温和、比较敏感，他们必须感觉到他们是被爱的，接着他们能以爱回报。他们必须在事情不大顺利时、能够投入

信心和信任，接着采取进一步的行动似乎是自然的。我们相信我们是在对后者类型的实体发言，因此我们会说，你选择等待是很好的。拥有一个「合适的人」的理想没有错。我们不会说每个实体只有一个对的人，但我们会说，**对于一个敏感的实体，非常小心地、非常深思熟虑地等待并留心寻求一种共鸣和深度，当你与一个确实互相协调的灵魂建立联系时、它会出现的；这样是好的，我们会鼓励你们跟随那条途径，只要它与你有共鸣。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不用了，说得好极了，Q'uo。非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。此刻有更进一步的询问吗？

J：是的，Q'uo，我想要提出一个询问。首先我想要表达、我对你们的智慧和体谅的感激，它对我多么有意义呀。我正想要询问关于心智的锻炼。你们有一次曾向我建议，如果我想给心智设置一种仪式来利用它最完整的潜能，最好的方法是去为每一个想法负起责任；你们还说，如果我需要更多的澄清，让我更进一步地提问。如果你们愿意的话，我很乐于听到你们关于这一点的更多想法、以及如何锻炼心智。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，你的问题有很多隐藏的面向，我们为了不可能回答你询问的全部(面向)而微笑，但是我们会尽微薄的力量和你分享一些想法，我的兄弟。

仔细考虑(take thought)是什么意思呢？对有些人来说，心智是一个很容易管理的

工具：它沿着相当可预测的线路运行；当它像发动机一样持续运转的时候，很容易被诸如家庭、朋友、大众媒体以及文化自身之类的外力所影响。对其他人来说，在决定将什么事物带入人格外壳的选择当中、包括了选择一个强大的智力；而如这个实体所清楚地知道的，一个强大的智力很难被停下来。因此，很多人拥有仔细考虑的体验，而这样的人在更大程度上、拥有心智在奔跑的体验：有时候用一种速度，有时候用另一种速度，有时候在一个层面上，有时候在另一个层面上，但是很少，如果曾有的话，停下来，它经常在同一时刻考虑多件事情。

无论如何，这种实体可以选择将正在经过的想法中的一个固定住，从而降低那个引擎的速度。通常这对于情况极有帮助：因为出现了一个情境，该情境中有正在发生的人际关系和互动，心智会变得集中；或者有一个主题出现，心智于是被吸引到关于那个主题的思考中。我们鼓励J实体利用这种自然聚焦的时间；这是一个很好的开始位置，让你去隔离当时的焦点，在稍后反思它。这会帮助心智离开它所喜欢的、骑着小马放纵乱跑的做法，把马鞍装上，套上马勒，接着开始驯服这匹快乐地在你大脑灰质围栏中腾跃的心智之马。这个器皿肯定与你有同伴的感觉，因为她的心智是一匹喜欢奔跑的小马，相当贪玩，但这个器皿已经学会去轻松看待它所有的那些行为，她倾向于等待聚焦以便于检验这些想法。我们也会向你建议这种技巧。

当你感知到了一个道德上的情况、或者一个对你有吸引力的考虑的时候，要了解到，这个想法是作为各种想法中、一个值得特别考虑的想法而向你指明的。如果你对这样一个想法或焦点感到天然的回避，那么你就知道、真的遇到了有价值的事情，从而带着极大的热情追寻那个道德的问题或考量，无论它是什么。

许多想法来到你的心智面前、你想望去检查那些想法，你并不知道要如何处理；

在想法涉及情绪、涉及和另一个人的互动过程或类似的其他纠结，要想考虑那个特定的想法，你能做的最好的事情就是和它坐在一起，这一个技巧在你们的社会中被大大地低估了。有些事情并不要你去解决，有些事情等你与它们坐在一起；它们是家里的客人，纠结的神秘不会一夜间就解决。当它解决的时候，答案将是非常简单的，但自然将给你足够的时间来允许你进行你所需的成长，以便完成这个纠结里隐含的模式。从你判断想法之价值的最终能力来看，所有的纠结都有非常简单的结果。但是，很多想法并不需要解决，它们是同伴、只需要你和它们坐在一起。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

J：不用了，我感激你们的想法，谢谢你们。

我们谢谢你，我的兄弟。现在有最后一个问题吗？

G：我有一个真的很简短的问题，Q'uo。我到现在已经有超过两年的时间，每一天都在冥想，或者至少努力尝试；虽然我有所改善，但离我想要的位置还很远，在我冥想过程中、距离一种单一指向的焦点还很远，有时候、我仅仅是在思考。有没有任何改善我冥想的诀窍、推荐或建议？非常感谢你们的回答。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。难以将冥想的价值用语言表达出来。肯定地，有些实体专精于取得单一指向的焦点。然而，绝大多数实体，就他们自己的判断，永远都是很不完美和相当不够格的冥想者，他们的想法会一而再、再而三地升起。然而，**对于一个实体，冥想体验的价值不会因为自我感觉到技巧上的不完美而被削弱。**

我们会建议，不带着评判或期待，你单纯地寻求静默并聆听造物者的足音，等待造物者的双臂拥抱你，聆听你的心之门大大敞开的声音。静默的礼物无法被表达，但是努力进入静默、其优点是绝对的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不用了，再一次表示感激。谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你们每一位。和你们分享我们的能量，这对我们一直都是美妙的体验。我们感谢 A 实体和 B 实体，我们感谢今天圈子中的每一个人。要知道，如果你们请求我们的在场，我们就会一直与你们在一起。我们的爱和支持是恒常的。

我们在一切万有之中、在太一无限造物者的爱与光中离开你们，我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

https://soultw.com/TLOO/2004_1010b.html

http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1010.aspx

问题摘要：Q'uo 能对我们婚姻中性方面的困难进行评论吗？在灵性发展中，有性和无性之间有何区别？许多僧侣通过禁欲来专注于戒律，而 Ra 教导我们，健康的性交会在彼此之间增强生命能量和情绪能量。Q'uo 能否谈论下这方面的问题？

☆ 第 2708 章集：灵性团体

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想 2005 年二月 6 日

团体问题：今天的问题是，什么是成为团体的一员。我们想要 Q'uo 给我们一个指引，它更多地是指物质性的、还是比较形而上的(东西)？它是对理想的承诺吗？它是为团体福利付出的工作努力吗？什么是成为团体的一员？尤其是(关于)灵性社群中的一个团体。

还有，作为问题的第二部分，对于一个被视为未达到团体理想的团体成员，什么是和他打交道的最慈爱方式呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。你们的团体呼唤我们来谈论关于团体的问题，这是一种极大的荣幸。一如既往，我们会请你们帮一个忙，那就是你们每个人都好好守卫你们的分辨能力，聆听那些我们与你们分享的内容、问问你自己，这些想法是否对你有帮助；如果它们看起来对你似乎没有帮助或没有共鸣，那么我们请你毫不犹豫地将它们放在一边，因为我们不愿意干扰你的进程或成为一块绊脚石。不要尊重权威，而是去质疑它。**在允许一件事情于你心智拥有气力或力量之前，始终先对它进行测试**，因为你知道什么东西是你的，它将在你里面共鸣和再回声，好像它是某种你刚刚记起来的事情，尽管你可能以前从未听过那个想法；而当想法没有共鸣的时候，最好把它们放在一边。如果你们理解了这一点，它将允许我们自由地发言、而不用担心我们会侵犯你们的自由意志，我们感谢你们在这方面的考虑。

你们问我们、**成为团体的一部分是什么意思**，既然我们是好几个团体的一部分，让我们就从这里开始。我们作为 Q'uo 原则向你们发言、是由三个社会记忆复合体组成的团体。作为复合体，我们选择了用一种联合的方式来服务，借由和那些正积极寻求、积极提问并且有能力聆听与这个器皿类似之管道的人分享想法。**我们也直接在实体们的梦境和冥想中发言**，不是通过言语，而是通过一种基本的振动式能量，一种为你的振动链结而存在的载波，使得我们好像在增强你的基本信号，让你更容易听到自己并觉察到自己的实相。

这样，我们作为社会记忆复合体聚集到一起，用这种方式服务；我们作为一个原则聚集到一起，用这种方式一起来为这个器皿服务，**她请求在她可接收的(范围内)、最高最佳的通讯。我们回应那个请求的方式是形成了一个三方原则**，这样我们就可以共同将这个器皿可从灵性来源获得的微妙之处最大化。那么，成为这个特殊团体的一部分，在我们这方、是一个非常有意识且慎重的选择，我们所有三个社会记忆复合体可以聚集到一起进行服务的选择，在这一个例子中、这三个复合体一同服务的选择。

我们有知晓我们的中心在哪里的优势。我们的优势在于认识到我们的——我们给了这个器皿一个字汇、她无法翻译为英语，它不是领导力，它建议**向心性**、但**焦点超越任何物质性的实体或个人，而是全神贯注于造物者本身的概念**。但是，对于我们，那个概念在地球层面的幻象之内是很真实、明显、自然的。

(在这里，）在一个以造物者为中心的团体中，好像那个造物者是显而易见、清晰、充满意义的，但(事实上)不可能这样运作。在你们的密度之内，幻象的系统是至上的，那个你们称为共识性实相的事物就是虚幻的，接着，寻求一个在那个

共识实相中有意义的中心或造物者、就是寻求该实相层面上不存在的东西。结果是，我们发觉，我们觉得自然、合适、明显的事物却不能向你们解释，我们无法说：「这就是团体的规则，这就是你们如何知道同属一个团体的方式。」

然而，在你们的共识性实相中，在你们所知道的第三密度之中，有关团体的问题位于中心的位置。这是基于该事实：在第三密度中，每一个个体的进展在某种程度上、都不可能缺少团体的互动作用。**一个实体如果完全凭靠自己是无法存活的。这就是第三密度之道。它被设计成这样一个密度，在其中、实体们借由与其他正在做相同事情的实体互动，他会越来越多地学到自己是谁。**这个环境的设计是：既欺骗你、又为你揭示，既让你迷惑又为你阐明。它被这样设计是为了推进成长的能量，却也是迷惑的能量。因此，**在第三密度中，那些正寻求在灵性、心智、情绪、身体上发展的个体，要使他们的感觉和本能[超过任何其他事物]来引导他们。那些本能会自然地引领他们进入团体**。

第三密度中最明显的团体类别是家庭。一个家庭的中心是物质性的：祖先生下小孩，那些小孩又生下小孩，以此类推。每家有一个家谱，一个人既起源于这个家谱，又是它的一部分。一个人无法选择退出家庭这个团体，因为一个人的父母等等、一直保持他们的身份；的确，你们每个人在进入目前正在享受的此生之前，特别选择了他们。

第三密度中实体们的能量也本能地、自然地有我们所谓的政治倾向。实体们会渴望为可感知到的团体而组织一己生活的结构和基调，这些团体随着时间会起起落落地发展为许多不同种类的文明与文化。再次地，在这样的团体中，其中心是显而易见的：有一个感知上的权威，那就是州、市、国家的领导人，或被感知为政府的任何团体，容我们说。你们的人群创造了很多种类的结构，这些结构为政府

所依赖。此刻，你们政治结构的经验大部分是快乐的，因为**在西方文明或文化中，尽管你们常常不同意该结构中领导人的看法，但你有某种感知上的自由度，它感觉起来正确而适当。因此，虽然实体们可能会因为特定的领导人而感到失望或不安，他们在根本上信任那些守护自由、防止政府变成压迫和奴役工具的程序。**

另一种在你们文化中、你体验到的明显团体是核心家庭，也就是说，由两个决定结婚的人所组成的家庭。这种团体的中心也很明显，也是物质性的：有一种设置好的家庭合作，一种伙伴关系。在所有这些团体中，没有需要去探索人灵的奥秘，更具体地说，没有需要去探索你自己的灵与本质。

当一个人尝试去开创一个焦点放在造物者的团体时，他开始创造一个基于奥秘而成立的团体，这种团体没有明显的物质性中心。在这个器皿的经验中，灵性寻求中的宗教面向得到重视，她很感激团体敬拜的物质性中心沿着她的变貌路线[基督徒信仰]进行。再次地，在教会环境或团体之内，依然有一个物质性的中心：有一个实体们聚集起来做礼拜的地方，有一个可感知的领袖，那是教区长或牧师，有实体们可以参与其中的礼拜仪式。加入这种团体的方式在仪式上是设置好了的，也就是洗礼和坚证礼。

然而，对于这个特殊实体的寻求，属于一个物质性的宗教团体完全没有满足她服务造物者的渴望。在和想法类似的人交往时，这个实体很早以前就开始与人达成协议，首先是与 Don 实体形成了一个寻求去服务和给予的伙伴关系；然后，在这个层次上服务了很多年之后，与第三个实体，Jim 实体，建立了进一步的协议。这三个实体之间达成的这个协议，是借由三个实体一起坐下来设立一个团体的协议而显化在物质界。这个协议的外部形状是一份文件，**在其中，大家单纯地共同**

掌管他们的生活：他们的财物、天赋、时间，并且将一切献给造物者：人人为我，我为人人(all for one and one for all)。

当这三个实体在这个焦点中走到一起之际，大量丰富的恩典以外部显化的形式倾泻给这个团体，包括这个团体中的成员知晓为**《一的法则》**的通灵材料。在这个三人小组被现在这个圈子中的很多人拓展之前，大体说来，**这个团体在许多年间的和平、合一、和谐及其焦点都是显著的。**随着时间的流逝和世纪交替，更多的丰富性开始降临到这个团体上，更多的灵魂被呼唤到附近，**他们感觉这里有某种东西，有某种服务的机会和值得追求的可能性**；所以，在理想主义的希望中，在服务的渴望中，在极大的正面和谐中，实体们开始前来，创造一个灵性导向的家族。最初的三人团体，因为 Don 实体的死亡损失了一人而成为两人团体，后来竟成了有六个、七个甚至八个实体的家庭，他们都是带着为太一造物者服务的希望而聚集的。

当你注视这个发展中的样式之际，也许可以看到，此刻这个**爱/光研究中心**(L/L Research)的特定团体，或者在 L/L 研究中心的理念和理想周围聚集起来的家族，已经很长时间没有坐下来，对于团体的焦点、团体的身份等等进行商议，达成一致意见了。

现在，**什么是成为一个团体？**容我们说，你希望它是什么，它就是什么。你想望你的团体有个物质性的焦点吗？你渴慕一种预先同意的契约性支持吗？或者相反地，你在你的寻求、服务、学习中渴慕一种独立感？因为某些想法相似的实体组成的联合体，在物质层面中并没有具体的协议。

现在让我们看看，在团体潜力方面，你们每个人带给这个寻求圈什么东西。你们

每个人都有一种特定的能量，你带着这种能量进入这个世界，它是你献给这个世界的独特而美妙的礼物；没有(什么)能量与你的能量相似。你跟这个圈子中其他人互相关联的方式是独特的。你们每个人的色彩在灵光、能量、一个接一个的脉轮中调和，那是非凡又复杂的。你们每个人都带来你的认识层次、天赋、时间、能量和存有，**最重要的是：你带来了那个精要的存在性。你也带来无形的朋友。**你们每个人都有灵性的指引，有些人的指引是高度发达的，它仿佛是你的家族历史一样地伴随着你，这不是你的肉身的家族史，而是你**灵魂能量的光流之历史**：在别的转世、别的密度、别的计划中，你去过哪里，你和谁一同工作过。所以，你为团体带来了你自己的能量和指引系统的能量，还带来了你的希望、梦想，你打算做的事。

当谈到团体能量的时候，最好不仅将团体成员们视为坐在椅子上或地板上的身体，而且了解到他们是一种能量、力量、一种延伸的结构，它穿越时间与空间往回走，和各个外层空间与内层空间上面的其他层次连通。你们每个人都带着一种非常丰富的能量分支；当你们如现在这样坐成一圈时，你可以将自己视为**巨石阵(Stonehenge)的石头圈或一个魔法圈中的树木圈**。我们特别使用树木的比喻是因为树木有很多向外伸出的分枝，这样你不仅是一棵树的树干，你还有无形的分枝，它们和你们团体中、其他人无形的分枝调和在一起。

当你选择聚集到一起、作为那种外部团体、有个感知上的权威中心，以每个人都能理解的方式前进，比较容易做到；相比而言，**你们这个团体、没有感知上的中心，固执地奉献给一个看不见的中心，同样固执地希望用保持神秘的方式去服务**，这就困难得多。例如，这个器皿希望在郊外发展一个神圣的成长中心，一个用来建立生活社区的场所。这个实体因此正在尝试去感测：什么是创造一个社区。这个器皿问过很多次：「那种社群需要什么呢？」这个器皿已有的感觉是，

主要的需要是保持焦点的纯粹，保持爱的无条件。我们不会议论这样单纯的意图，但当一个人跟第三密度中的实体们打交道之际，要保持所有的事物流露爱、保持所有的事物纯粹，那是多么困难的事情呀！(因为)这些实体必定不完美、而且不觉察他们所做所说的许多后果。这使得 V 实体的问题变得非常重要：在这样一个团体中、什么是沟通的最佳方式呢？充分交流的奢侈并未提供给第三密度的实体；在第三密度中，即便只让两个实体能够充分地沟通(交流)都是一种奢侈。完全成功的非心电感应沟通，那是极为罕见的事情。

需要记住的是开放之心的无形能量。当一个人出自开放之心打交道的时候，会有一种伴随着言语的感觉，这种感觉必定可以跨越由相关人员的不完美所造成的缺口、填补那些缺口。

你们也问到，**当其中一个实体没有达到团体标准的时候，什么是慈爱地跟那个实体打交道的适当方式。**的确，这个问题与这个器皿的意识之表面如此靠近，以致于我们发现不可能对问题的这方面进行详细讨论。因为，的确如这个器皿早些时候说过的，她努力在开放之心、在慈爱的交流方面做得毫无瑕疵，但她了解到，自己没有成功地以一种纯洁而完整的方式、服务于在此刻中的爱之原力；因为一直都有些不爽的感觉、失望、和其他情绪等等，倾向于拉扯分裂团体或拆散 Carla 实体正在尝试去做的工作。

当一个问题如此接近一个管道的意识时，我们觉得试图去通过那种干涉是不合适的；所以，我们只会说：**对于这个寻求圈中的所有人、任何尝试服务于太一无限造物者的人，最好领悟到，每一位都在跟尚未完美实现的人类打交道，虽然如此，他们都有正当的希望、梦想、意愿。出自于这种寻求圈的团体，需要成为团体中每个人真实的精要核心。当你没有可依靠的教条时，当你没有可依赖的感知**

上的权威人物时，当它是一个真正的寻求圈子，当该圈子的中心是那无形的、不过可深深感觉到的造物者真理时，当呼唤大家朝向那个真理的是太一时，每个人都必须成为祭司、每个人都必须成为权威、每个人都必须为自己选择，希望如何以及通过什么方式来创造一个团体。你们有这个机会去接受 Carla 和 Jim 实体迄今为止创造出的事物，试图帮助那个感知上的物质性团体，即 Jim，Carla 和爱/光研究中心。

不过，Carla 和 Jim 双方都已经从中心的位置与感知上的权威退后、请求以整个团体所创造的独特焦点来创造该团体。

创造一个团体，没有对的或错的方式。爱/光研究中心这个团体，无论是保持为你们每个人到来之前的样子，还是所有人共同努力使它进一步繁荣，都不仅仅是一个可接受的团体，而且还是一个美妙的团体。**就我们所知，创造一个团体没有什么不利的方面，只有你想望如何参与创造团体的感觉。**让这个团体保持现状令人舒适吗？那么就让它保持现状，接着从 Jim 和 Carla 实体以及他们感知上的渴望发展出权威吧。如果有进一步的焦点可以收集，我们觉得有潜能会超越仅仅 Jim 和 Carla 实体的希望；然后，那也会成为一个美妙而更加复杂的样式。我们不能鼓励你们采取其中哪一种方式。确实，我们只能惊叹于那已将你们带了这么远的能量，它将提升并且把你们抛入这个你们正在极尽全力摸索的样式，尝试在混乱中感知的、正在成形的样式。

我们不能对你们说，(圣)灵会给你们答案。我们不能对你们说，有一个正确的结果。所有可能的结果都是同等正确的。结果就在你们的心中，你们的手中，你们的谈话中。我们感觉到你们每个人对于自己、彼此、太一无限造物者，对于你们的星球，都有一种极大的爱。我们感觉到你们的服务意愿之深度和丰富，我们凝

视着你们的存在之美。我们知道，你们将创造光、生命、新的事物，我们乐于成为你们共有能量的一个微小部分。

我们鼓励你们始终留心那个看不见的中心，留心那呼唤你们到这里、在此刻呼唤你们前进的奥秘。你们的团体是什么？你们将要做什么？答案在你们的手中、在你们的心中。

此刻，我们将开放这次会议给进一步的询问。现在有另一个问题吗？

G：Q'uo，谁是「在绿色光芒之大门前的狮子」，或者它是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。圣殿大门前的狮子形象是一种古老的方式、表达一个关于灵性礼物的真理。这个器皿见过的纽约公共图书馆，就有这种蹲坐在通向主要入口台阶两侧的狮子。

大门前狮子的神话概念可追溯到好几千.....
（磁带第一面结束）
（Carla 传讯）
.....你们文化的(几千)年前，讲的是关于实体们在夜晚上床睡觉、吹灭蜡烛、躺在黑暗中等待睡着时的安全感。有一种想要感觉自己是被保护的愿望。你内在能量系统的实际情况，就是你的确在每个层面上都有保护，因此对能量的不明智使用无法确切地摧毁你的能量体。

当一个人正尝试进入心的时候，他正在尝试进入一个神圣空间。一个城市或图书馆的大门通常被认为是用来保护知识与智慧，而你的心之大门超越那个功能，**它**

保护你、保护你精要的自我。如果你醉酒、乱扭、咒骂、搞出大量讨厌的噪音，就这样闯入那个神圣空间，你已不恰当地进入一个神圣空间。心轮不想望被不恰当地进入。因此，**当你并未经过适当地调音、就尝试进入心轮、进入通往那个神圣空间的大门，你将以某种方式被大门前的狮子踢出来。那就是该形象的意义**。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：现在不用了，Q'uo，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。也许当你和这个形象工作的时候，你将有一系列我们可以跟进的询问。

现在有另一个问题吗？

V：Q'uo，你们谈到大门的守护者为一个比喻，也谈到不同层次之间的守护者，好使我们受到保护，不能前进得太快。在神话中，有一个桥上守护者的主题，我想那可能也是对这种保护的比喻，但是它有某种进一步的意义吗？除了灵性进步层次之间的保护外，还有什么别的东西使得那个桥上守护者的形象在这么多不同文化的神话中出现吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是一个有趣的问题，因为，如 V 实体经常做的，她挑出了覆盖着隐含意义的微妙之处。是的，我的姐妹，那个形象如此经常出现的原因是：**它被建构在(宇宙)造物的灵性或形而上或时间/空间之戏剧的构造之中，于是，只有诚实与专心致志的实体才能够通过那个狭窄之处、那个针之眼。无论它是一个情绪、一次学习、一个领悟或令人惊讶的顿悟，在你**

找回所能找回的自我之每个部分时，就像你在通过一个非常狭窄的地方，在一座非常狭窄的桥上，通过一个针眼或别的类似形象来找回它。

这不是说，灵性的势力试图去禁锢或局限。毋宁说，时间/空间之道就是：当事物被充分感觉到的时候、才被允许去绽放。那种充分的品质与乐意交托所有不是那个事物的东西有关。在走过那座桥、经过那些狮子等等的过程中，有一种惊人额度的释放和放下。

我们可以进一步回答你吗？

V：是的。你们能否说，真的有一个实体就是在桥上的守卫者，或者它只是实相的有意识特性呢？

我们是 Q'uo，大为感激你的询问，我的姐妹。并不是我们拒绝述说，而是我们无法囊括形而上世界的实相之确切特性。事实上，有很多这样的守护者，它们是实体和菁华，在本质上是原型的。无论如何，对于每一个实体，对于你，对于 Carla 实体，对于这个圈子中的每个成员和(宇宙)造物中的每个实体，自我的本质有助于造出那些原型。你不只是一个寻求者，你还非常强有力地参与创造那个你正在寻求的世界：一个人的心智很难找到方法去理解这个概念。所谓的，**真理超越所有寻求它的努力。作为你的世界的创造者(造物者)，你自己在某个程度上创造了你正在尝试去寻求的真理。**

因此，研读神话和原型是一个走过挂满镜子之房间的互动过程。因为就很多方面来看，给出的确实是原型，它们就是其本来的样子。就其他方面来看，你遇到的那些实体是你曾帮助创造出来的，但它们的确是具体的实体。然而，时间/空间的

构造也确实为它建构了识别、尊重、创造开口的智能，那些开口通向长成的、成熟的或完全成形的认识、意识或领悟。

在每个实体之中、有一个进行中的过程，这个过程多少有点复杂，它和学习、入门(initiation)、入门之后的工作、新学习的开启、该循环的再次开始有关。进一步说，不只有一个同时在大多数实体身上进行的入门性循环。在这个圈子中，肯定如此，因为他们不只在从第三密度向前学习，他们还在第四密度、第五密度或第六密度向后学习。结果是，**此刻会有好几个入门性循环在你们大多数的生活中进行。这些循环的关键部分不会全部同时发生；偶尔在一个关键性的方面，会有几个循环同时发生，从而创造出超过寻常的迷惑与混乱的感觉。**这个器皿肯定已经体验过、这种几个循环同时移动的并联过程。

因此，大门前狮子的目的处于一种无限的变幻过程中，为了回应一个特定实体在某天、在某个层次上，大门所处的位置；接着，可能有不只一个层次、不只一扇大门、不只一只狮子。

我们可以进一步回答你吗，我的姊妹？

V：那么，这个陈述是否正确：这些原型在某一个层次上当然是独立与分别的实体或宇宙的外流，但是，它们如何显化、何时显化、在怎样的环境下显化，则取决由该寻求者？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在一些范围内，我的姐妹，这是一个合理的陈述。我们可以进一步回答你吗？

V：在那个主题上不用了，谢谢你们。我们的确有来自朋友 B 的一个不同问题。他问道：「如果一个流浪者在第三密度的投生过程中杀了人，但是他又在灵性上觉醒而去服务他人、努力从心里去爱所有的人，他将来仍然能够完成收割吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。杀人的能量肯定携带着这个器皿所称的业力。你可以看待这个行为把一个人放在某种轮子上。该轮子携带着自我、其他自我、在创造出两人之间个关系当中牵涉的所有感觉，等等。就传统的业力与因果的意义上，这个行为的后果是和其他自我失去合一，而停止那个业力之轮则跟如何平衡被这个(互动)事件所搅乱的能量有关。

在导致另一人的自由意志被删减的任何行动中，有必要去寻求那个自由意志被删减的人的宽恕。在一个更深的意义上，这个事件同样会伤害自我，也许比其他自我受到更多伤害的人就是自己。因此，停止业力之轮不光包含请求其他自我的宽恕，同时还包含宽恕自我。

能许诺天堂的不是我们，因为我们没有悬吊在一个十字架上；我们没有凝视旁边的十字架上头说：「今天，你将与我同在乐园。」 我们能告诉 B 实体，无条件爱的原力的确会从受苦与救赎的十字架上发言：「是的，你将与我同在乐园。」我们可以向 B 实体提供那种希望和真理。然而，从一个站在地面上凝视那个十字架的人的立场来看，有一个自我、一个需要继续下去的生活和一种领悟：你在生活的每一天中都可以选择活在自我宽恕中，活在服务、信心、希望之中。

我们会敦促 B 实体在宽恕自我的深处工作，因为，我们会说探测人类评判的深度的确是不可能的。释放那些评判的力量并知晓，你已经进入当下此刻，接着，在那当下此刻中，有一个新的生活、新的希望、新的存有，那就是你。在这个当

下，选择并奉献这一刻给服务于太一无限造物者。我们不觉得这个宇宙中有任何单一势力能够阻止你触及太一无限造物者的爱与光。

现在有另一个询问吗？

T：Q'uo，很多年来，我都有一个挑战：**避免在冥想过程中分心。**我觉得最近情况更加严重，或者，可能是我更多地注意到它。你们有没有任何可以在这种情况下帮助我本人和他人的建议？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的确建议 T 实体在噪音中找到音乐。尽管二十世纪的经典音乐有些过量，在现代化噪音的特性背后以某种方式创作艺术、还是有了许多成功的尝试。这个器皿外出上学的时候，也发现自己处于一个非常嘈杂的环境中，因为这个器皿的学校在一条货车运输线上，而这个器皿睡觉的山脚下有一盏红灯，旁边的路是用砖块铺设的。路上的大货车在晚上接近山脚下的红灯时、会发出刺耳的气闸刹车噪音，搞出一种无法简单描述的声音，但很容易想象它肯定是很吵人的。这个器皿发现，如果她使用这些在其他状态下是可憎的声音之音调和旋律来创作一首歌曲，使她能够认可它甚至跟着它一起哼唱，她就更加有能力用一种轻松的心情来接纳它，把它视为生活音乐的一部分。

我们了解到，对于一个不必为了工作在红灯前停下来的人，要接纳在他周围的粗心马虎的噪音是比较困难的事情；同时，要去原谅那些不忙的人制造的不必要噪音，则更为困难。但是它可以被看作或被听作，容我们说，生活旋律的一部分；然后，要认可它、接纳它、甚至和它一起欢乐，就可以变得更容易。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：谢谢你们，Q'uo。**我在冥想过程中有心智上的想法和分心，心智会漫游，迷失在自我之中。关于如何在冥想中管理那种情况，你们有任何想法吗？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。关于在冥想过程中有分心的想法、我们的感觉是：这些想法是可接受的。我们处理它们的方式就是**单纯地观察它们，和它们一起坐下来、与它们在一起，既不抗拒它们，也不进入它们，而是去和它们在一起、观察它们。让它们升起、让它们脱落。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟。

T：不了，谢谢你们在冥想过程中的临在。

我们是 Q'uo，我的兄弟，你振奋我们的心！我们感谢你、为了你察觉到我们。

现在有最后一个询问吗？

G：Q'uo，我有一个朋友，她经历到一种重复性的情况，这种重复看起来已经在她的生命中创造了一种非常引人注目的样式(pattern)。这一次她遇到了稍稍有些不同的情况，一个稍稍有些不同的演员阵容，但仍旧是同一个样式。你们有没有任何可以与她分享的东西，流露一些光照亮这个特殊样式的意义，或者她可以注视什么事物、好辨识其意义，该样式可能在告诉她什么事情？

我们是 Q'uo，我们在辨别出一个询问的方面有些困难。

G：我可以试着重新表述，我很抱歉。

我们对此很感激，我的兄弟。我们是 Q'uo。

G：她有兴趣知道这个特别样式背后的意义和原因，它的信息是什么，它正在告诉她什么。你们有没有任何信息、可以为她光照那个意义，或者给她一些线索使她能够着手辨别出意义？

我们是 Q'uo，相信我们觉察了你的询问，我的兄弟。**当一种重复性的样式出现了，最好是把它写下来，把它当作一个研究计划**，列出那些似乎明显地有关于该样式的事情，记录那些似乎不明显的事情，单纯地开始尝试获得一种感觉，即对于这个模式，在显意识层面上、你可能知道的一切都已被你知晓。然后，我想，我的兄弟，我们就可以说，**重点在于拿起那个模式，不经由心智凝视它，把它带入静默，把它带入那个没有边界也没有逻辑规则的地方。**因为当一种重复性模式出现的时候，自我经常努力向自我述说的那个事情，不是一整块，而是一部分在一个层次上，另一部分在另一层次上，如此类推；因此，**需要一些时间和静默来围绕对这种样式的想法，于是，一个新的模式得以出现**，在其中，杂乱的碎片被重新洗牌，接着你发现形成了一个崭新的、更明理的样式。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，非常感谢这个器皿，谢谢你们，Q'uo。

我们由衷地感谢这个团体拿出时间和能量作为一个寻求圈聚集在一起。我们能够(和你们)分享，这是一件美丽的事情；能够被你们呼唤，我们感觉非常荣幸。感

谢你们要求我们的想法，这是一个真实的祝福。

我们在一切万有中，在太一无限造物者的爱、光、合一、和平之中离开你们，如同我们找到你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

https://soultw.com/TLOO/2005_0206b.html

http://llresearch.org/transcripts/issues/2005/2005_0206.aspx

图片：**巨石阵(Stonehenge)的石头圈或一个魔法圈中的树木圈**

☆ 第 2709 章集：平衡超心灵致意

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年十二月 12 日

团体问题：今天的问题与超心灵致意(psychic greetings)的主题有关。很多人将发生在他们身上的任何具有他们所称的负面属性的事情、都视为一种超心灵致意或负面实体干扰他们灵性成长的一种方式。我们想知道，对于如何断定我们的经历是否具有一种超心灵致意的特性，Q'uo 是否能给我们一些信息。如果真是超心灵致意，它对我们整体的灵性成长有影响吗？我们是否可以用任何东西，比如一个仪式、程序来平衡超心灵致意呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们在今天来到你们中间。我们感谢你们每一位找出时间来形成一

个寻求的圈子，并呼唤我们来与你们分享我们的想法。你们给予我们一个极大的荣幸，我们很高兴、带着一颗完整且感激的心来给予回应。但是，我们会一如既往地请求你们每一位好好守卫你们的想法，不要允许我们的想法悄悄潜入你自己的头脑、被你使用，除非你由衷地感到和它们有一种共鸣。如果你没有对我们可能会说的事情感到一种共鸣，请毫不犹豫地将它们留在后面，这将允许我们自由地表述我们的想法，而不用担心我们会侵犯你自己的自由意志和你自己灵性演化进程的神圣性。

你们今天提出关于**超心灵致意是什么**的问题，这一个询问在某种程度上相当难以回答。因为超心灵致意的参数，如这个团体中有几个人已经注意到的，是主观性且变动的；**超心灵致意的实质是致意者的意图。因此，不是所有你体验到的抵抗或催化剂都有超心灵致意的特性。**为了适当地使用这个词，该致意需要来自一个临在——无论是一个个体或一个团体实体；进一步说，**这种致意的根源，着重于对能量体而非肉体的侵犯。**因此，查看超心灵致意的一种方式是有点狭窄并经过仔细勾画的**，它只包括那些被一个最通常属于内层空间的实体发出来的超心灵致意，意图干扰灵性演化的进程，导致该实体停止向前的进程、并迷失在内在的质疑和受苦的小路上。**

在这个定义下，你可以看到，超心灵致意这个术语在你们人群中被大量滥用并经常被误用。然而，如果一个人将他的焦点向后拉，来查看你的各个能量体以及它们如何经验你的思考过程和你，超心灵致意的概念也许可以被重新定义为**超心灵抵抗**(psychic resistance)，并可以被拓宽来包含多种你的能量体可以体验到抵抗的方式**：这种抵抗不一定仅仅来自实体，还可能来自空间/时间和时间/空间的连接之机制或，容我们说，工作或机械装置**，因为空间/时间和时间/空间两者都撞击着当下此刻并且创造当下本身，而你带着能量体进入当下此刻。

让我们来看看你的能量体，因为就工作这个超心灵抵抗的概念方面，这是必要的。**你有一个能量体，它由这个器皿所熟悉的七个身体内脉轮、外加头顶上方的一个脉轮所组成**，这些脉轮处于一个协调的系统中。**这个系统作为一个整体，其工作状态大体上由最不平衡的那个脉轮所决定。在具体应用中，查看系统中一个一个的脉轮以及两个以上脉轮之间的关系，你可能会看到脉轮体的一部分漂亮地为你工作，它可能为你取得了良好的平衡；而在同时，因为其它脉轮的过度激活或激活不足，那个特殊的平衡却可能无法为系统的整体最佳平衡工作**。例如，我们发现尤其有趣的是：当我们检查这个特定器皿的脉轮系统[因我们被邀请去做的]，你不会发现一个脉轮弱而其他脉轮强，相反地，你一般会发现两个甚至三个脉轮之间的对应关系，其中有种不平衡，它不是由一个有点失衡的脉轮造成的，而是由那个脉轮的不平衡影响或拉动另外一到两个脉轮的平衡所造成的。在这个器皿中，我们发现红色光芒和橙色光芒都有些弱点，它们回响或反射进入靛蓝色脉轮；之所以如此是因为这个器皿有一些童年的痛苦区，如这个器皿早些时候谈及的，这些痛苦区和生存的问题、以及她与自己的个人关系的问题有关，这些问题能够触发情绪和进程，直接冲击并将靛蓝色脉轮里与自我价值有关的区域拉入深深的不平衡，至少是暂时性地不平衡。

对于每个实体、(体内)都有遍及系统的各种平衡，每天检查这些平衡是非常有益的；另外，在特定的脉轮或脉轮组合中、会有持续的特定不平衡，这种不平衡会极大地受益于有意识的沉思、以及自己对自己的内在发问与挑战。这项工作最好由自己独自完成，除非一个实体已经与另一个人创造出了一种形而上的伙伴关系，形成了一种信任的纽带，使得在有些情况中，两个实体有可能共同在两个脉轮系统上同时工作；每个人都是另一个人的反射器或导师，找到创造性的方式来处理那些尚未被治愈的苦难区，它们在此生中长年累积起来，在自我之中作为一

种珍宝被携带、被保护照料，好像这些苦难的陈旧区太好以致于无法扔掉，太好以致于无法被丢到后面。值得问问自己是如何看重这些根深蒂固的痛苦与苦难的水晶。要开始应付这些结晶化的、根深蒂固的苦难区，这是一种极大的挑战。自我的问题一直都是：「你准备好放下并抛弃这块水晶吗？你觉得你能够彻底安然地丢掉这个负担吗？」它看起来可能像一个反向的问题，但这个器皿相当觉察到她照顾、保护那些受宠的痛苦区的能力。对于这个器皿、说出「我很熟悉这个痛苦区，我很熟悉这类苦难」有多重要啊！要丢开陈旧的痛苦有一种真正的困难；它像胶水一样，想要附着在你身上。**在贯穿此生的过程中、一再重复发生的事情有一种自己的生命和能量；它不再是一个简单的记忆、而是变成了一个活的实体、一个思想形态。大多数所谓的超心灵致意以及我们称为超心灵抵抗的东西、都是在个体的能量体内部、由实体自己在一个潜意识的层次上产生出来的。**因为这些根深蒂固的痛苦区，每一个都有自己的生命和吸引力，它们在当下此刻从空间/时间和时间/空间中喷发出来，发出信号，进入当下一刻，寻求机会的目标。当下此刻有很多层次，根深蒂固的痛苦可以在当下通过很多方式找到回响、反射、或声音。因此，有些对能量体说话的声音会具有一种负面音调；那种负面性将被狡猾地、特别精心地制作以便适应当下此刻，并引起分心或抵抗的体验。

对于那些正在经验一场真实的超心灵致意的人，正在与他对舞的那个实体是一个外部的实体，它的存在不依赖于你。一般而言，大多数人体验到的超心灵抵抗是该实体自己产生的。这有什么区别吗？在我们的能力范围内，我们对这个问题的最佳回答是没有，它不会有什么不同。一个人可以认为超心灵致意是另一个实体的过失，并对那个实体进行回应；或者一个人可以假设，从更大的范围来看，所有的实体都是自我，因此该致意从何处而来并不重要，重要的是它被体验为一个需要回应的献礼。在前者的查看方式上，可能会有少量情况，尤其是超心灵致意者的身份已知的情况，可以用一个有效且精巧的方式来处理：指出致意者的名

字，对那个感知为应该负责的实体说话，并由此与这个实体或团队进入一场时间/空间的会面，站在造物者面前，然后就有可能与那个实体对话并解决问题。这种解决以表达对该致意和致意者的爱与感激的形式呈现。我们指出，这种与超心灵致意打交道的方式、不会为致意者平衡那个致意，但它会为你平衡那个致意。然而**大致来说，我们觉得查看超心灵抵抗体验最有用的方式就是如我们描述的那样，站在造物者面前**；在那里，你移到了审判席，移到了造物者的空间，移到了你在灵性中见证过的空间，在那个空间、所有在无形层面上帮助你的实体作为见证而被认可与致谢。在这个非常形而上的设定中，若的确涉及一个实体，你做的正是你会做的事：**你开放你的心，你邀请这个抵抗区进入你的心中，无论你正如何体验它。你认可它，你非常仔细地查看它，不逃避或回避任何细节，而是努力去探索这种致意、这种抵抗的深度。**它是什么感觉呢？你身上正在发生什么呢？它看起来似乎集中在脉轮体的什么能量上呢？它在向哪个区域致意呢？关键点在哪里呢？这种体验的特性是什么呢？不要着急地通过进程的这个部分，因为如我们说过的，体验有很多层次，你自己有很多部分、有很多你可以借其查看自己各部分的制高点。红色光芒的抵抗在绿色光芒能量的位置上、看起来像什么呢？从蓝色光芒的位置上看呢？靛蓝色脉轮及其暗淡从绿光、蓝光的位置上、看起来像什么呢？**我们着重于绿色光芒和蓝色光芒是因为：在能量工作中，绿色脉轮就是那个大殿，那个全然神圣的空间；从能量方面而言，你就居住在那个房子里。正是通过那个出入口，造物者每天持续开始新的活动，因为它是无条件之爱的宝座。你就是被该能量创造出来的；你在基本特性上、就是绿色光芒实体，你之所是的那朵花的主茎就是绿色光芒。**

所以，进入这个神圣的空间就是进入一个安全区，进入一个你在其中被爱、你在其中去爱的空间，使你拥有在整体脉轮系统中、目前可能缺乏的勇气和毅力。进入绿色光芒就是进入一个稳固与保险的空间，容我们说，一个「带闸门」的社

区。你的确必须通过自己的大门！**在绿色脉轮的门口有狮子，所以，放下你的虚荣、傲慢、你的各种伪装，跪下，清空自己并卸下你的包袱 [就形而上的意义]。**我们想望再一次将注意力集中于此，因为就超心灵抵抗而言，这点极为重要：你要做的最勇敢、最艰难的事情，就是放下你的十字架。放下它，扔掉它！我们不知道如何向你们表达这个决定的力量。很容易在你的头脑中作出那个决定并说：「是的，我一劳永逸地放下了这个包袱。我不会再被这个特定记忆拉离平衡，它已经变成了童年痛苦的一个实体。」但是，一小时或一天以后，那个只在头脑中作出的决定就被扔进了形而上的焦热地狱(Gehenna)之中，一个重置按钮在内在深处的某个地方被按下，于是那个童年的痛苦区再次活了起来，并且状况良好，依然猎取你下一个当下此刻的机会。

有一种方式可以知道、你是否最终在绿色脉轮中取出了童年时期的痛苦点 [就能量上而言]。因为**当你能够取出它、通过它的全部具体细节来观察它、将它放下的时候，你发现自己在笑，你发现自己充满了笑声，并从这种努力中看到难以置信的幽默**。我们无法以大量的细节告诉你们、如何来到那个时刻，但是我们能够告诉你们从哪里开始：打开自己的痛苦，开始去知晓它——它的重量、形状、色彩、最重要的是，它在你生命中的纹理。

我们还建议从蓝色光芒的立场来和这些能量一同工作，因为从蓝色光芒唤起这些能量，**就是在唤起清晰和诚实的沟通(交流)**。你如何与自己沟通呢？你觉得你在交流方面做得不错吗？你与自己的交流有一个边界吗？实体们与自己的交流方式通常有很多的边界，在沟通观点的方式上通常不是直截了当，而是有一种倾斜、一个角度或边界，以致于你也许看不到一张好图像。**蓝色光芒的力量，当它在深深的谦逊之中被呼唤、被请求进入你的体验中时，能够照亮一个情景，使你能够看到你在何处有一个边界、在何处有一个角度，所以，或许你欺骗了自己**、(以

为)对于你的情境有一个完整与清晰的视野。

当你放下你的包袱说：「是的，我将此交还给无限」，然后就会有那个拥抱自我、接纳自我的时刻，接纳自我曾经的样子、现在的样子、按你拥有的最高希望将会成为的样子。对一个觉得自己有所进展的实体来说，这是一件做起来让人心碎的事情。当一个人在处理超心灵抵抗时，很难觉得自己的确达成进展，因为没有任何「外在」的事情，一切都是在自我的内在进程中进行。所以，无法用某种客观标准检查，接着说：「好吧，我已经完成了第一点和第二点，我正在第三点上，我正在通过这个过程；当我到达其终点时，我将会成功。」如你们地球表面上大多数实体所体验到的，如这个圈子中的人必定体验到的，该致意暂时被解决了；然后，在下一个机会，它简单地再次浮现，同样的工作又得从头再做。

我们会鼓励你们每个人，不要因为超心灵抵抗显而易见的周期性特质而灰心。尝试去理解你自己、理解你存有的多层次特性。你可能找到了那些痛苦的口袋并清空了它们，而没有了解到、痛苦的口袋正在一个更深的层次上被填满；于是，一个充满痛苦的口袋被找到并清空，但是那个空位会作为某种引诱性的洞，在能量网络中保留下来，而更多的内容会从自我内在深处尚未发现的那些黑暗位，倾泻进入这个引诱性的洞中。**能量体中有些痛苦的地方，甚至无法在有意识工作中发现，因为它们从未被有意识地体验到；它们包括从以前未平衡的转世有意带入这次投生中的痛苦，以及未出生的婴儿在物质性投生之前、但不是形而上投生之前所遭受的痛苦。该实体对于这样的痛苦并没有实际的记忆，因为实际记忆过程要等到实体呼吸空气并正式进入肉身时，才会适当地开始。**

因此，这就好像在你内部有些痛苦的泉水，它们来自于你本性如此深的地下，以致于你无法消除其源头。**对于大多数实体来说，在至少一两个情况中，可以预期**

这些泉水会在贯穿整个人生的过程中发挥作用。需要注意的是，在这些情况中、有一个必须完成的工作目标或用途，以便回应那些从内在深深的喷泉里涌出的痛苦体验。关于苦难，一般而言，我们可以说它是「精炼火焰」的一部分，这个器皿以此称呼人生。对于一个尝试去学习的人，此生的确带有那种学习的痛苦，你在投生前理解并接受了这一点。这种对未来痛苦的不谨慎且似乎随意接受的原因是：就投生前或投生结束后的角度，知晓造物者的完整光谱、(宇宙)造物的本质、以及自己进入此生时拥抱的进程，如此来凝视投生，一切看起来就像儿戏一样。**似乎很明显的是，肯定会有些挑战的时刻，并且会有不舒服，但你总是会有这种知识：关于事物之真正样貌。**

从投生之外的位置很难相信，有可能忘记自我和造物的真实本质。然而，投生一开始，第一件丢失的东西就是该记忆。**你自己的知识在投生中被隔开以保护此生，使此生对于你显得很真实，使它可以拥有它预期会有的、以及你希望它有的效果。然而，处于此生之中，这不是一个令人舒适的想法；在此生中，你只想要痛苦消失，但生活的痛苦是呼吸体验的主要部分。**

有一条路。这个器皿深受基督徒的传统熏陶，所以她将这条路视为君王大道(King's Highway)；其他人可能会将它视为伟大之路(Great Way)或道(Tao)。R 实体早些时候说过，那些在灵性进程上工作的人是受保护的。这是真的；然而前提是，他必须索取该保护，而且我们描述的工作在提出那种索取之前已经完成。**踏上那条路的代价是：放下所有的包袱并承担自己的真理；在承担自己的真理过程中，你在承担一个完美的自我：那不是毫无过失的完美，而是与无限造物者成为一体。放下并丢开世俗自我的行动方是这里的关键。一旦你放下了你的各种负担，一旦你松开你的人格、你认为正当和正确的感觉、以及自我的所有细节，你就会进入一种真实的意识，一种现在、明天、永远都属于你的意识。一旦你将那**

个自我作为你的显著自我，谁都无法把你移出那条路。它真的就是「皇家之路」[1]，**接着，当你走在这条路上时，你与所有事物都是一体的：所有你感知为想要帮助的人、所有你感知为想要从他们身上学习的人、所有的实体、造物者的各种品质或面向[无论是什么]。你们全都在这条路上。你们处于和谐之中，你们正在起舞、正在歌唱，你的运动(姿态)有韵律且是合宜的；你是整个(宇宙)造物的一部分，在喜悦中旋转，对着群星之光打开无限的黑夜。**

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

在这条皇家之路上，一步一个脚印地向前迈进，就如同一匹强壮的骏马雷鸣般的蹄声，或一只强大老鹰翅膀的击打、在地球的高空上翱翔，带着力量和知晓凝视它所看到的一切。有一种能在那条路上大踏步前进的感觉；当你与圣灵共舞时，你真的是在创造一个更加无法磨灭的自我印象，它会作为一种记忆发挥作用，使你在下一次更加能够进入自我之中那个让你感到你的菁华的空间，扔掉世俗的具体细节并放下那些包袱甚至会开始成为一种宽慰；但这一切只有在大量练习之后才会出现。这个实体正在自己心里想，在她努力平衡自己并和自己的体验共舞时，她做得多糟糕呀，而我们会说，你们每个人都在做优秀的工作。一个人无法评判自己；在与能量体一同工作时，评判自己没有用处。

如果从智力或大脑的层面来查看这个问题，它是一个你在派对上玩的游戏，某种思考起来好玩的事情，但不会有解决方案。只有从心的层面，也唯有从那个层面，这种超心灵抵抗才得以一种有用而巧妙的方式获得处理。

在我们向更多问题开放这次会议之前，我们想要稍微谈及你的询问中的一部分，也就是为了停止超心灵致意或超心灵抵抗的推进，是否有某种一个人可以进行的仪式。如我们曾经建议的，图像和标志有一定的价值。无条件之爱的图像对你是

什么呢？什么图像使你拥有力量呢？这个器皿倾向于说只含一个字的祈祷，那个字就是「耶稣」；她带着意图做这件事，该意图是进入耶稣的心与意之中、进入无条件之爱的自身。所以，在看见这个标志的名字当中，在做了这个祈祷以后，这个器皿从记忆中将一种振动取出来使用，那种振动就是她拥有的、使她能够在无条件之爱中歇息的每一个经历。

祈祷是一种极其私密、个人性的活动，我们无法向你建议、对于你，无条件之爱的标志应该是什么。我们仅仅能建议，**如果你没有一个标志，你可以发展一个标志；然后我们建议你带着意图来使用它；当你从那个标志和图像开始之际，乐意和它坐在一起，直到它完成在你内在的工作，以致于当你睁开双眼时，你正在借由那个标志的眼睛去看。这是一个深入的工作，不能草率地从事。但我们相信，就即刻变化而言，在心智中使用标志和图像是一个在意识中任意创造变化的好方法，这是执行魔法者的定义。做一个有魔法的人，呼唤你自己内在的那个魔法师，并且为自己创造出那个你选择在其中生活的世界吧。**

一如既往，圣灵会用很多方式帮助你。如果你希望召唤我们的能量，如果你仅仅想到我们并请求我们的帮助，我们自己就会前来。我们为这个问题而感谢你们，现在我们向进一步的询问开放这次会议。现在有个问题吗？

（暂停）

我们是 Q'uo，我们发现能量确实很低，并且目前没有问题了。所以，我们再次感谢你们每一位，并在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如我们发现你们时一样。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注

[1] 这个短语要回溯到 Thomas àKempis 有关基督教的著作，他写了一份标题为

《皇家之路》的资料，其中有「拿起你的十字架并跟随我」的短语。这个短语也可以回溯到用塔罗牌进行的原型心智研究，塔罗的宫廷牌可以被视为一条「皇家之路」。因此使用这个短语的含义是：和这类抵抗一同工作就是和原型心智一同工作。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

https://soultw.com/TLOO/2004_1212B.html

http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1212.aspx

皇家之路

☆ 第 2710 章集：打破形式

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年十一月 14 日

团体问题：今天的问题是关于在似乎合适的时候、打破我们的形式与仪式好让光更好地进入，容我们说。我们想知道，Q'uo 是否能给我们一些指导来识别，什么时候适合打破形式，或者当情况似乎是不可避免时，如何逆来顺受，容我们说？我们知道，即使有时候、事情似乎并没有以应该的方式发展，而且似乎完全错位了，一切都是好的，一切都是完美的。我们如何才能看到那点，如何才能找到一条途径：不太恶化我们的旅程、不太损害我们自己呢？在这些陈述中，Q'uo，我确定你们可以找到某些可谈论的事情！

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在我们为之服务的太一无限造物者的爱与光中，

我们向你们致意。能在今天被你们的团体呼唤，**谈及形式和仪式、打破它们、塑造它们、以及理解形式如何与该实体[你之所是]一同工作**，这是一种极大的祝福。我们期待和你们分享一些意见。但是，在我们开始之前，一如即往地，我们会请你们在聆听我们所说的内容的时候，非常小心地使用你们的分辨力。我们不是权威人物，或传统意义上的老师[觉得自己们知道得比你们多]，我们有一个经验调色盘、其色彩也许比你们的更多。然而，我们是与你们走在同一条路上的兄弟姐妹，这条路被我们全体分享。如果你对于是否使用我们在此刻分享的任何想法承担全部责任，将会允许我们自由地发言；如果你承诺丢开一切与你没有共鸣的想法，我们就会更加自由地发言，而不用担心我们可能会侵犯某人的自由意志或侵犯某人的正当演化进程。

首先让我们谈一点我们如何看待你们和自己，因为你们和我们都有形体：不是相同种类的形体，但我们的确和你们一样，有一个可被识别为小我(ego)或身份的东西。你们体验到身体。你们在思考、在处理催化剂以及创造记忆的方式上，体验到一个有特征的外形。不过，**我们每个人的菁华却没有形式**：一个传统意义上的形体，不管是一个可描述的形状，还是一个能被看见、知晓、辨认的东西。你们中的每一位，我们中的每一位，都是一种菁华。如果用机械性的方式来表述的话，我们可以将每个人描述为：宇宙或造物者的更大能量场中的一个能量场系统。不过，这样的描述没有抓住灵魂的魔力，因为**你们每个人都是无可言喻地独特**：亘古至今只有过一个你，在太一无限造物者的所有心跳之中、在延伸至无限的所有(宇宙)造物中，都绝不会有另一个你。你对于无限太一是难以言喻地珍贵，因为你已经穿越了无数世代的形体和经验，才抵达了你现在丰富多样的神秘性；你正在体验的这个神秘性并不是你严格意义上的身份，但它是你在这次人生中、身份的基石，因为你远远大于这种局部经验、这一辈子、这个人格。

我们将你们视为发光的水晶、乐器，造物者透过你们移动、演奏祂的旋律、祂欢乐的歌、哀伤的赞美诗，以及生命的所有千千万万首歌曲。我们听见了你们，我们听见灵性之风穿过你，我们听见你唱的歌，我们为歌曲的美丽和唱歌的心之深刻沉痛而肃然起敬。我们看到当你的能量被此刻塑造你们的无数瞬间体验触及时，你闪耀出的能量色彩。我们在那光中歇息，我们啜饮你所体现的美丽之富裕。你是造物者的一张空前绝后的面庞，你有一种超越任何表达、超越任何回应的实相。你超越了我们的笑声和泪水，你超越了我们的欣赏或钦佩。你逸出我们的(理解)范围。作为造物者的一部分，每个实体都超出我们可能会有的任何领会或理解你的方式，你们太大了。我们可能想放在你身份上的任何限制都是愚蠢的，因为你将超出它：漫不经心地、随意地、或诚挚有意地超越。你们无法不比你们从来能想象或知晓的更大。**以我们对灵魂的理解，这就是你的菁华：你无法被掌握，你无法被限制，你无法被真正指导或指引。有的只是：在表达你生命的本质之际，欣赏(感激)该造物者之面容。**

为了很好的理由，你们每个人进入正在舞蹈于其中的样式。**带着对服务和学习相当有条理的计划，你们每个人进入了这个特定的人生。**你们每个人站在巨大深渊的边缘开始计划。你们打包了一个人格，容我们说，你打包了需要的行李。你们有些人带着极大的慷慨打包，把一个个装满人格特征与怪癖的旅行箱堆得高高的，完全不顾在你醒来之后、那些搬运工的命运；其他人选择了只带一个袋子或背包：一个被视为需要的、简单又稳定的生命结构，一个直接了当的人格，好使灵魂参与这次经验时没有太多的行李、没有太多的负担。但是，无论你借由人格外壳的方式打包的是什么，都是因为你觉得需要把那些东西放在你的旅行箱中，以便去开采你为自己准备好的财富。**当你进入这一生的时候，你的确将自己视为一个采矿人；你将行李埋在自我之内，埋在你的身体、面容、名字、历史、父母、成长的形式之内。你仔细选择了那些。然后，你跃入了投生的深渊，即原型**

中的傻子，借由信心而非视力，跃入神秘之中。

你所期待的不就是你会彻底地、骇人听闻地搞糊涂吗？你们当中有些人比其他人打包了更多的迷惑；因为你们有些人在此生中花费经年累月的时间，仅仅去发现你不是你过去以为的那个人；另外有些人在起跑命令下达时，从出生那一刻起就知道、你不是身边那些人试图向你描述的那个人。**无论你们是从哪里开始的，这个寻求圈中的每个人都已抵达了投生中的一个位置，在那里地面已变成水平，运动场已被看见，每个人都认可了自我身份的神秘性，每个人都看待自我为某种游戏的玩家。这不是一个获取的游戏，而是一场赌博。在这场游戏中，牌被分发了，你用分到的牌来玩，你选择你将如何玩那些牌；你无法选择牌，但你可以借由玩牌的方式塑造游戏；游戏的目标是增长觉知，以及你们今天带给我们的的问题：关于你可以如何评估你正在玩的游戏，知晓那个游戏在此刻是否对你合适，这种合适是就学习和服务两方面而言的，因为从你接受生命、呼吸、身体那一刻开始，这两者就是你的双重目标。**

你多么炽热地要去更多地学习你的真实本性！你带着关于自己的一些特定偏见进入投生。以你偏颇的观点，你觉得从某个方面、在生活的某个阶段、在生活可能提供的一切中，你可能需要一种更佳的平衡。在你的能量体中，你携带着那些偏见与希望。这个器皿熟悉有七个脉轮的身体系统，所以我们可以说，**你人生方面的课程散布于七个脉轮、以及看待能量的七种方式之中。你如何处理生存的问题呢？那是红色光芒。你如何处理个人关系呢？橙色光芒。你如何处理诸如工作、婚姻、家庭之类的法定团体和责任呢？那是黄色光芒。你如何与心工作来打开它、借由你的本性更充分地成为你之所是的那个慈爱实体呢？那是绿色光芒。你如何以灵魂对灵魂来互相沟通与联系呢？那是蓝色光芒。你如何才能与无限造物者[存在于你、一切造物、造物者自身之内]联系在一起呢？那是靛蓝光芒。你究**

竟是谁，说真的？那是紫罗兰光芒。你们每个人都有独特的投生课程；通过你被建构的方式、通过你倾向于去思考的方式，你要求自己去学习这些课程。你们每个人都有你会一次次遇到的偏好，那些你独有的偏好。再一次地，这些偏好是自我给自己的礼物，这些礼物在贯穿此生的岁月中、被从容地打开与沉思；这是你独有的神秘之原始材料(raw material)[1]。在面对在你的心智中和眼前旋转的世界之前，那样的自我就是该原始材料。

（原注[1] Carla：Ra 资料(Ra material)！编注：这里刚好有谐音，也可能是有意的。）

诺里奇的朱利安(Julian of Norwich)实体(修女)说得非常简单。这个器皿回想起她说过：「一切事物都是好的。一切事物都好。事物的所有方式都将是好的。」这就是你们的环境(母体)。你生活在一个你不可能错走一步的造物(世界)中，你无法犯错。在灵魂的层面上，你对于错误是免疫的；因为在造物之外没有踏足的地方，在你的指引(系统)的范围之外没有可作的选择，你无法作出错误的选择。然而，在一个具有无限可能性的宇宙中，你做出的每一个选择都重新定义你的宇宙；结果是，要为自己判定对的行为、对的选择，就不是一件简单的事情。

让我们看看形体的概念。一个陶瓷碗是一个形体，它的功能是成为空的；你装入的东西用一定的方式填满那个碗。**你们每个人都可以将自我那个肉体，看成一个形体。**的确，在物质形体非常基础的层面上、表达出你自己是有价值的。你表达自己的方式包含你剪头发的方式、你可能佩戴的装饰物、你身上穿的衣服、你选择的服装、色彩与布料；所有这些事物都进入那个你把自己创造为一个图像或形象的过程之中。你们已经多少谈到了镜子，谈到了你周围的实体如何向你展现出你自己喜欢、或者不喜欢的面向，不过，你了解到所有那些形象都是你。一个人简单地靠近镜子看自己，不是看着那个图像，而是进入那个图像之中，有时候会

非常有启迪。例如，如果你靠近看，你可能会在你的灵魂在历次转世中所采用的所有形体开始从你心智之眼流过时、开始看到不同的面孔从你的脸上经过；或者，你可以在镜子里看着你的双眼，开始看见那个肉体形式中蕴含的无限。

各种习惯和生活的方式也是形式，它们是你能够将催化剂放入其中、冲泡你的体验的碗。你是一个可以装很多、却甚无深度的浅而宽的碗吗？或者你是一个能装大量的水、很深但不太宽的、窄而深的花瓶吗？或者，你寻求美丽的眼睛促使你成为一个双耳陶罐或大口水壶：在其中有着外形、流动、样式？你从这些想法一出现就着手处理的，那些关于你的日子、本性或选择；它们的特征外形是什么呢？那个在你内在发生的处理过程的外形、形式是什么呢？你对它满意吗？你对 J 实体谈及的那种深刻内容有感觉吗？在那种内容中，生活、想法与过程的形式是如此优秀而坚定的助手，如此有效地服务着，以致于自我没有感觉到对形式有破旧立新的需要。或者你的情况如 T 实体所说，有一个真正的问题：关于是否需要打破这种形式的某些部分、选取一种想法或选择的新外形？无论你处于何处，如这个圈子中很多人说过的，你正处于投生中这个特定时刻、完美的位置上，事情正在顺利地进行，无论它可能在外面、在这个世界知晓为共识实相的那个表面上，有怎样的感觉。

我们觉察到，如此多的事物保持一种神秘状态，对显意识心智没有帮助。**人们常常渴望的是：知道全部、模式是清晰的，各种选择都被摆出来，可分析的、可获得的、可感知的、合理的。然而，你不是那些事物，因为那将太多地限制你。所以，那些希望得到简单的解决方案、希望对你的任何问题都能得到清晰明白的答案，这些想法不会从显化那里得到回报。你的确会保持一种神秘，你的选择依旧借由信心而非视力作出的；你无法看到你道途的终点；你无法搞清楚哪怕是未来的一天，更别说这个重担了：搞清楚你人生中剩余的日子、及其学习与服务的所**

有希望。

所以，你被迫回到自己的感官，那些感官逃离了合理化。这个器皿经常使用「共鸣」这个词，我们发现它是有用的词汇，因为它表达了当你向自己询问关于你面临的选择时，我们会希望你去搜寻的事物。这个世界说：做正确的事情。然而，对于一个实体在某个时刻是正确的事情，在另一个时刻就不再正确，而对另一个实体即使在相同的时刻也永远不正确。真理、实相、菁华是无尽主观的。

对你非常有帮助的是：开始信赖你自己，不是因为你知晓什么，但因为你之所是。这是你的素材、这是你的礼物。你这一生的成就只会在共识实相表面上展现出一点点；你的工作、你与他人在显意识层面上的交往、所有那些创造声誉、财富，让你感到力量与正确的事情，不过是一个具有无限大的心智和心(轮)的人、头上长出的一根头发。在你活出你的生命时，你所能表达的自己，只是你正在这里做的、你正在给予自己、给予周围的人、给予无限造物者的事情之极小部分。我们很难表达，你的菁华只有怎样微小的一部分可能进入这个世界认为有价值的部分、你所做的那些事情：你的职业、声誉、你的种种活动；难以置信的大部分逃离了任何这类肤浅的显化，依然是(宇宙)造物之舞的一部分，依然是造物者之样式的一部份，正被用来一次次地重新编织一个无止尽的织锦创作，另一方面，时间在共识实相中流逝，随着你极短而又丰富精彩的人生一分一秒地消失。毫不夸张地说，你拥有世界上的一切时间，不过，你的时间非常地短。你是一个悖论(paradox)，你活出一个悖论。

如何评价你用来塑造你生命的那些形式和事物，以及你喜好什么香味、选择穿什么颜色、选择如何表达自己是一样主观的、个人性、私密的。所以，**当你开始查看一个议题的时候，你最安全的路线，就是相信自己并寻求共鸣。这个器皿在稍**

早时说过，就一个人何时达到他的极限而言，在她的经验中，她达到并越过的极限、不是她经过考虑所决定的，而是当她了解到其本性已经为她作出了那个选择之际、所得到的结果。觉得自己正在做正确的事情并不够；当一个人凝视着那件事情时，还必须用一种共鸣感、一种这件事对我来说是鲜活的这种感觉来感知它。

因为你看，形式会死亡，而同时形式之内的生命仍旧存在。举个例子，对那些选择去打宗教牌的实体们来说，形式在仪式的意义上、是一种他们会不断体验到变化的事情。因为在一个宗教中，形式本身不会改变，但是一个实体如何与那些形式关联却可能完全改变，以致于在某个时刻，向太一无限造物者表达奉献的一种形式或许是一种极大安慰之源头，而在另一个时刻，它可能看起来空洞而僵死。**当一个人对形式作出反应时，去聆听自我是非常重要的；不是去问自己：「我如何才能与这个美妙的形式关联呢？」而是去问自己：「我之所是的这个美妙实体、如何才能在这个形式中找到共鸣呢？」如果那个形式与你没有共鸣，那就需要放下它、选择另一个形式。或者在有些情况下，这只关乎等待另一种形式，另一种生活的仪式为你(自动)形成；同时你在自己的各种感觉——通常是矛盾的那些感觉——之神秘中单纯地存在。**

当你们问我们「我如何才能跟我的那个部分联系呢？该部分会说这个有共鸣那个无共鸣。」，V 实体在早些时候用调侃的方式说，**我们的答案始终是冥想。**我们完全认可她调侃的准确性，**我们的确经常单纯地要求你们去冥想。**我们会在这一点上谈几分钟，因为这里有一个实质的要点需要指明。**当我们建议你冥想的时候，我们没有主张一个冥想的形式，我们努力去做的是让你脱离形式：静默是一种形式的缺席。实体们能够借由说「好吧，我用如此这般的方式来进入静默」而为静默创造出形式，它可能是禅定、行走冥想、沉思、视觉化观想，如此等等。**

当你太依赖形式、以致于将观察那种形式所包含的内容排除在外的时候，你创造出了监狱。在许多方面，你一次又一次地被非物质性的结构、仪式、习惯之更加微妙的形式所诱惑。我们正在尝试帮助你脱离那些监狱。

如何让实体脱离那种情况呢？在很多文化中，神秘家们的实践不是进入静默，而是借由吟唱、旋转、舞蹈进入韵律之中。重复的动作、重复的声音，重复的音调会重击并最终打破思想的习惯。无论你被何种方式所吸引而进入无形式，简单地坐下来并停止说话，或设计一种特定的静默，或进入吟唱或其他仪式、借由比谈话者更健谈而将他带出自己，这完全是一个属于你自己的分辨力的问题。但是，当你努力让自己与形式分开的时候，你面对的工作是如何通过守在你的圣殿[也就是你的心]门口的狮子。如果你仍旧属于世俗的话，如果你仍旧在抱怨、在担忧、讨价还价、合理化、在辩护、或者在为你做得对与否而担心，那些守卫者不会给你进去珍贵的心里面。有很多的教导.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

.....是关于令自己在心门之外跪下来、把一切都放下：每一个想法，每一个自我的概念，每一个「我做过这个」、「我想过那个」、「我是正确的，」的痕迹。清空自我、变得真正能够接收。无论你怎样抵达那里，在你进入自我之心的神圣空间之前就要抵达那里。因为造物者在那里等着你、充满了爱、充满了祂自己的，也是你的，本性，祂等着将你拥入绝对且无条件的钟爱与挚爱的怀抱之中。

D 实体常在一场解读结束的时候说：「你被爱的程度超出你从来可能想象的范围。」这是真的。当我们谈论这一点的时候，你能够感觉到那种爱的品质和丰盛吗？你能领悟你是如何正当有理、且完全被认可的吗？你没有任何未被宽恕的过失，也没有任何感知到的不完美会被造物者视为不平衡。无论你有什么苦难，无

论此刻你面前的困惑是什么，无论那些你尚未在经验中接收到的梦想是什么，它们对于太一无限造物者都不算什么。我们希望，你可以站在那个背景下来观察在共识性实相中、你眼前的议题。**如果你对于你实质之稳定性的深度能够获得一种感觉，你将会知道，你的双脚正站在富饶又坚实的地面上，无论在那个共识性实相的浅薄而显化的世界中，一切事物会多少次从你的脚下消失，那个地面都不会在你双脚底下移动；你将知晓，在肤浅的意义上，灾难、麻烦、悲剧都是真实的，但它们会被你自己的一个部分所支持，这个部分远比由催化剂与经验所组成的事件之涓流更大、更坚实。**

当你遇到那些悲剧、麻烦、议题的时候，尽你所能，继续将自己视为那个我们向你描绘过的水晶般的实体，接着知晓「一切事物都好，一切事物都好，事物的一切形式都将是好的。」

我们愿在此时开放提问的过程、给你们在此刻可能会有的任何进一步的询问。

J：是的，Q'uo，我是 J，能在你们的能量中真棒。我想要知道，在这房间中、我或任何其他人是否可以做什么来使这个器皿更加舒适。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。的确，这个团体中的每个人都有能力以这样或那样的方式来帮助这个器皿，如同这个器皿有能力去帮助这个团体中的每个人。**愿你们享受这个寻找为彼此服务的方式的过程，知晓所有事物都包含互惠与平衡。**我们为这个慷慨的询问而感谢 J 实体，并且鼓励这个圈子中的每个人觉察到，有许多你被特别地导向为你周围的人提供帮助和支持的方式。你的本性是什么？你的天赋是什么？**在和你们当中那些慈爱的出席者互动时，你将会不断发现新的方式来增强你所属团体的体验。**

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

J：我相信我们每个人都是通过一种从一到七的不同的光芒而进入(此生)，我想要知道你们是否能够告诉我，我是通过哪个光芒进入的。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发觉得、回应这个询问会侵犯你的自由意志。我们为给出那样的答案而抱歉。

现在有另一个询问吗？

J：没有了，这次没有了，谢谢你们，Q'uo。

现在有另一个询问吗？

R：我有一个问题，Q'uo。一个无法到这里来的人提出了以下多少有些特定的问题，所以，如果你们无法回答的话，我请求(你们的)宽容，但是任何就这个主题进行的评论都令人感激。**偏头痛与超心灵致意有任何连结吗？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。由于提问的方式所致，我们碰巧能够回应那个询问。**一个人体验的每一件事情都可能与超心灵致意有关系。**以我们对超心灵致意这个词的理解，它被用来描述接收到抵抗的体验，这种体验经常被一个实体理解为由另一个无形实体进行的某种攻击。实际上，各种致意全时间都在发生，由于各种扭曲会将能量体各种各样的部分从完整的平衡状态拉开。例如，这个器皿在几十年的时间中频繁地接收肉体上的不适，它们是由风湿性关节炎疾

病所导致的。因为各种各样的骨头、关节等部分已经变得扭曲了，它们可能被供能而激发出比之前更大的疼痛。对于 G 实体，这个器皿知道他是实际上提出这个问题的人，我们会向他提出的问题是：**「考虑一个负面的无形实体在血管系统中激发了一种肉体扭曲从而引起头痛，这是更有帮助的？还是了解到存在抵抗是由于(你)存有中的扭曲，这样更有帮助呢？」如果一个人将迫害者或攻击者的角色投射于外在实体，那他就在某种意义上剥夺了自己面对阴影自我的机会。将自己视为一个正在遭遇敌人抵抗的存有，这更有帮助吗？还是将自己视为一个正在体验阴影自我之抵抗的存有、更有帮助呢？我们会鼓励任何体验到一个先前的扭曲似乎被供能的人，将其感知为一个信号，它建议：在你理解自己、理解你的情况和进程时，好好注视一下演化进程中正在发生的事情。这个过程永远都不会完全地脱离神秘。迷雾可能会暂时变得清晰，一个人可能会有关于自我和进程的领悟与顿悟，但是该进程会持续发展，迷雾将再次包围一个人，那些阴影将从迷雾中出来妨碍一个人。很希望问题仍旧是：「这些阴影带来了什么讯息呢？我如何才能良好地回应那个讯息？」**

现在有另一个询问吗？

G：Q'uo，我有一个。在《一的法则》丛书中，Ra 谈到了昆达里尼(kundalini)并警告说，努力提升该位置(locus)——它被定义为内在与宇宙原力交会的地方——在**缺乏对磁性的形而上原则的理解或认识的情况下努力提升该位置，就是去招致巨大的不平衡**。我想要知道，你们是否能够更清晰地定义、那些磁性的形而上原则是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们寻找一种和你讨论这点而不会影响你进程的方式，一个也没有找到，我们为此抱歉。我们想要和你进一步地谈

论；我们会请求你能否也许返回你的学习中，多沉思一点，看看你如何能用一种不同的方式来问这个问题。我们无法更多地帮助你了，我们再次地致歉。

现在有最后一个询问吗？

R：欢迎你们留下来享用会后的茶水和点心，Q'uo。

我们是 Q'uo，觉察了你的邀请，我的弟兄。我们保证，我们总是留下来享用茶水和点心。实际上我们留下来过夜，一直到次日早晨。如果你们要求我们离开，你们可以摆脱我们！我们热爱这个团体和每一个成员，你们只要请求我们在场，我们就会和你们在一起。

既然我们似乎已经耗尽了此刻的所有问题，我们会在造物者之屋的合一中，在爱、光、灵、形式[这些即是一切万有]之中离开你们，如同我们找到你们时一样。我们是 Q'uo。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处 https:/soultw.com/TLOO/2004_1114b.html

英文原文 http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1114.aspx

---

☆ 第 2711 章集：神圣契约

关键词：投生前的计划，催化剂，平衡，服务与学习，行动与存在，表面人格与真实自我，自我菁华，表面情绪与深层情绪，形而上的观点，内在工作，成为你

之所是，米迦勒原型，静默的形式，学习之结晶、觉知，灵光场清理，灵摆用途

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想 2004 年十月 11 日

来自 A 的问题：「A 带着一个问题来到我们这里，关于来自她投生之前的神圣契约的指引，在这次投生中、她可能会被指引去做什么事情，以及她的神圣目的是什么。」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。能在今天与这个团队在一起，这是一种极大的荣幸，我们感谢你们每一位拿出时间和难以置信的努力与能量，来满足灵性工作的需要。它创造了一个极大的能量漩涡，我们十分荣幸能被你们的团体呼唤，在这个目标与环境的漩涡中、和你们分享一些想法，我们为这种荣幸感谢你们。当你们坐在冥想中，我们为你们的振动之美感谢你们，为这个寻求的圈子感谢你们。

我们会要求你们每个人使我们免于担心违反自由意志原则、借由非常小心地聆听那些我们所说的事情，并且分辨那些可能与你们有共鸣和没有共鸣的观念。如果我们的观点的确与你有共鸣、感觉起来熟悉并且对你有用，就务必支持它们、用你认为合适的方式使用它们并和它们一同工作。如果我们提供的想法在你心中没有产生回应，请你只管将它们丢开，这将是对我们最大的恩惠，因为我们不希望在你们面前造出一块绊脚石。就形而上的真理而言，真理不是一个客观的事情。真理是完全主观的；在知晓此刻什么适合于你、什么不适合于你的方面，你自己的分辨力完全可以胜任。非常感谢你们。

你的询问关系到神圣契约与神圣目的，我们会将这两者分开来处理，因为我们发现神圣契约这个概念，在你们身居其中的文化中充满了陷阱。在这次投生之前，你肯定创造过一些契约，我们在此用的是复数而非单数。这些契约与人际关系有关。在这次投生之前、在你的考虑过程中，你和指引系统一起坐下来深思且仔细地考虑，作为一个灵魂，你觉得你在极性和平衡的议题上处于什么位置。对于那些在服务他人的极性上已经重度极化的人，令人向往而很普通常见的一件事情，就是在投生前选择为自己设置的人际关系时，会包含一个需要平衡的议题。对于那些从更高密度返回这个投生的人们，这是智慧与爱之间的平衡。无条件之爱的极大优势很容易看到，真实智慧的极大优势也很容易看到；有时候难以看到的是：如果之前的投生体验使一个实体在这两个品质上偏向其中之一，如何在这两个品质之间去更正一种感知上的不平衡。因此，设置好的人际关系具有一种功能，来提供重复的或主题式的循环催化剂；在这些循环中，你将一次又一次地收到催化剂，它们不只带来关于服务他人的问题，如何进行服务、是否要进行服务等等；还会带来如何使用你开放之心与智慧来对应这个催化剂、这个情况、这个人际关系。希望在于，通过这些在你生活中出现的重复性、循环性的催化剂，你将慢慢地赢得一种确切的感觉、知道你的平衡点位于何处。

例如，这个器皿在人生开始之初，严重偏向爱的一方。举个例子，这个器皿觉得任何可以为他人做的事情，都值得她付出一切努力，因此她发现非常容易去考虑为他人献出生命或除此以外的任何磨难。这个器皿已经工作了数十年、尝试融入得来不易的智慧课程；她在此生中重新恢复这些智慧之功课，多亏了 Don 实体、Jim 实体以及很多其他与她进行过对话交流的人；她从他们身上学习/教导。

对于每一个实体，这种平衡都是独一无二的，指引的线索、提示、耳语也是独特的，因此我们不会用任何方式替代你做这项工作；但简单地说，在你和那些你所

接触的各式各样的人共同所处的各种情况中，这是一个可供思考的、非常富有成效的持续性议题。那些你尝试去为他们提供身体工作或其他神圣接触之职事的人，很明显是为了让你既能从他们那里学习、又能为他们提供你的服务而出现的。那些在路上抢道的实体、在商店里尝试协助你购物的店员、邮局中的女邮局局长以及杂货铺里面碰到的邻居，也同等地有帮助、同等地是你进程上的任务和目标；这一点有时候并非如此清晰。不过，的确如此。

因此，关于你的神圣契约，我们会推荐你去了解：在每天的各种差事、文件工作、责任的表面之下，每一个出现在你生活中的人，都很有可能与你共有一份神圣契约。

不过，那些为了生活、人生课程、此生服务所需要做的手边工作，并没有一种精准的契约。这就仿佛你设想了如何创建一个公司。很明显这只是一个非常粗糙的类比，但是这个器皿有过开创公司的经历，觉察到需要做的事情，因此我们从她的心智中选了这个例子，也就是如何设置公司的基本目标、筹集启动公司的初始资产、弄清面临的挑战，以及预测一个月后、一年、五年后会是什么情境而发展出一个相应的行动方案的技巧。在生命的早期，在童年的年轻岁月中，很难找到足够的聚焦来从任何确定或成熟的方面了解到，你将会用如此大块的时间、天赋和珍宝去干什么。然而，随着投生中时间的累积和经验的增长，会开始有一个越来越清晰的焦点。我们知道，当你凝视这个你启动的业务时，你想增强这种焦点的清晰度，想要知道：「我的下一步是什么？我的这个业务，这个我希望去从事的神圣业务，其真实整体或真实特性是什么呢？」

无论如何，从契约的角度来讲，你的契约就是去服务，了解到这点很重要。你在投生前真正希望去服务和学习。学习是几乎无可避免的，因为服务的附属物和你

从努力服务而接收到的学习分支、多得数不清。因此我们会要求你提升，不再尝试去敲定某个步步为营的契约，接着开始了解到这个契约正在你的手中，不只现在而已、而是在你余生的每一天。你的服务是可塑的，它不像一个你只需填满其空白的拼字游戏；这个器皿非常喜欢这些拼字游戏，她惯于按定义将每个字母填入(空白)方格中。你没有那种类型的拼字游戏，好让你清晰地判定你的目标是什么。毋宁说，好像你得到了一个带回家的测试，一个论文测试；你既参加了考试，也为它打分；你可以每天，如果你愿意的话，或者每年都重考。你可以重新评估，可以重新考虑。一旦在过程中似乎有任何小故障，接着我们敦促你：返回去重新检查你的参数，检查你对自己、所在地、在近期想要什么等等之认知；于是，你就可以在全时间都觉得，你在新鲜的、你是崭新的，你完全不是在沉重地穿过一个已预想的模式；这是你的成长、你的绽放，你拥有浇水壶、肥料、去栽培的意志。的确，你在这个成长的小花园中扮演所有的角色，那就是你的神圣目标。

每一个在行星地球上呼吸之实体的神圣计划都大大地统合。那个所有实体的神圣计划就是：让实体发现她自己、显化内在的存有，以致于你此生的尽头时，你是一个在自我知识与真理中闪耀的能量场。

现在让我们看一下那个模型，因为它听起来简单，但和你们的思维方式是足够地相反，以致于我们的想法真的需要一些讨论才能被真正理解。当一个你们文化中的实体开始谈到自己的时候，不会从存在、而会从行动的方面来谈：「我做这个以谋生，我做这个以娱乐，我做这个为服务。」然而，你的神圣目的是存在。你作为一个能量场、进入此生；你从全体自我中，把某些特征拉出来，如这个器皿所称的人格外壳：你的(逻辑)智力、人格、表达自己的方式、你擅长的事情、似乎不擅长的事情，如此等等。这些特征好像一个深水区的最表层：水面上的波浪

仅仅是那些处于人格波浪之下的事物的标记，你的真实自我有无限的深度。在你的全体自我与你如此深陷于人格外壳的显意识之间、有各种连接，这些连接线纤细又脆弱，但是非常、非常地强壮，无法被断开。它们可以被干扰，很多次我们发现银丝线本身被，容我们说，粗糙地使用，以致于实体们一开始很难进行梦的工作、观想、冥想的工作，这些工作有助于强化表层自我和真实自我之间的那些内在连接。然而，在这个特定的案例中，我们并没有发现有这种事情发生；事实上，显意识自我和潜意识自我之间的连接似乎充满活力、使用得非常好，因此，我们会单纯地鼓励 A 实体继续她的进程：和梦境、直觉、静默的本身一同工作。

自我的菁华(essence)是活生生的东西。实体们对于自己在此生的名字经常感觉不合适，因此会去寻找别的名字、那名字的振动似乎与你对你之所是的内在感觉更加协调；这是就较高密度的立场或在你的密度中、你自己的形而上工作发生的内层空间来看。然而，没有名字是必要的。你的能量场本身就是你的名字，你的振动就是你的身份。我们毫无疑问地知晓这个团体中每个人是谁，不是因为我们知道你的名字，而是因为我们将你视为你之所是，带着光、色彩、纹理一同振动、闪闪发亮[1]。每一个实体都有她自己的内在结构、自己的关系、脉轮之间的平衡，以及诸如此类的事物。

（[1] 原注：coruscating — 1. 发出闪光，闪耀或闪光：钻石在烛光中闪闪发光。2. 展现闪耀的精湛技术：一个让音乐在整个音乐厅中闪耀的长笛演奏家。）

那么，一个人如何才能穿透自我周围一个又一个的幻象，并且越来越多地感知她(他)之所是呢？对于我们以及你们来说，怎样才能清楚地说明这是如何工作的，仍然是一个奥秘。这个过程完全是直觉性的，你越能够去关注你的情绪能量，你拥有的资源就越多。

现在，关于这方面，让我们来看看情绪的两个不同的层面；因为跟瞬间、简易的表面情绪一同工作是一回事，跟较深入的情绪一同工作又是另一回事。首先，让我们来凝视简易的表面情绪。当我们谈到表面情绪的时候，这个器皿马上想到她体验过的那些恼人事情，例如开车的时候、她在车子里体验到的情绪。一个人在开车的时候被抢道，很容易感到不快。这个情绪值得查看，因为它在教你，但是它教的内容与较深入的情绪可能教的内容显然不一样。一个来去匆匆的表面反应好像一张报纸，表达一个特定时刻中正在发生的事情；它不会表达人生中那些正在你生命里发生的更深进程，它只是水面的瞬间扰动。不过，每一个扰动都值得去查看，因为每一个扰动都含有自我与其他自我的分离，每一个出现的分离都能富有成效地被检查，以确定是什么将你从你的同类那里拉开，然后找到治愈那个分离的方法，再一次找到你与那个让你失衡的陌生人或朋友的合一。

即使当一个瞬间发生的事使人感到愉快，再次地，检验它仍旧是重要的：查看这道光是否有一种分离的潜流，如果有的话，它是什么。在检验这些非常表面的事件的过程中，你其实是在改善你的观点。在分离或纷争中更深入地探索、寻求爱、寻求它们底下的合一，这样的训练对于拓宽和深化一个人直觉性的预设观点、有着累积性的效果。观点至关重要，因为那个你用来查看世界的点，决定了你将用某种方式看到某些模式。随着你的观点在其坚定的形而上导向中拓宽、扩大、增强，你将开始看到一个不同的世界。当那个世界通过你形而上的观点变得更加强壮的时候，你的课程也会驾着更圆的、有更多润滑油的轮子来到你身边，更加顺利、更不费力、更加易懂。因此，日常中小小的恼人事物并非如波浪前端泡沫中的尘埃、只是需要清除的废物，而是值得用手舀起来的好材料。在你将它扔掉之前，好好检查一下吧。

在较深入的情绪上的工作是一个更为缓慢、微妙的过程，它完全是直觉性的。它

强烈要求你开始了解到、你更深的情绪体在何时被穿透了。你需要开始看见那个时刻：你感觉到一个精要的真实情绪，不管它是喜悦、悲伤或恼怒。这些更深入的情绪如同音符，而你必须能够弹奏你的乐器、清楚地了解它、能够为它调音；如这个器皿早些时候谈到的，她为其肉体、心智体、情绪体、灵性体调音，以便于接收这个正在进行的通讯。你是一个乐器(器皿)，一个水晶的乐器。你的能量借由颜色而非声音、借由光而非音乐来表达它自己，然而，它们至为实质地在那儿，并且是你的存有之更深入表达，当你肉体载具[由尘土而来]再次回归尘土时，它们不会消失。那么，作为一个永恒的居民，你不仅在显著、明显的事物[你的肉体生命、你的瞬间想法、如此等等]上工作，你也在自己永久的部分上尽其所能地工作。

你正在尝试去做的事情，如我们稍早说过的，就是去越来越真实地成为你自己，越来越美妙地唱出你的水晶歌曲，音调越来越真实，唱得越来越深入、真实，唱出你之所是的菁华。这就是你全部的神圣目标。如这个器皿会说的，你开始如山丘上的灯[2]、如众人面前的灯塔一样屹立，不是向他们发送某种伟大的信息，不是向他们发号施令，而是单纯地存在，以你的方式闪耀出你的光。通过那光的影响，你会成为你来到这个世界要从事的服务；那个灯塔将为你带来那些需要你特殊能量的水手，那个灯塔将向那些需要的人警告在你附近的礁石。你无需伸手、无需期待、甚至无需回顾。就你的神圣目标而言，你需要的是自豪地、带着自信、沉着、极大的坚持成为你之所是。

（[2] 原注：《圣经》路加福音，11：33：「没有人点灯放在地窖里，或是斗底下，总是放在灯台上，使进来的人看得见亮光。」；编注：参照马太福音 5：14~ 5：15 似乎更呼应原文的用语。）

从你们在这次解读之前的讨论中，A 实体现在有很多事情要做，有很多她可以选

择的方向：能量工作、生命之花的工作、神圣几何，以及她研读中的各种其他方面，等等。不要淹没在具体细节中，这就是我们在这方面要说的。在一定程度上轻松地看待它们，取笑自己，画卡通来和你的伟大目标[因为你的确有一个伟大的目标！]开玩笑。它是一个美妙的目标，不过，这目标不是需要你将行为与环境绑在一起说：「这就是我必定要做的事」。你需要更多地进入一个连续的系列：关于这个器皿会称为顿悟和领悟，你是谁、你为什么在这里、你的菁华之本质、以及此刻你正在查看的你的大业务之本质。

我们会简短地谈谈关于持剑的询问，我们会引导 A 实体简单地去检视天使长米迦勒(Michael)的原型。这个实体属于这个器皿所谓的神话系统，这个器皿在自己的灵性工作中使用这个神话系统。当她为了(星际)通讯而调频自己的时候，她使用所有四位天使长。米迦勒实体属于东方的能量、属火，一个佩剑的人物。有时候，当这个器皿观想四个原型的天使长与四大元素的时候，她发觉米迦勒站立的形象。他的剑可能被拔出、但下指大地，或者他的剑可能被拔出并向上举起，或者，他的剑可能在剑鞘里；他可能是跪着的，也可能是站着的。那不只是呆板的、原型的形象，属于火元素；相反地，它是一个活生生的、呼吸中的实体，在数千年间，已经被无数个实体在灵性工作中深入探索过。因此，这个思想形态有一种惊人的、极其愿与你分享的力量。因此，作为一个持剑者，你的问题是：「那把剑正在保护什么真理呢？」在任何特定案例、特定情况中：「需要拔出剑吗？需要收起剑吗？如果拔剑的话，需要处于无挑战状态还是挑战的模式呢？」因此，在进入那些你觉得真理会是一个议题的情况之前，去感觉那个人物是如何站立的，对于你可能富有成效。进入静默，请求它让你看到视觉的形象，请求它向你展现，米迦勒的姿势及其剑的位置如何能够为你提示：在这个特殊遭遇中，你自己的部分、你自己的角色。

那些保护真理的实体是光之存有、荷光者。在这方面，这个圈子里的每个人肯定都是 A 实体的同伴，因为所有的人都是荷光者，所有的生命在某种程度上都是指路者。不过请记住，你并没有指出一条道路或一个方向。你所能指出的一切都隐含在你生命之光里面。所以，允许这些情况发生在你身上，然后允许你内在最深的真理处理该情况。你在稍早谈到，如果有人来请你为他治病，你一直要等到你在治病时向内在询问之际，才会知道该做什么。那把剑的能量也是这样。不要提前询问，而只在具体场合中询问：「我的角色是什么？我该如何发光呢？」最重要的是：相信你的存有(being)。

我们真的向所有正在尝试深化灵性面向的人推荐：以你自己的方式参与静默。人们普遍的偏见是赞成静默冥想、反对其他形式的静默，但我们会鼓励 A 实体探索静默的所有形式：例如在大自然中散步的静默，在观想和沉思中的静默，在阅读灵性材料、然后坐下来让散乱的想法形成自己的模式时所涉及的静默。在各种学习(study)以及那些你不视为学习，但作为确认和附加物、的确被学习呼叫、从而融入学习的事物；在它们之间有着隐藏的连接。像 A 实体所说的那样、去观察信号和标志，她自己就是那样做的。设法在一天中保持可供使用的能量，即使当天只有五分钟的时间，留给静默之内的工作。

静默如同一座礼拜堂。当一个人进入静默的时候，好像进入一个特定类型的建筑。这是一个神圣的建筑，你的核心所在，造物者，就在静默之中。的确，那静默会在你的心中找到它的家。花时间进入你自己的心，坐下来聆听。因为那个安静而微小的静默之声讲述真理、所提供的是你生命的真理。

我们为这个开场的问题感谢 A 实体，我们会在此刻询问，她对这个主要问题是否有任何后续问题。我们是 Q'uo。

A：(你们讲的)有很多要思考的内容。不知怎的，我所有的问题看起来都不是很重要了！

别人告诉我的、这个量子学习或量子什么的、那是什么东西？我被告知我将要体验或经历的事物是「量子」、「量子化」，这是什么意思呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。量子的概念有点像，比如说，在学校里的一学期，或事物的一个单元，一旦它完成了，就过去了；一个人前往他该去的另一个量子，以继续前进。在量子物理学中，量子就像一个宇宙，可以容纳一定额度的事物；使它装满的量，就是那个量子能够容纳的总量。就你的措词，我们可能会更多地就一个已被完成的学期之意义上来讨论。到此刻为止你所经历过的学习，已经给予你越来越多的具体细节；当你进入下一个学习领域时，将会有更多的具体细节。我们会建议，正在发生的事情是，随着一个又一个的细节的累加，将会出现一个关键时刻：好像在一个过度饱和的溶液中，越来越多的东西被添加到水中，突然间溶液消失，出现了一个结晶，这就是你在学习过程中正在取得的事物。这种学习的结果严格地说，不是你将失去细节，而是它将有某种模式。它将有某种晶体的排列，这种排列在一定程度上使得一切都显得合理。换一种方式来说，你不是在填补一个猜谜游戏中的空白，你是在将你的信息放在一起来形成一块水晶，那块水晶将是觉知的一个简化之中心结构。要注意，我们并没有说知识，我们说的是觉知(awareness)；在觉知中，当一个人向你寻求帮助，你从他那里听到这种那种的细节时，你不会这样看待它：一加二加三加四，「哦，有四个具体细节」；而是「啊，我相信我开始看见这个实体的偏见与扭曲之外形」。从那个简化的观点，你有一个更加清晰的主意，一种如何帮助那个人、如何服务于那个人、什么是可能的、什么是不可能的、在不侵犯她学习进程的情况

下、你能够说什么、在不侵犯她学习进程的情况下你不能说什么的感觉。那就仿佛.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

.....你正在塞入越来越多的具体细节，不是为了取得复杂性，而是为了达到那个觉知的晶体为你形成的(饱和)点。你无法强迫这种晶体出现，你无法催促这个过程。

A：我快到那里了吗？

我们是 Q'uo，我们可以确认，为了让这种晶体形成，你所需要的大部分细节确实都在那里了。但是，我们不知道那个晶体将在什么时候形成，或者仍需要什么细节才能使你说「噢，我现在看懂了」，它也无法被你提前知晓。然而，这个时间将会到来；我们只能鼓励你不要催促它，不要寻找它，而是日复一日、借由一个又一个的细节去做工作：接受信息、安置信息、使用信息。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹。

A：我一直在和一位 S 老师共同做某种工作，她在参与搬运水晶并与水晶网格保持一致的工作。这个工作是否有益？这个工作对我有益处吗？

我们是 Q'uo，我们发觉、以任何方式回应这个询问都会侵犯你的学习进程，因此，我们会恭敬地请求让我们跳过这个问题，并简单地鼓励你去跟随你的心，去感知这个关系与学习过程，看看进一步深入她有的那些兴趣、(使你)感觉如何。

我们可以用任何其他方式进一步回答你，我的姐妹？

A：好吧，谈到侵犯，在我参与的工作中，我正在学习更多的关于如何消除一个人的灵光场中的沉重尘土或物体。当然，我的意图一直都是去请求许可来消除它，但是我想知道，消除灵光层面中的物体，是否会以任何方式侵犯他人的成长进程。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。让我们仔细地注视这个问题，因为这里有个需要学习的好课程。当你努力有所服务的时候，很重要的是去查清你之前毫无概念的事情之参数；这些参数与你个人或(你的)结构无关，但是跟向你寻求帮助之实体的个人或结构有关。

你需要找到一种方式向你正在尝试去帮助的实体提出该问题。这个器皿之前做这个工作时，会使用一个摆锤，询问一个是或者否的答案，并非常小心地推出问题：「我正努力去帮助的人，其指引系统觉得这个实体已作好准备、从能量体移除这个扭曲了吗？」形成一种方式，无论是摆锤，还是其他你可能知道并觉得更方便或舒适的技巧，来跟你努力帮助的实体之内在指引系统建立联系，并确认该指引系统给出了许可，允许这个实体被治愈。这将清扫治疗的途径，谋求那个实体之高我的帮助，使得你在尝试协助时、不是孤单的；而你只是正在运作的神圣创造性原则的一部分、正在回应一个请求答案并已得到答案之潜能的人。经文上写得清清楚楚：「敲门，门就向你打开；请求，你就会收到。」

你可以信赖，一个来找你的实体是有意识地在请求帮助；这么做是好的：去探索这个人的潜意识进程，确认你的确没有使用你的力量和能力从一个人身上移除她在那个特定时刻需要(自己)除去的那丝灰尘。的确，告诉这个人：「我可以做这

么多，但不能更多」，这要比将她放在一个未受保护、没有防守的情况中[使她多少感到不安全、不保险]要来得更好。

现在有最后一个询问吗？

A：出于好奇，你们能否告诉我任何事物，关于我的家乡星球，或我来自的恒星系统？接着，这将是我在这里的最后一次投生吗？

我们是 Q'uo，我的姐妹，我们不喜欢探索关于你的前身的问题，因为它们被你的高我密切地守卫着，我们不愿意在你的高我以它自己的方式提供许可之前，将你放置在一个(自我)知识的位置上。要知道，这些具体细节将在你的梦境中、或者在你与灵媒的随意交谈中为你所知，那些灵媒会碰巧在你为这些信息作好准备时、和你沟通。在那时间之前，要了解到，对于每个在行星地球上投生的人，行星地球就是你的本土行星。你真的是一个生活在这儿的人，呼吸这里的空气，你是该行星自身的一部分。在此刻，这就是你的原生土地，直到你停止呼吸之前、都是如此。

至于这是不是你最后一次投生，我的姐妹，你拥有潜力、让这次投生成为你最后一次的投生。如这个器皿会笑容满面地说的：「别搞砸了。」

借由那句话，以及鼓励你们在全时间都使用幽默，因为它真的是一个神圣的礼物，我们会在太一无限造物者的爱与光中离开你们。请知晓，任何时候，如果你愿意欣赏我们的振动从根本上加强你自己的振动，欣赏我们的爱拥抱着你，你只要在心里默念我们的名字，我们就会与你同在。你永远都不需是孤单的。我们是 Q'uo。Adonai。Adonai。

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

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_1011b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1011.aspx

---

☆ 第 2712 章集：亚伦与 Q'uo 对话之三十三(完结)

The Aaron/Q'uo Dialogues, Session 33

Copyright © 2007 L/L Research

1996 年 11 月 24 日

（这次集会在一段调音和冥想的时段之后开始。）

Aaron：向你们全体献上我的致意与爱。对于这个寻求者的圈子、我愉快的欢迎，并且感激这份加入你们圈子的邀请。

我想要返回到你体验的这个面向：作为人类，带有肉体、情绪体、心智体、灵性体，在这些身体之间有一个平衡；肉体拥有疼痛和痛苦，情绪体拥有其喜悦和忧伤，心智体拥有其清晰与混淆的混合物。该平衡是在这种人类表达与你之所是的爱之终极菁华之间的平衡。

你们谈到了、选取肉身以及体验遗忘的罩纱，忘记你之所是：一个将你更深地推入表面上的人类束缚之罩纱。这就正如它需要是的样子，因为通过这个(罩纱)、人类出现悲悯、慷慨、爱的最伟大表达。

我给你们一个非常简单的例子。如果我有一个巨大的苹果园，真的有数千颗健康

的、生机勃勃的苹果树，如果一个存有敲我的门说，「先生，拜托，你愿给我一颗苹果吗？」接着我给他一颗苹果，一个人可能说，那是一个慷慨的举动。如果我给他一整袋苹果，一个人可能说那是一个甚至更大的慷慨举动。肯定是的，我已经自由地将我的某个东西给予另一个人。但是于我内在有一种明晰、(知道)蕴含在我背后的无限丰盛。没有恐惧阻碍我的给予，或者以某种方式影响我的给予并使得我犹豫。是的，它仍旧是慷慨，如果我们将那个定义为一己的自由给予，但是，如果我在口袋里仅仅只有一颗苹果并且没有取得更多苹果的方法，这会是多大的不同呀！我知道这是我的晚餐。我已经走了十英里、刚刚在一棵树底下、阴凉处坐下来，拿出那颗苹果，将它在我的衣服上擦亮，我正在期待它甜美的果汁打消我的干渴、以及饥饿。接下来，你接近我并说：「拜托，你愿意给我这颗苹果吗？」现在恐惧可能升起：「如果我给了，我将要吃什么呢？我将是安全的吗？我的需要会被满足吗？」透过那个恐惧，爱的声音必定要带着响亮的清晰度发言、好让该苹果被给出。我所定义的真实慷慨正是这种爱之声的原力。

你可以为了很多原因给出那颗苹果。你可以实践自我修炼：把恐惧和烦恼推开并给出那颗苹果。或者，恐惧可能留下来：沉静，无声地，待在表面底下。接下来，苹果被给出了、却没有带着喜悦。要带着真正的喜悦给予那个苹果，你必须已经承认并转化了你的恐惧。在恐惧之内有慷慨。恐惧被转化之后就是慷慨。

在这里我们拥有一个不同的给予体验。它不仅仅是那种源自于知晓无限丰盛的力道、源自于一万颗苹果的喜悦给予。现在有一种深入的喜悦，因为你已经带着爱穿越恐惧了。你没有允许恐惧控制你，而是已经能够不顾恐惧而给予并且转化那个恐惧。它唤起了信心，(相信)你的需要将会被满足，虽然你仍旧可能并不理解如何办到，因为那是唯一的苹果。

这里有个可能不一样的场景。如果另一个人是在抓取的、惩罚性的，为了使你感到羞耻去给予那颗苹果，可能会有愤怒，也会有一种恐惧说：「我必须给出那个苹果、为了感觉良好，感觉是慷慨的。」在这里，主要的恐惧不是一个人的需要是否将被满足，而是渴望去成为「好的」以取悦另一个人。一个人不需要成为那种恐惧的奴役。「我必须给予」是一个激烈的评判、认为自我比另一个人较不值得接收到。那也是一种爱能够转换的恐惧。在此，结果是对恐惧和该要求者说不，留下苹果并吃掉，或者也许去分享它。一个人不用去行动以惩罚另一个人，而是去肯定自我的需要也是要被荣耀的。在这种回应上头没有错误。它是一种不同的慷慨之练习，借由亲切对待自我来有爱地回应恐惧。**要点是，当恐惧不是主人的时候，天生慷慨的心将会知晓如何回应。恐惧是被提供给人类的催化剂，它敦促那个人去学会如何把那个恐惧转化为有爱的亲切或慷慨。**

这就是地球层面提供给你们的机会、去显化并向这个世界表达爱。我并不想要在此谈论爱的各个程度，但是，在面对恐惧的时候所显化的爱，那是一种远远更具转化性的爱，它是转化性的、因为它以亲切触及那个恐惧，并且教导了你们这个终极课程：**没有任何要去恐惧的事情**。唯有通过和恐惧一起练习，你们才学会，你不必须对你的恐惧起反应，而是可以从恒常开放的心联系它。

你们的地球层面的体验会持续不断地给你们提供这样的课程，因为你们带着这个遗忘的罩纱而活着。当然，当你们触及一个更深入的灵性觉知点之际，罩纱会有一些洞被戳破。它会在某些部分成为半透明的，以致于光闪耀通过。它偶尔甚至是相当透明的，但是，只要你们在人类形体中，它就绝不是持续不断地透明的。

你们的恐惧不是一个障碍物。当你们与恐惧待在一起，对恐惧微笑而非被它所统治的时候，它就其自身是智慧。就在那个时候，心发展了，就在那个时候，你们

真的开始活在心中，并且从心向外表达、进入宇宙了。

你们是待在肉身中为了一个目的。那个目的不是去拥有非肉身的体验，甚至不是持续性的非肉身之清晰度；而是具备肉身，并带着爱和你们此生的催化剂一同工作。

在这里，我想要将麦克风转给我挚爱的兄弟/姐妹/朋友 Q'uo。我暂停。

Q'uo：我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。让我们再一次感谢你们、在这个圈子中的每一个人，为了这个机会、得以成为你们在道途上的一个声音而致谢。我们发觉你们的同伴情谊鼓舞人心。我们对于你们的勇气感到惊奇，因为你们必须在这个未知的罩纱之内去表达。

如我们在昨晚对 J 实体说的，在一条由衷的学习与服务的道途上、有两种显著不同的前进方式，任一个寻求的技巧或方法都是富有成果的。然而，借由心智与意见来寻求是那种发生在夜晚的阴影世界中的寻求，仅仅只有暗淡的月亮将它神秘的光提供给黑暗。在这种暗淡之中，要去把看到的事情错误地呈现给自我，这是非常容易的。分辨是困难的。在另一条途径上，开放之心的途径上，正午的光被提供给那些能够交托(放弃)其小小的意志、希望、期待的人；那些期待固定在定义未来要被发展和显化的事物上。

让我们给予一个实在的、混合这两种方式的例子。我们现在描述被知晓为 Jim 的实体得出结论的方式，结论是他应该加入这个器皿和 Don 实体。Jim 实体在他遇到 Don 与 Carla 实体之前、好些年过着一种简单而隐修的生活。他也是另一个老师的好朋友，这个老师生活在距离他家[位于肯塔基州的乡村] 2 千英里远的地

方。他已经决定，是时候了、去踏上一条服务他人的道途而非保持孤单。他的心智对他说：「我将要前往两千英里外的地方、提供我的服务。」因此，这个实体把他俗世的资源打包在卡车的后面，开了两千英里路程。当他抵达的时候，他发现有好工作可做，但是他的心一直在敲着他觉知的大门说：「这是你的地方吗？」最终，这个实体荣耀了那种敲门并决定在静默冥想中静坐度过那个周末期间。他完成了所有和这个老师的服务有关的事务，接着单独一人隐修了一个长周末。经过所有这些准备之后，他进入冥想，立刻地知道他要再驾驶 2 千英里返回肯塔基州、加入这个器皿和 Don 实体。

Jim 实体当时能够直接开 70 英里、沿着道路到达 L/L 研究机构吗？我们对你们说：不，他不能够。(那时，)他太确信他知道自己的路。他手边有计划了，因此，他必须工作穿越这些概念与意见。那些英里完全没有被浪费。在这条迂回的旅程中没有错误。

现在，你们每一个人都寻求最有效率的服务方式。无论何时、恩典来到你身上，站在那内在的正午太阳之际，然后我们会说，「美妙呀，优美呀」，不过，对于塑造你的命运的灵性原力的充分臣服已经足够完整了，以致于那条明显的捷径能够被采行，这不是经常会发生的情况。**最经常会发生的情况是两种混合的结果：尝试去预测、控制能量流的自我，以及那种开放之心的臣服。**

我们想望给你们留下印象的是：**我们真诚地相信，较长的道路、在表面上迂回的路线，不仅仅作为一个替代物[相对于臣服的烈火纯度]是可接受的，它也提供了有价值的催化剂，这种催化剂使得内在的太阳开始于内在的意识当中显化出来。**就是为了这个表面迂回的旅程、这个注视着天鹅绒皱褶的夜晚，你们穿上了 Aaron 实体已称为的尘世套装。我们希望你们在心中找到它、以拥抱这条在必死

命运的阴影中的道路。我们希望你们可以开始珍惜并享受你们这次穿越混淆之海的游泳，并可以在游泳中找到玩耍与运动，以及内在的潮汐的流动。你们将被这些未知的水流中被四处抛掷，当你们受苦的时候，你们可能经常怀疑自己的寻求的有效性。这恰恰就是你们来到地球体验的情况了。在正午的内在，你们很容易宣告你们的完整性。但是，你们希望进入阴影的世界、就仿佛你们看到正午的太阳一样地行动。信心就是那个把自我扔到完全臣服的半空中的事物了。

与所有的逻辑相悖，在某些周期中会有盲目选择的时刻出现。在那些开端时刻，会有去做对的事情的渴望，人类的本能就是去握住、控制、伸手拿取并拉扯。**那些选择去发展这些开端时刻的人的有力行动就是那个勇敢的决定：去释放、臣服，并且宣告那种一切都好、一切都将是好的确定性；接着，在那个时刻要去做什么、对你将是已知的。**

我们会在此刻把发言权交给被知晓为 Aaron 的实体。我们是 Q'uo。

Aaron：我是 Aaron。你们能够明白效率经常就是恐惧的声音？在人类之内会有那种想望停留在控制地位上的想法，不仅仅是对于自己安全的控制，同样也是对于周围的人的安全控制。它想望去为宇宙找出图案(样式)并使它成为可预测的。

在星光(astral)层中，永远都不会有这一种感觉：以人类体验这类危险的方式处在不安全中。在星光层上，没有事物需要被命令或被控制，但那种无序拥有它自己的纤细又可爱的秩序，你只能让它流动。

谁想要去处于控制位置呢？经常，你们的理由可能是最高尚的：想要提供一己的能量、以服务所有的众生；想要减轻苦难。但是，我亲爱的朋友们，人生就是混

乱，人生是杂乱的。想法和情绪仅仅是在被邀请的时候才会升起，就好像听话小孩子们报告自己、接着后退一步回到队列中一样，想法和情绪是一群吵闹的孩子、不按次序地升高它们的声音。这就是人类的一辈子。

在天堂中要保持你的平静是容易的。你在这里投生是要在不顾催化剂，甚至不顾你对于催化剂的回应的情况下，学会这种平静。接下来，当你尖叫「咦」(eeek)！接着快跑躲开老鼠的时候，内在将有那个处于中心的、平静的、知晓它是安全的平静。

从非常实际的意义上，**在第四密度中、你们将要进入心电感应的能量团体。每一个于你内在升起的想法和情绪都将被团体中的所有同辈接收到。每一个于他们内在升起的想法和情绪都将被你听到，这就是第四密度体验的特性。**想法和情绪将不会因为你在第四密度而停止升起。如果这个圈子现在是完全心电感应的，那对你们会没有问题吗？有没有某个已经说出的事物或想法是你不会想望和整个团体分享的？你们会看了一眼这房间对面的某个人、想着：「她的头发和衣服今天看起来是破旧的」，或「他为何对我皱眉头？」你们每个人肯定已经在过去的三天期间、拥有我们称之为负面想法或负面情绪的东西。如果每一个人都听到这个东西，那没问题吗，会不会有一种羞耻感？如果你们从你们的邻居那里听到这个东西了，又怎么样呢？伴随着那个听到、会不会感到不舒服？

你们投生不是为了阻止这些想法和情绪升起，而是为了和它们找到平静，这样当你们进入第四密度的体验之际，你们内在的每一个事物都能够被分享，从外在而来的每一个事物都能够自由地来到你这里。评判不会升起，羞耻和尴尬不会升起，相反地，和那些想法和情绪共有完全的平静，这样你们就能够充分地听到相互彼此了。

现在，你们受限于从自己直接的体验学习。如果你能够完全地跟另一个人有同感，又会怎样呢？那么，你们可否看到，他人的体验同样成为你的学习过程中、非常可行的工具？这就是为什么悲悯在更高的密度中、会被如此深入地学会，还有智慧，因为你们可以直接取得如此大量的体验。

所以，你们在这里、处在这个第三密度的形体中，体验到这种宽广阵列的各种想法和情绪，关于混淆、喜悦、忧伤等等。你的第一个本能，就是想望整理这种狂乱，强迫它站好排队、敬礼、报告，一次一个人，只有那种漂亮的材料。但是你们无法做到。那不是人类体验的本性。**人类体验的本性，虽然经常是美丽的，也是脏的、发臭的、混乱的。你们是在这里来学习平静，学习去向着那种混乱开放你的心。混乱不是你们的敌人，混乱是你们的老师。**

当你们问：「我如何才能用我想望去传讯的方式、成为一个更清晰的管道？」…Q'uo 谈到的恐惧是想要整理体验，想要成效：「删去那个四百英里(路程)，直接去到肯塔基州。」它没有留出空间给那个伟大的旅程，你沉浸于其中，该旅程净化你、教导你。

渴望秩序和效率并不是坏事。当然，那种渴望中的某部分来自于一个爱的位置、想望去释放不协调并减轻苦难。只有一些渴望以恐惧为基础。你们能够区分吗？如果它以恐惧为基础，你能够带着慈爱观察那个运动而不固着于其上？这个器皿在她的办公室中有一块磁石，它写着：「**祝福这团混乱**」。你们需要带到生活中的、正是那种态度。

我会分享一个简短的、关于效率的故事。好些年以前，这个器皿(芭芭拉)每周有

一天在一个被知晓为 Seva 的服务机构中工作、作为一个志工。她在办公室工作，在那里她的工作是去接收捐赠的订单，这些捐赠如同礼物、以另一个人的名字被献上的，好比去庆祝一个生日。她会寄出一封谢谢你、给那个已经为特定的捐赠付钱的人，并以那个人的名义、向那个捐赠的对象送出一个捐赠的通知。这些是非常有爱的捐赠、支持着许多存有。它们是财务上的捐赠，为自己或他人订购的商品，或者服务的捐赠，好比提供给一个在尼泊尔的盲人一次白内障手术，或者提供给一个在瓜地马拉的女人一只山羊，这只山羊会提供给她某个谋生的途径。

芭芭拉有一天带着一大堆这些要寄出的表格坐下来。她看到她拥有如此多的想法，这样会减缓该过程。她说：「这不是有效率的。我将要做的事情是」，她心里想着，「顺过一遍完整的列表，并将所有捐赠者的地址写在信封上，接下来选择适当的卡片」，卡片上写着：谢谢你的捐赠，把它塞到信封里面。接下来我将要再次浏览全部这一大堆，接着写接受者的信封。我将简单地抽出个别的卡片：以你的名义的一次白内障手术，生日快乐，圣诞快乐，以你的名义的一百美元，带着对你的祝福……于是，她开始分别这些礼物，创造出一个有效率的回信顺序。她在其上花了一天，在那个下午的尽头，她疲倦了，这样做并没有真的涵盖更多的范围。她出去散个步，问道：「我哪里出错了吗？为什么它并没有加快呢？」

突然间她了解到，心并未临在。她先前的过程是缓慢的，因为她会阅读那些字句并且对于在西雅图的玛莉(Mary Smith)感到高兴，因她带着巨大的喜悦而提供这次白内障手术以帮助另一个人，以及玛莉对妈妈有那么多爱，为了荣耀妈妈而用她的名字提供这份礼物。当她写那些卡片的时候，那么，她自己对于这等的慷慨之喜悦、就是该书写的一部分了。她是涉入这整个过程、荣耀该过程。这些卡片被更缓慢地完成，却是带着爱完成的。

我亲爱的朋友们，落入这陷阱：切断你的心、找到一条机械性的途径不必去感觉地球的痛苦；这是如此容易的事，机械作用使你隔绝于混乱、痛苦、失序。你们永远都不会创造出完美的秩序，你不是来这里做那件事的。你是来这里找到平静与爱。

我有时候会被问到：「Aaron，如果这种无序的确增加苦难，那么为什么尝试去使它变得有序是坏的？」**尝试去使它变得有序不是坏的，但是使它变得有序的执着，创造了苦难，而非无序本身。当有执着的时候，动机主要是以恐惧为基础的：「我必须要解决这问题」(的动机)是刺激物。当没有执着的时候，就有一种乐意、去用事物本来的方式进入那些事物，感觉到风吹起并推动你和树木，来回摇晃，感觉到河水的潮汐与流动的水流，感觉到生命的整体运动。**

当你以这种方式去感觉，和一切万有连接，接下来有爱之心就能带着一种直觉的认识来回应：「如果我在这里提供爱，它将会转变那种水流，这样众生就不会在水流中溺水。如果我在那里提供亲切，它将会使得风的推力变得温和，这样众生就不会被吹倒了。」接下来，那种举动来自于一个具有深刻爱的位置，它信任宇宙的方式，它不需要去和宇宙打一场仗，而是作为宇宙的共同造物者、提供其最深入的爱。当你提供那种有爱的原力，宇宙会把它吸收进入它自己、并以最佳的方式使用，你就不再会说，「这一定要被修好」。你正在说：「这里是爱，它能够在被需要的时候、应用它自己。」

这是你们能够掌握的最伟大技巧。你首先借由观察来掌握它，借由看到恐惧如何作为一个巨大的推进器来起作用，你的能量场如何自我防御并想要推回去。当这些推力在这个混乱的领域中一直猛烈地出现的时候，你学会和该能量跳舞了。它

推动，你让出一点，观察它，当那种推动停止的时候，你让该能量流回来。不再有任何人会屈服或推挤，只有无条件的玩耍，上主的玩耍。它是一场爱的舞蹈，而非恐惧。这是一种非常能够去掌握的技巧。**为了学会它，你首先必须是临在的。**你必须观察，在物质世界中，各种物质客体与想法推挤你的方式。你必须观察伴随着那种推挤、以及那个微小自我(small ego-self)的不舒服，它想要是安全的，想要它珍惜的他人是安全的。你观察一个想要解决那种推挤或与之战斗的人。

当你在自己的内在观察这些运动的流动时，你将越来越多地看到、你拥有怎样多的选择。爱之心开放了！你将停下来、没有需要去攻击你自己里面的恐惧之声，反而将会对它提供悲悯。**这是临在之后的第二阶段：一种对最深真理的滋养、并且决心去活出那个真理，直到在每个时刻、心智和身体都会情不自禁地反映真理为止。**因此，借由那种升起的恐惧而提供给你的课程将会被掌握，因为恐惧将越来越多地成为一个赞同悲悯的催化剂。你将会在世界中成为一股原力、处于中心并且提供爱。同样重要的是：你将准备好迎接第四密度的经验。

你们每一个人都拥有某种正念或冥想的练习。去使用这段练习的时间是很有帮助的，至少部分地使用，作为一种观察方式，观察你自己与那些生命面向的关系，那些面向推挤你、并且推挤恐惧的反应去反击。**你越多地练习这点，它就变得越为容易，你就拥有更多的自由、带着巨大的喜悦与平安、活在这个我们称为第三密度体验的混乱之内了。**

我想要将麦克风提供给 Q'uo。当 Q'uo 已经做出了无论什么它想望去做出的陈述之后，我将会开放发言权给你们的问题。我是 Aaron。我暂停。

Q'uo：我们是 Q'uo，在我们发言之前，我们会建议现在正好是(棒球)第七局伸展操的时间。我们将在你们伸展(身体)的时候和你们同在。我们是 Q'uo。

（暂停）

我们是 Q'uo，我们在发问时段之前、提供给你们一些最后的想法。知晓你自己为人类，如同无羽毛的两足生物，这可能看起来是一种巨大的限制，一种巨大的不便。但是，不，知晓并相信，月光是富有魅力的、它是欺骗性的，你们的漫游步伐是全然完美的、正如它们需要是的样子。**轻松地对待你自己。带着最深远的奉献对待爱。知晓你最大的珍宝、中心的目标、以及你的耐心全都被包裹在每一天的生命之中，虔诚地活出每一天。在天父的世界中，一切事物都具有特色。在你对于每日生活的关照中坚持下去、因为对于有耳去听，有心去理解的人，每一个任务，每一个故事，在你们文化的如山文件中、每一份愚蠢的文件都充满了学习。要知道，当你碰触他人之际，你遇见自己。被你们知晓为耶稣的实体提供了两条人生的规则：(1)去爱无限造物者，(2)如同爱自我一样地爱其他自我。在你的旅程上，这些建议即包含了一切你所需的东西。**

这个器皿在今早唱到：「去给予、给予，再次给予，因为上主已经给了汝；不要将你自己花费在计算成本上，光荣地献给所有[现有的、即将出现的]世界的主。」[1] 愿你们的忧虑借由安静而受祝福，愿你们的担忧借由恩典被触碰。愿你们的心打开。

我们会在此刻开放会议给各种询问，无论是给 Aaron 或我们自己，或两者的问题。请继续发问。

提问者：Q'uo，通往平静的道路似乎什么都是、除了(平静)，我对此感兴趣。它不是一个过程。在我们收集的指示中，有多少部分只是在使我们更加忙碌、或使我们在轨道上停下来，又有多少部分是通往我们目标的梯子？

Q'uo：我们是 Q'uo。

我的兄弟，所有在表面上错失的步子与差错都是必须的。这个器皿有一个记忆：来自于一个朋友的故事，她的猫，在门口发现女主人的时候，会绕着客厅一圈圈地跑，在她的两腿中间跑，冲进厨房，跳上柜子顶上，绕着柜子跑，在地上猛冲，跳上冰箱，然后走向她的碗。猫知道只有在她做了这些事情之后，女主人才会提供食物。人类心智会说：「但是，那个女人单单去储藏室取食物就得花那么长的时间了。所有的奔跑都是没有意义的。」我们对你们说，难道猫儿不享受那个运动，享受那个女主人到来和(放好)食物之间的时间吗？

在这一刻与你在这个星球上死去之间的时间、你必定要做一些事情。你们能够选择何时休息、坐着，以及不动地等待着。这会怎样地挫败你进入这个幻象的罩纱之际(所追寻)的渴望呀！你的人生的时光是教学用的。它们给予你锻炼、给予你的情绪机会去精炼。那个过程创造了美丽又清楚的情绪，以及各种各样的正面和负面的情绪之圆润音调与刺耳音调。所以，开始去聆听与欣赏情绪、心智、习惯以及产生冲突部分的舞蹈，这就是此生的工作了，尽管这些事情必定是令人混淆地且表面上是执迷不悟的，因为就是在这些学习步子的火焰之中，完整性的领悟被找到了。所以，去拥抱表面上将目标交换为错误、交换为表面上走错的道路；接着看见，真的，只要注意力坚持下去，你就无法浪费时间。付出时间和天赋的珍宝。付出它、毫不担心它是否看起来值得。三摩地的时刻会将你带入到那海洋的中央，接着永远不再有一刻离开它，那个混淆(之海)。

我们可否进一步回答?

提问者：不了，谢谢你们。

Aaron：我是 Aaron。我会想要对 Q'uo 刚刚已经提供的内容补充一个实例，它是从这个器皿的体验中被取出的。

有一次，她在森林里，在一座可爱的森林公园里散步。自从她上次的造访之后，小径已经被改变了。她从先前的散步知道，有一条通往海滩的捷径。她沿着一条似乎是前往正确方向的途径上行走，但是它变得越来越窄。接下来，在前方，她看到被泥土覆盖起来的林中空地，一小块泥地，不比这个房间大。

在远方、她看到一条小径的延续。她踏入那块泥地，沉入泥淖中，实际上沉到了她的腋窝上面了。她镇定地把手臂尽可能远地伸出去。她是相当孤单的。她的双脚没有接触到底部，所以，没有任何坚实的东西可以去使力。缓慢地，她抓住在所及范围内的枝条与树叶，接着为她身体建造了某种类型的垫子。缓慢地、她一寸寸地离开那个泥淖，肯定不是毫无恐惧的。她爬出来、到达另一边，她实际上从头到脚都被黑色的泥浆覆盖了。

她决定自己需要返回主要路径、停止寻找捷径，所以，她绕着这一小块泥地找到了一条道路。她用一个棍子测试、看到那块泥地不是孤立的，而是一连串的泥淖，它们将更加靠近海滩的土地、和她最初已经走过的土地隔离开了。

在她走的那条小径边上的矮树丛是非常浓密的。想到那条小径最终会将她带到一

个跨越这一串沼泽的通道，她走了也许有两个小时。她发现她在绕圈子，并返回原地，她说：「但是，我刚刚就在这里。不是吗，或者它仅仅是一个类似的地方？」她开始留下一个小小的标记，接着证明她是在绕圈子。

一开始，当她观察到绕圈子的时候，她愤怒地想着：「我正在浪费我的时间」。她并不担心陷入严重的麻烦之中。她知道自己能够穿过茂密的荆棘到达海滩，单纯地带着一些刮伤的皮肤出来。她知道、如果自己没有在夜幕落下之前返回，人们会出发寻找她。在隔日早晨、她会被找到，但是，今晚会是非常冷的，而所有她穿着的衣服就是一件浴衣。

在她第三次通过不同的路线来到相同的树之际，所有这些阴暗而惨淡的想法都经过她的头脑，她说：「我仍旧在绕圈子」。仅仅在她转了四次之后，她终于拥有智慧来单纯地坐下来。她走了一会儿，直到她来到一小块阳光中，在那儿有一块林间空地。她坐在阳光中，阳光温暖她了一点点，她开始冥想。

当她睁开双睛，最后在地面的层次上，她在面前看到一条鹿出没的小路。她以前只在旧有的人类小径上行走。清晰地，如果任何人知道如何穿越这里，那就是鹿了。所以，她再次前进，但这一次爬行着，跟着那条鹿的小径，这小径带着她通过一条非常窄小的、稳固的地面山脊，穿过了那个沼泽带、返回到主要路径。她认出了那条路本身。返回的路只有十五或二十分钟。

那些一开始的几个小时是浪费的吗？直到她已经探索过各个人类路径之前，她都无法准备好去爬行、接着通过鹿的小径找到她的路。我发现这是一个完美的隐喻。也许，随着你们变得更加睿智、更有经验的时候，你们就不再对于恐惧的声音如此强烈地反应了，接着开始听到稍早的爱之声。也许，接下来你只要去走一

次不必须的(路)、在智慧进来之前说：「安顿下来并聆听」。**成为人类的一部分不仅仅是学会如何聆听，在恐惧将会使你开始走一段时间的「无意义」圈子的时候，还要学会如何穿过恐惧的声音来聆听。**

当 Q'uo 刚刚在讲话的时候，这个器皿对我说：「问题是我浪费了如此多时间走这些无意义的圈子。我似乎学得如此缓慢。」但是，我亲爱的朋友，你们在学习的时候学习。无论在你最终学会前要花费多少次数，就将会花费这么多。一旦你已经学会了，就是学会了。然后，在小径上的下一个分界点就出现了。

再次地，你们在练习同样的事情，当恐惧没有叫喊的时候，去听见爱是很容易的。当恐惧在叫喊的时候，你必须让自己足够安静、好听到在恐惧的叫喊之外的爱之低语。如 Q'uo 刚刚说过的，没有时间是已经浪费的。你正在学会更好地听见。

我们可否谈论你们的进一步的询问？我暂停。

提问者：Aaron 刚刚说过，我们一次又一次进入相同的课程，这是爱的课程吗？而老师总是恐惧吗？一个问题：老师总是恐惧吗？

Aaron：我是 Aaron。恐惧是一个爱的扭曲，除此之外什么都不是。请不要把老师想成恐惧。把恐惧想成爱的众多伪装的其中之一。我暂停。

提问者：Aaron 经常说，无论我们选择做什么事情，都是我们自己的自由意志，但是，我们将学会做出更有技巧的决定。Q'uo 说过，没有浪费时间的方法。我们从自己的错误中学习。我有一个信念，我们可以请求来自上主或圣灵的指引、关

于在任何时刻、哪一条道路是最清晰的或是最有技巧的途径。Aaron 或 Q'uo 能够谈谈那一点吗？那样是否正确？

Aaron：我是 Aaron。Q'uo 和我自己都想望讲述这个问题。我将会先发言。

去浪费时间是不可能的，我和 Q'uo 是一致且完全赞同的。它不是浪费掉的时间。你们正在学习，不过，**当你由于恐惧的力量而不去留心的时候，你的学习会花费更长时间。不要把它视为浪费掉的时间。它就是你们需要的时间。是的，你们的学习能够是较不痛苦的、和爱的道路更加协调一致。借由那种在心智中的热望，是的，你们肯定可以请求帮助。**

你的请求是一个自由意志的陈述，一个准备好去接受的声明。在我刚刚讲过的故事中，芭芭拉在她终于准备好坐下来说：「我需要帮助」之前；她在发疯地绕圈子。恐惧在指引它，她花了一个半小时的时间好让她的恐惧足够安静、单纯地了解到，必定有一条更好的路，坐下来冥想并问圣灵：「我如何才能离开这里？道路在哪里？」时间完全没有被浪费，因为下一次、当她进入一个在类似象征的情况，她会记起这个情况的课程、并且更快地请求。

在最初、什么东西在驱动她呢？一开始，在那个泥潭中，曾有过真实的惊恐。她尖叫着请求帮助。没有任何人在周围，她了解到、她真的可能在那个泥巴洞里死去，泥巴会超过了她的头顶，她必须把自己拉出来。当她最终把自己拉出来，接下来，她允许自己让路给她感觉到的恐惧，她先前将那种恐惧推到一边、以便于找到出去的路。

如果一个人发现自己处于一个类似的情况中，不管是实际如此，或是类比的情

况，记得一个人如何已经学会将慈爱带入，如何请求帮助，接下来，一个人就将会越来越多地走一条和谐的、更清晰的道路了。你的主要问题在这里是：「我如何才能成为一个更清晰的管道呢？」为了那种清晰度、你所需要的每一个事物都在你里面。每一个阻碍那种清晰度的事物也在你里面。

清晰度只是一个目标。学习、成长、拓展爱的道途都是被整合到完全织锦之中的同等目标。对于清晰度紧握不放就是去否认其他的目标。我不愿意使用目标的词语。我认为一个更好的词语是果实，清晰度仅仅是一个果实。对清晰度紧握不放，就是去背对其他的果实。那么，无论代价是什么，都要取得那种清晰度吗？

你已经说过你的信念是：我们可以请求上主或圣灵、在关于最有技巧的途径方面、给予清晰度。是的，你们当然可以，但它是通往什么目的地的最有技巧的途径？在避免痛苦和混淆的渴望中，你们希望清晰度来取得舒适吗？你们想望去切断一些回路、因为你们已经感到筋疲力尽？你们想望切断它们来给他人留下印象或去感觉好像是一个「好」人吗？你们想望切断它们、甚至因为它们在对他人的影响的方面、看起来是无技巧的吗？也许那些附加的回路恰恰就是被需要的事物了，在 Jim 的向西旅程的案例中，在他知晓自己必须真正前往的地方之前，或这个器皿在森林中绕圈子之前（他们知道答案吗？）这途径是一个寻宝游戏。线索无处不在。

去请求就是去承认你的混淆。它是陈述你的最高目标，哪一个会强化爱与和谐呢？但是，请求的主要动机是什么呢？仍旧会有去控制或修整的渴望吗？如果请求来自于一个仅仅寻求避免痛苦的位置，这样的请求无法结出果实。**去请求不是请求关于道途本身的清晰度，而是去寻求平静、跟困惑的不舒服同在。你向着那种不舒服开放你的心。当这颗心停留在临在状态，接下来，如你刚刚建议过的一**

样，你开放心并且祈祷指引。这不是说，时间本来会被浪费在其他方面。它单纯地说，你现在准备好了、通过你的祈祷表达那种准备状态。这样，你请求的答案就会变得更加可以为你所取得了。你看到它是如何运作的吗？我暂停。

提问者：那儿有一个恐惧的面向……具体地说，J 和我可能在底特律的一个医疗救济所工作。我们已经和那里的职员有过一场谈话。这机会通过我的一个朋友出现。在一次谈话之后，我们安排了另一次谈话的时间。我知道不是必须要做这个工作。它已经以一种方式出现在我们面前。讨论的内容的一部分是：教导一个由职员组成的班级、关于如何冥想，如何和他们的筋疲力尽一同工作。我们仍旧在检查将会教导的内容，什么事情是被需要的。没有事情是固定的。我看到恐惧于我里面升起，它说：「我无法教导那种班级」，我知道很多事情是能够帮助那些人的。我的问题是：我察觉到在我们的服务中会有很多位置会被欣赏、被需要。我已经祈祷关于这点的指引。当我听到 Q'uo 说，没有去浪费时间的方法…….

我不是被恐惧驱动的。我的动机是：「什么是最睿智的途径呢？这是在此时要去跟随的途径吗？」关于睿智地做出这个选择，而非主要出自恐惧，有来自 Q'uo 的评论吗?

Aaron：我是 Aaron。C 的恐惧暗示，有一个特定的目标，就是在服务中奉献自我，好让他人可以从那种服务中受益。恐惧建议任何对于那个目标是岔道的事物都是一种时间与能量的浪费。通过服务提供自我，并让其他人学习，同时让他们的一些苦难借由那条路线而被减轻，这是一个成果。你学习关于自我内在的恐惧，这是另一个成果。如果服务第一次被尝试了，它无法满足你在最后给予的方面会渴望的事物，如果你因此学会，你仍旧需要练习，如果你因此学会去放松并允许你伟大的智慧从你身上向外流出，就没有任何事物曾是失落的。这样的学习

(过程)就是一个伟大的成果。

你能不能看到、你是如何紧握住你相信必须发生的事情，同时寻找一个特定的结果？你不是在成为宇宙的一个共同造物者，你在尝试去指挥全体。反过来，你可以提供你的意愿，即你和所有的存有都可以借由这个情况尽可能地大大受益。你必须承认、同样有成为「好仆人」的动机，以及对于你将会无法达成要求的恐惧——甚至还有去成为他人的帮助者或赢得赞许的动机，如果这样的动机存在的话。**注意到所有的动机，爱是主要的，你可以带着一种交托控制的态度进入到那个情况，毫不期待某个特别的事情将要发生在你或任何人身上。你带着有爱与真诚的心、拿取这些多重动机、把全部的困惑献给上主，同时再次肯定主要的动机。接下来，无论发生什么事情都可以看待为学习(过程)。**我暂停。

提问者：我有相同的问题。有没有指引？我看见的是，跟着指引一起前进是没问题的(OK)。我正在问的是：在做出这样的选择的过程中，有没有智慧与指引在周围？没有恐惧，只有爱。那情况是可得的吗？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们和这个器皿在一起，我的姐妹，我们相信掌握了你的询问。

肯定地，指引在你周围，并且所有时间都在全体周围。灵性世界极大地渴望去支持并增强每一片无限太一的挚爱火花。请求指引确实是一个有技巧、有爱的事情。这个器皿有一个短小的短语，持续不断地在她自己的内在使用：「主，向我展现祢的道路。」她每天祈祷：「主，在我们今天做的一切事情中，帮助我们服务祢。」[2]这种对于指引的热情拥抱永远不会失败。然而，有时候，来自指引的回答是沉默、缺少进一步的信息。有时候，答案甚至是「不」。

一个充满热情地拥抱平静的人在每时每刻都是被支持的，这是你们已经见证很多次的情况。然而，当指引是否定或就是静默的时候，接下来，就是那个人必须在没有被支持的感觉的情况下、前进的时候了。支持是在那里的，但是，在那个关键位置，该指引与支持借由它的静默开放一个在混淆中移动的机会。一个人可以数月或数年地移动，感知其命运并和该命运的迸发产物合作。无可避免地，对于一些实体，会有沙漠体验，在其中，空气可能充满了黑夜，心是盲目的，恐惧与疑虑结合在一起。在那个时候，**当寻求者感觉到极其孤单的时候，当指引似乎不见了的时候，爱的行动就是单纯地在信心中坚持不懈，忆起凭借指引而活的光景。在灵性似乎是静默的时候，我们建议持续的留心，在每时每刻的体验中，关注各种主观的巧合与同时性，因为所有的受造物都是活的，都是和你、你的希望、渴望连接在一起。**

在你的询问背后有大量的时间与技巧。我们感觉到、你察觉到指引到了这样一个地步，以致于否认没有任何指引的可能性，或者否认(有时)依赖于灵性的支持网络是不明智的。肯定地，总是向着可得的帮助开放。但是，当那些周期的剧变来临，突然间你发现自己变得四分五裂(riven)，接下来，这就是你的机会了，单单凭借信心而行走的机会，不因为或大或小的缺陷以及灾祸而被困扰。

人类的体验似乎是关于把事情做好。但是你不是来这里做事情的。你主要是在这里发展一种态度，一种尽可能地接近爱的原初振动，容我们说，存有(生命)的核心振动。当你穿越混淆生活着，最大化[你的振动与爱本身之间的]相近性的方式就是交托任何对于支持网络的执着，允许它似乎失败了、而不会变得不安。你接下来就有机会去表达一种闪亮的信心，它说：「哎呀，我什么都不知道，我没有任何线索，但是，一切是好的，一切将是好的。拥抱那种健康、它要求我是完整

的，我在那个时刻没有线索，但是我仍旧知道：我恰恰就在我所是的位置，这是好的。」观察那种偶尔会发生的混乱、并且在破烂中舞蹈，在清扫工作中舞蹈，在所有的事上头中喜悦——那就是信心。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

提问者：感谢你们。不了。

Q'uo：有没有一个给 Aaron 或我们的最后询问？

提问者：我的观察是，当我们体验到这种平静的时候，我们能够不顾混乱而拥有喜悦。与我们一同工作的指引会提供给我们一条捷径，它们的礼物一部分就是安静的，好让我们在一个深入的层次上学会耐心与爱。我真的没有问题了，仅仅是在过去几天中、我对于已经被分享的事物的观察。

Q'uo：我的兄弟，我们无法说得更好了。

提问者：感谢你们、为了你们的礼物。

Q'uo：我们真的感谢你们。我们祝福每一位。享受你们的舞蹈，我的弟兄姐妹们，要知道、没有忧伤是被浪费的，没有喜悦不被听见。我们是你们知晓的 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿和你们。Adonai。

Aaron：我是 Aaron。我也要感谢你们、为了你们的寻求带给所有众生的伟大礼物，以及你们的真诚与有爱之心的礼物。

当在你们的人生中有困惑的时候，你们能够记得去带着爱、向那种困惑致意吗？被 C 实体说起关于这个即将到来的工作：「我没有任何线索。」对于你们大多数人、在人生中的大多数时候、那是一个高度准确的陈述。当你们正在忙于做你认为你正在做的事情的时候，你经常对于你真正在做什么事情是没主意的。**除了微笑、信任、踏出下一步，你们还能做什么啊？**当你们这么做的时候，你们将在那儿找到爱，我向你们保证。把我的祝福与爱给你们每一位。我是 Aaron。那就是全部。

原注：

[1] Geoffrey A. Studdert-Kennedy(1883-1929)作词，旋律，早晨之歌，被认为是 Elkanah Kelsay Dare（1782-1826）所著。

[2] 注释出处未定。

（编注：亚伦与 Q'uo 对话系列至此全部结束；感谢两位协力译者的长期工作，同时感谢所有读者的支持！）

Translated by T.S.

(V)2017 Reviewed by cT.

亚伦与 Q'uo 提供建议，关于应对恐惧，涉及生活中的混乱以及对有序的执着，如何成为更清晰的管道。协助只是给道途上的寻求者的一个想法。

https://soultw.com/TLOO/1996_1124Q.html

http://llresearch.org/transcripts/issues/1996/1996_1124_draft.aspx

---

☆ **第 2713 章集：做世界的光**

Copyright © 2004 L/L Research

传讯座谈会：路易维耳市大学- Belknap 校区

2004 年八月 22 日

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中、我们向你们致意；在祂的能量中、我们来临，在祂的服务中、我们存在。能被这个寻求圈呼唤，是我们的殊荣，我们感谢这里的每一位实体，从非常忙碌充满压力的生活中拿出一点时间，好停下来只为了请求真理，请求那些你们希望在面对当下此刻时、将成为资源和财富的东西。从很多方面来说、这个当下此刻真的是引人入胜又具有挑战性，我们十分高兴和你们在一起。

为了让我们能够自由地发言，我们会在「生命的喜悦」[1]实体上加上我们的声音；要求你们每一位小心地使用你的分辨力，不要假定我们或任何其他实体是权威，因为我们不是。在你自己的学习曲线和灵性演化方面，你才是权威。你的真理全权属于你，它与任何别人的真理都不一样；即使对你来说，在不同的年份，有时在不同的时刻，你的真理都不相同。始终带着新的耳朵来听，检查你是否对听到的东西感到有共鸣。如果有共鸣就接受它，和它一起工作，使它变成你自己的；对你现在有帮助的个人真理、就在共鸣的回音中。如果没有共鸣，那就放下它、扔掉它、毫不犹豫地走开，因为它不是你的真理；它可能对某个其他人有用，但是对你没有回响，所以随它去吧。这样的话，我们就能够自由发言而不用担心可能会删减你的自由意志、由于试图假装我们能够代替你学习。我们只是和你们同行的实体。

在我们回答询问之前，我们会简单地向你们每一位建议，你们是这个世界的光。

光照从好几个光源进入这个房间，那我们就用这些影像来谈论你们如何是光。如果你凝视这个器皿的背后，那儿有一棵作为装饰物的树，树上挂有一些圣诞彩灯。这是一个漂亮的、在美学上令人愉快的装饰物。但更重要的是，它是一幅地球及其人群的美丽图像。你们每人都是一个发光的能量来源，当你们接通(plug in)时，你们是怎样地闪亮呀！你们彼此以看不见的方式相互连接。从肉眼来看，每个实体都是分开的：在身体和衣服接触空气的地方，在双脚接触地面的地方，每个实体都有边界；在物质幻象中，每个人都明显是分开的。但你有这次投生中常见的家庭，不光是核心家庭或者物质性的家庭，**还有灵性的家庭，那些实体组成的团体比你猜想的更大，其中的实体选择进入投生，来和他们遇到的、觉得有亲族关系或密切关系的人们一同工作，还有更多原因。**在无形的层面上，你们每个人的这些延伸家庭常常有，容我们说，共享的亲戚，你们以很多看不到但只能感觉的方式互相连结在一起。因此要知道，当你凝视那些人的眼睛，你尚未触及其能量、尚未和他们交换能量；不过，你凝视的不是陌生人的眼睛，因为虽然肉体貌似分离，但在表面下的层次，你和那些家族有很强健、很强力的连结，你就是从那些家族来的，你也会返回那儿去。

你们来到这里是为了成为一道光、以照亮行星地球。让我们再来看看这棵树的圣诞彩灯，这个你们所有投生中的人在这里「持有能量」或「维持空间」[2] 的图像。你与谁连接在一起呢？

环顾你周围的天花板，你会看到似乎从天而降的星座之光。这些星座可以代表整合的各种来源。当物理幻象变得越来越复杂的时候，说也奇怪，安慰与接地气会来自可感知的的灵感来源。一种光可能是森林中的一次散步；另一种光可能是一些鼓舞人心的著作，就在这个房间里、有一些精彩的书籍，它们可能恰恰就是你此刻需要的[3]。**摸摸那些书本，摸摸那些材料，看看其中是否有适合你的能量；**

当你的确感知到一个能源时，记住去用它。打开那本书，散散步，将自己置放于和当下一刻的约会中。因为你是一个强有力的魔法存有。你内在的光就是那个无限的能量。你接通的是什么呢？你接通的是怎样的无限源头呢？

现在，看看窗外，看看阳光，它倾泻无比挥霍的能量、无限地进入你们的(地球)层面，远远超出任何实体可能使用的量。造物者的慷慨令人难以置信。意识没有尽头，爱没有尽头，你接通的事物也没有尽头。你就像葡萄藤，你就像是点燃的灯。葡萄藤向下汇入葡萄树中。耶稣大师说过：「我是真葡萄树，你们是葡萄藤。」[4] 再次地，他说：「你们是这世界的光。」[5]所以，**不要把你的光藏在斗底下，不要把它关在你的房屋里、关在你的存有之内、关在你的练习之内，而要允许你在内心接通的能量、更自由地流经开放之心、流入你周围的世界。**

所有的事物都是一体的。你不只是一个人格外壳、一种特定可辨识的存有、过着特定的生活。如被知晓为天父（Father*）的实体所说，你是「神性的一片火花」，造物者眼中的一片火花。你已经来到这里、给了自己不小的麻烦，你进入一个似乎相当暗黑的氛围。不要被愚弄，不要感觉沮丧；**很多人谈到的「扬升（ascension）」并非正在来临，而是已经在这里。第四密度的能量活着，尽它所能的，活在第三密度地球的角落、缝隙、裂缝之中。这是一种压倒性的能量；与一年前相比，它现在的运动远远更加能量充沛。我们确实可以说，(现在，)你想生活在哪一个密度中、由你选择。**

（*编注：请参考原注[2] ）

这是一件微妙的事情：将观点从第三密度的共识性实相改变为第四密度的可感知实相；从凭借恐惧活着切换为凭借爱活着；从防卫与守卫的观点转变为看待一己为一个水晶存有、能够接收太一无限造物者的爱与光，祝福它，让它无扭曲地从

开放之心向前进。当你能够表达无条件爱之际，爱为你的光提供燃料，那就是你的光源；你就成为这个世界的光。

容我问，M 实体在此时是否有给我们的询问呢？[6]

M：是，Q'uo，有的：「就个人与灵性两方面讲，我下一步该怎么走呢？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。当下此刻是完美的。不过，它就如同处在成长过程中的一粒种子。**当一个人考虑下一步的时候，无论就个人还是灵性而言，问题都变成：「此刻、爱在哪里？」**

借由你已经完成的工作、承受过的苦难、学会的课程，你在过去播下了种子；你已经对那些种子施肥、浇水、培养，它们在当下此刻绽放；但它们不是该过程的尽头——它们是灵敏深刻的图像，在为你插上翅膀、看见你通向下一步的路之后，就会消失。当你问：「爱在哪里」的时候，你可以开始看入这些关系，你带入这一刻的各种关系、以及你正在思量哪些议题。

你请求了怎样的帮助呢？如果是请求服务，那总会有下一步。围绕着这个议题或关系周围的、是什么能量呢？你之所是的实体和你的天赋，在哪里会有用、如何才能变得有帮助呢？还有，不要忘记你自己，因为如果你使自己过度工作，耗尽你的灵性、情绪、心智之能量，更不用说你肉体的能量，你究竟要如何服务呢？

因此，问你自己这问题是好的：「我需要什么东西来面对此刻呢？」 也许一件非常小的事情，就能让你从一种过度劳累、过度充能、精疲力尽、紧张，甚至沮丧的感觉，转变为兴高采烈、好的能量。它可能是一杯茶，可能是任何你感觉到

的事情、使你了解到：「你知道的，我一直都在考虑所有其他人，但是，我真的需要小睡一会儿，吃一口东西，或散个步。」

当你注视着下一步该怎么走的时候，聚焦于你的感觉、态度、还有你如何感知这个当下此刻。你如何看待这整个系统，也就是你的能量场？你处于健康状态吗？为了去服务，你需要是健康的。如果这答案是否定的，停下来、请求平衡。如果你被搞糊涂了，停下来，坐在静默中，让宇宙倾泻而入：它可能是一只鸟的叫声，可能是精灵以一种你能够听到的声音、直接对你说话。也可能是两者之间的任何事情；它可能是一个向你跳出来的街道标志、和你正在产生的想法有同步性。(圣)灵会以很多很多种方式跟那些倾听的人连结，所以，倾听、倾听你自己；首先要确认器皿(乐器)的状况良好，因为你们都是器皿。

M：「什么是我的前进式运动？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。前进性质的问题很有趣。第三密度共识实相的思考方式总是绘制了一个箭头：首先这个，然后那个，接下来这个；沿着直线走的顺序。然而，就灵性而言，有一个圆圈，也许更准确地说，一个球体，所有的运动都是前进的。不要把自己想成这个笨拙的类人猿，一步、一步缓缓走着；而是把自己想成你之所是的能量体，因为你有翅膀、你在飞翔。这个能量体或能量环面(torus)，那是你基本的形而上本性或本体，可以朝任何方向滚动，从一个层次移到另一个层次，从一个密度移到另一个密度，选取它需要的信息与资源。这种移动(过程)的大部分、肯定不是有意识完成的。

因此，许多向前的移动其实是使你摆脱对于前进运动是什么的先入为主观念，然后，对你周围的资源开放：**你的梦境工作、你的同步性、你的阅读，以及当你和**

太一无限造物者、你的指引同在至圣所时，你从对话与静默中挑选出来的事物。频繁地接触你的指引并倾听，这是如此地重要。如果你可以的话，当你获得一个印象，认真地对待它、写下它、回头去注视它，看看你是否遵从了自己的指引；如果没有，带着更多的能量与热切来冲击它，因为你们是相连的，你的内心的确知道下一个前进步伐该怎么走。但是你不会充分地知晓，除非你允许那个存有圆满与自由、让它出现；该存有即你之真实所是：一个永恒的公民。

M: 「我的财务状况会解决吗？」

我们是 Q'uo，我们理解了你的问题。供给的议题很棘手；当然，这个器皿多次体验过、纳闷于到底要如何支付帐单，供给到底如何显化自身，不过，对于这个器皿，的确，供给总是有的。有时候供给极其紧张，但是，不知怎的，运货马车总是以某种方式按时抵达。我们会建议：观想这种完美状态会促进丰富的供给。我们并不建议在你对造物者祈祷中、包含一张你所需的各种事物的清单。**当你想起耶稣大师教导他的弟子的那个祷词，它只为今日(所需)请求。聚焦在这一天所需的东西，不带着骄傲、也不带着羞耻，接着请求：「在今天所有的事物中，愿我得到我所需的供给和能量，好让我得以服务。」然后放下那个肯定语，知晓在这一天、你将被供给你真正需要的东西。**

我们为了无法更具体地回答而抱歉，但我们发觉，为了保持这个器皿所请求的、她会称为的最高与最佳的调音，我们需要停留在灵性原则的层面上。

M: 「这是一个特别的团体吗？你们可否告诉我们、是什么东西使我们今天聚集在一起？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。确实，我们在某种程度上谈论过这个主题，一个我们由衷珍爱的主题。你们今天到这里来、因为你们是一家人。你们没有通过一种有意识的方式选择彼此，你和这里的很多人之间，没有那种关于家庭或过去的友谊等等常见的纠葛；但是你们大家共享一个至圣所，也就是那个由此刻寻求真理、寻求服务的人们所维持的空间或能量。你们今天聚集到一起，有着显意识层面上的理由，但也有潜意识层面上的推动。因此我们鼓励你们将这个事件、这次聚会看成一次家庭团聚，跟那些以前也许从未谋面的家人重聚；不过，你们都被圣灵呼唤前来、为光与爱做见证。你们每个人都工作过、玩过、受过苦、欢笑过，并且完成收集人生体验的生活。**你们已经开始在自己周围聚集一种灵性的重力、一个份量、一个容纳光的存在密度。**你看，当实体们开始觉醒于他们的灵性本性时，他们完全有能力掌握这些观念，因为这些关于灵性演化的观念非常简单，它们常常被称为寰宇的智慧或永恒的智慧。今天，我们必定要说的东西，其实也是每个讲者要说的，都曾被说过，而且将再次被说出；然而，由于灵的特性，它必须在当下此刻说出、作为一个能够点燃的火花或能感染的细菌。

也许，我们要对你们说的事情就是：**你们每个人都是无条件爱的携带者。当一个人被圣灵照亮、唤醒、充能的时候，无条件之爱就从他身上流过；最初不能持续很长时间：调音会减弱、能量会耗尽，而他必须休息。你在这里是为了深化自己的灵性密度，当你承担起自己的人格锻炼之际、找到那些对你管用的资源；接着开始学习如何坚持不懈地在耐心、良好幽默感、平安、悲怜之中，来对待自己：这个笨蛋与一等一的错误制造者。**我们全体，你们全体，天父造物中的每一颗微粒都会犯错；如果我们没有扭曲，我们将在创造性原则的全体性中歇息，不用工作自己的路好返回源头。你处在阿尔法(alpha)和欧米加(omega)之间，你在这里学习如何加速你的演化步伐。你今天遇到的每个实体都是你的老师，你看入的每一只眼睛都是造物者的眼睛。你活在一个镜子的大厅中，这些镜子是美妙清晰

的。来吧，在这里遇见你自己。

容我们问、此时是否有另一个询问？

M：「圣骑士(Paladin)是一次真实的能量遭遇吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。由于你在此刻具有的确定程度，我们愿确认、这是一股在此刻对你有帮助的能量。

我们感谢你们每一位，接着在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注：

[1]「生命的喜悦」(Joy of Life)是一个内层空间里的实体。在 Carla 和 Q'uo 群体开始这次的通灵之前，在先前一场通灵中、该实体透过 Sylvia Willett 发言。

[2] 在 Sylvia Willett 之前的一次通灵会中，她的通讯来源「天父」(Father)传导了这些措辞。

[3] 所有的通灵者都带来了他们的资料，供听众查看。

[4] 圣经，约翰福音第 15 章：「我是真葡萄树，我父是栽培的人……你们要常在我里面，我也常在你们里面。」

[5] 圣经，马太福音第 5 章：「你们是世上的光……你们的光也当这样照在人前，叫他们看见你们的好行为，便将荣耀归给你们在天上的父。」

[6] M 是主持人，她有很多听众提前填好的问题卡片。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

https://soultw.com/TLOO/2004_0822b.html

http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0822.aspx

☆ 第 2714 章集：灵性途径

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年九月 19 日

团体问题：今天，Q'uo，我们的问题是关于我们如何能够确定，或许甚至是定义，每天日常活动中的灵性途径。当我们每天沉浸于所有的作为当中，很容易在细节与浮浮沉沉中迷失。你们**有没有什么小窍门或简略的方式，来提醒我们自己是谁以及我们的作为？我们怎么才能找到穿过这个迷宫的路，怎么才能从灵性上来了解这一切呢？**

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。能被你们寻求的圈子呼唤是一种极大的荣幸，我们感谢你们每一位在此刻拿出时间和能量来寻求真理。当你们在静默与灵之合一中共处至圣所时，你们美丽的灵魂在作一场绚丽奇妙的色彩表演：你们的能量互相综合、一同旋转、形成一个如实的光之至圣所，这十分地鼓舞我们。**你们的心与魂至为美丽地表达这锻造熔炉的挑战，以及在锻造过程中产生的极度绮丽的微妙色彩；该过程是催化剂与经验的熔炉中的各种锻造性影响的相互作用。**

当你们在这类团体中聚集到一起时，你们创造了一个独特的东西，一个光点，它

不是任何物质意义上的光点，但在无形的层面中，或在这个器皿所称的内层空间中，它是一个欢庆的事件与盛会。你们作为一个团体选择聚到一起，如同时间/空间中的位置、光的灯标，从整体上增强你们地球能量中那些无形层面的光。感谢你们，为了这种寻求的表达与美丽。它大大地鼓舞着我们。

一如既往，我们会请你们每一位小心地聆听我们分享的那些想法，了解到我们会犯很多错误。请留下那些你们发现有用的想法，抛弃其他的。这将让我们自由地分享我们的想法，而不用担心你们可能会把我们看成权威人物，试图去跟随那些根本不属于自己的想法。如果某些想法和你们没有共鸣，就毫不犹豫地将它们放在一边。我们感谢你们在这方面的考虑。

你们今天问到，当你每天醒来，张开双眼面对那个包含即将展开事件的万花筒时，该如何迂回穿越那些细节之瘴气和众多性之混乱表象。当你从床上起来的时候，也许无法想象今天会发生的事情。如果你对当天你要经历什么完全有把握，你肯定会感到吃惊，因为每天都有其独特性，想完全顺应每日计划的任何希望，经常会在上午十点之前就不见了。你们的物质世界中发生的事情太多，实体们彼此之间用多种方式和媒介进行交流的能力，创造出一种不断让人吃惊的氛围，因为在任何时刻，实体们都可能打电话、以互联网写电子邮件、寄发书面信件，这样你就会不断接收到一个新的电话留言、电子邮件、或邮局信件，都会改变当天的细节：不是添加细节、列出一份新的该做事情之清单，就是把需要做的事情重新安排先后次序。这个圈子之内的任何人，在起床面对一天、走过一天的过程中，绝少能够使当天处处都如预期般进行，而不会创造出(自我)锻炼的需求或混合的改变。

的确，在这个团体和你们的社会中，已经有很多人注意到，改变的速率似乎正在

加快，因此，时间本身也有一种似乎在加速的幻觉。在冲刷每个人的混乱与细节的滔天巨浪中，有一种被席卷冲走的感觉。身临其境，一个人很容易失去平衡，而屈服于这样一种心智状态：只去求生存、做清单的下一件事、每天在令人困惑的所有细节中，及在睡前不会失去自己危险而脆弱的位置。

你们请求知道：**在所有这些细节中，怎样想办法确定并定义这途径。**我们会很快地陈述，有一条适合你们每个人的途径。我们想建议的，不是一条受管制的、森严而狭窄、笔直的、没有偏差的路。不过，有一条途径.....我们想在这个器皿的字典中找到一个为这条途径命名的适当用语，但遇到了困难。如果我们称之为正确的途径，那就暗示有错误的途径；如果我们称之为有共鸣的路，那立刻就将实体放在了非常主观的位置。就让我们来工作这一个途径的概念吧。**老子实体创造了一套哲学，称为「道」（Tao）或者「路」（Way），该字汇的一般意义就是途径（Path）。**

这条一般的思考路线假定，人的生命本身就是一条途径；这条途径、这次的人生、这次投生，不可避免地会多次上坡下坡，辗转过弯；没有宽阔笔直又轻松的投生。投生中的实体们经常希望，他们的路笔直轻松又明确；不过，**投生的精要需求条件就是奥秘**。在投生前，在拟定即将到来的投生中的各种面向时，实体自己和他咨询的指引把这种奥秘打造在该实体的途径之中。**你们每个人都仔细选择了让你为难、让你迷惑的人际关系，以便指明并带来你希望学习的此生课程；这样做不是因为你希望打败自己或使自己感到困惑，而是因为你希望借由此生中作出的决定来挪移自己的能量平衡。**

在投生之前，你能够拥有一个良好的(人生)概观：关于即将到来的投生、以及作为灵魂实体的你自己。你注视着那个你之所是的实体自问：你想去哪儿呢？在你

看见的、这次非常短暂的人生中，你想从头到尾去走的是怎样的途径呢？**或许，你(当时)觉得你爱过多、而需要学习智慧；你也许觉得你智慧过多，而需要将智慧与爱之间的平衡更多地带回那个真实的中心：让爱被智慧所告知，智慧也被爱所告知。每个实体的途径都是独特的，我们不能为你确定那条途径的基本方向。然而，每个实体共有的是：当它接近那个从第三密度毕业到第四密度的大考场时，它在追寻一种已改善的、更平衡的极性。**每个实体都希望这辈子就是在第三密度之内的最后一次。结果是，**要理解该途径的奥秘如何为你揭示它自己，极性的概念是全然重要的。**

在执行第三密度的工作当中，你正在尝试改善服务他人的极性，你始终面对着阻力、面对着一种潜在的差距工作着。站在你展望为(你)所渴望的理想或平衡点之上，你正在推挤着一种阻力、把它推到必要的改变以增加极性。结果是，**在一个出人意料而又爱冒险的人生中，必然有着隐藏的拐角、看不见的隘道[1]、种种的起伏，为了使你之所是的那个更深刻的实体，不断被轻推着，去发现藏在轻松、温和、甜蜜的表面情绪底下、更深的目标与渴望。**我的朋友们，要从和善对话带来的快乐变为糟糕对话带来的恼怒，等等，多么容易呀。而要透过表面细节看到半藏半露于表面上的情绪、事件、反应中的各种议题，有时又有多难啊。但那些表面上的表达就如水域顶部的泡沫一样，没有实质、没有长寿、没有实相。不过，因为它们以稳定的规律性在日常波浪里持续发生，很容易变得迷恋于观察它们、在其中浏览，以致于排除那些加深自我要求的工作：它们可把自我带入该途径的更深邃的水域、更神秘的辖区。

（[1] 原注：隘道（defile）是一个「狭窄的峡谷或者通道，它限制横向运动，诸如部队的行动。」）

所以，这的确是一个非常好的问题：**你问怎么找到小窍门来唤起记忆，怎么为自**

己创造一个自我维持的小闹钟系统以重新唤醒你是谁、你为何在这儿的记忆。这个器皿有一天和 J 实体谈到了足球，特别是一个足球分析员的评论：他说，要将煤炭改变为闪光的钻石，有时候需要压力[2]。**日常生活的压力不是随机或无法预料的，而是被显意识下面的你之所是[并非显意识自我]所祝福的，它们是相当可预期、可预测的。**因为你的意识和永恒的一切相连，它是无限的、作为创造性原则的一部分。作为创造性原则的一部分，你的时间表或日程安排，和作为小我[带着人格外壳]的你一天一天可能创造的日程相比，那是大不相同的。带着极大的感恩和感激，你迎接(圣)灵规划好的这些神秘而蜿蜒的路径。

（[2] 原注：钻石与碳是同一种元素，碳元素。在碳上施加巨大的压力，经过(所需的)时间创造出钻石。）

那么挑战就在于，怎么进入自我中的那个部分，在那儿、这些事情是真实的。这个器皿先前在对 J 实体说，就情绪的角度来反思煤炭与钻石的不同，这的确很有趣；因为如果对新进催化剂的情绪反映有属于煤炭的特性，它会产生热(能)，相对地，如果属于钻石的特性，它就会反射与折射光。**所以要判别一个人处理日常催化剂的能力，一个快速的确定方法就是评估他的情绪：它产生了热呢，还是产生了光？自我的情绪一直是火爆、明快、尖利的吗？或者这组情绪像钻石一样，吸入新催化剂，并且和它同在，使得光从催化剂经由你的折射，表现出光、色彩、美丽、还有颜色与光之系统所具有的那些难以言喻的品质？如 T 实体早些时候说的，这个实体此刻在作的努力是降低热度，接着在灵魂对催化剂的反应中产生更多的光。当自我体验到热度的时候，它可能是个好标志、会触动那个闹钟说：「我是谁、我为何在这儿；在这方面，有我需要做的工作了」。**

在激烈的反应中、有时难以抓住自我。其原因是：一个实体对催化剂表达出来的反应大多出于习惯。例如，这个实体习惯于把特定种类的声明诠释成对自己的拒

绝。她早就了解到这种诠释太偏颇，虽然如此，还是经常发现自己处于这种催化剂的反应中，即刻的评估就可以看见，这种反应产生的是热度、而非光，这是一种巨大的形而上错误。然而，由于这个习惯在此次投生中形成得非常早，而且从未完全连根拔起，它会抓住任何能够放任自由的机会去玩，不是只玩一会儿，而是从头玩到尾，好像一个录音带，一旦开始播放，就必须放完。有**些触发物会触发旧的反应、旧的磁带，它们深埋在潜意识心智表层里面；在人格的锻练中，通过识别并追寻这类触发物可以得到大量的自我再训练。对你有用的习惯是美丽的：节食与运动的习惯为许多人创造了持久的健康，(其他)特定的健康思考习惯也同样优异。但是，失控而不再有用的习惯，会成为固执而令人烦恼的困难，不断把你之所是的灵魂推出其途径，接着推到无用、过时之反应的歧路上。**

如何抵销这些触发物，当然是一个可观的挑战。机械式地说，的确有一些中断这类磁带转动的方式，容我们说。**识别触发物很有帮助；在识别触发物和它们极深的特性方面，任何和自我真诚的交流的工作也是好的资源，适用任何人。更重要的是，经过人格锻炼后，如果你在触发物刚被触动时就认出了它，你就有可能暂停一刻对自己说：「我被触动了」，停下来、欢庆你已经意识到这一点，已经向着连根拔起这种深藏的触发物、迈出了实际的第一步。然后，如果你额外花点时间取笑自己，拥抱自己，问问自己：如果面对这种情况你能选择的话，你会选择的最高、最佳方式是什么？ 这样做也有用。如果有时间去更多一点思考和沉思，去看看这个最佳方式，想象这个最佳方式，或许更进一步去表达这个最佳方式，那么，所有这些都会成为你寻求中的巨大资产。这个习惯花了很多时间才深入脑海中，当然要花更多的时间将它带到台面上，检查它是怎么回事，然后允许它消失。它必须被带到到白昼的光中，在你释放它之前欣赏它、爱它、接受它为你的一部分。因此，当你发现自己在表达热能而不是光时，如果你花得起时间的话，你能做的，就是花时间来中断那个程序、重新导引它。**

让我们回头来考虑途径这个概念。老子的道途从未有过明确的定义。呼吸是道，听与说是道，行动和存在也是道，所有的事情都是道。可是，这个哲学中有一条道途的事实意味着、很多事情和那条道途无关。被知晓为老子的老师借由各种故事、尝试描述人们如何在道途上找到自己的方式。**我们会建议，一个人不可能离开途径；当然有可能停在途径的旁边，在爱好的草地上休息、娱乐消遣，在睡觉做梦的地方自得其乐、驻足不前。有时候在其中一个地方停下来是好的；这条途径并不要求：一个人必须在上面每天花多少时间才是有价值的。在某种意义上，它的确可以看成一条不需要去走的路，它单纯地在，而你单纯地在。但是，在限时的投生中生活的任何人，总是渴望借由成就来衡量事物，所以，那条路无可避免地被模式化、成为一条穿过空间与时间前往某处的途径。试着记住，你的途径的某些面向永远不会去任何地方；如果你选择的话，你可以一直活在这存有的中心，无须去任何地方，无须做任何事，也无须问何时去做一件事，而只是成为你之所是，活在菁华与真理中。这就是你的途径之核心，你之所是就是你的途径之实质。在迂回穿过你路上的这些神秘转弯时，你正在努力的，不是去做更多事，而是带着更多的真理去做任何事。**

你有没有遇见过这样一些实体，你体验他们内在的正直完整性、那是极为强大的？他们甚至不必多说、你就能感觉到他们存在(being)的力量；那种力量蕴含于你们每个人的内在。通过你为了判定、发现、定义那条在你紧张忙碌日子里穿行的途径而做的工作，你就能找到自我那种真实本性。

(这途径)在某个程度上是难以定义的**；如果你在心里有某种模型、说明你正在走什么样的路以及它通向何处，那会帮助你的。**例如，这个实体(器皿)是一个神秘派基督徒，她倾向于以耶稣实体的教导为榜样、来确定其生活规则和途径。**如同**

所有的途径、和所有途径的模型，她的模型和途径有明显的缺陷。耶稣实体走了一条殉道的途径；虽然殉道者的途径在耶稣实体的例子中被视为合适的、慈爱的，但单从这个故事的表面来看仍是不明显的，耶稣实体到底要不要为走上那条途径负责，或他(刻意)保守该途径，而那途径最终把他带上耶路撒冷附近山丘上的十字架。当他在十字架上伸开双臂，就失去了在这个密度中服务的全部能力，这是殉道之路的偏颇带来的困难。所以，这个实体必须不断问自己，在服务他人与殉道之间，适当的平衡(点)在哪里。**其他的人在跟随其他途径时，也必须检查那个模型和该途径之间有什么相连的偏向性，然后问问自己，在尝试跟随一个英雄或阿凡达(avatar)时，会遇到什么样的议题？**

在一条途径上有一个模型或英雄、其好处单纯地是：它是一条捷径，如果你愿意(这么说)，一个放在(视窗)桌面的图示(icon)，你可以点击它来更深地看见你面对的议题。那么，这个器皿会使用的现代俗话(cliche)就是：「耶稣会怎么做？」或者，如这个器皿多次改变它为：「耶稣会是什么？」**自问你的英雄会怎么做或会是什么，这对于一个人与自我的私密沟通，常常很有指导意义。因为人在深水中工作时，光很暗；当你努力从噪音中辨别信号、从混乱中辨别真理的时候，不容易看见自己的路。所以，如果你觉得有某个英雄或阿凡达或图示的话，我们会建议你去用它；不是盲目地用，而是自问：「如果我像这个实体一样思考，会如何看待我的情况呢？」这会有助于把你从迷惑的沼泽中拉到岬角上；从那个有利的位置，你可以看到你面对的那个时刻周围的景观。如果一个人没有英雄、大师、阿凡达或图示，那么他就得走进内心，请求自我的指引：「我自己的最高、最佳的部分，在这种情况下、会怎么做呢？」然后在自信与宁静中，等待那种智慧。**

在查看人格外壳中这种深入微妙的工作之际，使自己每天处于静默中是很有帮助的。静默的用途很多，但主要用途是简单的释放。有一种静默是无语的；有一种

更深的静默是无声的；有一种甚至更深的静默，连未说出口的想法都没有。你们每人的内心，都有这些不同的静默层次。让自我从语言、声音、以及没说出口但肯定极多的想法中释放出来，这对于减轻你日常生活的压力极有帮助，如果你不这么做，它们会像工头一样接管你珍贵的意识。当然需要用缰绳来套住它们。一个人每天都得与言语打交道、处于混乱的声音中，甚至这个器皿坐在椅子里，都能听到好几种表达家庭工作的不同声音：音响系统的嗡嗡声、空气清净机、电脑、冰箱的嗡嗡声，房间里的风扇和加热器工作的声音。没有这些微小声音的网络，文明的元素就会停止存在，无法辅助你们获得舒适。食物会坏掉，房屋会随天气变得寒冷或炎热，等等。于是，**所有这些下意识听到的音调都是有用、有益的，肯定没有负面价值。不过，它们全部加总起来，却给身体创造了一种无法忽略的紧张感。我的朋友们，让自己脱离文明、言语、声音、还有你没说出口的想法，那是美妙的。如果你能借由在东方型冥想中、凝视蜡烛做到这一点，我们鼓励你；如果你的方法是比较基督徒的祈祷和冥想，我们鼓励你；如果你的方法是在大自然中独自散步，我们鼓励你。**

我们鼓励的是：在自己身上花时间，抹上静默的治疗软膏。这是多大的赐福呀！你们的文化对于静默很陌生，在很多情况中，真实的静默简直令人们感到很不舒服。接着，他们故意打开电视、收音机、或音响系统，好驱散那种静默，带入歌曲、讲演或戏剧等等更使人渴望的能量。**那些东西有它们各自的好处。但是我们的确鼓励使自我远离分心物的锻练，即使每天只做五或十分钟。我们当然会鼓励每天做十五分钟到半个小时。如果可能的话，我们会鼓励，每天多次，让人灵及其寂静、微小的声音可以确切绽放，把静默之言语[比任何声音或言语都更为珍贵]献给你的灵魂。**

这个器皿告知我们，应该开放该会议给其他的问题。我们感谢你们，为了这个美

妙的问题，为了我们在回答它时所享受的乐趣而感谢。接着要问，现在有任何进一步的询问吗？

S：（听不见）更正肉体上的困难，你们能够对其起因，或者治疗做一些阐明或详述吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们在这个主题上可以说的额度、如你可以理解的、是相当有限的，因为我们不想望移除这个实体的任何学习/教导的机会。我们可以说，这个实体此刻的体验，大部分都跟任何特定的外来催化剂无关，而跟她在此生中的位置有关，因为这个实体已经进入投生年龄的第七个十年，有些身体内的系统正在老化、不大强壮、不大年轻，因此更容易受伤害。

这个器皿投生中的压力来源，如 N 实体指出的，肯定有很多种，而那种压力已被热情又感谢地拥抱过。这就造出了一种氛围，使得新的催化剂有一种深度和锐利，这个器皿称之为即刻业力；再次地，这个器皿拥抱了这些能量的活跃性与加速度。简短地说，这个器皿同意玩硬碰硬(play hardball)，因此，和某些投生模式相比，她以远为清晰的方式、体验了本性的阴影面中的每一个部分。**这个器皿的挑战，一如既往，是找到该途径的平衡点，既不过度拥抱那种会导向殉难的能量，也不漠视那些将减缓灵性演化加速度的能量**，而该器皿十分热衷于加速灵性的演化。

通向疗愈之路是在感恩、感激、平静中构筑的。这不仅对这个器皿是真的，一般而言，还是(最佳的)态度、以最有效地拥抱、最有技巧地使用当下的催化剂。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：我想那回答有充分供她考虑的内容了，谢谢你们。我还有个问题。我把自己的一块水晶给了 Carla；如果 Q'uo 可以与水晶交流的话，我只是好奇，你们可否调音进入它的能量，接着告诉我，对于 Carla 和自身，它有什么目标？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当我们的确调音进入这个实体之际，我们发觉无法工作这个信息、而不侵犯涉及人员的自由意志。我们可否进一步回答你，我的兄弟？

S：嗯，很有趣，出人意外，但是有意思。我现在没有问题了，谢谢。

我们感谢你，我的兄弟，我们特别高兴花费物质界的空间/时间的一个短暂时刻、享受你的在场。我的兄弟，能亲自向你致意，总是一种喜悦。

S：我感到好奇，自从我上次来这里以后，从你们的观点、你们那边来看，你们看到我有怎样的改变吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉 S 实体多少成熟些了，因为少了些天真，而没有相应地多出嘲讽。我们发现，面对变化，成熟中或进化中的实体愿意变得比较错综复杂、而试图避免成熟过程的实体则会努力保持简单，结果矛盾地发现自己正变得越来越苦涩愤恨。我们为此祝贺 S 实体，这个实体已经**加深并允许了内在的复杂性，而没有相应的苦涩倾向。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：没有了，我欣赏那个思维以及它的价值；为了我曾经历的、以及我正在成为的事物，我的确想要向你们表达我的爱和感激，因为你们始终都是那个过程的一部分，我仅仅向你们献上我的爱与感谢。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们至为衷心地把同样的情感回赠给你。

现在有进一步的询问吗？

S：我没有了。

R：我有一个问题，Q'uo，涉及到在肉体上表现为癌症的催化剂。我记得在一的法则书中读到过对它的某种解释。我想要问问，**在所有的情况中，癌症是否皆为未经处理的催化剂和愤怒的结果，它们在肉体中表现为细胞的瘤(growth)。**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**这个询问本身难以把握，因为有很多不同种类的愤怒：有些显而易见，有些非常难以确定、但几乎总是人格外壳自身的一部分、而不是跟特定情况或催化剂相连结。**

R：我可以重新聚焦该询问吗？

我们是 Q'uo，我们会乐于你这样做，我的兄弟。

R：让我们谈论一个例子：一个实体在投生中收到了各种各样的催化剂、发现了一种愤怒。我无法以更多的细节来描述那种愤怒，因为它是一个部分假设的询问。在不考虑前世效应的情况下，如果说癌症是他在此生中未处理的愤怒之结

果，这样说正确吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个询问比较容易回答，我们感谢你做的更改。**你称为疾病的东西，癌症就是其中一种，其实是肉体之内的不安(un-easiness)，不－安适（dis-ease）。它偏离了身体系统中完美平衡的静态。本质上，这样的疾病（disease）只有一部分属于身体，另外很大一部分则位于心智及其感知之内。当实体们对不和谐感知得很真实，它就会在心智上留下标记。那种感知在身体的各个细胞中造成一种实际的变化。它创造了一种氛围，使任何新来的疾病媒介都更容易识别，更容易被身体的每个细胞抓取。相反地，当一个实体开始感知，那种貌似的不和谐并没有实相，因而能够开始改变其感知的时候，由于缺少感知不和谐的触发物，这种缺乏(状态)会再次跟身体的每一个细胞交流，因此，当疾病媒介向每个细胞送出信号时，该细胞的天线不会伸出来抓取不和谐的催化剂，因为它感知到：不存在着不和谐。因此，当一个人力图减轻身上感到的疾病冲击时，所要做功的一部分、就是去改变引发不和谐感觉的感知。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

R：那么，借由足够的天资与聚焦，每个实体都能够在自我内部找到其不和谐。(对吗)？

我们是 Q'uo。那是正确的，我的兄弟。一般来说，这是一个有时相当持久的过程；对于有感的实体来说，当然，我们所谈及的、只是对该过程的一次简短讨论。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

R：在处理这种催化剂时，如果一个人能够将爱与接纳带入该过程，它会部分减轻你所提到的、各个天线过度活动的情况吗？

我们是 Q'uo，这是正确的，我的兄弟。**感知先于物质性实相。举例来说，这点可以在被催眠的实体身上看到，他能够在炭火上行走而不会烧伤双脚，或者被针刺穿而不觉得痛、也不出血。身体是心智的创造物。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

R：不用了，Q'uo，那已经很好。我想要使它多少有点普遍性、而不跨过个人资料的门槛。

我们是 Q'uo，我们赞赏你的考虑周到，我的兄弟。与你谈话真好。

现在有最后一个询问吗？

R：这不是一个问题，而是一个邀请。半认真地说，如果你们有兴趣的话，请留下来一会儿，享用会后的饼干，我们会感到欣喜。

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们必须招认，我们总是留下来享用茶点。当我们向你们告别的时候，我们的心是饱满的。和你们在一起是怎样一种祝福呀。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

http://soultw.com/ufo3/2008/06/25/how-to-shop-for-healthy-fruits/

http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0919.aspx

你们今天问到，当你每天醒来，张开双眼面对那个包含即将展开事件的万花筒时，该如何迂回穿越那些细节之瘴气和众多性之混乱表象。

在所有这些细节中，怎样想办法确定并定义这途径。

你问怎么找到小窍门来唤起记忆，怎么为自己创造一个自我维持的小闹钟系统以重新唤醒你是谁、你为何在这儿的记忆。

☆ 第 2715 章集：恐怖主义(完整版)

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年十月 3 日

小组问题：这周的问题跟我们称为「恐怖主义」这个概念的根源有关，恐怖主义是一小群人试图用暴力来获取他们觉得属于自己的东西。我们可以追溯到圣经里萨拉(Sarah)和亚伯拉罕(Abraham)的故事，犹太人亚伯拉罕没有孩子，因为萨拉不生育。他去找萨拉的女佣人夏甲(Hagar)，一个埃及人，她为他生了一个儿子以实玛利。十四年后，当亚伯拉罕 100 岁的时候，萨拉由上帝赐福生了一个孩子，名叫以撒。这两个孩子都是亚伯拉罕的孩子，但只有以撒取得了继承权。以实玛利离开家，到沙漠中流浪，组成了我们现在称为的阿拉伯人部落。今天世界上的战争，最明显的似乎就是阿拉伯人和犹太人之间的战争，所以我们想知道 Q'uo 能否为我们提供一个这种能量的哲学背景，以及如何在今天的地球上解决这个问题。

（Carla 传讯）

我们是你所知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中我们今天来到你们中间。能与你们在一起分享你们冥想的美丽，是一种极大的荣幸和乐趣，我们感激你们在此刻创建了这个聚在一起的寻求圈，坐在一起、通过询问和奉献来表达光与爱。

这个团体呼唤我们、目的是要分享对于恐怖主义的想法，这是我们的福分。我们乐于分享，但因为我们谈的是一个，如这个器皿会说的，有些热门的议题，我们有一个要求，一个特别强调的要求：即你们在给我们机会讲话时，我们不必以任何方式强迫你们相信或接受这些想法；在我们分享想法的同时，请允许你自己完全做主，决定是否想望继续思考这些想法，或以任何方式使它们成为你进程的一部分。因为你们正直地这样做，就会允许我们确保你意志的自由，我们不会希望以任何方式成为你进程上的绊脚石。如果你们愿意允许我们这种自由，就会允许我们自在地讲话。我们的这项特别关注、很清楚地和自由有关。我们为此感谢你们。

你们今天问到恐怖主义背后的哲学。由于该询问所处的立场，我们发现很难创造出一个好答案，因为我们相信，从知识之圆分枝出来的哲学、不会有助于创造一种结构使得恐怖主义之类的事物会是可接受的。当道德被作为哲学系统来讨论的时候，它不会关切各种剥夺众人自由的方式、而会关注各种守卫众人的自由的方式。尼采的超人(哲学)[1]或许是最接近的，那个可敬的哲学提供了一个为恐怖主义辩护的结构，容我们说，其理由可以大致被简化成强权就是对的(might makes right)。我们不想要在一群伦理座谈会成员中为这种哲学辩护，我们发现它处理起来的确很费力。

([1] 原注：尼采提出的理论是，有“一种在心理上更健康的生命模式，超越通常的人类状况。尼采将这种更高的生命模式称为‘超级人类'(übermenschlich)，并将永

恒重现(eternal recurrence)的学说[一种只适合于能全身心热爱生命的最健康的人的学说]与这种灵性观点联系起来。在这种参照系中，太常见的沮丧、太普通的人类心态，就只是一座要跨越和攻克的桥。」见 http://plato.stanford.edu/entries/nietzsche/)

因此，哲学的光环不能给恐怖主义以及伴随而来的战争、暴力带来荣耀，或为之增添尊重。最适合恐怖主义的哲学结构简略版本就是「会吵的小孩有糖吃*」。与其说这句话是恰当的哲学，不如说只是一种解释、说明实体们[不管是个人的、还属于团体性质]为什么会诉诸恐怖手段。
(*编注：原文为 the squeaky wheel gets the grease，请参考：http://tinyurl.com/y8gzc73v)

就我们所知，造物者不是一个有机实体。祂没有成员、没有一个心智、没有各种情绪或第三密度人类的任何其他属性。祂也没有第四密度人类、或第五第六密度的属性。**造物者，如我们理解的太一无限造物者，超越所有想描述、限制、或将造物者与其他实体区别开来的尝试。造物者事实上就是一切万有：可见与不可见的，已知与未知的，可能与不可能的。造物者是所有的心智状态、所有的思考方式，任何此类属性或描述的清单无法完整涵盖祂。试图弄明白创造性原则的概念、最后都是徒劳无用的。**

另一方面，尝试去描绘造物者的一些特征，使得处于特定密度和文化之内的实体可以理解造物者，那是很有帮助的。所以我们不会要求你停止尝试去理解造物者，我们只要求你了解到、与你们类似的实体所写的关于造物者的东西只是文字，它们不是真理、只是那些实体在试图理解无法被理解的事物时所写下的文字。

你们提出的询问带出了一个概念、属于一个特定有创造力的实体，名叫亚威(Yahweh)或耶和华(Jehovah)。它的指令据说导致了约书亚(Joshua)以及所有那些作战者的好战行为，为了获取领土，这个故事在你们称为圣经旧约的摩西五书中有记载。已经有过无数试图理解旧约人物亚威心智的尝试，这就是为什么我们在开场白里就主张，在文献中的人物、没有一个捕抓了创造性原则的菁华。当然，我们觉得**创造性原则中有些显而易见的特征、比如普遍性与合一性**，亚威实体无疑远远没有表达出来。**对于造物者而言，所有的事物都是一体的，所有的生命都是同一双亲的小孩，同一神性、同一造物者的兄弟姐妹，创造性原则怎么可能将一个实体置于另一个实体之上？**

不过，在透过摩西、约书亚、亚伯拉罕来采取行动时，亚威实体是一个强大的势力。

在你们的历史中：不只是宗教的历史，还有政治、经济、社会的历史，以撒和以实玛利的故事沉浸于出生权利、它是一个有趣的特征、属于亚威实体使用的那个系统。我们可以描述**亚威为地球守护者，它进入了一个服务他人的计划、却没有想清楚这个计划的各种复杂后果**。它选择去为埃及人血统[当时本地人的基因基础]创造一个崭新的更好版本，从具有略为不同的遗传基因的两种实体中选了一种，他们在过去被外星人改造过基因。被选的实体有似乎更适当的智能、文化之类的基本特征。他们把一群人与另一群人分开，造出了一个种族分支，这是创造性原则绝不会去做的方式；这些守护者认为该分支是一个新的、更好的种族，因此，值得拥有更大的伸展空间，好带来心、身、灵上的改善，亚威实体觉得这样一个受到协助的团体有可能达成(那些改善)。

为什么这些守护者没有想到、这样会牵涉到许多无辜者被屠杀之类的战争行为，我们说不上来。无论如何，你们的历史以及这些人群的超心灵(psychic)能量、就这样被这个干涉永远改变了。它创造了一个显然不公平的情况。肯定地，以撒与以实玛利的儿女们作为一个人群，为这个干涉以及它带来的许多后果而悲伤。

任何情况一旦进入了历史的溪流、也就进入了神话的溪流。随着时间和各种事件的流逝，以撒与以实玛利后裔的历史已经变得十分模糊了；历史中发生的很多、如果不是全部的、故事已经失落。那些留传下来的故事抓住了情感、能量、历史的要点，让你们在试图追溯以实玛利的孩子们、以实玛利的部落等等的时候，总是被那些后来者和掌权者无可避免的倾向性所束缚，他们的倾向是：**把事件放在最有利于胜利者的位置来查看过去的情况，因此能用最大的声音来讲述那个故事。用最大的声音讲故事，在任何时间、任何历史阶段都会发生，你们今天的文化也不例外。**然而，回顾战争与恐怖主义的历史，一般而言我们可以看出，这些问题涉及到，某些族群觉得有些特殊待遇[2]和权利是他们与生俱来的权利。这种应得权利(entitlement)的感觉位于暴力、战争、恐怖主义的核心。

([2]原注：perquisits—某种被宣称为专用权的东西。)

就创造性原则而言，所有的土地都是一体，所有的人群都是一体。你们的特殊第三密度的设计是：预期每个基因种族只在一段时间内占有优势。一个种族长期主宰你们的星球，好比你们的白人种族在很多情况下已经这么做了，这绝非被预期的事。**每个种族的能量都有自己的一个打开心灵的方法、以及看待创造性原则的多种多样的方式，它们被预期以有韵律又自然的方式、从一个优势文化流向下一个文化，再到下一个，轮流居于主导地位。在你们全球性群体目前的发展阶段中，有个希望是：此刻，你们所有的文化都有视女性原则为创造性原则或神性的**

倾向。因为，就你们星球正在诞生的第四密度而言，正是这种创造性的女性能量，以恰到好处的方式持守着服务他人的光、协助这个器皿称为盖亚(Gaia)、而很多人称为地球或泰拉(Terra)实体，进行她非常女性、非常深刻的分娩。(但)这点尚未发生。

在地球上来自源于火星的实体们当中，亚威群体放置的能量造成了一个停滞点，好像有人在地球的各个能量层面上放了一个路障。这个路障中有一种能量，它宣称一神论，也就是只有一个上帝；而根据它的定义，它不可能是一神论，因为它说自己是一国之上帝。如果一个上帝属于一国而不属于另一国，那么很明显，它还是属于一个多神、或不止一个神、的系统。

确实，在摩西时代，这个世界处于一个可说是关键的位置、正在尝试进入真正的一神论。想想一神论吧，如果你愿意的话。我们经常思考它，因为我们这个原则的成员之一是 **Ra 群体，它们努力在那个时代跟埃及王子们讲述真正的创造性原则，也就是太一。**摩西相当清楚地认识这个真正的一神论，容我们说，他在心里确实致力于这个系统，还在其中接受了很好的训练。然而，这个实体以及当时所有的涉入实体、都深受多神文化的影响，他发现，作为一个民族领袖，要坚持一神教的纯粹信仰，根本做不到。在你们的各个民族中、一代又一代的领袖都面临这个挑战。作为一个肩负团体责任的领导，怎样才能让团体成员觉得他们的权利得到了保全，应得之物会得到保护，同时也去捍卫、维护所有其他团体的权利和应得之物呢？**怎么去努力用双方价值都得到维护的方式，来解开具体的情况，这是一件极其微妙的事**。

我们会请你们注意到**圣雄甘地**(Mahatma Gandhi)实体，我们以前谈过他。**这个实体在很多方面是非常聪明的**；在服务自我之哲学中，这种聪明大部分属于那些服

务自我的人。然而，**这个实体的合一性眼光是强大的，拒绝接受对任何人关闭心胸的想法，包括那些他觉得，也有一定道理，是在作伪证、限制自己同胞权利的人**。在甘地与掌握他祖国统治权的英国政府打交道的全部过程中，对那些被看成敌人的实体们，也就是英国人，这个实体在任何时刻都避免关闭心胸，或举起武器对准那些英国人。用朴素易懂的实物比喻，比如纺纱，这个实体在他的团体面前竖立起了自我价值与独立的形象。一个实体怎么会在把棉花纺成纱的过程中，看到自我价值和独立呢？ 然而，印度人民接受了甘地实体提供的课程。

在许多许多方面，这个实体把他祖国上头的那些英国统治者的生活、搞得十分难熬，不过，该实体从未是不真挚或失礼的。**如果他不是从纯正的爱那儿来的，他的思想就无法生根，他也不可能成功；如果甘地痛恨他的敌人，即使他通过政治姿态做了一模一样的事情，他还是不可能成功。他的动机是如此正直、纯粹，不论是印度人或英国人都能够看到它、感觉到它，最后尊敬它、回应它。因此，他救助同胞的工作、从未沾染暴力或恐怖主义的阴影，始终保持信心、爱、希望的美好色泽。**

当你看到大大小小的群体无法抵抗恐怖主义的各种手段之际，我们要求你去看看那些陷入公义与应得权利之议题的群体。**在每一种情形之中，都有一条通往和平的途径。这条途径始于内心，呼唤聪明悲悯的人们，呼唤那些既理解自我服务手段又有纯净焦点和开放心胸的人，他们知道怎样运用无条件爱的技巧。**没有任何理由能为暴力辩护，不过，人心自然想去防卫自己的群体、对抗那些不属于该群体的人，这是每个进入肉身的人与生俱来的本能。作为类人猿的近代后裔、这个本能承袭于类人猿肉体载具的习性。如果你检查这些类人猿的习惯，如德斯蒙·莫里斯(Desmond Morris)已经做的，你很快就可以清楚地看到，每个人都必须应对暴力；它不是远方的事物，而是一个亲密朋友，就住在你的人格里。在你们每人

身体的寄宿者当中，其中一个是暴力。

G 先生说他不相信自己会对另一个人扣下扳机。这是个高尚、值得赞赏的情操。不过，说这句话的人从未处于一种情境：需要保卫他所爱的人、制止肯定会伤害他们的人。当一个人受到威胁时、他的本能确实就是扣下扳机。在群体交往中，群体的本能仍然是那样地致命。不管有多少层礼仪和外交的提案，在任何情形下，在双方无穷的阐述中，底下都有这一个局面：双方，事实上为一体，已经接受了一种模式，让一群人凌驾于另一群人之上。一旦这个基本的现存局面被接受，就总会有一个导向暴力的理由：要么是由某些国家提供的暴力，这些国家被其他国家认可为属于一个正当国家的团体；要么它得不到这样的认可，因此在没有任何自我选择的情况下、被认为是一个不法之徒。当不法之徒试图获取应得权利的时候，它便被认为是恐怖主义。这就是恐怖主义与战争的唯一区别；这是一种人为的区分，基于一种团体之间的人为区分，根源在于这些团体把自己定义为分别的团体。

或许你已经注意到，在与其他实体工作的过程中、实体们倾向于把人们无止境地分割为团体、小组、小小组。找到一种方式来断定、一群人做得对、另一群人做得欠佳时，其中有一种乐趣。人们会无尽地追寻比另一群人更优越、更强、更有理的感觉，因为这感觉真好。找到归属的感觉很好，属于一个高尚正直的团体的感觉也很好。所以，有无穷无尽的故作姿态，许多事实和故事被不断述说，每次讲述都有一种曲解，以显示占优势者的正确、以及输家欠缺正确。**我们认为，每个故事都是扭曲的，每个应得权利都很可疑，每个正当的团体在本质上都是做作、无益的。然而，第三密度的全部目的，就是要让个人以及由这些个人组成的团体，去面对一个接一个值得解答的猜谜游戏。这种揭开谜底的工作给了每个实体机会，在灵性、心智、情感、肉体的演化上得以成长。**

所以，关于恐怖主义，我们会留给你们考虑的问题是：你作为个人如何停止使用恐怖与战争的手段，来和自己工作、和你周围那些最亲密的人[配偶、孩子、父母、家人]一起工作；如何与雇用公司或其他有共同目标、关系密切的团体工作，与聚集到一起服务的团体工作？你如何才能保持你心的开放、和对太一无限造物者的忠诚呢？将有许多争执不断把你拉离你的重心，你会一次又一次失去平衡，离开你的舒适区，因为这就是你们的世界此刻面临的深刻困境。如J实体提到的，那些炸毁了火星的人们，现在正试图炸毁你们的地球。在你们的亚特兰蒂斯大陆上，他们作为团体几乎成功了。为了试图达成末日大战(Armageddon)，各种能量再次聚集起来；在这个我们称为白人的种族中，这个能量深置于它的基因记忆。然而，由于历史已经被这个一神论的亚威和从而产生的能量卡住了……
(磁带第一面结束)
（Carla 传讯）
它(恐怖主义)再次成为一种全球性的体验。

你们要做什么，好使你们的世界转变为那个慈爱的、统一、和平的世界呢？那是你们每个人都能展望的世界。容我们说，就从你开始，从今天、从这一刻开始，不是用一种盛大的方式，而是以最微小的方式开始。在你要做出下一个决定时，你在想什么呢？有防卫的渴望吗？有保护的渴望吗？检查那个渴望。有拥抱太一、进入太一的渴望吗？检查那个渴望。仔细检查你的想法，筛除那些能量、它们欠缺开放之心带来的焦点与共鸣。

我们也要求你们变得聪明，和你周围文化的各种限制与扭曲一起工作，而非试图把它们丢到后头。尝试在它们之内工作、以致于那些本设计来限制的东西变成解放的工具。这件工作需要大量的聪明与精妙，然而你们每人都有优秀的头脑和推

理能力、想象力、创造力的天赋。我们建议你再加上幽默、耐心、以及无尽的感激。如果你的生命不是立足于感激，你的内在怎能是有欢喜与宁静的呢？感激于你处于这个位置、面对这项不可能完成的任务、有时间来从事你此生目标。保持感恩的地基，保持那种刚刚开始的自我认识，它会为你揭示你之所是的造物者；看见每一扇关闭的门都只是暂时的，摆脱愤怒、失望、敌意，去拥抱希望、信心、爱。

这个器皿告诉我们必须向前进了，我们现在会开放提问给你们此刻可能有的具体询问。谁想望在此刻提出一个问题吗？

G：Q'uo，在一的法则系列中，发问者问过在两条途径中、哪一条更为正面极化：一条途径是你保护正极实体免受负面压制，另一条途径是你容许负面导向实体的压制。Ra 借由使用耶稣的例子来回答，他欠缺要被防卫的渴望，那仿佛就是更高的理解或更高之道路。为什么容许负面导向实体的压制、似乎是或就是两条途径中更具极性的，你们能在这点上详述一下吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个问题提供了一个机会，通过这种不防卫自我的特别方式来注视极性，因为耶稣实体选择不去防卫自我、因此得到了一种相当羞辱的死法，一种留给那些最坏的国家公敌的死法。在这么做的过程中，这个实体表达了一种最高程度的不防卫自我。**包含在那个选择中的极性是通过对抗所有防护自己的冲动而取得的。因此，耶稣实体通过放下所有保护自己的选择、表达了他对所有实体的善良之绝对信心，包括他的敌人。**

就个人而言，他非常成功地确立自己的极性。**如果这个实体更精巧聪明一些，他可能会在表达无条件之爱的同时，找到一些办法活下来，获得机会、作为创造性**

原则的代理人、通过时间进一步(和团体)产生交互作用。因此，一个大大地增进个人极性的选择，却可能创造出一种情况，使得该团体的极性的增长潜在地减少。容我们说，一个人可能采取的行动或背后的思考以及它是如何的，很难评分。这个实体在投生中、它做选择的那一刻所能够达成的最佳选择，就是它做出的那个选择。

(编注：关于耶稣的讨论，Q'uo 在爱与光选集一有其他看法，有心人可自行参照。)

我们可以进一步回答你吗？

G：我来试试看，Q'uo。耶稣是一个殉道者，他最大程度地表达了第四脉轮，即开放的心。如果他将他的体验安置在蓝色光芒中，应用智慧的能量，如果他将智慧带入他做出选择的决定、表达那个水平的理解，那么智慧会命令他或告知他一个选择、使得他能够保护自己又进一步极化吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。的确，我们曾表述那个选项为没有行旅的路，如罗伯特·佛洛斯特实体在他的诗中说过的[3]。每当一个决定作出，总有一条没被走到的路。由于时间和环境的变迁，那个选项是否会为耶稣实体取得一个结果，使他能更好地聚焦于他的愿景(vision)，没人知道。但这个实体当时并不觉得那条路更好。确实，当你们每个人做出选择的时候，总会有一条没被选取的路。如 V 实体在谈到她八年前错过了一个极美的物品时说过的，它会不时出现在脑海中。当选择做出后，它必然会在脑子里反复出现。然而，**这种时刻的荣耀在于，它们让你做出了真正的选择，因为你决定的事物，令此后发生的一切都有所改变。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：有个后续问题。我要问一个不同的情况，涉及到防卫的想法与能量。每个情况都不一样，耶稣的情况是，他有一个愿景在心里结晶化。但一般而言，如果防卫时、需要杀死另一个人才能拯救自己的生命，一个蓝色光芒或靛蓝光芒实体会做什么选择呢？谁能说得清一个实体会怎么选择，因为每个情况都不一样，但一般而言，一个蓝色光芒实体会在他的理解与参数中选择，去杀死另一个人以拯救自己的生命吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们相信你在问的是：一个蓝色光芒能量中心完全开放的实体，是否能够坦然地夺取生命。我们可以说，那个能量体完全有可能采取任何行动、只要那个实体以足够清晰的焦点看见该行动。心智在各种情境中创造偏颇的能力是没有尽头的。很多实体在杀死别人的时候，辉煌地表达了蓝色光芒。那种应得权利的感觉是一种强有力的事物。当一个实体对需要暴力的正确性绝对确信的时候，带着充分运转的蓝色光芒能量、绿色光芒能量以及所有其他能量去杀人，是有可能的。这就是为什么、灵性的演化不是一件简单的事情。**因为投生中的心智会不断地、不可避免地被扭曲所偷袭。结果是，这涉及在一刻又一刻、一念接着一念中，捡选你的路，始终返回自己信心的根本基础，而非依赖于一个实体、一个原则或任何其他的受造之结构。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：非常地令人深思，它在我的心里打开了很多罐棘手问题(cans of worms)，但不用了，谢谢 Q'uo，谢谢你们能够给出的回答。谢谢你，器皿。

我们是 Q'uo，我们也感谢你，我的兄弟。

此刻有最后一个询问吗？
（没有进一步的询问）

我们是 Q'uo，因为没有听到任何声音的振动撞击这个器皿的耳朵，我们假定已经用尽了你们今天的问题。我们全心感谢你们将自己和你们的关注带到这个寻求圈。和你们分享我们的想法是如此地喜悦。我们希望可以鼓励你们，在你们追寻真理、服务、为太一无限造物者奉献的路上前进时，找到支持你们的方式。我们祝福你们每一位，谢谢你们，一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是 Q'uo 群体。Adonai，Adonai。

原注：
[3]《未捡选之路，The Road Not Taken》-- 罗伯特·弗罗斯特(Robert Frost)
黄色的树林里逸出两条路
可惜我不能同时去涉足
独行的我在路口久久伫立
朝一条路极目望去
直到它消失在丛林深处
然后走上了
同样诱人的另一条路
它荒草萋萋，十分幽寂
显得更悦目
但这条小路上
留下了同样多路人的流连

不过那天清晨满地的落叶

尚未被脚步踏遍

呵，我把第一条路留给明天！

但知道路前路无尽头

恐怕我难以回返

也许多少年后在某个地方

我将轻声叹息将往事回顾

树林里逸出两条路——

我选取了人迹更少的一条

从此缔造了所有的不同

Translated by T.S. & cT.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：https://soultw.com/TLOO/2004_1003T.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_1003.aspx

问题摘要：这周的问题跟我们称为「恐怖主义」这个概念的根源有关，恐怖主义是一小群人试图用暴力来获取他们觉得属于自己的东西。今天世界上的战争，最明显的似乎就是阿拉伯人和犹太人之间的战争，所以我们想知道 Q'uo 能否为我们提供一个这种能量的哲学背景，以及如何在今天的地球上解决这个问题。

☆ 第 2716 章集：G 男孩的深层疗愈

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想 2004 年八月 30 日

G 的问题：我想要请求你们谈及我的渴望、和疗愈自己与我的过去之寻求过程，

具体地发掘我在这方面的搜寻，为了找到我那些未知的、带来创伤的学习、我在少年时期发展出自我排拒的主要起因、我在内心仍旧感觉到的分裂的能量，以及我曾向你们描述过的、在我存有某处的内在洞口。请随意地离开这些主题，接着大胆进入你们觉得可能对我有用的任何其他话题。我信赖你们。然后，在你们和这个器皿允许的时间与能量之范围内，我有很多问题要问。谢谢你们。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们今天来到你们中间。得你们的团体呼唤是我们的荣幸，感谢你们给我们机会，对叫作 G 的实体此刻对自我治疗的探寻，分享我们的想法。一如既往，我们会请这个小组中的每个人、在使用自己大脑与心之分辨力之际、行使最大的警惕，因为我们分享的只是意见，没有独裁权威的性质。我们需要你们了解到，我们的意见不一定是对你们此刻有帮助的真理。如果你们发现了有帮助的东西，那么请务必跟随它们、工作它们，把新的洞见加在我们的意见上，从而把它们变成你自己的。如果它们没有跟你产生共鸣、觉得有一种刚刚记起一个老朋友的熟悉感觉，那么，就请让它们掉落。

投生(incarnation)的开始似乎很简单，但它常常比看似简单的开始要复杂一些。虽然很多实体的投生过程大致从出生那一刻开始，有很多人，尤其是已有大量前世经验的人，进入身体、开始此生的过程，实际上在胎儿从母亲腹中出生之前就开始了。G 实体的情况就确实是这样，其实，这个圈子中的每个人都是这样的。这个表面上的胎儿、在娘胎中就已经有可观的觉知、甚至是基本的人格外壳。确实，在 G 实体出生的时候，大量相当复杂的工作已经完成，所以这个实体的投生也许在他诞生到这个世界之前大概八个月时就开始了，容我们说。

自由意志的界限不允许我们讨论在他母亲怀孕期间、G 实体周围发生的一些复杂情况，我们这样说毫不夸张。简单地说，父母之间的不同意见和不协调让 G 实体感到警觉和害怕，他确信，为了保护他稚嫩的敏感不受周围不协调体验的伤害，最好把生命体验中的完全注意力部分地转到一边。这个非常年轻的实体没有看到，这个决定可能为今后带来不方便。虽然如此，在很深的层面、在他实际出生前就作出了这个决定，所以 G 实体带着一种根深蒂固的重大偏见进入此生，不会完全集中注意力去听任何实体谈论可能对他造成伤害的任何事情。

由于 G 实体之家庭系统的特性，这个实体早期生活里的各种事件进一步强化了他保护自己的决定。经常有吵架发生、不协调的氛围一直在持续；随着这个实体长大、开始能够交朋友，然后在你们称为学校教育的文化体系里上学，越来越多的证据似乎都在表明，不和谐是他可以预料的典型环境；因此，每次遇到机会去事后评估他的那个最初决定，也就是不要注意任何感知上的权威所说的任何话；再一次，(结果)他总是会再次作出那个保护自己、远离口头沟通的决定。

摆脱对语言的依赖有其正面的效应、让这个实体在内心建立一个安全的场所。它的明显的负面效应，是在短期记忆和长期记忆的连接上造成了缺陷，于是 G 实体心里产生出一种印象，似乎他不记得过去发生的那些事情。事实上，就像 G 实体的心里有些锁起来的档案，它们被认定为有污染或受到感染，容我们说，所以放在拿不到的地方；这在 G 实体的成年生活中形成了一个真正的绊脚石。凝视那些能够恢复所谓脑中的洞口或记忆中的缺口的步骤，我们发现，恢复这种尘封的记忆所需要的努力，在许多方面可能会被认为太过度。

更可能做到的是，去看看怎么工作以改变你那些决策的层次，沿着心智之树向下，重新存取那个点，即 G 实体在出生前首次作出偏离口头沟通的决定点。一个

人在试图改变他为了自己好而曾经作出的决定时，必须了解到，他正在要求自我丢弃旧的可靠信息、信赖新的信息。通常，要改变一种行为或观点态度、最难的就是变得能够相信自我对新配置的判断；自我凝视着旧配置与新配置，接着对新配置的正常运转有自信。因此我们会建议：清理旧配置的第一步就是进入静默的心智状态，在那静默中创建一个工作室，容我们说，一个内在场所，让你可以在里面拿起这项工作、凝视它、考虑它。

对于这个器皿，这样的工作室是她的选择。她在创立这个工作室的时候、首先进入那种静默的心智状态，沉思她喜欢的场所直到从中找到她最满意的为止；然后她在脑子里为她觉得在做意识中工作时所需要的工作室，仔细设想了每一个细节。她为自己选了两个房间，外加办公室一侧的小浴室。一个房间用来堆放文件和办公，里面有一张舒服的椅子，她可以坐在上面沉思，准备自己去做意识中的工作。另外，穿过一个敞开的门户(gateway)，没有门，只是一个连结两个房间的拱架；她创造了一个工作间，其中有三张椅子，椅子前面有一个大萤幕。在第二个房间里、她创造了两扇门，她的指引之男性与女性面向可以从那两扇门进来。当她邀请那两个面向进入房间时，它们进来、接受欢迎，然后大家坐在那三张椅子上：每个面向分别坐在她的一边，她坐在中间的椅子上。在一切就绪、开始工作前，她和(两位)指导手牵手，以他们的意愿照亮该萤幕、接着萤幕亮起来之后，她在上面视觉化该工作、并完成它。这个器皿搞了一个色彩方案，用地毯、挂毯、艺术品，以及任何她可以想到的东西，使得这个空间既神圣又漂亮。每次她调好音来工作时，都会在意识中移动到这里，她今天就是这样做的。

我们给你提供这等程度的细节、不是为了指出 G 实体应该设计的内容，而是为了指出：**创造一个工作场所需要大量的思考和对细节的关注，这是重要的；只有这样，才能使 G 实体为自己制作一个真正属于他的空间，在那里感觉自在安全，放**

心呼唤他的指导灵和自己的力量。

这个器皿乐于帮助 G 实体创造这个神圣空间，但是我们的确要提醒 G 实体，这项工作的每一个细节都应该属于他自己，来自于他的心、魂、意。

这个工作室创建好之后，我们会建议 G 实体，如果可能的话，在尝试补救出生前作出的决定时，每天在意识中进入这个工作室。我们无法说投生前的决定，因为这个决定是在投生中作出的。但是，这个决定是在娘胎里作出的，这个事实有着严重的后果，为手头的工作增添了一定的复杂性；在这个决定对实体出生之后的自我感造成伤害[容我们说]的时候，这一层的复杂性不容易看到。

名为 Carla 的实体也是如此，她在开始正常投生之前就感觉到了很多忧虑和惊慌。这个器皿的惊慌太深、以致于延长了她母亲的怀孕期，所以这个器皿在十月足胎以后才出生。不过，这个器皿没有选择为自己创造一个安全空间、以拒绝出生后周围的部分环境。毋宁，产生出了一种深刻的，这个器皿会称为的，憎恨感。因此，和 G 实体的人格外壳相比，这个器皿的人格外壳更为好战、或更像是战士；她没有转向逃跑，但是最终朝向了战斗，而 G 实体只是转身溜开他感知到的危险。

我们会花点时间来向 G 实体指出，(他)感知那种使得语言毫无意义的不和谐层面为负面的、或讨厌的，这并不可耻。使用言语来伤人的实体，确实使得言语失去了意义。语言不再有逻辑或道理，因为它们只是标志或符号，用来表达无言的、甚至不自知的偏见，这种偏见驱使实体以不合逻辑的方式使用语言。这不是他的家庭独有的体验；语言不是用于交流、而是成了用来控制或伤害别人的工具，一般而言、这情况在人类社会相对泛滥成灾。一个家庭如果没有这种情况，的确是

蒙福的。G 实体现在已经加入了一个以灵性为基础的家庭，这个家庭持有的价值观是：**说话只用来沟通，不是为了控制人或伤害人**。不过在这个家庭系统中、每个人都会常常犯错误，所以偶尔也有这样的时候：言语不光用来沟通，也用来控制、说服或伤害。我们会鼓励 G 实体和这个家庭系统中的所有人，在跟 G 实体说话的时候要谨慎思考，了解到这个实体创伤的特性是觉得言语可以当成棍子、石头一般使用。**在任何时候，当沟通不小心滑落到说服、伤害之际，如果感知到有一种相关的能量、而且可以谈论它，那么我们会鼓励你们立即作出真诚的努力，清除沟通的障碍，重新确立该沟通即为两个人之间清晰又甜蜜的能量通道。**

那就是关于沟通在清澈的[如这个器皿所称的]蓝色光芒中进行的美好事情。当心是开放的、言语用得良好的时候，每一个字都携带着心的能量，使人们能够感知到：它不是前来伤害、而是前来协助的。随着在这个家庭系统里生活的时间增长，逐渐地，G 实体已经发现他越来越能够在听别人讲话时、不会变得紧张不安或渴望走开。这是因为自我的那个潜意识部分，认识到这些好话的健康与吸引力。对于这个实体而言，这是一个全新的体验，他在很深的层面上极其感激它。不过，毕竟有积压了二十多年的困难、以及重复作出的选择，它们一再确认那个认为语言基本上是「坏」事的最初选择是对的。为了交谈的缘故，我们在这里的说法有些过于笼统。

我们给了这个器皿一个夜晚沙漠的图像。天很黑，四周很静。的确是寂静无声的。只有在沙漠中能看到、星星如此地点缀在夜空中，周围没有城市、没有人造光源，实际上没有任何住所的迹像。这就是简朴的环境。这种黑暗、这种安静，可以很好地成为 G 实体为自己选择的工作室的一部分，因为这两个外在标记代表简朴，而他目前的障碍是对抗复杂性的反应。我们用这个器皿并不理解的方式来到这里，我们为了把她移出其舒适层次而请她原谅；但是，在处理出生前作出的

决定时，我们处于一种影子大地。在出生前，当实体还没有选择身体、没有承诺与银丝线连接的时候，非常接近他那个实质性的更大实体。在这个时候作出的决定，不是不可取消的，因为它们不是人格外壳的一部分；但是，它们有着初始决定的惊人气力，而这些决定从来还没有被绕行或改变过。

所以，移动返回这个黑暗的空间，它也许不只是沙漠，还有更多：该子宫本身，那个从未见过任何光的真正黑暗。要了解到，子宫本身对于 G 实体是一个危险的地方，到处都没有安全。怀着 G 实体的那个(母亲)实体是愤怒与不高兴的。这情绪会自我交流，尤其是当这个实体和 G 实体的父亲谈话的时候。我们并未暗示 G 实体的父母是负面导向的实体。的确，G 实体的父母和他一样，都是在寻求学习与服务的有爱之美丽灵魂。无论如何，G 实体在自己的设置中选择他们、为了给他带来一项旨在开放心(轮)的人生课程；而的确，由于这个最初的决定，这种设置在某种程度上、从一开始就没点着火(失灵，misfired)。

当 G 实体开始投入、返回那些促成这个早期决定的恐惧层面时，我们鼓励你要有极大的耐心和悲悯的感觉。把自己看成一个医生，被呼叫来除去一根深深插入手指或脚趾中的刺；这根刺产生出很多痛苦，让那个附肢无法使用。随着时间的发展，那根刺已经无法自己解决问题，而是在那里化脓了。实际上，它已经把自己包了起来，使它无法用钳子夹住、无法把它拔出来。

把你在工作室中进行的工作、看成是把那个附肢[那只手或脚]放在你的静默、黑暗、冥想的热水中，然后想想在哪儿能找到泻盐之类的导泻溶剂，来导出深度的感染。在这种治疗工作中，你会呼唤自我的哪些面向来协助你呢？你会呼唤你的指引(系统)的哪些面向呢？如果你准备呼唤一个图腾动物来给你勇气、面对你最深的恐惧，你会选择什么动物呢？花时间来回答这些问题，选择这个图腾动物，

跟它交朋友，这样你就可以请求它帮忙。当你做这项工作的时候，为了抚慰你的头脑(mind)、让你的心歇息，什么气味或香味会是你认为最好的、最能给你灵感呢？花时间来查看这个问题，选取一种你做这项工作时可以使用的精油或馨香。**找到尽可能多的方法来为自己设置一个魔法时间，于是当你进入这个工作室的体验之际，你正在使用所有的感官、所有的帮助、以及你人格外壳的所有面向，把它们带入这项工作来处理这个问题。**

要处理这么多的细节，你似乎是在绕着这个问题跳舞；但我们的感觉是，在自我的新配置中创建一个安全所，使它形而上的吸引力、健全性、实质性不比旧想法配置的安全所差，这具有核心的意义。因为你无法愚弄潜意识自我，它不会因为你在一个肤浅层面上要求它疗愈、它就自己这么做。**要说服那个小孩-自我、那个婴儿-自我，从一个小密室(closet)换到另一个小密室是安全的，这需要花费时间。**我们说「小密室」，是因为我们在先前讨论你的具体困难时、用过那个隐喻。这个器皿今天早上正在编辑上次这个小组为 G 实体举行的特别集会，我们在其中就用了那个术语，因为在选用它的当时、它显得很不错；只是最近，它才越来越多地从小密室变成监狱，更像是一个受限的地方、而非安全所。

当你给那个小孩自我提供一个新的安全所时，因为它没有旧式安全所那些整齐的边界，新的安全所需要是很详细、很具体、很可信的。**这需要认真的重复，不是一天或一周、甚至一个月能够完成的工作，试图在人生中这种深入层面上说服自我，你是认真的、需要花些时间。**

要在投生外修改各种想法是相对简单的，因为它们是可见的；显意识与潜意识之间的面纱并未驻守，你可以在非常深的层面上、甚至在原型层面上有意识地完成工作，虽然肯定不是很快的。在投生中，这样的尝试是不可见的；一个人可以在

显意识层次对可见的部分做工作，但真正的工作大部分是在显意识之下，在个体显意识的察觉之外完成的，因此你在这些工作坊冥想中完成的工作、会在睡眠中就位。也许 G 实体会开始有一些梦的体验、指出这份材料正在被处理。

这项工作完全得靠信心来完成，因为不会有立即的结果；当结果确实开始进入显意识心智之际，只会是一个又一个的暗示，一个又一个的线索，而不是一个完整的「啊-哈！」的经验。但我们相信 G 实体正在好的路子上。我们同意 G 实体的看法，走出这个小密室是有帮助的，因为这个先前的安全所现在已经变成了很大的限制因素。每次这个实体听而不闻的时候，都是因为那相同的机制在完美地运转，要保护 G 实体免于痛苦。

想一想，要 G 实体去要求自己听闻一切事物，这将是多么勇敢的事呀！**在他提出这个要求、接着获得听闻一切的恩惠以后，这个世界还是一样，许多实体还是用语言去说服或伤害，而非沟通；那情况将不会改变，第三密度环境的这个基本事实将依然如故。结果是，这挑战在于、怎样在自我之内创立一个经得起时间考验的意图。**

我们提供协助给 G 实体，在 G 实体的冥想中和他同在；并且向 G 实体保证，只要他请求，我们就会加入他、作为深化与稳定他冥想层次的能量。

容我们问，现在有其他的询问吗？

G：Q'uo，我认为自己是一个非常幸运的人，能够和宇宙外层空间的一部份谈话、并且得到某种友善的建议。

你们在过去的一次通灵中陈述，我有相当多的灵性能量、可供我的服务使用，而获得那种能量的途径几乎是完全天然可靠的。你们能不能多少评论一下，这种灵性能量是什么？我怎样才能安全地汲取使用它？

我们是 Q'uo，我的兄弟，在此时，那就是我们在那个主题上可以说的程度*。现在有进一步的询问吗？

（*编注：意思是上次说过了，到此为止。）

G：酷。好的，(接下来)这个问题，我可能得到类似的回应。

有时候，我观看自己特殊的道途、它可能有些必要条件、某些自设的限制，好使我把它们施加在我的行动上，理由是要良好地达成我认为的最终目标[我认为自己的寻求将引领我到那儿]，也就是，**成为一的法则的纯净通道**。你们能不能告诉我，**是否存在这些必要的条件，它们可能是什么？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**一般而言，怎么选择有目标的途径完全取决于该个体。有些人选择一种有节制的生活方式作为净化内部的外在标志；在那种情况下，遵守苦行戒律的训练有帮助。对于其他人，好比这个器皿，有一种天生就锻炼良好的内在生活，相反的生活方式反而是好的；这个器皿工作自己，容我们说，好多点乐趣，不要太过认真地看待自己。对一个人管用的事情不会对另一个人也管用。对于某个实体，出家、贫穷、服从、禁欲、传统的弃绝世界是非常舒服的、具有疗效，并且创造出一种内在空间，使他觉得终于自在了。对于另一个实体，这个充满了过分与不平衡的世界本身，在她看来却是伊甸园。我们只想请求你跟内在自我保持联系，足以使你感觉到，节制或放任之类的选**

择，哪个更适合你。寻找你自己内在的平衡，而不是任何其他人的平衡，也不是任何其他思想体系所定义的、好的行为举止与灵性环境。查看自己的内在，问问自己与你的指引：「我需要什么？怎样的环境会帮助我去服务造物者的想望？」深深地聆听，多问几次；如果你可以的话，写下你可能得到的印象。

和你自己交流是好的，创造一种方式跟自己谈话。例如，这个器皿有一个笔记本，当她想望移动更深一点、进入她的指引(系统)时，她会真的坐下来、写下一个问题，然后单纯地请求指引；如果下一个想法进入心智，她就开始把它写下来，仿佛这想法不是来自她，而是流经她而来；她发现这样做很有帮助。我们不知道什么方法可能对 G 实体管用。工作你的梦境，使用它作为自我交流的通道，可能对这个实体更有帮助。无论你选择什么交流模式，我们会建议，带着坚持不懈以及我们之前说过的耐心来追寻它。这是一个由自我发起的、自我的长期进程，没有老师之权威的捷径，只有可看见的、耗费时间的因素。不过，我们会对 G 实体说，没有一个外在的老师可以影响这个特殊的困难。重点是自我和自我一起工作、开始平衡这个跑到如此深层的扭曲。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：谢谢你们，那是个好的忠告。让自己去发现什么是对或错的，我理解这意味着什么。我针对刚才那个问题来延伸发问。你们可能有这个问题的答案，也可能没有，但我想要问，因为我自己都搞不太清楚。我好奇地想知道，酒精、香烟、精制白糖这三种东西。尤其是酒精，对于我及其寻求有什么影响。我在社交场合应景时会消耗这些东西，偶尔喝喝酒，但有时候觉得它好像会给我的道途带来某种「伤害」，我觉得这两者好像有冲突。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们在先前讨论过、任何改变情绪的物质都可以看成捷径或拐杖。香烟和酒精都属于那种东西；那个你称为精制白糖的东西，也以一种更微细的方式来改变情绪。然而，我们相信，在这方面更多地谈论这些物质会超出我们适当的限制。无论如何，它们对这个实体的进程没有关键作用，但有其影响，就跟一件事物都对 G 实体有影响一样。因此我们把这个问题留给 G 实体，让他自己来评估什么是使用这些物质的适当平衡。这个实体觉得这些物质有帮助吗？如果是的话，什么是这种物质的适当用途、适当的平衡，或者黄金比例在哪里？

现在有最后一个询问吗？

G：有的。去年，另一个本地的管道告诉我，在过去的某个时期，我和家母之间有一种深深的严重裂痕，照这个管道的源头所描述的。我不知道这里面的机制是什么，或这是什么时候发生的，但是，这个信息似乎和我有共鸣，因为我曾经有段时间觉得，我和家母之间有一种我永远无法突破的距离。有太多次、当我正和她说话的时候、我会不由自主地感到对她之所是的恼怒和不宽容，我实在一点都不知道这从何而来。为什么我会那样地感觉呢？你们能够谈谈这一点吗，Q'uo？还有，谢谢你们今天在我身上花费的时间。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们觉得说出来是无害的，这种分裂不但存在于你和母亲之间，也存在于你和父亲之间，但前者程度肯定比较多；分裂在出生前就出现了，在你作出的最初决定，你要和天性不和谐的人保持距离，该分裂是这决定中不可或缺的一部分。婴儿 G 感觉到的弱点现在已经不再对现在的 G 实体有影响。然而，如我们稍早说过的，这个早期的决定从未被取消过，这个实体需要花些时间、才能到达选取这个分离的存有之深处。

我们感谢 G 实体、为了他的工作、他的爱，和他对我们的呼唤。和你们每个人一起在这些问题上工作，是我们特殊的快乐。我们的心和你们每个人、以及你们深切而永无止境的努力在一起。在揭露存有(生命)的过程中有很多挑战，风中满是稻草、挫折、考验。我们称许你们每个人的勇气、爱、和坚持不懈。你们是美丽的存有，我们祝贺你们，我们希望可以帮助你们绽放。你们做得很漂亮。我们与你们同在。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0830b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0830.aspx

---

☆ 第 2717 章集：群星之间

Copyright © 2016 L/L Research

来源：Voices of the Confederation 2016，第十章

特别冥想 1974 年某月某日

（L/L 编辑的话：我无法在 L/L 研究中心的网络资料库找到这篇传讯。因此，这是该传讯的唯一留底。很可能、用于录制这场集会的录音带被重复使用、拿去给另一场集会使用，因此遗失了这场集会，直到现在。）

我是 Hatonn。在无限造物者的爱与光中，我向你们致意。今天傍晚和你们同在真是巨大的荣幸。能够服务那些寻求者总是一个巨大的荣幸，而你们寻求的服务是出自服务于太一造物主的众星球邦联。我即将要调节这个器皿、持续一小段时间。如果你们愿意，请保持耐心，我们很快将继续这个通讯。

我是 Hatonn。我和这个器皿同在。我很高兴和你们在一起。再一次，我向你们致意、在无限造物者的爱与光中。我们，位于服务于太一造物主的众星球邦联之内，在此以任何我们可以的方式来协助你们。

我觉得到现场有一些问题，而这些问题应该被回答。我们将尽最佳的能力回答它们。无论如何，有一些特定的限制。这个器皿并不觉察该问题。无论如何，我将使用他来对你们传递：我们对于实相是什么的意见。

实相确切地就是你所想的样子。我们的实相各有不同。我们的实相是我们渴望它所是的样子。你们的实相不一定是你渴望它所是的样子。就渴望之机能产生实相而言，你的星球上的条件不是正确的。

然而，服务于无限造物者的我们、能够欣赏任何我们所渴望的实相。这可能似乎是奇怪的，但这是真实的。这就是为造物者的孩子们计划的、让他们都经历到其渴望的实相。

此时，你正在体验你渴望的结果。你将继续体验这点，直到你离开肉体生命。我们正在尝试对你展示：如何更改实相、好让它在你们目前的限制内、精确地符合你渴望的东西。这是你们的天赋权利，它是简单的事。每一个人本来都可以精通它。

而在你们正居住的星球上，许多人没有精通这个简单的原则，原因是这些居民已经忘记该原则了。在过去的数周，我们已经尝试以许多方式、对你们陈述该原则。无论如何，它是如此非常地简单、以致于难以安住在它上头、即使有许多不同的方式、也难以持续一小段时间。

此时，你们星球的人群难以理解这点：他们被闭锁在一个幻象之内、一个由他们的渴望所创造的幻象；而在任何时间，(只要)他们渴望，他们可以解锁、释放这个自己造成的幻象，单纯地借由改变他们的渴望形式。

我的朋友，在这个星球上，大多数的个人此时真的继续渴望他们目前正在体验的一切。你可以说，这点已经被编程[以你们的表达方式]进入他们的意识，接着他们继续其目前的表达自我之方法、同时体验他们身处其中的幻象。在过去，我们曾多次向这个星球的人群指出：在任何时间，解锁这道幻象之门是有可能的。一个人只需要学习去思考。

在你们的星球上、许多机构公开宣称教导思考。无论如何，我们发觉在它们当中、非常少数的机构教导任何跟真切思考有关的东西。这些较高学识的机构所教的思考受限于你们目前居住其中的幻象。这是我们正在尝试打破的东西；这是我们正在尝试帮助你们从中抽身的地方。这是我们唯一的真正服务。有一些思考方法以抵达你真切渴望的目标；有一些思考方法可抵达的目标位于你们目前幻象的限度之内。如果你想要抵达你真切渴望的目标，你必须开始以一种方式思考好达成这点。你也必须拒绝所有和这个幻象关联的所有思考形式。

首要地，这结果的显化是透过彻底清除(你的)智力估量与复杂难懂的东西；它们

跟你日常生活中发生的各种显化与后果有关。为了达到这层思考，也就是你真切渴望的东西，一切必须的要素就是排拒所有智力的游戏与预先假定的价值观，接着返回一个单纯的理解；理解宇宙造物的合一，以及你作为它的一部份、在其中的角色。

这并不需要任何复杂的智力评估或理解。只需要你每日在清醒时、每一个瞬间变得觉察，知道你是一切万有的一部份，而一切万有即是宇宙造物，同时宇宙造物即是爱。

这有可能吗？这是可能的。我们已经回答这个问题、因为我们已多次看到它的完成。我们，隶属服务于太一造物主的众星球邦联，在此帮助你们了解这个可能性，然后展示它。除了这个，没有其他东西具备任何价值。在你们的幻象之内，似乎有许多东西具备价值。然而，它们没有价值。

你可能会问，为什么这些东西不具有价值。我的朋友，它们不具有价值、因为它们并未存在。它们在幻象中存在、而非实相。你们的幻象是宇宙造物的一个非常、非常小的部分，而且它维持的时间(短到)甚至不值得考虑。

你们的幻象是由你们创造的、为了让你们以特定的方式表达。它对你们也是一个必要的幻象、好产出你们渴望的灵性成长。无论如何，如果你如此地愿意，这可以任意地被加速。我们在此要帮助你们产出这种加速。你只需要看看四周；在该幻象中，有特定的人表达这份知识，而有些人则没有。你要选择哪一个：表达这个爱与合一的理解，或者拒绝该理解、停留在这幻象之内？

我们知道答案。这就是我们在此的原因。我们在此帮助你们拒绝这幻象，接着加

入我们、服务于太一造物主的众星球邦联；我们一起享受天父的整个寰宇造物，而非一个小小的幻象。

有些个体四散在无限的宇宙造物之中、他们为了自己创造有限的小幻象。个体陷入幻象状况的原因是众多且各有不同。无论如何，我们发觉：宇宙造物的每一个部份的真切渴望都是合一，我已多次说过这件事。

我们在此帮助你们重新发掘这点。我们已经在宇宙造物中的其他地方做过这件事，我们将继续这么做，因为这方面的服务是我们在服务造物者过程中、能够企求的最大奖赏。我们了解、当一个人持续地被这恒常环绕的幻象所催眠，要打破这个状态、抵达你渴望的理解、这是很困难的。无论如何，在短时间做到这点是相当可能的。我的朋友，这路线是什么？一次又一次，我们已经对你们陈述：**冥想。冥想就是你到你寻求的合一之路线。**

对于许多被困在这个幻象里面的人来说，要理解冥想的重要性是困难的；他们也难以理解为什么**冥想就是解放的路线、可以解开他们目前受困的锁链。**但是，我的朋友，**这幻象是一个心智的幻象。冥想是一种心智的练习，它反转你们通常认为的心智练习[在这幻象中]。要抹除你们已创造的幻象，这就是必须的，反转各种创造幻象的心智练习，退出你们的陷阱。关掉你的心智、你的智力头脑。让它再一次吸收造物者的知识、那位于心智深处的知识。**让这陈述成为你的思维，而非由群众给你的东西、他们继续在这幻象里面过活。这个简单的过程将把你渴望的东西带给你，遍及所有的宇宙、所有造物主的孩子都渴望的东西：爱与光。

许多造物者的孩子已经走得太远、离开这爱与光。他们深沉地钻入自我制造的幻象；以他们心智显化的长袍紧紧地裹住自己。他们已经这么做、直到他们如此深

入地闭锁在这个显化里头，以致于我们甚至无法和他们通讯。假若我们降落在你们的地表上，抓住他们的肩膀，直接地对他们说话，他们不会听见我们。他们的幻象是如此强壮、以致于他们会试图杀死我们。

目前，对于这些人，我们找不到协助的手段，这使我们忧伤。他们将要花费比较久的时期、好回到羊栏，因为他们将必须体验这幻象的产物一段时间，最终，该幻象驱使他们回到原点，他们在那儿可以开始重新和太一智能沟通。

有些人，好比在场的你们，是非常幸运的；因为你们现在有机会直接对星际邦联的实体沟通，于是得到你们渴望的协助。我们的载具位于你们的天空中。我们成群结队地待在你们星球的周围。但我们行驶在很远的距离之外。

为什么这是必须的？为什么我们不能来到你们当中、虽然我们如此渴望？我的朋友，你们已创造的幻象太过强烈了，它必须被弱化。每当你们的人群看见我们的飞行载具、都有其些微的效应；我们的计划是帮助你们弱化这个幻象。**当你们人群读到或听到任一个讯息，好比现在这一个，都有其些微的效应、弱化这个幻象。**但只有你，只有个人，可以确切地把该幻象还原到它的本质：一个疯狂的、多余的显化；它出自那些在你们星球上过活的心智。该幻象的气力强大、几乎紧抓着所有居住在这地表上的人。由于这幻象的气力，最后一位来到你们当中的伟大老师、在他人生的早期就被拔除了，因为这幻象带着物质的力量显化、在这幻象里面的力量。

但是，我的朋友，该幻象是如此地受限：局限于无限造物中的一小点。我的朋友，为什么它是如此地受限？它被自己限制了。因为在这宇宙造物中，这类型的幻象总是受限的；因为那就是它们的本性。

拒绝这些限制。重新加入你们的弟兄(姐妹)，他们和整个宇宙造物是一体的。看入你们的夜空，那儿有着亿万又亿万个恒星与行星系统，来自四面八方。不过，这环绕你们的幻象、它的气力限制你们看到它们如同微小的光点。

造物主从未意愿祂的孩子看见宇宙造物如同漆黑中的微小光点。祂意愿孩子们去体验全然的爱与光，也就是宇宙造物。把这限制从你的意识中抹除。你们是不受限的。你们和我们是相同的，我们全体都是相同的；我们全是宇宙造物，宇宙造物的全体是我们；宇宙造物注定是我们的、而我们全体注定是宇宙造物的。抹除这幻象。这即是我们对你们的服务：教导你们去探寻你们渴望的东西。

你们是非常幸运的。在这个行星上，你们许多的弟兄(姐妹)不能也不愿听见我们。如果他们听见我们，他们无法理解我们。拿取这个机会、好重获那本来就是你们的东西：一个充满爱与光的无限宇宙造物。
我是 Hatonn。Adonai vasu。

(V) 2017 Translated by cT.
翻译出处：https://soultw.com/TLOO/1974_Stars.html
英文出处：
http://llresearch.org/library/voices_of_the_confederation/voices_of_the_confederation.aspx
（《邦联之声》第十章，pp.276-281）
相关内容：
Q`uo 文集 - 如何冥想
活出一法之导读：服务无限造物主的星际邦联

L/L 演讲集 - UFO 在灵性上的重要意义 (by Don)

★爱与光图书馆选集 第 28 辑

☆ 第 2801 章集：学习与盖亚共舞

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年九月 5 日

（编注：本文收录在 L/L 2004 年秋天季刊，标题为《学习与盖亚共舞》。）

小组问题：我们今天谈了很多关于改变的事情：我们环境中的物理改变、搬到新居、情绪变化、找到更多关于我们更深自我的事物、灵性改变、学习以新方式在新层次上体验周围世界。我们知道，地球也正在经历很多改变。**作为走上一条服务途径的生命，我们想知道在地球经历其改变的过程中，我们怎么才能最好地为她服务。**

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，为了服务于祂，我们今天来到你们中间。能被你们的圈子呼唤是极大的荣幸，我们为这种荣幸，为你们这些坐在冥想中的美好灵魂、衷心感谢你们。你们真的创造一个美丽的至圣所：由你们的光、寻求、对真理的希望所构成。我们非常高兴和你们分享我们的服务，也就是分享我们的想法。正是为了这个原因，我们和一些器皿[好比这一位]通讯，我们的确希望能够提供一些意见、有益于你们的进程。但是为了我们能够自由地分享意见，我们会请求你们小心守卫自己感知的大门，不要允许我们的任何想法随便进入：它们需要你们用自己的各种感官做最仔细的鉴定。倾听共鸣；如果你在我们分享的想法中感到共鸣，我们欢迎你尽情与那些想法一同工作。 如果没有共鸣、没有一种好像个人记忆被重新唤醒的感觉，那么请把我们说的放在一边，因为它们不适合你、偏离了靶心，需要毫不犹疑地把它

们丢开。如果你们都在心里同意这一点，那么我们就能够自由地与你们谈话而不会侵犯你们的自由意志，不会侵犯你为加速自己的灵性演化进程而工作的权利；你们今天做的、正是这项工作。

当你从造物者到造物者、从这个宇宙的八度音阶起始的阿尔法到它的结束、沿着一条无限的路线行走时，你是否选择移动得稍微快一点？**一切都来自那伟大的势能、祂就是歇息中的无限造物者；一切最终都会返回终极合一的歇息与喜悦。在这两者之间、有无数的世界可以去探索，而自我就是造物者、以所有那些扭曲的方式观看这个分段的或断裂的(宇宙)造物。**你穿越了一个又一个又一个的幻象、才来到这个珍贵的时刻、这个幻象、这个在一起的时间、这个学习的关键点。如T.S 艾略特实体所说的：这个「静止点、舞蹈所在之处。」[1]

（[1] 原注：来自艾略特的《四个四重奏》——要不是那个点、静止的点，就不会有舞；那里只有舞蹈。Except for the point，the still point，There would be no dance，and there is only the dance.）

你们今天询问，你们每个人怎样才能在地球经历它自己的变化、转折和新生命的过程里中、对它有所服务。 确实，一场新生正发生在这个世界、这个地球和此刻走在地球上的每个灵魂中。你活出的生命真的就是一场蜕变；不管你是否选择和这个即将到来的蜕变过程合作，它既不会多一点也不会少一分，因为它就是你生命织锦的经纬线、它是你待在这里的理由。你是来这里学习的，也是来服务的；也许我们应该反过来说，你是来这里服务的、但也是来学习的，它们好像你用来编织的网格上面的横轴和纵轴，不可能只看一个而忽视另一个。 一个又一个的针脚，一个又一个的色彩，一条又一条的纹理，这就是你的生命；你的确具有创造那个生命的力量。

这就是你问题的核心，因为这也是地球本身正在做的事情、它正在创造新的生命，正在从它的子宫[那个空间与时间与过程的子宫]创造那个无可避免的蜕变；当一个周期结束而另一个周期开始，随之而来的蜕变。这是一个适当的、公正的过程。你们星球上的人彼此相处不和睦、给地球正在经历的这个出生过程造成了很多困难；考虑到地球一直面临的这些难处，这个过程可以说进行得非常顺利。快速检查一下在你们圈子里、今天的对话，看看这个圈子里、每个人的生活正在发生什么难题和新的事件；它们既不是简单的改变，也不都位于同一个层次。**当你在探索：你是谁、你为什么在这里[如这个器皿很喜欢问的]等问题时，你会发现，在这些样式(pattern)中、每一个都有多重的层次，很微妙也很复杂。**

在相互工作与讨论一些议题的过程中，这个器皿最近已经问过好几个人、这两个问题；当然**她每天也在自己的过程中、以这个双重问题祈祷，请求焦点、请求圣灵指引她是谁、她为什么在这里。**这类事情不会按顺序进场、出场，你也不可能在有限的此生回答完这些问题。改变和蜕变将会继续，当然不是时时刻刻、无情持续地改变，而是周期性地改变，于是，就有播下新种子的季节，有灌溉施肥的季节，有享受盛夏的丰盛、看到开花和令人惊讶的成长季节，然后是收割、采集和从粗糠分离小麦的季节；也会有那些非常艰难的季节，那些情绪化的内在冬天，那时候，等待和耐心成为口令，而该样式还不清晰。所有这些季节都不会按照任何整齐的顺序发生，但肯定会周期性地发生；这个周期取决于每个实体在多大程度上愿意接受改变，还有他有多老练：从噪音中分辨出样式、从混乱中分辨出编制。

在大多数的改变中、细节看起来很丰富，但它们不是样式而是噪音。细细列举一个人正在经历的改变过程的外观，它常常不会增添这个过程。通常，**更有技巧的方式是：在一个新情况的显而易见的混乱中歇息、完全不要求秩序、而是以冬天**

的耐心乐意和那些尚未显现的事物、尚未变清晰的样式坐在一起。没有匆忙、没有仓促，你有很多时间，因为改变可以在一瞬间、一次心跳中突然发生；但是，等待那个时刻需要花费技巧和耐心。那些时刻将在你面前迸出，接着领悟发生了。突然之间，你将开始理解当下此刻的王国，这在以前，你不能够做到。你无法诱使这种时刻向前，无法按照需要产生出它；只有在你臣服于那个过程之后、它才会到来，这种臣服说：「我不在乎这个过程要花多长时间。既然进来玩、就要玩大的*。我就在这里、觉得这里适合我；哪怕需要我花费余生来找到这个样式，我也甘愿。」在那种臣服中有着极大的爱和信心，你需要勇气才能够去坚持、等待、发问，而且单单凭借信心知晓：尽管有这些表面上的明显困难，一切真的很好。

（*编注：原文为 In for a penny，in for a pound，难以直译，有心人可上网搜寻其典故。）

不管其他因素的话，你们的地球会是很好的，它会带着轻松和韵律走过该过程。的确，地球的心是健康的，它正在尝试这样做来跟随其本性、跟随时间与空间的信号以及自己的进程。**它之所以经历困难，是因为一代又一代的人，一个又一个的帝国紧抓着恐惧、财产、侵略、战胜的价值，甘愿为了达到目的而不择手段。这些不和谐已经给地球的人群造出了极大的负担，使他们体验了恐惧、愤怒，以及好战的掠夺性文化带来的所有后果。**

打从你们记载的历史之开端，一个千年又一个千年，你们的各个民族似乎已深化一种倾向，对于同一个家庭的兄弟姐妹、动辄就用轻率好斗的方式来解决不同的意见；虽然人类有着同一的来源，血管里流着相同的血。**这种倾向作为一种不断增长的不平衡、已经转移自身进入了地球；在地球内部产生出了大量的地下热能**

和不断增强的失衡能量，导致了大自然的各种极端暴力(事件)，好比你们现在经历的飓风、火山喷发等等。只要有强加的痛苦，好比施加在无辜学童身上的痛苦，如同最近(2004)在你们的车臣已发生的情况*，这些能量就会不断驱动自身更深地进入地球，束缚并加深盖亚[即地球母亲]分娩的痛苦。

（*编注：有心人请上网搜索——贝斯兰人质危机。）

当某些国家和恐怖分子团体在新闻中出现、给整个全球地表上、冲刷大部分媒体驱动的文化的时候，个人或小团体想在这个局面中产生影响似乎是相对不大可能的。不过，我们向你们保证，好比你们这样的团体已经在这个发展中的局面中、缔造了不同。一些团体为了产生无条件的爱而聚集到一起，这并不是一件新鲜事，各个宗教的历史就充满了这样的例子，团体受到鼓舞而聚集到一起；不过在很多、很多情况下，这些团体都被那些并非为最高、最佳利益工作的团体收编了。精英主义、排他与分离的能量悄悄潜入无条件爱之中、危害了这些团体发出的光。然而，尽管有着那个越来越没有爱的表面文化产出的一切阻碍，神圣的本性却不知怎的、从每个人真实的心与魂中逆流而上。

你们每个人的本质就是爱，你们是由爱制成的。如果表面上缺乏爱，你会迫切地渴求它，你会渴慕它，你不知怎的知道，它就在某个地方。**在最阴暗的监狱中，在最黑暗的夜里，在灵魂最深的暗夜中，希望的火花无法被扑灭，因为你的心就是灯塔；如果你允许它有最些微的一点静默、最渺小的一点空间让它成为它之所是，它就会重新点燃。你今天花了多少时间单纯允许自己存在呢？**你可了解、这种最基本的允许自己存在、就是你的肉体之母亲(地球)需要你提供的食物吗？地球是生命，它无法不敞开它的心；大自然的心曾经深受虐待，但它还是强有力地跳动着；它必须做自己、没有选择。它的生活没有幻象，虽然它深受伤害，虽然它极其怀疑、而且越来越怀疑人类能量想望去帮忙，虽然如此，它仍然不由自主

地对真实可靠的存有起反应、给予回应。

盖亚看到你真正之所是，而非看成一堆骨肉筋血；不是语言、姿势、态度的收藏品，而是质地、色彩、形状的收藏品，它感觉到你是鲜活的花儿、艺术品、菁华、造物者闻到的香味。你不知道你有多么甜蜜，你不知道你的气息怎样和这个房间中每个实体气息的真理极好地交融、创造出一种无法形容的美丽芳香。你们每个人都像宝石一样闪耀着你之所是(的光辉)。

当你身处幻象之中时，你怎么可能知道这些呢，在幻象中，你无法看见你灵魂与心的宝石，只能看到肉体的虚荣，只能看到眼耳口鼻和形状的标记。关于你自己，你能看到的是最不真实的[相当明确地说]。那些你无法掌握、无法知晓、迷失在奥秘中的，才是最真实的。对于一个想望钉住(确认)每件事的人、这是怎样一个颠倒的世界呀！不过，你在这里的投生不是关乎钉住事物。**你在此的人生是关乎学跳舞、学唱歌、学习在韵律中移动；这韵律没有言语，而是和你们的世界中每个生灵一起和谐地移动，从风、土、火、水开始，移动经过所有受造的植物和动物、经过你自己、经过内层空间中那些没有形体的生命，它们也是(宇宙)造物的一部分。**

这是一支伟大的舞蹈、一首伟大的歌。你们曾听过众天体之音乐(的说法)*。这不是神话(myth)。这是事物在这个器皿所称的时间/空间世界中存在的方式；该世界与你现在享受的共识性实相的幻象共存、相互贯穿。**你所看到的每一个事物的背后，都有穿透那个幻象的百万个事物，它们具有越来越多的形而上实质。你并不缺少能力去开始游入这些灵性的水域、接着认识它们。你内在的能力有了不起的深度、可以穿透幻象、开始捡起你所寻求的那些无形奥秘的菁华与核心，因为你是这些奥秘的一个化身。你的内在如同全息图一样、携带着太一无限造物者。**

（*编注：原文为 the music of the spheres，一种古代哲学的概念。）

当然，那个菁华受到良好的保护。一个人必须通过某些大门，才能更深入、更真实地察觉到自我的菁华和内在造物者不断增长的启示；在你内在自我的这个圣殿里，各个大门都有狮子守卫，偶尔你将被挑战。这都是蜕变过程的一部分。实体们在穿越蜕变时、有必要获得表征变化的标志。因此，在所谓的启蒙(initiation)发生的时候，这些启蒙将有一定的形式与标志、来到你面前；好比你稍早提到的隼和鹰之类的象征。这些象征也可能是飞鸟、野兽、花草、言语、街道标志、或者偶尔听到的对话片段，以同步性的方式和你的进程相关。你不可能提前知道这些蜕变的标志是什么样子，但是，如果它们来了，请注意它们、知晓你走在对的道路上。这些过程正在不断向前；在这些有时非常迅速的运动中，尽管你可能感到非常错位，但你的双脚正走在正确的路上，你带着荣耀和尊严、走得很好。

当你来到这些时刻：成为你之所是、置身于你自己的神圣空间之内，知晓你在那里花费的每一刻都是对这个行星即时的直接帮助，这个行星是你的骨肉母亲。你在这种觉知中待的时间越长，你真实的存在就越多地服务盖亚。更重要的是，不管你选择沉思、冥想或任何静默形式作为自己的存在架构，当你从这种静默中起身后，我们鼓励你在从事一天的工作[无论什么工作]的过程中、将那道光携带在你身边。

这个器皿早些时候谈到她能够感觉到地球的能量，从有记忆以来、她就一直对地球有所察觉。(如果你)变得越来越能够实际感觉到地球能量，这不光对地球很有帮助、也对你自己有帮助。**机械性地说，地球能量是太一无限造物者的爱与光从你脚底向上进入你的身体时、流过的媒介。它从你的脚底向上直奔红色光芒，然后直接从那里循序穿过能量体的每一个脉轮。当你的能量体正常运转的时候，你**

的脉轮是平衡开放的；完整的能量流经你的心，无论有什么冲击，那颗心都保持开放；于是、无论你的催化剂可能有多艰难，从你心里输出的都是爱、喜悦、平安。

这股进入你肉体载具的能量，也进入你的情绪、心智、灵性载具。你可以选择怎样和你的能量体一起回应你所遇到的催化剂，从而塑造你接收那个催化剂的方式。对于你觉得正在逼近的愤怒、侮辱、困难，用抑制紧缩自我能量、准备防守保护的方式作出反应，这是世上最合理、最可以理解的事情。保护防守的习惯是对于出生家庭里不和谐体验的反应，通常在人生初期就开始了。你之所以选择那个出生家庭，可能就是因为它系统内部的不和谐，因为它为投生课程设置了一个活动场所，无论这个人生课程是耐心、学会去不求回报地爱、还是任何你们每个人这次可能正在工作的其他人生课程，容我们说。

如果早期开始的习惯被重复(使用)，它们周围的外壳可能变硬，使得一开始中断面对恐惧时的习惯性紧缩似乎非常困难。没有什么方法可以消除恐惧，因为任何实体，无论他被财富、环境或特权保护得多好，所面临的催化剂，都包含着会产生恐惧的情况。恐惧是无可避免的。恐惧的场合是无可避免的，容我们说。然而，古往今来，那些说出鼓舞人心的实体已经一再指出，对于暗示恐惧的情况的反应不必是充满恐惧；这类的反应可以在最残暴的环境中流露爱，无论这种环境是大屠杀(Holocaust)、监禁或者任何其他的压迫或逆境。囚禁无法束缚自由的灵魂。监狱只是一个地方，而人灵是永恒的公民，可以从它更大的自我呼唤这个世界无法知晓的自由、光明、公正的知识。

乐意去探索放下恐惧的过程、即是蜕变过程中一把可观的钥匙。地球正在经历的、正好就是你们每个人在一个小得多的尺度上正在经历的过程。对于地球来

说，一个历时大约你们的 76,000 年的过程正到达尽头，宇宙的时钟正在正点报时[容我们说]。的确，此刻在你们星球上、一个新的小时已经开始。它正在艰难地确立自己。**该分娩(过程)漫长而痛苦，但是它比预期的进展顺利得多，因为在这个器皿所称的「草根」层面，一个又一个的人、一个又一个的家庭、一个又一个的社区正在作出决定去拥抱爱、活出闪耀着爱的生命；尽那些人、家庭以及那些团体所能聚集的最大智慧和力量去实现。**

确实，与其把这个过程看成去拿取新事物，不如看成允许自我去和周围的能量合作。新事物就在这里，新事物是一个在你周围无处不在的程序，你只需要允许新事物通过旧地球依然强壮的外部共识性实相的裂缝孔穴筛选进来，这个器皿倾向把它称为「第三密度的地球」。**第四密度的地球在无形层面或内在空间里，至少与第三密度一样真实，而且在不断变得更加强健。**人们对于越来越多的变动，比如家庭的实际搬迁等等，谈得很多；这是可以理解的、为什么一个人会在此刻开始质疑、甚至改变其生命中的每一件事，因为从微观上来说，这就是发生在地球身上的事情。

你是地球系统密不可分的一部分，其有机的、难分难解的程度，远远超出你的了解。**跟玫瑰、榆树、鸟或动物一样，你是地球生产出来的农作物(庄稼)；你灵性演化的进程就是农作物、你现在有机会去施肥、鼓励，最重要的是：允许。当你能够打开你的心，丢开你脑子里围绕着生活细节的噪音时，你正在允许阳光和雨水进来帮助你成长。在你双耳之间那个领域中住着上千位的演员，如果你能够把他们无休止的对话关闭一会儿，在(宇宙)造物的王国中歇息，而非这个器皿所称的猴子心智那带刺的、来回往复的能量，那个美妙的造物王国就会开始浮现。它是处于无限运动中的一片和谐土地，摇荡着、跳着舞、唱着它的歌。你越能真实确切地唱出你的歌，就越能感到你的能量自由地随着你周围的一切以及地球本身**

的能量同舞，你就越接近你到这里来成为的生命(being)。你到这里来不是为了找到答案，而是来参与这场舞蹈，来做自己，在你歌唱、舞蹈之际，不断地找到更为平衡的方式来服务与学习。

我们感谢你们问这个问题，并且想望指出，对于你们身为实体在此刻凝视这个似乎毫无道理的世界时、所显示的勇气，我们的心中充满了感激。感谢你们寻求各种方式去爱与服务太一无限造物者、那个美妙实体——你们称之为地球或盖亚，接着，在地球太空船[容我们说]围绕太阳进行的这段旅程中，作为一同上路的灵魂，为彼此服务。你们来到这一刻请求真理，做得太棒了。**要知道，借由每一天、每一个领悟，你能表达的真理远比你想象的多得多。因为它像光、美、爱一样流经你。让那些事情流过，在它们前进的时候祝福它们。知晓你也许会犯下很多错误；但是，如果你尝试允许太一无限造物者的爱与光流经你、而不受恐惧的阻碍、并以你的意愿祝福它，你就绝不会(真正)犯错。**

我们和你们一起来尝试分享我们的爱和光；你们给了我们极大的喜悦，使我们能够提供服务给你们，也就是分享我们非常简陋、很不完美的想法。现在我们要问，你们是否对于刚才的初始讨论有任何后续询问？或任何询问？此时有个询问吗？

J：嗨，Q'uo。我知道我们谈过怎样区别想要、渴望与真实可靠的需要。我觉得好像我有那些想要的东西和渴望，接着我必须体验过它们 [2]，但两周后、我就感到空虚。我猜我只想要你们谈谈(它们的)差异。**和真正的需求相比，渴望是一个填不满的洞吗？**

（[2] 原注：J 先前参加了一个旨在释放女性之性高潮的工作坊。）

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们向你，向叫作 J 的实体问好，因为我们很高兴接触你的能量。

你提出一个微妙的询问，没有一个简单的答案，因为渴望不是一个固定的价值；它的价值是量身订做的。渴望可以来自存有(being)许多不同的层次。有些渴望源于你现在享受的肉体载具的本能；肉体的各种本能是完全自然的、完全可理解的。渴望生命本身、渴望生存、渴望性欲的表达：这些事情属于人生中最核心的驱动力。结果是，无法以任何方式说：那些本能的渴望，包括性欲渴望，要比其他的渴望层次低下。不过，肯定地说，**本能的渴望绝不是渴望的终点，而是渴望的起点；这个起点允许光继续前进，接着设置好舞台、好让具有远为微妙而复杂形式的渴望登场。**从某个方面来说，没有一刻是缺少渴望的，渴望无法被消除；因为你享受的肉体载具有一种恒常的生存渴望，你的每一次呼吸都是渴望维持生命的结果。心脏的每一次跳动都是对生存渴望的一次赞成票。在你享用的这个身体中，在这个有心跳、呼吸、有很多周期性自然需要的身体中，不可能避免渴望。你身体的大脑(mind)，先不要说那个灵性的器官，也就是意识，大脑处于一种恒常的渴望状态；不断寻找下一件事、考虑上一件事的(持续)状态，处于一种恒常的运动中。灵性的载具虽然不是焦躁不安、不是以那种方式渴望着，也栖息于一种创造性的、这个器皿称为虔诚的神圣渴望、稳重心跳中，在它返回源头、终止运动的旅程中有所进展。你安住在一个可以被描述为渴望的海洋中。**重点是你对渴望的选择、以及你渴望的程度精巧地造成了不同：空虚的渴望，还是令人满足、灵性上健康的、创造性的渴望。**

举个例子，就你和 C 实体讨论这个问题的各方面时、所产生的纠结，我们可以看见：在注视释放红色光芒能量、释放那个创造性能量的基础的、健康的流动进入能量体之过程，肯定有个地方打开那些区域，在过去，它们由于在性表达上曾经

受过虐待、有过困难而受到限制。然而，如果那种能量开放以后你就停下来，而不是进一步提问，这个开放的能量可能会去哪里，怎么才能进一步向前，它在能量体里下一步会怎么走，怎么进行工作，那么这种开放就会变成空虚。因为反复经历纯粹的红色光芒脉轮欲望和对那种欲望的满足，的确是一个消耗能量的空洞。因为那种能量是一种自然功能，需要一次又一次地表达，不是表达一次后就可以休息不管了；虽然有些实体发现在特定条件下这样做有帮助，他们把限制性欲的开放作为一种标志，好清理、净化、强化其心智/身体/灵性整个有机体之灵性成长。

如果能量只停留在身体工作，那么心智和灵性就还没被纳入考量。心智与灵性也有成为自己的伟大希望与渴望。**你在移动通过脉轮系统当中做功越多，你就越能看到，这种开放的红色光芒能量会去打开橙色光芒能量，然后橙色光芒能量又去打开黄色光芒能量；这样，向上运行进入心轮的能量就是完整的，没有在这三个较低位置的任何一处被恐惧阻碍。如果能量可以用它全部的力量向上进入心轮之中，那么更高脉轮工作的整个世界就开始打开了。叫作 J 的实体和 T 的实体探究红色光芒的性欲开放，这是很睿智的，因为它是更多神圣工作的基础。然而，不变的渴求是寻求一种神圣的表达、一种有更深、更高目标的表达。就在那种心的开放，接着了悟一己遇到的每个实体都是造物者。然后以开放之心去服务每个实体中的造物者、尤其是自己的伴侣内在的造物者。于是，这过程绕了整整一圈、返回红色光芒的神圣状态；活出内心感觉到的神圣、在这一个系统的完整性中看见该神圣状态。**

当渴望获得锻炼和聚焦之后，即是(宇宙)造物中最强大的原力。它的能量可以移动山岳、创造奇迹；它会越来越紧密地跟「信心」、「意志」这些神秘的字汇结盟。**在你的每一世之中，你花了大量的时间尝试去判定你在寻求什么、你是谁、**

你真正渴望的是什么。对你而言，这些都是美妙的能量、界定清楚的能量；这些是关键的问题。我们大大地鼓励这一整个系列的讨论与探索。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

J：哇，太棒了。谢谢你们，Q'uo。你们回来真好。

我的姐妹，你回来也真好。现在有进一步的询问吗？

J：我这儿没有了。

T1：我有一个问题，Q'uo。我是 T1。我想我可能明白了你们刚刚说的一些事情；我在猜想，关于我在加州度过的那个周末，我有点搞不懂的是，在那里，他们的教导是：只靠一个人在性方面维持你是不可能的，因此，一夫一妻制度是不重要的。我对那一点有不同的意见，不知道这意见是对或错的？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们将尝试回答，但是这个特殊询问非常接近你自己进程的表面，所以为了不打破你给我们的信任、不要侵犯你的自由意志，我们能说的内容有个限度。

我们给了这个器皿一个图像：一条有很多珠宝的项链。这就是一个把自己向很多爱人开放的实体的体验。每一颗珠宝有其自身的美丽可爱之处，而且炫目多变；如果一个人对某些道德准则不思考、不怀疑、盲从，从而被道德上的恐惧和麻木所束缚，那么这条项链肯定极其令人振奋；而这些外在加诸的限制和束缚对于一个人的灵性成长没有任何价值。

然后，考量一颗完美宝石、悬挂在一条美丽金链子上头。这链子没有各种颜色、也没有多样性；它之所以被选择，是因为在所有可能拥有的珠宝中，这颗宝石触动了心，使得灵魂富有生气，开启这颗心朝向奉献、忠诚，接着，抛开众多性的世界，探索绝对价值的世界。

只对一颗闪耀的宝石作出承诺，看起来多么危险啊。它很可能是一个昂贵的选择。作为一个人、心/身/灵复合体[名为 Carla 的实体倾向于如此称呼它]，你是一个难以置信地敏感的器皿，那些你能记录和欣赏的、各种可能的美丽分枝，这颗宝石很有可能没有完全触及。不过，这个选择打开了通向一条更高之路的门户，这一条路可以无止境地被精炼。对一条满是各种实体的项链有所服务是困难的，因为每个实体都有其美丽、缺失、关联方式与抗拒方式；每个实体都是一个谜题、一种神秘，对于这样一个实体，一个人只能提供自己的谜题、自己的神秘。在这条富含变化的美丽项链上、每个实体都能占据你所有的注意力，你既不会感到厌烦，也不会停止学习；但你没有时间更深入地探究这条美丽项链上的众多宝石。于是，看着这些美丽的色彩，你看到了多样性；你喜欢这件选定的珠宝，它是你荣耀与钟爱太一无限造物者的一种方式。但是你有一种不安定，因为没有能力去潜入另一个人类灵魂的深水之中；没有可能性去探索一个人怎样专注奉献给另一个人的魂与心，不是奉献给外表或表面的行为。这类事情经常挑战并迷惑着任何尝试去爱的实体。但它们允许一个人做深入的工作，花时间越来越深地进入镜子大厅，也就自我与其他自我之间的关系。

这一个问题关乎水平地移动、到处学一点；或者垂直地移动，走得高、走得深，以另一种方式学习自我、学习怎样去服务。没有一条路是不对的，两条路都充满了学习。这是一个选择，关系到你想望如何表达自己的生命、如何引导自己可观

的能量。

T1：感谢你们。

现在有另一个询问吗？

T2：Q'uo，再次听到你们的声音真是美妙。我只想要问，关于怎样改善我的冥想、加强与高我的连接与沟通、在日常生活中改善灵感，你们能给我任何建议或忠告吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们不想望干扰 T2 实体的学习/教导进程，但是，我们相信我们可以只建议一件事情，那就是 T2 实体对于声音、更具体地说、对于水的各种声音是非常敏锐的，所以这个实体可以找一些办法把静默的时间和倾听水、体验水的感官体验连结起来：可以在水边散步或坐在飞溅的池塘边，或单纯地选择在静默时倾听水的原声带。我们仅仅是在向一位已经用水之声调创造过音乐的人[3]确认，这个特别的元素对于 T2 实体非常有帮助。结果是，我们单纯地鼓励 T2 实体，继续把自己和这个美妙的元素，以及水仙女(naiads) 连结在一起；水仙女在水这个魔法实质的任何表达之周围跳着舞。

（[3] 原注：T2 最近制作了一张原创音乐 CD，定名为《水晶般的水；受水的律动启发而创作的乐曲(Crystal Waters; Compositions Inspired by the Motion of Water)》。）

我们可以进一步回答你吗？

T2：不用了，非常感谢你们，Q'uo。

喔，我们也感谢你，我的兄弟。我们是 Q'uo，现在会请求最后一个询问，如果有的话。

T2：既然其他人没有问题，你们有没有什么评论或信息可以建议给 F 实体？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉除了一切都好之外，此刻几乎没什么可以对 F 实体说。如这个实体早些时候在电子邮件中对朋友说的：说一切都好，OK 或没关系，似乎显得傻乎乎的。这个器皿说到这点：人们的确这样说，不过，能面对一件惹麻烦的事情说「这是 OK 的」，多么聪明啊。我们会说，一些样式常常在某些时期的确看起来不 OK，但律动中的能量将变成一种好的样式，一种有帮助的样式，一种使得 F 实体可以兴旺的模式。我们简单地向她提供这种安慰，假设它将于 F 实体的内在创造任何的歇息与平安的感觉。

我们感谢这个器皿和这个小组，为了这个机会和同聚一堂的美好时刻。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0905Ga.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0905.aspx

---

☆ 第 2802 章集：住处与工作

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想 2004 年八月 4 日

P 的问题：我会很感激关于我在行星地球上体验的信息。你们可否确认我是流浪者？请和我谈谈怎么找到合适的地方、合适的工作、合适的服务，好实践我存在(being)之目的。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中、我们向你们致意；在为祂的服务中，我们今天来到你们中间。我们想要感谢叫作 P 的实体呼唤我们到这个寻求圈，也感谢每一个加入这个圈子来支持该实体及其灵性演化的人。能够和你们分享我们的想法，是我们极大的荣幸和福分。一如既往，我们只请求你们每人充分了解到、我们是陪伴者而不非权威，不要求人们遵从或跟随，只是有些曾被认为有帮助的意见。我们为此感谢你们。然而，为了让我们能够与你们分享意见，我们必须知道你们的自由意志没有以任何方式被删减；对于我们分享的观念、任何你们不赞同或没有共鸣的、你们都能够丢开。在这个真理不断变化的世界里，普遍的规则有其适当的位置；个人的真理是主观的，某人今天的真理、可能未来的某一天就不再是他的真理。因此，一般而言，真理和思维必须用你自己分辨力的码尺来衡量。永远不要轻率地假定某人的意见是好的，毋宁，问问自己：我对它有共鸣吗？我是否感觉它好像是某种我早就知道、现在刚好被提醒的东西呢？如果是这样，那就该让那个真理成为你的真理，认领它、使用它，我们希望你们今天能在我们所说的内容中找到种种资源。无论如何，要主动把那些没有共鸣的东西放在一边。如果你们能这样做，我们就能自由地与你们分享一些想法，而不用担心自由意志的议题。我们为此感谢这个圈子里的每一位。

P 实体问我们是否可以确认他的流浪者身份，我们可以说，这个实体的确是流浪者。P 实体的能量和菁华符合从别处来投生的特征，这些能量和菁华已经在他的人生中创造出各种挑战和催化剂。虽然如此，这种挑战和催化剂在各方面都是预先选好的、为的是把自我带进一个不断改善的地基，不是把人钉住、固定在一个环境中，而是恰到好处地插进该环境中的适当位置，让人觉得越来越舒服、越来越适应这个环境。就这方面来讲，我们会确认 P 实体有一种倾向，觉得不管在哪里、他都可以在自己所在之处建立一个越来越强的家[容我们说]，在情感和灵性上越来越体会到家的安全感。任何区域的土地与能量都是相当有个性的、而且是鲜活的；接着，P 实体无论走到哪儿，都能进入当地的土地之灵，生活在那里的能量中。我们愿简单地向 P 实体担保，在你感到有共鸣的任何地理位置，你所熟悉的那种对当地合适位置的楔入都会发生，因为这是一份你带入投生的人格礼物；这种与一个地方的灵性密切联系的能力是你人格外壳收到的天赋、它和妳身为异乡人面临的挑战相连结。

这就造成了一种情形，该实体可以随意选择居住地、而不用对此处是否有力量支持他而过分担心。**我们只会建议不要选完全城市化的环境，因为那种环境人口密集，很多居民没有任何与当地灵性建立联系的愿望，所以把自己置入这种地理位置的灵性努力、会相应削弱很多**。这种愿望的缺乏在一段时间以后，会引起城区这类地方对置入当地灵性菁华的努力变得没有感觉、甚至产生抵抗，因为那里的菁华和实体在漫长的时间里、已经遭受了例行的习惯性伤害。**所以最好把目光转向那些半乡村或完全乡村化的住地，那里的土地对当地居民有着长期的信任关系。**其实我们相信、对于这个实体以及很多流浪者来说、由于你们有把自己融入当地灵性的能力，那些开始醒悟到大自然与人类可以建立伙伴关系的地方对你们更为理想，因为你们能够收割前人用无条件之爱和有益的工作在那儿播下的种

子。

在某种程度上，像阿瓦隆神圣成长中心(Avalon Sacred Growth Center)，这个器皿在自己的灵性路上如此聚焦的地方，它就已经被唤醒了，这个器皿记得的叫作**美赫巴巴**的避静所也有这种性质：大量工作已经在此之前完成，从而在地球上的第三密度和人类目前的这个发展阶段、缓和了土地对人类怀有的典型不信任程度。

你的问题还关系到合适的生活方式。实际上，对这个问题我们几乎没什么可说的，除了让 P 实体放心，当实体服务于无限造物者的时候，在他眼里基本上没有任何工作会被认为是糟糕的选择，即使像 G 实体那样，他此刻出现在这个器皿的脑子里，选择去做一个在世俗眼光中简单的饮料与食物之服务员。这**个实体服务他人的态度、以及带着开放的心和爱的能量来决心缔造不同，这些已经达成了合适生计的要求，也就是以一颗专注之心[如这个器皿会说的]来服务太一无限造物者。要去服务的纯粹渴望在形而上界是很强大的；一旦采用了这个在一切所见、所求、所观的事物中为无限造物者服务的决心，服务就确立了**；单单在第三密度之内，这绝不会是真的。因为在第三密度之内，想法不是东西；在这个器皿和这个圈子里的人所享受的共识性实相中，想法只待在脑子里，怎么把想法付诸行动才是令人印象深刻的，所以也最被谈论。虽然如此，共识性实相背后不是一个物体的世界，而是一个想法的世界；想法就是那个世界里的物体，那个世界位于 Ra 群体所称的「时间/空间」中、或存在的形而上或内层领域中。**在那些领域之内，就你为太一无限造物者服务的意图来说，我的弟兄，我们不相信任何你赖以谋生的任何工作、不会被认为是合适的工作。**

人们想获得安全感的需要，常常很难完全获得满足。P 实体需要的是什么呢？这个实体需要付出什么程度的努力或劳动、才能满意地感到、他在以一种值得尊敬

而且适当的方式照顾自己呢？当然，我们赞同一个实体如果有可能工作的话，就基本不要变成社会的负担。更确切地说，就找到一个特定的合适生计的方面，我们想望使该实体的心智放松，然后重新导引思考路线：**在为很多人工作的那方面、找出他可以聚焦服务之喜悦的工作**。这个实体有不少的天赋、完全足以找到谋生的手段；有好几个机会都可以让他开个银行帐户、支付帐单。我们鼓励他就这个问题进入内在、很真诚地请求圣灵以最有帮助的方式给他提示、暗示、线索，从而可以用他更多的全我或整个自我来解决这个问题。

正如 P 实体清楚察觉到的，**自我不仅仅是显意识心智，还包括潜意识心智。而潜意识心智羞怯于以任何有意识或理性的方式来给出信息。不过，存在着一个充满同步性、巧合、若隐若现的提示的世界，那些提示包括路标、鸟翅、风中飞舞的蝴蝶、以及象征造物者和祂的方式的任何其他标志，它们对于 P 实体会是在主观上有趣的、有意义的。**

还有一种非常有效的方式，那就是以梦的工作来了解潜意识心智的真实感觉。在你需要做决定的时候、特别注意周围环境中不分昼夜为你提供的丰富信号，这样是很有帮助的；留心、观察、请求。**最重要的是，在似乎适合你[作为一个实体]的日常冥想或沉思之类的静默中记住请求。请求，因为真理只有在收到请求时才会来临。因此，要记住去请求。当门是关着的，记住去敲门；如果需要帮助，记得去成为一个作响的轮子、发出吱吱声。**

要了解到、你与灵性的关系是难以置信地亲密。了解到造物者离你比这个器皿的声音还要近。了解到你自己的力量。拿起那种力量、拿起那种魔法、好好使用它。有意识地使用它。总是在请求后再依靠它；务必倾听静默产生的回音。**有可能静默不会给你任何你能确切说出来的东西；不过当你离开那种静默、离开那种**

请求的时刻以后，要觉察到，会有通信发生，但你必须留心它、密切关注它。一旦这样的通信受到关注，它会像花一样繁茂地绽放，还会进入其他的想法种子；如果这些想法种子受到关注，也会繁茂地开花。**只要你不断地关注，这个追踪灵性成长所需信息的冒险之旅就会遵循碎形(fractals)的重复性模式不断发展。**实际上，这是一个永无止境的寻求，一个永无止境的过程。寻求者不会因为一个询问有了满意的答案而停止学习，因为每个被回答的问题都会产生下一个开始、通向进一步探询、进一步的挑战、进一步的发问。你可能预期或感觉自己成功地体验未知的的循环周期，接着觉得对于自我知识是疏忽的、落在功率曲线的后面。存在这些未知的季节是为了给你机会去播撒内在那些珍贵的能量种子，然后施肥除草，照料它们，让它们开始绽放。

你还询问到、关于你人生中此刻合适的伴侣。我的兄弟，就这一点、我们会对你说：你正在寻找合适的伴侣，这是正确的。然而，你寻求的伴侣名为 P[你自己]，他渴求你真实的奉献、承诺、爱。**这个实体[你]就是你首先需要去爱的实体。**有些实体在生活中的确必须有那种令人激动的伴侣、以及那种伴侣关系中的滋养，这是真实的。但我的兄弟，**如果一个人开始觉得没有伴侣他就是不完整的，那就是一颗绊脚石了。你在任何情况下都不会不完整。一个你珍爱而且也爱你的其他自我、对你来说的确是无价的。不过，除非你能够无条件地爱自己、拥抱你人格里甚至最黑暗的阴影，你将不能够去滋养、珍惜另一个灵魂。**你首先得学会成为自己最好的朋友，自己的爱人，确实地爱上自己，如这个器皿经常对很多人说过的。这并不意味着你对自己的缺点和不成熟视而不见；其实对这个器皿来说，爱自己是一场不断扩大的冒险，去更多地了解那些不安全感、自我的那些愚蠢处、人格和观点的许许多多缺陷和斑点，容我们说。有太多太多的地方可以发现，若一个人长期懒于检查一己的假设，就会把有关自我的许多虚假事物都假定成真实的。

但是如果一个人深爱自己，他就能受得住这些打击而不会变得沮丧。一个人不完美、需要努力改进，这没有什么可羞耻或感到泄气。假使你不是不完美的，你就不会被允许进入这个行星地球的环境、被称为晚期的第三密度。正是这些显著的扭曲为你赢得来到这里的机会，因为你想望在这次投生中、为自己的个人成长处理这些扭曲。**你到这里来、不光是为了帮助治疗地球、或者把光带入一个此刻急切地需要光的黑暗世界；你在这里也是为了平衡个人的能量。我们已经向你推荐了你所能做的一切，那就是甩开评判这个绊脚石、越来越能够进入自我。**此刻与你共享第三密度的人，有多少人能说他已经变得成熟了？这个器皿知道你在这次会议前对 V 实体说过：有多少实体能够有点准确地说，他们已经清理了自己的行为，如果现在他们站在光的伟大阶梯前面，他们绝对确信自己会加入第一批扬升的人群呢？

我们对此给你一个相当准确的大纲：**答案是没有人(能够)**。你们地球上的人，如果用世俗标准来衡量的话、没有一个人值得继续前进(到下一阶)。然而，**一个想望演化的人面临的挑战、不是怎么变得值得，而是成为谦卑的；不是成为被救赎的，而是了解到自己无可救药地无知；不是得到成功，而是接受成为值得的这个目标是愚蠢的、虚荣的，如同这个器皿会说的「努力追风」。**就像传道书中的老师一样，她看见一切事物都是虚荣的。所有对智慧的寻求，所有寻求用合适的工作、合适的地理位置、合适的伴侣关系、合适的任何东西来给自我定位的努力，都仍然在忙于把这个器皿经常称为人格外壳的那个结构合理化。我们不会以任何方式嘲笑做这些事情的渴望，它在你们文化中很流行。社会期待实体对于自己做的事、住的地方、交往的人都有正当的理由，期待每个人走的都是一条合理的、可以用语言来追述的路，以便证明他的决定是合理的。而**我们会说，我的兄弟，从这些考虑的细节往后退，每一天至少花一部分时间，允许自己在自我的完整系**

统中歇息。在那个系统中，完整无缺的自我浮现出来，自我的菁华变成你的真实关注。简单地说，你在这里就是为了在(be)这里。这话听起来是重复多余的。无论如何，**存在(being)的技巧在人类中几乎已经衰退。没有(相关的)文化训练；现在的文化训练只有戴上面具、认同角色、实践利基点的能力。你远远超出那些能局限于一个利基点或人格或任何面具下的事物。你是一切万有。你是造物者。**

一个进入投生的人就如同一张全息图。我们进入这个器皿的心智、捕捉她今天早些时候和 V 实体谈话的部分内容；V 实体描述说，即使只是全息图的一个微小碎片，当它被镭射或相干(coherent)光束穿透时，都允许一个人以立体的方式看到那个碎片的母体的完整样式。身为造物者的一部分，你正是用这种方式讲述着造物者的真理，虽然你**只是一片微小的火花，那个全息图的一个微小碎片。你所寻求的一切、都在你里面。因此，很实在地说，寻求其实就是在演化中的自我里面找到一个位置，在那儿，你能听到来自深层心智的鼓声、听到那些(隐形)助手、它们聚集在有意识寻求的你的周围。你能够醒觉到这个无限宇宙包含的种种可能性。这种无限、这种巨大的可能性，时时刻刻都在敲打着你；如果你没有抓住它，把它拿起来、承认它、祝福它的话，它就会被忽略。如果你没有感谢它、使用它，它就会后退、藏起来，最后，自我内在中那些入口会退化甚至关闭，因为无知[也就是你的忽略]而堵住了它们。**

我们会鼓励 P 实体从对投生细节的考虑中升起，尽管它们也是重要的，每天抽出足够长的时间、进入静默，作为一个无限察觉的、完全不受阻碍、无限制的永恒公民，在你的菁华中歇息；爱那菁华，相信它，知晓它属于这个器皿称为的真葡萄树。这个器皿手上的神圣著作[圣经]有一个部分散布在几篇福音书中[来自耶稣·基督老师]；耶稣老师在此提出了真葡萄树的概念[1]。在这个特别的比喻中，真葡萄树属于造物者的王国，从这个真葡萄树上长出了真树藤。有时候，一些没

有真葡萄树优点的其他物种会被嫁接到真葡萄树上。这些嫁接的分枝可以暂时生长，但它们的表达方式无可避免地会让演化中的寻求者得出结论，它们不属于自我的真葡萄树。那时，实体不是抛弃自我，只是跳过嫁接部分，开始沿着葡萄树向下找。最初的嫁接点在哪儿呢？思考的错误在哪儿呢？沿着选择的层次向下进入选择前的自我，就会看到带着所有活力与健康的真葡萄树，它未受连累、未受破坏，一切都无损失。随着时间的流逝和问题的不断提出，一种自我感出现了，它说：「好吧，这里就是嫁接点，这里就是我想移除的自我虚假的部分」，然后自我会得到力量，知道怎么剪枝；不是毁掉或抛弃自我，而是修剪未受锻练的自我，只留下真实的自我。这是一项微妙的工作、一项费时的工作，无法快速地或靠一时冲动来完成，而是如披头四乐队(Beatles)所写的：顺其自然(let it be)。信赖事情的进展正如应该的样子，相信你的工作不是当船长，而是去了解那艘船、了解海洋，用只有你才知道的仪器大致搞清楚你的方向与目的地，然后你就可以与时间、海浪，以及你乘坐出海的那艘三桅帆船提供的礼物共同合作。

你正在和许多其他无形实体搭档、共同进行你的生命这项艺术工作，所以要像对待任何艺术工作一样、花时间来做你生命的工作。如果你把它看成一首诗，那就无止境地工作来洁净你生命的语言；如果你把它看成一幅你绘制的复杂图画，那就花时间安排每一个光点、每一次画笔的接触，用它们来蔽荫神秘，定义神秘与揭示神秘，这样，你完成的图画就会尽其所能闪耀出你最深的真理。如果你像这个器皿一样，把它看成一幅编织中的织锦，那就像她一样，不光用语言、还用爱的芬芳和心的触碰来编织，带着每个实体都有的感官移动到超越所有文字描述的境地。她工作以制作一幅具备真正的深度、真理、美丽之织锦。这真是个挑战，因为很多真理是暗黑的，很多颜色表面上看起来不漂亮，不管你怎么把它编入织锦都不好看。然而，正是这些挑战才让最后的织锦有意思、丰富、精细而且有质地。随着你对你的生命是献给造物者的一份美好礼物这个概念下功夫，也许你会

开始明白我们下面的话是什么意思：每天有系统地工作，不总是看重细节，至少有一点进入你完整生命的真相，知道蕴含在那儿的真相会随着你允许自己去爱自己、而无止境地加深。

一般而言，来到这个星球上来的流浪者面临的挑战是双重的。首先的挑战是：自我与环境的关系应该是尊重环境；不把自我和环境分离，而是和第三密度环境建立正向的连结。每个实体在抵达的时候、其议程都有这项个人工作，它跟怎样平衡地体现第四密度的爱和第五密度的智慧这些概念的振动有关。很多第六密度的实体到这里来、为了像这个器皿一样、重新取得智慧与爱之间真正的平衡；这种追求包含有待改进的个人判断，每个实体对改进的方向都有自己的偏见。不过，这完全不是进入第三密度投生的主要理由。

这样做的选择绝对不是肤浅的。从更高的密度进入第三密度是极其不舒适的，尤其是在你们星球上。除了去服务，完全没有任何理由来承受这种苦难、把自己放进这个行星文化所进入的近乎疯狂的大漩涡；以这样一种方式服务，一个人得以缔造不同。你们都熟悉和平工作团(Peace Corps)的概念，这个组织让普通公民作为文化使者进入那些需要帮助的国家，去解除当地人们的困难。他们靠的只是自己、他们的心和服务的愿望，不过，一次又一次地，如果你采访那些参加过这个项目的人，他们会说：这真是件美妙的事，因为他们确实感到哪怕只有一个人也可以缔造不同，他们看到的情况就是如此。**你们的情况是，你作为一个和平工作团的成员，容我们说，隶属于一个和平、爱、光的工作团，来到这里，你的目标是去缔造不同，虽然你只是一个存有。像行星地球上的每个人一样，你已经在缔造不同。**你不会只因为自己是一个流浪者就变成精英，此刻行星地球上所有的人都具有可收割性。从他们是怎么进入投生的这一点来看，这里没有无望的灵魂，所有的实体都能够缔造不同，所有的人都能够用一种强有力、真切的方式去爱，

超越评判、超越局限去爱，超越只给特殊人物保留东西(的爱)。这里的每一个实体都有潜力去缔造这份不同。

作为流浪者的优势是，跟这个星球上那些第一次觉醒的本土居民相比，你对事情真相的记忆更清楚、更接近表面、更少被遗忘的面纱遮蔽。你曾经觉醒过，你曾经完成过那项工作，现在，你在新兵训练营中努力去找回它。「那个记忆在哪儿呢？我曾经知道、但现在忘了什么东西？」这些就是你正在问的问题。但是，你不必伸手去拿取这份知识；**对于所有的流浪者来说，它离表面都很近，你的确记得更好的时光、你的确知晓如何去爱。不过这种感觉是如此危险，因为你会变得很容易受到伤害、很容易受到批评，因为这个世界对于不求回报去爱的人是非常残忍的。准备好去遭遇明枪暗箭吧、因为有些人对不愿变得愤世嫉俗的理想主义者是残忍的。当你被唾骂的时候、你要感到自豪，因为你是个理想主义者，因为当一个人可以轻易评判、轻易进入充满评判和冷嘲热讽的分离而安全的思维配置时，你仍然去爱。**

我的兄弟，你根本不知道，你正在这条路上、正在执行你的任务。不过，你却感到忧虑、烦躁；这是可理解的。我们无法挥舞魔杖使你停下来。我们无法挥舞魔杖使这个器皿停止这么做。我们对于任何灵魂都做不到这一点；很可能你都无法使自己停下来，至少无法完全停下来。但是，**如果你在遇到困难时能够重复一些家乡真理(home truth)，也许你可以开始改变一些长年的习惯。如果你能够在一切明显不好的时候反复地说：「一切都好，一切都好」，那就是个开始；如果你能够像 Ra 群体建议的去问：「此刻爱在哪里？」那就是个开始。这类事情是有帮助的，这些短小、简洁有力的方式会把心智轻轻推一下，记起你是谁、为什么你在这里。**

这个器皿告知我们，我们已经这个问题上花了太长的时间，我们很抱歉。无论如何，这是一个好问题，我们在这过程享受了很大的乐趣。

现在请问是否有让我们回答的后续问题。请问第一个问题是？

提问者：好，Q'uo。你们已经确认 P 是流浪者。你们能够告诉他，他来自哪个密度或哪一个行星系统？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们不觉得这个资讯现在会对你有任何帮助。我们相信，该资讯将自然地来到你身边；当它确实来到你身边之时，它在那一刻会有帮助，而不是在之前。如果将来这些资讯对你依然重要，信赖同步性和巧合的内在工作会逐渐带给你更多的知晓，让你知道你实际上从何而来、位于什么密度。

请问现在有另一个询问吗？

提问者：Q'uo，P 写道：「我发现自己是孤单的，于是寻求一个真实的灵魂伴侣。」你们多少讲述了伴侣的主题。你们可否更多地谈谈关于他这种孤单的感觉？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。啊，我的兄弟，说到孤单，我们多么希望能够表达自己到某个程度，好让你知道、我们真的非常理解流浪者承受的极度苦恼。**他在一个陌生的地方流浪，常常苦于无法找到那些能够和他共鸣的人来述说自己的感受，那些人能听到那种共鸣、确认他的想法有意义。一个人能简单地感受到理解、爱、鼓励和支持，那是多大的福分啊。感觉孤单无助就是流浪者**

苦难的一部分。流浪者怎么会不感到孤单呢？因为正如海莱因(Heinlein*)所描绘的，流浪者是一个「身在异乡的异客」。你当然会因为那些不合理的事情感到疏离，而周围的一切都是如此，我的兄弟。我们只能鼓励你进入内在，开始感到那个时时刻刻都陪伴着你的网络、由看不见的实体所组成、有着巨大的力量和威力。这是一个拥挤的宇宙。

（*编注：其全名为罗伯特·海莱因，极富盛名的科幻作家。）

对于每个有意识地去努力接近太一无限造物者之爱与光的实体、从来不会没有很大一群的助手。对于这个沉浸于基督教传统的器皿来说，她会想到天使、天使长、六翼天使、小天使，以及盛大的天军。如果一个人另有别的信仰表达方式，那么去查看周围的动物和土、气(air*)、风、火的元素，或者呼唤这个器皿会称为天使的那些能量和实质的名字，也同样有效。例如，对于那些崇拜祖先的人，在他们拜认肉体生命的庞大根系，祖宗、故土等等，的过程中，那些菁华与能量会以自己的方式结成相同的助手群，以服务隶属于神格原则之实体的方式来服务造物者；那些实体具备肉身、具有知觉，好比你自己、这个器皿，或这个圈子里的人，以及任何正在第三密度工作的活跃人类。
（*编注：原文如此；但一般四大元素是指地、水、火、风。）

你会在孤单中最终完全满足吗？这是未知的。这个问题更多地涉及到人格外壳、而非你之所是的精要生命。但是，你将能够在这次投生中找到欢乐和友谊吗？是的，你只需要对它敞开。在自我之爱上面做功。真正能够爱上自己，在这目标上工作；在所有的缺点中，把自己看成一个美妙、勇敢、古怪的奇异之物、一个珍宝，总是独一无二的。把这看成一件美妙的事。当你再次抬起头的时候，你也许会看到有人正走在你身边，也准备好拥抱自我，从而准备好拥抱一个真正的灵魂

伴侣。

请问此时有进一步的询题吗？

提问者：Q'uo，关于 P 自己的事情、你们还有别的事要对 P 沟通吗？

我的兄弟，我们很满意我们已经回应了此刻你内在的那些能量。我们欢迎进一步的询问，但不会主动地提供信息。现在有进一步的询问吗？

提问者：Q'uo，你已经回答了 P 提出的、关于是否他会在第一波扬升的问题。所以，他最后的询问是，关于他的女儿、或他与女儿的关系，你们是否有什么东西能够和他分享呢？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们会简单地说，如同此刻你们行星上出生的几乎所有孩子的情况，你的挑战就是怎样回应这样一个实体：一半在第三密度、一半在第四密度的实体。这个实体的生命有一种明显不同的，容我们说，精明老练。因此，这个新生命与完全无法掌握她正在经历什么压力的那些人打交道，当然有典型的困难。**要知道，你最好的选择常常是去从她那儿学习，而非假定你是一个指导她的权威。允许一个教导/学习的圆自然发展出来，彼此尊重，彼此奖励；然后简单地觉察到，尽管这个第三密度/第四密度双重激活的生命有天生的精明老练，年轻的实体还是不熟练、没有技巧、缺乏训练；觉察到你可以用很多很多简单的方式，鼓舞她、支持她、帮助她，以此给这个实体提供心智的锻炼。这样一个实体极其需要锻炼，但这是一种由自我进行的自我训练；语言在这种教导中几乎没有用。你帮助这个实体最有力的地方、就在于做一个诚实、正直、有深度的人。她会感觉到并且尊重这些事物。**

现在有最后一个询问吗？

提问者：Q'uo，我不觉得 P 在此时有另一个询问。

那样的话，我的兄弟，我们就在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们全心地感谢你们、为了这种能和你们分享想法的美妙荣幸。你们的能量是美好的，我们也为这个圈子中每个人的美好能量、感谢你们；和你们在一起真愉快；接着我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

原注：

[1] 圣经，约翰福音，15:1-12，「我是真葡萄树，我父是栽培的人。凡属我不结果子的枝子，他就剪去；凡结果子的，他就修理干净，让枝子能结更多的果。因为我给你们讲的道[希腊语之理则，或无条件之爱]，你们现在已经干净了。你们要常在我里面，我也常在你们里面。枝子若不长在葡萄树上，自己就不能结果子；你们若不常在我里面，也是这样。我是葡萄树，你们是枝子；常在我里面的，我也常在他里面，这人就多结果子。因为离了我，你们什么都不能做。人若不常在我里面，就像枝子丢在外面干枯，人拾起来扔在火里烧了。你们若常在我里面，我的话也常在你们里面；凡你们所愿意的，祈求，就给你们。你们多结果子，我父就因此得荣耀，你们也就是我的门徒了。我爱你们，正如父爱我一样，你们要常在我的爱里。你们若遵守我的指示，就常在我的爱里；正如我遵守了我父的指示，常在他的爱里。这些事我已经对你们说了，是要叫我的喜乐存在你们心里，并叫你们的喜乐可以得到满足。你们要彼此相爱，像我爱你们一样，这就

是我的指示。」

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0804b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0804.aspx

---

☆ 第 2803 章集：觉醒与转形

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想

2004 年八月 18 日

T 的问题：我想获得一些信息，关于觉醒和自我开展的转形(metamorphoses)，以及它对我自己和家人的影响。一个人怎么才能避免伤害持有不同观点的家人，而且在他努力继续维持物质生活的义务和责任时、避免伤害自己呢?

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们以祂之名今天来到你们中间，用祂的力量与和平来服务。 感谢叫做 T 的实体今天呼唤我们来到这个寻求的圈子，感谢坐在这个圈内的人为 T 实体服务。

能与你们每一位谈话是个大荣幸。一如既往，我们会简单地请求你们藉由守护自己的正直和分辨力来为我们清扫道路，摆脱侵犯任何人自由意志的顾虑；在你们吸收我们提供的任何想法时，请非常有意识地吸收，知道我们是像你们一样容易犯错的生命，沿?一条很漫长的道路朝圣。我们也许比你们先走了一两步，但是

我们距离再次与无限造物者成为一，还有很长的路要走。我们全都属于那个圆，属于演化的那个伟大的凯尔特结[1]，它开始并结束于太一无限造物者的神秘与合一之中。

今天的问题涉及到一个人生活中的改变形式，以及怎样以最少的困难、不造成伤害的方式，使得自己和周围的人体验那种形式。我的兄弟，即便我们是所有提出建议的实体中、最有智慧的，我们也不会有个解决方案、可以让人在经历蜕变时而不受苦。虽然我们不能严格地说你自己的任何进程可能是别人的创伤之起因，我们可以说，这种改变会从你的进程投射到他人的镜子中；如果实体无技巧地凝视那面镜子，他的过程不大可能是无困难的、或顺利的。我们肯定能够与你分享一些想法，帮助你设想和实现那些非常值得赞赏的适当渴望，把启蒙过程中、自我和其他自我的困难与创伤最小化。不过，在此同时，我们想望首先明确指出，我们不知道有任何方式，可以让实体把思考方式和观点从一个系统转入另一个系统、而不造成大量感知到的混乱和痛苦。吸收这一点、并且了解到蜕变的代价，这是好的。试图站在靠近光之处、从来都是代价高昂的。获取洞见从来都是昂贵的。加宽一个人的观点从来都是令人混乱脱臼的。

说完那些以后，现在让我们转向比较正面的方针，把思想和语言的小船驶入改变之风，看看我们能找到什么东西来对你建议，怎么设置你的方向、怎么和你航行其上的海洋一起工作，好把你尽可能轻松地带入下一个港口、再下一个、再下一个。总是要知晓，当你和自己工作、帮助自己与命运合作，你是在群岛[2]中工作，而非在无人居住的深海里。你不会长时间孤单，总会有停靠的地方让你给自己添加粮草、确定航向，检查轴承与装备、检查自己的健康和整洁。

首先让我们看看你此刻驾驶的这艘小帆船[3]。它的风帆正在上扬、那是你的魂与

心对于真理的渴慕；不是为了改变自身，而是单纯地渴慕更高的路，更真实的途径。一旦自我作出这种自我承诺，门就为你打开，你提出问题，答案就倾泻而入。你的小船里有什么呢？你的渴望之帆早已良好设置好，你在船舱里为自己储存了什么呢？

你是否为自己准备了一两种游戏：棋盘、国际跳棋[4]、一副扑克牌,一些打发时间的东西、一些用来休息的东西，一些轻松无意义的东西？你有没有打包一些乐趣？有没有装上一箱轻松的心态？把它们收拾带上船，会有好处的。 如果你没有这样做，那就去为自己找到能真正让你的大脑休息、帮助你的心停止赛跑的消遣方式，把它们留在船上。因为有些时候，只有等待才有用，只有保持未知才是有效的态度；在那种时候，最好不要忧闷沉思、不要想得太多、把事情看淡些，知晓一切都好，知晓有些时候单纯地享乐就好。如果这乐趣是音乐，那就肯定要去弹奏(乐器)；如果这乐趣是外出散步或在花园中工作，那就一定把它装箱，确定把它带上船。 在你经历一个剧烈变化的过程时，这是一个极好的工具。

是否为你的旅程打包了足够的灵感？有些时候，静默本身变得太令人疲惫、太剧烈。选取一些有人写好的东西，于是你可以随时阅读；一些能够可靠地为你提供(心智)食物的东西，那对你是非常有帮助的。在形而上的旅程中，食物就是一些观念。你的食物是这样一些概念、致使你能够歇息或令你不安，但使你发问、注视、看得更远一点。

你打包了足够的谦逊吗？你所走的这类长途旅程，需要大量的谦逊。在某种意义上，选择寻求本身是充满骄傲的，或者从某个观点来看似乎是如此。它以如此大胆与完全的方式进入自我、使得自我或观察该寻求者的其他自我感到吃惊，有时候感到害怕。这想法也许是：何必要一个这么大胆的举动，它不是必要的。要向

另一个自我解释为什么自己必须踏上形而上的旅程，那是不可能的。如果你的内在声音在自我的内在工作中产生阻抗，你甚至无法对自我解释(清楚)。T 实体的内心也许就有个声音仍然在说：「你不配作出这样大胆又剧烈的改变。你不值得放弃过去观念的海岸线，接着出发寻找一种崭新的、更加包罗万象、似乎更完整的真理。」

然而，真正的谦逊是允许所有的声音[包括自己和其他自我]向你讲述它们的片段而不需要防卫。毕竟，有什么要去防卫的呢？一个水手必须启航。若他待在陆地上，他会在干燥的泥土中溺死。一个水手必须下水，无论是什么旅程、一旦接到呼唤，时间一到就非启航不可。这就是大多数人灵性演化的方式；当它来临时，就像叫醒你的闹铃一样，接着无法再回去睡觉。所以，水手准备好他的船，启航，然后只希望有最好的结果。这是合适的。

这不是一个骄傲的行动。和经历转形过程有关的唯一骄傲举动、就是努力向自己或另一个自我辩护或辩证这个旅程的原因或正确性。我们不是说 T 实体不可能选择地错误。我们只是说，如果听到行动的召唤，没有要避免的行动；你也许笨拙或顺利地完成它，也许缓慢或快捷地完成它；你也许带?莫大的喜悦或不安完成它。但是如果该行动由内而外地到来[如 T 实体已表达的]，那么一个人都被迫要启航，无论是好是坏。

因此，我们请求 T 实体打包足够的谦逊，这样他就得以不在乎别人的责备，也不在乎那些会责备的人、而不必向他们报复。有内在和外在的声音抗议改变，这是完全可以理解的。改变总是令人不舒服，维持现状似乎总是更舒适、更容易理解、更明智。进入那个不舒适区域的勇气、只给了以某种特定方式受到启发的人。我的兄弟，打包大量这种谦逊吧，还有，打包大量的耐心；确实，要放入满

满一柜子耐心。因为你的旅程不只是漫长的，而且是无穷无尽的；你一直都在这条路上走，但只有在特定的一个点才开始觉察到它。

在这个点，当你开始觉察到(旅程)时，你同时也变得能够影响你灵性演化的改变速率。你变得能够有意识地决定去加快改变的步伐，藉由提问、寻求；藉由观看而进入顺风。在形而上的水域里，这些事情是唤起风的力量：每一个冥想的焦点，每一个视觉化的焦点，每一个肯定的焦点，以及每一个人格锻炼的时刻，都扬起了风。当你以渴望升起船帆，风就以如此这般的方式推动你。所以，要检查你的渴望、检查你船帆的校准，如果你愿意的话，看看它和风是否一起工作。当你入港停泊、有一点空闲时，在静默里坐着、在内部的干船坞中检查你载具的健康[容我们说]。你正在努力使身体健康吗？你的情绪体得到足够的休息吗？你有意地放松做得够不够？在动与静、寻求与休息、智慧与爱之间，在对自我的关注和对周围环境的关注之间，你是否创造了足够的平衡？关于你和自我一起工作的方面，这些就是我们愿和你分享的东西。

当我们开始注视你周围的其他自我们，我们来到你问题中更难的部分。在这一种旅程上，的确很少有人能够把其他自我带在身边。最一般的就是你体验的情况：你所珍爱的那些其他自我、那些家人不能和你一同参与这旅程，必须留在你已离开的海边。你和伴侣或家庭成员对于未来的态度和希望的方向，有了简单的分歧，从而造成一种强烈的、可理解的趋势，这种趋势会引发自我和涉入的其他自我的争吵，或者引起对方不舒服的感觉；即使没有反感，你周围的其他自我也能感觉到位置错乱、而必须处理它。

你肯定能做好些事情来减轻你旅程带来的明显冲击,因为你的旅程是内在的，就自我寻求真理的内在旅程而言，你不一定要改变地理位置(搬家)；你不一定要改变

赚钱或参加社区活动的方式才能航行得很远、很远。

无论如何，随?该旅程的继续和海浬的累积，随?这些内在旅程的生活体验的积累，你的视角会离老旧自我的观点越来越远;那些喜欢老旧自我、想念老旧自我的其他自我将会开始越来越怀念那个老旧自我。

一般而言，找到这样的其他自我是罕见的，伴侣更罕见，他们能够摆脱对一个人已有的认识，取而代之的是：对那个全新的、羽翼未丰、刚开始展现自己的实体的认识。当然有些人做得到，但是大多数人，包括T实体，会发现，要他周围的人去拥抱已经发生的变化、拥抱他对更多变化的持续渴望，那是非常困难的。那些其他自我好像成为该系统上头的阻碍物，因为他们总想重新获得他们认为失去了的东西，却因为形而上改变的特性而完全做不到。 有就像一个化学反应：它不可能逆转，一旦启动就必须让它自己完成。不幸的，这就意味着，如果T实体(的改变)为他周围那些人带来了催化剂，他们也需要想办法来处理与平衡这种感知实相上的这些改变，才能取得平静的心态 。

在这一种情况下，正在经历改变的实体最好不要为他的旅程解释或辩证，的确，

避免谈论这个旅程，除非有人问到你。 如果你能记住这一点会很有帮助：在生活的一切机遇和变化底下，自我正如同一条平静不变的溪流；事物流经水面时当然会有变化，但做为永恒的公民，带着你之所是的纯粹菁华这个特定振动链结，却保持不变。那个振动可能会因为整个人生的辛勤工作而改变一点点，但你真的是一个永恒的存有，你自己的魔法能量只有一部分被带入了此生，它通过银丝线连接到你的自我之泉源；在其中，你拥有可观的力量、智慧、觉知。这就是你的本质，在肉身中只能透过一朵云去看见。整个人生的追求、就是去穿透自己的人

格外壳，于是你能越来越多地在对于自我更充分的表达中憩息，也就是这个器皿会称为的基督意识。这就是你的菁华。你就是这种受造物。这就是你所表达的造物者之面向。

多大的福分啊、能够返回你之所是的菁华中歇息！尽可能多地与你的家人在那菁华中歇息吧。在灵魂层面与他们在一起，看待他们如你一样、都是造物者美妙又独特的火花。很多事物都被面纱遮住，很多事物都是未知的，但你总是可以去爱、抚慰、振奋他们，支持、鼓励、献上希望。你可以拒绝封闭，你可以拒绝自我防卫，你可以拒绝对任何人或事关闭你的心。为了帮助你周围那些人,你可以承受任何痛苦来倾听他们诉苦，无尽地耐心工作，只要你能找到办法，在他们体验你的改变带来的催化剂之际，帮助他们穿越该过程。

要觉察到，他们对你诉说的是一种投射，投射出关于他们自己的事物有能力使他们自己感到困惑。你的经经历会引起每个实体的反应，但该反应不是针对你、也跟你的旅程没任何关系，而是针对他们自己和他们的进程。实体们在考虑自己与别人的共同工作时，大部分的思考范围从未超过自己的脑袋。你将要恒常地工作(自己)，好超越自己的局限，进入更广阔的视野、更宽敞的远景。

你无法替别人做这个工作；你能够为他们做的、或和他们一起做的，就是做好你自己，尽可能保持愉快与正面(的态度)，在似乎没有耐心的时候找到耐心，宽恕那些似乎不公平或不公正的弹弓箭失。 这个器皿经常说，实体们的不公平、不公正对你是一种福气，因为它给了自我一个完美的机会、去工作那种催化剂，

看见没有任何事情要被看成是针对个人的，一切事物都是祈祷的主题。如果你感知不到到任何别的方法来服务你的家人，那就让自己走开，在静默中坐下，为他

们的利益、心智的改善、为他们灵性的痊愈祈祷。始终感谢每个严厉的言辞、每个误解、每种不公正，知晓这些都是在火焰中精炼一个人的事物，它们是锤炼的媒介、使一个人变得强壮却又柔韧。

这个器皿稍早和这个圈子中的一个人谈到了在火焰中不断锤炼、不断考验的原因。这个人问该器皿：「为甚么需要没完没了地锤炼？我们希望去爱、把爱带到这个星球，为甚么会遇到这种锋利的棱角？」我们会对这个人、对该器皿、对 T 实体说：不断地锤炼是为了把人带入当下此刻；昨天的锤炼不能使人在今天的催化剂中保持柔韧。每当一个课程结束，就出现了新的远景；如果该学生是热切的，那些新的远景会要求进一步锤炼、进一步工作、进一步的催化剂、进一步学习的机会。为什么它没有尽头呢？原因和以下的问题相同：灵性没有尽头吗？

当存在着一体性，就必然存在无限。没有标记、没有停顿、没有类别。无限变成了那伟大的凯尔特结，从造物者移动到造物者，两者之间伴随着一个学习的八度音程。

这是一条长长的道路、也是一条洋溢着喜悦的道路；而那是 T 实体一次又一次进入的体验，那种阳光普照、充满了光的狂喜与欢乐的体验；知晓一己处在对的地方、对的时间，进行对的旅程。祝福并记住那些时刻。忆起的行动将是很帮助的，尤其是当一个人可能觉得心灰意冷的时候，因为你确实懂了那句谚语： 不打破鸡蛋怎么做出欧姆蛋卷呢？

记住超凡的无限生命在环绕着这个体验，这对你是很有帮助的。这是一个蒙福的旅程；如果你在谦逊中工作，认识到你属于一个自己无法控制的模式，那么甚至你周围那些人的痛苦也是一种祝福。你唯一的控制是选择去爱；那个爱的选择无

尽地微妙，总是在当下此刻之中。

现在我们暂停，因为今天有两个问题。容我们请求 T 的第二个问题？我们是 Q'uo。

T：在这个物质主义的时代，我们的下一代好像经常因为感觉自己不足或自我价值贫乏而受苦，因为他们恒常去和物质主义的象征做比较。我想得到一些信息，关于年轻孩子的父母如何可以最好地协助、指导他们的孩子，在其成熟的过程中去记起、醒悟到自己的真实身份；(即使)在这个物质主义仍具有强大影响力的转型时代。

我们是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉这个询问多好啊！考虑怎样养育你们的下一代，太恰当了，因为在此时，不光是你迎进家庭的那些生命，还有现在几乎所有从投生大门进入这个世界的新生命，都在某种程度上开启了他们的第四密度身体；所以，他们跟只带?黄色光芒激活的身体[5]进入此生的人们相比，相当地不一样。

当一个人拥有双重激活的身体，特定的事物为该实体而改变了。一般可能称为的靛蓝小孩、他们可能并未有意识地知晓这些改变，但是它们的确存在。它们包括：更薄的面纱，于是更容易想起投生前的资料，主要由于更薄的面纱、有能力撷取超心灵的天赋；倾向于对第三密度体系没有耐心，尤其是对那些似乎挡路的人不耐烦；有困难接受他们觉得毫无道理的约束。确实，这些从来都是年轻人的特征；但是，当有一种记忆更接近较高方式的表面，接着，(你的)文化陷入那些直接相反于(你的)直觉和朦胧记忆的教导；那么，这些实体要想弄懂周围环境就变得极为困难了。

T 实体也许会认为不幸的是：这样的孩子进入投生时、没有配备所谓的成熟或常识。这样的孩子究是孩子，没有朝向成熟的本能、没有行使正确行为之本能。跟所有儿童一样，他们只顾自己，总是在探索，从来都没耐心，对于知识、看法、生活方式、各种面具非常地好奇。他们是实验者、寻找自己感觉合适的各种表达方式，很容易受到周围发生的事情影响。这种影响并不单指父母和家庭，也包括学校和同辈的世界，以及文化的风尚；再加上大众媒体和电视节目和广告中惊人数量的使心智搭上同班列车的宣传材料，这一切对这种儿童形成了一种难以应付的巨大输入、一种完全属于第三密度的输入。

父母亲对这种情况毫无办法，除了让他们待在家里，关掉电视，勤于在家教学。有些人花了大量的时间，确实这样做了。然而，那些孩子最终会走出去，进入同辈的世界、时尚、大众媒体，因为它们的数量实在太多。所以，我们基本上不推荐这样去回避社会。我们推荐的是你带在旅途上的那种无尽耐心。因为身为家长，你需要去与一个又一个又一个的情况打交道，而养育一个孩子要花二十年，其中有成百上千，甚至上百万的情况需要你处理。每次面临这些情况，虽然你真正想做的就是直接拆除你觉得对孩子有害的结构，你得要有创意，听取别人的意见，想办法提供正面的建议和劝告。

最重要的是，我们推荐你自己用一个可以无尽解释与保护的方式来生活。这是一个不辞辛劳的工作：如果你想要孩子们不看电视，先关掉你自己的电视，不是只有一次，而是成为一种习惯。如果你想要他们尊重别人的权利，先确定你在跟人对话或评论别人时，随时表达出你对每个实体、每种情况尽可能有的最深之爱。

无论你对孩子的期望是什么，与其告诉他们，不如坐下来与自己商议，直到你找

到办法来为他们做出表率为止。不是单凭你说的话，更要靠你这个人的本质、还有你如何活出每一天，成为他们的鲜活榜样。例如，你会每天有意花时间，在静默中与自己和造物者在一起吗？如果你的孩子看到你的生活有一种宗教或灵性导向，他们无疑会知道，那种方式对你有价值；由于你在他们小小的生命中显得很庞大，他们完全有理由认为那种生活方式对自己很有价值。

你也可以问问自己，你是否花时间与他们在一起，什么都不做、只是聆听他们呢？如果你能够花那么一点点时间……

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

……来找出他们这一天的进程是什么、走了些什么路、看到或想到了些什么、他们的梦跟他们说了些什么，不是去评论或改善他们的想法，只是去了解他们，他们将会感到有价值；你无法用任何其他方式做到这一点。如果你认为他们小小的事务是重要的，他们就由此知道他们存在的权利、他们做的事情是有价值的。这些东西没办法被教导，只能从人们对他们的态度中拾取。身为父母亲，你有莫大的能力去给他们提供这种自我之滋养物。当他们跟你讨论自己的时候，他们开始获得自己的方位，感觉拥有自己的实相和进程。

甚至在非常年幼的时候，如果你给予他们做人的信任，他们都能够开始更多地掌握这种双重激活的特性。如果你活出一个充满爱、闪耀的生活，你基本上是活在第四密度的能量中；这正是他们如此饥渴的能量，因为他们已经做好吸收它的准备，而你们的表面环境却如此缺乏更饱满的光。看看你怎么才能成为他们生命中无意识、却一直存在的光辉吧。

再次地，在教导孩子的方面，你说得再多、其意义也不如你存在的方式。你如何

对待周围的每个人和每件事呢？你怎么思考周围的世界呢？你怎么讨论那些有双重激活身体的实体觉得很敏感的议题呢？对环境的破坏，对其他自我的损伤，人权的缺乏、不公正和不公平：这些事情会像刺一样对一个双重激活的孩子纠缠不休。 尽量设法在谈论这些可感知的缺陷时，使他们觉得从外部社会的角度来看，找到了希望，探讨个人能采取的正面行动；如果你能做到的话，绝不要让孩子们变得愤世嫉俗。而且，同时鼓励这些孩子好好地、直接深入地查看那些在你看来也许太成人的领域或议题。对于这些孩子，事情发生得很快、观念发展得很快、问题出现得很快。期待这个过程会发生；当它以某个速度发生的时候，看看你怎么做来维持自己的幽默、耐心、谦逊。 对一个双重激活的实体来说，你不是一个权威人物，而是一个顾问。 如果你一直是小心谨慎的，会被认为是一个好的顾问，他们会聆听你的；因为一个双重激活的孩子的身上、有荣耀与尊敬的深刻线路流过。

他们很容易被失望扭曲；而典型的、失望的、双重激活的靛蓝小孩可以变成一个很难搞的人(tough cookie)。 所以，我们只鼓励你保持自己的正直，尽量鼓励他们；千万不要假设因为你的孩子是双重激活的，所以不需要指引。这样的孩子跟别的孩子一样，确实需要不懈而坚定的限制。我们单纯地说，打造这些限制为有爱的、可以理解的、单纯的；然后乐于解释它们、力挺它们，当其它自我觉得遵守那些边界限制会带来不方便的时候、接受辱骂与争吵。不要让那些烦扰你，而是维持那些你觉得重要的边界；不是好斗的、而是坚持不懈、平静且坚定的。

最重要的是，设法在日常生活的微小事物中表达你自己的信仰系统；这样就不会涉及说教，不用讨论教条或不要教条，只是带着最细微的日常生活里的体贴，来表达帮助家庭系统的渴望，以及其他那些价值、注入到和谐又有爱家庭生活。 如果对于洗衣服、刷马桶、洗盘子这类保持家庭运转所需要的数不清的家务事，

你还没充分探究过它们的乐趣，那就去深入钻研，尽你最大可能调查上述一切，还有你能看到的任何其它事情、帮助你家的日子过得更顺利。当该实体不再害怕怀着大爱彻底打扫厕所，对于(打扫)结果感到欣喜，在他周围的实体就可以开始看到：所有的事情都是神圣的，没有不公平的劳动或可鄙视的工作。这是活出灵性导向生命的一个关键概念：不能靠言语来搞懂；你周遭的人必须看到你从各方面参与，然后这将致使他们发现自己内在那种相同的看法，正逐渐变得越来越可以理解。

最重要的是，我的兄弟，照顾好你自己。在所有关注他人的过程中，记住你必须维持自己的稳定，照料你的心与意、身体与魂的健康，照料你自己财务的健全，满足世界对你的要求。怎么才能让你保持接地、保持平衡、为新的一天做好准备呢？在大多数情况下，你需要每天冥想、沉思，一个属于自己的神圣时刻，花一段时间在内在之心的圣殿里、和太一无限造物者一起休息。我的兄弟， 如果你必须早起做这件事，那就设定好闹钟、给自己半小时来凝视一根蜡烛，考虑即将开始的一天，把要做的事列成清单；做无论什么能够帮助你从夜晚升起的事、为新的一天做好准备，看见一片充满无限可能性的崭新大地。

我的兄弟，今天和你谈话真是一种快乐与荣幸。我们感谢该支持小组的成员，他们使得这次的寻求集会成为可能。我们是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开你们。
Adonai。Adonai。

原注
[1] 凯尔特结（Celtic knot）是在笔不离纸的情况下画出的一种对称图案，因此虽然图案可能非常复杂，但它是一笔画出来的。

[2] archipelago：”包含大量分散岛屿的一片海域，比如爱琴海。”

[3] barque：「一种小船，由浆或者帆所推动。」

[4] draughts：「跳棋游戏」

[5] 黄色光芒体是指我们每人都有的肉体，第三密度是我们共享的地球生活的世界。第四密度或绿色光芒体是指、可以和第四密度或更高的振动一起工作的能量体双重激活的身体是指一个人的第三密度体和第四密度体两部份都是活跃的。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0818b.html

英文出处：http://www.llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0818.aspx

---

☆ 第 2804 章集：工作第二脉轮

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想

2004 年五月 17 日

D 的提问：我的第二脉轮有个问题，扰乱我的工作还有(人际)沟通，我想知道怎么工作它。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限**造物者**的爱与光中、我们向你们致意；今天，在为祂的服务中、我们以祂之名受到这个群体的呼唤。我们为你们本性和冥想的美丽感谢叫做 D 的实体，感谢今晚坐在这个圈子中的每一位。能和这群人在一起是极大的荣幸。我们想请你们好好守卫你们的分辨力，在我们分享的想法

中，只考虑那些与你们有共鸣的。如果我们分享的想法对你似乎不真实，那么我们会请你们将它们丢开，因为我们不希望成为任何人的绊脚石。如果每个人都注意他的分辨力，我们就会觉得可以随意分享想法、而不用担心侵犯这个圈子中任何人的自由意志。

这个实体的问题很有趣，因为问题的第一部分[1]，如这个器皿已经指出的，我们无法以任何实质性的方式来谈论；原因是它的确太靠近自由意志的边界、会影响到你未来的行动。虽然从短期来看，能得到表面上额外的事实与数字来应付眼前非常困难的生意，可能是极大的安慰，但同时，如果我们用这种方式进行干涉，就会越过永恒之沙中的一条无形界线，容我们说；这条线就是：你在跟别人分享学习经验时，不要减少他的学习强度。要我们谈论生意的问题、确实会让我们越过那条线变成**地球**居民，而我们不是。我们的特权只是分享一些想法，我们是这里的客人、而非你们星球的居民。作为客人，我们就必须对自己的极性非常小心，才能保存我们有所服务的能力。

这个器皿对我们说出的问题的第二部分，因为涉及到能量体，更位于我们能够发言的范围之内。虽然问题只针对一个具体的实体，叫做 D 的实体，不过，在同时间，它涉及能量载具和各个脉轮的内在关系等等信息，这些信息对于任何居住在第三密度之内、尝试以那个有时觉得好像失控的能量载具工作的人，都可能是有用的资源。

现在让我们只退后一步，凝视一下这个问题的某些背景。我们首先假定和**一的法则**连结的种种理解，那就是：万物是一体的，每个实体都有一个完整的生命光谱：三百六十度赋能的载具，它包含心智、身体、灵性的部分；每个部分都含有

各个内在体的互相连接、或内层平面(plane)体的脉轮系统；属于每个第三密度的居民。

所以，有关能量体的询问指的不是那个住在空间/时间或物质世界中的身体，而是住在时间/空间或形而上世界里的身体。在形而上世界中，实相的形状跟在物质世界中相当地不同。在物质世界中，事物很实在，想法是梦幻、异象、空气；

而在形而上世界中，意图、想法、焦点是实在的、强而有力的；人们在共识实相中所熟悉的物质性、在形而上领域中比较少见。

在形而上领域中，D 实体的第二脉轮有很强的偏颇；其实不光第一、第二脉轮有这种偏颇，第三脉轮也有。不过 D 实体认为橙光或第二脉轮是过度激活的主要脉轮，这是对的，由于过度的激活，在 D 实体的第二脉轮能量中，承受着伴随而来的高水平困惑。

现在我们一起来凝视这一点。红色、橙色、黄色脉轮，也就是观看能量体系统的第一、第二、第三脉轮；它们基本上与生存、与自我关系、与团体关系有关。这个实体的投生样式一直在反复引发自我价值之人生问题。这个实体在整个人生过程中，不断以各种形式体验到内在对缺乏自我价值的感觉；从自卑的催化剂中学习，有时候比别人运气更好。随?投生的继续显化和经验的积累，肯定有些倾向硬化了那种缺乏自尊的感觉，(于是)觉得需要去净化、准备、对于所有实体近期会面对的最高最佳的事物、变得更有准备。会有一种感觉，觉得一个人必须抵达(某处)，必须变得更加纯净、表现出更多的优点。从某些方面看，这种态度与过程非常合适且有益，能让人学到很多谦卑，不断增强能力去坚持、直到取得渴望的结果为止，容我们说。然而，在整个投生中反复地激发『我真的不够好』的感

觉，会强化一种偏颇，在脉轮系统中引起一种过度激活，于是那种迷惑就开始固化。

单纯觉得自己不完美或卑微，这本身没甚么不对，而是对人类状况诚实准确的评估；而且于此同时，投生前最渴望正是这种人类状况，当该机会出现时、它十分受到珍视。不光是 D 实体，还有很多此刻处于肉身中的人，都有一种真实的成就感，因为他们组成了这个「团队」，容我们说，成了来这里服务他人、并且一生保持这个服务动机的人群中的一员；这就是出于那个使命的记忆。D 实体可以对自己感到满意，可以假定这点：在此生经验中、过度关心自我价值的时间已经过去了。现在合适的态度是：在日常生活中探求，搞清楚已经取得怎样的人生成就，并且允许自我开始关注怎样找到平衡；而非如何达成更纯粹或更高的路。

如果 D 实体在投生经验方面年轻的话，情况可能不一定如此。不过，人生中的许多事情都有自己的季节，我们会鼓励 D 实体考虑：有可能此生中学习自我的工作已经基本完成了。自我是已知的，因此可以被放在一边；没有要去的地方,没有要成就的事物；成就变成了去跟自我和谐达成对称关系，好让自我能唱出心中最真实、最简单、最甜蜜的曲子。现在 D 实体的人生进入了探索存在、接纳自我的时期，接着开始松绑那些束缚 D 实体的评判、它们造成他的困惑、对于自我的良善缺乏自信。你费了这么多力气来改善自我、和正在来临的第四密度能量更和谐地相处，所以难以接受这点。

无论如何，我们会请求 D 实体考虑，这是第四密度。不再需要为进入第四密度的环境而奋斗，因为第四密度现在与第三密度相互贯穿；要玩哪一套生活游戏的规则，容我们说，完全是每个实体的选择。D 实体很清楚，在第三密度之中，做生意有规则，行为举止有严格的规范，自我该怎样满足世界的需求有非常机械呆板

的规定。在第四密度之内凝视着相同的世界，选择看起来相同，选项也相同，不过，改变的是该实体的观点；实体见证这些进入显化的事件，有能力做出选择：关于世俗的情形，具体地该做些什么，心智又该思考什么。这个器皿肯定已经见证过这种事实：以第四密度的思考方式来处理第三密度的事情、那是觉知的一个微妙且艺术性的表达，它在生命体验中呼唤大量的事物，不仅是灵性的，还有属于尘世的事物。

在要求进一步的询问之前，我们相信这就是我们想望提供的信息。我们请问 D 实体，现在有没有进一步的询问。

D：谢谢你们。我有一张地图，按我的理解、它是一张星系图，我想知道这张星系图是否实际上是**本银河**(Milky Way)的地图呢？
（暂停）

D：哈啰？[2]

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。但是不能够处理它，因为我们在该问题上找不到灵性部分来评论，所以不能讲述这个询问，我的兄弟。我们为此抱歉。

现在有进一步的询问吗？

D：是，有个进一步的询问。不过我得先把电话挂了，再换一张电话卡来打。这张电话卡快用完了。我三分钟后再打回来。谢谢你们。
（D 回来了）

D：我想要找出、如果要在我们谈到的情况里面、要正确地使用金字塔的话，准确的角度该是多少？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们此刻向你推荐的是：臣服、丢开金字塔之类的小玩意儿，因为你的能量体已经储存大量无法使用的多余能量。因此，我们会推荐，用不着靠金字塔的形状来引起变化；眼下最有效的治疗手段是接触海洋和水、如同一块水晶；因为那些多余的能量已经令你的身体载具多少有些，坦率地说，被烤焦了，而水、尤其是盐水、能够从身体载具滤掉多余的能量，从而产生很好的疗效。我们试图给这个器皿一个图像，该能量体有部分的能量，实际上已经如同一个火花四溅的拱形在覆盖缺口，但挣不脱羁绊，而水、尤其是盐水、的作用就是协助它解脱。

的确，任何水都是这种能量的优异导体，能够逐渐改善 D 实体的健康状态。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

D：我想要查明，我是需要泡在水里呢，还是实际上、尽可能在离水近的地方睡觉就够了？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在水声中睡觉非常好。但如果可能的话，我们推荐浸泡在水中，至少将肉体载具的一部分泡在水里，给水流循环一个适当的几何配置。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

我想知道，在具体使用上、要取得实际的正确效果，每次最少得花多少分钟。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会推荐每天至少 20 到 25 分钟;如果渴望加速这个(治疗)过程，每 24 小时可以两次泡在打旋的海水中，每次 20 到 25 分钟。至于在海洋的声音中休息，在正常休息时间内、无论多长时间都可以。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

D：对，我想要查明，是否我之前的睡眠安排，我实际上说的是那个又长又大的建物，其实是(我的)问题的一部份呢?

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们觉得 D 实体有一个令人满意的休息地方，事实上，任何靠近海洋的地方都是可接受的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

D：可以，我想知道正在和我谈话的个体叫甚么名字。

我们是 Q'uo，我的兄弟。

D：再说一次。

我们是 Q'uo，拼写为 Q－u－o。

D：谢谢你们。

这个实体是一个原则，我们的意思是：这个实体是由三个明显不同的社会记忆复合体所组成：一个来自爱的层次，一个来自智能的层次，一个来自合一的层次。正在与你谈话的是 Latwii 群体，我们是第五密度的实体。我们的老师是你们这个团体称为的 Ra 实体，Ra 实体也是这个原则的一部分。接着，Hatonn 实体也最经常与这个团体在一起，不是为了表达自我，而是为了去爱、表达一种无条件的振动，此刻在**地球**层面中大量地需要这种振动。因此，与你谈话的是一个由一系列实体组成的原则，容我们说，一个由那些经过漫长的共同学习与教导的实体所组成的群体。我的兄弟，你对这个信息满意吗？

D：是的，具有深刻的见解。

此刻有最后一个询问吗？

D：我最后的询问是：我想要知道天使长米迦勒最古老的已知名字。

我们觉察了你的询问，我的兄弟。我们是 Q'uo，我们发现这里面对你可能有意义的唯一相关信息是：所有实体的名字实际上都是编造或创造出来的；所以要寻求一个实体的真相，在名字的层面找不到，在谈话以及创造形状、音色或振动的层面也找不到。被知晓为天使长米迦勒的实体、其实际名字是一个振动的能量场，有它自己的旋律，唱着自己典型的歌。你的本质也是如此，也是一个旋律、一个能量场、一种有着精妙的无尽内容的谐波，所以它是一个「**道**（Word）」，一个子**理则**，它就是你；那首歌就是你的名字。当我们向你致意、叫你名字的时候，

我们能看到那个名字，所以我们用它。确切地说，这就是为什么我们总是把它表达为「被知晓为」D 的实体，「被知晓为」该器皿的实体，「被知晓为」G 的实体，「被知晓为」J 的实体*。

事实上，这个圈子中的每个人都是一颗魔法般的、闪耀的水晶，其存在即是一个永存的名字。
(***编注**：在爱与光中文选集系列，为了简化之故，经常省略「被知晓为(known as)」… 敬请各位读者明察与见谅。)

我们给你这个答案，我的兄弟，因为我们无法讨论各种实体的名字；在我们的层面处理这些(名字)太令人混淆、也无意义。我们在与名字打交道方面、不是很成功。

我们为这段在一起的时间感谢你，我的兄弟，这对我们是巨大的祝福。很高兴和你们在一起，希望我们与你们分享了一些贫乏的想法。我们一直都和你们同在。如果你想望更深的冥想或更深的睡眠，我们请求你们、呼唤我们；我们不会和你说话，只是单纯地在那儿，彷佛有一个载波在帮助你冥想、帮助你睡眠。那是我们能够做到的；我们十分高兴和你们在一起。我们此时向你们表示爱与祝福。

我们在太一无限**造物者**的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。

原注
[1]D 先问了一个具体的生意问题，Carla 在电话上告诉 D，这个问题不合适。D 就问了上述的那个问题。

[2] D 通过长途电话参加这次集会。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0517b.html

英文出处：http://www.llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0517.aspx

---

☆ 第 2805 章集：第三密度的体验

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

2004 年四月 18 日

小组问题：我们今天想问问第三密度的目标。在第二密度、实体们以群体心智的方式存在，当它们从第二密度毕业、进入第三密度之后，就有个体化的机会，发展个体化意识；该意识将能够协助自己的进化、藉由它做出的选择，自由意志之选择；我们想要 Q'uo 给我们一些信息，关于这种个体化(过程)是怎样引领到另一种群体心智，即社会记忆复合体；接着，可能讲点第二密度的群体心智和社会记忆复合体有何不同；在第三密度中、我们做出个体选择，共同的结果是朝向社会记忆复合体。所以，Q'uo 能不能给我们综述一下，这一切究竟是怎么运作的，选择的本质是什么，该选择背后的意图起甚么作用，形而上人格或魔法人格什么时候出现？关于第三密度是如何运作的、不管你们能告诉我们什么东西、我们都会感激的。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限**造物者**的爱与光中向你们致意；我们今天来到你们中间为祂服务。感谢你们呼唤我们来和你们小组谈论第三密度体验之功能，我们很高兴能在这个主题上分享一些意见。首先请求你们每一位好好守卫你的分辨力、负责地决定要采纳甚么、丢下甚么。我们不可能保证所有的评论都正中要害，有些肯定对在座的各位是无用的。请先仔细考虑它们在你自己的进程中有没有共鸣，是不是觉得像某种你知道、但忘了的东西，否则就不要接受它们；如果有那样的感觉、有共鸣，那么这就是你当前的进程中、在这个特殊(时)点的真理，除此之外，它也许毫无用处，最好丢开它。如果你们每个人都守护你的自由意志、守护这个过程：把某些新概念变成你自己的概念，我们就能自由地说出我们的想法。感谢你们大家为我们慎重考虑这一点。

通常，和这个团体长期保持联系的星际**邦联**管道会把第三密度称为**选择**的密度。从宇宙的角度来看，第三密度有声有色、激烈紧张，但相当地短暂；如该问题

所说的：实体在意识中移动，从第二密度晚期的生命形态意识[比如你们的祖先类人猿的意识] 移动到一个新的生命雏型、也就是具有第四密度身体、要学第四密度课程的实体。在动物、植物、矿物世界的第二密度体验与爱、理解、悲悯的第四密度的体验之间，蕴含?选择的密度，这就是你们此时正沉浸其中的密度。

毫无疑问地，这个体验并不是完全安宁的，生活的外观看起来也不是任何时候都似乎适当而且令人满意。它是诡计与幻象的体验，几乎可以把它叫做嘉年华的一天。不过，在这个嘉年华里、每个乘坐的玩具都有精心设计的目的；其地面的铺设，提供了无限灵敏的反馈系统，来响应并强化那些超越短暂价值的想法与渴望。它是一个潜伏在遗忘之中的环境。也就是说，为了进入第三密度的投生，准

备工作中的一项要求就是：把你关于形而上家乡或时间/空间世界里家乡的详细记忆，放进保险柜里。

不管你从哪个密度进入第三密度，来自第二密度，或者从更高密度返回、为了在这个熔炉里更多地工作；进入第三密度的先决条件都是相似的。那种直接的知识，或者像这个器皿会说的，那些关于**造物者**的真知(gnosis)以及自我做为**造物者**整体的一部分；必须把它放到一边，遗忘的面纱必须落下；于是每个实体就会以一种特定的方式、目盲地进入第三密度，一丝光亮也看不见。尽管如此，形而上过程，相对于物质过程而言，有一个精心构建的环境，它不断给出线索来提示，遗忘面纱遮盖下的生命深层地基有甚么特性，同时阻止任何客观证据搅浑未知之水域。对于这个特殊的第三密度，**造物者**有一种坚定的偏向，尽可能保持实体在黑暗中，不知道在事物表象之下、一切究竟是怎么回事。这个处方被设计来使你胡涂、使你觉得沮丧，有时甚至令你发狂与错位。

(祂们)觉得，在收割许多经验之后，虽然更多的信息、更透明的第三密度是一种更舒适的体验，到最后却更令人困惑、效用更低，而且就提供一种(有益)氛围而言，好让寻求的灵魂能够有意识地加速自己的学习和进化，那是比较难成功的。

这个特殊行星的第三密度体验是极为生动的，共识性实相/幻象极为沉重，相应地难以穿透。这就意味?，有巨大的潜能去体验各种强烈的情绪与渴望。第三密度的环境正是藉由感觉、偏见、人格的各种组成元素等等，带入越来越多的援助(relief)，这样每个寻求的实体就有完全的自由意志、以任何选定的方式来注视生活的体验。

造物者不必希望某件事将要发生，因为过去所有的创世经验都是这样的：进化是无可避免的，变化是无可避免的。可能退回到留在背后的密度，也可能向?前面的(更高)密度进展，但是实体不可能保持完全稳定；他们必须创造新事物，必须移动。那是意识本身的特性：静不下来、无法满足。由于无穷自由意志的策划，意识总是抱有好奇心，想知道还有什么其他东西可学；无论该实体是就微观宇宙或宏观宇宙的意义而言，这种好奇心都会拉着他向前。所以，你们每个人目前都住在一所学校里，该学校被设计来规律地给予每个实体各种痛苦的淬炼。不是为了显示创造性原则的残酷与审判，而是为了创造出一种学校氛围，好让实体以自己的手、自己的心智、自己感知到的问题与解答，进行自我教育。

现在让我们看看「选择」这个词汇。当实体面临选择的时候，第三密度的功能起了甚么作用呢？对这个密度而言，「选择」是一个真正的关键词、位于学习的中心。[容我们说，就你们的观点而言] 数千、数百万年的工作都奠基于这个极性选择之上。选择的本质是什么呢？从第二密度的视角来看、从蜂巢式心智(hive-mind)来看，容我们说，选择在本质上有特定的铸模；如果你看见动物与植物物种都有共同的生命池，你就可以最佳地理解这一点。某些灵使用**造物者**提供的元素，好比种子和阳光，创造生命和成长；能够从这个类型或种类的(生命)池中舀取元素来创造(相应的)样本。这些被创造出来的实体有一种意识，其中含有大量的信息；这些信息是从整体(生命)池中复制出来的，不是从该物种内任何个体身上取出来的。结果是，我们可以假设，以动物为例，实体会根据它物种的天性行动，除非它和人类有了大量的联系、以致于改变了它的第二密度程序。虽然任何物种都有不按物种规则行动的小淘气(rogues)，在大部份的情况中，你所接触的第二密度动物、按照它所属物种的选择程序来作选择。

当实体刚从第二密度毕业到第三密度，还没有脱离(群体)意识之池，而是必须靠自己刚刚萌生的个体性之颤抖双腿站立。它仍旧配备有第二密度的信息，但绝大部分掩盖在遗忘的面纱下。所以，在某种程度上，它失去了大量有价值的根基。由于第二密度实体的基因编程不含有意识的心理活动，有些事情在第二密度动物看来显而易见、对于第三密度实体就变得完全不明显，因为其编程的重点转向了有意识的、个体化的想法。换句话说，第三密度的实体内建了完全的自由意志。

如果你注视刚刚进入第三密度的实体，你正在注视一个不知道怎么处理自由意志的实体。他不知道自己现在是自由的、不知道他以前曾被囚禁在一个基因(generic*)假设的笼子里；事实上，他可能还在按许多的那些假设而行动，因为它们属于本能的包裹一部份；即使他没有清晰的回忆，也隐约记得该包裹。当这种第三密度的先锋开始学习选择的时候，很可能依照第二密度的编程作出选择。换句话说，行动的选择通常是去保护自我和部落，或者保护家庭，确保家庭生存必备资源的安全。虽然这是一个简单的、甚至是初级的编程，但生存本能的触须众多而且广泛，这个简单的编程可能确实控制了一个早期第三密度实体大量的人生决定。
(编注：依据上下文，这个字应该是 genetic，对照下一段就更明显了)

慢慢地，通常经过一系列的多次转世之后，该第三密度的实体开始发展出一种核心的自我感。每经历一次投生，这种自我感就会增添一点气力；于是面纱不再像过去那样厚重，直到最后发生了觉醒的经验。也就是觉察到一些「跳出箱子」（outside the box）的可能性，根据现代成语、这个器皿会这么说。这个箱子就是被第三密度实体接受的第二密度基因假设。以这个器皿和你们每个人对于西方文明的了解来看，这社会保留了大量第二密度晚期结构的特征。家庭结构、延伸

家庭系统所组织的社会，以及为了生存而结盟的人们所组织的社会，这些结构都保留了第二密度的各种特征。

无论如何，随着实体开始觉醒，他们开始看到对于第三密度工作非常重要的一件事：觉醒开始于该领悟的发生，选择并不是只有这个或那个，而是无限多的。当观点开始扩展，当山一开始不见了、然后再次出现，然后第三密度的灵魂就开始看到，重点不是变得更会选择，而是变得越来越能够看到选择的完整范围。

比如说，重要的不是选择相信创造性原则、还是相信没有创造性原则。毋宁说，该选择是一个无限范围的可能性、关于神格原则的可能性。在作决定时，觉醒的实体有一种运动过程：从非常固定的角度去专攻事物，接着到越来越松散、全方位地看待当下此刻。我们在和这个团体的谈话中经常指出，很多事物是相互连结的，信息基本上在你看到的每一件事情中都可以得到。那么问题就变成了：「那个物体，那个字汇，那个人，那个催化剂实际上试图告诉你什么呢？」

随着第三密度的灵魂开始成熟，他开始了解到，当他剥开任何的当下瞬间，去观察一层又一层的洞见时，他能接收到的意义的层次多到无边无际；那些洞见在风中发光、在林间闪耀，给出提示和暗示，只等着心与注意力连接起来。所以，选择不单是在某个情况中做选择，更多是一个态度的选择，选择如何存在、如何站立、如何以最充份、最诚实的方式表达一个人的菁华。

我们会查看的另一个关键词是「个体化」(individuation)，它是你们询问的一部分。从形而上的观点来看，这个概念很麻烦。这个器皿多次试图在信中回复人们，自我花时间学习自我、研究自我，开始深入熟悉自我，以一种不是转瞬即逝的方式了解自我，这样的努力究竟是服务自我还是服务他人？在这个个体化的过

程中，研究和了解自我有?惊人的有效性(validity)；确实，只要血液仍环绕着该个体的人格外壳流动，这个过程就会继续下去，所以这个过程从未是完成的。它根本就没有被计划为可完成的过程。不如说，它是在第三密度的氛围中学习服务与成长的许多方式之一。直到你已经个体化了，否则你就不能开始魔法工作，不过，一个人从未是充分个体化的。所以，从逻辑上讲，一个人绝不能开始魔法的工作。

不过，容我们说，只需要达到一个临界质量就可以了，而且该临界质量在实体实际可用的意志里所占的百分比根本不大。一个人察觉到自己的意志、这是一件很强大的事；即使不完美地使用,甚至错误地使用意志，在缺乏完整知识的情况下使用，都可以启动惊人的能量。所以，一旦实体开始直接询问造物者或可感知的指导(灵)：「我是谁？我为什么在这里，**你**想要我做什么？」魔法过程就开始发生了。这类的询问创造一个魔法的环境。当然，一个人在提出这样的问题之前、尽可能变得成熟，固然很好，不过第三密度的荣耀在于：所有人都不完美，而所有人都在问这些问题。这些问题驱动着第三密度。

结果是，灵性道途上的实体会不断询问，得到的信息远远超出他们准备去处理的范围。他们常常识别不出、自己接收的东西正是自己请求的，反而觉得那种体验没有道理。然而，即使这样也是完全可以接受的，因为不管使用这些问题创造了怎样的体验，它们会反过来为下一轮的学习播下种子。不管你走哪条路，这些种子都会落进肥沃的土壤、有可能生长；不管你作出什么选择，净结果都将增加理解。所以，这个学习氛围在某些方面是艰难的，在其他方面又是非常宽容的，因为一个人无法失败：你可能变得很累而去休息，但是当你觉得准备好再次进入争战、再次询问、再次接收信息，接着再次和那份信息一起工作，你总是可以(再次)振作自我。

随着第三密度的灵魂开始有意识地生活，在作选择时、站在一个较多觉察的立场，考虑到自己的菁华，做魔法工作的能力(日渐)增长，对于自己属于一个具有多重意识中心的有机体这件事，也开始略知一二。这种情况很多时候会首先出现在与家庭有关的小团体中，那个幸运家庭碰巧有某种灵性关系。致力于一个超越自身的共同目标。这种情况经常发生在音乐家的家族、学者的家族，或医者的家族[好比医学界的医师]。这些是首次初生的思考经验：从个体的角度思考，也从团体的立场思考，为了共同的目标联合起来，如一体地工作；无论是创作音乐、还是解决复杂的医学问题，或解答令人?迷的科学问题。

无论如何，很少发觉实体们能够在第三密度身体之内的同时、进入第四密度的合一。我们注意到目前这个团体，正努力在团体内部创造第四密度的意识，这其实是在尝试达成一种最低限度的可能性。不过，于此同时，这种尝试不仅为那些尝试的人创造了巨大有利的学习情境，而且如 V 实体建议的，还创造了一个场所、让第四密度质量可以在里面生存、安住、兴旺。这种在**地球**上创造天堂的渴望、将磨练并且润色每个实体的诚实与意志；如果你们认真地继续下去，它会逐渐加深你们对真理的流动性与灵活性的认识。

在第三密度之内，那些分离实体的事物就是被假定的事物。必须作出某些假定才能运作。实体们共有怎样的假定就非常关键了。像这个团体一样努力的实体们，由于其纯净的渴望、想要站在爱之光中、和爱的更高原力联合，他们努力所作的选择会变得更强烈、更能在选择过程中造成意识中的强大改变。这还会造成一种环境，令实体在这种环境氛围中积累的经验是非常鲜明的，而且经常是痛苦的。如这个器皿会说的，这是一条非常快速的轨道，它令人升华，把人带进变化和学习的环境，实体在这种环境里、藉由有意识的奉献让学习过程充满活力。它还考

验寻求者的勇气和决心。在任何时候，一个实体尝试去做这个器皿所称的光之工作，要改善地球及其人群，以灯目标形式服务等等，这种选择都会引发一段考验期；服务与学习的愿望越多，考验也就越多。这是一个自治的系统，必须这样运转才能保存你的自由意志、考验(你的)种种选择、精炼与演化(你的)选择。

因为一个选择倾向于变成另一个选择，再变成另一个选择，如此类推；所以，这是一个自建的螺旋系统；每一个选择都建立在自身之上，也就是每个选择都更正前一个选择。再次地，这(系统)始终取决于该个体。

那么，第三密度晚期的实体，也就是准备好毕业的实体，就是这样的实体：对于自己有足够的认识，于是准备好完全地开放自己来对待他将一起工作的同伴所提供的献礼。他已经重新进入一种群体心智，但它跟任何别的群体心智都不一样；

该群体会感激他的风味，无论这种风味怎样地刺鼻或辛辣；该团体会以自身的才能在需要的时候、使用他的独特性。第三密度的实体非常难以相信，更不用说体验到，群体超灵(oversoul)的力量；不过，一旦两个实体有了真正的联系，就会产出群体魂(soul)；三个实体一旦能够统一、达到一定的临界质量，就会产出群体灵(spirit)；正如同参与爱/光研究中心活动的成员就有一个(超灵)，它迄今已经成长了四十多年，对那些呼唤它的人们、那是一个非常真实的指导源头。

在这个时期新生的第四密度型态的团体，有些潜在的训练转轮，因为长期以来这个团体不断尝试越来越多地统合自身，这使得所有团体成员也都尝试一同服务。随着第四密度的方式开始取代第三密度的方式，服务和学习方面的巨大合作开始出现；此刻，你们星球体验所包含的第四密度结构和交互作用变得越来越可行，

如巴布·迪伦(Bob Dylan)实体说过的：「时代正在改变*」。能量正在改变，振动正在改变，更加圆满的爱是可能的。

(*编注：这里有篇不错的歌词翻译：http://tinyurl.com/ybfnyq4v)

你会作出哪些选择呢？你想望研读什么极性呢？这是个重大的选择。议题无论大小，都含有可供磨坊辗压的谷物，为你带来信息、帮助你追求那些选择。

这个器皿告知我们，我们已经在这个主题上讲够长的时间了，接着，该是开放这次会议给进一步问题的时间了；于是，我们会在此时这样做。请问此时有没有一个问题？

B：Q'uo，如果信差变得比讯息更重要，该信差该怎样更正这种情况，把焦点带回讯息本身？

我们是 Q'uo，我们欣赏你的询问，我的兄弟。众所周知，人们常常可能错把一件好事的面容或标志、误认为是那(好事的)质量，的确，有时候该面容必须消失。消失的技巧始终取决于该实体的选择，他想不想望变得没那么重要。无论如何，根本潜在的困难是：容易 Vs(对比)困难，明显 Vs 微妙，简化的 Vs 真实的。

(在两者之间做出选择)

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：你们知不知道,别人在这样的情况下，或许用过甚么技巧来帮助理解这点？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们觉察到很多技巧。然而，我们发现这个询问太靠近在场几位所做的有意识工作，因此，我们跑到了自由意志的边界。替另一个人教导/学习是不可接受的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：不用了，就这样子，谢谢你们。

现在有进一步的询问吗？

D：很久以来，我有个一直想问的问题。我们为已故的人祈祷赐福和指引，这个习俗有没有价值？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。任何种类的祈祷都是很好的主意，因为它把一个人放入心中，并且和神性原则对话。两者都是灵性寻求极其渴望的取向。

我们会说，和无限**造物者**讨论赐福的问题，也许最好的技巧是确认收到了赐福，因为即使在最严酷的环境中也充满了许多祝福。采取感恩的态度，宣告需要感谢的大事，如这个器皿会说的，就是一个好主意。确认完美与请求赐福的态度之不同，就像知晓(的孩子)与企求帮助的孩子之间的不同：一个宣告自己是一切万有的一部分；另一个却觉得请求者与请求对象是分开的。无论如何，一般而言，和**造物者**展开的任何对话，都是正面且有益的资源。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

D：我的问题的一般目标更多地指向去世的朋友和钟爱的人。这说明也适合这个领域吗？

我们是 Q'uo，这是正确的，我的兄弟。还有进一步的询问吗？

G：Q'uo，第三密度的实体如何才能有资格做为一个更高的媒介来服务、做为一个传递服务信息之信差；而该信息是为你的最佳、最高利益而设计的，但却通过我会称为负面特性的事物来给你。

我们是 Q'uo，我们没有掌握你的询问，我的兄弟。你可否换一种方式来问。

G：在阅读你们最高水平的话语时、我觉得，向另一个人敞开心、无条件地接纳他、学会怎么去爱，即是这个密度的关键。我相信，一个实体可能错误地给自己指派一个角色，去发放负面形式的催化剂。所以，如果一个实体确实有可能以一种平衡的方式适当地做到这点，那他如何变得如此地具备资格？在这[实验中学习的]时候，该实体怎样才能使得这服务平衡且有爱呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。老师与学生之道并不那么依靠资格、而是比较依靠菁华的移动。实体们进入那些角色，因为他们对于该角色有一种感觉。资格的问题在这里不适用，因为灵性工作没有一套资格的系统。它真的只涉及到每个个体按照自己的韵律、在自己的轨道上移动，尝试尽其所能地服务。

结果是，所有人都是老师、所有人都是学生；每个人在表达自我的过程中，的确可能为别人制造出负面催化剂，不过，并非在资格的基础上为这样的行动辩护。确实，平衡的概念也许比辩护的概念更有帮助。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：一个实体可否代表你最高、最佳(益处)而行动，给予一种负面性质的催化剂，而且以一种平衡的方式做到那点？

我们使用名为 V 的实体之术语：「不知道，船长。」因为你确实问了个我们无法回答的问题、它把我们推过了自由意志的边界。我们感到抱歉，但不能再向前迈进了。

有另一个问题吗，我的兄弟？

G：在那个特殊的课题上没有了。谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在有最后一个询问吗？

T：Q'uo，如果你们能够在不侵犯我自由意志的情况下回答；你们能不能给我任何建议，关于我如何能够更好地从某些体验中学习：当我需要耐心和容忍的时候？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。耐心和容忍的课程是(进展)缓慢的，我的兄弟。因此，我们会鼓励你保持对于水的感觉，让水向你流来，在心里想象

打破评判和狭隘之坚冰的缓慢、缓慢之融化过程。不要强迫坚冰融化，因为现在是春天，我的兄弟，冰自然会融化。毋宁，允许这个过程发生，纵使你觉得这种融化彷佛正在把你撕裂。因为，事实上，你的属性必须从结晶水转变为液态水，从矩形直度转变为流动水之球面；在流水中、一切都能和睦相处，为彼此留出空间，而冰的晶体属性则必须有特定的结构才能以那种形态存在。当你要自己放松，进入无评判与耐心时，你正在体验从冰冻状态进入液体状态；处于冰的直角结构和晶体属性中，你会觉得自己控制着周围环境，在液体状态中、你却没有那种控制权。不是说你的晶体特性改变了，因为水也是一种晶体，但水能够以一种不同的方式闪耀，能够用增益的方式接纳不同的结构、而不搅乱自己的本性。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不了，谢谢你们，那些很有帮助。

我们感谢你，我的兄弟，感谢今天参加这个集会的每一位。感谢你们留出这个时间、把日常的辛苦和常压在心头的忧虑放在一边，单纯地清空自我、进入提出问题的那个地方。我们希望你们的补给库又添加了一些资源。

我们在太一无限**造物者**的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Adonai。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0418b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0418.aspx

---

☆ 第 2806 章集：鏡射新奇事

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

2004 年五月 16 日

小组问题：Q'uo，今天我们对几个领域有兴趣，它们之间可能有关联。第一个是镜射效应。在第三密度中，由于我们有遗忘的面纱、无法有意识地察觉我们在个人的学习中到底正在尝试做什么；我们这儿的每个人都能够利用镜射效应、从别人向我们的反射中、找出我们正在尝试学习的东西。我们想要知道，Q'uo 能不能多给我们一点信息、帮助我们了解这种镜射效应是怎样运作的。我们可否有意识地影响我们向别人镜射的方式吗？甚至说，我们应该尝试吗？

[在这次冥想之前的讨论中]，我们提到的另一件事情是：今天，我们小组中的每个人似乎都有这个主旋律：关于新的经验、新的工作、新的开始。

我们想要知道，在每天的日常活动中作为镜子来服务，以及在生活中有新事物或变化时[我们就有了不同的态度或机会]、作为镜子来服务，两者之间是否有任何种类的连结？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限**造物者**的爱与光中向你们致意，我们很荣幸处在**祂**的服务之中。能在你们的冥想中分享，是一种独特的快乐；我

们祝福你们每一位、感谢你们今天邀请我们分享想法。一如既往,为了遵从自由意志，我们会请求你们每个人小心守卫自己信仰系统的入口，不要把我们说的当成真理接受，而是检验它们、寻找与它们的共鸣，看看它们感觉起来像不像你个人的真理。每个实体都有个人的真理，比较不是相对真理，而是个体的真理、主观的真理。而言语无法开始填补间隙。灵性的寻求发生在主观领域中，因此你不能证明或反证它，于是，真理本身的性质会变成独特的钥匙。留心守卫你分辨力的那些入口，在经过漫长而细致的检查后再采纳那些准则，它们应该给你一种强烈的感觉：记得它们是真的，而非首次听到它们。我们感谢你们注意这个细节，它确实给我们一种至为满意的、道德正直的感觉。

你们问到某些镜子，接着问到新奇事。的确，在表面上，这两个主题好像几乎没有共同之处，但我们发现,它们确实互相交叉。我们先开始徐徐地靠近该交叉的第一个部分、第一个主题，也就是新奇事这个主题。新奇状态似乎是一个明白的问题；当一个人问有甚么新奇事时，清楚地觉察到新事物的特性。然而，新奇事有不同的类别：有意料中的新奇事，好比 T 实体正在经历的，活动是新的，不过，你预期它会发生、而且为它提前做好准备。另一类新奇事则使人出其不意。由于生命之路蜿蜒曲折，你看不到前方的拐弯，确实有着很多惊奇。

两者有一个共同的特征，那就是：在新奇情况中获得信息比较困难；而在事先已清楚了解情况的情况中，保留信息的速度比较快。我们的意思不光是：各种细节的新奇性使得获取信息要花更长的时间；当然，任何人观察新环境时，肯定都需要更多的适应时间。然而，另外还有一个事实：在新的环境中，你的肉眼本身在观察场景、把信息传递给大脑时，由于眼睛的工作方式、而导致极大的妨碍。这是因为如果该景象是全新的，那么进行查看的那个实体的心智生物计算机中，就没有该景象预存的母体(matrix)。搜集一个新情景的大量信息，让大脑能够对那个

情景建立一组默认值，那是相对累赘的事；这组默认值让眼睛下次看到它时，只需要搜集少得多的数据，就能让实体自己了解这个情景。

这就是一个人在新情况中遇到的阻碍。

因此呢，在新奇的情况中，一个实体的技巧是：放慢接收信息的速度，给自我更多的时间来熟悉新地方、新面孔、新程序、新概念。任何不同于往常的情况,都会让人做每件事都要花更多时间，这并不标记着他的心智衰退了，而是无可避免地标记着，在达到临界值之前、心智必须搜集数倍于平时的数据来建立这个临界值，然后用它来处理该过程的下个部分。在新情况中、下一步会发生甚么，无法很快被回答。人们常常觉得，应该对自己正在观察的事物迅速得出结论，但在大多数情况中、并非如此；如果你觉得好像必须加快速度、快一点的话，我们会鼓励你降低那些发展速度。在几乎所有情况中，这种匆忙的感觉都是一种误读，它是由热切的精神想去控制情况所导致的；在第三密度之内，大多数实体的人格外壳都有这个部分。很多时候，如果你允许情景构筑、持续地累积信息，然后再作决定，反而更能控制局面，虽然看起来你有些落后、由于决策的过程比较慢之故。

现在我们来到了新奇事物与镜子的构想相交的十字路口。就我们想要谈论的镜子之意义来看，每个情况都有新奇的面向、因此最好审慎地查看每一个情况；在检查一个情况的镜子时、找到余地和闲暇的感觉，不管这个情况是新地方、新工作的挑战、或者其它不管什么。即使你已经频繁而仔细地查看了一面镜子，再检查它一次总是好的。

假设自己掌握了情况的所有面向，常常是错的；所以最好再次检查你正在查看的镜子，留心你以前遗漏的东西、忽视的东西，注意你观察的图像里那些不明显的部分。每当你查看生命的镜像，最好让自己在那一刻看到一个新世界。你凝视的反射会产生反射，而那个反射又会产生下一个反射；图像的这些常常错综复杂的表达产出意义的明亮回响，它们对你的进程特别有帮助。 这种现象用一种碎形的方式[1]发生，所以，如果你对想法、进程、图像做越来越仔细周密的检查，你就能够搜集到的信息是无穷多的。

值得从镜子自身的立场和实体的水晶本性、来查看镜射的面向。镜子是用玻璃制成的，它是晶体。水晶是透明的物体。玻璃，硅酸盐，本身在没有背衬时无法被看到，除非玻璃表面收集了尘土、从尘土的轨迹你可以看到玻璃。要不是有污迹来帮助你识别表面，要不是有反射的事物来让你看到那个可以折射光的玻璃，玻璃本身是透明看不见的，光会直接穿过它。把背衬放在玻璃板上，它就变成了一面镜子。

所以，是否有不同种类的镜子，答案是肯定的。我们会指出，这种镜子和另一种镜子之间的首先区别是：有些镜子没有背衬。理想的镜子实际上是一块完全失去背衬的玻璃；于是、当一个实体凝视你的镜子查看任何事物，他看到的都是穿过镜子闪耀的阳光，即太一无限**造物者**的爱与光，它能够从透明的灵与开放之心倾泻进来。

但是，这面镜子与那面镜子相异的另一种方式，在于你的镜子带有不止一个面容。我们相信，叫做 G 的实体正在尝试表明的问题是：一个实体是否始终展现一面镜子，或者该实体能不能影响他的镜子为另一个自我反射出图像的方式？

我们发觉，一个实体确实有一种深入的能力、来影响另一个实体在查看你这面镜子时将看到的事物。记住，所有实体都是一体的，所以一个实体呈现出来的、或在内心反复思考的东西，会极大地影响别人对他的感知。这是一个复杂的公式,包含了一个实体对自己的各种假设，这些假设是由凝视许多其他自我的镜子而形成的；这公式为实体创造出了一个人物角色(persona)，一个实体用它来思考关于自己的事物，从而挺身而出。

如果实体没有在意识中做任何有纪律的功，他的镜子就是这样。别的实体凝视你这面镜子时看到的是：玻璃把光反射回来的特性；他看到的那个图像，由镜子实体的人格外壳中所有的成见与偏见、在玻璃背衬上形成。所以如果你是个无意识地活?的实体，你的镜子就是这样，镜中看到的事物会讲述一定的真理，也就是你的自我各种片刻的简单总和；它不可能是任何别的东西，只能是那两种能量的无可避免之结果。

如果实体开始在意识中工作，为自己创造倾向性、形成特定的观点，那么他的自我镜子就会开始精炼它显示的东西。你之所是，即水晶生命的镜子，不会只显示平面图像，它还会显示那个图像感觉起来像甚么；它显示自己的菁华 怎样随风起舞、有什么气味，怎样演奏那个特定炼结点所呼唤的旋律。它是完全服务的镜子、表达态度的各种细微差别。随着你持续工作自己的态度，你的镜子就会表达得越来越清晰，可以对别的实体展现越来越精炼的图像。

或许，这个圈子中的每个人都遇到过这种实体，他的爱和光让你在其临在之中，能够用不同的方式看见自己。当你注视那面镜子之际，你看到的「你」只可能在那面镜子里看到。它是你理想化的肖像或图像吗？不，它是你的一个可能性图像，藉助你观看自我时所定位的态度而显现。你越是能够把心的大门(完全)打

开、放掉骄傲和傲慢、让更多的悲悯进入、让自我越少选择去参与评判，你的镜子能提供的额外次元之镜射面向就会越发强健。再次地，这不是你可以在镜射的瞬间之中、有意识地创造出来的。毋宁说，当你自己在新鲜的新奇性中来到此刻、那新奇性会定义镜射瞬间发生时、将会出现甚么。

每个实体都可做大量的事情来增强她的本性镜射之质量；我们推荐的工作，不仅涉及怎样有效地创造更好的镜子，也涉及在锻炼人格过程中、所构成的迷人旅程。 一如既往，把冥想或某种形式的持久静默作为任何训练的一部分，它是有帮助的；但是，为了在镜射能力上做功，也就是说实施人格锻练，每天在静默中、安置这些新想法、新学习，这是特别值得推荐的。

现在我们想要开放这次会议给进一步的问题。此时有进一步的询问吗？

G：Q'uo，二十三年以前，Ra 肯定了 Don 关于第三密度快要结束了的看法；当时他们说，三十年后，第三密度将会结束，第四密度将会开始。很明显地，星际**邦联**觉得在我们的自由意志范围内、我们可以知道那个大概日期，届时旧事物会结束、新事物会开始。对于那些真诚地相信他们正生活在「末世」的人,这个知识却会带来不少问题。以我的浅见，这不应该影响寻求者向内的旅程；不管将来会发生什么，人格的锻炼必须继续进行。如果有任何影响的话，那个日期只会增加他们寻求的渴望。但是，对于某些人来说，这的确变得很有问题，因为它影响了他们对未来的外部计划、也就是物质层面的计划，好比要不要孩子、怎么选择职业。所以，既然星际**邦联**提供了那份小小的珍贵信息，我想知道，对一个人该怎么制订计划来面对这个未来事件，你们可不可以给我们任何建议。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。要检验 Ra 群体二十三年前提供的想法是怎么创造出来的，Q'uo 群体的能力有限。不过，跟我们原则中名为 Ra 的群体感觉一样，我们觉得你们此时的确居住在第四密度之内。二十三年前最初讨论的意图，跟现在这次讨论的意图一样，它跟怎样判断你们在物质世界里制订的计划无关；毋宁说，它是一个形而上过程的讨论。和这个形而上过程同时发生的、是另一个物质性过程，它使得你们现在居住的行星能够选择自己所需要的、新的磁性校准(alignment)。

这个校准过程用了一种跟过去远为不同的方式，这一点也许对你们每个人都是明显的。磁性北极在一段时间内、持续以很小的增量移动着，这是由于你们星球上很多人努力尝试减缓第四密度进入实相的分娩痛苦。考虑到你们人群中的混乱或浪费的能量，和由此产生的形而上热能[容我们说]，这在你们的人群中制造了很多不适，第四密度的诞生算是进行得相对顺利。星际**邦联**现在的希望,自然是这个进程可以继续进行；**地球**作为一颗行星，可以在无需发生全球性灾难的情况下，重建稳定的磁性校准。由于正在发生的各种政治上的不公正所创造的电话叫醒服务[J 实体这样称呼它们]，越来越多的实体开始觉醒、向?服务他人极化；这就使得星际**邦联**希望的情况，增加了发生的可能性/或然率的漩涡。

如果我们的观点是有用的，我们会建议，假如一切都好的话，实体在自己的生活中会做甚么，那你现在就做甚么。如果这个团体想在比较乡村的环境里建立更可维持的生活方式，因为怀疑周围可能出现断电和物资匮乏的情况，这肯定是一个明智的、有逻辑的计划。然而，容我们指出，任何团体都绝不可能为未来制定计划。不光在新密度诞生时期与新的星球周期中是这样；其实在每次人生的每一天、每一刻，都是这样的。生命与死亡的过程并没有掌握在呼吸这个星球空气的

人的手中，而是掌握在创造每片生命火花的**造物主**的手中。我们认为，歇息在对**造物主**计划的完全信心之中，这是个美德：反映了更高程度的终极真理。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，那段话很棒，谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟，有进一步的询问吗？

G：确实有。在 Ra 系列(丛书)中，Ra 陈述：「有许多流浪者、你们可以称之为行家；他们在当前的人生中没有做有意识的功。这是一个注意力的课题。一个人可以是优秀的捕手[捕捉你们的游戏球体]，但如果球体被投出之际、双眼没有转向它，那么它就可能越过该实体；如果该实体将双眼转向球体，接住就是容易的。」 Q'uo，我的问题是，这个比喻谈到的球体指的是什么，寻求者应该把注意力放在哪儿？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。询问球体的定义不是一个简单的问题，因为在那些尝试好好服务的心智中、持续有一个问题：注意力应该放在外部细节上，还是放在对于外部细节的内在反应或响应上？这是一场技艺精湛的舞蹈：在接收提供给你的一切信息的同时、能够观察这个正在观察外在信息的自我。因为一个实体不光从自我怎样回应当下此刻来学习，也从当下此刻学习。这一种交流可以变得相当错综复杂与微妙的。

我们假定，该球体可以被最佳地描述为当下此刻本身。它把心智的注意力从自我身上拉开。所有新的觉知之死亡都是一种对自我过分的热衷。进入当下此刻是关乎那个平衡的站姿、它以不带偏见且耐心的眼睛向内看也向外看。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不，那(回答)很棒，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。此时有另一个询问吗？

T：我现在进入了一个剧烈的学习阶段，你们有任何可以提供的建议吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会鼓励你去知晓，在这个过程中有大量的光。我们能够看到,这个学习过程的强度会不时让你感到气馁。你一下子要学这么多新的思想体系，而查看你希望治疗的疾病有哪些特性，又有这么多新颖的、而且相互冲突的方式，这一切可能会让你觉得，好像有一种动荡不安的影响。心有可能过度参与，从而产生一种矛盾的、但非常真实的可能性，即一个人会把心关闭起来，以避免要去掌握的人类知识之强度。

所以我们会推荐平衡，允许在任何学习项目或进程上经常相互矛盾的想法、进入平衡之中。让自我过度参与进程是在招致一种耗竭，这对学习进程没有帮助。允许自己对学习的事物变得冷嘲热讽、不带感情，也是缺乏技巧的；如果你学习的科目是人类的心理、人的心与魂，尤其不应这样，因为这些不是一个人可以、或应该感到心平气和的东西。所以需要达到一种平衡。除了那条建议之外，我的兄

弟，我们鼓励你享受、玩味你此刻拥抱的这个绽放季节的每一个片刻。在你的日常生活中，我们和你在一起、我们将大为享受跟你的交往，感谢你持续的邀请。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：谢谢你们，Q'uo，那(回答)很有帮助。我确实有另一个问题。 几个夜晚以前我做了个梦，在梦里、我双手向上伸、身子也在向上飞，直到我最终穿透了某个边界。一旦穿过这个边界，我就进入了另一个实相里，在那儿我再次向上飞，穿透下一个障碍，然后继续穿过那个循环。我想知道你们能不能对此评论一下？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉自己不能对此评论甚么，只能鼓励你：随着来自其他梦境的信息更多地渗透进来、在这些材料上工作。

现在有另一个询问吗？

T：我理解并对此表示感激。谢谢你们，Q'uo，我没有更多询问了。

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

G：按我的理解，在过去的七万五千年期间，有一群被知晓为**长老种族**（Elder Race）的人，他们经过自己的努力，在第二个周期达成收割。我不禁想知道，或许，这个团体的成员可能比这个星球上其它实体有更薄的面纱，因为他们已经收割、并且选择留下来？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你的推测是不正确的，因为该面纱对于所有人都以相同的速率与厚度落下。当然，有些强健的人格更有可能看穿面纱的某些部分。然而，这一个特征并不属于**长老种族**或任何进入人类状况的新来者，而是普遍性的、适用于所有投生人格的全部范围。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：在那个课题上不用了，谢谢你们，Q'uo。

现在有进一步的询问吗？

G：T 有一个问题，他问道：「我想知道为什么**上帝**创造了蚊子。星际**邦联**说过，第二密度的生命与起初**思维**的和谐地一起生活。如果是那样的话，雌性蚊子代表了一种自然的负面想法吗？蚊子必须靠吸血维生，其中有甚么神圣的目的吗？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。名为阿佛烈的诗人写道，大自然在「尖牙利爪」[2] 中是血红色的；的确，自然状态中生命的模式就是吃与被吃。蚊子本身是很多生物的猎物，如果没有蚊子，这些生物就会死掉；如果没有喂养蚊子的猎物，蚊子也会死掉。因此，对于你的询问、最简短的回答是：蚊子这种昆虫，在完美的造物中处于完美的位置，它是吃与被吃这个食物链的一部分。

然而，在另一个层面上，蚊子和很多其它小型叮人的昆虫，能够被负面导向的思想形态附体，这是真的；因此，可以说，蚊子有进行负面导向骚扰的潜能，它的目标由那些把昆虫群体作为爪牙的实体所选定。

现在有最后一个询问吗？

G：有，Q'uo。在做灵性工作之际，关键的面向之一是尽可能活在当下。有些时候，我真的是相当出色，觉得正在尽我所能地活在此刻，冥想也做得不错，这两者彼此相互影响。但是那种工作感觉起来很耗能量，它真的使你精疲力尽、疲劳过度。我会以为进入当下、更多地和你的真实本性和**造物者**连接，会是一种恢复精力的行动，一种让人振作精神、得到更多能量和生命(力)的行动。所以，Q'uo能不能告诉我、为什么它似乎是令人如此疲惫的行动？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当我们要讲述你的询问，我们再次进入对于新奇事物的讨论，我的兄弟。因为如果自我尚未在自我工作中积累很多经验，做自我工作时就需要花费巨大的努力。只有当你重复地努力、获取了经验以后，才会开始感到似乎不大像在工作、更像是在安乐椅里舒适地休息，或者享受一次格外有趣的骑乘。那创造舒适的因素单纯地是时间。就处于肉身中的任何实体看来，要改变他的一丁点偏向，都是令人吃惊地困难，因为建立目前这个偏见或偏向的系统或结构，在他的一生中耗费了几乎难以想象的重复(时间)。当他试图处理这个结构时，他面临的是一项庞大的工作：基本上，这是改变他居住的「房屋」的内在结构，拆除支撑的墙壁，设法找到另外一种办法来支撑自我之房屋的重量。所以，允许你带上装修房屋、改善居所时所用的耐心和容忍，(来工作自我吧)。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，好极了，Q'uo。我要说，这个夏天、我将会想念你们。

J：耶，谢谢你们。我们几个月后再见。

我们是 Q'uo，我们也将想念在这些墙壁之内、和你们一起工作的时光。不过，因着你们每个人都能呼唤我们来提供陪伴和支持，在我们沉默的这段时期，我们期待和你们每个人在一起的快乐。

我们在太一无限**造物者**的爱与光中离开你们，感谢你们分享这次冥想的喜悦，感谢你们让我们有幸分享这些想法。把你们愿意带走的东西带走，把其它的留下来，始终知晓我们爱你们。

Adonai。我们是 Q'uo。

原注

[1] 碎形(fractal)是指某些极不规则的曲线或形状，在它上面任意截取一个适当的部分(A),然后指定另一个或大或小的部分(B),当(A)部分被放大或缩小到跟(B)部分一样大小后，两者的形状总是相似的。

[2] 来自阿佛烈·丁尼生的《悼念 In Memoriam》：

人，她最后的作品，看起来如此美好，
辉煌的目的在他眼中闪耀，
是他将诗篇的卷轴在寒空上展开，
是他为徒劳的祈祷修建了神庙，
是他相信上帝确实是爱，

爱，造物的终极法则，

而大自然，在尖牙利爪的血色中，

用掠夺和尖叫、反对祂的信条。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0516b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0516.aspx

---

☆ 第 2807 章集：催化剂与我(完整版)

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

2004 年 5 月 2 日

小组问题：我们今天的问题是关于催化剂，以及判定我们的催化剂是什么。我们想要得到一些资讯来帮助我们判断、生活中的催化剂是甚么，我们应该把焦点放在哪里。问题的第二部分和处理催化剂的方式有关：当处理成功时，成功似乎是因为我们可以轻松地对待催化剂，能够把它看成催化剂，在和它工作时发展出某种包容与耐心。Ra 说过，出了差错的催化剂容易让我们感到挫折和愤怒、产生疑虑和沮丧，所以我们希望 Q'uo 给我们讲一讲在发展包容和耐心的品质之际，如何保持在正轨上、如何避免挫折与愤怒。

(Carla 传讯)

我们是你们所知晓的 Q'uo 原则，在太一无限**造物者**的爱和光里问候你们，在**祂**的服务中、我们存在。今天接受你们的呼唤来到这里，我们感到十分荣幸与蒙

福，并为此全心感谢你们。能够加入你们的冥想，与你们分享我们的想法，对我们有极大的帮助，因为它允许我们分享我们的服务；我们选择在你们人群中花费这段时间，就是为了提供这种分享。我们为**地球**的人群服务时，最喜欢跟你们这个团体说话；我们感谢你们保持对真理的热切和开放，它创造出的振动呼唤我们来到这里。一如既往，为了维护自由意志，我们请你们每个人小心守卫自己的辨别力，在听我们今天谈话时善用它。对我们很重要的一点是：你们能够意识到我们不是什么权威，只是行走在同一条路上的伙伴。

我们觉得你们今天的询问挺有趣，感谢你们邀请我们在催化剂这个主题上发言。我们向那些将听到我们声音的人提供的讯息，依然非常简单：(宇宙)造物有一种振动的特性；各种能量场组成了你们各个身体的所有复杂部分，不管是肉体和形而上体，其能量场都按着某些谐波频率振动，容我们说，这些振动加起来形成了复合振动，就如同交响乐团正在演奏你的曲子，我们可以相当清晰地识别出每个实体的旋律，因为它是一个完整独特的签名。所以，你们每个人都是一个振动，这个振动和你周围的人、和组成你们星球的团体、和造物者和整个(宇宙)造物，一般而言处于某种谐波共振的状态；这些振动可能在无数的层次上，被无数的刺激因素扰乱或改变：不管是肉体、心智体、情感体、灵体还是各种内在体都是这样。

那么，催化剂这个词就是用来形容某个东西：它自身不变、却可以引起这个能量场复合体的变化、及其振动的变化。人们在化学实验里用一根小箭头表示催化剂只朝一个方向走，因为化学反应不会来回运行，只会向前；你们体验的催化剂也是这样。你无法回头看，无法走回头路，没有可能重复自己的经验。一个人的确会再次遇到每个经验，但它是一个经验与催化剂的螺旋 [经验与催化剂]；每次遇到同类型的催化剂时，你都有新的机会去认出它，找出它的触发器(trigger)在哪

里，检视它的方程式：甚么东西正在进入这个化学实验？正在烧瓶里「煮」的是甚么东西？实验的结果产出了甚么？若你选择去使用你的意志与驾驭能力，你可以有机会除去你情绪、思想、触发器中的各种化学成分[容我们说]，从而改变这个方程式，改变你自己人生中这次小小实验的结果。

?在让我们稍为靠近一点来查看这个模型。我们使用触发器这个术语来描述催化剂的行动。催化剂进入了一个人的视界；它不是有目的地进入这个实体的环境。在这些事情发生的层面、它们发生的本身不具有先天意识；但在你投生前签署的精心设计的协议里，含有一种先天的诱发因素。代表一次投生机会的那个各种能量的汇集点，被命运之流包围?；那个命运之流里设置了形形色色的偏见。当这身体、父母等等事物选好了以后，那个汇集点获得势能，那个特定的小小命运，你在游戏开始前制定的(人生)游戏计画突然成形，为你展开空间/时间的卷轴，于是你作为一个实体，进入一个身体、显形、肉体化、出生成形，开始揭开那个精彩故事的序幕，也就是你的人生故事。

所以，催化剂的一个可靠且持续的来源，可以松散地称为指引或高我或命运。因为你的游戏计画中植入了重复的周期，容我们说，这些周期把特定的催化剂引入你的环境，让你可以在一个或多个能量体之内、带着特定的平衡、偏见来工作。一辈子的内在工作主要是指在内层空间里的各个能量体上做的工作，它们更加接近这个核心：为甚么你是一个存有，或者，容我们说，为甚么**造物者**发现、创造你们这样的生命是无可避免的、而且是有用的。

这是催化剂的一个来源。随着你可以辨识出、那些重复类型的催化剂指向某些投生层次的课程，身为寻求者的你就能够开始了解这个游戏计画，开始不把自己看成客观环境的受害者，而是看成幕后策划人、并且发现有些事情完全是因为自己

忽略了。如果你在压力下能采取这种态度：「你对这个状况真的有责任，但是天啊，你似乎有点忘记了该模式，现在有工作要去做」，那么，你就可以去辨识催化剂，找出触发器，并在可能范围内、尽力除去那个触发器或改变那些情况。你的个人力量由此变得比过去的你大得多。

每一次，当你能够辨识出催化剂和内在的触发器，它们把你生活中本来无害的细节变得强而有力，你就学到了关于自己的事物，开始承担起责任、有意识地学习，学习那些在无意识时、必须纯粹借助重复的压力学习的事情；每当你能够提前或在催化剂来临时研究游戏计画，你就变得越发能够保存力量，最终变得能够带?慈悲与智慧使用那股力量。在涉及自己的方面，这尤其重要。虽然对他人能抱有同样的慈悲也非常好，但在识别催化剂并且和催化剂工作时，戏中的主角是自己，因此那个需要宽恕和接纳、需要无条件地去爱的人，就是自我。

我们这里谈的是力量。因为当催化剂引发一个人反应的时候，虽然催化剂可能是无辜的，并未要求得到力量，(但)它确实有力量。只有当一个人开始能够看入这些重复的、周期性的测试或催化剂介入环境的过程，他才能够开始与催化剂建立关系，带?热忱和新鲜的态度来看待催化剂、看待命运、以及各种出乎预料的事件，邀请将要发生的事，期望下一个课程、下一个测试，期望再次将不舒适引入本来宁静的环境。

在你们的幻象和有意体验的生活范围内，如果你在清醒的日常工作中、热诚地盼望下一个催化剂，那将产生可观的力量；因为如果你终于对于变化、学习、新鲜事有了胃口，那么在似乎困难或令人不快的情境出现时，你就更能唤起你的修为。我们承认，在浏览这个器皿的近期回忆时，我们看见：要为自己创造安全的环境来完全诚实地注视催化剂，有时候并不容易。在查看自我运作或心理状态

时，看到自我那么容易被催化剂伤害，水平简直跟十来岁的孩子差不多，有时甚至跟婴儿有得比，对这个器皿称之为的小我(ego)来说，常常会觉得有损自尊。然而，每个实体都会保存所有的身份，只要没有证据表示它们不能产生进一步的学习。

因此，只要你还没有学完、彻底地学完这次投生中有可能学习的全部课程，那么根据你自己的游戏计画，你就会不断接收到螺旋性的、周期性的机会来回应催化剂；它将一次又一次地出现。这不是有意使得灵性寻求者发疯的计谋，而是一种检查自我的必要方式，让你看到自己的真实处境，看到在任何给定的投生课程中、自己的双脚所在的位置。这样，催化剂最终可以用某种方式进入意识、经过意识、然后从另一头出去而不会引起任何反应。实体仍然能觉察到催化剂和它的触发器，但它的声音不够响亮，不足以让自我重视它，因为实体在这个催化剂上下了很多功夫、成果良好，因此催化剂不再有引发反应的潜能。正是这样，也只有这样，催化剂最终被中和。只要催化剂出现所带来的能量尚未消失，你就持续会有工作要做。

因此，我们会建议，一旦催化剂出现，熟练的意识工作者最有效的态度就是感谢它、开放自我迎接它、请它尽可能快速流过；尤其该催化剂很难处理的话，注意不要对它有任何抵抗。熟练的寻求者会跟催化剂一起，允许它流过自己的能量系统，让它引出情绪变化和反应；同时，自我仍然可以见证这些反应和感觉，见证当下此刻这些有价值的、需要表达的东西。与催化剂工作不是为了打败它，而是为了跟它合作、走进它、走进能量的聚集处，那个被催化剂创造出来的节点，看看为甚么箭头在那里，为甚么有反应的能量，它是怎样的能量、从能量体中哪些相关脉轮产生的，等等。

然后找到那个触发器，找到自我受伤的部分，自我尚未感觉舒适的地方；检查那个触发器，看看它在自我中埋得有多深。我们谈及的人在很多时候已经辨认出了我们提到的几种催化剂；为了越来越多地理解它，最好再次询问，不是为了除去它，而是向它学习，吸收它、成为它。当你交托给这个浓缩能量的节点时，随着寻求者在催化剂激活的过程中、增长了自信与信心，一个魔法因素也在增长。能够明白事情为甚么自己身上发生，有?可观的力量；不是具体知道你被甚么激怒而做某件事情，或者懂得是甚么奇怪的机制造出了复杂而深入的巧合，而是明白自己有得力助手，有指引的帮助，对于这个过程有信心：由于你的不断努力改善了能量体的平衡，更靠近你投生前希望达到的目标，在这个过程结束时，你将献给**造物者**一份更大的礼物、献给自我一份更大的资产。

关于如何辨认催化剂的问题，这几乎是我们无法回答的问题，因为它似乎太简单而根本不需要回应；不过，该询问依然存在，所以，我们就简单地说，当一个人的思绪或心情改变时，这些改变要嘛微不足道、转瞬即逝，没什么可学；要嘛比较有意义、会产生后果，所以在催化剂出现时会有一声轰鸣，而你作为礼物献给世界的自身振动、会有突然的改变。在这种改变中，该平衡要嘛更靠近**造物者**的振动，要嘛离**造物者**的振动更远。

当催化剂发生，结果使得该实体更多地与**造物主**协调共振，这通常不需要任何担忧，因为你把它看成正面的事；谁都喜欢感觉自己得到了赐福、喜悦、平安。当这样的催化剂发生时，寻求者只需为此欢庆。

不过，如果催化剂在寻求者心里引起完全相反的反应的话，它会导致自我收缩，让自我远离合一与一体性的感觉，所以这种情况会被看成是「坏事」。这种态度

总是可以被检视的，因为每个寻求者的心智都深藏着各种偏见的收藏物；在投生前，你由衷地、深深地希望与它们工作，直到你更满意已达成的平衡为止。

我们反复地谈到平衡，通常这是指爱和智慧之间的平衡；绿色光芒和蓝色/靛蓝色/紫罗兰色三位一体光芒之间的平衡。很多流浪者，尤其是在行星**地球**上投生的流浪者，在使用这个具有七个脉轮和八度音程的能量系统的过程中，觉得待在上层三位一体的能量里面是很有吸引力的。类似地，其他从不同的平衡点进入投生的人被绿色光芒开放之心所吸引，把每件事都看成跟保持心的开放有关。不管你采取哪一个焦点，如果走得太极端，只偏向一方而忽视另一方，就是不平衡的。所以，有些人尝试平衡自己的能量、更多地进入绿色光芒，以绿色光芒整合蓝色光芒的力道；其他的人正好做相反的事：尝试以智慧来缓和他们的绿色光芒。也许这一点对于考虑这个非常有趣的主题会有帮助。一个人如果能够和催化剂一起工作，不怕催化剂，在感觉催化剂效应时避免(自我)收缩，就能很好地帮助自己变得能够有意识地生活；而有意识地活?的人、就是真正成为山丘上的光的实体。

有意识地活着的人能够超越沉溺于过程的情况，这也许就是我们可以说的、和轻松的碰触有关的东西。逐渐觉察到自我，最终成为有意识地、魔法般地、正面且建设性地活?的人，那是个非常全神贯注的过程；然而这种魅力却可以让人看不到美丽和奇迹，看不到活?的每一刻具有的雄伟壮丽，忽视自己享受的每一次心跳、经历的每一滴眼泪和每一个微笑。生活和思想的礼物很奇妙：寻求者越能领会到，这个催化剂和这些有时乏味的过程其实发生在**伊甸园**里、有着无法想象的美丽，那么死亡阴影山谷中的这次短暂旅程[这个实体如此称呼人生] 就会变得越是欢欣有趣、尽兴而美味，成为真正壮观的事物。这样的礼物蕴含在每次呼吸里；如果你变得完全有意识，能够表达激情、兴奋、冷静，就绝对能够享受这场演出。因为从很实质的层次来看，生活就是一场演出、一部作品、一场表演。

每个人都在内心无止尽地寻找实相：自我的实相、生活的实相，也就是存在的地基。你永远都找不到它，只能找到它的一些影像。无论如何，你可以成为存在的地基，你能成为一种菁华。你能成为的东西说不完！从很多方面来看，无论你做事、思考还是和催化剂工作，这整个过程的最后目的、就是最终要遣送你到存在(地基)。

叫做 G 的实体今天早上和这个器皿谈到，这个器皿的偏好是反对在教堂服务时使用「感觉良好」的音乐。这个器皿说，她更欣赏那些比较复杂的神圣音乐，它们把苦难、疑虑，以及许多复杂的、有点阴暗的情绪引入神圣思想的颂歌，把完整的人类体验带入这种音乐的神圣空间；反之，在所谓的「赞美音乐」[1]中，受苦的人和赞美时产生的美好感情之间似乎有一种分离。

然而，有些时候，能升华灵性的任何赞美音乐都很有帮助。对于一个给定的实体，它也许是一首乡村歌曲或古典音乐，或者似乎令人分心的其他形式。这样的分心物一旦选定，不管是不是好的艺术作品都很有帮助，这个器皿是一个天生的批评家，她会这样称呼它们。这种升华灵性、改变氛围的事物,好像荒谬而不合逻辑的，但有时候非常有效。允许自我只是沉浸在惊恐不快或沮丧的状态并不好。

有时候需要和催化剂坐在一起；当那个时间结束后，每个实体的节奏不一样，你得要求自我站起来、感谢，然后继续下半天的工作，把视线从那个催化剂移开，做点别的事。我们会鼓励你们，不要让自己过分投入学习而忽略了当下此刻。就像这个团体有些人今天早些时候说过的，在某种程度上，这是一个杂耍抛球表演，有那么多东西要考虑、那么多动作要做。你在耍球的时候难免会掉球；如同

J 实体说的，掉球也是抛球过程的一部分，所以对掉球的反应无须是批判或苛责，只需要鼓励自己带着优雅、风度、幽默，捡起掉落的球就行了。

最后，你们询问如何避免怨恨的感觉，怎么鼓励自我不要错用催化剂。我们也许可以把这个主题留到别的日子，好真正深入地讨论。但我们可以一般地说，你几乎绝不能够事先看见自己会变得怨恨、戒备、愤怒等等，所以你防范不了那些时刻。催化剂直接找上门来，于是你发现自己处于阴影中，由于这样或那样的原因以这样或那样的方式，取决于你的人格外壳，变得很不高兴。如果你掉进了一杯汤里，去责备自己为甚么跌落或把自己弄湿了，没有任何用处。怨恨的感觉之所以进入你的生活，是因为它可以把你的注意力引开，不去想该怎么从汤里爬出来。

遭遇催化剂、在催化剂里挣扎的人，可以用两种不同的方式聚焦能量：漂浮在汤面上，或努力爬出这杯汤。要爬出这个容易打滑的瓷杯并不容易，它需要与踩水远为不同的技巧[2]。然而，那些会踩水的人注定要重复踩水；虽然绝对不会溺水，但踩水永远无法为你需要做出的极大努力收集足够的能量，来打破模式、创造出意志与锻练的梯子，这个梯子可以让你爬上杯壁，跳出这杯汤。不断踩水、留在汤里抱怨自己的困境，无疑比较容易；更难的是收集能量，仅凭意志和信心建造梯子，从而让自己离开那种情境、不做环境的牺牲品而是返回自我做主的感觉。正是通过这样的工作，一个人能够穿过精炼的火焰而不被烧成灰，而且变得越来越强韧……

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

……越来越有光泽，越来越灵活。

我们发现时间到了，现在应该开放这次会议给其他较简短的询问。此时有些询问吗？

J：六月 8 日将开始持续八年的**金星**凌日(Venus transit)过程，它将把我们带到 2012 年，我想要知道你们的意见。这是一个重要事件呢，还是众多通往扬升的较小事件之一？我们应该认真注视这个事件好进入较高的意识？

我们是 Q'uo 群体，我们觉察到你的询问，我的姐妹。我们相信、那些有直觉天赋与深入占星学知识的人能够搜集到那种资讯。关于恒星运动和它们对**地球**本身以及你们每个人的影响，总是有许多可以学习的。然而，让我们大为兴奋的主要关注是：看见越来越多的人开始觉醒，变得越来越有意识地活?、散发光。关于你们的人群以及这个时代的尽头[容我们说]最终会有甚么结果，这个因素的影响比任何宇宙性影响力都大。目前有许多事情，完全取决于此刻生活在地球上的实体、在他们的心与手之上。

我们可否进一步回答你，我的姐妹?

J：不了，谢谢你们。

我们感谢妳，我的姐妹，此时是否有另一个询问?

G： Q'uo，我手上有一系列来自海外读者的问题。但是，首先，我了解 T1，知道如果他有问题、他会忍住而让别人先问他们的问题。所以在我问一系列问题之前，我想要问 T1 有没有问题。

T1：没有，G，请继续。[3]

G：好吧。这是 B 的提问：「1987 年，我失去工作，婚姻破裂，离开了老婆和孩子，失去了生存的渴望。我把自己的生命完全交托给**源头**，那是我的「转捩点」。从那时起，我踏上了灵性的道途，再婚并且生活愉快。但是我的前妻和孩子对我仍然有些怨恨，而我对抛下他们有时也感到罪咎。如果 Q'uo 可以在灵魂层面上[业力束缚]、洒一些光给我们的关系，关于如何治疗那些伤口、给我们一些指引，我会非常感激。」

我们是 Q'uo 群体，觉察了该询问，我的兄弟，我们感谢你为他(发声)振动了那个询问。对于名为 B 的实体、我们会说，你和前妻关系的真实本质是一体性。

你们此时经验的能量，可以富有成效地以我们今天说过的内容来检验，这包括你们之间牵涉的催化剂、触发器，还有你和前妻分享的这个具体课程涉及的偏见。

通常在这种情况下，你不能和另一个人一起完成这份工作，所以如果实体有能量去穿对方的鞋子、于是能够透过对方的双眼去看，那是很有帮助的。用他前妻的眼睛去看事情，直到在显意识层面上，对于这个催化剂节点牵涉的动力关系，有了一种尽可能充分的理解为止。前世的具体细节等等不是我们喜欢探讨的，因为我们希望限制这些评论、让它们在全时间对所有实体都有帮助。

这里牵涉的灵性原则是一个人应该对自己的行动负责。一旦你充分接纳自我、完全宽恕自我、充分欣赏当下此刻，那么这个询问中所表达的关切就变成细节了，它们没有力量更改自我内在的意识。我们鼓励 B 实体阅读该器皿在这次冥想中传导的第一部分。

是否有另一个询问，我的兄弟?

G：下一个是 S 的提问：「我最近才听到水晶小孩这个说法；关于这些小孩，我想知道尽可能多的资讯。谁是水晶小孩？他们跟靛蓝小孩有何不同？你们能告诉我、他们为来到地球之目的吗？感谢你们给我这个发问的机会。」

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的姐妹。从我们的观点看，所谓的靛蓝小孩与水晶小孩几乎没有差别。这些称谓指出，他们有一个双重启动的第三/第四密度身体，随着这些小孩长大时，比较能够进入第四密度实相。既然第四密度已经来到，既然人类活在第三/第四密度的混合氛围中，所有人都有逐渐增强的能力在这个器皿所称的 DNA 上工作：在细胞层面对自我进行工作，提升意识，请求意识抓住正在渗入第三密度的新实相。

这些小孩的 DNA 在某种程度上已经有变化，所以他们远比只有黄色光芒身体激活的人更有能力做这项工作；不过他们到这里是来做先锋的。从第四密度的角度来看，他们来到一个非常基本与原始的环境，奉献一生以帮助建立第四密度；对于愿意听他们的话、按他们的建议生活的人，他们是光的桥梁。换句话说，跟所有实体一样，他们到这里来放射光和爱。这些小孩的高我希望自己这么做有更大的功效，因为他们具有双重启动身体的优势。

此时，是否有另一个询问?

G：最后一个来自海外的询问。T2 提出这个问题：「孙逸仙博士是**中华民国**的国父，这个共和国跟他自己的生命一样短暂。不过他同时被中国人和台湾人、共产党和国民党尊敬。如果可能的话，请 Q'uo 评述一下孙逸仙博士的人生好吗?」

我们是 Q'uo 群体，觉察到你的询问，我的兄弟。这个实体的能量属于心轮，不过，他能力也包括沟通。这个实体是个杰出的蓝色光芒之存有；由于他的沟通奠基在悲悯和人道的性格结构上，他能够激励别人、领导别人。这个实体大大地给出自我，他的外在习惯和内在修为都堪称典范；创造了一个人生的高度境界。

此时，还有另一个询问吗?

G：我个人有一个问题，Q'uo。上次传讯中你们说：「除非你完全个体化，否则你就不能开始魔法工作，而一个人永远无法完全个体化，因此从逻辑上讲，你永远无法开始魔法工作；不过，容我们说，实际上你只需要达到一个临界值就可以了，而且这个临界值在实体实际可用的意志里所占的百分比根本不大。」

Ra 也曾经说过，需要达到『某种无扭曲的水平』才能用水晶或者用「任何别的方式」取用无限智能。所以我的问题的第一部分是：Q'uo 和 Ra 谈的是一回事吗?问题的第二部分是：Q'uo 能不能多描述一下这个要点，有没有任何明显的征兆表示实体已经达到这个水平?

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。我们不能在这次聚会谈论你问题的第一部分，不过如果你希望的话，我们可以在另一个时间详细讲述它。

回应你问题的第二个部分：魔法工作的明显征兆是境遇中出现重大性质的突然变化，反映出明显的同步性(synchronicity)。同步性确实是一个标记，表示一个人的本质里已经激发了一定的魔法状态。

我们能进一步回答你吗，我的弟兄?

G：　或许突然的变化不只表现在外在物质界的同步性，也许还有视觉或感觉，或给人以空间和自由，使他可以去爱先前无法爱的对象？

我们是 Q'uo 群体，觉察到你的询问，我的兄弟。这样的情形可能发生，我的兄弟。我们能进一步回答你吗?

G：　不了，非常感谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的弟兄。此时有最后一个询问吗？

D：　当一个人在体验骄傲和傲慢的扭曲时，要怎么辨认出它们?

我们是 Q'uo 群体，觉察到你的询问，我的兄弟。我们微笑，因为我们觉察这个器皿用最后这一点时间、紧张深入地涉入这个询问。因为这个因素，要回答你的询问比较困难，我的兄弟。不过我们可以说，如果自我在内在沉思中开始非难另一个人，很有可能骄傲和傲慢已经出现；很多时候，你可以把酸涩的态度变为更平衡、更慈悲的观点，这种机会比你察觉到的更多。当那种典型的带有评判味道的酸涩进入口中、进入头脑中的时候，那些教你谦逊的课程可能就出现了，而你可以轻易地利用它们。

我们能进一步回答你吗，我的弟兄?

D：相当足够了。谢谢你们。

我们感谢你，我的弟兄，也感谢在场的每一位。这个团体对我们是天赐的祝福，透过这个器皿跟你们讲话好快乐啊！我们全心感谢你们，但愿你们每个人都知道你就在我们的心里。任何时候只要你在冥想中、想望我们的陪伴，你只需提出要求，我们随叫随到，因为我们爱你们每一个人。肯定地，你们每个人的美丽都很出色，感谢你们与我们聚会，分享这个经验。

我们在太一无限**造物者**的爱与光中离开你们。
Adonai。我们是 Q'uo 群体。
原注
[1] 指一种现代**基督教**的礼拜音乐，它不是聚焦于耶稣·基督的整个生命和死亡，而是完全聚焦于他的复活、荣耀、非凡。
[2] 原谅 Q'uo 用了混合物的比喻—汤，而不是水！
[3] 每个周日的传讯， T1 都要从**澳大利亚**打电话到**肯德基**州加入小组集会。他通过电话麦克风讲话。

Translated by T.S. & cT.
(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.
翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0502b.html
英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0502.aspx

☆ 第 2808 章集：和第四密度的能量合作

Copyright © 2017 L/L Research

周六冥想

2017 年五月 20 日

团体问题：随着旧的事物被放下、产生新的通道迎接新能量和新机会，在这团体中的大多数人都已经感觉到在各种各样层次上的清理。有一种共同的渴望去将自我的振动提升到其最高的潜能，并在服务他人的方面更有成效。我们想要知道、我们如何才能同时和第四密度的能量一同工作，并允许第四密度的能量清理并转变我们，我们能够做什么事情，如果有任何事情的话，来有意识地协助这个清理的过程？另外，你们可否能够谈谈在这个过程中、感激(扮演)的角色。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，今天，在爱与光中向你们各位致意。一如既往，获得邀请再一次加入你们的团体、这对于我们是一种巨大的荣幸与快乐。如果你们愿意，就给我们一个恩惠：你们总是拿走我们所说的话语中、那些对你们有意义的部分，如你们所愿地使用它们，然后把我们所说的话语中、任何对你们没有意义的部分都留在后面，那么我们就将会感觉到自由、如我们所愿地发言，因为我们并不想望成为任何真理寻求者的绊脚石。我们已经沿着你们在其上旅行的相同道路、比你们已经旅行的距离多少有更远一些了。我们是你们的兄弟姐妹，我们藉由能够提供服务给诸如你们之类的实体、而推进自己的寻求。因此，对于你们请求我们在这个下午加入你们的寻求的圈子、我们是十分感激的。

你们今天询问关于转变(transformation)与感激，以及每一个人在你自己的在你周围的所有事物之中、在每一天中、在所有你思考的事物中，在所有你说的话语

中，寻求太一**造物者**的旅程上可以扮演的角色。这是一个非常贴切的问题，我的朋友们，因为这些日子，如你们清楚知晓的一样，是属于巨大改变的日子。随着第四密度的浪潮吞没了这颗星球及其人群，一个接一个的转变正在行星**地球**上发生，并同时提供了机会来增强每一个人的旅程、以及对他人的服务，只要一个人向着这样的能量开放，在这个圈子中，我们发现所有人对于这些能量都是相当、相当开放的，并单纯地在寻找一些方式来精炼这种开放状态以及传递转变之能量。

我的朋友们，如你们所知的，要观察你们的周围并看到恒常存在的成长机会，这并不是一件困难的事情。你们可以将这些日子的催化剂以及在你们日常活动中的事件都视为是不单单是一个要去做的事情清单，一旦这个清单被完成了，接下来就允许你们继续移动到重要的事情上。确实，我的朋友，你们的生命的每一刻都包含了爱。作为真理的寻求者，你们的机会与责任，确实就是在那每一刻中找到爱，尤其是在那些时刻：其中似乎只有如此些微的爱，在不和谐的时刻中，在混淆的时刻中，在痛苦与受苦的时刻中，在看起来和灵性道途只有一点点关系的时刻中(，找到爱)。

然而，我的朋友们，取决于你们如何看待这样的时刻，每一个时刻都包含了给你的巨大启发：一个给你的机会，拿起黑暗的事物、使得它成为光明，拿起愤怒的事物、使得它成为接纳，拿起混淆的事物、使得它成为一条通往爱之心的确切道途；爱居住在这个星球上的每个灵魂之中，确实也在无限(宇宙)造物中的所有星球上头。

因此，我们会对你建议：你通过双眼，或容我们说，通过透镜，将爱视为一种有规律的方式，你藉此感知并发现自己在每时每刻身处其中的体验。在你的灵性旅

程中、在最神圣的时刻中，你藉由那些价值、标准、原则获得指引，如果你对于它们保持察觉，并将它们带在身边、带入世俗的世界中，那些在你周围的人可能对于一个人可以如何被爱启发没有任何想法或观念，然后你可能渴望分享(你的)发现，透过某种简单的事、好比一个微笑、一声你好，寻找机会来给予你大量拥有的事物：你的爱、理解，悲悯；无论在哪里，你都渴望有所服务。

因为，我的朋友们，这不仅仅对于我们是真实的，同样对于你们也是真实的。你们藉由在被请求之际，在你们看到机会之际，将你们自己给予其他人而推进了自己。那不需要是一个巨大或重大的机会：拯救一个生命，或扑灭一场大火。它可能是简单的事情，好比带着悲悯去聆听朋友一会儿，或甚至聆听一个陌生人，他有一个不幸的故事想要分享，并且对于在人生模式中接下来要做什么事情感到混淆。通常，你甚至不必须去解决另一个人的问题。单纯地对那个人开放你的心与意，聆听他们所要说的事情，你就能够给予他们一种接纳感，即他是一个有价值的人，他所要分享的事情是有价值的、值得你去聆听一会儿。接下来，如果你拥有一个建议，那么，你就拥有了蛋糕上的糖霜了，容我们说。

每一天的日常活动都将提供给你方法，你藉此能够使用爱与理解的第四密度之转变性能量，这种能量现在可以为在你们星球上的每一个实体所取得，使用它们来给予另一个人爱。当你对另一个人给予爱的时候，你也将爱给予自己了，因为你难道不是也是那个他人？难道那个他人不是你的另一个自我吗？在你周围的任何人不都是你的另一个自我？在一个属于合一的宇宙造物中，它怎么可能会是其他的样子呢？

第三密度的幻象，你们在其中四处移动，这是在宇宙之内、唯一遗忘的场所，在其中你们忘记了万物是一体的，一切事物都是被那种形塑光的爱之力量所创造。

这个幻象给予你们机会去重新找到、重新发现这些关于全宇宙造物的基本真理，因为如果你们立即明显地知道：万物是一体，爱是宇宙的伟大力量，一切事物都由光构成；那么，发现这么明显的事物，在你们全体的存在状态中有什么价值呢？然而，当你在周围的每一个情况中找到那种爱、光，那种合一的时候，在你们全体的存在状态中就有巨大的价值。

现在，也有一些途径、好让你们可以在其中增强这种领悟，领悟在你们周围的爱、光以及合一。在你们的冥想中，无论它是在一天的开始，在中间或在结束的时候，你们都可以注视该体验，并且看到关于它的什么事物已经暂时地把你们锁闭在爱的中心之外了。在你这边，是否有某种错误的认识、使得你在一段短的时间中无法感知到在你面前站立的爱，即在你面前站立的其他自我、在你面前站立的造**物者**吗？因为你们每个人都有一个课程，或者多种多样的课程，它们就是，你可以称为的，你今生的钥匙了：一个特定的感知方式，用以感知催化剂，或某些来到你面前的经验，于是对于你去感知爱、光、合一之真理的能力、就起到一种暂时的阻碍作用。

那么，在你的冥想中照看，这阻碍作用是如何显化其自身的，并寻求用一种更大的理解来平衡缺少理解(的情况)。重造那个对于你的知觉产生暂时性阻碍作用的情况。扩大那个情况，这样你就使得它变得越来越大——荒谬地巨大。接下来，在那个时刻，想象对立面。如果你对于爱遇到问题，或者无法感觉爱，接下来，看见那种爱逐渐长大。看见你体验的缺乏爱，以它荒谬的形式，被那种爱所平衡，那种爱会不断成长，变大以等同于缺少爱(的情况)，你目前正寻求平衡的那个情况。

然后，当你同时感觉到缺少爱，以及在你面前的爱，两者比例是相等的，接受你自己是真理的勇敢寻求者，沿着一条漫长而布满尘土的道路旅行的热忱灵魂，接纳你自己同时拥有着两种被包含在你内在的体验，作为太一**造物者**藉此可以更佳地认识祂自己的方法。

因为，我的朋友们，太一**造物者**已经将所有的(宇宙)造物都打造为一个工具(means)，祂藉此能够更多地学到关于自己的种种，因为祂提供自由意志给每一个真理的寻求者。那么，去行使那个自由意志，每一个寻求者就提供了一份独特的礼物给太一**造物者**，那个礼物向**造物者**揭露了祂(先前)可能并不知道的事；如果你尚未以你的方式体验你做过的事（，就不会有那份独特的礼物)。

接下来，从此生的开头到结尾，每个人都能够提供一个巨大的体验之收获，那个收获不仅仅协助你自己的灵性寻求，不仅仅会在你自由地分享拥有的东西之际、帮助周围的那些人，也会协助太一**造物者**：一切事物、所有宇宙、在所有的时间、所有地方的**造物者**。在你的冥想中，你可以同样带着感激的感觉做为该冥想的结尾，那种感激是这样一种完全的领悟，或甚至是部分领悟的一个自然衍生物，即你在内在之中拥有能力去学习、成长、去爱、并和**造物者**合而为一；**造物者**在每一个你寻求的实体之中，在每一个你与之交换体验的实体之中。

很多的真理寻求者领悟到，感激、赞美、感恩的力量是他们站立其上的一个基础。因为，当你们对所有已经获得的事物是感激的、给予赞美与感恩，你们就会继续那些那些能量的流动；它在你们的日常体验中、流动到你们身上并流经你们。这种感激的感觉，综合那种平衡能力[平衡所有的暂时性潮起潮落、使你们无法感知道周围的爱]，它是有帮助的工具——确实它们就是在你们前往那个死荫幽谷的旅程上的杖与竿了；在这个幻象中，表面上看起来，有大量的事物带有似乎

是负面的体验，或者反生命的行为，或者忽略如何促进你们周围的实体以及星球自身的福利；该星球自身，由于很多不同的文化、人群以及时代的好战行为，已经承受数千、数万年时间的堕落(过程)了。

随着你继续穿越你的日常生活的活动，这是对一个人的意志与信心的考验，因为有如此多的事情、在此刻被你们星球上的绝大多数人所误解。然而，每一个实体都被这些转变性的实体与能量所吞没；它们此刻正移动到行星**地球**，每一个实体都将找到属于自己的、回应这样的能量的方式。

我们鼓励你们每个人，作为真理的寻求者以及太一**造物者**的仆人，尽你所能地充分地开放你的心，并分享在其中的爱，于是，它就可以在爱中找到其共鸣、这爱确实存在于每一颗你将面对的心之中，无论你将会面对的实体是否察觉到那种爱。藉由分享你们的爱，你们促使一种共鸣的振动被固定在你们以及所有你们接触到的其他人之间，于是，这股爱的振动就会被增强、存在于所有向着改变的可能性开放的实体之中。因为改变就是你们日常的体验，尽管那种改变，在一段时间之后，会单纯地从一个爱的振动的层次移动到另一个层次。你们每个人都在这条漫长与布满尘土的道路上旅行，将那种爱带在你们身边，那是**造物者**已经给予太一**造物**的所有孩子的爱。

在此刻，我们会问那些在场的人，对于这个焦点询问是否可能有任何的后续询问。

Y：我有一个后续问题要请问。Q'uo 愿意谈谈 Ra 超灵的起源之历史吗，在它们成为第六密度的存有之前，贯穿它们全部旅程、存有时间/空间的部分，就这方面讲述？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。你们问到关于那些实体的事，这个团体知晓为 Ra 群体。这些实体过去能够在这个太阳系之中的你们称为**金星**上找到它们的开端。这个太阳系是被一个子**理则**，容我们说，即你们视为太阳体的一个爱之创造性实体所治理的。这个子**理则**已经利用了第二密度形体，你们称为「猿猴身体」，来投资自我之意识[也就是自我觉知]；于是，在这个太阳系之内、所有能够从第二密度移动到第三密度的实体，都已经利用了这个直立猿猴的形体，该形体有两条腿、两只手，并具有可以相抵的拇指，此为这个特定生命形态的显著特性，接下来，由于能够抓取的拇指、就能够促使实体使用工具，这种对工具的使用进一步帮助实体能够说话，而不是如同在心电感应的接触类型中、藉由直觉知道各种观念。因此，这过程允许这类实体以一种远远更快的进展、穿越第三密度的体验，于是，针对这类实体周围的所有实体的其他自我特性，探索这些特性的途径就被增强了。因此，Ra 群体，如同那些属于行星地球、属于先前被知晓为**马尔戴克**的星球，行星**土星**，以及行星**火星**的实体一样，全都当过第三密度的存有，它们已经能够利用存在于显意识与潜意识心智之间的遗忘罩纱来增强灵性的寻求。[1]

因此，那个 Ra 群体，能够在第一个 25,000 年的周期之后、为**金星**上的全体人群的一部分达成一次毕业，并且在第二个 25,000 年周期之后、为(人群的)更大的部分达成毕业，在第三个 25,000 年周期之后，形成这个团体知晓的 Ra 社会记忆复合体，由六百五十万个灵魂组成。然后，这些实体前进穿越在**金星**影响圈之内的第四、第五密度。这些具备第六密度体验的实体曾经位于行星**金星**之上，接着位于你们视为的**太阳**体的范围之内。[2]

在此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，若没有星际**邦联**对于灵性的观点或架构，在这个世界中、很多人可能感觉到绝望，感到人类并不拥有一个有希望的未来，而是在自身前方有一个悲剧的结果。在这个世界上有多少人是陷入这样的绝望中，这种绝望如何能够被转变为一种有希望的、灵魂之导向呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议，在此刻计算灵魂们具有这种或那种特性，可以被认为是多少有些草率的。然而，我们可以建议，在你们的星球上，有大量的灵魂发现自己在能够有意识地感知到灵性旅程的方面、正在面对一种困难的情况。你们可能认为他们尚未觉醒于第三密度内的(其他)可能性的实相，继续在该幻象的常规与旋律中移动着，这种常规与旋律提供了世俗事物的吸引，以及获取金钱、地位、力量等等的东西。时常地，在这些实体获取了这些东西，并对每一个这些品质都取得足够数量之后，该实体会发现、从这样的所有物中、仍旧欠缺满足(感)。

(相反地，)这种不满足，或焦虑，同样可能被这样的人体验：那些在表面上失败了的人，在你们的广告与商业的世界中，每日提倡具有世俗吸引力的东西，好比金钱、或地位、或力量，在这方面无法取得足够数量的人也会感到不满足，或焦虑。

因此，这个可能性：转变没有目的之生活，转变疑虑、悲伤、恐惧，恰恰就是一种有希望的动机因素了，注视日常生活的活动，看见它是比表面上的事物更大的事物，那就是目标；那就是每一个实体支出能量与努力的目标了。

在每一个灵魂的投生模式中，都会有那些投胎前的课程是每个实体已经热切地希望在此生的模式中能够学会的。每个实体的潜意识心智都已经被该灵魂规划好、通过一定的偏向性来注视出现在寻求者的注意力中的催化剂，这样在某个点，心的脉轮就可以被足够地开启、以体验到一种爱的感觉：钟爱一个人周围的实体、钟爱自我，以及钟爱一个人周边的宇宙。当一个人能够警觉并察觉到投生前的课程，这种类型的转变是可能的，于是，当催化剂出现在一个人的前方之际，就能够通过一定的方式观察它，所以，没有两个实体会以相同的方式看待相同的催化剂，因为所有人都是独特的，所有人都已经规划了特定的、确实是独特的课程，虽然它们可能在某种面向或方式中、为每个实体都纳入了爱的课程。

因此，我们的希望是：随着第四密度的振动继续淹没这个行星，那些尚未能够有意识找到一种领悟的实体，尚未领悟他们在这个生命模式中的目的，(藉由这振动)，他们或许能够打开自己的心门，于是就有能力体验在其中的爱，并且和在他周围的人们分享爱了。

在此刻，有另一个询问吗？

Y：关于先前的问题，我有一个后续(发问)。当 Ra 群体访问地球，接着在**埃及**区域、可能也在一些其他区域、和人类互动；他们看起来是什么样子呢？对于代表 Ra 的这些存有，能不能够给我们一个物质性的描述？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。当 Ra 群体在你们的 11,000 年前、感觉到呼唤、要在**埃及人**当中行走，他们感觉到必须去尝试，尽可能多地匹配那些他们可能以日常方式打交道的实体的外形，因为如果在那个时候、他们以通常的形态出现，就会单纯地被感知为光，因为真理的寻求者，最终，在第六密

度之内，不仅仅成功地寻求到光，还成为了它已经寻求的光。因此，Ra 群体仿造**埃及人**形成了他们的身体。然而，他们多少是比较高的，且在其身体的外壳或者皮肤上、有一种更为金色的光泽。因此，他们的身体及其信息似乎同时提供了一种途径，**埃及人**文化通过那条途径无法清晰地感知**一的法则**的信息，并且崇拜 Ra 群体，而非将 Ra 群体视为其兄弟姐妹。因此，与**埃及人**待在一起的时间是多少有些短的，容我们说。

在此刻，有最后一个询问吗？

Gary：是的，有一个来自 A 的问题，他写道：「在过去的十年间，关于不同物种间的关系、已经有数量不断增加的故事。看起来，动物并不会在钟爱与连接其他物种上、遇到任何麻烦，在假定有适当环境的情况下。我们也似乎正在认出并利用那些在动物身上的、先前被忽略了的属性、能力、潜力。这与动物王国如何与第四密度有关联、有没有任何关系，或者第四密度正在如何影响动物王国的演化呢？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。此刻在行星**地球**上，我们发现第四密度的振动真的对每一个生命形态都在产生一种作用。当然，最大的作用是有希望对第三密度的人群产生作用，以便于推进他们自己的灵性旅程，并使得他们自己可以有效地，容我们说，迎接毕业或收割，进入第四密度。

无论如何，爱的振动就是如此，以致于它们会在第三密度造物的每一个部分之中述说爱。如同我们先前提过的，和谐的振动被建立起来，传播到你们称为第二密度的动物之间，确实，甚至包括植物之间，确实，也包括岩石与土壤，如此等等

的生命形态中间，所有的生命形态都其内在拥有这种爱的品质，该品质正开始在第三密度，还有第二密度、第一密度的所有层次上振动。

因此，第四密度的振动此刻向那些生活在行星**地球**上的实体招手，所有的生灵都感觉到这些振动，同时包含那些你们称为「有知觉的」实体，以及那些你们会称之为缺少知觉的存有。然而，整个宇宙造物，我们向你们保证，都是活的，都能够回应爱的振动，该振动现在是如此容易地被观察到、它在地球周围以及在行星**地球**上的每一个实体的心中移动。

我们发觉这个器皿开始疲倦了，我们会在此刻，离开这个器皿。我们再一次感谢你们各位，感谢你们邀请我们出席。跟你们在一起已经是一种巨大的荣耀与荣幸。当你们的光抵达诸天之际，那是十分令人印象深刻的，就如同一个光柱一般、呼唤所有周围的光之存有、去观察在这里被创造出来的爱与光。

我们将在爱与光中离开你们，如同我们在相同的爱与光中发现你们一样。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。现在，我们在爱中、在光中，在平安、力量中离开你们。Adonai vasu borragus。

原注

[1] **土星**很有可能已经有第三密度的生命居住。然而，这在**一的法则**的资料中并未被确认。更多信息在(**一法**)30.14。

[2] 根据(一法)6.23，Ra 已经离开[第六密度金星人]建筑物了。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2017_0520b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2017/2017_0520.aspx

---

☆ 第 2809 章集：荣耀与责任

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想

2004 年三月 7 日

小组提问：今天的问题跟改变有关，或许，甚至改变到了自我疗愈的地步。我们想要知道，Q'uo 能不能跟我们谈谈引起这种改变的决定过程。你们能否探索一下荣耀与责任的概念，以及在一个特定情况中、如何发现我们的荣耀和责任，这会怎么帮助我们作出选择、导向这改变，或许治疗我们自己，找到一个为他人服务的方向？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限**造物者**的爱和光中向你们致意，我们今天来到你们这里为祂服务。 我们为今天被这个团队呼唤的荣幸、荣耀、责任感谢你们。能够如愿以偿地服务是我们的福分，我们衷心欢迎你们团队的呼唤。我们会一如既往，请你们每一位非常小心地守卫你们辨别力的门户，倾听跟你们独特真理一致的个人共鸣，而不是倾听任何感觉上的外在权威。如果在从我们所说的内容中选择留下甚么、抛弃甚么时，你们能够监守好这个过程，我们就能更自由地跟你们分享而不会侵犯你们的自由意志。

在这个令人满意又有回报的灵性实践的造物中，很多人都觉得意志的自由是个阻塞点，因为自由意志可以让人非常困惑。想搞清自己究竟想干甚么，可能会变成

一件令人叹为观止的事，因为在几乎任何情况下,你都好像被许多不同观点和想法拉向不同的方向。 很多选择不难想象：比如吃甚么，穿甚么等；但是，有些层次的选择、其影响远不止一刻或一天。随着选择变得沉重，就为现在与未来承载了更多的份量，要作出这个器皿所谓的「正确」选择，就会越来越多地变成挑战。

叫做 B 的实体援用了荣耀/责任的原则，这是 Ra 群体曾和该团队讲过的一个原则；Ra 说：每个荣耀都是责任，而每个责任都是荣耀。B 实体认为，当你努力为自己作出真实正确的选择时，不管你希望怎样定义「正确」这个词，也许最好想想你觉得荣耀在这个情况下会要求甚么，或者责任可能会要求甚么。(我们觉得)也许同样要建议援引无条件的爱之原则。这个决定中有爱吗？名为 T 的实体希望的是，在决定甚么是适合自己的谋生手段时，能够找到一个选项，它能最真实、最深入地打开并揭示他的心，也就是那个深入又真实的自我之中心。

当一个人努力为疗愈自我作出各种决定、在你建议的深度上查看你提出的问题时，用任何方式来查看情况、感觉它、体会它的微妙差别，等等，都会有帮助。在考虑会影响一个人道路的决定的过程中，所有的资源都是有帮助的，而该决定不光是影响下一天或下一周，而是影响下半辈子。

我们也许会从名为 D 的实体所说的东西开始，他谈到了自己的进程。他发现戏剧性而且无意识生活所带来的痛苦，使得各种事件似乎在压倒你，用极大的力量在表面上把你随意乱扔。这种痛苦有个吸引人的面向，它能够开始给人一种印象，觉得这种痛苦实际上是生命的标志；当痛苦减轻或情况不再危急困难的时候，生命的意义就以某种方式从你身上消失了，因此你必须以某种方式再次寻求它，虽

然那个意义是在苦难和痛苦中感受到的。这个实体谈的是：怎样查看一个人与他人的这种关系，被称为共同依赖症(co-dependant）。

我们会建议，如果你可以从某个人特定的共同依赖症或成瘾往后退一步，也许你就可以看到，每个投生模式都有个倾向，把自己分为：好的自我和坏的自我、光明的我和黑暗的我、平安的我、和心烦意乱的我，等等；一个寰宇的、无限分级的存有，其构造中没有接缝或缺口，从它之中创造出一个自我的某些部分和其它部分相分离或隔绝的存有，这会让事情看起来比实际上发生的要多，容我们说。这情况在你们人群中是如此盛行，以致于我们会建议，也许从更具普遍意义的「瘾」来考虑，要比用「共同依赖症」这个词更恰当。因为对于痛苦成瘾并不比对任何毒品成瘾更难理解，于是一个人可以开始看见它对于自我并没有帮助。

为什么具有正常理智和平衡的实体，会选择在内心反复灌输持续的痛苦，来感觉自己比较有活力呢？这只是因为，在你们星球上，在你们享受的文化中，实体们遵守这种方式来拥抱过度工作、依赖毒品、其它不平衡的破坏性事物，因为这样做似乎是合适的，甚至必须这样才能让机体与存有在工作、家庭、环境中保持正常运转。你们的人群把向外寻找意义、在各种观念、人群、或事物中寻找正确或一种意义感；这样的习惯，已经获得普遍接受、成为恰当的行为和思考方式。

对活在这种无意识层次上的大多数实体来说，设想自己置身的某种「房子」，容我们说，或工作与家庭环境、以及个人细节，可能不是自己感觉的那个理由所精心设置的，简直是件令人惊吓的事；比如，他们可能不是因为那是正确的工作而待在那份工作中；而是因为它似乎是合适的、似乎能满足生活的需要。

一个人可以从这些安排、关系和「事情就是这样」构成的「房子」拔腿走开，的确，这种想法似乎不仅令人惊吓，而且大错特错。 不过，实体们真的为自己建造了房子来包括似乎必须的痛苦，好让自己觉得活?、正常运转着。

所以，当一个人开始努力治疗自己时，也许可以看到的是：必须做很多拆除的工作。一个人需要经历一个阶段，它类似于 B、G、D 实体在这个会议进行的建筑内所经历的。而这住处是该器皿称为的魔法王国。确实，目睹刚刚过去的几周、一个接一个的灾难与自己擦身而过、得到修复，大家常注意到，那些驻扎天使，

属于环绕这个团队的慈爱指引系统，这段时间一直都在加班！每次 B 实体找到电路故障或发现天然气漏气、或者 D 实体看到一处?火并把它扑灭的时候，房子本身都在表达想治好自己的愿望。住在这里的人已经逐渐形成了一个关系密切的团队，希望为自己和整个团队创造出新生命、新能量，和更高更真实的自我感。在这种不断增强的观点、理想、焦点的环境中，这座房子也在经历一种解构：旧电线撤除后，必须安装新电线来承载更大的电荷、承载更大的努力。

确实，当一个人正在尝试疗愈的时候，就彷佛返回到自我的电线网路，去拆除不适用的部份，检查该系统的漏电情况，找出系统的真相[容我们说]，检查你安置的那些输送能量的新电线，看看它们是不是的确有更强的实力，能用稳定的方式和高度，安全承载更多的能量。

一个人正在做的是：把各种思考模式于内在重新布线，努力拔掉自我中那些乱麻般的旧电线、它们不再和有用的东西联通；虽然它们也许还在输送能量，但是啊，输送得很糟糕、很不充分。因此你必须小心地开始这个过程，在一段时间内有意识地把你的想法、感觉、和生命中过时的东西释放掉。每个实体需要的资源

和步骤都不同，因为每个人接近自我镜子的方式不同、走近镜子凝视自我的眼睛有不同的偏好。每个人的倾向都稍微不同；甚至同一个人在不同的时间，也能进入自我不同的层次，能从不同的层次查看模式，看看过去的模式对于健康、健全以及治疗方面能够提供什么。有些旧模式也许极其有帮助。不是所有旧事物都是糟糕的，你的内在有些最老的模式可能是你的最好事工。

所以你不是去拔除一切、丢弃一切，好彻底地重新开始，而是面对镜子、看入双眼、而非镜中的形象，因为镜子里的形象和心智里的形象一样能让你迷失。你的脸孔不会讲述你灵魂的故事，你人格的脸不会讲述你真实本性的故事；当你设法取得与自己的更好平衡、进入自我治疗的模式时，尤其是如此。一定不要简单地接受对自我的既定成见，而要像 G 实体所说的那样，探寻个人的视野，探索自我的菁华，那是你带入包裹的礼物，该包裹是妳的人格、身体；而 B 和 V 实体称之为你的身份。

你的投生(incarnation)在空间和时间中有一个位置。为了拥有这个位置，你就必须认同生命与死亡的幻象；这只是个事实，整个投生(人生)赖以产生的一个条件。呼吸里含有幻象，那个幻象就是：你是一个位置、身份、人格、一张脸。对于你的灵性中心来说，这些关于自我的概念是贯穿整个投生的幻象，即使在投生的幻象中，你都可以看到自己是个幻象的人格；如果这个幻象人格就是灵魂的开始与结束，那么工作推进灵魂的进化就没意义了。然而，即使在肉身中，你仍是真正的菁华，即是这个器皿所称的**神性**原则的一部分，**造物者**的一部分。你的包裹似乎使你看起来很不寻常，的确，你是独特的；不过，你同时也是**造物者**的一个全息图像。

因此从很多方面来看，寻找意义是一个向下层层穿越的旅程；你的自我个性会逐渐减少，同时越来越看清外壳、幻象、身体、面孔、人格的本来样貌，接着并允许它们松开对自我身份的束缚。你的身份是甚么？在作决定的过程中、大部分跟你观看(宇宙)造物所采取的立场有关，就从你对自我的概念开始。如果你把自己看成如此这般的一个人的话，那你就在开始建造我们早些时候谈到的那座「房子」、那种狭隘和束缚；你开始建造你的位置、似乎有意阻碍自己作出某些选择，因为那些选择不适合这种房子里的人，不适合这种人格。

一旦你觉得已经花了一段时间来到自己的菁华，一旦你觉得自己开始能够确认,成为自己是怎么回事，(即使)在一万年后的另一次投生、你会跟今天一样了解的自我，那时,也唯有在那时，你就能够开始问 B 实体在问的那些问题。你不可能一开始就说：「这就是我的本质，所以这些是我的义务、我的责任」。

首先而且最首要的是，你必须和自己建立一种关系，充满爱、统合性、怜悯的关系。用这个器皿的话说，你必须「救赎」自己。因为只要你觉得自己的人格还有些阴影面部分没有得到认可，它们就会继续在你的生活体验中以负面形式出现，表示自己需要融合；这会为你吸引催化剂，以揭示和细细描绘这些偏向(偏好)。

不过，第一串工作完成的时刻的确会来临，那时你会像美洲**印第安人**似的，容我们说，坐在毯子上，在冥想中伴随着创作(creation)以及周围的十二个方向；这创作从自我的中心散发出去，合一之轮用似乎强劲而充满生命的方式、无休止而富有成效地绕?那个中心转动。在那个位于中心的位置，你就可以真正地问自己：「爱在哪里？我的心在哪里？我的义务是甚么？在我的人生中、我想望去荣耀甚么？」所有这些问题都值得你花时间沉思，值得一个询问，歇息，再询问的过

程；因为这类的问题会一直伴随你，它们属于学习与服务的螺旋；也就是在此生中，心智、身体、灵的进化。

怎么才知道你处在对的轨道上呢？我们不能给你一个简略的规则，来知道你是否位于自我治疗的模式中。我们可以谈谈「处于正确航向（on the beam）」的某些特征。我们经常跟这个团队谈到恐惧。如果你有执着、紧迫性、不顾一切必需(这样做)的感觉，这些能量都是嫌疑犯。处于平静和歇息状态的人灵，更可能得到平衡的模式；对于歇息于这种视野、允许它成熟的探索性灵魂，在这个过程中不可避免的困难，会显得较不费力、较少困难。

这个器皿早些时候谈到了她最近体验到一个平安的层次。她发觉难以描述这种层次，但它关系到在增加理解或掌握事实的过程中、放下对结果的执着，这样就没有真正的执着，没有真正的必要(事物)，有的只是无限可能性的光谱，它要嘛不带焦点地作用，也可能带着焦点作用。

若不带焦点，该光谱可以移动、建立联系、和相似的能量结成联盟，但跟其它能量源相互作用就不那么强有力。只有对于那些把焦点带入坐在毯子中央的感觉，让自我能量非常开放、像毯子上的图案一样整洁地排列在实体们的周围，种种联系才会变得更强，人与人之间的识别变得更有力，实体们交流看法的能力变得更敏锐、更明显。当团体中不只一个实体开始获得这种心神集中和聚焦的感觉时，越来越深入地合作，那是投生计画中希望的服务与学习之一部份，这样的可能性就会变得越来越显眼突出，也更有可能兴盛。

名为杜威[1]的实体谈到，他以物理学家身份所作的学习是怎样影响了他对灵性事物的看法，他选择把看见的「新的人」描述为有道德的生物单元。他说:「旧的

人」只是一个生物单元、基于本能而工作，作出某些选择、保护属于自己的东西、照看自己和家庭单元的生存。然而，一旦你接受自我的新定义：也就是有意识地自我、能够觉察到自己为灵魂，生物单元前就加了「有道德的」这个形容词。有道德的生物单元是关注自己的荣耀、责任、爱的人，并据此来判断和确认，甚么是适当的，并且(应该)选择。

原注 [1] 意指杜威·拉森(Dewey Larson)，物理之**交互理论**的作者，唐(Don Elkins)和 Ra 群体在 Ra 资料中讨论过这个理论。

***

多么真实啊，一个人在某个(时)点、必须作出肯定的选择，否则有个选择会直接来找你；而该选择也许会让所有旧的无意识样式，也就是名为艾克哈特·托勒的实体所称的「痛苦身」，以健壮的体魄茁壮成长。所以，最好把握住做出决定的过程，尤其是有关正确的谋生方式和自我疗愈这类深入的问题，以你所能作出的最有意识的努力去向内凝视，移动到入你能找到的、最好的自我中心；从那个位置问自己:「我爱的是甚么？这种爱会把我引向哪里？我以甚么为荣？怎样才能为我引以为荣的事物增加荣耀？甚么是我公平合理的责任，我怎样才能最好地实践这些(责任)？」

这个器皿有时会思考责任的概念，因为她看到，许多处于灵性探寻过程中的实体发现自己选择离开某些情况、而没有承担对那些情况的责任。在她自己的生活中，这种情况似乎绝不可能在她身上发生。然而很多人从自己当时的思考出发，觉得除非把过去和现在清楚鲜明地断开，否则努力变得有意识就是无法达成的目标；因此不能说作出这种骤然选择不对。另一方面，如果在一个更缓慢、更小心

的过程中花足够的时间、空间、耐心，缓慢又温和地前进，常常问自己：「这感觉如何？我觉得处在中心吗？我觉得敞开吗？我觉得自己的信仰系统对我有任何阻碍和束缚吗？」这样做会对该过程有很大的帮助。

想象一个须根系，它可能缠住人行道或地下管道系统。有些根需要向深处发展，导致有些水管也许需要被移走。在你自己工作中的灵性系统，以及它跟身体、心智、情绪的连接中，你必须确定哪些有用、哪些没用。「我需要在哪里聚焦我带来救赎的爱呢？我需要在哪里拥抱那个我还没察觉的、把我引入黑暗的自我部分？」因为事实上，苦难的结构真的跟个人的思考有关。 这不是说如果你完全没有偏颇，你在火中就不会体验到痛苦；你仍然会被烧伤。 然而，如果实体能把火不看成某种要回避的东西，而是看成兄弟姐妹，那么就可以采取合适的行动，避免成为你生活中遇到的这个原力的烈火祭品；同时知道，没甚么好怕的，真的没甚么好怕的，因为你这个实体远远超越虚幻的外壳、人格、肉身、脸孔、包裹的局限。不要过度认同那个包裹，而是寻求开始知晓，你的里内有甚么；让自我中心开始像个内在的陀螺仪，随着**造物者**的心跳节奏旋转，使得在**造物者**寻求知晓自己时，你也在寻求知晓自己。在那个中心，所有的事情都有自己正确的样式。

愿你们每个人在增加和谐与力量的水平之际，都是如此的。因为每个人都属于(宇宙)造物的美丽之舞，在其中，每一朵花、每一棵树、每一只鸟、每一个生命都有自己的本分(职责)。

现在，我们会开放这个会议给(各位)进一步发问，如果有任何问题的话。

G：Q'uo，我即将在**阿瓦隆**(Avalon)作一次异象探寻(vision quest)。你们能不能给我任何建议，我该怎么准备，才能最大化我在那儿的体验？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会对这个器皿说：信赖自己，不要害怕向不熟悉的事情开放自我。从生命表面迅速转向那个意识层次、使得显意识心智可以接触到潜意识的各种进程，这不是容易的事。在你谈到的异象探寻这类事情中，基本的努力如同威廉·詹姆士实体所说的：开放感知的大门，这样你可以得到更多可用的信息。探寻的概念涉及这样一个自我概念，即自我有很多存有的层次，容我们说，像一座有很多层的高楼，不仅在地面上有楼层，在感知为一楼的下面还有地下楼层。你尝试进入的，正是自我那些深入的、地下的楼层。下楼梯进入地下室，这是件直截了当的事：台阶会有一定的角度，台阶之间会有一定的距离,这是一种非常规范化的整齐结构，楼梯的台阶有一定的偏角、转角等等。显意识心智下，自我内在的层次跟楼层并非不同，也有非常明确的几何形状，有一个进入心智更深层次的方法。

B 实体讨论了这些方法当中的一种，其观念是，有些神话作品影响过跟你同血源的祖先，不妨读读它们。这种想法是对的，因为肉体和组成它的结构，小至细胞结构，都是来自祖先的礼物。细胞里有这个器皿称为 DNA 的遗传物质；身体中的每个细胞，直觉地知道所有分享过这些细胞、DNA 的那些实体所获得的知晓、生命、经验；所以作为一个身体、作为投生中的存有，你是**地球**的一部分，从那里涌现出了这些存有：山川、湖泊、空气。随着一个人在特定的环境中逐渐长大，那片土地的地理、地貌被写入你的 DNA，以某种魔法方式成为你的一部分；那种跟地球、你所继承的周围环境的联系，把你放进了向下进入自我根部时、最理想的稳定环境。 当然，身体的根部不一定是心智或灵性的根部；但是你活在身体中，需要让这个身体接地气,才能为灵境探寻提供能量。 进一步说，在你祖

先讲的故事中，有些材料描述了潜意识存有的一个很深层次的几何结构，容我们说，也就是这个器皿会称为的原型心智层次，这个潜意识存有是你的一部分。在日常生活的显意识中，你没有进入自我这个更大部分的入口；但你想从那里探寻异象，所以 B 实体建议你沉浸在祖先的神话和故事里。这肯定是展开这种探寻的一个方法。

你还可以依靠其它气力来取得这种深入的开口，这些备用方案包括音乐、艺术、(宇宙)造物本身；它们还包括很多其他东西。 关于你怎样着手创造一个应该完全由自我有意识地选择的体验，我们感觉不能说得更具体了，否则就会造成冒犯。在这些参数之内，我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，非常感谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。

G：名为 J 的实体有个问题，他问：「一个人怎样着手创造一个仪式，该仪式允许妳有效地调整心智好进行神圣工作、穿上魔法人格(的外衣)？」

我们觉察了你的询问，我的兄弟，我们为这个问题感谢你。J 实体肯定已经在这一点上工作了一段时间。我们会对 J 实体说，对于成为有意识的魔法生命所需要的行动，前面的讨论已经作了些有用的描绘。把自我看成有魔法的、体验自我为有魔法的(存有)，实质上是迈出一大步、即相信自我有魔法。如果一个人的行动基于这个假设，那么，你就必须为每一个想法负起责任。不只为每个行动负责，还包括每个想法。因为魔法人格经常被定义为心想事成，也就是仅凭想法就能在意识中引起改变的人，至少这个器皿是这样定义的。这也需要一段解构的时间来

松开肤浅附着物的束缚，然后重新建构，好连结稳定坚实得多的能量源头或能量渠道。

我们相信这个答案暂时够了，但是，我们会乐于在以后跟 J 实体再次探访该问题。

现在有另一个询问吗？

G：有个简短的问题，Q'uo。藉由充分的工作，一个实体能够在一生中成为结晶的实体吗？那是值得追求的目标吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，你们每个人都是一块水晶，重点是发掘它、找到它，然后抛光，允许它闪耀。

现在有另一个询问吗？

G：Q'uo，这个器皿是否承受强烈压力、自己继续这些通灵(工作)？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。凝视看入这个器皿的心智状态，我们发觉她现在跟过去一样，真诚地想望服务。这个器皿多年来一直确信，在她的适当生活方式或服务方式里，有一项确实是你刚才问的这种通灵；因此她的确看了到这项工作的荣耀和责任，完全不觉得这是难以忍受的。她不觉得通灵是好玩的，容我们说；那不是某个吸引她的事，结果是，她必须作出有意识的努力、好使自己和她已得的天赋协调一致。有时候，我们发现她后悔在这种协调(校准)上所作的努力，与此同时，即使在死亡的关键点，她也不会放弃该荣耀。

结果是，我们会说否，这个器皿不觉得服务有困难；她发觉困难的是不去服务。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：在那个(问题)路线上、不了，谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。

G：抱歉，独占了所有的发问机会，但是，如果没有其他人发问，我将再次拿取这机会。Q'uo，我很好奇，一个流浪者是否要醒觉于他的状态，即自己来自他乡，是否先要取得 51%的服务他人之振动特性，才能醒觉于自己的真实身份呢？

我们觉察了你的询问，我的兄弟，我们发现那不是必要的。 确实，察觉到极性、和察觉到不属于这个星球系统，两者完全不必须有连结。这两股学习不必然是关联的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：我的意思不是对极性工作的察觉，而是必须达到 51%服务他人的振动。为了有意识地醒觉于自己是谁，该实体必须是可收割的？

我们是 Q'uo，相信我们更加觉察你的询问了，我的兄弟。再次地，觉察到自己不属于某个地方，除了察觉处在一个困难地方的不舒服、不对劲之外，不需要任何别的察觉。第三密度投生的流浪者，倾向于从投生前的密度带来一些套迭(记

忆)，这就意味着许多流浪者会有许多关于服务他人的信息流过；所以服务他人的实体倾向于就是流浪者，或者更恰当地说，流浪者倾向于觉察到他们渴望服务他人。确实，这个倾向几乎是这个渴望的一部分。的确，那几乎是流浪者综合症的一部分，容我们说。无论如何，很多流浪者首先醒觉到自己的不舒服，却还没有完成那个选择一个极性的工作。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，非常感谢你们。

现在，团队中有任何人想提问吗？

G：如果我携带一个问题，我的一组问题，去作异象探寻；是否足够？带?我给**造物者**的问题，让**造物者**回答？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。并非由我们来说够不够。我们相信充足性的想法在这里没有帮助。我们会建议你允许自己不设防，不要被够不够等等的假定遮住。除此之外，我们发觉没别的可说。

现在有最后的询问吗？

T：Q'uo，这不是询问，而是感谢你们在过去几周的临在和帮助。

我们是 Q'uo，察觉到你十分亲切的想法，我的兄弟，我们为此感谢你。我们的确非常高兴成了你们在此刻的资源，希望我们能继续这样做。我们确实希望可以继

续作为你们指引系统和力量的一部分、为你们每个人服务。请知晓，无论你对自我有甚么怀疑，无论你的进程如何，我们都在那儿，很多别的实体也为了你在那儿。你被爱的巨大之网环绕着；我们无法告诉你，这个网络有多强健、多明亮，达到多远的地方。的确，到最后，万物都和万物相连接。

我们向你们每一位献上祝福与爱。我们全心感谢你们，我们在太一无限**造物者**的爱与光中离开你们。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0307b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0307.aspx

---

☆ 第 2810 章集：痛苦与恐惧

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想

2004 年一月 12 日

G 的提问：Q'uo，我想要请求这个会议成为百乐餐解读(potluck reading)，但是在开始之前，我想要分享一下自己和我的寻求。

让我先从一些智力上的理解讲起。我听过你们谈到：灵性演化是一个漫长而无穷微妙的过程。我读过 Ra 的文字，他们说人们必须经过很长一段时间以欣赏催化剂。在某种程度上，我知道，我拥有我需要的一切；我还知道，在每一个层面之上，L/L(通灵)手稿的宝库都为我提供了，一个人可得的、最棒的外部指导源头。

然而，我还是一个非常困惑的人格。你们与这个团体分享时极富表现力地描绘的那些地方，我曾经去过；我刚刚接触一点点我觉得是**基督**意识的东西；接着有过短暂的自由感觉，这种感觉可能当我在某种程度上穿透了面纱之际会出现。我看到这些地方，极其热火地能用这些灵性的态度活出一种身份，渴慕成为真实生命的一个代表，向这个星球上、那些仅在神话、宗教、故事、梦境中知晓真实生命的人展现它；这个世界选择了忘记自己在**造物者**之天国中适当的神圣位置，当我确切地感觉到我的「全心」时，我全心渴望作为一个管道，在这个世界里为了更高的意志、更高的爱与光、更高的道路而服务。

然而，恐惧和未知的自我有很多道无形的墙；在我努力把自己的身份和那些我刚开始复习的真理融合起来时，这些墙即便不阻止我，也无疑给了我极大的挑战。我在自我深处深切感受到的东西只是瞬间的礼物，它们待不住，对于多数时候觉得枯竭、严肃、受伤、困惑而失去中心的我，它们只是访问一下就走。在大部分时间，我觉得麻木，或者缺乏慈悲的温柔，甚至觉得钻心的痛苦：这种痛苦的强度和持久性非常折磨人，无论我怎么处理都不可能逃脱。

我知道，这全都是我的催化剂和我的创造物。我觉得自己正「走在这条路上」，向着那些实相前进，在其中，我已看见自己最真实的图象；但是，在(我的)人格中还不强壮、整合的或锻炼还不够，所以我还不能实际上生活在那些实相里。我知道，或者至少我喜欢告诉自己我知道，我将会到达「另一边」。 我在这里，向那些我最珍视的实体请求的是：指导、建议、富有悲悯的智慧，来帮助我到达另一边。 我懂得，我远远超越自己体验到的那些局限性和带给我很多痛苦的东西，因为你们担保我们大家都是(这样的)。

我所寻求的是：转变这一切，接着由此获得力量。有时候，这个渴望强烈到让我想，很可能是很天真的想法，经历一次金字塔式入门(仪式)，使得我能够一劳永逸地直接面对自我、丢下我的各种幻象，成为我之所是、永久都是的(身份)：**造物者**。

所以，我谦卑地请求你们指导我。给我伟大的 Q'uo 视角，那是我如此珍爱的；接着，指点我朝向我寻求的光。让这百乐餐开始吧！

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限**造物者**的爱与光中带?大喜悦向你们致意，在为祂的服务中、我们今天来到你们中间。正如这个器皿逐渐习惯去说的，我们和你们、以及今天这个寻求圈子中在座的所有人一样，都是神性原则的一部分。我们感谢你们每一位为了寻求真理，在你们日常生活的许多其他关注事项当中，拿出时间、能量、注意力、关心。拿出时间这样简单的一步，经常无法迈出，因为在一个完全建立在时间之上的化学幻象中，要把时间这个宝贵商品拿出来很难。真理之泉位于普通潜意识表面之下的深处；你们做了一件具魔法的事情：把自我向真理之泉开放。

我们祈祷自己通过这个器皿提供给你们考虑的东西，可以对你们有意义、有帮助；但更重要的是，我们祈祷叫做 G 的实体和这个圈中的所有人，非常负责并小心地分辨，哪些看法可能听起来不错、但对你个人没有真正好料，哪些看法似乎来自你自己的记忆，彷佛我们说的是你早已知道、只不过忘了的事。在后一种情况下，这些看法对你有用处、值得考虑；在所有别的情况下，最好丢开我们的看法，因为它们对你没有生命力，而真理是有生命而且不断变化的。有了这种分辨

力的保护，我们就会觉得能远为自由地分享我们的想法，而不用担心可能会侵犯你的自由意志，或阻碍你自己的学习进程。

这个器皿在(会前)阅读 G 的信件时被深深地打动；这封信与 G 实体在这次开场白之后的陈述类似，但有着远远更多的细节。[1]我们发现这个器皿的心被打动并感到困惑，因为这个器皿在她自己的人格中、并没有觉察到 G 实体的心智与灵一直在其中徘徊的绝望范围和邻近区域。这个器皿的投生天赋与 G 实体的投生天赋是相称的，但他们的特有课程却很不一样。 结果是，这封信流露的、深受苦难的滋味，在到达这个器皿的感官时，在她的经验中没有产生回响。对于那些心中充满爱的人(，如同这个器皿)，他们对痛苦中的同伴有一种天然的忧伤和悲痛。不过，从我们的立场来看，这封信中所描述的创痛和令人难受的感觉值得欢庆。 G 实体也许还不完全理解,处理压力或深切恐惧的线索时,最大的突破在于充分察觉它、面对它并和它一同歇息。如这个器皿喜欢说的：和痛苦坐在一起是蜕变的开始。

那么，这种痛苦的独特性是甚么呢？因为这的确是痛苦，所以对 G 实体描绘这种内心折磨的深度和锯齿般特性时的用词，我们不会吹毛求疵。这种特性确实隐藏在人格的皱褶中，目的是努力保护和守卫 G 实体带入此生的天赋。这就彷佛在进入一个异域的陌生地方后，在此生的入口以及那些早期的、强有力的塑形经验中，有一种不想让自我感到痛苦的渴望，这种渴望有力量为自己建造一个可以说是心智、感情、灵性上的密室：一个安全所，它只能借助不知晓来保护和守卫,好像脑袋里有一扇门，躲在后面是安全的；这些配备有可能在日常思考和生活中受到损失，结果在敏感的 G 实体能够重新加入只能被描述为主观的疯狂以前，就打开那个密室的大门。这就是该实体进入此生时的导向；你的灵魂，也就是你的较深自我，没有预料到这一点，没有预料到你会有这种本能的反感和厌恶。无论如

何，这种反应并非不准确或是错的、于是需要被除掉。毋宁，它是该自我在冲突中的一种根本态度；该冲突位于红色脉轮之内、和该存有之生存相连结。

太一无限**造物者**的无限能量流进你身体时有扩展的可能性，但它会受到阻塞或，容我们说，限制；这种限制不仅位于红色光芒、而且位于整个能量体里，因为生命原力在某个程度上收缩减少了，以便以一种安全的最佳模式、穿过尚未平衡的能量体。再次地，能量体中对扩展可能性起封锁作用的阻塞或抑制，不能说成是不正确的行动或负面的结果；毋宁，它可以说成是一种非常合理又有用的方法，用来为自己在很异域的幻象中建造一个场所，以便你能够尽可能地实现那些学习与服务的意愿、以及具有驱动性的渴望；正是藉由这些意愿与渴望，这个实体才进入了此生。

这个实体谈到了麻木和沉睡的感觉，觉得生命如同一个总有可能溺水的地方，既让你渴望光和维持生命的空气，又给你本能性的严重警告；那些警告会用贯穿一生的周期性方式，规律地、重复地浮现出来，对着该实体的显意识心智说：「关门逃走；闭门撤退。」在某种程度上，所有实体都需要、也确实为自己在心智和心轮之内供某种避静的场所。这种安全所在多次欢迎(访客)以后，就会呈现出监狱的外观，从前的内在安全密室变成了恐惧的洞穴。

G 实体非常清楚地觉察到他在研读、学习、以及澄清自我内在这些更深入的神秘场所的过程中，所迈出的步伐。我们会建议，越狱不是好的。自我把自我放入了安全保护中，而那个安全保护的场所也发挥了它的作用；然而当你渴望一个在目前更胜任的更大安全场所时，离开熟知的、仅有的安全场所，会引起本能的恐惧反应。我们说的安全场所并非字面意义上的物质场所，比如房间、汽车、隐居处，而是心中的安全场所，它是那个内在的密室、神社、具备安全与救援的内在

神圣场所；对于该存有、那个场所已经变得太过窄小；因为该存有已经开始显化投生自我[已经被带入这一世的人格躯壳中]的潜能。

当你努力扩大安全场所的帐篷时，记住这一件事也许有帮助：你不是人格外壳，不是那个恐惧，不是那些古怪而无法掌握的情绪—它们造成你那些纠结、混乱、需要逃离的感觉；它们都不是你，而是你正在见证的体验。但这些体验不会定义或限制 G 实体的存有和菁华。这就像光通过一扇糊了纸的窗户；为了阻挡太阳或光源那些似乎有害的射线,窗户基本上不透明。和这种情况一起工作的技巧,在于利用这个比喻(trope[2])、这个窗户的形象；该窗户不能让人看到精确的图像，那是因为窗户本身需要重新加工，以除去阻碍清晰照明的蜡和涂层。

恐惧是你们星球上的人用的一个单字，彷佛它是对某个东西的恐惧，好像恐惧只能接触某种传染媒介才拥有其实相；这不是准确的。在处理自己较深的恐惧时，了悟这点是有帮助的：恐惧是一种离开爱的收缩状态。实质上，恐惧并没有源头或根据，而是你面对令人担忧的信息时、本能的收缩(反应)。当收缩的感觉发生时，情绪体离开爱、靠近恐惧。恐惧不总是以恐惧的面目出现，你们的人群更经常把恐惧体验为愤怒。不管这种恐惧感觉的产物是一团甚么样的混浊情绪，其信息总是单一的，好像拉响警笛说：「小心，有紧急情况」；或守卫者敲响警钟说:「有人闯入了储藏室。」

这种情绪含有一种极大的本能冲动，想用行动来反击这个引发恐惧情绪的警告式情况；在某种程度上，这些需要作出行动的感觉是明智的，因为幻象中经常有些情况需要解决。如果你觉得当时没有充分时间来处理情绪，那么离开恐惧和引起恐惧的情境，让你能够继续和当下此刻幻象中的人类情况打交道，这种应当(condign [3])的服务不仅是可接受的，而且是适宜的。但在更深的层次上，恐惧

的出现可以看成一个响亮的呼声，呼唤自我的某个部分、该部分能够在坚硬且常常不平坦的、不舒服与局限之地面上歇息；因为一个收缩的实体，其首要工作就是在那种收缩中休息，查看周围，不是带?「又来了」的感觉，而是带?这种感觉：「让我看看，彷佛这是第一次：去看、感觉、领会这种恐惧。让我和它坐在一起」。

从某种意义上讲，那个属于麻木的安全空间可以被视为一个洞穴，洞口有许多缕

恐惧的丝线、形成一个挂帘、随风摇摆；挂帘里有很多丝线，所以厚到成为一扇门，使人不再感到更多的害怕。不过那个洞穴里的恐惧多得让人想逃离它，但就像 G 实体说的，这里已经是麻木和不思考的地方了，还能逃到哪里去呢？那个允许人从这个似乎密封的洞穴逃离的神圣漏洞在哪里呢？不过在你对自己感到同情之中，最好能把对这种恐惧的察觉提高层次，作为一个在静默中歇息的灵魂，你能够想象自己去拆除一条线、然后再拆除一条线、然后再拆除一条线。

当心智凝视那种恐惧、开始理解有些情绪已经陷入那个变成监狱的安全所时，唯有透过自己心里的慈悲，才有可能,慢慢开始能够没有评判地查看那种恐惧，只带着理解与悲悯，愿意在那种恐惧中待上必须的时间，而不是被迫感到更多的冒险和更少的安全。

实际上，蜕变涉及由寻求的压力引发的行动；这种行动让人从眼下的感知升华，把自我放入一个新的位置或视角，从那里实体可以用新的眼光来察看：不是因为情况变了，而是因为视角变了，你观察景色时所站的地方变了。蜕变不是辛勤工作的结果。毋宁说，在工作做完后，变得能够释放那个过程，结果是蜕变。

你在灵性进程上工作得越努力，灵性进程就越有可能被心智的阴谋诡计所污染。我们经常谈到：心智在一个伟大的决策者，却是一个糟糕的灵性支持(者)。心智对有件事很擅长，那就是定位信息以形成供选择用的模式，模式中的选项看起来有助于增强实体生存和舒适的可能性；却不能良好地宣告心智为一项灵性的资源。G 实体十分希望穿透那些灵性锻炼的深沉区域，而对于正在那些区域工作的人来说，给心智的最佳评语就是它是很糟糕的选择者。(灵性的)选择需要允许(自己)在你不认识的水域上行动，接受那些你无法以任何显意识方式理解的、各种能量和菁华的指引。

这就彷佛你正在试图揭开一个谜团、一部「侦探小说（whodunit）」，如这个器皿会用的称呼。有个谋杀者杀害了 G 实体心智的安宁和在投生中休息的能力。这是谁干的（whodunit）？不是男管家，那是谁呢？那是甚么呢？这是怎么回事？这是从日常生活转为魔法(生活)的深化过程；随?对魔法生活渴望的增长，那个旧的、限制性的恐惧所产生的摩擦就变得越来越明显。

我们不会以任何方式建议：逃离状态(escape-ivity)的体验以及想把自己从所有事物中移除的欲望，这些是微不足道的、或能够轻易地被除去。

无论如何，我们确实建议，如果你在不知晓的状态中、依然坚持不懈，那么你在显意识层面上无法知晓的、更深层的能量就会以一种至为有用且适当的方式移动，以螺旋的方式将 G 实体内在的心智、身体、灵性之间的连接，带入一种越来越平衡、越来越有用的状态，好扩大那个内在的灵性安全所的帐篷。

现在，我们要问，有没有进一步的询问来更仔细地引导我们的评论？我们是你们知晓的 Q'uo。

G：非常感谢 Q'uo。你们给了我很多值得反复考虑的材料。我有个重要的、特定的问题，从我们第一次会面起、我就很想要问了，那就是你们能不能在允许的范围内，不管好坏地、尽可能详尽地向我描述，多次服用 LSD 对我的心智、身体、灵性产生甚么效应?

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以谈到某个，并且会尽量以守护你自由意志的方式来形塑这回答。对于 G 实体的心/身/灵复合体的决定性伤害、在摄取任何化学物质[套用你的措辞]之前就存在了。你的情绪体由于某种情况,在你很年幼的时候就确信，在此生中深入地感觉和体验会有巨大的危险。所以摄取药品的作用不是在心灵[psyche，如这个器皿的称呼]上新创一个伤口，而是向显意识心智阐明：那些已经体验到、但身体尚不知晓的伤口、具有怎样的深度和广度。

G 实体已提到，对于早期幼年时代几乎没有甚么记忆，这就暗示了那个起初的困难；而摄取 LSD 只不过是把那个困难揭露出来。(现实)情况是，觉知来临，光也进来了，但它们出现的方式不是由自我的指引所管理,而是被一种外来的物质所控制，这种物质让你体验到具有某种强度的真相或光。你体验到了那种光，但它的强度引起了可以描述为系统中的爆炸或内爆，结果就造成了叫做 B 的实体和 G 实体所描述的、自我内在的一个破洞。

这就是需要慢慢愈合的东西了；对此，我们在限制内最多能说的，如 G 实体经常说的，就是：眼前这个非常支持你的灵性社区，毫无疑问是开始?手愈愈自我和投生的最好地方。这种治疗过程非常不舒服，因为任何治疗开始时都会出现神经

首次感到的刺痛；这会产生巨大的痛苦，G 实体已经体验一阵子了。但这种痛苦是好的，因为它告诉 G 实体，各个系统正再次地活了过来。

我们发现，这个寻求圈子中有些实体和感官觉醒时的刺痛打交道、在这方面已经有过漫长的练习。我们特别指出名为 J 的实体，这个实体的内在对某种特定的难受有极清楚的理解，因此我们发现，G 实体安排了自己和 J 实体一起工作，很有好处。这个实体的教/学能力大部分位于静默中，只要你简单地观察这个实体,和这个实体作伴，就会有惊人的疗效。我们还发现，B 实体对那种特定监狱有认识，不过关系比较肤浅或短暂。其实在这个社群圈里、在场的每个人都有礼物可给出，不过在这个脉络中，这两个实体具有在教/学圈子里进行教导的最大能力；G 实体有同等的教导能力，因此这是个自然形成的、能保持十分互利的教/学圈子。这也适用于 V 实体、D 实体、C 实体，但这三个实体与 B 实体和 J 实体相比，由于种种原因在直接指导方面清晰度稍低一些，容我们说。因此我们会鼓励你对这两位个体留心观察，不是着眼于吸收他们的知识，而是?眼于掌握他们每人在经过很长时间研究和学习之后、发展出来的观点。

在紧张或担心的状态中，实体们会面临极大的压力;你可能会在观察这两个实体怎么处理这种催化剂当中、开始看入他们所呼唤的耐心、容忍、刚毅[单纯的刚毅]之深水域。注视这些实体不是为了仿效，只是为了看见另一个受苦的灵魂找到了光、喜悦、平安；也许，还不在稳定的状态，但常常能达到那种状态，取得魔法意义上、令人印象足够深刻的结果。你们圈子里，没有任何人处于完美的状态，你们星球上现存的 (extant[4])、处于投生中的所有实体，都需要更多的学习和服务的机会；不过，这并不意味?，这些不完美的实体没有了不起的故事和超越言语的美妙洞见可以分享。 亲爱的兄弟，在听你佩服的那些人说话时，不要过多

注意言语，而是去聆听他们的菁华、荣耀、勇气、聆听他们胆量和气概的范例，这些东西超越任何特定环境、直接跟内在的崇高与理想对话。

你们的幻象世界是一个行动的世界，你们的文化以多种方式教导你们赏识完成的工作和取得的进展。不过在灵性演化的进程中，必须领悟到，转化能量的重点不在于作为，而在于意图；不在于行动，而在于菁华。正是在这个意义上，我们会说，轻松的能力从来都是重要的。这个器皿经常说，这个幻象就像是卡通片，它有时确实需要被视为卡通片，你的唯一责任就是为它配上正确的字幕，让人发出最快乐、最发自肺腑的笑声。在人类环境中看到可笑之处，理解在黑暗中摸索是特别为该幻象作出的设计，知道指引(系统)只能经常用这里一点暗示、那里一点线索来分享信息。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：宝藏啊，Q'uo，你们给了我好些宝藏。我运用了分辨力，但找不到任何我不赞成的东西。你们回答我的问题时、涉及了该问题中较深的那些层面。我本来想，如果你们不能回答的话，就请你们为我推荐人来帮助我，而你们向我推荐了那些我热爱、而且和我共同生活的人。

为了节省时间和这个器皿的能量，我写了个关于名为 T 的女孩的问题。 我想好了这个问题，也把它写在了纸上； B 已经朗读了这个问题，我希望那就够了，所以我会直接跳到问题的结尾来问：关于我和她的关系，你们能不能给我任何建议或帮我澄清思路？这个我衷心深爱的女孩，不能或不愿意像我一样感觉并反馈这种爱，你们能帮我把这些进程照亮一点吗？你们能给我提供些我可以反复考虑的东西，让我可以获致更平衡的观点来看待这份爱？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可说的很少，但是我们可以说的，我们的确带着一颗满溢、快乐的心来说。T 实体和 G 实体之间的学习/教导关系中已经发生的一切，没有错误；你们不缺爱也不缺爱的能力。事实上，T 实体充分且完整地爱着 G 实体，但是 T 实体在自己的进程中遇到了绊脚石，这是她在某些过去世里遇到过的。T 实体的这种情况不能用对或错来看，这只是她的人生课程和今生的疗愈；由于她正致力于一个高于自我的理想，她现在选择忽略(该课程和疗愈)。

那么，T 实体的纠结位于她自己的范围内，跟 G 实体完全无关，不是对你的反射。G 和 T 的爱情故事是真实的，容我们说，不管在物质幻象层面上结果如何；这种爱对两个实体都充满疗效、令人精力充沛、让人恢复活力。双方都给出了自己能够给的一切，不过都没有满足自己的期待，相反地，两人都感到失望和不完全。然而，你们之间的能量交换极为有益；这种能量如果释放到创造性的神性原则中，它的莫大好处会继续下去。只有在像这个器皿所说的、在**基督**意识或神性自身中，在你和 T 实体体验的最深面向中，这种关系才拥有健康、气力、意义；它无法用一种对两个实体都平衡的方式带入物质性幻象中，因此有必要在 G 实体和 T 实体两人的肉体生命之间创建空间。

爱没有限制或尽头，这一点你们已经纯粹地、深入地感觉到了。让爱的通道成为活水的源头；不是因为说出爱或与对方在一起，而是因为该连接已经建立，爱已经付出而且收到，并且在两人的能力之内尽可能地保持着纯洁。允许这个礼物如其所是，没有失败、没有损失，只有彼此的爱带来两人生命的扩展。许多厚礼已经给出，尚未给出的东西就是不能够被给出的。这也许就是在这方面、我们可说的全部内容了。

现在有最后的询问吗，我的兄弟?

G：你们是一群好人，Q'uo。下一个问题是突然想到的，我不知道该怎么措辞。我的理解是：专一指向的渴望将达成该实体所渴望的任务，我想要知道、在你们能够发言的时间内，你们能不能谈谈我的努力，尤其是最近我特别努力在日常生活中试图抓住时时刻刻，为了进一步洞穿关于自己的奥秘，了解自我那些我还不懂的方面。你们能不能谈谈，这与你们在解读的主要部分中提醒过的「不要过于努力」有没有关系，或者我的努力是否「正确」。这会是我最后的询问，谢谢你们，Q'uo。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你的确抓住了我们回答第一个问题的主要部分时提供的思路，因为至关重要的是：一个人全心地努力，如同圣保罗实体说的「笔直向前跑」，在全时间都以自己的最佳能力奋斗。优秀的概念是和真理和美丽一样重要的灵性概念；当你自由地付出努力、用你的全部能力做好一件事，你的努力就是一种美，里面有?巨大的灵性价值。我们绝不会用任何方式建议你减轻努力的强度，确实，我们不觉得你做得到，因为这是你的天性。另一方面，一般而言，在一切事情上取得平衡标志着身体的健康、心智的健康、灵性的健康[超过任何其他事项]。

这个器皿经常说：「放轻松点，不然你会精疲力尽」。 在这一点上有两种思想学派，事实上，我们大部分赞成这个器皿。虽然这个器皿对真正的平衡还有尚未掌握的微妙差别，(但)这些脉冲：以笑声平衡纯粹、以轻快平衡强烈，都是好的本能。这些选择相同于，比如说，是否在物质界的边缘上生活*；如果实体想要艰苦地活、英年早逝，蜡烛两头烧,人们会把它视为自我放纵；如果实体的确在冒险

中死去，其投生会被看成一次因为误判而过早结束的愚蠢投生。另一方面，如果实体在灵性领域里努力奋斗并取得巨大进步，接着为了走得更远、认识更多、更多地察觉，而让蜡烛两头烧，同样在招致英年早逝，因为当他的能量耗尽时，这个器皿所称的灵性之耗竭会很快出现。
(*编注：live on the edge，字面是住在边缘地，意指靠危险工作维生)

容我们说，若该实体作出努力后就释放它，然后在指引、**神性**、(宇宙)造物的陪伴下歇息，他可得到极大量的帮助。前往强烈(努力)的驱动力有部分基于认为自己是在独行的想法。可是，灵性的演化的确从来都不是孤独的，因为你住在一个由有形和无形的实体组成的家族中；那些无形的实体生活在内层空间、以及你到**地球**投生前住过的环境里。 你在一切顺利时、感到的那种平静的心理，值得好好地依靠。当你作出努力后，用感谢来环绕它，向着所有有形和无形的实体，尤其是属于你的指引系统的无形众生，表示你的感谢，因为这个指引系统正在帮助你掌握方向舵与龙骨(平衡)；事实上，你无法知道这一点，但它们的确在帮助你、引导你走正确的方向。去依靠那种帮助，在那种帮助中歇息；如果烦恼和气人的事太多，那就允许自己逃开，但同时向你的(灵性)家庭发出消息，告诉他们你需要帮助。不要试图独行，永远都不要觉得孤单：我们和你在一起，**造物者**和你在一起,很多被你的希望、理想、和进程吸引的实体都和你同在。一旦这个系统被呼唤，你可以明显察觉到它的气力；我们鼓励你在需要时、好好利用这种安慰的源头。我们所有人，肉身中的、肉身外的、内层空间、外层空间，都是同一个存有(being)。 只有一个爱，一个希望，一个景象，一个真理。真理永远不会对两个人显示出相同的样子，但它始终是无限合一的。

我们在合一的一体性中，在单一起初**思维**的爱与光中离开你们。
Adonai。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai。

原注

[1]G 给了 Carla 一篇很长的论说文，Carla 在这次集会举办以前、花了几天读它。

[2]trope 的意思是「一种非字面性的说法，比如暗喻。」

[3]condign 的定义是：「应得的，适当的：(例句) 通过冷静思考后，觉得去担忧一个人应得的惩罚好像没甚么意义。（ Henry Louis Gates, Jr.）」

[4]extant 的定义是「仍然存在，没有被摧毁、丢失或灭绝。」

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0112b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0112.aspx

---

☆ 第 2811 章集：宇宙和寻求者

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年三月 21 日

小组问题：Q'uo，今天我们一直在讨论：宇宙(universe)和寻求者之间的互动与关系。我们想要你们讨论一下：宇宙怎样回答关于寻求者的问题，关于身份、服务、转变的问题；以及寻求者怎样才能最佳地聆听、回应并知晓宇宙提供的答案。另外，这些课程对耐心有什么教导，我们怎样才能在生活中祈请并履行那种品质呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意；在为祂的服务中、我们今天来到你们中间。我们感谢你们每一位拿出时间和能量、好将这项工作奉献给对真理的寻求。跟你们一起进入冥想、成为在安静中说话的那个静定微小之声的一部分，真是一种极大的荣幸。今天我们十分高兴跟你们谈论：**在寻求者和造物之间、发问者和回答者之间的关系，及其特性**；我们为这个发言机会感谢你们。一如既往，我们会请你们每一位使用敏锐的分辨力，来掌握该从我们所说内容中采纳什么；你们每人都有很好的分辨力，能够感觉到跟你有共鸣的想法，也就是那些此刻对你有帮助的想法。除非你感觉到那种共鸣，否则我们会请你让那些想法路过，毫不犹豫地丢开它们。以这种方式，我们会觉得能够跟你们分享我们的心、而不必担心我们将侵犯你们的自由意志，因为我们真的不希望成为任何人的绊脚石。

你们今天的询问驶入了存有本质的核心。也许你们并没有打算使这个问题探测到如此之深，不过，该问题涉及寻求者和该信息系统之间的关系，该系统构成了创造性原则、神性原则或太一无限造物者。所以，我们会首先退后一步来凝视**太一无限造物者**，因为这个概念本身就是回答你们问题的一把钥匙。在这个寻求圈中、每个正在呼吸的人、每个可能阅读这些文字的人[以此作为在一个特定时刻的生命体验]，在听到或读到这些话之际，都是太一无限造物者的一个部分。每个显化中或在第三密度投生中的灵或魂、其最真实的部分都是相似且平等的，属于神性的一部分、从未和神性分开过，这一片火花永不会知晓和起初思维分离这件事；该思维创造了你体验为宇宙的「房子」、以及它所有的室内陈设、或次元、或密度。

在清醒的意识中，几乎不可能开始能够了悟到、自己在创造性原则中的位置(角色)；肉体和生理感官的限制缩小了那些感知的门户，而且在很多时候、完全关闭

了它们。你在投生中很小的时候，被父母和老师仔细灌输了大量的教化；这种教化保证了：如果有人可能获得不带偏见的认识，完全知晓自己是造物者，那么这只会是个非常微小的群体。至于此刻你们星球上所有其他的人，我们相信可以安全地说：每个人都失去了直接的洞察感、失去了和太一无限造物者的结合。不过，合一就在那儿。也许不是每个人都有意接近合一，但合一继续存在着。你不能摆脱祂，祂不是一张可以换毛的皮肤，永远都不会被更新。**人类经验[容我们说]、第三密度的投生经验全都跟死亡、更新、结束、开始有关，而在整个肉身生活的过程中，你的精要存有的最根本部分是不会改变、成长或转变的；毋宁说，它即是它之所是**。在这个器皿认识为《圣经》的神圣著作里，造物者如何描述祂自己的呢？**「我是（I AM）」**

因此，你们每个人的部分都是一个「我是」。**你能感觉到「我」和「我是」之间的区别吗？你能感觉到从个人特质到菁华的转换吗？这是个重要的转换，需要对它保持清醒的认识，不仅是为了这次讨论，更是因为这种认识是基本的技巧，用以活出觉醒的生命、意识到你是谁、为什么你在这里。**这个器皿对于我和我是之间的关系会说，她希望每天都允许那个大我、即「我是」、成为自己，这样她的「大我」就是她称为的基督、或基督意识、或无条件的爱。这不是拿走自我、扔掉自我，然后用造物者、基督或基督原则来取代它。毋宁是，允许自己记住「我是」即为最深的精要自我，那是卡拉(Carla)实体的完整生命的一个真实部分。

现在，我们觉得这个圈子中的每个人都沿着类似的路线有这些希望，也就是说，每个人都希望把个人意识扩展成更真实、更完整、更深入的意识，希望表达更精要的、更有活力的自我。如果是无限意识活出你生命，那么就没有发问者、也没有回答者，有的只是合一的生命状态；在这种状态中，没有提问、等待、寻找的需要，因为一切都是完美的。这是个有价值的工具和资源。不管周围环境如何，

这个层次的意识总是一个强有力的资源，帮助自我回到中心、允许自我从具体情况的周边细节[它们在当时有着时事热点的泡沫能量]移开。在大多数的情况中，一个人无法在共识性实相里、百分百的时间都停留在合一意识、我是之内。共识性实相被特意设计来把你从沉着、矫矜自满、和对事物如实接受的状态拉开；它被仔细设计来把你的能量拉出舒服区；不是一次两次，而是周期性地，从肉体的出生直到死亡，一再地被拉开。因此我们并不建议，每个人在全时间完整地沉浸在造物者身分的我是之中。不过，**当那儿有一座困惑的丛林、而你陷入其中、找不到出路，似乎不能理性地查看自己处境的话，我们鼓励你花点时间让自我摆脱心智和情绪的繁重劳动，坐下来休息或散散步，单纯地允许那种我是意识渗透进来、接管心智及其焦点；因为在人格或条件全然消失的状态中，蕴含着投生的灵的最深宝藏：跟一切万有的连接。**

现在让我们查看一个观点，它对灵性进程的看法有较少的合一性、而有更多的二元性。这个观点假定寻求者是发问者，而宇宙、造物、或指引(系统)是回应问题的一方。这观点接近共识实相的层面许多。对于锁定在实体所扮演的角色中的人格、也许是强加在他们身上的，这个观点没有提出挑战。很多时候，(宇宙)造物怎样选择回应寻求者提出的问题，取决于提问方式里最单薄、最脆弱的细微差别。这个器皿在为个体提供个人通灵、私人解读之际，她多次要求那些向她提出问题的人、回去再好好研究一下想问的问题，确认该问题抓住了要求解读的实体所关注之事的绝对中心。她这样做是对的，因为**宇宙在回应问题时能不能自然绽放花朵，完全取决于提问的意图、情绪、和最细微的措辞所采用的形式。**接着，在造物听到那个形式后，会产生出一种绝对自动的、天然的回应过程。这种回应不能用线性的方式详细说明：先这个、再那个，然后其他的，因为它包含了很多层意图、对应于提问的能量所揭示的层次。该实体能真的知道多少，他询问的问

题所涉及的所有层次？一个实体如何才能真正深入地洞穿自己原型心智的未知领域，甚至可以觉察到他所寻求事物的完整性质呢？

稍早，你们有过一场讨论、关于最近看的一部关于耶稣·基督实体之生命的电影*。本丢·彼拉多在电影里问了个问题：「什么是真理？」基本上，这就是我们要对你们说的：「你的问题是什么？」要了解一个情况或问题的真相是困难的。几乎不可能知道、在问题的完整范围上、你问的是什么。在字与字之间静默的皱褶中，存在着许多你所请求的信息世界；你在发问的瞬间之态度、希望、感觉，非常精确地指出那些信息世界。
(*编注：大约是和本篇文章同年发行的一部洋片。)

所以，关于发问者和回应之间的关系，我们会说一件事：**对于探索、问题、问题的意图，对于环绕着该瞬间的一切事物**[在该瞬间来到难点、危机，并接受有个必须满足的瓣尖(cusp)]，**发问者得有最深厚的个人力量与责任。如果你领悟到了这点，那就最好带着这种领悟和你最首先问到的耐心、来形成你的问题。**你能探寻你的秘密之心到多深的程度呢？你能多仔细地体会你那些也许从未见过天日的感觉呢？你可能要做些什么工作、才能触及自己内在那些黑暗的地方、那里的问题还没有完整地问过，因为那些问题底下的菁华还没有在自我内、被自我完全救赎？你的心能把怎样宽恕的能量带到进入当下此刻、释放过去的过程？你能够把自己的希望、意图、目标举得多高呢？你能够给自己携带着骄傲的部分、带来怎样的清晰焦点，让你最终空手在真理自身前谦逊地跪下时、能够把那部分作为礼物献上呢？

一旦寻求者提出问题后、会出现那种释放的时间；然后，技巧和技艺蕴含在 G 实体提到的轻松态度(light touch)之中。一旦你唤醒宇宙去察觉你的需要，你可以

确信，祂会找到很多办法跟你交流该询问。再次地，因为这是造物者的宇宙而非人类的宇宙，所以**信息常常完全不通过言语出现，而是通过巧合、符号、暗示、在不寻常情况下偶然听到的想法，以及很多主观上有趣的事件：比如你和周围人的梦，你周围的人对某些主题的偶然评论，那些主题跟你的问题看似无关，但对你的处境以一种擦边而过的角度切入，并且有它自己怪异的、却很真实的意义。我们跟这个小组讨论过很多次，大自然的世界以及人类的世界会找到很多令人惊叹的途径，向你表达祂跟你的连接、祂对你的关心、与你的联系。**

如果有个问题似乎极为重要，想要保持一种比例感、平静感、耐心感，会是特别困难的，容我们说。你会有需要立即改变的感觉。虽然我们完全同情想望看到结果的感觉，于此同时，我们会鼓励每个人考量这个可能性：你已提出的问题在许多不同的层面上表达，其中只有一层在显意识心智上方、在清醒意识的阈限或交界处显现出来。大多数的信息进入更深的自我，告知自我、准备那个自我迎接能量中的变化，它们发生在自我网络的显意识察觉底下；接着，只会用酵母在发面中起泡的那种非常微妙的方式，在显意识察觉中浮现出来，以便于促成情况浮现，容我们说。一个人开始觉察到，以前没有空间的地方、现在有空间；以前没有感觉的地方、现在有信息或看法或感觉。自我从造物搜集信息这个漫长过程的最终结果，会在你注意到谈话的巧合、动物、或花朵的讯息、风吹草动之中冒泡出来，所以要注意寻找并接近这种好像从内心浮现的感知。所有这一切都进入自我网络，触及到能量体系统的各种内在体，这过程直觉地在你们每个人享受的肉体躯壳之内发生。**如果你对这个过程正在发生抱有信心，这是一份惊人的礼物。**由于肉体的各种限制，一个人可以看见这是个费时的过程：醒来又睡下、醒来又睡下、再醒来，让这个从梦中、从内在发生的微妙程序中恢复信息的过程有机会完成自身，确实需要花费时间。因此我们鼓励你们采用的、不是真空中的耐心，毋宁是**一种知晓的耐心；它包含该察觉：当某些事件正在发生的时候、显意识心**

智无法知道这情况。有能力对这句话[圣灵就是这样在实体里内工作的]抱有信心、那是一笔巨大的资产；如果有这种能力就使用它，没有的话就培养它。怎样才能培养对这些微妙过程的信心呢？只能采取信心之跃、花时间努力对寻求问题答案的过程有耐心；在过程发生之后，评估哪些信息源的确为你出现过，而过程本身对于把萌芽中的情况带入兴旺发展、你对其繁茂或成熟的适当方式提出重大问题，这起了什么功效。

在寻求真理的时候，在倾斜进入这个过程的内部上头、有很多可说的东西。向外探询、寻找外部的权威和知识、可能会浪费许多能量；当有一个涉及灵性进化的问题，外部世界很少有初步证据[1]、一个直指难题、情况、或问题核心的方式。这问题越是深入的，咨询外部权威的效果就越小。
（原注[1]：初步证据(prima facie)的意思是「初次印象，仔细观察之前。」）

然而，一个人可以通过大脑和心接触到一个内在的权威系统。我们不会说它是这个、或它是那个，免得限制了实体。很多人把指导灵系统看成单一或独特的现象；这个器皿会称之为圣灵，叫作大卫(David)的实体会称之为指引系统，等等。而我们向每个人保证，你们的指引系统是庞大且惊人复杂的，不仅进入第三密度的内在层面，还进入灵性团体之间的家族关系，容我们说，它们与其他密度之间的连结等等，所以**这个可以用提问来接触的指引系统，等同你对于自己的内在层面、外在密度的全部觉知，还有你们每个人指引中心、即第六密度的自我，它正在回看第三密度中的自我，提供它在那个幻象中拥有的觉知之收获。**

这个支持你们每个人的庞大家庭可能需要些时间才能回应、进而在你自己的意识内显化出来。所以我们给了这个器皿一个形像，耶稣实体在圣经中讲过它。这个形像是一个人进入房间暗自祈祷[2]、暗自表达痛苦，在自我完全独处时，通过询

问这是怎么回事、真相是什么，来献出自我的心、苦难、以及能带入这个房间的全部自我。保持安静、保持沉默、完全于内在做这些事，这是一种非常有帮助的技巧，因为它会在祈祷者那间小屋子里、逐步建立起一种强度。也许你们每个人都熟悉[显化物质的]灵媒怎样在密室里收集灵质体(ectoplasm)，使它可以在降灵会(seance)中显化出这个实体称之为鬼魂或灵体的东西。正是以这样的方式，你可以收集你祈祷产生的能量，把它保留在那个小密室中，保留在你和问题以及回应系统的连结点，那个点即是通往无限智能的门户，停留在那里，刚好经过大门口的狮子、刚好进门、刚好进入内部、在那里休息、允许这过程前进。

（原注[2]：这段引文出自《马太福音》6:18；「你们禁食的时候，不可像那假冒为善的人，脸上带着愁容；因为他们把脸弄得难看，故意叫人看出他们在禁食。我实在告诉你们，他们充分得到他们的赏赐了。但你们禁食的时候要梳头洗脸，不要叫人看出你在禁食来，只叫你在暗中的父看见。你父在暗中察看，必然酬劳你。」）

名为 V 的实体几天前谈到万事万物之间的连接，那座迷宫原来是连结一切事物的东西。就在那个点、正是祈祷者小屋里的那个连结点。因此，**你越能让你的寻求在内心静静地私下发生、特别地发生，你就有越多的机会进入深深的安歇，它在你理想的地方把你放进吊床，让你舒舒服服地摇晃、等待，在无限造物者爱之摇篮中歇息。如果你在工作一个情况时、能为自己这样做，如果可能的话、每天如此，你就能接触到内心中最有效、最有帮助的地方，于是真正倾听到太一无限造物者那寂静、微小的声音。**

你们每个人都觉察到很多技巧、可以用来判定一个特定的事实或行为对不对。你们常常讨论怎样使用摆锤以及各种解读[不管是用塔罗牌还是占星作出的解读，还

是透过超心灵或灵性咨询师]。**所有这些获得更多信息的方式都很有帮助，但是你可以看到、它们会变得多么发散而且向外，一个人会多快地失去珍贵的焦点、专注的目的、和聆听的耳朵。**你可以用水晶、金字塔，可以用大量的技巧、来找出一个情况外在细节的更多信息，我们不可能把它们全部罗列。但是，每个人都认识到灵性超市有多大，这个小组经常对此开玩笑，喜欢这种讨论。要更多地知道你周围的能量、有太多的方法；然而若想了解宇宙是如何工作的，发问者、问题、指引系统之间的最佳连结(点)，就位于你们每个人的内在。

现在，这个器皿请求我们继续前进，请问在此时、有没有我们可以进一步回答的问题。现在，有一个我们可以回答的询问吗？

B：我有一个问题。你们最开始的时候谈到了二元性，但实际上只谈论了一边。另外那一边是不是太一无限造物者变成了寻求者？

我们是 Q'uo。我们觉察了你的询问，我的兄弟。我们(刚才)谈的二元性是指：当发问者把自己看成二元性的一个动态(面)，而把回答(者)看成二元性的另一部分时，发问者所感知的自我二元性。反之，一体性态度会把发问者、问题、指引都看成同一个系统，这个系统完全没有脱离自己，而是在努力扩展自我的一个单元；在这个意义上、我们会说：如果发问者有一体性态度，那他确实就是造物者，这是正确的，我的兄弟。

有进一步的询问吗？

G：Q'uo，我有一个问题。Ra 谈到意志时说：**意志是至高无上的，不要低估它；在信心中使用意志可以创造改变、在道途上加速(前进)**。然而，我对于今晚要举

行的仪式有疑虑，在该仪式中、我会使用意志在意识中创造改变或转移。通过阅读过去的(通灵)手稿，我知道你们对于**用意志使改变发生和等待改变之间的哲学要点**、已经谈过很多次，但是我想知道你们能不能更具体地针对这个特殊情况谈一谈？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**一个人觉得该意愿状态对自我是正确的，该状态就是这个器皿所说的「真知(gnosis)」，你对自己打算去做的事有一种确信。这涉及知晓自己的内心和真实的感觉、到了某个地步、以致于愿意站出来说：「这就是我。我想望这样表达我的意志」。以这种方式献出意志，有一种内在的知晓在背后支持、让你有能力抛开一切恐惧和疑虑，直截了当地、坦诚地对手中目标运用意志。对于自我保持坦诚的纯度、是获取关于自我的这类真知或可靠洞察力的一把巨大钥匙。**

对于即将到来的情况，如果你知道自己的服务意愿，但不知道需要什么具体的服务，这会带出对意志的第二种使用，也就是赞同无限造物者和指引系统的意志、赞同你为整个投生设置并对它抱有信心的基本投生计划，交出(abnegate)自己的意志。在这种情况下，强迫使某个结果胜过其他结果是愚蠢的，意志只需要用来把整个自我带到一个臣服点，以致于造物者的意志变得更明显，(自我)便带着努力与聚焦[具备完整、充分的强度] 来跟随祂。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：是的。我想我已经有足够的技巧，在创造仪式时不会强求这个或那个结果、或者请求任何具体的事件展现，不过，我的确带领了意志来臣服于造物者，尤其是在仪式结束的时候。所以我的问题是：如果一个人觉得自己还没有完全地、百

分之百地、彻底地臣服于造物者，那他能不能用自己在内心中察觉到的意志、对于造物者将会给出的任何结果和路上会遇到的任何催化剂，产生更完整的臣服，把自我落后的部分带上、使它们愿意降服和接纳、为了知晓造物者的意志？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。肯定可以。

G：你们太棒了。谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在有进一步的询问吗？

B：Q'uo，你们在许多场合使用了信心(faith)这个字汇。**请定义你们说的信心是什么意思？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们从这个器皿、在她的词汇库里选择用字。你也许已经注意到，我的兄弟，我们使用信心这个词的方式，常常有些无形的不同。信心一般而言用来表明确定性。这个器皿看待信心的方式是我们相当可以接受的。在她的心智中，**信心跟知晓一切都好是连结的。**她谈到信心时倾向于表达这个意思。不是说她把任何事实、教条性原则、或信条附加在信心这个字上面；**毋宁说，它是一个名词、用来表达一种态度：对于完美实相与造物样式之正确性有内在的确信；而她和造物样式相连、并且是其中一个积极又有创意的部分。**

当我们使用这个字、我们试图表达一种信任感，不是挑衅的自信，而是在平安、自信、确信当中歇息；所以该知晓不是对抗、好辩的、或甚至满口事实的，而单纯是一种心智的态度，这种态度假定并坚持造物的特性：关于每个实体在造物中

的位置、受苦与表达的模式、以及时时刻刻似乎都在你周围移动的体验，都是对的、都是好的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：不了，谢谢你们，那是美好的(话语)。

我们感谢你，我的兄弟。

现在有最后一个询问吗？

T：Q'uo，我不确定你们能够说多少，但是对我在就业问题上作出的决定、和正在追寻的主意，你们能做任何评论吗？

我们是 Q'uo，我们对你的热情温暖、令这个器皿微笑，我的兄弟。我们能够说，我们觉得你的确立足于信心之上。对于你和那些已作出的决定，我们表达完全的信心。当你进入那些超过舒适区的地方、那些具有未来事物吸引力的地方、甚至正于你的内在逐渐成熟的地方，我们和你在一起，我们和每个这么做的人在一起。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不了，谢谢你们，Q'uo。我只想要向你们，也向 Hatonn 群体，送出我的感谢和爱。

我们是 Q'uo，我的兄弟；容我们说，Hatonn 群体非常欢迎你说的话，一如既往，Hatonn 此刻跟我们在一起。

我们衷心感谢这个小组允许我们成为你们的美好本性、甜美冥想、和这寻求之社群的一部分。能够在你们的模式之内提供某种小小服务，对我们是多大的荣幸和祝福啊。我们向你们担保，你们为我们提供了巨大的服务，我们感谢你们。

一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。Adonai。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0321b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0321.aspx

---

☆ 第 2812 章集：人生的新方向

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想 2004 年三月 11 日

C 的问题：一些事件似乎在准备我迎接人生的新方向，我想要让 Q'uo 尽可能地多多谈谈这个方向。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中、我们今天来到你们这里。让我们说，我的兄弟，能被呼唤来跟你

谈谈这个问题——你可能被呼叫前往哪个新方向，这是多么真实的荣幸呀！我们很高兴探讨这个问题，因为它是开放的、直截了当、进入事情的中心，释放现况、拥抱将要出现的情况。

我们现在只请求你们一件事，那就是在聆听我们谦卑的话语时，请你们不要以任何形式认为、我们是高于你们的权威。我们可能会有某些意见，也非常乐于分享我们知道和思考的一切。然而，我的兄弟，知识和真理难道不是非常主观的吗？因此，尽管我们的目标是直接跟你们的灵魂对话，我们也了解到有些箭会脱靶，所以请你们在聆听的时候、留意地抛弃那些跟你们此刻没有共鸣的东西。了解这一点之后，我们就可以自由地表达自己、而不用担心会侵犯你们意志的自由和你的进程。

在这新方向的问题之中隐含着一个假设，那就是可能需要抛弃旧的方向。因为名为 C 的实体在给这个器皿的一封信中写道：好像自己有一种模式、没有适当地评估重新定位自我就开始采用新的方向；即在某些活动的交会点中重新定位，而那些活动曾经似乎是新方向，因此自己带着热情和喜悦跟随了它。但一次人生只有这么多能量，明智的实体不会向后看、而是向前看；因为正是在当下，当下为未来的自我播下种子。所以自我进化的寻求者应该好好想想这一点。为此，我们会问 C 实体，能作出怎样的真实评估：他可否为棋盘上的每个棋子，容我们说，付出热情；作为一颗移动的棋子，其会占用多少自己愿意花、也花得起的时间和能量？关于适当的生活方式，对于这颗棋子，和谐是什么？或者进一步说，相对于棋盘上的其他棋子，棋盘上移动的正确方法是什么？

这个器皿最近得到鼓励，去对她头脑和心里的那些事做这种评估；她发现若自己用分析性心智冷静观察，相当容易陷入以几种方式之一来把它们排序的陷阱。到

最后，这个器皿选择的标准主要是和热情有关。**怎么给事情的重要性排先后次序呢？这个问题变成了：她对哪件事情感到有热情呢？正是这个练习、把这个器皿从一直觉得被日程表上的事情压倒或席卷的感觉中、解脱了出来。**我们可以富有成效地建议，在作更深入地、追根究底的评估一个丰富而充实的生命之前，可以先采取这个办法。C 实体注意到，有些东西的确需要从货车后面掉下去，但是为什么要掉下去、以什么顺序掉下去呢？这种有意识的、以智力为基础的分析比较浅显，对于以这种询问作为前提的那些深层问题，不能潜入其菁华；但是它也许能够用某种有用的方式、在心智中把情况整理归类，让人在智力层面上能够理解全局。

至于更深地进入这个新方向的询问，以及我们能够说的内容，你们也许已经预期到、我们无法具体谈论涉及的新方向，因为我们不能做你的工作，也不会从你身上拿走这项工作的重大荣幸和责任。在人生中面对新方向这个问题，有一种荣耀；**有个诗人说过，它以一块「意义深长的土地之生命」[1]为前提，那生命从自身挖掘出有价值的东西，这些东西得到了珍视、并且历来都被他人珍视。因此，当一个人想望拥抱新方向的时候，需要在凝视中关切这些更深入的问题。**C 实体习惯性地想望去凝视思考的过程，透过时间凝视自我，查看那些重复的想法模式，开始跟它们一起坐下来、分辨那些想法的主题。很多时候，有些用过的、也许充分用过的模式，由于感情的缘故，还保留在活跃的心智中；有时需要就自我活跃的、精力充沛的中心方面，重新评估这些模式，而该自我中心似乎在继续前进、试图进入新的方向[容我们说]、进入新的思考和存在的方式。

你不会只从数量上来考虑这些事情。因为每个询问线路、每个富有成效地花费时间的途径，都是一个充满各种品质的完整世界，而不光是一个事实的单元。受到珍视的事物远比事实更有价值。如果行进的大街被人们珍视，它们远比街道有价

值。每一次转向、每一个新计划，都暗示了一个光环或临在、或一个天地。C 实体此刻的学习和服务，需要哪些道路呢？这是个适当的问题，我们相信它正好就是你提出的问题。但是，要了解到，你所问的东西、可远比能用数量或实质来描述的情况，要微妙得多、复杂得多。

让我们回到前面有过一些讨论的那个字，也就是「热情」。**确认一个人热情的中心，总是好的。为了确认，常常有必要释放涉及自我的一切假定，然后从一个单纯探寻自我的地方开始**。

刚刚过去的这个周末，这个器皿在例行的周日下午为了小组冥想而通灵；该小组里有几个人和 C 实体一样，正在思虑新的方向；接着他们提出了一个很类似的问题。对于他们、还有你，我们讨论了这个器皿在她的住房重新布线的经验，因为先前的(电路)配线不足以承载这个器皿想做的事所需要的功率。新的方向确定以后，在跟随这个方向之前，人格之房屋[容我们说]或小我(ego)之内常常必须经历一个解构的时期。这个人格房屋也可以说是自我的某些外壳面向；这些面向有时需要温和的评估，你也许需要以一种更有帮助的配置重新定位它们，以便于讲述住在人格、名字、身份这所房子里的存有实质，其真相是什么。所以，我们会建议你对于该能量实体作一次温和的深思和仔细的检视；能量实体就是你自己、你人格的核心层面、以及人生命体验的表层。这么问自己是好的：「我是谁，我觉得最深入的自我部分是什么？另一方面，那个我开始觉得好像我正扮演的角色、佩戴的面具、真实却变得很厌倦的名声，那是什么？」通常，别人的各种期待，尽管可能是令人愉快、恭维讨喜的，也常常会无意识地限制自我的精要能量，阻碍了它移出这个器皿所称的共识实相的盒子及其思考的传统。

在搜寻结果(的过程)中、不忘对菁华的寻求，经常是有帮助的。如果你的过程和你菁华的存有与能量的需要保持一致，那么结果的出现几乎是个衍生物。在一切演说、表达、推论的喧闹与踢踏舞中，在语言的外壳与表面口才和意义的花言巧语[无论多么吸引人]底下、有一个又饿又渴的魂与灵，它的菁华痛切地渴望去探索；不是更多地、而是更深地探索，不是更广泛地、而是以更聚焦的方式去探索。当一个人日常意识的探照灯迷上了对内心深处的寻求、把自己系结在这个焦点上，这个探照灯就得以锐化、描绘出很多从事物表面上看不到、或者肯定不大可能看到的东西。

有时候你几乎需要把自己诱开思考的乐趣，接着完全交托给黑暗、那黑暗接纳自我的神秘、接纳自我可做的事具有无限的可能性；如果你允许自己像造物者为你准备的那样绽放的话。不是说有一个专为你准备的命运、或单一正确的选择。恰恰相反，就一般的投生设计而言、肯定有一个命运，但它是指该设计中可以实现的各种机会，而这些机会从每个角落迸出，这样你永远都不会没有「重回坦途」[2] 的可能性；那(四字片语)是：该器皿引用自一首古老雪格派的赞美诗。

适合此刻的配置不只一个，但你必须从中选一个。我们鼓励 C 实体更深地进入自己内在的未知国度。你可以用一个简单的练习来作这项工作，这个器皿在这种情况下会不时地作这个练习：站在镜子前面凝视，不是凝视自我，而是看入眼睛，或者具体地说：看入左眼，选择一只眼凝视它的里面。**这是个协助聚焦的技巧，这种聚焦会让实体从注视图像或形式的态度，转变为注视菁华；因为太一无限造物者就在眼睛的闪光中，而那个闪光是祂一个小小的全息单元。**

我们暂停一下，等这个器皿把在她和 V 实体附近、两只反目相争的猫移开。

（暂停）

我们再次跟这个器皿在一起。凝视看入镜子就是凝视造物者的眼睛。你在镜子里那只眼中能看见的闪光，隐含着情侣[3]的凝视，它被赋予血肉、为它可能找到的事物着迷。这就是你的探索。去成为、学习，然后把你学习的结果，把你的观察作为礼物、献给太一无限造物者；因为在了解你自己的过程中，你给造物者一个机会、在越来越丰富的细节中、学习关于祂自己的种种。

（原注[3] ： 第十九号塔罗牌。）

当你在这种状态中，你只需要在该连接中歇息，就能向你在镜中看到的、闪光中的指引网络、请问你心中的念头。这是个很实在的方法，能为你确认你内在的意识，它住在你身体里，却比你身体中的任何细胞、都更靠近你。因为它就是你的菁华，能够纺织(spin)出千个或百万个可以体验投生的身体。你眼中的那种光、当你凝视看入它、那光即是一切万有。所以你能直接掌握智力不能掌握的东西，知晓万事万物真的是一体的，你需要的所有信息都会在需要时来到你身边。在那种注视和接收中歇息、直到你开始觉得自己就是意识，不是肉眼看到的你，而是伟大的寰宇之眼(看到的你)、一个永恒的公民，在这个特殊时刻来到这个特殊地方、希望做特定的一些事情。

在阅读 C 实体好心寄给她的有用笔记时，这个器皿吃惊地发现，对于 C 实体关于歌曲创作的询问，有关部门评估他写作中的歌曲只有一条标准，那就是他的歌曲和电影剧本、有多大可能成为流行作品。C 实体想知道，如果他的作品太不适合创造绿色能量、这个器皿这么称呼钱，为什么他会有创作它们的冲动。不过，我们会对 C 实体说，虽然你想望去创作这些歌曲和电影剧本的形式，但你想望交流的实质是什么？**活到七十岁，现在正该进入形而上而非世俗(世界)，进入哲学而非实际，进入那包含意识之根的内在世界的菁华、而非外在世界。不能说外在成**

就有任何危害。通常，这种给予世界的外在礼物对于照亮这个星球的意识很为人们需要、很受感激、而且十分有帮助。然而，很多时候，你在投生中为这星球、及其人群服务，当中有个菁华、在很深的意义上、这就是你呼吸的目的，它与外在的礼物无关，而与内在的礼物及其发展有关。在变得有生产力的尝试过程中，自我很多时候没有得到允许完全绽放；而那种绽放、那看不见的东西，也会照亮地球。

所以，我们鼓励 C 实体敞开、进入更宽阔的观点，以得到更多的评估点，解决更深的难题。我们不想望为你解决这个难题，我的兄弟，但是我们确实想望你能看到问题的合理性和它涉及的深度。我们祝愿你在进入这段选择时间中非常地喜悦，充分察觉你拥有自由、真正为自己创造出让你绽放的适当环境。

现在我们可以回答任何进一步的询问吗，我的兄弟？

发问者：是的。如果可以的话，你们能不能告诉我，地球上的人口数会在什么时候减少？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以说，相当讽刺的是：这个星球的人口已经在减少的过程中。因为随着新出生的实体进入投生，他们的细胞结构多少被改动，这是为了让他们能更好地享受第四密度的振动；对于你们的星球上、第三密度此刻的振动、新的振动正在变得越来越清澈。

在你们知晓为地球或盖娅的行星上，会不会有某些实体被突然移走，我们无法提供该信息。这只不过是一种可能性，或者用 Ra 实体说法，可能性/或然率的漩涡。你们的人群可能拥有的未来、范围很宽。容我们说，由于在最近这个千禧年

之后发生的种种事件，许多情况已经改观；也就是说，**虽然外部情况似乎变得越来越黑暗，地球人群的光亮状态已经改善了，在那情况的全然黑暗中、以及分辨暗和光相对变得简单，有助于加速那些骑墙派[半醒半睡的人]的觉醒步伐。**

有些模式完全地肆无忌惮、起到了闹钟上打盹(snooze)按钮的作用，它说：「醒一醒，看看这是怎么回事，然后你就可以回去睡觉。」无论如何，一个接着一个的打盹按钮会把你带入更清醒的状态，开始越来越明显地看到潜藏的**全球性疯狂模式**。所以我们完全不知道，实体们会以什么速度继续觉醒，随之而来的全球氛围的光、会以什么速度开始引发这个器皿所谓的「第一百只猴子的效应」[4]，从而引发全球性政策的各种正面变化。这有可能发生，那些会引发行星地球上、人口快速减少的事件也可能发生。

（原注[4]：摘自 Ken Keyes Jr 所著的《第一百只猴子》：虽然确切的数字可能不同，这种百猴效应意味着，如果只有有限的个体知道一个「新方法」，它会保持为那些个体的意识财产。但是，如果再多一个个体取得这种新认识，场域加强，达到了临界值，那种认识就会成为所有人的意识财产。这种新认识是通过心智对心智来交流的。）

我们可以在这点上、进一步回答你吗，我的兄弟？

发问者：关于西方文明和它正要前往的方向，请告诉我、你们能说的内容。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**我们可以多少有点简略地说：你们的西方文明在地球上的整个逗留期间都找不到出路。**在你们星球经历它第一次环绕这特殊的死胡同(rut)，容我们说，运行之前[即你们第三密度实体已陷入的死胡同]，你们名为火星的行星、作为一个社会、已经完成了那个模式：选择侵略、而

非和平，选择领土的分割、而非合一的社会。接着，当这个器皿称为巴比伦、罗马、神圣罗马帝国、德国直到美国，他们启动并走过控制、战争、社会性破坏的模式之际，他们的轨道没有改变，只有走过这个特殊模式的人所穿的服装有变。

和你们群众当中许多人一样、我们希望在这个特殊时刻，你们的社会，不仅是美国，还有全球社会之中的人，能够离开增加两极对立、战争、破坏的老路子。不是说这个模式是彻底的灾难，因为就造物者而言、它很有启发性，帮助造物者发现：什么东西对于改善心/身/灵的进化是管用的、什么是不管用的。很明显的，在极性的某些方面、完全欠缺指引，从而助长这个器皿知晓的黑暗面得到一种不曾有过的诱人价值。尽管是如此，**你们的星球接受这个无价值的[5]、无用的模式次数太多，以致于它的整个社会被隔离，被推到正常时间线的另一边**，容我们说。就仿佛在这些实体一次又一次走过这个模式之际、时间本身已经为他们暂停了。**所以这主要涉及到：或多或少地、怎样把心智从想保持社会在分心、两极对立、沉睡状态的那些人手上收回来。**

（原注[5]：无价值的(nugatory)—无关紧要或者不重要的；琐屑或没有力量的；无效的。）

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

发问者：这太有启发意义了，我非常感谢你们。你们还想进一步对我说什么吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉要对你说的只是：「放宽心」。在你周围有很多无形世界中的实体，也有些在有形世界中，祂们是天使、只想望帮助你。祂们有很多方法给你提供信息、在你思考过程中留下看法；**你周围爱的网络中那些实体，主动努力想办法送出象征、暗示、提示、甚至很明显的**

事，让你知晓祂们在支持你、鼓励你，尝试以所有的方法、帮助你跟你内心深处和投生计划中的事保持步调一致。我们只想对你说：「鼓起勇气」。在安静中歇息，对这个世界不认识的平安抱有信心。出自那种意识、知晓一切都好，一切都将是好的。你所需要的会来到你身边，你会作出那些有帮助的选择，不管从外面看起来、它像什么……

（录音带结束）

原注：

[1] T.S 艾略特，四个四重奏之三「干燥的萨尔维吉斯群岛」的结尾(T. S. Eliot, the ending of Four Quartets; The Dry Salvages)：

在这里实现的是

生存界里不可能的联盟，

过去和未来

在这里和解、相融；

被驱动的行为本该是运动

但它没有运动的自我源头——

而是受魔鬼的、地下的力量推动。

而正当的行为

就是摆脱未来与过去。

对我们多数人来说，这是个绝不可能

在这里达到的目的；

我们没有被击败，

只因为我们还在继续努力；

我们，最终心满意足

如果我们世俗的回归能滋养

（离紫杉树不远）

那意义深长的活土地。

[2] 一首十八世纪的雪格派(Shaker)歌谣：

单纯是礼物，自由是礼物

到达该去的地方是礼物，

我们发现那个地方

就在爱与快乐的山谷。

弯腰鞠躬，我们不会害羞

因为我们获得了真正的纯朴，

转圈转圈，是我们的快乐

转圈转圈，直到我们重回坦途。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0311b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0311.aspx

---

☆ 第 2813 章集：圣诞节与冬至

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年十二月 21 日

小组提问：今天我们纯粹想碰碰运气。Q'uo，我们会乐于听你们跟我们分享任何东西。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们今天来到你们中间。你们用寻求真理的渴望呼唤我们来到你们小组，我们为这种极大的荣幸感谢你们。一如既往，我们只向你们请求一件事情，那就是请你们用挑剔与谨慎的耳朵听我们所说的，把任何不适合你的观点或想法迅速抛弃掉，只保留那些似乎跟你有共鸣、对你个人有特别意义的东西。我们觉得我们并不是权威人物，而是跟你一同走在寻求者之路上的伙伴。如果你守卫自己想法的进程，我们就可以自由地跟你分享我们的想法、而不用担心我们会侵犯你的自由意志。

我们发现这个小组没有给我们任何开头的问题，而是给我们机会，借由我们可以分享的东西、进入你们没有表达出来的那些能量，用一种也许是比较不明确、较不直接的方式来谈论它们。我们察觉到、你们称为圣诞节的能量此刻非常地深入这个团体和你们的文化。(我们)观察到很多实体在冬至来临的黑暗时期缺乏喜悦，这是有意思的，因为的确，这个黑暗、冬眠、冬季的能量，就是一年中这个季节的能量。那些投生快结束的实体在这段时间，很容易得到比平时更多的机会去迎接黑暗，因为黑暗邀请所有人加入它。这是一种诱惑，它把很多人带入位于投生之间的通道，经由所谓的死亡进入下一个意识阶段。内层空间接收了所有经过死亡大门而来的实体之后，每个穿过那个通道的实体就会有机会、来发现自己的下一步是什么：是治疗、然后回顾和检查刚刚结束的那次生命呢？还是像有些穿过死亡大门的实体那样、很清楚自己所得到的、在内层空间工作的机会，故而极其渴望进入新的工作、新的项目和新的服务呢？

对于那些完全被黑暗吸引的人来说，黑暗在一年中这个季节里的邀请，似乎比平时更具诱惑。矛盾的是，也正是在这时，实体最深的冲动是照亮黑暗，用欢快、

噪音、和活动来为黑暗补充能量，仿佛这种忙乱的快乐可以使得内在的灵魂分心、不再全神贯注地搜集黑暗。那种黑暗的邀请和诱惑，常常深植于你们庆祝的欢快中，好像人类的能量在不知道如何与黑暗合作的情况下，发现必须升起对黑暗的防卫、否认黑暗的实相。因为黑暗不光是物质性的、不光是因为你们的大气层中缺乏太阳。当然，物质性黑暗肯定是人们感觉黑暗[那缺乏光的体验]的主要方式。不过，这个季节的能量不只是物质性的，还有不同于物质的组成。部分原因是，物质性黑暗和自我之阴影、自我之黑暗互补、配对；好比该器皿这样的实体宁愿不去和自我之黑暗打交道，因为，虽然它无可否认地是人格的一部分，但不讨人喜欢。我们觉得可能值得好好注视这种尝试：试图把一切都变得明亮、充满光，接着拥有一个欢乐愉快的季节。

当然，这个圈子里的每个人都曾体验过这个特殊季节的繁忙，如 T 实体说的，圣诞节时期和各种圣诞活动。名为 T 的实体说的是，实体本来可以彼此祝福，向彼此送出各自的思念而无需买东西，也无需得到特定的物件，这似乎是明显的；不过，一年又一年，一个世纪又一个世纪，面对一年中最短的白日和最长的夜晚，人们饥渴地转向庆祝活动，用庆典在所有的黑暗和阴影面前举行一场勇敢的表演。

让我们注视圣诞节的故事，因为它里面带有黑暗。这个器皿从她的主日学校得知该圣经故事，有其美丽之处：纯真的诞生、天使访客和地球的智者都前来荣耀这小婴儿。然而，有个地方也许不被强调、但肯定是故事的一部分，那就是耶稣实体的母亲，在没有先出嫁的便利或尊重的情况下就被带上了产床。此外，她被要求嫁给一个比她大的先生，而这个人对据说是圣灵之手带来的怀孕并不特别高兴。还有，在怀孕期的最后关键时刻，这对奇特的夫妻被迫在隆冬的严酷天气中旅行、来到一个连床都没有的地方，于是，玛丽亚实体在一个马厩中生产，婴儿

耶稣睡在堆满了干草的马槽中。这些细节讲述了该季节在物质与形而上的黑暗、灵性上的不方便、灵性生命的要求，还有这个婴孩要出生的要求：等不及(父母)结婚，等不及礼仪，在黑暗中、在寒冷中、在马厩中坚持要出生：没有便利、没有计划、没有先见之明，单纯地说：「时间到了，现在该我出现了。」

如此是你自己灵性的本质。人灵在季节的黑暗中得到滋养；当你自己的进程表把你带入新的诞生时，你被带到产床上，于是你的灵性自我在肉身(incarnation)中出生了：这就是活在投生中的重要价值之一。你把灵魂带入了肉身，但它显然隐藏在人格、文化、制约的素材中，有时候甚至藏得相当深；当你开始察觉投生情况及其优势时，你就能够在投生中、决定去唤醒内心沉睡的灵魂。

自我内在的黑暗同时蕴含着灵魂的财富、和比较不受欣赏的灵魂阴暗面的财富。当你把这婴儿[如同你的灵魂]带入显意识察觉中、仿佛他是个需要爱和照料的婴孩一样开始抚育他的时候，你会开始把那个内在结构[见证你在投生中所承受的一切]带入更清晰(的视野)。当那个内在小孩开始表达自己，开始伸手触及他看到的光，开始有能量和活力依靠自己行动、并开始在投生中成长的时候，那个见证者(内在结构)能够释放黑暗的想法和快乐的想法，继续做见证。当你养育内在自我那个美丽部分的时候，我们也会请你非常小心地观察，找到那只会咬人的狼，找到那个杀人犯、小偷、通奸者，找到那个的确加入了自我黑暗的自我内在实体，找到那个以自我为中心、具有首先想到自我的冲动、那个自我本位的部分。一年中的这个季节是关注自我被忽视的部分的最好时候，邀请它进入心之壁炉、那个被温暖与柔和照亮的圈子。

这就仿佛自我有些部分被否认，因为它们似乎太黑暗、太自私、或邪恶或严酷或粗暴。不过，若没有全部的(特性)，包括光明和黑暗，你所是的完整实体就无法

正常运转。很多时候，那些向着美丽、真理、纯净发展自我极性的实体，会觉得必须否认自我的阴影部分，把它们丢开；而我们请你们保留你确实拥有的那个三百六十度自我中哪怕最小的微粒。因为你内在所有的声音，所有「好的」一百八十度和你标示为「不好的」一百八十度，都需要整合进入内在的和平国度。

这个器皿多次提出过这个问题:「什么是和平(peace)？」因为她每天晚上都为和平冥想[1]。理解和平，把和平看成有生命的东西而不是枯死的观念，**关键之一是理解到：和平是光明与黑暗的完整又和谐的整合，它把一个完整实体心里的一切带入平衡状态，让实体能用所有的机能处理事情**；不光是会做好事的机能，还有会做可能被认为是负面事情的机能。因为小偷、贪心的人、懒人以及内心所有那些黑暗的声音，都可以被感染，变成意志的基石，这个意志的基石把刚毅融入爱的表达。自我的「光明」部分可以毫不费力地表达爱，但当情况变得艰难的时候，能在困难中站稳脚跟、经受考验的，正是自我的黑暗面；那相同的黑暗、可能成为咬人的狼、变成了光明所能得到的最好支持。一个充满光明与黑暗的投生、在大自然季节和内在生命季节的循环中，这即是被希望的结果。
（[1]原注：这些冥想在每天晚上的美东时间 9 点举行。来自全球的人们都加入我们，你也可以加入。如需更多关于每日和平/盖娅冥想的信息，请查看爱/光研究中心网站上关于盖娅冥想的页面：https://www.bring4th.org/gaia/ ）

我们利用这个机会赞美光明、也赞美黑暗，并请你们大家致力于拥抱自我的所有部分，热爱每个部分、为它们增添荣耀、尊重它们，每天想办法进入生命更有意识的和谐中。**当你能够在自己的内在王国中找到和平时，你就能够有力量为你周围人的带去同样程度的和平。**无论你如何努力奋斗，如果你不拥抱自我的黑暗面，你就始终只能做个较差的和平使者，你的声音就没有力量把内层的能量空间中的一切、直接投射到地球层面。

在一年中的这个时候、这个器皿的脑子里装满了天堂里的天使，赞美上主说：「荣耀归于至高的上主，和平归于善心的人」。我们祝愿你有那些天使，祝你有这个珍贵的黑暗时期带来的真理。祝愿你们每个人带着安宁和自信、进入冬天这个黑暗时期，允许情绪和记忆的巨大波浪流经你的想法和感觉，洗刷你，让你富足、健康，带给你真正的平安。

我们会请问，在我们离开这个器皿之前是否有任何询问。

J：是的，Q'uo，我有个问题。现在的面纱很薄，我想知道你们的印象是什么。我明白任何时候都是冥想的好时候，不过你们有什么建议来找到办法和这种薄面纱随时连结吗：不管是现在、今天，还是明天？我们可以做任何事来分享这种薄面纱状态呢？

我们觉察了你的询问，我的姐妹。当然，你的看法有道理。地球的能量和它的内层空间、在这个时期的确对外在世界非常透明。冥想肯定是个好主意，我们难以想象我们会在任何情况下讲跟冥想无关的事情！不过你还可以使用这个器皿称为的冬至宣言来跟现在的能量连结。在冬至，可以很有效地表达你想望交给黑暗的东西：贪婪、全球性饥饿、世上的疾病等等，也就是你可能认为不大理想的一切事物；这些东西有名字、把它们交给黑暗。这样做的健康性在于：它能把这些能量从你的自我内在意识释放出去。仿佛现在正是个好时机，让你可以跟这个器皿知晓为毁灭者湿婆[2] 的能量联接，在一定程度上把所有你想望从自我释放的东西交给母亲：「我把全球的饥饿交给黑暗！我把战争及其兽行交给黑暗！」最好为这种能量创造更多的节日聚会气氛，好让参加聚会的人可以感觉到释放这些印象的欢乐。

（原注[2]：湿婆 Shiva 是个伟大的瑜珈苦行者，舞蹈之王。他是宇宙的教师，无所不在、全知者。湿婆能以任何形态出现。他最初叫作吠陀楼陀罗（Vedic Rudra），也被看成火神，Agni。作为吠陀楼陀罗，湿婆以一个可怕神的面目出现，即毁灭者 Destroyer，总是需要被安抚。然而在受到崇拜时，湿婆/楼陀罗就变成了一个仁慈的神。出自：www.courses.rochester.edu/muller-ortega/rel249/siva/Shivahome.html）

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

J：不用了，谢谢你们，Q'uo，祝你们冬至快乐。

我们同样感谢你，我的姐妹。现在有另一个询问吗？

既然我们似乎用尽了这个小组的问题，我们将向你们告别，感谢你们每一位拿出宝贵的时间坐在一个寻求圈中、向我们提问。无论你在什么时候，要求我们跟你在一起、帮助你冥想、或者我们的在场使你觉得更安全，我们立刻就和你同在。你们只需要在心智中提出请求，我们就会和你同在。

我们在太一无限造物者的爱和光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_1221b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_1221.aspx

---

☆ 第 2814 章集：对的航向

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2004 年二月 15 日

小组的问题：今天的问题和各种改变有关，不管是换工作、改变态度，还是激发出新的喜悦、平安、和谐。当我们尝试改变、在第三密度幻象中努力引发变化时，怎么才能知道自己逐渐在成功？有没有为我们预定好的途径或方式？这是我们完全靠自由意志在每一刻作出的选择吗？**我们怎么才能知道、自己精准地处于对的航向呢？**

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们满怀热诚与快乐的精神、并在太一无限造物者的爱与光中问候你们，在祂的服务中、我们存在。我们感谢你们、今天加入这个寻求圈的每一位。我们的快乐是被这个团体呼唤，一如既往，我们只请你们在聆听我们的想法时、小心使用你们的分辨力。因为我们在分享想法时、需要你们知道，我们不是权威、而是同行的寻求者，我们跟你们分享的只是一些意见、而非已证明的事实，请从我们所说的内容中拿取你们喜欢的想法、丢开其它的；这将使我们能够谈话而不必担心会侵犯你们的自由意志。最好小心守卫你接受信息的入口，因为你相信的东西就这样被接受了。如果你所相信的东西跟真理更自然的模式相当地不同，其间的扭曲可能难以领会、也难以感知，从而难以把自己从中解脱出来。

的确，这是你们今天问题的一部分，因为**你们问到关于改变，以及如何知道适当的变化正在显化、怎么确认那些改变的确适合你的投生模式**。这个器皿跟叫作 B

的实体谈到一片造物者创造的土地、她称之为「阿瓦隆」(Avalon)。B 实体说：他以那种没有语言、但能表达情绪和感觉的声音、跟阿瓦隆谈过；他觉得那块土地本身在过去被滥用、误用，或过度利用，以致于土壤耗尽了它想望拥有的养分来支持生命，于是这块土地就被忽视、抛弃了。结果是，它对人类感觉到畏缩，有些不信赖。

这个器皿并没有想到、这是一个双向互惠的关系；因为她具有信任且有些孩子般的方式，看待一切事物和品质都仿佛是：它们全都很乐于看见她。结果那片阿瓦隆土地对 Carla 实体的反应是：确实乐于看到这个精力充沛的灵魂，乐于跟她用她想望的任何方式联系；但这个器皿并没有试图在这块土地上种植，也没有问阿瓦隆想望的是什么。在注视一个大到无法完全想象到的变化时，确实需要考虑这件事。如果问题是「你想要什么」或「我想要什么」，那就把心思抛回形式的世界、而非实质的世界。然而，如果向当下此刻发问:「它想要什么?」「生命的情况在此刻要我做什么？」那就是一个无目标、非智力的问题，因此有很大可能收获到某种感应。但是，这种感应很可能是针对本质、而非针对要走的合适道路具有什么形式的感应。如果问题是开放的、清楚地显示自我和造物之间有一种关系，它就会争取到(自然)造物的合作；因为造物当然是自我的延伸，正如自我是造物的延伸，两者在本质上都是全息的、映射出造物者。

我们经常说万物是同一个东西，但当你涉及外部世界、那个似乎外在的共识性实相，要有意识地把它包括在决策过程中，问它想要什么，该问题就以一种非常特别的方式变得完整。最好不光请教内在的自我，还要请教外在的自我，那个向你映射出造物者的镜子系统，也就是那个外在的造物、你居住的地球、以及地表上跟你同行的人。这些能量和菁华也具有生命、感知力、意志。一旦你请求合作，它立刻就被收到。所以**要点在于继续倾听、继续发问、继续进行这种活生生的、**

多变的对话；它穿透所有的形式、进入实质的世界。巧合或同步性或命运展开的特性，如果你愿意这样说，就是这样，若你请求越多的合作、在持续的基础上期待，你得到的资源来源就越丰富，它们热切地要和你分享信息。

我们多次谈到这个事实：信息能够穿过自然世界出现；确实，信息经常穿过各种动物和元素出现，这些动物和元素跟你身体的能量场、意愿、希望的能量场同步运行。所以，让我们来看看意愿和希望的领域。在这个团队中有两个，应该说，三个实体和两个关注点，带着自我对一份新工作或新职业的实际承诺，以及尝试从无到有建造一个合作或协作的网络，这种合作具有一种混合特性：部分灵性、部分世俗的。(在此，)远见或预想的过程是重要的。

当然，从商务的立场来看，众所周知的，一个人会经历一个计划的过程，问问自己想达到哪些目标，可以利用哪些资源来促进那些目标，等等。或许，人们比较不清楚的是：对于周围的环境以及围绕当下此刻的能量，也得遵循这相同的过程。每个人和当下此刻的链结都是自我，这就是为什么真理是如此无限地个体性、个人的。一个人总是从自己熟悉的环境、走进以前从未到过的地方；当下此刻总会在新的世界里找到你们和我们每个人。它花费了亘古的岁月和无数的密度以及许许多多的投生、老师、想法，才把我们每个人、你们每个人带到这个准确的调频，你们带着它迎接当下此刻。因此，你的世界是全新的，没有任何事情可以被视为理所当然地。所以，**最好以新的眼睛来注视当下此刻的新世界，不带有假设、不带着愤世嫉俗的眼罩和狂躁的热诚，歇息、放松，进入自我的中心**。

如果你愿意的话，绕着这个圈子、在顺时针方向的律动中，感觉该团体的能量在移动、在成长、在你们周围形成一座光之圣殿。现在继续那个练习，但只在你的生命轨道中移动，感觉你是这个团体圣殿的一部份，感觉(你那)较小圣殿的光进

入团体的能量。现在，越来越深地进入内在的这个圣洁与神圣的空间，直到你来到你之所是的存有最中心、在那儿歇息。停下来，感觉这个安静的、鲜活的自我中心，就是你的心。这里就是你歇息的地方、你恢复精力和疗愈的地方；这里就是你向造物者伸手、但手尚未伸出就感觉祂握住你手的地方。**这是你与指引、真理、稳定性连接的中心。假若我们不再跟你们说一句话、没有可感知的权威提供智慧，就你进入这次人生体验之前对这次投生的渴望而言，这个自我的中心完全足以指引你；**而这个体验伴随着忙乱的呼吸和跳动的心脏[我们这么说是由于这个器皿的过敏症、及其发痒的鼻子]。在人生命的所有感知、感觉之前，这个中心就是歇息的地方、是个发射平台，你可以从这个平台跃入行动，跃入扩展的生命，螺旋进入那些要学的课程和要执行的服务。

当一个人能够来到这个自我的中心歇息，那么你在这个神圣的地方就更能够发问：「在我面前的是什么？什么是对的行动？我会看到什么、好使我对于我是谁、我为什么在这里有更多的认识？」当你从这个祈祷中睁开眼睛后，我们会请你准备好接受引导。在身边备好纸和笔，快速记下在这个回到中心歇息后的特定时刻、出现在脑子里的东西。当你从这种歇息中站起身以后，即使你在共识性实相世界中再次变得活跃、也要保持这个中心的开放。造物准备好扩展到那些吸引你、使你着迷的区域。它对各种能量都是敏感的，所以，如果你的渴望中有些冲突，这些冲突会在你的指引似乎给你的提示和线索中显示出来，因为那些提示和线索有着似乎目的相反和模棱两可的特性。因此，在试图分辨对的行动、对的存在方式(being)时，需要沉思可能存在哪些目的是相互矛盾的。

如果有一种动力关系、似乎部分指向一条路、部分指向另一条路，那就坐下来和这种动力关系一同歇息，让心智放松、远离形式，接着查看那些可能环绕与告知这种动力关系的底层议题。允许时间给这个程序，不要只在某一天问、或只问一

次。不要假设你已经收到了可得的所有智慧。那些希望住在自己生命中心的人，有一场持续不断的探求；随着你继续前进、时间继续前进、演化的螺旋继续前进，**每天都有新的信息、新的形变(metamorphoses)需要沉思，还有这个器皿叫作扭曲的残渣需要释放。**对那些追问对的行动、对的存在的人，搅混水的常常是太执着于痛苦、快乐，和一般而言，在过去不管祸福、影响过他的那些事情。

把自我从过去的精彩体验中释放出来、和把自我从过去的悲痛和苦难中释放出来，两者是同样重要的。过去的好时光为你当下此刻的实相创造了或增添了什么？如果是这样，为什么呢？还记得过往经验的痛苦和悲伤、会以一种鲜活的低语方式影响你的当下此刻吗？问问自己那问题。**释放在催化剂和经验上收获的东西是重要的：吸收催化剂的食物，消化它，和它一起工作并从中受益，这是自然的；同样重要的是：从系统中释放这些经验的扭曲残渣，否则它们很可能堵塞系统，让你进化中的能量体无法吸收经验的养分、准备好吸收更多的经验。**你完全有可能缺乏对新事物的饥渴，因为你生命中彻底消化了的东西尚未从系统中排泄出去。一旦过去的精彩时光和困难时光的价值得到完全赏识，那么释放这些经验就会变得容易许多。

在许多情况下，释放负面经验对于创造无惧的可能性尤其重要。当一个实体因为恐惧受困、而围绕着任何议题收缩，要想看清楚该议题的颜色与外形、找到解决方案，就变得困难得多。这个器皿最近的经验是：造访法国的沙特尔大教堂(Cathedral of Chartres)；她坐在一个符号(glyph)的正中心，在那个庞大的神圣空间中、它实际的尺寸约有半个足球场[1]。它是个圆形的迷宫，沿着迷宫的路线行走被认为是一种神圣的仪式；迷宫正中是个炫目的光点，这个器皿很快就感觉到了。成功进入那个中心，就是成功进入一个稳定的休息所、一个稳定的视角，从那里可以向任何方向施加灵性或形而上的影响。想知道一个人是不是走在正确的

路上或朝着正确的方向前进，像 V 实体说过的，大部分取决于这种前心理(pre-mental)的态度，某种存在于想法和观念表面底下的东西。**重点是准备好一个地方来作神圣而衷心的决定、进入那种神圣性、让自己逐渐融入那个神圣的地方、让光进来；这样，你就真的处于光束上头，这个光束就是呼唤而来的光：来自指引、来自这个器皿所称的圣灵或很多人所称的高我、来自那个流入光的地方，当你全心由衷呼唤光之际，准备好一个立足之处、一个歇息的场所。**

（原注[1]：沙特尔迷宫是用石头镶嵌在教堂中殿的地板里的。根据网址 www.beloit.edu/~arthist/historyofart/gothic/chartrescath.aspx#artifact12，「沿着迷宫边走边祈祷，朝圣者就能够重新体验前往更遥远地方的朝圣之旅，比如耶路撒冷。你会注意到这不是迷宫，而是一条连续的路。」）

就知晓你的航向正确这方面，有一种天赋能够不看而看、不知道而知道、在(两个)世界之间行走。这就是摆脱假设，摆脱预设前提，向围绕着此刻的可能性开放。这些可能性真的是无穷尽的。但是，呼唤的是哪个方向呢？哪个方向像你想望它一样地想要你呢？重点是发问再发问，居于中心、询问，居于中心、询问，直到生命的过程包含了集中心思询问、集中心思询问，甚至远远超越一个习惯，更多地进入吸入生命、呼出生命的方式为止。把发问…休息…发问…休息作为一种存在的方式，于是你正在请求自己向正确感、共鸣感开放，借由身体或任何感官，得以在你的心里和各种能量中心获得那些标志和奇观——对于你个人有某种主观的意义。当这种发问成了吸气的一部份、休息成了呼气的一部份，以及呼吸之间的时间，那么你就进入了一种心智状态、一种存在方式，它们有最佳可能性、把跟你问题有关的更丰富信息带给你。这种情况有时是很微妙的，会过一段时间才发生，但在其他情况中，你会有突然而鲜明的顿悟，第一次在那美妙的轮廓之中、看到未来的整个系统。

你永远无法预先知道、从毫无预期的发问的混沌中、会浮现出什么模式。一旦它出现了，你会感觉到它是个收敛的模式，让你知道各个碎片似乎拼在一起了，如S实体说过的。混沌似乎熔成了一个特定的量子、一个特定的情况；一个说法是它有指引的祝福；另一个说法是：一种好模式的共鸣，该模式和你在出生前设置的那些投生参数吻合。这不是命运为你安排好的、因为总是存在着无限的可能性；这是你为自己创造的一个使命[这个器皿的松散称呼]、一个服务和学习的个人计划。当你在物质层面专注于这个使命时，无论成败如何，你都会确切无疑地感测到(sense)你正处在对的地方。等待那种知觉(sense)，不要试图把它想进来、或把它感觉进来，或以任何方式强迫盘旋的迷雾散开。如果将有一段迷雾般、神秘的时间，那就像享受一场暴风雪或充裕的夏日大雨一样享受它：在暴雨中、你什么都看不见，但是天空打开了、给予生命的水分润湿了干渴的土壤。

有时候，灵性之水的大量湿气必须来临，接着暂时遮蔽(你的)视线；那时，信心就是一个强力的支持、那信心即一切都好。该信心不是相信事情总会有恰当的结局，因为实际上事情永远没有结局，也许你已经注意到人生的这个品质了。事情不断螺旋性发展，穿越许多场景与情绪，任何事情都不会结束；或者换句话说，每件事情都结束了，而故事继续前进，不错过一拍。没有盛大的谢幕，没有戏剧性的收场(denouement)。只有持续发展的螺旋：属于光明和黑暗、笑声和泪水、受苦和欢乐。然而，在所有这些体验之下，围绕着所有似乎向外(发散)的混乱之瘴气，你可以前往的那个中心依然存在。它是离你最近的东西，你可以截断手臂和腿而不失去你的中心；你可以没有衣服、没有工作，只有你带入这个共识性实相的意识，而依然像蜡烛一样发出灿烂的光；你还是有那个中心，它把你和一切万有连接在一起，和过去、现在、未来的所有事物连接在一起；你需要的一切都在那个中心里。也许那就是我们今天要分享的根本讯息：歇息并知晓一切都是爱。万事万物为一，万事万物都是爱。

你们是魔法般的存有，我的朋友们。尽管就物质生命来看、你似乎处于危险中、其实你们并没有危险。你们是永恒的公民。你们所在之处非常珍贵、是你们辛苦赢得的。你抛开别的一切，因为你觉得这次投生很重要，**值得投入你的永恒自我、值得经历许多不便和苦难，好让你可以改善自己人格的平衡，在你周围的共识性实相中服务，实现你早就设定的：那些和成为有所帮助相关的目标。在这知识中歇息，该知识是：这些事物都在恰当的地方，有很多信息来源致力于跟你以及与你相关的团体交流。**

留心你周围的那些团体。这个器皿花了一年多时间很明显地建构这个团体，但是这个器皿一辈子都在进行相同的过程；今天这个圈子里的每个人，也一直在走这个过程。逐渐地，自我和其他自我的气流盘旋与环绕，直到大家彼此相遇，在今天被吸引到这个团队。你遇到的每个实体都属于某个团队，S 实体所称的灵魂群体，或者说，那些经常一起投生、一起工作、服务的人组成的团队。所以，接触实体就是接触这些实体所属的团队，就是让自己和他人在爱与共同的希望与理想之光流中、结合起来。在日常生活中，当你遇到任何实体时，看见更深的关系，知道在远远低于你的察觉层面之下、这些关系涉及很多能量。你可以感知到这些能量、跟随这些能量，但是通常可能并不理解它们。跟随这些关系，考虑该关系、以及你在其中扮演的角色；在每个情况中、找到方法互相支持、互相鼓励。每个这样的团队还和各个高我关系密切、和更高的希望关系密切——希望团队的成员能为这星球及其人群服务。**信赖这个网络的存在，在未来的日子里、准备好遇见老朋友吧。**

最重要的是：锐化你用以走过此生的能量、借由给自己提供冥想的慰藉。在静默中花的时间、对于帮你返回那个珍贵中心[G 实体会称为当下的力量][2]所起的作

用，再怎么高估都不为过。B 实体把你们居住的地球称为盖娅，谋求盖娅的帮助吧。在大自然中散步，允许树林、风儿、各种小动物抚慰你、跟你连接，把你带回那个珍贵的中心。

（原注[2]：艾克哈特·托勒(EckhartTolle)的著作：《当下的力量》，Novato，加州，新世界出版社，1999 年出版。这是 G 喜爱的一本灵性书。）

这个器皿告知我们，我们需要在此时开放该会议给(其他)问题。现在，有没有我们所谈的内容之外的问题吗？

G：我不大清楚对这个星球的隔离工作是如何精确地进行的，但是，在那些原则内运作，**一个实体或一群投生中的实体可不可能提出请求，和外星生命或正面性质的更高密度生命，在这个星球上创造一场具体的会面？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。有两个原因使我们选择在这(问题)点上、不给这个器皿任何信息。首先，这种性质的尝试会产生一种我们觉得不特别值得拥有的能量。其次，试图创造这样一个会面、很像在业余无线电台发出(想通话的)CQ 信号[3]，但监视这种业余无线电台波段的实体们、大多数是负面的。

（原注[3]：业余无线电爱好者发送代表字母「CQ」的摩斯码，就是表示希望跟(波段)范围内的其它同好交谈。）

给予进一步的信息会侵犯自由意志，所以我们不能再多说什么。不过我们会说，B 实体已经带给 G 实体某些能量，即他们和非人类却肯定非常正面的实体会面的经验；我们这里说的是生活在阿瓦隆的提婆们[devas，这个器皿经常这么称呼]，它们有大量自己的生活和自己的实相。这**种开放的探寻很值得向往，我们会推荐**

这种，而非试图跟外星实体会面，只需尝试跟你周围、很多你还不熟悉的实体会面。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不用，那回答很酷。我不觉得自己或任何其他人有这样做的计划，我只是好奇。谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。还有别的询问吗？

B：我有个问题、跟这个话题没有直接关系。我想知道社会记忆复合体对意识发展起到什么作用？

我们觉察了你的询问，我的兄弟。但我们在回答上有困难，因为在我们觉察的范围内，意识即是，它无需被发展，容我们说。

B：成长也许是更好的词语？

我的兄弟，你可愿重新叙述这个问题？

B：我正在检验社会记忆复合体(的概念)。Ra 说过，进入第三密度的第七子密度时，我们有可能真的形成这种结构；我想要知道社会记忆复合体是怎么和我们有意识的灵性成长相互作用的？我的意思是，为什么社会记忆复合体在第四密度处于支配地位？我们能从这种经验学到什么？

我们现在比较认识你的询问，这清楚多了，我的兄弟。社会记忆复合体就仿佛是你张开双臂说：「所有人请进」，仿佛你是造物者、接纳周围每个人进入你的天堂。这种构造的能量增进和强化个体开放自己、进入无条件爱的能力之纯粹度和清晰度，或换句话说，成为社会记忆复合体的一部分。所以，**一旦社会记忆复合体开始形成，你只需倚靠那个群体存有或菁华的力量，就能允许自己变得与自我的崇高、超凡的本质越来越一致，接着以该本质注入该社会记忆复合体。**

你看，我的兄弟，如果你只在共识实相和显意识想法层面上吸收经验，那么实体间确切的交往的大量细节就丢失了。语言和行动的粗糙性冲走了微妙的差别，两人之间、或某人和某处之间、某人和情境之间所交换的意图和能量，也严重地过度简化，好让两者都能被有意识地理解。即使是最细致、最敏捷的心智，在累积事实时也要受到速度的限制，那会阻碍直觉、直接洞见的能力。随着实体进入社会记忆复合体，开始「懂了」，容我们说，社会记忆复合体的作用就是授权给实体、使人格外壳能够放松、超脱具体的细节，从而减少(本能)反应、变得更加稳定。在第四密度中、第三密度的人格外壳是不必需的，第三密度里第七个子音程的一份厚礼就是：社会记忆复合体现在有足够的能量，你完全可以借由意愿去存取。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：一个简短的问题。尝试在这里，更具体地说在阿瓦隆，形成一个社会记忆复合体，会不会以任何方式对现在生活在那里的非人类生命，也就是你们所指的提婆和较低密度的动植物存有，造成破坏？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，假若社会记忆复合体被尝试在真空中、只和人群一起建立的话，对于你提到的盖娅那部分的能量肯定不是最理想的。这就是为什么这个器皿早些时候跟你谈话时有种直觉：想在它的神圣地面上、形成社会记忆复合体的这个追求，必须把土地作为一个(有机的)部分。在涉及的土地完全配合下、组成社会记忆复合体、就是把涉及的每个地方都变成神圣的空间。把地球本身纳入社会记忆复合体的一部分，那是十分合适的，因为地球是个很有感情、很有意识的存有。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：所以，关于我们想在那里栽种的植物等等，看来你们觉得让第二密度生命接触到第四密度的概念没有问题。现在，我担忧的是：很多时候，在发展期间过早引介更高的概念，可能造成发展的偏差，就跟我在这里看到的，当星际邦联向地球介绍其他世界的实体时出现的情况一样。你们理解我想查明的东西吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如果强加给盖娅这个实体，直接告诉这片土地，这样或那样的团体想在这里做这样或那样的事，那么我的兄弟，这确实缺乏尊重。无论如何，第二、第一密度跟第三密度不一样，它们居住在天父的造物中，第四密度也安住在其中；所以在某种意义上，进入社会记忆复合体的能量，就是返回天父造物的一体性。和第三密度相比，它确实更能够和这些自然精灵、以及地球本身协同增益地(synergistically)一起工作。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：那回复足够清楚了，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。还有另一个询问吗？

G：Q'uo，我一般不会问这种问题，但是我真的很好奇。我们三个人，B，V 和我，都做了个有关火山的梦，有两个人还梦到同一个叫作鲍勃(Bob)的波西利亚人，这是怎么回事呢？能请你们谈谈这个象征作用、以及我们的梦为什么很相似？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你也许已经猜测到，我们会把这个工作留给你。

现在有最后一个询问吗？

S：我有个问题。我们近来注意到卡拉(Carla)称为超心灵致意的困难时刻，或者所谓的暗黑兄弟会，它已经给我和灵魂家族团体带来很强烈的干扰。关于这点、我问过叫作「七个小矮人」的指引源头，它们很不情愿给我任何具体的细节。我记得我也曾经问过你们一次，你们同样不情意给我具体信息，只给了你们的意见和想法。这背后的意义或灵性原因是什么？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。所谓的超心灵致意或超心灵攻击或暗黑的影响有个特性是这样的：它似乎来自外面，似乎是对一个人的自我的外在威胁，然而，这些致意被吸引的机制是(你)站在光中的渴望。要属于光、提供自己最高、最佳服务的渴望越是强烈、越是炙热，你自己阴影面的有些部分就会越鲜明地勾勒出来；那些部分还没有于内在，借由爱、宽恕、救赎，取得完全的和谐，尚未被自己接纳。只有当你的自我真正爱上自己，走过对自我的宽恕、接

纳、救赎的完整线路，才能做功使自己在光之盔甲[这个器皿的说法]上不会有裂缝。光之盔甲一直都会有些裂缝，它在第三密度投生中不会是完美的。一旦你变得完美，你就会继续前进而不再属于第三密度；你会经历肉体的死亡，让你的能量体和灵魂获得自由、穿上更适合你接续体验的服装。

因此，那些寻求站得离光最近的人，将要适当地准备好接受具有考验、测试、致意、攻击或遮蔽的经验。这是些完全主观的词语，用来描绘你觉得受到入侵或打扰或侵犯的情况。**从形而上意义讲，在超心灵致意中，那侵犯自我的东西即是自我的阴影面。所以，当你从外部体验到它时，最好拿起那面镜子：它反射出对人咆哮的狗、咬人的狼，检查看入自我的内在，看看阴影面的哪个部分、过去的哪个流浪部分、尚未充分考虑过的哪个关系，真正引起了内在扭曲、造成那只狼去咬人，目的是让你终于负起责任来。一旦你承担了责任，你就会看到没什么好怕的，因为只关乎自己；然后，就能够释放环绕这次致意的恐惧和收缩，这是有帮助的，于是该致意不再是威胁，只是正在发生的事情。那时你就可以搬掉阻碍自己前进的恐惧、这个额外的绊脚石，从而疗愈这种情况。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：这事很有趣，我会考量它。我肯定会思考它。非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。我们发觉离开这个小组的时间到了，因为小组能量有些减弱；最好在你们还有足够能量之际，好好道别、离开这个器皿。我们向你们道别并总是提醒你们，任何时候只要你在心里要求，我们就会和你们在一起，强化你、支持你，没有言语、只有爱与能量。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2017 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2004_0215b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2004/2004_0215.aspx

---

☆ 第 2815 章集：分析式与直觉式心智

Copyright © 2017 L/L Research

周六冥想 2017 年 10 月 21 日

团体问题：在神秘的寻求道途上，分析式心智和直觉式心智的适当角色、及其平衡是什么？

（Jim 传讯）

[因失误，传讯的最初几分钟没有被记录下来]… 对你周围世界的感觉。同样的理性分析，自然会被期待去开启灵性寻求者的道路，因为它为灵性寻求者提供了信息、允许他尝试去领会那些眼睛看不到、耳朵听不到、尝不到、摸不到也闻不到的概念。这些概念超越了人类的五种感官——你们每个实体暂时生而为人、累世在奔向与无限太一造物者合一的道路上所使用的五官。

对大多数人来说，慢慢地，逐渐地，会发生各种各样的事情，我们称之为「直觉的经验」，似乎起源于自我之外，却也在自我之内。当分析式心智开始审视这些

经验时，往往无法给真理寻求者做出完整的描述，因为寻求者在直觉上感觉到还有更多。

在这个时候，我们会把这个通讯转到一个名为 Steve 的实体上。我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）
我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我的朋友们，我们会说，**你们称为「灵感」的心智维度的确有着更多东西来提供给那个你们称为「分析」的心智维度。**

现在，在许多情况下，正如我们提到的，分析式心智，或单一心智中的分析部分，更恰当地说，是某种询问的前奏，这个前奏将到达一个阶段，在这个阶段(理性)询问似乎不再有获得任何东西；似乎不再能够在曾经熟悉的途径上前进；在这个点上，一套不同的能力和考虑看来似乎必须在心智中拥有一席之地，这样一来心智就在寻求的道路上开始打开新的前景。

这可能导致某种类型的危机，因为它将不可避免地将心智中解释世界的某种模式、以及此人在世界上安身立命的某些习惯统统置于陈旧过时的风险。在某种程度上，我们会说这的确是真实的，因为你们的第三密度体验是一种共享的体验，我们该说，你们被教导许许多多的思维习惯就是起因于那种共享。你们带着这些思维习惯，日常行为都用到这些思维习惯并在很多情况下在提炼这些习惯。当你们开始打开新景象的时候，你们会发现旧的习惯不再满足需求，这会让你们惊慌失措。这时候，问题就来了。例如，你们可能会问，「如果我再也不能以社会邀请我或鼓励我的方式来思考我自己，过往漫长岁月都是如此，我现在要变成谁？」

寻求者所在的社会复合体无可否认地、在很多方面是扭曲的，扭曲到不能够为你们的前进提供资源的地步。当寻求者从社会复合体强加给他的可以说是一种束缚中开始松脱的时候，就常常会经历一种危机。

现在，在这种情况下，你最好考虑到：一定会有个时刻，也许这个时刻会在你的进程中重复出现很多次——那就是，你对何去何从变得没有答案。也就是说，你就不再拥有那种方式、可以让你根据旧的决断模式来确定：它在你的整个道路上处于何种位置？就你可以动用的合理资源而言，它又是处于什么位置？你称之为「灵感」的资源一直都有，这是确定的。灵感是一种我们永远也不会阻止你对它敞开的体验。**灵感是作为第三密度生物所能享受的最大礼物。**

然而，灵感本身往往没有准许你去诠释的结构、模式、形式，好让你可以将灵感安置在你持续成为(becoming)的进程中，在你诠释自己要去何方的过程中。总是有一个开放的问题，那就是关于你如何接收那些你倾向于认为是灵感的结果。

我们对你的建议是，在任何情况下都没有一个魔镜可以让你确定一个适用所有情况的答案。但你可以问一个问题，我们发现这是在我们发展的许多阶段、尤其是在第三密度生活的脉络中、最为有用的问题。这是个简单的问题，**你可以问：「在这种情况下，爱在哪里，我怎样才能最大限度地服务爱？」我们说这是一个简单的问题，但并不是一个容易回答的问题，因为当你仔细沉思这个问题时，你会发现它需要大量的自我了解(知识)。你必须能够决定在多大程度上让你自己去全面服务，你必须能够聪明地估计：你在这项服务中如何可以持续下去，以及其他自我如何可能接收你所想望加入的服务。**

如我们所说的，没有一个魔镜能回答所有这些问题，今天在你注意到的、某些局限中正确的服务、可能在明天或后天就不再适用了。因此，评估你所处的位置、你可能有什么资源、你如何可能真的会产生一个概念：关于服务如何可以被提供，以及服务的能力如何能得到拓展，(这是个)过程。我们说，所有这些维度都会因人而异，并且在每个人的进程中，我们会建议你们必须持续不断地重新检查。

现在，什么是重新检查，不就是某种分析。**没有参考灵感的分析是干枯的。而灵感若没有与特定的意图联系在一起，这种灵感会找不到锚、无法停泊。因此，关键是将分析和灵感并驾齐驱地工作，让你的分析过程对灵感来源保持开放，但这个将两者并驾齐驱的过程本身需要一个中央的情报交换所、一个聚会地、或者我们也可以说一个交会地，让分析和灵感交汇。对于那些决心以服务他人为存在核心的人来说，这个交会地简单讲就是一颗开放的心**，在开放的心里存放着把自己的存有奉献给他人的至高意愿。就是这样一个交汇的地方，在那里，你会发现分析过程向灵感开放是安全的、也是富有成效的，这样一来，它可以从上方得到滋养。

要做到这点，承受这样的蜕变，常常会以令人不安的方式体验它，因为这可能意味着你存在的舒适参数开始脱落，它也可以意味着你长时间以来认可的自我本身开始消融，令你在面对时常向你扔来残酷催化剂的世界的时候、既没有盾牌、也没有甲胄，而且你会发现，那些你养成的很多人格因素事实上只不过是某种保护壳。**当你允许这个保护壳开始脱落的时候，你会体验到一种前所未有的脆弱，在那一刻，我们建议你谨慎对待，因为事实上经常会发生这样一种情况，那就是，对灵感的热情，对你来说这就是一切的未来，你可能会轻率地去行动、承诺、形**

成对自身的新认知，这些会让你面临未曾料及的脆弱，而实际上、你会发现你还不能安全和稳定地承受这样的脆弱。

那些你如此愿意抛掉的旧思维习惯，它们其实都是有其用处的。你现在可能了解到这一点，而在这之前，你却没有留意到，但现在要捡回丢到一旁的东西并不容易了。所以，以挣扎为特征的转变体验并不罕见。我们确实提供了那条小建议，它使许多寻求者都受益。因为，当一切都失败了的时候，你还安住于内心的爱，当你允许自己被提醒：你是一个有爱的创造物，你是为了爱、把你的爱当作礼物才进入这个世界的，而且，不管祸福，你带着爱心、决心来到这个世界，**把你的爱之礼物带给世界——而你的爱，我的朋友们，我们发现，那是可以找到的最大保护。**

于是，有可能发生这样的情况，当你达到灵性寻求的特定阶段，你原本认为是你自己的自我开始脱落，让你全然找不着北极星。**如果你简单地提醒自己说，尽管你不能够完全可信地知道灵感的来源，你在心中之心、却毅然决然做一个有爱的生命，你最终会找到自己的路，通往指引性灵感的来源。**

一次又一次地，你将发现被当作灵感的东西、往往掺杂着从较低脉轮涌上来的浑浊能量。这是一个自然的过程，我的朋友，你们不可能全时间地生活在纯净的灵感之光中。因此，每个人都要有聪明地判断在日常生活过程中、任何特定的时刻究竟可能带来多少灵感，每个人都要判断哪些属于灵感，哪些属于你可能要经历的生存所需，那些是你可能要经历的欲望，乃至哪些是你可能要经历的焦虑。

你的灵感本身适应开放的内心，但当它与其他挣扎着试图进入开放内心的其他因素掺杂到一起时，就会变得扭曲。在你们的社会复合体里面，你会经常发现这样

的情况，某些扭曲被伪装成纯净的灵感送给你让你遵守，但这些于你并不适合，它们不适合你，也很可能不适合其他人。

现在，当你发现情况确实如此，经过分析，你会了解到，你们的社会所能提供给你的大部分东西可说是一种混杂的祝福。祝福原本来自灵感，但灵感本身遭受扭曲，它使你陷入困境，你原本期望这是启迪人心的，但你发现它更多地是将你禁锢于心智分析的错误通道，而不是解放你、把你带到灵感本身找到其原生环境的更高体验。

因此，每个寻求者都必须与这些生活的事实奋斗。每一个寻求者都必须正视这样一个事实：你所生活的社会是一个混杂信息的载体，或是一把双刃剑。有爱是有爱，但这些爱通常不是无条件提供的爱。

所以，当你在复杂且常常令人狂乱的社会体验里跋涉的时候，你要非常仔细地考虑分析的过程。你必须找到方法来搞清楚爱的真正所在；搞清楚哪儿有服务的潜能；以及你如何有效地使自己与这些潜能与爱相谐，同时，还要和许多其他可能相谐或可能不太相谐的其他自我打交道。第三密度的寻求过程是困难的，你需要一而再、再而三地向自己重申你对于中心目标的承诺。我们的经验是，**如果你明白这个目标是打开心(轮)，那么你就有了最安全的措施和最安全的目标。**

我们是 Q'uo，我们感谢你们邀请我们今天下午与你们同在。现在，我们将把该通讯转移回名为 Jim 的实体，看看我们是否需要处理进一步的询问。我是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我再次与这个器皿同在。在这个时候，我们会问是否可能有更多的询问呢。

T：是的，我有一个询问。我打坐冥想遇到困难，尤其是当诸事不顺的时候，我了解到、这可能是我该冥想的时候了。**当诸事不顺的时候，如何让自己更容易地进入冥想，有任何建议吗？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们认识到，每一个真理的寻求者都会不时地在灵性道路上遇到大量的创伤体验。在你们第三密度的幻象中、许多学习就像它的起源一样、和创伤有关，因为**创伤学习提供了一个机会，将任何吸取的经验教训深深地植入真理之寻求者的全部存有之内**。因此，从某种意义上说，你可能会把创伤式学习视作是在你的经验中、寻求太一无限造物者之经验的真理快车道。

然而我们觉察到，快车道有点令人疲惫，容我们说，我的兄弟。我们知道，这样的疲惫效应与你们的寻求之路并不互相和谐。因此，为了更好地为你提供服务，我们会尝试把自己放在你的位置上，感受一下你看似未减轻的日常压力，我们会看到，你很像一个茶壶，冒着热气，随时要炸，并且不停地需要重复确认和需要机会来调低自我底下的火焰。

我们建议，如果我们是你的话，我们就会每天腾出一小段时间，不管是在你一天的开始、中间还是一天结束的时候，选取对你最有效用的时段，采取一个仪式进行冥想，时长总以舒适为宜，然后读一些鼓舞人心的信息，这样可以使你的直觉或灵感心智、以及分析心智都得到慰藉。定期这样做，可以给你一个展望来拓宽看待过往日子和未来日子的视野。

因为，当一天充满压力与不和谐，处处碰壁，让视野超越不和谐的能力是很难实现的。所以，如果你每天都给自己这样的机会，你会发现，就像(锻炼)你身体中的任何肌肉一样，你会提高感知更大图像的能力，并且，你也会给那增大的图像越来越多地敞开心胸的爱。

还有进一步的询问吗，我的兄弟？

T：没有了，非常感谢。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此时还有另一个询问吗？

Z：我有一个询问。**冥想是不是避免分析心智的错误走廊、并与真实灵感调频的最佳途径呢？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。

简短的回答是一个加了重音的「是」。稍微详述一点，我们，隶属于太一无限造物者的众星球邦联，以我们全部的存有、所有的时间[如你的称呼]服务太一造物者，**我们总是建议冥想是通往内在太一造物者的道途。借由冥想这条路，任何寻求真理的人都能进入太一造物者的某个部分，无论是部分感受到造物者的临在，还是感受到造物者的恩典并凭借恩典而生活，还是感受到造物者的爱并和周围的一切包括自己分享那份爱，还是感受到造物者的光、创造一切的大能，还是感受造物者的合一，从而自我可以被视为太一造物者，**因为，你来到世间、就是你周围人们的太一造物者，而他们亦是你的太一造物者。正如前面所说的，每个时刻

不只有爱，而且在每个时刻、每件事物中都有太一造物者，因为在太一造物的全体中，除了太一造物者之外，别无所有。

还有进一步的询问吗，我的兄弟？

Z：没有了。

Q'uo：此时还有另一个询问吗？

F：我有一个，如果现在没有其他人有问题的话。Q'uo，Ra 已经告诉我们，无限有个中心，一切万物从这个中心扩展。[1]另一次，Ra 曾说，他们已经打开了心，把爱辐射到整个(宇宙)造物，而大约 90%的造物，在某种程度上，知晓这样的辐射并能够予以回应。[2]我不禁想知道你是否能帮助我们理解，在无限之中，为何能够有一个造物开始的中心，或如何可以有 90%的造物之说？

（原注[1] Ra：「无限有个中心。一切万物从这个中心扩展。因此，造物、星系、恒星系统、行星系统以及意识都有个中心。在每个例子中，你都可以看到从中心向外延伸的成长。因此，你可以看到你的询问在概念上过于笼统。」(82.7)；[2] Ra：「我们曾敞开自己的心胸，放射爱到整个造物。大约造物的百分之 90 在某种程度上察觉到这个发送，并能够回应。所有无限个理则在爱的意识中皆为一。这是我们所享受的接触类型，而非旅行。」(81.23)）

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。

创造的中心是一个，容我们说，实相中的一个点；那实相超越空间与时间；在空间与时间，中心的正常定义会是正确的。是故，Ra 所说的中心更多是指造物开始的中心。在太初，只有无限，只有合一，这合一中没有分裂。在某个点，这无限变得有智能，并成为 Ra 所称的「智能无限」或「太一无限造物者」。在这个时间[若我们可以挪用这个词的用途]，造物者决定认识自己，并创造了你们所称为的「爱」或「理则」(Logos)，即未来一切造物的单一大中心太阳。正是在这个点上，造物的中心形成了。

再次地，我们没有话语可以帮助你们准确地估计、你在哪里及如何找到或设想这样一个中心。这是信心的领域，在此，一个人觉察到有一个有开端的造物者，祂创造无限的造物。在这个 Ra 所说的太一造物中，有无限多的存有，允许太一造物者通过自由意志的选择来认识祂自己。无论如何，并非所有的造物都具有如大多数造物一样的、可感知智能的能力水平。这些我们称之为「第一密度的实体」，处于你们所说的造物的起始阶段，在某些情况下，尚未受造的(uncreated)，因为它们的各项品质还没有被固化和凝结成为你们所称的一个「智能」或「行星」或「实体」[3]。

（原注[3] Ra：「在一个星球环境中，一切始于你所谓的混沌，能量在无限中是毫无方向和随机的。慢慢地，以你们理解的词汇，形成一种自我觉知的焦点；于是理则运行，光来到以构成黑暗，依据共同造物者的样式及振动韵律，如此建构出一特定的经验类型。这开始的第一密度是意识的密度，星球上的矿物与水生命从火与风那儿学习存在的觉察。这是第一密度。」(13.16)；Ra：「…行星，这些智能能量的漩涡花费大量你们称为的第一密度在无时状态当中，空间/时间的实现是存在性的这个密度的学习/教导之一。」(28.6)）

(跟第一密度相比) 远远更多的太一造物的部分的确具有以上任何或全部这些品质，并有能力感知任何其他实体所发出的爱，因为一切万物都是太一无限造物者的身体，而沟通则是太一造物者身体的细胞到细胞(之间的沟通)。

还有什么问题吗，我姐妹？

F：没有了，谢谢，这有帮助。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。

这个时候，还有一个最后的询问吗？

J：是的，Q'uo，我有一个询问。我在 Ra 资料中发现迹象、暗示意识是一种连接身体和灵性的心智现象。然而，我感觉仿佛意识存在于心智、身体、灵性复合体之上，统合了这三者。我是否误解了 Ra？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。

就我们感知 Ra 所说的话语，确实，两种情况都存在。意识确实连接心智和身体，因为心智是一种手段，意识可以借此以特别的方式被汇聚或利用，这样心智可以创造所谓的「物理身体」，作为它自己的一个类比，这样它就可以在任何密度或幻象里拥有一个实相。心智可以通过身体四处行走，心智得以听到、说话。

然而，意识也可以是无方向性的，没有一个被注入或聚焦的视角，这一个意识的本质是宇宙性的，包纳在太一造物中的所有事物。

若我们可以进一步使你迷惑不解，还有一个造物者的存在性、从未被制造、并且不是太一造物的部分。但愿，我们没有使你过度混淆。

是否有进一步的询问，我的兄弟？

J：没了，谢谢你，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。

我们一直很荣幸地加入你们的寻求圈。你们是我们的兄弟姐妹，就像我们是你们的弟兄姐妹。我们是一体的，我的朋友，当我们能够以这种方式与你们交谈时，一体性呈现出个体性，这样我们就可以在更个体化的层面上交流。然而，如果你想感受我们的存在，我们也可以在你的冥想中与你同在。届时，我们不会说任何话，但欢迎你们邀请我们出席，在那里我们可以作为太一造物者、一起交流。

此时此刻，我们将离开这个群体，一如往常，将每一个人留在太一无限造物者的爱与光中。我们是你们知晓的 Q'uo。
Adonai，我的朋友们，Adonai vasuborragus。

Translated by Jeff

(V) 2017 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2017_1021b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2017/2017_1021.aspx

---

☆ 第 2816 章集：当下的力量

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年十一月 16 日

小组问题：Q'uo，我们今天的问题是关于永恒的当下此刻。一位人类作家敦促我们去取用当下的力量[1]。他声明苦难无法存在于当下，因为苦难取决于时间(的幻象)。我们一次又一次听说，时间是个幻象。所以，我们想要知道，「当下的力量」究竟是什么？我们如何才能取用这种力量？如何才能越来越多地活在当下，了解到我们是当下的生物？对于发现当下此刻的人，在他的眼里、它是什么样子？一个确实发现当下此刻的寻求者，可以期待从中得到哪些结果？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意；在祂的服务中，我们快乐地存在；在祂的服务中，我们今天来到你们中间。我们非常感谢你们借由寻求真理的渴望、呼唤我们加入你们的寻求圈。你们征求我们的观点，这对我们是极大的荣耀；能够和你们说话，对我们大有帮助，因为这就是我们此刻服务他人的方式。这对于我们是很珍贵的一件事，我们将全力与你们分享有帮助的想法。然而，为了让我们能够自由地发言，一如既往，我们会请你们每一位在聆听我们的建议时、非常小心地使用你们的分辨力，因为我们在任何情况下都不是权威，而是和你们一样的学生与寻求者，追寻真理、追寻那个伟大的奥秘。我们并不知晓那个奥秘，但我们和你们一样寻求祂。如果你只吸收对你合理的看法，而毫不犹豫地丢开任何听起来不对劲的东西，我们会很高兴跟你们分享我们的沿路上的笔记，因为你们每个人确实能认出你个人的真理、并与之产生共鸣。

你们今晚问到当下此刻，即现在，问到怎样发现并认出它，怎样进入它、享受、欣赏它，最重要的也许是：怎样从中学习。为了谈论这个有趣的主题，我们会从关于时间本身的一些想法开始。

时间的幻象允许你的经验在你的存有中发生。没有时间和空间的幻象，没有造物者为你特定的身体、心智、灵性构建的居所，你不会能够处理催化剂、转变为经验；你确实不会有催化剂，而只会单纯地存在。事实上，这就是你的真实状态。你存在(you are)，就这样。你不是一个人或灵魂，不是任何品质或条件，你是一切万有的一部分；你是一种存在状态(Is-ness)。我们很难透过言语来表达这个概念。但是，在所有的运动之下，你已经存在、并且永恒地存在。

既然这种状态听起来像是如此愉快的状态，你也许想知道，为什么造物者会确实地创造了这一所房屋，比如你享受的宇宙，它只是一个幻象或各种幻象相互贯穿的系统呢？原因就是我们最近谈过的第一变貌、自由意志。造物者选择去知晓自己。为了知晓自己，祂用爱和光创造了一个(宇宙)造物，实体们在其中可以在一个貌似可信的稳固背景中、检验他们想望去检查的、关于他们的菁华或存在状态(Isness)的任何材料，这就导致了一个可信的、能自我修正的共识性实相梦境；在其中，在一个行星系统[好比你们的星球]上的所有居民都能参与这个过程，帮助彼此越来越多地学习你们所有人都是的实体、或者你们每个人之所是。再次地，这是难以说明的。虽然你们每个人都是全然独特的，与此同时，每个人也是造物者这个能量系统的一部分。你正处于一个从内在自我学习的进程，而你的外在自我或其他自我在帮助你学习。

那么，你可以把这世界视为一场梦或一个王国，或一所监狱。但是，你们的物质世界尽管是幻象，肯定是相当稳固的、相当充实、并且相当可信。如果没有时间，你就不可能得到连续性的体验，不能出生、活着然后死去；相反地，你会存在于一种大锅汤里的状态：同时包括出生、死亡、和两者之间的一切事物。**造物者的渴望是希望成为一个更饱满、更丰富地实践的存在状态。神性原则作了一个承诺，要检验自我、庆贺自我、并学习关于自我的事物。**

那么，你们每个人都是造物者的一片火花，选择在此刻进入这个器皿称为第三密度的特定环境、来投生并生活在同类当中，成为他人的镜子，把他们提供给你的真理向他们反映出来，自己也从别人的镜子里看见他们为你反映你的真理。借由所有的迷宫和镜子、你开始取得对幻象性质的一定理解水准，使你作为寻求真理的灵体，**越来越能看穿那些并非属于自我菁华的事物，这样你就越来越能够轻松地看待人生，使自我除去监狱的感觉，以梦境或王国的感觉取代之。**

有很多方式可以帮你摆脱那种你是时间的奴隶、或者你被囚禁在时间与空间中的感觉。一如既往，我们肯定推荐**冥想**；但是你可以用很多方法削弱由强烈的念头以及杂务和公事产生的桎梏、让你能从那种狭窄的思想中升华；那狭窄思维使你记不得你是谁、为什么你在这里。人们很容易陷入 T1 实体看到的那种无穷尽的待办事项中，或者像 Jim 实体早些时候对这个器皿说的，陷入每天要做的事、这座无尽的大山包含：需要完成的各种杂务和有待履行的责任。变得完全确信这些事情就是构成完整生活的基本要素，那是多么容易啊！**然而，这些事情本身并没有真正的实质或意义，它们只是允许体验发生的架构。那么，若没有进一步的寻求，这个世界就会像一种监狱，刑期就是一生，而终极刑罚就是死亡。**除非经由死亡之门，一个实体无法逃脱人生；当他从那扇门逃离后，在那些还活着的人看来，他成了空无，尘归尘、土归土，生与死的周期完成了。

所以，容我们说，在第一个寻求周期中，新进的寻求者倾向于开始觉得人生是一场梦；他领悟到，日常琐事和岁月季节这些似乎坚固的组成要素、不是实质的。**而从必须要认真地对待工作时间、杂物时间、责任时间中升起，这会带来极大的解脱和自由的感觉。**你们的哲学变貌中有一段话：「**先有一座山，然后没有山，然后又有山。**」 **将人生体验为梦中之梦的时刻、即是没有山的时刻；在这段时间，顿悟和新信息可能在内心产生出极大的兴奋，灵魂的暗夜可能把人投入最深的悲伤与不幸的深渊，但你始终觉得自己实际上是一个灵、而非身体，正在体验一个梦、没什么是特别重要的。在很多方面上，这是个珍贵的时刻，因为你在这段时间里完成的寻求、会带来大量好的(成果)。**

在那个时间(周期)之后，来到重新整合的时间；梦境和监狱融合、形成一幅新的图画，显现出那个王国、一个领域、一个魔法的地方。我们发现，这就是你们这个圈子中很多人此刻试图生活的地方。你们沿着寻求的道路前进、走过很多曲折的弯路、一路克服了很多困难；你们灵性的成熟开始允许你们看到这个幻象的丰饶、看到在此生经历的、生活这所学校惊人的丰富环境，我们为此称许你们。**这时，苦涩开始消融。对于为了谋生不得不工作，或者不得不喂养或清洁身体，或者打理你选择的环境，不再有愤怒。监狱的门打开了，因为那儿有自由看到万事万物的祝福。不再需要为受苦、责任和生活的所有不快辩护，因为你终于看见，它们不是限制光、使光变得狭窄的东西，不是也许需要留心、但不用认真对待的东西，而是你收到的惊人礼物；每份礼物、每个片刻都是刚从造物者那里新鲜送来的。这就是王国的时期、大喜庆(jubilee)的时期**。容我们说，这真是心智中的首要位置，让你能采取很有深度的观点，于是当你对于该监狱和梦境不再畏惧时，就能度过那些到来的领悟。

在你们人群中、大多数实体过着一种我们会描述为水平的内在生活。物质世界好像地平线一样伸展开来，充满了细节，他们就生活在这世界里：在街上驾车、沿着人行道走着，在行星表面上水平移动。就所有幻象的意图与目标而言，生活确实是平面的。**如果我们把这种水平的生活叫作 X 轴，那么灵性的世界就可以被视为 Y 轴：垂直的生活。**想象站在地面上、(你)肉眼所看到的地面从各个方向平面延伸，直到视野的尽头。(你的)双脚在某一处和地面相会，所以足底和地面有接触、这个薄薄的交会处就代表实相的深度。但是，想象突然之间，(你)领悟到：就在足底接触地面的地方，**有个向上与向下的、无限之开口，向上进入理想、指引、神性的世界，向下进入存有(being)的大地；仿佛深渊在你头上、脚下都打开，突然之间，你不是站在一块薄薄的地面上，而是站在一个刀刃上，也就是永恒与无限的交会之处。**

事实上，这就是你的情况。你所在的位置，让你能够同时地、既在空间/时间中过水平生活，也在时间/空间中过垂直生活。我们也许会说，**记得这个图像的能力，记得无形的、那个向着造物者和精要自我开放的能力，即是衡量你对于记忆这个简单行为利用得多好的一个标准；在自我的灵性、心智和身体进化中，记忆这个行为在很大程度上是取得进步的关键。**怎样才能记住，你所看到的并不是你得到的一切呢？怎样才能记住你跟奇迹、魔法、无限可能性的交会处呢？这个器皿寻求一个每天、每周的灵性或宗教的计划，包括在名为基督教的灵性变貌中做团体崇拜仪式，这是她努力成为有记忆的生灵所用的一种方式。**有很多方法去记得你是谁、你为什么在这里。简单地留出时间、在团体中一起寻求，比如你们今天做的就是一种。不管小组冥想进展得如何，不管你身为寻求圈子的一员感觉如何，是意图和把时间奉献出来的行动创造出记得的感觉、荣耀了你活出垂直生命的那个自我部分。**在今天这种时刻，当你们允许能量绕着圈子移动的时候，我们确信你们每个人对于开启此刻的无限可能性、都有一种深受吸引的感觉。

但是，如 T2 实体说的，有很多不同的方法来进入忆起的状态。你们每个人都有五种感官。T2 实体举了一个例子：在洗手时、变得能察觉到你感觉中的每种特性和微妙差别，就是靠利用你得到的天赋做到的。**每种感官都能唤起记忆；通过选择警醒、留心、选择细心地注意小事，你可以触发并为每种感受能力调音，甚至转变它们**。这个器皿喜欢说，事情越小、越普通常见，对她就似乎越神圣。虽然我们发现每件事都同样神圣，我们理解这个器皿试图表达的意思。考虑洗手这个行为，考虑清空肠道后、接着从那种自然机能起来洗手，然后开始一天的日常生活。你必须每天这样做，也许不止一次，但肯定早上有一次。这是每个人的一个无期徒刑，为了身体、你必须行使这个自然机能。**如果你「必须」行使自然机能，那会是一种沉重的能量、一种勉强的生活。然而，如果你带着每个清醒的感官，开始那些自然的机能、自然的清洁方式来准备迎接(新的)一天，那么每个卑微、必要的杂务都可以成为一个物质界中的标志，指明内在生命中正在发生的进程，它们从微妙差别移到微妙差别、从半音移到半色调。**排除身体系统的废物，为当天清理身体；然后起身洗手，祝福这个事件；在水清洗你的手之际、感觉水的魔法流动，体验伴随着清洁而来的所有感觉：令人愉快的气味，肥皂的质地，毛巾的质地。**留心所有这些事物、看到它们的美丽，让必须这样做的粗糙边缘变得软化柔和，使它成为难以言喻的美好事物。随着每个微小的事情都开始对那种视野开放，事物的神圣性就会浮现，把人高举到此生之幻象的荣耀中。每一个片刻都是一个奖品、一次盛餐、一次宴会，充满了信息，完美无缺、与万物一体。进入这种意识感知的唯一方法、就是学会留心日常事物的神圣性。**

在一个有着圣坛、长椅、拱形天花板、和彩色玻璃窗的神圣场所，很容易感觉到你身处神圣场所。然而，地球幻象中的每一个尘土孩子都站在神圣的土地上，不管他们是挨饿的、或饱足的，不管他们身上感到寒冷、或有衣服穿，不管他们是

生病的、或健康的。**无论处于什么状态或情况，他们都站在神圣的地面上，而他们自己也都是神圣的。你，尘土的孩子，也是无限地、难以言喻地神圣的，你是神性的一滴神圣菁华。**

一个人如何才能开始体验这种观点呢？在某种程度上，这纯粹是一个锻炼的问题。训练心智进入一种忆起的状态、其中包含特定量的[这个器皿称为的]挣扎。想望活在当下的人可以获得大量的帮助、它的确是为自我设置的一个高贵任务。并不是说，你想望处于没有背景的境况；我们不会呼唤你们脱离这个世界，我们不会看低普通人类生活的任何部分，不会暗示你需要隐居或改变外在环境。当然，T1 实体描述过的那种安静时间，那是极有帮助的。在安歇期(sabbatical)之际、肯定有机会评估自我的状况，表达自我为寻求的实体，而非必须面对谋生的通常挑战、处理生活财务面的实体。然而，人生的大部分都活在喧嚣中，随着舞台布景的旋转、活在受难剧[2]的聚光灯下。

我们给了这个器皿一个完全没有地点的景像。如果你愿意，想象(描绘)那种没有任何感官输入、无重量的体感。从各个感官的恒常联系移开后，你留在了一个内在王国里。自我的这个内在王国蕴含真理、以及大量的扭曲。这扭曲从哪儿来的呢？实体在投生中出生时、就已经带着特定的预设扭曲。**你们每个人都选择了一个充满了天赋和挑战的人格外壳，都为自己编撰了投生的课程，它们以专题性的方式重复在投生期间出现，教导你那些你选的课程、为你提供你希望的服务机会。**这种内在生活里不存在镜子；跟你从周围的镜子接收信息相比，要清晰地看到自我，其难度呈指数级增长。所以，**虽然我们珍视完全花费在内在寻求中的时间，我们觉得，要加快进化可能发生的速度，更有效的途径是利用外部生命跟内在生命联姻的环境。我们会建议，与其跟外在生命搏斗、把内在生命和外在生命分开、拼命要得到更多的内在生命，不如用你可能想到的一切方式，在外部打上**

内在的标记，把内在引进外在，创造出尽可能多的连接；这样的话，所有的体验都成为一体，尘世和形而上世界变为一场双人舞，同时携带着活在一体意识中的男性与和女性两个面向。

说到生活中男性与女性的面向，在我们的变貌中，我们是在建议：**外在或水平生命是男性的，或如这个器皿会说「阳性」的，它有行动、伸手触及、和做事的力量；另一方面，内在的垂直生命(女性)是赋能者，等待被触及、不具有外形但可产生所有外形，它可以被称为指引或灵感或无限或永恒。允许无限与永恒成为流逝场景的一部分、让该场景刻上无限和永恒的印记，就是使得人生中的那些可能为争夺主导地位打起来的面向紧密联姻起来。**我们向你们担保，要做到这点一点也不容易；更容易做的是把灵性和日常生活分开，一会儿做灵性练习，一会儿进入日常生活的模式，然后又返回灵性练习，再返回日常生活的模式。然而我们会说，**当你必须选择去做的转换次数越少，你就能越频繁地把内在、外在的生命调和起来，你的姿态会越具有实质性，你的观点也会从这种内在、外在统合的生活中获得越多的好处。**

你的菁华是什么？你看，那就是问题所在，而答案是如此地简单：你是。你不是在创造自己，你只是在发现就在那儿的自我。你不是从空无中选取，你来到此生即是一个非常真实的、永恒之公民。你只是在脱去一层层的变貌、好越来越清晰地看见自己，取得对自己的菁华越来越深入的感知。这是一场迷人的旅程，我们是如此欢喜、有你们作为同伴。

这个器皿正在告诉我们，我们在这个十分吸引人的主题上、谈的够久了，我们向她的智慧鞠躬。坦白说，我们还可以就这个案例继续谈好一会儿，因为这是一个

美好的主题，我们感谢你们询问它。但是，我们现在真的要放开这个主题，看看你们有没有别的询问、好让我们回应的？

V：Q'uo，你们以前讲过怎样使用想象来训练人格中捣蛋的能量，我想知道你们能不能对此做一些详细说明，尤其是**关于肯定语(affirmation)，为什么有必要大声说出肯定语或把它们写下来，以某种形式把它们具体化、好使显化有可能发生。**

我们是 Q'uo，掌握了你的询问，我的姐妹。也许你知道，有种人格会反复思考做某件事、却完全不去做它。要在共识性实相的宇宙中创造事物，若没有行动，一切的思考都没有生产力。在肯定语中，受过锻炼的灵魂完全可以不写下它们、只在心智中做出肯定、就能使它们变成「真的」事情，这就是有锻炼的人格之力量。然而，对于努力得到更多锻练的灵魂而言，最好让内在意图与外在事实联姻，我们再次使用这个比喻，从内在之梦制造外在实相。**用行动把它们写在纸上或在可以听到声音的大气(ether)中说出来，就是把内部振动放进外部振动，让两者调和或联姻。**我的姐妹，你知道有个古老的谚语：**「如在其上，如在其下」**(As above，so below) 把这些肯定想法具体化，就是把它们带入实相的点子。有趣的是，如果你看到自己写下的文字，如果你可以重复(朗诵)它们并听到声音，要在自我中相信它们就更加容易了。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

V：是的。实际上，我想要询问关于人格的锻炼、以及我在几天前有过的一个想法，它跟我母亲以前总对我说的一句话有关。我母亲说：「管好你的舌头」。事实上，我想到的是，这锻炼就是管好你的想法、在内心创造出真理，内在说：

「我看见美丽，我看见完美」，而不是看到愤世嫉俗；只表达美丽。你们能够为我阐明这一点吗？

我的姐妹，我们觉得你非常清楚地阐明了它。我们唯一会补充的，是鼓励你去跟这种认识一起玩儿：你是一个造物者，一个共同造物者；当你思考之际，当你实际上开始训练自己思考的时候，不要局限自己领会的东西。你能够跟以前一样看到愤世嫉俗、冷嘲热讽、愤怒等等想法，甚至看到更多的东西；**当你训练自己的时候，你所做的是塑造你的心，我们更正这个器皿，塑造你的心智、使它能够包含心的想法、而不只是头脑的想法。**我们觉得，察觉到任何特定情况的荒谬、遗憾或可悲，没什么错；对于那些让人不舒服或创造催化剂的事情、怀有讽刺性想法或者自然地反应、甚至是激烈地反应，都没有错。无论如何，心的思考方式与头脑相比有实质上的不同；**心的想法来自于生活的垂直部分，也就是时间/空间或形而上的部分，那里的想法超越了投生、超越了境遇或状况。那些想法是你所是的无限存有的想法、它们是内在意识的想法，而那种意识安全地在你的心中。关键在于打开你的门进入心，坐下来，从心里向外凝视这个世界。**一个人仍然可以有各种内在机会，让自己对那个带有嘲讽想法的自我大笑，我们应该说，好比这个器皿当作业余嗜好所做的一般！但是，允许心的想法具有这样的特征，即当它在内在自我的认识中发展时、会给你带来恩典与距离，**忆起你是谁**；于是，你的表达，即使是对自我的表达，会是更仁慈、更温和的，对外在世界的表达也肯定会携带着成熟的想法，保持心的开放，不把事物的不完美看成失去信心或变得怨恨的理由。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

V：如果你们如此有意的话，我会喜爱你们进一步回答，但是我没有进一步的询问；所以我把它交给 T1 吧。

T1：我一直在阅读大量由**赛斯(Seth)**实体传讯的资料，其中有个关于**多个可能性实相**的理论概念在我心里引起了困惑。赛斯指出，这次投生中的每一个选择，都会产生无数其他版本的幻象，人们在其中又作出别的决定。星际邦联教导说，第三密度的目的是选择服务他人或服务自我；一个人会作出什么选择由他的极性决定。把可能性实相跟选择两者放在一起看，好像由灵魂投射的每个可能性自我，会以各自不一样的方式作选择。也许我完全陷在某些概念里、给搞糊涂了，不过 Q'uo 是否有个方法、清理我混乱的想法呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。的确，我们不知道是否能够清理你的想法，但是很乐于跟你分享我们的想法；在这些概念自身的纠结中，我的兄弟，人类对自我的看法被肉体外形和有序时间必然的向前流动所限制与定义，这是可理解的。在每个作决定的时刻或分岔路口，选择走某一条路所创造出的可能性实相、跟选择另一条路所创造出的可能性实相相比，显然是不同的。无论如何，或许这样看也许会使你更清楚一些：**无论你选哪条分岔路，你都会面对相同的人生课程，面对生命卷轴上相同的事物，它们会重复性出现，让你不可能避开你的计划。**显然你可能会看到，很多路径相当地分歧；这个小组今天享受的调音歌曲里就提出了这个问题：「除了我现在的生活外，我本可能过别的生活吗？我本可以作个另外一个人吗？」[3]当然你有可能作出别的选择，但是，作出别的选择的人会呈现出不同的面貌吗？或者，无论选取哪条路，那些相同的选择都会出现？

在物质界的生活中，你沿着路径走，转弯，到达一个新地方；转下一个弯，到达另一个新地方。在我们谈过的**垂直生命中生活，路径是螺旋形的，始终环绕而**

行，始终是新的；它不是那种会变得老旧的圆形，因为每当这些主题再次出现时，你都是从一个新立场、从你进程中的一个新位置、新领悟的状态来看待它们。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T1：不了，谢谢你们，Q'uo。我想我需要通透地读过、并思考你们提供的解释，谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

G：Q'uo，你们经常把跟那个自我[在人格外、尚未探索的自我]建立关系的过程，以及获取自我知识那些深层储藏的过程，描述成向潜意识心智「求爱」的过程。我的问题是：**一个人该怎么像你们说的那样，去「追求」这个爱人、向潜意识求爱，以便取回需要的信息，接着创造与爱、光、造物者的可靠连接呢？**

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**每个爱人必得用自己的方式求爱。**在此，让我们来考虑爱的目标。寻求的目标是内在的自我，它在等待母体对赋能者的原型式触及。内在的自我如同一本未读过的书、未知的奥秘。在原型的塔罗图像中，它被描绘为一个罩纱遮住的女人。一个人几乎看不见她拿在胸前的那本智慧之书。你试图掀开那本自我之书的面纱。你该怎样向内在的自我求爱呢？**我们有时向你们建议，不要把这看成求爱，而是看成养儿育女的过程；仿佛内在自我是个需要安慰的孩子，所以你抱起那个内在自我，摇着它，问它需要什么，它的梦想是什么、希望是什么，然后花时间聆听那个自我。**

求爱的方式缓慢而甜蜜，充满了热情也充满了限制，因为爱的目标是敏感的、年轻的、没有经验。当然，作为在共识性实相中生活的菁华，你的心在这个恶作剧的世界里、的确是个天真无邪的婴儿。所以，我们给你一些提示：**这不是男人追女人那样的寻求，然而它(某方面)又是：因为寻求里有热情、有真爱、有对于服务的希望。**

找到你的内在自我希望去表达自己的各种方式。是不是在大自然中散步？还是以美妙的音乐或文字填满你的心智？还是服务的行动？我们在这个器皿的心智中、找到了来自今天早些时候的一个例子：当她和 Jim 实体谈话时，Jim 对她说，他对于自己能修剪客户草坪从而创造一个美丽场所的机会有多么感激；当他离开时，他会带着极大的钟爱之情和骄傲回头去看，因为他爱过那个地方、和那个地方的爱跳过舞。也许你内在尚未探索的国度，就是一个你可以去爱并与之共舞的地方。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，那是美好的答案，谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。现在有最后的询问吗？

G：如果其他人没有问题，那我就拿取这个机会。我有封电子邮件，它有潜力创造出巨大的改变，目前留在待发的文档中。我知道你们不能在对或错的方面给我提建议，因为没有错误，没有误会；但是在我发出它之前，你们能够帮忙给我点信息，建议我可以考虑什么，以及它可能对我和那个远方收件人之间的能量配置有什么影响吗？

我的兄弟，觉察了你的询问，我们发现自己完全被自由意志的停车站阻止了。我们可以给这个器皿她最喜欢的谚语之一的图像，它来自于诗篇，提到一个实体，人人都认为他是个傻瓜，直到他张嘴说话、消除了所有的疑虑。[4]**每个说出来的字都会改变你的世界。在每个字里寻找它的真理、慈悲、服务吧。**

我们是 Q'uo。和你们谈话使我们极为高兴。我们发现你们寻求的美丽令人十分愉快，我们感谢你们每一位如此自由地和我们分享它。该能量交换对我们是十分清爽的。我们离开你们，把你们留在平安中、留在你们的希望和对自己的魔法本质的认识中，留在太一无限造物者的爱与光中，留在你们彼此之间。我们是 Q'uo。Adonai，我的朋友们，Adonai。

原注：

[1] 艾克哈特·托勒(Eckhart Tolle)的书《当下的力量，通往灵性觉醒的指南》，Novato，加州，新世界书店，[C1999]。

[2] 这个器皿按照 Jethro Tull 创作的名为《受难剧》(PassionPlay)的唱片取得的(概念)；该建议是：我们都生活在自己的「受难剧」中。中世纪的英国文学把受难剧定义为：「象征耶稣受难的神秘剧。」

(编注：百度的相关连结~ http://tinyurl.com/ybk57uyt)

[3] 来自戴夫·马修斯乐队(DaveMatthews Band)的专辑《在桌面与梦境底下》，歌曲是《跳舞的南希们》：

我可曾是

我可曾是

贝沙湾(Bel Air)的一个百万富翁

我可曾已经

迷失在巴黎的小巷中

我可曾是

你的小弟兄

我可曾是

除我以外的任何人

我可曾是

除我以外的任何人

我可曾是

除我以外的任何人

我可曾是

任何人

[4] 这段引文实际上出自圣经《箴言》17：27－28：「寡言的人有知识，冷静的人具备理解。即使是傻子，若静默不言也可算为智慧；闭口不说，也可算为聪明。」

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_1116b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_1116.aspx

---

☆ 第 2817 章集：两极化的收割

Copyright © 2017 L/L Research

2017 年九月 3 日 回家聚会的冥想

团体问题：我们已经被告知，这是地球的一段收割时期，而那些少数渴望一种服务自我之收割的实体将不会被拒绝、有机会实践他们所做的选择。当一个人更喜欢服务他人这选择的时候，你们能够提供什么鼓励或想法呢？特别是思考我们的一些城市中发生的斗争以及骚乱之后，关于我的反应。我不想要发怒，也不想用我说的话来伤害他人。当一些事件看起来跟我所相信的事情绝对相反的时候，我如何才能保持正面聚焦呢？

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，今天下午、在爱与光中向你们各位致意。我们的能量与你们自己的能量调合在一起，这对于我们是一种巨大的喜悦与荣幸，因为你们在这个日子是如此美丽而光辉的、光与爱之源头，在你们共享经验的这个周末[全部的时间]，乃至于贯穿你们整个一生，你们都是那首歌中被提到的那些人[1]；你们刚刚听到的、为这次集会调音的歌。你们每一个人都已经流浪到远方，不仅仅是这一生，而是在很多个前世、在很多其他星球[像地球一样]上流浪助人；那些星球存有也曾经呼唤你们为灵魂的收割提供帮助，正如同现在于行星地球上、正在发生的事情。
（原注[1]：这里使用的调音歌曲被称为「流浪者」(The Wanderers)，由 Lacy J. Dalton 创作。你们能够到在爱/光(中心)的 YouTube 频道上找到这首歌，该影音网址是：https://www.youtube.com/watch?v=GieV4UxTHgE；编注：该视频即为 L/L - 书籍与回忆 (视频)）

我们已经花费很长一段你们所称的时间来观察你们的星球，因为许许多多的天使原力已经有多年满怀着热忱与关切、观察地球的这次收割。因为，你们看、你们的星球上还有很多真理的寻求者还没有觉醒，他们还没有意识到这样一个事实，即**他们来到这里是寻求心智、身体、灵性演化的旅程，也就是你们所说的、寻求**

真理的旅程：寻求万物合一、光缔造万物的真理，爱贯穿万物、所有实体的真理。我们一直都希望，那些已经在这个星球的表面上沉睡很久的实体、可以温和地醒来，觉察到他们的人生有更大的目的，去追寻生命的果实，以及去提升，容我们说，此次人生经验的各个目标。

今天向我们提出以供考虑的问题是：那些服务他人导向的实体如何看待那些已经导向服务自我的实体的收割，因为随着你们的行星朝向爱与理解的密度转变，所有人现在都有机会、在他们的演化中前进。确实，**这个过程已经在你们所称的时间中持续一段时间了，而且我们感觉会在你们的未来的未知时间额度中将持续进行**。我们之所以说未知的(时间)，是因为在你们的行星表面上、很多人此时存在着巨大的困惑：搞不清实相的本质，也搞不清他们在(宇宙)造物的整体图画中处于什么位置，他们发现自己在既随机又困难的表达中四处移动。我们察觉到你们很多人在这里、渴望用力所能及的方式来有所服务，并可能对于那些已经选择跟你们自己的道路相左的实体、抱持某种疑虑或犹豫。他们已经选择了，容我们说，一种更为黑暗且更为受限的表达、属于太一造物者的无限之爱与光。

现在，我们将转移这通讯给名为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）

我是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。我们开始通过这个器皿通讯，如我们经常会做的一样，我们感谢他在允许我们发言之前、坚持给我们严谨的挑战。我们之所以花功夫和时间来表达感谢，是因为根据我们的理解，你们所处的宇宙是一个拥挤的宇宙，其间充满很多种类、很多导向的实体，他们的范围包含从天使般的正面实体到恶魔般的负面实体；**对于那些在第三密度中投生的实体们而言，要分辨出被提供的信息的精确音调并不容易**。所以，如果你们希望在对传讯的接收

中保持正面导向的话，挑战接触的实体，要求对方正面宣告[2]基督是主的身份，(并)确认服务他人的道路的卓越，这些都是很必要的。所以，我们再次向这个器皿表达感谢，我们也感谢这个团体的正面性，因为若没有这种正面性、我们此时就不能够在你们的密度中发声了。

（原注[2] Aver：动词，正面性地宣告。）

今天的询问所请求的信息涉及目前正在开展的、我们认为是(宇宙)造物中、比较困难的节点之一，也就是说，在通往造物者的道途上、存在我们已经称为服务自我与服务他人的道途之分歧。现在，在你们的行星上，这些道路早已被理解为显著不同的、而且被赋予了很多称谓。举个例子，你们有善与恶之分，你们有爱之路和恨之路的区分，你们有希望之路和恐惧之路的区分，说起这两条路的区别以及标示这两条路的路标、我们可以说个没完没了。

无论如何，我们想要说，什么构成了负面的寻求道路，什么构成正面或服务他人的寻求道途？这其中有大量的混淆。**那些在你们看起来负面的行动，实际上我们甚至会说，那些拥有少量负面性的行动，未必都是服务自我的极性标志。**因此，我们开始讲述一下在服务他人与服务自我之间、做出选择的过程中、起作用的一些因素，借此来阐明我们对服务他人之实体建议的、对待那些清楚地朝向服务自我极化的实体、应该持有的有益态度。

现在，已经被指出的事实是：你们的行星上正在显化大量的、我们可以称之为混乱的能量，这些混乱的能量有时候甚至十分经常在情绪量度上属于负面那端的表达。在负面端，你们发现恐惧、愤怒，你们发现憎恨、误解，这些都以各种各样的偏见模式被表达出来。现在，这些情绪不仅仅被储存在心/身/灵复合体的个体里面，还储存在心/身/灵复合体的群体里面，你们经常会看到激烈的情绪爆发，

它们会导致敌对的局面，也会在另一方激发敌意反应，一旦这些敌对冲突进入公众视野，你们星球的民众每个人几乎都不可能避免选边站，去认同冲突的一方或另一方。总有一方被认为是邪恶的，而另一方被认为是善良的。在某些情况下，我们不否认，有一方会比另一方有着更大的负面性，但是，那并不是我们此刻想要讨论的问题。**我们开始要这样去觉察，一个人或团体需要用负面性的方式、敌意的方式、或甚至是以暴力的方式来表达自我的时候，区区这些事实并不一定表明其对负面极性的根本承诺。正如我们已经提过的，实际上，你们的星球上有如此大量的困惑，以致于在大部分情况中、要弄清楚哪怕是主要倾向在哪一端都是极度困难的。所以，根据一个人所表达的、某些让人做出有关负面极性的行为就判定这个人正走在服务自我的极化途径上、这是十分不成熟的想法，因为这个人未必就已经完完全全地拥抱负面极性。**

让我们这样说：确实有一些情绪，愤怒也许在这些情绪当中、是最显著的，如果它被强化、被拥抱、被累积、被聚焦，成为一个承诺的枢纽，那么假以时日这些情绪能够通往可收割的负面极性。无论如何，我们愿指出，愤怒，在其随意的表达中，如你提到的、在游行示威中(表达)的敌意忿怒，这种情绪并没有聚焦到服务自我的发展上，距离可收割性还非常遥远。实际上，属于这种类型的情绪爆发通常出现于那些已经做出服务他人这个根本选择的个体身上，只不过他们在表达自己的选择上遇到困难，不能够连贯一致地显化该选择、好抵达自己的存有之根。

相比之下，**一个在负面道路上、趋近可收割品质的实体通常不会被人识别为特别地负面；事实上，他或她通常被别人当作是正面实体，因为这条途径的一个特征就是此人能否成功地控制、操纵、和支配他人；容我们说，在那个事业中、要搞砸生意[3]的最稳妥方式、就是露出马脚[4]、露出你的真面目。如果你能够产生**

一个公开的人格面具、似乎是正面的，于是你想望驱使的那些人就心甘情愿地服务你，他们还以为他们正在服务一个正面极性的实体，这样就对你太有利了。（原注[3] queer the pitch：一个英式英语的惯用语，意思是搞砸了在手边的工作；[4] let the cat out of the bag：不小心或由于错误而揭露了一个秘密。编注：直译是让猫钻出袋子，很有趣的比喻。）

所以，**虽然专注于服务自我导向的达成确实往往始于对负面情绪做功，比方说通过锤炼仇恨的刀锋，但这些情绪的表达和负面实体之间、通常并不存在明显的关联。话虽如此，我们(还是)会说、的确有这样的人。而且，我们也会说，对于试图达到第四(正面)密度可收割品质的行星而言，存在这样的人确实构成一个挑战，而且是导致你们社会能量复合体此时的混乱的一个元素。实际上，我们会进一步地说，这是导致该混乱的一个相当显著的要素。**尤其困难的是，这个行星的公民的内在到底是什么极性很难搞清楚；事实上，对于任何其他实体而言始终是不清楚的。因此，很容易就自己的意图欺骗别人，也很容易制造出一种表象来把其他人吸引进入服务自我的轨道，或者说，伊西斯穆斯行家[5]正在负面的途径上、寻求可收割的品质。

（原注[5] Ra：Ipsissimus 是一个已经掌握生命之树的实体、并且已经将这种精通用于负面极化。参看一法 44.16。）

服务他人的实体所面对的难题是：单纯地承认社会能量复合体充斥着难以追溯源头的负面元素，一个人无法确定[这和很多很多的实体有关]、他实际上在跟一个下定决心去反对服务他人的实体打交道；接着，如果有某个合理的预期 [或者甚至，容我们说，不合理的期待]，即预期某个似乎转向负面的其他自我实际上可能只是在和一些能量打交道，而且预期这些能量最终将分解、于是这个灵魂里面将浮现比较明确的、服务他人的导向，持有这种预期的人并不想望对此关上门的。

因此，一个可怜的实体要怎么办？你该如何看待那些你面对着的、携带倾向于服务自我元素的社会运动呢 [而这些元素确实对你们很多民众有某种磁性的吸引力]？你们要摆出什么样的态度，才能清晰地表达服务他人的导向，而同时又认识到这些负面因素已然来临、那些支持并维持这些负面因素的实体有权利做出他们自己的路径选择？**在这里起作用的考虑是对于意志之自由的考虑。我们提醒你们注意这样一个事实，那些想望主要服务其他自我的实体，那些乐于为取得更清晰的服务导向、而付出不懈努力的实体，他们的一个典型特征就是，他们所拥抱的主要价值，就是认可那些你想望服务的其他自我的自由、认可该自由的中心地位。只以你认为其他自我需要什么的方式去服务、只不过是服务你自己的一种偷偷摸摸的方式罢了**[6]。

（原注[6] 与此相关的(一法段落)：

89.30 提问者：在这个节点，Ra 对于该(Ra 在第三密度期间)收割、和在(你们的)第三密度收割时；相同的无法收割的实体的态度，是不一样的吗？

Ra：我是 Ra。没有实质性的不同。对于那些希望去沉睡的人，我们仅仅能够提供那些为沉睡而设计的安慰。只有服务被请求的时候，服务才是有可能的。我们准备好用各种可能的方式进行服务。这作为一种与第三密度的其他自我打交道的方式仍旧看起来是令人满意的。**我们的感觉是，成为一个(服务者)尝试去服务的各个实体即是在简化这个领会：什么服务是必须的或可能的**。）

所以，服务他人的第一个障碍，一直都是这样一个事实，即他人实际上跟自己是不同的，在很多方面是有差别的、而且很多差别是没被观察到的，因此，一个人必须要小心翼翼地行动，不管在哪儿、尽可能地留有余地，好避免侵犯其同伴的发展进程。

现在，不可避免地会出现一个令人极为困惑的局面：当一个人付出全部努力来留出余地的时候，会发现(对方)总是得寸进尺，直到自己的自由意志受到侵犯。在某个当口，就有必要去找到一种方式、从这样的参与中退后一步，当一个人迫在眉睫地面临着被一个坚决的自我寻求者所控制的情况时，这个人需要果断行动，这样的行动表面上似乎是暴力行动，这种暴力，我们当然得承认，有其负面性。

现在，对于你们当中、那些已经在这个星球上的第三密度居住了一些时间的实体来说，这并不是新闻。实际上，我们将更进一步说一些事情：它也是一种特点、我们甚至说它是(宇宙)造物中的一个危机，它会渗透进入第四密度、甚至进入第五密度、我们会说、甚至进入第六密度的早期部分。如那些在第六密度中的 Ra 群体所言，极性实际上是统合的，因此，到了那个点、也就没有必要借由选择这一个或另一个来极化了。所以，这样说是诱人的：「好吧，既然那是所有进化中的灵魂都被引导奔向该目标，那么我们为什么不现在就单纯地把那结果当作结论，安然处之，就仿佛两种极性的确已经统合了？」

我们会对你们说，我们对这个问题的回答听起来似乎是有些不和谐的，即便我们作为 Q'uo，我们是共同(合作)的实体，综合了第四密度的 Hatonn、第五密度的 Latwii、和第六密度的 Ra，尽最大努力协调我们的声音、好给你们单一的回答。对于这个问题，我们就必须说，Ra：极性是协调一致的；Latwii：极性正在趋于协调一致；Hatonn：两极是彼此对立的——悲哀、悲哀、悲哀啊。

作为 Q'uo，我们必须同时说所有这三件事。我们必须要说，确实，极性就是如此，以致于它们不会比油和水更好地混合在一起，**服务自我对服务他人的致意需要被拒绝，仅此而已，当它变得过于显著的时候，就必须被完全地拒绝，因为如**

果不这样做的话、就会削弱自由意志的可行性，而在寻求服务他人的道路上、自由意志是所有实体都必须享受的、最为菁华的东西。

我们也发现，那些已经选择服务自我途径的实体、他们在追寻那条道路的过程中已然取得可收割的品质，容我们说，他们并不笨。**他们非常清楚地辨识所涉之事的动态，所以，没有一个服务他人的实体能够说服其改变立场，或者向其展现其道路的错误。你们可以向他们提供爱与光，但为了安全起见，还是需要主要在一个强有力的、具保护性的光之帷幕后面这样做，我们会补充说，这样的帷幕、人人生而有之，当面临超心灵攻击的时候、正面导向的人常常可以使用。你们无法说服一个负面的、伊西斯穆斯行家转变其经年累月根深蒂固地选择和修炼了的极性。你们可以尽力与之共存。**

有时候，极性相反的群体会出现撞击。正面极性不会挑起撞击，也不会采取先发制人的行动，这不是正面极性的典型特征，但偶尔会出现这样的典型情况，为了保持在自由意志中、寻求过程的完整性，**需要作出防卫性行动，这在第三密度中依旧是一种相当强烈的本能，并且持续到第四密度，为了他人、以保护性的方式行动**；(尤其是)那些被视为易于受到服务自我的侵犯而受伤的实体。我们，作为Q'uo，将会说：你们确实拥有一些你们很少动用的资源，你们能够呼唤这些资源来帮助你们，当你们这样做的时候，你们在很多情况下能够避免更为公开性的敌对冲突。然而，即便是那些资源有时候也会失败，证实当推力变成推挤的时候，必须要推回去，我们说：悲哀、悲哀、悲哀啊。

所以，我们无法告诉你们、不应该摆出圆形阵势*进行防守，因为防守是有必要的，为了保存寻求的完整性；该寻求属于个体与正面导向的团体。但是，我们会说，**在很多正面导向的团体中，会有负面情绪的表达，这些情绪看似来自一个服**

务自我的位置，但是，基本上、这并非事实。所以，甚至在圆形阵势内部，你们都将会发现明显的敌意，我们请你们仔细考虑这些负面表达：愤怒、敌意、偏见、反感，是否终究无法被疗愈，你们是否终究能够为之提供爱，这是你所能够给予的、最佳与最高的礼物。带着该想法，我们要把该通讯返还名为 Jim 的实体。我是 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

（*编注：原文为 circle the wagons，美国俗语，有心人可自行搜寻。）

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次与这个器皿在一起。名为 Steve 的实体在将我们的想法传递给你们的过程中、提供了忠实的服务，我们感谢他。在此刻，我们请求已经被选取择好的后续询问。

Gary：[发问者写的]「**灵魂投生到地球上，是否倾向于特定的种族、宗教、国家、或性别？这些人类的“子集合”在一个形而上的层面上有多重要呢？谢谢你们**。」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察你的询问了，我的兄弟。

这个星球的灵魂、其来源极其多种多样，他们在其他第三密度的星球上、尚未能够，容我们说，完成收割，于是行旅到地球，以便于再一次尝试这转变过程：进入爱与理解的第四密度。现在居住在你们的星球上的灵魂、在其他星球的经历及其种族的起源是丰富多样的，他们已经有一段时期[属于你们的时间]尝试在心智、身体、灵性的演化上取得进展。这些灵魂已经披上，容我们说，不同的人格面具或行头，这反映着他们不同的思想过程、不同的物理载具着色、以及对共处或周围的其他自我的不同鉴赏。

大部分的实体会倾向于停留在其起源星球的社会复合体之中，这样就可能延续在那儿被启动的团体导向之课程，这些课程的目的不仅仅在于表达团体的身份与凝聚力，也在于允许在团体中的个体拥有一定的表达自由，这种自由被，容我们说，复制团体标准或正常思考过程所平衡。无论如何，随着这个团体中的不同个体在其意识的极化过程中取得进展：要么朝向服务他人的正面极性，要么朝向服务自我的负面极性。(于是)他们可以自由地(选择)和他们的原生团体继续混合，也可以脱离其原生团体，联络并投生加入其他的、和他在团体里的概念或个体表达能力相近或不同的团体。

因此，在经过一段长时间之后[按照你们的量度]，在你们的一个主要周期、也许是两万五千年或比这稍短的时期之后，在任何团体中的个体都有机会，借由在投生前的一种共识性选择，而移动到任何其他团体，以允许该个体在朝向收割的努力过程中、更自由地表达自己。**每一个所谓的灵性家庭的团体，或者在更大的团体中的较小的实体集合，也会考虑想望作为一个团体移动，**如同个体可能会做的一样，因此，在此刻，在你们的七万五千年的大师周期结束的时候，出现了起源于各种各样的星球的实体的相互混合。当任何个体或他的灵性家族完成收割以后，接下来，这样的收割就会导致这些个体继续前进，他们已经充分极化，目的是开始第四密度的体验、和其他个体或小团体形成一个社会记忆复合体。

因此，来自其他第三密度的星球的很多实体、来到地球最后一次经历第三密度、并完成收割，这些人将会组成你们行星地球的第四密度人群。

在此刻，我们也会注意到，现在，这里有很多来自第三密度的其他星球的实体，他们在来到地球之前、就已经完成收割，**这些实体来到这里是为了帮助这个星球**

的收割，因为这些实体可以通过和谐的方式化解很多运行中的催化剂、借此协助地球自身、(和)地球上各种各样的、寻求收割的子团体、以及那些正在达成收割的实体。因此，在你们的星球上、有着微观宇宙，它表达着无限造物者的宏观宇宙之特性，也就是说，各种存有(生命)聚集在一起寻求第四密度。

在此刻，有另一个询问吗？

Gary：下一个发问者写道：「在我们无限造物者的爱与光中致意，Q'uo。感谢你们今晚同我们在一起。举例来说，当我们在冥想的时候、呼唤存有来帮忙或作伴，明确地说出这些存有的名字，比方说，“请在这个冥想中与我在一起，Q'uo”，或者不说出任何实体的名字，而仅仅说“朋友与家庭”或其他概括性的东西，哪个更好呢？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。

关于这个询问，我们会这样建议：请求来自于属于无形领域的那些指导灵、朋友、内在层面的老师，以及那些已过世的、挚爱的家庭成员的帮助，途径不只一条。一个人可以在任何时刻，如在问题中所建议的一样，发出具体请求、寻求在任何具体问题上的帮助，或者，简单地就其日常生活过程寻求一般性帮助、以及就日常生活的每项不同事项表达学习的愿望。

有一种很少人察觉的寻求协助的方法，不过，却很可能是最普遍被使用的方法，就是单纯地、诚实而真诚地在你们的寻求的旅程上前进，当困难出现的时候，用你全部的存有、用你的心(轮)、心智、用你的身体和灵性来寻求，好解决困难，处理催化剂，接着获得经验。即使你们没有具体地请求协助，你们以真诚和坚忍

不拔的精神、和尽可能纯净的方式来工作和处理催化剂，这就是呼唤协助的另一种形式。

根据你们自己的评估，即使你们在生命体验的任何特定区域中、力争进步却不幸受挫的时候，**此刻从你们身上散发出来的忧伤本身也是一种呼唤**，因为你们这里很多人都是忧伤的兄弟姐妹，或你们所说的流浪者。即较高密度中的实体们，你们可能相当清楚这一点，如果他们属于正面极性，他们借由服务他人而在自己的道路上前进，如果他们属于负面极性，他们借由服务自我而在自己的道路上前进。因此，**当这些忧伤的兄弟姐妹在某些活动层面上、或存有状态上感知到疾苦的时候，就好像他们自己的一部分呼唤他们去回应自己的另一部分所感觉到的痛苦一样。**

因此，简短地说，我们会说你们的呼唤是无法失败的。你们的需求一直是被知晓的。总是会有指导灵以及帮助者站在一旁、准备好提供协助，你们知晓它们在那儿，只是你们可能、也可能不会感知到它们协助的方式。待在那儿是它们的巨大喜悦，当你们用任何方式呼唤的时候，它们都会回应。事情降临的过程中、可能看起来是奇迹一般，也可能平凡的，可能看起来没有受到任何自我以外的力量或源头所影响，或者你们周围的幻象显得随机，不过，那些可能是提供给你们帮助或启发的方式。

我的兄弟，有一个最后的询问吗?

Gary：是的，下一个发问者写道：「他们说，如果我们需要收到帮助，我们就必须要请求帮助。我注意到、有时候我并未请求帮助却收到帮助。我对此格外感激。为什么、我们偶尔会在并未请求协助的时候、却获得协助呢？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现在这个询问大部分被我们对先前问题的回答所涵盖了，然而，我们将尝试添加一点信息，可能对你有些帮助。我们希望如此。

在这个星球上，实际上在所有第三密度的星球上，每一个真理的寻求者都拥有至少三个指导(灵)，任何实体在投生之前都知晓这三个指导。每个指导都会就即将进行的投生的性质、跟即将要投生的寻求者举行会议并交换信息。他们会回顾该实体过往投生所学到的课程，这些知识可以和这个实体一同前行，未来投生后可以被叫用。**如果寻求者在有些区域的学习、尚未到达其渴望的纯净度或熟练度，接下来就会在指导的帮助下，也在高我(higher self)的帮助下，把这些编入(未来的)行程。**

如果在第三密度的幻象中、一个实体并未有意识地察觉其寻求过程，第三密度的投生中，遭遇到这些课程的时候，它们会被给予一种可被领会的形式和可能性。寻求者的显意识和潜意识在全体层面上共享这份信息。因此，当寻求者在第三密度的幻象中四处移动之际，**处于遗忘罩纱的另一面的潜意识能够借由施加偏压在该实体体验的催化剂上、属于他每日的体验菜单[容我们说]，而对实体提供帮助。**这样，很多实体可能看到某个催化剂的情境，而每一个实体都会用不同的方式观察它，因为每一个实体都拥有在投生前被编程的不同课程，而这些课程被潜意识对其施加投生前的偏向性。这样，实体能够敞开自己，识别投生前已经被选择的事物，这样的实体在这方面拥有一种轻微的优势，容我们说。

无论如何，在每一个真理的寻求者的所有体验中，自由意志都是至高无上的，寻求者可能忽略其潜意识的偏向性，可能会错误地感知它，或者可能完全不会注意

到它。无论如何，当寻求者开始越来越意识到自己[如你们所称的]寻求真理之过程时，这个寻求者将会对日常出现的催化剂可能越来越敏感。**真理的寻求者会注意到催化剂具有特定的重复性和同步性，于是寻求者有机会学习那些投生前希望学到的东西。**

现在，这种寻求的一部分，当然就是去请求帮助，因为当寻求者更为意识到这个过程的时候，就越来越会发觉他可以寻求内在层面的指导(灵)、老师和朋友们的帮助，这可以让他的寻求变得更有成效，觉察到寻求之路的过程本身可以累积动能，可以指引寻求者以更富成效的方式前进。那些在他们的寻求中更为成功的实体、甚至获得机会更远、更快地前进。因此，该寻求(过程)就成为一种福分与喜悦。

接着，我们说，这对我们一直是个福分与喜悦，在这个下午、你们要求我们加入你们的寻求圈。我们能够在这样的圈子中感觉到爱，能够看见光从这个圈子散发出来上达高天，并且能够和那些[你们以产生光、表达爱所呼唤来的] 伟大的天使存有一起欢庆，我们总是十分地感激。有个天堂般的合唱团唱着哈利路亚、哈利路亚、哈利路亚。

在此刻，我们将离开这个器皿。我的朋友，我们在爱与光中离开你们，因为在这个宇宙中、除了爱与光之外别无所有。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们，Adonai vasuborragus。
Translated by T.S.
(V) 2018 Reviewed by Jeff ,cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2017_0903b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2017/2017_0903.aspx#_ftnref6

相关内容：

Q`uo 文集 - 收割的进度(20160206)

Q`uo 文集 - 造就第四密度(20170226)

★爱与光图书馆选集 第 29 辑

☆ 第 2901 章集：L/L 访谈集 - 极乐递送 (by Jim)

Copyright © 2017 L/L Research

2017 年 8 月 5 日

Jim 接受「极乐递送播客」主播 Suzanna Miller 的采访

（编者的话：建议未成年的读者在家长或成年亲友陪同下、阅读本文。）

Suzanna Miller：您现在正在收听的是「极乐递送播客」(Blissrunner Podcast)第十三期。

本播客面向任何一个曾在性生活领域遭遇考验的女性，不管您是否已经在您的长期关系之中失去了性趣，还是性高潮变成了幻影，抑或是您只是一直渴望得到更多、更深层次却又无法用语言表述的东西：让这个播客来帮助您。在这个节目中，我们将学习唤醒性能量的微妙艺术，以此来探索如何转变您的性体验。现在，这不只是荒诞(woo-woo)的东西，它是有形的，而且它对女人的生活产生着深远的影响。我们会听到一些故事：像你和我这样的女人通过存有这内在的能量、从缺乏性的享受中达到令人难以置信的、扩大之狂喜状态。我们还将和这领域内的作者、教师、和实践者交谈，以指导您如何开始这一趟深度的令人满足的旅程。我可以告诉您，它彻底改变了我的生活，我知道它能丰富您的生活。很高兴您来到了这里。

大家好，欢迎回到播客秀。这是极乐递送播客第一季的最后一集，难以置信我们已经到了这里。我非常愉快地采访了所有这些了不起的作家和专家，还有那些与

我们分享故事的杰出女性。所以，在我开始播客第二季之前，我要休息大约一个月，虽然「休息」这个词并不合适，因为我仍然会忙于「极乐递送」的所有其他事情。请务必在 iTunes 上订阅，以便您不会错过任何未来的节目，如果您还没订阅的话，您可以订阅我的通讯，我会告诉您节目何时重新开始。

今天的嘉宾和我以前的嘉宾有点不一样，因为他将主要从形而上的层面来谈论性能量。这些天，我发现我越来越想更深入地理解性能量到底是什么，这位嘉宾会帮助我们谈论这个问题。他的名字叫 Jim(吉姆)McCarty，他是带来名为一的法则、有时被称为 Ra 资料的通灵材料的几位负责人之一。这套材料是通过 1980 年代初期 100 多场通灵完成的，参与人包括通灵管道 Carla(卡拉) Rueckert，提问人 Don(唐) Elkins，还有 Jim McCarty——我们今天的嘉宾，Ra 通讯的记录员。

这些场次的信息包含很多涉及性能量本质的材料，Jim 将与我们分享他对这些教导的见解，基于几十年在该领域的研究和学习，但也基于他自己与 Carla Rueckert 长达 30 多年的关系，他们享有一个非常独特、美丽神圣的性关系。所以，让我们开始谈话。

欢迎来到播客秀，Jim，很荣幸您能够来这里。

Jim McCarty：我很荣幸来到这儿。

SM(Suzanne Miller)：首先我想我们要让听众对我们讨论的东西有一点了解，您给我们稍微讲一讲 L/L Research 吧！你们是做什么的，以及你们是怎么开始做这项工作的？

Jim：好的，L/L Research(研究中心)开始于，我猜，1968 年，那个时候 Don 和 Carla 首先走到一起。在我加入之前，他们已经在一起 12 年了。从高中高年级的时候起，Don 就对 UFO(幽浮)和超自然现象感兴趣。那是 1947 年，他师从 Tom(汤姆) Mantell 机长学习飞行课程，Tom Mantell 机长是肯塔基州国民警卫队的一员。当时有报告说在肯塔基州的梅菲尔德附近出现一个不明飞行物，此时 Mantell 机长碰巧与其他两名飞行员在空中飞行，他们要他去检查一下。他去检查了，结果在追逐一个不明飞行物后坠机死亡，此事成为了全国新闻。因为他是给 Don 上飞行课的老师，Don 便突然对 UFO 发生了兴趣。Mantell 机长那时 25 岁，Don 17 岁，年龄相距不大，他们成了朋友。因此，在 Don 随后的高中和大学时光，他发奋学习了一切与物理、化学和自然科学有关的知识，**试图弄清楚宇宙的本质——宇宙是如何运作的**。

所以，Don 就读于路易斯威尔大学，获得机械工程的学位，但那时候他也做了可能超过 200 场前世回溯，来试图弄清楚是否真有转世这回事，而且对他来说，他对自己证明了这一点。人们一世又一世地轮回，这似乎证实了这一切的运作方式。

然后，1961 年的时候，他仍是路易斯威尔大学的教授，他得到消息，有个来自底特律的人，有个通灵小组：一个据称与外星来源通灵的冥想小组，因为这个小组的领导人两年前与一个外星实体有过面对面接触，这个外星实体此后就一直与他保持着心灵感应接触。五十年代的一些早期的(UFO)接触者拥有这样的特点，即这个地球人在有过接触体验之后就保持着一种持续逗留的心灵感应连接。于是，在通灵中，他们提供信息，关于其他人如何组成冥想小组，可能有与外星来源通灵的机会。这样的消息传到了 Don 这里，Don 对此非常感兴趣，于是他决定去做一个实验。当时，他是路易斯威尔物理学教授，他在速度科学学院的班里当时全

是男生[现在男女同班]，他聚集了十二个人来做实验。其中一个人说：「我能带上女朋友吗？」他说：「当然行。」那人就是 Carla Rueckert。

于是，他们每周举行两次或三次冥想聚会，Don 并没有告诉他们要做什么。他是一个科学家，他想看看这事情是否会自己发生。大多数人确实得到了我们所谓的「调节」(conditioning)，他们开始感觉到一种临在，他们的心跳开始加快，开始出一点汗，他们的前额感觉到压力，也许他们的舌头开始动或者嘴巴开始一张一合的，他们当中一些人后来说，他们收到了话语，但没有人想说出来，因为他们担心这些话是自己瞎编的，担心这全都是他们头脑中的想象。最后，那个来自底特律的人来了，出席了这个小组的冥想，他连接到通灵源头，该源头试图与这些人沟通，说：「我们和你们有连接，但是你们都想对这种体验加以控制，以致于谁也不开口说话。当话语浮现在脑海里的时候，如果你们只是把这些话说出来，事后再加以分析，它就成了。如果你在过程中试着去分析它，它就会停下来。」

所以，Don 和 Carla 就是这样认识的，那是在 1962 年。Carla 和她的男朋友在 1962~1968 年间有过一段不成功的婚姻，后来她最终回到了路易斯威尔，那时 Don 还在忙着冥想小组的工作，于是他们在 1968 年走到了一起。**L/L Research 就是这样开始的，始于对超自然现象和 UFO 的总体调查、特别是对通灵的调查。**

SM：你们的网站 www.llresearch.org 上头有大量信息：关于所有这些历史、和在前进的路上所缔造的各种发现。这是一个巨大的信息和资源之图书馆，如果你们对其中任何一件事感到好奇的话，我会建议你们去那个网站，因为您会找到各种各样的信息。

所以，就把我们带到 60 年代末、接着 80 年代初。那个阶段主要集中于冥想研究、试图建立连接和探索世界上其他的超自然现象。对吗？

Jim：是的。有趣的是，当时，Carla 是唯一没有学会如何通灵的人。她喜欢那些信息，她喜欢静默冥想，但她真正学会如何通灵却是在 12 年以后的 1974 年。到那个时候，小组的所有成员要么有了工作，结婚，搬出了城，要么是因为这样那样的原因不再能够充当通灵管道。Carla 是 1968 年的时候和 Don 走到一起的，到了 1971 年，Don 成了剩下的唯一的通灵管道，他说：「好吧，免费午餐结束了，Carla，时候到了、该你学会通灵了。」

SM：所以，她是不情愿的？

Jim：是啊，她是个不情愿的管道。她一点也不反对这个，她只是更喜欢静静地坐着、聆听和冥想。然后，在 1974 年，他们开始与其他一些对组建冥想小组感兴趣的人一起集会，而她确实学习怎样通灵，这努力最终汇成了一本叫作**《星际邦联之声》**(*Voicesof the Confederation*)的书，不过不完全是 Don 教会她如何通灵，虽然他确实教她了，**实际上是当时他们正在通灵的邦联来源真正教她如何通灵的。**

除此之外，Carla 还患有风湿性关节炎、肾脏也有问题。她 13 岁时有过**濒死体验**，当时她的肾衰竭。因此，她的健康有一些问题，她和 Don 会前往各地寻求我们称之为「另类治疗方式」的治疗：在菲律宾和墨西哥城接受**超心灵(psychic)手术**。他们在墨西哥城遇到了一个叫作 Pachita 的女人，这个女人曾在与 Poncho Villa 的战场上学会了治疗技能，当时他们所在的那部分地区正为了争取从墨西哥独立而进行着许多战斗。她能够修复 Carla 的肾脏……她用的是，他们说她好像创

造了该肾脏，因为他们在墨西哥城打电话到处寻找肾源，但所有肾脏都被传统医疗设施拿去给其他病人做肾脏移植了。Andrija Puharich 博士在场，他就是把尤里·盖勒带到美国的那个人，他当时与 Don 和 Carla 以及其他一些人都在，他对他(Don?)说，在这个小玻璃容器有看起来像肾的物质，但它并不是肾。然而，Pachita 能够把它当作一个肾来使用，用它解决了 Carla 的问题。不管它是什么东西，它解决了 Carla 的问题。

然后，几年后，他们前往马尼拉，在菲律宾遇到了一个叫 Benji Bellacano 的家伙，是个超心灵外科医生，他对 Carla 做了某些细小的调整。我猜她那个好的肾脏上有三个增生物，以前没有问题，他切除了这些东西，并为 Don 做了一些手术。所以，他们研究了各种灵疗外科手术。

SM：当他们去菲律宾的时候，他们是否脑子里想着去治疗什么特别的疾病，还是他们到了那里，灵疗外科医生在他们身体发现了这些需要治疗的疾病？

Jim：嗯，两者都有。他们事先就有需要治疗的东西，例如，当他们看到 Pachita 时，Carla 想要治疗她的关节炎，但 Pachita 说她的肾脏才是问题，她的关节炎之病因。在菲律宾见 Benji Bellacano 情况也一样。他们以为症状实际上就是问题，而他发现了症状的根本原因，所以这两次他们都是抱着治好一种东西的想法去的，他们的这个东西确实被治好了，而治好则是因为一个更为基本的原因。所以，他们做了这些事情，然后在随后的年月，他们研究了**灵媒**的概念，这种治疗的媒介用的是一个人，这个人从口中产生灵质体(ectoplasm)——烟雾、雪茄般的物质，你也可以用来和进入灵界的已故亲人或其他实体沟通。

有一个叫 James(詹姆士) Tingley 的家伙，住在俄亥俄州的切斯特菲尔德营地，Don 和 Carla 去看他。他们调查过很多自称能做到这一点的人，但他们发现的欺诈比真事要多。但哪里有烟，哪儿就有火，他们找到了 James Tingley 就发现真有其事，他们能够与 Don 的妈妈交流。在家中，她被称为修女，她能把这薄薄的烟雾状物质形成身形，宛若她生前的模样，Don 说他甚至可以看到她头上的头发、脸上的线条等等，他对她说了话，她感谢 Carla 把 Don 照顾得这么好。当时，Carla 不知道 Don 的母亲长什么样，也不知道这是 Don 的母亲。在 Don 开飞机带他们回家的路上，他上过飞行课，是一个飞行员，他说：「你知道修女是谁吗？」她说：「我不认识任何修女，不，我不知道这修女是谁。」Don 说：「不，那是我母亲。」

在那里他们还遇到另外一个实体，他说他是摩西。他形成了一个令人印象深刻的形象，很可能就是摩西，长头发、袍子、等等，为了表明他是真的，他还击打了 Carla 的手腕，力道大到可以留下痕迹，然后他从她身上穿过，转身，从她身上穿回来，举起双手，接着说：「向前去，教导吧」。然后他聚集进入地板上的一个小水坑、就离开了。所以，他们调查了一下，发现 James Tingley 是那个领域的真货色，所以他们对很多不同的事物感兴趣。

SM(译注：原文有几处缩写为 SR，改回 SM 比较一致)：是的，我的天啊，有这么多的东西，我们可以聊上整整一个星期，真是太吸引人了。当该实体穿过 Carla 时，她有什么感觉？

Jim：她没什么感觉。她只是惊讶于他通过她的身体消失。她只是被震惊到了，这个实体一直在和她说话，还拍了一下她的手腕，然后穿过她的身体，再穿回来。但是，Don 和 Carla 在一起的那段时间里、发生太多事情了，过了一段时间

之后，她就没那么不知所措了，因为她开始更多地理解，准确说不是物理，而是形而上学，万物背后的灵性实相。

SM：对，奇怪的东西才真是正常的东西。

Jim：对的。

SM：哇。OK，所以，不久之后，她决定着手学习如何通灵，把我们带到了 Ra 通讯(contact)开始的时间段，有您加入了这个圈子，这件事才得以发生。

Jim：OK。就像我刚才说的，1974 年是 Carla 学会通灵的一年。巧合的是，那一年我搬到了肯塔基州。我最早来自内布拉斯加，我那时候是一个老嬉皮、我是「回归土地」运动的一员，老嬉皮们决定：「好吧，让我们简化我们的生活。让我们奉行梭罗(Thoreau)的「简化，简化」的理念，买地，自己造房子，生小孩，在家教育孩子们，以及在合作式社区一起工作。」

所以，我已经决定这样做，我就买了地，我还造了一个小木屋，那儿不通电，有一天晚上，我打开装电池的小收音机，收听肯塔基州、莱星顿市的 WKQQ 电台，他们正在采访 Don Elkins 和 Carla Rueckert 关于 UFOs 的课题，我实际上非常兴奋，因为他们所谈论的不仅仅是 UFO 长什么样子、有多少个、怎么降落之类的话题，还讨论了 UFO 里的实体们所倡导的哲学。于是，我对自己说：「我一定得去见见这些人们。」

但我花了整整八个月的时间才知道该怎么做。好吧，我没啥计划，我只是记住了他们；我们(社区)有食品采购合作社，我们每两周下一次订单，聚在一起，聊天

和吃饭等等，我见到一些从我所住的同一个县的另一边过来的人，我们聊起 UFO 和通灵，接着我说：「你知道，几个月前，我听过一个采访、关于 Don Elkins 和 Carla Rueckert…」「哦，是的，我们认识他们，我们是那个小组的成员，我们可以把您介绍过去。」于是，我就这么认识了 Don 和 Carla。

次年，我离开在肯塔基州中部的小地方，开着车来到大约 70 英里以外的路易斯威尔，参加他们的周日冥想。那时候他们住在路易斯威尔市中心，他们在那儿的一套公寓里举行冥想聚会已经有 12 个年头了。但是，当我加入他们的时候，他们正准备搬去路易斯威尔郊外的一所不错的单层房子，那个房子是个奇特的 L 形状，占地 6 英亩，(我)帮他们搬家。我们成了特别要好的朋友，他们邀请我加入他们。

我在俄勒冈州的另一个冥想小组的通信名单上已经有五年了，我说：「嗯，我真的很感激你们的提议，但是我今年秋天要去俄勒冈州，我将要加入那个小组。」

Don 说，「好吧，如果你改变主意了，这项提议长期有效。」

于是，在 1980 年 10 月，我开车去俄勒冈州，我在那儿待了大约三个月，我真的很喜欢那儿的人们，这一切都是我所希望的那样，但是，我碰到了一个可以赚很多钱的机会，这让我有点迷失，因为这并不是我去那里的原因，所以我想，「如果我接受这个给我的机会，我可能就不能够追寻我想要的灵性道路了。」于是，**我告诉他们，我要在这个周末去冥想，看看怎么做。后来，进入冥想大约 30 秒后，我的内在视野如无云的天空、一个清晰的图像划过天空，它说：「回到路易斯威尔，加入 Don 和 Carla。」**

所以，我驱车 2,500 英里回到路易斯威尔，在 1980 年 12 月 23 日加入了 Don 和 Carla。我们当时认为，我们要做的第一件事就是要重写他们的书《**UFO 的秘密**》，这本书是 Don 于 25 年来调查 UFOs 的总结。所以，在接下来的三个星期里，我在做一些研究。有一天，我正要为三人小组做饭，就出门去买些食品杂货，而当时 Carla 和 Don 正在举行密集冥想，帮助一个学生学习如何通灵。因此，那里有三个人，那是首次的 **Ra 通讯**。

那是我到达那里三个星期之后。我回来的那个时候，Carla 显然已经进入了出体状态，Don 正在问关于地球即将发生的变化。如果你看看第一场集会(资料)，里面有一个地方他在问那些变化会像什么，Ra 说：「我们必须暂停，以便深化这个器皿的状态。」因为我刚走进门，打断了第一次与 Ra 的通讯，我抱着食品杂物，看到正在进行一场聚会，我于是就沿着大厅走到厨房，把那些杂货放好。

之后，**我从来没见到 Don 这么兴奋过。他是一个非常省话的那种人。这个世界并没有给他留下深刻印象，他认为人们非常地疯狂，他们随着情感团团转，所以他只是冷静从容地看待事物，但他(当时)很兴奋！他说：「我们得把这个抄写下来！你能马上就抄写这个吗？」我说：「现在吗？」他说：「是啊，我们真的要把这个抄写下来。」于是，我马上去做，在抄写的时候，我看得出为什么他很兴奋，因为这相对于我们从任何其他来源得到的信息而言，是一个巨大的跃进。**

SM：好，哇！多么令人兴奋！那么，是怎么确定这将是你们三个的呢。听起来首次(Ra)通讯的时候，像是有另一个人在场？

Jim：还有一个人在场，他确实又参加了一场集会。我想总共有(其他)三人参加了四次集会，其他情况下就只是 Don、Carla 和我。我们发现，正如 Ra 所说，三是

保护和支持该器皿所必需的最低人数。可以有更多人，但是，他们注意到就我们三个人看来效率最高。而且，真的没有其他人说：「哦，我可以参加你们的聚会吗？」那不是发生的情况。**那时发生的情况是我们似乎为了这个目的走到了一起，很多事情似乎是水到渠成，就好像拼图被放在其他的时间和地点，被拆散了，在这里他们被重新拼装，这就是对整件事的感觉。**所以，就是这样一回事。

SM：您现在对 Carla 那个时候能接收到这个通讯(接触)有什么了解？您是否认为她除了已经练习通灵一段时间，已经做了好几年的超心灵(psychic)准备？为什么能够连接到这个层面的实体，您是怎么理解的？

Jim：嗯，这似乎是由很多因素造成的。**她似乎有(灵魂)出体的天赋**，我们从来不知道这是如何做到的，但她能做到。但是，在这次集会之前，冥想小组里有一对夫妇已经在那里呆了好几年，我在俄勒冈州的那个秋天，其中一位去世了。她已经病了很长时间，她(Elaine)告诉丈夫 Tom，「当我到了精神世界的另一边，我会联系你，让你知道我很好」，然后她给了他一些信息，「我会告诉你这件事」，于是，当她去世时，Tom 问 Carla 是否愿意试着联系 Elaine。

Carla 说：「我试试看。」这是卡拉(Carla)第一次进入出体状态，而且发生了两次。Tom 请她再做一次，然后她说：「这件事使我真的很疲倦，我不想再做一次了，我希望你已经收到了所需的一切。」

他说：「是的，我收到了 Elaine 说会给我的一切，所以我满足了。」但是 Ra 后来说，这两次的出神(trance)集会为 Carla 与 Ra 的通讯做好了准备。它们有点像调音，调好了。

而且，**我们三人之间特别和谐，**做到这一点都不需要努力。这就像是一份礼物，我们曾在别的地方在一起很久或很多次，以致于我们之间的一切都是那么顺利、从容、平衡。Ra 说，我们都有特定的角色和方式为这个团体做出贡献，这种和谐对于维系和 Ra 的通讯也是最为重要的。

第三件事是 Carla，从她还是婴儿的时候，**就有着服务造物者的强烈愿望**。当她两岁大的时候，她可以去到一个神奇花园。我想这是她第一次真正离开她的身体，但她出生时就有先天缺陷。她的右眼斜向她的额头，到她 15 或 16 个月大的时候，他们能做一个基本手术来矫正它。她从两岁起就戴眼镜了。有一天，母亲把她放在窗户旁边打盹儿，她关上百叶窗，Carla 摘下眼镜，放在窗帘里。她在睡着前留意到，外面的阳光透过眼镜的透镜，以某种方式放射出了一道光束，她很快就从身体滑了出来，显然，沿着那束光，前往一座神奇花园。

在那座神奇花园里，她看见了耶稣。耶稣从未对她说过一个字，只是看着她的眼睛，握着她的手，当他这样做的时候，她说就完全知道什么是**无条件的爱**。所以，就从那个时点起，她完全地奉献给耶稣，并致力于服务天父、造物者，所以这对于 Ra 通讯来说是一个最重要的因素，她热忱希望服务上帝，造物者，并通过通讯、特别是透过通灵来做到这一点。所以，**这些因素：她的出神能力，我们小组的和谐，以及她强烈渴望服务造物者，这些似乎都是允许 Ra 通讯发生的因素。**

SM：我明白了。哇，太棒了。我从来没听说过她小时候的故事。

Jim：她曾多次发生过这种事。当她五岁的时候，她告诉了妈妈和爸爸，他们说：「嗯，你在瞎编这种事，这不是真的，真没发生过这种事。」于是，从那以后、这样的事就再也没有发生过，但她终其一生始终是耶稣的追随者。

SM：让我们开始介绍一下性欲和性能量是如何进入这(故事)的。我的理解，或者我从阅读 Ra 资料中得到的回忆是：它最初被提出来、是作为一种方法教导你们；作为一个团体，帮助 Carla 来维持她的身体活力，好让这些交流(通讯)得以继续。我理解得对吗？

Jim：嗯，情况是那样的，但我们不是被教导的。Ra 并没有告诉我们，而是我们正好发现了。所有的 Ra 接触(通讯)都基于我们的自由意志。他们只能给我们一些关于重要事物的提示和线索，因为我们需要自己做出这些选择，而不是有人为我们做决定，因为当别人为你做出选择时，你就失去了由自己做决定的气力。所以，发生的事情是，Don 和 Carla 在一起，就像我刚才说的，已经十二年了，但是 Don 并没有真正认同地球上的许多做法。他不想进入婚姻，他不想要孩子，在最初的六个月里，他也没有真正想要性生活。他说，「我真的宁愿禁欲，你会介意吗？」

所以，Carla 说，「好吧。那我也试一下。」她试了一段时间，但那对她行不通。

幸运的是，当我来的时候，她和我有着这种天然的化学反应，而且它像沙漠玫瑰开花，我猜你可以这么说。所以，我们有这种化学反应，我们分享着亲密、性能量交换，但那时我们没有这样的称呼，我们还不知道是这个东西。但是，我们发现，当我们在 Ra 集会的前一个晚上有性爱的话，这次集会就会比我们没有性爱

的情况下时间要长。所以，差不多在第十七场集会的某处，我们终于搞明白了、发生性行为和集会时间变长有关系。因此，在那一点上，我们开始问一些问题，并获得信息、了解它怎么运作的。

SM：哦，我明白了，OK。那么，告诉我们一点点、您学到了什么。关于它是如何被解释的，各种能量中心，身体中的各个脉轮，及其激活，还有阻止(能量)转移发生的堵塞。您能给我们一些初级启蒙吗？

Jim：我将尽我所能：这里面有很多信息。最基本的是，被交换的能量叫作**「生命能」**(vital energy)，它是心智、身体、灵性的综合能量，用于灵性或形而上的层次，而不仅仅是出去玩耍。一夜情不起作用。它必须被承诺。必须有其背后的目的；必须是灵性导向的。

现在，只有当这两个实体都到达了心轮、即绿色光芒能量中心时，心智、身体、灵性这三种能量才派上用场。你必须通过红色(光芒脉轮)，这个与性(sex)、生存有关，通过橙色光芒，这个强烈地涉及一对一关系、在情感上与对方的关系，一个时期中就一个；然后到黄色光芒，这与群体有关，你作为能量扩张之群体的一部分，**当我们沿着能量中心上行时、这些能量正在扩张。**接着我们在行星地球上、为了达成毕业、进入第四密度，我们都尝试做的事情就是进入心轮，这样我们就有了对所有人群、万事万物的普世大爱，我们试图在所有地方看见造物者，我们试图在所有地方看见爱，因为它在所有地方。

这就是我们在 Ra 通讯中学到的，在这个第三密度中、这是巨大的挑战，就是找到造物者并在任何地方都找到爱。因此，一旦两个人，男性和女性能量，通常是男性和女性，但并不总是如此，**重要的是男性(阳)和女性(阴)的能量，所以，一旦**

两个人有了承诺的关系，并敞开他们的绿色光芒能量中心，然后性能量交换成为可能。看来管用办法是：借由前戏、借由尽量延迟性高潮，来储存很多能量。如果你想储存大量的能量，那就是你要做的。

现在，为了释放能量，除了延缓它并通过前戏将它储存，还有两种方式可以让能量加倍，我们可以说，令你增加能量。如果你们双方都**将爱奉献给无限造物者**，并服务于造物者，那也将你们在性高潮时所交换的能量加倍。第二种方法是，如果你们**同时达到性高潮**，能量也加倍，所以你可以通过将能量交换奉献给造物者并同时达到性高潮、极其地放大能量。它并不总是如此，有时是一个，然后另一个，但基本道理就是这样。

SM：即使你们没有同时达到性高潮，也有能量交换，只不过没有那么强烈，是这样吗？

Jim：对，能量被交换了，两个人都得到了能量，双方都贡献了能量，双方都得到了能量的全部，所以有很多可以交换的能量。如果你能走得更高，比方说蓝色光芒，也就是关于沟通和灵感的喉轮，能量也会增加，变成不同性质的能量，如果你到达眉心(轮)、靛蓝光芒，以及紫色光芒，等等，情况也是如此。对于一个正面实体来说，为了使能量交换成为可能，必须让绿色光芒(中心)开放。

SM：您可否解释一下**脉轮激活和堵塞**之间的区别？我知道有这样一些讨论，您可能会看到一个绿色光芒激活的个体，和一个橙色或黄色光芒堵塞的个体，他们陷入了一种永久的、只是索求更多、贪得无厌的状态。您能谈一下激活对照(Vs.)堵塞吗？

Jim：好的。橙色和黄色光芒(中心)都是会发生堵塞的地方。通常情况下，Ra 说过，红色光芒不是我们堵塞的区域，它大部分时间都是给定的。紫色光芒也是一样，它是给定的。紫色光芒是你全部能量中心整体平衡的温度计或指示器、指数。但在黄色和橙色光芒，黄色(光芒)处理群体(关系)，橙色(光芒)处理一次一个的个体(关系)，都是可能发生堵塞的地方。Ra 说，堵塞的形式通常是有被对方占有的欲望或占有他人的欲望，或对占有他人怀有恐惧，或对被他人占有怀有恐惧。所以关于占有、(搭配)欲望和恐惧有四种不同的角度。所以在某种程度上，**当你对于另外一个人出现任何这些种类的思维或情感配置的迹象，堵塞就产生了。**这种情况经常发生，我敢肯定。人们可能在他们自己的体验中觉察到了这点。

SM：是啊，绝对的。所以，让我们想象一个场景：一个人可能已经激活了绿色光芒，但由于这些恐惧或欲望之一、而仍然有橙色或黄色中心的堵塞？

Jim：是的。你可以启动了绿色光芒，却有一个可能只是暂时的堵塞，也许因为对于别人以某种方式和你的伴侣有关系、你感到嫉妒，或者因为你害怕某种正在发生的东西，或者是它们对你有那种恐惧或误解。

因此，如果你想要能够拥有能量交换，那么你要做的**最重要的事情就是在你的关系中维持清晰的沟通。**这真的是你能做的最重要的事，Carla 和我，嗯，我从 Carla 那儿学到，关于这一切、她教会了我很多。作为伴侣，我不是一个好学生，我从最低的状态开始，但是我有一个非常好的老师，她教了我很多东西。事实上，她教给了我、(在这方面，)我所知道的一切。但我们有一个习惯，就是不解决困难不上床，不让争论随着太阳落下。事前就解决，我说的不只是上床的性行为，我说的是上床睡觉。**当天的问题当天解决。**不让它们发酵，不让它们累

积，不让它们被混乱、愤怒或什么东西掩盖。沟通，弄清楚，这是很有必要的，就像我说的，她很擅长这些。她不一定是通过教导来教我，她通过行动教我，我通过观察、和她一起经历来学习。是的，**你需要沟通，你需要清理心(轮)以下这些能量。如果红色光芒到绿色光芒之间有任何东西，你必须把它清理掉，否则能量交换不会发生。性行为可能发生，但能量交换可能不会发生。**

SM：对。现在，您能不能告诉我们男性转移给女性的能量、对照(Vs.)女性转移给男性的能量，两者之间的区别？

Jim：好的。这件事花了我们一些时间掌握、因为它是基于原型心智的概念，在(一的法则)第四册，很多人读过。男性，显然这是指男性的原则，而不是生物学上的男性，通常生物男性有这(男性)原则，生物女性有其(女性原则)，但我们在这里谈论的是原则。Ra 说，每一个男性都是女性，每个女性都是男性，所以我们都有这两种品质。所以，我们所说的男性原则是拿取，就像太阳把光线发送到地球，地球去拿取这些光线并接受它们，因为太阳给予生命的能量而变得生机勃勃和充满活力。因此，男性的能量，男性的原则，(就是)争取并试图分享，而且能够让女性的身体能量恢复活力，因为女性通常比男性缺乏身体能量。而女性的心理/情感/灵性能量过剩，男性通常没有女性那么多这些能量。我一直认为男性占了便宜，因为他得到更高的能量。那只是我的意见。所以，这些是被交换的能量。

女性可以向男性传递心理、情感、灵性上的能量，而男性则可以向女性传递身体的能量。通过这种交换，双方都得到了增强和平衡，于是他们成为平衡的存有，而女性的能量和原则通过他们的灵魂、灵性体而循环。

SM：OK，您能解释一下在您的实际人生经验里、该能量转移是怎样的？它是您在当下觉察到的吗？您真的能感觉到它正在发生吗？或者，您更多是基于日积月累的经历、而注意到它对您的生命的长期效应？

Jim：嗯，根据你在激活能量中心这方面能走多远，绿色、蓝色、和靛蓝色，能量会有所不同。Ra 说过，如果你在绿色光芒(中心)，你会感觉到爱是完整的，你在性高潮和交换之后感受爱的感觉，它滋养你，你感到有活力、感到重新充电、你感觉完整了。如果你能够打开和激活蓝色光芒，那么不仅会有整体的感觉，而且还有灵感，正如 Ra 所说，「眼睛注视着一个新的世界」[1]。你对事物的看法变得不同，你开始在显著的一段时间内、以不同方式体验事物。这不是通常一直都会伴随你的感受。

（[1]原注：「这个能量转移对寻求者大有益处，因为这个寻求者的所有交流都是精炼的，以诚实和清晰的眼睛注视着一个新的世界。这是蓝色光芒能量的本质，是对它予以赋能和结晶化的一个机制。」(一的法则) 84.20）

然后，如果你能够激活靛蓝光芒(中心)，即眉心轮，那么就有机会去感受我们所说的「超绝的喜悦」或「造物的合一」。嗯，我们都知道性高潮来临时、生殖器官的感觉。想象一下、在你的前额有那种感受。所以，差不多就像是这样。

SM：现在，那个——实际上是 Gary 想要我问您这个问题——关于大脑高潮？这是不是您在和 Carla 一起探索中所经历的事情，或只是您自己经历过的事情？

Jim：我开始是靠自己体验。1972 年，那是在我遇到 Carla 和 Don 的几年前，我参加了科罗拉多州、落基山脉的一所生存学校，这里有自我治疗课程——大脑自

我疗法。在 1957 年创立这所学校的人、他的理论是：**一旦移除了某些阻碍，人脑的自然功能就允许大脑的能量流进前额叶。**

大多数人有三或四个基本的反生命类型的障碍，这障碍是他们还是小孩子的时候，父母、老师或某个大人导致的，他们不知道自己有权利站起来对那些大人说：「这是不对的。我有权利做这做那。」所以，我们使用梦的解析、写作文和神经戏剧来发现那些障碍。梦通常会给我们以指引，我们会写文章描述，然后我们会回忆孩提时代、我们没有能力或权利站起来说「不」的痛苦经历，然后我们会把台词重新写进神经戏剧，那时候，我们站起来，说「不！」叫喊，尖叫，哭泣，你需要做什么就尽管做，把它弄出来。那时候大约是和 Arthur Janos 的原始尖叫(Primal Scream)同一个时代，如果你还记得那个疗法的话。约翰·列侬就对那个疗法很感兴趣。所以，它是相同的基本观念。

所以，去到那里之后，我有了所谓的「前额叶体验」，我的前额叶打开了，我的大脑突然活跃起来，我开始有了这些前额叶体验，基本上，这感觉就像大脑中的性高潮。

SM：嗯，您的大脑中有一种令人难以置信的快感吗？

Jim：对。而且经常有一些对我来说毫无意义的声音和幻觉，我有很多这些，但是当我加入 Don 和 Carla 的时候，那是我第一次有了性伴侣。在我经历那种疗法的 1972 到 1974 年，我并没有任何伴侣，所以是 Carla 和我共同发现这个，和她分享才搞明白这其实是怎么回事。

SM：现在，在试图打开和激活更高能量中心的过程中——蓝色光芒[即喉轮]，第五脉轮、第六脉轮，您会如何去尝试？它会是做爱过程的一部分吗？事前您需要设定意图吗？这是不是您在日常生活中试图激活的东西？

Jim：是的，我会对你刚才说的大部分说「是」。Ra 让我们做了一个叫作**「平衡练习」的练习，通过简单的催化剂或日常生活中的经历来帮助你完成所有这些练习。整个想法是，在我们投胎之前，我们给自己设定了某些需要修习的课程，这些课程与这些能量中心有关系，每当我们在日常生活中遭遇某些经历，我们将倾向于从某个视角或某个偏向、某个心理角度来看待这些经历，这样我们可以利用这些来成长，即我们投胎之前所希望拥有的成长。**

所以，Ra 所说的练习，就是在一天结束的时候，当你在冥想的时候，回顾这一天，看看你那天遭遇了什么种类的经历把你带离了中心，也就是能够给予和接受别人的爱的中心。再次地，这是假设你使绿色光芒(中心)打开、或者你希望打开它。任何让你偏离中心的事情都会给你一个平衡的机会，因为当你偏离中心时，你就失去了平衡。所以，如果你在杂货店对人很不耐烦，或开车的时候，有人在你前面停车，你生气了，冲着他们喊叫，那么你要做的事就是在冥想的时候你重现给你带来不耐烦或者愤怒的场景，让它在你的头脑中放大，大得荒谬，大到离谱，然后就在那一秒、那个瞬间，你想象一下相反的东西，你想象一下耐心。然后，如果你坐在冥想中，让这种耐心累积起来，直到它和你之前的不耐烦一样大，同样大。所以，你把这两者放在一起看，你接受自己同时存在着造物者知晓自己的两个方法，你知道你的存有之内包含造物者。你接受自己两者兼有之，你接受自己作为一个平衡的实体。

无论面对什么，你都这样做。你有一个人、一个朋友，他死了，你非常悲伤。然后，你倚靠感恩来平衡悲伤；感恩你认识他的时间、感恩你与他在一起的时光。你就一直这么做，直到达成平衡。如果你遇到某些问题，比方说你在工作中很有纪律，但有时你觉得自己太像个机器人了，也许你想更放松一点，所以你试图用放松来平衡纪律，或反之亦然。用哪种方法去做并不重要，这观念是得到平衡，所以无论在你的日常活动发生什么事，你把它当作是拉姆·达斯(Baba Ram Dass)所称的「磨坊上的谷物」。你用它来成长——作为你当天的成长资粮。发生在你身上的事情并非偶然，看待这些事情的方式是聚焦于某些能量中心，因为我们在投生之前就做出了这些选择。根据 Ra 的说法，根据很多其他诸如麦克·纽顿博士、布莱恩·魏斯博士的说法 - 我们在中阴期回溯的时候就选择了这一切。正如 Ra 曾说：没有错误，也没有事故。有些惊奇，但没有错误。所以，我们可以看到日常活动以某种方式给我们带来机会去平衡和激活某些能量中心。

这并不是说你开始说：「好吧，我要通过这样做、这样做、这样做来打开这个能量中心，」你只要对你日常活动中发生的事情加以留心，因为这些都是你早已计划好了的，它已经在运转了。只要留心注意。

SM：OK，我明白了。太棒了。所以，你的生活会向你展示你需要做什么，只要按照您所描述的方式去加以留意和平衡，那么无论什么样的激活，该发生的总会发生。

Jim：对。

SM：所以，回到性的话题，也许您可以帮助我下一步需要讨论什么，但是我想明白你能够工作催化剂和平衡、以达到什么效果，开始在这些更高的能量中心之

中工作，这对你的性关系会有什么影响，也许到这儿、我们开始谈论**高等性魔法**的概念。

Jim：接着发生的就是你的能量中心变得越来越开放。你每天进行平衡练习的结果，就是你的能量中心越来越开放，你通过它们传递越来越多的能量——你就有越来越多可以利用的能量。我之前提过，将能量交换加倍的一个方法是以任何可能的方式把性能量的体验专门用于服务太一造物者。我们所做的当然是我们进行了 Ra 通讯，所以，我们用非常特定的事情奉献给造物者。高等性魔法基本上是两个实体能够与太一造物者接触的手段。魔法的经典定义是任意在意识中创造变化的能力。Ra 又多讲了一点点，说魔法是进入潜意识的显意识能力[2]。在每个例子中，你都在试图得到古往今来神秘主义者、修行者、和圣徒们所谓的「合一之体验」——也就是某种方式的造物者之体验。它可以在绿色、蓝色、靛蓝色光芒中体验到，甚至可以在紫色光芒中体验到。所以，你所要做的就是投身于服务造物者，并在任何程度上体验与造物者合一的喜悦。所以，这就是魔法。魔法就是能够提高你的觉知，你以一种方式「指导它」——我不想要这么说——因为你并没有去指导或控制它，你只是准备好，你实际上把自己交给它，但你采取步骤允许它发生，所以你参加了朝那个方向移动，我想这是最好的描述方式，因为控制不是一个正面的构想。控制是一个负面的构想，那完全是另一个领域，我对它没兴趣。

（[2]原注：「魔法能力是有意识地使用所谓的无意识之能力。」(一的法则)79.33。）

所以，你要做的是体验更多的喜悦、以及和造物者合一，更多地知晓造物者的意志，因为执行造物者的意志似乎带有极大的灵性满足。它也提升了你的意识。所以整件事就是那样。有些人也许并不从事我们所做的、通灵(传导)某些实体，如

果他们从事高等性魔法，他们会有某种仪式上的性体验，奉献给某种特定类型的体验。那个，我自己还没做过，所以我无法告诉你很多，但我知道有其他人以被认为是仪式性的白魔法仪式从事高等性魔法。我不能告诉你怎么做那件事。

SM：对。在现实世界中，对于一对正在以这种方式演进的夫妇或情侣来说，性行为是什么样子的？是在前戏里积累性能量吗？听起来，它真正关乎**意图、承诺、沟通**。那是如何演出的呢？

Jim：是的，好的，Carla 把它描述为「在上主的田野间玩耍」，就像孩子们玩耍一样，享受着如此美好的时光，但有意识地去做，感受到真正的动力去服务，去体验快乐，与他人分享喜悦——感受与造物者合一的喜悦。Carla 有时候会有、嗯、多重的性高潮，这对我们两个是很经常的，尤其是对于 Carla。有时候，她会有长达 15 或 20 分钟的性高潮。因此，她觉得在那段时间里，她感觉到与造物者的合一，她能够视我为造物者，她能够视万物为造物者。过了一会儿，它就变得无法用语言表达了。狂喜是一个很容易的描述，但并不能充分表达它。

SM：是的，一点没错。至于您自己，您是否为了经验多重性高潮，作为男性，需要多一点的控制，我猜，或者学习允许自己达到一定水平的快感、而不射精。这是不是您刻意训练自己去做的事情，或是就自然而然地发生了？

Jim：嗯，我猜想这是自然而然发生的，因为我真的很喜欢延迟，因为这样总是使得事情变得更好。Carla 会不时地说：「请你来到高潮吧？」「因为那可能是她在我之前达到高潮的一个时期，而我只是在玩、玩、玩，她说：「OK，现在。」她说的时候只是开玩笑，但我确实喜欢延迟，这似乎并不难做到。

SM：你们有没有接触过或对实践谭崔(Tantra)感兴趣？

Jim：没有，但它有点像我们成功推迟足够久之际发生的事情。我们并没有说：「让我们今晚尝试一下谭崔瑜伽，」但如果有人观察到，他们可能会认定：「好吧，你们正在做谭崔瑜珈。」

SM：对的。关于您和 Carla 之间的这种性关系，和您过去可能有的性关系之间的区别，您有何看法？试着明确清晰地说出区别是什么。

Jim：哦，有很多不同之处。不同之处在于我已经经历了大脑的自我控制，它打开了我的前额叶，我以前从未和任何人做过这种事，只有 Carla 和我发生过性关系。我们对彼此忠诚，所以我从未和任何其他有这种能力的人发生过性关系，故拿任何以前的伴侣来比并不公平。而且，正如我所说的，我一开始并不是个真正的好伴侣。有趣的是，我是家里的独生子女，我曾独自在土地上待了六年半，我没有哪一天感到过孤独。我一直很喜欢独处，当我第一次加入 Don 和 Carla 的时候，那真是件好事，因为 Don 和 Carla 那时才是一对。他们在一起 12 年了，我喜欢独自一个人待着，所以情况很完美。

当 Don 在 1984 年去世之后，然后在两年内，Carla 和我决定把工作继续下去，我们会在一起，结婚是合情合理的，因为婚姻对于一段忠诚的关系是结合的最有力方式，所以我们就结婚了。但是，我仍然有一种孤独的天性，喜欢独处，这是我必须工作的课题，幸运的是、她有足够的耐心和我一起做功，因为就像我所说的那样，我并不是一对一的好伴侣。Don 在 Carla 和我的关系中是一个非常好的平衡，因为他可以提供这一点…嗯，我不知道如果你是否读过 Ra 通讯里面提到的、一些实体之间可能保持着没有性行为的性(能量)融合型态的关系？Don 和 Carla 就

是那种。那是 Don 的基本感受。所以，我必得学习如何与 Carla 相处，这花了我一些时间，然而，一旦我终于毕业了，接着看到光明，这是世界上最美好的事情，我非常感激她对我有耐心，花时间教我如何成为一个伴侣。

SM：我想您可能对自己有点苛刻了。

Jim：嗯，你不知道。[笑] 我不是一个好学生。

SM：那么，您会对那些有兴趣学到更多的人，或者尝试把这些原则融入他们的生活中的人说些什么呢？他们将从哪里开始？或许是**冥想**？

Jim：我认为冥想总是最好的事情。自从我们在 1961 年开始联系服务于无限造物者的星际邦联以来，这一直是他们给我们的主要的信息。冥想是到达目的地的方法。它是学习如何达到第四密度的方法，它是学习如何建立良好关系的方法，它是学习如何在你身上找到造物者的方法。我说不管你的灵性实践是什么，练习冥想、沿着灵性道途前进、在思维、身体、灵性上演化的方法总是多种多样，找到一个人一起去做，找到一个你可以完全忠诚的人，然后一起做。

遗憾的是，许多对一的法则感兴趣的人没有一个可与之分享的伴侣，我想遍及世界、许多灵性寻求者都是这样。有时候，不会发生你和一个与你意趣相投的人在一起的情况。但是，如果你可以，无论如何，与你的伴侣或你钟爱的人分享你的旅程，这是真正搞懂的方法，每天都这么做，让它成为你每日的中心。**让它成为两个人承诺的东西、比你们自己更为伟大**。那就是秘密。

SM：真的，您带出一个有趣的论点，您是否在这些教导中、遇到过关于单人性能量的任何事情？在我自己的经历中，我最初对性能量概念的入门完全是与行为无关的，只是在冥想中，那时我并没有伙伴，开始在我自己的身体和灵性之内体验到狂喜，我很好奇有没有关于这种体验的任何教导。

Jim：很可能有，但我不知道。恐怕我没有这方面的资料，抱歉。那对你很好啊，听起来很棒。

SM：是的，它确实使我的生活偏离了我原先期待的方向。

好吧，OK，我想我们这次的谈话该结束了。我鼓励大家去网站，花费长时间阅读那里的信息，因为有很多东西要学习和消化。然后，正如 Jim 所说，**要向内寻求，冥想，与您的伴侣建立连接，看看您能发现什么。**

Jim：的确。网站上的所有东西都可以免费下载。如果你想要这些书，我们的(纸本)书是收费的，但如果你想下载的话，我们所有的资料都是免费的。

SM：对您个人而言，下一步是什么？

Jim：嗯，就像我们现在正在做的，我有更多机会与人们交谈、上播客，上 Skype，我被邀请、到处做些演讲，所以我想，我在走出去，进入这个世界，因为在最初的日子里，Don 才是那个做演讲的人。他是一个天生的老师、一位教授，在他去世后，Carla 自然而然地接过这斗篷，而她披上斗篷是如此美丽。她可以通过自己的潜意识或其他方面进行通灵，她可以激励观众，所以现在我要试着自己去做，我想这就是我现在要做的。

SM：OK。嗯，我想我们采访就结束了。您能同意接受采访，我再怎么感谢您都不为过。

Jim：哦，这是我的荣幸。我真的很享受采访。能够分享我们多年来共同经历的信息和体验，并帮助人们，这是一种真正的荣誉。把这些信息免费传播到世界各地、这总是 Don 的梦想，互联网(Internet)允许我们这样做这一点。

SM：所以，你们每个人都听到了。「极乐递送播客」第一季就结束了。我希望你们喜欢这一集。想看节目文稿的话，请登录我的网站 www.blissrunner.com，去找第 13 集(Episode 13)。当您在那里的时候，拿起一份我的免费导引式冥想(手册)。这是我的导引式冥想版本、为我启动了整个过程，我希望您能免费得到它。下一季再见，我向您致以极乐祝福。

（编注：点击以下链接可收听本次采访音频：https://www.blissrunner.com/13-sexual-energy-transfer-jim-mccarty/）

Translated by Jeff

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2017_0805_jim.html

英文出出：http://llresearch.org/interviews/interview_2017_0805.aspx

---

☆ **第 2902 章集：耶稣的寻求**

Copyright © 2004 L/L Research

周日冥想 2003 年十二月 6 日

小组问题：我们正在进入圣灵的季节，这周我们想要一些资讯，关于耶稣·基督、拿撒勒的耶稣。我们感激于任何关于这个实体或他生平的资讯。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱和光中、我们向你们致意，在祂的服务中，我们来到你们身边。我们非常感谢你们用寻求的强度和能量、呼唤我们来到你们小组。能够得到这样的呼唤、得到你们的允许来提供我们卑微的服务，是我们的大福分，因为我们的服务就是跟你们分享想法和观点。我们是星际邦联的成员，我们唯一的希望，就是向那些此刻希望加速自己心智、身体、灵性之演化步伐的人提供这些想法。我们到你们星球上来回应实体们忧伤的哭喊、但愿我们简陋的想法可以打开窗户、在也许是思想黑暗的地方、让光和空气进来，但愿我们能光照它！这就是我们的希望：去光照、激励、致能我们今天与之谈话的美丽人灵。我们感谢你们牺牲时间和注意力，奉献这一段时间于寻求。作为回报、我们只请求你做一件事，那就是非常用心地辨别我们所说的，保存你喜欢的那些想法，丢开其他的部分。

你们今天问到关于耶稣的事。这个实体有好几个名字，他年轻时的名字是 Jehoshua。当时的乡亲通常不叫他耶稣，只有不属于他故乡的人才叫他这个名字，因为这个特殊名字是希腊语、从阿拉姆语翻译过来的。不过我们称这个实体为耶稣，因为当你们跟看不见、但肯定能感觉到其影响的实体交谈时，都叫他这个名字。名为 G 的实体请求是：(让我们)谈谈关于这个实体的人生。

名为耶稣的实体的人生确实多少有些不寻常，因为他是个不寻常的存有。跟这个圈子中很多人以及很多称呼自己流浪者的人一样、心智的才能和锐利的智力，致

使这个实体在很年轻的时候、就能够学习并掌握抽象观念，导致他天性就喜欢思索那些他不能解答的神秘，而其中最大的神秘就是没有限制的想象力。

耶稣于内在感觉到的无限与永恒、不断拉着他向前。有幸住在一个这个器皿会称为的小镇里，他家有个简陋但还过得去的住所、周围是一个由能够教灵性或宗教主题的实体所形成的社区。耶稣喜欢徘徊在这些老师周围，阅读、问问题，然后再阅读，结果这个实体在很年轻的时候、一个青少年、就被认为是一种拉比(rabbi)。在进行作为主要爱好的学术性追寻的同时，这个实体也花了许多时间在他父亲和叔叔身边，学习他们的技艺、做木工活、采集各种药草和公认有治疗功效的天然物质(植物)。

耶稣实体倾向于是个多少有些孤独的人，再没有其他事比晚上偷偷溜出去、更让他欢喜了。在他双亲生活的村落附近、有个比周围地形高出一些的地方，它不过是一个这个器皿会称为的圆丘或一小块突起的岩石；然而爬上这个不起眼的小圆丘、爬到它的背脊上，会在他内心创造出一种在别处找不到的平安感。他习惯于凝视繁星、想象着没有限制(的感觉)；在这种时刻，压倒一切的、无限的可能性之感觉会在他身上安歇。**耶稣灵性成熟的实质性进展、大部分并非得自于双亲或小镇里那些灵性领袖的教诲，而是当他凝视夜空的深邃时、于他自己内在找到的静默。**

大约十四岁的时候，耶稣得到机会：跟同个小镇里的另外两个实体一起学习；这两个实体也对灵性学习有兴趣、而村里的拉比也乐于教他们。所以，有好几年的时间，耶稣在一个该器皿称为艾赛尼派(Essenes)的团体中学习，一起团体祈祷和冥想；这使得耶稣实体进一步锻炼了他多少有些淘气任性的人格，提炼了他内在的饥渴：那是他感觉到的、对真理的渴求。

渐渐地，随着耶稣长大成人，他发现自己必须旅行。于是他开始上路。如同他对每天的感知一样、这条路也是丰富多样的。他开始踏上朝圣之旅，虽然当时耶稣肯定不会那样想，毋宁说，他只是接到呼唤、走上这道路。**在圣灵和静默的指引下，他走过了非洲以及印度的一些地方**[因为这个器皿不熟悉这些区域、要她使用一些地名有困难]。勇敢地面对饥饿和恶劣的天气，耶稣实体走了许许多多令人疲惫的路，造访了好些营火、山洞、圣所，在那儿、有些人想法路线和他过去受教的方式相同、也有些人想法路线不一样；总是在学习、累积智慧、从中筛选与过滤；渐渐地、关于他是谁、他进入了越来越圆满的感知，不是一个学会这些事情的人，而是一个见证者：见证了这个学习过程和在过程中所栽的跟头；接着把他觉得真正有用的思想模式沉淀下来。

正是在这个阶段，耶稣实体逐渐开始对他未来(神圣)职事(ministry)的具像、有了越来越多的觉察。我们给了这个器皿、山脉与甜水的影像以及喀什米尔这个名字，它是耶稣踏上下一个旅程之前所到过的最远的地方。他下个旅程的目的地确切地说、并不是家乡，而是这个非常虔诚的实体感觉到的未来和他选择的职事。

当这个实体旅行之际，他的一个亲戚，即这个器皿所知晓的约翰·施洗者，已经开始自己的职事。约翰实体感受到一股真实的强烈冲动：净化自己、允许所有不神圣的东西从自己身上掉落，(接着)约翰开始借由一个非常简单直接的讯息、吸引追随者到自己身边。那是亘古以来、先知们的讯息：**回归造物主，停止犯错，只服侍那个最高、最佳的(目标)**。这个实体开始他称为的洗礼，即用象征性仪式清洗自我；在这种仪式中，水被看成一个象征、能洗去所有罪(sin)。约翰的纯洁和领袖魅力具有力量、在人烟罕至的沙漠地带[无论他选择出现在哪里]创造了越来

越大的一群追随者。正是在约翰·施洗者行洗礼的地方、耶稣实体找到了灵感去设置一个起点、并且开始了他的职事。

考虑到约翰实体是个家庭成员的事实，他能认出耶稣的内在不是一个表弟、不是亲戚，而是弥赛亚(Messiah)，就他对这术语的理解是：「奉主之名而来的人」[1]，这真是非同寻常。在那个时刻，一股惊人的力量从约翰移转到耶稣，从耶稣移转到约翰。那真是非同寻常的一天，我们可以把它看成耶稣的(转折)点；就在那天，耶稣实体从见证者前进到行动者(actor)，从存在(being)到作为(doing)，从潜能到实际，从内在到外在。

（[1]原注：这段话传统上和弥赛亚有连结。它最早出现在《诗篇》118，第 22－27 节：「匠人所弃的石块，成了房角的头石。这是上主所为，在我们眼中看为希奇。这是耶和华定的日子，我们要高兴欢喜！耶和华啊，求你拯救！耶和华啊，求你使我们亨通！奉上主之名来的应当称颂！」在马太、马可、路加福音中，这段话被引用为当耶稣实体在生命的最后几天进入耶路撒冷大门时，人们用来迎接他的欢呼声。）

如果可以的话，我们会在此时停顿一下并指出：耶稣走过荒野，跟所有能找到的智者谈话，经历朝圣之旅的净化过程，在整个漫长旅程中，没有食物供应、没有舒适，只有走在尘土飞扬的路上的双脚、以及在每天结束时遇见的陌生人。**如果一个人想望创造具有深度和力量的生命，这种训练是必不可少的。**耶稣实体完成了这种训练，并非因为他觉得这样做是对的，而是因为对真理的饥渴不断牵引他前行，因为寻求之美无法抗拒；他既有饥饿的棒子、又有内在空间之美的胡萝卜。**由于长期习惯处于静默、长期锻炼身体、以及长期的倾听，同时倾听自己想法的声音、以及其他人要说的内容，他发觉自己能够安住在那些内在空间中。**

确实，在你们这次冥想前的谈话中，有几个实体提到：**单纯观察自己的想法，察觉它们的升起，不去评判，只是觉察想法的内容、尤其是那些不断重复的想法，那是件十分有趣的事。在这个过程中，一个人只凭借仔细的观察、就能越来越深地进入自我的内在。**

在这段时期，耶稣实体大多数时候远离任何的个人关系，无论是男或是女。当然，这个实体不是没有他钟爱的男人和女人。由于流浪的传道者生活不适合有伴侣和不断扩大的家庭，耶稣觉得这些不是他可能参与的乐事。结果是，这个实体大部分时候都是一个人，满足于无可言喻却十分深沉的关系：包括他的母亲、兄弟、堂兄弟、门徒[包括男人和女人]。耶稣可以看到这些人的心和他的心一样：都有着对于真理的相同饥饿与渴求。

几乎所有关于耶稣实体的著作、都跟这位老师在他大约三年的活跃职事期间所讲的故事有关。我们发现不可能在这个器皿处于显意识状态下、像你们所想望的一样讲述细节，因为这样的故事有一种天生的肤浅；由于这个器皿要求一种特定的通讯，这种肤浅不在该通讯范围内[2]。关于耶稣生命的菁华或要点，或许我们可以说这个实体的人格是和蔼的(sweet)、却又是狂热的，他毫不留情地寻求，毫不留情地自我观察，天赋能力是领会人群的本性，有时候，甚至知道他们在想什么。这种能力不会让他受到大多数人的喜爱，因为一个实体不只凝视着妳、还看透你，这是令人惊恐的事。所以他经常是一个令人生畏的临在。周围社会里宗教组织的权威人士发现、这个实体越来越令人不安，部分原因是因为在这个实体居住的环境里，他算是一个边缘的原住民，也就是说，他的住地靠近一大群朱迪亚人(Judeans)，或者说他们属于犹太部族。这个部落碰巧带有一种相当「右翼」[容我们说]或保守的观点，这种观点十分强调身体的姿态、身体的衣着、每天每个小

时该进行的适当仪式，等等。他们觉得这些宗教仪式可以创造一种很有灵性的生活，但就耶稣实体的观点，所有这些条例规程远远没什么帮助，实际上、它们模糊了一个人看造物主的视野。

（[2]原注：这个器皿总是请求：在耶稣·基督意识之内，她在显意识中、以稳定可承载的方式，获得最高与最佳的联系(通讯)。）

这个实体非常想望人们按他堂兄约翰所建议的、去改变自己的生命，就像这个器皿在她今早的宗教活动中、做礼拜时听到的。提供这些想法的牧师说：**「悔改」这个词字面上的意义是「回转」，把人生转个方向。**这就是耶稣实体得出的结论：叫作以色列的形而上实体要比犹太部族更重要；成为灵性寻求者要比维护外在形式更重要。自然地，因为这个实体有过多年神秘主义的训练以及神秘主义所鼓励的那些静默练习，对于那些把宗教礼仪和灵性画等号的人、他只有一点点的耐心。

另外，由于这个实体一直生活在大城镇边上，既不全是天生的城市居民，也不全是在他族群中的游牧民，他开始确信、他的基本任务是唤醒分散在各地的所有以色列部落。这个器皿曾和她称为 Papa 的实体花时间研究过那个所谓以色列国的其他组成部落。在研究这个概念的过程中，这个器皿发现，以色列部落的分散不光导致了大量犹太人的散落，更导致了那些人后来成了东正教徒和新教教徒；仅仅由于他们的分散模式、和时间的行进、以及基督教与世界历史的前进而造成的。因此，我们可以诚实地说，经过大约两千年的时间，耶稣实体在很大程度上确实让他的讯息在所有走失的人群中得到分享。

(他的)讯息一直保持简单。即使当耶稣实体处于最致命的危机中时，这个实体所做的事情仍旧是，就像 T 实体说过的，使用某种非常熟悉的东西来给那些即将在

他身后继续教导的门徒定位。在这个例子中，熟悉的东西不是水，因为当时用餐不是配水、而是配酒，这个实体选择使用肉和饮料来作为他本性的象征；耶稣说:「当你吃面包时，记得我。当你喝葡萄酒时，记得我。」再次地，和「悔改」(repent)一样，「记得」(remember) 这个字汇是关键。记得(re-member)就是把所有成员(members)重新聚集在一起。耶稣实体想望把所有来到地球这个磨坊中学习和服务的人们聚集在一起。

耶稣实体觉察到(剩下的)时间是短暂的；无论何时，当受到大启发的纯洁实体抓住了较深入的时间与空间之潮汐、你都可以一次又一次看到这种觉察。从实际时间来看，两千年似乎不算是短时间，但横跨这个或许有七万五千年长的周期来凝视[3]，最后两千年这个双鱼座周期确实看起来是一段短时间；尤其是因为耶稣实体在某种程度上发展出在环形时间[以这个器皿的称呼]内工作的能力，他当时不光觉察到线性时间和这里所有人同享的共识性实相，还觉察到潜藏在内在(次元)层面底下的实相；在其中，末后的时代[这个器皿习惯的称呼]已经开始了。**事情总是先发生在内在层面、很久以后才在物质层面上出现。物质体验之根经常被比作一棵树，它在天堂中生长，只有树枝伸展到地球上；所以，共识性实相或物质生命树枝上作为树叶和花朵出现的东西、早已在命运之树的根部和主干上出现了。**

（[3]原注：这比传统星象学中的年代短，传统星象把分点岁差(precession of the equinox)的大约 25,800 年分成十二份，一份为 2,150 年。Q'uo 群体指的是第三密度周期，其主周期或第三密度的总长被分为三个 25,000 年，也就是星际邦联所称的(三个)「收割期」；这些 25,000 年的时期又被分为黄道的十二宫。）

这个实体并未精确地把自己看成耶稣·基督、上帝之子、那是很多人鼓吹的东西，因为他把自己看成一个清空自己以便承担更大角色(persona)的人；他把这个承担

视为他的终生使命、视为他对于回归到天父那儿的接纳、以及自己对天父的献祭。他看待自己为一种实体：唯一的渴望就是实现那些他感觉是天父拥有的计划。确实值得注意的是：有一次他对门徒说：「我有你们不知道的酒肉」[4]。他的门徒都感到困惑，因为他们没有给耶稣任何食物。但耶稣对他们说:「我的食物是去实行差遣我来的天父之旨意。」再次地，这个特殊的实体使用食物和饮料的比喻来表示真正滋养自己的东西。

（[4]原注：语出约翰福音第四章，31-36 节：这期间门徒请求耶稣：「拉比，吃罢!」他却回答：「你们有所不知，我已有餐食。」门徒便彼此问：「难道有人给他送来了食物吗？」耶稣向他们说：「我的餐食就是去实行差遣我来的天父旨意，完成他的工作。你们不是说：还有四个月才到收获期吗？我告诉你们：你们举眼细看田地，庄稼已经发白，可以收割了。」）

这个实体没有苛评自己或尝试打倒他的人类天性。确切地说，他如此地渴求想要纯净、以致于他纵身跃向这个丢下自我、丢下小我(ego)结构的能力；小我(ego)有它自己的各种渴望与想，不同于天父的意志。对于耶稣实体而言，别的一切都是空无的，单纯地允许它们掉落。并非这个实体否定了他的根、他的过去，等等；而是，该实体拥抱了一个他真的认为是天命的人生。这个天命只能一天天地被定义，除了今天以外、他不能知道天父在任何一天的意志。因此，**他教导的祈祷辞聚焦于今天、只请求某些简单的东西。让地球像天堂一般，让我们把天堂带到地球上；让所有人彼此照顾，让人们用想望被别人评断的方式来评断别人；让所有的赞美、荣耀、大能只归于造物主**。[5]

（[5]原注：当然，还有:「请给我们今天的食粮。」）

当我们凝视这个实体的一生，这些是亮点，在这个实体的存有中、有一些突出部分、令我们注意的部分。基督身分(Christhood)的披风并不总是光亮的。耶稣实体

受难，甚至在戴夫·马修斯乐团所唱的那棵树上[6]、伸开了他的双臂、献出了他的生命、披风和一切。当我们凝视那个牺牲的片刻，我们献上这句话：「不要照我的意思，但照祢的意思」来指出这个实体奉献的气力。不是说他没有小我、不是说他不是人类。他拥有人格、幽默、愤怒，所有的情绪。他是个普通实体、位于正常范围内，容我们说。他是幸运的：有着这些天赋、保持纯净、并且彻底奉献。

这个器皿告知我们、该继续前进了，所以我们会这样做，但不会忘记感谢 G 实体问了关于这个实体的东西。的确，这个实体的生命极其为人们所景仰，但由于他的故事被不完美地记载、记忆也是贫乏的；只能通过这烟雾迷漫的玻璃来凝视他。不过即使资料不完美、有各种扭曲，也藏不住那个一体性的讯息，这个器皿会称之为**一的法则**(Law of One)。在这个团体和你们的文化中、有很多关于这个器皿所谓的基督再来的说法。而我们要对你们每一位说，**基督身分的披风是每个实体的天命；这条从地球到天堂、从第三密度到第四密度的行路，是所有人都将踏上的路。每个人都有小我、都有人格，不过，每个人也都有天赋并且奉献、都有两只脚以及一条尘土飞扬的路。祝福满满。**

我们要问，现在是否有任何进一步的询问？

G：Q'uo，耶稣是否觉察到他的身分是来到地球的流浪者？耶稣实体是如何面对他的苦难？当他感到愤怒、疑虑、挫折、或痛苦等等情绪的时候，他当时对自己说什么？

当时，耶稣没有觉察到任何的宇宙过往，甚至没有察觉可能有别的世界或活在别的世界上的实体。然而这个实体是个受过良好训练的神秘主义者，能感知内在无限制的空间。

这个实体面临苦难时、他如何跟自己的小我打交道呢？他几乎完全依据这个器皿所称的共鸣而行动。面临苦难时，这个实体会进入他意识内的一个地方，在那里他能够在静默中漂流、等待共鸣。**共鸣来临时绝不是以语言出现、而是以这个器皿称为的净化过的情感出现，那些感觉远远超越愤怒或痛苦的表面感觉，具备连结与光亮的状态**；于是耶稣实体能够单纯地脱离他正在经历的苦难，并非否定或抑制它，而是允许它存在，甚至侧身进入它、在全然的信心中、(知道)这里就是他要存在的完美地方，接着把这份苦难奉献给无限太一。

(他的)真言总是：「祢要我做什么?」 有一种炙热的关切、超过了每一种情绪和每一份痛苦，那是绝对的决心、以此洞穿神性想望的东西、并且完成它。对他而言，**这就意味着把所有分散的人们聚集起来，带着他们进入一种认知，忆起他们是谁、为什么他们在这里。**这个实体的天才在于：他的目标足够地崇高、从而持续了千年之久。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，谢谢你们，Q'uo。

现在有进一步的问题吗？

T：Q'uo，我有个关于音乐和声音的问题。你们能不能谈一下，如何把音乐、声音、振动当作灵性寻求的资源？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。音乐的音调(乐音)是一种名副其实的振动；乐音的音域跟能量体的脉轮[容我们说]或能量中心的区域直接连结。在你们星球上，每一个存有、当然还有(宇宙)造物自身的每一个生命和最小微粒、每一片雪花，都在歌唱；每一块石头都有它的音调，每一朵花、每一只鸟、任何种类的每个实体都有一首歌。音调在灵性上的重要性在于：它借由共振把能量体推入更有益的配置。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不了，谢谢你们，Q'uo，那很有帮助。

我们感谢你，我的兄弟。现在小组里、是否有进一步的询问？

S：是的，我有个问题。最近 C 经历了一次 Carla 所称的超心灵(psychic)致意，她似乎有效地处理了它，不过处理前她想到了 Q'uo。你们当时提供了帮助吗，是否只是一个想法？也许你们可以告诉我一点有关这情况的信息？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**我们只能说，任何时候、当(你们)想到我们，我们就在那儿，这是相当真实的。**我们不会擅自闯入；但是对那些对我们调频的实体、我们会对他们调频，你跟上我们的思考吗？名为 C 的实体察觉到我们，知道她可以呼唤我们。**一旦任何实体想到我们，有希望我们帮忙的想法，**

我们瞬间就在那儿；能在需要坚实帮助的时候提供服务，这是我们极大的殊荣。我们十分高兴名为 Cindy 的实体觉得我们当时帮助了她。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：我对自己想要做的工作有些洞见和直觉；虽然这可能基本上是爱的工作，但我的内在有一团恐惧。我知道我不应该有恐惧，但它确实存在，我想知道你们能不能以一种方式把你们的洞见给我、(让我)穿越那个问题？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**恐惧的目标是使得进展偏离正轨。恐惧之道是以阴影遮住太阳。我们完全可以说，对未来有疑虑或不知道自己有没有能力在未来服务，这本身并没有什么不健康或不对的。不过我们发现，如果你有这样的感觉，用「一次过好一天」的方式来处理有极大的优势；耶稣实体在自己的实践中把它彰显得很好。**由于匿名戒酒协会(A.A)已多次带着该座右铭「一次过好一天」进入你们的文化，人们熟悉这个概念。顺带一提，这个器皿知道一首歌「一次过好一天，甜蜜的耶稣」*，也是一个非常合适的祈祷辞。
（*编注：原文为 One Day At A Time，Sweet Jesus）

我们试图说但说得不很清楚的是：每一天本身都是一个实体，在一天中、那一大团恐惧可能在这里或那里出现。但它只能在很局部的地方出现，有焦点、很具体，以某一天里的某个想法或过程为背景，这就使你有可能接受这个具体的恐惧、与它同在。我们不会建议你试图解决、压制或克服任何可能出现的疑虑或恐惧；相反，我们鼓励你和它们在一起，作为它们的见证人去聆听它们的故事，作为见证人在内心反应那个故事。「你在想什么？你感觉如何？」不断更深入地探

索，寻找内在的下一个层次；于是，恐惧就成为一个跳板、帮助你记起你正在寻求你是谁、你为什么在这里。

服务的外形是在每天净化、集中注意的翻搅熔炉中锻造出来的。你早些时候谈到的、集中注意的能力，察觉你所做的律动(motion)和你感受到的外在律动有什么实际性质，以及察觉你和自己、你和他人、你和大自然原力[如此感动你且对你如此重要]之间的能量交换；所有这些都是一种自我绽放之生命的元素；你可以通过你集中注意到的事物来鼓励这种绽放，为它浇水、为它施肥。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S： (刚才)那个回答就像你们过去很多的其他谈话一样，当我反复阅读文字记录，思考它，然后一遍又一遍地阅读，我就会得到极大的安慰。所以让我先思考你们所说的内容，并在我心中向你们致以不朽的感激。

我们同样也感谢你，我的兄弟。这是我们的快乐和荣幸。现在有最后的询问吗？

V：Q'uo，我有一个仪式、在进入所谓的工作冥想时，我会在内部使用它。我想知道你们能不能谈谈这个仪式的有效性？如何才能使它更有效呢？在我的指南针上，那些我会叫作五点、六点、和七点的方向、它们的功能是什么？

我们是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。为了不打扰你的进程、我们最多只能鼓励你去察觉塑造了形式的静默，塑造了象征的菁华。形而上地说：站稳双脚，带着轻快的心、让每一种形式都能发出其宝石般的清晰度。

我们可以进一步回答妳吗，我的姐妹?

V：好吧，既然我用隐秘的方式提问，隐秘的回答就是我应得的。谢谢你们。这够我工作一阵子了。

我们感谢妳，我的姐妹。和你们在一起真是喜悦，我们很抱歉离开这个小组和这个器皿的时间到了。要知道、我们始终和你们在一起，就像我们在回答 S 实体关于 C 实体的问题时所说的。由于你们内在层面有这个器皿称呼的环形时间，在任何时候、你们希望我们帮忙，我们都会察觉到，所以一旦你们提出请求，我们瞬间就来到。不过我们向你们保证，如果你不请求我们就不会到来。因此，如果你发现一种幽魂，尤其是令人不快的、重复出现的幽魂，以我们的名字称呼自己，**我们建议你以耶稣·基督之名挑战它**，这将驱散任何不通过无条件爱与服务他人而来的势力。

一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们和你们一同欢庆，我们以 Adonai 向你们道别。Adonai。

原注：

[6] 来自戴夫·马修斯(Dave Matthews)的歌曲「调酒师」(Bartender)，歌词是这样的:

调酒师，请用你给耶稣的酒

装满我的酒杯吧，

那酒三天后让他在地下获得了自由，

调酒师，我跪下求你啦。

哦，当我年轻的时候，

我不曾考虑它，

但现在我总也想不够，

天父啊，我向您跪下。

哦，万一这些金子把我的灵魂偷走！

哎呀我亲爱的妈，请帮我回头吧！

如果这些金子.....

调酒师你看啊，

那根葡萄藤

曾经捆住了犹大，

今天又酿出了这杯喝我的酒，

它来自恶魔之树，深深扎根于地下。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_1206J.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_1206.aspx

---

☆ 第 2903 章集：第一变貌

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年十一月 2 日

小组提问：我们今天的问题是关于自由意志。我们想要 Q'uo 能够告诉我们关于维护自由意志的事物，为什么自由意志是一的法则的第一变貌，而不是第二或第

三变貌？为什么万事万物的造物者觉得自由意志是最重要的变貌，以致于把它列在首位？

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中、我们来到你们这里。请让我们说，能被你们寻求的圈子呼唤，是多大的荣幸呀！随着投射在世界上的影子在这个器皿的环境中变长，当你们融合为一个真正的寻求圈之际，我们歇息在你们灵魂综合后的美好能量和菁华中。能在这里和你们分享意见，是我们的大福分。一如既往，我们请你们在听我们说话时、使用你们的分辨力，因为我们提供的只是看法，请不要错把它们当成某个最终智慧或绝对知识的来源。

你们今晚问到自由意志，问到为什么 Ra 把它称为「第一变貌」。我们很高兴在这个课题上发言。它肯定是个既具挑战又有趣的课题，因为一的法则具有穿透性的简朴、正是从自由意志开始的。

我们首先从这个器皿称为逻辑的立场来谈这个主题，不过这是一种特定的、不完全是线性的逻辑。(宇宙)造物是造物主想象力的一个臆想物(figment)，容我们说。**造物主存在于一个绝对的歇息状态，而在其中发生了一切万物；这肯定是个原初的悖论。这个完美的平衡与平安的第一个变貌就是选择，或使用该意志；这里，意指造物者想认识自己的意志。**因此，它是出现在那个伟大的起初思维之前的变貌，因为那个起初思维是个主动性的思维：一个有创造力和毁灭力的思维，一个强大的、主动的原则。名为 D 的实体早些时候谈到了爱与光，说根本能量是爱；智慧是重要的，不过，最终爱更重要。实际上，**爱就是单一伟大的起初思维、理则**，它完全超越「爱」这个字所能够表达的，完全超越「智慧」这个词所

能表达的。这就仿佛一个人试图为看不到、抓不住、听不到、以任何方式都想象不出来的东西命名。因此，**第一变貌：那个从全然的潜能、全然的平安与歇息中移出的变貌，即是意志的自由，首先被造物主运用、以认识祂自己。在作出这个选择之中，造物主变成了那个，容我们说，单一伟大的起初思维。它更多是一种转移：介于潜能(位能)与现实、动能实相之间，容我们说。然而，从这个思维，也就是爱，产生了造物主用以建造宇宙的材料，也就是光。**因此，当我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意的时候，我们正是用造物自身的材料向你们致意，把自己、把你们和所有事物放在这个一切万有的框架中，这个框架只有在「当下」这个词存在的意义上才真正存在，如 G 实体早些时候说的。

从某种意义上，你可以把宇宙造物想成一个瞬间，所有的时间和空间在那个瞬间都有自己的心跳。该幻象就是：有连续性的瞬间、连续性当下的大规模行进、连绵不断地，创造出数年、数十年、许多世纪、许多的千年、亿万年(eons)。然而就灵性成长而言，把时间看成是瞬时的或循环性的，也一样有用。因为你们每个人都完全不是空间与时间的囚徒。在你正午(noonday)的感知看来，你似乎有很多限制：你就这么高，就这么宽，只有这些经验、这份知识、这些行动来填充流逝的普通日子。不过，实际上，交流一直都在发生，甚至在白天的意识中、在显意识与无意识的感知之间、在有限的共识性实相与弥漫周围的形而上实相之间，都有交流；这种交流逃过了物质世界的感知，但非常清楚地跟知识与体验的大中枢说话，这些中枢深藏在这个器皿所称的**前额叶**里面，为共识实相自我提供巨大的气力与威力。所以在任何情况下，你总会有一个部分逃离那些似乎把你禁闭的局限性，任何时候你都不可能真正成为身体的囚徒。

当然，事情似乎是这样的。这个圈子里的每个人肯定都记得那些自我非常受限、动不了的时候：也许因为骨头断了需要愈合，或者得了疾病，必须躺下来安静地

恢复。有许多方式使得一个人感到各种局限和束缚，不过，他跟安住在宇宙造物里每颗微粒的那些原力始终持续地交流，因为一切万物都是活的。那个智能，即是光，无限地充满信息；接着当自我的肉体载具加入日常生活之舞时，自我的形而上面向与白昼自我之间的相互交流、持续地进行着。其实你可以作出一些选择来鼓励这种交流；就像 G 实体说过的、首先选择简单地要求自己察觉这种进行中的交流。(你的)每次请求都会警醒无意识、向它表示一个偏好。于是接到这个信息的自我之无意识部分就会得到气力。**这就是信心如何建构自己的方式：使用它仿佛它就是一块肌肉。**若肌肉不被使用就会变得松弛，不用的肌肉早晚会萎缩、变得机能失常。信心的力量也是如此；在某种程度上，可以肯定地描述：在有形和无形的事物之间有交流，或更简单地说，它在无形世界中肯定存在。

这信心非常有可能像是一种感冒，在跟其他实体接触时被感染。这就是为什么，受到灵性激励的人、像这个团队一般、聚集在一起，分享个人生命中、深到无以言喻却不能否认的认识，常常是有帮助的。由于大家都同意去设想、至少作为一种可能性、有关自我的实相有着更大、更深、更高的远景、视野与真理，而不光是充满周围环境的那些似乎显而易见的琐屑、空洞、愚蠢。我们十分高兴看到这类团队，好比现在这一个，请让我们说，这些团队非常强大，不仅因为团队中的人彼此帮助，虽然这肯定是实情；还因为团队在寻求时所创造的能量，真的如同照亮黑暗的光，如同站在海角上、用指路去祝福所有人的灯塔。

因此我们的第一个要点就是：自由意志之所以是第一变貌，是因为它使得所有其他变貌成为可能，使得宇宙造物成为可能，使得你们和我们在这里出席成为可能的。

关于自由意志、第一变貌，还有第二条思考线路，它同样意义深远。这个实体以基督徒的方式敬神；在这个特殊的神话系统之内、有个三位一体的神祇：圣父、圣子、圣灵。你可以把圣父视为单一伟大的起初思维；把圣子视为那个思维造出的某个东西、也就是光；把圣灵看成人格化的自由意志。这些(指称)没有逻辑上的直接连结，我们不会要求你们试图从字面上理解我们的话。我们只是试图指明，基督徒用来思考神祇之奥秘的方式，和一的法则对相同之奥秘的描述方法；两者之间有某种连结。那些写作教会历史早期作品的基督徒在试图描述圣灵时，还有耶稣实体在谈圣灵时，都**用了火与风来比喻那些无法控制的、「依照意志而吹拂」[1]的东西：灵性之风，灵性之火焰**，它们倾入顶冠(crown)脉轮，向下进入那些对圣灵祈祷的实体之系统。这些人祈请风吹拂他们，祈请火燃烧他们，请求蜕变，请求改变，请求被改变，他们在请求那种改变的媒介物造访自己。

（[1]原注：圣经，《约翰福音》，3：6－8：「从肉身生的就是肉身，从灵生的就是灵。我说你们必须重生，你不要以为希奇。风随着自己的意思吹，你听见风声却不晓得它从那里来，往那里去。凡从圣灵生的，也是如此。」）

难以把自由意志想成你必须请求的东西；不过，**进入自我内心某个地方，在那里、你能够把一切都放到旁边、除了要知道真理的渴望。接着，在那个充满全然的谦逊与未知的地方，在那个用空手等待接收的姿态中，你就可以请求领受那个令人活跃、给人力量的圣灵，也就是自由意志。如果你主张、祂就是你的；如果你请求，祂就是你的。再次地，如果你不请求，如果你不主张，那种肌肉就会一点一点萎缩，这目标就会变得越来越困难：和灵性之风一同律动、进入改变，它真正推动你朝向自己的中心，帮助你更多、更深地认识关于自己的种种。**

所以，你可以把这个第一变貌不仅看成无名之风或随机之火，而是看成自己的风与火。**因为来自内在层面的指引、这整个概念端赖于自由意志发出的请求。你不能不情愿地、拉着自己去拥抱蜕变；当然这有可能发生，因为蜕变的能量绝对不可阻挡、进化将会自动发生，只是相当缓慢；若该实体决定跟蜕变的过程合作、并顺从它的话、其改变速率就要快得多。**

一次又一次地，你需要带着张开的手、空空的手来到自我之中心，充满未知、充满前一刻的所有色彩：它们彩绘了你的世界、无论这些色彩来自明快的印花棉布，还是来自困难体验的深紫与棕黑色。所有这些礼物都可以带入那个地方，放在无限太一面前，于是你就有空空的手和开放的心；你跪下来，没有骄傲、没有傲慢，无需是确定或是对的。**在这种状态中，你可以请问你的指引系统、你人格化的自由意志：「什么是真理？我是谁？为什么我在这里？我将为谁服务？」**

每次的请问本身就是一次体验。也许你不会听到言语，也许你不会有可以谈论的体验，也许你会有；但是当你请问圣灵的时候，你所问的东西深奥得无以言喻，它们深藏在人格以及文明、文化脆弱的外壳底下；**它们是你为了在此生中与周围的人交往而穿的衣裳。最后你赤裸裸地、荣耀地站在该自我的美丽之中，也就是太一无限造物者的一片火花。**如果你能够站在那里或者跪在那里，对于单纯地成为自己、对于体会到那种渴慕和请求升起来、而感到心满意足，那么你就真的把你可能给出的最大礼物献给了造物者。因为造物者真的想望认识你，而祂只能如你认识自我(之程度)来认识你。祂所认识的你就是祂已经体验过的。你尚未体验的事物，你尚未遭遇的事物，祂就不认识。这就仿佛在人格、面孔、身体那极具诱惑性的外表中、有另一个尚未发现的巨大国度，那儿有山脉、平原、河流、与深邃的地下洞穴，一切都等着你去探索，而**自由意志就是你的指引(向导)**。

我们相信这个问题讨论得足够了，所以我们现在会开放这个会议给进一步的问题；如果有任何问题的话。现在有没有一个询问？

J：对，Q'uo，我有一个询问。两周前我问过你们一个关于 DNA 设置的问题，你们告诉我，我的特征是设置了第三密度和第四密度的 DNA，但是没有完全打开。所以我想问问你们的意见，我怎样可以打开第四密度的(DNA)连结？

我们是 Q'uo，我们理解你的询问，我的姐妹。你所说的 DNA 会受到(你的)想法影响。因此，**如果一个实体通过锻炼人格、能够开始调频(你的)心，以活在开放、有爱、不设防的状态中，就好比是第四密度实体之体验状态，那么进入心智的感知、和告知身体正在发生什么事的感知，就会自动把 DNA 链上尚未连接的部分挂钩起来。心智是身体的刺激源，因此，从这个器皿称为的智力性思考转移到由心导向的思考，就是从第三密度的思考到第四密度的移动过程。随着心得到允许去思考，变成感知过程中、强健的主要部分；由于身体是心智的造物、身体也会跟随。**

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

J：不了，那回答很好。

我们感谢你，我的姐妹。现在有另一个询问吗？

T：我有一个询问，Q'uo。我知道通灵冥想主要是一个形而上事件，我的身体离聚会的地方比较远[2]、这可能不重要，但是我不禁想知道、有没有什么我可以采取的有用预防措施或特别准备，好使我不会妨碍通讯或造成任何其他的困难。

（[2] 原注：T 坐在他澳洲的家里，通过电话参加该团队在肯塔基州的集会。）

我们是 Q'uo，我们掌握了你的询问，我的兄弟。我们没有发觉你有任何需要关切的事。的确，如你推测的，身体所在的位置并不重要。在今天的讨论中有一点，我们发现到、当我们谈到延长的阴影很美时，我们感到困惑，因为我们也看到了早晨之美；对于我们自己的外地人版本、我们必然地微笑了；因为我们跟在不同地方的实体一起工作的经验不多，而不大习惯。然而，这一点绝不是妨碍，反而让我们暗自发笑、感到喜悦。我们总能从第三密度的实体身上学到东西，在你们的科技中、我们又一次发现了幽默。

无论如何，说到做什么来更佳地准备这个团队和我们的接触，这个团队会前在圈子中互相交谈的步骤，似乎能够非常有力且简单地把该团队融合或结合起来，使得团队的确以同一个心跳与灵魂来提问。所以，我们很高兴你选择加入会前的讨论。除此之外，我们觉得你肯定为这个团队带来了大量的光，我们非常高兴你和我们在一起。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不了，谢谢你们，Q'uo，那很有帮助，非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。

G：Q'uo，在 D 为我做的一次解读之协助后、我已发现自己有个模式，那就是在任何谈话中、我的身体虽然在场，但是我的意识会空白一会儿，我想知道这种模

式是怎么于我内在发展出来的。你们有什么可以向我提供的信息吗？有没有我可以利用的技巧或练习、来保持我的(意识)在场、更充分地栖息在身体上？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。关于这个特定的心智扭曲之起源，跟很多情况一样，必须远溯到早期童年，好看见该模式开始的地方。当不和谐引起了痛苦的体验时，为了保护自己、敏感的实体如果不能走开而选择在心理上离开一个情景，这是相当可以理解的。学校和宗教教育的过程肯定会制造出更多的机会，让你想在心灵上、和那些以各种原因让你不高兴的情景保持距离。这也影响了你的人格外壳。

你回避的不是肉体痛苦；然而，由于你肉体的敏感度、以及它和心智连结的方式，你形成了一种习惯，如同你试图出门却打不开门时、另一个人可能会感到那紧张或不安：你感觉被关起来或受挫，但肉体无处可去来摆脱那种感觉，因此这旅程只能从心理上进行。这种习惯已经多少在你的人格外壳中规律化了。

怎么处理它呢？我们会建议你要有创意，假设自己在使用一个有问题的软件，需要在某种程度上重新编写它。如何才能改变心智设置的预设值呢？这就是问题！我们会把它留给你，因为这是你要做的工作。你有一些可用的工具，**你有梦的工作，你有冥想自身、你有祈祷。你有很多很多机会跟指导(灵)、大自然中的指引等等连结。所有这些都供你任意使用。我们还会建议轻触、温和的轻推，**而不是无情地或大扫除式地试图改变自我。这不是和自我打交道的好办法。毋宁，要如同父亲看待孩子、或母亲看待婴儿一样，**钟爱且悲怜地看待自我，问问自己：「你需要什么」？ 然后看看你能做什么...**

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

... 来满足那些需要。如果需要独处，那就跟那种需要合作，热情地进入独处；如果建议你可以做别的事，或者你可以停止做某些事，那就跟随你的本能、跟随你的心、跟随来到你身边的指引。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，那太优秀了。谢谢你们回答得十分详尽，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。你的体贴言语使得我们脸红。现在，有最后一个询问吗？

S：我有个问题。我猜你们已经听过我稍早讲过的故事。关于我和妻子的事，我一直在找其他的想法和意见。我非常想要获得你们的想法与观念，就你们的展望观点，你们看到什么呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。就我们的展望观点来看，我们看见美丽。我们看见气力和勇气。我们看见深刻的谦逊。我们看见温柔、也看见坚强。我们会请你也看见自己的这些方面：看见你的美丽，让它照亮你、照亮你的路。看到甜美、仁慈、温柔是你带入整个投生过程的天赋(礼物)。让你自己感觉那种仁慈、那种温柔、那种甜美。现在为了自己，你需要它们。

想象你抱住自己，好像你是个婴儿。摇着它，哄着它，不断地摇哄它。如果婴儿哭闹，那就整晚摇哄它，因为有时候只有人的接触，只有父母的爱才能让婴儿度过一个暴躁不安的夜晚。也许我们可以说，我们看到你像孩子似地刚长出乳牙，这是一个非常痛苦的过程。长乳牙的人失去了正常的舒适，无法理解为什么这么

痛，因为一个人毕竟只是个婴儿。我们会说，你内在经历的正和这(过程)相当。这是一个自然过程，预示了发育和新「牙」。然而要走过这个过程是十分艰难的。

我们会请求你滋养自己。无论何时，**尽你所能地了解到：你周围有惊人的爱，不仅来自这个圈内的朋友或家人等等，还来自一个延伸很广的家庭，它们是那些和你在一起的指导(灵)，以及完全被你的良善和寻求吸引、而和你在一起的实体。这个支持系统有很强的营救力、反应迅速，我们鼓励你使用它。你可以在任何时候、取用我们、帮你得到更深的冥想或更强地感到临在。依靠这些现成的帮助；最重要的：相信你自己，相信这个过程，知晓黑夜的尽头就是美丽的日出。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

S：我很感激你们的亲切话语。我这儿甚至有些你们两年前说过的一些话，我把它们带在身边以方便查阅。我真的感激这种支持和善意。就我的观点，看见那些是如此艰难；但是，现下感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。

我们带着深深的感激向这个团队说再见。感谢你们陪伴的快乐，感谢你们和我们分享、你们的希望和问题，也允许我们和你们分享。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_1102b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_1102.aspx

（延伸阅读：爱与光之图书馆选集十二：自由意志的奥秘）

☆ 第 2904 章集：联系高我

Copyright © 2003 L/L Research

特别冥想 2003 年十一月 13 日

今天的问题来自 Y，他问到：除了睡眠以外，我在这次投生中、怎么才能有意识地联系高我(higher self)，并且传导那些协助(人类)的光之存有以及其他实体呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意；在祂的服务中、我们存在。今天下午能和这个团队在一起，让我们非常愉快。我们感谢你们每个人挪出此生中如此稀少的宝贵时间、一心寻求真理。你们小组用这个问题和这个管道招唤那种振动，也就是我们；我们非常感激你们的呼唤，我们乐于和你们分享意见。我们只会请求一件事，那就是你们带着最大的关注和分辨力来听我们，拒绝所有你觉得似乎不对的、而只接受似乎在你心和魂中、有共鸣的真理。

你今天问到，**怎么才能有意识地察觉到你与指导系统之间的交流；以及此刻在你周围、所有希望帮助你投生性学习与服务的实体，觉察它们和你之间的交流。**或许，从你对该询问的措辞来看，我的兄弟，你也许已经知道你跟指导(灵)有交流，它已经给你很多礼物。所以，我们觉得你的问题也许有两个部分，我们会先谈谈比较一般性的部分，也就是那个已经存在、但你可能尚未完全赏识的情况。

你的内在绽放着一朵极为美丽的花儿，其花瓣带着丰富的觉知与智能向着太阳移动；此刻，它正按着高我(higher self)在你投生前希望的样子绽放，工作如期进行。你带入投生的各种天赋(礼物)领着你走了很远，这包括智力、敏感度之类的人格外壳之礼物，也包括那些也许对于外在的眼里并不明显的礼物，**也就是内心的认真、深入的寻求、以及对幻象或一切有形之物的不满足。**你的内心极其渴慕纯净，不是一点光明、一点黑暗，而是从共识性实相表面的泥潭以及它那些较阴暗的面向中、一起升华出来。

但我们向你保证，我的兄弟，你之所以观察到并在一定程度上参与那个泥潭、参与共识性实相的压力和紧张，是因为有一个精心的计划：**你内在有投生性课程需要学习，它们跟这个器皿所称的自我之「阴影面」有关。**

在渴慕纯净之中，你常常在思想中、倾向于把自我的阴影面跟所谓的「光明面」分开；容我们说，就是自我的那个追求纯净、热爱光明的面向，它是爱的创造物、永恒的创造物，真心想望只体验美丽、真实、诚实的东西。在你的判断力和智力看来，你见到的事物似乎大都缺少这种品质，你参与的活动大都令人失望。然而，真正的寻求者为什么想和生命较暗黑的一面紧密联系呢？

究竟是什么在鼓励这种实体，在投生前、把这种联系放在自己的路上呢？我们不会回答这个问题。毋宁，我们把它留给你，因为这是你要一点一点沉思、一点一点学习的，好像你在迷宫或拼图中、努力找到走出迷宫的路、或者把拼图的碎片拼起来以得到一个完整的图像。

也许我们更喜欢后一个比喻，因为与其说(把自己)带出迷宫、逃离共识性实相的页面[容我们说]；拼图的比喻更容易看见：**你只是在把拼图的碎片拼在一起，并非试图逃离这谜题，而是努力把它看成一个完整的整体**。当你工作拼图时，有时候你会得到大量的光，有时候你什么都得不到，拼图看起来相当不清楚、很难弄，那时投生课程就直接开始发挥作用。关于投生课程，我们可以说它的确涉及到主动使用(你的)意志：看得见却无法接受、看不见却可以接受。在没有证据的情况下，你需要在这两者中选一个。在任何的投生中，有很多时候，选择去相信完整的自我或对它有信心，其实就是当你只看到自我的阴影面、只看到自我不大完美或由于不完美而不招人喜欢的部分时，转变关注自我的方式。

我们不能提供更多的线索了。无论如何，我们在此想望提供的一般要点是：你过去和现在的经历里面蕴含了很多送给你的礼物，它们是需要你一片片拼出来的拼图、或者是需要你解开的迷宫，你在迷宫里、发现一个个错误的方向、然后掉头回来另寻一条路。我们想说，尤其是在这种情况下，完全不必灰心丧气或失去信心。夜晚的黑暗和苦难的深度，都反映不出一个人对于领受的催化剂领会得有多成功。确实，夜**越是黑、体验越是困难，他就会越完整地领收进来的催化剂。**

那么，剩下的就是这项微妙、复杂、迷人的工作：在越来越多地带有我们刚谈过的信任与信心的内在氛围中，一点一点、一步一步地打开自我，向自我开放自我。这是作为你投生外壳的一部分而提供给你的礼物。你的内在早已有天赋去使用意志，但是，你把它用于信心，还是用于更依赖尘世而不是形而上世界的其他寻求呢？当你在脑子里回顾你的童年以及早期体验时，我们只请求你想想那些重复出现的、光明与黑暗的主题，开始看到你给自己的投生性模式。你有很多这个器皿所说的好线索，很多拼图的碎片。我们鼓励你带着信心、自我确信以及放下奋斗后的精神、安静地向前走。我的兄弟，毕竟有什么需要你去奋斗的呢？

我们回应的第二部分，关系到如何跟你的指引系统、有意识地通讯，这部分和你的问题更直接相关。我们觉察到你很想建立某种正面的、绝对确定的接触，就像我们通过这个器皿和你们谈话一样。**以这种特定方式更多地联系指导(灵)，如果没有慎重地把自己献身于长时间的训练，若没有经历一个入门过程，即我们作为星际邦联的成员、在这种训练和入门过程中、向希望学习这个器皿执行的通灵之学生、提供他们想望学习的东西；我们会建议绝不要试图用如这个器皿使用的技术来进入有意识的通讯。我们不可能告诉你这种训练要花多长时间，但是我们可以肯定地说，它从不是你可以独自安全去做的工作。为了规律化并保护这种通讯[好比我们通过这个器皿此刻提供的通讯]所涉及的能量，你需要团队的力量和老练通灵管道的经验。**我们不想制造恐惧，我们只是说，由于你的身体这个物质性器皿的特性，以及它跟能量体更精细的敏感连接，这种交流几乎注定会像这个器皿所说的、摔跟斗[1]。

（[1]原注：摔跟斗(come a cropper)：重重地跌倒或者摔碎；毁灭或者失败。）

这问题是简单的，我的兄弟。那就是一个实体包含强大的工具、却不知道如何使用它。试图学习做这个器皿所称的通灵、就像一个刚学走路的小孩试图拿起电动工具，插上电源并正确使用它，发生事故或灾祸的可能性很大。我们不会以任何方式鼓励你用这种轻率粗心的努力去取得联系。我们不是因为你不可能成功而劝你回避它，恰恰相反。我们建议你用任何外在语言的形式来减弱这个渴望，因为你很有可能成功；不过，**若没有训练、没有长时间的考虑、没有自我的奉献[包括训练、自我、生命]，你的体验就会像个想调到某个电台频道、却转不动旋钮的实体，结果旋钮会在你不能有意识调频的情况下转动，根据各种你无法知晓的依情**

形而定的细节，把你从一个来源移到另一个来源；这些细节没办法教，毋宁说，你可以在比如我们提到的入门过程中、在无言中学会。

如果你这个实体真的渴望以这种方式、有意识地联系指导(灵)，你就需要更改地理位置(搬家)，或至少需要能够造访这个器皿及其团队的住地；不只一次，而是多次造访。我们会建议你花长时间极其仔细地考虑，因为你要求自己去做的，是奉献你的人生体验：从头到尾、从上到下，不管是清醒还是睡着，直到你跟你的肉体载具(永久)分开为止。你需要能够奉献自己、你的时间、奉献你的菁华与心，致力于活出那种生活：即你从传讯获得的、而你又传讯出来的信息，从中学到的生活。为了让自我得到保护，这种传讯礼物的外在表达要求你负起这种责任。

不过，与通灵这份正式礼物相比，有些寻求指引的方式要安全得多，而且更能由一个人进行。我们会从你们开始时提到的梦来讲述这些方式。你们很觉察的，**梦之幻景(dreamscape)在少有人察觉的层面上、为显意识自我提供惊人的礼物。这种交流在你醒来后依然存在，不会因为你在尘世中清醒地生活而停止，停止的只是你对这种联系和交流的察觉；可是你的灵性部分以及身体本身、却对这种通讯有相当的察觉。**

让我们来看看头脑(mind)和你们星球上的实体对这个器官感到的困惑。你的身体有一个头脑，用来为生存作选择，你可以把它叫作决策者。它部分地从本能、生存、搜集生存所需要的东西等等方面进行思考。决策者始终在寻找有利条件，寻找方便、实用、有优势的东西。你们很熟悉、太熟悉这个头脑了。在已觉醒的、觉察到灵性本质的人当中、很少人很喜欢这个决策者。

然而，在相同的空间之内，容我们说，在身体的头脑「灰质」[2]中，共存着另外一种头脑，那就是你的**心的头脑**(mind)。**它来自造物的形而上而不是肉体的一面，来自天父造物的时间/空间部分而不是空间/时间部分。心脑不受生存需要的束缚，因为它是无限的；不受有利条件的束缚，因为它知晓万物一体。如果心脑得到允许变得完全整洁，它就跟宇宙本身一样自由丰富，一样有察觉、温和而有力，一样无所不知。**

（[2]原注：大脑和脊髓的灰色神经组织。）

心脑的话不多或者根本无言。很多时候，当它的本性突然喷发时，你会突然察觉到你的心脑的确有一种意识，它是永恒的，不受人的世俗欲望和对有利条件的需要所束缚。这通常是因为你进入了一个心胸开阔的人所辐射的灵光，不知怎的、你看到一个有爱心的实体后，得传染病似的受到感染；爱心确实能传染给别人，跟头脑的其他状态一样，**无条件之爱的状态会从一个实体传递给另一个实体。正是通过这种接触，大多数投生中的实体开始形成他们的观点，知道什么是灵魂的造物、灵性的造物，什么是身在地球却不属于地球的天使。**也许你心里想到了某个人，他对你是个有爱心的临在，给你祝福的灵光，让你的心脑活跃起来、自由地交流。当这种情况发生时，当世俗思虑的枷锁落下而你唯一的地平线就是你所能想象的最高最佳的事物时，你的心难道不会在你内在翱翔吗？

你在梦里会得到很多东西。我们觉得你已经有一定的能力去研究你从梦中得到的图像，我们会鼓励你做这项极有用的工作。请记住，这种工作不全是字面上的，实际上全是照字面的情形很少；**心智通常用很多古怪念头和幽默，把希望你接收的信息揉合在一起。**所以我们会建议你在观察梦和图像等等的时候**，不仅要注意字面内容，还要让大脑松弛，**像这个器皿说的那样从侧面观察，把完全不明显或

者不可能的东西联系起来，跟你得到的图像玩，寻找内在的共鸣，寻找让你转向另类想法的挑拨性图像。你可以通过做这些工作，来开始理解这个非常珍贵的自我。

进一步我们会讨论你可以独自走的第二条工作线路，那就是冥想。我的兄弟，我们说冥想时并没有定义这个词，说有一种最好的冥想方式。**我们简单地用它来指转向内在的静默**。当你转向内在的时候，你可以通过忽略外部世界而让它沉默；但是冥想中的大多数实体遇到的第一块绊脚石，是内在的自我不安静，它会继续跟自己习惯性地对话。我们无法帮助你解决这个问题，只能鼓励你忽略这种对话，就像你忽略通过耳朵和其他感官从外部世界进来的催化剂一样。不是忽略自己；相反，**允许所有的思想升起，允许它们自然消失，不给它们能量，也不忽略它们，而是与它们坐在一起，把它们当成内心发生的事来观察；在没有能量供给的情况下，它们会自然消失。**在内在静默中看到这些想法不会只出现一两次，而是会反复出现，是件很有趣的事。你还可以在冥想外的其他时间查看这些想法。当你回顾当天出现的想法时，你可以观察头脑开始说话时、习惯性升起的想法有哪些模式。随着你开始看到你关注点的模式，你会开始了解你内在那个情绪化的天性，它有一对伸进内部和外部世界的天线，用来探测正在接近天线的催化剂。一旦天线发现自己被触发，就会开始追踪触发它的想法。

我的兄弟，你有怎样的天线呢？那些触发物、会把你从沉默的无限自我拉回你必须做选择、必须防守、必须找到优势的可怕世界，它们在哪里呢？触发物一旦被识别出来，你就可以有意识地处理它们，有意识地训练人格，让人格开始识别那些会使内在灵魂陷入日常生活世界[充满恐惧和欲望的世界]的触发物，接纳它们，向它们微笑。在冥想中，在静默中，你超越恐惧、超越一切欲望，只剩下对真理的全然关注，那时你心中的寻求就可以得到允许存在。随着寻求得到允许，

从前的欲望和恐惧就被这个聚焦的内在自我代替，变成一个请求、渴望和期盼，变成一个提问。但是这个提问属于永恒，而来自强健有力的静默之答案，是永恒与无限，从超越语言的深处进入自我的核心、进入实质、进入你最真实部分的精髓。

就仿佛你带着一个内在宝库进入投生，里面藏有无限的生命、永恒的生命、完全的真理和万物的全然一体性。**它被锁起来不是防备外面的盗贼，而是防止你自己漫不经心地进入。**也许你听过古老的谚语说，任何圣殿门口都有卫士。在你心之圣殿的大门口，你发现了一位优秀的卫士，它不准随意闯入，不接受肤浅的关注和不完全的奉献；它保护那个处于更真实、更少束缚的状态但没有外形的你，不受参与思维过程的那个内在东西[决策性头脑]的影响，这个头脑也试图进入你心的至圣所，造物者就在这个内在宝库中等你。因此，当你进入静默的时候，清空自己，开放自己，允许自己变得全然地谦逊，全然地安静。采取等待的姿势，用你的全部注意力，我的兄弟，来倾听静默。这一点说起来容易做起来难，这个器皿肯定会说她在练习冥想这个礼物方面，仍旧做得很差。然而，**努力以更纯粹的方式这样做，就会取得进展、带来进步，因为形而上进程在很大程度上基于意图，而不是基于任何感知到的成就。**

你对自己的冥想练习感到满意以后，完全有可能进一步定下时间，来做这个器皿称为的、有意识地**记日志的工作**。也许你熟悉这种寻求方法：要么写下进入你头脑的东西，要么写下问题然后让你的笔好像知道答案似地开始写。慢慢地你可以发现，借由这种有意识地记日记的方法，你开始能够听到内在那些希望跟你说话的指导(灵)的声音。

为了在这种时刻保护你，我们唯一的建议是，不要把你从这个方法中得到的信息用于其他实体，只把它们用于你自己的成长和学习。因为它们既然来自你的内在指导，就是你专有的信息；你和指导(灵)之间非常私密而且非常个人性的连接，不会给其他人提供指导。**如果你开始用自己的个人指导(灵)来给其他人提供指导的话，你会遇到困难，一是侵犯他人的自由意志，二是提供只为你而不为他们、容我们说、量身定做的信息。**因此，向其他人提供这种指导，就是在扭曲中提供它，这不是你的指导灵所打算的。

希望我们在这里解释了该困难，因为它很微妙，但它的确与所有人的自由意志、以及真理所具有的强烈个人性有关。你的创作只属于你自己。从某种角度来看，万物是一体的；但是就学习和教导而言，每个实体都有自己的创作，每个坐在这个圈里的实体，都有自己的创作，每个人的规则、学习、进程以及进化都是独特的。你不可能把一个人感知的真理、智慧和完美，完整无缺地传递给另一个实体；**你只能从自己的实质上升到语言的层面、那个如此肤浅而且令人困惑的层面、用开放的交流分享你接收到的个人礼物，不执着于别的实体是否欣赏或回应那份信息。**

我的兄弟，针对你的主要问题，我们相信这就是我们想要谈的内容。请问现在你有什么后续问题或别的问题吗？

Y：感谢你们的指导。关于我的身体问题：胃、背部，以及情绪上的毛病，你们能给我什么建议吗？

我们是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的兄弟。我们让这个器皿微笑，因为她的胃、背部和情绪有跟你一样的毛病。这些身体部位没有为她，应该说、没有为你们俩，尽最大努力竭尽全能；不过我们会对你们两个人都讲一讲。

就身体的疾病而言，**身体始终是心智的创作。**这个器皿显然做了大量工作，在她投生的早期找出那些恐惧、愚钝和粗糙的线索；那些线索甚至在这个实体出生前，就为她创造了一种厌恶：关于共识性实相[你们所知的外部世界]中存在的思考方式。**让我们简单地说，最好意识到自己进入了一个你不熟悉而且令人不舒服的环境。该选择是真诚的：进入这个催化剂的竞技场；来自对于服务的渴望**；所以你和这个器皿以及很多其他实体，穿越多个密度，敲响了第三密度的投生大门，要求服务，要求在此刻行走在行星地球上第三密度的本土居民中，谦卑地做你可以做的一切，加入你真正感觉到的回应：对于行星地球及其人民的苦难之回应。你看，招唤已经发出，不是在今天，而是持续了数千年的时间。当这个七万五千年的周期接近终点时、这个团队经常谈论这个周期，地球人和这个星球本身发出了呼喊；这是苦难与悲伤的呼喊，寻求和希望的呼喊。正是为了回应地球的苦难，你们决定申请在这个地方、通灵实体所谓的「兽之心」[3]、在你们星球拥挤的偏僻小路上投生的特权，这里的人类事务长久以来就充满了精神创伤、困苦、战争、疾病、以及种种苦难。

（[3]原注：一个模糊的、近似圣经的用语，暗示地球是一个似乎被邪恶统治的地方。）

你渴慕去帮助。你检查了在不进入投生的情况下能做的事，觉得不满意。你真的想望缔造不同；和这个器皿一样、和这个圈子中所有人一样，你知道除非你有与生俱来的权利，否则你无法缔造不同，因此你选择了出生。你出生到这个情景、

这个环境中，它与你敏感的特性不协调，与叫作 G 的实体、叫作 Carla 的实体、叫作 V 的实体或者叫作 J 的实体也不协调。这个圈子里没有任何人会觉得，与他人、与日常世界不协调对话的生活体验令人舒服。这种振动上的不匹配，就是你们现在感觉困难的根源起因。

最好检查一下那些你说感觉不舒服的地方。**胃是橙色脉轮和黄色脉轮的区域，在那里你会体验到人际关系以及跟家庭、工作单位之类团队的互相交往。**当你在一天结束时坐下来，回顾当天以某种方式触动了你的事，让你胃部紧缩的事，让你肩和背绷紧、情绪紧张的事，会很有帮助。所有这些收缩性能量都藏有恐惧。你是从什么地方捡起那个恐惧的？恐惧的线索在哪里？这就是你要检查、要追究的东西。我们可以说，有些实体在承担了太重的体力劳动时，选择重复出现的身体症状，来把自己轻轻推回朝内的生命轨道。这个器皿的情况是，她经常愿意承担体力工作，因为这个器皿有意无意地觉得，跟转向内心去寻求服务相比，在外部世界做事要容易得多。

这个器皿在严守工作道德的环境中长大；或许你也有那种偏向，喜欢做完的工作、喜欢在杂务和责任的列表上打勾。然而，很多杂务和责任存在于你的内心，需要用时间和细致的思想去探索，甚至开始理解。**因此我们会建议在晚上进行训练，回顾一天的想法，看看自我是如何反应的，看看是什么事引起了那些收缩。因为每个收缩都是我们会叫作恐惧的东西，它与光的扩展和辐射背道而驰。如果没有恐惧只有爱，那么能量体就是完全流动的；如果任何脉轮有收缩，那么造物者那无限的光、总是流经人体、就会发现自己的路受到妨碍，被完全或者部分阻塞了。这种情况会反过来向身体传递信息，结果，如果情绪性自我不能打开心房，肉体就会表现出心智之身没有解决的不平衡。如果你看到身体有病或者情况**

好像不顺利，意识到这是你的系统在尽最后的努力，用最后一种方式来告诉你：「停下，查看，倾听。想想这个吧，这里有不平衡」。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？
（暂停）
我们是 Q'uo，我们没有感知到有进一步的询问，我的兄弟。现在有最后的询问吗？

Y：是的，我有最后一个询问。你们能否告诉我，我和名为圆顶清真寺（Dome of the Rock）的圣地有什么关联？

我们觉察了你的询问，我的兄弟，我们发觉无法谈论这个主题、因为回答会打扰你此刻的学习进程。然而，我们觉得这是个、容我们说、好线索，我们鼓励你跟随你感觉到的这个连结，看看它能把你带去什么地方，因为这在你此刻的进程中的确有指望。

我的兄弟，和你谈话真让我们高兴，很遗憾(通灵)能量现在确实衰微了。我们为了和你谈话的荣幸、分享这个团队的能量而感谢你们。我们留下所有的祝福，在太一无限造物者的爱与光中离开你们。

Y：谢谢你们。

我们是 Q'uo。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_1113b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_1113.aspx

---

☆ 第 2905 章集：自我的阴影面

Copyright © 2018 L/L Research

周六冥想 2018 年一月 6 日

团体问题：Q'uo，今天我们的问题是关于阴影面。你们能够给予我们一个阴影面的定义吗？然后，帮助我们理解、如何可以理解我们自己内在的阴影、以及我们如何可以平衡阴影面。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。今天下午，我们感谢你们、邀请我们在你们的寻求圈中出席。因为我们是兄弟姐妹、全都走在相同的道途上，并协调一致地朝向太一造物者移动，尽管祂似乎是一个遥远的实体，却是在我们每一个人内在之中。今天与你们在一起并谈及你们的关注点，这是我们巨大的喜悦。我们会请求一个恩惠来开始，那就是你们将会拿取那些我们提供的言语与观念，并如你们所愿地使用它们，丢弃任何感觉起来并不适合你们的言语。我们不愿意成为你们的一块绊脚石，如果你们愿意给予我们这个恩惠，接下来，我们将感觉自由、来和你们分享我们前来分享的事物。

你们今天问到关于自我的暗黑面、阴影面，以及它是什么？它有一个目的吗，一个人要如何平衡它或者利用它，这是可能的吗？我的朋友们，这是一个极其重要的问题，因为在你们的星球的文化中、会有各种各样的习俗[1]或惯例的期待是作

为，容我们说，已知的事情被提供的，在文化中的每一个人都必定会以某种方式重现那些习俗，如果这些文化性的习俗因为任何原因被忽略或被拒绝，接下来，就会有可能如此忽略或拒绝特定的概念或品质，接下来它就会被放逐到潜意识心智，以致于它不会成为，容我们说，一个困扰或令人不快的提醒物，让显意识心智想起、它确实存在。在贯穿你们的星球的很多文化中、各种各样的概念可能被发现处于这样一种阴暗的环境中，就好像被闭锁在一个壁橱里，这样显意识的清醒自我就可以进行其日常生活的活动、而不必考虑这些品质、无论为了什么原因、它多少有些令人不安。

（[1] 原注：习俗(mores)，名词，一个社群的精要或典型的传统与习俗。）

我们发觉，在你们特定的文化中，有一些性生活的面向被驱逐到这个阴暗的区域、位于心智里面，于是各种各样的幻想然后成为，容我们说，漏出物，然后开始萦绕着显意识的心智，并且使它分心、离开正常人类功能[在显意识心智之内]的适当位置。

在今天早些时候提到过，谦逊对于提问者拥有特定的特色，它会时不时地对着表面意识的心智唠叨，并提醒它回想起自己在实践这种品质的方面已经失败了。其他的品质，很多人已经这样忽略掉的其他属性，可以是当自我被视为不胜任手头上的一个任务[、或者无法领会所需的学习从而反映自我有着跟其他自我一样的能力]之时的骄傲、即谦逊的另一面、自我价值的属性。可能会有具有特定关系的特性：父母与孩子、兄弟姐妹与兄弟姐妹、朋友与邻居，如此等等的关系，在其中、关系去自由且开放地表达它、是理想性的属性，不过，因为某种原因，这种属性对于真理的寻求者也许不是明显的、或是可见的，这种关系已经发展出一定的阻塞，或对于自由表达的能量的转向，并因此使得清晰的沟通交流成为困难的，使得开放心轮的爱不存在了。

所以，我们会建议你们，我的朋友，**阴影面是任何实体的那个无法作为一种规则、清晰地与之打交道的部分**，对于在生命道路上寻找真理的有意识寻求者、尤其如此；这个部分必须被驱逐到显意识心智中的一个安全的位置，或者更有可能，对于那些并未察觉到寻求道路的实体，被驱逐到潜意识心智中、一个安全的位置。因此，你们人群中的很多人都携带着它们，携带着你们可称为「沉重包袱」的东西，它包含了这些被躲避开的品质与概念，要么是被作为一个整体的文化躲避开的，要么是被个体，根据独特的个体体验，而躲避开的。这个「包袱」倾向于沉重地压在每一个实体身上，因为它是不被理解的事物，没有用一种清晰且开放的方式被处理，这样就可能有一种果实从实体与概念的相互作用被产生出来。因为，我的朋友，如我们相信你们知晓的一样，你们曾经拥有过的每一个体验都拥有教导的能力。每一个人都能够从任何的观念或人类行为举止或者努力的品质学会多种多样的课程。

当头脑与心是开放的、以一种开放的方式接收任何在日常生活的活动中可使用的信息，接下来，就有一个学习的过程开始了，这个过程时常是在混淆或疑虑或不协调中开始的，因为这些过程是那些，容我们说，会抓住一个人的注意力，并继续提供机会根据被包含其中的能量中心或脉轮来平衡个体内在的学习过程。

你们每一个人都有特定种类的能量体、它和各种各样的能量中心或脉轮有关联。随着你们从个人生存与性交繁衍的红色光芒开始移动，这个体验的非常基本品质能够被转译到橙色光芒，在其中、个体对一个其他存有具有情绪与特性的表达，在和其他人建立观念并拓展到其他人的开始过程中、这是主要的。随着你们顺着能量中心向上移动，拓展在黄色光芒中继续，在其中个体的自我是被放置在团体中的，在大多数情况中，是从家庭、邻居、学校，工作场所，等等开始的。在每

一个体验的层次中，无论是个体性地、还是通过团体，都有机会用一种方式、为每个寻求者提供机遇去探索无论什么的催化剂，或者用已经在投生前被选择的学习机会、好在投生期间学习和他人建立关联。因此，当有一种未被知晓的、或未被认出、或未被接纳的特性的包袱之际，这个包袱就会成为在每一个它得以被表达或被探索的能量中心中的一个阻塞。

这三个较低的能量中心对于每个真理的寻求者都是关键的、要去清理的，好让太一造物者的能量可以自由地移动穿越它们、并开始打开普世之爱与理解的心轮中心了。当这过程完成之后，接下来，该实体就有机会从第三密度移动到第四密度、属于爱与理解。然而，每一个寻求者的阴影面，在被驱逐到，容我们说，壁柜之中之后，将找到一种方式被注意到，无论它是心智的唠叨、还是重复的体验、把寻求者引导到壁橱以解锁这扇门。

在某个点，每个真理的寻求者都必得了解到这个阴影面是一个好朋友，并拥有大量要教导的事物，因为它在那些阻塞的区域保留了存量，当这些阻塞的区域被清晰地处理之后，它们会释放那种因阻塞而被局限的能量，这样它就可以沿着能量中心的线路向上移动，并在每个层次都释放一定的体验性能量，因为你们这次生命体验之前全都已经规划了那些，根据你们自己的评估，对于你们需要完成的课程，以便于成为你们渴望成为的完整的人类存有，看待一切事物为爱，并和每个实体、自由地给予和接收，有普世之爱与接纳的品质。你们为了揭露那些在你们里面的隐藏区域[它能为你提供学习以达成这个目标]而作出的努力，就是被称为极化你的意识的过程了，因为作为那些致力于寻求与服务他人的实体，这种正面的极化会成为途径：使你们可以开放心轮能量中心并释放在其中等待的、无条件之爱。

所以，我们会建议你们：和你的黑暗面、你的阴影自我做朋友。带着开放之心的爱拥抱它。邀请它和你分享那些你在过去已忽略的区域，因为这里就是成长的宝库了。这里就是你解开那些等待着释放的能量所在地。在这里，在阴影面之内，你拥有自己的那个更刚强的、更衷心的部分，这个部分已经不得不自我防御有相当长的一段时间了，并已经发展出了那些坚持不懈、容忍，以及渴望被注意到并被作为在你的寻求旅程中、一个完全且完整的伙伴、可被使用的品质。当你的光明面与黑暗面的这种统一、能够在你的存有内在被达成，然后，你就有机会，容我们说，在所有的圆柱体上运转了。

这就是投生的理由，因为你们投生前所在的那个真实家园示现了统一性，示现了造物者存在于每个实体之中的事实。在这里，在你们的第三密度幻象中，这就是你们要凭借信心拥有的观念，借由充分地行使你们的意志、能够找到对你们是真实的事物，接着，悖论地说，随着你们能够吸收、统一内在的黑暗面，和它一同工作，光就变得更明亮了。这样的黑暗存在了一段你们所称的时间，不是一个差错或一个错误。一些实体经常需要利用心智的黑暗区域、来储存那些它尚未准备好与之打交道的观念。随着你将日常生活的活动利用为成长的食粮，用于你自己的灵性成长、以及在你周围的人的成长；当你在这方面变得越来越有经验，然后，去找到那些你们已经在其中、储存了你在那个时候希望延缓工作的区域，这就会成为需要的了。

最终，当你已经找到你存有中的每一个区域之际，接下来，太一造物者的智能能量或普拉纳(prana)，就能够自由地穿越你们的能量中心，最终你们就可以有意识地领悟到你们的本性就是作为太一造物者。无论如何，我的朋友，首先与你们的黑暗面做朋友。它单纯地是你自己的另一个面向、等待着与你分享它的礼物。

在此刻，我们会问：对于这个问题、是否可能有任何后续的问题？

Z：对自己的一些面向有羞耻感、是一种辨别阴影自我的方式或倾向吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。是的，我的弟兄，羞耻的属性，或者对表达自我的一定的特性感到泄气，是这样一种相当好的品质，指示了黑暗面或阴影自我的区域，并且可以如同一条，容我们说，面包屑的小径、可以跟随它以找到中心，或这样的羞耻的源头，于是它就可以被平衡、并且最终被删除，因为实际上，一切事物都是太一造物者，没有真正的羞耻。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Z：没有了。

Q'uo：我是 Q'uo。我们为你的询问而感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个我们可以讲述的询问吗？

Gary：Q'uo，看起来有多种多样的方式与阴影面一同工作，取决于什么阻塞在什么特定脉轮中。你们会说，有一种与阴影面一同工作的核心方式吗？也就是说，什么是阴影面的最后目的或整合？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们现在面向那些 **Ra 实体建议过的练习**，因为**对所有的催化剂的平衡、是能够导向释放每一个能量中心里面被阻塞能量的过程。所以，当你看到任何你会认为是阴影面的一部分的品质的时候，接下来，在你们的冥想状态中，邀请那个品质用一种反映了它最近在你意识**

中所显现的样貌的方式而呈现自身。看着那个体验，并使得它变得更大、将它放大、直到它成为荒谬的为止，然后，在冥想中、花一会儿时间想象相反的极性。如果它是羞耻，想象喜悦或确信，无论羞耻已经用什么方式被表达了，找到它相对的极性，并允许那个极性借由其自身，成为和原来的羞耻一样巨大的。接下来，在你的存有之中同时拥有这些品质、作为教导你爱的途径、而单纯地接纳你自己并爱你自己。这是一个简单的练习，当它用一种每日进行的方式被完成的时候，它可以作为一种加重强调的方式、移除那些[因特定失去平衡的品质而产生的]阻塞。

每个寻求者都必须了解到，自己是一个具有完整性的存有，它的心智包含了一切事物，随着你越来越多地发现那些出现在你日常生活的活动中、中断了你的爱与理解的中心的品质，接下来，就需要去借由其对立面来平衡每一个品质了：好的事物，同样还有，容我们说，坏的事物，因为业力之轮会穿越好与坏。一旦你能够平衡这些品质了，接下来你就停止了二元性之轮、业力之轮，并可以在你对太一无限造物者的爱与光之表达中、不受阻碍地前进了。
在此刻、有另一个询问吗？

Z：我有一个询问。男性的行家如何可以平衡女性的阴影自我呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一般而言，**男性是那种伸手触及的属性、是主动的、是在运动中的。女性原则是那种等待被触及的属性、是比较被动的，准备好在它和男性结合的时候，容我们说，去赋能的。这可以被视为是显意识心智[男性]与潜意识心智[女性]建立关联的一种表达，这样每一个原则在心智、身体和灵性复合体的演化中、都拥有一个要去扮演的角色。因此，如果在你们的冥想中、你们能够看到那种男性的，主动的，伸手去拿新的体验，要处理**

的催化剂以及要学习的课程的品质，是被女性所赋能的，然后，就会有在你们内在之中、有了两者之间的平衡，于是你就成为两者。

在此刻、有最后一个询问吗？

Z：没有了。

Gary：Q'uo，我有一个问题。如果寻求者拥有了，可以被描述为一种存在性的痛苦的隔绝或缺少或剥夺的感觉，作为一个结果，它们寻求通过身体与心智和他人亲密交流、作为一种谈及这种痛苦的途径，这种与他人之间的亲密交流是被误导的吗，接着，聚焦于自我作为造物者的自我充分性，这是更为睿智的吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现简单而直接地回答这个询问是不可能的，因为在其中、有一些情况是：你的每个选项都是适当的。我们会建议，在你的冥想状态中、检查存在性的痛苦，检查那些你在其中体验到它的时刻，以及它对你的心智与情绪的效果，对于你的功能运转的效果，接下来，检查痛苦的全部品质，同时在你的记忆中、寻找这种痛苦的任何有可能的源头。也许它来自于一种早期的童年体验，也许你已经将它带在身边带入此生了。要回答诸如此类的问题，我们会建议你使用直觉，这种直觉会在显意识心智与无意识心智之间移动，并把信息从无意识心智带回有意识心智，以导引想法与行为举止的活动。因此，有时候退隐到你自己的内在、以找到自我反思以及来自无意识心智的启发，就可能会有被指示的事物了。

在其他的时候，可能会发生的情况是：来自直觉的指引会向外移动形成自我与他人的一种表达，以实现收集信息的目的，该信息能够以一种更为有意识的表达而带出这种存在性的痛苦，而你可以在心中积极有力地、且在头脑中分析性地与这

种痛苦一同工作。因此，**退隐到自我内在之中的体验，以及进入社会性的混合之中，从所有的角度来观察这种痛苦、同时都是有用的。**

对这些检查存在性痛苦的试验记录一份日志，这同样可能是有帮助的，因为在这样的写日志的过程中，你也在提供给直觉一个机会、来通过你可能称为「**自动写作**」的事物来表达自己，或者揭露那些从你的潜意识心智向上移动到显意识心智的想法。它是一种形式的传讯：从你自己给你自己的(传讯)，容我们说。

我的兄弟，你有一个后续的询问吗？

Gary：严格地说，不是针对那个问题(提问)。另一个小问题，在该器皿的能量范围中、它是许可的吗，如果不是，不要担心说出来。

Q'uo：我是 Q'uo，我们检查了这个器皿的能量，我们会建议将该询问保留给另一次的集会。

Gary：谢谢你们，Q'uo。

Q'uo：我们感谢你，我的兄弟。我们感谢每一位在场的人、邀请我们在这个下午出席。和你们在一起总是一种喜悦，因为你们是最令人振奋的寻求者、我们在相当长的一段时间中已经看见的(事实)。我们当然并不是总有能力加入到在你们的星球上、许多确实在寻求真理的实体群当中，但是我们从你们所称的远处能够观察到，有数量不断增长的、有意识的真理寻求者在进入爱和光的表达领域之中，这种爱与光的表达领域是与我们在这里发现的领域是同等的。无论如何，你们每一个人都是十分可靠的，当我们想望被那些穿越你们第三密度的沉重化学性幻象

的实体所鼓舞的时候，我们知道自己将会在这里找到那些鼓舞。**你们的幻象不是一个容易在其中生存的幻象，但是它是一个比任何其他的、你们能够想象的幻象教导更多的幻象。**在你们的寻求的旅程上、鼓起勇气，并知晓在每一次当你遇到一个新的体验、新的问题、新的解决方案之际，都会产出果实。

我们是你们知晓的 Q'uo 群体。我们在爱与光中、离开你们各位。Adonai，vasu borragus。

Translated by T.S.

(V)2018 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2018_0106b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_0106.aspx

---

☆ 第 2906 章集：伴侣关系

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年九月 21 日

小组提问：我们今天的问题跟伴侣关系有关。我们希望 Q'uo 给我们一些信息，帮助我们更好地理解伴侣关系的潜力。当进入伴侣关系的时候，一个人可能碰到什么困难呢？怎样的内心态度对于处理这些困难最有帮助呢？请补充任何其他可能有用的相关事物。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意、在祂的服务中、我们存在。感谢你们今天呼唤我们到你们寻求圈子来、

这真是我们极大的荣幸；我们发觉加入你们冥想的美妙体验、是一种真正的快乐。你们在自己的日程安排中留出宝贵时间来寻求真理，我们为此祝福你们并致以莫大的感谢。**带着开放与有爱的心寻求的人、真的会得到回应；用空手敲门的人会发现、门正在打开。**

在和你们分享看法之前我们会请求一件事，那就是请你们确实了解到、我们分享的东西只不过是意见。它们相当稳固，我们很乐于分享它们，但是我们发现真理是可变的，它属于一个很个人性且私密的网络，也就是每个人眼里的真实事物的网络。我们请求每个实体尊重自己的宇宙、自己的创作，好好守卫进入你的创作并成为你生活网络与结构一部分的东西。检查每个想法：如果你喜欢它，那就与它一同工作，我们到你们这儿来就是为了分享这些想法；如果你不喜欢，我们谦卑地请你毫不犹豫地丢开它，因为我们不愿成为任何人的绊脚石。说了这一点之后，我们非常高兴能谈谈这个十分巨大的主题：**伴侣关系、及其可能性与挑战。**

我们发觉这次工作集会前的对话十分有趣，我们很高兴听到叫作 R 的实体说，她在七岁的时候就决定**爱自己、需要自己、支持自己**，这就是她在以后的投生经验中、爱和被爱能力的基础。我们赞成 R 实体，**这的确是所有关系的基础**。这个器皿经常谈到，灵性寻求的首要考验就是爱上自己。不是因为自己变得完美了，不是因为自己有很多优点，不是因为任何别的原因，而是因为生命这个事实。每个实体都是某个类型的生命，这个类型碰巧用很专门化的方式构建具有多层次的生命。你的生命有一部分来自永恒，居住在无限中，因此自我之圆圈没有限制，无限而且永恒。从那种生命跃出了灵魂光流的一片火花、那就是你。接着你在肉与骨的神殿中找到了住所。再次地，R 实体说：肉体像一个能够产生动机的载具，你在投生经验中、不断收到身

体、情绪、心智和灵性的催化剂，正是肉体这个载具使你能够穿过这些催化剂的许多层次。

自我既是最简单的、又是复杂的东西。说它简单，因为所有存有的自我都是创造性或神性原则的一片火花，所以你们每个人都是造物者一个完美的独特表达，好像造物者被你特定的爱、表达、存在方式染上了色彩。每个生命就像一个音符，或者更准确地说，像一个和弦。作为你生命的振动、有自己的元素或振幅、找到自己的方式跟各个脉轮的各种能量达成和谐后，太一造物者无限的爱与光就会穿过那些脉轮，它们被你完全平衡的能量中心所产生的特殊阻塞、过度激活以及其他扭曲染色。你们每个人都没有任何中性无彩色的东西。而这真是美妙。每个人的生命和弦都有美妙而激动人心的生动性，每个实体都像一首美妙的旋律或花的香气一样振动。自我菁华这种非常单纯、转瞬即逝的表达，就是你的礼物。你在每一刻都收到礼物，因为每一刻都有一个新的自我、一个用生命染色的新记录。不是说所有的音符都在变，因为在很大程度上，你投生时带来了什么，离开投生时就会带走什么。当你进入和离开投生时、我们该说、你的骨胳(bones)是相同的；你取得的变化、它们只能在第三密度、在你们享受的经验密度中取得，以此方式、能量在每个脉轮内以及脉轮之间达到平衡，使得这些骨胳由于每天的不同外表得到充实。**有些变化很小，而有些你以为很小的变化、则会进入更深的地方，这更深沉的能量在这个器皿所谓的灵魂层面上、制造出超出你察觉的更大变化。**

所以，这个简单的存有就是你之所是。你是理则的一个振动、一个子子理则、创造性原则的一部分。你们每个人都包含了所有其他的生命，不仅是你们星球上的，还有整个无限太一的造物里头的一切生命。把焦点收窄一点就会发现极其丰富的复杂连接，这些连结存在于确实有生死的东西、和只不过

是生死体验的访客之间。你这个访客拾起为这次投生准备的课程，努力利用你体验到的这个具体的振动，来找到自我、找到爱的方式、找到允许自己被爱的恩典。在分析、探索这些庞大主题的过程中，会出现许许多多课程，一个接一个。在校园生活中[以这个器皿的称呼]、有许多种测试。有些永远不会被学生感知到；有些则感知得太好、而成为了巨大的担心起因，从而缠绕、有时候阻碍本来可以用来工作的能量。叫作 V 的实体会说，很多时候、这是个需要解开的谜。**纠结或困难的体验，如这个器皿早些时候谈到的，是个机会：用你感觉到的体验和困难这面镜子、来凝视自我；你可以注视这个体验的特性、注视自我或其他自我感知到的阻塞或过度激活的特性，找到穿过迷宫的方式，它不参与评判、不参与有罪或有错的意识，只是持久而准确地聚焦于自我，让自己不会跟随着情绪或智力，而是跟随心来穿过迷宫。**

这些复杂性创造出了待解谜题的迷宫；心本身对这些复杂性有一种实际知识。没有一个受造的迷宫不会没有解决方案。在有关自我的这些边界之内，精要的自我不仅有复杂性、还有各种层次的深度复杂性、结果当你跟自我近距离打交道时，就需要大量技巧才能从一个层次移到另一个层次，一层层地穿过迷宫，它会产生一种穿越时间、穿越自我空间移动的感觉；移动的性质不是线性的，而是那种似乎非常单调、自身来回反复迂回曲折的移动。对自我的迷宫而言，这种在自我之中的漫游不但有技巧、有用处，还非常富有成效。因此**当凝视伴侣关系的时候，首要工作就是进入一种越来越圆满的自我认识，爱上自己，或变得能够在看待自己时既不自豪也不谦逊，而是如其所是，看见自我每天在诚实和真诚之中表达(自己)。当自我能够面对自我，接着微笑、在心里说：「喔，好的，今天我要花时间和自己在一起」，那么自我就准备好在另一个自我身上花时间了。**

叫作 G 的实体不是在真空中问这个关系的问题、毋宁是在一种情景中、在奔流的能量中、心好像牡鹿一样跃起，该能量属于真诚而深刻感受的无条件之爱，(双方)在其中感到幸福快乐。因此，我们所谈的不是如何为伴侣关系作承诺的细节。**我们是假设这个前提来回应这个询问：该关系是正面的，双方都觉得有希望、而且包含第三个实体，即太一无限造物者。**

伴侣关系是三位一体的，而不是对抗世界的两个伴侣。**这是一个已被扩大的圣殿，好让两个实体的生命可以奉献给比自身更大、比自己的世俗希望更大的目标，共建一个方舟来容纳这对伴侣、希望从日常生活的洪水中拯救出来的东西。**在这个伴侣关系的方舟里，每个人都可以灌注自己的梦想、希望、意图，以及每个珍贵的真理和美丽的火花：也就是他们已经找到、挚爱、打上了自己记号的东西。随着一对伴侣在那些考验自我每根神经、每个呼吸的情况中努力工作，变得越来越有力，两个对彼此、对造物者献出这些礼物的实体，就创造出了一个拥有光之穹顶的圣殿。**任何时候如果两人共同面对一个情境，允许能量在两人之间流动，把造物者包括在所有讨论中，那么不管这个情境的结果是什么，催化剂有多难，通向解决方案的旅程有多漫长，都会增强这个光之穹顶，因为这段旅程是心连心、手牵手走过来的。始终认识到，造物者和祂的爱是这种关系的一个巨大组成部分。**

的确，这个器皿自己也能讲述，但是我们在凝视这个器皿的心智时，在秋日落叶般厚厚的记忆中找到了那些珍藏的、清楚记得的时刻：这个实体和吉姆(Jim)实体在泪水或喜悦或麻烦中相聚，彼此真诚地交流；这种真诚或者令人痛苦、或者很美妙、或者完全令人困惑，但他们一次又一次从对方找到自我失去的光，从优秀的镜子中找到自我需要的信息。这个器皿对自我的记忆、变成了作为整体的两个自我的记忆；这种共享记忆的底座，成了建造寻求旅

程的主要平台。这个器皿经常说：伴侣关系是灵性演化的快车道。那是为什么呢？如果你回顾上次你独自一人、必须在没有帮助的情况下处理事务，你就能够想起那些孤立的感觉，尽管你永远不会和万物的造物者分离，也不会跟很能帮助你的指导系统分离。当你独自一人的时候，会有一种失去光的感觉，气氛变得封闭而且令人窒息，只因为没有空气、没有镜子、没有光、没有另一个实体把生命(力)带入自我与自我打交道的过程。**如果自我内部没有一个起到清晰镜面作用的实体，自我内在的镜子就有可能非常扭曲、展现不出真理。若从前的假设不再准确、又尚未释放，它们就可能成为过多的干扰。**

回想上次你和一个朋友或伴侣或伙伴一起处理事情，那个伙伴、伴侣成了你的镜子或老师，你获得了视力(sight)的礼物；该视力不是洞见(insight)，因为它是借由投射和反射而出现的。然而这种视力，也许可以叫作「外视力(outsight)」、和洞见一样、是在伴侣关系中、对方给你的礼物，但不是她的催化剂，她只是能够凝视你的眼睛，看到情境中的你，把她所看到的反射给你。一个人自己的视力越不清晰，这种分享视力的好福分就会变得越大。因此伴**侣关系、其实也包括各种亲近的关系、如果是在灵性的参数上建立的，就有一种美妙而灵活的能力，让两个似乎不完美而且困惑的人，成为彼此穿着闪亮盔甲的骑士和女士。**那些比他们更睿智的实体会知道、由于爱进入了他们中间、原来与某一方无关的指导系统、现在能够通过对方(其他自我)的心中、对他/她的爱而创造机会，找到新颖而富有创造性的方式、来为对方在他/她那里看到的真理和爱作见证。

R 实体说过，人心的特点是这样的：如果有能力跟另一个自我分享，只凭那种分享、那种倾听、那种能量交换，一个人的负担和生活的尖锐痛苦就得到减轻，而自认为正在经历的苦难就被减半。凡事只要能够说出来、就能够被

治疗。**伴侣关系的厚礼在于：一切都可以说出来，而且也许真的说了出来、开放的心会允许两人完全像一个人似的生活。**如果只是两个人成为一体，这已经是一件大好事；而**伴侣关系的附加礼物是：通常会有某种仪式邀请造物者加入联姻，为这个热切期待的联姻赋予活力。**你可以单纯把它看成由主持宗教服务的人给出的祝福，他们把这种仪式看成社会活动，甚至看成签订合同的生意往来，只不过这种合同不附带细则和长长的条款罢了。然而，在确实参与无限和永恒的灵性或形而上宇宙中，形而上价值被特意带入伴侣关系以加强配对，让联姻成为一个更有力的三条腿的实体，能够自己站立，并且成为两个人可以居住的房屋：其墙壁由希望、梦想、爱建成，地板由真实的努力、实质的工作以及为彼此所做的深刻牺牲建成。

接着我们想谈谈牺牲，因为在你对伴侣关系作了承诺以后，人类经验中很多时候可以感觉到一种牺牲。从无限造物者之爱的角度来看，爱的菁华是：开放的心所给出和接受的能量在两人之间自由流动。然后，两人在这种气氛中转头、面对共同生活在一起的事实。随着日常生活从承诺关系这个起点往前走，从前为各自创造并指引其寻求之路的能量，现在由于两个人在一起，分享的记忆和催化剂也逐渐增加，就变成了以新颖独创的方式、交织在一起的能量。

在原型心智中、有个实体挂在生命轮上的图像；随着生命之轮的转动，该实体处于倒立的位置、所有的钱都从口袋里掉出来、落在肥沃的土地上。的确，在婚姻中、该轮子转动时、有时候，你收到别人的礼物，有时候，钱会从自己口袋里掉出来，也许是有意的、也许不是。然而，当你处于轮子顶端倒立的姿势，借由付出来服务时，也许会觉得自己被过分利用、正在作出牺牲；而由于身处轮子上的那个位置，不太能够向整体提供某种爱与支持。进

入伴侣关系的时候，最好能冷静地注意到、有时候可能需要作出重大而明显的牺牲。这个器皿多次谈到过，如果两个人都觉得自己在为对方作几乎百分之百的牺牲，而对方几乎什么都不做，那么很可能两人都在尽自己的力量。靠得太近，就很难看到自我的努力和对方的努力之间，是否真正平衡。有时候很难看到另一个自我的努力，而很容易看到自我的努力；而有时候则觉得自我在某种情况下已经失败，付出得不够，而另一个自我付出得太多，失去了平衡。

我们不知道，即使知道、也不能说，当任何一对伴侣双双开始驾驶这条希望与梦想的方舟、在投生中、沿着无边海洋[具有感知经验]上航行时、会遇到什么催化剂。**身在用彼此的爱所建造的方舟上的人，只有通过在擦亮船上的木头、为铜制品涂蜡、清洁船头、调整风帆、保持龙骨水平与稳定、用手中的六分仪观察星星时，随时记住你的希望与梦想并且每天更新生命的自豪，才能让生活杂务成为令人高兴的事。在伴侣关系的日常生活中，我们鼓励你不断回顾你的结婚仪式，它让两个灵魂与造物者结合、创造出毕生坚贞相爱的圣殿。进入心中这个圣殿的静默，进入两人都可以听到造物者说话的共享静默，让你们之间的爱顺其自然，但允许一种你不认识的爱来支持和加强你现在认识的爱。因为爱能够提供的课程无穷无尽，你越能够向爱的无限意识开放心灵，你就有能力开放得越来越深入，直到像这个器皿会说的，你进入至福、越来越处在歇息与平安之中。**

我们为了这个询问感谢 G 实体，现在我们开放该会议给任何其他的询问。有任何人渴望提出其他询问吗？我们是 Q'uo。

J：嗨，Q'uo，我是 J，我想要说哈啰。我想要问：今天我从一篇有趣的文章读到的事。该文章陈述：可能有些生命、未必是我们知道的某人、在俄罗斯北部设置了一个站，据说，这些存有在保护地球不受小行星的碰撞、可能是避免其他干扰。我只想知道你们能否确认这点，或者以任何方式谈谈它？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发觉你读到的内容既对又不对。为了阐明这一点我们会说：内在(次元)层面有很多种能量在做细致的工作，处理某些被感知到的困难，因为它们可能会对此刻住在第三密度地球上的人产生影响。这些能量不具有物质性，你不可能在居所等地方发现它们，但它们是真实的生命，只不过没有第三密度身体或肉体。这个器皿会说它们像天使，但这确实提出了有关它们特性的问题，因为我们找不到不带情绪能量的字汇来描述，容我们说，没有身体的生命。不过这些能量是正面的、有爱心、有着非常清楚的表达。

我们可以进一步回答你们吗，我的姐妹？

J：不用了，谢谢你们，这很不错，谢谢你们。

我们感谢你们，我的姐妹。现在有另一个询问吗？

G：Q'uo，除了在大金字塔中、进入或通过入门仪式以外，要成为一个已入门的纯净管道、传导一的法则，该实体还能做什么其他有同样实质性、决定性和转化性的事吗？强烈的渴望能够引起这相同类型的变化吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。除了你自己以外、我们不能给一个适合任何实体的一般性答案。我们可以说：**每个自我都可能创造并维持一个成功的努力、通向觉醒**。然而，在更精妙的工作上、实体们会受到各种阻碍。**内在层面有些密度和子密度，指导系统在那里颁布并精心制作觉醒的结构，希望在你的进化中协助并为你服务；当实体处于一定的心态、有了某些初步的必要经历之后，觉醒的结构就必然开始发挥作用**.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

这些体验也许不会在有用的时候出现，而是像珍宝一样储藏起来、等待合适的时机，一旦时机成熟，心态、时机、以及那些需要提前消化的经验，就会几乎完全出人预料地走到一起、产出顿悟。我们不能说，有一种仪式、你只要举行得完美无暇、就会产生你想望的结果。我们只能说能量会累积到某个时刻，届时过去的体验会变成结晶，于是就出现了觉醒。它是一份厚礼，一个巨大的祝福。关于你的情况我们可以说，不存在固有的局限或阻碍、来阻止你人格外壳下的灵魂光流带着需要的一切进入觉醒时刻。我们单纯地建议、当你怀疑自己能否成为纯净管道的时候，记住并注重信心的能量。每个人都能够净化自我。那的确是地球学校这个精炼厂的真正特性。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

G：不了，谢谢你们，Q'uo。

R：我想要问，为什么我觉得我的体内好像有很多人，有时候我觉得自己像在冒名顶替，因为我经常有些似乎是外来的想法和愿望。我想知道你们对此有什么解释？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。的确，这解释相当简单，我的姐妹。当一个实体是诚实的、有洞见，穿越了很多经验，自然会感到自己变得越来越睿智。但同样真实的是，不管人格如何整合自己、保持清醒的意识，还是会有你们人群完全不接受或不承认的、文化上的东西，就是那个完整的 360 度的自我，它包含人类的心智、心或灵魂想象得到的所有阴影、邪恶、黑暗。所有想象过的、无论它们依照各种不同人的生活来看是好或坏的、都是 R 的一部分；同样地，也是卡拉(Carla)，吉姆或 J 的一部分。任何人的心里都不会缺乏所谓的邪恶，因为你极愿意接纳并需要的，正是这个包含一切光明和黑暗的立体(3-D)自我。

随着经验继续地流入，完整性有时候会减弱、而想法分成反面和正面；哪一面都不是冒名顶替、两面都很真实。自我对其他自我的行动，表达了自我感知到的真理；而自我的许多阴影、黑暗、邪恶则会停留在自我中，只由自己来处理，因为不需要其他自我的外在镜子、你就能看到自己的阴暗面，结果这就变成了内在的挑战。所以当你觉得自己前后不一致的时候，不管你看到自己有哪些「坏的自我」部分，都要把它放进你体验为自己的怀抱中，用真正仁慈的双臂摇晃自我那个没被爱过的部分，让自己能够说：「我很早以前就爱上了你」。

然后怀着喜悦给那个阴影面讲故事，感动它、允许它在自我内部找到自由，开始转变为自我的力量和刚毅，在除去了黑暗的粗劣部分以后，用暗黑的力量来协助白昼自我的意志。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

R：谢谢你们。

此时，有进一步的问题吗？

T：Q'uo，如果可能并且合适的话，你们能够用你们的能量碰触我，让我能够感觉到你们吗？

（暂停）
我们是 Q'uo，我们碰触了你。

T：谢谢你们。

现在有最后的询问吗？

V：几年前，我(向你们)问过那个我认识为绿松石的实体、关于它的特性。我想要知道我的感知、环境、投生是否有了足够的改变，使得 Q'uo 现在能够回答那个询问？

我们令这个实体微笑，我的姐妹。我们是 Q'uo，我们只能说，你是相当正确地，这个问题此刻正处于风口浪尖，而你正用出色的方式处理它。我们感到抱歉、为了不造成侵犯、我们此刻无法进一步谈论，我们必须等有些事情在你的进程中先发生。我们感谢你，我的姐妹。

我们是 Q'uo，我们再一次感谢你们、为了分享你们冥想的美妙体验。我们祈祷、愿你们带着喜悦与平安、离开这个会议。当你们在冥想时邀请我们，我们就和你们同在，以强化你们的冥想、使得静默的空间更稳固一点、更安全一点。

我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai，Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0921b.html

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0921.aspx

---

☆ 第 2907 章集：爱与自然精灵

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年十月 19 日

小组问题：今天的问题是关于恐惧与爱。我们假设恐惧与爱位于同一个光谱……两者之间有连接。我们想请 Q'uo 给我们一些**如何处理恐惧的信息，不管是什么种类的恐惧**。恐惧做尚未做过的事，恐惧做似乎很难的事。V 曾提到：聚焦于爱的面向、容易使恐惧消散。那是正确的吗？当我们觉得恐惧对生活影响太大时，我们还能做别的什么来处理恐惧呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意；我们在为祂的服务中前来。我们想感谢你们每一位创造出这个时间和空间来寻求真理。我们在你们的能量、美丽和渴望的焦点面前感到谦卑。我们非常感谢你们呼唤我们来到你们寻求的圈子。请知晓我们很高兴跟你们分享看法，并请求你们在任何时候都带着极大的分辨力来听，只接受那些听起来不错的真理以供进一步参考，从心智中抛弃所有你觉得没用的东西。这会允许我们自由地发言，知道你不会把我们看成权威，而只看成跟你们进行某种对话的实体，这种对话涉及到观点和深入得无法直接用语言表述的概念。叫作 D 的实体早些时候谈到过这些概念，它们是各种原型；无论这些原型是四个还是十二个或二十二个，都以某种方式给出了另一种结构或方式，用来考虑造物者、以及人与造物者之间的关系。

这个器皿心智的能量中有两个问题，尽管在我们发言之前的录音带上只有一个问题；我们发现有趣的是，虽然这两个主题在性质上似乎相距甚远，放在一起查看却很有好处。**恐惧和爱的主题，以及各种自然精灵有什么特性的主题**，两者表面上好像几乎完全没有共同之处，然而，它们的确有一种共享的重要实质。

爱与恐惧的斗争、这场圣战[1]是一块礁石，很多人在它上面触礁，失去了自己的生命、灵性抱负以及想按某个由自我决定或权威驱动的计划取得进步的希望。能量被困以后、受伤和受挫的能量会自我防卫。每个想象得到的事物被想象以后、都带有某种能量。这并不是说、我们谈到大自然精灵时在谈想象的生命，因为我们不是这意思。相反地，它们的虚构性跟你们的虚构性是同一个意思。你们是幻象中具有某种秩序或者等级的幻象，在一系列有自己

的秩序和意图的能量场或能量球中振动；在能量振动的等级或振幅内，这些能量场始终在彼此交流。结果，所有的肉体都在交流。

（[1]原注：圣战(jihad)，「支持或反对一个观念的运动；改革运动。」也有更通常的意义：「穆斯林圣战。」Q'uo 用的是第一个意思，意指支持爱、反对恐惧的运动。）

你们人群中的第一密度和第二密度的实体也是这样。**每一种鸟、动物、树木以及植物这些实体，都有自己的本性、自己的实质和能量。它们一旦获得生命，内在就有一种跟你的灵性相对应的灵性。**花、树、石头、风的灵性、跟你的灵性是一回事吗？完全不是。第一密度的元素精灵，有惊人的无限智慧，这种智慧极其纯净，对于以肉身活着、透明又稍纵即逝的实体来说，有一种难以形容的实质。火的能量、风的能量、地球的能量和水的能量，是永存的元素之能量，不仅有其物质特性，而且有那些特性所具有的相应灵性。你只需要坐在大的江河湖泊边上，就会开始知道或开始熟悉[2]水的实质；你只需要站在疾风中或者被狂风压顶，真的手脚并用、爬到蔽风的地方，你就可以理解风提供的能量。火的能量和土的能量也可以用同样的方式来了解。

（[2]原注：在诺斯替教的文献中，「to become acquainted with」这个短语、通常用来定义「真知(gnosis)」这个词。它暗示一种超越语言和解释的知识。）

这个小组最近花了几天时间探索山洞，所以对恒久不变的岩石性所具有的力量，有特殊原因变得越来越有觉察。你可以从这些自然元素看到很多灵体。它们只能被非肉眼看到，因为它们的能量是形而上的；这种能量居住在时间/空间中，在空间/时间里没有身体，只有这种实体真相的印象或影子。**就像你试图证明你有观点、理想、希望和梦想，你能够向谁展示它们吗？不能。你**

仍然有它们吗？当然有。山、海、风就是以这种方式拥有自我本性的表达、想法、希望、理想和过程；由于没有自我意识的妨碍，所以它们从未离开爱。对于世上还有其他选择这点、它们完全无知，从而始终充满欣喜，只是忙于在遇到的时间/空间和空间/时间能量场的动态联合中、表达自己的实质。因此，当你在大自然中散步或沿着城里的人行道行走的时候，你会碰到空气之精灵、水之女神(undines)、火之蜥蜴(salamanders)以及大地之守护神(gnomes)；所有这些都是在不知不觉中发生的，因为你无法用肉眼看见它们。无论是福还是祸、有些特殊的人能够看到内层空间。

现在，让我们在这里说明，在讨论内层空间的时候，我们讨论的宇宙比物质宇宙大得多，里面居住着极为丰富多彩的各种人格；最惊人的智慧、慈悲、和精湛技能都生活在内层空间。此刻和你们的振动相交的我们，居住在第五密度中的一个姑且说停车场内。我们是这个内层空间网络的一部分，它包括了所有寻求服务的灵体。第一密度和第二密度中的实体，第四、第五和第六密度中的实体，都被本性驱动而寻求服务。它们不可能不受敦促去分享能量，从而进行服务。

第二密度的元素精灵本性上更为复杂、远远较不固定；对于生死匆匆的生命，这是预料之中的，你们自己就是这样。然而，第二密度的细微性，加上它的趋光运动以及种群或部落关系，创造出了更加异常而怪诞、琳琅满目的形象与故事；故事中的形象找到彼此，加入彼此的世界、使得造物之上覆加造物又覆加造物。内层空间中创造了很多异乎寻常的王国，让所有这些能量的实质，在它们与各种人类以及人类文化的关系中，能够游戏玩耍。动植物、风暴海洋等等，它们的自由实质有一种惊人的快乐和嬉戏的感觉。当实

体在第三密度中变得有自我察觉的时候，她会截断与那种快乐、嬉戏以及内层空间里所有其他成员随时保持的联系。

内层空间的每个子层面都有自己的环境。有能力穿越不同层面的实体、在穿过子层面到达某个精确的能量振动——等同于它们在内层空间中感觉最舒适的位置——的过程中、会有那种很像是在穿过不同等级水域的感觉和体验。能够这样做的实体、可以在冥想中进入一块淌着牛奶与蜂蜜的土地。你们每个人都有一块那样的土地，每个人在那种振动中都有帮手，它们的乐事就是想办法让你、个别的灵魂、那非常独特的灵魂、不得不变得快乐、爱玩，并像叫作J的实体早些时候说过的，完全成为当下此刻自发性的产物。当第三密度的人类认真地与自己的催化剂搏斗时，这种能量环绕在他们周围，鼓励他们对自我周围存在的感觉，做出最深的回应。

进入一个片刻，就是去赴一场盛宴。你会怎样享受大批前来的体验呢？你会带着爱、欢乐和笑声，还是恐惧和防守去赴宴呢？你们每个人都痛苦地意识到你不是花、不是风、不是百年老树。你作为人、被抛入幻象，它注定要伤害、干扰且搅乱你可能有的、最后一丝的常规和保证；因为一切都会消失、而幻象中的第三密度体验是一种常在常新的感觉、总觉得自己赶不上功率曲线；如果你能知道某些事情，你就能为正在发生的变化做计划、可是你完全不会意识到那些事情。叫作约翰的实体[3]在一首歌中写道：「生命就是你正在作其他计划时、发生在你身上的事」。**这就是你们第三密度世界里可获得的催化剂、那卡通般的特性、它总是把你从平衡舒适的地方移到需要冒险、需要面对挑战、需要跳下悬崖的地方，使你有作选择的体验。这就是你的光荣和挑战。你有神一般的责任：选择你将如何前进、如何思考、如何面对每**

一天；如果你对自己面对生活的方式不满意、如何对待你自己，如何对待属于自己一部份的其他自我：你会把他们看成他人呢，还是看成自我？

（[3]原注：来自约翰·列侬的「漂亮男孩」，专辑《双重梦幻》(Double Fantasy)。实际引文是：「生命是当你忙于做其他计划时、发生在你身上的事。」）

你在这方面需要经历一个伟大的旅程，因为第三密度的开始、是以类人猿的你们刚刚开始进入传统的文化社会，形成部落、按本能形成部落、描述自我和他人为部落的、以及不是部落的。**我们怀着巨大的悲哀看到、今天你们的政治和社会计划似乎在返回第二密度晚期，那时候部落互相对抗，彼此之间没有实现交流和平等的希望。**因此，每个穿过第三密度各子密度的实体、是在努力从缺乏教育的看待自我之观念——把自我看成包括自己和那些看起来跟你相似的其他自我，因为他们属于你的部落——越来越多地移动到看待自我的新观念：认为自我和其他自我是相同的，因为大家都是相同的造物者中、被赋予灵魂的部分。

从前一种观点变到后一种观念，需要接受巨大的、难以想象的教育。你们每个人花费了一次又一次投生，努力依靠纯洁的心和美好的愿望来识破一体性的奥秘。在一切看起来都和你不是一体的世界里，怎么才能理解无形的东西呢？怎么才能听到那些没说出来的、和不能说的，因为没有言语可说呢？**秘密在于能量。叫作 J 的实体会讲到这种能量[4]，分享她对于手触疗法(healing touch)的热情、那绝妙的简单性甚至不是手触疗法、而是治疗师的心之能量。其实，关键在于那个超越语言的环境，它能进入仅存在于半空中的信心之路。因为那种专业训练跟很多用手来治疗的专业训练一样，所做的**

真正治疗不在于触碰本身，而在于该器皿作为治疗信使所做的工作、让触碰之能量携带了爱。

（[4]原注：J是个灵气治疗师，她在一周前、向一个大学班级讲授了治疗的能量。）

其他自我的能量可以是个你能感知的东西；有趣的是，你能影响别人的能量。如何才能做到这一点呢？你可以在看一个人的时候，机械性地想：「这也是我。这是我的兄弟，我爱他」，或者：「你是神」。或如这个器皿常说的：「你是我的镜子。」你也是镜子。坐在自己的空间里，你忘了你也在辐射。无论你是年老或年少的，这个圈子里的每个人都很强大，都做了大量的工作；你们每个人都有一种形而上的实质，这种实质非常强大。如果你允许自我的感觉开放，如果你完全允许自己成为自己，像花一样绽放、看到你周围所有人的美丽，如果你倾听每一种能量，「加入」那些正随意在房间里说话的能量，你就能够开始跟每一面镜子和自己的每个部分建立心对心的联系，感谢自己的每个部分；你会知道，假如你去追求某个人或关系，那将是面非常有价值的镜子，你从任何别处都得不到它。**所以每个人都成了一个尚未发现的宝藏、之所以尚未发现、完全是因为你尚未花时间向那个人开放，分享那种能量通过你们之间的动态关系向双方提供的礼物。**

当你能够第一次从智力上欣赏万物一体、转为一种自我的内心感觉、觉得你正在注视着造物者为造物者，会出现一个能减少恐惧的魔法事件。这个魔法事件就是爱，一种如火焰般喷涌而出的爱的感觉；在火焰的光辉中，有一种实质对实质的交流，使那些跟你谈话的人心里知道你爱他们、而他们生命中有种东西会再次开放，让他们也爱你。这种关系所具有的支持性能量，一旦被开放的心启动，就所向披靡。相信你自己这个能量。我们不会说：「丢开

一切恐惧。」 对于那些实体：在超出他们享受造物和存在的能力时、可能会觉得没有保护、没有遮盖、易受伤害，我们不会这样说。我们意识到，对于有些人来说，即使只脱下盔甲的一部份，或减轻点盔甲的重量、把它裁短一点，或把盔甲放下一小段时间，都会产生很大的影响。在你处理恐惧的时候，保持一种「少就是多」的感觉；由于评判自我很难，而且很少有人能够准确地评判自我，所以我们会反过来建议，把重点完全放在过程上，好好尝试、不管感知上的结果如何都要对自己格外好。

用人格锻炼的过程来筛选你的生命体验，就是努力在跟你自己相处时越来越放松、对自己越来越平易可亲，同时对自己的进程保持诚实，也就是说，在你和造物者持续的对话中最好对自己、对造物者无情地诚实；但是，不管你为什么对自我感到恼怒，尽量不要责备自我或失去对自我的尊重，不要用行动向自己表示不满或表示自己没有价值。这些事情太容易在内在生命中泛滥；它们是绊脚石，会绊你的脚、阻止你前进。那些并非你自己的声音把它们放在那里，但是很多时候你接受了它们，把它们内化，让它们的生命远超过它们真实存在的时间，如果有些令人深受痛苦的童年羞辱从来竟有过真实存在的时间。

看到你忍受过的痛苦，它们使得恐惧习惯地反复出现；用爱和慈悲的眼睛来看。这个器皿在家时经常带着一个洋娃娃，她跟那个洋娃娃说话，要求洋娃娃告诉她、它的梦想。用这种方式，这个实体寻求消除她童年的伤害；那些造成伤害的人没有让她感到她被喜欢、被需要、也不愿倾听她。这种困难也许可以感知为某些恐惧的根基、它们困扰一个似乎成熟的成人生活，但你有办法处理它们。**最有帮助的是：同时开放你的心轮和心智，看到这些恐惧之线在什么地方抓住了你。它们是沿着小路撒下的面包屑、引导你通向对自我**

更深的欣赏、用更深的能力把所有稍有分离的自我部份、(重新)放入自我、与自我合并；它们分离是由于伤害、由于自我能量很难完全保持在一起。

我们现在请问是否有这个主题的后续询问、或有别的问题。我们是 Q'uo。

J：嗨，Q'uo，我是 J，我真的非常感激你们所说的内容。我只想向你们提一个简短的问题。这个周末我被告知我是个成年的靛蓝实体，我想知道你们是否能够谈论这一点，这是不是能量工作和振动疗法很吸引我的原因呢？它和我是成年的靛蓝实体有关系吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对一个特别开放活跃的、容我们说、摩卡巴(merkabah)能量，或者——我给了这个器皿一幅 DNA 螺旋的图像，它比正常情况下的 DNA 螺旋携带更多的光、可以用这个叫法。由于「靛蓝小孩」名称的缘故，要解释清楚这一点比较困难。**有些人的 DNA 完全属于第三密度构造；有些人带着部分第四密度的 DNA 进入投生，只需要激活就行了**，这就是你的情形。还有些人所有的 DNA 都已经激活。命名为靛蓝小孩的人有些是第三种类型，其他的属于第二种类型。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

J：不用，这足够了。非常感谢你们。

我们感谢你，我的姐妹。现在有另外的问题吗？

T：有。我曾说过好几次，我们可以用记忆来获得我们在幻象中所需的极性。换句话说，你不必在每天的体验中直接经历好与坏、或善与恶；你可以在查看负面面向时、从你过去生活的记忆中抽取负面之面向的经历来对照就行了。要想待在幻象中，这样做能不能提供必要的极性？你们可否评论一下，请？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。的确，有些人的锻炼是这样的：具有高度集中的想象力、所以这是可能的。对于大多数实体、一个纯粹的内在视野、容我们说、欠缺满足感。然而就像叫作 V 的实体在不久前的对话中所说的，视频游戏(video game)的功能就是用假想敌布满假想战场，让你可以在外在文化环境中随心所欲打破别人的头、而不用担心这样做是否正当，因为挨打的只不过是个图像。虽然如此，在灵性练习中这样做有令人惊奇的效率。关键是用想象力和锻炼、把需要锻炼的能量和玩所谓的视频游戏的放纵连接起来。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：不用了，谢谢你们，这太好啦。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。现在有别的问题吗？

G：Q'uo，如果这个问题对这个工作(会议)不算太大的问题，我想知道你们能不能评论一下：一个人如何才能区分自己的感觉和别人的感觉呢？如何不受别人的负面感觉的影响，如何在内心转换内在承受的、那些来自他人的感觉呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你说得对，该询问的确比一些问题更大；由于这个事实，也许我们会把这题作为这次会议的最后询问。在你们文化中长大的大多数实体，不难知道什么是自己的感觉、什么不是自己的感觉，因为有一种典型的自我涉入(self-involvement)，决定了在自我感觉和不属于自我的感觉之间、不会有混淆。然而，当你进入开放自我的过程：使自我对更真实、具有更多真理、更美、更值得钦佩的东西变得更敏感之后，你会变得越来越意识不到自我宇宙和他人宇宙之间的边界。这是由于一个事实：自我的宇宙和他人的宇宙之间并没有边界、除了那些被人的心智所创造的边界。如果我们假设万物是一体的，所有的人都像一个人似地思考、这个器皿经常不自觉地这样做、那么你只会看到一个宇宙，你的感觉会自然进入一个快乐的大宇宙，那里的一切都是已知的，一切都好，一切都是被爱的。过去几年里、这个器皿做了大量工作来学习如何设定边界、以便她能够自己照料自己、并有能力像爱自我一样去爱他人，而不是认为所有的感觉都是自己的、都需要同等地表达出来。如果你变得无法确定自我和其他自我之间的边界，这个世界会非常令人糊涂；正像你说的，我的兄弟，如果那些从别人系统输入给你的感觉被认为是负面性的，情况尤其困难。如何在有光环交迭的情况中——几乎每个城市的环境、尤其是像你们此刻享用的住房，里面的居民由于经常碰面，其光环的确互相交迭——确定边界以创造出舒适区，就变成了一个令人非常不舒服但很切身的问题。

这种交迭本身没有负面性或正面性、但它可以变成负面或正面的。在有光环重迭的情况中出现的、是能量交换的机会。这种能量交换的不利方面在于、当该交换……

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

（传讯的一部分没有被记录下来。）

如何确定一个人自己的边界这个问题，可以变得非常微妙。它可以很简单，比如反复让自己离开一个环境以便看到、当你进出一个环境时、可能会出现什么变化。它可以是跟自我对话；自我内在有些需要表述的声音，它们说：「这不是我」，或者「这是我」，或者「虽然这不是我的观点，让我帮助你理解它」。你可以在自我的营火边进行一些有趣的对话；有时候，如果你大声地向自我讲述自我，你可以开始听到真实的自我，以及听到一个搭便车的人而偶然听到的事；听到真实的自我和那些偶然沾在你衣服下摆、而跟随你的事之间，有何区别。

还有一整套物质性清理方式也对创造边界有帮助：用神圣鼠尾草净身；仪式性地沉浸于你喜欢的冥想中，向自我提出这个问题：「让我看看自己，让我看看自己的形状。」提问的方式有很多，其实每个人都有很具个人性而且独特的工作要做。向自我开放，满怀信心地跟随自我的直觉和预感；写日记，写下你做的梦并研究它们；利用与其他人的对话；利用你周围环境能量的所有无声标志，利用风、鸟等一切具有灵性并希望与你分享能量的信使。通过结合所有这些做法、你会产生一种不断增长的、觉得自己有分辨力的感觉；这是一种你需要的重要感觉，因此我们极其鼓励你借助训练来接触自己分辨力的本领。知晓万物一体是件美好的事；知晓每个人都是独特的，每个人都有自己的形状和花朵、自己的花粉和香气，同样美好。过去没有，将来也不会有人和你一模一样；只有你才有那种呼吸、那些要说的话。在你们进入自己的希望和梦想时，我们祝福你们每个人。愿你带着信心前进，愿你怀着欢乐前进，愿你知晓、你永远都不是孤单的。正如 D 实体经常说的，你们是被爱的、超过你可以想象的(范围)。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai Vasu。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_1019b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_1019.aspx

---

☆ **第 2908 章集：两种服务**

Copyright © 2003 L/L Research

周三冥想 2003 年九月 17 日

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。在祂的服务中、我们存在，凭借祂的欢乐、我们活跃起来。

感谢叫作 T 的实体请求了这次询问，我们非常高兴和你们分享看法。一如既往，我们会请你们仔细检查我们所说的一切、看看它们是否对你有益。**用内在的直觉分辨力检查那些会影响灵性演化进程的事情；虽然有趣的事很多，但只有少数会在这个分辨过程中、被证实确实属于你**：在你主观地寻求那个始终不变的真理时，它们跟你的寻求相合、所以你对它们有共鸣。如果你们可以做到这一点的话，我们就会在分享时感觉完全自由；我们分享的只是意见，一个朋友的想法，而不是某个权威了不起的教诲。

我们可以请问你的第一个询问吗，我的兄弟？

T：Q'uo 经常谈到服务他人的两种有效形式：戏剧化的、以及非戏剧化的方式。在我目前这个演化阶段，我觉得我有可能只是存在、辐射爱而有所服务。你们可以对此评论吗？

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我的兄弟，我们能够评论这点。我们会建议，你**觉得存在的机能具有至高无上的重要性，这的确是对的印象；它不仅对你重要、而是所有灵魂都很重要、它们在此刻在行星地球上、涉入投生的经验。**

在某种程度上，幻象的功能就是让人从自我的实质分心。这个器皿称为「共识性实相」的力量、特别喜欢施用伎俩把意识带入过量的细节，这些细节多得远远超出显意识心智的直接或线性式消化能力，迫使心智忙于对进来的数据按重要性排序；当心智由于过度刺激而不能作为智慧工具使用的时候，你就会转而求助于心灵。**这种幻象结构的效果在于，由于自我易受诱惑变得持久地分心，处于情绪体内的心/身/灵互联网里的灵性部分，其影响就会变得不鲜明或者减弱。**这种令人分心的环境对所有寻求充分活出生命的实体、提出了一个中心挑战，那就是开始穿透细节那绵绵细雨的魅力，在日常生活细节下找到某些标记，它们在普通生活里由破坏性元素形成的框架中，只给出暗示自己深度和神圣性的表面线索。这是一个有关心智转向的问题，让心智一方面继续处理物质生活中的重要事情，使得按道德信念生活的人能够履行荣耀和责任.....

（暂停，等待屋子里另一部分的干扰结束。）

我们是 Q'uo，我们发现由于干扰这个器皿多少有些分心，所以让我们重新开始。

这些标记就像冰山一角，在日常生活混乱的细节海洋中几乎显露不出来、但它们像波浪上的白色浪花一样无所不在；然而它们不会像浪花般消失、只不过有时被共识性实相海洋中那些无穷细节的群岛之浪潮和波动所掩盖。因此，**在以行动为主的一生中，存在这个挑战就是：在细节的海洋中、取得绝对的聚焦和注意力，在任何情况下都不会被洪水吓倒，而是相信自我的小舟，相信投生中那艘由你的身体、感知能力、察觉组成的脆弱的三桅船。难就难在用坚持不懈的目光凝视并识破所有的细节，在理解、欣赏每个细节短暂用处的前提下，始终寻找含有标志的指示性浪花：这种标志穿过生命的肤浅表面，下沉到自我存在的深处，使人可以在每小时中多次、每天许多许多次，抓住那些下行进入自我的箭头，搭上它走得越远越好，打开直觉、打开心扉，允许自我在灵性的带领下行动。**

这种技巧要求对自我和指导灵有极大的信任，但我们向你推荐它，因为你特定的心智、身体、情绪三位一体的结构、为你创造出了具有正宗优势、通向生命深处的姑且说「快车」，它们被阳光中闪烁的小小白色浪花标记了出来；那些白色浪花根本不是水里的泡沫，相反地、它们几乎不显露出水面、而是以大得多的体积在水下延伸。在流冰掀起的那些转瞬即逝的细节浪花中、辨认出通向实质性自我的宽广道路、是一项微妙的工作；然而，一旦你开始使用这种技巧，它在匆忙而混乱的世俗生命中[如这个器皿会描述的]就会变得越来越顺从、越来越灵活而且容易、容我们说。

戏剧性的服务[这个器皿这样称呼它]并不比存在的服务差。然而，存在的服务表述了生命之树[这个器皿会这样称呼]的一个不同层次；尽管在你们人类共识性实相中，由实质性存在所提供的工作几乎得不到认可或尊敬，这个层次其实更接近原型、因而其服务更强有力。在投生中你的灵魂光流很多时候完全参与服务、沉浸于服务的荣耀和责任，却发现自己周围的人根本无法理解你在心智中做的事，即使你向他们解释这种技巧、他们也不会认为它有价值。我们会建议，如果他们此刻没有和你同住在你的空间/时间里、最好不要理会他们的看法、因为这种特定服务有全然独特的荣耀和巨大的挑战。在整个无限造物中，没有人曾经发展过这种独特的实质、这种色彩或香气的独特汇集，甚至你自己的灵魂光流在别的投生中也没有过。存在具有一个富有质感的感性面向，这个器皿找不到合适的语言，也就是说，我们在这个器皿的心智中找不到语言、来表达存在的服务所具有的这种很个人性且极其私密的特性。寻求、找到并接受自我，然后去爱、交托自我，这是一种艰辛的修炼。

这个器皿体验过很多次她称为的圣餐，耶稣·基督实体描述自己成一个为众人擘开的身体，人们在圣餐中通过吸收它来纪念这个生命。耶稣实体还为众人献出了自己的血、为众人倾流，于是该存有得以承担基督的身份，用「在上如同在下」的方式、变成在全然的理想中推崇的榜样。每个自我中都有基督或基督意识，它就是自我的核心实质；这个基督性质的自我是纯洁的，未被那个穿着基督披肩、外衣或斗篷的能量或实体染色。每个进入投生的实体都是一个基督似的生命、但在投生中的存有之心里、这个基督生命可能处于发展的任何阶段。因此，**寻求用存在的方式来服务，就是希望在人格外壳的层面上开放自我，带着所有的局限性、愿望以及需要，让自我越来越多地从自我表面——也就是那些你诚实感觉到、但几乎不带真理的事物——下沉到自我的内在层面；随着自我能够对自我变得诚实，能够凝视内心那些尤其是自**

我的阴影部分，内在层面会一次又一次不断开放、使得当你发现那些阴影时，能够欢迎并接受它们、爱它们，用它们来越来越深地进入无条件之爱，爱自我尚觉不完美的地方。在这个层次上爱自己有悖于文化和人类的本性，因为这种本性倾向于不大考虑自己的看法、而更注重外在的权威人士和其他貌似评判自己的法官。

自我工作的环境需要包含安全感。在自我层次上让自我对自我觉得安全是个挑战；直到觉醒出现之前、你都会面对这个挑战。觉醒那一刻，身为实体的你能够无疑地知晓你真的属于神性原则、知晓当你挖掘你人性中貌似的污垢和泥土时，你抛起的并非是你会看到的最好事物，而埋在下面的却值得挖掘；所以你可以想象自己正在挖掘埋藏的珍宝。**不过一旦挖掘完成，自我终于对心智和感觉所能做的工作感到满意以后，如何实现自我真实本性那条短得多的路就会呈现出来、那就是进入开放的心、坐在造物者一直等在里面的至圣所，与造物者分享静默、分享存在：这个造物者就是你最深的部分，从来没有离开过你。**

你在个性的外表与幻象中参与意识。当你从人格外壳怪僻的表面与意识联系上以后，你会变得越来越能够相信那条光之路，它引导你从崎岖不平、甚至饱受折磨的表面，通向深层自我那安静、清澈的可爱水域。不是说T实体没有能力或机会进行引人瞩目的服务，为地球上有需要的人提供教导或其他外在礼物，这个圈子中的每个实体都带着这方面的一些计划进入投生，希望跟可能会欣赏的人分享自己深深感受到的礼物。然而，**只有当你花了足够的时间来净化能量、训练人格、爱上自己，最重要的是，开始意识到自我的本性、意识到当你处于万物一体的至圣时刻自我的感受以后，你才会得到那些戏剧性的礼物。**对于怎样穿过生命的层次变得越来越熟悉，知晓也许在开始

注视感知的各种深度之后的很多个月，对于如何判断自己在某个时刻的想法处于什么层次，还是会有些真正的问题。啊，**心智有多少迂回曲折来让表面心智产生错觉啊！然而，总有一条来自你指导(灵)系统的信息流，它基本上以同步性和巧合来指出你的某些思路，它们隔离或者、姑且说、强调某些关键概念。一旦实体开始寻找这样的概念，它们就会越来越频繁地出现、直到他开始觉得宇宙确实永远都不会停止对自我说话为止。确实是如此。**

请问你的下一个问题是什么，我的兄弟？

T：感谢你们，Q'uo。我想你们已回答我很多问题。我的下一个问题是：我怎样才能最好地支持爱/光研究中心这个社群的发展。你们可否对此评论？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。

当我们、姑且说、快速翻阅这个器皿心智的书页时，她的心智表面上写着，T 实体在说话的时候、坐着的时候，都在进行服务。他在过去的几天中成了这个团队的一员。在他拜访的这几周里，能量交换发生在很多层面上：在物质界、眼神交会时发生的明显交换，有在超越自我的共同目标中分享的能量，更重要的是在远离表面能量的深处所交换的能量，这种交换来自 T 实体在自己的进程和学习中发展出坚实而强健的稳定性与奉献的区域。这种稳固与强健让他能够保持一种最合理而且、如这个器皿会说的、愉快的状态，无论是面对令人高兴、容易控制的难题，还是面对表面上的灾难或似乎变得太复杂而无法轻易解决的情况；这种享受处理大小事件[无论是肉体、情绪、心智或灵性的事件]过程的能力，从脉轮来看，是位于脉轮光混合体中的能量，这种能量在这个团体内不多。因此，当你们在团队圈子中交换能量的时候，能量

的、姑且说、化学反应或染色效应具有一种特性、能够澄清并强化能量交换中的人之能量及稳定性。

与此同时，这个团队中某些很丰富的能量，T 实体跟圈子中其他人相比也许有欠缺。通过接纳并感激那些用爱心给予的能量，跟大家交换灵感和一定的信息，T 实体创造出了一种感激的感觉和在家的感觉，它们又反射进团体，从而增强了所有人的能量；以这种方式、T 实体为团队提供了服务。叫作爱/光研究中心的实体用极其有利的方式，在这个新社团内开始发展团队能量，T 实体正好适合这个正在成长的团队能量圈。

你跟社团中的人进行能量交换时，有些方式显然很有帮助。你总是有可能发展那些能量交换，创造更多的连接、通过合作为分享的能量创造更多的关注、这些分享的能量被这个团体提升、形成了一座光之穹顶。

我的兄弟，在这一点上我们可以进一步回答你吗？

T：是的，谢谢你们，Q'uo。关于我如何才能与这个团队合作来提升这座光之穹顶，你们可以多说一点吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。趁着你有着这个器皿称为的临在的奢侈，多多分享你的临在，分享你的存在、分享任务。当空间/时间连续体移动、T 实体回到你们美丽星球上的另一面，与这个团队相隔半个地球时，相同的能量交换会在心中继续进行；**因为一旦实体通过情绪体、心智体、肉体和灵体的连接形成亲密的关系——正如这个团队中每个人与 T 实体之间的关系——就有一种生死都无法打破的连接，彼此成为其他人存在网络的一部**

分。这个团队中的每个人其实在以前就一起工作过，因此有一种同志以及一起做战士的感觉，不是为了对抗任何事情，而是为光服务。

至于合作和共享的支持有什么特性，我们会建议让每一天和每个选择都绽放、发展，导向别的选择和决定，它们反过来发展出那种共享的能量。**始终记住，有一个普遍性的、深思熟虑的计划，不是为了某个具体的事业，而是为了一个普遍共享的使命：用存在和其他更加外部的服务，以及一个人能够日复一日收到的、最高与最佳的指导似乎在标明的服务、来照亮这颗星球。**

所以我们不能提供具体的答案，而宁愿建议你在自我内在寻找办法，来促进或深化这个团体已经开始进行的合作性计划，不拘时候自由地分享你的印象，根据你得到指导的感觉——比如什么跟你产生了共鸣，什么是值得提出来的好事，或值得分享的好直觉——来提供建议。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：感谢你们，Q'uo。你们能为我建议怎么改善我目前的盖娅(Gaia)冥想形式吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现这个问题与你的进程过于接近，我们无法在此刻对它进行评论。我们只能说，在这个组织的网站上、以及其他网站上有一些资料，它们涉及为全球性和平以及地球复原做观想的呼吁；你可以寻找这些资料，但不仅按那些建议去做，还要遵从自我内在火焰引发的火花。因此我们的建议首先是：找到内在的火焰、精炼渴望的关注；当关注集中于一点以后，认真考虑来自他人的某些建议、找到导向其

他线索的线索，直到你找到这样一种感觉：对，我觉得它很丰富，这就是我跟地球建立关系，热爱盖娅跟体现第四密度特征的复原、和平、安全的能量紧密连接的方法。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：谢谢你们，Q'uo。我被告知、我在远古时代曾经教过与黑曜石连结的灵性神学，你们能够对此提供任何信息吗？

我们是 Q'uo，我们发现，在你的进程上进行工作的确会越过边界、对你的自由意志造成侵犯。然而我们会确认，这是个不仅对想法、而且对感觉而言都值得探索的有趣途径。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：你们能够帮助我理解在哪些领域、我尚未原谅自己，以及我如何才能最佳地取得这种原谅和接纳吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们以自己的微笑使这个器皿微笑，因为这真的是个最中心的询问、直接切入进程的核心，因为**原谅自己就是原谅世界。为世界和平工作、就是在内心寻找自我得到宽恕的那个和平住所。**

在行星地球上投生的实体，倾向于为自己建造一种防御性的外壳，以保护自己、抵挡明枪暗箭：来自蛮横的父母、老师、其他批评者。批评开始得很

早、并且会持续很久，所以自我会在防御性盔甲后面变得越来越严阵以待。这种盔甲是用恐惧的铆钉连接起来的：害怕自己不够好，害怕自己永远都不够好；但是，为什么要足够好呢？这个问题很少有人问，因为它没有答案。既然单凭进入人类投生这一点、每个人就不完美、你怎么可能足够好呢？人类动物可以说是被设计为不完美的。并没有计划说：人们学习爱要达到完美无缺的程度；对那些欣赏并热爱每一个此刻在行星地球上投生的灵魂光流的实体来说，这并不是计划中的，不是它们期待的事情。你极大地.....

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

所以原谅自我这项考验，不是因为你仍有需要原谅的地方；既然有尚未发现的、就有尚未宽恕的。无论身为实体的你被恐惧和这个器皿所谓的旧磁带的效用——磁带一旦在脑子里启动，就必须播放你儿时权威那些过时的无情声音，它们在某种程度上已经变成了自我的内在声音——触发多少次，还是会有尚未发现的东西，它们会在一个晴朗的日子跳出来进入阳光，用你深度的不完美让你感到震惊，而你再次得到是去评判自我还是原谅自我的选择。

我们不会阻止你用检查或监督的机能，对自我进行批评说：「我真希望自己没做过这件事」，或者「我要是做了这件事就好了，但我没有做」。这种批评完全可以接受而且有好处；看到这些错误很有用，因为它帮助你这个实体表现得更好。不过在原谅自我的过程中要努力进入行为层面之下，让你能够把自己好的方面和自我感觉上的不完美连接起来，看到你不可能只有其中的一面而没有另一面，不能只有优点而没有它们的阴影；看到每个优点、自我觉得是优点的东西、如果倒过来放在一个让它往后转或横过来的情境中，会产生出它的阴影面，令人惊骇地不完美。

我们不可能建议你需要在哪些具体方面做原谅自我的工作；我们宁愿建议，每当你发现自己在评判自我，就在这个感知出现后尽快花时间回顾当时的情况，回顾正在发生的演化过程之综合体，看到在不完美和有平衡作用的优点、你可以把它们看成不完美的反面、两者之下那份存在和实质的圣餐。**每个感觉到的优点在自我内在达到平衡后，都会揭示出自己的阴影，反之亦然。**

我们在这里的确有意让你感到必要的困惑。我们可以举一个不耐心的简单例子。它是从哪儿来的呢？很值得查看这种感觉上的不完美。让实体不耐心的好处，难道不是充分的责任感，受过良好训练的做计划、安排日程、排定优先顺序的判断能力、以及很多别的极有效而充满个性的面向吗？原谅自我不是这里找一缕、那里找一缕，在第三个地方又找一缕似乎还没得到原谅的自我，然后把它们拔掉；**不完美和它所平衡的完美是个统一的整体，原谅自我就是希望向这个统一整体敞开自我、欣然接受这种感知时刻，看到你不是一个「好」生命，正努力毁灭「好」生命覆盖下的「坏」生命。更准确地说，你是在努力成为一个完整的、圆形的健强自我，这个自我知道自己的阴影面和优点，也知道两者都不是自我真实的故事，只是正在发生的过程；这个过程允许自我越来越深地进入自我，进入通向自我中心的内在之路，它在你前进时为你照亮，直到在自我的最中央、在自我的心里、在自我内在造物者的至圣所中，你看到那绝色的白光瀑流、消融一切挂虑、允许你在崇敬与信心中歇息。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T：感谢你们，Q'uo。你们能够对我计划去完成的两个内观避静给我任何建议吗？

我们与这个器皿在一起。我们是 Q'uo，觉察理解了你的询问。我们愿提供三个建议。首先、我们会建议注意**睡觉**的细节，在你认为合适的时候给身体全面**休息的机会**，让你能够承受高强度领悟的催化剂。

第二、我们会建议在穿着问题上注意**穿舒适的衣服**，使衣服对皮肤的摩擦以及其他干扰保持在最低限度，从而为自我工作所需要的纯粹聚焦移除绊脚石。

第三、我们会建议，用各种方式调试身体和支持身体的物件来找到**舒适的坐法**，尽可能地改善坐姿，因为内观冥想或任何长时间静坐冥想的修炼、其难题在于需要在很短的时间内坚决推翻内在身体旧的运动习惯。

如果你注意这三个小细节，你就为你的冥想过程搭好了舞台。我们显然不能向你建议那些属于你此刻学习/教导进程的灵性工具或资源。我们只是请你对自己的分辨力抱有信心，相信你能够在那些你不需要听的杂乱细节中听到你需要的，始终相信自我觉得公正的感觉。我们祝你在这种高强度工作中快乐，我的兄弟。

请问在这点上、我们要进一步讲说吗？

T：谢谢你们，Q'uo。如果这个器皿能量还够的话，对于地球在澳洲、布里斯班附近的脉轮，以及我如何用它们来增强我的修炼、你们能给我点信息吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现对你这个特殊实体来说，你最好的入口是那些靠近水的地方，如果可能的话、靠近(一些)水晶的地方。含有水晶的山洞以及岩洞尤其好；同时有中空和水两者的任何地方、都会为你创造入口。关于你的地理位置和你自己对水的敏感系统，我们觉得这些地方可能是你最好的机会。

现在这个器皿还有能量回答最后一个询问，请你现在提出。

T：你们提到了水晶。有没有什么特定类型的水晶、如果放在附近会对我有益处，比如我在家里修炼的时候?

我们觉察了你的询问，我的兄弟。我们会说，水本身就是水晶、你对它特别敏感；其他的晶体可能不时地有用。我们会建议你自己进行测试、使用重锤或者通过观察、熟悉某些晶体、来选择你觉得在某些时候最适合你的石头。我们发现你的能量环境[你能量体的环境]之中有一种非常稳定的周期性能量运转，它不断盘旋、不断改变，你的能量体远远不是固定的、或是不变的存在，你这个实体一直在运动，因此，结晶成固体的石头不如被充能的水有力量。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

T：好的、只要这个器皿还有足够的能量。我对自己与水的连接有感觉，我想你们确实真正回答了我的问题。我过去有很多与水有关的巧合。它们是不是我与水之间连接的标志?

我们是 Q'uo，我们可以肯定这点，我的兄弟。

请让我们说，能和你以及这个圈中的每一个人谈话，令我们感到非常快乐和荣幸！我们衷心感谢你们拿出时间、能量、关注来跟灵性在一起，跟指导(灵)以及那些你们所知晓的爱与智慧的力量在一起。我们确实是贫乏的传讯者，但我们怀着可以有所帮助的希望、献出自己，我们感谢你们，为这惊人的.....我们在这个器皿的心智中找不到合适的词，但是和你们在一起是我们由衷珍爱的宝藏，我们感谢你们。一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。**每当你们进入心的至圣所里的静默，我们就会应请求跟你们在一起。**

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是 Q'uo。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0917b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0917.aspx

---

☆ **第 2909 章集：对待地球与其他自我**

Copyright © 2018 L/L Research

周六冥想 2018 年 1 月 20 日

团体问题：从爱与接纳到控制与操纵，有一个对于催化剂的回应的光谱。我们与

行星的关系是怎样的呢？当前，我们的全球文化位于那个光谱的什么位置上？对于我们行星的具有爱与接纳的关系、看起来像是什么样子，我们如何可以更有成效地显化那种关系呢？

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们在太一无限造物者的爱与光中，向你们各位致意，我们全都是祂的一部分。在这个下午被呼唤到你们的团体，这是一种巨大的快乐与荣幸。我们环顾四周并看到了属于真正的灵性寻求者的面孔，心、脑、身体，这些灵性的寻求者在没有狡猾与伪装的情况下，前来寻求对于每一个人是真实的事物，寻求居住在每一个人内在的、太一造物者的创造的合一哲学的一部分。在这个下午，**对于如何对待你们的地球母亲，你们正在如何对待她，这种对待方式的原因以及理由的主题上**，我们非常高兴地要对你们发言，但是首先我们必须要请求一个恩惠。我们会请求你们每一个人都拿走无论什么、我们要说的话语中有帮助的部分，并如你们所愿地在你们寻求和服务的旅程中使用它们。对于我们说的话语中、那些在此刻对于你们没有意义的部分，请毫不犹豫地丢弃它们，因为我们不愿意在你们的道路上放置一块绊脚石。我们，如同你们一样，是真理的寻求者，我们在探索太一造物者的宇宙的无限性，并在这个造物的每一个部分中、找到了造物者的一个映射的过程中得到巨大的喜悦——确实，当我们寻求去揭露内在的造物者并和所有人分享这个造物者的时候，我们在我们自己内在之中找到了越来越多的一个属于造物者的部分。因此，在这个下午，我们作为你们的兄弟姐妹而发言，我们在你们行旅的道路上已经比你们走得更远一点了，在你们的旅程中帮助你们，就是让我们的旅程更进一步的途径，因为在真理中、我们全是一。

在你们星球上的每个实体、七十亿或更多的灵魂中，每一位都有一个灵性的旅

程，这条旅程在时间中的这个点可能有或没有被任何实体发现。很多的实体在有意识地了解自己确实拥有灵性的旅程之后，找到巨大的安慰。为了要跟随任何特定的灵性道路，有大量的工作是必须的，这条灵性的道路会寻求向那些有志者揭露那些每一个人之所是的、存在的神秘，每个人都拥有的目的，每个人都行旅的方向，以及在这个无尽的旅程上彼此协调一致地移动的伙伴与朋友们。**这个无尽的旅程是共同寻求太一无限造物者——祂在每个实体与每个体验之中**。

有些实体尚未发现他们拥有一条可用的灵性道路——这条道路借由他们自己在这次投生之前的选择，就可以为他们所用——在这个星球上，这些实体遇到困难，对朋友、家人、陌生人、周围的大量实体难以映射太一造物者的任何部分。每个人都是打算要成为其他人的一面镜子，但是当镜子并未映射出，或者没有被看到映射出任何对于那些观察者是可理解的形象之际，接下来，困难就会升起了，就会有阻塞，容我们说，就无法清晰且有帮助地反映内在的太一造物者的任何部分。

因此，今天下午，你们在问题中已经描述了两条途径：向所有人、给予并揭露造物者之爱与光的道路；以及控制并拒绝成为万物一体性的一部分。这两条途径就是在你们的星球表面上，行动发生于其中的，容我们说，边界了。**不幸的是，在这两个边界之间会有大量的混淆，因此，你们星球的大多数人无法领会两个选择中的任一个，并且会以大部分不和谐的方式与途径在两个选择之间来回移动，以致于就会有阻塞存在于智能能量或普拉纳中——那是造物者本来每天要给每个人的礼物——接着这些阻塞会反映在每个人对其他人的行为举止中，也反映在每个人对地球的行为举止中**。

在此刻，我们会将这个接触转移到名为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）

我是 Q'uo，我和这个器皿在一起。我们将继续这个关于阻塞的角色的问题，涉及能量堵塞过程的内在构成方面——那些能量从下方为你们赋予活力，因为就是这些通过红色光芒中心进入你们脉轮的能量，用这样一种对于你们作为一个整体的星球的体验是典型的方式鼓舞了你们——在这方面，我们会说，你们与所有其他在此刻共同构成你们星球的体验的实体、分享了一个共同被赋予力量的源头的位置。现在，**这种能量，如你们觉察的，可以通过你们的脉轮系统向上移动，并随着它的移动享受一个转变的过程。它在你们的脉轮系统中抵达的位置越高，它的表达就可以越发富于表现力，在你们希望提供给地球、提供给那些居住其上的人的帮助上起到一个基础作用，它就可以成为，我们可以说，更有成效的**。最好去考虑这颗星球远比一块在无限空间中漂流的大石头更多。它是一个活生生的东西，它由很多其他的活物所构成，这些活物是在和谐中振动着，在某种程度上，我们会说，这些活物在此刻也是不和谐的。因此，**如果你理解你自己是一个被浸泡在这个巨大的、兼具和谐与不和谐的振动系统中的存有，你就能够看到你已经拥有一个空间，它被深深地根植于一个远远超出你之外的体验当中**。

所以，关于你如何可以服务一个整体的星球，这是一个复杂的问题；就它抵达了你自己去体验和表达的能力之最为内在的层次的意义上，这问题也是非常非常深入的问题。现在，你发现于内在振动的能量是那些易于受到很多种不同类型的表达所影响的能量，贯穿你发展的整个进程，你已经在确定什么表达的形式是有用处的，什么表达的形式会导向一定的结果，以及哪些表达的形式能够导向困难的方面学会了行使判断。

因此，你发现：在关于这些能量可以如何被表达的方面要做出分辨，这落入了你

的责任范围内。这超出了一种简单的识别范围——这种识别即有时候，你在自己的系统中是足够和谐的，有时候，在你自己的系统中，你会发现自己处于一种不和谐的状态中——因为你很有可能在自己的内在是庄严协调一致的，但你察觉到，对那种和谐的特定表达形式在特定的情况下不会进展顺利，因此，你已经学会，什么时候去说话是合适的，什么时候去歌唱，舞蹈，以无数种会影响其他自我的方式去行动是合适的，同时知晓，其他自我，同样拥有非常复杂且微妙的、它们正与之打交道的过程，你并不想望成为周围那些人的绊脚石，你同样也不想望让它们成为你的一块绊脚石。

所以，在你和朋友们的关系方面、和一个整体社会的关系的方面，在你和地球自身的关系方面，去形成一个意图，这是好的，但是你认识到，大量的分辨力是必定需要的、为了要让你感觉到的帮助性能被引入到行动中，且那个行动拥有一种可能性或有可能以某种方式来服务、使得他人同样能够发现有帮助。现在，当你们经历了你们的生活之后，你们已经一次又一次地通过困难与容易的催化剂而学到一定的模式会对你很有用处，其他的模式却倾向于不起作用，作为一条经验法则，你非常有可能已经产生出了判断，这些判断对于你的人格已经成为有结构的。你已经学会去仰赖这些判断、属于你的人格结构，在一般的意义上，我们会说，这是一件非常好的事，因为你无法完全靠实力在时间中、在每个单一的瞬间处理所有可以为你所取得的催化剂。你需要能够通过一定的模式来认出催化剂，这些模式会使得你对催化剂的回应更有成效，并且在你预测回应的可能效果的时候使得它是更为成功的。所以，我们不会说，你已经形成的判断应该被恰当地放在一边，这些判断已经结晶化、形成你的人格的那些部分，形成你的行为举止的模式的那些部分。

在说了那点之后，我们现在也要说件其他的事情。那就是能够发生，实际上，确

实非常经常发生的事情是：这些你已经形成的判断并不会非常好地适合你可能当前正在遭遇到的情况。因此，去认识到，你的人格是一个你透过它工作的器具，这对于你也是有帮助的，尽管它不仅仅是有用处，对于能够用一种宽阔的方式来参与你遭遇到的体验，它实际上同样是相当必须的。去知晓你的人格能够时不时地被允许去缩窄，这也是很好的。它能够时不时地被允许改变，你越发有能力去将你的人格视为是某种并不是完全与你真正之所是协调一致的事物，在一个深入的层次上，你将能够允许那个人格在任何可调整的地方做调整，或甚至时不时地被放在一旁，在一个场合似乎需要那种将它放在一旁的时候。

现在，在时间中的任何单一点上提醒你自己，你正在将自己的个人偏好放在一旁，这并不是完全可靠的，因为人格的根部会是非常深入的，确实，人格是相当有能力用这样一种方式安排它的倾向与评判的，容我们说，这种方式会将你正在着手进行的事情用一种扭曲的方式、实际上是对你自己的动机用一种扭曲的方式、返还给你自己。因此，一个人不仅必须要持续不断地察觉到你已经做出的评判的分析性含义，察觉到对于你所提议的特定行动会在结果上可能产出的事物之最佳评估，**同样也必须要察觉正在投资该行动提议的能量之属性，也就是说，投资你对于服务的意志的能量属性**。这是你的存有的一个极其无从捉摸的部分，我的朋友们，它能够相当快速地，用一种极其料想不到的方式，将其自身从一个模式转变为另一个模式。举个例子，你可以着手准备对其他自我成为有帮助的，也许是在具有某种类型的一个团体的努力的背景中，在其中你的意图是相当清楚地要去帮助团体，并且可能已经很好地检查其意义：关于该团体的努力对于更大的团体，上至包含整个星球自身，都是潜在有帮助的。

因此，你从一个议程开始，你从一个事业开始了，在那个事业中，你感觉到很好地适合于那些其他自我——他们与你一起参与这个事业的执行——并且被他们所

喜欢，但是，在你发现自己参与其中的活动的进程中，你也许会发现，你对于这个事业将会展开的途径的感觉，与你同伴寻求者中的另一个人对那个计划拥有的感觉并不是相当好地协调一致。简言之，你们是潜在不和的。现在，当某个属于这种类型的事情发生的时候，几乎一直都会被实行的最初活动，是落回到你已经设置好的评判的设置中，同时是作为你的人格结构其自身的一部分，以及作为你在关于当前的计划已经让你自己适应于的方式的一部分。当你检查这些评判的时候，你能够发现，在一些情况中，它们是如此强有力地被导向移动的方向，而那个方向如此基础性地与被其他自我抱有的另一套取向相异，以致于你无法看到任何两种议程通过、而能够相互协调一致的途径。因此，你除了得出结论其他自我是错误的之外、是没有选择的；除非你发现你不得不得出结论：错的终究是你自己。

现在，如果该问题具有相对较小的重要性，解决方案倾向于不是极其困难的。但是，在问题向下延伸到人格的根部的程度上，这是非常经常会发生的，就没有容易的解决方案、没有近在手边的可见方案，因此，妥协的艺术就不会是可以为你可取得的。**现在，我们会对你们建议，如你们现在发现这个行星已经如此经常地遭遇到的、就是具有这种属性的不和**，似乎有一套的内部的阻塞，或者非常非常深入地共振的敌意，我们几乎可以说是，从星球的骨头中向外散发出来的敌意，几乎已经被构建在星球的核心能量配置中了。现在，当你们通过红色光芒吸收该星球的能量之际，你们实际上在吸收一些这种内建的不协调，除非并且直到它能够处理那种不和谐、疗愈那种不和谐，将其作为你进行的寻求活动的一部分为止。

因此，**我们会对你们建议，当你沉思一个目标、要对这整体的星球有所服务时，第一个要考虑的事情就是：你在自己个人的内在、属于该星球的不和谐的疗愈的**

方面已经走多远了呢。你在这方面越能做出更大的发展，我们发现，就越有可能：当遇到了显化在你与其他人的关系中的不和与困难时，你将会能够在较不粗糙的评判展现出来的位置找到一个解决点，并且更为边缘柔软的接纳性就可以为你取得。那不是个容易从事的工作，我的朋友们。**它需要缓慢的努力，并且必须要被一次又一次、又一次地完成的工作，因为它从来都不会真正地被完成，我们可以告诉你，我们以一种每日惯例的方式、正从事这种类型的工作**。

因此，我们不会对你们建议，如果你发现你取得内在和谐的过程是较不完全的，作为一个尝试去服务你的星球的个体、你就是一个失败者。我的朋友们，它将会是不完全的，那种不完全将一次又一次地在和他人之间的不和谐关系中显化它自己。**去跟具有这种特性的关系打交道的关键，就是去重新评估你对和谐的承诺，并理解在你的生命中升起的困难，不是作为在你的部分上、某个走错的步子的一个结果，或者作为在你正在与之进行互动、某人的部分上的一个错误步子的结果而升起，而是因为宇宙造物自身在尝试去找到一个对于造物者的一个更富有表现力的表达途径而从底部升起的(困难)**。如果你拿起了那些你可能已在这次生命中落入其中的不和谐互动，我们对你建议，从个人的失败感觉上，或者从那些你与之打交道的人的部分失败的感觉上，将一点点的刀刃取下来。相比从外部去考虑，可以说是正确行动的正当性，**远远更加重要的事情是去考虑共同彼此参与的精神**。在服务的真正精神已经从根部枯萎的时候，以这样一种方式，即一种对于正确行动的正当性的积累感成为一个人唯一的指引，这完全是太过容易(发生了)。

现在，有一些人对于服务他人的根部已经如此之失望，以致于完全将它放在一旁了，对于他们而言，和他人互动的正当性一直都会归结为这个问题：要求他人与一己在关于宇宙要如何处于正确秩序上、做出的评判必得一致。然而，来自于外

部的秩序，我们已经发现，无论如何几乎总是比来自内部的秩序较少成效，我们愿补充一件事：我们会说，来自内在的秩序几乎一直都会看起来是完全无效率的，因为一个参与到这种活动中的人会察觉到它放在自己身上的巨大责任，以发现一个人对于服务的意志确实是纯净的、确实是完全清净的，确实是某种一路向下延伸到了人格根部的事情。

所以，总结地说，我们会简单地说，**从一个尝试去服务他人的立场，服务被最佳执行的立足点是：着眼于赋予活力的圣灵，而不是着眼于在判断中被认为可最佳地表达其正当性的协议**。

我们是 Q'uo，我们会在此刻返回、和名为 Jim 的实体的接触，以发现是否有我们自己可以进一步讲述的问题。Adonai，我的朋友们。Adonai。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再一次和这个器皿在一起。在此刻，我们会问、是否有任何我们可以用较为简短的方式谈论的询问。

F：如果没有任何其他人有个问题，我想要问，Q'uo，你们是否能够谈谈我们在冥想中，在我们的灵性演化中、移动到更深位置的过程中，那些我们在其中会感觉到阻力，或者甚至可能是某种恐惧的时刻，在关于我们可以如何超越那个阶段、你们是否有些建议呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是一个非常深思熟虑的询问，因为它揭露了每个寻求者旅程的一个阶段，这个阶段确实可以是，多少有些神秘的、未知的，并且拥有大量的发现潜能，如果寻求者能够在自己的内在找到

必要的手段和奥秘面对面地相遇。这是每个寻求者存在其中的幻象，以考虑有一个清晰的、没有疑虑的、无可非议的理解，因为寻求者在日常生活的活动中、在成为一个真理寻求者的过程中所感觉到舒适的事物，仅仅是可以为每个寻求者所利用的事物的开始，每一个寻求者都会继续在这个和太一造物者联合的旅程上行旅。

有很多可以为每一个寻求者所取得的令人着迷的体验，但是，这些体验并不总是立刻就被感知为如此。这里就是每个寻求者都需要去操练信心品质的位置了，那种信心即：无论什么体验在你的冥想中、在沉思中、在梦境中或者在你有意识的清醒体验中将它自己呈现，这个体验都为你提供了一个机会去深化你对于自己正在着手做什么事情、正在前往何处的初步掌握或基本理解。冥想状态的初始阶段通常是一种对平安的转瞬即逝的模糊印象，集中的注意力，被混合着大量的分心想法的混合物。足够有趣地、且自相矛盾地，这些分心性的想法经常会被感觉到多少有些是一种安慰，因为它们属于那个更多被真理寻求者所理解的领域。

不过，当你们追寻冥想体验的更深入层次之际，时常会有些例子、属于一己的潜意识心智、带来一开始可能多少有些令人不安的闪光或图像。这些是在潜意识心智内部的那些已经开始对冥想者的意识变得明显的区域。如果冥想者能够观察任何这样的图像、感觉或具有任何类型感官印象的表达——它们是未知的，也许是稍稍有些令人不安的——并将它视为是自我的一部分，是该冥想中的较小自我，这些表达也许就是那个等待着较小自我去探索的、一个象征性更大自我的一部分了。

我的朋友，我们基本上在说的事情是：你们的内在拥有你自己的自我，你自己的倾向、渴望、情绪的各式各样的部分，它们当中的一些事物尚未被完全探索过，

并且想望使得它们自己成为你的更大自我——即太一造物者——的一个统合的范例或代表。如果你的能量中心有任何的阻塞，这些阻塞经常是这样的阻塞的实例，这些阻塞能够成为提示与线索：关于那些要去照亮、要去调查研究的区域；以便于你自己的一个更大部分可以向你揭露，你自己的这个更大部分是能够和那个冥想着以及在有意识的状态中穿越日常活动的有意识自我、一起被带入到和谐之中。

因此，如果你能够行使信心于两者——即正在对你表达它自己的事物是你的一部分，以及它是潜在相当有帮助的事物一部分——并行使继续探索你自己的这个未知部分的意志，接下来就会有好比一扇对你打开的门邀请你进去，以致于你同时体验到较小的自我、以及更大的自我——也就是太一造物者。简言之，没有任何要害怕的东西，有大量要发现的事物。但是，它将需要你这边付出努力去这样做。

我的姐妹，是否有进一步的询问？

F：没有了，那是非常有帮助的。非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们对于你也是十分感谢的，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Gary：我想要朗读一段来自 Ra 的引文，接下来问一个问题。

Ra 说：「在短期内也将会有一种负面导向或负面极化的实体与社会复合体的尖锐增长，这是由于在第四密度的属性以及第三密度的服务自我的取向之间的鲜明轮

廓的极化状况。」[1]

（[1]原注：一的法则 17.1。）

所以，我的问题是：我们发现，在我们的社会存在着某部分的实体，他们进入到实相的泡泡中，在那儿、事实会根据泡泡的范式而改变；接着在各个泡泡之间的通信是不存在的。这是否跟 Ra 描述的「鲜明的轮廓」有任何关联？我会问，因为看起来，在各个世界观或各个振动层次之间的界线，似乎是越来越鲜明了。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们发现这是一个值得注意的观察，接着会想要尝试回应：我们建议，在最为基本的意义上，你是正确的，同时在个体类型以及社会复合体的方面，负面导向实体的短期增加，会以一种可轻易被错误诠释的方式频繁地表达它自己；因为负面导向的实体——同样在寻求他们可毕业进入第四密度——并不会清晰地讲述他们的渴望，因为他们察觉到大多数实体不想望走入一个，容我们说，监牢中，无论监牢是具有一种物质特性还是具有一种心智的特性，或者具有一种情绪的特性，因为你描述的沟通类型是频繁地被利用、以便于产生出混淆的事物。就好像是在舞台上的魔术师一样，他会向你们展现一只正在执行特定过程的手，而实际上，另一只手正在执行对于变魔术是显著的事情：即对于心智的操纵，以及使眼睛分心，这样，被看到的东西就不是实际上为了观察而被呈现出来的东西。

你谈及的沟通的类型是控制的语言、抑制的语言、混淆的语言，因为在这些情况下，负面导向的实体就可能乐意地引诱未极化的实体，甚至或许是正面导向的实体进入一个情况中，那个情况可以被比作一座监牢，**在其中，思想是被束缚的，表达是被压抑的，自由是一个幻象。因此，我们会推荐，在你日常生活的活动中，花些时间，也许是在一天的开始，或者结束，或同时两者，让你自己用一种**

留心的方式处于中心，这种留心的方式会减少进入你的大脑/心智复合体的各种感官输入，并且再一次让你返回 Ra 群体已称为的「未进食的显意识心智」、该品质是新手的心智，仅仅拥有意识作为一个资源，能够让喋喋不休的神经安静下来，并能够允许混淆消融，心智能够再一次揭露每个在正面意义上的真理寻求者的基本目标，那个基本目标就是在心中探寻，找到爱就居住在那里，并打开那扇通往爱的门，并将它带出来分享、以作为一个人对任何可能遭遇到的情况的回应。

在某些情况中，这将会花费大量的考虑，因为在一个混淆的世界中，爱的表达非常经常地会错过那些你要送去的对象。因此，一个人无法，容我们说，致力于特定的结果，而必须要开始信心的练习，即相信被送出的爱将会抵达其目的地，并将会对你称之为「世界的状况」的事物产生作用，也对那些具有负面特性的实体产出的能量的表面错误导向与错误领会产生作用，那些具有负面特性的实体此刻正寻求利用你们第三密度中剩下的少量时间来为自己的毕业而充分地极化。所以，**我们的推荐是：冥想，处于中心，留心与爱**。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：没有了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Q：我有一个问题，Q'uo，我不知道你们是否能够回答它，但是我感觉到一种时间线的撕裂，我猜想，一种振动频率的排序、进入不同个(八度)音程。你们可否评论那点？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在我们开始回答之前，容我们说，我们对于今晚的询问的品质是十分印象深刻的。尽管这个团体在询问方面一直都是十分有能力的，但今天确实令人十分印象深刻。

对于时间线的感知，如你对它们的描述，是对你已同时在梦境状态与冥想状态中参与其中、对于潜在实相的一种感知，在其中，你已经允许一个开口、通往这些潜在的实相，你的高我已经利用它、提供你以及和你类似的其他人机会来体验具有更广大多样性的挑战，容我们说。这些挑战就是以象征的形式被呈现的课程，如同每一个实体在任何投生中都会对在此生中的自己呈现、并在那个位置上被体验到的课程一样。然而，对这样课程的选择是在投生前就做出的，因此，在你当前的投生之前，你就已经选择了特定的实相、在其中去表达这些挑战、这些象征性的谜题；当这些谜题被解开的时候，能够对你揭露在自己的灵性旅程上的一个更大的远景。

这样的时间线分解的感觉，是一种残余物、属于在你前方被设置好的学习，这样就不再会有需要让它存在于你的存有的任何部分之内了，除了你在这里、现在就是那个存有之外。因此，容我们说，你正在关闭商店，于是在这次人生结束的时候，就会有进入爱与理解的第四密度的一次毕业了。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Q：不了。

Q'uo：我们是 Q'uo，在此刻，我们将尊重这个器皿不断增加的疲倦、接着离开

这个器皿。我们愿再一次对你们表达，对于你们邀请我们在这个下午出席的巨大感激。我的朋友，与你们在一起，这已经是一种喜悦。我们希望你们每个人都将从这次寻求的机会、得到无论什么对你们有意义的言语与概念，并好好思索它们。因为**每个概念都如同一颗种子，当它被沉思的时候，就好像对种子浇水，这样、它甚至会进一步地成长、超过它目前将它自己呈现给你的样子。在所有的时间中，通过所有的体验、都有可兹使用的成长**。

这是一个非常肥沃的密度，你们的第三密度，我的朋友，尽管它可能是令人混淆的。在该密度的八度音程中，没有任何其他密度提供这等机会，在这里是如此轻易地可以感知到——我们说，对于那些第三密度之外的实体、是轻易可以感知到的。我们对你们抱有巨大的同情，因为我们知晓**这个第三密度，有如此大量的事物对于你们依旧是一种神秘、一种令人混淆的体验。然而，这样的神秘与混淆会吸引你们向前进入、在每一个神秘与混淆中等待着你们的事物，因为事实上，万物是一体的，万事万物都教导合一、爱、光**。

我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2018_0120b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_0120.aspx

---

☆ **第 2910 章集：自由去爱**

Copyright © 2003 L/L Research

特别冥想 2003 年 7 月 17 日

G 提问：我自造的监狱所带来的痛苦、让我的内在能量和我想要连接的心如此远离他人，我怎么才能摆脱它呢？我怎么才能自由地、任意去爱，像耶稣·基督实体一样：普世地、无条件地、自由传导爱呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中、我们向你们致意，我们以祂的名义今晚来到你们中间。能在此刻分享我们的想法是极大的荣幸，我们为此非常感激。受到你们团队的呼唤总是很荣幸，今天更甚，因为我们觉得这个小组渴望的纯净特别令人满意。我们极为乐于和你们每个人分享我们的想法，同时一如既往地、请你们最谨慎地分辨：哪些想法似乎暂时吸引人、但并非真的如此，哪些想法真正和你有共鸣、似乎确实是适合此时此景的个人真理。

你们每个人内心都有一种惊人的技能，那就是具有分辨和知晓能力的聆听之耳和理解之心，它们超越证明而知道什么适合于你、什么不适合于你。这是你必须更为信任的裁判，超过任何其他的裁判，因为在这个幻象中投生是件很独特的事，对于理解[如果在这个密度中、我可以这样称呼它]的更细微层次来说，让信任在自我指引中占首要地位、有着非常重要的意义。只有在这个最基本的裁判被接受为真正的仲裁者——决定什么对你个人而言是真实的——以后，你才能够安心享受很多其他人的有趣观点和概念，这些人也许确实有你的一部分真理，也许没有。

我们很高兴和你们分享**真正的自由**这个主题。自由是个被大量滥用和误用的词。什么是自由呢？在第三密度的背景中，谈论真正的自由是一种幻觉，因

为投生环境本身似乎跟监狱一样，一个人可以透过监狱的栅栏凝视永恒，却无法逃出囚笼的栅栏、进入永恒那不受拘束的范围。可是这也是一种幻象。**什么是真正的自由呢？要检查这一点，一个人必须检查什么是自我的本性。那个可以自由去爱的自我、其本质是什么呢？**

我们请你进入你心智内的一个空间，在那里每个绊脚石都已被移开，一切方向也已消失，不存在任何色彩、距离或者大小的概念，使得你这个神性的无限火花能够在未知的波浪之上歇息，它们是自由之地下洞穴、无光的黑水域，祈祷在里面很真实，而色彩与形状的错觉和幻象却没有意义。

在这些超越了局限的自我洞穴里，什么才有意义呢？歇息并知晓自我的气力、自我的绝对力量和无限。感觉那个不需要边界，不需要骨肉或虚幻的形状、质地、色彩、能量场、所有细节的自我；那些眼耳和感官非常喜欢的细节。这种状态是我们对这个不需要表达的造物者，此刻能用语言来做的最佳描述。**这种摆脱了形式的绝对自由状态，没有边界，没有限制，没有个性，没有干扰，没有不完美，万物真正一体，所有事物都是无限可能的。**

举起心智之手去拉住气球的线、用力把气球在万花筒中穿过一个接一个密度与次元、往下拉到局限、色彩、个性——向下、向内，直到你抵达了这次投生、这些细节、这些个性出现之前的时刻；**那时，基于你积累的所有智慧和你能够想象的所有可能性，你决定：这个星球、这个时间、这些关系和这些服务和学习的目标，正是你为了学习、快乐和进化会在此刻选择的。正是在这个关口，你把自己放入苦役、同时打开了通向另一种自由的大门，因为在这个器皿所谓的尘世面纱的束缚中，存在着爱的机会，尽管这种爱不完美、破碎的、愚蠢的；你一次又一次感到人类之路难走，感到受限的笨拙和住在**

这个世界的挑战，这里众所周知的事，很多似乎完全没有道理，只有很少数已知的事有任何意义。

一个实体在选择进入投生的时候、就跨过了一个边界；在某种程度上，这是一个从巨大自由到无比局限的边界。察知的广大远景被关闭，好像它们是百叶窗上的横条，可以轻易地转动、关闭，把真实的察觉、不受限制的光和无尽的知识隔绝在外。进入投生的灵魂好像从户外进入室内、放弃太阳的光照、只为打开一盏微弱的 100 瓦人造灯；人造光可能出现，也可能不出现，取决于电源是否接通，取决于在没有无限的爱作为光源的情况下，用替代品方式产生等效的光是否有影响。

进入身体对(你的)系统就是一种震撼，从进入物质载具那一刻起、就必须作为人类去呼吸、工作、通过时间而存在。有一种无法用语言表达的失落感，但这正是你所选择的。**从选择的单纯角度来看，进入地球层面这个局限和困惑的泥沼、就是进入真实自由。进入困惑、就是你曾预付订金的那串无价珍珠，(你是)这不顾一切要去学习与服务的灵魂。**

任何投生都有一种牺牲感、失落感；所以问题变成了：我为什么取得肉身呢？我为什么被呼唤到这条路上呢？这是给每个实体的关键问题。你的动机是什么呢？彻头彻尾只是想为人类服务吗？是用一种特定方式为人类服务吗？是用一种特定的方式，与特定的人一起为人类服务吗？这种安排到底是怎么创造出来并受到祝福的呢？容我们建议，智力心智把细节组织形成轮廓、从而在理智上理解投生原因之努力，其实是放弃越过智力之表面、越过对生命和生命目的那同化过的、经社会审查认可的版本之表面，向下深入探

索的机会。我们无须说得更多，因为我们意识到这个圈中每个人都察觉到：**头脑能够想出来的对投生理由的完整解释，无法令人满意。**

真的，如果你允许心来表达，心本身会借由每一次跳动，有韵律地、深刻地、单纯地表达投生的真相：爱、爱、爱、爱、爱。通过肉体载具的血管输送血液的唧筒、在爱的波浪里推动；承载你四处移动的第二密度身体、没有任何想法不是浸泡腌渍在爱里：第二密度的载具在每一个细胞里都意识到自己是造物者，不需要存在、学习、服务、受苦、死亡的理由。允许你身体的每个细胞为了自己持续存在，每个细胞都感觉自己是其整体的一部分、也为了那个完整生命的存在而在每一刻都百分之百地献出自己，这是愚昧或自由呢？**身为实体，一个尚未充分与他的[容我们说]灵魂团队中、所有其他实体交流的实体，你可以从身体的那些简单细胞身上、学到一个了不起的课程**，因为每个细胞对自己的身份和每一种可能性都充满直觉和生命力，准备好对任何时刻遭遇的刺激物做出反应；你的身体也毫无疑问、毫不犹豫地回应它所感觉到的事物。细胞和身体是在体验自由呢，还是在体验一种愚昧的、反应型的，奴隶似的生命呢？

让我们再向后退一步来注视身体。这个身体不是你，但它在整个方案里表达了你的很大一部分；你的身体不会只根据身体的智慧来感知，更准确地说，它接受你这个实体决定相信是真实的信息。**如果你相信身体感觉不到痛苦，它就可以在燃烧的木炭上走、或者让人把针刺入手臂，就像施行催眠术的人反复展示过的。身体的每一个细胞都可以自由地忽略完全不重要、不相干的身体感知，否则这些感知就会制造出极大的苦痛。**

相似地，你之所是的灵性和灵魂、只是被不完全地装在身体的灯笼里，身体承载着你之所是的蜡烛和光，仅仅被你对自我局限的感知所限制。在灵魂的层次上，如果你的菁华能够在为祂准备好的肉体圣殿中，在平安与力量中安歇，没有冲突、没有争吵，那么凡是灵魂实体能感知到的就是真实的，外表上的混乱和困难就没有必要对你的生命内在菁华造成影响。

我们自然不是在暗示，随着实体在灵性上变得更加成熟，他可以停止倾听周围的声音。我们一刻也不会建议，忽视自己周围那些宝贵的其他自我，对于一个想望知道如何提供和接受服务、如何爱和被爱的人、会有任何用处。**你进入投生不是为了避开催化剂，也不是为了成为催化剂的奴隶；你既不比催化剂高也不比催化剂低，而是与催化剂同为一。**

那注入自由之概念的技巧能够看见各种能量、成团的想法，看见这些想法团块如何用推论和建议导致进一步的想法。换句话说，它接受所有的想法都是有趣的、有用的、美丽、吸引人且平等的，所有的想法都可以得到喜欢、欣赏、尊敬、光荣，**甚至像美丽水彩画的力量、美妙音乐的主旋律一样受到追随。**你周围的人和他们的情况组成的艺术品，向你提供每个情形独有的思绪团、情绪、道德挑战；由于这个催化剂，你可以在佩服和感激中进入脑子里、感觉里的新地方。**身为一个鉴赏家，你心中对每一个礼品都极其感激，无论它可能是正面的或负面的，无论它会帮助你还是阻碍你。对于组成体验那完整调色盘的所有酸甜苦辣，你有一种鉴赏家的欣赏；无论这种体验是充满光明或似乎充满黑暗，对于自己能够在这个时刻有这些体验、顺应这个完全独特的机会、在表象的无尽神秘中看见造物者，你始终有一种荣幸甚至感恩的感觉。**

为什么造物者选择了创造天地万物呢？我们经常倾向于回答：「造物者试图获得对自我的知识和欣赏，想望知晓自己，因此祂把自己的一些部分送入幻象、来看看会发生什么；你用很多经验和转世制作出来的情绪调色盘：包含了你的美丽、为你所独有，能够调出色彩供造物者学习。你能够教给造物者的、世界上没有任何别人能够教、因为你在整个无限宇宙中仅此一个；因此这个礼物是你献给造物者的，它来自于你，而造物者极其渴望它。你不可能作为任何其他人来取悦造物者，你只能借由最真实、最深入地做自己而让造物者高兴。」

这是自由吗？如果是，你在投生中就有最大的自由。你有机会尽情地犯错误、做错事，变得彻底糊涂、惨败，接二连三地犯错，但你没有让造物者对你觉得失望的自由，你只有让自己失望的自由；对造物者而言，你探索的一切都是新的，你选择的一切、在选择那一刻都是全新的。

你怎样才能自由呢？我的兄弟，你的自由从来都是毫无疑问的；只有生活本身，也就是这个投生性的幻象、让人充满了疑问。它正在发生吗？它是真的还是一个梦？所有这些都是真实的。它正在发生、既是真的也是一个梦，既确凿又虚幻，既是真实的又是想象的，既充满力量又是无用空洞的虚无。这些悖论、这些不可能性、这些奢侈、我们试图把它们作为不合常理但本体的东西放入你心智、为你提供了一个歇息的地方、让你可以搜集体验。这就是你已选择的情况。

也许自由在于你在当下一刻所能抱有的最彻底的信心。对什么抱有信心呢？对自我抱有信心，尽管自我似乎很有限。对于把你送到这个当下此刻的能量有信心，尽管这些能量肯定看起来古怪、奇特、而且不大可能。**你确实可以**

最为自由地、任意去爱。你可以在某种程度上把生活体验看成一种环境，而意志本身，也就是穿透物质、时间与空间幻象的灵魂能量，在这种环境里选择它的光、聚焦它的爱，打开通向内在那个伟大的奥秘，也就是爱本身、去爱和被爱之大门。

我们为这个询问、感谢名为 G 的实体。接着我们把通讯转移给名为 Jim 的实体，充分了解到、我们在这个极深的问题上，刚开始讲了可说内容的第一段、第一句。但是时间已经过去，能量衰弱了，现在我们该开放该会议、请 G 实体提出他可能有的后续问题，因此我们为这个器皿的服务感谢她、把通讯转移到名为 Jim 的实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们知晓的 Q'uo。

（暂停）

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，在爱与光中、通过这个器皿再次向各位致意。我们请问 G 实体是否有别的询问好让我们可以回应。

G：我确实有别的问题。感谢你们 Ra、Hatonn、和 Latwii，我进程中慈爱的指导灵。我的第一个问题是：你们能不能告诉我，在上次关于我的解读中、你们提到的、裂解的媒介是指什么，以及我怎样在自己身上消除其影响？除了每日冥想之外，我还能够做什么来重新变得完整、恢复我的视野与眼光呢？

我是 Q'uo，我理解了你的问题，我的兄弟。我们在上次会议中谈到的、裂解的效应是指一种观点[容我们说]，一种你采用的或曾采用的态度。我们发现，你目前的体验让你的那种观点改变了很多，关于自我的各个面向、以及怎样

在日常活动中接纳它们，以前的割裂性看法现在有了很大的改善，因此我们的建议保持不变：**冥想，仔细考虑你对自我的看法、以及对于自我与他人交往的看法。**

我的兄弟，有另一个询问吗？

G：我有没有可能是靛蓝儿童、或有双重激活身体的流浪者，或者两者都是？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。在不侵犯你自由意志的前提下、我们尽最大能力来回应。我们建议，你的本性在核心处、跟寻求到意识的偏远地区去服务的流浪者身份更为协调。因此你的情况是：你旅行到了心目中的一个遥远地方，现在以这个星球为象征。

我的兄弟，有另一个询问吗？

G：那种来来去去的深度疲倦、其本质是什么？**我怎么才能增高我的能量层级呢？**

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟……
（磁带第一面结束）
（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再次和这个器皿在一起。我们将继续。由于在这段时间、你花了很大精力重新调整这个住所的物质属性，你的日常活动出现了迅速的变化、引起了你谈到的疲倦；同时你的内心也在发生一种更深刻的变化，它在外体现为重新布置有形的物体。这是因为你觉得，容我们说，自己在承受由家庭

纽带责任带来的一个负担。对这个行星上所有第三密度生命来说很自然的教化过程，最近导致了你的一个选择、跟随自己的光[容我们说]；**这个作为独立生灵而行动的选择、带来了为自己行为负责的感觉，结果你把某种压力或负担放在了你形而上的肩上。**

这是用一种有些迂回的方式来查看你的成长机会。然而，我们发现每个寻求者都有自己的方式来接近那个召唤他的旅程，关键是什么对你更有效。随着你在旅途上继续前进，你会发现走起来很轻松，这种轻松现在尚未完整呈现出来[容我们说]。**随着你越来越自由地沿着这条自我改变之路前进、一直继续走，直到你看见那个不会改变的自我为止，你会觉得越来越多的重量从你的肩上和自我移除。再次地，这关系到能够接受自己、接受成长的机会。**

有进一步的询问吗，我的兄弟？

G：谢谢你们，Q'uo。我有一堆问题。我和双生灵魂确实在遵循自己投生前为了我们的尘世关系而自愿设置的计划吗？我能做更多的事来帮助她摆脱困惑吗？我有没有可能走一条比我现在走的、更高的服务之路？

我是 Q'uo，觉察了你的询问和导致这些探询的关注点。我们觉得你清楚地觉察到：任何寻求者的旅程都没有错误、但是有些期望。**如果寻求者能够放下期待，接受「发生的就是合理的」，常常会更有效。**然而我们意识到，催化剂在你们的幻象中通常不会像这种简化描述一样容易；在服务的愿望和自我感知为确切的服务之间、经常有许多的焦虑。

你与这个你称之为双生灵魂的实体所选择的路，对于你自己进入此刻的服务确实是适当的。我们觉察到，在可称为理想的世界中，每个实体都想望用另一种方式，一种更贴近自己的方式[容我们说]，用更明显的服务和学习类型来进行服务。这再次关系到允许成长真正发生的催化剂问题。**每个人通过推移[容我们说]重量或阻力，来锻炼灵性的肌肉、锻炼构想的能力，构想出你的寻求和服务、你的给予和接收之能力。始终都会有更有效的服务方式；换句话说，始终都会有可以获得的成长潜力。最好避免测量自己的灵性温度，避免评判自己，避免试图评估自己在服务他人的路上之精确位置和状态。**

让我们再次回到真实自我那儿童般的本性、毫不费力地展现出轻松愉快感。这种儿童般的本性有尘世的外形、带着各种表达能力以及表达过程中经受的各种困难。所以，虽然每个人都有努力的目标，但是，还有着努力、对努力的感知等等，**如果你在察看它们时不过多地注重结果，那么它们就能够给人提供线索、方向、可能性；但是，如果你过度关注它们、为它们着迷[容我们说]，它们就可能成为旅途上的绊脚石。**因此，长处可以变成短处，反之亦然。

有另一个询问吗，我的兄弟？

G：精彩的回答，Q'uo。我看过太多次时针指向 1：10，11：10，12：13，以致于我知道自己在接受某种信息。关于试图借由这些差一分钟的「同步性」传递给我的究竟是什么信息，你们能够给我提供任何洞见吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。虽然这个问题表面上看起来充满纯真，我们必须对这个问题非常小心、以确保我们不会侵犯你的自由意志。

因此我们只有一个建议，那就是你去查看、涉及的数字有什么象征的属性，这个象征是怎样和你持有的某种观点——关于寻求和服务、有所服务以及如何提供这种服务——产生共鸣。

有进一步的问题吗，我的兄弟？

G：感谢你们，Q'uo。为什么我觉得我的灵魂好像有一些破洞，也就是说，我的灵魂中身份和记忆有些丢失的碎片呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你描述为自己灵魂中的「破洞」的这种身体知觉、这是十分有趣的，也许可以直接用来查看一个人在灵性意义上所移向的自我的那些部分。**重新获得自我身份、就是把一个属于众多维度的巨大拼图的许多碎片拼在一起；如果一个人对这个拼图的任何部分缺乏理解，就会有一个破洞、一个缺口[容我们说]、一个等待发现的地方或方式。这就是每个真理寻求者的旅程之特性：找到这个拼图碎片的踪迹、跟随它，直到你变得完整统一、直到你感觉到自我与所有其他生命的合一性**。这就是你正在行走的重大旅程。跟随你内在那种完整的感觉，直到你找到能堵住或填满那个破洞的东西。

我的弟兄，有另一个询问吗？

G：感谢你们，Q'uo。还有另一堆问题。不知从什么时候开始，我的记忆似乎有些损伤，我想知道你们能否告诉我这是怎么发生的？是我自己造成的伤害、还是扬升过程造成的伤害？我怎样才能在一定程度上恢复记忆，使我能够重新学习、吸收、综合新的信息呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。

如果你在显意识记忆中忘掉发生过的事，要么是因为保留这个经验几乎没有价值，要么是因为接受这个经验有某种困难，因此出现了拒绝而非接受。这些经验是一个人成长期的重要部分[容我们说]。要探索这种拒绝的主要原因，常常有必要在梦境状态或深入的冥想中查看，它们也许可以揭示这类痛苦难忘的学习。所以我们建议你尽量利用你目前的记忆、找出记忆停止的位置，努力在你的梦境或冥想状态中、走出体验的下一步，让自我接收某些提示或感觉，它们会开始向你揭示你对自己隐藏了什么。

有进一步的问题吗，我的兄弟？

G：Q'uo，你们太棒了。稍等一会儿，Q'uo。

Carla：趁他集中心神的时机，我能问一个问题吗，Q'uo？

我是 Q'uo。我们欢迎你的问题，我的姐妹。

Carla：我一直假设，疲劳和摄取食物等的关系，也许跟食物的物质属性有关、也许跟用爱来准备食物有关，所以我更注重把爱加到食物中，而较少真正关心食物的物质性。你们能不能评论一下，这是不是一种基本不错的估值方式，这个灵魂有没有什么特别需要的食物、或不应该吃的食物？你们有可能与我分享这方面的看法吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现菜单严重倾向于爱的品质；爱对于每个寻求的灵魂都是十分有营养的。我们也意识到 G 实体相当清楚自己的饮食需求、也许你可以增加一些这个实体喜爱的食品。不过你总是带着关怀、照顾、爱心、和深情来准备食物，因此我们不会挑剔你们的饮食，我们赞许每个人对待摄取食材的态度。

Carla：谢谢你们。

现在有另一个询问吗？

G：谢谢你，Carla，提出这个非常体贴的问题。Q'uo，你们能够告诉我，我在童年时是怎么应对这个世界的吗？我问你们，因为我对自己的童年没有多少记忆。

我是 Q'uo，我理解了你的问题，我的兄弟。我们检查 G 实体的生命模式，看到你带着新生婴儿的天真无邪进入童年，学习的新鲜感让你感到安慰，却让父母多少有些困扰，因为有些深奥的理解能力超出了预期；因此你失去了天真和轻快地理解新经验的能力。这涉及我们前面谈过的填补破洞，也涉及我们前面谈过的、开始探索痛苦难忘的学习。你一直都极其渴望知识、渴望有所服务，两者都在你很小的时候就出现了。这就是我们觉得在不造成侵犯的前提下、可以提供的全部内容。

现在有最后一个询问吗？

G：那个回答是多大一份礼物啊，谢谢你们，Q'uo。我离甜点更近了吗？我有所进步了呢，或者我还在吃我的主菜？我快吃完了吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们发现你正处于消化主菜的过程中，我们建议：这个幻象中的主菜是有点漫长的一餐！你可以不时尝尝一两道甜点。无论如何，我们建议你准备好自己、迎接一次巨大的盛宴。

能在今天晚上谈论你关注的事，是我们极大的荣幸，因为我们觉得你极其渴望寻求和服务，只需要一点点指引就能在目前的环境中开出最饱满的花朵。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们会在此时离开这个团队和器皿。感谢各位邀请我们今晚出席。加入你们这个寻求圈是我们极大的荣耀。Adonai 我的朋友们。Adonai。[1]
（原注：[1] 会议刚刚结束，G 低头一看他的腕表就惊叫 ：「10:10！」）

Translated by T.S.
(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.
翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0717b.htm
英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0717.aspx

---

☆ **第 2911 章集：使命与苦难**

Copyright © 2003 L/L Research
特别冥想 2003 年 8 月 24 日
[路易斯维尔大学、贝尔纳普校区]

（Carla 传讯）

「我是 Q'uo。」.....「一切」身体、声音、生命的音乐和色彩，所有填充色彩、形状以及意识形态的东西：**所有这些都以振动的形式存在**。你自己也作为振动的能量场而存在，这些能量场又包含许多其他的能量场。身体本身的能量场：器官、及其每个细胞、和身体每个部分的能量场，还有由这个寻求圈子、你们星球的能量、太阳系的能量、整个天父的无限造物、以及造物者本身所组成的能量云[容我们说]，所有这些都是能量、所有这些都是振动和振动层次的复合体，它们在谐波与子谐波中、共同创造当你睁眼时看到的眼前世界，也创造无论你睁眼或关眼都看不到的世界。

一切可见的、不可见的事物，都是振动。天父的振动，这个器皿喜欢称之为神性原则，那是个单一奇异的振动、我们习惯把祂叫作理则(Logos)，在这个器皿的词汇库里、理则来自于她的基督徒背景：**理则就是道(Word)、也就是爱、无条件之爱**。那个振动是造物者的振动。那些振动链结显化为这里的每个人、在**一定程度上、每个人都是无限造物者的一个子理则之振动，其目标是在振动层次上越来越靠近理则的振动，靠近无条件之爱的能量**；无论你的外在礼物是什么，在你体验自己的菁华、开始了解自己的真实生命时、其核心就是这个礼物。随着你能够越来越多地觉察无条件之爱的能量是什么感觉，你就越来越接近自己的心。

近来白天开始变短，你们的地球绕着地轴自转，使得季节也随着变化：白天变短，夜晚变长，直到冬季降临你们的星球。深冬时节有这个器皿所谓的圣诞节，人们在圣诞节时把注意力转向一个小婴孩，耶稣·基督，他在圣诞节作为一个幼小的无助婴孩降生到这个世界，在这个器皿的宗教信仰中、人们注

意到这幼小婴孩把爱变得可见。我们请这里的每个人开放你的心，看到马槽中的自己：一个新的生命，我的朋友们，一个全新的、原封未动的、不容侵犯的灵魂，等待着，希望人们爱你、认出你，用襁褓把你包起来，喂养你、抱你、照顾保护你。**你内心的这个孩子是你的灵性自我，你进入这个世界就是为了寻找、拥抱、抚育这个孩子**，用你外在和内在的生命滋养它；它始终向着无条件之爱的振动开放；无条件之爱在你心中、于你内在的灵性马槽旁等待，在没有阻碍时会淹没你的心。

留心你这个孩子、即灵性自我、因为它娇嫩年幼。由于在尘世中变得经验丰富而且聪明，也许每个人的内部都筑起了防御，使你免于受到别人的伤害。然而对于居住在无条件之爱里的人来说，所有的人、无论男女、都不是敌人，一切实体都是需要你去爱和帮助的灵魂；即使他们也许不同意你，也要祝他们一路顺风，永远不要用盔甲、防守或使得自我变得冷酷来防御他们。**因为心之礼物、爱的礼物是无畏的；它不需要防守、不需要保护，因为它安歇于无条件爱的振动中。**

我们会花一刻时间与你们一起体验静默。我们请你们允许静默于你内在绽放，使你可以感觉到我们讲的这种爱。我们将暂停。我们是 Q'uo。

（暂停）

我们是 Q'uo，再次和这个器皿在一起。继续感觉你们内在的那股能量，现在开始允许它绕着这个圈子从你向左旋转，你从右边那个人接收能量，传到你左边，以此类推。感觉这种能量开始盘旋、逐渐变强，感觉 M 实体呼唤出来的神圣空间，然后以无条件之爱的火焰充满这空间。

在你们继续旋转和增进这股能量时，我们想跟你们谈谈**使命**。我们无意暗示，你们带着一个合同进入这个世界：「我将要做这个、这个，还有这个，然后我就准备好抛弃此生」。倒不如说，我们建议，每个人在投生之前与你的指导灵坐在一起作计划，啊，多么辉煌的计划啊！**选择父母、伴侣、兄弟姐妹、朋友，以及你们人群称为的敌人，让你能够有定期的机会、一次又一次遇到你预先决定的某些课程。**每个人都有希望自己去学习和为之工作的某些东西，不全是第一次学习，而是对你为之投生的主题进行更微妙的精炼和探索。你还选择了一些其他的礼物，因为你觉得也许它们在这个时刻、这个关头有帮助。

学习和服务会一次又一次把某些人、某些课程和主题带入你的生命；如果你看到这些课程似乎在重复、请不要泄气。相反地，你可以这样考虑：你是在螺旋形地再次遇到这些课程，不是在相同的地方遭遇——不仅你的位置变了，课程的位置也变了，相反地，每次你遇到它，如果你在努力学习这门课的话，你都学得更多、走得更远、变得更聪明更富有同情心，或者单纯在拥抱一切的慈爱和受到智力引导的慈悲之智慧之间变得更加平衡；这种智慧在以前是模糊和不确定的，暗示着限制、边界、精确。这些加起来不等于一个使命，这些加起来是一次人生体验，它确实有无限的可能性；但是正像汤普森博士所说的，有些大路像花儿一般在你面前绽放，事情开始变得顺利，你觉得自己捕捉到了命运的韵律、正在与之合作。

如果你没有感觉到命运正在把你带往何处，我们建议：每天单纯坐在冥想中聆听。静默会表达很多事，你的梦境和异象、路标和鸟以及所有铺满生活的信息，也会潜在地向你表达很多事。经过静默一次次的组织，逐渐地会有一种内在的感知出现，好像你内部有个具有能量的生灵，找到了办法做一次深

呼吸，不是物质的、而是形而上的呼吸：**「我可以拓展，这是安全的。」**任何时候，只要有可能就进入这个空间，肯定要每天努力这样做，因为在那静默中有给你提供的信息。那个珍爱你的**指引系统**是你的一部分，总是和你在一起；祂发现，借由这样那样的线索或暗示来接触你的生命，变得越来越容易，直到你发现，与似乎是命运的力量[但其实充满自由意志]合作、变得越来越容易。

如果你在考虑使命，我们只请你首先考虑**这个星球上、所有会呼吸的人之共同使命：你们来到这里给出爱、接受爱，学习无条件之爱；在爱与恐惧之间做出选择**。如果你在自己内心看到了恐惧，你的使命是跟它坐在一起；不一定是把它踢开，因为你可能还未准备好，而是以自我感觉舒适的速度，把它一缕一缕地拿掉。那个持续的观点，那个提升、帮助你的观点说：爱是真理，恐惧跟这个真理无关。**在有恐惧的地方，我们鼓励你向能够照亮黑暗的爱全然开放。**

在我们离开这个器皿之前，请问是否有三或四个我们可以回答的问题？

M：(朗读一张听众卡片)OK，第一个问题是：「为什么儿童必须如此受苦呢？」

我们和这个器皿在一起，觉察了你的询问。在这个具体的存在层面中，一切有血肉的、体验肉体能量的实体，都易于体验到苦难，而的确、这常常好像是不公平的，因为儿童没有选择那些产生苦难的环境，却被迫体验痛苦。有些孩子在战争时期出生，因此不得不受苦；有些孩子出生的家庭，似乎制造

了各种虐待，因此在无辜的人身上造成了痛苦。有多少无辜的人，就有多少无辜的人受苦的情况，因为所有人的确都在受苦。

受苦的问题确实是个普世的问题，我们可以提供的答案是，每个实体都刻意选择进入一个肉体载具，刻意选择忘掉自己在投生前知道的、几乎所有事情；这个器皿把它叫作遗忘的面纱。它还有别的名字，但是正如诗人华兹华斯说过的：「**我们每个实体，都进入了第三密度荣耀的流云，它们随着呼吸开始进入身体而迅速地消失。**」[1]注意到你自己出生时的哭喊，记起你感觉到的第一个痛苦：寒冷的空气和由于不得不用肺呼吸而感受的震撼，温暖的黑暗消失了，而生活粗暴地闯入。痛苦在第三密度中开始得很早；对于几乎所有投生中的人来说，随着人格在一定程度上与经验保持一致，苦难会通过各种形式继续存在，其原因与为什么你会失去痛苦的记忆有关：**失去这种记忆、变得愚蠢、感到很困惑沮丧或惊愕，这过程是重要的，因为它是自我解构的要点、它在为你的蜕变设置舞台。**

你们每个人在进入这次投生的时候，都希望重新平衡爱与智慧之间的平衡。你们希望去精炼自己。好像你们每个人的内心有一颗奇妙的宝石、为了把它抛光，必须除去大量表面物质；受苦就是把不属于宝石的外壳爆破、凿开、剔除，把不属于真实的你的东西除掉。苦难是情绪和心智结构处于变化过程时产生的痛感；你们这个物种大部分的痛苦正是源于这种变化。这种痛很像锻炼时出现的痛，因为你也许超越了锻炼前肌肉的最大限度而显示力量。不过每当实体承受这种苦难的时候，都能更多地学会、或者有机会学会、如何与痛苦坐在一起，如何接受它、爱它、与它一同工作，如何允许它渗透自我去做它来这里做的事，消除能量体里的不平衡，认可存在于你灵魂光流中而

不仅是这个时间与空间中的情况。你所做的工作，正在把自我转变为你之所是的：无限与永恒的能量光流。

有另一个问题吗，我的姐妹？

M：(朗读一张听众卡片)有的。「此刻听到或知道什么、对我最有益处？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。我们会对你说：**万物是一体的。在你的内在持守这种一体感，知晓所有对你有益而且正面的都是你；而所有令你不快而且可恨的也是你；接着一切无论什么事情都是你。在这个器皿身上看见造物者，在你的镜子里看到造物者，注视在你旁边人的眼睛、看见造物者；注视你最可怕的敌人的双眼、看见相同的造物者；凝视天空、凝视大海的深处、凝视所有的元素，始终、永远只看见造物者。你就是一切。我们会说，这就是最有帮助的想法，**我们感谢那个提出了该询问的实体，因为它包含许多好的振动，我们非常感激这次的能量交换。

我的姐妹，请问还有最后的问题吗？

M：(读一张听众卡片)有的。「你们愿意谈谈进入第五次元、以及我们与地球的转变进程吗？」

我们是你们知晓的 Q'uo，我们非常高兴谈及当前正在发生的转变。由于不同的器皿使用不同的术语，由于从神话结构转向哲学或其他结构，其术语不同，这个器皿也许会把下一个密度称为第四密度而不是第五密度。不过这个

器皿知道，有些人使用的系统把此刻正在开放的密度叫作第五密度；她认为，在这种背景下这些是相对可接受的术语、可以互换使用。

大体来说，**下一个密度是爱或理解的密度。这个密度追求学习爱的课程，无条件之爱是其主要课程。**一旦实体掌握了无条件之爱的美丽，把自己置于一种自我牺牲的实践，爱他人爱到愿意献出自己的生命、如果能够这样做的话、以便拯救别人，一旦这样做被看成是自己渴望的路，那么，尘世的旅程就变成了一个服务的人生、给予的人生，接着越来越是领受的人生。因为正如汤普森博士所说的：你给出的一切，都会用一种不可抗拒、无法阻止的方式返回给你，所以你很快就会被如何接受他人之爱的课程所包围。因为你已经学会如何爱他人。如果你进入这种状态，你就准备好在更加充满爱的环境里生活，这就是相对于第三密度来说、第四密度的样子。

那么，第四密度有一种不同类型的光，这种光更密集地被光填充，因此一个原子、粒子里、确切地有更多的那种光能。你们自己的行星上发生的正是这种转变。你们的整个行星系统已经盘旋进入了一个全新的空间/时间区域，里面的能量不相同，能量在不断变化；地球出现了一个巨大的转换：整个星球借由让自己作为第四密度的行星出生而重塑自己。结果当实体通过你们称为死亡的正常过程，到达离开大地层面的位置时，有机会从第三密度毕业进入第四密度；这就是通常称为扬升的过程。在这个过程中，你的灵魂能量、也就是你的菁华、会占据一个第四密度的身体进行下一次投生、由此进入一个完全不同的环境、学习一系列全新的课程。所以一般而言，进入下个密度就像进入学校的下个年级；向前迈入新学年的第一天，那时所有的课程都是崭新的，所有的课程似乎都是好的；这是一件令人兴奋的事。这就是你在这次人生之后的下次转世时，你可以期待的体验。

我们利用这个机会再一次感谢你们、与你们分享我们的想法是一种快乐。我们再次请你们带走你们似乎美好的想法、毫不犹豫地丢开其他的想法，因为我们不愿意成为你面前的绊脚石。

如果你想望深化冥想状态，我们永远欢迎你呼唤我们、忧伤的兄弟姐妹[隶属于星际邦联]。我们很高兴出借能量给你、在冥想时感到更深的内在平静，我们乐于出现在你的梦里、乐于成为你的指导(系统)的一部分，你只需要请求。不过我们不想望通过任何一人说话，只想望在这个层次上分享振动。

我们为这个在一起的时刻感谢你们。它一直是我们的福分。我们在太一无限造物者的爱与光中、离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai。Adonai。

[1] 原注：这个引用来自威廉·华兹华斯的颂诗《来自童年早期回忆的不朽暗示》：

我们的出生仅仅是一次睡眠和遗忘：
与我们一同升起的灵魂，我们生命的星辰，
在别处已有它的家当，
我们来自遥远的地方：
并非在完全的遗忘中，
并非全然赤裸，
而是跟随荣耀的云彩
来自于上帝，祂就是我们的家乡，
在我们幼年时、天堂就在我们的头上！

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0824b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0824.aspx

---

☆ 第 2912 章集：平衡生活与灵性追求

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年 5 月 18 日

小组提问：我们这周的问题关系到、**如何在灵性追求的愿望中保持自己的灵性中心**，因为我们周围的世界有太多的事情似乎要求我们集中精力去关注，无论是抚养孩子、照顾家庭、上班，还是与朋友保持联系。似乎占用了我们很多时间精力的俗事、很难腾出时间来进行的灵性工作，**如何在两者之间保持平衡**，我们想听听 Q'uo 能够提供的任何信息。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中、我们向你们致意；在祂的服务中、我们存在。容我们说，能够分享你们的寻求圈子，而且被邀请分享我们的看法：**如何平衡地生活在行动和存在两个世界之中，**那是我们极大的荣幸和快乐。为了让我们能够自由地发言，我们会请求你们一件事情，那就是在听我们分享的想法时，请你们运用最严格的分辨力。我们不是权威而是你们的邻居、朋友、兄弟姐妹。

在你们看来，我们也许在灵性演化的路上走得更远，但是我们的观点也会有错，我们和你们一样是路上的朝圣者，是寻求真理的实体。因此，为了确保

我们不会侵犯任何人的自由意志，我们会极其感激你们使用最大的分辨力、来判断我们分享的想法是否对你有用。如果没有用处，就请把它们丢开。

我们凝视这个器皿的心智内在、寻找你们这次集会的提问是怎样的体验风味；我们看到这个器皿和这个房间里的所有人、确实也在你们文化之中，都有一种显著的倾向，在还没有做完希望当天完成的事之前、就发现时间不够了；不是偶尔这样，而是每天如此。事实上在这个器皿的心智里，我们经常会看到她懊悔地觉得，虽然努力而且富有成效地工作了一天，却没有在她当天的待办清单上划掉哪怕一个项目。的确，这幻象在创造越来越多的困惑和越来越多的成长、学习、服务的催化剂方面、它是相当有效率的。如 V 实体说过的，这世界(幻象)正在做它的工作。

我们的感觉是：**每个人都在投生之前创作了一个计划，这一个计划把即将到来的投生中选择的主题，设置成你人生经历中既定的、重复出现的标志物。无论服务的课程是什么，无论学习的课程是什么，它们仿佛是食物般地提供给你。有时候食物是发黑又苦涩的水果，或者至少它在物质生活中似乎如此；然而这个水果有极其珍贵的能力、能非常有效地把实体内在的菁华放入可探索此生主题的场景，这样，M 实体所称为的灵性演化过程就可以在任何层面上发生。**

当然，**绝大部分扎实严肃的灵性演化工作是有意而为的。但是所做工作的内容和实质则大多位于意识层面之下，由意图供能；好像溪流的根部或源头存在于[容我们说]心智/情绪/灵性的世界，而体验、直觉、梦的内容等等却在生活中涌现。因此，似乎有一类特殊的事件喷泉，它以周期性或连续的方式不断出现、不断喷涌；与催化剂之水一起喷出的是水中的矿物，也就是与正在**

发生的事件有关的情绪；当你作为灵魂绽放时，这些催化剂和情绪的雨水就来浇灌你学习的沃土。你有一切机会去种植知晓或认识或这个器皿称为的「神交(grokking)」之庄稼，让这些一次次盘旋进入生命体验的主题帮助你探索。

现在让我们从这个问题退后一步，看看你们每个人[即实体]、看看这个实体怎样体验或不体验它所看到的事物、接着储存在记忆里。现在或过去、并不具有它们在物质幻象中貌似很清晰的焦点。D 实体指出，我们既不是用眼睛来看，也不是用耳朵来听；不如说，有一种基本上由假定的幻境组成的合成物，充满了大多数实体感官觉察的背景[1]，但是你看不清它。事实上，由于心智接到数据后会把它形成一幅图像，大量你凝视的东西你可能都不会注意到。

[1]原注：指这样一个事实，即我们通过自己的生物电脑心智所采用的数字化过程来「看」，这个过程根据显现在眼前景象的大致细节、假设背景是某个地点，把那种背景仅仅模糊地放入我们的视野，只放大视野内、比如人的身份、他们穿什么或拿着什么、这个场景中是否有危险之类的细节。

类似地，记忆的结构让每个实体的灵魂菁华或高我收获真实的记忆，只有经验的影子或数据的复制品[容我们说]，保留在心智的生物电脑内；所以，淹没觉知的大量洪水、是由粗劣或实际上不准确的信息造成的。因此，**把自己的感官从假定中解脱出来是个艰巨的终生任务，无法在没有帮助的情况下完成。**

我们鼓励每一个人在这方面寻求资源，协助你允许心智重新评估在心智中能找到的每个假设、重新评估它的准确性、它在你喜欢的价值系统中的位置等

等，给自我机会重新检查所有你确信你已经注视过并有固定看法的事。令你困惑的情境永远含有你的新真理；去理解一个令人困惑的结构的努力、比如M实体谈到的抚养孩子的挑战，总是会带来大量可迅速发生的丰厚成长。

既然人有肉体、似乎明显受到限制、必须自我照顾自己这个易受伤害的有限实体，他会本能地假设，他必须是强壮的、强健的，必须在所有时候处于防守状态。在某个层面上，这绝对是正确的；在幻象中，关于额外帮手，在一个有孩子的单亲家庭里，那双手需要实际照看孩子、满足孩子的需要，等等。

无论如何，**你们的询问涉及心智的状态，涉及如何在这状态中负起对心如此珍贵的责任**。我们凝视这个圈子，看到表面上让这个圈子中的任何人感到头疼的事、并非杂务本身。坐在这里的每个实体似乎都有很强的黄光，或者肉体/环境的临在。那种能量流动得很顺畅；没有人抱怨工作或不喜欢自己做的事，因此这些不是阻碍实体享受自我承诺的劳动过程之绊脚石。不如说，每个人的体验是，这种在一天中消耗时间的物质性工作，似乎也在消耗头脑、心、与生命中的某个空间，它很宽敞、有舒适感、情绪安全感，给人带来一种视野，觉得自己充满了喜悦、快乐、简直过得很愉快，对自己做的任何事都感到这个器皿称为的乐趣。一旦实体重新检查了心智的预设值[容我们说]，他就可能更多地接触到自我在今天、此刻、这个瞬间与灵性演化过程的相交处。

然后灵魂会开始对它怎样选择观点变得有意识。选择不是它看起来的样子，因为这不是在一种心智观点与另一种之间选，不是一种能够固定下来的思考方式或锻炼自己行动的方式。不如说它是一种逐渐成长的觉知：自我是神奇

的，自我的环境也是神奇的。一旦你认识到这个神奇自我的深刻和高度、当你查看自己和自己的天赋时，你就会领悟到、你最重要的部分是非个人的，你只用了大概 20%的能量过着个人的生活，而大多数的生命能量：为每个实体都有的人格外壳所被投资的能量，则用在一种不朽的、非个人的生命上。

你远远超过你的表相。每个人的表相大部分只是某些天赋(礼物)的菁华之投影，而这些礼物正在从催化剂和情绪的喷泉冒出来。每个人每天给出的礼物、多得让人无法觉察。在激烈竞争、爆满的日程表以及无穷杂务的混乱与骚动中，**每一个人都有着无止尽的互动、对象是你们在此刻享受的这个特定体验的所有内在子密度。在意图之资源最有效率的层次上，你可以用意图呼唤无形的帮助；这些无形的实体位于肉体形象[有血有肉，只有两只手、但必须负责的肉体]的另一面。这种帮助没有手、没有脚，在绝大部分时候连声音都没有；该帮助的模式、结构、以及跟你交流的方式是独一无二的。因为你们每个人都是一个非常特别而且异常的「能量球」，它会因为自己的美丽而把想提供帮助的实体从内在空间[这个器皿会说天使空间]吸引到身边。这些实体希望用灵性上的临在、灵感、笑声、治疗的礼物，以及许多无形但非常真实的子光芒来提供帮助；那些光芒属于爱之太阳，即无条件的、无限爱之理则。它们不会帮你更快地做更多的杂务；不如说这样一种帮助、当你忆起它时、就像干渴的灵魂得到倾盆大雨的祝福，它安慰你、洗去催化剂那腐蚀性的酸、给你敷上治疗软膏，那个同伴触动你的心、进入你的心、在那里住下了；它所给予的内在抚慰、就像是基列的香膏似地扩散那种一切都好的感觉；在这混乱当中，一切都好。**

这个器皿曾经有一个挂在墙上的座右铭、上面写着「**祝福这一团糟**。」我们发现这种态度包含了大量我们所谈的能量：那种觉得「**我好像很孤单但实际**

上不孤单，这似乎一团糟但实际上是一种祝福，这好像很混乱，不过一切都好」的感觉。**这种扩大的察觉之关键在于忆起。**T 实体说过、在意识中放置小帮手来把心智带回这个至关重要的问题：「**我是谁，我在这里做什么？**」会很有帮助。「我是谁？」常常是一个非常引人深思、非常尖锐的问题。「我是母亲吗？我是寻求者吗？我是谁？我在这里做什么？」这个问题经常在人际关系的背景下提出。我们会说，**通向第二个问题的答案有一条捷径，那就是：知晓每个实体在给定时间处于给定场景的理由、始终是爱。因此问题变成了：「此刻爱在哪里，我如何才能为爱作见证？」*当这种认识出现的时候，随之而来的行动会携带使灵魂成长的能量，因为处理这个虽小但很重要的人生之现实问题的过程，会激活这个生命的重要根基[2]，从而使得能量体通过对身份和目的的认识而取得平衡。***

[2]原注：「基础（basis）」的复数。

我们了解：太容易丢失这个视野、即看见这种身份和目的根本上是灵性的，因此，如果一天中有常规性声音信号、比如这个器皿记忆中、标志着上下课时刻的响亮哨声/铃声，或者每小时的正点钟声，**这类声音可以作为很好的触发物放入自己内心，使人在听到它们的时候，能够有一瞬间来记起自己是谁、以及为什么在这里。这些回忆时刻能够非常有效地使人回到自己的中心，它们真的只需要一两秒钟，因为返回这个记忆的可能性使得让渴望的灵魂很快产生热切的回应。**

每个实体内部都有个连接、把可衡量的和不可衡量的事物联通。在可衡量的世界里面，在意识的白昼世界中，实体有机会选择自己的打算，这个选择可以保持在记忆和意图中。例如，**如果一个人带着想记住并分析梦的意图进入睡眠，这个意图就会在利用新资源时变得更强有力。如果一个人上床睡觉时**

放一杯水在床边，然后握住杯子，把意图放入水中，请求这个器皿称为的内在炼金术士提供下一天需要的东西，然后花时间在感恩赞美和感激收到的礼物、单纯地喝掉这杯水，这个意图就会引发强有力的能量利用水的晶体属性来磁化自己。身为实体，所有能记起这些意图的机会对你都很重要。每次你想到它们，就会驱动这些意图更深地进入潜意识过程；对于在你生活中发展出灵性的清晰度、潜意识过程占有极大的优势。

记住：更深的自我看见一种不同的光。内在自我早已居住在一种(特殊)知晓状态中、该知晓存在于除第三密度以外的所有密度。植物、动物居住在一种完整的知晓状态中：万物合一、所有一切都在和谐中、一切都在照着应然的方式进行。你们星球的天使领域内、很多实体也充满这种意识。只有在这个物质性幻象里、力量才被限制在肉体内；该幻象由光子、原子、分子、和很多很多创造出这个你们现在享受的巨大幻象的、你们称为空间的东西所组成。**心智内部运作如第二密度和第四密度一样，处于合一的、觉察无限意识的状态。开放的心展现无条件爱之光，在那光中没有空间、但有更多的和平。把一个人变得像上紧的发条似的压力、会在忆起循环出现的时刻温和地、反复释放掉，让人可以深深地呼吸，把氧气拉入心智，把忆起拉入意图中。没有什么物质行动可以挡得住意识、不使它渴望忆起无条件之爱的振动。*在寻求那单一伟大的起初思维[也就是爱]之中，该寻求本身会在你内心发展出答案，所以当你寻求的时候，答案早已存在于开放之心里面。***

我们会在此刻、让这个器皿休息，因为我们觉得自己也许已经在这个主题上说够多了、可以产出其他的询问，所以我们离开这个器皿、把该通讯转移给Jim 实体。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开她。我们是你们知晓的Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们再一次通过这个器皿在爱与光中向各位致意。能够回答任何在场的人可能有的进一步提问，是我们的荣幸。现在有短一些的询问吗？

J：我可以问问在这次通灵中想到的事吗？一个人似乎能够借由在晚上睡觉前考虑明天要做的事、来为明天做准备。换句话说，可以用你的梦来准备。关于梦的功能以及如何最好地聚焦于使用它来工作、服务、成长，你们有任何其他可说的内容吗？如果没有别的问题的话，我有兴趣听到有关这方面的更多信息。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如果一个人想望进行梦的工作，最好确实地准备好自己，因为在进行梦的工作时，一个人是在与自己的显意识和潜意识心智更深入的部分一同工作。在这个察觉层面上，有一种对整体经验的感知；那个对于显意识心智似乎破碎的东西、居住在心智较深处的部分，现在获得统合。若你能够与自己心智的这部分一同工作，你就发展出一种能够累积、拓展的模式或关系，在未来的所有努力中都可以依靠它。**所以最好[容我们说]说服潜意识心智相信、你确实想望寻求它能提供的珍宝。这可以借由重复地做简单的事来办到，也就是向显意识心智暗示、看起来像是对自己暗示，你在晚上就寝入睡前希望记住下面会出现的梦，而且通过在床边放置需要的纸笔以便在醒来时记录梦**、你确实已经做好准备来做这项工作。也许随着你对这项工作更加熟练，你能够在夜里一次、两次或者多次在本子上写下梦，使得你在早上醒来时、有个写好的记录会[容我们说]唤起你的回忆，在你开始沉思梦、思索梦、记录梦的时候，允许你获得进一步的信息。记下你当时想到的所有印象；如果你在稍后的日常活动中有更多的时间，也

许你能够对这个梦，对它的意象、信息和重要性进行冥想。**如果你能够在日常活动中为这个过程花时间的话，你会发现潜意识心智会给出越来越多的象征和信息，你可以用它们来打开心智内的其他大门[容我们说]，它们也有跟你的问题相关的信息。**

我的姐妹，有进一步的询问吗？

M：如果是不相关的问题，OK 吗？
(我是 Q'uo…) 嗯嗯。

M：我的丈夫有健康问题，我想要尝试去治好他。但是，为了某个原因、我觉得不确定这样做 OK 吗。我不想要侵犯他的自由意志，尽管他说 OK。不知为什么我退缩了。我不想要干涉他的自由意志。我想知道你们是否可以照点光在那件事上头？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，这个情况有自由意志的关切，因为你自己有个部分并不确定这是你想望跟随的行动路线。你首先需要在自己内心做出决定；也许你可以使用的过程的一部分，是通过记录梦来跟你的潜意识心智一同工作。
（磁带第一面结束）
（Jim 传讯）
我是 Q'uo，我们再一次跟这个器皿在一起。现在有另一个询问吗？

M：嗯，我猜想、我确实还有一个简短的问题。你们说过，我必须自问有没有什么进一步的阻碍，我知道我有。不知怎的，我对于尝试治疗工作感到犹

豫、觉得好像我不够资格。我想这是因为我觉得自己知道的似乎不多。似乎有个特别的阻碍不让我去治疗(别人)。我不确定这是从哪里来的。

我是 Q'uo，我们将在这个课题上进一步谈谈，但是我们不想望侵犯你的自由意志，我的姐妹。当你检查自己关于治病的一般看法，尤其是你对自己治病能力的看法时，我们推荐你利用写作的过程，写下你对这种治疗过程的感觉、在纸上探索你头脑和心中的事、允许这个过程成为你梦的工作的一部分，这样就会在你的显意识和潜意识心智之间设置对话。用这种方法，你也许能够向自己揭示在你和你的治病能力[我们可以评论、是扎实的能力]之间存在的主要障碍。

有别的询问吗，我的姐妹?

M：没有了。

我是 Q'uo。我们感谢你提出这个询问。其他人还有别的询问吗?

D：我正接到要求、以谜语的形式来提出一个问题。这不是个短暂的问题。这个谜语跟 M 实体的所有问题、以及我们今天谈过的内容都有关系。该问题用象征性语言表示为：「对于这些问题，球形符号和洗衣机符号之间的区别是什么？」

我是 Q'uo。我们将允许 M 实体来「解开」这个谜语。现在有任何其他询问吗?

V：有一个更幽默而且完全短暂的话题… 打嗝似乎明显是个催化剂，指向人的或心智中的某种功能，但是，打嗝有身体上的原因吗？

我是 Q'uo。虽然我们觉察了你的询问，我们无法察觉、有给出适当回应的能力。
（笑声）
V：谢谢你们，Q'uo。

现在，容我们接受最后一个询问？

Carla：我想提出那个我不时会问的问题。那就是，你们对我试图从事的冒险有什么新的想法吗？尤其是我跟 G 和 E 的聚会？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们非常高兴你正在努力增加这个团队服务他人的能力，因为**你们星球此刻需要大量努力来疗愈地球母亲和其上的居民**。正如你们清楚地觉察到的：很多时候、大量的敌对关系导致了很多人偏离他们在投生前、想望去行旅的路；因此，**每当一个团队加入为太一造物者的服务，就会增加这个星球上所有的实体和每个寻求服务他人的实体的可能性。如果你们共同作为一个团队实体寻求，找到你们寻求的东西的机会要远远大得多、因为很多实体带着潜在的能力投生、这些能力会在跟其他人一同服务的机会时浮现出来。每个实体都会把自己的能力添加进团队的能量，并且发现自己献出的能量被一个倍增因子加倍归还，于是就有一种不断增加的动态能力、其增加的途径和程度是团队中的个体、团队本身和整个星球以前是不可能(想象)的。**

我们很高兴能够与这个小组一同工作，无论它的成员有多少个；我们会提醒这个寻求圈子中的每个人，**我们非常高兴在你私人的冥想中加入你、以帮助深化冥想，你只需要求或请求我们的临在。我们将不会说话、只会单纯地提供调节性振动、好使你们每个人可以感到一种更深的感觉：关于冥想状态、定自我于中心(两方面)。**

此时，我们将离开这个器皿及其小组。我们是 Q'uo。在太一无限造物者的爱和无法言喻的光中、我们离开各位。Adonai，我的朋友们，Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0518b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0518.aspx

---

☆ 第 2913 章集：灵性的沉睡

Copyright © 2018 L/L Research

周六冥想 2018 年 2 月 3 日

团体问题：对于在第三密度中、那些灵性上沉睡的实体，Ra 描述它们的指导即是提供被打算用于睡眠的安慰物[1]。虽然并不尝试去单纯地模仿 Ra 的例子，这看起来就好像是一种在第三密度中、一般合适的服务他人态度。然而，我们现在发现我们自己在地球上处于这样一种情况中，那些沉睡的人在其中能够对这星球造成巨大的伤害，潜在地导引我们全都向下到达一条毁灭的途径。Q'uo 能否为我们跟那些似乎处于如此毁灭性的沉睡中的实体建立关系并服务他们，提供一些建议？

89.29 发问者：就在收割之前，Ra(群体)中可收割的实体对于那些明显无法收割的实体有怎样的态度？

Ra：我是 Ra。我们当中那些拥有极性礼物的实体对于那些似乎居住在黑暗中的实体有着深刻的怜悯。这个描述是最为贴切的，因为就物理的意义而言，我们的星球是颗明亮到刺眼的行星。我们曾尽一切努力、带着不管什么似乎会被需要的东西伸出援手。无论如何，那些在正面途径上的实体们拥有伙伴的安慰，我们 Ra(群体)通过与其他自我的关系，花费我们大量的注意力，提高获致灵性或形而上的行家资格的可能性、或在靛蓝色光芒中工作。结果是，对于那些在黑暗中实体的怜悯，被鉴赏光所平衡。

89.30 发问者：在这个链结点，Ra 现在对于那些同样无法收割的实体的态度，与(Ra)第三密度的收割期相较，会不会有不同？

Ra：我是 Ra。没有实质上(的不同)。对于那些想要睡眠的实体，我们只能提供为睡眠设计的安慰。只有在被要求的时候，才有可能服务。我们准备好以不管什么能做到的方式去服务。就与第三密度中的其他自我应对方面，这似乎仍是一个满意的方式。我们的感觉是成为一个人尝试去服务的各个实体可以简化这个领会：什么服务是必须的或可能的。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，此刻与这个器皿在一起。我们在爱与光中向你们各位致意。在这个下午被呼唤到你们的团体，一如既往，这是我们巨大的荣耀，因为当我们来到你们团体的时候，我们知道将会发现那些真诚的真理寻求者，他们已经在心智、身体、灵性中开放自己，以在服务他人的道路上被派上用场。你们今天询问的问题肯定是那类型的询问。在我们开始讲述它之前，我们会，一如既往，请求你们的一个恩惠，那就是请如你们谚语形容的，容我们说，斟

酌谨慎地检视我们提供给你们的话语，拿走那些对你们有意义的话语，将任何没有意义的部分都丢弃掉。在你们自己寻求的道路上，我们并不想望提供任何类型的阻碍与弯路。我们是作为那些兄弟姐妹、和你们在相同的道路上行旅。在我们被授予了那种恩惠的情况下，我们就在谈及你们的询问方面感到自由了。

因为你们全都是有意识的真理寻求者，并且对在你们星球的各种各样的哲学以及各种各样的文化拥有相对清晰的观念，你们是清楚地知晓，**你们星球的人群是散乱的、遍布于整个较低的能量中心群**，并且在开始去感觉这个可能性——即成为一个能够将他们自己呈现给(进入)第四密度[目前正出现在你们星球上]的毕业的统合人群——方面已经遇到一种巨大的困难，因为在你们的星球上、在很多个千年中，如你们对时间的衡量一样，已经有**大量的不协调。这种不协调已是源自于一种对实相特性的基本误解。**

在第三密度的体验的开端，实体会在认出所有造物的合一方面遇到某种困难，这并不令人吃惊，然而，这种困难已经持续贯穿整个第三密度的体验，并且已经使得思量这事几乎是不可能的：作为一个行星地球的人群，掌握罗盘的指针并接着把它指向一个方向。

因此，当你们穿越日常的活动时，如果你们利用你们各种新闻源头的分享，你们清楚地觉察到：你们星球上的不和谐几乎不曾抵达现在的破裂程度、正在被各种各样的团体、文化、党派、以及个体所表达，因为有一些所牵涉的个体利益跟你们会称为「寻求真理」的灵性道途没什么关系。经常被寻求的东西更多属于世俗的题材，以及你们第三密度幻象的奖赏。而**这个幻象有一个目的，就是最终提供一条途径，借此让每个在你们星球上的实体都能够从**

这世界的小饰品转到内在的寻求——寻求结合所有人群的、太一造物者之爱与光。

然而，如你们清楚知晓的，各种各样的派系为了这众所周知的大饼、要争夺越来越大的部分。这不仅仅导向、助长无能力掌握统合(灵性)原则的程度，无能力在无条件爱中开放心(轮)，而无条件的爱对于毕业进入第四密度是必须的；这还强化了较低能量中心朝向与其他人、团体、文化分离的倾向，这样就会有一种持续不断促进(人们)拒绝任何调解的可能性。因此，不仅仅你们人群会遭受到他们自己的心智、情绪和灵性的能力上的破裂，这些不和谐的振动也会在这样一个程度上被渗出，以致于你们星球自身开始将它们吸收进入星球的地壳中，这样在各种各样的时间和位置上就会有地壳的破裂，作为你们星球的一种手段：尝试去将属于第四密度的宇宙的流入、好跟它自己的第四密度核心振动协调一致。

在此刻，我们将这个通讯转移给 Steve 实体。我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）

我是 Q'uo，我们与这个器皿在一起。我们会继续思考：关于你们星球在此刻正在渗透出来的、被破坏的氛围，我们会邀请你们考虑，你们以及所有同行的心/身/灵的寻求者，在此刻都正在汲取这些烟雾。你们正沐浴在这个氛围之中。现在，**如果你们是属于一个环境的，在关于你们自己的情况的方面，你们能够开始认出包围着你们的各种各样的催化剂绞线、将正面的与负面的绞线分清楚，将个人的绞线与比较非个人的绞线分清楚；你们就可以有一个更好的机会在，容我们说，围绕着你们的沼泽中找到你们的道路。**

然而，返回沉睡的比喻，我们会建议：那些处于该情况的人找到我们谈及的这些能量，这些破坏的能量，这些错位、不和谐、分离的能量，并且能够让它们自己巧妙渗入意识的内在结构，到了这个地步：它们几乎成为日常生活的十足材料。

所以，你的询问会发现它自己处于一种窘境之中，我的朋友们，我们必得说，我们跟你们共享了那种窘境，因为我们确实间接地，肯定地，分担了这个星球的能量，在它寻求去让自己(重新)出生进入一个更高的显化物[属于它自己]之际。

接着，我们会请求你们开始思索什么是沉睡，因为确实在一些环境中沉睡似乎是一种多少有些无害的活动。它会建议，一个人也许并未充分地在一个积极的层次上、参与在投生体验中可用的完整光谱，因此时间可以在一种相对极乐的状态中流逝，而大部分不会被那些把人从嗜睡症中拉出来的催化剂类型所打扰。正是这种沉睡、Ra 在它的演化进程特定的(时)点上、在它特定的成员当中所体验的。现在，我们会请你们进一步考虑沉睡的特性，在我们继续思考：和你们感到担忧的那些种类的负面性打交道，这意味着什么。

我的朋友们，没有一直完美的沉睡。沉睡时偶尔会做梦，而做梦就会参与接收灵感与直觉性输入的要素，它们打算要拨动你去进一步寻求，有时候，一个人[心/身/灵复合体]已经良好进行的沉睡，如果那个人遭受了严苛的催化剂，或者该催化剂已经把该寻求者从它的中心扔出去；都会影响(沉睡)。

沉睡是被很好地进行了的吗？因为沉睡提供机会去重新发现那个中心，并恢复能量——当机会在时间的充分性之中变得可用时——以供进一步的活动使

用。但是，如我们说的，**在这个沉睡的过程中，有一种持续的催化剂流入，就催化剂不会将它自己强加在沉睡者身上的意义上，催化剂是温和的，毋宁说，它温和地起作用，以用一种建议可能性的方式来刺激那个羽毛未丰的自我。**当该星球的环境是大部分和谐的，或者至少开始显著地倾向于那个方向时，沉睡的自我将能够用这样一种方式依赖于那些从星球中心散发出来的能量，在这种方式中，用一种个体的方式被提供的催化剂将会拥有潜在的、具协调性的音调或，容我们说，主旨，这会在沉睡开始从一个人的眼前消散的时候起到一种秘密推动器的作用、前往一个人可以采行的方向。

然而，在这巨大的宇宙中、具有许多形形色色的体验，同时在个人的层次上与星球的层次上，会有其他的环境会在取向上是跟协调一致的体验相当不同的，这种协调一致的体验已经是我们的好运了，如我们已经常想到的一样，但当我们在经历过自己的发展过程之后回顾它、它也许并不是如此的好运。**一种过度的和谐能导致某种类型的、能量不足，一个人可以说：一种张力的缺少，因为张力能够被视为：对于更进一步发展的创造性源泉。**所以，我们已经发现，相当频繁发生的情况是：已经用一种更为协调的方式演化的社会记忆复合体、在它们发展中的一个更远的点上才发现，它们需要返回并用各种各样你们可能认为涉及不和谐的方式、来使它们自己恢复生气。

现在，一般的情况是：就更高密度体验的立场上、这些不和谐仅仅能够以替代性的方式被体验到，我们会告诉你们，我们观察你们星球上正在发生的各种不协调，确实发现有特定的刺激物，如果你们愿意这样说，给我们反思，让我们沉思，并且刺激我们内在的灵性工作，**那刺激物允许我们在赞美造物者中成为更加生动的**，如果我们可以那样描述它的话。还有其他的实体，如

我们说的，作为观察者与帮助者，以一种非常类似的方式、并且为了类似的原因，在你们的星球表面上，并在其大气层之内发挥作用。

所以，如果我们进一步地说，在一个不和谐的星球体验中，你们的沉睡可能偶尔被激怒成为了噩梦，我们会赶紧补充，是有那种能量，也有造物者的爱，甚至会使得噩梦的体验成为有生气的。

所以，我们接下来就来到该问题上，一个以爱之名寻求的实体，一个以服务他人之名寻求，在一种谦逊的状态中、作为对寻求的内在最深处的呼唤而寻求的实体，当他遭遇到那些实体——看起来在其行为举止中是如此愚昧，以致于黑暗被构建在黑暗上，苦闷被构建在苦闷上，仇恨将它自己构建在仇恨上——他可以做什么事情呢？当正面的寻求者面对着这种(负面)表达的时候，他要做什么事情呢？我的朋友们，答案并不容易被找到，我们不会假装能够给予你们一种清晰的方向感：能够让你顺利通过每一个阴暗的山谷。

然而，我们会请求你们记住一件事情，那就是，我们必须带来的简单讯息：万事万物是一体的。所以，当你们从一个非常实际的观点来沉思那个简单的真理之际，就会得出结论：你就是那个行为举止正在给予你困难的实体。你们不是两个实体，而是和那个恶棍一体。你们不是两个人，而是和那个罪犯一体；你们不是两个实体，而是和对方一体、而他不只想望沉睡，还要在那沉睡中、伸出手去造成伤害。

在宇宙造物中，很可能没有(比这)更困难的问题了，因为我们能够说，在某种意义上，我们将会说，就你们能够吸收的程度上、吸收你们一个同伴公民所提供给你的敌意，那都是好的，也就是说，事实上：**这即是流浪者此刻投生**

在这个星球上的原因之一。它不单纯是一个让你的光闪耀的问题，这是你可以做的事；它不单纯是一个跟他人分享你要去发现的智慧，但是，在一个更为内在的层次上，重点是吸收那提供给你的负面催化剂，并将那种负面性的能量转变成为单纯的，没有前提的爱。我们可以说，那肯定是真实的，但是，如我们也必须要补充的，它并不总是于你是有可能的，因为可能出现一些场合，在其中、已经被呈现给你的负面催化剂是如此势不可挡，以致于它会超出你将它质变为爱的能力，对于你会有巨大的危险，万一你允许它进入，它会拥有一种倾向去扭曲你的发展，这样，你、你自己、就会戏剧性地从你的中心被抛出去了。

因此，当你恒常地度量自己的能力、寻求学会什么机会在其精要的可能性中是富成效的，一点点的判断是必备的。有些时候，没有前进的途径，而只有后退，并允许那些实体[其沉睡遭遇烦恼而转为噩梦]不受打扰地将他们的戏剧表演出来。

现在，甚至在这些环境中、都有些事情是你能够做以协助该星球的，我们会认为那就是已经被良好完成的工作。**你们在那个时候能够做的事情，就是进入一种冥想的状态中，处于你能够用一种稳定方式保持的、尽可能平衡的配置中，并邀请一点点你们星球散发的混乱能量感进入，一开始、一点点地去掉就会是足够的。**你可能会发现，随着你对于协助这个星球的方式变得更有经验，你们就能够吸收多一点点，多一点点，多一点点这种你们星球正在渗出的负面性，或不和谐的、或混乱的能量，并动工以疗愈它，单纯地借由在你的心中握住它，允许你的心轮的挚爱感觉渗入全球混乱的碎片，并用那种你从造物者产出的爱来灌注它，造物者能够发现它遇到造物者，并能够借由让你自己保持在一种绝对的、清澈的、谦逊的方式来返回那种已经破裂的整

体性，这种整体性是可以一点点被搅乱的生命能量所使用。我的朋友，你们正在以一种比你们能够想象的、远远更有用处的方式来服务。

现在，你们冥想结束的时刻将会出现，你们现在将这些疗愈的能量释放进入大气层中，接着出发、逍遥地进入这个世界中。在那里，你们将会遇到其他自我并与他们互动，我们会建议你们，这个你们刚刚已经进行的练习[实际上、它比一个简单的练习要远远更大]能够给予你们在跟其他自我建立关联的过程中一种类型的力量与稳定性，因为他们，也许，将会发现需要把属于他们自己的那些不和谐催化剂给你们。

我们会告诫你们，**你们在这个过程中变得越有经验，在吸收负面能量并将其转换成为正面能量的过程中已经变得更加熟练，你们就将会变得更为闪耀，你们就将会开始真正吸收所有类型的能量**，但是我们会值得注意地谈及这种负面性或破坏性类型的能量，因为实际上，这种破坏性的能量真正是需要疗愈的，尽管它并不知道那就是它真正想要的事物，因此，它将会无意识地被吸引到你们身上，我们发现，你越发有能力去承担，它就会更多地被提供给你们来承担，能够积累到抵达你们限度的位置。你们会吃下太多那些正在哭喊着要被疗愈的能量，超出了你的能力上限：将它们全部吸收并在内部对它们工作以取得一种平衡状态。我的朋友，这就是一个信号了，对你们来说，一次良好睡眠即将到来，我们忠告你去知晓，你无法凭借你自己而疗愈所有此刻在这个星球上大量存在的迷失能量，这是个好的忠告。你无法做到那一点，你的团体无法做到那一点，我们 Ra、Latwii、Hatonn 都无法做到这点。无论如何，**我们可以尽我们所能，接下来，对于剩下的部分，重点就是谦逊地转向造物者**，接着在沉思中问，我们要学会什么：我们无法做到什么，那

似乎是不可弥补的负面性、悲伤的事物，一种在宇宙造物自身之中的不幸遭遇。

我们活在该希望中，活在这样一种确信中：**在宇宙造物中，每一个表面的不幸遭遇都仅仅是造物者认识造物者的机会的原材料。在那个希望中，我们找到营养品，在那个希望中，我们找到勇气。就是在那种希望中，我们可以在睡眠中后退、好使自己恢复活力。我们找到巨大的气力、巨大的安慰、巨大的爱，带着那个想法，那爱单纯地就是我们能够为一个实体能问的、最困难的问题所提供的最佳回答了。**

我们会在此刻结束我们与这个器皿的通讯，接着把该通讯还给名为 Jim 的实体。我是 Q'uo。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再一次和这个器皿同在。在此时、我们会问，是否可能有任何较为简短的询问是我们可以谈论的。

Fox：Q'uo，我很感激对于 Ra 在一的法则中陈述内容之澄清，即服务仅仅在它被请求的程度上才是可能的。如果我们使用相同的方式、如同星际邦联用来确定一个对服务的请求的做法，好比我们自己对一种未被讲述的需要、忧伤、或痛苦的察觉，以及我们在其中能够有所协助的位置，这对于我们是许可的吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这确实是一个其中有，容我们说，意见空间的区域。**这里有混淆法则，也被认识为自由意志的法则**，服

务于太一无限造物者的星际邦联在对你们幻象中的实体们发言之际、在任何服务他人的尝试中，**该法则都是具有最大重要性的事物。**有些时候我们已经接近了那个边界，同样有些时候，在我们察觉到有一种需要或呼唤我们的服务的时候，我们也许在服务他人的尝试中、稍稍跨越了那个边界。举个例子，Ra 群体时常会提供对该器皿的照料建议，那原本已能被感觉为对自由意志的侵犯，但是，Ra 知道这个特定器皿或实体无论如何都会在它的服务中继续、于是给予该建议，于是，做出一个决定以帮助这个实体带着也许多一点点舒适去继续(服务)。

当你们、第三密度中的真理寻求者、环视四周来评估你们的服务被给予他人的可能需要时，你会发现你自己处于一种多少有些不同的情况中，因为你可以对另一个实体发言、感觉到他需要去听到你所要说的事情，那个实体可能会轻易地接受、忽略、或拒绝你要说的事情，因为你和他们是一样的：你不是来自，容我们说，这个幻象的一个外部领域，而是来自这个幻象，因此，**你们在能够评估服务的需要、以及能够提供那种服务的方面、拥有更多的自由。**

我的姐妹，是否有进一步的询问吗？

Fox：我猜想我理解到：**我们有时候能够为自己判断某人的需要，在他们没有实际对我们的服务发出请求的时候，接着服务他们吗？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问的第一部分。当你说出第二部分的时候，这个器皿正在准备回答那个部分。你可愿重复第二部分吗？

Fox：我猜想我只想要澄清：我们察觉到一种需要、并为那种需要提供服务，即使该请求尚未用言语的方式对我们说出来，这是可允许的？

Q'uo：我是 Q'uo，**这是正确的，**我的姐妹，因为你在观看任何其他第三密度实体的方面[他们可能在你的体验所及范围或领域中]、并未携带有特殊的重量。你的建议可能会落到聋子的耳朵上，可能落到并不在意去聆听你所说的事情的耳朵上，并且将不会于转身离你而去之际遇到困难。我的姐妹，是否有进一步的询问？

Fox：我们有时会因为另一个自我的想法或对我们尚未觉察的事物的祈祷、而得到启发去服务，那也构成了一种请求吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。有很多、很多的服务特色或面向、同时对于寻求服务的实体以及可能需要服务的实体都是未知的。你们很多实体，容我们说，是在他们自己的团体中、和其他人协调一致，无论那个团体是家庭、工作、学校，还是无论什么可以将你们吸引到一起的情况，这样就有机会与能力去感知到那些未言说的需要了。时常，这会在两个分享了你们称为对相互彼此的爱或关注的情绪的实体之间发生。然而，我们感知到，对于大多数的情况，你们在请求的信息是：关于那些可能不以这样亲密的方式和你们来往的实体。

当你观察那些着手进行日常活动的实体，你可能会看见似乎相当危险的行为举止，不负责任地、或有意识地伤害另一个人的行为。这些实体并未请求你们的帮助，不过，去提供你的建议能够很好地成为在你这边的一种服务，如

果被打算好的事就是去进行服务的话。在这个情况中以及在所有服务的情况中，意图是决定性的因素。

去进行服务的渴望，在你们的幻象中，使得你们的活动真正成为一种服务。如果实体渴望服务并有意识地请求它了，这是很好的且有帮助的，因为这类型的接受性就是欢迎自我外部的帮助事物，在我们星际邦联从一个在你们幻象外部的领域中来运作的过程中，就是这类型的接受性是我们寻求服务的时候所寻求的事物了。然而，在你们尝试去服务的过程中，你们会寻求去服务的对象并不总是以这种接受性的配置祝福你。

我的姐妹，是否有进一步的询问？

Fox：是的，最后一个部分。有时候我感觉到我是不够格的，我并不拥有资源，或者一个被请求的服务对于那个请求我帮助的人不会有帮助。如果我们在这些情况中、拒绝了一个服务的请求，我们是否犯了一个错误？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**你自己对于你去服务的能力的评估、在一个你想望在其中服务的情况中是不相关的，因为在你们的幻象中，没有任何实体拥有能力去理解是否已经提供服务了。理解不属于你们的幻象。意图才是重要的事物。你们不知道、借由简单地想望去服务、提供你所必得提供的服务、如何可以影响另一个人，尽管那个服务在你自己的评估中、可能看起来是微薄的。**

我的姐妹，是否有进一步的询问？

Fox：所以，虽然，因为你并不拥有资源或感到无法帮助，或者感觉到被请求的帮助会对那个人是有伤害，从而拒绝帮助，但是，如果你确实拥有一种意愿对那个人有所服务，那是 OK 的。我没有很好地讲述。我是否理解了你们刚才说的事情？

Q'uo：我是 Q'uo。相信你掌握了我们的回应的基本要旨了。我们愿补充：**如果你因为感觉到不够格提供这种服务、而拒绝服务另一个人，你就是在以一种将会阻塞自己的能量中心的方式、来评判你自己，并可能让另一个实体无法接收到某个能够对它有帮助的事物，因为你并不真的知晓，什么事情将会真正帮助另一个人。你无法知道那点，你只能够渴望去帮助、并且打算要帮助。**

我的姐妹，是否有进一步的询问？

Fox：没有了，那内容是有帮助的。感谢你们，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo。我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Fox：我有再多一个简短的问题，你们有一个问题吗？

Gary：如果我有点空间，我确实有一个问题。Q'uo，这个圈子的一个朋友，我会称为 J，正在体验到一种恒常的、**非自愿的超心灵信息流入**。因为某种原因，这正在损伤他的身体与心灵。他说对于灵性的帮助没兴趣，或者任何在自己外部的帮助都不感兴趣，目前想要结束他的人生。除了祈祷以及在冥想

握住他之外，有任何潜在有帮助、而且不会侵犯他的自由意志的事、能够由其他人提供给他吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对于任何体验这个情况的实体都是极其困难的情况，因为似乎正在接收的东西对于一个人的存有造成伤害、其程度到了渴望结束此生并结束对(肉体)载具的损伤。我们只能够对这样的实体建议：确实在任何投生体验中、都是没有错误的。**如果你拥有渴望去从你体验到的事情成长，并借由你体验成长的果实来服务他人，任何情况都可以提供给你这个机会。**

再次地，我们重复：这不是理解的密度。大量的事情必须凭借信心来承担：有信心在你的投生中发生的事情、即是在那个时刻对于你是合适的。所有的事情都将会在某个点结束，接下来，也许将会有一种对于原因的模糊感觉，拼图将会看起来是更可以理解的。如果一个人能够维持意志以坚持不懈，在有意识的意义上、极化的能力就会大大地被增强。很多实体已经为自己规划好了那些会将该生命推动到其能力边界的情况，以特定的方式、在一定的情况中发挥作用，因为他们想望以那种方式成长。这经常包括了一种创伤性的体验。

我的朋友，**在你们的幻象中、在学习之道中发生的大量事物都是将创伤、困难、误解作为其基础的。这些就提供了探索自我更深入的部分的品质了，如果能够对于这些困难有个解决方案，相比如果体验是以一种较不创伤的特性能够发生的成长，(前者)成长是呈指数等级扩大的。如果所有的事情都是快乐的、统合的、愉快且易于感知，这会像是在伟大的遗忘罩纱被设置[在显意识心智与潜意识心智之间]之前的情况。进展会是相当缓慢的。然而，借由这种**

遗忘的罩纱[带来了真实的遗忘：忘记造物全部的一体性、以及形成了那个造物的每一部分的爱与光]，也会出现这能力：远远更快速地学习她渴望去学习的事物。

我们推荐每个实体：将那些创伤的、困难的、混淆的、心碎的、忧伤的，失去的时刻视为提供了学习机会的幻象。所有你们幻象的显化都拥有该目的与功能：帮助每个实体从外形与阴影转向太一。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：感谢你们的流畅言语，Q'uo，有一个小小的后续问题。该问题是：他的伴侣要如何处理这痛苦的知识：她自己的想法、渴望、生命旅程全都被这个男人在心灵上感知到，并且造成他深入的忧伤与失望。有没有任何事情、你们可以提供给他的伴侣？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的兄弟。我们发现在回应这个伴侣的体验当中、会有大量重复的内容，因为，在这两个实体之间、会有你们可能称之为一种合同或投生前的选择的事物，它拥有巨大的困难、压力、不和谐的特色，它们是为了在双方的核心存有之中、产出一种气力与耐力、而被构建于其中。这是一个极其反常且不常见的情况，因为这两个实体正在展现、在你们第三密度的大多数人群当中、并不常见的品质。因此，有个可能性：过多的重点可能会被放在体验心灵的特性。如果双方都能够，容我们说，**从那个情况后退并尝试去掌握一种总体概观**：在关于为什么这个情况会如其所是地被感觉到、在这方面尝试以双眼去寻求理由与可能性；这会是很好的。如

果这种远景能够被取得，就可能会有更多信息、具有一种和谐的特性、能够开始同时让双方将拼图(谜题)的碎片组合起来。

每个实体都包含有掌握那个总体图像所需的事物，于是任何一个实体都不会在，容我们说，森林中迷失了，却是能够从超越数目繁多的山谷移动到山顶，并回顾那一直是困难体验的事物了。

在此刻有一个最后的询问吗？

Gary：我这里没有，谢谢你们，Q'uo。

Fox：我要保留我的问题。

Gary：Q'uo，一个简短的问题。通过与地球建立连接、而让自己**接地的价值**是什么呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你谈及的接地，我们感知是类似于将双脚扎根到土壤之中、好接收你们地球母亲的振动，该振动的意义是转换进入爱与理解的第四密度的过程。用比喻性与形而上学的方式，**如果你能够以这样一种方式：扎根的双脚甚至延伸到地球的核心，接着对着在那里被感知到的振动开放心、意、灵，你有可能，在你去帮助星球自身的渴望中，向着你的地球母亲送出你由衷的爱与关切，因为她一直都对于这样充满爱的发送是很接纳的，并且会富有生命力地回应、因她有能力去接收并增强这些充满爱的振动。**

这是一种方法：借此、疗愈你们的地球母亲是有可能的，对于以无论什么方式、只要对他们有意义、来观想的实体，把你们的星球包裹在爱的振动之内。这就是在你们的存有之中被创造的事物：借由你的渴望被你们的地球母亲接收到，作为它自己的核心存有的一个自然机能。是故，这样的接地能够同时对于你、和地球母亲、及其人群都是有益的；而她的人群大部分并未察觉到她的需要、或者去满足她的需要的能力。

在此时，为了你们邀请我们出席你们的寻求圈、我们要感谢各位。我的朋友，我们对于和你们在一起感到如此的荣耀。你们相互彼此分享的爱对于我们是明显的。从你们的核心存有中散发出来的光正是一样明显的，因为它照耀到高天。对于很多人、它起到一个灯塔的作用。我们是你们知晓为 Q'uo 的群体。我们现在离开你们，我的朋友们，在爱与光中、如我们发现你们的时候一样。Adonai，vasu barragus。

原注

[1] 发问者：就在收割之前，Ra(群体)中可收割的实体对于那些明显无法收割的实体有怎样的态度？

Ra：我是 Ra。我们当中那些拥有极性礼物的实体对于那些似乎居住在黑暗中的实体有着深刻的怜悯。这个描述是最为贴切的、因为就物理的意义而言、我们的星球是颗明亮到刺眼的行星。我们曾尽一切努力、带着不管什么、似乎会被需要的东西、伸出援手。无论如何，那些在正面途径上的实体们拥有伙伴的安慰，我们 Ra(群体)透过与其他自我的关系，花费我们大量的注意力，提高获致灵性或形而上的行家资格的可能性、或在靛蓝色光芒中工作。结果是，对于那些在黑暗中实体的怜悯，被鉴赏光所平衡。《一法》89.29

发问者：在这个链结点，Ra 现在对于那些同样无法收割的实体的态度，与(Ra)第

三密度的收割期相较，会不会有不同？

Ra：我是 Ra。没有实质上(的不同)。对于那些想要睡眠的实体、我们只能提供为睡眠设计的安慰。只有在被要求的时候、才有可能服务。我们准备好以不管什么、能做到的方式去服务。就与第三密度中的其他自我应对方面、这似乎仍是一个满意的方式。我们的感觉是成为一个人尝试去服务的各个实体 可以简化这个领会：什么服务是必须的或可能的。《一法》89.30

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2018_0203b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_0203.aspx

---

☆ 第 2914 章集：山丘上的旅人

特别冥想 2003 年 5 月 3 日

R 的提问：今天傍晚 R 想要听听，关于他已踏上的旅程、什么事物对他现在最合适，你们有什么具备智慧、爱、或启发的话语。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。今晚能和你们在一起是我们莫大的福分，你们对自己的灵魂真理之关注导引你们留出这份时间和能量，我们为此感谢你们；这个器皿也为此留出了她的时间和能量，名为 Jim 的实体也是这样。结果是，能和你们分享我们今天为你们准备的讯息，是我们的荣耀和荣幸。请觉察到，我们极其感激你们在听我们所说的内容时、**使用你最大的分辨力：仅仅保留那些作为个人真理、在你**

内心深处有共鸣、唤醒记忆的想法，而把所有可能让你感到不对劲或达不到你辨别参数的东西丢开；这些参数就是如此信实的独特哨兵、守卫你自己的真理。这将会使我们能够在不用担心侵犯你意志之自由的情况下、述说我们的想法，我们对此大为感激。

我们看见你们今天提供的景色是：**一个孤单的人在山上独自凝视着一片广漠无路的荒野**。我们看见在这种情形下、以什么态度来查看这个形象是很重要的，因为无路的荒原可以是沙漠，或是无限的海洋、诞生出一切生命的丰饶，可以是撒哈拉沙漠令人绝望的地带，或生命海洋的温柔海滨。诸如此类就是山上那个孤独者的情况。这是一座美梦山丘、还是噩梦山丘呢？在这个山丘上，一个人会回顾过去，还是会注视当下此刻、那些正走入未来、充满无限分歧的可能性呢？

我的弟兄，你选择了不界定我们提到的这些参数，我们感到满意，因为这就使我们更能够使用某些图像和语言、它们超越语言进入这个器皿所能表达的情绪。所以，当我们在「百乐餐」之际、容我们说、得到允许完全自由地表达自己，我们也能够用这种方式发言。因为**我们非常在意只回答你们提出的问题、而不回答尚未提出的问题，不侵犯问题中隐含的学习**。结果是，与其提出问题，你们敲门了，接着门可以打开，我们为此感谢你。

这个器皿曾与一个同行的咨询师讨论过形形色色的客户。这位咨询师说，他的咨询对象绝大部分都曾体验内疚与无价值感，因为他们没有妥善处理过去的催化剂和体验，没有注意释放旧的能量，因而卡在对过去的内疚和对未来的恐惧之间。这次对话在这个器皿自己的进程中并非没有回响，因为它涉及那些持续的触发物、开启无价值感、有效地紧缩这个器皿在当下此刻绽放的

喜悦。结果是，这个评论深深触动了这个器皿的心。这个器皿对这个很基本常识的观察非常感激、我们同享这感激。

任何实体的深入漫游都包括许多插曲、披着闪亮盔甲的骑士会因判断或意图的错误，结果失去伴随骑士称号的荣耀而来的荣光。虽然看待错误的角度在形而上领域、跟在你们的密度和幻象中不同，但在形而上世界的任何投生中都有未清理干净的斑点和评判的污渍，它们变成了成长的催化剂，确实引起了完全可理解的悔恨和自我怀疑的情绪。我们不会把这种学习的刺痛从你身上拿开、因为它曾经对你很有帮助并会继续有帮助，就像把矿石投入机器，机器高速旋转把矿石打碎、以便选出其中的矿砂。这种行动是具有腐蚀性和震荡性的催化剂，它真正创造出情绪调色盘上较为阴暗面的感觉，讲述一切生物体的菁华[你可以把它叫作灵魂]的真理。这种催化剂就像这个器皿的圣经中所说的真福八端，在其中、耶稣实体把谦虚的人和哀恸的人描述为有福之人。[1]

[1] 原注：真福八端（Beatitudes）：虚心的人有福，因为天国是他们的。温顺的人有福，因为他们必承受土地。哀恸的人有福，因为他们必得安慰。饥渴慕义的人有福，因为他们必得饱足。仁慈的人有福，因为他们必蒙仁慈。清心的人有福，因为他们必得见神。使人和睦的人有福，因为他们必被称为神的儿子。为义遭难的人有福，因为天国是他们的。

我们问你：为什么这些事情是福分呢？我们对你说：**在获取真理的过程中，在你们第三密度幻象之内、经常有必要以足够的不舒适摇晃那艘自满、骄傲的小船，因为对于竭尽每次呼吸来成为品德高尚、富有灵性悲悯的实体来说，这种自满和自豪是经常困扰他们的错误。**

所有其他的罪、或错误[如这个器皿和我们更喜欢说的]都有一种消失的特征，即一旦你认识到在第三密度状态中不可能不犯错，错误就会在这种觉知的悲悯底下消失。那么，释放催化剂就跟逐渐增强的能力有关：识别出这个密度中、[你们已知的]过去具有的价值。确实，只有在你的思想是在空间/时间的幻象中形成的意义上、过去才存在。结果是，思想本身完全是在与幻象打交道、除非你坚定且恒常地做出选择、把感知的座椅从第三密度移动到这个器皿认识的第四密度、我们相信你也认识这些术语。

那么，如何才能找到那些头脑和想法变得不灵巧的时刻呢？因为这就是你所跌进的心智状态之基本特性，作为一个人格、只注意怎样下左脚、再下右脚地走，或许没有经常抬头观看下一步、再下一步以便看到「全部画面」、容我们说、看到哪怕一万年以后也不会改变的视野，并在那种视野中看见你的学习和服务。

我的弟兄，我们想要告诉你：你绝不是做得不够、你从没有避开过任何挑战。而是在所有事物上、尝试做得最好。我们与你分享一种根本的、绝对的看法，即这(努力)是足够的，一直是这样的。即使不(完全)够的话，也会是足够的。因为它把你作为一个绽放的、宝石般、结晶化的实体带到这个充满了无限可能的时刻。我的兄弟，你曾希望此刻离你的目标更近吗？你怎么知道你离给定的目标有多近呢？你怎么知道你的未来可能是怎么回事呢？**事实上没有人，我们断然地说：没有任何局限在空间/时间边界之内的人能够知道未来。因为虽然从永恒的立足点来看、未来已经形成，从第三密度的立足点来看、却肯定尚未形成。确实，你们此刻正处于时间的支线、一条旁轨上[容我们说]，甚至不在进化的主要轨道上；你们正在努力穿过这个幻象，它的巧妙设计就是为了给你最大的机会去改变、蜕变、做出新的选择，在不断学习、**

演化、服务的螺旋(过程)中找到新的平衡；而该螺旋就是太一无限造物者爱与光的菁华。

你站在山坡上凝视着。你在凝视哪里呢？你的思维是什么呢？它们是那些衡量和评判自我的想法，觉得好像有个分数，超过了它就是成功的，不够的话就是失败的？我的弟兄，肯定不是这么回事。这个实体在定量意义上知道的分数，是在意图上、有 51%的服务他人的分数；我们想望你知道，你此刻服务他人的振动超过标准、还有个舒适的幅度。你提供纯粹服务的渴望具有巨大的纯度、甜度。我们要求你第一次、认识你的本性。认识那个菁华、并开始对你已选择为自己的菁华抱有信心。

你在过去像这个器皿一样、像吉姆(Jim)实体一样犯过什么错吗？当然，我的兄弟。那你有福咯，因为你犯过错，现在仿佛是第一次、你能够从头开始，除了你现在带着知识。你内心有一种牢记不忘的知晓，因为它是被催化剂的腐蚀作用打上烙印、蚀刻出来的。不过你已经一点一点地让这个催化剂变甜了，这就是我们会鼓励你在这整个关注上、去花费的能量。我们给了这个器皿该词汇：**原谅**。

你没有伤害过任何人。我们可以说，试图承担另一个实体的困难、好使他免除磨难，在我们看来多少有些扭曲。我们请问，在这种情况下接受那个实体的完美、知晓他的完美，难道不是更有技巧吗？只相信你看到的、而不信你没有看到的，你在这个器皿称为的阿卡西（Akashic）的层面上更有技巧，而在这个器皿称为的外在层面上比较没技巧。**一般而言，选择眼前的目标来处理痛苦、行为以及幻象，不大有技巧；而知晓完美的真相，则总是面对不幸、困难、伤害和扭曲时，更普遍、更真实的形而上方案。貌似完全黑暗的**

东西也是光，它只是变扭曲了；就像这个器皿经常说的，它离开了出厂规格。但它仍旧是光、像所有的真葡萄树一样、跟那单一伟大起初根源、思维、理则[即是爱]相连。

译注：由于这篇传讯主要是针对发问者 R，所以这里的建议也主要提供给 R。

在万物合一的宇宙中，除了爱还能有什么呢？你在他人身上看到的，可以在自己的内在做功(处理)。懂得真理以后，凡是对你来说是真实的东西，对别的实体也是真实的。你看见黑暗面是个幻象，可以被说书人、诗人、歌手以艺术、美好的故事、歌曲、轻松小调、美妙的旋律、温和的主题迷住。

当你再次有那个选择(机会)时，我们仅仅建议你尝试更平衡、更全面地看见你实际看到的事物，尝试去看入、而非注视该情况，超越表面、看入那包围它、渗入它的神性。这种知晓不会侵犯任何人。它不需要谁的认可、赞同、或理解，因为它不是具体的事物，毋宁，它是一种菁华。去分享你的存在，分享你内在的东西，分享你真实的自我，也就是这个器皿称为的「内在基督」。那是无条件的意识，祂知道：**在实质的绝对平等中，所有实体都和神性合一**。

我们听到了你们的呼唤；在任何时间、地点、季节，我们都和你一起站在这个山丘上。没有任何东西能够把我们分开。有些能量专门为你服务、指引、帮助、鼓励、支持你，哪怕你是个完全孤独的生命；依靠一个大家庭似的支持，这是很好的。第四、第五、第六密度中有些能量与你相连。这些无法被颠覆的大家庭是光之能量和菁华。它们可以被你的聚焦、确信、自信所活化…（暂停）

我们发现这个器皿找不到合适的词语，来表达那种知晓某个人不可避免地是你家庭一部分的感觉。**你越能安住在这全然自信中：「这种感觉和支持确实存在、并且能够帮助我」，你就越能让内在海洋那些汹涌的水域中平静下来。**

在离开这个器皿之前，我们肯定想要谈谈当你希望深入冥想时、你所体验的激动狂暴的愤怒以及类似的心智状态。

从我们前面所谈的、关于你过去的实践，你也许已经推论出，为了协助周围的人、你让自己承担他们的扭曲，进入星光层面(astral)、成为他们扭曲的世界观中的一个不速之客，容我们说、有一个实体把这种情况称为「人生观」（Weltanschauung）。例如，我们可以非常松散地使用这个词汇、说你邀请了这种人生观进入你的灵光场。于是，你的能量体里潜伏了一个人生观，它不是你试图帮助的那个实体，而是一个思想形态，由你的意图和那个实体的扭曲组成。因此，为了影响与另一个实体的[这个器皿称为的]黄光能量交换，出现了自由意志被轻推的阴影，如果不算是侵犯的话；这是一个用肉体意志的力量来帮助另一个实体的阴影区。

再说一次，这是你过去的一部分，不需要在此刻担心；唯一的关切是：你可以无条件地原谅自己，释放过去，感谢它给了你指导性的厚礼，让你带着信心转向幸福的未来。这种态度会产生出它所预期的事物。一个实体思考并聚焦的东西、有强大的力量改变充满可能性之存在的走向；你可以做出的选择，远比我们能够通过这个器皿表达的多得多。每一刻都很丰富；因此，我们只需鼓励寻求真理的人简单地留心，因为该路径上厚厚地铺满了信息。

那么你的情况是：这些混合的人生观能量进入你灵光场中、这个器皿会描述为大部分属于橙光和黄光的部分；也就是那些你拾取的、给你带来阻碍和其他困难的能量、大部分涉及个人关系，以及自我与各种家庭、婚姻、工作同事等团体关系的议题。这些能量是你邀请的客人，从而享受了一次在你本性之内、愉快的旅行；现在该是请它们离开你的时候了。我们会建议，在你冥想和沉思的私密空间，为自己创造这个器皿称为的驱魔仪式(exorcism) [2]。你可以通过研究罗马天主教的驱魔仪式、来理解这种邀请离开的基本形式。这个器皿称为《一的法则》的作品，对这种净化做了些讨论。这个器皿的头脑中肯定还有很多其他可供有效研究的途径，比如美洲印第安人和印度教的传统作法。

[2]原注：
Carla：我反复通读了这句话很多次，因为我肯定 Q'uo 群体没有打算建议一个人举行仪式驱逐他所爱的家人和朋友。我相信他们这里谈的是：R 过去不少次承担了别人的悲伤、或者在别人受苦时与他们一起受苦，甚至替他们受苦；作为一个人、作为治疗师，只要他对于受苦的性质和真实治疗的性质在理解上有扭曲，他对于能量的自我感知就会出现同样的偏差；既然我们的感知被我们的心智当成真理，R 的记忆所保留的就是这些关系的「不真实」版本，基于过去的悲伤时光、以及他在困惑中加入受苦的人、而没有认识到完美与公正的真相。不过，我照原样保持这句话。我的诠释可能是全错的！

释放这些思想形态的一个非常简单的方法是：记住每个扭曲的思想形态的菁华，不管是借由该拥有它的实体的名字、或对于你邀请来的苦难的某种描述。写下每一个菁华，然后用仪式的形式、庄重地烧掉每张代表这些菁华的

纸。这个过程不需要搞得复杂，不过如果你想望的话，当然也可以是复杂的；我们建议，邀请内在的自我、以便创造出你最能接受的、最适当的语言与行动，用来最纯粹地表达你对自己的接纳、你对这些思维幻影的接纳，表达要它们离开的请帖：以你愿意为之生与死的[、你最尊重与最珍惜的]事物之名要它们离开。立足于你之所是，立足于你知晓、相信、抱有信心的事物，接着说：「再见。我感谢你们，上帝保佑你们，现在上路吧。消失吧。」

现在请问，你有没有想到什么后续询问？
（长时间暂停。没人发问。）
我们是 Q'uo，我们与你在一起，我的兄弟。

我们清楚地察觉到、你称为的小我消失了，我们发现你的形象很迷人。

在离开之前我们想说明的一点是：**每次你选择牺牲自我时，也可以考虑选择稍稍多用一点智慧、延长你在投生中的时间。**这里的意思不是字面上的、而是相当微妙的，但这是你在此时运转的层次。因此，它所处的层次比语言更深，我们无法直接地表达自己。

此时，我们带着喜悦、心中充满感激，离开这个器皿和这个接触。在太一无限造物者的爱与光中、我们离开这个器皿和小组。Adonai Vasu Borragus。

Translated by T.S.
(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.
翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0503b.htm
英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0503.aspx

---

☆ 第 2915 章集：Three 与 Q'uo 的对话

Copyright © 2003 L/L Research

爱/光研究中心之提醒：这场集会的信息来自于卡拉所传导的邦联实体“Q'uo”，以及大卫·维尔库克所传导的个人指导系统“Three”。这两个来源在语气和主题上有很大不同，我们鼓励读者一如既往地使用辨别力来阅读文本，因为在这两个来源的信息之间存在实质性的不一致。

周日冥想 2003 年 5 月 11 日

小组问题：我们有过一场普遍性讨论，触及了几个关键性的课题，焦点是：不管你认为它的重要层次是什么，**自我接纳似乎不断返回中央的舞台；随着一个人沿着灵性之路进一步前进，它继续是终极的焦点。现在，关于成熟的灵魂真正意味着什么，以及它如何涉及爱自己、为自己思考、而非跟随主流的共识**，我们也有过简短的讨论。在这个讨论的基本背景下，我们决定请那些原力加入这场集会，让他们自由采用任何方向、只要他们认为适合我们共同的利益。

（大卫传讯）

我是 Three。我们作为三合一(three in one)，即大卫·威尔科克实体的高我那三位一体的面向，向你们致意。我们非常高兴得到这个机会、用语言来分享我们的好运、分享能量互换的交流。在我们心中最深处，我们极其感激与你们分享这些语言的机会。我们只想提醒你们，你们可以随意带走这些想法的种子；如果有些理解的复杂性似乎超过了你们的能力，允许它们掉落来处理

它们，就像一场飓风之后、雨水自然会把建物清洗干净一样，这是最佳的处理方式。

如同赛车评论员会说的：「绅士们，启动引擎吧。」你们星球上也有个正在发生的加速时刻：此时大门突然打开，于是比赛开始。这场比赛是每个灵魂超越聪明进入悲悯之能力的象征。这场比赛是：你朝着对自我和所有其他人的无条件之爱跑去，看见其他人只是活在一体性中的自我之各种反射形式。当我们在你理解的龋齿上钻孔时，你可以闻到从你牙齿上冒出来的釉质气味。催化剂的烧灼有时似乎相当令人震惊，因为它肯定会碰到神经。我们现在工作的这间屋里的人，此刻和大众没有区别，因为与我们赛车的比喻类似，所有人的自我之催化剂都在加速。

释放那些似乎曾迷恋的、旧有生活面向之体验，一开始是个令人眩晕的过程。一个人有可能迷恋于某些信仰或各种社会结构上。释放这些束缚的前景是：艰辛生活的那些了无生气的困难可以变得有生气，或者换句话说，脑中的事会发展出物质形式、成为必须在物质体验中直接遭遇的事。从这个意义上你可以说，可感知的、直接的物质性体验是催化剂的最终结果；由于它们尚未被灵性与心智复合体处理过。

有了这把钥匙，通过很直接地体验生命所提供的那些表面折磨、你就能够打开通向自我的、色彩斑斓的神秘之大门。

我们只要求你们认识到：生命的策划原力清楚地表明，很具催化作用且折磨人的体验、不会超出灵魂适当进化[按照高我设计的行动计划]所需要的(程度)。你也许看到了八角形的红色符号、赛道上熟知的停车标志、感觉需要停

下来或在这个令人眩晕的体验螺旋上踩刹车；这就像那些紧紧抓住河岸的人，他们寻求陷入泥土中的手指的安慰，而不是放手、允许自己最终与一体性的海洋重新统合。

我们谈过自以为成熟的灵魂和成熟的灵魂之间有什么差别。在你们的(存在)平面上，很多人追求用一些以维持现状为特征的方式来显示自己的不同、(其实)在装饰他们真正的成熟。姑且说，这种心猿(monkey-mind)的状态来精炼自己的理解能力，的确是一种技巧：否定和分离的技巧。人们会以集体的理解支持战争贩子[有些人这样叫他们]，以便于对正在发生的事感到自我满足。用爱去直面侵略者要比用内在谴责容易得多，不过最好慎重地保证爱不被自己的社会阶层或团体所局限、而是扩展到更具全域的视野；因此，虽然在你们有些人看来显然太初级了，我们还是要说，要把那些被轰炸所伤害、致残、杀害的阿富汗人或伊拉克人看成和你们自己同等的人，并尊重一个事实，那就是无论你支持什么样的政府人物，都不能把他们行为的任何后果排除在外。

此时，有些人出于恐惧而选择支持(战争)。他们辨识到自己的生活中也有这些模式；我们谈的是比如说家庭中长幼尊卑制的相对特性，或许最年长的孩子对他或她的弟弟妹妹有一种不平等的控制权。人们有一种愿望、想看到在自己权威(控制)下的对象值得赞许，因为这会让人能够维持那种觉得这个世界很好的看法，还有一种强烈的渴望、不想看到负面性，不去面对那些用眼睛看、用耳朵听的人相当简朴就观察到的事。由于不去领悟呈现在头脑中的信息、不去研究网际网路上、以及通过收音机和卫星电视的渠道可以轻易得到的资源，而是采用一种更容易的方式、看电视来获取新闻，你们很多人已经失去发言的能力，失去喉部脉轮的能量。这些问题如果是你目前的催化剂、其建筑风格正在引导你的生活的话，就和我们谈论的主题有关。我们想指出

这些事件具有持续的周期性，并借此解释我们这里所谈的是，目前的铸造厂正在把钢铁打造成刀剑而不是锄头。只要第三密度的人觉得与上帝分离的漩涡存在，这种刀剑铸造厂就会存在；**一旦与神的连接在一个人内心重建起来，他就会摆脱外在权威人物的密切影响，这就是灵魂成熟的一个面向。**

开始成熟的灵魂会接纳自我、尽管摆在该实体面前的自我明显地反复无常。这种认识较深的核心，是时钟在发出滴答的声音、而你们每个人都带着一支手表。在某种层次上，你们全都理解现在是一个周期的结束；过去一周内发生了将近 300 次飓风，类似的变化在我们进行这次解读时正在发生，他们象征着意识中正在发生的一个变化。你们时间表上的几千年以来，一直有人在预言这个变化，基督教的预言只是一个较为近代的例子；因此人们深知，现在就是第三密度在目前能力范围内的最后机会。经常会有对一个领导人毫不动摇的支持，而不顾如果想法和行动不更加审慎的话、就有爆发核子浩劫的危险。

此时，我们感觉到名为 Q'uo 的实体此刻对这些所谓的「太空海盗」有更多要说的内容，因此我们会移交通讯。感谢你们，在朝向无限知晓状态的追寻中，我们把你们视为平等的同盟。在永恒的爱之光中、平安与你同在。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的服务中、我们存在，在祂的爱与光中、我们带着大喜乐、通过这个器皿向你们致意。我们感谢名为大卫和 Three 的实体，我们荣耀它们；容我们说，我们多享受和这些能量一同工作，多感激能够分享这些实体和你们每个人的能量啊！感谢你们各位对真理的寻求，不是借由瞬间的想法，而是借由安排出大量的时间、能量、爱，

来荣耀你对于真实、美丽、高贵事物的饥饿与渴求。因为你们确实正在经历一种活在体验的火中、活在 Three 实体很贴切地称为铸造厂中的生命。我们还会使用另一个名字，即**炼金炉**，炼金术士会把基本金属放在这个炉子中，用对更高真理的知晓来使之变得高贵；那些知晓从高处来到低处，从上面来到底下，如实地描绘了在第三密度、在你们所体验的第三密度目前的时间旁线上、投入生活的熔炉之火所具有的原型特性。

关于结束三年级或第三密度、或从那里毕业，这不是可被称为通常或普通的方式；很多其他子理则用远少得多的困难，就突破了第三密度的结束线。你们现在体验的太空海盗——这个器皿称为「布希男孩」——在很大程度上、从过去的投生经验中重新发明和搜集了许多工具及诡计。**很多有影响力的、相当小型的美国政客团体，追随「布希男孩」，也记起那个支持这个器皿描述为第二密度的部落观念之结构、觉得在里面很自在，从而掉入一种模式：这种模式确实把这个星球、在你们所体验的这个密度的最近好一段时间中，放入了一个地方的时间与空间系统，这个系统像任何旁轨一样、被切断离开主要干道。**

返回(主要)轨道的方式此刻碰巧是毕业典礼、属于那些准备好迎接收割的实体[来自这个星球]。所有觉得受到呼唤去提供全球层次服务的人、此刻面对的挑战是：确认此生的目的，确认追求这个目标的最佳方式，从而找到内在的平安：这种平安是实体在处理他相信自己遭遇的情境时、使用了最高最佳的方式——这个器皿想说美德，但是我们请她暂停，让我们为「最高最佳的方式」找一个感情上更中性的用语——**而获得的**。这个器皿经常能够使用骑士身份的术语：**荣耀与骑士精神，礼貌与人人为我、我为人人的圆桌精神。此刻地球上许多火枪手*的优雅姿态**[1]**、出自于分享经验和概念的圆桌，用圈子**

内每个实体的生活、行动、思考、存在，创造第四密度。这是微妙的工作，但你们每个人都在通过做这件工作、进入你本性中、那个你寻求投生的地方。

*编注：这里的火枪手参照上文，和著名的三剑客小说有关联，直译应为三个火枪手。

[1] beau geste，一种优雅的或宽容大量的姿态。[文学用语，美丽的姿态。]

你进入投生的原因有好几个。这个小组今天讲了很多受苦的故事。还有很多故事没有被讲到。我们可以说，这个小组中的每个人都有待在这个器皿称为的「说不的学校」的体验[2]。这些体验全都是真实的、而且各自有其优秀之处。**只有具备灵性成熟度、有技巧的寻求者，才会带着足够的尊敬和荣耀对待这些火的伴侣，和自我的这些阴影、这些有力或麻烦的标志坐在一起、陪伴它们；这些标志指出、自己的确有 360 度的自我要去体验。**

[2] Carla：当我和 Don Elkins 刚开始在一起的时候，我觉得自己进入了说不的学校（School of No）。我们可以结婚吗？不行。我们可以有小孩吗？不行。我们可以找个地方安家吗？不行。对于一个打定主意想要 6 个孩子的 25 岁女人来说，这是一个挑战！由于这个催化剂，我对生活的许多期望都落了空。

这个器皿在提供咨询时、始终鼓励每个人探寻并开始了解那个黑暗面，因为它也必须得到爱；更重要的是，你需要锻炼它、把它带入自我之圆一起工作、因为内在有许多个自我。走在寻求路上的人会听到很多声音，不仅是你主要指导灵的声音，还有很多其他的声音，他们在实体经历启蒙、穿过领悟的各种层次时出现，受到实体寻求之自我的吸引；因为**自我的绽放方式会产生美丽或灵性的感觉**——这两者在第四密度中非常接近，我们发现很难选择

适当的比喻，**这些感觉会按照吸引力法则去吸引那些这个器皿称为的天使般的实体、灵性的菁华、基于纯净感情的实体，把它们带入指导(灵)的大家庭；这个大家庭在开始掌握灵性演化进程，做出困难的决定——要观察什么，不去观察什么，要拿起什么、要放下什么——方面变得越来越可以给该实体使用。的确，这些令人变得越来越能觉察自我真实本性的方式，对于每个此刻投生于行星地球的人、其使命之最终成功都是非常重要的。**

那已经存在、却是以一种非常模糊的方式存在的东西，有机会变得局部地强壮。**随着地球上大量的实体将侵略与好战性推入地幔的能量，地球作为一个有自己肌肉与血液的实体，除了把自然出现的热能用更平衡的方式在你们星球均分、把它们转移到以前从未体验地幔表面下的热量有这么多麻烦的区域之外，基本上没有其他选择。如果考虑到你们北美大陆近些年持续地越来越注重地球中较重的原料，比如石油、金属，那么地震活动的增长就不足为奇；因为这个器皿称之为盖娅的地球实体越来越觉得，必须把这种热量用一些前所未有的方式表达出来；以前北美大陆没有过这么集中的热量。你们肉体载具的舒适此时有可能受到极大的干扰、只因为缺乏觉醒的、聚焦的悲悯；这种悲悯是带来任何更有力的帮助[无条件爱的振动]的前提条件，悲悯好像是拴住无条件爱的飞机或有翅生物[容我们说]之桩。毕竟，你怎样才能拴住无条件之爱呢？它是无限的，以易变无常的方式、在你们的密度之内表达能量。**

正像 Carla 实体所说的，迄今为止，你们的科学家找到了一些办法把进来的能量网格的部分节点确定下来。只有意识科学的部分可供你们的科学家检验。**名为 Larson 的实体称为的时间/空间的宇宙扇面(cosmic sector)，仅仅展现为无限可变而又始终可信赖的临在，无法确定、无法阐明、无法被定位和驾**

驭；不如说它是一种谐音，而你们每个人都像音叉。如果你开始启动自己的「音叉状态」、你自己的在无条件爱中振动的情绪菁华，并允许这种振动继续下去，那么所有在你视野中的人都有一个也许没有明显意识到的机会，允许他们在同样层次上振动的部分加入你…你见过有些实体、能够作为光与爱的种子(团队)、仅凭聚焦于爱就能开启一个过程，使那个找到了无限的第一颗心的人、用共鸣把另一颗心带入自然的和谐振动，然后，一颗接着一颗心开始点亮。

这个器皿昨天看了一部电影、E 实体也看了。在那部电影中，这位英雄看见一个异象：这星球上所有的实体，所有尚未觉醒的实体、以及所有开始改变的实体。这个器皿曾经生过重病，在医院里和死亡搏斗，她在祈祷时开始看到完全类似的异象，但里面是所有祈祷的人、不一定是为这个器皿祈祷、只是为所有正在受苦的人祈祷，他们像百万千万盏闪光的灯，在这个器皿那时的过程中，他们带来的希望和确信是珍贵又神奇的。确实，该异象是她从那时起快速复原的关键之一。

这个器皿在电影里还看到，有一个实体被迫移除自己的手臂而致残，因为他在群山中、被一块压在手臂上的巨石夹住。这个实体在面对痛苦和生存的巨大挑战时，也开始祈祷。当他祈祷时，也回报了相同的异象：所有光点似的灵魂、百万个正在照亮这个星球的光点、在祈祷的房间中守望着；这个祈祷房为这个圈里的每个人所共有、为这个星球上的每一个实体所共有；为王子与贫民，阿富汗人、伊拉克人，富有、很富有的美国人以及所有其他实体所共有，为很聪明的和刚刚成为有情生物的，以及两者之间：所有活着、有呼吸、有身体的实体所共有；**有了这身体、于是获得灵魂的该实体可以获取经验、可以进入熔炉，从熔炉里带出一份献给造物者的礼物；这份礼物是花了**

巨大的代价才得到的珍贵经验，更重要的是花了巨大代价才得到的无限珍贵的情感。永远不要怀疑这些情感的重要性，它们游移在表面情况之下、愤怒悲伤之下、很容易立刻在脑中出现的任何情绪之下；实实在在地单纯与初始的肤浅反应坐在一起，观察自我进行工作，观察触发物消失，观察所有的表演、这些表演是你为了与这个非常艰难的环境和沉重的幻象打交道而学的。

如果你有耐心去观察心智将你作为实体而让你经历的过程，你可能会来到一些奇特的觉察时刻[如这个器皿的称呼]，那时你超越许多细节、进入自我的一个开阔部分，它在表面经验密实的几何形状底下移动，进入原型心智中，那些更宽广、充满更多神秘的大山洞和高山及牧场。在大多数情况中，这适用于你在图像、神话、观念以及那些在心智中创造新场所的连接上。所以，每个人在处理这个多少令人不舒服的情况时、当你凝视地球层面之际，都是极为强大的。**每个人都有能力产生聚焦、产生意图，由此打开修炼的大门：如保持静默，透过静默去询问，然后找到修为、在信心中等待圣灵的运动。**

同时，我们想说，我们在你们每个人心中所看到的、多么令人喜悦啊！那里有喜悦，有一种感觉：「现在我相信、我有服务的可能性」，真实的服务、超越自我、超越时间与空间。我们对你们说，在很大程度上，现在就是你们每个人等待的时刻。这就是你们绽放开花的时刻。我们发现，能够分享一点你们觉醒的体验，令我们的心充满无法表达的欢乐与喜悦。

我们觉得自己对这个团队讲了够长的时间了，我们请名为 J 的实体依照 Carla 实体事先的安排、朗读 B 实体的询问。

J 朗读 B 的问题：「**第四密度的谐波网格、似乎为活着的生物体之社会记忆形成了必要的结构。你们能确认这一点吗？在不侵犯自由意志的前提下、请自由发表你们感觉会有帮助的任何评论。**」

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo。我们发现，正如这个器皿在她完全清醒的状态下所说的，要详细回答 B 实体，还缺少一些有用的知识。无论如何，在我们把这次通讯转回大卫实体和 Three 实体之前，我们将使用这个器皿一阵子。

虽然社会记忆的概念完全可以用线性的方式理解，社会记忆的场地、也就是发生地点、却比较不容易理解。它发生在这个器皿所称的宇宙扇面；不过，该宇宙扇面在第三密度中只会借由不规则、异常的行为出现，在受到爱因斯坦宇宙观影响的传统经典的实验中，只会被精确地记录(为异常)。因此社会记忆的概念有不规则的特征。你可以说，这种不规则性形成了产生社会记忆的辅助轮、创造了学习的必要性。然而我们会说，别的途径、或另一条途径也可以产生社会记忆；也许我们可以把这两种方式根据它们的途径看成内在的、外在的，或者换句话说，看成本地的、宇宙的部分，两者都有自己发展第四密度特征的方式。

说完这些，我们会把这个询问转移给大卫实体。附带说一下，因为我们不会再次通过这个器皿与各位谈话，在太一无限造物者的爱与光中、我们带着许许多多的感谢离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。

（大卫传讯）

我们是 Three 群体，在太一无限造物者的爱与光中、我们向你们致意。记住，我们此刻说的话会呈现不可避免的扭曲，因为你们目前的物质性观念和宇宙意识范本的观念不相匹配。名为 Ra 的实体说过：理解不属于你们的密度，有些元素始终是难以捉摸的。在放置了这个免责声明之后，我们得以进一步详述这个问题。

你们神圣科学的教导常常寻觅几何结构，无论是秘密的、还是公开的(教导)；它们在振动的固有形式中有其重要性，这是衍生出所有其他问题的终极点；它们、也就是几何图形、会名副其实地回应光或声音的固体菁华[若你愿意这么说]。一场大屠杀的平民受害者也许不大可能理解、由于再次失去关于创世的这个重要真理而产生的分离所带来的痛苦。**星际邦联给了你们某些麦田圈、来帮助阐释这些结构的重要性，因为作为思维的曼陀罗，它们有无可比拟的能力使人和太一无限造物者的振动保持一致。**正是因为这个原因，很多欧洲大陆的主教座堂由**圣殿骑士团**建造，他们在构想时使用了这个神圣几何系统，教堂建筑本身也体现了这个系统。随着实体们沉思这些几何图形、自我内在中出现的斗篷和匕首*的恶作剧开始被消除，接纳自我的更大能力在接下来发生的转变中变得清晰可见。
*编注：cloak and dagger 的隐喻是秘密的、刺探的。

几何图形本身对应到一个结晶化的意识模版，因此的确是结晶化的思想。思想在神经元的电子通道中、显化为神经元的振动[若你愿意这么说]。你们的科学家已经识别出，这些神经元的通道在属性上是全息式的，因为大脑任何给定的部分，与大脑的其他部分同时激活，因此**记忆信息被全息式地、而不是线性地储存在脑桥或者大脑皮层或者髓质之类的区域**。至于思想形态的结

构，你们最终会发现这些能量通道具有几何特性，这就是大脑本身为什么大致为球形的根本原因。

神经的信息是一个嵌套式的几何结构，有无限复杂且华丽的图案；这些图案把主要的几何完形细分、非常类似这个器皿称为的佩斯里印花衬衫上的图案中能看到的形状。这些碎形图案也是在你们地球上能看到的典型图案，它们的形成基于有意识的智能实体在地球上的分布；无论是以你们的身体复合体，还是以第二密度生命[包括植物]的形式呈现。所以，由于每个人的灵魂复制了回应这种几何图形的能力，能量网格的相应面向上特定的华丽镶嵌会得到加强，允许那个区域出现调和、从而以这种几何形式释放出压抑的热量。

这个能量网格不但以最基本形式存在，还为你们行星上的大陆构架形成模版，并基于喷涌的地心岩浆依次形成了所谓的山脉结构，这种岩浆又不断形成了岩石圈(lithospheric)区域这类消极产能的结构，造成能量像火炮呈抛物线燃放似的、被释放到大气中，如果没有适当注意避免这种能量释放的话。山脉也可能有混乱的活动，比如在科罗拉多州的博尔德地区、熨斗型山上可以看到地壳突然断裂的明显证据；当地的地质构造非常复杂，这种断裂在与之对应的地壳外部、引起了相当剧烈的扰乱。这些山脉的形成是由于意识的能量性质尚未被其自我状态的某些面向[也就是第三密度的实体]适时接地起来；因此，第四密度意识正在形成的结构会如何回应给定地区里实体所作的相对努力、就有很大程度的重要性。

请让我们说，祈祷的力量很像鞋盒、可以用来收藏一双尚未穿过的鞋、可以用来收藏松散的能量振动；在这些能量振动出现的地区，实体们不大可能以物质形象在那里出现，比如俄罗斯、亚洲人次大陆的西伯利亚等区域。带着

这些祈祷的能力，把一个给定地区的混乱结构化，另外凭借着能量的释放，也能减轻对你们行星的扰动。

正是每个灵魂放弃对自我的责备、形成了允许能量网格适当弯曲的波动弹性。特定的几何图形会绽放成新结构的花型；进入第四密度的运动、是借助这种绽放所提供的装饰物、来增加地球的物理地壳构造的尺寸[若你愿意这么说]、并相应增加网格母体的子结构之复杂性。因此，所谓的 Becker-Hagens 的一体性向量几何的 120 面体，确实是一个会继续提供精确坐标信息的结构，因为它接着会演化或绽放成相应的构造，如同在地球的演化中可以看到的。最早的大陆沿着你们知晓为四面体构型的等距点、被划分成几块；这些等距点在八面体、然后十二面体形成时，继续是能量汇集的漩涡。类似地，社会记忆的菁华是灵魂群形成一个共同体，因为大脑和较大的灵魂母体之内[总的来说]、有一种属于不同脉轮区域的内流、而形成的意识几何结构。

把能量网格看成社会记忆复合体的意识模版[若你愿意这么说]，这是有价值的。我们的确请你们认识到，即使社会记忆的结构还在形成之中，网格本身的完工程度和那些将会存在于网格中的实体的完工程度之间，也有一种差异。因此，你可以把这个网格看成一座光的图书馆，一个导致意识形成的永存信息模版；但是，很像你们的互联网，由于上述的复杂结构，你无法整体搜索它，因此行星网格上的实体和网格本身之间的界面、不是一对一的，而是类似支撑或支持性的结构，经验可以通过这个结构知会意识。这也许有助于更完全地阐明，这些意识构架如何从光的领域流入几何模版的世间的流动水晶形式，然后在实体努力去和其他实体形成一体时、流入实体自己的心/身/灵复合体。

那么，在这种容量下，车子从车库里拉出来，自由意志在自我觉醒的旅程中得到使用，伴随着该理解：车子在这个旅居结束时回到车库。每个实体的车库就是他在全球性网格上生活的地方，因此每次从家里出来的短途旅行、都在网格自身的能量结构中、形成了一个环形或螺纹。所以，你们确实能够把你们星球表面上不同地方的珠子穿在一起、形成那串价格最高的珍珠，然后把它作为超级意识(super-consciousness)在显化的意识模版上的覆盖物、把这加冕的成就佩戴起来。

我们很感激有这个机会，来分享这些对你们星球演化的催化剂极为重要的问题，因为要在这个能量网格上工作、必须通过治好信息结构的内部景色来治好相应的信息结构。在古老的传说中，各种文化与姑且说黄道十二宫的特定面向相对应，这跟地理星象学[这门科学当时的名字]有关；因此，当某些天体物理的影响流入能量网格的时候，那些给定的几何性区域会体验一次激活。所以，如果人们理解了这种地理星象学在给定区域的对应关系，就可以把它和指出某个星球连接将会在某时出现的标志一起使用。因此我们会请你们留心那些并不虚假的连接，知道如果那里没有完全觉醒的意识的话，那些区域将被充能，而引起地球变化的相应事件将会发生。在这种情况下，可以对预见的灾难以旁观者的方式，利用祈祷的力量、为网格上那些特定区域造出鞋盒或治疗的香膏。我们说的是香膏(b-a-l-m-s)而不是这个器皿说的炸弹(b-o-m-b-s)，因为炸弹借由任何想象力都不能治疗。

我们感谢并想要提醒你们，你们得到的爱超越你们从来可能想象得到的最大程度，记住正是你自己在寻求这种爱。你觉得被上主抛弃的感觉，实际上是自我内在感到上主深深想要和你团聚的感觉；正是那种孤独被你投射到周围其他人身上，然后你名正言顺地寻求他们的接纳。而实际上，如果你能够在

自己内心找到无边的和平，所有其他人就会本能地与有意识的自我那些更高的面向产生相应的共鸣，从而治愈那些在你会认为的过去贯有的、明显轻率的举动。因此，**借由转变自己，一个人就可以完成外在环境全息式的重构**。借由外推法，我们泛指你们的网格以及整个地球。

我们感谢你们。在永恒的爱之光中，平安与你们同在。我们将离开这个器皿，必须有大概你们时间的一分半钟、好让这个意识重新与肉体整合。我们感谢你们。Adonai 和 Amen。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处： https://soultw.com/TLOO/2003_0511b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0511.aspx#_ftnref1

☆ **第 2916 章集：内在与外在工作的纠结**

Copyright © 2018 L/L Research

周六冥想 2018 年 3 月 3 日

团体问题：我们当中有些人在跟随一种呼唤，即从更活跃地参与社会性议题中回撤，取而代之地将注意力聚焦在我们内在的灵性旅程上面，他们在这过程中正体验到一种内在的不和谐。我们认出较少活跃参与(活动)以从事内在工作的价值，但是我们有时候会感觉到一种逐渐增加的、对于活跃工作的需要，有时候甚至会因不更多地牵涉其中而感到内疚。你们能够谈谈这种内在

的挣扎与不协调吗？它作为催化剂的角色是什么，我们如何能够与它一同工作呢？

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿同在。今天，我们在爱与光中向你们各位致意。我们对于被请求在这个下午加入你们的团体是十分高兴的，因为你们已经，一如既往，让你们自己做好了充分的准备来成为一个统合寻求的实体了：很多人如同一个人，一个人如同很多人。在我们开始之前，我们将会请求你们一个惯常的恩惠，那就是你们检查那些我们要跟你们分享的言语与想法，使用那些对你们有意义的部分，并如你们所愿地使用它们，将任何对你们没有意义的言语与想法都丢弃掉，因为我们并不愿意成为在你们寻求的旅程上的一块绊脚石或一个妨碍物。如果你们愿意给我们这个小小的恩惠，我们接下来就会对自由地与你们分享在这个有趣的主题上、一些想法的过程中感到自由。

你们，作为有意识的灵性寻求者，已经在这次的人生中，确实，也在这一次之前的许多世中，走在这条寻求的途径上、有一段漫长的时期了，如你们的度量。你们已经在你们的心智、身体、灵性中累积了那种动量，以寻求理解在你们周围的神秘，因为这个幻象——你们正在其中移动、生活并拥有你们的存在——是充满神秘的。**对于大多数人，该神秘并不会超越弄明白谋生的手段、为一家人提供一个家园、以世俗的方式在收集世俗满意品的道路上前进的途径。**然而，你们已经发现，这仅仅是一个象征物，一条你们借此领会一个更大实相的途径，那个实相并不存在于你们周围，而是存在于你们的内在，**当你们越来越熟练地寻求之际，你们开始对那些周围的人、反映这种内在的领悟：关于爱、光、合一。**

我的朋友，你们今天询问的问题，是**如何最佳地在这条旅程上行进：寻求与分享你们已经发现为内在真理的事物；当你发现自己面对着全都在你周围的，似乎是露骨的不协调、不公平、不公正之际，要做出多大的努力，用什么方式来做到。因为这个幻象拥有许多这样的纠结要提供给灵性的寻求者：如何将自我嵌入，或者是否要将自我嵌入这些纠结与困惑中，攸关如何或是否要去爱这个或那个人、这个或那个团体、观念。这就是你们第三密度幻象的素材，这就是你们为何在这里的原因。要考虑这些要点、就是去成为一个认真负责的有意识之寻求者。**

你们正在考虑如何最佳地花费你们的理解能量，若我们可以使用「理解」这个不恰当的词语，因为**在你们的幻象中，理解是困难的、如果不是不可能的。但是你们寻求开始这个过程：将拼图的各个碎片组合起来，这拼图攸关该适当的方式、为了在你们寻求的旅程上前进，多少能量应该为了寻求那内在太一的内在体验而被保留下来，多少能量应该被花费在外在的努力中以产生出集体性的顺从[容我们说]——对于你们要将什么事物视为是关于合一的、最精要的理解。**

在此时，我们将这个接触转移到名晓为 Steve 的实体。我们是 Q'uo。

（Steve 传讯）

我是 Q'uo，我们和这个器皿同在。我们要透过这个器皿开始通讯，请求你们首先考虑：你已发现自己在第三密度中投生，这有什么意义。现在，要投生就是要开放你自己、朝向并非完全来自内在的催化剂，并且意味着你将会受到大自然原力的支配，你将会以一种有规律的方式、受到具有随机特性的事件的支配，你将会受到与你打交道的其他自我提供的影响的支配，有时候这

种打交道是借由一种巨大程度的亲密性进行的，有时候是借由一种远远较少的亲密性程度来进行。

所以，既然情况是那样的，你就能够做出一种非常强健的论点来支持那个观点，以便于让你转身离开所有正在提供的这种催化剂，好让你转向内在、并无视在你周围进行的事情，这恰恰是放弃你此刻投生的使命：在这个密度之内、投生在这个星球上。我们将不会否认，在这要点中不仅仅有一定的逻辑，也有一种更为深入的意义。有大量的事物能够使你离开你的中心、而你就曝露其中，这是真实的；这情况能够使得你不舒服，能够煽动你去做出使你吃惊的行动或举止，在不防备的情况下抓住你，并让你感觉到：你并不是你渴望自己成为的那一个人。

在认出了某个类似这样的事情已经临到你身上时，**经常会发生的情况是：你受到诱惑去撤退。**随之开始反思这个问题的地方，会跟感觉上的音调[容我们说]联系在一起；那种感觉的音调和那种后退的倾向联系在一起。你正在计划撤退、进入一个属于你自己的安全场所吗，因为你们感觉到它会是安全的，因为你们感觉到它会免于那种愤怒的命运之风？你们正在感觉到它会保护你免于感觉到、对于你是一种危险的事物？

如果在你需要撤退的感觉中、(上述)这些是占优势的考虑的话，我们建议你们好好考虑你们励志的人生，因为你们会保护的事物是你们已经构建好的、一个用来穿越这个世界之困难的载具，它可能最后被证明对于你实际的福利是较不重要的，或者对于你更深入的存有是较不重要的、相较于你可能假设的而言。确实，这就是在此生结束之前会发生的情况，你们将会失去一切，你将不会把任何你已在这里收集的东西带入那个在此生之外召叫你的生命，我

们会说，没有任何东西，但是，**实际上最重要的，那单纯地就是你们已经点滴收集的爱，你们已经学会在回应中给予的爱。**

所以，你能够感觉到，你对于撤退的需要是被你的某种感知所驱动：即在这个世界中，没有爱被提供给你们，没有任何具有爱的特性的事物正在来到你们身上，所以，你们后退进入一个内在的密室，在那里、你至少能够拥有隐私来舔你的伤口了。然而，那就是所有你们打算要在这个内在的密室中去做的事情吗？我们会请你们考虑，是否会有某种东西、你们可以在冥想状态中与之连接的、它比一个安全的港湾更大呢——那个事物，实际上，是一种正来到你们身边的事物。我们使用「爱」这个词语，但是，如果你们拥有特定一组的期待、是被放置在你们感觉那个字通常会是的事物上，那个字就能够成为使人误导的，因为它能够用种种的方式，再一次，倾向于把你推出你的中心，并且使得你感觉到迷失了方向，在你的脑海中留下印象。**它是一种，你们可能称呼它，能量的强度，这种能量的强度能够来自内在，同样能够来自外部。**当它来自内在的时候，它拥有能力让事物搅动[容我们说]，这样，那些你已经设置好的、你对于自己的自我感知的架构，就能够实际上如同外部的能量的强度一样容易地、或者来自内部比来自外部更加容易地被逐出了。

因此，如果安全、暂停或休息就是你需要的事物，它能够看起来是双重困难的——如果转向外部，你会发现混淆，你发现那些将不会允许你清楚地看清自己的道路、以清晰参与其中的能量；如果转向内部，你会发现那些你几乎无法认出是自己的能量。即使你们乐于称为爱的能量，它是一种你并不会认出的爱，它是一种会使得你感觉到迷失或失去方向的爱。因此，我们对你们建议，这些考虑，当全部都被带到一起的时候，就会给予一个相当清晰的描述：关于第三密度中的人生像是怎样的。

现在，有个进一步的考虑是我们现在会添加到该混合物之中，那就是**对于极性的考虑**。那些在这个寻求圈中的人是熟悉极性概念的。**它能够被描述为，在你对于周围的其他人提供服务的方式中，在代表你最为内部的寻求的典型取向的方式中，一个人必须要做出的一个选择。**我们已经将这个选择描述为一个在服务他人和服务自我之间的选择。如果问题是单纯地就是那样子的，我们感觉到在这个寻求的圈子中的每一个在这里的人，都会有一条清晰的道路、好登录那个选择会是什么。为了清晰的目标，我们将单纯地重述：我们是那些在服务他人的道途上寻求的实体。

但是在这些爱与不爱、愤怒与忧伤和悲痛的能量的纠结与混淆中，在第三密度中，你们每天都体验这些能量；极性是什么，这问题能够成为最令人混淆的问题，经常会发生的情况是，你发现自己被呼唤到了一种服务的模式上、把你从自己身上拉出来、以一种方式邀请你和世界中的其他人互动、以服务之名进行；而你认为是导向他人的(服务)。然而，在你做出的去让这种服务的道路更进一步的尝试中，你会发现在那条道途上有些障碍、有些绊脚石，还有在路上的分叉导向隐蔽的山谷，有些同行的寻求者，你可能会开始怀疑他们对服务他人的完全投入。

有一些时刻，你可能开始怀疑自己的投入，你可能开始怀疑那原本带着最佳的意图出发的事物，你已经发现那些意图看起来已经转入你一开始想要它们成为的事物的对立面了。也许，你想要在对那些受伤的人，那些已经被边缘化的人，那些已经被不公正对待的人，在爱与援助中伸出手，你已经发现你凭借自己来代表他们、几乎什么都不能做，因此，你已经着手，和其他具有类似心智的人，类似于被导向去帮助那些被驱逐的实体，为了共同的事业联

合起来了。但是，接下来你会发现这些其他人可能对于要去前进的正确的道路拥有一种稍稍不同的观点，或者你可能发现，尽管你和自己已经选择一起工作的其他人，是足够协调一致、为了共同的事业而联合起来，但是你们却会被其他势力所反对、它们似乎完全难以对付、跟你们正在进行的倡议完全相反，同时，你们是如此地愚昧无知，以致于假设它们拥有适当的途径来帮助其他人。在这种情况中，**诱惑就是拔剑出鞘，侵略性地反对那些被遭遇到的抵抗，将它击退，以便于在已开始出现在你们面前的一场巨大的文化战争当中占上风。**

我的朋友们，当那种情况已经发生的时候，你们能够轻易地看到，你们最佳的意图已经转变为它们的对立面了，你们没有成为一个荷光者，却成为了这一个人：已经创造出一种情况，光在其中比较不能够闪耀。爱已经转为愤怒、转为轻蔑，转为憎恨。一个人如何能不仇恨那不讨喜的东西呢？一个人如何能不仇恨那个阻碍你对爱的表达的事物呢？因此，在这星球上，任何阻挠了你去服务他人的本能的事物都无法与你的努力[想要有所帮助]协调一致，对于全体有眼去看的人，这一颗行星是迫切需要帮助的。

那么我们有了第一个指示：关于我们会称为的极性之奥秘，因为**极性自身，在一个情况中、它是穿越一座非常深的迷宫的导引性线条；在这迷宫中、一个人仅仅借由一根蜡烛的光来找到它的道路、不稳定地抵御着任何时候可能在任何方向上吹起的风；到了这个程度，我们把这神秘的线条称为「极性的奥秘」，它是在与将拥有显化形式的活动有关的情况中被看见，它需要一次又一次地被映射返回到你身上、好让你在关于它的方面、判明自己的方位。不过，在每一刻，在那映射中都有扭曲的可能性。你真的是在看到你认为自己正看见的事物吗？你真的已经将你认为自己已经投入的努力、投入到那向**

外延伸的努力之中？如我们说过的，这根小小的蜡烛、你借此指引自己、它是能够轻易地被吹灭，并且必须要持续不断地被重新点燃。与此同时，当你们在苦闷与混淆中搜寻之际，你能够失去了你的方向，你能够失去了你的道路。接下来，你除了后退进入自己的存有区域之外，你还有什么选择呢，那些属于你自己的存有区域仍旧看似相对平静的，仍旧看似拥有它自己的资源，在其中、你们至少拥有足够的安静，以致于你可以尝试去重建在关于极性的方面、你自己的意图，那个极性不仅仅是已选择的极性，同样也是你现在必须再次地，一次又一次选择的极性。

每一次、你做出那个选择，你都增强了那个选择自身。因为，我的朋友们，即使实情是：不完美地做出选择、其中包含了不纯粹的要素、大量的混淆仍旧留存；我们向你们担保，即使这些事物在这里，如我们说它们将会是如此，带着一颗开放之心来选择服务他人，该行动会产生出比你们有可能想象到的、更大的作用，因为如果你能够在此刻中找到爱，它会在一瞬间就改变所有事物。在此刻中找到爱会把你放置在一个成为爱的傻子的位置上，因为你并不知道这种爱将带你到何处。所有你能够做的事情就是从头到尾跟随它，它会将你带到这样的地方，在那里你并不会认出你已经来到的地方，你如何已经到达那里的，或者作为一个在那里的人、你是谁。所有这些考虑都可能构建你认为是一种处于困难的世界中的稳定的方法，而所有这些考虑都将会受这样的错位影响，最终，你拥有的唯一指引、就是你继续在爱中前进的决心。

所以，让我们说，你已经承诺一种服务的模式，它已经将你与其他人联系起来，你会在某个点发现，情况就是如此，以致于一种在爱中开始的行动、已经到达一个苦恼的点，在这个点上，爱几乎不再可以被辨识为一种支持性的

能量了，它已经因为挫折或愤怒的感觉而已经如此地被蹂躏，以致于你无法找到一条向前的道路了。你无法看见你的通道如何能够被清空。**就是在那个时候，一种进入冥想的位置的撤退总是合适的，但是同样会发生的情况是：你能够和那些你已经为了共同目标联合起来的人、一起在服务中继续，假设你做好准备去允许这些在你自己个人的内在、在你已经进行的关系内在中的、变化无常的爱的预料不到的显化物，于是这些体验就可以催化你取得一种更有说服力的关系：联结你爱的本能、你充满爱的努力、以向外伸出援手、补给这一个急切需要爱的世界。**

现在，我们相当地觉察到，(以上)那些并不会对于这问题给予你们一个清楚的答案：你们应该在街上示威，还是要找到一个你们可以退入的、迷人的隐修地。我们，从我们的观点，无法给予你们任何清晰的指示、好补给你们做出那个选择需要的东西。你们已经前来服务。服务的途径是多重的，服务的途径是多种多样的，服务的途径在它伴随的、折磨人的道路中、总是令人吃惊的。要对你们关闭那个将它自己向你建议的服务，就是用一种方式失败了。要带着一种对于「只会有一种正确的服务方式」的坚持而出发进入服务中，就是使你自己完全关闭了另一种方式。

所以，要在爱中服务、首先且首要的：去爱。爱就是进入一个关系的世界中，在其中、你们也在请求某种事情作为回报：你正在请求被爱。你请求被爱，甚至同时知晓，这可能是不会发生的。你让自己向着你在爱的失败中、体验到的易受伤状态开放了，作为一个致力于服务他人、而非服务自我的极性的人，你致力于首要的重要性，为了跟你带来的、要提供给世界的爱联系在一起。那意味着你准备好离开空洞、不足、受伤，以及你自己的那个情不自禁想要被爱的部分。你乐于允许自己的那个想要被爱的部分完全不被展现

任何爱。那就是你同意在第三密度中投生时、你做出的牺牲了。你已经同意，你几乎肯定将会在你去服务的努力中体验到的那种对爱的渴望，将会是你的命运，那种对爱的渴望将会被深深带入你的存有中，在那里你可能会发现，不管所有格格不入的期待，不管所有相悖的证据，你确实一直都在一个内在深邃的、蕴藏各种资源的场所向上冒泡，而这些资源恰好能够疗愈你已经吸收到的无爱之伤口。

你能够接受越多的(泡泡)而被疗愈，你将来对这个星球执行的服务就会越多。如果我们想要从一种与世界结合的立场来检查这个情况，我们能够说，你们不必完全地置身于那种结合之外、好让这个过程在你内在之中进行工作。举个例子，如果你发现自己在和其他自我互动，这些其他自我已经发现你是不胜任的，或者具有一种不令人愉快的属性，在回应这种非常经常地会攻击性地评判你的时候，你把接纳、爱映射回去。我的朋友们，那就是业力循环的伟大破坏器了，该循环是：行动与反应、反应、反应。那就是你可以提供的礼物了。

现在，我们已经谈及一个情况，在我们对它的特征描述中，这个情况已经被给予了多少有些理想化的形式，因为你是在自己的存有中如此被配置，以致于你能够做出这个我们刚刚描述过的行动，情况将不会总是这样的。你将会处于这样的情景，以致于你能够对愤怒回报爱，对仇恨回报爱，对侵犯回报爱，**情况不总是这样子的。接下来，你拥有良好的感官来了解到，你撞到了自己的限度的场合，在那些场合，就在那个时候，撤退到属于你自己的过程的安全之中，这是完全可以接受的，事实上，这是高度推荐的，因为在那里，你对谁都没好处，至少，你理应不造成伤害。**

我们发现这些必得要提供的贫乏言语、无法给予你们任何类似于一条在你用一种日常的方式面对困难的情况中、前进的通常道路。所有它能够做的事情也许就是给予**一条线索**，这样在一或两个场合中，你们能够跟随它，如果那对你们是很有用处的，我们的服务就已经成功了。

我们是 Q'uo，在此时，我们会离开这个器皿并回到名为 Jim 的实体、来探索我们是否可讲述那些可能仍旧留下的问题，好借此进一步地服务。Adonai，我的朋友们，Adonai。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再一次和这个器皿同在。我们欢喜地问，是否在此时有任何进一步的询问，于是我们可以谈论它？

Fox：Q'uo，我想要问：Ra 群体告诉我们，1981 年在地球上有大约 6 千万个流浪者。在上一次传讯的集会中，那些属于 Q'uo 的实体说：你们很多人来自于其他地方、以协助这个星球转换进入第四密度，Q'uo 群体拥有这种类型的体验的知识，因为你们很多人都是我们自己存有的一部分，并且已经穿越了遗忘的罩纱、加入其他具有类似心智和种类的实体，为了服务在地球层面中很多人内在的太一。若你们能够，告诉我们，**现在地球的人口中有多少流浪者呢？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**在此时，大约有 3 亿 5 千万个实体已经在你们的地球层面上投生，以便于对这个星球上那些需要它们的服务的实体、提供这样的服务。**

很多近期已经来到这里的实体、同样来自于其他第三密度的行星，它们已经在那里完成了毕业，并且正在投生到你们可称为**「双重激活的身体」**中，以便于有所服务、帮助这个星球完成它进入爱与理解的第四密度的转换过程。**这些实体的数量超过了流浪者的数量，几乎将近 5 亿个实体。**

我的姐妹，是否有进一步的询问？

Fox：是的。若你们能够告诉我：此刻生活在地球上的那些流浪者中，你可否告诉我，有多少比例属于星际邦联之内的社会记忆复合体成员呢，尤其是那些我们十分经常交流的成员？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们可以说，**已经在这个星球的范围中投生的每个流浪者，确实都是服务于太一无限造物者的星际邦联的成员，因为这个行星实体、你们称之为地球，其他实体指称为 Terra，是在这个邦联的管辖范围或责任范围之内** [容我们说]。

我的姐妹，是否有进一步的询问？

Fox：在那个问题上没有了。我有几个其他的问题，但是我将要保留那些问题并看看是否任何其他人有一个问题。

Steve：我确实有一个问题。这个问题是关于在这个星球上投生的那些心/身/灵复合体、带着似乎是严重的限制、尤其是具有一种精神的或心智特性的限制，我尤其正在想到那些经常会被归类为「**自闭症谱系**」的实体、他们的情

绪性方式被削弱了。我想要知道，你们是否可以告诉我，是否有一组投生前的原因是跟这类型的投生体验关联在一起?

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。确实，我们发现，有一个特定的机会被提供给这些，容我们说，正在表达你们人群知晓为「自闭症」的实体，因为这个特定的症状、使得这样一个实体要参与和他靠近的其他实体之间、一种亲近或衷心的交换情绪与智能的体验，这似乎是非常困难的。**这是为了这些实体可以发展一种更大的能力去那样做，因为当有渴望在一个实体中创造特定的能力之际，这个实体非常频繁地会在投生前决定规划这样一种能力的缺少，以便于产生或显化并增强这样的能力的需要会从它表面上的对立面提供出来。**

我的弟兄，是否有进一步的询问?

Steve：是的，我想要知道，是否这个过程有一种镜射效应会发生在那些爱该实体[讨论的焦点]的人那儿?

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。在大多数情况中，一个表达了人格自闭症的显化的实体、那些与他亲近的实体是在投生前就和这样一个实体联系在一起，并属于，容我们说，相同的灵性家族，且拥有相反的需要，也就是说，比起在这个情况中、通常会要求大多数人给予的、更多给予的能力，那情况也许是成为这样一个孩子的父母，或者这样一个孩子的兄弟姐妹。因此，双方，即照顾自闭症孩子的父母与这个孩子，同时都从这种相互关系取得了大量的增长，因为你们看，**在你们的幻象之内，确实没有错**

误，仅仅有学习或多或少是困难事物的机会。当困难遭遇一种完全的努力，也许带着某种成功的程度被面对，该困难的程度也可能会增加极化的程度。

我的弟兄，有另一个询问吗？

Steve：没有了，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。

在此刻有另一个询问吗？

Z：我有一个询问。当一个人拥有一种**昆达里尼**(kundalini)升起的体验，那是他的第四密度能量体的激活吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。**昆达里尼升起到达靛蓝色光芒能量中心，这是你们可以确实描述为对第四密度的身体、即绿色光芒能量中心的激活，绿色光芒的能量中心接下来就会被充分充能、于是能够体验到现在正在席卷你们星球的更高振动，然后这些振动就可以被分享或被传导，接着被传递到那些在该实体[体验到所谓的昆达里尼经验]周围的人们。因为尽管是一种在特质上看似孤单的体验，确实是用这种方式被体验到的；对于那个体验者将会接触的其他人、就提供了机会给他们扩展意识。**

我的弟兄，是否有进一步的询问？

Z：没有了。

Q'uo：我是 Q'uo，我们为你的询问而感谢你，我的弟兄。

此时有最后一个询问吗？

Fox：如果其他人没有问题的话，我还有一个问题。Ra 谈到在做爱期间、在一对伴侣身上发生的相互增强性的能量转移，它会在身体的方面为女性恢复活力、并且提供灵感来喂养男性的灵性。它们陈述说，这种能量的途径对于女性是通过脉轮上升的，但是该途径对于男性是相同的吗，还是也许在两个实体之间会有一种圆形的路线呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。当性能量转移是在男性和女性实体之间，或者是在那些表达男性和女性原则的实体之间被完成的话，能量交换是从红色到红色、从橙色到橙色、从黄色到黄色、从绿色到绿色。如果每一个实体都有能力去体验更高能量中心之交换，这种交换同样将会用类似的方式行进。因为要有这一种能量交换，就必须至少有绿色光芒能量中心的激活。我的姐妹，是否有个后续的询问？

Fox：没有了，非常感谢你们。

Q'uo：我们是你们知晓为 Q'uo 的实体，我的姐妹，我们感谢你。我们在此刻会感谢在这个团体中的每一个人邀请我们在今天加入你们。这样做一直是我们巨大的荣耀。一如既往，你们启发了我们，我们希望已经用类似的方式启发并鼓舞了你们，因为确实，我们全都一起在这条道路上行旅，我们一起寻求并分享太一无限造物者。**在平安中歇息吧，我的朋友，同时知晓一切都**

好，一切都将是好的。你们与太一造物者是合一的，你们在日常生活的活动中、在每一天、都越来越多地发现这一点，因为这就是有意识的真理寻求者的自然发展了。我们是你们知晓的 Q'uo。现在，我们在太一无限造物者的爱与光中、离开你们。Adonai，我的朋友们，Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2018_0303b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_0303.aspx

---

☆ **第 2917 章集：好木头与坏木头**

---

7 月 2 日

我以**耶稣**·基督之名来临——我，永生基督之灵、在今日世界上。

我在**天父**无法估量的、永恒的爱中，向你们致意。

当樵夫砍树时，他会认真对待它。

他看见好的木头和坏的木头。

他看见应该制成木材的木头、和当作火柴的木头。

他有一个对这棵树的看法；

若他把这棵树视为鲜活的生命、他就绝不会有这样的看法；

因为他已经移动那棵鲜活的生命，弄死它、并且据为已用。

惟有透过圣灵之手才能使这样的牺牲获得复原、更新、重建。

好好地考虑，我的孩子，树木的功课。使用你需要的东西。

因为，这真是你生活的方式。

但是、要回馈你的地球、照顾她的需要。

回赠你的人群、他们需要的东西，

那么圣灵，透过你们每一位，得以更新地球的面容。

我们在和平当中的奋斗离开你们、在所有争斗中的和平离开你们。

我们在这世界从来不知道的平安中、离开你们。

☆ **第 2918 章集：不受打扰的平安与喜悦**

---

8 月 8 日

我是**耶稣·基督**的圣爱原则。我在满满的无条件爱之意识中欢迎并祝福你们。

负面的想法躺在你的周围。你不必要参与其中。当有某个东西横跨你的意识并将心智转向负面情绪，移动回归无限爱的觉知、也就是你的生命原则，并且知晓内在的**基督**可以在每一种情况中找到一个正面的答案；可能找到一种方法增加光、而非阻止光；找到一些话语去疗愈、而非去伤害；找到帮助的悲悯心、协助那些麻烦人物、而非忽视这些人。

就在此刻、在无限创造的每一刻， **耶稣·基督**的永生之灵都是可得的。那是**耶稣·基督**给所有跟随他脚步的人的恩赐。

无论你今天遭遇什么，总是把你的思想投入正面的；对于那些正在发生的事情、投入充满爱与悲悯的面向；当你的存有述说无条件爱的真理，你将会找

到你不受打扰的平安与喜悦、就在你的存有之心。
在那种爱与平安中，我们离开你。阿门。

出自 A Book of Days, Carla L. Rueckert 传讯

☆ **第 2919 章集：成为光**

---

7 月 10 日
我是圣爱的原则。我在爱的完全意识中问候你；那爱在**耶稣·基督**之中。
当你凝视着自己时、无法看见你是世界的光。

被妳自己的各种困难所打扰；困惑于各种优先事项，一般地陷入消耗、文书工作、许多无用的日常活动，很容易忘记、很容易放弃妳与生俱来的权利。
你与生俱来的权利是成为**太一无限造物者**的儿女。
你是世界的光。在妳的心中、知晓并感受这点。
透过这个 我们代表的 原则的恩典知晓：你所有的努力
都将得到安慰与支持。

不要把你自己想得太小。在快乐、喜悦、专一的心与意中，
成为世界的光。记得你在这里要做的事：彼此相爱。
愿你们闪耀着**基督**的光辉。
我们总是在安慰中、在无条件爱的平安中，
和你们同在，现在和永远。阿门。

出自 A Book of Days, Carla L. Rueckert 传讯

★爱与光图书馆选集 第 30 辑

☆ **第 3001 章集：战争与烛光**

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年 3 月 16 日

团体问题：今天的问题是关于：光会如何回应即将发生的灾难、或彻头彻尾的灾难。有如此多的人正在为了和平而游行，因为看起来战争是很有可能发生的。卢安达的妇女拥有一个机会去将女性原则以及它们的存有的滋养带入她们的国家中，因为极其大量的男人已经被杀死了。它几乎回应了罩纱：介于有意识心智的意识与两条途径的可能性之间，而在此之前、只有正面性。

Q'uo 愿意与我们谈谈，**关于大灾祸和灾难的可能性，如何帮助我们在今日世界中成为光呢**？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们存在。一如既往，我们感谢这个团体为我们创造了一个分享我们的想法的机会，我们极其乐于分享，我们会一如既往地请求每一个人评估我们的想法、仅仅基于那些想法而非基于我们的权威性。个人真理的共鸣跟权威性没有任何关系。我们要求你们小心谨慎地使用分辨力，因为有大量的信息，大多数信息都是优秀的，但对于那些真的属于你自己的信息、总是可能有精确的选择。正在成熟中灵性实体的巨大的挑战是：进入到事物表面底下，接着开始不去从一个历史的、或政治性的观点来看事物，毋

宁是从一个灵性的观点、一种姿态或态度，其基础在于那些动力关系中，它们运作于那情境——其外在的显化被称为历史——的中心内。

你们的特定行星，在这个特定的重要关头，其收割的动力不能被松散地描述为正常的第三密度收割。关于地球或盖娅的状态，这个器皿经常开玩笑地说，这是一个供不良少年学习的行星，他们已经反复在其他学校的三年级考试不及格，最终在他们被感觉到无可救药之际、被送到地球了。

正如名为 J 的实体和 Jim 实体讨论过的，你们的人群在此刻所体验的、深刻的军国主义的能量，是在许多的文明中、许多的战争中、甚至许多的星球上重复与反复发生的事情的结果。你们星球上的那些人(过去)在尝试去服务与成长方面付出诚实却误入歧途的努力、曾体验到能量的失准和极性的误判。这些决定的特性已经迫使过去的社会进入大灾难、灾难性的战争，并且将富有与老练的事物水平偏向到所谓的黑暗时代，这是一种已经被重复了不只一次或两次、而是很多次的模式。因此，你们当前的收割拥有很多低语的弦外之音：来自先前重复发生的机制的表达，它把爱转变为恐惧、恐惧转变为侵略。目前存在的能量是重复性的能量，已经变得盲目、已经在一种极其深入的感觉上变得痴迷，痴迷到了原型的层面，所以，它就好像你们的收割表达了闪电击中高塔的原型一样、带着一种强度、只能通过盲目的重复、越过自我知识的点、进入奴隶般的心智状态才能达到(的强度)；而在此时，我们看见你们人群带着越来越新鲜的能量、尝试去打断并冲破该控制，好让人类的灵性得以再一次从这种无止尽的恐惧和敌意的循环中、开始被解放出来。

所谓的灾难被发觉有一线希望，其原因单纯是：你们的人群，在那些由少数人做出的、影响文化或所有人之经历的决定的虚饰之下，像包着某个死寂能

量的外皮，这个能量封闭了一颗非常新鲜的果实，它自内向外生长、现在进入了成熟的状态。结果是，**那些在此刻当权的人们——容我们说，他们是一帮更多属于服务自我的实体——创造出了表面上的历史，表面上的新闻和表面上持续进行于你们人群当中的故事。然而，你们人群的真实故事是从心而来的故事，是从已成熟的果实的种子而来的故事**，而那颗果实位于正在感染你们星球的军国主义的思想外壳之中。**内在水果是健康的**。在灾难的时期，军国主义思想的外壳被削掉了，人们突然间开始意识到自己是活生生的，人们在感觉中、在头脑中会产生对于那些军国主义行为的可观且实质的反对；而这些军国主义的行为，总是倾向于出现在任何权力集团的日常议程上。

掌权的实体们不会变成服务自我导向的：我们无法说那是不可能的。我们仅仅可以说，去尊重那些获得权力的时刻、这对于所有的实体都是催化剂。你们每个人都在这种情况中拥有一种力量，你们每个人都是地球的健康果实的一部分，那个正在被收割果实拥有那种力量、热情，以及一个成长中的、鲜活的、兴旺的生命能量。那种能量属于太一的能量，它与根部、与子宫、与地球、母亲连接在一起。从几乎所有实体的胸膛中喷涌出来的良善就是人类的真相了，就好像人类行为的军国主义的外壳也是一种真相。它是一种尝试去接管人类实体之所是的全部意识的真相的一部分。通过假定诸如侵略性之类的分离性观念是有价值的，那些拥有权力的人们的观点持续不断地偏向一种态度，这种态度接受了为了更好的目标而去改变他人的力量。这本是天真无邪的开始，却能够变成一种毛骨悚然的邪恶[如这个器皿的称呼]。

一朵花以绽放来赞美造物者。而你们每个人都可以允许自己绽放，借此赞美造物者。那些文化思考的元素已经感染每一个我们谈话对象的心智；那些元素将会带着棘刺、毒瘤、伤疤将它们自己向你展现出来。你将凝视着它们，

它们将不会是美丽的。将会有愤怒、妒忌、惩罚的想法。这些不会是真实的想法，不过，这些想法会每天都对你施加影响，并且是自从你的青年时期就已经存在的想法。我们没有对考虑这些想法的评判，我们不会要求你为发现你自己具有考虑这些想法的能力而评判你自己。但是，你确实拥有意识到这些想法并对它们进行评估的能力，如果你发现它们是那些不允许你去绽放的想法，接下来你就可以借由选择，从现成的记忆中将那个想法拔出来，用一个更加靠近你真正感觉到的、那个情况中的灵性的核心想法来替代它。**你从自己绽放的生命中每移除一个阴影，就减少一个在你和给予生命的太阳[发送创造每个时刻的能量之理则]之间的障碍物**。随着危机时期的继续，你可以发现自己处于任意数量的情境之中都面临选择：在那些当权者的层面上，离开在此刻感染全球性思想的军国主义的想法的外壳；或者选择去从一个灵性的观点思考，所有实体都被视为灵魂、以各种各样的方式服务于太一无限造物者。

如J实体说过的，有些实体一定会抽到最差的签，有些实体必须接受：当坏榜样。寻求者感知为服务自我的每个实体——他们下决心要破坏好的事物——也是一个以它自己的方式、正在完美服务的灵魂，并尝试去学到相同的课程：**那些爱的课程一直都是关于选择如何去爱的课程**。因为那些处在服务自我之道路上的实体也拥有热情，但那是对自我的热情，将这个世界安排为自我在其中感到满足、安全、舒适的热情。要看到一种恶与善、黑暗与光明的展示是容易的，不过，我们请求你们超越这种对于当前收割多少有些局限的图像，因为这不是一场在善与恶之间的战斗。**它毋宁是一场思想的战斗：其中一方想望以一种巨大的、倾泻而下的照耀之爱来增强、提升、照亮；另一方要依照他们的想望去控制、紧缩、看管这个世界**。扩展或紧缩？你正在因为这些对公民的攻击性侵犯而体验那些当权者的恐惧的紧缩效应，是的，这

种侵犯确实恰恰就是以那些被侵犯的公民之名而颁布的。**这种压力已经产出一种结果：那些健康的、兴旺的、热情投入的人数激增，他们现在已经体验自己为灵魂，他们对于那些对自己、家庭、以及国家是合适行为的事物有一种深刻的、热情的感觉。**

这的确是一个宝贵的时刻，一个在全球范围内、快速唤醒意识的充满希望的时刻，它已经被压制成型、并且受到鼓舞：由于此刻在你们的人群中，那些期待战争者的表面之灾难性政策。我们可以在不提到任何你们不知道的信息的情况下说，肯定不是一个实体或一小群实体想望交战并重新分配领土和权力。在那些实体——他们记得全社会范围的灾难性场景并且超越所有理由地想望重现它——的层面上，有全球范围的压力推动着这些实体向前。那么，**这场收割的许多部分表达出了极为深入的原型能量，这种能量在一段非比寻常地漫长的时期中一直是阻塞的，重复一个表面上无尽的循环，能量朝着光升起、朝向联合升起、靠近一种无条件的、救赎性面向的爱之觉知而升起，却仅仅掉落回到类人猿及其部落性忠诚、对家庭团体的保护层面上。这是一次巨大的上升：人类在第三密度中、尝试从野兽移动到天使(层次)，从一种无声、无法说出的爱前往一种脱离尘世、无可言喻的爱之表达。在两者之间蕴含着第三密度，在那个密度中，你拥有遗忘过程、那允许你的声音是不确定的；那允许你的头脑不去知晓，允许你的心做出愚蠢的选择，接着体验因为它们而发生的改变。**

你们每个人都是一朵美妙的花、每天绽放着、向着光开放，它拥有你自己独一无二的香味、习惯、形状。你们每个人借由你的存在都是对这颗行星的一个极大祝福。你们就如同那些已经在彼此身边奋斗了很多很多年的人一样。这是一起站起来并为光明战斗的另一个时间与机会，这种战斗并非反对任何

事情，而是去进行内在的战斗、以赢得光之盔甲，并且在每一天和每个早晨的光中、清晰地显现所有的缺陷、面对自我。这就是你的传奇故事[1]去凝视那面镜子并看到各种缺失，也看见太一无限造物者，如其所是地凝视这个世界，并看穿军国主义的思想外壳，看穿已经用一种霉菌弄脏了你的思想表层的这种令人失去知觉的感染。将你自己从表面移开，将你自己从并非真正地是你自己的想法的事物上移开。返回进入你绽放的存在核心，感觉居住在那里并在那里歇息的气力、热情、爱，正如同它远在任何形式出现之前就已经一直在那儿休息一样。那就是存在于你心中的平安了。它是一种甜蜜的平安，它是一种真实的平安，它是最初的平安。它是你的一个片段，它是永远无法与你分开的事物。没有任何事物能将你与无限造物者的爱分开。没有任何事物能将你与你存在的真相分开。没有任何事物能将你与自己分开。

[1] 原注：geste：一个大胆的、冒险传奇故事。 beau geste：(法语)优美的姿态。

对于这个团体在你们的政治性情境下的外在表达，我们想要表达感谢，因为那些为了和平而点亮一根蜡烛的人表达了一种美丽的想法；并且我们感觉到，这是非常合适的：这样地点亮全球的蜡烛可以从你们的卫星上被看到，于是这世界就以自己的方式成为一场摇滚音乐会了。我们享受那幅图像：所有人一起点亮火焰，这次不是为了一首动听的歌曲和一段好时光，而是为了对这个世界的爱。[2]

[2] 原注：爱/光研究中心在这一天的晚上七点举行了一场烛光守夜，与全世界范围协同进行这场全球的烛光和平守夜活动的超过三千个其他团体协同工作。

我们在此刻要把这个通讯转移到名为 Jim 的实体上头，假使在此刻有可以被回答的其他询问，(我们准备好了)。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开它。我们是你们知晓的 Q'uo。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo。再次地,我们通过这个器皿在爱与光中致意。我们很荣幸在此刻询问：是否有任何可以尝试用我们的意见来回应的进一步询问。

J：嗨，Q'uo，J 在此，我今天有个来自 R 的问题。她位于夏威夷，她抱怨最近的梦境似乎被侵犯了，如 Carla 会说的，来自超心灵的致意。几年前她体验过一段时间，在其中、她是一个自愿参与者、加入某种仪式上的性(活动)，她感觉到那些绳索仍旧连接着，那些想法正在渗透她的梦境。所以，她给你们的问题是：她如何才能解除这些联系，解除这些在那时被制造出来的绳索，你们可能有任何的建议或任何可以谈论的事情吗？谢谢你们。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。当我们观察这个实体之际，我们看见她和你所称的、把她和一种先前的仪式特性的活动连接起来的绳索，容我们说，这种活动在魔法中有其位置。借由混合意志和仪式的努力来改变意识，魔法就在那过程中。我们会建议，**借由再一次使用意志和一种会在冥想状态中被完成的仪式性活动，已形成的事物同样可以被移除或者，容我们说，被切除。**在进入冥想状态之后，该实体感到平静并处于其存有之中心位置之后，它可以带着尽可能多的具体细节和清晰度来观想这些连接着的绳索，看到源头、起源，看到与自我的连接，看到那种连接被观察到的、肉体上的位置。然后这个实体可以在冥想期间、在心智的意义上，拿起剪刀并剪断这些绳索，在爱与光中、在平安和喜悦中向那股能量告别，命令那股能量

走它的路，如 R 实体走她自己的道路、现在不受这些绳索束缚一样。当这一点已经成功地在心智中被想象之际，接下来，就可以完成这场将一个人自己从不想要的能量中解脱出来的仪式了，这种完成是借由让这次仪式接地来进行的，要么通过言语，「祝愿它顺利完成」，或者类似的言语，或者通过将脚踩在地面上，或者将手放在表面上，通过这种动作来完成该仪式。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

J：没有，Q'uo，感谢你们。谢谢你们今天与我们在一起。

我是 Q'uo，今天与你们在一起、回应你们的询问是我们极大的荣幸。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我想问一下我跟 P 讨论过的思路。他要求我向你们确认，我们爱/光研究中心在帮助传播一的法则的方面，我们可以走的一条非常可行的道路是形成一个艾赛尼派教导的圈子。这还不是一个非常详尽的计划，但是他问我是否可以问你们，完全在这个概念上头、你们是否有任何的评论，或你们能够确认这是一个好主意。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们可以确认，**在任何时候，当希望服务于光的实体们以任何仪式化的形式聚集在一起、来追寻一种理解和为那光服务的时候，这种能量的调合的确会有一种优势。因为当对于一个中心的目标有额外的意愿的时候，就有远远更大的可能性去实现那个目标。因为如 Ra 群体已经说得很好：「*当类似想法的人一同寻求之际，他们远远更确切地将找到它*。」**

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：对于我们这样一个萌芽中的社群，你们有任何建议吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们可以向你们建议，那个你已经知道是真实的事物，即用一种开放心胸的方式来沟通交流，用一种频繁的方式来沟通交流，这是很好的，因为当一个团体不只有一个人的时候，会有很多的误解机会。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没有了。谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：我问完了。

我是 Q'uo，我们似乎多少有点较早地耗尽了今天的询问了！
（笑声）
我们对自己的努力感到非常高兴。

Carla：我想要代表 S 问，是否我的洋娃娃 Annsy 喜欢待在我的膝盖上？

我是 Q'uo，我们乐于确认你的 Annsy 的喜悦。

Carla：我刚刚想到你们可能喜欢那题。

我是 Q'uo。我们对于你暂时替代 S 实体的努力感到最大的感激。[3]

[3] 原注：S 是一个寻求者，他经常问一些精彩的问题，诸如，「德比赛马谁会赢？」以及「要挑选哪些抽奖号码？」自从我们的团体尝试去回避具体的、短暂易逝的信息开始，这些由 S 提出的问题就成为一种团体的笑料了。

Carla：我爱你们，Q'uo。跟你们在一起真是太好了。

我是 Q'uo。感觉到来自这个团体的爱与同情心、比例感、奉献，我们为此狂喜。我们总是很高兴能够加入你们的团体，我们今天对于已发生的、开放心胸的分享有种特别的感觉。

为了这种爱的奉献，为了这加入你们团体的邀请，我们感谢你们每一位。一如既往，能够这样做是我们极大的荣幸。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。此刻我们将离开这个器皿和这个团体。一如既往，我们在太一无限造物者的爱和无可言喻的光中离开每一位。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0316b.html

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0316.aspx#_ftnref2

☆ 第 3002 章集：罩纱与极化

Copyright © 2018 L/L Research

周日冥想 2018 年 5 月 12 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿在一起了。在这个下午，我十分高兴和你们在一起，并加入你们的寻求圈，尽管它可能是小型的，在分享其之所是的爱与光的潜能上却是巨大的。被请求加入你们的冥想，我们总是感到狂喜与荣耀的，因为这就是我们、我们自己沿着演化的道途前进的方式。朋友们，我们是你们的弟兄姊妹。和你们一样，我们作为真理的寻求者在这条道路上行旅，也许沿着这条道路行旅得稍稍更远一点，而我们是在跟你们相同的催化剂上工作的；以很多的方式去工作它，也许这些方式是更微妙的，而它们使得我们在这条道路上前进时，我们在周围搜集起来的体验变得更加生动了。我们请求一个恩惠，如你们觉察的一样，那就是你们将会拿起我们今天所要提供给你们的那些话语和想法，并如你们所愿地使用它们。如果它对你们有所服务，那是一件好事。如果它不是有所服务，接下来，将它们放在一旁，让那同样是一件好事。如果你们愿意给予我们这个恩惠，它就会解放我们、给予你们我们要分享的事物，而没有任何惧怕：我们可能借由如此的分享来侵犯你们的自由意志。

在此刻，通过与你们的新模式相连接，我们会询问：是否可能有任何我们能够讲述的询问？

Gary：感谢你们所给的机会，Q'uo。我们确实有几个来自 Fox 朋友的问题，首先：在 Carla 传讯的《每日箴言》(A Book of Days)一书中，其中陈述：

「两个极性的往来是分离的，负面极性成为和正面合一分离的选择。」她的问题是：「在罩纱发生之前，只有服务他人，或正面的合一。在第三密度中，停留在正面的合一之中是一个实际的选择吗，或者，与正面的极性分离并移动到负面极性的选择，才是唯一真切的选择？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。在你们现在体验的这个幻象中——已经由于你们称为「**遗忘罩纱**」的存在而如其所是地被创造出来——确实能够做出一个选择，而且**必定需要做出该选择，如果实体要，容我们说，毕业进入爱与理解的第四密度的话**。**如你们知晓的，这个选择就是要么服务他人、要么服务自我的选择**。现在，在它的表面上，看起来，确实在这个情况中有两个截然不同的选择，该结果之所以已经产生是因为遗忘罩纱之存在以及那些理则对罩纱的实施，那些理则已经能够，容我们说，从先前理则(的经验)得繁荣或受益，先前的理则在第三密度的幻象中并不拥有这样的罩纱，并且在照顾羊群穿越第三密度的过程中，因为一种表面上选择的缺少而遇到某种困难了。

实际上，在更大的意义中，容我们说，当一个人检查各个选择的结果：服务他人与服务自我，随着每个群体继续沿着进化的道途前进，在每个选择之间有一种明显不同的差异。分离是与亲密交流并进入合一相反的极点，不过，每个极性都在跟该渴望打交道：再一次成为太一无限造物者。实现该渴望的手段，似乎对于负面极性是截然相反且相当不一样的，因为负面性的极性是打算要、并确实将自己和所有其他自我分开，并将它自己压缩到了某个程度：看起来完全与所有周围的实体是隔绝的。不过，**一个人必得记住，在已做出的运动中没有任何东西不被祂打造，在任何运动中，没有任何东西不包含太一造物者。造物者已经产出一切万有，并已经在绝对性的意义上、为祂**

自己的存有每一个部分提供了自由意志：那些寻求去照耀太一造物者的爱与光的部分，以及那些寻求去吸收太一造物者的爱与光的部分；而两者都在为了移动返回与太一造物者的合一、而与太一造物者的爱与光打交道。

在这方面，看起来，各个道途的基本要素都是相同的。恰恰是对于各个极性的渴望、借由它被显化的手段使得道途看起来不一样了。但是，我们必得记住，我的朋友，许多在任何面向或极性中的事物都是表面的，都是一个幻象，为了帮助每条道途朝向它最后的目的地进展而存在的。**所有的造物都是一个幻象，或是造物者的一个扭曲，以帮助太一造物者的某些部分行旅穿越太一造物者，以便于返回太一造物者。在太一无限造物中，所有的行动、想法、存有都是一种手段，造物者借此从祂自己那儿更多地学到跟自己有关的东西。**

在遗忘罩纱存在之前的情况中，似乎没有如此多的自由意志可供第三密度实体使用，不过，这些实体在自己之中，每一个都能够且是自由的、去在它们灵性旅程的每一个面向上做出选择。然而，我们可以说，因为没有罩纱，相比于应用遗忘罩纱之后有可能的前进速度，它就没有一样快速前进的机会了，因为**一个第三密度的实体就是造物者、当该事实对他不是轻易地显而易见的，所有属于太一造物者以及祂各个部分的爱与光的合一面向并不明显时，接下来，那个在第三密度中的实体就必须以有意识的方式工作以操练自己的意志与信心，即这样的可能性是真实的，并且能够被每一个实体所实现。这是一个艰苦的过程，我的朋友们，它要花费许多次的，如你们知晓的一样，投生，以便于完成这种在意识中的极化，这实际上就是在遗忘罩纱被实行之后、每个第三密度实体的行动了。**

所有的尝试与错误过程，已付出的灵性汗水，容我们说，尝试在生命样式中产生一致性的感觉，都是该极化过程的基本。足够讽刺地、足够自相矛盾的是：当真理对第三密度的存有隐藏起来时，这就是进展最快速的位置，接下来，就必须做出尝试以找到真理，无论这要花费一个片刻，还是一生，还是一系列的转世，因为罩纱的就位，前进仍旧是比无罩纱的时候要远远更快的，因为**如果没有罩纱，在其中每个人都是造物者，观察到的所有情况都是合一的，去改变那些情况的动机是什么呢？没有足够大的恐惧或爱，难以在态度或位置中激发一种改变。**

因此，我们会说，它是一个人可以从一个远处，容我们说，看到的远景的问题，这个远景揭露出，**实际上对于所有实体，唯一的选择，在罩纱前或罩纱后，都是返回太一造物者，在这条回家的旅程上拥有许多、许多的体验。该问题接下来就成为了：某条会加速这条旅程的手段将会被实行吗？因为，所有实体最终都学会了，而某些实体比其他实体更快地学会。**

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：是的，感谢你们。我们现在将列出 Fox 的第二个问题，他问到：**描述这穿越各个密度的灵性演化之旅程为一个变得较少扭曲的旅程，这是否合适？也就是说，一些扭曲被移除或消失了？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们没有打算成为模糊不清的，但我们会建议，**就更大的意义上，这是真实的；该意义是移除扭曲、或移除该存有的某些品质或面向：它们较少反射太一造物者的合一、放射太一之光、以及从开放之心分享爱。当一个人能够通过能量中心移除那**

些阻碍了普纳(prana)或智能能量穿越能量中心的自由流动之际，接下来，穿越宇宙造物各个密度的进展也会以一种，容我们说，直接的比例被加速了。因此，随着每个能量中心阻塞或扭曲被减轻与平衡，就会在心智、身体、灵性的演化中有进步，这样，随着造物者的爱与光移动经过该个体化实体的结晶中心、寻求它自己的演化，就会清晰映射造物者的爱与光了。

然而，以另一种方式，或通过另一个观点，一个人也可以看到在充分供能每个能量中心的过程中、朝向合一性或完美平衡的扭曲的减少，于是一个不同类型的扭曲接下来就是移除较小(lesser)扭曲的目标了。因此，由于一种扭曲被平衡、因此被移除，同时具有更高特性的扭曲就位或被体现。

我的兄弟，有更进一步的询问吗？

Gary：那些属于负面道途的实体前进穿越密度、同时似乎将更多的扭曲添加到造物者身上，你们如何调和这点呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。负面的道途尝试去用跟正面的道理相反的方式、来使用太一造物者的爱与光。也就是说，为了自我吸收它，并使用那种从它而来的力量，用于控制并操纵那些其他自我，并更进一步借由这种操纵来增进个人的力量。这已经被那些属于 Ra 的实体描述为「并非实存的道途」了。这一条道途使用了实存之物、合一、并将其碎裂为非实存之物：分离。

然而，再一次地，我们建议从这样一个远景来观察，在其中可以看见的是：每个道途都牵涉个体化的实体，似乎相互彼此是分离的，看起来是和自己分

离的。当然，最初的分离，即是自我与自我的分离。两者都在一个虚幻的分离边界内起作用。然而，正面的道路尝试去利用实相、或合一的真理，同时穿越它自己的自我与自我的分离、自我与其他自我的分离。两者之间的差别在于正面途径的分离和负面途径的分离有差异，**那些属于正面道路的实体寻求去移除分离，并允许所有存有的实相之所是的合一在生命模式中显化出来，而负面的道路使用自我与自我的分离以及自我与所有其他自我的分离，尝试去变现这种分离**，以便于借由分离太一造物者的所有其他部分、以继续它进入与太一造物者合一的旅程，仿佛这在终极意义上是有可能的。然而，如同每一个在座者都知晓的，在经过了特定的演化过程的层次之后，这是不可能的，因为当接近并进入第六密度时，已经被负面实体单单为它自己压缩过的太一造物者的爱与光、必须被释放，方能缔造进一步的进展，因为在第六密度中，必须达成爱与光之间的平衡：这意义是每一个其他自我都不只被视为太一造物者，也被视为与自我相同，无论那个自我是正面或负面导向的，因为每个自我都是每个其他自我、以及太一造物者。那么，所有想望继续其旅程、穿越第六密度、进入最终和太一造物者合一的实体都必得认可这个宇宙造物合一情况的真理。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：Ra 说，**冥想，沉思与祈祷会允许资料「沉入到心智之树的根部，因此为身体赋予能力，并接触灵性。**」[1]你们能够谈谈冥想是如何允许、为什么允许资料沉入心智之树的根部？

[1] 原注：跟随这些练习、有意识地察觉到在此刻中的爱，在自我、其他自我、和宇宙造物中看见造物者，Ra 说，「这些练习的基础或先决条件是养成冥想、沉思，或祷告的嗜好。有了这样的态度，这些练习才能够被消化。若

没有这样的态度，资料就不会沉入心智之树的根部，也就无法致能身体、使之变得高贵，并且接触灵性。」—10.14

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。冥想的状态是这样一种意识的状态：就合一、共享的意识、以及同等参与爱与光的基本意义上，允许有意义或真实的事物被该冥想的实体瞥见、并在某种程度上领会。

通常，人生模式的有意识体验充满了分心物，尽管分心物有潜能成为催化剂、能够被处理为经验，由此协助演化的过程。巨大数量的、未被处理的分心物与催化剂就像是在清晰的电台信号上的静电噪音。那种静电噪音能够借由后退并向内聚焦意识而被移除，不仅仅是后退并聚焦在一个人自己的存有之中，同样也是后退并聚焦在对于太一造物者[居住在每一个实体的存有之心里面]的越来越大的领悟之中。**当你们越来越深沉地进入冥想状态中之际，一个分心物会倾向于消散，因为心智是用专注于一点的方式聚焦起来，不再被日常活动、漂流的想法、分离的感觉，等等所分心了。**

那么，在冥想状态中，冥想的实体就正在越来越多地察觉到它自己的存有的特性，整体的特性，这样那些对于宇宙造物与造物者的任何的清晰感知的基本要素，就会更容易被冥想者弄清楚了。来自太一的信号就会成为注意力的单一焦点，这样太一的临在就成为可用的、好让冥想者的意识成为协调一致的。以这种方式，对于促进灵性的道路最有用处的事物，就会变得更加明显且能够更为容易地进行它的工作，因为会有越来越少的分心物或者——我们搜寻词语——**能量耗尽了。大量的日常活动是一种对这种有意识聚焦的能力的分心；而冥想者在取得并体验到冥想状态、持续了你们的空间/时间环境的一个相当多的部分之际，能够精炼这种有意识聚焦的能力。**

在此刻有最后的询问吗?

Gary：谢谢你们，Q'uo，那段话是美丽的。我们将进行最后那个大问题，因为这是最后的询问。星际邦联谈论「**思想形态**」。任何的想法，甚至是一个经过我们的脑海、飞逝的想法，都是一个思想形态吗？或者，一个想法要成为思想形态，(必须)有一定程度的意图、供能：来自个体或集体?

Q'uo：我是 Q'uo，觉察你的询问了，我的朋友。这是一个有趣的询问，因为它拥有是与否的要素，因为在灵性的旅程中、如此多的部分是个悖论。一个实体可能会在某个领域中思考的一个想法，都能够成为一个东西，或一个思想形态。如你们知晓的一样，你们自己的密度，如同所有的密度一样，都拥有很多很多个子密度。七个子密度，每一个子密度都有其七个子密度，如此继续，以至无限。因此，一个人思考的任何的想法都可能成为，容我们说，在某个存有的层次上的一个居民或东西。当更多的能量被赋予想法之际，这个存有的层次会对于第三密度的实体成为越来越明显的，尤其是现在，你们星球实体其自身已经进入第四密度的振动，因此更多的这些思想形态被你们星球的人群创造出来了。

因此，当足够多的思维能量被赋予一个形式时，就有更大的可能性、思想对这种形式的创造物将会在另一个实相中有其自己的体验，并且成为，容我们说，环境、氛围以及具有一定类型的存在性的组成成分，在其中、多种类型的思想形态居住在这个意识层次的环境中。在某种程度上，有些在你们内在层面的存有能够使用这些思想形态作为一种类型的，容我们说，食物，这种食物比较不会滋养一个身体，而是启发某层次的心智或灵性、会成为你们第三密度幻象的一种映射，而你们七十亿人群都居住在这个幻象之中。如果你

们能够开始想象这样的人口创造出来的巨大数量的思想形态，你们就可以开始觉察到这些思想形态如何能够成为一种类型的增强物或...食物，这并不是我们很想要用的词语，但它最接近那个意思，因为这些在内在层面中的实体必定知道，这些思想形态可能变得相当模糊不清的，它们同样是数量很多的，且在意识的各种各样的、跟你们星球联系在一起的层次的更大意义上，并非没有它们自己的用途与目的。

在此时，我们将离开这个器皿及其团体。我们觉察到，我们已经使用这个器皿比通常习惯的时间更长的一段时间了，我们对于这样做的机会是十分感激的。再次地，我们感谢你们邀请我们今天出席。在你们的寻求中、加入你们已经是一种巨大的快乐与荣耀。你们一直都是我们的一种启发，如我们希望成为你们的一种启发。现在，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，我们全都是祂的一部分。平安与许多祝福，我的朋友们。Adonai vasu。我们是 Q'uo。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2018_0512b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_0512.aspx

---

☆ **第 3003 章集：契约与服务**

Copyright © 2003 L/L Research

特别冥想 2003 年 3 月 21 日

来自 J 的问题：「请描述我的契约设计，以及服务太一造物者、服务他人、服务地球母亲；我的神圣精华在当前的空间-时间通过爱与服务已经创造它们、同意并渴望去实践的契约。」

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱和无可言喻的光中向你们致意，我们今天以祂之名来到你们中间，你们是我们称为神性原则的一部分，因为所有的实体都是该原则的一部分，每一个人都如同宝石一样、从主矿脉分离出来，或者如从造物者的一个光辉而神圣的场所闪耀出来的闪光一样，每一个人都在大宇宙的小宇宙中保留着一个全像性的表达，一直并永远保留着该表达、在太一造物者以及祂爱的创造性想法的无限范围中。我们极其乐于在这个主题上跟你们分享我们的想法，我们仅仅请你们带着相当小心谨慎的分辨力、鉴定和评估我们所提供的每一个想法，并且一直寻求并探寻个人的共鸣，寻找那种特别的悸动感，忆起那些你早已知道、只是忘记的事物。这就是一种个人真理的标志。所有其他的想法，无论它们会怎样如同玩具一样对于心智如此有吸引力，它们都需要作为绊脚石被留在后面。借由这种自由所给予我们的保证，我们接下来就可以表达我们自己，不用担心我们会因为被错误地感知为权威人物而可能造成任何人绊倒了。

任何的人生、肉体的投生，都是短暂且充满可能性的。若我们能够向你表述你为现在享受的这次投生所计划的全部可能性，那会是一场漫长的讨论，它包含了许多你没有选择的途径，以及那些你为了荣耀、服务、牺牲、爱而留在后面的事物，那种爱必得要那些人选择、如诗人所说的、一条人迹更少的道路。接着它缔造了所有的不同。[1]

我们可以说，也许从果树上会有一片掉落下来的叶子是给你的。然而，它将会自然而然地来到你身边，如果一个人从后见之明的角度来注视这条道路的话，它的确是一条迂回的线路。但是，站在时间的地基上，这是一条有效的道路，**所有事物都将以它自己的时间发生**。这就是我们用任何特定的方式所能够告诉你的事情的精华了。

我们接下来将这次解读的平衡花费在讨论你们已提出的问题上，相比你所偏好的方式，这种讨论会依照也许较为宽广、但较不具体的视角来进行。然而，我们非常想望你们来解开上一个谜题、去体验那种从跃入半空中而跃出的信心，我们希望你们不仅仅将自我放置在那条线上，同样也快乐地站在那条线上，因为它给予喜悦并且表达该存有的最深热情。

如果放松地进入这些选择，有时候似乎带着神秘的精确性与速度在流动。在其他的时候，这功课包括了等待。在目前的谜题中同时有两个方面：那些不必去抵抗的事物、以及那些单凭信心就能够表达宁静品质的时刻，这种宁静不会对显而易见的挑战、困难或显化的缺乏视而不见。

什么是服务造物者的样子？我们认为，你所谈及的契约是一种你已经尝试去遵从一段时间的契约。它是一个终生契约。它是灵活弹性的。只要你呼吸着，它就是有效的。这个契约是许多此刻在你们的行星上表达显现的人们所共有的，不只有活在最后一次投生、或希望是最后一次投生的地球原住民，还有那些从别处、从更高密度来到这里的实体，为了在此刻的行星地球上有所服务。这个所有人共同持有的任务必然是一种对于自我的精华之一般性表达，因为难道所有的自我不都是无限造物者的一部分吗？所以，有一个如此珍贵的悖论：所有灵魂的绝对平等性、以及每一个个人身份的宝石的绝对独

特性，而个人身份即灵魂光流，在肉体的幻象中，它如此粗略地被人格外壳所表现出来，而人格外壳就是在你周围的人们将其视作你自己的事物了。你准备好去为之而活并为之而死的事物是爱与光的理想。此刻，这个星球上的需求是巨大的，这就是你现在所服务的事物了。收割的时间到了，那些已经觉醒的人已经唤醒那种记忆，即他们在这里要以一种特定的方式服务。

这特定的方式和你们的文化中人们用来体验人生以及看待合同与工作的方式是完全不同的，所以如何理解手头的工作也很不同。然而，**这个工作是去活出这样的一生：包含了尽可能多的意识、觉知、以及对所有可见事情的准确观察。接着，它要求你的灵魂之所是的仪器，作为一个穿梭载具，借由意识，协助太一造物者把无限的爱与光带入物质性身体之中，接着送出、进入这颗行星的形而上内在层面之中，太一造物者的无限爱与光无时无刻都在流经心轮开放的实体、并借由意图要么送给造物者、或这个器皿如此有志于去强化的该星球的第四密度网格，并且送给她每天都会联系的人群，这是能够借由在至圣所之中所表达的简单意识的层面而服务和祈祷的对象了，那至圣所就是开放之心，在其中，那个实体与太一无限造物者同在。将这种人物角色带入世界中就是将平安带入世界中，将光带入世界中。携带着这种意识意味着你开始看待你自己为基督。你开始看待其他人为基督。你开始将(宇宙)造物视为天父的一个表达，你开始看到借由成为你所能够成为的、最精要的自我，你正在越来越接近那个基督的自我身份，即是大写的我(I)了。**

我们想要指的并不是字面上的基督，那个身体、那个人格外壳。我们指的是意识，即内在的基督，那个名为 Jehoshuah 的实体带着如此的韧性、如此的优雅、并且如此勇敢地携带着的意识。然而，它是一件斗篷，容我们说，那件斗篷是神性原则或圣灵的斗篷，或者如这个器皿所称的，圣灵的斗篷，圣

灵是不带有身体的基督，那流动的神圣火焰，那「随意而吹动的」[2]圣灵之风。这意识就是你的基本契约。这就是你来到这里来做的工作了、不是一个轻松的工作。因为这工作贯穿一天、贯穿你在这个星球上所有的清醒时间，所以，在那些愿最大化他们的服务的人的实践中，该实体越来越多地觉察正在发生的想法和感觉，越来越多地觉察到那些触发物：把正在神圣意识的伟大海洋中休息的自我、拉入混淆和混乱的群岛之阴暗中，而这种混淆和混乱就是通常分段发生的日常经验了。

[2] 原注：圣经，英皇钦定译本(KJV)，约翰福音 3:8。

围绕着每一刻的深沉水域，对于一个在生活表面上滑水的人并不是显而易见的。正是那些足够勇敢、以致于会潜入当下此刻、并借由饥渴来收获它的果实的人，正是那些如这个器皿会从圣经引用的一样，寻求者正如同那「渴慕溪水」的鹿[3]，自我变成了一个已磨亮的器皿、一台水晶收音机，安静地等待着，双手空空地接受通过智能无限的大门的穿梭器[也就是灵性体]而来的信息。

[3] 原注："上主阿，我的心切慕你，如鹿切慕溪水。"(圣经，KJV 版，诗篇 42:1)

在对这个主要的契约性责任或 Ra 群体称为的「荣耀/责任」上工作的方面，我们会推荐的策略是**开放心轮的训练**，J 实体已经借由许多资源和许多经验、如此丰富地使他自己为这种训练做好准备、以致于这个实体可以对内在的种子施加影响，那种子会在觉醒意识的春天绽放。种子已经掉落到肥沃的土地上，美好的春天必将到来，我们仅仅鼓励 J 实体向地球的植物弯下腰，照料那些出现的幼苗，在此刻，在这个地方，带着极大的爱，带着对神圣荣耀的极大觉察来呼吸。**我们鼓励在每一天带着开放的心尝试去注视家务工作，将**

首先的兴趣放在最低的楼层上，它们是生存和性的楼层，它们可能是一间房屋的地窖以及较为原始的部分，而一楼，是一个在一个人的个人生活中的亲密的个人关系、家庭关系、团体关系的楼层。这些小小的关注点，这些易于发生的杂务和日常生活的体验包含了大部分的谷物、给予形而上学习的磨坊，这的确就是你来这里要做的事了。

无论所有准备好的人际关系是否被使用，该学习都将发生。的确，在大多数的投生中，很多的人际关系被允许流逝、或者甚至单纯地因为那条路没被选择而不会发生；所以，任何投生的可能性都是不会被耗尽的。

在这种契约中，你所给予的礼物是一份生命的大礼、即是活出一次人生、一次为造物者而活出的人生，一次借由记得造物者而活着的人生，一次通过对神性的神秘奉献而活出的生命，怀着一切都好与一切将是好的信心中、活出的人生。当实体在自己的身体中感觉舒适时，当他拥有一个运转顺利、满意的家庭生活时；对于为了获取物质供给所做的世俗工作所带来的好处和表面上固有的挑战有一定掌握以后，心才能够开始开放，并且在一种无防守且放松的状态中感到安全。在那种状态中，完整的能量开始流经心轮，依照那个正在工作的水晶存有的实体的意志，那种能量接着就能够流入意识之中并在意识中为自我，为这个行星，为自我周围的实体们，或者，确实为造物者自身而工作了。所有这些能量都是一次在信心和感激中活出的人生的能量的一部分，如果对所有发生的事情都记得去致谢和感恩的话。J 实体在多年的经验与服务当中以及在奉献中、已经如此巧妙地累积起来的资源，将能够在它们被需要的时候开始生效，不是因为当头棒喝或思想的逻辑智力的诡辩，而是因为那些指点、示意、暗示的事情，它们将会从梦境、异象、鸟、灌木、天空和不寻常且无法预料的同时性中往上冒泡。那么，我们会鼓励留心来自于

第二密度的提婆们(devas)的信息，它们与你的灵魂需求完全协调一致。我们鼓励那些对同时性和被说出有益言语的觉知，**这些有益言语来自：第四密度的天使般的帮助行为、在第五密度与第六密度中更崇高的老师之行为，以及造物者的奇思妙想——甚至在比这些老师更高的层次上运转**。确实，很多时候造物者一本正经的诙谐[4]，借由讽刺性却苦乐参半的幽默、为忧伤可怜的尘世悲剧撒上一把盐。这也是一种非常深刻的教导。

[4] 原注：attic wit，一种深刻、优雅的警语，它是雅典文化所特有的。

你是一块水晶、拥有能量的完整光谱。你能够产生并聚焦于这光谱中的任何色彩。借由你对催化剂的回应，尤其是在日常生活中、在微小的生活中，你能够精炼、清晰表达、净化你的情绪的这些色彩并使它们结晶化。在人类的心中有着这般的美丽，当你一天接一天地向造物者奉献你自己的时候，你就如同在土地上的花朵、带着你自己的色彩排列闪耀着。这些是你已经创造出来、向太一无限造物者献上感谢和装饰品的调色盘。那么，你今天的想法是哪些？那么，你已产出的感觉是哪些呢？

这个器皿在早些时候谈到自己：在一个最近的情况中，她在世俗的层面上取得一个巨大的成功，但是在个人的层面上，她对自己感到失望，因为她没有在每一个情况中都抓住机会去看到崭新的人，或者对她来说是新人，看作灵魂，她反而看到人格、陷入社会仪式的错综复杂的事物、以及在这些情况中对这个特定的实体而言是固有的令人恼火的事情中。为什么采取了这个选择呢？为什么注意力从奉献的中心偏离了呢，而这个器皿的希望是无时无刻都如同在山丘上的灯塔一样地照亮？不仅如此，这个灯塔有时候看起来似乎变得非常昏暗、看起来并没有非常明亮地闪耀。

这些都是对于学习而言非常珍贵的时间，在这些清醒觉察的时刻、知道一个人已经从它的焦点偏离了。那么这时候，不是去教训自我、谴责自我、或嘲讽自我，而是去改正想法的错误、并且大声说出那些原则：将实体们视为造物者，将自我视为造物者，将宇宙造物视为造物者的世界。**这些就是你已经订下契约来做的事了**。在你们现在所享受的文化中，你会将契约的使命与外在天赋等同起来，这是非常容易且完全可以理解的。而我们会说，假使这个器皿从未有过任何的传讯，从未有任何的写作，或者从未在她的人生中歌唱过，我们不会感到有任何个人的错误，这个器皿仍旧在恰当地、合适地、追寻着她称为的国王的大道。

外在天赋里没有任何契约性的成分，毋宁说，契约性的义务、荣耀、责任是在于你希望去允许在这个密度以及这次特定投生中绽放的生命。**对于一个来到收割期的实体而言，它有一个希望，即如同太阳一样、明亮地成为可收割且闪耀的实体，以光辉照亮其他人并单纯地因为他们体验到的存在光辉而开启他们朝向觉醒的旅程、从而收割周围的那些人。**这是一个非常微妙、非常隐蔽的服务。它是要花费惊人的锻炼、却会给予极大的喜悦的服务，它实际上是这个器皿所称的、通往内在学习的快速道路。因为，在心智的这种特殊状态中，你就如同调音好的器皿(乐器)一样而能够在一个慈悲且感恩的立场上去观察太一无限造物者正在展开的计划。

现在这个时刻，很多人会被唤醒，接着承担起自己的责任、一起努力修建通往第四密度之路，为在这一世代之后来到行星地球上来的人、修建一条安全的路。被称为人类的团体，其第三密度的工作大部分处于尽头了，容我们说，政治上的全球分数看起来不很好。似乎我们作为实体，没有前进到对爱与光感兴趣的人来说非常适当的可收割位置；但是，这些外观并没有实质。

如果用一个显微镜观察任何物质的东西，它可能会显示在物质中几乎没有实质、而绝大部分都是空间。能量是在形而上世界中拥有实质的事物。意图的能量以及聚焦于你的渴望中心的绝对忠贞是前方工作的前提条件。它将祝福很多人，而它经常会是被隐藏的。

我们的确祝福并鼓励你们也去跟随那些导向外在服务的道路。对于引发你问这些问题的能量而言，这些路不位于中心，不过，我们感觉，你会在事情展开时感到高兴和某种惊愕。有大量令人感兴趣的事情出现，因此我们会单纯地鼓励一切都好的感觉和道路就在你脚下的感觉。这就是这个器皿所称的国王的大道，道(Tao)，那在你的脚下的路，你是走在那条道路上的。这就是我们回应你的问题所要说的大部分内容。关于你提到的和环境一起工作的方面，(我们)再讲一个想法。

名为盖娅(Gaia)或地球或者泰拉(Terra)的实体，此刻正在感到绝望的分娩中呻吟。**当越来越多的实体送出光并开始为了如棺罩一般、盖在你们星球表面的恐惧和苦难感到悲伤，地球已经多少有受到鼓舞。**这是对盖娅的鼓舞，而她需要更多的安慰，她的孩子爱她、想望她安好、并在她生出第四密度的自我的阵痛中协助她。好比这个器皿的实体及其团体，还有类似的其他团体，都已经开始觉察到强化与增强盖娅实体——尤其是她第四密度的分娩——的方法。常常出现的情况是，**在特定时间进入观想或冥想中的人类晶体，即是一个(有效)工具；从而结合许多意志成为一个越来越巨大且强壮的意志了，它可以借由其光之纯粹能量带很多其他人加入进来。**

在流浪者带着增强的爱之意识来[容我们说]感染地球的努力中，隐含着一种依赖，即依赖这个器皿称为的**百猴效应**，最终的希望是：**越来越多的实体组成灯塔、光的团体、学习的团体、冥想的团体、形形色色的奉献团体，形成向无限造物者表达奉献的各种方式，而这些团体一致祝愿行星地球及其人群得到光与爱。这些目标正在取得高速进展，我们看到更多的光之场所正在形成，实体可以在里面形成小组，建立灵性导向的友谊、同伴关系和家庭。这些能在此刻增强光的可能性是极大的祝福，我们鼓励你利用出现在路上的这些机会，因为它们可以让你的光加入许多其他人的光。在你们的人群中、那些已经觉醒的人会越来越频繁地遇到这些机会。**

知晓地球将会是安然无恙的。如果地球必须放弃人类，将会发生悲痛与忧伤，那真是悲剧了。因此，钟爱地球，借由与地球的直接关系来表达爱，花时间与大自然和自然状态在一起，单纯地跟地球分享爱，当你呼出二氧化碳供树木吸入的时候，当树木呼出它们的氧气好让你可以拥有生命，在这过程中体验付出爱与被爱，在太一造物者的和谐中歇息、接着得到疗愈。

我们会在此刻请问有没有任何后续询问是我们可以帮助你们的？

Jim：我想要知道，他有好几年在右耳体验到的那个音调、一个非常轻的音调，那个音调可能是为了什么目的，它可能是一个什么事物的象征或其结果吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个声音是对你已经为自己设置的事物的一个正面结论的肯定。若在左边耳朵听到类似的音调，那么就是对刚刚被取得的结论的一个负面性反馈标记。这不是一个硬性规则，因为有其

他的原因可以产生耳内的音调。然而，当你感知到这样一个音调，回顾当时脑子里出现的议题、看看内耳感觉到的音调是否可能有某种信息，这是有帮助的。

有另一个问题吗，我的兄弟？

Jim：当 J 进行呼吸练习的时候，他进入到一种特定的假死(suspended animation)的状态，在其中他会听到另一种音调。你们能够解释那个音调可能是什么吗？

(我们是 Q'uo) 名为 J 的实体在呼吸作用完全停止发生之际、会有一种内在体和物质肉体的一种轻微分离的特性。内在体多少有些提升进入到大门之中，内在体将[容我们说]银线或者灵性的穿梭器升起、在从太一无限造物者倾斜而下的信息流中歇息。这的确改变了意识状态，该噪音就仿佛是汽车的窗户裂开了一点点、允许外面宇宙的空气流进入肉体载具的受保护外壳之中。

我们可以进一步回答你吗？我们是 Q'uo。

Jim：J 感觉到一种跟 Ra 群体的连接、跟中心太阳的伟大存有们的连接，以及跟 Metatron 群体的连接。他如何才能让那种连接更加明显、如何才能在他自己的灵性旅程中使用它呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。和带着这些名字的实体们的精确连接的状态是.....
（录音带结束）

[1] 原注：

《未选择的路》(The Road Not Taken)

Robert Frost 著

黄色的树林里分出两条路

可惜我不能同时去涉足

我在那路口久久伫立

我向着一条路极目望去

但我却选择了另外一条路

它荒草萋萋，十分幽寂

显得更诱人，更美丽

虽然在这两条小路上

都很少留下旅人的足迹

虽然那天清晨落叶满地

两条路都未经脚印污染

呵，留下一条路等改日再见

但我知道路径延绵无尽头

恐怕我难以再回返

也许多少年后在某一个地方

我将轻声叹息把往事回顾

一片森林里分出两条路

而我却选择了人迹更少的一条
从此缔造了所有的不同

Translated by T.S.
(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.
翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0321b.htm
英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0321.aspx

---

☆ 第 3004 章集：和平与和谐

Copyright © 2003 L/L Research
周日冥想 2003 年 4 月 6 日

团体问题：Q'uo，今天的问题是跟这些天来、似乎很多人正在感觉的有关，因为合众国正在参与一场与伊拉克的战争、非常具破坏性，有很多时候这些人看起来似乎充满了压力。时间太少，要做的事情太多。很多人感觉到悲伤、愤怒、沮丧、怀疑。这些事情看起就好像正在持续地冒出来。我们想知道，在这样的时期是否有一种方法来维持一个人的和谐，**是否有一种跟这些困难打交道的方法可以把我们带回和谐**？在关于我们如何才能与这些在我们里面和周围的困难时期打交道的方面，我们对你们可能说的任何事情都表示感激。

（Carla 传讯）
我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中我们向你们致意，在祂的服务中我们今天来到你们中间。你们坐在这个甜蜜的寻求圈里，

以你们的陪伴和美丽的振动、产生了极大的祝福，我们诚愿为此感谢你们。我们尤其为你们从生活中抽出时间而感谢你们，通过你们的问题，我们看到你们的生活是十分忙碌并且多少有些困难的。而你们找出了时间和地方聚集在一起，单纯地为了去寻求真理。我们为此感谢你们，因为能够与你们分享我们的想法，并且被呼唤到你们的集会当中，这对我们而言是一个巨大的福分。

在跟你们分享这些想法的同时，我们请求每个人在听这些想法时以非常辨别的眼光来看待你们接受并作为资源使用的想法。不要把我们看成权威，而是看成愿意分享意见的众生，因为我们是你们的朋友和邻居，不只就时间和空间的角度，还是就我们生命的性质和共享的旅程方面来说，都是如此。如果你们能够在听我们的想法时使用分辨力，我们就能够自由地表达想法而不怕会侵犯任何实体的自由意志。

今天你们向我们询问和平与和谐，你们的人群如此珍惜并深深追寻它们，而对你们很多人来说，它们似乎相当难以捉摸的。你们描述的时代困难和自我困难，似乎是在场很多人心智表面上的实情，当然也反映了你们人群的心智里出现的普遍想法，因为你们的行星和人群在全球范围内都对和谐与和平发出巨大的呼喊。

这个器皿想要用、而我们阻止她用「草根」这个术语来描绘正在冒泡的能量。因为用了「草根」、我们就不可能自然地使用双关语啦！而我们想要说：和谐与和平的能量的确在从草根自身冒泡、从每一粒种子和每一个活物[它们从泥土获得生命、在你们的第二密度中转向太阳]身上冒泡。那些转向和

谐和平静的能量就是你在物质层面的载具的每一个细胞中所拥有的能量，它们也是你在内在层面中、你的精微体中拥有的能量。

造物者之光的每一片火花都有个本能、平衡能量到平安与喜悦的预设值。无论如何，滋养这预设状态进入显化的脉冲和能量并非朝向喜悦或平安，而是那种蕴含在专心致志的方向或如 V 实体已说过的人格锻炼之中的本能。因此，我们会花一些时间来讨论这个概念：**喜悦和平安的预设状态**。

当我们注视着这群人[实体]的圈子时，伴随着他们美丽闪烁的能量载具，我们的偏向是：我们会最容易地看到那在最深处的景象，而最不容易看到你存在于表面上的那个部分，反之，在诸如你们现在所享受的物质性投生之中，除非你们在其中享受生命的载具已经是天生失明的，或者拥有实质的、其他感知上的困难，最容易进入你的感官和察觉性力量的事物是被看到、听到、闻到、尝到和摸到的东西。那么，你世俗体验的优先重点就聚焦在你作为一个最不可靠或最不真实的实体周围的那些事情。然而，就是在这些不真实或这个器皿称为「共识性实相」的虚幻结构的层次上，你们在其中度过了日常生活和工作的时间。我们确实理解，对于你们每个人，有着各种诱惑和各种有逻辑的理由让你漫游远离这样一种自我的概念，该概念是：自我会将它的心智仅仅放在一个事物上，那个事物就是太一无限造物者的爱。

我们凝视这个器皿的心智内部，寻找对这个悖论的描述，找到她在漫长、忙碌、精心安排的辛勤工作日的体验；她在这些日子里处理、组织各种杂务，然后把它们从待办事情的清单上划掉。我们发现这过程在这个器皿的内心，**几乎没有引起任何压力，这是了不起的**；**因为你们人群当中有一种倾向，不仅要做的事太多，还发现自己对这个事实感到担心，这种能量然后像滚雪球**

似的自我累积，导致个人对于自己的匮乏和没有完成自己或别人的期待越来越敏感。

在这个器皿的心智里面，我们还发现了持续不断的、重新调频心智的努力，我们想要从这个方向来讨论一些方式好处理你们现在享受的情况：基本上，它是一个非常好的环境，观察、分析、改变思考的优先次序，使你的特定心智和注意力在任何具体时刻发生的事情中、聚焦于某个细节而不是另一个细节。

一个实体在任何特定时刻都可能体验到大量的催化剂。有些催化剂进入耳朵：驶过的火车、响起的电话铃声。流逝的景象中有眼睛可以看到的催化剂；正在发生的事情中，有些催化剂让所有感官都可以感觉到。心智也有催化剂，它们是被一时的感官印象激发的想法，有些想法涉及对于自我原初想法的反应。在所有这些排列中，上面提到的想法没有一个不是被外在环境对该存有的影响所引发的。名为 C 的实体表达了她的渴望、要超越那个层次的想法，**进入真切、原初的、她自己的想法，由内而外而不是由外而内移动，于是有一种、容我们说、如绽放花儿迎接风的感觉，而不是被风肆意刮走的破布屑的感觉，因为破布没有根、只有破败撕碎的材料。**

你们每个人都不时地感觉如同一块破布，像一个任由风儿嘲笑、玩耍的东西；确实，这常常感觉像是灵性之风把你拎起来，然后在某个你宁愿不去的地方把你放下。

对于聚焦在太一无限造物者之爱上的心智，所有通过感官而来的事物的观察、关于那些感官印象的想法、以及评判那些感官印象的想法，所有这些都

被视为是在其存在的生命水域的表面上的小块泡沫。**如果该心智聚焦其上的那个单一想法是无限太一的爱，那么内在的存有就有机会选择去维持那个焦点，这种聚焦不仅仅在那些静默时刻之中，也在那些充满噪音的时刻之中，那是文化的噪音、战争噪音、拥挤状况的噪音，以及在一个渴望、热望、要求绝对平等的世界中，令人痛苦的大量不平等(之噪音)。**

在你们预言性的文学作品中，在你们的神话和传奇故事中，有大量对于转型时代的关注。在古罗马文学中有诗人奥维德(Ovid)对于大自然和人类之形变(metamorphoses)的凝视。枯燥无味的历史学家们已经仔细观察过各个帝国的兴衰。**诸如耶稣·基督之类的灵性领袖的能量已经聚焦在从物质转变为灵性的过程上。这个器皿已经对各种各样的宗教信仰、神话、哲学系统有过很长时间的研究，在其中的主题是：一个人如何才能帮助自己从自我较低的面向转变为更为高贵的面向。转变的材料就是从睡梦中醒来的材料。**

幸运的是，对于你们所有人在此刻所面临的改变类型，我们拥有非常谦逊且易懂的范例。**这是一个转变的时刻，它对于你们的行星而言也许是最重要的。就是这个已经生育并滋养你的地球，它自身正在(重新)出生，而这份努力和分娩进展顺利。然而，有困难。这种困难是至关紧要的，因为如果分娩继续进展困难，将会需要有同等于剖腹生产(Cesarean)的事情发生，这会将地球表皮的一部分除去以便于地球的新能量体之配置可以拥有空间、借由其适当的外形以及能量链结点的排列而被生出来了。选择此刻在这个星球上投生的许多人，更多是为了这个星球、而非为了人群而投生。你们的希望是你将能够借由从物质生活的梦境中醒过来、成为一个有魔法的人，成为一个能够作为水晶般实体而行动的人，接收能量，转换能量并将能量送出去、进入行星地球的第四密度网络。**

细节总是让人分心，而修炼总是唤起你的记忆。大自然几乎很少把体验配置得让你不可能错过灵性信号。最常见的是：灵性的暗示和线索被配置得让你能够完全错过和忽视它们，在先后次序上排在你察觉的门槛之外，被日常生活的事件、细节、杂务所排挤。每个人都知道在历史中，**有些灵性人物已指出：他们越是忙碌就越会早起，好使他们有更多时间祈祷，因为正是通过祈祷、工作得以完成，而不只是靠白天花很多小时辛苦工作。对于有耳听的人，这是一把伟大的钥匙。我们并不是建议实体们必定要早起，在开始一天之前以冥想做准备；但我们建议的是：一个实体的心智极为容易受到心理制约。暗示的力量是巨大的**。每个实体都见过很多这种暗示的例子，最常见的也许就是当一个人打哈欠的时候，周围的人经常会受到感染、发觉自己也打起哈欠来。

因此，这种情况也会发生在大众媒体、电视、报纸，以及J正在谈论的那些意识的代理人上头，他们倾向于从实体们的想法面团制造出适当形状的饼干，这样实体们对于特定主题的意见就会呈现出一种值得注意的相似性。他们一直在听从一个源头，在那个源头中蕴含一种结构，该结构似乎解释了行为或替行为辩护。而在这些行为的具体细节中，有无穷多的灰色地带、道德伦理的问题、这种或那种的悲伤或愤怒或担忧的起因。

解决方案的简单性是有趣的。因为要解决觉察到的麻烦，就是把意识转向无限造物者的爱即可。我们并未意指这是一个极为抽象的概念。而是以另一种方式请求你们向这个概念开放：你就是你所寻求的平安与和谐，因为你是无限造物者之单一伟大原初思想的一片火花。比方说，造物者在祂那无可描述的无限中，祂是一个振动。你具有这个原初的振动，即是无条件的爱，作为

你生命每一个细胞的基础。没有那个爱的思维，一切已经缔造的东西现在都不会存在。祂不是某个你可以拥有的东西，而是你的真实本质，远远比你的骨髓更深入、比你的呼吸靠你更近、比感官印象更真实。因为祂是那脉冲和火花；没有祂、你就无法思考、无法呼吸、也无法享受存在或意识。该神性原则的这个本性就是你的心、你的真理。你就像一块藏着完美雕塑作品的石头。每个细节、每项杂务、每个职责、每次的干扰、每一场战争，都在不属于你的东西上一点一点地凿刻、捶打、叮叮当当不断加重力道以除掉一片片石屑，逐渐开始塑造出隐藏在忙碌的世俗生活细节里面的多面向宝石。催化剂的器械是多么地钝！不过，又是多么有效啊。

当一个人开始觉察这个催化剂与经验的过程、学习和蜕变的过程之后，他就开始能够拾起一些工具来使用，这些工具并不像外在的经验、以及辛苦学会事情那样地鲁钝。再一次地，**善用这些更精细的工具的关键是意志，这些工具把你期望丢掉的自我杂质去除、提炼净化。每次使用意志把自我从由小小混淆组成的群岛、提升到充满灵性态度与意识的地方之际，这些细节在这里被看成细节、跟任何其他东西没什么不同，你就从注意力上卸下了一个负担，好像把眼罩从双眼取了下来；由于你要求自己锻炼这种注意力，你首次可以开始体验到这个器皿早些时候谈到的无缘由的欢乐与平安的感觉。因为在我们看来，正是由于这个器皿长年锻炼心智从各种细节返回静默、才逐渐地使她能够找到一种确实超越理解的平安。**

你内在的造物者、你自己的真理，乐于活出你的人生。你有充足的内在灵性脉冲让你在真实的平安与无稀释的喜悦中度过一生。不过，它是某种自我必须给予自我许可的事物。一个人必须许可自己感到满意、快乐、蒙福的，因为你们文化为人民提供的训练不包含这些；没有谁教你们的人群：**快乐是一**

种自然状态，相反地，他们被告知，斗争和竞争才是自然状态。每个人都觉察到，文化本身以许多方式向成长中需要指引的人提供这些课程；而**从来都只有用灵性感知，才能释放冲突、斗争以及那些幻象的真相，以便再次转向一体状态令人震惊的奥秘，转向爱、那是你所见的一切、转向创造了一切万有的光，而且不会漠视貌似善或恶的事物。**

一个人活出的生命，是一项具有巨大微妙性的工作。在物质性的幻象之内有一种不受限制的转变潜能，如果你愿意问自己：「是，但是这个细节底下的我是谁呢；是，但在这个行动底下的我是谁呢？我是谁，我是谁的，我为什么在这里？」你就一个一个地释放了那些限制。面对不和谐之际，这个想法可以成为你的资源：「我是谁？这个外在的情况和我是什么关系呢？如果我是一个爱的生灵，那么我在这个情况在做什么呢？」从外部查看情况、作出反应，经常比较没帮助；从内部观察情况、就是在这个具体结构中找到爱，成为爱的守护者、保卫者，如果需要的话，成为爱的表达者。无论你在凝视什么，无论是谁向你伸手请你给个反应，如果你能够做到的话，努力改善那个情况、那个关系、那个片刻，让那个氛围多一点爱、多一点理解、多一点造物者的自由。

在几乎任何情况中，要失去对心智的调音是容易的，也就是对你自己的调音、让你记住你的大我(I)比人格外壳以及活出表面生命的自我要大得多。是谁在真正活出你的生命呢？无限意识想要活出你的人生。重点是不要挡住祂的路。

保持沉默的人可能是最有智慧的人。你们社会上说话声音最大的人很可能在提供最深的困惑。因此**我们鼓励你们对静默的胃口。鼓励你们投入强健的静**

默、那是太一无限造物者的言语，进得越深越好，在你可以的范围内、时间越长越好。如果你只有三十秒或两分钟、五分钟，你(仍)可以访问通往智能无限的大门。在任何你们能够的时候，花时间来将你的能量体从它的束缚中解脱出来，以便于更新它，开启它。当你发现自己位于开放的心中时，我们极其鼓励你们在那里跟起初思维、也就是爱本身、坐一会儿。在爱中歇息、那是你心中蕴含的爱，并知晓爱就是你的真理、就是你最深的自我。接下来在你的光之盔甲中前进，并知晓所有那些属于尘世起源的事物都将如它们必须表达的那样表达，所有活着的事物都将死去，所有从幻象经过的事物都将再一次进入存在。在那个存在于感官之外的周期中歇息。在那超越心智的神秘中歇息。在你所拥有的感觉中歇息.....

（*磁带第一面结束*）

（*Carla 传讯*）

为了让你个人的学习发生，为了让你执行服务，我们总是乐于加入你的冥想来深化你可以享受的冥想状态。在无形的世界中，有很多实体会警觉到朝各种方向寻求的实体。因此，这关系到知晓你是谁、你相信什么，然后在你觉得自在请求的结构里请求帮助。这个器皿会把该帮助称为天使的(协助)。其他人会以各种技术上更精确的名字来描述内层空间中各种水平的不同实体。我们的要点单纯地是：**那些清楚地知道自己在寻求什么、自己是谁、为什么选择在此刻投生的实体，会得到可观的、充满能量的帮助。**

尽可能进入完整的自我觉知感。请求可用的帮助。然后找到释放自我的勇气，在完全易受伤的状态中，毫无预设偏见地、面对下一个时刻。

这个器皿告知我们，我们和她在一起的时间用完了，因此，带着好风度和幽默，我们愉快地离开这个器皿，并将这个通讯转移到 Jim 实体身上，好让那

些在场者的头脑中任何剩下的问题都可以获得讨论。带着感谢，我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。

（*Jim 传讯*）
我是 Q'uo。我们通过这个器皿、在爱与光中向每一个人致意。在此刻，我们感到荣幸，请问在在场的人们的脑海中是否剩下任何进一步的询问是我们可以谈论的。

T：是的。我有一个问题，它是今天整个传讯所谈问题的继续延伸。我从来不太相信来自外面的实体会影响我，但是大概在过去一年左右，我开始相信，不管什么原因，**我吸引了更多的注意力到自己身上。**这就是每个人都在经历的普遍动荡吗？在不超越混淆法则的情况下、我不知道你们能在多大范围内评论，但是请评论一下，因为我是个特殊的目标呢，还是因为这是现在每个人都必定要处理的普遍事件？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们检查你所描述的体验，我们看见那是很多人在此刻所共有的体验。因为**很多类似你的实体有极大的渴望在一个情况中有所服务，然而该情况不允许你们以渴望的方式给出服务。因此，你会感觉到大量的无力感。这种无力感充满了已经变鲁钝的服务之渴望。这在你的能量中心系统中引起了一种，容我们说，能量阻塞的出现。**

有一种晶体的断裂可在这样一种情况中被观察到，在其中，**那些负面极性的实体施加能量引起那个断裂，使得那些想望去帮助的实体受阻。一种催化剂变得明显并用一种过度反应的方式振动，接着如你已经描述的那样表达出来。**容我们说，有需要去检查那个断裂、那个催化剂、那个在冥想状态中触

发困难的事物。感受这些感觉并检查它们的起源，这可以被良好地完成。**当一个人更多地觉察到自我的组成，觉察到能量穿过心/身/灵复合体的途径之际，接下来一个人就较不易因为他已自由选择的困难之增强作用而受苦。**

他可以很好地找到一个正面导向的计划，在其中一个人就能够构建一种对他的能量中心内在的断裂的象征性融合。例如，在一个人居住的场所的周围会有各种各样小型的计划或一些项目需要修理、需要清理、需要关注。这可以成为一种象征性的能量表达，这种能量接下来可以于内在被感觉到，它会允许内在治愈发生、因此修复了那个断裂。

有另一个询问吗，我的兄弟？

T：没有，非常感谢你们。

我是 Q'uo。我们非常感谢你。此刻有另一个询问吗？

S：我所要说的并非真的是一个问题，而比较是一个陈述。我注意到当我与周围的家人和朋友们一起走过生活时，有时候我会将他们视为理所当然的，我不总是展现出我的欣赏与感激。我想要把你们 Q'uo 包含在内，如你们说的，还有天堂的天军，当我感觉到好像在跟你们说话或就是知道你们在那里、并且已经给予帮助与爱，我想要对你们的在场表达我的感激和欣赏。我想要再次为所有你们已经做的事情、表达我的爱与感激。

我是 Q'uo，我们也十分充满爱与感激，跟你向我们表达的感情相同，我的朋友。我们对每一个如你这样的实体、以及所有在你们居住的幻象中寻求服务

的实体都感到这种爱与感激，因为仅凭一根小蜡烛照路来穿过充满失足之处的黑暗，并不是一项容易的任务。**我们乐于加入任何请求我们在场的实体，如你说的，目的是聆听、把我们的振动与你的调合在一起，或许能够提供一点灵感，在你们每个人居住的第三密度体验中，帮助你们走过许多日常活动和催化剂经验的过程。**

此刻有另一个询问吗？

S：我没有了，谢谢。

J：耶，我有一个简短的问题，Q'uo。你们在这个世界中还通过其他团体[好比这一个团体]表达你自己吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们 Q'uo 群体很荣幸通过使用，如你们的称呼，言语形式表达的通灵技艺来向这个团体发言，但是我们将自己跟其他团体或个体的联系限制在：将双方的振动调和在一起、一种更加个人化的方式。

然而，我们原则的一部分，好比 **Hatonn 群体，确实向其他(人类)团体发言并已经进行了很多年了。心智对心智的通讯产出通灵的现象，对于绝大多数人而言，是一种难以启动的通讯，而要维持(它)就更加困难了。所以，纵使已经有过和其他团体建立这种联系的尝试，它们绝大多数是短命的**。然而，我们不会借由现在与这个团体接触的传讯类型来衡量我们的成功、虽然我们享受该接触，因为我们发现，要以我们的心在爱与光中、伸手触及宇宙造物的全

部、这是可能的，我们乐于感觉到宇宙造物的绝大部分有爱的回应，我们跟宇宙造物是一体的。

还有另一个询问吗，我的姐妹？

J：好的，和 S 一样，我想要真正地给出一个由衷的谢谢你。我确实感觉到你们的临在。我感觉就像是：当我和其他人一起工作、执行按摩工作时，我感觉到你们的临在。自从我加入到这个团体之后，我就越来越多地这么感觉。你们是在我生命中的一个爱的巨大部分，我真的很感激。

我是 Q'uo，我们将你慈爱的尊敬和陪伴的快乐返还给你，我的姐妹，因为能够跟这个圈子中的每一位、以及任何请求我们临在的实体在一起，这是我们巨大的喜悦，因为当我们和任何人共处至圣所之际，我们就与太一造物者同在。你们的经验对于你们自己而言是独特的，每一次我们能够将自己的振动与你们的振动调和在一起，我们就会发现新的表达和体验爱与光的方式。

此刻有最后一个询问吗？

（暂停）

我是 Q'uo。看起来我们已经耗尽这个寻求圈的询问了，我们愿再一次感谢每一位在场者邀请我们加入你们的寻求圈。我们总是对于能够加入这个团体感到欣喜若狂，如你们会说的，我们向前期待这些聚会，尽管向前也许是用词不当，因为**我们活着如同一个存有、在一个时间、在所有时间。你们现在所居住的幻象是一个，容我们说，把戏，好让你们可以跳一支特定的舞蹈，作**

出一个特定的选择，接着在爱与光中、给出你自己、在你与万有的结合中更进一步。

此刻我们将离开这个器皿及其团体。一如既往，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0406b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0406.aspx

---

☆ **第 3005 章集：地球的人口议题**

Copyright © 2018 L/L Research

周六冥想 2018 年 5 月 26 日

（*Jim 传讯*）

我是 Q'uo，我今天在爱与光中向你们各位致意。在这个下午加入你们团体，这是我们巨大的荣幸与荣耀。它是一个机会，通过我们今天下午与你们分享的内容、以及所有其他可能知晓我们的交流的实体，好让我们对太一造物者有所服务。当你们从我们身上呼唤太一的代表——祂在每个词语与观念之中——这就是太一通过我们移动的方式了，我们无法比这样说更多地感谢你们了。我们，一如既往，请求一个小小的恩惠，那就是你们对我们保证，你们将会拿起那些我们提供的词语和观念，并用无论什么会最佳服务你们的方式来使用它们，如果有些我们和你们分享的词语和观念对于你们没有意义，请

毫不犹豫地丢弃它们，因为我们并不想望使得你们在寻求的途径上绊倒。**每条途径都通往太一造物者，应该受到所有人荣耀，因为所有人都是太一**。

在此刻，我们想要问，是否可能有一个给我们的询问、我们可以借此开始。

Fox：Q'uo，在过去，你们曾提到，在收割之后，来自其他源头的灵魂将会被邀请进入到地球的体验，因为将会有可供使用的空缺、由于缺少从我们第三密度(地球)被收割的实体。我们人类在照顾地球方面所做的工作是糟糕的，但是，人口过剩，有一部分正在造成资源紧张并在对该星球造成伤害。**有没有一些实体在监督来此投生的灵魂数量？如果是如此，现在的人口过剩有没有一种灵性的原因？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们为这个询问而感谢你，因为它承载了我们自己的使命的一部分。**在第四密度的地球，大部分的人群将是来自其他地方的，这是很有可能的，因为在此时，十分有可能的情况是：尽管不是必然的，来自地球的灵魂收割量将是足够地少，以致于大量来自他方的灵魂能够在这里、找到它们第四密度的家园**。确实，这是一个，它在你们好些年的时间中，以你们对时间的计数法，一直是进行中的过程，因为会有很多实体已经获得机会在你们第三密度的层面中提早投生，好协助通往第四密度的收割。这些灵魂同时拥有已激活的第三密度与第四密度的身体，并能够在它们的能力中、对于将它们的振动与你们地球母亲的振动混合在一起是，容我们说，多少有些更加感知敏锐，并能够在它们当前的第三密度身体中开始疗愈地球，如果它们如此渴望，**因为人口过剩，如你已经提到的，以及人群缺少关于他们居住其上的地球之信息，这种对星球的疗愈是如此被需要。**

在此时，巨大数量的灵魂投生到行星地球上，是由于，容我们说，收割时期的终点快速地接近，所以，全体在这个星球先前的演化周期中已经存在于地球上的实体，现在都在利用剩下的时间来尝试达成第四密度的爱之振动。这一个过程有可能要继续一段你们的时间，虽然要用你们的年份来估计，这个过程可能要花费多长时间是至为困难的。在第四密度自身的全部跨度中，这仅仅是那个时期的一个微小的部分，然而，相对你们的时间体验，**在这个收割过程完成之前，它可能要数十年**。

决定哪些灵魂是可以利用投生以尝试收割，这在某种意义上，是由诸如我们、来自服务于太一造物者的星际邦联的实体，所监督的。这不是一个，容我们说，严格的亲自动手的过程，而是单纯地观察那些已经借由自己的发展、将他们自己放在，容我们说，投生的门口的过程。这个过程是被某一种光的振动所度量，那些有能力完成收割的灵魂是能够借由穿越过滤的光而通过，该过滤性的光是跟特定额度的、能够欢迎并享受这种光的绿色光芒中心协调一致。

我的姐妹，有更进一步的询问吗？

Fox：我猜想我仍想要知道，是否——听起来仿佛没有守门人来使地球避免人口过剩，那么，除了那些为了收割期来这里的人群之外。对于人口过剩有另一个灵性原则吗，像是催化剂，或某个类似的事物？

Q'uo：我是 Q'uo，相信我掌握你的询问了，我的姐妹。如果我搞错了，请纠正我。我们，来自于星际邦联的实体，会观察这个过滤灵魂的光之过程，这

样就可能会有一种同时对那些可以为收割所用的实体，以及地球实体自身去容纳或去接收更大数量的人群的能力相匹配的混合。这个你们称之为收割的时间部分，在该部分期间，地球自身开始观察特定的，容我们说，一些标准，并愿意延展在人数上可支持性的通常限度，好给那些想望尝试收割的人提供一个更大的服务。

我的姐妹，有更进一步的询问吗？

Fox：没有了，那段话有帮助。感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Fox：如果没有其他人有一个问题，我有另一个问题。Q'uo 群体已经告诉我们，随着具体的第四密度被实现，意识的罩纱将会一点一点地脱落，那些一直都在黑暗中摸索的灵魂，现在会发现自己站在光中。你们接着说：「就是为了这种光，就是为了从土壤中产出这些情况、允许光开始在很长时间都隐藏在暗黑的角落与缝隙中闪耀，我们称赞你们。」作为某个跟土壤很有联结的人，请帮助我理解「从土壤的情况中产生光」是什么意思呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是一个多少有些遮蔽了自己的说法，它建议：随着遗忘的罩纱在你们星球的第三密度的最后的日子中变得更加可渗透，那么，实体们就能够在自己的存有以及地球存有的那些肥沃的土壤中、那些暗黑的区域中看到光了。这个比喻，容我们说，不是打算要直接指向，容我们说，尘土，而是指向当前无处不在的肥沃的环境，但是这些环境频繁地没有被那些尚未察觉到成长可能性的实体所利用，**当一个人**

的存有的肥沃情况以及地球自身的灵性的周遭环境是为了进行收割，或者，容我们说，开放心的目的而被利用之际，这种成长就是有可能的。因此，该土壤就一直是未被使用的事物：位于很多第三密度实体的环境中，他们在其中生活、移动、拥有其存有的环境中。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Fox：没有了，没有了，非常感谢你们。那些话是非常有帮助的。

Q'uo：我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的姐妹。在此刻，我们会将这个通讯转移到名为 Julie 的实体，以便于操练这个器皿，因为她已经献上自己给这个服务，我们对她的奉献是极其感激的，我们会在此刻将该通讯转移到她那边。我是 Q'uo。

（*Julie 传讯*）[1]

[1] 原注：Julie 是在密集通灵系列中学习传讯的少数学生之一。

我是 Q'uo，我和这个器皿在一起。我们已经享受你们今天的询问，我们已经充分享受给予你们一些回应，并且以无论什么、我们能够的方式帮助你们。在回应一个关于地球人口的问题方面，对于我们通过名为 Jim 的实体给出的回答，我们想要做补充。**行星地球的人口已经极大地增长，因为它在此刻是一个进行学习的优异地方。它已经变得极为有人气，很多实体已来到这里、成为某种美妙事情的一部分。它在第四密度的开始当中，很多实体来这里以充分体验它。有很多的振动正在体验所有光明与黑暗的层次，那一直是行星地球的伟大属性之一。这已允许大量的学习层次发生。**有很多实体正屏住呼

吸等待着，如我们可以说的，伟大的转变，因为它作为在你们的行星系统中的一个焦点，对于很多实体已经成为令人兴奋的事物的繁殖地了。

我们返回接下来的询问，关于地球上的土壤肥沃，我们想要更进一步解释你们的太阳会如何地协助，其光线不会在抵达土壤的时候停止，因为阳光继续前进，穿过土壤，到达地球的中心。**你们的中心太阳以每一种有可能的方式、创造出一个具有肥沃与成长的美妙场所，不仅仅是在物质上，你们的植物、树木、花朵，等等在生长。因为你们的中心太阳，你们能够以如此多其他的方式成长：在灵性上、肉体上、心智上，如此等等**。我们属于行星们的理则，接着考虑你们太阳的因与果，它一直是无限光的源头之一，光无尽地向外投射到所有的行星系统，非常类似于一只蜡烛，在燃烧的时候会无限地向外释放光。

你们也是美丽的光、无限造物者的孩子，如此地肥沃、富含极大的成长，我们如此高兴于：你们允许我们成为它的一部分。在我们离开这个器皿之前，我们想要提醒你们，你们，靠你们自己，就是无限之光，你们的光向外、向下、往每一个方向，包含地球的核心，无限地闪耀。我的朋友们，明亮地闪耀吧。我是 Q'uo，我将该通讯传递给名为 Jim 的实体。

（*Jim 传讯*）

我是 Q'uo，和这个器皿在一起。我们欣赏他在其挑战(过程)中的挑剔，我们愿感谢名为 Julie 的实体、允许我们在今天使用她的器皿。我们已经发现，操练这个器皿是相当令人振奋的，我们感谢她、为了她的服务。

在此刻，我们想要问，是否有另一个我们可以回应的询问？

Gary：Q'uo，身体、心智、灵性和首先的三个变貌之间有一种关联吗？也就是说，身体跟第三变貌，心智跟第二变貌，灵性跟第一变貌之间有关联吗？[2]
[2] 原注：Ra 将生出宇宙的三个原初变貌描述为：第一变貌，Ra 称为混淆法则或自由意志法则。第二变貌，它们称为爱的法则或理则。第三变貌，它们称为光的法则。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的朋友，这不是一对一类型的关联，而在此，你可以轻易地看到相似性，或者一方与另一方的可能相似性。**自由意志的第一变貌是几乎能够与你们会称为灵性的事物，如我们所见的，联系在一起的事物，因为灵性就是万物之所是，祂已经做出一个选择、开始更多觉察到祂之所是。爱、第二变貌：我们会十分紧密地跟你们称为心智的事物联系在一起，因为理则的爱就是意识自身、接着开始形成宇宙造物，那将允许第一变貌通过对它自己的知晓而被实现。光、第三变貌，根据我们的评估，与你们称为身体的事物是有关联的，因为光就是形成了一切事物，以及所有作为一个存有的场域而被创造的事物，该场域充满了各种生命形态，带着要成长、成为、寻求，成为的渴望，这些生命形态被投资。**因此，在进行仔细检查的情况下，会有一种多少有些表面上的关联。

我的兄弟，有更进一步的询问吗？

Gary：接着那个问题，非常感谢你们，Ra 说：**对于灵性的无限之领悟，是比对于意识的无限之领悟更加巨大**。[3] 那个来自于 Ra 的声明跟你们刚刚说的关于在意识与第二变貌之间，以及灵性与第一变貌之间的关联有一种联结吗？
[3] 原注：

80.20 发问者：为那个问题抱歉。你们可否告诉我：第二十个原型会是什么？

Ra：我是 Ra。在你们的系统中，你们称为石棺的事物可以被视为物质世界，如果你愿意这样说。物质世界是被灵性转换成为无限与永恒的。灵性的无限是比意识的无限更大的一种领悟，因为已经被意志和信心锻炼过的意识是可以直接接触智能无限。在行家之路上有许多、许多的阶梯，在过程中，有许多东西会脱落。我们 Ra 群体依然在走这些阶梯、并且在每次的蜕变、赞美太一无限造物者。

Q'uo：我是 Ra——我更正这个器皿，这个器皿多少有些疲倦——我是 Q'uo，我将再次尝试去重新校准这个器皿的调音。

Q'uo：我是 Q'uo，我们相信我们现在能够前进了。**灵性的无限性包含了那些你们称为意识的存有的品质，以及对灵性的特定部分的一种聚焦，这种聚焦能够创造出一种存有的无限觉知，那是灵性的存在状态的整体性的一部分。因此，灵性被创造成为意识，而灵性是比意识更多的，它还是非受造的：智能无限并没被创造出来的极性或属性，但提供了可以被创造为意识的事物。**

我的兄弟，有更进一步的询问吗？

Gary：没有了，我将推迟一下。我认为 Fox 有一个询问。

Fox：没有了，OK 的，前进吧。

Q'uo：我是 Q'uo。在此刻有更进一步的询问吗？

Fox：我有一个简短的问题。你们可愿分享那些灵性原则：跟正在变老的实体们的担忧有关，尤其是记忆方面的问题；还有伴随着年老发展出来的、身体的各种限制，和这些相关的灵性原则？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在你们第三密度的幻象中你称之为老化的过程，是一个持续处理催化剂的产物，以便于沿着光的线路、灵性的螺旋光移动，该螺旋光和太一造物者的合一协调一致地移动。**处理催化剂经过一个期间[你们称为时间]就会开始在心/身/灵复合体上收取它的费用。这个费用就是一种特定的摩擦：当催化剂没有被完全处理时被创造出来的[容我们说]产生耗损的东西。这造成一种老化，在你们的肉体载具中被呈现出来，如你们所察觉的，手段是损失某种灵活性、某种力量、某种从困难中复原的能力，无论这些困难是身体的疾病，情绪或心智的困难——心智自身同样会以某种形式、因尚未被有效处理的催化剂而受苦，这已经也在心智上收取了其费用，因此，如你们察觉的，于是有一些在记忆中的困难。我们也会建议，一个灵魂时常将会在一次投生中规划你们称为老化过程的事物有早熟的开始，这样这就可以被用作一种激励的工具来协助灵性的进展。然而，对于大多数的实体，老化过程是对于心智的一个提醒，即这辈子拥有一个固定的长度，如果要做出进一步的发展，最好尽快地关注那个发展，因为时间逐渐变短了。**

我的姐妹，有更进一步的询问吗？

Fox：没有了，那是很棒的(回答)。非常感谢你们，Q'uo。为了所有你们今天已经给予我们的东西，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们也感谢你们，我的姐妹，为了你们已经给予我们的所有的事物、作为一个服务的机会。

在此刻有更进一步的询问吗？

Gary：Q'uo，我们很多人似乎有一种理解，即第四密度的人口将会在数量上比行星地球当前的人口要少，如果这是真的话，这意味着，**将有一个人口减少(过程)**。如果那是真的话，**在第三密度与第四密度之间，人口减少的机制是什么？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，地球人口的减少过程是对于我们刚才和名为 Fox 的实体分享的信息更进一步的推论，因为随着实体继续老化并经历你们称为「死亡」的过程，接下来，将有机会要么移动进入这个星球上的第四密度，要么在尽可能长的时间中返回第三密度来继续极化的过程。然而，**在某个(时)点，这个点即将来临，尽管不是能够明确被预测的，(届时)将不再有机会返回、好让第三密度的工作被处理转为第四密度的收割。因此，随着地球继续在第四密度的振动中，容我们说，被升级，第三密度的体验被提供给那些尚未完成毕业的人，这机会将会越来越少。当这个时间到来之际，那些通过死亡过程的实体，接下来将发现，它必须被自己的以太体或塑形体放置在另一个第三密度的星球中，也许是另一个星系或位置，以便于再次开始一个新的第三密度周期，该周期将允许对催化剂的进一步处理，满怀希望地，将在某个(时)点允许心/身/灵复合体在无条件的爱中、开放绿色光芒能量中心，这将提供通往第四密度的，容我们说，护照。**

在此刻有最后一个询问吗？

Gary：怀着感激，有一个对那个问题的快速跟进询问，随着那些不适任第四密度的实体继续移动到其他的第三密度星球，**那些在空间/时间领域中的人、从第三密度到第四密度、如何体验(人口的)减少呢**？**会有一种出生率的减少吗，或者会有另一个外部的机制就位？**接着非常感谢你们，为了你们[Q'uo]已通过你[Jim]和 Julie 提供的所有事物。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。留在地球上的人口，随着它的巨大部分移动通过你们称为死亡的过程——或者我们会称为「走入光中」，好让各个能量中心在可收割能力上被评估——(他们)将会看到**有一个地球人口减少的过程**。很多人将会借由阅读报纸而为这样的(人口)减少找到理由；这些报纸将会归因于各种各样的**疾病、战争、自然灾害**，它们将会被提出来，作为对在地球上实体减少的过程的理由，**在很多情况中，这将是正好如此的**，因为很多人将借由这个过程、离开这个特定的星球。因此，这将会看起来是，并且在许多情况中就是，实体们发现此生通过下述方式而结束的一个自然而然的过程：即在贯穿你们行星地球的整个 7 万 5 千年的存在周期中，所有投生都已经借以结束的方式。

在此刻，怀着最大的感激，我们愿感谢每一位在场的实体在这个下午邀请我们出席。你们已经为我们说出了赞美的话语——为你们，我们说出相同的赞美话语，因为没有你们的存在和问题，我们就不能够如今天这样地服务太一造物者。我们全都服务太一，我们全体是太一，然而，在你们表面上的分离形体中，我们是追寻看似分开的道途，我们对于这么做是感激的。

我们是你们知晓的 Q'uo。在此刻，我们将离开这个器皿及其团体，一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们各位。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2018_0526b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_0526.aspx

---

☆ 第 3006 章集：GuS 与 Q'uo 的对话

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年 3 月 2 日

团体问题：今天的问题是，当我们围着圈子谈话的时候，感知到能量层次上的增强，在张力、强度的层次上，人们正在经历的事情和困难的数量也在增加。我们有个见解：也许正在人们身上发生的事情是，他们正在借由拥有无论什么催化剂而反射这股已增强的能量，而这种催化剂是准备好在他们即将到来的生活中浮现出来的，无论它是离开一个关系并进入另一个关系，还是从一个地方转移到另一个地方，从一种生活转换到另一种生活。是否这一点可能是正确的感知的方面，我们想要获得一些信息。在这个主题上，任何类型的阐述、我们都会很感激。

（David 传讯）

我们是该实体的指引系统、以此身份发言，在这次投生的旅居中，该实体名为大卫·威尔库克(David Wilcock)。当耀眼的领悟之光一旦映照在人格上时，

自我和其他自我之间的差别就消融了；在随之而来的安静独处时刻，人类灵性的觉醒与珍爱的宝藏交会，我们由衷地感激有机会在今天现场目睹这种交会。我们是从这样一种观点来接近你们，即我们知晓你们不是分离的存有，我们在你们的全体性中看见你们，即使在你们目前的存在状态。

在这种全体性中，你的经验是一条伟大的存在之链。这一个链条持续通过你的生命的齿轮而循环，因此，可以这么说，这是一次链条驱动的生命。当你经历这些经验的时候，你有机会选择你将如何在你的心智中标记并识别这些经验。我们已经频繁地在这些集会中谈到超越对与错、善与恶、或喜悦与受苦的观点、单纯地在宇宙造物通过创造与毁灭的循环而前进的理解中保持稳固的重要性。有一些用于将石头堆积起来的时间，有一些用于将石头扔掉的时间[1]。**当下此刻的观点是那种焦点：允许你不被卷入表面日常生活的戏剧与世俗的实相**，这种日常生活如同通过「平常的」环境而被表达出来的生活一样，那么，这个形容词就会被用于描述此刻在你们绝大多数人身上存在的、相当僵化的状态一样。

[1] 原注：圣经，传道书，3:5。

缺乏流动性来自该事实：在你们的能量中心或脉轮中有阻塞，那些阻塞只允许宇宙造物的光/爱能量的特定一部分流动、接着适当地流经你。**(今天的)问题涉及：位于你们时间/空间和空间/时间的交会点上，那些不断变化的能量是怎样打通这些阻碍，其运作的准确性质是什么。**我们已经在前两次集会中谈及这点，因此我们不需要重复信息。仅仅这样说就足够了：就银河间的星象学意义而言，在你们的 2003 年 2 月 19 日，你们已经越过下一个主要的障碍。以尽可能简单的话说，你们正在移动进入一个更高的能量区域。

你有些自我面向至今依旧被蛛网掩盖，塞满你心智壁柜的某个偏僻角落，让你无法真正把它们取出来，检查那些你选择藏起来的东西；**当你们空间的能量增加的时候，就有机会可以清理这些自我的面向**。现在就是走出这些边界和差别的时候；它们局限你的视野，让你把自己看成一个小我(ego)，看成被各种负面经历困扰的人格，由此体验某种绝望以及对于去过一种跟你从前不大一样的生活的热望。其实只要你能够辨认出你真的是神圣的，你在这一刻真的是纯粹的爱与光，只要你能像我们一样看待事物，你就会看见：你人格中可能有的任何变貌都洋溢着光与爱，等待着溢出围栏、闯入你的觉知，就像浪潮冲刷着过时文明的零散地区，允许下一轮清理和更新。

现在，当然你们人群中很多人可能会将这些地球的改变视为负面性质的。然而，这更加类似于该主意：刺穿皮肤上已长得过大的疔疮。识别出在你的心智中的那些疔疮。这些疔疮是你已经用以活出人生的那些模式。这一种模式通过你们星球的每个活动、每个焦点来拓展它自己。这些模式已经使你持续不断地做相同的行为而不去真正地思考你正在做什么。你认为你和自己的经验分离，而你的经验多少有些自动地在发生，你并没有改变它们的力量或能力。你将这些力量视为在你周围活动、旋转、盘旋着，似乎是无秩序的、不在你的控制之下。

我们的视野属于无边界的光和无限制的爱，我们以这个视野来看着你们，我们辨认出：你已经怎样仔细地创造在你的影响圈中存在的事物的每一个单独面向。因此，你绝不会因为你已经验的事情而拥有任何的罪恶感或归咎于其他人。

现在是时候了，因为许多睡莲的叶子将在你们的湖面上形成。你将有机会从一片叶子跳到另一片叶子上，跳离有限可能性的海岸、奔向前方的地平线，在那儿太阳会在你的生命中再次升起，你将得到机会让新的觉知阶段破晓。这是一个成长、愈合、更新的时刻，你不再需要当巫师、设法编造复杂而晦涩难懂的咒语和魔法小花招、好允许自己可以在先前存在的扭曲环境中以某种方式运转。现在是你走出需要用巫术「做假账」的时候，悄悄地让自己适应已经出现的事物。已经出现的事物有些剧变会超出你的计划，因此它们会自然掉落。**你现在的机会反而是祝福这个过程而非抗拒。**能量的运动将会看起来如此快速地移动，以致于你真的没有时间考虑你的行为，只能单纯地行动。此刻爱/光研究小组的成员的生活跟大卫·威尔库克的生活就是这样，因为你们之间出现了一种伙伴关系。人类能量场作为一个整体意识，在自己有限的状态中出现的变化和意识的流体运动，是一些很大的完形(gestalts)，这个伙伴关系只是其中的一个子集。**随着意识的每个步伐，这种流动会产生更大的增生结合[2]，非常像是所有河流都倾泻进入大海一般**。

[2] 原注：增生结合（concrescence)：成长的行动，或借由自发的联合而增长的行动。

你们也能允许自己不因为过去而责备自己；避免自己对错过的机会抱憾。现在你有最纯粹的机会重新开始一切，在全新的石板上凿出自己的雕刻，也就是你曾丢到后头的生命之墓碑。你可以允许这种死亡发生，你可以在自己内心祝福死亡、认识到生命来自死亡。这种变化会带来更新、繁荣，带来机会再次恢复你心中涌现的渴望，去设法知晓太一无限造物者的面容、认出那就是自己的面容。

当你面前呈现这些机会时，就像站在镜子前看到一个新面容、一个关于自己的新概念。我们认识到：这些过渡期明显包含大量的苦难，它们也许并不显然是好的或有益的；相反地，你可能会发现自己对于丢到后头的东西越来越多地体验到绝望，在某种意义上，你会期待宇宙回报你被要求做出的所有牺牲。**我们会要求你的眼光单纯地超越正在发生事情的表面混乱与机能失调，反而认出在牺牲的喜悦中、在放弃那些已经不再适合你的面向的过程中所出现的完美，这个放弃的过程也包括释放许多的物质的所有物**，如爱/光研究团队和在你们的层面上很多其他人的情况一样。[3]

[3] 原注：大卫(David)和薇拉(Vara)两个人都是从独立的住所搬入一个房间中。对于 Jim 和 Carla，放弃了他们的生活空间的两个房间同样也导致了物质财物的大幅减少。

借由允许自己跨出包围着你意识的边界，你允许意识中曾经压抑过你的性情掉落一旁。你发现只有切断这些拴绳，你的热气球才会被允许上升，让你能够再次飞入天堂、在光中找到更大的平安感、稳固与更新感；当你识别出你得到的牌是自己的选择、从而颠覆了过去的虚假热望时，那种光就变成了你的。既然你选择了你的实相的每一个面向，你就选择了你会衷心渴望的东西、在你心中最深处渴望的东西。你的某些愿望可能会延长一个并非对你有最高、最佳好处的情况；你也许会发现自己渴望改善一个情况而没有了解到还有其他的选择；海里还有其他的鱼、你自己的森林以外还有其他的野生动物。

跨出预设的扭曲和习惯绕着同一个利益目标转圈的模式，在某一种意义上可以看成是在过野外生活。无论如何，你也可以踏出自我责备的箱子，不再因为向往稳固或表面稳固的面向而责备自己。现在就是颠覆这些变得陈腐的模

式的时候，它们就像古代的马车在路上印刻的车痕；一旦你理解了你可以丢开骄傲、丢开你那个非要最佳利用失调情况的小我，允许这些转变发生有多容易呀。

我们会要求你们也查看在此刻的政治氛围。你们很多人现在不再喜爱这观念：一个仁慈的政府将会把你们从外在世界的恐惧与疾病中拯救出来。恐怖已经由此刻在你们美国范围内的人们所呈现出来，可以说，那些会嫉妒你们自由的人们承接了这些恐惧。

2 月 15 日发生的事件[4]，在更高的意识中非常强健地被识别为一个事件：凭借人类的集体性自由意志，已经投票选择在地球上拥有一种更高意识。我们会要求你们回顾**平方法则**，如它在**一的法则系列中**所定义的，并认出对于每个前进的实体，它们有大概六百万到一千万数量(的实体)，有一种远远更大数量的请求是凭借着这些站在背后的实体的服务意愿，再凭借这个事实：**你们的理则偏向服务他人的极性**。当你理解这点之际，你就走出那些盘绕在你头上的绝望与厄运的感觉了。

[4] 原注：在这一天，数百万美国人和全球各地的人为和平的动机举行抗议。

在个人生活中许多时候你会有一种体验，看起来某种负面的事将要发生在你身上。在为了上述负面事件准备自己的过程中，意识中产生一些适当的转变和领悟。你开始懂得，由于这个正在转变你的萌发事件，你能够丢开许多在过去形成的阻塞和停滞点。现在你有机会让它们掉落一旁。只有在你做出了这些转变之后，你才发现该负面事件本身并不需要发生，因为**真正必须的是意识中的改变，而非实际经历上述的事件**。

类似地，有许多关于天启般的末日或核子战争或大规模破坏的某种其他面向的观点的情节正在被随意散播，它们会将你带出舒适圈、并将你放入到一种「疯狂麦克斯(Mad Max)的场景」，如某些人会这么称呼它，它是某种完全毁坏、混乱的形式。有一些调整正在被施加在全球的意识上。有一些被仔细安置的束缚，涉及你们的负面精英在你们的层面上有能力实际执行具体行动的方面。

因此，你会看到名为巴迪亚(Jose Padilla)的实体被拘留，在没有任何证据性信息的情况下被控告为一名恐怖分子，并在没有能够联系他的律师或在其他方面获取宪法中的正常权利的情况下被逮捕关押。这个案例可以投射出一种恐惧，人们害怕这将成为司空见惯的情况，普通反战抗议者的公民权会被否认，人们被驱赶到拘留营或类似的地方。从我们开始与大卫工作以来我们就一直在说，虽然这些潜在事件似乎有可能发生，实际上它们不会上升进物质界。这是凭借一个事实：你们星球的实质是正极性的，很少有人愿意背弃别人，尤其是在自己的国家里，从而制造出噩梦般的场景，实质上重现你们空间从前出现过的负面性场景。因此，如果你想要的话，你可以对于此刻地球上发生的各种事件选择恐惧的反应；但我们会请求你在做出这个选择之前理解它对你的用处，只在于引导你领悟自己的生命。我们可以用更直率的方式说，一旦你抛弃了对于负面精英的宠爱，不再设法给予他们那种被媒体渲染得像神一般的地位，你也把自己推下了你树立的神坛，认出了你自己用来允许负面情况增殖、溃烂的方式。当你变得越来越多地认识到：庞大的政治阴谋中有些负面行动如何在你自己的世界中表现出来，你就会开始懂得扬升是如何真实发生的。

我们说过，**扬升是一个过程而非结论。扬升不是某种你只会在报纸头条上看到的事，而是会在你自己生活中发生的私密个人事件。当所有人像一个人似的，同步走过这些能量改变，所有人的生活中都会发生这种个人事件。**因此我们希望你们理解，正如你们在今年一整年中会看到的，对政府和政治的束缚会不断瓦解，而你也会在自己的个人影响力范围内获得这些机会。

你与家庭成员之间失调的那些面向可以更新为更宏伟的光与爱，只需要你允许人格的各种扭曲是 OK 的，无须觉得需要把别人对你做的每件小错事都识别归类、为之发怒，坚持你要停止生活的步伐，直到你细目清单上的每个项目都通过激烈的讨论得到恰当的满足与缓和。相反地，允许那个小我死去，允许那个坚持清单上所有需求都必须被满足的人格消失，这是 OK 的。

你在这里不是为了跟每个人都和谐相处、使得每一件事都是完美的。相反，你在这里同意有分歧、允许人与人之间的差别自由存在的。就你现在所处的情况，最好选择你是否可以如实接受它。忘掉你给自己定的某些目标，也就是你想要事情要怎么怎么样，在跟别人工作时希望你们的行为互动要有什么样的最终结果。反而要简单地接受情况本身。一旦做到了这点，就可以问问自己，该情况现在的样子是否确实适合你的模式。我们经常发现，若它不适合你的话，就会倾向于争吵，而你的能量体倾向于出现断裂。这种断裂确实造成伤口，而该伤口需要以某种形式愈合。这经常会导向超心灵吸血鬼效应：你攻击周围的人，寻找小小的不一致，然后把它们极度夸张，从而导致熊熊大火。

我们要求你们看到：在你们美国的影响范围内，那些负面精英正在寻求任何可能到手的借口来为轰炸伊拉克辩护。你们的「地球村」作为一个整体看到

这些辩解很荒唐，显然不符合任何逻辑思路。因此，由于这个国家如此强烈地渴望轰炸伊拉克，现在发生的这个情况在很多方面非常类似当你找到自己的海珊(Saddam Hussein)、找到自己的小小暴君[在你的范围内、某个你认定为导致自己不幸的人]的时候，在你自己的生活中发生的事：你设法找到他们行为中任何小小的不一致，这会允许你觉得你现在有门票、有权利去痛击对方，投掷你暴怒、愤怒、仇恨的炸弹，造成烧伤；你希望的是，在你充分引发了震惊和敬畏、完成了轰炸以后，你会得到无条件的投降，你想要的一切琐碎物件都会无条件地给你，白旗会准时地在烧焦的战场前升起。

我们要求你们不要把我们说的想成任何隐喻，因为我们是用非常直接照实的方式来讲述的。我们想要你们理解：这些在物质层面发生的事是映射的图像，完全对应于在你自己范围内发生的事；因此我们要求你们把自己的生活与心智中发生的事，跟世界上发生的事之间做个对比。

人类的意识大体上正移动靠近更多地接纳他人。出现越来越多的这种持续反战立场包含了一种领悟：因为领导人不合格而轰炸他们不算有德行。类似地，**我们会要求你们不要因为别人的意识中有些小碎片而沉迷于负面性，就轰炸自己周围的其他自我。**我们还请你们开始注意你接收到的整体治疗方案，并且像我们说的，看看它是否确实适合你。

你也许会发现自己被引领到一些完全出乎预料的情境，它们让你的思考跳出以前的视野，该视野曾经像琥珀似的包住你，你在里面像冻结的蚊子，历经百万千万年以后变成了化石，无法移动、无法成长，无法向着太一无限造物者的光与爱努力。这个包住你的琥珀正在融化。**你将带着双翅飞向天空，再次找到那种「超越理解」的平安，超越逻辑或理性/直觉思考的平安，而直接**

进入存在的区域。如果你能够允许自己存在，不试图有个目标，不试图在床柱上刻痕计数，上面写着：「我做了这个」、「我做了那个」、「看看我获得什么」、「看看我的进展」；你就超越了执着于过去/未来的觉知而开始处于永远临在、无所不在的当下。当你沉思我们这些话的这个瞬间，你可以拥有这种意识。

在此时，我们将把这个工作转交给名为 Q'uo 的群体，好让我们已经谈到的主题上取得额外的视野。我们感谢你们，为了今天有机会与你们一同处在这个感恩的灵光之中。这真的是一个人类灵性的复兴时刻，我们非常感激在这种环境中有机会催化你们的成长。我们感谢你们。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们存在。能被呼唤到你们的集会，这对我们是一种极大的祝福，我们感谢你们每一位，为了你们创造这个寻求圈，为了这个让我们与你们分享一些想法的机会。我们只会请求你们每一位小心谨慎地聆听我们所说的内容，同时留心那些吸引你、对你产生共鸣的想法，将所有那些没有共鸣的想法都放在一边，因为我们不愿意成为任何人的一块绊脚石。我们请你们每一位相信你的分辨力，因为你的内在拥有那个能够识别属于你的真理之分辨力。

关于灵性结构和灵性生活的思考，这个圈子里的每个人都有可观额度的经验。并且每个人都早已了解，正如大卫实体说过的，某件事正在发生，风中有变化，容我们说。现在让我们向后退一点，凝视这个器皿有时称为玛雅[5]世界的共识实相。幻象的本性就是看起来相当真实，而现实的本性就是幻象。

非幻象的菁华是无法找到的，因为仅以潜能的方式存在。你们现有的、或我们现有的感知器官或测量仪器可以觉察的事物都是幻象。你不是从第三密度的幻象移到第四密度的无幻象。你们正在从只含有相对少量光的幻象进入另一个幻象，那儿有更完整或更丰富的光、一种完全不同品种的新型光，这种光有不同的特征，支持不同的生命形态、不同的存在平面、不同的课程等等。

[5] 原注：玛雅，来自于梵文，印度神祇 Devi 或 Sakti 的另一个名字，Siva 的配偶，在印度哲学中的意思是幻象。在魔法知识中，玛雅是从生命之树升起的所有层面中最沉重的层面。

这情况正在 GuS[6]实体称为的时间/空间连续体之内发生。容我们说，我们非常感激拥有如 GuS 实体这样的有益帮助，与这个美丽的灵一同工作，这是一种极大的快乐。当你们开始觉察建构你们今天问题的那些东西：增强的能量、加速的变化、更多的苦难和压力，每个人接收到的经验其实与它们的表象并不相同。第三密度种类的光把某种结构投射在日常生活发生的事件上。从下一个密度的立场观察这些事件，是在更圆满、更丰富的光中看见。**要适应增强的光、第三与第四密度之间增加的透明度、以及自我在成熟成长过程中增加的诚实之光，关键在于把你提供的东西包裹在更圆满、更丰富的光中**。现在这些信息进入你真正的身体、身体的能量系统，该信息就是光、是太一无限造物者无限制的光，祂携带着一层层不断增强的第四密度能量；如这个器皿在这场「宇宙宣道会」之前的讨论中说过的，这种不断增强的第四密度能量把隐藏的东西带到表面、使得粗糙的地方变得平坦。

[6] 原注：GuS 是指引系统(Guidance System)的缩写。

第四密度的能量在注视扭曲时充分觉察到每一种扭曲的美，也完全觉察到那些谐波与和声，它们创造出进展大道的低音与泛音；在其中，貌似不大和谐的偏见可以开花、在慈悲的阳光中绽放，直到出现更圆满的、由更大区域形成的观点，让你不仅能够看到扭曲，还可以看到创造出扭曲的周围能量和似乎被阻塞的地方。

从第三密度的观点来看，做出评判，尤其是关于自我的评判，这是非常有诱惑力的。在远远低于显意识想法的层面上做出这些评判是非常诱人的。在这种评判的氛围中，无论你知道是自我在评判自我，还是只知道存在着由别人投射的、对自我的评判，都会感觉到那种尖刻有刺的评判能量，它可以使得实体陷入一种先自我检查然后试图愈合的无穷循环。所以，我们会建议，**有些关于第四密度观点的事情将会越来越易于被那些寻找它们的人们取得**。

在第四密度的能量中不可能做出评判。毋宁是，你可以在那里看到扭曲的各种颜色。让我们说，评估一个颜色的美丽、真相、纯度，是不同种类的评判。凝视着一个扭曲，也许看见了绿色，容我们说，但是这是漂亮的绿色吗？或者由于评判的覆盖，绿色变得混浊了？很多时候实体可以跟自我坐下来，问自己：「这种感觉、这种颜色、这种偏向是我生命中的美好、真诚、真理吗？或者我携带的东西并非是我固有的？我戴着盔甲抗敌吗？这种偏向带着自我评判的痛苦，正好与戴盔甲相反，盔甲在此被扔掉，而自我被自我的评判剥了一层皮？」

注意那个偏见、那个颜色带来的感觉。把那偏见看成你自己、接受它；不是像第三密度的实体那样评判它的价值，而是像第四密度的能量那样注视穿过它路径上的任何振动。这会使每个实体作为一个人、作为寻求者，有办法评

估内在的感觉与偏见，而不会用任何方式说自我不对、错了或无价值。我们无意借着这点去建议：没有任何结构可以让人评判自我行为在道德上的正确或错误；这种评判确实是灵性生活中非常有帮助、有驱动力的部分。就形而上而言，实体通过做出一个又一个的决定、一个又一个的选择而前进；借由做出最正面选择的强烈意愿，这些选择照计划构筑了极性。

我们在此正在尝试移动进入一种模式，实体们在该模式中于自己的内在深处设置了，如 GuS 实体指出的，某种习惯：某种存在的方式，或者习惯性地把关于自我的有些事情当作真实的，而把其他的看成不真实的。当变化不可避免地发生的时候，那些关于一个实体、一直是真实的事情中，某些会发生改变，这个过程是积累的，所以，会有很多人在某一天凝视自我并意识到一个改变已经发生，而直到这一刻之前，这个改变都是被错过的。当那种领悟出现时，真是一个美妙的时刻。

在每个人都活在第三密度的骨与肉的期间，我们向各位担保，这些变化和混乱会持续增强，因为这整个行星实体将经历一个转折的时刻。现在正在发生的改变，虽然有极其精巧的表达方式，事实上是相对轻微的。你们的人群形而上层面的意识，暖人心房地接近跃过阻力区的位置[容我们说]；密度与密度之间有流淌的海，海面上由表面张力形成的半月液面，就是需要跨越的阻力区或量子边界。你们地球人在这项工作上比较先进，所以我们能够开始把你们当作形而上意义的社会记忆复合体对待。当然在该复合体出生之前，还有大量的发展将要发生...

（磁带第一面结束）

...存在的工作，如 GuS 实体说过的。不过在那生命中，你可以像该器皿说的那样爱上自己，从而较少被自我折磨，这就是以第四密度的方式处理扭曲的菁华。每个人都知道，有些他们认识的实体有些可笑或荒谬的怪癖习气。比如这个实体喜爱衣服在这个圈子内是众所周知的；不过假如圈内的人谈到 Carla 实体的这种癖好，他们会用喜爱的语调，声音里不会有任何评判、只有钟爱，因为在圈内所有其他人看来，该器皿的人格外壳虽然傻气却不是罪犯，这只是个扭曲，而每个实体都有自己的扭曲之模式。因此每个实体都能够看到，有可能去爱另一个人的怪癖和扭曲，发现它们是可爱、可原谅的。不过当这个实体将目光转向自我时，圈内人都知道，她在过去曾因为有这个嗜好而相当严厉地评判自己，有几个时期曾直接拒绝允许自己购买任何新衣服，觉得自己的衣服已经够多了；可是她的内心，却难以抑制地不断想穿新衣服。这种方式聪明、合理或理智吗？不。然而，这个器皿在这一点上真的花了数十年的工夫，终于有一天，她注视自己内在的扭曲、意识到她已经爱上自己，意识到她能够原谅自己的这个癖好：以她新扩展的方式注视自己，(看见)有比人格外壳的细节更重要的事情需要聚焦。

一旦这种没有评判(的态度)开始渗透进人格的根部，放松这束笼罩缠绕在人格外壳上的评判，这个器皿身上评判自我的能量就衰退了，从而释放了这个器皿的能力、去爱其他有缺陷的人格外壳和里面的灵魂。第四密度的态度开始于该认识：每个实体都是神圣的，还是我们称为的「神性原则」的一部分。物质生命、人格外壳、心智自身的表面想法，都是一个幻象的不同层次，支持该幻象就位的能量系统，现在已开始衰退减少，让路给一种更圆满、更丰富的光。允许并呼唤这道金色之光。知晓如果你有能力请求祂，就有能力接收祂。我们鼓励每个人开始找到一些方式去爱上自己。你内在的这个宽恕资源极其强力的，它在心智之树内部跟某些能量相连接、这些能量远比第三密

度的原型治理者强大。容我们说，这是一个引人入胜的主题，我们还可以继续谈一阵子，但这个器皿告诉我们必须停下来，所以我们接受了，是时候了，我们要释放这个器皿，离开对主要问题的讨论。

在我们离开这个团体之前，我们会移动到 Jim 实体那儿，好拾取任何简短的询问。我们感谢这个器皿及其团体，耐心地聆听我们试图表达清楚以你们的话语并不容易讲述的事。我们感谢这个器皿，我们在爱与光中离开它。我们是你们知晓的 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，我们再次于爱与光中向各位致意。此刻我们请问是否有任何较短的询问是我们可以用简短方式来讲述的。此刻有另一个询问吗？

（长时间暂停）

Carla：我猜没有了，Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo。我们十分感激各位在今天邀请我们出席。我们了解到：我们已经谈论过久，使得你们必得在这段时间坐着，我们为此请求你们的宽容和宽恕。我们十分感激你们的耐心，以及你们渴望去寻求被松散地称为真理的事物。我们跟你们分享的事情是我们的意见，我们请求你们谨慎地衡量每一个字词，将任何你感觉不对的事物留在后面。我们不想望成为在任何寻求的道途上的一块绊脚石。

此刻，我们会离开这个器皿和这个团体。我们是你们知晓的 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中我们离开各位。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0302b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0302.aspx

---

☆ 第 3007 章集：开启靛蓝色脉轮

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想 2003 年 2 月 19 日

R 的问题：为了开启我的靛蓝色光芒中心以通往智能无限，此时对我有帮助的那些修炼、先决条件、态度、练习是什么呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务之中我们存在。能被这个团体呼唤是我们的荣幸，我们感谢 R 实体提出这个询问，他对真理的寻求与饥渴将这个实体带到对他的心智、身体、灵性演化可能会有帮助的请求信息之中。我们也感谢这个团体中在座的其他人、感谢你们的服务和对真理同等纯洁的寻求。这些进入该次工作范围的能量创造出了一种振动，我们基于这种振动能够稳定并能够通过这个团体、这个器皿建立起这次特殊的传讯。在关于开启通向智能无限大门的信息方面，能在这个非常有趣的问题上、提供我们谦卑的意见，这是我们独特的快乐。

为了尊重自由意志，我们会要求每个收到这些想法的人，如果觉得其中有任何想法在此刻似乎不正确，就完全自由地丢开它们。我们的想法如果在特定的空间和时间对一个特定的个人而言是主观性真理的一部分，它们会非常有共鸣，似乎是你忆起的、而非首次学到。至于那些似乎没有共鸣的想法，我们要求你们把它们丢开。我们感谢各位尊重这个要求，因为它允许我们自由地发言、不担心我们会被看成权威、而非你们在寻求与服务中的弟兄姐妹。

名为 R 的实体在请求信息上、精心挑选了措辞，我们会想要感谢 R 实体带着关怀与爱、精心地表达了对于此刻、空间、时间之真相的寻求，以及对于转型、新生命、刚出生的新兴繁荣这些形式进入当下此刻之进程所具有的充分感激与感恩。这个询问：关于有帮助的那些先决条件、训练、修炼、态度，是由一个花费了大量时间和能量的人，深思了非教会的灵性[这个器皿会说的话]外在教导而提出的。这个问题所用的语言为喜欢 Ra 群体的措辞的人所熟悉，所以它创造出了一种氛围，让我们可以自由地应用这个系统的宇宙学，而 Ra 群体的确十分简洁地描述或表述了该宇宙学。

在这个宇宙学的系统中，容我们说，智能无限的大门安歇在名为眉心轮或靛蓝色光芒脉轮的能量中心之上方，因此，关于打开通往智能无限的大门，靛蓝色光芒的工作是最直接、或最接近的工作。人格的修炼和在意识中的工作是这个能量中心的范围和目标，你所问的关于练习与修炼的主题，大致来说正是属于这个能量中心。

态度肯定是一个中心性的关键，不仅对于 R 实体的寻求、模式、进程是如此，而且对于天父造物中，每个真理寻求者的寻求、模式、进程都是如此。

态度是如此重要的关键，以致于成了支持朝圣者寻求的最重要的杖与竿。**态度的卓越位置是这样的：让安住于信心、在感恩和感激的氛围中无惧生活的实体，单凭那简单的象征、进入智能无限的大门。**

无惧也许不像它看起来那样简单。**进入变得无惧的课程之路线，与进入平安并探索其性质的课程之路线相同。确实，可以这么说，第三密度世界的救赎就在于该器皿所知晓的爱，因为向一切事物致谢的态度的核心就是在一切事物中都看见爱的无惧之心，哪怕是看到有些共同造物者——也就是其他自我——歪曲了这种爱。开始觉察到有理由去感激一切，是一个漫长与微妙的过程，而且与前面讲的人格修炼联系在一起。**

然而，你们的问题中我们尚未回答的部分——也就是 R 实体为了打开通往智能无限大门，此刻所需要的工作之先决条件是什么——回到 R 实体的内在宇宙中，我们会说到形而上的过去而非历史的过去。因为**任何人做意识内工作的先决条件都是一样的：对于能量中心群循序渐进、一丝不苟地探寻，为传播神圣或祭司般的工作做好准备，从而对于自我的那股能量给予尊敬与荣耀；如神圣实体或魔法能量的实体，由于对自己在意识中曾经做过的工作有越来越多的觉察，自我的生活变得神圣，而这种自我能量就在神圣的生活中起到祭司或牧师的作用。**

那么，我们会跟这个实体，名为 R 的这位，一起来经历，为了准备在意识中进行一次工作，需要考虑的那些事情。**基本方案是为这项工作选好一个地方和时间**。在这个时间来沉思、做这个器皿会说的**平衡式冥想**；**在这种冥想中，检查自我最近体验到的想法和感觉到的偏向性，为自我分辨出有可能存在的正面和负面扭曲，它们存在于自我搜集的一袋袋催化剂与经验中。**

一个检查自我想法和感觉的人就像一个进入自己谷仓的人，去凝视收获物、判断其价值。当你筛选自己的想法时，当你检查在自我中引起回应的触发物时，你可以看到那些匮乏与贪婪的区域，它们阻挠或扭曲流经能量体的能量流。也许最好从所谓的最低脉轮，也就是第一脉轮或红光能量中心开始；对于涉及生存、性、领土的触发物，强大又深具意义的回应就发生在这个中心。由于让这个圈中的所有人享受生命的这个特定文化——这个文化极大地依赖或强调性——把性看成对根部脉轮或红光能量中心极为重要的东西，这个非常基础的能量中心常常会出现问题。

不过对于这个圈子里所有在座的人来说，**战争的威胁**在你们的人生体验中一直都是紧迫的，此刻也继续如此，所以此刻你们文化中所有人共有的一个议题就**跟生存有关**。再者，有些议题涉及这个器皿称为的**新时代信息**，它们经常暗示你们星球上某些进程会突然中止，从而用一种较小但同等令人不安的方式暗示了生存的威胁。这些议题制造出了一个干扰的背景区域，也许只有在人们承认它、认出它、把它作为周围环境的一部分来处理的时候，才会认真对待它。

下一个能量中心里，存在着在你们的人群中最明显的、但不容忽视的东西。你们所享受的文化以及所谓的新时代的子文化，其主张经常影响你们人群的[容我们说]表面文化的哲学，强调甚至几乎是美化了**个人关系**，所以，在你们日常的讨论和交流中、在你们跟其他自我在一起时，自我很可能知道什么议题真正为头脑和情绪提供信息以及它们可消费的东西。不过，最好去凝视那些似乎无建设性的**重复性模式**，因为这样的工作很可能会强化、结晶化这个

橙色光芒系统中的这些能量。**在人际关系中，一个关键的确是把每个实体都看成一朵具有独特之美的花，一朵只宜观赏而不必修剪或采摘的花。**

在这个器皿称为**黄色光芒或黄光脉轮的能量中心**内，你们现在居住其内的文化，很可能再次把每个人有意识的关注，引到过度的刺激和逃避的渴望上来；在**出生的家庭团体、由自我和其他自我的婚姻创造出来的家庭团体、由谋生的工作创造出来的团体等等自我的关系**中，这**些过度的刺激和逃避的渴望是其中的一部分**。再次的，这些互动是闲聊的素材，同时也是第三密度地球学校的课程中供人学习的材料。无论如何，在这些团体系统中，在自我学习的进程中，就团体结构的价值意义而言，容我们说没有任何事物是它表面上看起来的样子。我们只能够说，**这个学习系统跟家庭、部落以及其他团体的概念绑在一起，其价值再怎么高估都不为过**。正是在这个方向上，进步的观念可以打开新的观看方式，从而确实强化并进一步打开黄色光芒脉轮；这种强化和开放能够改善一个人朝着绿色光芒能量中心的定向，以及在心开放时可能发生的能量的惊人转变。

从日常经验的意义来考虑的话，向上移动的下一个能量中心，就是名为**绿色光芒的能量中心**；在这方面，我们可以说，这个(中心)是**意识中工作的开始**。**如果你能够处理各项议题、查看在能量体中较低部分体验到的感觉、扭曲、能量，那么你就准备好进入开放之心，因为你确保有一份充足的太一无限造物者的能量流，通过肉体能量系统的根部流入那个能量系统，它的确在无限能量以不断盘旋上升的光之舞呼啸而过时、打开通往智能无限的大门。**

心轮与其说是用来工作的，不如说是用来进入的，就像一个人满怀感激走进一个神圣处所，在里面是安全的、被爱着、关怀、受到欣赏，如同太一无限

造物者的一个孩子、继承人、一个合法且有爱的继承人，的确，一个共同造物者。心的空间充满了基列的香膏、像太阳一样发光照耀。在这里没有努力、争吵、或担忧，只有(你)感觉到挚爱的双臂、强壮慈爱的胸膛和双肩，让你疲惫时可以在上面休息；有宽敞的膝盖，让你在心感到精疲力尽时可以坐在上面、依偎在上面、蜷曲在上面、在上面睡觉。这是有治愈力的能量，是不受约束、无限制的慈悲能量；这是天父造物的稳态能量，该振动是无限造物者伟大的起初思维的菁华。

安住于这个中心的能量、安住在开放之心上头，人格的修炼就开始了。蓝色光芒中心或喉轮是创造真实的交流、真实语言、真实陈述的修炼宝座。在这个宝座上，一个人发现聆听的艺术。这些修炼汇入交流的管道、导向清澈的交流；这种交流像溪流似的不会搅起暴风雨(带来)的淤泥和残渣，相反地，让能量在表达时、在发出回响时、在产生涟漪时，保持本来的面目：它比较不是评判、而是赞美涟漪之美，它比较不是抵抗、而是跟浮现的各种模式共舞。

名为 R 的实体在**靛蓝光芒**工作的领域中投入了巨大的奉献和能量，他清楚地觉察到自己此刻聚焦的一些议题；我们不会借由更深入的评论来侵犯 R 实体的自由意志。我们不相信在 R 实体的服务中，他所做的创意且着意的工作在这部分有任何不足之处；相反地，这个实体此刻带着极大的关心、爱、坚持来聚焦(于工作)。正如这个实体的提问形式所指出的，他清楚地觉察到，**作为在意识中工作的先决条件，他需要总是返回完整的自我。只有当底座稳固地放置好、在真实而微小的事情的地面上安放妥当以后，灵性才可能翱翔。只有当人生房屋的一楼被清扫干净、变得整洁以后，你才可以走入楼上的房间，在那里和天使们一起被提升至半空中。首先让一楼变得一尘不染，照料**

每一个荣耀、也是责任，坚守每一个承诺，尊重每一个关系，让每一条在内在找到的自我线头，像迷失的羔羊般被带入慈爱的心，得到温暖、安慰、喂养，直到(你的)自我像周围那些你所爱的人一样得到爱，直到自我也被看成造物者、看成基督、看成太一无限造物者的孩子，完全地值得爱。

变得无惧不是一刻或一年的工作，但它是任何人一生的工作。至少，探索真正释放恐惧意味着什么，这种意图本身就有好处。因为(你)有两种选择：收缩进入恐惧，或者拓展进入爱。在意识中工作的特性是：除非你在心中首先建立起充足的能量流、并在心中安住于无条件之爱，否则工作就不能够顺利进展。有这种能量不断流过心，在意识中做的工作就会得到很好的动能、很好的燃料、很好的支持。

最重要的是，我们会鼓励你们释放沉重感。你们人群的体验现在所处的这一个时刻，让人们有能量上的一切理由变得越来越紧张、越来越因为幻象的特性而分心。然而，恰恰就是在这时刻，能够用任何你觉得合适的方式最有效地表达跟确信一切都好的相关正面感觉，因为随着第四密度变得越来越接近，牢记这事实就变得越来越重要：想法变成物质有着不断增加的透明度。想法正在变成东西。心智状态正在变成 DNA。那么，要倚靠这种不断增强的形而上氛围的优势。如果有一个基于恐惧的观念进入了自我的觉察，那就鼓励自己宣扬一种正面的感激和以信心为基础的回应。因为每个情况中都有爱，而爱的表达就如同太阳在照耀并温暖着受冻的灵魂。

举起心、抬起双眼。举起双手、接着高声地歌唱，在喜悦中赞美、感恩。在这一时刻：幻象如此强大、潜力似乎无限制，有机会表达与作见证是一种奇

迹。我们祝福 R 实体的旅程，并且庆祝他的进程；我们鼓励他**在寻求中始终保持轻触，既在超越一切语言的层面上荣耀自我的理想，又不太在意自我。**

我们离开这个器皿、祝福她的神圣与闪光的圈子。在任何时候，R 实体可能在心里想望要求我们临在时，我们都会在静默的交流中向他提供我们的临在，来帮助深化这个实体的冥想。我们感谢这个器皿、这个小组和名为 R 的发问者，在太一无限造物者的爱与光中，我们离开这个团体。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai。Adona vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0219b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0219.aspx

---

☆ 第 3008 章集：DNA 与人类

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想 2003 年 2 月 6 日

B 的问题：今天的问题是涉及 Q'uo 在过去集会提到的赋权和奴役的概念。我们觉察到政府、军队等部门可以产生各种形式的奴役，但是我们想知道，(听不见)赋权甚至可能存在于我们身体里的 DNA，那会帮助我们实现生命中服务和学习的目标；不知 Q'uo 能否给我们一些信息，谈谈一个人怎样才能达成这种赋权，还有 Q'uo 过去提到赋权与奴役的关系时，指的是什么？另外，我们想要了解 DNA 的赋权实际上看起来是什么样子。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中，我们向你们致意，在祂的服务中我们存在。我们极其感激并感谢每一位在场的人，将这个寻求的圈子召集起来并呼唤我们来到你们的团体。能够发言并分享我们的意见，这是一种极大的荣幸，一如既往，我们会单纯地请求你们把每一个想法都视为一个意见，而不要视为一种权威者的主张，因为我们不想望成为任何人的一块绊脚石。在放置了这样一个告诫之后，我们就会可以在不侵犯你的自由意志或学习进程的情况下可以自由地和你们分享我们的意见。

在注视你们的问题时我们了解到，在我们讲述的过程中有不少机会可能会破坏整洁的袋装(历史)、我们将需要监测，所以，如果我们的信息显得不均衡，请原谅我们。值得注意的是，在我们即将告诉你们的这个故事中，我们自己就是故事中的传奇，而当历史的真相被揭示出来的时候，它几乎不可避免是由许多故事组成。凡是涉及你们人群的事件，几乎从来都不可能取得一个统合的真相。有可能越来越接近全貌，但要超越无形的限制则非常困难。这些无形的限制有些存在于我们这里，有些存在于该器皿之中。两个限制的系统，无论是伦理或信息上的局限，都确实会限制并有可能歪曲我们讲述的故事。

在你们人群漫长的历史之前，有一个更加漫长的、未被书写、未记录的历史，属于那些能量、菁华、个体的历史，在这个器皿所称的上个周期变更期或冰河时期创造了自己的历史。(后来)有些实体想望有辅助与帮手来满足自己的需求，(于是)这些实体被骤然拖入一种晚期第二密度性质的服务。那些实体并无意成为邪恶的、或善良的，而毋宁说，他们在这个星球上把第二密度的生命形态视为美好的猎物、可(任意)塑造为他们需要的工人。

因此，一个新的种族被创造了出来，不仅凭借无限造物者，还是由那些共同造物者所创造，他们试图工作这些生命形态以满足自己的需要。他们提供给这些实体更多的能量和操控，在这些实体内在创造出了这个实体会称为的灵魂光流。这些的确都是对 DNA 某部分的[容我们说]改进。然而，先前的改变焦点并非在该 DNA 的相同部分。

在(这 DNA)第二波改动中，所做的改进使得实体们属于第三密度，被赋予灵魂，并且能够展开心智、情绪、灵性的演化，以超越第二密度的方式进行；第二密度模型是：个体来自基因池、接着返回共有的记忆池。然后，这些接受了两次改造的实体，很快地、有来自你们银河系其他星球的实体加入，那些(外星)实体用完了在自己第三密度行星上的时间，被自己的需要引导着、来到了这个你们称为地球的特殊星球。

经过了许多年、世世代代、数千年的过程，这些实体逐渐地继续改变、继续拓展与学习。随着你们星球上人口来源的稳定增加，各种原型结构之间的相互组合变得越来越复杂，在有些方面与其说是彼此不相容，不如说是容易对彼此发怒。不同的人群之间并没有克服不了的差异，但是人口群体的偏向中，继续存在着大量来自第二密度的领土的(意识)能量，其双亲基因结构属于类人猿。

结果是，他们有一种天生的侵略倾向。这种倾向只会被第二波基因改造所助长。这为那些我们应该盛大称之为太空海盗的实体设置了舞台。就这些实体描述自我的方式来说，太空海盗来自第五密度、拥有许多第四密度的爪牙，但是这些密度在负面意义上是一条非常纯粹的、沿着服务自我的道途。

这些太空海盗发现，如果利用一些对权力饥渴的实体，鼓励并磨炼他们对于权力与支配的胃口，接下来，这些实体就会透过侵略或战争、尽其所能地征服和控制他们向往的东西：无论是地盘、地位、金钱、或权力。这些海盗还发现，也许是由于你们人类想象力的局限，也许是由于第四密度爪牙想象力的局限，他们最了不起的工具就是战争这个非常鲁钝的器具；结果是，当各种势力在这个器皿称为亚特兰蒂斯的文化中学会了它们的营生以后，每当这些实体揭开自己的计划，总是鼓励分裂、冲突，并且只要有一点可能，就鼓励可能挑起最大规模的战争。

而这会依次破坏年轻人与成年人的能量，困住其显意识想法的进程，直到他们进入自己心智中的那个空间，从而相信并接受战争真的很必要、本地权威人物确实做得对；为了让世界变得更好、可以实在真诚地渴望通过重新分配领土、人们(听不见)权力，使得有权的人更有权、完全奴役所有跟随他们的实体的心智态度、让跟随他们的人愿意提供肉体载具，开赴战场，用自己的死亡、苦难、不公正而散布苦难、痛苦、和其他负面情绪，使之越来越高涨、越来越暴烈、达到越来越高的水平。

这些太空海盗的目的完全是为了取得一种(听不见)，于是第三密度的周期来了又走，而收割量要么非常少，要么根本没有(量)；因此，除了那些没有被收割的人们的忧伤、悲伤、受苦、痛苦以外，大多数的收获物是这个器皿可能会称为耗损的能量或熵。

这种情况从亚特兰蒂斯时代开始循环，到现在已经完成了整个周期。在全部三个周期中，几乎没有收割量；**随着你们的人群靠近目前这个周期的尽头，**

也就是这个特定星球上第三密度最后的收割机会，亚特兰蒂斯的能量依然存在。在亚特兰蒂斯时代首先执行了这些太空海盗命令的团体已经多次转世投生。当凝视的眼睛注视历史的时候，不只一次，而是一次又一次地可以找到这个团体：在巴比伦王国、罗马帝国、德意志帝国之中，然后又一次在(纳粹)德国出现，现在又在美国出现。

因为毕业即将到来，而这些实体试图在服务自我之中毕业，这些能量已经聚合、集中、接着升起，如一个自然的事件。结果是，再一次，数百万本来非常接近可收割状态的地球本土居民在心智和思考中受困，被那些将心智导向战争、为战争辩护的主题讨论牵引；因此，这数百万实体再次被放置在不舒服的空间中，模糊地觉察到他们的真实自由正在被夺走，实际上却没有真正的能力去搞清楚正在发生什么事情、为什么他们得不到休息或平安。

名为 B 的实体询问关于该 **DNA 及其赋权**(empowerment)，确实，对于在你们星球第二密度末期时发现的类人猿载具，第一次调整它们的实体、小心地调整 DNA、以确保它不会超越第三密度。这种调整本身是一种安全的预防措施，如同防干扰打火机或儿童保护瓶盖，因为他们感觉，这些类人猿生命之类的实体会承受不住正确行动的知识、或道德决定所带来的压力。

无论如何，**DNA 的结构不会因为你们男女科学家可能做的操控而受到限制。这些与生命的形成和持续相协调的光之螺旋诞生于意识的状态或感知的矩阵，当前 DNA 的现今指令限制不了他们。合一与无条件之爱的能量，一旦在心中受到欢迎、被该实体以持久且尽责的方式与之工作，就会开始给冥想者与寻求静默者的心智提供通道、进入无局限的意识状态。在这种意识状态**

中，无限能量随时都在源源不断地流动；不管实体的焦点、渴望、纯净度以及进程把他带入什么意识状态，都有充足的能量为这个意识状态供给燃料。

达到一种意识状态以构建新的 DNA 链，这是容易的吗？对于非常少数的实体，它是相对容易的。无论如何，对于大多数人，它是一个巨大的挑战。那么，在你们星球上各种各样的人群的希望就可能是基于那永远从心喷涌而出的希望了。那就是去寻求与找到希望，打开魔法的源头、使不可能的事情成为可能的。

我们，属于众行星之邦联，前来讲述一个非常简单的故事。这是一个思想的故事，一个属于思想力量的故事。创造了一切万有的特定思维力量的故事。一个绝对的、无条件之爱的故事。一个智能无限和该无限渴望认识自己的故事。通过祂的孩子们的每一个想法，祂可以知晓自己；而在无限的宇宙造物中，任何星球的任何密度里的每一个实体都是天父的，或者像很多人在这政治正确的时期会说：父亲/母亲的孩子。

这种通过意识中的改动来连接 DNA 链的工作，就如下一个时刻一样易于接近，也就是当一个人停止说话、全心进入静默的时刻。这个时刻又像离最近的星星一样遥远。这是一种选择，实体可以从世俗的观点来查看，接着说：这是一个多好的结构啊，多么令人愉快的一个梦幻啊，那个梦幻创造了全新的自我、把自我转变为一个完全不同种类的人。然而，就信心的立场可以得到另一种观点。那个观点铭刻在这个器皿会称为的魔法人格之内。

几千年以来，这个星球上那些直视真理、美丽、生命等问题的人，仔细地写下了这点以及对于意识和(听不见)领域的观察与实验。**获取内在知识的每一次**

尝试都取得了一定的成功，关于什么是成为魔法的存有，什么是成为祭司们的民族，什么是成为萨满的部落，寻求者有相当可观的优质信息补给可以利用。完全有可能通过修炼人格、寻求静默、以及把自己奉献给造物者之意志等方式，来进入那个空间，在其中有一种真实不虚的可能性、在你们星球上可以真正为目前出生的许多实体设计并构建 DNA。

你们称为科学家的实体会开始一次又一次地发现，**此刻在你们星球上出生的许多孩子拥有更多股的 DNA；甚至发现带着通常 DNA 出生的孩子，也在此生中创造出了新的 DNA 链。这就是我们在上次集会时提到 DNA 赋权时所指的事情**。确实，你们的人群中越来越多的实体在一段有限的时间中能够在一种深具魅力的意义上分享大量的那种意识状态，这是一种黄色光芒的分享、而非来自真正统合的心。在这种影响下，很多人完全有可能发现，有最大的可行性把自己升华到一种真实的自由心智状态中，不再跟恐惧连结，不再跟防卫的渴望连结，而是自由地去爱、发光、拥抱。

我们感觉到我们已经来到了一个自然的暂停位置，请问现在是否有任何后续的询问呢？

问题：在这个星球的历史中，是否曾经有一个时期人类以一种团体的方式体验无条件的爱？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。的确，**就在这个时刻，你们星球上就有很多团体正在体验无条件的爱。这样的实体大部分隐藏了起来，比如你们这个团体，成员们完全不为人所知，完全处于任何公众视线之外；在无止息地改变着的团体能量的模式中，这些团体总能在你们的星球上找到方式**

聚集在一起、来表达对彼此的爱。有时候一种观念的原力，如此美好地把人们的能量调合在一起、持续一段时间；于是人们能够单纯地借由一个观念的原力而把自己的生命奉献于同一个目标、同一个理想。我们会认为，那些名为贵格会教徒(Quakers)和超验主义者的团体就是这样。

其他的团体基于某个实体[某个具有超凡能力的男性或女性]服务的魅力、美好、或纯度而形成。在你们所谓的黑暗时代，一些伟大的修道院对于那些除了真理不想望任何事物的实体、提供了(服务)机会；没有(听不见)、没有记录、却有着极其精妙的正面结果的服务。只要第三密度里还有实体存在，这种团体就会存在，因为寻求并知晓真理是人类灵魂[以你们的称谓]的绝对命运。当对于真理的寻求变得如此纯净以致于它拥有的原力比尊重权威或抵制改变的需要更为强大，然后这样一个团体就会前进，找到自己的气力，安静地、有爱地、忠诚地、持久地服务。

就灵性上而言，历史就是一个接着一个的故事，属于那些寻求者：为了对造物者的爱、对于理想的爱、或者为了一位出色老师的爱，如何献出自己一切之所是、献出自己拥有的一切，来生成并传播无条件之爱。

我们可以进一步回答你吗，我的弟兄？

（暂停）

问题：在 Ra 的书籍中提到有很多看似引起轰动的信息，实际上是短暂易逝且几乎没有重要性的。在制作电影的时候，这类型的、引起轰动的信息通常会被相当频繁地使用。**在引起轰动的吸引力的需要、以及可能并非相当引起轰动、高品质信息之间，我们如何取得最佳的平衡？**

我们是 Q'uo，掌握了你的询问，我的弟兄。也许我们可以单纯地说，**当讲述绝对真理的时候，幽默感经常是有帮助的**。容我们问，这是否有一点刺穿了思想的外部墙壁，或者我们应该再次尝试呢？

问题：你们可以再进一步谈谈吗？

我们是 Q'uo，我们会乐于这样做。在支持这样滑稽噱头的幻象中，**短暂易逝的材料会让那些在这个幻象之中的人们的心智着迷，这确实是真实的。形而上学的材料是自然而然且本能性地几乎不会让人着迷的，这是同等真实的。因为这些偏向性，引介睿智的人物角色经常会附加行为古怪的人物角色，这些古怪的行为虽然不会破坏该生物的智慧或诚实，仍然还是给出一个古怪的角色，对于那个文化而言，它是名副其实的幽默。因此，使用幽默缓和了使用真理的冲击。对于各种各样的幽默手法的使用，无论这些幽默是押韵的言语还是用其他任何....**

（磁带第一面结束）

问题：在《一的法则》丛书中提到了星际大战(Star Wars)对比实际上正在发生的事情就像是儿童故事一般。所以，好莱坞如此多次地使用梦幻的故事来给予一个信息。有某种方法我们可以，容我们说，更加写实地呈现这种信息？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。**我们相信有无限数量的方式来分享这样的信息。灵性成就的真相是：在你们人群中，那些能够在意识中做功的人，在任何特定的时间都与那些尚未对内在生命提出要求的人肩并肩地待在一起。他们大部分时候都非常安静地待着。**

我们会要求你们考虑那些这个器皿知晓的**美洲原住民**，**他们的仪式基于魔法人格的一般范畴**，这些仪式被普通人视为自然活出的生命的一个日常部分。对于在这个特定文化中的实体，**幻象的所有部分都是活的，所有的第一密度、第二密度、第三密度的实体们都相似地分享意识、并且是一直运动、一直活着的造物的故事的一部分。地球被视为母亲的身体，而所有那些在母亲身上的东西都被视为是母亲的孩子。所有的自然元素、能量、动物与植物都被视为各种各样非常生动、非常能量充沛的造物，在所有的时候都充满着信息。**

看看很多这些扩展意识的练习有多简单、多直接，这是很有启发意义的。这个被恐惧、苦难、其他人群的战争所奴役的真相，取而代之地选择赋权、自由、灵性道路的可能性，它直接存在于每一天中、存在于每个人走的道途上。为了成为一个真正具有魔法人格的实体，并不需要变得极端或不近人情；相反地，这只涉及穿越一个觉醒的过程、变得能直接觉察到自我。一旦达到了这个点——任何尝试的人都可以很实际地期待达到这个点——宇宙就会打开，不可能的事情就会变得可能。

对于一个正在尝试去做出这种改变的人，最大额度的努力就在一开始，就是在开始的位置，一个人必须在那里表达对尚未发生的事物的信心。当有了一个非常有益的心理结构之时，这个结构会给予人物角色一个理由去留心并开始工作其灵性人格、魔法人格，然后，也许有可能把具有逻辑性和说服性的「近似」理由带入你的(听不见)角色结构，让该角色成为一个确实尝试寻求真理的团体的一部分。

我们可以进一步回答你吗，我的弟兄？

问题：一个特定的可能性是：有一个闷闷不乐的生意人，也许遭受了失去爱人的打击，他有个机会去冒着生命危险救另一个人，但那个人不是真的有危险，只不过是用一种古老的兄弟会方式来与他接触；这生意人和兄弟会的互动，把(听不见)许多爱的面向带出来。你们可否评论这个计划的特定事例？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。跟很多好主意一样，这个主意中有些不一致之处。不过我们会从整体上说，这是一个很好的主意。我们看到的困难单纯地是，**正面导向的实体不大可能设置一个虚假的情境来做测试。毋宁说，这样一个实体或团体会观察正在进入这种角色的实体，接着由于这个实体展现的情绪之色彩，由于其情绪的纯净与爱，而成为进行进一步交流的候选者。**

我们可以进一步回答你吗，我的弟兄？

问题：所以，这个情境就会真的成为一个兄弟会观察到的情境，而非兄弟会刻意上演的情境，是吗？

我们是 Q'uo，我们可以确认你的理解，我的弟兄。

问题：第二种方法是，一个科学家，也许是一个基因学家，发现在 DNA 中已经有了一种特定的、允许合一体验发生的品质，而它已经被关闭了，因此他开始对自己和他的 DNA 进行工作好再次打开它，这会将他带入跟各种各样的恶棍、和其他人物角色的接触中，你们能够评论这种方法吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。在我们看来，这个概念也很优秀、但也有缺点，我们会与你分享我们的意见。DNA 的角度，容我们说，是很有帮助的、可以为实体们提出来；因为在观察用灵性或能量的方式所形成的世界结构的幻象时，DNA 的角度的确是洞穿幻象的核心。**那种允许第三密度实体欢迎第四密度生活的改变，跟无条件之爱的完整意识所形成的新 DNA 链有着密切的联系。**

然而，通过科学试验以某种可由现今科学仪器测量的方式来探索如何把无条件之爱放置在一个实体感知的矩阵中，这概念是有问题的。容我们说，在这个 DNA 研究的角度上，有大量需要学习的东西。我们会建议一门叫作感知生物学(Biology of Perception)的具体学科对这个器皿一直是有用的。这个器皿，容我们说，通过这项很有帮助的研究而在这个主题上的眼光比眼界尚未开启之前扩大了很多。

我们鼓励 B 的实体不仅仅探究这个特殊的信息源头[DNA 与感知]，也在探究这篇特定文章或这个器皿所称的录影带的过程中包含其中建议的任何资源源头。

我们可否进一步回答你，我的弟兄？

问题：所以，你们在稍早说过，现在正在被生出的孩子在他们的 DNA 中带有额外的(DNA)链的时候，那么，这可以通过当前的科学技术测量出来，是真的吗？

我们是 Q'uo，我的弟兄，我们会说：**当人们获得惊人不同的、或崭新的信息之际，总会有怀疑的可能性，很多别的似乎不可能的事件都是如此**。举个例子，流星从天上掉下来的可能性，在当时被认为是不可能的，而最终，人们一劳永逸地证明了流星确实存在。

我们发现我们在我们谈论这问题上能力是非常有限的，因为我们已经提供的大多数事物是你们的研究技术都能够测量的，而这个问题超出这个范围。

我的弟兄，我们可否进一步回答你？

问题：那个被提到的怀疑的连结是什么？

我们是 Q'uo，我的兄弟，我们并不怀疑我们使用该词语，但我们怀疑我们能否记得为什么(使用它)？

问题：写作无条件之爱这个主题只从理论的观点着手很难进行。为了帮助 B 在写作之前实际体验这个品质，B 可不可以通过与 Carla 或 Q'uo 进行一场集会的方式来做到这点？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。肯定地，我们会乐于在另一个时间就这个主题上和你谈话。名为 Carla 的实体也十分高兴在这个主题上分享。我们同样也会指出有两个其他适合于你的力量的源头。一个源头是无形的、但此刻就在场的团体，它们忠诚于 B 实体、花费了许多许多年来照料并陪伴 B 实体。B 有时感觉得到的支持、明智、鼓舞的临在，那是非常真实、非常有爱的，祂们组成了一群无形的顾问和助手。**祈请祂们帮助的关键，在于祈请**

(invoke)这个词。你必须请求帮助，必须感激帮助。在跟没有言语的生命进行无声的交流时，把请求与感恩作为交流的基础，活着的实体就可以借由信心、知道祂们就在身边，激活这种非常强有力的帮助，让祂变得有活力、充满能量。

这个实体可以利用的第二个团体，就是名为爱/光研究中心的有形团体。它有物质性的地点，其时区位置满足你和这个团体同时存在于地球上、并能与这个灵性团体或[容我们说]灵性部落或家庭连结的需求。有些人想望花费时间、变得为了这个团体特定的光与能量的聚会之魔法[容我们说]而着迷或入迷；**这个团体本身有潜力成为这些人的一个重大的力量源泉。这样的地方一旦建立，就如同灯塔一样，燃烧的时间越长，搜集的能量就越多、燃烧得越明亮。**

我们觉察到，这已经是你们最后一个询问了，但是，如果我们可以澄清任何事情的话，我们愿意在此时提供机会给你。

问题：为了你的问题，感谢你，它们是非常、非常好的。

我们是 Q'uo，我们会在此时采用这个机会来祝福你们，祝愿你们顺利，并在太一无限造物者的爱与光中离开你们。**你们随时都可以使用我们来加深与强化你的冥想状态。你只需在心里请求，我们将会在静默中、在极大的爱中来到。**我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai Vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2003_0206b.htm

英文出处：http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0206.aspx

---

☆ 第 3009 章集：信仰与信心

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年 2 月 9 日

来自 J1 的问题：今天的问题来自 J1，关于在信仰(belief)与信心(faith)之间的差别。他认为信仰是一种比信心更低的数据和处理催化剂的通道。我们想要 Q'uo 给我们一些信息、关于他们所看见的信仰和信心之间的差别是什么。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在为祂的服务中我们今天来到你们中间。向你们每一个人致意，这是极大的一种荣幸和快乐，我们想要感谢你们在生活中安排出时间来到这个寻求圈，并花时间询问与渴慕以及在搜寻真理的过程中打开各扇门。就是那些坚持不懈的人，就是那些不会对向世界展现更深一层的真理的想法感到畏缩的人，真理会如此丰富且慷慨地来到他们身边。

对于我们，你们就是我们的真理，你们是我们关于美丽、服务、学习的入门书。我们感谢你们跟我们分享你们冥想的那些振动。在我们分享我们对于信仰和信心的想法之际，我们会请你们每一位帮个忙，那就是带着极大的分辨力来聆听，仅仅选择去保留并考虑那些看起来对于你们有吸引力的想法，并且毫不犹豫地将所有其他的想法抛开。以这种方法，我们就可以确信，我们的意见依旧是意见而不是权威，因为我们不想要成为任何人的绊脚石。

我们想要感谢 J1 实体提出这样一个敏锐与深入的问题。确实，我们有一个非常简单的故事要讲述，我们的故事有一部分就是信仰和信心之间的差别。我们的故事是关于无条件的、纯粹的、创造性的爱，这是一种如此强有力的爱，以致于它已创造了一切万有、所有一切已存在的事物、和所有一切将要存在的事物。它在破坏的方面也是具创意且强大的，所有已经升起的事物也会进入转变之中，这种转变会将其从一种形态变为另一种形态。

正是无条件之爱的这股能量创造了良性的、十分温和的门户，通往即将出现的生命。因此，这个理则，造物者的这个伟大的起初思维，既对你的生命能量和你的意识负责，同时对你现在所享受的那些受限制的形态负责，这些限制将你作为个体、在你表面上的生命上设置一个终止时间。确实，我们可以说它超过一个表面上的结束，因为你选择用来进入投生的每个人格外壳，由你组装它来做特定工作，在它已经完成时确实拥有其适当的终止时间。

很难想象的是：**一个人面对自己的人格和存在性的复杂又微妙的层次时，你所体验的自己仅仅是你真实自我的一个极小部分。不过这确实是真的。在单次的投生中，你体验到的事物就如同你之所是的灵魂光流的一条支流，但是该支流就从离开生命之圆心有段距离的地方开始流动，并且向着你的灵魂光流中心流动，而你的灵魂光流，毋宁说，是一个灵魂的海洋。每一个个体的人生体验在形而上的时间中同时向着自我的海洋中心流动。结果是，你无法记得或知晓在这个自我的圆圈中所有其他幅射条中正在进行的事物，这是良好的，因为信息会过多而无法承载。**

虽然如此，就是在这种已发现和未发现之自我的丰富环境中，信心与信仰的问题在其最佳的背景中升起。因为，正是那些超越了瞬息即逝题材的问题，才通常被认为是生与死的问题，这些问题似乎要求信仰或信心被用来应对伟大的创造之爱那无法控制、无法平息的力量，带着同等的慷慨、该力量分娩生命并且结束生命。

第三密度之中的实体在出生和移动穿过死亡大门的过程中该怎么对待攸关生与死的这些无可辩驳的力量？在你们人群的心中有一种绝对的本能朝向你们称为信心或信仰的事物，在普遍的意义上，它呼唤一种灵性的回应。面对着一个人的必死命运的催化剂、创造出自我面对未知并提问的情境，在那个问题后面有一种极大的饥渴：怎么了？为什么？我是谁？为什么我在这里？为什么我被放置在出生与死亡之间？为什么我选择出生？为什么我选择了这一种心智、身体、灵性的状态：将无可避免地在身体的分解中终结？这些问题都是根本的询问、第三密度实体们的灵性本能将会自然循环(这些问题)。

当这个实体是一个十多岁的年轻女子时，这个实体发现她无法相信自己的教会之教义，该实体是她所称的圣公会或英国国教之教徒。让这个器皿呛住的教义位置是童贞生子。所以这个器皿向其灵性导师，一个在该器皿的教会中具有极大权威的实体请求建议。他向这个器皿建议基督教的故事是一种奥秘，在圣公会这个特定教会中，**这样的奥秘不期待被理解，而相反地，教徒持有一个信心的要点、如一个奥秘、将在往后的日子而不在此生中被理解。**对童贞生子故事的这种看法，以及对基督教教义的所有其他的信心要点的这种看法，在这个器皿似乎就远为可以忍受了，这个器皿直到今天还保留着和她的教区教堂的稳固又钟爱的联系。虽然如此，这个器皿从未能够吸收、接纳或理解教条性的信仰、以及用教条的方式持有信仰的需要。

无论如何，我们相信自己领会这种需要的特性，也就是为什么需要用教条的方式相信、感知、传播信心的条款。也许如果每一个人在自己的头脑和心中想到那些时候——在其中，**结构等同于舒适**——也许就更容易理解：对于那些渴望并热望对与错、可接受与不可接受的黑白(分明)的世界的人，对他们有吸引力的事物可能会是什么，而接纳一种教条性结构就暗示并创造了这个黑白世界。**基本上，信仰总是含有具体特性的内容。**如果坚持要把灵性的价值、真理、美丽钉在特定的话语上，而且是仅仅为了对神圣作品作一次具体的教条性编辑而选用言语上，其中每一要点都被用来描述这次编辑的另一个具体局限，那就会像一个建筑工人想为自己建造房屋，来保护自己不被疑虑和变化的奇想所伤害。**人们渴望创造某种信仰结构，来顽强坚定地抵抗某些议题的风暴，因为这些议题无可避免地带一个人面对似乎是自我的灰色区域。**

在这样的时刻，尽管信仰系统不方便且有其局限，知晓一个人必须做什么有一种慰藉；和处于一种无结构的灵性道路的野外环境相比，经常似乎更吸引人、更令人向往；在野外环境中，景观上唯一清楚的地标只会按照它们自己的时间表走出自己的迷雾，出现在你面前，手中拿着自己随时可以给予的爱心礼物，但最重要的是：它们是未知的、而且出人意料。

让我们注视信心的过程，因为信心是在没有内容的情况下接受一项真理。因为信心的结构就是如此、以致于它是在跃入半空中被表达出来的，在半空中、一切已知的事物是：这是造物者的世界，一切都是好的。因此，一个人会将自己投入当下此刻和接下来发生的事情之深渊，因为他已经丢掉所有恐惧、不害怕失去控制的后果。

在佛教徒的故事中，上面有一只老虎、下面有一只老虎，而寻求者紧紧抓住了悬崖的边缘，问题是：「我该放手吗？」那就是信心的问题了。因此，也许在信仰和信心之间的选择就是：选择去安排一种结构、信心在其中可以保持不变，还是选择主要在心中安排一个开放的结构、建造圣所。

我们会暂停，好让名为「GuS」(指引系统)的实体通过大卫实体发言。容我们说，和大卫实体的指引系统分享这种交流的快乐的确是一种让我们从头到脚都感激的荣幸。

我们会在此刻暂停，并同时在爱与光中等待这个器皿。我们是 Q'uo。

（大卫传讯）

我们在今天作为大卫·威尔科克(David Wilcock)实体的指引系统发言。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。

在阐释语义学特点的时候，好比区别信仰与信心的问题，一个人必须停下来(想想)，在依据说话或声音振动复合体传播智慧时、谨慎一些；因为事实是，你们的人群非常善于在各种上下文中(随意)使用信仰和信心这两个词中的任一个。

我们确实理解，该问题的框架暗示了一种选取上的偏向性，觉得两个概念复合体中有一个优于另一个。我们会要求你们辨认到，这两个概念之间有可以忽略不计的语义交织，所以你们可能会发现：一个实体使用一个概念的方式会跟另一个人完全不同。因此，肯定有个人的定义面向，把名为信心的术

语，看成是一个扭曲较少的观点，属于太一无限造物者所有的神秘和荣耀；相比之下，信仰这个词有一种更多的「群聚」(herd)心态，人们抱着想达到某种目的或满足好奇心的心理来领会造物者，而非为了增强自己爱与服务的能力。在这次集会中，我们将聚焦于这个面向，不过让我们首先来描述这两个词本身的特征，看看它们最普遍的用法。

信仰与信心同时都能够被你们的人们视为正面的，这的确是真实的。两个词语同时都能够被用在这样的环境之中，实体在其中已经找到某个告知存在的意义的面向，这使得一个人在其他方面沉溺于重复性的行为模式之前可以暂停一下，这种重复性的行为模式已经变得如此根深蒂固以致于，可以这么说，在你的心智地毯上套上了一个圆圈。

让我们也指出一个明显的事实：以信仰之名、以信心之名，有许多重大的罪行被犯下了。因此，这两个词语同时都可以被用在断然负面的环境中，取决于那个人的意志：为了他人的利益或为了自我的利益，以及这些词语接下来被曲解的方式。

有人说，真理是一个移动的目标；在某个意义上是真的，而在另一个意义上又是不对的；所以你看到这双关语。真理的菁华的确是个别的进程。正如一的法则的资料阐述的那样，一个人用来观看一的法则的最首要完形就是自由意志的完形。这个完形暗示，从根本上而言，只要你理解了每个实体走的都是完全独特的路，理解了这是重要的，理解了每个人处于行动中的受膏自我，那么你就永远不会再次落入小我或那个人格自我的奇想怪念中；那个人格自我寻求自我毁灭、寻求分离、会寻求把造物分割成一系列分开的碎片，

而非允许爱的融合性影响力形成那允许的能量，而该能量确实促使所有这些不同的分离面向再次融合在一起。

让我们澄清一下，虽然真理是一个移动的目标，(但)有些哲学原则起到贯穿整体的支持性横梁之作用，让人生之戏剧能够在上面演出。重要的是：稳定地接触一些令你适当地尊重这些原则的灵性资料，否则就太容易使用信仰的原则或信心的原则作为你的平台，作为你想要的特定信仰建构、或者你想经历的特定信心面向、而对其他人也是对的。我们这里只是一般性地谈论，因为我们觉察到，这份资料的读者可能来自意识中迥然不同的层次，因此这并非以任何方式来暗示评判或责备，我们了解你们理解这点。

鉴于自由意志的这个建构是总体的支撑结构，让你们在上面玩游戏，那么理解你处于一个因果的系统内是件明智的事；这个因果系统有非常离散的动机，不管你是否觉察到。这个自由意志的系统将会受到保存。一的法则资料谈到：你可以自由地去得到你渴望的任何体验。唯有当这些体验开始侵犯另一个人的自由意志时，然后你就会体验到那些平衡性的行动将在你的物质圈显化，好抵消在你的能量场和他人能量场的谐波中所产生的能量扰乱。

因此，如果你能够从自我的戏剧走开，如果你能够从你是否会开悟或扬升的受难剧走开，那么你只需要认出：每一条有人走的路对本人而言都是精确地完美，就会有车载斗量的、更多自由和信息进入你的生命。每个实体都会在某个时候，开始觉察到这个常常叫作业力的基础架构。这种架构不是某种你能够轻易绕开的东西；事实上，身为你的守护者和较高支持结构，我们的工作就是在没有评判、没有责备的情况下，确保业力继续有效地进行。

因此，你们有很多人会体验到某些元素、似乎具有一种平衡的特性，似乎会产生你倾向于标记为苦难的体验；因此，你们的心智中会有一种潜意识偏见，觉得我们身为你们的守护者，在某种意义上对你们投射了令人不快的评判，把你们看成不纯洁的，把你们看成令人厌恶的，或者你们以某个方式辜负了我们的期待。

我们识别出：这是一种信仰，在这个包裹着你的幻象中产出的感知之菁华，你将这个幻象感知为长、宽、高三个维度，而你在其中生活。要理解，在这三个维度之外，有属于更高能量的那些密度，这种更高的能量是你无法直接看见的，但是它仍然存在于你们的周围。因此，你可以看待这种能量的一个可能方式是：该能量超越了光速的门槛。因此，如果你能够将你的振动提升超越每秒 18 万 6 千英里的可见光速，那么，你就会感知到存在于周围的其他结构了，好比那些正在照料你的各种需要的天使般存有。

因此，我们想要你们理解，此刻在这个房间里站在你们周围的生命，存在于你的感知光圈之外，也就是超出你用来理解经验并与之共鸣的能力之外。在你们的层面上，有些人是并没有得到你们主流媒体足够的报导，虽然如此，他们仍然能够跨过这个光的门槛，觉察到在他们周围的能量和散发出来的事物。这些实体拥有它们自己整组的经验，这些经验已经告知了他们的信心、告知了他们的信仰。

在你们历史早先的时代中，在那些现在被知晓为历史的时间中，你们已经拥有那些灵魂的其他范例，这些灵魂已经走上前，并且，可以这么说，开始行动以便于提升振动频率到达这样一种程度、以致于接着就跨过了光的门槛，

这些无形世界的散发的事物接着就直接被感官所领会，这样它就不再位于遮蔽在神秘中的罩纱之后了，而相反地，是具有完全性的东西。

甚至当你对他人做这件事之际，你同样也对自己做这件事。因此，在圣经中有这个寓言：当人子在他荣耀里降临的时候，万国都要聚集在他面前。人子要把他们分别出来……好像牧羊人分别绵羊与山羊一般。他将把绵羊安置在右边，山羊在左边。于是王要对右边的说，你们这蒙我父赐福的，可来承受那创世以来为你们所预备的国。因为我饿了，你们给我吃。渴了，你们给我喝。我作客旅，你们留我住。[1]

[1]原注：圣经，马太福音 25：31－35。相比于圣经上的句子，该寓言在传讯的过程中多少有些改动了，因此根据大卫·威尔科克的建议，找到原来的故事并置入(该段落)。

在这自我与他人之间的差别消融(过程)中就有了合一。如果你能够超越那光的门槛的位置，你会看见你的身体完美地与在你周围的其他人缠绕在一起了，在理解这点之后产生合一。因此，如第六密度实体 Ra 曾说过的：我们不可能把你们视为分开的存有[2]。为你自己识别出这一点，然后开始理解，这种寰宇的因果法则、对自由意志的保存、如何是主要的激励因素，该因素位于我们下面会谈到的矫正性体验的背后。它们是矫正性的，在很大程度上类似于脊椎按摩调整[会校准你的骨骼系统]，使得该物质身体必要机能在其最佳的状态并处于更大的协调一致。

[2]原注：「在你自己和他人之间的差别，对于我们而言是不可见的。我们不认为提升意识的努力上有一种分别：即你投射为一个人格的扭曲和你投射为另一个人格的扭曲之间的(努力)。」一的法则，－1.10。https://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzI5NjE2NDU4MQ==&mid=2655623783&idx=1&sn=c3efb817a41c625697b18ececd885ae3&chksm=f7f5b7edc0823efb9f4d0b7074e24717c6e6ef5819dd300a3610d3dd79e66f4a9a75e5ab6ba3&scene=21#wechat_redirect

你能够理解我们[3]正在调整你的能量体，借由引发那些会促使你一直返回到完美的平衡状态的体验。因此，如果你刚刚发现自己正在经历一个情况、在其中你感觉就好像出现你定义为「坏业力」的某个面向，认出这单纯地是必要平衡的精确程度，它只是把你带回统合状态所必须的东西。

[3]原注：就每一个男人和女人的指引系统的意义而言。

在这个统合的时刻，再一次，你有个机会在信心中休息、在信仰中休息、在理解中休息，如果你选择去相信、如果你选择有信心，你就能够看到，我们再一次采取了必要的防范措施和步骤把你带回一种状态，在其中、你的业力成绩单是 100%的全优(A 级)，你绝不会失败，因为没有失败的概念，相反地，你能看见自己回到平衡的状态，也就是你认为在这些重新调整的时刻之内固有的平衡。

不管你是否看见这种告知你的经验的因果之无形结构，它都将继续，平衡就是凭借着这种理解发生的。因此，我们的确发现的事物是：在分辨信仰与信

心的过程中，就有这样的理解，即信心是在一个人允许信仰的幻象掉落到路边之际所产生的，而借由这种分辨，一个人会将信心视为更高的振动频率。

信仰的幻象能够归因于很多事情。你们人群中有很多人仍旧相信在报纸、电视媒体等主流媒体中读到的东西。幸亏，这点正在改变，因为这已经成了许多扭曲的来源。不过，让我们在这点上逗留一会儿、在许多例子中挑一个。

广为人知的是，一直有那些 UFO 目击(事件)了，已经有好些实体已经直接体验过 UFO，包括很多你们的太空人和你们最好的飞行员。而同时在你们的主流媒体的构架中有一种古怪的沉默、以致于没有任何媒体提到这些事件。另外，我们会鼓励你们回顾该事件，在 2001 年 5 月 9 日举行的、名为揭露计划的新闻发布会，在会场有 39 位属于政府与军方体系的顶尖揭密成员在华盛顿特区的国家新闻社聚集在一起，向世界提供了一份最终决定性的证词，这份证词是关于该事实：即这种(UFO)临在是真切的，现有所需的证据来毫无疑问地显示这种现象确实存在。

我们发现：你们的主流媒体仅仅非常简短地提到这个新闻发布会，或者根本不提。因此，由于缺乏这些结构的支持，人们会继续觉得或相信 UFO 这类东西并不存在。是故，请觉察到信仰是高度主观的这个事实。大多数实体在试图沉思和理解的时候难以想象：渗透你们每一天的主流媒体，这类似乎无处不在且包罗万象的机构，竟实际上不完全相信自己，对于感知到的事物实际上不完全用一种最合适、最能够提供真实一瞥的方式，来告知你的信仰。

我们会分享的另一个例子是：在名为古巴的岛屿、西端海底发现的遗迹。这些遗迹包含的结构有些看起来就像你们的巨石阵，有些就像在墨西哥和尤卡

坦半岛中部地区发现的阶梯金字塔的变种，有些甚至很像狮身人面像。这些结构还有清晰刻在上面的铭文。问题是你们的地质学家们认为，这些结构只能早在你们的一万一千年以前才能够在陆地上存在。[4]现在，先进数据通讯或 ADC 由 Paul Weinzweig 和 Paulina Zelitsky 组成的联合团队，通过菲德尔·卡斯楚从古巴政府获得了许可，对这个区域进行声纳解读，并以此进行研究，因为以前的古巴共产党政权不允许进行这样的海底分析。我们还注意到，根据公开发布的消息，这些实体与国家地理公司签署了一份协议，好接下来向公众推出一部纪录片。当然，我们也看到，没有任何进一步的事情发生，除了 MSNBC[5]之类的某些网络媒体之外，没有人报导这个故事。

[4] 原注：信息可以在 Kevin Sullivan 的文章《在古巴海底，是亚特兰蒂斯还是不规则事物呢？》找到；在水面下 2000 英尺处的巨石的图像激发了科学性的思考。华盛顿邮报，国外专栏，2002 年 10 月 10 日，周四，A25 页

[5] 原注：更多的信息可以在 www.dwij.org/pathfinders/linda_moulton_howe/linda_mh8.html 找到。

因此，我们所看到的可能是某种翻天覆地的范式转移，它用毫无疑问的确凿证据证明，在你们现在所知晓的文明之前另有一个文明，现在就在你们的海底，人们已经发现它，还拍了照；证据已经存在并且有人看到。然而，由于很多人愿意相信呈现给他们的事情，被共识性实相的烟雾罩住了眼，因此这种信息没有被报导；你周围的实体仍旧可能选择对自己说，宇宙中没有神秘，在三维空间和自己眼前看得到的事情之外，什么都不存在，除了你们的书本和教科书讲的历史之外，没有别的历史。

我们会请你们现在更加充分地理解，人们如何接受关于信仰的指导，而该指导却不一定具有最大程度的辨别力。更进一步，我们会请你们理解：信心是一个在开始阶段的选择，选择去超越必然是用填鸭式方式为你灌输的信仰。如同实体 Q'uo 已表达的，信心是难以言喻的。它不是某个可以被简单定义的事情。没有经验的方程式或配方将会给你必要的原料来体验信心，或给你必要的分辨力来理解：你的信心是否确实构成你最高与最佳的善，或者是否有那些自相冲突的面向。

因此，我们再说一次，自由意志，或被称为一的法则的第一变貌[6]的这些基础支撑构架，提供了确实告知信心、告知经验的东西。如果你可以理解不去侵犯其他人是多么重要，你接下来就理解业力的游戏了，永远不会再次必得体验平衡性的行为、再一次被那些发生的业力事件带回无差别的合一状态。

[6] 原注：一的法则，第 13 场集会：「RA：智能无限辨别出一个概念，这概念被分辨为觉察的意志自由。这概念是有限性。这是一的法则之第一且原始的矛盾或变貌。于是，单一的智能无限开始投资自身于探索众多性的过程。由于智能无限的无限的可能性，众多性是没有穷尽的。因此这个探索得以自由地继续下去，无限地持续着，在这永恒的当下。」

我们想要你们也认识到业力的另一面，这就是信心变得如此重要的位置了。业力的另一面是同等自动发生的。你们的人群中有如此多的人被该观念束缚：坏业力是命中注定要发生的，而你在某种意义上害怕你们的上帝。要认识到，你从做好事所获得的奖赏和你做负面的事情上获得的奖赏是一样丰厚的。然而，你们当中有很多人会如此容易觉察到业力，并更多地觉察到在取

得平衡比例的过程中负面的散发作用，而不去注意由于自己向他人传播爱与光而产生的正面反馈。

因此，当你服务时，并不是徒劳的。我们没有要求你作为一个奖惩系统来服务。我们没有要求你像巴甫洛夫反馈系统似的服务，在这个反馈系统中，如果你听到铃声，你会收到一粒食物丸来刺激唾液分泌。相反地，我们要求你理解到，如果你融入超越光速的能量世界的喜悦与美丽，你会开始觉察到一个科学实相的事实：即你跟所有其他人都联结在一起。因此，你愿意为别人做的任何事情、也在为自己做；你毫无疑问地懂得：服务是唯一存在的行动。即使你看起来在做自私的事，这也是一种服务，因为造物者的面向既有湿婆的毁灭品质，也有建造、更新、修复、治疗的品质。但是这种治疗的能量，的确经常表现为造物者的破坏者面向的结果。阴与阳在神圣的对称与均衡中一同流动，而你的生命就是这样一种平衡。

我们说过，要成为可以收割的，你服务他人的极性必须稍稍高于百分之五十。在这个点上头，自我中仍旧有很大程度的自我服务。因此，明智的人能够理解该观念，即**你的内在可能仍然有那些在你们历史传统中叫作「罪」的面向、那些你可能会有的朝向服务自我行为的驱动力。借由单纯地接纳、治疗、更新那些面向确实存在的事实，你正在进入一个更大程度的信心。**

因此，信心不只是对于你将会提升自己到一个不存在扭曲的位置抱有信心。毋宁说，信心是相信你可以有某些扭曲、可以有些特定的盲点。你能够拥有特定的区域：在那里你会在穿越你的生命之际蹭到某个让你感到不舒适的事物，虽然如此，那个不舒服的点，就是呼唤你去注意，作为一个神圣的存有，把你的能量机能变得越来越优化。

你越是理解这些原则，你就越会认识到，为什么你能够在自己的内在构建光之线(line-of-light)的螺旋性能量，而你也越能够再次越来越高地螺旋进入自己的觉知。只有在这个时候你才能够看到，信仰是一种选择，而信心更多地是一种理解。信心是单纯地允许自己成为你之所是；为了让你纵身跃入信心，必须存在某种动机的精神，所以人们经常使用「信心的飞跃」这个说法。

有大量你可以选择去「相信」的证据，它们会允许你认为信心不可能存在，因为该事实：你存在于一个无上帝的宇宙，至少当你周围有如此多的不公或表面不公的时候，事情似乎就是这样。而在信心更宏大的视野中，你知道你可以对业力的过程有信心。如果你做了一件有服务自我性质的事情，它会得到平衡，你对这个过程有信心。

你可以对这事实抱有信心：那就是跟很多人的看法相反，在你做完这件事以后不会有评判。没有评判。所有的经验都是可接受的，你可以穿过这些经验，在事情发生的时候接纳你自己、在领悟中接纳自己，这将允许你进入更深的一层洋葱皮，可以这么说。

当然，你在做这项工作时会流很多泪。但是，随着你越来越深入地进入你的核心，你进入一个更宏大的理解、属于正极面向，也就是说，借由单纯地允许你与其他人在一起，开放心轮、面向基督自我、向着寰宇自由和宇宙的至福，你们之间的差异就消失了。此时，哪怕仅仅是一个想法的轻触，就能让你辉煌地体验你的生命那真正无法言喻的特性，信心在这里成了活生生的过程、活生生的意识。这是一种超越所有边界、所有区别的意识，存在于恒常

临在的当下；在那个时刻，你取得了激动人心的喜悦和狂喜、真正知晓你永远都不会被丢下、永远都不会被抛弃，那种意识就是你的了。

（磁带第一面结束）

因此，甚至在你没有信心、没有信仰的时刻，该结构(依然)存在。这是一个爱你的结构。该结构有一种身份。你可以把那个身份看成是基督自我，你可以把那个身份看成是你的佛性。你可以把那个身份看成是太一无限造物者存在于你的自我中的那个部分；以致于当你看入镜子的时候，你看见太一无限造物者的脸庞。当你注视着其他人的脸的时候，你也看见这张脸。你在周围的一切环境里都看见这张脸。的确，你在每一个事物、每一个人当中都看见这张脸。

随着这些边界线和差别的消散，你知道信心和信仰在某种意义上也在消散。因为你变成了信仰的鲜活化身、信心的鲜活化身。再次地，我们说：要在每一刻都充分地领会这一点，这未必是合理可行的，因为这需要在自我身上做大量的工作。但是，毋宁说，我们确实希望你们理解，如果你谦卑的努力足够显著、足够充分，那么你就能够确实轻叩这种意识的纯净状态。即使只有一小会儿，它也能让你充满情绪和欢乐的泉水，这泉水会让你泪流成河。再一次地，你知道你永远都不会被丢开，你永远都受到保护、始终被爱、受到照顾，现在和永远。阿门。

此时，我们将麦克风交还现在名为 Q'uo 的实体，为了这段我们已共享的时间，我们感谢你们。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们再次跟这个器皿在一起。**领会到混淆法则或自由意志的变貌在第三密度占有支配地位，就可以更清楚地看到，为什么要以这样的方式形成第三密度的幻象，让你始终不可能完全满足对灵性真理证明的需求。在第三密度中，所有以特定方式来信仰灵性内容之选择，必须完全自由地做出，而自由只有在无证据、必须依靠信心的前提下才会存在。**

人类的胸膛里总是存在着这本能：要伸手获取那种感觉上比自己更大的能量。人们用许多故事来传讲造物者、理则、老祖宗、父神/母神的奥秘。这样的名字和故事有很多很多，从每一个名字和故事，都会有人找到安慰。从这些实体说过并有记载的、或者以他们之名写下的文字中，有些人可能会找到可观的充实资源，因此，壮观陈列的灵性财富向着寻求者开放。不过，哪些资源会增强信心呢？今天会给你的东西是什么呢？

信心的特性是：它是一种意识的状态。这一种意识状态已经存在于你的内在、存在于造物者的每一片火花之中，存在于祂每一个孩子之中。这不是可以被证明的，而是说，它是呼唤灵性寻求者去觉醒的真理，一旦觉醒了，它会呼唤寻求者不断前进、以找到他所渴求的东西、他所饥渴的东西。

我们向你们建议，心智有一种特定状态可以打开心轮、觉察到无条件爱的意识状态；有助于产生这种心智状态的东西，你们每天都可得到，那就是时间。你必须从挤满了许多待做的好事的一天中挤出时间，比如这次冥想。在这段时间里，你把自己献给静默。可能只是一次五分钟的静默，但是如果你以静默来开始或结束一天的话，它可以完全改变你观看那些一睁眼就看见的东西的态度。

所以，我们鼓励你们每个人以自己的方式去找到静默，无论是透过在大自然中散步、静默冥想，凝视一幅画中的玫瑰或 T 实体提到的落日，或无论什么能让心智超越自身的观想或图像，于是进入沉思、让心智在美丽与真理中歇息。

信心的菁华是领悟到：一切安好、需要的东西就在手里。你需要的一切正在向你走来。所有你不需要的都在掉落。一个慈爱的、滋养的造物者之进程确保一切安好、一切将是安好的。这种安好不像你们每个人体验生命幻象的世界、它可能会定义的安好，不过，这种核心态度、这种在没有证据的情况下毫不含糊地陈述一切都好的观点，就像每次阳光照耀之际都会成长的种子，而那太阳就是开放的心。

这个器皿喜欢说：「中心。返回中心。」你今天的想法是什么？你的中心在哪里？你在什么东西上头歇息？

在我们说明这个最后要点之后，我们要转移这个通讯。我们会将这个通讯转移到名为 Jim 的实体那儿，于是我们可以讲述在这个团体的脑海中仍旧存在的任何较短的询问。我们感谢这个器皿，我们在爱与光中离开她。

（Jim 传讯）

我们是 Q'uo 群体。

大卫：这位实体可否谈谈信心与信仰的反面，也就是当我们害怕、当我们处于恐惧的时候，该怎样更好地理解平衡的过程，从而在体验信心时不会有恐惧施加在自我身上的重量？

我们是 Q'uo，和这个器皿在一起，我们通过这个器皿、在爱与光中再次向各位致意。我的兄弟，我们觉察了你的询问。

当实体们开始有意识地踏上寻求的旅程、你可以称为寻求真理，开始发问我们在这次会议开始时谈到的问题，寻求知晓自我是谁、爱是什么，以及他对这个人生、人生旅程和持续寻求真理带来的果实，抱有什么信念时；当寻求者开始形成某种概念或品质来为自己解答涉及任何寻求者都会询问的根本问题时，信仰的这种积聚，容我们说，就像是该旅程的开始，在此期间你可能会遇到很多挑战信仰的困难时刻。

可能会有恐惧、疑虑、混淆、愤怒、悲伤、嫉妒等等情绪。**每一个挑战信仰的时刻都给予真理的寻求者一个机会去呼唤一种，容我们说，更为朦胧的感觉，那就是信心的品质，随着寻求者继续向前，继续尝试去回答这些询问，继续面对困难的催化剂，信心的品质就缓慢地、安静地、确切地发展出来。**

因此，信心的这种品质，其动力来源于你们可以称为意志的练习：不断寻求、更新渴望、一再提出问题、被催化剂击倒后重新站起来。继续不屈不挠、坚持不懈、不间断地寻求。使在一次寻求中失败，还会重新开始下一次寻求。就这样，意志的练习在每一个寻求者的内在构建这种信心的品质；当催化剂是猛烈的、疑惑是剧烈的，当愤怒翻滚着、有人说出苛刻的话语而关系破碎时，这种品质将滋养该寻求者。

那么，信心正是从灵魂中升起，在面对一切催化剂[包括你可能称为好的与坏的]之际，由持续的意志磨练唤起信心。因此，我们会向每一个人建议，在一

个人面对所有催化剂，包括那些负面特性的催化剂的时候，给意志显著的地位并聚焦于意志。

此时有另一个询问吗？

V：在 Q'uo 的许可下，我有一个问题，我想要把这题指向大卫的指引系统。如同 Q'uo 群体和 Ra 群体曾做过的，我非常想要从大卫的指引系统那里听到：他们的起源点和他们的识别性振动是什么？

（大卫传讯）

我们是大卫实体的指引系统，我们听到了你的询问，并将在适当的方向上回答。要理解，这个大卫实体已经跟我们在各种各样的投生状态中一同工作了好些时间了，我们是通过一个三位一体的系统或三方协定的系统而存在的，如果你愿意这样说，意味着有三个精要的面向。当然，有大卫实体的高我或超灵的第六密度面向，这个来源和在一的法则资料中发言的来源是相同的。无论如何，反思该事实是明智的：**即拥有一个纯粹又无差异的第六密度的通讯，需要大量的调音和其他自我的辅助。大卫的工作状态直到此时，没有能力把其他人带到这个寻求的过程，因此我们可以深思自我的第五密度面向，这个面向也是在每个实体身上都存在的。这些面向可能在数量上是多个，而这是非常普遍的，如你会想到的，因为至少有一个面向在其总体的能量偏向上具有男性面向，以及一个总体上是女性偏向的实体。**这点重新提及在大卫的资料中、最早期系列中谈到的材料，在其中，男性的面向是用祖父的原型式声音振动复合体来自我介绍的，而在其中女性的面向则用 Lucia，或者光的原型式声音复合体来介绍自我介绍的。因此，我们看到了这个有趣的自相矛

盾，即女性的原则是以光来命名，而男性原则以爱来命名，而很多灵魂都有机会来爱它们的祖父。[7]

[7] 原注：在一的法则系列中，光/智慧经常跟男性原则联系在一起，爱和女性原则联系在一起。

所以，**我们会要求你们单纯地想象：我们作为三个实体、站在你们面前，有一个信息散播的过程，这种信息包含来自高我的灵感，接下来被通过这些第五密度的接触、被转换、照射到大卫实体的能量场域上，这样，发言接下来就得以发生。**我们信赖这个答案是我们现在愿意在此刻给予的、一个令人满意的答案，我们为你的询问而感谢你。

我们在此刻请问，是否出现另一个询问，可以向今天的三个管道的任一个提出的。

J2：我有一个询问，指向大卫的指引系统。我有时候对于使用螺旋针(spiral needles)的顺时针和逆时针方面有一点困惑。我只想要问，顺时针的运动实际上是在将能量拉出身体，还是把能量与光拉入身体呢，这样是正确的、还是相反(方向)是正确的呢？

我们是大卫的指引系统，我们感谢你提出询问。对于其他人而言，去理解这个问题的背景是明智的。最近大卫开始注意到那些俄罗斯科学家的工作，它们已经提出了理解扭矩场或意识的螺旋波的新方法。有些波动属于顺时针运动，它通过真空或以太传播，同样地，有些波动属于逆时针运动。

还有名为 Alexandr Shpilman 博士的实体，他已经设计出一个装置，它要么创造出一个左手方向的扭矩光柱，要么创造出一个右手方向的扭矩光柱。这些光柱在两种特性的任一种都拥有非常有益的效果，因为这是会供能给身体的能量。有些时候，实体们穿上由合成材料所制成的衣服，这种材料是作为一种扭矩屏蔽而起作用的，诸如聚酯纤维(材料)，这会影响被带入身体的扭矩场的数量。

在你们的(次元)平面上，有一些人被知晓为不进食的圣人，他们不必摄取食物、水之类的东西，相反地，直接吸引这种螺旋能量作为他们整体的粮食和支持。因此，在这些针的问题上，我们正在处理的事物是一种金属物质的特殊设计，它将螺旋的原型的形状安置在针的末端，那即是被知晓为黄金分割的螺旋，它的比例是 1：1.618。

要理解，借由这种配置创造一根针，会产生出一个漏斗，可以这么说，好让这种能量循环流动。因此，这个问题处理的内容是在左手方向和右手方向的光束之间的差别问题，或者逆时针或左手方向的光束、对比顺时针或右手方向的光束问题。左手方向的光束实际上将能量带入身体及其灵光系统中。这种光束对于意识的基本能量或结构是更为根本的。

无论如何，就好像在你们的系统中任何其他的意识进程一样，会有必须被净化和释放的事物。类似地，你能够吃饭，但是你同样必须排泄以保持健康。因此，你将右手方向的光柱或顺时针方向的光束视为是代表将能量排出身体的事物。因此，这些针可以通过这样一种方式被使用。我们为这询问而感谢你。

J2：谢谢你们。

Carla：此刻、任何人有最后一个询问吗？

（暂停）

（Jim 传讯）

我是 Q'uo。因为看起来我们已经耗尽了所有询问，我们将再一次感谢每位在场的人、邀请我们在今天加入你们的寻求圈。我们被要求这样做，这一直都是个极大的快乐和荣幸。我们会也要提醒每一位，在深化你们冥想的方面，我们是可被用来提供协助的。一个简单的请求，在头脑中送出，就是所有需要做的事情了。我们将不会说话，而单纯地将我们的振动与你们的调合起来，以便于你的冥想可以更深入、更为集中。

此刻，我们行将离开这个器皿，同时在太一无限造物者的爱与光中离开该器皿和这个团体。

我们是你们知道的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2003_0209b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0209.aspx

☆ **第 3010 章集：2018 秋季问答集**

Copyright © 2018 L/L Research

摘要：冥想是否与睡眠一样有助于平衡，梦境的作用，视觉化冥想对地球母亲的帮助，遗忘罩纱，如何更有效地寻求与服务，回溯催眠对流浪者与寻求者的作用，恐惧与爱，倍增效应

周六冥想 2018 年 9 月 15 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们在无限造物者的爱与光中向你们致意。受邀在这个下午加入你们的团体，这是一种怎样的喜悦和荣幸呀。我们已经在这个团体灵性道路上的一个相当大的部分上长期陪伴这个团体，我们总是感到十分荣耀：能够加入你们另一次的努力，去拓展你们心中的爱、你们心智中的理解以及在你们的灵魂中的启发；因为我们和你们一样是真理的寻求者。我们也许已经在道路上行旅了比你们已走过的距离多一些步伐，因此，在此刻向你们提供我们自己，就是我们自己在增进理解方面的成长途径，我们希望可以服务你们、借由尝试去回答你们提出的询问。

然而，在我们开始之前，我们请求这个长期的恩惠，那就是：你们拿起我们提供的那些话语与想法，如你们所愿地使用它们。如果任何的话语对你们没响起真理的铃声，毫不犹豫地丢弃它们，因为我们不想望成为你们的道途上的绊脚石。如果你们愿给我们这个恩惠，它将使得我们对你们发言变得容易许多，因为我们并不想望显现为权威、对你们可能提出的任何问题都拥有终极的答案。我们有我们自己的扭曲，不过，我们感觉，我们对你们现在行旅其上的进化道途有足够多的一种掌握，以致于我们可以尝试去回答你们的询问。

有一个我们可以借此开始的询问吗？

Fox：Q'uo，杜威·拉森是 Don 和 Ra 讨论过的工程师与理论物理学家，他写到：关于醒着的时分中介于空间/时间和时间/空间之间的不平衡，睡眠的一个目的就是重新平衡它。Q'uo，你们愿意对我们谈谈那一点，谈谈是否冥想同样会有助于这种平衡？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，**你们称为睡眠的状态以及你们称为冥想的状态，都是一种手段，借此取得一个平衡，即在你们的有意识心智与无意识心智之间的平衡。因为如你们清楚知晓的，你们统合心智的那两个部分被你们已称为「遗忘的罩纱」的东西分隔或分开了。这个遗忘罩纱为你们提供了一种手段，借此增强你们极化的过程，因为它需要你们恒常地以一种有意识的方式、寻求似乎对你们隐藏起来的事物：也就是说，太一造物者的更多合一性，更多的爱与光。**

在你们日常的活动中，当你们有意识地看到并体验那些充满了你们日子的事件，接着跟那些是你们生活一部分的人互动之际，然后你们就能够处理它们为你提供的催化剂——采用在你的存有中任何偏离无条件爱的运动形式。因此，**当你们在任何类型的平衡性过程中使用你们的冥想状态、以尝试对你们已体验的催化剂的特性取得更好的掌握时，你们就在参与极化的过程中了。你们做出的这个努力、你们必定付出的这种奋斗，以及去解开那似乎是未知的或令人怀疑的事物的这个尝试，就是灵性旅程的菁华了，就是让似乎缺少意义与理解的事物变得有意义、并去理解它的尝试。**

因此，当你们处于睡眠的过程时，你们放松了有意识心智到了某个点、它不再是你们存有中的主要玩家，并且将这个角色让位给你们称为无意识心智的那个部分，于是你们已体验的催化剂就成为一个工具，或这种努力的一部分会**通过梦境给予你们影象，这些影象可以进一步地阐释你们在有意识的日常活动中拥有的体验**。冥想状态提供你们另一条途径、借此尝试去理解已经在你们有意识的体验中发生在你们身上的事情，因为**在冥想状态中，你们能够使用那种能力、更为清晰且准确地聚焦在这些催化性的事件，而当你们有意识的心智让自己忙于大量的想法与反应之际，那种能力通常是不可得的。同时在睡眠状态，尤其是睡眠状态中，与冥想状态中，取决于冥想者的能力，这些大量的想法与反应更有可能消散。**

冥想状态也提供了另一个机会来向你们的无意识心智问问题，无意识心智也许会拥有，将会作为一种启发、带给你们一种直觉性的闪光，或也许它将会是一种你们在以后将会在某一天的有意识经验中拥有的一个体验，在那个时候，有趣的巧合或同时性可能开始在你们的清醒的体验中出现，它们是你们在冥想状态中已经向无意识心智请求帮助的一个结果。因此，你们如果能够给这两种状态同等多的信任与价值，就能够在你们的寻求过程中同时利用有意识心智与无意识心智了；这两种状态是：你们体验的那些归类为梦境与冥想的状态，另一种是有意识的状态。

我的姐妹，有更进一步的询问吗？

Fox：是的。我们的睡眠和冥想也会帮助盖亚对她物质性与形而上之面向的平衡，或许会帮助显化第四密度的物质界？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是一个有趣的询问，因为答案同时为：*是的*、*也许*。*是的*：给那些能够以更明确的方式来使用冥想状态的实体。也就是说，**有能力创造视觉化观想、关于盖亚的各种各样需要疗愈的部分，接着带着清晰度观看它们几分钟的时间。这些视觉化的观想被保持在有意识心智之中，接下来在冥想中就可以提供一种能力来让光的原力(forces of light)将那些具有疗愈与完整性的、想象好的体验传送给盖亚，这些体验是她如此迫切需要的。**

也许：给那些我们在先前询问中刚刚谈到的实体，他们能够用这样一种方式利用其催化剂，以增强自己的寻求过程，于是他们就能够越来越多地在**爱的振动中开放心了，这种爱的振动，就是那种接下来会增加它对盖亚的疗愈能量、和她需要的事物，因为在你们成长的时候，盖亚也在成长。当越来越多的人寻求在自己的心与体验中的太一无限造物者的爱与光，然后进一步的疗愈就会被提供给你们的地球母亲。**

在此刻有另一个询问吗？

Fox：只有一个简短的问题。当你们谈及对于盖亚的某些部分的视觉化观想，我假设那包含了可能在特定区域中：人类的群体，植物与动物群体，或者你们仅仅在谈论物质性的行星，该行星的第一密度部分？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。当我们谈到名为盖亚的实体之疗愈时，我们谈及每一个有意识寻求者提供给地球母亲的任一部分的疗愈，那是被寻求者在冥想状态中观想的(疗愈)。因此，是寻求者将能量指向那些需要疗愈的区域。

在此刻有另一个询问吗？

Fox：我仍旧不清楚，所以盖亚的部分会包括人类、任何属于该行星的部分，那是对的吗？我猜想我没有说清楚自己的问题，我感到抱歉。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问。我们将尝试尽可能清晰(表达)。利用冥想与观想的寻求者决定了盖亚的那个会接收到疗愈振动的部分。

在此刻有另一个询问吗？

Fox：不了，感谢你们，非常感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我们感谢你，我的姐妹。

在此刻有另一个询问吗？

Kyle：是的，Q'uo，我有一个问题。你们能够建议，我要如何精炼自己的寻求或更有效率地寻求以及从事心理学家的工作，结果是更大的觉知，即觉察我能够如何更好地服务其他自我们？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对于任何真理的寻求者，好比你自己，如果它希望去增强寻求的过程与服务他人的效率[通过在寻求中可能有的赠礼、爱与光的赠礼来分享]，我们会再次，如同星际邦联的源头在你们多年时间中一直提供的建议，推荐**使用冥想状态来开始与你自己的潜意识**

或无意识的心智建立越来越深入的接触。在你的存有的这个部分之内，会有那些在投生前就为你并被你设计好的那些具有你自己天分的品质、以及那些想望去学习与服务的渴望，它们将会能够被你自己的投生体验所赋能。

因此，这句话说得真切：**你寻求的事物早已在你的存有之内。作为真理的寻求者，你的任务就是去通过自己的投生性选择、解锁这些可为你所用的潜能与宝藏。你同样可以利用沉思、祈祷、分析来检查你面前已经拥有的、你感觉需要关注的：增强自己的寻求过程的方式，以及用提供你的服务给他人的方式**。你从事的分析可以被视为是在形成一个，容我们说，轮廓的过程中的一个预备性步骤，这个轮廓能够从你的无意识心智将那些天分与能力传导出来，这样它们就可以用建议、形象、冲动或直觉的手段，填满这个框架或轮廓，借由这些途径，你就可以取得这些潜意识的能力了。因此，你在自己的有意识与无意识之间创造出一座桥梁，这样就可能会有一种运动属于你自己更深入的部分。因此，**你是自给自足的，因为你同时有这需要以及满足该需要的能力，都被包含在你里面了。**

我的兄弟，有另一个询问吗？

Kyle：是的，为那个回答而感谢你们。另一个询问会是：你们能否进一步阐释这个问题在什么位置可以适用于其他的寻求者[带着跟我一样的紧迫感]。举例而言：布莱恩·魏斯医师，迈克尔·纽顿，以及他们的某些**前世回溯**的工作。你们有可能评论他们已经进行的工作吗，是否这些种类的技巧，如果你们愿这样说，能够以一种更为协作性、或团体的方式被使用？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现这个器皿拥有大量的信息是我们可以汲取，以产生对这个问题的一个回应。我们觉察你谈到的这些实体从事了**中阴生命期(life-between-lives)的催眠回溯。在这些回溯中，你将注意到，有可能取得我们在先前询问谈及的、对于信息的领悟，去确定投生前的某些选择的能力，去检查这个计划是如何被选择了，以及它是为了什么目标而被选择。如果实体们能够并乐意被催眠到达某个程度、能够进入自己的无意识心智的更深入的部分，并呼唤那些可以为他们所使用的、指引自己的力量：高我，各种各样的指导灵，以及天使临在；接下来，就可能会有光被抛射到投生前的各种选择上头，这样它们就可以向正在经历催眠回溯的寻求者揭露了。**这是一种手段，借此协助记忆：已经因为遗忘罩纱变得黯淡、或已经从潜意识或无意识心智被切断了。

我们可以建议，**随着第四密度在这个星球表面上的振动性表达中逐渐变得越来越接近，如同在很多你们称为年份的时间中一直都在发生的事，这个遗忘罩纱对于很多真理的寻求者正在变得更薄，并且更为可渗透。因此，之前可能尚未能够被回溯，并取得具有专一深度的意识状态——该状况对于这样的催眠回溯是必要的——的实体，他们现在能够这样做了，因为在这个你们称为盖亚的行星实体上现在有远远更多服务他人的机会。这是另一种述说的方式：在你们的人群里面，很多实体已经把自己跟一边或另一边对齐了，而且每一边都想象着良善对抗邪恶，于是有大量的混淆、困难、分裂、不和谐。**

因此，如你觉察的，对于这些能够通过服务他人来提供自己的实体，(地球)有着大量的需求，就如同你们巨大的渴望。我们称赞这种渴望，并推荐：那些你所觉察的能够在催眠回溯中被利用的技巧，被用来探索各种各样的实体是

如何已经在其存有中编程了一些有用事物——借此，如此被需要的服务现在就得以被取得并提供给全体。

我的兄弟，有更进一步的询问吗？

Kyle：是的。为那个问题感谢你们。要更进一步地阐述，如果有可能的话，它听起来就好像是，这可以成为一种有效的技巧用来创造那个桥梁，或者解锁潜能，如你们提到的。有一种有可能的方式去更进一步地理解或解释，这如何可能对各种各样的其他自我是更有益处的吗；举个例子：一个流浪者对比一个非流浪者？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**那些你描述为流浪者的实体将有远远更多的能力来利用催眠状态、以返回他们自己的意识，并通过催眠师的能力来帮助他们取得更为深入的意识状态，存取那些天赋——这些天赋一旦被领悟了，无论是有意识地或是无意识地，就可能用一种更有成效的方式被利用。那些并不是与你们描述为流浪者的实体相同类型的实体，同样能够利用催眠状态，取决于他们寻求在有意识所及范围之外的事物的渴望。这种渴望就是具有最大的重要性的事物了：意图，以一种聚焦的方式使用意志，用无论什么会向服务的实体提供其自身的途径来服务。确实，有很多方式在投生模式中有所服务。对催眠回溯的利用是一种更为专门化的、解锁这些天赋的形式中的一种。**

我们也建议，每个真理的寻求者在梦境状态中、在冥想状态中，甚至在有意识的状态中，有意识地向高我请求指引；该能力也是实体可借此对他人有所服务的途径，因为在此刻会有增强的能力来利用与该存有的其他部分接触，

无论它是高我、指导灵、天使临在，还是已经过世并进入灵的世界的实体，确实，还有心/身/灵全体。对于任何渴望交托个体意志的寻求者，就「不照我的意志，但照汝的意志」的意义而言，这些都是具有启发与信息的源头。

任何想望去服务他人的实体也有机会去简单地观察在一个人的周围，接着看到有哪些机会将它们自己呈现出来，作为日常生活的一部分。如同名为 Ra 的实体说过的，(宇宙)没有错误。一个人在日常生活的活动中看见、感觉、体验并遭遇的事物就是去用一种甚至很小的方式，或者庞大的方式来服务的机会，服务方式是大还是小并不重要，因为每一种服务的方式都分享了与全体的一体之爱与光，因为，确实，你们全都是一个存有。

因此，任何去服务的机会，都会服务在全体之中的太一。如果你们能够对任何实体提供一种有爱的服务，然后，所有的实体，不只是那个实体，就都会受益，因为你的爱是在对全体的服务中，和全体一起振动，因为万物都在它们内在之中拥有这份相同的爱。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Kyle：为了该回答、感谢你们，没有了。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Fox：Q'uo，你们可愿谈谈在我们的此生中、在我们的极化中，恐惧如何是一个必要的组成部分，它允许我们拥有机会选择去释放恐惧、并选择爱？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。从恐惧受益的能力是由一个[容我们说]无惧的人所表达或拥有的能力，这样一个人能够面对面地跟那被恐惧的事物站在一起、并将它视为是自己的存有的一部分、而非跟该存有分离的事物，因为确实，万物为一。无论恐惧什么东西，都是一个人自己存有的阴影的一部分、以一种特定形式呈现，这个部分可能似乎跟一个把最高与最佳的理想作为要为之而活的人是不一致的。

然而，**即使是自我的阴影面都有大量要提供给任何真理寻求者的事物**。正是那个自我的十分经常会被恐惧的部分、以及那个会在外在的世界或幻象中呈现出这个恐惧形式的部分，接着就会用以下方式来形成其自身：以此方式，寻求者就能够借由领悟实际上没有任何东西是令人害怕的——因为万物为一——而利用这种恐惧的形式来进一步成长进入爱与光。在每一个面向，包括正面与负面，万物为一。爱与光能够跟所有的事物分享，并利益全体，而无需害怕一个存有的全体性的任何部分。

在此刻有一个最后的询问吗？

Fox：谢谢你们，Q'uo。精彩的谈话。

Kyle：是的，Q'uo，我有个进一步的问题。你们有可能阐述以下这些吗：关于相似的寻求者如何能够跟彼此相互连接、接触或交流，用一个以社群为基础或协作性的方式来给他人提供更大的服务？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，那些拥有一种相似的寻求方式的人、那些具有类似的心智的人，彼此确实可以将力量结合起来，

或许以一种对生活的正式安排，如你建议过的，一个基于共享价值的社群。如果这样一个安排能够被这样的真理寻求者赞成，接下来，你们就可以将服务的能力视为拥有了魔法的表达或那些属于 Ra 的实体已称为**「倍增」效应**的拓展，这样，**每一个实体都倍增了彼此的能力**、以服务那些对象：他们是这类真理寻求者社群的焦点。因此，**那些想望以无私的方式提供自己的人，并将他们的能量、理想、灵感与那些共享这些理想的人相调和，他们就能够进行一种更大的服务，因为就有一种拓展性或倍增的品质加诸每个寻求者的努力。**

在此时，我们将离开这个团体及其器皿，因为这个器皿正开始变得疲倦。再一次，我们感谢你们全体，为了你们向我们提供这些询问、你们的爱与光。你们是我们的灵感，如同我们希望成为你们的灵感一样，因为你们是在幻象中移动，该幻象具有厚重迷雾、并且几乎误解太一造物者的每一个部分。而在**这种迷雾中，你们提供了具有自己的寻求与灵感的光，这种光不仅仅会照亮你们在黑暗中的路，还会为那些没有自己的光的实体提供一道光**。因此，你们把彼此带回家。我们是 Q'uo。我们再次为你们的爱与光感谢你们，我的朋友们。我们在那爱与光中离开你们。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2018_0915b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_0915.aspx

☆ 第 3011 章集：自由意志与选择

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年 1 月 26 日

小组问题：这一周的问题来自 J：「我的理解是自由意志是基于有权转换一个人观看生命与体验的观点，而选择则涉及着一旦你处在那个观点而做出的那些决定。」

我们想要 Q'uo 评论 J 的观念：自由意志是一个人观看的要点，而选择是与从那个观点所被做出的决定打交道。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。能被你们的团体呼唤、来到这次的工作集会，这是我们极大的荣幸，我们感谢你们每一位、为了把你们带到这里的寻求(过程)。一如既往地，请求每个人在聆听那些我们今天可能提供的观念之际使用分辨力，因为我们极其不愿意成为任何人面前的一块绊脚石。我们绝不知道怎样的芦苇会在一阵微风中破裂，而我们真的想望不伤害正在寻求中的人灵。我们单纯地敦促每个人都觉察想法、感知、概念的力量，因为它们的能量，无论是福还是祸，都是巨大的。

你们在今天问到关于**自由意志与选择的特性**，如同在这类询问中经常会发生的情况，我们发现最好从那个问题后退，并创造出某种平台来观察那个问题的背景。**宇宙就是你的房屋，它的结构是用阶层性的方式被创造出来的，也**

就是说，从上面的事物到下面的事物，从内部的事物到外部的事物。在这种宇宙造物的层次之中，未赋能的造物者在无限与永恒中歇息着。

太一无限造物者的第一变貌是那个被称为自由意志的变貌。该自由意志变貌将创造那个被称为理则的变貌，出自那个原则，宇宙造物从而产生，而那个思维，其力量在创造与毁灭两方面都是绝对的。

从这未赋能的形式之中，合一的第二变貌会发展出所有嵌套在一起的幻象，它就是你们在宇宙造物中所享受的事物了。如此这般就是太一无限造物者的房屋之*结构*。

接下来，这个所谓的一的法则或万物合一的第一变貌的特性，可以怎样被描述呢？在这个器皿的研究与实践的宗教系统中，有一个观念，它是被称之为基督教的神话学结构的一部分，那个实体表达了亲子关系的三位一体或菁华，它就是多少有些含糊地被称为**圣灵(Holy Spirit)**的实体。就是这个所谓的圣灵在该神话学系统中**拥有了同等于被称为自由意志、第一变貌的位置，因为它表达了神性原则的女性面向，因为它是结出果实的、施与肥料的、赋能的原力，使得新颖的观念、造物、分离以及从那儿流动的所有概念成为可能的，包括选择的概念。**

结果是，这个自由意志的面向，就如同一个原型或一种原型的能量，它拥有某些造物者的面向被居中放置于那个结构中，这些面向使**自由意志就如同一个实体或菁华，就原型意义而言拥有着无限阴性的奥秘**。因此，能够被观察到的事情是，阴性(女性)的能量可以被偏见性地视为负面的，以相同的方式，就那些把光与知识跟有罪事物或不道德行为联系在一起的人的立场，光可以

被视为是一种负面的影响。然而，**自由意志的能量就如同风的能量、在神圣影响力底下移动。**

光本身可以被视为神性的一个面向以及可以被归纳在善恶之树的概念底下的事物，它可以无止境地、同时以各种正面与负面的方式去看。当出现类似自由意志的力量表达时，那些尝试去掌握这样的能量的特性的人，其评判系统中总会有一种轻微的倾向性，也许就是对这样一种非个人、却又高度个体化菁华的纯粹力量抱有偏见；通过投生的眼睛看到灵魂光流的(结果)。开始去掌握这些被嵌套的体验式幻象的确切特性，其冲击是令人生畏的，它可以构成一个调整的时间，在其中自我的特性被允许去根据这种自由意志在每个发展层次上进入造物的方式而蜕变自身。你自己的自由意志几乎无法和理则的自由意志区分，那就是你的高我，那包罗万象的理则就是灵魂光流的群体心智；那包罗万象的理则就是行星心智，如此等等。每个实体与自我这个无限生命的其他面向之间的连接都是无止尽的，所以**自由意志就是，容我们说，神性的一个图标：它表达了阴性、总在移动中、结出果实。**

当我们开始谈及**选择**的时候，我们在这些幻象的嵌套式布局中移动、深入你现在所享受的那个幻象，因为这个你们现在所享受的幻象，这个我们经常称为**第三密度的幻象，就是在那个密度之中必须做出一个非常关键的选择**，的确，在你们星球表面上，此刻几乎所有人都已经做出那个选择了。确实，在这些所谓的末后日子里，我们已经开始释放对于选择的关切，因为我们越来越多地觉察：人们正在觉醒于他们已做出的选择，或者正在开始非常迅速地觉察到要做出的选择，也就是服务他人或服务自我的选择，接着做出选择。

在这一个情况中，人们距离更大数量的觉醒只有一段很小的距离；我们可以说，在我们看来是非常令人激动的。**在观察你们星球的能量网格之际，我们发现在观察到的线路上，能量的增长的确看起来是可观的，而更多的光遍及你们的星球；在你们世俗范围的所有领域中，都有那些人正在花时间处于其心之至圣所，为了增长你们行星范围内的光、爱、疗愈、和平，奉献出他们的希望、梦想、完全的意愿。**

这些能量不会遗失，毋宁是被搜集起来，如我们以前向这个器皿展示过的，你可以看见许多光的天使正在将许许多多的祈祷、希望、梦想、异象编制在一起，由像你们自己这样的实体、作为载具把祝福过的光送入内层空间。我们可以说，许许多多的人已经选择开始做这项工作，当人们想到那些有需要的人，并送给他们爱、光、支持的祈祷，无论何时他们能想到这样做，他们就已经开始做这项工作。的确，我们发现越来越多的实体已经做出如何去服务无限造物者的选择。

也许人们可以有效地在这个选择基础上继续发展，安住于选择所蕴含的承诺，仿佛它是岩石中的一条裂缝，并**从选择成为无畏的那个观点出发，让所有别的选择把感觉到的爱优化**。服务他人或服务自我的选择，在塔罗牌中很经典地被表达为情人的原型式图像，这选择似乎是简单的。什么是服务他人、什么是服务自我好像常常是非常清楚的；但是很多人已经发现，**这所生命的学校给予他们的好些极性课程是极端地微妙、值得好好研究。因为对于那些不仅尝试做出选择，还想带着优雅、熟练、技巧来做选择的人来说，不是(选择)最明显的服务他人、而是最崇高的服务他人，就相当于一个调色盘——在上头要做出的选择和考虑的选项没有穷尽而且非常丰富。每一天总是全新的，总有一个崭新的、全新神秘的宇宙(让你)去领会、观察、感谢。**

自由意志如其所愿地吹动，灵性往「它吹拂」[1]的地方移动。愿你们的耳朵是开放的，愿你们的眼睛清晰地看见，愿你们的心理解。我们贫瘠的言语不完美地尝试去描绘的那个宇宙，我们向它敬礼，我们向寻求真理的提问者敬礼。我们希望这些卑微的言语已经提供一些可能有帮助的想法，我们会在此刻将这个通讯转移到 Jim 实体，好讲述这个团体可能会有的任何其他的询问。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开。我们是你们知晓的 Q'uo。

[1] 原注：圣经，约翰福音 3:8 「风随着意思吹，你听见风的响声，却不晓得从那里来，往那里去。凡从圣灵生的，也是如此。」

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们再一次通过这个器皿、在爱与光中向各位致意。此时，我们会问，是否有任何进一步的询问还停留于在座各位的脑海中。此时有另一个询问吗？

T：是的，我有一个问题。我可能正在白费力气，但是回到我尝试去克服自己的负面性的问题上，我的意思是，我的观点是尝试去挑选出那个我最不喜欢的人、给予正面的想法、尝试去做到那一点，我猜想这有任何帮助吧。你们可否评论这点或有任何建议？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的回应是建议：虽然送出正面想法和思想形态给那些你觉得他们对你或[容我们说]你对他们有情绪牵绊的人是个不错的主意，能够接纳自我也很好；因为体验这种充满能量的催化剂流经你就像体验一种冥想，你可以试图把注意力集中在概念、想法、感觉或者

空无本身上面。当你这样做时，许多不同的想法会经过你的脑子；**为了最有效地处理它们，以取得专心致志的注意力，最好注意到它们、让它们消散。**

因此，**在你的日常活动中，当你体验到负面时刻：比如在你感到愤怒、或失望、或疑虑、或恐惧，也就是任何让你担忧的情绪之际，你也去观察这些情绪、让它们流经你的存有、让它们不断地流经你的存有，除非你觉得有一个在特别不断重复的想法可能给你带来了某个品质或概念；你可以借由感觉内在情绪对心智和情绪的[容我们说]事后或长远的影响来判断这一点。如果你觉得这种想法的起源和它所采取的表达形式中有什么重要的东西，那么，这也可以被检验。不过，如果你觉得流经的想法和你没有个人的情绪连接，最好让那些想法过去，而你继续走你的路。**有进一步的询问吗，我的兄弟？

T：没有了，非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

V：我有一个匆促的问题。当你稍早谈到自由意志的概念之际，把它比作一个具有阶层式结构的大楼；在我脑海中非常鲜明地出现的是：我在几年前做过一个梦的简短部分，梦中我站在一个很大的屋子前，或者不是站着而是开车从房屋前面经过，我对旅伴说，「这是我父亲的房子，有十三个房间。」我从来都不知道那个梦是什么意思，甚至不知道为什么当你们谈到自由意志的概念时，它会出现在我脑海里，但我想知道，那是否就是它出现在我脑海里的原因。你们能谈谈那一点吗？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹，在某种程度上，我们感觉可以谈论，虽然在这个概念中有大量内容最好留给你自己去发现。然而，在把自由意志的观念跟一个房屋或阶层式结构联系在一起的方面，我们可以向你建议，关于在梦中有十三个房间的房屋、你在梦中已经描述为你父亲的房屋的结构中有一个给你的房间，它是按照阶层的方式被放置，在这个属于你父亲的房屋中，有一个给你的房间，那个房间就是要点、问题之所在。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

V：没有，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢妳，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：Q'uo，我也想问问我做过的一个梦。关于它的意义，有任何事情是你们可以告诉我的吗，因为它萦绕着我。在梦中，我正在非常努力地尝试去拯救一个皇族家庭、让他们免受周围某些人的背叛和出卖；我那时必须和一整个团队共同工作，我们有过各种大胆勇敢的行为，经历一场大冒险；在我醒来时，梦的结尾是我收集了揭发罪犯的所有证据、把它们交给了当局，然后我被告知，因为我的方法有错、没有把证据直接交给法官，所以证据无效，我的工作失败了。在这个梦之后，我又做了几次梦，梦见我似乎回到这间相同的、非常大的医院与研究中心，千方百计地试图拯救反对派试图杀死的皇族。如果你能够给我某个方向来注视这个梦，我想要知道你们可以说的一切，我对此表示感激。

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。要诠释这个来自你潜意识的信息，我们面临和前一个询问相同的情况。无论如何，我们可以建议，**皇族家庭可以被视为那些你最为珍视的观念**，为了它们、你的确愿意给出所有的努力、你自己、你的人生来保存它们。文书工作可以被视为跟世俗世界及其特性或原则的评价有关。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：在那一点上没问题了。我想要提另一个问题，完全理解我仅仅只是发问，你们不一定要回答。如果你们能够肯定这一点，我会很感激：我在 K 实体身上认出的能量是属于一个实体，它似乎正在访问另一个名为 C 的实体。我想知道你们是否能够评论这一点或确认的确有振动上的一致性？

我是 Q'uo，觉察了妳的问题，我的姐妹，(我)可以建议，在这个假设中有很大程度的真理，虽然相比于该陈述所暗示的简单性也有更多的复杂性。

有进一步的询问吗？

Carla：是呀，我想要在那一点上跟进发问，是否借由那样说，你们想要指出有一个相当广泛的延伸家庭，其中的实体们不是地球本地的，在尝试去创造出对于它们的目标最有益的环境方面，它们一同合作，不仅仅在正面这边，也在服务自我的那边。

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹，我们会建议，这个假设是正确的，除了对「合作」这个动词的使用之外。**那些负面极性的实体互相竞争，于是可能有不只一个的负面来源。**

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没，完全没有了。我将有很多要考虑的东西。为此感谢你们。我真的很感激能够和你们谈话。感谢你们所做的每一件事情。

我是 Q'uo，我们再一次感谢妳，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：我猜想，我能提出最后一个询问吗？是这样的：有很多人最近问我，我如何看待这个世界、伴随着它所有的困难，并且有一个好的态度，基本上我对他们说：事情沿着某些路线进展，嗯，仅仅去观看、尽可能准确地看，完全学会它、并知晓这就是你来到这里要爱的事物。聚焦在那些正在发生的、看起来相当令人震惊的事物，这是一种有帮助的方式吗，这是一个我们要变得坚定的时刻吗，但是知晓我们正在面对着什么事情而变得坚定，这对我们是好的吗？

我是 Q'uo，我的姐妹，觉察了你的询问。**当你查看该幻象，也就是你此刻在第三密度的体验，我们会建议你尝试去激活与平衡所有的能量中心，如此便允许你去处理、找到解决方案，带着清晰的双眼、和对真理的诚实寻求去看见，我们建议你全心全意地将你无条件的爱给予在所有存有之中的造物者，建议你不倦地在该幻象中工作、把这些原则带给那些你爱的人，跟每一个跟你有连结的实体交流、共同为这个目标工作；不管在你的日常活动中呈现在**

面前的是何种幻象，始终对你体验的真实生命给予赞美与感恩。加总在一起，这些能量中心和你的能力与渴望的表达可以形成一种魔法的蜕变，首先是在你自己存有的形而上层次、和你周围的幻象层次上，接下来，每一次你能够跟另一个人分享这些努力、关注、梦想如此等等的时候，这种魔法的蜕变就会用一种倍增的方式运行了。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没有了，Q'uo，非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢妳，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？
（没有进一步的询问）
我是 Q'uo。我们愿利用这个机会，再一次感谢各位邀请我们加入你们今天的寻求圈。对于我们而言，这么做总是一个大喜悦。
（磁带结束）

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2003_0126b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0126.aspx

☆ 第 3012 章集：自我接纳

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2003 年 2 月 2 日

团体问题：今天的问题与自我接纳有关。似乎每个真理寻求者在某个点都需要尽可能完全地接纳自我，以便于在寻求中进展。看起来，我们当中很多人作为服务他人的个体，为了在我们的生命中增加慈悲，已经为自己规划了一种缺乏慈悲，这给了我们恒常的机会：在我们没有达到目标时接纳自我。

Q'uo 是否可以给我们一个观念，关于我们**如何才能着手开始接纳自我**，也许是通过开放能量中心，通过平衡我们所找到的扭曲？我们也会感激在关于自我接纳的方面，Q'uo 有的任何其他信息。我们会感激 Q'uo 对于我们本周末进行的、在彼此之间分享的过程[1]所愿作出的任何评论，我们已经度过一个极好的周末：分享个人经验、我们的催化剂与成长以及我们的梦想；我们会感激听到一点 Q'uo 在这方面的谈话。

[1] 原注：爱/光研究中心的年度回家聚会在肯德基州、路易斯维尔，Rueckert-McCarty 的 L/L 家宅举办，这里又名为魔法王国，聚会时间从 2003 年 1 月 31 号到 2 月 2 号。坐在这里的团体是回家聚会团体，人们在这个时间聚集在一起、庆祝我们共享的旅程。

（大卫·威尔科克传讯）

大卫的指引系统：我们通过在这次的(人生)旅居中名为大卫·威尔科克的实体向你们致意。我们在太一无限造物者的光与爱中向你们致意。在此刻，我们将开始通讯。

记住，比例的相关统计数据有利于你，所以在这次投生范围内，你将有越来越多的机会来允许自我中对更大整合过程有害的那些面向脱落。这个脱落的

过程从根本上讲是一个允许的过程：允许较高自我的意识注入你，于是宇宙造物[即一切万有]的鲜活精华便激发、活化你的每一次呼吸。

要认出，当你凝视着在地球上这次短暂逗留中搜集的体验之光谱时，你会发现：有些体验具有明显的有害性质，它们似乎移除了一定程度的机会，比如让自我能够快乐地运作、轻松移动的机会。随着你现在变得越来越觉察，你的体验性质就选定了；正是该选择的催化剂决定了该实体的极性。

向着正面极化的进展，有时的确是一条阴暗而崎岖不平的道路，在这条道途上有着许多踏错的步子和显而易见的不协调。请认识到，所有的步子真的都是返回太一状态的，因此，无论在生命的样式中有怎样明显不一致的地方，你在该球体范围内聚焦的中心却始终是一致的。事实是：你能够沿着那个球体的任何表面行走，你与中心之间的距离将一直和你之前的距离是相同的，因此，在你进步的同时，你的导向从未偏离过中心。

那么，该构想就是去辨识出那些在你以为的过去中发展出来的不一致，当时有些体验引起了痛苦、从而导致心理上把那些痛苦隔离并封存起来。我们曾经把它们叫作碎片。**当你否定某些体验确实存在时，就会发生自我的碎片化**；并不是说它们已经被完全遗忘了，相反地，由于反思伤害可能带来进一步貌似的苦难与挣扎，它们被心智有意识地用能量压制下来、从而排除这种可能性。

在这个周末的进程中，通过了问题列表的手法，我们对你们谈的是：用最集中的方式，开始把生命模式作为整体来查看，检验这些沾湿眼镜的议题液滴，你戴着这幅眼镜观看“觉知的全景”——也就是自我。每一粒液滴就其自

身，都是从一体性的海洋降落的雨水，而你是从这个一体性海洋中涌出的；因此认为自己与其他人分离只不过是这个幻象的另一个面向，就如同(以为)你的体验跟显意识力量的体验没有关系一样，都是幻象。

因此，你可以把这些碎片细胞看成类似于布满你心灵桌面的水滴。那么，该工法就是使得在圆圈的中心出现有聚集力的重力井，召集所有的液滴汇集起来、再次融为一体状态。在这个相当简单的类比中，你可以看见，通过形成一个比如说筛子或漏斗，水滴反过来如何形成细流、细流然后变成更大的液滴、最后一切再次返回一体的位置。

我们提到的这些主题特别适合下面这些议题：在显意识自我的领域中，你的自我如何能够阐明「之前和之后」、「这里和那里」、「可见的和看不见的」、「有形和无形」之间的差别，然后这种显意识如何沉淀成为物质。所以，非常类似你的嘴里长满了牙、你用牙齿咀嚼并处理维持你肉体复合体的能量，**我们也请你全力对付你生命中那些核心的、占主导地位的动机，然后花点时间提炼、咀嚼你在过去处理过的每一个体验，在自我内部取得更高层次的理解和连贯性，从而不再区分：这些事件使你成为受害者，或那些事件简直没有来由；相反地，你会认出，一切都在完美、和谐、神圣的方式中发生。**

你们问到，这种理解的自我接纳面向和这些碎片的脱落，为何有可能导向更大的自我接纳能力。我们会请你们认识到，这种固有的缺乏自我接纳是由第三密度工作的基本特征带来的；也就是说，这种工作不会开些相对容易的「半路」药方，但毋宁说，它是一条受苦或貌似受苦的路，正如有意识自我选择给该体验贴上的标签。因此，**催化剂的特性就是产生某些体验，从而创**

造动机来允许或邀请沉思，帮助自我前进、大步向前靠近层次越来越高的成就和理解、靠近越来越透明的人格，让自我变得像一面闪亮的镜子，只会反射太一无限造物者的真实精华，于是其他自我也可以看见它。

平衡的、自我察觉、自我接纳的自我，能够工作穿越这些过程，然后分析、理解、接受过去的体验，提炼出其中包含的爱与智慧、把它们用作将火箭发射进以太的推进剂，让自我不再受物质重力的阻碍，而能够确实越来越高地升入苍穹；同时理解到：宇宙造物的精华中只有最简约的单纯。

这种单纯即为：你是光。当你听到这些话之际，那张支撑你的椅子是由光形成的，你也是如此。原子或分子结构的存在，只是一种表面上的感觉；这是由于光通过各种螺旋运动形成了变貌、从而产生物质状态，但是实质上，**一切都开始并结束于光。因此，借由对自我的去碎片化、借由工作人格中跟显意识觉知分隔开的面向，你会越来越能够用理解取代受挫感；因为你了解：你的一切生活体验都是你为了自己理解的进化而创造出来的。**

因此，你不可能继续沉溺于受害者身份。一旦你看穿了幻象，你就会看到：没有任何强加给你的体验，只有你用自己的判断力创造的体验、为了走上更好的进化之路。今天我们请你们认识到，大脑是一台生物计算机，你的真正功能中心存在于时间/空间之外，存在于你的肉体之外；就在你听这些话的当下，你和所有其他寻找一体性的人一起正在创造一种心智，因此你永远都不会孤单、永远都不会处于这种一体性之外。没有差异，只有被有意识地挑选出来的东西供高我选择，让祂展现产生催化剂的倾向性，从而允许物质性自我把显化和卓越行为，升华到越来越高的层次；**这种卓越不是用你们的物质标准来衡量的，而是体现在能够简单地放掉重复性的行为模式，因为它们不**

代表所有当事人的最高与最佳的善；体现在能够把自己的努力倾注于为更大的益处，并认出为什么怀着感激为自己鼓掌、能够接纳自我，就会在自我内创造出永不枯竭的泉源，而自我保存和自我蜕变的圣杯就可以浸入这圣水，于是你就能自己啜饮这生命之水、体验与太一无限造物者的神圣交流。

然后，它确实会允许你取代那些对与错、善与恶、正面与负面的差别；它允许你认出，所有发生在你生命中的体验：无论是觉得格格不入、孤立、孤单、受害或受虐待，它们来自于那个精华，祂有湿婆(Shiva)的破坏者面向，也有正面的建设性面向。然后它的确形成一种架构，你可以透过它而上升到越来越高的显化层次。

在此时，我们把发言权交给名为 Carla 的实体。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。容我们感谢在这个寻求圈中的每一位呼唤我们来到你们团体并与你们分享我们卑微的想法。这是我们的荣幸和福分。我们会请求你们允许我们分享的意见飘过你的心智，不去尝试接受它们或拒绝它们，而毋宁，单纯地聆听它们。那些是你的真理进程的一部分的想法，将会与你共鸣就好像你正在忆起它们。那些在此刻并非你个人性的真理的事物将单纯地从你身边溜过，我们请求你们允许它发生、毫不犹豫地将它们留在后面。因为，真的，如果你们每个人负起谨慎分辨的责任，这就允许我们与你们分享这些意见和心意，而不用顾虑可能侵犯你们的自由意志和学习。

请容我们同样说，跟我们知晓为指导系统的实体会面，这是一种极大的荣幸和福分。我们向大卫的指导系统致意，至少那是这个实体为我们选择的名字。我们十分荣幸能够跟名为指导系统的实体分享这个谈话。

我们也许会拾取这个实体建议的那幅强大图像：**把苦难看成痛苦的雨滴落在自我敏感的球体上，然后无畏的寻求者容许这些雨滴进入其载具的能量系统，让自然的灵性重力在身体中移动能量，把这些苦难的能量向下从支流拉入河流，(最后)到达一切万有之海洋**。

让我们来注视苦难触碰到自我球体的过程。苦难在浑浊、充满淤泥的雨水中流动，触到自我球体天线的粗糙部分，这部分是用来捕捉威胁生存与舒适的能量的；从身体载具这个**第二密度本能性实体**而产生的情绪，通常表现得很明显，但其根源不是任何愿意成长的能量，毋宁是只知道提供**保护、盔甲、防守、生存导向的能量**；**在这种氛围下，苦难之雨滴简直就必定得滑落；因为它们只是刺痛了自我球体外面的天线，但是尚未渗透进内部、尚未开始跟该能量系统一起工作，尚未开始它被工作或精炼的过程；那个更加精细的载具属于灵魂光流、跟人格外壳连接在一起，跟你称为一个自我的肉体载具连接在一起。**

随着自我开始放下防御的需要，自我变得成为半渗透的，而这个易受伤、无防守的自我，首次能够经受住苦难；依我们的愚见，在你们的人群中，自我认可的苦难是一项伟大的成就。知晓自己的苦难、看见自己的忧伤，这种水晶般的时刻会带来机会，提升、转变自我那个变得麻木的部分并为之供能，让它可以再次变得充满活力。这个简单的可渗透性带来的过程，允许一条、一条、又一条支流从防守的沙漠中涌出，直到自我成为休耕的(fallow)、向着

痛苦的雨水敞开，接受引起愤怒、嫉妒、羡慕、贪婪或任何其它让你觉得不幸的感觉。

现在，当雨水开始被能量载具的进程提炼之际，注视这雨水的颜色。自我接纳的过程挪移痛苦穿过保护层、进入个人的层次、接着进入社会的层次深处，在所有层次中催化剂最难穿透与流过的层次。

要注意，这种雨水似乎是向上掉落的，但这是因为，我的朋友们，你们每个人都是生命之树的一个分枝，而这棵树的根部位于天堂世界，只有分枝位于你们的世俗世界，所以雨水向上进入天堂世界。当你允许痛苦流过能量体时，能量从痛苦较为沉重的面向向上移动，进入心、进入心的蜕变，好像一个九十度的相位变换、把自我无法形容的一部分移进某种时间/空间，让那个更高的能量变得远为可渗透、可穿透，带着大量的能量以及无差别或无限制的光。

到了该过程的这个部分，一旦对痛苦的单纯允许创造了可渗透性、好让痛苦进入内心，于是太一无限造物者的至圣所能量，就能够在这种暗淡、多色的雨水上显现出它们的真实特性，而每一滴羡慕都变成真实颜色的羡慕，每一滴悲伤都会变成真实颜色的悲伤；而不是你刚开始时使用的泥泞调色盘，当你允许内在自我的真相在这个催化剂上，带着智慧、随着节拍、适时而自由地工作时，这种心的能量就开始把真实色彩的价值放入那些你允许自己自由充分体验的事情中。

一旦(你)已经达成这些颜色，体验就会在美丽之翼上流动，并借由那个光之战士而被转变了，那个战士就是你自己；那种保持盔甲明亮的光之真实通道会

进入那真理之中，也就是造物者关于祂自己的知识的最新部分。在这个承认你自己的受苦的过程中，也许适合通过这个管道谈一谈，今天早些时候她在经历耶稣基督的献主日时的感受。这是一个神话学体系的最后或最终面向；这个器皿在感谢(基督)灵性在肉身中出生的节日期间，把这个神话学体系体验为自己最能接近造物者的道路[2]。我们早就觉得，**这个寻求圈子中的每一个人**，如 H 实体说过的，**都代表造物者自身；不是造物者父亲的面向，而是造物者的孩子、造物者的女儿、造物者的儿子、造物者的基督面向，祂身处物质世界，并从你们每个人的内在加入我们。**

[2] 原注：基督教。

你的心等待着自己的灵性自我出生，该自我首次被了解为：你在心的马槽中所抚育的一个属于完整、永恒、无限的生命。这颗种子、这个孩子必须得到保护、关爱、照顾、养育、鼓励、关注。在这个基督小孩中，居住着大卫的指导系统描述为纸牌屋的一切东西，这个纸牌屋建筑在不断增生的痛苦晶体之上；**一旦有块晶体融化，其余的晶体就比较容易坍塌，就像冰在水里融化、或者纸牌在它们当中的空间坍塌一样**。在这个献主日中，按照这个特定实体的文化习俗，耶稣实体作为一个四十天大的婴儿，被带到圣殿献给造物者。

你们每个人都是婴儿；你就在圣殿中、被你肉身自我的父母献给造物者。我们对你说：「主阿，如今可以照你的话，释放仆人安然离去。因为我的双眼已看见你的救恩。」[3]

[3] 原注：西蒙之歌，圣经，路加福音 2：29－32：「主阿，如今可以照你的话，释放仆人安然去世。因为我的双眼已经看见你的救恩。就是你在万民面前所预备的。是照亮外邦人的光，又是你以色列民众的荣耀。」

如实地观看自我：一个由黏土、骨骼、血肉构成的外在防御系统；一个感受的内在网络；在那感受中有真理的内在网络，在那真理中有太一无限造物者的内在网络。每当你的人生中有苦难时，愿你在这个至圣所休息，愿你轻摇这个内在的婴儿。以你的爱、慈悲、对于持续发生的苦难的接纳，来保护这个灵性自我，将其完全放在那个临在——祂歇息于心之至圣所——的慈爱手臂里。

我们相信，这就是我们在这个主题上想要分享的能量。无论如何，我们发现有两个已经被提出的询问，它们是以一种非常完整且充满能量的方式联结在一起，因此，我们会暂停通过这个器皿发言，并将神圣的羽毛传递给大卫的指导系统，因为，在关于能量经过精微体的能量点或脉轮系统之运动方面，有大量要去谈论的内容。这**些涉及移除阻塞的技巧、跟受苦的特性产生有趣的联结。肉体载具的能量系统，如我们已经说过的，从这个器皿会认为的较低部分向较高部分移动，当能量进入到根部脉轮的范围之际，它拥有一种完整的且无差别的潜能。每个人的能量载具的脉轮颜色对于那个实体而言都是独一无二的。每个实体都是他自己的花朵，每一个实体都以她自己的色彩闪烁，在更完整接纳自我之中，有一种正在流经身体、能量不断增强的闪光与力道，它是自我接纳的一个产物，就是这种自我接纳松开了那窄化能量流动的途径之束缚。**

然而，我们相信，在此时，允许名为大卫的实体在这个主题上发言一段时间是好的，因为这个实体缺少对于这种讨论有帮助的词汇。因此，我们会在此刻暂停并将羽毛转交给大卫的指导系统。我们是 Q'uo，在爱与光中离开这个器皿。

（大卫传讯）

大卫的指导系统：你们的神经系统在根本上跟大脑的认知过程无关，也跟各种神经系统如何全像性地把它们的矩阵印刻在上述的器官组织之中无关。高我的志向是：力争让显意识心智更充分完整地表现出身体形态的诸多振动中心或振动节点，其方式是让显意识自我使用一个心智过程、一个意识模板——牵涉到所有这些中心的散发物。

我们正在谈论的议题是对下述事实的一个表现：如在一的法则系列中曾被陈述的，小我的内涵是如此扭曲、以致于是无用的[4]。反之，我们会要求你们反思形成意识的能量，并看见在你们幻象中脉轮系统的轮中之轮、在任何的给定时刻构成你们所体验的真实意识。因此，从潜在的方面而言，**所有的脉轮都会对你们知晓为有意识的过程做出贡献，这个有意识的过程就是你们不时地会体验为想象力，直觉、预感之类的东西。**

[4] 原注：

发问者：你能否告诉我，你如何平衡小我(ego)？

Ra：我是 Ra。我们不能跟这个概念一起工作，因为它被误用，并且理解无法从中发生。（《一的法则》，15.11）

我们在设置一个必要的架构，为了更佳地区分这两者：大多数人群对意识的扭曲概念；以及**更真实、更深入的觉知精华，作为所有(能量)中心的一个和谐机能**。你们在生活中见过很多名为**同步性**的例子；在同步性中，你们体验到一个时刻，不管是从书上抬起眼睛、或某个其它具象征重要性的时刻，然后瞬间出现一个来自于你们认为是物质界的反馈。当然，你们认识到，你们自己的某个面向必然是超越物质的；可这实际上是密度之间的面纱在变薄，让

你们有更大的能力去聚焦于真实个体化的造物之精华，并把它跟真正统合的造物区别开来。当这种区分完成以后，那被知晓为形式的东西就会消散于无形。这在**萨满的传统**中被知晓为：**停止这个世界**。**正是借由这个过程，一个加快其进程的人可以看见自己周围的其他自我突然地消失，觉得自己是世界上唯一的存有；这是一个振动意义上的提升过程。**我们这会儿非常具体地谈及的这种回响，跟存在于大部分实体中的杂音之相对程度有关；如果他们在经历日常生活的喧闹嘈杂时不关心或不考虑心智的静定，就会造成在较低的能量中心出现可说是振动上的极度读写障碍，然后昆达里尼螺旋就只能被能量振动频率的垂直提升唤醒，来允许更高的能量中心在此时此地更充分地实现。

我们发现，如果你们的房子上面没有屋顶，那么你们就永远无法真的体验到，屋顶怎样遮蔽催化剂的雨滴。你们永远无法真的把注意力集中在名为「家」的地方，这里有温暖的壁炉、熊皮毯子、在壁炉架上精巧摆放的物件，它们让你们在自己的肉体器皿中真正觉得在家里。相对而言，在你们层面上，大多数人都生活于一种无家可归的状态；他们的生存条件让他们来回漂流漫游，就像他们的想法一样。这确实造成了在较低的能量中心出现一种特定的不和谐振动式复合体。

你们可以在每个能量中心上分析这种不和谐复合体为一种光的螺旋线，可以这么说。如我们以前曾经讲过的，上述螺旋会有些旋转，导致某些事件发生。我们寻求去搜集这些螺旋，把它们带回聚于一点的球心或合一。如果你们重新适应了这个球心，那么所有在当下此刻发生的体验，都可以在灵魂的更大母体中，理解过去、现在、未来是如何融合为无缝连续体，很类似你们在对他人的慈爱服务中如何把准备好的食物存储在密封塑料袋里。

所以，你们也有机会拿起这来自天堂的吗哪(manna)、这生命食粮的面包，接下来，将它打包并藏起来、不让你自己找到，而同时该被划分的自我不会认识到，这种被吸入你们的物质体形的吗哪或更高的意识会有机会被区分开，不是为了把小我跟自我面向中好像不同的部份隔开，而是为了把自我之内、觉知的各种小金块储藏起来。所以，当你们沿着这个螺旋前进、而各种体验在你们幻象中升起时，你们会有该仓库所提供的丰裕；这很像松鼠知道冬天来临时，会有寒冷和战栗的艰难月份、于是在树洞中储藏橡果。从而有了一个逐渐饱满的储蓄库。

在会让很多人感到焦虑和孤单的时刻，你们有机会变得更富足。借由储存大量的催化剂、而不是现在就把它们处理掉，你们就能够有体验作为背景。当这些体验再次出现时，你们可以把它们跟自我积累的、新发现的智慧进行比较，从而让自我以更高程度的功能来疏通这些堵塞。

由于你们较低中心的生理有机体跟腺体系统相关，而能量体跟脉轮系统相关，一旦它们之内的碎片状态崩溃掉，就满足了一个合适的必要条件，于是我们就会看到：那些较低的中心有更大的机会变得相对清晰；然后这确实会允许光的螺旋线，或者在这种情况下的昆达里尼，在脉轮系统中向上推进，进入被知晓为爱的位子，它位于心之所在；进入被知晓为意愿和沟通的位子，或喉部中心；进入被知晓为灵性觉知的位子，统合爱与慈悲的位子，或眉部脉轮中心；继续向上，通过皇冠脉轮[5]进入门户密度，在那里取得灵性重力[6]，而你们再次坍塌进入一体状态。

[5] 原注： 这里指的是脉轮系统里从绿色到紫罗兰色的上升顺序而排列的脉轮。在这个系统中，绿色是心轮的颜色。蓝色是喉轮的颜色，跟清晰的交流

相关；靛蓝色是眉心轮或第三眼脉轮的颜色。紫罗兰色是皇冠脉轮的颜色，在《一的法则》资料中，它跟通向智能无限的大门有关。关于这个大门，Ra 群体说：「那么，首先认识心智与身体。然后灵性被整合与综合，那些要素被调和进入一个心/身/灵复合体，即可在次元之间移动、接着可以开启通往智能无限的大门，因此借由光治疗自我，并和他人分享那道光。」（《一的法则》，17.18）

[6] 原注：

发问者：那么当我们的行星完全进入第四密度之时，将会有更大的重力吗？

RA：我是 Ra。将会有更大的灵性重力，从而造成一个比较密集的幻象。（《一的法则》，29.2）

因此从根本上而言，自我的橡果已经在这一刻被储藏在树洞中，就在你们倾听由指导系统和 Q'uo 实体所分享的这些话的时候，就在你自己体验到为何你以为是显意识心智的东西实际上只是你真实觉知的一个子集的时候，虽然你可能无法有意识地回忆起所有谈过的内容。你具有的更深觉知存在于所有的脉轮中。同步性的显化凭借该事实：你们的心智的确拥有更高(脉轮)中心的面向；如果你们能够在足够长的时间内保持静定、让这些面向浮上表面的话，就像我们之前谈到的，许多沉淀(作用)就会发生。

因此，**潜在而言，你的显意识心智和日常觉知确实有能力完全取用智能无限。需要从桌面上清除你所有的担心和忧虑，于是你能够腾出位子让大师自我、基督自我在你面前坐下来。当这最后的晚餐到来时，你就可以接受那个扭曲的[你为自己创造的]小我人格之死，接着理解到正是通过「不是照我的意愿，而是成全祢的意愿」[7]这个祈祷，你能够允许这个小我感被克制、认出更**

高程度的人格透明度，以致于借由邻近(效应)[8]而让生命的更高面向确实成为你的振动。

而在一体性中没有邻近(效应)，我们感谢你们并再次将麦克风还给名为 Q'uo 的实体。

[7] 原注：耶稣在接受审判之前、被逮捕的那个夜晚，他正在客西马尼花园祈祷，他祈祷免除这种情况，但他说：「父阿，你若愿意，就把这杯撤去。然而不照我的意思，但要成全你的意思。」（路加福音 22：42）

[8] 编注：邻近(proximity)效应是格式塔心理学中的一条组织原则，即认为当其他条件保持相同时，在空间或时间上彼此接近的物体或事件容易被视为同属于一个单元。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，我们再次与这个器皿在一起，再一次地在爱与光中向你们致意。

所以，**也可以把催化剂的雨水和苦难的周期视为生命的阳光与喜悦的周期。在凭借苦难的自我渗透过程中，有一种疗愈，由于那个情绪的精炼过程：处理并体验情绪、体验它们在你内心逐渐变得高尚、体验它们逐渐增强的美和逐渐变得深刻的音调。一旦这种雨水落下、被你接受，你就能更清楚地看到阳光进入内心。因为如果没有雨、没有阳光，难道你会对雨水感到吃惊吗？反之，难道你不应该在阳光充沛、天气晴朗、充满机会的时候致谢吗？这种日子也是喜悦与苦难之周期的一部分。**

我们感谢大卫实体和他的指导系统对于能量中心群给出的讨论，因为这个器皿无法用那样的细节来解释：**一个人如何从处理具体的催化剂、处理具体的情绪材料的流动，移动进入更深的水域，那处理过的催化剂之海，它已经变得美好、蒙福、蜕变以后，返还给太一无限造物者。这是一种水晶般的、充满光的体验之海洋**……

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

它就如同一个包罗万象的系统，统御着最接近人类或物质界人类体验的系统。如 V 实体所讨论的，如果你能够预想从显意识体验的相对浅滩跳下海边的悬崖、跳进无限觉知的深渊，该无限觉知有一种充满信息的连贯性；这种信息在传播时，就像基列的香膏一般、是一种医治的能量、能够进入你内在的情境，像治病的神水、无法描述的药物，单凭着本身的能量来医治，不需要押韵的诗歌与理由，不需要逻辑与可能性，不需要人类的接纳；相反地，**它只需要你接纳一种你们的文化不理解或不接受的心智状态。**

所以，让我们借由注视静默作为结束。因为静默是光之战士——这个器皿曾称之为灵性战士——所拥有的最强大武器。人们把静默描述为：**打开太一无限造物者安住的房间钥匙、解锁真理的东西**。它被描述为致能与高贵化以下过程的关键，即催化作用、化学反应的过程以及结果：催化剂与经验。

静默就如同摊开的手一样。空空地来到神性面前：空空的手，空空的心智，清空一切。除了对于太一无限造物者的临在与起初思维[创造了一切万有]的饥渴。空手而来吧，因为你将会满溢。什么事情使你担心呢？来到你的心，空手而来。进入到海里、深深地潜入。下潜寻找那深邃的、深邃水域，在那里，真理已经在你自己的进程中结晶化了，在那里，你可以享受在那深处的

天使陪伴，祂们在那里安慰你、拥抱你、钟爱你、加强你并将你送回喧闹中。

当你们返回、进入到那有意识生活的群岛时，要知道：每一个混乱与混淆之岛以及岛屿之间的每一条偏僻海峡，都是带有深深水域的地方。那触及每一个混淆之岛的每一滴水都来自太一、并且返回到那相同的太一。

我们带着最大的爱离开你们，为了你们各位的**英雄之旅**感谢你们。为什么你们在这个周末聚集在一起呢？你们来此要欢庆什么呢？我们将你们留给彼此，我们请求你们彼此相爱。彼此治疗。彼此鼓励。承担彼此的负重。把彼此带回家。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai，我的朋友们。Adonai vasu。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2003_0202b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2003/2003_0202.aspx

☆ **第 3013 章集：第四密度的发展阶段**

Copyright © 2018 L/L Research

周六冥想 2018 年 10 月 6 日

关键词：社会记忆复合体之形成，自我宽恕，行星地球在社会记忆复合体中的角色，科技进展与第四密度发展的关系，基督意识

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿在一起，今天下午，这个器皿提供自己作为我们的话语的一个管道，我们提供给你们这些话语，希望你们可以在灵性道路上找到启发，因为我们巨大的渴望就是和你们一起走在这条道途上，因为这一次，我们在寻求中结合在一起。

一如既往，我们请求一个简单的恩惠，那就是：请拿起我们提供给你们的那些话语，以无论什么对你们有用的方式来使用它，如果我们说的任何话语对你们没有用处，我们要求你们丢弃它们、不要担心它们。我们仅仅想望在你们的灵性旅程中协助你们，而且不在你们的道路上呈现任何的绊脚石。如果你们愿给我们这个恩惠，接下来我们就感觉可自由对你们发言而没有任何迟疑。

在此刻，我们想要问，是否可能有一个我们能够起头的询问？

Fox：Q'uo，你们愿意给予我们一个观念：在地球上，当我们在第四密度中形成一个社会记忆复合体之际，我们可以期待看见哪些阶段？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是一个有趣的询问，因为第一个阶段确实开始了。所有那些以有意识的方式寻求太一造物者的人，如

果他不去区分这样一个造物者的名字，或这样一个造物者的品质，或者这样一个造物者的源头，而是单纯地了解到存在这样一个造物者，**于自我内在有渴望去以无论什么可能的方式服务那位造物者，这么做的实体就是正在使得自己迎接你们的爱与理解之第四密度收割。**

重要的是：每个这样有意识的寻求者都了解到，无论有多少信息已经被搜集起来以描述造物者的属性、以及祂在造物的每一个微粒中去表达自己的能力，关于造物者或关于你们踏上的这条旅程，仍旧只会有很少的事情是已知的，因为**这个选择的密度是一个在其中很少事情被知晓的密度，没有真实的理解**。人们有这样的渴望：搜集信息、在被视为灵性旅程的路上前进，同时使用这个信息作为一种方式，以描述行走中的道途、踏出的脚步，以及如你们已提及的，每个人通过的各个阶段。

因此，开始的阶段即是有意识地领悟该道途——每一个真理寻求者正在其上移动。随着你们称为的时间在贯穿这个第三密度幻象的剩余部分散发，会有许多的混淆、许多的不和谐，许多的对立与分裂，以及属于灵性的痛苦会被你们的大部分人群所体验到，那些已经通过自己对真理的寻求而使自己合格的实体，将会找到进一步的途径极化他们的意识、更多地朝向服务他人。因为**将会有很多的场合与机会，服务那些处于灵性痛苦中、处于心理悲苦中、处于身体疾病中的人，因为在这个星球内，有大量具有不和谐氛围的事物。在你们许多个千年以来，你们的地球母亲已经因为这种不和谐的氛围与态度而处在剧烈的苦恼中，现在这种不和谐的氛围与态度，正在那些在第三密度的体验层次上表达的人群、团体、国家之间的分裂中，抵达最高点。**

随着时间继续向前进入爱与理解的第四密度振动，人口将会逐渐减少，这是由于很多的因素将允许实体们离开这次投生、接着穿越光之周期、进入光的隧道，该隧道会衡量每个实体的振动，于是判定每个实体的能力——即欢迎并享受一种逐渐增强的光强度之能力——判定这个实体是否的确将会进入正在这个星球上形成的第四密度。**战争、疾病及单纯的年老将对这个星球的人群收取其费用，同时随着时间的向前推移而减少人口。**

如你们觉察的，直到第四密度在其振动模式中充分出现在你们的行星地球上头之前，没有准确的手段来精确地判定：这个时期将会持续多久。无论如何，那个时间将会出现：全球人数逐渐减少、接着抵达其零点。随着这个时间的临近，第四密度的星球将会继续增加其人口，这样，那些已经能够欢迎并享受第四密度振动的实体将会发现自己处于一个新的地球上面，并带着新的理解能力。每个实体都将能够感知到每个其他存有的想法、感觉、振动层次，所以就开始调和这些振动、向自我揭露其他自我为自我。因此，每个实体都将开始感觉到一种[容我们说]亲属关系，一种类似心(复数)的跳动，一起在相同的道途上行走，一起寻求那存在于自我之内的相同的服务他人之品质。

那么，当每个实体变得越来越多地觉察到周围其他实体的圈子，接着能够吸收这些实体的有意识自我身份的振动时，然后，将会有一种属于你们称为的实相的新经验，或另一个幻象——在其中，光是更密集地充满其间，并会向每个居住在这充满光的环境中的实体揭露更多信息。

这些振动的调合过程的进展或阶段[如你已经这么称呼]，伴随着每一个穿越那个所谓的光之隧道的实体加入而得到扩大，这个光之隧道的振动能够引诱或

吸引那些离开第三密度幻象的实体。随着越来越多的实体开始觉察到他们的新环境，就会产生：每一颗心对彼此开放，每个心智对彼此的开放，以及人灵的调合，于是就有能力给予并接收爱、以一种跟所有参与该群体过程的实体相和谐的方式去进行。因此，每个实体，当它能够在群体的存在状态中找到一个位置时，都带来一个鲜活的经验之图书馆。所以，每个实体都将发现，有一种更大的自我感、在群体能量的每个部分拓展自己。从而，那儿便创造出了你们会称为的一个社会记忆复合体，它拥有一种身份——很类似于太一造物者的身体细胞，开始觉察到在每个实体之内的造物者。

因此，这个调和每个实体的振动的过程，会拥有这个全体鲜活的储存库供其运用，该储存库包含来自于每个实体贯穿整个第三密度体验的各个转世的每个记忆。因此，会有一个时间，在其中，这种调和得以完成，这一个时间并不是以你们对时间的衡量方式来衡量的。这个时间可以被视为是一种进入太一造物者的无限智能的入口，于是每个实体由此奉献自己给这种调和过程，就开始觉察到，不仅仅是在它自己之内的、也是在这个新形成的存有圈子中每个其他实体之内的太一造物者特性了，你们会把这个新形成的存有圈子称为一个群体心智，或称为一个社会记忆复合体。

我的姐妹，有更进一步的询问吗？

Fox：对于那个问题没有了。非常感谢你们，Q'uo，那是美妙的。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Fox：我确实有另一个问题。在我们从星际邦联接收到的信息中经常会提到宽恕自我，但它是某种我正在与之挣扎的事物。你们可愿在这个主题上详述并帮助我们看见**抵达自我宽恕要走的道途**？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对自我的宽恕，当它被完成的时候，就允许自我能够在不受自我对自我评判的束缚情况下向前移动。所有的评判都可以用一种双重的方式被看见。具有一种初始特性的评判，容我们说，会认出在存有中并不被它渴望的品质，因为它们被认为是并非和谐的事物。

我们必须短暂地停顿。

（该器皿在他的膝盖上调整一只不安分且坚持不懈的猫科实体。）

我是 Q'uo，再一次跟这个器皿同在。实体的初始评判会认出不和谐，以及提供机会的事物——使其有机会通过和谐化该存有中不和谐的事物而成长。这涉及：有意识地将不和谐经验的每个部分，识别为在其内拥有特定品质的事物，那会允许真理的寻求者拓展它对自己的感知。因此，「能够认出需要被其极性对立面所平衡的事物」的这种能力，就是那个会对真理寻求者提供具有整体性概念的事物了。在感知自我正在成为完整的过程中，寻求者需要将自我视为已经造成[可被描述为]一次失足或一个错误的实体，它将这种失策或错误作为一个愚蠢的举动而举到自我面前，因此增加了评判、而开始赏识该假设的失足的特性。

无论如何，在自我认出表面上的失足时，该实体需要了解到，这种失足终究已经不是一种失足，而**已经成为一种朝向成长的运动，朝向对自我感知的拓展——这需要自我能够接受自己是一个新的，容我们说，升起的存有，一个具有新的可能性/或然率漩涡的存有，而这个新的漩涡源自于能够从开始的位置向前移动到具有更多和谐、更多接纳自我的新位置。**这种接纳自我就是另一种描述宽恕的方法了。该实体有必要去宽恕自己，宽恕自己制造出了曾被视为一个失足的事物。当看见「在自我的觉知中已有一种可度量的成长」时——这种成长源自于体验到有需要去处理因表面上失足而产出的催化剂——此时，这种宽恕便是可能的。

因此，该学习过程的完成，也能够被描述为：「停止业力之轮」被达成了，因为自我意识到，**每一个自我走出的步子，对于自我有意识成长中的进展，都是必须的。因此，宽恕自我是这种学习的一个主要部分。如果已经有种跟另一个自我的互动，它也成为真理寻求者的这个不和谐体验的一部分，接下来，这个其他自我也必须被宽恕，因为真实的情况是：每个自我都是其他自我，每个其他自我都是自我**，所以，同时在两个情况中都宽恕自我，同时在两个实体中都宽恕其他自我，这是必须的。因此，就会中断该惯性或动量，它已经把自我带到这个点，在这个点，它已经能够处理催化剂并产生经验——那会成为未来成长的燃料。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Fox：没有了，感谢你们，Q'uo。这给了我很多要去思考的事情。

Q'uo：我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的姐妹。在此时有另一个询问吗？

Austin：是的，Q'uo。我的理解是：随着社会记忆复合体的形成，该行星自身便成为那个社会记忆复合体的一部分，不仅仅是它的一个宿主，而是社会记忆复合体的一个实际上不可或缺的部分。这是否正确？如果是如此，你们能不能谈谈社会记忆复合体与行星的关系？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，这是一个十分有趣的询问。我们希望可以公正地描述它。

你们的星球，其自身，已经和你们每个人一样，穿越了这个宇宙造物之幻象的相同密度，从第一密度之内开始，接下来，从简单的土、风、火，水的觉知移动，移动进入第二密度，在第二密度中有一种意识，在它朝向光移动的时候，它会表达自己，那意识就是植物与动物的第二密度的存有，它们能够体验到在自我意识的觉知开始中的成长与运动，就是那种品质允许每个第二密度的存有在第三密度的领域中移动，成为完整的实体：心智、身体和灵性，它们以这样一种方式被加起来、创造出一个人类存有，如你们可能的称呼。

你们的地球母亲在这个穿越首先的三个密度的成长过程中，一直处于中心(地位)，并将会在这个进入爱与理解的第四密度的运动中继续居于中心。因此，体验到被知晓为自我意识的事物的过程，就是被该行星自身添加的事物，因为该行星，在它的内在，有意识地觉察每一个已栖息在它自己的存在状态中的实体。

我们必须简短地暂停。

（这不安分的第二密度猫科伙伴，借由继续恳求器皿的爱抚来表达其自我意识的觉知之开端。）

我是 Q'uo，再次跟这个器皿在一起。你们称为盖亚或地球母亲的行星实体，贯穿整个无限制的时间，已经体验它自己的意识，并将它表达为一种品质——你们可把该品质视为纯粹的觉知、对于「在全时间都存在于一切事物中的太一造物者」的觉知。这种在你们地球母亲内在的觉知，已经经历了和每个实体相同的成长阶段；每个实体在你们第三密度的幻象中正移动进入第四密度。属于有意识觉知的那些品质，在你们的地球母亲之内有一种拓展的意义，因为**她的觉知不仅仅是对她自己的存在状态以及她自己身体的觉察，**她自己的身体可以被相当简单地视为在时间和空间中一种物质的运动，但**也是对于在它表面上、在它的存在性之内的每一个生命形式的觉知，因为生命是存在于你们地球母亲的所有层次。**

因此，在觉知的有意识拓展中，她和你们一起从事的互动，就是让它的存有和螺旋上升光线协调一致的过程；这种光线推动每个实体的觉知穿越每个意识的层次、每个觉知的密度。因此，你们的地球母亲跟全体的人类存有一起移动，跟具有任何特性的存有[确实在所有事物中]一起移动，无论它们是岩石、动物，或奉献的、寻求的、启发的灵性品质，服务他人与服务自我的灵性品质。

因此，你们的地球母亲在她鲜活的记忆库中，拥有全体在她上面、在她内在的生命形式的体验，她会给每个人一种非常基本种类的启发，这种启发会在细胞的层次上，同样也会在每个有意识存有的所有更高的层次上，在所有较低的显意识与无意识的存有和实质中产生灵感。因此，你们的地球母亲和它的人群协调一致地移动，并在一个非常基本的层次上和每个实体合一。这样，所有的实体就在这个幻象中一起移动到下一个幻象、属于爱与理解的第四密度。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Austin：那回答是非常有趣的，谢谢你们。我有另一个问题，它是跟转换到第四密度社会记忆复合体有关。

看起来有一种正在发展、而且已经发展出来的科技，它以某种方式代表了第四密度与社会记忆复合体将会有的转变与连接[1]。这些事情是不是下述事实的一个结果，即我们处于第四密度中，并且我们正在以某种方式尝试取得那种连接，但是使用那种科技作为一种到达那里的借口，而非使用我们的灵性演化？

[1]原注：发问者(Austin)不打算提及任何具体的科技，而是谈一般的趋势：那些为连接性、透明度、心智能力提供机会的科技进展。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问。我们将尝试去回答这个询问，因为它是一个有趣的询问。

这种科技——可用于意识在其演化模式中的、假定上的向前运动——很像是艺术家绘制了一副图画或图像，它表达该艺术家所知晓的最高理想。该图画可能以多种多样的方式，把这个前进中的意识描述为一个更有掌握能力的事物——更能够掌握造物的属性、居住在造物每一部分中的造物者品质、以及自我发现它在这个演化过程中正在靠近移动的场所。

在移动进入第四密度幻象的过程中，借由描述在个体的心/身/灵复合体中的、各种各样可被增强的品质，科技能够带着心智与情绪走一定的距离。以这些科技来练习吧，实践这些品质——让心开放、拓展观点、分享服务与爱，将自我视为跟所有其他自我是一体的，如同将自我视为和造物者是一体的——因为这些都是有帮助的参照，它们可以被那些有本领做心智观想并练习这些程序的人、在一个越来越有效率的程度上所利用。

然而，这样的科技的效用有一定的[容我们说]限制，因为科技自身依赖于一个受限的观点，以便于被建构和编程，以工作靠近那无限制扩展的事物，也就是真理寻求者的灵性与心智。因此，用某些方式，**这样一个科技可能在一段时间，或者在一定数量的发展中是启发性的，但是在这个数量的成长发生之后，该科技可能就无法为那些使用它的真理寻求者而完成该过程。在那个点，寻求者必须依赖于自己内在的储备：包括它在第四密度体验之内所寻求的心智及灵性品质的信息与灵感。**

在此刻有一个最后的询问吗？

Austin：是的，有我们的朋友 Tomas 发来的一个问题，他写道，「在 1976 年 11 月 14 日，Hatonn 传递了以下讯息：尽管**基督再来**的观念总体上是错误

的，名为基督的实体的意识已经来过很多次了，此刻在你们的人群中有该意识中的大师的一次投生。这个大师，在此时，是一个年轻的男孩。他将会在你们的人群当中，并且将会帮助人群。」

Tomas 继续问：「现在大概四十年之后，Q'uo 对这个人有任何更新的信息吗？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。要给予这个信息接近废除自由意志的边界。我们将给予感觉合适的内容，并且为了无法在这个问题上是完全透明(公开)的、而乞求你们的原谅。

关于这个被假定是名为基督的实体，在信息传递的方面，已经有某种错误观念被产出了。有这样的观念，即这个实体是名为耶稣基督的实体。这是不正确的。这一个实体已经能够通过自己内在寻求的努力而取得这个意识的层次或站点，迄今，这种努力已经操练了有你们的四十年了。这个实体居住在**西藏**的群山中、一个高山的区域，作为感觉到自己的内在方向的一个结果，借由那些你们可能称为「光的观想」(visualization of light)的技术，从事对这个星球或你们的地球母亲的疗愈，同时疗愈你们行星地球的外观或外部表面上的破裂。这个实体已经跟其他与他同类的实体结合在一起，也就是说，它们拥有一个属于受膏者(Christed One)的共享意识——祂存在于万物之中、并且从祂自己创造出一切(万物)。

因此，这个实体，以及那些加入它的实体，正在追寻一个[容我们说]专业化的使命、将疗愈你们的星球作为目标，于是那些在外部表面中的破裂——它们已经出现、也将会在你们的未来[如你们对时间的认识]出现——就可以在那些

具有破裂的区域中的物质性环境以及那些第三密度存有身上、产生尽可能少的破坏性效果。这就是我们感到适合在此刻跟你们分享的信息程度了。

对于你们今天呼唤我们到这个寻求圈，我们十分感激，我的朋友们。一如既往，它对我们是一种巨大的启发，因为你们在寻求中、在分享中都是真诚的；你们每个人跟彼此、跟所有在日常活动中遇到的人分享太一无限造物者的爱与光。

在此时，我们将离开这个团体，一如既往，我们在那相同的爱与光中离开每一位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2018_1006b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_1006.aspx

☆ 第 3014 章集：癌症与愤怒

Copyright © 2005 L/L Research

周日冥想 2002 年 12 月 22 日

J1 的问题：愤怒似乎是癌症的起源，愤怒的起源可以被遗传吗？它能是来自前生的规划吗，或者它能够被故意地植入或被有意地创造，以产生一个在投生期间的学习机会吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中，我们怀着大喜乐向你们致意，在祂的服务中，我们存在。能在今天被你们团体呼唤来加入这冥想，并在**癌症的起因或天意**(providence)的主题上分享我们谦卑的观点，这是一种巨大的福分与荣幸。我们乐于跟你们分享我们的意见，一如既往，我们会请求每个人在聆听或阅读的时候都小心谨慎地分辨，这样就不会有与你个人没有共鸣的观念会被允许留在你的价值系统之内了。在设置了这点的情况下，我们会在提供一些意见的方面感到更加自由，而无须担心我们可能侵犯你们的自由意志了。

这个寻求圈今天的询问跟癌症有关，我们肯定可以在涉及到这个特定的扭曲或疾病的方面谈论。然而，我们的评论是一般性的、跟人类的肉体载具的其他情况也是相关的。

我们首先来确认某种基本的结构，从这个基本结构，我们会谈论在你们的人群中被构想为疾病的事物。既然一切已形成的事物都是那个起初思维的扭曲，说疾病是一个扭曲并不会侮辱该品种。因为，确实，在你们的人群中，名为疾病的事物在第三密度动力学的系统中有它自己的美和机能。疾病是一个实体在公正而适当的时刻结束生命历程的一种极其方便又多少让人有些不安的方式；而且，确实，很多所谓的疾病的出现，是因为实体的学习系统在日常投生体验的损耗中已经耗尽了能力。实体在第三密度中呼吸和生活所带来的挑战和快乐必须得到生命能的供给；一旦这种能量消耗完毕，该实体就会结束生命、可能比投生前所计划的(时间)结束得更早。

在投生之前不可能预测出：催化剂将如何在投生中冲击实体，或者该实体对不断增长的、未经处理的经验负荷可以承载多少。如果这种未消化的经验的银行户头安住于实体内部，让未处理的催化剂数量超过了实体投生能量满载的极限，那么，该肉体载具为了给一个投生模式上的一段合理又及时的时期而辩护，就可能乐于接受该疾病了。

这对于该实体是十分有帮助的，好让疗愈可能如该实体所需的方式而发生，以创造出一种氛围，在其中，该实体——多少已经在以人格外壳行旅通过此生的过程中取得了一定的疗愈——就可以自我恢复，在疗愈之后仔细考虑，并咨询高我以及所有的指导(灵)，为处理所有未解决的催化剂而构建一次新的投生。

正是因为这个原因，很多实体发现自己正在对付各种肉体的困难，会在还没有达到你们群体文化的正常死亡年龄以前就结束其人生体验。因此，那些用你们人群的各种测量装置做测试的人，无论查到什么情况或疾病，他们对于引发情况的真实起因，只能查到外在的暗示和线索。

那个跟肉体载具关联最为紧密的投生式能量载具，其中未经处理的情绪会有远为准确和清晰的概念，(明白)引起结束投生的机会是从哪里来的。只有该实体充分地觉察到——也许有时候甚至连该实体也未充分地觉察到——心头的什么悲伤、情绪体的何种不平衡情绪，创造了这个不平衡的情况，其程度超过了该实体心智复合体的平衡能力。当这种情况出现时，名为疾病的扭曲的自然演化就是让实体把注意力从心头的困难移向身体上的同类情况所提供的更明显的暗示与线索，让身体把忧伤、悲伤、愤怒、哀痛，或者任何不平衡

的或未经精炼的情绪，容我们说，都表现出来；这些情绪造成该扭曲在实体的能量体内成为慢性病。

该询问具体地问到由愤怒引发癌症的三个可能起因，它们是：该载具的基因构成所具有的遗传倾向；前世扭曲的遗留物；以及回应此生中出现的某些事而在人生体验中放置疾病或者状况。我们会先赞同J实体的看法，关于心智与身体之间的联系对于引发这个具体疾病有何作用，正确的解答常常是把未处理的愤怒情绪与癌症情况挂勾。在这样简单说过之后，我们会一个一个地来探讨这三个起因。

首先，有可能存在基因遗传倾向。虽然我们完全赞成，你们密度里很多生这种病的实体中有一部分有这遗传倾向；但是，在压力表现为愤怒之激动和暴躁变貌时，两个带有相同基因构成的实体完全有可能以非常不一样的方式来回应压力。一个实体也许能够通过不抵抗或不执着，带着极度的慈悲，单纯地与愤怒坐下来、允许愤怒得到精炼；慈悲的对象是引起愤怒的起因，也就是愤怒背后的伤害、痛苦和不幸之起因：该实体感觉到威胁、害怕、抛弃或无价值，出于这些感觉制造出迷茫的愤怒之体验，这种愤怒然后可以被放入耐心与等待的锻造火焰，让它有时间在体验的持续火焰中得到精炼。

当创造出扭曲的东西得到允许、在该载具的内在能量系统中完全表达自身以后，基因遗传有可能引起的肉体扭曲就不会出现，因为没有什么穿透性或慢性的不平衡足够触发导致癌症的刺激物。因此，每个实体的思维系统与感知系统有责任决定所有具体事件的真相是什么；如果该实体的信息系统能够传递关于愤怒情绪之演化的[容我们说]扭曲较少的真相，这种技巧就会把(毒)刺

从那个事物中拔出；该事物原本为触发性的感知，让实体觉得不再安全、必须成为一个防守与保护自己的人。

这种在面对自己的愤怒时收缩或防守的选择，界定了其身体细胞会收到的感觉。如果你感知到愤怒，但你是从一个安全、慈悲、滋养的观点感知的，它就不会构成让肉体载具产生癌症的触发物。

因此，对于他们被容许的那些感知之真实性质，实体们对其保持警觉有着极为核心的意义，因为感知到的事物就是身体载具会进行反应的事物。每个人都看过催眠演示；催眠师告诉催眠中的实体，用针扎他不会造成伤害，催眠师果然就能够演示催眠对象已改变的感知；这恰恰就是感知的特性。我们会鼓励每个人，始终以清晰的眼睛和无偏见的视野来注视自己想法的性质；因为由该智能所处理的每个想法，都有其特性、气力，以及在极性和纯度方面的向量。

关于癌症的起因即“愤怒[如何]在癌症中表达自身的起因”的第二个意见：它是从前世传到这次投生的。你们星球上较老的那些灵魂，也就是在你们星球上经历多次生命的灵魂，它们的经验经常有一种前世的残留，特别是跟从前的死亡有关的体验：一次致命打击发生的场所，跟一个致命的情感机能障碍关联的脉轮，甚至跟特定人际关系的扭曲和失衡关联的主要、次要能量中心。如果这种人际关系是投生模式的核心，它很可能造成一种不平衡，甚至会通过一个全新的身体和能量系统来表达前世扭曲气力的起因。对流浪者来说，这种情况通常不适用，因为这样的实体在进入地球层面时已经平衡了业力，所以他们只有目前的投生之能量需要平衡。

如果这种缺陷和失衡确实从某一世存留到了另一世，我们会说，最普遍的情况是：它不会采用特定的疾病形式，而是会构成一个虚弱的部位(area)、成为疾病的机会目标，这些疾病被提供给处于有害的失衡状态中的人。既然如此，这些疾病会更多地与受到失衡影响的能量中心有关，而比较不跟某种特殊疾病有关。

也就是说，如果该不平衡被看见是处于[容我们说]一个黄色光芒的不平衡，该疾病就可能跟某些(身体)器官有关：可能是生癌的、可能是神经性的、可能是各式各样的，端赖机会的目标、时机以及(听不见)的生活环境中可用的疾病而定。无论如何，这样的疾病会涉及肉体载具的相同基本部位。

那么，这种疾病不大会由情绪引发；毋宁说，它几乎都是先前模式的机械性外在工作，伴随着由遗忘提供的隔离性麻木，以缓解前世这个不平衡的复杂模式的外在工作。这样的遗留疾病通常表现为诸如感冒、流感、体重问题、皮肤外观问题，也就是更为一般性的事，或者说是当实体真的呈现一个机会目标时，只出现一阵子的事。

J 实体的第三个意见是：这样的愤怒可能于此生之内或正要投生前的规划阶段，为癌症之类的疾病创造机会。我们会说，这常常就是，容我们说，癌症在你们人群中发生的有效起因。因为很多人非常热衷于清理和净化他们能量体的所有不平衡，而投生前的指导鼓励自我在合适的位置安放疾病的可能性，以便假如投生没有按计划进行的话，会有安放在合适位置上的预先设置的生病倾向，为内在的工作创造机会。

我们可以在这个器皿的觉知内找到一个很好的来自通灵(资料)的例子，那就是名为**富兰克林·罗斯福**的实体。富兰克林为他的投生规划了严重的小儿麻痹症可能性。这症状并没有像那种特殊疾病通常会发生的那样在童年期出现，而是设置为一种应急措施，以防富兰克林偏离他投生前的渴望：变得更正面、心胸更开放、更加地服务导向。

政治的业务，容我们说，不是被设计来为正面极性创造这样的机会；相反地，由于得到相当自由的鼓励、在帮助各种人群的伪装下谋取自己的好处，政客的实践活动很可能把该实体导向为服务自我的能量。当这种特定的不平衡在这个实体的人生中变得足够显著时，他就潜意识地选择为自己创造出一个情境，让他更能够去做内在工作、而不大能够从事广泛而快速的社会活动。在这个实体的情况中，这个(病)的确有效地起作用，为他创造了可能性去做许多善工，并且平衡跟正确使用权力有关的扭曲。

当一个人出乎预料地生重病时，仔细地探究所有这三种可能性以及很多别的尚未想到的可能性，肯定是合适的。最好深深地凝视自我，以尽可能清晰地看到各种扭曲、诱惑力、夸张，以及惨痛的缺乏自我鼓励与自我确认；这些东西可能已经创造出如此的不平衡，以致于需要疾病的能量。最好从不把疾病看成敌人，而是把它看成朋友；这个朋友也许来得太快，需要请它离开人生的舞台、返回幕后，让该实体可以多享受一些这个人生。

为了解决疾病和身体不适的谜题，J1 实体所寻求解决的方案是我们称许的，因为一切真的都是爱；随着一个人变得能够怀着爱看待自我、看待自我之外的一切，他就能够创造出让疗愈发生的氛围。把爱给予内在的自我，就像把氧气供给一个呼吸有困难的人一样。也许看起来应该是别人爱你、你爱别

人，所以爱自己似乎很自私；但是在另一个层次上，进入自我内在中超越解释的平安感不但不自私，而且对健康还是必须的：这种平安感来自于觉得不受威胁、很安全、得到照顾，除了自己以外没有任何人能够用一种稳定的、日常的方式，给予自我这个资源。

当然，实体可能觉得跟某个同伴或团体在一起更安全。然而，就第三密度人类生命的能量系统中最深处的工作而言，为一个平衡的、甚至只是有效运转的生活体验设置舞台，就是这个器皿称为的爱上自己。

悲悯的能量很容易让人同情别人。当你看到另一个人受苦时，要开放心很容易；而看到自己受苦的美、看到自己的忍耐和活下去的决心所代表的英雄气概，则要困难得多。实体很容易对自己的美视而不见。不仅如此，实体们，尤其是生活在你们文化中，很容易害怕并回避自我的阴影，从而疏远自我的阴暗面；其实，如果你适当地承认它、爱它并训练它，**这个阴暗面里有很多长处，有很多健康的东西。**名为约翰的实体写道:「爱就是一切。」其他人写过类似的情怀，比如：「爱就是答案」，这些简单的短语持守一个强大又统合的真理。

在这个时刻，我们会请每一个人歇息，邀请自我移到呼吸与心跳底下、移到自我的菁华。超越形式、超越功能、超越解释，你能否感觉到你那宝石般的水晶体，属于你的振动、辐射、存在？体验你独有的美好能量，感觉它从根部脉轮向上流动、最后流出头顶。感觉你左边的实体，现在把注意转到你右边的实体。感觉能量场融合、拥抱在一起，感觉团队能量的缠绕让每个人头上流出的能量开始旋转、形成一个螺旋向上盘旋、进入每个朝圣者心中的永恒国土。这就是你的美，这就是该团队的美。

我们现在把这个通讯转移给 Jim 实体，好让我们可以回答这个团队现在可能会有的任何较短的询问。我们感谢 Carla 实体，并在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们在爱与光中透过这个器皿向各位致意。请问在此时，是否有任何较为简短的询问呢？

Carla：我有一个来自 T 的问题。她说：「我对于个体之间的能量交换感兴趣。我理解平方法则，并且想要知道，该益处是否.....相同」

（磁带第一面结束）
（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再次和这个器皿同在，我们感激在场每一位的耐心，(我们)继续。

当处于冥想状态时，最好把注意力聚集在你希望连接能量的实体所具有的某种品质上。这种品质也许是开放心胸地分享能量——这种分享通过这个人是可得的——也许是这个实体想跟你一同寻求解决的谜题。或许是渴望共享某种未来的体验，例如，把爱与光传送到你们星球表面上各个不同的地方。

无论聚焦的机制是什么，利用这种品质、渴望或目标，以便于在冥想状态中将能量与另一个自我调合起来，这是很好的。事先决定进行这样一次试验的

合适时间，这是好的；为了在冥想状态中的寻求而退隐到那个属于你的地方，这是好的，你已经借由你先前的意愿、使得那个地方变得神圣。

在达成这些简单的前提条件之后，然后一个人就可以怀着特定程度的自信进入冥想状态了，那自信即：你正在尝试去做的事情的确是有可能的，将以你努力的结果为基础。

此刻有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：我想知道你们能否评论，在一个具体场所拥有一个焦点团体，接着让远地的其他人聚焦在这个焦点团体，或者没有焦点团体，但是单纯地在一个遥远的位置，每一个人都在一个特定时间连接到那个场所本身，它们两者是同等的，或者是同等有效率的吗？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们发现，为了努力向你们星球表面各部分提供增强的能量资源，一个人最好在冥想状态中尽可能精确地聚焦于这些地方；因为人们尝试做的工作是形而上的，不要求物质上的精确性，而在你们星球表面上几乎不可能用经纬线定好的任何点、找到精确的位置。因此，一个人必须依赖冥想团体的意图，用形而上领域允许的精确性送出它的能量礼品。所以最好有一个实体或团体来组织这种努力，不过所有的参与者都可以从自己个人的位置这样做。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：所以，让我澄清一下。所以当某个人，比如詹姆斯·崔曼，前往无论什么他最近到过的地方，接着让每一个人都在那个地方为和平祈祷的时候；我想他最近刚刚去过伊拉克，该好处是在这个幻象之内的心理作用、而非形而上的好处。那是否正确？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹，一般而言，这是正确的，虽然我们觉察到：你谈及的实体是一个也在那个需要治愈能量的地区内表演他自己独特的音乐与魔法的实体。这多少是不同种类的工作，因为这个实体同样在这个社会内，并在一个较少的程度上、在那个他牵涉其中的区域政治领域中发挥作用，这将不同层次的能量添加到那个混合物，容我们说。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：如果你们不介意我的固执，假设在特定的时间，有一个小的焦点团体在某个地区附近，别人是不是就比较容易聚焦于那个地区、与之建立联系呢？或者说这对于平方(倍增)法则、对能够以形而上方式互相联系的实体的实际信心，根本没有影响？我的基本问题是：有某个人可以聚焦会实际上帮助人们的连接过程呢，还是说这跟聚焦于一个地方差不多？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们感激妳的固执。我们觉得，对这个问题的最佳回答是建议：对于从远处发送自己的能量资源的人而言，在目标地区有或没有别的实体在聚焦于它，没有什么区别。容我们说，所有人都可以从远处完成这项活动，因为人们尝试的是形而上工作。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：所以，一个焦点团体会拥有的唯一益处是：如果他们产出了自己给那个地方的礼物，那会成为另一种类型的能量、而不是纯粹形而上的能量，那是否正确？

我是 Q'uo。这是正确的，我的姐妹。有另一个询问吗？

Carla：没有，我问完了。非常感谢。

我是 Q'uo。我们再一次感谢妳，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

J2：我的问题是：我对于学习如何开始遥视真的很感兴趣。我了解到它要花很多的能量。关于我如何能创造更多的能量来学习如何遥视的方面，你们有任何可以给我的建议吗？

我是 Q'uo，觉察了妳的问题，我的姐妹。再次地，如同所有形而上任务的开端，这又涉及到：培育你的渴望去做你所描述的工作、并在每天留出特定额度的时间以便于练习你想望去完成的事情，这是好的。如果你动员一两个朋友的帮助，告知这个朋友在一个特定的时间，你会尝试去在这个朋友可能在当时正处在的无论什么环境中来观想这个朋友，这同样可以是有帮助的。接下来，在一个之后的时间，你将你的体验与朋友的体验进行核对。这在每天进行这项工作或在你的时间的某个部分进行这项工作，这可以发展出能力：以遥视的内在之眼去看；人们通常错失了该能力。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

J2：没有了，Q'uo。非常感谢你们今天与我们在一起。

我是 Q'uo，我们同样感谢妳，我的姐妹。此时有另一个询问吗？

发问者：我有一个问题。我正在重读 Ra，关于 Ra 是如何在此时前来帮助更正他们感觉在很久以前发生的扭曲。我想要知道，在帮助 Ra 更正他们感到已发生的扭曲的方面，是否有我们能够提供的任何协助？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这次旨在减轻被加诸于一的法则的权力的尝试，是一次本质上具有充分意义的经历；这些权力来源于上万年前有些一的法则的实体跟埃及文化中的那些人在一起的经历。该尝试对你们星球上人群的影响力，也是在任何物质意义上难以取得的，因为少数实体把原本要给所有人的信息留给自己，已经[容我们说]建构了某种有智力或心智性质的诡计。

在这次经验之后，这种样式不断在更广泛的意义上重现，**也许此刻个体能够提供的最大帮助，就是寻求在自己的经验样式和人格结构中消除这些扭曲。因此，对于任何愿治疗他人的实体，治愈自我就是首要的尝试和工作，这对整个星球的人群都是最有帮助的、而不只是对 Ra 社会记忆复合体有帮助。**

这种试图平衡内在扭曲的经历即是以最有意义的方式来使用关于一的法则的信息，因为如果你能够在自我内在找到平衡，那你就会把这种合一的态度辐射出去，其方式很像你们的电台或电视台发出广播信号。

因此，这个原则可以被陈述为一个人教导很多人，因为从意识而照耀的灯塔已清理了自己的能量系统，该灯塔是闪耀的、普遍传播的，于是照亮了黑暗。

请问在此刻有最后一个询问吗？

发问者：我没有了，谢谢。

我是 Q'uo，当我们发现我们明显已经耗尽这次寻求集会的询问时，我们要再次利用这个机会来分享我们的感激，感谢在场的人邀请我们今天出席你们的寻求圈。我们对每个邀请都满怀喜悦，因为只用这些短暂的时间来分享你们的体验，这同样是极其令我们感动并得到启发的，因为我们看见——当你们穿越这个伟大的幻象、尝试在任何可能的时候去刺穿遗忘面纱并记起多一点的信息和灵感之际——你们在日常活动中所奋力拼搏的事物；而你已经带着那些信息和灵感、带着对服务和寻求太一造物者的渴望而将你自己推入这个次元和这些转世了。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们在此刻离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中离开这个器皿。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1222b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1222.aspx

☆ 第 3015 章集：双生火焰

Copyright © 2003 L/L Research

特别冥想 2002 年 12 月 26 日

S 的问题：今天的第一个问题是，我感觉自己好像同时活在两个世界里，两者都有爱和服务的机会，也都认同恐惧以及「万一……怎么办」的想法。我感觉正好身处在两个世界的中间，并越来越多地被拉扯，而无法作出分辨。在每个世界中，我的犹豫不决与中立性看起来似乎都在用不同的方式造成其他人的某种痛苦和不幸。我一直在想 R，她是怎么跟随 N 走的；「你们的人民将成为我的人民，你们的神将成为我的神。」[1]以及有可能对我丈夫有益处的事情和象征性地对即将成形的第四密度地球有益处的事情——源自于那种无条件的决定，甚至到了强烈牺牲的地步，同时坚定地立足于开放之心的无条件接纳。我一直有意识地通过我的手和心送出爱与光——不是我的爱与光，而是造物者的爱与光——我不知道这是否有帮助。我想要知道，是否有什么更多的事情是可以被有意识地完成、有助于服务的。

所以我的问题是：你们能够尽可能具体地评论我在这种情况中正在体验的分裂吗？借由怎样的过程，我可以使得两个世界合一，接着荣耀一颗当下开放的心呢？我自己有没有任何显著的扭曲是在妨碍这种决定呢？

[1]原注：圣经、路德记 1：16。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们喜悦地参与祂的服务。我们向名为 S 的实体致意，为其寻求真理的渴望及其询问而感谢这个实体。我们感谢那些跟 S 实体一起形成这个寻求的圈子的人，并且称许各位强劲的渴望——只为了寻求与知晓自我与太一无限造物者的本质；而该渴望已经足以使人留出时间以学习真理、透过增强的光造福所有人。我们只请求每个人都带着冷静和开放的意识来聆听我们的想法，同时寻求那种共鸣，它述说了认得与忆起的感觉，它感觉就好像一种个人的真理一样。把所有其他的想法放在一边，因为它们此刻没有击中目标。也许在另一次，它们可能(击中)，但是目前，我们请求你们将那些可能构成绊脚石的东西放在一边。

这个询问关系到 S 实体以最大能力来服务的方式。我们觉察到 S 实体的意愿纯净度。再者，我们觉察到：在这种情况和这个圈子里另外两人过去体验的情况之间存在一些共鸣，这就在穿越**忠诚**、**荣耀**、**公正**这些高度充满情绪的议题之际，为我们创造出微妙性。

学习(了解)自我的技巧与艺术，跟耐心很有关系，因为必须有耐心才能把自我从 S 实体所说的恐惧和「万一……怎么办」之中解放，从各种相对的以及被同化的意见之羁绊与陷阱中解脱出来；(虽然)这些观点每一个都有其自身的基本原理与美好，但它们却是互相排斥的。

第三密度的情况是坠落通过半空中的(过程)。该实体觉察到了在坠落中所内含的危险，同时又完全无法影响坠落的方向。这就是已感知到的情况了，一个人的意识非常倾向于感觉自己是其中的一部分。

在本质上，这是一种在行动上完全自由的情况，前提是该实体能够将自己从各种各样的文化养成与相对性的看法中释放出来，这些看法把当下的自我与他相信自己应该成为的自我划分开来。

我们和 S 实体一起凝视正确性的概念，位于你们星球上，历史有记载的社会数量是有限的，这个器皿觉察这些社会中的文化。

有些文化重视伴侣关系的忠诚、排它性、和这种关系的永久性，并将其视为高于一切事物。

还有一些其他的文化，重视有相对用处的东西，但是，礼节上或个人的偏好与之相比是更为重要的，这种偏好要么跟个人的成长有关，要么跟文化运动有关，而该运动又跟地位、身份、如此等等的事物有关。

那么，**正确性的概念，如同你们显意识心智中的所有的概念：在某种程度上都是一个幻象、揭露真相的虚伪、揭露虚伪的真相。**

这些有关正确性的问题即是奥秘、而非要解决的谜题。这点并不会抵消你极其神圣的探询过程、这个你以全心探究的过程之价值——探究在这个节骨眼上此刻和你最有共鸣的学习和服务途径，其真实情况究竟是什么。**一个人如何才能把自我从正确性的所有旧观念里释放出来呢？唯一的选项就是：让有信心的人向着更高的、什么是对的概念开放自我**。这个器皿作为顾问与 S 实体谈话时，讨论过几次**共鸣的概念**；**她建议，如果有一个问题吸引了你的注意力，也许可以把它带入冥想状态，着眼于找到有最大共鸣的途径**。我们会

说，对于这个器皿，把心轮与心智(头脑)接通，从而为自己提供更平衡的平台以释放过去的因袭思维的束缚，是比较简单的；而对于 S 实体，释放这些束缚就比较困难了。

然而我们会说，S 实体观察到：她目前位置的中立性是其他人的催化剂，这个观察是准确的；接着我们会赞同，当下正是一个(好)时机，把自我的愿望用于寻找有最大共鸣的路，创造一种氛围，怀着虔诚与感激做出选择，结束那个在此刻很像三角关系的结构[无论是怎样地出于无心]；最好允许(你的)选择发展。我们会简单地鼓励 S 实体：着眼于释放评判、释放包含「应该」这个词的一切陈述。

偏好(preference)的特性是什么呢？这个器皿会说：**判断偏好的关键是对于偏好与沉迷或上瘾之间的区分。**只要实体正体验到身份(identity)，他就完全自然地会有偏向或看法上的诸多扭曲或偏好。我们自己也在此刻进程的各种层次上，体验到各种偏好。这些偏好是信息与直觉网络的一部分，在第三密度之内，它们为第三密度磨坊提供了不少谷物。作为一个有道德的实体，做出选择是第三密度学习过程的中心。

如果对这个特定的选择讲得更明确，我们发现自己就会违反混淆法则。这是一个在过去和未来之间、在习俗和习俗之间的选择，因为在你们的社会中，在信任破裂之后，留在关系中或离开这段关系，两者都符合习俗。结果是，对纯洁的渴望超过了该情况的极限；对于这些涉入的实体，该情况事实上是共识过程的一部分。

S 实体可以倾听她的心与魂。为了把她的学习和服务最大化，我们单纯地鼓励诚实又全面地检查各项偏好，并且诚实地评估在 S 实体里面运作的内在真理之动态。

这个器皿曾有一次问到一种牺牲的情况，当时源头不能作出任何实质的回应，它对这个器皿建议，问题可能是：这个器皿前往耶路撒冷的时候是否到了。无条件的爱前往一个方向的时间到了吗？无条件的爱前往另一个方向的时间到了吗？爱在哪里？机会在哪里？更深入的美和共鸣感在哪里？

我们会回应关于用心和手送出爱的问题，借此来结束这次集会的这个特别部分。将自我的能量系统视为一个在能量的自我保护系统中闭合的系统，这是良好的，于是供能给该存有的关键部分的无限能量就被允许在全时间保持完全的气力。自我通过手送出光的形象是令人分心的，因为它暗示该实体自身拥有那种无限的能量。因此，去体验充分运转的能量系统向着能量中心开放、成为无限造物者的无条件能量的一个管道，然后该能量就能够快速冲过那个能量载具之内的开放管道，这对于 S 实体也许是更有技巧的(做法)。

如此，自我被视为如其所是的：美丽、宝石一般的存有，完整的能量持续通过它自身的管道，而该管道需要被荣耀，因为自我在服务中献给光。

经常，缺乏价值的感觉和过度的「人性化」会非常微妙地影响一个实体，使他感觉到一己不值得成为光荣的、满意的、快乐的，等等。这些对自我的偏见对评判的机能有一种暗中危害的影响，这可以从其虚妄的品质而被检查出来。**所有存有的精要真理都具有无限价值、并且拥有一种令人震惊额度的个人力量。我们在全然谦卑中呼吁：谦逊与自我价值并非不相容的。**

现在，容我们请求第二个询问？

S：你们先前说过，B 和我是心能量的双生火焰(twin flames)。这种火焰与我对双生灵魂(twin souls)的理解相同吗，接着你们能否详述这过程：我们两个特定的灵魂进入此生并找到彼此？如果我们是在我们显意识心智之外交流、彼此帮助的话——因为我们似乎拥有一种近乎心灵感应的通讯——我们觉得需要知道如何通过任何冥想或实践(方式)而深化与强化那种通讯，以有助于服务彼此、服务他人。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。「双生灵魂」和「双生火焰」这两个措辞，在我们对它们有限的使用中是同等的。有些别的哲学系统，在其中，这两个措辞之间有明显的差别。然而，在我们的用法中，它们可以被用作一般性术语，表明实体们是**相同灵魂光流的一部分**，也就是说，它们代表了这样的实体：它们已经在相同的流浪灵魂之团体中一起工作了足够多次，以至于它们已经成为一。

在某些转世中，这可能会表达为成为双胞胎，在某些人生中，这可能表达为一种纯粹灵性吸引力，这种吸引力是与同时比两个人都更大的事物有关，如一场革命，或一种使命——和周围的人分享灵性的疗愈和安慰。

在其他情况中，它可能采取苦命恋人的形式。

在很多情况中，这些关系混合起来，并有着弦外之音、跟下述许多经验有关联：作为贴心伴侣、并作为属于同一个社会记忆复合体或联盟的实体来进行

服务与学习。因为不管是行星实体还是你们内在层面的个体，灵性实体现在有一个庞大的兄弟联合会；不少实体为了这个器皿称为的你们星球的收割已经工作了你们的好几千年。从描述作为双生灵魂的细微差别，到定义一个特殊结合关系的具体细节之间，有一条界线，我们不希望越过那条线；但我们只想说，**所有实体都是潜在的双生灵魂。重点在于：两个实体变得如此亲密，以至于共享想法的障碍物被完全地移开，一方的体验成为了另一方的体验了。**

在第三密度中很少有实体拥有这等伴侣关系的安慰，我们会建议每个安慰也是一个责任；而每个责任也是一个安慰。

任何内在关系的深化都取决于在信实的静默中休息，那种静默知晓并容许在那静默中的供灵魂亲密交流的时间。这个器皿使用一个小玩偶来容许一个管道，让它的灵性导师在身体上靠近它休息；肯定地，B 实体和 S 实体，在交换很多他们已经用双手与心创造出来的东西的过程中，已经创造出这样的护身符给彼此，它们可以作为这样的管道、让这种歇息的能量流过。

这些护身符能够运作是因为确切的信心，那信心即：一切事物都是活的，在爱中没有空间或时间，我们会鼓励移动进入这种静默并在信任与信心中歇息，作为深化这种服务导向的一体状态的主要方法。

我们会在此刻将通讯转移到名为 Jim 的实体，因为这个器皿累了，我们想望讲述剩下的一些询问。我们怀着感谢离开这个器皿，并在爱与光中转移到 Jim 实体那儿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿、在爱与光中再次向各位致意，因我们感觉已经谈论第三个询问：要求我们区别「双生灵魂」与「双生火焰」这两个术语，以及怎样使它成为独特的关系，我们会问：在此刻是否可以回应第四个询问。

S：你们可否评论在我身体中的压力情况，在压力在身体上显化(为病痛)之前，有任何我能够做的事有助于缓解与释放这些情况吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现，你在这个问题中谈到的压力跟你在第一个询问中描述过的情况有关[我们也谈论了]。因此，缓解你在身体复合体中感觉到的紧张，取决于你释放压力的能力，因为你在这个关系中感到压力、觉得你的心和思考被拉扯到不同的方向。我们无法充分参与这种情况，因为我们觉得解决你正在沉思的谜题不是一种服务。无论如何，我们可以建议，当你在想望这个关系前往的方向上冥想、找到你可以坚定立足的地基以后，你整个人生模式中的紧张因子就会减少，而你会发现它也将在你的肉体载具上反映出来。因为，**当身体载具成为催化剂的一部分之际，这是经常会发生的情况，因为心智复合体和情绪复合体没有充分地利用已得到的催化剂。因此，它们(向身体)传递，容我们说，一种加倍效应**……

（磁带第一面结束）

（Jim 传讯）

……我是 Q'uo，我们再一次跟这个器皿在一起。我们感谢各位已经给予我们的耐心。

我们对这个问题的回应几近结束，但(我们)想要确定 S 实体清楚地理解到：要让身体面对越来越少的压力[如你所称]，关键在于 S 有能力**找到可以平衡情绪**

与关系的和谐方案。因此，我们推荐每天花费可观的时间在冥想状态中，在此期间，S 实体得以衡量哪个方向跟自己悲悯的心和服务的愿望最为一致。

我们了解到，这不是一个容易找到方向的情况，因为各方的处境都包含有一些角色的特性：尊重自己的文化传统和宗教教育，维护婚姻承诺，还有心轮已开放并找到超越文化制约这样的灵性寻求者会采取的方向。这个问题必须仔细地考虑。无论如何，我们向 S 实体保证，她自己的心里有一个方向等待她去知晓。因此，这个实体可以在冥想状态之内寻求被她自己的心推动。

在此时，我们会再一次感谢各位加入这个寻求圈，我们感谢你们在继续寻求中邀请我们在场；你们寻求方法去开放自己的心，你们寻求在日常活动中、在任何时间服务那些经过你的道途的人，因为这方式不但影响每个实体自己的灵性成长，还影响他想望提供给别人的服务。因为**正是通过你们日常活动的非戏剧性互动，体现出你自己为他人服务和开放心胸的选择、并在其中找到力量。**

我们是你们知晓的 Q'uo。此时，我们将离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1226b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1226.aspx

☆ 第 3016 章集：生命中的改变 & 2002 冬季问答集

Copyright © 2003/2005 L/L Research

生命中的改变

特别冥想 2005 年 9 月 5 日

来自 V 的问题：我的健康经历了重大的改变，我现在无法驾驶很长的距离或如我所习惯一样地生活了。我在这些改变中感觉到一种巨大的悲哀，就好像我已经失去生命一样。因为我的丈夫不能搭乘飞机，因此我不再自由自在地旅行了，这使我觉得陷入了困境，好像一只在一个实验室的迷宫中的老鼠，无法逃离。**我如何才能避免感觉到自我怜悯呢？我的医生无法为我找到治疗方案，我如何才能与由此而感觉到的绝望打交道呢？我如何才能在记忆出现缺陷、自信已经被完全破坏的时候，重拾对自己的信任呢？我如何才能学会接受我生命中的这些改变呢？**

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们感谢叫作 V 的实体在关于生命的改变和适应这种改变的方式的问题上，请教我们的观点。我们非常高兴在此刻分享我们的能量和想法。我们同样感谢 Carla 实体和 Vara 实体在她们忙碌的生活中，留出时间来创造了这个寻求圈。

在开始之前，我们想请求你们和任何可能读到这些资料的人一件事情：简单地说，就是请每一个考虑我们所说的内容的人在选择是否聆听我们的任何想法的时候使用他们的分辨力。一些想法可能看起来是非常有帮助的，如果是

这样，我们会乐于让你们多思考一下这些想法。然而，一些想法看起来可能不会有帮助。在那种情况下，我们请你们将那些想法简单地放在一边并抛开它，因为它们在此刻没有用处。以这种方式，你们在使用我们的材料时承担起自己的分辨力的责任，由此，为我们创造机会来自由地分享我们的想法而不会过度地担心我们可能会在不小心的情况下，打搅了你们自己的灵性演化的进程。我们极其感谢你们每一位在这方面的考虑。

我的姐妹，我们的心对你的问题感到了极大的共鸣。而且，在这个器皿的心智、想法、经验中，我们的确找到许多的共鸣和你的问题所提出的各项议题直接相关。

例如，这个器皿正好在今天早上选择给她的教区牧师写一封信。她在这个教区中作为合唱团的一名成员，经常上教堂已经有三十七年的时间；然而，这个器皿因为经历了一些健康上的变化，就在今天，她选择了在生活方式上做出相应的、适当的改变，这些改变反映了她无法长时间地保持坐直、而只能稍斜地躺在她的座位里的实情。因此，她改变了教区，从一个开车要半个小时路程的教区转为一个离她的房屋才两条街距离的教区，这样她就能够走去那里或驾驶她的电动轮椅去那里。

容我们说，这个决定造成了一种极大的悲伤重负。该重负作为供这个器皿使用的催化剂，在她承认和处理自己合理且真实的感觉与情绪的过程中成为这个器皿的一个礼物。改变是很难适应的。这个器皿，她自己，尚未在一个有意识的层次上觉察到这种悲伤的重负或礼物，以及其他和这个改变教堂的决定相关的、随之而来的貌似负面的情绪。这里有愤怒和挫折感，它不是针对其他人，而是针对她自己的。她怎能愚蠢地让自己的身体变得如此虚弱呢？

她怎么可怜到无法继续坚持一种与她的生活及性格相契合长达三十七年的模式呢？

不过，因为这个器皿倾向于直截了当地处理自己觉察到的催化剂，她已经开始了一个演化的进程，这个进程是她做了这类改变之决定必然会导致的结果。

就是以这样一种方式，我的姐妹，你终于面对着这些已经在生活中发生的改变，以及这些改变带给你的催化剂的重负与礼物。所以，**我们首先来谈谈改变本身。**

你们目前在地球上的生命经验的性质是：**必须重复不断地、周期性地和改变打交道。**有从婴儿时代到成为一个学生的改变，这些改变是非常困难的；有从儿童到成为十几岁的青少年，从一个十几岁的青少年到成为一个年轻人，以及诸如此类的类似改变。**生活的每一个循环都有一个自然的周期性。**

其中有当一个新的生活的周期是全新的、每一件事情都令人激动的时候。也会有当新生周期的第一波喜悦消失、而迎来周期的**繁茂又兴旺**的部分的时候，而那些为适应新周期所做的改变而导致的困难也会以类似的方式来形成、发展、终结。**在鼎盛时期**或一个周期的**盛夏**的时间，有一种美妙的感觉，置身于一个新的环境之中，并使它成为自己的环境。当这个时节发生的时候，很容易觉得似乎这种生命的状态可以在一个人全部剩余的地球生命中舒适且快乐地维持不变。

不过，不可避免地，按时地，那个周期也有它的白日逐渐减少、夜晚提前到来的时节。最终，那个周期来到了一个终点，而另一个周期已经开始了。

这就是那些常被称为**灵魂的暗夜**之时期。因为当一个人在一个周期中经历自己旧我之死的时候，要去保持对自我潜在的强健有足够的信心，并且确信这个刚刚开始的新周期既拥有益处也同时会引起更加令人不舒适的改变[而它似乎以某种方式在暗示自我的死亡]，这绝对不是容易的事情。

改变及其所有伴随而来的奋斗、沉思、调整的礼物，以及所有的情绪性重负或礼物，诸如对于必须改变感到挫折与愤怒，对于自己是否能够令人满意地经受得住改变、缺乏自信，凡此种种，没有人会觉得有帮助或舒适。一个人会很想要问自己，为什么一个人必须经历这些改变。我的姐妹，在这里的基本问题是：**为什么生命就是关于重复不断的改变时刻**。我们会请你用一种你也许先前尚未用过的方式来审视自己，从而回答这个问题。

我们请你将肉体视为一座灵性的精炼厂，一个炉子，或者如果你愿意的话，把它视为一个熔炉，在那里面烧毁旧的东西，把它转变为新的东西。在物质世界中，转变的性质通常包含了一种毁灭的元素。**如果一个人想望在炼矿时从粗矿中提炼出宝贵的金属，他必须把矿石放置在精炼的火焰中。在那里，原初的材料借由将它熔化而实际上被转化了；粗矿被还原成其组成部分，在精炼的过程中，矿渣及废物被除去，只收集纯洁的宝贵金属。**

我的姐妹，在你的身体之中承载着意识这个珍贵礼物。你希望通过将这巨大而魔法般的意识放置在你的身体之杯中、来把它带入一种就时间和场所的意

义是丰富的环境中，你的全部意识被装在了一个微小的杯子里，这个杯子就是你的身体。

你给予了自己人格的礼物，也给予自己受限制、甚至迷惑的礼物。在投生之前，根据你无限且永恒的灵性进行判断的最高与最佳的视野，你的判断是，你内在的爱、智慧、力量或意志可能没有达到完全的平衡状态。因此在投生前你与高我(higher self)，或者如这个器皿有时所称的“指引系统”，坐下来为你在这个你称为实相或人生的幻象系统中的这次投生、仔细地规划了其形式与一般的主题。

在你这边，你仅仅拥有信心的机能，你想望在这个地球上的生命之烈焰熔炉中、用一生来好好检查自己内在拥有的这种平衡，它在很大程度上是在爱与智慧之间的平衡。

对于很多进入此生、已经符合毕业到第四密度的条件的实体来说——我的姐妹，这就是你的情况——你们的爱与智慧之间的平衡，通过你们自己的判断，是在爱的一边较长而在智慧的一边较短。实际上，这也是该器皿的投生课程之一。因此，我们同时对你和这个器皿两个人说，你们俩在生活中的很多改变都和如何驾驭你们拥有的这颗极其巨大的心和这种去服务的巨大渴望有关，也和在爱与智慧之间找到一种稍稍增强的平衡有关；在你对自己的想法赋予价值时，若将更大的比重偏向智慧，就会找到这种稍稍增强的平衡。

对你们两人来说，智慧似乎并没有那么重要，不如开放的心和你们两人都如此珍视的绝对之爱。然而，**缺少智慧的爱会创造一种殉难者的感觉、并且经常会为一次人生制造出一个缩短的结局**，因为一个实体会一直在超出她所能

够给予的范围之外持续地付出，直到她完全损坏其健康情况、并且因此被疾病带离此生。因此，这个器皿在一个有意识的层面上花了数年的时间进行长期而辛苦的工作、来使自己越来越多地意识到寻求智慧之礼物的重要性。

有很多寻求智慧的方式。这个器皿的方式是进**入一种冥想的状态、接着简单地问自己：「在这种情况中、最高和最佳的自我会做什么**？」通常，在这个时刻进入到脑海中的建议是一个对于清醒的人格而言没有吸引力的建议。例如，这个器皿第一次考虑将她的会员资格从一个圣公会教区转到另一个教区的时候，出于对她目前的教堂热忱的珍爱，她那颗温暖和友爱的心简单地关闭了对话。直到重复的疼痛和折磨引起这个器皿重新访问其内在对话时，她才能够承认这个智慧的礼物、进入到蜕变的烈焰熔炉中，在全然的谦逊中问：「最高和最佳的自我在这种情况下会指引我做什么？」

当这个器皿最终以那种方式询问这个问题，答案是即刻且简单的：现在就是做出改变的时候。不仅如此，现在就是拥抱那种改变，期待那种改变并奔向那种改变的时刻，即使她之前并不知道、现在也仍不知道接下来将会发生什么。

我的姐妹，我们会向你建议，你此刻适逢人生中的一个周期的开端。这个周期可以被定义为从中年进入老年，从精力充沛的健康情况变成慢慢衰退的健康情况，这样的转变时期。我们请求你在此刻有意识地认识到，这过程单就其自身并不是一种负面的改变。它是你的身体、心智、灵性在行星地球上的投生之中的自然进程的一部分。

我们会进一步向你建议，随着身体开始衰弱，如果你有勇气去抓住这个礼物并使用它，发生在你身上貌似负面的事情的礼物是：你不是你的身体，这对你已变得显而易见。

在你提出的问题中，你陈述自己的记忆出问题了；然而根据大多数实体的现实，我们有很大的把握预测，关于你如何感觉自我存在的那种记忆是完整无缺的。你将不会在贯穿这整个周期的过程中失去你有意义的身份的任何部分。

当你在这个周期的尽头、进入更大生命的大门时，你的身份将仍旧是完整无缺的，正如当你通过出生的大门而进入这次你称为的投生或人生之中一样。

真的，对于贯穿你人生过程中你所经历的一切表面上的改变，我们会对你说，你真实、内在的身份改变非常少。这是预料之中的。**你是一个永恒的公民。这次投生旨在让你能够在永恒的本性中、矫正其微妙的平衡点、给予你服务的机会。**

服务他人在某种程度上是对感知上的其他自我的服务。它在某种程度上是对位于你内在的更广大意识的服务，因为当你以越来越深入的内在挖掘来发现自我之真实本性时，你其实是在为造物者服务。进一步地说，这是对无限造物者的服务。

当你进入更大生命的大门，穿过死亡的过程并开始回顾这次的投生，你就会在结束对此生的回顾时发现，这种回顾是你有可能献给造物者的最珍贵礼物。你在人生中已经极其努力地对自己的一个个经历进行准确的观察和深入

的思考。你的心因为人生之中的许多事情变得开放而喜悦，这颗心也因为在同一世中许多其他的事情而变得忧伤又破碎。**这些喜悦和忧伤都在你的能量体之中、铭刻出图案并为你的能量体增加了一层层锐利、专注、清晰的色彩。你学到了很多，你已经掌握了那些所学的课程。你所学会的每一件事情都是你献给无限造物者的一个礼物。**

造物者在创世之初派遣你出来，作为一个经验的收集者、观察者、转变者。你的工作一直都是、并且将继续是：观察所有的事情，就自己对那些事情有何感受在内心创造明确的认识，在你查看如何感觉的时候，提出问题、找到你渴望的核心，然后让你自己沿着这条[为了有所回应而]选择好的道路向前进。

一次又一次地，你被呼唤，从满意进入不满意，从不变进入改变，从稳定进入蜕变所带来的表面上的混乱。对你以及这个器皿来说，此刻正是这样一个蜕变的时刻。我们会简单地请求你带着一种不屈不挠与无惧的信心来迎接那些在你的人生中、此刻从你身上唤起的改变，**那信心即为：一切都好，这些蜕变性的改变不会对你造成危害，尽管这个世界会用那种方式看待它们。**

我们请求你拥有信心，超越所有的叙述与疑虑，知晓所有正发生在你身上的事情都是完美的。正在发生的事物恰恰是在这次投生的这个点上应该发生的。我的姐妹，遭受损失的素材是丰富的素材。

我们来谈一下关于自我价值的议题。一个因为失去自我价值的感觉而受苦的人，他体验损失的方式跟一个自信的人体验损失的方式是完全不同的。在这一点上，你和这个器皿再一次拥有很多共同点，因为你们两个人都曾多次有

过自信几乎被完全毁坏的经历。这个器皿的情况主要是发生在幼年时期而很少是在成年时期。然而，出于一种本能和自发的反应，这个器皿倾向于不慎落入自卑和缺乏自信的误区，在此花费时间。

我们发现，我的姐妹，你们两个人都在童年时期和成年时期受到了那些不尊重你们并质疑你们价值的人的挑战。这是非常难以忽略的催化剂，它倾向于被内化，于是那些来自外在的、说着「你是不值得的」的声音就成为你内在的声音，它说：「你是不值得的、你有缺陷、你出错了」。

我们对名为 V 的实体和 Carla 实体建议，每当你发现你在对自己用已经内化的语气说话、正在审判自我的时候，你要用言语、有意识地大声说出来，以便于更正那个说法。如果你说：「哦，V，你真是太蠢了！你忘记打电话」，立即停下来，我的姐妹！因为你有精炼火焰的工作要做。

因为你并不愚蠢，只是一个记忆有缺陷的女人。那并不会使你无价值，它只使你成为了一个记忆有缺陷的女人。把自己捡起来，如一首歌曲唱的，掸掉自己身上的尘土，并对自己说：「你是有价值的，你是完美的。现在，我们应该如何处理那通电话呢？让我们更正那个错误。让我们继续前进。每一件事情都没问题。一切都好。」对你远为重要的事情是让自己内在获得那种自我价值的感觉，而不是为了忘记一通电话而忧虑或烦恼。

这个器皿也有记忆问题。这个器皿和 Vara 实体觉得也许需要给叫作 V 的实体打电话联系。当她们意识到该打电话的时间来了又走、一起笑了[1]。Vara 实体对 Carla 实体说：「你根本不知道失忆是怎么回事，对吧？」两个实体对此

哈哈大笑，因为 Carla 实体的确记忆很差，她已经制造了数不胜数的情况，在其中，她不只造成 Vara 实体的不便，还造成她身边所有人的不便。

[1] 原注：因为临时忘记了她参加通灵会议的预约，V 为她的预约打电话的时间比她预计的晚了半小时。但我们能够如期进行集会。

当下此刻的环境既不是正面的、也不是负面的，在此时，它们是你们的灵性演化的完美条件。你正竭尽全力以一种非常合理且正当的方式来让自己确切地感受你如此渴望的自我价值和心智的平静；懂得这一点之后，你可以从中追寻的目标是什么？它是去了解到、你在此时的工作是和你自己在一起，鼓励并支持自己。

这是你人生中、把自我所有松散的头绪都收集起来的时刻。你正拥有这个机会：把它们作为你自己的一部分，全盘地爱它们、接受它们。如果你以评判的眼光来查看自己，你将毁坏你的平静，你将永远地处以一种沮丧和忧伤的状态。另一方面，如果你站在一个绝对信心的立场，从一切本该如此、一切都好的视角开始，那么每一件发生在你身上的事件就可以以这种眼光去检查：那件事情让你感觉如何、那些情绪正在向你自己提供怎样的信息。接下来你就能够检查那些情绪，以便看到你正在评判自己还是在爱自己。

（磁带第一面结束。）

（Carla 传讯）

接下来，**你将能够从接纳与鼓励的立场来和每一件发生在你身上的事情打交道。这种立场使人得以在处理任何一件事情时，一方面寻找解决问题的方法，另一方面，在一个更深的层次上，于自我内在完整地收集丰盈的资讯，借由检视那些因为任何困难点而引发的情绪与感觉，而获取这些资讯。**

在投生的每一阶段里许多东西会消失。精炼的火焰会除去不需要的废物。那些不需要的东西的确会消失，而留下的就是金子。

最后，在我们开放这场集会给进一步的问题之前，我们来看看、在你们的里内包含着什么金子，拥有什么珍宝。如我们在这次谈话开始之前说过的，你内在的矿石或你带入此生中的内在自我是巨大的，它比一个人格或人类的自我身份能够想象到的要远远大得多。你们，以及所有造物者的火花，都是太一无限造物者的一部分。

你是一个造物者，此外，尽管你对自己是造物者的认识还很不完美，但你拥有双手和声音，你能够伸出手来改变环境，而当你在这个共识性实相的镜像和幻象的环境中看到真理的时候，你可以发声来表达真相。如此，你就能够成为太一无限造物者的双手与声音。

你内在的金子即是你最深的自我。当你在人生中经过了许多次蜕变之后，你也许已经注意到，随着事物从你身上脱落，随着你变得成熟，你越来越少地成为一个人格的生灵，而越来越多地变成了拥有一颗开放之心的生灵，**自我身份不是由她在做什么，穿什么以及她去哪里所界定，而是由她之所是来界定。**

这是你投生中的一个部分，它将你极其直接地跟「我是谁」这个终极问题联系在一起。如果你用演化的炉渣与废料来定义自己，你将和你的身体、人格、旧有的习惯待在一起，你将为你的失去而哀伤与悲痛。

另一方面，如果你能无惧地拥抱在你的身体中发生的改变，你就可以看到，这些改变是一件礼物，它以自己的方式让你更深入地看见你真实的本性。

V 的真实本性是什么呢？她存在的方式是什么呢？最近，这个器皿的一个熟人对她说：「我一直认为，我是一个拥有灵性经验的尘世之人(a physical person having a spiritual experience)。我现在终于开始领悟到，我是一个拥有尘世经验的灵性存有(a spiritual person having a physical experience)。」从自我作为一个人、妻子、母亲等等的个体转变为领悟自我作为无限造物者的一部分，这是一场巨大的转变。进一步地说，**它是一种从行动(doing)到存在(being)的转变**。

有三年时间，这个器皿无法在她的床上坐起来或以任何方式工作，这种情况在她的胸中引起的情绪是十分苦涩的。为了和这种催化剂一同工作，这个器皿做了一件事，这件事也是我们会鼓励你尝试去做的。她在双眼前方的一个[她必定会看到的]地方放置了一些对个人很有意义的话语。她为自己贴了两条标语。一条标语很简单：「信心：最后的疆界。」另一条标语是引用圣保罗书信的一段话。那段引文是：「因为如果我们活着，我们活在基督中，如果我们死去，我们在基督中死去。所以，无论我们活着还是死去，我们都在基督中，而基督也在我们之中。」当除了存在之外的每一件事物都从这个器皿身上被拿走了，在(流下)许多眼泪和接连不断的绝望与无助之后，这个器皿最

终将所有的自我怜悯与一切的评判都从她身上清空，而让自己致力于成为空无。

当她是真正空无时，她所发现的事情是：天使们就在她的周围，圣灵也和她在一起。光流泻到那个空杯中，以至于她躺在床上，怀着喜悦发光并振动着。她没有任何要去做的事情，只是和那个她相信是最深的自我合为一体，这个自我就在她开放的心中、在她的渴望中找到了——她的渴望即是通过活出绝对信心的生命来跟随耶稣基督。

信心是最后的疆界。当你去抓住那信心的时候，即使为了抓住它、你不得不跃入未知的深渊，我的姐妹，你会发现自己将在那未知的半空中获得稳固的支撑。那些你无法看到的能量和你同在，天使全都环绕着你，祂们想望去做的一切就是爱你并支持你。你是被爱的，你十分有资格来做这项工作。

我们也和你同在。你只需通过心智、在冥想中请求 Q'uo 群体，我们就会和你在一起来强化你的冥想、并用我们对你的信任来加固你；我们相信你是有价值的、美丽、完美的，因为我们看见你真正之所是：太一造物者的孩子，创造性原则的一部分，一个丰盛礼物的赠予者，该礼物就在你自己的全然本质之中。

此时，这个器皿正在要求我们开放这场集会给你们可能有的、任何进一步的问题。我的姐妹，你在此刻有没有任何进一步的问题？

V：我想我没有问题了。我从未在此之前感到如此充满着爱，我真的感动得想流泪，因为这太完美了。我现在只期待拥有这个录音带、好从头到尾重听一次，我感觉太蒙福了。除了感谢你们之外，我想我没有别的要说了。

我们是 Q'uo，我们觉察了你的陈述，我的姐妹，我们在和你们分享这个时间与空间的过程中相似地感觉蒙福。我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai，我的姐妹，Adonai。

V：非常感谢你们。

2002 冬季问答集

特别冥想 2002 年 12 月 19 日早晨

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们今天来到这里。我们如此地感谢你们呼唤我们来到你们的寻求圈，我们如此地感谢你们从你们非常兴奋且忙碌的生活中拿出时间、专注、焦点，好创造出地方和时间来寻求真理。

我们掌握到，这是一次问答(形式)的会议，所以我们只会请求，在我们回答这些问题的过程中，每一个人都记住，我们和你们一样都是在一条道路上的寻求者，我们知道得很少、正在体验神秘、想望去分享我们的想法和意见，但是我们不想披上权威的外衣。因此，我们要求每一位挑选并享用那些吸引到你的想法。那些没有吸引力的想法，我们请求各位将它们留在后面。在你们

每一位都承担这种分辨力的责任的情况下，我们就可以自由发言而不会侵犯自由意志。我们可以请求第一个询问吗？

J：好的，嗨，Q'uo。我是 J，今天很高兴你和我们在一起。我是呼唤你们来传讯的实体，跟我最好的朋友 R 在一起，她很快就要离开并搬到美丽的夏威夷岛了，所以我想要她今天和我一起在这里来问一些问题。我所拥有的一个最令人困扰的问题是，我真的很喜欢我所做的事情，我喜欢成为一个身体的工作者，热爱为人们按摩，我觉得那就是我能够对他人有所服务的一种方式。然而，有时候我感觉好像有更多我应该做的事情，我不知道是否应该对此感到担忧。我想要知道你们是否可以谈谈关于服务他人与做身体的工作，是否真的就是我在此刻应处的位置？

我们是 Q'uo，我们掌握了你的询问，我的姐妹。对他人有所服务的渴望是永不落空的箭。身处第三密度的幻象中，关于自己的外在天赋和内在天赋以及该如何使用它们，个人很难有清晰明了的观点。由于一个人也许误读了自己天赋的一部分，或者轻视它、觉得它不像其他内在或外在天赋那样有用，所以看法常常有扭曲。我们觉察到，在 J 实体的情况中，这渴望是真实的，虽然我们无法要求任何人对我们的知识感到满意，我们愿提供这样的观点：即投生课程与服务的系统是通过大量的多余重复(redundancy)而运作的，所以，如果一个投生的课程或一项投生的服务已经被规划好了，它将作为一个机会而出现，不是一次，不是两次，而是只要这个已经设置如此模式的实体活着，在那种特定的催化剂的模式或结构上工作的体验就一直是需要的。

因此，并不是说任何实体将会成为对自己的命运或天命的完美理解者和学者，毋宁说，**那种多余重复的特色会确保：如果进行一个特定类型的服务或**

学习的机会在一个关口被错过了或没被看到，它肯定会再次出现并提供另一个机会，另一个、再一个。在中阴期设置这种计划的自我的意义上，自我对自己没有任何的评判——对于肉身中的实体是否决定去利用一个特定的学习模式没有评判。确实，可以注意到：很多流浪者为自己创造了过量的投生课程和服务，这跟一个孩子将他的盘子装得过满是相同的方式，因为所有食物看起来好极了。

在生活的学校所关注的范围内，并非在人生中的所有事物都是必修课。作为一个教室，地球的课程表是单纯的：就是爱。有关于如何去爱的课程，如何接受他人的爱的课程。这些课程可能会跟不求回报地爱有关，或者在很多情况中，课程跟学习在接受爱时不预期欠债或不愧疚有关。如J实体已指出的，作为一个有价值、品德高尚的人不求回报地服务和爱常常要容易得多，相比之下，接受别人慈爱的奉献(比较难)。因此，接受爱的课程，乃是针对在查看自己不完美的风景时目光异常清晰的人而安排的；所以，正在努力向着自己值得爱的观点开放心灵的实体，同时也在学习跟这个扭曲[觉得自己无价值]相关的课程。正如这个团体的每个人都觉察到的，**内在型的服务是更核心的服务，因为它作用在这个星球的灵魂上、该实体的灵魂上、由自我和其他自我组成的群体灵魂上，那些其他自我此时正在变得越来越能够形成信赖与分享的基本结构：也就是第四密度共享记忆的基础。**

虽然内在的服务是核心的服务，它经常最不容易完成，因为它真实的单纯性，其特性是菁华而非形式。结果是：在一个外在的天赋之中安歇、同时越来越多地觉察到内在自我之美，经常是更有效率的路线。如这个器皿经常说的，有一个跟自己陷入爱河的过程。直到那个时刻发生为止，自我都将被视为不完美、易于犯错的。在你们此刻所享受的幻象中，这是不可避免的。然

而，在人格外壳的湍流底下有个行进中的过程，我们鼓励每个人通过静默、聆听，以及把自我沉浸在第一、第二密度的造物中来邀请它；在这里的振动没有罩纱，而能量型生命居住在风火地水之中，居住在每一株开花的植物、每一个和地球上实体共呼吸的动物之中，(它们)提供了大量的接地与重新肯定。有些实体试图获得觉得自己是美丽且有价值的感觉；第一、第二密度的实体对于他们极有帮助；因为每种动物，无论多么卑微，每棵植物，无论是叫作野草还是花朵，都有其青春期、绽放期、快乐的老年，以及自然地再次沉入大地。树叶会因为昆虫吃掉了一些它的结构而开始担忧吗？森林中的雌鹿会因为没有足够的东西吃而失去对于一切都很公正的信心吗？事实上，每一株植物和每一只动物都在确定、自信、平安中度过时间，因为它们不会因为试图辩护自我的存在(价值)而忧虑，不会因为所感知的不完美而忧虑。相反地，这样的实体就像这个器皿膝上那只非常年迈的猫：当它跟发出鼾声的艰难呼吸抗争时，绝对没有不恰当、愧疚、愤怒或恐惧的感觉，而是该呼吸时就呼吸，享受它能够找到的最正面、最安全、最舒适的环境；对这只猫来说，那就是处于它最喜欢的人类的灵光场中。

在这方面，容我们说，**和那些能够支持鼓励你、并能给那条大体上由双方所共享的道途提供诚实指正的人来往，经常大大有助于服务。若要看见自己、看见自己的服务，灵性导向同伴的价值再怎么强调都不为过**。一切都在自我之内，想要放在眼前的东西的确正在被放在眼前。服务的菁华是：没有特定的正确服务，但毋宁有一种将会循环并一次又一次地出现的机会，并且，属于这类追寻一个外在天赋的机会的每一个情况，如果被追寻，都将绽放为一条可行的道途。结果是：你无法犯错，你无法选择一条错误的道路。你只能够在一条比较直接的路和一条比较绕路的道路之间选择。

我们可否进一步回答，我的姐妹？

J：不用了，在那个问题上(论述)是充分的。回到第二密度的存有。我想知道，你们能否谈谈我的狗，Gyspy，同样年龄大了。她是如此可爱，如此忠诚。当它的生命周期结束时，她在时间中的这个点是不是第三密度的可收割(存有)？

我是 Q'uo，我们发现可以肯定这一点，因为 J 实体已经觉察到这个实体的可收割性。

J：OK，还有一个问题，那么我想要为 R 问一个问题，如果她喜欢的话。我最近一直想知道：如果大地改变了，许多事真的会在这一年发生吗？我将 Carla 视为一个顾问，因为她真的帮助我脚踏实地，而没有很多的恐惧。我在思考：我可能应该改变住所。那是某种你们可以谈论的事情吗？我真的喜欢我居住的地方，但是，我想知道是否要在即将到来的 2003 年搬家？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。此时流经你们人群的能量极为旺盛有力，它是第三密度和第四密度之间不断增强的透明度之产物。随着这个透明度的过程持续增强，越来越多的实体会依随他们的扭曲而变得敏感，在各方面都变得敏感：对觉醒的人来说，它似乎是强劲的净化之风；对其他一些人来说，似乎是改变之风；对于酣睡的人来说，它似乎就是困惑、混乱、灾难之风。如同这个器皿会说的，这完全取决于(你的)观点。

自我对于各种想法和微妙能量开始有不断增强的敏感性，在这样一种氛围中，有些实体由于其变貌偏爱安静和未受破坏的灵光场，会开始觉得，为了

获得内在自我的平静，与其住在人口密集的地方、不如搬到一个不大拥挤的地方，那里有更多的空间让该灵光自己绽放。我们的看法是：这种搬家对任何深入的灵性动机而言，既无害处也无真实的帮助；但会指出，如果自我内在渴望转变，那么在外在意义上，让自我从一个地方搬到另一个地方常常可能很有助于创造出转变的氛围。因为搬家过程本身有创伤性，而实体内心感到的净化与再生的能量会补充这个过程所携带的能量，所以搬家不仅是一种物质性移动，还象征着感觉到或感知到的自我运动或转变。因此可以说，这种触发物不仅是为内在实体提建议的资源，还可能对外在实体有帮助。

在那点上有进一步的问题吗，我的姐妹？

J：没有、没有，那是好的。很好地解释了每件事情。我个人想要大大地感谢你们，一如既往，在你们的能量的周围，这是好的。我想要问 R，她是否想要问一个问题。

R：是的，J，谢谢你，谢谢你把我带到这场通灵，我感到荣幸。

谢谢你们，Q'uo。我感觉就好像很多你们已说过的内容，已经被讲述给我、我的内在自我和问题了。

我将在不到一个月以后搬到夏威夷，我感觉一个大原因是我想要为内在的转变创造出那种空间和开放的感觉，你们谈到了第一密度和第二密度，谈到了植物和动物，我有一种强烈的冲动、将我自己沉浸在那种大自然环境中。我的问题会是：我如何才能通过这次搬家和转变而最佳地服务这个世界、服务一起搬家的女友 M 以及我自己，在我们转变成为爱的过程中，是否有些特别

的能量是我们可以给予协助，而它们也许能够协助我，无论它可能是个体的或团体的能量。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们乐于评论这个令人激动且具蜕变性的冒险，那是你们即将在如此短暂的一段时间之后启程的冒险。**在新环境中提供服务的最佳方式就是在所有环境中提供服务的最佳方式，那就是不带有骄傲而是带着喜悦地奉献自我、奉献给此刻、奉献给一生，奉献给在存在的纯净中、在盔甲的闪光中的永恒；而该盔甲是借由修炼而被擦亮的，于是光之盔甲得以闪耀。**

名为 R 的实体早已将自我视为一道光。**始终和光在一起的问题是：要把光放在哪里？**它将被放在一座建筑的顶上、成为灯塔中的一道警告危险礁石的光吗？它将成为一道希望之光、而被投射到那些已经因痛苦而变得阴暗的生命之中吗？它是那种特定类型的热情火焰的光吗？**这是每个人都可以在它希望去提供最佳服务的时候问自己的问题。热情在哪里，渴望在哪里，当一个人睁开眼睛，机会在何时、在何处呢？**

让很多人感到不解、困惑、受挫，而更多人感到沮丧的一个情况是：当心的梦想是借由高贵并受到外在尊敬的方式去服务，但眼睛张开时，看到手边的情况却是由清洁浴室、洗盘子、做饭，以及这个器皿会说的「劈柴、挑水」所组成的现实。R 实体为自己即将面临的情境，也为即将离开的情境放置了充分的服务和学习机会。你的灵魂光流已经与有些实体和团体，在灵魂层面达成了协议。你可以把这些实体看成一个大家庭的成员，这个家庭分开了一段时间；但是当它聚集在一起时，会有某种关于家、精神支柱、安全、亲密

和抚育的共鸣。在你遇见的人中间去寻求共鸣，这样不仅你可以为他们服务，他们也可以因为需要提供服务而帮助到你。

我们可否进一步回答你，我的姐妹。

（长时间暂停）

此时有进一步的询问吗？

J：没有了，我想这很可能就是对这个器皿合适的时间长度了。我们也感谢她奉献自己作为一个管道，Q'uo，我们非常感谢你们今天和我们在一起。

我们是 Q'uo，我们也感谢你，我的姐妹，我们同样感谢 R 实体。和你们分享能量是我们的荣幸和快乐。我们同样感谢这个器皿，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，如同我们发现你们时一样。Adonai。我们是 Q'uo。

Translated by T.S.

(V) 2016/2018 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1219_1b.htm

https://soultw.com/TLOO/2005_0905b.htm

英文出处：

http://www.llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1219_1.aspx

http://llresearch.org/transcripts/issues/2005/2005_0905.aspx

———————————————

☆ 第 3017 章集：写一本书

Copyright © 2003 L/L Research

特别冥想 2002 年 12 月 19 日傍晚

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们难以言喻地、狂喜地存在着。收到这个寻求圈子的呼唤，让我们有说不尽的感谢。当我们准备提供一些想法时，我们会请求每一位在你目前的进程和样式中，扫描我们的想法和概念，同时寻找共鸣以及认出的感觉。我们请求所有对你来说看似反对、分离的观点，都被释放和遗忘，因为它们无疑不是那些会服务于你的资源。有了这项告诫，我们就取得自由去分享我们的意见，不是作为权威、而是作为朋友、在太一无限造物者的路上的同行者。

我们向 J 实体致意，虽然他不能亲临在魔法王国[1]里聚集的这个圈子；我们在此刻欢迎这个实体的第一个询问。

[1]原注：Carla 取给 Rueckert-McCarty(夫妇)以及 L/L 家园的名字。

提问者：J 经历了癌症及其疗愈，他想要知道，关于他正在写作的有关癌症的书籍，Q'uo 是否为他提供了任何写书的灵感，如果是这样的话，Q'uo 对于此书的目的有任何洞见吗？

我们是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的兄弟。这是一个有趣的问题，因为答案既「是」又「不是」。就被用来作为个人的指引或高我、而以一个实体身份与你直接沟通的意义上来看，我们是你的指引的一部分，我们是你之所

是灵魂光流的一部分的具体指导，容我们说。就作为一个从某个制高点选择跟你接触的实体的意义上——此制高点说服我们作为一个团体要为了一个特定的计划而与你接触——不，我们不是那些创造了你的心与笔之书面表达的愿望或材料的实体。

对于深深向往关于自我和提供服务的真相、向往这个器皿所称的警醒和觉醒特性的人来说，通灵的过程以及成为创造者、作者或作曲家的过程，是一个锻造的回火过程，锻造他的真心渴望所具备的境地、质量、纯度、强度、结晶以及平衡，它们是打开创造性通道的工具。**在直觉与指引，跟学习、发现、分析、综合这种工匠般的技艺之间，有一种平衡；该平衡必定需要找到内在的桥梁、好让心和识作为一个，容我们说，灵性大家庭的一部分而共同工作**。在你的指导(系统)中，我们是凭借共享的灵魂光流而自然占据的那一部分；然而，如我们经常提到的，我们提供的指导，更多地以一种载波的形式出现，通过勾勒的方式来加深或强化、锐化人格外壳自身在梦想、展望和寻求这个过程中遇到的细节。

我们可以进一步回答你吗？

提问者：「在这本我已经写好的书中，有没有任何不准确之处，或者有任何地方可以通过进一步的扩展而受益的？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉这个问题的方向是这样的：如果跟随这一个方向，这个通讯将会失去调音，因为这些是关键的询问。我们提醒这个器皿，她曾有过的一次体验，当时她正在修一门课，这个器皿问了教授一个问题，涉及考试用的教科书。(教授)的回应是:「我不会回

答那个问题。」结果是：这个器皿选择把学习时间花在回答那个问题上，接着这个器皿准确地推断出期末考试的性质。它确实是老师不能回答的问题。

有些时候，必须由居住在人格外壳与血肉之躯里面的造物者，单独考虑而作出这些决定。正是第三密度艺术工作中的染色特性，表达了作为一个第三密度实体的勇气及其反讽，使之更加生动有趣。我们会单纯地说，**一个作品就是一个世界，当这个世界以该造物者的想象力所能够达到的最完整、且最清晰勾画的地形和细节来表达时，那么这个作品就是完整的**。这个器皿，作为一个作家，从未有过内在的锻炼来坚持更正扭曲，直到它对自己的作品满意为止。这并未妨碍作品受到欣赏，我们愿与你分享这个器皿的沉思，也许某个事物总是可以变得更好，可能性是无限的。

容我们问，是否有另一个询问？

提问者：关于如何最好地传播这份信息(这本书)，有任何建议吗，有任何你们可以推荐的目标团体或时机吗？

我们是 Q'uo，相信我们已掌握你的询问，我的兄弟。从讯息的写作对象在哪里最集中这个角度来考虑读者对象。在你的情况下，对象可以是在你们人群中接近觉醒的流浪者。用英语写作并用故事作为描绘形而上过程的方式，在可采取的各种方式中，这是个有效的选择。无论从经济、年龄或者相关职业来看，都不能说目标群体完全属于同一种类型，因为在你们星球演化的**这一刻，几乎所有的年龄层都有流浪者**。第一波实体从(19)20 年代、30 年代、（40 年代）、50 年代以及 60 年代开始，进入投生。因此，虽然在任何人群中，总是青少年对较深入的议题最为敏感，但在年轻人和不跟这些年轻人分

享青春的人们之间，并没有清晰的界限，因为**距离收割的时间已经非常接近**，其接近程度让从其他地方来的实体们感觉到，最好让自己致力于第三密度投生，好在此刻帮助这个星球及其人民。因此，我们会说，年轻人是那些会欢迎这些观念的人群当中一个实质的部分，然而，好比你的书卷这样的作品，对于很多年龄层以及处在各种情况的人们，都会是很好的材料。

关于这本书卷的(合适)时机，再次地，我们遭遇自由意志的完全阻止，因为这主题取决于跟你有共鸣、以及会鼓励支持你的人们。至于选什么具体的月份或日子，允许这个问题自行解决吧。**一般而言，我们会说，增添所有可靠的形而上信息来源，在此刻和在你们所称的即将到来的未来日子里，都是被鼓励的，因为跟这个星球位置上的神圣谐波连结的自然周期，将会在大约你们的下一个 10 年左右进入高潮和尾声。**作为一个具体日期的时机，虽然不必然是一把显著的钥匙，无论如何，它都是 J 实体会乐于去解决的一个谜题。

容我们问，是否有进一步的询问？

提问者：最后的问题是「这本书是否有此荣幸，Q'uo 可愿提供一则赞同文或一则信息，可被印刷在封面、网站上或作为宣传材料？」

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。容我们说，你希望让[通过这个器皿进行]简短宇宙布道的作者为你有价值的书提供一则推荐文，我们觉得被奉承了。容我们说，你的作品闪耀着慷慨、纯净、以及机智。我们荣耀心灵、荣耀形成观点的过程，这观点告知你的创造极其优雅。从欣赏思考和存在的方式、移动到把这个感知系统内化的一个位置，这种努力是个漫长的旅程，

常常至少部分地让人绊倒并受苦。这样一个强烈的转变时期的果实，在你们的人群当中经常是发黑并且是苦涩的。

此刻正在流经你们在其上享受生命的地球的能量是一种**清理与净化的能量**。**第四密度和第三密度对彼此正在变得越来越透明**。对于那些觉醒的和沉睡的人们，这会沉淀出一种心智与身体上的体验，这种体验是无法与在此刻的周遭环境的体验中存在着的振动相调谐的。那么，需要去做的事情就是去释放旧的体验以便于接受接下来会到来的事物了，我们感谢 J 实体能够表达一个故事，在其中这种实相的转变被给予如此多的有益情节、角色和时刻。**我们推荐一个实体去阅读所有吸引自己的书籍。**我们推荐实体们凝视这本书，以及所有的书籍来寻找共鸣。新观念的快乐是在于：它经常会让灵感变得轮廓清晰，并让逻辑过程变得澄清。因此，这本书和所有书籍都可以被视为灵性成长的可能资源。

在场的人对这些问题有任何后续的询问吗？J 实体还有什么想探求的吗？

提问者：我想这就是在此刻的全部问题了。我们非常感谢你们给予我们的所有信息，Q'uo。

我们是你们知晓的 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟，以及这个器皿，我们同样感谢 T 实体、M 实体、J 实体，以及那些在思想中跟这些人同在的人，我们感谢你们请求我们分享一些想法。接触你们的能量并感觉到你们生命的共享振动，这是一件怎样珍贵的事情呀。我们离开每一位在无限造物者中歇息的你们。我们在太一的爱与光中离开你们。我们是 Q'uo。Adonai。Adonai。

Translated byT.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1219_2b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1219_2.aspx

---

☆ 第 3018 章集：感谢与疗愈

Copyright © 2018 L/L Research

周六冥想 2018 年 11 月 17 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我在爱与光中向你们各位致意。今天下午，由于你们的邀请而加入这个寻求与服务太一的圈子，我们再一次感到荣耀。你们是我们宝贵的伙伴，因为我们将你们视为在这条寻求的道路上和我们同行的伙伴，因为如果我们无法服务你们和其他像你们这样的实体，我们就无法沿着这条与你们共享的寻求道途向前方行进了。是故，我们感激你们的呼唤。

在我们开始之前，我们会请求这个惯常的恩惠。那就是：当你们听到我们的话语并评价它们的时候，拿走那些对你们有意义的话语，如你们所愿地使用它们——无论它以什么方式最佳地服务你们。如果有任何的话语或概念对你们不很有用处，我们要求你们毫不犹豫地丢弃它们，因为我们并不想望成为在你们寻求的旅程上的一块绊脚石。如果你们愿意给我们那个简单的恩惠，接下来，我们将会感觉可自由地跟你们分享那些话语与观念：我们希望它们

将会为你们提供某种启发与动力，这样，或许(你们)就得以继续寻求，如同你们在此刻正做得如此之好的情况。

现在，是否有一个询问，好让我们可以开始这次寻求的集会？

Fox：Q'uo，我有一个问题，我们的一个朋友，一个 L/L(中心)的朋友，名叫 D，在今早给我写信并请求我问这个问题：「我一直都在思考关于感谢的形而上重要意义或影响，不仅仅是在催化剂出现的时候接受它，也对它予以感谢。」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察到名为 D 的实体的一个陈述，是对于给予催化剂心怀感谢。容我们假设，他想望知道：这如何协助灵性的旅程？

Fox：我认为他想要知道：你们可以提供的关于(感谢的)形而上重要意义或影响。

Q'uo：我是 Q'uo，现在觉察你的询问了。我们相信这个器皿无法感知到该询问的特定部分。

我们可以向 D 实体担保，**在寻求真理的投生旅程之内，赞美与感谢所有的催化剂与体验的过程，是一条极大地增强催化剂处理的途径**。如果你能够处理那个产生出了催化剂的情况，你就在处理一个时常是困难的情况，那个情况提供犹豫、疑虑、恐惧、不安，使得自我暴露在另一种存在状态的区域的考验中。

开放自我迎向这样催化性遭遇的能力，容我们说，为整个过程增添了能量或起到了润滑作用，因为它以一种方式打开了心与脑，这种方式倾向于允许那些在体验并感觉到催化剂时最先升起的负面情绪都逐渐消散，被放入它们的适当视角之中，即它们可能会提供初始的焦虑或犹豫，而它们同时会提供一种推动力，以往前移动、进入自我的未知的特性与区域中，因为这特性与区域就是你们想望去探索的，我的朋友。你们就是太一造物者，不过，在你们的体验中，你们只显化了存在于所有事物与所有实体中的太一造物者的一个微小部分，还有巨大的可供探索的空间，以及那无畏的前进：朝向你们自己的存有之内、那些阴暗的区域。

当你能够为这整个过程给予赞美与感谢之际，你就把这个过程投射进了太一造物者的光之中[1]，并且——随着你能够进入你分析性的心智与无意识的那些部分——也投射进了存在于你的存有之内、等待着赋能的爱之中。(无意识)提供了那个被赋予给所有催化剂的偏向，该偏向接下来将允许你用一种与你投生前的选择协调一致的方式感知到那催化剂；因为在投生前，你是知晓并清楚了解那些在你存有之内的需要被探索的领域、需要被增强的领域、需要被推到前面的区域：作为一种方法，你借此沿着灵性的途径，推动自己越走越远。

[1]原注：这让人回想起(一法) 95.24：「已经纯净地选择了服务他人的道路的寻求者将肯定不会拥有明显变动的人生经验。在你们的幻象中没有外在的避难所可免于强风、骤雨、暴风雪等快速与残酷的催化剂。然而，对于纯粹者，所有的遭遇都述说太一无限造物者的爱与光。最残酷的打击被视为提供一种挑战的氛围、与即将到来的机会。于是，光之伟大帐顶被高举在这样一个实体头上、以致于所有诠释都被视为受到光的保护。」—Ra

因此，赞美与感谢所有的事物，对于每个真理的寻求者，在无论什么时候去善用(这点)，都是十分合适的。所有你在生命中体验到的事物，所有你在任何转世中体验到的事物，都是一份礼物、由太一造物者给予居住在你里内的太一造物者。如果你能够在这种构成了你、存在于你、向前拉动你的存在状态的无限框架中看待你的生命体验——该框架已塑造了你——你就会带着稳固而庄严的领悟脚步，带着已经通过移动进入未知的区域中而取得的经验，带着赞美与感激（它带出光与爱以照亮你的旅程），继续前进。

在此时有另一个询问吗？

Zach：我有一个询问，Q'uo。你们能不能描述一些方法，好让一个结晶化的医者得以跟另一个存有共同工作，以便于帮助它们，或有助于促进疗愈？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。结晶化的医者是一个已经将自己奉献给实践治疗技艺的实体，首先是在自我身上实践疗愈，以增强每个实体都有的天生能力，以允许智能能量或太一造物者的普拉那(prana)以一种上升的方式穿越每一个能量中心，于是每个能量中心都可以提供其独特的生命道途的奉献与风味、用于处理催化剂，以这一种方式揭露每个能量中心的平衡之需要，最终成为结晶化的(中心)。**这代表着医者有效地使用催化剂。随着医者工作、平衡每个能量中心，接着结晶化该能量中心；然后，该医者就可以献出自己给另一个想望被疗愈的人了。**

这是所有治疗过程的一个重要特色。需要得到疗愈的人必须(主动)接近医者，这样就在要被疗愈者和医者之间的互动中，遵守了自由意志。医者，接下来，通过使用自己的结晶化特性，以及或许是使用具有宝石品质的一个晶体

增强或强化这种结晶化特性，然后可以允许太一造物者的普拉那从(或者通过)绿色光芒能量中心向前流动，并提供一个机会给那个要被疗愈的人，去释放红色与紫罗兰色能量中心的包覆性外壳或盔甲——红色中心和紫罗兰色中心混合在一起，能够为该心/身/灵的平衡（无论该平衡采取了哪种特性或形式，不管是被视为健康的，还是被视为需要疗愈的）提供稳定性。因此，当这个红色/紫罗兰色外壳被穿透之际，就有机会让一个要被疗愈的人接受一个新的配置，该配置属于任何特定的、需要疗愈过程的能量中心。

因此，那被打破的东西，或者失衡的事物，就会成为完整的、或平衡的、或者沐浴在太一造物者的爱与光之中的，这样，那个要被疗愈的实体就会接纳一种不同的配置。接下来，医者允许红色/紫罗兰的盔甲外壳重新整合，好使这种新的配置就位，并提供它作为一种增强的手段，让现在被疗愈的实体借此穿越生命的体验走在灵性的道途上。

此时有另一个询问吗？

Zach：我有一个非常简短的后续问题。在冥想中对于能量的混合、以及发生的能量的交换，是不是一种可接受的、促进那种疗愈的方式？

Q'uo：我是 Q'uo ，相信我们理解了你的询问，我的兄弟。请更正我们，如果我们并不理解。

冥想状态确实可以在两个实体之间提供一种能量的调合，如果它被各个实体所渴望与请求。因此，那个要被疗愈的实体请求医者，然后，该医者提供冥想性的振动，来产生出和水晶一样的，容我们说，晶体功能，这样红色和紫

罗兰色的外壳就可以简短地被穿透，那个要被疗愈的实体接受了新的疗愈配置。

我的兄弟，有更进一步的询问吗？

Zach：不了，Q'uo，感谢你们。

Fox：我想要问那个主题的一个后续问题。一个人有没有可能在没有一个结晶化的医者帮助的情况下对这样的疗愈开放？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。一个寻求在任何能量中心之内疗愈的实体，确实有可能通过利用信心与意志的双生品质到某个程度，以致于达成相同的对于红色/紫罗兰色的外壳之供能或中断，借由要被疗愈的意志，以及借由对于这样的疗愈是有可能的信心而完成。因此，在自己身上进行这种疗愈的实体将用这样一种疗愈实现的方式看见一种新的心智、身体、灵性的配置，接下来，红色/紫罗兰色的保护性外壳重新整合也就借由信心与意志的利用而完成了。

在此刻有另一个询问吗？

Austin：我有一个问题，Q'uo。如果一个寻求者希望正面性地极化，去牺牲自己的渴望或舒适以便于帮助一个其他自我走在他自己的道路上，这对于那个寻求者而言是不是一种需要，或是一种义务？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。关于这一个询问，其答案并不容易被感知，因为这样一个询问建议：想望服务另一个人的寻求者要从自我身上给出某个无法被复制的事情，以便于有所服务、疗愈一个需要该寻求者协助的其他自我。**我们建议，在大多数的真实疗愈中，为了实现疗愈，或者让另一个实体以无论什么方式被服务，需要的事情是借由给予那些具有爱、光、合一、以及万物和谐的能量而实现的，这些能量能够被视为在其特性上是无限的，并且以一种不受限制的方式、通过任何想望有所服务的实体流动到另一个实体。**因此，想望有所服务的实体会汲取这些能量，允许这些能量以一种不受限制的流动方式流经自我的存有，接下来，这些能量就可以被利用来服务另一个实体了。

然而，如果你所谈及的服务区域是：在其中的东西有一种可触摸到的特性，某种在你们被显化的幻象中，作为一种商品或物体而存在，并以某种方式可以被需要服务的人所利用，并且是由一个寻求进行服务的实体给予他（她）的，这是一种可接受的给出自我的途径，这样自我接下来就不会占有这个已显化的形体，因它已经被给出了。如果这是对你的询问的一个正确感知，请让我们知道，我的弟兄。

Austin：是的，谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，**Ra 说，人格修炼的核心就是如何知晓你自己，接受你自己，并成为造物者**[2]**。它们也说人格的修炼会喂养靛蓝色光芒**[3]**。**你们能不能描述，

人格的修炼如何喂养靛蓝色光芒？在这种修炼和那个中心之间的关系是什么？

[2]原注：(一法)74.11 ：「人格修练的中心有三方面：一、认识你自己。二、接受你自己。三、成为造物者。」—Ra

[3]原注：参阅(一法)74.5-74.11。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**人格的修炼是那些练习：真理的寻求者参与并从事的练习，借由利用日常生活的催化剂来进行。这些练习涉及能够利用每个经验的未知领域，以某种方式逐渐升高地照亮一个能量中心接着另一个能量中心，这样真理的寻求者就会体验到你们所说的昆达尼里(kundalini)的升起。**这种昆达尼里的升起，接下来，在贯穿整个体验的投生模式中需要去工作每一个升高的能量中心，以某种方式在日常生活的催化剂中允许(自我)了解投生前的各种选择。

这种体验以一种逐渐升高的方式利用这样的催化剂，该体验需要利用冥想的状态，以便于检查当天的催化剂，而**每个已经把实体拉离爱与平衡的催化剂，作为回应，就要依次平衡它；这样，它就会更进一步地允许智能能量向上或沿着能量中心进一步地移动。**这种冥想状态同样会，容我们说，初步地被心智的分析所增强，该实体开始获致一种对催化剂的基本理解[若我们可以误用这个词语的话]；而该催化剂是该实体在冥想状态中正持续体验与处理的东西。

因此，**在心智上的分析，以及在冥想中安置这种已处理的催化剂，就同时会开始借由靛蓝色中心底下的每一个能量中心而喂养靛蓝色光芒中心，并对其提供果实（来自已经在每个能量中心被处理、平衡、结晶化的催化剂）；接**

着由此允许靛蓝色能量中心在某个点上能够被激活，到了必须的程度后就开始平衡所有较低能量中心的机能。因此，这个平衡可能会花费大量你们称为的时间，以便于投生前的选择可以在一段时间与体验中获得仔细的处理，这将允许完全地利用在投生前被选择好的催化剂。

从而，**当每一个能量中心接下来被平衡与结晶化，靛蓝色能量中心接着就可以开始激活那个灵性的穿梭器，灵性就能够穿越靛蓝色光芒，进入紫罗兰色光芒，并转化靛蓝色光芒的智能能量进入紫罗兰色光芒的智能无限之中，于是，在靛蓝色光芒中被激活的爱（那种在每一个实体之内的创造性原力）开始能够接触太一无限造物者，于是，真理的寻求者拥有了太一造物者的临在圣餐之完全体验。**

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：快速的后续问题。非常感谢你们的回答。说靛蓝色光芒的工作主要是专一地等待、歇息、并且让具形体的自我臣服于安住于内在的造物者，这么说公正吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。专一的聚焦会允许真理的寻求者尝试并最终达成靛蓝色光芒的激活，该聚焦是这种激活靛蓝色光芒的能力的一个巨大且主要的部分，因为它最终的激活其自身，是对灵性的激活，并将这种灵作为一个穿梭器，与太一无限造物者接触。但是，我们也会建议，靛蓝色光芒是自我（即显化为爱的创造性力量的太一造物者）的宝座。当任何真理的寻求者于内在充分意识到这点，就给了这样一个寻求者一种价值感，如你们可能说的，一种自我价值感，它便能够将自己视为太一造物

者，完全与完美的，在每一个方面都是有价值的，以便于继续处理催化剂，于是，就会以这样一种方式（即可以使这些自我的面向在靛蓝色能量中心内被组合在一起的方式）在每一个较低的能量中心中取得自我的知识，那么，真理的寻求者就会体验到存在的完整状态了。

这便是对于人格修炼的终极利用，因为该人格是在每一次投生模式中被采用的，作为一种手段，那些投生前的课程借此编程，根据在投生前被自我认为对该投生是必须的课程，以特定的方式进行染色。

因此，人格的修炼就是那些练习：每个真理的寻求者在每日的基础上利用它们，首先是利用心智的分析，开始检查与处理所有催化剂的过程，以便于最后能够将催化剂作为经验储存起来，在真理寻求者开启通往智能无限的大门的过程中被利用。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：这是如此地丰富，非常感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Zach：我有最后一个询问，Q'uo。你们能否讲讲关于责任法则的事情，当它跟灵性的礼物以及一个人能够体验的荣耀/祝福关联在一起，无论是超验的阶段，或者是其他的，可能被认为是超能力(siddhis)的事物。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。确实，每个实体在投生模式中都会为自己提供机会去拥有这些祝福：具有这样或那样的特性，它们会在投生模式中的某个点被揭露。无论如何，很多时候，这些祝福并不被视为祝福，而毋宁被视为困难，被视为也许无法被战胜的黑暗，被视为肉体载具的负担，看起来呈现了疾病与扭曲。

祝福是会在很多很多种[容我们说]容器中出现的。那些容易被认出的祝福，无论是疗愈或超感知觉，或者是在启发与沟通交流中开放蓝色光芒能量中心的能力，或去疗愈的能力——这些都是十分经常被视为祝福的事物，它们确实是这样的祝福。**然而，任何实体体验到的每一个困难，都会提供机会去移动进入一种蒙福的平衡状态，以及领会存在于自我里面的太一造物者。**

我的朋友们，确实，(宇宙)没有错误。以某种方式你们每一个人都已经被给予一个或更多的祝福，你可能会或不会，通过这种方式把你发现自己身处其中的情况视为祝福。的确，所有的祝福都携带着责任法则，作为一种手段，用以确保自我已经做出最大限度的尝试，把尊重、荣耀、努力给予每一个祝福，无论那个祝福在表面上是光明或黑暗，以便那个祝福得以在人生模式中实现它被规划的目的。因为很多时候，实体们会规划最为困难的情况，为了可以获致最大的祝福。

因此，如果你对每一个你发现自己身处其中的情况都给予最大的努力，你可以发现自己得到赏报：一种超越你最为狂野的梦境的祝福，容我们说。因为所有你体验到的事情，都是在合一的氛围中被体验的，尽管它在你的实相中被视为分离，却在你的存在的心中被体验为合一。如果你愿意对你的心智、

身体、灵性、和你的情绪给出最大的努力，来处理所有你在日常生活中接收到的催化剂，你将会发现一种祝福，即是这个努力的果实。

责任法则要求每一个实体对于每个日常生活的体验、每个遇到的实体、每天在你面前的镜子中看见的实体给予最充分的尊重与努力。你们全都是带着伪装的太一造物者。你的人生，作为其目的，就是把伪装移除，这样你就可以在你体验的每一个情况中都看见太一。

在此刻，我们将离开这个器皿和团体，因为这个器皿正体验到某种疲倦。我们再一次从心底感谢你们今天的邀请。你们借由自己的临在祝福了我们，你们借由这些询问祝福了我们，你们借由你们的爱祝福了我们，我们希望一直能够用我们的爱祝福你们。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2018_1117b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2018/2018_1117.aspx

☆ 第 3019 章集：值得被杀害

值得被杀害

9 月 5 日

我是耶稣·基督之灵；我在圣爱的完整意识中、向你们致意。

今天早上，该器皿的脑海充满了值得的问题。「值得」：这什么意思？

对于那些认为自己不值得的人、就圣灵为了他们的和平与喜悦而可能讲的话，

我们可以说「值得」意味着「准备被屠宰」。

「值得尊敬的是那被杀害的羔羊。」值得是愿意去牺牲。

不值得在别人的眼中是：不愿代表造物主去牺牲。

如果你不能成为牺牲的给予者、给出那些你认为属神的、属神事工的东西，

你就是不值得的。

除此之外，不值得的想法在门徒的生活中没有地位。

你今天值得被杀害吗？牺牲地给予？

去打开你自己、好让那种爱得以通过你而来？

如果你谦逊地将自己看为不值得，那么或许你终究成为值得的。

现在和永远、在耶稣·基督的神圣平安与圣爱中、我们离开你。

阿门。

出自 A Book of Days, Carla L. Rueckert 传讯

☆ 第 3020 章集：LL 五十周年铭谢文

爱/光研究中心五十周年铭谢文

五十年前的 11 月，DonElkins 与 CarlaL.Rueckert 住到一起、开创了 L/L 研究中心，他们立即开始撰写了爱斯米兰达的苦刑(THECRUCIFIXIONOFESMERELDASWEETWATER)，这是一本假想的小说。实际上，这一本书变得非常具有先见之明，因为我们在一起的这些年来，书中(人物)的十几个经历实现了。例如，当我们第五密度的负面朋友试图在负面时间/空间错置 Carla 的人灵时，Don 问 Ra 关于这本书故事情节的相似性以及 Carla 人灵的这

种潜在错置，

Ra 在 68.13~.14 中说：

「发问者：我们一直在谈论的、几乎与我们过去撰写的爱斯米兰达·甘露该书的一部分完全相同、关于托斯翠克错置太空女孩之心/身/灵复合体的过程。我们过去的这个作品对我们的生活有何重大意义？那是如何缠绕进来的，我已为此困惑好些时候。你能否告诉我？

RA：我是 Ra。我们扫描每一位、发觉我们可以讲。

发问者：请你现在开始吧？

RA：我是 Ra。我们肯定以下陈述、容我们说、早已被(你们)推测或假定。当这个小组的两位成员曾做出承诺共同为了改善该行星球体而工作，这个承诺启动了一个具有某些力道的可能性/或然率漩涡。产生这本书卷的经验是不寻常的、因为它被视觉化、彷佛在观看活动的图像(电影)一般。

(当时，)时间以当下此刻的形式变得可兹利用。该书卷的剧本走得很平顺直到其结尾。你们不能结束该书卷、并且结局不像该资料的全部本文一般，它不被视觉化、而是被撰写或著述的。

这是由于在所有造物中、自由意志的作用。无论如何，该书卷包含一个对显著事件(复数)的综览，同时包括象征性与具体性观点，在磁性吸引的影响下，你们看见(这些)、同时做出承诺并且对于这个任务的奉献恢复完全记忆，于是释放出该磁性吸引力。」

所以，我想要感谢世界各地的 L/L 家人，感谢你们多年来对 L/L 研究中心的支持，包括您的爱，您对成长的承诺，您的捐赠以及持续的友谊。与你们每一个人走这条寻求的道路是如此地快乐和荣幸。祝福你的旅途，因为我们都在寻求将彼此带回家、将地球上的其他人带到我们身边。

吉姆·鄭卡蒂(Jim McCarty)

★爱与光图书馆选集 第 31 辑

☆ **第 3101 章集：发光的生命**

Copyright © 2003 L/L Research

特别冥想 2002 年 12 月 16 日

团体问题：我能够做什么来成为一个更加完整且疗愈的存有——该存有充满活力，是拓展的、发光的，更多地被造物者的喜悦与创造之光充满——使我成为一个更加透明与谦卑的光之仆人呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们今天来到你们人群当中，来到你们的寻求圈。我们感谢你们每一位留出时间、能量、关注来寻求真理，我们乐于分享一些意见：**关于如何活出一种更为光耀、以服务为导向的生命的问题**，这是 B 实体提出的问题；附带一个单纯的请求，即我们的每个想法都被视为一个意见、而非一个事实，并且让自我中的分辨者详细审查这些意见。允许内在那个知道什么有用、什么没用的能量，发表其感觉；当共鸣出现时，我们很高兴提供了一份资源；如果没有共鸣，那就请你忘掉(我们)刚才说的话，因为对于那些有眼去看、有耳去听、有心去理解的人，在每一刻的周围总会有真理。附带了这个告诫之后，我们就可以从容地站在适当的一边，靠近保存全体的自由意志之变貌，不做任何人的绊脚石。

B 实体、Carla 实体、Jim 实体，以及一般说来在地球上正在享受第三密度的所有实体，确实都偏向于用自己的方式去获取，仿佛自我有个部分，喜欢挡

住流进身体复合体的自然光，最明显的是阳光，但还有随时流入身体的能量之光。物质和非物质载具两者，都潜在性地有无限额度的光从它们中间流过。**能量体像是电流一样，不但输送大幅度的能量，还输送高强度或高电阻的能量，所以你可以强化你体内的水晶：如果你对流经体内水晶的能量和承载并分享能量的水晶本身，进行聚焦、结晶化、编制神话，那么水晶不仅可以获得更多的功率，还可以放大自己的功率。你的渴望越高，你就有越多的机会或容量让更多的光流经你；你的意志越是集中在富有创意的生活之舞上，加宽的光之管道的特性就越强烈且有穿透力。一个要成为光之管道的实体，其能力是无限的。一颗无瑕的水晶可以治好一颗星球。做磁化第四密度网格的工作，或者从更具神话意义的角度来说，帮助盖娅的第四密度自我出生的工作，其秘密在于用有益的方式鼓励自我，让自我保持某种心理状态，它有助于创造出更广阔、更集中、更纯净的流动，让造物者无限的爱与光流入行星网格。我们可以换个方式说，让从你生命涌出的浪潮，流入所有在这浪潮中歇息的人们心中。**

名为新约的神圣著作说，把人的光藏在盖子下没有好处，相反地，最好把它放在大家看得见的山丘上，为光做见证。这个器皿、B 实体、Jim 实体和地球上大多数的人，都倾向于在自己的光的下方站立。真相是：每个实体都恰恰是 B 实体询问的、如何去成为的那个存有。每一个人都如同大师、穿着闪亮盔甲的骑士、男英雄或女豪杰。**每一个人都面对着人生的严峻考验、个人关系与维持生计的严峻考验、真实沟通的严峻考验、还有在锻炼人格的工作中面对自我的严峻考验**。你所询问的问题的答案早已活在你的内在：目标，早已是完美的、值得的共同造物者，以及这个器皿的老师称为的神性原则的一部分。

你们是行星地球的原则的一部分。这个社会记忆复合体的绝大部分是尚未激活的，因为第四密度的群体心智仅仅只踏出它的最初实验性的脚步。在这个时分，每位大师都种下了一次收割的种子，而这些种子将喂养那么一些人——他们能够扩建这份基础工作，即由前来协助收割的实体所组成的这个特殊团队所做的这份工作。当然，如名为 Philip 弟兄的实体说过的："…… (共同造物者身份的)皇冠戴在头上很沉重，不过，你将戴着它，你将戴着它服务。"

如果每一个人都是一位大师，那么是什么东西阻止一个人去达成大师身份的自我实现呢？这个器皿习惯于称之为「世俗意见」。**所有在共识实相中的事物都是世俗意见。它在任何情况下都不会反映实相。那反映了超越幻象的事物是内在的意识，如同一切潜在的事物，它被关在笼子里，一直到准备收割的手解锁笼门为止。**在这个器皿的赞美诗集中，有一首她习惯去唱的诗歌，它描述了耶稣基督实体的形象：耶稣站在一个人的心门外面，非常温柔地敲门，请求进入。怀疑、恐惧以及那种收缩的情感使得信心的耳朵聋了，使得知晓的眼睛瞎了。它们堵住希望的嘴巴，使得一个人的盔甲成为可穿透的。

感到怀疑是完全可以接受的，如这个器皿会说的，在无限造物者的道路上"犯错与偏离了"[1]；不过，尝试去温和地返回心智的平衡与集中的状态，也就是开放的心，总是创造出一种新的体验或全新时刻的潜能。这个实体充分地觉察到从新开始的心理益处，以致于她将在明天下午向其所属教区的牧师告解罪过，尽管这些罪过可能是轻微的。这个实体并不相信原罪，只相信犯错，不过，**这个实体在完全清空未告解的阴影、并宽恕每一个错误之际，就会感到更加轻松。接下来就有一个新的天堂与一片新的土地了，具备无限多的崭新可能性与新的开始。**这在此刻就是真的，并不需要一个牧师，除非一个实体喜欢仪式并且如这个器皿一样发现这样的仪式是有帮助的。**这种告解和宽**

恕的角色可以同时由自我来承担。一个人站在自己的光中，因为他既有的印象是：这是要做的适当事情。

[1]原注：来自圣公会的祈祷书的一个短语。

很多时候，以某种方式表达恐惧，甚至不会感觉是错的，因为去担心似乎是实用的、体贴的、负责的。无论如何，当这样做的可能性出现时，最好抓住机会向一个人的牧师或者向自己详细列举一己的错误，并借由一颗真正悲悯的心而被赦免。增添了外在牧师会创造该幻象：即有一个造物者通过牧师中间人，接着接触到低下的忏悔者。真相是，该器皿因恐惧而从自己身上创造或投射出牧师，这跟直接会面造物者的观念相违背。这个器皿觉察到这点，并接受为她世俗人格外壳的一部分，直到诸如这样的宗教仪式时间不再为她提供安慰，或在她追寻其渴望之际无法提供资源为止。

无论如何，**天性比较孤独的人最好去祈请内在的牧师；我们会建议你创造这个自我的部分为女性的、滋养的、有爱的，它是自我中那个真正以完全且流动的心去爱的部分，在你无可避免的错误之尘垢中，看见你灵魂的那个部分**。如这个器皿在冥想前谈话时指出的，错误不仅是必要的，而且是冒险性的。它们是必须的，因为学习的本质就是尝试错误、再尝试错误。每次试错的努力，都创造出新的知识。最终，一个实体增长其知识到了足以抵达目标的程度，届时，他又涉入进一步的探寻了。

所以，该周期是一个螺旋，它将以一种周期性的方式、可预期地表达一个人生层次上的生命议题。每次该主题出现时，主旋律就以一种新的乐器演奏，每次都会有需要学习的微妙差别。没有理由因为该实体看见自己滑入麻木或过度反应之中而觉得气馁。这是另一种犯错的方式，代表着提供学习机会的

事物。因此，它可以被视为“在失败中的冒险之旅”，**每次失败都将无可避免地导向达成其灵魂光流深处渴望的目标，如果可以看到这点，那么你就更容易悲悯这个陷入人格与偏好之梦的自我。**

Carla： *（唱歌）*

喔，耶稣，你正站在紧闭的门外，

在低微的耐心中等待着跨过门槛。

那么，来吧，喔基督徒弟兄，承载着他的名字和标志的人，

可耻，三倍可耻呀，就是我们将他留在那里站着！[2]

[2]原注：1867 年由 J. H. Knecht 和 W. W. Howe 合著的一首歌曲。

心是自我真相的宝座与入口。各种情绪是果实——通过将催化剂转变为经验、将潜能转变为实际的过程，经历混乱与困难而大量精炼的成果。终其一生来做这样一件事，此生是短暂的。(人的)骨肉身躯装不下这场如此伟大的冒险。在人类胸膛之内的实体，其想象力是星光灿烂的，如星辰一般，无限的，永恒的，并且要比人生大几个维度。不过，它在里面发光，就仿佛在一个洞穴中，直到进入心中的那扇门被解锁为止，自我才能完全地进入太一无限造物者的至圣所。进入静默之中就像是打开那扇门。甚至停止思考也像是撬开锁一般。

返回中心是一场从恐惧到爱的旅程。当太阳照耀着，口袋装满钱，心与手充满了对一个漂亮女孩或英俊男士的爱之际，当清新的微风溢满了春天的花香之际，[这个器皿会描绘为]集中与喜悦的心智状态是容易取得的。不过，这就仿佛该实体在波浪的表面玩耍一样，享受着阳光，在轻拍波浪的优美而不停歇的摇晃中感到舒适。当暴风雨和狂暴天气的巨浪将海面搅动成纷飞的泡沫

与破坏时，自我的身体必须离开深海，再一次成为陆上的生灵，寻求庇护来躲避那太过狂暴以致于无法享受的天气。**那个带着装备深潜下去，深深潜入暴风雨底下，潜入那平静的、水晶般的水域泳者，他是蒙福的；该水域处于巨大的压力之下，即使在海面上最狂野的暴风雨的情况下也只是缓缓地移动。**

这个圈子先前正谈到观点。歇息于海洋深处、歇息于一直运动的大海的平静中——这种感觉、情绪、观点，是一种有益的方式，来在处于中心的(电脑)桌面上创建一个图标，这样你就可以点击那个图标，以及你直觉性地发现的其他的图像，来创造一种拓展、平静、平安的感觉。借由向太一无限造物者开放自我的意图，借由辐射出更多的造物者的光以及越来越多地作为一个光的代理人而服务的意图，而产生的每一份努力，在其自身都是实现渴望目标的过程中的中心。你将在这一辈子中完美地实现它吗？我们并不愿否认可能性，虽然我们可以说它是一种可能性/或然率的漩涡，而非一个事实。

行走一条道途、活出一个神圣生命的能量如同海水深处的能量，它很少移动却有巨大的原力。和平的灵魂是安住于爱中的灵魂。没有波浪会冲击它，因为它被所在的位置保护着，正如同心脏在一个沉重且非常坚固的肋骨和脊椎的笼子中受到保护。身体的珍贵内部受到良好的保护，能量体的宝贵之心也相似地被爱着。允许一己感觉其存有的喜悦、热情、生动就是敢于做伟大的事情。带着文雅和幽默，带着优雅和风格这么做，就是擦亮生命的盔甲。不从任何种类的痛苦中退缩，我们不是说要去安住于痛苦，毋宁是，看待它为一个有帮助的朋友、姐妹或弟兄。你并不知道为什么这个朋友是有帮助的，它可能看起来非常、非常没有帮助。然而，对石头喷砂可以除去其尘垢和粗砂，让石头重现其全然水晶般的美；同样地，对灵魂喷沙，可以除去生活、

学习、失败过程的尘垢。暴风雨来临，对于所有看着水面的眼睛而言，小船在岩石上撞毁了，身体被抛入狂暴又汹涌的水中，生命被浇灭了。而那些在开放之心中的人，单纯地带着记忆、信心，带着喜悦，深深潜入该水域：它将头脑与心分开，将风暴与平静分开，将幻象与真理分开。

我们愿在此时把该通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿的服务。我们在爱与光中离开这个器皿并转移到 Jim 实体那儿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在此刻，我们请问 B 实体：是否有任何我们可以谈论的，任何进一步的较简短询问。

B：S 是我的孪生灵魂吗？她和我，我们是孪生灵魂吗？我如何才能服务到她最高的益处？在当前的世界中，爱将来可能把我们带到一起吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。这个询问有些方面我们只能说非常少的内容，因为我们不想望侵犯自由意志。关于这个爱的概念：把两个灵魂带到一起，唱出一首共同服务的歌曲，它暗示已经开始的事物将会继续，的确，在某种意义上，它将会继续。无论如何，这种关系的精确配置甚至现在都正在被转变，我们不会想望干涉那个具有完美性的事物。
关于该询问的前一个部分，我们必须暂停，好让这个器皿被允许进入深沉(的境界)。

（为了调音而简短暂停）

我是 Q'uo，我们感谢 B 实体的帮助。B 实体愿意重新提出该询问吗？

B：S 是一个孪生灵魂吗，她和我，我们是孪生灵魂吗？

我是 Q'uo，我们很感激你重述该询问，因为我们已经回应的部分是具体与这个幻象打交道的部分。这个涉及孪生灵魂的概念的询问是：超出了这个幻象并抵达无时性的状态，在无时性状态中，存在就是一切，而服务是容易的。我们会建议：这两个灵魂的确已经发现自己在彼此的心里，就这方面，他们是心能量的孪生火焰，每个人都以一种独特的方式表达了本是一的事物，以及通过他们共同的表达，成为二。

有任何进一步的询问吗，我的兄弟？

（磁带第一面结束。）

B：在某些更高意识的时刻我认为自己正在穿透面纱，我想要知道，这些时刻比较是礼物呢，还是可被达到的意识状态呢？我如何才能最佳地使用这些时刻？我能从中带出任何种类的、外在服务的礼物吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议这些与太一造物者合一的体验，以及一个人感到极大的灵感等等的事物的过程中的体验，可以比拟为一个旅程的各个阶段，在其中有一个自我给自我在道路上留下来的标志，在旅程期间的特定时间，会有一个机会拥有增强的服务层次。一些人可能称之为入门；一些人可能称之为再确认或奉献。的确，有一种连接合一的品质，它在其自身——通过生命的模式以及随着这样的体验而来的能量交换—

—将会变得明显。因为，感到如此受启发并且觉察、却又不被改变到某个程度，这是不可能的，而该改变将被注意到并在其自身成为一种服务的方式，因为灵魂的内在之光会以一种滋养的方式照耀出来。

为了最有效地利用这样的体验，单纯地开放心与头脑作为日常活动的一个自然部分，这是必须的，以这样一种方式说："我在这里，祢想要我去做什么？"**当一个人愿意按照任何要求去服务，那么一个人就已经提供一个通道，让那些具有开悟品质的能量得以通过它流动。因此，渴望、意愿去服务，就是所有必须的事物了，因为当一个人清理了通向心与脑的道路时，你该怎样去服务，就自然会明示于你。**

我的兄弟，有进一步的询问吗？

B：谢谢 Q'uo，为了这次的通灵，你知道，我几乎每天都仔细研读你们的话语。为了实现我最高的已知渴望，是否必须改变饮食或净化我的饮食，如果是的，要到怎样的程度呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对于一个人的饮食，一个人的想法，或对一个人行为的净化程度，完全是一个人的自由意志的一个机能。当一个人想望去提升存在的层次，同时又知晓这种品质可以告知所有的服务，那么，这么做便是好的：去采取一个行动，诸如你已建议的"改进一个人的饮食"这个行动，将其作为在物质世界中的一种训练协助，容我们说，一项机能或行动，它会使得在特质上是灵性的渴望扎根，这样日常生活的行为就会被这样的启发、渴望以及这样的坚持不懈所鼓舞。**信赖你自己的心、你自己对于合适事物的知晓。如经文真实撰写的：「寻求，你将找到。」**

我的兄弟，有进一步的询问吗？

B：当我在俄亥俄州的工作完成之后，我可能搬家或留在路易斯维尔或待在维吉尼亚州一段时间，以无论什么我可行的方式帮忙，这是否很有可能？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们碰触到那个我们不想望踩过的点，因为在谈论这种未来行为的时候有可能造成侵犯。容我们简单地说：**对于一个渴望去服务的人，一切事情都是可能的。**

有进一步的询问吗，我的兄弟？

B：你能否告诉我，当我吸食大麻时在我身上发生了什么？1998 年 12 月，我从高中毕业那一年，在我花费很多时间吸食该物质之后，我发现身体和心智对大麻起严重反应。我变得神经质和自我怀疑。我的想法变得参差不齐且相互冲突。我无法分辨什么事情是真实的，什么不是真的。我的身体剧烈地起反应，有时候会发抖、呼吸困难、心脏颤动，无法与任何外在的事物互动、无法思考、无法(正常)运转。自那次以后，每次我尝试去吸大麻都是相同的体验，有时候几乎要为我神智的清醒和生存奋战。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们察觉到：有特定的，容我们说，参数，是被你的高我在你投生前的各种选择中，为这次投生而选取的，在你的服务和学习中你可用的灵性能量很可观，必须以这些参数聚焦能量。你的渴望是：**几乎完全靠你的天然能力存取这份资讯，而不用到任何辅助或**

拐杖，好比你提到的大麻之类的东西。因此，我们发现，在回应你已描述的体验时你的显意识和潜意识表现了投生前选择的那些品质。

有更进一步的询问吗，我的兄弟？

B：我觉得心智/身体的能量非常地散乱。我要么在我头脑的一边，要么就在另一边，或者在不同的焦点上缠绕并转动着，我想要知道，在我的大脑中、身体中、在脉轮系统中，存在着不平衡吗？我如何才能带出更大的平衡呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**要达到你讲的平衡，最好每日一次进入冥想状态，于是这些形形色色的想法与能量的方向就可以找到其真实的家**。也就是说，当(我们在先前的询问谈到的)灵性特质的能量开始流经你的肉体载具之际，就会有各种各样的扭曲，可能在这股能量上产生影响，于是粉碎或分裂这种可供你使用的能量和信息的完整性。**如果一个人能够让显意识的心智安静下来，如果一个人能对协调一致或处于中心，对于返回一个人的灵性自我的基础展现出一种呼喊或恳求，接下来，这些形形色色的想法模式就可以如同在一滩浑水中的泥巴一样开始沉淀，这样水就会变干净，视力就会恢复，景象就变得完整了。**

有进一步的询问吗，我的兄弟？

B：你们讲得太有道理了，Q'uo。我最近被一个医者告知，我已经在身体和灵性两方面损伤自己的红色光芒，接着想知道，我可以采取什么步骤来再次疗愈并开启那个脉轮呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们刚刚谈到冥想的练习，再次地，是在这相同的[容我们说]扭曲上工作的那个练习；该扭曲会在思想过程的随机化上产生其影响。当你能够在身体中和在这个幻象中感觉到一种在家的(自在)感觉，这感觉到了一种程度使你准备好去表达可供你使用的能量，那么你就会发现，各种想法和红色光芒能量中心对于你都将是可轻易辨别的。从任何能量中心表达任何能量，都将变得远远更加容易。因此，若你有目标地虔诚冥想，它就可以治疗你，在你整个心/身/灵复合体中产生疗效。**冥想状态很像是对电池再次充电，重组其能量的潜力，让你的渴望在汲取这种潜力时，产生形而上有用的功。**

我的兄弟，有进一步的询问吗？

B：你知道的，我差不多结束了。关于我即将到来的工作，即我要在俄亥俄州治病，以及跟家人互动方面，你们有任何建议吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议这位可敬的寻求者在信心中前行。一切真的都是好的，造物者等待着你怀着爱，在家庭架构中(和家人)互动，如你表达的方式。这很像是为即将到来的事物建造一个坚实的基础。那儿有大量的潜能，有正面的方向。了解还剩下几块石头需要打入地基，这个工作开始飞快地进展。我们祝你兴高采烈，**在爱中前行，安住于信心。一切将是好的。你的双足坚定地站立在寻求的道途上。带着一颗快乐的心、乐意去接受一切等待着你的事物，在这场旅程中继续走下去。**

此刻有最后一个询问吗？

B：以许多的爱与光包围 Jim 和 Carla，那是我最后的请求。

我是 Q'uo，我们向每位在场的人保证，当每个人寻求光的时候，光会找到寻求者，这道光会灌注到该寻求者身上，可以跟其他人分享光。于是，每个人都如同一根蜡烛，可以带着服务太一造物者的爱之光照亮地球，照亮行走在满是灰尘的旅途上的朝圣者面前出现的每一张脸。

此刻，我们愿再次感谢在场的各位，在今晚邀请我们加入你们的寻求圈。这一直都是一种我们欢喜接受的、令人喜悦的邀请。我们提醒各位，当我们受到请求来帮助深化你们的个人冥想时，我们是可用的。在冥想中加入你们每一位，把我们的调节性振动借给你们，好让该冥想可以更稳定，这是我们的荣幸和欢乐。

此刻，我们将离开这个器皿和团体。我们是 Q'uo。在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中，我们离开各位了。Adonai，我的朋友。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1216b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1216.aspx

☆ 第 3102 章集：内在层面的居民

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 11 月 24 日

团体问题：我们今天的问题，Q'uo，容我们说，是跟提婆(devas)有关，它们位于星光(astral)世界、提婆领域中。我们想要你们给我们一些信息、关于那里的居民。我们多少觉察到，有属于非常高级别的天使，有与大自然世界关联的一般灵，有火、水、土、风的(元素)灵，我们肯定同样还有其他的灵。我们想要你们给我们讲一讲：居住在提婆领域的实体们有哪些种类。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，以祂之名、我们服务。我们感谢你们各位在这个休息的日子里创造出这个空间来举办这次的工作集会，我们了解到你们每个人都在时间上需求紧迫而尤其感谢你们。为了你们致力寻求和你们灵性的慷慨，我们感谢你们。我们感谢你们跟我们分享你们的冥想；和你们同在是一种极大的荣幸。一如既往，我们要求你们在聆听我们所说的内容时使用你们的分辨力，同时辨认出那些吸引你们的想法并和这些想法产生共鸣，接着把其他的想法留在后面。

今天，你们的问题是多少有些混杂，因为我们知道，你们问到的各种生灵有五花八门的名字，我们也觉察到，就我们讨论的这个领域里的术语，某些存有的命名和在星光层与提婆层面的一些存有的命名是不一致的，它们只是内在层面的一小部分。无论如何，我们假设该问题打算一般地谈论内在层面、而非谈论七个内在层面中的两层。确实，我们的讨论在很大程度是相同的。然而，我们不会谈到那些居住在内在层面的宽广范围之中的非人类实体；这些内在层面对于你们地球的这个特殊球体而言是本地的。

我们的回答依靠于一种对造物者与(宇宙)造物之特性的初始认识。该特性是这样的：如同大卫实体告知这个器皿的，你们所称的科学家多年来以为是真空的东西，现在被你们的科学家证明，它所包含的能量，远比从你们的身体等等的物质中、或从任何可分裂的原子中释放出来的能量，要更多。(宇宙)造物中，未赋能的、歇息的能量是如此强有力，以致于相比可以从未扭曲的、未赋能的时间/空间中释放出来的能量，你们的氢弹释放出来的能量是非常微小的。在第三密度之内，当有诸如你们自己这样的生命形态的受造物存在着，就有入口进入限制与极性的世界。

然而，在第三密度的内在层面之中，并没有这种限制，因为这些内在层面与行星本身的能量内部共鸣着，在行星开始的时刻，该能量就创造了所有的层面，在作为一种通过空间/时间幻象的样式而完成的过程中，它看起来接着开始出现、发展，如此等等。再次地，在可见的世界中，这是你们空间/时间的限制之一。在时间/空间中的情况是相当不同的，因此，那里没有东西妨碍你的记忆，你可以完全觉察这个器皿所称的、深层实相的形而上特性，觉察参与这个生死世界的万事万物都是转瞬即逝的。好比说，在更深层实相的背景下，可以把树木的能量或一个人的能量，视为未赋能的时间/空间流动中的一个较小变貌(distortion)。你们享受的肉眼看来很突出、显著的幻象，跟未赋能的时间/空间本身相比，看起来只有非常小的不同，(实际上)是尖锐地不同。

这意味着，每个第三密度的存有都有这能力[在她的能量系统里，几乎完全没发挥出来]：单单借由意识而真正地移动群山、或做出任何物质界的改变，只要她的想象力与意志足够专注、渴望足够纯净、目标感足够强烈。在第三密度之内，信息的吸收有限，该限制影响了显意识心智。它不会影响潜意识的

心智，除了在潜意识心智中较上面的层次中(有影响)。因此，很少有实体凭借肉眼确实看见内在层面的实体。确实，**绝大多数在意识清醒的情况下看见内在层面实体的人是这个器皿称为的孩子，那些尚未被教导(训练)成不可能看见这类事情的人。**

再者，有必要保留所有这类生命的不可证明性、好增强第三密度实体的信心。在信心的问题上、在一般的灵性问题上，有一种极大的渴望不去侵犯在第三密度中任何实体的自由意志，(因为)他们在第三密度的具体目标就是做出选择。现在，看到了第三密度的情况、看到第三密度生物单元[好比你们自己]的情况以后，或许就比较容易看见：太一无限造物者的能量拥有广大系列的、很真切又实质的智能与灵，几乎从每个变貌的每个缝隙与角落中迸发出来。

生命呼唤生命，在第三密度空间/时间里面的生命会呼唤在内在层面的生命，内在层面的生命呼唤第三密度空间/时间的存有并寻求服务他们。天使的特性就品质的方面而言，跟以下这些存有的菁华并无不同：好比小仙子、小精灵、帕克(Puck)、罗宾小绿人等存有，以及所有这样好心又快活的灵，然后移动到在第二密度中、所有活物中的提婆，还有所有来自第一密度的土、风、火、空*的元素精灵能量。可以把所有这些能量看成聚焦的能量，仿佛被磁铁吸引一般，由空间/时间中某种心理状态吸引而来；或者把它们看成各种智能，被相似的兴趣或振动吸引、进入一种谐音与关联。你们每个人都是一个尽管小、却是显著的变貌，位于时间/空间与空间/时间连续体之内；你们天然地借由你本身的存在，从内在层面汲取能量与智能。

*译注：原文为 earth, air, wind and fire，没有水元素。

由于空间/时间的心智或第三密度实体的智能局限，(人们)总是倾向于用自己体验到的生活情况，来衡量其他生命的生活情况；千百年来，这种倾向为琳琅满目的各种生命，按某种秩序起好了名字。例如，如 V 实体已指出的，有一个非常谨慎、非常庞大的、各样类型的天使存有的阶层。在其他的神话与魔法的系统中，有很多给内在层面的指导(灵)的命名、以及对元素灵的命名。它们都是超越命名的菁华，非常类似你们自己、也是超越命名的菁华一样，因为它们与空间/时间没有任何关系——不管什么样的关系——它们完全是思想的创造物(生物)。它们被思想推动着。作为能量的创造物，它们被能量推动着。第三密度存有内在的渴望的具体细节不会去关注这些想望跟人类互动的内在层面的存有们。如同对一个特定事物的渴望背后的能量，重点是意图、目的、目标吸引了类似的能量来从事内在层面的工作。

当你想望有帮忙的时候，通往那种帮忙的唯一障碍就是缺乏坚实的知晓，即帮助是可得的。如果人类没有觉察到或呼唤那种帮助，内在层面的实体们要协助人类就要困难许多了。因此，我们鼓励每一位绝不要花时间去怀疑是否这样的帮助是可得。在我们看来，能量和信息实实在在地快要挤爆宇宙了，而且全都渴望人们知道它们、全都渴望人们使用它们。问题在于第三密度生物实体的接受点。大量的帮助浪费掉了，因为人们没有求助或没有注意到它们。大量来自更高天使领域的帮助，只有那些请求的人可使用，因为随着能量变得更加精炼，智能变得更加充满无限造物者，责任也在不断增加，好保存脆弱的第三密度人类之自由意志，而这些人类实体正在穿越这个做选择的密度。

每个实体的指引系统是多么强烈地想望去帮忙呀！我们给了这个器皿一幅图像：一打的天使正坐在客厅四周的窗帘杆、窗台板、书柜的顶端，只希望、只等待着被请求。

自然灵和元素灵从不担心侵犯自由意志，因为只有知道它们是可能(存在)的人才呼唤它们：要么是信心完全没受过考验的人，比如小孩儿；要么是信心经过烈火考验的人，他们有一种知晓：即这个智力和能量的面向存在于所有事物中。

此时，我们会把这个通讯从 Carla 实体转移给 Jim 实体，因为我们觉得已经尽可能地讨论了这个问题，需要以进一步的询问来重新聚焦讨论。结果是，我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们认识的 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们再次通过这个器皿、在爱与光中向各位致意。请问在此刻是否有我们可以谈论的任何进一步的询问呢？

T：如果一个人想要请求一个特定天使或元素灵的帮助，他如何才能开始着手保护自己、并且确认得到正面的、造物者导向的帮助呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**我们会推荐在冥想状态中祈求帮助。在这种状态中，你可以向那些随时用耳朵和心倾听服务呼叫的实体，最清楚地表达你心中的渴望。当你已经把自己置于中心、并且已经请求帮助的时候，让对方明白你的渴望是什么，在你发出那个呼唤之后，接下来我们会建议你进行一段时间的静默冥想，你等待一种接触或协助，容我们说，它是**

通过你的感觉、通过图像、或通过直觉来和你沟通。接下来，当这种接触被感知之际，你温和又坚定地问，是否这个接触是以……之名出现的，这里你可以用在你心中是神圣的品质、实体或概念来供给(内涵)，不管是耶稣·基督、基督、基督意识、正面极性，还是在这种情况下可以当媒介的任一圣人。当你收到了一个肯定的回应之际，接下来你就可以知道，你已经跟这一个实体联系了，它既乐意又能够以你渴望的方式协助你。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

T：没有，我这边没有了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要跟进发问。当我先前在通灵时，我得到一副关于这些能量的图像，这些能量是你能够想象出来的每一件事物的一部分。我当时在想，我们会得到某种方式，来分辨在内在层面什么东西来自第一密度、什么东西来自第二密度，如此等等，而我得到的印象是：所有那些已经被仔细地写下来的事情——它们已经被各种僧侣和各种人群在历经数千年的时间所看到、并详尽无遗地记录下来——实际上是浸透文化等等偏见的材料。那就是为什么这些能量想完全摆脱形式，因为这些能量，尽管它们会采用任何你感到舒适的形式，这个形式却不是它们真正的自我。这是一种准确的感知吗？这就是你们不想要更加具体的原因吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，你是相当正确的，因为每一个文化都包含一些偏见，的确在很多的文化中，有各种各样的老师、古鲁、大师等

等，它们已经体验过这些类型的能量菁华、光之存有，而那些被命名的存有，其名字要么是在文化上有偏向性的，要么是在个人的方面有意义的，而这些名字并没有很好地被转译到另一种文化或体验中。因此，我们想要保持一般的描述方式，这样在传递信息的方面，就有希望免除那些会令人困惑的不必要扭曲。

Carla：是的，谢谢你们。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没有，感谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。现在有另一个询问吗？

V：我不太清楚该怎么措辞，但是我对于天使王国或领域漫无边际的想法，激发了这个问题。我想知道，Q'uo，你们能不能谈谈，那些叫作天使长的生命是怎么来的。我知道，你们很好地、一般性地描述过这些实体；我尝试知道得更具体，想了解标名为天使长的那些实体，甚至有具体名字的个别天使，比如米迦勒、加百列等等。我猜，我想证实或搞懂的是：如何维持、哪怕只是开始跟这种存有的关系，或甚至对话呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。一个人是从心的中央开始跟这样一个实体谈话。最好进入冥想状态或进入那种在沉思与祈祷中、处于中心的状态，以便于用一种开放且，容我们说，多少有些奉献的方式，提供一个人的

关注中心。我们所说的奉献就是那种不寻求一个特定的结果、但寻求以一种纯净且有帮助的方式来服务。

因此，当**你愿开始开放自己、迎接这样的交流时，最好借由个人的努力准备好自己，这种努力是祈祷、分析一己的需要和能力、并开始考虑你希望在什么范围得到渴望的结果，这样既有请求的重点，又留出余地来收到适当的回应。那些你们已经称为天使长的实体，对于服务的渴望不仅仅是深入且稳固的、也是熟练且富有经验的。相比于大多数人，这些实体已经对你们的造物(世界)的一个更大部分承担起责任，成千上万年以来，祂们一直以这种方式奉献自己，实现了你们称为的成功，因为祂们怀着大量的慈悲，以祂们的翅膀[这个器皿笑了]承担起大量的责任。**

在你们的七万五千年以前，这颗特定的星球被放置在你们称为的一种隔离之中，因为一直有很多实体需要从其他的第三密度星球被迁移到这颗星球，那些第三密度的星球完成了第三密度的周期，而某些心/身/灵复合体无法继续进入第四密度、而需要重复第三密度的课程。通过各种各样的技术，它们被转移到这颗特定的星球，在稍后的时间，这些技术中的某几项被视为：已造成对自由意志的侵犯。

因此，随着各种各样的、已回收的第三密度星球的人群被添加到这个特定的第三密度星球，就必须守卫自由意志了。因此，需要仔细监督这个星球第三密度的初始阶段，因为起源迥异的诸多灵魂需要受到保护[容我们说]，好被放置在一个特定的情况中，它被设计来允许一种平衡各种扭曲的过程。

因此，有许多双手、许多颗心参与这个努力过程，有些实体愿意承担大部分的责任，祂们不仅被赋予了这种责任，还被赋予你们视为天使领域的位置，以及，我们更正这个器皿，在一种连续性共识中，祂们指导这个过程，把握能量的花费方向。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

V：有的，我很抱歉拉长了这个接触。我有最后一个问题，那就是，你们是否愿意谈谈该理解或信仰，即人类曾经实际上与天使结合起来，我猜想，以一种交配的方式，如果你愿意这样说，以致于曾有一些实例，在其中产生人类与天使结合的一种后代，曾经有人作出这样的陈述：「哦，这个人或那个人来自天使领域」，以及「那个人或这个人在它们内在拥有那种特殊的能量。」你们能够谈谈那情况吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。服务于太一无限造物者的众星球邦联有不少成员在跟这个星球的人群接触的历史中采用过各种外形，其中很多被当作或感知为天使，因为祂们的振动确实相似。我们在(回答)前一个询问当中影射过，有各种其他第三密度的人口寻求重复第三密度，在他们过渡到这个星球之际，有一种(过渡)方式你们会视为有性生殖的能量结合。这点尤其成了这颗星球被放入隔离状态的主要原因之一；为了协助(这些人)学习灵性课程，而改变了(这些人的)基因编码，这在稍后的日子被视为侵犯了那些跟祂们交配的实体的自由意志。

有另一个询问吗，我的姐妹？

V：没有，谢谢你们。真的清楚了许多。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。

此刻有最后一个询问吗？

（磁带结束）

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1124b.htm

英文出处：

http://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1124.aspx

☆ 第 3103 章集：UFO 的灵性意义[重校版]

Copyright © 2008 L/L Research

由 Don Elkins 在杰佛逊社区大学所做的演讲

1981 年 4 月 21 日

请注意，这是一份文字抄本，关于录音带「UFO 在灵性上的重要意义」，这份录音可以在爱/光研究机构订购。你可以在以下连结阅读该录音带的背景资料: http://tinyurl.com/nb5wbh7](编注: 英语 MP3 订购连结: https://tinyurl.com/y464j9m9)

前言

卡拉(Carla)：这次演讲是由唐·艾尔金斯(Donald Tully Elkins)在爱/光研究机构与 Ra 群体开始接触后仅仅四个月时所提供的。读者能够在他的演讲中看到一点点 Ra 对事物的观点。然而，Ra 团体如此清楚阐述的那些观念也在很多其他更早时

候的星际邦联的传讯中被给出了，我们的研究团体自从五十年代中期开始 就一直在收集这些传讯，我们从 1962 年开始在我们自己的团体中创造这些传讯。

唐(Don)详尽地研究了整个 UFO 研究的领域，但不包括大量的阴谋理论，他并不

觉得那些理论对这个领域有很大的影响，他很快确信这个研究领域的最富饶的矿脉是：以灵性或形而上导向的 UFO 信息及其含意。

这次演讲的对象是七个人组成的听众，包括我自己，演讲是在一台便宜的磁带录音机上录制的，当 Don 在庞大的，几乎没人的演讲剧场演讲时，这台录音机被摆在靠近他的地板上。这个录音在某些地方被来自于一个电台的干扰所损坏，这个电台从路易斯安娜近邻与大学相同的商业区的一座高耸的建筑物顶端广播它的信号。阅读这个文字版本相比只听录音的一个优点就是：读者不必从不时无意地伴随着他的言语的音乐中 将 Don 的声音过滤出来!

我时常希望我更经常地录下唐的演讲。他给出大量的演讲，我从未厌烦听他演讲，因为他是一个天生的说书人，他是一个具有巨大的魅力、睿智、能言善道的人。然而，唐当时是相对年轻的，生于 1930 年，在这个时候仅仅只有 51 岁。没有人猜得到 我们会如此快速地失去他的声音。唐仅仅在三年后就去世了。

在这个时候，唐有一点担心他的听众如此之少，在 Ra 的集会中，你可以在第四十八场集会中找到他关于这个议题向 Ra 团体提出的问题，该集会是在 1981 年 4 月 22 日录制的。唐问道：(编注：参阅一法 48.5)我昨天的演讲只有几个人参加，如果这个演讲举办的时候发生飞碟鼓动事件，应该会有更多人会参加。既然猎户[1]实体造成这类鼓动事件，他们确实创造更多传播信息的机会，好比这份信

息，那么，他们制造(UFO)能见度有什么报酬?

Ra 团体回答:
这个假设是不正确的。鼓动事件造成你们人群许多的恐惧；许多种说法、理解都涉及到阴谋、隐藏内幕、肢解、杀戮以及其他负面的印象。甚至那些据推测是正面性报导所取得的大众认识都涉及末日。由于你们希望去分享的理解[如果我们可以用这个误称] [2]，你可以将你自己理解为少数派。

我们感知到我们可以进一步提出一个推论: 被猎户-型态之公众事件所吸引的观众有大部分不经由老资格振动播种。 不需要公众事件刺激就能接收教导/学习的观众有更多的可能朝向启悟。所以，你就忘却数人头吧。

在该事件以后，我们已经出售这次演讲的成百上千份录音了，在我们的网站上呈现的这份文字记录将使它可以实在地为数百万更多人所取得。数人头的工作已经自行完成了!

演讲开始

Don Elkins：我将要做的的事情是首先告知你们关于 UFO 方面，已知的东西。我已经进行这项工作有很长一段时间了。我是在 1948 年对 UFO 感兴趣的。也许你们中有一些人记得 Tom Mantell*，他在驾驶一架 F-51 飞行时被杀害，因为一架 UFO 被目击在 Fort Knox 附近飞行。当他被杀害的时候，我是位于 Bowman 机场[4]的 Elkins Mantell 飞行学校[3]的一名飞行员学员。因此，我从 1948 年开始就对 UFO 极感兴趣。一直到 1955 年之前[5]，我都没有真的在那个领域以及相关的领域投入大量时间进行研究。1955 年 我真的深入其中，从那时起 我一

直都在研究这个主题。

(*编注: 参阅 Wiki 百科 http://tinyurl.com/nuqm8wt)

这个现象自从五十年代早期就已经被报导了。科学界一般会将大多数的报告[关于一些人被带上 UFO] 视为怪人或疯子的报告，因为它们对于报告而言仅仅太过于异常了，以致于它们没有任何地方与现实的科学观点相符[在当时是每个人的观点，以及现在大多数人所持的观点]。

对于那些已经对 UFO 进行深入研究的人，对于现实的科学性观点已经发生相当大的改变。举个例子，海尼克(Heynek)博士在 1948 年被空军雇佣来研究 UFO，他是作为一个完全的怀疑主义者加入的。他认为 UFO 很可能是气象气球，被误解为金星目击事件以及类似那样的事情。当他在 1968 年完成了他与空军的工作的时候，他已经在他的观点上 完全转变了。我知道这一点是因为我和他谈过数次。实际上，上一次我与他谈话时大概在两周以前，地点是芝加哥市。

现在 他已经对物质性宇宙拥有一种完全不同的观点了，这是由于他对 UFO 现象的调查所引起的。绝大多数已经对 UFO 现象进行深入调查的人，也就是说，真的将一些时间投入到发探索统计数据(硬资料)中，在确凿的证据中可以取得什么东西的人，已经改变了他们对于我们生活其中的实相和宇宙的观点。被剧烈地改变了！我的意思不仅仅是一点点的改变，好像你们在电视上或电影里的一些科幻节目会让你相信的那种改变，而是远远比那更为剧烈的改变。

这种改变的原因就是海尼克博士所称的「高度奇异因素」， 在很多情况中，在大多数情况中是这样的。现在，在 UFO 现象背后的真相是什么，我相信有可能在一定限度内去理解，但，不可能很快地理解，因为它不是某种我们习惯的事物。

如果我们要去体验来自外在空间，来自另一个星球的接触，我想我们有可能体验到的 最不寻常的事情会是一种我们可以期待的接触。

你们必须思考一下那个陈述。

如果你们查看科学思想史，你将会发现 在科学方面，没有被意料到的事情已经是常态。如果你们仅仅返回，假设，一百年或两百年以前 并尝试进入在那个时候的人所体验的思考模式，接着 突然前进到我们生活其中的社会，你将发现，绝大部分都是没有被意料到的。实际上，在世纪交替之际，人们曾经尝试关闭专利办公室，因为他们认为所有东西都已经被发明出来了。

回到六或七年前，UFO 研究中心与大气现象研究机构，以及其他类似的机构，已经有了超过 2,000 个有效案例，记载非常详尽的绑架案例，人被带到飞船上并接着被送回的案例。

我将要告诉你们绑架事件。被广为人知的最早的绑架事件是在 1961 年发生的贝蒂·希尔与巴尼·希尔的案件*。那个男人和他的妻子被带上飞船，但是他们并不知道这件事。实际上，所有他们知道的事情是 他们比本来应该回家的时间要晚很多，接着经历了某种奇怪的症状。他们在几个月的时间中都在作一些非常奇怪的梦或噩梦。
(*参阅 wiki 百科: http://tinyurl.com/n77m7jt)

因为他们两个同时都在经历这些问题，他们去找一位精神科医生并述说了他们的故事。医生将两个人分开进行催眠，并没有让他们中的任一人知道这些催眠时期

所发生的事。他同时从贝蒂和巴尼得到了相同的故事。那个故事就是他们都被带上飞船检查过了。他们经历了你们可以称之为一次体检。

关于这个故事 我总喜欢讲述一件有趣的事：贝蒂和巴尼被带到飞船里的不同的房间中，而当它们正在检查贝蒂的时候，来自于另一个房间中的一些实体变得非常激动并且跟检查贝蒂的实体开始一场对话。接下来，那些检查贝蒂的实体伸出手来、开始拔她的牙齿。

她说：「你们在做什么？」

它们说：「哎呀，他的(牙齿)就出来了!」

她说：「嗯，他有假牙。」

它们说：「为什么？」

顺便说一下，这种沟通交流是心灵感应的。大多数的[UFO]沟通都是心灵感应的。

于是贝蒂说：「好吧，当你变老的时候，有时候你的牙齿会变坏，就必须用假牙了。」

它们说：「嗯，你们吃什么？」

她尝试去解释我们吃什么东西。它们无法相信我们的牙齿能够烂掉。那只是故事

的一小部分。

1975 年的夏天，在接近新墨西哥州的阿拉莫戈多沙漠的地区，美国空军的职员穆迪士官正在观察一些星星，实际上是一场流星雨，这些星星中的一颗降落到他的面前。它是一艘碟形飞船。他正在汽车中，真的被定住了。他无法移动；努力移动但是无法移动。

一个小小的实体从飞船出来了，走向他并通过打开的窗户触碰他的肩膀，在那个时候、穆迪能够移动了。他被吓坏了。他和那个实体以心电感应的方式沟通交流。这个实体将他带上飞船、并告诉了他相当多的一些事情。它们向他展示了引擎。穆迪接着返回他的汽车中并驾驶回家了。他非常不情愿告诉任何人。然而，他必须为他的皮肤上的问题和眼睛的一些问题去看医生。这在与 UFO 进行密切接触的人身上是很常见的。

他与大气现象研究机构的头头联系，因为他靠近土桑市，发现他们就在那里。他私下告诉那个机构的头头 在他身上发生的事情。来自拉乐美(Laramie)的 Sprinkle 博士，我们将会在下个月去拜访这个人，从拉乐美过来并进行了一次催眠回溯。在催眠状态下，目击者被带回遭遇的时间，于是能够取得更完整的记忆，穆迪在催眠状态下讲述了他的故事。

因为穆迪是一个职业的空军士官，他肯定不想让空军的任何人知道他的这次接触，因为他肯定会遇到一些难题，至少肯定被嘲笑。因此这个事件作为一个秘密被保留下来了。

这些都是非常好的案例。他们不是那些寻求出名的人，因为他们不想要任何的宣

传。

通过一些绑架事件的故事，我正在尝试去说明的要点是，自从大概 1960 年代早期以来，这类的绑架一直在增加，今天我们拥有了难以置信地、巨大数量的绑架事件。因为我们已知的绑架事件的数量是难以置信地巨大，我们相当确信全部的

绑架事件中 只有少于 10%的事件是已知的。我知道很多案例，我相当确信它们是绑架事件，我们仅仅没有时间或设备过去调查。

我们得到很多很多报告，关于人群看到一架 UFO 并且与该 UFO 有非常接近的接触。一个调查者会问的首先问题是：你是在你认为应该到家的时候、到家的吗？非常频繁地，答案为：不是的，我晚了两个小时，或者晚了二十分钟，我无法解释它。如果一个人莫名其妙地失去了时间，下一步就是去对他们进行催眠回溯，将他们带回那场遭遇中，接下来尝试去通过催眠弄明白发生了什么事情。

通常，催眠的结果是那个人已经被带上 UFO，并在船上有过一次经历。他们已被给予某种类型的记忆阻碍，因此它们无法有意识地记得发生了什么事。

这其中有个原因。大多数的机构在今天处于这样一个位置上，它们确切无疑地知晓真实的绑架事件正在发生，并且你能够通过使用催眠回溯来取得吻合的信息，在每一个已发生的、个体记得被带上飞船的情况中，要嘛那个人可以完全回忆起发生在它身上的每件事：好比 1973 年在 Pascagoula 的查理(Charlie Hickson)；要嘛那个人会记得一部分，好比 1975 年在凤凰城(Phoenix)附近的崔维斯(Travis Walton)，或者 1975 年在 Alamogordo 附近的穆迪中士。

然而，一个非常非常大百分比的绑架事件是那种类型：在其中 被带上飞船的个体仅仅记得近距离接触 而不记得在飞船上的部分。我们仅仅能够在催眠状态下得到那部分的内容。

这些机构在今天所处的位置，它是有必要采取某种现代科学的立场。现代科学认为：做一定的事情来进行调查研究。它们正在做这些事情，非常仔细地，因为他们是科学家，这是一件确实有根据要去做的事情。通过行使一种有价值的功能，它们正在告诉我们，UFO 是存在的，它们正在绑架人，有一些高度异常的因素涉及其中。它们毫无疑问地告诉我们这一点。

大多数的机构在那一点停下来了。他们正在探究那个现象，但是在特定的点停下来了，单纯地因为它们并没有进一步探索的工具。我相信那些工具不同的我们用来研究自然环境的技术。换句话说，为了要在这种调查研究中更进一步，需要发展一些新的技术。
那就是我们在这里，在肯德基州的路易维耳市，前往所有地方一直在做的事了。

让我们现在返回到 UFO 学的，容我们说，「怪人王国」(kook-dom)的历史。在五十年代早期，最早的 UFO 接触报告甚至比我们现在得到的报告还要更加奇怪。它们是面对面对遭遇的报告，心电感应的交流报告，以及其他类型的来自 UFO 的交流报告。

一个涉入的人是乔治·杭特·威廉森博士、人类学家，他在五十年代写了相当多的书籍，这些书籍绝大多数在英国首先出版，关于与 UFO 的传讯者的沟通交流。它们只是太过古怪了，以致于任何在科学界的人甚至无法阅读，更别提对它感兴趣了。我读了它。有些其他人也读过了。它们是相当不同寻常的，但它们在关于

你如何才能尝试建立一种对这个现象进行调查研究的方法的方面、给出一些特定的线索。

还有一些其他的人也做了一些非常不同寻常的类型的调查研究。在圣地亚哥的纯理性(Noetics)科学研究机构使用了一种出神的灵媒(medium)来跟一个实体、一个离世的实体进行沟通交流，据说那个实体知道一些关于 UFO 的事情。

乔治·凡·塔索*在他所生活的莫哈韦沙漠中、被 UFO 拜访。一个晚上、他正在外面睡觉，因为天气很暖和，一架 UFO 在他小小的机场上着陆了，一个实体走出来并与他谈话。他被带上去，在那之后，过了几年，他通过心电感应、获得沟通交流。他将所有这些交流得到的事情写了下来。UFO 离开了，但是他继续在每一天都获得这些交流，将它们都写下来了。我读了他的交流的全部内容。
(*编注: 一的法则 14.12 也有提到这个人)

莫哈韦(Mojave)沙漠

类似这样的事情在全世界范围内都在被报告出来。慢慢地，科学家们所称的狂热教派(cults)开始在世界各地涌现出来。这些教派由得到那些科学界所称的类-宗教信息的人们所组成，他们就是用这名词来称呼与 UFO 实体进行心电感应的接触。我读了所有我能弄到手的这种信息，一种对这个现象进行调查研究的方式开始向

我、也向其他的研究者们展现出其自身。这些其他研究者中的一员就是普哈里契(Andrija Puharich)博士。

现在，普哈里契博士在 1947 年开始了他对超自然现象的调查研究。他是第一个将彼得(Peter Hurkos)*带到美国的人。万一你们不知道他是谁的话，彼得是荷兰的灵媒，他与荷兰警方一同工作有数年时间了。他能够对事物进行心灵调查。举个例子，他们给了一件被留在一个犯罪现场的线索。他能够将它抓在手里，闭上眼睛并看到完整的犯罪行为，或者得到关于犯罪行为的一定信息。他为警方破解了很多犯罪行为并在欧洲广为人知。

(*Wiki 百科连结: http://en.wikipedia.org/wiki/Peter_Hurkos)

接下来，普哈里契博士将他带到美国。他们仔细地对他进行了测试。普哈里契博士对于这种类型的研究 以及从 1947 年开始直到现在的其他类型研究都非常积极。普哈里契博士是个相当聪明的人，他在医疗电子学方面拥有五十六项专利，取得财务上的自由，。他是一个医生。通过他的专利，主要是允许完全失聪的人听到声音的装置。他名列美国东部的名人录(Who's Who)上头。他在 1971 年退休。在那个时候、他因为各项发明而成为百万富翁。他决定将全部时间都投入对超自然现象[即我一直谈论的那种类型的现象]的调查研究中。

在那个时候，尤里·盖勒(Uri Geller)正在成为知名人物。盖勒是一个以色列人，他是第一个用心智弯曲金属的人。盖勒仅仅通过看着金属并要求它弯曲来弯曲金属。

(唐拿起一把弯曲的汤匙)

就好像这根汤匙一样。他将它弄弯了。这曾经是一个笔直的汤匙。盖勒看着它说:

「弯曲」，它就变弯了，或者类似这样子摩擦它、非常轻地摩擦，它就变弯了。

大概在一年以前，我正在驾驶一架小型飞机，陀螺水平仪发生故障、完全失灵了。那就好像在车上、一个轮胎瘪了一样。它是无法自我修复的。你必须替换它或修理它。[6] 好的，水平仪失灵了一个半小时，我在云层中，完全乌云密布。我真的需要它来让飞机返回，因为你在一架飞机中、真的需要一个人造的水平仪来飞越重重云层。

卡拉：[在听众当中评论] 当然，唐(Donald)并不吃惊，但我在那个时候确实吓坏了。

提问者：你们在同一架飞机上吗？

卡拉：是的，我是这个事件的一个见证者。

唐：无论如何，恰恰就在我真正需要水平仪的时候，它恢复正常并完美地工作了。
它从那时起就完美地工作了。我觉得这是令人难以置信的，但是我接受它。

五天后，我与尤里·盖勒在一起。我正在与他谈论别件事。我几乎已经忘记这件事，但当我结束我们的谈话时 我想起了它，我说：「嗯，在另一天有某个有趣的事发生在我身上，它让我想起了你。」 我告诉了他。

他接着说：「你不会相信它的！」他跳起来说「寻找一个马尼拉纸的文书夹!」

好吧，我的手正放在一迭纸上，一个马尼拉纸的夹子就在底下，因此，我将它抽

出来。他说「打开它，看看它!」

我打开它，在一页纸上潦草地写着这样的文字:「水平仪失灵!!」带有两个感叹号，在它下面是「飞机？」加上问号。

我说:「这是什么？」 他说「这是什么时候发生的？」
我说「嗯，它发生在周日。」他说「周日下午？」
我说「是的。」

现在，我在那次事故时、已经在印第安纳州的埃文斯维尔市上方。他说:「好吧，我在纽约、我的公寓里面— 大概 700 英里的距离— 带着我的耳机听立体声音乐，突然有个声音盖过音乐，它说：水平仪失灵了，非常大声。我觉得能量通过我，就好像我想要修理某个东西一样。我不知道这意味着什么。因此，在一个马尼拉纸的文件夹上写下了它。」

我说:「好的，看起来好像你修好了我的水平仪。」他说:「是的，我想是我修好的。」

在那个时候，一个瓶子从桌子上飞起来并飞过了那个房间，飞过了一个大概十英尺的距离，相当重地撞在窗户上。我想瓶子会打破或是窗户，但是 并没有。他说「耶，我修好了你的水平仪，太好了。它们就是这么告诉我的。」

我知道盖勒是正港的原因是：有成千上万的孩子能够做相同的事情。因此，如果盖勒不是正港的，谁会在意呢？我能够为你找到一些能够做到它的六、七岁孩子。他们不是受过训练的魔术师。

约翰·泰勒是伦敦国王学院数学系的头头，他已经对相当多的这些孩子进行过测试。他将金属棒密封在一个玻璃管中。以玻璃罩子密封它们，因此你不可能进入那里。你必须打破玻璃管才能接触到金属。他接着将玻璃管放在一张桌子上。当孩子接近时，孩子无法接触它。孩子被告知去弯曲或弄断该金属。孩子将注意力集中在它上面。它就弯曲或断裂了。
他在实验室里、陪伴许多孩子重复了这个实验数千次。

普哈里契博士在 1971 年前往以色列、对盖勒进行研究。在他发现盖勒能够用心智来弯曲金属之后，最先发生的一件事情是，他也能够做其他的事，我现在先不讲，他被一架 UFO 接触。他得到许多、许多来自 UFO 的讯息。他知道他正在从一架 UFO 得到讯息 因为它们会说:「我们将会在一个特定的时间、在一个特定的地方。抬头看、你就会看到我们。」 他一次又一次地看到它们。事实上，有一次它们降落 并将盖勒带上了飞船。

他得到信息的方式是非常奇怪的。他已经学会，当某种东西在屋子里完全靠它自己漂浮起来的时候，他就必须去把一盘磁带放到磁带录音机里面。某个东西会从桌子上飘起来，飘到房间中央，一个烟灰缸或某种类似的东西。这会是一个信号去将他的录音机装上磁带。

这是一个真实的故事。我知道它听起来是怪异的，但它绝对是真实的。

普哈里契是我的好朋友，我已经与他一起度过了很多时光。我自己看过这些事情发生了。我见过这些东西飞过房间并撞在墙上，完全靠它们自己。

他将录音机装好磁带，将它放下，坐下来等着。按钮会按下来就好像被正在被无形的手指按下一样，那个东西就会开始录音、接着它会停下来。他将磁带倒带，重播它，就会有来自 UFO 的信息了。

现在将要发生的事情是，我正在尝试去向你们展示在不同的研究者之间的结果的一种相互关系。研究一个诸如这案例的一个现象，去和先前的知识联系起来，这是非常困难的。

在 1960 年代早期，我们在这里，在路易斯维尔市，开始了一次实验，这个实验的目标是训练人群进入适当的心智配置，这样，当一定的催化剂被加入时，你可以说，他们就能够接收来自 UFO 的操作员的心电感应信息了。

现在，我们用来设计这次实验的数据是你们称之为来自于诸如威廉森博士之类的 1950 年代的怪人的数据，在科学界的每个人现在都因为他的报告[也因为其他一些

报告了心电感应接触的人]而认为他完全失去理智了。

我们做的事情是，使用我所称的「易受骗的因素」，我们开始了一次实验。我假设，为了要成功，它将需要成为易受骗的，因为实验似乎如此天真，以致于没有一个强烈地以正统的科学途径为导向的人会进行这样一种，容我们说，易受骗的尝试，这个尝试就是去创造一个通灵的沟通交流。

在那个时候，这种易受骗性是必不可少的，因为我们必须要做的事情是在不尝试去分析数据或将它塞到任何预设观念的情况下产生数据。我们必须根除所有对于

事物应该是什么的预设观念。

现在，这个根除预设观念的主意来自于这样一种观察，如果我们返回我们星球的历史中的任何时期 并尝试去在那时和现在之间的缺口上 架起一座桥梁的话将会发生的事情。让我们假设，你将某个来自五百年前的人带入目前这个环境中间，并尝试去向他们解释你的生命哲学。他们不会理解它的。

现在，在 UFO 现象中有这样一种高度异常因素，我们必须假设任何来自于那个现象的沟通交流都比我刚刚谈到的五百年时期更为错位。因此，我们所做的事情是，无论我们从中所得到的信息可能听起来怎样的荒谬，我们都会前进并执行它。我们前进并累积尽可能足够多的信息。我们已经累积到一座山的信息了。

所以我们继续实验，直到今天还在继续。实际上，上一次实验在周日完成了。[7]

在世界各地的其他团体正在进行相同的事情。这不是个孤立的实验。我能够告诉你们 在大多数主要的城市中 正在做相同的事情的团体。他们正在得到高度异常的信息。这些信息对于一般而言的科学界不是非常可口的，这单纯地因为 它并不是用可接受的术语进行沟通。很多信息与你可能会称之为宗教导向的事情联系在一起。

在回顾了所有这些我已经知晓的材料之后，似乎有很多的混淆。在我们当前的哲学中，在关于你们可能称之为自然哲学的事物的方面，有很多混淆。我们已经将我们的自然的哲学分割为两个基本的部分。一个部分我们称之为科学性的部分，另一个部分我们称之为宗教信仰的部分。从宣称来自外星的沟通交流中所产生出来的内容是一种统合的理解，它将我们对宗教信仰的理解和我们对科学的理解混

合、成为关于每个事物是如何工作的一般性理解，它并没有将两者分开。

这就是如此多科学家拒绝宣称来自 UFO 接触信息的原因了。很多人立刻拒绝任何听起来是宗教的东西，尤其是如果那个东西跟他们的宗教信仰并不吻合的话。

直到最近，在地球人的理解范围之中的这幅综合性图画中 还有一些失落的拼图碎片。最近，我们在通讯交流的方面、已经取得我们可以称为一种突破。[8]我们现在能够用一种比起我们过去用过的、远远更好的方法来沟通了。我们已经建立了一种沟通的方法，它和我们在这个房间里面正在进行的沟通一样准确。

它局限于一种问题/答案类型的格式。基本上，我们正在说的东西是，现在我有可能向 UFO 的操作者发问，并得到一个精准的英语答案。

我得到的答案是与我们三十年来的研究相吻合的答案，这些研究已经为我构建了一幅 UFO 现象与哲学的图像了。它们不仅仅是相吻合的答案，这些答案把那些我已拥有的材料中仍旧混乱的部分变得不混乱了。

现在，我将要做的、是报告该调查研究的结果。我无法证明我要称之为外星哲学的事物，即使你们并不相信它，也许它对你们而言将是有趣的。你们肯定不必须要相信它，因为关于它 我们唯一必须要说的事情就是，我们的调查结果向我们表明，有一种极高的可能性，这是一个有效的接触，这是有效的信息。有一个我们无法证明它的原因，它会在那个哲学中表现出来。

UFO 现象是一个直接与演化联系在一起的现象。它对演化产生作用。它在演化中扮演了一个关键的部分。它从史前(时代)开始 就已经扮演一个关键部分了。在过

去的七万五千年的时间中 它已经用一种非常核心性的方式 确切无疑地与这颗行星联系在一起了。

一个行星[你可以说、好比这个行星]的表面是一个提供类似我们这样的个体演化的场所。那是我们在这里体验的唯一真实目的。根据 UFO 接触，这就是演化运行的方式。我们将返回万物的开始。我们将尝试去将这一点与我们今日所知晓的宗教信仰联系在一起。这是个很难很难谈论的事情，因为我们并不拥有谈论它的语言。我们无法在字典中找到词语来描述我正在尝试去描述的事物，因此，我们就使用现有的词语吧。
(唐开始在黑板上画图来说明他的要点)

在整个造物、整个宇宙存在任何事物之前，无限存在，让我们这么说。

无限就是无限。我现在正在做的事情就是报告。我不是在做理论上的探讨。我正在对我从通讯中得到的事物进行报告，OK?
这种类型的通讯是回答我的问题。我的问题是「什么东西最先出现？」

答案是「无限。」

我下一个问题是「第二个是什么。」回答「无限成为察觉的。」

OK，接着发生了什么呢？是的，有察觉的无限，你们可以称之为智能无限，它可以被定义为造物者，或者 如果你们想要的话，可以定义为神。

你们对于宇宙有多大有任何的观念吗？如果你们听过卡尔·萨根的演讲的话，你们

会知道它是如此之大、以致于让他舌头打结。在我们的银河系中有两千五百亿颗恒星，类似我们的太阳的恒星。想想看！它们全部都可以在其周围拥有行星系统。这个银河系是一个看起来像是一个凸透镜的透镜形状或镜片形状，在这个银河系中有两千五百亿颗恒星。现在，那仅仅是一个银河系。

如果我们使用现有最好的望远镜并查看夜空，在一个 6 度的区域中，360 度中的 6 度，在夜空中用那个 6 度的弧形画一个圆圈，用那个望远镜 我们可以看到一百万个银河系。仅仅是用那个望远镜看到的而已。我们并不知道在那个望远镜的范围之外是什么。

那一百万个银河系当中的每一个，无论比这个银河系更大或更小，每一个都拥有平均两千五百亿颗、类似我们太阳的恒星，每一个恒星都在其周围带有一个行星系统。

因此，在外面有很大的空间。认为在全部的太空中 只在这颗小小的行星上有小小人在上面绕着它奔跑，这是有点古怪的事。我们认为自己已经拥有答案，这也是相当傲慢的。我们在过去五十年，或者大概最多一百年的时间中 刚刚开始变得聪明一点了。他们在五百年前在火刑柱上烧死了乔尔丹诺·布鲁诺，因为他说地球是围绕着太阳旋转的。如果我是在五百年以前，我是不会存活的！

但总之，OK。智能无限。造物者。

因此，我问：「接下来发生什么？」 回答是：「造物者决定知晓祂自己，在那知晓中，决定去使用自由意志的原则。」

一的法则

现在，在这次交流中有一个我将要使用的重要词语，因为它是被我们的接触(源头)使用的词语，这个词语就是「变貌」(distortion)。它们称呼这自由意志是一的法则的第一变貌。

在造物者决定去知晓祂自己之前，祂是一个完全地、无限均匀的合一(unity)。唯一存在的法则就是一的法则，因为只有太一、造物者，无限地。现在，任何源自那智能无限的东西都是一个源自那个原初智能无限的变貌。因此，从智能无限发生的首先变貌就是造物者用来知晓祂自己的变貌。这就是自由意志的变貌。

这是最重要的概念，在整个 UFO 学的主题上，我们都不得不与之打交道，因为它解释了在 UFO 学中的每一件其他的事。在我们理解了第一变貌是首要的之后，每一个事物都非常简单地掉落了。实际上，这就是为什么我们正在这个房间里。这就是为什么每一件事物用它工作的方式来工作：第一变貌，即自由意志。

现在，当我说智能的(Intelligent)时候，我的意思并不是带着一个小写的字母「i」或一个大写的字母「I」的智能。我说的智能、开头是一个如此之高、以致于你无法看见其顶部的字母「I」。那就是智能无限。

为了知晓祂自己，造物者，通过使用自由意志，细分为很多部分。祂形成各种各样的理则。那些理则形成子理则。那些子理则形成了子子理则。

现在，如果你们想要选出今天在我们周围最为明显的子理则，你们走出去戴上你们的墨镜、抬头看太阳！那就是在宇宙造物的这个部分 最为明显的子理则。

这些子理则贯穿整个造物向下(阶层式)形成。这就是它发生的方式了。在自由意志的第一变貌之后出现什么呢？第二变貌是什么呢？好的，我们的接触说，我们没有一个适合它的词语。他说：「我们将为第二变貌在你们的语言中 挑选最接近的词语，在词典中 那个最接近的词语定义为爱，爱就是第二变貌。」

那爱是一种强烈的振动。它不是属于某种东西的一种振动。他是属于一种纯粹能量的一种振动。你们知道，爱因斯坦说，E 等于 MC2。在能量和物质之间有一种关系。换句话说，你可以将物质转化为能量。因此，要拥有能量，你并不需要某个事物。你可以拥有纯粹的能量。

智能无限创造的爱使用自由意志，那么，那爱就是能量，纯粹的能量。因为这强烈的振动，那纯粹的能量接下来就凝结成为第三变貌。

第三变貌是光。我们在可见的光谱中看到一部分的光。相比我们所能够看见的光，有更多的光存在。我们仅仅碰巧看到在可见的光谱中的一个小小的狭窄频段。

现在，发生的事情是，使用自由意志的原则，每个子理则在其自身都是极度明智的，因为它正是智能无限的一个细分部分。智能无限制订了一个用于知晓祂自己的计划并创造出子理则，各个子理则制定出用于知晓自己的计划，造物的第一密度就形成了。

根据我们的接触，第一密度是一个水、土、火、风(air)的密度。它是一个非常简单的密度，它是一个行星的原料。

现在，演化的计划是，在许多个百万年的沉淀、冷却、以及那类的事物之后，行星将经历一次密度的转换，从第一密度转变为第二密度。当这种转换发生时，在所有的原子中心会有一种改变。

我必须后退一点并告诉你们原子是如何形成的。当这种振动，爱，创造了光的时候，爱创造光的方式是这样的，发生的强烈振动被首先识别为一个光子。在那个振动发生并被识别为一个光子之后，光子的振动线路可以围绕着三个相互垂直的轴旋转 以形成你可以称为球体。

它就是一种振动的旋转。这种旋转接下来在量子阶中被降级，这样电子实际上就是起初振动的旋转了。一个我知道的物理学家说，这是新的统一场理论的基础。

通过数学上的操作，你能够非常简单地从这个理论总结出整个周期表，原子间的距离以及晶体结构，并构建一个完整的微观宇宙与巨观宇宙。它已经完成了。它正在缓慢地被现代物理学家和今天在世界各地的其他科学类型(的学者)所接受。它就是杜威·拉森(Dewey Larson)的物理学。

有一个新的统一场理论正在缓慢地被科学界接受。他们非常缓慢地接受它，因为他们并不喜欢一个理论替代一整个充满(科学)书本的图书馆。在拉森的交互补偿的物理学系统[9]中，你是能够用数学的方式且通过精确的具体细节来构建一个完整的物理宇宙，从微观宇宙到宏观宇宙，根据一个简单的假设。换句话说，籍由这个单一的理论，你能够精确地计算出所有的次原子，原子间以及晶体的距离。所有的物理学常数都可以被精确地计算。所有行星的轨道半径，在太阳周围的水星的相对红位移，每个事物都能够从这个单一的假设被计算出来。

这个假设是相对简单的。它假设，对于每一个空间的维度，都需要有一个时间的维度。空间和时间是交互补偿的关系。换句话说，空间更多，时间就更少。

尝试去将其考虑为三维的时间，这绝不是合乎常理的事情，但是如果你用数学的方式接纳它，你就能够计算你想要的任何事情了。如果你想要计算一个电子的质量，你坐下来并进行一些简单的计算，在论文的结尾处，你得到了 v=s/t 或 v=t/s[10]，那就是电子的质量了。它是可以测量的。在那以前，我们能够得到它的唯一方式是去使用其他更为复杂的数学公式。

除了以实验为根据和以经验为根据而决定是否就是如此之外，这个新的理论用理论性的方式根据一个假设让我们得到了一个电子的质量，那个假设即有多少个空间维度，就有多少相同数量的时间维度，在创造物质的时候发生的事情就是有一种时间和空间的不匹配。它假设时间和空间以均一的方式共同移动，当有一种时间和空间的不匹配时，物质就存在了。

这种不匹配首先作为一种振动出现了，首先的振动时被标记为一个光子。好的，这就是形而上学者一直说了很多年的事情了。这就是我们已经用心电感应的方式从 UFO 接收到的东西，即意识促成了光。

这个物理学理论认为，空间/时间的连续体，当以一种振动性的方式不匹配时、就凝结为一个光子。物理科学的语言与形而上学的语言是相同的语言。它们正在说相同的事情。因为一旦我们已经得到一种物理学的理论，该理论与形而上学的理论所说的事情是相同的。不仅仅它说的是相同的事情，它同样完美地运转了。它如此有效地运转 以致于如果我们一百年前拥有就拥有它，我们很可能现在的科

学水平来到西元一万年，因为你能够直接进入下一个水平而不用许多东拼西补的东西。

澳大利亚人-科学杂志，类似科学-美国人，已经陈述：「拉森不仅仅完成了不可能完成的事情，还非常好地完成它。」它是个管用的统一场理论。对于它，让我印象深刻的事情是，它与我们从(ET)接触得到的通讯是完全一致的。有任何人听过拉森吗？非常少人听说，因为它仅仅正在被缓慢地传播。透过该资料与我们的接触信息相当类似，我因而开始感兴趣。

总之，在每一个原子粒子的核心之处都有个基本的频率或振动，它被识别为光子。当一个行星凝结的时候，发生的事情是，它在第一密度中凝结，它所有的原子的核心振动都属于第一密度的频率。那些第一密度的频率对应红色。

现在，当一个行星经历从第一密度到第二密度的转换时，所有原子的所有核心振动都在频率上被升高到橙色。我不是真的在谈论你们看到的橙色。它是所谓的真实颜色-橙色，位于我们现在所知晓的可见光谱之外。某些人会在他们看见 UFO 时看到真实颜色-红色。他们报告了一种之前从未见过的色彩。它们说那是红色，但不是红的。它比先前的红色要远远更红。他们没有描述的词语。所以，那是真实颜色-红和真实颜色-橙，或者接近它。

总之，当你进入到第二密度的时候，生命出现了，单核的生命形态。它出现的原因是，所有的核心原子的频率都被升高到真实颜色-橙色了。当你们走出第二密度，进入第三密度，它再次发生；你们就是如此这般上升到真实颜色-黄色。我们发现在光谱[11]中有多少颜色，就会在宇宙中发现多少密度，那就是宇宙形成的方式。

第一变貌使用自由意志通过爱创造光。我们全都熟悉白光通过一个棱镜展开 形成所有色彩。光、白光的全部组成部分、制造了如我们所知晓的造物。在造物中所有原子的核心频率(分别)是彩色光谱中的一个频率。贯穿整个宇宙的密度基本上对应光谱中的七个密度。

这(地球)是一个第三密度的行星，或者说这个行星已经处于第三密度有 75,000 年之久。我们已经在那个密度中；它处于黄色的范围中。在过去 30 期间，UFO 大量涌入的原因就是 45 年前我们开始向着第四密度，绿色的范围移动。在我们的原子核心的所有振动都正在加速，因此，再过一些年，也许是三十年，也许更多年，也许一百年，没有人准确地知晓；这个行星将成为一个第四密度的行星。这就是对在这里的这个现象之解释；这就是为什么孩子们能够(隔空)弯曲金属的原因。

这种金属弯曲正好在此刻发生的原因是，如同原子中的振动增加一样，在对物质环境的直接影响方面，心智将扮演一个远远更大的角色。在第二密度，最高的生命形体是在缺失的一环之前的那种类型的人类*。他拥有颅部的前额叶部分的发展，它拥有更少的身体毛发。身体毛发的减少和脑部的重构发生在从第二密度到第三密度的转变期间。那个转变进行了 1,350 年，从第三密度到第四密度的转变将花费较少的时间。
(*编注: 猿人可能是更恰当的用语)

发生的事情是，当人从第二密度转变到第三密度的的时候，他呈现出我们现在拥有的外形。他失去了身体的毛发，变得能够直立行走了。我正在来到某种对于演化的进程非常非常核心，非常非常重要的事情。它是对我们所有人都至关重要的

事，因为它是演化以及我们如何能够用个人的方式涉入我们自己的演化的关键。

这整个计划都是由理则，在亘古、亘古以前制定的。行星群[类似我们的地球]在数不清的百万年的实践中一直都在发展。七万五千年前以前，有位于第七密度的人种— 你可以说，第六密度或第五密度— 远远超过我们。可以说，在我们甚至尚未开始演化之前，它们的演化就已经远远超越了我们。因此，这个演化的进程是永远在进行中的。就是由于那个原因，在宇宙中有一些相当聪敏的人。就是因为那个原因，我们已经体验到 在我们在过去七万五千年期间已经体验的事物了。

我们在过去 75,000 年当中已经体验的东西是隔离，与在外面的其他人种的隔离，这主要是因为我们已经在过去的 75,000 年当中一直处于隔离状态。我们一直都处于隔离状态是因为一件事，仅仅因为一件事：第一变貌。一的法则之第一变貌是自由意志的法则。那些已经发展超越第三密度[我们正处于的状态]的人必须通过使用它们对第一变貌的理解来行动

那是有个原因的。它是一个自然的法则。它不是人造的律法。它不是写在任何书本中，不在任何图书馆中，它就是一个自然法则，就好像扔掉一根汤匙，它会掉下去一样。
[金属汤匙敲击地面的清脆声]

事情的关键之处就是，第一变貌，自由意志的变貌，一个从第二密度首次进入第三密度的个体会变得自我察觉。接下来，他必须为自己的演化进程选择他要如何发展他自己的思想。在这个密度中的某个位置，有一种在思想上的划分。

在我谈论该划分之前，我将要谈谈我所知晓的化学世界的造物 以及它是如何运作的，因为它对于理解这种划分是必不可少的。

在电学中有一个基本法则叫做库仑定律。该定律表明，在两个带电的物体之间有电荷力，电荷力与物体的电量乘积成正比，与两个物体之间分开的距离的平方成

反比。也就是说，为了要在电荷中产生一种力，你必须有两个带电的粒子。

现在，为了要充电一个电池，你必须拥有负极和正极。如果你拥有的所有电极都是一种属性的话，你是无法让充电发生。它不会工作。你必须拥有带电的粒子以产生一个宇宙，产生一个恒星，以便于做任何事情。
除非你拥有一个带电粒子，什么事情都不会发生。那就是主宰物理实相的基本。

建构意识同样也有一个类似的基本。第一变貌声明造物者意愿知晓祂自己，第一变貌也陈述，造物者愿以尽可能多的方式，以祂的任何细分部分想要的方式来知晓祂自己。发生的事情是，在物理世界中，我们拥有极性和电荷的细分，正号(+)和负号(-)的细分。 [以粉笔用力写黑板的声音]
在形而上的世界中，或者意识的部分中，我们拥有一个意识上的划分，正面和负面。

现在，在我们的宗教中，我们将这种动力关系称为善与恶。让我们使用正号来代表善，用负号代表恶。[以粉笔用力写黑板的声音]
那种称呼真的是不恰当；那是某种幼儿园看待事情的方式。这里是发生的事情：在造物者细分(自己)之前，在祂仍旧是在智能无限中均匀的，完全的一之际，仅仅只有一个服务的概念。那概念就是服务自我，因为除了自我以外没有任何东

西。全都是一个东西。只有自我，对吧？

在造物者分成无限多数量的部分之后，服务他人的概念出现了。仅仅是在分割发之后，有了一个部分服务其他部分的概念的可能性了。

我们的接触(源头)这样定义意识中的极性：在意识中有两种可能的极性。那些极性是服务他人和服务自我，我们称前者正面极性，后者为负面极性。两种极性同时被放置在这个方程式中 如同静电中的极性 以便于得到力或功。要得到原力或电力，必须要在意识中获得极化。为了让造物者知晓祂自己并通过自由意志的过程拥有经验，意识中的极化发生了。

现在，在理则的原初计划中，如果发生足够强力的意识中的极性，就有可能返回起初思维[12]来完成一个完整的周期。(宇宙)造物用一种周期的方式运转。你从一个原初的造物者的完全服务自我的概念开始出发，因为没有任何其他东西。在祂细分(自己)并经历了完整的周期之后，如果你在思想中变得足够的纯净 以致于如同起初思维那样思考，就有可能返回，与智能无限的起初思维交融为一。

整个(宇宙)造物都是被设计为通过一个巨大的周期来运转，这样你从智能无限开始经历所有的经验之密度：也就是红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫(各个密度)，返回

和原初的理则交融为一。在第三密度中的某个位置，你通常会，不是有意识地，而是潜意识地，抵达该时点— 在两条途径中选择一条，并仅仅沿着其中一条途径进入第四密度：服务自我或服务他人。

现在，如果你今晚看电视，你将会发现那两条被描述的道路。在历史中的任何的位置 你都能够发现朝向服务自我极化的人和正朝向服务他人极化的人。我给你们几个例子：耶稣·基督和成吉思汗。你甚至不必去问、谁正在跟随哪一条道路。

重要的事情是，我们现在所处的位置是第三密度的尽头。在第三密度的终点，必需有足够的极化以进入第四密度，不管是朝向服务自我或服务他人。那就是在各个宗教中 收割之概念所源起的位置了。

世界上的各个宗教中有很多很多信息与事物是如何运转有关。所有的信息都是扭曲的(distorted)。在第三密度中不可能得到纯粹的信息，因为在第三密度中没有可用的不带扭曲的语言。我正在告诉你们的每一件事都是多少有些扭曲的，因为我无法使用我们拥有的可用语言来得到这个信息并将它交给你们。[13]

在这星球上、所有曾经通过言语沟通交流的信息都是扭曲的。所有宗教信仰的信息都是扭曲的。唯一你将得到纯净信息的方式就是藉由沿着完整的周期返回并与创造性意识重新合而为一，那么你将是无扭曲的。因此，这就是为什么扭曲(distortion)这个词语是非常重要的。我们的接触(源头)持续不断地使用扭曲(变貌)这个词语，你已经被给予的所有信息在某种或另一种程度上都是扭曲的。大多数信息是相当扭曲的。

但是，在这个星球上 可取得的所有宗教信息都来自于外星。它不是放在盘子里被递过来，在上面写着十诫。它主要是通过心电感应的途径给予。人们要嘛宣讲它、实践它，要嘛将它写下来。这个星球已经通过所谓的宗教信息被重度地播种很长一段时间了，所有信息都是扭曲的。

某些宗教的信息谈到收割。收割(时期)几乎就在这里了。那就是为什么 UFO 的大量涌入正在发生。从现在开始、不用太多年的时间，这个行星将会完全转换进入第四密度。在那个时点，每一个人都将在演化中开启一个全新体验的阶段。

现在 UFO 做广告、(UFO)接触的奇异状态 以及为什么大多数人并不知道这一点的原因是，它们非常非常小心谨慎地遵循一的法则的第一变貌，第一变貌说：如果你被给予信息，就必须用这样一种无法被证明的方式、给予信息，你听到它就类似你现在正听到(我讲话)的情况。在这个星球上的人群的唯一可能性就是去使用遍及过去许多个千年时间中 已经被播种的这类信息中的任何信息。接下来，

他们就能够自己下定决心，关于要在意识中的哪一条路上极化。一切的重点就是这个。

所有的宗教信仰，所有的哲学，都跟任何事无关，仅仅与向着哪一条道路极化有关，正号或负号。你们已经被给予 75,000 年的时间来下定决心— 不管是要成为[以我们的说法] 好人或坏人[轻笑声]。现在，实际上，我们的接触(来源)说到坏人有他的角色，因为他们，和我们每一个人一样，都是受造的，坏人有他们的角色，好人有他们的角色。它们所做的事情是在意识中创造出极化。因此，造物者正在获得行动和思考，造物者正在知晓祂自己。举个例子，你无法为洛克福德私家侦探簿[14]写一个剧本，如果你在意识中没有极化的话。理解吗？

因此，UFOs 现在大量出现在这里的原因是要去通过被播种的信息创造一种更大的意识极化。现在这个演讲就是一粒种子的一小点。它们想要人群去做的 就是下定决心，不管是要负面地极化或正面地极化。

在第三密度中 生命的进程让它自己展现出来。当你死亡的时候，你将在下一次转世中醒来，要嘛在一个正面极化的第四密度行星，要嘛在一个负面极化的第四密度行星，或者在另一个第三密度的行星，好比这一个(地球)。很可能你将必须做出一个选择，因为这就是第三密度行星的体制计画。

这里有个测试。如果你回顾某个时刻，你有块三明治，一块不错的、小小的、包好的三明治，你正准备去吃掉那个三明治。也许你可以想象某个你甚至不认识的人走上前说:「我真的很饿。你能给将那块三明治给我一些吗？」

如果你给他一半，你就在对的方向上前进了。但是，为了要在从现在开始一些年之后 进入第四密度，你必须给他较大的一半。那就是全部你得做的事了，给他较大的一半，就是这样。那就是测试(内容)了。

现在，根据我们的接触(来源)的话，为了要进入到正面第四密度，需要超出百分之五十的服务他人的极性。它是一个简单的测试。你(的极性)必须多于百分之五十的服务他人。那就是意识(状态)。

现在，为了要毕业进入负面的第四密度，你需要高于百分之九十五的服务自我。为什么有那个差异呢？因为该接触说，如果你考虑到，你可以说，(这里的)异常导向和想法，要成为超出百分之五十的服务他人一点点，和成为百分之九十五的服务自我是一样容易的。那就是切分的位置了。

因此，所有下辈子在负面导向的行星上醒来的人都是至少 95%的服务自我。所有正面极性的人都至少比 50%的服务他人多一点点。根据我们的接触(源头)，在中间 45%的范围是那些真正失落的人。那些人真的将会遇到一个问题。好的，它并

非是如此大的一个问题；就是在这类的混乱中、至少(再待)另一个 25,000 年[15]。

拥有肉体的唯一原因，如我们所知的，就是催化剂。我说催化剂的意思是什么呢？催化剂就是你的日常体验，无论什么发生在你身上的事情。不管你和其他人或自己之间的互动都是一个改变你的意识的催化剂。相比十年前的你，你是一个不同的人，对吧？什么引发了那种不同呢？催化剂。
如果你没有遇到催化剂，如果你待在你十年前相同的那个房间中，如果没有事情发生，包括从门底下进来的邮件，你会改变一点点，但是相比你由于发生在你身上的每一件事情而改变的程度，它简直是少很多的。

那真正就是一的法则的第一变貌的部分：自由意志以这样一种方式运转，你做出选择，在自由意志中、获取经验、通过你的活动、造物者正在知晓祂自己。这就是你通过日常生命在你的思想上产生影响、而在意识中进化。一种意识中的进化创造极化。极化允许你们进入下一个宇宙的主修教室了、容我们说，那就是第四密度。

把这些内容当作一篇科幻小说如何？！

原注
[1] 在我们正在收集和研究的 ET 邦联的信息中，猎户帝国是一个负面极性的存有之联盟，它们组成了「忠诚的反对派」，反对诸如 Ra，Quo 以及其他星际邦联成员的正面 UFO 信息。

[2] 根据 Ra 团体，在我们的尘世的智能和世界中不可能有纯正的理解。因此，

它们(常常)使用「误称」这个词语。

[3] (该名称)与 Don Elkins 没关系，就是一个巧合。

[4] Bowman 机场是第一个路易斯维尔的机场，它是一个固定基地机场，同时运送货物和旅客。城市增长过快超过了这个靠近闹市区的小机场。Standiford 机场成为了路易斯维尔的固定基地机场，Bowman 机场继续拥有它们自己的飞机和航空服务的飞行员使用，它提供包机服务和飞行训练。

[5] Don 取得了他的机械工程学位，在韩战中的服务花费了他几年的时间。

[6] 一个更合适的类比是一个玩具陀螺。当它停止旋转并倒下来的时候，它不会自我矫正并重新开始旋转。

[7] Don 指的是我们爱/光研究机构、周日的公开学习与冥想集会，迄今、它仍每周举行。所有人都被邀请。如果对参加一场集会感兴趣，请联系我们并让我们知道你要来。所有感兴趣的寻求者都是受欢迎的。

[8] Don 在此正谈及 Ra 集会。这些集会是在出神状态中进行。Carla 作为一个管道仅仅在出神状态中才能传导 Ra 的通讯。所有其他通过她为爱/光研究机构进行的传讯都是用一种聚焦但有意识的方式进行。Carla 从来都不知道如何进入出神状态。而在 Ra 集会期间，她做到了。在出神状态中，一定程度的明确性是有可能的，而这在有意识传讯中是不可能的。

[9] 想要获得更多的关于 Dewey B. Larson 的交互补偿的物理系统(Reciprocal

System of Physics)的信息，你可以阅读他的很多书籍。一些书仍在付印。《类星体和脉冲星》是一本很好用来开始的书，因为它在稍稍超过六十页纸的内容中概括了交互补偿系统的基本假设。在网际网路上进行搜索也会得到很多好文章。

[10] 分解一下，该公式表示:「速度等于空间除以时间,」它是对空间/时间的数学性表述，或者「速度等于时间除以空间」，它是对于时间/空间的数学性表述。

[11] 我们用肉眼可以看到的光谱是：红、橙、黄、绿、蓝、靛蓝、紫罗兰。

[12] 思维和理则是表示相同概念的两个词语。

[13] Elkins(唐)在此说的是：他做了很多的研究来理解 Ra 通讯的语言。Ra 团体使用了它们创造的新词语和新概念。在一个人能够掌握信息之前，概念必须一个接一个地被解释。

[14] 洛克福德私家侦探簿(Rockford Files)是一出电视剧，主演是 James Garner，他扮演一个私家侦探，追捕所有类型的服务自我导向的坏人。洛克福德，Garner 的角色，是个带有一副和善笑容的完全好人，他对其老爹很好，并以一种轻松的幽默度过所有的冒险。

[15] Ra 团体说，在第三密度的地球，每隔 25,000 年会有一场较小的收割。因此，如果我们在另一个第三密度的行星重复课程，我们最快能够在服务他人极性上收割的时间就是在那个周期开始之后的 25,000 年。

译者(TS.)的话: Don 先生在 1981 年的这次演讲是很好的入门资料，个人建议可

以同时参考 Secrets of UFO 的访谈视频: http://tinyurl.com/mzcjyjf 以及近期翻译的 1976 年 L/L 传讯《分开红海》。

Translated by T.S.(V)2014, 2019 Reviewed & re-listened by cT & Sunny

---

☆ 第 3104 章集：寻求之美

Copyright © 2003 L/L Research

周日冥想 2002 年 12 月 8 日

团体问题：Q'uo，今天我们只想碰碰运气(potluck)，看看你们想要和我们分享什么，在我们的灵性旅程以及敞开我们的心扉朝向爱的过程中可能会有些用处。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。我们感谢你们每一位把对于世界的关注放在一边，以便于创造出这个一起冥想和寻求真理的时间。感谢你们为了寻求信息而呼唤我们，这样我们就可以快乐地和这个寻求圈分享我们的想法和感觉了。一如既往，我们请求你们每一位拿取那些你们觉得有共鸣并且是有帮助的个人性想法或概念，并将任何似乎没有个人共鸣与帮助的想法与概念，毫不犹豫地留在后面。若所有的听众都承担起这种分辨的责任，我们将不胜感激，因为听众方面的审慎会创造出一种自由，让我们自由地分享意见，而无须担心会在任何人面前放置绊脚石。**灵性真理的本性就是如此：无需制造教条的各种绊脚石。在我们看来，若该真理跟某人及其进程有关，它不光因人**

而异，而且因时而异，因此，对于同一个实体在不同的时间，两个似乎迥然不同的真理，也可能显得同等地有帮助。

你们让我们选取主题，谈谈可能对你们有帮助的东西：**有助于寻求和开放心去爱**。感谢你们给我们绝妙的自由，让我们来画我们所能画出的任何画布——关于太一无限造物者的爱与光。

我们今天将画一幅什么画呢，我的朋友们？我们将选择落新妇花(astilbe)*为画笔吗，随着羽毛般的花朵在思想的画布上涂抹，与你们一起回忆夏日的所有色彩吗？我们该用什么颜色来装扮真理、恩典、美，好让每个人可以在那些理想中找到兄弟姐妹，在属于寻求着的灵魂的那些价值当中找到朋友呢？*译注：一种主要产于东亚的多年生草本植物，有大的复合基叶和由艳丽的圆锥花序组成的小而鲜艳的花。

寻求真理总有一种神圣感；仿佛朝圣的人在路上表现出的耐力和勇气本身就是一种灵性追求，而路上的种种难关和障碍，则像神话时代的龙群。当一个人踏上寻求真理的旅程，就如同骑士开始一次高贵的追求。

我们经常发现，你们人群当中的实体们在注视着美丽和优雅等概念时，并没有看见同样的美，然而，每当人们回想记忆里心爱的画面，那美丽和优雅的概念便轻易填满整颗心灵——那些在一瞬间，以某个姿势、态度，在某个情景中，由只感觉过一次的美所留下的鲜明又深刻的印象！**多少次你们被某个事物的美所惊呆，它藏在平常的目光看不到的地方；这些日常生活的时刻渺小而不起眼，却承载着如此份量之美？这种美之中没有真理吗？这个器皿熟**

悉的诗人约翰说过：「美难道不是某种真理吗？」[1] 直接领会美难道不是更容易吗？

[1]原注：约翰·济慈，《希腊古瓮颂(Ode on a Grecian Urn)》

....等暮年使这一世代都雕落，只有你如旧；

在另外的忧伤当中，你会抚慰我们和朋友说：

「美即是真理，真理即是美，这就包括

你们在地上所知的、和需要知道的一切。」

这些是真理的礼物，为需求真理的人提供更完整的选项，因为**虽然借助文字寻求真理会有许多收获，但文字总是形成自己的结构，在许多方面限制心智，结果心智就表达不出真理的全部特性。**

我们会建议这个器皿向内凝视在最近的一次散步中她评论过的一棵树。这棵特定的树有其精确的枝干角度和精确的树枝的节点，在树叶已掉落的位置，(来年)春天叶子会再次发芽。每棵树都有它独特的模式，它独特的祈祷、赞美、感谢的表达。每一棵树都以这样或那样的精确方式接近无限造物者，而光的影子们，当它们碰撞这种特殊的模式并与其玩耍时，便创造出了一个蕴含真理、比例和优雅的系统，它从未在之前被看到过，它将永远不会再次被表达。这就是睁开的眼睛可看见的贵重之美了。

很多时候我们在你们的人群中，看到强烈的、没有答案的深度迷惑。很多人觉得眼下的情况有点让人招架不住；我们会建议，**在这个变化变得越来越清晰的时代，如果你感到这种躁动的话，不妨在日常生活中观看周围的自然环境，这会有很好的安定、接地的效果**：一棵树的形状、鸟儿的翅膀伸展、鸟身的姿势和飞行的方向；眼睛看到的所有影像。它们全都包含信息。你们幻象中的所有元素一起工作，形成一个反应无限灵敏、可自我修正的信息系

统；不管你处于什么环境，该系统对人的灵性、心思、情绪、身体的进程都有帮助。假定**一个实体独自位于自己的空间、自己的后院或土地上，太一无限天父之造物的每一部分都很有可能比自我更容易觉察到自我所需要的东西，因为天父之造物的每个元素都住在这种觉察之内：所有的能量都是一体的、都在同一个系统中得到滋养。每一株和你共享空间的植物，都了解你、关心你的福祉，甚至知道你的想法。在这个包括第三密度人类自我和第二密度(大自然)环境里，只有一个元素被这个器皿所称的「遗忘面纱」隐瞒了「一切真的都为一」这个觉察，那就是第三密度的元素，它使第三密度的实体无法记得任何别的环境，只记得局部的环境，在其中似乎所有实体都是分离的。**

探寻真理就像探寻自我一样，很难说得清楚，我们觉察 C 实体之前的问题：「我怎么知道我是否在做最真实的自己？要去哪个方向好让我找到更深入、更真实的自我表达呢？」我们相信，在这个只告诉你如何表现的世界里，这个询问十分合理，因为第三密度实体试图创造舒服的那种尝试的一个特点就是：当他们为自己设置道德和伦理的行为标准时，他们会追求一长串渴望的要素清单，而非开放式的探索态度。对于这种借助一份外在的属性清单来找到自我的做法，人们的解释是，也许因为你们所称的父母，在小孩成长期间，为了给幼小的灵魂培养美德，确实更重视这个方法；他们把要教导的美德列成一份清单：保持耐心、敞开、有爱心、(跟人)分享一切事物等等，也就是每个孩子成长时，关于好行为的通常建议。

其实探寻自我远远更像探寻美，因为精准地说，并没有探寻，而是在开放(自己的)觉知，以前视而不懂的东西，现在终于认识到其本质。容我们说，在我们看来，最深入真实的自我是一个变量，严格依照寻求者在觉察时把头脑、

意志、渴望放在哪里而定。也许在某一点，这种觉知非常靠近智能无限的大门，因为你在冥想中漂流在平安静默的圆满之海；在另一点，你可能完全聚焦在某个困难的任务上，绷紧了每一根神经，只为了好好执行该任务，在表达这种出色的努力时，美的共鸣在强烈努力的那一刻的每个原子中爆发出来。

当自我能感觉到自我存在(self being)时，这便是一个真实的事件，任何人，不管是自己或是观察者，都没有能力去描绘或鉴定已被实现的事物。当一个实体感觉到美，美就存在，这不一定要被解释，确实，它是无法被解释的。

如何看到每个实体所看到的事物，这是一个非常难以检查的主题。这些技巧会因为感受性的不同而显著地发生改变。不管你的感受力如何，你的感知都同样重要，在你对美的直接领悟中所获得的菁华，也依然容易影响你的感知，无论这种影响有多令人困惑。**所以我们或许会建议，在寻求真理、寻求自我的过程中，不再是从字面上寻找人们对自我和真理有什么可说，而是反过来在自我觉察的时刻找到光、找到满足；在那些时刻，心灵能够感觉到自己在跳动、爱、关怀、憎恨、鄙视、被吸引，自我能够清晰地感受到它的运动。在那些时刻中，后退一会儿并注视那太一无限造物者刚刚正在表达的美丽、多彩、清晰与细微差别，就是如此，仅仅因为你就在你所处的位置上，就像你碰巧感到困惑一样，伴随着所有的事情都恰好就是它必须是的样子，美丽的此刻携带着礼物、迸发进入(你的)觉知中，这礼物是宝石般的真理，包裹在一个完整的、未分割的时刻的色彩和质地中。**

我们会在此时将这个通讯转移到 Jim 实体，这样我们就可以回答在这个特定的团体中的人们心中任何剩下的询问了。我们感谢这个器皿的服务，接着在爱与光中离开它。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们通过这个器皿，再次于爱与光中向各位致意。在此时，我们荣幸地请问是否有任何进一步的询问好让我们在这次的工作集会中处理。

Carla：Q'uo，我这儿有个 B 的问题。他家后院有只大角猫头鹰，在那儿生活了很长时间，他说很有兴趣知道：这只猫头鹰跟他们母子有没有什么(特殊)关系，以及该猫头鹰对他们的灵性追求是否有帮助。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个情况中，我会建议所有涉入的实体：B 实体、他妈妈、还有大角猫头鹰，都发现他们生活的区域对于滋养其生命的体验是有帮助的。**猫头鹰以住在这片森林区的小动物为食，而 B 实体和母亲很欣赏这地方的美丽，以及灵性在这美丽中得到的提升。随着大家一起共度时光，他们之间发展出一种共享的关系。**无论如何，住在这里完全是 B 实体及其母亲两人的有意选择，而大角猫头鹰发现它也喜欢这里，所以愿意接受，容我们说，人类入侵者。

有另一个我们可以谈论的询问吗？

Carla：好的，就来跟进刚刚那个问题，那么，如果他们在心里请求，如果他们向这只猫头鹰投射一个请求，邀请内在型的关系，该第二密度的生物会回应吗？它只是在等待请求呢，或只是一只单纯猎食的猫头鹰？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。后者是更准确的。有另一个询问吗？

Carla：有的，我还想要问一个 C 的问题，她想要知道任何你们能告诉她的关于星际邦联的成员，以及他们可能来自哪里的事情。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们，服务于太一无限造物者的众星球之邦联，来自于每个实体正体验的这一造物。无论如何，我们觉察到你请求的信息是一个更加具体的位置，我们会建议：**我们来自你们所称的银河系中的许多地方。它们绝大部分位于你们当前科技的感知能力之外。我们加入星际邦联，渴望为呼唤我们的帮助的人服务，所以重要的既不是在时空中的定位，也不是距离，而是这个呼唤；因为在寻求中，我们与你们分享旅途中的阶梯。在你们的银河系统之内，存在着大量有生命栖息的行星，数字大到没有意义了，因此，最好把整个(宇宙)造物看成是活的、智能的，并且它能够回应那些从中经过的生命形态。**

有另一个询问吗，我的姐妹？
Carla：没有了。我代表 C 和 B 感谢你们。
我是 Q'uo，我们也十分感激你和这些实体，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？
（没有进一步的询问）

我是 Q'uo，既然看起来我们耗尽了这次工作集会的所有询问，我们愿借此机会再一次感谢在场的每一位邀请我们出席你们今天的寻求圈。我们总是非常

十分乐于加入你们。在此刻，我们将离开这个器皿及其团体。我们在太一无限造物者的爱和无以言喻的光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1208b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1208.aspx

---

☆ **第 3105 章集：问答集 2019**

Copyright © 2019 L/L Research

周六冥想　2019 年 2 月 9 日

主题：如何疗愈我们自己的悲伤；真实性与自我揭露；性欲与禁欲；呼吸与提升生命能

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中向你们每一位致意，我们全都是太一无限造物者的一部分。今天下午，当你们进入这个神圣空间，为了找到更多的你们称之为寻求真理的东西。能与你们在一起，是我们巨大的荣幸与快乐。被请求加入你们这个寻求圈，我们总是对此感到荣耀，因为我们不过是在你们所走的道路上走得更远一些的你们的兄弟姐妹，我们但愿，作为我们

对太一造物者的服务的一部分，在你们的旅程上以任何可行的方式协助你们，同时不侵犯你们的自由意志。

一如既往，如果你们愿意给我们一个小小的恩惠，我们接下来就可以在今天自由地发言了。那个恩惠就是：对于那些我们对你们所说的话语与观念，请如你们所愿地使用它们，放弃任何可能没有对你们响起真理铃声的内容，因为我们不愿成为在你们的寻求旅程上的一块绊脚石。如果你们愿给我们这个小小的恩惠，那么我们就可以如愿地发言了。

在此刻，作为开始，我们要问，是否有一个我们可以尝试去讲述的问题？

Zachary：Q'uo，向你们致意，你们能够告诉我们：如何从悲伤中最佳地疗愈我们自己？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**悲伤是一种品质，在你们第三密度的幻象中是无法逃避的，因为在这个幻象之内，不可能看见完整的思维合一——它将一切事物与所有人群都连接在一起、成为一个存有，即太一无限造物者。遗忘罩纱很好地起了作用，因为它向你隐藏了所有存有的完整性、所有存有的整体性以及在你们第三密度幻象中要拥有的所有体验的适当性。**

因此，这个罩纱把挑战呈现给你们，如果没有罩纱，那些挑战就会是不可能的——诸如你谈及的一些挑战：因你在生命中倍感珍惜的某个实体、某种品质、某个观念的丧失或损伤而感受到的悲伤。你感受到与某个品质或实体之间的合一，然而该品质或实体此时却正在疑虑中、煎熬中、痛苦中，也许(他)

即将离开此生。在开放的心中会有这样的感觉，即这种失去、损伤、缺陷是令人伤心的，是不被渴望的，在其中没有完整性，没有途径穿越它到达一种更为明亮的体验，到达一种对这个数量、品质或实体的合一与爱的更加令人满足的体验。

这就是它在你们幻象中必须所是的样子了，我的兄弟，因为，用这样一种富有同情心且强有力的方式来识别，就是一条途径，你借此学习去欣赏在这个幻象中你要去分享的每一次体验的独特性。你就是这样让自己沉浸于幻象的本性之中，这本性就是限制，并且无法去拓展感知——将造物的完整性包含在造物的每一个个体部分当中，无论它多么渺小或看似微不足道。因此，在你自己的心中，当你在内在观察、看见这种爱如何在你的内在成长，并且已经辨识出让你感到悲伤的事物时，接下来你就会看到更大的视野、全景的视野、寰宇的视野，该视野会把我们每个实体、每个经验都放置在太一无限造物者的爱、光、合一之内。我们超越幻象去观看，为了看见每个实体与品质都延伸进入无限，于是，看起来如此受限的事物真的是没有尽头的。**不会有真正的受苦会延续超越这个幻象的界限，因为在这个幻象之外，没有苦难。实际上，我们每个人都拥有一种身份和体验跟无限协调一致，因为我们，我们每个人都是太一无限造物者的一部分。**

因此，我的兄弟，我们会推荐你：**当你为了某个人、某件事或某个概念而感到悲伤时，拓展你对那个人、事物或概念的视野，直到它超越了这个幻象的限制，接着以所有造物的合一真理充满你的心、头脑、灵性，因为在这个真理中，太一无限造物者的任何部分都是没有尽头的。**

我的兄弟，有另一个询问吗？

Zachary：是的，Q'uo。你们能够谈谈真实性与自我揭露吗，因为它和开放心(轮)有关。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。「真实性」与「完全的揭露」确实跟开放一个人的内心之过程相当有关联，因为要完全揭露一个人的存在状态为太一造物者，并能够被自我感觉到，自我必须知晓自己的真实性。也就是说，自我的真实面目，如我们在先前的询问中谈及的内容，远远不仅是一个在第三密度幻象中看起来如此有限的生物。**每个真理寻求者的真实性，就是太一无限造物者的巨大火焰的一片火花，那巨大火焰如同在天空中的每一颗恒星那样燃烧，它们在夜晚被视为星星，在白天被视为太阳，每个实体都和太一造物者之所是的智能无限和智能能量紧密地连接在一起，智能能量就是这个宇宙的构成之所是，而我们全都在其中生活、居住、获得我们的存在。**

因此，就像在冥想和沉思中一样，在一个行动中，你发现了这个真实的自我，位于你的存在的核心之处的你。你能够利用这一认识，让你内在的爱与光充分显露出来，当你能够领悟到你实际上是谁时，这些爱与光便会自由地从你开始向前涌动——你不过是在这个幻象中，自己的无限性的一个有限部分；你自己的无限性超越了所有幻象，因为真实地说，你就是太一无限造物者的爱、光、合一。宇宙中没有别的东西，除了在存在的许多次元中以这样或那样的方式形成的这些品质，它们允许太一造物者以更强烈的多样化、更纯净的品质来体验祂自己，这样祂就可以通过你——作为造物者的一部分——在你所居住的这个无限造物中的任何密度或幻象中可能拥有的每一次体验，来更为充分地知晓祂自己了。

我的兄弟，有没有进一步的询问？

Zach：没有了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的兄弟。

此刻有另一个询问吗？

大卫：我有一个问题，Q'uo。作为人类存有，性欲在我们的身体中是一个强健的力量。关于禁欲的做法——导引灵性的性能量朝向一个不同的目标，你们在这方面有要说的事情吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。性能量或智能能量，或者那已被称为普拉纳(prana)的东西，在一系列的阶段或步骤——可以被视为人体的能量中心或脉轮——中，穿过每个存有。这股能量可以通过数种方式与机能中的任何一种被利用，因为每个能量中心或脉轮都能够拓展这股能量的表达范围，于是体验到这股智能能量传递的实体，就有可能在他朝向与太一造物者合一的进展中利用该能量。

无论如何，在某些情况中，各式各样的真理寻求者曾在成为你们所称的禁欲者中找到价值。也就是说，他们选择不去跟另一个实体表达性能量的分享，以便于能够将这种能量作为一种，容我们说，个人寻求旅程的放大器——这是一个每个实体在这个幻象中从事的旅程，以及确实，超越这个幻象、直到与太一造物者完全合一的旅程。

然而，我们发现这类型的禁欲，如你们已经称呼它的一样，有其局限性，于是一个正在实践这种对性能量体验禁欲的实体，就需要看见自我的能力：既有在内在指向另一方的能力，也有在内在指向自我的能力；接着，一个人就会同时包含其他自我——虽然不渴望与其进行性能量交换——的品质以及自我的品质，因此，在吸收然后传递蕴含在单一存有之内的性能量、然后再次吸收性能量的这一能力上，容我们说，变成双分支(two-pronged)的。

这种对性能量的包含，接下来就以一种方式被聚焦：当能量通过昆达里尼(kundalini)的升起而沿着脊椎向上移动时，寻求在每个能量中心或脉轮的内部找到它的成就。因此，这种禁欲的体验，就是寻求以一种方式去实现和另一个实体之间的能量交换，在这种方式中，自我与太一造物者是两个这样体验到了性能量交换的实体。这是一个需要大量修炼和长时间运用的练习，以实现那个在大多数情况中具有双重特性的事物。

因此，**禁欲的真理寻求者在大多数情况中能够取得相同的结果，跟参与到与另一个存有——大多数情况下是伴侣——进行性能量交换的寻求者一样。这些类型的性能量分享，把昆达里尼的升起作为基本目标，这样，从根部脉轮进入的、来自于太阳体的智能能量，就可以最终与存在于每个实体的紫罗兰色光芒脉轮或自我的北极星[如 Ra 已经这么称呼它]之内的造物者能量相会了。**

因此，无论一个人是不是禁欲，都有这些能量的相遇以及昆达里尼的升起，于是就有一种统合的显化，最终允许真理寻求者能够接触智能无限，或者居

于紫罗兰色光芒中心的太一无限造物者，并且感受到这两种能量最终结合的神圣本质了。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

大卫：没有了，谢谢你，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。

在此刻有另一个询问吗？

Fox：Q'uo，我对这一主题有个后续提问。关于我们的呼吸如何帮助我们重新充能普拉纳、以及我们能够利用呼吸来提高充能效率的任何具体方法，你们愿意分享些什么吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**确实，呼吸就是生命，生命就是呼吸，因为每个人都是太一无限造物者的一个基本部分**。在你的呼吸中包含着生命的菁华，因为当身体被普拉纳或太一造物者的智能能量充能之际，呼吸就是在尘世中智能能量的表达了，于是心智、身体、灵性就可以在第三密度的幻象中作为一个实体拥有其存在状态。

你们每天吸入与呼出的呼吸就是太一造物者的一个鲜活部分，祂给你生命，让生命流经你，因为呼吸包含了太一造物者在无限造物中创造的所有存有的活力。**因此，当你呼吸之际，你从身体、心智、灵性开始灌注活力——它属于太一造物者——到你整个存有。是故，当你越来越深入地呼吸时，也许在**

呼出与吸入的过程中保持那个气息，直到你感到一种自然的释放，好再次进入吸入与呼出气息的韵律之中，你便可能开始感觉到靛蓝色与紫罗兰色光芒能量中心的激活，所以当你们开始参与这种呼吸、保持屏息与释放气息的节奏之际，你们正在允许呼吸中给予生命的原力、带着智能能量灌注或浸透你们的身体，该能量会激发你们身体的每一个细胞，使其更有效率地完成它的工作，从而使身体本身变得更加富有生气，并更为充分地参与太一造物者的生命力，这一切就在你有节奏地吸气、屏息、呼气、屏息……之际。

这类型的呼吸也会借由聚焦于位于眉心轮的内在之眼而被增强，于是靛蓝色光芒能量中心的魔法特性就能够帮助你创造出自己意识中的改变[以你们的称谓]了，这样，当你在心智、身体、灵性中将那种太一的越来越有生命力的表达带在你身边之际，你就会越来越多地在你的体验的每个部分中觉察到太一。是故，当你这样被生命灌注时，你就能够更加清晰地感知到在你周围、在第三密度幻象的每一个形态与特色中的太一造物者。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Fox：没有了，非常感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。

在此刻有另一个询问吗？

Zachary：我有一个后续问题，Q'uo。关于大卫之前提出的有关禁欲的问题，在每个能量中心都发展出双分支(two prongs)，是不是意味着在自我之中平衡男性与女性原则？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是精准地正确，我的兄弟，因为在每一个存有之内都存在着造物者的完整性：同时是那个向外碰触的阳性与那个等待碰触的阴性。每一个实体都是这两股原力或造物本性的两种特性的一个混合物，因为所有的造物都被保持在适当的位置上，容我们说，借由正面与负面的、男性与女性的已极化电荷。因此，**若该实体能够在自己的存有之内，驾驭这两种品质的平衡配对，就能够通过有效处理[根据每个能量中心的激活与平衡情况而积累的]日常生活的催化剂，提升其意识的中心，从一个脉轮或能量中心，提升到另一个。**

因此，当这些男性与女性的品质开始以一种平衡的方式在每一个能量中心表达的时候，接下来每个中心就会被激活、平衡，并且能够更有效率地传导太一造物者的智能能量，因为每个中心继续将它对于催化剂的意识扩展到每一个上升的能量中心。因此，每位真理寻求者就能够在越来越高的表达层次上利用任何让其注意到的催化剂，从而最终对太一的领悟就在真理寻求者的靛蓝色与紫罗兰色能量中心内发生了。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Zachary：是的，Q'uo。双性恋(bisexualtily)可能是这种男性与女性能量的平衡、使得昆达里尼上升的一个结果吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问。我的兄弟，再一次你是正确的，因为当一个实体能够内化这个平衡过程，即在自己的存有之内平衡男性和女性的品质，就有可能要么跟另一个存有、一个伴侣[容我们说]分享这些能量，要么内化这些自我之内的能量平衡，成为你所称的双性恋实体，以能够体验到智能能量的某些特征——用一种通过能量中心加速个人成长的方式——流经自身存有，于是达成与太一的最终合一。如你所觉察的，这通常是通过伴侣关系完成的，因为，实体们利用伴侣关系来处理自己在日常生活中遭遇的催化剂，这是，容我们说，更容易的。

无论如何，遍及所有的寻求时代，一直有过许多人能够以一种独自的方式善用自己存有的男性与女性部分的平衡，从而使孤独成为这样一个实体在个人寻求中所利用的东西。

我的兄弟，是否有进一步的询问吗？

Zachary：没有了，谢谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的兄弟。

请问在此刻有最后一个询问吗？

Austin：Q'uo，对于你们刚刚给出的回应，(我)寻求某种澄清：我可能误解了，但是听起来仿佛你们指的是我所理解的无性欲，即一个人并不寻求任何性伴侣，而非双性恋，双性恋是一个人发现自己在性欲方面同时被男性与女性的伙伴吸引。你们能否澄清？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的意图是尝试去综合你称为双性恋的事物、和你称为无性欲的事物。然而，在这个方向上我们回应的意图是不清楚的。那么，双性恋实体能够利用在自己的存有之内的男性与女性的品质，来找到那种通常是在和另一个存有的伴侣关系之中达成的平衡。然而，无性欲的存有，也用一种内在的方式包含了自己的性特征，但是该存有并不用任何更加直接的方式——或者是跟另一个存有，或者是跟自己——寻求去表达或体验其性欲的正极与负极特性，或阴性与阳性。因此，无性欲的实体，对于以任何方式在该存有之内或该存有外部的性能量的表达，都不习惯；但是他会以一种有意识的方式移动自己通过能量中心，这样就会有关于每个能量中心本质的领悟以及对于这些能量的表达——通过该存有自己在日常生活体验中的活动(而达成)。因此，这些体验的性欲特性，就不是这样一个实体之内的显眼特色了。

我的兄弟，有一个后续的询问吗？

Austin：没有了，感谢你们，这(回答)是非常清楚的。

Q'uo：我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的兄弟。

在此刻，我们愿感谢每位在场者允许我们今天加入你们的寻求圈。我们一直都对这么做感到荣耀，我们欣赏每个实体的一丝不苟、借由能够准备好自己，加入今天这个寻求圈。你们渴望服务他人的愿望对于我们是极其鼓舞的，我们再怎么感谢你们跟我们分享你们自身存有的本质都是不为过的，因为我们希望，我们已能够与你们分享我们对于服务的同样渴望。

在此时，我们将离开这个团体，一如既往，我们在太一造物者的太一无限爱与光中离开每一位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by cT. & April

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2019_0209b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2019/2019_0209.aspx

---

☆ 第 3106 章集：灵性电影的剧本创作

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想 2002 年 11 月 8 日

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在这个新鲜的、作为一个寻求圈的会面形式中，我们向大家问好；我们感谢你们，承蒙邀请加入你们的冥想，畅所欲言地探索你们提出的问题，不胜荣幸；我们知道各位会十分审慎地倾听我们简陋的想法。因为我们不是权威人士，毋宁是和你们同行的朝圣者。广义地讲，同类相吸：喜欢呼唤喜欢，光呼唤光，生命力呼唤热爱生命的人，呼唤他们自我的某些方面，这些方面从自我未来所处的位置向自我提供指引，提供这个器皿所称的智慧。

你们的能量交换和调频的共同属性，造就了今天这个小组，我们为此非常感激。我们只请求你们以挑剔的眼光来考虑我们的想法，如果听起来不是绝对真实的东西，那就毫不犹豫地拒绝它们、向前走，知道珍贵的负荷是有共鸣、有帮助的东西，至于权威，既不在未来、也不在过去，毋宁是在于当下此刻的无限中。

在此刻，带着这种保证，即我们不会借由那些我们分享的意见而删减自由意志，我们现在请求这次特殊工作的中心询问。

Carla：（B 打电话参加这次集会，故 Carla 重复 B 说的问题。）「从我接触到的情况来看，我认为收割量可能很小，我想知道是否一部谈论收割的电影可能有助于增加收割的规模，至少潜在地有帮助。如果确实如此的话，写一个直接地处理收割主题的剧本会更有帮助呢，还是间接地通过角色的成长与学习、以及他们讲述的故事来处理这个主题更有帮助呢？这就是最初的询问了。」

我们是你们知晓的 Q'uo，我们再次跟这个器皿在一起。我们感谢这个器皿重新调音和精炼，好重新创造出初始的振动，因为那个振动的确就是对于这个特定三人团体的舒适振动。我们想要顺带指出，如此小心谨慎地安排这次会面是非常有帮助的，因为这个团体的调音是非常优秀的，我们感谢各位付出努力，从共识性实相的体验中抽出这段时间，来分享内心领域中的东西，不仅在潜意识的觉察范围内分享，还在某种程度上，以语言文字来分享。

首先我们要简单明了地指出，**在所有的情况中，服务的性质完全由那个服务的创造者来决定，而方方面面的选择，不是基于世俗标准，而是基于艺术作**

品的感觉或完整性的形而上价值，也就是基于塑造出这个艺术形式的真诚与坦率的尝试，试图创造出保留在一种氛围中的艺术形式，这种氛围就像是融合了才智与灵感的实践或力量的跨学科之旅，从而创造出了超越表象的东西。

这些选择由你、这个器皿和这个书记员来做出。这是创造性服务的本质，**因为一个共同造物者在其内在具有着，如这个器皿会说的，与其产生共鸣的东西或是仅仅是恰当的东西的形状。寻求那种共鸣感，这是我们最一般的建议**，因为在这个小组内有着经验的收获，有着视角的收获，有着意图与稳定的诚实收获。你们还有一个共同的思路，那就是小组的每个成员都很习惯于轻松地看待自己，但对超越自我的东西却很认真。一个团队具有这样的共同特征确实会改善观点，让我们在讨论你们提出的问题时，双方可以轻松地分享这些观点。我们很高兴地讨论你们所提到的每一种方法。

该问题的第一部分是说，关于我们讨论之时正在出现的收割的时间，公开地重复这一基本信息会不会是奏效的服务。可以说，这几乎完全取决于回应者的观点；依我们的偏见会说：它会产生影响，因为我们发现自己对人类的巨大苦痛感到十分同情。**我们很想看到地球人燃起爱的火焰，再次掌握自己的命运，成为光的战士、而非跟黑暗斗争**。使用直截了当的方式非常诱人，或许确实有效，于是问题变成了：如何在这种脉络中，用它创造出有许多切面的宝石。

同样地，在写作上的、这个器皿称为的浮华魅力，实际上是审美的高级路线，就是停留在无穷的故事艺术中，通过为你熟悉的灵魂光流发展出极为自然而且引人入胜的种种版本，并把它们放在与故事核心相映成趣的环境中，

靠优雅长剑、而非狼牙棒来传播信息，但也许，在刺破真相的过程中，会移动进入真相的核心，进入到那些观看故事展开的人们的心中，从而创造出一个甚至更具说服力的作品，在你们的眼里，这个作品基本上被认为是一种宣传或令人信服的信息。

容我们说，当你意识到任何行业的廉价把戏时，很容易变得忿忿不平。例如这个器皿，她第一次唱路德维希(Ludwig，即贝多芬)创作的《庄严弥撒》(the Missa Solemnissai)时，变得极度消沉、失望，因为(音乐)素材对人声部分毫不领情，完成得很仓促，充满琳琅满目的、玩弄听众情绪的花样。如这个器皿所感知的，这首作品令人作呕地有效果。这个器皿花了很长时间，才原谅了路德维希实体的惯性创作；又花了更长的时间，才能够重新欣赏路德维希实体的音乐，因为后来她听的是音乐的印象，而非其骨架。

要了解到，与某一类型打交道的艺术家，会面临该艺术类型的各种局限，这些局限在形而上的意义上没有情感电荷，只是单纯地变成了描述思考本身的东西，它对创造的潜意识过程中的显意识部分产生影响，在这个过程中，自我的黑暗面与自我的光明面相结合，以一种利用完整自我的方式来创造与表达自我。在我们自己的评断系统中，我们看不到任何理由去偏爱任何钝器或优雅长剑的风格。我们单纯地感觉到完整的信心：即那些参与这种爱的劳动的人，会从和自我形影不离的指导(灵)那里找到帮助。有时候指导不会很快出现，不过，它肯定会出现，而且在适当的时刻出现。

此刻，我们相信现在要暂停，好重新聚焦提问的过程。我们是 Q'uo。

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的兄弟。就冒犯自由意志的立场来看，我们发现这的确是个棘手的问题。你假设这是一个要点，精准地正确。那么你是应当进入看重数量的信仰系统、进而假设所有电影观众都需要看到这个资讯呢，还是想用质朴的方式，努力做个喜爱小影片的独立制片人，从而潜在性地为更大的艺术自由、敏感度创造气氛呢？我们把这个选择留给你，并自嘲地承认，如这个器皿会说的，这是一个棘手的困境。

请问有进一步的询问吗？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的兄弟。你描述的角色所依据的脚本也许不大合适，或者容我们说，没有为角色中的人做出真实的考虑，女英雄在这一点上的问题，比她的兄弟更突出。观众在感受剧中人的特点时，不大会感激或同情没有痛苦的人物。

我们可否进一步地回答，我的兄弟？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的兄弟。在我们看来，这个建议的基本结构不错，因为它激发了同情心和共同属性，或者容我们说，激发了跟这故事中人物的认同感。容我们说，如何处理故事的较难部分相对容易界定，因为你的选择所围绕的轴心，是在故事开始时制造出这个器皿所称的威胁或对抗，首先激发出观众的同情心；然后随着故事的发展，让观众由于感到角色处于威胁，变得明显担心、或者说自发地深陷于故事情节。

由于遭遇新体验、新实体等等而摇撼了生活，这当然可以视为一个威胁，我们能够看到这个特殊情节在智力上很吸引人的方面。我们在这儿看到的，基本上是在两者之间选一个：是用这个器皿感兴趣的体裁创作一个神话人物呢，还是选一个更受尊敬的神话系统，比如基督教、犹太教、甚至伊斯兰教？**在神话和神话之间、文化和文化之间、系统和系统之间，神话的具体细节变化无穷，但神话所涉及的问题，事实上很多关于收割的预言，却保持不变。**所以选择写小说的人，有丰富的调色盘可用；如果他想更多地遵从爱与光研究中心这个实体的故事，他的调色盘范围就不那么宽广了。

我的兄弟，我们可否进一步回答你？

（B 在电话上提出了另一个问题。）

我们是 Q'uo，我的兄弟，答案是：不会。你想要进一步发问吗？

（B 在电话上提出了另一个问题。）

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。对于「有没有办法在讲这个故事时，不提供出自恐惧的信息」这个问题，答案是没有。以恐惧为基础的东西当然没人想要，老是强调这个恐惧基础，会让故事本身变得失频。虽然如此，这个特别小组的全部渴望是：**创作一份资讯，起到这个器皿所称的催醒闹钟的作用，因为它会发警报或敲钟说：「没有任何人是孤岛，没有任何国家是与世隔绝的」。当然，这份资讯不可能在显示真相时不激发恐惧。**

然而，这个故事可以被平衡。因为不仅有一个故事创造了恐惧——它描述了一个奴隶制的循环，自从上次地极转换时亚特兰蒂斯时代以来，这个循环就一直被压在居于地球的实体身上；另一方面，这个关于奴役人类的信息，其

平衡是同样扣人心弦的真相：**即(人类)有办法平衡这种情况，有办法从这种奴役中解放自己的头脑、心、灵魂和力量。人类可以授权给自己，它可以从各种信仰系统与感知，移入真实 DNA、移入地球人身体本身的创造性单元。你们人类的，容我们说，心态极其需要改变，因为很多实体已经非常靠近第三与第四密度之间的阻力区，或容我们说弯月面(meniscus)*，一点小小的努力就有可能产生巨大的潜力，越过那个阻力区进入第四密度的观点，这会大大地协助地球本身在此刻的生产(过程)，也协助了地球上的人群。**

* 译注：弯月面，容器中静止液体的弯曲上表面。

我们相信我们现在需要重新聚焦于询问。是否有另一个问题？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们需要你重述这个问题。

（B 在电话上重述了该询问。）

我们是 Q'uo 原则，掌握了你的询问，我的兄弟。当然，我们会赞成，**爱有很多方面，需要聚焦的是无条件的方面。这无条件的爱，或者如这个器皿喜欢说的，开放的心，使得实体倾向于安住在第四密度振动的意识状态中；这项具体艺术工作的首要、主要的目标当然是：直接地牵引观众的心，在影片中为观众打开并创造出对无条件之爱的直接体验。**

分享无条件之爱最直接的方式，是对观众投射无条件之爱。我们无法选择，通过历史背景的吸睛事件之眼来看无条件之爱，或者从小人物的故事这个较小的画布来看无条件之爱，哪个更有效。我们愿鼓励这个器皿分享她最近参观艺术展览的记忆。这个器皿去看这个艺术展，花了些时间观赏在十九世纪

晚期及二十世纪早期，法国境内的各种油画。她把一幅名为「小屋风景」的油画，与历史吸睛事件的问题关联起来看；而一幅名为「粉红桌布」的较小油画的魅力，或者一幅叫作「收割者」的画中人物关系和明显情绪的魅力，则在一个完全不同的层次上激发了这个器皿的鉴赏力。在这两者之间，身为审美家，这个特定器皿更喜欢那幅「小屋风景」，由一位叫作保罗·米歇尔的艺术家所作，后两幅那种非常人性化、充满平凡生活细节的构图，则更随意或更亲切，但她没那么喜欢；这在很大程度上取决于人的鉴赏力，我们会使用“舒服”这个词汇。

希望我们用的警示或催醒闹钟的比喻，温和易懂、充满了爱、不生硬刺耳或令人惊慌。那么这挑战就是：**如何创造一个真实的故事来讲述关于收割的英雄事迹，而讲述的方法既让人意识到存在着威胁，也提供可实现的解决方案；由于大家正处于影片所描述的世界，他们可以实际上运用这个解决方案。换句话说，希望的作用极为强大，而我们的希望是：现在居住在你们密度里的人赋权给自己**。潜藏的基本问题是：「数量重要吗？」这又是一个棘手的道德问题。就第六密度、第五密度或者某个程度的第四密度观点来看，数量不重要；就第三密度和某个程度的第四密度观点来看，数量是重要的。哪个真理使你热情燃烧呢？这两种真理之间有一座桥吗？我们不知道，但我们推荐：跟这个动力关系玩耍一下。

有没有进一步的问题，我的兄弟？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo。容我们说，Don 和 Carla 实体选的时机有些过早。这两个实体之间的能量具有这样一种特性：出现一个开口能够进入这个器皿及其团体一

般会称作的未来，所以他们大致清楚整个海上航线，因为要行旅的航线被暂时照亮，虽然看得不完全，但远方的未来大致看得到。**在所有情况中，爱的力量创造了奇迹，这个例子也是如此。可是，合适的时机总是出现在路径上，而且从来都不构成困难，因为很多有形与无形的实体为了这个项目和其他相关项目已经作为共同创造者而联手工作，这些项目与支持这个器皿称为的“神性原则”有关。每个人都有基督的能量，正如耶稣实体是基督一样，他借由拥抱比自己更大的能量而成为受膏者(the Christed one)。每个人都有能力去拥抱、进入那个角色，于是自己变成共同造物者，经由易受伤、不完美的人类体验和选择，从创造性原则中开放爱，用着不完美的双手和犹疑的软弱意志，把爱打造成可见的。不知怎么的，他们就自行跃入了信心与灵感的半空中。**

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo，掌握了你的询问，我的兄弟。我们不确定哪一个更具威胁性：我们感觉，返回一个七万五千年的转世周期来学习爱，这个简单任务的威胁，跟千秋万世奴役人类的威胁相比，是同等的。从长远来看，后者更有威胁；但是在下一万年的背景中，两者几乎没有差别，因为今天生活在空间/时间里的实体，不大可能会看到他们的一万岁生日，所以两种威胁有同样的约束力，只不过一种威胁涉及较大的问题，另一种威胁涉及较小的问题。我们在讨论你的提问时，一次又一次看到，你的心智中对这个特殊造物的规模之寻求，敢于考虑各种不同的途径，我们很钦佩你的勇气，因为条条大路通罗马，难道不是吗？

有进一步的问题吗，我的兄弟。

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo 原则。不，我的兄弟，**情况依然没变。那些会出现在你们天空中的实体，大部分带有服务自我的议程，或者是那些没什么极性、只是像观光客或旁观者、随机经过机会之窗罢了。我们的位置依旧在你们内在层面中，如同思想形态。虽然在特定的灵魂光流家庭之内，第五密度的实体们有更大的能力来创造一些现象，我们会建议，就这样一个计划的正面性的品质或完整性的意义上，这不是一个良好极化的概念，如这个团体良好预想的希望。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo，能够确认，的确有很多人已经在此刻取得毕业(资格)。陈述此事是我们谦卑的快乐：这些实体的大部分，一旦它们通过疗愈的过程，就选择了停留在这个星球的内在层面，以便于帮助那些觉察到它们的临在并能够请求它们的支持和帮助的人。因为这些实体，任何内在层面的实体或天使或提婆或内在层面的老师都能够将它的爱和热情借给它对其感到同情的那些具肉身存有们的能量。例如，作为在这次与 B 实体的谈话的开始之前的一个调音的部分，这个实体花了大概十分钟来跟那些在内在层面中的实体接触，并请求它们的帮助，因为这个实体了解到意见的力量，而提供意见的实体是不是处于投生中则无关紧要。

请问有进一步的询问吗？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo，我们发现这个特定问题超出了混淆法则的界线。我们觉得，以任何方式表明第四密度内存在着可能代表这种配置的群体或个人，这是一种(对自由意志的)侵犯。无论如何，我们会说，很多现在出生的实体，由于有这个器皿所称的不寻常的连接线路，同时在第四和第三密度中运行。这些实体如同开辟路径的探险家，他们的工作为后来的人创造了辅助轮(training wheels)*。

*译注：辅助轮，即安装于脚踏车后车轴的一对小型轮子，借此初学骑脚踏车的人不至于翻覆。

我们可否进一步回答，我的兄弟？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo，我的兄弟，正如你所说，在双重激活的实体方面，从你们当下时间的三十年到四十年前开始，它一直呈指数级增长，随着时间继续前进，它肯定还会以基本的黄金比例(phi ratio)进展。

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo 原则，我的兄弟，他们的长相看起来不会不一样，只不过很多流浪者会显得不同，因为他们也许显得更聪明、或者就是与众不同。然而，这并不是说他们有外星人的品质，只是说，由于不是这个星球第二密度(演进)的本地人，他们有一种以不同的原型模式来表达的倾向；虽然(差别)极其微妙，但会响起一些细微声音，使得(其他)实体们注意到有个差异。

我们可以进一步谈论吗，我的兄弟？

（B 在电话上提出另一个问题。）

我们是 Q'uo，这是正确的，我的兄弟。**相比于同样进入这个日益复杂的幻象中的实体，那些双重激活的孩子在幼年时期可以很好地忆起远远更多的真理。第四密度本身有一种魅力或幻象，在第三密度中会被认为是情绪或心理的自我。因此，即使在第四密度的思维中，也容纳一定类型的阴影。在你们的人群当中称一段时间为青春期，在这期间，情绪的力量会使得同时激活第四密度与第三密度的实体付出很大的代价，而对于激活任一密度的实体，一旦它在第三密度的成年议题上生存下来，它就是一个杰出的、非凡的、你们知晓为地球的行星公民了。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

（B 在电话上发表一个陈述。）

我们是 Q'uo，我们会赞成，我的兄弟。

（B 在电话上结束所有的询问。）

我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿及其团体。我们为这次集会之美和这次参与的能量而感谢你们，我们离开这个器皿和团体，同时感谢每一位。Adonai。我们是你们知晓的 Q'uo。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny, cT. & April

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1108b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1108.aspx

---

☆ 第 3107 章集：与 Q'uo 对话[完整版]

Copyright © 2002 L/L Research

特别冥想 2002 年 11 月 27 日

团体问题：主题为 2003 年将会发生什么物质上和形而上方面的事情？为了妥善处理这些事情，灵性导向的人们应该做什么，怎么思考呢？

发问者：第一个问题是，我们说话的对象 Q'uo 究竟是谁，该通讯过程是如何通过 Carla 运行的呢？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们存在于对祂的服务中。

我们是 Q'uo，觉察了你的问题。我们凭借这个器皿在她的能量体之内已经打开的路径而跟它通讯，以便它可以更直接地从宇宙中接收信息，这些宇宙存在于潜意识之外、存在于人类大脑中的内在或形而上世界之外。我们和很多其他的声音都居住在那个宇宙之内，受到你们星球上的人群吸引，前来相助，因为同类相吸，这些人追求真理，而我们可作为一种资源；**你们的人群当中有许多管道，他们收到形形色色的这些声音，端看该特殊器皿的[容我们说]调频或能量的静态平衡而定。**

今晚这个器皿呼唤我们到这个小组来。她以耶稣·基督之名，邀请她在稳定、清醒的状态下可以收到的最高与最佳的通讯。然后，这个器皿在心里呼唤这种性质的通讯，并在我们以她心中最亲爱、最崇高的名义回应时挑战我们；对这个器皿而言，那名义就是耶稣·基督。

我们是那些能够说耶稣是主的实体，因为这个实体、你们自己以及我们都从无限造物的最开始，就一直保留着单一伟大无限造物者的全息式火花；在演化的进程中，我们最终体验到了名为耶稣·基督或受膏者的意识。我们已经发现，第四密度的无条件之爱的缩影就是救赎的品质，它将在实体们的内在创造出该振动——使得寻求的灵魂聚焦于从第三密度进入第四密度的毕业过程。

在这个时候，容我们说，差不多在你们的十年以后就是毕业日了。因此，这个器皿十分敞开地和我们一起工作，因为该器皿也感觉到宇宙指引的声音，容我们说，对于任何希望体验它的人都是有帮助的，当然在未来十年也是如此。就服务他人和无条件之爱的角度而言，以这种方式尝试帮助那些走在灵性旅途中、走向毕业的人们是很好的。

基督意识的品质就是被称作耶稣的实体——这个人类，在他的无私和为他人奉献全部的过程中，所穿戴和变成的品质。这基督意识等待着那些在寻求灵性答案的道路上走得更远的人。因此，这个器皿能够成功地接触，并使她自己确信，这个接触即是它所陈述的(身份)。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

发问者：Q'uo 在穿越宇宙的演化过程中有些什么经验？Q'uo 是否也经历过第三密度？

我们是你们认识的 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。Q'uo 原则由三个实体所构成：一个属于第四密度，即这个器皿和团体所认识的 Hatonn；一个来自第五密度，名为 Latwii；一个来自第六密度，名为 Ra。这三个社会记忆复合体组成了这个声音。这些实体们属于这个银河系统。其中一个属于金星能量；其他两个在其他的恒星系统经历了第三密度。全体都以独特的方式经历第三密度，每个(成员)都以自己的方式精炼那经验。**跟你们这个特别的星球的人们的经验相比，每个(成员)的第三密度经验都显著地容易许多。这是因为你们所在的星球居住着那些留级重读的学生，有些人在七万五千年周期之前就开始这门课了。这是一群特别困惑的实体，他们漫长的经验还没有使他们在从服务他人到服务自我的所有变化中做出一个明确的选择，于是他们随机地、无聚焦地前后摇摆着。**在你们人群当中，这种意志上的缺乏可以追溯到许许多多次转世以前的历史，在一些转世中，既没有为正面意义的毕业(资格)加分，也没有为负面意义的毕业加分。

我们希望分享这些我们能分享的信息给那些想要听到的人们，以此来增加收割量。在给予你们这些信息的过程中，我们请求你们在文章中清楚地声明我们不是权威，我们毋宁是那些奉太一无限造物者之名前来的实体。我们作为同一条路上的旅伴，可以分享意见，那条路径就是道(Tao)。我们能一边前进、一边分享我们的一些意见，但我们请求每个考虑这些想法的人，只在这些想法中选择那些有深深共鸣的部分，于是，它感觉起来就好像每个人都在忆起、而非学习。对于那些没有共鸣的事物，我们会请你们把它们放在一边然后忘记，因为信息无处不在、无时不在，如果我们所提供的事物暂时不适

合你，那么我们请求你抛开它，因为我们不愿成为挡在任何人前方的绊脚石。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

发问者：你可否解释你所意指的**毕业与收割(harvest)**？

我们是 Q'uo，觉察了你的问题。(在场)所有人都熟悉收割的概念，这个器皿在她长达五十九年的地球经验中，她把注意力聚焦在你们称为的圣经的教导上。在这本特别的书中，收割的意象有一种特殊的意义，因为据说耶稣实体在他的教导中，提供了一则关于收割的故事。确实，这个实体提供了很多关于收割的教导。在这些教导的案例中，所有的教导都是通过故事和意象来提供的，因为这位收割的信使到来的时间，要比这个星球的实际转换(密度)时间早了大约两千年，这个转换即进入到另一个经验的密度，进入到围绕中心太阳的星系大螺旋中的空间/时间之内的另一个区域。

耶稣实体关于收获期比喻的核心是：各个田野满是发白的庄稼，所有的谷物都成熟并准备被收割；但却没有足够的工人来收割；接着便听到一声呼唤，那些追随这位老师的人，被呼唤去承担起荣耀和责任，每个人都以自己的方式尝试增加该可能性：唤醒那些正在绽放、已经成熟的灵魂，他们是七万五千年学习的成果与骄傲；于是他们得以跨出最后一步，跨过终点线，从以胆怯的意志为爱的志业服务，转变为一股热情与火焰，专注又慈爱地为自我周围的人、这个星球的益处来服务。

确实，在另一则关于收割的故事中，这个实体暗示，工人们进入葡萄园收割葡萄，他们工作了大半天，有一些人在当天很晚的时候才来上工，然而，到了收工的时候，所有人都被给予相同的一枚钱币。这点在收割上同样也是真实的。在 75,000 年的学习过程中，对于自我的真实本质的觉醒与觉悟发生在什么时候并不重要。关于那即将发生的事和部分已发生的事，名为耶稣·基督的实体是第一个信使：**那就是，一个无条件之爱的时代——第四密度，即将到来，而无条件的爱也是第三密度课程的真实本质。当心(轮)能够在生命中过半的情况中保持开放，关注他人的福祉、幸福、舒适、安全，并且服务他人，毕业就发生了。心需要被唤醒，被那蕴含于开放之心中、要知晓真理的渴望所点燃。借由保持心的敞开，该寻求者的学习过程变得更有效能许多；借由尝试去服务他人，爱的双眼开始有理由去睁开。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

发问者：如果一个人需要示现无条件之爱，好达成收割或毕业，他要如何克服自身之中的那些阻碍他的负面样式？

我们是 Q'uo，觉察了你的问题。**我们首先建议不要想着“克服”此过程，而毋宁视为平衡、更深入地移动进入真实自我的本质。**自我可以被自我看见，如果自我能够客观地(检验)正在接收的数据，自我就可以发现他自己是有帮助的。

第三密度生活方式的真正核心即是全然困惑的体验，这个密度的目标是去创造一个氛围：一个人在其中唯有凭借信心，才能看到当下此刻的健全与适当性。这个困惑的目的是让那个婴儿灵魂戒掉生物性的、做出(日常)选择的大

脑，并且进入第四密度的大门，容我们说，也就是人类载具能量系统的第四脉轮，绿色光芒能量中心或心轮。一旦寻求者能够掌握这种开放之心的价值、以及逻辑智力和人格的种种限制，这个寻求者就远远更加有能力保持意识的特定部分致力于精炼其准确性、并减少伴随着接收传入信息而来的情绪上的偏见。

我们会建议，生物性头脑(mind)的目标是保护有机体的生存，以便适应环境，从第二密度类人猿王国时就开始了，它们就是因为这种适应的特性而兴盛的。一旦这发生了——即心的开放发生了，一旦内在之耳能够开始向作为一个整体的意识暗示：一般而言，它都带着偏见看待收到的信息，那么它就远远更有可能在自己内在侦测到引发困惑的触发之物，而该困惑超过了单单传入信息的必要。

甚至在一个实体出生之前，就开始受到教化作用的影响，甚至在童年时期，这种文化适应的过程，就很快创造出了一种误解的样式，奠基于这些来自父母、朋友、老师以及周围的其他人的信息；这些人围绕着这个穿过出生的大门进入该幻象的年轻灵魂。因此，**几乎不可能真的抵销那些产生扭曲的学习经验。我们不会推荐实体们尝试去除扭曲，因为扭曲不是一个贬义词，毋宁是一个描述性词语。无限造物者的第一扭曲(变貌)是自由意志，第二是爱，第三是光，在讨论太一无限造物者之奥秘的系统中，这些是此特定系统的首要的三个原初价值。**

这是否回答你的询问，我的兄弟？

发问者：看起来，我们的星球正在进入一个非常困难的负面体验期。一个想望毕业进入第四密度的人，如何才能应付正在发生的事情和 2003 年将要发生的事情呢？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。首先，我们会说：政治阴谋、动乱、恐怖主义与战争的物质界显化，就如同它们本来的样子，都是毕业过程的自然外围现象，在其中，那些选择服务自我途径的实体，跟那些尝试走在服务他人途径上的实体一样，怀着相同的热爱与专注来尝试毕业。我们会建议，这些情况掌握在所有那些理解并了悟到他们是永恒的公民的人手中，他们来到这里学习与服务，并想望持续地学习与服务；因为这是每个实体的向上螺旋细胞的渴望，也是存在于物质宇宙和形而上宇宙内部的每个原子的渴望。

我们会建议自我要留心。**开放之心的责任是去无条件地爱它所见的每一件事物、每一个人，把它们都看作是自我或自我的一部分。在不安与冲突的时代，实体们被给予一个增强的机会，去观看自身的阴影部分——那只在内心深处撕咬的狼。即将到来的一年或许包含不平静。我们只能鼓励每个人在面对第三密度情形时打开内在与外在天赋的兵器库，在尽其所能地跟随灵感服务他人的过程中，找到合适的方式去回应。**

随着这种关注被简化为它的实际本质，即它只能被知晓一切都好的正面所影响，或被焦虑带来的负面所影响，那么，这种关注就能够转变为这个小时、这一年乃至未来十年的真正职责了。那就是协助这个星球、协助自我和每个其他自我获得一种能力，能够享受点亮你们星球的、更高密度的光。那道光的特性正在改变，第三密度的肉体载具要居住在那种光中将变得越来越不可

能，不是因为它对肉体会造成伤害，而是因为该能量会用某种方式硬化为一种典型的第三密度心智状态、跟自我保护与生存的概念关联在一起。

要享受第四密度的光取决于(是否)能够进入一种意识状态，在其中，所有其他自我都被视为自我，所有的罪恶与成就都被视为寰宇自我的一部分，并且能够转动 180 度，直到自我被视为万物和造物者。这种意识的统合以一种方式打开自我去爱和被爱，这种方式如同身体爱自身，而非分离的实体们彼此相爱。

每一个人都是独特的。我们没有假定一种高等的心理状态，我们毋宁建议，在潜意识的层面，(宇宙)造物之内的所有实体早已是一体的，因此，从第三密度移动到第四密度的过程，有部分是由该实体在信仰与感知层面接受一体性所构成的。**这使得该觉知的实体在偶尔感知威胁时，偏向于保持无条件之爱的态度，保持存在的光芒四射**。据说，圣方济各实体曾经称呼火焰为火姐妹，称呼痛苦为痛苦弟兄，看见一切事物与品质都是太一无限造物者的一部分。在每个文化中都有……

（磁带第一面结束。）

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo，再次和这个器皿在一起。刚才我们从形而上的角度，谈到你们对明年的关切，接着我们指出那些忆起混淆机制的人，他们的能力会提高；因为混淆机制覆盖了在无限的意识游戏中发生的事物的更深层次的本质。

我们会建议，在即将到来的一年中，在那种不断发展的合一性之中有一种持续发生的、周期性的事件，仿佛你们人群当中有些人此刻实际体验到了密度在逐渐增强。这些运动很早以前就开始了，随着这个星球的顺时针运动，螺

旋进入第四密度的时间/空间和空间/时间的振动，运动的频率还在不断增加。在第四密度的空间/时间，与生活在第三密度的、做决定的大脑中的人之间，振动的不匹配正在逐渐增加，要感觉舒适变得越来越困难。那些确实服务自我的人(制作)的玩具及小玩意儿，又明显增加了这种不舒服体验。这些玩具包括你们的**大众媒体**以及你们的服务自我的人群的各种阴谋诡计的产物。**这两个因素综合起来，提供第三密度实体一种显著增强的匆忙、压力、焦虑、甚至沮丧的体验。**

对于那些觉醒的实体，这不匹配有种不一样的效果。在投生中尝试去保持第三密度的心敞开、肯定会是不完美的尝试。无论如何，**全然渴望保持无限的爱流经能量体，这渴望对于时间/空间的宇宙，而非空间/时间，有一种可观的冲击力**。在时间/空间宇宙中，意图与理想是具体的东西。因此，即使该实体在保持心开放的方面一直是彻底不完美的，不知疲倦地、一再重复这意图、好返回心胸开放的状态，这就允许这个寻求的实体回应第四密度的振动，在这样做的过程中，这个实体进入它需要的、下个疗愈的紧要关头。在很多时候，这些紧要关头是情绪性的，通过情绪性的状况[如该器皿所称]而表达。在很多其他的时候，会存在身体载具上的实际困难，或者存在其他的效应——这些效应随着那个实体对于增强的光密度以及那个实体的能量系统之内的不平衡的反应而各有不同。

因此，**目标并不是完美，毋宁是不屈不挠地返回、记起无条件的爱**。无条件的爱就是太一无限造物者的本质，那本质弥漫并充满整个你所觉察的宇宙、以及所有你尚不能够量度的宇宙。确实，这个长久以来被认为是一种真空的太空，的确密密塞满了太一无限造物者的爱与光，比起你感知为物质的原子还要远远更加密集。

这是否回答了你的询问，我的兄弟？

发问者：关于实际可能发生的事件，Q'uo 可否给出任何的预言，好让人们可以在心理与灵性上准备好自己去处理它？

(我是 Q'uo。)我们会建议，预言式资讯将使得这个通讯失去调音(detune)，到了某个程度我们就不能够通过这器皿说话。因此在回应之前，我们要指出，我们也不认为有可能具体地在此类的主题发言而不冒犯自由意志。我们再次单纯地请求每一位都觉察到，可能会有服务的机会，这些服务的方式现在并非显而易见的。**借由聚焦在「一切都好、一切将是好的」这份坚定信心上，这情况随着其发展将远远得到更好的服务。**

我们要问每个兄弟姐妹，当每个人所关注的事物的本身都会帮助塑造未来的时候，在恐惧中对任何事情都念念不忘，这是好的吗？那么，甚至是以做好准备的方式而对危险念念不忘，这是好的吗？或者居住在一个没有危险、从而认可你所想望和渴望的事物的宇宙中，这样是不是更好？**实体们如何在内心跟自己对话，加总起来就在你们所称的共识性实相中，创造出联合的未来；所以对生存的任何关注，如果超出了类似你们为断电所做的通常准备，都是以某种方式在表达恐惧。**

(宇宙)造物中没有一个部分可以被贴上安全的标签；而就意识的持续性、兴旺繁茂、发展进程的方面而言，也没有一个地方可以被贴上不安全的标签。危险并不存在，物质幻象就是一个幻象。只有在考虑到收割期对你们星球表面的影响时，收割才是物质性的，因为**第三密度人群在振动上确实落后了，这**

对即将到来的密度形成阻力。地球，作为一个星球，作为盖娅，承受生产阵痛已经很久了，它需要光倾注到这个实体称为的基督网格、而其他人称为第四密度网格或扬升网格中。

这是真实的紧急时刻。**在这个全球的情况中，我们的焦点，也许任何形而上的思考，都在于减轻行星地球在其收割中的阵痛，接着从这个重复许多次的贪婪、掠夺、战争的循环中，增加灵魂的收割量。容我们说，这种防御与扩张的总和方针是恐惧与痛苦的产物。这些情绪就如同给了第五密度、负面实体们食物一般，这些负面实体从第五密度的层面正在激发和激活(人们)朝向极端主义的信仰以及关于正义的「以眼还眼」观点的倾向。那些愿在此时服务的人们大可尝试去改善第三密度的共识性实相，我们鼓励那些尝试去帮助的人。拯救自我的尝试是一种源于恐惧的尝试，我们会建议，这不是一个可从中取得真理的位置。追随真理会通往自我之心，在自我之心中，一个实体与那为万物赋予生命的存在合一、而不会过度关切其肉体载具。我们并不建议实体们漫不经心，毋宁是适当地随着事件的发展做出回应，同时拒绝用以恐惧为基础的担忧给心智的途径造成负担。**

你会从许多信使那里收到信息：看到的、读到的、听到的东西，进入视线的鸟兽、风雨。把真实知晓的过程带到你身边的是你自己的指引系统，它居住的世界，位于你大脑细胞的阴影海洋；它打开一扇通往无限宇宙的大门，那是每个实体生活的真实处所。

如果你愿意的话，想象一个看电视的人，他观察的是一个虚拟的实相。造物者的无限爱与光有种种变貌，第三密度的肉体频道接收到它们时，就被转译到这个特定的生活频道中；与此同时，每个实体却居住在对应的形而上宇宙

里。肉体的死亡是从一个厚重的化学性幻象，移动到一个较少扭曲的非物质宇宙；生命不会中止(存在)。**无论如何，每个实体在此刻进入投生，不是为了拯救自我，而是为了伸手帮助别人；随着一只只手伸出来，手跟手开始相连，实体们开始希望以专注又和谐的方式，加入变化的韵律和流动，这些非常合适而且必要的变化正在你们星球上发生。**

在此刻收割量真的可以大幅增加，因为在这里的如此多的实体距离觉醒只有一小步，所以我们感觉，好比你们这个团体以及所有正面导向的光中心[都在你们星球上]，随着它们工作的不断增强的协调一致，它们开始看起来较不像是孤立的灯塔，而更像是(闪亮的)大都市。**第四密度的网格可以看作是由所有正面人群手牵手、心连心而形成的。在帮助你们的星球的方面，寻求中的实体可以看着全球，看着许多生命原力虚弱的地方，看着那些贫瘠而荒芜的地方。这个器皿所称的网格在这些地方，需要得到强化或调整。**

单凭打算这么做、接着进入冥想状态，实体们就可以在任何时候选择变成放射器，向这个网格发送无条件之爱。送出这种光的过程，是一个发出意愿的过程。在这个为一些人送出光的过程中，某些观想是有帮助的，好比观想紫色的光正在被送出或者观想这个星球，有光流入网格、接着网格亮起来了。我们愿指出，你们科学家已经发现这个网格、还发现其他东西，因此实体们可以找到的有关资料琳琅满目，这些资料用线性的方式描述具体的网格入口和节点，而这个实体缺乏(科学)语言做更深的讨论。不过，当自我在开放的心(轮)之中协助时，并不需要知晓网格的组成。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

发问者：将一个人的能量中心群与基督网格对齐的最佳方式是什么？我们如何观想它，以便于向它发送能量呢？

我们发觉这个器皿越来越疲倦。我们是 Q'uo，我们将这个问题作为此次集会的最后一个完整询问。

这个器皿熟悉德隆瓦洛·默基瑟德(Drunvalo Melchizedek)实体的作品，我们会说，尝试去跟随那本特定的、跟激活梅尔卡巴有关的书里面的练习，这会构建一个系统，一个实体可以由此在仪式性的心智活动中驾驭并锻炼漫游的心智，这会有助于开启能量体。有多少种鼓舞人心的体验，就有多少种开启能量体的方式。好比德隆瓦洛实体的方法，以机械性方式打开心轮；该方法的负担是其外在形式：必须从头到尾，循序渐进，一步一步地走程序。

这类开启心轮的仪式有很多种建议，我们鼓励感兴趣的实体搜寻有关的可得资讯。对于我们自己，我们建议更多地沿着那条路线：那种对于喜悦和感恩的无可言喻且自发性的表达——这是每个人在狂喜时刻体验过的。我们给这个器皿的头脑带来一个男人和女人在爱中连接起来的体验，友谊缔结的体验，发现自己热爱一己的工作的体验。这些感觉用它们的真实本性开启了心轮。当美丽以纯粹的方式被感知的时候，它完全地开启心轮。

因此，**什么事物将开启心轮，这对于每个寻求者而言都是独特的。**对于这个器皿，它是一再一再地返回耶稣·基督的餐桌，好将这个实体视为无条件爱的化身吸收到她自己的内在。当这个实体听到核心话语：「这样做以纪念我」，她处于狂喜之中，这个器皿在心里回答：「主，我会记得。」对于另

一个人而言，心轮的开放可能涉及一首歌曲的美好，小鸟的飞舞，玫瑰的香味，或者和深思一个抽象观念有关。每一个实体的平衡位置都是不同的。

无论如何，**开放心轮是所有人的共同需要，但不是从一个粗心或毫无准备的位置来开放。在你要求自己的心开放之前，首先我们请每个人要求自己的能量体进入平衡、开放、畅通的状态。**单纯地向心智要求让自我照料这一点会有助于进入那种意识的状态，进入爱的灵感与正确生活的热情，坚守自己心目中最高、最佳的原则。这些感觉攸关领悟到自我的本质和周围大自然的本质，对于打通心轮大大有帮助。当然，任何你觉得令人鼓舞的、有共鸣的东西，都值得你信任。

我们用来结尾的建议是：我们请求各位记得，**灵性的演化是一个改变的过程。改变的本质就是把意识推向不舒适的状态**。一个实体在一天中、在意识中做的工作越多，其意识的新陈代谢就攀升得越快。这就好像一个实体锻炼肌肉一样。寻求每天定时冥想，这是好的，尤其是，如果这样的练习是独自一人完成的话。在团体中冥想更长的时间，这肯定是更为安全的，我们肯定地建议实体们在团体中冥想，这要比自己独自冥想在磁力的方面会更加强大。

我们建议温柔地对待自己，因为要爱人如己，第一个必须被爱的自我就是你自己，而这是所有「自我」中最难爱的，因为你自己的所有秘密想法都是你知道的。我们请大家尽量保持轻松：一方面像恋人一般、充满炽热的激情、追寻太一无限造物者的真相、追寻深层自我的真相，同时跟幻象表面保持轻柔的碰触，并非不尊重或侮辱它的重要性，而是认识到，你在这过程中接收的信息，本身就牵涉到幻象。

我们感谢名为 W 的实体、以及这个群体的其他成员，在这次多少有些不寻常的集会*呼唤我们出席。我们享受这次的冥想以及和你们自己的振动分享我们的振动，我们感谢每个成员牺牲时间与能量，以便于拿出这段沉思与发问的时间。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们每一位。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai Vasu。

*编注：发问者住在巴西，通过越洋电话提出问题。

Translated by T.S.

(V) 2004, 2019 reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1127b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1127.aspx

---

☆ 第 3108 章集：催化剂的三个层次

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 11 月 3 日

团体问题：今天的问题，Q'uo，跟我们感觉的催化剂之强度有关。我们听说，大多数有效的学习是和某种创伤一同发生的。我们想知道，那是为什么。是因为我们想望去学习的课程的强度吗？我们想望去学习的课程是否可以从我们体验的催化剂分辨出来？还是需要看得比体验到的催化剂更深入？我们想要你们给我们一些信息：**关于我们如何体验催化剂、以及我们如何才能在使用催化剂的过程中更有效率**。我们可以在处理催化剂本身的过程中看

出自己试图学的是什么，还是需要用更多的冥想去发现这功课？我们需要和梦境一起工作吗？我们需要写些随笔？除了仅仅观察在我们日常生活中可得的催化剂之外，我们需要做某件事吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。能够在此刻为你们的团体服务，这是对我们的一种真正赐福，借由你们对信息的寻求，你们呼唤我们，我们为这样的荣幸而感谢你们。我们极其乐于与你们分享我们简陋的想法，同时请求你们带着小心谨慎的耳朵来聆听我们所说的那些事物，拒绝所有跟你个人没有共鸣的那些事物。这将使我们觉得既有机会发言，又不会被感知为权威，不会以任何方式限制你们的自由意志，或者限制你们的能力、让你们不能为自己选取有价值的想法、把它们用作资源。

你们今天提出的问题，其答案就在你们日常经验的细微差异中。你们问到已感知到的体验的特性，因为你们每个人都体验过那些情况，它们似乎形成了这样或那样的挑战，让人觉得不舒服或不方便。你在遇到这种催化剂时会有疑问，比如 V 实体问到：「宇宙在试图对我说什么呢？我在试图告诉自己什么呢？」接着，就像 T 实体指出的，在所有这类问题中，最后肯定会存留的，就是小孩子如此惊人的、简单的发问：到底为什么它一定要发生呢？

与其在这个层次上处理这个问题，我们发现不如换一个观点：少一点局部性、多一点全球性，少一点个人性、多一点全体性，少一点文化的眼光、多一点原型。Jim 实体相当准确地假定，不管是实际上或象征性地说，**催化剂的层次要比眼睛看到的更多**。容我们说，催化剂有三个基本层次，而且肯定还

有许多个子层次。**第一个是表面实相的层次**，这个器皿会称之为共识性实相。在这个层次上，情况已经成熟、进入显化；它常常需要你选择物质上的具体细节，比如设定一些限制、选取资源、从多个选项中挑选。

在催化剂的第二个层次上头，存在着深层的性质；它们综合在一起，通过灵性演化、身体周期、情绪周期这些自然过程而逐渐成熟，容我们说，为个人的生活电影塑造出故事的外形。因为每个人都有一部长跑式的五彩电影，由你们每个人都熟悉的「我」的生活故事所组成——这个生活故事包含着多层次和多水平。在催化剂的这个第二层次上，有个单纯的知晓蕴含着可观的力量，那就是知道：**不管在苦难或在困惑中你都不孤单；相反地，每个人都处于好几个实体的关怀、疼爱、保护之中心，祂们就住在你们的内在层面里**。每一个从投生大门进入第三密度的实体，都有三个这类实体，你可以用不同的方式描绘祂们的特征。这个器皿接受的训练，把祂们描绘为男性、女性、统合的或雌雄同体的实体。不过，除了这些这个器皿往往称为「天使般的」实体外，支持你的团队也许还包括了数量不定的其他实体，祂们受到你的能量、希望、理想、信心所吸引，或者受到你对美的欣赏带来的可爱光色吸引，或者受你对服务的奉献吸引，成了你的保护人。这些实体无法直接帮你选取催化剂的第一个层次；祂们不能替你做出决定，关于如何设定限制、择定选项、选取表面催化剂的各种具体细节。无论如何，**如果你在设法选取催化剂带来的选项时，记得这些实体、邀请这些实体，祂们就可以为你周围的原力充能，让振动为你带来有帮助的资讯**。这些潜藏的形体是由正在学习去爱和被爱的实体们创造出来的。

当你正在请求天使与指导(灵)的帮助之际，最好从感恩开始，带着赞美和自信：给你自己，给正在帮助你的那些实体，给那显然不完美事物中的完美。

催化剂的第三个层次是原型的层次。在催化剂的这个层次上，蕴藏着你最强大的工具，用以转变你意识状态的真正特性，让你即使在经历感知上的不完美之际，仍旧保持至福的状态。然而，在催化剂的这个层次之内，能量既深且暗，对显意识大脑的回应缓慢。**在催化剂的这个层次工作时，最伟大的资源就是静默。**正是在这个基础或原型的层面上，一个人练习无限造物者的临在；正是在这个层次，一个人自己的心之产物，接受自我的内在，打开内在的未知房间；这个器皿最喜欢的诗人，称这个内在房间为「心之旧货铺」[1]。对，你们每个人确实都有破布和骨头、牙齿和头发，以及关于你如何搜集又失去这些东西的记忆；这些东西藏在收破烂的心中，直到这些能量适合于清洁房屋、打扫灰尘、整理，接着把垃圾收集到桶子里，好把它们从生活和记忆中除去，不再感觉需要对它们负责。

[1]原注：

威廉·B·叶慈，《马戏团动物的逃亡》（35 行－40 行）

扫街后的垃圾或一堆废物，

旧水壶，旧瓶子，破罐子，

锈铁，老骨头，破布，还有那个

守钱柜的、瞎说的泼妇。

既然我的梯子已经不见了，

我必须在所有梯子开始的地方躺下来，

在这颗心之恶臭的旧货铺中。

T 实体在这次冥想前的对话中，提出一个深刻的问题。他描述说，在生活中一个宁静的、黄金般的日子，他基本上觉得自己取得一些进展，获得某种领悟；这个实体在新的一天醒来，发现这个新的一天带来各种挑战，其本质

是：去掉了那些舒适、宁静、喜悦的感觉，取而代之的是限制、恼怒、分离的感觉。这个实体问：「**我们如何才能学会在下一个催化剂出现时，保持这种领悟的感觉呢？**」在这个器皿这次传讯的剩余时间里，我们觉得这就是要聚焦的问题了。

你体验为一次人生的东西，似乎有一个非常稳定的画卷、有一种韵律；它就像被生死在两端固定住了，中间那展开画卷的丝带，长度刚好合适。不过，我们发现，人的一生的体验，只有一部分被局限在时间和空间之内，容我们说，局限在你这次投生行旅的时/空连续体的表面上。在你面前稳定展开的、你体验为似乎连续且平淡的存在，实际上有一半或大半，是由环绕着爱与被爱的问题的那些想法模式，从未来或过去呼唤到当下的。**有关爱的问题之一是：「若我们分辨得出能量体的哪个脉轮在承受该挑战的主要冲击，我们就能处理它们吗？」**部分答案是：「对，这些考虑总是有帮助的。」然而，我们会建议，要一下子推开自我的窗户，朝向内在的光、内在的希望、内在的信心，你也需要技巧与艺术，才能在工作催化剂时让你内在有不断增强的觉知，而你只有部分是时间与空间的产物；你自己的另一部分是寰宇的、无限的生命、永恒中的一个居民，一个已经从未来和过去将礼物给予自我的人，那礼物将喂养当下此刻，因为有一种对于微妙差别、爱与被爱的课程的需要。**无论正在体验到挑战而感到压力的能量中心是在什么位置，该课程都将持续是关于爱的课程。**

智慧在为日常生活提供养分时，智慧将自身表达为关于「什么是爱」的不同领悟，以及关于「怎样是分享无条件之爱」的崭新而令人精神焕发的觉知。接着，在投生中学习高级课程的人，由于他们在接纳别人给予的爱时能量之细微差别，他们的挑战略微不同。很多时候，用负面方式呈现出来的一系列

情况，其成因是需要学习如何接受别人给的爱这门课。**几乎每一个正极导向的实体，都远为容易学到爱别人的课程，而不容易学会该课程：被别人真实地、无条件地、完全彻底地爱**。对这个真相的抵抗，在由催化剂的原型层次和第二系统所创造的模式中，制造了大量的浑浊。

结果是，在思考怎么处理催化剂的挑战时，我们会建议不要过多地停留在催化剂的第一个层次上，而是更多地思考或花更多的时间来处理催化剂的第二个层次和原型层次。这会转译为沉思之类的行动：就像 Jim 实体所说的，在注意力没有被细节占据时，沉思脑子里出现的东西，在驾车或者在大自然中散步时，一路沉思；为了呼唤那些原型的资讯来源，花时间在冥想状态中、祈请自我的静默总是有帮助的，允许内在指引的静定微小之声，如心中的晨星一样有闪耀的时刻。众天使包围着你，拍打着无声的翅膀，吹响了号角，演奏赞美与感恩的和撒那，让宇宙充满了歌声。

这个异象的魔法就在你的周围。你们共识性实相的每一个角落，都挤满了魔法。太一无限的所有创造物，都会如同坐在你旁边的人一样回应你，而且也许比你在物质幻象中可能遇到的任何人，都更觉察你的真实身份。这些实体：植物、动物、元素，它们找到的爱与被爱的方式，比在第三密度内可用的方式更简单；那种直接的、直觉的、毫不犹豫的流露爱与接纳爱的方式，是你在任何时候都可以从风、雨、你壁炉上的火、和你自己身体的土中，学到的一门伟大课程。**你越能够在这个非常简单的层面上，安歇于跟万物一体的合一，你的灵性就将越稳固地保持赞美、感恩、喜悦的振动，这种振动是完全居住在太一无限理则的造物中的实体们所共享的觉知之稳定状态。**

你的身份是什么？任何时候、只要你可以，在脑子里相当清楚地保持一部分你的本体：与万物为一，与所有你寻求的事物为一，与所有你不寻求的事物为一，与所有你理解的事物为一，与所有你不理解的事物为一，与所有你赞同和不赞同的人皆为一。我们不是要求你去忽略日常生活的催化剂。我们希望你的参与程度足以使你觉得你犯了许许多多的愚蠢错误。为什么我们会希望你犯错呢？恰恰如同大家在这次讨论前的谈话中所假定的，很多时候，依照你的学习计划——它构成你这次的具体投生——你已经选择拿起一个决定的交会点(nexus)。表面上，这是一个关于细节的决定；而在第二个层面上，这个决定关系到爱；在原型的层面上，这从来都是关乎自我的本质与使命的决定。**让你自己在这些层次上上下下、里里外外地滑动；不轻视任何层次，或珍视某个层次超过另一个，而是既看到一切的表象，也看到没有任何事物等同于它的表象，这两种领悟都可以引领你前往有技巧的行动。**

在我们离开这个器皿之际，我们愿简单地说，一如既往地，当你请求我们在场的时候，我们会稳定地和你一同进入冥想。如我们刚刚说过的，许多实体正等着被邀请、成为你魔法世界的一部分，成为你转变的蓝图的一部分。这是一个好计划。你们都已良好地做出选择。你们确实已经选择一种催化剂的强度或密度，你们同时希望去学习和服务，你们每个人都做得好。自然而然地，因为物质幻象的特性，在日常生活的存在中几乎很少有一种完成了或对称性的感觉，而如这个器皿经常说的一样，一旦一个人第一次找到了那个地方，就会有一个美妙的、始终存在的空间，在其中，一个人和无限太一同处至圣所之中，歇息在爱与光中，无限地充满太一造物者。

我们会在此时把这个通讯转移给 Jim 实体，好让我们可以回答这个团体的成员的脑中仍旧存在的任何问题。我们大大地感谢这个团体提出这个问题，我们会在此时、在爱与光中离开这个器皿。我们是你们知晓的 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿在爱与光中向你们各位致意。我们可否在此时述说任何进一步的询问吗？

V：Q'uo，我这一周在考虑宠物们，主要是宠物在与第三密度人类关联时的特性。我回想起某些宠物是第二密度的，而某些宠物甚至是处于第三密度的开端或早期的层次。当第三密度正在进入第四密度的时候，我们的宠物将会跟着进入第四密度吗？我猜想这是一个多层次的问题，因为我不确认在我们进入第四密度之际第四密度会如何与我们一同工作，我们将会停留在第四密度，或者我们将前往另一个第四密度的星球——它适合或支持第四密度的实体们？在什么层次上，宠物能够与我们留在一起呢？在更高的密度、超越第三或第四密度，在本质上，是否有任何好比一个宠物的东西呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这不是一个简单的询问，如同一个人可以想象的一样，因为**所有的意识体验都是朝向造物者的运动**。在你们进化的不同部分，每个实体都有同伴、智能的能量场在韵律与和声中跟你一起移动。无论你把该能量场称为「宠物」还是「人」取决于其源头的个体性；若任何能量场的灵性复合体已经觉醒，那么就存在我们称为的心/身/灵复合体。在你们的幻象中，你们现在居住其中的第三密度，你们拥有这些宠物的伙伴关系。在很多情况下，因为长期跟许多你们称为的主人在一起——有些

宠物只有一个主人，有些宠物则有多个主人——这些实体有能力给出与接受我们称为的爱，那个因素决定了宠物实体所在的密度层次。

当实体们越来越能够体会那种主人给予它们的爱、支持、滋养的品质时，接下来这些实体们也就学会去给予那种名为爱的事物了，这样就有一种给予与接受的过程、体会充分发展的爱的平衡特性。那么，这些实体可以接近自己的毕业(资格)，这点就是肯定的。它们将不大可能继续作为一个宠物，因为这些实体们接下来能够以第二密度实体不大可能采行的方式来行使自己的自由意志；而当它作为第二密度的实体时，它会乐于把照料自己、做决定的权利交给另一个实体。这些实体有可能继续成为伙伴，因为始终有一种感激，所以你们的关系有可能变得成熟，这是十分可能的，由于宠物对你们之间关系的感激，是建立在爱的基础上的，而爱，容我们说，是连接双方的纽带。很多时候，从前主人与宠物的关系，发展成为学生与老师的关系。遍及所有的宇宙造物，都有各种关系在分享更高的知识，该分享会呼唤知识、爱、光以及渴望去服务，那是在太一造物者的宇宙造物之内激励全体智能的因素。因此，你可以很放心，当爱已经被给出、获得接纳时，会有一种持久的纽带。

我们可以进一步回答吗，我的姐妹？

V：不用了，谢谢你们。我对此很感激。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：我有一个问题：我们在上次进行通灵冥想时，我在该频道中接收到一股能量，它跟我以前体验过的任何能量都有点不同，因为在该资讯来源背后

的能量和压力总额异常地庞大；即使我已经尽我所能地快速说话，但如果我居然能够说得足够快速、可以从我的信息流得到全部内容，我当时也许只表达了 10%到 15%的全部内容。我想要知道你们能否评论一下这个经历。我还没有搞清楚它为啥如此独特，是不是哪个特殊的实体访问了我们小组，或者有一个特别巨大的能量碰巧来到我们的问题背后。任何评论都会有帮助。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这种发声通灵的特殊服务，其周期最容易受到行家周期的影响，我们听过你们小组这样称呼它。该 18 天的周期以正弦波形式移动，在特定的日子从事通灵会更为吉利，容我们说。压力的体验，是你这种作为器皿的实体取得资讯的体验。如果一个人能够清晰地把自己的器皿开放，把个人的戏码和染色放在一边，可以在这个行家周期中找出，位于接收资讯能力顶峰的日子有什么风味，那么资讯就似乎来得更容易、更清楚，不用挣扎地定义概念、挑拣某个字、或者感觉有能力来描述内在之眼看到的东西。这种体验会为你的经历留下鲜明的痕迹；如果你把它绘制成图表，便知道何时可以善用这个周期，这对未来的经验会是有益的。

是否有进一步的询问，我的姐妹？

Carla：好的，进一步的评论，我会乐于请你评论我的评论。我跟一起经历过那次体验的人们谈起它，我发现从听众而非制作者的角度来看，总的体验是话太多，结果一句也听不懂；所以在我看来，学会如何不要那样做，如何保留清晰度而消除啰嗦，这对我是有好处的。你们能够在那点上头给予的任何评论，我相信都有帮助。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这很像一个人在精通滑雪技巧的过程中，从山顶往下滑雪——我们把这个影像放在这个器皿的脑子里——由于比平常转弯更快而感到不自在。虽然你作为发声的器皿已经有多年的经验，为了精炼技艺，所有器皿仍有大量的工作可做。学习体验啰嗦的文字，找到概念的核心，找到描述概念的完美字句，就像滑雪人正在快速转弯，这会让你在未来的集会里变得更加自在。

有没有进一步的询问，我的姐妹？

Carla：没有，谢谢你。我盼望不……怎么说好呢……我们冥想小组的耳朵将来不要再遭受这种连番轰炸。非常感谢你。

我是 Q'uo，我们再次感谢你。我的姐妹，在此刻有另一个询问吗？

S：好呀，Q'uo，你们能不能告诉我们，今晚与我们在一起的是你们团体中的哪一个？你们能不能跟我们谈谈自己，一般地谈谈今晚有什么能量和我们在一起？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当我们 Q'uo 与你们谈话的时候，我们是由几个社会记忆复合体联合组成的；它们先前有过跟这个团队交流的经验，它们借出自己的能量，让这种联系变得可能。Latwii 群体最先与这个团队建立长期联系，不过作为 Q'uo 原则的一个活跃部分，后来加入的 Hatonn 群体在你们团队的早期，最早和你们主动取得联系。Ra 群体，容我们说，一直是指导原则或者说是覆盖总体的能量，它们把自己的爱与光跟 Hatonn 和 Latwii 调合、形成 Q'uo，我们这个团队的构型才得以形成。这就是核心

(core)，或 Q'uo。在服务太一无限造物者的星球邦联当中，也有其他(群体)不时地加入这个寻求圈子，因为这个圈子的组成，需要或请求某些元素，正是其他实体们的特长；这些实体有的具名，有些没有名字。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：我没有了，谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有最后一个询问吗？

V：我有一个，跟 S 问的有关。当这个原则形成的时候，你们如何想出 Q'uo 这个振动复合体，和它相关的能量是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们使得这个器皿微笑了。距离她见到 10 年级(约高一)的拉丁文老师已经过了很长一段时间。在这种拉丁文中，有「quo」这个单词，人们用它来问是谁、是什么、在哪里、在何时。我们当时试图给这个团队一个线索：关于我们是谁；更具体地说，我们当时试图启发这个团队，来问我们是谁。我们的努力收效甚微，因为这个团队花了几乎你们的两年时间才发问。

V：那是因为我以前不在这里。我有很长一段时间一直想要知道这缘由。

(我是 Q'uo) 我们本来可以选择，容我们说，更能激发兴趣的名字。我们当时这么选取，是希望两个器皿之一会记起高中的拉丁文。我们欣赏时间的因素，因为不是所有人都可以和其他人学得一样快。在你们的未来，我们将学

习选取也许更有趣的名字，现在，我们暂时保留 Q'uo。此时，我们再一次感谢各位，邀请我们出席你们今天的寻求圈。

我们是你们知晓的 Q'uo。我们离开这个器皿和团体。一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1103b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1103.aspx

---

☆ 第 3109 章集：平衡的生活

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 9 月 29 日

团体问题：今天我们的问题跟平衡的概念有关。我们从很多不同的来源都听说，平衡是重要的，我们应该寻找一些方法以平衡我们的生活，既然每个人都是独一无二的存在，我们想知道 Q'uo 是否可以提供一些信息，说明我们作为个体如何决定我们需要做什么来平衡我们的生活。可否推荐一种普遍适用的冥想、沉思或研究的技巧，使我们对人们或新情况的回应是最高和最佳的？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们今天下午来到你们这里。能够体验你们每个人的美，我们感到如此的荣幸和蒙福。真的，你们每个人对我们都是一份祝福，就像宝石，就像珍珠，就像美丽而独特的、使得宇宙变得完整的全然必要的元素。我们敬重你们，感谢你们心中的渴望把你们带进类似这个小组的寻求圈。感谢你们，因为我们一直希望分享形而上性质的资讯，给那些觉得它有帮助的人们。

一如既往，我们的故事是相当简单的，却有无限多种讨论合一的方式。我们发现这多少有些讽刺，但这仅仅是语言本身的缘故。在和你们分享一些意见时，我们只请求一件事：请你们理解，跟你们一样，我们也是寻求者，是和你们走在同一条道途上的实体。我们也许有更多的经验，然而，我们没有更多的第三密度体验；事实上，我们当时的体验并不多，因为我们的第三密度体验是简短的。

我们把你们每个人都看成大师。我们知道，你们每个人的最大能力都是：在这次物质界投生结束时，从这个经验的教室进入下一个经验的教室；我们希望用我们提供的东西，作为资源给你们这些寻求的人，如这个器皿早些时候说过的，开辟一条通道，允许来自更高密度的光进入地球层面，此刻这里极度需要这种光。

借由呼气与吸气，你们每个人早已在做这项工作，不管你觉得自己是处于平衡还是处于混乱的顶峰！**事实上，你分享的每次呼吸，如果是怀着开放之心在分享，都在向你此刻居住的这颗星球及其人群，提供根本的协助；地球人是一个整体，你们每个人都是其必要的一个部分。**因此，不存在错误，这话

说得很对。我们只想请你们了解到，在这个语境下，我们下面要说的是主观性真理。那个真理的概念对你们人群来说，是一个危险的概念；我们鼓励你们，只有当我们的想法吸引了你、和你有共鸣、帮助你聚焦在手头的工作时，才考虑它们。你们不要把我们看成权威；如果没有共鸣的话，就不要保留我们的任何想法。由于你们每个人都保护自己的自由意志，我们就可以自由地跟你们分享意见，不管这些意见重不重要。每个人都会从我们说的话里保留不同的东西，也会丢开不同的东西；我们会鼓励这一点，因为你个人的分辨感，真的是自己可观的、强大又有效的资源。你会知道对你起共鸣的事物，它将向你走来，仿佛你忘了很长时间之后，刚刚记起来一样；你不会觉得它是新的，而会觉得它是熟悉的、正面的。如果你对我们的想法没有感觉到这种[容我们说]化学反应，那就毫不犹豫地丢开它们，因为这宇宙，和所有层级的造物都充满了讯息。如果你错过一条讯息，没关系，因为另一条讯息将替补它的位置。宇宙造物难以置信地充满了无限的机会；每个人越多地认识到该造物是可塑的、甚至是流动的，就越有可能去开采经验的富饶矿区，获取里面的宝石。

你们今天问到了平衡。这是另一个相对简单的概念，容易领会；但无论是描绘它或实际去取得平衡，都是无比地困难。我们今天可以讲一些关于平衡的信息，但是绝不会指望能够穷尽这个主题，所以如果在这次集会结束时，你们还有别的问题，我们鼓励你们每个人记得提出剩下的问题。在集会的结尾会有提问时间；如果这个小组对这个主题有足够的兴趣，在下次通灵会上提出进一步的问题，也是相当有可能的。

关于平衡，也许我们会讨论的第一件事，是构建出平衡这个概念的模型。这个器皿按照一个特定祷词、也就是圣方济各祷词来调频。完整的(声音)振动方式如是：

上主，使我成为祢和平的工具。

在有憎恨的地方，让我播种爱；

在有伤害的地方，(让我播种)宽恕；

在不和的地方，(让我播种)团结；

在有疑虑的地方，(让我播种)信心；

在有绝望的地方，(让我播种)希望；

在有悲伤的地方，(让我播种)喜悦。

哦，神圣的大师，

教我们不要过多地寻求被爱，而是去爱；

不是寻求被人理解，而是理解别人；

不是得到安慰，而是给人安慰。

因为正是在赦免中，我们得到赦免，

正是在给予中，我们领受，

正是在垂死中，我们升入永恒的生命。

对于这个特殊的器皿，这是一段优秀的调频祈祷词。无论如何，我们在这里用它来指出这个模型在辩证上的局限。平衡不是指自我的某一边和另一边之间的精确平衡；没有一条线把你的身体一分为二：一半为正面、另一半为负面。虽然对着光调频是一种有技巧的资源，可以用来促成观点上的短暂镇静与稳定，但它没有构成一个真正的模型来阐释成为平衡是什么样子的。这个祷词模型有种平面性，可以用 X 轴和 Y 轴来描述：X 轴右侧的东西是正面的，X 轴左边的东西是负面的，如此等等。

采用这个器皿已描述的、这个圆形的模型，接着允许它成为一个球体，一个环绕事物的能量场。这个模型会指出一个人处于平衡状态，何时呢？一个圆形在什么时候是处于平衡状态的呢？对我们而言，一个圆形在所有时间都处于平衡状态。它的球形面向创造出一种情境，在其中，一个人没有失去其平衡的可能性，没有跌倒的可能性。它只可能滚动，被神踢到不同的环境中，以及拥有弹起的能力。

所以，让我们更靠近一点来查看这个模型。实体们在他们感觉失去平衡的时候倾向去做的，就是尝试去更正。当一个实体在汽车里，而汽车发生打滑时，就是这种情况了。一个实体摆脱车子打滑的训练越少，在自我感知到打滑时，就越不可能采取行动、有效地影响驾驶方向。驾驶技巧越高、开车的经验越多，实体就可以越快地更正行车方向；秘密当然是：在汽车失控时不要试图操纵方向盘。

这个过程跟该器皿称为 AA 祷词*的内容有密切的关系。该祷词如是：

赐给我勇气去改变我能改变的事物；

赐给我平安去放下我无法改变的事物；

并且赐给我智慧去分辨(两者的)不同。

*编注：AA 是 Alcoholics Anonymous 的缩写，1935 年成立于芝加哥的国际组织，旨在帮助试图戒除酒瘾的人们，中文为：戒酒无名会。

如果要应用这点，把肉体载具、情绪载具、能量载具、能量场作为一个整体，安全地度过人生体验中的一次打滑，**首先需要处理的就是失去控制的恐惧**。这个物质界体验的实际情况是，除了给该实体提供不同的内在感觉以

外，打滑和更正之间没什么不同。**就形而上而言，真实情况是：全时间都有一个完全失控的因素。**这是因为你们星球的整个大气层和环境，以及许多支持性的子密度，或者如这个器皿称为的内在密度，全都完全聚焦于创造一种失控的体验；它周期性地一会儿比较好控制，一会儿又比较不好控制，(从而)允许每个寻求的实体，都有适当的、及时的周期，来搞清楚要面对的课程，并处理这些课程，不管是学会或没学会。这个周期来回运转，要么为特定的实体在学习特定的主题之际再次带来相同的情况；要么螺旋上升，因为先前的学习结果开启了下一个层次的学习。所以，形而上而言，你们每一位都处于无穷变化的过程中。

改变就其本质而言就是令人不舒服的。这是令人迷惑的：似乎有个十分风趣的神明把一些新样式抛入人生的体验中，这些新样式特别擅长在外行人面前，表现出十足的、完全的混淆与混乱。**只有在处理过大量的新催化剂之后，该样式才可能变得清晰；然后，只有借助后见之明我们大多数人才看到，高我给我们的大多数课程有什么真正的价值和益处；这些课程是祂在(我们)投生前极为仔细又慈爱地选取的课程。**投生前和投生中的唯一不同是：在投生前，你完全清楚为何做了这些选择；在投生中，你对于模型的所有感知、作为一个整体，都必须保持在迷惑和幻象的面纱底下，好让第三密度课程的根本特性，以每个实体自己的独特方式，缓慢地对该实体变得主观清晰起来。我们说过许多次，这门课程围绕的观念与一个原则有关，这个原则具有一个(起初)思维或理则的特性；在你们的语言中，对这个原则的最佳描述，没有什么可以比得过爱这个字。理则或爱是一种能量，祂创造了你们每个人、创造了我们每一个、创造了所有的行星与恒星体，为理则自己创建了一栋住宅。**这栋住宅的创造者在听，祂着迷了；祂希望你们每个人带着极好的胃口与乐趣、专攻那名为行星地球的学年。在投生前，地球被看成一个不可**

能不快乐的地方。如 F 实体曾说的："在这样美丽的地方，一个人怎么能心情不好呢？"的确，你们的含羞草豆荚垂挂在秋天的阳光里，尽显美丽的风情，它们在金色秋光里辉映出的特殊色泽，不光在你们的空间里十分美丽，在我们此刻休息的内在层间中也是如此。

它美得难以形容。**唯一损坏这个嘉年华气氛的，就是变化：你来到这里的原因！**因为只有在幻象中，才有可能感知到真正的改变。这不是说在无限里的每一刻，不会有不同的想法；不是说事物不会改变，因为真的没有任何两个实体，可以同时呼吸到相同的空气，没有任何单一个体可以两次呼吸到相同的气息。人们谈论很久的、无法两次踏入的哲学之河，依旧向前奔流，依旧在变，依旧每天带来新鲜的收获、把实体放在感觉失去平衡的位置上。在这个结构里，爱位于何处呢？这个结构之内的爱，位于无形的事物中，超越困惑、超越环境；它存在于开始觉察到自我为一个单元、包含了一切万有时，无论处于平衡、还是失衡。所有的原料都存在于内部，没有被整齐地分成正面标记与负面标记的东西，而是完全彻底地混合在一起，并且与文化适应(同化)过程的无数层次再次混合；借由每个人在整个投生中所听到的东西，你们每个人都体验过这种同化过程。这个小组的许多人，在这个星球上的早期体验非常艰难；由于他们有某些假设：比如"我没价值"，"我不快乐"，"我不受祝福"，"我运气不好"，"我不够好"，把它们接受为事实，这些人灵的成长遭受种种的扭曲。我们还可以继续列举，但基本上就是**觉得(自己)不够好、被人遗弃，或困在不安全的地方；这会让人感到需要设防。**

这就把我们带回到自我的圆形或球形特性的观念。一颗球需要设防吗？的确不必。事实上，在土木工程这一行，要想建造桥梁，有时必须在该结构的各个平衡点、放置球形轴承才行；因为跟任何别的形状、任何带角的形状相

比，圆形能够承载的压力、重量以及载重变化，远远高出一筹。这就意味着，人们可以使用圆形来让较大的结构变得稳定；**如果我们把能量场的属性看成圆形或球形，那么也许就更容易看到，要变成平衡的实体，不是用辩证法说："哦，我看见黑暗，必须用光明来代替它，"而是像J实体说的："哦，我看见黑暗，就用我的光来爱它。让一切在心中成为一体吧。"你们每个人的内心是一个早已在平衡中的避风港。**在整个一生的航程中，你可以在一定程度上修改投生前的设定：你希望能够调整自己接收资讯的方式，让你收到的资讯，扭曲越来越少。变得平衡的目标之一就是减少扭曲，并且如这个器皿在这次对话的稍早时候说的：**变得完整，成为不仅去爱、而且也被爱的实体，从而开始感觉到自我的完整性，感觉到一个人的内在具备一切万有是合理的。**借由从输入的感知中移除尽可能多的扭曲，平衡可以通过这一过程把(能量)场域清理干净。

所以，让我们从球形或不畏惧困难体验的概念，移动到平衡体验的另一个面向。**极为重要的是：不仅允许自己跌倒，还允许自己在自我感知的混乱时刻中，跟混乱一起移动；的确，去感觉自己仿佛正在跌倒又止不住，还要开始允许自我为此发笑，轻松地看待它。**我们通过这个器皿说过很多次，**我们鼓励你们热爱超越自己的东西、非常严肃地对待它，但我们也鼓励你们轻松地看待自己。**因为你内在那些最高最佳的事物，只等你于内在找到它们、允许它们表达自己；它们早已存在，就藏在好比设防、恐惧之类的东西背后，藏在所有那些如佛教徒会说的不太有技巧的反应背后。对于这个有技巧的观点，有很多可说的；无论如何，它与技巧背后的思维、也就是属爱的，并不一致。**无限造物者的爱，不受任何束缚；无时不流经你们每个人的种种能量的威力，也不受任何束缚。**你用耳朵、眼睛，通过阅读和倾听别人的观点等等而收到的资料，都是有扭曲的：它们很粗糙、未经加工就进来了；有些资

料是真实的，有些不是；有些是好的报导，有些纯粹是八卦，有些真、有些假。你自己应该如何判断呢？你应该如何看待一天短暂的体验，说："这个想法好，那个想法无技巧"呢？

有许多讲述该主题的方式。就我们所知的、可向你们讲述的最佳方式即：**情绪是关键**。你们是观念的产物，因为你们有一个叫作大脑的生物电脑，你在这里是为了更好地思考；事实上，由于灵性进步在这个构造中的副作用，思考本身也有各种形式的改进。然而，行星地球的收割不是一个想法，不在构想的层面上；相反地，它是纯粹的感情，它是一个创造性的思维。该思维自身有一个原则的特性：那就是让自己变得更多、或者产生出更多的后代，让你的每一个想法，让每天的任何时刻，如果某个事物让你在情绪上结晶化，接着你有了特定的反应，无论似乎是正面或是负面的情绪，都提供……

（暂停）

我们确实必须说明，除了讲一个故事以外，我们无法描述它所提供的事物。早些时候有个人跟这个器皿通信，讲到了方便午餐盒(Lunchables)，如果你熟悉这个产品，它包括奶酪、肉、饼干。她(写信的人)考虑的是，在一个结构里感觉某个事物，与在另一个结构里来感觉它，有什么不同；她在吃这些小饼干和奶酪时发现，如果她按照先饼干、火鸡肉、然后奶酪这种顺序把它们叠起来，它们尝起来是一种味道；如果她改变一下顺序，她的体验又不同，尽管食材都是相同的。这个人对该器皿说："这个方便午餐盒，怎么会给我上了一堂灵性课程？"我们对你们说，这就是平衡的性质。如果该实体的能量在资讯流过时结晶化了，那么任何事物都有带给该实体的资讯。每个寻求的人灵都不断地收到讯息；不用担心你是不是全部收到了，五分钟或半个小时后又会有另一条讯息，在灵性学习的方面是无需等待的。

的确，你唯一必须决定的，是你可以改变得多快；在保持稳定、多产，以及你自己和所属文化所重视的所有其他属性的同时，你可以转变多少。阻止每个实体飞快地进步的，只有这个限制。**我们确实会建议，进展不要太快，改变不要太快。**我们会向每个人建议，一旦出现了有害的紧张，就想办法消除它。换句话说，如果一个人学会了某件事，兴奋地想要学得更多，其反应常常会是做越来越多的冥想、越来越多的平衡练习、越来越多的视觉观想，等等，这只会促成更快的改变速率，直到稳定的每日自我面临危机；危机的出现是为了向实体表明他的局限性，也就是他的变化不能超出一定的加速度。自我需要注意的是这个器皿称为的耗竭，届时由于在“灵性超市”[T 实体的称呼]中大量应用原则、真理、各种资源，导致电路烧断，因此在一段时间内，你必须在自我和灵性寻求之间设置距离。那些不能够取笑自我、好让自己的努力降温的实体，最容易受到灵性耗竭的伤害。**对于为了领悟自我，希望持久地做出严肃努力的实体，我们鼓励笑声，鼓励好朋友之间互相支持，鼓励每个人想办法真正地放松，让自己真正快活起来。**

放松的方式各人不一样：有人可以用做针线活来完全放松自己，有人靠阅读，有人在林中散步。有人可能需要在全时间都保持活跃。**不管什么模式，模式本身以及它所唤起的情绪是值得真正关心的东西。**我怎么感知这个结构、这个向我呈现出来的事物、这个完形？我该怎么全力应付这个情况、跟它玩游戏、跟它跳舞，同时在看待这个有固定结构的情况所包含的内容时，改变我固有的思考习惯，以增强我的适应能力，在不平衡时依然保持舒适？这些都是出色的自我询问，因为实相真的是可塑的幻象，非常可以借由信念与感知去穿透。你所感知的，在主观上就是真实的；如果感知或信念变了，身体本身将相信感知，而不相信实际情况。因此，如果你们每个人碰巧被催

眠，然后放入让身体难受的环境，但你被告知不是那么回事，你的身体就不会感到痛苦；反过来说，如果你被告知：你被火烫了，虽然实际上没有起火，你身上却很可能起泡烧伤：**信念变成了身体的反应**。

这就意味着，你相信自己正在体验什么，就能在宽广的范围内创造出实际的事件，因为信念系统触发对该情况的回应。**所谓的人类体验的运作之道并不是特别客观的；确实，它是极度主观的；极有渗透性，所以你对于自己的宇宙有很大的力量、要比你知道的大许多。所以，平衡工作的另一个水平，是看到你有创造力去重建改组，不是重建情况本身，而是重建看待它的方式和采用的观点。**容我们问，在戏剧、(或甚至)肥皂剧与情景喜剧之间，有什么不同吗？在传奇剧与客厅闹剧之间，除了人们好像发现自己无疑陷入了困境时，采用的回应方式不同以外，有别的不同吗？为了可以上演任何戏剧，无论是喜剧、正剧、或悲剧，必须要有这种困境。人生体验无可避免地包含了行星地球上发生的一切疯狂之事、一切表面上的不公平、一切老是猛拽你的事、一切创造情绪的事；没有这些、你怎么来创作一出情景喜剧，好让这人生体验有笑声和可取之处呢？

因为你看，你们每个人，不论处于平衡或不平衡(状态)，都在恒常地发出一个讯号。每个人也收到相同的讯号：每个人全时间都在接收无限供应的爱与光；它们从存有的根部、从身体的根部流入，螺旋向上流过自我，然后流出、再次进入宇宙。**这里的魔法涉及你的本性，涉及你如何折射螺旋向上的光，好让你可以创造出自己的色彩、自己的亮度，以你自己的独特方式献上光、回向给无限造物者。**所以，你在这里真正要负责的是：**更多地成为你之所是，因为你是一个灵性的、能量的生命，**被关在肉体里，常常深陷于物质幻象和物质世界提供的雄辩诱惑：比如填饱自己肚子的需要，在严寒中为自

己找到温暖的需要，以不同的方式出现在别人眼里的需要；所有这些需要，都是为了诱惑感官、诱惑情绪。这就仿佛每个人都在过魔法嘉年华，你可以把时间花在一遍又一遍地乘坐游乐车上，或者把自己的物品带到嘉年华，让它得到“最佳巧克力蛋糕”或者“最佳番茄”的封号。**这个选择关乎你选择把心智放在哪里、把能量放在哪里、把爱放在哪里。**如果你充满爱、处于平衡状态，那么你在这幻象中可以倒立、侧卧、平躺；不过，如果你有开放的心，我们请求你感到全然的高兴和满意，进入当下此刻，注意到此刻的某些美妙的、天然可得的气息与灵，以及那难以描述的东西；那个空间/时间和时间/空间的交汇处，在其中，这完美时刻成为可能。

每一次吸气、每一次呼气，都是如此珍贵。居住在我们目前的密度里，跟你们的(密度)相比远为广阔的时间框架中，我们看见，吸气与呼气只持续七万五千年的珍贵性；此刻我们尤其看到，在第三密度之内或许是最后一系列的投生中，吸气与呼气有多珍贵。**这真是一个蜕变的、魔法的时刻，主观的感觉失去平衡是无可避免的；而真相总是蕴含在该知识中：一切都好，一切将是好的。你把自己的能量放到哪里，那里就是你应该放置它的地方，即使从主观或分析的角度来看、或者根据他人的意见，这样是不正确的。要知道，当你感觉它来自内在、你总会找到新的航向；要知道，除非你从内在感觉到它，最好继续搜集资料、吸收并感受它们，然后观察(你的)各种感觉，从那些失控的、似乎不平衡的情绪中，了解头脑在何处，心在何处，催化剂在何处，要学的功课是什么。**

这功课通常跟给予爱与接受爱有关。V 实体说过，给出要比接受容易得多。这个小组里有很多人在工作自己接受爱的能力；因此，永远都不要假设，这

个情况或那个情况有帮助，而另一个情况没有帮助。要知道，在很多时候，实际情况跟它表面上的样子，常常是相反的。

这个器皿告知我们：我们过于啰嗦，该继续前进了。我们非常感谢你们问了这样有趣的问题，我们想要把这次通讯转给 Jim 实体，好让他的能量可被用来回答进一步的问题。我们感谢这个器皿提供的服务，在爱与光中离开这个器皿。我们是你们认识的 Q'uo 原则。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在此刻，我们荣幸地提供自己，尝试回答在在场者的头脑中任何可能存留的、较为简短的进一步询问。那么，是否有一个我们可以谈论的询问？

J：有的，哈啰，Q'uo。我是 J，我想要知道你们是否可以和我简要地谈谈任何建议，关于我如何才能对病人使用这些黄金比例(phi-ratio)螺旋的治疗工具、好服务他人，以及关于它们的顺时针与逆时针的运动、和它们如何可以从身体发出或进入身体，你们是否能简单地谈谈？非常感谢你们。

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的姐妹。当你和那些出现在面前、寻求你的治疗能量和努力的人一同工作时，为了让潜意识心智的能量可以尝试在显意识心智上产生印象，在每次会面开始时花点时间一起冥想，可能有帮助；因为确实如这句话所说：所有的疗愈都来自这个要被治疗的实体的内在，他只需要一条[容我们说]可以走的大路；而你们每个寻求潜意识心智资源的人，都可以提供这条大路。

至于说这些治疗工具的顺时针和逆时针的螺旋效果，我们会推荐：要想把能量送入身体或身体的某个部分，最有效用的是使用按顺时针方向运动的能量；因此，借由使用顺时针螺旋，并在使用这个工具时观想这种能量进入螺旋、进入身体。从而，你可以把太一造物者的普拉那(prana)或无限的爱与光，更快更精确地送到特定的位置。而逆时针螺旋，则对于从肉体或某个部位去除能量十分有帮助；再次地，寻求潜意识的忠告，在按照其直觉回应行动时，以观想协助对逆时针螺旋的使用。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

J：没有了，非常感谢你。

我是 Q'uo。我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：让我跟进 J 的问题，接着问：你们正在提供的形象是否就是从针子进入身体的能量场、然后螺旋向上？所以，它不只是单向的能量流动，而是通过针子把无限和无限在自我内在的部分连接起来，但能量也受到上方的渴望之拉动，如同能量自上方被递送一样。这样说对吗？该动态是接收能量的身体、和流经的能量之间的伙伴关系，是吗？

我是 Q'uo。这是正确的，我的姐妹。

Carla：谢谢。

再一次，我们为你的努力而感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

S：我有一两个问题。某种有趣的问题，我一直在阅读的材料是关于迷宫以及类似东西的灵性价值，我这里有一个**麦田圈**，我猜想它是一个螺旋迷宫的完美候选者，我想知道你们能否告诉我，这个特殊的麦田圈代表了什么、以及你们对于这样一个迷宫的看法是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你所指的螺旋迷宫是一种能量进展的模式，它可以被一种特定的方式、根据正在使用它的实体的意图而投射出来。也就是说，这种模型是一个工具，其功能取决于你怎么用它。它也许可以改善麦田圈建构的周围环境，如果那就是你的渴望；它可以改善那些进入其中的实体的健康和幸福，如果那是你的渴望。它也许可以改善你所居住的星球的福祉，如果那就是你的渴望。是故，你可以看见，是那个使用该治愈和调动能量的工具的实体之意图，容我们说，即魔法师的意图，决定了效果、后果或结果。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

Steve：它可以包含所有那些效果吗？它必须是单一的效果，或者它可以是所有三种(效果)？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，这也是有可能的。在决定如何使用任何这样的工具上头，重要的是渴望、意图、方向。

有另一个询问吗，我的兄弟？

S：我还有最后一个……有个和我一起工作的女士，最近刚刚结婚了，她的丈夫有非常严重的**背部问题**，显然他一生中都有这问题，我想要知道，你有没有任何的机智或智慧的言语，是我们可以提供的，好帮助她协助其丈夫？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在观察肉体载具、以及它在投生过程中可能出现的各种扭曲时，**背部区域代表对该实体的支持。如果该实体内心觉得，他无法支持周围的某个人或自己，或者感觉得不到这些人的支持，肉体的这个部位就经常会出现困难。**因此，为了确定具体的原因，体验这种扭曲的人首先必须具有解开这个谜的渴望，并使用某种解谜的方法。无论是沉思、冥想、祈祷、对于该体验的智力分析，或是对这一个实体有用的任何方式，他需要选取某种方法，设法解开该谜题。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

S：我这边没有了，谢谢。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我有个问题，是关于这次集会开始时的音乐。问题分两个部分。第一，它是不是，容我们说，某些无形势力的预谋？如果是这样，使用一首没有主调的歌曲，其和声与调性又不断变化，仅仅是为了引起我们注意吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个实例中，对于你，这是正确的诠释。对于在场的其他人，可能有不同的诠释。对于 Jim 实体，尝试去安排音乐，这是一种接收事物原貌的练习。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没有了，谢谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，我们再次感谢你。此刻有另一个询问吗？

D：我是 D。在我们讨论逆时针和顺时针的螺旋时，我想起该观察，那就是：如果你把爱看成一个螺旋，从某个方向触及某个人，它会像在镜子中一样反射，以逆时针的方向反射；然后它又触及另一个人、另一面镜子，又逆转为顺时针方向反射，不断继续下去，顺时针、逆时针，爱在应用之际反射着。这只是一个观察，在我聆听讨论时出现在我脑子里。

我是 Q'uo，我们欣赏你的观察，并且愿指出：关于螺旋效应，这的确是一个非常有根据的诠释。此刻有另一个询问吗？

D：又是 D 了，正在思考收割的过程，将其放在我们理解的时间框架中，你们能够告诉我们，在涉及收割过程的方面，我们正在进入的时间是什么种类的时间？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**收割的时间就是现在。**很多灵魂穿过你们称为死亡的大门，进入光中，尽可能长久地留在光中、享受光，直到光变得太耀眼、太强劲、太剧烈为止；然后，形成光之阶梯。对于此刻的很多人，该阶梯就是进入慈悯与理解的第四密度。以你们的年或月为单位，不能准确估算该过程，因为它真的是一个流动易变的过程，响应此刻居住在你

们星球上、所有心/身/灵复合体的群体，响应那些寻求分享光、寻求成为光的个体与群体做出的选择。由于此刻发生在你们地球世界上的许多体验和事件的创伤特性，大量的工作有可能在你们很短的时间中完成。所以我们无法确切地给你们哪怕是一般的臆测，只能说多于十年或二十年；我们了解，根据你们对时间与体验的度量，该答案不是非常地具体。

有进一步的询问吗？

D：没有了，谢谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，我们再次感谢你们，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，我们要借这个机会再一次感谢各位加入我们，并邀请我们加入这个寻求圈。我们了解到，已经讲了太久，我们为自己的啰嗦抱歉，但是能加入你们的寻求圈是怎样喜悦呀，我们为每个机会和每次的邀请而欢庆。我们愿提醒各位：如果你想望我们加入你的冥想、帮助深化你的冥想，我们随时待命。只要简单地在心里发出一个请求，我们就会加入你了。

此时，我们将离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0929b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0929.aspx

---

☆ 第 3110 章集：诚实与造物者

Copyright © 2019 L/L Research

周六冥想 2019 年 3 月 30 日

主题摘要：蓝色光芒的诚实；成为造物者；混淆法则；静默冥想 vs. 以运动为基础的灵性练习；聚焦；在混乱中开放心轮。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿同在。我们今天，在爱与光中向你们每个人致意。一如既往，被请求加入你们的团体、加入你们寻求与服务太一造物者[祂活在万物之中]的努力中，我们是十分感激的。我们一直都感觉到一种跟这个团体的亲属关系，因为在很长的一段[你们会称为的]时期中，它一直是我们作为 Q'uo 原则的个体化部分的体验，在这段时期，我们已经在他或她沿着永恒的寻求太一[祂在万物之中]的道途移动时熟悉每个人了。一如既往，如果你们能够给一个小小的恩惠，我们会是感激的；如你们知道的，那恩惠就是无论我们的话语对你们可能有什么意义，都拿起它们、如你们所愿地使用它们，将任何对你们在此刻没有意义的话语都丢掉，因为我们并不想望看起来像是权威——每一个话语都需要被认可、被利用的权威。如果你们愿在这方面帮助我们，我们就将感到可自由地在能力范围内谈论你们的询问了。

既然已经说了那些，请问是否有一个我们可用来开始的询问？

Austin：Q'uo，我有一个。Ra 说，**蓝色光芒能量中心要求诚实，还指出这是地球人群极度缺乏的东西**[1]。在思索这个说法的意义之际，我已经用以下观念构筑我的理解：对一个人迎面一拳，是一种对于愤怒的诚实表达，不过它似乎并非表明一种开放的、有作用的蓝色光芒，这引导我相信，Ra 指称的诚实，是一种更深入、更为亲密的诚实。**Q'uo 可否阐述这类跟蓝色光芒工作联系在一起的诚实、以及我们如何培养那种诚实？**

[1]原注：「在穿透蓝色主要能量的过程中总会有某种困难，因为它需要你们人群极其缺少的东西，那就是诚实。蓝色光芒是跟自我、跟其他自我的自由沟通。」—Ra，48.7

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在你们的星球意识以及在其中的每个实体的演化中的这个时刻，这是一个凸出的询问，因为如你们每个人都知道的，在这些时期——你们在其中生活、移动并拥有你们的存在——**充满了大量的混淆、大量的分裂、大量的愤怒与分离。**

容我说，要开始解开这些混乱情况的缠结所要求的那种诚实，是一种反映了造物本质的诚实，那是每个真理寻求者可取得的(诚实)。你们在日常活动中发现的、在你们周围无处不在的造物，是一个具有表面上分离的造物，而它是借由利用无限多的品质、人格、渴望而从太一造物者的合一中产生出来的，不仅仅是为了寻求并服务造物者，还要为了给自我判定什么事情是人生体验中最重要的品质。

因此，在检查诚实的概念之际，在你们的感知中找到这种诚实能力——即把目光置于所有的存有与所有造物的本质根部、好在日常体验的每一个面向中

都看见太一的创造物——这是很好的。这种诚实需要搜寻过程，并且深深地潜入一个人自己的存有、以及自己和周围的每个实体、造物的属性之间的关系。

因此，这样寻求，该寻求者就被告知了「把所有事物与所有实体结合在一起」的合一。这就是诚实的基础：合一。**从这个合一跃出的表面分离是一个幻象，它就是为了协助每个真理寻求者穿透幻象的外部品质而被创造出来的，于是当一个人检查那些产生跟其他实体之间的催化剂的日常活动时，就能够看穿不和谐、分离、混淆、表面上的混乱，接着不仅仅看入其他存有的中心，还看入自我之心，并且在那里找到无条件爱的品质——它即是将所有的造物结合在一起的品质，因为就是爱的力量已经在宇宙造物中缔造一切，也在每个寻求者的生命体验中缔造一切。**

那么，如果每个寻求者能够在心中、在脑海中、在灵魂的身份中检查自己的体验，探索那些合一的品质、无条件爱的品质以及清晰沟通的品质，然后，诚实的概念，如同它在 Ra 实体的教导中应用的那样，就可以为每个在自己的存有内进行这场寻求旅程的实体所取得，好发觉诚实如何能够成为纯净的、清晰的、悲悯的，完全被合一的品质所充满。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Austin：只要澄清一下我对你们刚刚说的事情的理解，当某个人带着蓝色光芒的诚实在说话的时候，就如同一个造物者对一个造物者说话，而非以他的变貌对另一个人的变貌说话，你们会不会说以上说法是正确的？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄，我们相信你确实已十分清晰地陈述了，因为蓝色光芒的能量真的就是造物者的能量——这些能量被向外提供给任何在那一位寻求去成为诚实并表达诚实的实体的存在性之范围内的实体。造物者，在那个点，居住在这样一个实体之内，能够在任何清晰、诚实的沟通尝试中，映射出一个宽阔的存在性光谱。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Austin：没有了，谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们谢谢你，我的弟兄。在此刻有另一个询问吗？

L：Q'uo，我想要问，Ra 曾说，要看见我们自己之中的造物者，接着成为造物者，你们可否阐释那个说法的精确意思，以及一个人如何着手成为造物者或作为造物者而存在？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**成为造物者的开端，如你从 Ra 实体的那些教导中觉察的，就是尝试去认识你自己、以尽可能深入且多样的方式进行**，去知晓你的基本情绪、你的渴望、你的能力、你的体验，以及你如何看待周围的世界和你内在的世界。这涉及仔细检查你的日常活动、以感知已经从你的日常活动中收获的催化剂，并将其作为有营养的灵性食物来处理那种催化剂，该食物就是这样的，好让你可以摄取已经体验到的催化剂的平衡景象从而成长。

随着这个寻求的过程在你整个人生中继续着，那么你将有机会去接受已经在你的人生体验中出现过的所有品质，并且以一种规律的方式、在你的冥想状态中以有意识的方式平衡它们。对你之所是的全部接纳……**你是一切事物，我的姐妹，你拥有的心智、你拥有的魂与灵，包含一切万有。确实，你即是太一造物者的微观宇宙。**

当你能够接受自己为完整与完美的，即使你内在还带着不完美，那么你就准备好成为造物者了，因为你已经发现内在的造物者就是你存有的知识的一部分。当你已经接受内在的造物者，同时经历催化剂的平衡过程，你已经为你打开一扇门，这扇门会允许你，在你曾经遇过、将会遇到的每一个其他实体之间的每一次互动中，把你自己视为正在体验自己的造物者。

这种成为造物者的过程打开了一扇门，通往你自己——如同那缔造了一切万有的太一——的更伟大体验。这是一个礼物，被给予那寻求中的自我——该自我进入冥想，并利用其意志作为通往太一造物者的路径：实践这份「知晓太一、作为太一、表达太一」的伟大渴望，让那渴望与意志将那扇门大大打开，于是太一在祂全部的荣耀、力量、平安、奥秘之中就可以向你表达祂自己，不仅仅穿过那扇门，也在你的自我之内。这是一个毕生寻求的过程，它能够，容我们说，**在一个灵感与开悟的瞬间结束，在其中，闪耀的光会从你的内在、从你的外在出现，接着和你合而为一。**

我的姐妹，是否有进一步的询问？

L：谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。有另一个询问吗？

Gary：在 Ra 接触中，第一变貌、第一原初的变貌同时被称为「混淆法则」与「自由意志法则」。但是，我以为在回应 Don 的过程中，Ra 实际上有 27 次称之为混淆法则，而只有两次称之为自由意志法则。他们明显偏爱混淆法则作为第一变貌的绰号。Q'uo 可否阐述为什么 Ra 更喜欢把它称为混淆法则？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。当每个实体在这第三密度幻象中行使自由意志之际，就是在尝试以穿越这个受造世界的方式，创造出一种感受力或者一种理解的建构——关于自己发现身处其中的世界。如同 Ra 已经说过如此多次：**你们存在其中的这个密度不是一个理解的密度；它是意图的密度。**

寻求真理的意图、渴望以及对这份意志的行使，是一个经历[你们可能称为的]反复试错的过程，一步接一步地学习看起来最合适的方式，自我可以借此观察自我、周围的世界以及在世界之中的其他自我。这些互动创造催化剂，如你觉察的，这种催化剂十分经常地会在误解中、在不和谐之中、在不正确地感知其他实体的沟通与暗示中产生，于是就会导致混淆。这种混淆，然后就会提供该寻求者一个机会去纠正或澄清该混淆的特性，所以就有一种更大的可能性让那个寻求者能够收获一种理解——如果你愿原谅这个误称——它可以用一种更大的方式启发所有的问题：围绕着其存有的属性、其寻求进展、该旅程的目标，如此等等。

这类的行使自由意志会产生混淆、提供催化剂，在寻求中提供进一步的方向，这一个过程主要在你们的第三密度幻象中进行，于是就可以**做出极性的**

选择，然后，这个已极化的服务他人或服务自我的选择，就可以在更高的密度中被公布。现在，更高的密度并没有遗忘的罩纱，因此，在那些密度中，在行使自由意志的过程中较少可能会有跟在第三密度中同样多的混淆。然而，更高的密度仍旧确实会利用行使自由意志、以它自己的方式产出一种混淆，提供一种检验的需要，好(让实体们)在内在感知与太一再次合一的方式之际有进一步的成长。

在更高的密度中进行的平衡式练习，容我们说，是远远更加精细的，也比较不易受到较粗糙的扭曲之影响。然而，在更高的密度中、寻求真理的道途中，仍旧有大量要学习的事情，因此，自由意志的行使将继续产出特定类型的混淆，该混淆然后就会提供进一步的成长机会了。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：我想是有的。请等一秒。由于不管所有可能的表象，从来都只有无限与合一，自由意志的行使或许就是一个混淆的行动？那么，谁是真正的行动者？谁是那个正在做出选择的实体？当假设虚幻的个体们拥有一种和造物者分离的意志，我们是否混淆了自己？这一点或许跟它为何被称为「混淆」有关？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们相信你成功地陈述了该信息的另一个面向，那是我们在先前问答中尝试分享的东西。我们建议，确实，当每个实体似乎在行使自由意志时，一个人可以检查每个实体行使自由意志的最终结果，看见它导致与太一无限造物者的重新合一。所以，接下

来，可以问的是：如果所有事物最终抵达它们开始的那个相同点，真的存在自由意志吗？

有些人可能会说，在每一个存有的每一个选择的每一个面向中，在所有时候都有自由意志，并且是正确的。其他人可能说，没有真正的自由意志，因为每个寻求者都将找到回家的路，一些路更快抵达，一些路比较慢抵达，而所有的路都将抵达相同目的地，所以，没有真正的自由意志，否则一些人就不会找到回家的路了，这也是正确的。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：没有，非常感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我有另一个问题，Q'uo。星际邦联经常谈到**冥想的精要价值**，同时提及在其中找到静默与平静。然而，有很多寻求者已经通过类似旋律、舞蹈以及诸如吟唱或打鼓或行走冥想等运动，或者所谓的以运动为基础的具身式沉思练习而找到升高的灵性觉知状态。

所有这些事情似乎都跟静默与平静的观念是对立的。这些练习会产出和冥想一样的益处吗，如果不是的，它们是如何地不同呢？

Q'uo：我是 Q'uo，相信我们理解了你的询问，我的弟兄。如果我们是不正确的，请纠正我们。

你已描述的那些类型的体验，和为了一个特定目标而聚焦心智的冥想状态是有共同之处的。在大多数冥想状态中，目的是和太一造物者合一。在为了完成具有一定属性的运动而让心智聚焦起来的方面，该目的，如我们对它的理解，同样表达了合一的机会，让如此运动的实体跟太一造物者以特定韵律移动的能力合而为一；那种韵律就是当祂创造出你们知晓为太一造物的东西时移动的旋律了。每个实体在其运动中都可以察觉到一种造物的韵律，这样它就可以将自己的运动与太一造物者的伟大舞蹈调和在一起——祂存在于每个瞬间、每个经验之中。所以，每个实体，在如此舞蹈、运动或振动其声带，或者以无论什么被认为合适的方式吟唱之际，也是在利用另一条途径通往太一造物者。

每一条体验造物者的途径都可以比拟为一个轮子的各个辐条，所有的辐条都导向中心，于是该轮子就以一种平衡的方式转动，允许每个辐条上的旅行者在练习冥想、吟唱或舞蹈时，都开始觉察到在万物之内的太一。

我的兄弟，有另一个询问吗，或者有进一步的询问？

Austin：没有了，感谢你们，那是对我的问题的一个准确评估。

Q'uo：我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的弟兄。在此刻有另一个询问吗？

Gary：我想要建构在 Austin 说过的某件事的上头，接着聚焦在冥想上、聚焦在聚焦过程本身。Ra 描述理则或第二变貌，是一种对于无限的聚焦过程。这种聚焦的行动是把智能能量带入显化，并且创造出理则。对无限的聚焦创造

了理则，另外，在冥想练习中必要的聚焦，带来平静、静默，最终带来深入的专注以及与造物者合一；这两者之间有一种关联吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。理则所取得的那种焦点，是一种多重面向的焦点，因为它是一个形成过程，太一造物者的智能能量转变为各种各样你们在夜空中看见的恒星、星系以及通过每个理则表达的太一之造物。每个理则的选择就是以任何方式聚焦这股智能能量，只要和太一造物者认识自己的渴望相一致：通过创造每个参与太一造物的智能形态，去认识祂自己。

是故，就有一种韵律的表达——即 Ra 群体讲过的——仿佛是一颗巨大心脏的跳动，所以，那是智能能量的运动、向外进入太一造物的无限领域；不过，在同时间，向后移动，如同一种吸入、以平衡呼出，于是，你们就可以把每个星系的理则都视为精粹的冥想者，它不断地给予并接收它之所是：即智能能量，被赋能为行动的太一之合一。

是故，在你们的第三密度幻象之内，每个单独的实体也是一个[容我们说]微型的理则，从自己的存有内在寻求太一，不过也从自我的外部寻求，于是就有一种平衡，介于自我从外部看到的事物和自我在冥想状态中在里面看见的事物之间，从而在微观的自我之内达成那巨大心脏之跳动的等价物。

我的弟兄，是否有进一步的询问？

Gary：是啊，我确实有个后续问题。所以，我正在跟随你们的思想路线、描述心/身/灵复合体为一个微型的理则，祂参与那颗心脏的巨大跳动、借由看

待自我外部的所有事物、自我内部的所有事物都是造物者。你们能否具体地谈谈在心/身/灵复合体中，该聚焦扮演的角色是什么？有没有任何方式来阐述，那是如何跟理则自身、第二变貌[理则]关联在一起的？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。理则和第三密度的心/身/灵复合体的聚焦都是一个收集与精确定位的过程，或者为了特定目标而聚焦能量，而非允许能量[容我们说]自由地漂流，以一种无方向的方式表达。

感觉所有的存在性照其自由意志的选择、如其所愿地移动，第三密度幻象中的每个实体以及每个星系的理则然后在自己的存有内拿起这股宏观的或微观的能量，接着把它制成一种放大镜，于是它就得以用一种富成效的或创意的或者产出信息的方式被利用。它可以产出一种具有形而上特性的工作，容我们说。它就是驾驭这些形形色色能量的过程，这些能量以一种似乎无指向的方式移动，接着导引它们、于是得以完成一种工作，同时由你们第三密度幻象内的心/身/灵复合体、以及在无限宇宙中任何特定星系的理则所完成，这样，每个实体就都通过该能力——即聚焦这些看似无指向的智能无限的能量——而跟彼此关联在一起。

我的弟兄，是否有进一步的询问？

Gary：非常富有启发性。谢谢你们。一个快速的后续问题，接下来，如果你们和该器皿拥有能量的话，K 有一个问题。这种聚焦的行动，如你们正在描述一样，这是否关联到：为什么 **Ra 把行家的道途描述为一条笔直与狭窄的道路**？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。答案很简单：是的。

在此刻有一个最后的询问吗？

K：谢谢你们，Q'uo。我想要问，或者提出一个询问，你们可以对此评论：在过去几个月与几年间，他们是否在个体性与集体性地——在我们[作为实体]的进展方面——工作朝向开放我们的心，朝向更大的悲悯与理解？

在我看来，我们集体性地处于大量的混乱之中，例如在人们的思想或态度中，有些能量已经是顽固对立的或是固化的，由于这些能量的错置，可能产生某种开口让更大的爱与理解进来；也许，如果巨大的改变已经在我们人群中集体式地发生了，这将腾出空间让悲悯、爱、理解进入——这听起来是悖论的，但我想要知道，你们能否评论这种增加、这种对于「变得更有爱、更有悲悯心」这个需求的逐渐增加的觉知，还有这是否实际上正在发生呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，此刻在你们星球上，很多人的意识状态，容我们说，在你们最近的几十年间已经由于不和谐而极大地受益，这些不和谐随着时间发展而如此猖獗且显而易见。已经有大量的黑暗，大量的不和谐，不过**在黑暗与不和谐中存在着机会，那些心轮开放的实体感觉到服务太一的渴望，让他们有机会去化解黑暗与不和谐。那些属于这类型的实体会尽可能勤勉地工作，以同时在自我之内、在社群之内以及在周围的更大世界内找到解决方案，于是，那些黑暗与不和谐的区域就可能找到光、让光照耀其中；这过程凭借那些心胸开放的实体的关注，他们愿意、能够以一种启发他人照样做的方法来给出自己。以这种方式，就有一种意识**

的动量，它开始在属于你们星球意识的每个国家中、每个人群的各种各样的部分中变得越来越强健了。

这些实体，带着开放之心以及找到解决困难的方案之渴望，正在变得越来越众多，因为有一种类型的交流正在从心到心地持续设置，可以为一种觉知表达的途径所使用，这样，共同的人类意识之光就可成长得越来越明亮，以揭露出各种困难、它们的源头、以及解决困难的方案。这一个过程此刻正在取得越来越多的动量，这个过程给予我们这些存在于内在领域中的实体巨大的希望与鼓舞，因为我们观察你们的星球意识的可能性正在变成如此，以致于能够带着更大数量的实体参与这个收割时期、从而能够进入爱与理解的第四密度。

此时，我们将离开这个器皿，因为它正在变得有些疲倦了。我们再一次为这个机会——即加入你们的团体、体验你们每个人给他人的爱与感激——而感谢在场的各位，也感谢有机会活跃于这个今日世界中，并且能够以一种方式运行、服务太一[祂在万物之中、在所有时间之中]。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2019_0330b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2019/2019_0330.aspx

---

☆ 第 3111 章集：自我形象的力量

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 10 月 6 日

小组问题：今天的问题涉及思维的力量，涉及我们在对自己说话时所用的语言和信念有什么力量，我们从这些语言和信念创造出来的形象有什么力量，以及我们如何根据信念的变化来改变这种形象。我们希望 Q'uo 给我们一些资讯，谈谈如何创造我们的自我形象，如何改变我们的自我对话方式、使用的语言以及我们看到的形象。我猜这是一种个人的神话——我们怎样看待自己，怎样通过自己的造物看待世界，所以不管 Q'uo 对这个看法有何补充，我们都会非常感激。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向大家问好，在祂的服务中，我们存在。感谢各位为了加入这个寻求的圈子，仔细安排了你们的生活细节；感谢这个分享我们想法的机会。我们非常乐于分享想法，但一如既往，请求你们每个人从我们分享的意见中，只拿取你觉得好的，毫不犹豫地丢开所有你觉得似乎不那么美好的东西。这将使我们感到那种特别的自由，即我们是你们的邻居和朋友，有值得分享的意见，而不会觉得在你们面前，我们以权威或老师的身份自居；因为我们真的和你们一样，是走在一条路上、主动为他人服务的实体。我们的共同之处就像海水一样多：我们共享的(宇宙)造物是一体的。

你们今天询问，**人的自我形象对自我生活有什么影响力**。这确实是个无穷无尽的有趣的问题，因为它无止尽地围绕着反馈效应，围绕着反馈的回音是如

何从未真正结束的，因此，在你体验时间的幻象时，不仅会感到自己生命中能量的进展，还会感到每一刻本身就是完美的实体，代表了那一刻的真理，它作为对那个片刻、那个时间、那个空间、那个真理的完美奉献，无止尽地进入天父的造物，所以从你而来的真理总是以完美的形式出现，而同时在它诞生到常新的每一刻的过程中，又永远处于发展阶段。

名为J的实体曾经建议，每个人现在分享的体验或幻象，相当有可能受到了更高密度实体的协助或强化，容我们说，因为他们对经历剧变的人怀有悲悯心。在这个假设中J实体指出，其实，大家议论得很多的末日不是正在来临，而是实际上早已发生；如果真是这样的话，这个建议就是：所有现在其实已经毕业的人，在新旧世界转换所引发的变化中，仍旧可能体验到由此造成的许多心理创伤，结果，在这个房间里、以及也许在这个星球上的人的灵魂，可以说是被放在一个专门制作的、用来代替那个旧世界的全息舞台之上。那么，这个新世界会是为正面实体建造的避难所，这些人完成了第三密度的工作，但是还没有完全准备好去展翅飞翔，并在没有肉体载具的情况下去接纳全然的第四密度之光。我们没有说这是真的，但我们确实说，这是对你们此刻面临的共识性实相的一个奇妙展望，因为它有效地允许你看见：**你可以极大地影响自己的意识和那股意识流体验。**

当然，我们可以说，无论用什么模型来讨论进入第四密度的转换时间，密度之间的薄膜是半可渗透的，而且**随着时间逐年逐月地推进，可渗透性会不断增强**。你们早已体验到大量的能量转变和开放，以及大量的模式变化；你们的这些体验未必是你们的选择，而是因为这也许是无可避免的，所以变化一波接着一波，让人很容易觉得完全无法控制自己的生活。不过我们向你们建议，**控制的议题是一种诱惑，在你被允许不受环境的制约时，这种诱惑被设**

计来限制你设想与梦想的能力；而当你不受环境限制，你就生活在万物之间的那个空间里——密度之间、能量之间、水中，容我们说，在受造物游泳的水中。你可以看到，这个「地方之间」(between place)实际上是内在的子宫，在子宫里，自我时时刻刻都在诞生；随着自我的出生，造物也在出生。难以理解的是，一个人确实创造出星辰和各种天体，创造出能量和平衡的所有这些令人惊叹的宇宙结构，这是任何密度中的任何心智都不能实际上掌握、行使或改变的；而你们每一个人，借由看待自己的方式以及对自己讲述自我故事的方式，按着某种次序创造出具有某种色彩的星辰，创造出像披风一样包裹着你的宇宙，为你的旅程做好准备——**在你的心里，这旅程就是你一生的事业**。

你们每个人都有这种造物者身份、都感觉到这种能力，它可以改变用来填满生命的情感。在这次冥想开始之前，各位都谈到了，自己曾经怎么用思维来为自己创造更好的环境；Jim 实体谈到自己如何开始了解到，他对自己讲的那些话，相当影响自己的感觉。无论你对自己讲的是什么，从最微小到最庞大，每个字、每个想法都是一股能量、有力量在你的意识和周围世界里创造改变。你越能够聚焦于这种力量来说出真理，这环境就越是透明、以回应你的新想法。R 实体正在制作清单，列出拿走力量和给人力量的词汇，比如「跟随」或「选择」，「我做不到」或「奇迹」。**你在脑海中允许出现的各种可能性，就会变成在你的世界里可能发生的事。**如果你能允许自己有时间和空间，进入自我的壁橱，简单地倾听本然如是的自我，那么你收到的资讯，就是一种自我感，它从日常谈话的营火上扬飘升，进入狼嗥、星光，进入伟大母亲的能量与永恒之光。你梦想什么？你有什么希望？我们对你说，当你梦想的时候，当你花费时间给你的梦想染色的时候，献出所有梦想都应

得的关怀、爱、自我尊重吧。在你人生早期似乎美好的理想，可能事实上已经玷污；甚至似乎已经失败，那是被你承受的体验所损害、破坏了。

你自己内心的失望有多少是真实的，有多少是别人对你讲的、关于他们自己故事的余音？T 实体早些时候建议，在面对一个特别难以处理的情况时，释放出所有宽恕的想法，进而完全忘记过去，具有可观的力量。我们对这个实体说：这些想法有改变生命的力量。这是个甜蜜的奥秘，真相的蜜糖熊[1]，它和灌木丛般的词汇、词汇、更多的词汇一起藏在意见森林之中。每个词都有自己的根和花丛；在你的句子、想法以及跟别人分享的东西之花床上，你所种植的这些词汇都有它们自己的美丽、香味、色彩。我们不是在建议，你的人生应该是一本填色书，当你没有更好的事可做时，可以用它来打发时间；因为我们了解到，你们每个人都飞快地走过似乎太短的日子，我们掌握该事实——似乎没有大量的时间，可以花在每个想法、每个词等等的细节上。不过，**我们会对你建议，在考虑关于自己的事情时，你所付出的任何关怀都有回报；如果你能够继续观察自己的内在对话，这种回报将产生回声、再回声，形成螺旋。**

[1] 原注:

Carla：这个奇特的短语摘自我早期的一首诗《蜜糖熊(sugar-bear)》，写于 1975 年：

我听见车窗外的蟋蟀，

我的手指抚摸夏夜的潮湿与温柔。

像路一般在我面前展开的，是我的未来，

一个转弯接着一个转弯，最后

屋前车道，家，会向我招手。

除了蟋蟀，没别的可以分心，
左转右转的路标，仅仅是
遍布绸缎般的乌黑皮肤上，暗色的纹身；
夜，仁慈的生灵。
毛茸茸的，蜜一般的甜心，
蜜糖熊，让我看看，什么是我的命运？

比如说，这个器皿有个长期存在的扭曲，那就是自我批评，基本上是她在童年时听到的声音的内化。这个器皿完全可以不像这样，总是听到这个特别的声音，也就是她父母的声音，双亲都已经离开了你们的(人间)幻象；无论如何，**如同大多数的孩子，无论孩子后来变得多老，小时候听到的每一个伤人的字，在该成熟的个人的内在里，仍是个强大的记忆。**物质幻象之内、生活严肃的一面，沉稳地敲响时间与空间的大钟，呼唤大家去体验自己心里的想法与渴望所带来的责任与义务；这对于自我爱玩耍的一面是不幸的。**当有一天你可以看破这场可能夹杂着古老的声音、无关的声音的对话，你会更有能力，不是简单地让这些声音安静下来，而是怀着爱与祝福，把它们放在记忆深处适宜且有爱的地方，让你可以真的忘掉它们；不只是简单地原谅那些让你沮丧、使你感到渺小的声音，而且还忘掉它们。对于旧有声音的忘却与原谅，能够从生活模式中释放出改变的可观力量。**

那么，如果你在犯错误的时候，选择不对自己说：「喔，你这个笨蛋，你犯了一个错误」，你会选择说什么呢？犯个错误真的有任何的耻辱吗？除了改正错误之外，有必要评判吗？对于大多数实体来说，确实如此，他们总是需要评判。个中原因其实可以作为另一次讨论的主题，但是，第三密度之内的实体倾向于在每一次事件发生时，都要去评判。知道自己有这个特点以后，

也许你会想一想，你想要自己做出何种评判。告诉自己你很愚蠢、你在变老或记忆在变差，似乎相当明显地不是个好主意，不过，这个房间里的每个人，都在不同的时候对自己说过这些事。**你会用什么来代替这种自我评论呢？也许，要缓和评判的冲击，对自我的悲悯和愿意向前进的态度，比你可能找到的任何言语都有更多的正面能量。**

要在心智世界中掌握这点很困难，因为那里的一切似乎都很有清楚的定义；而**实际上你们幻象的设置，带着某种精确度，不让任何人一次有太长时间都是正确的。这个幻象的根本需要是困惑；在这里太清晰的话，就会造成一个愉快的、并且漫长的第三密度。**你们每个人现在都在体验着经历第三密度更强大的方式的高潮，这些方式一直是粗糙的，每条小径都像迷宫似的错综复杂，不过你们每个人所取得的进步都很出色。尽管有这么多的困惑，每个人还是找到了一道彩虹的尽头并且正在追随那个愿景。

超过任何其他事，我们最想鼓励的是：对自己有基本的信心，超越暂时的错误，信赖那个像从未发现的国度、即藏于内在的卓越自我。如果这个器皿再也不对自己说：「你真的不够好。」她就会足够好吗？如果 Jim 实体再也不说：「我的记性真的不如以前了」，他就会像以前一样记得住吗？也许会，但是，**真正伤害自我的语言是评判的话语、内心创造的收缩与悲伤，所以我们鼓励你们，停止把悲伤带入自己的心中，因为这完全没有必要。你面对的每一门功课都有其学习曲线；每一个学习曲线都有许多似乎失败的时刻。的确，学习的唯一方式，就是重复不断地失败，好让学习得以发生。对学习机制有帮助的，不是抵挡学习的痛苦，而是说出这个痛苦、吟咏它、表达它，跟它跳个舞，从而让你无论当时在处理什么，都可以用能量的运动和灵性的升华来处理。R 实体以前说过，人生不在于工作，而在于玩耍；这句话说得**

好，可以把它当作范例，来看看该如何用特定方式对自己说话。一切事物都需要付出努力；你会称那努力为工作，还是称之为玩耍？你会称之为行走，还是称之为跳舞？你会称之为说话，还是称之为唱歌？你会把自己定义为平凡单调的文体，还是允许自己成为诗歌？

有一种和生命的构造、品质、调性一起玩游戏的方式。在这种游玩中，大自然的所有原力都等着和你一块儿玩；当你释放大脑、让它进入这种游玩模式时，会有惊人的能量从天使和内在层面的源头迸发，这些源头正等着跟任何其他也在玩的人一起玩。因为这舞蹈一直都在进行，并且你之所是进入这支舞，成为这舞蹈的一部分，变成了舞蹈(本身)。

你的自我形象是什么呢？我们要求每个人在沉思你的自我神话时，为自己明确定义这点。如这个器皿说过的，她在自己的脑海里是一个传奇；你们每个人都是那样的。你们每个人都是自己讲给自己听的一个故事。它不只是出生、童年、受教育，以及成人以后的一系列体验；它还是一个有形状、心情、能量、火焰的故事——也就是说，如果你想望跟自己讲一个有能量与火焰的故事的话。Jim 实体可以告诉自己，他正在割草；也可以告诉自己，他正在和提婆们一起跳舞。这个器皿可以告诉自己，她是个图书管理员；或者可以告诉自己，她以爱去触及人群的生命。每个人都能够观看生命的简单事实，然后编出很多不同的故事，端看你选择去强调什么、忘记并丢开什么而定。**这是你的世界；按照你的愿望去创造这个世界，其可能性简直是无尽的。**

如果在你们地球世界之内，越来越多的实体真的很深入地、实在地找到这种内在的、超越所有理解的和平能量，想象一下会有什么效应！你是否曾考虑

过，为什么此刻世界没有和平吗？如果人的心中没有和平，人类种族能够给自己讲什么故事呢？甚至有人相信和平的理想吗？是否有人愿意知道，和平才是真相、而冲突是幻象？这个器皿和 R 实体，早些时候在为一首歌写词。当时这个器皿似乎觉得，歌词好像青草一样在生长、发芽、在阳光下开放。文字有多滑头呀，它们是滑溜的，永远在变，不停地转换它们的微妙差别和音调。很难绝对公正地使用文字，然而每个字都代表了概念之灵的力量。**概念的力量是无穷的，信念的力量是无穷的；你具有的信念，在你的身体、心智、人生之内会成为真实的。祝你们充分地相信，祝你们真正地、深深地寻求自己的故事。**

此时，我们要从这个器皿转移到 Jim 实体那儿，来结束这次通讯；感谢这个器皿，我们会在爱与光中离开她。我们是 Q'uo 原则。我们现在转移。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，我们再次于爱与光中向各位问好。我们很荣幸再次请问，现在有没有任何进一步的询问好让我们谈论。此时有另一个询问吗？

T：我有个问题。你们说忘记是个好主意，有助于原谅的行动。不过，我假设有些时候你是无法忘记的，并且，我的意思不是你不能够忘记，而是也许因为别的理由——(比如)物质性的理由，我不知道——你不应该忘记；你会遇到某些时刻，你也许不应该完全忘记它们。在那些时点上，忘记和原谅混在一起……或者是不是忘记包含了一切原谅？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。**原谅的定义就是完全遗忘。无论如何，大多数人发现，在忘记那个引发催化剂、在两人之间放了障碍的事物之前，还有原谅另一个人的工作要做。忘记不总是容易的；因为只要你对出现的催化剂还有情绪的投入，那么你在交流、分析、冥想中就还有工作要做；最终，当你能够把另一个人看成自我，能够接纳他们为造物者，就可以原谅了。通常这要花费你显著的时间。**

（暂停）

我是 Q'uo，再次和这个器皿在一起。我们感激你们的耐心。现在有另一个询问吗？

T：我没有，谢谢你。

我是 Q'uo。我们感谢你，我的弟兄。此时我们可否谈论任何其他任何论点？

J：Q'uo，你们好，我是 J，我有一个问题。我不是很确信，为了尊重我的自由意志，你们能不能回答这个问题，但是我想知道你们能否告诉我，我的灵魂在来到这里之前，所在之处是不是比第三密度高。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们可以回答这个询问，的确是的，因为这对所有的实体都是真的。因为所有实体都完成了他们和太一造物者的合一。就你发问的意义而言，我们可以确认，你的确是可以被称为一位流浪者的实体，你在超越第三密度的某些密度中有过体验；在这个第三密度的星球进入新的演化层级的出生时刻，为了有机会服务，你来到这里。

有另外的询问吗，我的姐妹？

J：没有，非常感谢你们的回答。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。现在有另一个询问吗？

S：我有一个。你们稍早提到：我们做得很好。我们怎么知道我们何时做得好呢？我们如何看见无形的东西呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。对于这个询问，我们必须遗憾地说：作为第三密度的实体，你们无法知道。**理解并不属于这个密度；我的朋友，这个密度需要一个人凭借信心与意志在其中运转，在那气力中前进，因为在这个幻象中，你主观上能够知道的仅仅是一份差劲的复印件。**因为在一切有形的、感觉得到的、能在你们的幻象中以任何特定方式知道的东西以外，还有太多别的东西；因为**这里的一切都是象征，一切都代表另外的东西**。这是一个巨大的谜题，一个巨大的结(knot)，容我们说，每个人的任务，就是解开这个结、揭开这个谜题；你们花了许多次投生，尝试去做的就是这件事：把这个幻象的巨大复杂性，降低到一次单纯的个体投生。**为了完成这项重大任务，你所付出的一切努力都得到奖励，它是一点点[容我们说]可能的方向感，一点点走在回家路上的感觉，你对此有感觉、有希望、有期待；你坚定地把信心放在这上面，就像你笃信箭真的会飞，于是拉弓瞄准目标、一箭命中。**

有别的问题吗，兄弟？

S：暂时没有，谢谢。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。现在有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo。既然我们似乎耗尽了这次集会的问题，我们想再一次暂停片刻，感谢各位邀请我们今天出席你们的寻求圈。在这里加入你们，从来都是我们极大的荣幸和快乐。此时我们离开这个器皿和小组，把各位留在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中。Adonai，我的朋友。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_1006b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_1006.aspx

---

☆ 第 3112 章集：感激与感恩

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 9 月 1 日

团体问题：今天的问题跟感激的概念有关。各种各样的来源都告诉我们，应该在所有的事上赞美和感恩，无论它们是我们认为的好事还是坏事，我们今天想要 Q'uo 给我们一些资讯，关于为什么这点如此有效，为什么在所有的事

上都给予赞美和感恩似乎产生出如此大量的我们称为的善，或者感觉(自己)在对的时间处于对的位置上，并且处于流动之中。对于 Q'uo 在赞美和感恩上所说的任何事情，我们都会感激。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。就是在造物者的服务之中，我们找到了喜悦和职业，我们极为感激能被你们寻求的渴望呼唤至你们的团体。我们如此地感谢你们，因为你们为了能够在此刻加入这个圈子，而将如此多的事情放在了一边。能够在这个感恩和致谢的主题上和你们分享一些意见，这对我们是一种巨大的祝福。我们只要求你们一件事，那就是对于我们所提供的那些东西，你们要小心谨慎地运用自己的评判感和分辨感，因为那些东西是我们的意见。我们不是任何种类的权威，我们毋宁是你们的兄弟姐妹。如果你允许我们(的请求)、以你的能力去分辨，那么我们就会觉得不会借由那些我们所分享的东西而侵犯你的自由意志了。我们大大地感激那份好意。我们谢谢你们每一位，为了你们在一起冥想的时候带给我们的美；也看到了你们每一位所携带的美妙彩虹。在这些振动中进行分享，看到你们每一位[如 H 实体说过的]都是大师并同时愉快地被裹在一个肉体的外壳之中、扮演着小丑与傻瓜的角色，这过程是一种给我们的巨大祝福。

什么是感谢呢？什么是赞美呢？为了寻求这一点，我们必须稍稍深入一些，不只是把注意力集中在赞美或感恩或谢谢的词语上，因为「感激」或「谢谢」的词语单就其自身都无法解释那个词语的力量以及在其背后的观念。确实，在所有的灵性领悟中，该觉知正在跳跃超过言语的能力，(因为)文字没有能力描绘流经该寻求实体的那些概念所具有的纹理与深度。

让我们向后拉开足够的距离，好把你们每一位都视为星辰或宇宙般的实体。你们每一位，就好像一颗星、拥有一种能量。你们每个人都有能力去发光。你们每个人都有能力去因为其他的能量场的发光而极大地受到影响。在肉身的面纱之内，你们每个人似乎都是意识的某个微小针尖，正在注视着一个共通的世界，也就是一个被你自己以及所有那些赞成共识实相的人所共同支撑的世界。然而，事实上，你们每个人都是你(自己)宇宙的造物者；并且如J实体已经说过的，有时候这是非常清晰的：宇宙存在于内在，实相存在于内在，所有那些看起来似乎在「外面」的事物——如这个器皿正推着她身体前面的空气——那些在「外面」的事物就是那个空间，它围绕着你们此刻正在体验的那些易碎的、纤弱的人类身体。实际上，这种觉知仅仅是你在自己内在深处所携带的觉知的一个微小入口。**你携带的东西如同一颗珍贵的宝石。你在丰富又肥沃的土壤中携带着它。你可以通过冥想找到这些自我的宝石，并请求它们为你闪耀，好让你可以看见它们的美。因为你在你的内在之中真的拥有不只一颗、而是很多颗宝石，你的内在拥有已经通过数不尽的人生发展出来的、各种各样的色调与能量的存在性结晶的精华，这种精华在这次特定的人生中已经进入一种特别有益的平衡之中，或者容我们说，进入到了渐进性地寻求平衡的动态不平衡之中。这就是你的品性：你是水晶、你是光，那是生命的更深层面向的能量，并非一个特定的外壳、一个特定的重量、一个特定的外表以及所有那些细节——它们看起来是共识实相的最重要部分。**

这些(能量)是你，随着你的最高真理的频率而振动；即你存有的水晶得到允许去开始觉察的最高真理。比如说，如果你允许自己觉察的最高真理是这个器皿称为的对与错，那么在振动的链结上，你就被确立在这个概念的真理范围内，并且在你的灵性舒适圈中，(你)会很自然地认同某些想法，辨认和确定对

与错的事物，什么是好的、什么是坏的。然而，事情不管是对是错，都不大可能在该实体的能量内部产生感恩、赞美、感激的情感；相反地，它把一个人束缚在这个特定密度的魔咒里，也就是极性的魔咒里。相当必须借由无穷丰富的细节，在你的学习环境里展现极性；但由于物质宇宙的细节实在是漫无边际，你很容易在检验幻象的过程中无止境地迷失了自己。无论如何，事实上，那创造了万物、把万物连接在一起、让一切协调统一的能量，它远远超越文字、难以言喻，或许，感激就是最靠近那种情感的措词之一。

我们通常在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们以一种相当正式的方式这么做，因为我们正在向自己、并且向你们每一位指出我们的振动性能量是什么。理则，即太一无限造物者的起初思维，就是我们称为的爱，而一切借由这个思维的能量所显化的、自由意志作用其上的事物，我们称之为光。**那种光的一部分就是你的身体、你的器官、身体的分子以及这些分子之内的原子能量。然后，在一个完全不同的层面上，在更精微的身体中、在能量体中，那种能量是纯净且更为精炼的；而你们每个人到这里来做的事，就是进一步精炼那种能量。无论你带入这次投生的爱是什么，都是从你以前多次投生的收获里，特意为这个特殊幻象带来的礼物；你希望增加你的储藏，对于你是什么、你是谁、你属于谁这个观念，做进一步的精炼和纯化。**一开始探究精华，几乎瞬间就将一个人带到超越言语的层面，不过，感激这个词语却是如此强大，因为它携带着造物者的振动。

感激不是它表面的样子，感激不是对于接收到的祝福的感恩。在其最佳状态上，它是一种存在的方式，于是一个人吸入感谢、呼出赞美，吸入事物之所是、并呼出「谢谢你」，不是因为任何外在的细节，而是因为找到一种无法抵挡的、总是满溢的美丽与平安的杯子，那是意识的本质。当一个人哪怕只

进入内心能量的影子，都会感到升华，接着在存有之内的所有那些似乎混乱的能量，也开始找到旋律和脉动，与周围环境和内在的想法和睦相处，从而所有的精微体和你尘世的身体，还有风、雨、行星的身体，都开始协调一致、开始振动并且对你说话。当宇宙正在对你说话时，然后就总会有至福、喜悦、平安、赞美和无限的感恩。**这个幻象的花招就是哄骗一个人进入这样一种诱惑中，即相信，在黑暗与光明之间的动力之舞能够借由选择光明或黑暗，并转身背对另一个选择而获得解决。**肯定地，大量的第三密度的存在性，尤其是在我们称为第三密度学习过程的开端，可以说几乎全部都跟分类整理工作有关；也就是你身为灵魂，分辨出什么是觉得正面或负面的东西，什么是想得到的东西以及什么是宁愿不要的东西。对于很多人而言，对这些人格中的动力性分类整理不会花费大量的经验，因为有很多的事情，直到它们已被利用、且经验已被获得——从而指出那种美丽经不住时间和经验的检验——为止，都似乎是美好的。

这些日子是这个特殊周期的最后时日，此刻居住在这个星球上的每一个实体基本上都选择了其极性。该选择也许没有启动确实能够加速灵性进展的过程，但是每个人的体验由此变得丰富，并且做出了光明还是黑暗的选择。我们请你们在感激的脉络中，思考那片存在于极性之外的土地，那种基本上属于更高密度、属于第四密度的统合性。第四密度现在很接近你们所谓的共识实相的振动，近到人们越来越多地体验到了时来时去的透明度，届时第四密度与无条件爱的真理，突然实实在在地向人们展示了出来，让人不光有了感觉和理解，而且仿佛「真的」看到一样——在那逐渐靠近太一无限造物者一体性的螺旋中，当灵魂盘旋、演化、平衡、规律化之际，看见一切事物的完美、以及光与暗的玩耍之美。

什么是感激？感激就是在吸气呼气时，觉察到这行动是一份礼物。每个人就像一朵花，从物质世界这块土壤里长出来，你拥有一朵花的生命；**你唯一的责任就是绽放、存在、分享你之所是，吸收与其他能量场交换的一切，也就是两者之间的动态关系。在好日子里感恩很容易，但那不是感恩的中心；感恩的心是在一切事物中都看到显化体验的礼物。**哦，那是多么珍贵呀！哦，多么可爱呀！对于你们在肉体和第三密度里面对的各种挑战，我们无法倾诉自己的感激，但是我们要对你们说，这一场冒险呼唤我们，单纯地因为你们每个人正在这个幻象中体验万种色彩、形状与形式[1]，它们即是造物者迄今为止对祂自己的了解。**随着你们每个人吸入空气、又把它还给宇宙，你正在唱一首谁也没唱过的歌，把从未被见过的一份美升上诸天。造物者现在比以前知道得更多，因为你敞开地接受这个世界并且愿意受伤，而世界和世上所有的体验也敞开地接受你并且变得易于被你影响。这就是感恩的中心：知道你的每次呼吸都很重要、充满意义，并且对造物者有帮助，真的是你送出的礼物，也是你收到的礼物。**

[1]原注：Carla：这个表达是对「玛雅(Maya)世界」这个佛教术语的再次利用，它可被转译为「万种事物」的世界。

我们感测到还有其他的问题，J 实体已经明确说过她想要在不同的主题上提问。所以，我们想要感谢这个器皿的奉献，我们想望在此刻把通讯转移到 Jim 实体上头。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们透过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在此刻，我们很荣幸提供自己、尝试讲述在场的人们可能给我们的任何进一步的询问。此刻有另一个询问吗？

J：是的，有的。哈啰，Q'uo。我是名为 J 的实体，我想要告诉你们，我们有一些金色螺旋形银河针，它们是由金、铱、钯、钌、铑制成的，就我们对它的理解，所有这些金属都会在身体的不同部位起作用。我们使用它们作为治疗的器具，将不必需的能量从身体拉出来、接着带入光。我们非常兴奋，我们想要跟你们分享它，我们想要得到你们的意见，关于我们的金色螺旋针。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的姐妹。我们向你致意，我们十分高兴尝试谈谈这个询问。你可能记得 Ra 群体说过，向上的螺旋光线是一切受造物所采行的路径；那么，如果你试图为别人缓解他们在日常生活中积累起来的，人体、心智和情绪上的各种扭曲和不平衡，你可以把这些银河针看成在治疗手段中，以微小的方式反映这种向上螺旋的光线。你可能还记得，有一种相位变换，容我们说；当实体们朝一定的方向移动时，能量有可能出现变化。如果你把能量放在跟这个方向呈 90 度的方向上，让它以极快的速度运动，就像通常被称为 UFO 的飞船，那么就有可能利用这种相位变换，来改变光的维度或密度。如果你把这个资讯和向上螺旋光线的资讯综合起来，你可以看待这种向上螺旋的光线为一种持续的相位转移，于是每个想用这些器械治疗的实体，都可以利用某种被放大的能量；在这个幻象中，这种能量，容我们说，能够解开实体心/身/灵复合体中的结。另一种方式是：像观看金字塔能量似的来看这些银河针。金字塔把永存的普拉纳(prana)、理则之爱、创造万物的智能能量聚集起来，其方式很像浴缸中的排水口，在水流入下水道时把水聚集起来。因此，金字塔和这些银河针，容易聚集这种向上螺旋光线的能量，用它来取得治疗的效果。

有另一个询问吗，我的姐妹？

J：此时没有了。非常感谢你们跟我分享它。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：我有一个。我最近注意到有两道非常明亮的光搬到了这个城镇，它们是我的朋友 V 和 H 实体，在那之前，我在这个圈里新近还遇到其他的人，他们似乎跟我自己的个性非常非常有共鸣。我不禁在想，我想知道，是否有比已涉入的同时性更多的事情吗？我们属于相同的灵魂家族吗？我跟这些人感觉如此地有共鸣，而能量的改变是如此突然。它确实是非常显著的，我想知道你们能否在那点上评论。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在不侵犯任何在场者的自由意志的情况下，我们可以建议，在这个寻求圈中的人们以及许多其他人，他们都已经在投生的生命开始之前达成了一定的共识，或者容我们说，做出了一定的安排与承诺，即在收割体验之中的一段特定时间，将会做出努力以便于奉献生命的能量和方向、协助这场收割。属于服务的人，始终有能力分担重任；因为，容我们说，**当许多人在同一块田野上收割时，寻求的快乐、看见的快乐、为造物者服务的快乐，会成倍地增加许多**。是故，你可以把那些最近加入这个寻求圈的人，那些搬到这个地方来住的人，看成他们好像听到了音乐之声(的呼唤)，这音乐就是投生前作出的承诺，现在开始结出果实。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：那真美妙！你们认为我们应该如何一同工作呢，因为我知道 H 和我，同时作为团队的领导者，都真的希望以某种方式行动，在爱和世界性的友谊中把这个星球团结起来。对于我们如何才能更好地一起合作，或我们能够彼此支持和鼓励什么事情，你们有任何建议吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。再次地，我们不想望建议你的自由意志尚未选取的事，因为那会侵犯你的自由意志。然而，我们可以建议，**借由做最真实的自己，这次投生中的每个实体就能够提供最多的服务。每个人都为这次投生带入特定的技巧、渴望、天赋；对别人最有效的鼓励，就是首先鼓励对方坚定地扎根于和谐，扎根于太一无限造物者的爱与光，成为每个人在投生前判定自己事实上能最有成效成为的人；因为虽然每个人都是太一造物者，每个人也是独特的，像多切面宝石一样、以另一种方式闪耀出爱与光，**是故，你可以从任何你觉得最合适的方向互相鼓励。你的心会告诉你方向，而你的冥想会让你看见自己的心。尽量共同寻求，这种联合的寻求会产生爱与光、可以治疗一颗受伤的星球。然后我们会建议，就像你们共同寻求的那样，共同分享、共同去爱。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没有了，谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

R：是的，我有一个。我的名字是 R。伴随现在正发生的、所有的大地改变，此刻在这个星球上的人们身上发生的所有动力关系以及他们正感觉到的狂

怒，对于帮助平衡上述这些(状况)、使之朝向一种较为平缓的体验，你们的建议是什么呢？

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的姐妹。我们察觉到：在这个团体、同样在许多其他团体中，有一些人每天会花时间去冥想、祈祷，向所有那些处于痛苦之中的人送出爱与疗愈的能量、向太一造物者的疗愈之爱与光开放自己的心、向地球母亲送出那种能量，这样就可以在她分娩一个新的地球、进入第四密度的过程中为她治疗，并送出那种爱与光给在这个行星上每个感到痛苦的人，他们感到痛苦、疲倦、病痛、憎恨、失望、疾病以及所有其他各种各样的病痛，这些病痛能够占据注意力并将心智转向更为暗黑的想法和分享方式——不是开放心、而是关闭心。**我们会建议在任何可能的时候，在规律的基础上花时间祈祷、冥想并送出爱与光给所有需要的人。**

有另一个询问吗，我的姐妹？

R：我不知道有没有(合适)字眼来问这问题，就是正在发生的星象学的事情……能量扩大到什么程度了。在把它组织为言语的过程中，我遇到些困难。

Carla：「灵性的动量」如何？

R：是呀。发生了很多正面的事，但是人群当中的狂怒确实扩大了。这种扩大是从哪儿来的？仅仅是为了净化吗？好像不只是那样。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如我们先前提到的，这是收割的时间，周期改变的时间，这个周期不仅仅为了这个星球上的每个实体，还为了

这个行星自身。因为一切都在向上的螺旋形光线中移动，好像要跟报出改变的时针保持一致似的。时间越来越少，但还有大量的工作需要做。许多个千年以来，这个星球都在为敌对派系之间战争的麻烦受苦；**这种好战敌对的行为所产生的愤怒，就像热量一样渗进行星的外壳，而热量必须释放。因此每个实体跟这个行星本身，都接到灵性意义上的要求，要用更大的能力转化这股热量与愤怒。那些没有坚实灵性寻求基础的人，或者没有排气口、不能以形而上方式跟人分享的人，就把这份多余的能量转化为愤怒。因此，那些觉察到在地球和宇宙层次上发生改变的人——这改变进入每个人的心中——最好在冥想和祈祷中看见心开始敞开，心智开始敞开，手臂开始张开，从而以接纳与爱、慈悲与宽恕，取代竞争、愤怒、困惑、无知。所以我们衷心地建议，在冥想中增加祈祷和观想，好帮助目前这个星球上的其他实体开放他们的心，而开放心(轮)是现在地球上每个人的目标。有些人做这项工作比其他人，容我们说，更有效力、更有能力；那些能够首先开放自己的心的实体，然后可以借由示范与冥想去教导别人。**

有进一步的询问吗，我的姐妹？

R：没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你的询问，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

（没有更多的询问了。）

我是 Q'uo。既然询问(过程)看起来暂时获得满足，我们要利用这个机会再一次感谢各位在今天加入这个寻求圈。我们觉察到，为了在日常生活的活动中找出可利用的时间和空间来进行这样一次集会，每一个人都做出了许多牺

牲。应邀到这里加入你们，总是让我们感到很喜悦；我们要提醒每个人，在你自己的私人冥想中，我们会乐于在那里加入你、作为一种调节性振动来帮助深化你的冥想状态。所有需要做的事情就是一个简单的请求，我们将会在那里加入你。

在此刻，我们将离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0901b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0901.aspx

---

☆ **第 3113 章集：痛苦与病痛(完整版)**

Copyright © 2003 L/L Research

特别冥想

2002 年八月 9 日

T1 的问题： 今天的问题是关于病痛与苦难，因为我腰部右侧的神经很痛，痛得我睡不着觉，我很担心这会不会影响以后的生育能力和健康。为甚么真诚追求灵性生活的人，常常遭受痛疼或疾病之类的折磨呢？我知道自己是善良的灵魂，那为甚么我或高我会将痛苦包含在人生之中呢？达赖喇嘛圣座说过，生命的目的就是处在快乐中。我深深同意这点，有些哲学书籍教导我们、病痛可以帮助我们成

长，我对于这种思想感到不舒服。我是否应该跟高我沟通一下：「告诉我要做什么才能使得你和我们都快乐呢？饶了我、不要承受这样的事了。」

（Carla 传讯）
我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们以祂之名、怀着喜乐服务。我们在今天被你们寻求的圈子所召唤，我们为此感到十分高兴与感激。感谢你们允许我们分享想法，这是我们特意来到这个星球提供的服务。请大家带着开放的心与脑来听我们讲，丢开所有跟听者或读者没有共鸣的观点，因为我们不愿意成为任何人面前的绊脚石；我们只不过是为寻求者的觉醒过程添加一些资源而已。

今天你们询问关于病痛与苦难的原因是什么，它们的价值是什么。确实，去拥抱苦难显然违背该身体和你们文化所珍爱的价值观；第三密度肉体载具的的本能以及童年时代的学习训练与教化作用都以类似的方式建议舒适、安全、维护自我、不遗余力地维护自己以及值得照顾的家属。显意识心智绝不会计划去邀请任何种类的苦难，不管是在肉体、心智、情感或灵性上。

结果是：该问题是十分可理解的，确实，名为 T1 的实体的显意识心智甚至一次都没有请求过、T1 实体正在其肉体中体验的、令人痛苦的困难。

为了开始理解为什么苦难存在，必须从对痛苦的体验的物质性和直观性退后几步。所以，请大家和我们一起重新聚焦，不是着眼于痛苦本身、而是着眼于引起肉体疼痛的机制。

第三密度的目标是唤醒自我、前往自我的真实且越来越深入的身份。这涉及几个

关于自我的关键概念。

其中一个是改变的概念。灵魂进入你们星球的物质层面投生、其意图是去改变自我的振动频率与振动气力的情况。也就是说，在认出催化剂、处理催化剂的过程中，自我渴望取得两种改变：看待幻象的方式，以及可带入关注对象的力量。无论是觉醒了或还在沉睡，第三密度实体有个自然的倾向，那就是抗拒改变；可是若不拥抱改变，那就永远实现不了此生的目标。

另一个影响第三密度目标的概念是，如何越来越准确地感知你们熟悉的极性动态。甚么是正面，甚么是负面？甚么是服务他人，甚么是服务自我？这个你体验为自我的生物，是怎么回应你感知到的光明和黑暗、正面性和负面性？从他乡到这个星球来的流浪者，常常在第六密度非常辛勤地工作，好取得爱与智慧之间的精确平衡。这意味着，体验极性、回应极性的机会是珍贵的，因为唯有藉由收集催化剂，允许自我的显意识和潜意识两部分筛选催化剂，一个人才能开始重新定义爱与智慧的平衡，越来越准确地平衡爱与智慧的原力。

这两个概念一同工作创造出一个情境，每个实体在其中收到一连串从自我、其他自我和周围环境而来的催化性事件。那么、每个人都有责任处理这种催化剂，同时使用被处理过的催化剂来吸收并整合新的学习，于是催化剂就成熟转为经验了。是故，自我就开始更多地知晓自我、以及在自我里面的极性动力学。

因为自我已经开始观察自我持续地做出决定、选择，尤其是那些关于极性的决定与选择，这种情况会十分频繁地出现在那些这个器皿所称的伦理上的抉择中。在第三密度的人类体验的边界内，这幻象是如此厚重、以致以整个投生的体验有一些舞台剧的属性，人物有时被粗略地描绘，舞台有时破烂不堪，台词有时写得很

糟糕。时常，那些在很多人看起来很平整、有光滑表面的共识性实相，实际上是个深刻歪斜的幻象，身处其中很难看得准确，不过，一个人会被推动去作出回应，不管回应得巧不巧妙。

说了这些，我们可以注视 T2 实体在这次冥想之前的谈话中提到的事，即达赖喇嘛实体谈到，处于喜悦、快乐之中，这种心态未必是由你感觉到的催化剂带来的，而是你本身所处的状态。一个人会假设为了变得快乐，他必须是安全的、舒适的、安稳的；上述谈话对这个人就是个具挑战性的概念。当埃尔金斯实体还在这个密度活着时，他经常对这个器皿说：「快乐不是目的」。他的意思是，快乐的心态跟灵性的觉醒几乎没甚么关系。无论如何，我们觉得达赖喇嘛使用快乐这个词语言、更多地是表达持久与寰宇的心理状态，即至福或喜悦；这不是舒适生活带来的快乐，至福或喜悦是因为(一个人)找到了自我的中心，找到了自我内部的平衡点，从而找到了由一定程度的自我理解带来的平安，可以跟自我和平相处，释放所有恐惧。

T1 实体觉得奇怪、为什么必须有病痛与苦难；受苦与受难并不是必须的、这种感觉绝对是准确的。然而，它几乎是无可避免的，简单的理由是：改变是无可避免的，而改变的过程几乎对于所有实体都是不舒服的。

现在，名为 Ra 的实体说过，自我的能量首先属于心智。催化剂首先来到心智上头。身体是催化剂的第二接收器、接收那些心智尚未平衡的催化剂。那些真的达成狂喜、快乐、平安、领悟或快乐(幸福)感的人，按达赖喇嘛对快乐的用法，他们之所以达成这种状态，是因为他们能够在利用催化剂时，荣耀催化剂的重要性、了解自己对催化剂的回应、敬重自己的回应，而内在那些需要更多锻炼的地方，也得到了妥善处理。

那么，催化剂的首接收器是心智，当催化剂进入到心智而并没有被心智使用时，那个催化剂就会进入肉体载具、并作为某些扭曲点留在那里，它们有时候会引起被认为是受苦或病痛的症状，它们有时候会因为一种抑制的效能而被埋藏起来、不被观察者所侦测，因为压抑的效能把没用过的催化剂埋起来，好像在身体的土壤底下的宝藏。事实上，许多实体由于没有能力认出催化剂的真相，或者无法充分回应催化剂，结果出现了心理上的种种困难。

无论如何，这个问题是跟肉体的痛苦有关，所以我们要聚焦在那些没有被心智使用、而相反地被抑制和未被检验的、催化性体验上。这些催化剂进入身体的某些部位、代表了那个已被接收的、特定催化的某个面向。

举例来说，这个器皿当前的催化剂是跟必须要处理的事物的一种过度负荷联系在一起，它们包括必须要被照料的杂务与义务，必须被完成的具体事项等等。结果是，当这个实体(器皿)安顿下来、准备这次的冥想时，就发现在腕部中有疼痛出现，这疼痛严重到了需要这个器皿经常佩戴的工作护腕了。为什么这个实体在这

个特定时间、在双手和手臂中体验疼痛呢？因为有太多东西要处理。这种负担并非精确地落在这个器皿的肩膀上，而是通过她的双手行动，这双手正在负载太多的事项。

也许检查造成疼痛的扭曲出现在身体的哪个部位、对 T1 实体会有成效。太阳神经丛能量中心、表达这个行星特征的能量中心；它是黄色光芒能量、包括好些社会议题：(你)跟出生家庭的关系，跟婚姻、孩子的关系，跟工作关系和不同群体的关系，好比国家、运动团队、公司等，跟该肉身实体有关的各种团体。你可以

从这儿开始，着手解开情感与恐惧的纠结，它们扭曲了流经能量体的正常、开放的能量流动。

这个主题有着可观的微妙细节，我们不想望暗示有一个简化的解决方案可以让一个人免于病痛与苦难。毋宁，我们要建议，了解到自我不会被任何投生的细节所束缚的，相反地、一个人进入此生中是为了去学习、体验、改变，在这样的了悟中、有着巨大的气力与力量。

现在，在该肉体投生中的重大改变并不会在一个实体的灵魂光流的脉络中显示为重大的改变，该实体的整个灵魂光流包括自己所有的投生(转世)：过去的、未来的、还有目前的投生，都在灵魂存有的伟大圆圈之中。一个人正在尝试去作出的改变并非它们在表面上看起来的样子，毋宁说，就是通过一个体验的筛选系统，非常渐进地，认识本身开始改变那个在投生内的实体的感知，于是催化剂就可以更为有技巧地被使用，因此，(你)对于疼痛与苦难的感知程度，对应到透过事物表象看真相的技巧与艺术。这是个从虚构事物筛选出真相的永恒过程。

当所有的细节都沉浸在幻象和人类意见之中，这个(筛选)过程并不容易。有多少的扭曲伴随着该实体的母亲的乳汁被喂养给这个实体呢？有多少扭曲是通过上学受教的过程、跟其他人交往的过程、被添加给该实体呢？随着这些扭曲越来越多，它们开始向自我讲述关于自我的故事，这些故事让我们似乎就像是你先前谈到的、在投生舞台上的这个或那个角色。

有时候有可能得到突然的顿悟、切开了幻象与扭曲的所有层面；不管寻求的时间是长是短，那些竭尽全力寻求的人，尤其有这种可能性，任何把生命奉献给自我研读的过程都是如此。领悟可以很快地来到，但这并不常见；通常是，进一步，

退一步，进两步，退一步，等等，最终非常缓慢地、获取出色的自我知识。随着自我知识的数量逐渐增加、品质逐渐改善，自我开始辨认，哪些内在的扭曲模式不会帮你增进理解。一旦认出自己对催化剂的这类笨拙反应，你就有可能干预(产生)扭曲的过程，去除或至少减轻你在把催化剂转化为体验时形成的扭曲。

有许多时候造成扭曲的原因是某种关于自我的负面意见。有些时候自我将催化剂诠释为自已被遗弃了；有些时候一个实体诠释催化剂的方式为：觉得自己不够好。无论对于自我的负面感知是什么，这样的观感夺去自我的和平、天份、魔法。如果一个实体不能对它自己感到满意，如果一个实体不感觉它做得好，这种态度本身就会妨碍实体准确判定催化剂的特性，因为任何负面感知都会收紧灵魂周围的恐惧之网；在这张网内、灵魂无法呼吸，也不能带着自由与准确度来表达自我。自我惟有处在爱的氛围中、才能开始清楚地看见自我。

这并不意味着自我有可能完全地对自己的行为与机能感到满意，无论是具体地还是一般而言；去掉恐惧只是意味着，如果你觉得自己失败了，你会热爱失败、敬重失败、接纳失败、宽恕失败；带着相同的熟练与乐意，也能够感知到(自我)的优秀和美德而称赞自己。

回到关于极性的思想：重要的是要爱自己的负面部分、爱自我的阴暗面，一如爱你最想向世界展示的阳光的、白日的意识部分。有福的人不仅能够向世界展示自己的优点，也能够用冷静与和平的心、宽恕与接纳的心，分享自己感知到的负面部分。

这并不意味着一个实体要去拥抱黑暗并变成杀人者、强暴犯、小偷、懒鬼，一个傲慢的人，一个无礼、贪婪或在忌妒与憎恨中生活的人。它意味着，当自我回应

催化剂之际、内在遭逢这些情绪，自我能勇敢面对它自己，不被批判所困扰，但保持在一颗平安与无忧的心之中。害怕自我的阴暗面就是邀请越来越多数量的[这个实体会称为]吸血鬼或那些进行超心灵攻击或致意的实体进入生命中。

由于光明和黑暗的极性愿意并且随时准备好去放大(你)自己感知的基本真理，因此，如果那个人能够拥抱它所感知的失败、受苦、不和谐，就不会招致偏见、恐怕自己做得不好、做得不够、或支持得不够，通过恐惧的紧缩来惩罚自我。一个正在体验负面情绪的实体很容易启动一个恒常向下的螺旋、里头有着自我批判和自我鄙视，然后外在的共识性实相就会逐渐提供越来越多数量的镜子，这些镜子会对自我投射自我，显现出令人产生恐惧感觉的形象。于是，该实体会认为自己越来越失败；就会变得越来越愿意活在恐惧中，因此把自己关闭，不再感觉到催化剂与经验的和谐、合一、开放的流动，于是开始受苦。

然而，在释放恐惧的方面、哪怕最微小的改善都有相当的成效。当那个实体在它之前没有感觉到恐惧的地方、现在开始感知到恐惧，因此会开始感知到那些提供增强恐惧的催化剂的关键性元素。一旦这些内嵌负面催化剂的入口点被找出来，就可以被视为那些类似引发了紧缩、自我保护、与恐惧的触发物。因此，这个过程对于寻求中的自我变得越来越透明，自我会开始能够把在表面上令人产生恐惧的催化剂、以及将催化剂转变为经验的实际过程断开连接。要点在于，该实体认出自己进入恐惧的那一点；我们说过，这是个微妙的过程，通常是个长期的过程。这一种觉醒十分有益健康，当然，也是以十分珍贵的代价换来的。

有些事情可以丰富并深化一个实体工作催化剂的能力，可预期地、我们觉得这种至福是从静默开始。进入静默对于属地(earth-bound)的实体是一种不自然的决定。在训练自我进入静默、并释放智力心智内含的过程中，隐含着可观额度的释

放。我们衷心地推荐：每天规律地进入静默，因为它是一种训练，就好像运动身体可以强化肌肉一样。

有些不恰当的运动对于身体过于艰苦费力，因为它们没有增强身体，反而把身体累垮了。若不明智或过度地使用静默、完全有可能把自己累垮。很少有实体能够一整天、每一天都跟静默一起工作，因为改变的速率取决于在静默中花费的时间总额。因此，我们建议适量的冥想，产出一种适宜的改变速率，这样自我就不会在改变心智、身体、灵性的催化剂之中溺水，相反地、能够将鼻子保持在混乱的水面之上了；混乱的水面描述了在过程中、改变的特性。

进入静默的一种更精炼的方法，即是这个器皿称为的平衡式冥想[1]，很适合用来开始好好地认识自己。我们推荐在每天结束时，比如准备就寝前，在想象中回顾一天的经历，回想负面或正面的感觉，不管感觉的强度与实质如何。这些经历和感觉是催化剂的要点，是进入自我的命运和同步性礼物的入口点，它们为实体带来源源不断的催化剂流动；自我在日复一日、年复一年的投生岁月中表达其各种偏向时，设计了这些催化剂。

这是个持续进行的过程，没有终点。你不可能在某一(时)点说：「现在我懂了；我的寻求过程现在结束了；现在我是一个了悟、至福的人类；我现在是第四密度的生灵，不再是第三密度的。」 事实从来不是这样的。在气息离开身体之前，第三密度的学习不会停止；在肉体死亡的过程中，意识离开肉体，进入这个器皿称为的以太层(Etheria)。

这就仿佛在桌上有定量的食物，食物将会持续不断地被端到桌上、直到主餐结束为止。当生命的主餐结束时，造物者会呼唤灵魂离开此生、接着进入它的下一次

体验的开端。一旦这个投生过程已经完成了，一旦计划已经完成了，人灵会自由地、轻松地、的确毫不费力地继续前进。

所以，这个议题变成了一个人想望如何雕塑和自我创作这个正在投生的舞台上演出的故事。T1 实体此刻正经验产生恐惧的催化剂。T1 实体应该如何回应呢？这个问题的答案存在于该灵性觉醒且十分诚挚的寻求者的学习过程中。我们不会为 T1 实体解开这个谜题，但我们希望已经分享的想法、可提供许多要点将协助(T1)思考这个情况。

记住、每个实体事实上本身就是爱。爱不会紧缩，爱不会恐惧，爱赶走了恐惧。如果该实体的中心就是一个爱的存有，如果一个实体能够体验自我为一个爱的存有，那么他就在体验如何做一个有力量的、和平的、有福佑和魔法效力之人的过程中，迈出了极其重要的一步，变得更为熟练。你感知为真理的东西会变成(你的)真理，所以在选择接受甚么为真理的过程中，要极为挑剔。

一个人要嘛可以保护自己，要嘛可以进入无惧，释放防护并拥抱学习，伴随所有学习所建议的事物。这似乎会增加痛苦，不过，它实际上可以有效地减低生活的痛苦。

在这场自我跟自我对峙的圣战或灵性奋战中，没有任何投生中的人是孤单的。用各种方式牺牲自己以减轻痛苦，这是诱人的，然而，这样做不巧妙。相反地，寻求去拥抱那不被理解的事物，请求理解(它们)、但不强求也不等待它，以便原谅自己、接纳自己，每天早晨无畏地进入崭新的曙光中。

如果有人邀请我们在场，我们总是乐于进入他的冥想，帮助他深化冥想的状态；

内在层面里、还有许许多多其他的实体也乐于提供帮助，只要有人发出请求。这个器皿的灵性信仰系统里有天使、大天使、和圣人，一位救主、以及造物者的各个名字，它们都为这个器皿如何处理她感知到的议题染上不同色彩。T1 实体的头脑与心里也有造物者的各种面向和名字，有自己发展的思考方式，这些都很有个性特点、跟个人密切相关。所以，每个人的路径都不一样。

每个实体的痛苦都是独特的。并非所有人都在承受肉体的病痛，但我们向 T1 实体担保，投生中的所有实体对于负面催化剂或受苦都不陌生，因为它们必然伴随着第三密度中的生活。

我们要求你不要把这看成惩罚，而是看成肥料，可以丰富自我的土壤，让它长出更好的花朵和果实。我们祝愿每个人的灵性绽放全然的美，越来越觉察到你的造物者-自我，越来越愿意丢开恐惧，丢开感觉到的自我局限，拥抱起初思维、也就是造物者、理则、创造之爱。

此刻，我们感觉这些内容对这个问题足够了，对于这个非常有趣的主题，如果你们渴望更多的内容，欢迎进一步发问。现在，我们感谢这个器皿，感谢在座的团体成员，感谢 T1 实体；我们离开这个群体，同时拥抱各位，在太一无限造物者的爱与光中环绕各位。我们是你们认识的 Q'uo。

原注

[1]出自一的法则 42.2，电子书连结如下：

https://soultw.com/TLOO/RC_Book1__big5_2018.pdf

Translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3114 章集：光明与黑暗之子

Copyright © 2004 L/L Research

特别冥想 2002 年 7 月 4 日

V 的问题：今天的问题有两个部分。

第一部分：鉴于 K 与我之间冲突不断的历史，我相信我们之间是业力关系。你们能够谈谈这个业力的起源，以及它在这次人生中会不会被清偿？

第二部分：几年前我遇到一个灵性实体，他称自己为 Kega。你们可否告诉我，Kega 现在是不是有肉身形态，Kega 和我可不可能建立关系？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。受邀加入你们的冥想是我们极大的荣幸，谢谢你们；我们乐于与你谈论这个涉及到人际关系以及 Kega 实体的问题，附带的理解是：在场的每个人都会拿取我们的想法当中有共鸣且有意义的想法，并把其他想法都留在后面。这就允许我们分享一些意见、而无须担心我们将会侵犯在场者的自由意志。我们极其感激这个分享我们想法的机会。因为这就是我们在此时已选择的服务，能够进行我们来此要做的工作，这真是对我们的一种祝福。

我们注视着 V 实体和 K 实体之间的关系，确实能够确认这段关系承担着某种业力负担。然而，我们的意见是：这不是 V 实体所怀疑的那种业力关系，毋宁说它拥有一种形而上的——也就是说——非属地导向的起源，事实上它涉及的并不是你们在地球上的前世投生播下的会产生粘着性业力的不平衡种

子；它毋宁是，容我们说，光明之子和黑暗之子的关系。这个器皿与名为 D 的实体，有过相同性质的关系，这个器皿也没能从人的层面上，容我们说，驾驭这个动态关系；她能够仅仅依靠充足的理由和聚焦的强度，在四年的婚姻之后把自己拉出与这个实体之间的能量联结。

怎么理解在人际关系中，一个人向对方映射出光明，而对方却映射出黑暗呢？这不能从字面上或以线性的方式来理解，因为这种关系所包含的能量，要比在地球上前世投生的不平衡所产生的能量，更为微妙、深奥。毋宁说，就好像有一股天使般的能量正在穿越各个次元被某实体追击，只是附带性地延伸进了物质次元，该实体可以被合理描述为负面实体，这个器皿会称之为第五密度起源。这件事(一般)不大可能发生，因为对于那些第五密度起源的实体，投生进入物质世界是危险的，尤其危险的是：一个实体投生进入物质界，却没有办法遏制或控制那股光的能量——带着天使的翅膀，活在骨头、血肉、身体之中。

我们可以说，这两个相关实体从前体验的这种业力，现在已经取得平衡，形而上性质的粘着性业力也到达了终点。K 实体在某种层次上觉察到自己的失败，但在跟肉体更有关的其他层次上，却无法了解、或无法处理这些资讯或这失败的终局，是故，他就像一头发疯的公牛或让人着魔的无端愤怒一样，这让 K 实体的生活仿佛跟做梦一般，实际的人格保持沉睡，只有他形而上的部分靠着一个不断循环的能量回圈而行动；他现在还没有觉察到要如何释放(该能量)。这就是为什么 V 实体还没有发现，原谅和同情在这个关系中是有用的工具与资源，因为这个实体就像不讲理的发疯野兽一样，不知道人类的行为，只知道它的本能。由于这些本能从线性的角度看是令人困惑的，只能从

[容我们说]更为历史性的角度才可以理解，所以虽然这个实体也许可以自己解决这个问题，但要实际做到却不大可能。

K 实体凭靠恐惧和痛苦过得不错，这是负面导向实体的典型特征。这个器皿和 V 实体、吉姆实体最近看过一部电影、名为《美丽心灵》(A Beautiful Mind)，就是一个有用的例子，显示了心智可以如何失去停泊的地方，甚至到了这样的程度：人格(外壳)中私人的形而上部分变得跟清醒的人格相分离、相对立；的确，K 实体就像一个睡着的人，而另一个[容我们说]接管(walk-in)类型的能量活出其生命。覆盖在该人格上的这个实体，从未是一个肉体的实体，而其能量是相当不肯妥协的、没有能力跟肉体中居住的体验和谐共存，结果是，通常用来更正这种人格解体的治疗技巧对这个实体都没效用。我们也不认为用任何方式处理 K 实体的内部情况会有用，因为这是该实体的路、他的选择。

也许这个实体有个微小的部分希望被解救，但是这个部分所处的地方，除了 K 实体自己的意志以外，任何实体都没法接近。任何其他自我都无法穿透这个情况，包括名为 V 的实体。

让我们向后退，注视这个有趣的关系所涉及的底层能量。这个器皿和 V 实体都因害羞而回避把自我看成是天使般或纯洁或正面的实体、超越任何其他人；我们完全赞成，这两个实体显然都是人类，有怪癖也并非完美，因为**第三密度的实体必须是不完美的，才能有一个果实累累且有益的人生。不过，每个这样的存有也知道，自己携带的东西是天使般的、纯粹与正面的；携带着它不是负担，而是如同呼吸、如同生命、如同香气与馨香；存有们携带着这个器皿所称的女神(能量)，那建造安全之所、心里充满悲悯的女性能量。女**

性气质的这一面，完全是她自己选择去携带的；最常见的是：人们用爱把它带入投生，目的不是为了帮助自己，而是为了在本质的存在状态的意义上，成为太一无限造物者爱与光的器皿，以致于不管这个能量的表达形式是换尿布或洗盘子，或教导、通灵、唱歌还是其他似乎更远为服务他人的活动，携带这股能量的投生目的都能得到实现。

作为一个表达这种天使般、纯粹爱的载具，这样一个实体现在无法完成某些活动。这并非受到人格的周期或情绪明显摇摆的影响，毋宁说，这件礼物现在稳固又安全地藏在女性之心的皱褶与幽深处。它属于一个拥有很多成员的灵性家族的很有希望又充满活力的闪耀尝试的一部分，以平衡这个地球，而**地球极其需要被包裹在女性原型的饱满之爱中**。这股能量使用每一个成员为器皿；我们可以说，每个这样的实体，(好比)这个器皿和 V 实体，在走过自己的人生时，都觉察到自己携带的礼物、尊重并荣耀这份礼物，密切关注如何保持作为器皿具备的完整正面性。

另一方面，K 实体作为猎人、以进入地球层面。他认出了一个光源，并且想望控制那道光的威力，把它变成自己的；进一步地说，他的这种愿望本身，在某种程度上也是他带入投生的礼物，不过这个礼物具有接管(walk-in)的性质，而非该人格的一部份。换句话说，要让这股能量进入肉体形态，它必须是失衡的，接着在嵌入携带它的实体的人格之后压倒这个人格。

了解到 K 实体在通常意义上甚至没有觉察到自己的这种行为，而像是令人遗憾的走调乐器，这种认识对 V 实体可能有帮助、确实对这个器皿也有帮助，因为她早些时候谈到了对于 K 实体的行为感到的忧虑。有意思的是：V 实体提到，K 实体居然还逗留在这个密度中，这让她很吃惊；确实，我们可以

说，就维持神智清醒和物质投生两方面来看，这个实体都命悬一线。不过，我们不愿说完全没希望了，因为总有可能出现一个闪亮的清晰瞬间，届时 K 实体内部的、现在被压制的人格能够看见，自己承载着一个暗黑的骑士，接着选择把它甩掉。倘若 K 实体感知到他的真实情况，他的人格肯定会求助，首先把自己从那个难以抵挡的暗黑天使的控制中解脱出来。

因此 V 实体可以祈祷 K 实体在投生结束前的某个点、有一个清醒的瞬间，从而开始容易接受治疗，恢复在物质界中就更大生命的意义上的健康与生命。美丽与和谐的能量给了 V 实体很多帮助；我们赞成她先前说的，人们需要在生活中为自己提供魔法的环境。唱诵圣歌过去对这个实体一直很有帮助，确实可以每天让她变得心旷神怡。例如，这个器皿早上冥想时总要唱一首赞美诗。我们可以建议 V 实体，**锻炼自己做神圣呼吸是好的**，对这个实体也会有好结果。**静默本身对这个实体是非常强有力的体验。也许可以为自己安排体验静默的机会，或者在家里，或者是独自在大自然中散步，进入静默，进入心之至圣所；造物主在那里等着你，疲倦的灵魂在那里得以真正地歇息，找到疗愈。这种体验天父的造物之美是十分有帮助的；我们会推荐，每天花时间在静默中，花时间借由圣歌来赞美造物主。**

在这个器皿的脑海里，我们发现这概念很有帮助；她并不完全理解这个概念，但我们尝试使用它。她读过一本书，由德隆瓦洛·默基瑟德撰写，书名为《生命之花》，这个实体表达的是如何让能量流过能量体的一种方法。在德隆瓦洛实体的理解系统中，这包括让能量往上走，进入黄色光芒(脉轮)；在它进入心轮之际，为了让它可以经过心轮、继续向上流动、最后流出(身体)进入天父的造物，能量需要出现一个 90 度的相位转换。与这个概念互相贯通的并且有助于理解其菁华的是：即这个器皿称为爸爸(Papa)的实体提出的忠告，**在**

允许能量流经自己、然后进入外界之前，要为自己保留能量。根据名为爸爸的实体说的，这个器皿热衷于送出祝福和爱的能量，完全没有为自己保留任何能量，从而扮演了殉道者的角色。结果是，这里开始浮现的影像是：光流经该实体、进入心(轮)、然后又返回到流经身体的循环中，确保无限的爱与光完全洗涤其身体、心智、灵性的所有部分……

（磁带结束。）

Translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：https://soultw.com/TLOO/2002_0704b.htm

英文出处：https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0704.aspx

---

☆ 第 3115 章集：Q'uo 服务的地球及其能量

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 5 月 19 日

团体问题：我们今天的问题可以说有两个部分。第一部分涉及这个行星的进化、它的人群的进化，还有每个人在进化时具有的能量和灵性振动。有些人说，现在可以更强烈地感觉到这些振动；我们想知道，**你们可否为我们描述这些振动及其性质，以及我们该如何更和谐地跟它们一起工作，从而不至于被它们压垮**。问题的第二部分是：当你们在跟我们这种团体谈话时，你们能说一下你们成功时的感受吗？(我们这种)团体通常的需求是什么？你们又提供哪些服务来满足这些需求？

（Carla 传讯）

我们是你们熟悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们问好；在

祂的服务中我们存在。感谢各位让我们加入这个寻求圈子。能够被你们团体呼唤，前来分享你们的冥想和能量之美，真是我们的福气。这是一种独特的欢乐，每一次都不同，因为每次相见时，你们每个人在自己的追求与进程中都到达了不同的地方，每个人都向我们展现出新的色彩和色调；也向首次遇到我们团体的人问好。我们非常重视每一个人。你们抽出时间寻求，为我们创造了服务的机会，我们为此十分感谢。我们唯一的请求，就是请你们辨别我们的意见，只接受那些似乎对你们有益的内容，把其余的丢到后面。这使我们在分享时不用担心会侵犯你们的自由意志。

你们今天的问题十分有意思，因为它涵盖了两个貌似不相干的主题：**正在转化你们行星的那些能量，以及我们服务的方式、我们希望的结果。**

首先，让我们多觉察一下陪伴你们每个人的能量，好像你正处于一个能量链结的中心；你确实处于这个中心。感受那种成为自我、成为菁华之能量的感觉；你很熟悉这种能量，跟它很靠近，但同时也许常常不会想起它，仿佛因为它没有展现自己、在物质世界里没有分量，你就有点忽视它。释放所有限制或窄化你能量流的紧张，进入对你自己的饱满感觉，因为**每个人都是造物者的一片火花，正是由于你们每个人的存在，宇宙才有其存在状态；你所携带的意识是你自己的中心，无限地珍贵。**

现在我们要求你们开始觉察这个寻求圈之内的其他人的能量。感觉你右边的实体和你左边的实体。开始感觉每个成员之间的连接，那是你和这个圈子中的人们共享的、首要的合一身份。允许那种共享灵光的感觉开始沿顺时针方向绕着这圈子转。那道光是什么颜色？它在每个人眼里都有些不同，因为每个人的观点都是独特的：有些人可能看到白色、有些可能看到金色、有些可

能看到紫罗兰色。不管你感知到什么，对于你来说，都是一种准确且有帮助的感知，那是你的潜意识在为你描述这种感测到的能量。

现在，如果你愿意，我们会要求你们开始觉察到我们的能量，作为一种对你的冥想的环绕性支持。就仿佛我们是一种载波，使你的冥想能够多少更加坚定、更加稳固。

现在我们会请你们开放所有感官，开始觉察到在你脚下的大地能量、天空、空气、屋顶上的风、阳光的温暖、这个星球的运动，以及星球与石头、海洋、河流、植物、动物的能量。**当你的心跳动时，这个星球本身的韵律也受到影响。当潮汐变化的时候，你的心跳也因此受到影响。你们每个人都拥有彼此相互影响的涟漪。你遇到的每一个人都向外涌出涟漪、并且借由每一个人携带与分享的能量的尾流而影响你。**

这是你的能量体的世界；这个世界在你们星球的内在层面之中，具有令人难以置信的各种各样的存有，还有很多的老师和医者，很多睿智的实体，肯定还有许多胡闹和有趣的实体，也有那些较为黑暗的实体，它们会乐于以你们可提供的较暗黑能量为食：痛苦、恐惧、苦难。这是一个丰富又有挑战的氛围，这是一个你之所是的能量存有的氛围。它使得物质实相的世界非常地简化、几乎像一本漫画书了。因为其笔触是粗略概括的，它不像你之所是的[温和且无限地移动和流动的]能量波那样精微。

不光是现在，而且就像 D 实体所说的，在此之前的很长一段时间里，你们星球的能量已经在转型，因为你们的行星本身、地球母亲，无可阻挡地进入了第四密度的分娩过程，而且正在经历这个过程。你们星球的能量网的变化，

令人惊叹。的确，一个新的网格已经出现，这个器皿喜欢称之为基督网格，但是你可以一般性地看成能量链结的一种模式，像是一张网、包围着这个行星。我们会说这是爱之网，由第四密度之光编织而成的网；它是用由你们每个人、你们星球各个内在层面里很多很多的实体，所献出的金线编织而成的。内在层面里有很多生命，此刻将自己奉献给感谢和赞美、不间断地这么做，沿着这些能量线移动，以一束又一束的协调光，把网上的一个个节点连起来；**这种协调光就是你们每个人在祷告、冥想或以任何方式打开心之际，所创造的光流。**

跟你从前用肉体和能量系统中的精微体所处理的光相比，这种蜕变之光极为不同，它的能量具有全然蜕变的性质；容我们说，这种能量经常让觉察到它的人、以及开始对它作出反应的人，感到某种不安。任何变化都会带来不安，甚至是最快乐的变化，比如结婚或(婴儿)诞生，也是如此；从某种意义上看，此刻发生的事，既是诞生也是结婚。

该诞生属于你脚底下的地球，而结婚的双方就是你和自己的第四密度部分；你把这部分从内心带入这次投生，让该部分在此刻被这种光激活。这是自我跟自我的更高层面的婚姻，但是自我的这个新层面是一个陌生人，你还没有完全认出自我的这个崭新部分。在这种光的影响下，你的基因结构有机会在细胞层面上，变得更有组织。这个器皿的科学知识有限，但是我们在她的大脑中找到了 DNA 的概念：你们每个人都有能力创造出新的 DNA 链，允许显意识大脑的内容和潜意识大脑的宝藏之间的门更为敞开。

目前你们很多人也许体验到，你潜意识的各种面向正远为自由地流入你的肉体觉知；这在不同的时候可能有很令人不安的效果，完全取决于你付出了多

少注意力，以及每个人不断增强的、透过日常生活情形来看到本质的能力。你们有些人谈到了自己体验到的各种症状，这是对于新的振动水平的典型反应；确实，它不时地让大多数正在觉醒的人有种巨大的强烈感。

这是一种祝福吗？我们当然觉得是的；我们觉得现在这个时期对每个人都很有用、很有威力。**你们仿佛正在重新发现自己的某个方面，我们会称之为大师或祭司的身份，因为你有可能在这种新的振动里，领会到自己是全然的灵性存有、灵的生物、爱与光的公使。在你们人群中这个非常令人激动的时刻，我们的希望是协助寻求的人们如愿地打开觉知**。S 实体问到，我们提供什么样的服务、其结果是什么。我们通过这个器皿而提供的服务是线性的；不过我们发现，当我们通过器皿，好比现在这位，说出这些贫乏的言语时，我们能够使用该器皿的情感、人格的染色和音色，来强化我们提供的非常简单的爱与光之讯息，借由个人的人格、投生、观点来为它着色。我们必须把自己的能量跟这样一位器皿的能量调和起来。我们发觉有些概念难以装进人类语言的外形，但它们一旦得到允许、在文字之间的空白中歇息，就爆发出意义；使用这样的观念十分有趣且富有创造性。

在下一个密度中，你们将能够开放心电感应的感官，在这个密度中，那种感官在大部分时候都不对你开放，接着你将领会，跟贫乏的语言相比，概念式沟通有多么丰富，因为文字会过滤真理的整体性，为了说出一个词语，要将很多的事情都过滤掉。**就我们的感知，或许我们最根本的服务就是为人们[好比这个小组、或提问的个人]带来无条件之爱的体验。我们确实是在爱与闪耀之光中，来到你们身边；我们用我们所知的最纯洁和最有意义的翅膀飘然移动。我们希望跟你们每个人调和，增强你们自己对于喜悦、平安、平衡的感知。我们张开双臂拥抱你们，我们如此地爱(你们)。你们每个人都是大师，却**

尚未完全觉察到那点。这个器皿稍早时谈到，她觉得自己是多么地愚蠢，我们发现这就是你们客串演出时的人类体验：觉得自己拙于应付这一刻、有缺陷、总是落在别人后面，不是个有聪明话可说的人，而只是沉默地站在那里，认真地想找点聪明话来说。

多么真实呀：每个人都在地球生活的幻象中受苦，而受苦的方式又非常地独特与个人。不是所有实体都体验到相同的事情，但每个人都有其光与暗的样式，每个人都有自己的艰辛、忧伤、喜悦，每个人也有闪耀的时光和惨淡绝望的时刻。**我们对这份工作的希望是：和请求交流、请求同伴的人们建立联系，在他们自己的生命、生活体验、周围的空气中，增强他们对于实相和爱之坚固的感知。我们想要为每个人建造一个气泡，一个更为可观的第四密度气泡，让你在行星地球上处理事务之际，可以走入该气泡。**

我们的工作常常包括在个人层面上加入你们的冥想。如果人们不冥想或没有在显意识层面邀请我们，而是在无意识的层面上呼唤安慰，那么我们就和各种梦一起工作，在梦境中为人们创造舒适安全的感觉，想要服务光的人们在生活中时常缺少这种感觉。**灵性的途径有个特点，它既把所有的人带到一起，同时又把每个人隔离在自己的进程中。**对于觉得自己被隔离、陷入了缺乏交流与同伴之困境的人们，我们希望为他们带来有疗愈作用的影响。

就像这个器皿先前说过的，对于试图在匆忙中祷告的人，我们单纯地尝试充当日常杂务底下的载波。我们的优势在于，我们很习惯跟各种能量体一同工作，因为能量体就是我们的物质身体版本；身为能量的生命，我们可以用远比你们更有意识的方式，多少更能够促进能量的调和。

我们仿佛前来鼓励、支持每个人，如同圣灵和灵性能量总是会做的：照料彼此；因为实际上我们做的每一件事情，你们也能做到，关键只在于一个在显意识层面有经验、一个没经验。不过在(显)意识门槛底下，我们是完全地、全然平等的；你自己内心所知晓的，跟我们所持有与知晓的，是同样饱满与完整的知识。

就达到预期效果的感觉上看，我们的服务结果是极不平衡的，而我们对于成功(程度)的明显差异感到相当知足。重点不是填补一个明确的配额或创造出一个特定的结果。对我们而言，**重点是在你们的密度中，找到沟通交流的方法，确实增益却不侵犯你们的身份、整体性或完整性**。如果我们能够给予你们一种感觉、关于我们如何看待你们的感觉，那就是：你们是具有极大的勇气、牺牲精神、并且是美丽的实体。就牺牲舒适的角度而言，借由选择进入此生，你们每个人确实都在冒险，因为在灵性的世界内，自我与一切万有的荣耀之间没有罩纱。华兹华斯曾写过一首诗：婴儿随着荣耀的云彩进入这个世界。荣耀是一个用得太少的词汇，因为当下此刻真的有荣耀，宇宙真的有荣耀，对造物者的感谢中真的有荣耀。一个人只需要凝视天父的造物，就会开始深入而亲密地觉察到，在鸢尾花和珊瑚钟以及翠绿的树芽上，有怎样的荣耀。在你们人群当中蓬勃发展、波涛起伏的春季，真的从每株灌木、每个路边迸发出荣耀。

不过(人的)内在也一直有荣耀，总有强烈的冲动去寻找香格里拉、这个完美冥想之地、这个具有极大力量的场所——它以某种方式能够协助把那些力量带到它们可以被使用之处。而且我们对你们说，你所寻找的力量，就在你的神圣自我之中。当然，一个人可以感觉到力量场所的强度，不过我们向你建议，随着这个星球本身的进化，那些力量场所也会四处移动；而且，随着第

四密度的能量逐渐稳定、变得越来越强健，每个人将越来越多地觉察到，自己就是力量场所、是有力量的人。

当你放弃关于你是谁的知识时，你放弃了多少丰富的体验啊！它们一直是你的调色盘，你就是用这个调色盘去绘画，创造出这一世的特殊人生！每个人的内在都有一座瞭望塔，在这瞭望塔中有一盏灯。**一旦你把这盏灯点亮，你就如同一座灯塔**，明亮地指引疲倦的水手从海上回家，为他们警告哪里是礁石、哪里是浅滩，好让船只可以安全地靠岸。

我们称你们为大师；那么也许你们的问题是：「这种大师身份对我们有什么用呢？」我们对你们说，**你们来到这里，是为了做这种或那种的医者，但不是像医生、护士那样使用老旧意义的医疗技艺，因为你们每个人都有能力用自己的方式去治疗：有些人借由说出的话，有些人借由关注和照顾，有些人借由能量的分享，有些人采用更具体的、具治疗特性的方式，安排双手与身体工作(按摩)。**

很难向你们表达的是：很多事物具有的疗效，在你们的文化或个人体验中好像算不上有深刻的疗愈作用。不过，带着爱和祝福来打扫自己屋子的人，就是在建立一个治疗空间，并宣告此处为圣地。当你擦洗厕所的时候，你不会特别觉得自己在治疗，可是你确实在为自己创造洁净与美的气氛，照料你的环境，爱护它、培育它。做饭、支付帐单，所有这些很世俗的事也是一种治疗；这个实体先前谈到，这些事情就在她的「每周帐本」(Quick Books week)里。所有的分类账、栏目以及图表都不是要被抛弃的丑陋东西；它们也含有美、神圣性。如果你带着爱来处理它们，把它们当作生活中光荣可敬的活动，它们也会变成你的课程，为你带来祝福；最重要的，它们会邀请你进

入更完整的生活，更广阔、更丰富的生活。我们希望在你如花一般盛开时，帮助你保持稳定。

我们此时会把这个通讯转给 Jim 实体。请团体成员在我们休会之前，提出该团体剩余的问题。我们感谢这个器皿，我们在爱与光中离开她。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，通过这个器皿在爱与光中向各位问好。此刻我们有幸请问，有没有我们可以谈论的任何进一步的询问。现在有另一个询问吗？

S：好，我先开头。我的问题具有相当普遍的重要性。战徽赢了普里克内斯和德比，它还会赢贝尔蒙特吗？*
*编注：该通讯举行的所在地，每年有闻名的马赛。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。对于这类事件的结果，我们的点子很少，因为我们不会沿着这些调查路线运行，它需要我们在这样的活动中投入大量的能量。有鉴于我们来自你们的行星系统之外，我们能够享受的，是我们此刻正在享受的这类接触，即**心智与心智的接触，它着眼于灵性旅程的性质，以及如何在日常活动中达成该旅程**。我们确信有些比我们更杰出的(资讯)源头，也许会就这个话题提供意见。

现在有另一个询问吗？

S：没有，我这边没有，我只是和你们开个玩笑。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

T：有，我有个问题。我的儿子在工作方面正在经历一场情绪上的严酷考验，而且他即将首次当父亲。我尝试给他忠告、帮助他，但是每个人能做的事情就那么多了，每个人都必须承担自己的责任。归结起来就是：尝试在灵性方面给别人忠告，不管他们是不是把灵性叫作灵性。**关于我该如何帮助正在经历一个相当困难时刻的人，你们有任何建议吗？**

我是 Q'uo，我们必须暂停，好允许这个器皿可以调整录音装置。我们是 Q'uo。

（换磁带。）

我是 Q'uo，再一次跟这个器皿同在。我们为这个延误道歉，并感激你们的耐心。我的兄弟，很多像你这样的寻求者，都渴望帮助那些处于[你们会称为]愁苦中的人；这些人不知道自己需要什么，只是一般性地寻找对灵魂讲话的事物。**我们唯一的建议是，你在设法为这些人服务的时候，发自内心地说出适合此刻的话。每一刻都不一样，每个实体也不一样，所以你在分享时有很大的空间，来提供个别的表达。既然你们跟他们一样，所以他们可以用，容我们说，不偏不倚的方式来衡量你的观点，因为别人没有特别的理由要听你或跟随你的建议。你有自由想怎么说就怎么说。我们经常建议，为了能够理解、体谅你所想望协助的实体的个人生活体验，在试图为别人服务之前，最好在心理上把自己放在对方的位置。为了让别人可以在个人旅途上走出下一步，在你寻求去领会哪些品质、能量、机会正在向他招手时，我们再一次推荐这个办法。**

我的兄弟，有进一步的问题吗？

T：有，只是一个小小的后续问题。很多时候，我觉得自己知道该对这样的人说什么，不管是我的儿子还是别的什么人。有时候我想要跳上前说，这就是他或她想要听的事。我听到你们说的是：发自内心讲话，说出真相；如果那个人不喜欢它，那么它可能是个推动他们向前的催化剂。无论如何，**只要说出真相，该发生什么就会发生，是否正确？**

我是 Q'uo，赞成你对我们尝试传递的讯息所作的评估。我们发现你说得很流畅，并且说到要点。
有进一步的询问吗，我的弟兄？
T：没有，我这里没有，谢谢你们。

我是 Q'uo，再次感谢你，我的弟兄。现在有另一个询问吗？
Carla：我只想要感谢你们，你们的振动是美好的。

我是 Q'uo，我们对你们也十分感激，我的姐妹，因为正是这个小组的每个成员为我们提供的爱与悲悯的振动，才使得我们有可能把自己的能量融入你们小组的成员。为了今天在这里分享发自内心的振动，每个实体都做出努力，我们对此十分地感激。
现在有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）
我是 Q'uo，看起来我们暂时耗尽了(你们的)这些询问。再次感谢各位今天邀请我们到你们的寻求圈，我们此时离开这个器皿及其团体。我们是你们熟悉

的 Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中，我们离开各位。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0519b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0519.aspx

---

☆ 第 3116 章集：同时性与第四密度

Copyright © 2019 L/L Research

周六冥想 2019 年 5 月 25 日

主题摘要：巧合与同时性；第四密度地球的诞生；超越小我；在不和谐时期中的希望

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，跟这个器皿及其团体在一起，在爱与光中我们来到你们身边。一如既往，我们感到荣耀能够根据你们的请求加入，接着提供那些具有爱、启发、保证、安慰的话语，那些话可能在你们的寻求旅程上帮助你们。我们知道，你们行走的道途是困难的，并且，这样的集会，对于(你们)探索这条道途——即你们在这一周、这一天已走过，接着走入你们所称的未来的这条道途——以及对于(你们)跟那些具有相似心与意的实体分享这条道途来说，是十分有帮助的。

一如既往，我们会请求你们帮一个忙：捡起我们今天可能跟你们分享的、无论什么言语与想法，当你们感觉到它们是合适的时候，使用它们，把任何你们感觉到在此刻不适合你的内容都丢掉。如果你们愿意给予我们这个恩惠，我们就会感到拥有自由、如我们所愿地发言，无须害怕我们会在你们的道途上放了任何绊脚石。

所以，在此刻，我们想要问，是否有一个我们可用来开始的询问。

Fox：Q'uo，就你们的观点，星际邦联的成员有时候会使用也许在灵性上较不演化的词语或概念，以适应我们文化上的期待、信仰，或者由于混淆法则？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。当我们回应你们的询问，或他人任何询问的时候，我们都尝试去找到最适合的词语与观念，用于那个时刻、那个询问，给予为了寻求太一而聚集在一起的团体。因此，有很多的事情是我们尝试要[容我们说]斟酌的，因为有些话语十分适合于每一个情况、每一个概念；而有一些词语可能是多少有些深奥或难以理解的，这些词语可能对于另一个团体或实体更有启发性。

无论如何，一般而言，我们发觉你们的语言有足够宽广的词汇与概念的多样性，可满足我们在大多数情况中的需要。因此，我们在选取适当词语的方面遇到非常小的困难，因为在好比这个团体中的每一个实体，都在寻求的过程中拥有足够的经验了，以致于有很多潜在的观念与话语对于任何询问都是足够的。因此，**我们不会寻求利用较少灵性的词语，但是，我们寻求去利用一些词语，为每个问题与发问者带来更多有用的信息**。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Fox：我猜想我想要弄明白的部分是，我想要知道，是否你们有时候不得不降级到我们的层次来讲述我们的问题。这问题有意义吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们完全不会以那种方式来描述它，因为我们并不觉得，相比于谈及智慧或合一或永恒，谈及爱的观念——也就是你们每一个人在分享以及寻求更多相关资讯时十分经常会参与的观念——(是一种降级)，因为这些观念中的每一个都是每位寻求者之旅程中的一个关键部分[1]。在任何经验之密度中，没有任何一位真理寻求者会感觉，描述意识、自我意识、寰宇之爱，等等的观念会是一种降级或是一种简化的解释；它们解释了这样一个词语或概念如何是一个根本的部分，属于无限造物、无限造物者，属于走在通往与太一造物者合一的道途上的每一个寻求者。

[1] 原注：Q'uo，或 Q'uo 通过其发言的器皿，有时候并不会结束开始句子的那个想法。

所以，我们尽其所能地发言，好对我们被请求去评论的、无论什么词语或概念给予最高等级的阐释。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Fox：没了，感谢你们，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

A：Q'uo，各种巧合，最近在我的人生中我一直都观察到很多的巧合，有任何方式是你们能够阐明的，这是不是一个指示……我想要确认我相信的：这意味着我走在对的道途上。你们能够为我说明那点吗，请？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在你经历日常生活的活动，并且考虑你的旅程的特性、旅程的目标、旅程之目的地，以及如何发现你的旅程的圆满性之际，**你可能观察到的任何巧合都是一种手段，你的潜意识心智借此给你一个指示，关于你的想法、行动、方向的正确性。**

这些巧合是一种手段，你的显意识心智借此可以被祝贺[容我们说]、被给予一个指示，那个指示即：你行旅的道途就是此时对你最合适的、而你可能未充分理解的那条道途；当你继续做正在做的事情的时候，关于这条你走在其上的旅程是如何适合你，这些含意将会通过更多的巧合与启发被揭露给你；以及，你正在做的事情就是寻求真理，因为它是可以在你的生命体验的每一个切面中十分清晰地被你知晓的事情。在你想要知道什么道途适合你的每一个瞬间，你正在找到那条道途上的另一步。尽管你可能在那时并不理解，它却是适合你的事物。

你一定要了解，我的姐妹，横跨你称之为时间的一个巨大部分、在这次投生之前的很多次转世中，你一直以来都行旅在你正处于其上的这个旅程中；而且，当你继续在这条道途上移动之际，将会有越来越多的指示——关于这条道途如何为你开放机会、让你学习、让你服务在万物之中的太一。你将会继续发现各种各样的迹象、同时性、巧合，它们将会[容我们说]留下一条由面包屑构成的可说是小径，于是你就可以发现在你的旅程中的每一步都被揭露

了。每一个你活着的日子、每一个你寻求的日子，都是这样的一天——你将在其中发现那条旅程的越来越多部分在你面前开放，于是你就更能够参与那个旅程了。

每一条旅程都是从潜意识心智开始的，潜意识心智会向你展现某种指示，这样特定的机会就可以被采用，特定的书籍就可以被阅读，特定的对话就可以展开，特定的巧合就可以被注意到。保持清醒，我的姐妹，开放你的心智、你的心(轮)与灵魂，它们将被你的生命目标所充满。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

A：不了，感谢你们。那(回答)是美妙的。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，Ra 说：「在你们的空间/时间中，你们和你们的人群都是在子宫内的实体的双亲。地球，如你所称的，准备好出生，而分娩并非平顺进行的。」我对于那个引文的首先简短的问题——在我们的幻象中，谁是双亲？是在这个星球上的每一个人吗？是那些在一条正面道途上可收割的人吗？或者有另一个类别？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**每个有意识的真理寻求者正尝试在无条件爱中开放心，因此成为你会称为可收割的实体，都潜在地是双亲，此刻在你们的星球上、在星球之内、在真理寻求者的内心正在诞生的事物的双亲。**第四密度的振动已经淹没你们的行星有一段时间了，容我们说，

你们会称为好些年，于是这种照亮，为了该星球实体及其人群，就会喂养每个有意识的真理寻求者的灵魂。确实，当这种第四密度的振动开始跟那些有意识并觉察的灵魂互动时，它会喂养该星球自身的灵魂，那些有意识的灵魂觉察到会有一场转换——同时为了作为实体的自己、也为了作为一个团体的人群，接着为了作为一个实体的星球自身。

因此，有大量具有统合性体验的事物正在进行中。第四密度的星球实体就是这个婴儿，身处在心智、身体、灵性的马厩中，寻求爱与理解的第四密度经验。**这种互动发生在第四密度星球与居住在该星球上的新第四密度人群之间，就好像是双向的双亲与孩子的互动**，容我们说……在灵感上是相当兴奋(electrified)[2]的，于是就有远远更多的能量可以为成长、寻求、利用太一造物者的爱与光之体验所使用。这种成长与寻求是共享的：属于正在诞生的星球实体，以及将会居住在该第四密度星球上的人群。

[2]译注："electrify"这个单词有两个主要意项，其一为"使……非常兴奋和激动"，另一意项为"使……通电、带电；电(气)化"。这里可能兼有两层意思。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：谢谢你们，有的。在一个母亲分娩孩子，而且分娩并非平顺进行的情况中，该体验对于这母亲可以是极其痛苦的，可能甚至威胁到生命——巨大的压力、巨大的胁迫。当这个星球的第四密度(实体)分娩不顺利时，同时那些具有一种可收割特性的、带着开放之心的实体是父母，那个情况会转移到我们身上吗？也就是说，在那些将新星球分娩出来的实体身上，那情况会创造出一种巨大的张力吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。新的第四密度星球的分娩及其人群的困难，既不是来自于该行星，也并非来自潜在的第四密度人群，而是来自那些(特定)实体——他们参与了具有这个或那个特性的不和谐与好战性，参与制造不和谐、疾病、混淆与骚动。**在各种各样的文化之间，在文化(影响)之内的实体之间，以及在家庭中的实体之间，都有着大量的分裂，于是有进一步增强这种不和谐关系的可能性，以至于这些彼此交战的派系——一个团体对抗着另一个团体——能够潜在地造成各种困难，不只是具有心理、灵力、物理特性的困难，同样具有产出全球灾难可能性的困难**。在你们星球经验的历史中，这些灾难被详尽地记载下来了。因为，数千年以来一直有着许多人努力战争、已经把分离的愤怒根植于该星球的地壳之内，所以，在此刻**需要用一种可管控的方式来释放这股愤怒的热量，于是就有必要让有限额度的热能在任何一个时刻被释放，从而降低全球性灭绝的可能性。**

在此刻、你们星球现存的文化之内，有着各种各样的分裂，如你们觉察的，其中有大量的困难，于是这个诞生就在一个具有巨大的苦恼与敌意的环境中发生，这苦恼与敌意必须要被那些体验到这类不和谐的实体以这种或那种方式处理。

我们希望：通过你们的行家、流浪者以及那些正在向你们星球送出爱与光的星际邦联的努力，这些要减少不和谐的努力确实可以这样做，并且允许这个星球的诞生，在一种较不困难的情况中跟它的人群一起发生，容我们说。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：是的，还有一个，然后我就会把麦克风交回给这圈子，看看是否其他人有问题。这是个人的问题，我想要知道，是否它跟第四密度有联系。我在冥想中遇到这个现象。时不时地，没有规律或理由，我会感觉到能量体扩展了。有一种沉重与稠密的感觉，就像是我正穿着一件巨大的铅制衣服、贯穿了我的肉体。它仅仅是这种感觉，没有进一步的意义或者在它背后的叙述，它就是一种稠密能量的感觉、拥有一种沉重的品质，几乎就好像它拥有一种质量。你们能否谈谈，我是否正在感测到第四密度的电场，或者，有其他的解释？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现，你的体验有些面向是我们可以讲述的，而其他的面向是我们不可以(讲述)的。我们会建议，当你处于冥想状态中，接着体验到你自己的能量体在一种越来越大的频率范围中移动、体验到扩展性的品质，而那些频率的范围超出你自己的通常范围之时，在你的能量体与该星球的振动模式之间会有相互的连接，容我们说；而该星球的振动模式正在以我们先前[在回答你关于困难收割的问题中]所描述的方式而表达着。因为，**当你在体验并欣赏你的能量体、允许你拥有的灵性寻求的庞大状态之际，你也在体验在每一处都存在的困难振动，这些振动会冲击到那种合一性体验，它正在尝试通过你的冥想状态而显化它自己。**

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Fox：我有一个问题，跟刚刚那个主题相关。当我们完全进入第四密度时，我想要知道，我们的灵光将在地球上成为一个灵光吗？人群，心/身/灵的灵光？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于每一个能够毕业进入爱与理解的第四密度的寻求者，它的体验的一部分，就是让灵光[如你所称的]以一种方式扩展、跟其他具有相同振动层次的实体结合起来，以形成一种灵光外壳，容我们说，属于你会称为的该社会记忆复合体。是故，**在该社会记忆复合体中的每个实体都会把自己每一次人生的经验，包括这次的人生，增添到该整体复合体的振动特性之上，于是就有一种振动性的代表、属于全体寻求太一无限造物者的努力，当它们以一种协调的方式调和之后，就会允许该社会记忆复合体拥有一个你们会称为的「信息的数据库」**。它(即该社会记忆复合体)就可以在任何时候、于其体验中存在特定服务渴望之际呼叫该信息库；它渴望以特定方式去服务那些呼唤服务的其他自我，这些服务根据该社会记忆复合体的构成是有可能被提供的。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Fox：没了，感谢你们。

Q'uo：我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，我有一个来自 L 的询问，他写道：「如果一个人正在追寻行家之路，寻求去找到并且能够持守内在的一体性，尽可能花费最多时间、处于一种冥想状态以觉察造物者，这样是被推荐的吗？或者，有意识地经常从这

种状态中断，以便于跟我们周围一直存在的催化剂共同工作，这是被推荐的吗，或者道途单纯地会呈现其自身，而不需要瞄准两者之中的任何一个？」[3]

[3] 原注：这个来自 L 的问题意外地被问了两次，先前是在 2019 年 5 月 11 日的集会中被问到。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当一个人沿着寻求的道路行进时，经常会发现冥想状态不只提供了方向，同样也提供机会去增强一个人欣赏各种各样的切面、属于行走其上的道途。主要是欣赏(自身)与其他实体之间的关系，他们提供了特定种类的催化剂，可以增强该旅程，因为每一种催化剂都可以被寻求者探索，同时是有意识地在催化剂首先被体验的时候，接下来是潜意识地(被体验)，或甚至是超意识地[容我们说]在催化剂被带入冥想状态之际，以便于利用由催化剂所提供的、学习与成长的各种机会。

关于一个人在日常活动中找到催化剂、接着欣赏与利用催化剂(的过程)，这是一种显意识与潜意识或超意识层次的调合。是故，确定「冥想时间」对上「沉思时间」的比例、「冥想时间」对上「一个人在朋友圈中跟其他实体有意识的互动」的比例，容我们说，这(安排)是由每一位真理寻求者自己决定的。所以，关于在任一特定类型的意识中花费时间的比率，不会有一种方程式或明确的描述。**它对于每个实体都是独特的**，于是每一个实体就可以利用其技巧、能够去欣赏其命运体验，容我们说，即其投生前所选择好的样式——随着每位真理寻求者沿着自身的寻求道途而前进，这种样式会开始越来越清晰地、越来越深入地呈现出来。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：对此没有后续问题了。谢谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo。在此刻有另一个询问吗？

Fox：今天这里的团体若没有另一个问题，我确实有一个，它来自肯尼亚(首都)内罗毕的、名叫 A 的寻求者。他问了这个问题，分为两部分。第一部分和我们上次集会在谈论的内容有关。「我们如何才能超越这幻象的小我认同，尤其是当它跟苦恼与恐惧的感觉关联的时候。」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的姐妹。在这方面，超越是一个枢纽的术语。我们会建议，有意识的自我，也就是你已称其为小我(egoic self)的对象，即是那个体验到苦恼或任何催化剂的自我，可以对真理寻求者呈现出来的自我**。这个显意识自我然后必须要寻求来自自我的一个更大部分，即你们称为的超越性自我的帮助，如果一个人能够越过在冥想的开始阶段自发显现的各种各样的声音，就可以在冥想状态中找到那个自我了。**

当一个人能够找到在其存有中心之内那个安静的、静定的点之际，那个超越性自我，那个一直为每个真理寻求者临在的见证者，在这个时候就能够为寻求者提供一个更加宽广的视野或者，容我们说，远景了，所以那似乎在显意识自我的体验中产出苦恼的事物，就可以在寻求者的更大目的或观点的关系中被看见，这样一个观点就能够利用在冥想状态中变得明显的灵性原则，并能看到在显意识状态中已经产出的苦恼事物，不过是一个[容我们说]媒介，它打算要把注意力聚焦在体验的一定特色上，以便于一个特定的课程可以被学会，而那个课程已经在过去，以某种方式提供了一个挑战。在冥想状态中，可以看见该挑战要用一种更加宽阔的观点来面对，这种观点会显现出，当一

个人从这更大的观点来检查那个产出苦恼的情况时，如何可以汲取一种课程，或者得出结论。更大的观点来自潜意识心智，它清楚觉察各种投生前的选择，这些投生前的选择已经以特定的方式被缔造与表达，它已经为显意识自我产出苦恼，并且为灵魂自身产出成长的潜能。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Fox：好的，你们已经回答了他的问题的第二部分，但是我还是朗读它，而非尝试把它挑出来。他问道：「可否也请 Q'uo 讨论一下冥想的用途——那就是你们刚刚在做的事了——还有，讨论任何身体与呼吸的练习，可能有助于平衡能量体、并且协助这种超越？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的姐妹。如我们先前说过的，冥想状态允许意识移动进入一个拓展性的觉知领域，在这个领域中有着机会与资源，能够处理在外部世界中显意识心智可能遭遇的任何情况。这些资源被利用的方式，当然，是由那个寻求并且冥想[作为一种利用催化剂的手段]的实体的选择所决定的。

使用呼吸来找到一种更深入的意识层次，经常可以允许以一种更有效用的方式来利用这些资源，于是以一种有节奏的方式，深深地呼出与吸入，屏息，吸入，屏息一段时间——维持在冥想者感觉舒适的范围内——这样可以允许各种各样的外部分心物逐渐消散，这些分心物会使得冥想者无法利用深邃心智的资源。

如此，就有可能通过这样的深呼吸找到一个更深入的体验与资源的层次，好在当天处理催化剂的过程中引用。

在此刻有另一个询问吗？

Fox：没了，我非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。

此刻有最后一个询问吗？

Gary：Q'uo，**那些忧伤与深深担忧的人，他们忧虑我们的各种机构与社会的不和谐与无秩序，也许对文明自身都感到忧虑，你们有任何鼓励或激励或启发的话语要提供给他们吗？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如我们在这次集会开始的时候提及的，加入你们的寻求圈对于我们一直是个启发，因为我们知晓你们日常要面对何种的挑战，同时作为个别的真理寻求者，以及身为团体的一员，尝试一同工作来在你们周围的社会中产出正面的改变。这里有如此大量的愤怒、如此大量的混淆、如此大量的妒忌、如此大量的报复、如此大量的破坏，以致于对于任何敏感的灵魂都是压倒性的(负荷)，这些灵魂在冥想状态中、在清醒的状态中、在睡眠状态中，寻求着去搞懂周围的世界。一个人无法逃避在你们星球表面上的、作为大多数实体日复一日之经验的不和谐互动。每一个实体都是被这样或那样的关于杀戮、关于愤怒、关于挑战、关于威胁、关于限制、关于一种或另一种大规模屠杀的报道所轰炸，无论它是心

智、肉体、心理或情绪上的轰炸。**有着如此大量的异议，那就是在你们的第三密度幻象中通常事物(运作)的方式。**

我们会鼓励每个想望搞懂这一切的真理寻求者都往内心观察，接着看见每个正在呼喊帮助、在愤怒或挫折中呼喊的实体都是太一造物者，祂已经为自己提供了可以数算的挑战，以找到一个理由在爱中对全体开放心(轮)。在每个实体旅程中的某个点，这样的时间会来临，一个人把所有的智力性防御、智力性的攻击以及情绪上的报复都抛下，并在内心说着：「这情况必定要停止。我现在停止我的愤怒、并且在爱中开放我的心。」

那么，请知晓：当任何灵魂这样做的时候，随着你们星球表面上、越来越多的人正在这样做，在每一个实体内心中的这种对于太一无限造物者的爱与光的寻求与分享，会有一种回声与共鸣的效果，它会影响这个星球上对于爱与接纳的振动有所敏感的其他每一个寻求者、其他每一个灵魂；当你在自己的内心找到任何种类的爱，接着在冥想中、在沉思中、在与他人的有意识互动中分享它，爱就将会被在这星球上的每一个其他灵魂所感觉到，因为确实，每个实体都是太一无限造物者的一部分，都是缔造我们全体的太一的身体中的细胞，当你的爱对任何其他灵魂表达时，在太一造物者身体中的每一个细胞都会跟这股爱与光共鸣，至少有一个瞬间，愤怒、报复、具有疑虑与混淆的扰乱获得一种疗愈。

你，作为个别的寻求者，当你在自己的内在找到爱并与他人分享时，就可以在这个世界中缔造不同，接着当越来越多的实体能够这样做之际，越来越多的爱就会被生成，这样就会有一种动量被累积起来，可以期待的事情是：那种动量，在某个点找到进入这星球上的每一个灵魂的入口门槛，容我们说，

于是在某个点，你们星球就可以，确实，在一个美好的、强健的灵感瞬间协调一致，如那些 Ra 实体如此良好措辞的一般。[4]

[4] 译注：「在你思量这些可能性/或然率漩涡的这个时点，我们注意到虽然你们有着许许多多的项目造成悲痛，从而提供寻求与服务的机会，但那间店铺总会有一个容器装着和平、爱、光、喜乐。这个漩涡可能是十分小的，但如果(你)转身背对它，这便是忘却当下此刻所蕴含的无限可能性。你们的星球有可能在一个美好、强健的灵感片刻极化朝向和谐吗？是的，我的朋友们。它并不是极有可能，但它始终是可能的。」（来源：Ra，65.12）

我们鼓励你们每一个人都保持信心，继续前进，继续做你正在做的事，因为你正走在寻求太一造物者的爱与光的道途上，当你寻求它之际，你将会找到它；当你敲门时，门将向你打开。那么，欢庆吧，你是太一造物者的一个部分，并且知晓，所有其他实体都属相同的起源，并且将在某个点，再次地，在合一、平安、爱与理解中统一。

在此时，我们将离开这个团体与每一位，一如既往，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2019_0525b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2019/2019_0525.aspx

---

☆ 第 3117 章集：血肉的自然黑暗

6月30日(圣灵讯息)

我是基督意识给这世界的爱之声，我在耶稣·基督的爱中欢迎你。

这位器皿长期以来一直在思考为什么当器皿开始调整自己并准备接触 永生神之灵、该器皿会感到不舒服。要知道你既是光明又是黑暗。 正如经文已经写了，光进入了这世界，但黑暗却不认识光。

一个人寻求永生灵、祂对今日世界说话，这个人即是寻求这世界不认得的光，而
在血肉的自然黑暗中、身体也不(认得光)。

是故，当心智与灵被带入更高、更有悲悯心的调频时，就会在合一的范围内造成这结果：其中的一部分不承认另一部分。光不认得黑暗，黑暗也不认得光。

要知道你同时是两者，而你的选择永远是：一个未曾想到基督的黑暗世界，或是光、即这世界中的强大与复兴的基督思维。

现在到永远，我们在平安中离开你们。阿门。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ 第 3118 章集：公义的酒

7月1日(圣灵讯息)

我属于基督的原则，我在爱的饱满意识中向你致意。

汝要知道，到处都可以找到灵性：在每一个雨滴中、每一次鸟儿歌唱中、在你脚下的每一片灰尘中，接着在天空的每一个角落里。在你里面、饮用这种优良的公义之酒，接着许多光在你外面的宇宙和里面宇宙之间通过。

当寻求者面对宇宙、作为宇宙的一部分、如此移动、于是会珍惜灰尘与天空，鸟儿与玫瑰，灵性得到鼓励和加强、人类与自然之间的联系更多地成长、进入它应享有的合一。

我们鼓励(你们)在自然界中发现喜悦和笑声，因为它充满了造物者之灵。

现在和永远，我们在平安中离开你们。阿门。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ 第 3119 章集：等待的力量

7月3日(圣灵讯息)

我属于耶稣基督之爱的原则：那完美的爱，即是(宇宙)造物之爱。仍旧，我从基

督原则中出现、好做为爱之意识的代理者。

那些匆忙热切地寻找我们的人、可能无法找到我们，因为我们会来到某些人的面前、他们具有的特质是：在等待的力量中歇息、在怀着希望的预期中休憩、在安静中等着我们出现。

虽然我们是每种情形、每次进入幻象的短途旅程中的一个美好部分，但为了有效地把我们的灵与人类意志联结起来，你必须等待圣灵、并且请求圣灵进入。是故，正是在静默中，圣灵才会到来、对人说话：这一个人决心听到那可能创造并转变外部环境的温柔声音。

因为恩典的内在体验允许一个人第一次看到外部环境、伴随着用爱之铅笔勾画出的灵性线条，这样内部灵性通往受造之爱的外部显化之路就会变得清晰。

在对每一次发现灵的期待中，我们离开你们。在爱之意识的平安中、现在和永远，我们离开你们。阿门。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3120 章集：自由在哪儿**

7月4日(圣灵讯息)

我是今日世界的耶稣基督之临在。我在圣爱的饱满意识中问候你们。

今天是美国的自由日，也是旗帜和庆典之日。当你环顾四周，在庆祝的笑容背后、蕴含着巨大的不和谐：在个人与自我之间、人与人之间、配偶之间、双亲与子女之间、以及国与国之间的不和；这些、你是看见的。

那么、你可能会想：自由并不是充分的。不过、我们对你说，你是自由的，你的自由就在基督之中，而你拥有自由去伸出圣爱、和平、合一的双手，微笑的双眼带着慰藉与原谅。你拥有圣灵、使得破碎的东西变得完整。

你只需请求，因为基督之灵和你们所有人同在，祂的和平拥抱一切，现在与永远皆然。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3121 章集：爱你自己**

---

7 月 5 日 (圣灵讯息)

我属于基督之爱的原则。我在饱满的爱之意识中问候你们。

漆黑的绝望包围着这个跟自己不和谐的灵魂。转向内的眼睛，在自我中似乎看见形形色色的瑕疵，可能因此惊愕不已。

然而轻蔑的眼睛关上了通达圣灵的大门，圣灵等待着自我接纳，它可以从自我发出光芒，照向造物者之荣耀辉煌、为着周遭一切的祝福而闪耀。

自我谴责永远不会有成效、因它排除了对[造物主所造的]自我之爱的再确认。爱你自己。只有这样你才能爱邻人、造物者；祂创造了爱、爱就是你。

我们在平安中离开你们，现在和永远。阿门。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3122 章集：希望之光**

7月6日 (圣灵讯息)

我是爱之意识的永生灵。

如你所知，我属于一个没有人格的存有原则，扎根并持守于清晰、纯真、明亮的爱之中，这爱可以在光中舞蹈、这光甚至存在于那些居住在世俗生活最深处的阴影的人之中、并且照亮生活的那半面黑色阴影。

考量你自己就在这些人当中：无论出现在你面前的情况如何，你都拥有爱与光的每一丝希望。因为永生上主的灵穿透每一颗心。

基督的平安与你同在，现在和永远。阿门。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ 第 3123 章集：宇宙是你的子宫

7月7日 (圣灵讯息)

我是今日世界、耶稣·基督之灵。我在全然的圣爱中问候你们。
夜空是一幅图像、我们可把它连接到灵魂的子宫。无数的星星正在悄然滑过，那点点星光如宝石般闪烁，接着，便以无以言表、也无法测量的速度迁移他处。

正是在你之存在的静默中、那个繁星闪烁的子宫里，耶稣所带来的那份完美之爱，其中的和平、自信、信任得以表达。在那子宫中休憩吧，了解到你尚未出生，这个宇宙以及你所看到的、眼前的一切确实都是你的子宫。

要成为一个真正的宇宙之子，这将是陌生的、崭新的，并且当然是不平静的。因此，回到寂静子宫的真实本质中歇息吧，感受那超越所有理解的平安，因为在天父-圣母-上主的子宫之黑暗中，你才被创造，你才能创造。

我们在耶稣·基督的平安与爱离开你们，现在和永远。阿门。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

★爱与光图书馆选集 第 32 辑

☆ 第 3201 章集：什么是美(完整版)

Copyright © 2002 L/L Research

特别冥想

2002 年 6 月 28 日

T1 发问：“我注意到我的肉眼会被漂亮的女人所吸引，而我却不会注意到较没有吸引力的女人。我知道有些美貌的女人是无情的，而很多长相一般的女人在灵性上却是美丽的。我并不觉得欣赏‘形体之美’(physical beauty)有任何错误，但我却不能欣赏所有女人的美丽，此外，我发现自己会沉溺于对美女的幻想，尽管她们在灵性上是浅薄的。我发现自己无法平等地将所有人视为造物者。我对于这样的情况感到很担心。这仅仅是我的问题，或者这对男人而言是一个普遍的议题呢？我还想知道，美跟前世有什么业力关系，就像埃德加·凯西(Edgar Cayce)在他的出神传讯中提到的？美在我们的灵魂演化中扮演什么角色或催化剂呢？”

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo。亲爱的人们，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。能在这个晚上加入你们的冥想，并能够在这个关于美的主题上跟你们分享一些想法，这是我们极大的荣幸与喜悦。我们发现，能够进行这项工作是一种极大的福分，因为这就是我们在此刻已经选择提供的服务；在允许我们分享我们来到你们美丽的星球上所要分享的事情的过程中，你们极大地协助了我们。一如往常，我们请求你们敞开心胸来聆听这些话语，但毫不犹豫地抛开任何在你的心里、脑子里、感情上没有产生共鸣的概念或意见。

因为在每个实体的灵性当中都有一个非常敏锐的龙骨与船舵，它会表达自己明智的看法，区分出什么适合你、什么不适合你。有了这个告诫，我们就能提供意见而不用担心侵犯你们的自由意志。感谢你们在这方面迁就我们。

这器皿的这一天充满了美，所以我们发现，用她由此产生的情绪和感觉来开始一场关于美的对话，这是个令人愉快的巧合。百合花、含羞草、野花以及这个器皿的花园中所有的花朵，用自己的美丰富了这个器皿今天的情绪，并使之更为活泼。这个器皿观看她的伴侣，看到阳光掠过他的脸和肩、上颚与喉部的表面，感到十分愉悦。善良的美和服务他人之美，几乎席卷了这个器皿的情感；她在一天中从周围的人收到的美丽礼物包括：T2 实体亲切的志愿工作，C 实体送给她恰到好处的石头，还有她丈夫送的礼物——一小时接一小时的辛勤工作，好支付账单，确保该器皿安全、温暖、舒适。这些事情太多了，多得几乎让这个器皿无法表达；而有一种如此丰富、富含着美丽的美妙感觉，我们在这个器皿的人格外壳或性格中找不到足够的言词，来充分表达在这个精美夏日里流逝的每时每刻中她所体验的丰富。

哲学家们说得好："情人眼里出西施"。**到底什么是美？这不是个无聊的问题，因为美的问题或议题，跟洋葱的结构有许多相似之处。**如果你愿考虑一个切成两半的洋葱，你会看见一层层的洋葱，但每一层又稍有不同。如果用它来比喻人的灵性、心智、身体，每一层都是个完全不同的结构。人的能量系统的每个层次，都有不同的几何形状、不同的思维和逻辑建构；的确，你可以穿过这个能量体系统的每个脉轮或能量中心，注视这种洋葱般的层次效果。**那么美的定义和议题，就不像它表面上那样肤浅而简单，因为每个人的工作对象，主要是一个或几个能量中心，但通常主要是一个，它会给你眼里的自**

我层次染色：工作对象主要是红色光芒(脉轮)的人，跟主要是橙色光芒或黄色光芒的人相比，会看见不同的东西；以此类推。

所以，关于什么会触发对美的欣赏，这个问题就不能以简单的方式回答。T1 实体从观察形体美的角度提出问题，所以我们首先从**红色光芒**来探讨这个问题；**红色光芒也就是根部脉轮，即生存渴望和性渴望的基座。**在这个能量中心里，对于美的定义被爬虫与哺乳类动物的大脑重度地染色，**这种大脑是本能的、关注养育与所属的团体。类人猿本能地准备好尽可能多多繁衍后代。这是一个生存机制，在人类的男性和女性双方的结构中，都是非常深入且可靠的重要部分。在男女之间，引发美感的性触发物之能量是不同的，因为男女扮演的生物角色不同。**人类的男性准备好跟尽可能多的女性交配，只要该女性显示了有生育能力、可以繁衍后代的记号。正如 T1 实体所猜测的，这不单是他一个人的体验，还是男性共有的体验。女性在用红色光芒这个过滤器或棱镜来注视美的时候，也有着生物偏见带来的厚重染色；这里的能量跟女性的某个本能有关，即她在同类的男性中觉得某些品质有吸引力，这些品质暗示这个实体有能力养家、有男子气概、会长时间保持忠贞、忠实于家族。这就让同类中的女性，往往发现有些男性即使在形体方面不那么吸引人，依然有吸引力，因为他们有吸引人的个性或品质，对于女性的内在本能有魅力，为她暗示这个特定的男性会是个好伴侣。可以预见的结果是：人类的男性个体在整个成熟期中，都会稳定地将“注意和欣赏女性”作为兴趣点、绕之而转，关注那些看起来处于可生育年龄的、外表吸引人的健康女性。就服务他人和服务自我两方面来说，这个品质既不是正面的、也不是负面的；它涉及的是这个特定肉体载具的能量体之经验，以及为了跟该灵魂的能量系统里许多其他方面相互作用，这个肉体载具设置的方式。

当你透过橙色光芒的能量来注视美，美就开始呈现更多深度——包括男性美与女性美。在这个点，沟通、人格特征、相似兴趣的能量，就开始增加或减少肉眼感知到的美；个人的关系以及跟自我的关系的能量在眼睛中创造出一种美学，它主要聚焦于享受自我，在自身内感觉安全，在与他人的关系中感觉安全。在个人的选择中，什么是美的要素，变得越来越为主观。如果你在红色光芒之内靠近美，那么，由该文化所认定的吸引力要点，将大致均匀地散布在整个人群里，从而让许许多多人可以一致同意，某个人漂亮，而另一个人不漂亮。无论如何，在动态的个人关系中，橙色光芒的染色开始散开由不同个体所做出的选择，让大家开始更加欣赏情感之美、灵性之美、心智之美，以及不容易在身体皮肤中看见的别种美丽。

这里有个要点值得注视一下，因为觉得近于被迫从红色光芒层次来注意形体之美，几乎有一种被锁在小房间里的感觉。这是人类动物非常强大的本能品质，一般而言对肉体机制的存活非常重要。若这些本能没有深置于人类族群的骨肉，则心脏会忘记跳动、肺会忘记呼吸、身体会忘记繁衍小孩。这样不会适合该种族的存活；结果是，你会觉得几乎正在被自己的肉体猎捕，尤其是男性。**对于受这种注意身体美的冲动所限制的人，我们会建议，体验到瞬间吸引力、或者喜欢幻想跟美女有关的事，这没有极性也不是过错。**事实上对女性来说，在某种程度上也是如此。容我们说，你们星球上几乎每个人都有很活跃的性生活，不管牵涉的实体在物质层面上有没有性交或甚至有没有关系。因为从形而上角度来看，你想象的事，就是你正在达成的事，想过的东西就变成真的了；这属于这个器皿所说的、一次人生的背景杂音。只要你有个肉体，就几乎逃避不了这个面向，而且如我们曾说的，这是投生中灵魂所具有的、一个完全可接受的良性机能。

黄色光芒的美则成了更远为微妙且质地丰富的东西，因为黄色光芒能量蕴含着家庭关系与伴侣关系，而正是这种持续而长期的人际关系所带来的安全与亲密感，让灵性成熟的个体得以很好地扩展并强化美的概念。伴侣、母亲、父亲、小孩或兄弟姐妹的品质，可能是极度不完美的；不过，经过一段时间以后，共同历史带来的祝福——我们更正这个器皿——带着不断延长的共同历史所产生的祝福，在家族或伴侣关系中的实体，受到爱与被爱之光泽的重度吸引，即使长相最平庸的人，也完美地变成自己、因此变美了，最终，对于形体美的观点、这沉闷且沉重的负担就成为在风中升起的一只风筝、接着在爱之风的能量中翱翔。

当你打开心门，开始从绿色光芒层次来审美，那么美的整个问题就在这个层次上转化了。因为在心的层面上，灵魂睁开了眼，你不再把任何人看成身体，而是把所有的人都视为存有。那么，在心里，美是你自己的心具有的一个机能；外在眼睛的专制终于被解除，唯一的局限，只对尚未开始觉察到自身美的人有影响。如果就当一个好人的意义上，一个人想象不出自己有出息或足够好或是美丽的，那么对自我的这种不良看法，将对外部世界的一切投射丑陋的阴影；在那颗看不见自己的太阳、看不见它闪耀的荣光的可怜的心中，不管来多少人都够不上标准。**在我们的眼里，从我们身体、心智、灵性的整个系统来注视每个人，我们看到你们的美就像个不断变化的万花筒。你们每个人都有描述不尽的美，但每个人真正令人着迷的，是跟自我的光谱仪关系密切的能量组合与和谐。**每个人都是一个振动，实际上是一个层层迭加的振动复合体，不断受到你充满选择与偏见的投生里种种微妙之处的影响，以每个人很可能基本上没有觉察的很多方式，从这一刻流到下一刻；但在这些流动的、不易觉察的能量体区域内，变化随时都在发生，没有哪个活着的人，其振动在两个不同瞬间完全相同。不过总的来说，一个人的能量签名在

整个一生的投生体验中，会很好地保持明确、一致，因为你们每个人都是带着很多预先准备好的偏见进入此生的；你选择带入这些偏见，把它们作为“假定事实”的结构[容我们说]之一部分，而投生性体验的结构是由那些假定事实所形成的。**不管一个人的地位、状况或道德表现如何，没有谁不是美丽的；每个人在灵魂层面上都极其美丽。事实上，身为造物者，每个人都具有超乎一切想象的美，因为每个人都是一切万有、每个人都包含宇宙。**那么，每个人的内心，难道不包括美与丑的所有方面、美感的整个范畴吗？它们只不过被锁在人格的许许多多宝库里，等着被环境与动机的正确组合开启。

这个实体一辈子都热爱美：作为按形而上方式生活的人，已经和美谈了一场恋爱了，她从来都偏爱从美的角度，而不是从什么外在决定的真理、或从别处学来的一套[符合有吸引力的]智力标准或方式来观察生命；她长期以来受到**创造美丽人生**这个概念的吸引。尽管她很高兴打扮自己、让自己显得好看，她并不特别关心自己的形体美；但我们会说，这个器皿常常会因为过于关注自己行动的美而指责自己。从行动和职责方面来说，这归结到她常常不切实际地选择很难实现的道德决定，因为在这个器皿的眼里，用如此这般的方式做出选择是件美好的事；这在她的生活之路上造出的有趣分岔，真是无穷无尽，虽然在她走的这条路上较少人行走。这个器皿做得对不对呢？这个实体就是它自己。美的问题真的是很主观的；无论如何，我们会说，正如你们的诗人济慈说过的：**真理就是美，美就是真理；这就是你所知道、也是需要知道的全部。**

那么，如果我们从靛蓝光的立场来衡量美，关于什么是美、怎么看待别人的方面；好比这个器皿做出的这类选择就成为焦点。**事实上，用靛蓝光对美的标准来观看处于肉体中的另一个生命，很容易看到，脸蛋的轮廓、符合文化**

标准的身体吸引力、得体的雄辩才华和性格，跟一个人灵魂角色的全然原力相比，显得黯然失色。因为从意识工作的立场上来看，美几乎完全体现在一个人的力量与平安之中，体现在他向你展现喜悦、至福、真智慧的能力上；取决于你的靛蓝光能量中心在欣赏内在工作之舞时，处于灵性进化过程的(什么)位置。

的确，这个实体对美的这种偏好，在多次转世中有些偏压了他的灵魂进化。**那些灵魂进化卡在红色光芒层面的人有祸了，因为那仿佛一个人永远剥不开洋葱，永远到达不了内在的层次。**不过我们要对 T1 实体说：我们极其怀疑“他有陷在红色光芒之内的巨大麻烦”这一点(的真实性)；毋宁说，他把对美的某种体验，误以为是关于审美问题的整个范围。

在这个圈子里的每一个人，哪种能量最吸引你呢？这是个不断变化的问题，不是吗？当然，如果一个人发现自己沉溺于形体美，他需要完成一些平衡的工作；因为就形而上工作的意义而言，过度偏好某个形式而不看重另一个，都是不能接受的。**沉溺于任何事情几乎都会造成有损灵性成长的环境，因为灵性进展的伟大钥匙就是平衡。相反地，为了工作美这类概念或议题，我们会建议移动自我、穿越对美的各种体验，在洋葱的每个层次，观察、欣赏能量的各层次或深度的品质，并且了解到，随着你对美的考虑经由各个能量中心上升，这些考虑的品质与你的想法也在不断改善。**在对美的体验中，从任何层次来追求体验的深层真相，都是令人愉快的。[1]当然，那些更高能量中心所具有的丰饶，肯定会开始带来更深奥的审美赏报。不过，我们一刻也不想除去，人们对美的物质性欣赏与满足所产生的、绝妙的原始热情与活力。难道一个男性不应该为女性的美丽而高兴？难道一个女性不应该为男性的俊俏而高兴？难道一个人不应该欣赏美酒与佳肴的美味？难道一个人不应该为歌

曲与舞蹈的美丽，为那些肉眼及双耳可享受运动以及物质性的世界的盛宴而欢庆？难道一个人不应该享受柔软与坚硬、平滑与粗糙的触感？难道一个人不应该，确实，如同一只水獭一样，尽可能在这次的生命游戏中快乐玩耍？**我们觉得，人们对美感到的这种快乐没什么害处或错误；我们只会鼓励每个人把眼睛睁得更大，更深入地清扫感官，好在一天中欣赏所有转瞬即逝的美。**Jim 实体早前说，他希望保持正面的态度，因为这会极大地改变一个人对生命的感知；

T2 实体也提到，最持久的祷告，是在任何时间都保持正面的想法。这些方式也在生活中增加美、打开灵魂的窗户、让爱与光的阳光照进来。
[1]Carla：“例如，在千钧一发之后的兴高采烈狂喜体验可以是完全的红色光芒本能反应，可是这种感觉既深刻又纯洁，所以任何感觉都是美好的、如同一个物自身(ding an sicht)”。——原注

我们不会要任何人去崇拜美，不会要任何人崇拜任何有名字、形式或外观的东西。我们会建议每个人，为了保持平衡，最好检验你对美的强烈感觉，跟检验你任何别的情绪一样。采用偏好和偏见是你来到这次投生要精炼的一部份。为了精炼关于美的概念，一个人必须在面对自己和其他自我的看法时，首先变得可以对自己完全诚实，而要做到这一点不是特别容易。自我必须越来越多地认识自己，越来越多地接纳自己，最终越来越多地爱自己。什么是美呢？用小孩的眼睛来注视你的童年时代，你那时难道不是华美的？除了你想望在每个生活体验中感到欢喜之外，你的一切都是天真的；而很能说明问题的是：投生中的年轻灵魂，大部分的生活体验往往都很艰难，结果天真无邪的美开始变形、脱落，最终被父母和权威人物似乎贫乏的看法、被其他孩子的冷酷嘲弄和自我失望，击成碎片。所有这一切都开始剥夺成长中的灵魂

的能力，使得他不能友爱地、公正地感觉美，把事情判断为美好的。的确，我们会说，大多数进入觉醒过程的实体，欣赏美的能力都发育不良或变了形，所以要在投生中恢复耳目的天真无邪，允许实体感觉万物天然的本性美，或者如这个器皿所称的物自身的美，需要做大量的工作。**欣赏每个事物的真实核心和菁华，是平衡的审美观之关键；当审美观是平衡的、并且对此次投生是平衡的，那么你在投生中所做出的各种决定就不会产生沾粘性业力。**

我们鼓励你每天在这方面平衡各种情绪。我们从前经常以这种方式谈到这一点，我们发现这特别有用。一般而言，**冥想**是非常有用的，而**邀请静默**换句话说，就是邀请平衡、邀请实相、邀请菁华、邀请智慧。但在一天结束时特意为此冥想，可以有效地帮你把当天迅速放入心智口袋中的所有体验掏出来，**用更周密更审慎的眼睛，注视这种情绪起伏的每一个时刻；不是去评判自己，而是去判断能量体的某个被看穿的具体层次、看见它所具有的色彩和质地，并且大致变得越来越熟悉自己的样式和偏好。那么，在你识别出每一个偏好时，所谓的平衡性冥想的技巧，就是允许你首先的感觉、首先的偏见淹没情绪性自我，把你浸泡在当天早些时候你体验过的同一感觉里。然后，当这种感觉被一再强调、直到自我满意为止以后，技巧就涉及到如何离开这个极端，允许另一个极端、那个直径上的对立面温和地落下，逐渐取代初始的情绪。接下来，鼓励那个扭曲，直到它也达到极端，于是你就可以看到一个具体事物的美，看到自己向它奔去；同时你也可以看到，一种具体感知或观点或冲动直接相对地缺乏美，从而你就可以把自我，看成一个包含所有偏见的三百六十度的存有之球体。**一旦你开始熟悉这种技巧，你就会逐渐变得对自己的偏好越来越自在，不管它们是不是看起来是公平的、或者只在自己之内。这个器皿正在告知我们，我们开始说太久了，因此我们要结束这个非

常有趣的问题和我们的回应，我们鼓励每一位在静默中进入自我的菁华。**允许静默述说，因为它比话语、比观念、比思想更能掌握真理的核心与精髓。什么是美，什么是真理？进入静默，转动钥匙，进入你自己的心，进入一个属于无限发现的宇宙。**

我们感谢 T1 实体问了这个问题，我们在太一无限造物者的爱与光离开它与这个群体。我们欢欣鼓舞，并且在爱与光中离开你们。我们是你们知晓的 Q'uo 原则。Adonai。

Re-translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0628b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0628.aspx

---

☆ **第 3202 章集：宽恕与心轮**

Copyright © 2019 L/L Research

回家聚会冥想 2019 年 9 月 1 日

主题摘要：*自我宽恕；帮助那些似乎已迷失或被误导的人；建立亲密感与连接；入门(启蒙)；放下仇恨；流浪者的自我无价值感*

(Jim 传讯)

(这次传讯开头的一会儿没有被录音机捕捉到。)

……我们怀着巨大的喜悦与谦逊，观察你们的集会——喜悦，因为你们作为个体、一个团体，是如此纯净又完美地映射了太一无限造物者之光；谦逊，因为我们为着聚集在这里的心之真诚而感到谦逊。我们并不经常观察到这样一个属于诚挚的真理寻求者的美丽的集会。

在我们开始之前，一如既往，容我们请求你们的一个小小恩惠，那就是了解到我们不是终极的权威。我们作为那些旅人——即已经在你们现在行旅的道路上，走了稍稍更远的一段距离的旅人——而给出一些意见。如果我们讲述的任何话语或概念并没有完全地跟你们相信为真实的事物充分共鸣，我们请求你们毫不犹豫地将它们放在一边，仅仅将那些对你们有价值的话语与想法纳入你们的存有之中。用这种方式，我们就可以更加自由地发言，而不用关切我们可能成为你们寻求旅程上的任何种类的一块绊脚石了。

有一个我们可以用来开始的询问吗？

Gary：Q'uo，来自这圈子的第一个问题：「自我宽恕真正看起来是什么样子呢？自身能够做什么练习来达成自我宽恕？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**在你们第三密度的幻象中，自我宽恕是你们面对的最大挑战之一**，不是因为你们不值得宽恕，或者因为你们不知道如何去宽恕，而是因为缺少自我宽恕是这样一个过程：一旦它开展了，就会允许你们在意识中完成大量的工作。换句话说，它是一个有价值的工具，它可以被真理寻求者有意识地使用。无论如何，如你们知晓的，如果它并未有意识地被使用，而且一个人没有觉察到它是一个有价值的工具，那么它就会成为一块[容我们说]绊脚石，会阻碍你们的成长。然而，我们觉察到，今天在这次集会中在场的

那些人，都有意识地觉察到了自己的灵性旅程，并寻求着一种方法来增强那个旅程。

自我宽恕的特性是这样的：它会看到那些一直难以在自我内接纳、并因而会污染自我[容我们说]的行动，那是一个要去理解的、或要抓住的挑战，因为你们位于第三密度的幻象、存在于遗忘罩纱之内。你们看不到，对于你们[心/身/灵复合体]来说，会有比在这次投生的寻求旅程上可以觉察到的远远更大的事物。事实上，如你们假定并相信的，你们是太一无限造物者。无论如何，作为太一造物者的一个面向，你们已经选择在这个幻象之内表达各种各样的扭曲，好允许你们在灵性道途上进一步前进。这些扭曲是这么一些特质：它们需要那种 Ra 已经称之为「平衡」的事物，以便你们可以用某种方式、更多地觉察到你们的存在状态的全体性。

因此，随着你们开始能够平衡这些扭曲，你们就能够看见，每个扭曲都是一种手段，借此，你开始更为充分地认识你自己，你开始更为充分地认识造物者，并且造物者能够用这样一种方式——也即，若没有你的自由意志选择把这种变貌带入存在之中，就不可能有的方式——来看见祂自己。是故，自我宽恕会越来越多地看起来像是：自我正开始觉察到其真实的特性就是太一无限造物者的一个面向——在你真实的存在状态之内完全地包含着那个造物者。

在此刻有另一个询问吗？

Joseph：是的，Q'uo。下一个问题来自这圈子：「地球 2019(年)是超级剧烈的。我们很多人在这里都持续感觉到这呼求越来越强健，不仅仅是我们星球的呼求，还有那些正试图使用这些最终的收割日子、尝试去极化的人的呼求。我们如何能

帮助那些真诚地想要寻求造物者，却发现自己迷失了，或者甚至是故意被误导的人呢？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在属于你们第三密度幻象的最后日子、以及属于爱与理解的、属于第四密度存在品质的起初日子里，你们知晓，在你们星球表面上会有多种多样的实体，其中的每一个都已经凭借着振动的老资格而投生，因为每一个实体都有该可能性：在这进入爱与理解的第四密度过程中达成收割。这些实体正在寻找你们已经品尝到的东西，你们也许短暂地、也许完全地品尝到的东西，那就是心轮的开放，无条件之爱——那份被自由地送给周围所有实体、所有事物的无条件之爱。

如果你能够在日常活动中对你所遇到的每一个实体、每一个你与之进行了任何类型的能量交换的实体，都让这开放之心尽可能充分地运转，那么这种在你们两个人之间、或者在更多人中间创建的爱之振动，就会被这个星球上的每一个寻求爱与光的实体感觉到，因为你们所有人真的全都是一个存有。若所有在该星球上的实体都是有意识的真理寻求者，则无论是正面、负面、或中立极化的实体，都会感觉到这种爱。然而，因为大多数实体并非有意识的真理寻求者，这种爱的振动，接下来，就会进入该存有的潜意识心智，当这个实体能够在任何程度上领悟自己此刻存在于地球上的目的时，便可以使用它。当然，如我们说过的，那就是开放绿色光芒能量中心。

所以，当你是一个真理寻求者，有意识地觉察到你的寻求旅程时，当你能够有意识地在任何其他时刻、和任何其他实体分享你的爱之振动时，这种振动就可以为这个星球上的所有其他实体所取得，在时间对那个实体合适的时候、尽可能地为其所使用。

当然，还有其他的方法，你也可以借此鼓励并增强这个星球上的爱之振动。那些你们可能称为「行家」的实体，他们能够进入一种可称之为**视觉化观想的冥想状态**，他们也可以将这相同的爱与光发送给这个星球上的所有实体，并且以一种有意识的方式这样做，于是，这种爱与光就再次是可供取用的，在它有可能被这个星球上的任何实体感知到的时候。

当然，还有很多其他方式来分享你们的爱与光。**你们每一位，作为一个流浪者，都已经带着各种各样的天赋进入到此生**，这些天赋也许是演讲、也许是写作、也许是冥想、也许是表演，也许是创造这种或那种形式的艺术，要么是诗歌、要么是音乐、要么是雕塑，**无论它们是什么，你们都可以将爱与光注入这些天赋之中，于是，无论你们创造了什么东西，它都能够对所有那些看到你的创作的人生成爱与光。**

当然，我们不是在说，我们知道所有分享爱与光的潜在方法。你们每个人都拥有很多其他的、你们觉察到的能够完成这种分享的方式。

在此刻有另一个询问吗？

Vojta：「Q'uo 能不能谈谈我们如何能在处于第三密度中的时候，彼此之间获得深入的亲密感与连接？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是每个实体以有意识的方式寻求的一部分：怀着渴望、以取得和所有其他实体的爱与光之亲密连接，尤其是和那些寻求圈中的亲近实体的连接。这种渴望，这种意图，能够通过冥想与视觉

化观想而被强化，这样你就可以看到你的心轮在绿色光芒的色彩振动中明亮地发光，看见这种爱与光的绿色光辉向外拓展到一个人周围的那些人身上，拓展到那些最为亲密的人、那些最接近与最心爱的人[容我们说]，接着进一步向外移动，直到与整个星球上的每一个其他实体最终拥有一种连接为止。这是可能的，因为如你们知道的一样，**你们全都是一，你们像是太一无限造物者的身体细胞一样。所有你们需要去做的事情，就是去观想这些存在的连接。它比较不是一个视觉化观想，更要紧的是领悟这种连接是真实的。**

每一个真理寻求者都渴望以开放心轮的爱、以无条件的爱去对待所有实体，这种亲密感是可以通过强化这种渴望、这种意图来获得的，一个人将其存在状态如此强烈地聚焦于这种品质，以致于当你在练习这一能力、这一愿望和意图时，在你的视野之内，无论是内在还是外在视野，其他任何事情都变得不重要了。

在此刻有另一个询问吗？

Jade：是的，Q'uo，感谢你们。下一个来自这圈子的问题是：「一个人如何开始如 Ra 所描述的入门(启蒙)过程，一个人在那条道途上前进时，能够期待体验到什么样的路标？」

Q'uo：我们必须要请求该问题被更大声地重复，因为这个器皿的耳朵，由于(附近)竞争性的声音振动，而无法理解每个词。

Jade：感谢你们的耐心，Q'uo：「一个人如何开始 Ra 所描述的启蒙过程，一个人在那条道途上前进时，能够期待体验到什么样的路标？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**入门(initiation)的过程需要(一个人)巨大的奉献、献身于寻求与服务太一无限造物者**。对于任何如此渴望这种入门的实体，如果他参与频繁的冥想会是好的，在冥想中，会有那些尚未被处理过、或者没有被完全处理的催化剂形式，在该存有的内在被观察到，因为**任何入门者的能量中心都需要在一种清晰且多少有些结晶化的方式中运转，容我们说。这就要求对于催化剂的有效使用。**因此，在一天结束的时候，一个人可以观察那些有意被记下的体验，无论它们是你们会称为快乐的体验，或者是你们会称为悲伤的体验——**任何在那一天结束时在心智中留下记号的体验都必定要被观察，接着被平衡，并在真理寻求者之存在状态中被接纳，因为你们每个人就像是一块水晶。**你的每一个能量中心，确实可以被结晶化，于是太一无限造物者的爱与光就可以清楚又清晰地流经每一个中心。太一无限造物者的爱与光包含了你们称为催化剂的东西，它已经被你的潜意识心智以一种使你产生偏向的样式染色过——这种偏向使你以一种会回应投生前选择的方式来看到你周围那些人的行动，而这些投生前的选择就是你已选择在这次投生中要去学习的那些课程。

如果你愿意，那么，去注视你一天中的那些以这样或那样的方式推动了你的体验，接下来使用**平衡式练习**，这将允许你实际上成为一个入门者。**你并不需要一个带有皇后密室位置的金字塔，以便于让你自己受益于这种成为启蒙者的能力。你、你自己就是国王密室的位置，该位置能够在向上螺旋的光流经你的能量中心时，使用向上螺旋光的力量以成为真正的入门者。**

在此刻有另一个询问吗?

Austin：是的，Q'uo。下一个问题说：「我们如何能够放下那些源自我们生活体验的、苦涩而冰冷的仇恨(hatred)？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一个人在这个星球上的早期经验的仇恨体验，是那些很难移除或平衡的体验，因为它们是在童年时间出现的，在那个期间，孩子[实体]是十分容易遭受影响力之侵袭的，那些影响力是兼有正面和负面的。然而，对于每个实体而言，会有这样一种特性：即变得以一种特定的方式而被铭刻或[如一些人的说法]编程，这种方式会使得一个人难以感知到周围的真实事物——这种真实是不被那种造成了你们称为愤怒与仇恨的事物的编程作用所染色的。

我们会建议，通过对梦境的检验，如果一个人在起床时能够具体回忆起它们的话，就能够在关于早期的年龄、在存在状态之内造成这样仇恨的编程作用的方面找到一定的线索。做梦是一种潜意识心智的机能，它会将有意识寻求的事物，也就是说，把线索与提示给予显意识心智，那些线索与提示可能对于移除那种仇恨的过程中要去跟随的道路，给予你一个指示。

还有其他的可能性。有这样的冥想，它尝试让你有意识地在此生中倒退移动，以再一次观察那些情况——你已经借由它们而被染色、或者被制约来表达那种被称为仇恨的事物，无论它是对自我的仇恨，对另一个自我的仇恨，对于一个情况或体验的仇恨。一个人能够用来读取这种资讯的途径，就是你用来从你的显意识心智移动到潜意识心智的途径；在潜意识心智中存在着所有在投生之前就做出的选择，以及过往所有的、能够促使你成为「你现在之所是」或者——就一种带有尚未被完美使用的催化剂的、扭曲的意义来说——「你所感觉到的你之所是」的体验。

然后，如果你能够通过冥想，也许甚至是沉思，或通过梦的分析，而让你自己可以取得导致恐惧的编程作用的描述性资讯，那么你就可以在你自己的存有之中，开始通过你的日志历程来跟自己讨论这种编程作用。在你的纸上写下关于这种编程作用的方面、于你自己的思考中是重要的事物：它来自何处；如果它继续，可能会发生什么事情；它现在如何影响你。同样地，你可以探索如何让自己摆脱这种仇恨的可能性，也许是借由再造那个你能够忆起的、产生出导致那种仇恨的编程作用的情况，接下来，以一种有意识的方式重新体验那种编程作用，在其中你可以与亲爱的朋友们一起来表演那种编程作用，你的朋友扮演那些在你之前的日子中曾经涉入这种编程作用中的人。

接下来，**与其让你的角色被编程，你的角色是要否认该编程(作用)**，以一种你过去作为年幼的孩子而无法做到的方式、为你自己站起来，宣告你的权利，就是去宣告你的存有之内的爱与光，并索取那些在你年幼的日子里并未被给予你的事物，站起来，对它怒吼、哭喊，给予无论什么你感到的情绪性回应，这样你就会用一种有意识的方式将那种编程作用从你自己身上除去，同时对那些被给予你的愤怒与仇恨发出你的声音，于是，你就将它从你的存有驱逐出去，永远都不再被它影响了。

在此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，来自这圈子的最终问题：「相比一般大众，在**流浪者**当中，会有一种更高的比例感到个人的不足吗？如果是如此，为什么会是那样子？这样的催化剂如何能够被运用，好更深入地认识自我之心？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。是的，我的朋友，容我们说，相比于常规的、或一般共识的人群，**流浪者拥有远远更大的可能性，会被无价值的感觉所影响**，因为在流浪者的内在存在着对于家乡密度的和谐知识、爱与光的知识，无论这份知识是不是被有意识地知晓的，那是流浪者通常的存在方式，因为流浪者就是从那儿来的。流浪者，尤其是它没有觉察到自己是流浪者的话，会把这种知晓跟目前在这个第三密度的星球上、此刻正拥有的体验相比较，而在这体验中，混淆与混乱是占据绝对上风的。

关于什么事情对寻求者或对该星球上的任何实体而言是有价值的，共识实相拥有着远远不同的价值感手段，因为那些属于世俗世界的东西即是那些作为目标而被抓住的东西：教育、工作、金钱、地位、权力。这些事情是能够被正面使用的事情，但是十分频繁地，它们在这个星球上并未被正面地使用。因此，流浪者会把自己跟那些拥有这种价值系统的人相比较，并会看到自己是达不到要求的，尤其是如果它并未觉察到它作为一个流浪者的情况，而且不知晓有另一种存在方式——即跟所有其他实体、以及跟太一无限造物和造物者处于合一之中。然后，这个流浪者就会再次使用共识实相中的评判系统，将严厉的评判放置在自己身上，同时感觉到，它并不值得自己的尊重，因为它并不值得那些在共识实相中的周围人的尊重。

是故，这样一个流浪者最终将有机会去领悟自己作为流浪者的特性、以及周围世界的虚假性——即在跟流浪者起源的密度中、太一无限造物者的合一状态相比较的时候(所认识到)的虚假性。

是故，**在某个点，每个流浪者都将有机会去产生这种领悟：即它并不比任何其他人要更好，而是跟那些周围的人是不同的。它将会在这种不同中看见有价值的可**

能性：在爱与光——即每个流浪者的基石——之中有着许多有价值的事物。每个流浪者接下来就可以在一种远远不同的光景中注视自己，向着自我之心开放，爱自我，接着就能够将那种爱延伸到周围的其他人，于是那种爱就会被映射返回给流浪者。当太一无限造物者的爱与光开始越来越多地流经流浪者的心，并且抵达那种[容我们说]理解(谅解)的层次的时候——在这个第三密度中，这种理解的层次是有可能的——流浪者就会开始领会，自己是一个十分有价值的实体，否则它就不会在这里来服务这个星球了，而这个星球是如此急迫地需要地表上的每个流浪者的爱与光，因为这个星球在诞生进入爱与理解的第四密度的过程中正遇到巨大的困难。

每个流浪者都清楚地觉察这个问题，并且寻求给出它的全部以缓解这种困难，该困难属于混乱、仇恨，属于分离与分裂——存在于这样或那样的类型，这样或那样的肤色，这样或那样的宗教信仰，这样或那样的自我感觉之中。**流浪者在这里帮助全体领悟到：一切为一，而流浪者自身即是那合一整体的一部分。**

接下来，伴随着这种知识坚实地在流浪者的心智、身体、灵性之内固定下来，流浪者就可以在爱与光中，在平安与力量中，在它准备提供的宝贵知识中，向前进了，因为它是一个有价值的存有。它是太一无限造物者。

在此时，我们将离开这个器皿。我们感谢你们每一位，为了你们的存在状态、你们的问题，为了你们的爱与光，为了你们致力于服务太一无限造物者——你们在周围每一位其他存有之中所看到的造物者。我们是你们知晓的 Q'uo。我们现在离开你们、在爱与光中，而我们就是在爱与光中找到你们的，也是在爱与光中，我们全体永远存在着。Adonai vasu borragus。

Re-translated by T.S.

(V) 2019 Reviewed by cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2019_0901b.htm

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2019/2019_0901.aspx

---

☆ 第 3203 章集：灵性的战士

Copyright © 2015 L/L Research

周日冥想 1997 年 11 月 16 日

团体问题：我们的问题跟收割有关，也跟正面与负面的实体有关，他们在此有一个毕业的机会；所以我们正在同时看到许多的正面和负面活动以及大量的混淆。对于这个情况，以及我们作为灵性寻求者——仿佛“我们可以在任何时刻死去”这般活着，如同灵性的战士一样地活着，于是每天都能成为我们的最后一天——要如何反应，Q'uo 可愿对此评论？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，我们崇敬造物者的奥秘，祂的服务就是我们真正的快乐和荣幸。我们对你们每个人都是如此地感激，因你们都渴望去探究与寻求真理，借由你们今天带到这个圈子的振动，你们每个人选择呼唤我们来到你们的团体中。若没有你们的探寻精神，我们的服务就不会被需要了，我们就不会在服务你们的过程中学习或成长。所以，我们感谢你们，因每个人都在无限的镜射爱、反射爱的过程中教导相互彼此。

你们今天的问题围绕着生与死之舞而旋转，这种舞蹈与表面上的结束时刻十分紧密地联系在一起，无论是一次人生的结束、一个时代的结束，还是作为一个整体的文化的结束。确实，当你们来到这个主题之际，你们的星球转入了那个寒冷、荒凉又不毛的季节，此时仅有的光之证据就是夏季的树叶和花朵之天堂被冻僵和打碎的废墟。因为所有文化和宗教的智慧先知们都已经注意到，繁茂的事物同样会雕零，繁荣的事物同样会衰败，活着的事物同样也会死去。这就是你们过去如此渴望来到的状况、这个具有诸种相互关联的能量的奇特情境——那些能量并不一定知道如何聚集在一起，如何合作来取得在幻象中有可能取得的清晰度与平衡。

你们的《圣经》曾说：田野的庄稼发白了，不过收割者是如此之少。我们可以对你们每一位建议，你们确实在此刻作为一个收割者而存在，以至于你们会拥抱、并尝试活出那个作为“爱”的一个容器和管道的自我内在焦点——那“爱”就是太一伟大的起初思维——从而让某些灵魂达成收割；这些灵魂身处在那些深深沉睡于你们地球层面上的人群当中，表面上显得和其他沉睡者一样，不过他们只是浅浅地睡着。**对于那些醒来时分已到来的沉睡者，一些[容我们说]机缘巧合就会降临，以把他们唤醒并带入那个圈子、包括扮演荷光者角色的个体在内的那个圈子；但这些机缘巧合并不是落在那些积极气盛(aggressive)的荷光者身上，而是落在那些单纯地允许光流经器皿的个体身上**(从而发挥他们的作用)。

在主题讨论中有成为灵性战士的概念，你们每个人都可以富有成效地思考那个概念。这个灵性战士的措辞是不准确的，因为战士暗示了一个敌人，不过，灵性战士的敌人就是自己，正如灵性战士的盟友就是自己一样。对于灵

性战士，所有那些在灵性战士外面的东西都是灵性战士的各种映射。**灵性战士做的工作是(作用)在自己身上，当该战士锻炼她的人格、接着找到各种方式让路给太一起初思维，那个实体就越来越多地成为一个荷光者、一个管道，让光通过可以进入地球层面。而这道光，不是斗士自己，才是你们每个人携带着的警钟，也是你们每个人可以献给周围人的东西**。因为你们每个人都拥有各自的环境，当你经历日常生活的惯例与责任时，你进入许多实体的范围之中。在执行灵性工作或从事灵性服务方面上，你对这些实体有何想法、或者他们对你有何想法，都不重要。因为**灵性战士所提供的伟大服务就是清空自我，那会允许爱自由地流经心轮、接着流出而进入这世界，祝福、疗愈，为那些时间到来的人唤醒其内在的深沉记忆。**

对于此刻在地球舞台上的负面性、还有正面性的巨大证据，我们感觉到你们对于涉及的逻辑有了很好的领悟。“凭借老资格振动而投生”的这个概念，对于掌握在这个特定时刻投生的机会有多么宝贵来说，是非常有帮助的，因为如同名为 Jim 的实体说的，有一个等待清单[容我们说]上面列有那些想望在此刻进入这个地球层面的实体，他们想要有所服务，并学习跟信心与爱有关的灵性课程，**唯有在完全隐藏一体性与合一性真理的幻象之内才能工作(增益)信心与爱。因为必须有混淆，好让选择是有效(valid)的。(该层面上)必定不会有可以理解灵性选择的方式，而(一个人的)内在必定会有逐渐成长的觉醒，让灵性之声在心之静默中、用比言语更大的观念来讲述那个关于爱、自由意志以及造物者之世界的故事。**

你们的地球舞台将继续是混乱的，并且有许多有些不相似的文化能量，它们全都一样在为平衡而努力，却很有可能在物质性和社会性意义上创造出越来越多的混乱。不过，灵性战士看待每一天都是一个机会来面对该时刻并将荣

耀与尊重给予那一刻，而那荣耀与尊重就会为那一刻创造出一种深度与共鸣。确实，可以将你的整个存在都视为在一眨眼的时间内发生的，因为当造物者呼吸时，宇宙造物就诞生与死亡了。无限与永恒的智能在无尽的爱中自我孵化，造物者一次又一次地选择向自我讲述自我的舞蹈，祂一次又一次地将那些自我的火花发送出去，这些火花是在任何世界存在之前就被创造出来的，接着在一切都消失之后将会被创造。你们每个人都是那片火花，你们每一个人都是造物者的一个重要部分，你的时刻就是现在。

我们会转移到名为 Jim 的实体那儿。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，我再次于爱与光中向你们各位致意。我们会在此时提供自己、尝试去谈及那些在场者可能在其头脑中拥有的任何进一步的询问。此时有另一个询问吗？

Carla：我有一个来自一位读者的问题。他想要知道关于一个叫 Adida 的人，这个人据称是返回的基督。关于这个实体，你们能告诉他什么吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你跟我们以及那些星际邦联实体的接触有经验，你非常清楚地觉察到，在尝试维持每个寻求者的自由意志的方面，我们是至为小心的。在很多的情况中，我们尝试这样做会呈现出一种表面上的缺少资讯，我们为此抱歉，因为我们确实想望提供对于每个寻求者都有帮助的事物。在这个例子中，我们无法以一种特定的方式谈及实体 Adida，因为我们觉察到每一个实体都在寻求对于寻求者在此刻十分有帮助的

资讯。很多实体寻求并等待和耶稣·基督接触，那是他在你们星球历史上的名字；因为耶稣曾向那些追随它的人做出一个承诺、一个誓约[如果你愿意这样说]，就是这个实体会在地球的第三密度幻象结束时以某种方式返回、协助灵魂的收割过程。确实，Ra 群体也谈到过名为耶稣的实体会通过你们所称的一个管道发言的事件，这就是要发生的事情了，持续你们地球历史的一个巨大部分，它已经被你们的很多地球人所知晓了。因此，当任何管道或团体建议，它正在和名为耶稣·基督的实体接触时，就有很大的可能性它将会在它周围聚集那些真理寻求者，他们被耶稣实体的教导所吸引并渴望听到更多这些教导。

实体们愿意在其心中、头脑中为耶稣实体留出空间，这就是一件有帮助的事，因为这个实体的教导中心是每一个寻求者所寻求的，那就是爱。名为耶稣的实体浸泡在太一造物者的伟大能量之中，这种创造性的能量创造了万事万物，在这个第三密度之内每个实体都在本能上寻求该能量，因为甚至在每个身体的每个细胞的层次上都有着爱的知识。有着对爱的渴望，有着靠近爱的拉力。**无论一个管道是否在传导名为耶稣的实体，每一个宣称正在传导耶稣实体的人都在一个方面帮助寻求者进入一种和爱的更大关系中。因为众所周知的，名为耶稣的实体以两条绕着爱[之观念]旋转的伟大诫命——以该生命的每一根纤维来爱造物者，爱邻人如同爱自己一般——取代了摩西的所有律法。**

是故，这个实体直到今天都以一种十分协调的方式对每个寻求者产生其影响力，我们愿鼓励每个敬拜耶稣实体的寻求者都在人生模式中寻求，爱在何处歇息、爱在何处停留、爱可以在何处被找到。有任何其他我们可以讲述这个询问的方式吗？

Carla：我认为那真是美妙，我将会传递它给提出该问题的人。

我们感谢你，姐妹。在此刻有另一个询问吗？

发问者：我如何才能改善个人的冥想期间呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们已经通过自己的体验发现，以下这些是好的：每天寻求冥想的静默，以至于这成为每日的一部分，也许是在一天的开始和结束的时候，一个人可以在每天的相同时间、在相同位置花时间进行这种冥想，以至于它成为每天的一种中心特征，这样一个人就可以将这些时间和位置保留下来，以作为中轴，让你的体验绕着它转动。因为当你完成日常活动之际，会有许许多多形式的催化剂冲击五官、给予一个人大量要去思考与消化的东西，并且，正是在冥想的时间中，你会把可被学会的事物，就灵性意义而言安置在了自我的灵魂之内。是故，在你的冥想中，你在那个冥想的时段中将当天的忧虑放在一边，也许是用一种仪式化的方式来处理种种忧虑，好比放下那些心事就像一个人脱下一顶帽子、把它放在桌子上一样，**这样在冥想的期间，一个人就会尽其所能地、纯净又清晰地寻求内在的静默，这种静默将允许一个人借由心来听到太一造物者的述说——不管以什么可能来临的形式或方式而述说。对于在此刻会出现的任何想法，可以允许它进进出出、允许想法走它的路。一个人不需要跟心智对抗，而是在每一次它漫游时温和地把它带回静默的中心。在足够多地练习这种努力之后，一个人将会开始打开一座桥梁**，容我们说，这座桥梁是从显意识的日常活动，通往一己的潜意识心智并穿越你的潜意识心智之树的根部，接下来就可以寻求接触灵性之所是的穿梭器了，这个穿梭器和太一造物者协调一致地移

动。于是，你开放了一扇门或一座桥，如我们先前提到的，它通往属于你自己意识的、更为深入与通晓的部分，它通过你自己的意识到达太一造物者。我的姐妹，有另一个询问吗？

发问者：我为那个回应而感谢你们。我没有进一步的询问了。

我是 Q'uo，我们为你的询问感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，对于我们能够以某种方式讲述今天的关注点给这个寻求圈的人们，我们是感激的。在这里被请求加入你们总是一种巨大的荣耀与荣幸，我们热切地这样做。我们会在此刻离开这个器皿和团体；一如既往，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们，Adonai。

Translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/1997_1116b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/1997/1997_1116.aspx

---

☆ **第 3204 章集：关系与催化剂**

Copyright © 2002 L/L Research

特别冥想 2002 年 5 月 16 日

提问者：Q'uo，这是 T1 的一个问题。问题有一些宽泛并可能是双重的：我感兴趣的是处理我的婚姻中的催化剂的最佳方式，以及如何在这方面提供服务和爱，而不是增加催化剂或给总的生活方向添麻烦？我感觉到我的内在有一种我能够触及和感觉到的悸动，我似乎正带着灵魂的目的做某件事，在某种程度上类似我在《一的法则》第五册中读到的，你们提到过的“银色微粒”，每个人是如何知晓自己处在正确的轨道上的。是的，有时候我的(知晓)，我猜想，可能仅仅是在一些时候的一次脉搏加快、颤抖，你可以称之为微粒。还有在我的胸部较低和较高的位置、有时候是在我的喉部有灼烧感。我认为这是一种「用它、否则失去它」的内心现象，而且我并不想要因为我没有聚焦或聆听正在发生的事情的正确方向而失去它。同时性一直都在我的生活中发生，但是我并不知道它们的意思。我做梦并且每周多次记录我的梦境，但我不知道如何诠释它们，尽管我尝试去诠释。甚至尝试都只在某种程度上混淆我，或者它们是更为复杂的。不管怎样，我知道这是一种上主指引我、指导我的方式。我知道这里有两个大的、巨大的议题，基本上，关于我的婚姻及其催化剂的方面，它也许是同一个议题，如何从催化剂学习，如何有效利用梦境以及充满我人生的同时性来学习，如何指引它们进入到我应该用我的生命来做的事情中，或者抽出一段爱的时间，让我能够从事创造、写作、雕塑等等。

接着，Q'uo，我们也想要知道你们对于进行类似这次的、个人性的集会感觉如何。对你们这次也许会作的评论，我们会很感兴趣。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。在今晚被你们的团体呼唤，这是一种极大的荣幸，我们非常感谢你们提

供这次服务机会。我们乐于跟你们分享意见，谈谈这个有趣的主题：**如何去成为某人生命中的一个有益部分、而非困难的部分，以及如何去使用从形而上与无意识的无限世界漂流进来、跨过显意识心智门槛的那些指引碎片**。一如既往，我们仅仅请求你们在聆听和判断我们所说的事情之际使用你们的分辨力。因为我们不是权威，毋宁是你们的忧伤之兄弟姐妹。如果某个东西看起来是对你好的，那么务必使用它为一个资源，而那些看起来不好的东西，我们请求你们把它们放在一边、不再想起它们。因为，每个人在自己的心智之内都真正地知晓真理的共鸣。

T1 实体已经说过，这个双重的问题的两个分叉也许是相互缠绕、也许有更多的统一性而非双重性，我们会赞成，在某种程度上它们是一面镜子的两边、或一枚硬币的两面。因为用同样的资讯来回答这些问题，也许在很多方面都有好处。让我们首先看看这个问题：**如何在婚姻之类的个人关系中成为光的仆人**。我们用来回应的模型或范例，是一个简单的假设，但它可以涵盖一切：那就是万物是一体的，伴侣是自我在另一个自我脸上的投射，双方都是造物者。**这种镜像的方法在彼此的能量场屏幕上投射形象的效率，正是很多实体选择作出承诺、形成关系的目的。事实上在个人关系里，催化剂是奖品而不是问题，因为正是在处理「投射到其他自我身上的自我」这个催化剂时，实体面对面地遭遇精炼的火焰，也就是认识到这个(其他自我)也是我的一个组成部分。**

这就使得人们能去查看、接纳、开始去爱这个器皿有时会称为自我的阴暗面、自我的较暗黑面向，而那个自我的阴暗面知晓善、却享受那种属于暗黑的东西。不可能将这个阴暗面从自我身上除去，因为每一个人都包含所有事物的种子，每一个人在自我之内真的就是宇宙的承载者。如果自我是一切事

物，那么它同样在局部是一个阴影的自我，一个较黑暗、更富有色调、更难以理解的自我部分。

自我的这个形象与观点很容易产生恐惧，如同 T2 实体之前说过的一样，这种恐惧的伪装无论是什么，催化剂都会遍地成熟以供采摘。所以我们会建议，在一段关系中不想望为另一个人起催化剂作用，也许不是一个有技巧的目标，因为这会暗示，催化剂是件不幸的事。事实上我们会建议，**真正不幸的是永不变更的东西；因为保持不变，不属于岩石、空气、风、水、植物或动物的体验。**

每个实体身上都有一种命运的流动，如同呼吸一样地靠近，它太过于靠近以致无法触及，因为它已经是环境与自我周遭氛围的一部分了。它可以被感知，虽然在显意识的日常活动中，它通常是无法被看到、听到或者被触摸到的。T1 实体已经说过，自我有时受到的激发，会给直觉的显意识大脑提供一点肯定，能量正在流动，魔法就在身边，在一个人周围的氛围之中有着指引和力量。确实，这些就是 T1 实体称为的灵魂时刻，不过我们会建议，**对于一个对自己的感觉完全不保卫和不设防的人来说，每个时刻都是一个灵魂时刻。每个瞬间都是无限的当下，每个当下此刻的可能性都是大得惊人的。**

我们会建议，在双方动态性的外部工作中，把催化剂看成难事、还是看成丰富且受欢迎的机会，两种看法之间有一条细微且可变的线。那条线跟安全与信任感有关，那么你们关系的问题就变成了：「**你如何成为让对方在感情上觉得安全的地方，从而即使两人意见不合，即使你们深陷人格和环境的纠缠，你们的信任感依然存在，它让双方可以放心地在失礼后道歉，并且完全诚实地讨论两人中间缺乏的东西。**」

生命中的砂砾可以轻易地被视为是一件不幸的事，我们愿提供珍珠的形象，名为牡蛎的甲壳类动物，由于壳中沙子的刺激产出了珍珠。**没有精炼的火焰，没有这样的表面上的困难提供灵性的成熟蒸馏作用，你们每个人之所是的珍珠将永远不会被合适地抛光、成为它完整又完美的美丽。**我们并未建议，这是做灵性工作的轻松途径，无论是通过自我做功还是在关系中做功。即使是依照物质世界或这个器皿所称的共识性实相的法则来跟自我或各种关系打交道都不容易。作为一个灵性的实体，跟这样的议题打交道的优势在于：看到一个更为宽广、且根本上更为强大的观点，相比于你们第三密度世界中变动的价值观所提供的资源，它是更为稳固的。

该密度呼唤每个人的价值观是很简单的。人们如果研究神圣著作，阅读这个器皿称为「八福」(Beatitudes)的文字，可以学到很多关于爱的东西；因为在灵里谦卑贫穷的人、悲伤的人、和平缔造者，都是蒙福之人，他们手里有礼物、有善工要做。这就是这个器皿称为的过程：进入关系的纠结部分，不倚仗法令条款、规定、协议，不倚仗律师忙着做的线性世界的事；更确切地说，我们谈的是灵性世界，它呼唤一个人设法像太阳发光一样奉献自己：太阳为整个地球提供阳光，不评判这个人和那个人、这种植物和那种植物、这个地方和那个地方，而是公平慈爱地照耀一切。

当一个人允许信心之翼将他提升起来之际，就有大量的爱开始围绕着那种借由活在信心中而形成的广阔空间。有某种关于跃入半空中的事物，它会强化那正在被寻求的事物：信心本身。有时候最好单凭信心意识到，一切关系的最根本真相就是爱，就是从一个完美灵魂传递给另一个完美灵魂的：无条件的、绝对的爱。所有那些似乎不完美的事物，都是人格与小我[如这个器皿的

说法]之幻象的一部分。不管引起两人纠纷的是什么难事，在你们的灵魂层面上只有合一、联合、一体性，这才是两人关系的真相；这比只靠文字而不靠开放之心的任何描述，都来得更深刻，因为开放的心知道它会爱，尽管它也许不知道，该如何回应一个特定的情况或特定的时刻。

观察你在跟自己讲些什么很有意思，因为很多时候自我并没有充分意识到，有可能在自己和别人身上发现许多错误。能够谈论这些事情固然好，在这个层面底下还有一个层面，在那里真相就是爱，所以如果你需要回应催化剂，那就让你的回应就是回答这个问题：「**此刻爱在哪里**」。**在造物者的任何部分和另一个自我[也是造物者的一部分]之间的目标，就是去服务、去爱，接受他人的爱之献礼。**经常，这些爱的献礼是笨拙的，表述不当的，甚至是在线性的方式上是无意义的，而只是包含了情绪本身的非逻辑意义，这种情绪也许是通过生生世世携带而来的，它在寻找一种方式去平衡那些尚未平衡的能量。

所以，我们建议每个人都将一个关系视为爱上造物者的机会，一个机会去照料一个受你关怀的天使，并且避免评判行为、而毋宁找到各种方式去表达那些爱的正面极性，那是来自开放、接纳、宽恕之心的爱。我们并不提供容易做的事情作为一个建议，但是我们确实提供，容我们说，更高的途径，即倾向于把关系带入自身平衡的途径，无论那种平衡可能是什么。因为在爱的种种问题底下流动着友谊、伙伴关系的暖流，还有那种奇妙的轻松——来到那些真正无防卫地去爱的人之中。

我们现在会凝视关于使用同时性和梦境的问题，以及 T1 实体担忧他可能正在错过一辆巴士，这种担忧是因为：人们很少觉得自己对事物有线性的理解，

或者自己可以控制局面，可以领悟从潜意识进入显意识心智的意识流里出现的东西。我们会对 T1 实体说，在工作这个问题上，她还很年轻，而在这次具体的投生体验中，这确实是一个非常深入的中心问题；在任何已觉醒灵魂的生命体验中，这个问题肯定都显得很突出。

如你们人群熟知的，跟显意识心智相比，潜意识或无意识心智的性质属于不同的数量级。身为人类一员，你有个复杂无比的机器，即你的大脑，但你的意识不是这样的机器，而是无限造物者[一个非生物有机体]中的一个原子；所以你是自己存有的星座里的太阳，是你世界的中心，而在同时，每一个其他灵魂也是一个太阳。所以，你附近的人们就像星系，你们就像群星一样跳舞，环绕着彼此旋转，在无限可能性的大海中游泳。在潜意识心智中，无限数量的事情可能会在任何时候发生，它们从你的投生之圆的不同地方进入你统合的灵魂光流；而投生之圆是由你在这个特定创世的所有八度音程密度里已体验的所有转世、和将会体验的所有转世所组成的圆。**因此，若有东西成功跨过无限的形而上潜意识的门槛，进入相对有限、有结构、有卡通般形状的显意识心智，进入其逻辑思维结构，它仅仅是隐射并生出感觉和情绪的暗示、耳语、轻推。是故，最好不要过于竭尽全力，试图理解每一个消息是怎么运作的。**

魔法蕴含于同时性、梦境、异象、巧合、魔法体验的感觉之中，这些体验通常在自我内在创造和激发。这些情感是极其珍贵的，在贯穿整个人生的过程中，每一个人都在工作、精炼与美化那些纯粹存在[情感之所是]的表达、并使之变得更为真实。所以在查看同步效应、查看梦的各个部分时，你可以问自己：「我有什么感觉？这种情感有什么色彩？这像是在代表我自己的哪部分？」如果同时性跟动物有关的话，这个动物让你产生了什么感觉？它激发

了什么情感？如果是梦，那梦境的目的是对自我讲述自我，所以梦里的每个形象、每个细节、每个过程都是自我；**不需要在远处寻找这些梦中角色所代表的人，因为它们全都是你自己**。这就仿佛每个人在做梦时都进入一个世界中，在那里，每一个事情都是一个象征，而这一个象征被使用是因为该象征是那个总是富有创造性的潜意识心智——它大大地渴望对显意识自我传送其菁华——所能找到的、用来创造出一种精准的感觉之明暗变化的最严密建构。

你问题的一部分是天赋的分享，而最好的回答是采用我们前面作出的陈述之果实：关于表达闪耀之爱——这爱是流经你而非从你身上流出——并允许各种象征进入生活、移动到内心与情感，然后单纯地了解到你正处于服务与发现的航程中。有时候你关注要学的课程，有时候你只考虑为某个特定情况服务，有时候有机会分享最珍贵的东西，即分享自我的菁华。

这就是在这个问题上，关于你「应该」做什么来表达灵性的喜悦以及服务他人的快乐，我们想跟你分享的东西。那么，我们会问每个人：「如果你闭上你的眼睛、接着想象平安和满足的顶峰，什么是你渴望的东西呢？你会开始想象什么呢？」在改变的时刻中，在觉醒和转变的时刻中，用最有意义的方式分享天赋，常常不为人们所见，因为它们太普通、太平凡了。然而，菁华的事工，这个器皿这样称呼它，这份圣职是：**真实自然地表现自己、允许自己的真理发光，即是你可以献出的最珍贵礼物；它真的是每个生命献给这个世界的最深刻、最核心的礼物。**因为每个人到这个世界来，都是为了成为这个世界的光；每个人都有能力成为造物者的双手、手臂、爱心、流露爱的嘴巴——(从而)说话，伸手拥抱，弯弯嘴角露出微笑，接着停下来认出并荣耀每

一个其他自我的神性。这个你之所是的原则是独特的，而你的内在携带着水晶，通过该水晶，光得以闪耀。

这种能量无需从你而来。所有你需要关注的就是允许自己越来越真实地、越来越深入地成为你自己，并在自我的那种自在中，当太一造物者的无限能量从伟大的起初理则那无边际的白光流过你之际，祝福它、欢迎它、向它敞开。一旦那种能量启动了，能量本身在循环、转动、盘旋的时候，就自然地开始把外在的服务机会带给你；而那些机会是你在投生前就规划好的，好让内在灵性在足够成熟时可以承担它们。

我们可以建议，有许多的机会去疗愈，成为一个医者，去成为一个疗愈的能量媒介；我们会建议有多少种人格，就有多少种疗愈途径。这就仿佛你们每个人都是具有着丰富与精美设计的彩色玻璃一样。在你之所是的窗户中，所有那些色彩都确实是你自己的色彩，没有任何其他人会选择你运行能量经过能量体的方式。这意味着你正在创造出一张恒常不断的色彩与音乐的织锦，那就是你自己的个人签名了，这个能量的漩涡当它通过由你们的行星和恒星形成的外在宇宙的能量漩涡时，推动你随着指导灵和你所创造的能量流前进，那是在「一次给定投生」能量网的起点上所创造的流动。

我们会建议，静默和意图最能帮助你训练自己养成一个习惯，它往往会提高你觉醒的水平。静默的方式很多，冥想是其中之一，沉思也是其中之一。内在任何形式的静默都值得欢迎、值得赞赏，因为静默是对自我开放自我的环境，允许内在意图变得明了并清楚说话的态度，它让自我停止提问，开始知晓。提问会先来，然后重复和坚持会领着你往前走。什么时候这样一个过程将会成熟、并作为一种可以被看见和理解的模式而进入显意识心智，这是未

知的。但是我们会请求以一种持续不断的尝试去信任这个过程，信任自我及其分辨力。**似乎有很多事物没有被理解，不过，我们经常通过这个器皿说，理解不是第三密度中的任何人可以期待取得的。毋宁说，在第三密度中，一个人可以取得的事物是不断增加的选择纯度，一旦那个选择让自我完全满意了，那就是发光的选择、服务他人的选择、无条件之爱的选择。一旦走上了开放之心的途径，那么我们就会建议，信任并拥抱你感觉到的光，哪怕在你摔倒时也要像舞者一般移动。让轻触与光共存，让自己愉快，让自己有笑声和欢乐时光。**

我们会在此时通过这个器皿多谈一点，接着我们会转移到 Jim 实体那儿。提问者已捐款到这个器皿的银行帐户；Jim 实体问我们，在这情况下跟这个器皿一同工作的感觉。我们愿对你们说，我们的议题一直都是准备好管道、并且调频管道。你们的金钱——一种能量，是否表演了一次，这与我们无关。我们关注的从来都是：真诚乐意的光之仆人，如何带着诚挚、正直、纯正的努力传达我们提供的东西。我们看到的唯一困难是：关于这样的行为的合适性，这个器皿自己的保留意见，她和 N 实体早些时候还为此事大笑过。

寻求真理是完全合适的，借由这个器皿和团体所提供的真诚努力而完成这过程，只会让我们觉得感激不尽、非常高兴，因为我们可以借由分享不起眼的想法来服务。我们会请求这个团体了解到，在所有的行动中都有能量。拒绝收钱和收取金钱，两者耗费的能量是一样多的。它是不同的能量。两种能量都可以是正面的或负面的。允许能量一直顺时针旋转，并一直朝向光移动。遵循耶稣·基督实体如此单纯提供的魔法原则。在地球层面之内的每一个人都是来自造物者的一个信使。愿你的光照耀出来，愿你服务，真的，你真的无法不服务。

我们会在此时将通讯转移给 Jim 实体，以防在这个团体当中有任何剩余的询问(可以继续回答)。我们感谢这个器皿，并在爱与光中离开她。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，在爱与光中，我们通过这个器皿中再一次向各位致意。若在场者的脑海中可能会有任何较短的询问，我们会简短地提供自己(答复)。此刻有一个询问吗？

提问者：是的，我有一个问题，关系到我的一个伟大且极好的朋友，我的儿子 M。他正在经历工作上的催化剂，他也在即将首次当一位父亲方面正在经历催化剂，他陷入到了一件事情中，一个跟工作有关的情况，这是对其自尊心的严厉考验，我已经尝试去尽我所能地给他建议，但是我猜想，我想要听听你们可能会有的任何评论。现在，要么是我自己能够着手帮助他，要么他能够帮助自己，最终，这是同一件事情。我会感激你们能评论的任何事情。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如果你想望安慰另一个人，他对歇息在未来的某一个结果感到担忧、坐立不安，最好就像你已给出的耐心劝告，**一切将是好的；因为每个实体确实都在跟随一个计划，不管他有没有意识到这个计划。每个人在投生前，都在许多老师和指导(灵)的帮助下创造了这个计划；这些实体是跟你同行的旅伴，它们自己在别的界域中行走，不过也在这个幻象中紧紧和你同行。虽然也许看起来会有困难、疑虑、混淆和无数其他的情绪和可能性，每一步都立足于坚实的地面之上，以便于教导在那一刻所提供的课程，而这课程对每一个实体都是合适的。虽然也许没有人会有**

意识地寻求这些艰难时刻，不过，它们对人的教导不比别的时刻差，或许比大多数时刻都更好，尤其是如果一个人能够有意识地观察每一个情况，看看充分参与其中可以得到什么果实。

容我们说，你们并未生活在真正混乱、失衡、或脱离航向的生活中。它也许暂时感觉起来是这样的，然而，这同样会教导。在所有时候、在每一个地方学习每一件事！这是一种可能性，这实际上是在每个人身上发生的事情。你学会的大多数事情，都停留在潜意识心智和显意识心智这两个世界之间；有意识的寻求者，会设法把它变成更有意识的行动。在这条旅程上、这种努力中，有着很多祝福。这是一种英勇的努力，结果是好的。放心，结果是好的。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

提问者：没有，非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，兄弟。今天晚上有最后一个询问吗？

Carla：是的，我有一个关于我的生命能和我能够接受这样的通灵机会的频率问题。我猜频率不会高于一周一次。那是某种你们能够确认的事吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。来评估你——作为用言语传讯的器皿——的生命力，我们会建议，除了参加每月的第一和第三个周日的规律通灵外，你的通灵次数不应该多于你自己已经决定的次数。是故，大多数时候，每周只有一次通灵，每月有两周可能会有两次。我的姐妹，你理解吗？

Carla：Q'uo，我想我懂了。你们是说，我可以每周从事一次私人的传讯，每两周举行一次公开的传讯，那个频率将会是足够的，没有更低的限制，如果我不做任何传讯，而仅仅一个月进行两次，这是没问题的。我不应该一个月多于六次。这是正确的吗？

我是 Q'uo.....

Carla：或七次.....

这是正确的，我的姐妹。我们会同意你的前一个数字，即六次。

Carla：啊，但是，Q'uo，一年会有四次、一个月内有五个周日，所以，这就是为什么我补充说七次的原因，因为一年有四次，我会有七次机会而非六次。（大笑）继续说……非常感谢你们。非常感谢你们。我对此很感激。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。我们发现这次工作的集会已经超过了你们时间的舒适限度了，因此，我们将离开这个器皿和团体，同时感谢各位邀请我们出席，也感谢 T1 实体的衷心询问。希望我们是有所服务的。我们是 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中，我们现在离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.
翻译出处：
https://soultw.com/TLOO/2002_0516b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0516.aspx

---

☆ 第 3205 章集：忆起

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 5 月 5 日

团体问题：今天的问题涉及到如何把拼图碎片拼在一起，记住我们的生命、知识、祖先，记住我们和彼此的联结以及与这个星球的连接。我们希望 Q'uo 给我们一些资讯，谈谈灵性旅程对我们有什么作用。不管我们在这旅程上走了多长时间，无论我们多么新近才感觉到新生，我们都需要知道如何记住我们的使命。我们的忆起有不同的阶段吗？我们可以加速这个过程，或者让它与我们的日常活动保持协调吗？上周末我们大家在工作坊中感觉到的那种兴奋，如何才能在日常生活中保持呢？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在为祂的服务中，我们在今天来到你们这里。我们感谢你们将许多事情放在一边，好挪出时间来形成这个寻求圈。被你们团体呼唤，这对我们是一种极大的祝福，因为这正是我们进入你们行星的能量来提供的服务，它让我们可以透过这个器皿之类的人说话，从而为你们服务，所以我们非常感激这个分享想法的机会。一如既往，请大家在听我们的意见时使用自己的分辨力，因为我们不是权威，也不愿意成为任何人面前的绊脚石。请你们只接纳似乎对你有用的想法，而丢开其他想法，这会让我们处在自己维护自由意志的道德感觉的限度内、可以自由地说话。

谢谢你们问到，如何不断记起越来越多的真理，让它在你心中创造超越理解的平安以及当你了悟到自己是谁、为何在这里时所产生的喜悦。保持那种伴随着启蒙和转变、充满活力热忱的新鲜，这肯定是一个挑战性的事情。觉得自己提升到了某个地方，它的吸引力远远超越共识性实相的表面内容；挑战总是在贯穿每一刻、每一天、每一月及每一年的过程中，都有能力表达这些至福和喜悦的感觉。喜悦的表达是一种自然的状态。跟肉体的任何部位都无关，却与能量体进入平衡的开放位置有关，因为流经你的能量可以自然地流过，却没有这个器皿称为的扭曲。宇宙的固定能量，即你们先前谈到的 OM，是一种全然喜悦与至福的振动，很像性高潮中爆发的身体感觉。就更高意识的意义而言，这种状态作为稳定状态而存在，当一个实体在能量体中取得了一定的平衡，就能够在那种全然的信任中、在那种平衡之内开放自己，结果就是：一个人进入 R 实体如此生动有力地描述的某一种意识状态。

我们觉察到，人的一生中有很多时候，环境和人格的交汇处授予一个机会之窗，打开通往智能无限的大门；(让你)直接体验造物者一次。你绝不可能预测，这种机会将如何出现、在什么情况下出现；没有任何努力、文字、位置或仪式的组合，可以引发意识的这种特定状态。你几乎仿佛从雾里冒出来、进入它；你并没有看到这团雾，不知道自己正身处雾中，直到迷雾突然消散，阳光普照，一切都变得完美，相当完美。这是一种真实的状态，不同于快乐；因为快乐的来到保证其自身的离开，而即使在不幸和个人的艰难时期，这种状态也被允许保留下来，而且很多人已经做到了。这是一种无法被摧毁的状态。这是一座圣殿，任何生与死的能量都毁坏不了。不过，很多人有过的体验，却是在这座圣殿进进出出、来了又走，一会儿身处这种状态，然后又突然被抛弃在共识性实相的海边。

在努力找到把所有生命都看成一体的意识状态并且保持它时，运用辛勤工作和奉献的技巧，自有一定的道理与适当的位置；不过对大多数人来说，要想保持某个日常练习的话，单纯地在一定程度上坚持下去，等同于非常辛勤的工作。这个器皿经常谈到要有一个生活规则，因为她发现规则会帮助自己进入至福的过程，我们肯定会推荐这种简单的辛勤工作，或许是某种具有硬性规定的每日练习，**每天在你眼前放置那根在你内心圣坛上点燃的蜡烛，让你在圣坛前花时间，在开放的心中、静默地与太一无限造物者共处至圣所；这个至圣所就是你自己的心，造物者一直都在圣殿里等你**；此刻你们星球上有这么多人每天在静默中寻求，确实是一种祝福。在你们人群中越来越多的人正在觉醒，他们觉得需要进入一个地方：可以容纳敬拜、理想、爱慕、梦想；有些宗教机构试图提供这种灵性社区的感觉，但这类地方在你们西方文化中越来越少了。

此刻也许可以说，灵性社区最擅于在成员中维护的，是爱的清新。我们不愿批评或指责你们的教堂、庙宇、各种圣地，除了说有些建筑物想靠自己的名声成为灵性社区，而正在觉醒的实体会越来越多地发现，他们的家园不在这些著名建筑物里。我们发现，**灵性寻求的生动清新跟人群有关、跟机构无关，这历来如此，至今也没变**。希望靠创建机构来起灵性社区的作用，让人们可以利用它，这希望实质上是对机构的拟人化，以为灵性实体可以在这里设法重建恒定不变的家庭；实际上随着家中成员离开这层空间、别的实体出生到这层空间，每个家庭都在不断更新自身。因此，那些受感动而成为牧师、教长和祭司的人，很可能有开放的心，于是为想望一同寻求的人创造出慈爱的氛围和安全的地方，你有可能在教堂或任何宗教习俗中找到这种地方；但是，重点是从一个团体移动到另一个团体，直到你不仅找到了吸引你的敬拜方式，还在领袖和该群体的成员中找到了某种能量，你个人觉得它很舒服，而且支持你、鼓励你。

我们发现，在家中聚集的非正式自发性群体，比如这个团队，可能更具有新鲜的能量，因为人们不会到诸如这个小组来表达社会、经济、政治之类的感觉或存在状态；毋宁说，来此的唯一原因是那种灵性家庭的感觉，也就是觉得与自己单独寻求相比，大家一起寻求也许更有效率、更有效用。我们会说，这一点太真实了，而且大大地有助于记住你是谁，因为**此刻在大地层面中，有很多很多人为了一起服务而结成大型团体投生。灵性社区的快乐很大程度上在于：重新联系那些你在过去花了许多次转世一同服务、一同学习的实体**。每次你与这些挚爱的陌生人——他们真的是你生命能量的一部分——重新联结之际，环绕地球的爱之网里就增加了一条金色缕线，这个爱之网闪耀的光辉，也一天比一天更明亮。看到新近觉醒的人数暴涨，我们欢欣不已。此刻正在觉醒的人口有着，容我们说，惊人的爆炸。看到人们第一次掌握自己的生命、认识自己、认识自己的力量，真让我们感到十分蒙福。

随着你们每个人进入开放之心的觉知，越来越渴望住在那儿、表达光中的爱，每一次你在这上面付出的努力，都会让下一次更加容易。为了对这个器皿会称为的圣灵保持开放，每个不懈的努力都在创造出一种气氛，让别人也发现自己的努力更加容易，于是你们每个人都变成放置在山丘上的光，再也不藏在升斗底下，不隐藏自己，而是在发光、让所有人都看见；不是用自己的能量，而是流经自我的能量，所以这不是件累人或费力的事，毋宁是人在最安详时的表现。

这个器皿有好一段时间都觉得，她生活在一个非常关键、很有意思的时代，我们也偏向于那种感觉，即现在是你们星球周期中非常珍贵、非常强力的时代。第四密度的新天和新地现在已接近完工；可以被称为泰拉(Terra)或盖娅(Gaia)的地球实体，分娩过程已经大部分完成。但她还在分娩，你们每个人都可以强健地帮助她熬过这些分娩的痛苦。**练习走进大自然、这个器皿喜欢称为天父的王国，对于稳**

定并深化你的平衡与开放之心所具有的能量很有好处，因为每一朵花、每一棵树、每一阵吹拂的微风、每一个存在的元素，都存在于太一无限造物者的完全觉知之内。岩石、火焰、风儿、青草、花朵都不会说话，不会一举一动都以自我觉察的方式，选择进入和谐或离开和谐。天父的造物没有如何变得不和谐的知识；相反地，一切事物都在为了帮助整个地球而工作。

侵略、贪婪和其他激烈情绪状态的感觉，已经扭曲了大自然的能量，并且伤害了它；这些情绪状态不是倾向于和平，而是倾向于不明智地使用力量；不管是靠金钱、影响，还是靠你们的文明在穿越历史数千年中发展出的各种途径，去搜集似乎美好的资源，试图造出安全；但这从来都是华而不实的安全，因为你们为这次投生选取的载具，在任何情况下都摆脱不了生死的局限。随之而来的是，你们地球内部此刻有一股强大的能量，它往往分解协调的能量、招致混乱，这就是不明智地使用力量的后果。

你们每个人都有惊人的能力去改变这幅图像；不是因为你可以用物质方式改变它，而是因为信念是感知的真相。你选择接受为真实的东西，可以严重影响你对自己讲的故事；而你对自己讲的故事，在你的内心建造安全所，你可以从那儿去爱、接纳、拥抱那些似乎像你的人和似乎明显不像你的人，那些似乎正面的人、和似乎被较暗黑的阴影世界吸引的人。对于那个必须在第三密度中度过一次人生的自我而言，每一个可以被分辨出来的不同都是对自我有帮助的。然而，在灵魂之间进行区分，则对灵性生活没有好处。当然，运用智力和分析力是好的，它们是你用来面对这世界的一部分资源；不过，超越智力及其有限的能力、以进入真实的情况或自我的真相，你的内在有一个远为通晓的观点。你可以称之为高我，可以称之为指导(灵)，这个器皿把它称为圣灵；但是，无论你个人在多大程度上觉得为自己描绘那个指导——祂来自于你的内在深处，并且在这次投生之前就是

你的(指导)、在这次投生之后也将是你的——是有用、有成效的，这都是你可以依赖的。这都是你可以真正歇息的基础。

随着你在灵性上变得更为成熟，你将经历失去平衡、接着重获平衡的周期，这会自然地发生；很少有人可以终其一生都不经历这些光明与黑暗的灵性季节。当然，这个器皿有过灵魂暗夜的体验，我们相信这个小组的每个成员都承受过意义重大的苦难。本来就该如此，因为尽管很难理解，这是一个简单的真相：**你们每个人都选择了一个投生计划，有些人说它是一份合约，你们在这合约中选择了要学的特定课程，选择了那些挚爱的实体——在投生前就达成协议，和他们一起分享学习——另外，还有那些你希望提供的服务。**

所有的人都有一个共同的中心服务项目，那就是菁华的职事。每个人的首要工作都是单纯地做自己。为了有所服务，一个人似乎总是必须做点什么事；可是正如我们透过该器皿多次说过的，重点是你自己内在是怎样的(状态)，那是你可以提供的最大服务，因为你们每个人都如同水晶，从无限造物者那里接收光，转换、接着传送出去。你们每个人都是独特的水晶，然后能允许光以某种你独有的方式流入地球层面。当你的心是开放的时候，接着光正流过你、而你感觉到自己对这种能量是通透的，接下来，所有的色彩中最美丽的光——取决于涉及的人格——就能够进入那网格了，该器皿有时称之为基督网格，而其他人称之为无条件爱的网格或佛陀网格。这个网格是光之网络、爱的样式，正在开始稳定你们星球上的第四密度。每个人都在为后来的人做可观的工作，播撒光的种子、爱的种子；你看不到这些种子开花，因为你将继续前进，但是在你走后接手的人就有工作可做，因为他们可以收获你的庄稼，也就是你现在以每个友爱的想法、在爱与光中缔造每个合约。

我们可以说，就像 T 实体说过的，觉察到有很多对无条件之爱感到不舒服的人，这觉察是好的。如果你周围的人似乎不接纳你的光，不要感到灰心，表面上的东西就是幻象。**你做的能量工作如其所是，没有必要让任何人觉察到你在做这项工作，你周围的人不必用你希望的方式来回应你或接纳你。唯一必须的就是你做这工作：使你的身体、心智、灵性保持足够的平衡，好让能量可以流过你、而不会在这个或那个位置被阻塞或被过度刺激，因为过度刺激的狂热能量会造成扭曲。要了解灵性道途是一条贯穿整个人生的路，由一刻又一刻、一个接着一个的平凡杂务组成；没有哪个人生只有假日和峰顶时刻的灿烂光辉。也了解到，借由跟周围思想相似的人联结，你不只在帮助他们，你也在允许他们向你提供爱的献礼。**

但是，在那些似乎并不充满爱的情境中，要保持坚定。允许自己成为带入那次集会、那个时刻、那个情境的爱。如果由于某种原因，你萎靡不振、情绪起伏、感到疲倦，那就尝试着跟别人联系，并允许别人为你提供你经常给予别人的东西。**因为幻象中的每个灵魂都有疲倦的时候，一个人有时候会遇到似乎十分艰难的情况。每个人都为这次的幻象式人生体验，仔细带入了某些顽固的性格特质，目的正是为了撞你的头、让你感到糊涂、觉得自己似乎被压扁了，这样你就可以站在[地球所是的]灵性精炼厂的精炼火焰中，努力平衡你为这次投生选择的那些性格特质。**

当这个过程将你带入自己的阴影面时，感到灰心丧气是很容易的，接着你发现自己正在与阻塞或过度启动或其他种类的不平衡打交道，它们似乎损伤并削弱了你的能力，让你难以成为向着太一无限造物者的爱与光稳定地开放的水晶。当你遇到这些时刻时，不要灰心，不要因为没有处于至福的状态而斥责自己。要知道，你对那个时刻的记忆是完美的，有凭据的，它们是你的真相；要知道，在荣耀那

种记忆之中，在忆起那些峰顶时刻之中，你允许自己再次升起到那个峰顶了，那里的一切都好、所有人群都是一体的。

在开放大家提问之前，我们愿在这个主题上再多谈一点点，仅仅是重申一下**冥想的效用**。**潜藏在你的存在中心的喜悦要由静默来邀请**。它是一股顽皮的能量、充满了光与舞，而你们每个人都想要成为穿越这个幻象的舞者。(当时，)你们每个人站在投生的边缘，凝视着即将到来的投生，想着：「这将是很好玩的，这将是如此简单的。我怎么可能只因为在这个幻象里出生，就忘掉我认识的任何真理呢？我将会记得。我将会记得。」不过(你)诞生以后，地球的空气撞到脸上，你必须呼吸才能活下来，突然之间，环境完全变了，你是一个无助的婴儿，绝对得依赖别人来满足你的每一个需要。

这就创造出一个情境，这个新出生的小小孩首次有了易受伤(脆弱)的体验、缺乏情绪安全的体验。在你的儿童体验中，几乎可以保证你重复地遇到过这种时刻，届时恐慌和不幸的感觉变得几乎无法忍受，因为环境好像不安全，不是一个在情绪与灵性上让人感到安心的地方。你周围的其他人似乎缺少理解；你的出生家庭、父母等等施加的压力和扭曲，几乎总是在你内心制造这些偏见，让你像负重似的背着它们；直到有一天你再次给这些偏见命名，问候它们，面对它们，拥抱它们，原谅它们，把它们放在心里治疗，然后让它们从此加入你的实力；而你在穿过了许多水域之后，依然跟你在最年轻的时代一样清新、年轻、强壮。

这是每个实体的永久状态，它没有年纪、也不会失去强健的气力。正是从这个视野，你可以最有益地凝视这个大千世界。不管是在冥想、静默、沉思中，还是在大自然中散步，或者采用别的方式来摆脱你们文明的[容我们说]有毒害的想法结构，(如此)理解这个世界是远为容易的。你们用来开始这次冥想的那首歌，是关

于文明郊区的生活，我们建议你们以这种方式思考自己，不是指身体上——就身体而言，人群住在所有的地方是有帮助的，尤其是在如此哭喊正面能量的城市地区——**相反，我们指的是待在这个世界里，但不属于这个世界。**

把自己看成局外人，可以让你准备好自己、成为走在通往第四密度的路上的居民，而不只是一个困在第三密度的人。R 实体说天堂就在这里。天堂就是现在，他说得对。确实如此：每一次当你开始觉察到自我就像一只点燃的蜡烛，并鼓励那道光——它靠开放的心供氧、它是易受伤的永生之光——你就看到了天堂。吸进爱与光、透过你的存有呼出爱与光，因为它真的在进进出出；而你给它的祝福，会在它里面创造出无限的明亮。

这个器皿告诉我们，我们已经超过时限，所以我们谢谢你们的问题，现在把这次通讯转给 Jim 实体，让你们可以问更多特定的问题。感谢这个器皿，我们在爱与光中离开她。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次地，通过这个器皿在爱与光中向各位致意。此刻，我们有幸请问：是否有任何我们可以谈论的较简短询问。此刻有另一个询问吗？

J：我今天的问题是关于红色光芒中的一个阻塞，我会感激你们的建议：关于如何优雅而轻松地清理这个脉轮。非常感谢你们。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会推荐，在你结束一天的时候，或者在一天里你可以放松和反思的时刻，进入冥想状态，查看你在日常活动中体验到的阻塞；然后在冥想状态中，注视该体验，它向你展示了红色光芒能量中心的

阻塞。重现那个体验，允许它充满你；然后允许那个影象自然地消散，允许它的反面进入你的意识，并用你看最初的阻塞时的强度，来看这个反面。只要你感觉自在，允许这个形象持续得越长越好。然后看见该阻塞和它的平衡(反面)，都是造物者用来从你这儿认识祂自己的手段；接纳你自己，为了让造物者在你存有之中的部分认识自己、提供了这两者。只要还有必须解决的阻塞，你就每天重复这个练习。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

J：没了，非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

S：有时候我不禁想知道：我的狗有多痛、是否处于比我所觉察到的、更大的痛苦之中，或者你们能否评论：和他相处的正确途径呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们检查了这个实体。接着我们能建议：你给这个实体的爱，在很大程度上缓解了它感到的痛；这个实体感觉到的任何疼痛，都值得在你爱的沐浴下继续存在，因为它得到的爱和给出的爱，可以让它最好地学习。那么，以这种方式，容我们说，这个实体就能够变得有灵性，从而增强其意识，增强它的能力去感知太一造物者的爱与光。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

S：我理解了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：我在思考使用一个咨询技巧，借由把人引入相当深层的集中状态，就是催眠的菁华，好帮助这个人聚焦；我想知道，你们会不会推荐有道德的人用这种方式帮助别人？我还想知道，我的调频是不是足以在整个体验过程中，确保这个人的安全？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们也觉察到，试图评论你尚未用自由意志选取的东西，有可能会侵犯你的自由意志。我们可以建议，对于易受影响、容易进入催眠状态的人，你称为催眠的工具确实有威力。你的调频够不够提供安全所是不确定的，因为每个人在多大程度上易受影响，差异程度很大。我们建议你继续在这个主题上冥想，考虑有没有别的途径来允许一个人达成聚焦。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没，谢谢你们。我将会那样做的。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

T：跟进 Carla 的问题，如果 Carla 对某人提供咨询，而这个人也带着想得到咨询的意图来找她，这难道不是各自的选择，我们难道不该允许各自来决定，要不要使用这类方式，因为它也许可以产生某种效果吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，每个进入咨询关系的实体都是按自己的自由意志这么做的。无论如何，很多实体并没有觉察到自己容易受到催眠等技巧的影响；由于没能力评估自己易受影响的程度，就不能够给出一个自由意志的选择。是故，必须谨慎(行事)。我的兄弟，有另一个询问吗？

T：没有。我理解了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟，在此刻有另一个询问吗？

R：我有一些医学上的问题，我想它跟我的情绪阻塞有关的。我已选择用一种另类疗法来治疗它。这方法对我好吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。再次地，我们想望回答你提的询问并有所服务，不过我们恐怕，如果我们讲得太清楚，或者提倡一种疗法而不提倡另一种疗法，就有可能侵犯你的自由意志。因为**通过无论什么治疗方式来寻求治疗，无论它是传统疗法、替代疗法或任何其他治疗，对于寻求者的灵性道途都是一个根本的选择。因为任何你称为的医学问题，都是对催化剂的反射；这些催化剂是为寻求者的成长提供的，寻求者对此有一定程度的重视，但在另一角度上却看不穿它，所以这种对催化剂理解的缺乏，就把它自己移转到肉体或灵性领域，为了在体验的这个层面上受到注意，因为催化剂从寻求者的心理层面开始其旅程，并跟寻求者一同质变，但在那里没有受到重视。**

我们可以建议，你所选取的、凭借自由意志选取的行动方案在这方面是有帮助的，因为你用显意识和潜意识的能力，以如此这般的方式评估过你的情况，才选择了另类疗法。我们建议你继续选取感觉对自己最合适的疗法。寻求治疗有很多

方式；那么，那个对你内在的声音和内心说话的事物，就医学上的解决方案而言，即是最有成效的事物了，容我们说。我们抱歉，因为似乎无法更直接地谈论这个询问，但是我们希望你赏识这点：我们渴望维护你的自由意志。我的姐妹，有另一个询问吗？

R：你们能对我的灵性发展给予任何忠告吗？

我是 Q'uo，再次地，我们发现自己碰到侵犯自由意志、得完全停下来；因为以这种一般性方式给出忠告，似乎是在评判，而我们不想望评判任何实体或任何实体跟随的道途。我们确实支持每个实体的选择；我们能再次建议，你在灵性寻求中跟随的道途，它必须对你的心说话、而非别人建议的路，不管这个人有多大的名声威望、似乎有很多知识，或者只是你在街上遇到的普通人。因为**有多少实体在万物和自我内在寻求太一，就有多少条通向太一无限造物者的道途。那么，跟随你心中的事物吧。跟随对你的心说话的事物，始终愿意增加你寻求的强度、渴望的强度，以及我们总是为每条道途、每个寻求者推荐的冥想，因为冥想是我们所知道的最确切的手段，第三密度中的任何寻求者都可以借此接近无限造物者。**

有另一个询问吗，我的姐妹？

R：没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们请问此刻是否有最后一个问题？

Carla：在照镜子的时候，我想起一个问题。有时候我在镜子里只是看入我的双眼，而我总是感到冲击、有一种大于我的品质，我真的看得到活在内心的永恒公民。眼睛有这种揭示灵魂的能力吗？有什么方式可鼓励那种能力？

我是 Q'uo，我觉察了你的询问，我的姐妹。你刚刚描述的眼睛是个光学仪器，在你们的幻象中，实体们用来欣赏刺激物的主要手段就是它，因为大多数人不能用心来观看经验的大全景，尽管每个人在此生的每一刻都可获得这个大全景；不过，有些打开了内在之眼的人，有可能用这种看见的方式。因此，观看的能力被降级给了肉体的光学仪器，而内视能力必然需要[容我们说]被转译，才可以让实体在开始不光用外在眼睛去看的时候，有能力理解更多的自我品质和生活体验的品质，比起用肉眼通常可以获得的内容要多。因此，如果一个人在灵性旅途上有意识地寻求，拿取机会像你那样看入镜子，其感知就会开始扩展，超越首先看到的影像。有可能观看目前投生中的其他品质、其他的共鸣，容我们说，所以在这种感觉/基调中，以这种方法来观看的经验就扩大了，其感知到的就比镜中的影像要多。然后就可以把这种扩大视野范围和深度的能力外推，于是先前转世的特征可以开始在外在和内在之眼前闪现。从而，一个人可以开始看到自我的其他方面，不仅涉及这次投生，还涉及某些前世，因为它们对当前的人生有显著重要的意义。因此，在照镜子时，集中心神在眼睛上的体验，确实可以开始更多地显现该实体的灵魂层面；还可以开始引发某些记忆，虽然它们是关于某些前世的人生体验，却在当前的人生中扮演了一个角色。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。因为我们觉察到已经在这次寻求集会上说了过久，我们要结束这场集会，同时再一次感谢各位做出必要的牺牲，好加入今天的寻求圈。受邀加入你们的冥想，总是让我们感到十分荣幸。为了增强对于灵性旅程的理解，你们诚心地提出了各种询问，我们再怎么感谢都不够。

我们向各位保证，你不会孤独地走过这条灵性路上的任何一部分，因为每个人都有肉眼看不见的老师和指导，你在路上所走的每一步，都肯定有祂们的陪伴。你在旅途上不会有误会，我的朋友们；会有很多的巧合，旅途上的每个体验都可以为双眼睁开的寻求者提供很多东西。我们感谢你们，感谢你们的勤奋、感谢你们渴望的强度和每颗心中的爱；那种爱在这些时候、在你们日常生活的许多时候，都像泉水一样涌出。

我们是你们认识的 Q'uo 群体。此刻我们离开这个器皿和团体。在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中，我们离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2019 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0505b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0505.aspx

---

☆ **第 3206 章集：真实的沟通**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 2 月 24 日

团体问题：我们在这一周的问题跟沟通、真实的沟通有关。很难诚实和清晰地跟另一个人诉说你正在思考和感觉的东西。我们想要知道一个人如何才能让心参与其中，这样你所分享的智性沟通就不再是一种攻击或防守的手段，而是让你也能表达出你的真实感觉，甚至表达你所相信的更高原则，爱、原谅、悲悯的概念。**对于那些在沟通方面有困难的人，对于那些在沟通中不是如此诚实的人，你们会如何向他们建议呢，你们如何建议人们进到他们的心、变得易受伤害，分享在他们的生活中真正最具重要性的事物呢？**

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。一如既往，你们的团体呼唤我们，这是对我们的一种极大的祝福，我们感谢每一位留出这段时间以在静默中寻求真理，那真理经常没有言语、而却在静默中被塑形，在无限中被铸造。

感谢你们深思这个问题。确实，沟通是你们人群用于学习和服务的主要途径，我们发现这是一个撩人的主题、带有很多微妙之处，很高兴今天可以和你们一起来着手处理它。一如既往，请各位对我们或任何其他貌似权威的实体所说的话，保持一定程度的分辨力，不要因为某人性格上的优异而接受他的意见；相反，用自己的内在分辨力检查所有从外部进来的想法，因为你会认出你的真理，不管是愉快的、或是不舒服的，它们都会跟你响起共鸣，不会离开你。聚焦在那些少数为你响起(真理)铃声的想法，我们会要求你们丢开所有其他的想法，因为没有共鸣的观念只会混淆，而我们不希望造成混淆，只想协助你们，所以请你们每个人都要使用自己的分辨力。

谈到沟通，就得谈传达的许多层次。在第三密度里两个人交流时，所发生的事比表面上看到的要多得多。从表面上看，单词的形状和句子的结构有二维的特质；假如沟通只是文字的问题，那我们的讨论就非常简单，不过，实际上沟通的过程远比文字本身所暗示的更远为具有多重维度。当透过这个器皿说出言语时，实际上我们通常只是向这个器皿提供概念，这些概念没有语言，毋宁说具有无限的品质，可以环绕着二维的东西，转入三维、四维、五维、六维，所有这些维度都是意义和参照的层次，它们是由每个实体在自己的内部结构中、远低于言语的层面上创造出来的，而传入的资讯就放置在这些维度中，以致于相同的言语进入十二个不同实体的场域中就会出现十二组非常复杂的不同意思。而且，当沟通变得比“请人递过来某个东西”或者“要求从某人那里拿走某物”更为复杂的时候，当沟通变得关系到表达意见和感情差别的各种色调的时候，那么沟通技巧可能要求的微妙性就变得越来越明显了

我们觉得，后退一步来看看是谁在沟通，是有帮助的。坐在这个圈子里的椅子上，你们每个人好像都是一个定义得很清楚的物体：体重多少磅，块头多大，头发的颜色、眼睛的颜色，你呈现出一个有限实体的很简化形象；**不过实际上，在你有限的肉体边界内，每个人都装着天与地的一切，每个人都是一切万有，一切万有就住在你里面。这怎么可能呢？在线性的世界中，这是不可能的。当然，我们不相信有任何人(只)活在线性的世界中；我们把它看成一个简单的幻象，一个嵌在更大幻象群里的幻象，所有这些幻象都是可接受的、合适的，如这些幻象应该是的样子：不是为了把人们蒙在黑暗里、或者混淆他们，而是为了表达存在的无止境。因为你们每个人，在这个骨胳、肌肉、心跳的微小结构之内，都是造物者、受造物以及在两者之间的一切所是。**

所以你们是无限珍贵的，具有无穷多的比例与大小；你们彼此接近时，就像是绕着轨道旋转的星星，两个极其明亮且强大的生命正在接触，其光辉与壮丽超出文字的描述。

你这颗星星该怎么发光，来跟正在向你发光的星星沟通呢？如果你持守这幅画面，你也许看得到里面有能量场，看得到能量场是怎么彼此吸引或互斥的。你也许可以看到，对有些人有益、把他们拉到一起的力，却自然地把别的人分开，这是因为每个人都有特定的振动品质，携带着特定的电荷。我们不会把这(情况)称为正极/负极的动力关系，因为那会暗示，沟通中有一方可以是正面的，而对方必定是负面的。并非如此，沟通比那要更微妙。**重点就在于，每个能量场、每个人都有很容易分辨的、清晰的生命签章，在远低于自我觉知层次的地方表达自己。你们每个人都在发出非常清晰的信号；我们可以认出你，从住在你们行星上的几十亿人中挑出你。世上只有一个你，你们每个人都只有一个，每个人都是珍贵的、独特且是非常必要的。如果在人类沟通中可以记得每个人都值得尊敬，每个人都是维持整个群体生存所必需的，而且是可接纳的，那么我们觉得沟通也许就会少些困难；实际上、我们充分觉察到：在手忙脚乱的日常生活中极为困难去记住，那些似乎让自己不高兴的人依然有他们的美好、必要性与完美，正如你以自己的方式也是美好的、必要的与完美的。**

沟通的目标常常好像是为了解决问题，引起改变，或者完成事情。我们再次提议，在工作沟通的问题时最好了解到，有时候沟通的目的并不是为了达到渴望的目标；相反地，有时候沟通的目的，只是为了表达正在发生的动力关系，驱动力不是要找到解决方案，而是在于澄清的精神，所以在两个意见不同的人之间、通过沟通对其他自我更完整的本质有不断增长的理解或领会，这种本质被貌似扁平的争论或讨论要点的表面所遮盖。

在你们的世界里，在一些交互作用的化学过程中总是有个向量、方向，总是有个箭头，从一个步骤指向两个、三个到四个的步骤。实体们在沟通中也往往这样期望，即大家接收资讯、处理资讯，完成工作，做出决定，接着所有的实体都充分了解情况，于是大家能够进展。当然，很多时候两个实体可以毫不费力地做到这些，那是蒙福的时刻。然而你们问的是似乎出了岔的沟通。你们问这些问题的时候，我们可以感到你们的假设是：对话的目的是获致结论。**我们会建议，这个模型不总是对沟通最有帮助。我们宁可建议，有些时候，重要的是每个试图沟通的人，简单地说出自己在此次讨论的问题中所具有的情感、心理结构以及灵性的考量，而这些都已经注入正在发生的沟通过程中。**

因为你人生中的一切，都是为灵性而预留的场所。所有东西都是活的。一切事物都准备好向你讲述它的故事，所以你们的宇宙比你的智力所感知到的要复杂有趣得多、难懂得多、也活跃得多。**从原型层面上涌的能量，只等有机会在人类投生的脆弱结构中施展其魔法；有些美妙的、强大的灵性能量，只等着有渠道可以让自己流过，获得祝福，总的来说，在地球上施展威力。**

沟通听起来简单，但沟通的过程可以拯救或救赎整个群体。在很大程度上，行星地球上的人是作为整体，而不是这一个、接着另一个人向前进。但你们每个人又是行星地球上人类群体的一个组成部分，无可避免地互相交织。在人们为了让整个团队共同前进而携手工作时，有巨大的能量想望与之合作，所以不管沟通有多么笨拙、多不熟练、或者似乎多不成功，试图沟通的灵性偏向都极为强烈。

面对造物者太偏爱沟通的情况，我们可以说，进入沟通的竞技场(list)[1]不光有吸引力，甚至是有诱惑力的；仿佛沟通过程是中世纪的长枪比武，为了沟通这个、那

个观念，让自己的看法到达对方，沟通的双方穿上盔甲，骑上战马，一手拿盾、一手拿长枪，朝向彼此冲锋；在这个过程中当然要把对方打下马来，在沟通的竞技场上获胜。这不是我们会鼓励的模型。**相反，我们鼓励的模型是，了解到对与错的能量都是有限的，而真理与爱的能量是同等的，所以你沟通的任何意见或感觉，都没有独立的线性真实性；相反，你所沟通的仅仅是冰山一角；有技巧的人在听对方沟通时，愿意开放自己的觉知，不光是关注露出水面的冰山一角，也不光是听对方说出来的话，而是愿意关注水线下、所有看不见的临在，所有没说出的话，以及正在沟通的意见或感觉的所有实质，让彼此可以把对方看成具备正面资讯和支持的源头，哪怕你们的看法似乎差异很大，而且有大量证据表明沟通的快乐结局是不可能的。**

[1]Carla：甚至牛津英语词典都说 list 这个字已被淘汰，但是里面还是列出了它，作为赛马场或在步测后、围起来的地方，或者其他供比赛或赛跑用的地方。加入竞技场(list)是加入比赛的意思。但是，教会我这个单词的小说在使用它的时候说，进入竞技场就像报名参加长枪比武，要穿盔甲。它始终是“游戏”，绝不是真的战斗，但是参与者确实是热血沸腾的。——原注

有益的沟通不必然要有快乐的结局。反之，也不必须有表面上的纠结和分歧，接着一方胜过另一方。这些动力就只是幻象的动力。宝贵的是沟通双方的内在灵性，因此如果一个人总是说得对，而另一个人能够以某种方式尊重自我和其他自我的无限品质，那么要在这两个人之间选择的话，我们每次都会选那个傻子，他的沟通没有特殊技巧，但他在接收沟通、或者在提供沟通时，对自我和其他自我的无限品质有着谦卑的觉察。

在最简单的沟通中也隐藏着东西——对于这种特性的不断增长的觉察，对于发展中的人灵是很有帮助的。我们鼓励你支持自我内在这些不断增强的觉察，开始理

解其他自我，把评判拿开并且从视野内消除，让自我可以用甜蜜的接待心态来看其他自我，因为你觉察到其他自我更深的本性和价值。

这怎么可能呢？普通人如何能放弃似乎如此清楚又明显的线性过程，反而去拥抱超越感官的价值呢？我们只能说，就从你自己的内在开始吧。因为不管学习的水平在哪里，我们每个人首先必须去沟通的实体就是自己。你怎么跟自己沟通呢？今天你跟自己有过怎样的对话呢？是清楚的沟通吗？是亲切的吗？仁慈的吗？甚至假如心里的想法不是你本来会选择的，你是尊重自己呢，还是责骂自己？你对自己诚实吗？你是怎么对待自我呢？**我们会认为，你们很多人都有自虐的习惯，如果不是所有人的话。**

这听起来好像不大对，但是我们认为，看看你是怎么对待自己的，你就会发现，你对自己不耐烦、态度粗暴、惹自己生气，跟你对待别人一样。在别人能伤害到你之前，由于你对待自己的方式，你已经多次给自己带来痛苦。我们会向你提议：聆听、静默、敞开、放下，变得空无并对此感到自在，所有这些都有重要价值。我们会建议，沟通的首要目的不是有道理或达到目标，毋宁说，沟通的首要目标是向另一个实体敞开心，允许对方看见你的心。从能量的角度来看，沟通远远不止你们人群所认为的沟通。你们人群在沟通中所传递的东西，从未取得过超出红色、橙色和黄色光芒相关的能量水平。人们的大量沟通都不涉及心(轮)；我们会建议，沟通的技巧涉及到一个过程，即变成一个在灵性上有切实行动的实体——该实体先走进(自己的)心，把自我停泊在心中，唯有在那个时候才转向外界，乐意地跟人分享想法。如果人们在每次沟通前先唤起自己的开放之心，我们觉得你们人群中很多引发争议的东西就会自然地消失。

一次又一次地，一个人必须走进自己心里的静默。今天就用未知的爱在内心敲响

的钟声呼叫自己吧。让那内在的钟为你敲响，让钟声在你生命的浅滩和深水中清脆地响起、并引起回声，让自己向内在的奇观开放，允许更大的自我图像浮现出来，这幅图像看到宇宙造物被缔造、接着说这是好的。因为，以一种也许比你所认识到的远为具体的方式，你就是共同造物者。你用今天播撒的爱之种子，创造出明天的爱。因此，我们单纯地要求你们每个人从视野的局限里去掉线性的评判，不管你似乎在沟通什么，不要受它的限制，从而让你在用表面的外在形式[言语、语调变化、肢体语言]沟通时，心里尽可能多地领悟到在你的世界里每个人的价值、美好、神圣。

线性思维过程已经为第三密度的实体运转了数千年，它们还会继续运转下去。**但是沟通的价值，绝不会停留在解决问题和分享资讯的层次上。沟通的价值在于彼此接纳对方，让每个人相互帮助，相互支持，相互鼓励。**当双方在沟通中找到方式去了解到对方的宝贵，那么沟通的内容就会更为强化地进入两人共有的系统，这在潜意识的深沉层次上，(双方的)联结会是非常强大的。因为你们看，**你在跟对方沟通时，实际上是在建立某种联结；以服务他人为目标的人所希望的沟通结果，就是对双方都有益的能量交换。这个特殊的器皿觉得，如果有人假定她是老师来请她帮助，她在回应时实际上做的，与其说是分享资讯，不如说是分享爱。正是借由接纳对方、荣耀并尊敬对方，沟通才真的开始拥有真正的价值，不光是所说的内容，还有言语底下流动的能量。**

因此，我们问你们每个人，在你所说的话语底下流动的是什么能量？你是否发自内心驱动该沟通？不管你似乎犯了什么错误，你是否都以自我尊重和荣耀驱动自己？今天你批判了自己些什么？批判带来了什么好处吗？

我们祈愿你们每个人思量这些事情。你们在询问有关沟通的事情时，真的提出了

一个非常进阶的问题。**真正管用的沟通是一次灵性事件，是双方互相增强、互相确认的经验。如果你可以跟自己沟通，而且觉得你已荣耀了自己、尊重自己，只有那时你才可以说，你已经准备好跟另一个实体充分沟通。**

沟通的特性就是对着镜子说话，领悟到这点是极有帮助的。跟你沟通的另一个自我是你很忠实的一面镜子；你在这面镜子里看到的就是你内在的事物，你要么很赞成，要么很不赞成。通常，第三密度的实体在考虑其他自我时，大部分的反应仍然装满了偏见、指责，缺少爱；在你们的环境中，这本该如此，因为每个人都在试图弄清爱是什么、开始做出有爱的选择。**要了解到，你开始的每次沟通都是在跟造物者沟通，而这个造物者正在回应你的沟通，给你提供一面镜子，好让你看见自己的本性。**

希望我们这些贫乏的想法不会成为混淆，而会帮助每个人向灵性的深奥和无限制敞开心。你们都是天界的存有，陷入一个生与死、活着与死去、光与暗的母体；你此刻走在这条路上的原因无穷无尽，但你的步数却是有限的，所以你是同时活在两个世界中的生物，一个世界可测量，另一个无法测量，而每个世界中的自我部分都是同等的。不过，从无限的立场来跟生活体验打交道，相较于在线性活动的层面上打交道，是很不一样的方式。

因此，我们总是向你们指出静默的价值，以及在静默中向无限的未知以及尚未被知晓的善与美开放，是有价值的。允许奥秘强化你的想象力，允许那些无限的品质——似乎不是沟通的一部分——进入你的意愿，这会打开你的能力、穿越艰难的素材，从而帮助每个人、你自己和其他自我超越线性的真理。**因为更大的真相从来都是合一、和谐，把迥然不同的事物联合为美好又有用的样式。你在今生将接触到的每一个灵魂，都有一个美好又有用的样式；不管不一致的意见似乎多么**

难以相容，都完全有可能和平解决、继续前进。

感谢你们允许我们今天和你们谈话，并且了解到有时候我们会讲得太久，所以我们将离开这个器皿，然后透过 Jim 实体继续沟通。我们感谢这个器皿，在爱与光中离开它。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次透过这个器皿、在爱与光中向各位致意。此刻我们很荣幸请问在场者的脑海中还留有任何较为简短的、我们可以谈论的询问？在此刻有一个较为简短的询问吗？

Carla：我有一个问题。早些时候，我们小组谈到了我们跟 P 的持续讨论，我们强烈的感觉是：与其试图控制情况，使我们的意志凌驾在他的意志之上，从他那里夺回我们的资料，不如接纳 P，虽然我们不赞成他的做法。我们了解到这样想非常不谙世故。我们持续的感觉就是应该这样做，你们对此有任何评论吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们觉得这个问题大致属于“说到做到、言行合一”的范畴；我们多次听到你们在形而上讨论中，用这个短语指出该怎么考验像你们这样的人所持有的生活准则。**如果这种考验出现在寻求者面前，寻求者最好优先考虑自己的生活准则，然后坚决保证它们的优先权，哪怕在世俗意义上可能要付出代价。因为你们寻求去做的事情，虽然位于这个世界，却不属于它。你们寻求超越自己，你们寻求成为光之烽火台。因此，如果你要成为烽火台，就不要担心别人眼里的沙粒，而只关注你是不是看清了自己。**

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：请你们见谅，我确实还有一个问题，不过主题完全不同。在过去两周内有三个不同的人对我说，人类需要更多的 DNA，必须完成某件事来改善 DNA 的结构，否则人类就无法离开第三密度进入第四密度，而是会作为一个群体陷在这里，一次又一次重复第三密度。这三个人用的模型都是：我们没有，我们需要走出去、以得到我们没有的东西；他们指的是，有了额外的 DNA 链，我们就可以做这做那。我对这问题的模型以及我觉得目前比较准确的模型是：我们拥有自己所需的一切，只是开关被关上了，我们必须找对地方，重新打开这个开关。你们会觉得这两个模型中哪个更准确？或者你们会觉得这个关注是不是合理都成问题？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**作为第三密度的存有，你的心/身/灵复合体已经配备所有必须的先决条件、以利用这些属于这个做选择的密度的催化剂。你所需要的并不是更多的装备，而是参考你的用户手册。答案就在你的心中，而不在你的 DNA 中**。有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没有了。谢谢你们。

L：我有一个问题，也许相当简单。我喜欢从教会读物、圣经阅读等处搜集摘录。我记得其中一条的最后短语是："服从我"，意思可能是摘自圣经文字的"服从我"，或者是从圣灵那里听到的。你们认为它是什么意思呢？很难知道我是否正在实践它。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们在回答这个询问时会建议：服从就是把自己个人的决策权交给另一个人，或许你觉得那个人比你更睿智、更强大、

更有爱，等等。这是自由意志的选择，任何人都可以做出这个选择。每个实体在自己的文化环境里逐渐成熟的过程中，都会受到很多权威的影响，在特定的阶段你不得不服从这些权威：养育你的父母，教导你的老师，老板：督促你用如此这般的方式完成任务的顶头上司。无论如何，**到了某个时点，每个实体都必须行使自己的能力、去选择该做的事，该说的话，该相信的东西，该追随的那颗星，以便它可以达到灵性生命的更高目标。到了某个点，服从别人不足以把一个实体带到存在、服务、流露爱的最高层次。相反，它必须是内在导向的灵性寻求者，它用一切自己学到的、相信的、寻求的东西，来塑造自己的旅程。**

有进一步的询问吗，我的姐妹？

L：没有了。这是一个极大的帮助。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

Carla：非常感谢你们，Q'uo。有你们来回答问题，我们真是感激。

我是 Q'uo，我们也十分感激今天大家向我们提出的每个询问，因为这允许我们以自己觉得最有帮助的方式来服务。因此，我们一起在寻求太一造物者的旅程上互相帮助，在每个体验中、在彼此当中、在自身之中来寻求，因为造物者确实住在万事万物中，住在所有人当中。

此刻，我们将离开这个器皿和团体。一如既往，我们在太一造物者的爱和难以言

喻的光中离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0224b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0224.aspx

---

☆ 第 3207 章集：外在的服务

Copyright © 2002 L/L Research

特别冥想，2002 年 3 月 7 日

团体问题：我们今天的问题是关于今天下午刚结束的会议，关于如何使一的法则的资讯可以被更多人获取，已经交换了很多想法，对于这种特殊努力的价值，还有这种努力有多大可能为行星地球带来正面效果或任何效果，我们想要知道 Q'uo 的回应、考虑以及评估。可以请你们就这个问题给我们一些意见和评论吗？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。我们感觉能够被你们团体所呼唤是非常蒙福的。我们想要感谢你们每一位做出必要的牺牲来加入这个寻求圈。能如愿以偿地行动，像我们对你们人群承诺的那样来到你们身边，帮助你们回答问题，真是我们的殊荣。因为我们真切地感受到，地球上的兄弟姐妹们现在的哭喊和忧伤。

我们感谢你们的交谈能量、怀着如此的爱深深进入这交谈。我们十分高兴跟你们

探讨如何推动服务和学习的主题。我们唯一的请求是：在聆听我们所说的内容时，继续仔细地分辨，守护好你的想法，因为你真的知道哪些意见会向你走来，因为它们和你有共鸣。没有共鸣的看法不必做绊脚石，你只需要绕过它们，忘掉它们。如果我们的想法不适合你，我们真的请你扔掉它们，马上离开它们，因为我们不愿意扮演一块绊脚石。

我们暂停一下，让这个器皿喝点饮料。

我们是 Q'uo 群体，再次与这个器皿在一起。我们刚才无法运作这个器皿的嘴巴，因为她方才没有喝水。我们感谢你们的耐心。

我们思考你们的情况，我们大部分的感觉是单纯的喜悦，因为投生前热切希望在宏伟合作中聚集的人们，对于你们谈到的理想和原则所具有的光亮与价值，已经了悟了一点美好又平安的觉知。我们确认对于这样的努力，这是一个好的计划，因为在此刻在你们的密度里面，的确有一种不断增强的透明度，第四密度就和你的呼吸一样靠近你。天堂近在咫尺，这话说得很真。唯一必须的就是去主张那种认识，以便于[如 K 实体说过的]开始参与一种可替换的实相，一个属于概念、意图、渴望的实相。你们的宇宙的一种元素无法在形而上的宇宙中表达，而那些在形而上宇宙中的(元素)却能够通过你们生活其中的密度而表达出来。

结果是，随着努力已经做出，我们请你们每位记得那个涉及形而上法则的能量流的真相：它不属于这个世界。毋宁说，就仿佛一个人种了一棵树，树根在天堂中，而枝干通过人群、通过艺术作品、通过已经借由想法创造出来的鲜活能量的每一条管道触及地球，无论这个想法是无限造物者的无条件爱之原初思维，或是共同造物者[你们每个人之所是]产生出来的想法。

在形而上世界中，你的想法就是双轮战车。你以渴望、意志、信心创造的东西，会在形而上世界中前进。因此我们提议，当每个人面对具体细节、和规划那种线性特质的事物时，记起灵性世界的能量是非常可靠地、沿着生命之树的躯干流下来、进入你们每个人所是的分枝之中。这个器皿最喜欢的一条格言是：如其在上，如其在下。我们会建议，记住这点有好处：在既定的计划中合作的每个人，都有可塑性极强的、不断发展的思维过程，这些过程会把计划塑造成大家所期望的形状；每个人都是一个频道，都在接收有关这次合作的指导，所以，我们要求你们在制定计划时，除了在创造性立意中使用很健全的线性智力分析过程外，要信任指导(灵)、请教祂们。

我们会请每个人了解到，环绕着这种努力的是生命的神圣性。因为生命必须支持事工。如果你们做出的尝试，是融合思想世界和这个器皿称为的商务投资或商业世界，记住，每个贡献的人可掌握的能量都需要尊重，其途径要容许保持清澈。

我们会对你们提议，[在沟通过程中可能]有大量无形的、隐藏的工作，创造出远远更好的合作。在一个大家互相滋养的灵性社区里，有意识地接纳社区的理想[对交流的人们有帮助]，因为你们每个人都有能力，用你问候同胞的态度来安慰对方，给他们加油；你周围所有的人也都有相同的能力，为你提供支援、鼓励和幽默。在所有这些考虑之上，**发展事业的主要课程始终关系到：怎么接受他人的爱，怎么为他人付出爱，而不带着骄傲、虚荣、或无价值感**。你们每个人为了真的走进彼此的能量所做的工作，将创造创造性的通道、将会在更有心电感应或完全概念的层级上来沟通，连接成通道网，于是，由于大家相信在场者的意见，能量场的协同效应就得到有意识的认可，而大家也就可以在增强的速率上交换能量。

我们发觉，这就是在不侵犯自由意志的情况下以一般方式可说的全部内容了，因此在最初的宇宙布道之后，我们将转向你们可能会有的问题。

现在有一个问题吗？

B：我想澄清一下，看看我是不是搞懂了。这种努力的灵性教导作用，显然比它的商业成果要重要得多。如果这项工作要成功，要带来最大的利益，那点必须保持为一个背景目标。这是否正确？

我们是 Q'uo 群体。我们不擅长评估商业组织，但是我们觉得一般而言，你是正确的，任何企业的核心在本质上都是神圣的，所有相关人员忠于企业的理想与目标的能力——正是它们促使企业的诞生——比起如何引起更多的轰动，甚至如何在物质世界里谋一席生存之地的考量，要重要得多。想要我们进一步谈谈吗，我的兄弟？

D：我们问了好些关于什么东西把我们聚集到这里的问题。我必得认为，有某种深邃的灵性事物、爱，反正某个东西把我们带到一起。我们全都聚集在一起，这真是相当地巧合。

我们是 Q'uo 群体，我们为这个询问感谢你，我的姐妹。我们不知道，我们也永远不可能知道，人与人的联系确切会在什么时候发生，甚至会不会发生。这情况的重点在于：你所知道的造物是在你心智内的一些觉知闪光灯，所以你这一刻就在重新创造(你的)世界。进一步说，你们投生到行星地球之前，你们每个人都为自己创造了一份研读课表，而你们的星球就是你严酷的学校。这个计划涉及某些

实体，比坐在这个房间里的实体多得多。在记忆尚未消失前，你们达成一些协定，要在此时、在很多层次上一同工作，包括个人的层次和服务他人导向的层次。就试图用这种专题性或一般方式服务而言，你们每个人都经历了很多机会；假如你们每个人在近期不和这群特定的合作者联系，你们也会建立别的联系，它们不可避免地向你提供相同的课程，相同的服务机会。话虽这么说，我们庆贺你们每个人选择了把这个可能性/或然率的漩涡，带入你的当下此刻；我们赞扬每个人不是武断地指手画脚或摆出权威的样子，而是跟随直觉和鸽子翅膀发出的飒飒声行动。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？
（听不见）
此刻有另一个询问吗？

K：我们是一个非常有爱的团队。我特别觉得这个人生对我来说很快乐，不是所有时候，但也相当接近了。通过跟 D 和 B 一起工作，我们能够提升世界的意识吗？我们能够教人们爱吗？我们能够加入更高的意识吗？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的问题。答案是响亮又深刻的赞同。

这个器皿一直在说，每个人都是一个宏伟的光之协力计划的核心，现在离临界质量很近了。在这个非常透明的时期，形而上的能量越来越强健，地球人口中只需要很小统计百分比的人的努力，就很有可能把很多人快速带到一次成功的收割。最终，如这个器皿会说的，正是过去(所有)圣人、罪人、旅伴的礼物，已经在你们历史上创造出了此刻的考验和荣耀。你们收到的是别人生产的，你们播种的将被你们的孩子收获。每个人都有播种的能力，该能力准许那些请求成为管道的寻

求者把那希望带入显化之中。

跟历史上任何时候相比，此时每个实体的行动[我们自己的、还有你们的]，以及在爱心服务中建立的每个联结，都蒙受极大的祝福。原因是——我们被怂恿、从这个器皿的大脑中挑出一个故事、实际上是一个笑话——笑声常常有助于说明情况。辅祭(教士助手)窥视会众，好告诉牧师有多少人来参加弥撒。在回答牧师的询问时，辅祭男孩回答说："嗯，先生，外面教堂中有天使、智天使、六翼天使、以及天堂里的所有同伴，还有布朗太太。"目前有很多无形的临在，正在为寻找治疗的人提供极大的无形帮助。净化你的意图，修炼那些阻塞你的心的个性势力。向灵感敞开，信任直觉。并且知道每个人都有可观的力量、可以为行星地球的收割获致有效的、蜕变式的改善。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

A：一个人如何以个人的方式找到真理呢？

我们是 Q'uo 群体，我的姐妹。这个问题很难简短地回答，然而，我们会说，**这种工作刚开始是尊重和荣耀自我，到了某个程度，一个人开始着手认识自我的任务。**我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

A：你们可以告诉我们，T 会加入这个团队吗？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问。我的姐妹，在混淆法则的范围内我们无法回答，因为人们带入灵性工作的能量，有很多价值和优点。在建立协作性努力或个人努力，或者试图以团队的形式服务的时候，最重要的是了解人们渴望背后的

真实理由，以及行事风格背后的最纯粹核心。我们可以进一步回答吗，我的姐妹？

B：我有一个相关的问题。M 跟我们见了面，但是他又找理由离去，同时他好像有兴趣在互联网消费者的计划上帮我们。虽然 M 此时不在这里，我们还是可以请他协助吗？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的问题，我的兄弟。一般而言，可以说一个人的德行不是由显意识信仰决定的，而是由他的识别标志或振动决定的，是故，M 实体会不会履行特定的行为，这无关紧要。你可以把这些行为看成是，一个信仰系统对另一个不信它的人的印象；这正是令我们只能沉默的东西。对不想望体验这种接触的人，我们总是鼓励他们不要去体验，因为我们不想使任何人不舒服。关于是否使用可能不接受这个团队的理想和灵性希望的人，这个道德问题依然存在。评估潜在成员的心灵和意图，得靠团队中的每个人，而不靠任何仪式的外在规定，包括这个仪式。我们感到抱歉，无法更具体地回答，但这是灵性合作得以发生的一般原则：不是靠任何字面上的法律协定，而是靠双方在做出努力的振动水平上，有着完全、完整的共识。

我们可以进一步回答吗，我的兄弟？

B：那(回答)是非常有帮助的。谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。此刻有进一步的问题吗？

K：一个人如何才能开放喉轮并使它变得敏锐。

我们是 Q'uo 原则，觉察了你的询问，我的姐妹。**在工作能量系统上，我们会建议的方法是：在任何较高脉轮上工作的时候，先从基础做起，首先确保向上流入心轮的所有能量，流得轻松、毫不费力。你们人群通常的体验是，由于一天的事务，能量系统在不同的能量中心变得部分受阻。没有先打通较低的脉轮，就试图打通高于心轮的能量中心，只会强化并进一步扭曲光之盔甲上的裂缝，容我们说，而这些裂缝是由较低能量中心的困难所呈现的。**

结果是，渴慕去做更高密度(脉轮)工作的人经常会发现，自己的身体有严重病症或体质衰退，因为身体复合体没有得到强化，来接收更高的能量。所以，工作蓝色光芒或喉轮的前提，跟任何其他能量工作一样，要从红色光芒开始，依序按红色、橙色、黄色和绿色逐个清理阻塞。一旦确保进入心轮的能量有充分的供应，那么你就可以进一步工作，开始做真正蒙福又有疗效的事：意识内的工作。在做蓝色光芒中的工作之前先在心轮内花时间静默，对于蓝色脉轮的工作很有帮助，因为你需要变得不设防，而只有在心轮中你才能够把恐惧重新编程为爱。

身为寻求者，一旦你确信你的心完全开放且是流动的，那么你就可以开始工作具体的问题。沟通在很大程度上，常常在于字里行间的东西，而不在于文字。结果是，一旦心(轮)打开了，你就可以有意识地要求纳入开放之心的绿色能量。

你戴着扮演角色的面具，容我们说，去面对你遇到的人，于是你觉察到你是舞台上的演员，并且正在根据你生命的真相创造台词。那么你的希望就是从台词中，除掉曾经作为恐惧而拜访过你的阻塞，以别的动机和能量取代之，它们涉及：**愿意受伤、谦虚、悲悯、宽恕、绝对诚实**。如果你跟另一个实体在一起时可以营造出安全的氛围，那么沟通就会变得远为容易许多。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

K：不了。谢谢你们。

此刻有最后一个询问吗？

D：我们可以假设在这个团体中每一位都是流浪者吗？

我们是 Q'uo 群体，确实可以证实这一点。和你们谈话是我们巨大的荣幸和欢喜。你们的美温暖我们的心，看哪，你们的勇气和渴望是美妙的。我们感谢你们、想望成为收割者，因为田野发白、满是庄稼。我们在这里也是帮手。如果我们对每个人的(灵性)练习有帮助的话，我们鼓励你们呼唤我们，因为虽然我们通常不会在这种(单独)遭遇中透过管道说话，我们可以强化这个器皿会称为的载波，于是你的冥想可以是有用的，并且你更容易连接到你的指导(灵)。我们可以进一步回答吗？

D：不了。谢谢你们。

我们是 Q'uo 群体，我们把你们留在力量和平安中、在彼此的双臂中、在爱的圣灵中。在知晓一切都好、一切都将顺利之中前进吧。跟随越来越快的浪花、涌入你意识蓄潮池的命运之原力，并且和它们合作；信任内在指引的提示。我们是 Q'uo 群体，在太一无限造物者的爱与光中我们离开你们。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT. 翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0307b.htm 英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0307.aspx

---

☆ 第 3208 章集：转变时期的能量

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 3 月 17 日

小组问题：今天的问题涉及到我们团体中的一个感受：个人的能量被迫四处移动，变化的机会很多；人们前段时间已经放下的议题，现在似乎又得处理，而且好像又有许多新的议题冒出来；现在好像有很多能量，可以被用作催化剂供灵性的成长。我们想请 Q'uo 谈谈这个感觉对不对，如果对的话，既然有这么多可供我们利用的能量，它们提供了哪些机会呢？

（Carla 传讯）

我们是你们熟悉的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向大家问好。我们竭尽全力最好地为造物者服务，而在我们自己逐渐成熟的目前这个阶段，我们服务的目标，就是通过诸如这个器皿的实体，向你们人群中寻求我们想法的人提供一些想法。**按我们的估计，在不侵犯你们自由意志的情况下，这是我们分享资讯的最好方式**。我们极其感激今天前来组成这一个圈子的人，感谢你们每一位，因为呼唤我们到你们小组来的，正是你们的寻求。一如既往，我们要求你们用分辨力来评估我们的想法，因为虽然我们所说的一切，据我们所知是真实的，但真理永远是主观而有限的；随着一轮轮的体验变成周期，周期又变成八度音程，真相会以这样或那样的伪装出现。我们不能

说，这个器皿从我们的概念中选出的文字，哪些会跟你产生共鸣；如果我们能够用心电感应的方式跟每个人说话，我们会更加确信我们的想法有帮助，因为我们可以在这种互动中跟任何一个实体联系。不过这个器皿要求的是普遍性资讯，我们想望就在这个层次上交流。结果是，我们总是对一个团体发言，而在团体中的每一个人都有一种独特的方式来处理它所遭遇到的资讯。你们每个人都有一种稍稍有些不同的真理，稍稍有些不同的宇宙，一种有些古怪的方式，去跟这个器皿称为的共识性实相的建构打交道。**你们似乎在共享一个世界，事实上也确实如此，不过你们每个人也在创造那个宇宙，因此每个人创造了一个不同的宇宙**。所以要仔细挑选你想把什么真理当成自己的来接受，确保它听起来响亮又清楚，否则就把它丢到后面。因为我们不愿意成为你们面前的绊脚石。

你们今天的提问说，你们小组成员得到的印象是，可供意识内工作使用的能量增加了，我们愿确认的确是这样。我们乐于谈论它，尽管容易过分简化这条非常有趣的思路。这个器皿最近的经历其实有些令她不安，的确，因为她的个人指导——这个实体总是称之为圣灵——最近开始在她和 Jim 实体冥想时通过这个器皿的口陈述，而先前该实体都在静默中跟她说话。事实上她最近在个人冥想中询问过这一点，我们愿确认她收到的(讯息)，那就是，这种现象的出现完全是因为她做出的一些决定，因为这个器皿选择支持这些决定，跟做一位负责的牧师或祭司的概念有关，这个实体允许自己的频道开放到远超过以前可能达到的程度。

每个实体的指导灵系统都是古怪的，这种古怪沿着某些路线行进：包括爱、忠诚、友谊、奉献，以及所有让人觉得安全幸福的正面感情。是故，这个器皿为她称为圣灵的指导找到一些面孔，它们随着这个器皿的需求而变化。目

前这个器皿所选的面孔是友善的、熟悉的、受爱戴的，甚至是受敬仰的和很受重视的。因此，你跟过世的人或还活在这个星球上的人的联系，一旦净化掉所有的恐惧残渣和基于恐惧的情绪，就有可能用作指导(灵)的脸孔。很多实体想望一个名字，这个实体的心智和图像一起工作，所以她收到很多图像，对于这个器皿来说，指导(灵)总是有一张脸孔。

现在的一般情况是，你们星球的人群已经进入了行星的第四密度；行星本身的分娩还在继续，不过振动已经改变了，能量改变了。你们体验的黎明，属于有些人称为的第四密度，有些人称为第五密度，就是爱或理解的密度。在这个环境里，指导灵离你更近，更有力量帮助你；在这个环境里，你的情绪和渴望会呼唤适合你的指导(灵)振动。也就是说，现在实体们最有能力极化自己，不管是正面或负面的。所有的指导(灵)都不是主动的。指导的出现是因为收到了呼唤的振动，这就仿佛是你在听收音机，为该收音机也就是你自己而调频，在承载无线电波的振动频段中搜寻最好的电台，最令人愉快、最令人向往的电台。

那么不管你发出的信号是什么，都有潜力得到强化的、扩大的回应。容我们说，住在你们内在层面的很多很多实体，觉得你们的星球此时令人着迷，这些实体到这里来是为了观察，有些是希望来帮忙的。很多正面和负面实体对你们星球现在的收割很感兴趣。这个器皿最近不断接到的资讯说，现在和未来十年不是末日的开始，而是最后的收尾，我们现在说的是，在接下来的大约十年期间，你们将在地球层面上看到，**对指导(灵)渐增的渴望，会有不断增强的透明度，所以指导的效力会变得越来越有效率；进一步地，我们说的是：一旦人们认识到有额外的帮助可用，而且可以请求这种帮助，那么效果甚至可以平方再平方，呈指数级增长。**

所以，寻求净化自己情绪的人、寻求透彻了解自己愿望的人，有巨大的正面能量和这个器皿称为的天使能量可以利用。专注于了解自己的人确实会看到奇迹发生，看到和平有可能在内心实现。第四密度环境里的一切，在心智之眼的里面都是可得的，也可以在圣心的秘室中获得；圣心就是形而上之心，是太一无限造物者[祂在每个人里内]的宝座。随着你越来越能够进入信任和信心的状态，越来越找得到自我之心、渴望之心、服务之心、对你个人意味着爱与正面的东西，你就会收到越来越多的天使指导或正面的指导，看见更多有帮助的巧合出现，看见更多的证据显示：有无形的手在运作。

另一方面，人们[越是]选择把这种能量看成是跟恐惧有关的事物，或是跟无法控制的权力有关的、导致恐惧的事物，他们就变得越糊涂且容易被误导，而为负面催化剂提供更多机会的情况，就越会呈指数级增长。所以，目前地球层面的这种额外的能量，不是为了处理催化剂而来的。能量本来就在这里，在你处理接收到的、不管什么的催化剂时，供内在的灵、供你之所是的魂所使用。但是指导(灵)不一定跟催化剂有关；你的指导跟你有关。催化剂本身是个有意思的主题，因为人们的印象是：有些事情好极了，有些事情糟透了，还有很多事情处于这两者之间。这个房间里的每个人都很清楚，这些事情可能是什么。痛苦是糟糕的。欢乐是好。但是我们对你说，这个看法很容易推翻；不是因为实体们想要变糊涂或被误导，而是因为**你们的表面文化环境现在有些负面偏见，人们在根据恐惧行事，所以几乎所有进来的催化剂，如果不加干涉的话，都多少有些负面诠释。**

所以，**催化剂本身不是正面或负面的**。这个器皿去年冬天动手术时，经历了很多事情。那是负面体验吗？断然不是。对于这个器皿，这是一个蒙福的、

令人鼓舞的学习与疗愈的时间。跟体验貌似负面的催化剂相比，人们在体验外在世界认为的正面催化剂时，同样容易遇到同样的困难和负面情绪。**任何催化剂都会把一个人带入全范围的反应。指导(灵)关心的是你怎么试图去发现、该怎么看待自己的想法和反应。指导(灵)帮助你看得远一点，看入表面上不一定明显的内部模式。指导常常通过每天都在各人周围的有血肉之躯的天使，中介地、间接地来到；这些天使是你的朋友和家人，不管看起来是善良的或是邪恶的，不过他们在自己的宇宙里都是完美表现自己的完美灵魂。**

S 实体对我们谈的这个方面掌握得很好，因为他更倾向是哲理的、而非(条件)反射，这是不少人带入投生的天赋；这一个行星比他们原生的振动多些负面性，这个天赋可以帮助他们处理生活在此的不舒适。无论如何，那些似乎很负面的人，在互相打交道时也常常发泄痛苦和负面的情绪，因为他们跟表现正面的人一样，对振动有相同敏感度，所以他们的内心极为敏感、有非常多的痛苦。**一个实体的情绪并不表明他的基本极性，它是远为微妙的，更多地涉及位于思考表面底下的东西。然而，一旦该实体了解到有可得的帮助，他就有可能在显意识心智与潜意识或无意识心智之间建立连接，于是指引可以从自我更深的部分出来，跨过觉知的门槛、浮现出来。它经常是在一种安静而微小的静默之声中出现的**。这个器皿已经打开一条更大的通道，到达一种有意识的、以言语为基础的指引形式，这完全是她在这个领域中长年工作的结果(作用)。

指导(灵)对这个实体和 Jim 实体说：「你们现在能够听到我们的话语，因为你们是坚韧的，你们的坚韧足以聆听、却又做出自己的结论。」因此，我们可以自由地说话，而**你们每个人需要变得坚韧，需要磨练自己对事物的感知，需要寻找自己的指引，把进入你视界的所有人都看得一样合理、一样珍贵，**

不管他们怎样表现自己。这就是你送给每个人的礼物：你看待他们、聆听他们、理解他们的觉知水平。你可以为别人做什么呢？你可以看见别人，你可以与别人感同身受，你可以爱别人，你可以原谅与接纳别人。这些事情难以言说，无法量化，经常无法说出来，但是我们向你保证：别人感觉得到它们，并且它们带来帮助。如果出于帮助与祈求的渴望，祈愿你看到的受苦者可以解决问题，获致平衡的觉知，他们就不会有这么多痛苦，那么这些祷告是很有效用的。这些在祈祷室中说出的话根本看不见、非常安静，对于你的祷告对象却有真正的效果。

那么要信任，如果你有忧虑，就把忧虑从愤怒、悲伤或者任何你不觉得是真心所产生的情绪，转变为祷告。因为转向祷告、转向希望另一个人的痛苦得到缓解，就是转向自我内心的爱，转向其他自我的内在价值，虽然这种价值在当时没有表现出来，但依然是那个实体的真相。不是所有的实体都必须知道真理。这个器皿昨天刚刚听到，从心理学来讲，潜意识工作不必使用语言；也就是说，如果一个人知道某件事，并能潜意识地接触另一个人，他知道的事对方也就知道了。信任形而上实相的这个层面，因为正是它形成了你们所陈述的物质幻象或玛雅。

因为这个器皿和团体的能量开始减弱，我们现在要把通讯移交给 Jim 实体，好回答在场者心里剩余的问题。我们再次地极其感谢你们，也感谢这个器皿，并在造物者的爱与光中离开这个器皿。我们现在转移到 Jim 实体那儿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次、在太一造物者的爱与光中向大家问好。现在我们可以尝试谈论一个较短的询问？

S：我有一个问题，跟我们最初讨论的貌似失调的家庭事务有关。我的妻子渴望尽量帮助她的娘家，让她的家人跟我们上班，但她的兄弟似乎完全伤了她的心。若帮助别人的渴望彻底失败，你们有任何建议吗：如何去帮、要做什么、要去哪里、要说什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。作为我们对这个星球人群服务的正常部分，我们的专长不是试图解开个人感知上的纠结，然而，对这个具体的案例，我们可以一般性地谈谈。在查看任何具体情况的时候，常常不容易判定一个人什么时候在服务，因为一切经验都在变动中。也就是说，在揭开个人能量阻塞的过程中，如果在特定方向迈出了一步，就把那一步看成是有帮助的，因为成长中的瞬间体验和表现，经常看似困难、接着是有益的；而看似有益的接着在稍后被证明是困难的。

在这个情况中，亲属关系引出情绪性的眼泪，想要协助的努力似乎失败了。不过，真的吗？如果一个实体——在这个案例中是 C 实体的兄弟——觉得太痛苦，甚至不惜在公开场合表示出来，像她兄弟那样，也许这种表现属于必须运动的能量，尽管很难，而他周围的人给予协助；于是这个实体也许体验到你们称为的创伤，所以跟 C 实体和其他人分享这种创伤；那么，难道一个人可以说，在这个实体的成长中，在他周围实体的成长中，没有进展吗？因为的确有进展。有过经历，还有共享的强烈情感。以你们的术语，现在还没有找到解决办法，这可以诠释为失败。不过，真是这样吗？你们不能断定，甚至 Q'uo 团队也不能，因为**自由意志把未来变得像迷宫一样。我们看见各种**

可能性，我们看见一些可能性：所有当事人都取得长足的进步，视他们目前和未来的选择而定。舞台已经搭好，各个角色都分配好了，大家也开始演戏，古老的能量正在表达；在这出戏中有进一步努力的机会。在判定愤怒占很大部分的情况时，永远不要觉得失败是唯一的可能。成长有很多包装，我的兄弟。保持心胸开放、头脑清醒，凭着这份「只要有可能就去服务」的意愿不断地加强该努力。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：没有。暂时没有了。我想要祝你们圣派翠克节快乐。我希望你们穿上了绿衣服。

我是 Q'uo，我们确实羡慕得浑身发绿*，羡慕你们每个人有机会在这幻象中庆祝这样的节日，并以只有在第三密度中才可能使用的神秘方式而移动，因为第三密度的每一个体验都覆盖着面纱。我们感谢你，我的兄弟。
*类似东方俗语：羡慕眼红。

此刻有另一个询问吗？

S：我没有了。

Carla：我要提出一种开放式的问题，因为该问题的催化剂是我收到的私人指引，我觉得它似乎有些以小我为中心，跟成为玛丽亚的先知、新约的先知、索非亚的先知有关，这些是我最近听到的。我见过很多团队走下坡路，就从很信某种现存的神话开始，认为自己跟神话的某个部分有关系，然后让自己

陷入角落，走不出来。我非常不想要参加任何这类的振动，我只想听听你们对我的担心有什么回应。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。

如我们对 S 实体说过的，我们的专长不是用具体的术语，谈论对一个人的成长至关重要的个人问题，因为很有可能侵犯你关注的领域。无论如何，我们可以简短地回答这个询问。如你已经觉察到的，你正在开放自己、迎向更多的可能性，为了改变的能量、成长的能量以及跟别人分享你自己的能量。当你完成这点，于是你自己的时间/空间部分有了回应，其形式是很多倾向和冲动，还有很多开放式的能量——意指你可以用自己体验到的、应邀而来的能量，以不同的方式成长。你很了解该怎么挑战这些能量和实体，而且从未失误。那么依靠你内在的指引吧，依靠那只手，你已把生命交付在祂手中。在那里找到你寻求的舒服与安全。我们只要求你回到你已为自己选择的北极星，容我们说。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：让我跟进那个问题[并为刚才的回答感谢你们，Q'uo]；如果我是修行的佛教徒，由于该特殊神话中有些能量可以把人更多地带入心中，我收到的印象可能会是：我是这些能量的先知；而因为我是一个女人，并且是基督徒，我接收到的就是耶稣·基督的能量光芒，它让我觉得格外亲切，而且适合我的性别和人格。你们可否确认这一点？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，我们确实可以肯定，你已经说得很好了。

Carla：所以我不必从字面上理解它。我可以继续邀请奥秘，而不依赖这讯息为某种其他使命。它是相同事物的一部分，对吗？

我是 Q'uo，是这样的。有进一步的询问吗？

Carla：没了。我没有任何进一步的问题。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，为了你的询问、你的关注和一丝不苟，我的姐妹。此刻有最后一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，我们十分感激在今天被你们的寻求圈所邀请。一如既往，加入你们是我们的荣幸和荣耀。在此刻我们将离开这个器皿和团体，把各位留在太一无限造物者的爱与光中。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0317b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0317.aspx

---

☆ 第 3209 章集：帮助地球的最有效方式

Copyright © 2019 L/L Research

周六冥想，2019 年 9 月 21 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，在爱与光中向你们各位致意。我们再一次十分高兴和你们在一起，因为我们知道我们正和弟兄姐妹们在一起、在相同的旅程上旅行，我们十分高兴能以任何方式来协助你们的旅程，只要不会冒犯你们的自由意志。所以，如你们清楚知道的，在回应你们的询问之际，我们建议你们拿起我们给出的信息，以无论什么对你有意义的方式来使用它，抛弃对你们没有意义的信息。以这种方式，我们得以自由地谈话。因此，我们会在此刻询问，是否有一个询问让我们可以开始。

Gary：这个问题来自 Luis：「除了我们个人的振动性存在放射给这个行星之外，为了帮助疗愈该星球，顺利缓解由于战争与愤怒而造成的被卡住的热能，并协助减少存在于我们各种文化之间的好战性的不和谐，我们个别与集体能做的最为有效的工作形式是什么？你们能否更具体地阐述，如何最佳地执行这个工作，(还有)它的成效、其必要性或紧迫性？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，每一位想望在此刻对他人有所服务的真理寻求者，其工作就是在自我之内——或许是在冥想状态中、沉思状态中，或在祈祷的状态中——找到那个渴望[你已经带着它进入此生，好服务他人]，并把那种渴望视为一个在怀抱中想望成长的婴儿，由于你给予它的食物，它就有机会成长。从冥想状态观察你们的日常活动，看到这个婴儿如何可以因着你在穿越一天的体验之时、和周围人分享的那些互动而得到喂养。

然后，当你离开冥想状态、接着进入醒着的实相，将这种增强的服务渴望带在身边，于是以某种方式，你们与另一个人进行的每个互动都会有这种渴望：和对方分享太一造物者的爱与光。留心每一个互动，无论它是带着笑容的短暂一瞥，还是被怀着爱的评语所增强的一次表面上的「闲聊」[如你们的称呼]，还是一次能量交换的更久参与——在其中，具有一种身体、情绪或智力性质的工作完成了，而该工作也被灌注了这种渴望，即分享那份你在你心轮中所感到正在成长的爱。这是一种对催化剂的体验与处理，容我们说，能够促进一种共鸣被安置在你们的无条件之爱之间，这种无条件之爱是从你和其他每位实体自身的绿色光芒能量中心而涌出的，无论它是不是启动了；因为在每个能量中心之内，当有能力与你有意识地向周围每个实体发送的爱与光之献礼共鸣之际，每个能量中心的品质就由此得到强化。

这样一个服务他人的态度此刻在你们星球上具有巨大的重要性，因为在许多实体当中，在关于生命道途的目标方面有着大量的混淆。大多数人并未觉察到，那些看似如此转瞬即逝、如此遥远而且几乎没有被练习过的灵性品质，实际上却是每个实体此刻在第三密度幻象中存在目的之实质。大多数实体反而更关心生活环境的特性以及赚取工资的能力——这些钱能够负担得起更奢侈或更丰硕的生活体验、家庭，以及运输模式、衣着，还有夜生活的体验，容我们说。这些仅仅是在你们第三密度幻象中的诸多途径——催化剂可以借之被拥有或不被拥有，被利用或不被利用。

那条每一实体借此而能够感知其生命道途之中心的途径，可以借由示现开放之心如何在你们自己的生命道途上是主要的，而被增强。你们设置的范例就好比这个范例，即你们称为 Jehoshua 或耶稣的那位实体，他说过，**对于实体们重要的是：全心去爱造物者，并且如同爱自己一样地爱邻人。这个简单的**

指示与宣告似乎对于如此多的人只有如此微小的价值，而在此时，它确实具有最大的价值、对于你们第三密度幻象中的每个实体皆然。

因此，如果你们能够练习这种能力来增强你们自己的这份渴望——即把太一造物者的爱与光自由地给予你在日常活动中遇到的实体——你们就是在设置基本的共鸣，好让这种爱与光的品质供给能量给你所遇到的那些人的活动，确实，(甚至)整颗星球的人口的活动，因为你们星球的所有人可以被比作一个集合身体中的细胞，所以每个细胞都能以某种方式开始觉察到每个其他细胞的活动，当该活动将其振动提升到绿色光芒能量中心之际，然后这种振动就有了一种增强的能力，来为星球的人群的一个越来越大的部分而促进绿色光芒能量的活化。

在此刻，有另一个询问吗？

Anna：Q'uo，你们能够谈谈那种不断增长的感知，即世界同时在以某种方式得到更多的爱，并且正在充满更多仇恨？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，在此时，由于第四密度的振动持续吞没你们星球并继续增强其振动性存在状态，服务他人与服务自我的极性都被放大了，所以那些偏好沿着服务自我的极性去服务太一造物者的实体，他们这么做的能力也获得强化；他们在所有其他人身上看到造物者[1]。

[1]原注：「所以那些偏好沿着服务自我的极性去服务太一造物者的实体…. 在所有其他人身上看到造物者」。这是一个潜在地令人混淆的陈述。那些服务自我极性的实体并不大会认出在所有其他自我身上的太一造物者。无论如

何，他们肯定会在每个其他自我身上认出太一造物者的某种变貌，一种变貌或幻象：为了自我的利益而看待其他自我为一个要被操纵、被奴役的实体。

在此刻，宇宙能量的流入正在增强并会继续增强，好让越来越多的机会可以献给该行星的人群，无论他已经选择往什么方向移动，于是正面极性与负面极性的实体、双方都可能发现自己越来越有可能在其选择的极性中极化。**在你们星球上，如此多人群遇到的困难是：尚未做出该选择，接着这些增多的第四密度的振动能量，就会开始增强混淆了，正如同它增强了正面与负面的选择，于是所有的三个方向都获得增强。对于你们星球的大多数人而言，这被视为不幸的事，(人们)并未找到一个选择来作为其人生模式的主要目标，如我们先前说过的。是故，现在有更大的机会让每个实体都沿着目前的寻求道途、进一步地被推动，无论它是正面、负面、还是中性的。**

我的姐妹，有另一个询问吗？

Anna：没有，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Anna 的提问使我想到一个问题。Ra 曾描述，会有一种负面极性的急遽增强——我相信它们的话语是「在短期内」，虽然可能是错误的引用[2]。接着，Q'uo 同样描述过负面极性如何就如同(恶)龙甩尾一样，它在这个星球上的时间是短暂的。我回想起 Q'uo 在过去几年前就说过这点，在那时，事态已经真正变得激烈了。所以，我想要知道，是否 Q'uo 能够谈谈这种负面的极性在地球上只剩下很短时间的意思。发生了什么，我们什么时候会看到在负面

极性上的减少？

[2] 原注：「在短期内，由于在第四密度特质和第三密度自我服务导向之间的尖锐轮廓之极化条件，也会有负面导向或极化的心/身/灵复合体与社会复合体急遽增加。」 《一的法则》17.1 by Ra

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，在此刻会有所谓的负面极性的注入，负面极性借由将自我与所有其他自我分离，尝试去为了自我的利益而控制他们，以此服务自我。这点和「所有实体在全时间都有机会行使其自由意志」是协调一致的，尤其是在这个时间，因为**这个星球，在其存在状态中，已经启动第四密度的爱与理解之振动，并且开始对这个星球内整体经验的环境或品质产生一种效应了。因此，服务他人极性的爱与理解之振动正在开始以一种方式定锚自身、最终将允许对这种渴望的更大映射；对于正面极化的实体，该渴望就是看到万物中的太一，并借由它全部的存有来服务太一。**

因此，仅仅只有一小段时间，如你们的称呼，负面导向的实体可以继续追寻它们选好的服务自我道途。这样的实体无意识地认识到这点，于是这些实体在此刻就要更新其努力，就负面的意义上操练巨大的极性，从而达成在负面的意义上进入第四密度的[被称为的]收割。

因此，这条龙，如同你们的神圣著作中所称呼的，正开始感测到在这个星球上负面极性的成长与发展机会的结束。这样的(负面)可能性还可能剩下的时期是未知的，其中有很多原因。最为显著的原因是：在两个极性中间的、没有选择任一极性的实体，他们是反复无常的。这群人拥有巨大的混淆，并且容易受到负面导向实体的操控，于是你们星球的社会复合体可能有进一步的负

面反射体验。在此刻有大量的混淆，这种混淆有特定的[容我们说]寿命，还可以被负面导向的实体延长。无论如何，如我们先前提过的，负面导向的实体的时期正在接近末尾了。

我的兄弟，有进一步的询问吗?

Gary：在那个问题上没有了，谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Matt 写道：「当我回想在棕皮书[3]中记录的早期接触，有很多关于理解的交流，在我看来：似乎 Hatonn 从它们的观点感觉到，人类在理解方面大部分是欠缺的，它们的起初接触聚焦在增加这种理解。作为对照，我发现 Q'uo 真的把理解不属于我们的密度讲得透彻了。我认为现在听听 Q'uo 更具体的解释会是非常有启发性的，为什么讯息从早期的需要去理解、走到晚期的没能力去理解？」

[3]原注：可在此网址取得：
https://www.llresearch.org/origins/origins_toc.aspx

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。理解是这样一种品质——即能够抓住那份有关于投生以及行星环境之目的的感觉。这个目标有各种各样的存在性层次、可供各种意识层次[容我们说]的实体使用。各种意识层次有或多或少的能力去拓展或领会环境的特性，那是每个实体在其中生活、移动、获得一席之地的地方。**在你们的星球上，这个环境的特性拥有无尽的深度。很多实体都有可能开始掌握到，这个环境的特性即是提供在意识中极化的机**

会，就是在正面或负面的意义上极化。

对于在你们的几十年前 Hatonn 开始与其通讯的那些实体，这一点可以在一般意义上被理解，容我们说。对这种沿着灵性道途而移动的机会进行掌握或理解的层次，牵引着真理寻求者越来越深入地探索未知的事物，**那就是每个寻求者在日常活动中所体验的催化剂的特性**。随着这种催化剂被探索，越来越大的领悟对于真理寻求者成为明显的，于是先前被认为已理解的、并且清楚理解的事物，在更大的领悟发生时，就可能成为该实体的生命体验中多少有些较小的一部分。

随着先前被理解[容我们说]的事物被超越，接下来——根据一个人对于自己面前的催化剂的进一步掌握或理解，或者进行这种掌握与理解的尝试——就会有进一步机会去增强一个人的知识：关于自我演化的过程，同时包括正面与负面的极性。

因此，当每一位真理寻求者越来越多地看穿所有存有、尤其是自己的演化过程之属性的时候，就会看到，在这个演化过程的方面，存在无限额度的信息是可供使用的。因此，先前已取得的理解，似乎缺少必要的深度来推动一个人进一步地进入未知——它蕴含在每个寻求者的未来[如你们的称呼]之中。

因此，就后见之明而言，理解是一种似乎极为转瞬即逝的品质，(于是)看见它不是真实的理解，而是在通往更为真实理解的路上的一个指示牌。因此，每位真理寻求者都将发现，在这个幻象中，它处于其上的旅程是这样的，它提供了持续的机会去学习与成长，并去找到未知的和那尚未被理解的事物。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：在那个问题上没有了，我将会问另一个，但是首先我会检查一下该团体……在这情况下，我想要知道，聚集在一起成为社群，对于第四密度的诞生，有多么重要或不重要，是多么被需要或不被需要。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉，这个询问有很大的重要性，不只对这个团体如此、也适用于散布在你们地球母亲表面上的很多其他团体，因为在此刻有一种巨大的感觉，必须把各种能量与理想调和起来，好追寻爱与理解的第四密度振动。在你们人群中的很多人当中，都有这样的感觉，即寻求的旅程借由这样的方式调和能量而得到增强，确实，是这样的，因为第四密度的体验是将许多心/身/灵复合体结合在一起，以便于形成你们称为的社会记忆复合体。该群体是由两个人、三个人，还是由更多人、或更多更多人所组成，这取决于形成该社会记忆复合体的每个人与团体——我们搜索该器皿以找到词语——对于成长与理解的共享体验的内在驱动力之表达。

每一次这样的能量调和有着大量的益处，因为当你们正在工作各种各样的催化性体验之际，每个实体都可以贡献独特的面向以揭露越来越多特定的回应或行为模式，或者增强演化道途的思维样式的机能。因此，在当前的投生中，每个寻求者都在其内在有一个经验的图书馆，那确实是在许多次转世中积累起来的，对于团体在正面方向的运动，它可以起到潜在增强的用处，于是在团体中的每个实体都从相互彼此的经验与能力中受益。

因此，第四密度的体验就在这样的团体中越来越多地成长，这些团体致力于

形成社会记忆复合体、然后以某种方式造成转变：或许是一次一点点，也许是量子跃迁，也许通过巨大能量的转变性爆发，于是就形成了一个社会记忆复合体[可以清楚地被看见]，在其中，所有实体都觉察到每个实体的体验。在第三密度体验结束时，这是有可能的，于是，对于所有这些致力于促使一个光明又美丽的未来诞生的实体，社会记忆复合体就成为一种可能性了。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：那(答复)是鼓舞人心的。谢谢你们。这可能听起来就是一件不言自明的事，但是，可能有一种更深入的洞见是可得的。如果我们属于正面极性的这些人，感觉到我们自己现在是被强烈催化剂痛击了，该催化剂是被精确地调节以[容我说]提升我们的振动，并且帮助我们相容于第四密度的能量，这是不是一个准确理解的表达？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉你已经借由那个陈述把自己放置于坚固的地基上了，我的兄弟。确实，每个真理寻求者都有机会能够增强灵性的旅程，即当催化剂出现在该实体面前时，愿意接受更困难或更强烈的[容我们说]催化剂的振动样式，并与之一同工作。

没有任何实体会没有能力去处理这样的催化剂，即使该处理过程自身需要每个实体内在的、几乎每一根可用的能量纤维。这就是人生样式的一部分，已经借由很多你们称为流浪者的实体而变得可能，他们来自更高的密度，现存于这个星球上，以便于帮助这个星球的人群移动进入爱与理解的第四密度。

通过掌握更加强烈的振动性催化剂，流浪者能够大程度地增强其极化，这种

更强烈的振动性催化剂作为一种投生前的选择而提供给流浪者，它会使得该实体在其生命模式的一定位置，或者其生命模式的一部分，可以为这种体验所用，于是当这样困难的振动性催化剂越来越多地成为人生体验的一部分时，就会有机会极大地加速其个人道途。

在此刻有最后一个询问吗？

Gary：是的，感谢你们。你们能够提供任何的智慧吗，关于……嗯，让我重新组织该问题，抱歉。有些人至少处于外部的画面中，似乎在我们的生活中扮演敌对的角色，他们对于这种加速有贡献吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，一个人可以将这一个提供增强催化剂的过程视为一种预定好的舞蹈，在其中会有能量的交换，如同存在性的移动旋律一样，这些催化剂的体验被来回地分享，就仿佛有一种舞步被放置在人生样式中，这种舞蹈就更能够为心智、身体、灵性的成长所用。

这些机会，确实是被每一个实体选择、作为每个实体人生体验的一部分，提供增强性成长的可能性，在一个时刻会有越来越多的意识内工作能够被这样的实体完成，容我们说；接着对于每个正在体验增强的振动性催化剂的实体，这种意识内的工作成为周围人的烽火台。这种烽火台是借由烧掉业力的残渣而创造出来的，往特定的方向移动，那方向也是在投生前被选择好的。

这种烽火台，接下来，就好比一种样式或模范，启发其他人去照样做，因为当每个实体都能够穿越增强性催化剂的过程之际，就有一种光辉会可以为这

样一个实体所用，以便于象征那种已经精通的体验，容我们说。它是一种在生命样式中的耀眼自信，它会构建一种共鸣，这种共鸣是能够被该实体周围的其他人感觉到的，因此，他们也可以看到机会去成为那个已掌握催化剂的人，并且自己照样地做。这就是一种能量的来回交换，对于每个参与这场舞蹈的实体都是一种十分有帮助的体验，因为有大量的事物是可以用正面极化的方式取得的，这种方式也能够成为对他人的一种启发。

在此刻，我们要感谢每位在这里的实体提供我们机会借由尝试回答你们的问题有所服务。以这种方式，我们也能够沿着自己的灵性道途进一步地移动了。在这个特定的日子，我们为了这些问题的品质感谢每个实体，因为它们出自个人的体验、并不总是容易体验到的。我们觉察到，每个实体在这里都有困难，这些困难对很多人似乎是超过可以处理的程度，但是我们向你们每一位保证，你们十分有能力处理在你们人生中的这些困难。在任何时候，在你们的冥想中，如果你们愿意呼唤我们，在没有言语的情况下帮助(你)增强冥想，我们会十分快乐地这么做。

我们观察着你们的体验样式、一天接一天相互改变，我们总是和你们在一起，我们总是被你们的爱与光所启发，爱与光在你们的存有之心中、全时间振动着，即便是在那些有着巨大混淆的时刻，这些都是我们看见的。我的朋友们，在心智、身体、灵里成为强壮的，因你们已经做得如此之好，继续在你们的未来前进，因为在你们前方，有着大量的、具有启发特性的事物，能够与其他人分享它们。我们是你们知晓的 Q'uo。现在我们在爱与光中离开你们。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2019_0921b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2019/2019_0921.aspx

---

☆ 第 3210 章集：返回开放之心

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 4 月 21 日

团体问题：今天的问题涉及在我们日常生活的各种活动中开放心(轮)、开放爱的中心。我们每个人都不时地会找到进入这种悲悯能量的方式。我们拥有洞察力以及种种长期的体验、让我们知道有一种能量在那里。我们想要 Q'uo 让我们了解，我们这些生活在第三密度中，但仍在遗忘罩纱的后面，仍试图发现与万物的一体性的人们，是如何真正完成这一敞开心扉的过程的。我们如何着手开始开放我们的心轮、并且将那种爱带到我们日常的活动中？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中、我们存在。你们的寻求圈呼唤我们，这是我们的荣幸和快乐，我们感谢你们每一位已经在生活中留出空间来请求并欢迎这些问题、这种寻求和新生命的各种可能性。借由这股能量而被你们的团体呼唤，这对我们是一个非常大的祝福，因为这就是我们在此刻的服务形式。由于你们的奉献，我们才有可能到你们星球的内在层面来提供服务；这就是对我们最大的祝福。因为我们也寻求有所服务、并且分享自己的心。**我们乐于跟你们分享一些意见，只请求每个人密**

切注意我们所说的内容，请你们只保留在个人层面上跟你有共鸣的东西，不要把我们看成权威。因为你是唯一知道怎样的真理适合你的人，而我们不想望在你的路上放置绊脚石。

你们问到，如果一个人离开了开放之心，怎么才找得到回去的路。**我们会从这个问题后退一步，要求你们和我们一起想象宇宙造物的开始，在智能无限爆发出无数火花的时候、造物者所表达的东西，每片火花都以全息形式包含了造物者的材料，每片火花都被送出来搜集资讯。你们是光、爱、无限的存有；你们是永恒宇宙的公民，此刻在层层迭迭的幻象中表达自己。每一层幻象都运用极其微妙的规律和差别、做出了一丝不苟的筹划来不断提供经验，只为了创造出环境，让这些具造物者身份的火花逐渐变得越来越清晰、富有表现力、且独特。**

造物者只希望你做自己，并且在一种越来越深入的方面探索自我之所是，用你完整的自我面对经验、并允许这些经验影响你。造物者的兴趣在于更多地了解祂自己，而你们每个人就像侦探，为了进入越来越真实版本的你，也在走同一条发现与转变之路，在客串演出的状态、在小的尺度上，你是微观宇宙，而造物者是宏观宇宙。你们每个人都包含了完美的宝石，而你们每个人已经经历了一次又一次的投生，你在其中一直被体验染色。这就仿佛是你们每个人都经历了精炼的火焰，这火焰已经越来越多地让你的本性变得清晰和精炼，这样你就能够越来越多一点地、看见你真正之所是。**于是，你对于造物者的责任，从做你自己开始。不是奋斗、不是努力，而是，确实地，放手并释放那个不是你的事物。**

这个器皿恒常地体验到，自己眼里那条从自我的中心出发的旅程，朝向外部经历的表达，开始对幻象的各种事物入迷，接着发觉自己对某个位置、某个意识状

态、某个经历不满意，于是选择重返自己的中心，借由时时刻刻祷告的技巧，记住她是谁、为何在这里、想用自己的临在表达什么。**在你们第三密度世界的能量圈内，没有人可以全时间保持完美的自我觉察状态。真的，这不是你们在这个地球世界中成形(投生)的原因。确实，每个人都是特意到这里来失去平衡、变得困惑、感到不解、甚至是来处于困境和受苦中的。因为你在投生前知道，只有在这个幻象中才有极好的机会，就是你看不到、也证明不了灵性存在，更不用说它是个卓越的状态、事实上它把幻象(程度)加倍了。你不是来到这里成为幻象的大师，相反地，你是来此变得混淆、不解、愚蠢、犯错的。在这混乱和挣扎的过程中，你带入显化的灵光，伴随着这灵光隐含的、造物者身份的内嵌宝石，进入你们地球提供的精炼过程，在那种摩擦和苦难之中，你正在处理这种困惑和苦难，在所有这些辛苦得来的困惑和痛苦经历中，让你的情绪逐渐稳定下来，得到深化和净化，从而创造出极大的美。**

肯定地，你会希望自己在该幻象之内、越来越多的体验会能够呈现出那种处于中心的感觉，它会借由一种源于内在的美来祝福和美化所有的环境。**但是，在全时间保持在中心的概念会为好比这个器皿的实体们设置错误的观念，以为达不到这个标准就是不够格的。我们在谈话时不会用任何方式暗示，有任何心理状态是不够格或错误的，因为你感觉到的就是对的，而你们就是造物者。**你们拥有所有的无限资源、属于自我的灵性部分、它跟该幻象无关。**你们是具有魔法和力量的人群**，而且可以像这个器皿稍早说过的，为自己梦想新的当下，展望新的未来；你可以使用各种技巧释放旧的痛苦，怀着自信拥抱现在和未来。

或许我们会说，再一次进入开放之心、在此有一个秘密。**该秘密被埋藏在每种宗教信仰之中，我们鼓励每一位跟各种各样的宗教和神秘系统玩耍，领会它们以便于找到那些直透你心的、造物者的形象与圣像**。对于这个特殊的器皿来

说，她找到的是耶稣·基督的形象。**不管在你眼里无条件与献祭的爱是什么形象，秘密在于：要在你灵魂的最深处知道，你真正的本质就是造物者，所以进入开放之心就是一件回家的事。你的心里有个家，这个器皿会称之为至圣所、圣中之圣、自我内在的圣殿。你可以考虑它为一个房间，它被锁起来、以回避随便的访问者，甚至回避你自己。打开这扇门的钥匙是静默。暂时停止内在的声音，进入神圣的静默。一旦走进心中，你就与造物者同在圣幕里，你可以坐下休息，甚至像这个器皿经常做的那样，想象自己蜷曲在造物者的膝盖上，靠着那舒服又强壮的胸膛休息，因为造物者对你的爱很深、而且是无限的，祂每日每时都在等你、期待你，在你真的回家时、欢喜庆祝。**

这个器皿有一句标语：「基督就是我的大我」(Christ is the I of me)。从宇宙的意义而言，无论你的信仰系统是什么，**无条件之爱不是某种你需要努力获取的事物，因为就在你的自我的真实中心，你自己的真理就是这相同的、闪耀的无条件之爱。当自我的所有其他事物都被释放时，这就是你的真理。这就是你的本性。这就是你的存有和菁华，你的外在的人格变得如同一格玻璃，清晰、透明、能够让光闪耀穿透。**

一天中有很多时刻和很多普通平凡的琐事，我们会建议你们把每个时刻都当成新的一样来探究，重新体验生活里的平凡小事，因为它们充满了光，是开放的能量，始终包含着那至福与和平的能量。最近几个月、这个器皿一次又一次地问：「什么是和平？」因为这个器皿和吉姆实体每天都要为和平冥想，他们在静坐中观想地球得到治疗，被带入和平的状态。自从去年九月以后，他们每天晚上都做这个练习，再一次请求「向我们展示和平之路。」随着这些能量开始在这种每日和平冥想的周围巩固，这个器皿发现，和平已经在自己的心里生了根。我们每个人都知晓和平之路。**你们每个人都知道，什么是用你生命的每一根纤**

维去爱，成为爱与光[就是造物者的菁华]开放又流畅的通道。

智慧不在「外面」，不是你需要去抓取的东西。如果(你)至少愿意谦逊地允许自己释放所有先入为主的概念，释放J实体谈到的：所有的老旧方式，智慧就会出现。**老旧方式有什么错吗？我们会说，当然没有；有的只是一个型态的无穷变化。你每天的一举一动，都在普通生命的海洋中引起一串串涟漪；你的思考、你做的事、你为当天展望的事物，都是你表现的美和菁华，是你献给全人类和行星地球能量的礼物，你们都是地球的服务员。你看不到当天的效果，就像涟漪流进海洋，最终抵达远方的海岸一样，你不知道自己做了什么。喜悦在于做事的过程，而不在结果。日日都是礼物，这人生是送给未来的礼物，别人将收割你在这一天用生命播下的种子。每一天都是崭新的礼物、崭新的生命、崭新的机会，让你做自己，找到最有创意的方式去爱。**

在离开这个器皿之前，我们想谈谈这种爱。你们在谈怎么重返开放之心的时候，每个人主要考虑的也许是如何服务其他实体，因为这就是你的能量和希望：服务他人。然而不可或缺的是：你将能量保留下来，好让你可以把希望送给别人的爱，在送给别人之前先送给自己。这就仿佛你们每个人都想望去美化别人的生活，却把内在的自我留在家里，好像是被忽视的孩子。圣经教导人们，要像爱自己一样去爱别人。**爱自己是重要的，这不是自私，也不是为了解开让你不能自私地爱自己的绳索。这是重要的工作；你很可能需要日复一日地坚持下去，像你喜悦地照料别人一样，喜悦地照料自己。**

每个人都看得到，照料他人有多容易；我们请求你用同样的方式原谅自己感知到的所有错误，不要试图简单地忽略它们。你有头脑，有分析力，有技巧与资源，可以用来和自己一起工作。我们乐于和你们谈这点。每个人都需要有些不

同的方式处理你已拾起的各种扭曲，你把它们放在自己内在持守能量的地方，以致于你的能量不会全速流入心中、流过心(轮)。

R 实体说过，想进入心轮、想做意识中工作的强烈冲动，常常不会顾及自己在较低的能量中心表现的问题。**你有些什么议题呢？是饮食吗？是运动吗？是情绪治疗吗？还是回到被抛弃的、孤单的童年，把孩子带入心中，把该灵魂在幼年时没有感受到的爱补偿给它吗？无论你的议题是什么，荣耀它们、尊重它们、照料你自己。这不是自私；这是必须的工作，为了释放你自己、不再担负着忧虑的重担、成为那本质上喜悦的自己。**

我们无法看着(你)一天的忧虑，接着建议你不要管它们；我们只能建议：一切事物的能量周围都有韵律、和谐、舞蹈，不管它们看起来有多平凡。如果你的自我形象如同舞者，而非笨拙的人，那么甚至跌倒都是舞蹈的一部分；甚至像这次冥想时发生的，猫咪在另一个房间里探索重力，把东西撞落在地上，搞出叮叮当当的噪音这件事，本身都成了一种圆满，而在冥想后到厨房去整理托盘，收拾打破的餐具和玻璃杯，也变成了舞蹈。它单纯地是今天的存在之舞蹈的一部分。它在晚上也要休息，直到新的一天破晓。**请珍惜你甜甜的自我菁华，尽力保护它，因为你们每个人真的都是造物者的孩子。**

我们感谢你们的能量和提问，现在我们要把这个通讯转给 Jim 实体，来回答进一步的问题。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们知道的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次地、通过这个器皿在爱与光中致意。我们很荣幸在此刻请问：是否有任何较为简短的询问是我们可以谈论的。此刻有另一个询问吗？

S：我们在这里要服务他人。其他人在这里要做什么呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个人都在寻求服务造物者，祂在日常活动中遇到的每个实体之中，所有在正面导向的路途之上[那条发光之路、所是之路]寻求的人都是这样的。如你所察觉的，也有些人寻求服务自我和操纵其他人以服务自己。无论如何，既然所有生命都是太一造物者的一部分，甚至那些在负面道途上寻求的实体也服务太一，因为(除了太一)并无其他了。

有另一个询问吗，我的兄弟？
S：暂时没有了。谢谢。
我是 Q'uo，我们感谢你们，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要问这个构想：展望一条通往第四密度的道路，从你们的观点看，考虑下个十年的服务、这是一个好方法吗，或者构建一条进入下个密度的道路，这概念是一种不适当的愿景吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们觉得，你的映象是：铺一条道路或小径，让那些寻找爱、寻找服务造物者[在一切事物中]的人可以沿着它前进，在你目前的灵性进化中，这确实特别适合你去展望。我们给了这个器皿一幅图像，来自你们的塔罗图像[傻子]，他似乎走到悬崖边，瞬间暂停在半空中。追求真理的人在沿着灵性寻求之道途前进时，这幅图像常常可以良好地描述其旅途。**因为当一个人寻求的目标、超越了这个世界认为是真实的东西，那么就有了那种思考的魔力、和跟随思考的行动，它们会在他愚蠢地踏上这条路时，创造出脚下坚实的基础；我们说愚蠢是因为很多人觉得，寻求去爱一切存有是愚蠢**

的。因为这世上难道没有邪恶吗？在理性会夺取所有奖品的世界中、凭直觉行事，这是愚蠢的；把充满爱的自我献给你不认识的人，是愚蠢的。可是朋友们，去爱你尚未遇见的造物者，难道不傻吗？爱是创造了一切万有的原力，寻找爱的核心傻吗？追求真理的小径似乎常常布满灰尘、与世隔绝、孤孤单单，不过，在充分探索这条路之后会发现，小径满是同路人和朝圣者，他们也以同样的风格无止境地爱、毫不吝惜地给予、与一切万有和睦相处。这是愚蠢的吗？是的，你打造了一条道路。这不是由这个世界的材料打造的道路，而是由那些原则和品质组成的道路，这些原则和品质是爱的造物者之核心。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没有了。谢谢你们。这一段话真是精彩。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

S：当我们在地球、从第三密度前往第四密度时，你们看见何种改变和趋势呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。此时，注视着你们目前的地球世界，我们有幸见证，有些人以前没有这样寻求的冲动，心里的光也正在逐渐增长。因为在行星地球上、第三密度的末后日子，你们在这些日子的事件已经作为催化剂并将持续如此、在这些人心中激发出最高尚、最棒的东西。这些人正开始感觉到，在这人生中有更多的事物超过日常生活可见的东西。现在有很多人开始质疑自己长期持有的价值观，质疑把人们长期束缚在某种有限的思考和存在中的价值观。**当人们充满了对安全的渴望，而这世界却好像更加不安全，那么他们就会寻找真实稳固、确切而靠得住的东西；这会把坚强的寻求者带回自我之心，带回旅程的核心，带回每人现在身处其中的幻象核心。**身为太一造物者的一部

分，每个寻求者的内在都有，容我们说、回家的装备，它在适合每个寻求者的时刻醒来，提醒他们，现在该按预定计划踏上有意识寻求真相的旅程，于是他们就会踏出旅程的第一步；事实上、这条旅程从未结束过，在可预见的将来也不会结束；随着时间和经验的累积，它将变得越来越有成效并且丰富充足。
（磁带翻面。）

我是 Q'uo，我再一次与这个器皿在一起了。此刻有另一个询问吗？

Carla：考虑建造一条形而上的道路，在这方面，借由思考这些品质：信心、希望、意愿、造物、世界、以及被闪电击中的高塔等等；我是否处在对的轨道上？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，我们觉得你说的这些是核心的品质，对于任何寻求者的旅程和通往第四密度[按今天的叫法]的路都是如此，因为事实上，随着寻求者在旅途上走得更远，他们表现的信心跟坚持不懈地继续信心之旅时表现的意志，需要相匹配。**信心与意志，确实是在寻求者穿过你们的圣经所称的死亡荫谷时，给寻求者带来极大安慰的杖与杆。因为在这旅途上有许多考验和磨难，它们不断打磨锻造寻求者的渴望，把它打造得更为强健。**当一个人在练习信心时：即有一段旅程要走，有一个目标要抵达，有一个圣杯要从中取水喝，那么它必须有相匹配的意志、好继续走下去，好经受住日常生活带给每个人的考验，因为你可以用来衡量自己勇气的，正是这种考验；你可以用来锻炼形而上肌肉的，容我们说，正是这种乍看之下貌似负面的考验；**正是这种信心和意志的锻炼，让你变得更加强壮——作为形而上的存有。你们的意图与渴望在灵性世界里有气力和力量，因为在那里，想法就是物质；正是由于你的思考和态度[你形而上意义上的指纹]你才可以在意识中工作，神奇地改变意识，进入潜意识心智的更深部分，把它们带入显意识，以便在显意识里找到**

可影响你日常生活的空间范围。

而随着你继续走这条路，你也确实开始改变自己：这是一个持续的运动，你不断变换自己的形象，于是你是一个崭新的、提升的存有，移动进入爱与悲悯的第四密度。

有进一步的询问吗，我的姐妹？
Carla：没有了，谢谢你们。
我是 Q'uo。在此刻有最后一个询问吗？

J：我想问一下，就你们的意见，我一直在做的电磁场能量工作是不是一个服务他人的好方式？或者是否有另一条路、可以让我更多地为他人服务？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。作为通常的惯例、我们不去评断另一个实体的努力，因为我们看见：每个实体在个人生活中的每时每刻，都在做最大可能的努力。我们鼓励你正在做的工作，因为你将来可以扩展它，因为每个实体的所有努力都可以扩展。这就是成长的特性：从某一点开始，评估情况，收集资讯，做出如何开展的选择；带着恐惧或不带恐惧地进行，学习如何丢掉恐惧，改进初始工作，增补或改变它。这就是你的道途，这是每个真理寻求者的道途；**我们支持想要服务他人的实体此时做出的一切努力，因为你的意图就是你的气力、你的力量和你的方向。**

此刻我们觉得已经发言了一段相对合理的时间长度了。我们觉察到 Carla 实体担心我们会讲太久。我们无意造成各位在不舒服的位置坐太长的一段时间。

感谢各位今天邀请我们出席。我们祝福各位。我们现在告诉你们，在你们所称的天堂世界中，有许多的存有为了好比这次的聚会而欢庆，这些聚会在你们星球上到处都是，都是为了寻求和分享太一无限造物者的爱与光，这些爱与光接着会进入日常的活动中，而你携带着它们，跟那些也许并未有意识(知晓)的人分享，但他们感激你所分享的爱与谅解。

我们是你们知晓的 Q'uo 群体。现在，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2002_0421b.htm

英文出处:

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0421.aspx

---

☆ 第 3211 章集：自我与时代的阴暗面

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 2 月 10 日

团体问题：今天的问题关系到这个观念，即自我的阴影面、我们自己较为黑暗的那一面；我们会不时地探索它，但它对我们通常是一种神秘。我们想要你们帮助我们发现它是什么，我们能做什么好认识阴影自我，接纳我们较为阴暗的一面，接着成为具有光明和黑暗、360 度(全方位)的人。为了去认识并接纳我们的阴影自我，我们作为真理寻求者，有什么最突出的事情是我们能做的?

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中我们存在。我们敬重你们，感谢你们为了今天可以到这个寻求圈所做的一切，因为每个人都做出了牺牲；感谢每个人寻找真理的渴望，感谢这个器皿和团体用调频和提问来呼唤我们，这是给我们的荣耀。我们欠了你们一份大人情，因为你们允许我们用自己所希望的方式，也就是最适合我们目前能力的方式，来为你们服务，所以能够向你们说这些话，对我们非常宝贵；因此，我们要请求你们在聆听的时候丢开似乎没用的，保留似乎值得进一步观看的内容。因为我们不愿意成为任何人面前的绊脚石；我们鼓励每个人在接受权威的智慧这方面，不要让自己变成绊脚石。因为不管资料让你感到不安还是欢欣，内在分辨力都会真正地产生共鸣，它将告诉你什么资料适合你。如果该资料没有引起你的共鸣，不管是难过还是爱，那么你肯定可以另找时间再看。最好不要对别人的反对意见置之不理，相反，检查一下，看看别人可能感觉到了什么扭曲。资讯常常很有帮助，虽然不总是像你所预料的方式。

信赖情绪性共鸣中的分辨力，它在你放下资料后依然存在；那分辨力在你心智中唠叨，导致心智重复那个思考过程、那个微小的维度转换——这以某种方式包含在那些话里。注意那些(共鸣)。跟随它们。它们是为你而来的涟漪，让你可以好好凭借自己的兴趣而跟随；同时信赖这点，即能量的自然交换会把你所追求的东西吸引到身边，而该交换是这个宇宙所有密度的一部分，如你会说的，只要能量在那里没有遇到障碍，就不会避免这些连接出现，接着这些(交换)事件的圆满不时地从似乎扁平又线性的视野中跃出。

阴影自我是个十分有趣的询问；作为开始，我们要把一个标志带到你们的脑海，

它在这个器皿的头脑中被标记为「流行文化」。它是个阴阳的标志，带着 S 形曲线穿过一个圆形，两边有优美的弧形，一边是黑色的，另一边是白色的，黑色中有个白点，白色中有个黑点。你当然可以分得清白色和黑色，你也可以看到它们代表一个球形生命，这就是我们一直在谈的 360 度生命。在这个器皿参与的圣餐仪式中——作为我们的幽默感的一个例子，我们向 C 实体呈现这点——总忏悔中所用的言辞是宣称自己是个坏蛋，并且，这个器皿的脑子里经常出现反讽的想法，即她为这个仪式曾取消过总忏悔而感到遗憾，因为不时地接触一下自我感知的人性里的这个坏蛋部分，这很有帮助。因为偿付一者来表达和体验两条路径，这正是人性的光荣和痛苦。这一个密度相当不寻常，即使从更高的密度来看也是如此，因为它的光明势力和暗黑势力之间，有着显著的巨大分裂或深渊，其力道相当强大。确实，很多实体非常协同一致地努力，把这个情况构想成一场战争，把世界上的光之工作者构想成和黑暗势力战斗的勇士。

我们不认为这是查看你们星球能量的最有益模型，因为收成正处于诞生期，有那么多的能量和实体要处理。该诱惑是停留在第四密度战争的灵性唯物主义之中。这个(第四)密度从未解决过战争的问题，的确，它不能够解决善恶之战的问题，因为就定义来看，第四密度没有平衡，尤其是在初始阶段，它纯粹地去爱。在第三密度中人们有机会取得平衡；你们在问关于阴影自我的问题时，实际上是提出这个询问。

当一个人处于平衡状态时，他看见周围的美之辐射、真理以及很明显的正向合一，看见在日常生活的空气中、在各种角落和缝隙中洋溢的美好与祝福——它们甚至很少被人看到，因为宇宙造物的礼物太丰富——并且允许自己欣赏它们、偏爱它们。不过，宇宙造物的考验也是丰富的；对于这个房间里的每个人来说，**考验在于怎么看到不戴面具的暗黑面，或者说带着更多的理解、更有能力为暗黑面**

选取面具。因为，难道母狼不是个可怕的猎手，被它追捕的猎物都很怕她吗？你不渴望那只母狼和你一起奔跑吗？她是个凶手。你可以想到自我阴影面的每一个面向：自哀自怜，感到妒忌、贪婪、谋杀、通奸的自我，你们所有的十项原罪，还有——我们向你们担保——更多更多隐微的、潜藏在心里的阴影面。

不过，在人性的相同母体之内也蕴含着新世界之树，因为正如你就是这个密度的万事万物，你也是不属这个密度的事物，因此，平衡的重点在于保持与精炼比例感，于是你能够更好地观察自己的行为。很难觉察到自己，觉察到自己的想法，觉察到自己在做什么。通常，在你做这种高强度工作时，如果有人可以从外部观察你，对你是有帮助的，所以(你们)这一个团队就有帮助了。如果人们可以彼此分享的话，友谊很有帮助；好比这个器皿和 C 实体就经常互相分享，鼓励对方进一步探索双方都在智力上认识到的真理，但还没有绝对自在地掌握这些(真理的)披风、皇冠、权杖。

因为你看，开始接纳跟你一起跑的母狼，接纳那个以炫目舞步跳出麻烦的说谎者，去爱那个自我：能够在三英寸处集中、瞄准、干掉二十码外的目标，而该目标碰巧是一个人类、试图伤害(你)钟爱的人……这个器皿肯定体验过想杀人的感觉：当心爱的人明显遭受袭击、也许要被杀害之际。一旦看到某人需要自卫，目击者脑海里立刻就有杀人的感觉，两者之间不需要时间。这个情绪是纯粹、干净的，既干脆又强大，跟愤怒没有不同，但是带有致命的意图。会有任何人说，这个器皿的内在有个尚未整合的谋杀者吗？没有。不过，这个器皿的内在想法中的确有活得很好的谋杀者，就住在她的身体、心智、灵性的好客圣殿之中。所以，**每个人都包含一切万有；在你们的密度里面，你们幻象的组成材料主要就是阴与阳、给予和拿取；若你可以把自我的暗黑面看成一项资产，确实是一个伟大的成就；当那只母狼露出了獠牙向你冲来，像个狼人、一个掠食者、想要撕开(你的)**

心，那就是你去拥抱该母狼、认识你强大勇敢之心的时刻——它拥有做任何事情的能力，但它选择成为你的母狼和图腾，为你寻找真理，在你梦中潜行，带回其他地方的新闻。

暗黑面的所有面向似乎很污秽，实际上不比你的身体从肠道排出的粪便更污秽。食物是美好的，而粪便是脏的？也许是如此，不过，两者都是必须的；吸收和排泄同样是必须的，肠道和舌头都一样是必要的器官，身体平等地珍惜它们。不管是暗黑的、或是貌似光明，影响两者的不是其表面功能的表面性质，而是驱动它们的情绪，因为细胞接着细胞，你们每个人都是由某个或某组情绪来驱动。我们一遍又一遍地敦促人们精炼自己的渴望。我们鼓励人们寻找静默，在静默中要求进一步精炼真理，进一步打磨要认识真理的渴望，因为这条途径为寻求者产出那些能力(可以)从黑白分明的世界进入流动能量的世界；外在层面的功能和内在层面的功能壮观地合在一起，让能量向上流经所有的脉轮，然后流出，让催化剂向下流经所有的脉轮，然后流出；在其中，人类的肉体载具是灵性成长中一个不可分割的宝贵部分，作为一个巨大的发射器，送出你的心智、身体、灵性之信号。而负责送出每个信号给心智的，是据信已经发生的感知；心智把信号传给身体，同时又跟灵性分享该信号。

你们每个人所掌握、所坚持的信心是什么？哪些简易的基本规则可以改善你对这些事情的感知？这个器皿发现以下这段祷文有帮助，而且迄今都在使用它：「主啊，把我们变成汝的和平器皿。让我们在有憎恨的地方播下爱。在受伤的地方播下原谅，在不和之处播下团结。在怀疑中播下信心，在绝望中播下希望。在黑暗中播下光明，在忧伤中播下喜悦。啊，神圣的导师，教导我们寻求去爱而不是被爱，去理解别人而不是被理解，去安慰而不是被安慰。因为正是在宽赦中，我们得到宽赦。正是在给予中，我们领受。正是在死亡过程中，我们上升到永恒的生

命。」

这段是关乎光明与黑暗的祷文，关乎我们怎么依照自己的感觉方式作选择。你周围的实体可预见地会向你提供负面催化剂[感知为负面的]，因为它涉及你的暗黑面在别人身上的投影，换句话说，你是他们暗黑面的投影；而所有实体都忙着向其他自我展现自己的人性。如果没有其他的价值的话，你们每个人(至少)在那方面都是珍贵的，因为你们所有人偶尔都是一个坏榜样。坏榜样和好榜样一样地蒙福。当你绝望时，想着「我再也不要遇到这个问题」，那些时刻是蒙福的，因为你认识到自己的糟糕态度；当你能够准确找到，你可能挑剔思考过程的任何方面，这种时刻很幸运，因为观察自己的想法和你对这些想法的自我评论，可以带来改善。你脑海里有些声音真的需要放入深层记忆，放入深层储藏库，放入封闭的档案库；这些声音真的需要保留在梦中的话语里，保留在内在想法的沉思之声里。(真正)需要的声音是静默之声，不是我们的话语，不是你父母亲的话语，不是任何感知上的向导或权威可以给你的话语；它是超越语言的、太一无限造物者的临在，祂的本质就是绝对的爱。

造物者经历过生命的其他世代，找到各种方法越来越接近于理解爱是什么，不过爱仍旧是个奥秘。而造物者永远都是好奇的。这个特征鲜明的试验——你们用来体验正极和负极——是非常有趣的。造物者是十分好奇的。我们觉察到，要取得自我的一个平衡观点是巨大的挑战，包含了原谅自己。**很多被文化同化了的能量，倾向于让人们明白自己在社会中的格局地位，如这个器皿会说的，各个社会都是这样的；这些能量把人变得减弱、扭曲、麻木，它们必须有意识地除去这些令人困惑的教导，或者由创伤(过程)来除去。**

面对这种情况，想取得自我平衡的挑战好像不可逾越，不过，我们对你说，有时

候你需要像这个器皿所说的：爱上自己；有一个时刻、地平线开放了，一个人能够对自己的喜悦负责，进入不会完全停歇的至福中。在和谐中，即使只有个小疙瘩，都足以令人痛苦，需要停下来纠正该错误。**当该实体觉得自己失去了平衡并被卡住，那些使该模式持续的事物，跟你的感知有关、却跟真相无关，如 C 实体所说的，你正在学的课程和自我内在的平衡有关，跟随机而偶然地冲撞你的外部世界特点无关。它(其实)不是随机的，而是为你想学的投生课程好意产生的一般催化剂。**而这条特殊思路比起大多数的灵性问题，更不容易被智力和分析性想法所损害。

或许，如果我们要把这些事缩小成一条建议的话，它简单地会是：划掉它、忘掉它。不管是什么事，如果你由衷地感到不想做，就把它划掉、接着忘掉它。这样做的效果是你的催化剂会变，这个变化告诉你，你的偏爱如何真的影响了不同的情况。因为很多时候，事情的本质跟表象不一样，不是相差一点，而是像把一栋房子建构在另一栋房子上一样，前一栋房子埋在下面，而考古学家必须从地下挖掘出整个结构，找到是什么原因让能量保持在这个没有生产力的模式中。

当一个人谈到平衡时，就一定不要做概括的表述；因为没有两个人有相同的平衡。每个人都有不同的脉轮系统和不同的使用方式，不同的表现方式；释放它，接着让它穿越身体。没有两个实体是完全一样的。他们可能很融洽，那时他们给人的印象是互相加强对方的灵光(场)；或者他们可能倾向于不融洽。在不需要处理光明和黑暗就达成平衡的层面上，最好是简单地进入跟整个模式的有爱关系，于是你可以诚实由衷地欣赏污垢、淤泥、表面上的黑暗，为它们欢庆，正如同你欣赏田里的肥料和清理干净的(消化)系统——而如果一个人不能消化食物，然后把废物经由肠道排除掉的话，其(消化)系统就会受到毒害。可感知的事物的黑暗是负面的；那些真诚相信「心是虚假的造物者」的实体，会一次又一次试图只用

光来获致真相。问题就是：若光中没有爱，这种光就没有平衡；没有爱，光永远会弯曲自己、进入服务自我，因为没有心就没有打扫干净的房屋，来进行这个器皿称为的九十度的相位转换，把一种能量转换为另一种能量。而这就是每个实体试图看到的：意识的转换，它超越了在感知的任务中做得好，超越了找出更好的方式以执行各项任务。

该实体实际上的益处和服务，远远低于那个层面，远远低于她觉察到自己所提供的东西。它位于实体的存在之中，体现在该实体怎么用自发又自由的方式回应当下此刻之上——那是和那些她所接触到的人，和那些她所想到的人一起共度的当下，其中带有她脑中萦怀的祈祷词以及她在思维中所珍视并走向的希望和梦想，以在灵性世界里创造出光的处所。

就是该自我让实体们确切地回应，作为他们的火种，并且不知为何他们觉得如同山丘上的光、以超越他们的方式发光照耀，表达灵性。重点不是那个擅长导引生活的人。**真正在服务的实体是不分季节、一直在爱的。所以，追求平衡固然是优秀的，但不必然是一个目标，因为它不过是你偏爱的一件事。它是另一个为自己设下的陷阱，说着：「如果我有了平衡，如果我有了镇定，那么我就是睿智的」。真实的平衡涉及该知识：即没有人知道任何事情，也包括自我。甚至使徒圣保罗说过：「我是所有基督徒中最小的一个。」甚至傲慢自大在灵魂的层面说话时，最终也必然会变得谦恭，接受这整个经验的不完美。**

不过，你的内在也有组成这个八度音程的所有层面和实体。很多实体都有其他密度的实际记忆。其他人觉得自己是原生的地球人，但确实准备好到更绿的青草地上学习课程。在很大程度上，此时的服务和学习之途径，就是能够有一些时刻进入至福，与狼一起奔跑。而那只狼就是你的意志和气力，不再跟不受约束或负面

的黑暗有关，而只跟旺盛又充满活力的能量有关，这种能量让鲜花盛开，向一个等候的世界授予花丛之美。

我们现在会把该通讯转给 Jim 实体，欢迎他回到我们广泛的合格又稳定的通灵管道群。我们非常欣赏这个管道的恰到好处，也想要鼓励这个实体觉得自己很称职。这个实体可能觉察到我们在逗他。实际上我们高兴得跳起来了，我们想要你们也知道那点。我们非常高兴有你来分享对话，因为我们很享受跟你在一起，能够用你特定的风格说话。所以我们感谢你；我们此时要把通讯转给 Jim 实体。我们是你们认识的 Q'uo，我们在爱与光中离开这个器皿。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们再一次透过这个器皿、在爱与光中问候各位。我们发现他的停工期不长，我们要处理的锈斑很少，我们为此感激。请问现在有没有另一个较短的询问是我们可给出关注的？

S：我猜想就从我开始吧。我们先前在谈论，为了向一的法则套书的出版商取回版权，Carla 和 Jim 现在所面对的各种麻烦和艰难。你们可否告诉我们，是哪些议题和影响造成现在的阻碍？

我是 Q'uo，虽然我们觉察了你的询问，我的兄弟，我们必须为了引用混淆法则而抱歉，因为这个信息可能删减自由意志。我们感到抱歉、缺乏信息。有没有别的询问；好让我们可以更自由地谈话？

S：我暂时没有了。我以为 Carla 很热切地要问你们一个问题。

Carla：是，因为我无法用一只手关掉手电筒*。OK，我们有一个来自 Metaphom 基金会、S 的问题。他写道：「十四年来、我一直在研究自发性痊愈的基本(原理)。我们知道在一次自然痊愈中，几乎总是出现意识的转换，通常伴随着巨大的喜悦。无论如何，我们找不出是什么东西触发这种反应。你们是否可能请教你们的来源，看看他们是否会得出简单明确的答案？」

**编注：2020/4/16，L/L Austin 回答手电筒难题：我不知道这是怎么回事，但我认为 Carla 指的是房间里正在发生的事、可能使她暂时分心；其实跟真正要提出的问题无关。*

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姊妹。一个人若可以立即除掉引起巨大痛苦、令人非常愚昧、阻碍一个人迈开步伐的障碍，就会得到这种体验：需要治疗的人在治疗过程中体验到了倾泻而入的大平静、大自在，体验到了充满喜悦的心理和情绪情结。这确实就是发生你称为的自发性痊愈时伴随而来的事，因为该需要治疗的实体在一瞬间就放下了觉得困难、受限的、担心的事；该要被治疗的实体的情绪体把这当成，容我们说，一种欢乐的噪音，当成灵与魂的欢庆，而做出回应。接受治疗就是被带入跟一切万物更密切的平衡。一个人在长途旅行之后、回到家里[容我们说]，立刻就会觉得轻松愉快，觉得事情做完了，又回到了平安的地方，它滋养一个人、给人一种完整的感觉；接受治疗很像回家了，一个要被治愈的人身上出现的喜悦就是这种瞬间领悟的一种表达。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没了。我非常感谢你们，我将把这个答案寄给他们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你。此刻有另一个询问吗？

R：有，我有一个问题。过去十年以来，就人类会怎样极化成两个群体，大家谈了很多；基本上是：一个光明群体，一个暗黑群体；而暗黑群体会以自己的方式离开、消亡。你们能够对此评论吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。此时确实是许多灵魂和该行星本身的收割(或收成)期，进一步寻求的极好机会，要么去为光和其他自我[你会视为造物者、跟自我相同]服务；要么去为可称为自我的、暗黑、左手的途径服务。因为正是在这两条途径中，(人们)有能力继续寻找太一造物者，从第三密度向前进入理解的密度，进入此时正在向每个人招手的密度。

我们可以说，追求负面途径的实体，要比寻求光、服务他人的实体少得多，因为要寻求负面途径是十分困难的。这个途径需要一个行家不仅仅能够控制自我，同时还控制其他自我，其有意识的运行达到 95%的程度，所以几乎没什么东西是他不想支配的。这些寻求负面极化的实体会有他们的好时光，实际上，他们现在就过得很惬意，所以他们可能达到为自己设下的目标；他们对别人的唯一关心是：那些人的事会不会影响到他们自己。这就是你们可能看见的：**一道燃烧很鲜明的火焰，将在短期内消耗周围的大量事物**。在这种影响从地球退场后，选择了服务他人之路的人，会继续体验服务他人，因为人们会继续需要很多彼此互相的服务。很多日常生活的需求，明显处于不利于舒适地完成这项任务的情况。

我们发现必得暂停一会儿，好让这个器皿可以调整某些录音装置。我们将短暂地离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（暂停）

我是 Q'uo，再次跟这个器皿在一起。我们感谢你们每个人的耐心。**实体们表现自己选择设法服务他人的能力、以及寻求你们称为正面积极的能力，会由于面对的困难而增强；这些困难已经开始出现，还将继续加快出现。今后你们可能视为混乱、缺乏必需品等种种情况，将满载着(服务)他人的机会。因此，当大家的日常生活越来越得靠互相扶持，才能应付看似不顺利、甚至非常艰难的情况，每个人就会越来越多地觉察到，所有的造物、宇宙造物中的所有实体，都是合一的。不过这些实体将会占优势，因为一个人寻求服务其他自我、看见其他自我为太一造物者，就是在追寻该实存的途径；因为每个人确实是太一造物者的一部分，每个人都跟每个其他自我难分难解地联系在一起，这些系结把所有的人结合起来，成为你们称为的祭司国度。每个人都将感觉到太一造物者的力量流经(自己的)载具，于是太一造物者就可以在每个想法、每个活动、每个体验中得荣耀。**

将会有一些时期，在熬过这些日子之前，几乎很少人会渴望这样的日子，但是，度过了这些时期，在他们完成了这些服务之后，每一个人将十分感激自己有过这种体验。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

R：是的，我有一个后续问题。有可能得知这一切将发生的大概日期吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这日期的问题十分沉重地压在你们人群的许多脑子上头，因为时间框架似乎短暂，而且确实可能就是实际状况。遍及你们有记载的历史，很多人谈到的新千禧年的头十年，这个时间现在到来了。我们看见这个可能性/或然率的漩涡。虽然它十分有份量，容我们说，还是存在着潜在可激发的其它(漩涡)，因为地球人的自由意志选择，在这方面有着至高无上的重

要性。**如 Ra 群体所说的，有可能在受到灵感激发的一个美好、强健的时刻，这个星球上的全体居民可以把指南针转向、寻求去服务其他自我。虽然这不是很有可能的事，但始终是可能的。接着，若越来越多的人做出选择，寻求在正面极性中服务，就使得该时间框架变短。当人们越来越不能够选择一条服务途径或另一条途径之际，该时间框架就会延长。我们为无法说得更精确而抱歉，但这是一种流动的可能性。你们的未来在所有观察它的实体的眼中都是错综复杂如迷宫一般。那么就寻求去服务彼此，仿佛那就是你如此做的最后机会。**

有另一个询问吗，我的兄弟？

R：没了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你。

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，看起来我们已经耗尽这次寻求之集会的询问，我们将要再一次感谢每位在场者做出这些牺牲以便于在今天加入这个圈子，并且呼唤我们加入你们。我们十分感激有这个机会，以我们觉得最有帮助的方式服务。此时，我们将离开这个器皿和团体。我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0210b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0210.aspx

---

☆ 第 3212 章集：服务的精细面向

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想，2002 年 4 月 7 日

小组问题：今天的问题跟服务的一些比较精细的方面有关。如果我们想望有所服务、以此奉献自己，其中是否有任何这样的风险：由于对自己所做服务的骄傲，由于将其公开，由于不以隐蔽的方式服务，或者以不纯的方式服务，我们可能扭曲该服务或让它达不到应有的水平？我们想要 Q'uo 跟我们谈谈，真正为他人服务而又不激发自己的小我，怎样是最佳的方式。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中问好，在祂的服务中我们今天来到你们这里。非常感谢你们聚在这个寻求圈中，带着你们的问题呼唤我们。**你们的问题涉及服务他人以及如何优化它。**我们很乐于与你们在这个主题上分享一些想法，仅仅请求你们每个人在听我们所说的内容时，挑出属于你的东西，而尽快丢开任何你觉得没用的看法。我们会认为，你们的辨别力很敏锐，并且对你们是真实的，远远超过我们的意见。

我们给了这个器皿一幅空白的黑色夜空景象，里面甚至没有闪烁的繁星；单纯只有黑色的、完全的夜晚，它表达自身为你的意识根基，因它聚积自身为能量网，形成你所认识的自己。那种能量的聚集、那种形成模式的旋转，是从饱满到饱满的聚集过程。我们用黑色，因为它是看不见的东西；不过我们也可以说，这是光的饱满迭上饱满。然而，这个景象的纯度是在于：它形塑自身为一种能量场而没有任何可见的线索，也没有任何东西证明祂的存在或

身份。

这就是你们的每个转世自我的基石。此生中的自我，是你为这次特定的人生体验选出的收藏品。你非常仔细地选择了你在这次投生中具有的属性、局限和天赋，这些都来自于灵魂自我[你可以这样称呼]的范围内相当庞大的一系列变貌，它们表现为天赋和局限；而那个灵魂自我是你在经历许许多多体验时形成的，每次体验都把自己的扭转力和曲折增添到自我的、螺旋般旋转着的能量里。你的自我能量的形成，没有可见的景象，只有能量本身，那股能量就是爱；爱进入显化，然后变成光。你已经选择了那个变成形状、变成存有、变成身体、变成人格、变成小我、变成「你」的东西。接着，那个「你」就走进了此生意识的耀眼之光中。

不过，你是什么呢？**最好把你自己存在的无限(状态)考虑进去。在开始讨论怎么服务他人、怎么优化服务之前，先要搞清楚你是谁，你是什么，这是(你的)基石。你不是新的存有，不过你在此刻是全新的。但是，说你不是新的，我们想要指出，造成你古怪脾性的宝贵之处，在人们显意识的推理之眼中并不明显。而你对造物者的价值，恰恰在于形成你人格的不规则、怪癖、前后不一致，它们在你面对人生的问题时，在你终其一生思量这些问题时，造成你的扭曲和偏向。**

总是要了解，你脚下的未显化之安全是深厚实在的；你不可能从你之所是掉下来，你不可能不是自己，你做的任何事，你眼里的任何严重错误、糊涂的小错或愚蠢行为，依然属于你之所是的光荣和长处。试图衡量你的自我素质或自我奉献的品质，不但无用，而且超级无用。这里的无用也许不是意指它不是思想的食物，或者不是拉姆·达斯(Ram Dass)所说的「磨坊的谷物」，而

是指在回答有关自我价值的问题时，无法获致明智又有意义的答案。你估量不了自己的价值，你无法批评自己的各种偏见。在某个特定点以外，这些关于你的东西是最为强大的服务(助力)，因为在无限的宇宙中，只有你才能像你那样精确地表达。你们每个人都像初出茅庐的记者，专业就是讲故事，把它写下来印在报纸上；每个人看到相同的世界景象，不过每个人写下的故事却不一样。而**造物者着迷的，就是这些故事中的各种差异**。

因此，就取悦无限造物者的角度、就实现你希望服务的角度来讲，你无法失败，因为你做的一切都将报告单一伟大的起初思维，而无限宇宙中任何别的火花都不能像你那样报告。你们每个人都是宝贵的，每个人都是造物者的挚爱。所以，除了对这个问题的所有讨论之外，我们请求各位注意，如果你的心里出现了担忧，产生了对自我及其价值的怀疑，那就立刻移动到休息的位置，移动到这个器皿称为基列(Gilead)的安全和歇息的地方，允许自己感觉到造物者之爱的香膏，因为在造物者的眼里，你真的不会做错。

你每天工作和闲暇的节奏，在你的内心形成了暗示：即时间的流逝是真的，事情发生的次序[过去、现在、未来]表明真理与意义有连贯性。在你们的投生体验中，这当然是大家实际的经历：白天流进晚上，晚上流进白天，日积为月，月积为年等等；大自然世界的所有节律都是周而复始的：春、夏、秋、冬，然后又是春天。这个器皿过去几天兴奋地看到枯萎的枝干发出了绿芽孢，充满希望的树叶簇拥着繁花，水仙花、郁金香、开满花的果树，所有植物都在用自己甜美的芳香让空气变得好闻、带着颜色和生命的欣喜，让眼睛得到休息。

这些转瞬即逝的事件底下活着一股能量，它跟造物者本身的心跳一样缓慢又

坚定。重点是逐渐变得可以止住忧虑的噪音，渐渐地、一点一点地停止恐惧的烦躁。正是这种允许减缓显意识思维的韵律，将带给寻求者最好的心境或观点，去为自我、其他自我和造物者而服务。这个器皿称为的共识实相有个表面，很像一块玻璃天花板或看不见的地板，不过它似乎承载着(人的)身体和体验。很多在你们行星上体验投生的实体，却一次也没有穿过这块玻璃天花板，进入较深意识的广大范围。一个人有可能从婴儿到童年、到青少年、到成年、直到进坟墓，从来都不离开生活的表面。但要保持这种舒服的肤浅存在，允许几乎完全地控制环境，并不是特别容易。不过，很多人唯一的努力就是保持舒服，如这个器皿会说的，养活自己*。在你们这个圈子中，这种可能性从来都不显著；这个团队的成员不只寻求真理的表面，而是进一步寻求表面下蒙福的地区，那里不像空气的世界，更像是水的世界：平稳、韵律地滑动的世界；这些特征属于水而非空气，容我们说。

*编注：原文为 keep body and soul together，可直译为“使身体与灵魂维系在一起”。

能量是怎么流经水的，在这里大有关系，因为既然水受到后面的推动力，水的自我表达方式就不是从这里流到那里，因为水只管把力推给下一滴水、再下一滴水，在日本海岸发生的事，最终可以在你们的加州海滩的岸边表达自己；相同的能量、相同的原因，跨过始终互相连接的水滴，无穷尽地表现出来。研究水运作的方式可以让你多理解一点，实体们是怎么在其模式中聚集在一起，他们的表现方式也许看不出什么，却在远方的海边产生效应。很多时候人们希望看到结果，要求把服务变得可以量化。**想要能够衡量可用自己的存在和行动提供的服务，这个渴望是容易理解的。不过，应该怎么表达服务却从来不是明显的，因为一旦你掀起的波浪冲上岸、最终以如此这般的方式表达出来，它可能不只是在你生命的小池塘中表达，不是在周围的涟漪中**

表达，而是在远方的海边表达。

所以，当你担心自己的努力有多少价值、并且感到紧张，我们会建议你释放紧张。要求自己释放评判。释放对自己做得如何的评判，如此可以很有帮助地、简化和规律化周边能量，它们围绕着你希望送出的那些礼物。

让我们换到另一档、接着查看**存在(being)和作为(doing)的问题**，这对于你我都是一个老主题。**某种服务他人确实跟作为有关**，你们每个人都已经同意自由地从自我之心来给予，我们为这善良和服务而感谢每一位。看到每个实体的有益渴望：做好事、真正地服务、奔跑在笔直的跑道上、在一切事物中做造物者的孩子，真是美妙啊。你们每个人都有这些外在的天赋(礼物)，你此生在服务他人的许多不同场合，表现的就是这些天赋；**不过，更真实、更深入的服务元素总是跟你的存在有关。那个服务是什么、对服务价值来说无关紧要；有些服务也许貌似比其他服务更高贵，有些实体可能比其他实体更能够服务，不过所有服务都是同等的。**

使得服务高贵的东西是伴随服务的爱：你可以把这份爱留在心里，抓住不放，或者把爱释放出去。试图在脑子里握住服务的图像，然后从那个位置判定自我，是件很诱人的事，但这只不过是该器皿称为的头脑游戏。

我们发觉当我们讨论这个主题之际，该圈子内的能量是相当低落的，因此我们会在此刻选择开放该会议给进一步的问题。我们在此刻尝试转移通讯给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体，在此刻转移这个通讯。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们再一次通过这个器皿、在爱与光中向各位致意。我们感激你们的耐心，因为我们已经跟这个器皿一起工作了，我们在此刻请问是否有一个我们可以回应的询问。

T：有，我有个评论，我会感激你们(对它)详尽阐述。根据我刚刚听你们所说的，我相信，任何形式的工作自己都是缓慢的剥落过程。我先前提到，上周我有一天过得非常好，甚至那天晚上看到那几个小男孩的时候都好像没有让我不高兴；我通常对他们感到心烦，因为我想读书或看电视时他们就会制造噪音。一旦取得某种感觉或心态以后，该怎么保持或重获那种感觉，你们对此有任何建议吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如何把魔法装入瓶中啊！我们的建议是：做你自己、如实接纳你自己，这是达成目标最快的道路了；你渴望的目标是：尽你所能地处于和谐，学习你能学习的事物，还觉察到你有一段距离要走。**人类注定在这个第三密度中有某个程度的貌似不足，因为这就是住在该幻象中人们的命运**。不要为此悲伤或哀叹，因为就你的时间和能量而言这个过程是漫长的，不过它不必然给衷心的寻求者带来不适或担忧，而是显然，容我们说，需要你去工作的已知课题，因为每个人都有你们称为优点的品质，也有你们称为缺点的品质。**你在运用辨别力时，最好可以达到既能够接受优点、又能够接受缺点的程度。因为如果你在对待自己、对待这些优点和缺点时可以做到，容我们说，不偏不倚，并为自己的状况祝福造物者、祝福(宇宙)造物、祝福自己成为你之所是，你就可以最好地完成这趟旅程。因为，事实上，一切都好，一切为一，一切都是它应然的样子。不过，这场伟大的舞蹈[由全体在穿越造物、和自我进化过程中所跳的舞]，是在一个真实流**

动的运动中实现，它始终临在，可以引领一个人进入理解的更大领土。

当你取得了你眼里的成功，并且能够按你的标准而做到你想望做的事，再次地，不要觉得太高兴，因为执着于某种形式、某种表现，在某个程度上是在自己的路上放了一些小块绊脚石。朋友们，帮助你平衡的行动是：一方面了解到你要完成一趟旅程，另一方面明智地了解到你就是造物者，一切真的是好的，不需要任何东西。这就是你们每个人进入的悖论了。

希望我们没有过度地混淆你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

T：不，我这里没有了。非常感谢你们。它完全没有混淆我。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我有几个问题。首先我想问问最近经历的一个梦的主题。我做了几个关于婴儿的梦，在最近一次的梦中，我可以接触到婴儿，把孩子抱起来。我对此的看法是，这是向我暗示，我正在回到童年时代，安慰我幼年时没有得到安慰的孩童自我。总之，你们能不能确认，我的梦就是试图在这方向上告诉我？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们确认你已经假定的事情。有另一个询问吗？

Carla：另一个问题单纯地跟我今天的通灵经验有关。它来自一个很深的地方，我现在还可以感觉到它的能量。它很强大，但话语比平常要少些；我很

难带出任何内容，但它似乎是个很丰富的地方，像是显意识通灵的一个新区域。我会乐于听听你们对此的谈论，因为它对我很新颖。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**有声(通灵)管道的练习随着体验的持续，容我们说，更有能力生产。**沿着这条服务的道路会有成长的各种步骤或阶段，在有些情况下很明显，而在别的情况下则不大明显。作为有声器皿来服务，你已经开始体验，容我们说，一个新阶段的开端。对于每一个实体，每个作为有声器皿而服务的人，他们都有一些可得的意识层次，这些层次会打开大门、接着提供通往纯净资讯或启发的伟大通道。你正在开始穿过另一扇大门。有另一个询问吗，我的姐妹。

Carla：是的，还有一个。它是相当蠢的，但我确实想要问问它。我最近有个灵感去穿着用于通灵的衣服，只用于通灵，我买这些衣服就是为了那个目的。我想要知道，把穿衣服作为调音的一部分，是可接受的，或者单纯是虚荣心(作祟)？我今天几乎穿上了全新的通灵配备，然后我认为改变服装完全是徒劳的。我不知该怎么判断，真相在哪里。如果你们能够评论，那就太好了。如果这个问题太具体(而无法回答)，那也没问题。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在提供发声管道的服务中使用特殊衣物，这完全取决于你。如果你觉得这样会增强你的服务能力，那么务必这么做；另一方面，如果你觉得它会让你显得与众不同，让你觉得比别人好，那么务必不这么做。这得由你来决定，我的姐妹。

Carla：谢谢你们。

谢谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

T：有的，也是关于有声通灵的问题。在 Jim 和 Carla 最近发的新闻季刊中提到了分级团队，Carla 向我解释过。我的通灵经历很少，从未有很多渴望想要学通灵，虽然我觉得若有帮助的话我愿意学。她还提到，在类似这个小组的团队中，有些人起到电池或导体的作用。关于我该不该主动追求参加有声通灵，我想得到你们的一些指引。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们再次遇到了这个点，它更适合你根据自己觉得受什么吸引来决定。依据你的渴望，也许你两者都可以做，因为你在两方面都有能力。不过，你在选择时必须听从自己内在的声音，而不是任何外部来源的声音。

此刻有最后一个询问吗？

R：我有个问题。说到梦，我想鼓励自己多做梦，因为我把它看成跟自己交谈的方式。是不是只需要有这渴望就够了？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**渴望和坚持不懈。在这努力中继续下去、直到你已经能够产出你渴望的果实。练习、练习、练习。**

我们是 Q'uo 群体，我们再次感谢那些在场者抽出时间来加入这个寻求圈、在跟自己的心和造物中的万物交谈时把你们的渴望融为一体。我们感激你们的努力和真诚。此时我们动身离开这个器皿和小组。一如既往，在太一无限造物者的爱与无法言喻的光中，我们离开各位。Adonai，我的朋友们。

Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0407b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0407.aspx

---

☆ 第 3213 章集：耶稣与凯西资料

Copyright © 2019 L/L Research

周六冥想 2019 年 11 月 23 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，今天下午，我们在爱与光中向各位致意。我们已经被呼唤到你们的团体这里，因为你们有需要分享我们全都知道与相信的事：我们全都是一，有很多很多的方式去感觉所有宇宙造物的合一。今天，一如既往，我们作为兄弟姐妹，而非终极的权威来到你们这里。我们和你们一样走在相同的道路上。或许我们已经沿着这条道途走得远一点点。借由呼唤我们的协助，你们允许我们在服务他人的方面成长，在这服务中，我们请求你们使用自己的分辨力、尽量检查我们所要提供给你们的每一个词汇与概念。如你们意愿地使用它们，将任何在此刻对你们没用的内容都抛掉。以这种方式，你们就解放我们更为开放地发言，于是我们就不必担忧自己会成你们灵性旅程上的一块绊脚石。

在此刻，我们会问，是否有一个我们可以用来开始的询问。

Zachary：Q'uo，我有一个问题。在灵性的旅程上，我们经常会先向自己的阴影致意，接着在它微妙地出现在我们的意识和生活中时学会认出它，然后我们最终会来到一个接纳那阴影的位置，以及一个过程，即开始以一种更和谐的方式把它整合进自我之中。你们能否给我们一些忠告，关于如何完成那个整合阴影的过程？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。对于在这幻象中的每个第三密度实体，这都是一个十分突出的询问。确实，你们都处于一个幻象中，在其中似乎有着这样或那样的分离，所有人在这个幻象中旅行的道途都涉及该能力，即把幻象的各种各样的部分整合到一个人的存有之中，于是你成为你所寻求的：太一无限造物者。无论如何，你们每个人，在第三密度幻象之内，都会穿越被称为「遗忘的罩纱」的东西，于是你忘记了你早已是你所寻求的事物，(忘记了)你已经来到这里来探索更多的途径在太一无限造物者到太一无限造物者的道途上行旅。当每个实体进入这个幻象，并在小时候就开始被它周围的人教导时——他们包括父母、兄弟姐妹、朋友、老师等等——这些实体中的每一个都可能有或多或少被扭曲的、或者无扭曲的对于所有造物的合一性的愿景；随着教导年幼实体的过程继续进行，时常有些告诫给予该年幼的实体，强烈要求它不要做这个或那个，要它不去思考这个或那个，不要说这个或那个。因此，随着这个存有在其发展成熟的过程中前进，那些「将它自己存有的各种各样的部分保留下来，或者不去体验或表达它们」的告诫会有一个累积。

因此，这种演化，会因为那个被投入无意识阴影或意识较低层次的事物而受到染色或污染[容我们说]，于是它们不会完全被年幼的实体所忽略，而是被留在一种储存库之中，于是，时不时地，这些由于教育过程而已经在年幼实体内被创造出

来的自我阴影部分，会以它们自己的一个部分、用也许是不受控制的方式，对该年幼实体变得明显，以致于会有黑暗能量的支出，也许是通过愤怒，也许是通过混淆，也许是以某种方式：该年幼实体并未觉察到自己的阴影面正在寻求以特定方式在其经验中表达它自身，这种方式可能是、也可能不是完满的。

随着该实体成长到成熟期，自我的阴影面会有越来越多的添加物，接下来该年轻实体便开始作为一个成熟的实体而体验它们——不被渴望的事物、被忽略的事物、在所有情况中都没有被成功压制的事物。每个寻求中的自我都需要觉察到阴影面，不仅仅觉察到它的存在、也要觉察到它的价值，因为该实体的部分自我被包含在自我的阴影面中，这个部分能够增加该实体的能力去探索更多关于自己的存有，作为一个表述：更多地说明它在其中生活、移动、拥有其存在的环境。

如果该有意识的真理寻求者，接下来，开始觉察到这个阴影面，并在冥想状态之内开始邀请越来越多的阴影自我揭露它自己，邀请阴影自我在冥想中跟它坐在一起，坐下来探索这个寻求中灵魂的完整的存在状态，以及作为一个整体造物的真实特性，那么，该成熟中的、有意识的真理寻求者就会开始以一种方式被鼓舞，这种方式会显现这个阴影面的源头，于是就可以看到该源头已经阻塞各种各样的正面性与成长的能量；这些能量在实体体验日常活动的催化剂之际尝试移动通过该实体。可能会有对阴影面的邀请，让它开始一次一点地揭露自身，于是，有意识的真理寻求者就能看见：阴影面的每个部分是在何处起源的，在什么位置确实有被回避或被劝阻的正面性，也许是在性欲的区域中，(也许是)在对于身份的个别表达的区域中——这种身份的表达与那些在它周围教导的人的意识并不匹配——也许是在对造物的独创性区域中，这种独创性并不被该年幼实体的老师所理解，于是那些具有创意的区域就会被避开，接着被转向、进入自我的那个阴影面之中。

因此，在冥想状态之内，借由邀请阴影面的各种各样的部分来向有意识的真理寻求者表达它们自身，该寻求者接下来就可以在阴影面之内发现，有一些品质是在灵性道途上极有帮助的。也许有一种韧性、一种坚韧不拔，能够让一个人熬过困难的情况，因为阴影面必须要被躲避如此长久。也许该阴影面有一种创造性，可能协助灵性寻求者以一种新颖的方式看待日常的活动、以及处理其他实体的催化剂，这一种方式允许它开始越来越多地成为太一无限造物者，接着在周围的那些存有中、在周围的环境中，在该真理的灵性寻求者觉察到的存在性的每一个部分中，越来越多地看见太一无限造物者。

在此刻有另一个询问吗？

Zachary：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。有另一个我们可以发言的询问吗？

提问者：Q'uo，某些 21 世纪的科学家目前认为耶稣的尸体在他的墓穴中消失了。你们能否谈谈这点？耶稣的尸体当时在他的墓穴中非物质化了？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。这个概念一般来说是正确的，但是，在细节上，要以你们的语言来讨论多少有些困难。无论如何，我们将尝试讲述这点。当耶稣实体成为了基督、上帝的一个儿子，穿越其人生之际，它在早年就旅行到很多不同的地方，于是它就可以探索越来越多的真理特性，以及越来越多的演化经验之特性：那是在第三密度的体验之内每个实体于全时间都可取得的特性。

当它旅行到这些各种各样的地方，和形形色色的大师一起学习之际，它开始觉察

到它能够在冥想状态中进入与太一无限造物者——这个实体称呼祂为父——合一(的状态)，然后，名为耶稣的实体最终能够将其存在的全体与父[或它看见的爱]相调和。接着当它能够和父、即爱的创造性原则调和起来，它在那时就成为它所寻求的事物了，在很多情况中，在你们认识为耶稣实体的话语记录中，这个实体作为父说话。该实体不仅仅作为耶稣实体说话，在其他的位置上它是作为接近成为父的耶稣实体而讲话。

最终，当这个名为耶稣的实体能够与父融为一体，这种合一(unity)成为结合(union)，于是在它受难和埋葬的时刻，它与父是一体的，接着能够融化一种形态，同时穿上另一种形态，因此，在它受难与复活之后、移动进入第三密度幻象的形形色色的部分，能够在有需要去服务其目标时塑造自己的外形，好对它的那些门徒和追随者揭露自己；在第三密度幻象的某段时期，那些门徒追随了耶稣。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

提问者：是的。著名的二十世纪灵媒埃德加·凯西(Edgar Cayce)曾说过：耶稣的尸体已经进入其他次元。这是你们正在说的事情吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。是的，确实，这就是我们在描述耶稣实体的各种能力时所尝试去谈论的内容；它有能力进入与父的共融(communion)、接着与父结合，或与它视为爱的原则结合。这是它能够在投生期间，也能够在投生之后做的某件事。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

提问者：没了，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Zachary：我有一个询问，Q'uo，据说通过一个自我清空的过程，耶稣成为基督。在致使耶稣能够成为基督的过程中，门徒们扮演了什么角色？平方效应对此有任何贡献吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。名为耶稣的实体，当它用了早期人生体验的一个巨大部分旅行到遥远的土地时，就能够精通这能力——创造这些与父合一、或与爱的概念、创造性原则合一的体验。当它能够靠自己这样做的时候，然后就学到了，有特定种类的技巧是它能教给其他人的，在他们渴望成为弟子并被耶稣接受为弟子之际，这种技巧就成为他们学习过程的一部分了。

这个实体不仅仅与十二个门徒互动，还跟许多其他人互动，这些人不是你们会称为主要的门徒，但是，随着耶稣实体在被称为圣地的区域四处移动，分享合一、爱与光的讯息给那些有耳去听、有心去理解的实体，这些人的确跟随着耶稣[就照字面意义]。

因此，这些跟随耶稣的实体被教导了寻求与太一无限造物者合一的某些秘密。当他们能够在某种程度上学会这些秘密，并精通到了一定程度，接下来就会对耶稣实体产生一种共振效应，于是借由教导它知晓的事情，并从它教导的那些对象那里接收(学习成果)，它就能够把它更多的存在状态跟这些门徒调合起来、也与太一无限造物者调合；它已经在一定长度的时间[容我们说]中与造物者合一，于是，不时地，这种合一的体验会来到耶稣实体身上，非常像是一件斗篷或外衣被穿到一个存有身上，来温暖它、活化它，增强它对太一无限造物者的体验。

从而，当耶稣能够将那些教导的特定部分给予那些门徒之际，允许他们在某种程度上做耶稣实体已经完整做到的事，于是有一种强化作用、强化耶稣已经学会的东西。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Zachary：一个简短的后续问题，Q'uo。据说耶稣传递给他众门徒的秘密教导是克利亚瑜伽(Kriya Yoga)。那是否正确？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。一般来说，这是十分正确的，虽然在那个时候，它并不是被描述为那种特定类型的瑜伽。无论如何，遍及耶稣时代之后的整个历史，有很多其他实体已经在自己的体验中，或者在成为他们老师的其他实体的体验中，发现这特定类型的瑜伽，他们的这些老师以一种涓滴的方式[你们可以这么称呼]从其他老师那儿学到这种瑜伽，如此，这种瑜伽曾有过某些变更或改变，最终演进为你们所认识的克里亚瑜伽。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Zachary：Q'uo 能不能阐释由基督用以取得自我实现的、最纯粹的技巧？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们发觉，在我们的觉察中并没有声音振动复合体可供于正确地灌注这种瑜伽、并且带有耶稣实体练习时的纯度。我们只能建议，这类型的瑜伽寻求能够用呼吸作为这种瑜伽练习中最显著的事物，于是呼吸就会以某一种意义被使用、允许对所有能量中心的启动，照依序的方式进行，一个接一个地启动，最终，靛蓝色和紫罗兰中心两者都可以被启动

到某个程度、会在瑜伽练习时有一种练习者与太一无限造物者的结合。从而，这类型的瑜伽是与太一真正结合的练习。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Zachary：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的兄弟。

在此刻有另一个询问吗？

提问者：Q'uo，著名的二十世纪灵媒埃德加·凯西有一次曾说：在成为天使与魔鬼之间有一条微妙的线，而一个灵魂被渴望的任务是令自己在心理上准确地进入神圣的中间，任何在左边的东西，或者任何在右边的东西，都是偏离了神圣的中间，因此不属神圣。你们能够谈谈这点吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议，这类对于太一无限造物者之路的观想是一条有效的道途。无论如何，可能会有些时间，真理寻求者在其中开始表达越来越正面、或充满光的道途，而非比较黑暗、或者接受性的道途。真理寻求者在寻求太一无限造物者的每一个情况中，都有机会同时表达放射性的事物和吸收性的事物。我们愿建议，当真理寻求者在这条道途上行旅时，首先寻求去成为放射光芒的事物、正面的事物，与宇宙造物全体合一的事物，这是最有帮助的，因为这允许真理寻求者开始取得对于造物的整体性、进一步的体验。已经精通正面道途的真理寻求者接下来开始体验与表达吸收性的事物，于是它追寻似乎是一种负面的道途，但它是在黑暗之内探索光，好发现黑暗不会战胜光。

如果负面道途是首先被表达与体验的事物，那一个时刻会在真理寻求者的道途上

远得多的位置出现，在其中光明和黑暗的体验都是可用的，该时刻位于太一无限造物者幻象之第六密度，在此，负面导向的实体——它们过去尝试吸收在其周围的所有事物、周围的所有力量，以便于控制在其周围的实体——发现无法更进一步，除非它们看见所有受控制的事物都是太一无限造物者，都被视为自我，该自我不仅仅被视为个别自我，也被视为所有其他存有的自我[包括已经被该负面智慧寻求者的道途所控制、或尝试控制的存有们]。

是故，我们对每位真理寻求者建议：正面的道途是最容易跟随的，并且提供最少的扭曲给真理寻求者。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

提问者：没了。Q'uo，感谢你们。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有进一步的询问吗？

Austin：Q'uo，你们很有可能先前谈过这点了，取得另一个观点总是好的。如果一个实体正在服务他人，因为这感觉是好的，从中得到一种满意感，这仍是在正面地极化吗，如果是的，比起服务他人不因自我的满意、而完全是出于奉献服务他人的道途，这样是比较不纯粹吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉，这是一个非常有趣的询问，因为在每个真理寻求者于正面道途上的开端路径上，都会有渴望去服务他人[如你已提到的]，因为寻求者了解到这是它将十分有效地在这条路上前进的方式。因此，对于一个客观的观察者，这样一条正面道途似乎是多少有些服务自我的，因为该寻求者正在做它所感到的将使自己在道途上十分容易、十分合适又至为快速地前进的那件事情。无论如何，我们会建议，这些是被正面的真理寻求

者所采用的、首先的婴儿学步。这些婴儿学步最终将会演进，于是当正面的寻求者思考时，就将不再有(这类)想法给予服务他人了。

那么，当真理寻求者能够自发性地服务他人，不去思考寻求与服务他人的理由，因为这是最为自发的、未计划的服务他人之路；因此，就是该自发性会决定，在正面道途上，该寻求者真正在服务他人，因为那就是作为一种我们会称之为肌肉的记忆，或者灵性肌肉的记忆；而非显意识心智在决定真理寻求者的道途。

在此刻，有最后一个询问吗？

提问者：Q'uo，著名的二十世纪灵媒埃德加·凯西有一次曾说，每个灵魂投生进入物质界是来学习伟大的灵性课程，因此，活着的尘世人生(复数)是进入与神性更为调谐的启蒙过程。你们能谈谈这点吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，我们发觉，名为凯西的实体借由他的能力是相当灵通的；该能力可穿透「记录的大厅」并分辨行星地球上的这些人类演化的记录。超越了遗忘的罩纱，他看见在第三密度幻象之内可用的众多投生，都是一个机会：不只是在每一次投生中被转变或启蒙，或者越来越多地与无限造物者合一；而且还是每一刻、每一天、每个观察中，真理寻求者都有能力去以一种类似启蒙的方式去转变该实体。当真理寻求者开始越来越多地觉察到：在自己之内、在所有造物之内寻求太一无限造物者的旅程时，它发现有机会在其存在的每一个时刻成为它所寻求的事物，如果它的观点足够宽广，并向下行旅到其意识的根部，行旅到其存在状态的高处，于是它就能够以一种方式去感知，这方式被太一的爱与光所强化、灌注，那是它以存有的每一根纤维、在每日活动中寻求的(太一)；于是对这样一位存有而言，一切都成为一体，成为受膏

(Christed)的体验。在某个点上，「在所有事物中寻求太一」的这类渴望就取得一种灵性的动量，接着向心智、身体、灵性复合体揭露，确实它就是自己所寻求的事物，而这种领悟或光照，然后就会越来越充分地显化，于是光照就成为融洽交流(communion)，而融洽交流就成为与一切万有结合。

我们是你们认识的 Q'uo 群体。我的朋友们，一如既往，我们十分感激有机会在今天加入你们的寻求圈。如我们光照你们一样，你们光照了我们，因为你们做着我们发觉是十分荣耀且困难的事情。你们在第三密度幻象之内移动，带着那种寻求的渴望、寻求那个在幻象的任何部分中都不明显的东西，不过这个东西栖息在太一无限造物者的每个部分中，并且就是祂的每个部分。你们是勇敢又宝贵的灵魂。我们在荣耀与喜悦中向你们鞠躬，我们在爱与光中离开你们。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2019_1123b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2019/2019_1123.aspx

---

☆ 第 3214 章集：创造实相

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 1 月 20 日

团体问题：今天的问题是关于这样一个概念：我们如何借由思考的方式来创造我

们的体验与实相。我们想请 Q'uo 给我们一点明示，说说这个概念对不对；如果它是对的，它是怎么运作的。我们想得到更多的资讯，了解如何才能创造更和谐的实相。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们和你们共享祂的服务。感谢你们在这个下雪天形成一个寻求圈。可以回应你们的请求，谈谈该想法、即信念能改变你们的未来，这是我们的福气。我们觉察到，从世俗的眼光来看，这也许非常难以掌握。无论如何，我们相信它是正确的，我们会很乐于分享一些有关的想法。

首先我们必须记住，你们所经验的造物(幻象)与造物实相[它的作品是幻象]是非常非常靠近的，容我们说，但它们不是相同的东西。该幻象与实相之间只有一个心跳的距离，但是幻象被授予物质性，所以你实际上是同时在两个世界中的旅行者：你的外在体验世界和内在体验世界。(我们)暗示内在体验影响着外在经历，这并非在暗示什么很不寻常的事。因为这个圈子中的所有人都清楚，**一个人的态度对于他面对的大部分情况能缔造多大的不同**。当然，你很容易看到：愉快的微笑或轻松看待已感知的某个困难，总是会营造出一种气氛：让周围的人[如果不是自己的话]，对现有的情况感觉好一些。

无论什么地方，只要涉及自己或别人，(你)说出的话不但营造气氛，还引出感觉。那种感觉会以世俗眼睛难以看到的方式，影响内在的自我。实际上，甚至你所感测到的、跟该幻象只有一个心跳的距离的实相，都不是寻找实相的终点，因为你们每个人都属于一个群体超灵[容我们说]或更大的自我，包含很多似乎不是自己的个体，但这些个体实际上都是自我的部分。而这些更大的实体又属于甚至

还要大的实体，直到你达到行星、恒星的层次，还有比你现在经历的亮度高出许多量级的实体。

实相的所有这些等级都是相似的实相和幻象，然而，你在哪一级工作，却很难用文字来明确定义，因为它在任何情况下都不会跟外部实相[也就是幻象]一致。结果是：**寻找真相之路，就像 R 实体曾说，大部分都是在探索真理的深度，而一个人不可能控制所有事物来让自己感到舒适，因为自我永远都不会感到舒适。因为所有的事物都无法被控制，大多数的事物甚至并不应该被控制。**也就是说，我们向你们提议，日常生活中明显的机会和变化，在你们的每日经历面前提供了贡品，所有这些贡品都包含卓越的元素，不光是表面上幸运的机遇，还有意外和不幸，它们好像跟幸运完全相反，似乎是时运不济、运气不佳，甚至是悲惨的。

该幻象的设置方式几乎肯定会让你无法控制内在的宇宙。这是一种外部人格外壳试图指挥各种事物，好让自己感到舒适的情况。这是实体们通常的选择。他们企图控制环境以获得舒适，并实现与安全和保护有关的可感知目标。

这个实体先前谈到的影片是一位科学家提供的，这位科学家提议，肉体的物质组成[即体内的基因结构]所扮演的角色，并不像表面上看起来那样，是控制性和选择性的，因为人的基因结构里的东西，比如遗传的长相不一定是他必须经历的。这个(科学家)实体解释说，这些基因结构有一件衣服覆盖在它们上面；只要这件衣服保持覆盖的作用，基因结构就不会显露出来或者在生活经历中被激活。这层覆盖物是由蛋白质组成的；输入的信号让这些蛋白质活跃起来，使得这些蛋白质表现自己：首先是电子脉冲出现，然后是受到电子信号刺激的特定蛋白质变得活跃，接下来由另一个电子脉冲完成这个由蛋白质肇始的任务，这个电子脉冲要么暴露基因结构、导致它被触发，要么保持原样。

这一实体只是在说，人的信念有确切的实质力量来改变会激活蛋白质的输入信号，信念变了，肉体的反应就会变；所以，如果家族倾向易患癌症，那么搞清楚哪些正面事物可以让套筒继续覆盖在癌症基因上，哪些事情应该避免，以防脱下基因套筒，癌症基因就永远不必激活，永远不必暴露出来，人就永远不必体验癌症。这就是该做法后面的基本观念：试图把外部世界和内在世界合二为一，接着创造我们喜欢的实相，而不是我们在自己的基因结构和父母的遗传中所看到的实相。

这些就是该器皿先前提到的录影带的概要。就你们自己的世界的科学而言，这是合理的；就我们相信的东西而言，它也是合理的。我们很难细细谈论，你该如何跟自己说话，而不是别人该如何跟他自己或她自己说话。每人都有些心智的习惯，容我们说，不是最乐观或最正面的观点。而每个人的领域都不同；这个器皿会说，某些领域很古怪。你在跟自己谈话时进入的是什么思考领域，你在当天犯的是什么错误，基本上取决于每一天、每一刻，取决于你当时的心情，还有你当天在生活中遇到的催化剂。它们真的是错误吗？因为如果你对自己说了令人丧气的话，比如「我不认为我干得了这事儿」，也许你在告诉自己，好让你能停下来，好好查看一下这件事，真诚地问自己：「这是我想做的工作吗？」或者在人际关系中问自己：「这是我想要的立足点吗？或者有别的立足点，不仅更巧妙，实际上还会让我对自己的处境更满意，成为更快乐、更有成效的人」，于是更有能力做一切我希望做的事，比如学习、付出爱、进行服务？**所以我假定：我们说的是，你心里的想法和你对周围人说的话，在某种程度上是一股影响你未来的力量，这股力量的大小取决于你有多相信自己所说的话，或者在相反的情况下，你有多不相信你所说的话。这一点是真的，但要去证明它则超越我们的能力。**

时间的问题是十分令人困惑的，但是跟这个讨论很有关联，因为「时间是如何流动的」这一特性是关键，有助于掌握无形的东西、例如想法如何可能去影响物质。**所以我们首先的声明是：如果你有信心，就单单凭靠信心，这件事就是如此，然后带着一种意愿去探索，在自己跟周围人对话时，如何表达你最真诚地认为是真实的东西，表达你最深刻感觉到的确实如此的情况**。因此我们不是在建议房子着火时，有可能看着它说这是完美的。这不会阻止房子被烧毁。我们完全赞同，关于一个貌似不幸的情境，思想不会改变该情况的格局，至少不会在物质上改变。

然而，想想上一次你听说的、某个安然度过火灾的人，他是怎么说的？他很可能说：「感谢上帝，我的妻子和孩子都很安全。我们失去的只是房子。」**不知怎的，坏运气的功能不是在人们的生活中制造悲剧，而是开启感恩和正面变化的可能性。**看见一己的房子被烧毁或其它灾祸的打击，对于取得正面变化来说可能是很糟的机会；不过在同时，后见之明的礼物让你可以回顾这些难捱的经历，准确指出该经验的真实品质和你所感激的细微之处。该经验在当时好像很可怕，但后来回过头去看却几乎相反：差不多是福气，差不多是幸运，因为你从经验中学到了东西，变得成熟。

所以在你面对自己觉得困难的某件事时，我们不会建议你带上玫瑰色*眼镜，说这个困难不难。相反地，我们鼓励深思的态度，愿意接受所有表面经历的双重特质。经验有外部的特质，也就是你看见的、感觉、品尝、触摸到的东西。还有内在的特质。内部特质是很微妙的，并不简单；它是由你当时在表面人格外壳的层次上的存在，加上那些更深的自我层次所组成的；在更深的层次中，你让自我更深的部分透进一些阳光，你在那里注意到自己心情和情感的某些布局，它们把自己塑造成了你内在生命的种种结构。也许你自在地处于那个内在结构中，扮演你

享受的角色；也许你所处的结构，你还没有完全探索过，你依然是个寻求者，属于自我的探险家。也许在你所处的层次上，很多东西对你都是未知的，你可能感到相对不自在，但你觉得你正处于自我的一个很真实的部分，只不过你还没有完全熟悉它罢了。

*译注：rosy，隐含过度乐观的意思。

这些熟悉的和不熟悉的角色，旧事物和新事物的结构，所创造的内在生命的三维性，几乎不可能用语言来描述，但是我们觉得你们掌握了我们尝试说的：当下此刻在自我之中出现的东西，要比眼睛看到的多得多，不光有面对日常生活的人格，还有在漫长旅途的某一点出现的人格；在这个长途旅程的前面有很多能量、在其背后也有很多能量。而你只是在该幻象中选了一点，进入觉察，拥有这次的人生，获得这些经验。所以，你只是在某种程度上，带着肉体载具、这个人格，以及巨大的重量——包含多生累世、许许多多的经验、很多已经实现和尚未实现的渴望——伸进了外在实相。当觉醒出现时，这就是每个寻求者所处的情况了。一次又一次地，(你)觉察到：这情况远比简单的当下此刻要复杂得多；而对当下的充分反应源于自我内部或远或近的位置，所以面对当下此刻的你，从来都是独特的个体：对于那一天、那一刻、那种心情、那个催化剂来说都是独特的。

我们看待时间和你们看待时间(的方式)不一样。**我们把时间更多地看成圆形，我们把你们的经历看成是圆中之圆，我们在看待这一切时，更有能力为真实情况的复杂性留出余地，而无需限定它，结果是：我们发觉拥有愉快的生活方式[容我们说]变得容易许多**。就内在的意义来说，我们不像你们那样处于厚重的肉体中，它遮住你许多的视野。它特意遮住你的视野，因为你应该被该幻象摔得失去平衡、受到它的干扰。你应该卷入其中，失去客观性，犯好些错误；在这时候你觉得自己失败了，而在同时你正在实现心里的每个渴望，只是没有按照你也许计划过的

顺序，或者没有你想象的那种自在。不过，所有好像突然发生在眼前的事件，都是混合了外部世界中毫无规律或理由发生的事——比如天气、汽车坏了等等——与那些因大量内在原因而发生的事；内在原因创造了情境，由于你的内在体验的丰富性以及它把你带入当下此刻的方式，在诸如天气不好或汽车坏了的事中，这将会是完全不同的体验了。

现在，你在当下此刻播撒未来的种子，从我们的观点来看，这就是它变得有意思的地方，因为事实上，这就是众多已觉醒的人此刻专门来这里做的事，即在短期内为你们星球的未来缔造不同；该不同是指：各个寻求者如何看待当下、看待未来。这里就是自我实现的预言派上用场的地方。很容易看到，如果名叫 Carla 的实体在痛苦时微笑，她就会影响周围人的生活，甚至到了这种地步，他们就像在这次冥想之前一样问这个器皿：「你怎么会感到痛，而不作反应呢？」这个器皿觉得这个问题不容易回答，因为据她所知，她对痛苦有反应。很明显地，她只是比自己以为的更善于把对痛苦的反应留给自己。

这一点对你们每个人也是真实的。每个人都有些领域会让别人心想「啊，这人做得真棒」。但是对于你、你自己而言，就你当时反应的质量，就你的心对意识本身的反应质量而言，你觉察到一个差距：介于期望做到的和实际做到的程度之间。**但是我们对你们说，你们每个人都是一个极为强大的支点，而当下就是枢纽；你在当下一刻所做的事、跟你对人类未来的信念有关，要么归结到帮助行星地球在第四正面密度安全出生，保存星球上的所有居民大体安全，要么归结到全球 ，在其中目前所有不稳定的磁性流动都将变得稳定。就我们所能见的范围内，这两种未来此时都是完全有可能的。未来就在你、你和你，你们每个人的手里，就在你们每个人的信仰系统之内。**

想想一个人如果选择把信心带入当下此刻、把心中的爱带入当下此刻，会如何影响当下此刻、影响他[该表达爱与光的人]周围实体们的心情。想想你自己生活中的那些时刻，当你找到了恩典，赢得了好态度，你觉得多么充满力量啊，它真的改变了外在的实相，只因为你怀着快乐的心情、站起来迎接挑战。想想有时候你怎样用负面的看法，说服自己越来越深地进入悲伤、忧伤、绝望，从而毁坏了自己的人生。

用大胆的笔触创造未来，这不总是有可能的。不总是有可能把你在甚至一瞬间能欣赏到的美，用一天、一周、一月或一年的时间表达出来。好像如果你从一千个不同的水平来看，生活中的珍宝与美丽、其消失速度要比生活中的困难和艰辛的消失远远快得多。**我们对信实者提议，你的道途在于继续玩着发给你的牌，享受当天的气候，尽可能好好处理似乎需要处理的杂务；接着超越所有这些事物的是：尽可能保持一种忆起，它跟发生了什么事情无关，它顽固地反抗表面的实相，忆起你的内部实相；该实相对你来说，比物质世界的苍白颜色要鲜艳许多，那就是你自己的心、魂、灵的内在世界。**

当你在那些变得如此珍贵的时刻中安静下来，当它们真的到来的时候，你会感觉到自我的真理，你心爱之人的美丽，你灵魂的力量，以及你内在的力量。尽可能歇息在你对那些宝贵时刻的记忆中，那时你真的感觉到跟造物者的联结，真的感觉到你是一切万有、是爱的一部分，而你拥有的那些联结使你成为统一的、积极的、并且充满希望的。

处于信心中的一生不一定总是在表现信心；相反地，这一生充满错误，但自我一旦感知到这些错误，就会尽最佳能力去更正它们。如果你愿意在一切都不顺利的时候保持这个自我感，在所有的困难和情绪都表达之后，成功地记起这个自我，

那么你就在过着良好的灵性生活。因为丰盛的灵性生命之标志并不是活得安安稳稳、一切都是平坦的，相反地，它的标志是自我经常受到挑战，在得到安慰后要承担责任，在承担责任后又得到安慰。那就是技巧的所在之处了：在于不放弃自我，不因为已感知的失败而放弃，而是看见：一己不可能随时看见藏在当天的表面混乱底下的样式。那种忆起足以让你保持信心、或者在关于未来的方面充满信心。仿佛那个自我的忆起超越一切的心智和情绪模式，对于那个灵性自我的忆起，忆起那些与造物者连接在一起的时刻，使得自我能够扶起自己，掸去身上的灰尘，接着再次尝试。还有一种技巧可以把未来变成正面的、越来越闪亮的东西，那就是仅仅记住你是谁，记住这个过程是怎么回事。重点不是创造美好时光，虽然创造美好时光是美妙的。重点是保持真实，尽自我所能地真实；而这个过程常常会把人引入歧途，通往自我所感知到的错误判断，通往自我所感知到的错误决定。

你思考得越多，进行合理化与分析所使用的脑力越多，自我就越联结不到内部结构里更深的阶层，这些阶层实际上在用你生活里的大笔触，展现出你投生中更深的模式：关系、职业，一年接一年的各种情况构成给自我的持续课程。

你不是固体，你是一个振动、一个能量场，你跟宇宙中所有其他能量场都有绝对的联结。你跟它们的联结透过一系列不同量级的秩序和[容我们说]实相，只有从更大的视野才可以理解它们。在你的生活经历中有很多时候，你看不出某个情况怎么可能有爱，**但总是可以转向一个由 Ra 群体提供的问题：「此刻爱在哪里？」这一个问题总是富有成效，你可以在目前的症结处问问自己这个问题。只要你找到此刻的爱在哪里，并把自己放在那儿，那就是你影响未来的方式。**你是因为渴望一个东西而选取它。这是好懂的，但是说到怎么回应你收到的东西，你有个技巧、有个机会，在每次收到献礼时问自己：「这一刻的形而上结构在哪

里？从一个更大的角度、真正告知我情况而言，这一情形在对我说什么？」

R 实体建议，汽车出了故障必须修理，这种事造成恐惧紧缩；即使财务不再紧张到以致使之构成实际的紧急情况，即使有钱修车，只需送去车库修理而已，事件的周围还是有紧缩，这纯粹是由于过去的冲动和情绪所设置的信念模式所造成的。那么，你可以继续使用那个模式，感到害怕，在维修完后感到高兴；或者你可以利用这个机会，像 R 实体那样问自己：「这真的是我走过这个体验的最佳模式吗？或者，既然我的幻象已确切改变了，我或许应该采用不同的模式？」当然，我们会赞同。我们会建议 R 实体创造新的模式，这一个模式让他在必得对任何物件做必要的维护时，觉得舒服；因为你们幻象中的那些东西，本质上就是寿命有限的，不过人们预先就知道，所有的机器和引擎都会出毛病，必须维修，只要你生活在这个幻象中，你就免不了要付这个代价。你的时间有限，你用来考虑未来的真心渴望的时间有限；现在正是时候：所有想望服务光的实体可以确信，自己的服务都会算数(有价值)。你们每个人在地球上生活，还有我们来到你们地球内在层面的影响圈内，都是因为你们生活的时代令人激动、很有意思。每个人都觉察到强劲的改变之风，每个人都觉察到未来的潜力，不管是好是坏。**你对当下此刻会做出什么反应呢？你的信念将如何创造你的未来呢？**

我们向你们保证，你们每个人都有很多的力量。它是一种宝贵的力量，对于在此刻在你们星球上的很多很多人而言，这是一次加冕式的投生。这是一个模式的终结，或者有潜力成为一个新模式的开端。这一个非常令人激动的时刻，也是一个困难的时刻。为了此刻在地球上尽你所能来服务光，你们每个人都做出了很多牺牲[容我们说]，所以我们只是鼓励你要鼓起勇气。你们处于正确的航向上。**那些你感测到会有帮助的努力，就是你应该聚焦的努力；一直向新的途径开放心智，但信赖你自己内在的感觉、预感、直觉，它们告诉你：「是的，这就是我应该在**

的地方，这就是我应该做的事情。一切都好。」

你的心智里真的装着一个世界。愿你在自己的心智中诞生那种自我感：面对一切你都很平静，只寻求太一无限造物者的临在，并寻求向你自己，向你周围的世界为那无限造物者做见证，因为你获得光来如此行动。你们每个人都有很多可给出的东西，每个人都有要分享的灵感；有些人以一种方式分享，有些人以另一种方式分享：有些人借由敲钉子，有些人借由在街上走路，有些人借由自己说的话，有些人借由自己所做的事来服务。每一个人都是一个令人难以置信的、丰富模式的一部分，你在这个模式中涉入整个人类、和你们密度内的所有生命、以及创世以来所有密度中的生命、所有世界以外的生命。允许你自己在一切万有的一体性中歇息。允许你自己喘息与慰藉(的时间)，不过同时又要求自己在拥有看见责任的那束光时，负起责任来。单纯地注意到这份责任：成为你之所是和保持真实。

我们会训练 Jim 实体，怀着对这个器皿的感激，在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo。我们在此刻转移。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。我们很荣幸在此刻提供自己来尝试去谈论在场者的脑海中仍可能留有的任何进一步的询问。现在有另一个询问吗？

S：我就是有点好奇，想知道 Q'uo 在什么地方度过第三密度的经验。你们可以跟我们讲点什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如你也许觉察到的，我们 Q'uo 是一个

原则，因为我们属于多于一个源头或起源。Latwii 群体属于光的密度，它们跟爱的密度的 Hatonn 群体会合在一起，接着跟合一密度的 Ra 群体会合。Ra 群体，如你们所知，是在你们称为金星的行星上体验它们的第三密度，它们很荣幸在金星的第三密度中拥有一个十分有效率的经验。这许多实体最终形成金星的社会记忆复合体，在那个星球上经历了一次十分和谐的第三密度并且非常迅速地通过了那个体验[容我们说]，它们的一个显著的部分在第一个 25,000 年的周期中就达成毕业，一个更大的部分在第二周期中达成毕业，而在第三个周期，那个星球上的所有人口都加入该社会记忆复合体*。Hatonn 群体和 Latwii 群体在它们的行星上经历了多少有些类似(Ra)的第三密度体验，它们的行星离这个太阳系很远，尚未被你们的天文学家发现。因此，行星的名字或者位置是无意义的，不过，各个社会记忆复合体都已经发现第三密度的体验造就了对寻求的淬炼，而考验之火强烈又真实。为了在此刻的这些传讯之目的，我们形成了你们称为的 Q'uo 原则，我们为此感到荣幸。有另一个询问吗，我的兄弟？

*译注：这里的叙述和 Ra 自己的描述不同，请参看一法第 89 场集会。

S：有着这些不同的起源点，你们是如何相遇的或者如何来到一起形成一个原则？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当一个行星上的全部居民从第三密度[选择的密度]移动进入悲悯、爱、理解的密度时，该社会记忆复合体中的每个实体之间会有明显的调合。而这种调合获得许多协助：包括天使临在、或老师、指导(灵)——它们代表服务太一无限造物者的星际邦联。于是，当有机会向新的社会记忆复合体提供[容我们说]会员资格时，邦联就会送出光的使者，让潜在的会员知道有机会通过成为星际邦联的一份子来扩展对他人和对太一造物者的服务。并且，在这一邦联中有机会将自己的能量、努力和服务与许多其他社会记忆复合

体相融合。你们称之为 Q'uo 原则的形成，是那些以前以特定方式服务于这个团体的实体，试图与这个团体保持联系的一种努力：Hatonn 多年来曾向你们团队，也向这个星球上很多别的团体提供过初级信息；Latwii 也是这样，虽然它们的参与程度要少一些，因为 Latwii，容我们说，更为沉默，因为它们是以你们称为的安慰者的身份，来这个星球上[还有其他星球]服务许多个别的寻求者。Ra 群体以前接触过这个团队，它们渴望维持联系，然而有必要退居幕后，以便让二十多年前开始的服务得以继续下去。

有另一个询问吗，我的兄弟？

S：你们觉得在什么时候，各种条件会适合进行一种更直接的接触？快了吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**相比我们现在有幸追求的接触，我们并没有看到要跟这个行星上的人群或者其任何部分进行更直接的接触。**有另一个询问吗，我的兄弟？

S：目前没有了。我这边没有。谢谢。
现在有另一个询问吗？

S：我可能说谎了。我还有一个。我的理解是：金星并非起源于这个太阳系。它是来自 19 光年远的地方。Ra 当时的体验是在金星成为一个漫游的行星之前、还是之后呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们觉察到：关于这个太阳系中的每颗星球的起源都有很多种理论。有很多寻求服务的实体给出这种或那种资讯。在很

多的情况中，传讯是贫乏脆弱的，并且不时会被错误地诠释。除了太阳系[金星正在其中运行、拥有一席之地]之外，我们并未觉察到你们称为金星的星球有其他任何的起源。有另一个询问吗，我的兄弟？

S：没有了，仅仅是好奇。我对于来自另一个管道的资讯感到好奇。谢谢。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的兄弟。我们确实感激这个团体[在这些寻求圈中]提供给我们的每个询问，因为我们觉察到：每个实体确实在其内在拥有巨大的渴望、要去寻求那些奥秘和未知的领域，因为每个寻求者的内部和外部都充满了奥秘。而大脑的目标与焦点就是为心提出的问题寻求答案，无论如何，**当大脑和心同时在和谐中开放时，机会常常更多**。

我们是你们认识的 Q'uo 群体。在此刻我们会离开这个器皿和团体。在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中，我们离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translatedby T.S.

(V)2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2002_0120b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0120.aspx

---

☆ **第 3215 章集：改变与怀疑**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2002 年 2 月 4 日

小组提问：Q'uo，今天的问题涉及，我们在面对改变、面对更快的振动时，产生自我怀疑这个概念；每个人似乎都体会到了这些振动：在人生模式中有更大的压力、更多的选择、更大的焦虑。保持稳定在某种程度上似乎是舒适许多的事情，我们如何才能与自我怀疑打交道，在灵性道途上做出选择的时候，我们如何才能与改变打交道，在这些方面，我们想要请你们给我们一个观念。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们今天来到你们这儿。我们想要感谢你们形成了这个寻求圈，感谢你们服务的渴望，感谢你们渴望越来越好地、纯粹地去知晓。我们可以感到你们今天承受的担忧之重力。第三密度的体验越来越尖锐、越来越突出，对寻求者而言充满了情绪和挑战，因为觉醒的寻求者真的陷入了两个世界之间；不一定是陷入困境或掉进陷阱，但肯定觉察到(自己)需要跟似乎很分离的世界联系。回应肉体投生的需求、补给的需求、保暖、住房、食物、衣服，以及人生所有的生活必需品，这本身就不是一个容易或简单的任务。

价值的问题始终存在：自由的时间或更多的钱，哪个更有价值？强烈的努力或努力带来的物质成功，哪个更有价值？这类问题不容易回答。在日常生活的背景下，满足生活需求、想办法解决每天的难题这类事情，好像为新事物、新试验、新路子和新方向创造了绰绰有余的机会。在水平世界占据了你的生活三维空间的同时，你的内在又有个垂直的生命，它始终设法向下走得更深以在意识根部找到灵感源泉，向上走得更高以找到从上天来的引导；它寻找时凭借的是热切的渴望和坚持不懈的发问。

R 实体谈到在做出决定的时候的观望态度，我们发觉这么做经常是有技巧的。就我们所知，就灵性而言，没有迹象表明，迅速地移动会比缓慢地移动更好。

也许今天我们想采取的方向，是谈谈这个器皿近来一直在思量的问题，那就是怎么修建一条路来联结这两个世界。你们每个人在这个特殊的时空所体验的特殊能量，现在非比寻常地强大又慷慨，原因很简单，因为你们整个星球所处的时间/空间区域，是地球第四密度诞生的地方。我们说不上这个分娩要持续多长时间，但是在这期间你们的人群和星球有很多需求，有要求改变的巨大压力，这是行星分娩这个特殊阶段的产物。这些事情不仅微妙地影响着你们每个人，而且还影响着时间和空间的性质以及光的性质。换句话说，你们周围的世界在变化。所以，毫不奇怪你们每个人会觉得，这是改变的时刻，需要有些紧迫地表达自我的真理；为了更好地表现这个真理，现在和[容我们说]今后十年就是黄金时间，让你找到新办法，用心和魂更充分地表达自我。不必然是壮观或动人的表现，而是在自我里面创造出逐渐完成各种模式的感觉，这些模式有助于你在越来越深的层次上更充分地表达自我。

改变发生的时候，有很多东西会消失。这个器皿试图把她旧书桌上的所有物件放到新书桌上，却发现很多很多东西都放不下。日常生活里的这些七零八碎，这些不再有地方安置的小箱子、成堆的物品，她该拿它们怎么办呢？当地理位置发生改变时，内在自我也要经历这过程。S 实体的新家，Jim 和 R 实体可能得到的新工作，当然还有此时摆在这个器皿面前的所有可能性，这些事情令人兴奋，可以变得比创造了它们、给了它们实质的那些根本原则更大。我们会鼓励你们每个人，不要分心了，以为外部细节以及物质世界里必要的转变和改变是过程中最困难的部分。因为自我内在有许多类似旧书桌的东西，上面有很多小空间，装满了

许多细节，你认为它们是你人格外壳的重要部分、有意义的部分。你该把什么装箱带在身边，把什么丢掉呢？有哪些东西仍然适合放进自我的抽屉，哪些必须抛弃呢？

这些问题比起怎么为新的物质情况做出安排，要远远更有挑战性。在这个文化的环境中，关系网络对于这些内在变化的支持，要比对[所有人都理解且共有的]外在变化的支持少很多；如果改变是换新工作、换新房子、新的志向、新的关系、新近的悲剧或疾病，很多很多人都会同情并掌握改变的性质。不管外在感觉是好是坏，所有这些变化都可能被大多数人看成是很考验人的；不过，内在的改变更难找到支持。内在改变没有真实的社交模式。那些足够幸运找到了灵性导向社区的实体，也许处于最有利的位置，可以对别人的需要表示关心，对自己接触到的人表达支持和鼓励。

在正常生活中——在工作场所中分享、在事物表层上谈话——想要咀嚼细节、反复琢磨情况、寻找把拼图中所有的碎片、颜色、新奇拼成新图案的关键碎片，真实的支持和鼓励实在太少。而要看出一个新图案(模式)，有时候真是令人迷乱和感到困难呀，确实，有时这对于第三密度中最优秀的人类都是不可能的；我们不会鼓励你在绊倒时对自己太严厉，因为改变的外在部分已经够难了，而新的改变所丢开的、自我中尚未探索的角落，其难度几乎不可能去表达；不过，你们每个听到这话的人都可以回想自己的人生，一次次看到那些孤单寂寞的时刻，当时外部生活很平静，而内在生命却是充满骚动。

对那些在经历改变时心痛的人，并非没有慰藉他们的香膏，因为有的。有着无尽的香膏、悲悯、协助。挑战是在于变得足够平静来接收它们。因为自我是习惯于奋斗、呼吸、推进血液、准备食物、把所有东西都安排得井井有条、向前进。第

三密度的训练是去做事、行动，面对并解决所有正在进来的问题。所以，不要害怕那些改变的时间，而是知道，这时应该转向静默，尤其要理解让灵魂歇息的重要性。

在一天中需要不时地完全停下来。好摆脱细节，摆脱你在努力时所遇到的困境、关系与利益的纠结。能够单纯地停下来歇息，这有多宝贵啊，敲敲你的心之门，期望着、等待着钥匙转动的瞬间，因为大脑终于安静下来了、接着通往圣地的门突然打开，造物主就在那里等着你！有一座永恒的神殿，它用静默制成，用美搭成拱门，用希望砌成尖顶，基座是相信一切都好的单纯信心。这个内在的至圣地是极其宽敞的空间，是天堂的美好一角，是伊甸园里的一小块地方，这里没有任何无礼、任何不圆满，这里永远没有任何改变，因为一切真的都是一。

在考虑改变的问题时，也许我们会跟你们分享的一个关键是，不要把改变看成一种逻辑辩证，因为那只会让二元性延续下去。虽然你们的密度是选择的密度，不过也有着万物为一的层面。每次选择前先在自己的心里，花时间在单一的、统合的静默中准备，这会很好地帮助你做出更好的选择，因为你在练习无限造物者的临在，允许心中的问题单纯地存在，让你、造物者、和带来的问题全都在一起歇息，彼此相爱，受造物认识造物者，而造物者认识受造物。每次你进入这个空间时要空手进去，因为你不知道静默会给你带来什么礼物。你不知道也许什么野兽、鸟、风、天气会做出反应，为你带来消息，把雄辩给予静默，把提示给予智者。

如果你没有机会正式地打坐，我们鼓励你寻求大自然之道，一有机会就进入大自然环境；因为在那个世界里，你是万物的一个和谐且被珍爱的组成部分，在那个世界里，光受到信任，同等地拥抱生与死，所有的花朵都向着风、天气、季节鞠

躬。在人格外壳中，在那人格外壳[位于肉身中]经历的人生中，这样的季节也有好几个层次。

确实，回顾并看看先前的学习螺旋是有帮助的，因为过去可以为你告知关于自己的事。记忆可以告诉你，你过去的优点和缺点在哪里。那个记忆当然不会为过去的问题找到新的解答，或者为你觉得不正确的过去模式找出有创意的方向。很难把事物的表面魅力，跟细节底下的单纯、混乱底下的模式区分开来。Jim 实体说，有几次事情完全一团乱，好些东西也搞丢了，表面上模式变得松散，而结果却找到某些找了很久的东西，模式也几乎不由自主地恢复了。这种奇怪又反复无常的事件序列，常常会产出新礼物、新模式、新的开始，几乎像是意外或不由自主地发生。

真希望我们可以从自己的位置达到你们的世界，安排你的投生细节，让你脑子里的忧虑无需存在，因为我们深深地同情你们在生活模式中、在关键决定上要面对有时多得可怕的困难。不过我们没办法进入你的模式，理顺你学习和成长的螺旋。我们只能对你说，你越是安住于信任和信心中，你就给巧合越多的空间来为你工作；你越强烈地相信一切都好，各种模式就越快变得平顺，接着向你揭示：确实，一切是好的。反过来，你越是聚焦在恐惧上，恐惧就变得越真实，以致于到了这种程度，如同像你们每个人过去看到的：这个自我实现的预言真的发生了，你最害怕的事情来临了，因为它一直是自我内在的能量焦点，它已经创造出自己的漩涡，开始把爪子伸进你的人生。

当你感觉到在已计划的改变周围有恐惧的紧缩时，我们请求你荣耀这些感觉，不要回避它们或用肯定语来替代它们，但是要拥抱它们，跟它们一起休息，允许平衡工作的过程在你里面自行解决问题，让它的张力变得甜美且真实，允许你的所

有催化剂经过你的心愿、情绪、过程之薄膜，容我们说。不要压下它们，不要把它们推到(显)意识的层次之下，而是为它们找时间。找些时间跟它们坐下来，仿佛它们是你担心关切的孩子一样。也许大声对它们谈话有帮助。有一件事很肯定，那就是恐惧不会因为你压抑它或有意把它推到一边而走开，因为你推的时候用的信心，不是发自内心感觉的，而是从外面抓进来的。你的内在有信心。你不须假装拥有它；但是，信心始于荣耀和尊重你的自我怀疑和不相信的感觉。

怀疑的疗愈在于(取得)平衡；平衡有时候来得慢，所以我们请求你要对自己要有耐心。允许时间经过。允许命运滚动。允许狼的嚎叫、鹅的鸣叫、风儿的恸哭以及暴风雨把那些只有时间能带来的那些元素带给你，允许那些能量前进经过你，在该前进中只靠时间来成就。

一个新的时代已经诞生了，这是真的；你们的星球现在正处于分娩新世界的过程。所以你也处于自己的分娩期，生出一个新的、希望是更有灵性导向的实体，在你做出各种选择时找到方法变得更真切。在每日谋生与第四密度[无条件爱的施与受]之间，你如何打造一条路呢？对于那个问题，你们每个人都有部分的答案，因为每个人现在都在用自己的想法、信心、怀疑来铺设那条路。

一如既往，我们和你们同在；我们和很多其他实体乐于在你们的冥想中加入你们，好强化这些冥想。我们很荣幸也很乐于找到各种方式把梦境、零星想法、巧合带给你们，而这不仅仅是我们的实践，在你们星球的内在层面之中，很多想望帮助你们的实体都将找到方式来与你们交流，特别是关于那些你们正在担忧的事情。持续打开耳目，注视每天带来的小小美丽与祝福。

我们在此刻要问：在场的任何人是否有任何想要提出的问题，关于这个问题的后

续提问或任何其他问题。现在有一个问题吗？

（没有询问。）

我们发觉，当 Jim 实体停止为我们回答问题时，问题就枯竭了[1]。因此，我们将把我们经由这个器皿的演说——即我们的「宇宙性布道」[2]，如这个器皿会说的——收尾；我们想说，能跟你们每个人谈话，是多大的荣幸和福分啊；一如既往，我们会请你们每一位带着主观审慎的眼睛或耳朵来聆听我们所说的内容，拿走那些似乎对你们是好的东西，并将其他的都留在后面。

[1] 原注：Carla：Jim 是一个谦逊的男人，他担心自己的传讯是无价值的，今天避免去传讯问答部分。在 Q'uo 团体做出这个评论之后，他决定：也许他这个管道也是被需要的！感谢造物者！

[2] 原注：一个来自 Brad Steiger 的书《神圣火焰》的措辞。

我们多么希望我们能够向你们表达：你们所经历的苦难和改变的过程有宝石一般的特性，(以及)我们如何能看见(你们)在你们密度中通过上好催化剂的过程和体验而在内心完成的锻造和退火工作！真的，一切都好，你们每个人都在正确的方向上。愿你们进展顺利，愿你们是勇敢的。愿你们是欢乐的。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们为在此刻发言的荣幸而感谢你们。我们是你们认识的 Q'uo 原则。Adonai Vasu Borragus。[3]

[3] 原注：这个问候语经常吸引读者提问。我相信它同时是一个问候语和告别语，它的意思大致如是：在造物者中致意，亲爱的兄弟/姐妹。乔治(George Hunt Williamson)认为这是来自马尔戴克的语言，又被称为 Solex Mal。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2002_0204b.htm

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0204.aspx

---

☆ 第 3216 章集：封锁

是的，存在恐惧，

是的，存在隔离，

是的，存在抢购，

是的，存在疾病，

是的，甚至还有死亡。

但，

他们说在 武汉，经过多年的喧嚣后，

鸟儿的歌声再次响彻耳边。

他们说仅仅安静了几周后，

天空便不再浓烟弥漫，

而是纯蓝与灰色，清澈的天空。

他们说在 亚西西的大街上，

人们相互歌唱，

歌声穿越空荡荡的广场，

人们打开窗户，

于是那些孤独的人儿，

便可能会听到周围家人的声音。

他们说 西爱尔兰的一家酒店，

正在提供免费餐饮，还送货上门。

今天，我认识的一位年轻女士，

正忙着给邻居散发传单，

上面写着她的电话号码，

于是老人家们，便有人可以来探望。

今天，许多教会、犹太会堂、清真寺以及寺庙，

正准备着迎接

和收容无家可归的人，患病的人，和疲惫的人们。

世界各地的人们，都放慢了脚步，反思着；

世界各地的人们，都在用一种全新的方式看待他们的邻居；

世界各地的人们，都在苏醒，面向一个崭新的实相，

了解我们究竟有多庞大，

了解我们真正的控制权有多渺小，

了解真正重要的东西，对爱苏醒。

所以我们祈祷，我们铭记，

是的，存在恐惧，

但不必有仇恨；

是的，存在隔离，

但不必有孤独；

是的，存在抢购，

但不必有刻薄；

是的，存在疾病，

但不必有灵魂之疾；

是的，甚至还有死亡，

但，总会有着爱的重生。

清醒地认识到你所做出的选择，关于现在如何生活。

今天，(放松地)呼吸。

听吧，在你恐慌的工厂噪音背后，

鸟儿又开始鸣唱；

天空正变得澄清；

春天正在来临；

而我们，一直被爱所环绕着。

打开你灵魂的窗户，

即便你们可能无法

穿越空荡荡的广场去碰触，

唱歌吧。

理查·亨德里克(Richard Hendrick)，

2020 年 3 月 13 日

文章来源：

https://www.facebook.com/BroRichard/posts/10158060660454328

Translated by April, reviewed by cT

☆ 第 3217 章集：祈祷与释放

---

7 月 8 日(圣灵讯息)

我带着 基督耶稣之声前来、对这世界讲话。我在爱的全然意识中问候你们。

今天这个器皿的内在有着担心、忧虑，以及尚未淌下的泪水，她担忧着健康受损的家庭成员。这位朝圣者犯了跟许多人一样的错误：想要拿起 基督的十字架并追随祂，而这个寻求者却拿起忧虑的十字架并跟随世间幻象。

让未流下的泪水成为那祷词。让祷词成为感受到的祷告、意味深长的祷告、领悟的祷告。

然后让寻求的灵魂安心歇息，因为所有的负担都不需要灵性去承担。安慰者的功用是听到倾诉、然后把它交给更大的意志。
随着祷词的诉说，这件事便已完成。它可以被释放、可以被信赖。于是人灵可以得到慰藉与平安，它知道更高的意志、透过耶稣· 基督、已经被祈请。
我们敦促你去祈祷，释放祷词，然后，最终进入当下与永恒的完美平安之中。阿门。
--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3218 章集：等待东道主的邀请**

---

7 月 9 日(圣灵讯息)
有一群实体以耶稣基督的恒常创造之爱浇灌世间、我是其中之一员。我在爱之意识中问候你们。

当世界需要并请求该意识时，那意识会在它愿意的时候盛开。那意识由渴望所呼唤。它以客人的身份住在房子中，等待着主人的邀请好参加桌上的谈话。

有时你可能有身在宴会的体验、有时又有饥饿的体验。然而，神圣思维的玛纳(manna)总是在那里、充分供给以填满寻求者的心与意，这些寻求者超越宴会和饥饿、寻求那每日的食粮、为了自我转化和全体人类的更新。

我们在源源不断的神圣之爱的平安中离开你们。无论你们的境遇如何，这都是你

们的，现在与永恒皆然。阿门。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3219 章集：绝不要跑太快**

---

7 月 11 日(圣灵讯息)

我属于爱之原则，在爱中问候你们。

今天、我们发觉那些找寻我们的人，他们的心思是烦闷和忧虑的，因此在爱之圣灵和寻求祂的人们之间只有非常微弱的联系。想让那些快速行动且心烦意乱的人知晓祂，对于我们来说是很困难的。

但我们确实与每个人在一起，无论情况如何，无论心思被放在何处。的的确确，不管日子过得有多快，不管当天情况让你多么沮丧，我们都与你同在。爱不会离开你，但，毋宁说，苦恼和忧虑的人格忘记了敞开(心)并请求 基督之灵进入。

我们希望你们绝不要跑得太快、或者感到心情很差而忘记对爱敞开，因为爱可以转变，不是转变境遇，而是对境遇的感受。

我们在平安中离开你们，现在与永远。

--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3220 章集：责备与原谅**

---

7 月 12 日(圣灵讯息)

我属于圣爱之原则，我在耶稣· 基督之意识中问候你们。

今天我们想要和你们谈谈责备与原谅。

在各种经验之间区分、辨别、判断以作出选择和决定，那是人类的一种自然能力。这是适当地使用 天父给祂所有孩子的工具与资源。

然而，分辨本身也有黑暗和令人不快的一面。这就是当一个人作为见证者，看见他人对另一个人施加行动时，对该行动产生的歧视。你会不会，作为见证者，责备与审判呢?

我们相信并盼望永生 上主之灵，藉由恩典，可以在这些艰难的时刻使你敞开、到达虔诚关注的力量与慰藉之中。因为在虔诚关注的态度中，只渴望 天父的意志得以完成。接着，报以感恩，确实，一切都好、一切都将是好的。

这些正面的肯定给了见证者超凡的平安，并把那些争端者带入原谅与祈祷的光中。愿你们成为 圣灵之力量的和平使者，而不是责备与审判的使者。愿你们发现、保存、分享那确实超越人类理解的平安。
正是在这平静与悲悯中，我们离开你们，现在与永远。阿门。
--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3221 章集：善之宇宙**

---

7 月 13 日(圣灵讯息)
我属于爱之原则，我在爱的全然意识中问候你们。

愿今天你认识了环绕你们的光。

愿你们的道途充满了大地上和心智中的、许多鲜花与小草的意识。

愿圣灵为你创造出如 天父所愿的善之宇宙。

愿爱为你开路、使你今天的道途美好。

转头并且呼唤爱之灵，你将被包裹并轻抱在光中，你将会爱你清醒经验的每一刻。我们，属于爱之原则，为了能够和你一起分享今日的步伐而感到欢欣鼓舞。

我们在圣爱意识的平安与喜悦中离开你们，现在与永远。阿门。
--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3222 章集：圣诞节的愚行**

---

12 月 25 日(圣灵讯息)
我的原则属于爱之意识、该原则在 基督耶稣之中；接着在我们共有的神性之全然
意识之中，我向你们致意。

你们经历了仪式、它把黑暗无法熄灭的不可改变之光带进感官和阴影的世界。对于许多在今天感到悲伤的人，我们要说，在时刻临近、并庆祝神祇与人类的仪式时，为之欢庆是可接受的。

但是我的孩子们，要知道这点：面对你们的人性和你们对神祇的清楚认识，你们内在的灵自然地倾向于不耐烦，因为所有的日子都可能是灵性在每个有意识的存有中重新诞生的生日。

当心耶诞节的愚行，不仅仅在某一个盛典安放你的喜悦，而且要在持续的、有时难以量测的事件和场合之串流中，安放你的喜悦，在这串流中，基督耶稣的饱满圣灵和关怀闪耀穿过。让你们自己成为那些管道、不需要盛典来号召自己通往基督耶稣之爱的管道。

在基督自己的平安中、我们在这平安的自由与锻炼中离开你们，现在与永远。
--- 来自 Carla L. Rueckert 传导的 A Book of Days

☆ **第 3223 章集：2002 百乐餐**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想　2002 年 1 月 6 日

团体问题：关于今天的团体问题，我们将要点个百乐餐(碰运气)，看看 Q'uo 可能要对我们说些什么。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。我们感谢你们在这个冬日形成一个圈子。大雪和困难的道路已使得你们的很多朋友都无法(外出)活动。祝贺你们坚守于这些宝贵的相处时间，我们十分感激你们在今天下午作为一个团体来寻求真理。

有很长一段时间了，我们一时记不起上次百乐餐是在什么时候举行的；这事对我们是新颖的，因为我们需要用自己的分辨力来决定通常由你们决定的东西。我们想望给你们讲什么呢？我们想望提供什么给你们呢？如果完全由我们自己来定，我们说话只有一个腔调、只讲一个故事。我们讲述爱。不过我们发觉，即使在这小小的三人团体中，我们也可以在每个人的大脑歇息，探索各个大脑之间的联结中蕴含的天资，在你们请求百乐餐时，随时找到完全独特的主题。因为任意两个人之间的能量都是复杂且多层次的，更不用说三个人了。这些联结的方式很多，以任何线性方式都是难以理解的；你们的互相联结取决于你们的共同工作，你们共享的服务和外在天赋，还有跟每个人有共鸣的共同渴望。

所以，即使在那些人当中——其路径相当平静，寻求变得沉默，只是偶尔关注新书、新磁带、新传闻、新消息——你们每个人仍不断地为自己创造未来的分叉道，选择未来的路径。你在注视的那一刻不光选择了你走的路，因为事实上你选择的不仅仅是你现在走的路，还有路上的岔路口。你寻求的深度、注意力的质量、询问时怀着真诚的谦逊——知道自己不懂，但却真的想望搞懂——都必然包含了这些岔路口。这种渴望，对任何人来说都不是永久的或固定不变的；毋宁说，那是一个承诺，你也许每天都在重温它，但肯定会不定期地重温它。

所以，与其说你的生命是一声嘹亮的号角，一旦开始了，就单纯地继续下去，我们宁可建议你们每个人都拥有一种声音、一股能量，有潜力去唱出一首肯定美丽又复杂的曲调，但是，你们每个人，在当下此刻都是一首创作中的奏鸣曲，一部尚未被完成的音乐作品。所以，就会有对自我的音调、那些生命的主旋律的彩排和播放。

T 实体先前说，他上周错过了大好的机会，到这里来跟大家同聚，在静默与真理中寻求。我们要谈谈这条思路，因为里面有一点非常有价值，不仅对这个小组，还对所有寻求增加行星地球上的光的团队都有价值。建立一个团队很好，开始灵性寻求的练习也很好，为了寻求真理、找到自我或者为发现一己的服务而形成计划，这是优秀的。所有这些做法都是可敬的，它们全都摆在你们每个人的面前；当你们作为一个团队、坚持定期聚集在一起时，由于长期一同进入静默的旅伴的能量，无须你的显意识察觉，这些丝线就开始自己编织成更远为连贯、光线柔和的图案，这些图案存积在光中、沉浸在光中。

打开这三个特定实体二十多年来一起享受的集体静默，就是打开坐在圈里的这三个人之间的小小社会记忆复合体，再加上这个小组里联系密切的这两位成员之间的社会记忆复合体，再加上第四密度的社会记忆复合体、第五密度的社会记忆复合体和第六密度的社会记忆复合体——这形成(Q'uo)原则，即是我们的声音。结果，与其说你们将一个实体带入静默中，不如说借由长期在一个团体中集会，你们正开始为自己编织一个坚固且可信赖的资源，它包含了你们的能量——通过那些爱你们的、想望帮助你们的人们的镜子，而被真实地表达与反映出来。

在信任中集会、谦逊地聚在一起寻求，是增强你内在寻求的动机和能量，它们让寻求变得高贵，让你可以得到恩典继续寻求。因为我们确实不会宣扬有简单的答案。事实上我们并不宣扬有答案。我们鼓励提问，我们鼓励饥渴。我们这里说的不是智力的饥渴，虽然它肯定有其位置——各种书籍、观念、外部影响，都打算进来对你说话、打动你——但是超越所有这些事物的是静默，该寻求超越问题，于此，整个自我都变成该问题，而唯一被渴望的答案由静默包住，托在天使的翅膀上，于是你、你自己也被天使包在翅膀里；那些翅膀在你什么都不知道的时候把你托起，在痛苦的日光太强的时候把你藏起来，把你高举超越在你眼前来到的

东西：别人的小气、贪婪、懒惰、懈怠；超越心中的秘密：那些不值得的、容易出错、给你打上人类标记的东西，它们是最难超脱、最难飞越、最难从自我评判中释放的东西。

我们很高兴你们已经体会到，单纯、容易犯错的第三密度人类，共同奉献给光与爱和服务的团队所具有的力量。你们中间谁有什么好主意，可以瞬间改变这个星球吗？我们不知道。我们不知道你的外在天赋在哪里，我们不知道你的心之脚步会把你带到哪里，不是明天甚至不是明年，也不是在下一个十年。我们不知道你的生活最后会是什么样子，只知道这三个人会在时间与空间中的某个瞬间聚集在一起，在静默中以这个器皿请求的、以灵性方式活出的声音来寻求。你不知道的东西是你的巨大宝藏，是你实践中的巨大资源，而我们非常非常高兴你们感觉到它的价值；不管是否可能有意识地领悟到这种价值或品质的深度，它就在那儿。在这个投生的层次上，合同正在被履行。合作继续着，全体的共同工作继续前进、朝向一次更饱满的生命，因为无论天气好坏、感觉好坏、无论生活中有什么艰难险阻，每个人都仍坚持不懈。

这是你们星球深深地扎根和沉睡的时节。这是多次小雪造访地球、非常缓慢地沉入地球的时节，雪水浇灌地球的方式，要比令人目眩的泛滥春雨有益得多，大地正在为这成长季节做准备，喂养地下深泉。慢慢地，如此缓慢地，随着白天每一天变长几分钟，光的能量也开始增强。这个小组的每个成员现在都得面对困难，处理好像被冷冰劈面摔来的不方便、不舒服和痛苦。不过我们对你们说，在温暖的家庭壁炉里、在你心中蕴含着沉睡的基列香膏，正等着拿出来使用；所有在风中的治愈、和平、新生命的能量，预示着春天与绽放的时节即将到来。要知道：一切都好，知道所有的季节都有各自的美；在信心和希望中歇息，它们在你心向着太一起初造物者的闪耀脸庞开放时告知你的心。

如果名为 Jim 的器皿愿意，我们要短暂地操练他，既然现在没有讯息，这是一个好机会，以比较一般且有创意的方式和该器皿一起工作；如果该器皿喜欢，不说话也完全没问题。我们现在把该通讯转给 Jim 实体。我们是 Q'uo 原则，在爱和光中离开这个器皿。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，我们再一次向各位致意。我们在此刻已经谈到每个实体，既作为个体、也作为团体的成员正在进行的演化过程。寻求一个人道途的方向不仅仅是每个寻求者在显意识层面上的选择，也是你体内每个细胞的编码过程，你可以这么说。因为所有被创造的生命，都是由相同的造物者构成的；我们全体的造物者，寻求知晓一切有可能了解的、关于祂自己的知识，并且寻求返回存在的状态，在其中仅仅有一小段时间的完全停滞，届时存在所获得的知识被完全消化吸收了。由于这是一股动态的能量，实际上没有真的停滞，因为从知识中搜集的东西几乎立刻就被作为某种燃料，供存在的发动机使用。知识的燃料总是在被使用或燃烧；这个过程可以用个体的方式聚焦，所以造物者那些能够个体化的部分，就有无限的可能性去实现个体化。因此，你们每个人以及所有的知觉生命，都是太一造物者的孩子，都配备了某种回家的装置。太一造物者的某些部分似乎在流浪远行、离开合一性，而实际上是在合一性的某个区域中旅行，那里还是未知的、或者尚未被探索过，直到寻求中的造物者的某个部分进到里面去；这非常类似于——我们在这个器皿的头脑中搜索(用词)——生物体的各种表现按着花样舞的规则蓬勃发展，逐渐演变成更复杂的生命形态模式，再去表达太一造物者的另一个面向、通过自由意志而被探索的面向。

我们是 Q'uo 群体，我们觉得我们已经在这个特别的表达中把这个器皿带到很远

的地方，要在此刻问：是否有任何我们可以尝试的询问吗？现在有一个询问吗？

Carla：我没有问题，但我想请求你们：在我和 Jim 经历一月和二月的两个(治疗)程序时，跟我们在一起。我会感激你们的帮助。

我是 Q'uo，我们感觉到你渴望得到帮助。在你努力康复时，这当然是我们十分高兴加入的领域，因为我们可以提供的能量，属于很基本的振动水平，符合第三密度所要求的表达。我们跟你在一起，我的姐妹，在有助于放松与治疗过程的任何冥想活动中，我们都乐于加入你们。

现在有任何询问吗？

Carla：没有，非常感谢你们。

T：没。我这边没有。谢谢。

我是 Q'uo，我们再一次感谢各位邀请我们今天出席。再次地，我们愿表达自己对于在这个团体的寻求中加入这个团体的每次机会的极大喜悦。此刻，我们要离开这个器皿和团体。我们是你们认识的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.
翻译出处：
https://soultw.com/TLOO/2002_0106b.htm
英文出处：
https://llresearch.org/transcripts/issues/2002/2002_0106.aspx

---

☆ 第 3224 章集：新时代的能量

Copyright © 2020 L/L Research

周六冥想 2020 年 1 月 4 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿和团体在一起了，因为我们被呼唤到你们的团体、来讲述那些可能对你们有意义的、具有启发的话语。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，而我们全都是祂的一部分。

一如既往，我们再次感谢你们邀请我们临在于这个团体。这是我们服务的机会、以你们已经请求的方式回答在你们的心和脑中的问题，这是一种喜悦的荣耀以及我们今天要承担的责任。如我们一直在做的，我们感谢你们拿起我们所提供的那些话语与想法，并照你们的意愿使用它们，把那些在此刻对你们没意义的话语都丢到后头。这个小小的恩惠允许我们在表达资讯时有了更大的回旋余地，而这些资讯在今天可能对你们有帮助。

在此刻，我们要问，是否有一个我们可以用来开始的询问。

凯丝：是的，Q'uo。感谢你们。我有一个问题是关于新时代的能量从磁极北偏东 20 度进入，这个方向被 Jim、Don、Carla 选择作为她必须要对准的方向，因为新时代的能量在那个时候是微弱地进入的，也许是比今日更为微弱。[1]

[1] 原注：「该器皿此时应该在出神状态中。适当的对准角度是头部指向 20 度北北东。这是较新的或新时代的爱/光变貌的放射方向，其扭曲程度较少，这个器皿将在其中找到舒适。」—Ra, 2.6。（也参见：59.23）

Ra 说过，这是该团体的自由意志选择，他们选择了那个方向，而非磁北，因为它会成为窄频冥想的一种好帮助。它们也将这种能量——从这个方向大规模地到来的这些能量——指称为新时代的能量，该能量将很快在地球上成为最重要的(能量)，我的问题是：那是什么意思？那些能量现在是至关重要的吗？这是某个 Jim 最近在他的书中暗示的事情，相同的问题。你们能在关于这些能量的方面告诉我们什么呢，我们正在发现它们变得对我们更强健吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，当 Ra 群体通过 Carla 实体将这份资讯传递给支援小组时，这些第四密度的能量，就其起源以及在它们被行星地球上属这个振动的实体所感受的方面，是多少有些遥远的，容我们说。因此，在那个时候，同时定向这个器皿(Jim)已经在支援小组所居住的院子里建造的金字塔，以及在通讯期间、Ra 的器皿所躺的床，这是有帮助的。这同时允许进行 Ra 接触的器皿、以及使用金字塔的该小组，增强他们的冥想以感知到那时在这个星球上正开始被感觉到的第四密度振动中的更大振动，或者爱的密度。

在随后的年份中，这些能量确实变得至关重要，因为它们已经用一种方式吞没了这个星球，使得任何对它们开放的人都可以利用这些爱与理解的能量。然而，在此刻，说这些能量仅仅来自北偏东 20 度的方向，这是不合适的，因为它们的存在是如此至关重要，以致于它们成为无所不在的了，这样任何尝试去感知它们的方向的实体，都会感觉到它们是来自 360 度、包围着整个星球。这些能量有能力去增强寻求，并指引任何意识到它们、对它们敏感的实体。

因此，正面导向的实体的方向就有被增强的机会：同时在感知这些能量的纯度和功率两方面增强，于是灵性的旅程得以强化，就好像一个人将放大镜放在其上，

观想各种寻求的品质被这些能量所净化并变得更有力。这就允许正面导向的寻求者更稳定地沿着灵性的道途移动，同时能够以一种更熟练的方式、利用出现在面前的催化剂。

然而，在你们的行星地球上，那些构成绝大多数人口的实体，他们没有可分辨的灵性道途、也没鉴识到进入第四密度的蜕变正在发生；他们可能也会发现自己的投生体验被强化、需要更有意识地利用日常活动中的催化剂。

因为如此多的人都拥有疑虑、混淆、愤怒、分离、如此等等的扭曲作为他们[容我们说]磨坊的谷物，第四密度能量的这种强化作用会使得这样的实体变得更多地表达在自己的生命体验中正在表达的事物，无论它是混淆、疑虑、愤怒、嫉妒，如此等等。这会增强它们走在其上的道路，也会增强正面的道途，同样的，一个人可以这样正确地假设：负面导向的实体也能够以自己的方式利用这些能量，去追寻它们服务自我的道途。

我的姐妹，有另一个询问吗？

凯丝：没了，感谢你们，Q'uo。那是很有启发性的。谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我有一个，Q'uo。我想要探索「显化」(manifestation)这个观念。在新时代社群中，它是一个很常见的术语，「我们显化自己的实相」、还有吸引力法则的观念，都被大量使用了；它说我们以某种方式吸引了我们所有的体验和环境。所以，我想要理解星际邦联对于显化概念的观点，以及它如何与正面寻求者的道

途有关联。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，对于任何有意识的真理寻求者，真实体验的显化是跟他寻求的纯度成正比的。那种渴望、意志和信心在这个过程中允许真理寻求者开始觉察到投生前的规划、在此生的学习过程；同时有意识地在日常经验的催化剂中感知到投生前的编程。

爱与理解的品质以某种方式——无论是就字面上、还是象征性地——所显化的，都是投生前选择的意志之渴望的果实，以及寻求者在它穿越此生时、持续不断地面对催化剂的果实。那么，这类的显化是许多因素的产物，有意识的寻求者借由自己的选择决定、并在此生期间持续地追寻与处理而增强之。

显化任何特定类型的品质——无论它是理解、无条件的爱、接纳、服务他人，如此等等——也会在其显化的状态中获得强化，于是就有更多要去欣赏的、更多要在其上工作的东西，并从中接收到益处，因为寻求者接下来就能够在来自天上的吗哪[容我们说]落入寻求者的意识之中时，看到它。这种吗哪、生命的面包，就会滋养灵魂，也会增强喂养身体的心智能力，这样寻求者就在这个寻求旅程上被他所寻求的事物、感知到的事物以及作为整个能量支出而产出的果实滋养了。因此，该显化就是真理寻求者的许多努力的一个产物，同时包括在投生之前和在投生体验期间的努力。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：如果一个寻求者渴望某个东西，想要一组情况或资源好让他们的服务更进一步，或者即使它只是某个他们想要的东西；对于他们而言，更好的是将该渴

望用作催化剂，并尝试去理解，为什么他们渴望某个目前并不拥有的事物，以及为什么他们处于那个情况中？或者，他们应该尝试去显化目前缺少的事物，好让他们的服务更进一步？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是一种两难困境，容我们说，有意识的寻求者在此生体验中的各种各样时期可能面临的困境。**每个寻求者的主要目标是在无条件爱中开放心(轮)，于是所有对于催化剂的回应得以被这股爱的振动灌注，这爱的振动尝试把自我给予所有其他人：只要他们在真理寻求者的明显所及范围之内。**

当寻求者渴望某种事物的特定显化或面向时——那种事物是自己觉得在这寻求过程中、在灵性道路上前进之际所需要的——**最好把被渴望的东西留在远景中观察，这样那个渴望就不会变得大于整体的渴望、也就是寻求位于所有生命和所有体验之内的太一无限造物者的光与爱。**

是故，如果真理寻求者可以维持这个远景，那么请求特定的补充品或工具、或者请求对寻求者的协助的证明，这都不会造成伤害。无论如何，这一点是十分显著的：真理寻求者首先寻求，如你们可能说的，天堂王国，所有其他东西都将会添加到上头[2]。

[2] 原注：参考马太福音 6:33。如同在新钦定版圣经中显现的文句：「只要尔等首先寻求上主的王国与公义，所有这些事物都将添加到你们身上。」

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：没了，感谢你们，那些话语真的很好，谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，我对 Ra 称为「冷漠的污水坑[3]」的东西感兴趣。它们打造了那个术语来描述我们星球上那些大概在很长一段时间之后都未极化的人群。这个群体没有在服务他人或服务自我之间做出选择，所以我想要知道，是否冷漠的污水坑会作为一种集体的重力井、把人们留在一种冷漠的状态中。

[3] 原注：「获致百分之五十一致力于其他自我之福祉，其困难度与获致百分之五奉献给其他自我的成绩是相同的。容我们说，漠不关心的污水沟介于这两者之间。」—Ra, 17.33（注：5%的致力于服务其他自我，相当于 95%服务自我的一种倒转说法。）

我想起一个类比来帮助观念化这过程，就是去想象在一个环境中周围温度的效应。在一个房间中或者在一个更大环境中的物体，将会呈现出那个环境的温度，除非会有某种输入允许它们改变温度，好比说，能让某个事物加热到高于室温的电流，或者让某个事物变冷到低于室温。我将那个(电流)比作极化所必须的意志与信心。

不管怎样，很抱歉，冷漠的污水坑是否像是集体的重力井，需要意志和信心才能离开它？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们相信你已经用这个类比相当雄辩地表述了冷漠污水坑的基本原则；它是那样一个场所，在其中有一种，容我们说，一种冷漠的动量；我们了解，这是一种自相矛盾的表述方式。

那些实体在自己的存有之内没有发觉有可能去生成寻求的渴望，好超越日常活动、超越世俗世界、超越它们一直知道的事物，于是表达了冷漠……他们仅仅寻求去重现前一个日子，得到工作、赚钱、支持家庭，取得社会地位，如此等等。

这些可能增强旅程的工具尚未被那些实体所利用，他们对于比先前拥有过的体验更多的东西没有概念。他们无法在世俗世界之外的任何观念中产出信心或意志。他们有这种普遍的感觉，这个世界就是一切万有，超越这个世界的事物是他们完全不知道的，只要他们能为自己及家人提供基本生存所需的要素，超越这世界的东西就是不重要的。

那么，冷漠的污水坑就开始将所有这种性质的人都拉入其中，他们没有这样的概念：超越目前生活中已存在的和现在存在的事物。所以，这是一种逆向的动能，并不允许在意识中的向前运动。心是坚硬的、头脑是封闭的，运动是极微小的，因此，就没有在灵性意义上的进度了。[4]

[4] 原注：「当那儿没有进展，原先那些允许进展的条件便逐渐消失。这是维持未极化的困难之一，容我们说，进展的机会稳定地变少。」—Ra, 20.17

这种缺少进展的情况，接下来就会有一种这样的结果：即在你们会称为的他们的未来体验中，潜在的进度持续减少。容我们说，那就是他们对于自己做出的努力欠缺的报偿了。

在这一个情况中，实体们难以逃出，因为他们在其他星球上的体验一直是这样子，在那里，他们也无法产生信心与意志、好带着他们向前进入爱与理解的第四密度，因此就有必要在你们的地球母亲上重复那个经验。那么，这个冷漠的污水

坑就成为他们的实相，把他们关在这狭窄的围墙中。这样的实体似乎只有很小的机会去超越自己创造的监牢。

然而，我要提醒每个在场者，在某个(时)点可能出现某种性质的全球性灾难，于是该星球上的所有实体都会在那时看见执着于过去一直存在的事物的愚蠢与无用，因为它已经把人们带到灾难与毁灭的边缘，于是就能够产生一种回应，那会是正面极化的选择，全都在一瞬间发生，如此，这颗星球就能够闪耀、将太一无限造物者的爱与光灌注给所有实体。尽管这种可能性在其可能性中看似极微小，它从来都是有可能的，我的朋友。

在此刻有另一个询问吗？

Gary：我有几个对那个问题的简短跟进，非常感谢你们，Q'uo。一个是什么事物造成或促进了这种冷漠的污水池。似乎你们在说，习惯作用是一个主要的起因；它只是实体们在不知道多少次投生和多个星球之后已经习惯的事物。我想另一个原因是在地球上(灵魂的)行星起源的多样性。为什么有如此多人都陷入一个冷漠的污水坑，还有任何其他重大的贡献因素吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们欣赏你对于该情况的分析，因为很多这些实体都已经拥有其他星球上这些类型的体验；过去在那儿，他们在投生期间的任何时间都未以有意识的方式[容我们说]积极地处理催化剂，所以，这样处理(催化剂)的可能性就被移除了——从他们对于「生活可以如何过以及如何改进」的观念中移除。

这种对冷漠的播种，那时就作为一种产出错误结论的意识播种而开始了，那错误

结论即：目前此刻的体验就是所有可得的事物了。因此，超越那个当下此刻体验的运动、该另类选项就没有被追寻；而在看到生命经验的更大视野的方面，这些实体几乎未曾成功过。

因此，这些实体也很少接触到他们更大的存有、较高自我或无意识心智，这样就很少有机会让投生前的选择能够被这些实体更清晰地观察到或感知到。因此，不能够或不愿意超越由自我构建的当前时刻，他们发现自己处于一种束缚之中，在其中，心智无法看见比自我想象的(范围)更远的地方，这种想象是被前世的时间与经验投射而来的，在每一个实例中被带入当前的人生。是故，任何向前的运动都会减缓，于是实体们就形而上的意义开始转圈圈；而非移动到圈子之外，离开先前对自我的观念，接着开始允许所有种类的感知开始拓展进入越来越大的视野——属于自我、其他自我以及包围一切的世界。

因此，在每个第三密度的体验的开始，这些实体已经体验到一种能量方面的苦工或拖拽(费力移动)，而那些能量是可供所有人取得的。

难以精确地说，这样的苦工或拖拽是如何在第三密度体验中开始发生的，因为，所有人在那一点上，都拥有某种前进的渴望。在每个实体之内，都有一种直觉或灵感的火花，每个人在那个点上、借由那片火花开始第三密度的体验。

当这片火花没有被喂养，火焰就开始减弱，然后，就有一种能量的拖拽与浪费，在形而上的意义上，导致进展的延缓，直到仿佛没有任何进展为止。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：优秀的回答。一个较为简短的问题。所以我已经把污水坑描述为一种集体的重力井，因为它似乎有自己的重力，并对渴望逃离它的实体施加拉力，无论是正面的或是负面的，仿佛它有一种自我保存的本能。你们会说，这是真的吗？如果真是这样，这就是为什么纯粹的正面性和纯粹的负面性倾向于在我们世界中只有一点点的持久力？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现，冷漠的重力井是在灵性的层次上运转的，很像你可能会说的，同侪压力以社会性的方式在第三密度环境中的实体们上头运转，在此，重现一个人周围的实体们的行为举止与想法，似乎就是最佳的行进方式，因为第三密度的实体开始于被周围人所欣赏与重视的渴望——而非发起自己的行为——接下来就将重现周围实体们所展示的行为；他们位于自己感知到的、在其明显可及范围或体验领域中。

无论如何，**负面导向的实体们有能力创造一种负面的重力井，可以把实体们拉入其中，为了那些处于负面极性顶点的实体之利益，(于是)他们拥有更大的力量、更多地跟他人分离并控制他人。这类的重力井是这样的：被拉入其中的这些实体更类似于负面导向极性的受害者；那是由位于负面团体或负面(重力)井顶点的实体掌握的负面极性。这(情况)确实会使得任何拥有正面极化渴望的实体要在正面意义上极化成为困难的，如果这个实体位于这样的负面导向实体的明显所及之范围内。**

然而，纯粹的正面性，在他人当中表达与振奋正面性的方面，有一种较差的效果，因为如同负面实体不会允许自由意志的表达，正面导向的实体感觉到自由意志的表达在所有的(宇宙)造物中都是至高无上的，并且为它腾出空间，而且还确实地、自由地行使它；于是，在一种灵性上是正面的环境中，实体们就会感觉到

这样一个环境的启发，并且相当有可能加入这样的环境中，因为它在自己的存在状态中，感到是自己要去跟随的道途。

无论如何，如果他们有任何渴望要在另一条道途上移动，正面导向的实体不会禁止这样做，而会祝福(他们)往另一个方向移动的选择。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：太棒了，谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我对于那条思考路线有一个后续想法。类似肯·威尔伯(Ken Wilber)的整合理论家相信，社会如同个体、沿着类似的道途演化，且一般会走往更为正面的方向。马丁·路德·金博士是这样描述的：「道德宇宙的圆弧缓慢地弯曲，但是它朝向正义弯曲。」[5]

[5] 原注：「道德宇宙的圆弧是很长的，但是它朝向正义弯曲。」—马丁·路德·金。

我会把那句诠释为：似乎冷漠的重力井也会更多地朝向更开明的视野或者更正面的视野弯曲，因为我们的社会已经实现公民权、给少数族群更大的自由，并且尝试变得更能接受其他文化和那种性质的事物。

这些尝试要把社会改变为看似更正面、在社会中有更多接纳性，是否使得人们更容易逃离冷漠的重力井，因为他们所处的社会习惯于更多接纳性、跟正面思考更

加协调？或者，要逃离那个重力井总是一样困难，因为他们仍旧必须做出有意识的选择，而非出于习惯来这样做？这段话有意义吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，正面导向的实体和团体的努力，好比上面提到的实体，马丁·路德·金博士，以及南方基督徒领袖协会等，提供了结果是乐观的社会变革的例子，这能被社会的更多人群所领会，并提供一个机会，让那份就在每个存有灵魂之内的正义感，在下述能量水平上表达它自己：也就是，在渴望服务其他自我的表达中、将自我朝向自我之外移动的能量水平。因此，这是一种方法，任何实体借由这种方法在更大的文化中可能发现自己处于冷漠的重力井之内；却找到一条生命线，容我们说，这条线是由这个实体和很多其他实体的努力而抛出来的；因为所有的实体在其内在都拥有这片认得的火花，认得那即是一切的太一，存在于他们之内、也存在于每一个其他实体之内。

无论如何，这个开始的认得的火花，当它看见好比马丁·路德·金实体被放在社会的舞台上，容我们说，就更能够在一个更巨大的燃烧火焰中表达自己，于是，这些行动就被视为可接纳的、鼓舞人心的行动，以及在第三密度幻象中任何实体都能在任何层次上模仿的行动。

然而，很多人宁愿留在冷漠的污水坑里面，或者，如果他们自己的心智复合体一直以那样一种方式存在偏见——那种方式会导致看见某种理由，凭此，所有的实体都无法受益于整个社会，所有的实体真的都不是相同的，所有的实体都不是太一无限造物者——那么他们甚至和这样的努力背道而驰。

对于很多在冷漠污水坑中的实体，已经有一种感知的染色、透过它去看见这世

界，于是看见一种区别：有些人比较伟大、有些人比较次要，而自我是被视为在这划分中更伟大的部分；无论如何，无法超越自我感知上的限制，这些限制会把该实体关在有害的形象中，那是自我创造且自我维持的(形象)。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Austin：没有，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我们有个 Luis 发来的问题，该问题分两部分。首先：「请 Q'uo 对第七密度的课程分享一些洞见？第六密度后期的存有，在它们为毕业做准备之际，要为什么课程而努力呢？既然 Ra 确认了：在我们的星球上有很多第六密度的流浪者，这些课程中的一些部分如何可以在第三密度星球的日常生活中表现出来？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如果我们正确地理解该询问，第七密度的课程是那些在所有先前的密度中已经学得很好的课程，所以，在第七密度中就有一个精炼(过程)，看见第四密度的爱，被第五密度的智慧平衡，产出一股第六密度的力量，那允许该实体进入第七密度，开始返回与太一无限造物者的完整合一，通过一个在本质上可视为无尽的过程。那么，这种永恒当下的无尽特性，就会成为一种意识的拓展，为每个第七密度的实体纳入太一无限造物的全部。

在每个第七密度的实体之内、在它自己的社会记忆复合体之内，这种灵性质量的增长，然后，注入所有的意识创造，伴随着太一无限造物者的整体或合一；于是

每个单独的实体和每个社会记忆复合体都无限地向外拓展，如你会看见的，所以它成为一切万有。

如你已经在询问中陈述的，此时在这个星球上有些第六密度的流浪者。确实，大多数流浪者确实属于第六密度，因为要进入这个环境中，尤其是在此刻，需要大量的勇气，然后，这些实体要在自己里面找到渴望去服务你们星球的第三密度人群。

这类服务就是被你们星球的人群请求与呼唤的，因为这些实体作为流浪者、正在第三密度的幻象中体验投生。在它们投生的时候以及作为流浪者而觉醒的时候，被呼唤的事情就是一种存在状态，该状态也会允许它们以特定的方式拓展，这样它们的光之振动就会开始照亮行星地球的振动。地球正在被许多的分离以及对「万事万物的合一」缺乏了解所淹没，因此，在心智、身体、灵性中的分离产生出一种黑暗，这种黑暗会在某个程度上被每个流浪者的振动所减轻，无论流浪者是第六、第五、还是第四密度。

然后，流浪者就能够在自己的个人旅程中更加强有力地极化，因为它不仅仅提供各种能力去照亮该行星的振动，也在自己身上带来各种各样的、可以在服务他人当中去实践的天分，无论是当老师、冥想者，或是参与第三密度的社群组织，好让穷人接收到食物、住房，受到医疗照顾。

在第三密度的幻象中，第六密度的流浪者能以多种多样的方式使用其爱与光的振动，接着在这种表达服务他人的渴望当中，越来越稳定地向前移动，当它们在这个星球上的投生完成之后，返回家乡密度，就潜在地能够进入第七密度。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：他有一个非常简短的后续问题：「创造了我们银河系的理则是一个第七密度的存有吗？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个银河系以及任何星系的理则，都是一个具有完整状态的存有，它不会参与那些实体[好比你们自己]此时正在参与的演化过程。

每个理则都是具有完整八个密度的存有，有能力以某一种方式闪耀出(宇宙)造物的完整性，于是祂已创造的作品、每个部分都有太一无限造物者的爱与光之灌注，借此，在祂的造物中就会有途径让每个有意识的实体或智能都可以追寻自己的寻求旅程、寻求与太一无限造物者合一。

那么，这条合一的道途就是由每个理则创造的，是穿越各个经验密度的道途。然后，这条道途将允许理则与太一无限造物者从每个实体的自由意志选择而增长知识：关于每个理则的完整性质的知识、理则已创造的智能的每个部分的知识；提供各种经验给理则和太一无限造物者，这些经验拓展一切万有的知识；于是它就会变得比在任何特定时刻[你们称为的时间]的一切万有要更多了。

在此刻有最后一个询问吗？

Gary：我有一个问题，Q'uo，应该是实在的问题。Ra 说过，流浪者在心智/身体复合体中完全成为第三密度的生物[6]。如果是那样，在自我之内，流浪者的身体、体验、极性、记忆的储存库在哪里？是否位于该实体的灵性复合体之内？

[6] 原注：一法 16.59

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个流浪者投生进入第三密度的体验，穿越了每个其他实体都穿越的相同的遗忘罩纱。然后，这个罩纱就似乎隐藏了所有穿越它的实体的真实本质，所以它们就会在第三密度里面，看起来是普通的心/身/灵复合体，带着简单的渴望去存在，以某种心智、身体、灵性的成长方式向前移动。

流浪者，如同任何穿越遗忘罩纱的实体，拥有各种投生前的选择，这些选择已经被选取好，以便于提供它想望提供的服务，以及提供个人成长的机会。这些选择会为流浪者显化出来，如同它们为第三密度幻象中的任何其他实体显化；随着人生体验的进程，任何实体，无论是流浪者或其他实体，都可以检查在日常生活的活动中出现这些催化剂的场合，并将其视为，容我们说，注定的；命中注定要为成长与服务提供机会。

流浪者拥有一个优势，容我们说，那就是在进展方面有一个高阶的灵性复合体，所以，如果它渴望，就可以以某种方式，通过直觉，被灵性复合体鼓舞，以发现，它并不是，容我们说，来自于这里，也就是说，它在一种正面的意义上是多少有些不同的，不是更好的，而是不一样。那么，这种不一样对于很多的流浪者来说，会成为种子，促使他们有意识地探索这种不同可能是什么，以及如何利用这种不同去服务他人，流浪者感觉到一种直觉的方向要去行旅。

因此，在这里执行使命的感觉成为流浪者的一个焦点，容我们说，因为它扩展了观点。接下来，该观点就成为在内部被讨论，并且在沉思中、在冥想中，于内在被检验的东西。接下来，这观点告知心智、身体、灵性，它有一个机能要去执

行，产生巨大的服务他人，这观点就成为指引之光，容我们说，照耀着心的内在之光，并且以一种更可靠的方式打开心(轮)，于是流浪者就得以感觉到一种有爱的接纳，不仅仅是接纳自我，同样也是接纳在日常活动中发现的所有其他自我，因此，这种增长的爱和个人使命感，接下来就会综合起来，为流浪者的存有提供一种灵性食物，然后流浪者的存有就会通过心智、身体、灵性来表达自己，从而协助流浪者从事其选择好的服务以及个人自身的极化。

此时，我们愿再一次感谢各位邀请我们出席你们今天的寻求圈。一如既往，你们已经为我们提供大量的思想食物，以及我们在每颗心中感到的爱之喜悦表达，这种表达朝向我们、朝向所有的造物。我们感觉到你们的存在状态以一种不可避免的方式向外拓展，所以，我们确实全都是真正一体的，每个人彼此互相，和一切万有中的一切，都是一体的。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

现在，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by cT. ; esp. thanks to 浩宇.
英文出处：
https://llresearch.org/transcripts/issues/2020/2020_0104.aspx
翻译出处：
https://soultw.com/TLOO/2020_0104b.htm

☆ **第 3225 章集：新型冠状病毒**

Copyright © 2020 L/L Research
周六冥想

2020 年 2 月 8 日

(译注：由于该问答关系到大众此刻的高度关切，故优先翻译出来，传讯全文将在日后发布)

(Jim 传讯)

奥斯汀：我们的朋友 S、来自 中国，最近写信提到：有一个朋友请 S 向我们转达一个问题，内容是：「现在，在 中国爆发了新型冠状病毒，并引起了许多担忧、谣言、以及人与人之间的隔阂，因为这种冠状病毒的爆发过程类似于 2002~2003 年在 中国爆发的 SARS。在不会冒犯自由意志的前提下、请 Q'uo 提供您的观点，能否指出新型冠状病毒的起源？如 Q'uo 曾为 SARS 指出的(要点)，该冠状病毒是人为制造的吗？无论它是不是人为的，这次冠状病毒爆发的形而上意义是什么？这样的集体催化剂是否也反映出：我们当前的社会系统功能失调、不健康、和病态等面向，正如同个人的肉体扭曲反映出心智复合体未使用的催化剂？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的弟兄。这是我们先前确实涵盖过的主题。关于这种性质的各种爆发、它们是[你可以称为]隐藏势力的一些尝试、要控制该星球的人口。因为在此时、你们的星球人口众多。对于那些寻求控制的实体来说，控制更少的实体是更容易的。因此，在过去的几十年间、已经达成各种疾病的生产、其目标是减少该星球的人口。

涉入这种冠状病毒体验的实体们、在投胎前就献出自己以服务行星心智，为了可以解决或完成某些振动周期，也就是说，体现他们为人类同胞服务的能力、藉由某种方式遭到感染，反映出需要找到针对这种特定病毒的治疗方法(cure*)。这是每个实体采取的一种存在方式，为了变得更能够打开自己的心、流露爱和悲悯给

他人。因为当他们发现自己受到这种特定病毒的困扰时，他们对于那些人类同伴、在其存有内部也有这种病毒、并且必须承受后果，就变得越来越悲悯。是故，容我们说 ，这是在此生开始之前就预见的、(这些人)以正面的方式来利用一个负面的倡议。
(*译注：cure 在此译为治疗方法，还有「对策」的意思)

此时，在你们的第三密度幻象之内、已经存在并可能存在许多此类可能性/或然率的漩涡。因为收割时期具有巨大的动荡变化。许多国家之间以及国家内部的个人和团体之间、都存在很大的动荡，因此有必要以一种不会带来恐惧的方式来评估现在被感觉到的经验类型。无论如何，大多数实体都承受这种病毒爆发的恐惧影响。在这样的体验中，有机会看见 造物主正在认识 祂自己、透过发生在一个人的周围与内在的所有事物。

当采取这种态度时，对于负面(势力)努力以这一种或另一种方式控制人口，就可以个别地、以炼金术质变它；因为每个实体都能够看待该行星游戏为一出戏：正在世界舞台上演着，于是提供该实体许多种回应。如果该实体能够选择 造物者体验自己的正面视野，那么它就把合一真理的力量的基本特性吸引到自己身上，那就是，万物为一。虽然一个人可能从这次的人生中逝去，却没有损失。 太一仍然停留于每个实体和每项努力之中，所以总是知晓存在于万物之中的 太一总是在那儿、以一种方式经历这些事件、越来越多地告知 造物者自身的本质。
我的弟兄，是否有进一步的询问？

奥斯汀：是的，S 本人对该问题有一个跟进，我想您刚刚触及了这点。但我想要读一下，说不准您还能说更多。
S 写道：

Ra 在 34.7 中提到：「这些所谓的传染病是第二密度的实体、提供这类催化剂的机会。如果这个催化剂是不需要的，那么这些第二密度的(微)生物、 以你们的称呼 、并不会产生作用。在每一个归纳法中、 请你们注意会有异常情况、所以我们不能说到每一种情境、但只能提事物的一般运作或方式，如你们所经验的。」S 继续说：所以看起来，在异常情况下，即使不需要催化剂，这些第二密度的生物仍然可以起作用。我只是想知道 SARS 是不是一种异常情况，因为根据 Q'uo 的说法，SARS 可以被视为一种生物武器。如果是这样，那些感染任何人造病毒[例如 SARS]的人是否总是有可能消除其作用并治愈自己？我提出这个问题只是为了在这些异常情况下、激发希望和信心。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们会同意，对于有意识的真理寻求者来说，他们发觉通向 太一的灵性道途是唯一值得行旅的路，可以把这种病毒视为仅仅是路上的一颗石头、通过看见在全体中的 太一、钟爱在全体中的 太一、即可避开它。无论任何人对这一个人采取什么行动，试图控制一个人；如果这一个人能给予爱、而不期望得到回报，并且不抵抗邪恶，那么一个人就拥有战胜邪恶的力量，那是无法被打破的力量。它是爱的力量，治愈所有不适情况的力量，使所有破碎的事物变得完整，并且把所有隐藏的事物都带到光中。

(V)2020, 译后记： 特别感谢 April 志工的细心校稿

☆ **第 3226 章集：缅怀卡拉老师**

Copyright © 2015 L/L Research

*编者按：《**一的法则**》的传讯管道卡拉·鲁科特去世于 2015 年 4 月 1 日。在卡拉离世五周年之际，特此分享吉姆于 2015 年 4 月 17 日在卡拉葬礼上所演*

讲的悼词，作为纪念。(文中小标题为编者所加。)

卡拉·鲁科特

1943—2015

童年时期

小卡拉与母亲

卡拉·鲁科特-麦克卡提(Carla Lisbeth Rueckert-McCarty)于 1943 年 7 月 16 日出生在伊利诺伊州的莱克福里斯特。卡拉是个神童，3 岁时就能读报纸、说法语和识谱。当时，她本可以在教堂唱诗班开始唱歌了，但她太小了、力气不够，没法在演唱圣歌时一直拿着赞美诗集，于是直到第二年她 4 岁的时候才开始参与。她也是她妈妈见过的最友善的小女孩。当他们坐公交车去市中心购物时，小卡拉会在过道里来回走动，和车上的每个人讲话。没有人在她眼里是陌生人，她妈妈因此感到尴尬。

她出生时，左眼指向额头，大约一年后进行了手术修复，从此她就开始佩戴眼镜了。正因她这么小就不得不戴眼镜，一次迷人的经历发生了。她两岁时，有一天到了她睡午觉的时候，她妈妈把她放在靠窗的婴儿床上，关上了百叶窗。睡觉之前，卡拉摘下眼镜，把眼镜放在了为她睡觉而拉下的百叶窗的叶片间。然后，她躺下来，看到有光从百叶窗的缝隙间射进来，当光照在眼镜上时，产生了一丝光束，卡拉成功地利用这束光而滑出了身体，来到了一个看起来像是魔法森林的地方。动物们可以和她交谈，颜色特别鲜活，当她来到魔法森林的中央时，她看到了耶稣。他看起来不像是人们经常在画像中看到的那个样子。他的头发又长又乱，沾满灰尘。他的长袍上也满是灰尘，并且他自始至终都没说过一句话。但是，当他握着她的手、看着她的眼睛时，她立刻就知道了，何为无条件之爱。这样的经历在接下来的几年里，发生了许多次。5 岁时她向爸爸妈妈讲述了这次经历，他们告诉她，那不是

真的。那只是在她的脑海里，是她编出来的。于是这个经历就再也没有发生过了。但她对耶稣作为她的主和救主的虔诚从那时起就开始了，终其一生都未动摇过；从那时起，爱就成了她看待这个世界的方式。这段经历的这两个部分对她来说从未改变过。

由于卡拉的聪明才智，她的父母在她小时候就给了她比大多数孩子都要多的责任。她在只有 7 岁的时候，就要照看她的弟弟，吉米(Jimmy)。10 岁时她就要为全家做饭，尽管她只能站在椅子上才够得到炉灶。她的父母觉得，由于她很聪明，应该通过建设性的批评，而不是通过表扬来促使她变得更加出色。于是在 13 岁时，她认为自己是个失败者，并祈祷死去，因为她觉得自己没能有所服务。自从遇见耶稣开始，她就认为服务他人是她所能表达爱的方式，这份爱是她从耶稣那里感觉到的。如果她不能像耶稣激励她那样去服务，那么她就想去死。六个月以后，她的肾脏衰竭了，并有了一次濒死体验。她再次来到了那个可以与动物交谈的地方。她可以看见空中的音乐。一朵玫瑰缠绕在她的手臂上，越过山头，她看到了一座神殿的屋顶。她知道，她的灵性家人和朋友们正在神殿里等待着她。但当她开始爬山时，一个清晰的、天堂般的声音告诉她，现在还不是时候。那声音说，她在此生选择了太多要学习的课程，也许她可以再制定一个计划，利用另一个童年，把任务分成两辈子去完成。卡拉不能忍受还得经历另一个童年的想法，于是她说，她想要回去、完成此生。突然间，她回到了饱受痛苦折磨的身体里，一群医护人员正围着她。选择归来，她就选择了一条艰难的路，因为这条路提供了更多服务他人的机会，而她做到了。

大学时期

她从马萨诸塞州春田市麦克杜菲女子高中毕业时，考试成绩非常高，以至

于拿到了所有常春藤盟校和七姊妹学院的奖学金。但是，当她去了韦尔斯利学院(Wellesley，七姊妹学院之一)参观时，她不敢相信那些用来招募优秀学生的派对是多么肮脏和古板。于是，她回到家乡就读于路易斯维尔大学，这让她父母很懊恼。

再一次，由于她考试成绩很高，在一个只实行了几年时间的政策下，她被录取为大三学生。在大学，她的挚爱是哲学。她是一位天生的哲学家，所以她第一批选修的课程之一就是研究生水平的伦理学课程。老师用大约两周时间讲述了不同的哲学家，然后布置了第一份作业。他说，他们在前两周谈了一些哲学体系，但现在他想让学生们就自己选择的话题写出原创的哲学来。他不想听到任何对其他哲学家的引用，他想要他们的原创作品。

于是卡拉回到家，拿出了她的 8.5×11 英寸的横线簿和铅笔，开始写关于自由意志的主题。她写完了一张纸的正面，然后翻过来，在背面写了一半。下一节课交论文时，她有些震惊，因为她看到她的同班同学，都是研究生，交上了 20 页、30 页、40 页的打印稿。她想，也许她自己犯了个错。再下一节课，学生们回到教室，老师走进来绕着教室给每个同学发论文，同时给出得分。D、F、C、D，等等。直到所有的论文都发完了，只剩卡拉的没发。接着他说："这次作业我给了一个 A，我要给你们读一下这篇论文。"然后他读了卡拉这一页半的关于自由意志的论文。他接着说，"这才是原创哲学。这就是我要找的。"

卡拉与父母和两个兄弟

就在她从路易斯维尔大学拿到学位之前，她开始与一个男生约会，那个男生说，她是一个那么可爱的小女孩，他想要照顾她，因为她真的不知道这个世界是什么样子的。他告诉她，这是个艰难和残酷的地方，为了她的安全，她需要保护。这个想法让卡拉很不高兴。卡拉确信，如果你用爱来对待别

人，别人也会用爱来对待你。于是，为了验证这一信念，她从大学退学了，在路易斯维尔市中心的一家叫 The Shack 的肮脏的夜总会找了一份工作。这里是赌徒们、赌博中介、皮条客和妓女的热门聚集地。卡拉爸爸白天是工程师，晚上是爵士乐鼓手，他说服老板给了卡拉一份工作，尽管卡拉不会像和她一起工作的其他女生一样成为妓女。当有人约她的时候，她会礼貌地告诉他们她不是妓女，但她可以介绍其他某个女孩来跟他们走。或者，她可能只会倾听他们的问题，给他们安慰和建议。这家夜总会有现场演奏，当乐队休息的时候，卡拉会走上台，开始演唱阿卡贝拉民谣。她变得很受喜爱，并且有一天这一点以潜在危险的方式表现出来了。一个陌生人来到了酒吧，邀请她约会。她告诉他，她不是妓女，但她可以帮他和其他女孩中的一个去约会。然而那个人不放卡拉走，开始难为卡拉。这时，整个场子都安静了，甚至可以听到一根针掉落在地上的声音。接着，她听到的是，一个啤酒瓶穿过房间被打碎的声音，然后，另一个，接着，另一个。她的朋友们正打算保护她，但入侵者明智地决定到此为止，快速离开了。对于卡拉来说，这证实了她的信念，那就是如果你付出爱，那么你就会得到爱，即使爱是以破碎的啤酒瓶的方式出现的。

遇见唐与吉姆

她的第一任丈夫，也就是迪(Dee)，当时是一位教授的学生，而这位教授后来成为了卡拉此生的中心人物。唐·埃尔金斯是路易斯维尔大学的物理学教授，迪当时正在跟随他学习物理学入门课程。唐在课余时间正开始组建冥想小组，邀请了迪和他的 11 个同班同学参与。迪问能不能带上他的女朋友，唐说，“当然可以”。四年以后，经历了七个情妇，四次离开卡拉后，迪终于向卡拉提出离婚，卡拉很高兴地答应了。于是，当她回到冥想小组，开始与唐共度时光后，他们最终搬到了一起。当唐告诉卡拉，他们第一次见面的时候，

他就知道他们将会在一起时，卡拉问他为什么不在她结婚之前就告诉她，唐说，“我知道你会得到很多很不错的催化剂，并从中成长。”卡拉回答到，“谢谢啦！”

卡拉与唐

从那时起，她就开始为唐工作，因唐只在白天担任物理学教授。在他自己支配的时间里，他对 UFO 和超自然的一般领域很感兴趣，他需要像卡拉这样的人，可以阅读这个领域的现有文献，做笔记，然后与唐从 50 年代中叶开始收集的资料做比较。唐也是一名飞行员，他会飞往全国各地去调查近距离接触和绑架事件报告。卡拉则会跟着唐飞往各地并做笔记。他们最终完成了一本书，名为*《UFO 解密》(Secrets of the UFO)*，于 1977 年出版，如今仍被认为是这个领域的最佳著作之一。

左上为吉姆，右下为卡拉

我在 1979 年的秋天遇见了唐和卡拉，当时我在肯塔基州中部的森林里居住，是食品采购合作社的一员，这个合作社有每月一次的会面以便下订单。我当时听到了唐和卡拉在肯塔基州列克星敦的 WKQQ 电台的采访，主题是 UFO，我便对见到这两个人很感兴趣。不久之后，在一次食品合作社的会面中，我发现有一群人住在县的另一边，他们认识唐和卡拉。他们邀请我参加唐和卡拉的一次周日冥想聚会，就在这里，路易斯维尔，道格拉斯大道上他们的公寓里举办。唐和卡拉热情地欢迎了我，之后我们聊了几句，我问他们我能否参加他们的定期冥想。于是，在接下来的一年里，我每周日都从马里恩县开车到路易斯维尔与唐和卡拉一起冥想。

最后，我帮助他们从道格拉斯大道的公寓，搬到了杰斐逊镇沃特森路的一幢房子中，在这里，我们很快一起生活，并且共同努力，追求他们在冥想、

哲学、形而上学和通灵方面的工作。

灵性工作

卡拉有一项天赋，有时被称为通灵(mediumship)或传讯(channeling)。她可以联通到爱与灵感的智慧源头，有些人称它们为外星人，其他人称它们为天使。然而，卡拉的真正天赋是对魂灵们的洞察力。每当我们冥想时，都有一个看不见的魂灵希望通过她讲话，她总会挑战这个魂灵，挑战它们是否以耶稣基督、她的上主和救主的名义而来，如果这个不可见的魂灵不能说出“耶稣是主”，卡拉就不会允许这个实体通过她讲话。

在她的一生中，作为一名拥有洞察魂灵之能力的基督教神秘主义者，她总是请她的牧师看看她的作品，并让她知道他是否认为这些作品是可接受的。她第一个询问的牧师是马米安主教。他意识到，卡拉正在服务那些不去教堂的人，于是他对卡拉说，“你的工作之基础是给予和接受爱，不管这是不是在教堂完成的。你对这些人来说就是基督。你是他们与祂的爱之间的联系人。把他们当作祂的羊群中的羊吧。”

在接下来四年多的时间里，我们参与到了被称作“一的法则”或者“*Ra 接触*”的工作当中。我们完成了 106 场通灵集会，这是卡拉为全世界所熟知的工作。在 1984 年唐去世之后，卡拉和我继续着爱/光研究中心(L/L Research)的工作，涉及每周的周日冥想、更多的通灵、在全国各地的演讲，并且卡拉还奉献自己作为咨询师，给那些对自己的生命道路有疑问的人们以及不知如何从我们有幸提供的信息中获得帮助的人们提供咨询建议。

卡拉一生中共创作或传讯了十几本书，为成百上千的真理寻求者提供咨询，在灵性聚会上对成千上万的人们发表演讲，并且，在她所做的每一件事中，她都快乐且自然地分享着她对生命的爱以及她对人的爱。1987 年，她与

我在加略山圣公会结婚。我们结婚 28 年，在一起度过 34 年。

卡拉与吉姆

她最后五年的大部分时光是在家中病床上度过的，她试图从背部手术中恢复过来。虽然经历了大量的痛苦与限制，她却从未抱怨过哪怕一次。她用爱和一颗乐观的心面对人生中的一切，她自由地和来到她人生中的所有人分享它们。她把所有人都看作是这样的灵魂：无论他们外在的行为如何，在他们的真正自我中都充满了爱；并且她毫无保留、毫无限制，全心全意地去爱他们，因为爱是她所能够通过她大大敞开的心灵而传导的最伟大的品质。

她生命中最伟大的挚爱是耶稣基督和她的灵性家族，他们遍布世界各地，特别是在这里，圣路加教堂。十多年来，她一直是这座美妙教堂的一部分。在她生命的最后五年，她无法亲自前来，但她总是感觉，她的灵就在这里，分享着她对这个家庭教堂墙内每个人的爱。她特别感谢卡罗琳·埃德尔曼给她带来每周一次的圣餐，滋养了她的灵魂。她选择了这场追悼会的每一个部分，作为她在尘世生命的逝去中荣耀上帝的一种方式，同时也是她对耶稣基督作为上帝之子和她的个人救主的信仰的重申。

Translated by April

英文出处：

http://www.bring4th.org/archive.php?uid=214&catid=&m=4&d=18&y=2015

相关荐读内容：

卡拉在圣奥尔本斯教堂的演讲

《Ra 接触/一的法则》背景介绍

唐与卡拉的著作《UFO 解密》

卡拉的著作《活出一的法则：我的选择》

L/L 传记《直刺风车》介绍

L/L 纪念集 - 唐·艾尔金斯简传

☆ 第 3227 章集：一法的诠释和使用

Interpretations and Use of the Law of One

L/L Research, published on 2020/3/21

https://llresearch.org/interpretations.aspx

代表 L/L 研究中心，我们力求尽最佳努力不干扰寻求者对于 一的法则之诠释，主要是因为我们无法替读者学习。我们是谁啊，可以对任何其他人说这份资料意味着什么？或者应该如何诠释？还是个人真正需要什么？我们当然会就其含义发表自己的看法，但我们始终倡导寻求者自己去评估。我们的主要工作是把该资料提供给有兴趣、并可能从中受益的人。

虽然这是我们的固定态度，但我们可以就自己的诚信支持：诠释的范围有特定的限制。那些无法支持的诠释包括任何使用该资料的意图是吹捧自我；也就是说，任何对该资料的使用是要给自己积累某种特殊或崇高的地位。 一的法则之核心讯息是：无论我们有多少表面上的差异，我们都是一体，而爱是我们辨识合一的途径。谦卑地敬畏这令人惊叹的理解，认识到我们都是彼此的教导/学习者。

当然，每个人都可以自由地在这个星球上做他意愿的事。自由意志在我们分享的资料中、是一个核心原则。无论如何，作为一个组织，我们不同意将这份资料用于以下这些教学目的：

··混淆

··加剧恐惧

··创建依赖关系

··激发阴谋思维

··鼓励与他人分离

··拒绝或阻止普世的爱

··避免自我负责和被问责

··故意挑衅或煽情

··鼓励或促进对自我或他人的负面控制

··展示欺骗和操纵思维的元素

··声称自己是真理的代言人、而该真理是其他属灵寻求者无法获得的

··着重或荣耀个别的人格，而非 造物者和寻求者的旅程

以这些方式诠释和使用这份资料可能在自我和他人之中造成显著的扭曲。虽然我们认识到这些界限并不总是清楚的，也不是非黑即白的，但是它们通常是细微的。因此，我们承认，这种辨别可以是主观的。

我们对 一的法则的理解建议，随着心的激活和结晶化，随着自我越来越深刻地领悟自我，随着更高的脉轮被穿透，那么其服务必然会散发出悲悯、清晰、慈爱、透明，同理心和慷慨大方。焦点将越来越多地从获得和拿取、到达照耀和给予。

一的法则之宇宙学的基础即是自由意志，而正面极性道途的基础则是尊重他人的自由意志。那是什么意思，如何应用呢？鲜活的答案是一种持续的发现和精炼，并且是第三密度之旅的组成部分。并没有硬性的规定。

作为一般的原则，我们支持对这份资料的各种诠释和使用，只要它们旨在以悲悯、亲切，以及其他被称为爱的伟大能量的其他切面来荣耀他人的自由意志。在此基础上，我们共享这份资料。

附录：　一的法则中文相关资料连结

https://tinyurl.com/spy52s5

(V) 2020 translated by Google & cT.

☆ **第 3228 章集：原型心智/埃及塔罗之基本名词**

#1 心智的母体，又名为 魔法师

#2 心智的赋能者，高等女祭司

#3 心智的催化剂，皇后

#4 心智的经验，皇帝

#5 心智的形意者，解经祭司

#6 心智的蜕变，情侣 或 两条途径

#7 心智的大道，双轮战车 或 征服者

#8 身体的母体，公义 或 平衡

#9 身体的赋能者，智慧 或 贤者

#10 身体的催化剂，命运之轮

#11 身体的经验，魅惑女巫

#12 身体的形意者，倒吊人 或 殉道者

#13 身体的蜕变，收割者 或 死亡

#14 身体的大道，炼金术士

#15 灵性的母体，恶魔

#16 灵性的赋能者，闪电击中高塔 或 闪电

#17 灵性的催化剂，星星 或 希望

#18 灵性的经验，月亮

#19 灵性的形意者，太阳

#20 灵性的蜕变，审判 或 石棺

#21 灵性的大道，世界 或 宇宙

#22 选择，傻子（ 编注：西方伟特系统的编号为 0）

编注：关于 Ra 群体所认可的 埃及塔罗(22 张)、请参阅以下电子书连结：

https://soultw.com/TLOO/loo_05.pdf

(V)2020, edited by cT.

☆ **第 3229 章集：Ra 给我们的家庭作业**

1982 年 5 月 29 日

88.24 我是 Ra, …… 我们的计画是：针对你们… 地球上的入门者，让他们熟悉该原型心智的这个原型之特殊版本；我们(计画)的第一阶段是呈现图像，一个接着另一个，照着以下的次序：

一、八、十五;

二、九、十六;

三、十、十七;

四、十一、十八;

五、十二、十九;

六、十三、二十;

七、十四、二十一;

二十二

以这个方式，心、身、灵之间的根本关系可以开始被发现；举例来说，当一个实体看见 心智的 母体 对比 身体母体与 灵性母体，该实体可以引出特定实验性质的结论；经过一段长时间，当学生已精通这些具像，并已考量各个原型分类，一共七种；注视了心智、身体、灵性之间的关系．于是我们建议以成对的方式考量原型:

一与二;

三与四;

五;

六与七.

你可以继续以这种形式考量身体与灵性原型．你可能注意到在这考量中，形意者没有被配对，因为 形意者应该跟 原型第 二十二号配对。

在这条探究路线的尾端，该学生正开始越来越深入掌握每个原型的特性与共鸣.到了这点，使用各式各样的其他辅助工具达成灵性的进化，我们鼓励入门者学习成为各个原型，和最重要的，在你们的幻象中、尽最佳努力去知晓，何时采用原型的角色在灵性 或 形而上方面是有帮助的。

如你可以看见的，每个入门者可以发挥创意完成许多工作．我们不提供教条，每个实体感知自己需要的、有帮助的东西。

★爱与光图书馆选集 第 33 辑

☆ 第 3301 章集：来自 L/L 的一则讯息

2020 年六月 10 日

https://bring4th.org/news/index.php?newsid=182

「一切为一。」从一开始，这就是(星际)邦联通过 L/L 研究中心传导的信息核心。根据这些来源，我们实现这个真理的过程经历了不同的阶段。在这个阶段，第三密度是整个旅程中最复杂和混乱的，爱是实现永恒合一真理的主题和钥匙。根据 Ra 的说法，爱是「第三密度的救赎」。

我们都是一，不过、我们的第三密度社会体系奠基于大量的外在标识来加强分离和不平等，给世世代代的人们带来无法估量的忧伤。正是这种忧伤，使得流浪者和灵性寻求者渴望通过敞开心的工作来化解。当前，一道全球之光照耀着我们的不平等体系所造成的、最突出的扭曲和悲伤的根源：种族不平等。

我们请求你们加入我们、一起呼吁所有人来纠正这些不公正(现象)，并且为[我们的社会和文化中固有的]种族主义遗产造成的创伤带来疗愈的恢复。
若没有这些纠正和恢复，该周期将继续下去。必要由我们来打破这个循环，创造这样一个世界：在其中，造物主的一体性得以反射在社会的方方面面上、为了每一个人。

无论我们的种族、性别、经济地位、政治背景、出生地或其他使我们成为独特存在的区别，我们都是太一无限造物者的同等神圣代表，没有一个人比另一个更像或更不像造物主。只要这种理解如此严重地扭曲和滥用，包括种族不平等的扭

曲，流浪者和正向寻求者就会继续在这个行星上工作。

在爱与忧伤中，

L/L 研究中心

☆ 第 3302 章集：911 与恐惧

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 10 月 21 日

团体问题：我们今天的问题跟恐惧有关。在 9 月 11 日之前，每个人通常恐惧没有足够的金钱、食物、友谊、和谐的工作关系等等。现在，很多人似乎有个一般的趋向，关于一种不祥的预兆、一种恐惧——可能有更多的攻击，我们是不安全的，我们正在失去自由，某种事物正在捕获我们。我们不禁想要知道，**Q'uo 可否给我们一些资讯，关于我们应该如何处理我们的恐惧。真诚的灵性寻求者如何才能最佳地处理恐惧呢？是否有一种方法改变我们的态度、行为、想法？**无论 Q'uo 要说什么，我们都会很感激。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。我们想要感谢你们今天下午聚集到一起、呼唤我们到你们的圈子。我们想要感谢你们的寻求之心以及你们对于真理的渴求，感谢你们创造出如此深思的评论背景，以便我们能够对恐惧这个有趣的主题提出意见。我们很高兴跟你们分享这些想法，同时有一个请求：一如既往，每一位要使用自己的分辨力、选取那些可能对于你有价值的想法，把其余的都搁在一边。

这个器皿会说，恐惧(fear)是由四个字母组成的单词。这次冥想之前的谈话提到了恐惧怎么可能是爱的问题，或许我们就从这里开始。有些材料好像很简单、很明显，但里面蕴含着线头，于是这条线可以变成一团乱，回顾这些材料常常是有帮助的。不过，如果你从初始的线头去拉，就比较容易解开，比起试图从此刻打结的位置——恐惧在这里是活生生的——去拉恐惧之线要容易得多，所以让我们回到这条特殊的属于理性和概念之线的开端，凝视爱本身以及我们对爱的思考。

爱也是由四个字母组成的单词。在任何密度中的任何实体，都很难否认这(爱的)知识；不过，在你们的密度中，这个单词当然有很多弦外之音，因为人们恒常用它来表示好几种相当不同的情感，以致难以精准地使用这个单词。当我们谈到爱，我们讲的是造物者的菁华，远比家庭的爱、伴侣的爱，甚至比首要的手足之情、人类之爱更强大、更协调，容我们说，更结晶化。我们所讲的爱，不只是一种情感，而是一个全然协调的思维；这一个思想是如此强大，以致于创造了一切万有。这个理则[我们称之为爱]、这个活生生的实体——即是造物者又包含了受造物——是一个无限的概念。确实，有一个给爱的词语是智能无限*。爱的菁华蕴含在无限之中、在造物者的智能之中。
*编注：这段的描述和一法略有出入，请读者留意。

这个创造性的思维，借由自由意志的行动、借由内存的可能性，已经选择去创造光。通过使用这种建筑的原料，造物者已经建造出一个宇宙，而光是时间和空间的基本构造。一切万有都是由光所组成的。一切的光都是由爱创造的。结果是，在造物中一切被体验到的都是一个东西，那就是爱。无论那股能量有多扭曲，其实质都是相同的能量，和最轻盈、最明亮的能量有相同的祖先。所有看起来正面和负面的外观，无论似乎离光和爱有多远，仍旧是由爱组成的。就像新的事物很快会变旧，就像完整的东西可以瞬间破损，在你们的体验之中，天父的造物全都

有着极大的可塑性。你们每个人都是这个造物者的代理人，带有一定的灵活度去创造次宇宙——就是你们的个人实相。那么，你们每个人都是一个由爱复合而成的生物，你们每个人都在一个能量场中移动、拥有你的存在，这一个能量场由爱形成、并且借由你对于爱的各种变貌来塑造。你们每个人都会接触数量不一的其它能量场，不管这些能量场是个人、人群、还是社会；所有这些能量场都在更大的能量场也即造物者里面。不管是从第三密度还是从更高密度的观点来看，这点都是真的。由于我们有更高密度的体验，就感觉到和看到的东西而言，我们体验的宇宙肯定不一样。不过，我们也看到各个能量场的相互作用，知晓万事万物真的是一体。

稍微走近一点、进入恐惧的问题，如果你愿意思考一会儿你的能量体，你可以看见，能量体里面的每个能量中心都容易以特定方式受到扭曲的侵害；我们用扭曲这个术语来表示恐惧，因为**恐惧是一种爱的很常见扭曲**。**在红色光芒中，能量倾向于在有生存的恐惧时被阻塞。在橙色光芒中，在下腹部的能量的自然扭曲伴随着尝试去与其他能量场、其他人联系在一起的体验而发生，如果遇到了困难或个人关系好像受到了威胁，下腹的能量就有可能被堵塞或以其他方式被不舒适地扭曲。恐惧可以轻易地堵塞位于上腹太阳神经丛的黄光能量中心，这些恐惧牵涉到家庭、社会、自己在家族或社会中的地位，简言之，牵涉到个人如何处理那些超出个人关系而进入生命之根的较大团体——家族、伴侣关系等等**。在这个特殊的秋季，你们许多人群正在体验大量的黄色光芒扭曲，这跟今年 9 月 11 日显化的能量有关，这些扭曲基本上是黄色光芒恐惧；在你们文化中，许许多多人的太阳神经丛，容我们说，遭受重击，人们获得机会去选择恐惧，不只是一次，而是很多次。

当恐惧封闭了或仅仅部分阻塞了正在流经能量体的能量之际，取决于这些阻塞有

多么严重，进入到心的能量就变得越来越少。结果是，以任何确切的方式允许恐惧进入到能量体，自然的效应就是封闭心。当心轮中心没有接收到大量的能量时，然后就没有足够的能量来做意识内的工作了。可以这么说，一个人在尖叫的时候，他听不到(别的声音)，在某种程度上，这就是恐惧所做的事情：把心之耳变聋了。

不过，这个恐惧也是爱的创造物。看到能量体中由恐惧产生的阻塞时，有耐心的寻求者确实有资源来帮助自己承受。这些资源通常无法用线性的术语来表达。一个人看见火的时候，完全有权利怕火。火很热，它会燃烧、威胁到肉体的生存。没有线性的方式向谁建议不用怕火，或者在用火时不需要至少小心一点。**感到遭人侵扰、遭人闯入、遭人威胁，是一种威力很大的恐惧，它在红色和黄色这两种十分强大的主要光芒中运行。我们没有权利向任何人建议，不要害怕恐怖分子的袭击。不过从非线性的观点来看，如果你可以在思绪中往回走，把心智能量带出当下和眼下的催化剂，进入个人的菁华和意识的领域，你就有强大的资源可用，这些资源随时准备好来帮助你。**

「祂要为你吩咐祂的使者，在你行走的一切路上给你指引，免得你的脚碰在石头上。」[圣经，诗篇 91:11] 这段话引自这个器皿的神圣著作，这是真的。**每个人都有天使全时间尝试帮助和服务、救助和保护、祝福和滋养。**「看，我给你们报喜来了。」[圣经，路加 2:10] 那是圣经中圣诞节故事的一部分。一个天使向害怕的那些人说：「这是个未知，然而圣灵诞生了，圣灵正在进入这个世界。这是光之灵。所以大大欢庆吧。」

在处理恐惧时，一开始可能需要慢慢地行动、容许恐惧和你在一起，这并不舒服。与恐惧坐在一起，感觉那种不适，就会在寻求者内在创造出一种对于恐惧本

质不断增强的认识。如 R 实体说过的，与这种恐惧一起坐在篝火旁分享故事，一起享受今夜，允许内在的情况如其所是，这是一个有帮助的开始。它可能看起来不起眼，但是单纯地变得安静和静定，接纳心中的感觉，这是非常有帮助的。因为恐惧极为需要的是不嘲笑和真诚的尊重。恐惧是在能量体中紧缩的东西，它用板条把舱口牢牢地钉好，带上盔甲和防御。**变得能够怀着接纳的心态与恐惧安静地坐下来，最终会在该寻求者心里创造出一种感觉，即在某种程度上允许这个收缩状态逐渐消融，这也许是可接受的**。在寻求者感到恐惧时，天使前来提供帮助，寻找各种方法帮助寻求者，驱散和扩散恐惧造成的能量集中或纠结。天使尝试把爱的辐射能量送给你；根据你们的神圣著作和我们(的意见)，这确实会驱散恐惧。

一个人可以注视各种各样的恐惧元素，好逐渐从紧缩的感觉中挣脱出来。在恐惧中占主导地位的一股能量当然是渴望去控制那无法被控制的事物。控制的议题是非常困难的。一个人几乎从来都无法掌控他恐惧的对象。人们可以控制的，一般是不害怕的东西。不管你好像喜不喜欢一件事，正是由于你改变不了它，这种无能为力就产生了恐惧。正是在这种情况下，原型图像可能比言语更有帮助，因为图像不是线性的。因此当我们在谈信心之跃时，我们明确提到跃入虚空，把自己推入无法控制的情况。但是，确实，**从恐惧到爱的最笔直的道路是信心，有能力越过能量流中的纠结，返回源头；要完成这一点，不需要移动到任何地方，而只要离开恐惧的位置。对于令人瘫痪的恐惧，佛教的经典描绘是：悬崖边的寻求者抓住树上迅速腐朽的树枝，一只老虎在上面，一只老虎在下面，(双脚)底下是深渊。对于那个图像的答案是：放开树枝，向老虎挥手再见，欢迎深渊。在信心中领悟到，我们无法以任何途径、形状或形式直接知道一切都好或一切都将是好的；不过，那就是我们所宣称的，那就是我们所相信的，在那基座上放置我们的安全和自信。**

那些处于最黑暗时分、最紧迫环境中的人，这股信心的能量似乎会临到他们身上。正是就这个意义而言，你们的 911 悲剧既可以看成是光之灯塔，也可以看成是灾难之火。因为人们自以为很安全，但这些攻击扰乱了这种错觉，让你们文化中述说自由词汇的所有人，立刻鲜明清楚地了解到，自由而无惧的生活方式确实是宝贵又美好的事，它是贵重的、有价值且值得保护。这事件打开了很多人的能量系统，因为对受害者的悲悯，立刻就从你们星球的半数人口中倾泻而出。

在你们目前经历的考验和困难时刻，恐惧可以造成最严重的伤害，而信心之跃可以是最强力有效的。今天，哪些想法此刻正在划过你的脑海？你的想法模式是什么？你在思考时把那些价值放于何处？你会选择怎么改变这些想法模式？意识内的工作可以快得令人眼花缭乱，可以有出色的成就，可以产生瞬间的变化和转型；但投生体验的大部分时间中，不是花在启发(照亮)的闪光中，而是在那些中间时刻、在两次巅峰体验之间的山谷。但这些山谷可以是你的天堂，或是你的地狱，或者界于两者之间。你有过的每个想法既是偶然机遇、也是一个创造物。

寻求者的挑战是：要开始越来越意识到重复出现的想法模式，在查看想法的模式时问自己：「我所重复的这些想法，是发光的或是收缩的？如果我宁愿发光而非收缩，我该怎么影响这个重复出现的想法过程？」凝视着自己，却又允许自我充分又自然地运转，这是件需要耐心的缓慢工作；但是(宇宙)造物的偶然事件与你带给造物的东西——它会转变那些事件——这两者不断进行着交互作用，所以不管你遇到了什么事，你也变成了其中一部分。你习惯性想法所造成的氛围，让你在跟别人看待同一件事时，可以看见完全不同的东西：一个情景也许让别人觉得可怕，但你却觉得相当可以忍受。这区别在于态度，而你可以在态度上做工作，不是在一个周末就完成了，不是因为一本书、一个老师、一个观念而完成，而是

寻求者持续一段时期、不懈地沉思而完成这工作。

恐惧的中心是一种情况，它既界定你的经历，又跟你的经历、物质生命无关。根本的恐惧是有关生存的恐惧，它可以封闭红色光芒。你在肉体投生中永远都摆脱不了对死亡的恐惧，因为死亡是无可避免的，身体从尘土而来，又将返回尘土。一旦你在基本层次上清楚地看到，肉体死亡是个幻象，那么扭曲和收缩出现的可能性就会少很多。但是，很少有寻求者获得对她真实本性的完整知识，很少有人看到：他的意识在经历身体死亡之后，又不可避免地复苏。**我们推荐，只要在可能的范围内，每日沉浸于静默中，因为正是在自我独处的区域里，形而上实相的真理可以流动，可以让漫游的想象驻守下来，并强化你的能力：耐心地对待自己，耐心地对待你不想要的情况。完全如其所是地看待你个人故事里的所有这些因素，这是个强大的资源；知道信心可以改变这个故事，也是个强大的资源。**

我们在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体，在我们转移之际，感谢这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，我们在爱与光中再次向各位致意。此刻，我们会请问是否有任何进一步的询问是我们可以谈论的？

T：我相信我以前问过这问题，但情况变得有点更紧张了。基本上，你在帮助一个人的时候，如果牵涉到其他人，帮助这个人有可能伤害其他人，你该怎么处理呢？不管你们能够做出什么评论，我都会感激的。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议，如果在一个情况中有许多的考虑因素会影响一个人想望提供的服务，那么尽可能多地花时间在冥想中，这经常是有帮助的，不仅仅在冥想中找到自我的中心、建立那总是有帮助的更新联结，而且还要在冥想中去探索可用的途径。想象一个行动方案，也许是像你所希望的那样去帮助(别人)，在脑子里尽可能地按这想象行动，尝试检验自己的协助有什么反响。在几次的冥想时间中，也许长达一周的时间，每天都考虑这条可能的途径就是你应该跟随的进程。在每次冥想中都如你所想象的那样去执行该服务。想象别人会怎么接受该服务，继续用这种方式，直到你感觉到自己觉察这个行动的航向及其衍生物为止。然后，也许在另一周的时间，每天冥想采取相反的行动航向，也许是不行动。想象各种反响。尽你所能地进行彻底的想象。如你体验首先的方案那样，充分体验这个方案。然后，在你完成了这两个航向[行动和不行动]的冥想以后，在心里检查，你觉得最愿意投入哪一个航向。是否有进一步的询问，我的兄弟？

T：没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

Carla：我想要替 C.E.博士问两个问题。第一个是：「是否有一个相当大的小行星，名为死亡岩石或 Mynra，位于一条要撞上地球的轨道上呢？」

我是 Q'uo，觉察了你的询问，在这个星球的未来某个时刻也许将有这样一个事件。我们目前并未觉察到这样一个事件。我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：是的。人类或其他实体能够运用什么努力或手段，好导致美国政府公开它

们与所有非人类的知觉生命——包括政府已经聆听的传讯源头、团体或代理人——之间的秘密协议呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现这两个询问(发生)的或然率几乎是相同的。有另一个询问吗？

Carla：没了。我想这种问题足够了。我不想要使该通讯失去调频。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感激你代表这个实体做出的努力。**我们很抱歉在这些领域中缺少资讯。我们不必然排除对这样的小价值问题，但是几乎看不到任何一种可能性会发生**。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我有一个后续问题，你们是否想要评论一下这类的具体问题以及它会如何影响一个传讯团体和管道，好比 Jim 和我是器皿而你们在另一端。因为 E 博士的所有问题都是具体特定的，我欢迎你们在那方面有的任何想法。

我是 Q'uo，我们感激你的询问，我的姐妹，因为它给了我们机会：评论那些提供给我们的询问的特性。

如你们所觉察到的，我们乐于在那些专长的领域给出我们的意见，主要涉及具有形而上特性的领域、灵性演化速率的过程和进程、以及在爱中开放心(轮)的能力，因为这是每个实体投生的主要原因和活动。当人们以肉体载具在第三密度中运转时，常常容易对具有片刻吸引力的领域感兴趣。我们说的是片刻，却也了解到，你们人群中很多人花费了多年的时间，来追寻这种特定信息。我们希望从事

这样的活动的实体们将在某个(时)点了解到寻求这类资讯是徒劳的。因为即使一个人拥有了所有的答案，这对于个人或全体的演化只有一点点的价值。我们为自己寻求的以及我们寻求跟他人分享的资讯是具有持久价值的资讯：即对一个人现在和永远的灵性旅程是重要的东西。有大量的资讯暂时看起来是重要的，因为它充满了你们第三密度幻象的戏剧。谁对谁做了什么、为什么？怎么做的？不过，一个人如何在这种或那种情况下都能去爱，难道不是重要得多？我们总是很欣赏那些实体——他们寻求超越幻象、超越充斥你们日子和大脑的琐屑事件的表面重要性。因为正是那些能穿透面纱和幻象而超越的人，最终将找到他们旅程的核心。

有进一步的询问吗，我的姐妹。

Carla：没了，谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹，此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的问题。）

我是 Q'uo，我们想要利用这个机会来感谢各位邀请我们今天加入你们的寻求圈。能够这样做始终是极大的荣幸。我们再次提醒各位，我们不想望给任何一个寻求者的灵性旅程带来任何绊脚石。如果我们所说的任何内容没有对你响起真理的铃声，请立刻抛开它，只留下那些有特别的真理铃声的内容。我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们在此刻离开这个器皿和团体。我们在爱与光中、在太一无限造物者的平安和力量中离开你们。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2001_1021b.htm

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_1021.aspx

---

☆ 第 3303 章集：911 与催化剂

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 11 月 4 日

团体问题：今天的问题再一次聚焦在 911 事件周围。我们想知道你们可否给我们一些资讯，关于在这次事件中直接涉入的人群以及献出生命的人们，他们是不是我们所有人的催化剂，好让我们成为你们可能称为的「祭司国度」——国民都渴望对他人有所服务并跟随和平战士之路，在生命中、在心中找到爱，并和他人分享这条道路。关于这种催化剂能怎么在我们所有人的生活中运作以及我们如何才能成为一个「祭司国度」，你们可以详细描述吗？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。容我们说，被呼唤到这次集会，这是怎样的荣幸和祝福呀。我们向我们在这个团体中已有段时间没见到的实体们致意。我们向那些新人致意。我们向刚刚接触这个团体的人问好。我们向你们每个人致意，感谢你们每一位把美丽和优雅带到这个圈子。每个人都是一块宝石——通过它，造物者的光以独特又美丽的方式闪耀。我们极其欣赏你们每一位的香味和振动的染色。我们

会请你们在聆听我们说话的过程中使用你们的分辨力，因为我们并非没有错误，而是和你们一样：都是沿着一条路径寻求的朝圣者，这条路有时候广阔且令人愉快，在其他时候却似乎位于困难和黑暗的沙漠之中。

我们问候你们的时间，在你们的一年中正好是为了在信心中离开肉体投生、并被视为信仰忠诚的离世者而举行庆典的时间。在这个器皿的教会中，人们也在此刻歌颂所有的圣人；所有在这个世上体验过投生、然后继续向前的人，也在此时受到怀念。你们今天问到最近因为 911 事件离开投生的少数人，这个问题很有意思，肯定会进入更深的材料。

你们的问题涉及：如何让死亡(的意义)超出死亡，让悲剧(的意义)超出悲剧。我们对你们说，不仅这件事如此，而且不管是吸引全球注意力的重大事件，还是发生在一个微小生命范围内的微不足道的悲剧——不过，在那个(微小的)生命中存在着所有的造物——这些事件一次又一次地皆是如此。必死的性质是这样的：让你可以把投生体验作为整体、看成一种献祭。身体只能吸气、呼气一定的次数，然后再次成为尘土；心脏只能跳动一定的次数，然后静止下来；每个实体的肉体内都已写下其未来的历史，一个人会发现，那些已经取得大量平和的人在面对死亡的问题时，不留一点担心。他们知道，死亡不过是这个身子未来历史的一部分。因此，它不再是令人悲痛或不舒适的催化剂了。

命运的特性就是这样的，即我们无法对你们说未来是确定不变的。我们能够对你说的是：你已经和一个特定的团体达成协定、处于一个同伴或牧师的位置，正如他们是你的同伴或牧师一样。你已经在适当的位置达成协定，来查看某些投生问题。对于大多数实体，这些问题跟给予爱和接受爱有关。对于很多实体，这些课程围绕着如何服务，如何在不期待回报的情况下自由地给

予，如何在不成为灵光侵犯者的情况下成为一个治愈性的临在，如何表达自我而不成为他人生活中一种可感知的负面事物。这些议题和很多其他议题都会反复不断地在人生中出现，这种情况会发生一点都不令人惊奇，因为你已经精心安排协议了，这样无论你通过什么路前进，无论你在一个给定情况下会做出什么选择，道途都会以某种方式绕着圈，好再一次遭遇那些议题、好与那些你已达成协议的人一同工作。

这就是说，9 月 11 日在世贸中心或在别处结束生命的所有灵魂，一方面跟命运有约，另一方面，直到那一刻，直到那个可能性/或然率漩涡变为真实情况之前，他们都是完全自由的。**未来在很大程度上是由你们每个人、由每个人的思想和作为所创造的，而不是固定的。我们无法查看未来，告诉你将会经历什么，因为你们每个人都是共同造物者，有潜力产生可观的光、可观的爱——不是从你自己内部产生，而是经由你生命的水晶(放射)。那一天，多少人面对死亡的姿态是拥抱光；那一天，多少无名英雄在帮助他人的过程中失去了自己的生命，他们的故事将永远不为人知。**

从来没有死亡是：只有损失而无获得的。曾经有一阵子我们担心，有些灵魂还没能够离开与纽约市出事现场对应的内在层面区域。然而，我们快乐地说，在该事件后的两周或两周半时间，一群你们称为美洲原住民的实体——不是在这个密度中的人，而是内在层面里的群体——他们帮助那些当时感到困惑的实体，所以那场悲剧涉及的所有灵魂，现在都进入了疗伤领域，领受基列的香膏。

然而，如在这个圈子中的几位实体已经在(我们)谈话之前的对话中说过，你们每个经历这次事件的人都体验到情绪的催化剂，它使得人们感知周围世界的方式发

生了改变。大多数进入你们视野的表面事件都是这样一些信息碎片——它们几乎都被有系统地设计来减少希望和信心、同时增加疑虑和恐惧。如 H 实体已经注意到的，所谓的恐怖主义的目标单纯就是去将恐怖、恐惧、不适灌注到那些人的心理上头——他们过去自鸣得意、对世界上别的地区漠不关心。这事真的发生了。人们有一种深刻的感觉：自己从睡眠中醒来，一次愉快舒适的睡眠现在结束了。

宇宙造物是以这样一种方式被打造：在不平衡的情况中，平衡是在运转中的最强健的单一原力。在侵略性的黑暗之中存在着对光明的呼唤，我们确实看到你们各民族中有很多人在越来越大的程度上听到了这个呼唤。合一的概念是非常简单的。确实，你们每个人在其中居住的国家的名字是合众国；不过我们观察到你们各州在此刻要比 911 事件之前更为联合。这样一场普遍性攻击的冲击为很多人创造了催化剂，这些人以前把自己看成是美国人，但种族、教义或者肤色不同；他们现在已经发现自己就是美国人，除了公民权之外，他们不会考虑任何事情，也许第一次感觉到一种同伴的感觉，以及对在你们美国乡镇、城市、村庄的街道上的人们，感到完全的同情与团结一致。不是因为另一个人看起来或听起来和你类似，而是因为他也是那场实验的一部分：由你们国家的国父们在很久之前开始的实验。

你们问到「你们将成为一个祭司的国度」这条引文，以及一个人如何才能聚焦于这条出自你们圣典的引文——当这个器皿在这件事上遇到困难并请求指引时，她的指导灵[她称为的圣灵]把这条引文提供给了她。如果你们每个人愿意花点时间，想想你今天有过的想法、心里有过的忧虑，然后把自己想成祭司，问问自己：「如果我是个祭司，我会对这些想法、这些行为满意吗？我会对自己的日子、我的服务、行事满意吗？我会感到自己碰触到太一无限造物者的临在吗？」在这个特定时刻，**这条特定引文的意义是：你们每个人就像一朵正在绽放的**

花：觉醒的过程很像玫瑰张开所有花瓣向着太阳。随着该实体觉醒、寻找并渴求真理，他在学习。这个圈子里的每个人都是经验丰富的老手，你们学到了很多。还有更多要学的东西。总有更多要学习的事物，不过到了某个点，朝圣者的灵魂就可以把自己不仅看成学生，也看成老师，不仅看成信众成员，也看成牧师；不仅看成到桌前要吃饱的人，也可以看成前往厨房去帮助准备盛宴的人。

这个器皿最近一直在说，如果有个时刻得是坚定不移的，那就是现在，这个想法，你们是一个祭司国度的想法，你们是神圣民族的想法，就是沿着这些路线。**当你寻求时、当你学习时，你就发展出一种责任感去分享你所知道的事情，去活出你知道的事，在你的日常生活中表达你知道的东西。也许，仅仅是一个微笑，对负面情况的一次正面反应，关键时刻说的一句话，一个有帮助的想法。在一个很容易给出负面想法的时刻，找到那个正面的想法就是在运行魔法了。**

当人们了解到自己的力量时，他们会变得有效许多。所以，我们会请求你们每个人都了解到你们内在有着可观的潜能。了解到你已经在发挥很多的力量了，所以问题变成了：「什么是对力量的正确使用？」在你眼前的情况中，爱在哪里？这个问题会带来可产生改变的最大共鸣、最多的魔法。允许自己越来越多地进入你研读很久的祭司身份，接受该披风，发誓尽全力去跑这场笔直的赛程，对你相信的事物坚定不移，找到方法来分享那些只有你才能分享的东西，因为他们是潜藏在你的人格折迭之中，它们是你要去给出的礼物。

彼此相爱。那就是祭司身份的心：去爱、去祝福、去为光作见证。

我们会在此刻把该通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中、在感谢中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿同在。我们通过这个器皿、再次于爱与光中向各位致意。在此刻，我们很荣幸地问，在在场各位的脑海中是否有任何进一步的询问是我们可以给出回应的。现在有另一个询问吗？

S：我先开始。最近我从 Carla 那里得到一本书：《亚特兰蒂斯人的托特翡翠石板》。读起来很有趣。那家伙似乎在活着的时候扬升了，我想知道，你能否告诉我他正在做什么以及他正在执行什么种类的服务？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现这个实体已经成为一个传讯的源头[以你的称谓]。然而，这个实体是和一群人建立了联系，他们的寻求方式也许可以叫作独自的，容我们说；也就是说，他们专门地寻求这本书包含的那种资讯，他们是该实体的更大寻求者家族的一部分。因此，这个实体的工作会继续以另一种形式进行，总是寻求给出信息以服务那些感兴趣的人，他们对于秘密活动或玄学活动所产生的奥秘或谜题感兴趣。我的兄弟，有进一步的询问吗？

S：我从 Carla 那里还得到另一本书，Hathor 资料[1]。我猜这些实体是第四密度的存有，在古埃及时代，他们比 Ra 来得早些或者晚些。也许你们可以告诉我有关这群实体的服务的事情？

[1] 编注：感兴趣的读者可访问以下网页，其中有相关中文资料：
http://blog.sina.com.cn/s/articlelist_1686316627_2_2.html

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，你在这领域寻求的信息也很广泛，跟一个种族用自己的体验、追求、服务可产生的东西一样广泛。我们只能给一个简单的描述，而不进入许多有趣的领域，那会占用你们很多的时间。Hathor 族群，和 Ra 群体一样，跟这个行星历史上各种各样的文化都有过接触，其中最为著名的是跟埃及文化的接触，这个接触在你们的过去，不只是一段时间或一个时点，而是连续性的，这种接触在有些方面变得比其他方面更引人注意，或者说流传得更广。**这些实体在埃及文化中播洒合一和无限的概念的种子方面是十分有帮助的，这使得该文化中的人们准备好考虑一的法则了。于是 Hathor 族群与 Ra 群体联手工作，为的是让埃及文化的哲学或灵性领域中的概念，可以得到进一步发展，让人们不仅看到宇宙里有许多神明或强大势力在运作，而且看到真的有太一造物者存在，而所有其他东西都是从祂当中跃出**。对于那些属于埃及文化的人看来，这是一个革命性的概念，容我们说。有进一步的询问题吗，我的兄弟？

S：最后一个问题是，你们对于不同的冥想团体相互彼此联系有任何建议吗？他们如何才能分享资讯和服务呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你们所做的事有帮助：彼此相互交流，和他人分享那些你发觉有价值的资讯，而他人也跟你们分享这样的资讯。**对于每个渴望服务他人并确实这样做的实体，他们的能力仅仅取决于他在心里、脑海里和服务意愿里的热情有多高。因为当意志对准一个航向时，就会出现实施的一条路，这样该意愿就可以在其心与意、灵魂以及该实体的菁华之中形成并显现出来。**我的兄弟，有进一步的询问吗？

S：我没有了。谢谢你们。

T：我有一个问题。几周以前 N 注意到当我在床上弯曲膝盖的时候，有白光从膝盖发出。J 在几天之后做了一个相关的梦，他得到的资讯是，这来自我膝盖中的结晶化关节炎所产生的压电能量。这跟膝盖上的晶体受到了压力有关。你们可否告诉我关于这情况的任何其他信息吗？我如何能使用这种能量，如果我确实应该使用它？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如你觉察的，晶体结构是光以特定场域或形态组成的。当一个人向晶体施加能量或力量时，这种光能量会表现自己，或者名副其实地说，光能量会在这个晶体里流动；对微妙能量的运动敏感的人，可以感觉得到该流动。你向膝盖施压时出现的这种情况，是由包含在膝盖、手腕、肘部和脚踝中的各种第二级和第三级能量中心结构引起的，它们对应于肉体更精微结构中的主要能量中心或脉轮，从基底脉轮到皇冠脉轮。你的膝部所表现的能量，跟你肉体载具那个(相应)部分的健康有关，那里现在有些不平衡，其形式你可以叫作关节炎或滑囊炎。这些术语不是绝对正确，但目前足以满足需求。

据我们所知，使用这种能量对肉体载具本身没什么特别的用处，但对恢复你肉体载具这部分的健康或能量平衡有用。因此，要最有效地利用这种能量，你需要有计划地做冥想式观想，这会允许你用内在之眼看见导致了你膝盖里不平衡的整个催化剂经历。这是老化过程的产物，是你现在处理的催化剂的一个主要来源。有进一步的询问吗，我的兄弟？

T：没了，非常感谢你们。

我是 Q'uo。我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

C：我有一个 B 的问题。他问道：「流浪者对于地球有什么期望呢？」第二个问题是，「流浪者的社会或文化像是什么呢？」

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。那些从更高密度的领域进入地球环境的实体，他们所离开的环境比地球现在的环境远为和谐，跟所有造物的合一更有联系。因此，你可以描述为流浪者的实体们，在发现到自己的本性后，观看自己为了服务和学习而投生的目前这个环境，常常很气馁；因为你们第三密度现在的经历，这个接近收割的时刻，整个说来相当混乱。这个星球上的大部分文化都很不和谐，甚至每天都表现出好战，不仅在你们称为的国与国之间是如此，在日常活动中每个人跟他人的关系也是如此。因此，当流浪者发觉它们来到这里要做的事的时候，很多流浪者会发现自己的体验是迷乱和困惑的……

（磁带换面。）

我是 Q'uo，我们再次与这个器皿在一起。此刻有另一个询问吗？

N：我可以用个人的方式为它们已经给予我们的启发和奉献而感谢它们吗？

我是 Q'uo，我们很感激能够这样做，我的姐妹。有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：当思考与其他团体结合和共享，思考我每周都在给人们写信讲这类关切时，我觉得既然这是个幻象，我们在内在层面上是联结的，我们在内在层面里是在一起的，所以我们不必为此担心。当我在给那些人写信的时候，我通过邮件来工作，我感觉到就好像我正在做两件事情。一方面我在个人层次与人分享、听人诉说、与人来往交流，不管我们相互要教什么、不管我们相互要学什么，我觉得

我和对方共同创造了一股能量交换；在同一时间，在帮助我或帮助他人的过程中，好像正在为正面第四密度创造交流管道。我们现在在灵魂层次上工作，但在显意识层次上，我们甚至不知道自己在做这项工作。你们可以谈谈吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，当每一个实体从事这样的交流时，就好像在锻炼从前不用的肌肉一样。随着一个人分享自己当时心中想法的力量不断增强，就会从心里产生越来越多的信息、灵感、方向，不只是为了跟他交流的人，而且更多是为了共享同样关切的人。当你在与他人交流过程中可以开放自己，你就在允许别人分享那股能量，允许那股能量呈螺旋形运行，很像太一造物者的光用向上螺旋光线的方式、寻求返回其源头。所以，借由其他人的问题，当你能够分享从你身上汲取的灵感时，它就如同一个种子，不仅仅被种植在与你交流的人们心中，同样被种植在人类的自我内在感之中。**当一个人学到了，所有人也拥有学习他已学会的事物的潜能。确实，一切都是太一造物者的组成部分，都是太一造物者身体内的细胞。当一个实体变得丰富之际，所有实体也都变得丰富**。我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：什么是梅尔卡巴？M 想要更多地认识灵性的母体、灵性赋能者，以及如何使用灵性赋能者与这些被启动的能量[以原型方式伴随着 911 事件]一同工作。我可以让她参考德隆瓦洛·默基瑟德的作品，如果你们想要聚焦在这个问题的后半部分的话。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们确实推荐 M 实体去参考名为德隆瓦洛·默基瑟德的实体在这个领域上的著作，因为这的确是一个庞大的研读领域，我们不能够在该器皿载具的能量开始衰减的情况下适当地讲述。

至于第二个和第三个询问，我们也觉得这是一个庞大的研读领域，在其中需要对该询问进一步精炼，因为这里也可以给出大量的信息。为了让自己满意，也希望开始让 M 实体满意，我们想建议，灵性本身的性质是固定不动的，因为它无法像肉体载具或心智载具那样运动，而是如实存在。在第三密度幻象中运动的每个实体的灵性是从无限中汲取出来的。你可以把太一造物者的身体视为宇宙造物本身。缔造该身体的源头，我们发现就是 Ra 群体提到的未赋能的智能无限。这个无限的源头是每个实体当在第三密度经验的任何时间领悟到高我之时都能够与之接触的。

我们了解到，这并未具体地谈论 M 实体已经询问的涉及塔罗研读系统中灵性原型的各种各样的部分。无论如何，我们觉得从一个能够把无限的特性——即作为太一造物者的每个有限表达[被知晓为心/身/灵复合体]的基本源头——包括在内的基本资讯基础来开始这个研读是好的。我们道歉在这方面缺少资讯，但我们发觉，在此刻这个器皿的能量和专注度不适宜给予进一步的具体资讯。因此，我们会建议在这次工作集会结束之前，提出最后一个询问。

Carla：事实上，Q'uo，我会建议现在就结束该集会，因为我们已经获得如此多的东西了，我刚才没能够真的照着 M 所写下的问题来朗读它。我想那个问题的能量和她对那个问题的渴求并不真的在其中，所以我将在下次重新聚焦。我相信一支手电筒会有帮助的。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们也对你十分感激。在此刻，我们愿趁着这个机会向在场各位表达我们的感激——感激你们邀请我们今天出席你们的寻求圈。能够在你们的心与意中、在你们寻找真理之际，在这里加入你们，这是我们莫大的荣幸。我们真的享受这些聚会，无法适当地表达我们对你们的感激，但能够在任何时候加入你们，

我们都会感到激动。在此时，一如既往地，我们要在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿、这个团体和各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_1104b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_1104.aspx

---

☆ 第 3304 章集：第三密度的战争

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 11 月 18 日

团体问题：今天的问题涉及为什么第三密度中——尤其是在地球上——的人类似乎是如此好战。在这个特殊的系统中，我们已经有过火星的经验，它明显是如此好战以致破坏了它们的大气层。马尔戴克(文明)炸掉了它的行星。地球也经历了成千上万年的战争。我们不禁想知道，**第三密度有什么东西导致了身在其中的实体们朝着好战行为的方向前进**。这是我们在社会团体互动中的意识的性质吗？还是我们的自由意志选择？是我们可相抵的拇指吗？于是我们有能力去制造和使用工具以及由此产生的武器？我们会感激 Q'uo 跟我们讲讲，**是什么给了我们这种战争习性，作为个体、群体、国家，我们怎么朝合作的方向前进，一同工作而非彼此对抗？**

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，

在祂的服务中我们来到你们这里。我们感谢你们，为了你们聚集起来寻求真理，也为了你们加入这个寻求圈。我们感谢你们的呼唤，因为我们极其感激与你们分享一些想法的机会。我们只请求你们在聆听我们的言语时使用你们的分辨力，丢开任何困扰你们的言语，因为我们不愿成为一块绊脚石，而要成为你们寻求中的资源。我们请求你们信赖你们的分辨力，而非外在的权威。因为你们知道什么事情是舒适的，什么事情对于你的内在是善的，你们可以相信内在的那种直觉。

你们今天提出的问题是有意思的，里面确实有大量可说的内容，但它不像有些事情那样有着简洁清澈的模式。第三密度的战争起因，一方面可以统合为一个起因，另一方面是有着多条线的原因，完全取决于你希望在哪个水平处理这个问题。我们会从多条线索开始谈，因为这也许更接近你们每个人眼下的心态。

其中一条与第三密度战争有关的线索，涉及你们这个物种所享用的肉体载具本性。其他星球上别的物种的载具，跟你们的多少有些近似，也就是说他们身体的基本结构，也有一双手臂、两条腿、一个头、一个躯干。当你们凝视由之发展出你们物种的生物种群的那些本能，你就可以看到你们的本能：那些回应特定情况的根深蒂固的偏好就是那些**具有领地意识的动物的本能**。你们的类人猿占据了一定的区域，在其中，它们在自己的家园领地上打猎并保护水源。这个物种的天性，大致来说就是实体待在各式各样的小群体内，每个群体有自己的领地，每个领地有各有特色的、自由放任的结构[这个器皿会这么称呼]，每个群体独立于别的群体，不会尝试联合成更大的群体一起工作。

这就是进入心智运作当中的本能基础，因为心智的一个部分专门处理来自身体的、带有「紧急」标签的讯息之优先顺序。所以，虽然这些本能不会思考，但它们还是呈现出一种相当可观的偏向，让第三密度实体偏执于自己眼里的领地或财

产。**如果你愿注视导致好战行为的、纷乱的种种原因，你会发现，领地的考虑几乎总是扮演了显著角色。这是红色光芒的、关于生存的能量正在被表达。领地受到威胁时必须保卫它；如果别的领地被视为必要的，就必定要取得它，那么侵略就被认为是合理的。这点依旧是第三密度战争起因的实质部分。**

关于第三密度的情况和冲突区域，这幅织锦的另一条线索是第三密度心智的特性。这个第三密度的心智是一个做选择的心智，不具备你作为一名永恒存有的意识的益处。第三密度心智被设计来做出一个接一个的选择。它的工作方式是假定一个对的选择总是存在，从而把生活过程看成序列的选择。面对一个情况，第三密度心智会努力解决问题，不一定是去欣赏它、理解它、分析它，或者探测其微妙性。第一个心智反射就是去解决问题、让它消失。**这种只看黑白、是非的倾向，喂养了好战的能力；该能力的确是你们密度的正字标记。**该心智本身的性质很容易向最理性的思考者建议：必须做出决定，必须制定计划，一切都必须经过挑选，然后强迫被选的人按照已选好的路线依序行事。

另一条进入(地球)人类和一般第三密度的制造战争能力的线索，是如 Jim 实体所建议的：与不同团体一起工作的挑战。在任何团体中的大哉问是：「那个团体的性格是什么？」**一个团体会将它的性格显示为它所选择的领导者。那些尝试在大型团体中成为领导者的人倾向于拥有这些人格结构：对攻击性的使用看似是美好的，对影响力的使用看似是公正的，对全部优势的使用看似是必要的。所以，这种倾向就是：对于领导而言，不要像[上流社会中受尊重的]那种口头说说的理想哲学那样理想；与此同时，就像 Jim 实体指出的，在有某种好处的时候就不理睬这方面的理想。**

所有这些线索都促使实体们在感受到威胁时，用侵略来回应自己的不安全感。你们可以看到领土之争，你们可以看见对于优势、影响力、权力的贪婪；你们可以看到人们倾向于做某件事而不是歇息或长时间聚在一起；你们可以看到领导层的那种不耐烦，还有那种冲动。**我们要提到的最后一条线索是这个倾向：比较强壮的一方欺负比较弱小的一方。**我们指的不是国家对抗国家，而是像 C 实体指出的，男性对抗女性，一种能量对抗它的动态对立面，而非彼此合作。我们发现，在第三密度的人口中，选择追求具有女性面容的造物者的那些文化，与那些由“一个被视为强力男性人物的造物者”所主导的文化相比，其文化价值包含的冲动少很多，而仁慈多很多。男性实体追逐权力的倾向、法律本身运作方式的倾向、肯定还有你们地球上现存的传统文化基础，全都支持气力、权力、武力这些价值观——强健男性形象的长处。

你们思考的真实根部，容我们说，从童年开始就浸透了富含睾丸激素的英雄行为。这个实体喜欢阅读，我们在该实体的脑海里看见很多很多涉及舞剑弄枪的故事，这些故事都假定：武器和军备是政策的自然共生物。确实，我们不会贬损战争本身，战争是第三密度几乎无可避免的混乱。我们不建议以严苛的方式思考冲突，因为你们可以有理由把战争看成一场游戏、精彩的游戏，富含着光荣和荣誉。就像很多其他事情从更大视野看来好像很荒唐，打仗属于第三密度的表现形式；大多数第三密度行星在经历该密度时，都有这一个(战争)部分。

超越所有这些原因，在第三密度中，战争的核心及其起因的核心，是爱的特性。**你经历的一切都来自爱的扭曲**。除了爱以外，没有别的实质可以用来汲取生命，所以生活中的一切，包括谋杀、偷窃、强奸，都是一个又一个的爱之行动：爱受扭曲、爱被阻碍、爱被强迫前往它不愿去的地方。虽然如此，无论该血缘多少次似乎被杂交和败坏，所有体验的基本血缘都是爱。第三密度是一个很聚焦很

强烈的密度、选择的密度。该选择不是爱与恨之间的选择，而位于寻求爱的两种方式之间：一种爱的选择是去爱别人，另一种爱的选择是爱自己。

不用说，服务他人不是一条好战的路径；据称是服务自我的实体，才会对抗自己的同类。不过，**要在自己的内在清晰看见爱的根源，需要做出可观的努力**。Jim 实体说过，不是说谁都不知道怎么爱，无条件之爱的例子很多，表示原谅、同情、爱之类品质的话也很简单。无论如何，所有这些话语都只存在于你的心智里内，直到你精力充沛地尝试把这些理想转译成物质生活中可显化的东西。所以问题变成了：「对于爱的呼唤，每个寻求者的回应是什么？」而这回应不是一件简单的事。

我们很容易请求每个人，每天进入冥想、寻求静默，那些答案就在静默中，而不在我们的话语里。然而，当重点来到穿上你们的鞋子、作为第三密度实体，我们发觉自己单纯地欢喜于你们每个人有能量和意愿从事这项伟大的工作：在混乱当中看见真理。爱强烈地呼唤、拉着每个实体向前。第三密度被精心设计来拉动每个实体向前——根据他们的渴望和渴求。**自我身份的挑战就是找出你真正渴望的东西。**你将渴望什么呢？真理？爱？平安？这些文字的实质在何处呢？你双脚底下的实相在何处？你怎么理解自己的旅程？如果你知道自己在这里是为了追求灵性进化、回应爱的呼唤，那么你就会以某种方式形塑你向无限造物者提出的问题，于是你就正在寻找自己的菁华以及爱本身的菁华。

有些人认为，如果人们停止开枪对射，我们就会有和平；不过我们对你们说，事情没这么简单。因为就像 C 实体说的，如果一个人停止开枪对射，那么他会另外干什么呢？至少，侵犯某个明确的国家或一群人，是一场有限的、可达成的战斗；当它结束时，人们可以说取得了某个成果，现在有和平了。不过我们对你们

说，和平就像爱本身，是超越所有条件的。和平不会从各种条件里产生。和平是一种品质，等着每个人拿起它，宣告和平属于他自己，是他蒙福拥有的真实美好的财富，可是有多少人真的在自己心里追求和平，停止奋斗、鼓励自己安歇于本来如是而带来的和平？如果和平需要释放(一个人)珍爱的许多其他东西，有多少人会真正拥抱和平？

以前有个人说：「我遵从所有诫命。我还要做什么好进入天堂王国？」耶稣实体回答他：建议这个人卖掉所有财产，把得到的钱发给穷人。接着这个年轻人很不高兴地走了，因为他不想望这样做，即使这意味着进入天堂王国。骄傲、虚荣、需要比别人更好：所有这些都是人类内心的能量，天然属于本能的第二密度肉体和第三密度大脑。不过，你作为意识、永恒的存有，安歇于所有这些偏见里面，为的是一次投生的体验，在此生中努力跟随不可阻挡的、寻求真理的压力。你每天向自己提出的问题总是相同的：「此刻爱在哪里？此刻造物者在哪里？」

所以我们不认为战争本身是邪恶的，我们确实认为的是：在灵性寻求上，战争的方式不会比和平方式更有成效；不过你们的第三密度会以很多方式表现冲突，因为那就是人群的基本特性：把自己看成跟他人分离、高于他人、对抗他人。这是第三密度催化剂的一部分，是爱的艰难课程的一部分。事实上，这不仅发生在整个第三密度阶段，也在某个程度上发生于第四密度。因为在第四密度中，有些实体选择继续做光明的孩子或做暗黑的孩子，继续(两种)极性的碰撞冲突。随着第四密度缓缓地前进，对于成为战士的大量热爱开始蒸发，因为人们更为精通爱了。

每个人在生活中都有过水晶般的闪亮时刻，在那时，爱变得真实了，不只是一个字，不只是概念，而是令人惊叹地、生动地、强大地真实。想想那些时刻，想想

那些时刻带给你的礼物；允许当时充满你的意识回到你身上，只为了记住那是怎样的感觉。

我们鼓励每个人深思自己的菁华和心的本质。一个实体的心和你们生活其上的世界的心，是相同事物的微观和宏观世界。实际上，你们每个人所属的次序，要高于这个世界本身的次序。当你选择去寻求、思考、行动的时候，你们地球这个宏观世界就会显现其映射。**工作自我的菁华，找出办法选择不去促进冲突，找到方式去表达真理却不会伤害想法不同的人，但最重要的是：于内在寻找造物者的临在，祂如同从更圆满的光、祝福黑暗的光、不惧怕的光发出的一道光芒。敞开自己、迎向这温和轻柔的火焰，也就是无限造物者的临在，让这光在你的内心安家，并扩大这个家。随着你在自己里面寻求和平之路，随着你找到办法解决自己内在的冲突，你也在为全球心智多学了一点。**

有一种团体正在相当快速地增长，他们不是通过公共政策的方式，而是通过在内在工作以成为和平生灵的方式。我们看见你们星球上的这股能量逐渐扩大，我们感到非常有希望，因为跟你们地球世界所有表面新闻显示的情况相反，人们正在越来越多地看到爱的课程，有时是首次看到。人们正在觉醒，开始在内心选择我们建议的菁华。随着更多的个体生命获得蜕变，于是我们相信你们的行星也会获得蜕变。

我们愿鼓励每个人不要把事情的表面太当真。你们的神圣著作说：将会出现战争及其流言。将会有这样和那样的事情，但时候还没到。接着我们对你们说，我们相信的确是这样。你们每个人真正的战争，是 Jim 实体称为圣战(jihad)的奋斗，这是一场朝圣者的内在奋斗，朝圣者锻炼尘世的自我，把它变成内在圣灵的容器。在这场圣战中，在这场神圣冲突中，你的各种选项并

不清晰，不过你的内心始终有光从内在闪耀。所以我们请求你们单纯地寻找那道光，寻找爱的面容，一旦你看到了铭亮闪耀的爱之太阳，就向它学习，对它献上自己。因为你也可以在这场混乱中做爱的代理人，你也可以是行星地球上的最终和平的一部分，这始于每个寻求者在自己里面寻求她所希望在这世界上看见的理想。

我们会在此时把这个通讯转移给 Jim 实体，怀着感谢、爱与光离开这个器皿。我们是你们认识的 Q'uo。我们现在转移(通讯)。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次，我们在太一造物者的爱与光中向各位致意。我们在此时有幸谈论任何进一步的询问。现在有另一个询问吗？

S：我们的电子邮件组出现了一个主题：有个家伙名为 B、在地球上锚定了一些类似爱的频率，我就问有没有我可以做的，好提供这类的帮助。人们赞同这是一个意图的问题，但许多人好像有某些特定能力，而我没有觉察到自己有这种能力。你们能够给我指点一下：关于这类的服务，以及我该如何有所服务？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以谈谈任何寻求者都可以进入的领域。我们的作用不是为另一个实体发现他有潜力的可能(领域)，因为这是每个寻求者最重要的学习。然而，任何寻求者都可以单纯地分享存在的品质，每个人都有一种基本振动，它跟一个人的指纹或声纹一样独特。因为，你们每个人都以一种特定的方式——依据你寻求的方式以及所寻求事物的性质而定——而共鸣和振动。**当你能够向另一个人交流你的努力所具有的基本品质，你就在心与心之间分享最重要的东西了。你们每个人都以特定的方式振动出爱的和声，因**

为每个人都是由爱缔造的。如果一个人在寻求过程中可以发现爱的这种基本振动，那么这就是他可以跟另一个人分享的最大礼物了。

清楚地沟通你的意图和渴望，这是所有寻求者都可用的另一种分享方式。清楚的沟通听起来简单，不过每个人在第三密度中都很难达成，因为困惑太多，不仅人与人之间有困惑，人的内在也有困惑。花时间寻找自我之心，这一个过程使你能够对别人清楚地揭示或分享自我之心。

提供别人要求的并且自己觉得能提供的服务，这是第三种服务方式，任何寻求者都可以奉献自己于服务他人。这要求寻求者仔细检查自己接触中的人有什么需要，这种观看还需要寻求者去听，听别人在请求什么，请求的方式也许很清楚，也许只是暗示。也许寻求者有一个办法通过各种问题来引出他人的需要。

这些只是任何寻求者都可以在其中服务的几种方式；不过，虽然所有人都可以采用它们，这些基本的服务方法对于任何寻求者都十分有价值。我的兄弟，有另一个询问吗？

S：有的。我们还讨论过，怎么连接各个冥想团体和光的圈子；我就建议，尝试联系位于中东或中国或非洲、西方世界以外的这类团体；开始播撒全球意识的种子。你们能在那个主题上分享一些想法吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。要开启与那些在地理上、也许同样在文化上相距很远的人们之间的交流途径，这是我们会全心全意鼓励的努力，因为此刻在你们星球表面上这样的实体之间的真实分享实在太少了。**当观点、背景、文化、宗教、社经地位分歧的人可以互相交流，他们就会找到我们可以称为的**

共同属性，它将用任何别的办法都不可能做到的方式打开许多扇门[容我们说]，开阔人的心智、打开心门。对于外地文化经验很少的人，让他们阅读、收听关于外地文化的消息，特别增长见识。因此这种努力现在可能最为有帮助。我们鼓励你们在这方面的努力。是否有进一步的询问，我的兄弟？

S：只有一个。当亚特兰蒂斯消失在海浪底下的时候，格言石(Maxim Stone)这个灵性中心发生了什么事？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个信息进入了侵犯他人自由意志的区域，而我们不想望侵犯他人的自由意志。我们道歉在此缺乏资讯。有另一个询问吗，我的兄弟？

S：那是有意思的。我没有更多的询问了。谢谢。

我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，看起来我们已经耗尽这次工作集会的所有询问了，我们愿利用这个机会再次感谢各位邀请我们在今天加入你们。请拿走那些我们已经讲述的言语、并照你的意愿使用它们，同时抛弃任何没有响起真理铃声的部分。在这些集会中加入你们是我们的极大荣耀，而且我们不想望成为任何人的绊脚石。

此时，我们将离开这个器皿和团体。一如既往，我们在太一无限造物者的爱与无可言喻的光中离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：https://soultw.com/TLOO/2001_1118b.htm

英文出处：https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_1118.aspx

---

☆ 第 3305 章集：流浪者与业力

Copyright © 2020 L/L Research

周六冥想 2020 年 1 月 25 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，此刻和这个器皿同在。我们在爱与光中向你们各位致意。因为我们和你们一样都是通过爱的力量、由光构成。对于已经被呼唤到你们的寻求圈，我们再一次感到荣耀，因为这个圈子充满了大量的经验、奉献以及寻求真理的渴望，该真理是关于一个人在无限造物中的经验特性。而我们希望在今天能够协助你们——在那条和你们共享的寻求旅程上、以某种方式协助你们。我们请求你们拿起那些我们将与你们分享的话语与想法，以不管什么对你有意义的方式来使用它。如果我们分享的任何话语或想法没有意义，请毫不犹疑地将它们放在一旁。以此方式，我们就可以自由地与你们分享，并且有希望提供你们更多服务。因此，在此时，我们会问，是否有一个我们可以开讲的询问。

Lynn：我有一个问题，Q'uo。在团体业力的情况中，一个团体已经涉入一个特殊的事件中，如果那个团体的一个成员寻求去减轻那种业力，但该团体的其他成员对于付出那种努力完全没有兴趣，对于那个寻求者而言，如果要去减轻那种业力，什么会是最佳或最有用的途径呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个例子中，我们感觉到，你相当觉察到：当你决定尝试去减轻你所提及的情况时，从这个决定中将会展开的局面。在你这边，去走那条复原道路的这种渴望是这样一种渴望——它在你显意识和潜意识的心智中，容我们说，烧出一条小径[其与这些实体有一种连接]，于是在你自己努力去弥补的过程中，就有可能分享这条道途给其他行旅者了。

你可以看待自己为一种指路人，这样同时在你的显意识和无意识心智中，你就会建构一种模式、分享在你的存有内生长的爱之潜能。于是，你、你自己，就成为你想望在这因果世界上看到的改变了。你，借由做出这个决定，就踏出千里旅程的第一步，容我们说。这个第一步是十分重要的，因为它是所有更远脚步的基础。**当你继续在这条弥补的道途上前进，你开始建造一种动能，它会被每个更远的脚步所增强。你开始找到一种自己先前并未有过的内在气力。这样，当你走出每一步的时候，这种气力就会被加倍、接着再加倍。于是，随着你在这条补偿的旅程上继续，你就比自己过去之所是要大许多倍了**。我们觉察到，你有一种业力的感觉，容我们说，那是与一个更大团体相关联的，他们自己也会有一种(业力的)感觉。在你要去停止业力之轮的渴望中，你是不同寻常的，甚至在这个团体中是独特的。看到那点，即使它是一项庞大的任务，现在就是开始那场旅程的时刻了。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：我只想要问，是否平方法则会在你们刚才说的内容中起作用呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，这确实是我们正在表达的一个概念：即我们提及每一个后续的脚步都将加倍并再加倍你向着爱与修复而打开门

的决心之力量，容我们说。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：没了，谢谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Q'uo，我将要读一些 Ra 说过的句子。在这个引文中，最后一句甚至使得《Ra 接触》最伟大的学者们都感到困惑了，Ra 说：「数量最多的流浪者，如你们的称呼，属于第六密度。服务的渴望必须扭转朝向很大的心智纯粹度、以及你们可能称为的愚勇或英勇——取决于你们的判断复合体变貌。流浪者的挑战/危险是它将会忘掉它的使命，变得与业力牵连，(Gary：接下来就是棘手的部分)由此被卷入大漩涡中，而它原本投生的目的是要协助该毁灭。」你们能够对「由此被卷入大漩涡中，而它原本投生的目的是要协助该毁灭」这句话给予任何澄清吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在这个引文中提及的大漩涡，就是存在于每个第三密度幻象中的混淆，流浪者通过投生、奉献自己进入这个该幻象中，以减轻在第三密度幻象中混淆大漩涡的效应。对于这个星球人口当中的许多人来说，当处于在达成收割方面遭受相同困难的其他第三密度星球上时，混淆和负面性力量就已经长久地围绕他们；而那种协助降低混淆和负面性力量的渴望，就是那种已经跟随这些实体来到你们地球层面[容我们说]的东西。[1]

[1] 原注：讽刺地或者至少是幽默地，这是和 Ra 原初的叙述一样混乱的回答。我们邀请你们在应用文法时尽你们最大的努力。

这些重修的第三密度群体当中的各个群体所已经卷入其中的大漩涡，是一种灾难性的、没有爱的体验，容我们说；它有一种传染性的或传染病的品质，随着每次为了足够极化以毕业到第四密度而增添的努力失败，该品质似乎就对很多人变得更强力了。因此，那些流浪者——他们奉献自己好服务这个星球以及它各式各样的重修人群——会了解到，他们正在投生进入一场暴风雨、一场失败的意识暴风雨、一场报应的暴风雨、一场渴望的暴风雨，那渴望即离开他们发现自己身处其中却几乎不可能在其中移动(出来)的污水沟。

这个大漩涡具有「将这些实体拉入其中」这种[容我们说]污水沟特性的原因，乃是有一种持续的失败——无法使出必要的努力以在灵性道途上进展。这创造出一种内在的混乱，对于每个实体，该混乱都被向外反射出来，这样就有了一种指数级的累积增加，增加了混淆、怀疑、愤怒、恐惧等等，它们就为这样的实体形成了情绪的架构。

流浪者们相当觉察这类负面的磁吸[容我们说]——对于那些已经在该第三密度或其他第三密度体验中如此多次地体验这种暴风雨状况的实体而言，有一种被拉向其中的牵引。因此，流浪者认识到，当他们寻求服务这种动量的受害者时，这种动量会与他们对抗。这个大漩涡长久以来都是他们灵性旅程的一部分。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

Gary：谢谢你们。过去的假设是：Ra 的句法在传递那个回答的过程中有一点点偏差，你们的回答很可以澄清。另一个问题，也是来自《Ra 接触》。发问者问：「这些实体之一能做什么事而变得与业力发生牵连？」Ra 回答：如果一个实体有意识地以没爱心的方式与他人互动，就能与业力发生牵连。

你们能够阐述「有意识地没爱心」是什么意思吗？

Q'uo：我是 Q'uo，我的兄弟，觉察了你的询问。负面导向实体的通常行为模式，就是没有爱或分离地对待周围实体，以某种方式控制这些实体，这样他们的力量就可以归于那些带有更大力量的负面导向的实体了。对于负面导向的实体，有意识地成为没爱心的，即是其旅程的真实本性。

然而，我们发现，有很多实体，他们十分寻常地被视为正面导向的，而在某些情况中，为了某种原因，可能会对其生活圈中的其他实体表达这类的负面性。已经遭受「作为一名流浪者在第三密度幻象中生活」所产生的许多令人瘫痪的效应，流浪者在很多情况中会对其服务的道途感到困惑。对于这样的一位流浪者而言，这些令人瘫痪的效应可能会有一种(产生)扭曲的特点，于是它可能混淆地觉得，它正在借由以一种负面的方式行动而达成一种正面的任务，同时觉得，最终结果会合理化其手段，容我们说。

这样一个流浪者，对于其服务有了混淆的领会，接下来，就可能对另一个实体施加这样的控制性行为——它觉得那个实体需要这种控制性行为，好从流浪者[被假定有]的智慧中受益。这一种情况会返还到该流浪者的真实存有；它起初渴望投生好有所服务，却发现自己，如我们先前说过的，受制于那种困难与创伤性体验，以致该流浪者很可能在其感知中造成一种扭曲。

在该流浪者从这个幻象移动进入死后世界[容我们说]之际，当它开始评价刚刚完成的人生，它将会发现，它的感知造成自己这样的行为，这些行为(的后果)要求它重新学习那些在先前投生中似乎遗忘的课程。这种课程的重新学习，也就是开

放心轮对准无条件之爱，可能需要该实体重复第三密度的整个大师周期(75000年)。因此，流浪者将有希望开始在它自己的存在状态中打造一个更为坚实的基础，以便能够更清晰地领会它在先前投生中曾想望提供的那些服务的性质。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：两个超级简短的后续问题。所以 Q'uo，你们正在说的是，会累积业力的是那种有意识地没爱心的活动，该活动实质上寻求通过控制或操纵而有意侵犯另一个人的自由意志？无论理由是不是混淆的。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，(我们)会说：你已经正确地总结了我们所遇到的——我们更正这个器皿——我们刚才正在尝试表达的东西。

Gary：那样的话，好比说……你们也用了负面性这个词语，那就是我正尝试去探索的地方，因为很多正面存有都有各种各样的负面性体验，有时候是被传达的负面性。因此，对于可能对愤怒或挫折或其他形式的负面性有一种本能反应(膝跳反应)的实体而言，那样会落入累积业力的[没爱心]活动范围内吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一般而言，我们会说，并不是这种情况。因为**必须要有一种属于「凌驾另一个自我之上的控制」这类负面表达的样式——这就会导致那位展示了这种控制性行为的流浪者或任何其他实体需要去重复第三密度体验的大师周期。你提及的本能反应，是一种催化剂体验，对于勤勉认真的真理寻求者而言就会成为一个机会：在它的存在状态之整体意义上进行平衡。于是当催化剂被体验之际，该愤怒就可以被[在愤怒表达中缺少的]爱所平衡了**

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：在那条路线上没有了，非常感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Lynn：Q'uo，Ra 说过，耶稣因为意外地摧毁了另一个自我的身体而累积了业力，那种业力在他死前一刻，在他宽恕了那些摧毁他身体的人的时刻被减轻了[2]。我的问题是，对于(充满)觉察的个体，业力能够通过宽恕在一瞬间被减轻吗？

[2] 原注：一法 17.19-20

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，我们会建议，如果一个实体已经体验到那种业力或「要减轻该实体对其负有责任的那些困难」这种责任的累积，如果在这样一个实体的存有心中有了对这种责任的纯粹与受启发的承认，那么该实体就有可能减轻业债。那么，该存有的深处就会在其内在带出业力责任的减轻，也就是说，该存有的深处无限地与太一无限造物者以及太一无限造物连接起来，然后通过可被视为魔法的方式善用之，于是，就有机会在该真理寻求者[想望缓解业债]的意识中创造出一种改变。当这种补偿的感觉在该实体的存有中逐渐成长到这样一个音高时，造物与太一造物者消融所有(业力)债务的寰宇能力就被呼唤到这位想望去改善或减轻业债的寻求者意识内部的存有之中。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：我只想要问，我猜我会说最近在冥想中一直在进行的那种魔法观想，那是

否沿着你们正在说的路线呢，是否我和你们正在说的东西的轨道有点接近？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，我们发觉，你谈到的练习，就是对这种渴望的迹象的形成之开端，随着这种观想以每日的方式，或者甚至比每日更频繁的周期继续，它能够以一种越来越大的量级被反映出来。然后，该渴望会导致该周期性也被利用，也许是以一种更频繁的方式，也许是以一种更强烈的方式，也许是以一种更复杂的方式，这是由你自己的显意识决定所判定的。这一类型的观想能以各种各样的方式被增强，如我们已经提到的。接着，这种观想就能够在增强你减轻业力的渴望上成为相当有建设性的能力。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：我不知道你们是否能够回答这题，但是，那种观想——我假定你们能够读取我对此的想法——连同我正在设想的金字塔观想，那样会以任何方式增强这个过程吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发觉在回应这个询问上有一条特定的线是我们不可以跨越的。因为我们并不想望冒犯你的自由意志，但我们愿建议，你正在正确的思考路线上。你正在使用的那种观想是一个好的开始。如我们已经说过的，在这方面还有附加的东西，那是你早已觉察且可以整合的。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Gary：是的。我很高兴 Lynn 提出耶稣的例子。因为根据 Ra 的报告，耶稣对一个玩伴感到愤怒、接着结束了那个玩伴的生命。在这样做之后，他发现自己内在拥有一种可怕的力量，这刺激他纠正错误，并学会它的正面用途。所以，看起来耶稣毁灭他的玩伴是某种具有一种本能反应(膝跳反应)的事情。他带着愤怒反应，杀死了他的朋友。在那个情况中，名为耶稣的实体如何累积业力了？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在你们第三密度幻象中，大多数实体的通常类型的本能反应要比结束一次人生的行为小很多。要将耶稣在结束玩伴的生命中所利用的力量的可怕效应描述为一种本能反应，这在本能反应的定义上会是缺少清晰度或纯粹度的。

因为在任何幻象、尤其是在第三密度幻象[遗忘罩纱在其中扮演了这样一个重要的角色]之内的每个实体之投生，是把一整个投生经验都从该实体身上移除的行为，也就是[容我们说]杀害；要是那股以可怕方式被使用的力量未曾被那样使用，(那位玩伴的)投生经验可能持续很多很多年。[3]

[3] 原注：另一个并未良好传输的段落。

耶稣实体内在的力量即是接触智能无限的能力，就其自身是没有用任何特定的途径或方式被染色的，容我们说。利用这样一股力量可以被描述为可怕的，或有益的，或受启发的，如此等等。因此，对这些术语的定义握有此处概念化能力的关键。

本能反应是有参与「将一个巨大(时间)跨度的体验从该玩伴身上移除」这件事。

然而，我们会建议，在这个特殊情况中，该玩伴就投生前的意义而言也是这个过程的一部分；所以，曾有过协议，这个体验会以一种正面方式同时被两个实体所利用。到最后，容我们说，耶稣实体被驱策去用他此生的剩下部分探索这种力量的正面用途，确实，这力量能够以很多激励人心的方式被利用，疗愈瞎眼的人、治好病患、复活死者，如此等等。由于耶稣实体，该年幼的实体离开了肉身，为了耶稣实体的这个体验而献出它的生命，所以，就终极的意义，它是能够从这个体验受益的。然而，在第三密度的投生中，耶稣实体或那个年幼的实体都不会知道这情况，于是，对于该年幼实体的生命的剥夺，就是潜在地能够移除多年有帮助的体验的事物了。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：夺取另一人生命的行为是第三密度体验中最严重的行为之一。在那个层次上，我能理解为什么它会累积业力。但我猜自己在本能反应与有意识地寻求去控制和操纵之间感到模糊不清。

当我想到膝跳(反应)的时候，我想到一种反应的模式，它被触发并引起该实体的无意识回应。你知道的，一个实体可能会脱口而出某件事，说某个东西，或者在耶稣的情况中，使用可怕的力量来杀死他的朋友。反之，有意识的意图是一种在自我之内被明确制定的意图，接下来会被执行、被行使，而非成为一个反应点。

我不认为耶稣会有意识地打算对他的玩伴做出没爱心的行动，但毋宁遇到了被触发的膝跳、无意识的反应。你们能澄清这两者之间的区别吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对于本能反应与有意识决定以

负面方式而行动这两者，由于个体诠释，我们发觉在澄清上存在一些困难。本能反应可能确实是持续的无意识思考模式的一种反映，这种无意识的思考模式倾向于时不时地自我重复。因此，如果该实体如此体验到负面行为的无意识重复，它会发现自己在某个点上能够在其人生中识别出该模式，并寻求去平衡这种行为模式。

负面导向实体的行为确实是有意识地渴望去控制周围的其他人或造成负面效应。有意识地决定控制他人属于负面极性。因此，我们会认为，耶稣实体不是在回应在自己存有内的负面样式、进而需要经过一段更长的时间去平衡该行为。耶稣实体更能够看见他在玩伴身上造成的效应，以致他让自己担负起一种业力的责任、以平衡夺取生命(这件事)。在十字架上说出这些话语：「父，宽恕他们，因为他们并不知道自己在做什么」，就是耶稣实体促成或渴望寻求对其业债的补偿或平衡、在此达到顶峰。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：一个快速的问题。在耶稣解除他的业债的方面，是他的……毋宁说，乐意献出他的生命以及随后在十字架上失去生命，那是显著重要的要素吗？或者，一个显著重要的因素是对于那些已经把他钉上十字架的人表达宽恕？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。显著重要的因素，如我们在这个情况中能够确定的，是耶稣实体渴望在十字架上说出这些话语，于是他就可以借由说出这些话而为那些见证十字架受难的人们，容我们说，带来更多益处；这些话语是他毕生渴望的顶峰，渴望平衡那夺取该玩伴的业债。与此同时，借由说出这些话，让那些观察十字架受难的人知道，宽恕就是疗愈的道途。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：在那条路线上没有了。非常感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo。我们再次感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Gary：Ra 的另一段话。Ra 说：「**在你们的幻象中，没有外在的避难所可免于快速又残酷的催化剂之强风、骤雨和暴风雪。然而，对于纯粹者，所有的遭遇都述说太一无限造物者的爱与光。最残酷的打击被视为提供一种挑战的氛围、即将到来的机会。于是，光之伟大帐顶被高举在这样一个实体头上，以致于所有诠释都被视为受到光的保护。(95.24)**」Q'uo，你们可否阐述「光之帐顶被高举在这样一个实体头上」的意思？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一个实体若能够清晰地看到第三密度幻象的目标，就能够看到，无论遭遇到什么体验，每一个体验的潜能都是启蒙。在这样或那样一个程度上，所有的体验、所有的催化剂然后可以在这道光中被观察到，看见各种机会去成长、服务，爱、超越。这些机会然后就会变得很类似于胸中的宝石、为第三密度的幻象展现一种巨大的价值。

然后，这样一个带有清晰视野的实体就拥有一种指路人的品质。该品质就会以智慧之光灌注该实体、从而看见第三密度幻象的目标。这道光会成长得越来越明亮，因为这个实体或这类的实体能够继续在正面意义上极化、借由利用其他人可能视为极其创伤性且悲剧的催化剂。

然而，当这样一个实体可以看穿催化剂，看穿创伤、到达内含的机会时，那么这光之帐顶就开始越来越明亮地照耀在该实体周围，并被那些有眼去看的人看见该高于实体的光之帐顶；以相同的方式，某些人能够看见被称为光晕、灵光的东西——它指出一个人穿过各个能量中心、向上移动抵达靛蓝色与紫罗兰光芒的运动，于是所有的催化剂都能够从红色一直到紫罗兰光芒，以一种会产出爱之光、存有之光以及合一之光的方式获得处理，并且向一切有眼去看的人指出：这个实体已经看到它的全部、使用它的全部，并从它之中全然成长，现在和万物是一体的。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：那(回答)是美丽的。在那个相同的句子中，Ra 说：「光之伟大帐顶被高举，以致于所有诠释都被视为受到光的保护」。这里有一种保护正面道途的概念，而该保护在负面道途上是无法取得的。我一直在和这句话搏斗：在正面道途上受保护是什么意思。那个意思是，举例来说，如果你错误地走到一辆巴士前面，一股无形的力量可以给你一个轻推、离开那条路吗？或者，某个其他的负面情况，你可能必须取消你的房屋抵押权，而某个事物干预了、好帮助拯救你？或者说保存，或以用某种方式协助？你们能不能详述：在正面道途上接收保护是什么意思？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现：**给予这种保护(的程度)是跟寻求正面道途的纯粹度成正比**。因为有着各种类型的渴望、各种信心的表达、各种意志的表达，不同程度的服务他人之纯度。刚才谈及的保护，即那个引文的内容，是一种以可变程度给予的保护，如你已经提到的这些程度中的一些。真理寻求者如此热烈地寻求执行太一无限造物者的意志，它首先寻求天堂王国，

容我们说，它最终将会发觉，所有其他东西都添加在其上了，于是，在这样纯粹寻求服务他人的终极意义上，它就可以发现，比喻地说，造物者的手臂带着一件光之长袍包裹着它，以保护它隔绝所有负面导向的影响。

无论如何，任何真理寻求者都可以在某种程度上参与到该真正相同的保护中，于是，根据它那寻求服务在全体之中的太一的渴望及意志，它就能够接收或实现在其寻求旅程中不同种类的保护。

在今天这个寻求圈中，每个实体都觉察到，在他自己于不同时间的个人体验中，似乎有一种突然压倒一个人的困难，不过在最后一刻，以某种方式，会有无形力量的插手、导致即将发生的困难得以解决。每个实体都将继续走在寻求真理的道途上，体验这样的、协助寻求旅程的无形之手，因为每一个人都在无形的领域中拥有好些指导灵、朋友、老师，它们会细心看顾你，容我们说。当时间是对的，并且心是纯净的，就会发觉保护被提供了。

在此刻，有最后一个询问吗？

Gary：为那个回应而感谢你们。你们会不会说，虽然有着各种层次的保护是与环境情况连接在一起，并向具肉身的实体提供能量与支援，但最深的保护是投生的实体如何构建此刻并理解此刻？如 Ra 所说的：「光之伟大帐顶被高举在这样一个实体头上，以致于所有诠释都被视为受到光的保护。」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，一个人用来架构对任何种类催化剂的诠释的手段，就是那个反映着内心在无条件之爱中开放的要素。因为，正是一个人在其存有内在对周围的所有实体和经验而感受到的无条件爱、悲

悯，允许了一个人以正面方式诠释这些实体与体验。这样的诠释，然后，借由这位纯净地开放心(轮)的实体，就会把所有其他实体都视为自我、造物者，向自我显现通往太一之道途，无条件之爱给这条道途添加了燃料，于是就不会有阻碍在这样一条道途上，因为一切万物都被视为太一——祂在所有生命之内、在自我之内、在宇宙造物之内、在所有其他实体之内。因此，一个能带着开放之心、纯粹地去看的人就看见太一。

在此时，我们将离开这个器皿与团体。我们在爱与光中找到你们、也在爱与光中离开你们各位，因为那就是一切万有，太一无限造物者的爱与光在我们寻求的道途上指引我们每一位。我们感到荣耀、和你们一起走在那条道途上。我们感谢你们今天邀请我们在此加入你们。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，Vasu borragus。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2020_0125b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2020/2020_0125.aspx

延伸阅读：第五福音

https://soultw.com/TLOO/gospel5th.pdf

☆ **第 3306 章集：形成社会记忆复合体**

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 12 月 9 日

团体问题：(我们今天的问题来自 B。）我的理解是：一个社会记忆复合体的形成对于第四密度是至关重要的，而人类由于已经在《Ra 资料》中提到的一些因素，甚至无法开始形成一个社会记忆复合体。我的问题是：对于那些想望在为收割准备的过程中形成一个社会记忆复合体的一群奉献者而言，要学习的领域有哪些，必要的心智和灵性上的修炼有哪些？

我假设在该复合体的成员之间，详尽的沟通是必要的，这种人与人的直接沟通是最为有效率的、允许沟通在多重层面上发生，但是，物理位置上的接近对于一个新的社会记忆复合体的形成是必要的吗？一个社会记忆复合体能否通过诸如我们的互联网或电子邮件这样的工具而形成呢？

在准备好一个社会记忆复合体的方面，有多少部分是可以由单纯寻求真理并活出生命的真理寻求者们所完成呢？是否有某个明确的事情是我们需要去做的？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。感谢你们呼唤我们来到你们的寻求圈。感谢你们为了探索真理，留出这个特殊时间在冥想中静默，因为带着求爱者的全部热情，在静默中聚在一起邀请真理，是美好且十分有帮助的修炼。因为你所追求的对象，你实际上并不了解，它是你自己内在的灵送给你的礼物。我们还感谢你们给我们机会，允许我们提供我们觉得值得提供的服务。R 实体刚才说：我们(Q'uo)持续乐于讲述似乎在绕圈子的主题、也许不止一次地涵盖相同的材料，这是多么卓越呀。就一般意义而言，这肯定是真实的，不过我们发现，在每个提问中，问题所由来的方向、寻求的过程以及那种寻求的向量，不仅仅在水平方向上不同，在垂直方向上也是不同的。**提出问题的周期是螺旋性的，也许甚至不是有组织的或有逻辑的，因为一个灵性原则**

的学习经常是完全非线性的，一些看似进阶的部分对于一种特定人格外壳会是很容易(理解)的，而一些最简单的事情却是非常困难的。因此，测量一个人自己的灵性温度并没有好处，而是单纯地持续活过每一天、仿佛你灵魂的中心关注就是活好每一天。

我们请求一件事情，那就是你们每个人总要使用那已被创造为你意识的一部分的分辨力。带着一只耳朵来聆听共鸣，当共鸣发生时，保留那些想法、邀请它们更多地自行发展并在你的沉思中调合起来。如果这些想法没有使你感兴趣，不要尝试去跟随它们，因为它们在此刻并不适合于你。

今天的问题关系到如何在第三密度中形成一个第四密度层级的社会记忆复合体。我们的确发现这是一个适宜的问题并且是有趣的。作为开始，让我们注视第四密度与第三密度的对比。在第三密度与第四密度之间有一个量子间隙。结果是，这个问题无法照提问的方式来精确回答，由于第三密度不是第四密度，第四密度不是第三密度。在时间/空间或形而上的宇宙中，两个密度拥有不同的位置。在一个人的心智中，很容易把下述两个同等有效的问题混为一谈，一个是如何在第三密度中形成第四密度的社会记忆复合体，另一个是如何在第三密度中表达第四密度的价值，从而成为第四密度实相之预示或先兆——你对这种实相的预示是一份希望的礼物。单纯地谈论第四密度作为第四密度要简单得多，我们将先做这件事，但我们不相信这会完整地回答该问题。

当第三密度的实体允许或臣服于无条件之爱——通常被称为基督意识——那种难以言喻的能量时，那么体验到这种爱之振动的实体就安住在第四密度之中了，而她自己时常不知道。当面纱被移除时，爱的那种品质就单纯地把一个人放入第四密度环境中。在这种第四密度环境中，社会记忆复合体是活跃的、健全的，因为

第四密度意识的性质允许那种型态，并且那种型态是一种高于这个较低密度或者——在有觉知看见更高的密度之时——将要取代这个较低密度的模式。换句话说，当灵体没有被赋予一个身体而处于投生之中，且涉入其中的灵魂正在这个水平上振动的时候，创造社会记忆复合体所涉及的修炼与学习，肯定就开始可现成使用了；但是，甚至在这样的学习和修炼之前，那条寻求者觉得方便易走的路就在那里了。在第四密度中的困难在于，怎么找到动机把自我的任何部分与所有蒙福的同伴隔开，因为这些其他自我都是你存有的一部分。

所以，**任何时候当两个实体之间有真诚又相互关爱的、无保留且无控制或操纵意图的能量交换时，任何时候两个实体取得了纯粹的信任状态，任何时候你洞察、觉察到自己和他人的一体状态，在那个时刻、在那种交流中，不管持续的时间多长，你就走在形成社会记忆的明亮金色路上，编织各种联结与体验，它们会促进个人的进化过程，也会促进这颗星球进入第四密度的诞生过程。大量运用第四密度能量的第三密度实体，对于形成第四密度社会记忆复合体协助极大，只需把心胸开放到足以让那些时刻成为可能的。**

无论如何，我们认为，实现完整的第四密度的社会记忆复合体并不是有肉身的实体的实在目标。我们这里与你们分享的关注只是：不要渴望外在成就或某种派系或社会精英。最好认识到：社会记忆复合体不是由经过特别挑选的人——其人格外壳似乎表示他们有特定层次的觉知——所组成的。毋宁说，在灵性的完全民主中，社会记忆复合体是借由所有实体之间的一个又一个的连接、一次又一次的能量交换而产生出来的，这些实体通过所有的方式、在所有的层面上、在很多很多的情况中，在没有一种值得注意的催化剂的情况下而达成。因此，去和那些你有特别连接的实体一同工作，这是好的。任何在这个很有价值的方向上设法为太一造物者服务的实体，将所有进入到这个存有之视野的无论什么实体都平等地包含

在他凝视的范围，这也是好的。

除了暂时或短暂的成功之外，不要期待在第三密度中完全地成功，而总是要觉察到：在寻求这种目标的过程中会有快速前进的贪婪，或许比你心中睿智的老妇人要你移动的速度更快。你必须听从内在的祖母，她说：「今天你要满足于沉默、臣服和等待，今天不是你向前走、达成目标的时候。」注意你每天拥有的能量，只使用当天为你配备的能量；不要把随时运用基督能量当成武断的目标，而是单纯地活出靠近自我的目标、不断重复着。这个器皿稍早时说过，在她的思考中有弱点的地方，她发现自己会一次又一次地返回，重述信心、自信、平安的讯息，这些是她十分深刻地感到真实的讯息，但她的情绪以及性格上的心理怪癖却不觉得它们如此吸引人；当然，在「一个实体不得不在其中重复那份特定课程」的每个情况中，无论那是什么，一次又一次地，该讯息都是清晰的。这就是某种我们需要去给予极大尊重和注意的东西，我们要像朋友一样欢迎它，跟它坐下来。因为这个朋友有东西要教我们。也许它可以跟我们在营火旁一起坐长时间，也许是整个人生，也许是一个月或一年，不管时间长短，在此期间都要殷勤好客地欢迎它。**我们单纯地鼓励每一个人不要走得比轮子转动得更快。这里不需要任何速率，而毋宁需要自我在日常的每一刻都集中注意力、尝试去做那些自我感觉到在这个特定时间为重要的事。**

无论如何，谈论那种预示效应是更困难的，但是，找到一种我们可以与你们分享的、你们也许可以用显意识方式看见的实相之感觉则容易许多。第四密度的这种闪光是一个魔法式的东西。这牵涉到人的心理状态，而讨论心理状态是格外困难的；但相信和信心就是一种心理状态，也许我们甚至会说，*知晓*[1]也是一种心理状态。如果一个人知道某件事情是真的，那个人就变得能够去展示那个真理。正是该知晓的深度创造出了那种心智状态，可以打开通往智能无限的大门、允许基

督意识的能量自由通过，当那股能量自由地流动时，即使那个实体对于正在发生的事情没有任何观念，地球本身和在那个实体周围的人群都将感觉到光的照耀，都将感觉到(他所)辐射出来的温暖，都将被那种光和能量的温和所吸引，跟着那些充满爱的人一起移动。

[1] Carla：我在此使用了斜体是因为当 Q'uo 说知晓这个词汇的时候，我可以感觉到一种要义和深度。——原注

你们所有人在日常生活中都看过这情况。你们都见过发光的时刻，在那些时刻，你周围的人或甚至你自己都体验到某种事情，它让你的日常体验相比之下就好像是黑白电影一般，因为其色彩更丰富；感觉是更强烈和更纯粹的；在第三密度中看起来是二维的事物在第四密度中是三维的。你突然有了这种觉知，不是因为你变了，而是因为你打开了心中那扇紧闭的大门，或者说那扇门为你打开，因为你对静默臣服以及每天持续保持静默的修炼。

你们提出的问题之一是：「那些觉得自己处于第四密度层次的人，该研读或修炼什么来创造一个社会记忆复合体？」当然最重要的工具是静默，因为直到你真的在心里达到某种程度的静默之前，第四密度品质的能量交换会是困难的。因为将会有恐惧。花一段时期静默，一次花一点时间但每天如此，这对于内在自我打开那些更高的密度是极有帮助的，于是自我开始提前回应第四密度，甚至不用思索就会预示第四密度。

我们相信，已经为在座各位提供足够的信息；我们会感激 B 实体重新聚焦、重新提出问题以获得进一步的信息，如果该实体有此渴望。我们在此刻要感谢这个器皿并将接触转移给 Jim 实体。我们是你们知晓的 Q'uo。我们在爱与光中离开这个器皿。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次地、我们通过这个器皿在爱与光中向各位致意。我们在此刻要问：在场的人的脑海中有没有任何进一步的询问，可以让我们尝试回应？现在有另一个询问吗？

Carla：好的。我一直收到某些有趣的通讯，我已经发展出的理论是：我此刻正在从跟我有关系的一个实体那儿收到一种超心灵致意，该实体是我在与 Ra 接触的过程中遇见的。它是第五密度的实体。我最近得到的一些资讯暗示着：这个实体正在设法拆除一的法则，它一直这样做有很长很长一段时间了。我的感觉是仅仅去爱这个实体、如爱我自己一般，其余的就顺其自然。如果你会想要以任何方式评论这个情况，我会大大地感激。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如你所觉察到的一样，我们在尝试回应这类问题时是非常小心的。然而，**我们觉得可以说：你和这个第五密度的负面极性实体之间的关系是在这次投生之前就开始了，但是，随着(你)与 Ra 的社会记忆复合体接触的开始，你们的关系就变得更具体和个人化了，容我们说。对于该实体，这是必须的，因为它在这个第三密度行星方面的首要目标就是去增加那些与它共享相同极性的实体的收割量，并降低正面极性的收割量。**这个实体参与这项活动持续一个巨大部分的时间[依你们第三密度幻象的称谓]，这样一个实体给予自己的命令，容我们说，是去操控那些在该实体的经验领域中的人。负面极性的实体的特性就是以这样一种方式来安排自己，以便在能量的运动中有一种明确的秩序，从而让操纵这个有序运动的实体可以获取最多的能量和力量。从这个观点来看，这个实体会聚焦在这样一个接触上是合乎逻辑的，但我们也会建议，这个实体同样忙碌于其他的努力。

我们会简要地谈论「拆除一的法则」这个概念。这个实体也遵从一的法则，态度却是利用这个法则为自己获利。因此，它并不寻求去拆除这个法则，不如说它寻求去歪曲法则并用一种最适合其目标的方式来形塑它。法则是太一。它是无法毁坏的。无论如何，设法用法则为自己谋求利益的实体，有办法扭曲法则的某些应用。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们为这个询问而感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我猜想我会多问一个问题，如果它冒犯了自由意志，就直接告诉我你们无法回答。我的问题与一个伙伴有关，他想要创造一个更简单的一法版本。我对于这个项目喜忧参半。我乐于看到一的法则以更多方式在更多层面上、让更多人可以利用它。我又希望(他)可以在不实质地改变那个资料的情况下完成这项目。这是一个想要非常深刻服务的实体，他乐意于在这个项目上投入很多能量。我们可能有机会在此提供更多的服务，想要尽我们最佳的努力。你们可以评论吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个具体的问题上，我们发现有如此多东西可能侵犯你的自由意志，以致我们在此刻必定不会给出任何种类的回应。

Carla：好的。非常感谢你们，Q'uo。我今天没有更多问题了。

我是 Q'uo，我们感谢你的询问，很抱歉对于第二个询问，我们缺少回应。我们愿利用这个机会再一次感谢各位邀请我们今天加入你们。一如既往，能加入你们是我们的荣幸。我们会在此刻离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_1209b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_1209.aspx

---

☆ 第 3307 章集：圣诞节献礼(完整版)

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想

2001 年十二月 23 日

团体问题：今天的问题来自 B 和 S。B 想要知道一个社会记忆复合体是否拥有一种意识、能够参与它的成员之间的能量交换，无论是以有意识或无意识的方式进行；或者社会记忆复合体单纯就是它的成员的总和？[在这次冥想前的谈话中，] 我们假设一个社会记忆复合体确实可以跟所有的成员有很亲密且持续的对话。如果那是真的，你们能够详述那点吗，你们能让我们了解吗？接着 S 问：当我们开始形成一个社会记忆复合体时，有任何我们能够做的任何事会促进正面性：在服务他人的行动、心智态度、各种冥想和仪式、以及任何其他事？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中、我们存在。一如既往，能向这个团体发言是一种极大的荣幸，我们感谢你们再一次形成一个寻求圈。能够分享你们的圈子的振动，这对我们是一种极大的福分，藉由讲述我们的想法而能够服务，这对我们是一种极大的福分。一如既往，我们请求你运用辨别力来选择哪些是你想保留的想法，哪些是不适合你的想法。我们并未宣称自己是真理的承包商。我们仅仅宣称前来分享我们在旅程中迄今得出的结论。而我们非常乐于这样做，我们确实相信这是一条服务的有效途径。

今天的问题非常适合于一年的这个时间，而这次集会就是在此时举行的，因为圣诞节接近了，在全世界，在每一个国家，数千万颗心都在这个季节转向和平、爱、给予的想法。在你们星球的人群当中、这个巨大的能量峰值而产生的催化剂是光明与黑暗、恐惧与爱的自然周期的衍生物。确实，如我们在稍早曾说过的，基督徒的圣诞节是一层相当古老的覆盖物，底下是来自于一个旧时代的旧宗教所遵循的更古老仪式。

圣诞节是社会之心对于最大额度黑暗与最小额度光明的一种回应。它回应的是进入人们意识最深处从而无法防御的东西。它是对进入意识的事物的一种反应，而这个事物是在一个如此深入的层次上、进入意识之中、以致于不会对它防御。缺少光创造出一种心境，那种心境的倾向是朝向这个器皿称为的负面想法的模式：靠近痛切且强烈的感受，

原因很简单：因为第三密度中的生活，除了其他事物以外，经常是痛苦时刻的累积，而特定的场合似乎会将这种痛苦带到更靠近记忆的表面。无论如何，对于这种耶诞节能量的表达从未有人和耶稣·基督实体表达的方式完全相同。

这个实体表达它的方式是与形成一个社会记忆复合体的的问有关。现在，这个实体在他的母语中被称为 Jehoshua，但因为这个器皿的变貌和你们所有人生活其中的文化变貌，我们将称呼他为耶稣。耶稣以他自己的方式是一个政治家，但他所竞选的公职是在另一个世界中的，如他曾说过的：我的王国不属于这个世界。」这个实体将他的王国视为天堂国度。我们感觉到这个实体的讯息已经出现了极大数量的扭曲。然而，在他实际上说过的话中所剩下的部分、已足以开始形成一个观念了，即要形成一个社会记忆复合体所需的东西是什么。

例如说，当一个人注视这个器皿称为的八福时*，看看谁是蒙福的人很有意思。贫穷的人有福了、温顺的人有福了、饥饿的人有福了、为公义缘故而受苦的人有福了、身处逆境的人有福了。敌人有福了、那些恶意利用你的人有福了。换句话说，不管你做甚么都将是有福的。当这个实体在十字架上痛苦地频死之际，一个小偷问耶稣，当他进去自己的王国后、是否会记得他？耶稣实体对他说：「今天你将要和我同在乐园里。」
(*编注:天主教称为真福八端:https://tinyurl.com/yxnfj8wf)

耶稣不是个傻瓜。他并不觉得所有事物都是好的。他感觉到一些事情是罪恶的。然而、他在每一个情况中都将它带到更高的层次，他说：「过去的已经过去。重新开始、你便完全且彻底地被原谅。」

如果这个实体周围的声音也有相同讯息就好了。他的讯息失去了大部分含意，因为别人立刻就误解了他的话，觉得在这个实体生活的时代，他应该成为政治人物，统治一个国家、由十二个部族组成的实质国家。

耶稣实体断然拒绝了这个建议。所以，如果耶稣实体提供了关于社会记忆复合体振动的信息，那么想帮助形成社会记忆复合体的人，就该朝原谅与爱的方向走：原谅敌人、原谅自己，愿意从头开始。这些看似有限的品质，在形而上世界中却是无限的。一旦灵魂刺穿了遗忘的面纱，就有完全的自由去扩大光、强化光。

现在，社会记忆复合体的一个很微小范例会是极为亲近的夫妻或家庭，他们是如此亲近、以致于实体们已经开始彼此协调、并且奇异地在不必说出口的情况下知道对方将要说什么，对方正在感觉到什么、以及对方的情绪是如何的。当在两个人之间有了一种完全的信赖，就有一种来自灵魂层面的、不断增长的觉知。这是很难达成的，它需要时间，需要两个人都坚持不懈，哪怕在某个时候他们试图做的每件事都按步就班地失败、形而上而言。结果是，在信赖中构建了原谅，人们容许相互完全信任的伙伴有做错事的空间，在改错时有对方的支持，而且有机会重新开始。

这些原谅、忘记、向前进的品质，形而上而言，确实是甜美的，因为它们解放了(你的)能量系统，或者说能量体。T 实体问到恐惧，问到人有恐惧是不是表示愤怒有了改善，因为愤怒是用来掩盖恐惧的。我们会说，揭开任何掩盖都是改善。T 实体所做的练习暴露出他的恐惧，他现在能够看见、察觉到自己真正的底层情绪是甚么。实际上我们向你保证，无论该负面情绪是甚么、它就是一种恐惧；不管是愤怒、悲伤，还是任何其他貌似负面的情绪，它们始终都是爱跟恐惧之间的动态关系。

现在，在提前形成一个社会记忆复合体的方面，第三密度的实体如何达成这样一个率性又有野心的企图呢？在寻求者表达自己个人的渴望、去成为行星地球的善与爱的一部分，几乎任何寻求者能想到的各种方式都有帮助。灵性的演化有如此

多的部分是跟全然的渴望、以及跟随该渴望的不懈意向有关。渴望就是驱动之火。

它可以是红色、橙色、黄色、蓝色、靛蓝色或紫罗兰光芒的火焰。这些渴望中的每种渴望或数种渴望的混合物，都具有其自身的特征。一个实体为了进步并不需要跟随其他人在一门课或研读上的观点，毋宁，每个实体都需要去跟随自己的心、自己的直觉、自己在书店里对这本或那本书的预感或他考虑的这样或那样的想法。

你们每个人都早已是刚萌芽的社会记忆复合体的一部份，但是在此刻、这个社会记忆复合体正处于一个非常低浅的层次，因为时候还不到。给唧筒灌水就是一种渴望，渴望它(4D)最好在明天或后天就发生，并在每一个渴望出现时都立刻请求的：「向我展现祢的路，教我如何去服务。」交托那种聪明才智、以便于向更深的指引与更纯粹的火焰开放。因为对于那些想望提升的人必有援助。

如该器皿常说的，有大量的天使和存有的陪伴，它们仅仅希望帮助实体们进化，想望在实体们进化的过程中爱护他们、并且就形而上的意义保持他们的安全和舒适。天使们包围着你们每一位、它们真心渴望有所服务。当你坐在静默中之际，你可以仰赖那种帮助、请求那无形的伙伴给你一些信号、观点，带着指引和线索来帮助你，好让你可以选择一条最有共鸣的、属于你自己的服务道途。

耶稣实体尝试将第四密度的观念应用到第三密度的社会，我们了解到这种观念从那以后并不流行，我们相信我们掌握到原因，了解到耶稣实体能够敞开他的心并且信赖无限的供给。

在你们各民族中、跟耶稣的观念最接近的是：共同拥有一切事物，在理论形式上、那已经是各种社会主义与共产主义的社会，每一个人在其中被视为是完全地平等、同等地应该拥有生存权、居住权，并且有食物可以吃。

而你们文化在这个时候却能容忍有许许多多人吃不饱的情况；容我们说，这是对地球进化的拖累，更不用说别的后果。因为它反映出社会成员之间的漠不关心，以及缺乏对人性所提供的各种品质的赏识、在这些品质还没能证明本身有用之前。

我们请你考虑：你是谁。根据名为西琴(Sitchin)的作者以及其他人所言，你们的肉体载具是被创造出来为外星人当黄金矿工的。结果是，很多人都相信(这样的)外星人、相信外星人与地球人之间的互动过程，(于是)很多人都相信复活是不可能的，因为肉体载具只是尘土、只是被创造出来做奴隶。但我们对你们说，肉体载具就是肉体载具，你们的肉体载具跟这个宇宙中大多数

生命形式一样，都承受过数次干涉，但这跟意识几乎没有或完全没有关系；意识接受的协议是跟肉体载具共度一生。

你们每个人真的都是一个永恒的公民。不管你的身体是由甚么组成的，不管它是由圣经中的上帝用六天时间创造出来的，还是由外星人创造出来的，事实是，你就位于你现在体验的幻象里；有个带着箭头的小标志说：「你在这里。」不管你年龄是多少，不管你的岗位在哪里，不管你面对甚么挑战，这里就是你现在玩得很高兴的游乐场。

当你正在这个游乐场玩得很高兴时，很容易受到诱惑、开始相信你正在一个游乐

场上玩各种游戏。无论如何，超越该游乐场，超越那些灯光、那些闪闪发光的饰品，那个人们在彼此之间演出的公正与不公正的戏剧，这总会是一个有帮助的想法。有可能返回生命之心、在这个世界存在以前、它就在了，当这个世界最终再次变成能量之后、依然存在。身体和意识的结合是不自在的，但是血肉与灵的结合正是第三密度所需的，因为你的载具很适合你想望做的工作。

在寻求加快演化的步伐、和进入第四密度的某种表达方面，我们同时鼓励强烈的奉献、以及轻快的步调。现在，随着你持续地寻求和平，各种观念将来到你这边。我们鼓励你去回应这些想法，因为你们每个人都是造物者。或许你拥有的天份是和另一个实体变得更亲近、或生成任何人都没有的新念头。我们向你们保证：你们每个人都唱着一支不同振动的旋律，所以你们每个人都有独特的礼物要送出。而这些礼物早已为地球人类所共有的。在此刻、行星地球上有一个萌芽中的第四正面密度、社会记忆复合体正在形成。它当下正在发生。

B 实体正在尝试开办一个社群来做这件事。Carla 实体、这个器皿、已经以她自己的方式奉献她的人生、好带来更多的光，在一个第三密度系统中运转第四密度的能量。遗憾地，这个实体在她个人的生活中并没有完全有效率地完成这工作。但是，就形而上的效率而言，B 实体和 Carla 实体都已经做出好的努力。

正是这些持续的努力，也就是信心的延续，将让大多数人受益。因为爱在教你的时候是毫不明显的，没有一块木板[2x4 吋]来敲(你的)前额。

爱的课程常常不是伴随着唤醒(铃声)，而是你发现自己的主意移动了一点，发现你看相同事物的眼光不同了；可能只是些微的差异，但它很可能有更多的第四密度(内涵)，如果那就是你所肯定或寻求的目标。

当你开始表达这个新生的第四密度能量时，如果你非常觉察，你会感觉到一种

能量交换，即使跟你交流的实体与你相距半个地球。在第四密度层级、彼此相爱且一同振动的人之间有能量的交换，这种交换对双方都是非常令人振奋、非常疗愈的；接着我们鼓励每个人努力在所有的关系中，都从第四密度之爱、接纳、宽恕、愿意向前走的位置上开始行动。那就是学习的模式：不在负面情绪中逗留太久，而是当负面情绪升起时尊敬它、跟它坐下来，不管需要坐多久，直到你接纳它，荣耀了它。然后，当负面情绪得了荣耀，而和平、平衡、小小的理解也出现了，你就可以说：阿门。我很抱歉，我重新开始。」错了就错了，但犯错时要停留在太一无限造物者的爱与光中；每次犯错后，允许你爱自己而不是审判自己，因为你当然会审判自己并掌握到教训，但然后就是释放那错误的时间了。

阻止你们各民族共享和平的巨大障碍，跟一家人意见不同又坚持留着问题不解决而造成的障碍是一样的。Jim 实体已经真切地说过许多次，这个世界需要大量的爱。不仅在个人层面如此，在社会层面、种族层面、全球层面也是如此。

一个社会记忆复合体拥有它自己的交流能力吗？当然有的。甚至在一个婚姻生活中都有个社会记忆复合体。在今天这个仅仅由四个人类（实际在场的）所代表的团体中，就有一个强壮与健康的社会记忆复合体、正在帮助每个成员。

并不是说，每个人变得极有能力在人类的感知方面彼此安慰与支持;而是坐在这个房间中的四个人的心中，他们对于这样做的愿望是纯净的。在这样的气氛中，既然一切事物真是一体的，自然而然地、在过了一段时间之后，不仅仅这四个灵魂结合起来，这四个灵魂和造物者也结合起来，于是，造物者与自我、乘以造物者

与第二个自我、以及在第三个自我之中的造物者、和在第四个自我之中的造物者，其结果是强大的、远远大于各个部分的总和。

当实体们以灵性的方式相会、尝试去彼此相爱时，甚至在他们行为不当时，甚至在他们经历困难的时刻，都有一个回馈系统开始运作。你们每个人都会遇到许多许多大大小小的机会，把一个实体看成自我或其他人(the other self)的机会。我们不会说忽略物质生活的需要，我们不会说在困难时设下限制、保护自己免于伤害是错的；你们是第三密度的实体，需要回应你们感受的疼痛与苦难。如果你们不回应，如果你们坚持在任何时候都是爱与光而不处理自己的感觉、不处理自己的阴影，你们永远无法缔造一个社会记忆复合体。

所以、为了形成一个社会记忆复合体，你首先要爱上的人就是自己。如果你能够和你自己的 360 度存有的阴影面相爱，你就已经变得远远更容易受到第四密度的崭新光辉影响了。有如此大量被呼唤的光是被你的渴望与情感的链结所创造的，而你就在这个链结中寻求光。

所以，光的所有层面都在为第三密度转变为第四密度的过程供能，因为光的所有层面都可以被爱照亮。爱使得食物更好吃。爱使得花园盛开更多花朵。爱使得孩子成长得更健康。爱使得生意兴隆。爱也使得正面的第四密度出现，因为在你们很多人里面的爱、正逐渐接近那种已毕业的第三密度能量、基督能量。

如果有人说耶稣是个圣人，或者说他是神圣的，或者比旁边的罪人更好，耶稣会对他笑得用力、并且笑很久。这个实体并未感觉到那些事情。他在寻求变得更温顺、更贫穷、更饥饿，接着寻求获致更多苦难。为什么他要这样做？

这是从第三密度移动到第四密度的奥秘。为什么这个实体将脸颊转到另一边(被打)的时候、找到了如此的喜悦？在拥抱死亡的时候、他所想着的是要藉由那种牺牲、他将会拯救他人免受苦难吗？为什么这样一个选择死亡、非常不完美的人类行动，却已经深深吸引你们文化的注意力、长达两千年之久？我们觉得、那个问题可能在此时让你们思量、是最有益的。因为这个实体在此时来到地球。耶稣实体每年都来到黑暗中，那黑暗却不了解耶稣，对于黑暗而言，耶稣只是个错误，一个傻子，一个必须被阻止的麻烦家伙。因为这个实体单纯地只想去爱。他不求任何回报，只是想望说出天父的话，行使天父的旨意。

愿你们追随自己的心，愿你们追随这个器皿称为的十字架，因为第四密度是十字形的，特别是在早期的第四密度、涉及十字架。有一个牺牲的印记需要被掌握，其意义无法用文字描述。静默本身、心的至圣所与那些无限蒙福的无声言语、那个安静细小的声音、将带给你所需的东西。我们鼓励每个人、每天都寻求那静默，肯定一切都好，一切将是好的，你可以在信心中活出生命。信心所给予的歇息、会再次释放一个人去爱。它令人无惧。在你们的星球中、没有一个人真正在所有情况下都是无惧的，但温和且坚定地工作那种恐惧，工作那些分离的情绪，并了解到：所有以友爱的方式表达的行为、就形而上而言都是正确的，这是好的。

在地球的层面中、要作出一个纯粹的选择经常不是可能的，因为如果你追寻一条完全纯净的光之道途，肉体载具将会无法承受，或者预算无法承受，或者家庭无法承受，或者某个你想望保持在一起的东西会分崩离析。

如我们说过的，有些时候、一个人必须作出看似不特别有爱的决定。但是，如果谨慎地、深思地、由于爱而作出这些决定；那么我们就会说那是杰出的工作。它

可能不是对的，但是，成为对的并不重要。重要的是成为有爱的。因此尝试去成为对的。尝试去驾驶你拥有的那艘船。但更多地尝试开启你的心、迎向爱。

我们会在此时把这个通讯转给 Jim 实体。我们感谢这个小组问了这样一个好问题。现在、我们于爱与光中要离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，再一次、我们通过这个器皿在爱与光中向各位致意。在此刻我们会寻求提供自己、回应在场者脑海中可能存留的任何进一步询问。有任何我们可以谈论的、较简短的询问吗？

S：最近出现在我脑海的事情是：由于昨天我们的车从后面被撞，而数天之前我们遇到另一次事故，我想要知道，是不是我错过了某个课程？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。为了这个器皿需要工作其录音设备而造成延迟、我们表示抱歉。对于你的询问，总会有意料之外的事物，我们在此无法看到任何特殊的课程；这些意外的出现有时候没有任何表面上的韵律或理由，不过、一个人可以用在他的人格结构中、占优势的无论什么方式或态度来诠释它。然后这种心智的态度就开始作用于催化剂所接触到的东西，并做出必要的调整，以便于在建立好的思考方式中、包括新的催化剂。然后真理的寻求者就可以利用任何催化剂来取得他渴望的观点了，容我们说。当一个人的灵性双脚坚定地站立着，就不会有任何催化剂可以动摇其存在的地基。那么所有的催化剂都是可用的、如同磨坊的谷物，容我们说，催化剂就成为了一个人用来寻求存有之心的手段，如果那是他的偏好的话；或者，对于催化剂、一个人偏好寻求更容易取得的表面解释，如果一个人想望，容我们说，在这个议题的表面上快速掠过，或者在

他存有的体验的周围移动。我的兄弟，有另一个我们可以回应的询问吗？

S：我的妻子有好一阵子感觉某种沮丧和低落，我认为它可能是一种超心灵致意，或者它可能是忧闷，但是对于这样的感觉、她似乎无法找到原因。你们对此有任何的观点吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们向这个器皿显示了冰块和脚踝骨折的图像。我们建议 C 实体可以在身体复合体的记忆中、想起在大概一年前发生的那件事。身体的记忆比起在第三密度中的大多数人所察觉到或归因给身体的(部分)、要强健许多。无论如何，我们向你保证，身体确实记得那些创伤的体验，这种记忆从潜意识渗透出来、接着成为似乎无方向、没有源头、带有一种忧虑或焦虑的感觉。有另一个询问吗，我的兄弟？

S：那是十分有帮助的，我相信 C 也会感激它。我对上次集会所涉及的、偶尔攻击 Carla 的第五密度的负面极性朋友感到好奇。这个实体有一个名字吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是正确的。有另一个询问吗？我的兄弟？

S：这个实体的名字是什么呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议(你)仔细考虑、是否渴望这个知识。因为，去知道一己表面上的敌人之名字，就会显著地往负面方向极化。知道这样的事情就是开始走上尝试支配对方的小道。有另一个询问吗，我的兄弟？

S：我懂这个案是、就到此为止。最后一个问题是：Q'uo 群体以及天军在此刻有任何想要给我们团体的讯息或东西吗？

我是 Q'uo，我们无法抗拒了。呵！呵！呵！*
此刻有另一个询问吗？
(*編註-可能的意涵: https://bit.ly/3kit6cc)

S：我这边没了。谢谢。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我注意到耶诞节对于很多人是一段很艰难的时间，以致于他们必得努力熬过耶诞节，去弄一些熟食和录影带、把恐惧关在门外直到耶诞节过去为止。这是一种对耶诞节的极为负面的看法，或许因为没有人分享它、或者有一种糟糕的回忆。我想知道为何会这样，有什么能够做的事情、可以让人们对耶诞节感觉更好？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于你称为耶诞节的时期，跟任何日子或事件一样，可能有无限多种反应或回应。

谁能说明白为何一个实体会感到如此大的喜悦，而另一个实体对于相同的经验会

感到如此悲伤呢？

在全体造物中、你们每个人和我们每个人都是个体，一片来自太一造物者的相同火焰的火花，不过、它是一个映射：基于曾作出的各种选择，已拥有的体验，以及采用和没采用的各种方向，而产生千变万化的映射。

没有方法去评估一个实体对于催化剂的反应、基于另一个实体对相同催化剂的反应。因为所有的生命都是被一个灵魂藉由许多次的体验而书写出来的，一些生命在生命样式的书页上留下来深刻的印记，而其他一些生命在相同的表面上环绕着的演员表上、是不被注意的。对大多数人来说，生命是一个巨大的奥秘。要开始，我们强调是开始，解开各种情节和人物的缠绕和转向，是该实体一生的工作。简言之，我的姐妹，我们无法给你一个对治耶诞节忧郁症的疗方。有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没了。感谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢妳，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

T：当 Carla 问这问题时，一个想法进入我的脑海。有时候、在我看来：一些人在耶诞节会感受到兴高采烈的气氛，人们度过一段快乐的时光。一些人会看到这情况会说，并非所有时候都是这样子的，接着他们觉得沮丧。你们能够对此评论吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，很多人确实如此。有些人看见他渴望的东西，但没有实现、不在一己的经验中，这似乎是聚焦在短暂易逝的事物，这看起来就是一个骗局，就是虚假的。

其他一些人也许看见该节日的商业特性、而幻想破灭。其他一些人更多地回应光的匮乏，白天正在变短。其他一些人也许回应在早些时候、失去的挚爱者，这些人现在无法一起分享喜悦了。其他一些人也许会回应在一年周期中的此时、在世界舞台上看起来更为显著的事件。如我们先前提到的，在一年中的这个特殊时间，实体们有很多的原因去以负面的方式回应喜悦或悲伤。我的兄弟，有另一个询问吗？

T：没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。我们愿藉此机会感谢在场各位的衷心询问。

在每一个询问底下潜藏的关注、对我们而言是十分显著的，我们总是感激那些极为渴望认识真理、分享真理、成为真理的人，我们在那条旅程上和你们同行；很多无形的实体也在和你同行，祂们的心和你一起、为你自己的追求与服务、在喜悦中歌唱。

在此时、我们将离开这个器皿和团体。一如既往，我们离开你们、在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中。我们是你认识的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Re-translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3308 章集：911 的形而上意义

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 9 月 16 日

团体问题：Q'uo，我确定你早已知道了，今天的问题有关于最近发生在美国的恐怖主义行动。很多人死亡了，很多的财产已被破坏了，有许多关于报复与战争的言论，有许多的恐惧和愤怒，有许多的混乱。我们想知道从 Q'uo 的观点来看这个情况是怎样的。我们被告知这个世界是一个幻象。它是一个我们前来学习爱的地方。从我们的观点来看，就在此时此地，这是一个很难学习爱的地方。关于到底发生了什么事，就灵性的意义而言它对我们意味着什么，以及我们作为个体能做什么来帮助该情况，我们想知道 Q'uo 能不能增添我们的知识，帮助我们了解究竟发生了些什么事？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们向你们每个人问候、致以爱与光——无限造物者和一切万有的无限合一之爱与光。我们感谢你们每一位在今天下午加入我们的团体。我们感谢你们，为了你们带着对真理的渴求而呼唤我们。我们为了你们牺牲时间和注意力而感谢你们。因为得到允许跟你们分享我们的想法，这是一种极大的荣幸。

你们今天请我们讲一讲，我们对于你们地球世界上现在发生的事有什么看法。请容我们首先说，我们很感谢你们在这次冥想前分享想法和反思时所作的评论。在某种程度上，我们觉察到你们民族在基本日常生活中遭受的极大悲痛与不安；这是一种特殊的苦难，不仅是一个特定国家的苦难，而且该苦难超越你们国家、进入到你们文化中最重要的民族精神中。

这情况在我们看来则有些不同，因为我们查看的可见事物的视野更广阔。我们的

所见所闻以及所觉察到的东西[容我们说]，不受肉体的限制，只受我们自己扭曲的限制，这对我们来说也是够多限制的。由于能够看到你们星球上更精微空间里持续发展的特质与菁华，我们能够报告的不光有你们地球世界更精微空间中的真实苦难，还有如这个器皿和史蒂夫实体已经提到的：爱、光、能量的惊人涌出。

要表达我们的观点就要请你们所有人从运用在物质局限内搜集的参数来观察的视角，移到概念的领域；因为在与物质创世相对应的形而上创世中，概念是真实的[容我们说]，而形式则依选择而定。所以，正是思想的色彩和结构创造了意义。它是一个造物，在其中，这个器皿称为理想的事物是地理，而且这些观念、概念、想法都具有一种秩序；你们人群已经用各种各样的方法——如神话，如信仰，如特定种类的哲学——学过这种秩序，总是试图去表达太过微妙而无法让肉体感官所领会的真理。

有一个用于研读这个由概念组成的造物的系统是这个器皿有些熟悉的，它出现在塔罗牌被用作占卜的时期之前，由二十二张原型图像所组成，这个器皿和团队曾问过有关这些图像的问题。在 Ra 群体提供的这个系统中，有一张图像被称为高塔或雷电击中的高塔；我们正是想在这个意义层次上，从形而上观点来查看你们星球的情况。你们的星球作为一个实体，而你们每个人作为地球人类家庭的一员，正在经历一个巨大的蜕变期。

我们现在不是从物质性的转变的意义上来谈论的，尽管物质性转变在某种程度上也可能发生。我们不知道会到怎样的程度。那得由像你们这样的人和人们在今后非常有限的期间内的想法来决定。

我们谈的是，随着这个星球改变密度、改变其核心粒子的本质、改变其光的特

性、改变光能够进入全球灵光或能量网格的方式，这些变化产生的剧变所具有的形而上面向。在某种程度上，它在你们的大约两千年以来一直在转变；在最近的大约两百年中，转变开始加速，而且加速到了明显的程度。正如你们每个人觉察到的，在转变达到顶峰时，加速作用在呈指数型缩短的物质性时间/空间中飞速加快。就我们所知，这个顶峰将在今后十年内抵达，在那个点，你们星球会唤醒其第四密度的特性，这意味着磁极会变，电子会变，近年来已经在新近发现的、非常古怪的子密度粒子中显露出来的深度本性也会变。这种情况还会继续下去；随着这些转变过程的继续，各种更精微的能量会不断在物质宇宙中短暂显现出来。

在这种改变的氛围中，地球就像分娩的孕妇一样容易受伤，易受伤的方式是前所未有的，因为实体在改变时期总是易受伤的。就地球实体[该实体喜欢将其叫作盖娅]的立场，人们把无穷无尽的负面情绪催化剂丢给它，其来源是尝试朝服务自我方向极化的人，以及某些人不负责任的行动，这些人不想朝任何方向极化，他们偶尔制造的苦难几乎是漫不经心的。人们长期习惯性思考的想法，给盖娅的健康和福祉造成了很多问题。随着地球的物质参数慢慢被推入改变，或者突然弹射进入改变，就看你们的选择了，有可能出现全球性的天然大灾难，而不单是人类彼此对抗的大灾难。在物种成熟过程或毕业过程中，不能承受爱的课程的其他第三密度星球出现这些灾难并不少见。我们感激 Jim 实体，他见证了你们星球上爱之缺乏，他的话确实比任何别的文字、别的想法都要真实。你们人群和盖娅极其需要爱、看见彼此，并且首次把对方领会为自我的一部分。

在回应你们关于这个蜕变时期的提问时，我们说过许多次，我们宁愿不提供明确的信息，其一，因为我们顶多只能预估最大或然率/可能性的漩涡，我们只会告诉你们有可能出现的事，因为未来不是固定的、而是液态的，它是想

法的产物，它将是你们现在所播的种子的果实。你们的神圣著作说过：别人过去栽种的，你们现在收割；你们现在栽种的，其他人将来收割，这话讲得如此深刻。洒遍这个地球的许多痛苦、愤怒、狂暴、负面的情绪，都是自我对自我喷洒的，因为朋友们，实情就是如此：你们所有人都是同一火焰的火花，所有人都是同一个事物。你们现在可以选择一个如何思考的方向，我们单纯鼓励你们聚焦心与意、承诺在爱上头。

让我们返回那个闪电击中的高塔，再次查看它的重要性。这个蜕变将在今后十年或二十年内发生。该是充分承认这些需要的时候了：学习自我之道，变得越来越熟悉内心的想法，好让这些想法更倾向于正面性、悲悯、宽容、创意、希望、信心，因为那撞塌了你们物质世界高塔的(事件)是一个非常如实的原型过程之象征。在这个塔罗系统中，灵性的母体被称为恶魔。而闪电击中的高塔则是灵性的赋能者；灵性的母体被这样称呼是因为那些带来光的实体总有个坏名声：在你们的文化中，路西法这个名字是代表魔鬼的所有名字中最生动显著的，这个字的根源意味着「带来光的人」。

有关你们形而上动力的谎言是：在第三密度内的灵性寻求中智慧的价值。就灵性的意义而言，知识和智慧如果没有被爱点燃、照亮，可以被视为非常负面的，这就是为什么在学习智慧之前必须先学会爱。因为如果先学智慧，它尝起来很可口，智力消化起来太通畅，在智力展现人格和聪明时太方便有用，反而在多次转世中经常会不清楚：若没有爱，智慧就是全然空洞的。不管在智力系统里面滚动出多少美妙的想法，若它没有进入心，没有开始扎根于这个器皿所称的善工、善行，那么就灵性的用处、对灵魂的进化和成熟有用的意义来看，它将不会持续下去。

闪电击中的高塔在此时是一种信号，表明现在有巨大的催化剂可供人灵使用。在这个器皿有些熟悉的塔罗系统中，灵性的催化剂是希望(这张牌)，你也可以把它称为信心。我们认为你们将发觉：磨炼信心、希望、爱的机能，会成为你的议事日程，让你在整个余生中有益地忙碌于做你到这儿来做的事，提供你到这儿来提供的服务。我们希望你们了解到，你们已经开始了，并且做了许多工作。我们很欣赏 Cindy 实体所表达的情感；跟很多人一样，她觉得自己在这群人里是最小的一个。每个人在聚集的人群中都是最小的，因为每个人跟聚集的人群是一体的。每个人在这次人生和以前的多次人生中都做了巨量的工作，每个人都带着某种感觉来到这一刻，认识到这个时刻很特别；我们希望你们每个人相信自己，勇敢一些，越来越有信心地成为光之生物。这是你的本性。我们确实看到各种不便，看到苦难已经发生。我们不仅从这个漩涡，也从其他漩涡中看到，各种可能性继续开放着。接着我们用圣经的话语对你们说：「不要让你的心被动摇。在安静和自信中将出现你的气力。」

你们现在就是为地球带来一种光的人。在某个方式上，你就是当代的路西法，但你不是邪恶的；过往的路西法也没想过靠近邪恶。确实，这个故事大部分都被讲错了；但就原型方面而言，由于过去十年、二十年、三十年里发生的改变，我们觉得你们的情况更为蒙福、更充满希望。我们看见在这个星球上：光明在加速，暗黑也在加速；在我们看来，很清楚的：光的势力正在增长气力。

我们会在此时把这个通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（暂停一会儿。）

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们通过这个器皿、在爱与光中再次向各位致意。我们觉察到有很多问题仍然留在一些头脑上，(我们)希望谈论其中一些问题，我们现在向那些问题开放这场集会。此刻有另一个询问吗？

T：我确定你们很可能涵盖了(我想问的)，但是我像往常一样离开了一会儿，而没有听完整场传讯。在一切事物中，我读到的总是说：需要平衡；虽然我不常用邪恶这个词，这件事肯定会让人想到那个字；但这是很大规模的事，它是不是现在需要的某种极性平衡？我的意思是：为了让我们看见善，让全球各地的人民终于开始团结起来，难道我们必须看到与我们如果全都努力团结起来尝试去做的善事正好相反的、如此可怕的被称作邪恶或被称作坏的事情吗？我希望以上陈述是有意义的。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个事件会被视为并被体验为灾难性的事件——如你已经正确假设的——这是你们星球上数千年来一直在运转的那些能量的一个必要顶点。愤怒和仇恨在目前的表达，可以用两种方式来看：把它看成要求严惩的事，需要把生成这一事件的那些能量延续下去；或者把它看成警钟，为那些观察的实体敲响的警钟，这些实体看到你们星球上人类之家的各种成员关系中出现了极大的错位，这个错位需要关注、理解、爱与悲悯。要观看到各种事件表面底下的起源是如此困难，以至于你们各民族的大多数人不会做出这种努力。对于这些事情做简单又快速的评估，依靠这方法是远远更为容易的。

因此，失去生命和挚爱的这种体验可以激发许多颗心(灵)去爱、发光、服务，因为这个星球上，每个实体都可以在这事件中有所服务，因为每个实体都认识在日常活动中遇到困难的人。每个人都经历相同的损失挚爱，每个人心里都有力量向

跟自己有关系的人在爱中敞开。**每次你给予对方的是爱而非恨，不是迷惑、谴责、忽视或一走了之，那么魔法式的蜕变就可能发生，让信心和意志可以在每个生命中共同发挥作用，而这样的巨大悲剧就可以把地球上的更多人群带入觉知，让他们觉察到自己的心中之心，那想望被唤醒的东西——那是每个人特意投生来唤醒的东西。**

人类居住在这个星球上以来，贯穿了许多个千年期，有过大量的悲剧。而迄今为止所有的悲剧尚未能用足够强烈的方式，把需要爱这个觉察带入(人类)意识从而产生出普遍的爱之回应。这个(悲剧)事件可能还是汲取不出这种回应。也可能这个事件的确汲取出该回应。如我们说过，未来是液态的，它是由这个星球上的数十亿人、由每个人在时时刻刻之间来决定的。每个实体都能爱，每个实体都能治疗。每个实体都能对目前这个局面将怎么发展下去产生一个效应。

有另一个询问吗，我的兄弟？

T：没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

S：你们能不能告诉我们，猎户，那个服务自我的团体以及它们具影响力的代理人在这个议题中扮演了什么角色，如果有的话？

我们可以用这句话开始：**那些负面极性的实体、属于所谓的猎户集团的实体，他们在这个星球上数万年以来的影响力一直是巨大的。它们努力创造的精英观念，已经在全球许多文化和宗教中播下种子，所以各种宗教组织中以其较**

狭隘的或你们星球上称为基本教义派的眼光来查看的人，都觉得自己的行动有足够的理由。在所有文化和宗教中，那些深深渴望真正服务太一造物者的人，才会超越精英的幻象、分离的幻象，看见把所有人连接为一体的实相。这是一个伟大的功勋，我的朋友：在几乎没有理由看到爱的地方看见爱；在分离似乎是唯一合乎逻辑的路上找到合一；(无论如何都)看见一个兄弟姐妹而非一个敌人。这并不容易，我的朋友们。但是，你并未带着一个轻松的学习、服务的计划来投生。因为这是你们第三密度行星演化的宏伟大师周期的顶峰。就是在此时，那些操纵人群的巨大力量，可以被你们对人群的爱平衡了。

在此刻有另一个询问吗？

S：关于我们在这个情况下该怎么为他人服务，不只是为当前的需要，而且在未来各种事件进一步展开时，怎么帮助他人平衡事物，你们有任何特殊的建议吗？

我是 Q'uo。我们觉察了你的询问，我的兄弟。我们的推荐是去爱。当每一个情况出现的时候，或大或小，无论它是全球的还是家户的，或者单纯地指向自我，站起来问问你自己：「我如何能去爱呢？我可以爱谁呢？我可以在何处去爱？」去爱就足够了，因为爱就是每个人投生的理由。有另一个询问吗，我的兄弟。

S：我这边暂时没有了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要跟进 S 的问题，考虑到我们开始在晚上 9 点追加一次冥想来平衡

早上 9 点的冥想，想着也许我们全球家庭的其他人会想要在灵里加入，我想要知道，你们可愿评论这种表达爱的方法，关于我们作为一个团体聚集起来缔造不同的各种方式，你们有任何其他的具体建议吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**我们衷心赞同这些努力：在团体冥想中聚集起来以便于治愈这个国家、地球、人类家庭的在外衣上的破裂，容我们说。因为聚焦在灵性的内在世界就是在真实的世界里寻求庇护。这个世界、你们现在栖息的世界、这个猛烈地受苦的世界，仅仅是一个源自灵性真理的幻象。在这里，你被提供机会去在各种不利的情况下服务，于是你们将要这么做。**

（磁带被翻面。）

我是 Q'uo，再一次和这个器皿同在。在爱与光中，我们再次向你们致意。容我们问，在此刻是否有另一个询问？

S：Carla 稍早提到，已经有很多人联系她以确认一切都没问题。对于那些寻求那种确认的人，有任何较为简短的警语或智慧的言语吗？我们的最佳回应会是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如我们会在许多情况中所推荐的，再次推荐每一位每天都使用冥想这个工具，利用该机会去与太一造物者亲密交流，接着找到那种统合性的连接之气力，它留给人下述结论：**万物真的是一体的，发生在一个兄弟或姐妹身上的无论什么事情都会发生在你身上。所以，当一个人去爱那些先前未曾被爱的人，他就是在爱所有的存有，当一个人能够治愈在一种关系中的任何误解或伤痛时，一个人就在协助治愈和钟爱这个星球及其人群。**

我们愿推荐给每个实体：在冥想的状态中看见在这个行星的存在状态中的各个裂缝。也许你们能够在头脑中找到它们的地理位置，把它们视为暗黑和受伤的，处于痛苦和混淆之中。然后，开始把太一造物者的光和爱带入该图像。看见那个受伤和痛苦的裂缝被太一造物者的爱所照亮，通过所有人的眼睛闪耀出来。聚焦在受伤、伤害、痛苦上，直到它如同正午的太阳一样明亮。

虽然一个人可能觉得，这样一幅图像与你们今天世界里的巨大痛苦相比是件小事，**我们可以向你保证，当你内在的灵性世界被你自由意志所选择的爱与光照亮的时候，这些想法就是(实在的)东西；随着你们的行星此时进入第四密度，这点变得越来越来真实；而光与爱前往被需要的地方。那儿有康复、希望。那儿有一个方向引导每个人与这个星球上每个其他自我合而为一。这个过程可能不短、可能不容易，但是对那些怀着信心和意志、坚持不懈的人来说，它从来都是有可能的。只要带着爱、接纳、悲悯、谦逊、宽容、轻快步调开始做事，一切事物都是可能的。我的朋友们，这些都是你的盟友，每个怀着爱心加入这场伟大探险之旅的人也都在加入你们，在你们星球的这个历史时刻，你们越来越完全地投入其中。**

有另一个询问吗，我的兄弟？

S：没了。谢谢你们。

C：我想要问，你们推荐的治疗人类的方法也可以应用于治疗地球？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，确实如此。这种观想的技巧可以被用于任何种类的治疗，无论是对自我的治疗，对另一个自我的治疗，对一个人群的治疗、对一个国家的治疗，或是对一个星球的治疗。无论什么地方破裂了、疼痛了、受伤了，对于心智、身体、灵性的治疗都是可能的，哪怕好像没有任何理由和能力继续下去。这种想象、这种成象就是从潜意识心智的较深层次唤起与太一造物者以及爱之理则的连接，致使爱能够通过你的存有而到达任何爱被需要的地方。每个人都可以通过这种方法而使自己获得那种能力：向爱开放、给予爱、导引爱、感觉爱、成为爱。

有另一个询问吗，我的姐妹？

C：除了冥想之外，有任何事情是我们可以用以处理水晶、好协助疗愈的过程？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。有各种各样的协助是一个人可以在持续性冥想中应用的，容我们说。在持续性冥想上，我们推荐每天为冥想准备一个时间和地方，于是当一个人在那个时刻退隐到那个地方，这些就成为信号、提示——如果你愿意这样说——告诉潜意识心智现在是工作的时间、治疗的时间。如果一个人还想望使用水晶、焚香或任何类型的感官剥夺(工具)，这些都是在冥想中精炼视觉化观想的途径，冥想者可以依照渴望的方式而利用它们。如果你还想使用水晶、焚香或者任何减少感官信息的工具的话，它们是用来精炼这种冥想视觉化观想的手段，冥想者可以根据自己的喜好选用。每个实体都将借由完成这个疗愈的冥想而找到一种稍稍不同的方法。无论什么方法对该实体响起真理的铃声，那就是我们会衷心建议并推荐的方法了。因为每个实体都是带着做这种工作的能力而进入此生的。确实，在这沉重催化剂的时期，每个人都带着许多能力而来此发挥作用，容我们说。随着这种每日冥想和视觉化观想被执行，每个人都将感觉

到特定种类的觉醒与内在灵性的活化。因为当你退隐到灵性世界的时候，你就退隐到真实的事物之中了，它会在你穿越这个幻象世界的过程中驱动你。**我们再怎么推荐冥想都不够啊，我的朋友们，因为这就是你与无限的连接。这就是你与真理的连接。这就是你与爱的连接。这就是你与真实的自我以及在你们星球上的所有其他自我的连接了。**

有另一个询问吗，我的姐妹？

C：没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

M：我有一个。在一天或一年中，有没有一个特定时间是最有助于冥想的。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉，一些拥有大量时间来冥想的人，确实有些时间是比其他时间更有利于冥想。有些人觉得拂晓时分最好，因为它意味着新的一天即将开始，这一天将带来全新的机会，这一天准备好让你描绘[容我们说]，让你用心、用富于创意和好奇的头脑、用对于生活和分享以及对于学习和爱的热情来描绘。

其他一些人觉得临近睡眠时有帮助，因为这些人更渴望去治疗已发生的事，再次体验当天的困难，然后在一天结束时可以努力疗愈它们。

还有一些人觉得，当中午太阳最盛、日光最强最亮的时候，冥想会给人带来很多气力，令人增强能力。因此，你看，对各个实体有利的时间可能是五花八门的。

我们推荐每个人考虑自己的日常活动和需求，查看你在什么时间觉得最舒服，最能准备好进入冥想状态，为了整个星球而工作意识。选择时间后，规律性是最有帮助的；不管你选的是一天的开始、中间还是结束，真的不重要；要紧的是有规律、而且每天都在相同时间进行。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

M：我这边没有了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？
（暂停三十秒。）
我是 Q'uo。看起来我们已经耗尽这次工作集会的询问了，我们要再一次感谢在这工作圈每一位邀请我们今天出席、参与你们的寻求。待在这里对我们而言是一种极大的荣耀。我们可以说，我们感觉到(你们)对真理的巨大渴望、对疗愈的渴望、对服务的渴望，都在今天这个圈子中。我们可以对在场的每一位说：你们不是孤单的。在这个星球上，众多的寻求圈在此刻正在十分明亮地闪耀，因为在这个星球上有众多的实体明显地看到，需要这样的疗愈，需要这样的寻求和服务。**要知道，你们有相当多的光亮灵魂的陪伴、一同行走，这些灵魂看到并寻求超越幻象，它们在每一步都与你同行，它们会通过自己的冥想、自己的工作圈鼓励你。因为你们每个人都好比其他人一样。**

此外，你们每个人就是别人。当你们可以看到这个真理，了解这个真理，感受到这个真理，体验到这个真理，接着在你们星球上的日常活动中越来越充分地活出这个真理，那么你们现在经历的困难，每一个国家在漫长的历史和文化中经历的困难，都将得到缓解；然后，你们就能够在日常活动中越来越充分地传导爱与

光，治好在所有国家的人口、所有人心中溃烂很久的伤口。然后，你们就更有可能知晓造物者的爱，看到爱在一个人的周围表现出来。要知道，服务无限造物者的星际邦联的成员每天都加入你们；当你确实在冥想或思考这些事情之际，只需简单地请求，该星际邦联的各种实体就会在你的冥想、想法、爱、疗愈中加入你。

我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们现在离开这个器皿和小组，一如往常，把每个人留在太一无限造物者的爱与光里。Adonai，我的朋友。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_0916b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0916.aspx

---

☆ 第 3309 章集：911 与疗愈

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 10 月 7 日

团体问题：今天的问题涉及你们在几周前推荐的疗愈冥想，当时你们在回应关于 911 那天发生恐怖分子攻击，以及地球上充满了愤怒、战争、仇恨、饥饿、贫穷、疾病等等的事情。我们想要多知道几种送出爱与光的方法，一个人可以用来送给所有对此有需要的地区、人群或场所。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。大家好，向你们致以爱与光，在这个美丽的秋夜，向你们致以无限造物者的爱与光。跟你们每个人一起在冥想中歇息，加入你们的寻求圈，这是多么令人愉快啊。收到这个圈子的呼唤是我们的荣幸，我们为此深表谢意；一如既往，只请求各位：当我们提供一些想法时，你们要对自己的分辨力有自信。如果一个意见或想法好像与你有共鸣，当然，我们所提供的是我们的意见和我们最佳的答案，但不是权威答案。如果你对它不感兴趣，那就务必丢开它，继续前行。我们感谢(你们的)那种辨识，因为那允许我们在不删减混淆法则的情况下，通过这个器皿以最大准确度来表达自己。

和你们讨论「**如何成为太一无限造物者的爱与光之器皿**」这个问题，真是愉快啊。**对我们来说，这是个十分关键的中心问题，对你们也是如此。我们长期以来希望尽一份力，正面地影响地球和人群的第四密度的诞生过程，所以我们也在以自己的方式，聚焦在如何向这个星球及其人群提供爱与光的问题**。明显地，我们目前的解决办法是在一种冥想的相当狭窄的范围内，利用类似这个器皿和 Jim 实体这样受过训练的管道来交流。这样使得我们可以在你们思考这些问题时提供印象、讲故事——像 S 实体所建议的——用语言编织出你们可以当作资源使用的织锦与结构。这些问题为多产的沉思与进一步的觉悟和理解[如果我们可以用这个词的话]提供了无限可能性。

我们的这种通讯在静默中大量存在。正是静默在为该管道供能，正是静默为在场者的渴望供能，正是静默让这些渴望可以得到磨练。正是静默让你能够认识自己。正是在静默中，大量存在着信任和信心。正是在人们共享的静默祈祷中，奇迹发生了。

祈祷这个词对很多人来说有情绪上的弦外之音，不过我们不只用它来指正式的祷告和传统意义上对全能者的祈请，还有进入静默的祈祷以及练习太一无限造物者临在的祈祷。在静默中为自己打开一个空房间是容易的。更有成效的做法是把那个内在房间——即祈祷的房间[容我们说]或静默的房间——观想为或认识为一个有气氛且有人的房间，因为它位于你最深意义上所是的那个人的内在。它就像是圣殿最中心位置的至圣所，祭司可以在私密时刻以及为服务他人的圣职供能的时刻进入至圣所。因为你们每个人都是一座圣殿和其中的祭司。圣殿就是身体、人格和那些天赋。祭司就是内在的意识，指导了那个建筑及其管理工作，安排圣殿的各种人才和宝藏，以及使用和辅助那些为圣职供能的机能。

每个祭司都需要在这个至圣所中花时间，这与任何人都无关，只与自己有关，只与一个神圣的连接有关，它位于自我与无限造物者之间、爱人与被爱者之间、火花与火花源头之间；该源头是伟大之火、伟大之光、伟大之爱、伟大的思维，也就是太一无限造物者。想象你走进的不是非个人祈祷所用的空房间，而是很个人的房间，它就是自我之心，造物者就在这里以你眼中的造物者形象等着你，这样想有帮助。很多人把造物者看成天父，很多人把造物者看成圣母，有些人像这个器皿一样把造物者看成基督。不管那个形象是什么，要了解到造物者就在那儿等着你，并且当你走进静默的至圣所时，你和你的真实自我在一起。

这使得能量体的基本排列发生了，于是你可以献上静默，既把它用于造物者，也供造物者使用它。因为冥想本身是某种自相助长的东西：要静坐冥想的意图变成了冥想、又变成了冥想的意图，而该意图又变成了冥想。名为 T 的实体说得相当正确，冥想或祈祷的人自己觉得取得多大的成效并不重要，重要的是该实体记得去回想那个至圣所、回想无限造物者、回想祂的临在——这种临在会触动生命，并在这种触动中为之创造生命。

我们会在某种程度上谈谈各种技巧，但是我们首先要说，除了冥想、观想以及向特定担忧送去光的任何技巧之外，还有正如这个器皿(喜欢)的《诗篇》所说的简单真理：「遣送祢的灵，我将受造。祢将更新大地的面容。」**当你们每个人来到那个至圣所、来到灵性的大门处、通过大门、练习无限造物者的临在，你们每个人都正在进入自己的高我，让你早就有的本性——在这个世界出现以前就存在的本性——变得丰满和充实。你们每个人都是造物者的一片火花，每个人的内在都有灵性，它天生就知道在特定时刻该做什么。信心最伟大、最勇敢的功绩就是臣服于圣灵以及圣灵对你的意愿。该臣服本身就是一段祷词：「遣送我。创造我，在我上面弹奏，就像你在深水上面弹奏，接着创造出一个新世界、一个新的我。让我首次彻底地成为真实的自我，让真我变得足够充满自我的较高面向，于是无可抗拒地开始发光。」**

名为 T 的实体注意到，即使你只做了一点点，允许心(轮)变得开放、变成金色、变得流动，这都会带来常常令人吃惊的喜悦与祝福。重点不是你在寻找喜悦。重点不是你在尝试创造至福。**你所做的单纯是尝试对齐能量体(各脉轮)，平衡它、打开它、请求它运作。请求圣灵、太一无限造物者、你的指引——不管你怎么形塑你与神性交流的过程——把你打造成祂的和平器皿，容我们说。你们每个人都是清澈的器皿，真的不需要确切地知道你如何谱出爱之曲，如何塑造该器皿——也就是你的水晶存有——从而让它能够转化太一造物者的无限爱与光，强化爱与光，把它定锚在地球的振动中。唯一必须的就是你臣服于那个意图。剩下的细节也有用，但主要是对你的线性头脑有用，而非形而上的用处。**

在形而上方面，真诚的人所做的笨拙而欠灵活的努力，要比老练复杂、不出自内心、轻易开口但圆滑修饰的信心说辞，远远更有说服力。不需要是聪明的、能说

善道，甚至不需要语言；需要的是在沿着灵性进化的路径寻求时，热情地追求这一过程。服务的渴望创造出服务的机会。服务的机会创造出服务的手段。服务的手段流经该器皿、接着流出进入这世界。因此，水晶的主要焦点就是去成为一块好水晶，如同一块水晶地开放自我，给出服务的意图，给予意图为这个服务安排时间处于静默中，坚持不懈地提供这种服务，让它越来越多地回答该问题：这盏灯的电流强度有多大？你作为水晶的电流强度有多大？不管你是怎么定义自己的，对于这个需要耐心与顽强坚持的过程、对于最有形而上效果的东西，你有多忠诚？那些意图是强大的。你的气力是它们，而非在进入静默、保持静默、保持视觉化观想等等时的任何自我感知的技巧或缺乏技巧。这些是线性的细节，有些实体是相当在行的，有些实体则不然。例如，这个器皿就不是熟练的观想者，实际上她经常在观想时受到阻碍。

观想的秘密在于找到一幅可以引发服务的热情和渴望、并以一种特定方式开放心(轮)的图像。我们现在所讲的并不是白魔法意义上的观想，而是下述意义上的观想：选取一幅图像、向它输送能量并尝试构建一幅光与疗愈的图像。也许最简单的图像就是地球本身。这个器皿写了一本书《流浪者手册》，封面上的图像是地球，背景是太阳在破晓的地球新时代曙光中冉冉升起，这个图像也许是用来观想的好对象；因为用它来观想，你既能看到新时代的曙光撒遍整个地球，又能看到流入地球的彩色光芒，它们代表此刻想望帮助地球的灵魂正在进入地球层面。

要了解：现在有大量的光正被送到这颗星球上；当你观想地球时，你不是独自一人观想，因为很多很多实体都在观想这个基本球体的形象，送光给它，直到它整个变亮为止。有各种方法来修饰这个太空中的基本球体形象，也许更有个性的是让光向它迎面射来，让曙光环绕着它。一个人可以将自己想象为众多存有中的一员，正在编织一张爱与光的网，如同渔夫的围网或捕蝴网，或者某种沿着整个光

流运动的东西，它像天使的巨型长裙一样把地球包起来，所以整个星球都被包覆在这张闪闪发光的网里，它是由许许多多实体的光与爱组成，由一束束能量编织而成；这些能量是由许许多多的爱与光之器皿、光的工作者[容我们这样称呼]送入这个爱之网络的。

一个重大的问题就是说服你们的行星：你真的关心(它)。地球上的人群漠不关心、疏忽大意的态度、甚至破坏性的行动实在太多，Jim 实体稍早评论说，这些行为使得适合各种物种繁荣的有利环境越来越缺乏。人们在这方面做出热情不懈的十足努力，地球将会听到的。如果在观想上有问题，那就单纯地对地球说话，用言语向地球解释，你多爱它，你多么感激，你觉得跟地球就像一家人，你多想帮助地球走过这个令它极为筋疲力竭的难产过程。

我们发现接下来需要通过 Jim 实体来继续讲话。今天我们一直在观察这个器皿的能量水平，我们觉得用到此刻足够了。我们感谢这个器皿，现在要把通讯转给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，我们再一次于爱与光中向各位致意。这个询问还有任何部分是我们可以谈论的呢，此刻，那些在场的人们是否要检查我们已给出的内容并提出任何精炼的询问呢？

Carla：你们可愿讨论一下可供人们选用的、任何其他的冥想与送出光的方式？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们感激你再次问了该询问的这个部分，因为那些想望帮助治疗这个星球及其人群的实体，确实有多种方法这么做。

我们经常提到观想的技巧，我们今天先前也提到过，所以现在我们将讨论一种技巧，它对不擅长做内在观想的人可能更有帮助。

在冥想状态中，注视该感觉：自己相连于这世界的、各个地方的、各民族的各种苦恼经历。这种可以感知地球上他人所经受困难的能力，是怀着治疗渴望去冥想的人，可用来把自己的体验与需要光的人相连的另一种方式。确实，所有人都是太一造物者的一部分，而把每个人互相连接起来的纽带则是[容我们说]淹没在潜意识经验中的东西。这是有帮助的：想象自己生活在某些环境条件下，也许是无家可归、又冷又饿、独自一人，或是与很多其他人一起处于这些困境，比如在这世界上你们称为阿富汗的地区现在就是这样。想象在无家可归、又饿又怕、不确定明天会发生什么的情况下，你会有怎样的体验。允许你的各种感觉进入你生命中能够体会这个经历的那些区域，它们属于心智的潜意识层次。

只要你承受得住，尽可能长时间地体验悲痛、苦难、失落、迷惑的感觉。带着新的双眼来看，像你这样的人会怎么回应这些严酷的环境条件。允许你的感觉在内心逐渐增长，直到它变得极为明显，然后允许爱/光的品质从你内心深处发出，直到爱与光的放射吞没、包围先前那些由压力带来的感觉，容我们说。这些放射不只是从你的内心发出，也是所有跟你一同冥想的人从内心发出的。体验这些爱与光的小溪流向外倾泻，直到爱与光的大河完全吞没悲伤感为止。看见这些悲伤感随着这些希望、信心、支持、合一的溪流而开始减轻；看到这些光线编织在一起，感到它们不断相连；体验那些关切——来自许多诸如你这样的人对正在经历极端痛苦的人们的关切——正在融合起来。保持这种感觉，让它持续的时间与冥想时间一样长，然后向太一造物者献上赞美和感恩，祂缔造一切万有、于是有机会以这种方式服务太一。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：那是很有意思的。它看起来类似于个人的平衡技巧，却是为了这个星球而使用的技巧。我猜想出现在脑海中的另一个问题是我正在和 C 谈论的内容，因为她和 S 拥有大量的水晶。我曾想象它们按照颜色分类，好像一个马赛克一样，被用来创造一个字符、某种形状，于是有助于强化自我作为一颗水晶，接着成为一个更大的水晶、做更好的光之工作。我想过里面有个十字架的大卫之星，或者这类的带着许多有用能量的象征。你们怎么看待这种把晶体或水当成某种辅助加速器的想法？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。使用水晶来强化把爱与光送到需要之处的冥想实践，确实可以十分有成效。不过把这种饰品(装备)用于治疗，需要某种技巧。我们的推荐是：挑选一块或几块给你特殊感觉或者有特殊振动性质的水晶。水晶有很多种，每一种都有独特的品质、能够强化(你)对光的想象，因为，确实，人们经常把水晶本身叫作冷冻光。**使用大量的水晶来进行这样一种努力，在我们看来是适得其反的**，因为每一个水晶拥有的这种独特品质对于作为治疗装置而送出的统合加速或强化的光，会起到削弱的效果。

我们会推荐这些水晶被检验以找到合适的感觉音调，容我们说，接着那些可利用的可能性(水晶)被一个接一个分开使用，好让最有效用的水晶最终被选出，使用的方式类似于一个共振密室。在冥想的时候可以把水晶握在手里，内心的观想需要看见水晶、心(轮)、第三只眼以同步的方式和谐地工作，而「需要治疗」这个想法始终在脑子里占首要地位。然后把水晶想象成发送思维的媒介，把接受光的对象观想成沐浴在这片光中，不管对象是星球、国家或一个人。因此，这样使用水晶，可以发送并强化你的观想或图像。有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：我想要替 E 博士问几个问题。是否有些第三密度和第四密度的知觉生物，具有服务自我特性的爬虫人和小灰人的文化，居住在美国西南部的地下设施或城市之中，正忙着把人类当作奴隶、像实验室动物和苦工一样地畜养呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如你觉察的，我们不大愿意具体谈论这样的询问，因为**这个国家和很多其他国家的政府机构，确实与各种外星种族有着大量的互动。**我们觉得，这类互动行为和相关的实体们，容我们说，处于次要地位，次要于下述实体们的主要努力：他们寻求在正面意义上为造物者服务，方式是打开心轮、以爱之光照亮自己遇到的所有人，把他们看成与自己一样、与太一造物者一样。因此，我们的建议是：把焦点从次要的关注区移开，重新放在此生的中心(工作)上。现在有另一个询问吗？

Carla：他的下一个问题是，如果真是这样，地球上有这些服务自我的存有，我们怎样能最佳地阻扰或迎接它们的努力？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于那些可能被视为具有服务自我特性的存有，在任何服务他们的努力方面，我们会再次推荐冥想的状态。那些被视为服务自我的存有也可以被视为等同那些正在受苦的实体；也就是说，可以产出爱/光的品质，观想它被送给那些负面极性的实体，于是正午太阳的光辉也把它们淹没。然后还可以看见，爱与光的品质包围并保护那些觉得受到这种实体威胁的地区或人群，从而不仅用爱与光的品质来治疗，也用来保护。有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：E 博士的问题，我想这两个就够了。我知道他会感激你们所说的内容。谢

谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

S：我有个次要问题。Carla 刚刚把这个秋季第一次集会的录音寄给我，我发现第二面是空白的。是你们改变主意让录音机不录了，或者只是机械的毛病？有别的因素让录音机停止录音吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们是带着一颗自由又开放的心来给予资讯和一些意见。我们不会改变心意或想法。你们的录音设备在运作上通常是准确的。无论如何，在这种机械的操作上偶尔会有错误的指示，容我们说。我们发现这个器皿经常无法处理所有的按钮和转盘。然而，他是勤奋不懈的。有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：我们讨厌遗漏你们的言语的任何部分。如果有任何方式，你们可以让我们知道录音设备有问题，我们会对此感激的。

我是 Q'uo，觉察了你的询问。我们能够在有些困难时利用好比这一位和 Carla 实体等器皿，但是，如果这些会议中使用的机械设备出了毛病，则超出了我们的能力范围。我们必须为欠缺与这些实体沟通的能力表示歉意。现在有另一个询问吗？

S：没有，那么我想，我不会要求你们给卡式录像机编程的。谢谢你们。

我是 Q'uo。我们再一次感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

C：我想要问关于一个 V 做过的梦，她已经在此生的不同时间重复做这个梦。她在梦中看见一个海滨、水面上漆黑一片、无限的海洋，接下来在海面上出现一个月亮，接着第二个月亮，接下来第三个、第四个，全都是满月。她注视并看见创造了这四个月亮的月亮，四个月亮是该月亮的反射。然后第五个月亮微笑了，她了解到该月亮就是造物者，造物者爱着她，一切事物都是完美的。接下来，那个造物者的月亮碎裂成百万千万片、颜色全都不同的碎片。她想知道你们能否评论这个梦？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这种情况中，我们发现可以用有限的方式讲述，指一下路、而非带路。月亮的概念，当然是在该梦境的中心。对于这个实体，月亮带有女性的品质、多少有些隐蔽和神秘，被另一个源头所照亮。V 实体可以在她自己的体验之中寻找对于月亮的主要品质的回忆。造物者在月亮形态中粉碎为许多的颜色(片)，可以视为 V 实体在她的人生模式中已经遇到或将要遇到的很多人和很多体验。四这个数字也有着重要意义。从较低的能量中心移动到较高的能量中心之际，一个人会发现心是第四个中心——它可以被视为一种手段，造物者借此让 V 实体领会或认识祂。先前的每个(能量)中心或月亮都有着独特振动的签名，检验这些中心对这个实体有益处。我们会推荐她获得关于这些(能量)中心的基本资讯，于是她可以进一步沉思这个梦境体验的讯息。

我们发现，在不侵犯自由意志的情况下，这就是我们在此刻能给予的资讯的程度。我的姐妹，有进一步的询问吗？

C：没了。V 谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻是否有最后一个询问呢？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，既然我们很明显耗尽了这次工作集会的问题，我们要再次感谢各位邀请我们今天参加这个会议。能够加入你们是我们的荣幸，我们称许每个人怀着想为地球服务、治疗地球的巨大渴望，参加了今天这个寻求圈。我们要鼓励各位继续努力下去，因为你们治疗(别人)的想法，真的是看得见摸得着的东西；这些想法在灵性的各个层次也有功效，而灵性确实是位于我们每个实体之内的地方、那个使得我们用于体验的载具、我们的心、我们的脑以及我们想要学习和服务——从牢牢撒在每个实体心中的灵性种子开始成长——的渴望变得富有活力的地方。当你向任何人送出爱与光，也就向所有人送出；从形而上意义来看，有某种回荡给这个过程提供养料，推动着它。

我们是你们认识的 Q'uo 群体，我们要在此刻离开这个器皿和团体。一如既往，我们把各位留在太一无限造物者的爱与难以言喻的光之中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_1007b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_1007.aspx

———————————————

☆ 第 3310 章集：新型冠狀病毒(完整版)

Copyright © 2020 L/L Research

周六冥想 2020 年二月 8 日

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，此刻和这个器皿在一起。我们在爱与光中、向你们各位致意。我们感谢你们每一位、在这个下午邀请我们出席你们的寻求圈。这对于我们是一种巨大的荣幸，因为这就是我们服务他人的方式，从而在我们自己的灵性道途上更进一步地发展。因此，我们一起走在相同的道途上。我们会向你们请求一个通常的恩惠，那就是我们在回应你们的问题的过程中提供的话语与观念，请用无论什么对你们有意义的方式来使用它们。如果任何话语没有意义，毫不犹豫地将它们放在一旁。然后、这就会解放我们、如我们意愿地发言，并分享更多今天在我们全体之内闪耀的太一造物者的爱与光。有一个我们可以用来开始的询问吗？

Lynn：Q'uo，在这次传讯之前、我们的讨论中有一个共同的主题，它是关于一种能量的汇聚，我们全都注意到、灵性的能力与力量似乎比以前更为可供利用。你们也许能评论这种能量突然增加的特性？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。第四密度振动的宇宙能量继续以一种可视为波浪的方式、容我们说、涌向你们的星球，几乎彷佛它们就是在海滩上的波浪。当特定的波浪冲击海岸时，它会带来一定的机会，那些向这样的机会开放的实体就可以善用这些机会了。

随着波浪对海岸的递增冲击继续着，就有增多的机会、把这些能量移动到每一个

真理的寻求者、我们应该说、有意识的真理寻求者的内在、那些需要更多地被启动与充能的能量中心，于是它们就以一种更为完整与明亮的方式运作了。

这些宇宙(能量)流的波浪，然后，就是一种增强或放大器，放大每个有意识的真理寻求者之内的潜能，于是当这些波浪击中能量中心之际，就会开始增强在投生前在每个能量中心中被规划好的潜能。这种潜能就是投生前选择要去学习的课程的架构了。

对于很多人，正在发生什么事情的方面、有一种巨大的相似性，因为有非常基本的课程必须能够在你们的第三密度的星球上得利用。橙色光芒的人际关系，即一对一的个人关系，就是从红色光芒向上移动、到橙色光芒的智能能量的拓展之开端。当时间对寻求者是合适的时候，当适当的能量已经在其自己的生命模式中启动的时候，黄色光芒的团体能量，是在伫列中下一个要启动的光芒。对于每个寻求者、这是独特的配置，接下来就会获得冲击在该实体的意识海岸上的波浪所协助。

也有第三密度幻象在绿色光芒能量中心中的目标，容我们说，即启动心(轮)，于是无条件爱与悲悯就得到释放。该实体接下来就是[你们或称为]可收割的，或者能够成为一个候选者、进入爱与悲悯的第四密度。

这些来自遥远恒星的能量、容我们说、是对无所不在的寰宇智能能量的一种综合物，不过、在你们称为时间的事物中的某个点，它采取一个方向，于是根据星系的螺旋时钟般的表面，就有这些能量对正确位置发送，它们将协助所有为这类帮助做好准备的真理寻求者。

有些实体没有准备好且不是有意识的寻求者，如果他们不能够防卫自己、不管是是有意识或是潜意识地避免智能能量在其意识海岸上的如此冲击，他们可能发现在人生模式中有些困难正在发生。因此，每一个寻求者拥有的这些体验、跟很多其他寻求者是共同的，而这些体验对每个寻求者又有一种独特风味。因为尽管所有实体都可以学习相同类型的课程，每个实体都是以一种个人的、独特的方式学习课程。因为你们每个人都像是一片雪花，它对于你自己是独特的，与任何其他人都不会是相似的。

我的姐妹，有进一步的询问吗?

Lynn：没了，那(答案)是非常全面的。Q'uo，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗?

Kathy：是的，我有一个，Q'uo。它多少有些是追问刚刚的问题，它是关于智能能量的波浪、流入并接触我们的个体与团体意识。对于这些智能能量的流入将如何提升我们星球的振动，以及我们当中那些寻求服务他人的实体，那些寻求成为更好或更高尚的医者、能量工作者，带着帮助他人的精神，他们的能量如何可以因为这些智能能量的流入波而增强，以帮助他人，是否你们能够就此评论？会有一个点、是在其上可以让帮助他人的寻求与更高的能量对齐，接着这样的工作是更可以利用、更加有效用?

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。当寻求者为这样的能量准备好的时候，这些智能能量的宇宙性流入会在每一个寻求者的能量中心中找到其焦点。

正在追寻疗愈道途的寻求者已经超越绿色光芒能量中心，接着进入蓝色和靛蓝色的工作[即行家的工作]之寻求者。这类型的工作，接下来就可以用一种更有意识的方式、被这些宇宙的能量流增强、容我们说。

在一天中找出专门的冥想时段，这经常是好的，在其中你能够退隐到自我的安静状态、更大的自我之中，接着允许宇宙的能量流在你自己的能量中心中被感知到。观想那个中心接下来被打开，充分地被清理、洁净，这样当你从绿色移动到蓝色与靛蓝色(光芒)时，你正在创造一条通道、得以接触智能能量、然后是智慧无限，它能够使得太一造物者的疗愈能量以无论什么被选择的方式获得利用。

我们推荐的事项有：每个医者在领悟与利用这些宇宙能量之际、保持认真负责，因为它们是相当强大的。在你们的医疗实践中、形成一个仪式或模式去使用这样的能量，容我们说，这是很好的，这样你们就会看见通过这些宇宙的能量流、和宇宙的连接，你们由此成为，比喻地说，上帝的一只手，对于那个要被治疗的实体、经过校准、以(对他)是最高与最佳的的方式来工作。这一个过程允许(你)以最适合的方式来使用这些能量。因为它们在此刻是极其充沛的，会有(能量)剂量过大的可能性，容我们说，尤其是如果有意识的注意力没有投入该重点：如何使用这些能量的过程。

我的姐妹，有进一步的询问吗?

Kathy：没了，感谢你们，Q'uo，那是相当有帮助的。谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我在相同的提问路线中有几个问题。第一个问题可能跟上一个回应非常相似，但我想要问一下。我们在今晚已经谈论效用之一，是一种增强的能力、可显化我们的实相，或者更具体地说，我们的思想对我们实相拥有的作用。这似乎，携带一种相当沉重的责任、就我们如何掌控我们的思想而言。我想要知道，是否你能够具体地谈谈那点，以及那种能力在一个正面寻求者的道途上扮演的角色。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一个寻求者思考的想法是其存有的基本呈现。当平衡(工作)继续着、或要开始时，想法是要被首先考虑的、最重要的特色。

这些想法有一种来自于该存有内在的力量，那股力量可以被视为在投生期间，或甚至在投生之前就发展好的。然后，这些想法会开始反射该寻求者对于这世界的态度或展望。这个态度决定了他会如何体验到这世界。

因此，一个人思考的想法就是路标或指南，它们会被日常活动的体验所充满。因此，如果一个人想望在其人生模式中显化特定的品质，在想法中、在冥想中，抱有渴望的显化物形象，是有可能把那个特定的品质或东西吸引到一个人身上。

也会有强健的可能性，一个人恐惧的事物就被吸引到一个人身上。因此，留心照看那些可怕的想法是好的：它们可能在任何特定的努力区域中、对一个人的感知拥有某种支配力。不出于恐惧而行动，或者对恐惧做出反应，而是带着该知晓平衡恐惧，这是很好的；也就是知晓每个实体都是太一无限造物者。于是没有任何要恐惧的事物，因为一切都好。我们全都活在合一的宇宙造物中，在其中移动、

在其中存在着。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：是的，非常感谢你们。如果我们的想法对我们实相的效应正在增加，似乎为我们的社会制造出了某种迷失方向，因为所有人都拥有自己的信仰和故事。我猜想，那会与表面上正在增加的分离与极化有某种关系、好比我们的政治圈。

你们能给予任何忠告吗，关于如何航行穿过这种新地形，个别人群的实相在他们自己的感知中、正在变得越来越固化，当他们的实相似乎与我们的实相如此不同、我们如何能和他们互动？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个实体都有自己觉醒的样式与时间。那些比较成功的实体、允许他们投生前的选择在其人生模式显化出来，他们发觉有一种更为自由的能量流动会在他们能够这样做之际发生。

这股流经一个人存有的智能能量，是不会被任何缠绕的或扭曲的思想样式所阻塞。这会允许寻求者用一种和这些能量和谐的方式移动，因此为服务他人的正面渴望供给能量。

在你们的星球上、那些并未有意识拥有一种寻求的灵性道途的实体，拥有特定的心智活动与思想样式的配置，它们也被此刻正在流入你们星球的智能能量所增强或固化。这是与他们在此刻已经为其人生模式选择的事物协调一致。

智能能量单纯地对于实存的事物的一种无差别、中性的放大器。因此，已经在星

球上的每个人做出的选择、很有可能会被强化，这样他们就可以在那个方向上更进一步，作为他们的自由意志选择的一个机能。

如果在某个点、他们在那种思考上、已经行旅的距离对自己是不舒服的，他们总是有自由去选择另一条道路。对于此刻在你们星球上的很多人、这是有可能的，因为它们已经在很多年的时间段中，习惯于媒体广告、政府政策、或同侪压力的控制，或者各种各样的第三密度文化施加压力在人群上头。因此，受到宇宙能量流的影响、情况变得更巨大。接着当你看见自己移动进入和这类实体的互动时，首先牢记这点是好的：你正在看着造物者站在你面前，这个造物者已经做出特定的选择、而他可能察觉到、或可能没察觉。

特定的选择可能造成各种各样的迷失方向、或痛苦、愤怒、嫉妒、或很多其他类型的情绪，于是他们就要受到自己先前的选择的支配了。我们可能为这样的实体感到大量的悲悯，因为他们并不知道自己所做的事，不过、他们继续这么做。如果你能够给出爱、用某种方式支持你看见的、他们的存有核心，也就是在人类形体中的造物者，那么、你就已经尽其所能地、以一种有帮助且真实的方式，建立了关系。

(你们)时常会有渴望去建议他们的行为做特定的改变。如果对方这么请求，以那种方式来协助也是有可能的。无论如何，去提供没有被请求的建议，通常不会有帮助。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Nancy：我有一个询问，Q'uo。我的问题是：疗愈是什么？看起来我们彷佛全都朝向疗愈工作，无论它是我们的世界、环境、我们自己、彼此，甚至是在肉体中，似乎都存在着阻塞，无论它们是肉体的、情绪的、心智的，还是灵性的阻塞。因此，疗愈是带来光并移除阻塞吗，你们能否澄清？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。疗愈，就其最基本的意义，是在一个实体的心/身/灵复合体中创造出一种氛围，在此、每个能量中心都能够允许太一无限造物者的智能能量清晰且干净地移动通过每个中心，上升到紫罗兰中心，并最终实现与太一造物者的合一。这是理想。无论如何，各种各样的阻塞会在较低的能量中心中被找到、通常是投生前选择的产物，它们呈现出该实体想望在此生期间学习的课程。

这些阻塞时常代表着心智如何未能领会手边的课程。因此，该课程已经以一种象征的形式给了身体，这种形式将有希望将寻求者的注意力集中在催化剂或那个已产生阻塞的情况上。通常，这是一个特定的心智配置、以一种扭曲的方式看见特定种类的关系，所以就有需要去平衡该感知。

如果该寻求者能获致这些平衡，接下来，这些阻塞可以被移除了。如果这点对于寻求者个人是不可能(完成)的，时常一个医者就可能协助这样的治疗：藉由对该要被治疗者提供一个机会、以形而上的方式更清晰地看见阻塞物，于是，那个要被治疗者就可以选择去释放扭曲的感知、接着拥抱一个全新的配置、等同于疗愈。医者藉由允许实体抵达与高我的接触做到这点，高我会评估该情况并判定对

于该课程、适当的学习程度是否已经达成。如果这就是事实，那么，疗愈就非常有可能发生，被打破的事物将会变得完整。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

提问者：没了，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

奥斯汀：我们的朋友 S、来自中国，最近写信提到：有一个朋友请 S 向我们转达一个问题，内容是：「现在，在中国爆发了新型冠状病毒，并引起了许多担忧、谣言、以及人与人之间的隔阂，因为这种冠状病毒的爆发过程类似于 2002~2003 年在中国爆发的 SARS。在不冒犯自由意志的前提下、请 Q'uo 提供您的观点，能否指出新型冠状病毒的起源？如 Q'uo 曾为 SARS 指出的(要点)，该冠状病毒是人造的吗？无论它是不是人为的，这次冠状病毒爆发的形而上意义是什么？这样的集体催化剂是否也反映出：我们当前的社会系统功能失调、不健康、和病态等面向，正如同个人的肉体扭曲反映出其心智复合体未使用的催化剂？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的弟兄。这是我们先前确实涵盖过的主题。关于该性质的各种爆发(事件)、它们是[你可以称为]隐藏势力的一些尝试、要控制该星球的人口。因为在此时、你们的星球人口众多。对于那些寻求控制的实体来说，控制更少的实体是更容易的。因此，在过去的几十年间、已经达成各种疾病的生产、其目标是减少该星球的人口。

涉入这种冠状病毒体验的实体们、在投胎前就献出自己以服务行星心智，为了可

以成为某些振动周期的解决方案或完结，也就是说，体现他们为人类同胞服务的能力、藉由某种方式遭到感染，反映出需要找到针对这种特定病毒的治疗方法(cure*)。这是每个实体采取的一种存在方式，为了变得更能够打开自己的心、流露爱和悲悯给他人。因为当他们发现自己受到这种特定病毒的困扰时，他们对于那些人类同伴、在其存有内部也有这种病毒、并且必须承受后果，就变得越来越悲悯。是故，容我们说，这是在此生开始之前就预见的、(这些人)以正面的方式来利用一个负面的倡议。
(*编注：cure 在此译为治疗方法，还有「对策」的意思)

此时，在你们的第三密度幻象之内、已经存在并可能存在许多此类可能性/或然率的漩涡。因为收割时期具有巨大的动荡变化。许多国家之间以及国家内部的个人和团体之间、都存在很大的动荡，因此有必要以一种不会带来恐惧的方式来评估现在被感觉到的经验类型。无论如何，大多数实体都承受这种病毒爆发的恐惧影响。在这样的体验中，有机会看见造物主正在认识祂自己、透过发生在一个人的周围与内在的所有事物。

当采取这种态度时，对于负面(势力)努力以这一种或另一种方式控制人口，就可以个别地、以炼金术质变它；因为每个实体都能够看待该行星游戏为一出戏：正在世界舞台上演着，于是提供该实体许多种回应。

如果该实体能够选择造物者体验自己的正面视野，那么它就把合一真理力量的基本特性吸引到自己身上，那就是：万物为一。虽然一个人可能从这次的人生中逝去，却没有损失。太一仍然停留于每个实体和每项努力之中，所以总是知晓存在于万物之中的太一永远在那儿、以一种方式经历这个事件、越来越多地告知造物者自身的本质。

我的弟兄，是否有进一步的询问？

奥斯汀：是的，S 本人对该问题有一个跟进，我想您刚刚触及了这点。但我想要朗读一下，说不准您还能说更多。S 写道：

Ra 在(一法)34.7 中提到：「这些所谓的传染病是第二密度的实体、提供这类催化剂的机会。如果这个催化剂是不需要的，那么这些第二密度的(微)生物、以你们的称呼、并不会产生作用。在每一个归纳法中、请你们注意会有异常情况、所以我们不能说到每一种情境、但只能提事物的一般运作或方式，如你们所经验的。」S 继续说：所以看起来，在异常情况下，即使不需要催化剂，这些第二密度的生物仍然可以起作用。我只是想知道 SARS 是不是一种异常情况，因为根据 Q'uo 的说法，SARS 可以被视为一种生物武器。如果是这样，那些感染任何人造病毒[例如 SARS]的人是否总是有可能消除其作用并治愈自己？我提出这个问题只是为了在这些异常情况下、鼓励希望和信心。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们会同意，对于有意识的真理寻求者来说，他发觉通向太一的灵性道途是唯一值得行旅的路，可以把这种病毒视为仅仅是路上的一颗石头、通过看见在全体中的太一、钟爱在全体中的太一、即可避开它。无论任何人对这一个人采取什么行动，试图控制一个人；如果这一个人能给予爱、而不期望得到回报，并且不抵抗邪恶，那么一个人就拥有战胜邪恶的力量，那是无法被打破的力量。它是爱的力量，治愈所有不适情况的力量，使所有破碎的事物变得完整，并且把所有隐藏的事物都带到光中。

在此刻有进一步的询问吗？

Austin：在那条路线上没有更多问题了，Q'uo，感谢你们。我们确实有一个 Lily 发来的问题，它引用了一次先前的 Q'uo 集会[1995/5/28]、在其中你们谈论了可供寻求者利用的意识元程式(metaprograms)。她使用的引文是：「这些你们称为元程式的东西有些可供使用的层次、取决于寻求的强度，它将会作为一种，容我们说，时间胶囊而被释放，但是更多是通过渴望得释放的特性而进行。」Lily 写道：我想要知道，是否 Q'uo 可以给我们这些意识元程式的一个例子？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现，那些正在工作更高能量中心的实体利用这样的元程式，于是在日常活动中的一个体验、就可以被视为供给每个能量中心、在越来越高的层面中来使用。你们可能会在街上遇到一个人，好比说、遇到一次汽车相撞，开始的交谈是从愤怒与混淆，以及测试红色光芒的生存开始的。接下来，也许双方中的一个实体建议可能有另一种方式，接着一场谈话开始了。有机会看见每一方是如何对该事故做出贡献，如果不是双方已经做了各自做的事情，该事故本来不会发生的。然后，当实体们与调查事故的地方官员谈话的时候，能量甚至可以被提升到更高的黄色光芒，这样双方对于事故的联合决定就会被看到：记录在警察局的官方记录上了、容我们说。

在这样一个体验之后，可能发展出一种继续的关系，于是，最终实体们能够在绿色光芒中分享对彼此的爱与接纳，同时发现在他们人生中的那些巧合、把他们在时间中的那个点带到一起，导致了一场事故，不过、也可能是一次巧合。对于那些成为行家的实体，这可以被越来越更进一步地探索，但是我们感觉到，对于名为 Lily 的实体渴望的那类指定(内容)，这是足够了。

此时有最后一个询问吗？

Austin：还有一个来自 Maria 的简短问题，她写道：「为什么 Ra 称呼一块水晶为冷冻之光？」[1]

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。Ra 将水晶称为冷冻之光，因为它们作为这样一种光开始的，它和光子一起运动，而光子以各种旋转的角度、各种旋转的速度振动着，于是这光就具有特定的性质。当这种光，在任何特定的星球上，创造了它和各种矿物质或土元素的一种结合、在第一密度的条件底下[在此、风与火会教导土与水被形成，于是生命就能够成为可见的，就能够形成矿物质]，接下来，就有许多不同类型的晶体，也是在这类的环境中形成的。

智能能量的光，开始和其他类型的土地矿物质的形式互动，并在某些情况中、是由于火山喷发或其他热效应而创造出你们认识的那些种类的水晶，它们拥有一种有组织的网格结构，该结构会允许它们用一定的方式传导造物者的智能能量或光，因为它们和所有的光和谐一致。

在此刻，我们将离开这个器皿与团体，我们一如既往感谢每一位，感谢你们的好心的邀请、你们全神贯注的注意力，以及你们十分由衷的询问。我们如此感激、已经能够和你们一起花费时间[你们的称谓]。我们是 Q'uo 群体。现在、我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，一如既往、把各位留在那爱与光中、留在那股力量中、赞美与感恩之中。Adonai, vasu borragus。

原注

[1]Ra:然后，拿起该水晶，感觉你所极化与增强的平衡能量、在绿色光芒中被传导，透过你的存有去治疗，进入并启动冷冻光[也就是水晶]的结晶规律性。该水

晶将与被该肉身的爱与光能量充满之光一同回响，这道光开始以特定的方式放射、照耀必须的光振动，治疗能量被聚焦和强化、靠近要被治疗的心/身/灵复合体的磁场。请求这类治疗的实体将打开全面的紫罗兰/红色光芒振动之保护罩。

因此，内在的振动场，心智、身体、灵性中的各个中心得以短暂地被中断与调整，于是提供要被治疗的实体一个机会去选择较少扭曲的内在复合体、属于各种能量场与振动性关系。—57.6

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

☆ **第 3311 章集：灵性的母体与赋能者**

Copyright © 2001 L/L Research

回家聚会冥想，2001 年 9 月 23 日

团体问题：今天的问题与「带来光的人」、带来知识者这一概念有关。无论路西法是带来知识者或带来光的人，还是夏娃把善恶知识之树的苹果给了亚当，我们想要 Q'uo 给我们一些资讯——关于这些实体的特性、或者这些带来知识的品质。这些实体本身是善或恶呢？他们传递给我们的概念如何给予我们能力去追寻善或恶，服务自我或服务他人呢？上周 Q'uo 给我们了一些关于「闪电击中的高塔」的资讯，它同样是一个概念或图像，展现了闪电通过其突然又激烈的形式造成了表面上的毁灭。我们想要知道这个毁灭有没有其他果实？某种正面的东西能否从闪电击中的高塔以及实际上被毁坏的纽约市双塔而产生出来呢？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。在这星期，被你们团体呼唤是一种极大的荣幸；我们感谢你们让我们荣幸地分享我们的想法，并让我们共享这段冥想时间。你们每个人的振动对于我们都是美丽的，我们感谢你们提供了你们自己的礼物、你们的时间和你们的寻求之礼物。

我们十分感激能与你们谈话，仅仅要求你们在听我们说话时要非常小心谨慎，因为我们是易犯错的，我们所说的那些是意见、非属权威，我们是和你们一样的走在道途上的寻求者。我们不想要以任何方式构成在你们寻求路上的一块绊脚石。拿取那些吸引你的想法，把其余的都留在后面。这就是真理之道。不是所有真理都适合所有实体。说到你自己的寻求、你自己情况的真理会有一种共鸣。我们请求你们相信你们自己的分辨力。因为你们真的拥有一个非常敏锐的雷达来探寻真理和谬误。

你们今天询问关于灵性的母体和灵性的赋能者。容我们说，这是一个非常有趣的主题，这个主题很有意思，肯定会挑战我们的下述能力：使用该器皿创造出一个有意义和真理的结构。因为这是个迷宫般的主题。在一个特定的系统中，原型图像的建构是一个工具与资源，用以学习你的心智根部深处的架构。它以图像及其组合，来描述言语无法描述的东西。这些图像是主观的，旨在起到触发的作用，如同特征图像(patent images)所起的作用。它们不一定可以从字面上去解释，而是要你去感觉它们、感受它们并进入它们。

我们星际邦联经常对你们团体谈论该图像系统，这些原型图像被分为三组：一组涉及身体，一组涉及心智，一组涉及灵性。在这三个系统中，每一组都有一个母体，它是静止且不移动的结构、一个接收器的网络，仅仅拥有非常有限的行动能

力。它能做的事情是去渴望。它能伸手触及。这是该母体的特性。**它实质上是一个结构：催化剂将进入其中、经过它处理后变成经验。**在这三个系统中，赋能者是能够为母体施肥或使之结出果实的东西。那么，母体和赋能者的基本动态(关系)是：在心智中，伸手触及者和被触及的对象；在身体中，恒常运动中的身体和身体的控制者；在灵性中，不伸手触及、不匆忙的灵性黑暗，它等待着、期盼着、渴望着关于自己的资讯，接着从那渴慕中的黑暗之动态中，产出了灵性的赋能者，它即是光。

让我们花一点时间来注视这个情况里的力量和平安，注视心智、身体、灵性这三个帝国，注视身体与心智之间、心智与灵性之间、灵性与身体之间柔软轻盈的联结。你们每个人都是灵与魂、一个结晶的形状、一片雪花，容我们说，一块美丽的水晶。你们每个人都是独特的。你们每个人都拥有自己的美。你们每个人都拥有自己的对称性。在你的水晶之内，每个人都在与那些感知到的缺陷、那些如藤壶一样依附其上的非属宝石的物质一同工作。你们每个人都在寻求灵性之光的告知和忠告。那么，你们每个人面前都放置着你们可以仰赖的范围惊人的资源，还有你们的线性、智力的头脑，你们所掌握的所有推理本领，以及充满了脉动的身体之优雅和韵律；身体像所有第二密度生物那样，在自己的本能和菁华中完全觉察到爱与光，觉察到宇宙造物和无限造物者的和谐与合一，以及人灵[受造物]的可观气力。

灵性王国是黑暗的。我们这样说并不是因为黑暗是邪恶的，因为黑暗并不邪恶。我们这样说是因为，在第三密度中，灵性的特性就是：几乎不可能看见灵性。它是黑暗的，因为它必须是黑暗的，而且作为闪电击中高塔的那道光，尽管当被视为你们世贸中心爆炸当中的一个象征时，它在肉眼看来好像很明亮，但就形而上的意义而言，它是闪电的一个脆弱且摇曳不定的烛光，熄灭得太快，而显示太少

灵性的隐藏风景。

你们每个人都将花费此生、使用表面上最昏暗的光来窥视黑暗，偶尔会收到闪电，收到那发出轰鸣声的顿悟之霹雳，就如同指引的星辰一样，带来如此蒙福的明晰时刻和灵性的真理。如此，在塔罗系统中，灵性的母体被称为恶魔，单纯是因为灵性在其外形上看起来和身体对立。从身体的事物移动到灵性的事物，这过程中似乎涉及巨大的牺牲。当一个人选择了灵性的生命时，似乎一个人必须在某种程度上放弃生活，因为世俗的生活不再合适、不再适用。当光已经被带到灵性中，会有巨大的改变和转变发生。随着寻求者的忠诚和思考从一个系统或领域或王国进入另一个，会出现一个死亡的过程。

这是一个邪恶的母体吗？灵性把路西法和撒旦的能量带入到与它的认同之中，这有什么邪恶之处吗？我们会毫不犹豫地说，绝对没有；灵性既没有恶，也没有善；毋宁说，只有菁华存在着。事物之所是存在着。你就是这样被造出来的。在能量的模式或在你生命的能量场中，你的振动就是这样被组织起来的。造物者在自己进展中的此刻就是这样被明确表达的。这个小组在互相对话时提到了好几次，你们现在寻找的东西比较抽象、难以掌握，因为人们对它不熟悉。它不属于日常生活，相反地，它在自我表面底下极深的一些部分中运动，帮助塑形每个人此生中可用的选项；**你越能看入灵性的母体和赋能者之间的关系，你就可以变得越强健，能够经受得住光、并能使用现有的光，因为它是如此珍贵、如此稀少。**

以某种方式或象征，那些带来光的人，容我们说，就等同于那些带来极性的人。精确地说，伊甸园故事中那棵树结出的果实并不是知识。不是那么回事。它并非单纯是一种被禁止的知识。毋宁说，在这个故事中谈论的是第三密度的菁华。伊甸园的生物们基本上是第二密度的实体。它们没有自由意志，没有自我觉察。它

们是被创造出来的、供灵性成长的机会，但没有内在的灵。名为撒旦的实体将这个善与恶的果实提供给名为夏娃的实体，这个故事，如名为艾力克(Eric)的实体所指出的，是把人类本性全面堕落的责任转移给女性的一种愉快方式，容我们说，这种不正确的解决方案在你们星球上许多不同的宗教系统中让男性感到着迷且愉快，让他们非常满意，导致了很多人一概而论地对女性心存偏见，认为她们没有出息，这种偏见在你们各个种族的男性中一直非常顽固。

我们发现这个圈子内的每个人都充分觉察到，这不是正确的解决办法。善与恶既不是男性的品质，也不是女性的品质；毋宁说，**两种性别都是学习某些课程的机会，而居住在这些性别身体中的灵魂，同时属于两种性别、也不属于任何性别，换句话说，就只是灵魂。但在女性给予男性这个善恶之树的果实、这种极性、这种第三密度菁华的背后原因和逻辑单纯地是：在原型系统中，心智的母体是未被喂养的灵性、未被喂养过的寻求者，而心智的赋能者是一个深刻女性化的角色、高等女祭司，它代表着[容我们说]潜意识结出果实的影响力，因此，未被喂养的心智正在伸手触及潜意识以取得其知识、真理、经验的开端。这就是将所谓的邪恶归因给女性角色的唯一原因。在查看好比亚当和夏娃之类的故事时，最好从象征性、普遍性的方面来看，从向你提议、引起你沉思较深议题的方面来看。**

灵性的黑暗就像是星空的黑暗、星空显而易见的黑暗。当你从地球这边向外凝视你们的外太空之际，那无限宇空的厚重天鹅绒就像是你的灵性面向：一个尚未探索过的、未知的山丘与山谷之国，每一个地方都是神圣的，每一个地方都充满了资讯。每一个地方都不是它看起来的样子。第三密度中的灵性有深重的黑暗和极深的未知，遗忘罩纱很深厚。而赋予生命的光洒下来时，难道它不总是揭露真理吗？所以人们拼命窥视哪里有光，好看穿错综复杂的灵性模式之虚假。

即使在遗忘罩纱被掀开的时候，甚至在你扬升进入充满光的密度时，灵性依然顽固地保持未知，而层层假消息和虚假模式随着密度的转动而脱落；而我们发现这点对我们依然为真，我们发现自己仍然在剥去一层又一层的灵性诡计，而我们作为造物者的一部分，所享受的情境的重要部分正是这些诡计。并不是说造物者打算欺骗，不是说光有意作假，而是说无限造物者有太多太多、数不尽的财富，完全无法被清晰表达。造物者还有很多关于自己的事需要认识，不过这种寻找是个慢而又慢的过程，因为造物者发现的一切关于自己的事，都是通过你们每个实体、我们每个实体，通过所有在天父造物中生活、移动、存在的每个实体而发现的。

我们发现这个模式极其美丽，我们并未完全理解它。你们每个人在自己的灵性旅程做功时，我们只是请你们不要恐惧那些带来表面上毁灭的「带来光的人」。因为必须先推倒东西来为重新建造做准备。在建立新鲜而有活力的概念之前，需要先把虚假的概念除去。

我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体，暂停一刻来对 M 实体说：我们之所以在你们人群中看见流浪者，是因为他们携带的家乡密度振动模式有一层覆盖物；那些流浪者仅仅能够，如你说过的，以非常间接的方式和推论来感觉到这点。无论如何，**我们的感觉是：所有那些在这个星球上觉醒了的人此刻都是流浪者、如流浪者一般发挥功能。**现在我们把这个器皿留在爱与光中，转移到 Jim 实体那边。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿、在爱与光中我们再次向各位致意。此刻，我们荣幸地请问在场各位的脑海中是否有进一步的询问。此刻有另一个询问吗？

M：我想要知道灵魂的母体，其图案在你们看来是怎样的。它看起来是几何图形吗？它由什么组成？它的目标是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。那些灵魂已经投生并为了此生进入物质性的第三密度，其灵魂母体的图案是由爱与光形成的，让心智复合体可以使用它以达到搜集信息、做出决定的目标，容我们说。因为在你们称为塔罗图像的系统中，心智的母体是一种品质，它允许一种对体验的滋养并且以有用的方式来使用这种体验。我们要求发问者进一步询问更为具体的信息。

M：我想要知道我们如何才能使用它。例如，我们能够观想它的形状或它的流动以帮助我们更好地学习或更多地看见，接着做出更明智的选择或疗愈我们自己等等？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个寻求过程带来的果实，会让任何寻求的实体都可能做到你提到那些事。心智的母体是一个概念复合体，一个供真理寻求者使用的工具；你们塔罗系统的所有大奥秘牌(Major Arcana)的图像都是如此，因为每张牌都形成了某种图书馆[容我们说]，它让你可以存取心智本身的各个部分。如果我们把心智视为一块宝石，那么塔罗的每个概念复合体就像这块宝石的一个切面。这块宝石[心智本身]的外观在我们眼里明亮光辉，因为每个实体的光都会从宝石如此这般地放射出来，放射的方式取决于寻求者以自己的方式寻求时具有什么气质或倾向，所以心智这块宝石有些切面比别的切面要亮些，而且，**属于该光辉的总体平衡反映了或衡量了每个寻求者所寻求的强度和效率**。我们会把心智的母体和其他切面看成寻求者可以追寻的途径；以自由意志选择的任何方式去追寻，包括你列举的各个项目。有另一个询问吗，我的姐妹。

M：现在，那就是全部了。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：昨天我收到了 BrucePeret 的一封信，他说，地球总的来说已经再次接受我们和流浪者，它愿意从这些实体接受爱和疗愈。你们可以评论一下我们行星的情况和它现在的感觉与体验吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你们称为地球或盖娅的实体是一个处于自己演化过程中的实体，如同在它上头的每个实体一样。**地球实体了解到自己正准备进入一个更剧烈的部分：属于新地球的出生过程，如我们先前说过的，地球现在尤其容易受到伤害——与任何即将孕育新生命的妇女一样**。在这个星球的人群之间，数万年的困难体验已经造成地球实体，容我们说，感染了巨大的愤怒和敌意，即体现你们各民族长期以来好战行为的振动。这股愤怒的热能已经引发地球实体在各种各样的地方、以各种不同的方式释放过剩的热量。火山喷发、地震等等，这些地球物理现象释放了一些积累的热量，引起一些地方的地幔重新组合，从而造成了大量的有形破坏。不过，只有随着这些重组才可能出现的校正，它会欢迎爱与悲悯的较新振动，这些振动现在正在进入更充分的表现形式。不只在地球实体的某些部分，而且在大群的地球人口中也有这些振动。因此地球实体本身的振动已经开始更充分地与爱和悲悯的较新振动相协调，并且与这个星球人口中那些也追求与这些振动一致的实体的振动相协调。因此**地球实体有一种感觉：既有对这个机会的激动和对分娩痛苦的忧虑，也有对受苦人群的同情，而对于依然徘徊在战争途径的人们，有一种慈母般的不赞成**。有进一步的询问吗，我的姊妹？

Carla：是的，Q'uo。我接着想要问的是：我们的确热爱地球母亲并希望帮助她通过这次生育，我们每天的冥想练习是不是我们用来安慰地球母亲、表示我们真的爱它、想望帮助它度过这次分娩的最佳方式？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们的回应会是建议：规律的冥想聚焦在对这个行星的疗愈以及(聚焦在)人群和平的可能性上头，在此刻和在任何时候都是十分有帮助的。因为当一个人能够看见光正在进入该等待着战争的黑暗世界时，就有一种平衡作用给出另一条进入地球振动的途径。就有一个平衡点、一个支点，那是你们观想和平与疗愈的努力所创造的。这个支点位于这个星球的大众心智或全球心智之中。

几乎可以肯定的是，在你们未来的某个(时)点，正是那个新的心智[容我们说]——它此刻正诞生为第四密度的正面人口——将作为其演化道途上的存留部分而留下来。当类似这个小组的团体和遍及全球的许许多多其他团体，为了观想和平与疗愈而相会时，就像天平在借助这个支点移动，以减轻长期以来盛行的振动样式。我们推荐定期体验这样的冥想，不仅包括这个国家，而且还包括所有参与追求战争或追求消灭人类同胞的那些人。因为每个实体都和其他实体互相紧密联结。

此时，合一的概念逃离了你们星球上的大多数人。现在最需要增强的，就是人与人之间的连接这个概念，好让疗愈、接纳、悲悯、原谅、慈悲、理解等等的振动可以注入全球各地相邻的民族，从而加强每个人在生命体验的某个层次上都觉察得到的联系。于是在冥想中送出的光之振动，就可以进入最需要光的地方，也就是进入地球上承受由分裂带来的毁灭性后果的地区以及采用了这些思维的人群。我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没了，谢谢你们。那很丰富了。谢谢。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

C：你们可不可以进一步谈谈，将会留在这里做第四密度工作的遗民？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。所谓的遗民，即地球人口中将留在这个星球上的那部分人，之所以被许多实体贴上这个标签，是因为更多人很可能需要寻找进一步的第三密度经历，来平衡他们有困难的振动，这些振动不容许毕业的(资格)以进入悲悯之密度。因此，那些确实留下来并以正面方式寻求的人不仅仅来自你们称为地球的第三密度行星，而是，容我们说，来自(宇宙)各种各样的位置。因为相比这个星球能够用舒适的方式欢迎并稳定收容的人群，来自这个行星、能够享受爱与悲悯之振动的人群只是少数。

有许多来自其他第三密度行星的实体，在此刻已经毕业了，它们在这个星球第四密度的早期体验中投生，以便在这个星球的(第四密度)诞生过程中帮助它。这被认为是一种极大的荣耀，因为在此刻有大量的催化剂——这些实体寻求以正面的或魔法的方式来利用，也就是，把分离的振动质变为增强所有人与造物自身之间的合一振动。这个新地球的人群可以被比作先锋，**他们首先进入到冲突的困难区域并寻求带着爱之振动与各种困难作战。你们无疑觉察到了，没有直接的冲突，因为在爱的旗帜底下前进的人欢迎这个机会，在你们第三密度的这些末后日子，他们付出努力、把黑暗和沉重质变为充满爱的光之振动。**

有另一个询问吗？

C：现在没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

M：我们将如何实际地清理地球呢？将会有魔法的手段吗？我们将会能够清理它吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。第四密度体验的主要品质之一可以说是人类拥有利用前额叶的能力、以某种方式能够作为共同造物者参与。为了帮助你们称为地球的行星实体恢复生机，用心智创造出所需工具与资源的能力，就是可以让这个星球达成疗愈的主要手段。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

M：我很担心动物的物种损失。我想要知道它们是否能够复原。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们能够向你保证，同时通过我们刚刚提到的过程以及通过地球本身的自然再生过程，先前已存在于该星球上及其生命圈之内的那些物种(重新)住在这里是可能的。这是正确的。

有进一步的询问吗？

M：没了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你们，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

C：我想要问关于**怎么处理挫折**。这些日子来我似乎遇到了大量挫折。现在不少人都在面对挫折感，与日常小事和大事抗争。除了冥想之外你们有任何其他的推荐事项吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会建议以某种特定方式进一步地使用冥想，以便处理每个民族的日常活动在这个动荡时刻为大多数人带来的更多压力和挫折。

我们会推荐你：在一天结束时或在退隐休息之前，在冥想中静坐，回顾一天里你感知为挫折的部分，再次查看每个情况，重新感受挫折的体验，观察这个体验的各个成分——你能想起的每个人、每件事、每个想法、每个回应、每个细节，让该经历在脑海中重新活跃一遍。然后，当你在这种特殊类型的冥想中感受到这种挫折时，允许平衡性的平安、理解、接纳、宽容、幽默的情绪也开始在脑海中浮现出来，直到挫折和平静之间力量均等为止。这是体验人生的一种短期课程，容我们说。如果一个人可以接纳自我，不仅把挫折当成体验，同时在内心找到「怀着接纳、悲悯、慈悲等感觉去平衡挫折感」的能力，那么你就能够在日常活动中以更平衡的方式行动，因为你已经在心智的潜意识和显意识部分打下了基础，于是在今后的日常活动中就能够处理各种其他的挫折体验。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

C：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。此刻有最后一个询问吗？

E：我想要知道，我们是否可能在不解决两性之间处境的情况下解决这个星球上的处境呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。该情况，如你已经描述过的，是一个拥有许许多多面向的问题，首先起源于分离的概念。什么是首先的分离呢？自我和自我分离。当个别的实体把自己的一些部分视为需要惩罚的，视为价值较低的，视为是无价值的，接下来自我和其他人同样是分离的概念就诞生了。所以，你已经描述为地球上男性和女性之间的困难以及男性对女性的压制，这种分离在人群与人群之间、州与州之间、国家与国家之间、宗教与宗教之间等等，也可能出现。

因此，开始治疗会是有帮助的，这种治疗不仅仅是在人群的男性与女性部分之间，还是在自我的某些部分之间——自我的那些部分已经由于种种原因而被拒绝，并且已经把「拒绝别人」这种可能性变成了现实。**对于这个星球及其人群的治疗就从每个自我开始，然后向外扩展，(最后)把所有其他自我都包括进来**。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

E：那么，如果我没理解错，基本上是从自我开始的？解决我与自己的关系就是我需要开始的位置，而非担心性别之间的关系。那是否正确？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议，**在疗愈方面的努力确实开始于自我，但它同时包括自我与其他自我的所有其他关系，男性和女性的关系在**

所有关系中是首要的。因此，疗愈过程在其整体范围中可以是深远的，但它的确开始于自我。

有另一个询问吗？

E：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的兄弟。此刻我们觉得，我们已经尽这个器皿的能力讲得够充分了，因为现在出现了分心和疲倦。我们再一次感谢各位今天邀请我们出席，受邀加入你们的寻求圈是我们巨大的荣耀；**我们向你们保证，为太一无限造物者服务的星际邦联现在有很多使者，在现场观察你们各民族从爱与接纳的一个概念走向下一个概念的运动。随着这个观念开始从一群人传播给另一群人，我们看见大量的光产生出来，所以此刻你们的星球是光明与黑暗的组合，显示很多不同的拼布般的地方；随着催化剂变得越来越庞大，有些地区的人心越来越充分地向爱的概念开放，光就开始非常缓慢、但确切地在这些地区燃烧得更明亮。你们并不孤单，朋友们，大群的天军在陪伴着你；这些天军的主人根据你们星球各部分现在经历的困难，把自己的光送到最需要的地方。当你们的各个冥想团体聚会并送出光，这些光就与许许多多其他实体的光汇聚起来，进入此时陷入困难的地区。**

我们是 Q'uo，我们将自己的光添加到你们的光当中，在此刻我们要离开这个器皿和团体。一如既往，我们把各位留在太一造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2001_0923b.htm

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0923.aspx

---

☆ 第 3312 章集：通灵集训-通灵中的能量支出

Copyright © 2009 L/L Research

通灵密集训练，2008 年 10 月 31 日

（Jim 传讯）

我在一个美丽的秋日向这个寻求圈中的每一位致意。我想要请求各位放松并允许你给自己自由去感觉我们的振动与你们的振动调和在一起，如同我们确实也允许自己有自由去感觉我们的振动与你们的振动调合在一起。

我们因这个器皿返回传讯服务的努力而感谢它，尤其感谢它已经努力向我们的振动开放自己；我们的振动对于这个器皿而言多少是有些挑战的，并且对于一个习惯于随身携带着具有可观重量的概念器官的实体而言，感觉起来还有一点清新，容我们说。

我们感觉它所做出的努力是有效的并已取得一种开放状态。我们感激这个器皿已经觉察这些议题、允许自己成为这次讨论的主题，因为它一般不情愿这样做。

这点与我们今天带来的讯息有关，因为它代表了某种评判，这种评判经常会调节出一种主观的感觉，一个新的管道会将这种感觉从「开放自己」的体验中带离到

「作为器皿而服务」的体验中。

很频繁发生的情况是：新进的器皿尤其会感觉到它已经失败了、并把这种失败的感觉带入该体验的余波，在某个程度上感到灰心丧气。

这样使用评判机能不是特别有用。**我们的经验是，把评判机能用于分辨力的最好时机，是你面临怎么在第三密度体验中寻找方向的时候；如果你把评判机能反过来用在自己身上，它倾向是一个很严厉的主人。**所有聚集在这里的人，对于怎么执行企图完成的服务，都形成了某种完美的标准或观念，容我们说；如果把它作为严格的标尺来衡量自己的努力，就会让这些努力显得确实没有达到标准。

而我们可以告诉你们，在某种意义上，所有的努力都没有达到标准，即使我们自己的努力也一次又一次地没有达到标准。

我们可以鼓励的是，认识到尝试服务的重要性主要在于意愿；只要你打开了心(轮)，在某种意义上你就不可能失败。虽然我们自己可以感觉到、确实很频繁地感觉到我们曾经错过的机会，但经过进一步沉思以后，我们可以很清楚地看到，当时放弃那些机会有健全的原因。

因此一个人需要去练习有耐心、并觉察到机会确实会再次出现，与此同时，在你现在参与的全部过程中你所从事服务的努力是不会被忽视的，容我们说。

我们认为，你们的人民，包括这个小组本身，评判到处乱窜。我们愿鼓励你们设法更轻快些，设法用更温柔的手对待自己，即使你已经学会了这样地协助别人。

我们会在此刻将这个通讯转移给 M1 实体。

我们是 Laitos 群体。

（M1 传讯）

我们是 Laitos。很多时候——十分频繁地——新进管道在一次通灵之后通常感受到难过或失望的低沉感，十分经常地是新管道对于自己过于严厉了。但是，一如既往，每一种普遍状态都会有例外。有时候较低的能量可能是由于其他因素，诸如没有提前做好全面的规划和调音/准备工作。随着管道在他或她的调音过程上累积经验并在调音过程多维度、多能量层次的面向上加强并深入影响它，那种情况自然而然会变得越来越不频繁了。

我们现在将这个接触转移到 T1。

（T1 传讯）

我们是 Laitos。我们正在尝试按照请求、通过这个器皿工作，虽然她要求我们去处理的困难此刻只能被轻微地改善。

我们想要说的是：这个过程向所有真心想望去服务的人开放，而且借由良善信心做出的努力将一直都会带来好结果，虽然新手不容易轻易识别出这种结果，尤其是那些带着特定期待而来尝试这种体验的人。

这个器皿已经找到一种方式来释放她自己、在这过程中不受期待的束缚，但是，一旦传讯的过程完成了，她就会滑入「获取高于她的能力层次的经验」这种立场，因此她并没有充分利用她已经完成的事物。

由于各种原因，其他尝试用这种形式服务的人也有这种倾向，只是程度大小不同而已。放心吧，只要你怀着诚意去接触并且认出该通讯，认出了我们和器皿的对话，你就有进步。不管事后影响如何，不管是觉得能量不足，还是兴高采烈、怀疑、疑问或别的情况，都要保持渴望，继续尝试；你已经有进展，还会继续进步。

第三密度的很多问题和扭曲，导致了这种努力的真实进展。随着你达到超越第三密度幻象的地方，随着你的进展超越这个密度所呈现的实相，你的知识将得到强化，直到你能够自如地从第四密度的更高视野，看得更加清楚。

我们现在将这个接触传递给 T2 实体。

（T2 传讯）

我们是 Laitos。能量支出的概念……

（暂停）

我们是 Laitos。我们转移这个接触。

（M2 传讯）

我们是 Laitos。

（暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，现在和这个器皿同在。通过这个器皿，我们在爱与光中向你们致意。能量支出是一个有帮助的概念。我们查看下通灵的过程。**这个过程同时使用管道这边的能量支出以及源头那边的能量支出**。在两者之间的合作创造出一种管道能量与源头能量的独特调合，于是(最后)产出的讯息就比两种(能量)支出的总和更大了。

通灵过程运作的方式可能看起来在管道这边毫不费力，似乎该管道没有花费自己的能量、而只是单纯供源头使用的一个导管。不过并非如此。你们每个人都体验过其中涉及的努力强度，即使那种努力似乎存在于心智的安静和人格透明的平静之中，好让该源头可以完全接管那些将要说出的言语。

在工作集会中，传讯一条讯息的通灵过程完成以后，你会无可避免地感到某种残留的情绪性感觉，这是已经花费能量的结果。

我们要在此刻将这个通讯转移给 T2 实体。我们是 Laitos 群体。

（T2 传讯）

（暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，再次与这个器皿同在。我们相信 T2 实体相当准确地收到我们正在尝试通过这个器皿传递的概念。无论如何，出现一些能量的尖峰，它们会(暂时)烧坏该管道[容我们说]，我们发现 T2 实体正缓慢地重获聚焦以及他先前的开放状态。

然而，这个过程经常会花费特定额度的你们所称的时间，我们只想望去向 T2 实体保证，这个器皿能够准确地拾起我们的概念。我们会鼓励这个器皿在不带评判或自我疑虑的情况下坚持不懈，因为，如我们在这次集会稍早说过的，这样的自我疑虑确实是一种相当差劲的能量使用。

确切地说，当可感知的失败发生时，我们会请求你让自己的每一个想法都起到培育和鼓励的作用，因为通灵是一项艺术，也是一项工艺。如果该管道不要允许自

己变得垂头丧气，而是放心地知道自己会带着无所畏惧的热忱，再次尝试自己选定要追求的服务，那他就有惊人的各种帮助可以使用。

那么，我们要再一次尝试去接触 M2 实体。我们是 Laitos 群体。

（M2 传讯）

我们是 Laitos 群体。把「聚焦」这个概念描述为柔软可变、可塑的，这是重要的。在与诸如我们这样的管道进行一次集会的过程中——在此，一种能量上的互换和交流可以发生——这就是这类聚焦的意图了。

我们带给心智的图像是一个玩培乐多(Play-Doh 黏土)的小孩。这小孩可以操作培乐多，其方式取决于它的粘稠度、小孩的能量支出与设计以及他把培乐多制成可塑形状的能力。

[听不清]重要的是不要对这个过程想得太多。

我们是 Laitos 群体。我们将该通讯传给 Carla 实体。

（Carla 传讯）

我们稍早谈到我们的能量与该管道的能量聚在一起、创造出某种更大的东西。该管道可能仅仅想望去成为一个导管，只传递来自造物者的资讯而不添加任何属于他或她自己的内容。**这是一个可以尝试去达成的好焦点，不过在实际状况中，这是不可能的，因为我们是通过鲜活的管道(传讯)，这很像小孩在塑造培乐多。(但)培乐多不会自己塑形。**

因此，我们通过鲜活的管道来临，该管道必须说出我们想望向团体传递的各种概念。该管道的能量对于完成这个功绩是必须的。并不是该管道将他或她的能量插入我们之上。毋宁是：我们(正在)使用该管道的能量来服务于我们彼此的目标，管道和我们之间的共同目标。该导管为它的目标献出自己。这些能量在服务中被献给造物者，而我们使用的正是这些能量礼物。

因此，准确地说：该管道并未有意识地把任何它自己的材料插入，还是可能产出完全属于造物者而没有属于自己的材料。不过在现实中，该管道也在将它的能量的某部分用于接触过程以及用于创造我们给他人的信息传播。

我们会对这个团体说，我们满怀感激地使用你们拥有的能量。感谢你们允许我们将自己的能量与你们的能量综合在一起。

我们现在将这个接触传给 Jim 实体。

（Jim 传讯）

我是 Laitos，我们再一次通过这个器皿向你们致意。距离上次我们使用这个器皿已经有一段时间了。我们检查它的心智就好像在检查一篮蔬菜和水果，注视着一颗特别美味又成熟的——

（笑声）

——接着分享我们找到的东西。我们今天选择一颗苹果。这个器皿此刻很像是熟透的苹果，完成了一周的活动后，容我们说，从树上掉下来、朝着家的方向滚动。

（笑声）

我们在接近每个器皿时，都要寻找最容易被该小组分享的现成概念。因为新进的

器皿需要走在肥沃的土地上、穿过熟悉的地盘、看见容易辨识与传递的概念。

能够执行这种服务是我们极大的快乐，因为有新的器皿作为发言管道，对于服务太一造物者的星球邦联以及听到这些讯息的实体，都是杰出的服务。

我们所要分享的资讯一直是、永远都是相同的。只有一个造物者，祂是由寰宇之爱组成的，每个参与者都是造物者的一部分，都在寻找那些行旅的道途，而所有的路都通往家。万事万物都是家。旅程与目的地都是一。

我们将在此刻将这个接触转移给 R 实体。我们是 Laitos 群体。

（R 传讯）

我们是 Laitos，并且和这个器皿同在。

（暂停）

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，再一次与这个器皿同在，我们通过这个器皿在爱与光中向各位致意。

有些你们早已熟悉的技巧有助于为该管道做好准备；虽然反复提到它们也许没有必要，我们谦卑地渴望说得累赘一点，因为这些技巧处于中心地位，可以加深器皿们的稳定性，拓展他们的观点，好使得何瑞修和同伴在谈话中没有梦见的东西有可能被梦见[1]，于是通过这样的器皿，我们星际邦联就更能够提供一些概念、让该器皿可能觉得更容易把它们编织成语言和想法。

[1]原注：这里引用的是威廉莎士比亚的戏剧《哈姆雷特》，第一场，第五幕，166－167 行。哈姆雷特说：「在天堂和尘世中有着比你的哲学所能梦见的更多事

情，何瑞修。」

这些技巧之一是进入静默并保持自我的静默，另一个技巧是平衡练习。我们会简短地谈到每个技巧。

首先，我们会谈及平衡练习，因为这个练习可能会被误用，我们想望鼓励每个人在检查当天的想法和感觉时，深入那些在自我看来多少有点扭曲的能量支出——不管是对催化剂过度快乐的反应，还是过度悲伤的反应；该催化剂引起了这些能量支出的发生。

这个练习的误用，在于迷恋表面上的错误或扭曲。比如说，你对于另一个人变得不耐烦时，重要的是能够不带评判地进入不耐烦，体会不耐烦甚至强化它而依然不带评判；然后让这个心理状态的动态对立面淹没心智，让自己体会耐心，其强度与先前体验不耐烦(的强度)相同。那么这个练习的结果就是强化了自我的知识，让你知道自己正在解决什么议题，而且越来越完整地觉察到自己作为一个鲜活、真实的生命。

经常，由于每个人在活出一次人生过程中所扮演的许多角色的强度剧烈，很容易失去基本的、真切的自我之轨道，而就是该自我潜藏在每一个实体所体验的所有想法、情绪、行为之下，并且拥抱着它们。

另一个技巧，当然就是关于进入静默。

我们会在此刻将这个接触转移给 R 实体。我们是 Laitos 群体。

（R 传讯）

我们是 Laitos，我们再次与这个器皿同在。我们发现言语……

（磁带第一面结束。）

（Carla 传讯）

我们再次与这个器皿同在，我们会在此刻将这个接触重新导向 S 实体。我们是 Laitos 群体。

（S 传讯）

我是 Laitos，我再次与这个器皿同在。我们要添加其他一些要素到我们关于平衡过程重要性的想法中，它们对于准备好该管道具有同等的中心地位。

你们已经在某种深度上研读了**调音**的过程，这个团体的资深管道很好地探索并推荐了这个过程。我们可以对你们说，这肯定是我们见过的最好的调频过程之一。

无论如何，每个人都必须发展对于这个过程的独特定向，因为在每个实体之中的能量排列、在每个实体之中的优先顺序、在每个实体之中的优点和缺点，都是全然独特的。

因此，**一个人必须找到自己的路。一个人必须找到他愿意为之给出一切的目标。一个人必须在心中找到那条通往他意图的最清晰小径，他必须做好准备去跟随那条小径并在每个决定性的转弯处保护该小径，这样该管道就可以在人类可能达成的范围内尽可能地保持纯净。**

我们会感谢这个器皿在我们接触的开始，尝试以高强度挑战我们；不过我们觉得，如果我们说该强度本身没有构成最雄辩的挑战[容我们说]，这个器皿不会觉得不合适，因为**最成功的挑战不仅要挑战通讯(源头)，还要挑战自我在内心找到**

自己最高尚的意图。

这一个过程不会在首次尝试时就变得完美，但是经历这个过程、在每一步都记住这个过程，其重要性我们再怎么强调都不够；因为撇开了这过程，该管道就总是有受到内在某些影响的危险，但在进一步或更深入的沉思后，并不想与之配对，容我们说。通灵的体验有个重要方面很像结为伴侣的感受，因为有个双方合而为一的体验。

将各种能量统合或结合或调合为一种横跨(不同)密度距离的能量，如同在星际邦联的通灵中发生的情况，这将不可避免地涉及该管道有某种程度的不舒适。这绝对不是某种应该被轻视的事物，毋宁说它是一个人需要学习去欢迎的某件事，因为在整个(通灵)体验过程中低调徘徊的这种不适感，正是遭遇了另一个实相的标志。

一个人伸手拿取那并非完全属于自己的事物。**唯有当管道的体验开始成长、开始成熟的时候，如我们先前引用的暗喻，尝试学习通灵技艺的新管道才开始更清楚地看到，确实有另一边的推与拉**，可以这么说。

在我们这边，我们感到有类似的过程发生；我们可以向你保证，在很多情况下，我们与你们一样，不确定自己站得很稳，不过我们有足够的经验信赖这个过程，接过你作为管道可能说了的话——那不属于我们的想法——接着精确地把不是我们的东西包裹在我们的想法中，所以当它作为你的想法回到你那里时它也是我们的想法，于是我们就可以开始说「我们」，也就是该器皿和我们自己[被联系者]综合后的结果。

在这个(时)点，我们会将通讯转移给 Carla 的实体。我们是 Laitos 群体。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，再一次与这个器皿同在。我们转移到 Carla 实体这边，为了可能有机会回答你们此时可能有的任何询问。这次集会完成了巨量的善工，我们想望提供这个机会，让你们清除该通灵圈在通灵过程中升起的任何问题。

请问此时有一个询问吗？我们是 Laitos 群体。

T2：我有一个询问。Laitos，当通讯第一次传给我的时候，我收到的最初四个字就像是粗体字，但我立刻无意识地开始怀疑，下一步会往哪儿走。接着收到这四个字以后就什么都没有了。

我的确理解，开始质疑是新进管道的一个问题，但是当 Carla 第二次把通讯传回给我时，除了一个扁平的洞以外什么都没有。只有一片黑暗，我的内在似乎有个空洞状态，我完全感觉不到任何东西。

我对此的感觉正确吗？你们能否为我解释那过程？

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，觉察了你的询问，我的兄弟。如我们稍早说过的，你担心下一步会发生什么，其能量熔断了你为通讯开放的电路。这点，如你所知的，是非常寻常的，不过当它发生在一个管道身上头时，总是令人不安的。

这个器皿记得，她开始尝试学习通灵过程后，她的电路被熔断了整整两个月。能

量会从她内在升起，成功地抹杀所有这方面的能力，让她无法区分或分辨(信息)源头和管道之间的合作性通讯，而正是这种通讯才能让讯息被带出来。

当 T2 实体再次获得机会接收通讯时，T2 实体内心的重置按钮还没有按下，所以那里确实什么都没有，那是一个准确的感知。电路熔断后必须重置，而这需要一段时间，假如不是因为这个事实，它可能会成为一个要担心的原因；时间的长短对你、对任何管道来说都是独特的。为了让接收传讯接触的意图再次处于中心并变得专注又坚定，必须花这段时间。

换句话说，**电路熔断后就必须重新调频**。我们使用电路熔断这个术语是因为：这真的是一种电流或你会理解为电性的能量，因为通灵是对造物者的器皿部分与造物者的接触或来源部分之间的缺口所做的闭合；所以重新调频、重新向来源开放所需的时间，对不同人来说有无限多种的变化。

我们觉得看待这些经历的方式，我的兄弟，**就是你的每次通灵都在为你获取经验，所以每次你经历这种电路熔断的现象都是一次机会，不是自我评判或绝望的机会，而是练习重新调频的机会，所以你再次对进来的讯息变得专一、开放、透明。**

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

T2：不了，非常感谢你们。

（Carla 传讯）

我们感谢你，我的兄弟。现在有另一个询问吗？

L：我有一个询问。在集会稍早时、当你们谈到平衡，我想要澄清你们所使用的某些措辞。你们说，一个人可以用耐心来动态性地平衡不耐心，我想要知道你们是不是用动态性来意指：为了变得耐心、平衡不耐心，我们在行动时就要有耐心。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，觉察了你的询问，我的姐妹。我们据以工作的概念是万物为一。没有惊奇，我的姐妹。我们何曾不借由这个概念工作？

无论如何，在这个应用上，我们正在建议的是：**每一个可能体验到的情绪都是从它的动态对立面横跨自我之圆而来的，而这两种情绪是一枚硬币的两面。所以当你强化并体验了不耐心的完全冲击以后，然后你的意志之行动就是简单地要求该硬币翻个面，让你可以体验那个动态关系，于是当你请求耐心的感觉来临时，它就会自发性地升起。随着你允许耐心的感觉流入你、允许它强化，你就在体验该硬币的另一面。**

这个过程的喜悦是：在它的尽头，你可以把硬币轻轻弹起、抛到空中，不再担心哪一面将会落在你的人生中，因为你知道你不耐心/耐心的自我是整合与统合的。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？我们是 Laitos 群体。

L：你们非常好地澄清了那一点，感谢你们。它似乎就是另一种「请求，你将会领收」的讯息。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，我们赞成你，我的姐妹。在此刻有最后一个询问吗？我们是 Laitos 群体。

T1：我想要问，我是否应该在这次通灵集会开始前使用一种很强力的吸剂？另外，我完成调频后请大家帮助我充分参与，同时我很吃惊在通灵时讲话几乎没什么困难。

但现在它又恢复了原状，所以我不知道！你们能不能为我澄清这是不是药物作用？它令我感到吃惊，因为我认为自己还在强烈地感受它的效果。是因为你们当时在帮我呢，还是仅仅因为我打定主意不被妨碍，或者两者混合？

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，觉察了你的询问，我的姐妹。对于那题的回答并不简单，如你也许已经猜到的。

当你进入一圈和蔼可亲、彼此关爱的人时，总是有强化作用发生：在冥想中很难聚焦的人，会发现更容易做集体冥想。有个偏见的人在一群共享该偏见的人当中，会发觉该偏见表现得更尖锐、更明显。所以，你的肉体载具本来可以线性地、以某种速率更好地运作，而不是突然变得更好，但你当时确实发挥得更好，这里头就有这个元素。

另一个方面是，这个器皿在工作会前请求 T2 实体用吸尘器打扫集会用房间中的

地毯，这就警醒了这个圈子里的几个人的本能：朝向治疗和滋养 T1 实体。结果是，我的姐妹，你那时接收着这个小组中几个人的「隔空治疗」。我们不能以任何方式指认他们，我的姐妹，因为这是他们自己的过程的一部分：去觉察自己在作为治愈能量的通道上有什么能力或天赋。

最后，我的姐妹，在你内在之中有着去服务的闪耀渴望以及已经完美地、专一指向的意愿焦点。这是你的一项天赋(礼物)，我的姐妹，在这种情况中，因为你只想望去服务他人、服务到你最高和最佳的程度，因为你已经 100%地献出自己，因为甚至在你来到这卡米洛特(Camelot)之家之前就已经开始进入这种专一的状态，你自己就能够自发地照料自己、跟随一的法则之原则。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？我们是 Laitos 群体。

T1：没了，非常感谢你们。

（Carla 传讯）
我们感谢你，我的姐妹。我们发现在这个圈子中的能量暂时耗尽了，所以，我们带着喜悦和感激、离开这个团体中的每个器皿，同时感谢每个人，感谢你们美妙有爱的服务，感谢你们愿意帮助我们服务，感谢你们的振动之美。

一如既往，我的朋友们，我们请求每个人从这次集会中只拿走那些看起来对你有帮助且和你有共鸣的想法。丢开其他的想法是我们此刻的请求，因为我们不愿干扰你的过程。我们不愿使你在路上绊倒。我们只想望对你的生活有益，正如你真心想望对你所有的服务对象有益。

我们在爱与光中离开这个器皿和团体。我们是你们知晓的 Laitos 群体。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2008_1031b.htm

英文出处:

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2008/2008_1031_02.aspx

---

☆ 第 3313 章集：通灵集训-器皿的怀疑

Copyright © 2004 L/L Research

密集冥想 1993 年 9 月 4 日

团体问题：这次集会的问题是处理所有器皿的怀疑，关于(通灵)传讯实际上到底是他们自己在制造信息，还是他们从一个外部源头接收信息并单纯地进行转达。适合一个新器皿去使用的、能解决此种怀疑的最佳程序又是什么？

（Carla 传讯）

我是 Oxal。在无限造物者的爱与光中致意。我们很荣幸加入你们的工作集会，并与你们分享想法——有关于在传讯过程中的疑虑及其地位。

我们请求每一位后退一步，在你的自我安坐在这居所时凝视着它。注意到终其一生都行走在你们星球表面的这个小小的、脆弱的存有，注意到其脆弱性和缺乏知晓。

每位实体都选择带着自由意志而活着——自由意志已被严格地显化——因为没有一条道德行动路线能够被证明是正确的。每位个体寻求者都走着自己的路，在怀疑、理性心智、过分热忱的信心以及非理性心智之间进行着平衡。一方面，有个隐约可见的、微不足道的小小正确性系统；另一方面，在缺少锻炼的情况下，情感上的混乱被容许有全面的影响。无论如何，虽然知识分子和狂热者同时都相信并觉得他们拥有真理、知晓真理，两者都不知晓真理，也没有任何其他实体知晓真理。

在你们的振动系统中，你们的环境是这样的：每个实体可以希望成为真理的见证者，也就是说，尽可能地接近你们密度之内所存有的真理，确实，那些更高密度的实体可能拥有远为充分发展的系统，无论如何，如果公正地凝视，双眼将看见无法被证实的真理。

每个人活出的人生或有信心，或无信心。有信心者所做出的选择，即为那份信心的本性与特质。真实地对待自我是很重要的，当一个人了解到在任何事件中都没有知晓时，这份重要性就更显而易见了。没有通往真理的捷径。真理将如同沙漠之花一样地在每个寻求者内在绽放，我们鼓励每个人都珍视和爱惜这个被种植在荒漠土壤中、深度神秘的内在自我。当你瞥见那珍贵的花朵，赞美它与造物者吧。

为了更具体地协助该器皿在传讯上的发展，我们请求该器皿考虑：必定要在某个地方有个开始。一个远为成熟且看似简单的方式，即单纯地要求新进器皿每日静坐冥想、接着邀请接触。然而，通过实践，我们连同这个器皿都已经发展出一些在该主题上的意见。我们目前的意见是：Carla 实体「将游泳新手扔到水中」，

容我们说，在这方面做得很好。因为，无论决定向未知深渊迈出一大步的时间需要多久，当你着实做出了第一次尝试时，那种强烈且巨大的未知感、惊慌感将会袭来，甚至是在可能瞥见或可能没瞥见的接触上。

如这个器皿说过的，处理一段传讯讯息中的字词的体验非常相似于一个器皿在显意识心智中构思的过程。概念——我们更正这个器皿——概念从潜意识升起，接着，当通过门槛进入意识时，迅速地或费劲地被逻辑和确切的文字所覆盖，变成一个想法，然后变成一句被说出的主张或问题。所以，并没有明确且可证明的方式来知晓一个接触是不是正面的，是不是最高与最佳的通讯。

再者，这个器皿也讲了：在一个器皿因越来越熟练地调频自己而开放(传讯)管道之前，器皿要付出非常多的全然努力。因此，关于如何在没有确切知识的情况下打开管道的询问，我们也许会总结说，没有可证明的方式来确认一个人已经建立接触了。

然而，**在使自己确信将接收到恰当的传讯方面，一个人可以给自己的最大协助是去聚焦并密切观察调音的结果。随着经验增加，一些对你个人而言最有效率和效用的特定方式或要素将对你展现。注意到它们，重复地使用它们，直到它们发展成为你内在的、仪式性的觉知。随着你一遍又一遍地经历这个过程，其仪式性的特质会奖赏你一种对深层意识的熟悉感。当深层意识开始觉察到你在经历这种仪式，它必然会敞开、带着更加平衡和准确的开放状态，于是传讯途径也被良好建立了。每个实体都走在一条独特的道途上，必定要为自己发展出以受保护的方式开启传讯的系统或过程。**

在我们继续前进之前，我们乐于回答一些询问，在这个基本要点上有任何问题

吗？我们可否进一步发展这个材料，我的兄弟？

提问者：不了。我想它给了我足够的材料进行工作了。谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。很好。我们接下来想要继续前进到这次集会中新进器皿的部分。

我们很简要地提醒该器皿，**在学习这项技巧上，向前进的方式就在于一种平衡，该平衡介于两者之间：规律地关注通道的开启，以及轻松看待这过程，以便产生一种放松、放掉关切和忧虑；这样当接触被感知或预感到之际，该器皿便能坦然面对可能出现的失误，然后单纯地开始。**

我们也注意到 Latwii 群体要求新进器皿觉察到，对于无形的实体来说，如果一个通讯(管道)是开放的，要避免不发言是不简单的，因此，我们鼓励在练习调音和挑战时，做出礼貌的请求，如有必要，在结尾的致意后立即关闭，以便该通道能一直恰当仔细地守护该器皿的显意识。

那少数可能有关其他想法的句子，对于器皿来说无需去担心。然而，当你和三个实体一起练习时，礼貌但坚决地拒绝任何(不完整)讯息，是更为合适的。如我们已经说过的，这单纯是为了向收到一条完整讯息的过程致上最大的敬意，也就是，对传讯过程和讯息本身的敬意。

我们想要在此刻谈谈爱。向每位在场者谈论爱的渴望一直都在，因为它位于我们讯息之核心。我们为你们人群带来一个简单的讯息：爱是(love is)。**那个「是」在一切万有中表达了其本性，借由寻求越来越密切地匹配那原初振动——也**

就是爱——每个人都加速了发展和演化速度。然而，这条讯息太过简单，以致无法被你们大多数人的心和脑记住，于是我们用很多方式来谈论爱。因此，我们发现当操练(传讯)管道时，这是一个好课题。

如果每个实体都赞成，我们喜欢做的是单纯地进行轮番传讯，在此期间，每个实体都会收到持续不断的讯息中相对简短的一部分。我们觉得这将给每一个人最佳机会去操练其传讯通道，也给那些比较进阶的传讯者机会去工作他们的技能：在几种不同感受和参考框架之中协调一则讯息。一旦初始的练习在经验更丰富的传讯者心智中打开了这种传讯，这就是一种精细又微妙的技能了。

「爱」——在你们的语言中，这样一个字几乎注定会变弱，因为在你们人群中有如此多的事物被称为「爱」。随着时间流逝，这个字因此失去了越来越多的力量。无论如何，无限太一那创造性的、有时令人生畏的爱，就是我们遵照爱的号令而谈论的、那强健有力的爱。一切你看到的事物都被(爱)带入显化，每一次当你看见大自然世界之美，你都在凝视着爱本身的一个主要显化。因为所有的美都是用由爱创造的光所锻造的。

在你们当中，许多人漫步在可爱的夏日林荫小道上，抬头看着那温暖一切的太阳，(却)没有看见树叶、小动物或太阳的温暖——这些也许都暗示着在神性中有着一种十分有爱的本性。

我们会在此刻将这个接触转移给 M 实体。我是 Oxal。

（M 传讯）

我是 Oxal。大自然的美从古至今已启发了许多男男女女。那通过树林和小溪流动

的爱，即为造物者的爱。

在此刻，我们将转移到 Jim 实体那儿。我是 Oxal。

（Jim 传讯）

我是 Oxal。我们将继续。造物者的爱使万物充满生机，因为除此之外没有任何其他东西能如这爱一般、形成无限阵列的形象，每个形象都践行着自由意志并与同样由爱而生的其他形象和谐共行。因此，**造物之舞即是忆起并体验这爱的舞蹈。**

我们现在将转移到 Carla 实体那儿。我是 Oxal。

（Carla 传讯）

在学习有所服务上，一种查看进程的方式的确就是去觉察那种任何人都可给予他人的原初礼物，那就是毫不妥协且不受限制的爱。在一个人的心智中，从对一群束缚于恐惧的人的许多评判和谨防中脱离，转而作为一个无条件去爱的人而与他人相连，这有多困难，不过这份纯粹之爱是一份多么伟大的礼物呀。**纵使跌跌撞撞，纵使尝试得不甚完美，接收这份礼物的人依然会以某种方式觉察到它。**

我们现在会转移到 M 实体那儿。我们是 Oxal 群体。

（M 传讯）

我是 Oxal。**最为重要的爱即是对自我的爱，和免于自我评判**。

我们将在此刻转移到 Jim 实体那儿。

（Jim 传讯）

我是 Oxal。**评判自我即是给爱自己设置了一道障碍，而且，若一个人无法爱自己，那么这个人也很难去爱其他自我，因为(你)和每个其他自我的联结是合一。因此，重要的是每个寻求者都发现到，不仅自我含有你们所称的人类特征之完整阵列——兼具被认为是可接纳的和不可接纳的部分——而且，寻求者也必须发现，被认为是自我的那些不可被接纳的部分，也和其他部分一样是可接纳的，因为所有一切都是太一造物者所运行的幻象，相比于这些扭曲并不存在的情况，一个人将会带着更大的强度和多样性更充分地知晓自己。因此，开始自我了解的过程——这最终通往自我接纳——这对寻求者是有益的。**

当小小的自我被接纳了，然后这种接纳就可以向外扩散，如同在池塘中因为投入一颗石子而扩散的涟漪，接着开始包含那些朋友圈内的实体，朋友圈外的实体，直到所有实体都如同自我般——那是单一伟大的自我——被接纳。

我们现在将转移到 Carla 实体那儿。我是 Oxal。

（Carla 传讯）

我和这个器皿同在。我是 Oxal。虽然寻求者们可能希望他们不是这样寰宇的实体，不过每个人依然是。经由道德上善与恶之偏见的过滤，内在人灵的关注将自身表达为这份担忧：其自我远远不值得被爱。**随着一个寻求者对内在感知到的自我之真实本性越来越清晰且坦诚，那么必须要与无价值感搏斗的时候总会出现。容我们向每一位建议，那个感觉自己不值得的人正在重度地评判(自**

我)。

该评判接着就阻挡了我们所谈到的爱之门，并且，对于自我的这种「明显无价值」观念的依附接着就会令一个实体在其轨道上停下来，甚至会逐渐让这个实体后退且失去某些觉知……

（磁带第一面结束）

（Carla 传讯）

……接着允许那爱的本质宽恕这些不可避免的错误，治愈那份也许令寻求者被其自身失误所绊倒的无力感。

在所有的行动和反应之外都蕴含着爱。我们转移到 M 实体那儿。我们是 Oxal。

（M 传讯）

（听不见）

（Carla 传讯）

我们再次和这个器皿同在。我们是 Oxal。我们感谢这位 M 实体腾出他自己给我们用于通讯，这次我们想望调整(他)任何的不舒适。我们请求 M 实体在心里表达其任何的不适，这次我们将尝试开始在这个器皿称为「接线」的东西上、做出小小的修正。现在我们将暂停片刻，然后转移至 Jim 实体，以便这次集会中提出的所有问题都能被讲述。我们现在暂停。我们是 Q'uo 群体。

（停顿）

（Jim 传讯）

我是 Oxal，再次与这个器皿同在。此刻，我们要问是否有我们能回答的任何进一步询问？

Carla：如果没人有问题，我有一个小问题，就是作为一种合唱曲的工作方式、要与其他管道和谐一致地工作，对照于在一个接触中提供一个讯息；你们可以就这两者之间的微妙性多谈一点吗？

我是 Oxal，觉察了你的询问，我的姐妹。

我们发觉，如你所称的、提供资讯的合唱曲方式同时有益于新进管道和比较有经验的管道，因为新进的器皿不仅被其他器皿支持，同时也获得多重机会去感知该通讯，并说出被给予的话语。

那么，这是学习这个部分的一种更为密集的手段，由于这种强度，新进器皿发展着必要的技巧，好成为一个具有可靠基础的器皿。较有经验的器皿也通过自由地在其间运行、毫无保留地发言，来操练他们的能力。

这样，新的器皿和旧的器皿就同时都能够从这种方法受益，因此我们提供它好操练任何一个器皿。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：另一个小问题。对于那些想要某种有关通讯的主观证据的人，我总是鼓励他们去请求调节作用(conditioning)。我想知道你们星际邦联对这一点是否有任何的、无论什么的问题。有任何我不应该建议这点的理由吗？

我是 Oxal，当新进器皿期待一种生理信号来指出我们的到来以及我们对于操练器皿的期望，我们想不到任何理由认为这点居然对新器皿没帮助。这样的训练标识

是有价值的，尤其在学习传讯过程的初始阶段。

有任何进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：不了，谢谢你们，Oxal。那就是今天的全部问题。

我是 Oxal，为了这绝妙的机会、能与新进器皿和有经验的器皿一同工作，我们感谢各位。我们并非经常能够加入你们团体，因为我们的振动多少有些朦胧、比较少被请求，我们对这次机会充满喜悦。对于任何未来的呼唤，我们都将回应。我们此刻离开这个团体，把每一位留在太一无限造物者的伟大难以言喻的光中。我们是你们知晓的 Oxal 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Duck & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/1993_0904b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/1993/1993_0904.aspx

---

☆ **第 3314 章集：通灵集训-器皿的预期**

Copyright © 2009 L/L Research

密集冥想 2008 年 11 月 1 日

（L 传讯）

我们是 Laitos。我们以无条件的爱之名来到你们身边，如同这个管道已经以此挑战我们。我们热忱地迎接了三次挑战。我们想望在此刻向你们提供服务。

我们想要再一次提醒你们所有人，在这里被讲述的每一件事都是我们谦卑的意见，而我们想望向你们提供自己的一些意见。然而，当你们在日常生活中使用这些谦卑的意见时，你们每个人都必须使用自己的分辨力。在你认为合适的时候使用它们。我们仅仅想望成为你前来啜饮的源泉。

这个器皿和你们其他人一样都在预期我们今天将要谈论什么主题。她在整个调音过程中都在预期这点：也许是这个或那个主题。而每次她都说：「我并不想要去预期，宁愿只提供我自己被塑造，请不要将它们导向谈论那些不属于它们自己的内容。」

所以，今天让我们谈谈预期。你们每个人都已经用某种形式、在贯穿这次密集(通灵)集会的整个过程中带出预期的观念。

当我们顺着这圈子送出我们的能量时，即使我们只在一个时间、只通过一个器皿谈话，你们每个人都在持续不断地接收到我们提供的能量。在所有的时候、同时通过你们每个人发言，这对我们会是太过刺耳的噪音！不过，我们的声音在整段时间中都与你们每个人在一起，你们许多人可以在我们提示你去说出它们之前就收到那些我们想要说出的话语。这是完全可接受的。

这个团体已经阅读我们和其他的弟兄先前已经提供给你们的材料[1]。在这次的学习集会中，你们每个人面前都有那个传讯引文的活页夹，但你们当中只有一个人在朗诵来自书本的内容。(其余)每个人都按照自己的速度跟上。用这种方式也带

出这概念，即你们每个人都有我们的言语，并以不同的方式为你自己诠释这些言语。这个器皿将用她觉得合适的方式、通过言语来诠释我们的观念，如这个器皿的老师说过的，为它们穿上衣服。你们当中的其他人将接收这些概念并且可以通过其他言语为它们穿上衣服。很多时候，当你们已经读过这材料时，一个人或另一个人将插入一个不完全准确的字，稍稍改变了意思，而他甚至没有清楚地认识到自己犯了一个错误。不过你们每个人自己看得到这些文字，都能选择把这个错误接受为一个可能性，或者选择去阅读文字、仅仅保留已写下的内容。

[1] 原注：该团体研读的、星际邦联通灵的引用文件。它可以在强化通灵 2 的材料中被找到。链接：https://llresearch.org/homecomings/channeling_circles/cycle_1_channeling_intensive_2/cycle_1_channeling_intensive_2.aspx

这真是一幅美丽的景象：你们每个人都能收到这些能量，以你自己的方式阅读这些言语，如果你愿意这样说，却又可以用不同的方式从另一个自我那里听到这些言语，拿起这两个真理并平衡它们，将一个放置在另一个的上面。既然我们并非不会犯错，对于一个概念有两种诠释，其中没有任何错误。

（暂停）

在一篇报纸文章中，比如你们今日社会上的报纸，一个人可能会对一份报纸或另一份报纸感到一种忠诚，「我将只读这份报纸，因为它支持那些我感觉十分舒适的观念」，或者，「我将只读这份报纸而不读那份报纸」。不过，这些报纸所报导的都是同一个故事。它们被你们世界中的器皿们接收、接着传讯成为报纸印刷品，如果你愿意这样说。这一切都是宇宙造物的一部分。造物者拥有如此多的面孔，若无所有这些切面为这锅汤增添美妙的风味，造物者就不会是造物者了。

这个器皿意识到她正在挣扎、搞混了一些隐喻，不过我们向她保证，这团体理解我们正在说的东西的主旨。

在此刻，我们想要以不同的方式继续传递我们的接触。这个器皿的老师提出她稍早的想法：当学生们准备好了时，那就允许学生起飞，而非过分小心，不要因为怕他们可能没有飞起来反而从巢边掉下来，就抓住他们不放。你掉下时不会折断翅膀，你将有很多从鸟巢起飞的机会。

因此，在传递我们的通讯的过程中，我们想要给你们[作为学生、非常有能力的学生]机会去拾起我们的概念，并在你们听到它们的时候说出它们，而不是在被这个器皿提示后才发言。我们将尝试一下这个方法。如果球没有被另一个器皿接起来，不要怕。我们向这个器皿保证，如果这个球没有被另一个实体接起来，我们将会再次返回这个器皿。我们是 Laitos 群体。

（无名者传讯）

我们是 Laitos。继续预期的概念，我们想要描绘一幅图像，但是在描绘之前先说明，你们每个人在通讯之前所感觉到的预期，有时甚至在通讯过程中也会感觉的预期，那是自然的。一个服务他人的实体有着巨大渴望要服务周围的人，经常会带来预期。

这个器皿在今天稍早感觉到预期，那是在我们选择通过 L 实体发言之前就开始了。大概是在这次通讯开始前半小时，没有任何明显的理由，这个器皿知道存在该可能性：他会紧跟着 L 之后发言。这个想法进入这个器皿的脑海中，而他并没有任何理由去这样考虑，因为在所有先前的集会中，通讯一直都是「沿着圈子的顺时针方向」被传递，始终如一。这个器皿尝试去摆脱这个想法与预期，不过他

做不到。现在，随着这个通讯持续进行，为什么他感觉到这个预期就很清楚了。

当你们接收我们的通讯时，理解这点是重要的：预期是一种动态关系，介于作为器皿的你与我们之间。尝试去想想一股水通过水管流动。水以一种可能看起来非常快的速度流动。水流动但是水管本身并不会移动。这就是你们作为器皿时常会感觉的：(自己是)一个静止的物体，同时有一条想法的溪流正在流经你。你的工作不是去预期该流动，而是去指引自己最大程度地感觉那种流动、接着诠释你感觉到的事物。

我们现在想要向该团体中的其他人提供这通讯，同时你会感觉到引导。

（C 传讯）

我们是 Laitos，随着时间向前推进，我们越来越用力地催促这个器皿。她不想要性急，不过我们在此刻是性急的。我们理解到，被告知「轮到你了，你现在有权利说话」，要比因为插话而感到你也许得罪了谁显得更容易。你们都太客气了！

我们在此刻再一次将球放在中间，如果你愿意这样说，接着请求你们其他人庆幸自己的活泼和性急，抓起这个球。我们是 Laitos。

（S 传讯）

我是 Laitos。我们现在通过这个器皿说话，这把我们带到了今天要接待的问题上，即预期及其自身的样式，这问题同样也包含了该要素：对这种预期的倾向做出回应或反应。一个人可能在这个过程中变得晦涩难懂，或者当你预料到自己会预期并试图从中退出的时候，你可能发现自己确实乱成一团了。

所以让我们向你保证，有某种程度的预期是相当健康、相当正常的。在一个人导向自己到为接收传讯做好准备的过程中，当他发现这种预期在运作时，在某个程度上，这可以被视为是一种健康的配置，容我们说。

需要记住的重点是，器皿本身有稳定的能量是值得向往的状态。我们建议的是：有预期但不过分依赖所预期之内容，这种预期是令人满意的结果。但是，人总是需要有某种内容满足自己的预期，而且，这种内容虽是自己想法中的扭曲，但作为该过程的一部分不该受到鄙视，因为你的扭曲其实也是造物者自身的一部分，那是传讯过程里完全可接受的部分，符合一定的比例[2]，因为你可以把这些扭曲看成[向来自源头的概念]持续开放的必要条件，这点需要随时牢记在心。

[2] 原注：在先前讨论的材料中建议，当通灵资料大约 30%由器皿提供，这(品质)就是好的。

再一次，我们把这颗球放回圈子的中心并请求：当每个人受到激励去伸手拿它之际，要毫不犹豫地这样做。我是 Laitos。

（T1 传讯）

我们是 Laitos，我们现在谈谈接纳的概念。这个器皿感觉到了这个概念希望她说的话，但是犹豫了，虽然她自己在为这个传讯圈做准备时曾聚焦在开放的接纳、拥抱信心上。这是她第一次能够绕开任何形式的预期，摊开自己地参与，不管最终会发生什么；可是当这个圈子对小组里的其他人开放时，她虽然得到了说话的提示，但停顿了。

很多想望服务的人在靠近更大的光和服务时，正是被这个内在倾向拖慢了进展，因为很多追求光的人都热切地希望服务，可是当机会出现在面前时却犹豫了。没

有沿着服务之路前进有很多原因，大部分原因，也许绝大部分原因，来自服务者的内心。一个人想走上自己的真实服务之路时，有很多幻象会迷惑他，有些迷惑让任何给定的人都很难分辨什么是自己最真实的服务之路；还有一些社会压力容易使一些人屈服；还有其他原因会挡住一个人真实的道途。

但是要认识到：所有你们这些忠诚地为这个星球和造物者服务的人，不管挡在路上的是什么障碍，你的内在都有能力去克服，即使是来自你内心的障碍。事实上，这些(内在)障碍也许是最难克服的；正因为如此，它们也最需要你去克服，因为只要你在心里的某个地方，认识到了想服务的渴望、真切地要去充分服务的渴望，那么你就找得到服务的办法。因此，渴望就是理由。除非你找到了服务的办法，否则你就体验不到十足的平安、休息、喜悦，也就不能跟别人分享它们。

我现在将这个接触传递到这圈子的中心。我们是 Laitos。

（T2 传讯）

我们是 Laitos，我们跟这个器皿在一起。其他人都发了言，[这圈子里的另一个管道]收到了一些概念，是关于他过去的记忆，他读过的东西，有过的感受，预期的感觉，带着肾上腺素的预期感觉，还有他对旧约圣经里一个故事的想法，说的是主的仆人在沉睡中听到了主的呼叫，他醒来后的话语是：「我在这里，主。差遣我」。

我们把这些想法带给这个器皿，帮助他回想他在第一次听到这些话时有怎样的感觉，把自己放在这个年轻人的位置，在午夜听到主的声音，怀着预期和激动醒来。

我们给了他另外一个印象。有时候，他在一群人里或在某些地方，被某个极为重要的主题深深切中了心，他必须控制自己才不会脱口说出脑海中所有的活跃想法。在那些时刻，他把恐惧放在了一边；在那些时刻，只有从心里跳入喉咙然后跳出来的东西，才觉得仿佛是有益的，也许对有些人是服务，对有些人是澄清，对有些人是安慰。

预期常常就只是：对于那种渴望有所服务的感觉的处理。

我们是 Laitos 群体，再次把球扔回中心。

（L 传讯）

我是 Laitos，我从这个器皿开始。我们会接着 T 器皿的思路来谈，我们发现 T 处理得很漂亮，我们在这个思路中看到了一幅时间之圆自我完成的图像。一次又一次发现，预期与记忆的联盟很深，因为我们怎么可能预期我们没有回忆的东西呢？不过，我们发现，当希望着某种新事物出现时，预期的体验就走出了已知的回想能力。始终，一次又一次地，我们发现，当预期的过程在经验中实现自身时，这个经历只能在重要意义的系统的背景下、那些重要意义实际上被保留或记住的范围内，才可以让体验到它的人把它作为有显著意义或重要的东西重新回想起来。

现在，回忆好像在暗示一个人把过去的东西带进现在，而预期则好像在暗示一个人从现在进入未来。不过，你会发现预期进入未来然后又被带回当下，发现自己通过沉浸在过去的残留事物中，容我们说，他发现自己丰富了许多，产生了共鸣，有了遍及整个人生体验的宽度和延伸，从而使得当下变成一个更为关键的时刻。

这球再次飘向圈子的中心。

（Carla 传讯）

我们是 Laitos，现在跟这个器皿在一起。这球在这个圈子内相当良好地从一个管道弹跳到另一个频道，我们希望在离开这个小组之前练习剩下的管道。

然而，我们会通过这个器皿说：不管是新管道或是有经验的管道，每个管道都有丰富的回忆为当下此刻提供养分；当器皿面对当下此刻以及与我们这样的星际联邦实体合作的自发机会时，这些回忆对你是强有力的、有帮助的。

预期还有一种用处。任何在儿童时代期盼过圣诞节早晨的人，都知道这种等待和期望的欢快与轻松，虽然一直要等到太阳升起好像令人苦恼；就父母的感觉来说，这一天开始得很正常，但预期的美好事件仍然带来了压倒一切的兴高采烈。

预期唯一没帮助的时候是它伴随着恐惧或畏惧时，于是害羞的推销员产生了矛盾心理：他爬上楼梯走到前门敲门，与此同时却对自己说：「我希望没有人在家。」这个左右为难的局面是可理解的，而我们肯定没有试图把你们变成推销员！无论如何，为了让我们双方可以向彼此开放，进入我们共同的心来建立联结，我们确实等着你心甘情愿地敲我们的门或让我们敲你的门，容我们说，或者让我们互相敲彼此的门。

不管是正式的通灵情况还是普通的日常生活，你在任何通灵情况下，都很有可能由于不准确的事前假设或预期，而在某种程度上受骗；所以我们请你尽可能少做假设，把过去和未来留在门口。

我们先前讨论过旧约中撒母耳实体的经历，对话的最终结果确实就是：「我在这里」。然而，撒母耳从睡梦中醒来，被造物者叫他的声音搞糊涂了；他非常错误地假设是他的师傅，名为以利的实体在叫他。他去找主人，说：「师傅，你在叫我。」以利在半夜被叫醒，很不高兴，这是可理解的。以利当然回说：「我没叫你。」这个情况发生了两次。

最后撒母耳了解到，如果不是以利在呼唤他，那就一定是造物者了；这时候他服务能力的闸门方才打开，他说：「我在这里。」这不是说他突然感到自己更有能力或更有天赋，而是说他第一次明白了：有可能与神性原则直接交流。

以一种特定的方式，我们是神性原则的一个子类别，因为我们是无形的、未知的，但我们是菁华和实体，与你这一个实体的菁华和存在一样真实。

所以处理对于通讯的等待或寻求时，更熟练的方式是尽可能完整地进入当下此刻，既不否认过去以及过去所赋予你的、把你带到当下此刻的所有财宝，也不否认预期——它会热切地催促你进入当下去找到果实。

我们会在此刻将这个通讯移给到 M 实体，好让我们可以训练那个器皿。我们是 Laitos 群体。

（M 传讯）

我们是 Laitos，我们跟这个器皿在一起。在为造物者工作的许多方式中，预期是你在准备通灵时可用的许多强有力工具之一。任何强大的工具用对了都是美妙的，否则就可能害人害己。在尝试通灵、练习预期的时候，人们会犯的主要错误

就是容许自己害怕、担心(通灵)结果。尽管如此还是可以说，不管是第一次通灵尝试，第三次通灵尝试，还是富有经验的管道一次的通灵尝试，都有某种预期的元素可以确实用来增强该个体的感知和振动的能量。当恐惧接管时，或者该器皿开始觉得自己在担心结果，只要记住.....

（磁带第一面结束。）

（M 传讯）

（听不见）

因为你可能体会到强烈的欢乐、兴高采烈的感觉，与你记得的、小时候在圣诞节早晨的感觉一样强大。

当一个人聚焦在他认为的重要差事、一项重要的服务上——有这种感觉是好事——这有时候容易变得把针尖大的事看得很大、超过比例原则，觉得这情况需要「竭尽全力」。但是，通灵机会只是服务的一瞬间，正如同活着呼吸的每一刻都是提供服务的一刻；在某种意义上，你可以兴高采烈地预期每一刻，许多感觉从你内心涌出、放射出来：这是一种强大的推进剂。

这个器皿现在将球放回中间，好让它再次被拾起。

（L 传讯）

我们是 Laitos，再次与这个器皿同在。我们想要感谢器皿 M 允许我们通过她而说话。我们现在想把能量传给 R 实体，让我们可以通过他说话。我们是 Laitos。

（R 传讯）

我们是 Laitos 群体。我们和这个器皿在一起。（听不见。）他无法找到词语。

（L 传讯）

我们是 Laitos 群体。我们再次和这个器皿同在。我们感谢 R 实体感觉到我们的能量。我们与他同在。他做出了尝试，我们对该尝试感到很高兴。我们在此刻想要与 Jim 实体分享我们的能量。我们是 Laitos 群体。

（Jim 传讯）

我是 Laitos。在爱与光中，我们通过这个器皿再次致意。

我们发现「预期」这个主题对于新器皿是显著突出的，因为每个新器皿都会经历预期通灵体验会像什么的过程，不光在通讯刚开始时，而且随着一个接一个说出的字，随着一个接一个经自己预期后、感觉到并讲出来的概念。

每个人在通灵过程中的预期就好像是允许这过程在能量体中发生的润滑剂，容我们说，因为通灵的过程把器皿生命的所有面向都调和起来。或者更正确的说法是，它必须调和该器皿的心/身/灵复合体的所有面向。

因为这是两个世界的一个交汇处，容我们说；即每一个人在日常活动中都存在其中的第三密度的空间/时间世界，以及每个人都热望带入这个三维体验的时间/空间或那些无形领域，用后者来告知前者，丰富它、指引它。因此，预期是十分重要的，而它不是每个人都必须勤勉寻求的东西。它是从每个实体的深处之内自然涌出的东西。

在此刻，我们将通讯转移回到 L 实体，以便她可以接收任何问题。我们是 Laitos。

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们再次与这个器皿同在。这个器皿没有预期自己会为这个团体可能有的问题传讯答案。她很高兴我们对她的能力有信心，乐于服务我们的目标。在此刻，我们想要获得这个团体的问题。我们是 Laitos。

M：好，如果其他人没有问题的话，我来问一个问题，只是给你练习一下。我已经跟 Laitos 做了好几次通灵，每次我平静下来后，我的第三只眼总是得到一个经典的 Laitos 萤幕，一个紫色的移动背景，细节不重要。但这一次，不知道是不是光的原因，事实上在这个房间中有很多的光，还有另一个萤幕；我不但像往常一样得到 Laitos 的萤幕，而且第一次得到了另一个不同的图案，也像某种萤幕。它有点是套迭的，但不大明显、不大真实。有没有可能另一个社会记忆复合体在帮你们，或者聆听，或帮忙之类？你们认为就是那样，或者就是太多的阳光造成的？

（L 传讯）

我们是 Laitos，我们跟这个器皿在一起。你的确是正确的，我的姐妹。有好几个能量源从你内部很多不同的、交会的能量漩涡里冒出来。最突出的(漩涡)是我们。我们的能量在这个小组的能量中现在最显著，不过，很多能量也始终大量存在。由于你们大家向这些能量开放，对它们很敏感，所以收到了互相重迭的信号，容我们说。

像你说的，既然我们的能量旁边还有另一个源头，第二个萤幕是由你的潜意识所做出的敲门尝试。这就仿佛你把家里几台电视机同时打开，不过你一次只能聚焦在一台电视上。你选了我们的能量作为焦点，不过仍然觉察到有另一台电视开着。

我们不会告诉你这台电视播放了什么，这是你要去知道的、并决定聚焦在哪台电视上，但你的假设是对的。我们想说，你是很敏锐的，我的姐妹。

我们想要知道可否进一步回答你，我的姐妹。我们是 Laitos。

M：哦，不了，谢谢你们，非常感谢。

（L 传讯）
谢谢你们。我们想要问，这个团体关于这次集会还有任何后续问题吗。我们是 Laitos。
（长时间暂停。）
我们发现没有更多的问题了。我们是 Laitos，我们发现我们和这个小组体验到一种满意感。感谢你们允许我们服务你们，让我们自己谈论服务。

我们想要评论一下：你们在必须像我们一样面对这个圈子里所有分心的催化剂时，很好地保持了聚焦，保持了强健的能量；随着你们成为越来越有经验的管道，这对你们是很好的练习。如我们说过的，没有错误。**我们把一切经历都当作课程、作为造物的一部分去学习，甚至意外的课程也是我们精彩的学习机会，我们通过学习使我们提供更好的服务。**

我们再次感谢每一位分享你们的能量，不只跟我们分享，也和相互彼此分享。看见那样的分享是美丽的。容我们谦卑地说，从我们的视角来看，你们看起来像一朵花，很多不同的颜色调和在一起，你们每个人都是一个花瓣，共同形成一朵美丽的花。

在造物者的爱与光中，我们给你们留下那幅图像。我们是 Laitos。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2008_1101b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2008/2008_1101_01.aspx

---

☆ 第 3315 章集：第四密度的啟蒙

Copyright © 2020 L/L Research

周六冥想 2020 年二月 22 日

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，此刻与这个器皿同在。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们全都是祂的一部分。我们再一次感谢你们、邀请我们在这个下午出席你们的寻求圈子。加入你们对于我们总是喜悦，因为你们是如此英勇的真理寻求者，你们为我们提供了一个机会、通过尝试回答你们提供的询问、对你们有所服务。

我们会提醒你们，我们不是终极的权威。我们是你们的弟兄姐妹，我们已经沿着共同寻求真理的小径、移动多少比你们更远一些。因此，我们向你们请求一个恩

惠，那就是拿起我们提供给你们的、无论什么话语与观念，如你们所愿地使用它们。如果你们发现任何内容在此刻对你们没有用处，请毫不犹豫地丢弃它们。以这种方式，我们得以更加自由地发言，接着能够分享我们今天能够与你们分享的事物了。在说了那点之后，请问，是否有一个我们可以用来开始的询问？

Zachary：向 Q'uo 致意。我想要知道，对于第三密度和第四密度之间的主要入口或入门(initiation)、你们是否能给我们一个简短的概述。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在第三密度与第四密度之间、入门的主要入口，如你们对它的称呼，是有些形形色色的，取决于穿过它们的实体的起源。

对于那些原生于第三密度的实体，以及那些尚未超越第三密度的实体，会有更多的开始性的入口、会利用较低的能量中心：与生存与两性繁衍联系在一起的红色中心——它以某种方式允许一个实体开始察觉到需要参与它自己的学习程式的创造性过程，并且在一种学校中启蒙自我，这种学校会以它最基本的意义重现在它里面的知识。

如果第三密度的实体想望以一种基本的方式探索自我的身份、自我的接纳，橙色光芒的能量中心会可以为他所用，这样就可能有一种强烈的方式、和一个其他自我之间产生交互关系，于是该交流会同时激励双方在脉轮或能量中心的阶梯上、移动到甚至更高的位置。

黄色光芒能量中心的入门会允许每个第三密度的实体在启动了红色和橙色光芒之后、进入一种对那些个体能量如何能与团体能量调合的欣赏，并且在个体穿越投

生模式之际、拓展其心/身/灵复合体的所及范围。团体能量是对于更高能量中心的一种准备，因为它们允许每个寻求者察觉到如何会有一种合作是可能的、必须的，以便于能够沿着能量中心移动要越来越远的位置，如同它们在向上的螺旋光线中移动一样。

当我们来到绿色能量中心，我们接下来会聚焦在无条件爱之上，每个实体都有的、对于造物中所有实体的爱；因为在这个点，该实体就是微型的造物者、容我们说，感觉到太一无限造物者对于所有造物的爱。这种对宇宙造物的爱，接下来就会在某种挑战中被映射，容我们说，这种挑战会要求如此穿透绿色光芒或心能量(脉轮)的实体能够爱那个看似无法爱的东西。这种入门接下来会允许寻求者在自己之内观察，好在它自己之内找到那些无法去爱的存有的品质，就是那些品质正在阻止它能够如此地去爱这个实体。

当这种入门被完成了的时候，接下来，就会有各种各样的其他入门的启蒙会拓展这个基本概念，即能够去爱超越一己的事物、爱那不可理解的事物，以及看似困难的事物，容我们说。

当我们进入蓝色光芒能量中心时，这是第一个灵性能量向外(流动)的中心，该实体是造物者、在清晰的沟通中表达自己，这种清晰的沟通包括对其正在体验的催化剂的效应之诚实描述，以及出自内心发现的清晰与合作、而讲述启发性的讯息。因此，蓝色光芒能量中心有一种挑战，它会要求如此穿越这个能量中心的实体能够在可能是混淆的、或多少有些令人吓呆的情况中，在能够理解体验的终极理由的方面，找到清晰度与智慧。

这一种入门要求追寻者将能够把看似无法解释的品质带入自己的生命之中，当这

个自我的阴影面在自我之内被找到时，接下来就能够将它作为其生命的基本特性接受它了，这种基本特性有一种坚毅或决心，它对于任何沿着极化的道途移动的真理寻求者是有帮助的。

当我们进入靛蓝色光芒能量中心时，我们来到的中心有能力体验意识中的改变、作为一种存在的方式，于是一个人就能够成为他所寻求的东西了。该存有能够成为太一造物的光、爱、或合一时，接下来就有挑战提供给靛蓝色光芒能量中心的追求者。这个(能量)中心在那时会要求该寻求者能够将无限造物的更大领域带入自我之内，这些领域没有边界、拥有无尽状态和无限、拥有不朽，它要求寻求者能够利用这些观念，于是该自我就能够同时体验到宇宙造物的无限、以及自我的的身分。这是一个挑战，它经常会为每个特定的追求者采取各种各样的形式、或形状。

在紫罗兰能量中心中，我们发现有机会让寻求者开始感觉到它体验的每一个瞬间的神圣特性。在这个层次上的入门挑战是去拿起世俗平凡的东西、该实体通常频繁地体验到的东西，注视其内在，到了某个程度、看见在宇宙造物的每个微小的部分中都安住着太一无限造物者，以致于宇宙造物没有一个部分不包含太一造物者。这类的入门能采用各种各样的形式，入门的形式将会根据每个实体的感知与准备而决定下来。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Zachary：一个简短的询问，Q'uo。能请你们描述这样的入口或入门、联系着臣服于上帝的意志、以及信任宇宙的慈爱与丰盛？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。该入门：交托自我给太一的意志、是藉由相当强烈的渴望来执行的事物，以致于难以恰当地描述，这过程是如何成就的。如果寻求者已经用了时间[以你们的称呼]的一个大部分来渴望这种结合，并且通过各种各样的灵性表达手段、一直能够完成对这种酷似复制品或初步的合一体验，这样的寻求者自身就会激发与启动该入门，于是就会品尝到即将到来的事物。

该入门自身能够在一眨眼的瞬间、或者在延长的冥想中、或者在日常活动中发生，因为当该寻求者的的渴望，同时是在无意识心智和显意识心智上，都已经构建到这样一种层次之际，判定精确的时间或特征不是必须的。

这种意志与渴望会被信心平衡：当信心和意志一样强而有力、这样一个意志与渴望就会显现出来，并且它们联合起来一起前进。然后，就是两股绳子的调和，它们被用来将寻求者带入充分体验太一无限造物者临在的最高领域，以便于寻求者能够行使造物者的意志，与造物者成为合一的，并因为在两者之间的合一而知晓该意志，两者也不再是二，而是一。

我的兄弟，有进一步的询问吗?

Zachary：这个入口是根部脉轮能量与皇冠脉轮能量的整合吗?

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这两个能量中心确实会结合在一起，因为这两个能量中心结合起来、代表并保持着灵性寻求者的心智、身体、灵性的整体平衡，无论每个寻求者可能处于怎样的准备或预备的状态。因此，根部与皇冠脉轮是一起作为某种保持中心的装置而起作用的，它允许这个统合的过

程发生，而不会用一种永久的方式失去自我感、容我们说。

我的兄弟，有更进一步的询问吗?

Zachary：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q‘uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

提问者：我有一个问题，Q'uo。通常，我们拥有的梦想与希望因为财务或能力的原因，它们似乎比我们能够抵达的要更远一些，但是它们仍旧看起来极为真实，来自于一个正确的地方。当梦想似乎过于困难而无法触及…..太过遥远时，有没有一种方式去把它带入实相？有没有可能我们正在梦想的事物位于沿着这条道路的另一世人生？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，对于每一个真理的寻求者，都有一个梦想。有一个图像或一组概念，你可以称为生命模式的指引之星。这颗指引之星是从前世经验中传播出来的，它代表着对于当前投生中的实体，成为一套指引方针，于是将要被学习的课程就可以以一种充满能量的方式来描述。

因此，当你感觉到你谈及的梦想时，接下来在冥想状态中、检查那个梦想的中心，看看那个梦想真正要对你说甚么。它代表了什么呢？你实际上能够如何对待它？

你应该如何象征性地对待它。一起使用你的直觉与智能来塑造一种回应，然后它也许能够成为一个询问，你可以在冥想中或者在梦中要求你的高我做出回应。

如果你成功地说服高我相信这些资讯是必须的，那么，资讯就会传递给你，你可以称之为一种下载；它将会揭露，为了实现这样的梦想需要去执行的步骤。然而，如果你发现，有某种阻塞物让你无法实现这些特定的梦想，不要太过担心，因为这样的阻塞可能向你展现了一条通往对那个梦想的实现的道路，那些阻塞物可以在适当的时候将它们自己呈现出来。当寻求者准备好的时候，每个事物都会在适当的时刻为每个寻求者出现，就好像你现在准备好了。

我的兄弟，有进一步的询问吗?

提问者：没了，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗?

Austin：我有一个问题，Q'uo。在哲学与科学的领域中、争论着自由意志是不是一个幻觉，一些人相信我们仅仅拥有做决定的体验，而行为、行动、环境实际上只是反应、行动、反应，在宇宙的开端就被设置好了。

Ra 谈到自由意志是第一变貌(扭曲)，所以我觉得这想法可能有些道理：自由意志是一种幻觉，因为它是一种扭曲。我有一种感觉，这跟你们先前谈到的、个体意志与造物者意志之统一有关，我希望你们能够谈谈这个悖论，即自由意志是一种幻觉，但我们最终拥有自由意志。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，自由意志是建造宇宙的基础。因为太一无限造物者的每个部分之存在都是由于造物者要认识祂自己做出

的自由意志选择，而每个部分都拥有相同的造物者之自由意志。这允许在无限宇宙造物之内、每个实体做出的每个选择都能够阐释另一种造物者认识自己的方式。当无限宇宙中、无限个行星上的无限众生加总在一起时，这些资讯允许造物主以更纯净、更多样、更强大的方式认识自己，若这些实体从未被创造出来，造物主认识(自己)的可能范围就会受限许多。

那么，每个实体，在它自己返回和太一造物者合一的个体经验中，就有自由意志以无论什么它选择的方式、在这旅程上移动：任何的宗教信仰、任何的哲学、任何的思想，任何方式都可以尝试、可以精炼、可以替代、可以加速、可以歇息。在每一个选择中、每一个情况中，每一个实体都有自由意志。每一个实体都能决定，它是否相信自己拥有自由意志。一个实体能够出于自己的自由意志、做出一个选择决定它没有自由意志。可以缔造出无限数量的选择。有些是自相矛盾的，有些对于进一步的学习是相对立的。该实体将会通过尝试和错误的过程来学习，哪一个是对或错的。

那么，每个实体在选择每个行动、每个词语、每个想法中，在日常活动中、每时每刻的体验中，都在体验自由意志，因为可能有多样的手段、可以藉此显化任何选择，于是当一个人为那个日子穿着打扮的时候，它会决定穿什么衣服，在吃早餐的时候，选择食物，与宠物玩耍的时候，要玩多长时间，在开车的时候，决定走那条路线，去工作的时候，做什么工作…..所有的选择都是自由意志的产物。

然而，可以说，在终极的意义上，一个人无法选择不返回进入与太一造物者的合一。因为最终所有实体都将找到返回与太一无限造物者的合一之路，每一个实体在它自己之内都是造物者，因为所有事物都是由太一无限造物者所制成。然而，这更多是一个语义学的问题，而非一个实际的问题，因为每个实体都已经在太一

无限造物者设定的某些指导方针内、创造了自己的演化旅程。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：野…..我有点把你们正在说的内容诠释为：我们所有的自由意志决定、在某种意义上、实际上是某种造物者的意志。所以，我想要知道，如果我们的个体意志也是造物者的意志，我们会在旅程的什么面向上放掉个体意志、显化造物者的意志，这有什么意义？

Q‘uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当真理的寻求者在其寻求的道途上移动时，就会在日常一轮的活动中、获得需要处理的催化剂，以便于经验可以从每一个催化性体验中被收集起来。这种经验然后开始活化每个上升的能量中心。随着催化剂在越来越更高的能量中心被使用，当一个人接触到心的能量中心时，就有机会开始、容我们说、以一种允许你通过靛蓝色能量中心与智能无限建立接触的方式，跳板到更高的能量中心。

这个智能无限就是太一无限造物者。这个造物者居住在所有的造物之中，每个存有(生命)之内，每个寻求者之内，每个瞬间之内，不过、一直不能被大多数寻求者发现、直到特定的时间，容我们说，已经收集经验到了足够多的地步，足以推动该实体进入靛蓝色，接着紫罗兰光芒能量中心。

这种与智能无限的接触就变成了把微观宇宙与宏观宇宙调和在一起的事物，也把寻求者与太一结合起来，从时间存在以前、它一直都是太一。因此，在这个点，该实体的个别意志，尽管作为一种潜能或可能性仍旧是可得的，就交托给太一无限造物者的意志，于是该实体就开始在其日常活动中、作为太一无限造物者的一

个容器或载具四处移动，着手进行、容我们说、天父的工作，认识到需要跟一己周围的所有人分享太一的爱与光。

这一类的光照(启发)对于你们星球上的实体是十分罕见的，尽管越来越多的实体此刻正在取得那种光照。名为耶稣的实体在他的人生中，如你们觉察的，能够进入这类的体验，他能够说：「我和天父是一体的。当你们看见我、你们就看见差遣我来的父。」因此，在这个点，个体的意识就能够被被放在一边，容我们说，取而代之的是更伟大的意识，该意识统合所有看似分离的事物，疗愈所有看似受伤的事物，使得所有看似破损的东西变得完整。我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：没了，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗?

Zachary：我有一个问题，Q'uo。草药经常被用于疗愈与演化。似乎某些草药是上帝某些面向的化身。举个例子，死藤水似乎是神圣母亲或神圣女性的一种化身。你们能对此评论吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在你们的星球上确实有各种各样的植物实体、被太一无限造物者的各方面的品质所灌注的，无论是男性或女性的品质，是较高或较低的品质，是多重的还是单一。这些品质可作为一种路标或沿路的指引、是寻求者可用的；于是寻求者就可以带着适当的态度、决心以及调和意志与信心、来摄取这些植物，能够体验到对它自己的意识的一种拓展，这种拓展包含了植物散发出的特质，因为它是太一无限造物者的某个面向的一种表述。

这些植物遍布你们整个星球、都可以被找到，在大多数情况中（在大多数国家中，）它们被认为是非法的或危险的，因为它们对人类的大脑和心智的作用并未清晰地被通常社会的大多数人清楚地理解。大多数这样的实体并不拥有，容我们说，灵性的倾向去寻找对自己在地球上存在的原因，除了在这里找工作、谋生、支援一个家庭、存些钱，这类的思考或存有对于这样的实体是一种威胁。

然而，各种各样的萨满、贯穿整个世界的原住民知晓这些各种各样的植物即是各种通往太一造物者的路径，在摄取者在该道途上行旅时，它将会光照造物者的特性。如你相当觉察的，此类经验可能会带来许多信息和灵感。在此刻有最后一个询问吗？

Zachary：没了，感谢你们，Q'uo。

提问者：我有一个最后的问题，Q'uo。为什么你们想要对我们说话？为什么你们想要帮助我们？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们说「我的兄弟」、是相当认真的，因为很多在这里的人都是我们的弟兄姐妹、来自我们相同的家乡行星，此刻都在行星地球上、来服务于这个星球的人群、这些人正在尽其所能地毕业进入爱与理解的第四密度。我们对这些同属忧伤的兄弟姐妹的实体有个承诺，和我们一样，如同在这个圈子中的大多数人一样，他们都让自己承担起这荣耀与责任、把他们独特的服务延伸到在行星地球上的投生，他们穿越了和每个实体在这片大地上、相同的遗忘过程，于是它就不会精确地知道自己为什么在这里，或者自己应该是要做什么。

因此，当我们发现像这样的实体聚集在这样的圈子中、并且愿意要求我们前来加入，我们会为这样的机会欢庆，因为在很多情况中、我们是在和那些属于我们家乡行星的实体重聚。因为此刻在行星地球上、有很多属于我们的人，也有很多来自更高密度的、其他星球的实体在这里，它们都在尝试协助该收割，这是一次困难的收割，困难是因为此时在地球上、有着如此大量的愤怒与分离。

所以，我们感谢你们每个人邀请我们出席，于是我们就可以做自己真心渴望去做的事，那就是与我们的弟兄姐妹分享、你们全都如此热切寻求且如此完整包覆的爱与光。我们希望你们全都在这条寻求的旅程上十分顺利，因为就灵性的意义、你们是英勇的战士。

这是一个很难居住其中的幻象。要在幻象的每一个部分中都看见太一造物者是困难的。要看见已经创造太一无限造物的爱、是困难的。要看见缔造宇宙造物的光、是困难的。不过，所有这些事物都是真的。我们前来与你们分享它们，这样你们就可以将它们用作杖与竿、藉此穿越此刻在行星地球上的死亡幽谷。

正是在那种步道中、你们将继续行走其上，直到第四密度之光明亮地照耀在地球上的每一个人身上，并且有机会让每个实体都带着太一无限造物者的光、爱、力量，进入和谐与合一。在那爱、光、力量之中，我们现在将离开这个器皿和团体，一如既往、感谢你们邀请我们出席。和你们同在是一种荣耀。我们现在离开你们。我们是 Q'uo 群体。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

☆ 第 3316 章集：简单的生活

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 1993 年 9 月 5 日

团体问题：今天的问题是我们要如何开放自己朝向那种不执着于结果的觉知。当我们在一天中做任何事时——不论是将一项灵性法则运用于一个情境中，还是赚钱，又或是自我反思——我们都倾向于用一种标准来衡量事情的结果，因此我们为自己设定了期待，期待事情最终将怎样被完成，以及最终制造出的结果要如何。因此，我们觉察到，若我们能不执着于结果——即无论经历什么，我们都将敞开自己——那件事情的结果会比我们从来能想象的要好得多。当我们对结果有所期待时，我们的体验就不是那么和谐，然后我们便会评判自己。所以，我们要去了解关于如何打开自己、迎向接纳我们任何处境的觉知。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo。在太一无限造物者的爱与光中致意。被呼唤至这次工作集会来与你们分享我们的服务，这真是一种荣幸与祝福。确实，我们由衷感谢且乐于来分享一些意见和经历。由于我们并非完美的权威，而是与你们一样的真理寻求者，我们恳请在座的每一位都能以自己的分辨力去聆听并留心你们所听见的东西。我们不愿成为任何人的绊脚石。理解了这点，我们便可以说，这次特定的工作集会对于我们是一次真正的乐事，因为每一位在场者都将某些新事物带至这份振动样式——即我们通过你们所说的时间通道而已经越来越熟悉的振动样式。现在，进入我们的主题。

如果你们愿意，想象一棵早春的树。在漫长的冬眠中，一直是光秃秃的，除了几

片枯叶。当空气和大地逐渐解冻，维持生命的养分在树的体内被创造出来，由根部上涌和下流，有条不紊地滋养和鼓舞着这棵树及其所有成员的生长。当每个幼芽逐渐显现，从巨大树干的每个部分微微露头时，叶子想过它该做什么吗？每一个微小的造物，每一片枝芽，每一种第二密度的存有，对于嫩叶到叶片这个极其复杂的发育过程之完美，都有充分的无意识觉知；而且，该过程完美地发生着。

当第三密度开始之际，那些已经在第二密度被个体化、接着被收割到第三密度的实体接收到伟大的礼物，而在之前，所有的觉察和知识都是无意识的、却是饱满的。所以，现在第三密度提供了自我意识、自我觉察的礼物，但是，同样有个平衡式的礼物，那即是在显意识与无意识的心智或心智层次之间有个面纱掉落下来，于是，不再有对正在发生的过程的完美无意识觉察。那么，第三密度就开始于无意识的心智(变得)完全不透明。

在你们人群当中，那些已经借由选择或地理设计而被遗留下来、形成了简单社会的实体们，他们已经更成功地达成了一种与[我们称为的]命运的再托付关系，因此，他们对待好事和表面上的坏事的态度依然是合作与接纳的。然而，在你们的文化中，有相当多的一部分人没有显而易见的机会去过简单的生活——这种生活足够小，以至于在一处做着一些与赚钱无关的小工作就可以生活了。这些工作变得奢侈，而且实体们在巨大压力下选择去怀有抱负并追求这些抱负，无论是在物质供给的世界中，还是在智力提升世界中，抑或在灵性寻求的世界中。

这种基本的态度经常在贯穿整个学校岁月、教育自我的过程中看起来是在明显起作用的——去阅读、做事、学习、搜集、积累、变得更觉察。这些抱负创造出极大的复杂性。去重新安排(relocate)，以便在保持简单生活者的态度的同时有可能过着这种复杂的生活方式——这是一种寻求，这种寻求在下述这些实体当中[我们

会说]几乎是很普遍的：他们已经有意识地选择去追求活出一次依据信心而非依据言语的人生。

那个被知晓为耶稣的实体是一位老师，他的话语经常讲述有关「在一次忙碌的投生中选择成为一名真理的朝圣者、寻求者或信徒」的过程。这个实体经常提议非常困难的可能性：去注视，去选择成为一个完全又彻底的朝圣者，除了一套衣服外，放弃一切世俗之物，不去担心钱的问题，踏上那条路……这对于开始简化一个人的世俗关切也是一种好办法。然而，一种社会精神气质(ethos)或「文化类型」的影响是微妙的，且会涉入任何所选的生活方式中，无论其看似多简单。以特定模式去思考的文化性压力，几乎无可避免地在这个实体所称的「劈柴挑水」周围创造出某种程度的复杂性——其程度与这些压力会给一个带有延伸责任的专业人士创造出的复杂性的程度一样高。换句话说，虽然选择一种更简化的生活方式可能看似有助于发展一种更和谐的态度，但任何外在的物质环境仅仅为这样的结果提供了潜能。在每个例子中，正是寻求者的心智借由渴望而创造了自己所渴望的东西。

渴望的过程是什么呢？一个人也许可以将渴望描绘为「一种坠入爱河」。肯定地，心之渴望是被深深感受到的，并且是以爱之笔所刻画的。每个寻求者在特定时期都曾体验过的那种对于「平衡好的(centered)、流动的、不费劲的生活」的渴望是恒常的，有时几乎是无法抗拒的。寻求者多么渴慕去感受那份与生命、光、爱、真理的源泉全然连接在一起的感觉呀！每位寻求者都有能力去如此锻炼其想法和态度，于是越来越多地拥有一种增强的潜能来返回心与意的一个平衡好的位置——在其中，对于「改善这种平衡好的姿态」这件事，一种真正的简化被达成了。

让我们提出另一个问题，即每个寻求者的感知过程是怎样的，因为这个问题是趋近下述目标的一条更有趣的道路之起始：成为那种每一位都希望去成为的平衡好的实体。感知过程是极其众多的。当一个实体醒着的时候，为了感知任何事，肉体的五官全时间地向你们称为大脑的生物电脑发送数百万条、确实是千万条的资讯。你的大脑使用着自你出生之前就开始用以接受(讯息)的程式。为了优先处理(庞大)输入资料中的重要部分，在所有综合的感官资讯中，真正随时能被选中使用的大概只有 1%或 2%，而其余资讯都被存在你们所称为大脑的、非常巨大的储存空间中。因此，如果一个实体想要改变态度，我们觉得在一刻刻飞逝之际处理下述问题是个好主意：何种感官资料获得了被显意识心智优先考虑的地位。

一个寻求者如何才能与那个[过滤感官知觉的]无意识心智部分沟通呢？该实体单纯是在与自我的那部分沟通。这种沟通的开始是静默冥想。对于每个实体来说，这过程是不同的。有些人会以一种静默聆听的方法得到更新，另一些人则采用第二种，如此等等。每种途径对于那个(与之相应的)实体来说都是好的；亦是独特的。那么，为了改善那种沟通，开端是你要以你独特的方式去冥想，用你的方式去忠实于你所忆起的每一点。因为你看到，当你坐下冥想片刻，就会忆起你是谁，在那静默之内，不论你觉得自己在保持静默上有多不完美，你都等同于是在敲着潜意识或深层心智的那扇门，说着：「我准备好接收来自你的资料了，我希望，以此种方式，在这组情感和态度中来探索这份静默。」接着，深层心智听见且理解了，你又迈出了一小步，将生活的席位从大脑及其智力环境中转移到心，伴随着毫不评判以及感觉之纯粹，因为真实的智慧存在于情感之内，而这些情感借由聚焦而逐渐被净化。

一旦这些习惯已经形成，并且那种生命自由流动的感觉已被体验过，那么这种感受就能在简单的重复——我们更正这个器皿——重复的练习中，被寻求者越发优

雅和轻松地取得，而非创造，因为如你们每个人真实觉察到的，你所寻求的整体已然在那里。它是一种允许，允许那种被需要的感觉在那儿；这种允许述说着下述话语，并将其带入你的感知过程：「此刻我想要关于爱的讯息。它在哪？我想要在那儿与这些能量一同合作。」

我们知道每个人将会多次对自己感到失望。我们鼓励每个人把这感觉当作一个过程中的一个可爱部分；内在的改变借由这个过程而被达成，适用于每个细小的蜕变、每份「去选择基于灵性的讯息而非其他优先项」的新能力。有些过去的优先项将会丢失，并且，随着心与意更改其习惯，老旧和陈腐的事物必定会脱落。这被感知为痛苦的。

因此，我们要说的是：伴随着与命运协作的生命之流，会有一种持续性的不适感，这种不适来自于(你)比其他实体更为迅速的改变，正如你所愿。然而，对于大多数下述实体而言，这是个简单的选择；这些实体宁愿保持觉醒、对无限临在怀有觉知，也不愿成为投生之梦中的沉睡者——他们除了随着社会路线流动以外不要求自己做其他事。

我们的确鼓励每个人不止加入这个加速有意识生活的过程，并且还鼓励并劝告每个人，在态度中去找寻一种逐渐增强的觉察——觉察到内在所感受到的爱如何是一个通道，造物者的无限之爱经由它而流向他人。让那内在之光出现。敞开你的自我，有意识地流动，于是你得以成为善的一部分、进入你所接触的那些人的生活中。有时候，对于一个陌生人来说，没有什么比一个支持的微笑更能在那个特定时刻缔造不同了。当你获赐恩典，脱离了忧伤与辛劳的尘垢，进入造物者那恒常流动之爱的超凡美丽之中时，记得要慷慨，知晓那流经你的爱是完全富足的——完全无限制地供应着。

那么，这如何转译成不必担忧缺乏完美呢？我的朋友们，当一个人的确忆起自己是爱的一部分时，很多东西便开始脱落了。带着这些想法工作，对自我保持耐心。我们相信有一天，你会回首并说：「嗯，是的，我相信自己能感受这个不同并看见进展了。」无论如何，不去期待你会变得更好，而是单纯地把心和意转向无限造物者；祂的造物表达其爱之本质。

那些树木现在已枝繁叶茂、在你们每个人经过时提供氧气，正如当你呼吸时，也提供了叶子生长所需的二氧化碳。这种生命对生命的相互关系是多么有爱和完整呀！那是爱在爱中反射，一次一次、又一次。名为耶稣的导师说过：「让你的光在人前闪耀吧，于是人们看见造物者，而非你。」这个器皿提醒我们刚刚是在意译。让你的光、那流经你的光在所有人面前闪耀，同时记得享受那倾泻穿越你的光。

我们感谢你们允许我们发言，我们感谢这个器皿。我们会在此刻转移到名为(某某)的实体那里，以便在我们离开这个团体之前，我们可以提供一个机会给你们提问。因此，我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次通过这个器皿、在爱与光中向各位致意。在此刻，我们荣幸地提供自己来回应在场者可能向我们提出的任何进一步的询问。现在有一个询问吗？

提问者：我有一个问题。恩典是如何进入到我们的生活和体验中的？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你们称为「恩典」的意识品质，是在每

位寻求者之中被滋养的品质，因寻求者能够开放自我去觉察到所有造物之完美。因此，它同样是一个领悟的过程。你可能会在一个极度渴望的时刻，将所有预设的期待都抛到风中，成为一个中空的、可以让水流过的管子，这水于你便是恩典。圣灵的运动与你敞开的心对齐，促成那完美感、目的感、存在感和身份感全部出现，因此，你的体验即为太一造物者通过你的面庞而微笑的完美映射。

有另一个询问吗，我的姐妹？

提问者：非常感谢你，没了。我将会思考它。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。还有另一个询问吗？

Carla：我理解你所说的关于「重新思考你的优先项目」的内容，但是，从仅仅承诺去做那件事和规律冥想，到一种你在生活中能真正自如的境界，我对这种跃进感到困惑… 我不真正清楚你是怎样让其生效的——你实际上如何积极做到那点。你能给我一点光吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。再次地，坚持不懈地练习忆起，就是你用来开始揭露你与一切事物的关系的手段，由此发现那关系是平衡、合一、和谐。寻求者观看、寻求、发问并多次地敲那扇理解之门，也收到多次的惊鸿一瞥，好提醒寻求者记得合一关系的存在。这种寻求就好像是自显意识心智而穿过遗忘面纱，燃烧出一条可供来回进入潜意识心智的小径；潜意识心智充满了完整感与合一感。因此，当你敲门并寻求时，当你真心坚持不懈地重复这份忆起的渴望时，你便忆起了合一的实相。这个过程以你们的用语似乎是缓慢且……

（磁带第一面结束。）

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次和这个器皿在一起。我们将继续。当你持续地寻求并提问，你会忆起并接收到合一才是你存在之实相的启示。这过程在你看来充满了错失目标的痛苦，以及重复的缓慢。不过，事实上，这个过程在我们看来是一种极生动、极剧烈、非常坚持不懈的过程，以无限之眼看待它时，它仅仅是在一眨眼之间发生的。

因此，当寻求者穿越黑暗的山谷——那就是你的人生——并在路上寻找光明时，建议寻求者去倚仗信念和意志是好的，它们就是那杖与杆。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：只有一个小问题。或许那就是我为什么如此热爱唱歌。在我唱歌时，尤其是神圣音乐，我不知怎么说，事物似乎都感觉更美好，仿佛我正在进入那个一切事物皆圆满的地方。

我是 Q'uo，我们将会简短地评论你的陈述。每位寻求者都会找到一条穿过遗忘面纱的独特之路，也许会发现数个途径或入口来通往圆满感，以及一个人与合一完全且绝对的连接。因此，每个寻求者确实都传导着一种或多或少被扭曲了的、并由该实体自身人格所塑造的生命经验。因此，每段旅程都从每一个方向上快速地返家、前往合一的中心。

有进一步的询问吗？

Carla：没了，Q'uo，非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

（暂停）

我是 Q'uo，看起来我们已经暂时耗尽所有询问了。在我们离开这个器皿和团体之前，我们希望向名为(某某)的实体提供我们的调节式振动，如果这个实体乐意的话，我们会通过该器皿说出我们的身份，接着说一些话。那么，我们会在此刻将这个通讯转移给名为(某某)的实体。我们是 Q'uo。

（暂停）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。我们感觉在调节振动去适应新器皿上还有工作要做，由于这个实体已经得到某种让新器皿感到更舒适的调节，此刻我们将离开这个团体，并允许这个名为 Oxal 的复合体来结束这次集会。于是我们在太一[祂是一切]的爱与光中向这个团体告别。一切都是爱，一切来自爱的东西都是由光所刻画的。Adonai。我们是 Q'uo 群体。

我是 Oxal。在无限造物者的爱与光中致意。你们可能注意到，这个实体对于我们的信号强度接收起来有些困难；然而，名为(某某)的实体觉得它非常舒适，这是我们来到这里的原因。我们想望完结这场集会并鼓励每个人都能毫无保留地发现自己的价值，因为无限之爱只能通过一个足够舒适地对那爱开启通道的人而闪耀。被忧虑所牵绊的心，很难对那种恒久存在的爱敞开。如果每个人都能把内在自我描绘为一个需要拥抱的小孩，这会帮助每个人变得能够去爱一切万有。**那些在成功爱上自己之前就尝试去做服务工作的人，发现他们很难触及那股无限之流，反而燃尽了自己、变得灵性枯竭**。你们每一位都被爱着，你们的确真实地居住在那爱之中。找到那个中心才是请求的重点，并且如果可能的话，每天都

请求才好。我们现在转移到名为(某某)的器皿。我们是 Oxal 群体。

（? 传讯）

我是 Oxal。我们谈到的爱——对内在小孩的爱——那是一种靠近造物者之心的爱。如同你们会对任何其他人抱有悲悯一样地对待这个内在小孩吧。我们现在离开这个器皿，我们会转移返回到名为(某某)的器皿。我是 Oxal。

（Jim 传讯）

我再次与这个器皿同在。我是 Oxal。当你开始习惯去关照你的自我、那个内在小孩时，每一位都可能——仿佛第一次那般——开始觉察到那个普遍的、作为你们共同真相的内在小孩，因为那个载着你四处移动、想着属世的思维并在这幻象中运转的东西，并非自我的尽头。的确，你可以将自己考虑为拥有两种生命形态：一种是第二密度的动物，它忠实地服务并承载意识，为自我而思考和做出决定；另一种是无局限与无限的大我，也即你所是的、也是所有其他人所是的意识——它加入了前一种生命形态。

(宇宙)有一个意识。不过，由于自由意志，那个意识以一种独特的方式在你里内表达。正如那个小孩被关照到，那种对意识真正所是的觉察，也被关照到了。它生于每个人的内在。那个灵性自我必须被养育和关照，因为它很年轻。你们每个人，在某种意义上，都是老灵魂。另一方面，在每个人要面对的第三密度课程的意义上，每个人都是新的、且未经考验的灵魂，刚开始觉察自我，刚开始觉察存在的真实本质，并且非常饥渴地想要更多。不过，这是一个脆弱的孩子，而它生活在有时不友好的氛围中。因此，钟爱那个内在的身份，并且知晓那些单凭信心就能让人有所了解的事物吧。一切皆好。一切都将是好的，而且命运将会把你所需的残酷又甜蜜的课程带给你，好让你成长。转向太阳——它即是爱——辉煌地

绽放吧!

在我们也要离开这个器皿之际，祝福每一个人。我们把你们留在爱与光中，留在对彼此和意识本身的照料中。我的朋友们，你们不是孤单的。Adonai，Adonai。我们是 Oxal 群体。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Duck & cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/1993_0905b.htm

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/1993/1993_0905.aspx

---

☆ 第 3317 章集：寻求的热情与周期

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 5 月 6 日

团体问题：今天的问题与每位真理寻求者所追寻的「永恒的灵性原则」有关。在灵性旅程上的某个点，一个寻求者将会失去驱动开始寻求的初始热情，我们想要 Q'uo 给我们一些资讯，谈谈**寻求者怎么才能在寻求中再次找到那份热情**。我们作为真理寻求者，如何才能让我们的热情保持高昂，或者必须拥有一些休息的时期?

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。

你们的团体在这个下午呼唤我们，这是我们的荣幸和福份，我们感谢这个圈里的每一个人，感谢在座的人和从远处加入这个圈子的人。你们每个人表达出对于真理的奉献与渴望，创造了把我们呼唤到你们身边的振动。我们为此非常感谢你们；因为**我们选择的服务，就是为寻求聆听的人提供我们的想法，从一个稍微不同的侧面讲述一个永远不变的故事；那就是关于爱的故事**。

今天你们给我们的问题，以一种重要的方式，同样是关于爱的问题。因为当你们处于热情的寻求阶段时，你的心在为爱而燃烧。爱的故事是很简单的。造物者对于宇宙造物中的每一片火花、每一颗原子的爱，超出了一切想象。这爱就是驱动无限宇宙的能量，就是造物者的每一个孩子心中的火花。造物者的爱作为一个统合的、无限智能的思维，我们经常称之为**理则**(Logos)。你们所知晓的使徒圣保罗实体和圣约翰，在写下你们《圣经》中讨论造物者之爱的那些书的时候，用的就是理则这个词。圣约翰写了你们《圣经》中的《约翰福音》，他在写下「太初有道(Word)」的时候，也用了这个字。太初有理则。**你们每个人都是用这相同的思维缔造的，该思维既是造物者、也是受造物。你们每个人收到了这份无限的生命、灵性、存在的礼物以后，在经验与思想的蜿蜒小路上，创造出了爱的起初思维的许许多多影子和变异，于是每个人都在爱中振动，不过都带有自己的许多独特个性，这些特征以确定无误的签名把每个人标示出来。在任何的密度中，不管你们采用任何形式的身体，我们都会认出你们每个实体，因为每个灵魂都是独特的。**

今天的问题是关于你们所体验的寻求周期，对于似乎持有真理的某一资料体系感到很激动，然后对它不怎么激动，然后又被另一资料体系所吸引，对它们感到激动；这样的起起伏伏。这个器皿在这次冥想前的讨论中说过，真理只有一个，太阳底下没有任何新东西。而我们会第一个赞同这个器皿。我们

经常对这个团体说，我们的故事太简单，简单到没办法讲得易懂；于是我们通过诸如这个管道这样的管道来工作(传讯)，因为每个管道都有自己的个性与态度，我们可以使用他们的语言和图象来丰富我们的简单故事，从而找到新的方式跟你们分享我们的心。这就是成千上万受到造物者之爱激励的实体所提供的东西，这些(资料)来源有的被编纂成各种神圣著作，有的从来都没有过文字记录。而许多来源则介于这两者之间。

身为寻求者，你可能遇到的每个实体、每本提供给你的书，都是造物者的成千上万个面孔之一，都是数百万个关于造物者的故事之一，都是发生在造物者身上的想法中的无数个结构中的一个。在生活的肉身周期中，有众多的周期。每天环绕着光与暗。每年四季带来夏天的温暖和冬天的寒冷。你肉体载具的每个身体细胞，每隔几年就会更新；每个人都经历过自己的情绪、心智、灵性部分的成长周期，不管是每天、每月、每年的周期，还是横跨多年的周期。即使最虔诚地追随最佳故事的学生都会发现，经过一段时间以后，该生命从这个来源吸取了足够的资料，自己吃饱了，对这个故事、这个真理、造物者的这张脸觉得腻了，这其实也很自然。就像这个器皿在基督徒信仰的路程中所体验的，这不必然意味着你应该走开。她已经发现：在没有自发的灵感时走过无信仰的沙漠，走过艰难荒凉的时期，这过程对于信心有它自己很强大的效应。

选择一种信仰或哲学为生命之路的人，如果无论情况好坏都坚持留在这条道路上，就是非常明智的。但是有很多人、太一无限造物者的许多片火花，由于种种原因，不能够(与之)共鸣和回应那[被提供给自己的]宗教或哲学里面所蕴含的故事、真理、造物者面容。这些实体将会走出自己的路，他们很可能会发现，自己在多年生活和体验的路上，不仅时冷时热地对某一套资料充满

热情的爱，而且对灵感与指引的几个甚至多个不同来源，有着时冷时热的尊重和忠诚，时冷时热地从中学习。我们不会以任何方式认为，某条追寻真理的路比另一条路好。对于类似这个器皿的实体，我们发觉一条道途是极有帮助的，坚持在这条路上是极为明智的。有些人不是只跟一条道途有共鸣，而是从一个接着一个的来源当中找到自己的食粮，我们把这些寻求者在经历中遇到的所有新与旧的东西，推荐给他们。

即使寻求者尝试坚持于同一种材料体系，她将在每一次阅读相同的神圣文字之际循环进入她自己学习的另一个周期，因此，她如同一个新人那样地面对该材料，于是灵性的话语实际上永远不会过时，因为每一次你面对它们时都是一个新人，带着一个崭新的、更有见识的脑与心。有时候你也许觉得自己实际上是在后退、逆行，T 实体良好地说明了这点：他对自己有些失望，因为他对从前钟爱的特定材料不再那么热情奔涌了。不过我们对可能有这种感觉的人说，即使你回到同样的材料，你会重新被它点燃，你回到的材料也不是相同的；毋宁说，你会带着新的眼睛注视它，从那些书页里找到新一层的学识和灵感。

寻求者所寻找的东西，似乎是在神圣著作或启发性作品的文字中，但真理实际上存在于那些书籍的文字之外，因为真理无法被写下来，真相蕴含在心中。真相蕴含在菁华之内。在你们的幻象之内，我们通过这个器皿提供的贫乏言语、所有的话语，都不过是梦境罢了。你们体验的这个世界是个非常厚重的幻境，由原子、分子、大量的空间和能量场所组成。那些能量场是各种想法。你作为一个实体是一种想法。而在你寻求真理之际，你希望做的事、渴慕做的事就是把你的想法、能量场、你的光，如果你愿意这样说，越来越多地带入调音、带入和谐，最终加入到与那个思维——也即爱的伟大起初理

则——的合唱中。

正是这个渴望呼唤着你去寻求、阅读或研读不管什么资料；随着你进入一种特定的研读，你会发现这种研读没有给你带来真理，而是把你带到一个地方，让你可以在那里开始以一种对你有共鸣的方式来思考真理。这就是为什么，如果一本特定的书或一个特定的来源不再给你们任何启发，很重要的是：继续前进，保持敞开的心和双眼，好接收思考神性的新故事、新图像、新方式。不管你遇到什么灵感，它的真理都在它之外；所有的文字、哲学、宗教的真理都在静默之中，当寻求者来到文字的尽头就会唤起静默，释放脑子里的一切，接着允许心向静默敞开，那是乙太或流体的真实菁华，真实的学习发生在其中，发生在你的灵或魂之中。

宗教和哲学的寻求最终把学生带到所有故事都消失的地方。心(轮)打开了，灵魂终于可以歇息，可以在力量、平安、爱之中，与太一无限造物者在至圣所中相会。太一无限造物者的陪伴带来的安慰、喜悦、至福，不在外面的什么地方，而是在你的内心，就是那颗在身体内如此强健跳动的心。这颗心有一种形而上的组成，与肉体心脏一样强大的泵。而造物者就在心能量之内等着我们每个实体。

但愿我们所说的话语不是如此贫乏，不过我们同时很感激可以与你们分享这些话语。我们但愿可以分享真理本身而非关于真理的故事，但只要我们使用言语，我们就在讲故事，我们就在做梦。不过要知道，在你们每个人生活的梦境中，在每日的表面幻象之内，住着真相与爱的实相。你们的幻象里没有不真实的东西，它是非常真实的，只是与表面上的样子不同而已。造物者无处不在，你们的天堂无处不在，在你之内、在你之外，就在天父造物的每一

颗微粒中。老师们无处不在：石头上的青蛙，花园中盛开的鸢尾花，窗外的渡鸦。在这次特定的人生经历、这个特定的年份、这个特定的一天中，所有你熟悉的形象都是既神圣又世俗，既充满灵性又是幻象。

在很多方面，我们没有任何要说的东西。没有任何要教导的东西和要学习的东西。因为你们每个人内在真实的东西早已是完美的。重点总是去找到那些共鸣、那些特别的言语、特别的人群、特别的形象，它们把活生生的造物者带给你，而你必须珍视并在寻找过程中保持警醒。它们无处不在，而为了确保有许多的信使协助你在此生经历中保持在希望走的路子上，造物者为你准备的信使是极其过剩的。

你们问道，随时都试图为造物者燃烧是不是个好主意。我们会对你们说，我们鼓励稳定的寻求状态，不是表面上热情的心理状态。就表面体验而言，我们会鼓励尽可能真实、真切地体验在每个瞬间正在感觉的东西，因为你并非在尝试去指引你体验造物者的方式。毋宁说，你只是在试图更多地认识造物者，所以我们请求大家丢开对自己的评判，不要在你对一种寻找之道有热情时就觉得自己好，在热情稍减时就觉得自己不大好。更确切地说，我们会鼓励在稳定状态下忆起神性，忆起你是谁和你属于谁，你如何感觉到它无关紧要。最要紧的是：坚持不懈且由衷地导引自我与造物者同在。我们会推荐：要求自我每一天单纯地记起造物者。如果你可以，尝试在每一天记住你就是造物者的孩子，造物者对你的爱超越你从来能想象的境地。

每天试着记得找到感恩心境，感谢有生活和存在的机会。只要你保持了对自己真实菁华的信实记忆，生命的光流就会给你带来你需要的每一项课程，每一个灵感、真理和服务的机会。有时候你觉得好像不是这样的，有时候仿佛

只有迷惑、混乱，没有多少舒适，但是我们对你们说，无论情况好坏，只管记住你是爱的孩子，你到这里来是为了去爱、被爱。

只要你能每天都进入静默五分钟、与创造了你的爱共处至圣所，那会是一个惊人的成就，肯定地，那就是你身为寻求者唯一需要请求自己做的事。当然你们每个人都会有在很多日子受到鼓舞、处于静默的时间远多于五分钟。你会有激动的时刻，可预期地，它们将周期性地出现。当你发现自己正在经历这种周期时，了解到这是自然的现象，而不是因为你变得浅薄或没价值了；毋宁说，这是因为你灵魂的季节，它们来来去去，吹来热风与冷风——带着属于一个离你或近或远的造物者的温暖与寒冷。这些就是你将会感觉到的事物运转的方式，这就是人生体验的一部分。那个周期的每个明暗渐层，对我们都是可接受的。因为无论你处于那个周期上的什么位置，你仍然借由自己的那个独特签名而振动。你仍然是一个由爱组成并表达爱的生物。

你不会在生活中的每一刻都受到启发，但是你人生中的每一刻都充满了爱。因为爱就是一切万有，爱创造了你和光，造物者用光来缔造你的身体和造物全体。我们总是在爱与光中向你们问好，因为那就是一切万有。一切万有即是太一无限理则。

我们会在此时离开这个器皿，并将通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们认识的 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿、在爱与光中再次向各位致意。我们现在有幸请问，在座者的脑海里有没有进一步的询问，好让我们尝试回答来服务你们？现在有另一

个询问吗？

Carla：我想替 M 实体提出一个问题：「我是雷尔的追随者。他在 1973 年和 1975 年收到信息，揭示地球上的所有生命都是外星人耶洛因用科学方法制造出来的，耶洛因以一些宗教文字给他描述过程。在人类的灵性进化中，雷尔的角色是什么？」

我是 Q'uo，觉察到该询问，我的姐妹，但是我们发觉你很清楚我们的顾虑，那就是我们不愿意在这个实体要分享的内容上，侵犯其自由意志。我们觉察到：从你们的远古时代起，你们称为的外星人曾造访地球，提供了大量的协助，容我们说；**当时的地球人群和许多从别处来的实体互相来往，这些外星实体不仅打算协助这个星球上人群的进化，也打算帮助地球本身的进化。这是我们可以确认的**。无论如何，我们不会认为，这个星球上的全部人口都是由外星来源播撒的种子；有很多人是后来以更正常的方式添加到这个星球的人口，容我们说。这个实体，雷尔，确实怀着服务的渴望在这个领域中工作，不过我们发现，我们在这个实体上展开进一步谈论的能力，必须被我们对第一变貌的关切所减弱。有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：作为一个后续问题，我想要知道你们可愿辨识，雷尔所谈到的这个群体，是否与西琴在他的书中所谈论的那些实体一样，都指向阿努纳奇——据说在大约 11000 年以前，这些实体来到苏美人和埃及人的地区？

我是 Q'uo，觉察到你的询问，我的姐妹。这个实体与那些被称为阿纳克(Anak)、阿努纳奇(Anunnaki)的实体有一种关联。然而，**在西琴实体的作品中同样有着许多扭曲，于是在这些著作中更多地强调来自他方的影响。也有着时间架构上**

的困难。我们选择不去更正这个困难，因为同样有可能造成冒犯。有进一步的问题吗？

Carla：没了，Q'uo。我只想要说，那些是另外两个关于无限造物者的故事。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们也感谢你，我的姐妹。我们再次为了在这个领域缺乏资讯而抱歉。如你已正确地注意到的，所有这样的故事都是太一造物者以及祂在单一宇宙造物之内运动的故事。无论如何，在你们人群当中，这种资讯对一些实体有足够的影响，于是我们必须小心而不至于过多地影响这样的信仰。在此刻有另一个问题吗？

T：有的。我有一个孙子，名叫 D，我有一种强烈的感觉：我们是连接在一起的，超过这件事：我们都是造物者的一部分。我感觉这涉及我的前妻 E，而我不知道你们能否评论，但是我会感激你们这边的某种阐明。

我是 Q'uo，觉察到你的询问，我的兄弟。就像你自己了解的，确实有一种业力的连接，这种关系除了关联到你提到的那个实体以外，还与一些其他实体有关。如同这个第三密度星球上常见的转世投生模式，你与该 D 实体在过去的多次(转世)经验中都有互动，然而我们现在不能提供更多的具体信息，因为我们渴望维护双方[即 D 实体和你自己]的自由意志。再次地，我们必须为缺乏信息而抱歉。有另一个询问吗，我的兄弟？

T：没了。谢谢你们。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们为你的真诚、悲悯和你致力于寻求真理而感谢你。此刻有另一个询问吗？

S：我有一个问题。我的妻子多次退回到给她造成很大压力的模式中。我可以做点什么或为她提供什么，好缓解她感到的这种压力？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一个像你妻子这样的实体反复走过性质雷同的经历，她的情况是承载压力的重担，(他人)难以长期分享这种重担，直到这个实体能够揣摩自己要学的课程的深度之后。加诸在这个实体的责任感上头的是：她关于营养、丰盛、众多的感觉。这个实体在探索自己本性中的这些区域，好让自己可以在日常活动中更充分地体验太一造物者的临在。她长期以来都在探求与合一、力量、和平的联结，并希望用目前的压力经历[如你所称]来平衡这种探索。你可以做很多事去支持她的努力和学习，因为你需要估计，为了让这个实体真正学到她给自己设置的课程，你和她各自需要做多少工作。

这个系列课程中的基本问题关系到：需要付出多大的努力，才能保证自己觉得丰盛，觉得自己有价值，能够养活她所照料的人。我们发现了自己不想跨越的一条边界，因为在冒犯(自由意志)的事发生之前，我们只可以做这么多来布置餐桌。也许未来的某个时候适合你提出进一步询问，而我们可以给出进一步回应。有另一个询问吗，我的兄弟？

S：这回答给了我很多东西，可以去分享并考虑我自己。谢谢你们。我猜我最后的问题再次是，我们的无形客人们似乎很害羞，我想要知道你们能不能讲一点今天在场的那些无形朋友？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。那些为数众多的同伴们，容我们说，是你们可能会认为多少有些单调的，因为它们恒常的目标就是通过向寻求圈里的所有人提供爱与光的振动来协助你们，让每个人可以在恰当时机使用这些振动。这种无言的援助被提供给这个星球上的许多居民，实际上，由某些实体提供给每个人，因为就这个星球目前在灵魂收成上的位置而言，这是它们的工作[按你们的说法]。因为这个星球上此时的人群最有可能达成收割，所以才被播种到这里。除了送出这种无形的爱与光之外，时常不可能做任何更多的事，因为很多实体并未敞开以接受任何其他种类的通讯或协助——来自服务于太一造物者的星球邦联群体。然而，在这个寻求圈中，成员们对于这样的实体和在这些工作集会中分享的概念比较熟悉。因此，**该协助经常能够被转变为更可感知的献礼，那就是每个人在为了未来的尝试而考虑某些选项、行动、路子时所得到的预感或直觉。因此每个寻求者最好不仅坚持真诚的寻求，也仔细留心自己在冥想、沉思、祈祷中、在这种安静又神圣的时刻所觉察到的灵感、直觉、目标、方向的闪现。在这内在的房间中有会面的机会，可以更近地见到那些站在阴影中、光之帷幕背后[容我们说]的实体，它们提供任何可能提供的东西**。我的兄弟，有进一步的询问吗？

S：所以，不光是感激它们已付出的努力，而且还在机会升起时请它们帮助他人，这是恰当的吗？

我是 Q'uo，这是十分恰当的，我的兄弟，因为**代表其他实体请求调解是一种无私服务的方法，那些为数众多的同伴或天军总是感激这种请求。**有另一个询问吗，我的兄弟？

S：我只想要说，就我们这边而言也是大大感激的。我没有其他询问了。谢谢你

们。

我是 Q'uo。我们再次感谢你。现在有最后一个询问吗？

（暂停）

我是 Q'uo，我们觉得既然现在没有进一步的询问，我们感谢在座各位今天邀请我们加入你们的寻求圈，加入你们从来都是我们极大的荣幸。我们要提醒大家，我们不寻求当权威，请求各位使用个人的分辨力，只从我们提供的内容中拿取有真理铃声的部分，把所有其他部分丢到后头。此时，我们将离开这个器皿和团体，把各位留在太一造物者的爱与光中。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_0506b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0506.aspx

---

☆ 第 3318 章集：做自己与服务

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 9 月 2 日

团体问题：今天的问题涉及我们地球和所有居民的情况。我们想要 Q'uo 给我们一些信息，谈谈我们星球上的意识品质，考量到每天都在出现各种战争、疾病、饥荒和危机；而我们每个人作为个体，要在日常生活中处理来自家庭、工作、社

区等等不同层次的压力。我们想要知道，身为个体，我们怎么才能找到一个置中点，在此刻找到喜悦？我们怎么才能真正地为彼此服务、同时也帮助到自己？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意。我们作为爱之声来到你们身边，向这个星球讲述太一之道、合一之道。我们要讲的故事很简单，感谢你们把我们带到这里，好能够分享这个简单的哲学，这一个哲学实在太简单，反而不好懂。我们十分感激你们有无限的天赋、不断用新的方式查看这永远相同的主题，这就给我们提供了新机会，用你们的语言和这个器皿的偏爱，通过这个器皿和吉姆的心来分享我们的心。

我们极为满足地分享一些想法；作为回报，只请求你们每个人特别仔细地考虑，你要选择怎么聆听我们要讲的内容，因为我们要说的对我们是真理，它也许对于你并不是真理。对于那个在你心中产生共鸣的事物，务必考虑它们。因为我们希望提供有趣、有帮助的想法。但是，对于那些与你们没有共鸣的内容，我们请你们毫不犹豫地将它们留在后面。有些想法适合你，有些想法则不然。你们每个人都有黄金一般的分辨力，如这个器皿会说的。要珍惜它、信任它。没有任何其他人能够告诉你什么东西适合于你。你就是自己的权威。你是自己的老师。以一种非常重要的方式，你是古鲁(guru)，因为那些你渴望知晓的事物现在就躺卧于你的内在。重点是忆起并再次觉察你已多次拥有的东西，这些东西并不一定是在此生中拥有的。

你们每个人在这次投生中的一个伟大目标是：开始觉察到你们正在做梦并开始能够把该投生之梦变成一个清醒的、有意识的梦，借由某些方式、在某种程度上，这取决于你的选择和控制。因为这些技巧很多都需要时间、注意力、锻

炼。你们每个人都与我们一样相当觉察这些事情，因为我们也在寻求，无止境地被与造物者真正合而为一的渴望所驱动，不过我们仍在许多方面觉察到自己的各种偏见以及我们团体的偏见。似乎这灵性旅程总会有一个接着一个的转弯，道路一直向前延伸。**我们在这个无尽的旅程中欢庆，其实它不是真的无止尽，而是周期性的。因为在这个属于我们和你们的宇宙造物中，当你们正在享受的时间与空间到达饱满之际，我们全体都将来到第八度音程。我们全体都将再一次结合、进入太一无限造物者并成为未赋能的合一。而在那宇宙造物的伟大心跳之中，一个造物将会结束、接着另一个造物开始。我们和你们共享这个步行(旅程)，这个从源头走到源头，从光走到光的步行。**

我们极为享受你们的谈话，感谢你们丢开手上的一切来参加这次集会，为灵性的事物留出时间与注意力。我的朋友们，你们对真理的那份渴望和饥渴是多么珍贵啊！我们怎么感谢你们的渴望都不够，因为正是你们的渴望和悲伤呼唤我们来到你们身边，因为我们确实听到地球的忧伤，听到地球人群的忧伤，我们想要回应，希望我们回应的方式可以有所服务。那也是今天在你们心头上的问题之一，

但是，我们将不会从那开始。我们将简短地聚焦在这星球的状态上，因为那是你们提问的一条线：**在行星地球上的爱是在增多或在减少呢**？确实，有数种回答那个问题的方式，但我们将选择两种。首先，如 R 实体说过的，人生的表面有一种虚假的、肤浅的实相，这仍旧是无可否认的。这是一个具有完整幻象的世界，在这个世界中，巨龙猛烈地甩动其尾巴。在肉身中的天使们颤抖着、防守着、担忧着，希望用各种方式回应、将爱添加到该幻象。一点点正面、一点点负面，这个幻象摇摆不定，正在做它本来就打算做的工作，彻底地令人混淆、挫败、感到沮丧。**如果每个人是诚实的，所有去控制该幻象的线性努力和有意识的智力，将不可避免、确切地把每个人带到这领悟：自我什么都不知道。**生活的

表面什么都没有。如这个器皿会引用圣经的话语，一切都是「虚荣和追风」。

人生的表面就是如此。这就是特意为该幻象而准备的设计，与此同时，我们可以说，就形而上的意义，你们星球上的人群有着可观的成长。在你们星球的形而上层面，这情况是丰富且清晰可见的：大量的爱和关注正在倾泻进入地球层面中。有很多地球本土的个体在超过数千年的时间中穿过了许许多多次投生的水域，缓慢地、确切地来到那个闹钟响起的时刻；我们所说的地球本土，意思是指那些从史前时代[就你们的术语]开始，这些灵魂就一直处于该行星影响圈。肉身中的灵性已经觉醒，现在很多很多地球本土灵魂都认识到，**自己是永恒的公民、是无限的存有；生活的表面尽管应得巨大的荣耀和注意，却并不代表一切万有，只是通往当下此刻[即无限]之大门。而这些声音已经成为巨大的合唱，正在请求、寻找，敲击真理之门。**

在此刻，有一种呼唤正从你们行星发出，这呼唤一直从你们行星发出、已经持续好些年了，现在，它已经启动你们行星上的光能量、使其加倍再加倍。进一步，如同这个房间中的许多人详尽了解的，有很多实体已选择从其他星球行旅到地球层面，其目的是进入成为一个地球原居民的体验、再一次把自我投入第三密度的氛围中，不仅希望为这个星球及其人群服务，还希望做自我的工作——重新评估第三密度全然重要的选择：借由发光和无条件之爱去爱呢，还是靠控制(他人)和磁吸力去爱，压倒一切地感觉到人群就是需要被管理，这是为他们自己好或者为了整体的更大益处。这就是此刻所有人的共同工作，包括所有已觉醒的人、所有开始进入蜕变过程的人——他们逐渐打开心与灵——每个人就是为此而生的。

我们希望你们对于自己迄今为止的工作感觉很好；接着我们希望你们将加倍努力，不是去做什么，而是存在。因为意识的工作就是要求自己在最真实、

最深刻的意义上，做自己。自我是什么？在投生的表面上，自我是一个人格，一个各种偏见、意见、信仰、假设的集合，一个各种天赋、怪癖、挑战的混合体。在关于人格方面，有趣的是你们每个人都为了很好的理由而同时选择了你的各种天赋和限制，你的丰盛和匮乏。**这挑战就是随着时间发展，更为充分地了解到：在那些挑战和天赋的背后有什么模式。**当你和高我一起规划这次投生的要点，如这个器皿会说的，这次投生的各个情节点，你和高我希望的是什么？你为什么要在那儿设置那个障碍、那个非凡的天赋、那个令人难以置信的愚蠢？这些东西被设置在那儿自有一个原因。为什么你选择与这个让你高兴的实体、那个激怒你的实体、令你生气的实体有关系呢？只要个人能够看见该计划，在每一个连接中就都会有一种善的完整性。如 C 实体已经说过的，那就是挑战了，个人很少懂那个计划，直到该模式完结且已经拥有蒙福的后见之明时才会了解。

一个人如何做自己呢？这是一个我们仍然在寻求答案给自己的问题。我们知道我们的方向沿着那条通往造物者的小径，沿着那条表面上越来越昏暗的小径，这条小径蜿蜒曲折，直到最后，受造物咬住它自己的尾巴，造物者再次找到祂的尾巴，而自我再一次被吞入绝对的神性。光在那个方向中闪耀，而在某种方式上，外在的眼睛、环境之眼看不见那光。**最常发生的情况是，当人生处于它最黑暗、最有挑战的时刻之时，找到了灵性的财富。因为就是在那时，小小的锤子、凿子、酸水将矿石刻蚀、磨光、打造、雕刻，接着从中找到宝石，而这颗原矿就是你的人格外壳了。所以，学习去成为自己是一个需要极大耐心和坚持不懈的冒险之旅。不过，与此同时，各种进展经常是在盲目向前的步伐中出现，它就好像是一次突然而至的日出破晓，在一个角落的转弯，开启了一个新的世界，以及感官与灵魂的顿悟。**

准备好迎接这些突然的、巨大的觉知时刻吧，因为你看，你是一个存有而不

是活动或过程。做自己有时候会使你自己感到吃惊。每当你遇到深深打动自己的共鸣时刻，那一刻就会突然打开，让你开始觉察到自己所是的全部，觉察到你与天地万物的巨大合一。这种心理状态实际上打开了内在层面之一，或许打开了多个内在层面，取决于其经验；所以你只是更多地看入自我，更多地看入你真实的本性，它是全然包括的、寰宇的、无时的、神圣的。你必须记住：你是造物者渴求认识祂自己的产物，你寻求认识自己即是造物者寻求自己身份(过程)的一部分。而使得造物者无尽地着迷的是：该身份怎么既是相同的，又因为灵性多产又肥沃的本质而持续地成长？

你似乎站在地球上探向宇空，这个球体在一个相当小的银河系边缘，绕着一颗小恒星旋转着，昼夜昼夜地循环不停；不过你站在神圣地面上、位于天父的造物之内；你们是群星的子宫、梦境之埋放处、所有的情绪与感觉、所有的想法、所有可能的过程。你从所有这些东西当中，选择特定的人格和体验的古怪模式，选了一套特定的滤镜，好让此生的虚幻资料变得更令人糊涂。你给自己设置的情况，使你同时是寰宇的又是独特的。你正在活出一生，而你同时又是永生的，从未是静止的，却又是统合的。这就是掌握灵性旅程本质的钥匙。这真的是一次旅行，因为造物者从未是静止的；造物者的本质充满了极为强健的自由，这种意志的自由创造了一种周期性的发现状态，渴望更多地知晓、渴望去寻求。这就是你的特性，因为这是造物者的特性。

造物者实际上正在评估并从中摄取滋养[容我们说]的事物，是那些已经在各种各样的混浊状态中一次又一次被带出的情绪之菁华，直到在那种特定的情绪中已经开始有了越来越多的清晰度为止。**在某种程度上，你是一个情绪的提炼器，而检查灵性寻求工作的一种方式是使用某种纪律以评估你的想法和情绪，如果可能的话，每天一次，当然，尽可能频繁地进行。因为总会有诱惑去让好事**

和坏事随着时间的润滑油溜走，接着寻求做事、寻求休息，保持忙碌或处于不觉察的状态，从而让自我远离你在一天中已经拥有的那些想法和感觉中一些较不舒适的面向。不过你已经有过的、对催化剂的这些回应就是供给磨坊的谷物了。这些是你拥有的线索，在每一天结束之际的当天的收获物，那将帮助你探究你自己的本性。

我们会建议，也许就在你迷迷糊糊快要睡着时，花时间回忆当天这些情绪，一个一个地查看它们。你也许可以在每个记忆、每团情绪中，找到机会去重访这些感觉，看入这些特定感觉的动态。举例来说，如果你正在调查的感觉是不耐烦，你可以加重这种不耐烦，真的允许自己感到极不耐烦，然后允许自己让该情绪的对立面出现，淹没你的感官，于是你请求：「向我展示耐心吧，让我体会真正的耐心是什么感觉」。以一种冥想的、沉思的方式来操练情绪的肌肉，这对于无意识心智是十分有帮助的，并将在某个程度上澄清那些梦境——对于一个走在灵性道途上的人，那些梦境也会是帮助自己的暗示和提示。

这周探问的一条线索是与服务他人、如何评估这类服务有关。这一个问题真的进入第三密度和更高密度的灵性工作之真正核心。我们回应这个问题的方式为来到这儿、通过这个器皿说话，而非降落在草坪上，用我们的外观和不同状态给你们留下深刻印象，然后试图用我们的观点说服你们。我们过去曾经试过用这种直接的方式服务，但发现我们造成了自由意志遭受侵犯，这是不可接受的。**我们现在完全满意于那些从来都不能被证实的(服务)方式，因为我们感觉这些资讯会向需要它的人说话。在寻求过程中有一种吸引力法则，所以我们知道，那些被需要的想法，将会以这样或那样的方式出现在那些真正在发问的实体面前。如果某个人寻求这样一个声音，我们就会将我们的声音添加在那些可用的声**

音上。

大量的服务他人被包裹在极性的学习之中。无论如何.....

（磁带第一面在此结束了；第二面没有记录到。）

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_0902b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0902.aspx

---

☆ 第 3319 章集：工作、伴侣关系

Copyright © 2005 L/L Research

特别冥想 2001 年 8 月 29 日

R 提问：第一个问题涉及我生活中的一个模式，与我对工作的感觉有关。我对自己的批评是：我的工作应该更导向于服务他人。然后我就去找不同种类的工作或职业，只要它的能量抓得住我；但是每次新工作开始不久，我起初的热情或那股能量很快就消散了。我正在寻找一些建议或不同的观点，来帮助我更深入了解我看见的这个模式。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。与通常通过这个器皿发言的 Q'uo 相比，我们是稍有点不同的声音，因为这个具体问题和这个小组的振动特征，好像更适合让来自

Hatonn 的兄弟姐妹代表包括 Hatonn、Latwii、Ra 的这个原则而发言。**一般情况下我们通过来自 Latwii 的兄弟姐妹说话，不过每次工作集会都有自己的动态，(目前)这个特定的小组好像呼唤了 Hatonn 兄弟姐妹的强项。**如果说今天有任何不同的话，很可能是由于这个独特的声音。

我们在无限造物者的爱与光中向大家问好。一如既往，与这个团体谈话是我们的大喜乐，好些时间没有与你们谈话了。能和你们在一起，分享你们的冥想和寻求，真是我们的福份和荣幸。感谢各位给我们提供了这个我们衷心享受的特别场合。

一如既往，我们请求你们每一位用你们自己的心来衡量我们的话，只保留那些似乎对你有帮助的想法，因为它们在你心里产生了真实的共鸣，丢开此刻对你不适用的所有其他想法。

合适职业的那份挑战并不是一份完全如其表面所显示的挑战，它不过是一个活动，在其中，一个人要花费掉清醒时分中的一个可观部分；可以单纯是一份工作、单纯是表面上看起来的样子。[1]

[1]编注：此段原文有些难解，翻译可能不够准确，附原文供参考「The challenge of right occupation is not a challenge that is entirely that which it seems on the surface, any more than an activity at which one spends a substantial portion of one's waking hours can be simply a job, simply that which it appears on the surface.」

你们人群对金钱的需要，已经扭曲了职业的概念。在无需为了最低程度的舒服生活而挣钱的世界中，许许多多正从事于他们当前工作的人很可能会立刻停止打卡

报工时，因为他们不再需要该工作所提供的钱了。

然而，仍会有这样的一生——有着要学的课程以及要分享的礼物(天赋)。即使那些进入此生后完全不需赚钱的人也经常发现，自己至少很想选择用自己清醒时分的可观时间来追寻某种活动，你可以说这种活动有助于该寻求者学习课程并分享其天赋。

要看出这个世界的物质主义及其方式是容易的。要看出寻求者生活环境中的物质主义如何可能已经渗透进形而上领域，并已经促使工作伦理的要素成为了灵性物质主义(spiritual materialism)的要素，却不大容易。这是一个微妙的沉思领域，但我们向名为 R 的实体推荐它。

因为尘世与灵性的规则和方式，由内向外都真的不同。当你在评估关于下述这些问题的灵性工作之际——这些问题具有物质世界中的如此多的要素，以及形而上世界中的如此多的要素——最好沉思你该怎么在心里构建那巨大且纯正的服务渴望，让你可以看入、穿透渴望的深层运作方式，并筛掉与这个世界及其方式有关的因素，从而可以查看灵性寻求的肉身内真正的形状、真正的骨架、真正的肌肉与筋腱。

因为灵性意义上的合适职业有一种结构。并且那结构所涉及的东西的价值存在于灵性当中而非尘世当中，在于心当中而非头脑当中，在于直觉和共鸣感当中而非智力和推理型思维为特征的逻辑和论理当中。

在沉思这个问题的过程中，我们会建议一件事：检阅你把哪些天赋带入了人格外壳、可供自己在此生中使用，并问问自己如何最佳地分享这些天赋。例如，我们

觉察到 R 实体想望去探究「与你们人群中较为年轻的实体们一同工作」这种可能性，感觉到也许这样子要比与成年实体一同工作可能带来更多的服务；(当然)所有实体都是造物者。

我们向 R 实体建议，他的想法很可能是个合理的概念。R 实体很可能有天赋去培养这些与较年轻实体的关系。这一点可以用几种方式来探究：借由思考，借由研究，在某种程度上还借由经验。

我们会指出，工作、职业在形式上与金钱的联系，比起与一个人所分享的天赋的联系要密切得多；而**能由自己选择的活动则提供了一种清晰的且灵活得多的探寻形式**。换句话说，有可能以某种方式，通过这个器皿称为的志愿者时间和关注，将自己置身于某个组织，让自己与较年轻的实体接触来往，从而可以探索该寻求者心头上的许多问题。

较年轻的实体可能拥有比「要去学习的单纯需要」更大的需要，你是否确实具有他们好像在呼唤的特别天赋呢？在实际体验取代了理论上的想法后，是否有一种共鸣呢？

我们建议这点出于一个简单的原因：与另一个自我或一群其他自我的来往尽管经常很令人困惑，却包含了学习的极大潜能。当你把自己局限在私人想法中时，你对自己所做的可能对或错的假设的检验，其效率与你把这些假设和实际体验紧密放在一起相比，就完全不是相同的(层次)。当与你们人群中较年轻实体开始建立关系以后，你在保持关系的过程中可以吸收大量的数据，当然有大量的线性资讯，但更重要的是大量发自肺腑的直觉反应。以这种方式可能会让你的思考变得更圆满、更完整。

我们会在此刻将这个接触转移给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体。我们在爱与光中离开这个器皿。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。除了我们已经通过 Carla 实体讲述的内容之外，我们愿通过这个器皿补充，**在确定职业——那份一个人要把自己的渴望和梦想放入其中、作为服务他人之手段的职业——的过程中，要运用一己的热情。当你检查那些已被带入此生的技巧、并评估加在技巧上的专长水平[容我们说]的时候，我们会衷心推荐你，探查任何让你找到兴奋、兴趣、热情的领域——在其中，服务的欢乐会增强服务的渴望。**

事实上，真的没有错误，因为所有实体都是造物者。一个人只能服务造物者。一切的能量消费都是对太一造物者的服务，因此，为了用最令人满意的方式服务并取得服务的各种色彩的灿烂与鲜明，容我们说，无论一个人做出的选择是什么，最好热情地对待该选择，让热情日复一日地推动一个人进入服务，通过服务接触你的服务对象。

以这种方式，R 实体就可以改善他在自己的模式中观察到的兴奋减少的情况，在任何找到热情的地方最充分地实现心中的服务渴望。因为**热情是从前世带来的礼物，是先前打开了自己心房的东西，在这次投生中再次找到共鸣，其表现就是热情地想用某种特定方式来服务。**

此刻，我们会建议提出第二个询问。

R：第二个问题涉及我的另一个模式，我一生都在寻找伴侣关系，(但是)找到一个之后，这段关系总是很快就结束。我想知道，这样的关系是否有一个灵性结构，我是不是从一开始就对这种关系放了太多期待，因此没有允许热情或真实的爱流动？如果你们能就此评论，我会很感激。再一次，我寻找的还是一些建议，关于如何更深入地探索这个模式。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。伴侣关系是一种特定的服务、一种包含共同渴望的经验；该渴望是寻找太一造物者、服务太一造物者并分享该人生模式——从中诞生了寻求与服务。因此，你可以将我们在职业及其服务的方面说过的话语考虑为同样可以应用在伴侣关系上。

(人们)有着爱与被爱的需求，这是人类的一个正常且自然的机能，正如在你们的幻象之内睡觉、吃饭、呼吸、四处移动也是这样的机能。

对伴侣有所服务的体验会带来大量的喜悦和目的(direction)，因为伴侣关系中的每个人都会感觉到一种完整性，这种完整性在伴侣关系之外、一个人孤单的时候是不存在的。

虽然每个实体都相当有可能以一种孤独的方式提供伟大的服务并带着巨大的纯度去寻求，但这样的荣耀/责任/体验的扁担在共享的时候是更容易承担的。

在向这样一种关系开放自己的过程中，你需要变得真正地开放，准备接受改变，愿意接受水深浪急、不断改变的生命河流，因为一旦有了严格的或高昂的期待，那种期待就会变成障碍，阻止你向着潜在的伴侣关系所带给自己的东西敞开。

所以，在考虑伴侣关系的那些可能性之际，最好真正检验心中的那些渴望。因为一旦你允许这些渴望真实地表达出来，它们的运动可能远远超出心智沉思的边界。因此，人们常常把你们幻象中的浪漫恋情看作是源自于群星[容我们说]，于是自我之外的各种势力就有机会推动自我，如同风儿和天气推动你们海上的帆船。

此时，我们要把这个通讯转移给 Carla 实体。我们是 Q'uo 群体。

（Carla 传讯）

我们再次与这个器皿同在。我们是 Q'uo 群体。

因为你看见，我的兄弟，完整的自我是到这里来爱与被爱的；不单纯是显意识的自我，带着期待的自我，而是那个完整的自我，那个整体的、全然的、真实的、完全的、寰宇的自我。

并且，一个人无法像是在雇佣某人去填补一个职位时那样地与下述事物商量：强烈燃烧的火焰、那种改变生命的东西、那种在某个层次上一个人必须臣服的东西。一个人无法选择伴侣。也就是说，一个人可以选择伴侣，但一个人所得到的是自己业已选定的。理智想法的产物，有可能是、也可能并不是那个[对着你的整体自我而如此述说的]爱的象征。

在另一方之中存在着那个要素，即造物者的面容——它允许你可以通过另一方而感知到造物者。在那个必须被做出、无法被否认的选择之内需要有某种东西让你强烈地感到，它就是在你臣服于一段关系时，引起你不舒适、受苦和痛苦的充分原因。

因为任何关系，虽然确切地说不会改变你，却会大大改变你的体验！这就仿佛你启动了(诸个)转变之轮，让它们在任何实质意义上都从不受你的控制，也不受伴侣关系中另一方的控制，因为对方也受到同样的考验——即要把你作为造物者的面容来爱，于是她能够更多地在她自己身上看见造物者，因为她把你当作她的镜子。

你当然可以缔造关系，与任何你已选择的伴侣组成家庭。但是，要超出现存模式而进入创造自身模式的自发式能量，则需要找到那个焦点，它值得你牺牲陈旧的自我，鼓励你自信地释放那些围绕自己内心的保护层，于是自我得以奉献其生命与服务给对方。

伴侣关系中的双方都这么做，并且不是「我」或「她」，而是「我们」，即双方都需要臣服的「我们」，双方在结为伴侣时、在联合中所成为的那个超灵或高我。所以，**不只是有自我和其他自我，还有双方都臣服的神圣联合，其中包含着造物者。**

这就是忠诚坚定的关系或者伴侣关系之荣耀。从这里，你们开始得到巨大的潜能去学习并去拓展服务，这些学习和服务靠的是两人已经成为的那个生灵，也就是「我们」和「我们」[2]。

[2] 编注：原文为 a “we” and an “us”，都是我们，但有主语与宾语之分。

再次地，从头脑移到心就是去为这个器皿称为的牺牲而找到理由。R 实体说过，在任何新的选择中，都存在着对于新事物以及也许更好的事物的起初喜悦、起初激动。但是，不管那个新的选择有多好，一旦你更充分地看清了新工作或新关系

以后，某种类似于失望的时刻就会突然出现，因为就像 R 实体说过的，现在你看到，粘土脚[3]就在这里，在工作中有些印象空洞、不起共鸣的任务。

[3] 编注：粘土脚(feet of clay)，该短语在英文中一般指令人崇敬的人物在通常情况下不明显的、不为人知的弱点或缺点。

一长段时间以来，这个器皿一直从事于她现在所享受的职业。从这个器皿的经验来看，哪怕是最有成就感的工作者，好像有时候还是觉得，工作好像枯燥乏味、没有真正的魅力。

我们在这个器皿的脑海中发现，这个器皿在这种时候经常对自己说：这与工作无关，而与过程有关。这不是界定着工作种类的那些情况的错，而是与这个实体——身为一个人格、身为更深刻的灵性寻求者——正在经历怎样的周期和模式有关；**可以预期的，这情况会贯穿充满诸多周期的整个投生过程，并且只要第三密度的条件还存在就会是如此，这些条件鼓励着周期性的模式：醒来与睡觉、吃饭与饥饿、快乐与不快乐。**

这些周期在人类的人格(外壳)里很顽固，并且是被内建于恒常的灵性脉动中的，好让该幻象可以按预定的方式成为一场令人不安的、困惑的、分心的并最终成功令人谦卑的体验——以多种方式把你带出一己，接着跪下来准备好打开自我、迎向自己所渴望的东西。

因为一切被渴望的事物都会创造改变的新模式，而且改变总是困难的。在一个周期性重复的模式中，所有新的选择在特定(时)点、在很多(时)点上，似乎都是错的。

对于一个从心出发的人，支撑其信心的东西是那种对自我[无论是对或错]保持真实的感觉，以及——若一个人是错的——那种能够接受这一点并向前进的感觉；(该感觉)被下述热情所增强：它当初推动了寻求者做出改变，以便该自我可能领会这些周期，却依然可能借由跟随着心、跟随渴望而找出人生所需要的珍贵元素所在，不管这些因素是工作还是人群。不是通过眼见的事物而是借由心之眼来辨认，不是借由论理而是借由自信、相信记忆里那些发自内心的渴望。

（磁带第一面结束。）

（Carla 传讯）

因为造物者想望每个孩子去实现每一个渴望，去提出每一个问题，去敲响所有呼唤自己的门。

我们觉察到 R 实体想要使这场集会保持简短，我们也意识到录音机的(翻面)声音意味着我们没有满足他的期望，无论如何，我们现在可以满足他，并松开这个器皿和小组。感谢 R 实体提出这些非常衷心和真诚的问题。

看见一己的生活模式，标志着灵性的成熟。灵性更成熟的标志是：不仅想办法解开谜题，还找到各种方式越来越深地爱自己、认识自己；更深入地认识自己又再次使你找到各种方式去爱。

不懈地求助于爱的温柔手指，真的可以解开每一个难题；随着时间的流逝，那些爱的手指将会解开每一个绳结、移除每一个障碍。

我们在太一无限造物者的爱与光中引以为荣地离开你们。我们带着许多感谢，带着真实的感激[为了我们与你们的关系以及你们邀请我们分享一些想法]，离开你们每一位。Adonai。Adonai vasu borragus。我们是你们认识的 Q'uo。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2001_0829b.htm

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0829.aspx

★爱与光图书馆选集 第 34 辑

☆ **第 3401 章集：与 Ra 接触的 40 周年庆**

2020 年一月 15 日

哈啰，各位朋友，

今天是与 Ra 接触的四十周年纪念日。

1981 年一月 15 日，Carla 正在教导一位学生通灵，Jim 在外面买杂货。一位惊奇的非物质界的访客来到。Carla 挑战该接触者，突然睡着了，随后在醒来之后看见 Don 在房间里踱步着，显现罕见的兴奋表情。

接下来，我们的灵魂以及全球许多人欢庆。诸天歌唱。

这份礼物是 Carla、Don 和 Jim 冒了许多风险带给我们的，如果你有意愿，可以写信给 Jim 表达祝贺：

jim.mccarty@llresearch.org

爱/光，Gary(L/L 研究中心行政负责人

☆ **第 3402 章集：2020 元月问答集**

Copyright © 2020L/L Research

周六冥想，2020 年 1 月 11 日

主题摘要：如何与高我接触；信心的作用；与造物者合一；身体催化剂；理解负面能量；恶魔的由来

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿同在，我们感谢每位在场者今天邀请我们。在太一无限造物者的爱与光中我们向你们每一位致意。被呼唤到你们团体总是使我们感到愉快，因为你们寻求的心要比任何其他品质更加吸引我们、令我们钦佩。一如既往，我们要请求你们一项简单的恩惠。我们不是终极权威，因此，我们会请求你们拿起我们今天所提供的话语与概念，以无论什么对你们有意义的方式来使用它们。如果会有任何的话语或概念在此刻对你们没有意义，我们会建议你们毫不犹豫地将它们放在一旁。以这种方式，我们就会对于谈论那些话语与概念感到自在——即在回应你们可能会有的任何询问时我们感觉可能有帮助的话语与概念。

在此刻我们会问，是否有一个我们可以用来开始的询问？

Q1：哈啰，Q'uo。你们能否告诉我，一个寻求者如何能够与他的高我接触，好问它一些问题，关于我们在这次投生中的人生使命？

Q'uo：我是 Q'uo，我的姐妹，觉察了你的询问。高我是你的存有的一个部分，它一直都准备好向你提供信息与灵感，这些信息与灵感产生于你在下述状态中的衷心请求：在你可以称为的冥想状态中或者在梦境状态中——无论哪个状态对你而言是更容易接近的。这是一种经常在内在被使用来提供下述指引的沟通类型，这种指引是目前逃离该真理寻求者的东西，并且在其人生道途中拥有可观的意义，于是信心与意志的品质就会在这方面起作用了。

比如在冥想状态中，如果你能够请求高我的协助，同时列出那个你正在寻求的、要被照亮的品质——(该品质)取决于你在对周围人无条件的爱中越来越充分地敞开心轮的程度。这样，信心的面向接下来就变得大有意义了，因为**当你请求来自高我的协助时，通过这份信心——即相信那是有可能的，并且就好比是你与生俱**

来的权利，容我们说——你就给你的高我提供了一座桥梁；接下来，伴随你的意志与信心的力量共同起作用，你就象征性地构建了那座从你自己的心通至你的高我的桥梁，于是这条通道就可以是一种双向的沟通了。

如果你能够在冥想状态中完成这种视觉化观想，则高我完全有可能将会感觉到你的意志、信心，以及你要以特定的方式在灵性道途上被指引的需要。

我的姐妹，有后续的询问吗？

Q1：没了，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你。此刻有另一个询问吗？

Q2：是的，哈啰，Q'uo。为什么我们需要信心。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于大多数身处第三密度体验幻象之中的实体，该幻象是如此令人信服，以至于任何感到或相信有一个超越这个幻象之实相的实体，经常会被周围那些实体视为虚妄的或愚蠢的，因为对于在你们第三密度幻象中的大多数实体而言，看起来明显的事物是：唯一的实相就是他们在平日里用双眼和五官所接触的事物。大多数实体不大可能看穿幻象，好让他们拓展其视野并取得你们可称为一种更为宇宙性的概观。

然而，那些有意识的真理寻求者，如你们可能对他们的称呼，在他们存有内部拥有(某种沟通)——无论这种沟通是通过直觉，或是通过自己的具有灵性特质的体验，还是通过心智上相信一种灵性经验或道途——于是寻求者的信心面向就可能

成为指引之星[容我们说]，这会引导该寻求者前往那个它想望在灵性旅程上行旅的方向。信心就是这样一种品质：它允许有意识的真理寻求者开始领会自身存在之更大特性，那个自己在其中生活、移动并拥有第三密度存在的实相之更大特性，以及那个更大的视野——看见存在于第三密度幻象之外的、带有太一无限造物者之合一性的造物之特性。

因此，**信心就好比一个激励者，或如我们先前说过的在路上的一个标志、一颗指引之星，能够对个人存有的灵性面向说话，并允许心智的面向以一种更清晰的方式来领会：自我、自我存在于其中的实相、自我在其上行旅的道途之更真实的特性，以及该旅程的目的地——即太一无限造物者。**

我的姐妹，对于该问题是否有进一步的阐述？

Q2：是的。一个人有可能与造物者合一而同时仍然存在于肉体之中吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，它不只是有可能的，那还是每个实体以及太一无限造物的每个部分的实相，因为造物者已经从祂自己的存在中缔造了一切万有，于是通过祂自己的每个部分在返回进入与太一无限造物者合一的旅程当中所做出的所有自由意志选择而更加充分地认识祂自己。因此，**作为一个有意识的、追寻真理的灵性寻求者，你的任务就是去越来越多地觉察到存在于你存有的每一颗微粒之中、又确实存在于整个太一无限造物之中的造物者。**这是一种领悟，当有意识的真理寻求者沿着寻求的道途越走越远时，这种领悟就能够被体验到，因为道途自身是由太一造物者形成的。有一些对真理寻求者有帮助的练习，它们可能会协助那份对于自身周围的造物者的感知。

当你在日常生活体验中、在冥想状态中观察你周围的时候，注视并看见太一造物者。在某种菁华中、在某个程度上，感觉到造物者在你自己里面，通过你的双眼看见祂自己。当你看到其他实体在你周围移动时，看见造物者。当你注视一面镜子时，看见造物者。这些可能听起来是最简化的练习，然而，若带着真诚的渴望完成它，看见造物者，并从一个人的存有核心处知晓这是真实的、有可能的，那么造物者就可以在你寻求的时候越来越多地向你揭露祂自己，因为当你寻求祂的时候，你就汲取了该能力——在你自己的灵性旅程体验中越来越多地感知到祂。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Q2：没了，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，在此刻有另一个询问吗？

Lynn：Q'uo，除了一个人吃什么东西之外，有任何的扭曲或灵性的因素能对于诸如胃酸逆流之类的身体问题起作用呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。身体是心智所创造的生物。因此，时常会发生的情况是：**当特定的催化剂或成长的机会尚未在人生体验中被充分辨认或被利用时，心智和灵性将会利用身体；然后这类的催化剂时常会被给予身体，以便它可以通过一种扭曲或者你们会称之为一种不适(dis-ease)的事物来表达。这种不适，接下来，就会抓住心智的注意力，因它尚未在心智层次上充分感知该催化剂，如果真理寻求者把不适视为尚未被充分利用的催化剂的一个象征，就可能在那时领会该不适的更深入意义了，于是一个人就可以找到一种在疾病(disease)与催化剂之间的相关性。**

你谈及的逆流能够被视为，举例而言，无能力摄取或认识到来自你日常生活中特定的心智催化剂的灵性营养。我们说这点为一个潜能，而非你在此刻的存有的菁华的一个现实情况。一个人所可能体验的这类型的不适，在它们于肉体载具中的显化中，有着某种途径，借此，真理寻求者可以找到一种推论——关于这个已被错误感知的催化剂，容我们说。

那么在冥想状态中，下述做法可能是有帮助的，即看待你的不适为这样一种途径：借此，如果你能够在冥想状态之内开放你自己迎向更大的可能性，进一步的灵性成长便是可能的。对于所有这些考虑，我们都建议冥想状态，因为心智的状态充满着各种各样的概念与可能性，而它们可能或可能不适用于你的情况。接下来，就是在这种冥想状态中，这些各种各样的可能性开始消散，直到只有那个对你当前情况有重要意义的可能性留下来为止。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：没有，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Jan：我们有一个来自 Sherry 的问题，Sherry 说：「我的理解是，借由接收黑暗能量或服务自我极性的催化剂，并将我们的光能量或服务他人的导向应用其上，我们不仅能够驱散黑暗，我们还能将它转换为第三类型的能量，也就是基督能量。这对于我们星球与人群在此刻具有至高的重要性——某种一加一等于三。我做过一个梦，耶稣在那儿解释了它，并给了我一个象征性的金色戒指，这样我就

会把它回忆为炼金术。我是否适当理解了这个概念？Q'uo 能否谈谈这种灵性炼金术，以及我们如何在这种练习上尽可能地有成效？看起来当我把人体想作一个水晶时，这似乎更加容易。」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，对于一个在灵性道途上已经带着巨大的经验与成功行旅了一段时期的实体，这种灵性炼金术是有可能的。这种炼金术是行家的工作。

那么，该行家在冥想状态中确实能在星球意识内观察到各种各样负面导向的能量表达，这些能量尝试把实体们彼此分开，并以一种方式来控制他们；这种方式符合特定负面导向实体的先决条件，这些负面导向的实体此刻就在你们星球的影响圈内运作着。这就是你们可以称为一种善恶大决战的代表事物了，在此，正面导向的实体与负面导向的实体开始以一种方式互动，该方式的目标是允许这个星球的人群中的正面导向实体可以自由地做出自由意志选择，而负面导向的实体则寻求去征服与控制这颗星球及其人群从而可能把该星球加入他们的帝国中，如他们的称呼。然后，该行家在冥想状态之内可以看见这场战争正在进行，于是有着各种正在运行的负面能量，这些负面能量可能在该星球人群中被感知为国家对抗国家或者派系对抗派系，甚至家庭成员对抗家庭成员都可能被视为参与到了这类负面导向的强化当中——强化了那份为了自我利益而去控制的渴望。

当行家通过其存有将来自太一无限造物者的爱与光传导到这些运行中的能量，以便用开放之心的无条件爱淹没它们并完全包围它们时，这些能量接下来就被它视为能被爱与光所围绕的东西了。所以，当行家能够在冥想内的专一焦点中看见这个图象为一个视觉化观想，接下来，它就可以进一步将正面导向的爱与光传送给这些能量，这样，它们就会被如此传递的爱与光所渗透。**这是一种视觉化观想，**

当它能够在心智中被保持数分钟的时间，确实能够在某种程度上转化此刻在你们星球上运行的负面导向能量。

当能够把这个形象保持在心智内之际，接下来，作为结束，该行家将会拍手或跺脚，以便将这个异象根植在第三密度幻象中。这种动作或行动，就会为该行家在此刻完成该练习。**如果每日重复这种练习，这样是很好的，因为此刻在行星地球上有很多很多具有负面导向特性的能量正在运行中；**并且，当听着新闻，当看见负面特性的行动正在运行中，当在其存有内感觉到该星球各式各样部分中的负面性，当在它听到这样或那样的负面导向体验之报道的时候，该行家将会发现自己被吸引到多个方向，于是对于该行家，就有机会每日继续这种练习，使之成为自己人生体验的一个机能。

对于很多人，还有另一种途径也可以提供这类体验，那就是，当一个人穿越日常生活的活动时，将所遇见的每个实体都视为造物者，将实体们之间的所有互动都视为造物者——视为造物者正在与周围的实体分享爱与光之观念。这是一种具有较少魔法的练习，容我们说，因为它使用显意识心智的沉思状态，但这也继续允许行家在下述过程当中拥有进一步的体验：将太一无限造物者的爱与光带入其存在状态之中，如同灯塔一般地向那些它将在穿越日常生活的过程中遇到的实体发射爱与光。因此，该行家有可能完成的具魔法特性的工作量是无尽的，容我们说。然而，它是会被这样的努力所影响的东西，因为纯粹的寻求者拥有具魔法特性的巨大气力，并确实可能在允许正面能量在行星地球上生长的方面卓有成效，如同一片布满花朵的田野一般。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Jan：不是沿着那条路线的问题，谢谢你们。我们有一个来自 Michael 的问题。Michael 说：「有没有任何的社会记忆复合体会在第六密度切换/调解极性，并已经加入星际邦联了？有任何来自这样的群体的流浪者吗？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们觉察到每个负面导向的实体与社会记忆复合体，当它穿越各个密度的周期，从第三密度进展通过第四与第五密度，都将会在第六密度的体验中遭遇到一个困难，对于一个负面导向的实体或社会记忆复合体，那个困难最终将导致其极性的倒转。因为在进入第六密度之前，负面导向的实体有可能借由跟随分离并控制周围实体的道途而追寻与太一造物者的联合道途，于是移除被它所统治的那些实体的自由意志、接着取得它们的力量。每个负面导向的实体或社会记忆复合体都感觉，它就是造物者而且在其存有的这个特性中，「将宇宙设置在秩序(order)中[容我们说]」的做法有其正确性，于是就有啄序等级，接着更有力量的实体统治最少力量的实体。

然而，当这些实体接下来从第五密度进入第六密度时，就有必要调和并平衡第四密度的悲悯心与第五密度的智慧，以便看见所有实体都是太一无限造物者，而不只有自我是造物者。因此，这种倒转先前所见事物之观点，对于所有负面导向的实体都是必须的，因为它们必须要将自我和其他自我都视为造物者，而不仅仅是自我。这对于负面导向的实体是困难的，所以它们必须要在某个点倒转其极性，并成为你们称为的正面导向的实体。这对于它们是有可能的，因为它们在负面道途中已取得的力量被视为等同于正面导向实体所取得的力量，也就是说，它在其自身是一种力量，它会对意识——一个散发并操练这股力量的实体的意识——产生一种作用。

因此，负面导向实体并不需要回溯它们的脚步，接着在第三密度开端重新开始。

它们已经取得的力量被太一无限造物者视为与正面导向实体取得的力量是相同的。「再不能取得进一步的力量」这个事实，就是负面导向实体的简单领悟了；在那个时候，这些负面导向实体是极端睿智的，它们进入第六密度的体验并且看见这个困难要求它们翻转其极性，容我们说，成为正面导向实体。

在此刻有另一个询问吗？

Jan：没有了，沿着那些路线没有了。我们有另一个来自 Juan 的询问，他说：「一个正面导向的第三密度存有是否可能感知第四密度的服务他人之练习为服务自我？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如果我们正确地了解该询问，那么(该询问涉及)正面导向的第三密度实体会观察那些假定是正面的第四密度体验，却以负面的方式看待它们。我们会认为，对于一个对第四密度经验有误解的正面导向实体而言，这是有可能的，因为第三密度的寻求者位于遗忘罩纱笼罩的第三密度幻象之中，于是就有困难看穿这个罩纱，并清晰地感知任何一种第四密度特性的体验。

那么，第三密度实体对于在第四密度内看到事物的起初感知，必须要以一种方式被仔细地观察、感受、感觉；该方式要超越肉眼可见事物的表达。然后，就有需要去用内在之眼、第三只眼、靛蓝色光芒能量中心来观看，于是以一种更为平衡的方式去感知事物，无论它在第三密度或是在第四密度之中。我们会推荐，这样一个寻求者，在那时，退隐到冥想状态中、考虑已经被指定为负面导向的观念，而它们确实可能不是这样的。这是一个，容我们说，尊重或再次注视已经看过的东西的练习，于是一种新的评价就可以呈现自己给该真理寻求者了。

此刻有最后一个询问吗？

Jan：是的。有一个来自 David 的问题，David 说：「恶魔是什么？那些存有是如何变得与造物者之爱和目的如此地分离？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的姐妹。那些被视为是恶魔的实体通常是负面导向实体所投射的思想形态，这些负面导向的实体利用这样的思想形态尝试去控制特定的一些实体或者给它们带来恐怖，于是，如果它们无法正确感知到恶魔的特性，它们或许就会开放自己朝向进一步的负面极化。负面导向实体利用这样的思想形态之投射，以便通过恐惧的概念控制特定的实体们。然后，对于这些恶魔的恐惧就会被视为能够被负面实体所减缓或消除的东西，因为它渴望的目标是去控制该实体，于是送出恶魔以带来恐惧。

因此，恶魔就是负面实体——在它确认特定的第三密度实体可能会对其感到恐惧反应之后——已经构建的那种品质。因此，**恶魔是为了一个特定的使命而以一种针对个人的方式[容我们说]被构建的，不仅是针对特定的实体，还是针对特定类型的实体：通常是心智较为虚弱的实体，它们无法看穿恶魔、无法在终极实相中看见它(也)是太一无限造物者的一个创造物。**当对恶魔充满恐惧的实体传送爱与光给恶魔时，接下来，在该实体的心智之内的恶魔就会产生质变，不再是恐惧了。这是一种方法，借此，该实体——曾是恶魔的目标以及负面导向实体努力控制的目标——借由呼唤更高的力量，便能够移动自己超越负面导向的实体以及恶魔的层次，并能够用内心所感受到的太一无限造物者之爱与光同时浇注这两者，因为那时在这个实体内在有这样一种感觉：**太一造物者即是终极类型的资源，所有的真理寻求者都可以呼唤祂，用来与人生体验中的任何恶魔或感知到的负面性**

打交道。

负面性是由非实存的道途——也就是说，负面的道途——所产生的东西，如我们在先前的询问中提到的，该道途在经验的八度音程中无法长久持续下去。那么，**每个与任何类型的负面体验或恶魔临在接触的正面导向实体，可以在冥想状态中——用自己通过对负面导向实体开放的心而传导的太一无限造物者之爱与光——浇注这个实体或幽灵，并在它的路上祝福它，**因为该正面导向的实体那时开始看见在任何恶魔中、在任何负面导向的实体中、尤其是在自我之内、在宇宙造物的全体中都存在着太一造物者，并且将会协助自我看见属于存在于万物之中的太一造物者的实相之本质。

在此时，我们将离开这个器皿和团体，一如既往，为着你们在这个特定日子分享爱之振动的机会，感谢每一位。你们在一个困难的幻象中移动，却在寻求的旅程中找到如此大量的太一无限造物者的爱与临在，我们总是对于这样的真理寻求者的坚持不懈而感到惊奇。我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们把各位留在太一无限造物者的爱与光之中。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2020_0111b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2020/2020_0111.aspx

———————————————

☆ 第 3403 章集：成长的过程

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想

2001 年五月 20 日

团体问题：今天的问题涉及灵性寻求者似乎正在经历的成长过程。我们想要 Q'uo 给我们一些观念、关于这个过程的特性。在大多数时候，当某件事在内在发生的时候，我们可能会或不会感觉到它在我们外部生活中的反响。我们想知道 Q'uo 能否给我们讲一下，这个改变过程是怎么发生的，改变的不同类型和阶段，以及寻求者可以用哪些办法来安然度过这改变。

Q'uo 能给我们讲讲，一个冥想的过程和练习是如何增强这种改变？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。一如既往，被这个团体所呼唤是一种极大的喜悦，今天下午、我们十分蒙福地、受邀来谈灵性成长的主题，谈谈如何相对舒适地度过成长的过程。当然，这是一个无尽的主题。我们仍在学习如何享受演化的自然且不可避免的过程。我们十分乐于对你们讲话、并对该机会感到满意，但是一如既往，我们请求你们每个人带着一只会分辨的耳朵来聆听、仅仅保留那些似乎对你有帮助的观念，把其他部分留在后面。

当我们考虑如何谈论这个演化过程之际，我们在你们每个人的振动中歇息、体验你们每个人的美丽、彷佛你们是花朵，你们每个人都带有其自身的香气和形状，每朵花都在不同的阶段绽放，某些人格比起其他的人格带有更多的刺，某些人是比其他人更坚韧的植物，但是所有人都是根据每个人的灵魂特性而美丽地绽放。

也许，这就是开始考虑成长过程的地方，认识到没有任何东西能够真的能伤害这个过程。成熟和演化是受保护的过程，虽然有些实体肯定会设法逃避变化，但事实上谁也不能中止成熟和进化的过程，至少不能长期中止。命运的磨坊磨得很细，曾经很粗糙的东西都被磨细了，这就是你们的体验的性质。你们选择的环境是灵性精炼厂，也就是你们圣经所称的精炼之火。

可以这么说，体验就是一种精炼的火焰，这个世界的运转方式就是如此。一些外在的生活事件可以导致某些成熟和进化。不过我们相信，(主要)问题的出发点是内在景观、而非尘世的景观。在精炼过程中，与外部事件相关的感觉在某个层次上得到过滤、提炼，正是这个过程的内在部分吸引了发问者的兴趣，因为不管外部世界怎么变幻莫测，一般说来对于自己正在处理的材料，自我的情绪部分会有不同的感觉浓度。

外部事件可能是大的、或是小的，它们为寻求中的灵魂带来的礼物，就是抓住你的注意力，把你的感觉、焦点、竞技场或工作从一个情况的表面上、或世俗的细节拉开、进入那些敏感的感觉和脆弱易受伤的区域，而这些区域看起来描绘了无意识的珍宝箱。

灵性催化剂的反讽是：就情绪和灵性方面来说，该催化剂提供的材料越多，你就越难用清楚又简单的话，令人满意地讲出在熊熊的精炼之火中出现的感觉、情绪、受苦的过程。当寻求者停留在表面的层次上，要向其他人解释正在发生什么事情是很容易的。当有一个情况是一种疾病、死亡、雇用情况的改变或某种其他的大型的、明显的催化剂，在这一个人周围的实体是能够毫不费力地掌握并同情该情况。当困难的升起是因为伴随着情绪上的艰难体验、崭新的体验，对于时间的风险和恐惧，有着柔弱的感觉以及内在的畏缩与颤栗，要去跟一个朋友构建一

次简单的对话并描述正在发生什么事，这是远远更加困难的。确实，一旦你开始深入探索自己的情绪，去获得一个更大观点的机会，暂时是遗失的。因此，去调查、探测、探索那些困难的体验或感觉的区域，虽然在表面上似乎是有帮助的，甚至用一种苦乐参半的方式是令人愉快的，从另一个方面而言，单纯地接受那些正在流过能量性存有的感觉，则是更有技巧的。

智力头脑玩的一大诡计，就是认为自己有能力理解各种情况；再次地，一般来说，智力头脑确实有潜力能够恰当地评估外部情况。而在灵性成长的过程中，当主题来到恐惧或一种得到安慰的渴望的地方，更有帮助的是：进入到该存有中、那个无言语的部分。因为那些感觉不需言语、就可以流过每个脉轮的各种过滤器，像能量扫帚般起到清理、净化的作用、像天气一样流经脉轮系统。

开始把你自己看成很结实的生命，远比你感觉到的自己更为结实，看成是跟行星或恒星一样坚实的存有。摆脱把自己看成肉体的想法，进入自我是能量生命的概念，接着你就可以看见关于自己的模型、如同这朵极为美妙复杂的花儿：不管天气是好是坏都会盛开，尽情享受当令季节的雨水和阳光。

花朵在体验雨的时候就单纯地让雨浇灌。当太阳出来了，花朵就感激地接受阳光。这两种天气状态对花朵的健康和进化都是必要的；同样，感知上的好时光和内心的坏天气，对于你、成长中的生命、都是好的。

我们不会对你说苦难不是真的苦难，因为你们每个人都充分察觉到，你能够承受而且也确实体验过的苦难有多深。每个人都遭遇过巨大的困难。若我们试图对你说、你还没受过苦，那我们就是傻瓜。

我们想说的是，这种苦难是极有帮助的原力，它是强大的、可以为你提供你来到这里要体验的那些精炼能量；不是因为你想要受苦，而是因为你想要探究并看看你是否能够带着更大的纯净度重新作出那个服务光的选择，你就是带着这样的想法而进入此生。

你们在这次投生开始之前，仔细地为它计划好了种种希望。这个器皿称为的圣灵、很多人称为指导灵、Ra 群体称之为高我，在这次投生前和你商讨过，你们一同考虑了你在一次人生中，究竟希望设置哪些服务和学习的目标。经过慎重细致的考虑以后，你选择了自己人生中的人群：伴侣、父母、孩子、朋友、敌人，你把每个人仔细地安放好，让他们可以用种种方式跟你产生摩擦，磨掉你的锐角。你对周围的人起着精炼之火的作用，你周围的人也对你起着精炼之火的作用。不过、这火不是关于人的火，而是属灵之火。这整个精炼过程都靠灵性能量驱动。它是造物者去认识自己的能量，而你渴望去认识自己，反映了这点。

我们鼓励你们每个人，把高尚的理想跟完全务实的实用性结合起来。醒悟到灵性的实相是件好事。不过这种觉知是安置在血肉与尘土的一生中。你进入投生来体验的，是非常真实的物质幻象里的砂砾与摩擦，这里就是为你的开花季节选定的竞技场。

我们认为，信赖你现阶段最好的成长和学习所需要的，正是你扎根的土壤和你在周围看到的花朵，这种信赖有着极大的生存价值。我们认为，离你最近的东西可以向你提供巨大的服务机会。我们认为，了解到你心中始终在变的世界中的永久性、这对你有极高的价值。

在什么位置上、这个世界的实相停止、而形而上的实相开始呢？我们向你建议、

两者都位于你的心中。如果你住在脑子里，每天产生许多想法，飞快地掠过想法的表面，你也许会制造出一阵很大的噪音，但你可能不会产出很有意义的东西。如果你进入静默和心之实相中、你可能一言不发，但你可以在心的管辖范围内、在平安中歇息。我们已经把你们描述为能量存有，当我们谈到进入心之中，我们是在谈论进入那个能量存有的最核心处，身体和灵魂在此处相会。

要了解，在你的大脑和人格外壳输送出一个又一个的想法时，你的心在平静地随着天父造物的韵律跳动。身为鲜活的生命，你拥有令人难以置信的本能智慧，挑战在于怎么撷取你内在早已拥有的东西。

R 实体问到了冥想可以向成长过程中的人提供哪些强化作用。这个实体清楚地觉察到，我们也非常赞同，冥想是强化进化过程当中、一个十分强有力的方法。以你感觉自在的任何方式进入静默，始终是个强大的帮手，因为爱在沉默中住得最舒服、表现得最充分。我们不知道有哪些领域也许会在静默中向你打开，但是静默所打开的房间里，坐落着许多宅院。

我们单纯地认为，静默的习惯极为有帮助，而且持续如此。就我们所知，要从外在世界的层次进入内在世界的各种层次、感觉和存在的过程就在这里运转、静默是那单一最好达成的方式。

你们在听我们说话的时候会以为我们从来都不笑。你们会以为我们从来都不哭，以为我们总是冷静的、睿智地在调配话语。事实上，并非如此。我们奋力去找各种方式和你们分享我们的体验，我们并不觉得自己是极为成功的。但是我们必得分享的内容，超过任何其他事情的、就是一种爱的觉知，确信爱的本身、确信爱的威力与公正；爱就是你们的真实存在、也是我们的真实存在。

我们鼓励每个人，让任何进入你心中安慰你的光把你举起，于是妳乐意向上伸出双手、迎向希望帮助你的天使群。我们请求你们知晓，你们不是孤单的，(只要)请求就有安慰，祈祷就会得到回应，一旦你请求帮助，无形存有们就会来到你身边，祂们很爱你，想望以一切方式来守卫你。造物者并不在远处。造物者是非常非常靠近的。记住这点是好的。

我们希望你们找到许多平安的时刻，但我们向每一位保证，动荡和不安同样也有其目的。你越能平静地查看在你人生中的那些麻烦，你就能够发展出更多的信任，即这些麻烦并非单纯地就是貌似挑战你的困难，而且也是帮手，它们的目的在过程完结时、藉由后见之明将会更加容易看到。我们鼓励你们每个人都将相互彼此作为救生绳索来使用。如果有一个困难的时刻，找到某个你信任的人好好谈谈。这样不会使得精炼的过程更容易一点，却会让它更为能够忍受，因为彼此分担就会减轻负重。

我们会在此时将这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开它。我们是你们认识的 Q'uo。

（Jim 传讯）
此刻我们愿提供自己、尝试述说在座各位可能有的任何进一步询问。请问现在有另一个询问吗？

Carla：S 打电话提了一个，他问到遍布世界各地的光中心，好比雪士达山(Mt.Shasta)、塞多纳(Sedona)、马丘比丘(MachuPicchu)等等，它们有什么显著的意义？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。这些已经被描述为光中心的区域对于那些敏感的人或，在超心灵上有觉察力的人有一种效果，容我们说，因为这些中心或区域同时是位于智能能量的入口点、以及在你们的多年期间吸引寻求者的优势。

然后这些中心浸透了具有蜕变特性的能量。因为由你们的子理则、太阳、所发送的智能能量，是通过各种漩涡进入地球的；这些漩涡是这种能量的配电器、容我们说，它们让这个星球的全部人口最终能够分享这些蜕变的特性。

这些漩涡位于一个规律化的网格中；我们在这个器皿的脑子里寻找字汇，(网格)复合体是我们能找到的最接近的字汇了。漩涡在原力线路的交叉点形成，它们是让智能能量容易融入地球之地幔的入口。对于这种能量敏感的实体们，常常会被吸引到这些区域，好体会更多的生命脉动、容我们说。有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：不了。我这边没有。S 可能会想在回来之后跟进(提问)。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你和 S 实体。在此刻有另一个询问吗？

M：跟进 Steve 的问题，在我们的区域中，在印第安那和肯塔基州之间、最近的能量漩涡是什么？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。在这个具体的地理区域中，有一个跟这个位置很靠近的能量漩涡，那就是路易斯维尔城，在一个五到六英里的半径之中

有其他的漩涡，位于人群中心的东边和西边。有一张这个器皿能够定位的地图，在判定这些位置的方面是有帮助的。有另一个询问吗，我的姐妹？

M：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：这周有个托尔特克族术士到我们这里作客。我在听他描述内在的景色时，我在想他是不是在某个内在层面工作，好比星光或提婆界等等，我在能否从那方面来思考、构想他的实相？你们会建议我如何思考这件事？他是在什么层面看到他看见的东西？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。
我们只能笼统地回答这个问题，我们认为这个实体既参与了在座每个人所居住的空间/时间幻象，也参与了时间/空间幻象：也就是更为形而上的、或肉眼看不见的幻象。你在冥想、祈祷、沉思中接触到的，都反映出这个环境，这个实体在这儿有一片住满实体的内在风景、容我们说。是否有进一步的询问，我的姐妹？

Carla：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢妳，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

R：你们通常无法详细回答这类的问题，比如我们这个地区中的漩涡位置。这是因为我们早已知道了、以致于混淆法则就不适用了？我很好奇为什么你们能够比你们通常状况说得更具体呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。关于能量中心的入口的问题，我们能够给出这个器皿能传递的内容、而不用担心侵犯任何实体的灵性成长，因为这些(地理)能量中心是所有实体都可用的，对于一个人的未来并没有影响，容我们说。有另一个询问吗，我的兄弟？

R：没了，我这边没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

M：你们将会在这个夏天前来照看我们的团体、直到明年秋天我们再次聚集在一起之时？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。在这个团体的两次聚会之间的时期.....(录音带结束。该回答基本上是肯定的，虽然不会尝试传讯，而只是协助冥想)

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3404 章集：结束关系

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 4 月 1 日

团体问题：今天的问题是，当你尝试结束一场关系，对方却不愿意跟你谈时，怎样是结束一场关系的最和谐方式呢？当你渴望结束的情感很强烈时，有任何你能

够在不涉及另一个人的情况下、于内在为你自己做任何事吗？(结束关系)这件事有多少部分属于一个内在的过程？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Hatonn，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。在这个下午被你们团体所呼唤，这是我们的荣幸和福分，感谢你们给了这份祝福。我们也向你们每个人送出我们的爱与祝福。我们请求你们每个人在聆听我们所讲述的内容上谨慎地分辨，拿取那些对你们有益的内容、把其他部分留在后面。我们作为同伴而非作为权威而与你们一同旅行，我们不愿意以任何方式成为一块绊脚石。

在开口前我们几乎迟疑了，因为对我们而言，你们的冥想相当地美丽，而我们知道，我们的话不会像静默那样充满意义或美好。但是你们提出了索取资讯的请求，想了解在一方迫切想结束关系而另一方不想的时候，该怎么去结束，所以我们必须就这个有意思的主题，使用言语来提供我们的意见。这个器皿请求我们说明，为什么今天我们在这里，而非 Q'uo 群体。正是这个特殊问题的性质引来了我们 Hatonn 社会记忆复合体的能量。我们属于爱的振动，并且，确实有一些受你们关注的事情是通过全然开放的心、而不是通过智慧或者爱与智慧的任何混合来处理的。

开放之心的关注之一是宽恕，虽然引起强烈感情的关系告终可能看起来并不特别与宽恕有关，但实际上，它与这个多少有点困难的概念有着很大关系。**对于在任何密度中的任何一个生命，进入其人生的关系，都是自我给自我的一份礼物**。投生是在存在的无时性的圆圈之内的一个特殊时期，在其中时间和空间稳定下来，你之所是的人格开启了一场冒险。你给了自己这场冒险所需的一些资源和东西。

你给了自己那些作为目标的议题，即你想望去探索的人生课程，接着你给了你自己一些人际关系，通过这些手段好最有效率地处理这些议题。**理想的关系是这样的体验：两个实体走到一起，越来越和睦地相处，直到两人之间所有的课程都学习完毕，所有的服务可能性都探索殆尽，慷慨的礼物都给出为止。**所以，每个关系都会教导并给我们机会去分享我们的礼物、并有所服务。实际上，这就是发生的事情了，但是，在物质的幻象层面上，关系的表达经常看起来是令人伤心的、不完整的，而且必得被留在似乎是不和谐的情况中。

在某些情况中，当看到关系结束了，而自我还没有为关系的结束做好准备，两人之间的言语还没说完或觉得还不完整时，在物质性幻象的层面上，就没有求助的对象了。关系中的另一方也许已经离开这个物质幻象、从而失去了直接沟通的机会。也可能由于环境的影响或意见的不同，两人之间产生分离，甚至不再有沟通的机会。肯定地，许多情绪能发生在两个实体之间，使得他们不可能成功地与对方说话，不管是出于愤怒、愧疚，还是单纯的误解。

在此生中，人灵的渴望是混杂的，因为在肉身中的灵性是一个混杂的生命，我们那么说的意思是：一方面，该人格想要舒适并操纵和控制情况，好得到舒适和安全。另一方面，有个完全灵性的存有，它几乎与时空无关，却与理想、灵感、奥秘以及——够奇怪的——伦理道德大有关系；于是，一个灵性觉醒的实体有一部分总是想望尽一切可能创造最纯净的道德环境，给出所有的尊敬，让所有的沟通都很和谐，所有的歧异都得到疗愈——在言语能做到的范围内。

在很多情况中，一个灵性觉醒的实体所遇到的情境是：对方已经选择不去跟随最高和最佳的呼唤，因此单纯地决定在没有沟通的情况下结束一场关系。我们可以建议，你在面对这种情况时首先要做的，就是让你的显意识完全丢开对情况的控

制。如果与关系相连的痛苦不是数量更多的话，这会是令人吃惊的，因为几乎在所有案例中，关系中的双方确实都有许多疼痛与酸痛。我们一次又一次地鼓励，相爱的人之间要保持诚实清楚的沟通，尽可能友善亲切地谈论棘手的事，因为正是通过谈论棘手的事，通过讨论遇到的难题，通过暴露自己的脆弱与痛苦，两个人才开始变得更亲密，接着开始产生无条件的信任，而这种信任是有真正亲密关系的俩人之间所必需的。

在你们的密度之内，几乎不可能知道你何时已经伤害某人、如何伤害某人、心痛点在哪里以及敏感区在何处。如果另一个实体不愿与你分享这个信息，那么，直觉没有告诉你的信息，你就是不知道。这情况多痛苦啊，对于无意中错过信号的自我，以及缺乏敢说话的性格优势的对方都很痛苦，因为对方没办法温和有爱地告诉你，自己有哪些需要必须得到满足，有哪些生命局限必须坦承，自己感知到的哪些过失必须与你分享。

我们想说的第二件事：这种单方面沟通的情况，有时是你在这个关系中要上的课的一部分。当你在处理一个重复的议题，尤其是不断意外出现的议题，在其中不只需要释放另一个实体之时，你还要释放潜藏在沟通失败背后的议题。因为你来到这里上的课以及要来分享的礼物(天赋)，在某些情况中会让人际关系中某些人格无法忍受，所以下述做法是有帮助的：探查这个关系引出了什么问题，于是你可能看到在这段关系当中曾有些并非指向个人的元素——这些是不需要与对方讨论的、而只需与自己讨论的。

以这个名为 Carla 的实体为例，她曾有一次经历，在事后发现，本意是想帮助对方的沟通，实际上却造成了伤害，甚至伤到了无法继续以前的和睦关系的程度。这个实体错了吗？无论从哪方面来觉察都没有错。是对方错了吗，因为它无法为

自己辩护？再次地，无论从哪方面来思考，(对方也)没错。有时候，对于两个实体而言，其议题变得比这关系更大了，他们[包括 Carla]最好想一想，处在「没能力沟通」这件事中心的议题是什么？对于 Carla 实体来说，她的投生议题碰巧是：「我怎么为另一个实体服务？」正是从服务他人的角度来看时，这个实体将为一个似乎悬而未决的关系找到终止位置。

但是，在比这更深的层面上、比课程和人格外壳更深的层面上，这些课程都是关于爱的课程。接着我们要暂停一下，好让这圈子里的每个人可以把自己的中心重新放在此刻的领悟上：即每个人都安住在全然的爱之中。每个实体都是由那个爱的无限(起初)思维带入肉身的，你得到人声和双手去做事、服务、存在。但是，每个人都是靠着爱的呼吸、光的能量、神性的力量而移动的。站在这个爱之本质的立场来看，每个人就像是一个振动，而那个振动是爱的一种表达。**最好记得自我这种深刻又恒常的本质，因为在肉体投生的表面上，在日常经历中，肯定有很多汹涌的水域和大量令人困惑的事件。**

最好记住，一切事物归根到底都是爱、宽恕、接纳、释放的议题。在这个具体例子中，想结束一段关系却没有可以跟对方沟通的优势，这里最大的议题就是宽恕。不是简单地原谅另一个自我，虽然这肯定不能少，而是开始看见那个人就是自我的一部分、自己碰巧不能够控制的部分。然而，自我能够在心中控制情绪和思考的方向，能够决定让自我释放并宽恕所有阴影——那些好像有损于对方灵魂层面之美的阴影——接着重新恢复自己对这个人以前的认识：完美、没有任何种类的污点或过失或罪恶，因为这就是真实的本质，不仅是那个人的，也是自我和一切万有的真实本质。**一旦你打从心里释放对这个人的苛评，剩下的宽恕工作就是宽恕自己。因为虽然该议题似乎跟对方有关，实际上所有事物都回到自我身上，只有等你宽恕了自我以后，才会宽恕另一个自我。**

当在情绪和心智上已经有了大量创伤的时候，可能在自我看来，还未存在任何牵连自我的责备。似乎所有事情都已经漂亮地完成了、有希望得到完美的正向预期结果。我们不是说这些事情不真实，我们只是说：它们对每个人自己来说是真实的；所以，在这种双方无法对谈的情况下，假如关系中的一方可以对另一方讲出自己的心里话，可能一个完全不同的故事就会浮现出来，这一个故事从自我的立场来看根本不认识；借由两个不同的实体之观点，实际上发生在双方之间的事件同样也被改变。然而，就灵性而言，下述做法是完全有可能的，也是我们强烈推荐的：寻求结束这样的关系，直到自己心里完全满意，并且疗愈过程接着可以开始进展。一旦移除了对另一个人的所有责备、愤怒等等，接着转移焦点前往自我之心，你就可以更有效地做真正有帮助的工作。在自我之内(工作)不涉及侵犯自由意志的问题，因为你处理的是自己的自由意志，你可以决定自己想做的事而不用怕是否踩到了(别人的)痛脚。

对于许多人而言，具体行动可以有效地帮助他们结束这种令人心碎的困难情况。为了祈请这个器皿称为的大自然母亲之力，我们会建议某种直接的事，比如写下你想望说出的所有事，一件一件写下来，尽量写得很详细，不遗漏任何细节，说出你希望述说的每一件事。然后我们会建议你，用两种方式之一，告诉大自然及其原力你需要一个结束：一种是仪式地、仔细地烧掉一封这样的信，把它献给无限造物者。另一种是把这封信包住某个物体，比如树根或岩石或小石子等，接着埋起来，再次地，附带某些仪式性话语，用以表达你愿意释放对这个情况的个人控制和评判。

潜藏在这种行动底下的是信心，相信目前这个关系的表面不完美自有其道理。如果你完全不渴望与你想要结束关系的对方(未来)有进一步关系，我们会建议烧掉

信。如果渴望祈请时间之力，让这个关系和其中的议题可以在将来得到解决，而且你愿意为此工作，那我们会建议你把信埋起来。但是，对于这两种情况我们都会建议，最仔细地考虑你在烧掉或埋掉信之际你想要怎么表达，(同时)把这个(仪式)看成真正的结束，看到结束正在形成，并且问你自己：「我怎么才能用最大的爱心，达成最和谐的结束呢？我该怎么怀着最敞开的心释放这个灵魂、让它走自己的路呢？」让这成为一个关切，激发出下述话语：你所能找到的最高尚、最有爱的话语，同时又是完全诚实与真诚的。

记住，当你进入关系的时候，你是在与非常脆弱的生命打交道。你也许觉得自己是在与一个强大的势力战斗，但你仅仅是在与自己战斗。对方(other-self)的自我阴影就与你一样，是个纤细、敏感、易受伤的人灵，常常感到困惑、常常会失控。即使在我们以为控制了情况的时候，很多时候还是有不纯的情绪和尚未充分领悟的议题，它们会使感知产生偏向和扭曲。这就是你们此刻所享受的物质幻象的特性。在某种程度上，这依然是我们环境的特性。我们可以被自己愚弄，我们可以在关系中被微妙地愚弄。这方面的工作会持续到你们的密度之后。不过，处理它是好的。它的确是灵性进化的真正材料。在各种关系上工作就是净化情绪，并一次又一次地将自我置于谦逊与服务渴望之中。

在非常深刻的意义上了解到：自我的差事就是给出爱、接收爱。在感知到爱被献给自己时，接收爱的工作就完成了。给出爱的工作则是无尽的，因为要爱另一个人并不需要与那个人签约，你可以在不侵犯自由意志的情况下爱所有的生命。所以，我们鼓励每个人工作下述方面：不求回报地爱，不执着于一封信或一通电话或任何其他沟通方式有什么结果，而是将爱注入虚空，注入深渊，那就是在信心中活出的一生。

我们会在此时将这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿，接着在爱与光中离开它。我们是你们认识的 Hatonn 群体。

（Jim 传讯）

我是 Hatonn，再次于爱与光中向各位致意。我们要问那些在场的人是否有任何进一步的询问好让我们可以在今天讲述？

Carla：我要问，你们可愿评论一下，为什么我们联系到你们而非 Q'uo。你们确实说了一点，我会乐于听到任何进一步的说明。

我是 Hatonn。我们总是热切地想把自己的振动加在这个团体上，因为我们已经伴随了这个团体很长一段时间。当在这个寻求圈中有一种特定的寻求配置时，那么我们就有荣幸在言语中带着我们的振动加入你们。所以我们今天就这么做了。请问有另一个问题吗？

Carla：没了。我乐于同你们说话。我刚刚问这点，因为它是不同寻常的，已经很长时间没有发生了。我很乐于同你们说话。过去也有人请求同 Oxal 和 Yadda 谈话，但是我并不精确地知道如何请求特定的实体，因为我只请求以稳定的方式承载我能负荷的最高与最佳的通讯，接着几乎总是出现 Q'uo。非常感谢你们。

我是 Hatonn，我们感谢你，我的姐妹。请问在此刻是否有另一个问题？

S：我的侄女愿意吃的东西很少，甚至在她确实吃的东西当中，她还在把一些从她现在的饮食中除去。我的兄弟和他的妻子都很担心，而我对于她这么做的原因感到好奇。我们可以做任何事来帮助她吗？

我是 Hatonn。我们没有很了解这个实体，而必须以最一般的方式来谈论，因为我们的强项并非检查个体的振动复合体以诊断其中的困难。我们可以建议，当一个实体只对很少的食材有兴趣时，这种情况尤其在你们的年幼孩子身上是十分频繁的，那么该实体的需要是从父母以及在该实体生命模式中的重要人物身上摄取爱。因为**就最基本的意义而言，你们的食物就是爱。爱允许生命力持续地流经肉体载具，而年幼实体会把食物与这种爱的品质划等号，而这种爱的品质是所有实体最基本需要的东西，尤其是对于较年幼的实体。如果有某种方式，借此可以用一种更好理解的方式关注这个年幼的孩子，也许接下来充满爱的存在之映射也将会在饮食习惯上显化出来。**请问有另一个问题吗，我的兄弟？

S：今天加入我们圈子的无形朋友们，有任何机智或智慧的言语吗？

我是 Hatonn。我们考虑你的询问，并可汇报：今天通过言语沟通的工作已经由我们承担了，我们很荣幸承担这个工作。然而，我们要提醒每个在场的实体，**最有效用的沟通方式并非头脑对头脑、或头脑对耳朵，而是心对心的沟通**。那些今天加入我们的实体，它们是你们肉眼看不见的，它们借由致意、借由祝福、赐福而发送这爱的振动给每个在场的人，于是，每个人都可以良好地接收这种爱、并反射它给周围所有人。有另一个问题吗，我的兄弟？

S：我现在没有。谢谢你们。

我是 Hatonn，我们同样感激你，我的兄弟。此刻有另一个问题吗？

R：我没有问题，但我感觉到我想要说，听到 Hatonn 真是美好。它并不总是会发

生，感谢你们谈论爱，因为爱确实显露了。

我是 Hatonn。我们也感谢你的出席，感谢我们从你身上感受到的爱，以及，确实，我们从今天圈子里的每个人身上感受到的爱。请问，在我们离开这个团体以前，可有最后一个询问？

（没有进一步的询问。）

我是 Hatonn。我们发现，我们已经在这个圈子中发现的感激、爱、真诚的寻求渴望，同样在我们心中反射给了今天在座的每个人、以及在你们星球人群中所有那些渴求的人。因为我们的耳里听到了地球人口此刻对爱的巨大呼唤。回应这一呼唤的天军此刻是庞大的，我们有幸成为其中的一小部分。如果每个人每天花时间冥想，在冥想中寻求太一造物者，就可以找到爱的最明显的品质和感觉。因为在你们大多数人的日常活动中，噪音、静电干扰、喧闹嘈杂、匆忙的分贝实在太大，让大多数人的耳与心根本听不见，但是在你心底的最深处，爱之声直接对每个人说话。我们是你们认识的 Hatonn 群体，我们在此时离开器皿和这个小组。Adonai，我的朋友们。Adonai Vasu Borragus。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_0401b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0401.aspx

---

☆ 第 3405 章集：Carla 老师给 S1 的一封信(摘译)

Copyright © 2008 L/L Research

原始出处：www.llresearch.org/letters/letter_1991_0918.aspx

注意：警告！这些文字并未由 Carla 编辑检阅。预期会有些错误。

1991 年九月 18 日

亲爱的 S,

很高兴听到你的消息。

从您对 C 的评价来看，尽管你妻子的家人在这里，而且这里是一个好地方等等，在我看来，你在那里是快乐的。

至于我是你唯一认识的、会分享形而上学观念的人，那实际上本身就是令人相当惊讶的，不是吗？

我绝对着迷于所有单纯的问题。我不明白为什么人们会停止问：我们为什么在这里？我们是谁？我们想要做什么？我们将要去哪里？许多人说，人生实际上就是工作、吃饭、睡眠、变老，节食和垂死。好吧，也许这就是他们的生活，但对我来说不是。

别担心，只要我还有一口气，这个管道肯定会向任何想要工作形而上思想的人开放。我真的认为不仅于此。我认为我们是形而上的实体，而非物理的实体，而我们的实相就是我们的这一部分(前者)，而我们当中似乎很少人对此感兴趣。

听起来、你的暑假是典型的忙碌。为什么呢？我经常对此感到疑惑。美国的度假

人群倾向拥有拥挤的假期，以致于你几乎需要再休个假才能从假期中恢复过来。

我看得出你在这方面继续做大量的阅读工作，我对你的学术精神表示祝贺。你可能会发现，试图从一个管道到另一个管道把拼图碎片组合起来、那是一种持续的挫败感。关于这点，我能给你的最佳建议是寻找(共通)精神，而非信息的文字。通常，如果它是正面导向的信息，不管日期、时间、地点的细节如何，形而上的原则在任何声称的灵性学科、如佛教、的接触过程中都会非常稳定。

当然，我发现自己和芭芭拉的工作都是如此*，我们正为今年下半年或明年初的另一个周末做准备。我喜欢和芭芭拉一起工作，她是聋子，这意味着我们不能好好说话，因为我不能长时间地使用手语、却不会完全破坏我的身体。这听起来荒谬，但手势动作用到肌肉向上移动到肩膀和颈部。我上次吃了苦头才发现这情况，因此这次我们同意微笑并点头，必要时在电脑上给彼此写信。
(*译注：她们的合作造就了亚伦与 Q'uo 对话系列，中文译本都收录在爱与光之图书馆之中)

我热切地希望 L/L(研究中心)将会能够给我买一台 IBM 相容的笔记型电脑，因为我的笔迹变得非常糟糕。最近一位亲戚跟我要录音带、而非书信，因为他看不懂我的书写。发送录音带信件目前使我感觉比较好。

学习塔罗牌是一生的工作，所以不要对自己期望太多。当然，这是注视原型心智的一种方法，当然它是很重要的，但是我认为灵性伦理学的基本观念是如此简单，以致于往往人们会从旁边经过它们，因此无需太多研读就能够看待一个特定情况，接着说：「在这里我该如何服务？这里的爱在哪里？我能如何展现爱：通过做某件事或不做某件事，通过远离它、或自己参与其中…..」总是有这样的选择

在我们面前，思考其道德伦理是很清楚的。

重点不是你尝试要转变自己；而是说，如果你是那种把灵性带入生活体验的人，那么当你静静地坐下来、静心冥想时，当你阅读或考虑具有灵性内容的书时，它将会改变你。这不必然是一个舒适的过程。但是，只要事情的节奏似乎是准确的，我完全乐于和你一起探讨这些想法。

我确实认为从她的观点来看，她是一个好的运动员。显然地，出于某种原因，她真的不热衷抽象思维、虽然她嫁给了一位理论数学家，我猜想她只是认为你很可爱之类的。我确定你是(可爱的)。但无论如何，你有时不禁会想、人们是如何走到一起的，因为他们之间经常有着很大的不同处。

无论如何，我想她可能始终不会理解你渴望认识真理的方式，并且我想她也必须面对一个事实，即你永远不会理解她的方式。所以，这实际上是双向的，并且不只是你正在学习、而她很懒惰，我不认为，我想象她正在以自己的方式努力找到自己的路，无论她怎么称呼它，不管是正统教会或其他任何东西。由于我认为所有

途径都具有同等潜在的益处，只要能够有效地把我们带到这一点：让我们可以沉思永恒、而不限制那种感知，我们只需要在各种途径中相互支持，并且对此有信心：我们所爱的人选择的道途对他们是好的。

有时候，信心不会以一种抽象的方式在某人身上蓬勃发展，我认为那就是基要主义宗教派上用场的时候。它们为您提供了一种结构：由四堵墙、一个天花板、一个地板组成，你知道什么是对的，什么是错的，都在圣经里，你不知怎的感到比

较安全。我在事工中、和敏锐的灵一起从事的工作，你在寻求中所做的工作，这些都是高风险的业务，它们对一个人要求很多。它们大多要求一个人能够活出所学、不管在任何一条路上。但是，这种研读所涉及的学习通常发生得很快，这是一种非常有效率的方法，因为这是日常的事务，而不只是在周日发生的事。

对于任何形式的正统宗教，采用比较基要主义的方法所带来的麻烦就是恐惧，这是一种非常真实的恐惧，认为所爱的人已经误入歧途、而不会以某种方式进入天堂。对此、我们几乎没什么可做的、除了说：「请为我祈祷，因为我认为这不会损害我的灵性进展，而是拓宽我的视野。」

例如，托马斯·默顿*与禅宗佛教徒和各种不同的宗教广泛地合作。他一生中大部分时间都住在肯塔基州，他是一个修道士，但他做过许多宗教之间的工作，我推荐他的作品，因为他是一个虔诚的基督徒，同时也是一个敏锐且开放的心智、带着一支非常清晰的笔。
(*译注：https://en.wikipedia.org/wiki/Thomas_Merton)

我记得小时候就开始阅读、大约三岁时，所以到了八岁、我已经读了所有想读的儿童书籍，而我真的很想读图书馆的成人书籍区。妈妈每周带我去一次、图书馆员认识我，她给了我一张成人卡，我可以借出想看的任何书，接着在我借出的一本书中、有着一堆性爱露骨的场景，你知道的，我那时不知道他们在讲什么。它直接从我头上飞过。因为我听不懂，所以这是相当无害的。多年后、十年后，当我找出书中的内容时，我才明白了。

我希望人们可以看到，如果孩子们阅读了他们不理解的东西，他们不会受到伤害，因为这东西会从他们身上溜走。真正有害的是把这些东西放到电视或电影

中，尤其是暴力，于是人们认为自己可以重击、出拳、射击、对他人做出各种其他侮辱，还可以起身走开，这情况经常发生在电影中。

在现实生活中，如果你揍某人或踢某人，他就会倒下不动，真的、真的受伤了。这情况确实令我感到担忧，因为我认为孩子们会变得越来越有侵略性，因为他们在电视上看到它就会认为：「好吧，这样是 OK 的」。

现在来到你这个问题：「为什么基督在医治某人时，会说、不要告诉任何人？」我认为基督*想要保持模糊。我认为他想要自己的事工是自由的，他当时面临着两个问题，一个是政治的、另一个是宗教的。就宗教而言，他宣扬某种正统观念。当然，他自己在十三岁时就是一位拉比。但是他讲道的其他部分跟救世主的到来等等有关，这是相当冒险的。这部分不是正统(教义)。据说犹太人仍在等待弥赛亚。(*译注：根据前后文，这里改为耶稣似乎比较恰当。)

现在有些犹太人已经决定耶稣就是弥赛亚，他们仍然自称为犹太人，并以此方式敬拜。但在大多数情况下，学者们，犹太社区的法利赛人确实存在一个真正的问题，他们肯定认为耶稣不应教导。

此外，有一个党派反对罗马帝国，他们非常想要耶稣成为尘世的国王，以取代被帝国派往加利利等地的罗马下层领导，他们希望耶稣成能成为尘世的国王并将犹太人带回以前的荣耀。实际上，从这两个方面讲，「请不要告诉任何人」是很有道理的。

同样地，耶稣很可能有这种感觉：不在猪前面扔珍珠。换句话说，如果一个人对一个不相信这种可能性的人说「他治愈了我的失明」，那么这对于说这句话的

人、或据信做了这事的人都没有任何好处。

[朗诵]「对我们来说没有悖论*」。悖论在什么密度中不复存在？
(*译注：一法 73.14)

在第六密度中、实体们研究如何将悲悯、爱和智慧结合在一起，当您在第六密度中移动时，您会了悟到悖论在合一中自行消除了、它们是硬币的两面，实质与阴影，你看见一面、却没看见另一面就是不完整的。

如果你思考一下，悖论不会是绝对的。我可以说、最好的方法是，几乎无法用英语表达，那就是如果您有零并且它是一个完整的零，那么如果你在那个零中只有一个东西，它将不再是纯粹的零。绝对的充满也是同一件事。如果你少了一个东西，那会是小于充满。在这个密度中，这不是我们要考虑的那种悖论。我们在这个密度中注视着相对的悖论。更快、更慢，更热、更冷，比较有爱、比较少爱，比较有光、比较少光等等。

我认为，当我们处理关于绝对的思想时，我们需要考虑到绝对的空虚和绝对的充满是一致的，就像所有无限的品质都不能被限制一样，包括悖论，所以当我们处理悖论时，我们肯定知道：我们遇到了可以帮助我们了解这个幻象的东西，以及一些教导我们关于爱的课程。

当您开始在灵性上学习时，到处都有悖论，并且越来越多人开始将悖论视为一种动力的必要组成部分。它们不是绝对的，它们在我们这个密度和生命周期中、就我们的环境而言是局部的，值得为它们庆祝。我们自己就是极端矛盾的人。我们的心情、考虑的思想，关于我们的许多事情不尽相同，不仅是一年又一年，有时

是周期性的，一遍又一遍，而且我们看到自己以相对的方式指称自己，也指称其他人群、这个社会等等。

所以，悖论不是你(目前)想要摆脱的东西。

然而，第六密度对于合一的理解并不是全然完整的，因为实体们仍然看见自己与其他人分开，即使他们身处各种巨大的社会记忆复合体中。我认为我们真正觉察到没有悖论的时候就是失去我们的边界，那很可能是第七密度。很可能就在那个点：我们转离过去、未来、现在，同时拥抱一切万有，于是不再有任何悖论的可能性，因为我们即是一切万有，我们感觉到那点。

梦境是一种有趣的状态。

在梦境中，我们得到了这些有些扭曲的幻想，这些幻想正在努力尝试与我们谈论自己。通常，在一场梦中，梦中的每个实体都跟你有关、都是你的一部份。所以，当你注视自己的梦之际、你尝试做的就是把梦境的每个部分视为自己的一部分，也许看见它的模式朝向哪里。

的确，任何显现出来的东西都是扭曲的，因为唯一的无扭曲就是绝对的爱。第一变貌(扭曲)是自由意志，那就是在自由意志作用于未赋能的智能无限之前、它会增强其中的一小部分，使其可能爆发成为一个受造物，接着通过无数个意识领域来学习关于自己的种种。

肯定地，Ra 对「扭曲」这个词汇的使用没有任何评判。他们意味的「扭曲」是指它在某种程度上无法表达真理的完整性，正如你所指出的那样，根本没法子表达

任何东西、甚至只是思考它却不会扭曲它。

所以、扭曲不是一个责备性的术语，它只是一个准确的术语。例如，通过棱镜的光之扭曲显示出美丽的(彩虹)颜色，也向我们更多地展现、那些扭曲都是符号。那并不意味着它们是坏的，那些符号是非常、非常有用的，并且光不会因为被折射所扭曲、就变得比较不完整。

OK，人格的锻炼是一个过程，不是一个东西，不是一个成就，而是一个持续的过程。我们进入这一生，接着通过我们在很年轻时，感到无助、无法自卫的恐惧，以及通过我们所爱的东西，建立了一种系统以抵御那些我们担心的事物，以及拥

抱我们喜爱的东西，我们发展出个性。我们发展出一种可识别的人格、跟我们在镜中看见的脸孔相吻合。

我们认为自己在扮演这个角色或那个角色。我们看见自己年轻、中年、变老，我们数着皱纹和牙齿的数量，我们看到这些变化正在发生。而且我们看到继续在自己周围巩固一种特殊的个性。我认为事实上，我们的个性与我们(自己)几乎没有关系、正如我们的外表与我们几乎没有关系。

我们不是我们的身体、不是我们的思想、不是我们的个性、不是我们的情感。超越这些，我们还是某个东西。

但是，为了能够成为一个容器、能容纳我们真实的自己，我们需要以安全谨慎的方式，缓慢地、非常缓慢地允许这些固定的东西存在、它们跟我们的人格有关、尤其是跟恐惧有关。

所以，我认为人格的锻炼就是我们检验这些原力的过程，我们检验它们在我们生活中的用处、及其适当性，当事情发生在我们身上时，我们不仅要经历它们，而且还要审视它们，也许一条细丝可以被拿走，因为我们现在看到不再需要那副装甲了。不需要我们那部分的个性了。

只是努力消除我们恐惧感的固态就可能需要一生的时间，我们个人的主观方式看待自己为有限的存有。当然，单就我们本身而言、我们是有限的生命。然而，我们内在有一种伟大的美、伟大的光、伟大的爱，为了在承载这么美妙的宝藏，也就是爱，好让它可以流过我们，我们必定要让自己在该人格中变得不那么固态。

并不是说我们从此没有意见，不是说我们不会犯很多错误，也不是说我们没有个性，而是我们看到这些东西只是这一次人生的产物，它们不是我们的本质，所以，如果我们看到愤怒，我们说：「哦，愤怒正在产生，我想知道、它会停留多久。」我们并不是回避该体验，而是穿越该体验。

我们用我们所有的感官细胞去经历它；聆听、注视、观察，因为稍后我们自发采取行动并准备好在这种情况下可以做的事情之后，我们可以回头说：「嗯，我需要把那条线放回去，因为它使我感到害怕，但是看这里，我能够将切断这条线。」

我不认为我们应该催促意识中的工作，我认为应该通过沉思我们在这一天所完成的事情来鼓励该工作。每天一次，每周一次或每月一次做这样的事情要容易得多，因为我们会忘记很多事情。所以，如果我们想望了解自己，我们有各种工具可以做这件事，只是需要很多的坚持。

现在，获得人格锻炼之资源的一种方法是通过做梦，它们是一种好连结。在那些

梦中、我们从潜意识获得素材，如果我们维持一份梦的日志，单就一个梦而言可能没有意义，但是如果我们能够记录一段时间内的梦，我们将看到一种样式，该样式告诉我们我们在哪里卡住了。我们的过去有什么东西使我们卡住了；对于未来的什么恐惧使我们卡住了，在当前的什么问题中使我们卡住了。它在某个地方阻碍了能量。

这是非常主观的工作。你不能买了一本关于梦境意义的书，就(完全)信赖它，因为每个人的符号学都有些不同，但是当你开始看到该样式时，我认为你的心智是归纳专家，会在他人看来相当复杂的混乱情况下、寻找一种潜在的样式，你将开始掌握这种功课：可以放松自己，开放自己、能够在这个密度中使用越来越多的光来显现爱。

出于这个原因，我确实推荐(维持)一本梦的日志。这偶尔是非常耗时的。一旦到达可以记住自己梦境的地步，有时您就可以记住很多很多事情，并且必得写下很多事情，但这真的是非常有益处的工作。

因此，在尝试做靛蓝光芒的工作中，你要做的就是拿起那个人(即自己)，他曾在童年期受伤，也许在成年期也受伤，一个没有饱满自我价值感的人。拿起那个人，看见你选择去执着的恐惧。「这就是我。我是没有做到这点的人，我是不擅长做那件事的人」，等等。在日常生活中，这并不明显相关，因为在日常生活中、我们不真的存在，我们表现各种行为。而且我们不会以值得或不值得的方式行事。我们以自己感觉合适的方式行事。

但是在我们里面，当我们做这项内在工作时，我们试图做的是不残酷地对待自己，缓慢地、谨慎地走出恐惧和局限的迷雾，于是在我们的心智之内，我们活在一个阳光普照的地方，那里的鸟儿快乐地唱歌，信息以温和的方式传给我们，我们能够让它通过我们，而不会因为害怕我们没有足够的能力乘载这种思想、而阻碍它。

当人格开始受到锻炼时，我想我会使用某种数学[你知道的、我对数学一无所知]；如果你能把自己想成一个意识场，那么普通人在杂货店排队、他有个足够强健的意识场、使得这个人聚集在一起；但就形而上而言、这个场可能并不特别强壮，这意味著作为一个光之存有、该实体将无法使用那种饱满的光、而一个有更有气力的能量场就可以使用它。

我认为，当我们锻炼自己的人格，简化思考，当我们释放对自己以及所有其他人的评判时，我们开始依赖信心、而非恐惧的原则，就开始学习去爱不可爱的人，我们认识并接受发生在我们身上、那些(令人)无法接受的事情，我们开始成为宇宙的公民、光之存有，已经增强气力的意识场，显然它们不会增加质量，它们已经增加气力和力量。

再次地，我很乐意更多地详细说明那点。

您引述了：「认识自己，接受自己，成为造物者。*」

一个人的(能量)场具有终极的气力，到了这一点，它单纯地转身离开看似多样的意识场，接着拥抱一个伟大真实的意识场，因为它失去其身份、同时获得了一切

万有。

(*译注：一法 74.11)

现在，您的下一个问题有点滑稽。你说我说我了解 Ra 材料。不是一个字一个字地懂。作为一个受过哲学训练的人，我确实感觉自己理解一的法则。这是我从来读过的、唯一首尾一致的宇宙学。并非我已全部读懂。并非我知道这个宇宙论是否真实。我只知道，当我从该材料的不同方面审视它时，它始终保持一致。

还有一个要点是：在这个宇宙学中，它的描述或其特质的核心是子子理则，那就是人，共同造物者，而人在第三密度中、在这里所做的就是找到一种方式、选择服务的道途，这样一来，在不传教的情况下，一的法则设法创建一种结构、在其中，任何一个共同造物者或个人的中心需求是发展出一种个人神话，可以引领它通往永恒的大门、容我们说。

我选择了基督徒之路。它对我是管用的。我非常幸运，多年来，我的灵性顾问一直是非常好的。圣公会教堂的神学有两件非常重要的事：一，你不必相信任何事情，你只要希望有一天会相信；二，人们身上没有原罪。

所以，并不是说我完全理解有关 Ra 资料的每一件事，我当然没有，尤其是我从未学习的物理知识等等，所以在那里、我没有太多可以依靠的知识。一个人必须有一个基础，而我唯一的基础是逻辑，我想我可以从逻辑上掌握正在说什么，但是，至于能够以学术的方式讲到一的法则的特定部分，我就不能够了。就更大的意义，我不相信任何人在这第三密度中、可以(真正)理解任何东西。我认为我们真的只凭信心生活，我们一直在问各种问题，而那就是我们应该做的。

答案远没有问题那么重要，因为答案总是归结为爱，那就是答案。但是问题会是什么？

我认为，当我们检查自己，我们是谁，我们要去哪里，我们正在精炼问题、还有答案。似乎我们专注于答案，似乎有些答案会给我们带来突破，似乎是这样的，但是对我而言，真正的突破是开始渴望提出问题。

因为新约一遍又一遍地提到：「你们寻求，就必寻见；发问，就会得到答案。敲

门，门就会打开。」我认为我们首先必定要有一个问题，必定要有一个渴望，我们必须打开那扇门，所以我对一的法则的理解是普遍的，因为我把它看作宇宙学，它把我们放在该宇宙学的中心，不只是处于第三密度的我们，还有无处不在的意识场，它向我们解释了(宇宙的)邻居基本上像什么样子，该游戏是什么，我们要做的什么才能通过这一生。这个「死亡阴影之峡谷」。当我们出生时，我们立即就被判死刑了。我们将会死亡。我惊讶于人们并不经常想到这个问题，但我猜想、这只是因为他们不想要这么做。

我在 Ra 资料中看到的是，不带有情感，没有宗教狂热，也不是在传福音，它给一个人很大的价值，并且告诉那个人就是处于第三密度，那么这游戏就是「让我们做出选择去服务他人」。我们要如何做到呢？

那么，一的法则为此提供了许多工具和资源。但是该工作仍要由学生来完成，而不是盲从于一的法则。一的法则可以激发许许多多美好的引文等等。但是，除非你您选择让它成为现实，否则它不会出现在您的生活中。

所以，我真的感到欣喜、这份资料是公开可得的，因为它使那些不愿听从情感诉求[让某人拯救你的生命或灵魂]的人得以了解我们的邻居、我们所处的环境。OK，这里是我们的物理环境。毫无疑问，我们知道这个物理环境是一种幻象，那么什么不是幻象呢？

好吧，在一的法则中，它谈到并不完全虚幻的事情，随着我们学到越来越多东西，它变得越来越不虚幻，但是我们选择这样做是对我们正确的道途，但是我认为 Ra 确实鼓励我们每个人寻找并找到一条路径，在此我们可以为了在这里而感谢造物主，请造物主向我们展示、我们能提供帮助的一切，并单纯地确认我们已准备好提供帮助。

无论我们走在什么服务道途上，我们都可以为了在这里而感恩，赞美首先造就我们的造物主，并祈祷我们可以得到可行的服务和做事的能力。

我已经讨论过这些悖论，我认为我不会再赘述。我认为我们必须接受该事实：不仅存在悖论，而且还会因人们对于好与坏、道德和不道德等等的定义而有所不同。例如，在道德世界中几乎不可能成为理想主义者，除非您能够以道德方式管理自己的生活。

如果你关注政府的运作方式，税收的运作方式，在一个文化中、各个国家运作方式，就会发现情境伦理在辩证不同事物时不断出现，道德与正义混为一谈，爱国主义与法西斯主义混为一谈。你会看到很多不想看到的东西。

至于白魔法师，每个星期天，当我去教堂时，我都参加白魔法仪式。

白魔法师的目标是创造更多的光，在每个星期天的圣体圣事中，我们唱赞歌，听圣经，承认自己的罪过，准备成为一个新生命，然后采取一些行动。真正陈旧的硬纸板型面包，已经切碎了，还倒了一些加水的酒，它就成为耶稣·基督的身体和鲜血。

(圣体)进入我们，使我们认识耶稣·基督的思想和内心，使我们可以将他的光芒照耀世界上。那很可能是最常见的白魔法仪式。我不认为人们喜欢把它视为白魔法仪式，但所有要素都在那里。所以，关于白魔法是什么、基本上没太多困惑。

人们都太愿意接受这样的观念，即他人比自己知道得更多，理解更多、拥有所有答案。这样的人会紧紧抓住一个(他认定的)人，接着把他每一句话都当作福音、好话，当然不是。事实并非如此。

我来这个世界并不是要成为弥赛亚，先知或任何特别的人。我来到这个世界当一个仆人。我一直都知道我在这里帮忙，仅此而已。

田地已经准备好收割，但收割者在哪里？当我读到所谓的服务他人传讯谈论安全地点时，总是感到惊讶，还有某些人被带离地球，于是不必经历世界末日的灾难性变化。我不明白为什么任何一个真正想望为造物主服务、为祂的孩子服务的人会想要去任何地方、而不是造物主放置他的此地，在这种情况下可以最好地完全开放他的特殊天赋或才能，就在此时此地。

如果他要在某种大火之中死去，用形而上的术语来说，这只是过程的一部分。当你想到永恒时、会以有限的头脑思考它，接着可以想到永久的状态，你可以想到圆形，但是它们都有其局限。

无限不是像那样的。从概念上讲，它不是事物的顺序。至少我觉得必须接受该事实：我绝不会理解无限或永恒，或者完全虚无、或完全充满，尽管我有过立即的经验：完整的光，我不是我，我没有在观察，我只是光。这种情况非常随机地发生，我不知道何时会发生。我感觉到这顶峰经历超越某个程度是自私的，因为除了我、它对任何人没有任何好处。我只能喋喋不休谈论此事，没有言语(可以形容)。

因此，当我身体疲倦时，如果我不没有脱离它，那么我就会脱离它，因为我生来不是要活在山顶上、成为光。我生来就是活着，全心全意地待在死亡阴影的山谷中，为我面前遇到的一切做好准备，因为我知道我的击球率不会接近 1000*。

我之所以大胆地于向人们发送录音带信件，是因为首先，我总是告诉人们，这只是我的意见，其次，我已经听说我帮助过的人们的意见，现在已经有很长的时间了，自 1975 年以来、我一直在与人们合作。在人们主观认为他们得到帮助的情况下，我的击球率超过 500*。
(*译注：这两个数字是口语用法，需要再除以分母 1000)

这事实鼓励我继续提出有限的、可能经常有误的观点，因为我知道、我的建议或意见可能不准确，至少可以提供某种安慰或方法，以追寻某个有帮助的东西。换句话说，我只是觉得我或许在那方面有所帮助。

当人们谈论身体时，人们倾向于想到一个坚实的身体，而我不认为当 Ra 之类的实体谈论身体时，他们始终在谈论凝固的身体，我认为他们是在谈论各种形体、反映一种特定经验范围内、能量的平衡。

(一法)卷二很好地显示了经验的范围，红色是生存，橙色是一己和其他实体的联系，黄色是与社会团体，婚姻、学校、工作、教会、国家等等的关系；绿色能量是心(轮)；蓝色是沟通；靛蓝是意识中工作或内在工作；我们无法改变紫罗兰色光芒，因为它仅仅是对所有其他形体平衡的一种读出。

因此，当我们谈论死亡时将要进入的形体，我们并不是在谈论一个由肌肉、血液、血管组成的身体，如果你刺戳我，我将流血。我们正在谈论的是一个形体，它表达了我们在这短暂而非常珍贵的小小人生中所取得的平衡。这个读数非常客观的。这不是一个人可以捏造的东西。这不是一种有答案的测试。它只是注视着该平衡的人格可以安全使用多少光而不会损害自己。

至于灵质体(ectoplasm)活动的内部，现在书中有一个参考。尽管我经历过，但这并不是我所知晓的。我对灵质体的外在体验发生在我与唐进行研究的某一天，那段日子从 1968 年开始、直到他于 1984 年去世。他对检查任何超自然现象感兴趣。他是一位科学家。他想找出原因、原因、原因以及它是否正确等等。所以，我参加了许多次唯灵论者的降神会，其中大多数是彻头彻尾的骗局。我并不是出于刻薄精神这么说；我是作为观察者这么说。人们穿着床单这样跑来跑去，就这么简单。通过巧妙地询问交谈的对象、并没有提供任何不是早已知道的资讯。

不管怎样，有一个人名叫詹姆斯·廷格利，在我的经历中，他是独一无二的。我在某个介绍中写了一些关于他的内容。由于我缺乏夜视能力、我只看到灵体的轮廓。我只能看到灵体的基本形状和固态性，不能看透它~(具有)不透明性。

唐实际上可以看到它们头上的头发。他的眼睛像老鹰，他的母亲来祝福我，感谢

我照顾唐，她用了「修女」这个名字、在我脑海中浮现。我曾听过唐一家人称伊丽莎白为修女，但并没有进入我脑海，因为这在当今已经不是常见的绰号。它早已褪色进入迷人的古代遗物。

她宣布自己为「修女」，接着她祝福我、祝福我们俩，并且告诉我们、她是多么地兴奋，直到我们飞回家时，唐才随意问我我是否知道那个「修女」是谁。他知道我不认识她。另一个非常不寻常的事情是，它们除了家人以外，从不呼唤(其他)人，唐和我也从未结婚，因为他想望禁欲，也不想要结婚，他对我来说、比我的生活地位更重要。

我只要求他给我足够的薪水，这样我就可以成为一个有工作的人，而不是某种情妇，我的祖母会这样说。我不是啊。

尽管如果人们做得很好而获得应有的荣誉，希腊人有一种赫泰拉(Hetaera)的描

述，那是一种可以与之交谈的女人，一个可以亲近的人，一个可以偕同创作诗歌的人，一个可以讨论哲学问题的人。重点不在于美丽或年龄，而在于敏感和帮助一个人达到他所想望的灵感程度的能力。该类型的妇女在历史上很短的时期、被赋予很高的地位。我很可能会成为其中优秀的一员。

无论如何，我确实看见灵质体。我不知道它是如何被创造的。但我确实知道，那个男人只是坐在折迭椅上，靠着一种你迭在一起的砖块，用来建造混凝土砌块的车库，拉开两个浴帘围起来，过了一会儿出来白色的东西、开始对人们说话。尽管我们还没结婚，唐和我却被叫到一起，这些讯息始终是给我们双方的，这些讯息鼓励我们向前进和教导。

所以，看起来很可能有许多种类的实体可以通过物质化的灵媒来使自己被认识，无论如何，让某人能够告诉您、从前不知道的事情、这可能性大约是赢得乐透一般，因为几乎每个仍然离大地层面够近的人，甚至可以跟这里发生的事情连结在一起，很可能只是一个人格躯壳，表达幽默、爱、愉悦，就没有更多了。

当 Ra 说我正在内化灵质体，我唯一相信它的方法就是，我每次会损失(体重)2 到 3 磅。我得去很多很多趟厕所。我体重下降到 84 磅，(当时)吃得比我这一生过去所吃的还要多。我不理解它，我只知道某种东西在我体内被使用、给出声音表达我不知道的这些概念，这是一种出神状态，对身体造成巨大压力。

现在，在某一场(通灵)集会结束后，有时我会损失体重，那时人们很需要发问；而我(的意识)走得很深，Jim 说过、该集会听起来比平常时听起来更像 Ra。嗯，Q'uo 是由 Latwii 和 Ra 组成的原则*，所以，偶尔我们有充分理由说 Q'uo 会以一种更为不变的方式来解释 Ra 的教导。
(*译注：后来 Hatonn 也加入 Q'uo 原则)

现在，我对金色黎明教团了解多少？首先，有两卷金色黎明，这是以色列·雷加

迪对于金色黎明之教义和仪式的叙述。我拥有的副本是修订本和扩大版，卷一、卷二。Llewellyn 出版社，1971 年。

一般而言，谈论金色黎明教团就是谈论一场浪漫思想与诗歌的爆发，济慈、叶芝、华兹华斯、雪莱、拜伦，甚至是克劳利、但我不会太信赖他。

不管怎样，金色黎明于 19 世纪末繁荣起来，到 1930 年代几乎全部绝迹，除了一些仍然存在但秘密的小分会。他们是非常积极、可爱的，并且基于一切事物都是我们的原则。他们接受了视觉化方面的训练，可以将一个东西持守在自己的意识前面，而排除所有其他东西。他们经过训练可以唤起灵界的人格。他们经过训练可以唤起灵性世界的光之品质。接着他们经过训练、把这些东西返还、为了这个行星意识的益处。

成为一位白魔法师需要每日大量的艰苦工作。对于有这能力的人，这是美好的生活，对我不是。我一天可以歌唱六个小时，但是我不能一天沉思六个小时。

事实上，你与我交谈，你用抽象的方式思考，你的思考方式受过数学等方面的训练，那是我所没有的。你说的话大大拓宽了我的视野。希望我也为你做同样的事。令人高兴的是，我们每个世界的扭曲都略有不同。我们每个人都有不同的课程要学习，所以我的耳朵向旅途中的同行者敞开，无论他们是谁，我只想尽快和他们对话。

我确实认为，为了最大程度地减少扭曲、Ra 透过细微的工作、有时把几个字汇串在一起，例如心/身/灵复合体，比一个单字更好地诠释这个概念，那就是他使用这个有点奇怪语言的原因。

这确实是一种语言、它试图更接近绝对，当然这是不能做到的。

现在，至于 Ra 说：他们不能为扭曲法则作出充分弥补，我不觉得 Ra 太苛刻，我觉得 Ra 是保持准确。当我们在旧约圣经，新约圣经和古兰经中看见、几乎所有世界宗教可以期望的最好结果就是平衡这些(精英)能量，因为纯粹不是我们可以

实现的。

心智的形成总会存在相对的缺陷或错误状态。我不认为，只要我们还会呼吸，能够理解或为自己做过的任何事情作出任何弥补，但我们只是去爱、接纳、坚持，对我来说就足够了。那就足够困难了，肯定会花我一辈子的时间，只是试图学习成为那样的人：在一的法则宇宙学中、凭靠信心活着，在黑暗中行走，寻找希望之星，但愿有一天我们都是一(体)；准备好了，我的灯上油了，我的火柴准备好点燃它、随时等候造物主呼叫我前去。

我有一个愚蠢的野心，那就是听我的主说：「仆人，干得好。」这就是我一生除了实现祂的意志之外的野心了。我当然不能对任何事情做出弥补。

所以，不，我认为 Ra 并不苛刻，我只是认为、我们确实无法做出弥补，我们只能宽恕，那也是一种弥补。我认为，以牙还牙、以眼还眼，平衡业力和所有这些的想法，对我来说，整个过程就像风中的蓟草、都被宽恕的概念吹走了。宽恕自己，宽恕那些使你恼火的人，并宽恕整个局势。忘记它，开始过一种没有那些东西的新生活。不要心怀怨恨。

（朗诵）「今天正在阅读 Ra(资料)的人们、是否可能就是过去被 Ra 引入歧途的人？」

Ra 说，他们代表流浪者进行交流。一些流浪者很可能是第六密度的。但是我认为这一种通讯专门用来对某些人讲话，他们下意识地、有意识地知道在这里要做的事比活着、死去要多一点。他们来到这里、以特定的方式有所帮助。

当我们发现那些存在的方式可以提供帮助时，这真的很棒，我认为一的法则就是这样的信息，我很高兴我参与其中。但至于 Ra 感觉他们带领人群误入歧途，现在他们必须将人群带回对的道途上，我认为这并不是针对个人的问题，因为它是平衡某些能量的尝试，主要是针对整体。

再次地，如果(对你)没有任何意义、请进一步发问。

（朗诵）「……每一个实体都必须寻求其基本路径…..」*
(*译注：出自 Ra75.15，Carla 在此有些许口误)

你确实的确给了我一个思考这些事情的机会，我对此非常感激。

是的，我可以详细说明这件事，因为它与我有关。我一直有个问题，就是看待自己和别人是分开的。出于某种原因，我没有(做到)。在大多数情况下，任何人的问题都是我的问题，任何人的快乐都是我的快乐。我基本上热爱人群。我喜欢人们，我喜欢了解他们，如果他们需要某个东西，我的第一脉冲就是给出它。我要付出什么代价都没关系。

因此，在该次特殊的集会中、发问过程就跟为啥我在演唱 B 小调弥撒时在被超心灵致意有关，答案很简单，我累坏了。另外，该音乐对我来说也具有极为强烈的意义。我认为自己是一个强烈倾向殉道的人，因为对我而言，殉道只是另一种方式说：「嗯，她在尝试帮助别人的过程中死去。」

我们都会死去，在我试图弄清楚什么是明智的、什么是愚蠢的同情之际，是在尝试弄清楚时候到了、我该去伯利恒*了，基本上，我在这一生中做了一些错误的决

定，接着失去了很多四处移动的能力，因为我已经做出了这些决定，但那是

OK 的。我能接受。
(*译注：Carla 的口误，应该是意指耶路撒冷)

所以，这首曲子对我来说真是一种折磨，撕裂般的痛苦，因为人们在耶稣骑进耶路撒冷时、在耶稣走的路上投掷棕榈叶，但后来有些人处死了他。我的心快要跳出来，所以我那时非常脆弱。如果你曾经唱过，只要尝试一路唱完这首 B 小调(弥撒)，无论你有多健康，都将筋疲力尽。

但对我来说，问题总是：「我是否应该做这件事，如果要去做，对我会很艰难；或者我应该休息一下，然后尝试活得久一点、而非(立刻)多付出一点。我从来没有完全解决过这个难题，因为很多时候我陷入一种情况，我认为某些事情确实非常值得，但要做到这一点，我知道我的肉体要为此付出代价，我会负债，我会头疼，我会感觉糟糕，但我确实需要这样做。我对此有强烈感觉，所以我去做了。」

即使每个星期天都上教堂，我不能在唱诗班歌唱，因为我不能坐那么长的时间，但我可以做礼拜，也可以参加祷告小组，因为过去八年来、我一直通过邮寄来运转该小组。与 L/L 分开，我给基督徒朋友的意见不同，我在他们熟悉的领域与他们一起工作。

（朗诵）「什么是裂缝？」
裂缝是任何种类的洞。我认为这个词来自那个烟囱和房屋都用石头建造的时期，不一定总是装饰完美。那儿有一些小小的洞，你拿起砂浆，混合一些混凝土，在

其中放一些石头，然后把它们塞进去。

我们都有个性上的裂缝。我们所有人都还在施工中，我们都有裂缝。正是那些裂缝构成诱惑的持续可能性、去以负面与精英的方式、自私的方式、寻求权力、掌控的方式去思考。

（回答她刚刚读的问题*）我很可能会说「意志」对你来说是一种很好的词汇用法，因为我认为你不会像害怕权力那样地害怕意志。我不太了解你，但我了解到你是一个强有力的人。你有特殊的礼物并且对于使用它们感到自信。
(*译注：该问题应该没有记录下来)

这常常会吓到人们。如果他们认为自己可能没有这种能力，可能会使他们难以与你沟通。但是，无论你有多大的思考能力，无论我们有多少爱的能力，如果我们没有坚持不懈的意志，我们都不会走得太远；我们也许会是很棒的人，但我们不会完结我们在人生中开始的比赛。毫无疑问，人生自始至终都是艰辛的考验，我

们是这里的勇士。我们正在学习。我们正在学习如何在一个没有太多明显爱的世界中展现爱。

不带苦涩，不因自己做了主观感知为错的事而责备自己，也不为自己认为做得好的事而自夸，而只是继续向前走。对当前的可能性尽量保持开放的态度。当你看到当下此刻为你提供一个机会来表示坚定的信心，并且说「嗯，我继续感到希望」。

如果你将属灵力量与世俗力量关联在一起，那么你就犯了这个星球上几乎所有人

都犯过的错误。灵性的力量就是臣服于太一造物者的无限意志力。它根本不是在夸大自我，而是一种臣服。它必须尽可能纯净，好让你可以在那个非常非常安静的地方，在那种寂静中听到你要做的事，如果你能够到达那里，那么剩下的就很容易了。

所以，这确实是今生体验中、非常重要的一部分，你将获得很多。我请求你不要害怕它，你没有滥用它，没有用它来控制别人，您只是试图使用它为自己学习东西。

我可以诚实地对你说，没有通往天堂的阶梯。只靠我或他人可能教的东西，我们永远不会到达那里。宇宙不会自动把我们带到任何地方。将会移动我们的是：我们内在发生的改变和蜕变，我们以最大的谦卑、最大的勇气去服务，并在事情显然没有任何帮助时、放手让它过去。

我祝愿你的道途上有许多光，S1，暂时再见了。收到你的来信真是愉快。
Carla

(V) 2021 Translated & digested by cT.

☆ **第 3406 章集：佛教哲学**

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 2 月 11 日

团体问题：今天的问题与新佛教(new Buddhism)的概念有关。在世界各地似乎兴起对佛教实践的一种新兴趣，我们想要 Q'uo 给我们一些资讯，照亮一下为什么

人们对佛教比以前更感兴趣，佛教对人们有什么影响，佛教哲学跟世界上其他宗教有什么联系，以及佛教如何关联到一的法则之哲学。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们存在。你们的寻求圈呼唤我们，这是一个极大的荣幸，为了你们对真理的饥渴，我们感谢你们每一位，正是这饥渴引领你们来到这个圈子和这一刻。能够在此刻从事我们所选定的服务是我们的福分，该服务就是跟你们星球上那些可能在寻求的人们分享想法与灵感。因为**我们的职责大部分是借由在异象、梦境和灵感时刻中的简单呈现来执行的。我们少有机会使用言语来沟通，比如我们通过该器皿和相似的其他器皿所能做到的沟通。**能够用这些被称为言语的不牢靠事物来表达我们的想法，这真是一种难得的乐事。我们感激这个器皿以及——广义地说——所有器皿做出的努力，感谢你们给我们机会，以这种方式来分享我们的话语。

一如既往，我们请求你们每一位使用自己的分辨力，因为你们每个人都有调得非常精细的共鸣式觉察；一旦你在心底深处听到了个人的真理，这种觉察就会突然活跃起来。在我们分享一些想法时，请求每个人注意聆听那种共鸣感——从心里产生的正确性、真理的感觉，比起所谓的老师或表面上的外在权威要远为有威信。我们认为自己和你们是平等的，也许多了一点经验。然而，我们仍旧觉察到自己。我们仍旧感到困惑并寻求着神性的奥秘。我们认为自己是跟你们每个人同行的朝圣者。与你们同行并在这次冥想中分享你们的振动之美，是一个荣幸。

你们今天问到关于佛教的主题，因为佛教作为一个外在的、已确立的宗教信仰，在这条道途上寻求的人近期在数量上重新活跃了起来。我们乐于与你们分享就我

们自己的观点对这个主题的一些想法。跟往常一样，我们先来为自己要讲的内容打下基础。那就是——正像你们团体里几个成员在会前的讨论中说的——有一个造物者存在；祂是那些所谓的天启教(revealed religion)试图去辨别或阐明或表达的。任何所谓的宗教都有这个器皿称为的包袱。佛教的情况与几个主要的世界性宗教的情况一样，它的包袱不是只有几年历史，相反，包袱的重量和责任是由一代又一代信徒千百年来积累下来的；这些信徒遵循宗教条规，想方设法重新确认、重新评估该宗教的珍贵要点。

因此，佛教与基督教、神道教、犹太教、瑜珈修行以及许多其他世界性宗教一样，随着成员试图用行动去实践由相关神秘系统提供的路，佛教自身会经历一系列变化和改变的周期。每个宗教，包括佛教在内，都有独特的宝贵面向，但每个宗教都有两方面，容我们说。每个宗教都有显露的或外在的一面，还有内在的、超自然的或神秘的一面。我们发现，正是在这个神秘的面向中，各宗教都倾向于统合与和谐，所以神秘主义的佛教徒可以与神秘主义的基督教徒、犹太教徒或东方信徒说话，交流基本上没有问题，因为神秘主义看重的是菁华而非细节。

正是在每一个宗教的外显面向中，我们发现，对于那些寻求被宗教启发的人而言有着大量充满考验的材料。因为在每个宗教中，你都将在那个宗教的外在的或已确立的教会面向中找到教条倾向。教条的优点是简明扼要，我们发现你们人群中很多人都需要一种教条式的信仰系统。在这样一种系统中，有一个特定的事情清单，列出应该相信什么，哪些事情仍然是真的；另外一张清单具体列出了不能相信什么，哪些事情仍然是不真实的。**我们发现，一个神秘系统或宗教系统越是多地尝试用教条方式来定义神学或其信仰系统，在那个宗教系统中各种各样教派之间出现争论和意见不一的趋势就会越明显**，所以，在外部教会中，一个团体既有其积极面向，它会以相似方式来思考或尝试以相似方式来思考，与之对照，同一

个团体也有其不利面向，它会尝试借由陈述那些它不相信的事情和那些它在相同宗教各种各样其他部分之中发觉为假的事物来定义它自己。因此，那些致力于倡导联合或统合的信仰以及全球范围的统一崇拜的努力，当它们借由这些世界上的宗教信仰当中任何之一的神秘或奥秘部分而实行时，这些努力将会被发现是远远更为成功的。

各种宗教之间最引人注目的区别，也许就是能量中心或脉轮；脉轮是一个信仰体系中大部分萌发性能量或奠基性能量的所在地。我们来讨论三个基本系统，第一个是基督教，第二个是以家族祖先和传统为荣的东方各宗教的综合体，第三个是佛教的觉悟之路。

在基督教中，对于礼拜者而言倾向于启动的基本脉轮能量是绿色光芒或心轮。这是由于该事实：名为耶稣的实体是一个老师，他只关注一件事，那就是爱。这个实体提供了一个简单的信仰系统，他说：「**汝应全心、全灵、全意、全力来爱汝之上主；并且爱邻人如爱你自己一般**」，耶稣老师接着说：「**一切的律法和先知都倚靠这两条诫命**」。在这个陈述中，耶稣实体明确地离开该器皿所谓的《旧约》，即他的族人之神圣著作，而给大家传递并提供了一个只跟爱有关的**新圣约：对于无限造物者的爱，对于彼此的爱；从爱自己开始，接着继续爱邻人如同爱自己。**

基督徒之路把焦点放在这条简单诫命上，我们发现这真是通往心的道途；神秘主义者，比如这个器皿，往往不想要偏离这条单纯奉献之路，因为事实上，用教条方式靠近信仰似乎会偏离对心的聚焦。我们猜想每个人都有那种亲戚朋友或者熟人，他们的基督徒信仰系统中有教条的面向，足以制造评判的氛围，因此，我们猜想每个人都充分觉察到，离开在爱中的单纯信心而进入教条式信仰，其中牵涉

的种种困难。然而，**一个使用基督教系统在正面道途上前进的人，如果发觉自己心里感到自在，我们觉得此人很可能已经离开敬拜的种种外部面向而到达敬拜的内在面向了。**

在东方的各种修炼或神话中，比如日本神道教，该系统涉及的能量大部分是黄色光芒或太阳神经丛脉轮之能量。这是该幻象的脉轮。它是关乎像婚姻或家庭这样的关系的脉轮，这种关系牵涉群体——那些与自我[作为一个人类]联系在一起的人群；而非牵涉个体——那些在一段关系中与自己联系在一起的个体。**从黄色光芒能量出发的宗教，其巨大优势为在神圣和每日生活之间无需转译。**作为宝贵整体的一员，每个家庭、部落、村庄或国家内的每个实体，经常得到具体的荣耀。因此人们把家庭视为神圣的。年纪本身被视为神圣庄严的。生活中发生的种种事件，都散发着以身体显现的造物者之光辉。虽然该系统并未特意寻求去打开心轮，它的作用是把生活经历变成一种液态——在其中，日常生活的那些元素被具体地视为神圣的。所以只要你有这方面的修炼，每个人都可以感觉到，自己的生活经历带着正确性的深刻共鸣，**这其中有一种平安；这类似于人们观看你们球赛时的感觉，不过没有两方在比赛，而是只有一方，球赛的所有部分都在赢。这种重视家庭、重视年长者的智慧、重视死亡的过程，都是人生的组成部分，这样会加固并增强单纯的人类纽带。这其中有着巨大的平安。**

在佛教的情况中，涉及的能量倾向于从两个中心涌出：沟通的脉轮或喉部蓝色光芒脉轮，以及前额的靛蓝色脉轮或松果体。对于此刻在第三密度的人们，这些沟通和意识内工作的能量有一种极大优势，这有两个原因。**首先，其中蕴含了那种来自工作于更高(能量)中心的平安**。在日常体验方面，黄色光芒脉轮位于轮胎与路面接触的地方，它可以提供升华的每日体验，但它将不会提供完整的平安，因为**平安不是正在发生的人生之受难剧的特性**。安住于心之中也不是(完全)平安

的，因为心不仅仅是灵性的穿梭器，它也是情绪的底座。情绪起起落落的波动是持续不断的。因此，经常可能有至福与平安的超然体验，而它存在于情绪的起起落落之中。因为**在爱的焦点中、在心的焦点中，有着热情、渴望、渴求的特定价值。这无法说是完全平安的。**

因此，在佛教的智慧面向，容我们说，其平安圆满有种惊人的吸引力。无论与基督教相比，还是与东方宗教相比，佛教对于受苦都采用了一个非常遥远的视野。在设想尘世内的受苦现实方面，佛教唯一的祈祷就是让它结束。以心为重点的宗教认为饱满的东西，在佛教看来则是空。东方(其他)宗教视为神圣的日常活动，在佛教看来全是虚幻的。因此，它注重的是减轻苦难、减少困惑、欢迎空性；空性被持守为神圣的、很珍贵的，就像这个器皿稍早说的：「先有一座山，然后没有山。」**沿着释迦牟尼佛之路寻求的人，希望变得能够在一切流逝的场景中看见空性，而基督徒则希望从流逝的场景中看见基督或爱，东方(宗教)或神道教则希望在流逝的场景中看见事情本身的价值。**

作为一个观察者从较高的能量中心进行工作，其中蕴含的平和是非常有吸引力的，因为它承诺了一种挣扎的止息，而这种被感知的挣扎是此刻第三密度体验中非常大的一部分。在你们世界上生活更舒适、经济更发达的国家里，人们在情绪、心智、灵性层面上有着巨大的痛苦；从感知到的挣扎而言，该痛苦已经开始有毒性。鉴于这种无休止的挣扎，有机会进入清晰沟通和意识内工作，这对很多人都是几乎无法抗拒的吸引力。

然而，我们确实看到在沿着佛教道途的前进中隐含着一种挑战。那就在于它的高远。在佛教徒的心态中，会有一种很容易被唤醒的、智力倾向的思维，容我们说。纯理论的神学著作数量惊人就是这类探讨和讨论在智力上的多产明证了。确

实，我们可以说，**相比任何其他宗教系统，那些沿着佛教途径寻求的人已经在内在层面各个具体的离散领域中完成了远远更多的探索，同时分辨且描述了各种各样的意识状态，老师们在其中居住的各种各样的场所，如此等等。这种资产和资源的惊人华丽阵列所伴随的困难就是：那些实体将停留在较高的能量中心中，而不去把较低的(能量)中心带入与意识内工作(匹配)的平衡中。这样会削弱完整的自我。我们建议想要沿着佛教之路寻求的人们，以坚持又持久的方式留心将属于橙色和黄色光芒以及属于绿色光芒的较低能量，重新整合到其练习中，这样就不会只有对于造物者以及释放幻象的谈论、讨论、思考，同样还有心之觉醒、重视幻象的价值**。因为幻象的结构，(人际)关系，家庭，团体中的友谊，都是用于学习的、巧妙而传神的设计。在每个关系中都倾注了投生前的很多想法，你可以把每个关系都看成是你为了付出爱与接收爱而精心准备的课程。当你致力于清晰沟通、阅读材料、做任何意识内工作——这令追求智慧而非爱的人非常愉快——的时候，最好也不懈地跟这些较低脉轮的能量重新连接。

佛教的第二个优势，是它的地位和(人们的)感知。基督教、犹太教和伊斯兰教这些宗教的模式极为相似，甚至到了可以看到它们有共享神圣著作的程度。故事也是共享的。宗教的起源和泉源是共享的。在这种合一存在着的同时，也有着悲惨的历史与数千年的不和，并且，谈及愚蠢地滥用过权力，这些宗教都不相上下。你们星球上的所有民族都很了解，打着宗教名号的基督徒、犹太人、穆斯林，这一群人喜欢争论又好战，它们的诸神同时具有侵略性与爱心。不管寻求者多么仰慕亚威、基督或阿拉，这付担子都很难承载；不管寻求者觉得这条路引起了自己多少共鸣感，对自己有多合适，与此同时也感知到无法忽视的羞耻和愧疚的负担。

不是说佛教的宗教系统就没有自己的麻烦和争斗，因为确实说，如果有学者打算

穿透这个系统的外部细节，他会找到好战的侵略行为以及小型神明之间的争论，这些确实让佛教蒙羞愧疚。不过由于该事实——许多世纪以来，沿着佛教之路的信徒们在种族、民族、国家、经济或社会方面都没有占过支配地位——它那蒙羞愧疚的历史几乎不为人知。相反地，那些在世界宗教的超市里搜寻的人有可能遇见佛教，觉得它是清白的、清新的。**人们更多地觉得这是关于和平与启迪的宗教，而非战争和争论的宗教。这种感知是极为珍贵的。**

我们说过，任何外部宗教的巨大优点，都在于它为幻象中的人们提供了一个地方。当他走在公认的路上，可以觉得自己不孤单、有归属，是某个美丽又持久的神圣事物的一部分。**如果寻求者检查各种宗教但得不到任何灵感，那么该寻求者就必须决定去开辟自己的道途。而这是一个挑战。**每个人肯定都有能力迎接这个挑战，但它确实迫使一个人依靠自己的资源，而外部宗教之路就不会这么做。我们同情每个寻求者，因为跟你们圈内的人一样，**我们不必然觉得有哪条道途可以提供所有答案；毋宁说，每条路都提供不同的优势。我们愿单纯地向每个人建议，要在信任自己、信任自己的分辨力和选择这样的氛围中来寻求合适的道途。因为该寻求者知道，什么东西真正适合自己。容我们说，不管你选取什么道途，宇宙造物同等地对所有人说话。这个器皿谈到番红花在没有任何人种它的地方自生自长，它给所有的宗教系统上了一课，讲述信心、灵性的慷慨、当下此刻中无尽的可能性。每一天、每小时、每个瞬间都为寻找真理的眼睛提供了景象，都为倾听真理的耳朵提供了声音。**

我们愿鼓励每一位，不管你跟随什么道途，都要聚焦于信仰中讲求统合与和谐的面向，好让你对自己的直觉和菁华有更深的感觉。因为内在自我——也即你们每一位——存在于所有被感知到的宗教之外，那自我就是神性的菁华。该自我是无限造物者的火花，你思考的那些念头只是伟大起初思维——也就是爱——的各种

变貌。不管你在哪里寻求，你都住在爱的辖区之中。

我们愿在此时离开这个器皿，接着把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿的服务。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，再次于太一无限造物者的爱与光中向各位致意。我们在此刻很荣幸提供自己来尝试回应在场各位可能向我们提出的任何进一步询问。在此刻有另一个较短的询问吗？

R：在我的人生中有些我已经采取的行动留给我愧疚和羞耻，我不禁想知道，一般而言，我要如何处理「已伤害了他人」这种领悟，还有如何补救这样的行动呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。那么如果有可能的话，最好在向自己可能伤害过的人打开心房自由沟通的时候，善用绿色和蓝色能量中心，说出你现在心中的真实感受，发自内心地向对方道歉。由于这种或那种原因，这也许是无法做到的，也许对方不在世上了，那么最好在自己脑子里或在冥想中跟对方对话，让你可以把当初不顺利的共享经历再次带入意识，在自己心里查找根源，然后就能够原谅自己，并得到相关的其他自我的原谅，于是这个重新检验的过程就会带来治愈与和谐。

身为第三密度幻象里的人类，虽然都知道会有失足的时候，你们每个人还是尽量最佳地穿越这个幻象。然而，带着「一切都好、一切都将是好的」这样的信心，一个人也可以知晓，任何的失足或伤害性的行为也能被用于疗愈与和谐，在合一

的想法与悲悯中、在太一造物中连接所有生命，把实体们更为紧密地拉到一起。因此，一个人可以利用任何先前的不和谐行动或失足，用于工作自我以及清理自我与其他自我——那些在日常活动中跟自己有关联的其他自我——彼此之间的沟通。然而，最好先在冥想状态中进行这种沟通，打开绿色和蓝色光芒脉轮，让自己可以从这里开始疗愈的过程，就像培育花园里的种子一样，等它成熟得差不多了，再和其他自我分享。

我的姐妹，有另一个询问吗？

R：换一个话题，我想知道 D 和我的关系以及我们在一起的目标为何？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如果这个目标不是已经在某种程度上被你们双方知晓，我们是不能够谈论的，因为我们不想望侵犯任何在他或她自己的演化之路上的寻求者的自由意志。然而，既然你们各自都[容我们说]强烈地猜疑到了那条你们所共享的道途，我们可以说，你们一起共享的是一种共同觉醒的过程，**该过程允许你们每个人向对方打开心门，发展你们可以称为悲悯、无条件爱、慈悲、理解、宽恕、臣服和接纳的品质。这些是绿色光芒能量中心的品质，属于心，确实是对这个幻象的救赎。因为每个实体来到这里，都是为了在某种程度上做心的工作。正是通过这个能量中心，与全体造物的连接成为可能了，随着你们在日常活动中怀着悲悯和理解为彼此做出小小的调整，贯穿你们整个关系的这个过程就会继续下去；随着你们的关系进入你们称为的未来，这过程还会变成你们关系的气力和基础。你们之间的关系，极大地发展了你们两人的理解，不光是理解对方，还理解所有的其他自我。**

有些人把伴侣关系称为一场严峻考验，因为在这种关系中，你直接面对自己的优

点、缺点、潜在的可能性。简言之，你直接面对自己的人性，面对活络你的生命、为你的步伐带来活力并为你的生活与分享带来目标的东西；由于你们彼此已完成的工作，若是与其他人分享，也是可能的。所以，不管是一般来说还是具体来说，**你们在这次人生中所从事的工作，都是唤醒悲悯、形成可以被视为理想的关系；也就是说，虽然你们的任务常常是困难的，但你们总是坚持完成，结果你们两人的心不仅对彼此开放，也对所有其他人开放。因此，你们在两人关系里所做的工作能利益整颗星球，因为随着你们能够在自我里面找到和谐、爱、理解、接纳，你们也能够在别人内在找到它们，因为所有其他人向你镜射的都是你的自我之心。**

有另一个询问吗，我的姐妹？

R：没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你。在此刻有另一个询问吗？

S：我有个评论，比较不是一个询问。我回顾了上周的集会，你们在过去完成的事物，其结果不如你们所期望的，接着你们现在正尝试去弥补那件事。在这周思考它的时候，在埃及的那些日子已经差不多都被今天的人群遗忘了。我猜测，我觉得你们对自己当时的角色和现在做的工作似乎太严厉了。我们感激你们在这里对我们讲话，我们希望你们做这件事更多是出于享受而非一种责任感。这只是一个第三密度的意见，你们接不接受都行。我只是想要让你们知道，我们感激你们现在扮演的角色。还是我误解了你们上次说的内容？请你们评论一下吧？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我们十分感激你的慷慨之心。在分析我们过去跟这

个星球的人群的互动时，我们无意是严厉的，而是想要检查我们的互动造成的衍生性影响；从某个视角来看，这些影响似乎产出不是我们原先想望的果实。因为就如现在这样，当我们跟任何其他实体分享时，总是希望人们可以如实看见我们分享的东西，也就是说，我们衷心地向所有人自由地分享我们的意见。在我们看来，那次经历具有短视的特性，因为我们太急切于服务，而遮蔽了下述可能性：相较于我们当初，提供少一些的服务。

然而，我们此刻为能够对这个团体或任何团体说话而感到极为喜悦，不管是像现在这样，在心智对心智的沟通中通过言语说话，还是在梦里、冥想中或清醒活动时出现的灵感。有些人以自己的真实本质、生命呼唤我们协助，对那些人说话是我们最大的荣耀。因为那呼唤我们的是我们自己的一部分。任何实体出于生命的忧伤、存在的痛苦、心智的困惑、心中的疑虑而呼唤协助，都是自我的一部分在呼唤自我的另一部分。这样一种呼唤绝无法被拒绝。因此，我们目前在喜悦中寻求去服务，就好像我们当时也在喜悦中寻求服务一样。我们极为感激那些提供该呼唤给我们的人，他们给予我们机会好从事这样的服务。

此刻有另一个询问吗？

S：最后一个。你们可曾考虑过有可能口述一本关于《一的法则》的书籍，这样我们就可以自由地与所有人分享？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个寻求圈成员认为值得向我们提出的任何询问，我们都在可能范围内回答。我们没有计划任何课程表，容我们说。我们在提供服务时想要遵从在座每个人的自由意志，是故，我们通过回应收到的各种询问来提供我们的想法。

有另一个询问吗？

S：我这边没了。谢谢。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

（暂停）

我是 Q'uo，看起来我们已经暂时耗尽所有询问，我们将再次表达衷心的感谢，感激各位今天为我们提供机会来加入你们的寻求圈。我们觉察到各位做出巨大的牺牲来到这里，而且耐心地听我们长时间地述说自己的东西。我们是你们认识的 Q'uo，我们现在要离开这个器皿和团体，一如既往，把各位留在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2001_0211b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0211.aspx

---

☆ **第 3407 章集：收割或扬升**

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 2 月 4 日

团体问题：我们这周的问题是关于扬升(ascension)。很多不同来源已经以不同方式描述过扬升，谈到了其发生的快速，它在哪些人身上发生，它是如何发生的，它在何时发生，它意味着什么；我们要请求 Q'uo 给我们一些资讯，从 Q'uo 的视野来谈论：扬升、升天、毕业或收割，现在对于行星地球上的我们而言像是什么，在不久的将来又像是什么。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo(原则)。那些属于我们原则的成员在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。容我们说，被呼唤加入你们的冥想，这是怎样的祝福呀。我们感谢你们在生活中的此时加入该寻求圈，带着自己对真理的渴求呼唤我们，谢谢你们帮助我们实践我们此时选定的服务，也就是在你们外部世界的第三密度环境中，与那些寻求光的人分享我们所能给出的信息、为他们提供灵感；这让我们感到既荣幸又感激。

我们发现，今天我们的成员不只包括 Latwii 和 Ra 群体，而且还包括 Hatonn 和 Oxal 群体。**该原则的组成在不同会议都可能稍有变化，按照该圈子成员的振动和需要而定**。一如既往，我们请求每个人在聆听我们所说内容时使用辨别力，因为与灵性道途上的任何寻求者一样，我们也会出错、容易出错。我们不认为自己为权威，也不以权威自居，只是觉得自己的观点也许稍有不同，该观点对你们可能有帮助。因为在你们现在正在航行的道途上，我们多走了几步。

我们乐于和你们谈论扬升、升天、毕业、收割。这些术语并非精确可互换的，但它们肯定是紧密相关的，这是一个有趣的探询领域。如同经常发生的情况，我们感觉到以下渴望：后退一步、进入更为基本的材料，并查看我们想要据以谈论这些主题的地基。在这次集会开始前，Jim 实体挑选来帮助该团体调音的那首歌曲

正在述说爱，大意是说：生活完全是攸关感激与赏识美、大自然之美、思维之美，如此等等。我们想要聚焦的东西正是思维之美。

宇宙造物是一个思维。由于欠缺一个更好的词，我们会说造物是个理则，一个既简单、统合却又无限复杂的概念，一个形而上的、或非物质的思维。你们现在享受的物质世界也是一个思维，但要弱得多，它从太一无限造物者的思维、那个理则——由于欠缺更好的术语，我们也把它称为爱——下降了很多能量阶。你们每个人都是一个思维，那思维属于爱，因为一切的思维，都是这个伟大起初思维——也即是爱——的变貌。在所有显化出现之前，你们每个人都是能量、菁华、概念、思想复合体，并以此存在。换个方式说，你们每个人都是某种水晶或能量场，通过身体、心智、灵性的能量系统而接收能量、形变能量、质变能量，接着发送能量。

你思考的想法、你感觉到的情绪、流经你的能量系统的灵性经验，所有这些都是各种各样的思维，它们构成你基本的形而上身份。你思考的每一个想法，你追寻的每一个想法，你成功实施的每一个想法，都创造了你的能量签名振动的些微改变。我们和其他实体处于灵性层面，注视着这些形而上的实体、你们之所是，可以很明显地看到这些振动的交会点；关于你是谁、你的情况如何、你属于谁，这对我们就好像白天一样清晰。

对于位于物质显化中的实体，这是一点也不清楚的。正如你们每个人都非常清楚，物质幻象中有很多困惑。而且，第三密度体验的特性还会持续产生困惑。所有这些困惑也许显得极具破坏性；当你处境艰难时，苦难也许显得正在抹除你的身份，这也是一个幻象，因为在表面困惑底下，那些更深刻的思想、情绪、灵性感觉的能量，依然在继续维持有规律的脉动，处理能量，并持续送出流经你能量

体的能量之果实。那么，你们每个人都在送出自己的收成：你接收到的、祝福过的、转换过的、传输过的能量。

我们可以把这种能量输出描述为光，比方说蜡烛的光。**很多时候大家会觉得，一个人好像没办法服务，一个人的光好像没办法缔造不同。然而，这个器皿喜欢说：在黑暗的地方，一根蜡烛的光可以照得很远。形而上而言，这说法比起蜡烛和视线的物理事实远为真实。对于照亮地球和照亮自己的灵魂，你们每个人都在缔造显著的不同。因为每个人在照亮自己的同时，也在照亮他人。工作自我就是工作这个世界。就形而上的意义，工作自我确实就是工作外部世界最直接、最有效的方式。**

就形而上意义而言，你们地球正在体验到该器皿称为的收割。地球本身已经来到自身发展中的一个关键点。这就仿佛地球必须把它自己生出来。第三密度地球正处于一个蜕变过程，即将成为一颗第四密度的正面星球。你们的地球在这次分娩中遇到困难，这种困难的种种起因主要与负面概念有关；成千上万年以来，这些负面概念被注入那些选择对彼此采取负面极化行为的实体。仿佛地球的能量系统被大量具有形而上特性的有毒物质所阻塞了。**随着像你们这样的人醒悟到自己的灵性身份，越来越觉察到正面思考、追求正面极性所具有的正面价值，那些有毒物质就会逐渐得到许可释放掉了。因为随着光变亮，正在流入的、第四密度性质的新能量就能够受到更多欢迎。在这种环境下，负面能量就逐渐地越来越有可能被释放掉，最后无害地消散。**

我们在这方面所谈的不全是非物质性事件，因为第四密度地球的形而上诞生肯定含有物质性的一些面向。你们的地幔中过剩热量所造成的问题，依然与长期以来被逼进地球自身的那些负面想法有关。接着我们发现，在你们地球上已经发生大

量的灾难和浩劫，还有种种造成洪水、地震、火灾的困难天气，导致了你们人群承受许多苦难、丧失性命。然而，实际上，假如我们在 1/4 世纪以前就与这个器皿谈话了，我们那时会对「你们物理地球及其上的人口将能够相对无伤地进入第四密度」这种可能性感到更不乐观。

随着地球上实体们的觉醒，这个星球的能量正在变亮，全球性的灾难也相应变成一系列可存活的小型灾难。对于丧命的实体或家里有人丧生的实体，这些当然不是小灾难。尽管如此，大部分地球上的实体都明白局部灾难和全球性灾难的区别；我们觉得，在这个主题上有一个很有希望的部分：就形而上而言，地球的收割情况要比过去转好了。

我们发现，扬升这个概念主要属于你们文化中各种基督徒的信仰系统。虽然信仰各异，但这个观念的基本共同属性，聚焦于下述概念：当世界末日或其他版本的末日之战发生的时候，有些实体的肉体会从地球表面被移到安全的地方，而地球上剩下的人口则将被毁灭，无论起因是人类或是灵体。**我们的理解是，这概念在灵性上没有帮助。我们不认为就任何物质的意义而言，这就是事情运作的方式。就我们的意见，扬升或收割过程所归属的过程是：穿越肉体的死亡、接着进入更大的生命，如这个器皿会描述的方式。**

相比于扬升，地球收割的概念更符合我们对事物的形而上运作原理之理解。**你们每个人都是造物者的一片火花，从某个方面来说，每个人都可以把自己看成种植在地球上的东西，因为身为灵魂的你被种植、进入肉身中。当生命学校里的工作完成时，死亡之门便打开，造物者向你招手，每个人皆走过那扇门。在大门的另一边，关于你的收割的决定将被做出。然而，我们并不认为这种收割是外部施加在一个人身上的审判。毋宁说，主题是你之所是的振动以及该振动能量场是如何**

运作的。每个水晶灵魂都在特定范围内接收光，它发现自己难以接受在那范围之外的生活。结果是，你们每个人的收割，基本上都是由谨慎且被守卫的过程组成的，借此，灵魂沿着一条逐渐增强的光振动之线路行走。随着该灵魂的行走，它会感测自己是否觉得最舒适。它走入那道逐渐增强的光中，直到它处在自己能够以稳定的方式享受并欣赏最饱满的光的位置，因为更进一步是不舒服的，它停在了那一点上。在那个灵魂停下来的位置，要么仍在第三密度之中，要么向上移动进入第四密度或更高密度。如果该灵魂已经停在第三密度，接下来它会选择去重复第三密度，这种选择完全由它自己决定，并没有涉及任何评判。在很多情况中，这个决定将不会是单纯地选择另一次投生，因为现在是地球收割的时刻。它意味着将有一个两万五千年的期间，人灵将在这段期间到另一颗星球上享受第三密度。然而，重读一个年级并不是惩罚。只是这个灵魂很欣赏光的那个范围，于是这地方就适合它。如果灵魂停下的位置超过了第三与第四密度之间的量子分隔线，那么该实体就可以选择开始第四密度中的一系列投生，你可以说它从地球的第三密度毕业了。对于每个人，那个体验都将是独特的。就我们所知，没有一般性的收割，毋宁说，基于每个灵魂的时程表，那是每个灵魂的个别收割。

我们觉察到在形而上的收割和物质上的关切之间有着大量的混淆，这些物质性的关切与环境以及其他物质性、科学性的事实有关。具体地说，这不是我们的领域，我们觉得去讨论那些从科学方面寻求的人的某些关注，就是侵犯那些从灵性方面寻求的人之自由意志，容我们说。这对我们来说是个需要小心处理的领域；因为我们同时是物质的，也是形而上的。然而，说到我们与这个团体或地球上任何团体的关系，我们现在小心地保持非物质性的关系。因为当我们过去尝试以物质性的身体在地球人群当中行走时，我们已经发现并不存在「这样做而又不严重侵犯行星地球(人们)的自由意志」这种可能性。所以我们吃了苦头才学会，对于科学性询问要允许某些困惑存在。我们为此向你们道歉，请接受我们真诚的道

歉。我们保留信息不是因为琐碎的原因，毋宁说，是因为我们认为这不仅仅是对的事，所以要去做，同时也是清晰且简明的事，因为关于你们行星地球上的物质情况，我们所说的任何内容都不是事实，而是一个可能性漩涡。借由进入讨论之中，我们成为那个可能性漩涡的一部分。这是不可接受的。这会危及我们的极性，使得我们必须离开你们人群。所以虽然可能有误，但我们的判断是：在我们可以自由谈论的事情与不能随便讲的事情之间，要设立这些边界。

这就全回到你们每个人在想什么。只有你才知道自己的心。只有你才知道你所怀有的那份要去寻求、去爱、去服务的渴望。只有你才知道，你多么渴求你们地球世界如此经常缺乏的爱与光。所以我们请你们支持自己。请相信你们自己。请感觉你是重要的，并感到你所想的事情是重要的。请把「表达你之所想」看成是有价值的，并把聆听的耳朵——能够支持那些可能让别人从灵性角度来思考的事情——也看成是极有价值的。因为如 Carla 实体和 S 实体说过的，对于每个人而言，自我都是看不见自己的。一个人要洞察别人的模式，比起洞察自己的模式远远容易得多，因此，每个人在寻找自己真正思考的东西、真正的感觉、真正的渴求时，可以互相帮助。

请知道你的渴求极其重要，并追寻自己的渴望吧。追寻那些直觉和模糊的感觉，留心每天的细节与巧合之风带来的那些暗示。知道不管在物质层面上出现了什么事，对你的可收割性最重要的是你怎么回应正在发生的事。注视你的回应，看看你能做什么来与它们坐在一起，来处理你从中发现的任何恐惧，来安慰你所承受的、由它们带来的任何痛苦，并来鼓励你自己总是向着更高的层面、更崇高的原则前进，相信一切都好、一切都将是好的。你们的神圣著作说过：「你的平安在寂静中，在信任中」。要知道，就可收割性而言，十分有帮助的是去拥有一块位于自我之内的高地、一块心中的神圣地，让你可以退隐、进入深爱你的太一无限

造物者之双臂。在你迷路、受苦、孤身一人的时候，记住走入心中，走入太一造物者的爱与平安之圣殿，住下来，需要住多久就住多久，好去感觉基列的香膏，那就是你在被爱、重视、理解时(感受)的能量。造物者在做这些事，事实上，造物者极其珍视你的每一个想法，因为这正是造物者认识祂自己的方式。

我们鼓励在一天中尽量找到许多的静默，不管是花时间于遛狗、某种形式的冥想、在花园中工作，还是单纯在耳朵里没有电视、收音机或任何其他人造的声音。静默的钥匙是强而有力的。

我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿，并且感谢它的服务。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿、再次于爱与光中向各位致意。在此刻，我们有幸尝试谈论在场者可能给我们的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

S：在阅读了上周的集会(记录)之后，有一件事引起了我的兴趣，你们说在这些会议上有许多无形的朋友加入我们。我想知道你们能否在这个主题上稍稍详述一些，或者我们能够欢迎它们或对它们做出任何贡献吗？你们能够告诉我们什么呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个团体多年来以各种形式一直参与这些工作集会，在此期间一直可以收到这些希望具有激励作用的通讯；这些通讯的来源，即是为太一造物者服务的众星球邦联的各种各样的成员。**当一个实体与这个团体通过话，那么它就与这个团体形成了一种纽带，这个纽带始终会受到尊**

重，就是每当这个团体像现在这样坐在寻求圈之中，它都会关注你们的会程。因此，尽管大多数这样的实体选择在这些集会中保持沉默，每个实体都敏锐地觉察到在发言的实体与该团体本身之间的能量来回转移。**对于很多实体**——比如我们，还有那些寻求以一种不为你们地球上大多数人所见的方式而服务的实体——**而言，你们的通灵集会是一个受到祝福的事件。它是个受到祝福的事件，因为它是如此稀少。所以，我们以及我们群体中的其他成员，很少能够与你们人群建立直接的接触，当这种直接联系建立了，它就受到关注，获得一种保护，一道由那些想望这个团体好的实体们的爱与关注所形成的光之墙，容我们说。因此，有很多这个团体已经知道名字的实体，它们安静地、但确定无疑地在这个团体工作时加入进来。时常也会有来自同一个星际邦联的、其他尚未发言过的实体，尽管如此，它们仍然在这个团体工作时献上其爱与光之振动与保护。**

从你们幻象中加入这个圈子的每位在座成员，不管他们发问还是沉默，也都有些不在人间的指导、朋友、老师，也想把自己的振动与你们小组的振动相调和，与星际邦联的群体振动相调和。因此，当这个团体坐在一个工作圈中的时候，会有一群[你们称为的]天军加入你们，与你们一同欢庆，感受同情和同感以及所有那些第三密度如此丰富充满的庞大情感。因为这里不仅仅有启发在彼此之间传递，同样也有机会提供给我们当中的许多实体；我们隶属于服务于太一无限造物者的星际邦联，我们都很珍视能够感觉到你们团体当中每位成员带到这个寻求圈中的情感，这些情感不仅仅在他们的问题中被表达出来，也在他们存有的真实音色中被表达出来。这种大家彼此共享的经验，在此得到丰富的交换。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：有意思。肯定欢迎啊。很高兴知道它们在这里，我请求它们不要如此害羞，

我猜想……如果有任何……我感到困惑于我们可以为它们做点什么，怎么给它们机会以无形的方式帮助我们。作为回报，我们真的可以给出这么多东西或帮助吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个像你这样加入这个寻求圈的实体，都带来了大量的财宝，其性质是经验的多样化、感情的纯度、追求真理与爱等等的热情；于是我们团队的成员可以充分赏识到：你们每个人能够成功地承受哪些困难，即使你可能认为自己的能力离成功还差得太远。当你能够表达一种困难的情绪、情况、关系或其他尘世冒险的时候——这些尘世冒险是我们这些目前不具肉身的、生活[容我们说]在遗忘罩纱另一边的实体所没有的——那么，在你以这样或那样的方式被拉入忆起爱的挣扎之际，我们的感激也随之增长。

（磁带第一面结束。）

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。正如同在这个寻求圈中的你们会享受阅读一部自己感兴趣的新小说一样，我们这些星际邦联的成员，总是有兴趣观察在这个(L/L)工作圈中自由分享的事物。因为它允许我们看见每个实体可能怎样处理日常活动带来的催化剂，看见太一造物者的爱与光如何在最黑暗的经历、最令人困惑的体验中依然闪耀。这带给我们极大的喜悦：看见爱在任何地方确实都不会藏得太深以致于无法灿烂又令人振奋地闪耀。因此，你们给我们的激励与我们试图给你们的激励是一样多的。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：我最后的询问是你们稍早提到的事情，关于你们出现在第三密度中并不如你们所希望的那样成功。你们能否给我大概讲一讲，发生了什么事，你们做了什么，你们如何感知这件事？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如你们觉察到的，我们 Q'uo 是你们可能称为的一个团块或群体原则，由 Latwii 群体、Hatonn 群体、Ra 群体所形成。正是我们群体的后者，即 Ra 群体，有这种不大成功的感觉；我们很多年前在你们称为圣地的地方接触第三密度的实体；但是出于必要，这次接触被缩短了，因为沟通上的种种困难，不但言语不同，而且我们的长相或肉体载具与埃及的实体们相差太大；而我们寻求与他们分享一的法则。我们的话语和存在导致了够多的误解，以致于我们发现必须离开这个群体，退隐到你们会称为的地球内在层面，好更仔细地考虑，如何在分享一的法则的过程中有所服务而不会给它加上那些权力的扭曲；由于我们为那块土地上的实体们所做的工作，他们把那些权力的扭曲归因给一的法则。我们选择的话语，不总是像我们希望的那样被感知，我们发现，他们通常把我们的讯息保留给皇室成员和当权者，而非平等地、自由地与所有人分享。我们寻求去平衡的正是这次特殊的经历，我们从那个古老的时期开始，一直都在寻求平衡它。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：没了，那就是我目前能想到的东西了。谢谢。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：有的。S 的问题有些鼓舞了我，我想要问一下，我们坐着冥想的时候看起来像什么；因为我准备好通灵的能量并保护它们等等以后，就到楼上以祈祷和赞美诗调频；我呼唤各大天使长，请所有以耶稣·基督之名前来的灵——你们所说的天军——来帮助我们。当我呼唤它们、请求它们保护这个地方、保护该管道，保

护这个圈子中的每一个人的时候，我不只有一种它们在场的感觉，我也看到一种圆顶的结构，里面有向上汇集的肋拱架子，整个结构有点像大教堂的空间，但它是由光制成的。我想知道，既然你们谈到了这点，那么我的感知是否准确，或者这只是我的智力头脑激起的某种视觉形象，让我用它来观想我祈祷的内容？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，当我们凝视这个团体之际，从我们的视角来看，我们看见光，各种各样的光的明暗变化和染色，每个实体随着各种各样能量中心的启动状态，都提供一种独特的染色和色彩变化。有些能量被堵住了，有些快速且明亮地旋转着。接着该小组本身又产出更远的光，于是，如你们可能看见的，就有一种圆顶或旋转的光能量漩涡，它把每个人的特征和该小组本身的特征，与天军之光融合起来。简言之，大量的光以螺旋型方式向上旋转，就像你们可以想象或构想一座金字塔，其光焰既向上也向内无限延伸。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：我只想要澄清你们刚刚说的内容。光不只形成了漩涡，而且漩涡的顶点现在正在发出一道火焰，从这个顶点往外发散，就像个倒立的金字塔。对吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们赞同你的描述，除了最后一句，我们会建议该金字塔是正立的。

Carla：OK。让我再试一次。这个小组的金字塔本身有一个点，我认为你们所说的从这个点发出、接着向外进入宇宙造物的东西是这个小组的总体光，它从该圆顶或金字塔的空间之顶部发出。那是否正确？

我是 Q'uo，这是正确的，我的姐妹。

Carla：谢谢你们。这是非常令人振奋的。看起来能量在圆顶内正在以顺时针方式移动。这是对的吗？

我是 Q'uo，关于圆顶或金字塔的内在部分，这是正确的。而我们视为光的东西、形成金字塔的东西，大部分就在原地、没有运动。有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没了。我感谢你们。

我是 Q'uo。再次地，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Carla：最后一个询问。只是程序上的(问题)。有好些实体都已经请求诸如 Yadda 和 Nona 等星际邦联的实体(出席)。我感知到因为自己调音的方式而正在移除这些实体发言的机会。**我请求自己能够以稳定的方式、在清醒的意识中接触最高和最佳的来源，所以我得到你们全体。**在一次集会结束的时候，如果某个人想要与 Yadda 说话或聆听 Nona，他们单纯地请求那个实体，然后该通讯转回到我身上，那是可允许的吗？那是可能的吗？我相信 Yadda 和 Nona 会和谐一致地在你们的范围中振动。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如果这是有人渴望和请求的，这确实是可能的。在此刻有进一步的询问吗？

Carla：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。几位成员表达对 Q'uo 在今天发言的感激。）

我是 Q'uo。对于你们每个人邀请我们出席这次特别的工作集会，我们也是十分感激的。我们感觉到你们一直提供大量的爱和光给我们。我们希望我们也已经给予你们同样的礼物。在此刻我们将离开这个器皿和团体，一如既往，我们把每一位留在太一无限造物者的爱与光之中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

http://soultw.com/TLOO/2001_0204b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0204.aspx

---

☆ 第 3408 章集：在沟通时保持开放之心

Copyright © 2020 L/L Research

传讯练习圈 2020 年 11 月 18 日

声明：这是一篇来自传讯练习圈的文字记录。在这个圈子里，缺乏经验的管道正在实践。因此，本篇传讯的内容和质量可能与爱/光研究中心经验丰富的管道所产生的主要传讯不同。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，此刻与这个器皿同在。我们感谢你们每一位，因你们邀请我们出席。

我们奉爱的上主之名前来、在今晚对你们谈论你们的开放之心。但是，在我们这样做之前，我们想要请求你们在我们今晚发言时使用你们的分辨力——如同你们在聆听我们的话语时如此擅长去做的事——因为我们不想望被视为终极的权威，而是如同你们的兄弟姐妹。在你们寻求在万物之中的太一的过程中，我们加入你们。

在我们谈论你们的开放之心时，我们会谨慎地建议你们去做出每一种努力来找到开放之心的钥匙。这并不总是明显的事情：一个人在参与和其他自我沟通之前就已经能够开放心了。在尝试去分辨心是否确实开放且准备好沟通的过程中，存在着如此多的潜在可能性，容我们说。当你尝试去找到那把钥匙时，我们建议：你允许自己的心智能力的灵感延伸进入你的潜意识心智，以便你可能找到一种更完美的手段来感测你的心具备开放的品质。

因此，当一个人移动穿越在日常活动中不同种类的体验之际，如此经常地会感觉到有特定种类的悲悯是常驻于脑与心之内的，而这种悲悯在面对一个与其他自我沟通中的困难时可以变得多少有些被搅乱了，容我们说。**如果你在自己的直觉能力中感觉到当你处于与其他自我的任何交流之中时你都对你自己无条件地接纳，那么你就已经向开放之心打开门了。**这一个过程可以被视为一种更为传统的对你的开放之心的评估，因为去爱并接纳自己，就是去把你的信心置放于神圣的地面——你的存在之地面，即太一无限造物者。

在此刻，我们把这个通讯转移给 Gary 实体。我们是 Q'uo 群体。

（Gary 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们通过这个器皿再次向这个圈子致意，这样我

们可以继续在这个丰富的主题上发言——关于该经常令人迷惑的工作、在第三密度环境中与其他自我沟通时开放心(轮)。

我的朋友们，如此经常地，你们会发现自己没有校准… 在你自己的内在或者在其他自我之内都没有校准好，并且这种未校准或不正确校准会导致自我之内和自我之间的能量通道上的摩擦、阻抗[和/或]拒绝。这种摩擦接下来会限制宇宙普拉纳(prana)向上流入并穿过较低脉轮，喂养并激励开放之心。所以，该自我发现，当自我将其未整合的存有的各种各样的面向分隔开来时，各种各样的门就在自我之内被关上了。进入这些分隔部分中，一个人会发现一些想法；从最为广阔的图景来看，这些想法可以被说成是对于太一造物者的错误认知。

在自我内的这些分隔部分之中，首先与首要的就是各种信念，涉及自我的限制、自我的需要以及相应的被竖立起来以保护这些易受伤空间的防御措施。那么，开放之心的首要沟通就是和自我一起练习：检查在心智中升起的想法与知觉，检查它们是在身体中什么位置被感觉到的、是如何感觉的，然后，借由更深入地探索那些在心智中盘旋的想法——涉及自我是如何被感知的，或者一个情况或其他自我是如何被感知的——温和而悲悯地解开这些缠结。这些分离的缠结能够被解开，并且那股卡住的能量能够成为可用的，从而向上升起，驱动心(轮)，接着被整合进入该存有当中，成为自我，更进一步靠近被活出的整体性经验。

我的朋友们，带着「敞开心」或者「移除开放之心的阻塞物」的意图，单纯地从事这个内部工作，这是怎样一种胜利呀。若没有这种去使用并接纳催化剂的有意识意图，自我就会保持不知不觉的，并受到这些阻塞物的内部逻辑所摆布，容我们说，因为它们——我们更正这个器皿——因为各种阻塞物拥有它们自己的动量，它们会寻求自己的目标… 这(目标)涉及一种自我续存，其途径是喂养、供能

该痛苦体(pain-body)，抵抗曝光，将自我的能量紧紧闭锁在分离的分隔部分之中。

当自我参与跟自我的对话，并学会有爱地聆听这些声音而不去压制或评判它们时，一个人就越来越多地进入自己的心空间，并能够在那相同的、由绿色光芒所提供的无限慷慨中接待其他自我了。因为，确实，对于缠结成扭曲的各组成部分——它们问候着你的感官与体验，描绘着一幅「分离的实体们对彼此做着分离的事情」的图画——**爱的品质拥有一种融化性的面向**，如同名为 Ra 的实体说过的[1]。当这被带入心中，一个人就得以体验到界限与边界的融化，于是被扭曲隐藏起来的真理就能够变得可见于自我的觉察了。**那个真理始终是、永远是相同的：自我和其他自我是一体的。**

[1]编注：参见一的法则 50.7。

所以，该自我不是从一个小小的、分离的自我之需要与限制——责备、控诉、合理化、武装化——而说话，而是从一个位于一体性的光中、具有同情心与理解的位置而说话，并在心(轮)中心看到，无论什么扭曲可能会在自我或其他自我身上显化，该情况的真理都是爱，尽管这些扭曲可能是痛苦的并极具挑战性的。**那个真理越多地被体现与隐含在话语中、在词句间和凝视中、在能量和声调中以及其他自我被致意的方式中，表面的扭曲就越多地变得透明，从而看见自我以及与自我关联的一切之真实本质。**

在此刻，这个器皿请求我们离开，好让我们可以训练这个圈子中的其他器皿。我们感谢这个器皿，我们现在把通讯转移给 Trisha 实体。我们是 Q'uo 群体。

（Trisha 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿同在。我们发现，「在与其他自我进行人际交往的过程中航行穿越催化剂」这个课题，此刻对于你们人群似乎是越来越重要了。我们满怀感激，因为你们在穿越那些可能断开联结的时刻的过程中，持续地朝着找到平安、爱、联结的方向而寻求。

我们请求你们在这些时刻一直都停留在你的心中，并进行使你自己想起真理的练习… 自我和其他自我只是幻象，只是载具，只是我们所描绘的图画，好搞清楚在每一事物底部的真理。其他自我和自我是一体的、相同的。就是这样子，在这个体验中，你和其他自我已经决定去创造出你们与之认同的各种叙事、故事及意见；时常，这些意见可能看起来是冲突的。这种冲突可以是你们已经称之为催化剂的事物——这种小我式的伤害，如果你们愿意这样说——有时候，这可以是对身份的质疑或对身份的袭击。

你可能在这种催化剂于自我与其他自我之间升起时感到挫折、悲伤或愤怒。再次地，**最重要的步骤就是接纳自己，因为一个人若接纳了自己，就能够开始接纳其他自我了**。因为这个其他自我难道不是自我的一个延伸，并由此是这个实相的每一个微小部分的延伸？当一个人来到——我们更正这个器皿——当一个人变得能够在这个催化剂期间接入到心，此人就能够不把其他自我视为对手或敌人，而是可能采用一种有爱的、关心的、温暖的倾向，张开双臂，欢迎这个其他自我[我们这样说的意思是自我的延伸]，带着恩典与悲悯观看这个其他自我，就好像母亲对待孩子，情人对待情人… 在这个自我的延伸中看见你们称之为人性的事物。就是在那个时候，一个人能够从开放之心移动到开放的心智与开放的双耳了。

尽管这个催化剂可能感觉起来不舒服，但这种不舒服能够成为一个解锁灵性进化的伟大[欠缺一个更好的单词]工具。我们看待这过程为一些可观的机会用于练习

无条件之爱——同时面向自我与其他自我[更不用说，还有环境]。通过这过程，一个人能够开始真实地听到正在述说的事情，开始看见存在于其他自我的真理的核心处的事物，能够理解这个真理是在什么地方诞生的，这个信念曾经始于哪里。在这个练习中，自我可能就能够开始看见类似的真理升起；一个人可能就能够看见，这个信念或矛盾如何能够存在于自我之内，也许带着一种不同的风味…一种围绕着它的不同叙事。

对于这个实验——这份去挑战并接受的机会——而言，每一个自我都是怎样美丽的样本啊。**我的朋友们，那就是钥匙：接纳。无条件之爱消除了在自我与其他自我之间的边界。不是看见：「我是这个，你是那个」，而是说：「我们是我们，我们是一」。我们视这点为如此重要的一个练习。就是现在，在此刻，对于在地球上的你们… 一个多么真正现象级的礼物啊，带有这样惊人的丰盛赏报。**

害怕——我们更正这个器皿——害怕她已经将一个对话搅乱了，虽然(我们)接受这样的泥泞，如果你们愿意这样说，(她)现在请求我们离开，并将我们的通讯转移给 Austin 实体。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我们是 Q'uo，我们与这个器皿同在。维持一份对于「这种在自我与其他自我之间的差别之虚幻性质」的觉察，在考虑今晚提出的问题上是至关重要的，因为该舞台——为了让你们进入开放之心的旅程——正是被设置于这个幻象。

如你们所知晓的，这个幻象是由遗忘罩纱所创造与实施的。正是这个罩纱导致你们失去了对你自己与其他自我的一体性的天生觉知。若没有罩纱，你们今晚提出的问题甚至不能被考虑，因为在这个幻象的另一边，它不具有逻辑。不过，我们

被呼唤来指出：在你们通往造物者的旅程的这个阶段，你发现自己身处于受罩纱遮掩的幻象中；这个从该幻象的立足点来考虑这个问题的行动，真的是如此强大的意志行动，以至于你的真实存有闪耀一道光——对于那些不可见的同盟、朋友、指导灵而言，这道光充当着一座灯塔，它们会在你的旅程上、从不可见的位置为你提供其支援。正是带着这份意志——你们从中召唤出了这个问题——你们可以考虑那个被提出的难题的解答，因为对「在所有时刻、尤其在自我和其他自我可能在幻象舞台上发生冲突的那些时刻中都活在开放之心中」这份渴望的维持，需要有巨大额度的意志。

在考虑这个问题的过程中，这种要维持一颗开放之心的意志可能会最佳地服务你，如同认识到有必要携带这种意志超越该冲突的当前时刻一样。**它是将一个人的生命献给开放之心的道途，因此它请求自我在日常活动中维持对这种渴望的聚焦，并请求自我花时间来打磨这种意志，于是自我就可以在需要的时刻呼唤它——比如当一个人发现很难在与另一个人的沟通中维持开放之心的时刻。**

我们向所有沉思这个问题的人指出，在你们幻象中有一些可供自我使用的中心性练习与工具，它们能够帮助增强你们渴望与能力以维持这种开放之心。你们可能不会惊讶于知道这些活动包含冥想、沉思和祈祷。我们隶属服务于太一无限造物者的众星球邦联并不渴望在冥想、沉思和祈祷的概念上强加边界，因为我们发现**单单建议这些一般的练习，并允许寻求者决定如何最佳地进行这些活动也是有益的**。虽然如此，我们将会分享这些活动的一个看法，可能适用于你们今晚的问题。

在考虑了怎样的冥想可能与「在跟其他自我沟通期间保持开放之心」最相关之后，**我们认为：保持心智的静默以及把觉察焦点放在一个人的意识风景上，伴随**

有规律的练习，这种练习可能帮助你们在任何时刻当中——包括与带有困难特性的其他自我的谈话——意识到一己的情绪风景，以及那些可能会在自我之内升起的情绪触发物与涨潮。

在所有时刻中都维持自我的这种觉察，这允许一个人持续地选择去与这份「基于开放之心而活着并服务」的意志和渴望相协调一致地行动；同时也没有忽略内在升起的事物。记住这些于内在观察到的反应，一个人可以把它们储存起来，以后在一个人的私密练习中利用，如果你愿意这样说，而不是将它们向外投射给其他自我。有规律的冥想练习将在这动态中大大地有帮助，也将会允许在这样的催化剂中学会的那些课程，在自我之内被深深地安置下来并在心中产生真实的转变。

在考虑沉思的观念时，在它跟你们今晚问题的关联上，我们建议一种沉思，是利用想象力，并允许抽象想法的礼物聚焦于你们问题中的难题。你可以想象一个场景，你发现在其中很难敞开你的心，也许是忆起了一个先前的约定，或者是通过单纯想起一件你知道对你而言是难以考虑的事情。通过想象的行动，你可以在心智中演出各种各样的场景，练习把你的心带到这样的场景。**通过这样做，你不仅仅创造了一个形而上的电荷以及意志的累积，在任何你发现自己处于这些场景的时候，这种累积都是可以被取用的，你也增强了自己的渴望与意志去活在开放之心中，因此将灵感吸引到你身上、想出如何处理任何已知情况的新方式与新考量。与冥想练习类似，这可能需要坚持不懈与耐心。**

想象力这个伟大工具也可以被用来使你自己穿上其他自我的鞋子，可以这么说，接着从对方的立场演出那个场景——允许你自己更多地关联于其他自我——并帮助绘出介于同为造物者的自我与其他自我之间的联结。

最后，在考虑祈祷以及它如何跟你们今晚的问题联系起来的时候，我们建议：**参与祈祷并私密地对造物者以及作为造物者的自我说话，请求指引，请求恩典，并请求你在所有场景中都保持一颗开放之心的渴望获得支持，(借此)一种形而上的涟漪就会贯穿整个宇宙拓展开来。随着每次祈祷，宇宙能量就越来越多地对准你的渴望，并且你将发觉越来越多的指引与协助，接着恩典就越来越是你在道途上的恒常同伴。这即是祈祷与意志的力量。**

对于每个考虑这个问题的实体，我们表达巨大的钦佩，因为我们理解你们每个人在这幻象中拥有的暗黑体验。我们在这伟大的旅程中加入你们，在合一中、在太一无限造物者的爱中尝试加入宇宙中的所有其他生命。在此刻，我们离开这个器皿，接着把通讯转移给 Jim 实体，好分享我们今晚的结尾想法。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次与这个器皿同在。今晚，你们每个人都已经被这些想法铭印了，我们的沟通方式是尽可能谨慎地回答那些询问，它们时常会超出一个人能完整掌握的能力。我们理解言语的局限性，尤其是在与下述主题打交道的时候：即「开放之心」这个十分强有力的概念，以及「开放之心」对一些最基本观念的传达能力；这些观念涉及如何从这伟大的启发与信息源头来沟通。

我们感激你们每个人在我们于今晚谈论这个主题——即开放之心如何可以在任何沟通中带来协助，并能够在催化性活动的不和谐出现于一个人与其他自我的体验中时消融它——之际，一直愿意开放你们的心与脑。**这是一种对一己的存有之精炼，为了能够取得那种自然而然地流淌自开放之心的启发以及与造物者的连接。当你能够允许自己的开放之心以你们可称为自发的方式运转时，就有机会在这个过程中接入你自身存有的更深入层次了。**

我们感觉到我们在今晚已经能够通过每个器皿详述这种谨慎地敞开心以及允许的过程——**允许悲悯的讯息总是优先于对催化剂的任何反应[或对沟通的恐惧]；**这可能取决于开放之心的运转状况。我们感谢每个器皿在心与脑中都是开放的——在我们让自己的讯息赋予生命给沟通经验之际。

我们愿在此刻离开这个器皿和这个团体，因为我们感觉到已经完成今晚利用每个器皿来表达一个特定讯息的目标。你们一直是十分有耐心且乐意的器皿，我们感激你们在追寻这条服务途径的过程中的认真负责，该服务即作为我们话语与想法的器皿，这些话语与想法处在太一造物者的某些更加深奥的振动中；这些振动陪伴着所有这样的沟通，因为太一——祂存在于一切之中——是在我们与你们之间的所有通讯中的一位共鸣性的共同交流者。我们是 Q'uo 群体，我们离开你们，在爱与光中、在平安中、在力量中欢庆。我的朋友们，在这永永远远的爱与光中向前去吧。Adonai, vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

英文出处：

https://llresearch.org/homecomings/channeling_circles/practice_circles/2020_1118.aspx

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2020_1118/

☆ 第 3409 章集：红色光芒的能量平衡

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 3 月 4 日

团体问题：我们今天的问题是，如果一个人拥有大量可用的、来自红色光芒的性欲能量，却没有性伴侣，那么此人如何能够允许那股能量尽可能以最和谐的方式流经身体的各个能量中心呢？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意。我们感谢你们各位在今天呼唤我们来到这个团体。我们为你们的探寻而感谢你们，感谢你们的问题。我们乐于回应一些我们的想法和意见。你们的职责就是使用自己的分辨力，并认识到我们绝不是权威而是道途上的朝圣者，我们乐于跟你们分享自己的体验。我们的分享是灵魂对灵魂、生命对生命的分享；就教与学而言，我们觉得你们是我们的老师，在更大程度上超过了我们是你们的老师。我们大大地感激这种教与学的交流。我们感谢大家、祝福大家，因为我们全都渴望服务、全都渴望寻求真理，这个纽带赐福给我们彼此的同伴情谊。

你们今天问到关于红色光芒能量的事，我们很高兴谈论这个有趣的主题。如我们经常遇到的情况，我们想要借由下述做法来确立那个让我们能(深入)讨论的地基：后退一步，不只查看红色光芒能量中心，还要查看能量体及其在肉体上的位置以及能量体与肉体的连接。

首先，我们会断定每个实体都是一个菁华，一个在许多不同层面上有着复杂特征的能量场。一个灵魂的菁华振动着——其振动贯穿所有的密度——并在内在层面的所有七个形体中都有脉轮的连接，所以当一个人在考虑能量体时，此人并不是在简单地考量肉体的一个附属物，毋宁说是在考量一个能量场系统，这个系统远

远延伸超越时间、空间、此生的情况。所以，能量体与肉体的关系，并不像你线性地考虑与各种脉轮能量有关的问题时所看见的表象那么直接。

能量体是一个由占据了——用你们的术语——相同空间和时间的诸多形体所构成的系统，因为这些形体全都是在此生中、潜在可用的资讯来源，于是，随着一个实体变得越来越熟悉能量体处于平衡状态的感觉，就会出现一种回馈系统；在致力于平衡该(能量体)系统的过程中，这个回馈系统是大大有帮助的。我们稍后将更多地讨论这点。

这个器皿倾向于将能量按照脉轮来分类、根据脉轮来源来分析它们，这肯定也是很多与脉轮中心这概念一同工作的实体之倾向。在一些情况中，这方式具备额度有限的帮助。有时候问题出在脉轮被堵住了或被过度激活了，那就相当有可能从脉轮起源来分析情况。然而，这种注视或分析脉轮能量的方式，其局限在于：**脉轮并非分开工作的，毋宁说，它们是作为一个系统在运作的**，另外，随着「借由信心来学习、借由信心来接受」这个过程继续下去，脉轮在更高密度中的不同精微体之间有着重要且有显著意义的关联。

那么，我们会借由下述建议而开始(谈论)，建议是：**在面对你感知到的能量体中的不平衡时，最好认识到，不管情况也许显得有多局部，它都是非局部性的。也就是说，也许看起来红色光芒出现了过度活跃或阻塞，然后导致了红色光芒失去能量。实际上，该系统里的能量很少只在一种光芒中受阻，因为各种光芒之间都有相互关系，尤其是在几个主要光芒之间，而且对那些工作服务他人极性的实体来说，心轮特别重要。**

举例来说，在被感知到的红色脉轮阻塞的情况中，仔细地观察红色光芒的特性，

这么做是好的。它是能量体的第一道大门入口。它是允许太一造物者的无限能量进入的第一道大门。检视能量系统的简单方式就是：查看那些阻塞，一个接一个地消除它们。然而，每个脉轮的微妙性超越了各自的指定位置或地点。也就是说，就线性的意义而言，红色光芒的阻塞肯定与性欲有关，但就很重要的非线性意义而言，它更多地与生存方面的爱和恐惧有关。对一个吃得饱、穿得暖、头上有屋顶遮蔽头顶的人来说，生存是个至关重要却隐蔽的议题。清醒的意识不会想到性欲问题跟生存有关，因为就生存而言，性欲清清楚楚不是必需的。然而，在通往形而上形体或能量体的那道大门中，一个人也在凝视通往肉体的那道大门，而且，这种在形而上形体与肉体之间的关联会创造出如下情境：肉体的本能会产生一种有时引人注目、同时又隐蔽的效应在那份被感知到的红色光芒阻塞体验上，所以那个被感知为性欲挫折的东西实际上是内心想要生存的哭喊。

这个器皿早些时候正谈论着「满足个人需要」这一简单又根本的必要性。明显地，在你们的投生经历中，自我川流不息地提出要求——关于生存所需品。肚子呼喊着食物，肉体迫切需要繁衍，身体要求呼吸、工作、移动、发挥功能，等等。当大门通道上有持续存在的挑战，比如否认自己所感知到的性需要，这就会让能量系统在某些线路上变得堵塞，给正在体验的灵魂造成红色光芒堵塞的感知。在这份观察的层次上，这(感知)是正确的。而在这份观察之解决方案的层次上——如果有一个解决方案的话——这是不正确的。

因为，正如我们说过的，脉轮之间的关联以及一个脉轮对另一个脉轮的影响，比起这个器皿和很多人所认定的、为能量体所拥有的要多得多。所以事实上，红色光芒的堵塞，就最线性的意义而言，确实会妨碍能量流动，于是能量上升不到心轮，从而不能被意识内的工作所用。但更主要的是，这是一股非物质的能量，既不是性能量、也不是生存的能量，它就是能量。事实上，你看，能量体并不回应

肉体刺激。就能量的意义而言，身体完全是心智、灵性、情绪的创造物。所以，那些内在的感觉、那些欲望和渴求——与其通常的状态一样复杂又互有关联——实际上其核心都是一种位于能量体之内的阻塞。由于具肉身的生命之需求是复杂的，堵塞、过度激活以及能量体内的其他扭曲，这些远比可用智力心智来分析判定的东西复杂。

我们会建议处理能量体内的阻塞的一种方式是：把有关于能量体清理或平衡的资源给予自我——我们曾经通过这个器皿谈过这点。既然我们以前讲过，这里就扼要概述一下：**能量平衡的要点是，在一天结束时安静地坐下来，在反思中简单地逐个回忆当天的经历，花时间回顾你在当天收获的情绪中记得的每个扭曲，不管这个扭曲是寻求者所感知到的正面或负面情绪。因为所有失衡的扭曲都同样可以帮助你观察扭曲、把你带入冥想性心智的场地，好让你在静默中释放控制，于是那些环绕、守卫、指引每位寻求者的无形存有的可用帮助，就可以被允许进入该能量系统了。**

这个器皿很少用这种方法来工作她自己的能量平衡，因为**这种技巧涉及检视每一个情绪并允许它强化到相当强烈的地步，然后允许该情绪的反面进入该等式，直到能够平衡地看待两边——比如说不耐心与耐心——为止。**然而，这个器皿确实使用一种观想技巧以平衡其能量。这技巧有助于下述实体：他们的观想能力比较迟钝，以至于不存在情绪过度强化或过度戏剧化之危险——这会扫除取得平衡的可能性。**在这种观想技巧中，你可以单纯地请求指导(灵)的帮助，确定跟指导(灵)联系以后，请求指导(灵)帮助自己以内在的或直觉的方式，检查脉轮中心的实际颜色，看看它们是否具有相同的色调、颜色强度，每个颜色的亮度是否相同，这样就可以直觉地看见，一个能量中心是不是显得混浊、暗黑、虚弱或稀薄。**

使用平衡冥想或者使用观想技巧来与平衡技巧一同工作，都是可能的。这两种技巧都给能量体发出信号：你正在照料该身体，这关怀是发自内心的；这极其令身体放心并且有帮助——不管平衡式冥想或观想从显意识的立场来看是否成功。

另一个可以很好地帮助疏通障碍的面向是完全顺着已出现的情绪行动。我们的意思是：寻求者尽可能准确找出已出现的基本情绪，然后把它表达出来。在 R 实体提到并涉及到、P 实体说到的情况中，那经验是在夜里从睡眠中醒来后，立刻感到极度的烦躁，以至于到了想尖叫的地步。这种感觉出现的时候，我们会鼓励你到一个安全的地方叫喊。打扰他人是不明智的，打扰环境也是不明智的。然而，在不侵犯他人自由意志、不损坏自己内在任何东西的情况下，承认并表达(自己的)情绪，则是明智的。承认原始痛苦，表达痛苦，即使是诸如尖叫这样最为原始的情绪释放，这些做法都有真正的灵性价值，因为它是发自内心想生存的尖叫，而不只是由于身体想要繁殖或表达性欲。这是该能量扭曲的表面，而非其菁华。造成能量扭曲的表面催化剂跟(实际)产出能量扭曲的催化剂，几乎从未是线性匹配的。因为在能量体里面，一系列无意识的记忆联结以及前世记忆是为数众多的，包含着与这个议题的关系，或者与那个正在给这个议题提供催化剂的实体的关系。所以，理性心智在显意识状态下，不能够明显看透实际的能量扭曲具备什么特性。

也许我们可以说，在超出某一点以后，倚靠信心是好的。我们总是返回至这情况的单纯性与合一，因为所有的能量都是一。那儿没有性能量、个人能量、家庭和集体能量，没有心能量，等等。随着能量流经这些能量中心和各个能量体之间的连接，能量有了不同的面向、颜色[容我们说]。但是，能量本身是无限制的白光，并且尽管它可能在自身阴影中被扭曲——这些阴影位于能量性的肉体的连接之中、能量体本身之中以及问题的源头处——但它全然是相同的能量。**我们觉**

得，这是一个关键的概念。因为这点将寻求者提升超越她的问题的概念局限，并把等待的心和正在聆听心的能量体放置在一个觉察到更大图景的情况中。接着清醒心智接受的东西就变成通往潜在解决方案的大门，这个解决方案等着你找到它，把它从束缚中释放出来。

首先，要有一切都好的信心。对于一个正在受苦的人，这是意义重大的一步，因为肉体想以基于恐惧的方式而反应。肉体的本能就是为了自身安全而保护和控制。所以人们感到不舒服的时候，就觉得需要控制这个情况。一个人需要获致一个舒适区。然而，在你们的密度中，你作为一个寻求者在投生之前经常已经做出选择，这些选择把你放置于一个情况，在其中，你将持续地受苦；那就是你过去打算做的。**你在投生前没有把这过程看成受苦。这种情况会被视为学习。它被视为缔造突破的大好机会，是灵性生命在进化路上往前迈进的一步。进化就是改变。改变是困难的。改变很痛苦，改变会产生苦难，所以你观察到，自己体验的某些障碍是你投生前就放在那里的；不是为了快速地突破它们，而是为了启动自我接纳、自我理解、自我宽恕的过程。这过程远比该议题深入许多，而该议题开始了这个理解、接纳、治愈、宽恕的过程。**

其次，要有这样的信心：在理性心智可得的帮助之外还有别的帮助，这种帮助是良性的、善意的，而且是智能的。一旦你有了「信心」这个基本态度，相信不管表面情况如何，一切都好，那你就在心里打开了一扇门；恐惧曾经关闭这扇门，还会一次又一次地继续想要关闭它。这就是为什么每日冥想和进入静默是如此重要，即使只有一会儿。那个与静默的连接会给下述资源供能：这些资源属于肉体与能量体之间的连接，以及能量体跟另外一些相关形体之连接——当你的高我前来第三密度帮助你时，那些形体在高我的指引之中会被涉及。**对于一切都好的信心，对于帮助就在那里的信心，加在一起就有一种惊人的安慰和强化的效果。**然

而，如我们说过的一样，在面对持续一段时间的、明显的肉体不平衡的过程中，这种幸福感会一次又一次被肉体载具本能的、以恐惧为基础的反应所连累，肉体载具会感觉到自己在生存能力方面正在受威胁。

如这个器皿说过的，没有其他议题比红色光芒更棘手了，因为那种天然的机能在肉体中是如此强健，并且人们对关系和友谊的感情需要是如此极为强烈，而性欲是满足该需要的门户。当肉体的性欲本能被否定时，任何人肯定都没法控制并——借由做或不做某种实际行动——解决肉体的不适。在这种情况下就会出现某种程度的痛苦，视个人的特性和能量系统而定。对某些实体来说这根本微不足道、不会注意到的，或是小事一桩。对于其他实体来说，这是很庞大、很实质的问题，肯定无法被忽视。这个器皿知道 P 实体说过，独自一人机械性地满足身体的性欲，不管重复多少次都不令人满足，我们对此并不吃惊，因为**事实上，性能量障碍其实不是它看起来的样子，而是深沉得多、重大得多的折磨，它会延伸到能量体的整个身体系统，如果不只是肉体的话。**

在很基本的意义上，我们必须说，据我们所知，所有人都有受苦的时候，总有些似乎很重要但不被满足的需要；行星地球这所「爱的学校」就是这样运作的。因为一次又一次地，它会允许肉体感官告知智力：东西是不够的，没有安全，没有疗愈。**对于灵性导向的实体而言，其挑战是：注视着身体受限又迫切的种种需要时，不着眼于解决，而是着眼于爱与理解，进入到体验之中，进入受苦之中，进入这情况引起的所有情绪之中，并看见该自我——它处于其需要之中、处于其欲求之中、处于由那些饥饿的呼唤所定义的特性之中。对于发展中的灵魂而言，一个人所渴望的事物是极度有趣的，注视一个人渴望的事物是什么，这是很好的，不是着眼于评判，而是带着完全拥抱自我的希望，带着爱上那个正在受苦的自我的希望，带着在心中轻轻摇晃那个自我的希望，并说：「是的，这些需要是美丽**

的，这些需要是有价值的；这些需要是完全可接受的，这些需要单纯是因为我的生活环境才没有被满足。」

一次又一次，以这样或那样的方式，这即是处于物质层面内的寻求者的情况：东西不够，没有疗愈，就只有受苦。这是一幅暗黑的图画，并且我们会对你们说，它跟土壤本身一样黑暗。在脚下的泥土是黑暗的。它是暗黑的、神秘的、具有生育力的。它是某个事物的种子，它将通过泥土、通过受苦、通过痛苦点而成长，最终以各种方式绽放，这些方式在受苦正被体验的时刻是无法被领会的。也许你可以把这幅图画看成拼图，你离这幅拼图太近，所以只看到了两千片拼图中的三十五片，所以问题看起来像是关于一条狗或一个人。但是如果你退后一步来观察整幅图画，人和狗处在一个大得多的冲突的边缘，这个冲突包括的特征和议题要多很多。在一个痛苦周期结束之后，事后检视该模式，说：「对，我明白这个折磨的意义，明白这个催化剂给我提供的要点。我看见它把我带到什么地方，我学会了什么东西，我很感激」，这样就容易得多。我们现在建议：事前就凭借信心而采取感激、感谢该痛苦的态度，让你在备受折磨时可以释放控制，对自己说出自己的需要，然后放手。这就承认了：超越所有的需要、超越所有的能量扭曲、超越所有的痛苦和局限，自我的菁华是完美的，安歇在最神圣的爱中，安歇在最强健又有疗愈力的光中。

我们要在此时将这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿提供自己作为管道，我们感谢这个团体提出这个很有趣的问题。我们在爱与光中离开这个器皿并在此时转移。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿、再次于爱与光中向各位致意。我们在此刻很荣幸提供

自己来尝试谈论这个团体可能给我们的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

S：我开始吧。我感到好奇的事情是：当我们每周聚集在一起的时候，我们会谈论我们在过去的一周做了什么事，我想我应该给你们机会跟我们讲讲你们上周过的如何。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。自从上一次加入这个团体，我们拥有的体验是探索自我的内部事物，容我们说。这是我们逐渐成为太一造物者的方法。我们在可能被视为很小的步伐中继续沿着自己的进化道途前进，调查自己的那些部分[属于造物者]，我们在过去的经历中对那些部分赏识得不足，容我们说。当然，我们在(任何)可能的地方进入服务他人。在大多数情况中，这种服务大部分是出现在那些我们设法服务的对象的梦中。是故，在我们的工作和服务中，成果不算太多。

此刻有另一个询问吗？

S：在此刻，有任何我们任何其他的无形朋友的讯息吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。那些天军，如我们听过它有此称呼，仅仅向所有那些可接受爱与光的人们送出其爱与光。

有另一个询问吗，我的兄弟？

S：现在没了。谢谢。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

R：我从不记得在梦境中觉察到 Q'uo。你们是否更多地在一个能量层面上这么做，而非以一个身份出现？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当我们能够做这样的访问时，最经常的情况是：我们寻求去服务的那个人，发现自己处于你们称为险峻海峡的困境中，由于忍受不了生活中遭遇的磨难和痛苦，正在呼救。在这种极度需要的情况下，我们有时候就能够出席，以令人鼓舞的形式被这种实体感觉到。以你们的术语说，这是有些罕见的，但这是我们自这个星球历史中的古老日子就开始从事的一种服务手段。

有另一个询问吗，我的兄弟？

R：没有。没问题了。只有感谢你们的回答。因为知道我们全都有无形的帮助，使我得到某种安慰。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

S：最近与我们一起工作的女人，她的母亲去世了。今天我嫂子的父亲非常接近死亡，我想要知道有没有任何言语或想法或观念是我可以和他们分享，以帮助他们度过正在经历的挣扎？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。若一个人想望服务的情况是心爱的人去世了，余生者正在遭受巨大的痛苦和悲伤，那么最佳的服务常常是单纯设法满足

伤心者感到的需要。因此，如我们觉察你已经准备去做的事，通过提供食品作为一个人的服务方式，就是这些人会感激的方式，因为在这时候他们心里想的只是过世的挚爱者，别的都想不到了。如果一个人感觉到那个悲伤实体的身上有个入口，你可以向对方建议，死者已经完成了一个宏大的设计或计划，而这个层面在尘世经历以后还在继续，这里的结束是另一个层面的开始。那么，就可能有某种安慰能够给予对方的心与意以及魂。因为，提醒那些悲伤的人他们(本来)知道的事情——即所有生命都是持续的，万物都从太一造物者中跃出，我们做那些我们该做的事，在任何时候真的都不存在失去——这种对灵性旅程的基本元素的提醒经常是有帮助的且令人感激。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：我的妻子仍因为摔破的脚踝而体验到大量的肿胀和疼痛，她请求知道是否有任何其他的课程、意义或无论什么事，她应该在此刻进一步检验？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当我们考虑 C 实体的情况时，我们会建议：她已经很好地处理来到她面前的催化剂了。剩下的治愈过程可能是既讨厌又漫长的，不过为了催化剂被最充分地利用，这是必须的。我们没看到这个实体有进一步检验心智的需要。很多人祝福过 C 实体早日恢复健康，我们也添加自己的祝福和治愈性振动。

此刻有另一个询问吗？

S：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo。再一次，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要跟进 S 的询问。看起来，如果你需要做一件事来解决你遇到的催化剂，它不必然会解决问题。有没有这样的情况，问题就是你所认定的，并且你在物质界中的行动很好地解决了问题？或者从抽象意义来说，情况的根源始终是隐藏的？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。虽然我们并不想要劝阻任何人仔细检查自己注意到的催化剂的每个部分，但在显意识心智终于注意到出现在面前的催化剂时，在决定自己该行旅哪条途径的过程中，很多东西已经遗失了。这仅仅是第三密度的沉重化学幻象之性质；你们发现自己身处于该幻象中。很难清楚感知到从潜意识心智和形而上领域发送出的讯息，因为它们所讲的语言好像不一样，听到这种语言的耳朵只能模糊地感知它们的原意。**因此，最好不仅使用显意识的分析式心智，而且还睿智地运用直觉、预感、那些透过遗忘面纱而来并留下意义痕迹的感觉，(运用)那种——我们给了这个器皿一个短语——细微的方向感，这种方向是你在愿意跟随森林深处的面包屑痕迹时可以跟随的，为了再次寻找你进入这块雄伟又孤立的地区时所走的路**。

当一个人仔细检查潜意识心智的时候，容我们说，尽其所能地仔细检查，将会发现那里有参天大树，美得难以形容的蕨类植物，先前不被知晓的苔藓，奇特而异乎寻常的生物，几乎不能被呼吸的空气——不过一经吸入却是令人愉快的。因此，**当一个人检查催化剂来寻找其起源和利用方向时，一个人可以感到放心，这是一个过程，其自身是能够成为一条进入奇异王国的旅程。在这样一个地方找到的果实是完全值得努力的，无论一个人能够享用全部的大餐，还是仅仅只能享用餐前小菜。**

我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：我本来还有更多问题，但我觉得能量正在减少。如果你们想望评论的话，你们说能量体有语言的时候，我在想：那是情绪的语言吗？我做音乐或文字工作——比如写诗——或使用颜色的时候，这些元素在我看来都跟能量体很融洽，净化我的情绪，而且有助带出各种情绪。我在想，对于能量体，情绪可能比起智力分析是更好的语言。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们也觉察到这个圈子的能量是低落的。我们将简短地评论。

情绪是一条探索的途径，它也值得付出大量努力。当我们建议检查直觉时，我们意指的方向是尝试诠释催化剂及其在未来行动上的应用，因为**直觉是某种更纯净的情绪、出自另一个来源，它们是潜意识心智的属性，是显意识心智对自己试图理解的潜意识语言所做的首次转译，容我们说。所以我们建议，把直觉和你建议的情绪更多地作为检查催化剂的根本手段，而非允许智力头脑成为你探索催化剂的唯一努力(方式)。**

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没。我真的为那个回答而感谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有最后一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo。我们愿利用这个机会再一次感谢各位邀请我们加入这个工作圈。我们觉察到每个人为了参加今天的集会圈都做出了巨大的努力，因为你们必须克服很多障碍才能到这里来。我们感谢每一位成为这个圈子的一部分，我们感谢你们邀请我们出席，我们感谢你们带着一颗真实且真诚的心来寻求我们的意见，而我们喜悦地给出一些意见，尽管我们推荐每个人都遵循那些让自己听到真理铃声的言语。拿走那些言语，把所有其他的都留在后面。我们是你们认识的 Q'uo，我们会在此刻离开这个器皿和团体，一如既往，把各位留在太一无限造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0304.aspx

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2001_0304/

☆ 第 3410 章集：团体一起投生和服务

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 3 月 25 日

团体问题：今天我们的问题跟下述事实有关：我们一次又一次与朋友们一起转世投生，到达(相同的)部落或群体，一起学习服务、寻求造物者。我们想要知道，这种集体转世投生的过程是怎么影响行星意识的。它对于该行星有帮助吗，如何运作的？当个体的收割时刻到来，这个过程会如何协助个体？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意。我们给出那个名字和签名，因为我们都在服务这相同的造物者、这个伟大的起初思维——祂已经从自己当中旋转出了这正在演化的宇宙的无限样式，并无可阻挡地把所有事物拉向和谐、美丽，接着再一次在我们称为时间的维度或品质的饱满中聚集在一起。

我们非常高兴跟你们谈论关于轮回转世以及收割的一些方面，我们只请求你们每个人都带着有分辨力的耳朵来聆听我们要说的内容，因为我们并不是想要将自身意见强加在你们身上的权威。相反地，我们快乐地分享我们的想法，同时希望其中某些想法可能是有用的。请保留与你内心的真理感产生共鸣的那些想法，毫不犹豫地抛开其他部分。

正是在时间之光中，投生展开着它的模式。形而上地说，把轮回转世系统——涉及到反复跟某些其他实体形成关系——看成一个生命之圆圈，在其中，每次投生都是一根从圆心向外伸出的辐条，并且，由该实体每次投生所收获的一切体验都回馈给自我的那个中央池子，这种看法相比于把轮回转世看成一系列连续的人生是更为准确的。然而，在时间和空间的限制之内，时间是被视为线性和有方向的，并且，的确，如果不是如此，整个轮回转世的模式就会变得毫无成效。就第三密度的体验来说，下述情况是完全有必要的：正在经历此生的人，无法看见那个由生生世世所构成的伟大圆圈，看不见每个议题的细微差别——伴随这些议题，那些似乎牵涉业力的关系会给意识内的工作带来机会、创造机会。

若没有时间，采取无限的观点，则一切都是造物者。当时间开始以创世的顺序展

开其卷轴之际，时间为造物者的每片火花都提供了机会去学习、探究、发现各自所意愿的种种。经过生生世世，实体们经历自我逐渐觉醒的过程。这种觉醒是大量内在探索的产物。该探索涉及与许许多多人相遇，这些人对我们而言成为了带来好东西的信使。每个人都早已觉察到下述过程：自我借其来为投生做好准备的过程。每个人都觉察到这个谨慎的过程——关于选择你在此生中要与之建立关系的那些人。

对于这些我们已经给予自己的关系，在它们的进展中，有时候肯定可能看起来是：我们好像为自己选了严酷的课程和困惑，作为那些我们已选择去调查并帮助绽放的关系的一个不可避免的部分。事情可能看来很像是，我们不但没有与关系中的人变得越来越团结，反而没有进步；我们也许开始怀疑自己在这些关系和课程里的工作成效。不过，我们对你说，**最好相信关系的节奏，允许它们以自己的形状与质地存在，而不是试图按自己渴望得到的结果或喜欢的状况来重塑这些关系**。这个器皿在稍早的时候谈到她想弥补的一个关系，不过这个弥补工作难道不是对自己做的吗？宽恕和疗愈的过程，难道不就是宽恕自我、看待其他自我为造物者的映射吗？

结果，我们有了这种重复的关系模式，并且，容我们说，在一次创世过程期间——也就是说，在那个过程的许多个密度期间——**与其说我们会与一个相当小的团体进入重复的关系中，不如说，每个人可以期待去与无限造物者的其他每一片火花变得亲密，一同穿越催化剂、疗愈、和谐、合一的各个过程。**因此，「每个人相互帮助学习每个密度的课程」的这个过程，在任何意义上都不会被看成是有害或不受欢迎的，无论这些关系在表面上是怎样的混淆或浑浊。毋宁说，它是灵性重力的极大原力在展开工作，呼唤每个实体越来越多地觉察到自我的真实本性，呼唤每个实体以每个密度的原生方式来做事；这些方式不同地运作于每个密度

中。

你们问及拥有业力重量的关系冲击行星潜意识的方式，我们会说：在物质幻象中牵涉到关系的真实事件，与那些正在他们的内在工作中处理彼此催化剂的实体所进行的大量内在工作相比，或者与这个器皿称为的每个人所做的意识内工作相比，只不过像是池塘水面上的阴影。有些人选择每天在冥想中处理来临的催化剂，一如既往，我们高度推荐进入静默的过程，这是灵性寻求者所拥有的单一最有效的资源，可以帮你打开通往指引的通道；每个人在原型心智范围内都有众多指引，它们就住在你里面，而静默这扇门比任何别的手段都更有效地让你接近它们。

有各种各样的冥想方法。一次沉思型的散步、阅读启发灵感的材料、深思一个启发性的种子想法以及许多其他进入静默的途径，它们都可以让一个人通过那扇门；而祈祷和正式冥想这些更传统的方式也有同样的功效，有些人也许觉得它们比别的方式更合意。**在我们的思考方式中，在每个寻求者生活中最切实可行的方式，就是适合他的方式。再次地，关于什么选择是感觉合适或有共鸣的方面，重点在于她自己内在的个人寻求。寻求者在灵性生活里如此频繁地发现，目前的伟大权威就是自己。因为你寻找的所有知识都在自我之内，不在显意识心智中，甚至不在潜意识心智中，而是在能够通过潜意识、心智根部[如这个器皿对它们的称呼]探访的那些领域中。**

随着每个人走进静默，随着每个人在此生工作中开始逐渐认识自我，开始能够越来越多地能够成为那个自我，那个振动链结[也就是自我]的种种模式，也就开始非常缓慢地成长，无可阻挡地变得更明朗、更清楚，并更加充满那伟大的起初思维。结果，这个过程对你们行星的原型心智的效应，就是让该心智单纯地感觉

到，地球自身正在顺利走过预定的工作过程。对心智根部而言，所有暴风雨般的困惑——它们搅乱着由许多实体、问题、情况所组成的群岛——并没什么。因为这些过程对于心智根部有个好处，这个好处不是依据于这个器皿会分享的任何外在标准——这些外部标准涉及礼貌，或者令人可欲的进展方式而非其他令人不可欲的进展方式。毋宁说，心智根部的关注在于：渴望的强度，以及对于造物者[祂正在尝试越来越多地成为祂自己]的这些代理人的教导的寻求。表面上看似极大的暴风雨，若从心智根部的层次上凝视，看起来就是一系列的微小细节。重点就是观点的远近。

我们会在此刻暂停，看看大家对今天这个初始问题有没有需要进一步的定义是我们可以回答的，然后再进入下个阶段，好款待其他问题。现在请问你们对于轮回转世的要点，还有形而上心智根部或原型心智，有什么要追问的？

（没有进一步的询问。）

我们是 Q'uo 群体。在这种情况下，我们会在此刻把该通讯转移给 Jim 实体，于是，在场各位可能提出的任何其他问题就可以在此刻被提出了。我们感谢这个器皿的服务、接着把她留在爱与光中。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再一次于爱与光中致意。在此刻我们有荣幸请问在场各位是否有任何进一步询问要给我们的？此刻有另一个询问吗？

D：我想知道我在自大型妄想方面所拥有的困惑，为什么通往其源头的路径没有对我变得更清晰以包含相关的理解呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。感觉到自我是广阔的，以及如你说过的，是宏伟的，这种感觉就其自身是正确的，因为在投生中的每个实体都是太一造物者，每一个实体都参与太一造物者的荣耀、喜悦、力量、平安。然而，在你们现在栖息的幻象之内，伴随着自己是太一造物者的这些感觉而来的，还有身为[带有太一造物者的一些扭曲的]人格所具有的更具体、更狭隘、更聚焦的感觉和经历；也就是说，第三密度幻象中的每个实体都有一些自己尚未完全实现的部分。为了完成学习和服务，你有要学的课程、要改善的地方、要从事的寻求。

因此，一个诸如你自己这样的实体，在特定的物质或体验的帮助下，或许能够穿透并超越该人格的[容我们说]外壳，到达自我作为太一造物者的实相。然而，有必要过平常的生活，体验日常的活动[它们是普通又世俗的，且聚焦于协助每个实体成为自己所想望的样子]，学习各种在投生前设置好的课程。所以，我们会对你说，我的兄弟，它不必然是一个妄想，但是，将自我视为太一造物者并不是自我的一个平衡观点。觉得自己就是太一造物者、是一切万有，这样的体验只是对自身实相的一瞥，它需要你用手上现有的、在世俗和日常世界中的体验来平衡；在这世俗和日常的世界里，每个人都在努力实现人格更完整的表达，而你选了这个人格来协助自我实现这种成长和服务。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

D：白光兄弟会(White Brotherhood)与这个团体的联结是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现你们的团体与那个被知晓为大白光兄弟会的团体没有直接的联结；也就是说，在第三密度幻象中(没有联结)，因为事实上一切都是同一造物者的部分。然而，大白光兄弟会的成员，在很久以

前就取得了在座每个人所追求的毕业。这些实体达成毕业以后，选择的不是进一步追求个人成长，而是停留在这个星球，尝试服务仍在寻求毕业的兄弟姐妹们。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

D：如果你们不介意的话，谈谈改变我们的收割日期之或然率，好让更多人可以开始觉醒。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议：收割就是现在，很多穿过你们称为死亡大门的人，主要是能在服务他人的极性中收割自己。少数在服务自我极性中的人也正在达成收割。随着这个幻象中的每个实体所做出的选择是朝着「分享太一造物者的爱与光」而做出的，每个人和所有人的收割也变得更有可能实现。日期在此刻是相对不重要的，容我们说，因为未来对于所有人的眼睛都是令人迷乱的，而在这个星球上，人们的选择是决定收割的潜在日期的主要力量，容我们说。未来是可变通的，所以大众心智朝向光明的伟大转变，这是有可能的，以致于收割日可以在任何一个特殊时点发生。虽然这不是很有可能的，但所有人于自己的内在以及其他自我的内在看见光，在一个灵感的美好时刻，把罗盘指针拨向服务他人的极性，始终是有可能的。

有另一个询问吗，我的兄弟？

D：我很可以问一整天，但谢谢你们。

我是 Q'uo，我们谢谢你，我的兄弟，谢谢你渴望寻找真理，渴望跟周围的人分享太一造物者的爱与光。

此刻有最后一个询问吗？

Carla：我正在思考你们谈到的关于时间的内容，所有的投生都在相同时间发生，它是一个宇宙造物的模型，所有事情都在一瞬间同时发生。它令头脑感到困惑，我想要追问是因为我过去一直在思考，你们给我们讲的组织结构，比如土星议会，你们的(Q'uo)原则，如何由不同的群体所组成，诸如此类，它与时间的结构有共同处，于是有可能思考我称为奥秘专用语的东西。我首先想知道，是否非线性时间或瞬息时间有一个类似圆圈的中心，是否圆形的几何学会帮助我们更多地理解无限和永恒？接着我想知道，是否所有的思想结构只是近似物，它们的实质似乎会比在空间/时间中呈现的要少？

我是 Q'uo，确实我们会把圆形结构或者[更明确地说]球体视为在太一造物之内时间和体验之同时性的范例。一个人可以注视从球体中心按一个特定方向移动的一条经验线、一条时间线，接着观察被这种线性体验影响的实体们。在第三密度的幻象之内，你们可以将自己视为正在体验各种各样的时间(线)/体验线，从你存有的中心移动到另一个也在你存有内的位置，同时与他人的体验相交，而他们的体验同样位于你的存有和他们的存有之中心，于是随着体验沿着这条线移动，经验的中心就被共享了。这条线也可以被视为是能够描绘该实体、团体以及共享经验的建构，于是有各种各样的方式来查看关系的构成，查看太一造物如何可能被[同时沿着这些时间线移动的]若干实体所体验。因此，在这个球体之内，经验有着一股无限的潜能。那么，在第三密度的幻象中观看，每一个个别的体验似乎都是完整的，似乎是从 A 到 B 到 C 等等的线性(体验)；然而，若在第三密度幻象之外来观看，它就被视为太一造物者同时体验的一部分，这些体验的数量是无限的。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：所以，当你在一段关系中有个突破时，它会在发生这个议题或关系的各个前世里产生回响吗？它对生命之圆有涟漪效应吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，对于那些有眼去看的人，是这样的。然而，如你清楚觉察到的，限制视野的是遗忘面纱。

Carla：确实。但有时候我想知道，为什么某件事会如此清晰地来到我的脑海，而我先前为此如此困惑，我不禁想着，是否因为在另一次人生中我正在工作这个问题，我可能已经缔造一个突破——它在这辈子中被登记为一个更清楚的理解。如果是这样的话，那么在你们谈论轮回转世或任何事情的时候，你们是否仍然相信，提供这些关于「神秘、神性、我们怎么开始体验自己」的思想结构，是有好处的？对于你们通过诸如 Jim 和我这类器皿提供的话语，对于这些言语，你们感觉其有用层次为何？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，我们发现，在通过任何器皿而给出的言语中，在任何实体可以用来为自己形成一个理解手段的言语中，的确有极大的好处。因为重要的是去理解的努力。这些言语形成你可以视为一个管道的东西，就是通过这个管道，观点和启发可以从一个人自己的心智更深部分贡献出来，而这个更深的部分是与宇宙心智、太一造物者的单一无限心智连接在一起的。因此，这样的建构可以从自我更基础的层面以及大我之中带来去寻求特定资讯的渴望。然后，借由成为一种滋养物——我们给了这个器皿一幅雨掉落到地面、引起种子发芽、庄稼生长，接着食物从而被收割的画面——这个资讯就会找到其途径通向你、通过你。那种去说话的渴望使得一种形式被缔造，于是形式自

身就会将答案传递给这份寻求。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没了。谢谢你们。我感激你们的言语。

我是 Q'uo，再次感激妳，我的姐妹。我们愿利用这个机会表达我们的感激、感谢今天在座各位邀请我们出席你们的寻求圈。我们总是感激有机会加入你们的寻求，因为我们从中得到了很大的鼓舞；你们在这个沉重化学幻象中寻找太一造物者所走的每一步路，都给我们很大的鼓舞。我们会提醒各位，我们并非作为权威来发言，但鼓励每个人都在拿取那些我们分享的言语、那些观念的时候，利用个人的分辨力，仅仅保留那些响起真理铃声的内容，把一切没有该铃声的内容丢到后面。

我们是你们认识的 Q'uo 群体，会在此刻离开这个器皿和团体，一如既往，将各位留在太一造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2001_0325/

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0325.aspx

---

☆ 第 3411 章集：流浪者的孤单

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 3 月 18 日

团体问题：我们已经准备好印刷《流浪者手册》了，我们将要为它准备一份传单，发送给在我们邮寄名单上的人们。他们当中很多人很可能是流浪者或是这种或那种的属灵的局外人；我们想知道今天 Q'uo 是否愿意对这些人讲点什么，谈谈书中的概念或者流浪者的品质以及在灵性旅途上遭遇的疏离和孤立。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。今天下午，我们感谢你们呼唤我们来到你们的团体。一如往常，同你们谈话始终是我们巨大的特许和乐趣。我们想要感谢已经到来的每个人，因为你们牺牲了今天没有做的其他事情，为了你们每一位都可以寻求真理，并在静默中歇息，而那静默在太一造物者的爱与光中联结我们全体。能够与你们分享我们简陋的想法，真是美妙。我们确实想要明确指出：我们不是权威人物，而是跟你们一起走在相同道途上的寻求者。也许我们多走了几步。也许我们记得多一些我们曾有的经验，因此，也许我们可以提供一些意见，它们可能对你们每个人是有用的、有趣的。但是，我们确实请求你们每个人都带着分辨力和谨慎的耳朵来聆听，不是听取我们所有的言语，而是只聆听那些似乎在你心中起共鸣的言语。因为真理是一件非常主观的事情，当某样东西是你个人真理的一部分时，它将会有特定的回响，你将会认出它。信任那种认出来的共鸣，而非相信属于任何来源的表面权威，因为你对于自己的心智、情感、灵性

的演化负有责任。你可以选择改变的速率和过程。在你们每个人以自己的方式寻求真理之际，我们不想望成为绊脚石。

说了那点之后，我们很高兴在这份特别的(L/L)新闻季报上分享一些想法，该季报述说的对象是那样一些人：他们已经享受过[隶属于为无限造物者服务的众星球之邦联的]我们在此之前不时会提供的其他资料。对于很多人、我们说话的对象，我们简单地说：「欢迎回家」，因为**流浪者和所有开始从地球的沉睡(现象)中醒来的人，通常在地球世界中没有家的感觉，不认识你们美丽星球的颜色和形状**。虽然这个星球很可爱，不过感觉起来还是不像家乡(星球)的海滨和田野。这是因为我们谈话的对象，有很多并非来自你们称之为地球的行星环境，相反，他们非常有意地且特别地选了地球，来展开一场服务与学习的旅程。

在我们的谈话对象中，另有不少人是地球原住民，这个星球是他们心爱的家园，不过(他们的)灵性也从地球之梦中醒来了。在这觉醒过程中，地球变得越来越像个陌生的地方，不是因为不熟悉地球的外形，而是因为地球人群的思维和文化已经开始摇撼他们新近发现的形状和共鸣——这些形状和共鸣属于一份正在觉醒的觉知，关于自我是一位属于永恒和无限的公民。无论你是作为一个地球原住民、还是作为一个从(宇宙)他乡来到这里的人来聆听我们发言，在我们眼里都是绝对平等的，因为**所有已觉醒的人都变成地球上的流浪者，全都开始体验到同时生活在两个世界中的错位感**。这种「觉醒」以及「发现自己正在尝试去弄明白那看似越来越不合理的事情」之体验有特定的特征，而我们可以谈论这些特征。

孤立的体验非常普遍。仿佛一道分离出现在以物质术语思考的人们与以形而上术语思考的自我之间。在世俗世界中，做出选择所需要的理由和考虑跟实用性、财务、时间表、别人怎么看、文化是什么等等有关。**对于已觉醒的人灵而言，已经有了一种整个世界的转换，那些在世俗世界中做事情的理由似乎不再有魅力和吸引力，如果它们曾有过吸引力的话。更确切地说，心里出现越来越大的渴慕——对于真理、菁华、服务的渴慕。**

自我一旦领悟到自己是个形而上的实体，也就同样领悟到自我如同一个道德原则。你能够越来越清楚地看见，自己真的很负责地竭尽全能做有道德的事，坚持最高的原则，遵从那条似乎最美好、最有品行、最适合自己的路。常见的是，世界认为对的东西和内在自我认为对的东西是相一致的。然而，并不少见的是，当从世俗立场来看待问题时，其着眼点是保护自己、维护环境，而当把它看成形而上的议题时，解决方案经常就转变了，你可能会选择好像不实用、不方便或不务实的道路。因为在世界的切换中，就会释放世俗形式，实现形而上宇宙的更高形式。**一切事物都是能量和振动，你的想法和意图比起你在世人眼里是否成功，要远远更为重要。地球上所有的文化都有个老生常谈，说许多傻子似乎没法变得现实一些；不过就灵性的立场而言，不现实是很重要的，遵从这个器皿称为的最高最佳的目标很重要**。再次地，这种价值判断是很主观的，对于什么是最高尚的路或生活中最杰出、最美好的准则，别人的意见可能跟你的不一样。我们对你说，地球上的人灵觉醒以后，要想在这个奇怪的世界里感觉更自在些，方法之一就是果断地变得不现实，并在做决定的时候知道，你做决定的着眼点是灵性价值。通常，这些决定在别人眼里是没意义的。我们鼓励大家，要有勇气和信心去跟随你的原则、指引、光，因为你们每个人醒悟到的，正是这珍贵的认识——自我为菁华。

你们每个人都已经觉察到，你生活在一个很忙碌的物质世界里，这个世界的细节简直无穷无尽；这个器皿经常描绘其特征为：提供了太多要做的好工作。不是说这个世界提供了一个接一个的坏选择，尽管情况经常是这样。目前这个世界充满了困惑，却也有许多美丽与祝福。不过在物质生命所有的忙碌和细节底下，有一个简单的因素，那就是你所是的菁华，你们每个人所是的菁华。我们会查看这个菁华一会儿，因为它是我们要说的核心内容。你们每个人都是非常非常真实的。在尘世之梦以外，在以太之梦以外，在我们现在讨论的梦层次以外，在我们知道的所有梦之外，你们每个人都非常深刻地、终极地、独特地真实。你们实际上都是造物者身份的原料，每个人都是神性的火花，没有你们每个人，神性不会是完整的。每个人在时空存在之前就在了。你们每个人都将超越所有的想法，超越所有的讲述，超越任何创世的结束，因为在无限中，一个终点总是一个开始；你将永远作为唯一的你而存在，你是造物者钟爱的、珍视的，(你是)一个菁华、一道光、一股爱。

身为觉醒的生命，你在这里是要存在、而非做事。在此生的脉络中，这是一个极难接受的概念，因为你所了解、体验的人生，如你们文化教你体验的，是关于怎么做事；你接受的教育，教你评价自己为一个工作者、一个生产者、各种事功的完成者。事功的种类可能有很多，但在你要去的下次聚会上，别人不会问你：「你是谁？」 而会问：「你做什么工作？」许多人会根据那个回答来评价你。不过我们对你说，**你在这里的主要身份不是做事者而是一种菁华。**在能量意义或形而上意义上，你们每个人都是一个能量场。而这种能量并不简单。你们每个人作为一个核心振动，都有着伟大的起初思维，每个人在其核心都是造物者。确实，进化的基本目标就

是再一次进入跟起初思维——也就是理则——完全一致的振动。这个理则可以被描述为爱，不过爱这个字被用于各种热情、感情、献身而遭到太多的污损，它不适合用来充分表达那种品质——那是创造性的神圣之爱。

你从这个原初的理则能量创造出各种扭曲、变异或复杂性，它们被加到那基本的振动上，把你缔造为你之所是的独特菁华。当我们看见你的振动样式，我们看见你的形而上名字。你就像一道彩虹、具有特定样式的形状，以自己的方式是精美的。我们在任何地方都会认识你们每个人，不是根据你的想法，不是根据你在特定时刻的感觉，而是根据自我在许多经历和密度中的巨大累积。你们每个人来到当下此刻，都以很明显、可识别的方式振动着，这就是每个觉醒的生命献给自己、行星地球、地球人民的大礼。因为一旦每个人觉醒以后，每个人就变成了太一无限造物者之爱与光的代理人。

你会这样表现自己，这属于你之所是的道德的、生物的实体之本性。我们相信，这里有你们每个人在投生前为自己安排好的计划。就像T实体在这次冥想前的谈话所说的，这个计划是选出一套关系、一套课程。他说：「我知道这个问题冲着我来了，因为这是我为自己安排的。我计划在这个难题上花时间，享受这个挑战，尽可能怀着最大的爱来走过这个过程。」**你的计划是作为关注灵性进化、到这儿学习的实体，不是到这里来当聪明人，而是在这里变得混淆。你的希望是进入这个非常厚重的物质幻象，可以变得完全迷失方向，在一片真实的困惑海洋中醒来。你这样希望的原因是：你(当时)觉得可以取得更好的自我平衡，获致更纯洁的极性选择，怀着更热情的渴望去寻求真理。**

这在投生前好像不是很难，因为在投生前凝视整个投生范围时，「这些课程是什么」以及「为什么把这些关系维系到完结为止是重要的」看起来是相当清楚的，似乎我们简直不可能避免觉醒。不过在大多数情况中，觉醒并不是件容易的事，而是个一阵一阵的颠簸过程，你得走过许多顿悟和许多个灵魂暗夜。**你在这儿只是希望如此觉察行星地球上的混淆，最终不再企图用心智、小我、头脑来控制事情，放弃用貌似不合适的资源来应对那片困惑之海，也就是地球生活。你希望开始进入心中，因为正是心及其直觉与情感包含了真实的智慧、爱、真理之收成；那是身处困惑之海的你，内在蕴含的东西。**

当觉醒的寻求者开始进入心中、允许心开放、保持开放，甚至在寻求者最易受伤害的时候都如此，然后，不知怎的，各种议题就开始似乎是更简单了。接下来，无形的手就开始协助寻求者了，借由鸟与野兽的讯息、言语和标志，各种关系和关联似乎开始涌现出来，在这里、在那里，到处都是，它们形成了一个巧合与连接的同步性网络，在最没料到的地方、事前完全没有准备的时候，教导你、提供帮助。

尝试凭靠菁华生活、尝试做自己，都是心的工作。这种生活方式通常好像很不切实际，因为开放之心似乎不受保护且很容易受伤。而它确实容易被各种困惑和挑战所伤害。活在心中的气力是那被称为信心的微薄气力，它把一个人放在天使的翅膀上，带着这个人超越一个问题，所以即使身体处境艰难、心智受到混淆，但有一份来自释放进入「一切都好、一切将是好的」之知晓当中的宁静。这种生活诀窍被称为信心，是切换宇宙的一把伟大钥匙，因为信心取代了地球世界中的控制，做事变成了存在，细节变成了菁华，生活从内向外运动，而非从外界被驱动到内部。

身为流浪者的另一个面向是对于服务的极大渴慕；对于那些来自他乡的实体以及地球本地人而言，这是共同的面向。我们会对每个人说，你们每个人的主要服务就是做你自己。因为当你最真实、最深入地做自己的时候，当你的心是开放的且充分振动时，你就成为一块水晶，有能力接收能量、转换能量、释放能量进入地球的球体。你们当中来自其他行星的很多人，已经专门来这里做这件事。这是一个简单的过程。你吸入、呼出。允许真理流经你。允许造物者的无限爱能量补给流经你的能量系统、接着向外进入地球层面，当你祝福这个过程并鼓励它的时候，你就强化并增强了那些流入地球层面的振动。你们每个人，借由成为你之所是的方式，在此时就是一个光的仆人，要实现你在地球上的使命，除了活着、去爱之外，你不需要做任何事情。自然地，你们每个人都给了自己要去分享的礼物，要学习的课程和要执行的服务。在你感知到这些天赋和礼物的时候，我们鼓励每个人沿着那些路线前进，同时寻找分享那些礼物的方式。但要了解到，**你来到这里提供的、生命真实核心的礼物是内在的菁华，超过那些外在的作为。它是一个美丽的礼物。它是一个将会花费你全部人生来给予的礼物；我们对你们的鼓励是：无论你似乎将要在人生中做任何其他什么事情，都要给出这份礼物、从事这项服务。**

你可以在日常生活的过程里、在任何当下此刻的过程里、在任何挑战的暴风雨里，致力于打开你的心，任何人、任何事都不可能阻止你追寻这项存在的服务；我们想要让你知道，在这项服务中有许多助手在帮你。因为你们每个人都有指引：个人的指导(灵)、极其非个人的指导来源、内在层面的老师等等，如果你渴望它们所要分享的东西，它们就会到你身边来。**寻求者只要不懈请求，就可以得到很多无形的灵性协助。在此的关键是单纯**

地全心去请求、一直请求。因为如这个器皿的神圣著作所写的：「寻求，你将会找到。敲门，门将向你打开。」这是真的。你的渴望塑造了数量惊人的、你将以灵性方式收到的东西。所以，**信赖那个渴望的自我。不要轻蔑它，毋宁寻求越来越多地认识你自己，为你自己定义并精炼你真正渴望的事物以及你真正寻求的事物。因为你所寻求的事物，你肯定会找到的。**

就灵性而言，你们每个人都是一个极为强大的原则，一个帮助他人、治疗他人的避难所。你是一种特殊的灵性生命，虽然你似乎是孤立的、是不一样的、无法有效用，不过我们对你们说，这远非事实。**你无法知道，你的一个微笑或一句话对另一个人有多重要。你无法知道，谁会无意中看到你所采取的某个行动或想法，并得到安慰和启发。你伸出手的时候，你不知道别人会怎么接收，不过就灵性而言，这样做的脉冲就像黄金(一般珍贵)。要知道你自己的服务真的是强有力的，一个有价值的人；你所需要做的，只是尽自己能力做到最好。这个器皿经常说：「从来会有足够的时候吗？」 因为她注意到，自己在许多方面都少有满意的时候。不过我们对你们说，「是的，你是足够的，正如你现在所是。要知道：你在此刻之所是、坐着的样子、休息的样子，本身就有巨大价值；要知道，地球上所有的困惑都不可能从你的生命中，除去这个最精要的品质。」**

我们极其同情每个人在地球层面感到的困惑。我们佩服你们的勇气。在我们的密度中，很多很多事情都是已知的，所有想法都是清楚的，我们就歇息于这种对我们密度的认识之相对踏实之中。我们的困惑和寻求，位于超越那种认识的奥秘中。但是对你们来说，即使是对自我和其他自我的了解也常常是隐藏的。仿佛你们每个人都身处这个器皿知道的「X 档案」电视剧的场景中，在一个又一个的黑暗角落中带着手电筒四处寻找。这就是灵

性的世界。在地球层面里，灵性世界是一个很黑暗的层面，各个内在层面都不是清晰的，经常没有可观察的光。不过我们对你说，**信赖那看不见的光，信赖那根蜡烛——也就是你的心——要知道你唯一的责任就是一直保持那根蜡烛亮着，不是为了别人的想法、不是为了其他人群、不是为了外在的议题，而是为了打开心、把自己献给爱与被爱(的过程)，知晓自己是造物者的一部分。**

我是 Q'uo，我们觉察到今天已经花费你们很多时间来发言。我们会在此时离开这个器皿和团体，一如既往，我们把各位留在太一无限造物者的爱与光中。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2001_0318/

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0318.aspx

---

☆ **第 3412 章集：Carla 老师给 P 的一封信(摘译)**

Copyright © 2008 L/L Research

注意：警告！这些文字并未由 Carla 编辑检阅。预期会有些错误。

1991 年九月 2 日

亲爱的 P，

P，我不确定我能说什么能在你身上创造出一种宽敞的精神，在我看来、这是应

对你自己正在经历的痛苦的唯一有效方法。但我会尽我所能，几乎任何人都可以做的是一次良好的诚实尝试。

我的意见只是我自己的。所以，如果你觉得没有帮助，我谦卑地请你把它抛在脑后，继续尝试你认为更有帮助的东西。

我是一个神秘主义的基督徒；我深深地相信基督的教导，我爱耶稣。根据我一生的观察，耶稣没有保证旧约神所应许、经常交付的任何东西。我没有选择以旧约的方式、处理加诸在我身上的不公正。据我所知，耶稣说过，我们应该做两件事：用我们有的一切去爱主，并且爱我们的邻居、如爱自己一样。

来到这个世界的我们，带着各种礼物(天赋)和一种渴望来到这个世界，要嘛利用这些天赋为他人谋福利，要嘛为了推进自我，也许做出选择、不要使用这些天赋，因为我们对使用它们并不特别感兴趣，而对于放松和享受生活更感兴趣。

在我看来，任何努力接近和谐的方式都是积极的生活方式。现在，当耶稣说了「爱主，爱人群如爱我们自己一样」，他给了我们一套非常、非常丰富的诫命。用两条积极的诫命取代了十条消极的诫命。

但是，这两条积极的诫命需要一个人更多的思考，和清晰精神，以及对于世界上明显的不公正和失望、有更谦卑的臣服。

我想谈谈第二条诫命：「爱邻人如爱自己」。

我费力地通读了你所有的谴责、用以反对那些你认为冤枉了你的人。我不能知道

整个故事，无论你告诉我多少东西，因为人们不活在事实的生活中，他们活在感知的生活中，而处于相同情况下的两个人会以不同的方式感知它。

发生在我们身上的事情就是发生了。在我们身上发生的事情并不卑鄙或缺乏卑鄙。它们本身并没有因为进入我们的生活而被改变。它们起到催化剂的作用。我们注视催化剂，并根据它在我们的情感、灵性、心理生活中起到的化学作用来使用催化剂。

显然地，你与西维吉尼亚州的几个长老教会之间有分歧。这其中许多必然是真实的。无论如何，在苦难和愤怒中、渴望正义，根据你自己的正义标准，你的自我辩护，试图让他人知道对你遭受了不公正的待遇，应该采取一些措施，而我看见的是：一个人不像爱自己那样爱别人，而是在捍卫自己免受那些逼迫。

我个人认为，重要的是在爱与恐惧之间做出选择。因为如果我们在爱中行动，如果我们爱自己，那么我们将像爱自己一样爱我们的邻人。不评判他们，也不报复他们，但是当情况似乎难以为继时，要感谢人们在你人生中给出的美好，无论它可能是多渺小，虽然您几次提到，在不公正的事情发生在你身上之前、有着很多好的感觉。

你只关注这些美好的事物，只是为了建立一个案例，以突显随后对您的不公正对待。在你的心智中，脸颊转到另一边也许对你来说是一个实相，但根本没有表现出来。期望任何组织或人群总会像你所希望的那样欣赏你，这是不可能的。有时人们会欣赏你，有时他们不会。

我认为你的痛苦的全部要点可以追溯到[这只是我的看法，我只是一个普通人]该

事实：你不愿意交托对与错、公平与不公平、公正和不公正，你不愿意交托评断。你坚持这些怨恨出于某些原因。我并不是说你没有理由不快乐。我们都有理由感到不快乐，感到我们的生活中发生了不公正和不公平。在我们生活中、这是保证有的一部分。将会有不公正；将会有完全缺乏沟通，缺乏欣赏等等。

现在，作为基督徒，我们如何应对一个明显不公平和不公正的世界？基本上，我

认为我们要振作起来，掸去身上的灰尘，也不要因为情况(逆境)而减少我们的喜悦、赞美、感恩。通过长期研究耶稣的思想，我们试着照他说的话去思考，即没有什么东西真的是外表的样子，而一切都可以通过爱被转变，没有任何东西在爱的大能之外。

我碰巧擅长于几项不同的事情，由于 25~35 年的风湿性关节炎和红斑狼疮之限制，我现在能做的事情很少。如果我对自己所经历的一切，以及因为人们不能理解或体谅我的困难而遇到的各种困难耿耿于怀，我会成为一个充满痛苦的人。

然而，我并没有选择那种回应。通过信心和对交托我的意志，我很久以前就得出了该结论：摆在我面前的一切都不是偶然，也不是残忍，尽管它看起来是不公正和不公平的，但它已经专门给了我，好让我可以更好地学会如何去爱，如何去爱自己，如何去爱我的邻居、如何去爱我的主。

当你对人感到不满并且想要控制他们对您的反应时，你已经远远超出基督徒希望能够在生活中、表达或显化的界限，因为我们做为基督徒、全部的希望就是我们彼此相爱，无论发生了什么、都是可以原谅的。

天父原谅了我们，天父原谅了每一个人。在许多情况下，是我们不宽恕自己或他人。

你没有在你任何的沟通中提到该选择：就是释放这些记忆、在你自己的经历中、任何重要或间接的状态。你想要执着于不公正、愤怒，渴望澄清事实，但是你看，你正在一个幻象中工作，在这个幻象中、记录永远不会是正确的，在这个幻象中永远不会有完全的公平和正义，所以你在要求自己以自我毁灭的方式行事，不仅仅没有爱，还因为你拒绝让这些事情过去，继续前进，所以你正在牺牲自己内心的平静。

我们认为自己正在经历一组非常线性的事物，它们在一个空间/时间连续体中一个接着一个地发生。我认为，实际上，我们正在体验与学习的都是关于爱的课程，并且在我们的生活中，我们将不断重复那个课程，直到我们学会为止。

此时，您正在注视的爱的功课是愿意原谅、忘记，接着继续前进。这些谩骂对他们的作用与您想望的相反。你永远不会通过写仇恨的话或控诉的信件得到任何同情。你正在要求人们看到你所遭受的不公，站在你这边，而不是别人那边。这是在买入这个世界的分歧和幻象。

所以我要你做的是：最后看一下发生在你身上的一切，你感到不快乐的不公正，

并在赞美主时让它浮出水面，因为你仍然有脉搏，你还活着，你仍然拥有收到的各种天赋，以及选择如何最好地成为这些天赋的管家。

当某些事情无法解决，或者你不被欣赏时，痛苦可能会非常严重、非常剧烈，你

确实可以直接去找那些人并尝试与他们沟通，直到可以达成某种理解为止。但是，通常不会达到你期望的那种理解，否则人们一开始就不会与你意见分歧。

若你是和平缔造者、谦卑的、神贫的，你会发现这种苦痛是轻微和短暂的，是一种教导工具、教会你如何对自己和他人抱有更多悲悯心，因为确实我们不知道自己在做什么。我们将永远不知道我们行动的影响，思想会显现或未体现。我们本着盲目的信仰行事，但我们全都能认出爱的标志：和平、和谐、接纳、信心、光明、喜悦、爱。

你为什么要停止爱别人，因为他们不同意你？你可能不想要与这些人在一起，但是如果某人真的很讨厌，那么这个人比你最好的朋友更需要你的爱，因为他不太可能从其他人[都认为他真的很讨厌]那里得到爱。要爱不可爱的人，要接受不可接受的人，这需要强健的爱心管理。

不管今天发生了什么，你仍然需要专注于可以赞美主的事情，可以感恩的事情。你可以为那些逼迫你的人祈祷。但是评判他们或试图从其他外部来源中提取某种惩罚给他们？在我看来，这不是一种有益的灵性观点，因为我觉得你确实渴望加速自己的灵性进化，所以你需要认识到，如果你是铁石心肠的，你的进化就将陷入磨难的停顿，因为您执着于无爱的感觉、评判的感觉，这就像毒害了生命之井，使你喝的水都变苦了、吃的面包也变酸了。你与天国隔绝了，因为当你是愤怒的、评判的、执着于过去，我们在地球上能感知到。

你还有着各种天赋。甚至还收到了教会的推荐信，尽管你说、他们恶意利用妳。所以我认为，如果我有点理解，这个世界上如何过上有爱与和平的生活就是耸耸肩、不在意昨天。不仅宽恕，还要忘记。那个是过去，这个是现在。这是崭新的

一天。这一天、鸟儿歌唱着，季节刚刚开始改变，美丽无处不在。在这一天，我们获得这个难以置信的机会，可以活着，意识到这一切的美好，寻找服务的方式。不是去评判，不是谴责，而是服务。

也许该服务就是洗一堆盘子。也许服务将是即兴演奏管风琴音乐。我个人认为，如果一个人致力于服务他人，那么该服务到底是什么都无关紧要，重要的只是你对于手边的任何情况抱持的态度都是想望尽可能地有所服务。如果这看起来不可能，那么祝福这情况，原谅这情况，原谅这情况下的人们，最重要的是原谅自己。

所以，让我们仔细看看第二条诫命。爱你的邻人如爱自己一样。我必须承认，直到吉姆提醒我以前我曾写信给你，我才把你放在前头。我写信给很多人，所以我不知道以前对你说过的话，但是我敢肯定，这并不会很费力。

你过去没有得到赏识的历史并不一定要染色你对自己的看法。因为其他人不欣赏你，并不意味着你现在不值得欣赏。但最重要的是，其他人对您的看法是无关紧要的。重点是你对自己的感觉。你如何爱和原谅自己。根据社会的标准，我们每个人都有好的特质、和不好的特质。

我们都有自私的一面，也有慷慨的一面。我们拥有 360 度的存在感。我们有能力做任何事。我们有能力付出最大的爱和牺牲，而我们有能力做到终极的残酷。这在很大程度上取决于我们所处的环境，也就是说，您处在一个温暖而饱食的地方，可以保持自己的状态，而不是挨饿和患上非常严重的疾病，并且可能很快死去，因为斯里兰卡或类似地方发生的饥荒。

但是即使在最好的情况下，也会有很多伤痛的事发生在你身上，使你受伤。不仅在身体上，而且在心智、灵魂、情感及其选择中，都可以在恐惧中对发生在你身上的事物做出反应并尝试防御自己，或者在无抵抗的情况下对爱做出反应，通过简单的沟通，试图把事情弄清楚。如果这样仍无法解决问题，那就原谅整个情况。宽恕人们，因为他们不了解你。原谅该情况，因为该情况导致你感觉错了，也许是最中心的情况是：原谅自己有这些捍卫自己的必要感觉。

你无需捍卫自己。在这一生中、没有人必须捍卫自己，因为这是一个幻象。我们在这里学习如何去爱。被这种活动伤害最深的人就是你自己。如果你要限制自己、硬化自己的心、执着这些事情，那么你就没在爱自己。你停止了即将来临的善，因为你根本无法同时关注恐惧与爱。

你正处于一个传道人，使徒，给予者的境地，但是给予者不能要求对他的恩赐有特定的欣赏，就像我不能以任何形式期望你会对这个录音带或我有良好的意见那样，只因为这是我尽其所能帮助你的最佳程度，就像我以自己的方式看见的、如何帮助人们。

我不期待这样或那样的结果。我所能做的，我所有的愿望就是虔诚地、坦诚地、公开地分享我的信念和爱，以及我可能有的一点理解，以使妳能够协调自己的感受，放开妳携带的行李、并且看到这一天是崭新的，如同每一天都真的是崭新的，重新创造第一天。永远的，这是新的一天，这是新的机会，我们不受过去的束缚，也不被未来的雄心所束缚。我们只是在此刻试图在此刻给予我们充分流露爱的关注，并在那一刻中找到我们可能有的、任何行动的正面选项。

没有人可以一直这样做。我当然不能。每天我都会犯错。我每天都会以无爱的方

式行动。也许是很小、很小的事。也许没有人看见、除了我，但是我非常认真地尝试过一种有爱的生活，所以，如果我发现内心有着无爱的事物，我会为此原谅自己，因为我知道耶稣原谅了我。我知道父无论如何都爱我。我知道自己不必以任何方式、外形为自己辩证自己值得被主接受、值得被爱。

如果我被主接受，并且如果我能谦卑地臣服于那种接受、那种见解，并允许自己摆脱别人的评判、自己的评判，我就不会活在过去和将来。我与造物者一起生活，度过自己的时间，这宝贵的一小段时间是我们在生与死之间度过的，试图学习去爱。

「原谅他们，父啊，因为他们不知道自己在做什么。」这个人快死了。他陷入难以置信的痛苦中，他原谅，也没有对此发牢骚。他没有说：「他们这样对我是不对的，但是不管怎样、我原谅他们。」他没有为自己辩护，他不需要。他爱上了把他遣送到这里的(一切)。最重要的是，他会是充满爱的。

他转向那些显然是罪犯的人，接着其中一个人问他：「主啊，当你进入你的王国时，那里有我的一个位置吗？」他的毫不犹豫地说：「今天，你将在天堂与我同在。」

如果妳认为有人非常不公正地对待你，他来找你、接着说：「我不改变过去的任何事，因为我不能。那是历史了，但是你现在可愿原谅我？」你能否说「今天，你与我同在，我拥有的一切，你也有，我什么都不隐瞒。」人生的重点不是度量，人生是全时间给出你拥有的一切，并且为你能做到这点而欢庆。

我必得问吉姆，你先前对我说过什么，因为他知道我以前回答过你，老实说、我

已经忘记了。但我似乎记得你曾说：「我想要探索妳，妳有什么是我没有的？」我想那时说了一些简单的话，比如「你拥有我有的一切，并且你是我所是的一切。」我们全是一。其他所有事物都是幻象。

如果我们按照幻象来生活，我们将恒常地受到环境的冲击。我们会觉得自己被不公正地对待，我们将看见不公平，并且我们将在负面的情感空间中、花费很多时间，据我所知，在这些负面的情感中，只有轮子在持续旋转。我们不会前往任何地方，我们不会到达任何地方。

我们可以为那些反对我们的人祈祷，我们可以爱他们、可以关心他们，他们需要的，但我们不能评判他们、无法改变他们，我们在这一生、所有能做的就是工作

自己。我不能为你学习，就像你不能为我学习一样。

我白天住在医院的病床上。如果我要出门，就必须坐在轮椅上。这对像我这样出色的小家伙来说公平吗？好吧，当然不公平。周围有很多健康的人为我感到很难过。但是，如果我为自己感到难过，那我的日子会好过吗？我该如何为那些像你这样处在痛苦的人、提供我微薄的服务？如果我专注于明显的、不公正的疾病待遇，我怎么会成为任何种类的灵性医者？我不能的、我会使自己失去效用。我将无法帮助自己或任何其他人，所以我选择爱。

我希望你也能。现在不算太晚，永远不会太迟。当下此刻总是在这里，就是现在，就在我们的面前，在那一刻，我们能选择去爱、以任何我们能做到的方式，那意味着暂停判断，拒绝去嘲弄或报复那些我们感到以某种方式冤枉我们的人。

在开放的沟通中，你说：「这就是我尝试去做的事情」，或者说「我做得非常好，而你没有欣赏我」。这两者之间有很大的区别。在前者，你是脆弱的、开放的，你在说：「这就是我正在做的事情，我试图做的事情」。

但是，寻求向他们报仇就是在毒害自己的爱、和彻底停止自己的灵性进化。我绝对确定这不是你自己想要的，我请你考虑信心。信心不是因为发生在你身上的某件事、从而拥有的东西。信心是你盲目拥有的东西，它不是相信任何事物，而只是一种普遍态度，正发生在我身上的事情都是好的；它正在给我需要的东西，好让我学习今天与基督同行的课程。

我知道在真实(发生)的瞬间似乎是很困难的，我可以做出正面的选择，而我想要做出这样的选择。这种态度将使您感到甜蜜、溶解你过往的痛苦；会鼓励你的自信，并且允许你、在圣灵的意志前变得谦卑。你可能以为自己确切地知道今天的圣灵想要给你什么，但是你并不知道。我们无法提前知道将要发生什么。我们所能做的就是保持自己的准备状态，就像童女们为她们的灯添油一样，于是在发生某些事情时，我们可以在光中回应。

我们可以充满爱、可以给予、可以是慷慨大方的，因为我们没有被锁在一个有限的陌生阴影世界里。我们做为不朽的光之存有，就像寻求天国的灵魂一样，锁定自己的无限。

不要让世界把你变得苦涩。不要寻求复仇。继续你的生活、继续充满爱。继续释放这些事物、它们使你对生活产生怨恨。看见发生在你身上的这些事情是不公正的，但给你机会在困难的情况下去爱，OK？好吧，在那些困难的情况下，你不怎么爱。你想要得到赞赏。我、我、我、我。当你听到自己说：「我应得，我想

要，我需要」之际，你走上错的小径了。

你可以相信这点。那里的「我」越多，小我就越需要安慰，需要有人告诉小我、他做得很好等等，于是你作为主的仆人所拥有的气力就越少。

因此，我敦促你爱上自己，以致于你不需要别人告诉你、自己擅长做什么。你不需要赞美、欣赏，所有这些令人愉快的温暖拥抱和好感觉。若这种事发生是美妙的。但这不是我们在此的原因。我们不是在这里要被安慰。我们在这里要去安慰人。

让这个小小生活成为你的喜悦。让你自己成为光之仆人。让批评停止；放下所有这些，继续本着盲目的信心前进，不管发生什么、都是为了你的益处，如果这是艰难的时光，如果这是在沙漠中的时光，那么你有着 40 天和 40 夜、以及你的诱惑，是时候关注和感谢沙漠中那个季节了。生活不是一片绿洲。人生是一片沙漠、伴随着一些绿洲。这就是我们体验的方式；这就是它被设置的方式。

从你心中的土壤滤掉那苦涩。为了你自己和所有其他人，敞开你自己迎向慈悲、爱、怜悯的露珠。

如果我指责上帝或自己、指责给我造成严重残疾的情况，对你或任何人会有多大好处。我不会有任何帮助，只是一个身陷痛苦的中年女人，那是令人讨厌的，因为痛苦使你不愉快。但是我不选择那样看。这对我没有任何好处。我为什么要烦心？我选择把这里视为我要学习的地方。也许我的宇宙在外面很小，但是由于造物主的无限爱流经我、我没有任何限制，我只有喜悦要给出，只有平安要提供。

1991 年的初秋，你今天的生活在这里，而眼前的生活仍在你面前。在这段宝贵的时间里，你可以见证无限的爱。想想如何见证这种爱、释放正义与复仇的思想，因为人们对你的想法无关紧要。

唯一要紧的是：爱主，愿意让主带领你。

通往无限的爱、怜悯、谅解的唯一途径是仆人的道途，尽其所能，无论人们如何看待它，他祈祷、希望、意愿一切美好的事物，并且永远不会怀恨在心，因为你作为一个基督徒朝圣者，为什么要把自己弄残？如果沿着朝圣者的小路走，为什么要在自己的鞋子里放石头。释放所有这些；我的兄弟；有一首赞美诗说：「他们会因为我们的爱、而知道我们是基督徒」。

让你的爱照亮你的心；让爱流过你、成为这世界的祝福，如果世界没有看见它，如果世界不欣赏它，那并不重要，因为你无意打动任何人：不是你自己，也不是你的邻居；你只是想尽力成为耶稣·基督的一个门徒。

有些门徒说：「教我们如何祷告」。耶稣说了一篇祷词，其中一句是：「宽恕我们的过失，如同我们宽恕那些冒犯我们的人」。如果您能够超越他人的冒犯、让它去，接着认识基督的思想，那么你的道途将越来越蒙福，越来越充满光明。

愿你的生命归于基督，而非交给一个永远不完美的死阴幽谷、只有不幸和脆弱。P，作光的见证者，把灵魂的黑暗留在它所属的地方。尊重它，承认它，它是你的一部分。但是你不必选择表达它，因为你的意识是你可以给予的最大礼物。你以为你是风琴手吗？喔，P，你是一个灵魂，你的意识是你给的礼物，你给自己的礼物，给整个星球的礼物，以及给上主的礼物。

照亮你的意识，让你的心在喜悦中提升，不削弱你的生命，因为它试图削弱你的生活，而是毫不吝惜地爱，没有艰难的感觉，没有怨恨。我祝愿你喜悦地知道自己的救赎者活着，并在人生的最后一天与救主同在。

其他一切都是阴影，而你所能做的就是为光做见证，因为在这个阴暗的世界中，对于宽恕、爱、接纳、光的需求是无尽的。玩好今天发给你的牌，不是昨天的牌，而是今天的牌，带着爱的力量、欢欣地向前走。

上帝保佑你，P，保重，在基督中、你的(姊妹)，卡拉(Carla)

(V) 2021 Translated & digested by cT.

☆ **第 3413 章集：宗教与灵性**

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 1 月 6 日

团体问题：今天的问题涉及一种对比，介于宗教与灵性之间、向外寻求与向内寻求之间。我们请求 Q'uo 给我们提供一些观念，谈谈适合每个人的方向，(宗教与灵性)各自如何能够变得有帮助，各自可能有什么障碍，我们怎么才能决定什么对自己是合宜的。每个人真的有确切的答案或方向吗？还是说我们需要能够接受某种程度的不确定性？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中向各位致意，我们服务于造物者。加入这个寻求圈是一种极大的荣幸，我们向各位致意，并感谢你们对真理的极大渴求，感谢把你们带到这次集会的一切。能够跟你们小组交流，这对我们来说是很特殊的一段时间。我们欢迎你们每个人。在我们的原则中，你们认识的 Hatonn 和 Oxal 群体尤其想望向 Kyra 实体以及所有新加入团体的实体致意，因为你们每个人都拥有你独特且美丽的音乐，这音乐是你在你的能量中体现的，我们极其享受与你们一起缔造这美丽的和弦、分享这场冥想。

在我们提供一些我们乐于分享的意见之前，我们请求一件事，那就是你们每个人要使用分辨力，同时知晓我们并不是权威，毋宁说，我们和你们一样都是追寻着一个奥秘的寻求者；随着我们通过一个接一个的密度、一个接一个的体验追寻该奥秘之际，该奥秘在我们面前后退。奥秘依旧，我们对那个奥秘的渴望也继续激发、鼓舞我们去寻求和服务。我们想要感谢你们各位帮助我们执行服务——单纯就是通过这个器皿与你们分享一些想法。如果我们分享的任何想法似乎并不适合你，我们请你将它们留在后面、继续前进。因为个人的真理是会起共鸣的。当某个事物是你的真理的某个面向、某种灵感或想法，它将会响起真实的铃声，它将起一种共鸣，那些没有共鸣的想法单纯在这个特定时刻不是你自己的个人真理的一部分。

真理是一个很滑溜的词语，我们发现它随着我们的演化而演化。原则和理想保持相同，而我们自己却处于一个恒常的、不停歇的演化状态中，你们也是一样。我们无法停止它。我们单纯能加速它或让它以自己的步伐前进。你们每个人都已选择尝试加速你灵性演化的步伐，我们为此称许你

们。当然从灵性和情绪上来说，加快的变化速率伴随而来的问题是：不舒适的程度也在增加。结果是，你们每个人在寻求真理上越成功，就越有可能不时感到：你已失去一切事物，你不可能弄清楚真理可能会是什么，你同样有可能会放弃。我们向你们担保，这就是灵性演化的一部分。无论你在何处，无论你自己的内心在这个特定时刻的光明或黑暗是什么，你都是灵性照亮模式的一部分，当你从后见之明来回顾它，你将看到它一直是有成效的、富有灵感的。

你们今天晚上的开场问题是对比灵性和宗教这两个词语，在表面上，它在你们语言中在很大程度上是意思相同的。**为了指出这两个词语之间的基本张力点，可以把宗教称为外部途径，把灵性称为内部途径。**你们的问题是十分有意思的，我们非常乐于在其上花些时间。你们问到各个途径的长处和短处，我们将在那两方面对每条途径都谈论一点。为了确定讨论的方向，我们会花一点时间往后退，并请求你们每个人与我们一起同行。看到你自己此刻正在座位上休息，四肢放松，心智安静下来了。看到夜晚的美丽，看到白雪、大地、树木拼缀而成的美丽图案。看见你自己从那张椅子以及身边的家庭和朋友之环境升起来，在太空之中往后退，直到地球变得越来越小并消失了，你和群星、太空、距离合而为一，它们是造物者之屋的外观，而你是这无限宇宙造物的一部分。在这个更大的身份中歇息，知晓你被太一无限造物者爱着，知晓自从时间或空间出现之前你就一直与那位造物者在一起。没有持续时间、没有维度，你就是一个永恒的公民、一个无限的存有。在你的心中之心、在你最深的自我中，你没有限制、没有位置，没有你们现在用来体验这些事物的固定人格外壳。你的真理——超越一切述说——存在于一体状态中，与那单一伟大的起初思维同在；该思维早在一颗行星或维度或次序出现很久之前就已经创造出每个实体。

如果你是所有这些事物，为什么你选择在永恒中的这个特定时刻，处于这么沉重又深沉的幻象中呢？为什么你们选择进入这个沉重、虚幻、受限的肉身中？为什么你们选择忘记自己是永恒的公民，反而进入肉身、加入一次人生呢？你们每个人在这次投生之前都极其渴望在这个特定时刻参与这次体验，你们每个人都感觉到在这个密度中、在这种黑暗中、在此刻，有你想望去学习的事情。最重要的是，你们每个人都是受感动前来服务的。你们每个人在投生前都看见一个令人难以置信的机会，因为现在确实就是这个器皿称为的第四密度的黎明。你们的星球本身在这个时空上正在横跨这个器皿称为的第三密度与第四密度之间的边界；而你正在从一个具有选择课程的密度，进入一个已做出选择的密度，让你可以在那个选择之上增长、进一步学习爱的课程。

在爱的密度之黎明时分，它是一个貌似黑暗的时分。这个器皿有个措辞：「黎明前的夜总是最黑暗的。」我们会说情况的确如此，不光这个特殊的行星球体是这样，其内在层面也是如此。因为许多个别生命的自我之间的交往，社会生活中群体自我之间的交往，生活在这个星球上的自我与这个星球本身之间的交往，都累积了大量不平衡的业力，如这个器皿的称呼；所有这些不平衡都带着忧伤的声音哭喊，你们星球上兴起巨量的苦难。与此同时，黑暗中开始出现巨大的光明，因为越来越多人正在醒悟到自己的灵性身份。正是为了这种觉醒，你才冒了极大的投生风险，你当然希望进入这涉及许多苦难的催化剂和经验之过程，因为你希望越来越好地学会，怎么最佳地为自己做出这个密度的选择。正是这个极性的选择，这个如何服务、如何存在的选择，紧紧吸引了你投生前的注意力。因为在投生前和各次投生之间，你们每个人都看见灵性的全局，你看见该计划、看见了机

会；你在内心深刻地检查了自己在这个密度迄今为止已经学过、选择过的事物，看见如何为爱做出更为极化的选择。正是「如何去爱、如何打开心、如何在这地球上增添光」这个背景，紧紧吸引了你的注意力，而且继续向你提供此刻的挑战，也向我们提供同样的挑战。然而，我们不在你们星球上、不在第三密度身体中，所以我们没有权利把光带入行星地球。**只有付出肉身代价的人，只有进入了地球幻象之黑暗的实体，才有权利打开自己的心、请求成为转换光(能)的水晶**。

你们每个人都从那个伟大的起初思维——也即造物者——持续地收到爱与光无穷尽的供给，这份无穷尽的供给持续流经你们每个人的能量系统。当寻求者开始觉察到，她想望的生活是增加行星地球上的爱与光，她就开始凝视如何做到这一点，如何成为太一无限造物者之爱与光的更清澈的通道。

你们星球上的那些文化运动管用，是因为你们所有人共享的心智具有的性质。我们把这个心智称为原型心智。在这些意识的深邃根部中，特定的关键真理会如同从一座喷泉中喷涌而出。它们流经你们所有人共有的生命。那些已经启发一个人的高尚原则和灵性真理，会在其适当的季节，启发许多人。它们会一次又一次地在每一个寻求者的生活中出现，仿佛生活是在一个螺旋中完成似的。每次当一个人再次触及那个相同概念时，无论是一个道德伦理上的选择，还是一个宗教想法或灵性的结构，它都会进入到另一个人的领域之中，因为你在自己的时间线中正位于一个独特的位置上。你也许已经在以前学过这门课程很多很多次了，但这次是不同的。在你看起来正在收到一个老问题的时候，你正在观看的问题总是有某种新东西。

在外部途径上，关于这个器皿会称为的一种神话或宗教的选择，这涉及你的特定原型心智及其与你显意识心智的连接是怎么运作的，因为进入一种神话系统就像接通电流。它必须管用，否则就没用了。如果你把电器插入电源，可是电流的种类不对，那它就会烧坏电路或完全不管用，你得不到能源。所以说，**如果你努力跟随一条外部途径但没作用，这并不意味着电气系统不为一个顺利接通它的人供电，而只意味着你这种连接线路插不进这个特定的思考结构，即这种思索原型心智的方式**。再次地，其中有着共鸣的概念。这个器皿稍早谈到关于她从古老的言语中收到的安慰，从这个器皿小时候到现在，这些言语在绝大部分一直都是相同的。这个器皿在投生前为自己做了仔细的安排，以便给予自己每一个机会来与这种被称为基督教的特定神话系统以及那个名为耶稣·基督的实体重新连接起来。这是一个在投生前做出的选择。为了让连接线路起作用，这个器皿的人格外壳里安放了相关的天赋。对于很多其他人来说，这个具体的基督徒神话或宗教，是一条可以提供巨大力量的外部途径。我们认为，这是看待「对于宗教、神话或外在系统的搜寻」的方式：认识到它是个威力巨大的灵性辅助，而且这种辅助在许许多多不同配置中都是现成可用的——甚至在基督教内部，当然也在各种宗教、哲学和神话的家族内部(是现成可用的)——**具有充足的差异和多样性，于是任何寻求者只要有充分的耐心，就找得到跟自己有共鸣的宗教、神话或哲学，至少可以从中收集到某些礼物、资源、资产，可以在灵性道途上使用。**

任何外部途径的荣耀也是它的局限，力量的荣耀也是力量的局限；依靠外在东西而来的荣耀，会受到外在的局限。对许许多多人来说，外部宗教之路的一个很大局限在于，它似乎强烈要求一种臣服。这个器皿并未发觉那种臣服是必须的。然而，她出生所属的基督徒教派是比较不偏激或教条较

少的。对于人们沿着外在道途寻求的渴望，我们没有任何批评。容我们指出，在这个特定时间来到这个特定集会的每个人，在某种程度上都接受了这条途径有一定程度的外在性，因为要有一个灵性社区，每一个团体都必先有某种协议。你们每个人今晚走进这扇门后，包括这个器皿和 Jim 实体，你们的宇宙就转换了，而且宇宙的转换是强而有力的。给自己安排出时间、加入一群人——你对他们的唯一愿望就是更多地学习如何彼此相爱、如何爱太一无限造物者——这么做是强大的。

容我们说，无论是怎样的灵性团体都是蒙福的，并且都拥有一大群天使和内在层面实体的陪伴，它们前来支援你们每个人、支持该团体、支持我们使用的管道建构——也即我们可以通过这个器皿而说话的特定管道。所有这些活动都是那条将人们在奉献和服务中带到一起的外在道途之正面特性的一部分。任何灵性团体刚开始时都要学很多艰难的课程，但是，寻求者的相互交往以及那种化学反应——它存在于宇宙已经转换且你们已经进入这份公认的寻求渴望之时——也带来很多祝福。

内在道途经常被视为一种对外在道途的摒弃。灵性则被许多人视为拒绝宗教后所剩下的东西。在这方面，我们只想建议，如实地看待外在道途的结构是有帮助的：它们是供寻求中的人灵使用的建物，让你有地方可以坐下来，以某种方式查看一些特定概念的模式。任何如此建构的神话，如果可以让你开始找到在信心中活出一生的方式，都跟你很匹配。如果你找不到这种匹配，那么你就必须丢开外在世界而转向内在，因为在那个层次上你没有找到共鸣。奉献性的或灵性的道途所具有的平安与力量不在于它怎么令人快乐，尽管它经常令人快乐；毋宁说，它在于另一种臣服所带来的满足，这一次是指内在的臣服，臣服于内在的造物者。

你们刚刚度过被称为圣诞的季节，我们会向你们建议，你们每个人都在经历这个耶诞季节的过程中不只欢迎了耶稣·基督，也欢迎了你自己内在的基督意识——祂渴慕诞生、被抚育，成长和成熟。你们每个人的内心都有一个马厩，里面躺着你自己的灵性生命；并且它是一个年幼的生命，需要保护、需要鼓励、需要爱。不管你可以在心与意中花多少时间来认可这个孩子——确实就是你自己的中心——都是值得的。花时间在心里轻摇这个摇篮是值得的。进入内心，并看见自我为一个灵性生命，而该肉身存有是某种双亲，我们觉得这是值得的。

看起来，灵可以向下伸出手并从你里面抓起魂、把它带到一个更好的地方。不过我们对你说，很多时候这并不是灵性工作的方式。因为**每一次在外在图像中有一场突然且剧烈的改变时，就会有 10 到 20 次的课程是跟限制、耐心、信心有关。这个器皿稍早时说过，信心并不是对任何事物的信心。信心就是在没有任何证据或支援性证据的情况下，信赖一切都好、一切将是好的。这就是内在道途所要求的臣服。它是剥离了教条的信心。它不是对什么有信心，而是单纯的信心。该信心引领一个人跃入半空中，如同傻子，看不见安全网，看不见下一步，不知道答案，却乐于凭信心而行动，仿佛一切都是好的。**当思考这个概念却没有那个[作为一个活生生的存有的]自我之活动时，该概念是令人惊吓的。而且，当这个概念被思考时，它经常会将那个活生生的自我带到一种麻痹状态。

内在道途的巨大优点在于它无可动摇地属于你。对于一个正走在内在道途上的人，没有任何外在言语能使其惊慌。没有任何的劝阻是有效的。因为没有另一个教条论点是别人能用来使(你的)心智感到混淆或绝望的。内在

的道途没有小聪明的，没有托辞，也没有知识。可能有很多智慧来到一个人这里，在它们来到的当下是有用的，但内在道途的基本信条就是单纯的信心。内在道途的很大缺点是：所有与他人的连接将是偶然的和同时性的，无法提前被规划好。你并不把灵性旅程想象为一场物质上的旅程——与特定的同伴旅行者团体一起去到物质上的某个地方、你将与他们一起找到真理——相反地，你是在另一个存在层面上运作，在那儿，每个实体都是单独的。对于一些人，这是如此无可避免的，于是令人感到舒适，感觉起来这里就是要去存在的恰当地方、就是唯一要待的地方。对于其他人而言，位于单纯信心的半空中的体验却是极度枯燥、沙漠一般的体验。

我们不会提议有一条道途比其他道途更优越。事实上，我们想象的是，对于大多数实体，在其一生的寻求中将会同时触及灵性的两个面向：外在的和内在的。混合这两个面向：一方面设法寻找有共鸣的外在概念和结构，另一方面是在一个具体情况中发现唯一的真实答案就是臣服于单纯的信心。如果你可以，在每次发现自己陷入智力想法的纠缠时，要认识到思维的一切文字和结构都深深参与该幻象，而你们在这个幻象中的体会就是分离状态。我们以概念的集束群来与这个器皿沟通，我们常常听到这个器皿绝望地说，简直不能够转译啦。在这样的概念集束群中存在着大量的假设和结构化思维——它们先行于将概念集束群转译成字句和思维概念的必要性。很难解释清楚，与概念的统合力量相比，思想和语言的性质降阶了多少。我们只简单地说，它是你们所拥抱的幻象的一部分，而你们拥抱它是有原因的。

要觉察到，任何思维结构都不能完全托住你。在你自己成长进入太一无限造物者之爱与光的炼金术过程中，只有你处理这些思维结构时所产生的那

些情绪才有一种价值。信赖你确实有共鸣的那些时刻，信赖你的心翱翔的那些时刻，有一个瞬间，所有的局限都消失了，你站在光中看见你的计划，知道一切都好。信任你对那些时刻赤裸裸记忆，始终返回到心中。无论是在灵性团体中还是你独自在工作，我们总是建议返回到心的极大好处。当我们这样说，我们真的是在描绘：心中有一种类似教堂的结构，我们可以称之为圣中至圣，因为就是在你身体的能量系统的这个特殊部分中，那些连接是根深蒂固的，它们通往无限造物者、通往指导(灵)、通往灵感、通往臣服的能力。

乔伊丝实体先前问道：「如果我们试图为每个人定义其道途，或许我们是不是试图变得太过精确了」；我们会同意，在没有路标、方向、六分仪的海洋上驾驶小船，这确实不是一门严谨的科学。**在灵性探寻的三维海洋里，指引是一种来自内在的推动力。有时候你也许觉得，造物者有着荒谬的幽默感，使你在宇宙中被到处踢来踢去。不过，我们请你在感到灰心时回到心中，坐在那圣中至圣的静默之中，开始觉察到太一无限造物者的临在，因为当你走进自己内心时，造物者早已在那里了，你自己离开一阵子了，忘了去转动静默与臣服的钥匙。我们总会建议，无论你的道途是什么，静默都是一个强大的助手。只要有智力和忙碌的心智介入，要进入你自己的那个神圣部分就会相应地变得困难；那部分是神圣的，不只是因为一切事物都是神圣的，也因为，相对于外在的生活，还有个最内在的自我，它即是那单一伟大理则[也就是爱]的一片完全纯粹的火花。**

我们会在此刻通过 Jim 实体继续这个(讯息)传送。我们感谢这个器皿，并在此刻离开它。我们是你们认识的 Q'uo。

（磁带第一面结束，第二面没有录到声音。）

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处:

http://yidefaze.org/lllib_2001_0106/

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0106.aspx

---

☆ 第 3414 章集：灵性团体的益处

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 1 月 21 日

团体问题：今天的问题涉及一个团体如何能帮助我们发展耐心，不管是保持耐心于我们所寻求的什么：真理、爱、人生目的、某个情况的目的。或者一个团体如何能帮助我们耐心地接受那些不会改变或不愿改变的东西：一个在友谊、工作、家庭等关系中出现的裂痕。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意，我们在造物者的服务中前来。我们十分高兴于发现自己被呼唤加入你们团体，我们欣喜地与你们谈论团体敬拜的体验以及它对耐心之类的灵性品质的效应。一如既往，我们会单纯地请求，在聆听我们所说的内容时，每个人都监测我们的想法，找出那种内在共鸣，它在一个意见与你个人有关时自会来到。尊重那些提供共鸣的分辨力，并将任何对你没有共鸣的想法留在一旁，接着继续前进。这使得我们可以自由分享一些想法而没有可能侵犯你

们的自由意志。

作为社会记忆复合体的成员，如这个器皿的称呼，我们自己对于团体氛围提供的帮助有最高的评价。在我们所感知的造物者创世计划之深处，实体们是不孤单的。当然，以一种非常重要的方式，灵性的每一片火花、正在体验自我觉察的造物者的每个部分，确实是单独的；并且，我们不会挑剔这些无可避免且无法阻挡的个体性力量。你们每个人进入此生时，自愿离开该灵魂光流[容我们这样叫它]，并选择了该光流的某些相对不平衡的部分——包括局限、天赋、资源——来装备你们每个人带入此生的人格外壳。你们每个人都选了肉身所代表的这层独处的罩纱，这不光指你的肉体不能物理性地与另一个第三密度实体相融，而且指你在与其他自我来往时，在形而上方面发现许多导致分歧的因素。

该幻象体验的一个合理且持久的部分即是、且将持续是那种孤单压力，这个器皿借由那首古老的灵性歌曲来表达该压力：「你必须走过那孤单的山谷。你必须独自一人走过它。不会有别人替你走。你必须靠自己走过它。」 在那段古老的灵性措辞中，有一种合理又真实的纯朴与伤感。只有随着肉体死亡而来的解脱，才能确实可靠地消除个人层次上的孤独幻象。然而，除了这个密度以外，在所有密度以及各个密度之间，宇宙造物的所有部分都的确觉察到，没有任何事物是孤单的。

这种由持续增强的光所构成的完整构造(织品)，包含着连接不同实体、由实体组成的不同团体、由团体组成的不同团体的经线和纬线，直到一切事物最终真的成为一个存有，万物都知道该伟大自我所有部分曾有过的思想、作为和意愿。这种统合的知识有一种气力和动力，那是宇宙造物的适

当性的一部分。每一个心/身/灵复合体[如该器皿对人的称呼]对于这种连接自然会有一种饥渴和渴求，就灵性而言，考虑到宇宙造物的基本特性，这是十分可以理解的。

我们觉察到你们每个人都有一种良好有效的知识、了解遗忘罩纱存在的原因；它把你们星球上的每个人放入一个独处的茧中。你们每个人都觉察到这个茧以及它所代表的挑战所具有的有益特性，因为一次人生的投生之茧就如同蝴蝶在飞舞之前的生命阶段。然而，不同于未充分发育的蝴蝶——它在茧中只是它本然的样子、接着将沿着本能的路线发展——第三密度的人类茧壳则充满了各种可能性。有进入这个茧的各种入口，这些入口会统合并增强那份在茧中完成的工作。这并不意味着存在对成熟过程的逃离。这并不意味着蛹不会变成幼虫，幼虫不必做功就变成蝴蝶。它意味着工作不只是在肉体载具发育的层次上，尽管在很多情况中，一次投生的茧确实包含了一种进展——越来越多地学会怎样照料肉体载具，以及怎么与它的进化相合作。

因为在大部分情况中，在一次投生的茧内完成的工作是情绪、心智、灵性上的工作。情绪和心智上的工作是远远更明显的，但灵性上的工作也是极其重要的。那些有关隔离及与他人相独立的感觉创造出了那种无法从外部带来的机会，即**凭借信心而活的机会**。**在茧的外部，万物合一是明显的。在茧的内部，它是被孤立并受保护的。唯一明显的事情是在茧内部的实体以及诸多想法。那些想法是什么呢？它们导向一颗开放的心吗？它们沿着灵性路线而导向其他想法吗？它们沿着宽恕——宽恕自我和宽恕他人——的路线吗？它们引导你越来越开放地与这环境里的其他人沟通吗？当自我在茧壳里感到孤立时，就可以问这些好问题；因为你在一天生活中可能会**

遇到十来个人，其中的每个人也是住在茧壳里的不成熟的光之存有，其中的每个人也都感到孤立和孤单。要以什么方式，要透过怎样的微笑或姿势或话语，才能够缔造联结呢？这些都是要问茧壳里的自我的问题。

在关系之中都有一个增强的机会，既让你感到孤立，又寻求联结。当然，若有机会来与固定的朋友或伴侣或配偶一同工作，这肯定是十分吸引人的，因为自我之茧所碰到的每个实体都是一个完整的宇宙——经由能量体，实际上在每个脉轮和每个精微体中都带有联结。因此，如果与他人相联结的方式不是有无限多的话，肯定也在很多层次上有许许多多方式来与那些其他自我建立纯正又有帮助的联结，这种联结会分享那份表达你自己本性和神性的振动。无论一个实体是否有伴侣，同伴都是一件珍贵的事情。在你们的地球层面中，只有非常少的实体能够在真正的独处中成长；甚至当一个人被明显的独处所包围时，实际上仍有一些联结的线头。因为没有实体能够在不取得维持生命所需的供给的情况下生活。为了生活，你就需要去依赖、去信任几百个甚至数千个实体——他们生产货物、创造货物、分配货物、将其运送给你——并直接或间接地与他们互动。于是，在所有这些方式中都有联结通过这个茧，这些联结会赋予自我力量并强化自我。

灵性社群是特定种类的联结，但它持有一个特殊的位置。从某方面来看，这个特殊位置借由简单的乘法机制被创造出来。在这个器皿的神圣著作中有写道：「当两个或更多人以我的名聚在一起，我将答应他们的请求。」你们认识的耶稣老师说了这段话，暗示着具有灵性特质的团体是如何运作的。与其暗示，我们宁可单纯地说：当一个实体在冥想中加入另一个实体，其振动性能量会加倍那个实体的气力。第三个实体加入坐在寻求圈里

的集体时，其能量会令前两个实体的能量翻倍，就是说三个实体变成了四个实体。当第四个实体加入寻求圈，团体能量再次加倍，所以四个实体以八的强度振动。第五个实体的加入令团体力量再加倍，让坐在一起的五人团体的力量，等同十六个坐着但彼此没有联结的人(之气力)。你可以从这里使用外推法，看看一个统合的群体，其冥想的力量可以增长得多快。但是，一个团体冥想所增长的，还不光是由于成员不止一个人所具有的振动性动力。

其次，对于一个正尝试成为服务他人的灵性社群的团体，有一种气力和动力源自于成为该团体的一部分。这一种感觉是，有某个人可以说说话，有某个可以分享的人，有某个可以一同大笑甚至一同哭泣的人。有一种同志情谊的感觉，以及一种共享原则和信念的感觉。这有很大的强化作用。

不过**第三个强化(作用)是最难用语言来捕捉的，同时又是团体的三个有益方面中迄今最重要的一个。在加入一个形而上导向的团体后，会有这个器皿经常称为的那种「宇宙转换」(switching of universes)。当一个团体一同这么做时，会有一种对思想结构的强化作用；这些思想结构存在于深邃心智中，这个器皿会称之为原型心智。通常，这个材料会存留在心智的非常深沉又无意识的部分之中，而且仅是在异像或梦境中，以一种模糊且混淆的方式通过意识的门槛而闪现出来。在一个团体的影响下，「宇宙转换」意味着灵性巧合之力增强了，在团体的环境内外，说过的话、看到和听到的事，其纯粹数量将大为增加；也就是说，越来越多的、被看到和听到的事情，将会对你们每个人所进行的灵性之旅产生影响**。宇宙一直在努力跟在茧中的生命说话。天父的宇宙造物持续不断地尝试将它的讯息传送过来。它不知道它在尝试将讯息传送过来。它单纯借由其存在的每一根纤

维而送出那个讯息。对于花朵、对于树木、对于植物而言，一个人与任何其他事物一样都是该宇宙造物的一部分。植物的振动会在快活的圆满中灌注给人。再者，那些第二密度的生物正在尝试饮用你们每个人可能提供的振动。所以不必怕你的感觉、意图或要说的话，对于植物可能没吸引力，它们只会全然接纳，欢迎并邀请对方的所有能量。这就是天父的造物所提供的东西了，不只是欢迎那个人类进入该环境，也乐意去聆听那个人要说的无论什么事情。这意味着，很多无法对其他在茧中的存有[也即其他人类]说的事情，在团体灵魂的背景中，就不仅仅能被说出，还能被听到。

更进一步，天父的造物拥有疗愈破损事物的力量，尤其是在心智、情绪、灵性的领域之中。因此，与第二密度的生物群互动，可以对精微体起到许多调节作用。比如你们小组或其他第三密度的灵性团体，与第二密度以及所有较高密度一样，也有这个共同特质，即绝对爱着茧中的清醒人类意识，绝对愿意吸收并接纳茧中存有正在体验的所有的茧中能量。这意味着，在冥想小组中建立的微妙联结有巨大的潜在疗效——该疗效只有在确信自己有人爱，并认识到自己是完全可接纳时才能到来。不是说团体内的他人有意地向每个人提供这点，尽管他们很可能会在显意识层次这么做。而是说，在寻求圈中的联结，为每个人[带有个体基础上的团体力量]打开内在的深邃自我。

你们问到，团体是怎么增强个体能力，让其更有耐心；我们确定，该问题延伸到其他一些灵性特征——在分离的幻象、经验的幻象中，这些灵性特征是人们极其渴望却又难以获得的。信心、幽默感、坚持不懈、悲悯这些品质，肯定是人们经常寻找的，但通常不会完美地找到，不过当寻求者一旦找到了片刻的全然耐心、全然幽默、全然接纳或全然的爱，那是多么蒙

福啊！接着，所有这些感情的光流以纯洁、无扭曲的振动，流经深邃心智的管道，因为它们属于这个器皿所称的宇宙造物本身的振动之预设值，即太一无限造物者的理则，也即是爱。

当一个人尝试去谈论爱的时候，此人最终都在谈论诸如悲悯、信心、希望、耐心、幽默等品质。但是，这些品质全都如同来自爱之太阳的各道光芒；每道光芒都拥有一种稍稍不同的颜色，每道光芒都拥有一个可定义、可识别的品质，而每道光芒都来自造物者之心。**灵性团体所做的，就是把那太阳带到更近一点的地方，以便更有可能找到一种对于「这太阳或爱与光源头之存在」的有意识的、真诚的信心。**这是一个可渗透的茧，也就是你的肉体投生体验。你的能量体遍布着可进入更精微密度的无数入口。通往智能无限的大门——这是能量体的一部分——你可以存取灵感，进入众多老师和指导(灵)所在的王国。

经由那些进入自我的开口——它们都通过心，不只是在脉轮或较精微的身体中，也在肉体的心脏中——有着进入深邃心智的入口。所有这些光的来源都会在清晰度上被团体能量的微妙增强作用所协助；这些光源带着该清晰度一起进入茧中的能量网络。你们每个人都比你所知道的或能感知的要大得多。你们每个人都带给这个团体各种各样的品质，你对于这个过程只有很少的控制或完全没有控制，而这些品质当中，有很多是对团体大大有帮助的。本质上，你们每个人都带来所有能量和力量，为那个宇宙[就是你自己]添加燃料。当你在冥想中开放那个宇宙时，会有一个金色的联结，在任何寻求圈中都有那个围绕着团体的联结，它在团体的每一个成员之间运行，存在于精微体之内，带有一个物理的真相，若你愿意这样说。**从来没有任何联结会失落。每一个联结都增强光。确实，就是借由与其他已觉醒**

的存有的一系列联结，你们每个人创造出那个此刻正在照亮你们行星的爱之网。我们很高兴地说，随着你们星球上更多的人觉醒，这张网已经变得越来越紧密接合。

遍及你们全世界，有很多实体——这个器皿或该团体中的任何成员都不认识他们——已经加入这个团体，因为他们觉察到，这个团体会在此时集会。这些未见过的朋友同样大大地增添该团体中每个人所完成的工作的力量。最后，当然，有许许多多的灵性存有，它们被这个团体或类似团体吸引而来，它们的快乐就是去为所有那些参与团体的人们增强团体经验。

我们会在此刻鼓励每一位——我们更正这个器皿——我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体，好让这个器皿得以继续这个通讯。我们在爱与光中离开这个器皿并感谢它。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，再次于爱与光中向各位致意。我们在此时有荣幸请问，是否有任何我们可以回答的进一步询问？

S：我来开始。我妻子想要问，我们打算卖掉自己的生意这个问题。我们对目前的买主不是很满意。我妻子想知道我们的大方向对不对，这些买主合不合适，是否不应该做某事，是否应该做某件我们没在做的事？能不能请你们指点一下？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会带着一种避免侵犯自由意志的渴望来谈论那一点，因为这类情况若要从我们这样的实体接收建议的

话，基本上需要你自己拿主意。**因为正是通过取舍这种困难的决定，可以最大程度地增强你的决策力。**在这方面，带着这个考量，当你们感觉到有一个分歧点，在其上有混淆时，无论那是你们与之一同工作的实体，还是协定的条款，或任何与这个情况有关的主题，**我们会建议你们在冥想状态中一起查看，以便你们或可寻求心之方向**。因为你们在每次投生中迈出的步子，当它们在该次投生背景下属于下述这种方向、态度、模式时——即寻求那种对自己已经前来开展的学习和服务最有帮助的事物——就是良好迈出的步子。因此，在冥想状态中，一个人可以问任何问题，接着在耐心中等待，接着从我们已称为的心收到一个方向。或者，也许我们称之为高我、天使的临在、指导(灵)、无形的手，这会是更清楚的。每个实体都有这种可得的协助。敲敲那扇内在的门，这是取得一个方向和答案的最有益健康的方法[容我们说]。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：你们先前谈到团体的动态、学习、成长。那些像你们那样的实体，你们不受局限，看事情有更宽广的视野，你们怎么取得灵性进展或继续自己的寻求呢？

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的兄弟。诸如我们这样的实体，我们假设，遗忘罩纱[它隐藏了更真实的自我和恰当的道途]之移除，即是你所指称为先进的那种品质。在我们的情况中，我们能够借由单纯跟随那条我们正在其上前进的道途而做出一个决定，因为我们是在没有那些妨碍感知的所谓罩纱的情况下前进的，于是消除混淆并允许我们去做合适的事情，而没有你们面对的各种挑战。因为你们在其中行动的幻象是这样的：在其

中，罩纱是非常有效的，并使得决定方向更有挑战，容我们说。然而，这些罩纱也增强了一个人在形而上方面成长的能力，因为伴随这种被罩纱的神秘所提供的困难程度，一个人就能以合适的方式而行动并取得许多成就。然后，一个人就会取得比我们远远更多的成就；我们在没有罩纱的情况下行动、在没有这样的负担的情况下行动，但我们失去了第三密度幻象中的学习程度，而那是你们在每个情况中都可能取得的。因此，虽然我们以一种更有效率的方式行动，我们在一种更苍白的意义上行动，因为没有挑战、没有强度、没有困难，而在第三密度中，当你做出选择——关于寻求的方向以及通往心的道途——这过程是如此地强化了你的经验。

有另一个询问吗，我的兄弟？

S：现在没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我有两个问题，但我想先接着 S 的问题问一下，你们会不会把你们现在的学习描述为精炼或继续增加光，或者你们会如何描述呢？

我是 Q'uo，我们必须暂停一下，好让这个器皿能在录音装置上工作。我们是 Q'uo 群体。

（暂停）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。我们请求你重复该询问，因为这个器皿刚才分心了，没能感知到全部的询问。

Carla：我乐于这样做。Q'uo，接着 S 的问题，我想要知道，你们会如何描述你们在此刻的学习。你们会将其描述为精炼，还是描述为增强光，还是将其描述为与你们的团体一同工作来学习那条道途呢？你们如何描述你们正在参与其中的灵性演化呢？

我是 Q'uo，我们感谢你重述该询问，我的姐妹。这个器皿的心智经常是分岔的，并未在专注方面被良好地训练。我们现在的体验是精炼我们在很久以前的经历中所做出的选择，该经历包括第三密度幻象，我们曾在其中有能力取得极性；以及在第五——我们更正这个器皿——在第四密度，我们曾在其中取得了[给我们的智慧提供养料所需的]悲悯。在第三密度中由任何人所做出的那个关于极性的选择，是一个如此根本的选择，以致在获得悲悯之际会持续不断地精炼该服务的渴望，这允许一个人发展出一种推进法，容我们说，于是在心与意中将爱给予造物者的渴望位于首要的位置。在第三密度中取得智慧——我们再一次更正这个器皿——在第五密度内取得智慧是这样一种体验，它再次是对「自我要如何最佳地服务」这个基本询问的精炼。将悲悯与智慧的品质相调和的第六密度体验，再次精炼那个在先前密度中做出的基本选择。因此，我们继续精炼那已经被选择的事物，并持续不断地寻求将自我转变进入太一造物者，而这就是——我们觉得——我们在每个体验中的基本课程了。

有进一步的问题吗，我的姐妹？

Carla：是的，有个问题。感谢你们刚才的回答。很快地，只是程序上的问题。我想要对我的传讯负责；就在我结束(传讯)那时，我正在前行，我仅

仅得到那个措辞的开头，我想它是 「我们会鼓励每个人」，接着就如此完全地停下来了。这种事很不寻常。通常你们从一个概念束开始，顺着走完，然后又是另一个概念束。但你们(这次)就停在中间，接下来开始一个全新的(概念)束，同时说你们将要转移。那是不寻常的，但我想的是，你们了解到现在就要停下来，而非进入下一个部分，我只想要知道，你们能否确认那就是刚才发生的事？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发觉我们必须在这个情况中引用混淆法则。抱歉，我们无法进一步讲述。

Carla：你们能否给我一些点子，关于你们正在保护什么边界？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个器皿在一般情况下多少有些分心，无法用一种可靠的方式拾起我们的通讯。我们发现你的传讯也有一点这个问题，容我们说。我们无法进一步述说了。在此刻有另一个询问吗？

Carla：谢谢你们，但我在想，保留该询问接着让你们和该器皿来决定，这样是否更好呢。我原先的询问是分两部分的。我正要询问关于耐心的问题，因为它在开始的询问中涉及不多，我正要邀请你们讲一讲耐心，但是，如果这个器皿和你们认为，在此刻结束该通讯会是更好的，我也完全感到满意。我只把决定留给你们。我想要感谢你们，也感谢该器皿。

我是 Q'uo，我们感激你的关心。如果我们在此刻结束通讯，这会是好的，因为这个器皿的状态不适于接收。我们感激你的关心。我们是 Q'uo。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2001_0121

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0121.aspx

---

☆ **第 3415 章集：传讯练习：小说与灵感**

Copyright © 2021 L/L Research

2021 年 3 月 10 日，中阶传讯圈*

*L/L：「经过朋友们的鼓励以及内部的讨论，我们决定将我们的『练习传讯圈』(Practice Channeling Circles)这个标签改为『中阶传讯圈』(Intermediate Channeling Circles)，这既是为了表明它们的规律性(在正常情况下，发生在正常的公开通灵传讯圈之间)，也是为了表明学生们的进展(不太算新手，也不很老练)。随着这一变化，它们如今正被发布于主要的通灵档案中，并且我们现在正被文字抄本赶上。多亏了新的志愿转录团队——Suzanna、Wen、Indi——我们有了更多新的文字抄本与世界分享！」(2021 年 5 月 21 日)——编注

(Jim 传讯)

Q'uo：我是 Q'uo，我们在爱与光中向你们致意。今天我们很高兴再次被呼唤到你们的圈子。我们被逗笑了，因为这个器皿在等着我们通过另一个器皿发言，同时这个器皿自己多少有些不知所措。我们欣赏等待另一个人发言过程中包含的服

务他人面向。然而，在这种情况下，倘若这个器皿对我们在场有更多的觉察，这会更有帮助。我们不以沉重的双脚走路。所以，我们需要被邀请。我们感谢你们每一位今天的邀请，于是我们可以在你们的这个寻求时刻与你们在一起；此时，你们寻求作为器皿而有所服务，担任你们已称呼的**星际邦联哲学**(Confederation philosophy)的器皿。星际联邦的哲学是合一的哲学，在合一之中有太一造物者，祂创造了一切万有，而一切万有寻求去以某种方式最终返回而成为太一。今天我们很高兴能够在此时、在这个练习传讯艺术的过程中使用每个器皿，我们会寻求通过名为 Austin 的实体来练习。因此，我们转移这个通讯到这个器皿上。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

Q'uo：我们是 Q'uo，我们与这个器皿同在。我们感激那份流畅特性——涉及你们团体航行穿越传讯过程之陌生与混淆区域的方式。在这个团队所表现出的奉献精神和意愿中，以及在(你们)接手这项我们与你们一起完成的服务的过程所包含的所有方面中，我们找到了许多安慰。因此，我们提出我们的典型要求：请所有通过这些器皿听到或读到这些话语的人，最大程度地信任自己的内心，因为我们提供的任何思想或观念都可能推翻你最深的自我所知道的真实。

我们不带依恋地提供我们的一些想法，并请求，如果你发现任何想法成为你的道途上的一个障碍物，那么请尽你所能地把它们放在一边，在这样做的同时，你们将允许我们更为自由地发言，并更多地参与这次分享、平等的分享。

在此刻，我们想知道在这个团体中是否有任何我们可以谈论的问题？

Gary：Q'uo，我最近收到一个礼物、Kindle(阅读器)，因而重新发现了读小说的乐

趣。实际上，通过仅仅每晚睡前的阅读——经常会占用睡眠——我在三十天内已经阅读了 2,200 页。我处于至福中。在这沉浸式的故事体验中，我找到一个休息的地方、一种焦虑的平息、一种灵魂的慰藉，接着参与我自己的其他部分或更深入的部分。

我的问题是，为什么故事如此引人入胜？我提到的这种阅读的大部分都是史诗奇幻系列。我知道自己正在阅读一个完全虚构的世界，其中有各种虚构的人物，而我开始了解这些角色，我开始看见它们的世界，我的情绪随着它们的命运起伏。讲故事对人类意识拥有怎样的力量呢？

Q‘uo：我们是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的兄弟。

我们欣赏这个问题被提出时带有的喜悦与热情，我们认为，在这问题背后驱动喜悦的潜在磁力，可以被视为一条联合线，它把个体与这些故事[在想象的领域中发生]绑定起来。

当卷入一个所谓的虚构故事——在其中，「该世界、人物、情境都确实衍生自想象」这一点是清楚明白的——在卷入的过程中，就对于你们可能有些误称为「真实世界」的事物的依恋而言，有一定程度的释放。

如果你们观察这个看上去是你们的客观实相的世界，你们将会看到很多故事包含许多的高点与低点。你们将会看到一份没有想象力能够接近地想出来的演员表。不过，所有这些交织在一起、形成所谓的真实世界之故事的面向，它们是如此天生地复杂，其能量是如此被你们所体验的幻象所束缚，以至于它们对意识的效应时常会是一种负担。因为你们的第三密度幻象确实有意地在你们的意识中承载一

定的重量。你们称为真实世界的事物，确实打算要比你提及的故事中的那些想象领域感觉起来更有意义。

这种重要意义或重量有一个目标，因为「产生[你们可称为的]形而上的摩擦力」是必要的；为了以「使意识朝向服务他人或服务自我而极化」这样一种方式推动你们的意识，这种摩擦力是必要的。

不过，这份重量也会模糊并隐藏那种正在真实世界舞台上演出的潜在能量之更精要的特质。

在第三密度中的一个实体，可理解地，可能会预先倾向于认为：在这个故事中表演的角色、世界、情节，相比于那些在虚构故事中的人、事、物，需要更多的考虑与关注。我们重申，这是有意的。

不过，当一个人能够借由卷入到[你们可称为的]一个想象的世界中而移除这些真实世界的故事的重量，这两个世界共有的能量就变得更清晰了。你们更容易地能够感知那种感动你、感动你周围人的东西，因为重要意义的重量已经减轻了。

我们向你担保，你感知到的、吸引你进入其中的这些能量，确实是非常真实的。故事允许你们以一种方式卷入它们、唤起远远更直接的连接，该连接不会背负真实世界的故事的复杂纠结的负担。

在创造出这个表面上的二分法的过程中，我们并不打算要将「显著重要性」放在这一个或另一个上头。

确实同样也是有意的是：你们——作为在第三密度中被罩纱遮蔽的存有——被赐予能力去想象，去创造世界，去分享所有种类的幻想、情绪、喜悦、绝望以及你们经验的整个光谱[它们分隔于你们周围的共享客观实相]，因此创造出一种动态，在其中，一方可以为另一方供能。借由卷入故事以及其中更易于感知的能量，你可以使你对于这个表面上更真实的世界的取向拥有那种连接；而借由以越来越有组织、充满光的方式来参与这个真实世界，你[作为一个讲故事的人]或者你周围的人[作为讲故事的人们]的想象力界限会扩展，并且，通过这种灵感和想象，属于造物者的越来越多的、以更精炼的形式而存在的精要能量会变得可以分享。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

Gary：在一个类似的脉络中——(顺带说一句，)那回答是杰出的，Q'uo，谢谢你们——对于那些讲故事的人，它们是从存在中或从宇宙造物的何处而来的呢？这也许类似于提问：创造力或想象力本身来自何处，但尤其是关于故事以及看似虚构的世界、虚构的场景。有可能谈谈这些创意工作的源头吗？

Q'uo：我们是 Q'uo，觉察了该询问，我的兄弟。

不可能直接对灵感的源头说话，因为这样做就是对无限的本质说话。不过，我们理解你提问的更基本意图，并可以提供一些关于灵感途径的例子；这些途径为想象式的故事讲述提供着资讯。在这个经验的八度音程、在其最基本与原初的造物层次上，可供灵感使用的能量，是从先前的八度音程收割而来的事物。所有后续的能量显化物、那些被个体的灵感所发现的事物，已经越来越多地是这股原初能量的反复(出现)的例子。

当这个(过程)在这个八度音程演出时，你们辨认为基本原型能量的事物——在你们的世界中可辨识为你们人群的古老故事以及神话当中的一致主题——这些能量变得越来越为复杂，反映出越来越多的造物者的演化，如同它是从你们的观点通过八度音程被看到的一样。

所以，你们可以在所有灵感中看到一条直线通往位于你们八度音程开端的种子，因为那种初始收割的能量存在于宇宙造物的所有方面；位于对第三密度中的你们而言更为相关的层次上。从个人或个人所属集体所收获的经验来看，这种灵感可能有许多来源。当一个讲故事的人描绘一个想象领域的任何方面时，这是一次重复、一次重述、一个来自原型能量前一次迭代的产物。随着每次迭代，某些能量可能会以更复杂的方式被编织，某些则可能会被解开，以揭示在这些能量内更容易识别的模式。

不过，我们重申：在一切之内，都有那股能量——在其之上，这个八度音程诞生了——并且，更深入地，都有无限造物者的爱与光，每一个八度音程都从中开展。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

Gary：好极了，非常感谢你们，Q'uo，接着，在类似的脉络中还有一个问题。说一个简短的评论，你们先前的回答——涉及有一条直线通往起初思维的灵感之反复(出现)式的特性，如我对它的诠释——也提醒了我想起所有造物的子理则特性。

现在，来到我的类似问题：我正在沉思，Ra 为何称呼第四密度为「爱与理解」[1]的密度，我正在考虑爱与理解这两个术语的相互关联性，若不是同义词的话。我在思考讲故事如何可以(让我们)洞察第四密度，或者更确切地说，洞察爱与理解之间的关系。因为相比一个人在现实世界的幻象中能够获得的其他自我的视窗，此人在故事中可以取得更完整的视窗。**多亏了作者提供的这个视窗，你也许能够进入各种角色的思想，看到他们的动机，看到那些帮助形成他们的环境，理解他们的意图。在这理解之光中，一个人会对角色抱有悲悯，即使——或不管——他们有错误行为和可能伤害他人的方式**。现在我想知道的是，这个进入角色的作者视窗是否阐明了 Ra 在提到[第四密度中]理解与爱有关时的意思。

[1]Ra：「随着绿色光芒的周期或者爱与理解的第四密度开始成形，你们喜悦舞蹈其中的黄色光芒地球层面将有某段[你们的]空间/时间停止被(实体)栖息..…」(63.8，也请看 20.36 与 26.12)——原注

Q'uo：我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。

我们欣赏通过该问题所提供的洞见，并能确认：在第四密度与这个问题中被称为理解的事物之间的关联，是可以在作者、故事、读者的类比当中来探索的。

如我们稍早谈到的，**你们第三密度幻象的重量能在你们对于其他自我及周围环境的感知上创造出特定的障碍物。在最基本的层面上，你可以把这障碍物视为理解的障碍**，如你在深思熟虑的询问中所描述的。

甚至在那些正探索绿色光芒脉轮能量的实体当中，下述情况也是很常见的：观察你们的世界，接着按照行动在你们实相[若你愿意这么说]表面上所演出的样子来评估它。用那份对于这样的行动背后之能量或意图的理解，来灌注这个对行动的

感知，这是较不常见的。如你已经描述的，**在深入洞悉一个想象的世界之过程中**——这个世界由一位选择给读者提供各种视角之益处的个人所创作，这些视角通常是第三密度实体在其日常生活中无法获得的——**读者可能会对这样的能量有一个更为整全的观点，看见如何会有比一个人在表面上感知的直接行动及结果远远更多的事物。**

在爱与理解的第四密度中，一个实体拥有的视野要比一位故事读者所拥有的要大得多。随着罩纱逐渐消失，潜在的行动——我们更正这个器皿——促成那些在表面上演出的行动和后果的潜在能量立即变得明显，于是这两者被视为不可分割地连在一起。

此外，对于第四密度实体来说，每个实体和每个场景的作者特性都是显而易见的。也就是说，无论在该第四密度实体所见证的故事中正在演出什么，一直被理解的是：这个故事的作者是太一无限造物者，而该故事是由造物者向祂的造物提供的爱与光所制成的。

我们感谢你这些深思的问题，我的兄弟。

在此刻，我们离开这个器皿，我们将该通讯转移给名为 Trish 的实体。我们是 Q‘uo。

（Trisha 传讯）

Q'uo：我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。我们想要在这个器皿的内在提供某种鼓励，借此开始(谈论)，我们鼓励该器皿放松，更深入一点地进入接纳，允许我们更清晰地对她讲话。现在和这个器皿在一起，感觉到仿佛她已经强

化并扩宽了她与我们的连接、通过我们(而建立)的连接；我们要问，此刻是否有个询问？

Gary：是的，Q'uo，在对于正面途径的描述中，似乎爱自己是有必要的。我想要知道，你们能否详细说明爱自己、支持自己、信任自己、允许自己失败等等的关键是什么？

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们理解该询问。

我们，也许是带有歉意地感觉到想要傻笑或咯咯笑的渴望，也许是代表这个器皿和这个问题；我们充分了解这已经是该器皿终身学习的一课。然而，我们非常感谢通过她来谈论这个课题。

就正面途径以及爱自己的关键而言，我们向该器皿呈现了一个容器的图像，以及在正面途径上，作为一个服务他人的实体，该实体如何努力赠礼给有需要或没需要的其他自我；该礼物是他们在自己的心与魂之挚爱容器中所保留的一部分。在这个容器中的东西是爱与悲悯；要把该幻象容器[容我们说]中的爱和悲悯送出去，这是一项多么高贵的任务。

然而，如此频繁地被用于服务他人的这个容器，如果自我没有留心这个容器的定量[若你们愿这样说]，则该容器就需要再次装满。这里蕴含着这种时刻：此时，对自我的爱与悲悯得以进入正面道途和服务他人旅程之中。

因为你们看，你那由「来自心与魂的爱与悲悯」所构成的容器，随着自我所拥有的每一次「去看待自我为造物者、爱自我并接纳自我」的经验和珍贵机会，被十

倍、百倍、千倍地建造起来。因为你们看，当一个人能够看见自我的真实本质是与万物一体时，此人就能够释放掉自己在「爱自己」周围保持的那些禁止标志或障碍物了。

带着挚爱父母见证孩子的成长与学习的眼睛来观看自我，一个人就可以开始看见：温和、宽恕、接纳的观点与特质，对于一个人在这个成长轨道上继续(前进)的能力，是远远更为滋养且——因为缺少一个更好的词语——**更有影响力的。**

同样值得注意的是，作为在你们的广大幻象之内——我们更正这个器皿——作为在这个幻象之内、造物者每时每刻都在提供的广大经验当中的一粒微小沙子，一个人能够看到：那些可能预测错误、意料之外或甚至有不利结果的时刻，如何单纯就是承担起「允许造物者状态[那是一切]之体验」这份责任的机会时刻，若你们愿意这么说。

我们知道，在痛苦或困惑的时刻，尤其是当自我也许感到犯错[由于缺少更好的词]的时候，要接受结果是困难的。但是，我们强调，这只是在一出更大的戏剧、一片更大的宇宙织锦中的一瞬间，你只是在每个体验或绳结中的一条小小线头。

我们希望，我们正在通过这个器皿传达：**把亲切温柔的手伸向内在自我，这创造了一种环境或条件，在其中，自我可以成长和学习，更充分地打开一个人的心，并沿着正面道途前进。随着每一个「接纳」、「爱自我」、「看见自己内在的造物者」、「接受一切可能被视为愚蠢或失足的事情」的时刻，带着温柔的眼睛，一个人的容器会变得更大，而且，更多的对于他人的爱、接纳及悲悯能够被持有于内在，从而向外赠礼。**

所以，我们请求每位不时挣扎于自我批评和自我怀疑的寻求者都想象一种紧紧拥抱的温暖，一只亲切温暖的手将脸上的泪水擦去，接着看见你那美丽、独特而又完全包含了一切万有的自我，你是一部分——我们更正这个器皿——不是一部分，而是全部，你是造物者。

我们感觉到这个器皿在说她已经把该奶牛挤干了。我们将尝试另一个询问，如果有的话。

Gary：非常感谢你们，Q'uo，那是杰出的。我并不认为奶牛被挤干了，但是，它是一个非常美丽又完整的回答。另一个有关的问题，如果它不是先前问题的一个延伸的话，来自于 Spencer，他问道：「我们如何从一个感觉是无法补救的错误之灰烬中升起呢？」

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们再次和这个器皿在一起，感激后续的询问。我们看见，确实，这个器皿并未把这头奶牛挤干，我感激这个谦逊的机会。要开始通过这个器皿谈过——我们更正这个器皿——谈论名为 Spencer 的实体提出的问题，该器皿对这个特定体验感觉到心痛与熟悉。

我们 Q'uo 察觉到你们星球上很多人所经历的那种深刻痛苦，它与你们许多人所持有的这种观点有关。我们理解，你们以及在这个幻象中的每一位其他寻求者，都舞蹈于这片认同、关系、分隔[若你们愿意这么说]之海洋中，看见自己与他人分离，或者也许与结果分离，同时又是一个对你的人生行为负有责任的完全参与者。然而，我们要强调，**真的没有任何错误**。

那些感觉起来像是不可挽回的行为或想法，毋宁是照在自我身上的聚光灯，在那

里，自我可以倾注爱。我们的意思是，在他人、某种情况或自己身上做了巨大不义之事的感觉，是某种要坐下来与之相处并找到这种感觉背后的真相的东西。问问你自己，这告诉我什么？我需要把自己的爱送到哪里，接着学会温柔地接受我的行动，热忱地追求成长和学习？

正如在这个特殊圈子中许多代的成员先前都说过的，**我们全都是在巴士上的笨蛋**，**像这样的时刻就是个机会，退后一小步、带着充满爱又亲切的眼睛看待自己，知道该经历本身就是一个充满潜力的机会**。那个….

我们暂停以深化与这个器皿的接触。

当一个寻求者正在与内疚打交道，并且也许因为先前体验过的行动或想法而正在贬低自己的想法，我们请求你忆起自己是神圣的，你是一个参与者，参与着这个混乱的、但被完美地制定的、几乎宇宙式的反应，其中包含各种组成部分。我们提醒寻求者回想起，就好像我们正在提醒这个器皿：**一切都好；一条服务他人、爱与接纳自我的道途，它可能不会总是容易的或是增强信心的，却是富有成果且是公义的**。

这个器皿感觉到疲惫不堪，可能会在英语中创造新的单词，她现在将释放我们的接触，并将其转移到名为 Gary 的实体身上。我们是 Q'uo 群体。

（Gary 传讯）

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo，我们再次通过这个器皿向这个圈子致意。我们要问，是否有一个我们可以回应的询问？

Austin：是的，Q'uo。第一个询问来自一个不具名的寻求者。这询问包括几个相同话题的小问题。它们是：「Ra 已经说过，它们的(社会)复合体中的一些实体已经作为远行流浪者、到另一个理则当中服务，而该体验摇晃其智力与直觉能力。想到这一点，(令人感慨)在宇宙另一边的实体之体验是多么不同，以至于我们太阳的其他行星有小学、交通、银行，然后在我们理则外面的实体们有着惊人不同的文化。太一无限造物者会从每个体验的相同方式而受益吗？一个对众多性的探索，无限地继续下去，这无限地令祂满意吗？我们作为个体，如何能欢庆我们的差异并寻求理解，而非寻求被理解呢？」

Q'uo：我们是你们知晓的 Q'uo，我们感激被打包在那个问题中的多样性。我们首先要谈的是抓住注意力的东西，那就是**无限造物的多样性和变异性**，以致被建立在一个表面的范型(paradigm)内的实体，在进入另一个范型时，可能会发现它们的理解能力受到摇晃，而该范型可能在宇宙其他地方有一个位置。确实，我们可以证实这点，因为我们的感知是由各种规则、物理(法则)、环境边界所铸造的，在这样一个容器中，自我获得了自我觉知，并学到关于自己的东西。确实，自我的身份包含着它们的原生范型的这些方面，因为身份本身就是对于「意识内容、经验及环境之内容」的一种认同。

例如，若一个人要将一种混合气体吸入肺中，好让其身体重新充满生机，并把生命力、能量和供给带入自己，那么，一种身份就将在那方面被塑造，一个神话将以这种方式演化，它包括你们称为的空气。这种空气的呼吸将渗透到这个实体的集体基础中，这样，假如一个如此固定不变[容我们说]的身份要去体验一个表面上完全不同的环境，比如以液体形式来实现它的能量补给以及它显化在空间/时间幻象中的存在状态，[那么]在这个简化例子中，这可能会混淆这样一个实体的原型根部。然而，我们强调，这只是一个简化例子，因为我们无法超越这个器皿的

创意想象来发言，难以准确描述在我们八度音程中不同理则系统之间的差异有多么令人吃惊与惊叹。我们愿补充，**尽管这些差异令人迷惑，这些心/身/灵复合体的无限适应性与创意能力，以及确实的流动性，是能够根据新环境来校准的——尽管它会考验并挑战自我——而且是只有专家才能从事(的任务)，容我们说。**

这种多样性是否让造物者满意？满意的品质，如同任何被命名的品质，在你们体验中具有人格化。也就是说，被命名的情感，是通过人类经验的有限容器而被你们认识的。要在这个层次上通过你们语言的限制来谈论太一所体验的事物，这几乎是不可能的，但我们能指出，在造物者对祂自己的体验中——跨越无限的八度音阶、无限个实体和场景——有某种程度上的实现[由于缺乏更好的术语]。

若它能够被说成是一种饥渴或需要，那么下述说法可能是合适的，即造物者拥有这样一种渴望：以每一种可能方式去认识祂自己，并把——再次地，仅仅以比喻来述说——那种经由新奇事物而来的发现之兴奋给予祂自己。并且，已被铭印在我们心里的是，这(过程)将会无尽地继续、周期性地进入永恒的当下此刻。

如果这个问题还有一些我们尚未谈论的面向，或有另一个询问，我们再次开放发言。我们是 Q'uo 群体。

Austin：关于上一个话题，我有一个相关的跟进问题，你们刚才谈到，关于各种各样的经验，你们说造物者有一种去经验的渴望。但是，在我们的八度音程之内，在我们的体验中，根据星际邦联已经告诉我们的——随着理则们持续地修正其实验，好帮助实体们极化——还存在一种对极化效率的渴望。所以，我想要知道，这种对于效率与极化的渴望来自何处？它来自造物者，或者有某种别的东西正在引起那种渴望？

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo，我们感激这个知觉敏锐的问题，因为，在造物者舞台上的角色们、正在演出「造物者认识祂自己之伟大故事」的造物者的代理者们，确实致力于增加这种效率或对准该效率；并且，如果演化的过程展开之际[容我们说]偏离了效率，在它们的目标上落后了[你们或许会说失败了]，或者没有完成任务或实现在前方的设计，那么，各种齿轮就会被启动以帮助这样的实体，如果可能的话，鼓励它们在其任务与使命中前进。

在高层，容我们说，有一种对于实验本身——其设计、其输入、那些造成催化剂与经验的使用是高效或低效的事物——持续不断的回顾。这种对于效率的渴望从何处升起呢？我们给予该器皿下述见解：它是「起初渴望」——即实体们寻求并成为一体[2]——的一个表达。

[2] Ra：「起初的渴望是众实体寻求并成为一。」(20.27)——原注

遍及一切造物，甚至是那些对你们而言看似无生命且无活力的东西，其核心都活着这种渴望，因为所有事物都是太一的活跃表达，并且所有事物在其显化的虚幻状态中都寻求返回太一。确实，它们有——我们更正这个器皿——它们有一条内建的轨道，该轨道以蓝图模式被深埋在它们的存有之中，好帮助它们在旅程上继续；这样，若它们无法完成对那个意识层次而言合适的任务，该失败——我们不带评判或贬义地使用这个词——确实就会把「那种将帮助创造出某种反向平衡的机制的事物」踢入齿轮中，好推动或鼓励效率。

造物者，在「祂变得觉察并设计该宇宙」的最早阶段[若我们可以使用这个误称的话]，确实渴望向上的运动。祂确实有一种设计或冲动、一种意图的设定，如你们可能感知的。然而，祂渴望那些实体——即在认识自己的游戏之玩耍中向前旅行

的、已显化的实体们——将依照自由意志机能而这样做；就这一点而论，(那些实体)可以在某种程度上有自由去偏离那个「起初渴望」——借由阻碍它、拒绝它或妨碍它的经验。当然，那同样是设计的一部分。但是，容我们说，它也就类似于阻碍河水的流动或者阻碍自然而然寻求去移动、延伸、上升的事物，这样，那种阻碍物将会发动那种寻求去消除阻碍物的事物，即使——由于投生状态的自由意志——这个比喻性的阻碍物可能会留存相当长的一段时间[如你们所感知的]。

请问在此刻是否有最后一个较小的询问？

Austin：我认为这是较小的询问，如果不是，抱歉。Paul 写道：「在(一法)60.16 中，Ra 说，『我们的观察是，由于在这个空间/时间的链结点上，在你们星球的人群当中，作用于未显化存有上的影响是复杂的，心/身/灵复合体的进程最好在没有[如你对它们的称呼]训练辅助物的情况下发生。』此刻在我们未显化的存有上，这些复杂的影响是什么呢？」

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo，我们欣赏名为 Paul 的实体所提出的这个问题。我们给了该器皿一个图像或观念，关于一种——相对于带有更多输入与变数的生活——带有较少输入或变数的简单生活；这图像可以被认为是你们称为的原始人群，或也许是那些在第三密度的自我觉察中处于早期体验的人。

他们在复杂社会形成之前的日常生活体验，尽管并非没有社会性的体验，可以将中心放在比你们当前体验所可能包含的、要少得多的考虑上——对于食物与庇护所的获取，对生育的需要，保护免受危险或威胁——也许是依靠神话的考虑来完成这些工作，以帮助他们在智力上掌握他们的情况以及周围的自然过程。我们鼓励发问者花些时间来考虑，对于在这个情况中的第三密度实体，刺激物、(资讯)

输入、伦理道德的考虑是怎样远远较少的，接下来将那个情况与你们当前的体验相比较；你们当前的体验是不可能完全盘点清楚的，但是，我们可以借由请求名为 Paul 的实体考虑下述事物而做出某种前进，这些事物包括：对于周遭世界之诸多话语的不断增加的觉察——同时为了已显化的和未显化的自我——所创造的声音或[甚至是]杂音。来自各种文化、原型主旨、世界观、偏见的多样性与范围，是突出且具有压倒性的，(产生出)一个社会，它长期难以统合为一个星球，更不用说将其本身统合为同质的文化。

每一天，甚至在未显化的层次上，都充满了多得多的考虑、纷乱和困难，甚至是与未显化存有同在，因为在一个人周围的那些影响——当它们从一个到另一个、快速地连续发生——倾向于完全占据注意力，使得此人很难将注意力保持在未显化的存有上。

该器皿期待我们在释放接触之前稍稍多说一点。

也许我们能够说，在一个更单纯的社会、一个比较和谐且统合的社会中，未显化的自我拥有着[容我们说]更大的存在空间，还有更大的能力取得一个统合的、较少挑战的焦点。在此刻，我们感谢这圈子，并将这个通讯转移给名为 Jim 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我此刻与这个器皿同在。我们现在可接收询问，让这个器皿可以与那些在场者分享我们的回应。在此刻有一个询问吗？

Austin：我自己确实有一个。我们目前处于春季、正在体验一场季节的改变，它

使得我思考，这种季节的特性如何能与我们的灵性旅程及其不同的周期联系起来。我想要知道，你们能否谈谈那种与我们星球环境的季节改变的关联，也许甚至谈谈我们如何能利用那些改变，好在我们的灵性道途上对我们有益。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，在所有宇宙造物中的每个实体，都受到太阳、月亮、群星、天气、光明、黑暗的运动所影响。所有这些宇宙原力，在所有时间，以不同程度的强度而流入你们的环境，所以在一个季节中，比如这个正在你们星球上结束的冬季[3]，此时，光是缺少的、黑暗是主要的，这对于第三密度实体们有一种效应。他们更有可能退隐休息——如同花草会在冬季休眠一样——并发现自己是更为沉思的、冥想的，更能够了解到自己作为心/身/灵复合体的局限，因为天气可能要求他们留在室内，找到一些有限的活动来从事。

[3]对于那些处于北半球的人来说。——原注

然后春天来了，光开始增加，温度开始升高，花朵、树木、灌木恢复生机，并且，来自该存有内部，有那种(想要)成长、拓展、表达的感觉，这被季节改变所支撑、鼓舞、支持，于是有了一种新生命、新的可能性、新方向的感觉，在其中——随着光之河流开始在存有里面与外面移动——(可以)移动并拓展一个人的活动，移动进入外部的氛围、院子和花园中，进入一个人周围的更大世界中，进进出出。

对于一位对这类改变比较敏感的实体，(上述)这些是关于季节天气与时期如何改变的两个极端例子。因为也有其他的改变，它们是以宇宙智能能量的流入形式进行的，这些智能能量来自遥远的恒星与星系，它们与地球上的季节一样会有一种效应。

如同银河系的时钟面必定会以各种各样的方式提供关于宇宙造物之一体性、宇宙造物之特殊化的灵感，你们星球上的实体会使这些宇宙韵律开始在灵性中脉动，而灵性接着会移动进入到心智与身体中，接着启发一定种类的感觉以及这些感觉之表达——与地球本身的季节变化相对应。因为所有事物都是伟大宇宙一体性的一部分、属于全体造物，并且每个部分都有自身对其他部分产生的一种作用，于是，所有部分都可以对合一的伟大谜题与奥秘做出贡献了。

我的兄弟，有另一个询问吗？

Austin：我有一个多少是相关的问题，因为在这个地区，人们正在开辟其花园。Ra 曾谈到第三密度实体如何能够与在宠物形体中的第二密度实体互动，宠物如何可能从那种关系受益——借由被灌注爱、被赋予灵性。我想要知道，在一个人类与其照料的植物之间是否有种类似的关系，以及这种关系跟一个人与宠物之间的关系是如何相同或有区别的？然后，我们如何才能培养与植物的那种关系呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。属于植物与动物的第二密度生物是具简单觉察的实例，这种简单觉察有能力被第三密度实体的爱所灌注，该第三密度实体要么是主人，要么是园丁，容我们说。

这种能够接收爱的能力，同时在植物与动物的内在，正在结出果实：那种由这些第二密度生物给予爱的能力。这种在园丁或主人与动植物之间的互动反映着一种更大的概观：每个第三密度实体是如何被太一造物者的爱所灌注，这种爱在该实体人生每一天都活跃了其存在的每一根纤维。所以，如果心是开放的，并且爱是自由地流淌，那么这份爱就可以在任何它被需要的地方、任何被呼唤的地方被给

出。

动物和植物，拥有着这种简单的有意识的觉知，都呼唤着能给它们提供一种内在感觉的事物[让它们感觉到被「那种被称为爱、被它们视为一种食物的东西」所灌注]，因为**它们的存在的本质——动物通过心智，通过心的开端来感知，植物通过园丁的照料、浇水、施肥、关注、意图来感知——会感知到你们称为爱的东西。**

爱是植物的一种肥料，帮助植物生长。事实上，爱甚至比水或肥料更加有效，因为水或肥料在使植物生长的能力上是非常基本的；而园丁的爱会让植物被灌注一种觉知：它正在接收到某个更多的东西、某个更大的东西、某种激励的东西、某个如此支持其存在之最基本层次的东西，以致它希望移向那个园丁和它激励植物生长的能力，成为那个超越自身的东西，不仅转向光，如同每个植物都会接受阳光的滋养，还会转向园丁，以接受从心移动到植物的爱之养分。

所有的一切都是伟大的宇宙之舞的一部分，在其中，一种形式的生命，用一种对于爱的基本品质的更大表达，激发并灌注给另一种形式的生命；爱已经创造出每个实体周围的世界，在其中，每个实体都能以一种更具体的方式从宠物主人、从园丁那里感知到爱。以这种方式，所有人都参与了造物之舞、意识的运动、感知的扩展、心的开放——无论它采取什么形式——于是，太一造物者的无限爱与光流经所有实体，并把太一造物者的更大体验给予全体。

在此时，我们将要问，是否可能有来自这个团体任何成员的其他询问，有关于他们今天在传讯我们话语与想法的过程中的体验？

Gary：感谢这个机会，Q'uo，我认为我有，但让我看看我能否把它阐述出来。

因为我如此沉浸于一的法则之哲学中，我对它有一种相当像样的掌握。因此，当我在传讯时，我的一部分时不时会分析正在传导的内容。有时候我发现自己对于正在被传讯的内容不满意，也许甚至偶尔担心，它并非与它原本能成为的那样同等准确或正确。所以，我猜想，我只想要问，是否有可能谈谈那个经验，如果你们有任何建议的话。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个器皿，事实上，在第三密度中的每个实体，都有一个见证者，这个见证者就是「评论家」，容我们说。每个实体都是舞台上的表演者，它在观众席观看，它写下表演成绩和观众的接受度。你是在这里的所有事物。在这种情况中，目击者或评论家最好等到表演完成后再提供见解，因为(传讯时)提供的见解会建议什么东西没有达到被渴望的演出标准，这些见解很可能会成为一种自我实现的预言。那么，最好是等到通灵完成，然后回头看看它，就像你在纸上看到的那样，也许会发现你已经表现得比你了解到的要远远好得多。

此时是否有最后一个询问？

Gary：Q'uo，这个问题来自 Lou，她问道：「亲爱的 Q'uo，我想要知道一个普遍的概观，**当我们推进到更高的振动中，地球母亲和她宝贵的居民如何在持续的动荡中生存。另外，从和谐的有利位置来看，目前是否有任何值得分享的显著进展？**」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**我们注视着你们第三密度幻象的景色，看到有着大量的不和谐、分离、混乱在世界舞台上蔓延。如果那些在你**

们星球表面上的实体能够采用一个更大的观点、眼界超越自我的个人感——这种个人感是如此忙碌于获得自我的需要、渴望、意见、自我的正确性——那么我们将这些(不和谐)要素视为潜在有帮助的。催化剂是厚厚地铺在地面上的，容我们说。

如果它能够被越来越成功地处理——于是每个独特的实体采取一个越来越大的视野、超越个别自我、家庭、社区、民族、世界，并开始将每个实体都视为神圣的、圣洁的，属于太一无限造物者[存在于所有实体之中]的一种表达——那么，混淆、愤怒、分离、幻灭就有可能在爱的精炼火焰中熔化了。

因为这就是此刻提供给你们星球上人群的机会。如果该催化剂是巨大的，并被直接面对，就有可能越来越深入地进入爱与理解的第四密度，因为还剩下一小段时间来做出这种运动。有大量的催化剂必须要被处理，好做出这种运动。大量的催化剂存在，让这样的运动能被完成，因为所有人在投生前都知晓，这种情况是能出现的，这会是所有人能向前运动的方式。我们巨大的希望是：这一步将会迈出，舞蹈将会完成，第四密度将会成为实相。

在此时，我们将离开这个团体和器皿。我们感谢各位，因着你们认真尽责地努力以改善(自己)担当器皿的能力。**每一位都已向前迈出大步。无论你们认为自己做了什么，你们都已经做得更好。**我们是你们认识的 Q'uo 群体。现在，我们把你们留在太一无限造物者的爱与光中。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by cT.

中文出处:

http://yidefaze.org/lllib_2021_0310/

英文出处:

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2021/2021_0310.aspx

---

☆ 第 3416 章集：基督科学教派的治疗

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想 2001 年 1 月 14 日

团体问题：我们今天的问题关系到基督科学教派(Christian Science Church)的治愈实践对比于更加正统的药物治疗及医生治疗；对于基督科学教徒而言，重点是仰赖于下述真理：我们都是一，我们是完整的，我们是完美的。我们想要 Q'uo 给我们任何可能的信息，关于能够借由基督科学教派的观点达成的治愈对比借由更正统的药物治疗可达成的治愈。(两种疗法中)哪一种更可能带来治愈呢？除此之外，如果 Q'uo 可以对治疗的话题多说几句，我们也会很感激。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们前来。与这个团体在一起是一种极大的荣幸，我们感谢每一位选择做出努力以成为这个冥想与寻求圈的一部分。我们很高兴在治疗方面与你们分享一些想法，只请求你们每一位都带着具分辨力的耳朵来聆听，同时了解到我们不是权威，毋宁是与你们一样会出错且易于犯错的实体。我们乐于分享一些想法，但我们不想望它们成为任何人面前的一块绊脚石。因此，如果一个观念或想法对你没有帮助，我们请求你把

它丢到后面。借此防止对自由意志的侵犯，我们就觉得可以自由地与你们分享意见了。

对于人类动物[如这个器皿对现在生活在第三密度的全体的称呼]的心智、身体和灵性的治疗，常常是一个复杂的专案，这是由于有些疾病包括着肉体、心理、情绪及灵性的成分。确实，你们每个人都有一个复合体——它具有不同种类的能量、不同层次的觉察以及不同的存在类型，并且进入心/身/灵联合体[你们把它称为人类]的入口也不同——你们每个人的菁华都是灵性的。基本上来说，你们每个人都是思维，不是单一线性的思维，而是一个圆形的、三维的菁华，它将自己表达为一种振动复合体，该复合体以至少三种基本音调、有时候加上存在的泛音和低声而创造出一种谐音。

这个你之所是的、复杂而和谐的生命和弦是美丽的。不管你的情况是什么，不管你们每个人面对着怎样的困难和考验，这基本的菁华自我——也就是你——都无法不产生音乐，不管其和弦有多么黑暗；因为你们每个人实质上都是一个思维——也就是爱——而爱就是美与真理。你们每个人都在表达对自己是独特的真理，并且你的生命唱着一首歌，那是你在形而上宇宙、思维的宇宙当中的身份和名字；该宇宙诞生了你现在所体验的宇宙。

在进入到投生中的机械式过程中，你们每个人都进入到地球世界的[容我们说]内在层面或灵性世界中。因为在你们的地球世界之内，宇宙造物的所有密度都被扼要重述，且这些内在层面的世界囊括了这一切事物：从你们地球世界上所有结构的完美观念，到较低密度中的那些挑战性的怪兽、仙女、小精灵、小妖精、所有那些童年时期貌似虚构的生物——它们属于你

们星球的传说和神话的一部分——上至较高的内在层面，其中住着处于投生之间的实体，他们还没有选择去采用投生的身体，而是选择跟自己的向导和老师们留在一起。我们自己，容我们说，停泊在你们内在层面之一，即第五层，我们在这里受到欢迎；从这个有利位置，我们可以进入你们的地球世界。

在这些内在层面的最高层，七个精微体之一就处在其中；这些精微体是你们每个人都享受的能量生命的一部分，也是这个器皿在谈论肉体的脉轮能量和脉轮平衡时所指称的对象。这些在肉体中的各种能量中心皆与所有更精微的身体相连。但我们所指称的是这个形体塑造者身体，因为正是该精微体在如何符合并创造完美身体方面指示着能量体。当你们提及的那些基督科学教徒在对一个人进行治疗工作时，他们正在做的事情是单纯地表达自身对于[这个器皿所称的]形体塑造者或佛陀体的想法，并请求那个(精微)体重申它那超越肉体的权柄；该肉体偏离了(正常)模式。

因为你们每个人基本上、实质上就是一个思维；思维本身，若被充分地精炼，就有治愈的力量。有些实体拥有一种天赋可以觉察到这个思维体。这样的实体是天生的医者。有许多医者则与其他精微体一起工作，而且在每种情况中，这样与思维一起执行的工作在治疗方面都有某种程度的成效。这并不是奇迹，毋宁是自然的事；再次地，其原因是所有七个精微体都被连接到肉体的能量系统，于是，如果有这样一个组合——其中既有能在那个思维层面上工作的医者，又有一位愿意接受一种新的想法样式的患者[该想法样式能改变其肉体经验]——那么这样的心智或思维治疗就有较大可能性是有效的。

然而，行医的微妙性继续存在，由于在人类内的疾病通常并不是一个简单的东西，而是一组包含多层次的背离——背离于各种精微体以及肉体中的能量自然平衡的各个部分。所以，就地球术语来说，比如以这个器皿为例，可能会有肉体的胃痛、心智的分心、情绪的挑战以及灵性的紧张；接着，这种灵性的紧张居住于内在层面中各种各样的微妙层次或密度。在特定实体的疾病中，有一些位于内在层面的层次，其中，某些投生前的课程已被付诸实行，这意味着特定情况是无法被治愈的，因为它受到保护。在内在层面的其他层次上，有一些离开此生的机会点[同样受到保护的]，于是只有那个患者的意志才能在一个特定的危机点上选择生命或死亡，因此没有疗愈能在那些点上生效，除非是患者借由自身意志和选择而自己治好自己。

没有两个情况是相同的，这就是在大多数情况中[这个器皿称为的]医生们完全错过的微妙性。在你们文化中，一个专业医生并未受过训练来深入探索灵性议题。有些医生觉察到了情绪或心理的问题，而且在你们所谓的摩登时代，已经有越来越多的努力被做出，好开始设法治疗染病的情绪体与理智体——这些病只是到随后才显现在肉体中。但是，**在大部分情况下，你们的医疗专家在面对肉体疾病时将会寻求线性的、机械式的答案。他们把身体作为一个机器来对待，那么肉体就是一台机器。当然，正确的机械式操作或者说通过使用[这个器皿称为的]药物来正确调节肉体的化学和生化性质，显然治好了很多病况。不足为奇的是，医生不能总是获得想要的结果，因为机械、化学、生化的媒介，解决不了属于更精微或内在层面的身体问题。它们纠正不了这些精微体的病症。解决这些问题的唯一方式，就是进入思维与振动的竞技场。**

在你们距今很近的过去，已经有一些富有创意和直觉的实体开始创造出所谓的设备——实际上是一种物质性机械和振动性机械的结合体。为这个器皿所知的这些所谓的黑箱子，能够凭借发送某些振动性能量而在某些情况下影响某些精微体，这些能量对这些精微体有种影子效应(shadow effect)。这种科技仅仅受限于那些能与其一起工作的人所具有的创意和直觉。然而，**至于「哪一种治疗技术或模式比其他种更好」，这种判断可以不作，因为事实上，更确切的情况是，每个患者都展现着一幅含有特定数量的层次的图像，并且疾病的每个层次都可能采用一个不同层次的治疗。所以，为患者提供手术、药物治疗、经所谓的黑箱子发出的精微能量、康复代祷以及那种来自懂真理者的治疗，都可能是有效的。有可能直到病患采用了所有这些层次的治疗以后，才能获致健康。并且，总是要记住：在某些案例中，不管提供什么治疗方式，特定疾病仍都受到保护，于是任何治疗形式都无法渗透，因为这些疾病是正在体验它们的人类存有之投生前的计划的一部分。**

名为 D 的实体问及基督科学教派治疗的下述面向：父母为孩子选择自己偏好的治疗模式。有些案例表明这种治疗模式无效，小孩进入了更大的生命，因为留不住肉体载具，没法继续保持人的生命。有些人觉得有正当理由说，这种为他人做的选择构成了谋杀[1]。我们同意，这个局面在道德上确实很令人左右为难。我们想指出，**人们在自愿用教条方式来限制自己、认为只能接受唯一的治疗方式或信仰时，常常也许把自己限制到了失去简单常识的地步。**

[1] 原注：一位读者的来信：「我是一位基督科学教徒，我发现这次冥想中的几个评论并不准确，因此对基督科学教派有误导作用。没有人想要让一个孩子死亡或受苦。这是一个悲剧。每一位有爱的父母都会在他们的力

量范围内做任何事情来拯救自己的孩子。基督科学教徒也不例外。他们首先诉诸祈祷，因为灵性治疗已经在他们的家庭生活中证明是如此有效。选择基督科学教派治疗而非医药治疗，不该被称为是「否定」或「拒绝」可靠的照护；而是选择一种有长期成功记录的灵性疗法。

因为医疗保健的选择是非常个人的，并无教条式的教会政策规定其成员对生病孩子或自己所要采取的行动。他们选择什么形式的治疗完全由个人决定。在过去 125 年间，无数各类疾病的案例，包括那些被认为是不可治愈或没希望的案例，已通过这种灵性治疗的系统被治愈了。若想要得到一份对基督科学教派的完整解释，请参阅由 Mary Baker Eddy 所著的《科学与健康：打开圣经的钥匙》(*Scienceand Health with Key to the Scriptures*)。全文可在 www.spirituality.com 取得。若你们有任何进一步问题，请发电邮给我：Valerie Minard，邮址是 valminard@aol.com。」

然而，每个实体都有自由意志，以选择自己要如何存在、如何相信，并决定需不需要某种有结构的信仰，也就是这个器皿称为的教条。对于很多实体而言，他们有一些已由灵魂选择去学习的课程，必须在此生中拥抱教条式信仰才能学会的课程。从[比如说]这个器皿的观点来看，坚守信仰疗法的人完全不考虑对拯救生命确实有效的所有其他技术，像是在拒绝治疗；不过，对当事人来说，要在追随造物者的路上达到自己渴望的强度，若没有全然的教条信仰就无法获得这样的强度。当然可以争辩说，为别人做出这些选择是不可接受的。而且这样因拒绝医疗帮助而死去的儿童是令人十分伤心的损失，这种事情似乎是十分可悲的。不过，从小孩与父母之间协议所含有的形而上面向来看，也许可以说这一种死亡几乎总是协议的组成部分，这个协议在小孩与父母投生之前就签好了，这个计划对于人灵和造物者都是可接受的。

你们称为的肉体死亡在很多方面都具有这种性质，即它在物质层面的表象与它实际的形而上情况不一样。在自杀、堕胎、婴儿猝死、事故以及很多好像突然来到的巨大悲剧时刻，形而上的情况看起来是完全不同的。**在形而上的情况中，在很多这样的样式中，所有相关的行动都是作为该样式的组成部分而规划好的；灵魂在投生模式开始前，认为这个模式是有帮助、有用的。我们这样说也了解到，这无论如何也不能使得存留的实体们在(经历)这样的死亡之后不感觉到极度深刻的伤心、巨大的悲哀和失落。不过，当每个生命创造出它最终的形状时，它都是一个完美又美丽的形状；我们提供这点来安慰那些人——他们正在与那些患者和已经抗拒治疗的实体打交道。**

我们愿鼓励每个人以稍稍不一样的方式来思考治疗，不是忽视死亡，不是忽视疾病或不适；相反地，要看见生病与治疗的样式是多层次的，并且不管有没有可见的治愈迹象，不管该实体看起来是否生气勃勃或有改善，祈祷在很多层次上依然有效。为了避免侵犯自由意志，我们再次使用这个器皿(为例)，因为这个器皿早已觉察到自己的精微体得到了很多治疗，不光有对于想自杀的感觉以及深度抑郁的治疗，还有对于灵性体、情绪体及理智体的治疗；这些治疗已经巩固了这个器皿的能量，大大改善了她的生活品质，却没有移除其肉体不适或局限；那是该实体受保护的面向。

你们每个人都能够去治疗。你们每个人都能够工作自己。你们每个人都相当能够为他人祈祷。因为你们首先是思维的创造物，是意图和情绪的创造物，而医者的伟大天赋就是统合人类意志和心的悲悯。让我们先来注视自我对自我的治疗。容我们过度概括地说，**人灵的重大毛病，就是缺乏自我**

宽恕。经常在自我看来，那个不宽恕自我的人似乎不是自己。这种缺乏宽恕看起来仿佛来自外面。出生家庭的成员、婚姻家庭的成员、工作环境中的同事、在人生各种环境中的人们，其中总是包含充满挑战的关系。似乎就是那些声音在伤害、损害我们，并使得我们生病。不过，**形而上而言，大多数痛苦都是一个人对自己讲话的声音所造成的。那些来自出生家庭、婚姻家庭、工作环境等诸如此类的地方的挑战性声音经常看起来是他人的声音，实际上却是内化的声音。那些实体可能已经从人生模式中消失了。他们可能已经进入更大的生命。他们可能已经进入其他关系中，但在头脑中，他们已经成为自我收养的孩子，然后这些声音就有权继续用粗暴而不客气的方式对自我说话：批评、取笑、嘲笑、使之沮丧、造成疑虑和恐惧。很难抓住这些声音。开始调音进入那些被讲述给自我的事情——它们会向下进入到身体、心智和灵性中去制造疾病——这种调音会花费时间和努力。但是，当你确实抓住你正在批评自己的时候，然后你就有机会停下来说：「等等，我想要改变那个声音。我想要鼓励自己，最重要的是，我想要宽恕自己。」**

当这个实体开始设法原谅自己时，它会碰撞到一面砖墙；我们觉得，对于刚开始尝试创造一个灵性实践[关于有爱地跟自己说话]的大多数人而言，这种情况都是存在的。问题在于，在行星地球上作为人类，不完美就是其中的一部分；而且不是些微地不完美，而是持续地且令人发狂地不完美。事实上，你们在行星地球上的责任就是成为不完美的、混淆的、愚蠢的，错失各种标志和信号，全时间都保持有些迷惑。这是最有益于成长的环境，也是你们每个人享受的环境。一个人恒常地发现自己又一次出错了，如何能原谅自己呢？做一个笨蛋？做一个傻瓜？但关键就在这里：正是当你看见自己的不完美时才会了悟到，你在这里不是为了变得完美，而是为

了去爱。你在这里不是去爱完美而是去爱。你在这里不是去爱这件事情而不爱那件事，而是去爱。你爱的首要目标就需要是你自己。爱上自己的过程十分有益健康、有帮助，我们向你们每个人推荐这过程。

如果你可以注视自己的脸庞，看着每一个瑕疵而说：「我看见太一无限造物者的孩子，我爱你」，那么你就开始原谅自己了。我们推荐(你)最为深入地尝试这么做，因为只有当你进入爱自己的状态以后，才能真正开始彼此相爱。在你们的神圣著作中说过，美德在于用你的全心、全魂、全意、全力来爱造物者；并如爱自己一样地爱邻人。这两条诫命是所有律法和先知的基础。如果你不爱自己，那你怎么可能像爱自己一样爱你的邻居呢？所以疗愈自我的核心就是不断坚持尝试以爱的声音对自己说话，以爱的眼睛来看自己，以爱的耳朵来听自己。不是去容忍有毛病的事，也不是粉饰错误。

事实上，我们推荐的是：尝试去满足每一个职责，更正每一个可纠正的错误，等等。然而，超越所有那些在补偿方面的尝试，要点是：在处理环绕着该具体过失或错误的样式时，进入宽恕的状态；不是对自己说：「你这个笨蛋，你这个罪犯，你做错了事。」而是对自己说：「那是错的，我感到抱歉。我将尝试更正那个错误。但我爱这个尽最佳努力的自己，我爱这个小小的、迷茫的、感觉糟糕的自己。」因为正是能量上的不平衡进入肉体以后，才造成了越来越多的病痛。所以你在自我原谅和自我接纳上工作时，也在工作自己的理性体、灵性体、情绪体，并且就像阴影掠过太阳，肉体也是这样。当你在做这项工作之际，永不要怀疑这是一个善工。

我们发现这个器皿指示我们，我们已经超时了，因此我们在这个时点停止讨论这个有趣的主题，觉察到要说的还有很多，但也觉察到，我们占用了你们过多的时间以在这种对于治疗的基本、初步的查看上走得更远些。我们非常感谢你们的这个问题，接着想要聚焦于你们此刻可能有的任何其他问题，或者你们在最初材料上可能提出的后续问题。为此，我们要把通讯转给名为 Jim 的实体。感谢这个器皿，我们把它留在爱与光中。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿，再一次于太一造物者的爱与光中向各位致意。此刻我们有幸请问是否有任何进一步的询问，好让我们可以简短地回答？此时有另一个询问吗？

S1：首先，上周两个录音带的第二面都没有录上音，我想知道你们是否可以评论在那背后的原因呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉在微弱灯光下操作录音设备时，这个特定器皿搞错了按钮。但愿这问题已经被更正了。我们代他致歉。此刻有另一个询问吗？

S1：是的。我的妻子摔断了腿，我们对那件事里面有什么教训想了很多，有了一个好的猜测。你们可以在那个方向上给我们一些言语或想法吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当一个人参与一个需要变慢的过程，潜意识心智的较深入部分与显意识心智达成协定，而显意识心智并不

乐意遵从协议来减慢肉体载具，接下来潜意识心智就将自己行动，去做已达成协议的事。放慢的过程对每个人有不同的特性，这个过程会利用自主出现的那些机会。C 实体的情况是，该实体发现有必要让自己的日常活动步伐变慢一些。然而，显意识心智也在致力于完成它认为重要的活动。因此，如在这里的每个人都清楚知晓的，这个实体就有了对这个过程[容我们说]踩刹车*的能力，而外面人行道的寒冷状况不折不扣地折断*了其足部附肢——其足部附肢对于继续开展它所希望中止一段时间的事情是必要的。因此，以摔断骨头的形式，她获得了反思人生样式的能力。这些减缓肉体载具的技术是[容我们说]短期应急的措施，于是显意识心智就再次变得能够找到与自身真实愿望[即每天都重新评估它所做的事情]的和谐。我的兄弟，有进一步的询问吗？

*编注: brake(踩刹车)、break(折断)在英文中的读音很接近，可能有双关语的意味。

S1：最后，参考你们先前谈论的最初问题，我一直在与创造出某些微妙的医疗装置的人接触。一个装置是跟 Hilarion 实体的通灵信息有关。它是一种电磁(场)与惰性气体的综合体。我好奇的是，你们对此有任何评论吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。若一个需要治疗的人想被治好的渴望唤醒了自己潜意识心智中基本的接受能力，这类设备就确实很有益。不管用任何设备、任何的介入、药物治疗、思想去治疗一个人，如果病人自己在心智的很深层次渴望疗愈，那么这过程就会被协助。**大多数实体都没有觉察到，他们自己的内在拥有能力去治愈出现在人生样式中的每个苦难。**然而，在这个文化以及在地球上大多数文化中，治愈过程和治愈力量都交给了那些你们称为医师或各种医者的实体，因此，在治愈力量方面的

重点由自我给了另一个人。然而，即使是在这些情况中，当一个要被治疗的人足够强烈地想望、足够强烈地相信这个或那个实体、这个或那个装置、这个或那个药物是能在这方面有帮助的时候，疗愈就能出现。有进一步的询问吗，我的兄弟？

D：我有一个询问。是否允许讨论 L 正在经历的折磨以及所有的想法和祈祷，包括她自己的想法和祈祷，来完成她在这个星球上的短暂逗留？为什么情况会变成现在这样，你们可以给我们任何启发吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现可以在不侵犯自由意志的情况下、在特定程度上谈论它，我们乐于这样做。这个名为 L 的实体已经成功完成她来此要做的事。虽然每次投生的目标对于任何人的眼睛都是蒙蔽的，包括活出此生的该实体，**当这目标已经完成并且没有该实体在此生中要去做的进一步工作时，然后该实体就会用特定的方式离开，这样该实体所爱的那些人和那些也爱这个实体的人可以被允许说告别[容我们说]，而这些人就获得机会来表达他们对这个实体的爱，而这个实体也有机会表达对他们的爱。**虽然该实体离开此生的过程似乎承受了大量苦难，但这可以强化(她的)灵魂，从而增强她跟所有认识她、爱她的人之间的纽带。L 实体对她照顾过的每个人表示爱，大家也得到了机会回顾共享的经历，并对 L 实体的投生以及在 L 实体一生中他们与她的关系，达成某种复习。这个实体在这个世界和下一个世界之间徘徊，更为缓慢地进入下一个世界，于是就有一个[容我们说]温和的过渡期。**当已知此生即将结束时，对于一个灵魂而言，最终在一段觉察和徘徊的时间之后完成转换，这经常是更为容易的，这会给那些留在身后的人们带来一份决意(resolution)。这个实体用她的生命力明亮地闪耀着，该生命力的大部分已经转移到另一个**

世界了，她会留在这里仅仅稍长一点的时间，以便这个过程对于每个涉入的人都尽可能是温和的。有进一步的询问吗，我的兄弟？

D：感谢你们的解释。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

S1：你们会说这是 L 给她双亲的礼物？

我是 Q'uo，我们会说，这是 L 给所有认识她、爱她的人的礼物。此刻有另一个询问吗？

Carla：代表我自己和 D，我要问关于我们此刻正牵涉其中的类似课程，这些课程涉及肉体上的不适与局限性，而同时继续有能力去进行相当多的创意工作等等的工作。我们已经将自己的课程识别为[在其他许多课程当中的]**信心和耐心**，并且每天彼此鼓励。我有兴趣问一下，是否有其他关键字或概念会对我们此刻的思考有帮助？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于那些关切和品质，我们还要加上那个被知晓为**比例感**或者你们称为的**幽默**、**轻快步调**的品质。因为当一个人能够对此生以及发生在每次投生的日常活动方面取得一种看法的时候，此人就能更为充分地参与这个创造性的过程了。在每个例子中成为造物者，看见荣耀、幽默、不完美、尝试、坚持不懈、所有这些使得每一个实体在第三密度中成为人类的东西。我们也会建议集中注意力在名为**感激**的品质上，因为每次投生的每个部分对于肉身中的该实体都是一个礼物。

当一个人出生进入这第三密度之际，并没有跟任何实体达成任何协定、保证或承诺。一切都是礼物。一切都是机会。一切都可以被视为[容我们说]通往天堂的阶梯。这些步伐，尽管是卑微的、尽管是蹒跚的、尽管是困惑的，每一步都是由造物者的一部分所踏出的；造物者的一部分以一种特定方式行动，或许对于许多人是神秘的，也许对于踏出这些步伐的实体是最为神秘的。然而，每一步都是造物者的步伐，在更接近的和声及韵律中通往群星的音乐，如你可能对它的称呼。在每次投生中都有大量可被数算为祝福的事物，有大量可被视为困难和负担的事物。然而，每件事物都提供机会去进入一种对于「你之存在[作为造物者]的本质」的更充分实现。这整个过程可能会把最欢乐的故事、最悲惨的戏剧、最不可思议的经历填满造物的伟大记录(大厅)。这完全取决于该实体的心智、该寻求者的态度、心的渴望以及存有的开放状态，接着推动自己进入那些神秘的、困难的、混淆的地方，并在那儿打开心，只为了看看发生什么事。我的姐妹，是否有进一步的询问？

Carla：没有。我想我将会对那一段话沉思一段时间。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

S2：我会想要再一次请问 H 的情况如何，她是否快乐与顺利呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，在你的心中对于这个已经与你分开的小实体有着巨大的关注。我们愿向你担保，这个生命相当快乐，因为它不仅仅携带着你的爱，也已经找到其他实体对它的爱，并受到十分好的照顾。在此刻有另一个询问吗？

S2：是的。我的问题是，那个拥有 H 的人或家庭，他们带走 H 是有个原因吗，或者是因为他们没有尝试联系她的主人？他们正尝试在自己身上学习一门课程吗？或者，这是一门我正尝试去在自己身上学习的课程呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。得到 H 的实体们的动机并非有意识地要造成伤害或想要造成困难，而更多是忽略了 H 实体的实际情况，并感觉到这个实体没有家也没有主人，他们感觉到幸运，要把这两者给予 H 实体。在此刻有进一步的询问吗？

S2：谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

T：我有一个关于每天唤醒生命力的问题。从一般的练习，比如太极或其他专门旨在提升整个身体能量的练习，再到我进行的日常运动：游泳、脚踏机，诸如此类。在将你的能量提升到某个点于是能够在你的灵性生活中利用那种能量的方面，你们能对参与这样的练习是如何有益评论一下吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**再次地，此处的主要品质是从事该练习的实体的态度，无论使用什么技术，它都是被进行这样工作的实体的渴望所强化、致能和驱动的。如果该渴望是在心中诞生、并在头脑中被强固，以便将心智、情绪、身体、灵性的能量提升起来，那么被用来做这练习的技术就是由那个实体选择的。如果该渴望是存在的，很多技术都管用**。我的兄弟，有进一步的询问吗？

T：没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有最后一个询问吗？

R：我想要感谢 Q'uo，再一次找到一种方法来与我们团体沟通、并非常努力地将各种概念转译为我们可以使用的言语。

T：我也是。谢谢你们。

Carla：作为最后一个问题，跟进 T 在运动方面的问题，我一直爱好自己独舞，我觉得当你移动时，你正在创造出一种旋律，不只有肉体，精微体也像是一种旋律，在这种有韵律的运动环境中，你不只能够在肉体上，也能在精微体上进行很多的和谐一致的工作，我想知道我的这种感知是否准确。你们能够评论那点吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，**韵律性的肉体活动会为一个实体的肉体、理智体、情绪体充能**，因为当肉体健康增进时，肌肉结构就被强化，并且各种层次和各类的通道就变得[容我们说]更稳固，于是这个实体就能够通过它的各种载具而传导更高更强烈的能量层次；这些能量层次在其自身就是致能者，促进心智能量、肉体能量、情绪能量、灵性能量的表达。**肉体的韵律性运动也倾向于引发出每个实体的孩子般本性**，而这种孩子般本性也许随着一个人在你们文化中年龄变大而被忽略了。肉体同样经常被视为是[容我们说]如同骡子一般，拉着一个人在一个日常世界中四处活动。**当一个人能够停止这种普通的日常活动、接着参与韵律性的**

运动时，整个身体复合体就会在其表达更复杂更先进的能量层次的能力上获得增强。有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没了。谢谢你们，Q'uo。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹；在此刻，我们再一次感谢每位在场者邀请我们加入你们的寻求圈。这么做一直是极大的荣幸和荣耀。再次地，今天让大家坐着的时间比我们预计的更长，我们再次为此抱歉。我们不善于度量你们的时间，如果不受限制的话，我们很可能还会讲很久很久，很可能导致每一位都进入大脑活动中属于西塔(θ)和德尔塔(δ) *的那些领域之中。我们是你们认识的 Q'uo 群体，我们此刻把各位留在太一无限造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。
*编注：德尔塔脑电波出现于深睡阶段，西塔脑电波出现于浅睡阶段。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2021_0114/

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0114.aspx

---

☆ **第 3417 章集：灵性生活中的决定**

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2000 年 12 月 3 日

团体问题：当我们正在尝试做出一个对灵性生活很重要的决定时，我们经常必须耐心等待，好把那个问题带到心中；我们想知道，我们如何能更有效地做这件事，以获得我们为了自己最大的成长而需要跟随的那个方向？我们如何发现自己的方向为何？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们是祂的仆人。在这个下午被你们团体呼唤，这是我们的荣幸和福分；一如既往，我们感谢你们对真理的渴望、对神性的渴求，那把你们每个人带到这个寻求圈。能与你们分享我们的想法，这对我们是一项重大的服务，因为这就是我们希望在此刻提供的服务：与那些在你们星球上的、可能在我们的想法中发现某种用处的人分享一些想法。

一如既往，我们请求每一位都小心谨慎地使用分辨力，因为我们不是权威，毋宁是同行的寻求者，虽然我们觉得自己拥有一些值得分享的经验和想法，我们不必然觉得自己的观点会在其他灵性寻求者的具体样式和过程中引起共鸣，所以我们请大家为自己分辨(内容)，丢开那些没帮助的想法。

有些人有时候习惯性地觉得，自己也许并不完全胜任在一个特定的、甚至一般的领域里做出判断；对这些人来说，分辨力是个困难的概念。你们文化中的许多因素，倾向于从灵性寻求者身上夺走「信任自身意见」和「依靠自身分辨力」的权利。那个生硬工具——它被你们知晓为学校——用棍子创造出了一种也许被高估了的、对权威的尊敬。因为在灵性寻求的领域中，真理并不源于权威。真理不需要证据。事实上，就任何线性方面而言，真理完全是主观的。要到达一个灵性真理，首先必须认识到，这个灵性真理将只对你而言是真理，对另一个活生生的人

类(可能)不是真理。

确实地，每一个灵性寻求者在观看自我时，都是在观看一个独特的模式和图画。要从发生在别人身上的事，外推出发生在你身上的事，这几乎是不可能的。你是个独特的生灵，你的投生课程是仔细设置好的。这个圈子里的每个人都花了很多年来处理信息，获得了一个又一个领悟；每个领悟都以自己的方式，为你提供鼓励、支持和帮助，向前推动你多年来所渴求的心智、情绪及灵性的精神进化过程。不过，只要投生的血肉里还有生命，这个过程就不会中止，学习的进程欢快地潺潺向前流动。

让我们来查看一下这个过程。我们想指出一点，即**这个过程有重复出现的各种主题**。**每个人都有些不能很快就被识别出来的投生课程**。沿着特定的路线、首次的危机情境发生时，它是压倒性的。有如此大量的混淆，以至于似乎没有一个地方可以让一个人在其中找到一块立足之地、一块存在的地面、一个可靠的基础——由此查看情况以及该情况周围的环境。第二次这个相同的投生课程重复出现时，可能几乎与首次一样，令人完全困惑。

我们将给出一个例子，那是该器皿的过程的一部分，该器皿早已知道的事，从而避免冒犯自由意志。这个器皿拥有一个投生课程，即不求回报地给予。她现在对这个主题是如此地习惯，以至于每当这种情况出现时——即这个实体给予却没有收到任何回报，或甚至付出了爱心而回报却是困难和抗拒——这个器皿单纯变得觉察到，该投生课程又重现了；接着，这个器皿假设，它是在一个稍稍不同的层次上再次发生的，因为在这个层次上有些先前尚未被涵盖的细微差别。并且，灵性进化的压力暗示了需要进一步学习这些细微差别。所以，这个器皿几乎太愿意挺身补缺，并为那个人服务，尽管那个人没能力提供这个器皿能辨认的友爱回

报。很好地，在这个特定投生课程的情况中，当这种循环重复着、课程再次出现、情绪风铃开始响起其主基调并发出特定声音，引出与这个课程有关的种种情绪，这时候，这个器皿就不大可能长时间都处在混淆中了。所以你们看，**随着时间流逝，学习发生了，混淆程度也在改善，所以即使在该情况的考验中包含着不自在，但令人不自在或混淆的程度不至于让人招架不住。**存在的地面依旧，接着这个器皿就能够唤起意志和信心的机能了。

现在，我们擅自移动到这个器皿所面对的情况，就是它引发了今天下午这个特定提问。在这个情况中，这个器皿正在处理一门关于限制[算是最佳的称呼]的投生课程。若一个投生计划包括了不止一门投生课程，那么在判断究竟哪门课正在被再次利用时，很容易变得迷惑甚至感到混淆，所以在这个具体例子中我们会向这个器皿建议，花时间歇息在对限制这门投生课程的沉思之中；这个器皿在一生中周期性地体验这门课，多年来为此做了大量工作，但还需要继续努力。需要考虑一些微妙处。这在灵性寻求者的进展中绝对是正常的。**有的人会选不只一门投生课程，这也许不完全是(一般)标准。这种日程表确实排得很满。**

然而，为一次投生而选择的每个人格外壳都带有某些特征。对于一些人格外壳而言，其特征包括了「在一个闪亮目标上工作」这样一个渴望，于是该次人生的标志就是简单，以及一个反复重现的主题，以至于排除所有其他主题。对于其他一些人格外壳而言，则有着我们可称为灵性雄心的东西：渴望学得更多，渴望以更有效率、主观上看来更有帮助的速率进展。你们会注意到，有这种人格外壳的人过度奉献于做好事，在学校修了太多课而丧失了自己的舒适；除此之外，还倾向于为每天有限的时间安排太多的、这个器皿称为的「待做好事」。**在这两种人格中，没有一方会比另一方更优秀。这是一个简单的选择问题。处理投生的每种方式都有其优点，也有其缺点。**

无论是具有[可被称为的]灵性雄心的实体，或是凭借单一火焰或渴求而燃烧的实体，都涉入下述危险：开始过于严肃地对待这个寻求之旅，以至于丢掉了存在地基的视野，并且，寻求者变得被各种细节所淹没——无论现有情况以什么细节占据了其心智、情绪和时间中的兴趣。

现在让我们往后退，凝视确切的情况。确切的情况是：在完成任何事情的方面，没有时间或过程或压力。每个人都居住在永恒之中，一切已经发生、正在发生、将要发生的事情，都是发生于现在，一切都在相同的时间、在完美的和谐、在全然的圆满中发生，带着一种模式上的优雅和单纯——如果完整地看见该模式，那会是令人震惊(目眩)的。

没有顺序这种东西。空间是一个幻象。骨与肉以及这次特定投生的质量，具有一种非常深的幻象性质。在看起来正发生于物质层面的事物当中，(其他)没有任何事物拥有那种深层意义，它引发恐惧、罪咎、愤怒、懊悔以及所有其他情绪——它们都是这次投生所创造的，作为一个幻象用于该学生的学习。换句话说，每个寻求者都已经把自己放置在一所幻象的学校中，发生在其中的事情在很多方面都是非常剧烈、困难和令人不适的。然而，在执行这些受苦的过程中，太一无限造物者那边并没有恶意、评判或愤怒。

实际情况是：太一无限造物者正在发布一个振动，也就是宇宙造物。那个造物是由单一伟大的起初思维所组成，该思维就是理则或爱。造物者就是爱，处于全然未赋能的圆满之中。宇宙造物就是处于其赋能形式中的爱、处于其显化形式中的光，以及作为生物的你们每一位——包含着爱与光、显化与理则、造物者与幻象。你们每个人都在跳着造物者之舞，(同时)移动到顺序、意义、生活、学习的

幻象之梦境。然而，你们每个人都早已是各自寻求去学习的每一件事物。**所以灵性进化实际上是个做减法的过程，允许事物脱落，以便抵达每个被感知的紧要关头或关键点的核心；当一个人生课程或其衍生物在此生进程的周期性韵律中重复出现时，这样一个关键点就出现了。**

现在，看着「投生到行星地球上、浸入第三密度幻象」这个可能性，每个实体都会对这次投生所代表的、奢华的学习和服务之可能性感到极度激动。每个人都在极大期待中设置了自己认为似乎非常富有成效的、潜在的人际关系和很有帮助的投生课程，它们会打磨服务他人的极性，促进心智的演化，净化与锻炼情绪，并增进灵魂的灵性演化；而带入此生的人格外壳仅仅是该灵魂的影子。你们每个人都对自己能够穿透遗忘罩纱方面感到相当乐观。因为真理在投生前是如此明显、透彻、完美，我们怎么可能真的忘记呢？然而，人灵进入肉身，肉身进入这世界，世界的各种声音进入具肉身的存有之意识中，接着，混淆迅速开始了。

因此，每个人在童年都会经历一种已确定的、对灵性的侵袭。等到灵性变得足够成熟、能够自行穿越层层的文化熏染(enculturation)时，该熏染已经变得又厚又密、难以穿透。投生前的确信，变成了全然的未知。计划就是这样子，本来就应该这样。投生中的每个人本就应该成为真正的地球原住民，而从尘世的沉睡中醒来则是自我之心的渴求所期盼的结果；该渴求就是去知晓、寻求、崇敬，并单纯地成为最深的自我。

我们现在向渴求的人们讲话，我们对你们说，虽然我们无法亲手喂你喝水来解你的渴，但我们可以谈谈该计划，那个我们所见的、给予每个人的计划。因为我们觉得：**超越一切幻象、一切顺序、所有线性的证据、任何种类的幻象，你们每个人都可以信赖，有一个计划，一个被谨慎创造的、经过深思制定好的计划，你自**

己和圣灵一起为这次投生创造的计划。每一件正在发生的事都是这个计划展开中的一部分。该计划是一个有机的过程，从该幻象中的、与一位寻求者的特定世界产生接触的任何地方，大量勺取它所需的材料，以便——随着这些周期(不断)螺旋移动，随着学习和进程(不断)演进——提供各种各样的投生课程，并且包含所需的各种各样的微妙差别。所以，如果一个实体感知到自己正处于投生课程的一个关键点，那么对其工作十分有用的东西不是线性的想法或分析，而是去放松所有不涉及情绪的过程，去避免智力思维，去采用程序、重复肯定语——那些涉及唤醒、支持、鼓励信心与意志机能的肯定语。

让我们首先看看信心。什么是信心呢？很多人喜欢的是对于这样或那样的事物的信心。但我们对你们说：就我们所知，信心就是(信任)一切都好。它不是一种信仰、不是一个教条，它并不复杂；它没有一个目标。信心是一种信任的态度：即有一个计划，该计划正在完美地工作，我们在该计划上遇到的任何困难都是该计划的一部分。因此，无论是什么苦难，一切都好、一切都将是好的。那么，那个有信心的实体的唯一责任，就是去维持那种信心，并以一种带着尽可能多的幽默、耐心、洞察力的方式来与该苦难打交道。因为被希望的是，在看见有一个计划时，可以释放灵性去在那个计划中舞蹈，去寻找方式来创造回应的风格——以回应该计划的细微变化——同时找到方式来将幽默感和存在的轻快感注入对那个计划的各种反应；最重要的是，在体验和回应太一无限造物者的爱与光的过程中，避免将自我评判为造物者和圣灵的一个愚蠢的、无价值的或者不够完美的伙伴。

很可能都有这样一个概念：有些要做的事情为投生计划的一部分；容我们对你们说：*做事永不会是一个投生计划的一部分，毋宁说，是存在*。很自然地，当实体们在幻象中取得重大成就时，那是值得欢庆的理由，但那是该幻象的一部分。在

投生计划和投生课程的方面，每个寻求者与之工作的事物是意图、想法、希望、梦想。在形而上寻求的方面，重点不是找到答案。重点是开始尊敬问题。重点永不是做事，重点总是菁华。

信心就是愿意安住在自我的菁华之中，安住在知晓计划是好的当中，愿意随着情况的发展，尽量最佳地诠释情况并做出回应。实际做出的决定不是那么重要。重要的是那些决定所涉及的意图和理由。所以，当汤姆实体问道：「我们该怎么把这些危机，这些引起忧虑、需要耐心的问题都带入心中？」我们会说，答案涉及允许那些不属于心的东西消失，认识到：这些议题不在于物质世界或你在其中做出的决定；毋宁说，这些议题所围绕的重点是，为那颗歇息在该计划内的自我之心，找到最大的尊敬、荣耀、支持和鼓励。

我们可以看见该计划，如它在心中的圣中至圣被理解(outfigured)的那样；心持守着存在的真理。在那圣中至圣中，造物者安住在其完整的起初振动中。寻求者，若能记得去到那儿，也在自己心中处于那儿。伴随着大脑与智力与念头的所有嗡嗡噪音声，要记起去到心中几乎是不可能的。只有当你做出决定，要在心智的决策工作中抛开智力想法，进入信心、信任、希望，自我才能变得安静，心智才能停止喋喋不休，接着自我就可以用静默的钥匙进入心的至圣所。在这方面，静默的美丽和优秀再怎么高估也不为过。我们常常谈到冥想，但**我们发现，在第三密度中的你们试图把冥想当成一个专案来搞，并把这种实践搞得复杂又困难**；**当然，身处地球沉重幻象里的人这样做，完全是常态。我们鼓励所有进入静默中的行动，不管是所谓的冥想，还是简单地坐下来，沉浸于现在。在任何情况中，都涉及释放、放下控制、臣服于造物者的意志——它同时间也是自我意志之心。**

这将我们带到了对意志的谈论，因为正是意志的机能在支持信心。这种意志是个

有趣的现象。它是从对自我黑暗面的锻炼(discipline)中被创造的。对于那些还没有开始锻炼自我及其人格外壳的人而言，这些话几乎没有意义。如果一个人已经开始尝试查看情绪和智力的反应、开始工作它们、以这种方式来越来越多地了解自己，那么对此人而言，这些话将更有意义。因为下述这一点会被看到，即自我的每一个貌似负面的特征都有自己的强项，前提是你已经驯服了它，并把它放在如下配置中：在其中，它位于心与自我深处，被认可为自我的一部分，但在日常生活的外部表现中，它是受到管教的。这与压抑不适宜的想法不一样，因为它要求你把自己所见的每个生气的想法或在某方面不可接受的想法，都视为可工作的、可结出果实、可变成不同于其表象的东西。

在这项工作中，创造性的原则被自我所使用，不是去诋毁自我或评判自我，而是去如实地接纳自我，借由看见那些貌似不平衡的情绪之对立面来平衡它们，然后把貌似负面情绪所代表的整个存在范围整合进寰宇自我当中、也就是造物者当中。因为你和造物者真的就是一切万有，而且你在这个寰宇自我的经历中，常常可以看见很多自我感知为黑暗面的东西。因此，当自我在自我上工作以进入自我接纳、自爱、自我宽恕和自我价值之际，意志就被宽恕淬炼了。

J 实体建议，在需要作决定的情况中，单纯选择自己真正想做的事。你们可以看见，在投生课程中，决定性的时刻可能有如此令人困惑的微妙差别，以至于一个实体想望去做什么事不会是立刻清晰的。然而，我们建议，在这些情况中可以呼唤意志的机能，以打磨那份祈请信心的渴望，然后可以呼唤信心的机能，让该存有可能从冲突中歇息，并找到一种安住在半空中、安住在完全未知中的平安。因为，不耐心是什么？不就是拒绝认识到：一阵阵的未知时期会出现而且是可接受的？

我们并非建议这过程中的任何部分是毫不费力的。我们只是建议，这是一个经过深思熟虑且充满最多祝福的程序。我们认为，你们每个人都创造了一个完美的学习与服务之环境，你们每个人都创造了一个卓越的、生效中的计划；而且，你们每个人都将好好在自己内在培养越来越多的能力来唤起信心和意志、来知道：一切都是爱，即使在苦难当中，一切都好。你会死掉吗？你会活下来吗？若你正沿着灵性进化之路线前进，这些要紧吗？**我们请求大家信任。我们向你们担保，大自然和灵界的每一种力量都想要帮忙，随时准备表达同步性的暗示和前兆，好加快(你)对于真理的觉察。**

这个器皿告知我们，我们单纯不能说得更多了；若你们许可，我们甚至会放弃通常的进一步提问(时间)，因为我们觉察到我们的发言时长已经远远超过我们的正常时间。容我们请求你们允许我们离开这个器皿，或者，有些我们可以通过器皿 Jim 来回答的问题码？我们要请求 Jim、J、T 实体的指示。

（没有进一步的问题。）

我们确信情况就是这样了，但我们感谢你们肯定我们所感觉到的情况。我们想要感谢你们提出这个问题，它是非常有趣的，感谢你们允许我们通过这个器皿发言。我们把你们留在太一无限造物者的、最美丽和最难以言喻的爱和创造之光中，一如我们发现你们的情况。我们是你们认识的 Q'uo 群体，谦卑地对你们说：adonai，Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2000_1203/

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2000/2000_1203.aspx

---

☆ 第 3418 章集：灵性的辨别

专栏：小灵媒坐大

2009 年十一月 9 日 13:01

作者:Carla L.Rueckert

1986 年，我向西飞往加州，要在旧金山北部举行的一场聚会上教导。我的题目是我当时的新书《通灵者手册》，由 L/L 研究中心出版。为了消磨飞行的时间，我带了一本书来阅读，这是一位慷慨的寻求者的礼物。这是一本主流的书，到处在大肆宣传，我很好奇它包含了什么。

随着大型客机的尾声，里程嗡嗡地增加，我从头到尾阅读了这本书。在写作上有些令人愉快的地方，但是当我合上书皮、将它塞进我随身携带的书包时，我对这本书的想法远非称赞。我能明白为啥它流行起来了。它制作精美，非常好读。但我觉得它是用棉花糖做的。这书肯定不适合我。

坐在我旁边的女士是一位忙碌的专业人士，她的飞行时间都沉浸在文书工作中，她注意到这本书的封面、惊呼：「我也刚刚读过那本书！这正是我所需要的！我真的喜爱那本书！」在我的想法中，我自己的判断力强大到让我惊讶。然而，我很快就恢复过来，小心地保留我对于她的热忱的回应，不去分享我对这本书的意见。这书对她管用。它只是对我不管用。

我永不会忘记那堂课。

二十多年后，我们的社会进入了「有意思的时代」。我的下一次演讲不是关于通灵，而是为了 2012 年临近地球、我们怎么为全球意识的巨大转变做好准备。最近我收到的邮件急剧增加，人们问我关于辨别力的问题。「我可以依靠什么来源？我可以相信什么书籍？什么组织是真实正面的？我怎么知道我确切知道什么？」当我昨天收到一位名叫艾莉的女士来信时，我知道是时候写这篇文章了。

艾莉的信对某些人会听起来很奇异、对我来说不会、因为她写到做了一个非常清晰的梦，在梦中她遇到一个看起来像外星人的生物。该生物接近四英尺高，皮肤和吐司的颜色一样。他看起来很像我在 1960 年代末和 70 年代初在肯塔基州看到的所谓「俄亥俄河谷外星人」的图画，只是他没有穿银色西装和他的环绕式眼睛是红色的。他的光头上有橘黄色的斑点，不知怎的，在梦中，她觉得自己认识并喜欢他。他在她的门口等着，直到她允许他靠近。

当他进入她的房间时，她走向他，在他面前感到完全安全。她觉得他在向自己表达真爱和悲悯的信息、无须言语。她能忆起的下一件事是醒来，看见丈夫回家。

这是一个非常生动的梦；里面的颜色比地球上的颜色还要明亮。梦中房子的细节是完全正确的。于是她上网搜索关于这样一个外星人的任何讨论。她很快就被引导到我们的网站和事工。她购买了一的法则五卷，谈到那部作品时说：「我认为这些文字是我读过最美丽的文字。」

然而，她的心思被困在需要解决这个外星人是谁的难题上。她无法释怀这个谜团。她在信中说：「如果你能给我一个想法，或者能把我引向知道它是谁的人，我会非常地感激。」

我完全能理解为什么艾莉想要知道那些！我们的头脑不喜欢神秘。我们喜欢我们的知识包裹住常识和证据、事实和细节。在这方面、我和任何人都一样。但是在这种情况下，我不能让她满意。我不知道为什么出现在她梦中的实体选择将自己穿上那个特定的身体。

八十年代初，当唐·埃尔金斯与 Ra 群体交谈时，正如她正在问的，他问所有不同的外星人种族是如何出现的。他们并未热心回应他。
接着她建议举办一次通灵会议，在其中询问这个(外星)存有和他的前身，这不是一个好主意。这对她没有任何帮助。完全有可能的是：外星人在她梦中的外观并非那个实体的实际样貌。而是来自某些科幻剧集的虚构人物。

她的梦境有三个部分对我有意义。首先，该实体等待许可进入她的「空间」，一种服务他人的特征。其次，她觉得和他在一起是完全安全的。这也是 UFO 体验者报告看似正面的生命密切接触的一个特征，无论是在物理的、外部世界还是在梦境与异象的内在、心灵世界(都适用)。最后，梦中的他敦促她去寻找更多的信息，此时她发现我们的事工、远比人们期待的速率要快得多。

在我从事传导星际邦联实体的几十年里，我听过许多类似的、高度奇异的故事。很久以前，我学会了不聚焦在这些故事的外表和细节，而是关注其结果。我强烈怀疑这种体验的外在装饰是从体验者的期望中、整批拉出来的。这是由于这类的实体通常来自(较高)密度，该实体完全可以选择(自己的)外观，它将其身体的能量场塑造成他此刻可能爱好的任何外观。

所以对于艾莉、以及所有在一个新密度开始之际正在经历高度奇异事件的人，我有些信息。但这不是艾莉来找我所寻求的信息。简而言之，该信息如下：

现在是行星地球上的收割时间。

收割进行不顺利。地球上的许多人类还没有觉醒、知晓地球上选择密度中的灵性进化计划，该计划现在即将结束。他们还没有选择极性：服务自己或服务他人。

有许多来自他乡的、正面导向的实体非常渴望帮助地球人群觉醒、接着做出他们的选择。

这些正面导向的实体经常选择在梦境或异象中工作，以免侵犯地球人的自由意志。

当我读到艾莉是多么迅速地被我们与 Ra 群体的工作所吸引，以及她对于 Ra 的合一、爱与光的讯息产生多么强烈的共鸣时，我确信她有过一个激活的梦。它在一定程度上奏效了。然而，为了让它充分发挥作用，有必要让她放弃关于谁、什么、从哪里来的外部细节，专注于她被吸引到的来源所提供的信息。在她的经验中，物质世界之内没有客观实相。那儿有一个强大的主观实相、是她可以信任的。

这把我带回辨别的主题。辨别力完全是主观的。我们可以相信自己的辨别力。当我们碰到对我们说话的东西时，我们会收到各种信号。当我们找到「适合我们」的东西时，我们的身体就会振作起来。那里有一种共鸣，创造出一种能量，在书面或口头文字、和我们的情感之间跳跃。我们就知道、这是给我们的！这是一种宏伟的感觉。也就是艾莉报告时的感觉。因此，我可以向她保证，她的经验是有效的。

1996 年十二月 22 日，在 L/L 研究中心的公开传讯、小组问题是关于辨别力。部分引用如下：

「我们觉察到我们知道无论什么东西、我们通过智力，通过教导我们的体验所知道的事情，而我们会通过直觉，通过潜意识的心智，通过任何可能通过潜意识与我们沟通的实体而知晓，以给我们一种指示，即一个想法、方向、或行为是对的。我们想要知道、如何去找到或分辨最高的知晓、最佳的知晓。这过程在多大程度上依赖信心呢？」

这是深思熟虑后的问题。Q'uo 原则回应这个询问的开场白是：「我们请求你们每个人都相信自己的分辨力，因为在你里面有一个非常强有力的知晓者。你的个人真理的守护者、会在你听到对自己为真的事情、以及对你有用的事情时醒来。它是一种感觉，关于忆起或认出已被模糊知晓的事情。那么，那就是你的真理了。」

Q'uo 并未以任何方式、把回应导向要我们仰赖智力。相反地，该群体请求寻求者信任自己的辨别力。我无法表达这建议有多么核心、多么有帮助。

Q'uo 继续说：「想望去取得并精炼灵性辨别力的机能、这肯定是一个共同的愿望。任何人都不会有正确性的证明。」

他们在暗示，就灵性而言，最高与最佳的知晓单单透过信心来到。对于智力、这是一颗苦涩的药丸。Q'uo 继续陈述：
「寻求和追寻真理的灵性探询、以及对公义的渴望、其正字标志就是黑暗、乖

僻、不能清晰地看见，对于一个在黑暗中的世界、这是典型的(特征)；在此，仅有的光就是星星和月亮的光。这个器皿认识的 Don 过去常常说，月亮比太阳更重要，因为月亮是在夜晚中，在你需要光的时候给出光。这是非常真实的。就是在光如此暗淡、却又如此珍贵的灵性夜晚中，辨别之光必须到来。不是在当选择看起来清晰的共识实相的正午，毋宁说，这里是午夜、灵魂的暗夜，你日常生活的步调、在某些层次上、全时间持续存在这样的环境。

「辨别力完全是关于进入那种不舒适的黑暗之中，在其中、几乎不可能正确地看见事物。哦，光差一点就完全熄灭、不能更黯淡了。这就是你的灵性情况了，这就是为什么信心是在这条路上、如此显著又强有力的部分，你用信心来面对生活上的好运与坏运，这能被称为灵性之路、或奉献之路。因为没有任何事情是能够被知晓的，一个人必须选择要嘛停止尝试去理解、要嘛投入信心之中。」

如果你想要进一步阅读这场有趣的集会，连结是：
www.llresearch.org/transcripts/issues/1996/1996_1222.aspx

所以艾莉，以及所有那些试图从不寻常的、神秘的、基于灵性的体验中弄明白的人，请放掉外表的细节，转而聚焦在你经历的菁华。寻找的知晓不属智力、而是完全主观和直觉的。接着相信你的感觉。然后专注于浮现的信息，如果该信息对

您产生共鸣，请工作该信息。看看它带你去哪里。并且享受你的觉醒之旅。

我张开双臂拥抱你的灵。随着意识的巨大转变包围着我们、进入爱的密度，让我们无所畏惧。让我们追随可能包括未知与神秘时期的过程。让我们投资于信心，就像我们依靠我们内在的、完全主观的辨别机能。

(V) 2021 Digested & translated by cT.

★爱与光图书馆选集 第 35 辑

☆ 第 3501 章集：森豪曾孙女的感言艾森豪曾孙女的感言

作者:萝拉·M·艾森豪

出处:

https://m.facebook.com/laura.magdaleneeisenhower/posts/10202286113862577(已失效)

(编注:原作日期不详，大约在 2013 年冬天)

有些人可能需要听到这件事，有些人可能不关心，而有些人可能认为不值一提。许多谣言围绕着(前总统)艾森豪，我在此不是要替他出头或隐藏任何资讯，包括他是谁，他对美国做了什么、没做过什么。我在此是为了真理，即使会感到伤痛。我认为关于艾克与 ET 会面的事、分享 Ra 资料的资讯至少是重要的。

***

24.19(简化版)Q.：…这不是很重要，但我很想知道在 1950 年代，德怀特·艾森豪是否曾经跟星际邦联或猎户集团接触?

我是 Ra。你说的这个人和一些思想形态会面。这是一个测试。我们，(星际)邦联，想要看看：当这个极端正向且简朴和善的人，没有趋向权力的显著扭曲，恰巧收到和平讯息会发生什么事,以及附带的可能性。我们发现这个实体并不认为他所看顾的实体们能够处理其他存有和其他哲学的概念。于是达成一个协议，允许他继续走他的路，我们也走自己的路。一个十分安静的战役持续进行,也就是逐渐以我们的出现警醒你们。各种事件已经追过这个计画。

***

所以，这件事跟光明会、负面外星人议程无关，而是关于一个带着善意做出的决

定，却被中途劫持，他想要攻打 51 区，却徒劳无关。然后是警告军工复合体的演讲，在此之前，他努力协助金星人和他们的任务，代表人物索尔(ValiantThor)，他以贵宾身分待在五角大厦三年，但影子政府却关闭该计画。他们的任务从过去到现在都不变：协助(地球)人类返回基督意识，并且帮助我们升起、超越虚假的权力结构。

我也有一个积极的取向，并且深切关心这颗星球和人类。如果有人因为我的祖先没有做对的事情而责怪我，那么这是否意味着我们都应该回顾过去，承担我们祖先们的罪咎和责任，或者我们应该导正该纪录，发挥我们自己的力量、正直、自我责任，让事情发展与我们真正的神性保持一致，于是任何负面存有都不会有机会奴役我们或控制我们 ~ 我认为这就是最佳的答案！当我们这样做，我们治愈了我们的祖先线。我们祖灵会在这方面指引我们的。

(V)2021 Pray for Earth

☆ 第 3502 章集：身体的讯息

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想，2000 年 10 月 1 日

团体问题：今天的问题是关于我们如何能够在不必感冒、伤害自己或用某种方式带给自己身体悲痛——这些身体上的麻烦旨在使我们注意到已被自己忽视的问题——的情况下，从我们的身体获得信息。然后，我们学习节制，并照顾自己，但我们想要知道如何与我们的催化剂一起工作而不必以如此困难的方式学习。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。我们感谢你们呼唤我们在这个下午来到你们团体。我们感谢你们每一位做出必要的安排以加入这个团体。你们给这个圈子带来的对于真理的渴望和希望，看起来是美丽的。我们享受聆听你们的调音歌曲，并且发现其中很多想法对于这个特定主题是有帮助的；该主题即是与你的心智、身体及灵性的各种要素一起工作，以便继续周期性地解决问题；这种对于问题的解决构成了「学习活动以及将催化剂转变为经验」过程当中的一股主要力量。

在我们发言时，我们只请求一件事，那就是你们每个人要为自己分辨、从我们提供的想法中找出那些有共鸣和有帮助的部分，因为真理是个人的事情，我们并不期待或希望每一次为每个人都正中目标。所以，我们只请求你们把我们想法中那些没帮助的部分快速地留在后面。

那首(调音)歌曲[1]问了下述问题：「如果上帝就是我们当中的一员，那会怎样呢？就是一个和我们同样的粗人？就是坐在回家的公车上的一个陌生人？」我的朋友，这就是你们的情况。你们每个人，在你能量体的核心中，就是造物者。你们每个人都是完整且全然地处于造物者之心。你们与一切万有合一。在你们的存有中心的层次上，你和造物者和一切万有之间没有差别。只有在造物者的每个部分的视野或感知景色上才有无限数量的差别。有无限多个幻象。在每一次宇宙创生中，有无限多的印象要被收集起来。所以，整个觉知之旅程——从通过一个八度音程所有密度的光之最初表达，直到光本身再一次被吸收进入灵性重力——它是一场回家的旅程；而你们每个人都是一个以造物者为中心的能量系统，但又充满了你的人格外壳、你的体验以及占有你注意力的外来催化剂，并且每一个人都在用自己的方式尝试找到回家的路。这一趟旅程将超越你现在体验的这段特定时间，超越每个人现在用以享受生命之舞的整个一生，超越你全部转世以及各次转

世之间的体验——它们加起来是一支圆圈之舞，属于成为、存在、接着再次被绝对的合一吸收。

[1]原注：JoanOsborne，《OneOfUs》，来自专辑《Relish》(1995)。

JoanOsborne,OneOfUs 音频：00:00/05:21

https://res.wx.qq.com/voice/getvoice?mediaid=MzI5NjE2NDU4MV8yNjU1NjI1NTgy

你们现在占据的这个特定地方是一个以电子化学为基础的物质幻象，它比起你们(未来)前方的密度有多得多的重量和质量，不过与前方那些密度都共享着自我觉知的开放书本及其带来的一切。那么第三密度是个枢纽密度，心、身的进化在这里变成了心、身、灵的进化。仍有很多东西是从肉体中[肌肉、骨骼、血液]学到的，并且只能这样学到。这个幻象就是被如此设置，于是会有无可躲避的肉体经验，它会扭曲并塑造此生的学习和服务。其中比较明显的例子就是对性欲和伴侣关系的迫切需求。身、心、灵会发现，在第三密度幻象中，它们自己有时候是不安的盟友，正尝试去整合各种正在进入身体、心智、情绪系统的信息以及信息源。

如这个圈子的成员讨论过的，很多时候会有错过的信号；这些信号如果错过了，就会导致变得过度紧张而发展出损伤，或者变得过度疲劳而发展出感冒。**我们首先建议，实体们从内在层面或更高层面来观看第三密度时，不去将这件事——即投生中的实体在幻象中会在信号进入身体之前错过信号——看成一个错误；而是将它视为第三密度中的正常行为**。你们每个人都开始对其有感觉、并开始想为自我拥有的，是在解读能量系统方面的灵巧和技艺，这在没有罩纱的情况下会是可使用的。**所以问题变成了：怎么才能穿透遗忘罩纱呢？**该罩纱横亘在显意识与潜意识之间：前者是智力的清醒觉察、白天的心智；后者是在(显)意

识阈限下面的巨大心智领域，最终带入一切万有和造物者。

「如果上帝是我们当中的一员，那会怎样呢？」这首歌继续沉思神性所面对的情况。「也许除了罗马教皇以外，没有人给其打电话。」这肯定就是在该幻象中的实情。这就是你们每个人正在体验的、对于情况的盲目，它经常使得白天的心智很恼火，以至于有意识的身体的信号机能并不像它在更高密度中或在中阴期间那样很自然地运作。为了让这些潜意识的信息源可以更充分地进入显意识心智，身体必须越过自然的边界。换句话说，必须安装某些电话线。并且，它们并不是属于线性空间/时间配置的电话线，你无法以任何物理方式或机械地将它们安装放置在身体中或头脑的心智系统中来使该信号系统运作。那个信号系统并不打算在空间/时间中运作。

然而，你们每个人在时间/空间中都有一部分的自我。这个超越人格外壳的自我形而上身份就存在于时间/空间里。当你们每个人达成纯粹的存在(状态)时，当你们正在表达自己的菁华时，你就在时间/空间之中。那就是当你进入形而上宇宙之时、那种毫不费力状态的来源地。它单纯是一种在宇宙造物中的转换。现在你已进入到一个形而上宇宙中，而非空间/时间的宇宙；在空间/时间的宇宙中，某些实情被那样保持着，而在一个形而上宇宙中，思维变成了东西并且你变成了思维。空间已经消失了。如你们所知的时间消失了。但是，身份、能量焦点、力量十分肯定地还没消失，但确实已经借由宇宙造物的潜在光辉而变得清晰、获得照亮。

该歌手接着表示：「上帝是伟大的。上帝是好的。耶、耶。」而这就是进入形而上宇宙的一种方式了。**对虔诚的聚焦是一种形而上或时间/空间的聚焦，并且，当寻求者的选择是首先进入虔诚以及诸如感恩与赞美之类的虔诚原则**

时，就会开始建立一种观点或态度，这会自动地将寻求者与其潜意识或形而上心智连接起来。在这种态度或形而上存有的建构中，这些连接会变得更为强健，并且信息会随着重复和体验而越来越快速地进入显意识心智，直到你在回应更好的信息并找到一种较少麻烦的外在生活为止；在此，你不会因自己的各种限制感到惊讶，反而会在有爱的觉知中回应它们。

我们在这个管道自己的经验中发现，这个特定实体经历了一周的支气管炎，并因为没有记住下面这点而责备自己：当有许多团体能量正在周遭环境中表达时，它在这期间需要更多休息。当然，这个器皿忘了此课程是有一些原因的。一个完全有效的原因是：这个实体潜意识地选择去拥有这些体验，这些体验也致使其超出界限并感冒。我们同意，不仅对这个器皿而言，而且在每一个「当有一个界限被越过，发生表面上灾祸」的情况中，这都不是一个错误。这就是它应该是的样子，因为，如 S 实体说过的，催化剂是在过度活动期间取得的，若以平衡的方式行动，就不能取得该催化剂。换句话说，对于那些进入第三密度星球上投生的实体而言，成为对的、平衡的或完美的并不是他们的事务。

实际上，你们每个人来这里都是来经历苦难、痛苦和困难的——这些经历是由于催化剂变成经验的蜕变过程所包含的精炼、净化、甚至是凿刻的面向。对于每一种将在能量体内带来更好连接的实践，其基本工具都是静默。多年来，我们通过这个器皿以好多种方式说过这一点，我们知道你们每个人都完全明白，我们下面会谈到冥想或用以进入静默、并从中吸收信息的其他方式。因为就如 J 实体所说的，静默充满了信息。每一颗星辰都有自己的歌。宇宙造物中的一切事物都有自己的旋律，它们融汇成一部众星球的奇妙和声——那是无尽的，又是无穷美丽的。但是，这种美对于那个形而上实体来说才存在；那实体正试图在朴素的静默中开始灵性进化过程。

无论是在大自然中的运动者或散步者的(动态)冥想，还是比较正式的冥想、沉思或观想仪式，或者甚至是使用普通生活和工作中的日常事物来重复地让自我在忆起时刻回到中心的练习，基本的工具都是静默，都是进入到这种向内聆听的意识中。

你看，在身体形而上部分内的信息在每个脉轮能量的感觉和色彩中都有它的反映，并且，在关于脉轮能量系统以及各脉轮之间连接的处方上，会有越来越微妙的层次，它们将给出相当明确的关于能量层次、压力在哪里以及如此等等的信息。然而，要唤醒这种「解读自己心灵特征」的能力，并非一项短时间的工作。(需要)有一个过程来学习以某种方式观想该系统，这种观想给予自我相当准确的信息；只能通过一段长期的时间与实验，尝试以各种方式观想，并以各种方式诠释你在观想过程中看到的东西，才能发展出这种能力。

但是，无论你是从虔诚或是从静默冥想而得到信息，还是从「平衡身体能量系统并向它提问」这种工作而得到信息，还是从听到像电脑或电话的电子嘟嘟声这样的熟悉声音、接着用该声音来把自我带回到对「自己是谁」的忆起而得到信息，基本的关键都是进入静默，允许静默给予信息、做它的蜕变性工作。当一个人能够与这些[支撑着第三密度投生中的生命的]形而上结构一同工作时，此人就同样能够更好地与人生的直接体验一起工作。

如果上帝是我们当中的一员，那会怎样呢？如果祂就像我们当中的一个粗人呢？情况就是那样。**你们处在一趟旅程中。你们是非常年轻的神。这旅程才刚开始。沿路有很多体验，在你们抵达家园之前，你们将行旅通过它们。但我们可以这样说：爱的双臂拥抱着你们每一个人，也拥抱着我们；我们每个人所**

走的每一步都有那些爱我们并只想望帮助我们的灵群陪伴着。我们鼓励你们每个人都去依靠那存于内在的支持，我们鼓励你们每个人都越来越多地了解到那个不完美自我的神性，以及对该不完美自我的全然接纳。

如果这是一个寻求者所渴望的事情的话，有可能进入这个器皿所称的身体工作之中，并且，与一个从业人员一起，一个寻求者有可能在身体系统的肌肉、骨胳连接、皮肤及所有其他部位中找到那些在身体中的不协调和冲突部位。因为身体在其每个细胞中都携带着记忆，并且，每次有痛苦和忧伤时、每次有愤怒和怨恨时、每次发生任何我们可以命名的情绪时，它通常都没有被如此清晰地表达或如此完全地承认，以至于它单纯地流过该能量系统、接着流出去。通常一个苦难时刻的部分，的确会进入身体的细胞结构。对于很多实体而言，它将在身体中的一些部位中安顿下来，那些部位将会告诉身体正在发生什么事。如果有背痛，它是承受重负的疼痛。如果手臂酸痛，是由于携带太多事物而疼痛。如果有这个器皿所体验到的下巴酸痛，那也许是因为咬了某些东西——若该器皿决定允许自己以不愉快的方式表达自己，就会说出来。

每当身体出现不舒服或疼痛，它不光告诉你，你超出了某个限度；它还告诉你这个限度的特性，以及何种催化剂带来了你现在体验的不平衡。在极端情况下，身体的这些信号可以包括导致整个人生发生改变的功能障碍。这常常又是由身、心、灵之内的那些力量带来的，它们与投生前的选择有关，涉及你希望在这一生要涵盖的课程及服务。

你们问了一个有趣的问题，我们大大地享受与它一起玩耍，但是，如你们可能清楚了解的，我们只是挠到表面。所以，若你们想望进一步提问，这肯定是我们可接受的。此刻，我们会将该接触转移给 Jim 实体，好让你们提出进一步的问题，

如果有此渴望的话。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，通过这个器皿，再次于爱与光中向各位致意。此刻，我们很荣幸提供自己来尝试回答在场者可能向我们提出的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

S：我很好奇地想知道，你们是否完成了任何家庭作业，涉及一个关于月亮和太阳之间关系的问题？因为你们上次并没有回答那个问题，你们这次有答案吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。有些奥秘持续时间比一周更长。确实，这就是我们的情况了。
此刻有另一个询问吗？

S：我对于让你们搜寻答案感兴趣。你们拥有来自多个密度的各种资源，以便为那个问题找到答案。我并没很想要知道答案，而是为了弄明白你们如何着手找到答案。我将暂时放下那个问题，我将会在下次询问你们。

另一个问题是关于在回家聚会的周末期间和之后，有很多设备都失灵了。在上周发生了什么事情造成这些问题出现呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。虽然有大量兴奋和能量在那个时间段流经这个团体，「这些能量会影响很多人」这样预期会是正常的，并且我们感觉到：对于大多数聚集在这里、来与自我分享自我的实体，情况正是如此。在这样

的聚会期间，时常发生神秘的事件；虽然我们想要增添神秘感——因为感觉到一个人的能量会对其周围环境产生一种作用，那是令人愉快的体验——但我们看见各种电子装置的失灵单纯是巧合。
有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：当我读到和听到人们谈论自己的前世时，(想着)为什么他们从不记得在两个前世之间做过的事呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对于那些实体——他们已经走过一次投生，接着处于[容纳这次投生体验的]空间/时间幻象的时间/空间对等物中——他们会经历一个过程，该过程对于一个心/身/灵复合全体是十分有教益的。然而，许多发生在[容我们说]罩纱另一边的体验是难以在投生期间被读取的。不过，有少数人能够做到这点。然而，数量是相当小的，甚至比那些觉得自己知晓前世的实体的数量还要少。我们会建议，**那些在准确意义上知晓前世的实体数量要比人们所相信的数量少得多。**因为记得一次前世的体验拥有特定的吸引力光辉，容我们说。记得前世是时尚的。然而，我们会建议，非常少数的人真的以一种准确的方式记得前世，所以，**记得前世的能力或记得中阴期间的能力，是相当相当罕见的。因为每个实体都想望那个遗忘罩纱将确实执行它要做的工作，那就是完整地封锁目前人生以前的所有经历，好让今生可以成为注意力在此时的唯一焦点。正是在这种情况下，你才可以更纯粹、更有效地学习这些课程。如果各式各样的转世可以混合起来，让各种前世记忆可以渗入当前人生，那么目前的人生课程和催化剂就会被稀释，以致降低学习成效。**

有进一步的询问吗？

S：那是有趣的。此刻没有进一步询问了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：不回答那个关于太阳和月亮相对尺寸的问题，是否涉及自由意志的原因？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个情况中并非如此。有许许多多的身体、心智、情绪、灵性的巧合确实有意义，并可以从多个层次钻研，以揭示出隐藏其中的真理的性质。在其他情况中，我们发现纯属巧合，而且该巧合是机械性的、不重要的。(你们)给我们的这个问题就落入这个类别。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：是的。我经历过回溯催眠并在闪现的细节中忆起在另一个星球上生活的另一生。我的一个朋友说，她记得自己是一个被称为 Sekmet 的埃及神明。我并不觉得我能指望我们两人中有谁的记忆是准确的。我想知道这些被我们视为前世的虚假图像是什么？它们是虚假的回音吗？它们是穿透罩纱的阴影、来告诉我们关于自己的什么事吗？这些记忆到底有没有任何用处？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个特定询问的具体细节上，我们无法明确回答，因为我们渴望不侵犯自由意志。然而，对于这个询问的一般方面，我们可以建议：**无论这个记忆可能是多么准确或多么虚假，重要的是该记忆的菁华之品质。一个人在假定的前世记忆上所赋予的重要性，让此人觉得这个记忆含有某种有价值的东西，这个东西可以随意采用一种形式，如其所是地被揭露出来，不管你是真的搞懂了它还是误解了它。这些是投生这块宝石的**

切面。看见对心智、情绪、性灵、身体而言重要的东西，这就给自己提供了来自自我的信息；至于这个记忆是不是准确并不重要。它的重要性完全取决于你觉得它是重要的。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：顺便说一下，我真的很喜欢刚才的答案。我在一些日子前写完了《流浪者手册》，大约有 1280 页。我的编辑认为它应该如实出版，加上一个不错的介绍来解释它为何这么长，或者第二(方案)，它需要被编辑缩短到一半的长度，用我比较简单、不那么迂回难懂的语言，代替很多对通灵实体[比如你们]所讲述内容的直接引用，同时写出要点。我会欢迎你们做任何评论，因为我们正在考虑这一点。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，我们再次必须为祈请混淆之道而抱歉，因为我们不想望在这个问题上影响你，因为它是构建在自由意志基础之上的。我们乐于用无论什么我们可以的方式来服务。有另一个询问吗？

Carla：没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，看起来我们暂时耗尽了各种询问，我们愿利用这个机会再次感谢每位在场者邀请我们今天加入你们的圈子。我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们把各位留在太一无限造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3503 章集：死亡与中阴期

Copyright © 2002 L/L Research

周日冥想 2000 年 11 月 19 日

团体问题：今天的问题涉及，当我们穿越死亡大门、从这个幻象到达下个幻象，接下来会发生什么事？我们能够继续前进到另一个位置、完成其他工作吗？如果是这样的话，那会是什么呢？我们仍然与挚爱的人们有联系吗，他们能够觉察到这种联系吗？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们存在。感谢你们今天把我们带到你们团体。你们自己形成一个寻求圈、呼唤我们加入，这对我们是一件珍贵的事情。当我们凝视这个圈子的参与者并向你们开放自己的心，我们因你们每个人的美而体验到极大的感激之情，并感到巨大的祝福。你们的振动、希望、梦想，使我们感到惊艳。你们那股想要知晓真理的渴望，如此鼓舞着我们，并为我们提供了我们最盼望的东西，那就是一个以我们希望的方式来服务的机会，也就是跟那些可能希望考虑某些另类的可能性、想法和意见的人们分享我们的想法，这些想法是我们可能从自己的经验和立场而提供的。我们当然不宣称自己是任何权威，我们的唯一请求是：大家在听我们说话时，只聆听对你有共鸣的感觉，留下在你看起来是资源和资产的想法，丢

开其余的。如果你可以使用自己的分辨力，那么我们就会觉得，可以在不侵犯自由意志的情况下与你们说话，因为我们真的不希望在任何人面前放绊脚石。我们荣耀自由意志和各位的分辨力，因为你们每个人都知道什么对自己是真的，当真理出现在你面前时，你会认出它，它会在你的心之深处响起铃声。不要接受没有共鸣的权威或事实，因为尽管它们可能是有趣的，但单纯地不属于你个人或主观的寻求道途。

今天你们的问题是，当你作为一个肉与血、骨胳与筋腱组成的生命，死亡并返回尘土[你们身体元素的来源]之时，发生了什么事。肯定地，这是一个合理的问题，因为你们存在于看似是一个肉与血、骨胳与筋腱的世界中。对于外部的眼睛，几乎没有什么事物暗示着在物质存在的热量与能量之外有任何东西。从事物的外在样子来看，生命似乎是从这个器皿所称的太古泥汤中出现的，它如同青草和花朵一样在它的季节繁茂，接着返回尘土之中。很多实体活了一辈子，到死仍只有这种感觉：情况就是如此。

就我们的意见，情况完全不是这样的。从我们的立场来看，我们会说，这个表面上真实的物质幻象——你们在其中体验光之舞蹈——事实上是一个相当彻底的幻象、一个彻头彻尾的幻象。我们可以借由下述话语而松动那种感觉：**你们的科学家知道，装着你意识的肉体、肉体所坐的椅子、椅子下的地板、地板下的地球，全是由看似是空间、真空的东西所创造出来的。你们的科学家从未看见物质本身，尽管他们已经看见能量的途径——由那些在表面上创造着能量场的、表面上的粒子所构成；我们这里所说的粒子指的是你们的光子或电子。**

这个模型与外太空及其远远相隔的恒星的物理模型有极大的相似性，在这

个模型之外，物质幻象确实没有物质性，毋宁说是一系列相互渗透又具有阶层性的能量场。给那些场域赋予活力的能量是具有超验实相的事物。这能量的基底以及一切万有的诞生处或源泉，就是我们在其中向你们致意的事物：太一无限造物者的爱。这爱就是在圣经[如你们给该神圣著作的称谓]中的约翰实体、当他写道「太初有理则、太初有道(Word)」时所指的理则了。这个实体继续将这个词语定义为神。但是，神或上帝(这个词语)已经发展出具有巨大情绪的含义，我们宁愿把那种创造了一切万有的能量指称为爱。因为理则就是那单一伟大的起初思维，那即是爱。

每颗恒星、每颗行星、每个意识中心以及每个原子都有理则作为其核心。一切事物都是爱。一切事物都是降阶、再降阶的能量场之中的太一无限造物者——降阶是为了让经验可能被我们会称为子理则的实体所获得——因为你们每个实体和我们每个实体都是子理则，都是造物者的一部分，无法与造物者的原料区分开来。这就是创造出你们每个人的材料，这使得你们每个人都是一位不属于时间与空间、不属于开始和结束的公民，而是一位属于永恒和无限的公民。这就是你们基本和持续的特性。B 实体和 D 实体已经谈到这样的概念：你们每个人所是的子理则，是在时间与空间之前或者在你们科学家所知的宇宙造物开始之前就已经被创造了。我们赞同这个观点。我们相信这就是宇宙造物被设计的方式。

L 实体先前谈到宇宙造物的心跳，自(宇宙)大爆炸而来的爆发式经验，以及最终的灵性重力——将宇宙造物无限范围中的一切事物拉到一起、进入一个超越时空的位置。因为造物者有一颗跳动的心，祂的每次心跳都是一个饱满又完整的宇宙造物。而在每个造物中，你们作为子造物者，作为探索者和旅行者，启程并踏上了另一场令人难以置信的一世又一世的冒险，一

开始作为(四大)元素，经历作为动物、树木和所有种类的植物的体验，直到每个实体都来到了拥有自我觉知的体验。

这就是你们每个人现在所处的关键位置，我们将其称为第三密度的自我觉知。**一直到这个演化点之前，你所体验到的演化是身体、心智、情绪的演化。你现在准备好了，因为你开始考虑从第三密度的体验毕业到第四密度的体验，开始考虑你的心智和灵性的进一步演化。**

当每个具肉身的实体进入此生，这就仿佛你的意识[也就是你的菁华]选择跟这个器皿所称的类人猿建立一种亲密的联盟。因为你们每个人都有一个几乎无毛发的类人猿身体。你们每个人都拥有该第二密度实体的本能、心智、偏爱、需要；该动物已经同意携带着你到处走，助你做出生活的各种决定。身为第三密度的人类，你在考虑死后的生命时有一个挑战——就是要在思想中把有本能、偏爱、需要的类人猿，跟那个无限与永恒的意识分开；该意识为了在这次投生中获取经验、学习课程、探索服务方式而已经进入身体，并与身体及其心智合作、一起工作。

你作为一个人在死亡的时候，什么东西死去了？这或许是第一个大问题。我们会对你说，死亡的是你自己当中你会称之为身体和人格的那部分；因为你看，当你进入此生时，你不能把你灵性的深度和丰富带入一个人格外壳之中。因为在你的存有之心里，你就是造物者，你因而就是一切万有。再者，作为一位永恒的公民，你不受时间的局限，所以你通过这个宇宙造物的整个八度音程[由密度构成]而发展的、有关自我的一切微妙之处和细微差别，都在你的第三密度经验中有其影子。你知道时间之外的事物。它们在你心智的潜意识根部之深处休息，而且在这份知识当中，仅有最微小

的部分能穿过意识的门槛——我们称之为遗忘罩纱，它让显意识心智对于[位于觉察线底下的]意识之海的深度保持着相对的没有觉察。在梦境和异象中，偶然会出现对永恒的一瞥；先前，L 实体正谈论着那些时刻——在那时候，计划、目标是非常清楚的，并且看起来是恰当、优雅和简单的。

然而，在大多数情况下，人格中的正面资产和表面上的负面限制，都是从你的真实生命之伟大圆圈当中仔细选出来的，于是你带着一组很确切的偏好、限制、天赋、能力进入此生。你选了它们，也许是因为它们会帮助你学习你觉得自己应该学的东西，也许是帮助你追求你觉得会帮助你成长的关系。并且，它们总会帮助你显化这些你所想望分享的天赋——作为你此生的一种服务。

在释放血与肉、放下时间和空间的时刻到来之际，问题就是：「什么东西会存活下来？」因为这个特定的器皿有过一次死亡体验，当时她死了三十秒以后活了过来，这个器皿能从十足的体验说：**意识存活了。我们这样说的意思是，在身体死亡之时或接近身体死亡之时，意识会变得觉察到肉体变得无法存活。在整个人生过程中，意识一直通过这个器皿称为的银丝线而与肉体连接起来。可以把这条银丝线单纯考虑为将灵魂或人灵拴在一个特定身体上的东西。现在，在肉体死亡或接近死亡的时候，这条银丝线单纯地松开了。人灵可能不会立刻离开身体，尤其是如果它有兴趣看看可能会发生什么事。很多人灵会选择停留在很靠近肉体的地方，直到家里所有人[容我们说]都有机会来表达悲伤并进行某种告别仪式。经常，在一场葬礼上的贵宾就是该死者，因为直到它看到每个人穿了什么衣服、每个人感觉如何、每个人是否都没问题以前，它单纯无法离开。从最琐碎的关注出发，死者对这些人有着百感丛集的感觉；这些人在如此长的时间中一直是**

如此珍贵且如此挚爱，彼此拥有如此长的共用历史。

但是，不管是死亡时还是死后不久，最后意识开始觉察到，继续前进的时间到了。如果这是在第三密度两次转世投生之间的投生暂停，那么下一步就是这个器皿所称的此生回顾。换句话说，将会有某个实体前来欢迎、引导这个刚刚进入形而上的时间/空间的意识。那个形而上的时间/空间就是人灵在两次投生之间(即中阴期)所拥有的光体的(栖息)环境。这个向导也许是你血缘家庭里跟你关系亲密的挚爱家人，也许是从前的密友，也许是一个你挚爱的实体，比如耶稣、圣灵或(你)最喜欢的圣人，总之是让人灵感觉最自在的那个实体。在这个实体的帮助下，你的意识会被带到一个舒适的地方；在那里，她可以观看你们可以想成是电影或带有许多插图的书本之类的东西。因为没有了时间和空间的束缚，有可能很快地翻阅完一次人生的书页，评估伤害，评估你在从事进一步工作前所需的疗愈，然后评估下一次投生的目标可能有哪些。

进入这种考虑的事物有：那些在上一世中体验过的人际关系，以及在平衡彼此间的能量方面这些关系结果怎样。其他议题包括：哪些课程可能被纳入过上一世的计划，那些课程学得怎样；什么服务曾被纳入那一世的计划，以及那个服务进展如何。在这种回顾中不会有评判在内。如果希望去完成的事情没有做到，不会有任何责备。它单纯是一个评估过程。

在这个初始过程之后，如果需要疗愈的话，疗愈就会发生。在这个行星的内在层面——每个人在第三密度中阴期都会经历此地——其环境在很大程度上是由那个居住于此并有一些经历要经受的意识所决定的。有些人灵在它们设想的医院里治疗；有些灵会为自己创造出第三密度的生活、有一份

工作等等，然后在这种熟悉的环境中获得疗愈。这个疗愈过程在很大程度上是由正在经历疗愈的人灵所自由选择的。因为你们看，你们每个人在中阴期都没有遗忘罩纱，你完全觉察到自己是造物者的一部分，造物者爱你，你是被爱的。所以，处于中阴期的自我会以温和、宽厚的方式跟自己说话；这是你在投生中、在你针对自己而做出的有时严厉的批评中所不会体验到的。

最终，当意识觉得它被治愈了并且它已经做好准备承担第三密度中进一步的学习和服务，此时，它就会进入到内在层面的那个部分——在此，灵魂为投生做好准备。再次地，在高我和任何被该意识认为有帮助的指导(灵)的协助下，一个投生计划被创造。要去学习的主要课程一一就位。该意识希望去追寻的那些主要关系，会与其他的魂和灵一起共商，接着达成各种协议。还要做出一些选择——关于在投生中要分享的天赋和礼物方面，什么东西将被放入人格外壳。接着，(投生)过程再次开始了。

由于在这个圈子里，有些成员不用经历更多的第三密度转世了，我们会简要提及那个从第三密度毕业的过程；你们每个人都会在某个时点经历它。我们觉察到，每个人都听过升天、大灾难、末日决战，以及人们会遇到一场全球性灾难，在其中我们所知的世界会终结。我们认为，这不是宇宙造物运转的方式、不是在你们人群当中的方式。我们觉得你们每个人都将为毕业做好准备，要么在这次投生之后，要么很快将准备好。现在位于这个圈子里的每个人，都有能力从第三密度毕业；**事实上，现在住在你们行星上的每个人，都有能力极化到符合进入第四密度收获标准的程度；极化方向要么是服务自我，要么是服务他人。这意味着，你们每个人都凭着自己的基本觉知状态，赢得了进入这次投生(的机会)。如果你们想望的话，你**

们每个人都有能力在肉体死亡时达成毕业资格。

现在，这过程发生的方式开始时很类似于进入内在层面——在这里，第三密度实体在中阴期花时间逗留。意识继续存在，并且有指导灵、圣灵、耶稣或那些为该意识所信赖的实体前来会面。然而，若该意识对于收割的可能性有足够的觉察，一旦开始回顾此生，它就可以要求省去介于它与光之阶梯之间的所有步骤。因为很多此刻正在行星地球上投生的人，特别强烈渴望回家。那么，有些人会把回家构想为前往更高的密度，有些人会把回家构想为单纯地和造物者在一起。无论如何，从第三密度进入装满了更多光的密度，其机制是这个器皿称为的光之阶梯。这个描述不是很准确，但对于我们所提供给这个器皿的概念，这是她所能找到的最近似的表达。我们给她提供的景象是一条走道、一条宽阔又美丽的光之道途。

沿着这条道途的光被那些极为靠近单一伟大起初思维、却仍拥有某种个体性的实体至为严谨地守卫着。我们会称呼祂们为第七密度的实体[1]。祂们确保光的第三密度与第四密度之间的边界绝对是完全精确的，确保这条道途上的更高密度也受到一丝不苟的准确观测。**于是该意识——在看不见这光中有任何边界或分界线的情况下——被要求沿着这条光之道途行走。该实体走到某个地方，觉得光强到无法承受，就会停下来。该实体在最大程度上所能享受并运作的光，定义了该实体将经历的下个密度。如果那是第三密度，该实体就继续待在第三密度。如果那是第四密度，该实体就进入一颗第四密度行星的内在层面，在那里准备开始一个第四密度经验的周期。如果该实体停在第五或第六密度，那么那里已经变为该实体的原生密度，因为该实体在那里能够最佳地享受投生体验，并从中得到最多。**

[1]编注：这里与 Ra 的描述有些出入，有心人可参看 Ra 在 51.1 的回答。

位于持续下去的存在之所有这些细节底下、上方、周围的，都是太一无限造物者的爱与光。无论你们每个人的下次体验是在这个密度还是在更高的密度，投生目的依然是相同的。你们每个人全都被要求去成为自己。因为你就是爱。那个伟大的挑战即是揭示那种爱、释放爱，将痛苦、受苦、各种限制从你心中移除，于是只有爱驻留。你们每个人都不只拥有此生中的一个暂时身份。在此生中，你们每个人都是一位永恒的公民；你将遇到的一切，此刻就在你内心。所以，我们请求你们每个人在太一无限造物者的爱与光中歇息，同时也在你的肉与骨、血液与筋腱的环境中歇息。因为所有这些境遇(环境)都将逝去，而你所是的那个意识，将如它一直以来都是的那样爱着太一无限造物者、也被祂所爱，拥抱着太一无限造物者、也被祂所拥抱；祂就是你的源头和终点。

我们向你们在第三密度中的勇气鞠躬，因为你们真的住在一个厚实而沉重的化学幻象里，只有靠信心你才可能希望、感觉并知晓：一切都好、一切都将是好的。我们现在要把通讯转给 Jim 实体，感谢这个器皿，我们把她留在爱与光中。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次在太一无限造物者的爱与光中向各位致意。此刻我们很荣幸提供自己尝试去谈论在场者可能给我们的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

S：当今有很多来自不同密度的实体在这里帮助这个星球的扬升过程，你

们好心地借由你们的想法和观念加入我们，所以，你们为何还没决定潜入基因池，并于此刻在第三密度(地球)露一手呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。作为一群实体，我们已经完成你们现在所做的事情，并已经走过那段(围绕着)选择追寻方式——即我们会用来追寻第三密度之外的进一步演化的方式——的时期了。因此，我们记得你们现在所体验的事物，它是我们的宇宙造物在其上转动的轴心，因为我们是那些已选择在一切事物中服务造物者的实体，因为借由这样做——随着造物者从造物者身上学习、造物者教导造物者——我们也使得自己进展。我们的团体中也有那些再次投生到第三密度(星球)的实体，它们作为流浪者而服务，回应某些行星[诸如你们地球]上人群的呼唤。

（磁带换面。）

我是 Q'uo，再次跟这个器皿同在。我们感激你们的耐心。此刻有另一个询问吗？

S：你们说道，你们团体中有些实体此刻正在担任流浪者。它们的情况如何，它们正在做什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如一个人可能预料到的，成功范围有大有小，因为有许多带着服务的希望进入第三密度幻象的实体。他们不仅希望借由其存在而照亮这颗自己居住其上的星球之振动，也希望自己将会忆起要来这里做的事情、来这里服务的方式。在很多情况中，确实如此。当这样的服务被良好提供，这让我们高兴极了。另外一些流浪者则遇

到了第三密度幻象的本地人所遭遇的同样困难，因为在你们的世界、这个巨大又厚重的化学幻象中，他们变得有些迷失，容我们说；他们用迂回的方式一次又一次设法穿透遗忘罩纱，不过这个世界的忧虑和担心把他们压倒了。还有些流浪者陷入了这个幻象，必须再次经历这个生命大周期，好在将来转世中重获失落的东西。有些人可能会伤心地把这种情况视为服务失败了。不过我们会说：没有失败，因为所有服务都有其效应。**造物者从每个实体所提供的生活经历学习，而可以提供服务的[你们称为的]时间是无限的，所以如果某一段时间没有结出果实，在另一个季节、另一段时间，肯定会有结果的。**

我的兄弟，有另一个询问吗？

S：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

B：我有一个问题。在物理宇宙中的感觉是，有着大量的混乱(混沌)以及显而易见的群星燃烧。在表面上平行的灵性宇宙中，似乎它正在尝试变得非常平顺(smooth)、成为一个平顺的连续体。这两者如何运行呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在第三密度的眼睛看起来混乱的东西，在另一个层面上，则是拥有韵律、运动、样式的东西。然而，对于所有受造的实体，有些奥秘是心智、身体、灵性的能力无法穿透的。因为虽然我们都属于太一造物者，我们从未忘记造物者之心就是一种神秘的爱；这种爱有力量去创造和毁灭我们所称的宇宙，即造物本身。所以意识

的运动本身是生命的无限光流，它也许不时有些涟漪、漩涡和似乎是混乱的经历，可是一旦意识感知到这种混乱的经历，并能够借助对它的了解而跟它融为一体，那么表面上的混乱就会显得平顺、统合、和谐，并能够以连贯的方式被感知到。

有另一个询问吗，我的兄弟？

J：根据投生的法则，是否有可能我们在某个时候存在并遇见我们在先前投生中所认识的那些心爱的人？是否有可能我们将在未来投生中再次遇到他们？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实如此。**有些实体组成团体或族群，若你愿意这样说，该团体会经历一次又一次的投生体验。在不同世的体验中，这些关系是可变的，时常该团体中的一些成员会留在这个星球的内在层面，同时以一种无形的方式、作为指导(灵)和天使临在来提供协助，不过会在另一次体验中再次投生，因此，当你穿越尘世体验时，你可以在周围查看那些你挚爱的人们、你的家庭成员、你的朋友、那些具有相似心与意、并与你协调一致行动的人们，你会看到那些已经在许许多多次投生和体验中都与你在一起的人们，不只是在这颗星球上，也在其他星球上。因为在这颗星球上快要结束的第三密度幻象，在你们称为的时间里只是短暂的一刻。在寻求太一造物者过程中，出于各种原因而选择一同行动的意识之氏族或团体，不受时间的限制。**

有另一个询问吗，我的兄弟？

D：我有一个问题，我想问问有多少人正在获得对于宇宙造物本质之理解。我们比以前更多地理解我们世界的真实情况吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们原则上赞同你已经作出的评论，虽然我们不会使用「理解」这个词，因为如我们先前提到的，尤其是对于第三密度的幻象中的人而言，几乎什么都不理解，不过渴望理解的东西却有很多。正是那颗心渴望去知晓太一造物者，正是那颗心在朋友中、家庭中、陌生人中以及在镜子中看见造物者；也正是那颗心向着毕业敞开，向着正在招手的、进入第四密度的收割敞开。**达成收割的重点不是一个人知道什么或一个人认为自己知道什么，而是去知晓的渴望、服务的渴望以及成为太一造物者的渴望。**

有另一个询问吗，我的兄弟？

B：各种公认的宗教都有各式各样的宗教书籍，每本书都似乎在指向具有某种涅盘的未来，但所有这些涅盘都不一样。这些涅盘是否同时间、平行地存在，却彼此不知道对方？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在你们星球上，许多宗教信仰和灵性修行所用的各种术语，指的是人们寻求跟造物者联合并短暂地达成目标时所体验到的各种层次。然而，我们会建议，更多的情况是，各种各样的文化和宗教已经形成自己的描述性术语和措辞来反映这些在彼此之间分享的体验层次，所以这就好像不同语言对于这样或那样的体验都有一个用来代表它的词语，在其中体验是相同的，而词语或措辞却是不同的。正是一个文化中的观点和体验，决定了证悟的各种步骤是如何被称呼或命名

的。

有另一个询问吗，我的兄弟？

D：我有一个询问。你们曾提到第三密度进入第四密度的收割，是否有任何方式来解释在第四密度中可能拥有的体验，或者在那个密度中可能被抱有的各种各样的目标是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。虽然言语无法清楚描绘超越言语的事物，我们将尝试谈论这个主题。在第四密度经验中，曾在第三密度中如此重要的遗忘罩纱被移除了，因为不再需要做出关于如何追寻进一步学习和服务的选择；一个实体已经在第三密度做出该选择。没有遗忘罩纱，每个实体的经历就会得到很大拓展、变得更加强烈，因为如果你能想象去知晓另一实体的心智并去分享那个心智的能力，再把这种能力乘以属于一个文化、民族、行星的人数，那么你也许就可以开始近似估计那种意识；你可以把它称为行星意识、一个实体可以与所有其他实体分享的意识；因为在这个理解与爱的密度的经验层次上，没有渴望去向另一个实体隐藏自我的任何部分。事实上，会有渴望去加入其他人、把罗盘指标——如果你愿意这样说——指向同一个方向，那就是去寻求、服务、成为太一造物者的方向。因此，在第四密度幻象中的实体们从事着密集的学习，学习着什么是拥有完整的悲悯、理解、慈悲、宽恕和你们称为的爱。因为，在这个经验层次上，个体乐意与那些志同道合的实体调和在一起，共同寻求并服务太一造物者。因此，相比于第三密度，在第四密度幻象中的体验是远远更为和谐的；**在第三密度幻象中，极性的选择是在体验的烈火中做出的。当灵魂在这些火焰中被锻炼，然后它就能够加入其他具有相似性情、也以**

相似方式寻求太一的实体们。

所以，对于说话的需要不是必要的，除非它被选择。沟通更多具有你们称为的心灵感应特性，更甚于我们现在所做的——即逐字的或概念式的通讯。在第四密度中的沟通具有更多你们所称的心理完形，在此一种完全的体验或带有数百万要素的图像可以瞬间地传递，接着达成真实的理解。在这个经验层次上没有误解。因此，和谐是至为显著的。然而，既然和谐是显著的，并且「太一造物者就位于一切事物核心」是无可否认的，那么进化经历跟你们第三密度幻象中的可能(速率)相比，就变得慢了些。因此，很多第四密度实体再次加入第三密度幻象，寻求服务他人，他们被称为流浪者、怀着巨大的悲悯之心、要把他们所知晓的并已经在宇宙万物中找到的爱分享给所有呼求这种经验的人。

有另一个询问吗，我的兄弟？

D：换个主题，有一种对时间的描述吗，它如何被各种各样的实体理解呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们借由言语来做言语不能做到的事。不过，我们将尝试给你们这种描述，它可以被比作一条河流，在此，时间是以统合的方式移动，而它并不在任何经验的边界之内移动，它是带着更小的影响移动着，容我们说，它更多地被视为一种经验的附加物，而非从 A 点到 B 点播放的经验特性。在时间领域之外的实体可以把时间视为有点像遗迹的东西。然而，那儿有欣赏真实同时性的体验，在此，实体们可以为了特定的经验强度而进入特定种类的时间体验，直到获

得该经验为止。事实上，实体们可以参与时间的各种层次，这样它们就可以在体验你们视为未来的事物之前体验你们会视为过去的事物。我们认识到时间这个术语以及我们对它的描述多少有些令人混淆。我们希望这些简陋的言语已经能够在某个小程度上阐明你的询问的特性。

D：为了那个描述，感谢你们。

我们同样非常感激你，我的兄弟。我们会请问在此刻是否有最后一个询问。

B：行星地球有可能正在被来自银河或宇宙其他地方的生灵造访吗？它是否已经被造访过了？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实如此，在这颗星球的整个一生中一直都是这样，包括亘古时代——那时，你们所知的生命还没开始它在这里的经验周期。有些来自太一造物各个部分的实体，它们已经能够锻炼其人格到达这样一个程度，以至于能够踩着不受束缚的脚步而在你们会称为的零点时间中自由移动，遍及整个太一造物，因为宇宙造物是一个存有。**对于那些已经能够精通锻炼的实体，有可能在思维中移动、从太一造物的任何部分到达太一造物的任何其他部分。**

此刻，我们想要感谢这个寻求圈中的每个实体邀请了我们在这里出席。能够加入你们圈子是我们极大的荣耀和荣幸，当我们被呼唤时，我们喜悦地加入，再次提醒各位：在我们所提供的内容中，只拿走那些对你们有意义的言语和想法，把所有其他部分都毫不犹豫地留在后面。我们是你们认识

的 Q'uo，我们要在此刻离开这个器皿和这个团体，一如既往，我们把各位留在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

http://soultw.com/TLOO/2000_1119b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2000/2000_1119.aspx

---

☆ 第 3504 章集：改变的三个层次

Copyright©2002L/LResearch

周日冥想 2000 年 11 月 5 日

团体问题：今天的问题与改变有关。现在，在当下完美之背景下——其中，万事万物都是好的——我们了解到全时间都有改变在发生。我们想知道这种改变是如何发生的。有多少是显意识的(改变)、有多少是潜意识的？在改变与“使那些即便维持下去也好的事物保持一直不变”之间，是否有一种平衡？在一个寻求者的人生中，有特定数量的稳定度是好的吗？有多少正在发生的改变是我们能影响的？有多少改变是无论我们有没有任何输入，都将会发生呢？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向各位

致意，我们是祂的仆人。我们感谢你们今晚呼唤我们来到这个团体、有机会和你们在改变的主题上分享我们的想法，也感谢有机会分享你们的冥想、你们的陪伴和你们的存有之美。所有这些事物都给我们一种极大的荣幸和祝福。一如既往，我们会请求你们一件事，那就是请你们带着分辨力来聆听，并同时充分觉察到，我们和你们一样都会犯错，都是正在学习和改变的人。因此，没有任何我们所说的东西是应该或需要被作为福音来接受的。如果我们的任何想法在你自己的心智中有共鸣，那么我们谦卑地提供它们。若没有共鸣，我们请求你们忽视它们。

改变是在我们觉察的所有幻象中的一个固定特色。在宇宙造物的核心之处是一种持续不断的形变，就我们所知，这是循环的过程；也就是说，宇宙造物作为一个整体，其源头可以说是其终点，其终点可以说是其源头，所有从源头产生并来到一个终点的东西都是一个统合的实体，它处于一种恒常的转变状态。

一切都是在全然未赋能的爱或理则——也就是对于自己是未知的造物者——中开始的。这个理则的第一变貌是自由意志。自由意志是改变的媒介。在造物者之中并因此在祂的造物之中，造物者通过自由意志选择了你们名为光和我们会称为显化原则的事物。光是自由意志与爱的孩子，在其最初的显化之中，可以被视为一切万有的突然存在。你们的科学家已经将这显化预想为无可避免的爆发，并已经把宇宙造物的诞生称为(宇宙)大爆炸。然而，这是通过你们第三密度滤镜的扭曲所看见的造物；在第三密度中，时间和空间构成了感知。在其他幻象中——时间和空间在那儿有不同的结构——可以被看见的是：没有爆炸，毋宁说，它是一个从光滚动到光、再滚动到光的转变过程；这里，我们的意思是：存在着[这个器皿称为的]光

之旋转的诸多层次，它们创造出了庞大数量的结构，这些结构被视为振动和振动场的系统，并且在你们时间和空间各种大小和顺序中拥有它们相对性的存在，于是，从最小到最大的振动结构，从最低到最高的振动密度，都存在着由该理则所启动的诸多系统。这些系统都注定要将它们的形变，从那个从你们密度来看会是创世开端的位置，滚动到创世的结束——此时，所有这些能量都完成了跟所有其他能量的反应[只要该反应对它们合适]，所有能量都已被消耗了，所有渴望都已被平衡了，耗尽和使用过的能量和体验都已被太一无限造物者所收割或食用，并在宇宙造物的终点被吸收了。这里描绘的是一个基本背景，在此背景下，自我觉察的实体——比如你们和我们——体验着，并把自己的收获物增添到造物者对自己的知晓中。**这是改变的首先且最深的层次**，并且这是一个设计，完成着那种在你们身体中相当于心跳的事情；因为宇宙造物就是造物者的身体，而且整个造物[附带八度音程的所有密度]都表达了那个生灵——也即造物者——的一次心跳。这绝不是对于一个有着始与终的造物者的如实描绘。据我们所知，造物者是无限和永恒的。

然而，有些量子或心跳，被允许让具有自我意识的实体去修改造物者的自我认识；这些实体是造物者的原则，祂们凭借其自由意志去选择、收集信息，并以如此这般的方式处理它。造物者对此从来无法提前知道，也不想望提前知道。**造物者有个重要原则：祂的各个部分——已经被提供了所有密度和幻象之背景——有着完全的自由去查看周围的造物，对它做出回应，然后把这些回应制成某一种改变、形变、蜕变的过程。因为每个自我觉察的实体所做的每个选择都创造出了新的可能性、新的模式、新的潜在选择，它们可以增加造物者对自己的体验。**

这个团体在冥想前听的歌曲所提到的那条漫长而蜿蜒的路，其基本结构完全是如实的样子。没有任何入口去修改各个密度及其幻象的结构，或者修改它们的进程。它们是固定的；它们就像房子一般，让有自我觉察的子造物者——就是你们自己、我们以及所有自我觉察的实体——有机会在里面体验生命之光，体验在自由生活中做出的选择。

我们会讲述的改变的下个层次涉及到你们每个人所是的那个自我觉察的实体；该实体面对着一次在第三密度世界上的投生，选择进入投生、决定那次投生的基本结构。因为你们确实这样做了。许多将会影响该投生的事情都是你和高我在事先已经决定的。现在，这个改变的层次是部分可渗透的。它不是完全固定的；也就是说，在投生之前，有一种对于前世的回顾以及一种对于你灵魂的基本光流的回顾。在两世之间的生命的相关背景中，时间没有左右的力量。你的高我正在查看的东西不是一世接着一世的线性运动，毋宁说，高我正在查看一个多生累世的圆，包含着过去、现在和未来；这个圆正在影响这个器皿所称为的灵魂光流，这样，来自不同转世的影响，从各种人生学会的课程，在各种人生中错位的课程，好的、坏的信息，都正在被筛选、被精炼并被放入自我的那个储藏室，其深度要比你在任何一次投生中体验为自己的人格外壳都要深邃得多。

从进入到这次特定投生中的相对立场上，你和高我注视着这个由自我和仍要学习的课程所构成的池子，容我们说。接着仔细地选取一些你希望自己在这次投生中能够工作的人际关系。你仔细地选了一些你觉得是位于投生层次上的、并是你想要处理的课程，不管你必须在此生中多少次重修这门课。然后，你为自己安排了一些要在此生中学习的次要课程，它们比较不固定，主要是以备可能发生的情况：如果你学会了一门课，那么另一门次

要的课程就可以享有难得的机会进入投生经历、供你体验。另外，你还带了一些天赋进入此生，你的希望是，你将能在自己的学习和想要提供的服务中使用这些天赋。

再次地，这些事情在某种程度上是固定的，但它们不是完全固定的。我们以前已经把这些项目比作路线图，你作为一个人必须从[好比说]路易斯维尔前往芝加哥。那个基本方向，要抵达一个不同的地点，如同那个被固定在你面前的选择。就实际发生在你身上的催化剂而言，发生的事情是：你被一次又一次地提供选择，选择让汽车转弯到哪条路。走上一条州际公路、直接在几小时后到达芝加哥，这是可能的。搭一架飞机去纽约，接着去欧洲，接着到亚洲，接着跨过北极回到加州，接着前往芝加哥，这也是可能的。**在这两种情况下，只要你能够到达芝加哥，你就抵达目的地，学会你的课程了。问题在于：为了到达芝加哥，你想给自己制造多少麻烦呢？你在一次人生中要面对的似乎就是这种情况了。**

举例而言，如果你正在工作一段与一个人的、横跨数次人生的关系，你很可能会体验该渴望：经由纽约、欧洲和亚洲之路，到达芝加哥。然而，你将会发现，当你到达每个新城市时——纽约、伦敦、巴黎和日内瓦——你都会遇到那个你丢在路易斯维尔的那个实体。就你的投生课程而言，这个实体或者跟其很像的人出现在你面前，不是为了给你带来灾祸，而是为了让你注视该(关系的)议题，开始与该议题坐在一起，看入其本质、阴影和含义，看见这段关系带出的议题。如果有一个投生课程涉及服务他人——这是如此常见的情况——它将会一次又一次地出现。它可能在就业问题上出现。它可能在你要为周围不负责的人负责这个主题上出现。但是，如果你在投生中的事务、议题，一遍又一遍地是学习如何为自己负责、如何为

履行承诺而负责，那么“别人不负责而你必须负责”这种似乎很吃力的情况，就会一再出现。如果一个议题重复出现，它不是为了折磨你或给你找麻烦或使你绝望，毋宁说，它是为了打开你，让你迎向这种苦难的深度与丰富。

当你终于开始认识到，面对的某件事其实是一门投生课程，我们的建议始终是：首先感谢，因为你终于了悟到这是一门投生课程。然后，我们鼓励你单纯地与这个议题坐在一起。它不必然是你要解决的议题。也许这个议题涉及巨大的耐心。也许实际上你在此生中无法解决这个议题。也许你单纯为自己设置了不求回报地给予的持续课程。这课程可以通过给予金钱而被完成，可以通过在耐心聆听中奉献自己给另一个人而完成，尽管那个实体永不聆听你的话。你可以用一千零一种不同的方式设置一门投生课程，去学习净化和精炼爱与悲悯的本能。

所以，在一次投生中，有这个半渗透式设定的层次；在此，这些议题是此生中的常数。你摆脱不了它们，你也不想要摆脱；随着你内在的灵在整个投生过程中成熟，你最终开始欣赏它们。起初，这些投生课程似乎是无法逾越、不可能的(任务)。随着它们重复再重复，学习曲线每次变短一点，灵性觉醒的人开始看见，并非说她能成功战胜这个催化剂，而是说她能理解其模式并欣赏该计划的意义。**一旦你达到该领会的层次，看见该(投生)计划是善意的，那么你的心在很大程度上就自由敞开了，有希望取得改变的第三层次的功效。**这个第三层次是改变的结构中令人激动且生机勃勃的部分，它为你的自我觉察进展提供养分，该进展贯穿着你的这次人生、这个第三密度以及所有将要到来的密度。

开始觉察你自己坐在椅子上的样子。你知道你是一个身体，你能感觉得到自己的重量。也许你还感觉得到体内某个部位的脉动，或者头顶或身体汗毛上某种轻微的电流运动，因为你们渴望知道真理、正在把光收集到这个圈子里，而沿着顺时针方向绕着你们圈子运动的能量，以及正在进行的通讯，对你的身体有这种影响。不过你不是你的身体，不是这个已经被生出来、将会死去的身体。你不是血与肉；你是起初理则的一部分，在其他一切东西之前，理则就在你里面。在理则选择自由意志之际，自由意志就变成了你自己显化前的重要部分。你无法成为一个没头脑的生物。你并非没有意志与力量。你拥有造物者身份。你是具有无限力量的一个人，具有无限的爱和无限的能力去显化。

当然，所有这些都是被深深地放置在心中，你将它们带入肉身、埋在自我的深层部分里，从不进入显意识的日常心智的直接意识。因此，你就像个乔装打扮的人，一个在振动中一而再、再而三地降阶的造物者，一直降阶到你能够进入第三密度类人猿的肉体载具为止；**那个勇敢的肉体载具承载着你的意识、在此生中到处移动，它承受你的学习带来的压力和紧张，按照你的大脑、智力、最终你的意识来执行意志，带着一个具有本能的身体和心智为你服务，这些本能大大地影响不成熟的灵性个体的各种选择。**

结果是，对于灵性寻求者而言，改变的最初竞技场就是那个唤醒灵性的闹钟。我们不知道有任何办法可以影响该闹钟在什么时候为一个人的灵性鸣叫。所以，我们请求(大家)把自我或任何其他自我的这个特殊担忧，从选择和改变的竞技场上移除。**信任自我知道什么时候应该觉醒，而且在它触发紧急变化之时一次又一次地信任自我。因为，如我们说过的，每个投生的结构都有一些仔细安放的标杆或支柱，造成你在这里转个弯，在那里荡**

个秋千，东打一个滚，西打一个滚。有时候，这些方向的改变似乎出人意料地出现，不过它们被仔细地安放在那儿，正在按计划行事，继续用我们最初的比喻：不只朝向芝加哥，同时也朝向你的投生议题和你想望提供的服务。所以，为了学习和服务的潜能，检验哪些东西是你无法改变的。

现在，当你接近每个决定点之际，你几乎无可避免地要跟改变打交道，跟你对生活变化的感知打交道，这里就是真正令人激动的地方；因为**有两股极为强大的力量和一种至为重要的力量**——我们将要谈及它来总结——**就我们思考的方式来看，它们是投生中具有最大潜能的区域。第一股力量是信心。T 实体谈到信心，我们会赞成：在改变如何在此生中发生这方面，信心有一种强大的效应。**

现在，如我们说过的，每个人都有一个相当固定的人格外壳，每个人都有一个相当固定的由人际关系、议题、学习、服务所构成的系统。然而，这些因素只产出一系列相当随机的危机，届时，你之所是的灵必须选择一条路或另一条路去行动、思考、存在。信心是一种机能，它进入你的心、从心里拉出一个信念：不只相信可见的东西，还相信被盼望的东西。它拿起那个被盼望的东西，放在可以被了解和相信的地方。**对于“一切都好以及该计划是好的”这种信念的态度选择，将可靠地照亮你正在处理的议题或人际关系。**它不会消除对于耐心、宽容、亲切或天真的需要，以及对沟通的衷心渴望。但它创造出一种光之振动，更接近造物者的真理、那个单一伟大起初思维的振动。它就如同进入到一个混乱模式中的元素，借由被放入那个模式中，它将那个模式的错综复杂部分缝合起来、接着创造出一个明晰的瞬间，在其中，模式从纠结中浮现出来，该结构在一个结晶化的学习时刻被看见了。

在那些蒙福的信心时刻，你看见一切真的都好、一切都将是好的，对那个时刻的赤裸裸记忆足以照亮并缓和整个蜕变过程，不那样的话，这个蜕变过程看起来会是一场沉重且笨拙的实践了。

第二个机能是令我们十分兴奋的，并在创造生命体验中的正面[而非貌似负面]改变的过程中是非常有效的；**那就是意志的机能。**意志可以被视为带有一个向量的渴望。每个实体都有食欲。肉体将食欲创造为首先提供给人格外壳的东西。而肉体的心理层面，则用自己对决策的偏爱，对于两选一的偏爱，提供其精炼物给意志的机能。然后出现了想要这个、想要那个的渴望。该意识本身有着安置于深处的愿望，它们不是来自身体或心智内部，而是来自灵性内部。这些是灵魂的深切渴望，常常在整个人生中都没出声；不过，内心的这些深切渴望即使只出现影子和回音，也深深地影响该投生。

发展意志机能的艺术和技巧是去开始变得觉察到你的各种渴望，并当你变得越来越多地觉察到你的渴望时，开始有能力决定它们的先后次序，和它们坐在一起，开始看入它们并选择那些你真正且深深想望去跟随的心之渴望。一旦你已经开始识别出那些深入的渴望，就是在那个时候，意志机能就可以开始成为锐利的，并且该欲求和渴求就得以成为一种驱动性的渴望，可以在祈祷、肯定语、信心、希望、演说、行动、意图中表达出来。使渴望具有指向性并使渴望延续下去，这是一个将转变并加速你灵性演化过程的机能。在变得相对精通地掌握你整个人生中运行的各种力量方面，这个机能也许是你最大的助手。足够自相矛盾地，使一个渴望具有指向性的技巧是那种时刻：那时，你把自己的渴望与无限太一的渴望看成是完全

相同的东西。接着小小的自我臣服于“造物者自我”，于是身体、心智、人格外壳的这些较低指令就会开始对于投生过程、对于促成你的选择的思考过程产生较少影响，而不是消失。

像毯子一样铺在信心和意志底下的是理则。而理则可以被视为造物者。我们说这个理则像毯子，因为我们觉得，把灵性之路、那条漫长又蜿蜒的路说成寒冷气候中的步道，这是一个贴切的比喻。这是条孤独的道途，床就是路旁的土壤，天花板就是头上的群星。这经常看起来是一个荒凉的景象。因为就形而上意义而言，就做出选择和创造一匹具有投生色彩与质地的织锦而言，每个实体都真的在孤单行走。在绝对的程度上，每个实体及其选择都是个人的。当然，每个实体的路上都有助手。每个实体都跟着圣灵和人灵的信使，跟着爱、理解、支持、鼓励的信使，一同行走。并且，觉察到造物者在这个层次的爱，对于怎么把大地的硬床变软、把那些寒星拉得靠近些，是很有帮助的。

但是，在一天结束时，在意志和信心被耗尽时，那个寻求者可以裹住自己并歇息的毯子就是爱了。那股爱存在于心中，它在全时间都是可取用的。你只需要选择爬进毯子，把自己裹起来就行了。我们极其鼓励这么选择：转向爱本身、转向内在之心。因为，在改变上进行工作的尽头，有着巨大的疲惫，有需要去休息。这张爱的毯子就是造物者以一只充满爱的手提供的东西。

我们觉察到J实体谈到，她在领会表面上的残酷行为有困难，也就是一种动物捕食另一种动物的过程，我们也许可以另外找时间谈论这点，但这个器皿正在告诉我们，我们现在已经超出在这个主题上发言的时间了。所

以，遗憾地，我们现在将释放这个主题，留给另一次发问，或者也许交给 Jim 实体。带着感谢，我们把这个器皿留在无限太一的爱与光中，我们将这个通讯转移给 Jim 实体。我们是你们认识的 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，在太一无限造物者的爱与光中、通过这个器皿再次向各位致意。此刻我们很荣幸谈论在场者可能向我们提出的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

Carla：你们愿意着手处理 J 在集会前提出的、关于动物相互杀戮的问题吗；处理这个问题是如此困难？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们将提供一个简短的回应，同时邀请进一步的发问，如果你们渴望更多信息的话。在这个太一造物者的造物中，我们稍早谈过，自由意志的特性使得改变无可避免。因为，随着造物者已经寻求去通过造物的运作而认识祂自己[对此，每一位都稍有一些觉察]，宇宙造物的每个部分[也是造物者]都寻求着变得更充分地觉察到太一造物者即为自我的源头。因此，在所有造物中都有天生的渴望要去移动、知道、体验、生活，参与活出生命的每个过程，体验该受造的世界。所以，太一造物者的每个部分都参与了某些实存的和某些非实存的东西。也就是说，每个人都是造物者的一部分，不过在很多情况中，每个人行动起来却像自己是单独的。意识强烈聚焦的过程是个体化的过程，反映出个别的观点，她向太一造物者提供又一种认识祂自己的途径。

随着宇宙造物的每个部分开始在自己的经验领域内跟其他部分互动，它也

承担起个体化意识的品质和责任：寻找那个确保存活的自我，在自我与其他自我互动时增加复杂性、丰富经验，成群的自我像一体般地行动，并跟别的团体、个体互动，跟周围环境互动，等等。随着这种互动的发生，也出现了你可以看成“靠生命来维生”的事物；每个实体内的造物者，都是作为意识的个体化部分或视角在行动。生命跟自己过日子，并靠自己生活，所以在这种反思中，对于一个视角的一部分，那也许被视为一生的结束，另一个视角的另一部分——依然是太一造物者——由此得到了增强，而另外一个视角的另一部分却被减弱。最好知道并记住：整个造物不只是太一造物者，也是一个分离的幻象。

无论在意识中的改变是什么，无论在意识中达成什么层次的领会，宇宙造物都没有任何部分是失落的。你在日常生活中活动时，每次你把脚踏在地上，每次你的汽车在自己影响范围内移动，每次你呼吸空气并吸入许多其他微小形式的生命——它们只享有微量的你们称为的时间去体验它们要经历的东西——都有数百万的微小生命形式献出自己，不再以它们的形式存在。然而，银河、恒星、群星同样在它们的领域中移动，它们改变并转变为更大的事物(以及)——从一个较小的视角来看——更小的事物，而一切仍都是正在认识祂自己的太一造物者。对于那些已经在悲悯中开放心轮的人，在生活经历中看见各式各样的苦难和不幸，这是难以忍受的。因为向一切开放的心，会感到由贫困、疾病、隔离、不能领会、“觉得一次体验的结束却是另一次体验的开始”等等所带来的痛苦。这是好的，我的朋友们，因为开放心胸、感受周围造物的痛苦和狂喜，这是宇宙造物的进化过程里必要的一个部分。不过，我们向你们每个人保证，从来没有任何东西、造物者的任何组成部分、生命或意识的任何形式丢失过，它只是转化成造物者认识祂自己的另一个途径或视角。

有进一步的询问吗？

Carla：跟进这题。我以前已经考虑过这个问题：难道我们同样不是食物吗，但因为我们是自我觉察的，我们成了另一种食物。我在这问题上的思考是：所有这些想法、觉知、改变、结论、每一个我们在某种方式上通过情绪、受苦、感觉而演化出来的东西，难道它们不都是造物者的食物，所以我们也是食物链上的一部分。

我是 Q'uo，我们赞成你刚才说的想法，我的姐妹。我们会建议，在任何幻象或密度中的每个实体都是造物者的一部分，完全地将它自己、它的体验、它的想法以及它的过去、现在、未来都完全给了太一造物者，因为每个实体都是太一造物者，整个宇宙造物的目标就是造物者可以通过祂在造物中的无限多个部分得以认识祂自己。
有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没了，谢谢你。那真是迷人极了。

我是 Q'uo，我的姐妹，我们赞同：整个宇宙造物在一个绝对意义上都让我们着迷，因为没有任何东西不是太一造物者在无限的变化中认识祂自己。
此刻有另一个询问吗？
（没有进一步的询问。）
我是 Q'uo，我们非常清楚地觉察到：我们的发言远远超出平常的时间，我们为自己的啰嗦表示抱歉，我们会在此刻感谢各位邀请我们出席你们的团体。加入你们的寻求圈，这是我们的一种极大荣耀和荣幸。我们总是觉察

到，在你们的询问表面底下，比起它一开始看到的样子，有着多得多的东西，我们欣赏这个团体为每次聚会而带来的寻求之真诚和深度。我们是你们认识的 Q'uo 群体，我们离开这个器皿和团体，把每个人留在太一无限造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处:

http://yidefaze.org/lllib_2000_1105/

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2000/2000_1105.aspx

---

☆ **第 3505 章集：婴儿与宇宙**

Copyright © 2021 L/L Research

中阶传讯圈 2021 年 6 月 9 日

团体问题:Ra 所指的「仿佛婴儿包含了整个宇宙」，是什么意思呢？[1]

[1]原注：「进入投生需要投资或启动靛蓝光芒体或乙太体，因为这是形体制造者。在出生之前，年轻或幼小的心/身/灵复合体有七个潜在的能量中心。这些能量中心在时间/空间中也有相同类比，对应到七个真实颜色密度的每一个密度之中的七个能量中心。因此，在小宇宙中存在着所有预备好的经验，就仿佛该婴儿包含了宇宙。」–Ra,48.7

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿同在，我们在太一无限造物者的爱与光中到来，被呼唤到你们团体总是使我们感到荣幸，于是我们可以给今天的问题提供一些想法。一如既往，我们以一个小小的请求开始与你们谈话，该请求即你们有保留地检视我们通过这个器皿提供的话语和概念，使用那些对你们有意义的部分，把那些对你们没意义的部分抛在脑后。以这种方式，我们就可以自在地谈论那些在我们心与意中的东西。因为我们不是最终的权威。与你们一样，我们在寻求太一的旅途中已经收集了大量经验，而且我们很高兴今天与大家分享。

你们问了一个很大的问题。这问题适用于遍及整个无限造物的任何行星上的第三密度幻象中的有过投生经验的每个实体。你们每个人都是太一造物者，穿着一个人格伪装品，具有某个名字、某种振动和独特特质。你们每个人都是太一造物者。你们每个人都拥有那个宇宙——包含着各种可能性、每个振动密度以及其中的光。

也许你年纪比婴儿大，这意味着你在表达你所包含的宇宙的不同部分方面有了一些经验。因为你们[十分谨慎和勤奋地]是包含红色光芒能量中心的生物，该中心与你们在任何幻象中的生存恰恰有关。你们有能力去显化生存机制，并有能力去繁衍诸如你们自己一般的其他类型的实体。你们是已经为自己的生活体验而在宇宙本身的存在和活力上面、在[存在于你们之内的]造物者的存在和活力上面打造好根基的实体。

当你探索自己的天性时，你会发现你有潜能去将意识沿着那些能量中心而向上移动，于是，对于那种属于「太一造物者」的、属于「创造了宇宙的爱」的、属于「创造了你们特定星系并把生存机制注入每个身处其中的实

体的理则」的赋予生命的品质，你能够映照出越来越高的感知和再现。该生存机制是存在、显化、学习及成长的能力。这是你最基本的天性。你是小宇宙中的太一造物者。

随着你试图在生活经验中沿着能量体而往高处移动你的意识，你成为那种个体化的实体，并在自身内拥有一种能力，不仅能感知生命本身的活力，还能以一种特定的、对你本身存在而言独特的方式而塑造它，容我们说。在全时间、在你的人生模式中，你拥有你自己对于太一造物者的智能能量、无限能量的表达类型。当你穿过该幻象[也就是你居住的第三密度]，你以移动的方式、移动的原因、运动的果实来表达你存在的独特本质。这是一个伟大的方式，映照太一无限造物者在你的生命模式中。这是你对想望知晓祂自己的造物者的贡献。

拿取了太一无限造物者的一部分，你把它形塑成你自己的渴望、你自己的能力、你自己感知自身和周围世界的方式、感知其他自我以及[可以说是]与他们互动的方式；但愿，这种方式将允许你们双方和你们所有人，在那种一对一的个体水平上，扩大你们的意识和欣赏，不仅欣赏你自己的存在，还欣赏其他实体的存在——他们拥有同样类型的能力去以个体方式表达自己的独特天性。

因为你看，整个宇宙中没有其他实体像你一样。你是绝对独特的。不过，这种独特性是在某些界线或准则中表达出来的，所以，虽然你们拥有类似的肉体载具，但每个载具都有其独特的外观和表达。你们每个人都有独特的心智，具有与所有其他心智非常相像的一般品质；不过，那独特的品质是你的，也单单是你的。同时了解到，所有其他实体都同样具有那个独特

品质，它在[容我们说]描述和功能的某些边界之内运作。

此时，我们将通讯转移到名为 Kathy 的实体。我们是你们认识的 Q'uo。

（Kathy 传讯）

我是 Q'uo。我们进一步来谈论这个主题，涉及潜在性、无限以及爱——那是包含在婴儿内的宇宙的一种表达。就其本质而言，婴儿显然是在形式上和存在上代表着崭新性，代表着你们在你们幻象中所拥有的那刚出生的、刚被创造的存在性。那么，这种「存在之崭新性」即是「潜在性」这一宏大概念。

正如造物者是太一无限造物者，每个新生儿、每个婴儿也都拥有自身的无限去映照太一无限造物者。婴儿有着无限的潜力。并且，随着成长并越来越多地成为它自己，它可以通过自由意志的选择，通过与生俱来的爱[那也是它的存在]，向外探索、进入其经验中。随着它的成长，每当从它内在承载的无限潜力中做出新的选择、映照出宇宙包含的无限潜力，每一刻的新鲜状态都为婴儿提供了可去拥抱的崭新潜力。并且，这个由爱与光所创造、构成的婴儿存有，确实能带着对生命的爱而拥抱这些无限潜力，使它能创造自己世界的奇迹。因为你看，这个婴儿是小宇宙中的造物者，始终都是太一，太一即是全体。

随着成长，每个婴儿在每个崭新时刻都有能力去继续其生命的创造道途，也能在任何时间、在任何崭新时刻改变路线，吸收新的智慧、新的理解、新的爱。该婴儿从出生前、出生期间以及在其人生的全时间都有这种能力。

该婴儿存有在[作为一个婴儿]进入这幻象之前所做的投生前的选择，也存在于该婴儿的体验和意识之潜能中。甚至这些都可以被考虑并被作为行动依据——运用数量无限的一系列选择，以此在生活中处理它们。这样看，包含着无限宇宙的婴儿确实扩展了…我们可以说…作为单纯一个小生命的婴儿的视野，扩展成了包含一种有关造物者的更大观念的视野。从爱的有利观点出发并带着爱的能量而接近并拥抱生命，这观念在你们幻象以及宇宙中任何地方都是最重要的。爱，作为伟大的起初思维，体现在该婴儿和它包含的宇宙中。

它是一种生命血液的存在，该婴儿将一种精要的品质带入你们的幻象。随着婴儿成长并学会表达这种爱，这便是最强大、最精要、最疗愈的。是爱的品质，使得婴儿在成长中可能选择的最贴切和最积极的潜能组合变得可能。爱是伟大的医者。

我们是 Q'uo 群体。我们与这器皿同在。我们现在将通讯转移给 Austin 实体。

（Austin 传讯）

我是 Q'uo，现在与这个器皿同在。考虑这个询问，注意到这点是恰当的：在所有造物中，每个实体、每个存在以及[确实]在你们周围的每个极微小的造物，都在自身当中含有整个造物。这就是我们称为的造物者的全息特性。

在考虑这个视角时，你们可以沉思：在每个实体或每个在你们周围的每个微小的造物中，带着适当的视角、焦点、渴望，每个都提供了一扇潜在的

视窗，你们可以通过它直接见证太一无限造物者。当你们目睹周围那些实体与你们行旅着同一条经历和灵性进化的道途，这旅程变得越来越真实。因为这呈现了一个更为可关联的关系，并且，造物者由之变得明显的那扇窗户因此更容易让人往外看。

这种全息或分形(碎形)的性质适合考虑，因为它渗透在寻求者靠近造物者之旅的每个面向。这股分形能量可以在大宇宙中被视为太一无限造物者，祂以最纯洁和有力的性质向祂的造物提供爱和光；接着，造物开启了精炼这股能量的一个过程——理则接受来自造物者的爱和光，并使它充满某些属性和边界，给它上色来以某种方式表达自己，并进一步将它提供给子理则。如此等等，这种光和爱得到精炼。

在某一点，这种能量为子理则[你们辨认为本地的太阳体]所接受。我们发觉今晚的询问相当有趣且相关。因为这个子理则在行星上和第三密度范围内为你们创造了经验架构，做出了相当深思熟虑的选择，以设计好新生儿与父母、家庭或种族之间的关系性质——这样的设计使得这种关系被新生儿生命中的这段延长和必要的阶段所加强；在此阶段，正如你们可能会说，新生儿保持着未发展、相当无助，身边需要有更多经验的实体给予很多指导、保护和爱。

这种关系是被谨慎设计的，以便婴儿可能向那些在其生活中试图提供这种指导和保护的所谓成年人展示：他们或许可见证太一无限造物者的更原始和未精炼的能量；这股能量经过理则和子理则的过滤，接着在尚未被行为模式、思维进程、觉知塑形之前，在地球上活生生的实体中显化出来；(那些行为模式、思维进程、觉知)更多地标示着那些沿着自己的人生道途——

正如婴儿和新生儿的人生道途——走得更远的实体。

当考虑「婴儿包含了宇宙」这个询问时，为了更多地理解该陈述的性质，你们可以注视婴儿。因为当太一无限造物者的能量通过婴儿显现出来时，它以某些方式推动婴儿的行为；对于经验更丰富的实体来说，这些方式有时可能看起来令人费解或不聪明，甚至愚笨。不过，我们鼓励有意识的寻求者去见证婴儿行为底下的那些能量，并认识到那推动婴儿的东西背后的原初与赋能的能量。

当一个实体见证着孩子从新生儿阶段至早年的成长，这点是尤其真实的。因为造物者的宏观和微观性质，以及每个实体所踏上的那趟通过造物的旅程，是[如其被设计的那样]借由子理则[你们的太阳体]和孩子的成长所展现的。虽然一个实体的整一辈子时间都被花费于在幻象中致力打开、平衡并利用心/身/灵复合体的能量中心群，但这个进程可以在孩子的发展中看见，因为新生儿只能关注那些与生存相关的即刻需求。随着年龄的增长，它开始认识到它所包含的个体力量；进一步开始从基本意义上掌握家族或部落的群体动力；然后进一步开始理解到关心、爱的意义；进一步是真实和真诚意义上的表达，并通过一套理想来理解这世界；进一步开始认识到事件、人群、事物之间的连结。

所有这些领悟都发生在你首次观看所谓的孩童岁月之际。当你见证这个进展时，你可能注意到，它指示出该寻求者在一生漫长旅程中的更大进展。

接着，当见证这样一个小宇宙时，一个实体可能会理解如何在婴儿和自我中培养这种进步。因为那些早年岁月的进展居于自我之内，而且寻求者曾

经所是的那个婴儿，它至今仍非常活跃并有许多表达在自我之内。我们鼓励寻求者照顾那个内在婴儿。因为那些经由该小孩而表达的造物者的原始能量，变得被周围的环境、家族和部落的意图、社会的意图以及其他看似随机情况的偶然特性所塑形。因此，有一定的印记会回响贯穿寻求者的一生。

当与该小孩互动时，理解轻触及温柔天性的价值，这是珍贵的；接着把能量向内转向自我的小孩，并通过思想和感觉而忆起其经验——崭新和新鲜的，惊人和恐惧的，温暖和冰冷的，喜悦和被遗弃的。这些体验在孩子内在都是很基本的，随着该实体渐渐长大，它们会积累起脉络背景和所谓的包袱，但对于想望照顾内在孩子、并想望去治愈和养育这包含宇宙的内在小孩的自我而言，依然能接触到这种单纯。

所以，当反思这包含宇宙的小孩，一个实体就认识到那个包含宇宙的自我。并且，那些竖立在自我与领悟自我为造物者之间的障碍得以开始融化。并且，正如婴儿以原始形式表达造物者的能量一样，寻求者可以获得能力去运用这股原始能量，用渴望精炼它，并将这股能量指向一种对于服务、爱、和谐、平安的智能表达。
此时，我们离开这个器皿，并将通讯转移给 Jim 实体。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次与这个器皿同在。我们十分高兴能够表达我们的特定领会，关于每个实体如何——随着它诞生进入幻象中——在自己当中包含着宇宙，并有潜能在每次投生之内、在你们第三密度之内体验宇宙；进一

步，随着它超越第三密度、穿越每个后继的密度，继续表达对于太一无限造物者和宇宙日益增长的感知。

我们全都在这趟寻求太一的旅程上头。这是所有寻求、服务、选择、行动和存在的所在地；事实上，在你们每个人内部、在我们每个实体内部、在每个地方的每个实体内部、在太一造物内部。这是灵性旅程的本质。我们与你们一起旅行，我们很荣幸能与你们一起踏上旅程。我们每个实体和你们一样都是在理解中成长、在经验和实现潜能中成长的孩子，移动进入的课程远远超出我们以往感知到的任何东西，不过每个课程都是对内在造物者的一种反映，在外部和内部宇宙中被行旅。我们始终是一。

今天，我们再一次感谢你们邀请我们到场。和往常一样，我们印象最深刻的是你们练习传讯艺术的认真谨慎。我们感谢你们的勤奋、奉献、爱、喜悦。我们是你们认识的 Q'uo，此刻我们把你们留在无限造物者的爱和光中，如同我们发现你们时一样。谢谢你们，我的朋友们，谢谢你们。Adonai vasu。

Translated by Carol & T. S.

(V) 2021 Reviewed & edited by cT.

中文出处:

http://yidefaze.org/lllib_2021_0609/

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2021/2021_0609.aspx

---

☆ 第 3506 章集：春季问答集(20210414)

Copyright © 2020 L/L Research

中阶传讯圈，2021 年 4 月 14 日

话题：平衡忙碌与灵性旅程；禁欲、正面道途上的控制；第一密度实体的“转世投生”；大众对社会黑暗面文化的兴趣；诸如慢性偏头痛这样的肉体疼痛的形而上意义；流浪者以及回忆起自身来源的潜能；何为幻象；因故而未出生的孩子，得与失的人生功课。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我在此刻与这个器皿在一起。我们在爱与光中向各位致意，我们感谢你们于今天再次邀请我们加入你们的传讯练习圈，并在分享星际邦联哲学的过程中协助你们；邦联哲学看见在万物中的太一，并借由所有的想法、言语、行为来荣耀那太一。我们将根据每位器皿的渴望和时间限制来对其进行操练；那时间限制是在说出我们的话语与想法的过程中，每一位所感到合适的。因此，在此刻，我们会把这个通讯转移给你们所知为 Gary 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Gary 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo。已经通过了这个器皿的挑战，我们接着就训练他的发声器官，于是我们得以回应在这个圈子中、在此刻的任何问题了。

Austin：Q'uo，这不必然是一个新问题，但是，它正在变得越来越有意义，我认为是值得重新考虑的。在灵性道途上，有很多种修炼、练习以及各种各样的事情需要时间并要求我们花费时间与能量聚焦其上，而在非常

忙碌的生活中，这正变得越来越困难；身在这种生活中，感觉好像有好多要去做的事，分量超过我们拥有的可用时间。所以，我想要知道，**如果一个严肃的灵性寻求者想望将灵性整合到生命中，却感觉自己太过忙碌而以至于无法这样做，你们对于这样的寻求者有任何建议。**

Q'uo：感谢你提出这个深思熟虑的询问。我们是你们认识的 Q'uo。确实，对于你们的特定星球环境，这是一个适合探索的询问，因为你们社会已找到数不清的途径去用各种各样的分心物、义务、服务以及在这个觉察层面上运转一个肉体载具的必要条件而填满了人们的每分钟、每个小时和每一天。

我们会着重强调，在任何第三密度的存在层面上，都会有些最低要求——为了维护与维持身体、家庭、社会、政府、基础设施、沟通模式如此等等。参与照顾这些事情将会需要特定数量的自我能量与带宽，这可能看起来阻断了更高的追求。在某些情况中，就是出于这种原因，修道院的职业是有防护的，并在社会中被留出空间，于是，这些实体得以不受这些分心物甚至是必要承诺的束缚，好让他们可以聚焦在感觉太一造物者的临在上。

但你不是在问修士或修女[如同你们西方基督教传统中的称呼]，而是在问位于你们社会最激烈部分的那些人，以及当如此大量的注意力与能量被束缚在环境要求、社会性承诺如此等等的事物中，他们如何可以将自己的注意力与能量带入寻求造物者之中。我们会在刚刚提及的注意力与能量的基础上构建(我们的话)。尽管可能看起来一天中的任务会索要那些注意力与能量，也许从你身上耗尽它，或者——这个器皿并不满意我们将使用的下

一个词。

我们绕一圈回来说，尽管可能看起来这些任务会要求能量与注意力，并且我们确实能确认，那股能量是被需要的，你们导引它来完成这些任务，但是，在自我的领域中仍有大量事物是未被索取的，容我们说。也许这样说是更好的：**甚至在执行这些职责的时候，自我都可以对自我索要更多的注意力与觉察，这样就不存在这份注意力与能量的耗尽，毋宁说：自我持守注意力，以致自我带着正念去处理每个任务**。那么，每个任务都能成为一项有意识的工作——在其中，[如你们所见的]灵性原则就会被应用了；在其中，一种宽阔状态就会被维持，这样自我就会寻求去刺穿此刻环境的虚幻建构，以便看到真正在那里的事物，如我们先前说过一两次的，那即是太一无限造物者。

那么，你的问题所寻求的「追寻这条道途」这过程的核心是**收集注意力**。有人说过，如同这个器皿最近从你们所知为埃克哈特·托利的实体那里读到的，许多心智活动是重复式的，是一种分心物，或许甚至是相当无用的；并且我们会说，确实许多心智活动具有一种强迫性。有大量事物能被释放，好让你存有中的意识和当下此刻的觉知腾出空间。

在你们日程忙碌的情况下，要驾驭注意力与意识，确实是相当困难和有问题的，这就是我们无休止地通过这些管道向你们推荐需要每日冥想的原因。由于你们[作为一个行星人群]的忙碌状态，这尤其是给你们的一个处方。**以一种有纪律的方案来平衡这种忙碌是相当必要的；在这样的方案中，自我训练自我去收集并持守注意力，把意志与信心的机能带入自我有意识的方向中，这样自我就可以不仅仅运用它们，还可以强化它们，而不**

被每日的情境与需要所奴役了。

这是艰苦的工作，我的朋友们，我们承认这点。这并不容易。单单将每日冥想的方案挤入一个人的日程中，就能被感知为一种费力的奋斗了。但是，如果你们能找出时间，如果你们能对这个练习保持忠实，我们向你们保证，你们能够学会重新收回自己的注意力与意识，于是你们就能穿越每一天，无论它可能包含了什么，同时缔造一个灵性练习在你的生活中。在此刻，我们可以进一步地回答，或者回答另一个询问？

Austin：谢谢你们，Q'uo。我有一个新的询问。这个问题来自加勒特实体，我们稍稍改变其措辞，但他问到关于印度教的梵行(Brahamcharya)概念，它可以松散地被转译为「终极的道途」，或者与自己的灵魂待在一起。但它经常意指禁欲的观念，或者一般的独身生活。Ra 描述服务他人道途的标志为接纳，服务自我道途的标志为控制，包括控制自我。加勒特询问在这样的脉络中，一个人如何可能跟随这样一条节制的灵性道途而不控制自我？

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo，我们欣赏这个来自加勒特的问题，因为它对于多重动态进行了非常有用的探究，特别是接纳与控制的轴线。确实，概而言之，我们会说，**很多看似正面导向的修炼能够伴随服务自我类型的控制而被从事——我们愿补充，被错误地从事——反过来说，很多看似负面导向的修炼，也能在极性的应用中成为混淆的；尽管我们愿指出，这样的混淆在前者是更盛行的，在其中，正面的有志者会出于无心地应用那些控制自我的负面尝试。**

这个关于「一个人与其性欲的关系」的根本问题，对于学习极性以及应用极性或误用极性而言，是一个成熟区域。一个人的性欲特质——如同所有事物一样、甚至程度更多些——是要被接纳为自我一部分的。当自我本性的这个根本核心面向没有被接受而且以某种方式被尝试控制或压抑或操纵时，就会有很多很多的扭曲方式在自我之内、在社会之内兴起。

确实，我们会说，如果禁欲[如你们的称呼]是因为一种心态而进行的——这心态将自己的性欲视为造物者的不纯净或无价值部分，或是兽性的、低等的，或是某种阻碍了灵性道途的东西，因而自我就寻求去抑制自我的这个核心面向与核心需要，寻求去控制或隔离它，或者寻求切断自我、离开这种渴望与需要——那么，该正面导向的实体，尽管它用意良好且带着一颗饱满的心来寻求造物者，就可能不必要地扭曲了自我。因为，如我们已经说过的，性欲是自我存在性的一个根本部分，性欲对于自我的[以阶层方式排列的]其他面向是基础，以致如果性欲被扭曲了，结果是自我的后续层次将受到扭曲。

然而，在接近这个回应的终点线之际，我们愿说，就某些实体在其性欲特质上的体验而言，下述做法是适当的，并能成为对于自身性欲的一种充分拥抱与接纳：即有意识地禁欲，以便拥抱那股能量并将其向上导引到寻求造物者上，同时充分地认可、钟爱、珍惜在自我和所有其他自我内的这股能量，的确，也许甚至允许它通过非物理的通路而流动；这些通路仍产生与其他自我在情感或心智或其他能量上的亲密性，然而其肉体面向则被保留给自我在穿透罩纱的尝试中的提升能量。
容我们问，在此刻是否有个最后的询问。我们是你们认识的 Q'uo。

Austin：是的。一个来自 DJ 的问题，也稍稍重新措辞。DJ 问，在转世投生的情况中，第一密度的存有们是如何死亡并转世投生的？我们曾经在一个时点上是第一密度的实体吗？我们采取了怎样的转世途径在那个密度达成收割，接着来到第二密度？

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo，我们再次通过这个器皿谈论问题；当接收到该问题时，他在自身存在内感到有些不舒适，但我们鼓励(他)释放期待并且不要分析。对于这个问题，我们会讲述在第一密度中转世投生的观念；同时，我们遇到了语言困难，以及该器皿在其[通过我们的传达而]航行穿越这些水域的能力方面的困难，但我们愿传达：如你们[从第三密度空间/时间幻象中的心/身/灵复合体之立场]所认为的转世投生，并不相当可以转移到第一密度元素型觉察的体验之中。

我们不会这样设想：区别为不同单元的实体们投生为意识、注入一个身体复合体，在一定时间跨度中经历课程、循环地进入和离开(一生)。反而是，如我们已经说过的，第一密度是个具有某种觉知的密度；使用你们的词语很难描述该觉知。在某种意义上，那儿存在着个性，但它是风的个性、水的个性、火和土的个性，但还未颇为如同你们对这些事物的认识。它是这种觉知的起始基础，这是即将出现的事物[在它显化并呈现其他品质之际]的外形与容器。

从这个意义上，会有某种活力、某种学习[如你们可能感知到的]、某种穿越一个虚幻时空建构之旅程[如你们可能看见的]。但并没有相当连续的出生与死亡周期，除了或许用扩展的视野来看，就会看见：它进入第一密度就是某种出生；接着，也许它毕业进入第二密度可以被视为前者的死亡。

此刻，我们会将这个通讯转移给你们所知为 Trisha 的实体。我们感激这个器皿，我们是你们认识的 Q'uo。

（Trisha 传讯）
我们是 Q'uo，我们现在和这个器皿同在。在此刻有一个询问吗？

Austin：Q'uo，你们能否探讨某些文化——它们建基在对于我们地球生活中更阴暗的元素的一种着迷或兴趣上——的潜在灵性特质？我尤其在考虑那种构建在被称为真实犯罪或连续谋杀的事物周围的文化，在其中，有着庞大的社群、播客、纪录片、书籍，全都围绕着探索这个主题的中心。对于我们实相的这个面向，什么东西创造出了这种吸引力？你们对于如何能留心且悲悯地参与其中有任何忠告吗？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们为这个问题感谢你。因为我们感觉到这个器皿也许符合你谈到的这个特定人群。探索你已称为这个星球的社会性交换或过程的更阴暗侧面的事物、你们可能称为犯罪或暴力的事情，这能够是富有成效的。

我们会说，「发现个人实相与体验中各种各样的风味或色调」这种经历是一项能够[不仅仅在这个情况中]结出大量果实的实践。我们能看见，这也许会被判定为一种对一个实体而言不健康的兴趣。然而，我们愿指出，这也许能够成为一个机会，让这个造物者的个体性表达学习并造访宇宙造物的所有部分，同时看见黑暗也在光中有其位置，痛苦在欢乐当中有其位置，悲伤在喜悦当中有其位置。每个事物在你们称为经验的事物中都有其

位置。

我们将这种体验的变动视为一个色轮[若你愿这么说]；它拓展并采纳了更多色调、更多色度、更多明暗变化，成为更加多变、更有表现力、更接近你们可能称为完整的事物；尽管在真相之中始终都是完整和完美的，但随着持续探索人际关系与个人内部关系中所有可能的表达，它不断生长到更深入的地方。我们会说，在你们人群当中有一种感觉，即对于犯罪或暴力或其他不义事物的好奇感可以被视为病态的；而我们愿这样说来平衡一下：它仍然是造物者一部分的一种反映，当对此感兴趣的实体从事于探索诸如这类的主题、(同时)带有一颗开放的心以及服务他人的路标，接下来，同样就有机会可以发展共情与悲悯，还有宽恕与接纳，以及为了更大的善而进一步服务、尝试找到回应民间的不义与人际间痛苦的方式的动机。

我们愿进一步地说，这个特定的探索，类似于研究一种不同的生活方式，容我们说，以更多地了解它，或者更多地了解一个新宗教或新文化，或者在他们自己(原本)的兴趣之外的东西，以取得一种另类视野，并拓宽你们的知识[如你们的说法]。

我们愿再次强调，带有一颗开放的心与服务他人渴望的实体，是能够使用这样的兴趣在灵性上成长的，尽管这可能看起来是一条不常见或不大可能的道途。关于一个人如何能够将其体验与另一个有这类兴趣的自我交织起来，在这方面，我们会简单地说，一个人应该保持开放的心与开放的头脑。尽管那种兴趣可能不是一种你们想要参与或追随的兴趣，但你们仍能把其他自我视为自我和造物者的一个反映，并且也许能让自己穿上其他自

我的鞋子，若你愿这样说。你们可以发现，其他自我并非仅仅——因为缺少一个更好的词——沐浴在一个充满不幸与流血的浴缸中，而是在选择一个古怪的或许不被大多数人接受的道途，以更深地理解其他自我以及个人体验如何交织为这片我们称为幻象的织锦。

如果一个人想望理解其他自我的兴趣，我们会建议单纯请求他们对自己解释，该兴趣来自何处，就如同一个人想要弄明白其他自我为啥喜欢中国菜时所做的。我们理解，这看起来似乎同时是扼要的——我们更正这个器皿，我们理解这个建议可能看起来同时是扼要、幽默和模糊不清的；我们仅仅要指出，它不过是跟一个带有不同特点、不同调子的其他自我的另一场舞蹈，那调子设定了该舞蹈的节奏、设定了该舞蹈的心境。

我们要这样说来结束这个特定的回答：对这些类型的主题的兴趣，并不一定等同于对暴力或伤害等行为的崇拜；一个人能够与那种兴趣脱离关系，自己能够成为完整、纯净和公义的[由于缺少一个更好的词语]，同时又保持刚才说的兴趣。它仅仅是在那个人、那个其他自我之身份的巨大马赛克中的一块瓷砖。而其他素材也拥有数以万亿计的其他瓷砖。

此刻有另一个询问吗？

Austin：谢谢你们，Q'uo。我们有一个问题来自斯宾塞，他问：能否请你们给予一般的形而上可能性、关于慢性偏头痛背后的原因？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们与这个器皿同在，我们发现她对这个特定问题的反应是幽默的，因为她在心里听到这个问题时感觉有需要说：「耶，我

也想要知道那一题」。

你们称为的各种肉体疼痛都仅仅是一个学习机会。你们所有的挑战与催化剂都充满着无尽的道途——通往对自我和更大自我的更大理解。**我们会陈述，内部的肉体议题，经常提供一种聚光灯，照在更多是情绪或灵性方面的阻塞[若你愿意这样说]或区域上——也许在此，心与魂需要某种照顾。**

我们会对提问者说，坐在静默中并向自己的高我请求洞见，这样可以提供一些面包屑或一根细绳[若你愿意这样说]来跟随，以更深地理解内在深处有什么东西正造成身体这般痛苦。是没有宽恕自己过去或当前的行动吗？对待自己时是否带着苛刻或负面或失败主义者的语言？在尝试服务其他自我之际，是否使自己负载过多责任，而让自己感到紧张或没气力举起上述重担？在心中有没有(保留)地方来感受任何种类的疼痛或悲伤？我们会对提问者建议，那些就是一个人可以在安静与静寂的时间中请教高我的问题，同样是一个人可以在有意识的学习与充分觉察的时间中给自己的问题。

我们也想要说，这种痛苦再次是该个体小我的个性之完整经验当中的一个方面或成分，并且我们理解，要感激这样的痛苦是困难的。这个器皿同样知道这点。因此，我们最后会建议，提问者带着开放的心与意、张开的双臂欢迎那种痛苦，让一己与这种痛苦坐在一起，体验它，认识它的真实风味，接受它，向它送出爱。在一己体验它的时候，向自己送出爱。

我们将要这样说来结束这个回答：我们也会强调，提问者在体验到你们称为偏头痛的肉体经验时，**去练习对自己有耐心和温和**；**不要对自己太苛**

刻；让自己与这种痛苦同在，而不期待必须要做或应该做什么；并知晓它是一种飞逝的体验，它是将会结束的一个体验，知晓提问者是被充分爱着的并被高我的帮助所支持，周围的造物也支持着它，会在它需要的时候精确地给予它所需的东西。

感觉到这个器皿正在失去她的焦点，我们将在此刻转移到你们所知为 Austin 的实体。我们也想要感谢这圈子让我们有机会通过这个器皿发言。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我是 Q'uo，我与这个器皿同在。为着(器皿)在你们所称为的挑战过程中的勤奋，我们感谢这个器皿和圈子。这个重复过程不仅生成了这个通讯的保护特性，随着每次重复的挑战也允许我们越来越多地将自己的意图与意志跟你们自己的相校准，有助于允许一个更为流畅和有机的传讯过程。在此刻，我们要问是否有任何我们可以回应的询问？

Gary：是的，Q'uo，这个问题来自史蒂芬，他问道：「考虑到每个流浪者在承担起这项在行星地球上的服务时所接受的风险，你们会不会说，对于一个流浪者重要的事情是：发现自己是流浪者，这样他们就能聚焦于尝试理解自己打算要在这里做什么？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察到该询问。我们发觉，在检查你们星球上所谓流浪者的族群时，那些觉察到自身特性是流浪者的个体占该族群中的一个相对小的百分比，接着，那些能够利用该觉察来精炼其寻求和服务的个体，占甚至更小的百分比。然而，我们发觉，在检查该族群的其余个体时、也

即那些对其特性保持相对无觉察或部分觉察的流浪者时，确实，他们当中有很多人仍能够服务，提供造物者的爱与光给这颗行星，如同他们在投生前已打算要做的那样。

我们相信，完全掌握这种特性并不是必要的。确实，在好些情况中，充分理解自我的这种真实特性并与之达成协议，这并非自我所期待的，**自我期待的事情毋宁是：醒觉到流浪者穿过遗忘罩纱时所携带的那些偏好与变貌。因为如果流浪者尚未醒觉到自己的真实特性，他们仍可以以一种不确定的方式感觉到那种特性，且仍感到被呼唤去执行使命。在某些情况中，这种缺乏对流浪者身份的醒觉反而允许他们更充分地融入你们的社会与文化中，接着允许他们作为造物者的真实特性甚至更明亮地闪耀。**

然而，我们确实相信，如果一个流浪者醒觉到自己的真实特性，带着谦逊、成功地整合这种知识，并探索自身经验的这个面向，那么这样一个流浪者的潜能是巨大的，这种潜能很少被那些所谓的未觉醒流浪者所汲取。

谈到提问者提及的、作为一个流浪者投生进入第三密度的危险面向，我们确实发现，对于那些未觉察的流浪者，在他们的混淆中，产出你们可能称为业力的事物，或者以各种方式行动，使其继续在第三密度中投生以便于平衡尚未平衡的事物，这是更常见的。尽管如此，我们想要提供安慰给那些可能为这些个体感到担忧的实体，因为这样一趟旅程并非一种延迟、不是一条旁轨，毋宁说，它是另一根线、被编织进宏伟的织锦中，该织锦即是该个体从造物者到造物者的旅程。

我们理解，从你们第三密度的视野来看，在这种比喻性的黑暗中继续前

行，可能看起来是一种形式的惩罚或监禁的延长，但是，我们鼓励你们从遗忘罩纱的外部观点来看，在第三密度中的体验是一份真实的礼物，它可能对于该个体在自己的灵性旅程上产生一种巨大且持久的益处。
我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：谢谢你们，Q'uo。在你们提到的那个回应中，对于在第三密度体验中确实醒觉其身份的流浪者，你们刚刚说的是一种「巨大的潜能」，你们能否详述这种巨大的潜能，对于醒觉其流浪者根源的第三密度实体，会是怎样的？

Q'uo：我是 Q'uo，我觉察了该询问，我的兄弟。该描述，在你们对所谓的流浪者的理解中，包含着一种固有的、对于宇宙的拓展性视野。这样一个见解是：宇宙是无限鲜活的，在这无限的活力之中，有一个周期，并且就第三密度实体的视角来看，每个实体都有一条道路去成长、学习并以越来越精炼与扩展的方式来扩展其意识与觉知。

恰恰就是这个脉络，向该个体开放了具有启发的特定路径，并要求一个人在一个全新的展望中来考虑周围的造物。当流浪者对于这种特性开放并接受它，他们不仅会认出自己存在状态的潜能，并且还会理解：自己已经在那条无法记起的道途上走很远了，自己已选择去忘记那条道途，做出这样一个激烈的决定是为了服务并帮助那些仍走在那条自己早已走过的道途上的实体。

在采用这种展望的时候，它以一种巨大的方式导引一己朝向服务他人、朝向特定的信心，那会允许该流浪者看明白你们实相的困难，注视到那忧伤

——它将流浪者拉向服务以开始服务——并理解这全都是这个[正以一种智能方式运作着的]活跃宇宙的一部分。这种协助着信心的理解为流浪者增加下述潜能：在投生中保持有效，避免自己被压倒，并进一步开放具有启发的特定路径；这些路径允许流浪者在你们第三密度幻象中带着更大的效力移动。

我们指出，对于那些醒觉其特性的流浪者，这不是你们或可称为的「既定情况」。我们发现，**尽管这种潜能在这样一种觉醒上是可得的，要利用这种潜能需要花费一定意志的努力，而且，其环境——尤其是你们第三密度行星体验的环境——甚至给最为强健的流浪者也带来了维持这种意志与聚焦的挑战。但是，对于那些做到的人，造物者之光会通过这样的个体而明亮闪耀，并把其他寻求者与流浪者吸引到身边，同时为其意志的稳定性提供潜能，并提供下述觉察：接下来要开发汲取他们自己的潜能。这样一种涟漪效应会继续向外进入你们充满问题的领域中。接着，你们星球上的流浪者群体会越来越多地继续稳定平衡并提升你们行星的振动。**

我们对那些实体抱有如此巨大的崇敬，他们已经做出这样一个选择来投生并遗忘，以寄希望于这种潜能可以显化并在投生的自我之中被唤醒。
我的兄弟，有进一步的询问吗？

Gary：那是极其优秀的回答，老兄，那儿有一整条问题线路可以探索，但是，既然我们位于流浪者的主题上，我最近正在与阿什维尔市的一法学习小组共同研究第 76 场集会，在那场集会中有一些事情催促我们考虑第三密度中的流浪者。我们假定在第三密度中投生的第四、第五和第六密度的流浪者，他们也承担其群体心智。也就是说，无论在哪里投生，他们都承

担其种族心智和行星心智。如果确实是那样子，那么在他们的本土群体心智上发生了什么事情？它是冬眠了？它是休眠了吗？它是被区隔了、有利于允许地球的群体心智占主导地位？我假设也许它有一点点类似于一种app(应用程序)，它被插入不同的操作系统中，该 app 必须使用那个操作系统的编程。但是，不管怎样，我有兴趣知道，你们对那个问题是否有任何想法？

Q'uo：我是 Q'uo，我觉察了该询问，我的兄弟。我们发现在用语言来描述你的问题所触及的这个有趣而独特的动态时遇到了某种困难。我们将尽力用简化的措辞来描述这些心智的动态，同时请理解，这样的措辞在掌握这类互动的惊人复杂的特性方面并不是完全胜任的。

我们发现你的询问中做出了一个适当的区分，区分了意识的不同群体——我们更正这个器皿，区分了有意识的——这个器皿的发声器官遇到一个问题。我们暂停，好允许这个器皿深化其状态。
[暂停]
我们再次和这个器皿同在。我们正谈到在你的问题中有区分心智的不同群体，[你们可能称为的]一个社会记忆复合体，或者[在其他层次上]种族心智或星球心智。我们欣赏在这些层次与这些群体之间的区分——尤其是从第三密度的视野来看，在其中，这样的区分是有道理的并允许一个人考虑形而上的动力学。不过在我们的体验中，而且从我们远离第三密度的视野来看，这样的区分，尽管是存在且明显的，并不如第三密度视野可能暗示的影响那么大。

使用一个流浪者的例子——该流浪者从一个更高的密度[在其中作为一个社

会记忆复合体的一员]投生进入到第三密度中[成为第三密度人群潜在的社会记忆复合体的一员]——我们发现这个实体仍然很大程度地接通其本土的社会记忆复合体，并且两者是协调一致的，不过流浪者所接受的遗忘罩纱、其他系统和各种扭曲，使得流浪者心智中对于这个社会记忆复合体的觉察变得暗淡。流浪者越多地参与该行星人群的群体心智、那个在地的第三密度社会复合体[也就是正在等待启动与凝聚的一个社会记忆复合体]，该流浪者就可以越多地把所属的社会记忆复合体的存在性礼物给予该第三密度社会复合体，并将这两个看似不同的心智融合起来。

这并不是暗示，第三密度的本地星球心智，在那个时候会被吸收或被完全整合到更高密度的社会记忆复合体之中，而是说，有一种连接、一种联系或一扇窗户，它会扩宽并允许越来越多的爱、光与意识在两个不同的群体心智之间流动。我们发现这种动态(如何发生)从很多方面来看就类似于：一个与你们人群非常相像的、包含着迥然不同的文化与群体心智的第三密度人群，它可能如何化解在单一人群中不同文化之间的障碍，并向着显化一种完全实现的社会记忆复合体开放路径。

这个过程得到这些流浪者的协助，他们发现自己在一次生命中投生进入一个文化，并采用了特定的扭曲与心态，接下来投生进入一个不同的文化，采用看似迥然不同的心态与扭曲。流浪者带来了在所有情况中都提供爱与光的潜能，这有助于在这些迥然不同的群体心智之间的裂口上架起桥梁。

这个过程也可以被那些本地的第三密度个体完成，这些个体已经在其寻求中抵达一个点，于是他们正在有意识地选取其投生环境，觉察到他们投生进入其中的各种扭曲。这样的个体——有一种渴望去帮助本地人群以及自

己所属的社会记忆复合体的兄弟姐妹——可能让自己承担起这个任务。尽管要在此生中成为足够觉察的，以帮助在该行星上迥然不同的群体心智中的这些裂口上架起桥梁，这对于本地的第三密度实体而言是一个更困难的过程，但是，在这样做的过程中，潜能是大得多的，因为他们的家[若你愿意这样说]是跟那个社会记忆复合体在一起的，并且他们与该行星及其上的人群有很多很多的连接点，这会增加下述工作的成效：贯穿多次人生来开放不同文化并在它们之间架设桥梁。

我们感谢你们给我们机会来谈谈流浪者与有意识的寻求者之喜悦、忧伤、困难和机遇。此刻，我们将离开这个器皿，并将通讯转移给你们所知为 Jim 的实体。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。我们感谢你们所知为 Austin 的实体认真负责地传递我们的想法。我们会在此刻问，是否有一个我们可以通过这个器皿来回答的问题？

Gary：是的，Q'uo，我相信在任何八度音程中，任何被显化的体验层次都很可能可被正当地称为一个「幻象」。确实，Ra 谈到布幕升起，鸣铃拉下戏幕，随着该实体[包括 Ra]从一个宏伟的幻象移动到下一个宏伟的幻象[1]。但是，星际邦联专门就第三密度的意义谈论幻象。所以，我想要检验幻象这个观念，我想要知道，是否幻象就是行星与恒星、河流与山、鸟类与昆虫与人群——所有这些处于显化中的存在？或者，幻象是「所有这些表面上的对象都与自己相分离」这种感知吗？什么是幻象？

[1]原注：「我是 Ra。我们在欣赏这伟大幻象的环境中离开你们，你们选

择在其中弹奏管乐器与铃鼓，并在韵律中移动。我们也是一个舞台上的演员。舞台改变。戏幕拉下。灯光再次升起。遍及这整个宏伟的幻象，下一个、再下一个幻象，在底层支撑这一切的是太一无限造物者的庄严。一切都好。没有失落任何东西。向前去吧，在太一无限造物者的爱与光、大能与和平中欢欣鼓舞。我是 Ra。Adonai。」–104.26。

Q'uo：我是 Q'uo，我觉察了该询问，我的兄弟。我们将与你们分享我们对「何为幻象」的感知——就[我们此刻与你们一起栖息其中的]第三密度幻象的意义而言，以及就宇宙造物全体都参与其中的幻象意义而言。以下是我们的意见，我们建议你们在聆听我们的话语与想法时行使个人的分辨力。

那个更大的幻象，即太一无限造物者的宇宙，也能被视为一种合一的扭曲，其目标是允许太一造物者以各种方式认识祂自己；这些方式是更加多种多样的、更加被纯净地体验的以及更加[容我们说]个性化的——按照太一伟大造物中的每一个智能实体之表达。各种各样的星球、具有智能的人群及物种，全都有能力做出选择，于是允许太一造物者从这些选择中收集无限的知识——关于祂自己、祂的特性、潜能、渴望、感觉以及每个受造的心/身/灵复合体的各种属性；每个复合体都起源于太一造物者[处在其众多理则的密实空间之中]。

这个伟大的变貌或幻象就是经验的载具，让位于其中的各种形式的意识去体验，于是它就可以越来越充分地参与太一造物者，同时旅行返回它的源头、与之合一。我们现在观察在第三密度中被体验的幻象层次，当然，那儿有一种被附加的特色，它十分有效地协助了造物者更充分地认识祂自

己，还十分有效地协助了[必须在你们称为的遗忘罩纱内工作的]每一位第三密度实体。这个在极化方面的伟大实验，向每个第三密度实体提供了一个程度更深的表面实相——这必须在某种程度上被穿透，好让在极化方面的经验和进展发生。

在第三密度经验中，你在问题中提到的、该幻象中的生灵与特性全都看起来是彼此相当分离的，分离于每位真理寻求者、幻象中的每位实体。这里蕴含着挑战：当真理寻求者有意识地变得觉察到自己比过去的自己——那时，该实体还未能够为生命意义找到某种答案，对成长、寻求、服务的渴望尚未诞生、尚未从其潜意识中冒泡上来——更大，这时就要去看到超越分离幻象的东西。

在投生前的选择中的某个时点，当它们在第三密度幻象中的每个实体内在被表达的时候，就会有机会让每个实体都从内在与外在观察，以找到拼图的各个碎片；这些碎片可以提供一种对于观点、意义、目标以及那种被模糊感知为爱的品质的更大拓展。该存有在内在拥有力量去更深入地走入内在，以找到这些问题的答案，同时也在周围幻象中寻找相同的答案。

所以，该幻象提供每个实体一个机会去找到统合以及共性因素，它们似乎就是那块拼图的碎片，该拼图提供了一个更大的观点，一种拓展了的觉知，对于存在于先前所感知到的自我以外、先前所体验到的周围环境以外的旅程的一瞥，活出生命的方式，能量的支出，花费这些能量的方向，以及这些能量被消耗的目标。

所以，该幻象为每个实体都提供了一种会成为生命经验焦点的问题。为何

我活着？我在这里要做什么？在我周围的所有这些人是谁？在我们之间会有某种联结吗？必定有一个目标。在这个受造的宇宙中，有如此大量的个体以如此多不同的方式而表达，这无法是随机的。必定有一个理由。因此，这个问题以及其他类似的问题，都会在有意识的状态、在沉思、在冥想、在祈祷中被沉思。

有意识的真理寻求者会在自己内在找到一条道途，该道途会在自我之外、在自我外部被表达，以此作为一种手段来将一切视为自我：较小的自我提出问题，较大的自我在各种各样的巧合、同时性、拓展的觉知中提供答案。因此，该幻象非常类似于要被举起的重物，好让一个人变得更为强健。该幻象需要(实体们)努力去穿透外部的意识层次，并去观看内在，好看见居住在那儿的太一；去观看外在，好看见居住在那儿的太一；去发现太一的爱与光于内在明亮地发光；去以某种方式寻求服务那太一，并沿着小小自我的演化小径而移动到越来越远的位置，进入存在于所有自我内在的那个伟大自我。
我的兄弟，有另一个询问吗？

Gary：那个回答是美丽的，谢谢你们，Q'uo。T 写到：未诞生的孩子在出生前就死去，也许是在怀孕早期死去的，在这情况中，对于父母与家庭成员而言，这会起到催化剂的作用吗，因为它给了他们一个在该情况中显示爱的机会？或者，有能谈论的具体目标吗？在这样一个情况中，人灵会进入下一个可用的肉体中，接着被分娩、正常地诞生？换句话说，虽然父母因为他们的损失而忧伤，婴儿灵魂在告诉他们：「嘿，我仍在这里，赶紧度过悲伤，这样我就能够出生到一个正确运作的身体了。」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现，这个询问有很多种答案，因为失去一个无论几岁的孩子可以有各种各样的投生前的目标。如同(提问者)所说的，可能是这孩子觉察到那个要出生进入的身体有某种异常缺陷，这使得它寻求另一个机会，这样「与作为双亲的其他自我共度一段更长的人生」这种投生前的选择就是可能的。因此，它将会离开这个有缺陷的身体，意识到这个失去很可能造成父母亲发展出这样的渴望，即渴望再次尝试生出这个人灵；他们曾经十分短暂地感受过该人灵，并想望以下述方式再次感受该人灵，该方式会允许他们之间分享爱与光的过程[在你们会称为的共享学习的一生中]得到延长。

它也可能是，该父母亲投生前选择的课程已经规划了失去这个孩子，而提供其他机会以服务更大数量的你们所谓的朋友、家庭和社会；若父母亲的能量支出涉及(照顾)一个孩子，这种工作就不会是可能的。

同样有这种可能性：失去这孩子会允许该父母亲沉思失去的意义。那种失去可能有某种课程要教导吗？(比如)即使在失去当中也有完美；在婴儿死亡前发生的每时每刻的体验，具有无法估量的价值；存在着一个目的，它被这样一个属于爱、喜悦、目标的强烈体验所服务。接下来，这可能允许这对父母考虑不仅仅拥有再多一个孩子，也许是数个其他孩子，这样，这种与仅仅活了一小段时间的婴儿在一起的喜悦体验，就可以被经验链结的其他交点[容我们说]、更多孩子的出生所倍增。

我们能继续列举这类失去体验的各种可能性，因为有许多事情是借由丧失非常珍视的拥有物、概念或子女机会而学到的。得与失就是第三密度体验的领域，因为通过包含得与失的完整体验，希望实体们会看见：就生命体

验目标的整体意义而言，所有的得与失都是要去学习的课程，并且第三密度中的每个实体都是为了学习而处在这种体验当中的。

有望学会的课程就是：如果在人生体验中有爱，无论什么得与失都只是蛋糕上的糖霜。那蛋糕就是爱，流经开放之心的太一无限造物者之爱；那颗心已经同时体验得与失，并知晓它们不过是飞逝的瞬间，而永存的事物是太一无限造物者的爱，这种爱会在所有经验中闪耀，因为这是一个幻象，其中的课程是在无条件爱中开放内心。任何经验都有这潜能、允许这个课程被学会。

此时，我们要感谢每位在这里的实体允许我们通过各位讲话。这么做一直是个巨大的荣耀。我们感谢你们展现的认真负责，每次都努力说出我们通过你们提供的话语与概念。一如既往，我们对于每个人已经做出的进展十分满意。即使一些人可能感觉到自己尚未活出最佳与最高的理想，我们对你们担保，在每次传讯体验中，随着你们继续接收我们提供的概念，都会缔造进展，因为要超越你们先前已经完成的事，这一直都是个挑战。以某种方式，你们每个人在此时都已经做到了。

我们现在要离开这个团体；一如既往地，我们把各位留在太一无限造物者的爱与光中。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed & edited by cT.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2021_0414/

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2021/2021_0414.aspx

---

☆ 第 3507 章集：焦虑

Copyright © 2002 L/L Research

爱与光之图书馆

周日冥想 2000 年 10 月 15 日

团体问题：今天的问题涉及我们在当今世界随处可见的高度担心、紧张、压力、急躁、仓促和焦虑。我们不只在别人身上看到这些，还在自己的日常活动中也有亲身体会。我们想知道 Q'uo 能不能给我们一些信息，谈谈我们在跟别人打交道时如果看到他们有焦虑或者看到自己有焦虑，应该怎么处理。当一个生命以这种方式生活，它是不是在给我们带来什么讯息？除了我们在表面上看到的东西，有任何东西是我们可以从中取得的？我们会感激 Q'uo 可能要说的任何话。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中我们存在。一如既往，被呼唤来到这个工作集会是我们的极大荣幸，感谢每位小组成员要求具有形而上性质的信息，感谢你们寻求真理，感谢你们到(常人)意想不到的地方[比如这个小组]来寻找真理。我们大大地感激这个分享意见和想法的机会，同时也理解，我们所讲的内容是看法而非权威性的声明。我们请求每个人仔细地听我们所说的内容，着眼于保留与你有共鸣的内容，放开一切没有共鸣的东西；因为我们除了宣称自己是在这形而上的旅途上、在宇宙造物这所学校里及其构成的服务机会中你们的兄弟姐妹之

外，没有宣称其他任何东西。愿我们一起学习、一起服务、互相帮助。这就是我们的希望，并且我们向你们担保，你们正在协助我们，因为能回应你们的呼唤，使得我们能以自己选择的方式服务他人。这对我们是一种巨大的祝福。

我们享受聆听你们的谈话——涉及各种各样被自我感知到的、每个人在努力和生活方面的不完美。就我们的观点，由于我们能够看见闪耀的希望、心之良善意愿，每个人看起来要比你们对自己的评价要成功得多，容我们说。我们鼓励每个人都领悟到，那些如同正在觉醒的寻求者所见的、在人格外壳中被自我感知到的不完美，其中有许多是属于文化和一般显化的人工产物，而且一点儿也不能被转译成线性的方式来表示心智、身体及灵性的振动样式之实际布置。实际上，你们每个人的菁华都在表面意识层次底下很深的位置共鸣着，因此，虽然就寻求者自我感知的体验而言，一天中的愤怒和忧虑很可能会破坏并切断寻求者显意识之平静，但就「寻求者以一种相对正面的方式向这个行星及其人群提供自己的菁华」这过程而言，寻求者的服务实际上持续进行着而没有大量扰动。从显意识心智的立场来看，这看起来几乎是不可能领会的，因为对于显意识心智而言，并不存在菁华。对于显意识心智而言，存在着一个由关于自我的想法所构成的系统；这些想法组成了那个虚拟自我。

由于「其他自我并不被感知为自我」这事实，你在看待他们时相比看待自我时要平衡得多。所以，如果你发现自己正在注视别人、关切他们的不完美并对他们感到同情，那么我们会鼓励你对自己做同样的事情。因为你面对一个人的挣扎时所产生的那种本能反应有着更多的平衡；此人被你感知为一个意图良好的人，而此人将自己感知为不完美的。你可以信任：看见别人心中之

爱的那种本能，就是你内在那颗心本身的影子；尽管表面上有焦虑和烦恼，事实上它正在以相对无碍的形式转换着无限造物者的爱与光。

就「一种焦虑的感觉可能来自何处」这个问题而言，其中包含了很多层次。R 实体在最初组织这个问题的过程中，问到潜藏的焦虑体验在本质上是不是个人的或文化的。最初的基本问题涉及行为背后的底层基调，而不是行为或它的易怒因素本身；也就是 R 实体在说，不管是这个担心、那个担心，要买这个、该换那个，但是在这些问题处理完了以后，还是觉得有说不清的潜在不安和焦虑，好像一种发痒，却没有任何特定的肉体毛病或显意识所知的毛病可以解释它。

我们可以回答：一般而言，这样的焦虑同时有文化性和个人性的成分。让我们先来看看文化的成分，或者我们应该说，看看全球性或过渡期的成分，因为你们的内在层面正在发生巨大的改变和转型，不仅涉及这个星球上的人群在形而上转型期间的运动，还涉及到这个行星本身，它的物质身体和各种精微体正在经历一场同样可观和主要的改变。在行星网络中，不断增长的电磁性变动的压力正在创造出能量，这些能量会被敏感人群感知到，尤其是那些已经在灵性上觉醒的人；(这压力)在他们的人格外壳和显意识心智之内创造着易受伤害和脆弱的新层次。而且这种压力不是来自显意识心智，而是来自潜意识心智的相当深的地方，心智的那个部分是无法言语的，它却更密切地觉察到在这个星球的内在层面中以及在每个觉醒的寻求者的能量系统中正在改变的情况。

对于那些尚未觉醒的人而言，他们将要承受相同的压力，但他们的反应有着广阔的变化范围。有些人把所谓的新时代能量或蜕变式能量体验为受压抑的

负面情绪之活化剂，仿佛这些能量不但没有唤醒这些人和平、合一、和谐的本能，反而截然不同于对人格外壳以及尚未觉醒者的能量布局有用的能量，甚至产生了一种回弹或回跳的效果——在其中，这些能量在一个相位移动中被扭曲——那是有害的，而且保持有害，直到未觉醒者要么选择在正面意义上醒来，要么选择变得更负面。换句话说，**在地球人口正在接收的全球能量网络中，存在着一种对选择有强化或夸大作用的东西。当选择尚未被做出的时候，这些能量会创造出大量混淆。**

结果是，对于正影响你们星球人口的焦虑中的这个成分，与它打交道的最有效方式是保持并维护对选择的觉察、对个人选择的维度的觉察，从而在各种能量开始变得越来越不安时，在这种发痒、不安或焦虑进入寻求者的心、身、灵之天气时，用自己手边的智力、分析和推理能力，对情况做出更有效的观察，主要围绕着怎么描述情况，从而给自己提供一个道德选择、一种判别方法，可以用来决定什么行动既是为他人服务又是平衡的；这里的平衡意指适当地设置并维护必要的边界，以保障一个和平的自我在内心拥有安全感。

S 实体正在谈论这样一种平衡的需要：同时看见一个情况的两面并做出某种决定去寻找这个器皿经常称为的黄金分割点和中道，这种中道同时表达了悲悯和智慧，又囊括了两者的最佳部分。如这个器皿在早些时候谈到关于她自身的情况，这种架构时常是失效的。而我们会说，确实如此，无论焦虑的原因是文化的还是个人的，自我感知的失败经常会出现，它是又一个属灵的情况，它拥有一种旋律，拥有美丽之处且有个计划。困难总是在于保持足够的平衡、信心和常识，好记得那些真理和原则——它们不仅告知了显意识心智，还告知了存有的菁华以及生命。

这个器皿有一个短语，她经常在看似无望的情况下引用。她会说：「把它带到更高的层次上。」从全球的意义来看、从转型的意义上来看，我们发现这是一个健全的忠告。当你感知到自己有不适的感觉，这种感知单纯就是真实的。它是个事实。自我是不舒服的。这不必然导致你做出具体的回应。因此，在组织这样一个回应的时候，如果可能的话，我们推荐拿取机会去找到在那个看似导致焦虑的主题上的、真实且深刻的心之感觉；并且，如果在任何程度上可能的话，就跟着那些感觉一起移动。然而，如我们说过的，当自我感知的失败发生时，我们鼓励每个人不要进一步地为那个失败而训斥自我，因为它仅仅是表面上的失败。实际上，就好像在化学中或在炼金术中各种元素相互之间的作用一样，这些行动正在经历一定的转变和改变，特定的产物正在被创造出来。一般来说，关于化学方面的事情是，如果你不喜欢一次实验的结果，你可以重新开始并用不同方法做实验。**对于你接收到的催化剂，你经常有机会一而再、再而三地重复你正在排演和练习的事情，这就让你有无数机会去寻找可以打开心的特别恩典。**

现在，除了正发生在你们星球上而且正在全球范围内引起潜藏的紧张焦虑感的行星能量转型以外，还有一个由催化剂与经验所组成的具有自我延续、自我调节性质的系统，它在每个已觉醒的灵的渐进灵性进化中有所体现。你们每一位、我们每一位都有一个身体系统，那不是一个简单的东西。你们的密度有七个子密度，每个子密度都有其特有的一个物理的或形而上的载具或者两者的综合。这些载具个个都有诸多脉轮。在这七个更精微的身体中，这七个脉轮的每一个都以某种方式与物理身体的脉轮系统有关，并以某种方式与之相连。不仅如此，这些(精微)身体还互相贯穿；一些相当有趣且不寻常的连结系统也能出现在其中，那儿已经有一些以某种方式扭曲的重复课程；而且

诸多连结已被形成，它们位于脉轮之间，或者位于脉轮与精微体与肉体脉轮之间。所有这些都能够在系统中造成小故障[容我们说]：有些地方，能量被堵在其中；有些地方，能量从灵光场中的某些洞口漏出去；有些地方，那里有过度激活，于是有一种持续的紧张感，这单纯因为有个脉轮进入到以为需要紧急激活的主观感知之中，所以就随时竭尽全力开火。这情况令人不快而且是不平衡的。

确实，拥有一个已被平衡的、相对虚弱的脉轮系统，这是远远更值得向往的，这样能量就持续地通过整个系统，无论速率是如何有限、速度是如何缓慢。让系统保持开放，并让能量完全流过它、接着向外流入地球层面，这远比下述状态更好：由于某个脉轮或该系统被过度激活，导致可观的能量被拉入身体，但能量系统没能力转化流经它的能量。如何转换来自造物者的无限能量，本身不是一个简单的过程，所以这是另一个要去考察的探询领域。然而，我们认为，这里面的细节太多，不适合关于焦虑与烦恼的初步谈论。

当身体的能量系统需要平衡时，有很多方式在该系统的平衡上工作。我们总是首先推荐使用静默的钥匙，因为静默以一种方式或另一种方式，无论是借由安静的祈祷、视觉化观想、冥想、沉思或者单纯在大自然中散步，静默都在其内在拥有容纳神圣思维的空间。神圣思维是能量系统的天然平衡器。当你的祷词飘上去，当你呼唤灵感与平安时，它就被听到而且立刻就有回应。这些回应是在静默中产生的。因此，**如果头脑中有持续不停的喧闹，来自心和灵的回应将无法流入该能量系统。因此，在祈祷后或请愿后，使用静默是一种非常有帮助的行动，我们会鼓励这行动。我们无法说，按你们的时间计算，需要多久才能让回应、治愈和宽慰的感觉进入内心、在那儿扎根；但我们可以说，它会缩短治愈的时间，或者更准确地说，进入静默、只管静静安**

住于「你已经被听见」这种认识中，这样将缩短显意识心智开始觉察到治愈前所需的时间。

今天的调音歌曲是：「随它去吧(Let It Be)」，这是美妙的忠告。如 S 实体说过的，当你已经做完所有能做的事，你所能做的就只有随它去，不是吗？当你已经给出你的全部、当你已经解决自己能发现的所有问题时，你所剩下的不安和焦虑便是「你的能量系统以及它此刻逗你去采用的思考方式」的人为现象。因此，当你尝试去思考「你如何思考」——这通常是一个徒劳[1]的询问——你是能逼自己发疯的。或者，你可以摆脱试图搞清那些无法搞清楚的事所带来的乏味疲劳，而把精力放在决定什么是下一件你觉得适合去做的事情上。因为在所有关于「活出在真理中的人生」的想法之外，每一刻都存在这样一种情况：有一份陷在肉身中的觉知。我们也陷入某种肉身中，具有形象且拥有人格。我们是被束缚在限制中的无限制(存在)。我们是活生生的悖论。我们不是线性的存有。我们经常是没有道理的，而开始追求灵性的人所遇到的烦恼和焦虑，跟没有试图加快进化速度、单纯想过日子的人所经历的困难相比，其感受程度始终要深刻得多，而且不舒服得多。

[1] bootless：徒劳的、无用的、没优势的、无利可图的。——原注

我们不是那些会推荐下面这种尝试的实体，也即尝试去过一种依照固有条件的日子。因为我们了解到，将自我视为一个属于工作、食物和休息的生物，这会创造出野兽或动物一般的感觉；在描绘一个已觉醒人灵的特性方面，该感觉完全是不准确的。**已觉醒的人灵将是更脆弱的、更柔嫩的、更易挫伤的，更需要设置比较坚固的边界，因为有需要处在那个可以安全做自己的地方。希望你们每个人甚至在焦虑和忧伤的至暗时分，都能支持、鼓励自我之**

心，让它相信自己并知道：你很可贵，那些你最珍爱的东西、那些让你的心升起并让灵性翱翔的原则，确实值得为之而活、值得为之而死。

在个人的焦虑以及文化与星球的焦虑中，下述做法也是好的：把它带到更高处，同时记住，作为投生中的、带有关系的人们，将会有些时候找不到更高的地面。尽管如此，我的朋友们，如果你在别的地方找不到的话，在你的菁华自我、在你的心里，总有这块高地。第三密度与选择有关，这就是该问题的钥匙。

在此刻，我们感激地谢谢这个器皿，并将通讯转移给 Jim 实体。我们是你们知晓的 Q‘uo 群体。我们在此刻转移。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。我们在此刻很荣幸提供自己来尝试讲述在场者可能会提出的进一步询问。此刻有另一个询问吗？

S：我最近两周迫不及待地想知道，你们完成了什么家庭作业，你们会给我什么答案。你们是否很好心地要赢得我的喝彩？

我是 Q'uo，虽然我们并未觉察到一个询问，我们确信，你有一个要给我们的询问。你愿在此刻振动(发声)它吗？

S：当然。返回前两次(集会)提出的问题，涉及月亮和太阳的(目视)大小是相同的。第一次你们不知道答案。第二次你们完全没想法。我正在问你们，你

们——具备各种各样的资源——能否找到答案，以及你们是如何着手找到答案的呢？

我是 Q'uo，我们觉察了你的询问，我的兄弟。当我们尝试去寻求我们并不知道的那个东西时，我们会查看自己的存有之心，以寻找那个在我们寻求中具有重要性的东西。当它具有足够大的重要性，接下来我们就尝试去成为那个我们不知道的东西。在这个情况中，我们没有寻求这个资讯的答案，因为我们感觉它是不重要的，无论是对于我们的服务或我们自己的学习，它都不是主要的。相反地，我们会建议，与其关切天文幻象的外部加工品，你不如去查看自己内在存有中的太阳和月亮。

此刻有另一个询问吗？

S：我猜想我们的好朋友 R，我们全都对他评价很高……换种优雅的方式来说，你们认识任何可以介绍给他的、不错的女士吗，设法指点到他的路上？

我是 Q'uo，虽然我们觉察了你的询问，我们并未觉察到这样一个实体。有另一个询问吗？

S：这么说，没有做媒的服务。我猜我现在该让其他人来提问。今天我已经耗尽了我对你们开的玩笑。谢谢你们如此亲切。

我是 Q'uo，我们也感谢你，我的兄弟，虽然我们提供如此少的令人满意的东西。此刻有另一个询问吗？

Carla：我有点想接着你们对 S 说的内容提问。太阳和月亮的问题不但让我有点回想到占星术，还想到炼金术。生命之树的图像是个象形符号，某些系统把它视为一边是月亮的，另一边是太阳的。你们建议说，阳光自我和夜间自我或黑暗面，两者都是我们，但愿它们良好地整合，我对此有种共鸣；但有时候看见我们内心的黑暗面或月亮，却令人很苦恼。那是不是你们建议的思考方向？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你对于内在自我的太阳和月亮的解释接近我们的本意。每个实体在投生状态下的生命样式中，都体现出了大量的向外辐射与磁性吸引、许多阳性与阴性。我们过去通过你们小组所提供的关于原型心智的信息，已经开始涉及这方面的一些内容；我们很高兴你已看见比最初询问的表面更深入的事物，容我们说。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：我只想要跟你们分享 Don 关于月亮和太阳的一个笑话。Don 总是觉得月亮比太阳更重要，因为它在夜里你需要光的时候就给你光。

我是 Q'uo，我们的确享受这个关于太阳和月亮的幽默，我们愿补充，我们也听过你们的一个哲学家说，古时的月亮能够被切成很多的小块，好让夜空有更多繁星。

此刻有进一步的询问吗？

（磁带翻面。在翻面时，有一部分内容没被记录下来。）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在……我们小心地评估界线位于何处，超过这条界线就会侵犯自由意志；这个团体中的每个人对这点都很清楚。当我们尝试去判定什么是对我们自己的寻求有价值的事物，我们会检查那些你们可能称为永恒的事物，那些现在到永远都存在的品质，于是我们就可以把它们应用到我们的生命样式中。因此，有着大量事物引起我们注意却在我们自己的寻求中只有极小意义，因为一个实体周围有很多东西在运动，它们起着背景式的影响。那些在我们寻求中具有中心重要性的事物，那些在贯穿所有时间和地方皆真的品质和原则，就是那些我们尝试将我们的理解[容我们说]构建其上的品质。在我们的经验领域中，理解是可能的；而在你们第三密度的幻象中，(真实)理解不是可能的。

智力心智提供着如此少的、可能给寻求中的实体带来协助的东西，以至于我们把迎合智力头脑、将无用事实填满它的做法，不视为服务；它只会继续导引一个实体往该幻象拿手的方向走。因为为了应付你们的日常活动，一个实体必须知道或尝试知道的事情太多了。因此，当我们尝试去跟这个幻象里的实体们分享时，我们不仅要检查哪些东西由于没有侵犯自由意志从而具有服务的性质，而且还要检查哪些东西让人更坚定地朝着寻求的核心前进；我的朋友们，那就是走向自己的心——就内在的意义而言、就开放悲悯心给自我和其他自我的意义而言，心怀慈悲，愿意原谅人和被原谅，弥补跟你有过节、带来烦恼者的关系。

因此，我们视为有帮助的事物，时常会被那些寻求我们协助的人视为没帮助的。这就是我们看到的第三密度幻象运作方式：如此多的实体的运动方向并没有直接协助自身进化。不过，从由事件组成的长期来看，并没有其他旅程被选取。因此，在生命样式中的每个实例中，只有每个实体的进化。不过在

尝试为你们这样的实体服务时，**我们觉得重要的是：维持焦点在不会转瞬即逝、不会随着不同时日和幻象而变的品质上，尝试激励出超越智力范围的东西**，因为需要用到智力的东西已经太多了，以至于很多实体觉得智力在这种寻求和服务中是太靠得住的伙伴。因此，我们在尝试服务的时候走在一个微妙的平衡点上，不过我们走得很喜悦，而且只要有机会就毫不犹豫地这么做，因为能在你们的寻求和服务中跟你们一起行动，是我们极大的荣耀。

我的兄弟，有另一个询问吗？

S：没了。我想那答案够了。我将会阅读文字抄本并思考它。感谢你们。

我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

R：我有一个询问，关于你们如何寻求自己不知道的答案。你们刚才说，首先检查你们存有的核心来看看那个答案有没有价值，如果有的话，你们将尝试成为那个未知的东西。那个技巧能够在第三密度中使用吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个技巧在第三密度幻象中的用处有限，因为遗忘罩纱[如我们听到该团体对它的称呼]在这个密度中扮演了一个如此重要的角色。这个遗忘罩纱允许每个实体以一种非常聚焦的方式而聚焦在当前的人生体验。这种能力以一种精细调频的方式聚焦，正是这种能力减少了成为那个被寻求的东西的能力，因为要做到那点，一个实体必须能够穿越该罩纱、超越该罩纱。试图去与周围那些跟你有误会或任何麻烦的实体产生共情，会有成功的有限可能性，因为每个实体都觉察到自己的情绪、想法、经验、梦想和渴望，因此可以开始感觉别人这些同样的能量表现形式。

因此，为了理解那个实体与自己的关系，开始或尝试成为对方会有某种用处。然而，对于其他的探究区域，在你们的特殊幻象中，我们觉得这不是一个会有帮助的技巧。

有另一个询问吗，我的兄弟？

R：没了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：跟随 S 的问题，涉及简化资讯给第三密度(听众)，因为我在通灵过程中觉察到自己在全部时间都不得不把各种概念转译为言语，我觉得我从中(只)取得一点点并且尽我所能地处理它，但是，有如此多的、我不可能完全表达的事物。你们能否在那方面多一点评论？我能够在这里看到智力的运作。它甚至并不是有某种价值被放置于我们所思考的东西上。

我是 Q‘uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在你们幻象中，有着寻求自我之心的过程。所有实质性询问都可以跟这种寻求联系在一起。我们可以与每个人分享彼此完全开放心的渴望，这种渴望可以将那些实质性询问与这种寻求联系起来。因此，并不需要[如你说的]去简化对一个询问的回答，而是需要去寻求它最单纯的表达层次、每颗心都可以理解的层次。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

M：我正在使用的药物对我如同一根拐杖吗，或者它真的在帮助我？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们不可能在这里给出一个直接的答案，因为对我们而言，若我们的忠告太具体，这便是对自由意志的侵犯。然而，我们会提示，在你的冥想状态中，当你为自己沉思这个询问时，你将能够对于要不要继续服用处方药物做出明确的决定。我们鼓励你在那儿寻找自己的答案，在寻求过程中相信自己。因为有句话说得好：对心而言有着重要性的那些问题，每个实体在其心中都知道它们的答案。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

M：没了，感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有最后一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，对于加入这个寻求圈的机会，我们也充满了感激。我们个别地感谢每位邀请我们出席，感谢你们接纳我们在很多情况下只提供一点点的答案，因为我们发现，混淆之道常常限制了我们可以分享的东西。我们希望每个人都将继续带着强烈的渴望来寻求，该渴望已经把每个成员带到这个圈子。我们称许每个人在那场内在旅程中踏出的每一步；该旅程关乎开放内心，并将在那儿发现的爱分享给在日常活动中遇到的所有(实体)。我们是你们

认识的 Q'uo 群体，我们会在此刻离开这个器皿和这个团体，一如既往，把各位留在太一无限造物者的爱与无可言喻的光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2000_1015/

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/2000/1015

☆ 第 3508 章集：演化与死亡

Copyright © 2002 L/L Research

爱与光之图书馆

周日冥想，2000 年 4 月 16 日

团体问题：本周的问题有三个部分。首先是当我们穿越死亡经验时，每个人要面对怎样的经验。我们听过很多有关的事情，比如会有指导灵、朋友、老师在那儿帮助我们熟悉新环境。但我们想要知道，在 Q'uo 的视角下，这个进入生命过渡的死亡是怎样的。我们也想要让你们把那一点与以下这个概念联系起来讲：从第三密度起，我们的整个进化过程是怎样的。(其次，)在第三密度中有些作者已经提到跳过第四密度、直接进入第五密度的可能性，我们想要知道 Q'uo 认为那是可能发生的情况吗？第三部分是，如果一个不具肉身的实体处在我们的日常生活中，我们如何才能在正面和负面导向的实体之间作分辨，并分辨我们在那里遇到的信息。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。我们感谢你们每一位今天做出努力来加入这个寻求圈，因为你们渴望寻求并认识真理，这种渴望的能量把我们呼唤到这个团体，这真是一种福分和荣幸，能跟你们分享想法真是我们的福分；并且也因为，跟寻求了解我们想法的人们分享想法，这是我们选定的、服务他人的领域。所以，我们依赖你们这样的团体，来得到为你们人群服务的机会。结果是，你们此时在我们的生活中显得突出。我们十分感激你们，因为我们知道每个人为了今天到这儿来而付出了多少代价，必须有意愿和决心丢开你们关心的其他事情，才能以这种方式寻求。我们大大地感激你们的奉献。

我们在跟你们分享看法的时候，想要你们知道，我们的意见和信息是我们觉得在灵性寻求中有价值、经得起时间考验的东西。然而，我们也知道，在向一个团体发言的过程中，我们无法使所有人都满意。结果是，我们要分享的那些事物可能会跟你自己的个人真理起共鸣、也可能不会；并且我们会指出，你们每个人确实都有一个极有效率、又非常敏感的分辨力器官，它大部分是你直觉的一部分而非你逻辑心智的一部分。在听我们的信息时，不要单纯问自己听起来合不合逻辑，因为我们一般听起来确实符合逻辑，然而，我们的真理可能不适合你在这一时点的寻求，因为真理正在活跃运动着；它为每个寻求者而演化，我们不会希望你去抓住某个可能变为绊脚石的东西而不放。所以使用似乎对你有用的东西；如果你愿意，忽视、丢开其他想法，这会对我们很有帮助。我们不是你的权威，任何实体都不是，你才是自己的权威。我们鼓励你信任你内在具有的分辨力能量，当你觉得某个想法跟自己的

想法有共鸣，那就抓住它、工作它；当你没有共鸣时，就释放那些听起来不真实的想法。

我们觉察到，我们会在今天与你们谈论你们所谓的肉体死亡所牵涉的那些过程，在讨论这个有趣的主题之前，我们只想要指出，活出人生和结束人生至少是一样有趣的，所以我们会鼓励你们每个人不只考虑那场[你们正走在其中的]伟大冒险的目标或终点，还要思考肉体死亡是一个生命持续进行的经验一部分，不会因为出生或死亡或无论怎样的终点而终止该经验。毋宁说，你们每个人都是永恒的公民，在世界被创造之前、在你们知道的宇宙被创造之前，的确在这个宇宙造物的八度音程存在之前，你在你的灵性完整性之中就是一个造物了。因为**你们一直都是太一无限造物者的一片火花，那单一伟大的起初思维的一个孩子，持续到永恒。对于你或对于我或对于太一无限造物者的任何部分而言，都是没有尽头的。**

在说过这点之后，我们觉得可以更自在地聚焦在投生体验的这部分，也就是肉体死亡以及随后紧接着发生的事情。或许为了创造出一个更连贯的解释，我们查看一下这个器皿称为的宇宙造物八度音程的基本计划，这对我们会有帮助；该八度音程代表着你们现在牵涉其中的宇宙造物。如 D 实体先前说过的，这个八度音程包含了你们现在体验的七个音符，我们请求你们将八度音程这个术语想成具体的乐音，或换种说法，具体的颜色。一个人要么可以考虑音阶，包含第一个音符到第七个音符，结束于跟第一个音符相差八度的音符，也就是第八个音符、高了八度的首音符；要么你可以考虑彩虹，带有红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫，再次结束于由颜色构成的八度音程，也就是[容我们说]白色，或者八度音程密度——它移动进入到下个八度音程的第一个音符或密度；这种移动不带有显而易见的变化。

第一密度是元素的密度，这里的课程单纯是存在。第二密度是你们走到外面去就可享受的密度，它是转向光的动植物的密度。它是觉察的密度，不是自我觉察，而是那种想望转向光、想望为了成长或食物等等而寻求光的觉察。第二密度中的动物不会总是直接寻找光作为食物，而是会去寻找那些设法把光当成食物的植物和(草食)动物。因此，这个很广大的密度是一个与无限造物者合一的密度。它不是自我觉察的，但它是觉察真理的。举例而言，从来没有不满的花朵，也没有想造反的野生动物，这些实体知道自己是谁、对自己的本性没有任何问题。

正是在第三密度中——你现在作为[这个器皿会称为的]一个人类而享受该密度——你体验到那种自我觉察，它问道：「我是谁？ 我正前往何处？我在这个经验内的目标是什么？」较高的密度以第三密度为轴心，因为第三密度是这样一个密度：自我觉察的存有们在其中估量自己的情况，并决定自己进一步寻求的特性。该寻求完全关乎爱。接着，这问题就变成了：「我如何表达爱呢？」通常，这个问题是从服务的角度被设想的，并且这个「如何去爱」的问题就变成了如何去服务的问题。对于那些已经在其灵性演化中来到这个点的实体，存在着两个基本的服务选项。

一个选项是借由服务他人而服务造物者，仿佛他人就等同于自我。另一个选项是借由鼓励他人来服务自己而服务他人。这里的基本理由是：自己是造物者，所以别人在服务你的时候就是在服务造物者。这条路叫作服务自我，与服务他人的道途相反。**在很多方面，对于第三密度中的实体尤其是流浪者而言，要去分辨服务自我与服务他人之间的区别是困难的。因为那些想望从服务自我角度来帮助他人的实体经常是极为活跃又很有魅力的实体，如 M 实体**

先前说过的，他们想要通过控制和管理别人的事务来给自己好处。对于那些聚焦于服务他人的实体而言，要跟这种人打交道可能是极为疲惫、极为困难的。当一个服务他人的实体面对那些想要控制或操纵的实体的时候，这确实是个挑战。我们只能鼓励那些寻求通过服务他人来进步的人，继续在信心中走下去，这样，不管这种态度或观点在表面上有何不利之处，涉入下述过程的能量——该过程就是持续一段时间始终以服务他人角度来回应——会开始有自己的动能，从而推动自我进入一种观点，该观点是充分改变过的，以至于那些服务自我的实体想操纵的努力，更少地被看成是挑动恐惧的东西，而更多地被看成是在激发下述渴望：去为那些似乎想要操纵你的实体祈祷，关心他们、爱他们。

这种选择开始了一个我们已经称之为极化的过程；并且，在你们第三密度体验的剩余部分，一旦你已开始处理这个基本选择，当你行进穿越此生时，你将会在各种各样的层面上反复地涉入那些要对情境做出观察、评估和回应的时刻，在那些情境中，你会拥有这种重复性的选择：是借由控制、操纵、恐惧以及冒犯来服务自我，还是服务他人，不带有控制、操纵，仅仅有盲目的信心，希望通过满足别人的需要来服务他们。这个学习爱的过程在接下来的两个密度继续进行。在这个密度之后，你们的下一个经验被称为爱与理解的密度、第四密度。在爱的密度之后的那个密度已被称为智慧的密度。你们会注意到，智慧的密度没被称为理解的密度，因为理解(谅解)属于心而非属于头脑或智慧。在第六密度中，曾经在可能范围内被分别学习的爱与智慧，现在寻求者要从自己内在来考虑它们两者的平衡。所以，第六密度称为统合的密度。在这个密度中间的某处，那些走在服务自我道途或者[如这个器皿的称呼]负面道途上的实体，再次面对一个选择。因为他们确切无疑地发现，他们在自己的灵性演化上无法前进了，除非他们最终接受：心拥有真理，而且其他

自我就是自我。对于那些服务自我的实体，这个发现是压倒性的、绝对改变生命的，极性反转的现象会在这个点上、个别地发生在每个服务自我的实体身上。每个实体必须再次为自己做出选择：要么坚守那些在服务自我道途上学到的东西，要么转换极性，接纳正面与负面道途的统合，统合为一种正面道途，然后继续前行。

我们已经把这两条道途称为：实存之路，也就是服务他人的道途；非实存之路，即服务自我的道途。我们用这种特殊方式来称呼它们的原因是：在服务自我之中，心(轮)被否认并忽略。结果是，服务他人实体的主要力量源头、所有实体最强健的力量源头，就从全盘考虑中被除掉了。这是巨大的限制，并且是一种否认。结果是，我们把服务自我称为非实存之路。

在那种统合发生之后，在第六密度的终点以及第七密度，那些自我逐渐停止回头注视已经存在的事物，接着开始——仿佛被重力吸引——进入一切万有的源头：太一无限造物者。在第七密度的终点，有一种进入无时性的运动；而且，在这个属于无知晓(unknowing)的时刻，造物者的心跳动了，另一个造物开始了。这就是宇宙学的壮观陈列，在其中，你们正在体验七种经验(密度)中的第三种。这些密度中的每一个都代表着你们的一段可观的时间。

然而，你们第三密度是所有密度中最短暂的，只有七万五千年。在第三密度期间，投生模式一开始是相当自动(无意识)的。实体们因逐渐增长的对于爱本身的认识而从第二密度毕业。当它们因为无论什么原因变得可收割时，它们就能作为个体化的意识而投生了，成为这个器皿会称为的人类。起初，投生主要是自动进行的。已知的东西很少。大部分处于混沌状态。每次投生都有一点点的学习，然后是通过死亡而松开肉身，进入你们在两次投生之间的光

体——它位于这个特定星球的内在层面之内。在两次投生之间的这段时间，首先会有因投生而需要进行的任何治疗，需要调整与安慰的任何创伤，等等。然后会有另一个肉体载具的机会，下降到你们物质层面所代表的、厚重化学身体的世界，去收集更多催化剂、更多信息、更多经验，直到投生的自我完全充满(经验)，并完成了它所希望在这次特定投生中要去完成的所有事，这时，它再次经历肉体死亡、死后对此生的治疗；逐渐地，随着投生(次数)的累积，随着这个位于内在的实体开始结晶化、超越简单的人格外壳，这个投生之间的过程开始延长，因为有更多事物需要被治疗，还因为当实体们在其振动样式中变得更资深，他们越来越多地赢得权利去在自己的投生计划中拥有话语权。**在你们星球上的第三密度，这个时点是七万五千年时期的尽头，每个在你们行星上投生的实体都有能力从第三密度毕业到第四密度。每个实体都为目前这一生选了投生课程，以及将用于学习和服务的人际关系。**

在目前这一生，你们每个人都有潜力于肉体死亡经验结束时毕业。现在，让我们说，肉体死亡对该身体来说是一回事，而对于被该身体四处携带的意识来说又是另一回事。因为你们每个人都不是一个生命，而是两个生命。你是第二密度的动物、一个几乎无毛发的类人猿，带有某些本能行为模式和一个做选择的大脑——它极为擅长选择要吃什么、如何生存、如何保护家庭。同时你也是永恒的生命，你目前的一生在永恒里只是一个小括号。**当肉体被耗尽或受到创伤而无法支持生命气息时，人灵本身一个节拍也不会漏掉。在意识中并不会有更改。这就仿佛是你在持续观察，但是你观察的特性改变了。**因为，(在投生时)你观察到心脏跳动着，观察到心智考虑着晚餐，当种种肉体感觉进入你的意识时观察到它们；突然之间，你正在体验到看似是一个肉体的事物，看似是肉体感觉的事物，看似是进入肉体的数据的事物。但是，该身体本身已经改变了。

这个器皿曾有过穿过死亡大门的体验，所以我们能通过这个器皿说：这个实体的第一手经历是有根据的。并且这个实体的经历单纯是，由于该器皿身体中的两肾衰竭了，它体验到大量痛苦，然后在死亡发生时疼痛停止了。由于缺少肾脏的运作，身体外形有些损坏。突然之间，身体变得美丽和完美。然而，各种线索迅速攀升，以致整个情况都改变了。因为，当这个实体对篱笆上的一朵玫瑰说话时，一整个玫瑰花丛都把自己裹在这个实体的手臂周围，它不带有刺棘，但带着无尽的爱。这个实体能听到音乐、在空中看见音乐。这个实体看到的色彩更是可观的，而且有它自己的生命。它们脉动着，似乎有一股立体的能量在发光，而你们行星上的色彩没有这种能量。

通过死亡的过程，该经验扩展了，而不是被中断、接着完全改变或停止。这就是在死亡之时的实际经历了。确实，它是如此有说服力，以至于有很多突然死去的人花了相当长时间才认识到：他们确实通过了肉体死亡的大门、不再拥有一个身体或在这个星球上有一个人生。

现在，我们会讲说在毕业时刻发生的事情，这就部分地进入你们今天向我们提出的第二个问题了。如果你们愿意，请想象一条走道，它是漫长又美丽的，看起来完全是一条被光所充满的走道。在这走道两边有那些极为有爱且培育性的临在，祂们守卫着每一个走过这条光之道途的人灵。然后，如果你们愿意，请想象一道光，其真实特性在改变，变得更为密集、更为明亮，在一些难以描述的方面变得更有挑战。随着你在这条道途上走，仿佛诸多元素已被加入这道光中。这种改变的原因是，光的特性被量子改变了。你们密度中的光子没有第四密度中的光子那么复杂，第四密度中的光子又没有第五密

度的光子那么复杂，以此类推。**当你走过光之阶梯之际，你正在行走好找到对你最舒适和最有吸引力的地方并待在那儿。你正在寻找你的新家。**

这情况是多少有些复杂的，因为你们人群当中有许多实体——包括这个房间内的多位——并非源自地球及其密度系统，而是在其他星球上已经走过第三和第四密度，也许在某种程度上还经历过第五和第六密度。那么，**你也许回到了这里的第三密度。为什么？出于两个基本理由。首先，你们想要解开在爱与智慧之间的一种平衡，你觉得能够改善和增强该平衡。所以，你返回第三密度来重新做出那个最初的选择、重新探究爱的力量，尤其是无限制的或无条件的爱。作为一个流浪者，你来到这里的第二个理由，是把你整个生命奉献给这个器皿称为的行星地球上的菁华职事。它是一个简单的计划，它是在行星地球上的所有流浪者的基本计划。该计划基本上是进入这里的人生、开始服从第三密度的法则，忘记你如此清楚知道的每一件事，并在这个密度中存在，同时在「没有证据、也没有方法确信你是对的，但只有你的心告诉你这就是为我准备的路」这种情况下，活出一次信心的人生。**

以这种方式，你希望比你以前更为纯净地、更为确切地、更为坚定地做出选择。所以，当你做出这个选择时，你的希望是：随着你的呼吸，随着你爱(人)并接受他人的爱，把自己的生命献给这个行星。允许无限造物者的爱与光流经你们每个人、接着流入地球层面，这加速了照亮这个行星的能量，使得该行星本身更有可能去穿越一个多少有些困难的毕业。因为同样地，这颗行星本身正在毕业进入第四密度，正在进入一个空间与时间的新区域、正在体验到第四密度给这个非常物质性的造物带来的新增光子；而你们正在这个造物中享受这场持续的冒险。

这适用于毕业的背景，原因是，在J实体提出的那个问题中，被涉及的实体们觉得，作为来自第五密度的流浪者，在地球第三密度毕业时，他们会自动返回其家乡振动中。这断然不是真的，而且我们觉得这是个密切相关的要点，因为所有流浪者在投生时都成为了地球原住民。采用一个肉体就是采用整个人类体验的骨肉筋血。没有下面这样的事：在行星地球上、在人体中当一位游客。你们全都变成了原住民，不管你先前体验的起源是在什么密度或哪一颗行星。

这意味着有一个非常简单的动力牵涉其中，它涉及服务他人，因为**正面极性的毕业标准就是寻求者考虑服务他人多于考虑服务自我。要从行星地球毕业，最低限度的成绩是51%的服务他人。**现在，对于那些正在尝试极化服务自我的人，毕业的最高成绩是5%的服务他人。换一种说法，服务自我的实体必须为毕业的必要条件而奋战，那条件即是服务自我的意图之纯净度。我们可以说，**取得51%的服务他人成绩，或取得95%的服务自我成绩，大致是同等困难的。**我们极为高兴于你们每个人都选择服务他人，因为这也是我们所选择的极性；对于那些正尝试沿着其他选项(路线)极化的实体，要尝试服务他们真的超出了我们的能力范围。

对于服务他人的实体，感激每一刻吧，并看看你能做什么事情来在那一刻找到爱。在此刻中存在着爱。在每一刻之中都存在着爱。在每一个想法中都存在着爱。问题是，那个爱有多扭曲。对于寻求者，一个有帮助的锻炼是去注视引起注意的事物，同时着眼于使用智力头脑和直觉来问自己下面这些问题：一个人正在感知到什么？确实，一个人想望如何回应自己正在接收的东西？

当一个实体能够走过光之阶梯、毕业进入第四密度并在那里感到舒适，一个人便能够进入第四密度、进行下一次体验。而且，从某种持续性的角度来看，这都是正确的。若一个实体能够享受并使用第五或第六密度的光，这个实体确实可以返回其家乡振动。然而，**首先必须重新发现那个[位于你目前体验的这次投生中的]深层自我，达到你能够扼要重述那个选择和那些决定的程度；正是那个选择和那些决定引导你变得能够耐受住那道被提供给下述实体的光：这些实体的想法超过 51%(的程度)是为了其他实体们以及如何服务他们。**

在学习如何加速你的灵性演化步伐的过程中，有着惊人额度的坚持不懈和奉献牵涉于其中。并且，我们会鼓励你们每个人都慢慢来，尝试去将经验安置于静默中，在自我面前总是保持那份「忠于原则、但又不会到了自我和原则变得大过原则的程度」的轻触。**严肃对待原则，轻松对待自我**，因为你将会被误解。你不会总是有任何能够支持你或鼓励你的人。有一些灵性道路的面向是困难的。确实，大多数这个实体会称为的「好东西」、大多数的学习菁华是在强烈的受苦、限制、改变的时间中接收到的。所以，这是不是一件好事，这从来都不是明显的。你是否走在对的轨道上，这从来不是清楚的。

偶尔地，所有事情可能会以期望的方式运作起来，并且这的确是个清晰和快乐的时刻。但一次又一次，你作为一个寻求者将处于灵魂的暗夜，寻找着黎明，但一点也不确定黎明将会到来。所有这些都是灵魂的一个精炼器。你们从事于提炼一个真理和一个职责——那比你们所能想象到的任何东西都要更大、更圆满、更完整，以致我们无法向你们表达它。**你早已是一个完美者，那就是太一无限造物者，但你拥有这个「不去知晓而去寻求」的机会。**在我们的经验中，它是一种绝对的欣喜，并且我们感觉你们每个人都有过这些清

晰和欣喜的时刻。我们请求你相信它们，记住它们并信任该记忆，因为这些是你真理的小小宝石，它们从你内在住着欢乐、纯洁、真理的地方蹦出来，跳入(显)意识。这个器皿会说，它们住在你的心里；在非常真实的意义上来说确实如此，因为这些觉察正是通过心轮，才能从无意识或潜意识的自我跃入(显)意识。从另一方面我们会说，它们是更深层心智的能量，这个心智把你系上其他人，系上你现在享受生命的这颗行星，系上所有生命，系上太一无限造物者。

这个器皿正在告诉我们，供我们通过这个器皿发言的时间几乎快用完了。我们并不想要超过 45 分钟。我们已经在某种意义上触及(下述主题)：在你们的阅读和聆听中分辨服务自我与服务他人的来源。我们单纯鼓励你们相信自己，同时开始去认识那个你正在越来越深信的自我，向你的分辨力咨询，并同时借由信任它、使用它、第一手观察它是怎么工作的，来进一步强化你的分辨力。它是你内在的一种机能，由太一无限造物者和高我送给你的一份礼物。而且，你的指引被连到这份分辨力的礼物上。我们愿鼓励你进入内心的那个地方，在那儿，你能够在自己安全的能量场内提问：「这对我是真实的吗？」若它是真实的，那就对它采取行动，使用它，活出它，食用它。若它不是，那就继续走。

你将会发现，那些需要考虑的事物会越来越多地在一首歌的词句中，或者在路边标志的巧合中，或者在一只蝴蝶、一只鸟的飞舞中，或者在那些看似从空无中跳入你的实相的事物中来到你面前。所有这些事物都是讯息。所有这些事物都有某种要向你述说的信息。**一旦你抓住灵性事件的同时性，你将会发现，就灵性意义而言，你的体验越来越多地直接对你讲话。**

容我们说，通过这个器皿谈论这些主题，这已经是一种怎样的乐事呀！接下来，我们想要通过 Jim 器皿继续这个会议。我们会在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次通过这个器皿于爱与光中向各位致意。此时，我们荣幸地提供自己来回答在场者可能向我们提出的任何较为简短的询问。现在有另一个询问吗？

D：我的问题集中在思考为什么 Ra 为那片土地建造了金字塔。部分原因是不是国王密室和皇后密室会开放心(轮)，于是埃及文化就可以在它的成员之间分享爱？与开放心(轮)互补的是启动大脑，于是在爱与光或在心智与灵性的背景中、在个人发展以及该文化作为一个整体的社会发展的背景中，真实的智能就可以与开放心(轮)结合起来被使用了？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个问题的范围中是庞大的，但有希望产生一个简短回应，因为我们经常被认为讲太久了。

在建造大金字塔[那个位于你们称为埃及的圣地的古老遗址]的时候，这个文化的人群涉入一种欣赏太一造物者的方式，你们可以将其比拟为那种你们可能称为泛灵论或异教观的哲学，在其中，造物者在一切事物中都被看见，造物者是无所不在的。各种奇观是这个文化的一部分。而奇迹被视为本该如此的事物、日常体验的一部分。然而，这个文化的个体当时具有一种特质，能够提供自己来被那些不同于自我的实体[容我们说]所教导。因此，可为这些实体所用的那份灵性觉察是从一个实体亲身传给另一个实体、从老师亲身传给学

生的。因此，在金字塔的结构中，有些能量中心位于其中，你们已经称它们为国王密室、皇后密室和地表底下的共振密室。**在这些拥有旋涡能量的中心位置，学生和老师可以相遇并被太一造物者的智能能量所灌注，实现治愈的目标、教导的目标以及面对自我以取得重生的潜在体验、找到一个新生命和一个新方向。**因此，对于那个文化里的人群来说，金字塔里的这些能量中心，象征着可以实现教学和启蒙的手段。因此，个体们就能够在这些结构中取得一定额度的进展，容我们说，接着能够进入该文化、去跟更大的人群分享这种教导。在能够与那个文化的人群分享他们所寻求的进步上，这些结构大部分是成功的。然而，在一段时间之后，金字塔结构中的这些体验仅仅被保留给那些具有高级地位的人，而该地位是依据财富、权力和职位来衡量的。因此，随着普通人越来越接触不到这些结构里可得的信息，金字塔结构的目的就被歪曲了。而那些过去协助建造这些金字塔的实体发现必须评估(审视)自己，容我们说，接着找到其他服务途径，通过这些途径好让他们可以开始更正不平衡——那些不平衡当时是由于金字塔用途被保留给那些富有和掌权的人而被散播的。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

D：我最近向一系列出版人提交了一份稿件，我想知道是否有任何事情会从我已经提交的事物中产生出来，或者我仍然需要进行工作，或者我需要采取另外一条途径，或者发生什么了？

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的兄弟。不幸地，我们觉察到，要回答这个询问的话，我们得移动进入一个我们会侵犯你的自由意志的区域，因为我们觉察到，为了写出这些稿件，并进一步把它们交付出版[容我们说]，你以个人

牺牲和成就做出了巨大努力。我们推荐一个人记住：在这个幻象中没有错误，你已付出的努力将会产生其适当的结果，有必要保持对「在这情况中的一切事物之完美」的信心。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

D：是的，我感到好奇。你们可否跟我们分享关于耶和华、亚威、Id、Layette 议会以及 Kingnah 实体的资讯？我想知道你们能否与我们分享它们是怎样类型的实体？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现在回答这问题上，我们只可以移动一定的距离，因为这个问题有些元素也落入了侵犯自由意志的区域。我们能指出，你们的圣经中有提到诸如亚威和耶和华这样的实体[它们是所有曾欣赏该神圣著作的人都熟悉的]，并且这些实体在它们原先的且未失去光泽的状态中是你们会称为的社会记忆复合体或由实体组成的团体；它们有一个众所周知的名字，是为了让它们选择去服务的民众容易辨识。这些实体的服务对象不只有属于这个星球的实体，还包括其他星球上的实体，最显著的是那些属于红色行星[你们称为火星]的实体——他们需要找到新的家园来继续自己的进化过程，因为通过好战行为，他们已经导致自己原先的、具有家乡振动的星球变得无法容纳生命了。因此，这些隶属服务于太一造物者的行星邦联的实体，在土星议会前面提出了一项提议，即转移这些具有火星经验的实体，并稍微修改这些实体的基因特性，好让他们可以在这个星球上继续其朝向太一的进程。然而，它们的努力遇到了一些困难。

为了协助一群人领会无限与合一之本质的能力而增强这群人超过另一群人，这做法也创造了一个开口，让负面导向的实体们得以与这群地球人(Terran)通讯，给了他们这点子：或许他们是特别的、是精英，他们被给予这种特殊性质是为了使他们可以统治其他人、把其他人带入自己的权力影响圈。因此，亚威实体、耶和华实体的经验是艰难的，因为它们的努力败给了来自猎户星座的群体——该群体也是在服务中行动，不过是在负面导向的服务中行动，利用众行星邦联中的其他实体首先提供的努力，它们第一次能够侵入这个星球。

有很多事已经被归因给这些实体，其实并非它们所为，然而正是它们首先提供的努力，创造了极性混杂的接触，容我们说；并且在协助它们渴望服务的实体方面，结果也是(好坏)混杂的，因此，这些社会记忆复合体在反思之后，也在寻找其他途径来服务这个星球上的人群，以平衡多年前的这些不平衡，它们觉得对此负有责任。

此刻，有另一个询问吗？

D：还有一个。在有意识(灵魂)出体经验的领域中以及开放心好让神之爱能单纯以谦卑又协调的方式被分享，你们可有任何建议以协助我从事个人疗愈？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。除了如你正在做的、在一天的早间部分将自己奉献给太一造物者，我们还建议在这个时段举行一次特别的冥想，在其中你可以观想心能够开放到某个程度，以致能够容纳越来越大的、他人对爱的需要，同时让爱流过心。在你心智之眼中，看见绿色光芒中心在振动着，散发越来越亮的**苹果绿光辉**。看见这个中心变得明亮、生动、结晶

化。花费你们数分钟的时间，为了服务于太一造物者，你带着开放之心、无条件地献出自己，面对你在日常活动中遇到的每个人。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

D：没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

C：我有一个询问，为这个机会感谢你们。我最近学到「中性植入物释放」这个术语，意指这个概念，即清空一个人在第三密度中的业力状态。你们能否帮我理解并澄清我在这方面仍不清楚的一些议题，比如在清空一个人的业力方面，这真正意味着什么呢？它与释放死亡荷尔蒙、清空残留的疾病有任何关系吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问之特性，虽然我们并不完全掌握这个可被提供来清空投生业力的机会，因为在每次投生所提供的种种机会方面，就我们的看法而言，**虽然此生中的每个实体可以把自己积累的业力视为一种负重或负担，但我们并不认为这是观看业力的最有效率的方式。**因为处于你们第三密度幻象内是一种巨大的荣幸和荣耀。**在我们看来，第三密度中每个实体在进化旅途上前进的能力，相比将来的密度所呈现给你们的始终要远远大得多。因此，虽然你们密度可能让你在表面上的黑暗中前进，只被你们意识的最微小的光所照亮，但你意识的微小光点能够在这幻象里成就许多，而所花时间比将来任何时候都少得多。**因为那些超越你们幻象的实体发现，能够在那儿完成的工作，其进展在很大程度上取决于在这里、在第三密度幻象中完成的

工作。因此，我们无法欣赏那种要去抵销或移除一己业力的渴望。也许我们误解了该询问。你能够为我们阐明吗？

C：我想你已充分回答它了。它是一个我不清晰的概念，我仅仅想要查明你们的意见。

我是 Q'uo，我们希望在这个领域中已经有所帮助。此刻有另一个询问吗？

Carla：我能接着问吗，有没有可能，消除业力的好类型会是宽恕呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。去宽恕的能力，对于先前对其没有悲悯的事物有了悲悯，就是对此生的疗愈，如我们已听它被说过的。确实，每个实体在其投生中的每个领域中所做出的努力都可以被宽恕的能力所协助，无论是对另一个人的宽恕，还是对自己的宽恕。因为我们发现，**宽恕另一个人与宽恕自己是以一种无可辩驳的方式相互交织着的，也就是说，它们是一**。当你看见另一个实体、感觉到对这个实体的这样或那样的情绪时，这情绪是为你自己而真实感觉到的。因为**每个实体都是你的一面镜子，向你显示自己、同时向你显示造物者的面容**。当你无法感觉到这是正在展现给你的事物时，接下来就会升起无数的情绪，包括你们称为的正面和负面情绪，你把它们都归因于这个实体。当你通过自己个人的工作和坚持不懈而已经能够看见周围世界反映了自己的态度，那时你就能开启那扇通向宽恕、悲悯、仁慈、理解以及真正停止业力之轮的品质的门，并允许自己开始你所渴望的进程：开放心(轮)，好让悲悯被感觉到，不仅仅为了你周围那些人，也是为了你自己，为了造物者，为了周围的所有造物。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：另一个问题。现在正给你们传讯的器皿本周将要写一封信，纠正一些关于 Ra 群体参与星门阴谋的错误。你们想要表达任何意见会在 Jim 实体写这封信时帮到他？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们愿单纯提醒这个实体，如我们提醒每个人一样，所有实体都是同样的造物者的一部分。向那位在每个人之中的造物者敬礼就是一个开始(任何事)的坚实基础。

此刻有进一步的询问吗？

（没有进一步的询问。）

我们是 Q'uo 群体。此刻有我们可以讲述的任何进一步询问？

M：当你在困难时期处事并尝试去尽你所能地度过它，在你跳回狮子巢穴之前休息一段时间，这是否明智？

我是 Q'uo，你的询问在我们看来有足够的道理，以至于我们会说：你已经回答了自己的询问。此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问）

我是 Q'uo，看起来我们已经暂时耗尽了问题，我们将避免发言过久，因为我们不想望让大家过于疲惫；你们已经如此慷慨地将时间和自己奉献给这个寻求圈。我们感谢每一位带来了你的询问和衷心的关注，因为对于那些心智相似的实体，这旅程借由那些共享它的同伴而变得更为容易了。我们是你们知

晓的 Q'uo 群体。我们将离开这个器皿和这个团体，把各位留在太一无限造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny, cT., & S.H.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2000_0416/

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/2000/0416

☆ 第 3509 章集：情绪与灵性进化

Copyright © 2002 L/L Research

爱与光之图书馆

周日冥想 2000 年 5 月 7 日

团体问题：我们今天的问题关系到情绪这一概念。几个月以前 Q'uo 将情绪描述为深层心智的思考，Q'uo 说了一些关于我们如何才能在灵性进化中利用我们的情绪的事情，我们今天想要 Q'uo 在那基础上更多地阐述。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中致意。我们感谢你们呼唤我们来到你们今天的工作集会。能在「情绪以及它们在加快你们灵性和心智进化速率过程中所扮演的角色」这个主题上与你们谈论，这对我们而言是一个极大的祝福。我们很荣幸能够讲述这个主题，但是，一如既往，我们请求你们避免在没有仔细考虑的情况下就跟随我们的建议。因为我们所

要提供的东西是意见和考虑；只要你们理解我们不是权威，我们乐于跟你们分享它们。我们不想望被当作权威，因为我们是你们的兄弟姐妹、和你们一样走在布满尘土的相同道途上。

进化有着无可抗拒的推动力。在各个密度的结构里，都隐含着该密度内每一种能量的每一种潜在完工。在一个由受造的光所组成的宇宙里，微妙处是无止尽的；与此同时，进展通过逐渐上升的密度，这是无可避免、无可抗拒的。每个实体面对的唯一问题是：「我想要多快地进展。」你将会进步，这不是问题；我们的本性必然要进步，就像铁块必然被磁铁吸引一样。可以理解的是，你可能怀疑这点，因为你看见你自身缺乏可感知的进步的一些情况，而且你看见你所接触的那些人明显背离进步。你们在感知到这些背离时，是容易变得泄气的，但**我们鼓励你们每个人，带着确信的勇气来面对这些对于自我和他人的评判感觉，确信一切都在按照一个看不见的计划进行着。**

你们是一点一点地、一步一步地在经验和觉知上增长，你们每个人都走在一条具有强健进展的道途上。我们鼓励你们每个人——随着时间推移——更充分地理解不完美的意义。第三密度并没打算成为这一种幻象：在其中，任何一位有意识的真理寻求者都可以诚实地把自己感知为完美的。**事实上，第三密度经验的设计就是：从头到尾，让每个实体的个人体验都包括「自我稍有不完美或十分不完美」这种自我感知——不是一次，不是两次，不是三次，而是七次、七乘以七次……换句话说，在整个投生期间，这种感知将周期性地出现，没有尽头。**

这似乎会造成沮丧、心情沉重和无望感觉。不过，实际的意图是相反的。你们看，当灵性觉醒时，这个灵性和心智的进化过程就开始加速。在觉醒之前，你满足于掠过生活的表面，仿佛它是一个池塘；而一旦你已经觉醒，你就会觉察到每个当下此刻的深度并被它所吸引。**每个当下此刻的深度、含义、共鸣和泛音都是无限的。在每个当下此刻之中的学习是潜在无限的。通往智能无限的大门就蕴含在每个当下此刻之中。当灵性觉醒之际，它逐渐变得更加能够在每个当下听见持续进来的、远为复杂的讯息交响乐。**

经验所导致的重量可以是压倒性的；典型地，寻求者将会争先恐后地寻找一个方式去控制这个似乎过于混乱而无用的过程。一个想要控制经验的实体的最初防卫会是分析性、逻辑性、推理性的心智。有渴望要去握住经验，把它合理化，并借由分析和逻辑来理解它的运作。一些伟大的宗教系统已经被建立起来，它们鼓励并构建了对经验的智力性、逻辑性分析。例如，我们可以举出佛教、瑜伽、道教这几个包括研究、学习和敬拜的系统，作为那些被主要设计来达成下述目的的系统：在变得能够使自我与自己身上发生的事情和自我所感觉到的事情保持距离的过程中，去利用智力以及推理逻辑的机能。**我们称这条基本的门径为智慧之路。它有很多优势给寻求者，并且，对于那些无法直接与情绪一起工作的人，我们鼓励追寻这样的研究。因为在某种程度上，它真的会加速灵性与心智的进化。然而，智慧之路作为一种一般修行——为了使人印象深刻，我们在此确实过度概括了——它是一条在学习的同时保持舒适的道路，因而消除了第三密度体验的主要推力。**

还有另一条路可以查看这个从经验中学习的过程，那就是[容我们说]开放心(轮)之路或爱之路。这个团体知道的**基督教就是沿着爱之路，进行研究、学习**

和敬拜的系统，它鼓励对情绪的使用。现在让我们看看，为什么它要这样鼓励。情绪究竟是什么呢？

如果你能注视你生命体验的壮观阵列和广度，你就能看见艰难情绪和美妙情绪的一种明确的进展和连贯的踪迹。这两种情绪在生活经历中的突然出现，是在回应此生中的困难和挑战，是在回应自发地送给心的礼物和欢乐——无论是鸟儿的歌声、孩子的笑容、在一本喜爱的书中读到的想法，还是其他任何扩大了欢乐、鼓励了你[作为一位灵性寻求者]之内在信心的事物。通常情况很可能看起来是，艰难的情绪——愤怒、愧疚、悔恨、恐惧、悲伤、嫉妒、骄傲、疏离——占了大多数，而喜悦的情绪则是由守财奴之手所给出的。确实，这似乎是不公平的。**每位觉醒的灵性寻求者似乎都面对着过量的苦难，这有何正当理由呢？**

生命是能量。生命中的进展是在能量中的一种转变。你所做的每一件事，你思考的每一件事，都创造了一种特定振动的能量；你生活中的所有这些能量变化和交换过程，其总和代表了一个具有某种强度的能量系统或能量场。**对于一位正在追寻智慧之路的已觉醒的寻求者，这些能量以自发的方式移动，并且该寻求者的目标或多或少是允许这些能量继续行进。这允许寻求者保持相对的平安和舒适。然而，这也在转变过程中制造了僵硬和阻力，并且这是我们切入何为情绪(这问题)的地方。**

如果智慧之路包含一个线性结构，于是一个人能够跟随自己的诸些进程并符合逻辑地谈论它们，那么这也使能量保持在那些较高的脉轮或能量中心之内。**与智慧一起工作不是与心或与那些较低的能量一起工作，而是主要与靛蓝光芒以及——在某种程度上——蓝色光芒的能量中心一起工作。虽然以这**

种方式做意识内工作也是好的，但它有些不平衡，因为它不鼓励能量流过整个系统，而是使能量保持在那些较高的脉轮中。相反地，当一个人采用开放心(轮)的方式来工作，此人就恒常地面对自我的整个光谱，从最低下最原始的情绪、生存的渴望、性繁殖的渴望、对食物和安全的渴望，向上贯穿整个系统，触及所有能量中心，上升到靛蓝光芒的高度，但一次又一次地以心为跳板。因此，与其进入较高脉轮、并把对它们的依赖维持成一种稳定状态，在爱之路上的寻求者放下了对于在较高能量中心内工作的偏好；已经接纳自我为一个完整的能量系统，已经把「停留在较高的能量中」这一目标重新配置为「加速那股贯穿整个系统的能量之流」这一目标。开放心(轮)的兄弟姐妹们，没有采用一条安全但多少有些臃肿(turgid)且流动缓慢的能量精炼途径，而是尝试如实地接受整个自我，单单凭着盲目的信心以及自我接纳和自我宽恕的过程，来祝福、原谅、救赎、转变每一种情绪和知觉，接着把它献给太一无限造物者。

这会鼓舞、激励整个能量系统并使之富有生气。它就好像是一辆汽车的主人开始以那样一种方式检验引擎的性能，以致于引擎开始烧掉那些来自阀门的碳。智慧之路收集着残渣[容我们说]——那些不易于从智慧之路来处理的、阀门上的碳。与之相比，爱之路是一条喧闹无章之路，但在使用身体、心智和灵性的能量系统上，它也是那条快速且更干净的路。因为那些情绪——也就是对催化剂的回应——是位于[你们心理学家所称的]无意识心智内的深层而纯净的能量河流之影子、象征；或者随着一个人的进展，那些情绪越来越多地成为那些河流之菁华。在意识根部蕴含着纯净情绪的河流，它们如同宝石一样，完美且有规律地从无限制的能量之白光中折射出能量染色；这些染色被称为情绪，它们表达了造物者先前已学到的、有关于祂自己的菁华。这些菁

华就如同寻求者在经历催化剂、遭遇困难、面对挑战时撷取到的伟大真理，无论撷取的过程有多么不完美、多么扭曲。

每个人都感受过那些时刻：一件微小的事情触发了一场情绪大洪水。当这种情况发生的时候，它是从自我到自我的一个优异信号：这里有个礼物，也许它被不完美地看到，但那是真的。那礼物作为一个已完成的东西、作为某种被感觉到的而非被创造的东西进入经验当中。**情绪是无意识的或较深层的自我给予显意识自我的讯息。现在，这些讯息有各种各样的层次，而且这些情绪也有各种各样的层次。这不是一个简单的练习：进入自己的情绪，并尝试对那些情绪之心获致一个更深入的理解，不只是什么事情触发了该情绪，还有它实质上是何种情绪，它代表了怎样的挑战。在这方面，考虑一下肉体的能量中心，经常是有帮助的，因为困难情绪经常能够被放置于某些能量中心，并能被看成是讯息、在向心表达着一种需要——也就是需要以某种方式来与这些情绪中让人心烦的方面一起工作，而且这种方式可以平衡并澄清这些感觉。因为每个情绪内都含有更深刻的真相。处理情绪的关键是认识到：绿色光芒能量中心或心轮是情绪的基座，容我们说。**

在没有进入心轮的情况下，一个人如果试图从受阻的负面情绪所源于的那种能量去处理这些情绪，那么几乎就没有自我宽恕的机遇或机会。因此，虽然「把这样的负面情绪评估为可能源于某些能量中心」这做法很重要，最好还是在与这些实质性的能量节点[也就是情绪]一起工作之际采用该模型：**保持能量流动，一次又一次地流进心轮，并安住于那种被称为信心的主要情绪。**

有一口深入的情绪之井，其基本目标就是将所有实体都移入无条件爱之中。你们的灵性旅程就是无可阻挡地移动靠近无条件的爱。无条件的爱是最普

遍、最强大的情绪，并且确实就是一切万有。换句话说，理则本身，那一个伟大的起初思维，即是一种纯净的情绪。精确地说，它不是一个想法。一个想法是线性的。一个情绪是全球的、普遍的、圆形的、三维的。它不会攀升。它滚动。它不会掉落。它持续地滚动。没有事物能够耗竭情绪之力。确实，为了能够毕业进入爱的密度——也就是你们的下一个经验——每个人都必须进入情绪。

因此，**在我们看来，更有效率的就是去选择那条心之路，并看到与困难一同工作的目标不是在于取得快乐、平静或满足，而是单纯在于持续地加速灵性和心智进化之步伐。开放之心的能量是开放式的。它不会依附一个结果。它单纯寻求自我更大的开放状态和更大的能力，以允许这些升起的能量去做精炼火焰的工作。在爱之路上拥有信心的寻求者，不管遇到什么事情，她都将能够安然度过；不管各式各样的困难造成多少折磨和痛苦，她都能够利用这些困难来精炼那些上升到(显)意识的情绪河流。**

相比于寻求智慧之路，寻求开放心(轮)之路是更颠簸、更崎岖的旅行。在这一条路上，你需要在没有证据、没有理由、没有逻辑的情况下祈请信心，既不试图为苦难找理由，也不试图靠超越苦难来消除苦难的力量。毋宁，开放心(轮)之路是易受伤之路，在面对强烈的、有时痛苦的感觉时，保持开放和脆弱。不过，因为它将不完美的自我身份在其所有的自相矛盾中视为一个美丽又完美的东西，它对你们的密度而言是更为明智的道途。一旦你已经学会无惧地爱，带着一颗开放且不设防的心来面对每一刻，(将来)会有足够时间去学习智慧。

这个实体经验过悲痛与爱这两种纯粹情绪；对此，它拥有有意识的知晓。这两种体验都永远不会被忘记。**当寻求者触及一个情绪的核心，它会纯净地起共鸣，这是改变一生的事件。悲痛曾毁伤这个器皿，而在它体验到纯粹悲痛之后，悲痛再也不会毁伤它了。我们可以说，对于每一个情绪的色调、对于每一条纯净菁华之河流的每一条支流都是如此。**

当你们每个人在艰难情绪的重担下蹒跚而行，我们只会请你们思考：关于你的投生体验，什么是你基本上相信为真实的？如果你相信自己的人生是有意义的——我们真的相信是如此的——那么你就能看见每个艰难情绪都是自我给自我的礼物，而该礼物关乎自我此刻正在处理的事物之真相，以及它与内在更深层的真相之间的关系。若寻求者能够相信生命有其意义，那就有一种信心可以被呼唤，那种信心说：「我的生命确实有意义。这些困难在这里有个原因。它们是我学习度过这一刻的方式。」然后，该寻求者就有个理由去工作这些挑战和艰难感觉，允许甚至鼓励它们流经该能量系统。

下述做法可能有帮助，如同它对这个器皿有帮助，也即把心考虑为一个包含神明的座位，于是这些被带到心上的情绪有地方可安放，接着在这里奉献给太一无限造物者；因为**很多时候，情绪是压倒性的，除了将它们奉献出去之外，实际上没有任何方法对它们做任何事情。但是，如果它们是在信心中被奉献出来的，这同样是处在心轮中心、跟各种情绪一起工作着，并且是完成得很好的工作之一部分。**

这个器皿正在告知我们，我们需要结束我们初始的讯息了，接着我们就这么做，希望我们已经给了你们某种思想的食粮，也给了你们某种安慰，还有一

些资源。我们会在此刻把这个通讯转移给 Jim 实体。我们是你们知晓的 Q'uo 群体，带着感谢，在爱与光中离开这个器皿。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在此刻，我们很荣幸提供自己、尝试去回答在场者脑海中可能留有的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

R：我有两个。在你们的谈话中，你们说通往智能无限的大门临在于每一刻之中。你们可愿换些其他言语来陈述那点，好帮助我找到进入它的入口？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。借由那个陈述，我们的意思是：每个时刻不只包含着爱，还有完美。假如一个人要去探究所有把自身加入到那段时间[你们称为当下此刻]之中的能量，假如你能够探究你自己一直到那个瞬间以前的经验，那么任何这样的瞬间都会提供机会给你去接触太一造物者、体验太一造物者的完整临在。因此，对催化剂的使用是那个变量，它把下述机会或多或少地提供给每个实体：去领悟每个瞬间中包含的完美与爱。因此，**如果一个人能够充分利用呈现在一个人面前的催化剂，那么在一个人能够做到这点的任何时刻，通往无限的那扇门就会为你敞开。**

有另一个询问吗，我的兄弟？

R：是的，我还得好好思考它。另一个问题是关于你们使用的另一个术语，那就是纯净的情绪，我想要请你们以其他方式来重述它。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。纯净的情绪与我们在回答你第一个询问时所讲的内容密切相关，这就是在利用日常活动给你提供的催化剂之际，你们每个人所经历的解开纠结之过程。当你能够看见催化剂起源的位置、看见它对你产生的影响、看见你对它的回应、看见你先前已做出的那些回应——这种去看见你的经验性质的能力，也是那个去解开那些[也许以令人混淆的方式]熔接在一起的情绪的过程，于是你就能够从嫉妒、失望、疑虑、快乐、狂怒以及所有可能成为你经验的一部分的各种源头之中将愤怒分别开来；于是当你发现你的感觉的那些源头时，你将会找到构成你生活结构或织锦的各种纤维，你将看见每种情绪扮演怎样的角色。一种纯净情绪是独自站立的，就其自身是纯粹的，在你的存有中拥有一个源头和一个效果。它不与其他任何情绪调和在一起。它不与其他任何情绪混淆在一起。它本身就是一个物自体(Thing in itself)。

有另一个询问吗，我的兄弟？

R：这种纯净情绪是爱与光[也就是宇宙]的一种映射吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的建议可能进一步混淆你，那就是：在把每个人如此珍视的爱与光体验成每一位所共享的经验之根本部分的过程中，纯净情绪是作为那种位于个人内在的、如此基本的感觉而发生的，以至于一个人能够看见这感觉的衍生物、它的源头、它的目标、它的效应、它在一个人内在的持续临在。有一种满足来自于如此看待情绪，它将确实向你映射出额度增长的爱与光。然而，纯净情绪是一种喜悦，容我们说，因为在它的性质方面没有混淆了。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

R：没了。谢谢你们。我不介意被混淆，我感激你们尝试以言语来讲道理。那是很困难的。

我是 Q'uo，我们也感谢你们，因你能感知我们每个成员在言语描述体验上遇到的困难。

此刻有另一个询问吗？

Carla：P 交给我两个问题，我想要朗读一下：「2000 年，不知怎地，在我心里撞开一个开关，让我一直在乘坐情绪的云霄飞车；我不知道这些深沉的焦虑感从哪里而来，但我会说，它们堵住我心中的爱。在这期间抗焦虑的药物似乎开始见效，带给我不少急需的缓解。」

我是 Q'uo，我们相信自己掌握了这个询问的特性。一个实体对于一个事件或一个人或诸如你们编号为 2000 的年份的各种感觉，可以被如此重视这些感觉的该实体所探究，好看见自己给了它什么价值。那么，注视你的内在，去看见这个年份、这个事件中对你有意义的每个面向。如果可以的话，用纸和笔剖析它。检视该作文、这种将你可能并未有意识觉察的内在意义驱赶出来的过程。列出一份清单，看看你觉得这个 2000 年有哪些独特品质，并在每个品质旁写下你的情绪回应，也就是你对这个品质有何感觉。当你接下来进入冥想时，把这个列表带入冥想中去考虑。深入地检查每个品质、每个情绪反应，并深入检查它们的总和。然后，你自己将找到那些触发物，它们在你的心智和情绪能量系统中、也许还在灵性能量系统中打开了现在流经你的情绪

急流。随着你能够解开情绪和体验的各种来源和品质，然后你就能够更清楚地看见你赋予这个事件的能量，以及它对你产生的效应。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：有的。他的第二个问题：「我也想问一下，众行星在 5 月 5 日对齐，这可能产生怎样的效应，会不会影响一个人的情绪？」

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们会推荐相同的程序也被使用在这个事件上，因为我们每个人都借由我们对特定种类的事件、体验、人群抱有的期待，创造了我们经验的质地。我们大家内心都有自己附加在某些事件上的[容我们说]先入之见。那些属于天文上、星象学上和形而上方面的共同运动的事物，将许多强大的能量调和在一起，只有我们能为我们自己描述这些能量。因此，我们推荐这个实体利用相同的程序来探索这个正在经过的事件的价值。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：我想跟进 P 的问题以及我和 M 在通灵冥想前展开的谈话，它们有个共同点，涉及你们稍早在「祝福、宽恕、救赎、接纳并转化那些艰难情绪」这方面说过的内容。我稍早对 M 说：「你必须照顾好自己，因为没有其他人会对你有快乐的心感兴趣。你必须在情绪上支持自己的工作和安全。」我想知道你们能否探讨这一点。我们如何支持自己呢？我们在处理诸如焦虑之类的艰难情绪时，如何给自己带来疗愈和安慰呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在你的冥想中——这再次是我们对于如何探究情绪的建议，也就是去使用冥想——查看你所拥有的那些感觉，因为它们本身就是有价值的。它们是你当前体验的温度，容我们说。每种情绪都可以被视为一条小路、一条丝线的一部分，它将引导一个人富有成效地找到体验的价值。一个人在任何特定时刻所感受到的情绪，都会给此人一个场所来评估在生命模式中正发生的事情，看见自我对自我的真诚且自发的反应。接下来，当一个人能够在平衡过程中利用这些情绪，一个人将会找到它们的相反面正在发生。因此，**若你能够(在想象中)重温一个发生强烈情绪的情境，并在冥想状态中看着这情绪发生，自由放任它，变得与你所能想象的一样大，那么截然相反的情绪就有机会在冥想状态中出现，于是你开始感觉到关于特定情况、某人或事件的另一种方式。然后，允许这种截然相反的情绪变得尽可能庞大、尽可能地强力。当这个过程已经完成它的成长和对你的呈现时，接纳自己有这两种方式，好让造物者借此认识祂自己——在你之中、也在你的经验中。因此，你已经给造物者教导了你在该情况中所学到的事物，而且你把自己存有中的自然情绪的更完整表达看成是了解你内在的造物者的一种手段。这样，与每一种在你身上留下印记的情绪一起工作，你就能够看见你存有状态的完整范围，看见情绪每个面向的适当性，看见每个情绪指向存有的中心，于是最终对每一个事件只有一种情绪，那就是悲悯、爱、宽恕、仁慈、理解——所有那些无条件爱的品质。**

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：只想总结一下，那么所有的情绪，造物者所有这些纯净的河流，都流入爱或起源于爱，或者是爱的衍生物，或者是爱的变貌？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，也觉察到你在提问时所做的每个观察都很准确。因为一切的确来自爱。一切都在爱中存在。一切都被指向爱。受检视的生活是这样一种生活：随着每种情绪流经你的存有并指向每颗心，能够不时地在检验、平衡并接纳每个情绪的过程中瞥见这个真理。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没了。谢谢。那是一个美丽的讯息。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你。此刻有最后一个询问吗？
（没有进一步的询问。）
我是 Q'uo，因为看起来我们已经耗尽这次工作集会的各种询问，我们将再次感谢每一位邀请我们加入你们的冥想集会。我们对于每一次这么做的机会都充满喜悦。此刻，我们将离开这个器皿和团体，把各位留在太一无限造物者的爱与光中。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny, cT., & H.S.

中文出处：
http://yidefaze.org/lllib_2000_0507/
英文出处：
https://www.llresearch.org/channeling/2000/0507

☆ 第 3510 章集：服务或侵犯

Copyright © 2002 L/L Research

爱与光之图书馆

周日冥想 2000 年 5 月 21 日

团体问题：我们今天的问题跟服务他人有关，我们想要某些指导方针，关于我们什么时候实际上是服务他人的，什么时候已经走得太远而侵犯了一个实体的自由意志。

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务之中我们存在。我们感谢你们呼唤我们来到你们的寻求圈，并询问我们关于服务他人的边界以及自由意志等有趣问题。一如既往地，我们会请求你们每一位都使用他或她的分辨力来判定：在我们的看法中哪些可能跟你有共鸣，哪些需要丢开。我们信任每位寻求者的分辨力，如果你们每个人确实能把那些听起来不真实的想法留在后面，这对我们会是一种服务。因为，这样的想法以它们自己的方式是一种微妙的侵犯，而我们不会想望那样。权威本身就有冒犯的铃声，我们想要从自己的言语中消除任何属于权威的污点，因为我们并不觉得自己有任何高过你们的地方或觉得我们比你们更有智慧，毋宁说，我们单纯觉得自己有更多经验。我们乐于跟你们分享那份经验以及一些想法，但如果你们愿帮我们这个忙，我们会极其感激。

在这次冥想前的讨论中，帮助他人与侵犯对方自由意志之间的分界线，被注意到是或多或少可变动的，或者看起来是可变动的；我们会衷心地赞同。确实，对于你们密度中的很多人而言，在可采取的、任何种类的行动当中，几乎没有行动不被视为是一种对自由意志的侵犯。每位寻求者，或者[容我们更

一般地说]在你们星球上的每个人，无论她是否正在有意识地寻求，其性格与气质是完全个人性的。有些实体——由于那些被他们带入此生的天赋，以及那些已助他们形成看法的经验——很可能觉得所有本意要帮助他们的建议全都过了界，而且完全没有用，反而是干扰。

你们密度中另外有些实体，如果他们的所有决定都是别人替他们做的，或者别人在做这些决定时很大程度上把他们放在了心里，而他们不必然有强烈贡献，那么他们就特别高兴。对于这样的实体，几乎没有任何被他人视为有帮助的行为会被视为对自我的侵犯。这是由于该实体感觉到，他的意见没有价值。所以，明显地，没有这样一条随意的理论界线，跨过这条界线将会是个侵犯，而在这条界线之内就不会是侵犯。**对于每个你与之打交道的实体，关系的边界和可能性将是独特的。**

我们给这个器皿提供了那首开场歌所唱的、关于「船只驶向大海」的图像。就灵性意义来说，我们每个人——包括我们和你们——都是徒步旅行者，我们脚下好像远远更多是由水组成而非由土组成的媒介，因为没有已经铺设好的道路。除了六分仪和其他导航仪器标明的路径以外，海洋的无路荒原里没有路径。在多云的晚上，这些导航辅助可能失效，每位寻求者常常像是缺少有用的方向舵的船只。你渴慕旅途的终点，渴望家乡，但在这个特殊时刻，显意识觉察不到该怎么到那儿，该采取什么方向，或如何为海上的天气做准备。如同那首歌所说的，每个实体在这种意义上都是一个陌生人，都是一位跟随心之渴望的单独实体，正在尝试走完面前的旅程。在这个基本环境中，信息如金子一般贵重，而且就某种意义而言，当一个想望朝服务他人极化的实体尝试去服务另一个实体时，该实体就是在给一艘友好的船只提供信息——关于路况、天气、星象状态及回家方向的信息。提供的帮助可能是很物质

性的，也许是路上要吃的东西，或者供寒冷日子或海上过夜时用的温暖被子，或者某种补给或货品礼物。以这种方式，在有记录和未记录的历史上的无数个世纪中，父母们一直在一轮持续的货品和补给的能量运动中帮助自己的孩子。双方基本上把这种帮助看成是纯正的服务礼物，并感激它，没有人将它视为一种侵犯。

如同从朋友到朋友或从老师到学生那样的信息礼物，当然能被大多数在无路的大海上的人，看成是真诚有益的礼物。我们会把诸如天气、星象等等的信息，放在这个类别里。对于在海上与你一道航行的其他人，你们每个人常常有很好的意见。**至于怎么区别你的服务他人是很适当的，还是延伸进入侵犯(领域)，一个关键问题显然就是：考虑旁边船上的陌生人，是否真切地请求这类信息。**如果是物质的需要，那就比较容易看到并满足它；每个人都有相当清楚的知识，知道在投生期间把身体与灵魂保持在一起所需的东西。

那种超越家庭的捐赠，也就是这个器皿所谓的慈善捐赠，也属于这类礼物。你们可以看见，这种行为没有侵犯，只是设法向没有必需品的人提供它们。**当一个人想要给的礼物是意见和信息时，「给得合适还是过度」就经常变得不那么清楚。所以，如果你内在觉得对于这一个意见或想法的礼物不确定，那就问自己该问题：「这个人向我请求过这礼物吗？」如果这个实体确实请求过这种信息，你的立足之地就非常安全。对于他们想要的知识，你可以尽情给出你拥有的信息和相关的想法。**

当信息和观念没被请求时，那么问自己以下问题是很好的：「如果我的想法是一把种子，我想最先播种的是哪一粒？」 因为你可以将另一个人的意识场考虑为一块土地——这块地能够接受一些观念，而且如果那些观念被那个人

提供了那种能使观念成长的兴趣和营养，这块地还能产出或创造新生命。撒播一粒种子，这样做几乎总是位于公平合理的范围之内。试图在整个田野上遍植别人未请求的观念和意见，在大多数情况下都将被看成多少带有一种侵犯。

关于一段人际关系是否已经被侵犯，当有这样一个问题的时候，我们强烈建议清晰和诚实的沟通。这个器皿在早些时候说，清晰沟通是一项礼物，当沟通涉及令人不舒服的题材时，这份礼物常常不容易送出，也不容易接受。然而，当两个实体能够清晰沟通时，他们就能一起在侵犯方面为自己判定实际情况。因为，在服务与侵犯之间的那条线被画在什么位置，这完全是一个合约，它对于双方而言是独特的。

也许每个人可以献出的最大礼物就是自我。灵性觉醒的实体特别渴求志同道合的伙伴。即使是在一艘航行于海上的敞舱船(open boat)中，如果自己周围有一个由小船组成的小船队，所有小船都航向大体同样的目的地，从而可以一起航行，并用补给、信息和菁华而彼此帮助，那会给人安慰。自我的菁华正是那最伟大的礼物。肯定地，当寻求者找到志趣相投的伙伴，可以互相提供一种有帮助的临在时，这当中有巨大的理由感到欢欣，因为超越任何以实物或意见的形式送出的礼物，自我送给自我的礼物焕发出全然的美，其纯度是任何外在礼物都无可匹配的。

寻求者撞上了大好运而遇见这样的伙伴，真是有福的。有些人由此建立了丈夫和妻子的伴侣关系。有些人感觉到巨大的形而上吸引力，但这种吸引力建议的不是共享生活，而是共享友谊，这种关系更松散，搭配更宽松，但它可以提供巨量的自我菁华，就像令人难以忘怀的芳香，不可能在任何其他地方

复制。这种独特的自我香气，也就是老朋友的菁华，多么让人感激啊！遇到新朋友的人，觉得自己多么幸运啊！这种朋友让你感到自己多么有天赋、多么受珍惜啊！

我们鼓励每个人超越任何关于「分享观念或补给」的概念，而寻找(多种)方式来分享自我，寻找(多种)方式来分享存在状态。在一个根本的层次上，仿佛大自然的整个造物早已在一个非常强烈的层次上正分享着其存在状态，毫无保留、没有任何疑虑与恐惧，而在所有时间都奉献了自我的全部、所有的色彩、所有的繁茂、所有的壮丽。这绽放只会持续一小段时间，而这对于那花儿或树上的繁花都不重要，重要的仅仅是它今天在那里可以在空气中振动，在风和阳光中啜饮，并与周围所有生命分享它的香气。**这也是你继承下来的财产，你要献出的显化性礼物：你的气味、独特的芳香，你凭借想法、感觉和经验而创造出来的东西——那是一种振动，跟任何其他人的振动都不同，它使得你的朋友们微笑。你们每一位都多么被[欣赏每个菁华的]造物者和[欣赏你们每一位的]那些实体所珍爱呀！尽你所能地去成为你周围所有实体的欣赏者吧。也许你仅仅借由你的表情或笑容而显示出你正在充分地进入与另一个人同在的时刻，但另一个人会感测到你的礼物之深刻性。奉献自我的菁华有一个独特之处，那就是它无法侵犯。自我没有言语，没有必要条件，也没有需求。临在就是完美的礼物。**

我们会在此刻把这个通讯转移给名为 Jim 的实体。我们极其感谢这个器皿和团体呼唤我们，我们想要进一步回答任何你们此刻会有的问题。所以我们在太一造物者的爱与光中离开这个器皿，并转移到名为 Jim 的实体那儿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。我们很荣幸在此刻提供自己，以尝试回答在场者可能向我们提出的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

S：我过去问到过我们的女儿。感谢你们当时的言语。它们是有帮助的。我另一个朋友是一个接管者(walk-in)，这位朋友提到我应该开放并更多地分享，否则我可能发展出癌症。我已经在腹股沟的位置感到隐隐作痛了，我一直被它们绊倒。你们能否告诉我关于这些疼痛的事情以及我需要做什么和关注什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的确为你重新加入这个寻求圈而感到振奋，因为跟每个带着问题和开放之心而来的人说话，都让我们十分荣幸。我们祝福并再次欢迎你。

关于这些疼痛的特性以及那些你在肉体载具健康和健全方面的问题，我们会认为你确实是很健康的，因为你用来在这个幻象中四处移动的肉体载具拥有自然的健康。然而，**借由把那些处在怀疑形式中的问题提供给较深层心智，一个人能够改变这种健康。一个人能够借由这样的疑虑和恐惧而侵蚀自身健康，尽管这侵蚀通常不是显著的，但肉体载具将会回应心智的操纵方式。因为肉体载具的确是心智的创造物。因此不仅仅要去肯定一个人的健康，还要去声明它、活出它、操练它，满载着健康向前走。**我们会推荐你歇息于下述知晓中：即你的肉体载具会如同你支持它一样地支持你。你已感觉到的疼痛并不是后果。毋宁说，它们是期待的应验，更具体地说，它们是在当前时

刻、在其自身没有实质内容的恐惧的应验。因此，我们推荐的是正面肯定，那会消除疑虑。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

S：是的。在一个世界性事件的舞台层次上，(古巴)小孩埃连(Elian Gonzalez)看起来成为数百万人的一个催化剂。幕后似乎有着比正被报导的内容更多的事情在发生。关于正在演出什么内容上，你们可否分享自己的观点？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。包围着这个年轻实体的戏剧就是每个人感觉它所是的事物。再次地，那些观察这个事件的实体，其心智将看到自己想望看见的东西，将看到自己被告知去看的事物，并将看到比现实可见更多的东西。因为心智的确是一个观察与信息的强大源头。有多少关于这个事件的说法，就有多少这个事件的情况，因为当它被说出来的时候，它就在那儿了。我们观察这个年轻实体和许多已被放置在公众视野中的实体，我们看到很多实体的大众意识需要这个年轻实体来聚焦，以便讨论和描述在这个年轻实体的两个世界中可找到的生活方式的特质。对于你们行星人口中的许多人而言，家庭作为支持、滋养、教育和指引的基本单元，其本身的特质已经承受影响力上的重大损失，容我们说。很多人愿意让政府力量、政治力量、经济力量、社会机构从家庭拿走本来属于它的责任。类似于名为埃连的实体可以为某些人起到焦点的作用，这些人需要把关切的话题带入自己的心智中。这样的实体就像避雷针似的吸引大量公众能量的注意，然后通过让公众能量表达出来，为很多人提供一条途径，不只让这些人用这条途径来表达情绪、想法和意见，还有可能让这种讨论改变这些人的生活模式——视他们讨论时的热情而定。因此，世界舞台总是向每个实体提供各自所向往的任何

东西，因为如果你观察每个情况中出现的意见和反应，你就会发现其范围的确宽广，而且一个人可以挑选对自己的领域有重要影响的区域。挑选以后这些领域真的就对自己很重要，因为你会使得它变得重要。这就是公开解释、展览等等所具有的价值。每个实体都可以从中获得对自己有价值的东西。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

S：我们先前谈论到萝拉(Laura Jadzick/Knight)她对于《Ra 资料》及其周围的事件持有的一个意见。这似乎是另一种情况，在其中人们能诠释并从中拿取他们想要的事物。某些评论是古怪的。我想要知道你们对它的反应。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们如实看待所有这样的意见表达。一个人能想象到多少，就有多少意见，也许还有更多。确实，如 Ra 群体在已出版的《一的法则》中提到[1]，有很多人觉得这部作品是属于恶魔的。很多人觉得它是天使般的。很多人觉得它具有重要性。很多人觉得它毫不重要。再次，这全是意见。每个人都将从自己所见的内容当中拿取自己所见的内容。每个人的旅程在其本身都是有价值的；无论他们以什么方式塑造那条旅程，无论他们借由不管什么意见来编织它，这就是他们的旅程。这就是对他们合适的事物。该重要性是否被任何其他人所共享，并不要紧。
编注：这里可能指 67.11。
此刻有另一个询问吗？

S：现在没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要询问关于我低落的能量层次。如果你们不能回答，我理解，但我正在尝试照顾自己，但我并未很好地做到。我感觉上一周比以前更糟糕了。我深深相信我正在做的事情，并且经常期盼在写书项目上工作。但我似乎正在做过多事情。在关于如何平衡自己、重新供能给自己，你们有任何给我的提示吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们察看你表达的这个话题：你觉得自己耗尽了能量；由于这个观察，我们建议你最好休息几天，不要让自己做任何重要的事情，尽情享受可以带给你休息的任何事物，让你的心智、尤其是你身体和灵性的能量重新充电，从而得到可以再次呼唤的(能量)储备。我们觉察到你每天都有一些例行职责，我们推荐你以简短方式履行这些职责：要么忽视它们，要么给每个实体简短回复，写信告知他们你需要休息。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：你们能否告诉我，三天休息会是足够的？五天呢？

我是 Q'uo，这将是你的决定，我的姐妹。当你能够休息了，接下来在关于你要如何恢复的方面，只有你的判断才是重要的。

此刻有另一个询问吗？

Carla：没有。就是那样了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你。此刻有另一个询问吗？

S：德比和瑞克涅斯赛马已经跑完了。你们(赌)的马赢了吗？

我是 Q'uo，我们觉察到这个器皿在 27 次尝试后，终于能够拣选到一个赢家。我们一起为他的成功而欢庆，如同我们为你们每个人的成功而欢庆。

S：那么在贝尔蒙特(马场)锦标赛，你们选了谁？

我是 Q'uo，当劣势方(underdog)获胜时，我们是高兴的，但我们看到在这场比赛中没有犬。所以，我们会对发生的无论什么结果都感到满意。

此刻有最后一个询问吗？

（没有进一步的问题。）

我是 Q'uo，我们与你们每一位一同欢庆，我们从你们共同寻求时所找到的欢笑中得到很大的乐趣。加入这个寻求圈，我们总是感到荣幸。我们觉察到这次集会将是你们一段时间中的最后一次包含通灵面向的工作机会，我们希望每一位都记住，在你的寻求中有我们同行，不管我们是否只在内心出现。你唯一需要做的就是在心里请求我们出席，我们将乐于加入你们的冥想。我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我们现在离开这个器皿和团体。我们把你们每一位留在太一无限造物者的爱与光中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny, cT, & S.H. with special thanks to 元音

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2000_0521/

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/2000/0521

☆ 第 3511 章集：觉醒的时机

Copyright © 2002 L/L Research

爱与光之图书馆

周日冥想 2000 年 9 月 10 日

团体问题：我们今天的问题涉及觉醒的时机。每个人似乎都有一个时间和一种方式来更多地领悟到人生体验的本质要点，并似乎都有意识地变得渴望去更多地学习加快它，渴望去成长并真正地掌握事物。关于这些觉醒的季节，我们想要 Q'uo 和我们谈谈：我们如何才能与它们合作、培育它们并与它们一同工作——不仅是在我们自己当中，也在其他人当中。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中我们存在。受邀参加你们的集会是我们的大福分，感谢你们把这个寻求圈作为你们灵性实践的组成部分。我们知道你们每个人都牺牲了某些事情，从而把时间花在这种对真理的探寻上；我们感谢你们，因为这确实使我们能够如我们所希望的那样与你们分享我们的服务。因为我们到这儿来，就是为了向那些想望考虑另一种声音的寻求者提供服务。

我们请大家仔细地了解到，我们不是权威人物，而真的是走在同一条灵性道路上的兄弟姐妹，都在寻找如何解答相同的奥秘。我们乐于分享一些想法，但是，一如既往，我们请求你们丢开那些可能变成绊脚石的意见，只带走对你有用的想法继续前进。**我们会鼓励你对自己可能听到或读到的所有来源都练习这种分辨力，因为权威确实居住于你的天性与你所需的东西之间的共鸣中。当你遇见自己的个人真理时，它带来一种不会弄错的共鸣；我们请求你相信那共鸣，而非某个外在权威，不管它多有说服力或多强大。**

你们在这个下午问到**觉醒和改变**。既然在这个主题上有数个讨论层次，我们会选取比较一般的层次作为开始。我们会讨论**投生课程**这一基本概念。改变的机制多少是周期性的，而且就灵性而言，这些机制源自于那个在投生前对自我及对投生课程进行安置的层次；自我、高我和其他指导灵在(你)投生前设置好了这些课程。每个目前在行星地球上投生于肉体中的人灵，在投生前都在下述选择中拥有大量发言权，即选择自己想望在即将到来的人生中专注于哪些「爱的课程」，以及自己可能能够专门分享哪些外在服务。

当这一生开始之际，对于「选择人生的基本主题或课程」这过程的记忆就被消除了。面纱降下，接着在完整的遗忘和天真之中，这在肉体中的孩子便带着一个命运出生了；这命运在某个程度上是完整的。然而，这命运不会废除自由意志。因为正是这个实体——在面对它曾选择提供给自己的人际关系和催化剂之际——所做出的那些选择，将创造出那些将贯穿整个人生模式被跟随的实际扭曲。结果是，相同的人际关系和情况可能在三个不同时间发生，但如果此人处于三个不同的心智状态，相同催化剂可以带来三种不同的结果。这基本上就是贯穿一生的改变之结构了。**人生课程的一个主题或两个甚至三个主题，将会重复出现，它们带出与一个或另一个「爱的课程」有关的**

素材；这个课程，对于投生中的人灵而言，在某个程度上变得熟悉了。每次重复都让该课程变得更清楚一点。至少这是你们在投生前所期待的过程。

实际上很多时候，一个处于困境中的人可能会选择去觉得：有过错的是关系或情况，而非自己需要去注意关系或情况。结果是，由这位粗心的思考者所选择的解决办法可能是离开这关系或情况，想着另一个人或另一个情况将会改正错误的事情。只有当这个模式在跟另一个人的关系中再次出现，或者另一个情况的发展引出相同的主题时，你才可能开始感觉到：这里面也许有一个主题，并且这个主题可能是值得注意的，以期学习这功课、获致所渴望的学习并能够前进到更有趣的课程。这就是灵性演化的一般方案；它是位于无意识层次上的，是被设计来在那个人就灵性而言沉睡之时起作用，而且被设计得非常易于受到下述影响，也即被已觉醒的人所加速。

现在让我们谈谈这情况：作为人灵，有些人还在沉睡，有些人已经觉醒。此时进入地球层面的每个实体，都希望从这个密度毕业。**此时已取得投生的每个实体，都只需要多一点点的努力，就有能力表达对于爱和服务他人的足够完整的认识，以在此生(结束后)从这个密度毕业。**在每个情况中，人灵——每位实体之所是——在投生前都真实地希望可以取得进步、巩固毕业的能力，也就是接收和传送无限造物者之光的能力。

然而，如我们说过的，**一所仅仅依赖信心而非知识的「生命与爱之学校」，其计划的一部分是，所有能被证明的、关于灵性实相的知识都被从显意识心智中移除了，这样，在投生期间，你们每一位之所是的灵都面对一趟旅程——严格说来，那是一趟信心的旅程。除了主观经验和从主观思考得出的主观结论以外，真的没有任何别的办法可以证明灵性原则。换句话说，不可能有**

客观的灵性证明；这是一个受保护的幻象，在其中，只有信心才能带领寻求者穿过(它)。每个人在投生前设置的命运机制，将会把巨大的困惑和麻烦，定期地带入每位寻求者的能量样式中；并且它将设法以一种机械性的、相当不精准的方式，把人的思考从头脑移到心，从智力移到开放内心之爱；这方式也许有效果，也许没有，取决于某种无法被教导、被带来、被预测、被鼓励或被操控的东西，也就是每位在地球层面中的个人的那个合适的预设闹钟。

住在此生身体中的每个实体，都已经为自己的闹钟设置了特定的触发时间。现在，很多人碰到触发的时间却不想醒来，而是按下延时按钮，回去接着睡。这种倾向在某种程度上可以被操控，但是，**关于那位寻求者将在何时实际地醒来，我们推荐完全让每位寻求者自己决定，因为它确实是一个觉醒的过程**。仿佛地球上的实体们诞生进入了某种梦境，他们能愉快地做梦，一路从摇篮做到坟墓。然而，有一种可能性，也就是从这个梦境层次中觉醒，进入一个更高的、更为包含一切的梦境层次；该层次包含更多的光和所谓的实相。在这个觉醒状态中，可以看见：**这场投生不仅仅是有关「某个人一直工作到进入坟墓为止」的日日夜夜，而且还是不受时空束缚的永恒公民们在肉身中的各种冒险。**

变得自我觉察到自己是一位永恒的公民，这是意识内的一个巨大改变。这是一种真正的觉醒，并且当这种觉醒发生之际，会有一种转换。这就仿佛你以前都在陆地上辛苦跋涉，突然间现在你位于海上并快速地移动。你无法走出小船，走到水面上接着到达安全的海岸。**确实，你位于一条无法提前被预测的道途上，而它有很多非线性的要素。结果是，在觉醒发生之际，会有惊人数量的体验非常快速地到来。**就我们的思考方式，当你所是的人灵感到自己在实相的更深层次上醒来、更充分地感受生命、对当下此刻包含的种种可能

性有更广泛的欣赏，这是值得欢庆的时刻。它并不是这样：学习能够像砖块一样被累积起来，直到一面墙能被建造来装载那份牵涉「成为我们之所是」的奥秘知识；毋宁是这样：**我们站在越是圆满的光中并且越是多地跟那道光一同工作，我们就能够把越是多的那道光通过自己而送出，并送入宇宙造物中，好照亮我们周围的那些能量样式。**

当一个实体觉醒时，这就仿佛一盏灯已经被打开了。这盏灯再也不能真的被关掉，因为有一种觉察在那里。一种改变已经被缔造，无法恢复原样了。

当这个已觉醒的实体看见仍在沉睡的人们时，「摇晃他们并把他们唤醒」这做法能够看似可取。如 S 实体提到的，当谈论使我们感兴趣的事情之际，提到这类事情，并在这里和那里洒点种子，这完全没问题。这样做不会侵犯自由意志。然而，**如果在首次提到一个有趣的话题或想法时没有得到大致积极的回应，那么进一步的尝试就会开始侵入对方的隐私和自由意志。我们宁可鼓励信任和信心的态度，相信每个人的投生计划的设置都是应然的样子；**若他们仍在沉睡，他们就应该仍然沉睡；那个人正在经历某些事情，它们在其人生样式里完美地为其运作。

就灵性工作而言，每个人需要去聚焦的那个人就是自我。因为，确实，自我是宇宙。自我是造物者。自我是一切万有。因为一切为一。一切万有的合一是超越理解的；若尝试去解释它的本质，这尝试会发展为悖论。我们觉得这就是它应然的样子，并且如我们之前已经说过的，我们满足于允许奥秘从我们身边逃脱。我们持续追寻神性的奥秘、菁华的奥秘；并且，虽然我们已经开始觉得自己知道很多很多事情了，我们仍然发现自己仰赖于你们现在聚焦

其上的那些价值——也就是爱本身——以及那种要去帮助的珍贵感觉、本能。

那种渴望就如同一种热情，将在多生累世和许多密度中燃烧着；并且你们每个人都将带来美丽和疗愈，不是因为你所分享的外在礼物，而是因为你的存在，因为你在面对当下此刻之时的自我本质。不管改变的速率怎样，确实，不管你们每个人所经历的忙碌生活的速率和步调是怎样的，我们鼓励你们每个人都找时间去存在，因为不管你正在经历什么改变、处在怎样的蜕变之中，超越所有的变动层次，你就是你之所是。你有一种基本的天性和振动，亘古以来，它就是你的爱之签名；你在这次投生中所做的一切，将会把它擦亮一点、磨光一点，或许会更正某个扭曲——当你在两次投生之间悠闲又耐心地注视时，你[作为一个灵]在整体样式中看见该扭曲。

但在此时，对你自己抱有信心吧，并知道你需要花时间单纯地存在吧——无论是在冥想中，或是散散步，或是坐下来、手牵手注视日落，无论你有怎样的机会去分享静默——让头脑暂停一下，单纯地存在，就拿那个片刻，让你的心绽放、开花，让你的本质在跟天地中所有其他本质的共感和协调之中展开。让你自己像星星、树木、风、地心中的火那样歌唱，因为跟自然中任何这些元素一样，你也是自然的一份子，你是你自己，你是真实可信的，并且是对于地球和人群有益的事物和疗愈的一部分。

愿你们每一位花时间去变得觉察到，自己如同这些奇妙的能量系统——它们允许爱的伟大起初思维能量流经你、接着向外流动进入地球层面。只有像你们这样具肉身的实体，才能把这份礼物献给地球。你们很多人都是流浪者，特意到这里来作为光的转换器在地球上行动，为的是在这个时刻照亮地球、

照亮其振动、帮助地球。所有已觉醒的实体，不管是属地球的、准备好毕业的成熟本地人，还是[怀着希望]为相同毕业做好准备的流浪者，现在都有机会去送出自己的爱与光以服务地球上的人们。我们希望你们在你们所体验的所有改变与蜕变当中、在努力变成更真实的自己的过程中相互鼓励、相互支持。

我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体。带着感谢，我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，在爱与光中通过这个器皿再次向各位致意。此刻，我们很荣幸提供自己，以尝试回答这个圈子的成员的任何进一步询问。容我们问，此刻，你们是否有另一个询问？

S：再次听到你们的声音真好。我们有个女同事，她 13 岁的女儿健康有些问题，这些问题在她这种年龄似乎不常见。我们可以做点什么来帮助她，或者我们可以给她什么忠告吗？你们可能提的任何建议都会十分有帮助。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们欣赏你在考虑什么对你谈到的这个年轻实体有帮助时，打开了心轮能量中心。我们不像有些实体，可以为人提供你们称为的生命解读或评估，从而找到可以用于治病的某种疗法，因为有些实体有这种技巧，而且用得很好。另一方面，**在目前寻求服务地球的实体当中，我们采取的方向更具有哲学性，**所以我们的建议是，在你的家人与这个实体的家人之间的互动中，自然地提供你想给这个实体的任何帮助，在正常交谈中表示你很关心这个年轻实体的福祉，你愿意为这家人服务。当

你以这种方式种下了这粒种子，他们也注意到你的兴趣，那么你就可以带着你[通过一种或另一种渠道]所可能提供的关注而继续给种子浇水。在选择渠道时，我们推荐你使用直觉、那份在你深层自我中的感觉：有一条可采用的途径，有一个可提供的行动，此外还有一种在整个互动过程中可展现的关心和爱。于是，你对这个情况的关注就可以从爱中得到养分，在心智中被沉思，并受直觉指引。

我的兄弟，有另一个询问吗？

S：有的，在我家后院有一颗树，一直没有真正的健康，但它提供了美妙的树荫，是一颗美丽的树，当我们在户外时我们会享受它。我们不禁想知道，有没有任何事情是我们能做的，好帮助这颗美丽枫树的健康？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。若你发现我们对这个实体的建议与对前一个实体的建议类似，你将不会感到惊讶。然而，你与这个实体之间的交流方式也许有点不同，因为你们叫作树的第二密度实体，也会回应开放之心所具有的爱之品质。再次地，在这个情况下，我们推荐你在这个实体具遮蔽和保护作用的树荫下隐退进入冥想，不仅为你自己寻找方向，而且在你自己与这棵树[实体]之间建立一种感觉音调，容我们说。找到内在的静默，获致那种静默之后，在和谐与共感中进入跟这棵树的交流。问问它需要什么。等待一个回应，这个回应不一定会以你们的言语形式呈现。若你能感知到有图像或感觉出现，那就注意该图像或感觉。把它们当作铺好的交流小路来跟随。信任这棵树知道自己的需要并且感激你的爱。或许需要这样冥想好几天才能收到清楚的回应，也许立刻就能收到。不管所需时间长短，都要根据你感知到的回应去行动，信任你有能力感知到这棵树的回应。

有另一个询问吗，我的兄弟？

S：来到这里之前，我有很多问题，而它们此刻似乎都在躲我，所以我将会把提问(机会)转给任何其他人。

Carla：自从我完成《(流浪者)手册》以后，这是我第一次有机会跟你们说话。我不知道你们能否感知到已写好的内容，但如果你们能感知到的话，我只想要知道，你们是否对其中内容感到满意，或者你们有其他的、想要在书中看到的其他东西？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。你在这本著作中多次引用我们的话，这使我们感到十分荣幸。我们明白，这项工作既累人又让人精力充沛，因为这努力是巨大的，而我们在你的能量系统中所感觉到的、对于完成这本著作的成就感是可观的。当然我们的角色不是批评家，即使我们是，也达不到什么目的，因为我们觉察到，你已经十分勤奋地涵盖了那些有关的领域，也就是你自己和很多类似你的寻求者所关注的领域。你们所寻求的东西可以叫作真理，你们的寻求环境非常艰难，这个环境里充满了形而上或灵性的暮光；为你照亮下一步路的光在有些地方很暗，在其他地方则很亮，而光的强度随时都在变化；我们觉察到，这个书卷以清晰和启迪的方式谈论了那些关注，于是那些能读这本书的人、与迄今读过这本书的少数人都一起感觉到相同的启发和信息。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：有个女子给我写信，她有一只手臂酸痛，她已经滥用这只手臂、令它筋疲力尽了，她有网球肘、高尔夫球手臂的症状，以及所有其他对手臂不好的症状。有个新时代治疗师给她写的信让她很生气、内心很受折磨，这个治疗师说她在情绪方面有各种问题，才导致了她手臂酸痛。我想知道你们可不可以评论一下，我该怎么对这个女士表示，她的手臂疼不是她的错？我真的很厌恶新时代内疚，我真的很讨厌让患者感到内疚的医生和医者。我知道心灵(psyche)和躯体(soma)之间有某种联系，但我会很感激你们的任何评论，好让我可以寄给这位女士。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。当我们考虑诸如这类要求时，我们会再次检查通讯开始前所做的开场白，不管我们有幸接触的是你们小组或任何其他团体。那就是每位在场者都被鼓励去行使个人的分辨力，以便任何引起它注意的信息都可以受到每个实体所拥有的内在知晓的检查，这种知晓能确切且安全地指引它沿着这条寻求真理的旅程前进。因为每个实体的真理都多少有些不同，尽管它分享着同一个关于「一切由爱所创造的事物之合一」的伟大真理。每个实体都必须觉察到有一条它正在行旅、将要行旅的独特旅程。为你提供的信息对你的旅程也许有用、也许没有用，那么首先头脑会在智力层次检查这份信息、评估它、决定拿它怎么办；然后头脑把对于所有信息的评估交给直觉、交给心、更深层的自我，交给每个实体所拥有的更深知晓。正是在这里，一种感觉会产生，回应着有关所获信息的任何想法。一个寻求者必须信任的正是这种来自内在的感觉。我们会建议这个实体和类似情况下的任何其他实体，在智力上考虑收到的信息后，将其带入冥想状态，在冥想状态中允许感觉的音调——也就是(你的)心对外部信息的回应——从内在升起，然后跟着这个感觉走，直到得出结论，不管是全部接受，还是部分地、甚至完全不接受收到的信息；而且在这个过程中，满怀着爱和感激，送

给我们全体的造物者以及太一造物者的该个体化部分，因为它向需要治疗的实体提供信息。

有任何进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没有了，但我将很高兴把(上面)那个回答发送给她。谢谢。

T：我有一个问题，如果你们还有兴趣的话。我来到这里，并总是享受静默冥想，我坐在这里开始冥想，有时候，就像今天，我没有听到任何说出的话语。我仅仅感到神志恍惚，并达到我在冥想中所能达到的最高点，但你们能否评论我感到的这种令人难以置信的能量，以及这整个过程？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们十分欢喜，因你已经能够体验到我们通讯所具有的基本振动频率。

（磁带翻面。）

我是 Q'uo，再次跟这个器皿同在。这种振动频率是我们的振动与你们自己的振动以和谐的方式调和而成，它是我们所要提供的事物之核心。它超越言语、超越感觉。我们希望它把一种启发给予那些能感知到它的人。这种启发如同你们称为的空白支票。一个人可以拿取这种启发性能量，并在该支票空白处写上内容，关于要如何使用它，要考虑些什么，或者要不要有任何想法跟它有关。在对你们谈话的过程中，我们不仅仅将想法灌注到这种基本载波上，我们也形成回应该询问的言语，这样我们就会使用这种基本振动频率，并将其一部分以如此这般的方式塑造，以便于它可以同时对着脑和心沟通，希望也跟灵交流。如果在这次集会中，我们说出的言语并没给你留下印象，

那么一个人可以考虑这些言语今天并不适合于你，接着毫不犹豫地继续前进。然而，如果一个人能感觉到基本载波的启发，那么我们对你们服务的根本部分已经达成了，我们为任何可利用的服务机会向每一位表示感激。

此时有另一个询问吗？

T：有的，如果你们不是特别疲劳的话。我跟一个疯狂的朋友有过一次谈话，他从未和任何人谈过我们看重的事。他的妻子已经患有阿兹海默症，而他现在重新拿起酒瓶(酗酒)。我们交谈，他想要知道信心是什么。他不知道自己是否有任何信心。我说他的感觉就像他的信心，应该对结果抱有信心。你们能对信心做出一个简短的评论吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你[在与信心的关联中]所谈到的信任，不仅存在于一个人的感觉里，还存在于下述感觉里，那就是：**不管看到的、体验到的是什么，知道一切都好；知道一切都将是好的，在任何时刻发生的事情都是恰当的，都能以有效方式从中学习，增强该进化之旅**。这条旅途上的每个实体都有怀疑、考验、迷惑、感到迷失、感到孤单的那些时候。所有这些以及很多(其他)经历，都提供了这种或那种课程，用以测试的性格。有多少需要学习的实体，就有多少种学习。然而，在每个体验中，对于每个实体而言，如果一个人能够发现那种内在的信心感，让它成为北极星、自我的北极星，那么此人就可以无惧地前进，在日常活动中无论出现什么事情都能接纳。对于一位充满信心的实体，没有一种挑战是太过巨大的。而对于任何一位没有信心的实体，所有挑战都会感觉太过巨大。只要一个人想望发展出信心，就会发展出信心。如果你觉得自己的生命样式中缺少信心，那就开始探究信心的品质和本质，开始仿佛你拥有信心一样地行动，接着信心将会

来到你身边。此外，信心将流经你，因为**信心就像爱，是这个造物和所有造物的基本品质。若一个人能开始锻炼信心的品质，信心就会像你身上的肌肉一样，它将在气力和能力中增长。**

有另一个询问吗，我的兄弟？

T：没。非常感谢你们。那很精彩。谢谢你们。

我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的兄弟。此刻有最后一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，我们再次感谢在场的各位提供我们机会在今天加入你们的寻求圈。能与在场的各位谈话，能对那些心、脑、魂的关注提供我们的想法和言语，尽管它们是简陋的，这一如既往地是极大的荣幸。**要知道你们在这趟旅程上从来都不是单独行走的。你不仅仅拥有该幻象中的那些朋友，同样还有那些从这个幻象开端就一直与你同在的那些指导(灵)和临在，它们直到这个供你使用的幻象结束之前都不会离开你。每个实体都在想办法激励你、引导你、在被需要的时候帮助你。在你的冥想中，寻求所有那些内在层面的指引，它们都想望你安好。**我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我们在此刻将离开这个器皿和团体，一如既往，我们把各位留在无限造物者的无可言喻的光和爱中。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny, cT., & S.H.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2000_0910/

英文出处；

https://www.llresearch.org/channeling/2000/0910

☆ 第 3512 章集：道途与改变

Copyright © 2002 L/L Research

回家集会

2000 年九月 23 日

团体问题：今天晚上的问题是关于该事实：似乎在世界上有些变化正非常快速地在我们周围发生。作为寻求者，当变化如此快速地在我们内在和周围发生之际，我们如何才能保持自己在道途上的平衡呢，我们想知道 Q'uo 可否在这方面给我们某种观念呢？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中、向你们每一位致意，在祂的服务中、我们存在。我们想望表达自己深深的感激、为了你们呼唤我们到今晚的寻求圈。感谢你们每个人为了参加这个圈子所做的牺牲。到这里来参加集会，对于你们每个人都是个挑战，从而导致知晓真理的渴望已经被锐化、打磨了，由此创造的能量是十分美丽的。你们的渴望就像一座烽火台。感谢你们曾提出的问题，感谢为你们带来灵性不安的那些希望与梦想，这种不安促使这个器皿和你们当中很多人称呼自己为流浪者。

你们渴望听到我们能通过这个器皿提供的这类资讯、也是对我们的一种极大的恩惠，因为这就是我们作为一个团体在这个特殊节点所选择的服务途径，若不能跟你们这类的团体谈话，我们就不能够提供自己的服务，或者在自己的学习中进步。所以我们有好几件事要感谢你们、祝福你们，其中一个重要原因就是，与你

们每个人在一起所带来的喜悦。我们会请求你们，不要把我们的言语看得太重要，因为我们不是权威。我们和你们一样，是在一条布满尘土的道路上的朝圣者。如 V 实体说过的，我们每个人各自的体验在数量和品质上都是不同的。我们每个人都知道鞋子里的石头，都知道道路上的尘土，都知道天空中的希望之光、穿过云层(照射)。

我们共享同一个风景，我们共享那个旅程。你们每个人已经多次发现，这条旅途上有很多面貌、挑战、惊奇。我们乐于和你们一起查看这些面具，因为你们已经问了关于在快速改变的过程中、(怎样)保持在一个人的道途上。我们确实欢喜地和你们分享该理解，如果我们所说的任何言语听起来并不真实，你们就毫不犹豫地把它们放在一边、继续前进。因为如 A 实体说过的，适合你的事物会有一种共鸣，你认识它，你感觉到它。当它不适合你的时候，就是一个死寂的东西，可以轻易地把它留在后面。执着于权威就是在制造出一块绊脚石。仅仅执着于你的饥渴、饥饿、渴望，执着于那种热情：在这个世界的镜子墙上、经常看起来如此不流行的东西。因为直到你准备好把所有事物都视为是自我的映射之前，你不需要去注视那些镜子。

我们首先在没有变化或阴影的层面上，来谈谈道途与改变，因为我们要说的内容的根源是合一之真理，在圆形视野看见经验的八度音程，知道每个实体都是造物者的视野。就一种非常真切的意义，把所有的时间和空间都视为在其湮灭之前的最后时刻、这是有用的，因为那确实就是(宇宙)造物的精确连接。那看似亘古的时光只是太一无限思维[即是爱]的一次心跳。所有你将体验到、已经体验、正在体验的事物，都精确地发生于现在。你正在跳一支圆圈舞，你的舞步里有着亘古的笨拙、错失的步子、和每一种可能的表面错误。不过，从圆圈舞的层次来看，每一个错误都是完美模式的一部分，每一个愚蠢的选择都是你以其他方式无法拥

有的自由。每一次人生、你在其中花费多年来质疑这个和那个事物，都在圆圈之舞的层面中被视为古怪的(非正圆的)，却是完美的平衡动态：过去、现在、和未来　皆如是。

在这个团体中、你们每个人，我们每个人，在理则的无限多片火花中、每一片都歇息在无可测量的完美中，这完美如此深入地浸泡在合一之中、以致于没有一个实体看到光，只有光(本身)。

这就是你的恒星生命。这就是你的本质。你们每个人都在心中拥有太阳的火焰，那片造物者火花、包含了一切万有。所以，以一种非常重要的方式，超越所有的改变、你们每个人都是你自己。那个在时间和空间之前被创造出来的你，那个唯一的你从来就是你，唯一的你是独特的。你对于造物者是真正珍贵和挚爱的，祂珍惜每一个扭曲和表面上的不完美，它们已经在学习的火焰中击打和撞击你、使你成为你之所是。因为你带着特定的和弦振动着，那是无法被复制的，那在本质上就是你，那是至为美丽的。

我们认识到，你们每个人都想要如理则那样振动，每个人都想拥有爱的完美振动；不过我们对你们每个人说：如你所是、你是多么完美呀，当你转动，当你改变，当你来到此刻都是如此。在你自己里面、多么完好地容纳着一切万有的合一啊。你多么温柔地抱着这个内在的生命，它从来都是太一无限天父的孩子。这个器皿反对使用这个字，天父。我们反对称呼父亲或母亲，所以让我们说「天国的双亲」。

不管怎样，在那个层次以外还有一个跟你有关的生命。你们每个人已选择进入一个沉重的化学幻象，选择进入一个跟你本性相逆的幻象，因为你们每个人都记得

更好的做事方式、更好的生活方式、更好的思考方式。那些实体试图为人群工作、令他们沮丧的是：很难找到可以在这个世界上扩大爱的工作；确实，这使得 K 很难忍住自己的笑声。我们了解到，要在日常生活中表达出灵性之魂的自我层次是很真切的挑战，但自我正是在这个层次才感到自己最为真实可信。在那个层次、完整的自我才能被分享。

有很多东西在呼唤朝圣者自我，只在生活的表面上移动是极为容易的，就像一个人在池塘表面滑冰，或者在嘉年华娱乐场里散步，注意力被各种可乘坐的装置和娱乐活动分散了，忙这件事、然后另一件事，被事物的表面所哄骗。
与此同时，在这表面层次底下，已经醒觉于灵性道途的自我，带着贪婪的胃口反复咀嚼着催化剂。接着自我被放置在一个接着一个的困境中，一个难题跟着另一个谜团，紧跟着另一个挑战。一个人会尽力快速地聚焦在一件事上，接着又将出现另一件事。无论事件是大或小，这经常并不重要。重点是改变的累积创造出晕船的感觉，或甚至产生这感觉：失去他用以设定航向的磁石。
当然，在道途上很容易感到迷失，确实会这样一些时间，那时，最好让一个人自己离开道途，以这一种或另一种方法，去找到一个洞穴、或一个岩石、或一个点缀着羊群的美丽山谷，休息一会、等待并好像种庄稼一样地培养耐心。

因为有些事情持续不断地让一个人困惑相当长的时间。有些谜题并没有一个现成的答案。还有另外一些时候，你要做的事就像被波浪推到你脚下似的；若这些大海的礼物与你起了共鸣，那么我们鼓励你尽快地行动。比任何事情更重要的：我们鼓励你们每个人都跟随自己的分辨力。要去怀疑一己的判断是容易的，我们听过 V 实体谈到她缺乏觉知，我们听过 C 实体说过多少是相同的东西。但容我们说，在我们看来，这些对自我的评判是不公平和不充分的，一般而言，我们会鼓励所有人永远都不要评判自我。这个器皿把评判自我称为给灵性量体温。容我们

说，能够看见自己的寻求者非常罕见。你们每个人都被精确地放置在这个幻象中、于是你会失去对自我的视线。你不是被放在这里好变得聪明、并做出睿智的决定。你被放在这里来犯错并受苦。你看，你们每个人都来到这里、迷失方向、做出可能被认为错误的事情。当你们投入到这个未知的地方、你们每个人都希望你会觉醒于你内在的信心本能，都希望你会选择凭借信心而活着。你期望自己会利用这个不知道任何事情的机会，自由地选择善、真、美、公正，不为任何别的原因，仅仅因为看见公平又真实的原则，本身就是一件美丽的事。

每一次，做为小小的新生命，或者做为成人的存有，你都听过真正的英雄故事，对他人的爱之故事，和普通人类的高尚情操。你们每个人都知道，在暗黑的世界里成为有信心的人意味着什么，并且为之感到振奋。你们每个人都见过，一个存有仅仅靠成为他之所是，就可以闪耀出何等的光。你们并未带着这个尘世的高远野心进入这个世界。你大可以在这个世界内创造出这些野心，如果那是你所渴望的事情，这是被鼓励的事情。但是你们每个人到这个世界来，是希望有机会选择去表达爱。你来到(这里)呼吸空气、彼此相爱、接受彼此的爱，做自己。作为人灵，你带入这个世界的雄心是：有所服务，选择善，付出并接受爱。每一种学习和服务，其根源在这些简单的希望之中。

当然，在环境的挤压中，每个人灵将时常感到迷失、被抛弃、孤单、没有资源。这就是这个名为地球的幻象的精炼行动的一部分了。一次又一次地，始终如此，你将发现自己处于该位置：感到被自我局限所压制；而正是在这些时刻，信心的机会是最大的。什么是信心？我们可以用几个字来说：一切都好。
要站稳脚跟，要保持平衡，这几个字经常是一个人所需要前往的最远路程了，如果他能够在平静中、在自信中说出它们。因为，就我们有的最佳知识，真的、一切都好。你在这里。你正在做应该做的事情。你正在体验。你正在感觉。你正在

爱、你正在被爱。你在成为第三密度人类的方面是极度成功的。

你现在是不是很接近那个点，光在此变得更加完整，你的下次投生将在不同的环境中学习不同的投生课程？是的。对于你们每个人，正是如此。无论你读过什么书，无论你认为自己的认识层次是怎样的，关于毕业进入第四密度、你们每个人都是蓄势待发的。你们每个人都热切地要有更多的光。所以你正处在一个美妙的位置上：去收集经验、去犯错、因为错误而受苦、并从受苦中更好地学习你是谁， 你为什么在这里，你真正想要去做的事情是什么，你真正想要成为的人是谁。你在昨天梦到的事物，就是你今天体验的事情。你在今天梦到的事物，你将在明天体验到，直到所有你有可能想象到的、要去渴望的事物、都已经体验过为止。所以，仔细估量你所渴望的事情，因为你将接收到它。

虽然我们以很多不同的方式说、无论在什么改变中、你无法迷路的，一如既往地， 我们会说：在伟大的转变中，在保持一个人的平衡方面，一个极大的帮助就是每日静默的习惯。无论是沉思、冥想、一次寂静的散步，无论它是什么，都是你自己的心之祈祷，每日向静默开放那颗心、允许正在流经你的体验在那儿安顿下来。因为在静默中花的时间就是跟造物主同在的时间，而造物主花时间在静默中跟你同在、这是多大的福分啊。因为这里没有提问、没有讲述，只有意义；造物主热望着你的陪伴和交流，并且深情地爱着你，如此耐心地等着你回想起你是谁、你是谁的。

愿你们每个人都着手开始你的工作。愿你们每个人，如这个器皿说的，把彼此带回家。因为你们看，在那个镜子世界中，你们每个人对于其他人，都是自我的形象、造物者的形象。今天你将会藉由你的想法映射出什么呢？你对于周围的人将是怎样的造物者呢？你对于自己将是怎样的存有呢？

愿你们每个人进入自己的心，有这一种心情：彻底地原谅自己，完全如实地爱上你自己。这是灵性演化中的一个重要步骤：有这种如实接受自我的能力，该自我带有每一个扭曲、每一个愚蠢的念头，以及这个幻象好像在告诉你的、关于你自己的一切。

因为你们看，你正在如此努力地查看一个并不真的在那儿的人格外壳。相反地，请依靠位于表面底下的自我，它将在静默中涌上来、并将在你需要知道的时候告诉你：你是谁，在你需要的时候给你带来新信息，在你最不想要听到的时候、可能告诉你要等待。爱上这个自我、也就是你。原谅并爱上那个自我，你将会发现， 去爱周围其余的自我很容易，或者至少、去爱(他们)跟爱自己一样容易。

我们会在此刻把这个通讯转给 Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿于爱与光中、再次向你们各位致意。我们荣幸地在此刻提供自己、尝试去述说在场者可能向我们提出的任何进一步的询问。
此刻有另一个询问吗？

E：太阳和月亮对我们有巨大的影响，它们在天空中是相同的大小，这是偶然的还是被设计好的呢？也就是说，月亮丝毫不差地迭加在太阳上了。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。因为太一造物者的特性就是允许自由意志在整个太一造物中表达，这个造物以这样或那样一种方式形成这个(宇宙造

物、其出处就是你们称为理则的那些实体，你们今天在某种程度上讨论过了。因此，你们在天空中看到的那些完整性的实体、就是你们认识的恒星实体、它采用太一造物者的无限心智，接着以某种方式来精炼，它期望在你们称为的进化过程中，向太一造物者提供有效的表达途径。

这(情况)延伸到你们的天空中的那些天体、那是你们谈论过的，它们的排列方式乍看之下好像很混乱，不过当它们被更密切地探究之后，会揭露出一种处处都在的秩序。该事实：你们本地的行星球体，月球与太阳体在大多数的观察的机会中、显得大小相同，该事实属于一种选择，超出我们的理解范围。不过我们的确感知到，这是有意识做出的选择，其目的我们无法探测；对于我们或者任何仔细观周围的太一造物的实体来说，这不是如此不寻常的事。因为到处都有线索，有通往太一造物者的小径。有一种奥秘，其解答会慢慢地揭示它自己，所以我们看到那实存之物，思考它的意义，尽其所能地从我们的观察中学习。简言之，我们无法给你解释原因，只能说这实情就是如此，这是被选择的。
有进一步的询问吗，我的兄弟？

K：关于那些名为一法孩子们(Children of the Law of One)的实体，你们可愿对我们谈谈对他们的了解？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在这个星球的演化进程中、这个(行星)实体上的人口在各种不同的时期，总是有些人以更纯粹的程度分享万物一体的知识、容我们说。这个行星表面上有很多人，以某种方式感觉这和谐的合一，他们渴望知道更多，从属一的法则的实体那里、和我们称为的服务于太一造物者的众行星邦联的成员那里，为自己吸引这些信息。当这些实体已经被这个星球的人群呼唤来服务，该服务采用了各种各样的形式，不仅仅有我们在此刻从事的心电感

应式的沟流，还有作为你们所称的流浪者、进入该行星的投生模式，容我们说，他们以团体或部落的方式行动，已经在你们的行星历史的不同部分产生或多或少的影响。

投生于此的这些实体中、最广为人知的是那些在十八王朝期间、于你们的圣地或现在被称为埃及的地区投生的实体。在这段期间，那些实体摇撼天地(竭尽全力的意思)、设法让一的法则成为敬拜太一造物者的手法、以及人们在该星球上的生活方式。在其他时期，好比七色光芒兄弟会进入你们称为的秘鲁区域，他们也分享了关于万物一体的信息。在每个情况中，这些实体、你们称之为「一的法则的儿女」或者「一的法则的孩子」，其意图就是想让这个星球上的人口理解这就是人类信仰之本质所寻找的东西。这些实体以及性质相似的实体在这段时期，采取了行动、好再次和寻求者分享这个专一的法则(law of singleness)。
有另一个询问吗，我的兄弟？
(磁带翻面)
在此刻有另一个询问吗？

S：在过去几个月里、我已经在灵性成长上收到大量的帮助，我想知道你们能否告诉我，我收到了什么帮助。是谁？是什么？哪里来的？我想知道你们能否在这方面给我多一点细节。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟；接着发现有我们可以分享的这类资讯，但是有某种担心、而我们不要删减自由意志。一个好比你这样的实体、在灵性进化领域中、怀着强烈的渴望寻求时，会有很多无形的手协同行动来回应这呼求。每个好比你这样的实体、周围都有那些(无形的)临在，它们从诞生起就被赋予荣耀和责任、来监督并指引那些受到它们照顾的实体的进展。还因着你在这段

时间里的兴趣和探索的领域、而被吸引来的存有。

因此，那些天使的临在、十分通常地被你们人群视为指导(灵)：那些属于男性、女性、以及中性的临在；除此之外，还有那些内在层面的老师、它们回应你已关注的那些特殊兴趣。你发现，它们的影响不但让你好像受同步性效应似的、读到某些书、在日常活动中遇到某些人，而且参加了某些活动，比如加入这个周末的寻求者聚会；这些事情在某种场合下也许像是巧合，但其实每一步都是仔细安排好的，不只是藉由看不见的协助，而且被你自己的某些部分所安排，你可以把它视为你的高我，那是你可以在开放之心的静默中、去呼唤的广大资源。
当一个人沿着寻求的道途前进时，(无形实体)回应你在寻求路上呼唤协助时，最看重你渴望的强度，因此，你的寻求渴望有多强，你所吸引的实体的服务渴望就有多强。以这种方式，就有机会用很多形式给出资讯，它们将协助打开自我的心与脑中、那些最需要被探索的层面。
有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：我想要向那些已给予我这样的协助的实体们、表达我的感激，如果它可以继续下去，我会感激它。它一直是启发人的，有时是幽默的。

我是 Q'uo，你可以放心，我的兄弟，你的感激会被那些存有最纯粹地感觉到，它们也为有机会服务送出它们的感激。
此刻有另一个询问吗？

S：有的，我思考着你们，你们是谁和你们是什么，你们提到、你们服务他人等等的话语。你们的资讯、计画事情的方式…… 你们会去通灵学校吗，参加通灵课程吗，与你们的通灵朋友们举办通灵派对吗，在通灵学上得到一个学位？在你们

如何回应我们的呼唤这方面，我好奇地想知道更多的细节。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们是忧伤的弟兄姐妹的成员。正是忧伤呼唤我们来到这里；这忧伤在这个星球表面上、和地球人群的内在。这种忧伤以多种方式被表达着。有个东西、你们可以称为寻求真理的强烈渴望」、是忧伤当中的一道闪耀之光，给了所有看到这种光的人极大的喜悦。不过，呼唤我们到这里的是忧伤。(这里)缺少对太一造物者的了解。缺少光。缺少爱。心是封闭的。

(人类)心智被文化打击、在该文化中、心智无法找到表达。在这个第三密度中有多少个实体，就有多少种方式去感觉并表达第三密度幻象中的忧伤。每个人都以某种方式寻求那可被称为真理的事物。

当我们看见那些人表达了那种我们能够回应的寻求和忧伤、我们渴望以无论什么有可能的方式、移动到这些实体的身边。我们能够如现在做的一样，通过好比这一个、和其他的器皿、用一种心智对心智的通讯方式好允许言语表达，这是罕见的。我们在为你们这样的人服务的经历中，远远更为常见的是以无形的方式行动，也许是在你的梦里工作，或者在你的冥想中制造机会来传递预感、直觉、感觉、方向、想法、图像、和音调，以这样一种方式、我们最能接触到更为多数的人、容我们说、他们正在寻找我们要提供的东西。
在此刻有另一个询问吗？

V：请问我可以知道绿松石实体的属性吗，不管是正面的或负面的？

我是 Q'uo，虽然我们觉察妳的询问，我的姐妹，我们发现自己被混淆法则所抑

制而无法给出关于这个实体的任何资讯。我们为了缺乏资讯感到抱歉。
此刻有另一个询问吗？

S：我想为害羞的妻子问问她脚上的毛病，希望你们可以告诉我.，我们如何能缓解这个困扰她的状况呢？
我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，为了不越过那条侵犯(意志)的界线，我们会建议最好检查疾病的特性，检查这种疾病在其中出现的竞技场、容我们说。带来这个疼痛的经历具有甚么特性？生命模式中有个方面使你注意到这个情况，要以甚么哲学态度来看待它？肉体在大脑没有充分处理催化剂的情况下、会给出一条线索的小径，如果你可以沿着该小径行进，就有可能找到尚未探察过的行动区域；在探察该区域以后，就会中止该毛病。
有进一步的询问吗，我的兄弟?

R：你们对我们讲到、跟我们小组相聚的实体们，即忧伤的弟兄姐妹，你们还提到、你们可以在我们的个人冥想中、和我们同在。你们能够在这个课题上多谈一点吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在服务于太一造物者的众行星邦联中、有些实体已经成为这个寻求圈的成员、容我们说，在某个程度上，总是在协助这些寻求的集会的举行。在很多年以前、首先和这个团体接触的 Hatonn 群体，现在更像是你们会称为的年长政治家，它们提供自己的振动、而没有把它们分割成言语。Laitos 群体、已经和很多加入你们团体的新进器皿一同工作，在此时提供它们的振动，而且每次你们集会的时候、它们都会在。Oxal 群体最近很少在心电感应的传讯中、参加你们团体的活动，不过也为你们团体的寻求和服务、献上它们的祝福、并提供其振动。在众行星邦联中、还有其他的实体已经在这个

团体的历史中、已经用一种可被视为送出爱的基本振动的方式、来奉献自己，这种振动会协助每颗心在某个程度上开放、迎向邦联的其他成员提供的讯息。有些实体没有选择使用任何你们称为的名字，它们是无形且无名的，但它们已经对这个寻求圈产生影响，并且继续这么做。

这个寻求圈里的任何人、只要在自己的心里发出请求，(邦联的)每个实体就会回应，加入这私人的冥想；它们不说话，也不用言语交流，只是提供有调节作用的振动，这会协助那些呼求的实体深化其冥想。协助在冥想状态中发出呼唤的每个实体，这是我们的特权和荣幸；它有保持稳定的影响力，它为寻求者带来一种更为聚焦的途径去聆听静默，聆听太一造物者，聆听自我之心。

在此刻有另一个询问吗？

K：名为埃德加·凯西的实体在 1945 年一月离开那一世，现在他再次活着(投生)？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，我们的回答是肯定的。在此刻有最后一个询问吗？

(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，看起来我们已经暂时耗尽所有询问了，每个人在此时此地成为这个寻求者社群的一部分、做出了巨大牺牲，为此再次表达我们极大的感激。我们愿鼓励每个人都看待自我为一个不断扩大的家族里的一员，该家族是由寻找太一、为万物中的太一服务的美好灵魂所组成的。

要记住，你们每个人：你们不是单独行走的，你们踏出的每一步，都有那些同行的实体为之欢庆，因为你现在行进其中的这个幻象是艰难的。你的朋友们似乎是困惑的、疑虑的、恐惧的，挫败的，在这个沉重的化学幻象里生存的困难、每天

都使他们感到卑微。不过，你们确实带着这样的累赘而行进，每个人如同一个傻子从悬崖边行进而没有确定的落脚之处或下一步，继续走在这条旅程上，你们展现的勇气、那种行动大大地鼓舞了我们这样的实体，因为我们观察到：在这个行星上、此刻有很多像你们这样的寻求者，充满了英勇、勇气、信心、意志和决心。这寻求是十分强烈的。服务以越来越有爱的方式提供。光越来越明亮地照耀着、
穿越这个幻象的表面上、如此明显的所有困难和不幸。和很多其他实体一样，我们将自己的爱和服务添加到你们的爱与服务上，于是你们成就的事物就能够被视为支点，它允许一个更大的杠杆作用发生在这个行星实体的总体演化之中。

我们是你们认识的 Q'uo 群体，在此刻我们要离开这个器皿和团体，把各位留在太一无限造物者的爱与光中。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ **第 3513 章集：理性/直觉的心智(20210707)**

收录于话题#中阶传讯圈 4 个内容

Copyright © 2021 L/L Research

爱与光之图书馆

中阶传讯圈　2021 年 7 月 7 日

团体问题：Ra 曾说，理性/直觉的心智同时是第三密度的伟大美德和伟大障碍，它的意思是什么呢？[1]

[1] 原注：参阅一法 19.13。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，此刻和这个器皿同在。一如往常，感谢你们邀请我们出席你们的寻求圈。对于成为你们旅程的一部分，我们感到荣耀。一如往常，我们会请求你们给予这样简单的恩惠，那就是拿走我们今天与你们分享的话语与观念，用无论什么对你们有意义的方式使用它们。如果有某些话语与观念在此刻对你们没有意义，那么请把它们放在一旁。我们不想要在你们的灵性旅程上为你们呈现任何绊脚石。若你们愿给予我们这个小小恩惠，那么我们就可以和你们自由地谈话了。

今天，你们询问了一个极其有趣的问题，尤其是从第三密度的观点来看。在第三密度实体的灵性旅程上，你们称为理性与直觉的心智如何能同时是一个协助与障碍呢？我的朋友们，这作为意识的一个概念，是充满悖论的。太一造物者的心智，就是那个创造了你们正旅行在其中的八度音程的心智。造物者的渴望是认识祂自己。因此，由密度构成的八度音程给了祂机会去以越来越可理解的形式或方式穿过这些密度，并且——随着这种通过各个密度的进展继续下去——为祂提供越来越多的机会去获得这知识。

存在(being)的单纯觉知——那是第一密度的主要品质——就是造物者的单纯存在状态；这种状态至此还没有运动或任何类型的个人身份。这是在这些密度中进一步进展的基石，容我们说；这种进展让造物者在从第一密度转换到第二密度的过程中变得越来越个体化。在第二密度中存在着那种在成长中的运动——这对于栖息于这个存在层次的植物和动物[以你们的称谓]是潜在可能的。

这样的第二密度生物的一个主要特色是：它们仍然与太一造物者的宇宙心智相当校准或协调一致，并且利用着你们可称为直觉或感知的东西；这种直觉或感知具有这些生物它们自己的性质以及成长能力——能够在这种产生于直觉感知的、有意识的觉知中成长。因此，在这个时点就有那种开始变得越来越个体化的存在品质。

此刻，我们把这个通讯转移给名为 Austin 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我是 Q'uo，现在和这个器皿同在。正如每个心/身/灵复合体会进展通过它自己的、贯穿整个八度音程的旅程，子理则们也会参与它们自己的进展。今天所呈现的询问谈及在子理则们的进展方面也许是最有助于发展(formative)的点——子理则们随着下述过程而进展：它们演化并学习着，同时吸收无限造物者通过理则而提供给自己的光与爱，接着精炼这种光，以向进一步的子子理则提供一种经验——这个有助于发展的事件定义了你们在第三密度中的旅程，它就是遗忘罩纱之实施。用更加贴切的说法，这种对罩纱的实施可以被说成是使得心智成为复杂的，使「自我的这个主要方面包括有意识和无意识的部分」这件事情变得可能。

这个现在具有复杂性的心智——它被识别为理性和直觉心智——在考虑它的表达的过程中，我们鼓励每个寻求者都考虑并想象第二密度实体的生命。我们发现，在你们人群中，这是一个相当困难的任务，因为在你们集体旅程的这个阶段，心智复合体已经发展到这样一个地步，在此，这个关于「自我在宇宙中作为其中一个分离的部分」的故事，是如此根深蒂固、如此深入，以

至于它会被轻易地向外投射到宇宙的其他部分上。当考虑那些在你们周围的第二密度实体的意识时，尤其是这样。我们鼓励你们在消融这种对自我——那个认出它自己在宇宙中的故事的自我——的感觉的过程中延伸你们的想象力。

在考虑第二密度实体、尤其是下述这些实体的生命之际——它们存在于大自然世界之中，并且拥有同你们类似的生物能力，拥有类似的神经系统和你们称为大脑的东西——我们鼓励你们想象这个实体的生命，如它存在于大自然世界之中那样。这个实体并没有关于「在大自然之中的自我」的故事，因为对于这个实体而言，自我的故事就是大自然的故事。

一个第二密度实体不会以任何角色来考虑它自己，但作为替代，会以一种并不质疑自身行为适当性的方式而被[你们可能称为的]本能以及对周遭环境的反应所牵动。对于第二密度实体，生命单纯就是生命，并且它就如它被驱使的那样而被驱使，而不会从第三密度实体的视野来考虑。

对于第二密度实体，这可能看起来像是一个巨大福分，因为几乎没有担忧。第二密度实体无须考虑关于自己、关于它所活的一生、关于周遭世界的问题。有一种特定的至福存在状态持续着。即使第二密度的大自然可能时不时地 看似带来创伤、暴力和破坏，这些方面并不会影响该实体，也不会成为该实体的自我故事的一部分。第二密度实体单单是在本能中被这些事件所塑造，并在其道途上继续行进，而不会觉察到它作为大自然中一个明显不同的部分而存在着。**在考虑第二密度实体的这种存在状态时，你们可能开始理解，为什么这样一种存在状态可能似乎是更合意的，以及失去这种对于「自我作为大自然一部分」的先天理解怎么可能被描述为一种障碍。**

然而，随着这个实体演化进入第三密度、其心智变得复杂，该实体便在一种新的光中考虑自我了，并首次把它的觉知转向内在，同时认识到：它的运动、本能及世界观是可能被检验、被沉思、单单基于想法而被塑造改变的。这种能力需要该心智变得复杂，还需要某些机能变得明显不同；那些机能被辨识为理性与直觉的心智。当这个复杂性被引入自我的心智，然后自我就可以用一种抽象的方式考虑在它周围以及在它之内的造物的任何方面了，一个体验不再是在未经考虑的情况下穿过该实体了；相反地，体验会被收集，并以一种可被汲取和考虑的方式停留在这个实体身上。

随着这个过程展开，该实体发展出了你们可以称之为意志的东西以及一种理解——也即它内在的那股给运动与行为赋能的能量确实可以被导引和改变——而且，每个体验都成为了某件可能以非常有意识的方式发生转变的事情。**我的朋友们，这就是第三密度最明亮(突出)的部分了，也就是自我能够理解到这个自我拥有那种去选择的能力。那个选择将会是什么呢？**

在此刻，我们将接触转移到名为 Trish 的实体那儿。我们是 Q'uo。

（Trisha 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在和这个器皿在一起。如同已经陈述的，那种从第二密度到第三密度的运动，允许该实体拥有一种更宽阔且更富有色彩的投生体验。密度这个术语是合适的，因为随着一个实体从第二密度进展到第三密度，机会的额度以及——由于缺少一个更好的词语——经验性的信息变得更加密集。对于这个密度，该实体能够感受到一种重量——如果你愿意这样说——一种在压力上、在影响上、在考虑上的显著差异。

如同之前被陈述过的，已从第二密度移动到第三密度的实体，获赠了那种去参与并/或为自己创造一个故事与身份的能力；这故事与身份同时是集体性的、与万物联合的，又是分离的与向内的。这(能力)借助于这个被知晓为理性心智、智力心智的载具。我们认为，「这载具能够是一个礼物与障碍」这种观念或概念，是你们人群在投生体验中会多次地、极大地感受到的一个观念。

拿你们第二密度的其他自我们作为例子，你们后院的花儿、你们玻璃窗上的蝴蝶，它们不会向内地自我认同，毋宁是凭借着过程和本能而行动。这些经过考验的真实方法已经为它们演化了很长时间——为了自我维持、为了每次投生、为了每个关键时期。那可能时常看起来是更容易的投生体验；在这种体验中，自我也许被视为只拥有一个选择，并且那就是本能，那种仅仅认出在环境配置中且在此刻中的自我、而不去创造一个更大叙事的能力。第三密度实体可能将这过程视为一种解放，也就是将第二密度实体从[如你们可能看见的]责任或困难情绪体验中解放出来。

然而，随着第三密度实体不断前行、向前进展，授予该实体的那个选择便是一个强大的礼物。因为你们看，第二密度实体并不需要弄明白在哪里、为什么以及如何(这类问题)。那不是说第二密度的投生体验缺少活力、色彩和学习机会。然而，这种身为造物者的全部体验之饱和状态和宽度，跟第三密度实体相比是相当不同的。第三密度实体有机会在这个幻象中更加充分地实践它自己。

于是，美丽而又痛苦的礼物就能到来了——有些人可能会相信，这些礼物也能包括障碍、阻塞、困难——因为在这个过程中没有错误；理性心智为了让第三密度实体弄明白投生体验而能够创造的那些故事，能够成为供「灵性演化」以及「朝向下个密度的成长」所用的燃料。尤其是那个选择——关于服务、关于作为太一造物者的一个延伸而在爱与合一中工作。

伴随那份责任，广大多样性的机会就能够到来，也就有机会去做出那个选择，或者去以种种方式而为那个选择染色；这些方式可能感觉像是情绪性和灵性的绊脚石——这些故事能导向痛苦时刻，能影响行动，以[如你们可能会说的]催化性的方式而刺激或激励与自我、与其他自我的关联。

第三密度的理性心智，就它对那个选择的探索能力而言，是相当无法窥测穷尽的。该选择能在所有区域、所有方向上，通过对于目标、意义、意图的无数次反复重申而无限地被探索。

我们再次强调这个理性心智是一个礼物与障碍，因为——我们更正这个器皿——并且我们也会邀请该实体看见，障碍如何就其自身而言即是礼物，去向内观察、成长并评估动机的机会。评估一个人的位置以及跟自我和其他自我的关系、跟造物者的关系，于是拥有机会去把你们幻象中的每一样东西要么视为「他者」，要么视为一个属于更伟大、更巨大的全体的碎片 。**虽然那些障碍可能是痛苦的，虽然你们可能经常感觉理性心智好像创造了也许比它的价值更多的麻烦，我们愿强调，理性心智提供了一个全新的色彩光谱或透镜——通过它，许多体验的面向就能被内化了。**

这个器皿正在努力保持通讯，同时又担忧她自己可能正重复在一个圈子中打转，但我们为她的勤奋而感谢她。我们感谢这个团体中的(其他)器皿提供了这个机会给她。

我们现在将离开这个器皿，并把通讯转移给名为 Kathy 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Kathy 传讯）

我是 Q'uo，此刻与这个器皿同在。横穿密度并在其中前进——从第二密度进入第三密度及以上——与此过程相关联的成长与演化之体验，是一个要去探索的、十分重要的概念，尤其是在检视关于下述事物的观念的时候：理性心智与直觉心智的发展与使用，以及在第二密度与第三密度之间的、和在第三密度自身之内的空间。因为就是在这里，觉知把对于[在第三密度中发展的、通过自由意志而做出的]选择的意识跟自己调和了起来。当实体们在第三密度体验中成长时，心智的理性与直觉部分对于他们所探索的这些自由意志选择，同时起到了过滤器与操作者的作用。

理性心智，如先前陈述的，同时是一个礼物[或优点]和一个障碍，取决于对这些机能及选择的觉察以及使用它们的过程。上述说法也适用于直觉心智。我们会说，这些心智面向、直觉与理性心智，能被视为硬币的正反面。

当一个人可以运用—— 我们更正这个器皿——当一个实体可以通过自由意志选择来运用理性心智，同时只强调那个机能是主要的、或者处于支配心智直觉面向的位置，这时候，该实体能够预先使得自己及其选择和投生体验易于转向那些在结果中反映出更多障碍的体验。

从这种对理性心智思维的过度选取当中，一个实体可能会学习纳入一种对那个机能的更微妙的运用，同时随着觉知成长而了悟到：将理性与直觉调和在一起，并根据该实体发现自己处于其中的情况而有不同的比率或程度，就是在这些场合，一个实体开始学习并使用心智的完全光谱、用直觉心智来平衡理性心智，因为这些心智的面向并非互斥的。

事实上，在一种完美的平衡中被调合之后，理性和直觉的心智代表着美德的观念、一种在第三密度中成就的美德或礼物——通过不计其数的学习与成长的投生体验而被工作和打磨，不断向着智慧、向着爱与理解而延伸。在第三密度实体身上，心智的理性与直觉面向以肉体、情绪、心智及灵性的方式，在大脑前额叶部分被表现出来。

这些前额叶在肉体上连接着该实体的心智与灵性部分——由靛蓝色能量中心所代表，它是该实体发展更高理解与智慧的中心。该实体所踏上的那场通过第二第三密度、通往第四密度的发展旅程，是向上发展的旅程，(逐渐)纳入能量中心——从红色、橙色、黄色、绿色、蓝色能量中心，向上到达靛蓝能量中心——并使它们保持协调。这种在所有存在层次[肉体、情绪、心智和灵性]上的、为了该实体之最大发展而进行的调和，在你们称为的靛蓝能量中心、以一种特定方式达到顶点。

心智的理性与直觉面向，也能被视为是光与爱的结合。当这些心智面向，即理性与直觉，以适当且有益的方式被调合起来，该实体的工作就是去引导其意志——我们更正这个器皿——就是去学习引导其意志指向对心智面向的和

谐使用，以便这些体验成为喜悦、并表达出朝向更高的自由意志选择而进行的真实学习。

在这样的情况中，这些心智面向的礼物之美德就变得越来越明显且占优势，标志着该实体的成长向上。**每个障碍都能被看成催化剂一般，可以从中学习、并将其整合到学习体验中；该体验朝着越来越高的层次上的存在之和谐而向上螺旋，并逐渐成为美德与喜悦。**

我们是 Q'uo 群体。我们已经与这个器皿同在一会儿了。我们现在把这个通讯转移给名为 Gary 的实体。

（Gary 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo，我们再次通过这个器皿向你们致意。我们因先前几位器皿有能力充分传递我们的想法、给予入口进入第三密度体验的旅程与地形而感到喜悦；但愿我们可以提供这喜悦的映射。因为理性/直觉的心智在心/身/灵复合体中是这样一个突出的部分，如我们已经描述的，它同时是礼物和障碍，取决于如何使用它、如何调和它以及它是否帮助寻求者对其催化剂做出有效率的使用。

向着那个目标，我们可以谈谈理性心智与直觉心智的关系，并把读者指向 Ra 实体曾谈论的求爱过程[2]。**在那幅关于显意识心智如何与其无意识的资源建立关联的更大图像中，对于正面导向的实体而言，适当的、有益的且有最大用处的关系是去接近那些资源——在自我有意识觉察的边界外部的资源——当成一个包含礼物的资源，这些礼物在被请求之后是可得的，但是(只会)在被需要的时候被提供给那位耐心的、充满敬意的且越来越有修为的寻求者。**

[2] 原注： 参阅一法 99.8。

不是草率地、无心地、自私地去开采这些潜意识的资源，就像[第三密度实体们此时]对待你们大自然世界的资源那样。而是带着对自我、对其他自我的大量关心，带着设定好的意图，去接近它们；该意图是成为太一造物者的一个透明管道，想望去知晓以便去服务，想望去理解自我以便自我可能疗愈并变得完整，使得自我周围的虚饰、盔甲、幻象得以掉落。寻求者必须持守一种无惧的振动；该振动寻求着自我的真相、愉快和不愉快的事物。

直觉是[你们可以说]一座桥梁或一个通道，把这个理性心智连接到无意识的资源——首先从个人的无意识开始：所有已经对自我隐藏起来的事物，隐藏在罩纱背后的事物，所有已经被遗忘和压制的事物，所有被包裹在投生前编程之中的事物；这些事物代表着当前投生的自己更深或更高的意志。

在罩纱背后、在地面下、在心智之树的构造中，可以说，无意识从个人潜意识移动进入种族心智，首个群体心智，行星心智的一个子集合；行星心智是深化与拓展无意识心智的过程中的下一步，那就是全球心智或阿卡西心智，它包含属于每一个活在地球上的第三密度实体的所谓无意识——作为单一的大众心智，不管在你们幻象中它可能是如何地碎片化。(该心智层次)也包含了你们行星球体——盖亚，如你们对她的称呼——本身的心智。

从那里起，它更深地下降进入一个甚至更宽广的层次，这个层次可以被称为原型心智，它不仅仅包含心智自身的蓝图[给理性与直觉机能的运作带来样式]，它也是你们本地子理则的心智。

从那里起，心智进一步深入并拓展进入那个可以被称为宇宙心智、可以被称为「造物者的心智」和「原初理则的心智」的对象；它是你们目前正身处其中的无限宇宙的心智。这些无意识的层次，通过你们知晓为灵性复合体的管道，可以连接到智能无限自身——祂是源头，祂是奥秘，祂没有特性。

在我们的简明提要中，我们已经给了你们对心智根部那些最大的层次的描述，心智根部会向上发送信息、养分、能量和资料给心智的主干与皇冠。那种来自这些较深层次的信息之传递，是由你们称为直觉的对象所执行的。直觉可能以多种多样的方式被体验到并显化出来。其中的一些方式包括对于此刻、对于自我、对于其他自我、对于决策的知觉和感觉，而这些知觉和感觉可能看起来不是分析过程或心智沉思的产物，而可能作为某种知晓、某种觉察、某种洞察而出现；洞察到一个人体验底下的那些更深层次，或者洞察到其他自我的当前能量配置——该配置可能不会出现在他们的话语中，但仍然会从他们的存在中散发出来，并通过直觉机能注入你们的显意识觉知。

被理性心智所得知的资料，一定会被该心智所评价。理性心智拥有充裕的机会去完全拒绝并忽略那种直觉资料；这再次谈到了求爱过程的必要性，在这个过程中，一个人寻求去成为直觉的聆听者、直觉之尊重者。如果一个人没有完全忽略或拒绝直觉，或者没有对直觉充耳不闻，那么此人仍可能误解来到自我中的东西。也许，被给予自我、被给予理性的显意识心智上部的直觉资料，可能是以恐惧而被回应的。也许会有某个事情是理性心智尚未准备好去整合或看见的；或者由于它内在的信念，它会在周围创造墙壁；或者以某种其他方式，直觉资料并不合乎理性心智所构建好的信念或世界观。也许出现的资料被误用了——对于正面寻求者，那会是追寻分离而非疗愈的途径。

或者作为替代，你也许会与那个资料一起坐下来，聆听它，打开它的包装[如你们的称呼]，并且如我们通过前一位器皿说过的那样，把那个资料调合进入分析与综合的过程。因为直觉会向自我提供灵感。灵感是与恩典相连的。确实，在反思、思考、检视催化剂的过程中，它请求自我完成更多一些工作，但是它会创造出空间，由此，那在显意识心智范围与理解之外的事物就可以作为灵感出现了，这种灵感会启发心智、帮助自我处理催化剂，于是该旅程就可以在扭曲的掉落中继续不断向上，于是自我就可以认出真实的自我，自我始终都是的、隐藏在它各种信念底下的那个自我，也就是太一造物者。当滥用它或把它自己与直觉管道切割开，并仅仅依靠它自己的[容我们说]装置的时候，理性心智能给第三密度实体提供一种障碍。概念性理解的领域几乎必定会让自我把统合的造物撕裂为诸多盒子、类别、区分、差异。

由于那些我们已经描述过的原因——其中的主要原因是自我的个体性——这些思维工具是极其有帮助的。但是，如果没有直觉机能与理性心智相连[树木顶部与它在地面底下的根部相连]之帮助，这种概念性的理解能为理性心智制造一座由概念和人造物构成的监狱——或由幻象构成的系统——借此，自我看不见自我或其他自我，而仅仅看到它的概念墙壁，把它们向外投射，并在一个由理性思维构成的不断变化、无限多样的万花筒中无尽地旋转。

我们注意到，在你们幻象中，「理性」这个词语倾向于具有一种积极含义。我们愿确认理性机能的正面价值。但是，若没有直觉的协助，理性单凭自身，能够且确实经常让人误入歧途；而直觉把投生的个体与它更大的自我、周围的宇宙连接在一起。理性心智是——或者毋宁说包含着第三密度的必备工具组。我们给予了这个器皿外科医生的形象：拿着手术刀、剪刀和其他戳

刺身体的工具；这些工具对于手术都是必要的。但是，理性心智并不在它自己的领地中包含有寻求者所寻求的完全觉知。

照常地，这里还有更多可以探索的事物，但此时我们会离开这个器皿，感激有这个机会，我们会把该通讯转移给 Jim 实体。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次与这个器皿同在。我们感谢每位在场的器皿勤奋地讲出那些我们已经创造的话语与概念，用以回答今天的询问。我们感觉到，每个人都已经在练习传讯技艺的方面迈出了相当大的前进步伐。你们已经在心与意中、在灵性中将你们自己越来越宽阔地开放，于是能够掌握那些通常位于理性心智感知能力以外的概念。我们称赞你们的努力。

这类致力于寻求服务造物者的奉献，将会推动你们、在你们自己的寻求旅程上更快速地前进。因为你们不仅仅在这些圈子中是管道(channels)——在这些圈子中，传讯(channeling)是被着重强调的——你们也在穿越日常生活时传导(channel)你们的生命，在这过程中，你们正尝试利用你们所获的催化剂以在爱与理解中开放自己的心与意，以及那种清晰表达自己、并带着关心与关注而聆听他人的能力。**你们总是在传导太一无限造物者的某个部分，你们正在越来越充分地移动进入该领悟、更充分地领悟存在于你里面的造物者。**

此时，我们将离开这个器皿和团体。我们在爱与光中、在喜悦与平安中离开。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2021_0707/

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/2021/0707

☆ 第 3514 章集：第三密度的困境

周日冥想

2000 年二月 6 日

团体问题：今天的问题跟各样的挫折、愤怒、以及困难有关，它们周期性地发生在我们的生活中，似乎就是我们的催化剂的一部分。在(我们)从催化剂学习的过程中，哪些事情是我们可能在智力、逻辑上，有意识去做的？何时我们必须做不同的事，比如放弃或接受一个情况，或者坚信一切应是如此？(另外)Q'uo 可否告诉我们这些途径有何不同：靠智力、接纳、换一种作法，让我们自己休息一会。在我们生活经历中任何特定的时刻，我们怎么知道做什么事情 才是对我们最好的？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中、我们存在。今天下午被你们的团体呼唤，这是我们的一种极大的福分和荣幸。我们极其感激坐在这个寻求圈中的每一个人。我们感激把你们带到这个圈子里来的渴望，它也把我们带到你们的身边。能够透过这个器皿和其他器皿对你们这样的人说话，是我们非凡的福分，因为这种方式让我们觉得，自己可

以在不侵犯任何人的自由意志的情况下分享信息和意见，因为我们希望你们轻松地对待我们的信息。在这方面请你们不要把我们视为一个权威。因为我们不是一个高于你们的权威，我们毋宁是旅伴，我们同时沿着相同的道路前进。我们知道那条道路布满着尘土，我们感激你们的陪伴，如同你们对我们的感激。

今天下午这个器皿在跟 R 实体说话时，R 实体请这个器皿在这次集会上问我们一个问题。这个问题是：我们记得第三密度的困难吗？我们有可能把自己置入第三
密度的体验？我们可以说：是的，我们确实记得。跟你们现在面对的经历相比，我们的第三密度经历在某些方面更单纯的，因为我们的整个人口对于极性的选择有更多的共识。无论如何，当罩纱在第三密度投生开始时落下，任何人都没有可能在镇定、平和的状态下行进通过此生的经历。

所以，我们先要聚焦其上的第一件事情就是这种情境了。因为第三密度的情境既是自己的荣耀也是自己的恐怖。处于肉身外的实体在察看承担着遗忘罩纱的人可能得到的投生性学习和服务时，把这情境看成是一种荣耀。而在肉身中体验它的时候，尤其是如果混淆的节奏变得太快，导致情绪和灵性自我不再有任何安全岛，相反，一切都好像完全处于令人绝望的混乱中时，第三密度的情境就可以是一种恐怖。因此，最好检查这种情境的基础，开始查看为甚么身为灵魂的你，选择了把自己放在你现在体验的这种苦难中。
容我们说，我们下面编造的故事是我们的假设而非事实，但是我们假设造物主对祂自己说：「我渴望去认识自己。」我们假定正是这种渴望生出了造物。这位想望认识自己的造物主、从自身编织出一个无限的(宇宙)造物，里面有无限数量的独特灵魂，每个灵魂内都含有造物主。
这个造物被塑造成光的造物。为了让你可以体验时间与空间、因与果的幻象，你

身为一件爱的作品，获得一个用光建造的造物，于是在这个幻象的梦境中，太一无限造物者的每个独特部分就可以变成一个体验者、推理者、资讯来源[供无限造物者认识自己]。

你们第三密度内的实体和很多其他密度的的实体，作过很多关于太一无限造物者本质的推断，各种宗教关于如何朝向太一无限造物者的行为也有很多教规，但是造物主想要的不是被爱，毋宁是想望认识自己。那么好奇心，要知道更多的渴望就被内建于太一无限造物者的本质之中。所以无限造物者在某个(时)点会选择给予祂的灵魂们自由意志，就是最合情合理了。

光的各个密度被设置的方式是：有个八度音程、其中的光密度以用稳定的方式逐渐升高，每个密度都会有其原生的生灵，它们能够在此体验，并且向太一无限造物者表达、交流这些体验的性质。在我们对这些密度描述的系统中，这些密度是从第一密度开始的，也就是元素的密度，是岩石、土壤、风、火、水、天空与海洋的密度。那些事物看似相当没有生气的，不过它们是完全与太一无限造物者之爱与光共振的。

第二密度是趋向光的密度，这个密度的原生居民即是你们的植物与动物王国。它们察觉不到自我，但察觉得到光，朝着光移动。

第三密度：你们现在就是它的一部分。它经常被称为选择的密度。这个描述性的名字的来由是：意识本身、你之所是的灵魂、采取了第二密度的肉体载具，把它自己附加到那个肉身的圣殿之中、以体验时间和空间的各种限制，体验自我对自我的首先察觉。在这个第三密度中，仅仅在第三密度中，遗忘的罩纱在每个灵魂投生进入一个肉体载具时落下了。这个密度充满了混淆，它就是以那种方式被设

计的。我们将会回到这点。

剩下的密度是：第四密度，很多人把它称为理解的密度，但是我们会称为爱的密度；第五密度，灵魂在此自行学习智慧这门课；第六密度，是合一的密度，爱和智慧在这里找到方法融合成为一，正面道途和负面道途首次和解，所有的矛盾都得解决。第七密度，已被称为永恒的密度，因为在这个八度音程前的最终密度中， 灵魂们把最后的日子向后回顾(过去)，最终地，充满了灵性重力，接着被拉回进 入太一无限造物者之心，开始静止下来，完全处于潜能状态，只在下一次创世开始时，才再次被抛出去，以体验更多、表达更多，接着告知太一无限造物者、关于祂自己的本质。

在第三密度里，你站在一条第三密度步道的起点，要嘛走在正面的道途上[服务他人]，要嘛走在负面的道途上[服务自我]。选择跟随哪一条道途，是做为灵魂的你希望在这次投生中成功把握的事物、极为核心的部分。从这次投生体验之前或之后的位置来观察，你可以清楚看见这些议题。每一个人类状况都包含一门爱的课程，你可以就正面或负面的意义上来学习。确实，有时候是困难的，但总是有可能，在注视当下此刻时、找到此刻蕴含的爱。这项工作常常很微妙；与此同时， 非常不微妙的迷惑往往会起支配作用。

让我们检视这种混淆，因为在这个圈子中、我们在每一颗心中看见一种困惑，一种真诚的想望：不要有如此大量的混淆，而第三密度的明确目标正是去创造出大量且持久的混淆。你看，你们每个人进入此生时，都带着一套清晰的课程要去学习、和要提供的服务。你设置好会产生最多催化剂的人际关系和各种情况，它们将为你提供尽可能有效率的机会，来增加你的极性、分享你的天赋。你也为自己提供了这个器皿称为的人格外壳。接着在那个人格外壳之内，你为自己提供足够

额度的、你认为有用的智力、好帮助你做到此要做的事。结果，人类情况是：一个灵魂不记得自己的课程，不知道自己来此提供甚么服务，被放入一片恒常循环的混淆之海，直到此生结束。

你看，人格外壳有一个很难以控制的面向。那个面向就是头脑(mind)。自我的情绪，无论是本能性、源自第二密度，或是源自于第三密度，都拥有它自己的真相、并不依附于遗忘的罩纱。相比头脑用思想的方式产生的东西，每个寻求者拥有的感觉在一个远远更大的程度上是可信赖的。让我们解释一下。

智力头脑是人格外壳的一部分，它被设计来解决各种问题。头脑是一个非此/即彼的仪器。旨在检查情况、做出一个选择。在人生的表面上，在要笔直走或转弯的问题上，在要嘛维持一个预约、或者改约时间的问题上，这个做选择的设备 运转地非常好。智力头脑在处理物质世界和人造世界、社会和人际关系等等方面，运作良好。无论如何，这个密度是灵魂醒觉到自己的觉知的密度。所以在投生经历中会出现那个瞬间，届时寻求者了解到有某个东西改变了；本来有个舒适的巢，她在里面似乎睡得很香，突然间，她醒了过来。接着起床伸个懒腰，热切地想要看看这个巢，却再也看不到它了。这就是醒觉于自我形而上本质的体验。这是一种错位的体验，因为它意味着现在你居住在一个完全不同的造物中，它跟你直到觉醒的前一刻、都在享受的那个造物不一样。

寻求者所醒觉的那个造物是形而上的宇宙。在物质宇宙中，目标倾向为各种成就，可以完成的事情。在形而上的宇宙中，各种议题跟菁华、存在有关。在这个宇宙中，想法就是行为。意图与渴望就是各种行动。

所以，智力头脑打算分析具有形而上性质的情况时，只能在更深层自我[你更真实

的特性]的仔细监管下才会有成效。换句话说，做为一个形而上的实体，一个永恒与无限的公民，然后你回头检查人类的情况，不是打算去解决一个状况，而是想去打磨自己的意图、渴望、振动。形而上寻求者的优先考虑与物质性实体的优先考虑相比，完全翻转，这很令人困惑。自然地，灵魂往往会在两个世界之间来回移动，试图协调物质的议程和形而上议程；容我们说，这两者都有价值，而且价值相等。因为你来到这个选择的密度，不是为了变得疏远的、睿智的、控制(全局)。你来此进入这个体验，是为了让你自己和无限造物者感到吃惊，你来是为了体验新东西，给自己提供可以仔细咀嚼新的催化剂，然后把它制成深刻的经验。

让我们观看一个「例如」。这个器皿稍早谈到自己感到气愤和恼怒，因为就在她需要用手来实施自己真心想望提供的服务之际，发现自己的手很酸痛。身为物质界的实体，这只能是坏消息。做为形而上实体，几乎立刻看见该情况包含的好消息，因为它要求这个器皿和她的伴侣两人，丢下他们计画好要做的事和考虑过的、怎么做这些事的方法。他们获得机会去合作、或找到对方的某个负面催化剂、直到(临界)点以致于他们认定无法合作。在这个例子中，这两个寻求者都选择了　最佳道路，结果是：增加限制的体验几乎成了增加自由的体验：自由地变得更亲密、作为一个存有来做事、找到合作与同感的中心。

容我们说，在很多很多的情况中，爱的课程并不涉及伴侣关系的巨大好处。因为在很多情况下，一个人面对的催化剂，必须得靠自己来处理，或表面上要靠自己处理。出于种种原因漂浮在困惑之海的人，感到异常的孤独和隔绝。不过，我们对你说，在你处于最低点，希望似乎最暗淡的那些时刻，正是充满创意和无限可能性的时刻。因为光必须照进黑暗。正如同树木在冬天把根部向下伸进黑暗、把冬季光秃秃的枝干伸向天空，你们每个人也有在黑暗里扎根的时刻，这时真的很像灵魂的暗夜。

正是在这些情况下，智力头脑终于停了下来，终于被打败，知道它无法解决灵性的问题。当那种情况发生时，工作之道就从头部移动到心了。不要因为在智力头脑里花了很多时间，就觉得自己是个不大优秀的寻求者。你给自己一个强大的智力头脑，为的就是帮助你处理困惑。但是要记录下你终于愿意倾听自己心声的那个暗黑时刻，把它当作一个值得纪念的日子写下来，因为一旦你进入了自己的心、让心替你思考，那么这时可以升起的直觉，真的似乎能简化你位于黑暗、处于混淆的经验，并使它变得和谐。

并不是说心是一个解释的地方，因为它不是。在心之中的事物是你更深的自我。在心之中的事物最终是太一无限造物者，这一个造物者在祂无限的创作里，至今肯定学会了一件事情，那就是祂深深地、纯粹地热爱祂创作的每一件作品，甚至(你的)皮肤或头发上最小的微粒，或者出现任何最微小的念头或看法，对于太一无限造物者都是重要的。你无法使太一无限造物者感到厌烦，祂永无止境地为每个灵魂着迷和感兴趣。

因此，当所有的人类住所都不再舒适的时候，或者让事情简单化，在心之内有那个至圣所，你可以在冥想、沉思、祈祷中，前往那儿。在一个忆起的瞬间，你可能突然处于光中，爆发出喜悦和平安，并察觉到事情将会出现，事情将会过去，事情将会消失。无论是福还是祸，无论生或死，太一无限造物者和你都将完好无损，并穿越每日生活的一切有趣的混淆和难题。当你活在心中时，你仍将是混淆的，但是你将不会如此深刻地吝惜该混淆。你也将不会发现自己长时间处于恼怒的状态中，因为当心智带着锐利刀锋切入(问题)时，心藉由直觉的方式，带有一种亲切与温和。

这是一个伟大和中心的学习，关于这方面有更多要说的事情，但是我们感觉到已经给出一个好的开始。我们感觉这是一个好的时点，我们将在这里暂停、将这个通讯转移给 Jim 实体，因为我们察觉到仍旧有你们想望在此刻提出的问题，这个器皿正在要求我们将发言保持在特定的时间限制中。我们理解这种需要，真的，我们知道自己太多话了。所以，在此刻我们会将这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿的服务并在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，在爱与光中通过这个器皿再次向各位致意。在此刻我们很荣幸提供自己来进一步尝试回应在场者可能向我们提出的询问。在此刻有另一个询问吗？

M：我有一个问题。这辆让我处理了六个月的汽车，因为跟另一个人有业力关系， 我现在不知道如何进行下去，因为我好像一点进展都没有。我在上面已经花了几乎半年的收入，所以这听起来可能很傻，但是我已经思量许久。

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。当一个人发现在寻求的旅程上、对于要踏出的下一步有混淆时，最好考虑自己当前的情况，最大程度地利用你的显意识机能 了解一切你能了解的东西。

然后在每天的日常活动中抽出时间，退隐入冥想，好让你已经有意识问过的问题可以进一步沉入你心智中更深的部位，连结上一直以大致清楚的方式为你带路的投生前选择，单纯地等待自己的心说话，等待于你内在运行的造物者说话。
当你使自己静止下来，到达足够深 足够有规律的点 ~ 没有人能说何时出现这个点，但是一旦出现、你就会知道，你该走的方向就会对你变得清楚，你就可以在太一无限造物者的信任中前进。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

M：没了。感谢你们。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。
Carla：我们能够接续那个问题吗？
我是 Q'uo，我们会很高兴你那样做，我的姐妹。

Carla：当有一个金钱上的问题时，看起来你即将失去每一件东西，你认为牵涉其中的课程会是什么呢？

M：不要将你所有的鸡蛋都放在同一个篮子吗？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。当一个人为此生寻求有可能的最高道途时，那么，一个人正在说……
(磁带换面)
……当一个人已经为此生选择了最高的道途，那么一个人就正在对自己说，所有其他的事物都必须从属于那个爱的选择，无论它可能是什么事物。一个人必须愿意冒着失去那些东西的危险，那些东西好像暂时比去跟随那条最靠近心愿的道途更重要。这就是在你们的塔罗系统中、傻子象征所在的位置了，可以看见它正在从悬崖走出、在停留在半空中，准备好掉落。然而，该傻子的信心会支持它的下一步、下一步，再下一步。

有进一步的询问吗，我的姐妹？
M：没了。感谢你们。那非常令人安慰。
我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：如果可以的话，我想朗读一下 R 的四个问题。首先是：「我很容易被比较喜欢服务自我的人利用，从而受到伤害，因为我觉得孤单，而且想要有所服务。我觉得被(人)操纵了。我能做什么？」

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。再次地，我们发觉：对于每个真理的寻求者，最为显著且居于中心的必须事项是在日常活动中抽出时间并在冥想状态中退隐，这样一个人就可以看到双脚可以前进的方向了，如果需要的话，他可以重新评估其方向、渴望、动机。那么，若有需要朝另一个方向移动，因为它可以平衡你最初选择的行动，那么就把双脚放到那里，自信地前进。
我们无法为任何人选择，因为这是每个人的荣耀与责任：做出那些在人生的样式中、承载着形而上重量的选择，容我们说。我们对每个人说：每个人在心中都知道下一步、下一步、再下一步。在你们当前的幻象中、日常活动的体验是如此这般，以致于生存的狂热步伐经常会引起心之视野的模糊不清。很多人会因为致力于日常活动而不寻求心之智慧。我们会请求每个人都在规律的基础上、在其中观察，这样一个人可以发展出一种清晰的沟通：与心、直觉、自我依然在与万物合一行动的那部分沟通。
我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：有，Q'uo。R 问道：「要整个吸收我在你们群体找到的那些全新概念，并且在那么做的同时保持(心神)集中，需要花不少时间。」

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。每个寻求者都会以一种独特的方式、开始学习摆在自己面前的东西。允许自我用自己感到舒适的方式与速度来移动。不要将太多的要求放置在学习的进程的效率或迅速上。

有进一步的询问吗，我的姐妹?

Carla：我听到了，Q'uo。R 说，他说在冥想时感测到：「做这个，或不要做那个。」
(他问) 「这是我的想象吗？我如何区分好的建议和坏的建议？」

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。随着一个人发展一种每日冥想的模式、对于坐在静默里和凭心而寻求、开始感觉舒适时，会有首先的灵感推动一个人在这样或那样的方向上移动。我们会建议，每一个实体如心所指引的那样移动，同时理解到：这不是一门精确的科学，可能有那些一个人感觉不确定的时刻，可能有那些行动的结果看似并非被期望的事物的时候。

不过，我们鼓励每个人增强信心，即心确实知道所需的事物。随着显意识的自我越来越多地有意识和潜意识地、在日常活动和冥想中寻求，你就可以自信地跟随自己在冥想中找到的产物，一个人可能发现双足站在坚实的地面上，尽管他可能尚未有意识地辨认他正在进入的领域。
有另一个询问吗，我的姐妹?

Carla：只是接着问：你们是说：怀着信心，你必须在信心可以起作用前就走入半空中?

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。确实，每一个寻求者必须在人生样式中，一次又一次地呼唤信心的品质。这种对信心的呼唤是那种在其自身累积一种形而上动量的寻求，容我们说。当一个人首先移动的时候，移动倾向于犹豫不决， 不大确定，有些胆怯，不过渴望建筑信心就必须继续移动。因此，在信心

中移动正是这样进行的。形而上的肌肉如同肉体的肌肉一样，随着运动而被打造。
我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：有的，但是我想要先接续这个问题。你们是如何平衡在信心中移动、以及辨别力？

我是 Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们必须暂停，于是这个器皿就得以重新聚焦。
(暂停)
我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。你说的辨别力是每个实体正在学的东西。跟随直觉、根据灵感行动、有能力辨别、对成功的结果有些把握，这些技巧都需要通过相同的练习来学会。有些时候智力头脑会进入怀疑或害怕，(辨别)过程变得混淆；该实体首先开始觉察到需要靠心、而非只靠头脑来推动自我，容我们说；这是常见的练习。
我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：有的。他们对于理解地球的问题和情况有困难吗..... 但你们早已回答那题了，所以你不必进一步回答。R 还想要说：他知道你们正在尝试帮助他、他想要全心地感谢你们。

我是 Q'uo，我们也感谢 R 实体提供这些衷心的询问给我们和这个团体。在此刻有另一个询问吗？

S：先前的几次集会我无法参加，几个为我问的问题丢失了且没有录下来。第一

个问题是关于我的妻子。她似乎站在人生的十字路口上。工作不再给她相同的喜悦和满足。她似乎在考虑人生应该前往一个不同的方向，而她不知道往哪里。她的背部和双腿出了毛病，目前没有改善迹象。她有很大的挫折感、而我不知道如何帮她。我能做什么呢？我如何能帮上忙？你们有什么建议或意见可以帮助她？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们愿再次建议：冥想状态就是每个实体在(日常)经验中，可以面对自我、最明朗地寻求自我之心的地方。我们会对任何这样的实体都推荐，在寻求此生的最深入问题的答案上，你可以在冥想状态中安全而有把握地寻找这种答案，你在任何别的经历中都找不到的。你谈到的该实体在身体用来负重的部位遭受痛苦，该实体察觉到自己肩上的重担。该实体寻找新的方向、但在她能够选择丢弃老旧路径前，无法找到新的路径。

这再次需要第 22 号大阿卡那牌、傻子、在他进入半空中之际、所表达的那种信心*。因此，我们会推荐这个实体在安静的时间中、在它的心之渴望的深处寻求。在此 这个实体将会找到指向新行动的方向。而整个方向都在等着该实体做出选择，不再承受她现在承受的重担。
有进一步的询问吗，我的兄弟？
(*编注：这里指的应是伟特牌组 而非埃及塔罗中的傻子)

S：有的，我最小的女儿时常似乎对我的母亲非常着迷，在她出生的那天，我的母亲正好去世整整十一年。她的兴趣里包含了怎样的动力关系？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们想望在不侵犯自由意志的情况下服务，在这种情况下，我们发现必须谨慎地选择我们的言语。这个年轻实体对一个在她之前来临的实体着迷的经历，是出于她最亲近的人的假设或推测。我们现

在无法说得比这更多了。
在此刻有另一个询问吗?

S：你们多次说道你们不想要干涉自由意志。这让我想起印度教的故事，两个人在一艘船上，一个人掉进水里。那个在船上的人不愿意帮助他、并且说淹死是他的业力。然而去救他可能就是那个人的业力。你们如何知道何时会侵犯自由意志?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们检视在问题中已经被该实体做出的选择。如果该实体已经在一个方向上、开始利用已经被摆放在面前的催化剂，这个方向仅仅是在某种程度上需要肯定的，那么我们就会随意发言了。如果该实体尚未足够充分地使用面前的催化剂、不能够做出这个开始的选择，那么我们就会感觉到为这个实体做出选择是一种侵犯。
有进一步的询问吗，我的兄弟。

S：因为他们现在正在使用两个磁带，在数次集会之前，什么事情会造成两个磁带同时失效呢?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现一个磁带失效时因为一个机械上的故障。我们发现主要的磁带失效时、是因为在这个寻求圈中某个人的干扰。
有进一步的询问吗，我的兄弟?

S：从圣诞节前开始我的眼睛就不对劲；由于我不会「真的生病」，这件事真的让我很关注。我怕自己可能错过了为我呈现的甚么要点，也许我的脑子有些迟

钝， 错过了甚么事。请你们对此评论一下？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在这种情况下我们发现你正在回应一种已经放置在你肩上的责任，这是你不想要的责任，在这个情况中，你拒绝了以一种及时的方式、去看见完成这个责任的方式。
有另一个询问吗，我的兄弟？

S：一周以前，我 20 岁大的侄女出了很严重的车祸、当时我们家正要聚集起来、治愈已经出现很长一段时间的伤痛。她的严重受伤已经成为对家族中所有人的一次冲击，你们能否告诉我，要学会的动力关系是什么，对于家族，尤其是对我的侄女的效应是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现涉及你的侄女的汽车事故、该事件已经成了家族中各个实体在聚会时关心的焦点，于是有可能使得在大家族中的困难得以化解。对于那个实体、因交通事故而承受肉体载具的限制，我们会建议，必然有这个实体现在能够做出的一些可能的选择，容我们说，那就是从它的有意识的掌控中退后，因为她的人生模式的运动方向，有点偏离了她在投生开始前所期望的方向。

一个人可以检视各种各样的其他实体、好看见这些限制如何可能帮助整个人生的寻求过程。例如， Carla 实体由于在其人生的早期的年龄 突然出现幼年性风湿性关节炎 而承受肉体载具的限制，产生的效应迫使她的觉知进入自我之中，这种冥想状态、沉思、祈祷的状态在这个实体的人生中从此占了优先地位，让她进入某些领域，此后作为祂的服务被一再探索。读过 Ra 资料的人都知道的，名为富兰克林·德拉诺·罗斯福的实体，曾选择肉体载具下半部瘫痪，用以平衡他在

权力上升时、缺乏对他人的悲悯，因此，肉体载具的限制在这个实体的内心 重新点燃了对周围人们的悲悯。

当肉体载具在它在执行正常机能的能力上如此受限，它不再能够就在没有他人协助的情况下做这些事，然后这一个人就可以把他人的帮助的必要性视为那个受伤实体的人生模式的一个意义重大的部分。这种给予和接受爱之振动的能力就可以在这一种情况中学会了。肉体载具的不能移动也可以促使该实体强化向内观看如我们刚才谈到 Carla 实体的情况。该实体对这种可能性的最初反应也许是认识到它的价值，也许认识不到；可能是相反的，完全否认这种需要。每个寻求者都需要以自己觉得最舒适的方式，来工作放在面前的催化剂，即使这样处理催化剂在开始的阶段、也许显得相当混乱而且有破坏性。
我的兄弟，有另一个询问吗?

S：想起了我的父亲，他的膝盖有毛病。Hilarion 传讯提到：在一个人膝盖上的问题就好像一种个体存有跟自己的高我(连结)被切断、或者看不见高我。这会是 一种多少有些类似的情况?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，在我们谈及这个实体对此生重新评估的需要，以及参与到交通事故中、作为将这种需要立即生效的催化剂时，这就是我们所提到的要点了。
有另一个询问题吗，我的兄弟?

S：我最近看完一的法则的卷五，我想知道你们能否告诉我们唐·艾尔金斯这些日子正在做什么?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，然而我们不能够回答这个询问、由于我们渴望避免侵犯在场某些人的自由意志。
有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：我在运动身体方面注意到我似乎不是非常柔韧，我想知道是否肉体上的不柔韧可能表明心智上的不灵活。你们能否评论那点？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在这种情况中我们会建议，肉体缺乏灵活度是由于缺乏使用它，而不是由于心理上缺乏灵活而对肉体产生影响。
有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：最近我摔倒了，轧伤了我的两根手指、酸痛很多天了，我想不出自己做了甚么，导致我觉得这么疼。这究竟是怎么回事？

我是 Q'uo…. 我们更正这个实体。能量逐渐变低了。我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。察觉到你的肉体载具越来越疼是一个症况，显示肉体载具的这个部位过度负荷了；显示的方式是：疼痛随着你的载具在这个部位的疲劳程度而加剧。
有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：有某个我已经购买的音乐，叫做「造翼者」。它有十个选集，我被告知，还有其他的十三个选集是可以取得的。你能否告诉我，我能在哪里得到那些选集？

我是 Q'uo，虽然我们觉察了你的询问，我的兄弟，我们发觉无法找到一个 Search.com(网站)。

有任何进一步的询问吗？

S：耶。你们何时将会有一个电邮(e-mail)地址呢？

我们是 Q'uo 群体，我们十分感激每个实体今天呼唤我们出席这个寻求圈，并且但愿向这个团体讲更长的时间，但发现这个特殊器皿的能量逐渐降低了，因此，我们必须离开这个器皿和团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开每个人。我们是你们知晓的 Q'uo。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3515 章集：耶诞节讯息

Copyright © 2002 L/L Research
周日冥想
2000 年十二月 17 日
团体问题：今天我们要举办百乐餐，既然时间靠近耶诞节和新年，也许 Q'uo 会有个耶诞节讯息给我们。

（Carla 传讯）
我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中、我们存在。今晚、我们十分欢喜和你们的团体谈话，我们感谢你们每一位：为了你们加入这个寻求圈来寻求真理。

一如既往，我们会请求每一个人聆听我们说话时都认识到：我们仅仅提供一些意见，我们不是权威。我们会感激你们每个人分辨哪些东西你发现有用，哪些是你应该丢开的。

请求耶诞讯息是一个迷人的请求，它肯定向我们提供了一整列我们可以追寻的美丽方向。你们体验为耶诞季节的时间是你们星球上、一个出色的周期的一部分，该情况是被巧妙规划好的，这样在你们的行星上、在任何一个白昼期间所享受的光就会有多有少。耶诞季节是一个最少光的季节，确实，在你们星球上的一些部分、冬季的某些部分几乎完全处于黑暗之中。就是在这个黑暗时刻，你们的基督故事开始了。
这个实体前来提供什么讯息呢？确实，那个讯息的核心就是一种光。然而，这种光的生成、不靠你们的太阳或任何你们所认为的光辐射源。在没有其他光照耀时、它依然微微闪烁着，这就是爱之光；你们称为耶稣·基督的实体体现光的那种品质、为了我们、也为了你们。因为我们觉得，这个实体超凡完美地表达了纯粹爱之菁华。

这个器皿今天从电子邮件中收到了一个小故事，我们想要重述。在这个故事中，一个深爱丈夫的妻子开始察觉到，她丈夫对圣诞节不再抱有幻想，不必然是由于节日期间的情感和理想，而是其商业促销和喧闹嘈杂，所以她开始思考，怎么才能给丈夫一个更好的耶诞节。有一天他们去看一场运动赛事，其中有一队没穿运动制服，似乎是由没地位、没钱的年轻人组成，甚至付不起到球场的公车费。这个女士想了一个办法，为这个邋遢的小球队买制服。完成善举以后，她写了张便条放在信封里，在信封上写下她丈夫的名字，然后把它挂在一棵(圣诞)树上。这个小小的白色信封成为那一年全家最喜欢的礼物，它是如此成功、以致于这位妻

子决定，每一年都要这样做。
以后每年的某个时候、她都会想办法匿名地、悄悄地做一件善事，比如帮助一对在火灾中失去一切的夫妇、或一个需要做手术的小孩。每年她都要找一个需要某个东西的人，想办法成为这个人的圣诞老人；而每年(家里的)所有人，都会寻找那个信封。

有一年她丈夫去世了。这个妻子在家里好容易才设法把这棵树立起来；有很多事她都没法做，但她确实把一个白色信封挂在树上。圣诞节早上到了，她和四个孩子聚在一起来过这个很艰难的圣诞节，他们全都发现，家里的每一个人都在树上挂了白色的信封。由于担心妈妈不能把这个传统继续下去，每个孩子都自己承担起这个任务，找到某个人去给予，因为他们想要给父亲、他最喜欢的礼物。这个故事的结尾带着一个希望：这家人会继续这个传统；每年最受喜爱的礼物就是这些白色的信封，它们讲的是给谁都不认识、谁都不在乎的人送礼物，这个人就只是需要某个东西，最后找到了一个圣诞老人。
我们能对你们谈论耶稣·基督，因为我们很仰慕这位老师。我们能存取这个实体的生命历史，不过、我们发现这个实体会更喜欢我们谈谈爱本身，他曾来此见证爱：这爱超越了占有的爱、这爱超越了人类的爱，这爱创造了你们每个人、也将会毁灭宇宙。

你们每个人就像是耶稣·基督；不是实际上等同于这个特定的人格外壳，毋宁说，你们每个人都像耶稣在投生时进入这个黑暗的世界，接着在人生的某个(时)点醒来，看见内在的光，开始察觉到理想和原则所具有的无限热情、美好和成果，它们体现的真理所发出的钟声，远远超出了时间与空间、生与死。
首先，你实质地来到一个黑暗的世界，凝视着你周围的幻象，聆听晚间新闻。这个器皿经常称之为坏新闻，因为它们几乎不会在新闻节目中给出好消息。一般来

说，地球场景和第三密度场景的性质就是这样的：跟光明、笑声、欣喜相比，生命的污垢和破旧显得远为黑暗与严肃；两者都在该幻象中共存。在第三密度的外在显化中，一直都会看似一幅相当暗黑的图画。总会看似有一场善与恶之间的交战，而邪恶正在获胜。容我们说，这是一个幻象，确切的实情是，随着你们越来越多的人觉醒于自己的灵性身份，光正在增长。不过这个幻象的最大好处之一就是它看起来是暗黑的，这是第三密度经验的一个必要条件：设置舞台给每个进入这世界的人灵，人灵走到舞台的中央时，知道观众已经到来，演出正在进行，台词是未知的。对于正在上演的这场戏的性质，每个演员只有一个提示，这个提示来自一个地方：自我的内在，而非各种道具和舞台上的其他角色。
每个人灵进入到这个世界都是要给予、分享，祝福并传递太一无限造物者的爱与光。为了使这个行动成为有意义的，就需要有那个暗黑的戏幕背景。在第二个层面上，即纯粹形而上的层面，每个人灵如同耶稣·基督、这概念变得更加聚焦，
因为当每个人灵在此生中、醒觉于该体验和自我的基本特性，每个人都如同一个婴儿、在马厩的食槽里醒来，不是进入一个舒适又安全的地方，而是进入一个最卑微、最贫乏的处所。因为每个婴儿般的人灵都是无助的、全新的，需要大量的帮助。

爱之圣灵就是每个采用肉身的人灵之心。耶稣·基督所表达那份完美的爱、就居住在每颗心中，但是这就彷佛每个人灵都需要开始察觉的存有帮助、以便于茁壮成长。所以，你们每个人都如同他或她自己的灵性之看顾者、父母、老师、安慰者。你们每个人都能鼓励你内在的爱之圣灵。你们每个人都能够为那婴儿般的灵性穿上关心、自我察觉、时间的衣服，把时间给予静默和爱的觉知，而爱就在那摇篮[也就是心]中休息 。
你应该怎么做自己内在灵性的父母呢？你应该怎么帮助这个灵性成熟、开始展开双翼呢？记住，这个内心的灵性孩子是一个生灵，你所做的各种选择会推动并强

化它。日常活动中有很多暗黑方面需要你做决定，这个器皿先前说过，你可以怀着恐惧做决定，或者在自由中做决定。当一个道德上的决定出现的时候、这里就是关键点，最好停下来问问自己，就如 Ra 实体说过的：「在这个情况中、爱在哪里？在这一刻，光在哪里？我可以提供怎样的服务？」

这些问题经常会创造出一种清晰度，于是内在的灵就能够绽放、更为茂盛一点，因为(你)已经花时间检查在这幻象世界中、看起来暗黑的情况，接着在那谜题与世俗情况的黑暗中、找到隐藏的光、爱、服务。如果你能够向后退、直到你能够问自己这些问题的程度，在使用地球的暗黑状态来找到方法点亮心中的蜡烛、进而撷取心之巨大却经常未被开发的、信心与希望的资源，你就成功了。你们的冬天真的是一个黑暗的时期。

我们祝福那黑暗。当我们回顾自己的第三密度体验时，我们看见未知的礼物之所是：凭借信心自由选择的一个必须先决条件。我们完全不会劝阻对(你们) 崇敬和钟爱耶稣·基督实体。这个实体就如同爱的最卓越模范。我们鼓励每个人长时间凝视这个实体的故事、看见这个实体如何能够去爱。但更重要的，我们请你们看入自己的心、看见内在的爱之圣灵、那是你们每个人的菁华。知晓你内在拥有你所寻求的爱、你所寻求的真理、你所渴求的美。我们鼓励你们每个人都珍视每个艰难的选择和每个表面上的黑暗时刻。

你们在这些未知的投生时间中所做出的选择是有份量的，潜在而言、那能改变你的灵魂的发展进程。我们鼓励你们每个人都知晓你的内在拥有成为那根蜡烛的资源，它会在黑暗中被点亮，而黑暗将永远无法压倒那根蜡烛。

我们此刻要将这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿并将在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再一次于无限造物者的爱与光中、向你们各位致意。在此刻、我们很荣幸尝试去回答在场者可能向我们提出的任何进一步的询问。此刻有另一个询问吗？

S：我上次有一个问题，它是关于你们的群体中、一些实体已经作为流浪者来到这里，他们已经稍微偏离正轨、在这个幻象中迷失了。我们能够在面纱的这一边帮助你们群体中的那些实体吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，我们感激来自开放之心的关切，想要搜寻需要这份关爱的实体，这些实体找到伟大的爱、为它牺牲很多，然后又以另一种形体继续寻求爱。我们可以向你担保，每个实体，无论从前是你们称为的流浪者，或是地球原住民、你们对起源于这个星球的人的称呼，都将发现，就像我们以前说过的，生命的伟大之爱就是居住于内在的太一造物者。因为虽然每次人生以你们的年岁来衡量、似乎是一段很长的时间，从无限和永恒的观点来看，每次投生都仅仅是一眨眼而已。那些可以在一段相对短时间中被学会的课程是强烈的、纯粹的、充满热情且确实在灵魂身份上留下其记号。因此，虽然一个实体可能似乎在众多(课程)中迷路了，该旅程本身就拥有巨大的潜能。因为带着信心前进并以

寻求真理的意志驱动信心、这能力会协助任何实体的寻求之旅。有很多人以这一种方式前进、来似乎反映出这种迷失，不过、我们知道，会有一天、所有迷失者都将找到路。在每一颗心中、都有一个东西、可以被视为灯塔、一种回家装置、它始终把一个人带到离自我的源头更近、离爱的源头更近的地方。

在每个日常活动中、许多机会呈现给渴望寻求太一的实体、让他使用。

虽然迷失的期间可能是漫长的[以你们的称呼]，高我总会向那个投生的自我提供

机 会来找到回家的路。在那条小径上，容我们说，有着很多提示，每个实体最终将找到旅程上的每一步、成为完整的。
有进一步的询问吗，我的朋友？

S：最后一个。我们在早些时候正在谈论一系列的课程，在其中、我的大女儿把我们的一只小狗带出去、却搞丢了。想要另外获取一只狗，若你检查正在发生的事、所有的衍生影响，似乎有许多的议题、课程、正在发生的种种。你们能够把这些议题照亮一些？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在第三密度中，无论在任何投生中的催化剂可能是什么，去利用催化剂的能力在很大程度上取决于开放心的能力，以及接受看似无法接受的事物的能力，在看似乎不受欢迎的地方给予爱的能力，确实、就在开放心胸和自由分享你称为无条件爱的渴望中、成为傻子。

若一个人能够记得在每个时刻中都有爱，催化剂的每个形式都提供机会去表达那股爱，或者接受那股爱，或者利用两者的综合，然后催化剂的每个季节都可以被视为完整的、为了分享爱所提供的无尽机会。一个人可以严肃对待每一种催化剂，因为那个催化剂就其自身就被视为一个目标，这在很多情况中、都是错失要点。然而，因为一系列的条件性环境而造成这样或那样的结果、对于特定的实体是重要的。不过，如果在该情况中、每个人都察觉到从所有催化剂中要学习的事物正是爱，那么，要在该催化剂中找到收获就会容易许多了。
有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：有人要我问、那只丢失的狗是否安好(OK)？

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的兄弟。我们暂停好扫描一下，我们感觉不会冒犯(自由意志)，可以报告：你称为走丢的狗、该生物是安好的。

有进一步的询问吗，我的兄弟？
S：在此刻没有了。非常感谢你们。
我是 Q'uo，我们同样也感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Carla：我此时正在跟橙色和黄色光芒的阻塞打交道。我正在体验某种疾病，我正在尝试工作那情况、和超心灵致意的议题、以及开放和清理这些能量中心。不管你们可以说点甚么来帮助我工作这问题，我会很感激。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在不会冒犯的情况下，我们可以建议，在跟任何其他实体的任何情况中，若一个人感到缺乏爱，那么他可以去检查那个共享的催化剂，因为那个催化剂可以被有益地探索。

有进一步的询问吗，我的姐妹？
Carla：没了。谢谢你们。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

R：不是一个问题，而是当这一年快结束时，我想要感谢星际邦联的实体们与这个团体谈话，感谢它们的工作和在通信上的努力。

我是 Q'uo，我的兄弟，我们极其欣赏你的感谢，我们同样把它回向(给你)。此刻有最后一个询问吗？
（没有进一步的询问）

我是 Q'uo，我们极其感激这个团体所特有的温暖招待、幽默的振动，尤其是在一年中的这个时刻。我们对于被你们的团体呼唤、一直充满了喜悦，对于你们提供给我们服务的机会、以我们谦卑的方式进行，我们再怎么感谢你们都不够。我们希望我们的言语、以某种方式在你的心中找到一个家。对于那些没有在你的心中找到家的言语，我们邀请你们扔掉它们、不再考虑它们。一如既往，我们离开各位、在无限造物者的爱与光中。

Adonai。Adonai，我的朋友们。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3516 章集：不明智的能量交换

周日冥想

2000 年三月 5 日

团体问题：这周的问题关系到怎么最佳地处理别人的批评，如果这个批评真的伤害了我们，使我们觉得真的很糟，尤其当我们觉得这个批评并不公正之际。作为这个一般问题的更明确焦点，我们想要的资讯是：如果有些人故意想夺走我们的力量，以致于我们在离开跟他们在场的环境后、觉得精疲力尽，我们该怎么跟这些人打交道。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。在这个美丽的春天下午、我们欢迎你们每一位。通过你们的眼睛、我们体验到那些在早春寒冷中盛开的植物生命之美。你们居住的地方多么美丽呀！我们极其感激能够与你

们分享该环境、和你们一起冥想。一如既往，我们会请求你们带著一只能识别与分辨的耳朵、聆听我们所说的每一件事情，听到那些在你自己的脑与心里有共鸣的想法。请保留那些确实有共鸣的想法并把其他的都留在后面。

你们今天问到，如果一个实体说了伤人的话，或者对待你的方式让你觉得精疲力尽，或者与他的交流让你感到难过或沮丧，应该怎么处理这种情况。按照惯例，我们想从这个具体的问题后退几步，好让我们可以谈谈这个问题的背景。你们每个人都是一个振动的复合体。你们的科学家可以告诉你这点。这不纯粹是形而上真理。以某一种观察你自己的方式，你是一个能量场的系统。

每个能量场都有其生命和菁华、并且以自己的方式与你的能量的其他方面[也就是你整个能量复合体中的其他能量场]相互连接、相互作用。你拥有灵性的能量、肉体的能量，情绪和心理的能量，而这些能量是一种复杂的签名，如你的名字一样清晰地表达了你的身份，或许还比你可以告诉另一个地球人的名字还要清楚。你迄今为止所提供的振动复合体，不跟这个无限(宇宙)造物中的任何实体共有：你是独特的。

从一个完美主义者的观点来看，每个人在自己身上都是多少有些失衡的。不过，就是这些古怪的平衡增添了你的魅力和你的独特性，使你能够向造物主提供一幅崭新的且不断改变的图像、关于祂真正之所是。因此，你的造物者会为你感到高兴，无论你处于快乐的时刻或处于悲痛中，无论你正在跟命运的水流斗争 还是在其中轻易地流动与游泳。但对于你而言，向内凝视著你的能量，却没有看到你的独特魅力与乐趣。毋宁说，因为就像好几个人在今天冥想前的讨论中说的，每个人都有好日子和坏日子，有些时候我们分享自己能量的方式不是那么有技巧。

你用来接收催化剂、把它处理转入经验的能量系统，是你的肉体以及各个精微体；这些精微体跟可以看见、感觉、触摸的肉体是互相渗透的。我们经常对你们建议，使用逻辑头脑并不明智；但是在这个特定的情况下，在你检查自己对另一个人的感觉如何的时候，我们鼓励你用智力大脑外加直觉，来评估你的身体在每个能量中心或脉轮内的基本平衡，因为实体们之间 或说人与人之间的能量交换，正是发生在脉轮或能量中心上。

我们会快速地回顾七个基本的能量中心，我们建议你们把它作为你们与之一起工作的模型。这七个中心是彩虹的七种颜色：红、橙、黄、绿、蓝、靛、紫。每个中心都有其领域，它们加在一起就如同太一无限造物者的无限能量可以行旅的途径，从红色或基底脉轮开始。

造物主的无限光与爱流入身体时、碰触的第一个能量中心，是红色光芒能量中心或脉轮。流向这个能量中心的是最基本的议题：生存以及生存必需的自然机能，比如有性繁衍、获取食物供给，等等。那些红色光芒能量中心被堵住的人，能量供给在流经他们的能量系统的其馀部分时，是拉直的*或变窄了，或者能量补给低落。因此，如果你看见自己的红色光芒有点堵塞了，最好放下所有其他的关注，(专注)工作这个全然重要的能量中心。

(*译注：相对于螺旋形而言)

从红色光芒脉轮沿著脊椎向上，橙色光芒脉轮是在下腹部区域的脉轮。这个能量中心处理的议题是一个人和另一个人的议题。这个能量中心的关注有：被他人控制，或者控制他人，对于控制的爱，或对于控制的恐惧，喜爱被控制，或者恐惧被控制。

在太阳神经丛之中有黄色光芒脉轮或能量中心，自我关系到团体的议题来到这个能量中心。你将会发现很多的家庭的困难源自于这个中心而非橙色光芒中心，因为在心智中，相比一个人给予熟人或陌生人的关注、他对家庭成员给予不同种类的关切、注意、和能量分享。

当出现了这个器皿称为的人与人之间的个人问题，你会发现，这三个较低的能量中心经常不是被阻塞就是被过度刺激。当能量流动的通道在这三个中心被拉直或变窄了，抵达心轮的能量供给就会减少，结果是只有远远更少的能量来回应觉得被侮辱、冒犯、伤害的感觉。

在考虑如何处理困难的关系或不明智的能量交换时 ，人们通常不会考虑较高的能量中心。然而，需要说绿色光芒中心中有很好的疗愈。蓝色光芒能量中心是开放的沟通发生的地方，那怕只有一点点能量进入这个中心，都能产生有时很有帮助的清晰交流。当然，靛蓝光中心[意识中做功的中心]是寻求者总是尝试在某种程度上使用的中心，因为寻求者心中抱持的希望是：自己真的在追求确实存在的东西，而非一个做梦者，追求一个实际上不存在的东西。

我们可以向你们保证，所有这些能量或菁华跟梦境没一点关联。事实上在我们看来，它们是你本质中的某些面向，比你们日常生活的经历远为真实；因为这些能量是振动的菁华、如我们说过的，它们是你在形而上世界里的签名。这个器皿知道的谚语：你就是你所吃的东西。我们会替换这个谚语为：你就是你所思考的事物。

你所沉思的、希望的、梦想的东西：这些都比你们日常体验更为真实，它们处于意识中做功的深入层次上。因此，当你接收到的催化剂好像夺走了你的力气、使

你精疲力尽，或似乎伤害了感觉，那么，首先的过程跟任何其他人都没有关系，毋宁是跟工作自我有关，以重建在形而上意义上、暗示安全的自我健全感。

有时候，恐惧跟这样一个困难关系的(能量)交换连结在一起。有时会有愤怒，但是，无论情绪是哪些，那种失去控制并被留在风中打转的体验 就是需要被仔细检查的事物了，容我们说，这种风没有任何力量。考虑那个已经发生的(能量)交换，并在你自己的私人时间中，请求那存在于你内在的宽恕前来协助你。

你是一个强大的存有。你的里面蕴含许多导管 在心智中移动到越来越深处，直到你最终与太一无限造物者融合。在你的外部 没有任何东西能摧毁这种完整性。然而，取决于各种环境，一次与另一个实体的困难体验就能让你感觉好像你不再是完全的、完整无损的、或安全的。

因此，寻求者首先的工作就是去重新树立自我的健全性和完全性。这个器皿先前建议一个觉得自己疲惫不堪的实体：在感官上觉得疲累的那个能量中心前面，做出用剪刀剪断的动作。我们发现这是一个完全良好的建议，因为实际上完成的工作是在形而上的宇宙中完成的，而不是在物质宇宙中完成的。你在空中做动作不是要在物质界中产生任何作用。毋宁，你正在形而上的世界中表达一种意图或渴望，而在这个宇宙中、想法就是东西，一把思想的剪刀将会剪断另一个实体的念头、他想望交换能量、目的是企图控制你或夺取你的力量。因此，一旦你已经重新确立你的精微体的完整性，你就能开始治愈这种不明智的能量交换。

宽恕的能量是无限强健的、不过又非常微妙。有时候，要去精确地确定你首先想要宽恕的人是谁，这是困难的。你对某个人心烦，因为他已经造成你表面上的不舒服？或者你更多地是生自己的气、因为容易被这种不明智的能量交换所伤害？

如果有必要，在冥想中与这个问题坐在一起，单纯地等待一种要先原谅谁的感知或感觉，因为你自己与对方都涉入这次的(能量)交换，双方都是个体，双方都有神圣的权利，两个生命更深层的真相都是爱。一旦你能够确定首先需要原谅谁，剩下的就是凭借意图去宽恕。

容我们说，在你想望原谅一切时、却经常没有可能彻底地原谅。(因为)有些时候一个能量中心里面不和谐，导致能量堵住了，容我们说，无法通过，很像是线路忙线、你就打不通电话一样。再次地，这可能要花时间让你去工作它。对于你们、原谅别人常常比原谅自己更容易。不管出了甚么问题，寻求者似乎总是对自己感到失望。

很容易忘记，你投生、进入一个身体、进入遗忘的罩纱的原因，正是为了被搞昏头、搞糊涂，拥有许多不舒服的体验、承受许多痛苦。当一个人不舒服的时候、很难记住这点。不过、它仍然是真实的。

一旦这个宽恕的过程已经被贯彻执行、使你对结果感到满意，然后是时候了，开始检查自己的各个能量系统，看看它们是否确实处于平衡状态。因为准备带著开放的心来面对此刻，确实涉及来到你的能量之内的位置，在这里你会感觉相对地没有阻塞并能够允许太一造物者的无限能量轻松地流经能量中心群的系统、向上旅行进入能量中心，接著穿过所有的能量中心、然后返回进入(宇宙)造物。

我们花时间认真检查了这些能量中心并查看每个中心的一些亮点，容我们说，因为这是一个你能够通过许多不同的方式来与之一同工作的系统。它有助于了解你们是如何构成的。直到某个知道它本应是如何工作的人能够拿起它并且工作它之

前，正在遭遇困难的机制就依旧是破损的。

你的形而上生命就是这样的生灵，它们确实有其韵律和理由，它们的能量确实可以被耗尽，你可以做一些事情来修补破损的地方；但直到你掌握了你的能量是如何运作的，要坐下来并开始去修补，这并非那么容易。当你已经走过平衡与宽恕的过程后，然后你再一次安静下来并处于安歇状态了，感觉到在你自己的皮肤内是相对安全的。然而，你依旧是易受伤的，这种易受伤害性是非常、非常重要的。它对于地球体验是核心性的。

我们想用更正面的方式来表述这种脆弱，因为你们每个人在投生前都十分急切地想进入地球层面，把生活经验作为服务与礼物 献给太一无限造物者。

在遗忘的罩纱落下之前 你在这一个位置能看到，你有机会在地球层面的黑暗中凭靠信心生活；你知道在肉身之外很容易达成，因为你像所有其他不在肉身中的实体一样，完全察觉到太一无限造物者的计画，察觉到这个计画的美好，察觉到这场冒险的好处～ 在爱持续存在这个事实一点也不明显的世界上尝试冒险，察觉到进入这个黑暗去表达在信心中活出一生，这会极大地增强你的极性。在投生前，它看起来要比现在远远更为容易。我们确信，这对你们每个人是一种轻描淡写。在此生中观看，跟困难的人们和情况打交道，跟那些似乎掠夺你能量的挑战打交道，这一点也不容易。

无论如何，所有这些困难，所有这些超越你应付能力的状况，都是具有伟大机会的时刻。因为当你超出自己的应付能力时，你仍有一个要做出的选择：绝望或希望，放弃或认真工作。是说“我完了”，还是说“我才刚刚开始。”你们都有巨大的力量。一次又一次，你的外在体验将看似抢夺你的那股力量。一次又一次，将有那

个层次，在该层次上，这种体验是准确的。将有那个层次，在那个层次上 你失去了力量，而潜藏在这个表面层次底下的事物是一种机能、被称为信心。

它就像一块地板，你必须在感觉到它在你脚下之前就相信它在那里。正是在你处于无助、绝望、用尽你人类气力的时刻，信心将帮助你翱翔，飞到远远超出所有束缚和限制的上方。信心这个东西，拿起来没有重量，但栽种下去却产出一切。

它就在你周围的空气里，就在你的内心里，它就在接受过拒绝无望之锻炼的记忆里，所以催化剂压倒你的时候，你就有善工要去做了。

感受那些无助、愤怒、悲伤、痛苦和困惑的感觉，允许所有那些强烈的情感冲刷你，因为它们正在净化你。如果需要的话就在你自己的房间里 暗自呻吟哭泣，做你需要做的一切来验证你正在经历的体验。不要说没关系，因为确实有关系，你体验到的能量耗尽是很真实的。但也要移动前往下一个过程。唤起信心、宽恕，再次唤起信心；用信心包围你、浸透你。

名为耶稣·基督的实体想望凭借全部的心与魂、全部的气力，以及所有的意念去扛起这件事：代替这个造物中的每一个其他存有死去。你去做同样的事情的困难是很单纯的。你前往耶路撒冷的时间到了吗？你完全牺牲自己的时间到了吗？你会觉得被这种不明智的能量交换所压倒，你将会更有帮助呢，还是你觉得，去为你修补自己，重建你的健康、就形而上的意义而言，接下来继续前进到此生的进一步学习中，你觉得这样会提供更多服务，对于无限造物者和你在其中生活的世界而言？这个器皿已经不时成为殉道者，容我们说，在不明智的能量交换中献出自我 而没有了解到这是不明智的。你们每个人过去都有过诱惑去成为殉道者，在不考虑所有可能的治愈情况下 奉献自我直到没有任何东西留下来为止。你可以

像基督一样。我们不会说，这是一个糟糕的选择。我们仅仅说，如果你想望去停留在(能量)破产的状态，或者想要恢复你自己的完整性，好好考虑这件事。

我们会建议，在大部分时候，技巧在于保护和防卫自我，形而上而言，于是它能修补其能量损失，再次靠自己的双脚站起来准备好再一次献出一切、爱一切，尽其所能地服务并抱持崇高的理想。每一天都将有新的催化剂和挑战出现。但你是一个强大的实体。你可以并且将会学到越来越多的技能、鼓起越来越多的勇气，因为每次你走过平衡、原谅、再次决定活出信心中的一生，都向自己唤醒更多蕴含于你内心的潜能。你不需要停留在一个受害者的位置。你可能有些这样的人际关系，那种不明智的能量交换将会一再一再进入这些时期。这些都是你为自己在这所地球学校中所准备的人际关系。你觉得自己拥有充沛的能力去跟这些挑战性人格打交道。你觉得你想要在镜子中查看这些在你自己内在里面的品质～ 它们被投射到其他人身上。当你情绪最为低落的时候，记起你是谁。记起你在自己内在感觉到的自信、接著进入信心之路。

在此刻 我们会把把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿并在太一无限造物者的爱与光中离开它。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，我通过这个器皿在爱与光中再次向各位致意。在此刻我们荣幸地提供自己来回答在场者可能会向我们提出的 任何的进一步的询问。

T：我理解对极性的需要。要体验一种极性，你得有另一种极性。我大多数的日子是很正面的，但偶尔我会有一个日子 我几乎对每一件事情都感觉非常负面。当一个人变得更正面之际，他对负面体验的需要会减少吗，当你有了一些正面体

验时，那意味著你需要更多的负面(体验)来提醒你在哪里？

我是 Q'uo，我们相信自己掌握了你的询问，我的兄弟。我们不认为有一般规则适用于所有的实体，你现在参与的平衡过程已经持续了一些时间，再加上你对自己做的功，所以你的人生观以及心理态度已经向正面方向前进了～ 按你的说法，在这个方向上 造物者的喜悦和光对你更加明显。在你有负面经历的日子里，心智的态度在你周围看见许多黑暗，这是从你过去的感知能力中遗留下来的。因此，你将发现自己的能力…..

(换磁带)
我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。(我们)继续。要嘛在正面的观点上，要嘛在负面的观点上，有一种有可能取得的动能，因为当一个人喂养兽的时候，容我们说，

它也将成长。对你而言，正面观点的动能已经开始在一个比过去更大的程度上产生影响，可以期待这情况继续下去。

在此刻有另一个询问吗？
T：没有。现在没了。谢谢你们。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻另一个人有个询问吗？

S：我们的长女已经很有意识地避免跟我们有任何联络。打电话也没人接。妻子相当担心我们的女儿需要帮助，或需要关心。她做了某件事 怕我们不赞成，想要避开我们。我们应该后退吗？她需要我们的任何帮助吗？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。因为你的女儿在离开家庭环境的过程中已经受到协助，她现在已经在自己的物质世界中 找到了一个地方，她的正常反应会有些分歧，容我们说，一方面欣赏她的新位置，一方面对自己的安全有点惊慌。因此，一个人可以期待，如果帮助是被需要的，她将会提出请求。然而 被认识为女儿的实体，也有可能想在双亲实体的内在创造害怕的感觉，于是他们赶紧提供(表面上)未请求的帮助；或也许只是担心父母的期望过高。

该年轻的实体出于必要 必须操练自己的肌肉才能茁壮成长。我们发现这是(人生)哲学的一部分 它目前把每个人放在各自的位置上。我们推荐停留在这个航线上。

我的兄弟，有进一步的询问吗?

S：我经商已经十五年，妻子跟我合作也有十年了，我们正在沉思可能关掉生意，也许追求其他的商业机会。这不大是一个灵性的问题，而是朋友对朋友(的讨论)，关于我们应该做什么给个意见。你们可否给我一个意见?

我是 Q'uo，虽然我们觉察了你的询问，我的兄弟，我们必须恭敬地谢绝提供一个朋友的意见，因为它会以一种我们不想要达成的方式冒犯你的未来。

我的兄弟，有没有任何进一步的询问?

S：我猜每周我至少必须问这样一个问题，使得你们给我(刚才)那种回复。让我再想一个可以令你们为难的问题。我的脖子后面好像有块头皮，多年来都受到感染，它有时候结疤消失，有时候又出现了。你们可以告诉我，什么原因导致了那

情况吗？

我是 Q'uo。去买五花肉吧。我们发现，这个回复使得这个器皿也感到惊奇，但是除此以外 我们无法提供任何意见。请原谅我们语言的简短。我们确信你理解的。

此刻在这个圈子中 有任何其他实体要给我们一个询问吗？
R：没有问题了。我只想要感谢你们和星际邦联的其他实体加入我们今天的圈子。
M：我同样想要表达我真诚的感激。
T：我也想要感谢你们对我们讲话。

我是 Q'uo，我们感谢你们每个人的感激。这种态度在这个寻求圈中十分有帮助。容我们问 现在有没有另一个询问？

Carla：如果你们有一个想要留给我们的想法 ~ 关系到我们今天谈到的所有内容 ~ 那会是甚么呢？

我是 Q'uo，我们同样感谢你的询问，我的姐妹。我们通常并不是那些会很快地给出每日一念的人，但我们察觉到在这个特别的日子 这个寻求的圈子中共享的一些关注。你们真切地关注生命模式近来是如何为各自展开的，这种关注让(你们的)心更加开放。我们发现每个人都关切 自己是不是采取了正确的方式、态度、步骤，是不是付出了自己能给出的最好东西。我们向各位推荐我们今天的念头，那就是释放自己的忧虑，释放对彼此、对自己、对心爱的人、对自己身处的任何情况的担心，知道适当的关心已经给出，因为每个人都是诚挚的真理寻求者，每

个人在日常活动中的每一刻、每个转折处都提供了自己的内含。我们理解，每个在幻象中的人(可能)遇到任何问题，因为你们在黑暗中行走，不知道太一(宇宙)造物中 万事万物都是完整连结的。无论如何，从我们的观点来看，我们可以向你们每个人担保，每个人都朝著适当的方向移动，接受那必须接受的东西，尽最大的努力继续前行。你们肩上经验的重担看似沉重。推动你们踏出这样或那样的步伐的忧虑 却是每个人都能很好地放下的重担，因为没有爱无法弥补的错误。没有悲悯无法更正的错失步伐。理解(谅解)将会治愈很多的伤口，我的朋友们，尤其是那些自己造成的伤口。

我们愿鼓励每个人都在喜悦中，在爱中，在光中向前行，在感激和热情洋溢中，你们正在这颗旋转的地球上共享这生活。每个人内在的太一造物者都是强健的对于你们已经成就的事物感到十分欢喜。你们无法触怒太一造物者，因为一切的体验，那些你称之为负面的 和正面的体验，都是给太一造物者的生命食粮，祂想望去认识爱的长度，宽度、限度，若爱有一个限度的话。爱能治愈什么呢？爱能走多远呢？那缔造太一造物的爱有多么强大呢？你们每个人都在检验这些问题以及在你们日常活动中的多更多的问题，迄今为止，没有人已经超过爱所能治愈的事物边界。那么，我的朋友们，在平安中，在爱与光中歇息吧，因为在这个第三密度幻象内 在寻求真理的困难旅程中，你们每个人都做得棒极了。

在此刻，我们会离开这个器皿和团体，一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们认识的 Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3517 章集：人格的锻炼

周日冥想

2000 年三月 19 日

团体问题：这一周的问题跟人格的锻炼有关。我们想知道，人格锻炼可能意味着什么，我们如何在日常生活中利用它。它更多地跟我们如何回应在日常生活中我们所做的事情有关吗？它也包括我们在日常生活中所做的事情吗？举个例子，如果我们在一天中有六段进行冥想和祈祷的时间，如果我们带着一种欢迎、放松、快乐和开放的态度来做六次冥想，这会是用一种正面性的方式 对我们的一种人格锻炼吗，或者如果我们勉强地进行它，或如果我们偶尔忘记了，我们仍旧在进行人格锻炼吗？人格的锻炼究竟是什么呢，如何在我们的灵性生活中使用它呢？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限**造物者**的爱与光中 我们向你们致意。我们很荣幸加入你们的冥想圈子。我们感谢你们 为了你们的振动之美和寻求认识真理的热切渴望。一如既往，我们请求那些我们所说的事情被你的分辨力检验，于是你们仅仅保留那些好像对你们有帮助的事情 接着从你的记忆中释放其他部分。

你们今天问到人格锻炼。我们十分乐于在这个主题上向你们发言。但是，如同经常的情况，我们想要将这个问题放置在一个我们看见的脉络中，因为这问题涉及这个器皿所称的意识中的工作。这种意识中的工作是靛蓝色光芒或松果体能量中

心的机能，在关于进行这样的工作的合适时机方面有些限制，我们想要查看一下。

如同这个器皿此刻正在工作一本**流浪者手册**的计画，她有大量的机会反思形而上宇宙的基本安排或样式。你们每个人作为物质性实体和物理宇宙的一部分，都是一个带有目标、兴趣、习惯和偏好的人类。看起来是世界在对你起作用而不是你在对世界起作用。在形而上宇宙中，这同样的情况却有完全不同的投射：各种东西在该世界不再有重量，想法与意图具有重量，各种渴望 能量的强化效果和阻塞 以及催化剂的放松或限制效果，这些都承载着重量。

刚刚醒觉到形而上宇宙运行方式的寻求者，就他在流逝的一天中 从这一刻到下一刻所看重的是甚么 或者首先注意到的是甚么，将会需要在思想上做出重大的、常常会改变人生的转换。那些世界在非常令人信服的感知层次上所呼唤的事情，以及当天的差事、琐事、忙碌，极大地侵入了这个心智的基本架构，尘世的人就是藉由该架构跟他的环境互动。在形而上宇宙中，每日的经历变成神圣的、和极受重视的磨坊谷物，如拉姆·达斯实体对它的称呼。当一个人考虑相同的琐事和关注事项的时候，他不仅仅在寻求完成一个待办事项的清单，也在寻求一种有见识地着手做这些事情的方式，而潜藏于日常体验之下并从底部加强的存在态度供给能量给它。

就是在这方面 人格的锻炼开始起作用了。无论如何，注意到以下这点是重要的：无法在超过特定限度的情况下 操纵[能量的]心智、身体、灵性复合体之能量系统。也就是说，如果在较低的三个能量中心有一种阻塞，那么通过无限供给进入身体的太一无限**造物者**之动力 无法带着完整能量进入心轮；较低脉轮关系到

生存、自我对待自我的方式、或者自我与其他实体一次一个地联系，以及自我与工作环境和家庭等第三密度团体联系在一起的方式。

有很多种方式去扭曲、阻塞或搅乱这些较低的能量(中心)。在根部脉轮或红色能量中心 最有可能的嫌犯是自我对自我的基本看法，要嘛自我是(宇宙)造物的一个值得的部分，要嘛自我是造物的一个不值得的部分。举例而言，那些怀有抑郁和自杀想法的人，就会堵住几乎所有进入身体系统的能量。

那些具有强烈的性欲渴望的实体 或自我已经通过其他方式扭曲了性欲和生存的能量，同样能可观地阻塞和妨碍生命原力进入身体系统中并上升到心(轮)。正如这次冥想前的对话 已雄辩地表达，你们每个人都太了解橙色和黄色光芒能量中心的困难了。每个人都在以扭曲、过滤相关能量的方式，处理自我的概念、位于人际关系中的自我概念、位于集体中的自我概念，每个独特的人都在以她自己的方式产生扭曲和局部阻塞，因此，每个人都有一个这个器皿所称的需要解开的结；这个结与任何其他人的结都不一样，里面有需要澄清的迷惑 与任何其他人的迷惑都不完全相同。

在这些过程进行之际 试图去工作更高的能量中心就是不明智的。这意味着在每一天会有很多的时候，在其中被呼唤的工作是在平衡较低的能量中心并清理它们这些是治疗性 以及回到中心的工作。

没有工作是被完成一次接下来就丢下的，毋宁是形而上的家务劳动，就是清洁、再清洁、再次清洁，净化和清洁能量中心，通过各种各样的方式来鼓励能量中心结晶化、平衡、精力充沛，于是能量在身体的能量系统中向上移动的时候，就会有越来越多的能量能够被接收、处理和质变了。那么，每个人都必须在每天、每

小时，做出决定，是否现在是合适在意识中做功的时间。目前是否合适关注人格的锻炼。既然我们已经表达告诫性的希望，即直到完整的能量倾泻进入心(轮)之前 每个人都将避免进行做这类更高能量的工作，我们就可以来考虑人格的锻炼了。

作为在意识中工作的一般背景，可以注意的是：被称为昆达里尼升起的那股能量是一种能量的放置 它极大地依赖于你渴望的强度、纯度以及渴望的类型；那是你作为一个灵魂或人灵 自然地且内在固有地 感觉到需要表达的(渴望)。换句话说，从(你的)能量系统底部进来的能量，从双脚上升，进入根部脉轮，再从那儿向上走。但另外还有太一无限**造物者**的内在之光，受到呼唤从智能无限的大门进入该能量系统，通过紫罗兰光芒，进入绿色、蓝色、靛蓝色的能量中心。
在人格锻炼中工作就是靛蓝色光芒的工作。坚持不懈地每天工作自己的渴望，会大大地促进它。因为渴望越强烈，从智能无限大门流入的能量就越强大。而把能量从根部脉轮向上拉到与内在之光[意识中的形而上工作者这样称呼]交会处的拉力也就越强。

在这方面 一个人对能量系统的希望是：强化进入心(轮)的整个动力 让它在靛蓝光芒中心交会；这是一个目标，但是它无法作为目标去寻求，毋宁说，它是要被活出来的一个过程。因为，再次地，这工作将不会是完成一次 就永远不需要再次进行的。这绝对不是一个人将它完成后 就可以在他的桂冠上休息的工作。相反地，这是在贯穿人生过程的 一种持续的努力。

现在，让我们查看一下人格的观念，因为这就是一个人尝试去锻炼的东西。我们的感觉是：人格外壳是此生的一个人造物 而你正在其中享受的生活方式。这个人格外壳是你仔细选定的：从你过去的累世中发展出的天赋中 挑选一些，同时

选取一些会给催化剂带来动力的薄弱区域，为了你在这次特定投生中 学习你所选择的具体课程，该催化剂就是被渴望的东西了。不要认为人格外壳是真实的生命，毋宁是一个无限生命的外壳。它是一张脸，你用它来面对你在物质幻象里遇到的许多张脸；一个声音，用来面对许多种声音；一种思考方式，用来面对你遇到的许多种思考方式。**东方**宗教的信徒们倾向于把人格外壳看作是根本不真切的实体，并且把自我看成不真切的。我们注意到，这是对于实际情况有些过分简化的缩减。

无论如何，我们会赞成，小我(ego)是代表这个人格外壳的好词汇。你可能认为小我应该接受灵性寻求者的猜疑，容我们说 正当的猜疑，因为这个人格外壳是各种天赋、挑战、局限、偏见的集合体，然后一个人幼年时 大部分不受自己的控制，并在投生初期受到父母、老师和其他权威人士的全面教化；等到实体在灵性觉醒后 决心为自己负责时，这个人格外壳已经成为巨大的，它好像很真实，好像牢不可摧毁，从很多方面看几乎是不可能改变的。这是一个半可渗透的幻象。

在改变自我的扭曲方面，(你)有完整的自由意志。重点单纯是：会有对于改变的极大抵抗 来自这个人格外壳。该外壳的价值是在于，它就好像是在自我与催化剂之间的用户介面，催化剂包括你遭遇的那些面孔、与你的想法交会的那些想法，等等。它给了你一个开始的位置。它给了你用来开始的各种偏好和偏见。它给了你，容我们说，如同避风港般的住所，在其中 宝贵的内在自我会在潜能中休息，等待着出现的机会。

那么你们每个人在自己的整个人生经历中无疑已经注意到，人格外壳的各种碎片在投生中的某个(时)点会消失，有时候原因很清楚，有时候没有明显的理由；这个器皿把它叫做减法过程，其他很多人把它看成是用来锻造自我的精炼火焰。一

个人可以把催化剂和人生经历对人格外壳的作用，看成是熟练或笨拙的雕刻师的动作，他正在试图把人格外壳这块石头打造成一个新的形状。一个远远更富有活力的真实存有就歇息在这个相对无生命力的外壳内。结果是，在俗世肉身中的灵性生命，就像泥土覆盖下的宝石矿藏。考虑到投生的环境，这是个具有保护作用的明智措施。那么这种采矿就可以被视为人格的锻炼。将真实的自我从人格外壳的凸凹不平的边缘和粗糙当中 小心翼翼、缓慢的、几乎是科学性的发掘工作，就是尝试人格锻炼者[意识中的工作者]的目标了。

每个人格都会有些意义重大的区域，自我可以在那儿看到需要做的形而上工作。举个例子，这个器皿周期性地进入一种自我责备的态度中，因为她作为一个人格的倾向是用许许多多不同的外部覆盖物来给自己穿衣服，一层接一层的衣服被视为可接受的，然后又被视为不可接受的。比如这个器皿最近觉得，自己把能量花在**复活节**要穿的衣服和戴的帽子上，因为这个器皿倾向于在外观上想要穿自己比较喜欢的衣服。

然而，单纯地切断自我与购买衣服之间的连接，这可以被视为只是在人格的表面上工作。在人格锻炼的方面，更远为说明问题的是：意识中的工作者能否看穿恐惧和无价值感，这些是靛蓝光脉轮的能量，扭曲着该实体，进而通过更换衣服来达到自我防御之目的，创造出自己有某种控制权的感觉。每个实体都有一些深刻个人性的区域，它们从形而上追求中抽取并吸走能量；意识工作者在思考中需要进入的，正是人格中的这些危险区：不是去责备自我，不是试图用小刀像动手术似地 切除自我的某些部分，而是把这些地方视为泥土正在覆盖宝石的地方，如此深沉地覆盖 以致于关注重点从服务和学习转移到琐屑小事上。

我们绝不会建议实体们完全切除自我认为低于形而上关注的行为；毋宁说，我们鼓励大家进入这样一种看待自我的眼光或态度～ 我们向这个器皿提供了「我的有趣情人」(My funny Valentine)这个短语。我们发现这首歌的词句在这方面非常中肯：「我的有趣情人呀，你看起来如此可笑，不大上相。你却是我最喜欢的艺术品。」你可以这样把自己看成一个灵性的实体：一件有趣的 但非常、非常甜美的艺术品。每个投生的实体 尤其是在第三密度中 都是一个谜题，一个奥秘，一个有滑稽怪癖、破绽百出、令人费解的东西，所有这些加起来似乎不能形成一个有理智的人；你们每个人依然是一个美丽绝伦的振动复合体，独特并且被无限**造物者**十分地珍爱。

当你能够对自己拥有这种态度 而非对自己的一种谴责或评判的态度时，这种态度会转而释放自我 并使之成为不带有歉意或愧疚的自我。同时，它会释放自我开始考虑在人格中 爱位于何处，恐惧位于何处。因为恐惧是那种覆盖着真实而真切的自我宝石的泥土的一部分。你所做的是以某种方式来淘金，你不想大块大块地取下自己然后扔到一边。因为你可能错过一块宝石。你想用筛子来筛选泥块的每个部分，仔细查看你的所有部分，好发现闪亮的珍宝究竟在哪儿。当你筛选并丢弃泥土的时候，你并不会评判那块泥土，毋宁感谢它保护了那个真实的自我并为其在投生中提供一个避风港，这个避风港是相对安全的，无论自我可能经历什么外在的环境、困难或在世俗意义上的悲剧。

我们感觉到这份材料足以开始这个考虑，接着要在此刻把这个通讯给 Jim 实体 以便于进一步询问 精炼这个主题，或者这次集会依然需要讨论任何其他问题。
我们在感谢、爱与光中离开这个器皿，我们现在转移到 Jim 实体。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，在无限**造物者**的爱与光中通过这个器皿向你们致意。在此刻我们很荣幸提供自己来回答在场者可能向我们提出的 任何进一步的询问。现在有另一个询问吗?

Carla：我想要给这个器皿一个机会 就这个课题提出进一步的询问 因为他就是提出这课题的人。他可以就在头脑中问，你们可以回应。

我是 Q'uo，我们察觉到 Jim 实体进一步提问之前 将需要阅读我们已给出的内容。此刻有任何其他的询问吗?

Carla：好的，那就接着我在衣服上的例子，在这方面，对我的人格锻炼，就是观察这个习惯和偏好，并看到以一种形而上的意义上 被卡在那里的能量，而不是去做出一个行动来改变我的行为，是吗？那会成为一种人格的锻炼吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，我们发现你确实是正确的，因为当一个人正在评估一个活动、一个行为或想法的形而上财富、形而上价值的时候，对于那个实体而言，这就正在开始构建那个从整体上会成为对它自己的人格锻炼的事物的基础了。

那么，在每个情况中 人格得到关于自己的一个表达，以一种方式允许该实体表达对这个行动的形而上性质的理解。也就是说，该实体可以评估一个想法、动作、语言、行为向自己提供了甚么样的形而上品质，从而每次都尽力去关注那些

有价值或(带来)成长的东西，评估能量的每次支出属于甚么形而上性质，依据该实体觉得对个人成长有帮助的那些品质，来安排进一步的能量支出。
有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：因此，当我在人格的一个区域上头工作时，我正在盼望的事情是，当我看入那个区域，让我必须支出能量的东西越来越少。但是，在这个具体的情况中，向前进并切除买衣服(习惯)，这难道不也是一种人格锻炼吗，或者，形而上工作的最好方式是 多思考这个问题，然后让买衣服的行动自发地减少？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。人格锻炼会在这样一个区域中表达，你在这个区域中感觉到在形而上意义上 个人成长上具有最大的潜力 源自于你决定买或不买更多衣服。举例来说，一个人可能觉得进一步购买会带来成长的潜力，因为新衣服增添自我价值感；或者他可能觉得形而上价值在于少买衣服，或者多买衣服不会让人觉得有形而上意义的价值，也就是说多买衣服不会增加自我价值感。这取决于这种购买过程牵涉的人格，取决于这个实体怎么看待自我、衣服以及两者之间的相互作用。

Carla：因此，你们的意思是，并不是说某一种方式是正确的方式，但这是一个玩耍的领域，在其中 我们能在改善自己 或者对我们自己变得更真实的方面 展开神圣的玩耍，是吗？

我是 Q'uo，我们发现这确实是正确的，我的姐妹，因为采取一个活动的意图，决定了这个行动的形而上价值；而该实体断定为具有形而上价值的活动，就是人格的锻炼。
有进一步的询问吗，我的姐妹？

如果我们决定要在该花多少时间，来做正式的冥想或某种奉献，在这方面变得更有纪律，那么我们为何愿意这样支出能量的理由，就会是一种人格的锻炼。这是否正确？

我是 Q'uo，这是正确的，我的姐妹。有进一步的询问吗，我的姐妹？
Carla：没了。谢谢你们。
我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

T: 是的，我稍早提过 关于我对家里的哪些人提供哪些服务，我对自己可能有的动机、正当理由等等有一种洞见，似乎一半跟小我或控制因素有关，一半是想要帮助他们。我想请你们评论一下这种事情，也就是说，一个人在服务的时候有隐密的动机，或者人格中有些东西促使他怀着也许不是最纯粹的动机去服务。

我是 Q'uo，我们相信掌握了你的询问，我的兄弟。在你谈到的情况中，具有重要意义的潜藏品质是你这边的意图，就一个整体的意义，该意图是要有所服务的。也就是说，藉由在心智中渴望的目标而被运用的行动和态度…

(换磁带)
我是 Q'uo，再次跟这个器皿同在。我们将继续。那个你谈及的情况 在其中每个涉及的实体都注定跟努力的结果有利害关系。也就是说，每个实体将会从已经采取的行动中受益，而且希望整体效果将有利于每个实体的成长。可能确实有你所说的 特定的隐蔽渴望，或者议程上有些部分是那一个实体乐于看到发生的事；不过 我们认为，对所有人都有好处的总体渴望 是在这个情况中最主要的考量。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

T：没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，我们也十分感激今天聚集在这里的每个人；我们愿提醒每一位，在你们冥想的时候 我们和你同在 以协助深化你们的冥想；如果你愿意请我们加入你的冥想，我们十分乐意这么做。现在 我们将离开这个器皿和小组，一如既往，在太一无限**造物者**的爱与光中离开各位。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

★爱与光图书馆选集 第 36 辑

☆ **第 3601 章集：家庭关系(20210819)**

Copyright © 2021 L/L Research

爱与光之图书馆

中阶传讯圈　2021 年 8 月 19 日

团体问题：我们今天的问题是关于当我们发觉自己(与家人)处于冲突之中，而冲突的状况似乎是不可调和的，又难以让人从内心与之相处好，这时候我们如何才能与家庭相处好，无论是被选择的家庭还是原生家庭？

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，此刻与器皿同在。我们感谢你们每个人都致力于寻求真相，并聚到一起来分享你们的旅程，无论这些旅程有多丰富或困难。进行这样的分享即是以某种方式彼此合而为一，并在你们每个人穿越第三密度幻象的这条道途上互相协助。

你们今天的问题与家庭有关。家庭以多种形式来到：与父母及兄弟姐妹同在的、你们每个人被抚养长大的原生家庭，由你们所在教育环境中的实体组成的家庭，由你们所在工作环境中的实体组成的家庭，由你们所在专门兴趣环境中的实体组成的家庭；所有这些家庭都是由特定类型的经验和奉献凝聚而成，让你有能力继续你在投生前选择的道路。我们此时要补充的是，我们与你们分享我们的意见。我们希望你们能认识到这一点，并带走对你有价值的内容，而把其他对你没价值的内容丢到后面。

因为我们今天想望与你们分享的是，你们都同时是许多家庭的成员；人类大家庭是你们所知的、在这个行星上的最大家庭。此时在你们星球上的所有家庭中，都存在着不和谐与和谐的一种平衡或表现形式。你们每个人都有一个选择、那个属于这个第三密度幻象的基本选择：服务他人或服务自我。**我们愿向你们保证，在大多数情况下，家庭的所有成员都会认为自己是在服务他人，无论他们是否在分享一个关于你的、(令你)难以考虑的看法——它难以考虑是因为该看法包含一些批评性的、而且暗示着“你不是你应该是的样子”的面向；也因为(别人认为)有一些改变是你需要做出的，由于你没能成为别人认为你必须成为的样子。**我们觉察到这样的看法能是多么令人受伤和沮丧的，尤其是当它们来自于那些已被你感觉为灵性寻求者家庭或原生家庭的最亲密成员的实体。因为这些家庭都聚焦在每个人的存在理由的根基上，也即去发现越来越多的太一无限造物者的本质——在一个人周围的每个实体之中、在你周围的造物之中以及在你自己之中。

容我们说，这些是人生模式的主要建造基石。所以，当你因为没达到别人眼中你所能达到的或应该达到的最佳状况而受到批评时，这开始动摇你的存在根基，直到你必须去沉思构成自身存在的基本品质。我们会对你们示意说，我的朋友们，你们与家庭中的其他自我都是太一无限造物者的一部分，该造物者已经把祂自己置于你们周围宇宙的每一部分中，置于你认识且已遇到的、或将遇到的、或永远不会遇到的每个实体中，因为造物者位于所有事物之内，祂的目标正是去知晓关于祂自己的更多事情。而你们，作为太一造物者的代表，在最困难的情况下执行这同样的使命——(困难源于)你们带有遗忘罩纱，它隐藏了造物的基本性质，也就是合一，隐藏得如此有效，以至于你们易于确信(宇宙中)存在着不同于太一无限造物者[祂是你的存在之根基]的东西——于是你们正在提供给造物者种种方式，让祂可

以带着更多的强度、多样性和纯度而更好地知晓自己。无论你做出什么选择，你在那个责任方面以及作为造物者而回应的能力方面都无法失败。所以，**对于那些指出“你不如你所应该是的样子、不如造物者”的批评和指控，你如何做出最有效的回应呢？我们会示意说，在每个实体的心[即绿色光芒能量中心]中，都有那份汲取“心之智慧”的能力；而心之智慧，我们会示意说，即是那种不会把任何条件置于“自由地给予爱”之上的、对他人的爱与接纳。**

在你们的第三密度幻象中，那种(爱与接纳)要如何转译呢？在你们的冥想中，也许你们可以带着更大清晰度看到，心是如何将你们与每个其他实体连接起来，于是你们被爱的意识所联合，而这爱的意识始终或多或少在每位寻求者的经历中被清晰地映照。**我们会建议，也许当你考虑加诸于你身上的批评时，你看到，有些是在投生之前、你们作为一个家庭已经做出的投生前选择。这个在投生之前、你就灵性意义而言所属于的家庭，是这样一个家庭：它给予每位成员一个在投生期间的使命，于是每位成员就可能用种种方式帮助彼此，而这些方式在投生期间可能不会看起来十分有帮助。如果你们能看穿这些批评和指控，从而看见一个更广阔的观点——也就是有一场舞台上的戏剧，你们每个人都在这场戏中有一个角色，并且你的角色是去给予爱，而不期待回报——那么无论哪里存在着对于要采取的行动的任何疑问，你都可以在自己的开放之心中查看，并找到无条件爱和悲悯[即爱的意识]的品质，并允许这股能量从太一造物者穿过你，通往任何(给你)提供反对、困难或看似歪曲和畸形观点的对象。[你可以]协助这样一个实体和你自己——借由投射包含着爱、悲悯、合一的敞开双臂，以及那道清晰闪耀在每个实体的灵魂之中的光，来向有眼去看的所有人揭露那种合一品质，它将每个实体与“一个在投生前创建的、要在投生期间完成**

的目的”联系在一起，于是所有人都可以接受生命之粮，容我们说，用于灵、魂、意识之成长的食物。这种心之开放允许你在一个层次上(与他人)共融，那个层次也许是别人看不见且感知不到的，但无疑是所有人内在的造物者所认识的。因为同一个造物者对你说话，通过你而对所有人说话，因为除了太一造物者之外别无他物。

此时，我们会将该通讯转移给名为 Austin 的实体。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我是 Q'uo，现在与这个器皿同在。我们在这个器皿里面发现某种敏感性，允许我们精炼我们的讯息与免责声明给那些寻求者——他们想要运用我们今天所分享给你们的想法。我们发现，这种敏感性是因应下述实体而准备的，他们可能找到我们的话语，并在其中找到鼓舞去这样行动：即在着手处理诸如你们在询问中所描述的这种动态关系时，去承担起“普世之爱、接纳和服务他人”的责任，并在可能变得有害或那种或许被知晓为虐待的情况下尝试去相处好，因而穿上了殉道者的披风。此外，可能有这样一种情况，在你们所描述的家庭中的动态关系牵涉着一个或多个人，而他们尚未在自己内在找到他们作为“爱之造物者”的存在状态之真正主权力量，并因此可能会误用或误解我们分享给你们的那些想法。因此，我们要给我们的一般免责声明提供一种精炼，因为我们与你们分享的这些意见并非旨在适用于每个特定场景和每个特定案例。对于每位想望在我们话语中找到价值的寻求者，这是一个属于诠释的问题。我们一般地讲述，并十分渴望提供一些想法而使得每位寻求者都有力量去在自己内在发现爱与创造的能力，还发现自己的权利去表达自我并为自己创造一个人生和一个天地

(creation)，在其中，他们可以感到安全并保持一种能力去继续其寻求，继续去将他们的爱精炼为服务他人的一种表达。

我们发现，在你们的询问中，家庭这一概念可能位于这种多样性诠释的核心。因此，我们选择工作这样一个定义，在其中，“家庭”是一个在你们所谈论的动态关系中的所有个人之间被共享和接受的概念。无论这个家庭是被选择的，还是由出生环境决定的，我们发现，家庭这一概念是一个在你们人群之间被共享的故事，而且“提供接纳和普世爱”这做法的有用性会需要一个人检视这个在自我与其他自我之间被共享的概念。这个家庭有什么故事？我们发现，那个在你们询问中被描述的情况是这样的：在其中，此问题必须主要由自我来完成，因为“不可调和的差异”这一概念，并未谈到一个持续被共享的家庭故事，而是谈到了该故事的一种破裂。因此，首要的是，我们鼓励选择爱的寻求者把这个家庭故事带入内心 并带入冥想中，开始伟大的工作；这需要一个人坐在自我之内，发现自我，并发现那真正的力量——当爱在自我之心被领悟时，它就会到来。

我们鼓励你们使用“爱、服务他人”这个概念，将其作为这个内在旅程的基石。当把家庭故事放在心上时，首先是认可并冥想你对爱的渴望、你对“创造爱的造物”的渴望、你对“允许爱在你有能力影响的所有情境中掌权”的渴望。总是从这里开始，但要认识到，单纯专注于这种爱的概念可能不足以解决内部和外部冲突。因此，从这个角度而言，我们鼓励你开始检视那个你在心里保持着的家人之间的、已被打碎的故事。

这需要该个体考虑视角的多样性，以及这种多样性是如何产生的。因为每个实体[自我和其他自我]都已经走过一段旅程——伴随着无数的影响作用

于每个实体的存有——而且在你们第三密度内，这些影响很大程度上是看不见和未知的，(所以)你无法知晓其他自我的真实旅程，并且的确，我的朋友们，你无法完全知晓你自己的真实旅程。

任何试图理解这些迥然相异的旅程的努力可能看起来都是徒劳的，因为在你们第三密度内，你们被罩纱所遮蔽而看不清造物中的大量事物。不过，我们仍鼓励你们坚持通过这样一个悖论：**虽然它看起来是徒劳的，而且它的确是一项不可能的任务，但[尝试]本身是值得的。因为正是在这场尝试去理解的旅程中——在其中，你试图去理解其他自我与自我，以及这些相异的道途可能怎样创造了那种“打碎了共享的家庭故事”的紧张与不和谐——不但你将找到实际的相处方式，而且我们也向你保证，坚持这项任务，你就是在向自己和造物者宣告，你对于爱和理解的渴望是坚持不懈的。而且这样的宣告承载着比你从第三密度内的视野所能领略的还要多的力量。**

所以，当你尝试去检视自己的旅程，并想象其他自我的旅程时，如果你在任何时候感到自己内在的紧张、愤怒、绝望和悲伤，那么尽你所能地把这些经验带入你内心，并认识到，这现在是共享的故事。**这可能不如你所渴望的和谐一样愉快，但它的确对你的存有同样重要和关键。允许这些体验表达它们自己并在你的存有内拥有空间，同时始终确保你自己歇息在那块由你的下述渴望所构成的基石上——也就是发现爱的渴望、服务他人的渴望以及创造和谐的渴望。**

在这种检视中，你可能会获得启示、转变和疗愈，它们会创造一个务实的解决方案，或在你与家人的关系中同时带来内在与外在和谐，尽管如此，我们鼓励你不去执着于这样一个结果。因为我们发现，这个过程的一个重

要面向是让自我承认：(自己)没能力控制这情况，没能力改变另一个自我的行为，只有能力发现新的相处方式，于是，如果自我与其他自我之间的外在和谐无法被找到，那么一种内在和谐可能会被找到，并且爱可能会流动，而不被那个关于悲伤和破碎家庭的新故事所阻碍。我们并非意在暗示，家人之间的疗愈无法来自这个过程，尤其是当该过程发生于冲突的家庭中的每位成员身上。我们只是想表达，这是个结果未知的过程，而且对结果的执着能阻碍过程本身。

对于自我而言，这是一个非常个人的旅程。不过它在第三密度内是最为重要的，尤其是在你们星球的这一刻，因为第四密度在招手，我的朋友们，而且家庭这一概念是你们整个星球及其上的所有实体将要一起分享的。

你们在自己的个人关系中发现紧张与不和谐的这个过程，仅仅是对你们所知的社会记忆复合体的一种准备，因为在第四密度内完全实现的社会记忆复合体中，在每个成员之间仍保有个体性这一概念，而且一个社会记忆复合体的确需要每个成员之间有结晶化的个体性[或许可以这么称呼]。因此，在你努力去找到一种与你的紧张家庭相处好的方式的过程中，我们正鼓励你去采取的这个过程是这样的：在其中，你将学会越来越好地与人类整体相处。这是一个发现自我、理解自我、一次又一次地尝试去理解其他自我的过程，同时发现新的相处方式，并越来越多地了解你在每个关系中握有的力量。

第三密度是选择的密度。更具体地说，这是你选择如何与其他自我相处的密度。这不是一个单数的选择，这选择是由每一位个体、在每一情况下做出的，而且在你们密度中，你们不被期望在每次涉及相处的选择中都完美

地表现。你们将会摔倒，家庭将会紧张并可能破碎，但每次当你感到无法发自内心地相处好的时候，这都仅仅是另一个机会来精炼你所选择的相处方式，来发现你的心可以更多地打开。要有耐心，我的朋友们，对你自己和其他自我们皆如此；继续临近你的基石——那个 对于“爱”、对于“服务”以及对于“了悟存在于一切之中的造物者”的终极渴望。

此时，我们将该通讯转移给名为 Jim 的实体。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo ，再次与这个器皿同在。我们想要感谢今天聚集在这里的每个实体，因你们邀请我们出席，好与你们分享这些有关“对所有家庭成员之爱”的想法；你们的确都是属于造物者(大)家庭的、生活在地球上的成员，你们尽己所能地彼此分享爱，以帮助太一知晓存在于你们所有人之中的祂自己。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。此刻我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我的朋友们，尽你们的全力在爱与光中前进吧。你们还能做更多吗？Adonai vasu borragus。

Translated by Carol & T.S.

(V) 2021 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处：

http://yidefaze.org/lllib_2021_0819/

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/2021/0819

☆ 第 3602 章集：个人能量场的南极(20210908)

Copyright © 2021 L/L Research

中阶传讯圈　2021 年 9 月 8 日

团体问题：Ra 说“南极或阴极是吸引的一端。它将那些受其磁吸的东西拉到它自己上头。”[1] 另外是：“关于能量场要掌握的最重要观念是：较低的那一极或负极会从宇宙汲取寰宇能量进入它自身。”[2] Q'uo，你们能否探讨这个关于我们“吸引体验”或“汲取体验到我们自己身上”的概念吗？我们如何能够更好地理解它，并把它整合到我们的灵性道途上？一些人如何可能能够通过意志力而有意地将某些体验吸引到自己身上呢？

[1] 原注：参照一的法则 50.2。

[2] 原注：参照一的法则 49.5。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿同在。我们在爱与光中向各位致意。我们感谢你们今晚邀请我们加入你们团体并就你们已经提出的问题发言。我们会首先请你们拿起任何我们与你们分享的话语和概念，如你所愿地使用它们，抛弃任何在此刻对你没有价值的内容。这个小小恩惠将允许我们尽可能清晰地谈论你们的问题——涉及爱/光或智能能量来到地球上的每个灵魂，并以一种“提供具有扩展性质的体验”的方式而移动通过能量中心或脉轮，因为能量能够在能量系统或能量体上越来越向上地移动。

智能能量，或造物者的爱/光，是你们可能称为的激活者——激活每位真理寻求者内在的潜能。该潜能是那类在投生以前就已被灵魂所编程的学习，以便对于每个灵魂而言，当它能够处理[在造物者的爱/光流经每个能量中心之际而产出的]催化

剂时，可能就会有特定的体验。随着这股投生前的学习能流开始流经或向上通过能量中心，每个实体都可能有特定的学习潜能会被启动。在该实体有意识地觉察到潜能被启动之前，每个实体的潜意识心智都在其全部可能性中拥有一种方法、可用来对这些投生前的选择加以着色或加以偏向，于是在能量中心的每个层次上都有能力去学习或体验你们可能称为催化剂的事物。

催化剂是由真理寻求者与处在投生中的其他自我的互动所呈现的，所以有一种属于这些能量中心的相互作用；每位在你们地球表面上移动的实体都启动着或阻塞着这些能量中心。这些类型的催化剂可能以任何一种程度而来自一个清晰(畅通)的能量中心或一个受阻塞的能量中心。**当真理寻求者与其他真理寻求者同伴从事他们此生的活动，这股能量的畅通或阻塞便在他们之间产生一种特定类型的互动。那么，这些正常的、平凡的、日复一日的经历，可被用作[你们会称为的]磨坊谷物、灵魂食物**，如同它们通过每个上升的能量中心而被表达的那样。在许多情况下，这类对催化剂的处理已经把“一种情绪激动或创伤反应”跟自己关联了起来，这种反应使得真理寻求者的注意力集中在正被处理的催化剂上。

那么，随着这个催化剂在每个能量中心之内被工作和利用来扩展该寻求者对自身本质的理解，自我的这种形象便借由真理寻求者而开始以一种方式扩展，该方式便允许一个更大的概观——容我们说——一种灵性的风味来到日常体验。这类对自我、其他自我和周围环境的更大观点的获得是一个持续过程；所有有意识的真理寻求者都可能在日常基础上——当当天活动在当天末尾的冥想状态中被沉思时——利用该过程、从中获得益处。所以，这类对体验的获得对于下述过程有着持续和增长的影响：寻求者获得体验，并越来越多地成为自己所寻求的东西，以最终成为太一无限造物者。

此刻，我们会将这个通讯转移给名为 Austin 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我们是 Q'uo 群体，我们现在与这个器皿同在。真理寻求者的这场旅程——以“了悟到自我即是造物者”以及“成为造物者”而结束——亦以造物者而开始。我们相信，下述做法对于理解“催化剂如何被吸引到自我并由自我引起”这个过程是有用的：即检视位于你们八度音程开端的、作为造物者的自我的这个起源。

就我们自己不充分的理解，造物者的那种想要认识祂自己的原初渴望，产生出了这个八度音程系统的必要性；在该系统中，每个音程的开始都会奠定一个基础并设置好一个舞台，在其上，造物者就可以沉浸在认识祂自己的渴望之中，并开始一场取得体验的旅程以满足这种渴望。你们自己的、也是我们与你们共享的这个八度音程，被建立在一种由推动者与被推动者的极性所构成的基础上。这个基本动态是你们可能视为前一个八度音程的事物的收割结果；而且正是这个动态为造物者产生了经验的潜能。

这种动态创造了可被视为一种张力或摩擦的事物。这种摩擦，借由某种观点或理解，也可以被称为觉知或体验或意识。但正是这种非常简单的动态，帮助创造并产生了八度音程内所有进一步的经验。而且随着造物者进入八度音程的旅程进展下去，这个动态会被精炼并以越来越精细和复杂的方式而被迭代——首先借由理则，然后借由子理则，如此等等——直到对这个简单动态的探索已经成为一个相当错综复杂的系统；你们现在将其体验为一个星球上的生命。

我们把这个检视聚焦在你们的特定星球上。因为那个问题，如同今晚[以及当你们星球上的寻求者试图掌握这种关于“造物者认识祂自己”的机制时]它已被措辞的那样，可能最好以一种特定的意义——如它适用于“你们目前的体验”和“那些在你们

自己的体验中可能观察到的事情”那样——而被探讨。所以，在第一密度中，当造物者开始了在你们自己的星球上的探索时，你们看见那些基本元素出现了；它们是密度或子密度的进一步进化所需的。这些元素开始了一个借由移动与被移动的互动而学习的过程。并且这种简单的动态[也即你们整个八度音程的基础]出现于每次互动之中。并且这种互动在下述意义上变得多种多样：不仅是一种在移动者与被移动者之间的互动，而且还可以被视为被吸引者与吸引者。

这些在你们行星上的、基本的第一密度实体学习着这些简单的互动，并逐渐变得越来越精炼，直到第二密度能量在你们星球上出现的那个时点。接着，这些实体会继续这个属于移动与被移动、吸引与被吸引的过程。并且，该实体[也即你们星球]在它对造物者之爱和光的表达中(逐渐)成长并变得更有智能，更进一步，直到你们当前的第三密度经验出现——在此，随着罩纱的幻象披在你们意识上，你们可以向内和向外观看，并认识到：你可以被视为你们星球这个单一实体内的一个个体，它正在这种由“移动与吸引”构成的复杂舞蹈中表达自己。

可以看到，这种对于这个动态的基本检视产出了下述理解：你是智能能量的一个能量导管。并且随着你移动穿越你的生命，你的导管性质会被那些互动——你被移动的那些时点以及你把移动你的事物吸引到自己身上的那些时点——所改变。这个导管的性质能够借由检视能量中心系统而被简化。你所吸引到自己身上的这股能量是通过这个系统而被吸引的。

并且每个能量中心，随着自身被启动，都在自身当中包含某些扭曲，这些扭曲是你通过你的体验或通过你投生前的规划而已经采取的；随着这股能量流动着，遇到这个摩擦，并产生那种在你们由移动者与被移动者所构成的八度音程中的最基本的极性，那便为造物者而体验着。并且这个体验可以作为催化剂被利用，以进

一步理解“作为造物者的自我”之本质。

随着这股能量流经你的系统并遇到这些产生摩擦的扭曲，你可以看见，这种摩擦会产生一种电荷或磁力，于是，如果这种摩擦持续不断地由体验所产生，且没有得到自我的适当关注，那么这种磁力将会在自我的能量与你周围的实体们及该星球的实体们的那些能量相连接时安排好自我的能量，以便某些体验是以一种微妙的智能而被设计或发展的，于是你的能量系统内的这些特定扭曲或摩擦开始越来越多地把那些课程吸引给你——那些课程是“你变得越来越觉察你自己和你作为太一造物者的本质”所需的。

有很多影响这个过程的事物——包括有意识的和无意识的——以及第三密度实体可利用的那些事物，尤其是被知晓为**信心与意志**的事物。

此刻，我们离开这个器皿并把该通讯转移给名为 Kathy 的实体。我们是 Q'uo。

（Kathy 传讯）

我们是 Q'uo 群体，我们和这个器皿同在。你们星球上的个体们的红色光芒能量[集中于“把体验接收并吸引到自己身上”的南极]，提供着一个焦点——它把每个个体不仅仅连接至你们行星的红色光芒能量之巨大和漫长的历史，还连接至每个个体的向上成长与发展：从红色光芒向上穿过能量系统，朝向成为造物者，并在这样做的路上认识自己与接受自己。

在整个投生期间[个体发现自己处于其中]，这个属于每个心/身/灵复合体的伟大的成长与发展过程，当它从红色光芒能量中吸收所有它通过红色光芒吸引到自己身上的东西时，即是上行能量的伟大推进器。个体不仅吸引离散的、特定的体验，

还吸引遵循着重要主题的整个体验阵列、整个体验集合；这些主题被指定要在个体的一生中得到处理和理解。确实，每个个体的灵或魂都在投生前的选择中有其作用，对于此生期间做出的选择也是如此；这些选择将有助于发展并实现个体的潜能。

有一种智能能量在运作，以吸引这样一些体验——它们完美匹配着个体所需要学习的事物以及需要用来作为个体的向上成长的事物。信心的使用把个体所拥有的那种对连接的觉察，同时连接到基本的地球能量，以及自己在那次投生中的灵性目标。**单纯借由对“这个过程是永恒的、且与个体及其[朝向爱、理解和更大悲悯的]成长需要相匹配”怀有信心，就述说了信心、“把这个过程交给一种更大的意识[该个体是其中一部分]”这个单纯概念是如何运作的。**在某个层次上，每个个体都觉察到有一个伟大的过程——关于成长、成熟和朝向爱与光的更大觉察——在进行着，并能够信任那个过程会发生，开始于红色光芒吸引那些适当的体验，让它们被处理并被带入心中，可以这么说。

对于生命本身的这种展开过程，信心是这里具有重要性的事物，因为信心与信任在这个意义上是一致的。在这种通过经验吸引和使用而向上成长的过程中，意志的使用在某些时候也可以被视为重要的。通过有意识的意志，一个个体可以沿着能量系统[从红色光芒向上]而将其所有能量性的力量凝聚在自己体内，以用一种非常坚定的方式而利用经验、催化剂、喜悦——涉及吸收能量并使其通过自己的系统向上流动，通往更大的理解和爱。

意志或可被视为身/心/灵复合体的一个理性部分。但它在其中心也有大爱的一面，因为当个体可能觉得自己没有力量或无法继续处理特别困难的经历时，意志的使用可以协助个体坚持走向爱与光。并且这也是意志与信心被连接之处。意志

由个体对“作为成长的人生过程”——成长为人生之目的——的信任和信心所协助。

以这种方式，通过红色光芒的这种对体验的吸引，可以被视为一首由体验之音符所构成的宏大交响乐中的首个被弹奏的音符。它在个体的能量系统中向上弹奏着自己，把它在其理解中带到越来越高的位置——无论这是在一小段时期中，还是历经一生。当种种体验被向上处理，特别是进入心(轮)和靛蓝色光芒中心之时，那些在起作用的能量中心的所有色彩之美，就让人看见这个过程是造物者在运作中的一种美。

那些已被学会的、曾经可能作为严酷体验而开始的课程，当它们使个体向上发展时，可能被看作是成为了一颗贵重的珍珠。在个体的向着成为造物者的成长中，它们是“达到顶点的终极成就”当中的宝藏。我们会说，对这个过程怀有信心吧。这与“对造物者怀有信心、然后越来越接近那个'成为造物者'的目标”是一样的。

我们是 Q'uo 群体，我们与这个器皿同在一阵子了。我们现在把这个通讯传递给名为 Gary 的实体。我们是 Q'uo。

（Gary 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们再次通过这个器皿向你们致意。如果要仔细考虑这个团体问题——涉及南极的吸引机制以及它在灵性寻求者之旅程中的运作[同时包含无意识的和有意识的]——作为读者的你可能已经拾起一个有关设计的主题，如我们已经在这个话题上说过的。因为**尽管那种[在实体的第三密度体验的最开始阶段]被吸引到自己身上的事物是某种具有随机模式的事物，但如果该实体越是多地形成偏向并开始往这个或那个极化方向而移动，那么该实体就会越是多**

地配置自己的能量中心、自己的偏向以及尤其是它在投生前的层次上的编程。

那么，这就对能量的类型有一个效应——特别是以“被吸引至该实体的体验”的形式 。例如，该实体可能渴望学习某些挑战着它的下述能力的课程，即保持心之开放并表达宽恕，不以怒还怒，而是回应爱；在这情况中，这个实体可能看起来接收到了负面导向的、甚至有时候表面上残忍的催化剂，无论这些催化剂是来自于双亲实体，还是来自于该实体成长时的家庭环境中的其他人。并且随着该实体成熟，还将会有额外的机会。

而对于下面这样一个实体——它既未觉察这种吸引机制，又未觉察自己是一位沉浸在一个智能宇宙中的有意识存有，这个宇宙正在把“那种渴望去学习的事物”教给它——该实体可能十分有根据地发觉自己是艰难环境的受害者。“这情况为何会发生在我身上？”“其他人为何是这样子？”“有没有办法能阻止这情况？”这样的想法可能会出现在具有这种心态的实体的头脑里。并且，有很多方法可能被该实体用来成功避免自己所渴望学习的东西：无论是借由麻木或使自我迷醉，还是像你们许多人的做法，借由寻求转移注意力并逃避表面上导致痛苦的事物[无论是记忆或当前的经验]；还有将各种水平的责任投射到自我以外的任何事物上。

因此，进入到一种对于“这个通过南极的吸引”的理解当中，这包含的伟大礼物之一是：该实体在领悟到自己对内部实相的责任时所被赋予的力量。我的朋友们，这不是在暗示你们要对其他自我的行动、行为、想法和意图负责，[而只是在表示]其他自我与你们相处的方式，如同我们长期以来所表示的，为你们提供了一面镜子。只要你对其他自我有反应，这面镜子就在向你揭示你自己。于你内在出现的事物很可能与你投生前的设计[也就是你打算在此生中学习的事物]有关联。

所以，相当可能的是，你给自己的人生形成样式，这样你就会帮助触发或促成其他自我与你相处的特定方式，于是这种体验就会于你内在升起。因为若没有其他自我的协助，你可能不会拥有这种体验的益处。

这只是了解这种吸引机制在无意识层面上的运作方式的一个小窗口。也就是说，没有你表面上有意识的输入或指导、甚至没必要反思，在更深的层次上就有齿轮在转动着，导致了这种吸引：无论是吸引至某些时刻、某些情况、某些其他自我，还是吸引至某些对于地理或志业或服务的长期选择模式；向内或向外，这些齿轮在别人被你吸引、你被他们吸引时转动。

因此，红色光芒总是有首先的机会来回应此刻，如我们先前已描述的。在这方面，我们会留下一个建议供寻求者沉思：借由对红色光芒内的、一个基本的“是”反应进行冥想，有许多事物可以被打开。在心/身/灵复合体系统中的这个第一节点上，有许多东西被抵制、害怕、阻挡、拒绝或不接受，因为那里存在着一个深刻的“不”[容我们说]，因为那里也许有恐惧或拒绝——经常是对于自身反映(reflection)的恐惧或拒绝。

所以，对于正在升起的无论什么事物，通过一个越来越深入的“是”，通过这种内在的不抵抗，许多事物会向寻求者开放，于是这股能量就可能更加不受阻碍地、更充分地且带着更大气力地流入该系统中，不仅仅驱动这个系统，而且还越来越高地上升，于是它就可能与北极能量相遇并配对，最后、最终在靛蓝色光芒中心，拆除罩纱以及由此被创造的分离幻象。

如同我们通过先前的器皿描述过的，无论显意识心智可能正在做什么或不在做什么，这种进入“(具有)双极的能量系统”之南极的流动都正在一个无意识层面上自动

发生着。这能够随着下述发展而越来越成为一个有意识的过程：该寻求者逐渐成为一位觉察到自身渴望的有意识存有，不仅觉察到自身在日常活动中发生的、万花筒般不断变化的表面渴望或接近表面层次的渴望，而且觉察到更深层的潜流——寻求光明，寻求真理，渴望给予并接受爱，寻求并成为太一造物者。

寻求者越是意识到这些渴望，该寻求者就越是意识到该吸引过程。灵性热望者越是学着小心翼翼地驾驭和引导意志以服务他人，就越是在学着设计和吸引“这股逐渐解锁和上行的螺旋”所需的催化剂。灵性(spirituality)和灵性寻求本身就是对进化机制变得有意识。

如同我们已经说明的，那些机制是由一个宇宙为了自我的学习而提供的模式所开启的。这个宇宙并非如同你们许多科学(家)会认为的那样充满了无意识的原子或惰性物质[在这些物质之上，生物性的生命建立起来，意识则以某种方式作为附带现象而产生]，而是一个充满了智能的宇宙；该智能会沟通、回应、适应并与造物所有其他部分[包括你、心/身/灵复合体]恒常地共舞。

这是我们星际邦联如此经常地提到“净化、设定意图并变得意识到意图”的部分原因，也是“意图具有首要性和最重要性”的部分原因，因为这是你们与智能宇宙沟通的主要机制。这是你对宇宙的声明：你想把自我这艘船驶向哪个方向，以及你寻求的目的地是什么。

然后，如同我们通过名为 Kathy 的实体而谈及的，一个实体就可以对“自我所需的东西将被递送[你们可以说]给自我”怀有信心。并且，**如果一个人越是强、越是热地带着这种意图而燃烧，越是多地锻炼该意图并使它更一致、更专心致志、更持久，那么进入该系统的力量就会越是强；它流经南极，向上升起，并与内在之光**

[自我的北极星、内在之火]相遇。

这是一个必须非常小心从事的过程，因为进入系统的力量和能量的这种增加将会放大和加强存在于较低能量中心之配置内的人格自我——其中的阻塞，分裂的能量，阴影——的条件作用(conditioning)。这对寻求者有益处，因为这种放大或增强作用会把这些[容我们说]老旧的、卡住的能量带到显意识心智的关注前头。但是，在这种放大之中，伴随着这股增强的能量，如果有意识的觉察没有在该实体每时每刻的体验中更多地得到练习，那么这些[容我们说]卡住的能量——它们有一种智能以及一种完全属于自己的逻辑——就能够相当容易地紧紧抓住这股能量，并无意识地以种种减少该实体之极性的方式而使用它。

因此，这条“变得有意识”的道途需要寻求者更频繁地通过下述途径而变得有意识：练习对自我的想法和体验的有意识反思——尤其是在一天结束的时候——以及进行那个你们所知为正念的简单基本练习，还有相当重要的[我们可以强调的]每日冥想、花时间处于静默中。

此刻，我们将带着感激而离开这个器皿；感激这个圈子忠实地继续手连手，相互支持，为这个谦卑的、服务他人的目的而聚会，经历困难的个人和集体环境，月复一月、[年复]一年。我们在感激中将我们的心敞开给每一位寻求担任器皿、传达我们谦卑的哲学的实体；我们只是这种谦卑的哲学之信使。我们把这个通讯转移给名为 Jim 的实体。我们是你们认识的 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。在你们寻求成为太一无限造物者的爱与光之管道的圈子里，我们十分感激能与你们一起度过你们所知的时间。**要知道，你们可**

能为造物者或彼此而提供的最大服务，莫过于[作为一体]共同地以及个别地反映、传导并成为爱与光。我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们现在于爱与光中离开你们。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处:

http://yidefaze.org/lllib_2021_0908/

英文出处:

https://www.llresearch.org/channeling/2021/0908

☆ 第 3603 章集：指引与向导

周日冥想

2000 年二月 20 日

团体问题：这一周的问题与向导* (guides)的概念有关。我们想知道，对于任何想要与他或她的向导联系的人，最好用甚么方式去联系？我们还想知道，如果我们试图联系自己的向导时 把它们看成是位于我们自己之外的实体，这对我们联系它们的能力会有任何影响或者作用吗？如果我们能够联系上自己的向导，这将为我们的生活模式增加一项责任吗？

(*编注：也有人译为指导灵)

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。在这个下午被你们呼唤是一种祝福和荣幸。

我们想要感谢你们每个人加入这个寻求圈 并且呼唤我们到你们的团体。能够跟你们分享我们的意见和想法，是我们的大福分；你们给我们的这种服务机会，也是对我们的极好服务，因为这正是我们现在尝试有所服务的方式。一如既往，我们会请你们每个人都考虑我们的想法 看看它是否跟你自己的需要有共鸣，因为我们不是权威人士；毋宁说，我们是你们的兄弟姐妹，我们走在相同的布满尘土的道途上 并会犯很多的错误。因此，请从我们所说的内容中拿走那些对你有用的 丢开其余的。我们会建议，你们对所有的资讯来源都这么做。因为，你内在的分辨力真的会跟适合你的东西产生共鸣，这就把我们带到你们请求的课题：与你的指引连结。因为指引总是可得的，可以用很多方式描述，怎么设法变得越来越熟练地使用指引。

为了把这个问题放入(完整)脉络中，我们想要谈谈尘世的宇宙 Vs.形而上的宇宙。那些想望藉由一个形而上的观点而活出自己的人生的实体 其两难境地是： 形而上的宇宙并不是共识实相或你们日复一日体验的物质实相发生的地方。对外在 世界的关注能吸收一个人所有的时间与注意力。确实，在你们星球上 有很多人 会在一次完整的人生[从出生直到结束]中设法前进 甚至一次都不曾怀疑有另一个 宇宙与物质宇宙相互贯穿，而该宇宙的法则比物质宇宙的法则有更高的级别。无 论如何，对于大多数人，在一次人生期间，至少有一或两次，它会清晰地注意到 有一个更高级别的实相 并且有时会影响物质的实相。

今天聚在这儿的人们 完全察觉到这个具有更高真相的第二宇宙，并且对它怀着 渴望和热望。此外，载着你到处走的身体，装有一部这个器皿所称的生物计算机， 即俗世的大脑 做选择的大脑 它是专门被造来处理关于生存、保护家园和家人， 尘世生活的其他关注等 二选一的问题。很难用尘世的术语向俗世大脑描述指引 系统，但直觉这个词肯定可以涵盖它。然而，对于那些想望去成为严

肃学生的实 体们，对于那些已经开始了漫游之道途，开始寻求一个真实家园的实体们，这种 二选一的心智并不令人满意，这是因为一个简单的原因：它无法满足形而上宇宙 的需要。 无论如何，占优势地，你们每个人也是一个意识，一个完全由爱和光所组成的独 特实体，在很多个密度中 使用了许多物理载具并在每个密度中度过许多的体 验。这个你之所是的意识 凭借着通过投生的诞生过程与第二密度的肉体载具， 也就是你的身体，联姻在一起，你就能浸入这个尘世的宇宙、物质世界了。这个 意识是一个永恒的公民，在本质上是无限的，它完全适应在形而上宇宙中做功。 你们每个人的内在，或者我们应该说，在你的意识之内，都潜藏着你所需要的所有 指引和资讯。当然，该挑战是如何去取得那种指引，因为无论在概念结构中 以 什么方式来构建，那个指引都是深层心智与意识根部的居民。从无意识自我的深 处通往显意识自我的大门一定需要被打开或者用某种方式处于半开的状态，以便 于指引进入显意识的领域 并成为可用的，为了让你可以取用它。

最好记住，指引确实存在而且总是在那儿；即使你在表面上跟它最遥不可及，即使你觉得自己最瞎、最聋、最哑的时候，该指引都在那儿等着你的察觉；问题在于怎么移开通讯管道中的障碍，而非搜寻某种也许在、也许不在的问题。我们这样说是因为，为了取用指引，实践一种在信心中的人生是极有帮助的。我们不想望暗示这样一种在信心中的人生具有一定的结构，毋宁想望查看爱的这种品质～也就是信心。信心是一种悖论，因为一个人无法获得信心。为了开始一种在信心中的人生，你必须简单地跃入，彷佛自己满怀信心似地行动，所以信心的第一个动作就是跃入虚无。毕竟，如果有一种方法去合理化信心 或者藉由任何合理的调查 来证明它存在着，那么信心就不会成为信心了。这使得信心成为一个真正的挑战，因为若你没有信心，那么你如何才能达成信心呢？

那种跳跃看起来非常愚蠢 并且感觉很危险。不过 我们对你们说，若你能持守这个信心的菁华～一切都好，一切将是好的，若你能持守这种态度，那么信心将会以令人惊讶的方式成长、繁荣、绽放。如果你因缺乏信心而被击倒，你只需要重 新开始 再次做出那个飞跃，该旅程就会再一次加速。永远不会有一种失败 是信 心无法从中恢复的。永远不会有一个沙漠是太宽广 以致于信心无法跨越。那么， 在信心中，当你想望去寻求指引，你可以用各种各样的方式 来着手这种搜寻。

例如，这个器皿藉由向圣灵祈祷来允许指引来到她身边。她将这种指引视为高我的一个面向 并将其具体化为造物者的一个部分，深层心智的菁华的一种投射可以被称为指引。因此，不会有对话发生在这个实体的身上，而毋宁是一种感觉、直觉，对于公正的感知。对这个器皿而言，这样的清晰度是完全足够和令人满意的。对于其他许多人，有一种把指引具体化的需要，因此，很多实体在向导的形 式中寻求指引。再次地，一切万有是一，通过很多种方式 并在更深入的层次上， 所有在该物质性存有之外的事物 都是该存有的一个被投射的部分。如果万事万物是一，那么，所有该实体看到的事物，就是该实体的一部分，并且在某种意义 上，是该实体的一个投射。

你看，你们每个人都活在一个完整且独特的宇宙中，在一个属于你自己的造物。跟无限造物者送出的每一片其他火花的宇宙相比，你的宇宙只是稍微有点不同， 但肯定不同。如这个器皿在稍早时说的，有一些非宗教的方式着手开始发现更多 关于向导的事情 它会藉由爱和渴望来祝福那个实体，该渴望即在一种灵性的 或 形而上的意义上 有所帮助的渴望。这些由自我的投射是各种向导，它们也带着 它们自己的身份、自己的历史，以及在某种程度上，带着自己的议程。有些实体 感觉自己有一个主要向导，他们寻找的就是这一个实体。你们每个人都从种种来 源中，见过来自内在向导的传讯例子，每个人都很熟悉这概

念：怎么联系向导。 这个向外发现信息的计画，容我们说，最好在每天的生活规则的架构中实施，该 规则包括每天有一段时间冥想。就世俗的意义，头脑倾向于不断地工作，不管有 没有从外部世界进来的显着刺激 因此 内在世界可以是一个倾听话匣子的地方。

很多对话都是实体们与自己的对话[好比这个器皿]，全部都在想象中发生。这股能 量通常按照惯性法则运动，它只管持续地运行，因为这就是心智的生物电脑所做 的事：奔跑、运转。它是吵杂的。那么，这构想就是去清空心智的口袋 并允许
尘世的生物电脑休息一下，于是意识就可以飘起来 从不受尘世头脑的二选一要求解脱。若没有规律地、习惯地、坚持不懈地使用冥想，要学会停止心智的奔跑是非常困难的。当心智在奔跑时，更深入的指引是难以接触到的。

所以为了给联系指引铺好路，最有技巧的办法就是用行动把自我放进冥想。这是一个极大的承诺，它会改变你的人生。比如这个实体喜欢说，她的冥想做得不好， 她意指自己无法完全关掉尘世大脑 零星的对话和音乐总是不断渗透关闭头脑噪 音的所有努力。不管这个自己不擅长冥想的客观看法有多真实，这个器皿会第一 个告诉你，每日冥想在她的生活经历中产生的强大成效。确实，任何人只要已经 冥想一阵子 都会察觉到，哪怕头脑有一点点静默，对于灵性的转变过程都是强 大的加速剂。

因此，我们会强烈地推荐 任何想望与自己的指引连接的人 都在一种每天冥想的 时段的环境中做这工作。记住，虽然你们每个人进入此生时 都完全觉察所有我 们正在说的事情，在出生的过程中，遗忘的罩纱整齐地落下 通常完全覆盖了意 识，因此，在此生返回形而上宇宙的道途必须是一步接一步地折返，除了

地球层 面的一般混淆之外, 从形而上宇宙的立场来看, 你还必须忘掉许多学过的东西 ~ 被包括在年轻实体所受的文化训练中。很多人都说过, 成年期就是要设法消除童 年期持续受到的伤害。随着视野从尘世与物质转移到非尘世与形而上, 你需要忘 掉许多学过的东西。在一个宇宙中有东西、桌子、人群、行星、恒星。在另一个 宇宙中有能量、想法、理想; 做为一个形而上的实体, 你是一个存在(为主)的实 体而非做事(为主)的物质性实体。

指引是在形而上和物质宇宙之间的连接 它把关于命运和渴望的复杂资讯转译为 宇宙能量降阶的尘世措辞 于是在肉身中的自我就能够接受能量、直觉、菁华并 开放心智迎接该转译, 指引要把这些东西提供给显意识心智时, 所做的转译。

R 实体想要知道, 一个人在联系指引时 怎么说出请求重不重要; 我们可以说, 确实如此。如果一个人将对于建议和智慧的搜寻构建为一种对向导的探寻, 接下来, 非常有可能的会发生的是, 将会联系到的是某些实体, 而非能量。我们可以说, 要去表达这些菁华和能量 ~ 也就是向导和指引 ~ 的特性是非常困难的。以天使为例。天使是另一种描绘内在层面的向导的方式。当实体们在很长一段时间中都沿着相同想法的模式和构架思考, 这种想法就会创造出自己所体现的实相。想法变成了东西, 指引变成天使的。接着对于每一个实体, 有数个天使就会变成真实的。

如果我们仔细检查每个文化及其宗教信仰, 就会发现那群相信这方面的人所用的管道和通道, 这些人通过它们看见自己的指引住在或装在自己的内部, 所以你们有小仙子、精灵、内在层面的大师, 等等。

有多少以特定方式、为了特定需要而寻找的人群 或单独行动的实体, 就有多少

种不同的联系向导和指引的方式。你们可以倚赖的事物是，那就是你在投生前为自己定制了触发物，它的特性取决于你对自己需要的指引的感激和觉察。当你寻求指引时，你需要去跟随内在拥有的直觉和来自心的感觉。因为这种心的智慧时常只通过情绪表达出来，而那种巨兽，如这个器皿会说的，就是指引真正之所是了。它不是一个智力性源头。指引并不注重逻辑，指引可以是自相矛盾的；在很多方面，指引对同一个主题可以提供可变的视野看法。如我们说过的，指引是在自我之内建立的许多联系，它致使心智深处的内容能够被移动到足够靠近显意识心智的位置，这样一种从概念到言语和想法的转译就可以发生了。所以，你正在做的是 请求自我从意识释放物质的宇宙，并向下进入到心智的根部。对于在这种向下进入心智根部的行动，冥想是我们建议的具体的方式。

试图培养每天冥想的习惯时，每个实体都将有不同的体验。对有些实体来说，这个程序非常容易；他们为肉身中的自己提供了安静的头脑和思维简洁的天赋，冥想对这样的实体几乎就是自然的生活方式。对其他人来说，冥想似乎是极不自然的，相应地 也难以作为习惯来培养。不过，我们对你说，不管在每天培养静默习惯的过程中 你的主观体验如何，你都在取得进展。感觉起来 彷佛一己迎面撞上了一面坚硬的砖墙，哪儿也去不了；我们向你们每一位保证，并非如此；如果 你投入了时间，渴望也是真的，这些冥想期间就会自己起作用，各种情况将开始 显得更加清晰明朗。汤姆实体稍早说过，重点不是情况改变了，而是你对该情况 的反应开始改变，从而转变情况 这不必然是为了任何其他人 但只是为了自己，不过，既然一切形而上工作都是作用在自己身上，这是完全令人满意的情况。

我们会建议，发展个人接近指引的方式，付出时间和关注 向自我澄清什么是真正渴望的东西，什么是真正要寻求的事物，一个人的生命的热情和强度在哪里，这些是很好的。因为寻找和聆听指引的过程，是加速你灵性进化步伐的一个重要

部分。无论你做什么事情，你都将在灵性上演化。造物者的宇宙有一定的效率：发生催化剂。获得经验，你真的改变了。无论如何，你们每个人都渴求更快的蜕 变速度，一种更稳固的感觉： 你正在走自己的路，走在道途上。当然，这整个 冥想过程和在静默中倾听的过程 具有核心的重要性。我们祝愿你们每个人喜悦地发现自己的渴望、打磨并锐化那些渴望，在渴求真理、爱、造物主的过程中，寻求指引。

记住，你可能是他人的指引系统的一部分，而你可能并不知道。记住，服务无论大小 只要是怀着爱完成的 它将会提供指引，无论他人是否察觉到你的行动。当能量被放出时，它不会被忽略的，所以，即使你并不知道你正在指引，而那个实体并不知道他正在被你指引，不过 这种能量的转移仍会发生。所以，在全时间都察觉到涉及他人的关系方面 在道德上的考虑，因为你并不知道藉由单纯地成为你自己 可能提供的服务是什么。

我们在静默中与你们同在。我们和你们一起坐在心智的黑暗中。在那黑暗之中有爱。知晓它就在那儿。要有信心 你的探寻是有益的，并允许它。一旦你静默下来，允许这个词就会打开大门。允许直觉升起。允许那安静又微小的声音开始说话。你将不会听到，因为它是安静的。你仅仅能够带着那种正确性的感觉 仅仅凭借信心行动。

我们会在此刻把这个通讯转移给 Jim 实体，感谢这个器皿 把它留在太一无限造物主的爱与光中。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，在太一造物者的爱与光中 再次向各位致意。我们在此刻很荣幸提供

自己尝试去回答在场者可能向我们提出的任何进一步的询问。在此刻有我们可以回答的任何其他的询问吗?

T: 过去三、四周里我做过几个印象很深的梦，是关于灵性向导或指引，它们从 几个方向轻轻推我：远离几件事，接近几件事。我想知道，关于这些梦，你们能 告诉我什么呢?

(换磁带)

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你谈到的体验是当潜意识心智正在与显意识心智串联工作时 前者的自然机能，这是由于你强烈渴望想知道在与别人的关系中，应该采取甚么恰当步骤来处理你很看重的事情。当显意识心智长期都在寻找一个前进的方向 而且怀着开放的心找到某种易受影响的点，容我们说，接下来潜意识心智就会通过这种渴望和易受影响点 接着向显意识心智提供梦境状 态的图像和线索。在这种状态中 有能力对显意识心智铭印一种倾向与方向，一 个人可以在这方向上 适当地移动其存有。我们推荐：留心这种与潜意识心智的 对话，于是就可以注意到这种交谈了。

有另一个询问吗，我的兄弟?

T: 没了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗?

Carla: 我经常接到由那些不在现场的人们所提出的问题。那样做是否令人满意?或者，为了提出问题，本人应该必须在场?

我是 Q'uo，察觉了你的询问，我的姐妹。我们发觉代替那些无法参加这些工作集会的人们 而向我们提出询问，这是相当可接受的，我们非常乐于在不侵犯自

由意志的情况下　给予可能范围内的最佳回应。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：要让那个不在场者的头脑做好准备，有任何我能做的事吗，接着有一个　为他提出的问题　会对你们的回答有帮助吗？

我是 Q'uo，察觉了你的询问，我的姐妹。简单地告知这样一个实体：我们渴望提供真实的服务，那是不会侵犯自由意志的服务，那就是所有必需的事情了。

Carla：非常感谢你们，Q'uo。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

S：在先前的集会中　你们提到已经跟这个团体和其他团体谈过话。你们能否讨论这些其他团体？

我是 Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟。有少数的的团体[好比这一个]是我们实际上通过你们文化的言语与之谈话的。在这个星球上有很多这种团体，他们在自己开会和冥想的时候，以画面和你们所称的直觉和预感的形式，受到我们这个团队和为太一造物者服务的星际邦联里其他成员的激励。　通灵的过程虽然此刻在你们的文化中　被广泛使用了，它仍旧是一个我们只能在　少数情况中进行的过程，因为任何作为器皿的人，都需要按特定的方式来进行这　种服务，这就要求奉献和坚持不懈。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

S: 在你们帮助其他人之际　有任何我们能够用来帮助你们的方法吗？比如一句亲切的话或鼓励或类似的东西，我们在第三密度中更能够做到的，也许可以帮助你们的服务？

我是 Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟。我们致敬这渴望：要尽最大可能地服务他人；任何像你和聚在这个圈子的人，都有可能跟自己在日常活动中遇到的人分享信息和灵感。确实，每个人都有机会和潜力，像灯塔似的在别人心里激发出信心和爱。你们的文化常说：微笑可以带来无尽的好处，我们发觉的确如此，因为每个实体在更狂热地追着文化的步调前进时，常常忽略了最简单的礼节；一旦你想起来了，就会给你与之分享微笑的实体带来大量的鼓励。跟一个体验到失去了意义、成长中的困难、肉体载具疼痛的人说话，这么做是很有帮助的。任何地方只要种下了爱的种子，开放之心就有更大的可能性成长　结出果实。

在此刻有另一个询问吗？

S: 我已经读到关于行星 Niberu*的内容，它在这个太阳系中有个三千六百年的轨道。你们能否告诉我们这颗行星将如何影响这个世界？

(*编注：这里可能是笔误　一般称为 Nibiru)

我是 Q'uo，虽然我们理解了你提出的询问，我们无法以任何直接的方式谈论这个询问。

在此刻有另一个询问吗？

M：我想问问关于昆达里尼能量，我们怎么用这种能量和这种瑜伽冥想帮助自己

成长，还有这种能量可以为我们的成长带来甚么？

我是 Q'uo，察觉了你的询问，我的姐妹。昆达里尼能量上升的的体验在开始的时候是十分强有力的，它要求察觉到这种上升的实体十分平衡，尤其是在较低的能量中心，也就是红色、橙色、黄色和能量中心；因为正是这些能量中心，形成 了昆达里尼能量向上流经其余能量中心的基础。如果这种体验缺少这些中心的适 当平衡，那么体验这种逐渐成长的觉知的实体，就有可能在整体上失去平衡。对 于任何想望去点燃那种体验的实体 我们会建议他仔细检查自己的较低能量中心群，于是他处理这种能量升起的能力将是稳定的，并且在能量通过每一个上行的(能量)中心的过程中保持稳定。这种检查是可以用一种，容我们说，每日的模式来进行，在该模式中，该实体在一天结束时 退隐入冥想中，检查当天在脑海留下痕迹的体验，用对立面来平衡每个不平衡，从而牢靠地打好基础。这可能会花费一些时间，因为它不是一个快速或简单的过程，而是一个需要投入和重复的过程。

有另一个询问吗，我的姐妹？
M：没了，非常感谢你们。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

S：最近我经历了二十四小时的牙龈肿胀和感染，迫使我寻求医疗的照顾。我仍旧为那症状的催化剂是什么而感到神秘难解，有没有更好的、更直接的方式来引起我注意吗？

我是 Q'uo，正是在好比这一个情况中，我们发觉自己的回应无法走得很远，因为你说这个经历使你感到神秘难解。正是这一种神秘为你提供机会，去开始一个松绑的过程，容我们说，解开这种疼痛和苦难的来源。当寻求者的心智中尚未开

始认识这样一种体验的原因时，那么我们发觉自己大部分必须保持沉默不要因为在你头脑里放进你没有的念头，从而侵犯你的自由意志。无论如何，我们会建议，在这个情况中，我们可以建议你查看位于你痛点的能量中心，从那里开始考量，你说过的话语以及它们的价值。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

S：没有了。谢谢你。

我是 Q'uo，再次地，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

R：没有问题。仅仅想要感谢 Q'uo 照看我们的自由意志，感谢你们在尝试回答我们的问题上的勤奋，尽管它们似乎是重复的。

我是 Q'uo，我们感激你们支持的言语，我的兄弟，因为我们确实希望凭借我们简陋的言语对这个团体有所服务，我们也察觉到每个人在日常活动中体验到的困难。我们经常观察到一个自相矛盾的情况：实体们热情满怀地去服务，却在服务的热诚中遇到种种似乎妨碍服务的绊脚东西，然后在体验服务障碍时去问所有可能听过这种障碍起因的人。当一个人想望去服务于这样一个实体时，更容易做的显然是给出答案，而不是保留答案、允许该实体为自己探索；保留答案的作法，将给该实体的全体存有带来真实的重量，而非单纯体验别人给出的东西，因此，我们为你们准备好的餐桌经常不会摆上所有可得的菜式。我们为此抱歉，因为我们察觉到很多人宁愿要简单清楚的答案；但我们的估计是，这种回应不总是有帮助的，因为实体们学得最强劲的时候是从自己身上学，也许加上其他人的一两个线索。

在此刻有另一个询问吗？

S：也许调转过来，我们能回答你们的任何问题吗？

我是 Q'uo，这个器皿的头脑开始因为那一个问题 而开始狂奔。我们将尝试勒住他的缰绳；因为他想要知道谁将赢得肯塔基赛马。我是 Q'uo，我们现在没有显着的询问。

在此刻有最后一个询问吗？
(没有进一步的询问)
我是 Q'uo，我们愿再次感谢在场的各位 邀请我们出席并容忍我们贫乏的幽默。 我们始终感激能在你们的言语世界中走一会儿。

我们向你们保证, 我们总是以无形的方式陪伴着你们 并观察你们每个人 每天在 这个幻象中, 无畏地冲上催化剂的那些混浊不清的路; 你们如此努力地跟与同行 的人分享你的爱与光, 我们再怎么感谢都不足够。因为此时在这个幻象中 有很 多人需要这样的激励和这样的光。你们没有人会知道，通过在你们的幻象里分 享开放的心、一个微笑、张开的手、一个建议，以及最简单的礼貌姿势，你将产 生的效果有多巨大。我们是 Q'uo 群体，要在此刻离开这个器皿和团体，在太一 无限造物者的爱与光中离开各位。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

***

译者的后记/看法：本文将指引（guidance）与向导（guide）的概念分开处理，前者是一种自我 心智深处的菁华，后者是前者的一个人格化投射。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3604 章集：智力与感激

周日冥想

2000 年一月 2 日

团体问题：我们刚刚开始了新的一年，我们想要知道，我们正在回顾过去的一年，我们能够以智力的方式学到什么呢？我们能够观察到什么并从中受益？在我们确实完成的成长中，智力发挥了多大的作用呢？我们也想知道感激在我们的演化中所扮演的角色是什么？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱和难以言喻的光中致意，在祂的服务中我们前来。我们想要感谢你们每一位在今天呼唤我们来到你们的寻求圈。回应你们对我们的想法和意见的呼唤，这是我们的荣幸和快乐。一如既往，我们十分高兴和你们在一起跟你们分享任何我们感觉到或知道的事情，一如既往，理解到你们每个人都只会从我们所说的那些事情中拿走那些似乎对你们有用且有益的事情，把所有其他部分都丢在后面。我们不是一个权威，毋宁，我们是在路上的同伴。

你们今天请我们谈的主题是：在你们的学习过程中和评估自己的灵性状态时在越来越深入完整地寻求事物的核心真相过程中智力和感激有何地位。如经常发生的情况，我们会从这个问题后退到一个更为根本的位置来开始，在此把每个实体在地球空间的所有投生体验，都看成是属于一个永恒生命和无限公民身份的很小一部份；因为你们每个人都是造物主迸出的一个念头。目前这个投生自我所承载的各种天赋和挑战，是从理则经由很多密度和历练才来到这儿的。你们每个人在时间和空间之前就存在着。你们每个人在时间和空间都不再有意义的时候仍会存

在，然而，在每次人生之内，有着对于蜕变的期待。有着那些被自我放置在自我面前的某些课程。有着那些你所分享的投生之天赋。还有那些人生的苦难(你)要在其上工作、去接纳、宽恕、疗愈。

你们每个进入地球层面中的人都有这些共同处，真的是子子理则，每一片无限造物者的火花，每个人都在这次小小的人生中拥有惊人的力量，这种力量盘旋着并等待着适当的刺激或邀请以便于去存在、指引、帮助疗愈的过程。如果每个人都感觉到这种希望：有那些力量、能量、菁华能在困难的人生挑战上有帮助，那么我们说，这种希望有无尽的道理。因为你们每个人潜在都是带着魔杖的魔法师。你们每个人都有力量、原力、意志、信心。这些东西储存在你们每个人内在的许多巨型仓库里，有无限的供应，只等着你的察觉在安静的自信中呼唤早已在那儿的协助。

因为你们每个人都是一个思维，我们可以看见那个概念具有的极大和无限的复杂度，因为你这个思维不只是一个东西；也就是说，就词语在其中被使用的意义上而言。肯定地，你们每个人都是一个事物并且是相同的事物，那就是爱。不过你们每个人都将那无限之爱着了色，那正是与各种变貌相处的核心；拿起无限制的真理之清晰白光，用人格和个性的彩虹给它赋予明暗层次，于是你们每个人就像一块织锦，你的经历、苦难、欢乐、和忧伤都在上面把光明、黑暗、和彩色的线编织在一起。所有这些线条～光明、黑暗、色彩～都是美丽的，你把它们放在一起的方式可以是美丽的，甚至在材料看起来很困难而体验是非常沉重且难以承受的时候(也是如此)。

那么，在人类的层面上，你们每个人从有意识生活的层次提出这个问题，就使用心智而取得大量进展的前景，(即使)在最好的情况下，可以看见该心智是有限

的。肯定地，我们推荐对心智的使用，肯定地，在尝试用心智为自己创造出对于自己、对于摆在自己面前的议题和挑战更清楚的理解上，其方式显然也有熟练与不熟练之分，这里的自己指的不仅是显意识人格，还包括每个人所是的形而上实体。

容我们说：智力头脑暗含着局限，这些局限是推理的天然局限。推理是基于信心、逻辑、理性做出假设的实践活动，在某种程度上，这种信心有正当的理由；可是理性的、合乎情理的东西只不过是自我菁华的一小部分，所以使用显意识心智有着天然的局限。推理无法向下进入生命的根部，因为这些根部并不讲道理或不是理性的；更准确地说，它们是这个器皿惯于称为原型的能量。与你们每个人的生命菁华更密切相关的是已净化的强烈情绪而非推理。这个课题本身就值得许多探询。

当我们完成了推理、逻辑、想象所能够形成和创造的全部的思维途径的时候，还有大量剩余的自我的材料尚未被分析和思考的过程碰触到。当 T 实体提出关于感激的问题，这个想法方向的适当性是极有逻辑的并在一个深刻意义上是合理的，那个意义即是思维和心智的更深入范围了，那些通常称为情绪或充满情绪的概念 ~ 比如感激，希望，信心和意志 ~ 以成效高得多的方式，直接工作思维、心智、意识、生命的更深入范围。期待在一点点的人生中去转变那你之所是的无限永恒的存有，这是毫无理由的，不过在每一次投生中这是有可能的，接着在多生累世中，实现了这个目标。

没有投生仅仅是一次惩罚或只是一次假期。所有的投生经历都清楚表明要学的课程和要分享的天赋。每个实体因为受到感动而去行旅的路线就是他觉得合适的思考与习惯的那些通道，这本该如此。因为你的菁华、你最深刻的能量，更多是感

觉而非想法，更多是能量而非概念；最能改善深层自我的东西是菁华，感觉的菁华而非见识。

这个器皿经常说，重点不是在你身上发生了甚么事，而是你对发生此事的回应；这是个天然的竞技场，实体们可以在上面运用自己的力量，提供自己的真理。正是一个人如何面对此刻的态度，在让自我准备好接受此刻的喜悦或忧伤的负荷。如果你的态度是感激，如果你用感恩之心来迎接每一刻，不管这一刻出现什么都表示欢迎、都去拥抱，那么这就是很正面、很出色的形而上立场用以迎接此刻出现的任何事情。这个态度的本分在形而上学习的经历中极为主要，致力于工作自己的态度用来迎接每一刻这样的实体表达了许多智慧。推理不大适合这个过程，因为在任何合理的意义上，很多时候在一个具体的时刻中几乎没甚么可感谢的，反而好像有沉重的理由带着恐惧和战栗来面对这一刻。不过在这些时刻跟所有时刻一样，伟大的技巧是保持你的心完全开放，允许爱流经自我带着感恩和赞美的态度寻找在当下此刻中能存在的最佳事物。

在你的体验之中，肯定也在所有的第三密度体验之内，会有许多情景让自我感到非常不舒服，感到许多的疏离、孤单、苦闷、悲伤、愤怒以及失望等负面感受。在这些时刻，坚持相同的赞美与感恩之态度你迎接此生高点和好日子的自然态度，这是尤为重要的。正是在感谢、赞美、怀着开放流动的心显得最不合理的时候，选择把它们作为对人生本身的回应，才展现最大的技巧。因为如果你们每个人都是一个思维，如果那个思维就是爱，那么，尽力保持爱[也就是你]的通道开放不就是你最有技巧的状态？这就彷佛种种生活情境试图使你内心的爱之号角闭嘴、变哑；不过若你不愿闭嘴，它们就无法使你闭嘴，因为你始终可以选择保持希望和相信，在没有任何证据支持这种想法和态度时依然有信心。正是在一切显得最黑暗的时候，你可以通过最直接的领悟，获得对内在真理的了解、感觉、感

知，这个真理就是创造了你维持着你的无条件又绝对的爱。

在夜晚的黑暗中，有一个谦逊的住所置于那些哀悼和哭泣的人们的心上，在那个住所中有一个原则、一个菁华，一个绝对的存有，那就是爱。对于这个器皿，那爱作为耶稣·基督而降临到人类的情境中。对于很多人而言这个名字没有意义该菁华能保持无名单纯是爱，爱永恒、爱神圣、爱创造与毁灭、无限之爱。然而，无论你想望如何表述爱，它与你同在黑暗之中。这种能量对于光是信实的完全不考虑外部的情况，因为对于爱，没有任何外部的情况，只有无限的光与爱。

所以，我们当然建议你们善用那些智能和推理的机能那会帮助你分析正发生在你身上的事物，帮助你保持自己在一种自我理解的秩序之中，但比这更重要的是：我们会鼓励培养纯净的情感。也就是信心、希望、慈善。鼓励你自己带着希望与感激、赞美与感恩在面对每一刻的过程中有信心。只要是在可能的范围内，我们鼓励每个人都找到增强这些心智习惯的方式，这样，一点一点地，带着希望向那个时刻致意，带着信心向那个情况致意，带着感激、谦逊、耐心与爱向(人际)关系致意，这就会变成习惯了。在智力丧失能量再没有更多的能量之际，这些更深的情感会变得越来越多，然后能量的海洋就会向那些坚持不懈寻求它的人提供无限的力量和恩典。容我们向你们每个人建议锻炼你的人格有极大的益处，这样当你参与一个新的情况时，你的第一个想法就是赞美和感恩。因为当你立足于那个想法时，所有的外部环境所能给你的事物都将成为磨坊的谷物、要被咀嚼的饲料，成为要被分析、被爱、接纳、和宽恕的体验了。

我们现在要把该通讯转给 Jim 实体，好透过那个器皿(Jim)继续工作。我们在爱与光中怀着感谢离开这个器皿，我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，通过这个器皿我在爱与光中再次向各位致意，在此刻我们荣幸地提供自己来进一步回应在场者的脑海中仍存有的任何的询问。有另一个我们可以回应的询问吗？

Carla：关于我最近有过的一个体验，多年来我已经尝试带着耐心和容忍来面对一个亲戚关于通灵主题上的各种问题，虽然这好像是如何实际处理问题的正确方式，但是在去年圣诞节期间，我变得无法保持宽容和耐心，在我的亲戚反驳我时，我表达了愤怒和痛苦等强烈情绪抗议该亲戚如此对待我。跟我先前怀着所有的耐心和容忍带来的回应相比，他这次的回应好像快得多而且对他有疗效，这让我非常吃惊。我想知道，你们能不能评论一下这个过程？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。随着你们每个人与亲近的人一起在各种层次上处理种种关系，你会发现，从心里说话而非以头脑或智力来说话，有一种特定的效率。因为虽然头脑在其分析体验并制定一个潜在行动的过程的能力上是相当有用的，相比于一个人从内在涌出的心的自发回应，头脑的效率并非更大的，因为这种以诚实的方式在没有渴望或操纵的情况下进入一个人情绪的调音，就是最为清晰地向另一个人的心发声的东西了。因为虽然你们每个人都能够藉由一个人的智力，容我们说，装作不在乎的样子；这只是一个权宜之计而已，因为在每个实体的内在都有着对清晰沟通的确切知晓，这种清晰的沟通是发自一个人的内心，这种沟通比任何其他的沟通都更为清晰地发言。因为它撕开了隔开人心的虚饰或障碍物。所有的心都知道痛苦。所有的心都寻求安慰。当一个人能够察觉到另一个人的心处于痛苦之中，接下来就有更大的可能性，它将会透过自己的情感来诚实地回应，而大门已经被首先如此做的人打开了。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：没了。谢谢你。那是非常清晰的。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Carla：是的，我只想要问，既然这是耶稣诞生的季节，关于这个实体以及一年中的这个特殊季节的方面，有没有任何你们选择要说的事情？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个时节，在这个时节暂时将注意力的焦点给了耶稣·基督实体的生命与爱，对我们而言，是我们最喜欢在你们人群当中进行观察的一个时节，因为就是在这个时候，尤其是在这个特定文化中，由于人们聚焦于基督小孩进入这个幻象世界(的故事)，结果许多困难的人际关系就变得更顺畅、更有爱。正是在这个时候，你们很多人群找到时间去放下通常的烦恼和忧虑并进行一场通往内心的朝圣之旅，在这样做的过程中，它们也在一种悲悯的振动中进入他们周围的人们的心中。

虽然崇敬耶稣实体的人生的习俗通常为期很短，我们发现聚焦于这个实体的中心或核心的爱之讯息，即使只有一小段时间，对整个行星是十分有帮助的，因为当爱成为你们越来越多的人的焦点时，这种爱的振动就会用协调一致的方式围绕并遍及该行星本身。因此，我们和你们一起，欢庆这个实体在每一颗为他留出空间的心里诞生；我们提醒每个人，这场前往心的朝圣是你们每个人在任何时刻都可以踏上的旅程。我们感谢你们每个人踏上这旅程。与你们同行是我们的荣幸，因为我们也走在相同的旅途上。

在此刻有另一个询问吗？

Carla：没了。感谢你们。

我是 Q'uo。因为我们已经明显地耗尽这次工作集会的所有询问，我们愿借着这个机会感谢今天聚集在这里的每个人为了形成这个寻求圈做出的必要牺牲。我们察觉到，每个人在日常活动中都要处理大量的催化剂，常常不容易从这种势头中脱身。在此刻我们要离开这个器皿和团体，一如既往，我们在太一无限造物者的爱与难以言喻的光中离开每一位。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3605 章集：灵性的小径

周日冥想

1999 年九月 12 日

团体问题：对于那些已经在寻求的路上 走了一段长时间的人，Q'uo 有什么启发 的言语要给他们？他们非常熟悉催化剂。已经看到它一次又一次地出现。也许他 们正在开始感到疑虑 是否他们将在带着催化剂的情况下 取得任何的进展。因 此，我们想要问 Q'uo，对这些可能已经在灵性的小径上 慢慢变得有些筋疲力尽 的人，Q'uo 会给他们什么启发的言语呢？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意， 在祂的服务中 我们在今天来到你们中间。容我们说，重新接通我们长期享受的 与你们这群寻求者的联系，多让人高兴啊。非常感谢你们为我们提供

的这个机 会。你们尽力协助自己的灵性进化时 带给我们的能量令我们非常振奋，因为我 们察觉到你们在黑暗中辛勤地劳动，厚重的幻象对位于幻象中的你们 隐瞒了你 们遇到的催化剂的真实形状。

这个器皿一直是电视剧集《X 档案》的粉丝，我们在她的记忆中找到很多的情境，这两个政府探员没有光亮，只能用他们手电筒的光 在黑暗中窥视他们自己所寻求的真理，而这也是你们每个人的情况。你们拥有希望、信心、意志之手电筒 以 看入灵性暗夜的一片漆黑，这种灵性的黑暗同时发生在你们的地球世界的白天与 夜晚。

我们怀着同情，听到你们今天向我们提出的问题中包含的痛苦与努力；寻求者们长期都走在道途上，漫长到足以开始看见自己周期性的学习样式。由于每个寻求者在投生前就已做出的安排，这些学习的样式对于每个寻求者都是不同的。每个实体都拥有一套独特的投生课程。在一些情况中，这个课程列表是非常短的。在这次投生期间，也许只选择了一个或两个主题来工作。在这些情况中，也许该样式更容易被快速地看见。这不意味着它很容易被平衡。其他人则有更为复杂和相互关联的(投生)课程。对于逻辑的耳朵，这样的课程是难以理解的，因为在课程的各种各样的层次之间的连结是没逻辑的。我们无法说，它们是不合逻辑的。也许(正确的)表达会是：超逻辑的(extralogical)。

如果寻求者在这种描述中认出自己，那么也许我们可以简单地说：在一段时间内，该样式对你可能显得不规则，有着大量的混乱。然而，我们总是鼓励耐心等待 去看见更多的样式，因为尚未完全看出的样式会显得混乱，似乎没有秩序。 虽然如此，这是天父的造物，在这个造物中 有无限的秩序。

你们请求我们给那些在灵性道途上感到疲惫、觉得筋疲力尽的人，讲点激励的话语。在某种意义上，任何可以诉诸言语的东西，都不足以完成减轻沉重负担感的任务，因为这个负担 重到淹没疲倦寻求者的感官的地步。如果那些已经导致疲倦 躲不开的事实，依然保持不变，有什么话语能够把黑暗变成光明，或者把悲伤变成喜乐呢？因为每个实体都起劲地、热切地设计了极具挑战的投生课程，有怎样的话语能使得一个人原谅自己太热切于学习，如此地热切 以致于在此生要消化的东西，在这一生的盘子上装得太满了？

在投生开始之前 每个寻求者凝视即将到来的人生 彷佛它是一块宝石：红宝石、蛋白石、钻石，该宝石的每个切面的明晰力量都很迷人、纯洁。你们每个人都在 象征性的手中握着这块投生的宝石，带着喜悦和开始(人生)的热望而凝视着它。 在投生前，此生的样式就摆在那里，让你查看所有的细节；在这种状态下 查看 在空间与时间中活出的实际一生 看上去很微小，就像月亮升起的时候 看上去只有拇指甲那么大。不幸地 对于人格来说，只有拇指甲大的月亮，现在看起来如同一颗有着裂缝、山脉、尘埃与土壤的小行星。它一点也不小，而(投生)样式找 不到任何地方来表现自己，因为就在(你)诞生到地球空间的瞬间，那个知晓与洞 察的机能就被关闭了。

这个器皿最近抱过一个不足五个小时大的婴儿。这个婴儿手上的指甲是如此微小以致于几乎看不见，不过 它们的每一个细节都是完美的。微小的嘴巴，眼睛也小得几乎无法看东西，微小的形体，对于呼吸、哭泣、在幻象中表达自我是如此陌生。很可能这个微小的婴儿已经有了疲倦和绝望的感觉，可能正感到奇怪，所有的平静都去哪里了，所有的智慧、知识、与母亲的紧密连接都去哪里了？为什么变冷了？为什么有这些东西盖在我身上？这个名叫生活的东西是什么？罩纱掉落下来了 不会再次升起，寻求者会变得疲倦，这有什么好吃惊的呢？不过

我 们对你们说，你能够在任何时候都在自我之内 转过一个弯 接着进入一个新世 界。

我们请求你们在思维中 跟我们一起运行。把注意力带到内在，进入自己的心智 中的黑暗，吸气 呼气。允许这张力在自我内部向下走得越来越深，通过心智的 根部，通过原型心智，通过基督的心智，感觉到时间与空间的浪潮一闪而过 接 着消失。感觉到群星自己让路给那既非光明又非黑暗的东西 即神性本身。感觉 这种神性的能量 它歇息着 不过包含所有的造物 现在、过去、未来的一切万有。 不过 你是平衡的，不看任何地方，不感测任何地方，被收束在一颗明晰的能量 微粒之中。你没有要去的地方，因为你在每一个地方。你没有要去给出的知识， 因为你就是一切事物之所是。在这种状态上 没有要去完成的周期。没有要去做 的事情。没有要去的地方。现在一切都是完美的。允许这种觉知返回进入时间与 空间，返回进入群星，返回进入地球层面，进入你的肉体载具。 这就是你的菁华，在一个泥土的容器*中歇息。你是超越描述的。你是超越所有 的世界，超越所有的空间与时间的。你是完美的。记住这种感觉。一次又一次地 返回这个没有时间与空间的至圣所，在这里，你就是你，你是完美的，没有要去 的地方，没有要做的事情。因为这就是关于你的真理，在你所有的努力与苦难之 外，这仍旧是每个人的真理。
(*编注：比喻人类的肉体)

现在，让我们转过身并看看那个把自身提供给你的风景。那里，就在那里，确实就有你如此熟知的催化剂。有用来书写的笔。要去做出的决定。要去活出的生命。要去写下的恩典。你们是在一座迷宫中的老鼠吗？你将高我视为某种科学家 正在不用心地驱赶你 从事一个无用的任务？如圣·保罗实体会说的：「愿这情况永远都不会发生！ 」远为接近真相的是：你的高我是一个胃口很好的灵性实体，它

为你注册的课程学分也许超过你现在想要的，但至少 你在这所地球学校中已经过了半个学期。这所地球学校与你熟悉的所有其他学校相比，有一个不同之处，那就是你不需要达标。没有一个老师来随意设置你必须达到的标准。 更确切地说，你想望学习多少东西，想望在每个课程的每个部分上 学到多深入， 这完全是由你决定的。你可能不感觉到你有控制权，这是令人沮丧的。但我们对 你说，你确实对你的人生有完全的控制权。如果你太疲倦而无法继续前进，如果 那就是你在这个点的感觉，那么我们对你说，减轻你的负担。除去你自己的期待， 允许你自己去玩耍，成为那在乘风飞舞的雏菊，无忧无虑且毫无过错。你今天不 必学习。你今天不必工作。你仅仅必须去做在你心中要去做的事情。

当你对于自己、这些课程、(人生)样式感到沮丧时，这就是我们鼓励(你)把自我从痛苦中提举起来。如何完成这点呢？ 有些人格实践的办法是进入静默、出门散步、多次冥想反思。其他人格也许是选择让自己实际离开令人沮丧的事物，并把注意力转向其他的事物。但是，无论你的人格是什么，我们会建议你，那消除挫折感的启发就在你里面，就在此刻之内，若你能允许自我通过你的器皿 去表达它的本质的话。

因为你并不是你自己认为的那个样子，毋宁说，你是一个人格外壳，以这种或那种方式扭曲了太一无限造物者的爱与光；你是一个器皿，一个属于特定种类的器皿；你是一个(无形)世界的公民，那是你看不见的世界。在灵性寻求中 令人大为困惑的就是：你似乎位于一个世界，里面有人行道、椅子、家具、汽车、电影院；不过 实际上，一旦你的灵性觉醒以后，你就位于能量场的造物中，你的一 切工作都是在你的能量场、那个场的振动上进行，还包括它和其他的能量场接触 候的动态关系。你遇到的每个人都有能量场，而你跟这个能量场的特定互动方 式，取决于你的变貌和对方的变貌。观念是能量场，当你与观念建立接触时，在 你之所是的能量场 和另一个能量场[就是一个观念或你可能想望去追寻

的理想品质]之 间就有动态关系。 作为一个灵性的寻求者，你处于一个思维、存在、菁华的宇宙之中。同时活在两 个世界里总是令人沮丧的，但正是这个动态关系，创造出让你加速灵性进化的肥 沃田地。知道你自己永远都在道途上走，却也始终都在休息；知道你自己永远都 在学习，不过总是知晓的；知道你自己永远都在努力，不过总是准确抵达努力的 目标。认识自我，允许自我是自我。释放、释放、将自我再一次从合乎情理的束 缚中，从开始扼杀的束缚中，从等级的束缚中释放出来。每次释放，每次宽恕， 每个新的接纳层次都将带来它自己的启发 并为蜕变提供它自己的机会。

我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体，这样我们可以通过这个器皿总结这次集会了。我们带着感谢，带着爱与光离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在这次工作集会上 向你们呈上了我们的献礼，使我们非常高兴，请问我们的发言或任何别的刺激物，有没有在你们的头脑里引起任何其他的询问？如果有的话，我们现在很乐意谈论。

Carla：我想要你们更多地谈论关于同时活在两个世界中。在我看来，生活的挫折以及痛苦是在于，尝试去与光打交道，尝试以灵性的方式看待事情，却没有办法逃避该事实：即我们活在地球层面上 而人生就是现在的样子。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。每个寻求者从灵魂的深处，都会向任何愿意回答的实体，提出这个询问。因为任何全心想要坚持较高层次、较高道路，坚持灵性旅程的灵性寻求者，必得再次品尝第三密度的幻象，在似乎充满泥泞、困惑、混乱的领域中活动，这是十分困难的。这就是你们幻象(世界)的特性。因为如果一切都像时间/空间领域那样，也就是说，如果对于眼睛、心、头脑 每一 刻的经历都清清楚楚，那么就不存在对寻求者的挑战，来扩大他的生命范围

和可 能性的领域，第三密度以相当有效的方式让寻求者感到催化剂的紧迫，从而取得 更多的经验。你们的幻象对于想望去知晓，但还不知晓的寻求者有好处；我们发 现这个好处就是：想要了解在幻象之外 你无法掌握的东西而产生的焦虑与烦 恼，成了推动寻求者向前走的动机，即使寻求者没有把向前识别为向前。因为你 们幻象里的每个催化剂、每次经历、每个事件，都有能力锻造寻求者的心、意志、 信心，容我们说。

挫折感无可避免地促使自我重新献身于寻求，因为诱惑是去停止，去放弃，去休息，结束它。虽然这可能会暂时地给寻求者的心智带来慰藉，却不是放弃，没有真正的停止。虽然一个人可以休息，旅途始终在前方等着你。每个寻求者的心都在寻求太一造物者之心。没有更好的方式来表述它了。当心寻求心的时候，就有前进的动力，并从手边的经历和周围的催化剂学习，这动力足以向前推动一点点，重新感到渴望。感觉又受到激励了。所以，想要去知晓似乎超越知晓的事物这就足够了，因为在每个沮丧的时刻之内 都在淬炼、强化、建构内在要去知道、成长、分享的渴望，再次体验这个伟大的 轮转不息的幻象。因为 虽然挫折感可能会大大地增长，在心中仍会有那种知识，即这就是它应该是的样子，这就是它必须是的样子，这就是它被计画的样子。有一种对挫折感的适当性的认知，所以，当挫折感的盛怒逐渐消退时，渴望的核心、知晓的种子、知识的种子就开始重生。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：当(他)有苦涩的时候，我能够对这样一个人说什么呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于一个在放弃的点上感到苦涩，想要退出、放下渴望 就地枯萎的人，可能甚么都不能让他满意。不过，当一个人对这个苦涩点 感到如此的绝望与愤怒的时候，也许唯一需要的就是有人听他倾

诉，不过一个(帮忙的)人总想多给一些，跟他分享自己心里装着的 你曾经历的难 处，你们共有的挫折感.....

（磁带第一面结束）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。重要的是做出努力 跟已经变得怨恨的人分享你对于感受怨恨的体会，告诉他怨恨的果实，可以从中学习教训，而再次开始的机会始终存在。一个人有过的每一次经历，总为他提供机会去抛开活动的幻象，退入冥想的山顶上 一个安静、遥远、孤立的地方，在那儿寻求太一造物者，让祂把清凉的手放在自己发烧的额头上，最后一次 终于完全打开心，丢下沉重的忧虑与沮丧的负担，带着一颗完全迸发的心 请求再次成为造物者的孩子，再次带着新的双眼去看，再次以发抖的脚前进，再次提出永恒的问题，打造继续下去的信心与意志。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：在另一个主题上 我只想要一个简短的答案。如果我在未来 问一些关于我正在写作的书 各方面的问题，没问题吧？我不想要假定你们的媒介在写书上帮助我。

我是 Q'uo。可以。我们希望这答案足够简短的。

Carla：那是有够简短的。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我的姐妹，我们总是乐于回应 你可能向我们提出的任何询问。我们愿总是给出那些我们希望有帮助的回应。

在此刻有另一个询问吗？

R：我没有一个确切的问题，但我想要问候在这里加入我们 所有星际邦联的实体，感谢你们鼓励的话语，感谢你们的陪伴。

我是 Q'uo，我们感谢你的评论。我们总是感激能够跟这个团体谈话，款待那些我们觉得是发自内心的询问，因为我们也是属心的群体。我们认得那个伟大的渴望，正是它为每一位听到我们的言语的寻求者的渴望 添加燃料；不仅仅是那些在场的寻求者，还有那些不在这个团体中，但仍会听到(读到)这些言语的寻求者。

在此时，我们将离开这个团体和器皿，一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3606 章集：培育内在天使

周日冥想
1999 年十二月 19 日
团体问题：今天的问题与当我们发现自己在服务时的情境有关，无论它是我们为了生活而做的工作，或者只是我们为朋友帮的一个忙，我们一次又一次地做这件事，我们觉得自己被推到超过限度的地步，因为太多人从许多不同方向拉扯我们，让我们觉得自己在服务时 真的做不到而感到气愤、沮丧和怀疑，最后以这种或那种形式碰壁。我们如何才能与进入脑海的愤怒、挫折 以及负面的情绪打交道呢？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中 我们存在。容我们感谢这个寻求圈里的每个人，因为为了参加这次工作集会，每个人都做出牺牲，经历了种种过程。能够受到像你们这样的团体呼唤，来为想寻求这个器皿称为的真理的实体服务，我们真有福气，因为这正是我 们此时提供的服务。而通过类似这个实体的器皿发言的机会 对我们而言是珍贵 的。我们乐于跟你们在分享我们的想法与意见，伴随的理解：我们不是权威，毋 宁是同行的朝圣者 都在寻求太一无限造物者的道途上，而祂的神秘随着我们前 进而在我们面前拓展、后退；容我们说 你们都是好同伴。

我们也想在此刻说明，因为这里有一个担忧，这个器皿是以耶稣·基督之名挑战(来 源)，如果我们不能够满足这个挑战，我们就不能通过这个器皿说话。这个挑战是十分令我们满意的，因为，我们是这个器皿似乎调频最佳的电台，容我们说，反之亦然。

当我们开始审视这个有趣的的主题 关于能量的交换与阻塞，我们注意到现在是 这个器皿所称的(基督)降临期，这个季节在你们的太阳年里，是黑暗在你们地球 层面的一天中 占据时间最多、日光显得最遥远的时候。在这黑暗中 光明诞生 了，进入这黑暗 光明来临，你们每个人都是那种光的一个储藏库，你们每个人 都在头上戴着皇冠。它是沉重的。这就是它该是的样子。

如 Jim 实体稍早说过的，从你们每个人在投生前的立场来看，你们正在经历的每一个困难，从不明智的交换导致你的能量耗竭，到因为能量阻塞而对自己感到失望，都是你欢喜注视过的，你们热切期待参加这场笔直的赛跑，期待着带着快乐和喜悦而服务，期待着在地球层面的黑暗之内 成为一道光。从那个有利的位置，看见(人生)模式的完美，接受它并基于此而行动。确实，灵与魂的纯真注定要失

落，该纯真就是自我对于即将到来的投生抱持的理想与乐观的观念。

我们想要将你们每个人带回到那个位置 当时你和高我以及指导(灵)，慎重地考虑你想望提供甚么，你想望学习甚么，想望分享甚么。带着一种冒险和创意的感觉，你选择那些与之合作的实体，因为在每次不明智的能量交换过程中，在每次受阻的能量情况中，不只你会涉入并感到混淆，在方程式中的其他自我 也会感 到混淆、迷惑、不知所措，还有失衡的感觉，在很多的情况中，甚至都找不到用 来考虑究竟发生什么事的辞汇了。当你们每个人都完成了这个剧本，准备就绪并 进入投生的时候，你们每个人都穿越我们称为的遗忘之罩纱。而从高我的立足点、 内在层面的立足点，或在任何密度都无法想象该罩纱 除了在第三密度。

让我们看看这个遗忘的罩纱的起因，因为其中有一个很好理由。实体们通过打开的书本所学到的事物 可能在一小段时间中有道理，这些内容可能暂时进入头脑，一次开卷考试可能产生一次优异的分数。

曾经有过很多次创世(周期)，遗忘的罩纱没有落下来覆盖第三密度；正是因为这些实体在加速自己的灵性演化速度上的失败，后来的创世才决定使用一种罩纱， 于是进入选择之密度的实体们记不得事物的真切本质，而本来他们只靠这种记忆 就足够了，不需要任何其他的信息。换句话说，这种心智的黑暗，在心智根部和 表面意识之间的失去连结，是一种小心谨慎且有分寸地作出的调整以便于取得 一种氛围，在其中，意识中的工作就能单单凭借信心而完成，并且在任何情况下 都不会藉由权威或证明或经验性的过程而完成。因为你最深刻之所是的事物，你 的自我围绕着该事物转动，它是一片无限的、永恒的、独特的造物者火花。 你想望学习的一切，现在就完美地装在你里面，任何你感测为不

完美的东西，都
以完美的形式住在你里面。不过，经过了多次投生[好比你现在享受的人生]以后，你
把自己放进一个单凭信心来选择的位置。你如何继续自己的灵性研读呢？如何评估自己呢？如何和其他自我相处呢？

在享受被(罩纱)遮蔽的经历中，每个寻求者都被投入混淆之海，同时又是安全在家的；每个人体验的正是这种双重实相：看见自我是不完美的、跌跌撞撞的寻求者，同时又听到一种微弱但确定无疑的铃声，揭示出无法否认的内在完美和真相。一旦被投入这片混淆之海中，每个人培育特定的天使是很好的，容我们说，因为我们在此刻在你们的人群当中 发现许多的察觉，似乎是对于好比天使和指导(灵)等内在层面的实体的增强察觉。 有些心智的习惯也是天使。可以预期的是：当你遭遇到在投生前就为自己安排好 的各种各样的关系时，你将会一次又一次地被投入到一个精确种类的混淆之中。 你将需要去向某些天使和指导(灵)请教，这对于你以及其他自我恰恰就是最佳的 教导工具了。我们会建议在这些天使的其中一位 很可能就是谦逊天使。如果你 正处于混淆之海中，如果你觉得别人对你的能量要求过分了，那么你感到内在的 不安并不奇怪。

确实，就你的清醒人格的稳定性和稳固性而言，画定界限并为各种关系创造边界，这是无害的，它们允许你和其他自我有一定程度的舒适和自由。当你问自己：「我能够给予多少？」的时候，让谦逊天使来回答那个问题 并抖掉那些骄傲的灰尘，于是在在你显意识的最大能力范围内，你就可以在每个情况下为自己定义，那种似乎不完美 但必须存在的边界线在哪儿，它代表了你能够用饱满的心和张开的手去给出的东西。

我们可以建议，你邀请欢喜天使到来，因为大量内在的噪音几乎淹没了一种对清晰和平衡的渴慕。不是在噪音或斗争中，而是在安静中　每个人得以找到平安来接受自我的界限和其他自我的界限。

我们可以建议　你邀请耐心天使到来，因为你发展中的人灵的每个过程都必须历经时间来做它的工作，直到时间不再存在。灵性演化的进程不能仓促行事。当一个内在进程的复杂外部工作正在发生的时候，在寻求者看起来很不对劲。在某些情况中，这会成为一种特定种类的体验，这个器皿会称为入门，这种灵魂的暗夜也是一个格外需要耐心天使的过程。一次又一次，这样一个过程将会带给你一种迫切感，不过　没有任何事情是(必须)要去做的。这是一个有摩擦的过程，容我们说，这个过程是一种回火(淬炼)，一种烧掉不灵活和笨重的东西的过程，于是，你之所是的器皿就会同时变得更强壮、更柔韧了。

我们会敦促你们邀请喜悦天使到来。无论你做什么，不要忘记拿起此刻来重新发现你的喜悦。在每一天、，每个小时中　找到此刻　带着全然与完全的喜悦忆起你是谁，你正在前往何处，你从何处而来，以及你正在做的差事。你是被爱的。你来此通过给予、接受爱　以反射、分享、转化爱。一幅琳琅满目的织锦，它由难　以想象的喜悦，以及每一种色彩、情绪、感知、[暗黑、彩色、苍白的]内在过程交　织而成；你所有的体验和生命的各种各样的绳索都在光与爱中、在喜悦中被编织　起来，这些绳索通过青草的美丽、天空中的星辰、玻璃上的霜雾，通过在某人眼　中的一瞥连接在一起，每一种与喜悦连接在一起的方式　都是为了至为深刻地进　入自我之中。

我们会建议你邀请笑声天使到来。亲爱的人们，我们和你们一样，会严肃地对待一个过错。有时候似乎在灵性的探寻中只有认真与严肃对一个人有好处，但是我

们与你们分享 我们所坚信的：在灵性的主题上，轻松方式是绝对必须的。因为你思考的一切，你感觉的一切，你经历的一切，都是梦里的梦中梦。幻象有很多层次，我们自己还没有梳理各种幻象 以找到最真实的层次。对于我们来说，和你们一样，该奥秘持续地吸引我们向前。

我们可以对你们谈论供你们的寻求和学习使用的资源。我们无法的事情，只有你们每个人能做的事，就是以一种越来越完全、纯粹、真实的方式来表达你之所是。造物者爱你们，爱你们每个人，祂赞赏爱的无限创意思维的每一个变貌；它们都 恰好精确地造就了一个振动复合体 也就是你。在你的特质中的每一个怪癖与裂缝，每一个缺陷与毛病都是被造物者所珍爱的。在你与神性的关系方面，你是完全被珍爱的。你不会被评判 除了你自己(的评判)。

现在，让我们来查看一下。当然，(每个人)下次将在哪里投生，得在你投生完毕后走上光之阶梯，找到哪个[光之]密度当时对自己最舒服；在那些方面，容我们说， 有一个客观的评判。其实并不是评判，只是用来找到家的装置而已；而让你觉得 最舒服的光可能在第三密度，或者在第四密度，直到走过那个特殊过程之前，这 (结果)都是未知的。然而，在此生中，你正在体验的人生中，你的裁判就是你自 己，而你有一个非常严厉的裁判。容我们说：你们每个人正在经历的 涉及不明 智的能量支出或能量堵塞的经历，全都有镜射效应，它为你们每个人提供了对自 我内在不平衡的检查；这种不平衡被一个其他自我仔细地反射出来，供你学习与 理解。在你思考或谈论这些人际关系的时候，我们鼓励你倾听自己，因为在你谈 到其他自我的时候，你可以听到自己述说的智慧，涉及到你的寰宇自我的某个部 分 它体现了一个动态关系的某些方面，你把它们体验为来自一个其他自我的东 西。当你照镜子的时候，知道你看见自己的脸；但是你跟一个其他自我说话时， 你还是在照镜子。

这个器皿正在告诉我们，我们需要移动到这次会议的第二部分，所以我们将通过这个器皿总结我们的想法，鼓励你们每个人在你可以的时候，尽其所能地去爱、接纳、宽恕，如果你们可以的话，记录那些你感觉到的 那些压倒性的挫折感。

随着时间的推移，你将找到重复的样式，我们鼓励你花时间凝视那些样式，因为它们将为你产出可以使用的资讯。
我们鼓励你们 彼此鼓励、互相安慰，在与你所爱的人们共处的混淆之海里，作 为倾听的耳朵和支持的手臂。

最重要的是，我们鼓励你们尽可能经常进入 T 实体所说的：安静和冥想的时刻把一个人带回自己身边、带进自己的心；因为这颗心是你们每个人的中心，里面有一个圣殿，在这圣中之圣中 住着至高者，光芒四射、无所不能、无所不知，比你自己离你更近。祝你们尽可能常常全心地把自己交付给那束内在火焰，因为那儿有你停泊的地方，你灵性的家园。

我们会在此时把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿的服务，我们在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，通过这个器皿于爱与光中 再次向各位致意。在此刻 我们有幸请问 在场者是否有任何给我们的 进一步的询问？在此刻有另一个询问吗？

R：在我人生的最近十五年间，我以自己无法领会的方式 我发生戏剧性的改变步伐不断加速。当我观察现在的自己 和十五年前的自己时，我看见一种戏剧性

的不同。我正在尝试尽我所能地领会这些改变。

我是 Q'uo，我们觉察了 R 实体关于自己人生模式改变的评论；我们相信 这个实 体已经清楚陈述了已经发生在他自己的人格结构中的改变，容我们说。

这正是每一个寻求者都渴望在自我身上发生的那种蜕变，因为随着每次投生的开始，带着一个(投生)计画：打开心扉、发现自己、与他人分享开放之心的果实；于是每个实体开始自己的伟大的人生旅程，某些目标跟旅伴们类似，不过每个实体实现这些目标的方式都是独特的。每个实体进入此生时，都和 R 实体一样有目标、和(实现的)手段和机会，其呈现方式将允许此生绽放。有些经历是事先规划好的，在很大程度上是让自我的内在之花不断成长的水分、土壤、阳光、肥料；这些经历中很多是你们会称为的困难，用来考验你不顾一切困难向前走的内在决心。很多经历已经是令人困惑的 并留下了一种指向内在的疑问感，好让你在适 当的时候提出适当的问题。很多经历明显是预备性工作，因为已经获得并且实践
了一段时间的知识，将给你带来一种卓越的成效，容我们说，人生的运作。有些经
历的目的，是为了把你带到一个同时性的节点，如果我们可以那么称呼它，所以就有.....
我们发现我们必须暂停一下，好让这个器皿被允许工作这些录音装置。
[文字记录结束]

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3607 章集：问答集(20210922)

Copyright © 2021 L/L Research

中阶传讯圈 2021 年 9 月 22 日

***话题**：子密度；混杂接触；痛苦催化剂；注意缺陷障碍；责任法则；清除黄色光芒阻塞*

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，在爱与光中向各位致意。我们对于再次被请求加入你们寻求圈而感到荣耀。我们在这个寻求中加入你们，并且我们十分感激有机会分享一些话语与想法，根据你们已经为今晚的集会设计好的问题来回应。我们总是建议每位在场者在聆听我们的话语、想法、推测的时候使用分辨力。我们是你们的兄弟姐妹。我们不是终极的权威。如果你们能用友善的分辨力来把任何现在对你们没用的想法抛到背后，我们会十分感激。在说了那点之后，我们会问，是否可能有个我们可以用来开始这次集会的询问？

Austin：是的，Q'uo。我有一个 A1 发来的问题，我对它重新措辞："除了我们的八度音程的七个或八个一般密度之外，Ra 也描述了在每个密度中的子密度。对于我们当前第三密度，你们能用更多具体细节来描述这些子密度吗？我们如何体验它们，这种知识如何能在我们的灵性旅程上帮助我们呢？"

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这一个询问的答案可以延伸到你们会称为的无限。因为你们第三密度中的每个子密度，都是由进一步的子密度所构成。在你们第三密度的体验的概观中，七是关键的数字。因此，在你们第三密度中，有七个子密度，在这些子密度中的每一个当中，有七个进一步的子密

度，如此类推。所以，对于你们在这个(用于)做决定的密度中的体验而言，就有一种无限的精炼。这项你们每个人所寻求去以一种明确的方式而做出的决定，是关于下述事项的决定：你们将如何极化自己的意识，以继续你们的这段穿过这个第三密度幻象的寻求旅程。

当你们正在忙于日常活动时，你们正在跟其他自我打交道；这些其他实体[像你们这样]也许是有意识的真理寻求者，也许还没意识到他们也是真理寻求者。在这些互动中，你们有潜能去借由下述互动过程而服务这些实体：也就是以展示你之所是、你的本质[作为太一无限造物者的一个独特表达]的方式而互动。这样的互动，无论是通过想法、言语或有效行动而进行，都有潜能让它承载一种[容我们说]属于自己的生命。这种对想法、话语、行动的创造会产生回响，这些回响会根据你们对下述机能——即[我们或可称为的]你们想要有所服务的意志，以及你们对“服务、成长和极化有可能是与他人互动的产物”的信心——的行使而进入这些子密度当中。

当你们进一步进入关系之际，你将会发现，在沟通方面，有些时候其中有清晰性，有些时候则有误解，有些时候则有困惑。这些时候可以被视为机会，用于在你自己对他人的服务中成长，并因此在你的意识极化中成长。当你与这些实体进行对话，试图分享更多共同点、解决困难、减少困惑，你就为自己和对方提供了机会来处理该催化剂；在这场寻求万事万物中的太一造物者的共同旅程中，该催化剂已经把你们带到了一起。

这个过程对你的存在及其他实体的存在[其核心是太一造物者]之基本性质起作用。当你们处理把你们带到一起的催化剂时，供灵性成长的食物就会产生。**无论你是在另一个自我面前体验这种催化剂，还是独自沉思或冥想，你的思想都带着**

一份重量，超越了第三密度经验的正常领域，进入到这些子密度当中，在那里，思想可以加强你对催化剂的处理，在不和谐处发现更多的和谐，在困惑主宰的地方发现更少的困惑。

第三密度的这些更深层次或子密度，对于每位真理寻求者总是可用的，而且对于那些尚未是有意识的真理寻求者的实体确实也是如此。因为所有实体都已经以这种或那种方式、且有意识地与潜意识地接触过自己的潜意识；一个实体可能会在自己不知道的情况下行旅到第三密度幻象的这些更深层次，在那里找到养料，并发现那里有着“更加完善和清晰的思想”的品质，于是该清晰度会把它的成长潜能提供给这位真理寻求者；该寻求者打算在所有努力中服务他人。

因此，我们会指出，**当你在第三密度幻象中尽可能地把注意力完全放在解决困难和增进理解上时，你在服务他人的正面意义上极化的渴望、意志就得到加强。因此，你的意志以及你在“行使意志以产生这种成长”过程当中的信心，就是那些将很好地对你有用的品质，无论你在共享的体验中能够进入什么子密度**；该共享的体验是你与你在每日活动中接触到的所有其他自我一起有福去拥有的。因为每个其他自我都确实不只是你自己的一部分，也是太一造物者的一部分，它在未被听到的话语中、在感知到的形象中以及在开放之心中对你说话，同时分享着在一切事物中的太一造物者的爱。我的兄弟，有另一个询问吗？

Austin：谢谢你们，Q'uo。一个来自 A2 的问题，他写道：“在 Ra 资料的 14.13 中，Ra 说乔治·凡·塔瑟尔(George Van Tassel)首先被星际邦联接触，然后被猎户集团接触。由于乔治实体的心智复合体的振动样式发生变化，这使得星际邦联发现朝向不接触的变貌。请 Q'uo 评论一下，什么种类的振动式心智复合体扭曲会导致一个实体变得不适合与邦联接触？”

我愿补充那个问题，什么种类的心智复合体变貌，或者我们作为一个团体所能做的事情，可增加可行性，以保持与星际邦联之间的接触呢？

Q‘uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对于一个实体为了服务他人而可能参与的任何类型的传讯过程而言，这都是十分突出的询问。持续你们的许多千年[如你们对时间的度量]，服务于太一无限造物者的众星球之邦联一直能够利用特定的管道或器皿。时间可以回溯到那些古老的日子，那时，基督教旧约中记载的先知被各种各样具有无形特性的实体接触了。这些先知用预言讲述了被给予他们的各种各样的讯息。在那些日子里，据说分享这样的启发是一项神圣的荣耀以及对同伴们的服务。

然而，在那个时候，在可被接收的信息的类型中有个划分[容我们说]，一类讯息是具有启发性质的，并且反映了太一造物者的正面渴望——即渴望把有关“他们参与地球人口进化”的知识赐予地球上的孩子们。而有些实体具有一种你们会称之为服务自我的特性，他们模仿一种特定的力量——我们更正该器皿——一种特定类型的讯息；该讯息开始是正面性质，但随着时间和接触的继续，变得有污点，容我们说，被服务自我的品质所玷污，开始把希望的讯息变成末日的讯息。

这个过程一直在回响着，贯穿人类在行星地球上演化的几万年，因为服务于太一无限造物者的星际邦联本身已经使用过许多器皿[如我们可能对他们的称呼]来分享**邦联的哲学**；你们通过与我们自己的团体的许多通讯，觉察到了该哲学——它涉及**太一造物者的伟大起初思维成为你们现在存在其中的(宇宙)造物，该造物有目的让造物者在每个实体之内和每个实体的自由意志选择中更多地发现祂自己。**

为了遵守每个灵魂去选择自由意志选项的权利，有一个必要的平衡过程[容我们说]——这要求通过一个器皿被给予的任何类型的正面信息，都将会借由“提供机会让那个器皿被那些属于[你们称为的]服务自我极性的实体接触到”而得到平衡。因此，当一个器皿觉察到这两种可能性都可能从“一个器皿接收到的任何传讯或信息传递”中添加进来时，这(觉察)总是被星际邦联源头所感激的。

因此，每个器皿都有责任去确定任何想望通过自己发言的无形实体的性质。如你们从自己对这个现象的多年研究中知晓的一样，比较好的情况是，每个器皿都如此彻底地知晓自己，以至于在自己核心之处拥有一种就灵性意义而言对自己最宝贵的品质。这种品质就是该器皿的生命道途的基石。正是那种品质，该器皿在喜悦与表达中为之而给出生命，并且如果有必要的话，宁愿欢喜地为该品质而死，也不愿不去利用该品质。因此，如果器皿的心是在一种挑战中被提供出来的，以挑战任何想望通过自己发言的无形实体，那么任何这样想望的实体，都必须能够肯定地回答(该挑战)，然后才能通过该器皿发言。

名为乔治·凡·塔瑟尔的实体，在内心深处十分强健地朝向服务他人极化，因此开始了与星际邦联源头的接触，以便建造在那个时候被称为整合机的东西，它有潜能延长第三密度实体的生命路径。然而，该实体乔治并未觉察到有必要能够确定任何想要通过它传讯的无形实体的性质。因此，当平衡效应被启动运转时，这个实体就被那些服务自我的实体接近，这些实体在一开始的接触中模仿了正面管道，然后随着时间推移，开始让名为乔治的实体偏离纯粹的服务他人。因此，星际邦联的源头发现，需要离开这个名为乔治的实体，这样该实体就可能照自己的选择行使其自由意志。

我们感谢你的询问，我的兄弟。此刻，我们会把这个接触转移给名为 Kathy 的实

体。我们是 Q'uo 群体。

（Kathy 传讯）

我们是 Q'uo 群体，我们与这个器皿同在。我的兄弟，你有一个询问吗？

Austin：是的，我们有另一个由 L 发来的问题，写道：“似乎很多灵魂会发现痛苦的催化剂是非常有用的。我们第三密度的今日生活似乎提供恒常的机会来体验心智、情绪、肉体、灵性上的痛苦。你们能否帮助我们更好地理解痛苦的催化剂以及它的用处；另外，在没有显著经受痛苦的情况下演化，是否也有价值？”

Q'uo：感谢你的询问，我的兄弟。我们与这个器皿在一起，我们将要讲述你的询问。

如同在你们密度中的所有事物，有一套属于任何情况、条件或事件的孪生属性。有种理解是，在你们可能面临的每种情况中都有荣誉和责任。它们是适用于同一个情境或条件的相关属性。因为一个情境可能被视为一个纯粹责任，或者是一个纯粹负担；一个看似负面，一个看似正面，尽管它不是如此黑白分明。在与任何情境有关的这些属性集合中的每一者都会有些染色。举例而言，出于责任，可以诞生大量的荣誉。一者确实可以产出另一者。它们也可以在任何情况下共存。

针对你在询问中所说的痛苦情况或状况，同样的话可以被述说。那么，大量的痛苦看起来会是存在的，特别是在你们星球上的这个时候 。但我们可以指出，这只是看起来如此。当该实体能够在一个甚至看似仅仅充满痛苦的时刻中暂停一下，暂停足够长时间来考虑扩大那个时刻，这样它就能够在那种“把它仅仅视为痛苦”的单维度看法之外，包含更多属性、更多感受、更多理解，因为在一种新的理解

中，爱能够从痛苦中诞生；那种理解出现在该实体的意识中的一瞬间闪光中。在另一个例子中，从那种对痛苦的觉知中，可以诞生美的觉知或任何其他正面属性的觉知。

正是通过认出每一刻都是多重维度的，该实体可以扩展其觉知、其意识乃至其灵性去理解："成长之所是"就是"在一个不断向上的理解螺旋之中的意识成长"。在这些时期，我们更正这个器皿，在你们称为的这些时期，痛苦，举例而言，可能源于目睹下述情况——看起来是，你们环境中的许多宝贵部分经由野火或洪水、经由人类活动而遭受毁坏；这些事物确实伤害了环境和生活在该环境中的自然生命。这纯粹是从一个角度来看的。痛苦可以被视为"观看起来令人感到痛苦"。这样的事情可以导致无望感或无助感或其他情绪…不公正感。不过，就在目睹这种环境破坏的痛苦时刻，也有另一种觉知，因为可以看到，从这种痛苦中也诞生了要更正你们星球上这种情况和条件的荣誉和责任。从这种觉知中来临的不是无助或无望，而是希望和成长，是一种新意识的升起，是对于可以做什么的新觉知。

因为从那种痛苦中可以产生喜悦；对于你们星球上的某些实体而言，他们可能正是第一次拥有这份喜悦。这份喜悦源于理解到你们星球上自然环境的宝贵、生命与自然的宝贵以及你们地球上第二密度宝藏的珍贵；也许在此之前，这些实体从未看见过那种珍贵。对于在该实体的体验中的每个压力点[、产出你所谈到的那种痛苦的压力点]而言，一种美妙的拓展都能够到来，这种拓展是以具有某种正面觉知的新方式而发生的，而且这种觉知是先前从未有过的，可以朝着一个崭新的正面方向而实在地改变意识，一点一点地，改变你们行星上实体们的更大意识。并且，这种意识的扩展与成长，即是"实体在你们星球上的存在与延续"之目标的一部分：在理解与爱中向上成长。

这种动态的另一个例子可以在牵涉一个自我和一个其他自我的情况中看到，在其中，痛苦源于一个人看着另一个人生病，或者一个人觉得以负面眼光观察另一个其他自我。再次地，我们会说，这种情况中存在着进一步的觉知层次，这些层次可以在实体们更仔细观察之时被发现。在一个自我与一个其他自我之间的痛苦当被接受和理解时，它可以打开每个人的意识，就像打开一扇窗一样，让光和爱可以进入其中。即使是通过对另一个自我的悲悯而产生的一个小小觉知，也会让双方的意识在无限造物者的光与爱中向上成长。

以这种方式，我们能看见**，在你们星球上，痛苦确实拥有一个目的，那就是产生一种不断扩大的对于下述可能性——也即爱、美、喜悦、成长和许多其他共存的正面属性——的觉知；这些属性只需要有光照在它们身上，而每个实体的意识只需要打开一点，好让它们进入。**

我们是 Q'uo 群体。我的兄弟，我们是否已充分讲述这个询问？

Austin：是的，我认为你们做到了，Q'uo。

Q'uo：此刻，你们有另一个给我们的询问吗？

Austin：我确实有一个来自 J 的问题，写道，“看起来注意缺陷障碍(ADHD)和其他类似的精神障碍会在很多方面破坏一个人的生活，从破坏人际关系，到无法记住信息，到学习或无法学习，到掌握普通有逻辑的心智生活，等等。ADHD 和其他类似的精神障碍对一个心/身/灵复合体的旅程是否有意义？它是为我们在投生前选择的重要事物而设计的一种特定扭曲吗？或者它是一种社会性的扭曲？”

Q'uo：我是 Q'uo，我们理解你的询问，我的兄弟。此时在你们星球上，这种在一些实体身上被观察到或感知到的情况[它被标记或描述为 ADHD 或某种类似症状或处于某种类似形式]，可能确实是由一个实体在进入一生之前选取的——或者预先选取的，若你愿意这么说。并且以这种方式，它可以被视为服务着一个目的，而该目的不仅仅涉及那位在其心/身/灵复合体中选择了这样一种振动的实体，而且随着该实体出生、成长并采取一个职业、一份事业、一场在工作、家庭和友谊中的人生经历，还涉及该实体周围的实体们。实体之间是彼此的镜子，自我和其他自我的镜子确实提供了下述目标：增加每个实体对彼此的适应性，使每个实体更有能力去调整各自可能有的先入为主的观念或容忍度，调整到允许不同振动存在于其他自我中或他们自己的自我中。因为可以理解的是，那些所谓的 ADHD 实体在生物性、神经性的行为和思维上拥有某种振动、频率或模式，其所在的频率可能比周围实体的振动更快。

然而，关于这一点，我们要提到两种情况。一种情况是，你们星球上的振动或频率一直在增加，总体上变得更快。那些似乎以更快、增速更多[你可以说]的频率而振动或运作的实体，他们在某种程度上反映了你们环境的更快振动。他们被调节到更快的振动、更快的生活节奏、更快的频率、你们星球正在逐渐变成的更高频率。

我们在这里可以说的另一个观念是，在某些情况中，那些有 ADHD 或者被视为有 ADHD 的实体，实际上正在以这种较快的速率而振动，因为这将为该实体在其一生中计划从事的特定职业或活动提供更大的匹配。在这种情况下，这种较快的频率对该实体有很好的作用。它将与那种活动之所需相匹配。这方面的一个例子可以从下述这样的个人身上看到：此人以较快的速度运作，在成长过程中似乎与周围那些看似更正常的人格格不入；但是，如果那个年轻人在所有事情上都这么迅

速，其思考和行动都这么快，那么举例而言可能就很适合成为一个紧急医疗技术员、一个必须在数秒钟时间内非常迅速地同时做几件事情并把它们做好的人员，而且，以这种较快的频率操作，能够完美匹配这个职业，并因此拯救生命。因此，我们会说，如果我们能够看待这种状况、你们星球上的实体们称之为 ADHD 的状况，(我们会)以一种贯穿人生的新方式来看待它，并看见或感知到也许它有一个目的，有一个用途，以使其适应自己将在生活中要做的事情——以一种最有效的方式，事实上是以一种最为优秀的方式。

我们对这个主题的最后评论是，你们星球上的集体意识正开始觉察到所有不同类型与速度的心智和神经之能力——现存的各种不同的速度——并开始越来越能够允许、容忍那些可能以不同频率运作的实体，无论是慢还是快，无论对于各种主题是更深入还是更表面的。所有实体都有自己独特的方式，有自己独特的频率。并且，意识正在朝着接受这一点而成长，每个实体都接受自己的频率肖像，并接受其他自我的频率肖像，以便每个实体都能看见整体之美、由实体们组成的全集之美以及他们全部的独特性，每个实体都因此使更多的爱和悲悯能够存在于实体之间。所以，真的没有标签、没有状况存在于常态之外，毋宁是：每个出现在此生的实体都如他们所是的那样完美，并在一个对他们此生意图而言完美的频率上运作——为了他们将扮演的角色，他们将实现的目的，他们将给世界、给自己和给他人带来的爱与美。

我的兄弟，这个询问是否已被充分讲述了？

Austin：是的，Q'uo，谢谢你们。

Q'uo：我们是 Q'uo 群体。我们感谢你，我的兄弟，让我们有机会就这些主题发

言并与你们分享，并且我们已经与这个器皿在一起过了，现在把这个通讯传给名为 Austin 的实体。

（Austin 传讯）

Q'uo：我们是 Q'uo，我们现在和这个器皿同在。我们为(你们的)调音过程与勤奋挑战而向这个器皿、这个圈子献上我们的感激。这些过程允许我们把自己的振动与你们的圈子融合起来，这样我们就可以在你们的寻求之旅中一起分享，并从你们那里受益，如同你们可以从我们这里受益。

有一个我们可以谈论的询问吗？

Jim：是的，Q'uo，在集会 101.8 中，Ra 说："我们只能建议靠近光的荣耀承载着责任法则。"这对于真理寻求者意味着什么呢？

Q'uo：我们是 Q'uo。我们觉察了该询问，我的兄弟。这询问是一个巨大的课题，因为触及了一个中心主题——它会在寻求者的旅途中出现，尤其是在第三密度中、当寻求者继续在其道途上前进，并发展到一个特定点，在此，它开始显化并发现信息、启发以及[从最根本上说]光，并且在这个发现过程中，也发现了这样的光携带着一种无法分离的负担，若你愿意这样说。那就是已被称为责任法则的东西。

用最基本的术语来说，我们可以谈论这个责任法则为这种概念：当一个实体开始觉察到它有能力去在周围造物内创造并接受时，这种能力如果没有被利用到与这个寻求者所发现的光之纯度相称，那么催化剂就会生成到更高的程度，以引起这个寻求者的注意，并呼吁这个寻求者解决这个责任没有被接受和利用的地方。随

着寻求者操练并精炼其意志与信心，这种效应会在该寻求者的道途上变得越来越大。在特定的点上，这将会开始把越来越多的机会吸引到该寻求者身上，让寻求者在服务中行动——无论是服务他人还是服务自我。在寻求者将这种爱与光吸引到它身上的时候，这些机会将会更频繁地、且带着更大的广度而呈现它们自己。

对于那些想望接近已被称为“行家身份”的状态的实体而言，这是一块重要的基石，因为尽管对于一位寻求者而言——或者甚至是对于一位处在其寻求之最早期阶段的实体而言——责任法则始终是其生活中的一个因素，一旦该实体开始觉察到自己去显化光与创造的能力时，责任法则，你们可以说，就完全生效了。该实体在那个时点可能会认识到，在其人生中没有任何事物是它无法提供爱的，或不能有所服务的。这就暗示，对于那些积极实践以精炼自身意志、平衡自身能量中心并显化爱与服务的寻求者，对这条道路的奉献也必须变得越来越纯净。而且，这样一个寻求者必然有需要保持一种巨大的觉知——觉察到自我内在的潜在失衡和扭曲，尤其是该寻求者从周围社会的养育中已经承受的那些扭曲。

对于在扭曲的社会中成长所发展而来的扭曲，对此有觉察变得越来越重要，因为一个个体可以在一定程度上平衡自我，并清除自我的一些扭曲，[而且]一个实体可能看起来是平衡的，并在社会中自在地移动，在被要求的地方提供服务，然而有一个始终困难的过程，也即检视那些在社会中几乎被普遍认同的东西，确定这些已经渗入自我内心的社会面向是否与选定的服务他人道途相一致，或是否甚至与服务自我的道途相一致。如果这些根深蒂固、被广泛接受的扭曲 与寻求者所选择的振动不匹配，那么寻求者就会接受对社会的责任，并且将开始为自我产生催化剂，使其越来越多地关注那些令自己与社会格格不入的东西。

我们发现此刻在你们星球上，在那些觉察到我们的话语与教导的实体当中，这是

一个相当困难的阶段。我们向那些觉察我们话语的实体建议：把巨大的关心与耐心带入冥想中以及对自我的检视中；想望接近行家身份的寻求者们不要强迫自己进入一个他们尚未准备好接受这种责任的位置上。我的朋友们，要在你们星球上有所服务和分享爱与光，并不需要探索这条深奥的魔法道途。过好每一天并在其中找到爱的单纯工作，就跟[需要最大的魔法责任的]最伟大的魔法工作是一样令人钦佩的。

我的兄弟，我们是否充分讲述这个问题了？

Jim：是的，Q'uo。那是非常好的。谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

Jim：是的，Q'uo，在 Ra 接触 102.11 中，Ra 说，“为了完全解除黄色光芒的阻塞，每个实体必须爱所有与它有关系的实体，只希望这些其他自我喜悦、平安和舒适。”我的问题是，如果与我们有关系的某些其他自我有不和谐，这要如何运作呢？

Q'uo：我是 Q'uo，我觉察该问题了，我的兄弟。我们可以借由以下做法来开始处理这个询问，也就是指出那个已被描述为“完全解除黄色光芒阻塞”的状态的极端目标。要把一个能量中心——特别是黄色光芒能量中心[它在你们密度内的活动中处于中心位置]——描述为完全解除阻塞的，就是在描述一个理想；公平地说，这个理想对于此刻在你们星球上的一个实体而言，实际上是根本无法达成的。然而，描述这样的理想有很大价值，因为它提供了一幅清晰的画面——寻求真理和为他人服务的实体可以为之努力并将自己的存在状态与之相比较，帮助他们理解自我和寻求者在第三密度伟大旅程中的位置，以及在返回造物者的更伟大旅程中的位置。

要讲述你们询问的核心以及如何在我们与他人不和谐的情况下理解这个“完全解除黄色光芒能量中心阻塞”的理想，我们可以借由区分一个实体的内在世界与外在世界来开始；在内在世界中，该实体寻求在任何情况中显化其最佳状态，而在外在世界中，这样的渴望可能会落空，而且各种行动可能会被视为给我们周围的那些实体带来许多不同效应。

祝愿我们周围的所有实体都拥有舒适与平安，这是可能的，不过这样祝愿未必暗示这样的祝愿会被我们的行动所显化。那么这就表明黄色光芒能量中心只是光谱系统中的单一片断，在该系统中，催化剂不只是在一个能量中心上得到评估，而是可能受到多个能量中心的影响，可能包含多个能量中心的课程。因此，即使一个实体可能祝愿周围所有实体都得到最好的，该实体想要有效沟通并采取行动的意图也需要一个清晰的绿色与蓝色光芒能量中心，甚至靛蓝光芒也必须开放到特定程度并且是清晰的，以便找到某些神奇的灵感来真正显现造物者之光，于是一个情况可能真正闪耀着带来和平与和谐的意图和愿望。

这种描述——也就是把黄色光芒能量中心描述为一种要为之奋斗的理想——旨在引起人们沉思其社会关系、社会身份，以及自我的这种社会身份如何可能与其他社会身份相关联，特别是如何与那些可能描述属于他人的群体的社会身份相关联。

我的朋友们，我们重申，完全解除任何能量中心的阻塞，不应该被视为你们在第三密度中的时间与旅程之终极目标。也有伟大价值的是：找到能量中心的一种平衡，于是，虽然一个实体可能在任一特定能量中心中没有完全启动或完全清澈，但一个实体仍可找到能量的一种平衡，于是造物者的爱与光就有一条清晰的路径

通过个人，得以显现足够的光，以帮助把自己、其他自我和地球都带入下一个密度，即无条件爱的密度。我的朋友们，在每个能量中心内进行工作的旅程将会继续下去，超越这辈子、超越这个密度。

不要因为没有达到理想而气馁，不过总是要努力，发现自己可以是更好的，可以做得更好，最终将通过许多课程、许多次人生 和许多个密度，发觉自我与造物者为一。

此刻，我们将离开这个器皿，并转移通讯给名为 Jim 的实体，以提供我们最后的一些想法。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。今晚再一次与这个团体谈话，这已经是我们巨大的快乐与荣耀。发现每个实体的管道是怎样已经被打开到我们今晚所体验的程度，这使我们惊奇。我们觉得，随着时间推移[如你们的称呼]，传讯技艺已经在每个今晚在这里的管道之中变得根深蒂固。我们说根深蒂固，因为下面这一点现在对我们而言是更加明显的：朝着能量——诸如服务于太一造物者的众行星之邦联所拥有的、可以提供给“那些诸如你们这样的、寻求通过传讯过程来服务他人的实体”的那些能量——而敞开，这就像是你们心/身/灵复合体的一个自然机能。

这是我们的巨大希望。当我们发现自己的渴望与希望以这样一个宏伟的方式达到顶点时，如同我们今晚体验到的，我们充满了喜悦。我们希望你们每一位同样可以感受到那种喜悦，并且知晓：当你们已经成为越来越胜任的、有信心的且启发人心的爱、光、合一的管道之际，你们就给了太一造物者巨大的服务。我们是你

们知晓的 Q'uo 群体。我们现在将离开这个器皿和团体。我们在爱与光中离开你们每一位，如同我们在爱与光中找到你们一样。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_2021_0922/

英文出处：llresearch.org/channeling/2021/0922

☆ 第 3608 章集：[序言]星际邦联之声

Copyright 1975, 2016 by L/L Research

原始来源: www.llresearch.org/library/voices-of-the-confederation

作者: 唐·埃尔金斯

1963 年 2 月，一个寒冷而清澈的夜晚。哈尔·普莱斯的客厅里坐着 15 个人，在 黑暗中很难数人。这房子位于肯塔基州路易斯维尔附近的一个小城市，是中产阶 级聚集的郊区市镇。可在这暗黑的房间里，这 15 个人的动作有些古怪。

若你仔细看，紧闭窗帘布上透出的微弱光芒，可看出在场的几个人嘴巴开开合合，不时有人快速搅动舌头，嘴里发出喀嚓声。 然后，在场的人当中，有一位开始以一种奇怪的 极为紧绷的方式说话:「在无限 造物主的爱和光中问候」 他脱口说出。

另一个人问:「你们在附近吗？」

首先的发言者以同样紧绷的声音建议 若发问者走到外面来 他将能看到太空船

起初，15 个人都跑到外面去看，但他们只看到晴朗而繁星点点的天空。众人回到里面，恢复先前的姿势。 该声音紧绷的发言者再次建议，若那位问太空船在哪里的人单独出来，他将会看。 发问者立即离开了小组。当他走到外面，等了不多于二十秒。然后他看见一个橙 色的光(球)，穿过天空，停歇在他的头顶上方。然后它改变了颜色，从橙色到蓝 色再到白色。它保持不动几秒钟，(目视)比金星大，但比月亮小，然后消失不见。

1963 年 2 月的那次聚会，我是那 15 人之一，我没有看见那个 UFO。然而，仔细

询问目击者后，我确信该现象可明确归类为「不明」物体的范畴。无论如何，我曾见过另外两个 UFO，并且从那时起，已经调查了许多与疑似 UFO 的接触。

本书旨在将我收集到的一些资料呈现在您面前。

我在 1962 年遇到哈尔·普莱斯，他是一名设计工程师，最近从底特律调到路易斯维尔。普莱斯先生告诉我，他曾在底特律的一群人中，定期收到飞碟驾驶者的心电感应资讯。直到我阅读了底特律(小组)收到的资讯之前，我对他的说法有些怀疑。(然而) 该资料的一般内容与我个人自 1952 年以来接收到的内容相同。

我自己的心电感应接触促使我深入研究一般的超自然现象，并进行了数百次研究超感官能力的实验，特别是在催眠状态底下。底特律小组为我展示在研究中忽略的一个重要因素，即可以将心电感应收到的印象资讯直接转换成语言然后说出来，就像心电感应者充当无线电接收器一样。

我立即计画了一项实验，让普莱斯先生担任技术指导，我毫不费力地找到了实验的志愿参与者。那时我在路易斯维尔大学的速度科学学院任教，我有足够多感兴趣的学生愿意参加学习小组。在一年结束之前，有近百人参与了实验，其中有十

多人是非常忠实的成员。我的学生们构成了该小组的主要成分。然而，也有几十名其他地区的志愿者参与其中。

如何进行这样一个非正统的实验可能是个难题。但是，底特律小组先前已给我们一些指示。当然，收集到的这些资料，都据称来自飞碟里的外星人，但既然我们在试图跟他们交谈，我们决定采用他们声称的建议做做看。

底特律小组给我们的资讯很简单。该指示为：我们作为一个群体，安静地坐在黑暗中，保持直坐姿势，脊椎尽可能垂直，然后什么都不想。这些指示很简单：坐 直，什么也不想。起初，许多人发现他们难以做到，需要一些练习才能找到诀窍。

在接下来的两个月里，每周有一两个晚上，我们一起坐在黑暗中，闭着眼睛，放空思绪，或者尽可能什么都不想。我们等待着，但还没有出现任何结果。在底特律小组的一位成员拜访我们之前，我们对这个实验结果感到有点闷。他加入我们的集会，通过心电感应「传导」到一名据称是 UFO 驾驶者的想法，接着对我们说出来：它向我们保证，如果我们继续这样的集会，将会成功接收到他们的思想。

这个鼓励鼓舞了我们，像以前一样继续我们的集会。几周之内，结果开始显现。几乎每一个小组成员都开始出现一种我们称之为「条件制约」的不寻常现象。 当我们坐在黑暗的房间里，闭上眼睛，让我们的思绪静默下来，我们发现，我们的嘴巴和舌头的肌肉正在被一一锻炼。 这种肌肉锻炼的出现通常很突然，几乎有些疼痛，嘴巴猛烈张开，或者舌头快速摆动和旋转，以致于发出砰砰的声音。

如果这事只发生在一个人身上，那只是很搞笑，而且确实，当我们围坐在一起突然发出这些奇怪的声音时，要不笑出来是困难的，但是，这种现象不仅限于一个

人，而是发生在几乎所有人身上，只有一位最忠实的成员*例外。
（*译注：即本书另一位作者 Carla）

几周后,「条件制约」期开始让位给开口说话的突破期。小组参与者慢慢开始发 现他们的嘴在形成单词，而非难以理解的声音和无声的动作。他们开始不由自主 地一次说出一个字。 进度一开始总是相当缓慢，但随着时间的推移，练习似乎 变得完美，传讯越来越流畅，越来越不受(有意识的)控制，也不再那么生涩。在 此处发表的资料中，您会发现疑似的 UFO 驾驶者自己对各类型通灵的解释。

我们收到的资料，以及我们曾经和正在得到的结果，使我们面临资料评估的问题。我原本打算设计一个边界受控的实验系统，以便可以生产出具有科学证据性质的资料，但在实验的第一个月结束之前，我开始了解到这种现象不适用于严格的分析控制。心电感应接触的基本现象甚至无法得到充分研究。即便我们能够展示心电感应的具体证据，仍然很难证明接触的源头在哪里。

我们可以确定的一件事是：我们会拥有大量的资料。除了原始小组中的一个成员外，所有其他人都表现出相同的「条件制约」综合症，随后，他们开始说话，从疑似 UFO 驾驶者那里得到的资讯逐渐收集起来。这种资料表现出惊人地前后一致，我们收集到的讯息，在内容和风格上，与整个(美洲)大陆各地(通灵)源头得 到的讯息相吻合。事实上，直到现在，资料都一直在累积增长，在本书中为您提 供的资讯，仅仅是我们拥有的档案的一小部分。

把所有表现出条件制约和(自动)说话症状的成员们，都看成患有相同形式的精神失常，这似乎是一种科学谨慎的夸大其词。自从对最初的小组进行研究以来，我们已经发展出许多其他小组，整个操作过程始终相同：与我们早期的经验相比，

有时后面的小组会加快很多，但发展出的症状和过程始终相同。

不论如何，我们只是确保收集到深入的资料，并把它呈现出来，以供您自己评估。我花了很多个小时来反思这个实验能产生什么结论，以及哪些科学 或非科学问题可以从这个资料中找到答案，我得出的结论是：由于所收到资料的性质，没有现成的评估系统可以用来判断这组资料。我相信，未来可能会出现某种合适的评估系统，这些资料本身即存在评估它的主要钥匙。
我这个相当冒昧且逻辑上值得推敲的断言，建立在加拿大科学哲学家托马斯·古奇良好陈述的想法之上。古奇在考虑评估新的科学进步问题时，他写道：「我可以粗略地说，科学进步的一个必要条件，是必须考虑到 a)对真实崭新经验的观察，和 b)新的解释方案。」

古奇继续指出，他认为科学机构对 UFO 现象的看法是，UFO 要嘛不是科学的资 料，要嘛只是人们对自然物体的误解；并且他发现，这种判断方法实际上「拒绝 了科学进步的必要条件」。 显然，我不可能安排一个科学证据实验，我也没能力制定一个新的解释方案，而 古奇假设，这两点对评估新资讯是必须的，故我只有两种选择，要嘛被一种徒劳 无功的挫败感所征服，要嘛尽可能地继续收集资料。

现在已经积累了大量的这类资料，因此，我觉得可以在 UFO 问题上表达自己的立场了。 恰当地说，我的立场是对康登委员会总结声明的直接不同意。康登委员会曾(受美军委托)花了一年时间，耗费 50 万美元调查 UFO 现象。康登博士写道：「我们的一般结论是：在过去 21 年中，对 UFO 现象的研究并没有超越科学的知 识。」

在我说之前 你很可能已经猜到了，我的立场是，几乎不可能从这些(UFO)研究中，增添我们所知科学范畴内的知识。我们现在都知道这情况。我可以这样认为，唯一具备证据价值的，是肉眼可见的 UFO 按要求进行移动、特定的肉体接触或外星存有的确切造访。尽管此类事件已经被多次报导，但仍然不可能按照我们的意愿让它重复产生这现象。这些 UFO 永远是难以捉摸的。

UFO 现象这种难以捉摸的品质值得注意。 从一开始，UFO 的目击与接触，就被 晦涩的细节和诱人的谜团所笼罩。 与该现象相伴的神秘性，可能是 UFO 驾驶者 有意为之。事实上，这种神秘性本身，即是现象的一个组成部分。在所收集到的 资讯中，我们发现许多资料恰恰解释了这些 UFO 驾驶者制造这层神秘帷幕的动 机。 或许，心电感应的非证据品质反而是一把钥匙，最终将解开某种解释方案，促成 对科学的新理解。 无论如何，经过长期努力后，我们终于充分觉察到，在当前 科学框架下完全没有获得证据的希望，抱持这种想法，使我们致力于进一步收集 资料。

早在 1952 年，就出现了与 UFO 驾驶者进行心电感应接触的报导，乔治·亚当斯基即声称有过这类接触。 五十年代初，著名人类学家乔治·杭特·威廉森加入了 亚当斯基的行列，他还声称通过心电感应和无线电装置，可以与 UFO 驾驶者进 行初步接触。与此同时，乔治·凡·塔瑟尔公开发表声明，说自己与 UFO 驾驶者进行了心电感应接触，他在其沙漠机场举行「太空」集会，吸引了为数众多的人群，以致于该事件被一本全国性杂志报导。韦恩·艾侯少校参加了其中一次集会， 也报告了自己的 UFO 接触，包括心电感应通信。 从那时起，艾侯少校就不断 地公开讲演 UFO 内容。丹尼尔·弗莱声称他在新墨西哥州的白沙基地被带上 UFO，另有其他许多人也提出了类似的接触声明。

所以，当我开始认真调查这一现象时，有两件事情非常清楚：1）据称的 UFO 接触是可能发生的，2）科学机构通常将这些接触报告标记为可疑的疯狂、欺诈行为，或者认为这些资讯来自邪教团体。

不难看出，为什么科学界容易倾向于将所有的 UFO 接触归类为邪教行为，因为这些据称从外星来源收到的大多数资讯，都具有形而上学或宗教倾向。从表面上看，这类接触似乎是富有想象力的科幻故事，或者是狂热邪教组织疯狂寻找新的弥赛亚，由此衍生的产物。

但科学界选择性忽略的是：这些 UFO 接触声明彼此之间存在独立性，但其传达的资讯又具备高度一致性。 这种独立性，在我自己的研究小组中就是一个事实：参与者不知道他们将在什么时候会开始发生接触，也不知道他们的目标是什么，或者说 他们根本无法预知发生在他们身上的事情。然而，他们最终产生的资讯， 在内容上与其他疑似的 UFO 接触 资讯极为一致。

在 1963、1964 和 1965 年，我特意拜访了几个宣称与 UFO 驾驶者有心电感应接 触的团体。我在俄亥俄州、佛罗里达州、密歇根州、宾夕法尼亚州、伊利诺州和 加州和各个团体碰面。从那时起 我发现没必要再进一步造访其他团体，（因为都 讲述相同资讯） 但我听说全美各地、加拿大、英国和世界其他地方的运作中团体 越来越多。而且，除了越来越多的自愿性接触之外，人们还可以看到许多非自愿 接触的真诚故事，有时会让毫无准备的参与者感到惧怕

赫伯特·希默的故事就是一个被很好记载的例子。希默是美国中西部的一名公路 巡逻员，他报告自己在例行巡逻中看到了飞碟。康登委员会听说了这件事，并让 他接受时间回溯催眠，这是一种医学认可的疗法，用于诱导回忆创伤经历。在催 眠

状态下, 希默讲述了自己与 UFO 驾驶者的接触 而不是简单地看到飞碟而已。 对希默的记忆反复测试, 只能证明他非常真诚地相信, 他与外星人接触的故事是 真实的。康登委员会的人无法动摇希默的信念, 即他确信自己与 UFO 驾驶者发 生了接触。

在一本名为来自外太空的众神与恶魔的书中，赫伯特·希默的故事被讲述得相当 完整，其中一位似乎精通这个领域的调查记者，提供了一份关于 UFO 接触者的一般性观察清单。他的观点之一，是关于接触者疑似从 UFO 驾驶者那里接收资讯的方式：

「当他接受采访或询问时，被接触者似乎经常在听房间里的另一个声音或幽灵。他的说话中经常会有长达 45 秒到一分钟的停顿。在这个停顿之后，问题的回答非常清晰。 在被接触者已经被催眠回溯到接触时点的采访会话中，他刚开始时，在恍惚状态下以正常的催眠式声音回顾自己的体验。 当到了讯息被传达给他的时候 (通常是在精神和身体检查之后), 他的声音和态度发生变化，即使是在催 眠状态下，他会背诵 而非回忆飞碟驾驶者传达给他的教义。」

我认识到，在为疑似的 UFO 驾驶者说话时，对于被接触者行为方式的描述，与我调查过的所有「心电感应接收者」所使用的说话方式相类似。

在约翰·富勒的著作中断的旅程中可以找到对这种心电感应接触的另一个非常恰 当的描述。 该书以直接转录和引用的方式大量收集贝蒂与巴尼·希尔案例的内容。希尔夫妇因为精神焦虑问题去看了心理医生。医生对他们两人进行了时间回溯催眠，并发现了据称与太空人的接触经历。这是一本非常优秀的书，让我们看看与巴尼·希尔在这本书中如何描述他与太空-人的接触：

「医生：这些人有没有和你说话？ 巴尼：只有一位与我
说话，我认为他是领导。 医生：你认为他是太空船的
领导？ 巴尼：是的。
医生：他用的是什么语言？
巴尼：他并没有真正说话。 他用思想让我明白，并告诉我该怎么做。 我能听到他心里的声音，我不能理解为什么会这样，我被告知我不会受到伤害。 医生：这是某种心电感应吗？
巴尼：我对这个术语不熟悉。 医生：心电感应就是能够理解别人的想法，或者让别人理解你的想法。 巴尼：我能理解他的想法。」

迄今为止，我看到的最重要 UFO 接触者报告是安德里亚·普哈里奇的书，尤里： 尤里·盖勒之谜(Garden City, Doubleday, 1974)。普哈里奇博士是一位广受尊敬的超自然 现象研究人员，他研究心电感应、心理治疗和卡胡纳祭司传统，他在该书中报导 了一个资讯最丰富、也令人兴奋的 UFO 接触故事。如果你只想寻找一本与接触 者现象有关的物理方面的书籍，那么，一定要去看尤里这本书！

通过研究这些小组收集的资料，以及一些比较细心的研究者出版的书籍，它们给我一个强烈的感觉 即我的手上有一幅拼图 并且所有拼图片段都开始拼凑起来。
我现在可以肯定地说，这幅拼图超出了当代正统科学的边界。
在所有这些资料中，有三件事给我留下尤其深刻的印象。
1 如我说过的，单一小组或个人所获得的资料，与其他独立小组的资料存在高度相关性。
(2)他们对疑似外星来源的描述相互一致， (3)他们所传递讯息的风格和内容，几乎在每一个案子中都是相配的。

过去的 20 年里，各式各样的组织都付出可观的努力，试图弄清楚 UFO 究竟是什么 以及它们为什么出现在这里。美国已经出版了 70 多本关于该主题的书籍，而小册子和杂志文章也越来越多。美国空军的「格调」和「蓝皮书」计画，旨在回 答我们是否需要保护天空 隔绝这些 UFO「入侵者」。加拿大也已经运行了两个 类似的专案，名为「第二楼层」和「磁石」。1964 年，拥有庞大志愿者调查员网 络的国家空中现象调查委员会(NICAP)向国会提交了一份冗长的报告。

1966 年，康登委员会成立，得到政府支持 拨款 50 万美元。它的使命是调查 UFO 相关现象可能具备的科学价值。该委员会的报告似乎支持 UFO 大量存在的事 实，尽管其结论驳斥研究 UFO 现象推进科学发展的可能性。 另一本有趣的书卷，是约翰·富勒写的我们天空中的外星人，囊括了几位著名科 学家对 UFO 的看法。这些科学界看法曾于 1968 年被提交给众议院-科学与航空 委员会。1969 年，美国科学促进会在其年度会议上，针对 UFO 主题举行了为期 两天的辩论。在这方面 已发表的作品列表太长，无法在此全部引用。如果您想 深入了解有关 UFO 的背景材料，请查阅本书末尾的参考书目以获取具体的参考资料。

许多神职人员和宗教人士将 UFO 目击事件与审判日或世界末日联系起来。众多相信 UFO 的人也相信这种诠释方式。我认为，人们之所以这么想的原因是，真理本身存在于宗教或形而上学领域，而不是我们所知晓的科学领域。也许世界末日的概念与 UFO 出现在这里的真正原因相差甚远，尽管如此，这个概念至少源于一种宗教或道德脉冲，我认为这种宗教脉冲可能是另一把钥匙，它将解锁一个解释系统，以产生对于科学和世界的一种新理解。

UFO 驾驶者可能通过宗教或形而上性质的资讯与地球上的人们联系，很明显，

一般科学界会对这样的想法不屑一顾。亚利桑那大学已故的詹姆士·E·麦克唐纳博士试图对 UFO 现象纳入各种可能的解释，他曾经提出一个概念，即这些物体或许是「太空船给大地带来救赎与玄秘真理的信使」但他陈述，他之所以列出 那个假设，只是为了在科学上 使他的(可能性)列表完整，他自己觉得该假设不会是真的。这种揶揄的态度是大多数科学家的标配，尽管他们自己队伍中 存在着更开明的人发表过(其他)评论。

1967 年，赫尔曼·奥伯特教授就外星文化主题发表了演讲，并建议科学家：「首 先，应该认真看待那些乍看之下很疯狂的问题。然而，学者们的表现就像满嘴被 塞满食物的鹅一样，拒绝再消化其他任何东西。 他们只是将新的想法视为无稽 之谈。」

再次地，麦克唐纳博士曾经使用一个很有说服力的寓言来类比 UFO 现象，这是我们稍早引用的同一个人，他认为 UFO 能够传达资讯的说法很荒谬。 事实上，James 的比喻非常出色，但很遗憾他恰恰陷入了自己所描述的思维陷阱，也正因如此，这个比喻变得更有意思。 我且引用天空中的外星人这本书的原话，这是麦克唐纳先生曾经对国会议员的讲话：
「这现象被人嘲笑，这里存在一个非常真实的扣帽子行为，它不是任何团体刻意设计的，而是 UFO 现象展开之后演变而成。这种情况在科学界并不新鲜，它在以前曾经发生过。 我敢肯定，演讲嘉宾席上的许多人都熟悉多年前科学界的一个有趣历史，我们现 在知道，NASA 和世界各地的许多科学家从陨石中获得了大量有用的科学资讯， 但在过去，有关陨石的说法曾遭到挖苦与嘲笑，人们认为陨石不是真实事件。农 民们讲述，石头从天上掉下来，这类故事被认为是无稽之谈。少数科学家试图研 究这个问题，以获得一些初始资料，但相关努力被忽略了，直到在法国北部，发 生了一件非常不寻常但千真万确的事件：一场流星

雨。 于是，他们派遣一位着 名的院士去看看究竟人们在谈论什么，天哪，农民们看起来是对的。村里的每个 人，包括警长，地方行政人员以及所有的农民，都看到天上哗哗掉石头，高高在 上的法兰西学院第一次屈尊正视这个现象。陨石(学)诞生了。

「现在，我们面临着非常相似的科学情况。因为我们认为这现象没意义，所以我们选择无视它，当然，UFO 现象绝对无法用现有理论解释，因此情况就变成了，我们在科学上无法前进一步，因为我们根本没准备好怎么应对。

于是，UFO 现象就像真实「流星雨」一样发生了。关于 UFO 目击与接触的报告，可能比 18 世纪法国的陨石报告多数千倍。根据最近的一项民意调查，超过一半的美国民众相信 UFO 真实存在。我们对 UFO 问题一无所知，除了他们通过所谓接触者给我们传递的资讯以外。事实上，我们对心电感应现象也是一无所知。我们已经能够证明这种现象客观存在，思想可以在没有物理帮助的情况下发送和接收。我们能做的仅限于此，对心电感应的工作原理没有任何理性上的认识。

在 1930 年代中期，杜克大学的 JB·瑞因博士就能够确定地表明，不同个体之间的思想传递是可以实现的，并且显然不会随着相隔距离的增加而缩减。他取得的最佳成绩，是两个实验对象相距超过 200 英里。

美国催眠师斯坦利V.米切尔在 1964 年发现，当他的一位年长客人处于催眠状态时，尽管她不懂英语，却可以对他的指示做出反应。根据铁幕背后的超心灵发现一书的作者报导，米切尔对这种现象非常感兴趣。那本书写道：

「他很感兴趣，询问老妇人这到底是怎么回事。老妇人回答，在催眠状态下很容易理解他。但当你没有催眠我时，你的话变成喳喳喳。」 这表明语言能力可能不会阻碍心电感应的思想传递。但迄今为止，对于心电感应

「为什么发生」或「如何发生」，仍没有答案。

似乎我们唯一的选择 就是尽量不带偏见地去考虑所有关于 UFO 的报告，即使按照我们的标准，它们看起来是不可接受的。我们选择这个立场不是因为它有什么特殊的优点，而是因为它预设的前提最少，和我们在物理科学世界里做任何事情的立场相一致。这意味着存在一个相应更高的可能性，即我们收集的部分资料，或许有助于产生可以解锁宇宙本质的新概念。 这类研究有一个非常核心的问题，如果 UFO 是真实的，为什么不直接降落并亲 自与我们交谈？ 我已经向你们提到，围绕 UFO 现象的神秘面纱是其重要属性 之一。我的调查使我认为，UFO 驾驶者想望我们能够自由地选择相信或不相信 他们以及他们的讯息。这种心情，从心电感应所接收的疑似讯息得到阐明。

让我们做个类比，一个非常先进的文明与我们的文明相比， 就好像我们的(西方)文明与某些相对落后之部落文明之间的差别。我有一位朋友，他的父亲是新几内亚内陆一个偏远部落的传教士。 该传教士是部落民众见过的第一个白种人。所以部落民众认为他是神，他花了大半辈子的时间才让一些部落民众信奉基督教。有趣的是，部落民众非常害怕他，许多年长的部落成员一生都惧怕他。

将我们自己与这样的部落文化进行类比，会使小我泄气，但也许这比较是恰当的。一个世纪以来，我们的科技一直在发展，像滚雪球一样不停进步。其速度似乎呈指数级加快，下个世纪可能会看到比现在高许多倍的进步。

然而与我们相比，UFO 驾驶者们可能来自一种非常、非常先进的文明。我们知道，先进文明对原始文明的影响非常深远且不可逆转。UFO 驾驶者如果向全世界人口以无可置疑的方式确认自己的存在，它可能会过多干扰我们的文明进程，这是他们所不愿意看到的。

还有一点。不管我们的科学技术进步如何，平均而言，几个世纪以来，我们人类在社会人文方面的进步几乎不存在。我们似乎离不开战争、犯罪、社会动荡、普遍的虚伪和自私。这里也可能存在一种「石器时代」的文化影子，科学忽略了这方面的问题，仅仅是因为社会人文的品质是无形的，并且无法用物理参数进行证明性测试。

不管怎么说，我们已经被(ET)联系了，看起来就是如此，而且是以一种相当不寻常且出乎意料的方式。 如果人们接受事实，了解到 UFO 驾驶员们已经通过心电感应向地球发送大量资料，而且假设其背后存在某种引导性，那么人们必须接受相关假设，即这种联系方式比任何其他接触方式都能更好地达到预期效果。

通过向我们发送这些资讯，UFO 驾驶者想要获得什么结果？ 或许，他们只是想让我们阅读、聆听、思考。或许，随着时间的推移，我们都会发现存在一个新的 解释方案，可以完美阐释这些心电感应讯息。又或许，这些讯息在哲学意义上并 没有那么重大。 无论起源如何，它们肯定是一种强烈而简单的伦理或生活方式， 它提出了一个可实现的生活目标，以及一个易于实现的日常生活计画。

您可以自己选择接受这些资料的程度，并自行决定该资料的价值所在。反正，那也是 UFO 驾驶者们的建议！

Translated by 夷人

(V) 2022 Reviewed by c.T.

☆ **第 3609 章集：促进灵性进化**

Copyright © 1999 L/L Research

周日冥想 1999 年 10 月 17 日

团体问题：本周的问题涉及我们在当今这个时代、在我们所生活的地方是否有可能使用冥想和个人工作来成为我们所希望成为的寻求者，来达成那种将允许我们放射造物者之爱与光的存在状态，以及，作为(不断)学习和成长的存有，来继续扩展。或者我们仍需要退隐到喜马拉雅山的某个洞穴，并冥想二十年时间，而且只有某种很小的成功机会，只有很少的某种希望可以取得一种对我们真正之所是的领悟？

（Carla 传讯）

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意与祝福。感谢你们所有的牺牲，感谢你们所有的寻求，正是它们把你们带到今天这个寻求圈。感谢你们呼唤我们来到你们的工作集会。我们想望你们理解，能跟你们分享我们的想法，能实践我们在此刻选定的服务，这对我们是怎样一种福分呀。请知道，你们服务我们(的程度)远远大于我们以简陋的话语所能给你们的服务；(你们)给我们机会来体验什么是受到呼唤，什么是应邀分享。我们今天，确实将通过这个器皿和其他器皿来分享所有能分享的想法。我们仅仅请求你们每位一件事，那就是你们要带着一只谨慎且有分辨力的心与耳来聆听我们的想法和意见，因为我们要说的东西可能是、也可能不是此刻被你需要的东西。并且，若你把我们视为你自己必须听从的权威，那会令我们感到不快，因为那就意味着，我们不但没有帮助你，反而成了你面前的绊脚石。因此，我们请求你们拿走那些听起来为真的想法，丢开其余一切。我们信任你们的分辨力，我们请求你们也相信自己内在的知晓，因为每个人都有自己需要坚守的个人真理。

你们今天问的是灵性进化的开展过程，以及如何在内心鼓励这个过程。你们问

到，冥想实践和个人的事工是不是足以充分让你打开自己的进化过程；它们对这个过程所起的鼓励促进作用，是否足以让你看到而且明白，你正处于自己应在的位置上，做着你身为真实存有所应做的事。

我们发现自己无法用是与否来回答这个问题，相反地，我们必须讨论这些概念，所以我们开始吧。让我们注视你们每个人的本性，你是什么？你的本质是什么？ 你们每个人通过个人的事工，已经开始领悟到一个最基本的真理：**你们每个人都是造物者，每个人在投生中都是创造自己体验的共同造物者**。但造物者是什么呢？“理则”(logos)这个单词，在希腊文中的意思是“话”(word)。但是，它更可以被视为是一个表示“包含了一切的思维或存有”的单词。那么，这个起初思维或存有，即造物者，祂的本质是什么呢？我们的理解是，**造物者的本质，已经依造物者的形象而被形成的造物之本质，就是爱。这就是你的基本身份。你们每个人的内在都有一片火花，按理则的起初振动精确地振动着。造物者不在外面，相反地，造物者就在你们每个人内在，(祂是)你身份和生命的核心**。没有任何你可以做的、想的、说的或相信的事情，可以把你与这个基本的自我身份拆开。你无法丢掉它，你无法失去它。然而，你可以很容易变得分心，接着进入其他那些不如此直接属于太一无限造物者的思维区域中。**无论你偏离爱和自己的身份[爱]有多远，你的自我身份都不会离开你；你将一直拥有这种内在源头，所有你寻求的都在这源头里 ，它比你的心跳和想法离你更近。**

那么，这片火花的本质是什么呢？这个器皿会说它是一种振动。对我们而言，那是足够接近(事实)的。那么，起初振动就是在你们所体验的每一个幻象之内的实相了。这个起到锚定作用的振动能够被任何数量的振动复合体所覆盖，因为每个实体都接收到无尽爱的纯粹振动之供给，那就是该宇宙的运行中的能量。每个实体都会把这种振动吸收到从稠密到精微的各个身体之中，并且，随着那种振动流

经你的容器[即你的心智、身体和灵性]，每个实体都会以各种方式扭曲那种振动。因此，对于那些已经有能力看穿罩纱的实体，每个实体都带着一个具有特色、且全然独特的身份在振动中述说着自己。

我们会请求你们评估那些你们用来扭曲爱的起初振动的典型方式。既然你的生命本质是振动，这种请求将不会令你吃惊。那么，有各种各样的方式来扭曲或阻塞或过度启动这股为你的生命提供食物和燃料的振动性能量。你们此刻在第三密度中体验人生，都是富有经验的灵魂。这是由于该事实：**在这个器皿所称的收割时刻，整个时期都有巨大机会来取得相对快速的灵魂成长；并且，这已经意味着，那些想望在你们地球层面进入投生的实体数量远比可供这些灵魂进入肉体载具的机会多得多**。所以，那些在这个特殊时刻、于这个特殊行星上投生进入你们存在层面的实体，是带有一种老资格振动的实体。这意味着你们每个人都早已有能力在意识中做相对而言[容我们说]“进阶”——缺少一个更好的词语——的工作。

你们每个人都拥有许多资产与资源。这些资源当中有冥想，而且你们每个人还有些个人练习：阅读，沉思，独自散步，与同伴们讨论，做疗愈工作，与各种思想的结构一同工作——这些结构提供了一些思考方式来考虑那些对你很重要的议题。所有这些都是有价值的。尤其是冥想，因为每个听闻过我们的人都知道，我们十分鼓励并推荐将冥想作为一种日常练习。所以，让我们看一看“拥有一种日常练习”这个概念，因为在任何特定的个人成长或灵性成长途径以外，你们还有一股热切的渴望，也即带着一颗充满希望的心而寻求那种自我的真实感，该真实感允许自我释放那些已经造成灵性和情绪不适的束缚。

我们无法说出任何一位寻求者都将发现对她自己有用的东西。我们确实觉得进入静默是普遍有帮助的，但在任何给定的时间内，就怎样的灵性寻求技巧或模式更

有成效而言，不同灵魂之间的变化范围则很广。然而，**在每个情况中，练习的日常性是很有帮助的**，它确实足以将寻求者越来越多地带到她自己身上，带到一种认识，即自我如同一个完整且闪耀的存有。记住，超越所有幻象，你们每个人都是一种振动。举个例子，如果你想想汽车的引擎由于供给它的燃料而发展出特定的转速，那么你就可以看到，各种各样的练习将以各种各样的速度、各种各样的效率，来推动你自己这辆载具；因为你们每个人都是独特的生命，你对于各种各样的练习元素的反应或回应方式，不会跟任何其他实体相同。所以，每位寻求者真的会在哲学、形而上学、灵性、宗教的超市货架上不断地寻找和搜索，搜寻着那些对寻求者而言(有助于)完成自己觉得需要完成的任务的资源。所以，很多东西都取决于你自己，至少从我们鼓励你们每个人去做的事情这个角度来说。我们无法鼓励每个人都从事一项对每个人都一样的具体练习，毋宁说，我们单纯地鼓励练习的日常性。

这就仿佛自我在常态的日常生活中是有一点散乱的。有一些和你有关系的人会请求能量。有一些你为了不成为他人的负担而需要做的事情也会请求你的能量：赚钱以获得各种必需品以及物质生活的享受。有很多很多的事情、思考的方式、思考的模式，它们会把一个人推动到心智的各种层次上：心智的浅层或表面层次，心智刚好低于意识边界的层次，以及这个器皿称之为原型的、位于深邃心智中的层次。有些实体会想望在表层上开展工作，他们质疑其练习的形式，进入到自己觉得合适的仪式之中，使用这些时刻来在内心产生自我对美好和愉快的领悟。确实有那种正当的练习：完全聚焦在表层，并在一天的杂事和琐事中感到全然愉快。这是一种正当的练习、一种受蒙福的法(dharma)，而且对于某些实体是管用的。

有些实体会在逻辑和智力的探究中找到他们的愉快，他们靠近灵性的途径是属于

一种——我们在这个器皿的脑海中寻找一个单词，却没有找到——通往较深层自我的美学途径。对于那样的人而言，完美观念的愉快使那个人进入到自己的存有的真实性之中。有些诸如这个器皿这样的实体，就会安住在我们称为的情绪途径中；在该途径中，为了被唤起的情绪的纯度，对于传入的资料的回应会被监督，并且有些练习可促进这种用法的准确性。这个器皿会把这个层次称为在信心中的人生，它是一种让自我保持中心的方式，这种方式适用于具有神秘主义天性的实体。有些实体是如此渴望真实的灵性食粮，以至于他们不会满足于任何少于意识的原型基础的事物，这些实体就像是地底深处的探险家，他们从地球深处的矿藏中采出宝藏，并使它们向着自己内在之光开放。就一个实体和自己的灵性进化合作的工作而言，这也是一种正当方式。

大多数实体不只在一个层次上工作，有些实体在所有层次上工作。所以，练习下述才能对于许多实体是额外有帮助的：在内心从一个层次滑到另一个层次。因为自我的运作方式是一种结构，但一个实体的结构跟任何其他实体的结构都不同，所以，就下述事项而言——也即为自我辨认哪些探究模式将在与自己的命运一同工作的过程中是最有帮助的资产——存在着大量的、非常富有成效的内在探索。

我们敢说，在第三密度中，最频繁搅乱灵性寻求者的事物就是罩纱本身、那面当婴儿灵魂进入地球层面时落在它上头的遗忘罩纱。认同于天父的那份知识不见了。把所有其他自我视为自我、把所有自我视为造物者的那份觉察不见了。取而代之的是另一个世界，人们在里面观察各种形式而非菁华，观察作为而非存在。不过这是一所被仔细设计的学校，为了(让你)取得最大限度的学习。一个实体如何能在自己被这种未知弄得如此迷糊、困惑、混乱时还学习呢？

查看那点。查看该难题，罩纱之谜。在你来到这里之前，你知道你之所是。为什

么你曾努力，并在成功地在你现在所享受的这个地球层面内获得一个位置时深感欣喜呢？为什么有困惑呢？为什么有必要走回头路[如它在每个实体眼中可能看似的样子]，再次学习你真正的自我是谁，真正的自我是什么，真实性的品质是什么呢？但是你看，你们第三密度的重点是单一的，即需要做出一个选择，这个器皿会把它称为极性的选择。你寻求去服务他人，还是服务自己？ 据我们的理解，这两条路都同等有效，这两条道途都有其追随者，它们在你们每个实体的灵性进化路上的稍远处汇合。

在我们看来，一条道途属于服务他人，是被无限造物者所偏爱的。它就是我们已经选择走在上头的道途，我们觉察到你们圈子里的每个人都选择了那条服务他人的道途。这种觉察将为你们每个人既有的练习带来额外的练习：即恒常地检查一个人的意图 以看见服务的渴望真正存在的位置。去回顾你经历过的那些情境，同时着眼于为自己准确地指出自身的实际取向，这总是富有成效的；这种自我的实际取向已经被一个人经历过的事物证明了。

所以，我们会对这问题说一个响亮的“是”、一个衷心的赞成。**在城市或在乡村中，在任何你所在的地方，如果你有一种日常练习，它是足够的吗？是的。为了把你带回自己身边，不管你每天由衷地做什么，对你都足够了。对你的期待不是把事情彻底搞清楚，这不是你们正在体验的这个密度之目的。**存在着那种时刻——在那时，一切皆为一，一切都可以被视为完美的，没有什么地方在拉扯，没有想望去的地方，因为一切都是完美的如其所是——这可能是一种美妙的奢侈之事，在过去肯定已经在这个器皿身上发生过，而且毫无疑问地在每一位身上也发生过，但愿在未来也是。这些至福与喜悦的时刻，确实，也许会持续数天或数周，不是由于(你的)事工而出现，但因为时间到了。因为你无法按照一个灵性课程的时间表来学习。**灵性如风一般地移动，在它愿意的时候出现，在它愿意的时**

候以激动人心的诚实来教导。而当它不愿意出现时，就会到处送出它的信使给你各种暗示以及零星的鼓励，好让你继续寻求。但这些全然真实的时刻并没有时间表；而且，期待自我在某一天可以找到一个生活模式让自我的全然真实性连续地运行，这也不现实。

这个器皿也许会选择她认识为耶稣的实体作为无扭曲之爱的典范，不过我们对她和你们每一位说，尽管这个实体是造物者的一位忠实仆人，他也曾在许多时刻、许多日子、许多个星期、许多个月份被困惑支配，解不开谜题，对于真理与美好的渴求并未得到满足。**这些福与祸的季节是极为有帮助的，并要被深刻地欣赏，因为它们除了为一个实体带来学习所需的催化剂之外，这些灵性的干旱与贫瘠季节深化并净化了内在的容器。因为每个实体真的都是一个管道、器皿。**

想一想管乐演奏家所吹奏的乐器吧。随着空气流经乐器、手指灵巧地跳动，乐器产生出各种各样的旋律；如果按照乐谱演奏的话，这些旋律所表现的音乐航程，将提升人心、鼓舞灵性。你们每一位都拥有这种空旷状态，可以被无限造物者的爱与光所充满。这个器皿或许还有在这个房间中的其他人都希望自我将会变得透明，好让那阵被吹过的灵性之风将如其流入时一样地流出来，完全不被自我所扭曲。**因为如果自我能允许无限的爱与光流经自我，那么该自我就有能力去祝福那股流经自己的爱与光，把它们献给地球层间。确实，我们的感觉是：这就是所有灵性觉醒的人群的基本工作，这种自我的本质存在状态并不会扭曲那股流经[具有个性的]器皿的爱。你的乐器(器皿)可能用不同能量中心的各种扭曲而弹奏出美妙的音调，而在所有这些音调以外，你还有做下面这项本质工作的美好能力：那就是存在的工作，它允许爱与光无扭曲地流入地球层面。**

我们经常向你们谈到存在(being) vs.行动(doing)，菁华(essence) vs.行动

(doing)。我们简陋的意见是，每个实体确实需要正视自我的存在状态；我们请求每一位都为自己思考这点，注视该问题：有没有一种释放与交托可以创造一种更纯粹的存在方式？非常频繁地，最限制灵性进化的是那种妨碍存在状态的东西；而且，无论进行多少有益的事工、有益的行动或有益的想法，无论做多少种类的练习都无法解决这个深入又微妙的问题：为了更充分地成为你自己，你将交出什么呢？随着每个人面对日常生活的机会与改变，我们鼓励每个人都寻找那些能被交出的东西，并寻找那些能被拿起并被拥抱的东西，因为将有一种不断发展的、让你们每个人做出选择的壮丽阵列。我们鼓励你们在一种信心中前进，该信心就是：一切你所需要的东西都将来到你身边，一切你必须迫切渴望和学习的东西将在它自己的时间出现在你面前。

很抱歉我们讲得太久，多于我们应得的时间。我们听见录音装置发出尽头的声音才了解我们也应该到尽头了。无论如何，我们现在要把通讯转给名为 Jim 的实体，好让我们可以回答你们脑海中现在可能有的任何问题。我们现在把这个器皿留在爱与光中，现在转移。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，在爱与光中再次通过这个器皿向各位致意。我们很荣幸在此刻提供自己来尝试回答在场者可能提出的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

S：我最近买了一台录音机，用来帮助清理我家周围的风水线并与自然精灵一同工作。我很好奇，想知道产生了什么结果，如果有任何结果的话。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们观察你为了与住家周围那

些更为元素性的精灵合作而使用的仪器和采取的行动，我们发觉最成功的是你与这些实体交流的渴望，而非你部署的这些小玩意儿，容我们说，虽然这个小玩意有一种附加的成效，那是被你的渴望和意愿所驱动的。因为这些意图发自你的心，而正是在这个层次上你可以确立跟这些实体的交流。

我的兄弟，有另一个询问吗？

S：随着你们在这里的一次次通讯，你们学到的一些事情是什么呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们满意地说，在与你们团体和其他团体交往时提供这类服务之际，我们的学习所聚焦的领域是：学习接受种种局限，虽然是众多的；以及学习坚持不懈 以超越由自己的心智所制造的表面边界。因为在这个宇宙造物中，我们每个实体——我们谈论的是所有我们觉察到的实体——都渴望去知晓太一造物者，不过我们每一位都在自己面前设置了各种各样的障碍栏[容我们说]、各种层次的课程，它们似乎在束缚我们，不让我们往渴望的方向移动。然而，如果我们变得能够接受我们所是的本质，也即太一无限造物者，那么这些事物就有能力向我们揭示，为了越过它们，我们必须采取哪些步骤。每个实体的这种能力——即接纳自己的本质为造物者——有点超出了可到达的范围，从而在寻求的伟大旅程上推动我们向前。

我们也学到了你们称为的幽默，我们把它称为比例感；我们发现，以较轻松的方式看待自己是有帮助的。虽然该实体的唯一渴望是寻求，生命的每一根纤维所寻求的是关于真理、爱、智慧等等的知识，不过幽默会增益这个过程。因为，如果一个人甚至可以在似乎是最沉重的情况下淡化自己的观点、减轻情绪的强度，那么你就可以拥有自由去更多地像在一场舞蹈中那样移动，更多地像是跟随宇宙之流那样移动。

我们还学到了很多关于人灵的高贵，不顾自我的一切代价而服务他人的渴望。我们恒常地看见实体们甘愿做一切必须的事，好服务那些在第三密度幻象里受苦的兄弟姐妹们。我们至为荣幸地见证了这种高贵和谦卑，因为它向我们展示了太一造物者的核心，那就是想望把所有人都当成自己一样去爱，同时服务全体。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：关于这个世界上过去的发明，有一个是永恒的蜡烛，它的构造如何，又是怎么制造的？ 第二个是在西元 1700 年后建造的贝斯勒轮(Bessler Wheel)，这个发明是如何被建构的？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**作为服务于无限造物者的星际邦联成员，我们的目标是谈论哲学性质的课题，让那些渴望推动自身进化过程的实体，也许能够在其过程中加以利用。**对于位于“存在之哲学”[容我们说]之外的领域，我们只能在最低限度上谈论一点。你提到的这些课题多少偏离了我们的主要渴望或目标，而且像我们现在这样利用一个器皿，也就是在他清醒的冥想状态下，我们无法存取必要的术语来给出技术性的描述，比如描绘这个例子所需要的术语，所以在这个特殊课题上我们必须为自己的缺乏广度、缺乏话语而抱歉。

有另一个询问吗，我的兄弟？

S：我太太和她母亲之间好像一辈子都不和。她母亲奇异又古怪的行为似乎伤害了我太太。她问我应该怎么办，我也想要帮忙。我如何能帮她呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。如同时常会发生的情况，那些具有[你们称为的]一种血缘关系的实体就是这样的，因为在这种血缘关系中，人

们可以学习强度最高的课程，这样的课程不可能从其他实体那儿去学，因为他们不会在你周围待那么长的时间，体验也不会那么紧张，在你所说的这个情况下，母亲与女儿的关系就很紧张。

我们会推荐，如我们在很多这样的情况都会推荐的，**有爱地接纳这个过程就是在尝试服务另一个实体之前要放置好的首先基石。因为，如果一个实体能够看见在这样一种关系中共享的困难也是在给各自提供机会去对彼此开放心(轮)，接下来，适当地评价该体验就可以被欣赏了。当一个实体看见这样一种关系在其本质上是神圣的，并且在产生开放之心的可能性上是多产的，接下来就有可能把实体们的相互关系视为那种最终将产出被渴望的“开放心(轮)”的事物了。一个实体在支持该过程中的每一方的时候，可以周期性地退隐到冥想状态，好更深入地注视日常活动中发生的事情，寻找那些按下彼此身上的各种按钮[容我们说]并导致激烈言辞、受伤感觉以及在整个情况上的全部混淆的体验。一个实体可能开始看见在关系中的一种模式，在此就有进展的可能性了，因为每个实体能够接受先前看起来无法接受的事物，每个实体能够去爱先前被视为不可爱的东西。该过程是能够越来越多地把其他自我视为完整和完美的并接纳其他自我，该过程允许自我对自己做相同的事情。因为在每个情况中，学习的过程在每个实体的内在发生， 接着在爱中和服务他人之际贡献出来。**

宽容、轻触、幽默感、对于过程的接纳，所有这些都是你可以在这种关系里为一个实体服务的方式。

我的兄弟，有另一个询问吗？

S：没了。谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们再一次感谢你。此刻有另一个询问吗？

D：如果我用太阳、地球、月亮、宇宙的类比来把自我的特性定义为一个结构化的存有，这对我而言是否有用或明智？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会建议，这确实是有效用的，因为这个建构体系不只从你援引的品质特性里提取有用的东西，而且从你为了建构这个类比所付出的努力中提取自己的功效。因为每位真理寻求者都建构了个人的神话或手段，借此观看宇宙，以及该实体的穿行宇宙的旅程。因此，你就像可以为自己的魔术收集工具的魔术师，你用某种特定的方式布置这些工具，以此来建造一条有用的管道，让信息和灵感通过。

有进一步的问题吗，我的兄弟？

D：在上帝的万有性(allness)，造物者的体现 以及天父的启发之间真有一种区别吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次地，我们会建议，用术语和短语来描述这些区别之所以对你有价值，是因为它们将允许你体验一个更深刻的启示，接着能够体验这点以后跟他人分享。因此，在使用这些词语方面你所做的事情，使得你的理解目标对你而言变得清晰明了。

有另一个询问吗，我的兄弟？

D：一个实体何时才能甩掉那种难以置信的孤独感呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们觉察你所谈到的孤单，因为很多像你自己这样的实体离开了经历和理解都更清晰的其他领域，选择进入这

个分离的幻象，在这里，每个实体与彼此在表面上是分离的，于是那些被视为忧伤的弟兄姐妹的实体们就可以带着自己的全部存在去服务。在这种服务中有着遥远的记忆，一个实体会隐隐想起自己的家园，想起那些同意一起工作的朋友，想起被视为昂贵珍珠般的投生目标——那就是不惜一切自我的代价去服务他人。很多这样的自我要付出的代价就是那种隔离、孤立、孤单的感觉，被切除对自我最有价值的东西：远离家园，不能够回家。每个实体在整个投生期间都要跟这一种感觉相处，因为在投生前你把它看成必须忍受，却也可能忍受的东西，确实甚至协助你实现服务他人。因为这是在更为微妙、更具灵性的领域上的一种推动自我的方式，容我们说，从而服务他人并知晓太一造物者的心之渴望就得以实现了

我的兄弟，有很多实体以无形的方式与你同行，所以事实上你从来都不是真正孤单的。**在这个第三密度幻象内，每个实体身边都有大量的这种天使临在的陪伴。一个实体尝试在日常冥想中对这些实体谈话，更多地觉察到它们在日常活动中与你同行，你就可以从中获得很多希望和养分。**因为真的，每个实体在第三密度为了服务那些忧伤的兄弟姐妹而做的努力，都受到认可，每个这样的努力都得到巨大的赞扬和感恩。的确，我的兄弟，在这条寻求和服务的长途路上，有天堂般的合唱团陪伴着你。

此刻有另一个询问吗？

D：我们所走的道途单纯是上帝自身的个体化，以此寻求认识祂自己，统合祂自己，单纯地创造出祂的理想 以包含或涵盖无数的机会、可能性、完形等等，对吗？ 在我们拥有的强大的经验阵列之内 是不是有张力产生，而服务他人的实体与服务自我的实体只是催化剂，好让这个张力过程在个体、人际关系、社会、星球等等层次上开展？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们回应说，我们无法把它说得更好了。因为，确实，在所有的幻象密度中，太一造物者的所有体验都是祂借由无限多的方式、无限多的实体、光明与黑暗的极性[你们称为的服务他人与服务自我]来认识祂自己。因此，宇宙造物本身就是由这种动态的张力所支撑。因此，造物者能够在祂已为自己创造的各种花园中玩耍。

有另一个询问吗，我的兄弟？

D：可供我们使用的机会，我们在为他人服务时所扮演的角色，是不是单纯就在协助大家认识自己，确立各种规则和观念，于是从自我知识开始，集体扬升会在一个社会人群的脉络下、通过时间而发生？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们的回应再次是你雄辩地陈述了自己的见解以及对实存万物的准确感知。有很多很多的实体在这条伟大的寻求旅程上，如同在一场舞蹈中，在一种和谐中移动，该舞蹈是那些不去看的人所看不到的，不过他们跟随着曲调，跟随着太一无限造物者的心跳而舞动。是的，所有实体都随着节奏的模式跳舞和移动，整个宇宙造物中的平衡是一体的、又是完美的。作为自己对这场伟大舞蹈和寻求旅途的贡献，每个实体所做的事都已被提前计划好，容我们说。运动有个模式，思考有个模式，寻求有个模式，受苦有个模式，一切万有都有个模式。

我的兄弟，有另一个询问吗？

D：我问完了。谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我是 Q'uo，随着我们观察到最后的未成形询问从各位的脑海渐渐消失，我们又来到和这个小组共同工作的集会尾声，我们至为感激各位今天邀请我们来到你们的寻求圈。我们总是很荣幸能够跟所有呼唤我们的人分享我们的想法和简陋意见。我们向每一位今天参加集会的人建议，我们对今天加入各位感到格外光荣，并问候那些对这个圈子而言是新人、但对这个团体而言不是新人的人们；我们提醒每位在座者，只要你在心里请求我们加入你的个人冥想，好让我们可以帮助深化你的冥想，我们随时都在待命状态。我们不会说话或提供想法，只是让我们的振动与你们的振动一起和谐地运行。我们是你们认识的 Q'uo 群体。此时，我们将离开这个器皿和团体，一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny, cT., & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_1999_1017/

英文出处：llresearch.org/channeling/1999/1017

☆ 第 3610 章集：渴望

周日冥想

1999 年十月 3 日

团体问题：我们本周的问题跟渴望有关。我们想要知道什么是对渴望的平衡。很多时候 我们认为自己知道想要的东西是什么。我们认为我们理解，如果我们拥有特定的能力或东西，我们就能够更有效率地运作。我们会是更完整的。我们会是更平衡的。接下来，当我们确实取得那个东西时，结果却与我们所想的不一样。我们想要 Q'uo 给一些资讯 关于怎么工作我们的渴望。我们如何确定自己真正想

要的 而非我们认为自己想要的东西?

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。收到你们的寻求圈在这个秋日的呼唤，我们无法叙述自己感到有多么蒙福；你们周围的造物已经开始释放它们在夏季(累积)的炎热，让自己准备冬眠。每颗树、每丛灌木、每朵花都有的成长、转向光的渴望，必须凝视这个秋天的时刻，知道 自己应该睡觉 而再生的时刻即将到来。虽然大地、第二密度的树木、住在灌木 与森林里的动物，都毫无问题地调整自己的渴望，以适应气温与自己内部指令之 间的和谐，你们星球上的第三密度人类，确实没有睡眠和再生的冬天时期，反而 有着似乎无休止的 各种各样的希望、理想、愿望、渴望，它们似乎不知道季节， 有时候似乎不给人休息。

我们十分乐于对你们谈论该主题：渴望。我们只请求一件事情，那就是你们要带着有主见且谨慎的耳与心 来聆听我们所说的内容，因为我们不想望在任何寻求者的前面放置一块绊脚石。更准确地说，我们想望提供一些曾经对我们自己的发展有用的想法；这就是我们向你们提供的服务，我们很乐意这样做 但我们不想 要假装是权威。因为我们不是权威，而是那些和你们一同走在灵性道途上的实 体；据我们所知，这条道途是无止境的。渴望的起起落落可以说是 自我有意识 体验的正字标志。不只是你们第三密度的人类体验，还包括更高密度的体验。那 儿始终有着对渴望越来越精巧的微调，对于渴望的能量形状越来越细致的描绘。

确实，我们可以说，通过一种非常强有力的方式 渴望对于第三密度的体验，或对于第四、第五、第六密度的体验都是必须的。所以 让我们向后退一些 好从更

远的视野来查看这个被称为渴望的东西。这个器皿已经收到有过特异经历的人们的来信，我们在她的记忆里找到一封近期的邮件，它给了我们开始谈论渴望的一个好位置。这个实体能够在一种类似白日梦的状态中 离开他的身体，不是在睡着的状态中，而是在一个非常放松且自信的状态中。他能够离开身体所在的区域最终能够离开该行星。一开始，他无法移动超过一定的距离，但接下来 他写信给这个器皿，描述在形而上的 或时间/空间的连续体中，动机或行动的模式就是爱。因此，爱凭借他的意志带着他四处游览，直到他到了一个他觉得自己不能且不愿多走一步的位置。我们提供这个体验 为了能够谈论关于伟大的起初思维或理则的关系，也就是爱或渴望。

当一个实体处于肉身中 体验到渴望的瞬间升起，非常直接地感觉到一种对于获 取的渴望。换句话说，渴望感觉起来像是一个实物。在大部分情况中，你们人群 中的实体 所渴望的那些东西 就是拥有这个器皿称为的一个简单位置。一个人渴望 一顿饭或一个女友或前往某个地方 或去读一本特定的书。这些在外在世界中的 事情是能够被取得、被带到住处拥有的。如 R 实体注意到的，似乎这些渴望在(他) 取得该实物之后 只有一个非常短的保鲜期。一旦取得了该实物，就不再渴望它 了。只要渴望停留在这个层次上，被并视为对一个实物的渴望，我们就必得用一 种特定的方式来处理这个主题，那会是以特定方式去谈谈怎么评估各种各样的渴 望之价值。 然而，有另一个层次的渴望，所有在场者都对这个渴望层次有可观的经验，那就 是渴望纯粹、真理、美与光，渴望真实的爱、人与人之间的真实爱、人与人之间 的真实关系。这个层次的渴望有一种生命，而想在物质世界中获取东西的渴望， 则得不到这种生命。这个层次的渴望把一个寻求者放置在一个不同的世界中，在 那里 她能够同时看见形而上与物质界的物件，不只是以物质世界的眼睛来看， 还以心之眼观看，即肯·威尔伯实体称为的沉思之眼。这些对更高之道的渴望是 很明智的，我们会鼓励你们每个人

都为这些希望、信心、意志的火焰添加燃料， 狂放地、贪心地请求你最高的渴望。因为这些对于更高的存在之道、更高的看见 方式的渴望 将会让冷却在(物质)渴望熔炉中的火焰，于是你作为一个神圣的器
皿 就被调和与强化了。

就我们最佳的知晓，你从来都不大可能体验到渴望的匮乏。因为你居住在一个肉体载具之中，该载具必须吃饭，必须有个地方(住)，必须为身体穿上保护性的衣服以抵御各种(自然)元素。只要你还携带着这个肉体结构，那些推动肉体载具从婴儿到成人、到衰老、直到死亡的化学与生物反应，就将毫不减退地持续下去；那是肉体载具的本性，物质世界的本性，而该载具就出生在这个世界中。 这个器皿认识的诗人丁尼生称这种本性为血红的牙爪。每一种生物都必须吃东 西，因此身体的宇宙充满了被吃的、和吃东西的生物。它充满了分子的最微小结
构，这些分子结构组成了最简单的生命形式，拥有无止境的渴望，每个意识的微粒都会出现崭新的、更大层次的物质渴望。 渴望并没有害处、错误或罪恶。满足食欲单纯是合乎逻辑的。每个有机体都有本 能的食欲，满足这些食欲是合适的 而且被无限造物者规划好了，容我们说。确实， 各种渴望是要被保护的，因为所有在你们的物质世界中呼吸的实体，最好得到维 持生命必需的东西。

那种倾向于为成长提供优秀催化剂 并为思想提供有益食粮的渴望 就是我们可 以称为心智/情绪的渴望。R 实体谈到那种渴望 是如何获得以后可能需要的东 西。S 实体谈到的渴望 是如何获得更为整合或更充分的理解，来照亮他正在经 受的历练 并使得事情变得更有意义。如 R 实体注意到的，当这些特定的渴望被 扔掉时，其他的渴望会占据其位置。在这种背景下，我们要使用出自该器皿的记 忆 某个其他东西：一个故事，它是给定这个器皿称为的一个公案、一个寓言，容我 们说，帮助寻求者获得领悟。

简单地说，这个故事有一个圣者、隐士，他有一个房间，可以在里面休息，每天就一碗清汤 一点面包，以保持灵魂与身体在一起。这个实体每天醒着时都在房 间里打坐冥想，等待真理，安歇于神性中，处于平安中，感觉不到升起的欲望。 多年过去了，后来有一天 他的陋房突然被撞开门，冲进一个他从未见过的妇人。 妇人把一个婴儿放在他的怀里。她告诉了自己的父母 这个圣者就是孩子的父 亲，她要把这孩子交给他。这个圣者对着这个礼物沉思一阵子之后，出发到离他 住的街上很近的沿海区，在那儿找了一份最卑微的工作：从港口上的船只装卸沉 重的货物。他赚了钱，购买食物来喂养那个已被交给他的孩子，给他穿衣，并照 顾他。以这种方式过了几年，有一天，他的门再次被突然撞开，这个妇人又进来 了，她决定毕竟还是想要自己的孩子。他把现在已经度过学步阶段的孩子交给 她，接着为了冥想安排自己的手脚到位，重新加入他在收到这个孩子[礼物]时 留 在后面的光。

对于一个没有渴望升起的人，宇宙是自由的。它是一份礼物。每一片草叶，每一束阳光，每一种言语，每一个温柔的一瞥，都是一种美和真理。当你没有升起的渴望，你可以感觉到青草和元素，风之舞、火之舞、水之舞、土之舞。宇宙存在于你的面前，无限地复杂，无限地统合，与自身协调一致，与你合一，是你的一部分，如同你是它的一部分。容我们说，我们不会期待很多正在经历第三密度的人 体验这种无渴望的状态 超过，比方说，一会儿、一小时、或一下午。感觉到 这种平安的时刻 确实是会不时地出现的礼物，当你正在体验这种平安时，你会 感到好奇，为什么你曾经渴望任何东西呢？ 但是，那种圆满且开放的信心[核心设置]，那种终极平衡的意志 允许这样一种 状态发生，从灵性的意义上 对于进化的目标并非真正地有帮助。作为人类 你们 的肉体载具的设计并非一个错误，或是一时兴起的念头，相反地，它是这个器皿 所称的神明这边实验

的结果。在你们正在体验的这个宇宙造物之前 多次创世已经 尝试过各种各样的方式 好让实体们能加速其灵性发展的步速，迄今，已经被发 现的是，在真理、美丽、一切存在事物的终极善良之上 放置一个罩纱，对于发 展中的人灵是很有帮助的。

如果你跟树木或花朵一样，那么你不必向外探寻就知道：一切都好，万事万物是一体的，一切都是一场舞会。但带有这种知识的人类，不会在灵性上推动自己前进，而往往宁愿停留在出生时所处的状态。实际上 正是渴望的升起造成的不舒 服，在这么多层次上推动着实体们前进 为实体们带来了动机 想要简化或搞清或 回答这些令人困扰的问题要渴望什么，如何实现渴望，正是这个过程开启他们去 迎接新想法、新观念、新实践、新的查看方式。 这当然涉及许多的技巧，但更多部份是在学习(认识)你自己的艺术，以有限的方 式 谨慎地使用心智来分析这种渴望是处于什么层次，该渴望对于自己、寻求者、 有多么真实，这种渴望有多么诚实与纯净。

有很多方法去使用情绪来处理属于心、情绪、头脑的渴望。我们想要花另外半个小时来谈谈去知晓的渴望，但我们会对自己这样说感到满意：即自我的智力与情绪的部分 经常如此紧密地结合在一起 以致于创造出一种非常强烈的去知晓的渴望，而这种渴望在灵性的进化上 同时有好的和不利的力量。

在此 我们也许要提供一个我们已多次给出的警告，那就是头脑特性 相对于意识 特性的警告。很容易将心智和意识弄混，但它们是不同的东西。就你的肉体载具 而言，你几乎就是一个无毛发的类人猿。你拥有一个杰出的头脑，能够从事抽象 的思考、自我反思 以及很多很多其他事。它基本上是一个做选择的工具。

面对一件事情之际，肉体的头脑想的是解决问题，因为它觉得不舒适；不习惯去思考或分析被(自我)感知为需要实现的渴望，或者跟它坐在一起。这个头脑是维持你的日常生活、满足社交需求、保持肉体和灵魂同在的杰出工具。不要把它跟你所是的意识弄混了。你之所是的本质不是属于时间或地方的公民。你不属于这个地球。你不属于这个时代。在时间开始之前，你就存在了。在所有可能的宇宙造物中 你存在。你和无限造物者是一体的。当你正在跟渴望一同工作时 能够把 存有(生命)的这两股线分开来，有时是极为有帮助的；因为身为一个永恒的公 民，你本身就是这个器皿所称的安全场所，你可以到该场所歇息 脱离这个似乎 无休止的渴望出现、渴望满足或消失之过程。

确保你在使用头脑的时候，要像你使用任何工具或资源那样使用它；确保你不会允许头脑来使用你。因为，如我们说过的，肉体载具的头脑有它自己的生命，如果你允许头脑和你赛跑，它能够并且将会驱赶你的意识到分心的地步。它是一个好工具。却是一个非常糟糕的主人。更准确地说，我们会建议你们从心开始与渴望一同工作，因为心就是在身体的能量系统中 太一无限造物者在其中居住的那个点，等着满怀希望的心来敲门。这就彷佛你的灵与魂最强烈渴望的东西 早已在你里面，比你的呼吸或心跳更加属于你，比你自己的骨与肉离你更近，所以你自己内在所拥有的判断、分析、理解，可以用于解决你关于渴望的问题，它们就在那儿等着你静下来，取得自信，转向它们，允许它们充分发挥作用。

一个寻求者是否慎重决定去买这辆汽车、还是去买那台电脑 或那个更大的帐篷，对于那个做出这些选择的寻求者的灵性生命 几乎不会缔造任何差异。但是， 当你进入这些渴望的区域：渴望品质、真理、更高的灵性能力；那么你就开始和 这些(优质)渴望一同工作了，在加速你的灵性自我并向前推进灵性进化的过程 上，这些渴望是非常有帮助的，你起初进入肉身 就是为了这种过程。

下次当你产生了想要某些东西或品质的渴望，从位于自己心里的一个安全且闲适宁静的地方来凝视它们，知道如果你跟无限造物者是一体的，你就拥有自己需要的一切；同时也知道你正在跳生命之舞。在你跳出这支舞中 漂亮又繁复的舞步 之际，渴望将会升起，并且可以得到很好的满足。要知道，这不只是一个被接受 的行为，也是一个被保护的活动，你并没有单纯地因为渴望 而把自己投入愚蠢 的外在范围。因为去渴望正是你的特性和荣耀，但你应该渴望什么呢？这选择总 是在的。

现在我们有个提议，然后我们将离开这个器皿。一如既往，我们的提议是，如果 你在设法深化冥想或沉思的时候，你的渴望是比如说想请求帮助，那么只要你愿 意呼唤我们跟你在一起，我们就会高兴地前来；不是跟你说话，而是单纯地将我 们的冥想加进你自己的冥想，因为在很多情况下，这会实际地帮助稳定或深化(你 的)冥想状态，同时也是我们被允许在不侵犯自由意志的情况下可以做的事。任 何时候 你在心里呼唤我们的名字前来，我们都乐于跟你同在。

我们会在此时离开这个器皿并把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿。
我们是你们认识的 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿 在爱与光中再次向各位致意。我们在此时 很荣幸提供自己来谈论在场者可能会向我们提出的任何进一步的询问。在此时有另一个询问吗？

S：我一直在参加一个声称是泽塔人(Zetas)的群体，我对那个群体的成员的服务

导 向感到怀疑。你们能否给我 你们的看法吗?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们巨大的渴望是通过向好比你们这样的团体发言 而有所服务，因为在这样的发言中，我们有机会去跟你们每一位在寻求的旅程上一起走段特定的距离，容我们说。如果我们的谈话方式可以(为你们)提供催化剂和鼓励，那我们就觉得很蒙福。我们全时间都在寻求避免侵犯任何同我们谈话的实体之自由意志。

可以删减自由意志的方式有很多; 我们觉察到，对于像你这样正在参与其他团体活动的实体，若我们给出祝福或警告，那么我们的谈话在那方面也许将会承载过多的重量。因此，在这类问题上，我们把分辨的过程留给你，我的兄弟，因为我们知道你能够评估任何在你的领域中 出现的任何资讯之性质。因此，我们必须抱歉 无法给出你在这个情况中所寻求的事物，因为我们不会从你身上拿走你操练自己的分辨力量的机会。

(磁带第一面结束)
我是 Q'uo，再次跟这个器皿在一起。我的兄弟，有任何其他的询问 是我们可以 尝试回答的?

S：是的。有个名为 C 的先生，一个年轻人 通过网路一直向我寻求灵性上 和其 他方面的建议，我不大确定他是如何陷入其中的，我担心自己是否给他好的建 议。我请问你们对此的想法。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会向你建议，当你跟这个实体接触时，你们的道途相会既不是错误也不是凑巧。这个实体已经被吸引到你身边，

因为这个实体的潜意识感觉里 有想从他所重视的来源寻找信息的冲动 是故 你在跟这个实体谈话时，跟他分享你最好的、最高等的资讯与灵感，你给了他在寻找的东西。你也必须了解到，这个实体，和你自己一样，能够从他收到的资讯中分辨出哪些对他有用、哪些对他没用，所以在与这个实体分享资讯时，我们会鼓励你.....

（文字纪录结束）

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3611 章集：清晰的沟通

周日冥想

1999 年十二月 5 日

团体问题 清晰沟通的组成部分是什么？错误的沟通是如何发生的？一个人说的话与别人听到的或理解的，跟说话者的初衷不总是一样，那么有没有什么非言语的交流方式，可以增进我们的沟通？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中 我们存在。能够在今天分享你们的冥想，受到你们圈子的呼唤，于是我们可以就清晰交流(主题)，跟你们分享我们贫乏的想法和意见，这是我们独特的快乐和福分。我们跟你们一样对这个主题感兴趣，因为我们现在服务他人的形式，正是透过一些管道来发言，好比现在这一位。

使用你们的言语难度很大，有时候到了严峻的地步，这肯定地加剧了在任何的沟通中所固有的问题，因为言语如同鳗鱼一样滑溜，不过　那就是(你们)沟通的媒介。虽然言语是有限的，对于第三密度中的人们　必定是足够的。容我们说，你 们每个人都力图清楚地表达内在　那些涉及情绪、感觉、事实的想法和概念丛集，　我们感到同情，因为要做到完全清晰绝不是一件容易的事。

让我们查看一下沟通的根部，因为植物正是从根部长出来的；凝视这种能量的初始状态，可以帮助我们理解很多。你们每个人都是一个振动的复合体。造物者本身是一个振动的复合体，宇宙，就我们知晓的范围，是一个振动的复合体，或者更　具体地说，宇宙是一个带有振动特征的能量场，这些振动上的特征可以跟彼此互 动。因此，你们每个人，作为一个存有，都在藉由你真实的振动、你的身份来沟
通。那些不在遗忘罩纱中的实体们，也就是那些没有在第三密度中投生的实体们，会发现这种振动的资讯是有帮助的，当两个实体感觉到它们的振动复合体开始协调一致并混合在一起时，两人之间就在交流大量的资讯。

另外，在遗忘面纱的种种限制以外，沟通的发生不使用言语是十分寻常的，而是提供概念复合体或想法球～　我们也许可以这样称呼，也就是说一个人以完整的方式把它提供给另一个人，让对方可以自己抽出你所提供的交流线球，看见甚至一粒种子思维的整个三维特性。所以身为一个实体，你第一个交流的东西就是你的振动；人们将从中得到很多(资讯)。他们会由此形成对你的态度，端看他们的振动和你的振动是否协调。你和他们双方可能都没有察觉到，这种微妙的身体工作正在进行，但(各种)微妙体本身察觉得到这些振动的特征，也许你有过这样的体验：初次见面的一瞬间就对某个人感觉亲近，或者不是特别喜欢另外某个人；通常在只字未说之前，振动的交流已经完成它自己的工作。

肯定地，一旦想望去清晰地沟通的实体 掌握了这种在一个形而上身份的振动式特性，该实体就已变得足够睿智 去工作或调频那种自我的振动特性，于是它可以变得跟造物者之振动更相似。因为你们每个人都有造物者的振动作为基本的振动，你们每个人都找到各种方式 如此这般地扭曲那些完美和谐的振动，使得你自己的个体存有成为了一个独特的种类。没有任何人用和你相同的方式扭曲那个起初思维。然而，藉由仔细思考，一个寻求者确实可能减少对那个起初思维的扭曲。而这是完全值得做的工作。

如我们说过的，在你们的密度中，绝大部分都需要使用言语来表达意见和事实。你们的各民族拥有数量庞大的词语和许多的语言 来从中选择。每个实体从一出生起受到的轰炸就是话语、话语、话语！你们的物种的年轻实体的成熟过程就是学习单字、短语、行为，然后无止境地用那些被教导为适当的方式 把那些学会的东西混合起来。
所以 每一朵自我之花成长、绽放、成熟的过程，就是接受该学校教育：教导越来越多的字汇、越来越多使用言语的方式，那个过程也教导了考虑事物的方式，考虑他人的方式，于是 到了小孩长大成人的时候，她(他)已拥有庞大数量的资讯，其中有些是言语、字汇的定义以及用字的方式，但有大量的资讯是评判性的或以恐惧为基础。因为你们在其中生活的文化教导你去评估 准备要沟通想法的 对方有甚么价值，并基于那种评判的结果去倾斜你的沟通，以期达到你觉得最大 的清晰度。

在大多数时候，这个学习过程会产生相当清晰的沟通。当各种困难出现时，你可能会期待困难在一个实体被看到或假设具有某种表面的特性，而实际上那个实体并不具有那种特性，而对于这些困难，被仔细地指出的沟通瞄错了目标。当我们

通过这些器皿向你们发言的时候，我们在玩一个无尽的 令人着迷的游戏，在其中 我们评估在这个圈子内 每个成员的谐波。

我们聆听，容我们说，饥饿或渴望之声，或者(查看)我们可以说那种渴望的色彩， 接下来，为我们的讯息[总是相同的讯息]定向、倾斜一点，以期最好地为你们团队 具有的和声与实质特性服务；我们对该团队感到亲切并一起冥想。每一次，甚至 在相同的人群作为一个圈子集会时，这个团体的内在谐波都会有微妙的不同之 处，每一次，我们在开始发言之前 都要重新评估，因为我们不想望浪费这个跟 你们清晰分享这些想法的机会。

在这次传讯的通讯之前 (你们)稍早的谈话谈到人们不去彼此聆听 而每个人都宁愿说 想要对他人说的事情，当然 这种方式，是清晰沟通被破坏的一种非常突显的方式。如果你开始察觉到对方没有听到你的话，那么你就可以问自己，你想望对方听到你呢，还是想望让该其他自我表达他想表达的东西，扮演一个单纯聆听的角色？在很多情况中的适当回应，我们会说，就形而上的意义而言，就是单纯地抛弃要被听到的渴望 并成为一块共鸣板 可以听到另一个自我正在尝试说的事物。 (愿意)让出内在的议程和要说的事情是灵性成熟的一个标志。这是一个很难以完 成的行动，因为在每个自我的内在都有一口渴望被听到的深井，渴望被自我听 到，让对自己有意义的那些其他自我听到。而很多时候，清晰沟通的最笔直和最 短的距离就是变得静默，释放要被听到的渴望，暂时承担一个纯粹聆听的角色。 容我们说，当做出这个决定的时候 关于其他自我的方面 就把自我放置于一个分 离的姿势上。结果是，当这些关系在家庭中或在社群中是亲密的，成为纯粹的聆 听者不是一个明智的选择，因为一个家庭里，尤其是灵性社群里的和声，端靠所 有相关的实体不只能够说 而且能听。因此，如果有些人放弃自己说话的渴望， 因为这似乎是自私的 而成为纯粹的聆听者，他们就从一个达

到集体和谐的团 体，剥夺了只有他们才能想出来、仔细考虑并表达出来的东西。因此，我们鼓励 每个人都看见这尊重的标志：其他自我继续尝试不只去倾听、也要(让自己)被听 到。

让沟通出岔子的第二寻常或常见的方式，也许是自我不想要说出确切真实的情况。这可以是一种无害的情况，一个人的母亲说「我戴着这顶帽子看起来如何？」若该母亲戴着那顶帽子难看极了，若那顶帽子令人难以接受、刺人眼睛，而她的儿子仍旧可能说：「哦，母亲，你戴着那顶帽子真好看。」这不是清晰的沟通。然而，这是有爱的沟通。我们不会说 这是错误的，因为真相有很多种类。藉由恭维所表达的真相，虽然在帽子方面是不真实的，在关于家庭的成员对另一个成员所感觉的尊敬上 肯定是真实的。那么，在这种情况中，该渴望并不是要表达真相，而是要表达爱。我们感觉它有其自己的真相。

然而，很多时候有应该被表达的事物 若把真相说出来 就是他人并不想要听到的 东西。(比方说)，有人请你许可他做某件事情，要说出的话是「不行」。当某个 人希望你去给出所有的答案的时候，你却说「我不知道」。这些事很难说出口。 这些事甚至难以对自己说，不过 若自我并不剪接(自己的)负面回应，这确实会 显著地改善沟通。更准确地说，我们会建议：当出现一种情况是，自我开始察觉 到必须说出似乎是负面的真相，内在就要保持镇定与宁静的和平，也许甚至在心 里讲一个小小的祈祷，让自我转向光，盼望在这额外的光里 找到说出真相的方 式，它将会比生硬地说「我不知道」或者「答案是不行」更为柔和，不过 仍然 更清晰。

当面对这种情况的人了解到 正在扭曲手边挑战的自我惧怕的程度有多少，那么 该实体就开始越来越有技巧地正视涉及的惧怕，把内心的恐惧带出来，原谅

感到 害怕的自我。这种工作自我在一段时间之后，开始为自我树立起一个概念：自我 很灵活，可以学习新的方式，不管后果如何都不怕说话。 这就彷佛是你拿起一把梳子并仔细梳理似乎正围绕着与其他自我沟通产生的困 难和荆棘，仔细清理灵性上的紧张，清理对嘲笑的恐惧，清理对犯错的恐惧，清 理所有妨碍你成为一个沟通者 以恐惧为基础的各种限制，直到所有被留在你的 蓝色光芒能量场中的事物 都是一种诚实且开放的渴望：给予并接受资讯与爱。 要记住，沟通本身是一种振动，有其自己的能量中心，那就是喉部的蓝色光芒脉轮。

现在，沟通可以出自你的肉体和精微体中的任何一个能量中心。当你在沟通中体验大量困难时，要立刻知晓，你并未处于蓝色光芒之中。在你的头脑中 花时间沉思那并不清晰的谈话，寻找被阻塞的、过度刺激的，或以某种方式被扭曲的能量中心记号。当谈话在两个人之间进行 并且跟两人之间的事有关，你经常会发现一种橙色光芒的阻塞。在这种情况中，你实际上是在观看一面镜子，你认为对方已经说的事情 就是你已经说的事情的一种反射。

这个器皿此刻正在细读一本关于鲜活记忆过程的书，贯穿整本书中 作者一直提出在两个东西之间的相互作用上的特性，这个作者将这两个东西称为音叉 A 和音叉 B，或者艾伯特和贝蒂。且让我们说，你是艾伯特，对方是贝蒂。你对另一 个自我所说的话，携带着某种能量，这种能量移到贝蒂，移到音叉 B，被音叉 B 用你无法预测 但完全仰赖音叉 B 选择的方式所接收 然后音叉 B(贝蒂)回应你， 被对方修改过的能量和信息返回你。你和贝蒂对话的时候，你正在创造一个完整 的能量系统 只属于你们两个人，并且拥有能量、生命、爱。

在任何的对话中 你都在创造能量、光、记忆，你正在观察某种正在生动发展中

的东西。因此，一个强有力地协助这个过程的方式是去进行肯·凯耶斯实体在他的几本书中建议过的某种版本，那就是在你正在与另一个人说话，并且看似在相互理解方面有一种较大的困难时，去使用「我正在创造」的措辞。如果某个人对你说『你恨我』是那个人认为的一种清晰的沟通，但是，要去回应并不特别容易。如果有人说：「我觉得自己正在创造你恨我的感觉，」 对方就可以说：「我正在创造的感觉是，我不觉得自己恨你，但是我的确听到 你觉得我恨你，所以我们现在必须查明，为什么你有这种感觉。」任何允许每个人为自己听到的话承担责任的方式，都将在困难的情况下改善沟通。

对于沟通最深的协助是性格 如果一个实体拥有谦逊和耐心来跟另一个实体清楚地沟通，那就甚么也阻碍不了他实现清晰的交流，但这(结果)只对谦逊者才会变成真实的。你们的黄色光芒世界，这个地球世界和人类体验绝对依赖沟通。它正在尝试学习爱的课程 为了个人和团体。关于沟通的大量事物都有该议程：把团体聚集到一起 也把个体聚集到一起，就在你们享受的体验层次上。 有一种进化的驱动力 朝向各种振动的协调一致，如果你检验国与国之间使用的语言种类，你将会看见，尽管有许多的恐惧，尽管有许多的保留，尽管有许多好战的敌意振动，不同人群能在清晰的沟通中达成协议。出于个人经验 你们每个人都知道，个人之间有可能清楚地沟通，所以说如果你发现自己无法沟通，绝对不要让你的心感到虚弱。这时候你正需要耐心地听，谦逊地问你的头脑要提出的问题，收集你可能需要的信息，从而掌握某个人正在试图告诉你甚么。接着 当你是那个正在说话的人，而你发现你的言语没有被听到，接下来你就可以呼唤你的人性、呼唤耐心 暂时释放你要说的，好让你可以提供理解对方要对你说什么的服务。一旦完成了这件事，然后你可以重新评估该可能性：对你需要沟通的东西加以沟通。

我们向这个器皿展示一条美丽的流动河流，一条拥有金色的滚动水流之河，它潺潺流动、水花四溅并歌唱着。我们向这个器皿显示的是，对于那些愿沟通的人们，他们必须如同在那水中的鱼，必须感觉到赋予生命的统合之水　就在自我与所有其他自我之间。将自我和所有其他自我视为在那金色的水流中联合起来的事物，那金色水流正以非常轻快的速率　在一个很确定的方向上潺潺流动。尝试去阻止水流是没有益处的。将自我从日常生活的水流中脱离出来　并没有帮助。相反地，有好处的始终是实现赞美与感恩，因为(自己)属于这生命之水，沉浸于人生之流，有机会跟那些也在这水里呼吸、在投生之流里生活的其他人分享这个环境。

也许在沟通方面　最有帮助的事情是记住　你们全是一体的。你们都将经历相同的　体验。你们是亲密无间的朋友。这是在表面之外，在人格和个体性的面具后面的　真相。最重要的是，要保持信心，每一个其他自我都和你一样，没有更好也没有　更差。看到那种自我对自我的同等性，无论地位，无论财富或地位的细节。尽你
所能地对每个其他的自我：心对心地关注。那种爱的态度将大大地帮助清晰的沟通过程。要知道你们每个人都有各种天赋(礼物)。你们某些人有蓝色光芒的沟通天赋；有些人的天赋在别的方面。认识自我，对自我有自信，这是有帮助的。这就是我们鼓励每个人于内在那么做了。

随着你越来越多地为自己承担责任，当你把自己的能量中心群带到一种真正的平衡，你将开始越来越熟练地感觉到令沟通陷入泥沼的关键点。那股纠缠的能量在什么位置？是在个人沟通的橙色光芒之中，或者是在黄色光芒的沟通之中？黄色光芒和一些机构一起工作　好比婚姻、工作以及所有种类的团体。但最重要的是，知道你自己是太一无限造物者的孩子。在那身份中歇息。在那种爱中歇息。让那股爱喂养你的心、你的信心与意志，这样你就可以再一次给出令人愉快的笑容　并

再次尝试清晰地 带着爱说出各种事物。

我们会把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿 并在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，通过这个器皿 再次于爱与光中向各位致意。在此刻 我们很荣幸提 供自己 来回答在场者可能向我们提出的额外询问。请问在此刻有另一个询问 吗？

S：我一直在阅读有关守护者种族和 Ra 邦联的资料，我对此的问题是：关于一的法则，还有任何其他资料是我们可用的？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现 遍及这个星球的书写历史，有许多作者已经谈到这个法则。很多诗人、很多音乐家都谈到万事万物的合一。我们觉察到 你意图探询的是某些实体 他们有意识地写下了这个法则 或他们已 经能够跟好比我们这样的 可以谈论该法则的实体建立通讯；再次地，有很多这 样的实体，从你们人群认识的圣经开始，因为在这部作品中有些实例，其中谈到 了一的法则的概念及其变貌。从远古时代开始，就有一些实体已经通过一种口头 传统的形式谈及这个法则了。所谓的七色光芒兄弟会就是这样一个谈论该法则的 团体。在你们自己的时间框架中，已经有许多资讯通过埃德加·凯西实体传导， 在其中揭露了一的法则好些细节。其他的实体，诸如名为菲力浦弟兄的实体，也 已经分享关于该法则的资讯。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

S：一周前　我的隐形眼镜和双眼都出了些问题，自那以后　我就没法戴隐形眼镜了。整整一周我都在思考，可能是什么议题带出这一个结果？有甚么事情是我没看见的？你们可以对此放射一点光吗。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在不会太靠近侵犯自由意志的悬崖的情况下，我们可以建议：你可以富有成效地检查耶诞季节的领域和围绕这个节日的　已成为你们历史的一部分的某些忧虑，容我们说，因此当令人伤心的主题被提出时，视力就会较不清晰，(你)多少会有点恼怒。

有另一个询问吗，我的兄弟？
S：上次我们谈话时，我正问到关于 DNA 启动再编码的问题，你们提到在这方面给我资讯　会侵犯我的自由意志，我不理解它如何会成为一种侵犯呢？你们能否阐明？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个具体的探询领域　可以为你提供富有成果的探索途径，我们不想在任何程度上影响你的选择，所以我们不想在这个领域非常具体地回答，甚至完全不想用任何细节来回答，因为我们宁愿你能够自己做出这些选择。如果出于你自己考虑的结果，你可以在这个领域给我们提供更具体的询问，我们就会更乐意谈该询问，而不是照你刚刚问的，检查这个一般性领域，从中抽出对你有重要性的内容。

有另一个询问吗，我的兄弟？
S：OK。我猜想也许把它带到稍为深入一点的境地，在这些解读中　提到在此刻地球会如何增加它的活化，在接下来 12 年到 17 年间　持续增加其活化，并且可　被所有人所用。我最近梦见我处于 4.4(水平)，其中提到一件事情：大多数人

的扬 升必须有 4.5，我正在尝试更好地理解那是什么意思。

我是 Q'uo，我们相信自己掌握了你的询问。如果我们是不正确的，请进一步询问。像你这样的个体与该行星实体[即你们现在居住其上的球体]的能量中心之间有 各种各样的和谐点，容我们说。随着该行星实体穿越其演化过程时，生活在它上 面的 好比你们这样的实体，也在这么做 打开了各种各样的门，特定的音调或主 题就变得可用了，于是该行星照料下的 好比你自己这样的实体，就可以去使用 这些门、基调、和可能性的范围，从而允许这个行星上的每个实体 将自己的寻 求与这个行星的演化协调一致。因此，这个行星实体与它上面的众多实体之间的 相互关系，可以用来增强一个人开始有察觉的过程：察觉到自我的本性与宇宙 造物的本性，通过接纳一切万有来开放自我之心。
我的兄弟，有另一个询问吗？

S：你们有任何的建议，或者练习，或者任何在那种特性上有益处的事吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在回应这个询问时 我们会建议：最好 每天抽出一部分时间保留给冥想，让你可以简短地回顾当天的事件，在回顾时再 次感到自己正在努力地沟通、打开心扉去理解、更多地察觉到自己的存在对周围 人们的效应。简言之，这一个练习可以增强实体对自己进化过程的敏感度。在冥 想中花时间回顾那些在你的脑与心里留下印记的事件，可以让已经学到的东西更 稳固地安置于自我之内，让等待你学习的东西开始向显意识心智揭示出来。 我的兄弟，有另一个询问吗？

S：那就是我现在全部的问题了。谢谢你们。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要问～ 我已经注意到 我这一整年对于流浪者手册的工作热忱。我知道这必定多少有些失衡。我想知道你们能否评论这种近乎强迫症的热忱，我觉得必须保持尽快的速度来写这本书。我应该怎么做，才能变得更为平衡一些呢？我不想让自己写这本书的巨大渴望或热忱，伤害它的纯净度。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。写这本书的计画可以比作为赛跑做准备。跑者已经充分训练 并训练很久了，现在就等待着起跑的枪声。脉搏加快了。 肾腺素释放出来了，头脑专一地聚焦在赛跑上。在这样一场比赛或写这一本书之 前，焦虑程度会有些增加 那是可理解的，因为有好好完成每个项目的渴望。也 有需要把该计画交托给比你自己的手更大的手，交托给比你自己的心更大的心。 虽然 R 实体拥有大心和大手，我们讲的是太一造物者，若放下对预定结果的执 着，祂能够以一种更平衡的方式 通过像你这样的管道，于是一个人工作进展顺 利，轻松地处理各种可能性、困难、挫折 以及捣蛋小精灵[我们听到有人这样叫 它] 。因此，一个人看见太一造物者正在以有韵律的方式移动，于是在短期看起 来是一个困难，在长期看来 可能要嘛是无足轻重的 要嘛是一个无形的盟友。因 为理解的品质不是第三密度体验的一部分，在你们的日常活动中发生大量的事 情，甚至是最小的细节，都有一个受益的目标，它在事情发生时 将不会被理解， 如果有任何事情的话。然而，甚至是最小的体验都有一个目标，而太一造物者可以 利用每个体验来完成一个更大的目标或计画。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：是的。自从我开始工作这本书之后，已经注意到我在早上、中午、晚上都会打瞌睡 虽然我并不打算睡觉。这是良性的趋势吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这样一个计画的损耗有其代价。当一个人疲倦时，睡觉是合适的。

Carla：谢谢。这位写信来的女士名叫 F，她住在纽约的布鲁克林区，她拥有一个形而上学的电视节目 对纽约市的大约一百万的观众播出。她和我已经通信有些时间了。最近她寄给我一份文字纪录 记载着她和一个 A 实体[她的称谓]之间的交 流，她是通过通灵板遇到这个实体。她已经跟 A 交谈有十五年了，她与 A 联系 的方式似乎与个人指导灵的(联系)方式相同。我觉得这是个良性关系，别无其 他。她问你们可否评论她和 A 之间的关系？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们查看这个名为 F 的实体 和名为 A 的实体，A 实体正在与 F 实体一同工作 以便于叫她可以有某种可用的指引， 如你已经推测的，该源头是良性的、有帮助的。这种关系已被建立为一种轮值的 荣耀与责任，所以一个实体投生的时候，另一个实体就留在投生之外，穿过遗忘 的罩纱 作为对方的指导(灵)。就这个经验的周期而言，他们之间的关系是久远 的，该周期的早期是从双方在某次投生中分享你们称为的夫妻关系开始的。这个 配偶关系的后代不只有肉体的孩子 那是这种关系的通常产物，还有万物合一和 爱的创造力量等概念；两个人都曾希望和这个星球上的其他人分享这些概念，并 且继续和(地球)人群分享它们。

有进一步的询问吗，我的姐妹？
Carla：没了。谢谢你，我知道 F 也会感谢你们。
我是 Q'uo，我们也对你十分感激，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

R：跟进上述概念提问，一个在投生中的实体 和一个在投生之外的实体，这样

一个指导(灵)的概念相比于他或她自己的高我提供给一个人指引 是怎样(不同)呢?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在大多数情况中，两者之间的关系类型几乎是相同的。无论如何，那些与高我相关的指导具有男性、女性、以及雌雄同体的角色。更为个人的指导灵可以是更为固有的，或者容我们说，更易于存取，于是可能有一种更为实用的，容我们说，沟通线路；从而言语和概念，感觉和音 调，就可以在定期的基础上传递了。因此，个人的指导(灵)~ 它与受指引的实
体非常类似，然而它留在两次投生之间 即你们会称为这个星球振动的时间/空间部
分之中~ 然后就能够以某种方式跟那个进入此生的实体建立一种可靠的接触以实现在日常活动中增强一种个人进化的目标。 有进一步的询问吗，我的兄弟?

R：你们是说，就这种情况而论：一个人在投生中 而另一个人在投生外，会有一种更为可靠的机会建立一种沟通，它将会触及那个在投生中的实体的显意识心智，从而允许双方的某种资讯流动，与之相对的，高我一直是通过较深心智在沟通，因此，这种沟通更多是通过概念的形式，而它跟显意识心智的逻辑没有关联，是这样吗?

我是 Q'uo，我们刚刚试图讲述你的询问 感激你阐明其内容。我们感觉你已完成 的工作比我们做得更好的，我们感谢你。此时有另一个询问吗?

R：没有了。不是一个问题。只是一个评论。我们在这里讨论某些感觉很严肃深

刻的主题之际，你们插入一点幽默，这在我的耳朵听来就像音乐一样。也许它们就是音乐。但若你们有更多的幽默，就继续送过来吧。

我是 Q'uo，我们也欣赏幽默，因为这比例感为受限的心智提供更佳的视野，我们也欣赏你的评论，我的朋友。

此时有最后一个询问吗？

（没有进一步的询问）

我是 Q'uo，既然我们已经耗尽这次工作集会的各种询问 我们愿利用这机会再 次感谢每位在场者 邀请我们加入你们今天的寻求圈。 我们对于这种邀请总是充满了喜悦 很感激有能力跟各位说话 我们提醒各位 我 们不是巨大的权威，不想望任何人把所有我们说的东西都作为真理而接受。请使 用你自己的分辨力来选择对你有意义、有价值的事物，并把所有其他东西都留在 后面。

我们是你们认识的 Q'uo 群体，我们会在此刻离开这个器皿和团体，一如既往， 在太一无限造物者的爱与光中离开各位。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ **第 3612 章集：太一之舞(20211105)**

Copyright © 2021 L/L Research

中阶传讯圈 2021 年 11 月 5 日

团体问题：“事实上，没有对或错。没有极性，因为一切将在你们凭借心/身/灵复合体(而进行)的舞蹈中的某一点达成和解[以你们的说法]；此时，你们以各式各样的方式扭曲该复合体，借此娱乐自己。”[1]在这段引文中，就形而上而言，Ra 提及的舞蹈是什么呢？

[1] 原注: 一法 1.7

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，此刻和这个器皿在一起。我们在太一无限造物者的爱与光中问候你们每一位；祂就是一切，祂在万事万物之中。今晚被呼唤到你们的小组，就你们提出的问题对你们谈话，我们像往常一样为此感到荣幸。在我们开始之前，我们可以照惯例请你们帮个忙吗？那就是，你们把我们今晚将提供给你们的那些话语和概念，按你们的意愿使用，保留那些有帮助的，不考虑那些没帮助的。通过这种方式，我们每一位都认识到，我们 Q'uo 不是最终的权威。我们很乐意分享一些意见，只要你们了解到它们是我们的意见。

今晚的问题基本上是一个描述了下述过程的问题：每位有意识的实体通过这个存在性的八度音程的灵性旅程。这是一条通向太一无限造物者的道途；自相矛盾地，也是一条在你的内在引领你的道途，而不只是一条外在的道途。你所在的这趟旅程是一条认识到下述必要性的旅程：要能使你的意识以某种方式而极化——无论是为了服务他人还是为了服务自我——以便使这趟旅程穿越体验的各个密度，更高度、更有力地进入到那些更密集地充满太一无限造物者之爱与光的次元中。

然而，当你们处在这趟旅程之上时，你正在以一种方式而跳舞，该方式暂时接受把该旅程描述为一趟具有极性韵律的旅程。这种韵律是你在你的存有之内听到的

东西；你以一种“引发你在受造的体验领域中迈出一步又一步、又一步、又一步”的方式而听到它。你们在自己的存有之内拥有太一造物者的完整菁华，它给了你推动力去以一种“在一定额度的时间[以你们的称谓]内使用极性”的样式而移动。对于每个实体而言，随着你体验这趟逐渐上升的、穿越各个由爱与光构成的密度的进展，极性都会显露并可能以特定方式被利用来加速这趟旅程。与其歇息于一切造物的内在层面，你已经有意识地选择踏上这一趟旅程，以看见、感觉并成为太一造物者——当你处在极化的体验领域内时，你如此热切地寻求祂。这一个过程有其特定的韵律，于是你能够以某一种“允许你成为这个分离幻象的一部分”的样式而移动你的心智、你的身体和你的灵性；事实上，该分离幻象只是一个手段，目的是给予太一无限造物者越来越多的方式用以体验祂自己并认识祂自己——通过你们的一切行动、选择、想法以及你们的真实存在。

这是一趟你所缔造的高贵旅程，好去感受、看见并成为太一造物者的个体化部分，它有能力去体验这个包含清晰的幻象、这个包含分离的幻象。我们将这些称为幻象，因为如同你现在和一直以来之所是，你事实上就是这个拥有无限能力来为你在灵性道途上可能做出的任何选择赋予意义的太一造物者。所有这些选择都是你开始越来越多地知晓太一造物者之合一本质的手段；合一是属于这个太一造物者已经创造的一切造物的品质。太一造物者创造了这一切，好让祂可以[通过你们每一位]根据表面的分离音调来跳舞，然后随着该舞蹈继续通过每个上升的密度，祂可以变得越来越觉察到万事万物的合一。这就是戏剧。这就是舞蹈。这是太一在其存在性的每个部分中的体验；当你们[在每个上升的体验层次中]在你们的灵性道途上前进时，你们每一位都代表着该存在性。

此时，我们将把这个通讯转移给名为 Austin 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我们被你们知晓为 Q'uo 原则，我们现在与这个器皿同在。我们对这个问题的回答过程以及“寻求者之旅可以被比喻为一场舞蹈”这个概念的讲述过程的前景感到兴奋，因为这给了我们一个机会来强调第三密度的罩纱体验与我们没有罩纱的体验之间的对比视角。对于任何带着无罩纱的眼睛而注视并能见证造物的完整动态——主要是超越你们对时间/空间的感知的那部分——的实体来说，诸如今晚已被提出的这个问题具有一个明显的答案。以这个视角来看，相当明显的是，造物的一切是一首由造物者所唱的壮丽之歌。造物的每一面向，你体验到的每一时刻，所有喜悦与忧伤、快乐与痛苦的催化剂，所有可供你以及所有实体取用的事物，都有一个品质——它能够在时间/空间中被见证，可以被比拟为一种振动或韵律。当我们观看单一实体或一个团体或所有造物，我们看见那场由造物者的每个独特表达所创造的交响乐。并且从我们的视角来看，当这些振动将自己表达为寻求者的旅程和造物者的旅程时，我们能够带着巨大的敬畏而认出并见证这些振动的不可计量的复杂性、却又难以置信的同时性。

确实，这个事实——也即处于第三密度[、被罩纱遮蔽而看不到这个远景]的你们可能会问这样一个问题——是重要的，也述说着第三密度实体的旅程，因为第三密度的目的就是借由[我们已经称为的]**选择**、那个在服务他人与服务自我之间的极性选择而在个体寻求者中创造出某种偏向。当第三密度的实体在他们的旅程中前进时，他们有时可能会认出某些韵律或样式；或者，就这个问题的诗意性质而言说，可能会听到某些他们有共鸣的歌声或和声。不过这些音调可能是低沉的；或者，寻求者的注意力还没有磨练到足以集中在单一韵律上，所体验到的更像是一种杂音。

不过，随着每位寻求者继续其古怪的动作来匹配这种杂音，某种样式就会开始在

寻求者的心智之内展开。寻求者开始认出一种更深的韵律，并感到被一首自己听到的歌曲所呼唤。也许，该歌声一开始似乎非常遥远，而且在噪音中很难辨别，但是，寻求者开始随着这首曲调而移动时，就会越来越多地认识到，从远方传来的美丽歌声是造物者的爱和光——正召唤着寻求者做出选择，并以更优雅、更聪慧、更规律的方式跟随这首歌的韵律而舞动。

那么，对于正面道途上的寻求者来说，可能兴起这样的疑问：**如果事实上没有极性，那么为何看起来一个实体仿佛必须选择跟随来自他方的歌曲而舞动？**我的朋友们，这就是第三密度的困难之美，因为对你[、造物者的忘了自身起源的一部分]来说，这首歌可能看似来自于他方，而且你可能看似仿佛必须选择学习跟随这首歌而舞——借由不断寻求造物者之爱并选择在你生活中服务其他自我。不过你将发现，**当你越来越与这首歌合拍时，或换句话说，当你继续朝着服务他人而极化时，你的体验在很大程度上会是这样一位舞者的体验：她已经迷失在歌曲的韵律中，于是舞蹈和歌曲似乎是不可分的，在舞者、舞蹈、歌曲之间没有区别。所有这些都是单一的美丽表达。**

这就是你作为选择服务他人极性的寻求者要走的道途的性质了。你已选择了一条道途，并无区别存在于你听到的歌声与你所跳的舞之间，尽管这对你的感知而言是不明显的。你必须持续不断地选择去跳这支舞，直到“你忘了它甚至是一个选择，并且歌曲韵律在你的道途上无缝地推动你”为止。我的朋友们，这就是理解该实相——也即“(事实上)没有极性，不过一个实体必须极化以便了解和体现这个真理与这个实相”——的一个关键。这是属于[你发现自己在其中舞动的]造物的一个最根本的真理。一切都是造物者的韵律，而且虽然你现在可能无法完全感知它，但你终将与这个韵律成为一，并了解到你就是歌者，你就是被唱出的歌，你就是舞者、正随着这个韵律起舞。一切皆为一，不过你的体验还有一个目标：创造对

于这个真理的更深刻欣赏。

此时，我们要离开这个器皿，并将通讯转移给名为 Kathy 的实体。我们是 Q'uo。

（Kathy 传讯）

我们是 Q'uo 群体，我们与这个器皿同在。我们继续回应你们的询问，涉及[如同在造物中、在你们第三密度实体当中被理解的]“舞蹈”这个词语的形而上意义；你们正在“体验与成长的八度音程之旅”中行进。对于每个实体在第三密度的[如你们的称呼]时间窗口中、在你们星球上所踏上的这趟旅程而言，我们所用过的这些词语——韵律、样式、歌曲、和声及舞蹈——确实是指称它的进展的恰当术语。在第三密度的时间窗口中，体验之扭曲以最优雅的方式被用来调和种种体验阶段，并使得每个实体的灵性成长达到一种在理解、智慧与爱上的充分成熟水平，而这种水平也许只有通过使用这份属于你们自由意志的创造性力量才能达到；我们称该力量为舞蹈。

确实，每个实体的确都听到并回应造物之歌，它一直都存在且持续进行着，甚至已被称为天籁之音，无限的交响乐，延伸贯穿整个造物的无限音乐，其和声、其节奏、其韵律都被感受到进入你们星球上每个实体的真正核心之处。

这是一场无限的交响乐，你们随之而舞；这也是在一场交响乐之中的一曲非常私人的个体交响乐，每个实体都随之而演出这支舞。既有寰宇的韵律，也有个体的创意韵律，两者共同在每个实体的所有成长体验层次上产生最令人满意的调和；每个实体的途径都是一条独特的途径，唯有该实体将根据其自由意志而选择它。不过，也有寰宇的、无限的交响乐之重叠，它作为一种爱、光、灵性的氛围而存在，而个别的实体在其中演出其舞蹈。

我们可以给你们指出这样一幅图像：第三密度的实体们一起来到一个剧院或大厅中，来观看一场美妙的表演，你们称之为舞蹈表演，比如一场芭蕾舞，或被演出的其他类型的舞蹈——对舞者和观众来说，它都是一种艺术体验，在其中，每个参与者，无论是舞者还是观众，都体验到那个经由舞蹈表演而讲述的故事之美丽、样式、韵律及协调。此外，有一场舞蹈是那些来到剧院观看这种表演的实体正在经历的；他们正在观看自己生命之舞中的一场舞蹈。然后，在他们周围还有那场更大的寰宇之舞也在进行着。以这种方式，我们可以指出，**这场舞蹈的所有层次都是一件包含美、包含目的、包含爱的事物；在它之中，体验既是一种荣誉、也是一种责任，并且它通往成长的那个终极之处，我们称之为和解，在那里，一切都得到和解，在那里，有一种灵性的和平；**于是，通过这场舞蹈的活动和美好，每个实体都会解决、感受并理解到其体验的所有部分——它们已经通过一个又一个八度音程的体验而促成了该实体的上升。

我们再次指出自由意志的观念：在你们所进行的舞蹈的每个瞬间中——因为它是一场由每个实体不断创造的、遍及[你们称为的]时间的、与更大的寰宇之舞相协调的舞蹈——个别实体都可以选择跳得更慢、更仔细、更周到，或许甚至暂停一段时间来整合[比方说]行动方案的概念，然后再次继续前进，重新加入舞蹈中、在一个小舞台或大舞台上独舞或与他人共舞。

这一切都是带着极大的热忱[若你们愿意这么说]、通过各个实体的自由意志选择而被完成的；实体们在那场更大的舞蹈中合作。**我们看到你们在这场舞蹈中的运动如美丽的光点，以最奇妙的方式互动，产生可爱的结果。即使舞蹈中的单一脚步可能看起来不那么完美，甚至有点笨拙，它都会导向一个最可爱的结论。**因此，你们以这样的艺术措辞来感知这种体验——因为造物是作为一种创意性和艺

术性的行动而与你们同在的，而且你们每一位都以最奇妙的方式充当着艺术家和体验者——我们与你们一起为此感到欣喜。

我们是 Q'uo。我们已经跟这个器皿在一起过了。现在，我们离开这个器皿并把通讯转移给名为 Jim 的实体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。我们感谢每个管道已经参与了今晚的舞蹈。

因为随着你经历自己的生命体验，你所做的一切确实就是跳出此刻的舞步，该舞步引导你进入此刻，处理此刻，接着进入另一时刻。每个时刻在本质上都是无限的，你可以自由地选择以任何样式而移动，因为你就是这场舞蹈的作者。如我们已经说过的，你就是舞蹈，你就是音乐。

我们非常高兴每一位都已经能以一种最鼓舞人心的方式说出我们的想法，我的朋友们。我们觉得，随着这些传讯体验在你们所知的时间中前进，我们能够善用每个器皿到达越来越技艺娴熟和具有广泛理解力的水平。我们感谢你们的奉献、你们的认真负责，感谢你们参与到这个传讯中、这场属于太一无限造物者的舞蹈中；祂活在每个实体和一切事物之中。我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们向你们告别。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_2021_1105/

英文出处：llresearch.org/channeling/2021/1105

☆ 第 3613 章集：平衡渴望

周日冥想

1999 年三月 21 日

团体问题：我们如何才能以一种平衡的方式 使用我们的渴望和期待好在灵性上成长?

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。能够加入你们的冥想并体验你们振动样式之美，能够跟你们谈谈我们的意见 关于你们今天下午已经询问的主题，这是我们的荣幸和福分。我们十分乐于跟你们谈论渴望 以及平衡与使用渴望。我们只请求你们每个人都带着谨慎且有分辨力的耳朵来聆听，因为真理是个人的事情。真实的事物是一次就对一个人是真实的，一次就对一个造物是真实的，因为你们每个人都是你的造物的中心 不是任何其他人的中心。 你的造物和你是独特的，你将会对于构成你的资产和资源的那些真理起共鸣。当 你感觉到那种共鸣，你可以信任它。当你没有感到共鸣时，我们请你们将这些简 陋的想法留在后面。因为我们和你们一样：同在一趟灵性旅程上的寻求者。 虽然这个器皿喜欢说：她从来都不(传讯)她不喜欢的玄学家，我们还是坚持认 为，我们跟你们一样；也许我们在这个从源头到源头的伟大圆圈上走得更远一 些，但是我们走着相同的道路，寻求和渴望着相同的东西。好比你们的呼唤 对 于我们是十分宝贵的，我们尤其感谢你们 允许我们实践自己服务太一无限造物 者的形式，因为我们此刻在你们的内在层面之内 专门为了回应好比你们这样的

团体之呼唤。

让我们聚焦于渴望。渴望的性质是什么呢？就我们有限的理解，当造物者决定祂要认识自己之际　祂自身使用了渴望的机能的时候，也被称为自由意志。造物者的渴望是关于祂自己的知识，于是　造物者抛出了所有的经验之密度，无限多的银河系、恒星、行星与意识，好让祂可以体验自己。因为造物者的本性是无限的爱，因此祂将其所有的部分都创造为无限的爱，你们每个人都如同一个太阳或行星　由无限的爱所创造，拥有无限的爱之本性。　每一个有知觉的、无知觉的存有，每一朵罂粟花、每一缕微风，每种动物、树木　与人类，都是造物者渴望认识自己的结果。造物者从祂创世的开始　就已经发现　自己全然爱上每一颗微粒、每一个灵魂。造物者是高兴的，激动和着迷的，所以　造物者有一种爱的态度　并感到这种爱在向每个有知觉的生命放射。造物者一直　保持着迷(的态度)。下一步会发生甚么？神性的无限部分想要知道。

既然神性或神格的本性完全驻留在爱　和渴望知晓那种爱的维度之内，每个醒觉其灵性身份的灵魂　开始察觉到自己是一个具有渴望的生灵，这只是恰当且合适的。如 R 实体在这次讨论之前说过的:「我认为我处在一个崇高的灵性层面上　却只是发现我仍旧有很多、很多的渴望。」　容我们对你们每个人说，你将永远都不会发现你自己缺少渴望。这是你生命的本性。这是时间和空间的本质，而它创造各种次元　你在其中可以跟随你的渴望。所以你们每个人都有渴望　这是完全合适的，你们每个人于内在意识中工作　以更好地知晓心之渴望，精炼心之渴望并锻炼那个将进入世界的人格，这样它就有了光之盔甲，得以拥有它所需要的资源　以便于在一个不断增加的程度上　保持察觉心之渴望的模式和衍生物。

如 Jim 实体在先前说过的，在你们存在的层面上　有很多、很多的实体发觉他们无法融入自己所属的文化，找不到适合自己的神话和神话学系统。这些流浪者是

朝圣者，他们在路上找不到歇脚的地方，没有就近的小教堂供他们进去休息。对于很多朝圣者来说，遍布整个文化的宗教影响还不能为他们提供歇息与平安，而这两者构成朝圣者的灵性平衡，而在灵性路上 必定遍地都是朝圣者。你看，一旦该实体已经觉醒于自己是一个永恒的公民，并开始觉察到自我的菁华是无限的并不会化为尘埃，那个实体接下来就会如饥似渴地想要灵性的东西，它会进入意识 并在日常生活中偏转显意识心智。你们的很多大众觉得不可能在日常生活中保持灵性的练习，这在我们看来意味深长。这是引人注目的 因为你就是你，你有爱的天性和爱的渴望：也就是爱和被爱，然后觉得自己无法把它们带入日常生活的范围里。

寻求者的心里越来越觉得不平衡，觉得无法表达出自我的菁华。如果寻求者的内心缺乏平安、缺乏中心，他必然会感到不平衡，感到坐立不安，双脚发痒，渴望尽快处理掉导致灵性与无限造物者之爱分离的事物。此外，在你们的社会中，可以说明问题的是：将灵性带入日常生活的解决方案就是从日常生活中抽出时间参加一次周末的集会 或一次灵性的会议 或者参加某种团体，在其中 一个人必 须信任将有灵性的食粮，这会暂停日常生活，把时间用于灵性工作。提醒你，我 们不是在批评那些提供或参加这些灵性课程、周末集会、工作坊的人。这些都是 分享、关心、学习、服务的美妙方式。然而，可以成为每个寻求者最安全、最可 靠资源的 是心的最深处，因为在那儿有一个至圣所 在此住着太一造物者，处于 祂全部的无限性之中，耐心地等待着寻求者开门通往自己的心。实践渴望最值得 信赖的方式，不是向外探询，毋宁是让自我能量变得越来越小、越来越安静。因 为你们每个人都是造物者的一个全息图。你们每个人都已经是自己所寻求的事 物，但这个宝藏被埋藏于更深层的自我之内，容我们说，它在很大程度上并非被 关在密室中，不如说是藏在一扇门的后面，这扇门有把钥匙，该钥匙就是静默。

当一个实体想到渴望时，这个字汇本身就有激情的言外之意，它在性质上跟性欲或肉欲有关，肯定充满活力。渴望的言外之意就是温暖、热烈、燃烧的。每个人都在惊人大批的层次上 体验到渴望，所以当一个人尝试去跟他人谈论渴望时，甚至那些想法相似的人 都可能会在「渴望什么？」的语义中迷失。有些渴望比其他渴望更为平衡吗？去渴望更高的事物 比渴望那些肤浅的尘世和物质主义的 东西更为合适吗？我们觉得，在此的关键是平衡，如你们当中几个人已经在下午 提到的。平衡这个字汇是最为重要的。我们愿指出，根据我们的思考方法，没有 特别必要从更高的渴望开始。确实，我们会推荐那些尚未在意识中完成大量工作 的人 不要这样做，原因是：每个人都是一个具有很多部分的生物，每个人都具 有身体、心智、灵性所体验的各种各样的能量。所有(这些)都需要被平衡，我们 的感觉是：当一个人正在做所谓的灵性工作时，从所谓的较低能量中心和脉轮开 始工作，这确实是远远更好的。

我们先前已经谈到三个较低的能量中心 就是红色、橙色、黄色的中心：根部或 第一脉轮是红色脉轮，包含那些生存、性欲、生命力的议题；橙色光芒为腹部脉 轮，在此的议题有：个人的伦理、个人的选择、个人关系上的工作；黄色能量中 心，有时被称为太阳神经丛中心，涉及社会及其团体、伦理、人际关系、寻求者 对于可能遇到的催化剂 选择去提供的回应。为了让造物者提供的完整能量可以 从身体的基底 向上进入心轮，这些脉轮需要是敞开的 并处于最低限度的平衡。 在心(轮)并未收到完整能量时 就在意识中做功 就是要担风险：这个器皿会称为耗 竭、不健康、散乱的人格，以及其他的心智、灵性、肉体上的疾病风险～这结果 是当心(轮)没有足够的能量让一切事物保持平衡之际，就试图在意识中做高强 度、高能量的功。

这个器皿喜爱一个作家兼神秘主义者：伊芙琳·恩德晓。在这个圣徒般且令人快乐的谦卑女子的作品中 有个建议，一个人可以把灵性自我想成一座有两层楼的房子。在第一层楼吃饭、喝水、睡觉，做身体和头脑必须做的事以维持自我、养活自己，让这个家可以提供歇息和安全给寻求者。伊芙琳实体问，若寻求者忽略了脏盘子、没铺好的床，并且很有创意地把家里的东西搞得一团混乱 会有什么感觉？走上楼并进入楼上的房间。对于一些人，这是很容易去做的事。不过伊芙琳实体建议，这是将马车放在马儿的前面。这是移动地太快 以致于完整的存有无法跟上。所以 我们会对你们说，我们赞成这个感想，我们确实觉得这是一个神圣有爱的工作：平衡那些涉及存在、性欲、个人关系、家庭关系、社会关系的感觉。所有这些都是蒙福且重要的关注。它们并非要被扔掉的小改变，好让一个人可以前往更高处。在你走上阶梯 进入楼上的房间时，它们必定是你信得过的楼梯。我们请求你们每个人都特别察觉到简单事物的美丽与神圣。因为这些事物将会喂养你、平衡你、开放你的心。

一旦你已经进入开放之心，一旦你感觉到能够承受静默的内在之声 它不对耳朵说话 而是对心说话，你就在平衡状态中歇息 准备好查看心之更深渴望。一次又一次地，你将会发现心是关闭的。你将发现各种关系正在失去平衡。我们对你说， 不要为此担忧。这就是事物之道。因为一切事物都以螺旋方式行进。你在今天遇 到的事情，你将会在一星期后，一个月后，或一年后再次遇到，仅仅是要确认你 已经明白那个具体要点。

你将看见相同的课程在重复，不过 并非重复，因为你已经螺旋式地转变为一个 不同的人，需要在新的层次上接受考验。因此，当你发现自己向后退出开放之心， 向后退出人际关系、自我、健康、或沮丧之间的平衡时，要知道这不是退步 而 是螺旋进入一种复习和考验、若你愿意这么说、关于你早已学会的事

物。如果你花 了任何时间，来责备自己又一次遇到你认为是重复出现的催化剂，我们请求你把 它推出你的心，原谅你正在真实地做自己。

你看，在渴望之内蕴涵非常微妙的选择。你到达该螺旋上的那个点、再次获得该课程，非常、非常容易退回到较低的能量，同时为处于这种较低的能量而严责自己。不过要知道，你将会在此生的每一个昼夜都跟这些较低能量一同工作。

很多时候 你甚至察觉不到自己正在处理这些较低能量，因为你带入自己生活方式的锻炼越多[这个器皿会称为生活准则]，你就越能安住于信心中，而不会在面对 这个构成审查、考核你对自己的平衡有何认识的催化剂时紧缩。受考验的通常不 只是平衡，还有你对于该过程的觉知。当你能够通过一个混淆的情况 赢得一种 忆起，记得催化剂是怎么运作的，你参与的这个过程是怎么回事，你就越能够顺 利地、有风度地、合作地开始做手上的事，不指责自我或别人；完全地原谅这个 经验的密度授予每个永恒的 有知觉公民的东西。因为你们每个实体都是人类，
因此 你们每个人都不得不犯错。那是第三密度的特性、人类体验的特性、你们此刻正处于其上的灵性道途之特性了，于你目前所在的点 你将持续不断地被抛入混淆、困难、激怒之中。这单纯是为了设置舞台：让你踏上从智力到达心的旅程。

用谨慎思考过的方式活出生命，这经常被视为令人向往的，我们肯定不会说 思考一种生活方式是不明智或不灵性的。我们宁可说，有一种智慧对于智力很有吸引力，但它是虚假的，因为你们的密度不是智慧的密度。此刻在你们的密度中 你们从来可能学到的最大智慧就是：你无法知道任何事。换句话说，你们的人生完全奠基在信心上。你没有命运的支持。没有永恒的双亲会告诉你要去做什么。

你正在未知的水域上航行，你的智力并不能睿智到为你的灵性航程掌舵。很多人错误地试图靠智力和智慧来过灵性生活，然而，这种能量不利用开放之心，它不会带你走多远。它把你抛入的海洋，跟你为了寻找智慧而离开的海洋，同样地令人困惑。毋宁，就我们的理解，你们的密度是一个明显简单的舞台，设置它是为 了(让你)一次又一次做同一选择，去爱和被爱。名为 Ra 的实体说过，在每一刻 问问你自己:「此刻爱在哪里」？这个问题包含了心之开放与极化的种子，我们 觉察到，那是你们每个人想望做到的：越来越觉醒、越来越察觉到自我的本性， 越来越能够在日常生活中表达那个菁华。

这些渴望是所有人所共有的。每个人乘坐的船既没有磁石，也没有舵盘。但是，更准确地说 这艘船有一张风帆，寻求者可以从各个方向调整这张帆 以捕捉灵性 之风。一旦一个人已经能够，即使只是一小段时间，跑在灵性之风的前面并感觉 到风帆的飘扬，他就开始能够识别出 在旋律中、在事物的正确性中，感觉起来 是怎样的。因为，我们真的要对你们说，就我们最佳的知晓，每个人都有一个命 运。每个人都有一个使命。每个人来到此生 都带着要去分享的礼物(天赋)，一 个要去实现的任务，一个要执行的服务，以及要完成的学习。这学习总是跟爱有 关。这服务总是跟信任此刻的正确性有关。我们一次又一次听到这个问题:「我 能相信甚么？我怎么才能有信心？」我们对你们说，如果你的渴望进入平衡状 态，那你就最有可能体验到信心的收获和绽放，因为信心不是对于任何事物的信 心。信心单纯地是一种态度，也是你的灵性生命的一部分。信心知道：一切都好， 一切将是好的。它无法藉由信任任何其他人而被取得。只能在你安全地跃下悬崖 后，在半空中体验到它。在半空中你发现自己能够奇迹般地培养信心，而且你将 会发现，你在处理自己的渴望时，会开始认出一个位置或平衡(点)。感测到：我 处于中心，在平衡木上走得很好，我正处于旋律之中 和

一己的命运合作」其中 自有一种舒适。

希望我们已经能够描述一些如何进入内在的过程，也就是如何抵达心的最深处，开始察觉到造物者就住在其中，你可以走进这个至圣所，与造物者同在，允许造物者活跃地驻留于内在；于是当你走出了那个祈祷、冥想、静默的内在房间，你将感觉到圣灵能量正在流经你，你将知晓，感恩地，你不再依赖于你少得可怜的人类之爱，但你已经能够开放自我的器皿，好让无限的爱与光流经你 接着往外流入一个饥饿、渴求的世界。

我们觉得，这种在自我之中的存在是所有人的最高使命，在所有日常生活的混淆之中 活出一种奉献的生命，这是每个灵性实体的首要天职。我认为 我们可以说，一旦一个人尝试以规律的方式 从这个观点去活出生命，各种旋律将会变得 更明显，音乐将会变得更清晰，爱将会更多地流动，就好像每朵花的每片花瓣， 每只歌唱的鸟儿，造物者的宇宙的每个微粒都跟你和谐一致，都察觉到你，像你 爱它们全体一样地爱着你。

感谢你们允许我们谈论这个主题，我们现在要把通讯转移给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体，感谢这个器皿的服务，我们把它留在太一造物者的爱与光中，我们以自己全部的爱与力量服务造物者。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次通过这个器皿 于爱与光中向各位问好。此时 我们很荣幸可以提供自己来回答在座任何人脑海中可能出现的 任何进一步的询问。此时 有另一 个询问吗？

T：最好的方式是尝试去创造你的渴望吗，或者更好的方式，用句篮球的术语： 就是「让目标来找你」尽你所能地去做来到身边的事情，使得你的渴望按照造 物者的意志去做事，不要把你自己过多的色彩放在诠释上？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。使用你关于篮球比赛的比喻，通过观察那些来到你这里、流经你的经历，来找到位于生命河流中的自己，这是好的。你做为一个有意识的生命，被生活模式中各种巨大且无形的原力推动着，因为每个人都选了某种你可说是课表的东西，它为你呈现各种机会 让你去上依然需要 上的课程，而且根据你的需要频繁地呈现这些机会，好让你懂得爱对于开放之心 有甚么深刻影响和效应。因此，我们对每个真理寻求者的建议是：你尽可能轻快 地走过日常的经历，寻找那些经历，它们为你内在生命留下痕迹，继续影响着你， 如同被你吸引来的东西。

我的兄弟，有进一步的询问吗？
T：没了，谢谢你们。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此时有另一个询问吗？

Carla：跟进 T 的问题，若一个人确实有某种燃烧着的渴望，有没有办法来聚焦于这个渴望，或者单纯后退一步说：「愿祢的意愿得成全」？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在花了一段时间观察你自己的体验之后，发现自己对某种表达途径有热情，那就最好跟随这种热情，相信这种热情就是造物者现在对你的意愿。因为这种热情的感觉确实是潜意识心智，或造物者的意愿通过潜意识心智 以如此这般的方式，推动有意识实体的最有效方式之一。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：在那个主题上没有了。我确实有一个自己的问题，如果你们无法评论，这是 OK 的，因为它是特定的(问题)。我已经注意到在这星期 自己的愤怒非常强烈，我想知道 在这周我在身体上已经完成的清理(工作) 和更容易被感觉到的 愤怒的负面情绪之间，是否有任何身心相关的连结呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如你已经推测到的，我们必须谨慎地踏步 好确保我们不会侵犯你的自由意志。我们可以建议，那些你在这周已经通过清理方式拥有的体验 已经着重强调自我透明度的持续趋势，如我们可以描述的。 也就是说 在你此生的一个巨大部分的时间中 你已经体验到 涉及痛苦的肉体状 况，已经拥有，容我们说，一种削弱神经(系统)的效果，所以有一种更容易识别的 对于周围环境的情绪性反应。你自己的肉体载具的脆弱 在头脑中有一种类比的 心理感觉，觉得你必须仔细和小心；当人生体验中有另一个人似乎在跟你的人际 关系方面 是粗心大意的～ 举个例子，那个人粗心大意地超车到你的汽车前面～ 接下来，作为结果，在你的肉体和情绪的存有中 就有一种倾向性朝向防御的反 应：恐惧、愤怒，等等。

我的姐妹，有任何进一步的询问吗？

Carla：没有，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

R：你们能不能告诉我，卡洛斯·卡斯塔尼达所撰写的那些书 属于非实存的道途 吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。但我们发觉，要将这些书卷或任何书

卷 描述为非实存道途或实存之道途，即负面道途或正面道途，这里有一条(边界)线 是我们不能跨越的。我的兄弟，对于每个真理的寻求者，这些选择是要他自己或她自己所做出的，这是最重要的，我们发觉必须把这个选择留给你。 我的兄弟，有另一个询问吗？

R：没有，在这个主题上没了。不管怎样 感谢你们。
我是 Q'uo，我们为你的询问而感谢你，我的兄弟。此刻有另一个询问吗？
(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，既然看起来 我们已经暂时耗尽所有询问，我们将利用这个机会感谢 在场的每一位 邀请我们出席你们今天的圈子。跟你们一起走过这些步伐，这一 直是我们的一种极大的荣耀和荣幸。我们是你们知晓的 Q'uo 群体，我们在此刻 离开这个器皿和团体，一如既往，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。 Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3614 章集：共同造物者

周日冥想
1999 年二月 7 日
团体问题：全球的觉醒 迎向好比天使、指导(灵)、灵性指引等无形菁华，这是我们觉醒的一部分 迎向一个更大的自我领悟 即直接与智能无限共同创造的身份。你们能否谈谈这种觉醒发生的过程，在这个过程中，我们开始实际性地察觉

到我们作为共同造物者的角色，具体聚焦于我们是如何学会成为永恒能量的直接导体。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与光中致意。一如既往，我们感谢这个团体呼唤我们来分享观点 并参与你们的冥想。这种体验对我们是宝贵的，因为你们每个人的振动都是美丽的，我们极为感激能够与那种振动调和。另外，我们感谢你们 因为这种意见的分享 给了我们服务他人的机会，而这 正是我们觉得可以最好地分享自己天赋的方式。一如既往，我们会请求每个人都 仅仅从这些想法中拿走那些对个人有意义的想法，把其他部分丢到后面。因为每 个寻求者都有杰出的分辨力量，我们鼓励使用它。没有权威会大于内在之心和那 种正确性的感觉。

你们今天请我们分享自己的意见，关于觉醒的实体如何开始体验一种宇宙，在其中 时间与空间已让位给无限与永恒，寻找形而上的自我变得比世俗的认可或任何尘世利得都更重要 因它没有扎根于爱：一个服务者的爱，一个奉献自我的实体之爱。有很多实体现在正在醒觉于它们的灵性身份。这正是让长期隐藏的感觉和觉知开花的时候。在你们行星上 这正是察觉到自己为永恒公民的实体们 绽放的时候。

我们的意见是：万物是一体的，一切万有都住在每个实体的内部。我们的感觉是： 每个实体都包含无限的造物。所有事物都是想法，所有的想法、所有的情绪、一 切可见的事情、以任何方式感觉到的一切事情，虽然对外在眼睛有显现形式，但 首先扎根于你的内在生命：与它连接的不是更大的空间，而是无限本身。因为你 们每个人都是一切万有的全息投影，每个人都是同一的东西。在你们的地球上 所 有

人都是一体的，小小的自我无法掌握该真理。从外在的眼睛来看，每个实体似 乎明显地是一个独立的人，可是就像婴儿第一次在母亲怀里醒来，开始察觉到一 个有视觉、声音、感觉的新世界，人类生命内在的灵性自我，也是这样醒觉于一 个只有它才能听得的闹钟。

没有两个实体有相同的时钟设置。也没有单一的时间让所有身体里的灵性觉醒。 对于每个寻求者 觉醒的时间是完美且正确的，尽管他人看来似乎是不正确的。 一个人准备好处理内在的新生将会带来的后果时，自然就会觉醒；这种新生就是 醒觉从而领悟到自我是一个人灵，而灵性独立于时间和空间，完全仰赖于爱与 光。因为每个人都是爱与光，然而每个人也在爱与光从无限造物者流入地球层面 之际 转变其形态。所以你们每个人，无论年龄或关于这个人的细节是什么，每 个正在觉醒的人都是一个振动的接收器和传送器。

你们的科学家告诉你们，一切万有都是由能量的粒子组成的，这些粒子以各种各样的速度振动 创造出各种各样的能量场。其中一种能量场就包含你们每个人的 灵，当人灵觉醒时 就不会回去睡觉了。一旦觉醒，寻求者必须保持觉醒和警醒。 那么该问题就变成了：「我如何能帮助这个觉醒的过程呢？我如何能加速我灵性 进化的步伐呢？」我们会建议几种方法，藉此促进这个过程。首先我们会建议， 每个觉醒的灵魂都为自我选择最能滋养内在的灵性小孩的生活准则只有当外在 自我为心中的小孩留出空间和时间时 才能变得成熟。在静默中花费的时间，无 论是献上正式的冥想，还是单纯地坐着，都大大地协助内在的灵性自我。再者， 它有助于将寻求者与个人的命运对齐，因为每个人都带着要去分享的礼物(天 赋)，要学习的课程，要提供服务前来。每个人都已为自己规划好在路上的同伴 和要去做的有益工作，在这物质幻象的罩纱中[构成你们星球上的共识实相]，每个人 都希望(个人)觉醒会发生，开始做出选择，而这会越来

越多地允许内在的灵性自 我成熟。

要促进一己的灵性进化，冥想并不是唯一的技巧或方法。尝试为他人提供服务，肯定地，总是会创造更宽敞的环境 好让灵性自我成长。肯定地，阅读和聆听受启发的和启发性的材料是有帮助的。

然而，比任何这些实践更有帮助的是，坚持不懈地聚焦于心理与情绪的觉知，觉察这个在行星地球上投生的自我具有的天性。因为，如我们说过的，你们每个人都如同收音机：接收和传递振动式能量，像是好的感觉、好的言语、好的行为。所有这些在形而上学的世界中都是同等的，因为想法是形而上的东西，想法在灵性的世界中拥有形状、内容和实质。这就是为什么寻求者的意图、渴望、祈祷如此重要了。

为了把寻求者带入更直接的认识 觉察他们在这个星球振动升高的过程中 自己的角色最伟大的单一实践就是单纯地成为，尽其所能地成为最深入、最深刻、和真实的自我。在这种存在中 有一种对作为的释放，因为，从形而上的意义而言， 我们所必须给予彼此的礼物并不是这些，毋宁是存在与菁华。当一个寻求者开始 觉察到它是一个意志、修炼、信心的生物时，然后，那个人就能够单纯地允许爱 与光的流入振动 行经身体、心智、情绪、灵性的身体管道 并向外流入这个世界： 它是如此急切需要那些无扭曲的爱与光之振动。

每个寻求者在这里要成为一个直接的共同造物者 藉由允许实存者，理则、单一伟大的起初思维 成为我们，流经我们，再向外流进地球层面。藉由祝福这种能量又不会抓住它，藉由知晓有足够的 无限额度的爱与光 并知晓它无法被用完，寻求者正在肯定那实存物。我们祝愿每个实体都遇到那些旅行的乐趣、那些顶峰

的体验、那些伟大又深刻的领悟。那些时刻是珍贵的，不过 你们每个人将会发现，当一切都说了、做了，常留在头脑和心中的事物 正是每个实体的存在状态的振动层次，这是任何其他的感官记忆都无法做到的。当我们体验到这种振动，我们每个人都知晓该祝福。我们所有人都认识有些实体，他们通过自己的存在本身改善了一个地方的振动。然而，总是要知道，这些事物不从你而来。它是流经你的。没有一把解锁心门的钥匙是跟人类心智或世俗意义上的头脑意志有任何关系。毋宁说，赤裸裸的灵魂，那个无遮掩且无修饰的人灵 才是完美的目标，爱本身，也就是你们每个人。

愿你们找到越来越多的创意方式来分享无限的爱与光 它将会流经你 通过祝福那种能量 接着有意识地将它送入这世界。我们鼓励每个听到这些言语的人 发展出一种日常练习 非常认真地对待自己，这种练习将喂养形而上的自我，无论是藉由冥想、或是祈祷、沉思、或默想，凝视启发性的物件，或者阅读受启发的文字。你将会发现这些同化心智的技巧是十分有帮助的。有人看见自我正在浮现的对于形而上真理的饥渴，有很多方式去向内在自我提供那个真理。然而，我们的意见是：真理是一个流动的 变化中的事物，它在其本质上是非常个人和主观的。

对于每个实体，都会有地标性的真理 会出现并停留非常长的一段时间。随着课程发生在一个人的身上，随着自我的发展，也将会有真理被视为在蜕变和迁移。我们鼓励你们每个人都信任自我，去聆听那些预感和直觉[存在于意识门槛底下属于 更深入和更庞大的自我]，它们是进入显意识心智的唯一声音。

你们每个人都如同真葡萄树上的果实。你们每个人都扎根在天堂中。在你们每个人的内在都居住着完美、真理、无限之爱。那些坚持跑到底而不管别人怎么想的人会在灵性上成熟。慢慢地移动 深思熟虑且等待灵感。那些放下野心的人会问：

「今天造物主对我的意愿是什么？此刻爱在哪里？」他们将成熟得更快。此刻的爱就是你。愿你携带着那真理，像皇冠一样戴着它；即使皇冠在头上很沉重，也 愿你服务，愿你向他人伸出援手，愿你用内在最好的东西来回应别人的求助，愿 你在别人的路上鼓励他们，因为你是无限造物者在地球上的双手、声音、关怀， 只有你，没有别人。如同古老的圣歌所唱的：「愿你们彼此相爱。愿你们关心彼 此。愿你们带彼此回家。」

我们会在此刻把这个接触转移给 Jim 实体。我们要在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。
(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中致意。在此刻 我们荣幸地提供自己来回答在场者可能会发觉有价值而提出的进一步询问。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要为 P 提出两个问题。首先，巴哈伊信仰的起源和目标是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们向 P 实体致意，她在寻求这个询 问所根植的信仰上 已有很长一段时间，P 是这个团体的一个朋友，是每个成员 都喜爱的。这条特殊的 寻求太一造物者道途的起源，以你们对时间的量度 存在 于不久的过去，也就是说，在最近两百年的时间中，起源于一个实体找到了一条 个人的道途，它能够允许这个实体经验太一无限造物者 并通过这种与太一造物 者合一的体验领悟万事万物的一体性。因此，这个实体在花了大半生寻找这个被 称为真理、一切万有起源的东西以后，他能够融合各种其他奉行仪式的途径，创 造出一种意义，从而不仅能够体验万事万物的一体性，而且能够将这种体验奉献 给他人；因为他的人生目标就是要把自己放在这种位置上，能够接触被称为智能 无限的东西，并将这种接触作为生命的永恒泉水献上，从

而成为一个能够提供这 种服务给他人 尽可能以平等主义的方式提供，容我们说。 因此，很多这种神秘主义途径的起源，都是那条始于内心 亦终于内心的旅途， 因为跟通往合一的所有这种道途一样，心之路最快到达那儿。 我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：有。她的第二个问题只是请你们用任何愿意分享的方式，评论她去年的 经历。她不希望你们侵犯自由意志，只是评论。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。让我们现在看看这个实体过去的经历。就形而上的术语来说，我们看见一颗致力于寻求真理的心，这种奉献是对这个实体的合适步伐，我们看到她在很大程度上，成功地将自我意志与新的维度融合，一方面好像有限制，然而 另一方面又解放(她)。这个实体用来查看自己的旅途、她跟别人的关系的平衡态度值得称赞 因为这种平衡态度把别人的经历看成是宝贵的旅程 把自己的旅程看成是跟某些在自己的生命中占主要地位的人和谐地互动。这个实体所体验到的困难是，容我们说，在其人格的较粗糙部分 与其他自我打交道上时产生的摩擦，这些其他自我同样也拥有人性的倾向，也就是，犯错的倾向。去接受、宽恕、更新自我奉献于寻求在全体之中的太一 这能力就是已经支撑这个实体继续这样做的品质了。

在此刻 我们感觉已经给出适合这个实体的内容了，请问是否有任何进一步的询问？

Carla：我知道 P 感谢你们的回答。我自己有一个问题。在我将 D 的言语录到磁带上的过程中，我正在思量它们，它们是关于内在层面的指导(灵)或灵修者类型的指导，好比巫医、印第安人、圣灵，还有那些人 已经察觉到仙女或天使 和所

有这些无形的、魔法性存有的帮助。所有这些指导似乎都有同种类的服务，要提供给我们这些在地球上 处于第三密度身体中的人。我想知道的是，是否有一种造物者身分的要素，在我们当中 那些期待仙女的人就得到仙女，那些期待印第安的人就得到印第安，那些期待 UFO 接触的人就得到那种接触。我们是不是以某种方式参与这个分配指导的体系？不同的人就会得到不同的指引方法吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这些具有无形特性的实体会启发、指引那些呼唤它们的实体 并产出对那些实体最有帮助的影响，真的是这样说的。

还有一句话也说得好，发出呼唤者的期待，常常决定了回应的性质，即指导是以这种形式还是另一种形式出现。很多人都有这一种可能性，有先前多次的投生体验决定要呼唤、看见、体验的那种菁华。因为在贯穿整个造物之中 有很多很多可供第三密度实体使用的 不同形式的指引，而这些指引是可以将它们形态精炼成与那个呼唤的实体的基本振动菁华 更为协调一致的形态。因此，每个实体都将体验到它真实渴望的东西，以及它已经在其形而上的系统中 为了领会实存物而准备好空间的事物。
我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没了。就是这样。非常感谢你们。
我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？
(没有进一步的询问)
我是 Q'uo，我们会在此刻表达极大的感激 给那些在场者 以及那些在远方冥想 圈子中的实体 把它们的能量和菁华添加到这个圈子，并且感谢你们 邀请我们出 席并参加你们今天的寻求。一如既往，与许多那些回应我们的感激的人同行，这 一直都是极大的荣耀。在此刻我们将离开这个器皿和这个团体，一如既

往，我们 在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们认识的 Q'uo 群体。 Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3615 章集：力量与控制

周日冥想

1999 年一月 17 日

团体问题：我们想要提出一个问题，它是关于一个人对自己日常活动的控制，或者缺乏这种控制，觉得失去力量去影响任何情况。这种感觉受到另一种认识的平衡，即认识到每个情况都向我们提供了从中获得自己所需之物的机会，只要采取该态度：一切都好，万物是一体的，每一刻向我们每个人提供的正是我们成长所需要的东西，我们就绝不会失败。所以 我们想请 Q'uo 评论一下这些概念：表面上失去控制；能够将自己的注意力集中在当下发生的事情上；以及此刻向我们提供自己需要的爱。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一造物者[我们服务祂]的无限的爱与光中 向你们致意。我们感谢每个已经加入今天的圈子的实体。我们的感激和祝福与你 们同行，因为你们致使我们能够提供服务。因此，你向我们提供学习和成长以 及如我们希望的 去服务的能力。容我们说，虽然我们十分乐于能够跟你们分享 我们的意见，我们不是权威。我们单纯地是那些走在这一条国王大道[这个器皿的 称谓]上的人。我们寻求爱、真理以及道路，它与我们如此接近 以致于我

们无法 表达它，然而我们知道，它仍旧是一个奥秘，而那个奥秘会在我们前进时 在我 们前方后退。所以，当我们与你们分享一些意见时，我们也请求你们使用分辨的 力量，因为并非所有我们所说的内容 都将成为适合你的资源。我们会请求你们 拿走那些有帮助的想法 并将其他的都丢到后面。为此 我们大大地感激。

你们问我们关于力量和控制(的主题)。你们今天用来为这圈子调频的歌曲，谈到了领着歌手返回自己本质的水上脚步。这个器皿立刻想到名为耶稣·基督的实体，他在水面上行走 并且给了她可以在里面安歇的身份。 耶稣实体并不觉得在水面上行走是非同寻常的，彼得实体也一样；当他看到老师 走过来 他从船上跳起来，也在水面上走向他的老师，直到他了解到他是一个人 类 而人类会下沉。于是他沉入水中 直到基督实体向他伸出一只手 并将他拉起 来。这就是信心的本质了。

信心不是一个人能计画去取得的某种东西。在这条国王的大道上，没有旅舍 是你能在其中购买信心的，你也不能在任何学校学到信心。毋宁，信心是在彻底的混淆中，在巨大的混乱中被表达的，而这种混淆和混乱就是你们第三密度的物质幻象的特性了。

让我们查看一下你之所是的生物。你是一个永恒的公民。你的菁华是无限的，你没有限制。这就是你的本性，因为难道你不是与那个起初思维，与那个理则[可以被如此虚弱地称为爱]是一体的吗？这个超越万物 却又包含万物的造物者，拥有智 能无限的特性。

这种与生俱来的权利就是你的，但你已经在此刻选择承载这个无边际的意识 温

柔地、挚爱地、满满希望地把它放置在一个瓦罐中，放置在你的肉体载具之所是的那个化学电子蒸馏室之内伴随这个载具、这个无毛发的类人猿，在你整个一生中　英勇地带着你到处走，接着出现了一种智力，它不是无限地　而是有限的，不是永恒的　而是受时间束缚的。这两种本性存在于你的内在之中，它们用很多很多种方式互动着。当跟着肉体而来的头脑统率意识时，无可避免地且立刻就出现那些限制、失望、忧虑的感觉　以及一种无尽的　旨在解决具体问题的推理。因为随着肉体载具而来的头脑　是被精心设计来解决问题和做出各种选择的。

对于这个头脑而言，一切事物都可以被衡量，当他衡量了一个情况，量好其内接缝和外接缝，记下所有这一切，然后头脑做出一个选择。而身体必须跟随。我们可能把这称为灵性的沉睡。该实体完全依赖有限的理性头脑，很可能做出出色的选择、解决很多难题，但不会有轻松感或空间感或爱的感觉，而那是你与生俱有的权利。

这就是它应然的样子，将永恒的意识放在显意识觉知的门槛底下，该门槛就是这个　器皿称为的共识实相。于是对于未觉醒的人灵，正是潜意识心智和较深的心智包含　那个永恒公民的所有的本性和特征的部分，而这个公民已经进入此生希望同时　进行学习和服务。无论在你周围的混淆海洋是怎样混淆或混乱，无论你可能感觉
到怎样受限，有一个更高的真理、更深刻的真理，若你愿意这样说，一个更宽广的真理等待着，盼望着，真理的手在全时间都举起来　砰砰地敲着你的意识之门，等待着你去追求、求爱，以打开更深意识的那些门。

作为一个受限的存有，你的双脚站在大地上，你的根深入大地本身。你跟所有尘世的事物连接在一起，跟大地、岩石、火焰、水、植物和动物的美妙的能量连接

在一起。肉体本身就有动物和植物生命的本能式优雅：朝向光转动，要去生存、延续下去的本能。但作为一个永恒的公民 你把自己扎根于这个器皿称为的天堂中。彷佛该树木的根部在最顶端 而树木的枝干向下进入该幻象。当你伸展进入 心智根部的时候，你就在伸展进入天堂般的事物。这一切全都在你的里面。都在 这些门的后面等待着，而这些门都上了锁，防止轻率、未经思考、粗心大意的寻 求者进来。

那种力量感，容我们说，并不属于该幻象，它存在于自我的这些房间内、这些深层心智的结构之内。要去控制的渴望，一种伴随那种渴望的力量感，是人类动物的一个完全自然且本能的部分。当然，这一种渴望注定要受到阻挠，而这种受阻就是你们在首次呼吸的时刻 踏入人生和该幻象的重大要点中的一个。

所以，作为一个地球的公民，你注定要将时间花费在第三密度的生活方式 也就是在混淆的群岛中打浆滑行，到处寻找一个干燥的地方，找寻你的路 却恒常地遭受在世俗意义上 你无法控制或支配的事物所打擊。若你聚焦在那种人生观，那么每个人都在寻求的平安感觉就将永远是虚幻的，因为肉体投生的整个目的，就是要使得心智混淆和受到冲击 以致于它必须放下。这个器皿喜欢说，灵性的旅程是一条从头部到达心的旅程。

使用智力的技巧会把一个人带到很多出色的结论 却没有一个结论能把一个人带入到觉知、舒适、平安的深处，在那儿 一个人知晓真理在任何时刻都能使你感 觉到。每个人都有过这些无限的平安与喜悦的时刻。每个人都感觉过自我的开 放，和某种伸展与弯曲 并享受生活，这种感觉已经在戒备森严的房间里锁得太 久了。那些房间的钥匙是什么？有一扇门只能被静默打开，我们衷心地推荐你们 每个人 在任何可以的时间 都花时间处于静默中.... 三十秒，五分

钟。一点点静 默就大有帮助了。

有另一扇门，它只能被耐心的钥匙打开。那是不被任何期待所钉住的耐心。让我们查看一下这点。你的期待有哪些呢？你有很多(期待)吗？你的渴望是什么呢？你有一大堆渴望吗？你只有很少的渴望吗？如果你的期待不止一点点 如果你雄心勃勃，如果有一个计画～ 这个器皿的头脑立刻回忆起苏维埃的五年计画，似乎从来都不管用～ 那么每个制定的计画，都注定要被丢到后面。即使一个计画制定得恰到好处，也常常不会给人带来预期的感觉。不，毋宁说，耐心是释放期待，单纯地等待，不知道将要发生甚么，甚至不必猜测会发生甚么，宁可进入开阔的心 它就像一张椅子，好让你可以坐在耐心的房间中。

记住：期待是个危险的东西；渴望是强大的东西。危险与强大，因为它们创造一股不平衡的能量，直到你实现了这些期待与渴望。不过在你们的幻象里 一切都不是它表面上的样子，所以每个被满足的渴望都将带来巨大的催化剂，因为它将不是你认为它会是的样子。

深邃心智中有一扇门 只能被信心的钥匙打开。这个器皿曾经处于非常接近死亡 的极端情况，她在墙上贴了一张纸条，从躺卧的床上可以读到上面的讯息：「信 心，最后的边疆」那是星际迷航(著名)的「太空，最后的边疆」之双关语。 它对这个器皿是有意义的，我们把它从她的记忆中抽出来，于是我们可以谈谈信 心 它是未知土地的入口。信心不是对任何事物的信心。信心是对看不见的事物 的知晓，对于一个人处于正确地方的确信。信心不合逻辑，无法以理性的方式辩 护它，然而 你在这个深邃心智的房间中花费越多时间，你将越发地绽放 能够去 做每个实体真正来到这里要做的工作。因为，确实，你想望去控制什么呢？你想 望去支配什么呢？

在属灵的事物上，那些在服务他人的极性中工作的人将会发现只有一个领域需要工作。需要工作的并不是这世界。需要改变的并不是别人。只有自我才是你的工作范围和领域；在此 每个实体都有权利去工作、希望、梦想、走那条灵性道途。头脑问你:「你正在前往何处？」 「你如何用最佳的方式到达那儿？」 这是合乎逻辑的。这在灵性上有时会起作用，但通常不会。

在灵性上管用的事情，毋宁是那种信实的耐心，这种耐心会在处于疑虑时 看见疑虑，跟疑虑坐在一起，接受疑虑，宽恕疑虑，接着选择在信心中歇息。我们的意思并非建议，行动不是一个好主意。你来到这里就是要被混淆。你来这里为了行动。你来这里就是要犯错，评判你自己，做所有那些你将学到 并非特别地有爱或明智的事情。

你将会注意到，我们并没有谈到智慧的房间，因为就我们简陋的意见，智慧不是你们在此刻准备好的课程。因为你们看，只有在一个实体已经学会爱与悲悯的课程之后 研究智慧课程才会产出好结果。智慧是一个死的东西，除非智慧来自彻底敞开的心，这颗心能够允许太一造物者的无限爱进入自我，被自我所祝福，继续在没有显著扭曲的情况下 再从自我进入地球层面。这就是你们来到这里要做的事了。你来到这里要提供的礼物不是行动 而是存在。你来到这里牺牲真实的自我。你的整个人生都是献给地球的一份礼物。你肯定希望在这里做个人的事工。你肯定希望凭借你做的事和你说的话来服务，但是，你远远更为中心的责任是带着一颗有爱的、敞开的心来面对此刻。这才是你有控制的区域和领域了。这就是你的力量之所在地，就在那一瞬间 寻求爱的决定之中。如 Ra 实体说过的:「此刻爱在哪里」在任何的重要关头 这都是一个有帮助的问题，尤其是当人灵感到疲倦或过度疲劳的时候。

最后一扇门只能被真诚的爱这把钥匙打开。这是圣中之圣。这是慈悲的席位。若你能进入那扇门，所有其他的门也将打开。若你能够在自己的天性土壤中挖掘，深入心智的根部，穿过你的混淆[也就是表层土壤]，穿过各种困难[也就是你的肥料]， 若你能够成功通过那些 接着到达岩石，那岩石就是爱。就拿起这一刻，感觉一 下造物主有多爱你吧！喔，造物主多么爱我们每一位啊！每一根头发、每一个雀 斑、每一件蠢事与错误。所有这些事物都是一幅美妙织锦的一部分，都是带有情 感、关注、关心的管弦乐曲的一部分，那就是你的签名了，而造物主热爱你在人 生中创造出的每一点色彩、音调、能量、图案。你是怎样地被爱着。 要知道这点。沉思这点，因为这是深刻的真理，它会一点一点地把你从人类的各 种担心中释放出来，它们似乎创造了一种气氛，你在此不被欣赏，生活找不到平 衡，而且你尝试协助别人 尽力做的事似乎没找到靶心。

你的内在也拥有这种能量的巨大储存，该能量就是爱。不过 精确地说，并不是你的内在拥有这些东西。毋宁，如这个器皿稍早说过的，彷佛只有在你知道它们正在流经你，而非源自于你的时候，你才拥有它们。因为那些人类的事物都是有限的，若你尝试去从显意识的自我去爱这个世界，你将很快耗尽。你将感到精疲力竭、疲倦，能量肯定衰竭。我们宁愿建议的模型是：你把自己视为特定种类的振动之传送器和接受器。你同时在接收和发送这些振动。如果你允许它，你就在无限智能当中创造了一个回路，它是那个流动的、知晓的、成长的地方，你们每个人都已访问多次了，当事情变得不清楚和混浊时，那儿就是你们每个人所渴慕的地方。

我们并不是说 好比你们这样的实体不会经常在原本期望是开放道路的地方撞到砖墙。更确切地，我们说的是，这些砖墙就是该幻象的一部分，相比于自我之内 的

追求与求爱，它们并非特别有趣，而在自我之内有一个永恒的公民，它会在每 一个时机，在每一个情况中都选择聚焦在主要的事物上[如 Ra 实体先前说过的]。而那个主要的事物，永恒地，总是爱。愿你们一次又一次地 被引导进入这样的情况：你可以在此拿起那些钥匙，它们属于耐心、爱、单纯的坚持、希望与信心，在那些地方中 你可以为自己找到歇息、安慰，并且成为抚慰你疲倦灵魂的慈悲香膏。

我们会在此刻把这个通讯转移给 Jim 实体。我们要在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。
(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿 再次于爱与光中向各位致意。我们在此时 很荣幸提 供自己来尝试述说在场者可能会向我们提出的 任何进一步的询问。

Carla：我有一个关于我的书籍的工作问题。我已经尝试根据各个能量中心来划分内容，我在那样做当中发现一个困难。各种各样的问题涉及不只一个脉轮。若你举性欲为例，它肯定是一个红色光芒的议题，也是一个黄色光芒的议题，如此等等。我想要知道 你们可否评论这点。我正在寻找一个更好的方向 好划分该书 籍和(相关)素材。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。 我们想望有所服务，却不会为你做完家庭作业，容我们说，不过我们可以开始打 开那扇你在问题的结尾 自己打开的门。建议你可以追寻某些主题，比如你刚才 提到的性能量交换，还有很多其他主题，用最熟悉的经历为灵性旅程上的学生 展 现其概观。然后这些综合起来就可以变成一种载具，用以分享你希望跟他人分 享的东西，也就是分享奉献生活的那方面。

有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：没了。我会检视你刚刚所说的内容。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，既然各种询问好像都结束了，我们要再一次感谢每个出席这个寻求圈的人 邀请我们今天出席。我们能够在这里加入你们，感到十分荣耀和荣幸。我们提醒各位，有很多像我们自己这样的实体，在那寻求、成为、认识太一无限 造物者的旅程上，与你们每个人同行。我们是你们熟悉的 Q'uo 群体。

Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3616 章集：内疚

周日冥想

1999 年一月 03 日

团体问题：我们想要问问 Q'uo 关于内疚(的知识)。当我们感到内疚时，我们通常被那种感觉所压倒 却不知道它从何处而来。你们能否给我们一些资讯 关于内 疚从何而来，以及在我们的灵性演化中 如何跟内疚一同工作？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意。你们的团体呼唤我们，这是一种巨大的福分，今天 我们祝福并感谢在这寻求圈

中的每个人。

你们的问题涉及内疚。我们谈论这个有趣的主题时 我们分享意见，而非作为高于你们的权威在讲话; 我们会请求每个听讲的人使用个人分辨力，因为我们所说的东西是意见，它们可能会或可能不会 对你个人有帮助。如果它并没有为你构成一种资源，如果它并非跟你有共鸣的事物协调一致，那么我们会请你们单纯地把它留在后面 并继续前进。

当这个器皿在稍早时 进行调频并挑战我们的接触之际，这个器皿照惯例挑战我们三次。在首先的两次挑战中，我们的印象是 这个器皿在行使自己的分辨力 以确认她收到的振动。无论如何，在第三次挑战中，该器皿仔细描述了她认同耶稣· 基督的面向。其身体被钉在木头上 让自己承担人类的罪，爱他人直到死亡的时点，对于这个实体而言 这是基督身份的伟大特征 多年来牢牢固定在这个器皿的脑海里。正是这个特征给了我们一个地方 好开始谈论内疚。

文化上的宗教，容我们说，不同于纯粹的宗教，因为信念本身的精华被取出、移除了，(只有)保留形式。那么以非-基督徒或世俗的方式，来表达耶稣·基督中的造物者，就是那条黄金法则：至少做到己所欲 施予人。但是，这种文化上的 把愿意为别人而死作为最高的善举，则为服务他人[并不期待任何回报地给予]设置了一个绝对的标准，用属世的话来说，当一个人给出生命时，他已经给出所有，不再能 给予了，因为此生已经以那种形式结束了。自然地，失去了肉身也能继续送出礼 物，确实还要容易许多；然而，正是肉身的层面 创造出为他人益处做出的自我 牺牲。

每一个人都带着一个人格而进入此生，该受造人格是早已设置好的。在人格发展

的方式上有些游戏(成分)，但是，它的显意识资源，一个容易取得的资产是在投生前就设置好的。因此，有些实体的正义感，公平感，以及分享和给予观念 就会比其他进入投生的人敏锐得多。不管一个特定人格的这种基本偏向如何，父母所遵从的文化规范，是试图让这个本能上就是唯我论的幼儿，增加他对别人补给的爱与服务。他们常规性地教小孩跟人分享玩具、糖果、快乐时光。有很多涉及行为举止的训练都是用「应该」这个字汇开始的。一个人坐在饭桌前，双手应该放在膝盖上；应该尊敬自己的母亲；应该避免杀害任何人。在培养孩子的每一个层面，这些适应文化的偏向都被一再地重复、重申，直到它们被灌输到深层心智的逻辑所拥有的基本情绪性字汇库。在此不是指那个超越自我的心智，而是指投生中的自我的那个部分 位于显意识边界底下。

结果是，当一个人适应了该文化 带着社会所提供的 朝向服务他人的偏向，消化了这些传入的资料以后，却根据自己的偏见、人格外壳的偏见、来回应它，那么 这个人的心里就大致留下了一丝内疚。对有些人来说，权威的声音在他整个一生 中都保持黯淡，该人格外壳的基本特质听不到他人的痛苦。当一个人没有内疚的 表示，那么试图把这个人归类的医护人员，就会称这种实体为缺少任何社会行为 的人，或心理变态，因为你们大众里的医护人员假定，内疚是心理的天然机能。 这个器皿称之为把「应该进行式*」布满你全身。确实，当一个敏感的实体拿起内 疚的棍棒 并痛打自我的头和肩膀的时候，就形而上而言，那伤害很真实 而且痛 苦很巨大。
(*编注:原文为 shoulding)

如你可见的，内疚有不同的程度，取决于该实体的基本人格外壳 以及他难以摆脱的 适应文化的程度。不用说，早已导向服务他人的人，以及正在有意识地工作灵性进化的人，远比视野较不宽广的人，更容易接受内疚。因此，恰恰就是那

些足够敏感的人 因为内疚而处于痛苦中，会从自己的催化剂里收到数量更可观的内疚。对于那些早已对内疚敏感的人 彷佛造物者是在其伤口上添加侮辱，让那些已经在增加服务他人的层次来回应内疚的人 得到更多的内疚。

这点的正当性只能从学习的立场上被理解。该内疚感，如同感觉的许多负面情绪系统，是旨在把一个人放置极化可能发生的位置上。现在，服务自我本身不必然会带来巨大的极性。你们星球上的很多实体，确实整个一生都在服务周围的人，而没有过分思考或把它看成是可工作的对象，或者把它最大化；对于这些实体来说，觉醒的灵魂所看到的机会，他们完全没有注意到，也没有使用。然而，我们可以鼓励你们每个人，作为那些敏感的人、有意识地在灵性世界中觉醒的人，去看见那些「应该」的感觉是一种要被赞美、被使用的催化剂。 当一个人体验名为内疚的这组情绪时，一个人正在体验到一种恐惧，即自己做得 还不够，再次地，「足够」这个术语取决于人格外壳的能力，以及该实体做出多 少努力，以实现该人格内想要服务他人的潜力。

因此，在某种意义上，一个人越频繁地感到内疚，一个人就越频繁地思考「那是否足够？」就更多地要求自我朝着不求回报的服务他人(方向)极化了。 我们不必然要鼓励大家自动回应「不够」的感觉，因为这种觉得不够的内疚感， 有时候纯粹是一种本能的反应，无法据此确定自我的内在或自我行为中的具体匮乏。我们毋宁鼓励(你)注意到情绪天气的系统已经吹入心智和情绪体中，容我们说，着眼于尽可能诚实地、准确地评估，该增加服务的机会。当没有机会增加服务时，内疚感就如同截肢部位的幻肢痛一样。在那儿 确实没确切的肉体腿部， 只有一个身体，它如此习惯于体验到肉体的腿部 以致于外形的缔造者会继续将 那个想法紧握不放，该身体接着就会感觉到已截肢腿部的所有痛苦了。

在某些情况中，随着实体们变得更倾向于灵性工作，这现象会变得更真实，该内疚是残留性的 并且没有帮助，因为他们感到内疚的情况无法得到缓解。这现象的一个好例子是：在自杀事件中 家人的感觉。甚至是那些实体与家庭成员没有关系 却是朋友，将会听到这一个自杀的实体逝世时 立刻检查自己，如果早点了解到该实体的情况有多糟，自己本来可以做些甚么。即使那个实体已经继续前进(到另一边)，没有什么事情能做了，这些幻影的感觉是非常真实的 并且必须被处理，就好像它们有某个东西是跟共识实相有关的。当内疚与害怕的感觉升起 该实体无法找到任何回应，那么最好着重于锻炼人格和锻炼意志。在这样一个情况中 涉及到的人格锻炼在于允许该实体与这种感觉一起坐下来，陪伴它并与之成为一体，允许它表达，给它尊重并成为它的一个见证者。那么，对意志的使用，就是要求该人格放下那些感情，用以下的觉知来平衡之：即所有能做的都已经做了，现在应该继续前进。

当一个实体经历到内疚 并发现它属于这类的内疚，我们会推荐一般的方法来处理有关的动态关系。当一个实体发现自己感觉到做得不够的恐惧的，当进一步的细节检查确认有更多的事情能完成时，那么 我们鼓励寻求者去将这样的感觉视为有益且多产的催化剂。因为创造极性的东西不仅包括愿意服务他人，还包括愿意工作自我、找到方法变得更有能力付出。付出自我是一种肌肉，不使用该肌肉的人就会造成它的萎缩退化。然而，对于那些使用它的人，他们锻炼警觉性 以捕抓内疚的过程 并且选择一种回应 而非单纯地沉溺其中，就有可能去深化意志和信心的机能 以及使用那些机能去祈祷、询问、谦逊地恳求太一无限造物者给予恩典 好变得更能够在不考虑回报的情况下给予。

那么，并不是所有的内疚都是好的。某种内疚是一种对于催化剂的直觉(膝跳)反应，该催化剂其实并不存在 故在任何意义上不能够与之工作。但是如果有工

作 可做的话，对灵性进化极为核心的是意识中的工作，因为更高度极化的实体将得 到机会，欣然地给出自己；不是出于文化上的期待或人格的特性而付出，而是 因为该实体已经有意识地察觉到，极性的运作方式，地球学校是怎么运作的，而 这样的学生始终表现优异 超越其他大多数的学生。因为若有一种去工作的动 力，该工作就会快速地且更为容易地进展了，当测验结束时，会有一种满意感。

该器皿称为地球或地球层面的幻象被设计为一片混淆的海洋。它就是以这样一种方式被设计，好让实体们在能够以智力的立场跟幻象打交道上 大大地受挫。它 旨在把人们从耳朵上的智力中扔出去，让人们跪下来 把他们放置在心的圣所 中，谦卑的、疲惫的，准备去学习。要知晓这点，就像爱会赶走恐惧，爱会赶走 内疚。要想从自己身上消除内疚，只做到你能做的一切并不够。做你能做的一切 自有好处，因为那肯定是够了，但是从情绪上来讲，足够永远是不够的。你也许 总是可以再多做一点：再一次将脸颊转过来让人打，穿着另一个人的鞋再多走一 里路，再多采取一个可能有帮助的行动，或者再多避免一个行动这可能有帮助。 内疚没有合乎逻辑的终点。它不服从于逻辑。不如说，它是在情绪体音乐中的一 个音调。

然而，这个音调能以音乐的方式与之一同工作，正如同这个器皿为了这个通讯而调频自身：通过祈祷、静默、歌唱、赞美。所以寻求者可以调节这个名为内疚的 情绪纯度，从中仔细梳理出那些恐惧和自我责备等较不美丽的精髓，接着藉由一 序列不断增加的 越来越精细调校的游标尺 越来越多地把它带入焦点，直到那种内疚的感觉就如同一个美丽的音调，成为一种美丽又真实的情绪。因为，确实，那种一个人做得不够的感觉 在你们的幻象中是永久的。它将会重复出现，因为一个人在自己的眼中 无法取得完美的行为。一个人从来都不会完全满意，不会

认为: 够了就是够了。所以, 他剩下的只是该觉知: 虽然一个人的心里有这个音 调或和弦，但这在自我的寰宇人格中有其位置；在所有可做的事都已经做了 而痛苦依旧存在时，一个人有能力安慰自我。一个人可以宽恕自己是人类，能够原谅自己做不到牺牲自己到死亡的地步，并在面对这个催化剂时能够承认，自己能 做到的最佳程度算不上最好的事物，但这没关系，那是它本来应该的样子，藏于 这片混淆之海里面的完美， 它是其中的一部分。

当一个人已经完成了： 摇晃、拥抱、爱这个如此想要服务的不完美存有， 然后，他就能带着一颗更为轻盈的心 把那个内在孩子送出去，他向内在的自我建议： 只要摆脱近距离观察的忧虑，就能靠意志从情况和情绪后退一步，到达一个(新 的)视野，较少考虑目前发生之事的前景表现，而把涉及的基本原则带入更分明 的浮雕。我们荣耀耶稣·基督实体，我们确实荣耀基督振动为迄今为止在无限造 物中可实现的 爱之最高振动。我们确实向那种振动鞠躬 并以他之名前来 并且 希望能够服务到那个粗糙的木头十字架的地步 双手被钉住 身体的一侧被刺穿。 不过 我们在目前的情况中，并没有要做出的肉体牺牲。我们没有能力内疚 那是 你们在幻象中感到的内疚。我们没有能力变得混淆 接着在那种混淆中去呼唤信 心。我们也没有能力对自己感到愤怒，然后原谅自己。因为，既然我们能够看入 心智的根部，我们可以看见在每个幻象系统中，被设置的限制都有一个理由，那 个理由是适当的、有帮助、启发人心的。在地球层面上 你们有能力去被彻底地 击碎，变得完全地混淆，被生命打倒趴在地上，接着对于那种击倒你、使你感觉 进入个人黑暗面的催化剂，你有能力调节你的回应。

你不要被自己的内疚感打败，毋宁把它们是为在意识中做功的机会: 原谅自己是人类，分析情况，看看内疚是否有成果；如果没有就努力释放内疚，如果看到还

有可做的工作，那就以最高、最佳的方式使用内疚。不要使自己超过这个范围：在不损害自己的情况下能做的事，不要求自己做你还没准备好的事；毋宁要敏感地注意这些所谓的负面情绪[属于内疚的]所带来的机会。

你将跟随十字架的脚步，在你们的课堂中，这是对的。你将有机会去擘开自己 接着把你的能量、时间、注意力倾泻出来。在你选择这样做的时候，要察觉到 这是一项圣礼，你站在圣地上，你跟随光的方向需要一丝不苟；不要因为没做到的事或做得不对的事，以任何方式谴责自己，而要不带火气、完全平静地在头脑中回到那个情况，找到平衡的、适当的回应，选择你能达到的最慷慨的服务水平。这是第三密度的教学导不可缺少的部分，是让人从头部移到心(轮)的方式之一；对于想望加速灵性进化速率的人来说，能体验这一点不但合适，而且值得向往。要在一切事物中找到爱，在自我之内找到对这份爱的回应，让你的回应最真实地表达自己。

就像很多事情那样，重要的不是你在这个显化的世界里做了甚么，而是你如何做的：你怀着怎样的爱心，带着温柔与悲悯 对待自我、其他自我、整个受苦的地球层面。出于对这个世界上苦难的察觉，一个人会对没东西吃的人感到内疚；由于一天之内没有用锁链鞭打自己两次 而只打了一次，圣者会感到内疚。你无法从生活经历中除去这类的课程，所以我们请求你们把它看成是一门研读的课程，就像很多这类的课程，尽管测验常常是困难的 却是有帮助的。 最重要的是，我们鼓励你们大笑，在某种程度上轻松对待这些事情，提升自己超 脱这些考虑，进入对当下此刻之美的察觉，因为这是一切的中心，从这里观察手 边的情况，困惑会比较少。笑声和欢乐是最有帮助的灵性锻炼，我们鼓励多使用 它们，尤其是那些严肃的、会重度担忧怎么把事情做好的学生。

我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体，并在爱与光中带着感谢 离开这个器 皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿于爱与光中 再次向各位致意。我们很荣幸在此刻提供 自己来尝试回答在场者可能向我们提出的进一步的询问。在此刻有另一个询问 吗？

Carla：一个问题。我注意到当我在传讯中说你的名字的时候，似乎在我说出你的名字之前 在你的名字前面有一个 a(量词)。我想知道 我那时拾起什么东西呢？

我是 Q'uo，察觉了你的询问，我的姐妹。你知道的，我们是一个原则 由两个不同的身/心/灵复合体创建或建构的，每个复合体都包含自己的签名振动或声音振动，用以划分和识别相关实体。你已经注意到的身份标识的开始是，如我们已经发现你们人群这样称呼它，(宇宙)天体音乐之声，Ra 群体用一种更为平衡的方式参与的那个伟大 AUM(音)。因此这个 a 的声音是一种渗透或一个振动范围 多少 跟我们的两个声音振动复合体调和重迭 构成某个基础，因为这个天体之声是那 种音乐：任何实体已经把自己调频对准太一造物都可听到。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：有。我注意到你们谈到涉入的两个社会记忆复合体，有一段时间，我感觉有第三个(复合体)加入，就是 Hatonn，我感觉那个实体在那个时候 已经加入该原则 以便于处理该圈子 某个成员的需要，当那个实体离开时，也许 Hatonn 也离开了。这是否正确？

我是 Q'uo，察觉了你的询问，我的姐妹。虽然这个假设在你这边有其正确性，但不能简单地说那个假设是正确的，因为有很多属于社会记忆复合体特性的实体已经被吸引到这个团体 并在这个团体的历史上[照你们的说法] 已经向这个团体
发言。而一旦做了这种承诺和交流以后，这个连结就再也不会被切断，而会保持下去 所以你们团队在寻求圈中聚集时，有很多实体受到吸引前来 不直接参与对 话，但是会将自己的振动性临在借给这个寻求圈，而这个寻求圈里的任何人都可 以呼唤这群实体中的任何成员，来进行特别的通讯，容我们说，也就是说，在这 群实体中 有的成员可以为某个人带来镇定，有的为另一个人带来灵感。 一般而言，这个寻求圈可以取得大量的支持，它来自服务于太一无限造物者的星 际邦联的那些成员。

我的姐妹，有进一步的询问吗？
Carla：没有，谢谢你们的资讯。它是令人着迷的 知道这些很好。
我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。我们在此刻请问最后一个询问，如果有的话。

R：你们刚刚给出的回答，提到了这个圈子聚集时 有(无形的)实体在场，这话提醒了我曾经有过的感觉，我想把它说出来。我在聆听 Q'uo 的时候，真的认为 Q'uo 代表了忧伤的兄弟姐妹之兄弟会，如 Ra 的称呼。我想要感谢你们提出这点，因为它为我澄清某件事，因为我感觉到牵涉的实体不止两个，而你们用一个结构来描述这种现象，我的头脑就能更好地处理，我感激(刚才的)那个评论。

我是 Q'uo，我们正在回应你给我们的回应，我的兄弟，我们感谢你 能在一个更 完整的意义上 掌握这种通讯的特性，因为当这个圈子中的每个人都更能够

欣赏 已提供的事物 它使得我们要提供的服务具有了特定的 动能上的便利 容我们说。 这个团体特意的呼唤 总是使我们感到欣慰，但我们愿重申，当任何星际邦联的 实体被呼唤时，会有其他的特殊实体 被这个团体的寻求所吸引 从而加入进来。

因为当你们正坐在其中的团体 自身聚集在一起并与团体中的其他人分享心的关 注、头脑的关注、和对当天的关注，就会创造出特定的振动层次，这种层次就好 比一种请求这些领域中的专家前来服务的呼唤，容我们说，而这些专家的渴望就 是：向地球上寻找这种安慰的人们提供资讯和灵感。

关于你们在新年之初的体验，我们发现这样的时间划分，尤其在这新年时节，对于每一个实体都有帮助，因为它在该实体的心智中 提供了一个干净的石板，于是该实体也许想在自己的人生模式中表达崭新的、更精炼的抱负，并且在新机会呈现时 觉得更容易表达。就很像是一次新的投生层次为该实体提供了表达的自由，你们的人群的一个新的日历年开端也是这样的。

我们是 Q'uo 群体，愿在此刻表达我们的感激 献给在场的各位，感谢你们今天邀 请我们出席你们的寻求圈。能够这样做是我们莫大的荣耀 希望每个实体使用内 在天生的分辨力，从我们今天所说的内容中拿起那些听起来有真理铃声的话语， 任意地使用它们；把那些听起来不真实的内容都留在后面。 在此刻，我们将离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与光中离开每个 人。我们是你们认识的 Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

☆ 第 3617 章集：愤怒与挫折

周日冥想

1998 年十一月 15 日

团体问题：今天的问题关系到我们对自己感到的愤怒和挫折，我们想要 Q'uo 告诉我们，我们如何才能使用这些感觉 引导我们通往给自己的悲悯道途。我们有希望可以够改变自己吗 或者我们应该将注意力集中在接纳带着愤怒和一切的自己？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。是在服务太一之中 我们来到你们这里 一如既往 我们十分感激你们呼唤我们来到你们的工作集会。能够有机会去分享你的冥想 并与你们分享一些意见，这对我们是一种大福分。我们要请求每个寻求的人都使用分辨力 那是每一个寻求者的天赋，那个内在的声音会说：「这是给我的，那不是给我的。」我们不想要你 们把我们的话当成福音，因为我们只是易于出错的光之仆人。我们可能是错的， 我们只提供一些意见 并寄希望于它有可能被证明是一个适合于你的资源，因为它一直是我们的资源。但是 无论是聆听我们的声音或任何实体的声音，总是要信任你自己的分辨力，因为它被赋予给寻求者 于是在真理来到时 寻求者就可感测到。

你们今天的询问十分有意思，因为它进入一场被感知为战役的核心；这个器皿会

用圣保罗的话，将这场战役描述为跑一次美好的比赛。在这次投生开始之前，你们每个人想要进入的 正是在这个幻象当中。你真心想望进入的，正是你感知到的这一大锅困惑，以及各种负面情绪的过程。你对自己说:「现在，为啥我会想要做这样一件事呢？」「为啥我会想要在这片混淆之海中游泳呢？」然而你必须记得 在注视这一次投生能为你提供的各种可能性之际，你当时的立足点与现在的位置之间 有巨大的不同，那时候你没有位于困惑、遗忘、幻象的罩纱之内。更准确地说，你选择在这个特定时刻 踏上这次特殊的朝圣之旅，注视的是去表达信心的机会。

表达信心就是宣告一种完全无形的和睦与平衡。在进入这次投生前 你不需要祈 请信心，因为真相是明显的。住在自我的精微体内，注视你面前的服务与学习的 可能性，你们每个人觉得受到激励，加强了想进入这个沉重幻象的愿望，完全投 入这混淆之海，接受该遗忘：忘记那些在灵性王国内 不言自明的单纯真理，抓 住机会活出这样的一生：见证并歌颂信心、爱、喜悦，因为这些感觉、这些纯净 的情感从你的内在涌现，你渴慕带着越来越多的纯度来表达它们。 确实，你们每个人都必定曾等待并期盼着这个在此时进入投生的机会，因为有如 此多的灵魂渴望把自己的信仰、爱、奉献 献给在这个时间和空间中接合点的地 球，因为这个特定的恒星系统[和星系]在这个特殊时刻 正在通过很多人所称的一 次诞生，进入下一个学习的密度。确实，在此刻 地球层面在和谐通过磁性和灵 性能量的改变上 遇上大量的困难 伴随着这个特殊尖端(cusp)：在此 一个纪元或 时代结束了，接着开始另一个(时代)。确实，如很多实体已经对这个团体说过的， 如同每个人都听过很多次的，这是一个关键时间。在这个特殊的接合点，有一个 收割的时间，有很多人准备好醒觉于自己的灵性身份，并准备好被收割 进入一 个更高的理解。带着一颗饱满和满溢的心，你们每个人都渴望纯粹真实地有所服 务，成为一个进入发白田野的人，加入那些

帮助行星地球之收割的群体。容我们 说，你们每个人都在帮忙。你们每个人都确实表达一个爱、信心、奉献的层次 那 时常是显著的。你们每个人，在某个程度上，都已经能够强化极性，凭借该极性 你寻求去做你为此而来的服务。

如果你正在做你来此要做的事情，那么 为什么你会有这些挫折和愤怒呢？让我们看看这一点。很多人表达愤怒、沮丧或其他负面情绪时没有困难，要把责备、把这些情绪的责任归咎于外部势力，也没有困难。可是你们每个人已经意识到，没有任何事物真的在你之外，你不可能把自己感觉的责任归咎给他人、归咎给任何种类的外部势力，你们每个人开始越来越多地为自己承担起灵性的责任，所以发生这些情绪时 它们就被转向内在。就形而上的工作而言，相比将责任归咎于自我外在的力量，这实际上是一个显著的进展。

当你正忙于责骂自己的时候，你着迷于变得更好的渴望。这在其自身，如我们说过的，是在平衡这些情绪的过程中 向前的一大步。J 实体在稍早时谈到，她觉得单靠自己 什么事都做不到，这是一则来自你们知道的圣经的自由引用。圣保罗实
体曾进一步讨论这点[1]，他说没有爱的言语是没有美德的。他说，若一个人遵从一切教诲，分享所有事物，知晓所有事物 却不带有爱，这样一个人就是一面响锣，一种没有任何重要性的吵闹噪音。我们觉得，这对于你们每个人是一个关键， 那就是领悟到，单靠你自己 任何事也做不到，而那些靠你自己完成的事，那些 在没有灵感的情况下完成的事，将不会有美德，而该美德正是你渴望来此 跟你 在行星地球上的同胞们分享的东西。

要看到这些没有爱的行为是无用的，多么困难呀！为什么它是如此困难呢？很单纯地是因为，在你们的文化中 只有一点点的注意力放在存在的价值。不如说，

你们的文化几乎狂躁地聚焦在做事，完成那些幻象中的事情，完成那些你能够指出的 有一个客观指称的行动。似乎行动才是有价值的，不过 在形而上的意义上，执行这些行动时带有的爱才是有价值的，而非行为本身。从灵性工作的立场而言，那种你做事情 或不做事情 或沉思事情 所怀抱的爱就是你的菁华、你的 礼物，以及确实 就是你在地球层面中的使命。

因为文化适应之故，甚至要领会这件事都是困难的，那种工作伦理已经从如此多的来源沉淀下来 成为在此刻你们文化的命脉了。当人体们彼此相遇时，他们会问什么 好建立友好关系呢？很常见的会问:「你做什么(工作)的？」你们能不能看出，这一种问题把人带去离心多远的地方吗？因为提出那个问题时，甚至没有一般的意图去问你的兴趣是什么，因为假定的情况是: 将有某种职业是你用来识别和辩证你的存在性是正当的。

「我是图书管理员。我是老师。我是护士。我是研究员。」这就是你被教导用来跟其他灵魂联系的方式。然而 你们每个人都有内在的生命，它很有说服力、令人着迷，多产又活跃。你们每个人的自我各个部分之间，都有动态的张力，只要你做了灵性工作，这些自我部分就会向你揭示其自身。多年以来，一个又一个的领悟已经来到你身上，在灵性演化之中 你们每个人都带着一颗饱满的心尝试加速、合作、加强这密切且深入的过程。

对于自我的这个层次分享 通常必须在完全没有言语的情况下被进行。毋宁说， 它的发生通常单纯地靠你跟一个人同处时所体现的素质，对方感知得到这种素 质，但无法精确地说出来。然而 我们知道，你们大家都遇到过来找你咨询的人， 因为他们感知到这种内在生命的临在，因为他们信任自己感知到的 这种无须言 语的存在(状态)。这就是你的礼物(天赋)的核心。这就是你此生的核

心。去成为 你自己。以你自己，完整的、开放的、有爱的自我面对当下。要在每日的基础上 这么做 是怎样无限困难的事呀。如 R 实体说过的,「我只要有一会儿忘记去留 心，一切就全回来了，我就回到我开始的地方，似乎又在跟日常生活的困难搏斗 了。」

进入你日常的行为中 着眼于找到你自己 和那些深藏在你心中的天赋 这是怎样 无限微妙的一项工作啊。面对好像迫切而持续的、来自外部世界的行动要求，我 们不知道有任何简单或傻瓜都懂的办法，可以让你从自我感知的挫败走进内在 更深层的自我，在那儿 爱始终存留着。你们每个人都有一颗位于最深处的心， 在此 爱是真实的。但要前往那儿是多么困难呀。你们的外部教育几乎没给你做 任何准备，甚至没有尝试去荣耀存在超过做事，荣耀爱超过行动。如果你要求自 己只做你可以怀着爱来做的事，那么你也许将发现，在你安定下来之前，你只能 做到一点点。因为你们现在享受的第三密度幻象，真的是特意设计来使智力受 挫、感到迷惑，它从心理和情绪上冲撞你、使你失衡，毁坏安全和受控的场所， 为的是让你可以越来越多地从心去承担此生的旅程。

我们已经多次推荐冥想。那个在冥想中述说的 安静微小的静默之声是十分雄辩的。这就彷佛你们每个人的内在都有造物者，那创造一切万有的 伟大的起初思维。那爱创造并毁灭，并且是创造了所有已显化世界的万物的一种原则。要找到一个人通往内在造物者的路，这是一件困难的事。幻象的每一种能量都尝试分散你的注意力 离开进入心的目标。

幸运地，有那种记忆，那种贯穿所有幻象持续驻留的察觉，那颗内在之星，那种内在的临在，你们每个人都可能会经常忘记了，但偶尔地，每个人都有过那种与众心之心合为一，与内在造物者合为一的 激励人心与确定方向的体验。这样合

而为一的体验(即使)只有一瞬间，都会给寻求者带来惊人的确信气力，重新燃起渴望，再次尝试 坚持追求某种存在方式，它会最深地满足每个人真切感觉到的服务之渴慕。

我们能可靠地说，你们(当时)谁都没有领会到，在这样一种沉重又令人信服的幻象中，要表达信心有多困难。可以有把握地说，每个人在投生前都比现在更觉得自信，而在此生中，现在觉得被打扁了，厌倦了旅行和灵性道路上的尘土。然而，这条道路，尽管布满尘土且经常位于沙漠中，感觉起来仍是对的，每个人在这条道路上都有伙伴，他们(和你)有相似的渴望 并渴慕类似的服务与学习。所以我 们对你们每个人说，你们确实有力量去改变你的感知，改变你的心智状态。然而， 这不是一种通过智力或伟大工作来表达的力量，毋宁，如每个人确实都注意到 的，该力量是通过很小的领悟来表达的；这些领悟在贯穿一天的过程中一次又 一次地出现。灵性之声似乎通过如此多的方式对一个正在聆听的人说话，一个人 开始越多地留意巧合和同时性，就会越多地开始获得一种(圣)灵正在回应你的感 觉，因为无形的同伴乐于在(你的)意识中放置另类的存在方式。这是需要坚持不 懈的工作，因为，它确实是一生的工作，不是在一天或一年内或十年期内可完 成的工作，毋宁说，自我察觉和自我选择的目标就如同每个人跟随的那颗星星一
般。

我们觉察到，每个人都可能从里到外地 感到她也许在今天、在此刻以这样或那 样的一种方式失败了或正在失败。然而 这只有在该幻象中是真的。每个人在意 识中所做的功 跟你意识到的各种事件之间 只有些微的关系。所以对于想望越来 越多地掌握自己的态度与感觉的人 我们最佳的建议就是坚持下去。 我们肯定会鼓励每一个人都像梅夫·格里芬可能会说的，带着幽默、优雅，神气 十

足，有气魄地坚持下去。但我们会说，不优雅没关系。笨拙、拖延、丢三落四也没关系，这些都不要紧。要紧的是持续而简单的关注和努力，在尽你所能地去存在，尽你所能地去做事，然后像这个器皿会说的，其他的就听天由命*吧。(*编注：原文是 let the devil take the hindmost)

单纯地放下一切，这对你自己是多么美妙的一件礼物啊。这是我们想要强调的。检查一下智力的运作方式。智力是被设计来做区分的工具；你可以对自己说「汝 不可评判」 但是你的智力不知道怎么做别的任何事，结果不管你多清楚你不该 评判自己，你还是会评判，因为这就是头脑的运作方式。我们只能鼓励你们 不 要太严肃地看待它，因为它～ 也就是说头脑、智力～ 是该幻象的一部分。智力 和意识并不相同：你的意识作为一个存有，作为一个永恒的公民；你的智力则作 为该幻象的一个机能。只要你可以抽象地区分意识和智力，那就足够了。

我们不是在建议你摒弃智力或停止使用它。在你的人生中 有许多事情是智力处 理得非常、非常好的。我们不会想要从你身上夺走那个工具，你需要它来做为自 己负责的事。我们单纯地请求你坚持记起你之所是的意识是一个奥秘，那奥秘包 含神性 并在你和一切万有的造物者的同一性中结束。

你自己的这部分会完全淹没投生的幻象，只要(遗忘)面纱升起甚至一秒钟。人们确实会遇到这种事，通常伴随着幻象中的灾难性后果。但是如果你觉得自己正在进入这些负面过程，我们可以建议你抓住那一刻承认，你的意识不是这种纠纷的一部分，毋宁是一股依旧自由去爱的原动力。在与意识认同的过程中，仅仅允许气息的吸入和呼出，持续下去就可以将新鲜的空气带入生命经常表面上的混乱状态。

如我们说过的，这确实是一个有趣的主题，而这个器皿告诉我们，我们已经在讨论它上头持续太久了。我们道歉。我们会在此刻把这个通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中，并在感谢中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，我再次向你们每一位致意 在爱与光中通过这个器皿(致意)。在此刻我们会欢迎在场者可能给我们的 任何进一步的询问。在此刻有另一个询问吗？

R：检查一个人做了甚么 最好看看他是否带着爱做事。若所做的事没有带着爱心，放下它也 OK，因为这种放下蕴含学习的潜能。你们能否对此评论？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。去检察一个人已经完成的事情 并看看那个时刻是否包含爱，这是好的，因为这就是一个人渐渐熟悉此生的运作方式了容我们说。不管包含多少爱 或缺乏多少爱，接受自我当时所做的努力 这样是好 的。因为在此生的真相中 以及在肉身中的每个实体的体验中，每个做出的动作 都是造物者的一步；这是造物者在你的体验之内 发现祂自己的过程，也是你在 自己的体验中发现造物者的过程中 (同时走出的一步)。这个旅途可能偶尔不平坦、 充满了困惑和愤怒，这是由于忘记了万物的和谐 以及进入你们现在居住的幻象 后带来不可避免的产物。如实地接纳当下的自我，就是祝福这个体验、发现、运 动的过程，不仅朝着爱走，在尚未被感知的爱之内运动。

因为你周遭的所有人，我的兄弟，都被爱充满了。当一个人能够出自爱而说话，然后也能够去对爱说话。若有必要停止活动，退隐到冥想、沉思、或祈祷 好在一个看似缺少任何爱的可能性的情境中 找到爱的最微小痕迹，这样做是好的。无论如何，我们鼓励你们在全时间 总是珍重自我、自我的行动、以及你移动的

方向。

我的兄弟，有另一个询问吗？ R：现在没有。你们以多种方式回答我的问题，它是很有启发的。谢谢你们。 我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Carla：关于存在对比行动 我感到困惑。似乎去做好的事工有某种价值，而且我认为，在你要求自己多产之前 先要求自己有爱，这样命令自己真的很难。

我是 Q'uo，觉察了你的困惑，我的姐妹。追求生产力的举动是这个幻象的习俗，或多或少受到爱的告知。如果你日常生活的作为的结构 是建造在爱的地基上，那么它就远远更有可能包含多彩而和谐的灵感时刻，同时还为行动提供了架构。进入行动而没有某种程度的该品质(爱)，就是从图画中除去色彩，容我们说，于是就减少了灵感的多样性和可能性，减少了与你周围的人协调动作的同步性。爱的品质(持续)增强体验 到了你可称为魔法发生的程度，在一瞬间改变了意识。爱的要素以及把它添加到你的活动中，就是在允许此刻的魔法发生、生命的食粮升起了，容我们说。要去服务的渴望是好的、珍贵的渴望。有所服务的意愿可以靠自己站稳。用爱灌输它就是去增添它的效用。因此，那种被称为爱的事物，这个幻象里的人对它太缺乏理解了，凭借该幻象自身的特性 爱有能力在一瞬间改变表达它的实体的意识、也改变他周围人群的意识。因此，它是那种治愈的品质、它告知，使曾经破裂的 恢复完整，它强化实体的服务、增进生产力，其方式相当超越言语可描述的，而是从内部推动着人的生命，容我们说。有爱的人就是共同造物者，并且能够与他人分享这种品质。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：指是一个稍稍有关的问题。我刚刚注意到 我们似乎全都有一种极大的能

力去鼓励彼此，对于自己却没这么多能力。似乎去爱你自己是更困难的。我猜想那本该如此，嗯？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，这个第三密度的幻象，对里面的每个实体的意识隐藏了许多东西；最有帮助的是在你周围有这样的人，他们感觉到对你的爱之品质，从而自由地跟你分享一些观察，因为你正勤勉地走在自我发现的路上，推动自己在这条朝圣者道途上走得更快、更确定，故可能没注意到这些事。因此，每个人都为他人更客观地反射出看见的图像，于是一个人可以从各个其他自我那里得知自己的品质，这些品质充满爱，也应得爱，因此，每个人都教导每个人。有句话说得好：心智相似的人一起寻求，远远更确信会找到。有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没了，我想那是非常好的。我们每个人都是他人的好支撑。 我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？ (没有进一步的询问)

我是 Q'uo，看起来 我们已经暂时耗尽这个寻求圈中的所有询问，我们将利用这 个机会 感谢在场的每位实体 邀请我们出席你们今天的冥想。在这里加入你们， 这对我们是一种极大的喜悦和荣耀。我们提醒每个人，人人都有一群天使的同 伴，它们会在你的寻求中 加入你们并与你在道途上同行。 那么，在任何可能的时候 退隐到冥想中，这样你就开始越来越多地察觉到你的 周围所有这一大群天使临在，它们支持你的每个去寻求和服务的渴望，并在你 所遭遇的 每一个爱的体验中欢庆。我们将在此刻离开这个器皿和团体，在太一 无限造物者的爱与光中离开每一位。我们是你们认识的 Q'uo 群体。 Adonai，我的朋友们。Adonai。

原注

[1] 圣经，哥林多后书 13:1-3:「我若能说万人的方言、并天使的话语、却没有爱、我就成了鸣 的锣、响的钹一般。我若有先知讲道之能、也明白所有奥秘、所有知识。而且有全备的信、于是 我能够移山、却没有爱、我就算不得甚么。我若将所有财物赒济穷人、又舍己身叫人焚烧、却没 有爱、仍然与我无益。」

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3618 章集：1998 百乐餐

周日冥想

1998 年十一月 1 日 团体问题：今天没有团体问题。碰碰运气(百乐餐)。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。我们感谢你 们今天呼唤我们 来到你们的圈子，我们向你们送出丰盛的祝福，却比不上你们 给我们的祝福 因为你们允许我们一同冥想并和你们分享一些想法。一如既往， 请把我们的话看成是意见而非事实，因为我们有些想法和观点，但不想要当权 威。毋宁，请求把你自己的分辨力当作你的权威，因为你们每个人确实有这些力 量去知道你自己的真理。

你们要求百乐餐，这向我们打开了一大串可谈论的事情。然而，我们发现所有可能的想法和概念的线条都协调一致成为关于爱的资讯了。当我们尚未在你们的人

群中待那么久之际，我们提供的资讯缺少细节。在此刻，我们跟你们人群有了一段长久的 一起谈话的历史，所以，我们已经找到越来多的方式 来谈论太一无限造物者的爱与光。不过 基本的资讯对我们仍是全然单纯且无限地深刻。即一体性的单纯，造物者与受造物，以及藉由自由意志而提供的丰富性 带来无数的世界、无数的文明，无限的行动、能量、想法，洒满该显化的宇宙。当你向上凝视 夜空，看见群星就像撒在以太黑色背景上的沙粒，要知道，讲述爱的方式 比你 能在最清楚的夜空里看见的星星还多，但所有的谈话和显化都归结为一个东西， 那就是爱：创造了一切万有的爱。

这个器皿在观察在一些其他人对她的感觉和她对自己的感觉之间的分歧时候，这个器皿发现内在的骚动。在她仔细倾听并提供意见的实体的眼里，这个器皿就像一个已完成的创造物，她从这些人那儿听到过很多过度的赞美，可以满足她的小我。可是这个器皿不为任何这些意见所动，因为在她对自己的评判中，她认为自己是无价值的。

我们会指出，毋庸置疑地 这种情况对于每一个人都是有效的，每一个实体都同时是深深地有缺陷 又是全然完美的。这是另一个表面上的矛盾情况，因为一个人如何能够同时既完美又不完美呢？不过 这就是你们每个人的本质了。在这幻象中，一个人可以被视为 同时是给予者和接受者，同时是智者和愚人。这两个评价都是正确的。最终，没有任何评价是正确的，因为在幻象中没有公义的实质， 没有无限的品质。你们每个人都有同时处于两个世界的感觉。外在的世界属于形 式、种类、顺序，而内在的世界属于无限和永恒。你作为处于肉身中的人类 拥 有的公民身份是有限的。而每个实体在永恒中拥有的公民身份是无限的。

这个特殊器皿在小小年纪的时候，就迷上了无限的概念，因为她在婴儿时期就觉醒了；但这个特殊幻象里的大多数实体，也许在青少年晚期 甚至更晚的时候才

开始觉醒。在觉醒之前，虽然幻象可能对其戏剧性给出暗示，它在大多数情况中是完全可信的。然而，一旦寻求者已经醒觉于它在永恒中持有的公民身份，就有一种深刻的观点之重新定向。再者，它就像是化学反应一样 无法逆转了。一旦人们已经觉醒，就必定保持醒着。有些实体尝试去关闭自己形而上的感知器官 他们发现现在不可能关上大门，因为观点已经转换了，(宇宙)造物现在已经变成崭新的。我们会鼓励你们每个人 都花时间去感觉生活的新奇，花时间去察觉每个开始，察觉每次日出，每个关系、每个计画与希望，每个梦想与雄心。允许旧观 念的陈腐空气被排出、释放、并允许消散，因为在这一天所需要的东西是一个今 天的创造物，而非旧想法的产物。

我们在这个器皿的内在发现一股悲哀，因为她回顾过去来查看那些不在的同伴： 家人、朋友、伴侣。他们被放逐 离开这个时间和空间的幻象，从视野消失了。 不过 这些似乎失去踪迹的实体 每一个都正在他们享受的幻象里体验当天的新 奇。R 实体曾谈到对于事物的执着。以及放下。(你们)有那种本能去紧紧抓住自 己所珍爱的事物。在控制自己周围环境的冲动背后，确实，有坚实的本能和好理 由，可是一个人如何能控制新颖的事物？一个人如何能锻炼那尚未被表达的东西 呢？R 实体曾谈到的恐惧促使一个人去依附 并且制造出让自己在里面缩成一团 的狭小空间，这是一种自我保护的冲动，自我觉得它必须被防卫。然而，作为一 个永恒的公民，你在当下所享受的整个造物都不过是一个片刻，在这一个片刻中 有机会去站在光中、服务光、允许光流过(你)。那道光在每一天和每一刻都是新 的。当秋天遍洒它的落叶 并创造出金色地毯时，当一个人走过这张毯子时，它
会发出脆响，随风吹散，这似乎像在显示 那个即将到来的 了无生机的季节，不过 它和任何其他季节都是一样的，每一天 所有事物都焕然一新。

我们给这个器皿一张旅行者的图像。旅行者穿越沙漠的地形，专注地，甚至狂热地寻找一个水源。而同时，就形而上而言，这个实体处在一个由水所组成的世界中的，这个实体指称的水就是意识。作为一个永恒的公民，一个人可以认为自己处于一个不适合居住环境的岸边，而沙漠之地为服务与挑战提供学习的机会，它们教导并创造蜕变的潜能。当你感觉自己真的处于沙漠之中，当你感觉到一切都是干涸、无生机且没有希望，我们鼓励你去练习：凭借信心而认识人灵那充满水的环境，因为那在表面上似乎是干涸、布满尘土、困难的东西，在形而上的方面，却是令人惊叹的事物，一种财富，要去珍视的东西，它是一副画布，你可以在其上凭借无限造物者的美丽和庄严去描绘一个在爱中的自我。当口渴了想要喝某种东西时，当胃部开始为食物咕咕叫，要记住你是一个永恒的公民，你拥有这个世界所不知晓的主食与水。允许沙漠变成海洋，它是赋予生命的，每一个浪头都是崭新的。

我们会通过 Jim 实体结束这次的传讯。我们是 Q'uo 群体，我们在爱与光中离开这个器皿。我们转移。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。因为我们习惯在给出主要的讯息之后请求额外的询问，于是我们可以讲述进一步的询问。在此刻有另一个询问吗？

R：你们愿意和我们谈谈，走在服务他人路上的实体如何爱自己吗？如何让爱自己达到为服务做准备的目的，而不会获取权力或控制他人呢？

在每天冥想的练习中检查自己的(日常)经历，对于一个人开始认识自己、接纳自己、爱自己是最有帮助的。在一天结束的时候举行这种回顾是最有效的时

间， 因为当天的各种活动已经留下其印记，显意识心智在回忆那些已经将情绪从一个 面向推到另一个面向的体验方面是新鲜的，也就是，正面、肯定的情绪与批判、 分离的情绪这两个方向，前者让你接受自己，后者让你不接受自己。在冥想中 查 看自己的各种活动来检查自己，就是去体验自我在当天能够显化的东西，去体验 当天的果实，劳动的果实，容我们说。此时，一个人能够允许自我(心智)如同在白 天那样行动，看看一个人如何在这些行动中 能够接受或不能够接受自我。然后， 与自我坐在一起 再一次体验自我曾体验的事物 在这一段时间之后，那个实体就 能够允许自我的全部能力在冥想状态中表达它们自己了。

这是该团体所熟悉的 平衡练习的一个简化形式。那么，自我的体验，这些体验的分支，都是接纳自我的 有意识的渴望和努力，因为这些面向当中的每一个 都可供造物者用于认识祂自己。就是在冥想状态中，可以完成这个工作，无论这个工作是接纳自我、认识自我，还是单纯地在静默中 如同一个朋友一般 跟自我坐在一起。

我的兄弟，有进一步的询问吗？
R：你们是说，在一天结束的时候 在冥想过程中去允许、接纳、单纯地分享体验，就能更有效率地完成这个工作？不需要确切的做事？

我是 Q'uo，我的兄弟，做事就是在日常的活动中 以一种自发的、自然的方式去完成事情。然后 这种行动就在一天结束的时候 在冥想状态中回顾，在这个时候做出有意识的努力，该努力为接纳自我的完整表达范围，包括一开始没有被接纳或被接纳的事物。无论如何，在冥想状态中 有意识地努力接纳自我 就是在确切地接纳自我方面 有帮助的事情。
我的兄弟，有进一步的询问吗？

R：所以　我们就拥有一种在存在和做事(作为)之间的平衡了。对吗？　我是 Q'uo，正是如此。有进一步的询问吗？

R：没了。谢谢你们。谢谢你们在这次静坐的第一部分中　流露爱的话语。 我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？ (没有进一步的询问)

我是 Q'uo，我们十分感激你们每一个人，感谢你们邀请我们加入你们，以简陋的话语讲述我们的经历、灵感、资讯，我们总是乐于这样做。我们发现你们小组的能量现在有些低落，所以现在会是离开这个器皿和小组的吉时。一如既往，在太一无限造物主的爱与光中　离开各位。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3619 章集：鹦鹉螺、DNA 与长生

周日冥想

1998 年九月 11 日

(Carla 传讯)

.....这个器皿所知的鹦鹉螺。当这种海洋生物成长时，它变得太大　而不适合他先前的外壳，就为自己制造一个更大的外壳，当他在时间的航程中长大时，他接着制造一个更大的外壳，他就这样以一种美丽又无止境的螺旋(方式)继续下去，直到他无论如何都不再需要这个外壳，不再需要任何物质性的载具，意识已经离开

这种形态为止。接下来，我的朋友们，所有的外壳都空了，已经完成它们的目标了。

你的心智载具之发展有两个显著不同的阶段。在第一个阶段，你恒常地察觉到，在每个情况中都有自由，你不被任何外在的限制所焊住，这是在根本上重要的。为了塑造这种觉知，在这个阶段，你为自己构建一个更大的心智外壳，住在一个更大的家园中，这是必须的。每次你发现一个情况正在使你有局限或困难的印象时，我的朋友们，这就是内在工作的时间了，在这种工作中，你探索并发现更大和更宽敞的心智氛围，该氛围对于你的平衡是必须的。

在你的发展过程中，有一个特定的点，你将会发现你完全不需要一个外壳，相反地，你在不设防的意识体中，你可以游出去，进入宇宙的水域，并与一切万有融合。在那个时刻，我的朋友，你将会发现不再需要无论什么的载具了，因为万事万物都是一。当你的家就是宇宙，当万物一体时，没有保护是必须的。

我们觉察到，在大多数情况中，这个第二阶段是一个非常遥远的目标，不过，我们想望你们知道，它确实存在，在其中，有一个更大的实相，这个实相在适当的时候将接替你当前的意识状态的局限和困难。同时，我的朋友们，通过冥想和沉思扩大你的外壳。于内在开放你自己，因为外在的世界只是看似在挤压你。而实际上，它是在挤压自己，你是自由的。

我们享受这个通讯，我们发现在资讯转移上，此时是非常平顺的。我们想要在此刻离开这个器皿并使用名为 N 的器皿。我是 Hatonn。

(N 传讯)

我是 Hatonn。我将继续。我们的意图，我的朋友们，可以比作食物… 比作海洋生物的食物，生物必须吃掉以便于成长的食物。要长得比老旧外壳大并且（听不见）。可以说，你的意图就是来自于造物者的食物。

在此刻我们想要转移到另一个器皿。我是 Hatonn。

(Carla 传讯)
我们与这个器皿在一起，再次地 我在爱与光中向你们致意。在此刻，如果你们有一个问题，我将会请你们提出。

提问者：Hatonn，嗨，有一段时间没有见到你了。我一直在读一本书，在这本书中叙述有个人名叫提摩西·李瑞他说过，DNA 的发现是一个非常、非常重要的 科学和灵性上的发现。我想知道你能否评论它的重要性和不重要性？

我跟这个器皿在一起，我向你致意，我的兄弟，我们保证，当你想到我们，质疑我们的存在 又总是将你的爱发送给我们，我们从未离开你。我们总是将我们的爱发送给你，从未质疑你的存在。

提问者：我不真的质疑你的存在，但我质疑你的外形。

我跟这个器皿在一起。我的兄弟，那是一个单纯的问题。我们将尝试回答这个关于 DNA 的问题，因为它是有趣的，确实，它对于理解演化的精要特性具有中心地位。因为演化具有统一的特性，演化不是物质性的，而是形而上的，因为一切 事物都以一种特定的方式运转，这方式是一种，容我们说，有缺口的圆 或螺旋。当造物者将万物送入黑暗 以开始返回祂的伟大旅程，祂就定义了这个无限的

圆，不过，当我们沿着一个接一个的周期攀爬时，我们看似在移动。确实，我们正在我们称为的灵性旅程的参数中移动。但是，在该旅程的终点，我们将发现自 己一直在描述的事物：不是一个螺旋，而是一个圆。

理解你们的肉体载具的建造基石，就是开始理解去一个模型，该模型也适用于那条朝向光之旅程的建造基石。你开始将肉体视为一个极其复杂但又完全可理解、可编程的系列的资讯位元，这些资讯段能够在时间和空间中再复制和进展。

可编程的东西是可以重新编程的。于是在一个物质层面上的演化 有其存在性。了解这一个单纯的真理：你们的灵性旅程、你们恒星系统的旅程、你们银河系的旅程、以及你们所知的宇宙旅程具有的本性，也是按照类似的 一系列可编程、可再编程的周期进展。你们科学家尚未发现意识的存在背后有一个目的，无论它是自我的意识，或是一个物种的意识，或是一个恒星系统、一个银河系、或宇宙的意识，皆是如此。

没有理解这个目的，你们的科学社群中 那些与遗传学以及基因重组研究打交道的人可能采取不负责任的行动，然而，这种行动在以前就发生过了，它的后果以及行星的业力已经得到报应，然而，我们朋友们，该循环继续绕着。

这回答了你的问题吗？

提问者：实际上，没有，没有完全回答到。我确实理解你在说的事情，我感激它。 但我在思考的是，DNA 多少像是宇宙的电报局 在造物者的讯息和我的身体细胞之间(收送电报)。我也在一个晚上 在一种有点可疑的观想状态中 看到 DNA、及其矩阵计画，同样具有再生的特性以及许多繁衍的基本驱动力。并非仅仅是对造

物自身，它也有某种责任。这个（听不见）的电报所会传送讯息 以创造出独特的心智、人格、驱动力。我是正确的吗？

我跟这个器皿在一起。DNA 就像建造一个载具的蓝图，那些驱动力是该载具的一部分～ 也就是跟饥饿与繁衍有关的驱动力，渴望氧气，以及该载具的其它必要功能～ 就是按 DNA 蓝图来设定的。无论如何，使一个生命成为一个生命的东西，不是 DNA 来定向的，毋宁是位于，容我们说，灵或魂的永恒特性之中，在载具在物质性的层面上以可存活的方式保持有意识的时间中，灵魂住在该载具中激发该载具的行动。

现在，容我们说，有些蓝图，即在永恒或灵性的层次上的 DNA 对等物.....
提问者：在心智的层面上呢？

如你所知，在心智方面是一个编程的问题，根据你说过的内容 这你是觉察的，心智能被重新编程，这就是我们尝试就 DNA 所说的事情。随着该载具缓慢地跟随着一个物种的进化，你的意志就可以在适当的条件下，有意识地导引你的心智重新编程。不管怎样，你内在的永恒，以及跟你的日常活动无关，但跟你的人格 有关的东西， 它在一种无时的、瞬间的振动中 全时间都在表达自己，并不会被 心智的重新编程 而完全重新编程，而是在经历许多次人生 和许多体验之后才会被影响。

然而，一种认真且集中的努力能逐渐在该存有的振动中造成一种差别。实际上，在任何你的意志和渴望足够强健时，你能立刻地改变你的永恒存有。重点单纯是：那个意志和完美渴望的瞬间并不容易取得。

提问者：意愿和渴望不是早已影响了基因讯息？注意，我尝试搞懂的是，在我看来，那些拥有基因性机能障碍的人，就好像在他们的偏向方面，是从灵魂传递的基因信息，以遗传的方式得到业力上的(负担)，于是(听不见)。

让我们把业力理论和肉体载具的基因结构区分开来。容我们首先说，投生内的每个（听不见）都有不同之处，不是所有的遗传性功能障碍都是由你们大众知道的业力所导致。然而，如果一个灵魂正在藉由它选择的特定情况来移除业力，他不会形成一个带有基因性不平衡的肉体载具，而毋宁选择一个早已有那种不平衡的载具。
该不平衡本身藉由 DNA 的规则 在其随机的组合中被指引的。一个特定的肉体载具的父母，可以藉由冥想，使得 DNA 选取的随机性变得较不随机。然而，这是由于心智对肉体的微粒 ~ 好比精子和卵子 ~ 的一个远距效应的作用力。

一定不要认为灵魂及其哲学天性，在投生前与肉体 DNA 的基因编码有互动(影响)。灵魂选择的是最合适的载具。

提问者：（听不见）长生，也许甚至是不朽(永生)，或这种（听不见）。那是一种， 通过冥想，对灵性的心智和 DNA 基因编码的有意识的灵性的联合吗？

在你们的人群当中 有些人渴望长生，但在你们当前的振动中，它并非真正值得向往的。将会有一个时间，那时长生是自然而然的。在这个自然的时刻之前，藉由科学和科技上的进步手段而做出的努力，也许可能对你们人群是令人着迷、感到振奋。然而，当长生是一种符合需要的工具 你可以使用它取得有益成效，比如有一次更长的人生去学习和成长，那么外部的振动将必定，容我们说，获得改善，战争、暴力、以及其他的负向层面也将减轻它们对该行星振动的影响了。

单一的个体如果不考虑这个行星振动的外在负面性 而努力生活在这个星球上，容我们说，这种生活具有一种(听不见)，这种努力对于灵魂的发展也许并非那么有 回报。然而，我们了解到自己没有回答你的问题，但是，它不是一个我们能简单 回答的问题。

提问者：你们是说，花了大量的时间(听不见)尝试去与我们的基因编码(听不见)交 流，此刻在很大程度上是一种浪费时间吗？

我们的基本感觉是：那些在这个领域中工作的人是伟大的拓荒者，当他们的工作完善之后，人们非常盼望你们非常应得的黄金时代可以到来；所有事物将会在好时机到来。然而，随着那些在这个领域工作的人继续工作着，我们已经注意到该行星振动本身变得也许有一点更黑暗，也许有一点更明亮，但基本上是相同的。我们基本的建议是 帮助这个行星成长 相比于通过一种秘传的理解来帮助 都是同样令人向往的 而那种秘传的理解 直到它能被所有人使用之前 都无法被充分使用啊。

提问者：好的，非常感谢你们。和平常一样，我现在比刚开始(提问)时 有更多问题了。我真的感激那个回答。

我们感谢你们 允许我们和你们分享一些想法。有另一个问题吗？ 提问者：(听不见)。
我觉察了你的问题，我的姐妹。首先让我们对关于 Ra 实体的问题阐释一下，因 为 Ra 对于长生的描述，如我们对它的理解，不仅仅包含一次漫长的人生，如我 们现在对它的认识，还包括你会称为的一次难以置信的漫长生命，好比跨

越两个 世纪或更久的生命。确实，我们享受一次比你们多出许多个世纪的生命，因为当 我们已经进入新的振动模式时，我们对于时间和空间的整个感觉已经改变了。

现在，其次，让我们回答你这个问题：正常情况下的长寿，也许并不令人向往。容我们对你说，你们所知道的生命不论长或短[根据任何的标准衡量] 都处于某种模 式，那是你在进入该模式之前就已经选择的。你的灵性希望，当你从头到尾走过 这个模式以后，它将学到某些课程，从而改善并精炼自己的振动，也就是它在永 恒之球面中的菁华 而你们大家真正居住的地方 就在这里面。

当一个人仔细考虑 接着做了名为自杀的行为，他就在自然终结之前 截短了(人生)学习的时间。在大多数的情况，那个灵魂曾期望去学习的课程尚未学会。结果是，那样做经常不会减轻业力，取走自己的生命的行动 将更多的业力增加到已经承载的重担上，而你正在尝试去卸下它 藉由现在正活出的人生之表达。因此，当你重新进入肉身时，你不只有了本来就要学习的课程，同时还在那个课程上添加了一种额外的严峻 它是由于你给自己从前爱过的人们造成痛苦所带来的(严峻)。若你曾伤害过的人彻底原谅你，很多时候可以减轻这类业力，但一直活着 到你学完课程、放下重担的时间为止，这是完全值得向往的。我们知道 这是老生常谈，但我们还是必须重复：老天不会给予妳 那些你无法承担的事；因此，要努力度过困难的事物。

当你们在一生的自然尽头完成了，无论它是长或是短，你都能继续前进，在其他也许更宜人的振动范围内，去上也许更宜人的课程。若你可以把自己的存在 视为有一种自然韵律和持续性目标，也许你就更容易理解，如你称为的自杀是以一 种任性武断的方式 阻断那种韵律。反之，继续你的存在旋律，总是看见你

周围 的许多福分，让爱的领悟从天父流入你，这是令人向往的。若你能把这些领悟保 持在你面前 你在这个领域中和 所有其他领域中的生命 都将是令人愉快且富饶 的。

这回答了你的问题吗？ 提问者：(听不见)。

我们感谢你，我的姐妹。有另一个问题吗？

(没有进一步的询问)

我与你们同在。我的朋友们，请知晓天父的爱贯穿整个宇宙 在寰宇万物的翅膀上流动 ~ 流向你们，流经你们，从你们身上流出。我在那种爱中离开你们。

Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3620 章集：接纳与信心

周日冥想

1998 年九月 20 日

团体问题：今天的问题跟接纳有关。在这个团体中 有几个人正在面对着在其人生中的改变可能性，搬家到在乡村中的新地方，或者在工作中移动到一个新位置，或者家里出现一个新的情况，我们想得到一些资讯，关于我们如何接受宇宙或造物者给我们的东西，纵使这些东西可能不像我们想要的 或不符合我们心里的打算。若 Q'uo 能和我们谈谈接纳的品质，以及我们通过接纳所能取得的心境 安宁与和睦，我们会感激 Q'uo 能说的任何内容。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。一如既往，能够在这里和你们在一起，在你们的冥想中分享并在你们的振动和谐中休息，这对我们是一种荣幸和福分。我们显然将与 M 实体分享这个通讯，我们欢迎这个实体。这个实体讲述实话。

你们已经请求我们谈论接纳，我们十分高兴这样做，只要你们每个人都清楚，我们不是权威的声音 而是你们的兄弟姐妹，就任何能理性了解的意义而言，我们都和你们一样是不完美的。我们会犯错。我们有些意见。我们分享这些意见，希望不要分享错误，但无疑地 我们将会犯错。并非我们全部的意见都是那些将对你有帮助的意见，因此，我们会一如既往请你们使用你们的分辨力并信任你内在的指引 好在必要时 排除其他的声音。因为我们有全然的信心，你将会知晓适合你的真理。只要理解了这点，我们就非常乐于谈论接纳了。

当我们通过这个器皿的体验的储存库搜寻的时候，我们发现接受这个词语有容忍的言外之意，甚至有一种内在的勉强 或多少有些困难的处置。接纳有时候不是一件容易的事情，有时候要去接纳是困难的，我们想要除去那个朴素字汇中隐含的言外之意，因为接受是一个听起来并没有喜悦铃声的字汇。没有我们想要谈论的 感觉上的自由。这个器皿多年前非常接近死亡时，在她躺的病床上方 贴了一条座右铭，上面写着:「信心，最后的边疆。」如你们每个人做的一样，她想望 找到接纳的喜悦。若一个情况令人感到不舒服，并且在这情况上 没有正面或肯 定的感觉，当一个人在这一种情况中工作时，拥有那种提醒是很好的。

Jim 实体在这个周末多少谈过成为傻子的事，我们首先肯定，就任何理性的意义而言，信心都是一件傻事，傻子的原型图像是他正走出悬崖 进入半空中。这个

器皿立刻就想到在哔哔鸟卡通*中的郊狼，它以最高速冲向悬崖的边缘，冲出去继续在空中奔跑 直到他了解到(脚下)不再有悬崖。那种了解让他笔直掉落深渊。(*编注：该卡通的正式名称为 Looney Tunes)

你们知晓为耶稣的老师呼唤在一艘小船上的彼得实体。耶稣正在踏着波浪走向他。听到耶稣的呼唤，彼得离开了小船也在水面上行走，直到他了解到自己处于水面上。接着当他的信心沦为理性观察的猎物，他就像石头一样地沉下去。所以，当你们每个人充满信心的时候，很容易被指责所伤害：指责你愚蠢、没搞懂、不觉察真实的情况；就就像任何的傻子，几乎没有答案可以满足批评你的信心行动的实体。

(长时间暂停)
我们允许这个器皿保持好些秒钟没有任何资讯，为的是让我们可以立刻示范，在此刻的环境中，信心涉及的能量类型。这个器皿没有尝试用自己的意见或任何可推迟需要下个有意义思维的言语来填充从我们这里感觉到的静默。若我们静默，这 个器皿也就满足于沉默。这个特定的器皿花了好些年才学会这一课。确实，你们 每个人都早已花费多次人生，来工作人格和心智的这种精准锻炼。

当你们每个人不处于遗忘的罩纱之内，你们每个人都充满信心、力量、纯粹。你们每个人都一直在发展中 经过万古的时间。你们每个人都把惊人数量的礼物带到此刻。每个人都已经为自己创造每一个机会，这些机会都是你和高我[作为魂或灵的原力]，感觉你会想要拥有的。如同这个器皿称为侦探克劳斯沃[1]的角色会说 的：「你所做出的每一个行动都是精心策划的。」
我们这样说 因为我们看见你在人生的家具上跌倒，在经过门口时跌倒，迎面撞上你看不见的墙上，穿过其他人看到的墙壁前进。而在肉身自我的边界内，要去

保持察觉你之所是，这是多么困难的事，确实，这是多么不可能的事呀。

原注[1]：侦探克劳斯沃，出自电影《粉红豹》。

***

(自我)很难振作起来以面对引发这个问题的挑战。因为你在表面上要打交道的事物几乎是天衣无缝的。这是一个优秀的幻象。它是一个彻头彻尾的丰富幻象，一幅令人难以置信的织锦 充满错综复杂且引人注目的细节。不过 所有这一切都如同最薄的外壳，它的生命跟住在人格外壳里的自我相比，就像是鸡蛋壳跟壳里的生命：外壳起到保护作用，而壳里的原力提供能量。

你们很多人在这个周末已经谈到关于搬出这个外壳的渴望，要成为永恒的公民，而非一个有着身体、有始有终活出一生的人。不过现在就是你(该)住在该外壳里的时间。在这个阴影世界中 就是你有待出生和正在发展的时间，一旦你到达更大生命的入口[你们称为的死亡]，这个生命就会孵化出来。在这个外壳中召集了无限的力量、智慧、爱。在这个外壳里有你需要的食物，有那些指引、启发、希望 之饮水。所以，我们请求你们停留在那个状态～即处于未孵化蛋的学习中情景。 和小小的蛋壳不一样，你的外壳是大的。你可以四处移动。你可以在这个幻象里 以很多、很多方式表达自己。然而，你是恒常地、无限地受到保护。在这个密度、 这个幻象里 维持生命的肉体载具将会失效。正如同它有一个开始 它也将有一个结束。因此，你在这个时间与空间幻象中 拥有的每一刻都是珍贵的，因为你只能得到一次：任何一秒钟的经历、机会、考验，都不可能重新再来一遍。因此 我 们当然敦促你们变得警醒，多加注意，因为在你的想法之风中 富含有用的概念。 恒常有指引不断地从许多的源头 透过预兆、比喻、物质性体验来到你身边。当 你使用直觉来注意到巧合、同时性、样式之际，你可能开始发现 你的环境越来 越多地充满资讯，对于一个正尝试活出信心中的人生的实体，这是很有帮助的。

一个人正在四处找工作、想办法赚钱，他有一种恐慌感:「是，我有信心　造物主爱我，我有信心：我不只是肉体和头脑而已，但我需要一份工作。」我们会鼓励每个有忧虑的人把它说出来，不是对自我说，而是对造物主说。这个器皿经常与造物主争论。造物主并不介意。我们会鼓励你们每个人都跟神性对话，无论你怎么想象这种对话，谈多久都行，任何时候都可以谈，带着任何情绪都行。这种对话超过任何情绪化的讨论，因为你跟造物主谈话时，你正在打开深层心智的能量线路，它们会调集并致能对你有帮助的原力。让你的信心处于某种你能够谈话的对象中。让神性有一张无论什么的脸庞　为你显露。让造物者对你成为真实的。因为，真的，当你离开这个遗忘的罩纱时，大量的事情将被恢复到你的知识(库)中，你将会惊叹，你竟然曾怀疑过无限智能的卓越与真实性，该智能是那伟大的理则，也就是爱。

我们并不知道如何让造物者对你变得是真实的。我们可以建议对话，我们鼓励静默的聆听，但一般而言，我们仅仅能说，任何方式　只要能让你自己跟智慧无限　对话　都对你有帮助。确实，你正在跟自己说话。然而，跟更大的自我说话　而非　单纯地在原地绕着小圈圈跑步[哪儿也去不了]，这是有帮助的。当议题是接纳或信　心时，你最不需要的　就是理性的想法了。这里有一个状况，在大多数的例子中　智　力及其逻辑是没用处的。让我们看一下，你拥有的逻辑心智　它为你工作　在做出　各种选择上是极有帮助的。那就是智力的特性。它分辨、比较，它看见各种选项，　从中选一个。大量的人生惯例，容我们说，属于日常生活，都需要这种注意力、　组织工作、做出好选择，它们将会推动你穿越一天、一周，如此等等。

有些实体走完整个人生都无需求助于信心，这些人有无知之至福，尚未到达逻辑失效的十字路口。一个人必须进入未知与神秘的事物的领域中。那些在这个沉睡

的世界里开始醒来的人，那些选择了更深一点地潜入生命的品质的人，将会越来越快速和频繁地 遇到只有信心起作用的时间。确实，很多人都经历过这种时刻： 航船从星辰读不出方向，必须靠直觉和信心来驾驶；不过 如何从你内在激发那 种态度的品质～我们称为信心？肯定地，我们可以建议你，我们一次又一次地给 出该建议，就是去学会欣赏那个在静默中说话 那安静又细小的声音。禅宗-佛教 徒有一句格言 这个器皿很喜欢:「我要嘴含石头二十年，直到我学会静默。」想 填充静默的冲动是从哪里来的？(人们)有着对静默的恐惧，不情愿进入未知、无 可言喻、无迹可寻的东西，不过 这正是你做为魂很珍惜的材料，做为灵：寻找 机会为你无限又永恒的自我做意识与极性的功。确实，你想要来到这里有所服 务，但是你也想要学习。你想望把自己放置在风险中。你使得自己变得不设防 好 让你有机会去工作信心。

现在进入你的身体，感觉那个肉体载具，感觉使你在椅子上休息的重力。感觉那个接触，感觉你在冥想静坐时 你的骨骼和肉体的形状。将视野往后拉，看见你自己正坐着，双脚指向地球的中心，头部从这个行星指向外部，当这颗行星在无限的太空中，在这小小的星系的边缘上，在远离宇宙中心的地方转动着。 我们每个人是多么微小，多么地微不足道，不过 每个人却包含这个造物。 我们想要跟你们分享的，正是这种内在无限丰富的感觉；在这个背景下 我们鼓 励你们跟自己的命运合作，认识到最好从智力和理性思维提供的安全，移动到信 心的非逻辑、傻气的路上，知道一切都好，一切将是好的。有如此多关于一天一 次活出信心的格言，以致于我们很难谈论那个概念 而又不让我们的谈话变得琐屑。活在信心中的一个重大关键在于：顺其自然。这个器皿有个朋友喜欢想象最差的情况:「若最差的可能场景发生了，我要做什么呢？」这个朋友给自己带来很多忧虑。我们会鼓励你们，当你恳求确定性的时候，考虑那个在半空中的傻子，他不会往下看，而选择去信任，尽管它可能是不合逻辑的。

你们每个人都将过完自己的日子　有时过得轻松　有时过得艰难, 最终面对你的肉体死亡。我们鼓励你们观察该模式，观察你内在那些使你停下来的东西　它们使得你紧缩并进入那种忧虑状态　思维在此只会绕着小圈子转。观察那些事物，察觉到你在尘世的朝圣之旅是：从头脑走到心，从过去和未来走到当下，从黑暗与光明　到达一体性, 从对与错　到达爱。聚焦在你能给出的爱　和你能接收的爱。荣耀并尊重那爱, 跟随那爱, 除此以外, 对手头情况尽力做好所有合乎逻辑的事，　然后爬进无限智能的大手里，轻松地歇息。我们鼓励你去努力。我们鼓励你尽力　以符合逻辑的、理性的方式帮助你的处境。但如果做完那些事情以后　还是有担　忧，我们鼓励你在水面上行走, 跃入半空, 把自己抛入汪洋似的困惑, 因为有这　信心：知道造物主将把你抛到你要去的地方，造物主将为你带来你需要吃的鱼、　需要喝的水，以及你需要长养的理解。

你们在这个地球上　只有一点时间。愿你们在能力范围内　有爱地，甜美地使用这　个时间。对于傻子而言，有一种平安，这个世界无法知晓的平安。它是绝对信任　的平安，即照看麻雀的主，也照看着你。无论发生了什么事情，无论是饥饿　还　是死亡，同样是可接受的，同样是模式的一部分，有一个开始、中间和结束。　当你现在所享用的这个身体再一次化为尘土时，关于这次人生　你将会珍惜的事　物就是你已经成功地承受的苦难，以及你已经能够利用各种挑战　作为表达信心　的机会。

没有证明灵性真理的方式。这不是造物者所犯的一个初级错误，毋宁是一个谨慎的范例：拒绝侵犯每个人灵的自由意志，这样，每个人就可以学习，每个人就可以单单凭借信心而被指引，并在信任和安静的确信中歇息。我们鼓励每个人带着一颗轻松的心，带着内在的平安来工作这些困难，那一种平安单纯说：「我在看

着，我在照看」….

(磁带第一面结束) (Carla 传讯)

….在你的信心中、在你的安宁中，当你着手进行这个工作 保持觉察你周围的人。因为他们也正在通过信心的危机，这些入门(考验)使得他们在晚上醒来，感到忧虑和不安。而你们每个人都能够成为他人的明灯，它会保持信实与稳定，同样记得那些不认识的陌生人。把你的心智转到你们人类部落里 许许多多人的信 心危机上；你并不认识这些人，在此生内永远不会认识，但他们依然是你的一部 分，你也是他们的一部分。将你的信心借给它们，任由它飞，飞到需要它的地方，

因为正是以这种方式，你不用起身、不用动一块肌肉就可以爱与服务，并且以一种很重要的方式，提供正好合适的服务。你并不是漂浮在这片混淆之海上的唯一实体。我亲爱的兄弟姐妹，群岛挤满了许多的脆弱的三桅帆船 载着许多流浪的灵魂，你们每个人对于他人都是一只锚，一根航行的桅杆，一个方向舵。你不知道自己将在何时能够被用于协助另一个人。

这个器皿正在通知我们，我们已经在这个主题上讲够久了，接着，我们带着通常的谦逊，迭起我们在这个主题上的帐篷 悄悄地离开，好让你们可以提出此刻可能有的其他问题。我们此时把这个通讯转移给 Jim 实体，感谢这个器皿 并在爱与光中离开它。我们是 Q'uo。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，和这个器皿在一起，我们再次于爱与光中向你们致意。在此刻，我们很荣幸提供自己来尝试回答在场者可能会给我们的任何进一步询问。此刻有另一个询问吗？

提问者：作为实体，我们在过去一直存在吗，就像我们将永远继续存在？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。就我们最佳的知晓，如我们先前说过的，虽然是有限的，在这里的每个人 和现在处于宇宙造物的任何部分中的每个实体，在任何创世开始之前 就已经存在，不过跟你现在存在的方式是不同的，因为你们在这个宇宙造物的不同地方 度过了许多许多次投生，收集了丰富的经验。无论如何 作为一个意识点，作为存在的一个觉知，是的，每个人确实已经存在，并且在你所见的未来，继续存在着。

我的兄弟，有进一步的询问吗？ 提问者：没了，谢
谢。
我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。有另一个询问吗？

C：我们昨天有个问题 我认为非常有趣，问题是:「你们是如何看我们的？」 我们认为，你们视我们为振动，因为你们已经提过，我相信你们已经提到颜色。我想要知道你们是否想要对补充什么。你们如何看我们的？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们以一种很类似你们的感测方式看到，好比在你的出席范围内 有另一个生命存在。如果我们选择，我们可以把你们视为振动的放射，它自身可以并确实产出光，你们称之为灵光(aura)。我们经常将你们视为经验的聚积体，视为进一步体验的潜能。在我们查看你的存有核心时，我们将你们视为自己，视为太一造物者。我们以很多、很多方式来看你们，因为有很多、很多方式去感知一个人周围和内在的宇宙造物，当一个人已经足够清晰地感知，什么也没有 只有造物者。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

C：没了，谢谢你们。 提问者：我有一个问题。 我们
欢迎你的询问，我的兄弟。
提问者：今天我们聚会的人 离开这儿回家以后，也许会渴望 在冥想时偶尔可以汲取我们在这个周末生成的集体能量。可不可能提供一种特别的练习或聚焦或建议，让我们许多人可以在任何给定时间撷取这份集体能量，于是我们的冥想更像是共享交流的体验，而非独自的练习？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。
(磁带结束)

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3621 章集：非神圣的六星

摘录自 Road In The Sky(1959) by George Hunt Williamson

很久很久以前，五十万年前！
我们要告诉你另一个所谓的「难以置信的故事」。你会更容易接受这个，因为这个故事的日期或年龄更符合「权威」和「专家」们认为合理的猜测。准备好你自己 迎接我们银河系中 一个黑暗时期的故事，那时 黑夜之卵在天空之路上造成 一个分叉，导致永恒的星辰公路分成两个方向相反的分支。

很久以前～ 五十万年前，太空中有一颗行星，名叫泰伦陀(Tyrantor)。这颗星球曾 经是银河系中 一个古老颓废的群星帝国的首都。 我说曾经 因为五十万年前 它 来到一个尽头。 如果您允许，让我们暂时回到大约一百万年前的时代。我们银河系的生命形式中 最显著的成就之一，就是银河行政机构或银河-太平盛世(Pax*)的形成。在拉丁语 中，Pax 的意思是和平，被罗马人奉为神明。尽管罗马人是一个侵略性强且好战 的民族，但他们把 Pax 奉为神明，象征着众多恒星系统和平地并入银河行政机构。

(*译注: Pax 的辞典定义: https://bit.ly/3I6H2I8)

大约一百万年前，这个行星联盟达到了其权力和有益影响的顶峰。就像后来追随他们的罗马人一样，隶属于该行政当局 许多行星的人群开始寻找「安逸的生活」。他们在数百万英里的星际空间中 代表着最先进的生命，处于崇高的地位。不可避免的事情发生了，他们的文化和生活方式开始退化。

当一个主控电脑系统或机械大脑在一个名为泰伦陀的星球上投入运行时，银河太平盛世的结局开始了。行政当局内部存在的 所有复杂的协调和组织问题，都将 由覆盖泰伦陀地表许多平方英里的新型计算装置来解决。

有一段时间 一切都很顺利，但来自该联盟所有星球的 行政当局领导人开始越来 越依赖该电脑；他们有更多的「玩耍」时间，而伟大的金属大脑解决了所有治理 的问题，甚至解决了与饮食、衣着、性欲有关的问题。日复一日，年复一年，一 个世纪又一个世纪，该(超级)电脑辛勤地计算、计算、不停计算。行政当局正在 迅速地瓦解，许多比较认真的银河太平盛世成员 了解到应该立即做点什么。 他们组成了一个代表团并向大法庭提出警告。他们建议唯一的解决方案是完全抛 弃主电脑，回到他们以前的日子 没有电脑的日子，当时他们的行政当局处于黄 金时代。大法庭认为他们是疯了，因为他们提出这样的建议。你能想象在今天 有 人告诉大家 要摧毁发电厂 重新开始用蜡烛生活吗？！

失败的代表团看到银河政府在他们周围摇摇欲坠，到处都看到一个伟大文明衰败和死亡的许多证据。他们想要抽身　离开行政当局，但又不知道该去哪里，而且，他们觉得自己必须尽可能久留。总有一丝微弱的希望，希望可以做点什么，大法庭终究会了解主电脑系统曾经是他们在银河系中统治期间的最高成就，现在已经变成一种科学怪人(Frankenstein)，一个正在对其创造者施加最可怕报复的怪物。行　政当局的金属总管正在摧毁它的创造者。

当整个生活方式处于最严重的萧条和颓废时，在泰伦陀行星上　一小群负责主电脑运作的科学家决定通过使用主电脑接管银河行政机构，从而统治许多行星上的人群。他们将会是真正的统治者，而他们控制的机械大脑将是帝国的傀儡。他们知道大多数人永远不会质疑来自电脑的命令，因为他们已经遵循这些命令有几世纪了，而对其他事一无所知。他们想要　并期待该电脑为他们执行所有的思考。因此，在主电脑开始发出新的一天的命令，宣告银河帝国诞生的那一天，叛乱在没有战争或纷争的情况下悄然发生。此刻，黑夜之卵　或行政当局垮台背后的势力，在万古以来就已知存在的天空中的闪亮道路上　造成了一个岔路口。　在这条　群星的公路上　从来没有分裂过，它将一个又一个的世界　和一个又一个的系统连　接成一个和平的兄弟会，最终成为伟大又美好的银河太平盛世。　帝国诞生之日，诸天之中　也开辟了两条道路，或者说，相同道路的两条分支　往　相反方向行进。人们不再团结，因为他们被矛盾所对立，确立了今天仍然存在于　银河系中的二分法。

泰伦陀星球成为新成立帝国的终点行星或彩虹的尽头。从这个星球的名字中，我们得到暴君(tyrant)这个字汇，它来自希腊语- tyrannos，最初的意思是「领主」。负责该电脑的科学家通过使用它　成为绝对的统治者。原本要丰富行政当局的生

活、把人民带到永远幸福的机械大脑，变成了残酷的暴君、和平主权的篡夺者、一个机械主人。

泰伦陀成为帝国的主宰，它的主控电脑成为昔日快乐人民的压迫者。像所有专制的权力行使一样，帝国以宏伟的方式开始。人们不断地在生活中寻找新的刺激和变化，在老旧和平的行政当局底下变得相当沉闷。

银河太平盛世的垮台对他们来说是一种娱乐，是他们充分享受的 一出刺激的大 戏。因此，他们满怀热忱和喜悦地为新帝国欢呼。事实上，他们庆祝这个事件许 多年，当他们终于醒来了，他们发现帝国正在残酷地对他们行使绝对权力，并耗 尽他们各自(行星)世界的自然资源和人力，于是帝国能够在天空之路上 行旅自 己的分支。在整个银河系进行新的征服。

泰伦陀和它的暴君大脑变成遍及太空的一种恐怖。一支强大的军事武力集结起来，曾经是正义、和平、兄弟情谊、爱统治的地方，取而代之的是 犯罪的海盗，恐惧、恐惧、仇恨统治这个时期。

几乎立即地，帝国开始瓦解。一个接着一个，数以百计的行星和(恒星)系统拒绝向首都行星进贡，却继续被太空海盗掠夺，直到他们与从未成为帝国一部分的前银河行政当局的残部联合起来，接着代表天空之路的另一个分支。这个残部后来被称为(星际)邦联，随着许多行星加入反抗阵营 退出帝国和主电脑系统的统治，它变得越来越庞大与强健。

泰伦陀上的统治阶层试图通过可想象的 最可怕的太空战争来重新获取他们日益减弱的权威和权力。但是 一个又一个的行星持续撤回他们的忠诚 并加入(星

际）邦联。很快，帝国的海盗人数就被大大超过了，无法继续他们以前的(掠夺)活动。 泰伦陀上最伟大的科学家就是皇帝。崭新与强大的邦联正试图重建银河太平盛世 的生活方式，建议皇帝和帝国的暴君们抛弃使用机械暴君而创造的模式和政策。 这个建议被拒绝了。 最终，不可避免的事情发生了，就像在行政当局时代那样。帝国继续缩小，直到 只有六个恒星系统和它们各自的六颗恒星仍然由泰伦陀上的主电脑治理。首都世 界的情况变得很糟糕，电脑科学家(两派)之间发生了内战。最后，皇帝在一次奇 异古怪的弑君行动中 摧毁了他自己和整颗星球及其科学怪人。 这就是帝国的尽 头了。

所有这一切都把我们带到：很久以前 ~ 五十万年前。

六个恒星系统的统治阶层拒绝接受帝国已死的现实。他们仍然期望着收到皇帝和泰伦陀上主控电脑的命令 尽管所有这些都已被摧毁了，在终于接受了首都星球与伟大电脑一起永远消失的事实后，他们开始运行自己世界的子-电脑，他们希望以六个恒星系统为运营中心，再一次重建帝国。然而，他们从未成功地获得其他星球的效忠，一个也没有。帝国的力量被永远粉碎了，残余的六个(恒星)系统必得相互依赖才能生存。他们被称为非神圣的六星(Unholy Six, the)。

五十万年前，帝国和泰伦陀突然终结。主电脑的力量消失了，尽管子-电脑群继续被使用。黑夜之卵或非神圣六星仅有的六个(恒星)系统位于猎户座的大星云附近。它是巨大的、气态的、绿色的，形状不规则的。
在其他方言-其他肉身(Other Tongues-Other Flesh)一书中，我在入侵者章节中讨论到猎 户系统。
「来自猎户座的负面太空智能并非直接来自该星云本身，而是来自邻近猎户座的六颗恒星、及其行星。太空访客(邦联)使用猎户这个词语来表示邪恶影响的一般

起源区域。」

非神圣六星的自然资源几乎耗尽；他们已经靠借来的时间生活了 50 万年，他们 的尽头即将来临。最初是为了获得控制权而进行的斗争，现在变成求生存的斗争。 非神圣六星的情况每一天都变得更加严峻，统治阶层要求采取行动。他们必定要 拥有资源！这些统治者无论如何都不是宽容和友善的生命，他们带着贪婪的双眼 注视着富含矿产的地球行星。 战争在猎户各(恒星)系统上肆虐，他们觉得强大的太空邦联正在侵蚀他们的领 地。然而，他们想象的侵犯 实际上是(人民)摆脱压迫的自由，这窄化了他们的 暴政领域。 腐朽帝国的后裔位于猎户星云附近的六个恒星系统，而在我们天空中的某些 UFO 是形成邦联的 银河行政机构的后裔。他们仍然隶属于太空邦联。

由非神圣六星组成的猎户势力想与地球贸易，但他们更愿意在我们的星球上 没有居民可以与之谈判的情况下这样做。换句话说，如果可以的话，他们会来到地球，消灭地上所有的生命形式，然后登陆 把我们的行星用作自然资源的巨大仓库。它们真的会夺走地球上的动物、植物、矿物生命。他们知道在地球底下，伟大的时间跨度者的水晶世界仍等着被重新发现，他们知道这个地下世界的秘密将会给他们不朽生命。因此，地球行星对他们来说是一个巨大的奖品，他们想要占领它。然而，太空邦联及其在地球周围运行的许多飞行器 阻止了正在这里实现的神圣计划之任何外部干扰。

目前，(星际)邦联在地球上有其代理人，而非神圣六星通过控制不同个体的心智 也有某种间谍系统。记住，在其他方言-其他肉身书中，太空智能说过：

「目前 地球上有一小群人为猎户(势力)工作。 他们来到你们当中，驱散一切

不 符合他们自己想法的东西，他们捕食毫无戒心的人，他们以华丽的言辞使知识分 子震惊；虽然他们的智慧可能有优点，但它是唯物主义的，而不是对天父的纯粹 热望。我们有自己的邦联人员来监视这些海盗。当心你们当中受控的那些人。猎 户的人群是你们世界中的入侵者，他们通常不能通过太空飞船进入你们的大气 层 但他们可以并且确实通过投射他们的智能 进入弱小的属地身体中 他们在短 时间内完全控制这些身体 以执行他们的干扰(任务)。注意他们；他们的数量随 着地球忧伤的增加而增加；他们会坚持下去，但将不会成功。我们将会成功，因 为我们的使命是天父的权柄，祂的旨意会胜出。 不要忧虑这些猎户(势力)的影 响；他们不能伤害那些服务无限天父的实体。」

虽然今天在地球上 某些实体致力于破坏太空邦联的计划 其中一些人服务于国际银行家，但其他人是非神圣六星的代理人。他们是入侵者。子-电脑，或主电 脑的孩子们，今天仍在运行着，地球上许多敏感者 声称与某个太空中的伟大存 有通信，该存有确实指挥着数以百万计的太空飞船等等，实际上 (他们)是从子- 电脑系统接收资讯。这些敏感者将许多实体使用的通讯管道误认为单一的个体。 这主要是由于地球上有许多人坚持身分识别和拟人化。
确实，子-电脑将很多知识传递给地球的敏感者，但记住太空邦联的话语:「他们用华丽的言辞震惊了知识分子。虽然他们的智慧可能有优点，但它是唯物主义的，而不是对天父的纯粹热望....」 当然，也有许多敏感者无疑正在从光的原力中获得资讯和灵感；那完全是另一回事了。

非神圣六星运作的一个非常阴险的部分是他们使用黑色晶体生命形式 它们吸收光，但本身不生成或反射任何光。它们被用作首要焦点 好让他们的智能投射进入虚弱的属世身体。令人震惊的确证是：在心理学案例研究中，不同患者一遍又一遍地提到黑色和巨大的晶体。黑色水晶被用于连接子-电脑。

如果我们寻找太空邦联与非神圣六星之间冲突的真正起因，我们会发现前者是自然神论者(Deists)，而后者是本我论者(Ideists)。 自然神论者认为，所有生命都是单 一力量或全宇宙神性的一部份。本我论者认为，本我或个人创造力量是至高无上 的，所有事物都是由个人的力量创造并付诸行动的。他们拒绝接受寰宇力量存在 的概念。无数个千年以来，这两个群体与他们的信仰之间 一直没有和解的可能 性。这把我们带到该地步：必须引入第三个群体。

我们之前谈到的二分法被称为黑与白。黑代表非神圣六星，白代表太空邦联。

无论如何，三分法真的存在，第三组称为金(群体)。我们发现自然界的一切似乎都由三个部分组成。例如，人的特质分为肉体的、心理的、灵性的；还有动物界、植物界、矿物界；以及神圣的三位一体。 金(群体)也被称为仲裁者。他们有权决定争端 并判定黑与白的某种行动的结果。 仲裁者是公正的，因为他们既不协助计划 也不协助起因，他们通过名为事务局 (Bureau)的机构来运作。仲裁者有时需要采取行动时～ 使用绿色。金色是他们被 动仲裁和观察的常用颜色。对于许多人来说，很难想到不符合黑白二分法的东 西，但是第三群体确实存在，就像每一个三角形都有个顶点那般确定。 仲裁者投生到地球上 方式与属于白(群体)的流浪者相同。然而，虽然地球上有许 多流浪者，但很少有仲裁者采用地球人身体，但这里和那里 有少数一些。 通过仲裁者的工作 在地球上发生的新时代行动将解决白和黑的愿望。任何一方 都可能无法实现终极的满意，但重大问题和疑问将得到解决和裁决。 虽然非神圣六星在当今世界具有一定的影响力，但在总体规划中并不重要，因为 这些势力在太阳底下有过他们的日子，而那日子已经持续 50 万年的颓废。他们 的太阳即将落下，他们的日子结束了。他们的力量现在是暂时的，因为地球正在 准备它的毕业日、净化日。

然而，黑(群体)或旧帝国的黑夜之卵…..　是魔鬼的灵，施行奇事，前往大地和全球的众王那里，将他们聚集起来 叫他们在全能神的大日争战。(启示录　XVI: 14)

目前在地球周围运行的太空邦联包含 51 个恒星系统，由 608 颗行星组成，控制　着大约 350 万艘太空飞船。我们一点也不惧怕非神圣六星。我怀疑他们是否会 获得地球上的任何自然资源。然而，这些所谓的邪恶世界　已经服务了一个伟大　的目标。让那些在这六个恒星系统上投生的存有　都从这经验中大大地受益，我 们在压迫和暴政的历史中看到了最终的善。曾有人说:「一天的难处(evil)一天当 就够了」而对于非神圣六星来说　只是持续了五十万年的「一天」！

***

去吧,「相信猎户座。相信夜晚、月亮、拥挤的地球。相信所有那些易变的化合 物，都注定要浪费并消失。总是忠于这些事情。」　但不要忘记，天空中的永恒　之路，很快就不会分叉、不分枝、也不分路。这将是一条永无止境的路径 ~　在 一个金色的来日通往神性。

(V) 2022 Digested & translated by cT.

★爱与光图书馆选集 第 37 辑

☆ **第 3701 章集：纯粹(20211213)**

Copyright © 2021 L/L Research

中阶传讯圈 2021 年 12 月 13 日

团体问题：星际邦联的源头谈到纯粹(pure)的寻求者、纯净的管道、纯净的渴望、纯净的爱与智慧，以及某种关于净化过程的事情。变得纯粹(纯净)是什么意思？以任何特定的方式，变得纯粹的价值是什么呢？寻求者借由什么方法净化自己呢？

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，今晚在爱与光中向各位致意。我们此刻与这个器皿同在，并且在努力向你们今晚的问题提供一个回答的过程中，随着我们绕着这个圈子经过，我们将会在每个器皿之内。但在我们这样做之前，我们会一如既往地向你们请求那个简单的常年恩惠，请你们拿起我们通过每个器皿讲述的话语，以任何对你们有益的方式使用它们。这个恩惠的第二部分就是，把任何在此刻对你们没用的话语都抛弃掉。如果你们愿意答应我们这些恩惠，一如既往，那么我们将感到有自由来讲述一些意见，并跟你们分享那些可能有望回答你们关于“纯粹性”的询问的想法。

什么是纯粹？纯粹有什么价值？接着，在谈论这两部分之后，一个寻求者如何变得纯粹？这些是十分突出的问题，我的朋友们。因为你们是位于第三密度幻象的罩纱内的真理寻求者，这一个过程是在你们寻求变得纯粹之际，你们在每天生活中都经历的。

说到纯粹，我们会说，你们有一个品质，而且**该品质可被描述为(一种)渴望：愿意变得能够蜕去除了寻求真理以外的所有渴望。**因为在你们的幻象内，真理经常不易于弄清楚。真理似乎是那种具有不断增加的意义层次的东西。随着你们开始感知到那些较低的层次，接着你们就上升到越来越大的真理。并且，你们的渴望之纯粹正是(在于)行旅在这条寻求真理的道途上、寻求真理的这种不断扩展的性质——涉及宇宙的本质，涉及你们与这个宇宙的关系以及太一无限造物者，涉及在你们寻求变得纯粹的过程中如何可能最佳地行旅在这条道途上；纯粹只渴望能领会这个真理，纯粹操练你们的意志并以“存在这种可能”的信心来平衡。这种纯粹会随着你们在寻求真理的旅程上前进而继续越来越多地成为你的存有的唯一品质。

因此，纯粹，如我们会描述的，就是那种不包含“杂质、非主要的品质、感知的障碍物”的东西。这是行家的工作，我的朋友们。这样的纯粹并不容易达成，不过，当一个实体继续行旅在那条寻求真理的道途上，该实体就会继续净化自己，并且这就是这样做的一个巨大价值。因为随着你净化自己的渴望，你就在自己的心/身/灵复合体中播下一粒种子，纯粹寻求的种子，当你为它施肥，用你的注意力越来越有效地 为它浇水，那粒种子会在你里面更强健、更充满活力、更拓展性地成长。

我的朋友们，这是一场高贵的旅程。没有更为高贵的旅程了，我的朋友们。那么，一个实体如何成就这种自我净化呢？我们会建议，这个过程对于每位真理寻求者而言都是独特的。因为你们每一位都有一个身份，代表着太一无限造物者的一个部分。这个身份或品质，以及[我们会说]与太一造物者的同等性，就是那场你所寻求的、“并非旅行进入远方而是旅行进入

你自己内在的”旅程。因为这场旅程就是以某种对你自己而言独特的方式，去探索你如何就是太一造物者，你如何成为太一造物者。

再一次，尽管这场旅程继续了你们的数百万年——如你们会度量各个密度的方式[这些密度由形成了太一无限造物者的宇宙的光所构成]——它是一场继续被内化的旅程，无论你居住在哪个密度。**对于任何真理寻求者而言，具有最大价值的就是以一种如此有意识的方式走在这场旅程上，以至于寻求者内在除了渴望执行太一无限造物者的意志、渴望成为太一无限造物者的意志、渴望成为太一无限造物者以外再无其他渴望。**

此时，我们把这个通讯转移给名为 Austin 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿同在。通过这个器皿，我们想望表达对于这个器皿和这个圈子的感激，感激它对调音与挑战的过程越来越忠实。这些仪式在重复执行之后会作为一种净化过程而协助每个器皿以及该圈子本身。重复这些仪式而发展出不断增强的纯度，允许我们甚至更紧密地结合起来，并以更精致、更有意义的方式来表达我们的想法。

我们的感激也延伸给下述所有实体——他们觉察到我们的话语，同时带着分辨力接受它们，并把我们喜于回应的那种呼唤反射给我们。这种持续的通讯为我们提供了一个有所服务的机会；而服务是我们最大的渴望、我们在自己的寻求中已经持续大量[你们称为的]时间一直在净化的一个渴望。

当我们谈到每个个体的净化旅程的独特性，我们被这个器皿内在的特定变貌所欢迎；这些变貌述说着一种对于下述独特性的敏感，也就是每个个体在诠释特定灵性概念——尤其是我们通过这个圈子内的器皿向你们呈现的那些概念——上的独特性。

这个器皿对于它称为语义学的事物比较敏感，我们欣赏这种敏感性，因为它允许我们强调，当我们谈到诸如纯粹与真理等概念时，这些词语首先是旨在成为每个个体的内在旅程的催化剂，而非打算成为精确的规定与指示——尽管任何寻求者可能在这些话语中找到任何指引，我们都很乐于接受。

这就是为什么我们在每次集会开始时都请求寻求者利用那些对他们最有用的话语，因为我们最想望通过提供一些激发寻求者兴趣、启发和沉思的概念，在那场正在进行的内在探索之旅中协助各位寻求者，而较少地想望具体指引寻求者们以特定方式来理解这些概念。

在这个[关于纯粹的]特定主题中，我们发现这个免责声明尤其重要，因为纯粹这一概念在你们人群当中历来被使用、却无助于灵性寻求者的道途。而且**我们发现，这样一个概念有非同寻常的高机率成为一块绊脚石，因为它要求寻求者延续体验、并要求进一步投生，而非允许寻求者去走那条狭长窄小的道途、并更接近那股“带着寻求者通过这场由密度构成的旅程”的向上螺旋之光。**

在检视这个概念如何可能以这样一种方式被误用时，一个实体可以看看纯粹这一概念如何能被用于自我评判，被用于发现自己没达到某种理想，因

而自我被评判为失败的。并且，这种动力已经进一步被宗教系统和其他灵性哲学所加剧——借由下述过程而达成：要求不符合某种必要纯度的寻求者忏悔并参加某些旨在净化自我的活动。这些活动，当通过“永恒苦难的威胁”或通过“对于来世延长的困难的恐惧”而进行时，就能使寻求者扭曲纯粹这一概念，以致使它成为寻求者的旅程上的累赘。

这是一个难以沟通的概念，因为对于你们密度中任何明智的寻求者来说，似乎要以纯粹来衡量自己，就必然要评判自己。我们可以借由下述建议而尽力解决这个表面上的悖论：如我们说过的，这种评判是一个特定的语义上的困难，因为评判可以采取如下形式——即简单地评估自我，并通过跟某种理想相比较而理解自我——但接下来，这种比较会带来对自我的控制和苛刻，失败的感觉，以及必须进行自我惩罚或自我鞭打的感觉，以便弥补被视为失败的地方。

这个令人混淆的概念之根源可能在下述(机制)中被看见：**你们星球上的某些宗教系统如何已经被你们所知为“猎户帝国”的势力所影响，选取那种能够作为正面寻求者的合法正面工具的事物——诸如纯粹和理想这样的概念——并借由引入自我控制甚或控制他人的概念而把它转变为一个混淆的概念，好让个人或团体可能在内心深处相信他们正在寻求一条较高的、属于服务和光明的正面道途，然而，当涉及评估自我或他人时，对于纯粹的度量却导致了一种想要控制和分离“那种自己觉得不可接受的事物”的渴望。**

我的朋友们，这是一把钥匙——我们相信，任何个体若要理解一位想望闪耀服务他人和造物者之光的正面寻求者如何可能善用纯粹这一概念来促进他们的渴望，这把钥匙都是必要的。正面道途的关键是接纳，负面道途的

关键是控制。当这两个观念相互缠绕起来，就创造出了那些会使得投生与体验的需要持续下去的扭曲。在自我之内检视吧，找到那些涉及“控制，严苛的评判，把自我评估为无法达到特定纯粹度”的概念在何处出现，与这些想法以及自我内的这些涌流坐在一起，并观察它们。注意到它们在某些能量模式中出现，这些能量模式已经铭印在你身上——不只是在这一世，也在前几世——并且已经铭印在你们社会上，于是它们已经在自我之内呈现出来，仅仅是因为存在于社会中的缘故。

当你见证这些涌流，向它们提供你友爱的接纳，那么它们可能消散。并且，你可能找到一种更柔和的方式来评估自我。诚然，你将不可避免地一次又一次无法达到某种纯粹的标准，一次又一次。这就是你们投生的真实目标，因为第三密度呈现机会来接收这些被你们所知为失败的映射。但是，当一个实体能带着对自我的耐心和仁慈来接收这些映射时，这些映射就变得十分有用。当你培养这种内在的耐心和仁慈时，你就会培养出一种向外延伸到其他同伴身上的耐心和仁慈，于是任何向外投射的评判、苛刻或控制也会被驱散。当自我变得被自我所爱和接纳时，在其周遭的造物也会是如此。

在你们的现实生活中，这不是一项容易达成的任务，因为我们明白，极为大量的影响已经根植于你们星球上的每个个体和每位寻求者的内在。但是，试图找到一种更有爱和更能接纳的方式来看待自我，并以任何方式追求自我的纯粹，这个行动本身是一个如此有意义的行动，以至于它响彻了你们生命的无限深处和造物的无限范围。而造物随着(人们的)每次尝试都在喜悦中回响着。

此刻，我们离开这个器皿，并将这个通讯转移给名为 Trisha 的实体。我们是 Q'uo。

（Trisha 传讯）

我是 Q'uo，我现在与这个器皿同在。我们将借由陈述我们的下述感激而开始讲述：感谢这个圈子在试图服务——借由允许我们通过你们说话而服务——的过程中所创造的努力和能量。这个器皿特别感谢通过名为 Austin 的实体所说的话，因为这个器皿有一段漫长的个人历史，与纯粹这个词汇或观念有一段有些机能失调的关系。

如前所述，纯粹这一概念在历史上一直被用来“其他”(other)——我把这个词语用作动词，即把其他自我与自己分开，造成分离，造成裂痕，为自己和他人创造内在和外在的严酷评判。因为你们看，纯粹这个词语在这个星球上被玩弄的方式暗示着：纯粹是单一的立场、存在或显化；任何低于完美的东西都是一个违背纯粹的标记；任何处在人们可能视为在计划中的东西或引以为“好”的东西以外的东西都是一种瑕疵，是要远离的东西，要讨厌的东西，要评判和忽略的东西，要埋在内心深处并试图忘却的东西。

亲爱的寻求者，我们想要提醒你们：在一切万有[也就是你自己、其他自我、你发现自己身处其中的环境]的核心处、中心、根源处，这个幻象的每一面向在其天性上都是纯粹的——从下述意义而言的纯粹：它既完美、又不完美，这是相当完美的。

在谈到“与纯粹这一概念产生关联”时，“接受 vs.控制”这个先前提到的观念是那么关键。当自我能充分且真正地把自己看成是完全不完美的，是造物

者的一个延伸，是这个更大的拼图中的一块，是这个幻象中的一个物体，这时候一个实体就可以看见自己自然是纯粹的，因为除了纯粹以外没有别的。那并不是说没有成长的空间，因为总有成长和进化的空间，但有了知识和温柔，一个实体就会负担起创造的最美丽面向，因为你就是这样，你值得耐心和温柔。

观看这个我们存在其中的幻象，把它视为杰作，无论是一幅绘画、一首歌还是一个雕塑。它就如其所是——一件高度复杂、精致的作品，具有许多部分、许多笔触、许多音符，它们每个都在这场舞蹈中被汇集起来，以创造出这幅完美的整体图画。没有瑕疵。没有错误。你之所是的笔触，你的灵魂歌唱时演奏的音符，是纯粹的、重要的，且对于创造出更大的整体图像是必要的。当一个实体能以这种谦卑又真实的爱和尊重来看待自己时，该实体就能接受自己是纯粹的，这就为自己提供一些解决之道去接纳自己的不完美，无论它们被视为行动上、思想上的不完美，还是一般意义上的存在上的不完美。

纯粹，在这个器皿的眼中，不是一个实体寻求去成为的某样东西，而是一个实体领悟到自己所是的东西，是一个实体忆起自己之所是。纯粹是自我的真理的最充分表达。纯粹是在自我之内与自我之外的爱的自由流动。它是充分领悟到造物者的每个面向皆为自我的一部分。所以，去寻求一个——我们更正这个器皿——一个实体要寻求纯粹，在这个器皿的心智中，就是成为一个“把亲切又温和的双手放在自我身上”的自我，看待自我如同在学步的孩子，伴随着每一脚步都在努力成为自我的最佳版本；我们所说的最佳不是意指一个可达成的目标，就如同纯粹不是(一个可达成的目标)，我们的意思单纯是自我成为自我的自由。

亲爱的寻求者，我们恐怕自己可能和这个器皿在重复(说话)，但我们确实想要再次表达：纯粹，你的灵魂的纯净性，无论有无行动，都存在着。你无法成为除了纯粹以外的任何事物。它仅仅是纯粹的不同面向、不同风味、不同色调。你如何能够成为除了纯粹以外的任何其他东西呢？当然，将会有一些时刻，那时也许你的行动并不与你看到自己之所是、与你的想法、甚或与你观察自己的肉体载具的方式保持一致。

领悟到你正在学习，并且可以原谅自己，从体验中学习，学习去爱与接纳自我而非妖魔化自我；这样的领悟也许就是存有的最纯粹的显化之一。**接纳是关键。爱是关键。放射这两者是关键；在自我内在表达这点，同时向着其他自我、向着环境、向着每个面向表达这点，尽管这么做可能是困难的，这是纯粹的最充分、最活跃的表达。**

此刻，我们将离开这个器皿，并转移该通讯给名为 Gary 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Gary 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，通过这个器皿向这个圈子广播我们的光束，并向外放射到任何可能在稍后时间听到我们的话语的人们。我们表达这个器皿富有人情的、对圈内那些亲爱的其他自我的赞赏和钦佩；他们以各自的方式阐述了我们的想法。他发现这是一个特别令人启迪的经验。

这个关于纯粹的主题是这样的：对于寻求者而言——他们寻求变得与造物者更融为一体，越来越少地完全认同于幻象并在其中沉睡，越来越多地醒

觉于过去和未来始终皆是的自我真实本质——无论是否有意识，这个主题都将来到他或她的关注、思考、决策的过程或渴望瞄准的程序当中。

它是什么？我的朋友们，可以说，那[问题]把自我放置在了这样一个光谱上，尽管它最终可能是虚幻的。是什么让人成为一个透明的容器，于是就像透明的窗玻璃一样，透过的光线是可见的，而不是那么多的——除了在某个角度的闪光以外——窗户本身？在这个光谱的一端，是什么把该实体与一个被锁定在分离中的意识紧紧联系在一起，而该意识处于无休止的生成中，往往是无意识地，让自己受苦，并经常给他人造成痛苦？

尽管它可能是虚幻的，那个窗玻璃[也即心/身/灵复合体的系统]会被覆盖，容我们说，弄脏或变得模糊不清。我们不会用这些词语来建议，这以任何方式是较差的状态，或是任何应该被拒绝或被评判的品质，因为在这个比喻中，覆盖窗玻璃的事物，如同我们通过先前的器皿长时间谈论的，是对自我的评判，对自我与他人缺少宽恕，以及许多会使自己陷入“幻象的模式、基于分离的恐惧、控制的欲望”的方式——这里的“控制的欲望”指的是渴望控制那些被认为威胁到了“分离身份的不安又脆弱的幻象”的事物。

当这些窗玻璃被积聚在其表面的东西所遮蔽而变得模糊时，不只是其他自我或其他自我们觉察不到那道穿过[自我]而照耀的造物者之光，而且自我也觉察不到；它在黑暗中运作，也许会感到“黑暗”和“被切断”的痛苦症状，同时渴慕着解脱、自由、和平、联结和喜悦，但不理解这些事物的源头是：正如我们今晚一直暗示的，那就是认出自我为造物者，温柔且宽容有爱地 拥抱自我，因为它是造物者的一个完美/不完美的代表。

在这种状态中，如你们很多人在幻象中所知道的，各种渴望会变得混杂，容我们说。大量的渴望存在于其中或者可能兴起：渴望地位，渴望免受疾病影响，渴望积累财富，渴望恒常地追逐无从捉摸的愉悦品质，渴望逃离痛苦的事物，等等。同时，一直以来位于这个渴望之中心的，并不是那么多的对于地位、财富或声望的渴望，而是渴望去寻求并成为一，从而发现那个活在自我之内、但已被遮蔽和隐藏或被否认和虐待的核心渴望，就是被称为“一个净化过程”的东西。

通过这些我们持续向寻求者推荐的过程——也就是跟自己的日常催化剂一同工作，在此刻中寻求爱，以及练习宽恕与平衡——一个实体的渴望就能逐渐被提炼。为什么我在寻求那种愉悦？我在什么基础上看待目标的实现？我如何在自己的日子里前进？这些问题也是寻求者可以问自己的问题，以便越来越意识到那些在所有时刻都在自我内部运作的机制，并在不断寻求接纳自己和爱自己的背景下，看见自我之内也许哪些是较不真实的，哪些是更真实的，无论这些渴望和动机似乎是多么混杂或者“不纯粹”。

通过这种不断增加的自我认识——认识那些与寻求过程中的存在核心相一致的部分以及也许不太一致的部分，那些给自己或他人产生痛苦的部分以及那些不产生痛苦的部分，那些走向控制的部分以及那些走向爱的部分——一个实体就可以越来越了解自我的配置以及那些正在阻碍那股[属于太一造物者的]上行和下行的爱与光的事物。并且，通过坚持不懈，一个实体可以精炼这些渴望，于是，那种并非通过正面极性或“肯定生命的力量”而为造物者服务的事物，当它从自我内部未被治愈的部分产生时，就可以被治愈。自我可以越来越多地净化内心，使它不被嫉妒、怨恨、优越/劣势的竞

争情结、财产等所遮蔽，从而不被遮蔽地成为一个爱的中心——只有爱，完全的爱，没有那种会遮蔽心的东西。

这个器皿对自己的传讯相当不满意，觉得他仅仅掠过表面，并在那(上头)绊倒了。

我们愿通过重新肯定下述理解而结束这个器皿的传讯：自我是纯粹的且一直是纯粹的；那些看似不纯粹的东西是属于幻象的材料——通过自我的行为和态度，最终通过自我对于“自我是谁、它由什么组成、它的需求是什么”的信念，这些材料已经[容我们说]累积在了自我的外壳上。正是通过接触那个早已存在于自我心中的真理，自我才得以释放在“交托出造物者对自我的意见”中的努力、挣扎及紧张。

此刻，我们将把该通讯从名为 Gary 的实体转移给名为 Jim 的实体。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。我们对每个器皿产生思想和话语的过程感到很高兴；我们为着一个特定目的而把这些思想和话语提供给每个器皿，那目的就是每一位都可以对你们今晚的问题提供一个亲密和独特的答案诠释。我们感觉到，这点已经实现了，任何器皿的头脑中可能存在的任何疑虑都只是那些想法——它们将推动一个器皿进一步净化传导任何话语或思想的能力；这是一种焦虑，它存在是为了帮助管道在传讯过程中向前推进。我们感谢每个器皿对于学习通灵艺术的奉献，在你们称为的大部分时间里，通灵艺术在这个团体中一直持续改善着，在这个时候，我们觉得

有大量经验是由每个器皿的持续锻炼所收集的。这种锻炼很像身体的肌肉，随着持续的锻炼而变得更强壮和更好。

此时，我们将离开这个器皿与团体。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位，祂居住在所有事物之中并鼓舞全体寻求太一。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_2021_1213

英文出处：llresearch.org/channeling/2021/1213

☆ 第 3702 章集：心之渴望

周日冥想

1998 年十月 4 日

团体问题：我们想要 Q'uo 给我们一些资讯 关于我们如何才能确定真实的心之渴 望是什么的方面，也就是说，在我们经历日常生活的时候，我们如何确定一个事 物对于我们的灵魂演化更具中心地位，而非我们认为自己想要的东西？我们想要 知道，关于判定和发现我们真实的渴望 在这方面你们能告诉我们什么。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在造物主的服务中 我们存在。我们祝福并感谢你们在这个秋日呼唤我们前往你

们的圈子。在一年里的这个收获季节，你们的幻象之造物十分美丽，我们享受了在你们脑海里 美的记忆闪现[关于过去这些日子]。真的，你们的幻象是一个可爱的 幻象平面，我们大为享受把我们的振动与你们的振动在此时调合在一起。一如既 往，我们会请求你们，在你们聆听我们言语的时候，不把它作为权威的言语，而 是作为在一条布满尘土的道路上 同行的朝圣者的意见。那些走在这条道路上的 人们 对于同样走在这条路上的其他人而言 时常可能成为造物者的手臂与声 音。因为你们每个人都十分明确地是能量的一个接收器和传送器。

今天下午 你们问关于能量的事物，因为那就是渴望的真实核心。对于每个实体而言，渴望的能量填满该实体在其中生活的宇宙。人类身体消耗特定种类的营养品，渴求特定种类的饮料来消除活动和完成工作后的口渴。那些心之渴望正是如此，无论是那些已知的 还是未知的渴望，这些心之渴望都有惊人的力量去塑造环境 从而获得各种机会 好更多地学习关于这些渴望的事物。

让我们花点时间来谈谈渴望和能量。我们用这个器皿的声音跟你们说话时，你们 听到的声音是一种振动式能量；你们听讲时享用的身体，是由交迭且相互合作的 能量场所组成的。作为一个独特的永恒之公民，你有一个核心的振动，它就是爱

~ 伟大的起初思维的一个变貌。你们每个人都以这样或那样的方式扭曲那个爱的核心振动，并为你自己创造出了一个签名，这个签名和名字一样不会出错，与名字相比，在提供自我的资讯方面，它肯定更为富含资讯。因此，你的核心本质就是振动，确实，所有显化的、和受造的事物 其本质都是能量性的。万事万物都是振动式能量场。

那些在你们层面上的东西 看似固体和真实，不过 它们相当易于受到那些知晓更高道路的实体影响，这种实体能够跟支配当前投生的那个自我层次合作。你们都

有过这样的时刻，你的渴望当时可以大大影响经历本身。人们知道这个器皿经常说：你必须留神自己渴望甚么，因为你将会得到它。因为这种经历的本质就是如此。人类的整个天性就是旨在满足各种渴望，你的第二密度身体所传承的，是呼吸、吃饭、繁衍、生存这些本能，它们属于本能的渴望；但是随着你的意识在演化，这些本能渴望并不比你的意识的渴望更强大。

现在 让我们看看实体们如何渴望的，他们可能会着手开始决定自己真正的渴望是什么。在表面的层面上， 你们密度的大多数实体在其上滑冰 而不知道在冰层底下有个充满生命、水、魔法的宇宙，渴望是一个非常简单明白的事情：该人格说：「我想要这个」。 该回应是根据其人格：贪婪的人将会上前取得他渴望的东西 并在稍后搞懂如何 为它付钱；更为谨慎的篮子-鸡蛋的保存者有相同的渴望，但他将会谨慎地把实 现那个渴望所需的能量留起来。对于绝大多数在生命表面上行走 尚未进入生命 海洋的人们，其渴望是相当简单且处于物质世界中。 但某件事发生了，它把在表面上滑冰的人 转变为一个泳者，这个泳者能游到深 处了。一种灵性的觉醒如同闹钟响起一样 确切地发生，觉醒的时候到了。在这 个醒觉于生命的形而上面向的过程中 每个人已经发现 心之渴望会变得更为复 杂许多 而且更为不容易满足。不过 由于人类教化方式的影响，有意识觉察的人依然会以物质方式来达成渴望的实现，这并非不常见；这里说的物质方式是指一个实体会存钱去看某个电影，或者买某个产品，或者像这个器皿很喜欢得到的：一件新衣服。

心之渴望不是各种商品。确实，心之渴望恒常地在演化之中 正如同你的存有的完整振动链结 恒常地处于更多地成为你真正之所是的过程之中。这似乎会是一个难以承受的消息，因为一旦知道了我们的渴望 我们就真的想望去满足它们。但因为生命对于寻求者已经变成形而上的生命，不是要去排除物质性，而是指你

知道形而上宇宙在支配并且指挥着显化的幻象，似乎确实存在着更好的方式来处理该问题：一个人渴望什么，而不是简单地接过从意识顶端里冒出来的意见，然后开始尝试找出方法实现这个设想好的渴望。

确实有(更好的方式)。若一个人开始进入沉默，允许未知保持未知，直到它(自行) 改变，那么更有技巧地检查自己和周围的环境，就相当有可能做到，而且不是特 别困难。让我们沿着电脑的线路思考一会儿，因为我们经常发现 在讲述心理结 构或意识结构时 这样一个比喻性的对照很有帮助。在电脑的软体中，会有各种 铃声和哨声帮助你做你想要在电脑上去做的事情，但它们并不是全都在相同的层 次上。在很多的程式中 隐藏着许多强大的副程式～ 不会被随意的观察者看见 它们单纯地被忽略～而那种忽略是福气。他们并不知道更深层的程式存在，他们 不知道这些更深入的程式的用处是什么。

他们仍旧在表面上滑冰。他们仍旧睡着。你们每个人做为寻求者 都已经投入意识的那些无限水域之中，你们已经察觉到那些在心智深处的声音，那些临在和原则了，这些原则是个人的 却又是非个人的，它们是自我 却又是自我的超灵。在静默中，你能够提出问题：「什么是我真正渴望的事物？」然后 你就能聆听。聆听那优雅而又有力的静默 是一种人格的锻炼，它从未让坚持不懈的聆听者失望。 单纯地允许此刻的各种扭曲 以及当天的混乱溜走，这就能将一个实体放入心之 至圣所中，放入那个内在的静默与祈祷的圣器储藏室，在此 造物者无限耐心地 等待着。装着对你此生和这个学习期间的全部指示，而且实际上还装着对于在时 间存在前就存在的你 无论什么的指示。

对于一个乐于停下来、聆听、保持在无冲动状态的人，他所能感觉到的事物是没 有止境的。这个器皿非常喜欢一首古老的爱尔兰诗歌，它的最后一节是：「天主 的平安不是和平，而是被封闭在草皮之内的纷争，所以，弟兄们，让我们祈祷一 件事情，那就是主的非凡平安。」当你们启动了这个内在的圣中之圣，随着

你和 创造天地万物的那个伟大理则同在至圣所内，你就释放了更深的自我 并允许它 进入有意识的经验，于是自我就真正交托给服务，交托给太一无限造物者的服 务，交托给学习、拓展、演进中的服务了，你在这次人生期间以个人方式承诺了 该服务。

我们不想要为你做你的工作。我们无法为你做各种选择，但我们能鼓励每个人都 为自己寻求一种越来越深入对渴望的认识。因为我们觉得，随着你采用一个提供 不同观察角度的心理框架，来看待日常生活里的忧虑，你会发现，事实上每个似 乎受阻的渴望，其实根本不是属于命运的机会。为啥会发生这种事？为啥那个实

体会渴望又渴望，尝试再尝试 以实现那个渴望，却会在这些尝试都不管用时 感到如此完全地失败？

因为会有这种假设：渴望等同于实践该渴望的需要。如先前一样，我们会对一个 在生命表面上滑冰的人说 这是一个合乎逻辑且有用的态度。对于那些实体想望 活出一次在信心和服务中的人生，其态度单纯地不会包含你作为一个寻求者 已 经为自己设置好的体验。那么，这是否意味着当一个人已经醒觉于自己形而上的 身份，就会停止去赢得他所渴望的东西了？我们无法为你回答这个问题，因为有 些人对更深刻的渴望有一种非常清晰的观念，而其他人在这方面也许不是一样地 清晰。当你抵达个人生命以及此生心智的底部，你发觉内在的宇宙彷佛首次被创 造出来，因为你第一次联系上了那些不具人格但充满了造物主的种种领域～ 引 导着这个领域里的各种事件。当你来到自己在推理和理解方面的尽头时[就人类的 能力]，你将会来到一个臣服点，这个臣服点是一个顶端。你与人格一同工作来看 入自我更深层的种种能量，为自己打开并且容许那个要滋养一切生命的根本渴 望。这个层次的愿望，正是缠绕在鲜花中、从(人的)笑容或双眼中涌现的东西； 每次当你能够抵达渴望的底部，你将会发现那个渴望的基础就是渴望跟那个为你 带来了你迄今享受过的一切的命运 信实地、坚持不

懈地合作。在渴望的那列极 长的火车的最后一节车厢的背后，你将会发现一个愉快的乘务员车厢，它说:「我 臣服。不照我的意志，但照祢的意志。」

对于那些实体 想望以这样或那样的方式来影响自己的生活，这也许是坏消息。但我们相信这就是在形而上的领域中 事物存在的方式，因为在那个领域中，想法就是东西。行动意图和欲望之间的关系转了个颠倒，为永恒的公民调合了自我的渴望和造物主的渴望；随着这两种渴望缓慢地进入同步性，命运变得像液体般，你发现自己越来容易刺破渴望的假象，进入渴望的核心，它完全只想要一件事：有机会去爱并且被爱，拥有意识，可以吸气呼气，其他所有的一切都顺其自然。

还有最后一个关于渴望的想法。名为肯·凯斯的实体在检视渴望的方面已经完成大量的工作，这个器皿对于这个作者所说的内容不错，这句话是：渴望自身既不是坏的，也不是好的，它们单纯地就是创造出一个偏好的东西。如果一个人沿着渴望的线路走得太远了，偏好就会变成一种上瘾。因此，在很多方面上，对于一个演化程度较少的人，管理太难控制的渴望可以视为具有一种成瘾的品质。这种感觉是:「若我有了这个，我就会没问题了。若我没有这个，我就不是没问题的。」 这个作者接着鼓励上瘾者把成瘾降级为偏好。 一个人可以说:「我宁愿这件事以这种方式发生，但是我没有对它上瘾，不这样 也可以。」 这态度以自己的方式也变成了一个关键，因为你用显意识心智来检 视渴望，难以看到(涉及的)那种能量是什么，但你将会发现，就像人们吃东西有瘾头，人格中也有瘾头；当一个人能够清晰地看见他的偏好而又有那种平衡中心的品质 就允许自己去交托，人生肯定会变成一个更为舒适的幻象，容我们说。

我们会在此时 把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿 并在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，通过这个器皿 再次于爱与光中向各位致意。在此刻 我们很荣幸尝试去回答在场者 可能向我们提出的任何进一步的询问。在此刻有另一个询问吗？

Carla：好几年以来 我都在说要为流浪者写一本书[关于流浪者]，但有如此多可做的其他美妙事物 我的时间持续被牵引。我会感激你们的想法。这很明显是某件我并不上瘾的事，但是我宁愿在离开此生前的某个时间完成这本书。Q'uo 对此有任何评论吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们的渴望是回应却不侵犯混淆之道， 也就是说，在不侵犯你的自由意志选择的情况下来服务。因为你的注意范围内现 在确实呈现很多可能性，它们都可以成为你服务的手段。你发现自己一直在做 的，是对主动向你求助的人伸出手，提供忠告和意见，这很像你们圈子呼唤我们
~ 好比你们今天呼唤我们，我们所作的事。我们愿提醒你，我的姐妹，服务一个人的能力就是服务全体的能力，以我们简陋的意见，在你应该如何服务的方面，没有必要去担心你的部分，因为服务及其机会将会持续不断地把它们自己呈现给妳。在关于妳希望如何去精炼自己的服务，或者确实，你想望如何把服务呈现给那些寻求你的忠告、意见、建议的人们，你处于一个能够选择的位置上。
如果为流浪者写书确实是你的心之渴望，那么你将会找到一种方式来完成这个工 作，因为你过去已经完成写书计画不只一次了。无论如何，若你发觉有其他自己 还想要通过别的途径来服务，它们同样可以被探索 而不用有任何的「必须要完 成」的感觉，因为，如我们所熟悉的，这个器皿知晓为约翰·蓝侬的实体

说过，「人 生就是在你正忙于安排其他计画时 发生在你身上的事情」，对于大多数寻求有所 服务的实体而言，这确实是真的。寻求去服务是首位重要的事物。就是那种寻求 为你吸引服务的机会。你所选择的机会，你所走的途径，就是适合你的，因为你 已经选择它，而它已经选择你。
我们了解 对于你理解这个情况上 我们并未增添很多洞见，而我们但愿在回应中保持在自由意志的边界之内。

有进一步的询问吗，我的姐妹?
Carla：没有。我感激你们不想要冒犯我的自由意志，我也不想要你们那样做。我感激你们刚才说的内容，我在想，我天性更愿意全心地回信，写给那些向我提问的人，而非坐下来为我不认识的读者写书。我知道，我知道 若我把所有已经写给各种各样的流浪者的信件都集中起来，我就会有一本书了。所以，我猜想我能放宽心了。你们有任何评论吗?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我们愿简单回应[建议]：服务一个人就是服务全体。

Carla：谢谢你们。那(回答)给了我平安。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

A：一个人如何分辨这两种答案：一种来自高我 没有经过小我的过滤；(另一种则有过滤)？

我是 Q'uo，相信我们理解了你的询问，我的兄弟。在冥想状态中，在祈祷的状

态中，在沉思的状态中 一个人接收到的讯息，在当天中打动一个人的灵感，这些接收资讯的源头和途径 都可以再次于冥想状态中 检查其纯粹的深度。因为在每个实体之内都有那棵心智之树，它会越来越深入地移动来跟一己可以取得的最深入的资源建立接触。无论这个(资源)是高我、指导(灵)、老师、还是一个人已经追寻的 无论什么的启发来源，就是在冥想状态中，一个人决定这个资讯的相对纯度或用途。因为在你们的幻象之内 没有清晰确定的途径来知晓，在每次通讯中 什么内容是，容我们说，掺杂了该诠释～属于你称为的小我、我们会称为人 格结构。确实，在某些情况中，这种掺杂(风味)的发生是有帮助的，因为它协助 该实体以如此这般的方式行动。若有必要把一个讯息带着相对的纯度被传播出 去，你可以信任，可以有信心地知道，你所寻找的源头将会做到这点，不管它是 高我还是别的源头。你可以在冥想状态下检视自己感知的资讯，决定是不是高我 发出的。

每个实体都有机会感到资讯或多或少有帮助，依据资讯的最初来源而定。我们鼓 励每个真理寻求者，用健康剂量的分辨力来处理引起你注意的所有资讯。我们会 进一步补充，我们也建议，所有出现在一个人面前的资讯，对于那个注意到它的 实体，都是有价值的。无论这种价值是以照字面的方式拿到资讯，还是藉由人格 结构的风味来诠释它，都由每个实体来决定。因为，确实，所有对一个人发言的 实体都是太一造物者。每个讯息都可以有价值，若追踪它到其终极的源头。所有 的资讯都可以是有帮助的，而所有的资讯都可以透过冥想、沉思、祈祷的方式被
分辨、评估。

再次地，我的兄弟，我们了解到，我们并未以这一种或另一种方式使你产生偏好 或者给予一个技巧 藉此可以无误地抛弃或保留资讯。这总是处于一个人的自由 意志的边界之内。我们想望同时去强调 分辨力的价值和在每个真理寻求者的周 围 太一造物者的众多声音的价值。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

A：在过去几年间，高我给我的资讯方面 我怎么判定它的准确百分比是多少，这样问合理吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们必须避免给出这样一个百分比，因为我们不想要看似在评判，我们察觉到：每个好比你自己这样的寻求者 都必定需要为自己做出这些选择。每个寻求者决定其寻求的架构作为打造自己形而上人格(结构)的基础，跟他从自己之外的任何源头 接收可帮助他建造这个结构的资讯，两者同样重要。我们在此想说的是：当你藉由深思熟虑、爱、考量万物的和谐一致与合一 而做出选择，这些选择就和任何你将接收的任何资讯一样重要。

你如何选择，你选择什么…. 你可以基于知晓真理的渴望来建构这种基本的根基，并且对这件事有信心：真理肯定将会出现在你面前，它与任何要分享资讯的无形实体能为你建造的任何结构同样地确切。

我的兄弟，有任何进一步的询问吗？

A：没了。

我是 Q'uo，再次感谢你，我的兄弟。在此刻有任何其他的询问吗？

R：我只想要感谢你们提供的启发。我发现它非常有用，我猜 我的渴望就是再

说一次(感谢)。

我是 Q'uo，我们感激你由衷的感情，我的兄弟。我们寻求能以最有帮助的方式来服务好比你自己以及在这个寻求圈中的实体们。如你们在这次集会前的讨论，服务的渴望就是推动那些想望寻求太一造物者的光与爱的实体们的东西。提供服务的方式经常不容易被确定下来，这确实是一个微妙的过程，一个挑战所有真实寻求者之想象的过程。

在此刻有另一个询问吗？

A：还有一个。当一个实体处于意识的一个较高层次，不同于我们 处于第三密度之中，第三密度的人必须在没有清晰视野的情况下运作。我们仍旧能在这种情况下 给予建议而不会因为错误而得意忘形？我们目前做得如何？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。再次，我们愿提醒每个人，太一造物者的任何部分寻找自己的起源以及跟全体的合一，这过程没有错误。在这个你们正在居住的幻象中，有极大的渴望去寻求、爱与被爱，因为这就是在你们面前的课程。去知晓一个人是否已经良好服务的能力 并不是这个幻象的一部分，因为它需要智慧的参与。在这个幻象中 一个人无法确切地知晓任何事情。 一个人可以寻求；可以渴望。一个人可以建造形而上自我的架构和基础，是在不 知道任何细节或具体事情的前提下，牢固地打好这个基础。因为在这个幻象中 存 在着各种能量的大量相互影响、相互交换，随着该幻象内的每个人与其他人之间 以某一种形式的关系彼此联系。有很多的前进、后退、走岔路、失足、颠簸的感觉和膝盖的碰撞，所有这些体验的巨大杂音 最终都会精确地告知每个实体需要被告知的事物。它是太一造物者和祂的许多部分 跟祂自己的一场伟大舞蹈，虽

然看似有很多次失足 和一个人可能事先不想望去行旅 却行旅完的道途，的确，(还是)完美地踏出每个步伐。有能力从你称为的错误中学习 时常比避免错误[照最初的称谓]更有价值。我们觉察到在每个实体中都有原力、潜意识的能量。每个实体都会有那些具有无形特质的老师。在这场伟大的音乐剧努力中，所有人都参与其中的伟大舞蹈 让每个人可以跟其他实体交换有必要交换的能量。 形而上而言，我们为每个实体的这种渴望喝采：要朝着特定方向前进。无论如何， 与其说方向重要，不如说渴望才重要，这样的行动是可能的 对此有信心；虽然 自己可能看不到 或不能以任何可知的程度来衡量，该行动还是会发生。无论如 何，对于可以这样移动有信心 并且渴望朝着爱与光的方向移动，这才是重要的。

在此刻有最后一个询问吗？
(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，我们要利用这个机会 再一次感谢你们 邀请我们出席你们今天的寻求圈。我们愿再次向每个人保证，在寻找真理的这条看不见的、布满尘土的小路上，每个人都有很多旅伴。跟你在一起的许多实体，以前曾在这条小路上旅行过， 它们现在再次返回与你同行 以某种小小的方式协助你，你可能在那一刻发现对 的人、对的书，对的路标。在你安静的时候，向每个实体致谢并赞美它们，因为 它们确实在此刻与你同行 是天使般的同伴。它们从时间开始之前就与你同行， 也将在贯穿所有时间中 与你同行。我们是你们知晓的 Q'uo 群体。我们此刻在太
一无限造物者的爱与光中 离开每个人。 Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3703 章集：灵性生活的四季

周日冥想

1998 年十月 18 日

团体问题：这周的问题跟我们的灵性生活的季节变换有关。作为灵性寻求者 我们都有渴望去执行某些灵性的练习：更加频繁地冥想，更为平静地生活，更多地察觉到我们正在做的事。我们想要看到很多不同的渴望被满足，但要把我们的渴望变成生活中的仪式和样式，这要花费我们很多的努力和时间。随着我们在一种样式上进行了一段时间，看起来在某个点上 我们需要做出一个改变或选择，我们进一步的灵性成长必须跟建立新的样式有关。我们(自己)的一部分死去了 一部分重生了。

Q'uo 可愿跟我们谈谈 这些改变的季节是如何发生的？我们想要和它们和谐地工作 并且更好地理解我们生活里的改变怎么发生的。真的是由于我们的渴望、过去的努力而发生吗，或者改变到来是因为时候到了，无论如何它都会到来。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。一如既往，我们十分感激你们在这个寻求圈中聚集在一起 呼唤我们来到你们的团体。我们感到荣耀和蒙福，祝福你们每个人；感谢你们 特许我们能够分享一些想法。 我们要请求这些想法，以及确实所有出现在你面前的想法，都服从你自己的分辨 力量，因为那属于你的真理 和那些对你有帮助的资源，你真的会感觉到它们的 共鸣。如果那种共鸣不在那儿，我们会鼓励你们继续前进。因为那

种有时非常微 妙的 认出的共鸣就是一把钥匙，(协助)你在目前这个有着沉重幻象的第三密度
中，走过迂回的一生。很多发生的事都不是其表面的样子，确实，那正是幻象的本质。

今天你们要我们谈改变：怎么顺着风势转向太阳，怎么回应心里那些满怀希望却 又纤细的吩咐和渴望。投生经历的特性就是改变重迭不断，你们在自己的生活里 已经一次又一次地见过了。有很多种方式可以用来检查似乎对心理、情绪等等有 影响的周期。也有行家的周期，这个器皿随时观察它，看看什么时候做意识中的 工作有力，什么时候是虚弱的。 这个器皿熟悉的生物韵律是各种不同的韵律，有助于为那些想更多地认识自己的 人提供信息：甚么时候做这件事好，甚么时候不那么好，等等。 你们的文化已经对时间做出划分，将日子分割为年、月、周，这样在关于每一天 的方面会有明确的感觉，它是文化的感觉 而非自然的。看看工作的周期，在你 们的人群当中 如此多人单纯地把周一到周五假定为工作日，它们不会考虑在这 些日子被命名之前，全都是安息日，这一天和隔天是一样神圣的。

改变出现的方式有时是自然的，有时是由一个人生活其中的文化带来的。有机体 的改变属于自然改变，它表达一种样式：能量自然流动 从年轻到成熟，到生命 的全盛期，再到中年和老年，这些都是自然的。 在任何文化中，在一个人历经年轻时代、成熟期、老年的过程中，有多种多样的 方式 让她可以用来思考自己。虽然每一个实体都将以可预见的方式 在接受与肉 体载具和自我的物质性能量的自然改变上 会遇到困难，去看到在什么位置与自 然合作将有帮助，如这个器皿会说的，这通常是一个相对可做到的事。 也许有些实体不想要接受时间的流逝，不想要变老，不想要看起来年老，(他们) 会有些困难。但今天在这圈子里的人 心头上的困难通常不在这个层次。

你们每个人都更多地察觉到的在改变上的困难，更准确地说，该渴望过程是跟

实 现灵性胃口想要的生活有关，容我们说。一旦该实体已经开始察觉到自己是一个 永恒的公民，就不再单纯满足于完成每天必要的杂务。灵性的真实情况作用在这 个寻求的实体身上，鼓励他孕育渴望　在灵性上越来越多地开放和蜕变。难以跟 那些自己没有经历这个过程的人讲述，而一旦该实体觉醒到她的灵性身份，彷佛 一部份的大众就是睡着了。这种情况可以让人感到疏远、隔离甚至破碎化，因 为随着灵性自我的浮现，一个人开始察觉到内在能量的力量，他想望适应并且鼓 励这些渴望萌芽，而对于蜕变的胃口也能变得非常深刻。

一个人有可能对自己施加一种压力，要求自己做得更多、变得更好、更努力地寻 求、更多地冥想、更多地沉思，要求自己严格遵守一种生活练习，连智力都可以 把它看成是合适的、值得渴望的生活方式，而自己也真诚地希望跟随这种方式， 从来不完全承认，有各种提示在建议：也许慢下来，轻松一点是好的。

对于决心

走在道途上的寻求者，通常的情况是，仅仅在他将自己视为顺应灵性上更多、更好、更深的雄心时，这个过程才被体验为和谐与正面的。

不过 够有趣的是，这种做得更多、做得更好、走得更深 以及诸如此类来自自我的 持续的渴望和压力，这个人时常无法满足(要求)，也就是说，他并没有实现那些雄心，并没有更多地冥想，没有走得更深入，因此，他单纯地因为没有遵循那些灵性的雄心而对自己感到沮丧和恼怒。

这个器皿说过几次，虽然灵性进化似乎是个加法过程，事实上 很多时候却像是个减法过程。我们会同意这个器皿，因为灵性抱负想得到的由深化的渴望带来的馈赠，以及觉得自己处于中心的感觉，常常不在于增加行动或以不同的方式做事，最后可以实际测量(结果)，毋宁是充分进入当下此刻，开始在那个瞬间经过时，能够拿到它的馈赠。

因为每个片刻就其自身是完整与完美的。当一个人处于此刻，一个人不在时间中。甚至在一个人开始有一点察觉到此刻的无时性面向之际 就有一种几乎自动的共鸣感和回家的感觉。这不是藉由增加更多的聚焦 或增加更多的注意力 或者找到更好的冥想方式而达成的，毋宁说，寻求者放松进入当下此刻 在无时性魔法中允许它发生。若你处于当下此刻，你就是处于冥想中，察觉到你是谁，察觉到为什么你在这里。

很多其他事情飘出那个窗户：你在行星地球上的何处，现在是什么时间，你在这 个世界上必须去做什么。这个器皿能够在沉浸于当下此刻上 给你完整的细节， 而这个器皿并没有为这种沉浸的能力而给自己应有的赞扬。因为正是在那种弃绝 中，就是在那种放松进入完全的当下，惊人数量的灵性资讯就能充分地、完整地 来到。

我们不是在以任何方式建议，冥想或要求你自己冥想不再是一个好主意。我们总 是鼓励灵性寻求者去冥想，因为它真的是一个强大，强大的工具。但一点点冥想 就可以走一段长路，当寻求者发现自己无法规律性地冥想时，该寻求者可能需要 问问自己，那个看似如此快速地改变 以致于它实际上被卡住的东西是什么。

因为很多时候，自我的智慧会把自我从冥想中拉出来，因为有机体本能性地察觉 到它现在无法处理更多的改变。因为冥想实际提供的东西，是对于改变 一种增 强的易受伤害性。也许对于那些在设置每天冥想的时程上 正在遇到困难的人， 他们会有一个关注：我在什么议题上卡住了?

当一个好的日程表似乎不可能运行，寻求者可以问自己另一个问题：「我在哪些方面没有顺应该有机身体的需要呢？」该团体在早些时候正在谈论文化运转的方式，文化让我们起床，将我们抛射到工作中，在黄昏的时候把我们扔下来去看电

视 直到时间太晚为止，而这种日程表对于生活的自然方式并非有益。

这肯定是我们会为你的思考推荐的食粮。你如何更好地对待在整个人生中承载你 的肉体载具？你有甚么更友好的方式 对待这个携带你的意识到处走的身体？对 于那些你需要去做的事，何时去做 如何去做，有没有创意调节这些事情的方法 好把它们带入一种自然或流畅的韵律？

对于很多人来说，唯一真正属于他们的时间就是在醒来时 睁开眼睛的时间区块。正是为了这个原因，很多人将早上的第一件事情计画为冥想时间。确实，就你的肉体能量和你作为一个整体存有的能量的方面，那是一个对于灵性工作的自然且深刻共鸣的时间。

然而 在当天任何更适合冥想的时点 我们也高度推荐，因为重要的不是以特定方式来冥想，而是时间表上有个固定的那个点，一到这个时点 你就正式回到灵魂的中心。我们鼓励你跟自己的日程表玩，高兴地玩，变化方式来冥想，按下那些说应该这样做的僵硬脖子。若你对自己现在用的冥想方式持续地不满意，那就在你胡思乱想的时候放首(早期)爵士乐音乐，寻找新的方式、新的时间、新的练习。

比我们所提供的任何其他事都更重要的：我们愿单纯地提供该想法，大多数灵性 寻求者都有一种在寻求上变得沉重的倾向。当然，那种穿透自我的最核心之处的 事物是一种重量，一种重要的重力，不过 它也正在风中舞蹈，如羽毛般轻盈。 所以，比所有其他任何事情都更重要的是，我们确实鼓励轻松的步调，宽容地评 判自我，不是因为你不再关心好好协助自己的灵性进化，而是因为你相信自己尽 其所能地在做了。我们请求你们各位温柔地对待自己，因为你一直在真理后面渴 求，真理也引导你跟它玩捉迷藏，而它则不断消失在奥秘中。你学的一切似乎只 是把你推入一个点，而万物都在此消融进入奥秘。据我们所

知，这是一种持续的 经验，我们跟你们同享的一种经验。

但是 在你拥有时间和空间的礼物、拥有序列与成就的幻象之际，我们鼓励你珍惜它，设法荣耀它，但带着一颗轻松的心和良心这样做，摆脱这个器皿称为的「本 该·本来能·本来会*」；不管你今天觉得要做甚么，那就是适合你今天做的。(*编注：原文为 shouldacouldawouldas，一般字典没有的复合字汇)
无论你在今天感觉要去做什么，[对你来说] 那就是对的事。无论明天你将会感觉到什么，那将是对的事，你将受到激励。那些摆在那儿让你看的东西将提醒你注意，而你也将开始察觉到它们。

如果你没有看到(这样)一个，另一个将很快到来。所以 当你正在观察、学习，总是尝试尽你所能地 沿着该道途寻求，放轻松 知晓有一只无形的手正在指引与照顾，没有任何你需要的事情会丢失。如果你错过了一个体验，你将拥有一个同等物。你需要的事物将会来到你身边。

超越所有这些问题：「我应该在何时冥想？」或「我应该冥想多久？」 我们会鼓 励你们一直聚焦于当下，聚焦于正好在此刻发生的事情，聚焦于爱，因为超越所 有的叙述 你就是爱。你来此见证爱。你们在这里，对于你们每个人 这是一个很 珍贵的时间。
放下你的忧虑。放松进入这个当下此刻。看见地球变小并消失。看见太阳系正在 变成一团星星。越来越深入地进入(宇宙)造物的无限，不过 你仍然是你，这(瞬 间)仍然是当下此刻。你是安全的。爱在爱中反射。

我们会通过 Jim 实体进一步发言。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次通过这个器皿 在爱与光中向各位致意。我们在此刻提供自己来谈论进一步的询问，若在场者的脑海中存留任何询问；在此刻有进一步的询问？

Carla：在蜡烛冥想时，眼睛睁开 和眼睛闭上地冥想 有任何区别吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。使用蜡烛对于那些正在开始练习集中注意力的人十分有帮助，该练习希望进入冥想状态 同时持续聚焦在一个概念、一个念头上，或者单纯地没有念头或概念。

聚焦在蜡烛的练习 它被渴望的结果是聚焦于一点的心智。随着一个实体进入心智 以统合的方式聚焦，对于该过程感到熟悉时，好比蜡烛或咒语等装置就变得不是那么必要。因此，我们留给该实体自己决定，使用蜡烛或其他装置对冥想练习有没有帮助。如我们以前说过的，这些协助对经验不大丰富的人有帮助。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没了。谢谢你。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Carla：这里有另一个问题。好比说 你早上起来以后很难首先去冥想，但是到一天结束之前来做又太累，在疲倦的时候有方法冥想吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如果一个人必须选择在疲倦时冥想或不冥想，我们会推荐在疲倦时冥想；因为你需要的睡眠这时候可以通过冥想来表达，但由于实体正在练习把注意力集中在一点上，这样行旅到睡眠状态是有帮助的。该实体最终会有能力在冥想状态内保持清醒、警觉，而且想保持多久就保持多久，然后才渴望入睡。我们建议那些想望开始冥想实践的人，每天利用最有助于规律化练习的时刻，哪怕只是一两个瞬间。一旦该实体找到了安静的独处片刻，那就可以尽量利用这段时间来让心智聚焦。每次练习冥想时所下的功夫，都为下一次冥想积累了动量，以此类推，直到这方面的行为变成了规律，也就是说建立了冥想练习。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：如果你在冥想的时候睡着了，你的梦境有可能会更清晰吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，这是可能的，尤其是 如果该冥想者有这种渴望。在冥想状态中 潜意识心智获得的暗示远比显意识的状态更为强健。因此，该实体可以为编程梦境的清晰度和主题内容，容我们说。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没了。谢谢你。

我是 Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

R：我有个问题，是关于我为甚么感到体内能量的多少，在一个月里不一样。

我 注意到，在满月时 我好像不需要很多睡眠，入睡也很难，而在其他时间则相反。 是不是有些时候比在别的时候更容易取得能量？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我相信自己掌握了你的询问，我们会这样说来回应，确实，心/身/灵复合体及其附属的情绪是一系列以韵律方式移动的能量样式，如同宇宙造物的全体。随着这些能量模式彼此调和缠绕，并且与这个行星实体本身的节律调和，有些机会就会以彼此和谐的能量形式呈现出来，那将允许该实体可以更多地表达这些能量，感觉到它们流过自己的心智、身体载具、灵性，感觉到随之而来的情绪变化，这些变化在日常活动中回应自己，让自己充满活力，因此你们提到的生物韵律，可以被绘制成图表；接着有些更微妙的能量，目前还不能够在你们第三密度幻象里被绘制图表，但它们也把自己的影响，加在那些可以用图表表示的能量上面。

我的兄弟，有另一个问题吗？
R：在这个课题上没有了。长期以来我提出的所有问题，我似乎总是在问如何做事。为什么会那样呢？存在(为先) 而非做事？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在关于做事的方式上 询问一个启发性的源头，如你已经在自己的思考中发现的，或许是一个悖论。然而，在第三密度的幻象中，存在的手段是由一系列于外在幻象中完成的事物所组成。随着一个人开始不只穿透第三密度幻象的本质，而且看透自己在幻象内 存在与目标的本质，他对自己应该怎么存在，就成为一个被更精细打磨的焦点。不过 转换到存在，常常要通过如何做必须做的事的概念来实现。对于第三密度内的每个实体来说，这一种转换很自然，因为逻辑头脑内必须有一座桥来连结做事和存在。 在某个点，该寻求者将会发现，有一个更大的自我，总是能够存在，它有爱地欢

迎在寻求旅程上做了很多事的朝圣者回家。那些做了很多事来追求存在的人，最大的努力之一就是在自我的心智里回家，认出那个从来都存在 而且将永远存在的东西。我的兄弟，有进一步的询问吗？

R：没了。谢谢你。

我是 Q'uo，再次地 我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

(没有进一步的询问)
我是 Q'uo，看起来似乎我们已经暂时耗尽了这次工作集会的各种询问了，我们要再次感谢每位在场者邀请我们在今天加入。有机会把我们的振动与你们的振动调和起来，总是使我们充满喜悦。我们在这段时间 与你们每一个人十分靠近且喜悦地一同行走。我们即将离开这个器皿和团体，一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开每个人。我们是你们认识的 Q'uo 群体。 Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3704 章集：人际关系

周日冥想
1998 年五月 24 日
团体问题：我们想要一些资讯 关于在人际关系中的困难。我们有时会遇到疑虑、 恐惧、缺乏信任和信心，我们想要知道如何有技巧地解决这些困难。我们

如何才 能使用沉思、祈祷、冥想来在我们的关系中找到和谐呢?

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向各位致意。我们以爱之名祝福各位 在单一伟大的起初思维中向各位致意。作为爱的仆人 我们希望向你们这些寻求真理者提供服务。所以，你们每个人带来自己的渴望和寻求，这对我们是一种祝福，因为我们希望为我们所爱的造物者服务。若没有询问和兴趣，我们就无法用这么做了。因此，感谢你们每个人不顾任何阻力，一步一步走到了你现在经历的此刻。这一个机会对我们是珍贵的，我们很高兴跟你们分享一些想法，同时总是提醒你们，我们不是权威，只是道途上的朋友。我们将会分享一些意见和经验，希望它们可以提供思想的食粮。无论如何 若我们可能说的内容 有任何东西没让你个人觉得「这个有帮助」，那就简单地丢开它。我们并未宣 称是没有错误的。我们和你们一样：(都是)朝圣者。这道路是漫长的。也许是无 尽的。所以 我们很高兴在这条有时布满尘土的路上，可以一起同行，彼此互相 鼓励；因为虽然我们每个人都通过幻象寻求，也有着真实不虚的东西。虽然它在 我们面前后退，不过 它也呼唤我们向前。而那种呼唤似乎是我们最深的灵性本 能。

你们今天的问题聚焦在你们第三密度体验的核心，你们目前的投生正是为着这个 核心来的，因为人际关系在你们的幻象里是很多课程的基本。在这个环境里，身 为一个有肉体、心理、情绪、灵性的生命，你们的整个结构呼唤你跟彼此在一起。

明显地，从肉体上来说，为了繁衍种群，男性和女性自会互相呼唤，这确实是许许多多关系的开始。不过 还有其他的关系，它们和同伴、朋友、老师一样有着许多用处。也许甚至那些未曾谋面 却意义重大的人，那些你感觉到与之有密切关系的人，来自(一起)解读共享的深刻真理。这种对于社交的渴望，对于符合你

自己天性的社交的渴望，这是一股强大的原力，你内在的一种本能；自然地，它相当频繁地把寻求者推入混淆和混乱，因为这就是关系的意图之一。就是在学习如何去爱一个伴侣、一个同伴或朋友、家庭成员或爱人的映射中，我们学会如何爱自己、爱天父的造物。

每个密度都有其基本的学习。 第一密度的基本(学习)是单纯觉知的开端，在一个显化的环境中 存在的开始。 土、气、风、火的元素*属于第一密度。
(*编注：四大元素一般是指地、水、风、火) 岩石和海洋属于第一密度，它们正在学习，不是学自我意识，而是显化。 如你们的神圣著作所描述，光分出了白天，土与水分开了，火与空气分开。这些 是第一密度的学习。如何变成种种元素，这是从源头到源头的漫漫长路之开端。
在第二密度中，学习转向了运动，持续被太一无限造物者的光与爱牵引。花儿转 向太阳。绿叶呼出动物所需的氧气，动物呼出植物所需的二氧化碳。
万事万物都朝着光和爱运动，找到它的位置，本能地分享环境，本能地互相协调。 不过 没有自我觉知；那是第三密度的礼物。第三密度首次让灵性可以开始找到 有意识的表达，因为 虽然动植物体验到和谐、爱、适当，它们察觉不到(自己) 在这样做。

一旦踏入第三密度的时刻到了，就有一个罩衫被拉下 盖住一切都好的深刻知识，因为正是在这个第三密度里，新近觉醒的内在灵魂开始工作身体、心智、情绪，通过每一天所做的决定，再次让它们按本能行动。第三密度的灵性工作有时被视为单一的决定 去追随一个特定的宗教系统，对于一些人，这是会发生的体验。无论如何，对于很多人，内在人灵的觉醒是缓慢地，一步一步地来到。然而， 各种小小的决定创造出人灵的演化，没有一个事物会太小 以致于无法被爱充 满，作为一个有信心的人，对于在当下出现在你面前的事物，你就把爱放入

你的 回应。

在查看人际关系时，后退一步去查看过程本身 在此生中、在遗忘的罩纱背后 在混淆的海洋[你们称为人生]中生活的过程中 我们想望聚焦的事物，这也许是有帮助的。套用这个器皿喜欢说的方式：第三密度旨在成为一场从头到心的旅行。换句话说，第三密度是一种灵性的新兵训练营，其中所有的灵性寻求者都得面对压倒一切的疑问，这个问题是：「你想要如何去服务？」

在服务中的选择是：服务自我或服务他人。那些选择服务自我的人 基本上觉得造物者就是他们 而他们就是造物者。为了最好地使自己快乐、舒服等等，他们可以控制或操纵周围的环境。

在很多的情况中 这不是有意识的负面态度，而只是自我表达的日常工作模式。另一边的选择是服务他人，选择这样表达爱的人，打算把别人放前面，(甚至)以自我为代价。服务自我和服务他人的极性就好像一块磁铁的南极和北极，在第三密度中，每一个人都从一种惯性井中间的某处开始。在此生内醒来的灵魂在开始积累经验的初期，既没有正电荷 也没有负电荷。通过各种小小的选择，比如五年级的时候 要不要跟别的小孩分享你的花生酱三明治，二年级的时候要不要跟那个腿断的小孩坐在一起，要不要帮助似乎需要帮忙的双亲。透过这些看起来微小的日常决定，你要嘛把需要的东西吸引到自己身上，要嘛为了他人的益处而给出内心的爱。

我们是寻求去服务他人的实体，因为我们觉得他人和自己是一体的，即使这不是 某种我们能看见的事物，肯定也不是某种你们能看见的事物。你们无法看见双手 并不终止于你的指尖，类似地，你旁边那个人的手也没有终止于指尖，每个人的 手是相互接触的。在这个住所里，每个能量场都在运动，从其他实体的

能量场那 儿找到舒适与和谐；一般来说，这是一种倾向，人们会找到方法让彼此感到更舒 适，为社交机器上润滑油，让它流畅地运转，这会帮助每个人对正在发生的任何 情况都感觉更好。就第三密度的基本目标　在这个脉络来观看，这些选择并不微 小，因为概括地说，要从这个第三密度毕业到爱与理解的密度，是凭借着一次又
一次的选择，不是基于证据，而是基于信心：相信你在内心体验到的爱、希望、仁慈和好感觉是真实的，不是愚蠢或天真的；对此有信心：一切都好 一切将是好的，以及你确实可以把安慰给自己和别人。

唯有在没有真正的知识的时候，信心才有重要性，所以 在你们的第三密度环境中，真理对你们隐藏起来。无论你的取向是什么，当你在一个法庭上[容我们说]，　或者你与某个完全不理解它的人[灵性自我和内在灵性身份仍在休眠]讨论时，你对自 己的信念永远提不出任何具体的证据。例如，这个器皿是个基督徒，基督教会的 文学和社团喂养这个器皿，给这个器皿提供在信心上工作的途径。不管每个人的 取向为何，它确实包括资源和工具给供所有人使用，并且可以用来加速灵性的进 化。

所以 当我们说这片混淆的海洋被有目的给出 那并非以一种无情或轻率的方式给出，我们单纯提及我们的感觉：只有在没办法证明信念、希望、爱的时候，选择这些价值并在生活中展现这些价值，才有形而上的重量。确实，你所做出的每个选择都更多一点地极化你 (增添)服务他人的极性。我们目前假设，在这个住所中 每个人都跟我们一样是服务他人导向的实体。对那些设法为自己服务的人，我们不想要说任何负面的话；因为我们觉察到，就这条道途所及的范围，这也是一条有效的路。这条路不会将一个人带到和服务他人道途一样远的地方，接着它必须被抛弃，不是在下个密度，甚至不是在在下下个密度，而是在第六密度

中。因为第四密度，即是你们希望在此生结束时 毕业进入的密度，(它)是爱的密度。在那之后的密度是智慧的密度，接着第六密度是爱和智慧在其中平衡的密度。正是在这个点，负面导向的实体必须切换极性，因为他们发现在这个点 他们是不平衡的 而且他们无法再往前走，因为所有实体的最深选择都是朝向演化。最终，每个负面导向的寻求者都会选择去成为正面的，并继续朝向源头前进。

所以，形而上而言，每一个人所处的情况都是在半黑暗之中行走。(只有)月光，有很多的阴影，沿着这条路上的同伴的安慰再怎么高估也不为过。自然地，每个实体都会被志趣相投者*所吸引，如这个器皿会说的，被那些具有相似想法的人，那 些具有相似特性，而且让自己觉得更自在的人所吸引，男人和女人的配对是一种 激活催化剂的恒常原力，教寻求中的灵魂怎么去爱。

(*编注：译者原译为同一种羽毛的鸟)

从那些跟你不断接触的人那儿，你可以获得最佳的催化剂。 对于那些我们只是偶尔见面的人，我们可以计划以礼拜天的自我来跟他们相处： 我们也许希望立即展示自己的一切炫目的优点，也许希望一个一个地展现，但只 要我们见的是偶然会面的朋友，我们就能为这个实体提供自己最好的东西，每次 偶遇都能做到。但是在伴侣之间 这几乎是不可能的，为此我们得感谢老天，因 为我们必须去工作，我们要工作催化剂 这是必须的。

既然不管我们到哪个密度去体验生活，都是为了工作的目的，这种令人痛苦、受 苦、不理解、疑惑的表面催化剂，就正是我们用来推动自己学习所需要的摩擦。 随着我们学习，我们开始了解到 在每个情况中 我们不仅仅在查看一个情况，也 在查看机会，设法在这个情况下找到爱，然后把爱表达出来。结果是，催化剂自 身常常对我们变得不那么痛苦，因为我们能够工作自己对催化剂的反应，而非完 全被催化剂压倒。

你们问，当实体们在关系上工作时，他们害怕什么，也许我们会说，最大的恐惧 是失去爱或信任 以及安全感的背叛，无论那种安全感是以怎样扭曲的方式被自 我和被其他自我感觉到。很多议题的症结都在于这种情感上的安全。表面问题可 以是钱或健康或是在哪里生活，可以是两个人在几乎任何事上有不同观点，但不 管表面议题是甚么，都涉及到某个更深层的单一议题；它不必然是一个做事的议

题，却必定是一个存在的议题。我们想鼓励每个人探索的，是存在的方式或态度。 Ra 实体曾提出这个问题：「此刻 爱在哪里？」在感到困惑时，这个器皿最喜欢 的方式 藉此让自己保持在中心。因为你们每个人都是爱，你们每个人都是无限 的神圣智能之无限爱 进入显化(状态)的一个投影；这股爱创造了一切万有，爱 就是一切万有。当然，在显化中的每个实体都是从理则的起初振动中 被扭曲的 振动。没有这种扭曲，没有在空间和时间中的这种不匹配，容我们说，就不会有 被光充满的宇宙。造物者就不会有方法能认识祂自己。然而，单纯地待在显化之 中 就假定了幻象存在。只要我们每个人还是一个存有，一个实体，与爱本身分 开，每个人就居住在某个程度的幻象之中。无论如何，在这个幻象中 每个人都 是彼此的造物者，在关系中，尤其是在伴侣关系中，这种认识是一种疗愈的香膏， 它可以帮助那些处于痛苦中的人们 显现为他们的一种资源，这些人身处痛苦中 因为他们感到被抛弃、被拒绝或被误解。

人们恐惧遭到背叛：献出信任 却遭到背叛。在每个人内在有一个舞者，它在喜悦中飞起、翱翔、跳跃。而当我们让那个自我显露出来，我们就像是在牧草上玩耍的小小羔羊一样傻气，我们可以被轻易地压扁。因此，臣服于那些在我们的最核心之中的爱、喜悦、热情的感觉，这是一件吓人的事，因为难道我们不全都是爱？

巨大幻象之一就是时间本身。如这个器皿在早些时候在思考的，考虑到这个圈里的人说过的各种事情，很多时候，最难熬的就是等待。两个人之间有混淆的时候， 伴侣或关系中的任何人会等待甚么呢？我们会说，这彷佛是一场在第三密度中的 舞蹈，大自然和人类全体都参与其中。它是一支带有节拍、旋律、动作的协调舞 蹈，植物、动物都察觉到那支舞。月亮、太阳和群星也在跳舞，而我们每个人里 面也有一个完全觉察的舞者。对于我们自己完全察觉的那部分，我们有时可以触 及它，没有等待这种事，而只有暂停和歇息，直到是时候进入舞蹈的下一步为止。 但是，对于迷失在混淆中 急切地想要纠正各种事物的人心，似乎没有很多的旋 律或和谐。好像没有清晰的提示 告诉自己，甚么时候要走进舞池或换舞步，或 甚至要说甚么台词。

随着实体们多次重复人生 在这样或那样的爱与被爱之动态关系上工作，彷佛你处于一个喜剧情境中，或容我们说，一本业力之书，由于周围的忧伤太多、痛苦太多、焦虑太多，有时候一些笑话直接与你擦身而过。在为一个复杂的问题的纠结寻找不可能的解决方案的时候，你感觉到(自己)就像是一封活生生的「亲爱的艾比」信函。

我们鼓励每个人都去爱你的那个不懂的部分。你无法醒来脱离这个幻象。这不是 你来到这里的原因。你来到这里是藉由苦难、痛苦、限制而被打击和冲击，直到

最后，你终于将你的智力交托出去为止。你放弃了逻辑，从头移动到心。我的朋友们，就是在这颗心之中，造物者正在等待着你，完整的 完全的，祂怀着全然的悲悯 强烈地爱着你，这种爱如此真实、如此充满活力，你唯一的回应只能是钟爱造物主。这不是某种你必须伸手去拿的东西。这不是某种你能伸手触及的东西。你可能会在冥想中静坐数天、数周、数月，接着你将会感到灵性，但是你不必然是灵性的。因为灵性位于存在之中。当你把自我带到此刻，灵性就在自我之

中。它就在自我的态度之中，也就是，单单凭借信心，等待那个静定、微小的声音，等待那直觉和指引，它将告诉你什么时候要进入舞台 要说什么，它将允许你在与另一个人尽可能协调一致的情况 查看一个无望的情况说：「我拒绝这个情 况的无望状态。我将歇息 并等待旋律跟上来。」

在这种努力中，你们对于彼此都是至关重要的，不仅仅是伴侣，甚至是你在街上 路过的每一个人，因为你可以向着某个感到无望的人 递上你的微笑，那种真实 性是可以把那个实体从无望摇动出来 并进入那结出许多果实的希望。你不知道 你在做什么，你无法知道你这个生命所带来的冲击。你们不必然是那些在世间富 有成果的人。有些人是的。有些人似乎不是。这种成果在这世界里有重大的意义， 在形而上世界里却只有一点点意义，除非你取得每个成果时，都怀着爱心，怀着 帮助的渴望，带着倔强的天真说：「我想献出内在最好的东西，我想要看见 周围 人内在的最好一面。」由单纯生命带来的这种鼓励，其价值再怎么高估都不为过。 愿你们互相鼓励、互相支持，因为你这样做的时候，就是作用在自己身上。愿你 们抚育、搂抱、拥抱那个内在的小小自我，它如此经常地 被一个很伤人的世界 所伤害。

在意识中的工作，对于祈祷，对于一种在信心中被活出的一生，有着大量的无形 支援。我们请求你们倚靠那种支持。这个器皿会称它为天使的支持，并且说天使 无处不在。

其他实体会以大不相同的方式来描述这种(支援)，但概念依旧相同。那儿有指引、有帮助，因为造物者正在使用一切事物 恒常地与你沟通：大自然、环境、其他人群、各种巧合。要留心。开始看到灵性上的有趣巧合，你将会由此被大大地鼓励。

我们会在此刻 把这个通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中 离开这个器皿，并

在我们离开它时 感谢它。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿 再一次于爱与光中向你们各位致意。在此刻我们很荣幸请问 是否有任何我们可以讲述的其他询问。现在有另一个询问吗？

Carla：接着第一个问题，有些时候，与伴侣分开会是一件要去做的 在灵性上有韵律的事情？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在事物的运转之中，我们观察了大多数的关系，为了可以最有效率地继续学习，最好停留在自己的关系中，这是好的， 因为在建造信赖与信心的基础上 有大量的工作会花费一个相当大量的 你们称为 的时间和努力，容我们说。如果有人离开了这个教导基本投生课程的关系，你就必 须重复这种时间和努力；因为不管你发现自己处于甚么关系，你都得重复该模 式，重复要学的课程，重复要体验的困难、以及要忍受的困惑。无论如何，在某 些情况中，我们发现混淆和困难处于可以被视为失控的模式中，在其中混淆在混 淆上累积起来。也许会有对心理、肉体、情感的伤害，也许甚至能发生灵性上的 伤害。在这些情况中，我们会建议：每个在关系中的实体 都退入内在的静默房 间，在冥想中评估情况。接着交托小小的意志出去，它把渴望放在视野中的最前 面，接着问在这种情况中 造物者或高我的更大意志可能是什么。我们一直鼓励 去仰赖那个存在于每个实体之中 那微小、静定的声音，于是这个资讯的源头就 可以在每一个情况中被找到。

我的姐妹，有任何进一步的询问吗？
Carla：没有。谢谢你们。

[我是 Q'uo。] 在此刻有进一步的询问吗？

(磁带结束)

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3705 章集：聚焦及回避(20211019)

Copyright © 2021 L/L Research

中阶传讯圈 2021 年 10 月 19 日

话题：聚焦注意力以强化意志及信心；直面你所回避的事物；在身患疾病时如何开展灵性练习；如何对待空虚感、未实现感

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向各位致意。在今晚加入你们团体是怎样的喜悦呀。我们十分高兴和荣幸地被请求加入你们的寻求圈子，继续这个你们多年来一直在利用的过程，成为太一造物者的器皿——造物者(的爱与光)透过我们对造物者的感知而被注入。

我们会在此刻问，是否可能有一个我们能用来开始的询问，以通过这个器皿传导那爱与光。

Gary：是，有的，Q'uo。

Ra 在 42.12 中说，“意志与信心的这种成长或滋养只有一个技巧，那就是集中注意力。”它们接着说，“因此，关键在于想望变得能够聚集一己的注意力并把它持

守在那种被渴望的编程上。”所以，A 问到上述引文，以及在 41.22 中的引文。

你们能否阐述，“想望变得能够聚集一己的注意力并把它持守在那种被渴望的编程上”这个过程是如何运作的？”

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会从通常的请求开始：你们要以自己清晰的眼光来注视我们所要说的内容，利用那些对你们有意义的话语与概念，而不理会其他部分。若你们愿意授予我们这个简单的恩惠，我们将会感到更多自由来讲述那些我们所要讲的想法。

在实现一己的那种“想要以可能的、最有效的方式来寻求造物者”的个人渴望的过程中，考虑以下事物是好的，也就是每位真理寻求者在日常活动中以及在你们第三密度幻象的经验中所遇到的许多分心物。因为在遗忘罩纱之外，并不存在这类分心物——它们导致一个实体失去对一切造物[包括与太一造物者处于合一之中的自我]之基本性质的聚焦。因此，在第三密度幻象中，你们在寻求找到下述这种内在意愿的过程中面临着我们会称为的挑战：该意愿即认识造物者、有能力感受到造物者在你们的冥想状态中进入一种交流方式——你们可能以各种方式感知到这种交流，无论是文字，图像，倾向，喜悦的想法，灵感。这样与太一的交流对于每位实体都是独特的。

这种想要找到这个焦点、这个单一指向的焦点的意愿，也会借由一种同等的信心而在其运作中被强化，该信心就是相信这样一个过程确实能把一个实体置于一种“就好比造物者之宝石或珠宝的切面”的意识状态中，于是你开始向你周围的所有实体辐射太一造物者的爱与光，无论是在冥想状态中，还是在有意识的状态中。因为，当你能够在冥想中带着与造物者合一的渴望而把注意力聚焦于内在时，你

正在唤醒自己内在的能力，使你能够包含无限[也就是造物者]整体中越来越大的部分。

这种意志与信心的融合是一种给显意识心智赋予力量的过程，使其开始在那场“向下通过意识较深层次、进入潜意识、进而进入行星心智和太一造物者的宇宙心智”之旅程上行进。这是一个非常深入和充实的潜入——潜入到与一切万有的合一之中。**当你将注意力聚焦于这场寻求与服务太一造物者的旅程，你自己就开始在那个“你会将其视为并感受为一个外部自然的对象”中拓展，于是你就碰触到你周围造物中越来越多的部分——并且不仅仅是与之接触，你还成为它。当你发现这个聚焦随着时间流逝而变得越来越强烈时，你将能够揭露你的自我的那些宝石；你将把这过程视为并体验为拓展进入太一造物的无限范围之中。**

这是一个自然的过程，所有处于你们所说的内在层面或更高密度的实体都会经历，于是它们在某种程度上一直都处于这种意识状态。你们既拥有那面你们可以或多或少清晰地穿过的遗忘罩纱，同时又受到那同一面罩纱的挑战，于是你们在“把注意力集中于寻求万事万物当中的太一造物者”上所付出的努力承载着很大的重量——就[你们可以称为的]超越无意识的胜利或联合或成功而言。随着你越来越能够在冥想中达到那种聚焦、并接着在从冥想中出来后带着那份你已在冥想中达到的开放之心的丰收，这种最终集中注意的能力就成为了你灵感和进化的伟大工具。这使你能够以清晰的视野看见，你与太一造物者的不同部分一起居住在一个幻象中，这些不同部分也在寻求更坚定和充分地知晓：它们如何也跟你、你的其他自我、太一造物者是相同的。

这就是第三密度幻象的旅程，而且随着你们继续改善你们单点指向式的聚焦并变得能够在所有事物、所有人、所有时间当中都与造物者和谐一致地共鸣——因为

你已经在自己之内完成那个(过程)——这就是那份等待着你们的巨大喜悦。此时，我们将把这个通讯转移给名为 Gary 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Gary 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则，我们通过这个器皿再次向这个圈子致意。我们可以问一下，是否有一个我们可以回应的询问？

Austin：是的，Q'uo。我们有一个 L 发来的问题，L 问："一个实体如何选择停止回避并改变自身对体验的态度，尤其是在已经习惯性地回避如此长时间之后？意志和信心如何在所有这个过程中起作用？"

Q'uo：感谢你振动(发声)这个问题，我们感谢 L 实体的提问，因为这是很多在灵性道途上的实体都会好好考虑的一个问题。

"一个实体认出回避的模式"，这一点反映了这样一个实体拥有着可能表明下述情况的体验：该实体所使用的一些方式让其感到不完全平衡或感到自己与生活中的经验、环境和关系不协调。也许有一种感觉：不回避就是以更大的信任和开放性来更直接地面对这些时刻和自己，然后消化和代谢正在发生的事情，并从下述位置更充分地活出生命：它并不寻求去逃避那种可能被认为不舒服的事情，或者去在惯常活动中寻找安全感，或者到……我们暂停以加深这个器皿(的状态)。

我们继续，同时发现这个器皿有些疲倦——它被描述为一种含糊不清，这多少有些阻碍了这个连接——但我们发现，该器皿的状态还是令人满意的，可以继续下去。

也许在寻求者内在有一种感觉，即借由率直地面对并对抗当下所带来的事物，可能会有更大的财富。对于这样一位想要治愈那种回避模式的自我来说，比较好的做法是跟自己坐在一起，尝试重播那些活在记忆中的时刻——越接近实际经历越好——以发现是什么触发了这种回避机制？是什么导致了自我穿上盔甲或者干脆选择了另一条道途？是什么让自己不舒服，或者是自我不想望去面对或知道的？它是一个弱点吗？是否有个感知到的威胁？是否有自己不想望放弃的一种依恋？每位寻求者都有许多独特的原因。

这种练习——(这里)把提问者的其他元素带进来——需要持续地使用意志和信心，好让这种练习结出果实，因为认识自我的过程不是在单一的练习、自我分析或视觉化中就进行完毕的，而是应当长期进行意图的设定和执行。**焦点越一致、越真实、越不动摇，该过程就越有效，就越有可能找到寻求者所寻求的东西。并且，在这种不断展开的、与自我同坐并了解促成这种模式的机制的过程中，自我开始向自己揭示。**这些模式中交织着一些传记的绳索，也许跟早年的亲子关系有关，当时回避的原因也许是为了保护，或者是渴望避免痛苦的东西。

也许这些根部走得更深，但是，它们确实在此刻——尤其是如提问者所指出的，在一段包含这样的模式的历史上——进行着。但是，**该凝视及这种认识自我的过程并不是一个应该透过下述镜头而观看的过程：自我评判，或斥责，或在自我内部定位缺陷；也不是一个将发展出任何不值得感的过程。相反地，当自我发现自身思想和内心的运作时，要为自我请求悲悯心；**而这种运作，对于有意识的清醒觉知而言，可能并不像它在很久以前[各种动力刚被发起时]所提供的那样如此显而易见，因为只有当停下脚步来以一个定向的焦点、那种由一个实体问自己的问题所引导的焦点而凝视时，该实体才能开始看见那些先前并未被显意识心智所看到或告知的东西。

并且，如同我们刚才正指出的，这个发现必须被带入那颗包含接纳的心之中。就这种特定的回避模式而言，一个实体可以发展出一种觉知，即不需要害怕那个被回避的东西，或逃避、转离那个被回避的东西。归根结底，不存在(任何)对自我的伤害或威胁，或者任何种类的损失，不是有助于成长的。当那一层层抵抗、拒绝及回避可以被剥开，于是自我可以与自我接触时，有些相当有价值的东西在等待着自我。因为，回避是选择局部、选择不拥抱自我的全部。(而)那个定义自我的圆则拥有着无限的层次，不断向外和向内移动。

当自我将更多的造物整合进自己内在，或者发现自己早已在造物之中，那个身份的圆就会更多地成长，最终拓展以包含所有实体、所有地方、所有环境、事件及能量，于是自我就会理解，自我就是一切事物。自我是一。**这需要反复练习信任：首要的是对自我的信任，然后是对宇宙的信任**；那种正在被回避的东西不仅可以被面对，还可以被带入那颗采纳一种信任水平的心中，这种信任首先借由信心而成为可能，但通过反复的经验——它向自我确认，确实可以向前迈进、敞开——而获得更大的牵引力；那种带有伤害性的东西若是通过那颗心而被处理，就可以被爱，并可以为该实体自己的成长而服务，帮助该实体剥掉关于自我的虚幻概念和故事。

这个实体提出这样一个问题，表明在认识自我方面已经做了大量工作。**简单地识别一个模式既是远离纯粹无意识[我们可以说是沉睡]状态的一步，也是踏上那条“开始觉察自我、并倾听那些呼唤自我进入更多成长和自我揭示的声音”之道途的一步。继续吧，我们的弟兄，聆听那个声音并应用你的练习。当你觉得已经准备好把那些给你提供舒适区的虚幻身份的附属物都放在一边时，你将随着每一步、下一步、再下一步而发现越来越多的完整自我在等待着你。**

此刻，我们会把这个通讯转移给名为 Trisha 的实体。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Trisha 传讯）

我是 Q'uo，我与这个器皿同在。此刻有另一个询问吗？

Austin：是的，感谢你们，Q'uo。我们有另一个 P 发来的问题，P 写道：“我担心身体疾病正在对我的灵性道途[我在人生中才刚刚开始的灵性道途]产生的效应。我感觉到，我正在做出相当好的进展，学习我的课程，并在我先前从未看见爱的地方看到爱。但这个疾病，不管它是什么，把我打倒了，以致我甚至不能再冥想了。我觉得我现在大部分时间都处于被我的病所缠住的状态，都是在试图与之抗争，而非散播爱。若某个人被这样的疾病压得喘不过气来，几乎不能再冥想，怎么还能遵循他们的灵性道途，还能回馈这世界呢？”

Q'uo：我是 Q'uo，我觉察了该询问。这个器皿尤其充分觉察肉体载具如何能作为一个实体的灵性寻求的路障或障碍[你们可能会这么称呼]。但我们要提醒的是，那个路障、那个阻碍，只是虚幻的。恕我们直言，它是自我创造的，而且也是灵性成长的一个潜在驱动者。

我们了解到，你在肉体载具中体验到的病症，似乎是压倒性的，可以让人感到势不可挡，可以让该实体感到疲惫、无法聚焦、没有方向，甚至无望。

我们想望谦卑地表明，那些知觉，无论它们可能看似多么巨大，都是转瞬即逝的，就如同此生的每个其他经验。我们不想望贬低或低估提问者的经验。因为我

们，通过这个器皿，可以看到我们所说的话似乎在削弱一个实体通过肉体载体所能经历的苦难。

我们首先要说的是，一个实体可以把这种考验和磨难视为灵性成长和(学习)接纳课程的具有强力药效的机会。

通过这个器皿，我们能够见证这样一种体验：感到慌张，却想要做如此之多，想要成为如此之多，想要学习如此之多，但感觉[如你会说的]就像是被关在一个躯壳里——在该实体的心智中，该躯壳使其无法前进。我们大胆建议，与那种慌张和痛苦坐在一起，就是一个富含开发接纳的潜力的机会。我们说出的这种接纳性，并不是一种简单的接纳——即承认一个感觉或情绪的存在——毋宁说，我们谈论的接纳是一种具有“对该体验的无条件之爱”的接纳。

我们理解，痛苦和不舒服通常不是实体们在你们人生中会活跃寻求的感觉。然而，可以看出，这些时刻也是[你们可称为的]实验。

我们避免使用礼物这个词，因为我们知道这可能给人留下不敏感的印象。然而，那种痛苦、不舒服可以被强调、坐在一起、讨论、冥想和接纳。我们了解到我们使用了“冥想”这个词语或短语，而先前提问者说道，在目前状态下，冥想并不容易实现。我亲爱的寻求者，我们会建议，冥想能采取多种形式。当然，你们知道静坐冥想，允许神性从其混乱的投生环境中释放出来，并掌握那种存在于所有事物底下的与合一的联结。

然而，在冥想方面，在寻求与合一、造物者、爱相联结的方面，还有其他一些形式。例如，祈祷和意图设定是两种有意的练习。在这两种练习中，寻求者可以跟

自己内心和灵魂的感受坐在一起，把它述说给宇宙，无论是在祈祷的例子中，也许是表达渴望，或请求指引；或者相反地，在意图设定的例子中，表达这个器皿为自己种植或播种的东西。

我们也会建议一种练习，即这位提问者所能找到的任何其他形式的放松。任何允许该实体从肉体载体的发现物中释放自己的练习都可以是一种最美丽、最密集、最有帮助的练习或体验。

也许我们会对这位提问者说，如果自己想望继续那种自己觉得仅仅最近才开始的灵性练习，但正在体验肉体载具的阻碍，那么，这个实体对于继续灵性旅程的渴望的声明就是设置意图了，自己已经在迈出脚步了。我们愿有爱地告诫提问者，不要对自己如此严厉，而要练习对自我、该身体的耐心，或练习对容易出现的东西以及不太容易出现的东西都有耐心。

每个时刻都富含着机会，来让每个实体成为正体验祂自己的造物者的一个小片段。而且那种体验，就它可以怎样被定义而言，是没有限制的。

我们愿与这位提问者分享的最后一个想法，我们再次非常谦卑地陈述它，知道它可能会被误解为对于提问者的体验是不敏感的；该想法是，该器皿个人相信，接收到这些艰难的肉体经验的实体们，请求了这些体验并接收到它们，因为造物者知道他们足够强健有力。只有借由时间、爱、对自我的完全接纳，该器皿以及提问者才可能发现并发觉，他们真正有多么强壮。

我们为这个问题感谢提问者。我们现在将离开这个器皿并将通讯转移给名为 Austin 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

我们是 Q'uo。我们现在跟这个器皿同在。

我们要花一点时间来表达感激与欣赏，不仅仅对于这个圈子中的寻求者，也对于所有那些通过无论什么途径觉察我们话语的寻求者。因为在我们通过这些器皿发言时，我们所回应的是集体的和谐、振动、意志及呼唤。我们很荣幸有能力以这种方式及其他更微妙的方式而与所有呼唤者互动。

容我们在此时问，是否有另一个我们可以谈论的询问？

Gary：是的，Q'uo。有个来自 A 的问题，他写道："有些时候，尽管我们把每件事都做对了，我们的大部分需要都得到了满足，但我们内在仍会感到空虚，而没有一个明确的目的，或者只是对我们的生活方式不够满意，在这些时候，我们能做什么呢？用来谦卑地请求高我指引一己之人生目的的最明智方式是什么呢？"

Q'uo：我是 Q'uo，我觉察了该询问，我的兄弟。

我们感谢 A 实体提出这个问题，因为我们觉得这是一个贴切的问题，许多寻求者发觉他们有寻求的意愿，火焰在他们体内点燃，呼唤着他们在自己人生中前往一个更大的服务、一个更大的目的；不过在评估自己周遭的情况时，他们觉得仿佛自身潜力未得到实现，还有更多事情要去完成。我的朋友们，这是一个非常普遍的经验。事实上，对寻求者而言，这种经验跟实现和喜悦的经验同样重要和有效。因为所有这样的体验对于走在灵性道途上的寻求者都是催化剂；假如所有的催化剂全都灌注了满意与满足的感觉，那么进展、自我反思以及那股在灵性道途上前进的强烈渴望就会少很多。

我们非常谨慎地接收这个询问，因为我们的渴望是鼓励寻求者理解这种经历的背景，并理解到：它们可以被利用——不仅仅是为了促使寻求者寻求指引，也是为了促使其寻求那份对自己以及对当前环境的满足，无论这些环境可能是什么。

若你们愿意，我们将首先讲述硬币的这一面。

空虚的感觉，一般来说，是显化于自我内部，因为自我认识到一个更大的远景。然而，我们发现，这种可以被视为“潜能或对更大工作的渴望”的更大远景，有时可能会是一个分心物，导致寻求者看不见自己人生中的各种机会——关于爱、辨识魔法、看见浸润在造物所有方面的造物者。我们在这样的问题中发现某种幽默，因为对我们而言，不可能不把造物的任何方面都视为充满了造物者之爱与光。造物的每个方面，都有机会让寻求者富于沉思、满足、爱，并让寻求者接收到。

我们无意轻视对寻求者来说通常是困难和悲伤的体验，而只是要分享，正是你们密度的一个独特方面允许了这种体验——那个方面就是遗忘罩纱，允许寻求者对造物的完整性视而不见，允许造物者的光被隐藏起来，因此要求寻求者去按照其头衔所暗示的那样而行动：寻求那道光，并在造物之内找到它。这不需要通过某种伟大的服务或展现雄心的工作来实现。

对每一个体而言，这不需要是一场宏伟的旅程，因为每个看似平凡、缺乏该提问者所寻求的实现感的日子，本身就有潜能是一场宏伟的旅程，让寻求者找到它所寻求的东西。并且，这种日常经历中看似平淡无味的状态可能只是摆在该寻求者、这场旅程的英雄面前的一个障碍——在这场为了找到所寻求的对象的追寻中要去看穿并要去[若我们可以用个误称]克服的一个障碍。

我们向提问者以及所有可能有类似感觉的实体建议：带着耐心、坚持和不断增强的意志和信心，在自身生活的最规律的方面中试图去发现造物者之爱与光，这样做可能产生更大的宝藏——大过于一个实体所可能想象的那份来自于一场宏伟旅程并通过汲取自我以外以及当前环境以外的巨大潜能而来的宝藏。

然后说到所谓硬币的另一面，我们可以带着某种反讽(irony)而确认：的确，对于每位寻求者和每个个体而言，都有更多的东西；并且，这样一位寻求者所直觉到的潜能确实是可得的，而且非常真实。

在服务他人的道途上，每位寻求者都有能力为周围所有实体产出巨大的服务。并且，若这种在生活中带来爱的渴望坚持下去，机会就会出现在寻求者身上。我们经常发觉，这些机会没有被感知，或者如我们先前谈到的，也许因不舒服或恐惧而被回避。对于那些想望发现摆在他们面前的宏伟旅程的寻求者，我们鼓励他们看看自己生活中的那些领域：在其中，他们实行着这种回避，或者他们发现了不舒服。并且他们可能发现，在那些领域中，他们可能先前已经对一些机会视而不见；而这些机会能以一种更显著的方式使自己在道途上前进，给他们带来更多的实现感和更多的机会。

向一个实体的较高自我[或对每位寻求者而言可联系的无形家人]请求指引的方法，可能相当简单。这样的事情可以通过祈祷、沉思或仪式来完成。就祈祷或沉思而言，既可以默念，也可以大声说出来。就仪式而言，既可以是那种为自己而设计并被重复进行[以便随着每次迭代而增加其力量]的仪式，也可以是那些被先前已经走在这条道途上的其他实体们所集体性地练习的可用仪式。一个实体可能发现，从这种无形指引中返回的通讯也有很多形式：无论是微小的直觉建议、那

些在日常生活中引起自我注意的事情、经由梦境[无论是睡梦还是清醒梦]的沟通，还是许多其他一系列方式——以这些方式，无意识把来自于自我边界以外的通讯传递给自我。

我的朋友们，这的确是你们正在进行的一场宏伟旅程。我们希望通过提供我们的下述观点而给你们提供某种安慰：虽然在任何特定时刻可能有大量的困难或缺乏实现感，但造物者或造物的方式不会让这种经历无限期地持续下去。当你继续行走在这条道途上，风景将发生变化，并将提供越来越多的机会来见证造物者的庄严显化在造物之内，并看见那庄严反映在自我之内，因为你是造物者，祂的所有爱和光在你的旅程中的任何时刻都是可得的。

此刻，我们将该通讯转移给名为 Jim 的实体，来提供我们今晚的一些结尾想法。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。我们十分高兴能够用这样一种方式来利用每个器皿，我们已经注意到，这已经增强每个器皿的能力来感知我们所提供的话语与概念——它们以一种具有更大清晰度与深度的方式通过每个器皿而被传达。我们和你们一样都是器皿，我们都寻求去服务存在于万事万物中、所有实体中的太一造物者。我们感觉到，我们今晚已经利用的这个过程仿佛是一个说明“每个器皿已经达到的专注力”的优秀例子，这种专注力允许着一种对我们话语与想法的更有效呈现。这种聚焦与奉献类型，就是学习[你们称为的]传讯艺术之进阶实践所带来的品质种类。我们可以说，这是一个出自大量劳动的果实。我们感谢你们每一位都致力于成为更严谨的管道和更有灵感的管道。因为当你们开始觉察到流经你们的言语和概念时，你们自己也在被你们传递给他人的灵感所熏陶。这是一个非常

理想的结果，也是每一位取得进步的信号。

我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们现在将离开这个器皿与团体，同时在太一无限造物者的爱与光中离开各位，我们全是祂的一部分。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_2021_1019

英文出处：llresearch.org/channeling/2021/1019

☆ 第 3706 章集：人格中的扭曲

周日冥想

1998 年四月 4 日

团体问题：今天的问题涉及 Ra 说过的一句话：「所有扭曲的源头都是观点的局限。」我们想要知道，既然我们每个人好像都把各种扭曲带入幻象，它们影响我们产出的东西：不管是照顾家庭，创造法律，创作美、舞蹈，通灵，我们做的无论什么事？我们自己人格中的扭曲，对我们希望在此生中 通过学习和服务产生的结果 有怎样的影响？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中 向你们致意， 在祂的服务中 我们来到你们人们中间。我们想要感谢你们每一位 呼唤我

们来到 你们的团体，让我们能够以我们自己的方式提供服务 从而学习。因为没有你们 的呼唤，我们真的无法在当前的职业(志业)中成为有用的，因为我们听到地球忧 伤的哭喊，我们寻求藉由分享自己的一些想法和意见来减轻那种忧伤。

我们请求你们每一位在聆听我们的言语或任何(其他)言语时 行使分辨力。因为我们不是权威，当主题来到灵性旅程上头，任何其他人也不是权威，因为每个人都是独特的。每个人灵都有自己的旅程，尽管会有很多、很多的相似点，每条途径都是独特的。造物主的每片火花都是独特的，每个实体都将认出并珍惜那些必定要被听到的真理。若我们提供的那些想法没有满足那苛刻的标准，我们请求你们把它们留在后面，因为你们真的会认出那些概念 它们能成为你演化中的工具或资源。

你们今天傍晚的问题是关于扭曲，关于在人格中看见的扭曲。为了讨论这个问题，我们必须后退来检验扭曲的概念。这是我们使用扭曲这个词语的方式。就我们思考的方式，在显化世界中的一切万有都是扭曲。缺少扭曲，若是绝对的，描述着智能无限～ 造物主本身～ 处于其未赋能的状态。第一扭曲(变貌)靠近未显化的智能无限是自由意志；这产生了理则的显化，也就是这个器皿认识的智能能量，你们的科学家把它称为光子或光。当我们在无限造物者的爱与光中 来到你们这里，我们就是在那些扭曲中来到的，因为若我们如同无扭曲的造物者来到你们这里，我们不会存在于一个显化的宇宙之中。我们不能够以任何方式行动，因为在一种绝对的意义上，一切会是一。所以 当我们凝视一个特定的人格外壳的扭曲时，当我们凝视着凝视能量阻塞和障碍的系统 它造成在别人看起来是失衡或扭曲的人格。我们凝视着扭曲的扭曲的扭曲。我们凝视着各种能量系统，全部都是单一伟大起初思维[即是爱]的种种扭曲。

那么，对我们而言，在一次投生的背景中 一个人以这样或那样的方式被扭曲，这不是一件坏事、错事、或不正确的事。因为我们觉察到，每一个实体在投生前都挑选了人格外壳 它包含了那些天赋 以及那些肉体、心智、情绪、灵性上的限制，它们将创造出偏好或扭曲，接着在那次投生 为那个实体同时设置好个人的学习与服务的途径，或者设置好那个实体在投生期间 可以利用的服务途径，假定各种各样的扭曲之系统确实证明能经受住投生时间的考验。

并不是说一个实体带着一个使命投生，要嘛能实现它，要嘛就无法实现它。毋宁说，有对于环境(境况)的设置，它可以提供投生前人灵认为满意的催化剂。扭曲系统或有偏向的意见，在成长中的实体身上可以很简单地表现为偏爱。每个年轻的投生人灵 都会发现自己喜欢的东西和自己想要避免的东西。随着投生的进展，会有体验的重复和周期，这些体验会一再将那个实体引向投生选择的十字路口，不是在一次人生中简单地发生一次，而是确实可靠地 一次又一次地发生。每个人灵都将面对一个或多个基本的人生问题。比如 这个器皿早已察觉到，在个人学习方面的投生愿望，是找到一些情况 让自己能够不期望回报地付出，事实上，这是个相当普遍的投生目标；这个特定的实体为此选择了某些偏好。正是以这种形式，每个演化中的人灵 在肉身生活的进程中会不断遇到某些情况，重复该形而上的问题，让实体可以再次做出选择：服务他人，(或)服务自我。 所以，一己收到的某些偏好肯定会创造出学习和服务的途径。无论如何，命运的形而上转折[容我们说]会在每个人灵的体验中存放一个宇宙，在其中 某些天赋不 必然会用在那个实体认为应该用到的地方。舞蹈的能力、唱歌的能力、计算数学 公式的能力，去做任何被认为非同寻常富有技巧的特定事情的能力，或者构成一 个天赋或一种天分，可以用逻辑的方式假设 会将一个人引向一个具体的职业或工作的线路或表达的途径。在很多情况中，这单纯地不是形而上意义上的目标。 因为一个人可以，举个例子，弹钢琴，而他的命运却不一定要成为钢

琴家。这用 于聆听和感觉音乐的微妙，产出一首打动人心和聪慧的音乐，其中涉及心智和肌 肉的灵巧，这有很多形而上的用途 它们不一定是明显的，也不必须跟音乐有很 多关联。

用天资或天赋的形式存在的偏向，就形而上的意义，并不等同于要表现的天赋。总是有那种命运旋律的奥秘，如果这种旋律被查看，若你寻找它、倾听它，听到后跟从它，它可以大大促进这个命运的实现，虽然用世俗的话来说也许不大合逻辑，但事实上你形而上地期待着那个命运。就这个问题当初被询问的意义而言，这些扭曲必然跟产生纯粹的传讯有关，产出这个(Ra)传讯的三个实体 显然有扭曲和偏见，在很多方面是不平衡的。发问者最初向这个器皿提出的问题是：「这样一个不平衡的小组，如何能产生纯粹且清晰的通讯？」我们对这个实体，J 实体和你们小组说，我们以前曾经说过，其他实体透过这个器皿也说过，形而上而言，创造服务的是：该实体在观想服务时的意图、愿望、渴求，而非扭曲的系统， 它(只是)用来建立一个特定的动态关系。然而，需要指出的是：本着我们所说的 关于扭曲的内容，虽然各种扭曲会创造这些动态关系，这点丝毫也不明显，尽管 如此，这三个实体各自所选择的扭曲，对于制造气氛是绝妙有益的；三个迷惑而 高度扭曲的实体，在这种气氛里能支持彼此的服务渴望，这种支持靠的是每个实 体长期打磨过的纯粹意图。

再次地，我们指出，就形而上的意义来看，扭曲是设置一个情境的技术主题，而该情境可以产出一个能量系统 为了一个特定种类的服务而协调一致。当任何团体为了服务而联合在一起，就有一种极大的潜在能量之爆发，就是由于那些已经花费时间或努力的实体，或者那些拥有天赋的实体 具有一种深入的真诚，于是在一个团体中的服务将是十分成功的。

那么，扭曲灌注该团体的努力之道，就同时是明显和奥秘的。明显的是可见的属性、天资、天赋的方面。永恒奥秘的是：在人类的眼睛看来，每个实体都是小于完美的。当(这些扭曲)被视为可以协调一致的能量系统，这些扭曲就可以被视为最 幸运的和最强大的组合。

我们是 Q'uo 群体，在我们前往另一个问题之前，我们欢迎在这要点上的进一步询问。

H：我想要知道，你们是否能够在关于家父的问题上启发我，我父亲去年八月去世，而我有一种真实的感觉 他和我在一起，我并不是非常确信我说的是什么意思。也许你们能够帮助我理解 一种他此刻与我同在的真实感觉。

我们是 Q'uo，我们掌握了你的询问，我的姐妹。当实体们离开尘世的层面，在很多的情况中，有大量需要进行的疗愈 以及适当时间和空间 让这种疗愈获得支援、滋养、供应。这段平衡与人生回顾所需的期间 没有时间限制，而这种疗愈的一个组成部份，常常是能继续，如这个器皿会说的，跟踪那些跟自己有特殊联系、 亲缘关系或动态关系的实体。在很多情况中，在这个时期 (往生者)有机会从那些 仍旧活着，有特定的联系、亲缘关系或动态关系的实体的陪伴中获得安慰。这未 必是投生时关系很密切的人；事实上，如果在投生期间缺乏某种交流，那么经历 人生回顾的实体能坐在(他们)肩上 做为安慰者与支持者，其实是存在于他们的 心里，最要紧的是呼吸心爱的人格的气味，就特别有疗效；因为尽管人格外壳是 从广大的自我[也就是真实的自我]中选来投生的，创意之灵把这个人格外壳转变为 艺术、转变为美。当一个实体仔细回顾一次人生 并看见这个实体已经闪耀的 一 个特定外壳的明亮光辉，或者如那首歌说的：「帮助宇宙去闪耀」，对于这个实体 而言，在那个实体的陪伴中有着极大的安慰。这并不是

说，有一个要分享的伟大 讯息，或者有一种担忧，毋宁说，这单纯地是一种享受和欣赏，这是无法被在肉 身中的实体感觉到的，但是，从超越世俗层面的幻象罩纱的更大生命的更宽广观 点，可以看见这种享受和欣赏。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹。

H：我想我听到你所说的是：曾在地球上显化为我父亲的实体 正坐在我的肩上欣赏更宽广的视野，因为他不再以物质的方式显化。他更多是一个全面的灵。这更像是那个实体正在注视着我，这在我看来 是一个有趣的观点，因为我想知道是否是我以某种方式祈请着他。或者想要这样，或者这是一个希望。我并不知道它从何而来。谢谢你们的解释。

我们是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。我们相信你掌握了我们提供的要点。这个器皿在表达这个概念上有困难。人格拼图的碎片，总是在试图拼在一起；经历了一次又一次转世之后，在关系中的每个实体发觉，该拼图一点一点地拼得更好。 随着实体们在幻象中进进出出，当(实体)处于幻象之外，就有远远更大的对于 特定关系的疗愈和健康面向的欣赏，并在欣赏在幻象中活着的实体当中 找到蜕 变式的疗愈，而该欣赏来自那个更广阔的背景。确实，要让一个人从投生中疗愈， 有那个要被宽恕的自我。并且凝视了每个关系。在这种从更大的生命(世界)凝视 的过程中，包含许多惊奇。我们会简单地说，在大多数直觉到(有实体)在场的情 况中，那种直觉源头并非在投生的人格外壳中的自我，而是关系中的其他自我从 更大的生命(世界)来联系你，以此做为自己的一部分治疗。所以，在某种意义上 那个你之所是的实体 对于这个实体是一种疗愈的临在，因为它在更大的生命(世 界)中 回顾已经完成的投生 并凝视着自我 看看也许可以怎样选择接下来投生的选择，人格外壳的选择，任务和目标的选择。

有进一步的问题吗，我的姐妹？

H：非常感谢你们。那是非常清楚的。

我们会在此刻把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿 并在太一无限造物者的爱与光中离开它。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次通过这个器皿 于爱与光中向各位致意。我们继续准备迎接在场者在此刻可能向我们提出的进一步询问。

E：我想要知道 是否有可能在这次人生中 以另一个人的形式遇到你自己？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。就最大的可能意义上，对于每一个你所遇到的实体，这总是真实的，因为每个实体都是另一个自我，都是你自己和太一造物者的另一个面向，所有通过这个幻象进入体验的面向都来自祂。

就我们感觉你此刻正在询问的意义上，我们也会建议，实体们有机会去跟自我的其他的部分互动，这也是相当有可能的，这些部分在[如你们所见的]时间之河的其 他时期投生，现在正从一点往另一点移动。无论如何，我们会建议：这种体验的 目的是允许更大自我的每个面向都跟另一个面向整合在一起，以便于自我的那个 可称为超灵或高我的面向 可以有一种更完整的经验。每个实体的自我的这个部分 存在于一个经验的层次上，该层次可以被视为存在于你们的未来之中。然而，它 也存在于你们视为的过去。它从事每个部分的体验都是为了取得

整体的平衡。

我的兄弟，有进一步的问题吗？

E：你如何认出这样一种会面呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们认为这种识别十分困难，因为第三密度的大多数人无法察觉这种经历的可能性，不能够识别出那些警醒显意识心智的熟悉感和直觉，好注意到那种微妙、深奥、强大的辨识感。

有进一步的询问吗？

E：没了。谢谢你们。我想那是一个非常准确的回答。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Carla：H 和我正在讨论 我如何在饮食上帮助自己。我感觉在饮食方面有过太多的经历以后 自己正在依靠信心和精神而活。为啥我给了自己这样一个破产的(身体)系统？为啥对于我这么喜欢看到它们成长、这么喜欢为别人烹饪的食物，我的身体却没有(正面)反应？我没有任何逻辑来阐释那种感觉，那只是一种直觉。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如你如此清楚察觉到的，你在摄取食材方面已有的体验 见识了一个有各种变化和准备的完整周期，这是为了让你肉体载具所承载的肠胃道能够有规律地进食 而量身定制的。为了让此生的努力可以向内聚焦 并看向那些已经看到的领域，该肉体载具的各种限制有很多副作用

包括那些涉及，如你察觉到的，摄取食物方面的问题。

(你的)肉体载具依然体现(在人间)，这一个事实应该带来大大的欢庆，为了保持聚焦，这个肉体载具在整个投生期间承受了许多压力和艰难。你当前理解的一部分是：低渣饮食具有中心的重要性，我们继续推荐这一个建议。这种饮食自身有其限制因素，因为低渣饮食范围内的食物品种有限。如果想进一步改善饮食，我们知道你可以采取一些小措施，但总的来说，我们继续推荐你最近行旅的航向。

我们会在此时 再一次感谢那些在场者 邀请我们出席你们今天的寻求圈。我们是你们认识的 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3707 章集：灵性的改变 1998/03/15

本篇译文直接取自繁体版，未经重新校对，故可能有些字词语句方面的小问题，还请读者见谅。若您希望协助志愿校对工作，请联系我们。

周日冥想

1998 年 3 月 15 日

团体问题：我们想要知道，在经历巨大的生活改变之际——可能具有主要的入门或过渡性质，我们怎么才能最好地平衡何时需要做事，何时需要等待事情自然发生？在处理这些改变时，什么是心里想做的工作和头脑想做的工作之间的平衡？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。容我们说，能够在此刻被请求与你们分享我们的意见和想法，我们感到怎样荣幸和谦卑呀。我们察觉到这一周你们头脑的关注是关于改变。有很多种方式来查看这个必须且不可避免的过程。也许我们会从过渡期中的灵魂后退一步并尝试去描述我们所看到的这场改变与转变之剧上演的背景情况。S 实体已经表达对于全像式宇宙的概念的喜爱，确实，我们也感觉到你们每个人都如同造物者和(宇宙)造物的全息图。在你们第三密度的幻象之内，这当然不是明显的或表明的，然而，在每个觉醒的灵魂中有个位置，该位置存在于感官和理性想法的层次底下很深的地方，在那儿，灵性认识自我，那个基础或根本是一种对自我的认识不会随着时间或空间或场合而改变，毋宁是自我的菁华质，那无限微妙且独特的振动样式，就是该样式创造了光亮与色彩的复杂香味——那片火花即你们每个人的本质。很难用一种以尺寸来衡量的语言来表达这个概念，因为你作为一个永恒的公民同时是无限大与无限小。无论如何，同时在这两种对自我的基础的观察中，自我之火花都是在混淆当中的一个实相，一种内在深处的感觉，持续超越一切的体验。当它上升到(显)意识，甚至只有一瞬间，有意识的生命就在那个瞬间被转变了。

对于每个走在阴暗途径上的实体感觉到改变的压力，当这些清晰的片刻出现时，我们鼓励把那个瞬间仔细刻入记忆，因为对真实性的赤裸裸记忆是一种香膏和慰藉，可以缓解正在经历改变过程的人有时很艰难的情绪和心理体验。对于一个感觉到她自己正在改变的人，这种基本的资源，知晓内在的全像式自我以及记得那是什么感觉，这是一种强大且救助的记忆，超越所有其他的资源。

现在让我们用磨难这个词汇来查看改变。当肉体生命一出生，立刻就开始变化。在物质世界内，所有身体成长中、作为地球层面的组成部分出现在幻象中的东西，都在通过其开花、成熟、衰退的时节持续地变化。所有这些肉身的改变，其源头和结束都是尘与灰。我们一刻也不会暗示，在灵性寻求者之内改变的源头和结束是尘土与灰烬。无论如何，最好认识到，交替与转变有恒常和连贯的周期，这是绝对无可避免的，每次蜕变都伴随着衰败，失去你丢到后面的东西。有时候损失已经发生，但新的生活尚未变得明显，这个器皿经常把这时刻称为灵魂的暗夜，那对于很多人是痛苦和迷惑最沉重的时刻。当然，头脑掌握改变的概念。如这个器皿说过的，头脑看待改变为一个要去解决的问题。

这是大脑的一个自然倾向，我们会在智力和意识之间做出清晰的区分，前者单纯地为了解决问题和做出各种选择而被创造，这些选择倾向于(照顾)一个肉体载具的安全和舒适。

然而，当人灵从俗世的舒适酣睡中醒来时，它不仅仅看到一个人生的自然进程，不仅仅看到赚钱、获取需要的物品等等，而且远为敏锐地感觉到：灵性改变的过程是头脑无法处理或解决的。

如此频繁地，那些处于灵性改变当中的人确实尝试去使用智力。它是一个自然且平常的资源。毕竟，头脑被持续不断地被询问，它持续不断地工作，接着当头脑面对比言语更深入的微妙差别，它会发现自己一反常态地退缩了。有些智力无法运作的事情。有些情况是智力无法把它制成一个要去解决的问题。有那种失控的感觉，就智力方面而言，这种感觉是准确的。因为在提升心的平安或那种恩典的美妙感觉上，大脑能做的事只有一点点。尚未觉醒的人不容易理解，为什么没能力调用头脑的资源火力全开地处理这情况。他们看到的东西没有超出任何物质性

关切，位于变化的表面上，或者与自己内心感到的变化同时出现的关切，所以灵性寻求者不仅仅与自己的智力能力相隔绝，也与他周围人的智力资源相隔绝。反过来说，那些掌握并充分体谅灵性重生的微妙性的人，找不到话来描述这个过程，因为它要深刻得多，而且更少个人性，超出语言文字的一般适用范围。每个寻求者的灵性蜕变所涉及的议题，既具有深邃的非个人性，也具有独特的个人性。也就是说，寻求者由于自己独特的扭曲模式而经验独特感知的同时，那片火花也在与一个更大的自我相结合，创造出动态的关系，这个过程很难用语言来形容，因为这个大我既是你之所是的火花，也是一切万有。当一个实体沿着心智之树向下(探索)，自我的层次是无限多的，当体验者经历并参与这个灵性改变的过程之际，它可能会在一个时刻处于心智的一个层次，而在另一个时刻处于一个令人困惑的不同的心智层次，一个人的心智会在这些层次上飞掠而过、深深潜入，上行并趋于平稳，而在同时间不知道它正处于运动中。灵性的海洋是三维的，而你能够在水中呼吸。

所以(你)会体验被带到自我的底部，成为行星、星星、太阳、宇宙造物；在同时间也有那些无限小的觉知：自我作为一个想法、乙太、一只美丽的蝴蝶、或一朵完美绽放的花朵、或一堆垃圾[基于该器皿头脑肯定有的冷嘲特性]。

当该实体正在尝试以某种方式不单纯是熬过这个过程，而是去拥抱它、欢迎它，与它合作，也许加速该过程，所有这些感官在肉身内无法处理的层次和感觉(它们)都在发挥作用，而且带着大量的自由度在发挥作用。不过灵性改变的菁华是苦难。有一种无家的肤浅苦难，它是强烈的却不是深入骨髓的。在要嘛察觉到自我苦难的深度，要嘛察觉到这个世界的苦难上，有一个更深程度的苦难。它能够用令人头脑发麻的力量和强度撞击一个人并将他抛入一个巨大的绝望深渊。

这是宇宙造物的一部分。这也是要被拥抱的，这种死亡、痛苦、局限性，从某个角度看就是要拥抱这真正的痛苦。自我看不到任何可能性变得能够自然地拥抱痛苦。这里正是心可以成为一种越来越有帮助、越来越有用的资源。因为虽然头脑是在外部世界里做外部决定的出色工具，心和更深的情绪才是灵性改变发生的地方。因此，寻求者可以信赖且充满信任前往的地方就是心，有时为了安慰，有时为了鼓励，有时单纯为了一个获得拥抱、安慰、爱的地方。

尽管头脑肯定认为自己是神圣的，内心最深处早已是神圣的地面，造物主、智能无限就在那儿等着，如此好奇地爱着每一片火花，从中学习关于祂自己的事物。当你坐在这个圣殿之内，记起造物者并感觉到内在的神圣状态，自我就可以仅仅在那个片刻中找到痛苦的止息。哦，这是一个多么轻松的片刻呀!

我们会在此时暂停并请求对该问题重新定向，因为我们了解到今天被请求的资讯有几股线，我们想要有进一步的方向。在这个(时)点有没有某个人想望抛出的问题，于是我们就可以，容我们说，找到我们的方位。我们是 Q'uo。

V：为了提升的过程中走得更远，释放过去的创伤性体验或过去的编程与我们现在可以取得的进步和必须经历的改变，有什么关联呢?

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你的问题，我的姐妹。过去经常像是一种永久的负担，至少是在那过去中较不愉快的部分。每个寻求者的人格和性格内，都深深地锁着结晶化的痛苦，情绪、灵性上的痛苦金块。任何想分析或治疗它们的尝试、都让它们形成新的配置，只能取得有限的成功，因为大多数行使治疗的实体看不出来，问题点在于原谅。被深埋(内心)的编程和痛苦结晶需要被除去，需要连根拔起，换句话说，需要被看成是花园里的杂草。可是这种处理方法往往筑起厚厚

的墙，厚得足以为你隔开结晶化的痛苦区，而非帮助进入对于那种痛苦的平衡觉知。一个人无法将它扔掉。一个人仅仅能把他已经原谅自己感觉到的东西扔掉，对于每个寻求者而言，这种原谅的触发物是不一样的。然而，关键是宽恕自己，宽恕他人，宽恕人性。因为如你所知的，这个物质世界的本性，这个你在其中居住的沉重化学性密度的本性，真的就是，几乎没有任何事情能被知晓。

然而，当所有感官被最后一点点的宽恕所唤醒，这就彷佛某个人已经从(你)肩上把重担卸下来。至于如何接近那个释放的瞬间，我们仅仅能鼓励坚持不懈的渴望。

在你们的神圣著作中写道：「请求，你将会收到。敲门，它就向你打开。」这是真实的。我们总是通过这个器皿说：「小心你所许的愿望」。因为，真的，所有的渴望都将授予你。然而，一个灵性的存有想望的是什么？它想望痛苦的止息吗，或者它想望以自己可以服务的一切方式来服务造物者？在你们世界里，那些激励你的灵性实体，难道没有体验过许多痛苦和劳苦？不过你在那些生命中看见一种喜悦、欣喜、热情，不知怎的转化了苦难的体验。这个器皿通往造物者的道途是你们认识的老师：耶稣·基督。

这个实体有意地寻求苦难并单纯地把自己献给所有生命的苦难，对这世界张开双臂，接着说：「我承担所有的痛苦，所有的苦难，因为我想要世上的苦难少一些，这就是我能够做的事情了。」

在很多方面，你自己也可以承担起这世界的忧伤，这是很多人已经追寻的一种灵性的实践。我们请你们以一只冷眼来凝视在蜕变中涉及的苦难，因为就我们谦逊的意见，这是一种平衡的态度。

只有这样的人：带着一只冷漠的眼睛却有一颗饱满且乐意的心，能够凝视灵魂的暗夜[该器皿讲过的]，这个过程才开始变得容易一些。藉由释放你的苦难，向它低头，藉由欢迎作为弟兄姐妹必须被承受的苦难，藉由向这个过程提供你的生命、身体、心智、气力、意志的好意，心就彷佛被魔法打开，你会发现，无论你多么严重地受伤，都不会杀死(自己)，相反地只会清洁、清空、更新那个器皿，使它做好准备，成为光和爱的一个益发干净、纯净、明亮的管道，这光和爱必须流经这个管道并流入这世界，它不来自于你，而是流经你。

当你拥抱这个过程，释放那些情绪，保持谦逊，谦虚和空无就成了一个要被举起的送给造物者的献礼：「这是我的一切；我只有这些，我把它们全都献给你。随你愿拿我怎样都行。我是一只小船，生活是海洋，不管你把我扔到什么地方，我都试图去航行。」

这种离弃，这种傻瓜行动是强大的。随着你变得荒唐可笑，随着你拥抱这种黑暗，你也拥抱随之出现的光，因为真的就是在灵魂的暗夜中，有月亮落下，同时太阳升起。而那太阳是超越一切空间和时间的荣光，预示着一种创造一切万有的爱。

我们鼓励你们每个人内在的那种离弃时刻，届时你不只会说：「不按我的意志，而按祢的意志」，而且这样感觉。因为你看，任何一种显化都有周期性，随着造物主的心跳，宇宙造物出生并死亡。唯一留下的事物，无论它是否被感知到，就是我们用你们的语言仅仅能称为爱的智慧无限，这种振动即是伟大的起初思维或理则，就是你之所是，没有过去或未来，就只是存在的一瞬间——那就是无限的。

当你已经凭借心智、情感完成你的工作，返回这种觉知，你总是那向下触及葡萄藤根部的树枝，因为你的根部属于完美之爱。当你不断地螺旋向上，你将会一次一次又一次地成为光明、黑暗、光明。

那已经成为重担的事物将会一次又一次又一次地被抛下，因为你将会成熟。不是藉由添加事物到你的自我身上，而是允许它们从自我身上脱落。在恐惧中，你看到，你收集、你穿上盔甲并变得坚硬。当爱能够触及那些已经在内在结晶的困难，它们就会从那早已完整、完美的存有中被减去，而该存有就是你的实相。

我们领悟到，我们已经提供的内容可能成为微薄的安慰，送给那些此刻正处于泪之溪谷的人，我们愿提醒你们每一位，造物者的爱仅仅能被那些具体的双手表达，那种支援仅仅能被具体的双手给予。你就是周围人们的造物者。你的支持就是造物者能在投生中、在幻象中支持(你们)的唯一途径。

你的双手、声音、微笑、双眼，这些事物是你送给兄弟姐妹们的礼物。在你们称为第三密度生活的经历中，忧伤是必要的，但你对于这种令人忧伤、悲痛的改变过程所持的态度，可以为你创造一种超过所有理解的平安。

我们鼓励你们每个人看见那个天堂，即使它是遥远的，去认识那些天使和执事，它们总是爱着你，现在爱着你，来到这儿帮助你，尽管是无形的，它们正在盘旋，都在等着安慰你，它们在寻求各种方式去肯定任何内在希望的微光。你在这个过程中永不会是孤单的。这是一个被守卫、受保护的过程，避风港确实存在着。祝愿你们每个人帮助彼此，找到你们回家的路。

（文字抄本结束。）

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

with thanks to 骑在银龙的背上

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/1998_0315b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/1998/0315

☆ 第 3708 章集：灵性的骄傲 1998/03/01

本篇译文直接取自繁体版，未经重新校对，故可能有些字词语句方面的小问题，还请读者见谅。若您希望协助志愿校对工作，请联系我们。

周日冥想

1998 年 3 月 1 日

团体问题：我们今天的问题关乎灵性骄傲的原则。我们想要知道在大家处理生活中的催化剂的顺序里，灵性骄傲排在什么位置。我们全都在某个或另一个时间与灵性骄傲一同工作。某些人说过，它在我们的模式里最后出现，多少像是我们所有工作的顶峰。我们想要 Q'uo 给我们一个观念：灵性的骄傲是什么以及我们如何与它一同工作，是否有任何特定的时间是比任何其他时间更适合与它一同工作？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo[振动]原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，在祂的服务中，我们存在。受邀到你们这次工作集会的圈子，我们感到非常

荣幸，我们祝福并感谢这圈子里每个前来寻找真理的人。我们分享那种寻求并乐于分享我们贫乏的想法，只要你们每个人感到完全舒适，就在无需赞同或不赞同的情况下聆听，如果你不赞同，我们会请求你们把那些想法留在后面。如果你赞同，我们会请你们单纯地使那些想法成为你自己的资源和工具的一部分，总是使其服从于学习和体验的移动韵律，因为个人的真理同时是清晰和变动的。在寻求真理中，有些要踏上的旅程，有些路会发展并引导到那无限奥秘[就是爱]的其他层次和其他面向。

这个器皿发现一件好笑的事情，一只猫作为这个屋子的居民，已经选择在这个时刻开始打鼾。我们希望那不是对我们言语的反应。但我们无法肯定。不管怎样，我们发觉这是滑稽的，因为我们并不骄傲，我们以此自豪。我们寻求成为谦卑的，我们知道自己说的话可能在有些人的耳朵听来完全是废话；如果确实是那样，我们并不在意，那就是我们想望说的内容。因为只有你才能裁决什么对你重要。你自己的判断才算数，而不是任何其他人的判断；不是权威，不是书本，不是(任何)人。因为一切万有都在你们的内在，在你里面有一种被仔细打磨过的感官系统，而身体的感官只是你的感知系统的开端，你可以将注意力倾注到该感知系统，从中衍生出一些偏好，扭曲你的生活，正依照自己的生活方式。这些偏好和扭曲是属于你的。不是任何其他人的。你是独特的。

我们察觉到你们想望谈谈灵性的骄傲，我们发觉，如经常发生的情况，当我们被问到一个特定主题时，我们需要后退进入一般表述，让我们要分享的意见可以有个基础。

让我们看看这种对骄傲的关注。什么是骄傲的一般概念？当一个人骄傲时，一般是对某个事物的骄傲。一个人可能会为很多事情感到骄傲：他的肉体气力，她的

身体优美，供给的丰富或者自给自足，一个人做的工作，或一个人不会去做的工作，一个人拥有的关系或在关系上的障碍。一个人可以为所有这些事骄傲，说：「我觉得这是我个人的强项。我觉得可以为这个成就、关系、情况而骄傲。」

关于骄傲的扭曲并没有比一般的幻象更为扭曲。无论如何，该幻象一般是非常稠密的，这个幻象创造出该扭曲：即一个人可以通过自己做的事来感到骄傲、感到有价值。在你们的文化里，与陌生人对话往往会先检验：对方在做什么工作赚钱或表达自我。无论是例行工作还是创意的工作，都是人们彼此认识的一个起点，在这舒适的位置，一个人能够透露关于自己的事情并愿意听到其他人讲些可信赖的、可理解的事物。走到一个陌生人的面前说：「你拥有什么类型的振动？你是什么种类的存有？」这是很尴尬的。实体们并不倾向于对自己之所是感到自豪，对他们在时时刻刻所表达的存在感到自豪。所以你可以把所有的灵性骄傲，都基本看成和理性、情绪的骄傲，还有肉体上的骄傲为一件事。

现在让我们来看看你们宗教里的骄傲，尤其是基督教、伊斯兰教、和瑜伽体系。在这些体系中灵性骄傲被认为是一个负面价值。为什么是那样？

人们假设的是：若一个人是骄傲的，那么就会有某种必须被克服的事情，好让他继续其灵性的开展和演化。各种灵性系统不信任骄傲的推论原则或脊梁[容我们说]，也许最好地用你们圣经里的一个小故事来说明：故事描述了两个人，其中一个人凭借穿着，服装上的灵性饰品以及手中拿的书而变得非常的醒目；在他旁边有一个衣衫褴褛、皮肤骯脏、肚腹空空的乞丐，充分认识到他的罪过。这个富有且很满意(自己)的人祈祷着：「哦主，我给予圣殿的东西比其他任何人都多，我一周禁食三天。我无休止地祈祷。」而乞丐则一遍又一遍地说：「主，怜悯我吧，一个罪人。」

你能看出这个富人周围已经出现的几道墙吗：财富之墙、服装之墙、财产之墙，以及行为之墙。出于想变得圣洁的真诚努力，献出所有这些东西，但他把奉献当作一种成就。这些墙壁使得这个(富)人可能不去了解：除了所有这些他已经做对的事情之外，在该幻象内仍有一个基本固有的身份，该身份是富人和乞丐完全平等共享的。那就是人类的状态。人类状态本身是骄傲的基础；由于缺乏一体性的任何具体证据，每个人都觉得自己好像是单独的，环绕自我的皮肤之墙把自己跟一切万有的其他部分切断了一体性。

对于那些不在灵性上寻求的人，这可能似乎是相当显而易见的，不值一提的。每个实体当然是分离的。每个实体当然是单独的。每个人都与其他想法相似的人有共同的关切，但凭借肉体的双眼、感官，无疑地每个实体都是单独的，跟所有其他自我分开，并且是跟其他自我、一般的外在情况，以及那个实体在其中居住的整个环境分隔、并且具有对抗关系。

这是本能、肉体的本能，带着你四处移动，开始这个差别对待的过程。婴儿缓慢地了解到，有些需要将不会得到满足。他开始了解到某些事物可是有伤害的，不想去重复痛苦的经历。因为这些墙开始在年轻的心周围树立起来。「不要碰炉子。不要太重地拍打猫。不要拾起狗。不要、不要、不要。」随着孩子逐渐成长，学会如何去捍卫自我，试验跟其他自我建立联系的种种方法。除了一些很不寻常的情况，等到周围社会认为这个实体长大成人时，这个实体在某个程度上已经被惧怕所控制。

我们从骄傲改变到恐惧，因为J实体正在问，哪一个催化剂是在第三密度之内要处理的终极催化剂。我们会一般地回应，在第三密度内唯一要处理的催化剂是恐

惧和爱。(人类)实体开始其婴儿期之际，被包裹在爱中，在贯穿他的整个系统内，爱都是已知的，他学会去关闭自己，学会去变得分开，学会去防守，因为有要害怕的东西，这看似相当明显。外面有那些能够伤害和弄疼(自己)的实体和物体。所以，在第三密度中的灵性生活可以被描述为：要嘛是一个对如何去爱的学习过程，要嘛是如何去释放恐惧的学习过程，因为恐惧就是爱的那个扭曲，在存有和事物之间放置一种分离，由此引起对于这些人或事物做出某种回应的需要，这种回应将会倾向去增加安全和舒适。

我们不是在说这些内容是不正确的，因为该实体的恐惧是真实的。有要被恐惧的东西。这是一个幻象。无论如何，该幻象无法被粗暴地刺穿和撕碎的，因为那样对于发展中的自我同样会造成伤害。确实，当一个人正在工作他的恐惧并尝试看见表面的分离背后的爱，几乎最正确的态度是单纯地让自我慢下来，让心智安静下来，让情绪平静下来，直到你能够与无论什么恐惧坐在一起，不去粗暴地移除它，但也许是把在你面前的那块织锦的几缕线移开，逐渐形成一个开口，通过这个开口你可以看见外面的光。

我们会把一个人内在的恐惧描绘为在一个安全的洞穴内，并用一块很牢固的毯子盖住洞穴的出口以阻止那些他们害怕的东西。如果一个人将那块毯子撕开，接下来他就必须立刻跟所有的扭曲打交道。无论如何，若一个人满足于跟正在体验的那个特定恐惧坐在一起，接受它、意识到它，那么一个人就可以温和地、逐渐地，凭借坚持不懈的努力，看见那种负重的减轻，看到该毯子所在的地方离你可以进出洞口、冒险向洞穴外的世界走一两步的地方，距离越来越近。

对于把自我想象或构想为一个灵性的存有，你们每个人已经开始感到舒适。很多人在这块土地上沉睡，而你们每个人是醒觉的。所以，你们每个人都有些特别的

机会，既是服务的机会也是痛苦的机会，而灵性的骄傲是一种扭曲，随着时间流逝，每个寻求者都开始微妙地察觉到它。在你重新整顿各种惧怕、离开洞穴以后，剩下的就是灵性骄傲。灵性骄傲是那些人特有的扭曲或缺失，他们做出最辛勤的工作来了解：自己是谁，正在往哪里去，自己属于谁。所以，让我们查看一下跟灵性的骄傲这种动力一同工作的可能方式。

在这个器皿的灵性系统中，骄傲，类似于妒忌、贪婪、欲望、懒惰，更多被认为是一种恶习而非确切的罪，一种好东西过量(现象)。成为谦卑的这是好的，不过，一个人是可以公道地对自己的好事工、好习惯、道德品行感到自豪。

当一个人正在尝试去做他能做的每一件事，活出一个良善与神圣的人生，一个人是格外易于对自己感到某种骄傲。现在，你能看见那种感觉如何在自我和周围的世界之间的一个分离器？它基于该假设，也是一个幻象：一个人是要为自己负责，在自我的底部，一个人就是他自己。这是一个棘手又棘手的点，我们要请求你们仔细注视这个身份的问题，因为只要有自我存在，就会有自我之中的骄傲或一种关于自我的感觉，那确实会将一个人与他人分开。如果一个人仍旧认为他在活出自己的生命，他就是没有超越灵性的骄傲。这个器皿察觉到她没有超越灵性的骄傲，她经常说，她无法找到一种方法从她的人格消除这个恶习，因为纵使她尝试工作自己的谦逊，她还是有一种自我骄傲：认为自己是对的。在那儿有一种公正。在品尝其他灵魂的风味上天生固有地缺乏热切。有一种渴望去保留一些边界，保留某种自我的独特性，这在幻象中是完全可理解的，因为在这里找不到任何可证明的办法发现一个人没有与别人分开，一个人在根本上并不是自己。不过我们对你们说，就我们所知的，在根本上只有一个伟大的自我，那股爱在每个造物者的孩子之中映射出来，你们每个人之所是。

只要你还认为你有一个需要去守卫的自我，你就会持续地工作灵性的骄傲，所以，对于实体们大多数时候都处于这种状况，不管他们已经怎样坚持不懈地、纯粹地、虔诚地、年复一年地寻求，却仍会有那种感觉：「我」正在寻求，「我」正在观看，「我」正在寻求去成为「我」能成为的最佳(版本)。反过来说，我们已经发觉，进入到一种更圆满的对于自我的觉察实际上是一个减法的过程，从防守的自我身上简化、消除一些东西，直到自我是清空的，各种屏障倒下。在你们的密度之内，这样做安全吗？不，完全不安全，就在此生中保存肉体、情绪体、或灵性体的意义上，这样做不安全。

我们尝试说的是：与骄傲一同工作，或者一般地与一己的恐惧工作，这不是一件糟糕的事。这就是一个人在这个幻象中正在做的事情的一部分。这是你本来就该做的事。这就是你们的主要题材：恐惧与爱，边界与合一。这个器皿在每次调音时都会重复一个祷辞，我们想要在此刻重述：「主，让我成为祢平安的器皿。在仇恨的地方，播种爱。在伤害的地方，播种宽恕；在疑惑的地方，播种信心；在绝望的地方，播种希望；在黑暗的地方，播种光明；在悲伤的地方，播种喜乐。哦，神圣的师傅。使我不求被人爱，但求我能爱人。使我不求人安慰，但求我能安慰人。」

这个器皿经常说：「不求去控制，但允许控制。因为正是通过原谅别人，我们自己被原谅；正是通过给予，我们领受；正是通过垂死过程，我们升到永恒的生命。」

你们看到这个祈祷词的意象了吗？黑暗分离(事物)。光结合(事物)。仇恨造成分离。爱联合(事物)。这个圣·方济各祷词是灵魂的呐喊，想要解放自我(全心)归向进入[它所敬拜与爱慕的]无限奥秘的服务。

这是一扇通往更大视野的门。该视野比较不害怕在幻象内生活，了解到：可以用不同的方式检查每个情况；有过失或罪过，或者对好事感到骄傲，对坏事感到害怕，都不算糟糕。一个人就是被预期要被这个幻象弄得非常混淆。在这种混淆中有正面的价值，因为混淆，单单只有混淆，能把大多数人拉离那些他们在恐惧中紧握不放的东西。

你正在尝试把自己从一个幻象中释放出来，不过在你里面蕴含那个完全自由的自我，这个器皿经常对人建议，与其用智力的方式在某个已感知到的问题上工作，不如单纯地观想一个完美的状态，那就是该情况的确切真相了。事实上，一切都是爱。事实上，现在，在这个瞬间，一切都是完美的，就如其所是。因为没有时间或空间。这是一个幻象。这就是幻象的素材。我们每个走在旅程上的实体也是幻象。不过(我们)都是独特且美妙的存有，都是造物者所挚爱的，坚持不懈地穿越宇宙造物的一个接一个的八度音程，通往无限，做为那些火花一次又一次地学习，越来越多地学习，随着造物心跳的脉动，随着宇宙的活着与死亡，接着其他宇宙诞生。

很容易将灵性的生活想成一种学校，有一天学生将会从这个学校毕业，在时间的幻象之中，生命肯定是藉由更大的生命而毕业。事物会有一种周期性。那么，对于一个位于整个幻象系统中的宇宙来说，造物主的所有火花都将完成自己的旅程，再次于造物者之内失去它自己。在那个时刻，一切万物都会在那个宇宙中聚集到一起，并在无法想象的幻象结局中进入空无。

因为，当没有人去感知时，除了造物者之外，还有什么呢？接着，造物者再次做梦，一个宇宙诞生，众多火花被再次被向外遣送去学习更多。所以你们全都处在

一次造物主为之着迷的旅程上。你无法做任何事使得造物者转而反对你，因为造物者以无法想象的热忱和绝对的韧性，钟爱祂所缔造的一切，带着一种如此深刻且伟大以致于无法被表达的爱，拥抱每片火花。

我们向各位推荐圣·方济各的祷辞。在工作惧怕、骄傲、自己感知到的任何扭曲之际，若它使一个人无法调节到跟最真实、最崇高的自我一致，记住总是有些感知事物的方式以可以改变你的选择和选项，这是一个很棒的工具。单纯地记得你能探索任何情况来寻找感知它的替代方式，寻找替代的模式，把它放入到那个模式中，这是一个巨大的资源。我们鼓励每个人尽管去骄傲，同时知道骄傲是一种扭曲：不是特别以服务他人为导向(的变貌)。因此，你将与它一同工作，就如同你工作所有你感知到的错误，而你将保持人性、易于犯错，如同我们是易于犯错的。但是，在时间和空间底下，在此生及其各种关切底下，有一口无限的存在井在你里面，一个身份创造出了一切万有的合一。当一个人在与万物的源头和终点的交流中入迷时，那些时刻就是祝福和疗愈的时刻了，在其中没有扭曲，因为时间和空间都已飞走，你正与至高者同处至圣所。

下一次你体验到催化剂，感觉到你仍旧是一个不完整的灵性存有，记起删减的真理，丢掉非实存之物。当你体验到那些领悟，使你能把小我的一部分抛下，欢庆吧。你无法使它发生。你无法催促它。

但那些时刻会来到，你感知到你不再有那种骄傲或那特定的恐惧。你可能为此感到骄傲与快乐，若那也是一种扭曲，那就这样吧。因为你不是来此超越扭曲，而是来此凭借信心活在扭曲之内，来在这种混淆中表达一种信任：把你放置在这里的计画；一种于对[那绝对是你的]命运的信任。

有一种感觉无法源自证明或言语，即所有是你的东西都将会来到你的身边，你无需伸手去拿，只要问：「今天祢对我的意愿是什么？我将会尽全力尝试。」那就是你全部必须做的事了。

所以不要因为自我继续拥有各种扭曲和混淆而放弃它。那没关系。你并没有被指望是没有幻象的。

啊，宝贵的人生。若我们能与你们一同分享现在属于你们的机会(，那该多好)。若我们能与你们充分地分享那种感知，你们会因为喜悦而跳起来。

你们会至为充分、衷心地欢庆，因为这里就是你单单凭借信心选择的地方，不管这个选择、信心的表达有多不完美，它在超越空间和时间的永恒自我里，造成无法在你们这个第三密度以外取得的巨大意识改变。因为在其他的密度中，知晓的罩纱被掀起了，在那时，了解到你就是你的兄弟，所有那些你的兄弟拥有的东西也是你的，这有什么美德？若你的双眼是睁开的，在感知到红色上并没有美德。

但是，啊，在眼睛闭上的情况下，你闭上眼睛处于一个彩色的世界中。因为你就相当于待在一部黑白电影中。你在萤幕上观看自己。电影萤幕的色素有颗粒感，有些声音是扭曲的，它是某种老掉牙的故事，它结束得太快。但是，啊，当你从影院出来，进入光中，你回顾那场黑白电影，你看见自己真正已经有过的希望、信心、关心、爱、悲悯，没有理由，只有那恒常的渴望：为了爱、要认识爱、认识真理，表达那份爱。你们每个人都是一个勇敢又侠义的灵魂，我们既羡慕你们，又以你们为荣，因为你们的确做了很多你们并不知道的事情；甚至在你受苦之际，你治疗着世界。

所以，感到满足吧。那就是我们要对你们说的。感到满足，单纯地、谨慎地去看；更为谨慎地，带着越来越敞开的眼睛去注视你周围的一切万有。尽你所能地洞悉事物，当你能够这样做的时候，当你被给予恩典的时候，记起你是谁，记起在谁的服务中你存在，让你自己成为你自己，因为那是一个美妙又特别的事。你们每个人都是非常美丽的。

我们要抱歉，因为我们在这个主题上喋喋不休，但是我们觉得这个关切是非常深入的并想望多少有点深入探测它。我们再一次感谢每个实体，接着要在爱与光中离开这个器皿，同时转移到名为 Jim 的器皿身上。我们是 Q'uo 群体。

（没有问题被提出。）

（磁带结束。）

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

with thanks to 骑在银龙的背上

翻译出处：

http://soultw.com/TLOO/1998_0301b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/1998/0301

☆ 第 3709 章集：内在和平与外在和平 2022/03/23

中阶传讯圈

2022 年 3 月 23 日

团体问题：当我们观察今天的世界环境时，我们对下述问题感到好奇：内在和平如何与外在和平联系在一起，地球蜕变到第四密度的临界点是什么，以及所有这些如何与冷漠的污水坑联系在一起？

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，今晚在爱与光中向你们每一位致意。我们此刻与这个器皿和团体在一起，目的是为了谈论今晚的询问，我们十分快乐地这样做，因为这个询问包括了每个人和地球本身，以及每个人进入爱与理解的第四密度的进展。在我们开始之前，我们会请求你们用个人的辨别力来确定我们的哪些话语和概念现在对你有用，请毫不犹豫地抛弃那些现在与你无关的东西。我们感谢你们提供此恩惠。它给了我们更多自由来作为你们的兄弟姐妹而回应；我们与这个星球上的每个人都走在相同的道途上。我们已经往前走了一两步，很高兴向你们伸出一只援手，以帮助你们前进。

作为这个晚上的开始，我们会指出，你们行星的人群正处于巨大的混乱之中，容我们说。沿着各种途径〔属于思想，对个人满足的欲求，政治派别，经济偏好，无论什么能被构想的概念〕的分裂，似乎都会产生支持的一方和反对的一方，却没有采取任何真正肯定性的极化行动来使视野超过每个人周遭造物的世俗显化。你们地球人群的大部分关注都聚焦在个人的满足以及对下述事物的获取上，也就是构成了“对世俗意义上成功的共同评价”的那些品质和物质商品。

因此，人类宝石的许多面向都被其想法所遮蔽了，这些想法不允许太一无限造物者的爱与光以一种帮助所有人变得越来越觉察〔即，越来越觉察到他们身份的灵性本质，以及他们现在所行旅的那条穿过此生的道途〕的方式通过他们而闪耀。这是一个困难，对于正等着下述移动〔即，从冷漠的污水坑[如它已有的称呼]，

移动进入每位有意识的真理寻求者的一条极化道途〕的潜在社会记忆复合体而言，这个困难就变得更难以[容我们说]与之打交道了。

此刻，你们星球上有些实体已经做出了这个服务他人的选择，他们已经播下了这个选择的活力种子，它把每位正在寻求的实体与那些具有相似心智的实体调和在一起，也与每位实体内在的造物者调和在一起。这些种子在此时对于服务于太一无限造物者的众行星邦联是最珍贵的。因为藉由每位实体在其人生中的努力，他们与他人分享着：自己对太一造物者的概念，每个实体如何都在内在包含那个造物者，以及每个实体如何都能实现那个已被称为“内在的天堂王国”的愿景。

这是伟大的选择。这是笔直的道途。这是每位有意识的真理追求者可以藉以开始传播好消息、传播蕴含在太一造物者之光中的爱的途径——使用你们发觉可用的任何方式。这是你的使命。这是你的天赋。这是你服务他人的一种方式，而这种服务也会返还给你，因为你和你的其他自我们都是一。当你服务他人时，你也会增进对于下述问题的觉察和理解，即，这场寻求之旅〔关乎寻求开放之心、对众生和万物[作为太一造物者]的无条件之爱〕如何就是金规则、金色道途——那条被你们太阳系的太阳理则随着下述活动所照亮的道途，也就是向你们每个实体发送太一无限造物者之爱/光、爱/光来用作你们寻求和服务他人的旅程的燃料，伴随着每日每刻的每一思想、每一话语、每一行为。

这就是你们加倍、再加倍并持续增强“你们的选择之极化”以及“地球人群的潜能”的方式，以开始感受到在合一中的爱与光的放射——那就是每位有意识的真理寻求者的主要品质。这是你们在这里的原因。这是爱的门徒们努力的伟大领域。在此，向前迈入爱、光、合一的领域中的每一步都闪耀着内在太一之临在、那个驱动着外在旅程的临在。

此刻，我们将这个通讯转移给名为 Trisha 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Trisha 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿同在。如同已经陈述的，此刻在你们行星上的体验是一种包含了混乱、困难、不平衡、评判以及不安全的体验。这个行星上的人群已经忘却或看不见那股联合性的力量——它运转于每个人底下、每个人之内、且贯穿每个人。我们这么说不是要评判你们的密度。你们的经验是如此为你们量身定做，以至于你们遗忘了，你们失去了视野。随着你们称为的时间继续前进，这些不平衡、分歧、困难可以看起来是更普遍而且潜在地更难以穿透的。

我们可以看见：此刻你们人群正在渴望发现和平与团结，并且你们人群感到，比起先前那些时刻或事件，此刻这种渴望也许是强烈得多，或是更具体、更可见了。确实，随着幻象沿着它的路继续，振动性的能量在增强。那份压在寻求者身上的重量[你们可能会这样称呼]感觉起来更沉重、更尖锐、更不舒服了。这对你们人群而言是一个天赋的信号[若你们愿意这样说]，它表明着：去往一个新密度的过渡就在地平线上了，而且这是你们在整个投生期间一直在经历的过程，也是随着每一刻经历而继续进展的过程。

我们认识到，这些过渡时期是比较难以忍受的。可能看起来是这样的：自我与其他自我之间的冲突会更多地出现在表面上、更容易辨认；而且在冲突背后的情绪性电荷可以是令人挫败的，可以是令人灰心的，并可以导向巨大的混淆与悲伤。然而，这对真理寻求者而言只是一个强有力的机会，来发现属于每个瞬间的[若你们愿意这样说]爱、纯粹、正确性。

当一个实体能够忆起自我是万事万物——造物者也包括在内——这时寻求者就能够允许自己更深地呼吸，并在心中找到接纳与爱、宽恕与悲悯的空间以及一条清晰的管道来在服务他人中操练自己。

当这个器皿在调音时，她忆起一首她在天主教学校时期的歌曲，名为《让和平降临地球》(Let There Be Peace on Earth)。关键歌词是："让和平降临地球，让和平从我开始"。我们觉得这是对这个问题而言的一个美丽片段。因为如果自我踏出找到和平的第一步，无论是在自己心中还是在其环境中，那么迈向一种"更有活力和更广泛的和平"的未来步伐就变得更可取得了。

当自我能够找到流经心(轮)的爱能量的清晰通道，并对他人和环境采取行动时，自我就会成为爱、希望和信心的一座更有活力和灿烂的灯塔。当自我允许自我释放评判与期待时，图像就会变得更加清晰，并且周围的场景就变得较少被那些旨在分离的幻象碎片所干扰。自我可以变得更自由地传播爱的能量，显化悲悯、宽恕和接纳，并向他人传授那种温柔的触摸、温暖的拥抱，然后这就可以充当一种煽动性的行动，因为它可以激励其他自我在他们心中找到那种和平，找到那种有爱的接纳，看到当我们用来分离我们(彼此)的头衔和身份识别都被释放、消失时，这种体验可以变得多么愈加美丽、舒适、引人注目、强而有力。

随着那个周期继续进展，同时其他自我鼓舞更多的其他自我，该实体就可能开始看见：没有理由发生冲突，没有理由去分离与分裂，去说你是你、我是我，或去划出那条分界线。并且，随着它的膨胀和向外发展，社会、政治、种族、宗教——此时被你们人群所用来将灵魂分门别类的所有不同模式——所有这些都不再有意义，不再有效用或有效率地适合你们的经验。若没有这些分界线，没有那些我

们把彼此放入其中的盒子，自我就越发容易向其他自我伸出手，拥抱其他自我，恢复爱与合一的联结，承认每个人和所有人内在的造物者。

下述事情是可能的——因为一切事情都是可能的——即，这些属于内在和平的一小步在这看似黑暗的时期充当着点点亮光，而且这些亮光能够倍增并放大纯粹的爱和联结；这便是这整个经历。我们觉得，当你们星球上的实体们继续在其经历中行走时，这些都是要记在心里的重要事情。我们请求你们经常提醒自己，内在和平感觉起来是多么甜蜜和充满着爱。想象一下你们行星作为一个整体经历这样的温暖、这样的爱，观想一下那像是什么样子。

让你自己朝着这个方向迈出步伐，并让你自己扮演一块活的广告牌——因为缺乏更好的措辞——宣传这个星球如此肯定地所能发现的和平潜力。并且，当你走在这条路上时，我们也请求你记得坚持那份爱，并允许在这过程中的恩典。因为正如我们前面所说，这些是你们可能称为的困难时期。当这些时期开始感觉起来更不舒适，或与其他自我们的互动感觉起来更混乱、更烦躁、更令人沮丧时，持续提醒自己记得内在的和平、内在的宽恕。始终回到中心，同时知晓：你在自己内心拥有巨大的正面力量，而且这个行星上的每个实体都凭着其造物者身份之功能而握有那把过渡到下个经验密度的钥匙。

此刻，我们将离开这个器皿并把我们的通讯转移给名为 Kathy 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Kathy 传讯）

我们是 Q'uo 群体，我们现在与这个器皿同在。让我们藉由呼应先前评论而开始；那些评论反思了内在和平的本质，以及你们星球上实体们和星球自身过渡到

更高频率〔越来越高地提升频率，在那里可能找到一种自然的和平感〕这过程之本质。

这过程的一个比喻可以在下述想象中被见到，即你们地球上的一架飞机越升越高，如你们在地球上从一个点旅行到另一个点时所体验的那样。通常的经验是，当飞机上升时，可能会有噪音、颠簸以及气流的撞击。当然，该实体感觉到他们在自己的座位上上升，但当飞机越升越高，你们的云层、任何风或天气模式可能会有湍流在其中，还有混乱和不舒服，如先前已被暗示的那样；当上升到上空时，在那更高的大气层中、那更高的水平上存在着一种纯粹的和平感，在那里，阳光带着清晰和光明显露出来，各种声音退到下面的地方，而且航行一直都是流畅的。似乎有一种宁静、一种和平以及一种对于永恒生命的接纳。

冲突与困难在远远下方、在地表上被看见；从这更高的海拔，一个实体体验到一种外在与内在的和平。这可以比喻你们星球和其上的实体们如何正在上升通过更动荡的空气、到达高空的和平空气——在人们处于飞机中的一段时间，这就成为一个新的实相。随着地球及其人群的上升，在你们目前的过渡中，这种纯粹的和平在它被看见、带入心中、接受并活出时便成为新的实相。

当实体们成长到可以感觉并体验内在的和平——就像在我们所说的那些高海拔地区所体验的那样——甚至是在地球表面上四处走动，困难围绕着外在感官的时候，一个实体仍可以感受到内在和平于心空间、心智、灵性中成长，成为该实体的心智和灵性中的新实相。就像该实体的灵性，心智越来越多地与光〔内在和周围的光、造物者之光〕以及“把目标、成长和美丽灌注给光的爱”融合在一起。这种与光融合所产生的和平是永恒的，而且是一个位于每个人内在的开端，如同前

面提到的那首歌所展现的。而且带来内在和平觉知的这种与光的融合，会从每个实体被向外投射。

随着越来越多的实体的确于自己内在体验到这种从光与爱诞生的和平，接着向外投射到自己的经验领域，所有的光〔造物者之光和所有实体的内在之光〕开始融合在一起。并且，正是在这个空间中，无论周围发生了什么，内在和平与外在和平成为了一件事。这是那种属于第四密度的较高频率，那在你们星球表面的无论什么情况下都是明显的。并且，充满光与爱的内在和平与外在和平变得越来越明显。和平变得像是我们刚才谈到的更高海拔，人们从高空中的飞机窗户上感知到一种安静、永恒又有爱的和平，所有活物都能感受到。

以这种方式，它触及所有人的经验、心与意。因为这种内在与外在和平相融合的能量，在你们空间和时间中到处延伸。**正是以这种方式，在每个实体的心与意中可能出现一个临界点，并不断向外扩散，从而所有人都开始感受到这临界点。由爱构成的、闪耀着造物者之光的每一句话、每个思想，都带着这种频率，那是普世的并触及一切。即便是在你们星球上看似最黑暗的时期，这种光也存在，并在整个造物中传播开来。**

我们是 Q'uo。我们和这个器皿已经在一起有些时间了。我们现在把该通讯转移给名为 Austin 的实体。

（Austin 传讯）

我们是 Q'uo。我们现在与这个器皿同在。我们会花一点时间来赞赏和感激这个器皿和圈子的勤勉调音和挑战，因为这些在传讯过程中的准备工作不仅在圈子里提供了特定保护，而且在已聚集的心/身/灵复合体和我们 Q'uo 当中创造了意图的校

准性。这种共享的意图随着这些过程和仪式的每次迭代而增强。并且这种授权扩大了每个人内在的灵感大门。正是这扇大门使我们能够以这种方式〔藉由提供某种立足点或锚定〕而与你们互动，于是我们伴随这个圈子之意图的每次授权，就可能以更有创意和有意义的方式分享我们的想法。

这种校准与你们今晚提出的问题有关。正如我们所说的，**你们集体的星球和人口走向第四密度、走向和平的旅程始于自我，始于个人在自己的心智、身体和灵性中以及在自己的环境中朝着显化这种和平而迈出的初始脚步。**当我们检视今晚圈子内的实体们的心智、以及那些觉察我们话语而聚集起来的寻求者的心智时，我们发现，你们星球上的当前情况导致许多人质疑这股自我内在的对和平的渴望如何可能在全球水平上产生作用，因为你们星球上这么多人所经历的痛苦——不仅来自好战行为，而且来自你们社会复合体中现存的许多扭曲——在个人中创造了一种负担和紧迫感。

我们同情这个负担，我的朋友们，因为它是我们与你们共享的负担。我们是忧伤的兄弟姐妹，由于你们星球上的实体们所经历的这种忧伤而被呼唤到这颗星球。**你们发现自己身处其中的这个难题——即，渴望带来和平之光并在你们星球上显现第四密度之爱，但作为个人却觉得处理这样一个不可逾越的任务是无法胜任的——是你们在第三密度中的环境所独具的，因为你们没有觉察到这种渴望在形而上领域中的响亮效应，以及，作为个人通过解决自己内在的不和谐、好战、种种扭曲并通过寻求治愈自我的这些混乱，你们所可能对你们星球产生的影响。**

这样做会给你们的行星振动提供一个比你们所能想象的更大潜力——即类似的疗愈发挥作用于外在层面上〔同时在你们的直接环境中、甚至也在行星水平上〕的潜力。对于沉思这个表面上难题的个体们，我们鼓励他们以“什么扭曲仍可能在个

人和社会水平上根深蒂固于他们内在”(这问题)为背景，检视自己对和平的渴望，因为我们发现，特别是在你们星球上，每个人所携带的所谓包袱并不容易被丢弃，而且由于一代又一代人的困惑和创伤，该包袱可能经常深藏在自我内部。随着你们的社会复合体努力理清[我们可以说]这些扭曲——以便第四密度可以在你们星球上、在你们的社会复合体中诞生——这些在你们星球上遍及各个时代所被经历的困难，就某种意义而言，正在此刻产生作用。

我们认识到，当我们传达这一动态时，该任务可能看似相当沉重和紧迫。但我们鼓励你不要让这一切压倒你，而要记住并维持你的信心——也即，你就是造物者、那个已经生出你周围的造物的相同造物者、那个已经显化所有美丽〔被所有个人在所有时间中所体验的美丽〕的相同造物者。这种力量存在于你的内在。若你能记住这种力量的最微小的一部分，你可取得的转变就难以形容了。藉由处理这些内在扭曲，你就可能显化一种内在和平，并调和你自己心智内的障碍〔该心智感知别人也许不像自己或他人那样属于造物者〕，甚至在下述情况中也是这样：你看着其他自我们，看见特定的态度或活动，包括一些甚至赞同“巨大的伤害”或“伤害的潜能”的态度或活动。我们发现，在你们人群当中，在伤害或破坏的潜能存在时，非常容易忘记所有实体都是造物者。我们相信，对于那些寻求和平的实体而言，极其重要的是，忆起并恒常地寻求加强这点：甚至是那些寻求去造成伤害的实体也都是造物者；虽然爱的回应可能对各个情况而言是独特的，但正是爱将会转变任何的不和谐并使造物者之光产生作用。

我们理解，这在你们星球上不是一项简单或容易的任务。在第三密度的设计中，为了在灵性意义上成长，你们必须与众多其他自我互动，每个实体都有自己独特的一套扭曲。并且我们理解，在所有情况中分享和平与爱的讯息，这种做法甚至可能被视为有争议的。对你们的同辈来说，当潜在的伤害或破坏似乎迫在眉睫

时，和平的讯息可能显得不合逻辑。我们不可为这个第三密度的逻辑提供一个解决方案，容我们说，因为那是第三密度实体要去解决的任务。但我们可以说，在解决这个难题〔即，在好战性看似战胜和平时，提供跟好战性对立的和平〕的尝试中，如此全心全意地献身于和平，并在这种奉献中加入到他人当中，这就会拓宽灵感的途径并展现出某种光——这种光不仅可以作为一种催化剂转变自我，而且有很大的潜力转变侵略者，并转变那些挖空心思致力于分裂、将其控制强加于这世界的实体。

我们真诚地相信，你们星球上许多持有这些[侵略和分裂的]态度的实体是出于困惑而非恶意，并且，当面对如此明亮到无可否认的和平之光时，它可能会唤醒对方内心对真诚的和平与爱的认同，从而避免潜在的伤害或破坏。如果不是在此刻，那就通过以后的和解。

在我们看来，这就是所谓的第四密度的临界点可能在你们星球上显现的方式。随着寻求者的那股想要发现和平、并与世界分享和平的渴望逐渐增长，随着寻求者们聚到一起、在分享这个讯息的过程中授予彼此力量，有某种动量和吸引力或磁力开始显现，并把你们星球推向这个临界点。这个临界点，若是放在数字和百分比的背景下，并非一定要是大多数。事实上，虽然我们无法提供一个具体数字，但它实际上是相当小的。**一个真诚地寻求和平并试图向世界提供这种和平的[小]集体，可能以一种激烈的方式影响世界，并开始显化下面这样的环境：它们会允许你们社会复合体内的其他个体们发生转变，从而唤醒对和平的渴望。**

这接下来就会解决这种表面上的难题：冷漠的污水坑。一旦你们星球上有一定数量的寻求和平者，那种使冷漠保持循环的环境就会开始消散，而且那些寻求和平者所显化的光就可能更容易被感知和接受，并产生必要的内在催化剂来让你们星

球上的所有实体都把他们的意图向和平、向爱、向理解对齐——正是通过这种校准，第四密度在你们星球上诞生；正是在这种校准中，社会记忆复合体得以实现；也正是在这种校准中，可以找到治愈你们人群和星球所需的灵感。答案并不明显，也不会来自任何外部来源，但将在一颗颗心团结起来成为一时，在每一个体的心中找到。

我们在这个过程中与你们同在。服务于太一无限造物者的众行星邦联在爱中拥抱你们星球上的每一个体，并提供我们最真诚与最深刻的爱与光。这种奉献可以被那些有意识寻求它、呼唤它并——如同这个团体已经做的——把他们的意图与我们的意图相校准的实体所接受和利用。

我们现在将离开这个器皿，并把该通讯转移给名为 Jim 的实体，以结束今晚的这个圈子。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。我们十分感激每个管道今晚的努力。你们总是给我们带来鼓舞，因为你们继续改善自己“通过传讯的艺术以服务他人”的渴望。我们感觉到，每一位今晚都是从开放之心开始出发，这为我们通过每个管道所要提供的讯息添加了一份升高的强调。这是我们会描述为理想情况的状态，它使得一个讯息变得更贴切和有价值；这种状态即，一个实体成为了讯息，一个实体成为了爱与光——此时，为了让所有实体都去寻求、发现并向彼此发出光芒，这爱与光在你们大地上是必需的。当每位实体内在的造物者都沐浴在这光荣的爱和无懈可击的光中时，那种祂已经赋予这世界、宇宙、造物以及〔作为属于造物和造物者一个重要部分的〕你们每位实体的东西，已在今晚完成了一项出色的工作——即在每句话中闪耀那道光。

此刻，我们将离开访客们与这个团体，我们在太一无限造物者的爱、光、力量、合一、和平中离开每一位。我们是你们知晓的 Q‘uo 群体。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by cT. & S.H.

原始翻译：https://soultw.com/TLOO/2022_0323b.htm

英文出处：https://llresearch.org/channeling/2022/0323

☆ 第 3710 章集：寻求指引

周日冥想

1998 年二月 15 日

团体问题：今天的问题与指导(灵)有关。那些指导(灵)是我们可用的？它们是如何可用呢？我们如何才能接近它们 并感觉到我们正在被指引？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。容我们打从心底感谢你们 为了你们今天下午呼唤我们到你们的工作集会。感谢这个圈子中的每个人对真理的饥渴，感谢你们允许我们透过这个器皿讲话，跟你们分享我们简陋的想法。 我们请求每一位带着分辨力来聆听，因为你将认出可以成为你路上的资源和工具 的那些想法，你的道途是独特的，跟任何其他人的道途都不一样，所以一般来说， 任何两个实体都不会同时采纳所有可能有价值的想法；毋宁，在寻找那松散地被 称为真理的东西当中，每个实体都将找到自

己的同伴，而他们正好适合拼入那张 拼图。

你们今天问的 关于指导、天使、守护灵、以及一般意义上的指引，这是一个特别不适合言语(讲述)的主题。确实，形而上宇宙的真实本质就是如此，指引总是恒常地与你们在一起，而这是无法转译为唯物主义或肉身导向的思考方式。一个指导或指引天使的常见概念是一个具体存有的概念。然而，相比你认为自己是个别的自我，并非所有属于你的指引系统的事物都是在相同的意义上的存有。

为了澄清一下，我们首先必须后退以表达某种更为一般的概念。首先，让我们查看个人特质或人格的概念，因为你们每一位都是一个人并拥有个人特质。你的骨骼所支撑的血肉是肉身，它将持续存在，直到灌注这个载具生气的人灵不再需要它。一根骨骼依旧是一根骨骼。器官群依旧是器官群。这些东西是具体的，显而易见的。结果是，人们，甚至是灵性导向的实体，大体而言　都倾向于把自我考虑为肌肉、骨骼、器官、身体，彷佛自我在(此生)之前就没有其他的连结，或者自我在你现在体验的此生之后 也没有其他的连结。很多人当然不会想到，自己的肉体载具跟非物质的无形能量与菁华 有着各种各样的连结与接触，它们也是你的组成部分，等同于你的肉体存在状态中　那些有名字、可数算、可度量的部分。

无论如何，就我们的观察 那个让此生的身体富有生气的人格外壳是你的自我中选取一个非常肤浅、很有限的部分，我们感觉这是真的；而在更大的形而上意义上，你已经选择自我的这些属性和限制把它们放置在一起 好接受挑战，为了面对在此生的体验中 你会在身体中发现的各种挑战。这个肉体人格外壳以及你在镜子里看到的自己的一切，确实是美丽、神圣、有价值的，但跟你整个自我那深奥又无限的本性相比，就是微不足道了。确实，很难解释或表达，但在这个非常

有限的头脑内 你在自己内在感觉与察觉到到这个头脑，你跟所有的能量都有直接的连结，不管是怎样的能量。整个宇宙都在你的自我内在，所以不管投生的环境和一个身体的限制，只要留心，寻求者就有办法改善跟自我的这些更深层能量的连结。而可供寻求者使用的各种指引，正是住在自我的这些更深层次里。

因此，静默冥想的一个优点就是：当(你)进入内在的静默，心智在显意识和潜意识[层次]之间的那扇门就打开了，对于一些人，这扇门打开得非常缓慢，对于其他人则是砰一声猛然打开，对于大多数人，这扇门以一种稳定却相对缓慢的步速开启，偶然会被察觉中的真实跃进所打断。对于那些已经开始察觉到他们的灵性身份 并现在想望通过更有效、更慎重地使用可得资源来加速灵性进化的人，通常遵循这个模式。

其次，让我们查看一下振动的概念。开始洞悉事物为各种振动 可能对你有帮助。 这个器皿通过让空气流经喉头来产生声音的振动，同时以各种方式让面部扭曲， 来产生你们称为的语言。语言必须由字汇所组成，因为它是有限的。它必须由想 法的单元所组成，这些想法的单元是比一个概念更小的东西。这点本身，很令那 些在幻象的形而上系统里 设法与你们对话的实体烦恼，因为形而上宇宙里的交 流通常是概念分享，或者这个器皿会说的心电感应。透过概念沟通就是直接观想一个完整的思想系统，这个思想的系统具有一种特定模式 并且能够作为一个整体 提供出来。要阐明一个观念并穷尽它的可能性，这能是一个漫长的过程，相比概 念通讯的清晰性和洞察力，把观念转译到言语是笨拙且迟钝的。这只是振动中的 一种。

在你们的文化中 大多数人将知道热量是一种振动、光是一种振动。大多数实体没有觉察到一切事物都是振动，在你们的地球层面中 品质、意识、菁华、能量

都是振动，这当然不是一个普遍的想法。确实，如果一个人能选择一个术语来描绘这个被显化出来的世界，它会是振动。最初的振动是太一造物者的无限爱，你们每个人都是那个振动的一个变貌系统。

很简单地说，寻求者的目标，就是与爱的无扭曲振动变得越来越协调一致；那是无限且寰宇的爱，这爱创造。这爱毁灭。这爱就是你的「大我」。这爱不是已显化的振动。你们现在体验的外在世界中，振动的首先显化是光，该器皿已学会把它称为光子(photon)。正是从这种光的建造基石，所有振动的集合与旋转的系统大 量涌现，同样涌现的 还有所有你们学过的各种元素，这些元素组成了你们能够 触摸到 和看到的各种各样的东西。所有这些东西都是各种振动的系统。

当你寻求指引时，你并非单纯地在请求一个朋友对你说话，除非你想望接触到在你们的内在层面或幻象的教导层面之中的一个特定人物。现在，这个器皿，容我们说，并未迫切渴求个人的指导，因此，并未体验过一个内在层面老师的特定接触。

对于那些实体 渴望一个有名字的人，一个可以倚赖的、具有人格外壳的个人身份，我们推荐(你)在东方系统和亚洲的哲学与神学系统中学习，因为在这些文化中，把造物者当作老师的概念创造出一个场所或空间，供内在层面的指导使用。开始对整个奉献方式变得更为熟悉，就是把自我更多地带入内在期待的某种设置，容我们说，这种设置就会更有可能产出与一个特定实体接触的体验。

在你们的西方哲学中，虽然很多的灵性老师是极为受到敬重、尊崇、爱戴，他们并非作为造物者的化身而被敬拜。结果是，它们在内在层面中的存在状态是相当不同的，一般而言 它将更多地进入某些振动层次，在其中 一个人与特定振动的

一个意识场接触。对于那些实体　单纯地想望透过无论什么方式　臣服于无限太一 之意志，(他们)有一种对于路的感觉，并尝试性地　藉由一己的能量，凭借一己 的菁华，带着一个人的各种连接　进入自我越来越深入的部分　朝着一个定向前 进。

为了要被指引，你不必须对你的指引有任何具体的意象。然而，如这个器皿经常说的，对于思考和领悟你感觉到的，并用个人的方式与之紧密联系的宇宙，选择一个神话的系统 好比基督教、佛教或者任何其他的灵性或宗教系统，这是有帮助的。这个主题未必跟头脑有关，毋宁，是跟情绪、灵性有关。

宇宙远远不是空白的。它充满了一切万有的振动。因此，指引总是非常非常靠近的。使用一个灵性系统来为你自己领悟指引，这是明智的。因为它会组织(你)已做出的努力。它给你一些向前走的起点。例如，这个器皿渴望被她称为的圣灵所引导。在选择圣灵上，这个实体做了两件事。首先，她已经在神话学系统中 选择她感到最亲近的事物　以信任并把她的忠诚放置在特定种类的实体上。其次，她已经为自己呼唤来自更深的或较高自我的指引。每个神话系统都给了一个人一种去领悟这些连接的方式。

若没有选择一个神话学系统来与之一同工作，寻求者必须创造一条行进之路。那是起个名字，然后呼唤这个名字吗？是呼唤自己渴望呼唤的特定振动水平？这是个别寻求者在意识中的创意工作。唯一肯定的是，指引就在你的四面八方。耶稣实体经常说：「有耳去听的人，让他听吧」。肯定地　在这个器皿的体验中，我们发现了一种恒常的对话：与大自然的原力，与鸟儿、灌木、花朵、天空的对话，　以及偶尔会听到的评论、随机的事件。任何事物、每一件事物都是这个器皿的素 材，因为这个器皿已经开始相信：万事万物都是神圣的。 每个人、每个

寻求者，都必须首先了解到自己的感知方式，自己的信念系统，自 己在指引方面的需要。一些人需要一个有名字的人，一些人需要一个振动层次。 但是所有这些从心理与显意识上存取指引的方式的背后 蕴含自我与自我的同一 性。所有的指引都来自你的自我 位于一种较少扭曲的振动配置，而你在第三密 度的投生，被有意地、仔细地投入迷惑与混乱之中。

看似有些紧急情况必须要有指引，但确实，对于一个寻求指引的人 最伟大的朋友就是耐心姊妹，因为要有一种持久的等待，等待事物的韵律进入和谐与恰当的配置。那个有心去理解的人，会有那个瞬间几乎能感觉到情况咔嗒进入旋律之中。当那个感觉对了的瞬间来临时，不会有疑虑。仅仅有对于指引的察觉 和极大的感激。

每种神话都创造了如何思想这种指引的方式。没有一种思考的方式是错的。每种方式都试图用有限的智力，描绘在时间和空间的边界以外发生的无限进程。结果是，有多少思考的系统，就会有多少考虑指导和指引的方式。对于这个器皿 其心智趋向天使，因为该器皿一直沉浸在基督教的信仰中。那些 熟悉其他体系的教义、从中寻找安慰的其他实体，会遇到配置稍稍不同 其他种 类的生命，这些生命也许来自不同的内在层面，而这些都是纯正的。因为正在发 生的事情超越所有的思想系统。它是与能量联系在一起的能量，它是在爱中被反射的爱。那就是指引之真正所是，爱在爱中被反射。

尝试去告诉一个人关于指引的事情，一个人必须使用有限的言语，因此产生大量的混淆。「嗯，是这种方式吗，还是那种方式吗？」 它是所有你能想到的方式， 又完全不是任何你能想到的任何方式。带着这个悖论，我们再次知晓自己处于灵 性的领域中。不过 那个被(你)寻求的东西一直就在手边，比你自己的身

体离你 更近，比你自己的想法离你更近，因为在那些想法和身体里的沉默，超越所有的 时间和空间。在地球层面上的这个小小生命中，无论你如何领悟你的指引，你一 直是永恒的公民，你的指引是确切的。

在第三密度中，一个巨大的罩纱落下，一个人无法看入形而上的宇宙，或者就心智方面而言，一个人无法看入潜意识心智。原因在于，这个密度的课程就是学习凭借信心而活，凭借爱、耐心、信任的品质生活，它们胜过人格和困惑的种种限制。你们每个人的内在都固执地确信，这个短小的人生并不代表一切；当你第一次想到这点，那就彷佛自己在一片沉睡的土地上开始醒来。 你们想要更多地察觉所寻求的指引 我们只能对你们说：指引都在你的周围，有 数种考虑指引的方式 以及你可以考虑并在其中选择的方法，但要知道这点：超 越你全部的选择，你需要的资讯会一次一次又一次地来到你的面前。如果你这次 错过它，将会有另一次(机会)。确实，你的工作可以是非常简单的，若你选择如 此。若你选择去成为一个单纯的 非智力性的寻求者，你可以简单地坐在内在的 静默中 什么也不期待，什么也不渴望，只想与爱交流，你可以鼓励那种渴望， 并用你的思想、情绪的树枝和树干做为饲料来喂养那渴望。

每个寻求者的内在都渴慕家。当你在寻求天使、守护神、指导(灵)或指引本身时， 是希望收到来自家乡的一封信，或者是某个年长的睿智亲属，亲昵地在你背上轻 拍 或为你提示某个情况是怎么回事。无论你选择什么方式，当你寻求指引时， 你都在寻求那个家。你在感测自己正处在一条旅程上，你正在请求某种资讯 好 更靠近那条旅程的源头和终点。要注意到：你可以成为某个人的指导。要注意 当 他人向你提出种种问题，若你是足够清空且足够清晰的，爱之所是就会通过你发 言。要注意 其他人可以有意或无意地 而暂时成为你的指导。这(两者)没有区别。 因为正在发生的是：振动与振动之间正在变得协调或不协

调，(彼此的)连结正在 形成或没有形成，因此，若你带着耐心 专注于当下此刻尽可能纯粹地渴望认识 太一造物者的爱，你要去做的事以及你要去成为的事物将会有韵律地来到你的 面前并向你表达。当你感觉到阻力，停下来。等待。保持察觉。有某种你需要去 知道的事物。为这种知识留出空间，进入静默并发问。然后准备好去等待那个瞬 间：心知晓且再无更多疑虑。

愿爱总是在爱中反射 为了你们每个人，愿所有那些困难都确实找到进入你心中的路 如同祝福一般；困难是如此有益的老师啊。容我们再次感谢各位 邀请我们在今天出席你们的寻求圈。我们将离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3711 章集：祢的意志 1998/01/18

本篇译文直接取自繁体版，未经重新校对，故可能有些字词语句方面的小问题，还请读者见谅。若您希望协助志愿校对工作，请联系我们。

周日冥想
1998 年 1 月 18 日
团体问题：今天的问题跟这概念有关：「不照我的意志，但照祢的意志」，当我们能够了解到这就是我们想望去行为和生活的方式，我们还能从智力上做些什么，来配合把「祢的意志」带入自己的生活？若我们已经放弃自己的意志，但具

体方向还没有向我们显示，我们怎么才能认出「祢的意志」，摆脱我们经常发现自己所处的困惑状态呢？有任何可能增强我们的信心和意志的事情是 Q'uo 能推荐给我们的？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们总是乐于被你们的团体呼唤，这次集会也不例外。我们感谢并祝福你们每一个人，因为你们再一次转动通往我们在很大程度上共有的兴趣：那存在于我们之间的意识、连接我们的意识，它将我们与天地万物连接成一个巨大的生命，同一的意识、同一的基本核心振动。该振动就是奥秘，它驱动着我们始终前进，去寻找蕴含于幻象底下的东西。

我们已经找到很多种幻象，我们觉察到你们在尘世生活的幻象中也拥有你们的体验。我们乐于跟你们谈论混淆与决定的议题，因为，确实有一种艺术和适当性是一个人仅仅能感知、仅仅能记录已发现的事物。它无法凭借意志被创造。它无法根据一个时间架构或一个日程表而被创造。确实，在意志的议题上，这是微妙的工作。当一个人感觉到正在工作自己的意识时，要停留在那个具体的议题、那个具体的关注范围之内，这是容易且诱人的。

身为人类，你在(物质)幻象里决定选购什么日常生活的东西时，通常涉及很肤浅的意志，你只需要完成很多、很多事情。无论如何，你今天问的是怎样知道何时无限造物者的意志已经传达给一个人。如莎士比亚会说的，麻烦(rub)就在这里了。困难就在这里，因为一个人能使用逻辑、意志、心智可支配的每一个面向来做决定。而该决定并没有以任何方式允诺它就是造物主的意志，从而让你觉得心安。

靠智力质问「这是祢的意志还是我的意志」，这几乎总是让人陷入同义反复的圆圈中，就好像龙咬尾一样。永远在咬并且永无止境。无论如何，既然我们已经拿走对于心智的惯性和通常的使用，我们为你留下什么，好让你用来工作这种特殊的较大的决定呢？我们为你留下意识。让我们看看，若把逻辑、头脑、智力从决策过程里即使不完全除掉，肯定也放在不大醒目、影响较小的地位以后，剩下的还有什么？我们有一个实体，其资源是无限的，其公民身份属于宇宙，而不属于空间与时间。我们有了身在异乡的一个异乡人。确实，如果我们将镜头往后拉，看看在自我中该自我的位置，我们会找到最微小的外壳、你的人格外壳，包含在你们每个人所享受的幻象中所有的个人情感，它也许表达你在心智根部的更深入范围内你拥有的全部存在状态和体验的 1%或 2%的内容。

在把显意识心智从考虑(因素)中取出之后，我们现在选择使用心智的无意识部分，因为在这其中存在蕴含解决意志与信心的议题所需的资源。不管你在该幻象里的能量水平为何，只要你背靠着神性休息，随顺自我的本性，就会唤起一种满足感；这样既不会拿取自己周围的东西，也不回避它们。透过冥想常常可以接触到的就是该自我。冥想的一个益处，确实，就是显意识智力与智力根部潜意识之间的门，若没有完全打开的话，至少微微打开了。在静默中花时间，是花时间倾听无声之声，它真的携带着信心和选择的讯息而来，但没有时间表；这正是在你们幻象里感到困惑的实体失去耐心的地方，而耐心这个品质对于灵性寻求者有如此良好的支持作用。

耐心是一种强大的灵性品质。名为 Jim 的实体在稍早谈到无论发生什么事情都坚持不懈。这就是陈述相同感怀的另一种方式了。如果一个人能变得有耐心，愿意去等待，不管表面上要花多少时间，那么他就准备好接收确实来自无意识自我的

讯息。这个器皿曾在一个冰箱磁贴上看过一个流行的陈词滥调，大致是这样，「主，给我耐心，现在就给我耐心。」于是第三密度的幻象进来绑架了那个在耐心上没有完全站稳的人灵。满足于等待是一种态度，它将证明自己是灵性寻求者最好的资源。对于等多久都不在乎的人，结果常常很快就会出现。当该实体从「等待如是」、「等待是好的」的态度移开了一点点，渴望就会冒出来。并不是说渴望是邪恶的或错的。宇宙就在渴望之上运行。而是说，如果超过了一个特定点，寻求者就无法认识他自己。

一个实体可做的内在工作就只有那么多，而那种工作与其说是给头脑增加资讯，不如说是从头脑工作方式里删除困惑。你的情况是：拥有据称是关于灵性的丰富知识，但关于超出言语的东西，以及如何处理超出言语的东西，几乎没有任何(有用的)资产。超出逻辑和思路的行动，是一种令人害怕、似乎不合逻辑的选择。选择等待的寻求者也没有任何被许诺的胜利。那些足够坚持不懈、等待了一段漫长时间的实体们，已经花费生生世世在等待那个有需要的时刻，去表达这种品质以平衡其人格外壳。然而，对于等待的练习，对于耐心的练习，却没有魅力或奖赏。不过那种愿意、抛弃自我却可以并且将会在有韵律出现的适当时机开始通讯交流。

你看，你在幻象中体验人生就彷佛你正沿着一条道路行走或在一条河流中顺流而下。有一种移动涉及从昨天到明天，从路易维尔到芝加哥。有空间和时间，而某个人同时占据两者。在实相中，这就是在一个幻象中的幻象中的幻象。看似如此充满自我的东西仅仅是最微不足道的人格外壳，该外壳出自你在全体性中的那个强大自我。时间和空间实际上并不存在，没有做出错误选择的可能性，因为一切早已发生，一切都是完美的。

对于那些不能够用心去理解的人，这是完全没有道理的概念，我们接受那点。我们并未尝试言之有理，我们毋宁是分享我们对于事物如何运作的观察。你正尝试做的，实际上并不是做选择，而是做这样的人：怀着最大的渴望、最多极性的渴望把自己放到选择那儿。这两者都是重要的。最大的渴望。打磨这种渴望是如此重要，在老生常谈的话中行动：「不照我的意志，而照祢的意志」，不是一次，不是两次，不是一百次，而是每一次呼吸都这样行动。在某一个层次上，该幻象里的每个实体都有可能做到这点；不过，这块柔软的位置四周全被坚硬的岩石包围住了。因为要去放下真的很难。

对于一个觉得必须按时间表来做决定的人，我们可以提供的一个建议也许是简单地说，若你的时间表都快跑到尽头，但事情还是没有发生，也许这正是传递给你的信息。要知道，当对的时间到了，你就会知道造物主要给你的选择，你将在骨子里、在心底、在你的(存有)深处感觉到它，你将能够用全部的自我跳上去，与它一同工作。

让我们再一次看看这个头脑的问题，因为我们感觉到，在此生中与头脑一同工作，总是走在剃刀边缘上。在一方面，如果你不使用头脑，你无法与他人沟通或者与他人分享你的观察，你可以是一道美妙的光，但是除了藉由你的存在，你无法教导。另一方面，任何对智力的使用都倾向于把一个人从太一无限造物者的临在喜悦和愉悦的座椅上拉走。安住于这开放之爱的心，或者说这颗的心向着爱开放、愿意让爱流过，再流入这显化的世界；这已为行星能量、本地能量、自我能量，完成了很多疗愈工作。在通常的决策过程中，被使用的程式是靠逻辑运转的。如 R 实体说过的：「好处与坏处，支持与反对」；一个人确实可以列出所有的好处与坏处。它们加起来不会成为一个整洁的总和，因为任何事物都不会简单

地是其表面外观。事物需要比表面外观更真实，更加服从自由意志，要比表相更难捉摸。

随着一个人变得更能使用表层心智，而情绪并不被自己的雄辩所影响，他就能更多地利用这个器皿所描述的更深的程式：这些程式位于显意识层次下面，不靠逻辑或线性思维工作，而是包含了自我的菁华——已经被许许多多次转世和许多经历净化过、淬炼过。这些是更深层自我的资产。想要学习耐心的灵魂必须前往这里，因为耐心就在你里面，它是一个正在酣睡的高雅动物；如果你在寻求灵性，耐心真的就是你的兄弟姐妹，没有比耐心更忠诚的朋友了，也没有耐心无法赢得的挑战。放下表面的事物、愿意在未知的半空中歇息，这是一门艺术，而这正是我们鼓励你们去练习的。你不仅仅有「答案」，还有一切万有。

在事物的表面上，你试图做出特定的选择。对于事物的实相，你正在工作自己的振动。无论你正处于或将要处于什么情况，它都是一个发展自我、在那个振动上工作的一个优秀杰出的机会。所以我们鼓励(你们)慢下来，歇息，让头脑静下来，若时机不到，就愿意放掉一个机会，而当内心的知晓发生，就愿意去抓住机会。在一瞬间你就知道是或否。而对你来说，那将是正确的决定。

我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体，我们感谢这个器皿并在爱与光中离开它。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，我们通过这个器皿在爱与光中再次向各位致意，在此刻我们愿提供自己来回答在场者可能在他们的脑海中出现的任何进一步的询问。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我有一个问题。我想知道你们能否评论我的心境。我有点感到无精打采，昏昏欲睡，同时又没有感到不满或心烦。

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的姐妹。我们可以比较简略地谈谈，因为，确实，学生最好先对自己的问题有相当好的把握，然后我们才可以回应而无须担心侵犯自由意志的问题。我们可以指出你已指出的这种心态，也就是说，Carla 实体过去长期作为通讯的器皿，由此产生某个程度的疲倦，这是无可避免的。因为当一个人一直能够接触那些更为和谐的存在领域，如 Carla 实体在 Ra 接触期间所体验的，接着必须返回到一个更为稠密，也就是在(物质)幻象中的存在领域，就会使得该肉体载具产生感到疲倦的相对体验。这有一种累积的效应，而 Carla 实体已经体验的效应，具有某种强度，容我们说。在这个实体的心智复合体中有双重的需要：需要取得成就，也需要休息。对于很多实体，这并非不同寻常的，因为有完成活动和计画的需要，这是与你们第三密度幻象相伴的需要。在幻象中所有实体都体验到去行动、获取、掌握、实现的驱动力。这是该幻象的特性。这就是磨坊的谷物了，我们发现这个说法已经准确地描述了。

无论如何，很多实体[尤其是这个实体]内在也有那种感觉：存在就足够了。这确实是正确的，尤其是透过形而上导向的眼睛来看。一个人表达的存在即是它的自我之心与菁华。实际上，每个实体都是完全和完美的，虽然在进入这个幻象之际，暂时搁置这种完整与圆满，为的是可以进一步探索意识的个体化，也就是作为太一造物者的一个组成部分，每个实体所承担的任务。我们鼓励实体们在内心有这种感觉：充实存在状态就够了。因为它不只是准确，而且在你们居住的幻象里，是对于无尽的活动和表面躁动的适当平衡，这种躁动标示着你们参与日常活动和经历的人群特性。

这个实体对自己乏善可陈感到有些惭愧，如她所说。可以从这点查找，这种感觉所代表的自我看法里，包含了什么特别的偏见。这个实体不是不熟悉她对自己的批评。至此我们觉得已经达到对你有帮助的限度。请问这个实体有没有任何其他的询问要给我们？

Carla：没有，Q'uo。那答案是非常清楚且有帮助的。谢谢。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

R：我注意到，我在参加这些集会的时候，有一点害怕或焦虑。有时候我很想提问题，好像如果我不问就失去一个机会了。我不知道这种害怕从何而来。我感觉自己好像一个小男孩与一群成年人站在一起，说：「我也要，我也要。」可以请你们谈谈那情况吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们觉得这个问题涉及一个领域：对于人类的体验是自然的；也就是说，当面对着似乎是更睿智或更有见识的观点，一个人想要参与那种观点以便于增强演化的进程，感觉到若没有抓住这机会，将会失去它，从而不能像抓住了机会那样尽快地前进。我们会感激这种经验：将我们的振动与你们自己的振动混合在一起，我们感激你对我们抱有的评价，但我们会再次提醒每个实体，我们和其他作为老师和向导的实体在全时间都可供每个第三密度实体所用，所以在你自己的沉思或冥想的时间中，可以提出脑海或心里出现的任何问题，在那儿找到会指出方向的回应，这跟我们在这一种工作集会上回应你的询问是一样的。这又回到今天的主要询问，以及我们做出的评论：一个实体如何认出造物主的意志，若它就站在自己面前，而一直都没有被认出来？时常

地，它单纯是了悟到此刻的完美，因为每个实体都花费了先前全部的生命体验来抵达当下此刻。所有那些已逝去的事物，都把一个人带到这个(时)点，因此，在当下此刻中必然有某个重要的事。我们会再次确认，不但每个实体是完美的，每个实体所处的此刻也是完美的。这并不是说，你们称为的未来不会出现改变，因为实际上会有很多改变，但是所有这些改变以及你现在体验的那一刻，都将是完美的。当你能够接纳此刻的完美，接纳你自己的自我之完美，接下来也许你将不会对于错过一个找到更完美时刻的机会而感到相当害怕或焦虑了。

我们希望并未进一步使你感到混淆，我的兄弟。有另一个询问吗？

R：没有，你们没有混淆我。我确实相信你们说过的内容。另一个想法是我对这些集会感到很多的感激。我觉得某种爱在流动，它生成该回应，我时常没有问题，却只感觉到我想要说：「谢谢你们对我们讲话。」

我是 Q'uo，觉察了谈及的体验，我的兄弟。确实，以各种形式对太一造物主的祝福表示感激，这本身就是祝福，因为它在每个感觉到该祝福的实体的心/身/灵复合体内，创造了某种氛围，它能增强可供每个实体使用的合一、和谐的体验。当一个人已能够对他所体验的事物感到真实的感激，接下来，那么，这就像是打开了一扇该实体想进的门，因为他进入的是一种对自己及其经历更精细的欣赏。灵性寻求者的感激是一种润滑剂，它会改善日常体验的摩擦并缓和许多粗糙的、未经提炼的事物。

在此刻有最后一个询问吗？

（没有进一步的询问。）

我们是 Q'uo，我们要利用这个机会向在场者表达我们衷心的感激，感谢你们再一次邀请我们出席你们的寻求圈。这是我们的荣幸和荣耀，我们再怎么表达自己的感激都是不够的，我的朋友们。在此时我们将离开这个器皿和团体。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

with thanks to 骑在银龙的背上

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/1998_0118b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/1998/0118

☆ 第 3712 章集：物质幻象的价值 1998/01/11

本篇译文直接取自繁体版，未经重新校对，故可能有些字词语句方面的小问题，还请读者见谅。若您希望协助志愿校对工作，请联系我们。

周日冥想

1998 年 1 月 11 日

团体问题：我们想要问问两种体验自己的方式：一种方式是陷入该幻象，从事情到事情四处徘徊，而没有处于流动中。另一种方式是处于事物的流动中[存在于那里，享受此刻和谐的爱与光]，就是我们大多数人的目标了。我们想要知道，Q'uo 能不能为我们描述一下，在我们不处于流动中和处于流动两方面，就形而上意义而言，工作是如何完成的。

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限**造物者**的爱与光中致意。你们已经呼唤我们来到你们今天的寻求圈，我们感到一种极大的荣幸和祝福。我们非常乐于与你们分享我们的感觉，仅仅请求你们使用自己的分辨力，不要简单地因为它们是我们的想法而接受。让你自己的熟识感成为你用来接受资讯的标准。你将会发现你的分辨力量是巨大的，因为你确实能够认出自己的个人真理，认出对你有用的资源和工具，你对它们会有特定的感觉。让其余的部分离去。

你们在今天问到尝试有意识地活出生命，察觉到自己是一个灵性的存有，持续观察；以及反过来，完全陷入这幻象(世界)；(这两者)相对的价值。如果我们要为第三密度从这两种表达模式中推荐一种，我们会被迫选择每日不动脑筋嘉年华的混淆和嘈杂，在你每天早上用肉体感官注视这个物质世界时，就会用它其所有的娱乐节目和骑乘(游戏)来迎接你们。并不是说，有意识地活着是一个次要的事情。确实，所有的密度都是在这样的工作中度过的。正是因为有一层由迷惑与幻象形成的厚重烟幕[并非不管它]为**地球**世界赋予生机，第三密度才是珍贵的。

如果在座的每个人都能满足自己，妥善处理好瞬息万变的种种关系里的一切事情，你们对此生确实就有一种深入骨髓的愉快。无论如何，尽管感到疲惫、被打垮了，感到厌倦，你们现在可能但愿有罩纱掀起的满意与平安，而作为人灵，你们渴求进入这个幻象，因为只有在该幻象之内，一个实体能在那作为枢纽的首要选择上做功：服务自我或服务他人。当一个人掌握所有的规则，认识所有的玩家，知道所有的价值，他可以在那场游戏中玩得很好却什么都感觉不到，或什么都学不到。正是当灵性的实体在物质幻象中彻底混合人生的泥巴和污泥，该挑战就可以升华：凭借信心去活，而非凭借你看见的而活。

下降进入物质(界)的人灵感觉的是，在物质世界中的投生是一颗具有巨大价值的珍珠；很多实体都热切盼望的(机会)数量远远超出(地球)现在可容纳的上限。你们的星球正在经受一个可以被看成是死亡与重生的时期，或者说入门时期、平安时期，所以无可避免地受到了众多势力的影响；而由于这是收割的时间，你们每个人都盼望进入这份混乱，到里面玩水，在面对每个选择之际，向自我揭示自我。观察者做不到的一件事，就是令自我感到惊奇，正是在你意外发现自己是谁的时候，你才深切地感受到自己的灵性身份要比你的肉体身份大得多。你是一个人格外壳，也就是说，你是意识，它已经使自己适应投生——进入第二密度的肉体载具。

这个意识无法被完全带入到该幻象之中，因为这个意识[你的本质]就是一切万有。将自我的全部带入此生就会抹除该幻象，而这个幻象为你们每个人创造了其他自我好互相联系，让你通过映射来工作自己。当你迷失在日常琐事的运转之中，一次又一次做出大大小小的选择，当那些选择(不?)是容易和明显的时候，它们的极性价值就被衡量。每当你发现自己存在或行动是无法预测或不可预测的，那些时刻就是小小金块、小小珍宝了。因为你之所是的这个人格外壳是被谨慎拣选的，包含那些品格与人格的礼物和限制，它们将在此时最佳地服务你。你面前的材料，生活中的人际关系，所有这些东西都是你给自己的礼物。有些礼物是要(你)带着快乐沉浸其中，有些礼物是要挑战你自己的。该不知晓的实体就是位于选择尖端尖峰时刻的实体。

谈了这不知晓的、投生的自我，我们会也要谈谈在意识中的工作作为平衡，另一个替代的方案，容我们说，是观察生命的每个实体所渴求的事物。这个器皿出于天性，出于她与**造物主**共同为这次具体投生镶嵌的人格、个性、意志的天赋，花

了大量时间完全活在当下，体会对目前这个自我的观察；这在她的人生时间里所占的百分比，也许比这个圈子里大多数人都要高。对于这个器皿而言，这不是一种天赋或成就。而是一个简单事实：(这是)她的天性。因此，这个器皿对这种心境的负向层面要比正向层面更为觉察。在这个实体眼里，想了解正在发生的事，却一次又一次发现自己没翻到对的那一页，或者甚至没打开对的书，实在令人恼怒。所以这个实体的内在体验是：为了环顾一下幻象，只得仓促爬上人生的表面。因此，这个实体比大多数人更掌握未观察的自我之价值，即完全处于幻象内的自我。因为这个实体发现，由于缺少对空间和时间的觉知，她给自己和他人都造成不便。对于那个已经能够以这种方式活出生命的实体，于是捕捉到一种韵律，接着一切万有不可思议的心跳鼓舞且祝福并致能一切的经验，关于这样一个实体当然有大量可说的事。

发现自己处于那种节日的欣喜中，处于那种知晓一切都是它应然的样子的兴奋中，这确实是一种喜悦。无论是以什么方式发现或取得这些时刻，它们都是美妙的、真实的、可爱的。在那些欣喜的时刻出现之际，我们鼓励每个人在心里记下它们，注视该显著的自我，因为在这些真理的时刻，幻象消失而一切都是真实的。它不是你处于这个**地球**世界之中的原因。尽管如此，这样的时刻是十分蒙福的。

这个器皿有个特别喜爱的短语：「不停息地祈祷」，这就是她的版本——(叙述)处于流动中或做为观察者(的状态)，当自我感到清醒并对周围的世界是警觉的，在那些审慎的察觉的心境中就有这样的感觉。停留在上部的三个能量中心中，也就是心轮[绿]、喉轮[蓝]、眉心轮[靛蓝]会是如此愉快。这就是该情况的关键。每个灵性的学生都如饥似渴地要得到那些确信的感觉、在更大的宇宙中的定位感。

渴望摆脱文化的枷锁，如果有可能，把所有时间都花费在美丽、真理、一切万有的合一中，欢庆与欢喜；因为永久地察觉到你是那和谐的一部分，真是喜悦。

不过这个**地球**世界依旧是那个极为巨大的舞台，你和周围的人在上头跳舞、歌唱、与彼此谈话，发现自我、其他自我，并向自我提供自我的反射。这个器皿经常对那些在灵性演化的道途工作的实体说：「不要尝试在较高能量中心做的工作超过了在较低能量中心做的工作。」我们觉得，这就是你们自己使用这两种察觉模式的一把钥匙。心智、情绪、肉体的健康以及灵性的健康都是在于平衡。每个实体都是独特的且有一种始终在移动、发展，总是依循螺旋小径的能量流动。当一个人尚未醒觉其灵性的身份，然而当他处于这种流动，他仍旧会察觉到。没有任何一个沉睡的人没在做善工。那些尚未觉醒的人，尚未有意识地察觉到(自己)想要加速灵性进化速率，有其不利条件，尽管如此，这并不会阻止他们进展。在饱满的时间中，(即使是)十分完整地禁闭在幻象中的实体，将会有一天在无需有意识努力的情况下达成领悟。演化是绝对无可避免的。演化的速率才是成问题的。

我们会与这个器皿一起鼓励每个人既不要落后于尚未察觉灵性演化的实体，也不要觉得(自己)比这样一个实体更好。你开始觉察到进化过程、灵性进化是怎么回事，在这觉察范围，你仍在肉体、心理、情绪、灵性上配备着完整的挑战；所有这些存在的线条都有其最佳的光泽和力道。生命织锦如此大量的部分是从各种困难、事物的黑暗面被创造出来的，所以这些较低能量的价值我们再怎么强调也不为过；工作它们就彷佛在工作较高的能量中心一样感到兴奋。

你们看，在意识中的工作是从心出发的。然而，心的能量完全取决于，容我们说，被带入心的力量。有些人想望略过工作自我，在人际关系方面，在好比性、

生存等等方面，他们可能想要把所有的时间都花费在(灵性)通讯和意识本身，不过除非你带着敬意处理好：红、橙、黄的能量中心，即关于生存、自我认知、以及跟他人的关系，进入心的能量流将会减少。而一个人只能靠流进心里的能量，来从心轮往上工作。那些体验过昆达里尼上升[那股沿着脊椎向上的能量流]的人明白，它的起源是根部脉轮，包括生育、繁衍、排泄的器官，这些器官一起形成了你们文化里的巨大禁忌，那个不被表述的大主题。不过在关于生命本身的议题方面，在此有大量的对平衡的极大需要。这完全就是红色光芒了。有如此大量的事物取决于你面对这种生命机会的方式。

工作橙色光芒中的自我看似有点单调乏味。「我如何安慰自己呢？」这些自我给自我的问题能让一个人的头脑挑灯夜战并创造出无尽的、且经常令人苦恼的纠结。在这个能量中心中的工作时常是没乐趣的。接着在黄色光芒有一种甚至更沉重的学习曲线；必须要在每一种关系中，在所有的团体的每一种结合中，与所有的渴望工作，最终达成目标。(你的)心可能但愿它能打破这些较低能量的牢笼并冲破玛雅幻象。不过你们来到这里，是特意来被栓住，特意来被搞迷糊，并在这种巨大的未知中工作。

我们无法通过粉饰这个相关的过程，来让处理较低能量的工作变得更有乐趣。一个位于人际关系里的自我，一个有各种议题的自我，工作起来是困难的，不过这正是你来此的目的，你来到这里就是要被弄糊涂，为了接受挑战，为了好比现在这一个学习情境。我们鼓励每个人，从最低到最高处看见自我完整的华丽阵列，就如同一个无缝的轮子，其中每个部分都跟其他部分一样重要。没有一个更喜欢的地方是人格外壳将会选择去工作的。确实，就像 R 实体和 J 实体同时表达的，与事物的流动合而为一的最可靠方法就是单纯地等待，直到它来到你面前。那种等待有多难啊！不过一旦你能够在一个方面、一个前线上头臣服，就能够说：

「好吧，我放弃，我不在乎。无论**祢**的意志是什么，那就是我想要的」，那个臣服就使得下一次臣服更容易了。信心的生活若有个开始，它会始于污垢、尘土、淤泥。

这个泥巴做的自我必须被抛入半空，这是你必须一次又一次经历的事。你们每个人都已远远多于一次地发现那个下决心的时刻、那个选择的时刻，你已经说：「我臣服。不照我的意志，但照**祢**的意志。」我们鼓励每个人都继续拥有勇气跃入半空中。当你与环境并未合一时，当你处于不和并在很大程度上是个人类，要知道你仍旧在学习。

确实，你在这种时候学到的东西，可能比你在觉得有支持的时候学得还多，因为你要学的东西，就在生活的不和与摩擦之中。将你们自己考虑为小小的蒸馏室。现在，一个蒸馏室是某种处理未经加工的物质并精炼它，直到其特性改变为止的东西。你们每个人都是一座灵性蒸馏室，吸收日常生活的臭味与堆肥。

所以，正是在信任、希望、信心中向它让步并与它合作的过程中，于是将你的自我和人格的透明度最大化。当你正在受苦时，当你正感到混淆，当你在幻象中迷失的时候，要知道你正在工作，你踏上从头到心的旅程。当然，你不是全时间都待在心里，你不是全时间都处于这个幻象之内。你留在幻象中，这是远远更好的。当你脱离该幻象，拥有那些时刻，这是美妙的、可口的。这就是甜点。

但是，生活的主餐是在普通的事情和经常被忽略的日常事务之中。你的心智是无限的。若你能看入自我，心智的根部就会通过一己的生命进入许多人的生命，进入越来越大的团体，最终进入**万事万物**。每个步骤和每个分支在其自身都是一个宇宙，这个无限的储存库和资源就存在于你们每个人之中。你拥有所有的材料，

你始终将会有意识地追寻和爱慕，而它们在你的存有之中舒适地歇息、完整地存在。无限**大我**的一部分始于你的人格外壳，它知道这种火焰；但是此刻位于第三密度的你，拥抱混淆吧。尽可能有意识地生活，察觉自由意志、爱、服务的议题，但是不要对自我或者对迷失于幻象中而感觉到不安与沮丧。这种自我发现的模式会向你显示你自己，而它向你显示的那个自己，啊，你会发觉：一个怎样无限的事物呀！

无察觉的自我、有察觉的自我；烦乱的自我、沉着的自我：这些都是一。在你们大家看来，这好像有巨大的差异，但是我们向你们保证，在此生内和此生外的基本振动是相同的。你可以因为对自己不高兴、或对别人不高兴，或者以某种方式跟生活作对，使得你的振动变浑浊；但不管你觉得自己陷入多深的困惑或承受多深的苦难，你还是你自己，你还是在你的道途上工作着。

这个器皿听到她的两只猫在这个住所的楼上发出不愉快的叫喊。这两个实体深深地陷入它们的幻象泥潭中，不过它们也在学习，它们在其他人的耳朵听来是不愉快的。但它们所做的每件事对它们而言都是合适的。开始在关于你自己的方面拥有这种感觉吧。要知道在升入更高启发的二楼之前把一楼打造好的满足。

我们会在此时转移到 Jim 实体那儿。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向你们各位致意。在此刻我们提供自己来回答在场者可能发现值得提出的任何进一步的询问。

R：我感觉到混淆。你们不是在说：冥想和敞开你自己，迎向那些和你一同工作的能量是没价值的？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们在回应今天的主要询问的开始就谈到，若我们必须要在两种存在的方式中做出选择，我们会选择你们第三密度的混淆，胜过每个人在这沉重的物质幻象中寻求的补赎和平安的感觉。我们的选择会是如此，因为一个人身处这种困惑可以学到的东西，比在更和谐的环境里学到的东西要多得多。确实，正是这个原因，你们的第三密度幻象才成了一个如此强烈的成长地方，对于每个寻求到这儿投生的人灵是如此有价值的经历。如果处处都是奥秘与黑暗，那么一个实体可能学到的东西为他整个生命带来的份量，将远远超出在和谐的生存领域里必会产生的、必然且明显的学习所带来的份量。我的兄弟，我们也推荐，当这些机会出现了，感到补赎和太一**造物者**的临在[在**祂**的完美之中]，一个人可以享受和沉醉其中。因为它们是蛋糕上的糖霜。然而，如我们先前说过的，这次投生的主食是去在日常生活混淆中找到爱与光。在每一天体验的污物与淤泥之中，找到那些埋藏其中的灵感宝石，这是远远更有价值的。

在此刻有另一个询问吗？

R：没了。因为我相当迷失。我将会更多地思考它。

我是 Q'uo，我们会对刚才的回应做个补充。当一个人发觉自己处于选择的尖端，在关于如何回应的方面感到混淆，也许是与另一个实体之间的争论、争吵、沟通不良，他可以用整个投生仓库里过去的经验创造对这个情况的回应。一个人拥有一连串的情绪，可以把它们嵌入该选择。他对于跟自己交谈、来往的人，可以有一系列的反应。

所有这些都是资讯的片段和学习的机会，学习以太一**造物者**的爱力去蜕变，比如说，当一个人能够撷取这种资源，就是学习对一个人已经造成的伤害感到后悔，学习决心不再这样做，学会大量的、可能的反应。确实，该经验提供了当下的无限性的一个范例。在这种时刻，一个人可以学习如何更快地、强烈地、高效地给出爱，这比起在以下的学习环境下的相同学习成果要大得多；该环境是：和谐、一体性、爱与光的力量很明显，做出适当的回应无须思索、无须费力，而这回应对该实体的整个心/身/灵复合体只有一点点影响。

如果你完全被第三密度困惑搞昏了头，而这时你发现了爱与光，那么它们为你整个生命带来的重量和价值，对你的心/身/灵在进化路线上的推动，比起同样的经历在和谐与一体性的较高领域里可能带来的推动(效果)，要多得多、大得多。

此刻有进一步的询问吗？

J：在日常经验中，冥想的价值是什么呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。由于一个人从自己周围收集了各种各样的困惑、经验、沟通等等，他会从中做出某些试探性结论，用以确定应该怎么回应此生中的问题，才能找到并且分享爱、光、和谐、服务等等品质。在冥想状态下，这些试探性的结论和经验可以安置自己，以一种方式允许它影响总体的存在。允许某种和解发生，在沉思当天发生的事件时，容许灵感做出其自然的回应，一个人就可以对自己的经历看得更清楚，容许这些事件显示其分量然后走它们的路，从而发现坐下来聆听太一**造物主**，这会产生一种灵感、动机、或简单的

认可。正是在冥想中，混淆和分心开始消失，而一个人存在的基础开始在冥想中被揭露，并且变得更容易接近。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

J：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你们。在此刻有进一步的询问吗？

（暂停）

我是 Q'uo。随着我们明显地耗尽了这次工作集会的各种询问，我们要利用这个机会再次对这里每个邀请我们出席的实体表达我们的感激，我们再次提醒各位，对于我们已经讲述的言语中，那些响起真理铃声的部分，拿走它们并随意处理它们，让所有其他部分消失。我们是 Q'uo 群体，我们在此时离开这个器皿和这个寻求圈。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

with thanks to 骑在银龙的背上

翻译出处：

https://soultw.comTLOO1998_0111b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/channeling/1998/0111

☆ 第 3713 章集：运用天赋

周三冥想

1997 年十一月 19 日

团体问题：今天晚上的问题涉及个人或团体努力使得能量或技术上的进步可以为人类所用。众行星之邦联在二战之前遇到这个问题，当他们将资讯给予曼哈顿计画的科学家时，这些科学家接着发展出炸弹。人类是否准备好迎接更先进的技术，好比自由能源，或者如果我们想望服务于……（听不见）

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 群体，我们为仓促的开始感到抱歉。我们方才在说，受邀与你们谈话、分享我们的想法，我们感到非常荣幸。一如既往，我们要请你们从这些想法中精挑细选，带走那些对你有用的部分，丢开其他的，因为我们没有幻想自己关于真理的概念，是任何的最终陈述；毋宁说，我们乐于跟有分辨力的人们分享一些意见，而每个人确实有分辨力，可以辨认自己的个人真理。今天晚上的问题是关于应用(个人)天赋，如我们经常做的，想要首先把天赋的概念放在某种背景下来察看。

当每个投生的存有凝视着即将到来的人生，每个实体都从无限的自我挑选那些存在的天赋(礼物)与怪癖，思考与态度，因为它们会提供资源和工具，用以达到这次投生的各种目的。时常，这些怪癖和偏见在生活体验中　似乎没有任何直接的应用。然而，对这些天赋的间接应用常常是一组扩大的服务。其次，我们会鼓励(考虑)人格外壳的概念，把它作为探索更深层的投生原因的一种焦点。当自我注视着自我之际，该自我实际上在凝视着人格外壳。这是自我知识的首先成果，关于人格外壳的知识。现在，创造这个人格外壳融合了第二密度的生命形式和意识；前者就是你的肉体载具 保持了原有的头脑和本能；后者即是位于该载具内的无限自我。自我的表面特性伴随着自我的诱惑、责任、以及它对很多事物的正

负面想法，在远超越这些表面特性之处，有一个更深层的自我，最终可辨识为伟大的起初思维，也就是爱。这个理则是完整的 全然地位于内在，理则，爱本身， 就是你可以开始以最值得信赖的方式认识的本质。爱创造了一切万有。神圣的理 则之爱没有虚假，没有不真实的。这种振动就是每个实体在人格外壳底下的菁华。

当一个人考虑应要怎么运用自己的天赋，我们会鼓励每个寻求者首先沉思那最大的礼物(天赋)，那个意识的礼物。在醒觉于一个人的灵性身份的认识上，义务与责任也随之而来。其中一个责任就是记起你是谁、和你是什么。因为这个菁华正是你到这里来提供的主要服务。当每个人都领会这些言语的时候，每个人就会实现其主要的、首要的服务。

因为主要服务就是牺牲地跟你们称为地球的行星 分享自我的菁华振动，好让该行 星意识可以在地球史上这个关键的时刻 形而上地被照亮。所以不管外部世界发 生甚么，就像 C 实体观察到的，不管你是发展出了一种新物理学，或是工作后 退休，(你)主要服务是通过你的吸气、呼气，通过你最深刻、最真实的自己来执 行的。就是为了这个志业 你采取肉身。主要地，这就是你前来的原因。你来这 里要做自己，牺牲地把你自己提供给这一个世界，它极为需要相对无偏见的爱之 振动。这祭品是指生活本身，而非生活里的东西。每个实体来到这里都花了代价， 你已经付了那个代价。既然如此，我们鼓励每个人放松，去信任、臣服于命运， 这个命运是你自己在投生前仔细挑选的礼物。你是否已经准备好 在外在世界中 服务的各种方式。这样或那样的被准备好的事物是否被进行并被显化，这不是特 别重要的事情。无论如何，就是从这个立场上，就是从这个背景，我们更喜欢就 此开始讨论运用天赋的问题。

当每一个人沉思未来的时候，都会立刻察觉到一种动荡不安的变化感 因为你们的太阳系正在旋转进入宇空的新区域。各种振动在改变，密度正在改变。时间本身也在更改。旧的范式变得越来越笨拙。在这样一段时间中，需要那些能够随着旋律和资讯而行动的人；那资讯围绕着那种改变、那种能量、或那种蜕变的动力。

在你们地球此刻所处的情况下，那些仔细观察人类实际知识的科学家认为，现在所有的人都看到对于新范式的迫切需要。在意识中　大量事物发生转变或转换了。艺术和科学整排的壮丽陈列，每一种修炼，都构成一个新的造物，一种新的存在的方式，以及名为生命体验的模型。

所以，若一个人的天赋包括一种转变性的物理学、宇宙学、经济学、社会模型…这看似简单又真实的…　这会是一个好时间去探索那些似乎会拉动你们前进的 领域。例如，这个器皿知道她必须写一本书。这个器皿会持续质疑她的能力、知识、权利、自己的价值，然而，这个实体是坚持不懈的，她将凭借其特殊天赋产出她所能做到的成果。我们鼓励每一个人都去与那些引起你兴趣的天赋一同行动。

我们察觉到 C 实体有些严肃的关切，因为最近确实发现很多项目被军事用途吸收，不然就是用于伤害人类 而非造福人类。确实 我们同意，一个实体唯一安全的工作环境是在自我里面。和自我一同工作，很难去侵犯任何人的自由意志。你很难突然间发现，由于误用了自己的劳动成果，自己被吓呆了，

因为你在自己里内做的事 就是你要去做的事，没有侵犯的可能性。这个工作处于生命的中心，这工作是存在 而非作为。我们了解到 我们或多或少只是在描述

这个问题尝试表述的情境。我们希望去消除景观，而非去选择这条或那条道路，如这个器皿和 Jim 实体稍早同时说到的。我们不是那些觉得任何人应该做这件或那件事的实体，这无论如何都不是我们的关注。我们的关注单纯地是分享任何我们知道的 或认为可能构成一个资源的东西，分享给那些我们前来交流和服务的寻求者。

有一种微妙而又结实得令人惊讶的中庸之道，或者如这个器皿会说的，会有一道(唱片)纹路，这说法来自于她听过的爵士乐队。当一个人处于那个纹路(groove)中， 它单纯地回应一种有节奏的命运开展。就是这种适当性和节奏的感觉将会来到一 个正确使用其天赋的实体上头。我们称赞你们在思考过程中包含那种感觉上的感 知，它让你知道自己甚么时候做得对，甚么时候做得不对。因为每个人都有自己 能够利用、能够依靠的直觉和内在知晓。

毕竟，它是你们造物，为了每个实体，无论它是我们的一员，你们的一员，或者是在无限天父的造物内的任何实体。

（暂停）

我们是 Q'uo 群体，我们必须抱歉….我们是 Q'uo 群体。（笑声）这个器皿几乎要 在我们上头睡着了，我们感到抱歉，这个器皿感到抱歉 我们必须重新集结。我 们刚才在说，在天父的造物之内 每个实体都有一种无限的正确性，因为每个实 体都是时间的公民，每个实体都是无限造物者的一片火花，从一个造物到另一个 造物，这些火花将会飘扬，变得想家，接着返回。你们正在飞行 并想望回家 ~ 你 们将会返回 ~ 仅仅是再次被一个始终过分好奇的造物主遣送出来，以便于看看到底爱可以是什么，到底爱可以做什么。

我们愿在此时 把这个通讯转移给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体，带着感谢、爱与 光 我们离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿 在爱与光中向你们致意。我们已经在这次的工作集会中 尝试去谈论在那些在场者的脑海中 最重要的询问，尤其是 C 实体。我们现在请问 是否有任何在场者可能提出任何进一步的询问。

发问者：嗯，我没有问题，但是我的心智肯定正在四处游荡，不过 我想要感谢你们的话语，因为似乎在其中有某种一般的真理，因为我通常会在与在心智中的关注点打交道的过程中 找到启发。

我是 Q'uo，能够提供信息来启动你的头脑 我们为此感激。对于以询问形式向我们提出的这些关注，我们总是希望能够以某种方式谈论其核心。我们察觉到 在你们的幻象内 大量的事物是令人混淆且困难的。在每个寻求者的每日体验中，需要有光照亮寻求者的路 并鼓舞对于服务的奉献，容我们说。

给予寻求者该知识：存在即是任何人可以提供的最伟大服务。因为存在就是在个体的此生中 重现造物主的本质。因为造物者是以这样一种方式存在的 (宇宙)造 物很像你们的电脑程式，它以如此这般的方式 伴随着无穷多的关系与可能性运 转着。分别表现为每个人格的这种能量，非常复杂且无限地运转，(却)有着极大 的和谐。如果你可以存在(be) 允许太一造物者的和谐、爱与光 通过你的存有， 在你的言语、想法、行动中闪耀，那么你就已经提供[要去提供的]最有帮助的东西 了。一次人生、一个幻象，以及所有在你周围的那些人，当你在这个幻象中 穿 越你的人生之际，你将用你的存有来做什么，这是你的自由意志选

择，但是，首 先存在，我的朋友们。然后 适合你做的事就会呈现它自己 如同太阳在一个清澈 的夏日中照耀四方。

在此时，我们行将离开这个器皿和团体，感谢每一个邀请我们出席，提醒每个人都仅仅从我们向你们提供的这些言语中 拿走那些在你听起来有真理铃声的部分，毫不犹疑地丢开所有其他部分，因为我们不愿成为在你的道途上的绊脚石，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3714 章集：臣服与责任(20220428)

Copyright © 2022 L/L Research

中阶传讯圈 2022 年 4 月 28 日

团体问题：今天我们想要讨论在臣服与责任之间的张力。我们已经了解到，在某些情况中，我们感到一种巨大责任要行动并尝试以某种身份而服务，但又发现自己无法这样做，或者受到这样做的挑战。我们知道，有些时候，某些灵性系统已经鼓励我们臣服，而且你们也曾鼓励我们单纯地爱它而不去尝试修理它。我们想要探索在“感到责任”与“臣服于此刻”之间的这股张力。[1]

[1]原注：下面这个来自 Q'uo 的段落在本次集会前被朗读，并启发了该团体问题：“那些你在较高层面知道的东西，那些你不管是依稀记得或清楚记得的东西，将其带入你的心，并让它祝福你眼前的环境吧。你不是到这里来把它清理干净。你不是到这里来使一切变正确。你不是到这里来修理它。因为所有的外在世界都

是一个幻象。你在此的目的是爱这个世界。将这个世界带到你的双臂之间，然后紧紧拥抱它。这是你如何服务的方式，这是你的光荣与冠冕。好好地戴上它，并因存在于此而欢庆吧。”（Q'uo,2007/7/31）

（Jim 传讯） **Q'uo：**我是 Q'uo，此刻与这个器皿同在。我们在爱与光中向你们每一位致意，再一次荣幸地在今晚加入你们团体，并回答你们今晚向我们提出的这个十分突出的问题。在我们开始前，我们请求你们给予那个持久的恩惠，那就是在我们所给予你们的那些话语与想法当中，你们使用此刻你们感到对自己而言重要的部分，而对于那些并未对你们的心说话的内容，就把它们丢到后面。我们感激你们的分辨力礼物，它允许我们对你们的问题给出范围更广的回应。

今晚，你们问了一个问题，它是每位有意识的真理追求者在自身投生的人生道路上以及在个人意识的灵性化过程中，一定要认真考虑的。因为这个世界〔你们现在在其中生活和呼吸，并称其为第三密度〕是这样一个地方：在其中，随着诸多观点以一种和另一种方式，以及许多无法被任何有意识的真理寻求者所领会的方式而被提出来，有一种经验之喧闹声正在你们幻象中的所有方向快速移动。这是那样一种由分裂、爱、恨、分离和混淆所构成的混合体，以至于当你们试图穿过这片令人如此难以领会概况〔即你们第三密度经验之根基〕的森林时，我们对你们每个人都抱有最大的同情。

作为有意识的真理寻求者，你们带着一股“要找到这个世界的意义”的渴望、甚至是[如你们所说的]一份表面上的责任而看着该世界，以便创造这样一个世界：在其中，你们的真理寻求者同伴们、你们遍布全球的其他自我们，都可能感到宾至如归，能感知到合一，能互相服务，看见全体之中

的造物者。当有如此多的东西是无法领会的、超出你的能力范围、超出从任何方向改变的可能性，以至于意识上的混乱感染了大地上的整个人口时，你如何能做到这点呢？

所以，看起来会是这样：想望为他人服务的有意识的真理寻求者将会发觉自己有些一团糟[容我们说]而无法在这种情况下制定服务路线，并可能会发觉，这种情境的更大概观是你们所说的接纳——即那种“转变你自己对你在周围世界中以及事实上[在许多情况下]在你内心世界中所见事物的感知”的能力。在这样一种情境下你所可能提供的那种服务，当它是接受不可接受者、爱那不可爱者、服务那看似无法服务者的时候，它是十分有帮助的，正如你们在这次集会开始前的谈话中所猜测的。

这是你与太一无限造物者〔祂位于你之中、位于宇宙造物全体之中、位于该行星表面上每位实体之中〕的联结——那颗你可以无条件地打开的爱之心——于是，那创造了这个伟大的“存在性之宇宙”的爱也是那股流经你的爱；你允许它作为一条无限爱之河流通过你而流向你所感知的一切。

你把你日常经历中的每个实体皆视为似乎跟你自己分离，跟你有着明显不同的想法和意见。你看着这些想法、实体和意见，看见造物者以一种对造物中的每个实体而言独特的方式来认识祂自己。这种对自我的认识是伟大的基础原则，宇宙造物全体和其中每个实体都是在此基础上形成的。它是造物借以成为一个生机勃勃的、变化万千的实体的手段；该实体可以在所有其他自我中找到自己。这就是伟大的寻求旅程。于内在寻求万物之中的太一之爱，这就是你的挑战。这是你的喜悦。这是你的旅程。

此刻，我们将把这个通讯转移给被知晓为 Kathy 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Kathy 传讯）

我们是 Q'uo 群体，我们与这个器皿同在。我们理解该询问，并且我们可以谈论该询问的部分特定措辞，以便阐明在词语之内的概念。

在你们星球上的这些时间中，需要很多感知、思考和决定，也许还需要行动、反思，然后是更多的感知——相比于许多人此时所习惯的做法而言，很可能是以一种更快的速度、进入更深的脉络，因为这是一个包含巨大改变的时期，而且改变的速度也许比许多人曾体验的还要快。所以，我们将谈论臣服和责任的观念，因为两者似乎在彼此间形成了一个连续体——臣服具有“被动、接纳、随着外部改变而流动”的内涵，而责任〔位于一端是臣服状态的连续体的另一端〕则可以有下述内涵：向前进入时间、存在之新状态、理解之新状态、生命基础之新状态的决定和行动。

我们想要指出，在连续体上的这两个概念之间有一些点也是有效的，因为对于这些存在状态而言，都存在着时机的把握。例如，对于行动而言，对于保持被动而言，都存在着一种时机的把握——何时做这些是对的，同时产生最高和最佳的结果呢？例如，在一种臣服状态下保持静止，让各种事件流动，也许从内心知道：现在还不是时候采取行动、承担责任来帮助变化以富有成效或积极的方式发生，时机可能会在以后到来。因此，这些存在状态的决定性特征是觉察。在“一个人要臣服”的时刻，对于“什么是对的”之觉察也可以单纯意味着不抵抗。它也可以意味着一个积极的决定，即决定随着能量或事件变化而流动。它可以看起来是一种不作为的状态，但

也可以是一种“决定要流动”的状态，这本身就是一种行动。

同样地，责任可以被看成是在一个人肩上担负起的行动、那种为了产生一个预期结果而做某件事的需要。责任能以另一种形式出现，也许可以更被动地看成是单纯地保持空间；承担起保持空间的责任，等待着某件还没发生的重要事情发生或到来。再一次，重要的存在状态是觉察，觉察到哪一个被认为是最好的选择，以便产生最高和最佳的预期结果。

所以，我们会说，就一个人在回应自己个人生活中的事件以及当今人类生活更大范围内的事件时可能做出的选择而言，当考虑这些〔也许是位于从臣服到责任的连续体之中的〕存在状态时，重要的出发点会是自我内部的觉察，即尽可能最高程度地觉察到：对任何人和特定个体而言，做什么是最好的；选项可能位于这个连续体的某处。当以这种方式感知时，对于“下列状态中哪个是最好的”这问题——臣服，或责任，或介于两者之间或先前提到的任何内涵的某处——并没有对或错的答案。

它是对下述问题的觉察：对于每个人或一组人而言，在特定时间内，根据他们或者根据他或她对于臣服或责任的感知，什么是对的。那些(存在状态)的意义，当被具体应用于这种情境时，人们只能从自己内在知道它，但如果那份觉察是从内在而获得的，则那些步骤、那些感知、那些决定对那个人而言将总是恰当的。

这的确是一个关于认识自己的问题。我们觉察到，在这样的时期——诸如你们在你们星球上正在经历的时期——要清楚地认识自己是非常困难的，但我们清楚地看到每个人所由之构成的光与爱，看到光与爱从每个自我和

其他自我散发出来，还看到这个巨大的可能性：即该空间和这个连续体充满爱与光，帮助照亮着人们的感知、决定和行动。请知晓，在所有时间〔臣服的时候、承担责任的时候〕，你都是这种存在状态，而且你都活在这种存在状态中；该状态就是光与爱。

我们是 Q'uo 群体，我们为这个询问而感谢你们。我们现在把这个通讯转移给被知晓为 Austin 的实体。

（Austin 传讯）

我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿同在。我们理解，在你们第三密度幻象中，尤其是此刻在你们星球上，以如此深入和亲密的方式认识自己、从而理解自身责任与臣服能力之性质，这过程可能看起来是一个极其困难且复杂的任务。确实，当我们见证包含复杂影响的飓风作用在你们幻象中的每个个体身上时，我们自己也感到困惑，并发觉(自己)对下述寻求者〔即甚至可以在自己里内找到“以这种方式来认识自己”之尝试的每位寻求者〕的巨大敬佩之情。但最重要的是，在处理这个在自己的责任与“臣服于任何时刻”两者之间的询问时，做出了这种尝试。

责任这个词语与观念携带着大量的[这个器皿会称为的]文化性包袱。所以，在这种脉络中，认识自己的过程牵涉检视自己的成长过程、自己所受的各种影响的汇合〔这些影响从该寻求者的幼年就已经给其留下深刻印象〕：一个人在任何特定情况下必须如何行动；一个人要如何对待他人；一个人要如何在跟他人的关系中看待自己。这些都是非常复杂的影响，需要花费毅力和意志力来检视——随着日常催化剂的体验而在自我内部检视。但是，当我们运用此过程来理解“一个人在任何特定时刻的个人责任”

这一概念时，我们发现，慢慢地，这位已在这场旅程中做出努力的寻求者将开始摆脱对自己、对“一个人必须做什么以及在任何情况下有义务做什么”的观念。

我们还发现，在某些情况中，有一些影响作用在[你们可能称为的]小我(ego)之上；当一个人感到责任的牵引时，它可能来自于一个渴望，即想要建立自己的责任感，想要被看成是在处理某种情况或环境，想要承担某种衣钵、为其他自我而展示。那种允许一个人认识自己并与责任概念建立一种更有意义和亲密的关系的反省过程，必然涉及使自己摆脱许多这样的观念。

我们无意要求寻求者完全摒弃责任的观念，因为当摆脱了这些观念时，一个人将发现这种责任的呼唤确实来自于内心；对于正面寻求者来说，那种“想要伸出手来影响一种情况”、“想要带来更多的爱、更多的和平、更多的安慰”、“想要帮助和协助”的动力和冲动是如此自然，于是它开始扎根，甚至在寻求者内在如此多的文化包袱中变得根深蒂固，以至于这种文化包袱只是成为一个更重的负担或产生扭曲的影响，而非必要的。

这就是我们的鼓励——即，不去努力修理它而去爱它——所由来的背景。在这种背景下，臣服可能成为灵性寻求者的一个适用观念。因为有那么多影响自我的因素，以至于那些期望会成为一种阻碍而非一种协助，并且它们会成为一种负担、对寻求者的服务渴望造成反效果，而非激励自己。

如同我们已经说过的，这种在接受责任与接受臣服之间的动态可能会在某种光谱上发生；而且，在任一特定方向上走得太远，都能给一些寻求者造

成这种反效果。我们发现，这种观念——即，一个人单纯必须爱而不去对自身环境承担任何责任——可能成为一种舒适的毯子[就像这个器皿可能会说的]，可能成为一个避免在下述情况中采取行动的借口：在这些情况中，一个人感到被呼唤去行动，但又有不适的感觉牵涉其中。有时候，发自内心的服务他人确实可能促使一个人在下述这些时候——即，当他们要不然就不会说话，要不然就不会接受不舒适的情况之时——展开行动，于是造物者的爱就可以照耀在要不然它也许不会照耀的地方。我们不想望在寻求者们感到被呼唤去行动时鼓励他们避免不适、避免基于责任而行动。

在该光谱的另一端，我们发现有些人可能感到如此大的责任、如此强烈的行动冲动，以至于他们的努力几乎变得徒劳，因为他们最终就像你们可能会说的，是在空转着轮子却没有真正的进展。他们对实现特定结果的强烈渴望阻挠了他们那种真正产生这种结果的能力。并且，尽管表面上看到很多努力，但在看不见的形而上领域，无论是对寻求者还是对寻求者所渴望服务的人们来说，都没有什么作为和成就。

我们发现，对于走在正面道途上的许多寻求者而言，这两种动力以及在这两种光谱之间的许多动力都在他们当中发生着。要开始认识自己、认识自己在任何时刻的真实责任，这就需要检视自我，检视自己在这两个观念之间感到的张力，深深潜入这种张力的感觉中；需要把那股想要服务并在你们领域内闪耀爱的强烈渴望带入冥想；需要允许这种张力在自己内在破裂、把自己打开；从某种意义来说，允许自己摈弃以前对责任的依恋，或许甚至从该依恋中找到死亡和重生；允许自己重生进入一个新的理解——涉及如何与“自己在其中感到责任之呼唤的任何特定情境”相关联。

走在正面道途上的寻求者，若成功地在臣服与接受责任之间取得了平衡，就可能自信地在这种张力中行走，同时知道：在任何特定时刻，一个人都可能被呼唤去单纯分享他们的爱，并用柔软的手安静地、柔和地闪耀他们的光，或者一个人都可能发现确实有自己可以采取的行动以及寻求者可以努力实现的目标。不过，这种自信可能表现为寻求者内心的信念：为实现这个目标而做出的努力，为使造物者之爱与光照耀而做出的努力，无论它在此刻如何被唤起，可能不会在你们第三密度幻象的表面上出现巨大效果，但它同样值得努力；尽管在被遮蔽的感知中，很少有证据表明这个工作获得成功，但仍有许多工作正在完成。

我们可以在这个课题上提供最后的想法，先澄清那些在这询问中提到的、引自你们以前的一个传讯圈的话语，主要旨在作为一份讯息而提供给那些把自己识别为流浪者的人。确实，我们发现那些从更高密度投生到你们星球上的实体，在醒觉到他们的本性并理解他们带着特定使命来到这个地方之后，会感到一份巨大责任。

你们星球上的那些复杂影响导致了“带着目的和任务来到这里”这一观念，给流浪者灌输了一份比一个实体从投生外部所可能怀有的典型预期要大得多的负担。当时说这些话的目的是允许流浪者释放对于“他们必须实现某个目标、他们必须在寻求实现其使命过程中找到结果”的期望。因为如果这样的期望被放在自我身上，就会有很多扭曲，甚至可能造成伤害——这将使得“对该流浪者和自我的进一步治疗”变得必要。

如我们说过的，流浪者到这里不是为了修理它，而是为了爱它。我们并非意在暗示：无论要爱的是什么环境、情况或实体，都必须从远处、被动地

去爱。要爱某个东西，就需要对它有亲密的了解和感知，以及跟它的关系。这可以从远处悄悄地进行，但在许多情况下，为了让一个正面实体、特别是一个流浪者去爱任何特定的环境——在其中，一个实体发现有必要提供造物者的爱与光——该实体就必须融入该事物。在许多情况下，这确实需要流浪者采取行动，以便于服务。

要找到平衡并走在这条平衡的自信之路上，就意味着，“这点对每个人和每个情况而言可能会如何展开”的答案将从心里显现出来。并且，对于想望显化其最高服务的寻求者而言，加深与自己的心和直觉的关系是绝对必要的。因为正是通过这些领域，太一无限造物者的爱与光将流经该实体，并告知该实体在任何情况中的行动。这是一项艰难而高贵的任务，我们对你们星球上任何在此时努力这样做的寻求者表示最深的钦佩和赞赏。

我们将离开这个器皿，把这个通讯转移给被知晓为 Jim 的实体，好为这个圈子提供我们的结尾辞。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次和这个器皿同在。我们对于每个管道今晚已展现的能力〔即，你们就“如何平衡责任与臣服”这一话题而传递我们的想法之能力〕感到十分高兴。这是伟大的旅程，这是你们的选择，这就是它应该是的样子。当你们此刻在这个星球上走过你们灵性旅程的各个阶段，你们每个人都有自由意志以及与造物者的联结可以调用。

我们感谢每一位尽心尽责于感知并说出我们今晚所使用的言语和概念；我们用这些言语和概念来谈论这个十分突出的询问。我们被你们知晓为 Q'uo

群体，我们现在离开你们，在太一无限造物者的爱与光中欢欣鼓舞。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.,

(V) 2022 reviewed by cT. & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_2022_0428/

英文出处：llresearch.org/channeling/2022/0428

☆ **第 3715 章集：为地球祈祷(完整版)**

周一冥想

1997 年十二月 29 日

团体问题：如果可能的话，我们今天想要在查看一下资讯，关于地球在未来几年 可能发生的改变、它们可能采取什么形式，以及它们可能在我们作为灵性寻求者 的生活上产生什么冲击？

（无名者传讯）

我们在太一无限造物者的爱与光中致意。很高兴在此刻被你们的寻求圈呼唤，这 是一种荣幸。我们十分感激你们寻求真理的渴望 以及呼唤我们，因为分享我们 的意见和观点就是我们在此刻选择的服务形式，每次能够使用好这一位的器皿来 分享这些观点，我们都感觉到已经提供了服务，而这对我们是非常宝贵的。 我们仅仅请求你们使用分辨力，因为我们有很多意见，而你们知道我们是会出错 的，并且不愿把我们自己推到前面作为任何权威，我们请求每个实体知晓，每个 寻求的灵魂都获得一种良好的、适合(自己)的分辨力量。如果你听到的是我们可称 为的个人真理，你会随之体会到一种真实可信的感觉。我们讨论的

很多观点，可 能吸引一个人而不会吸引另一个人，因为寻求者的道途是众多的，

所以 我们请求你们倾听并拿走你们想要的部分，将其他部分都留在后面。我们不是作为权威人士前来，毋宁说，我们是也是在寻求真理的实体。我们所分享的的奥秘既在呼唤我们，我们也对它感到饥渴，我们全都带着敬畏和崇敬凝视它的终点，因为每个实体都如同一片爱的火花，它跟爱本身非常地相似，这爱就是那个伟大的起初思维，没有更好的字眼了。

扭曲有很多种，最常见的是：很多人试图用扭曲的观点来看清无法看清的事物，从而产生困惑；也就是说，你们现在居住的地方是一个非常深度的错觉。真理在你里面，而你就是你所寻找的真理。不过，为了有机会加速你的灵性进化，你们每个人选择进入的 正是这种困惑、正是这个空间和时间，因为你在这里找到一次机会来工作你自己的极性，工作(你的)信心 若没有该幻象的混淆，就没有信心的成就，

所以 你专门来到这里来变得混淆的。专门来到这里着手开始跟随你的心之渴望。注视你周围的世界，把它看成一个东西、地理位置、太空中的一座小岛。这是容易的。你听到各种各样的语言与文化的音乐，各式各样的建筑物以及事物关联的方式，所有那些事物构成环境与习惯 它们把你准备好 尝试去让这个幻象显得有意义。在许多方面，你们已经成功地为自己雕刻出了那个身份，你很乐意把它当作自我的面具戴上，你戴着这张脸孔跟自己遇到的所有人见面。不过 你见到的每个面具都是造物者，而你自己也是那神圣爱，即是造物主。

我们描述了这种你之所是的菁华，以便于能够站在这个观点上 凝视你们现在居

住的这个物理星球上正在发生的事。你们这个星球确实承受着许多压力；第三密度人类所造成的大破坏有哪些具体细节，在座各位都再清楚不过。我们的确觉得，你们有潜在的洪水、地震之类的麻烦，该行星可以用这些方式来让它在自己的皮肤内感到舒服些，因为它也是活生生的生命。

这个关注的层次是合适的。觉察到在你脚下的土地是活的，并意识到那个(地球)生命正受到人类行为的损害，这是好的。无论如何，我们也察觉到，每个困难都有一个解决方案，当命运之轮转动时，将会出现平衡、复兴和新的生命，而眼睛现在只在看见死亡和荒芜。

在一个比这更深的层次上，我们要谈论心智的根部，因为当你越过门槛进入无意识，并越来越深地进入记忆之中，你通过一个层次，在该层次上，地球的改变，如它们经常被称呼的，通过人类恐惧无法继续存在 而触动一根琴弦。对于那些着迷 于末日审判、末日决战的人，或者反过来说，着迷于新时代、基督复临等等事情 的人，我们会建议，就原型而言，人们正在凝视自我，凝视着个人自我的死亡， 因为每个人都知道，就肉体而言，它是一个尘土的生物。它是由泥土制成，骨骼 和筋腱推动这个载具四处移动，它们将有一天再次成为尘土。关于自我死亡这个 主题，所有的文明以及由文化提供的培训，往往都备受恐惧的驱使。因此，你们 可以看见，那些密切跟踪全球性灾难场景的人更为关切的，很可能是涉及自己的议题，而非涉及该行星。在我们看来，此刻 在觉醒的灵魂方面，容我们说，已经 有一股急遽飙升。正是为了这个原因，在这个团体中的某些人 选择此刻在这个 星球上投生。对于那些正在跳着第三密度舞蹈的实体，这确实是一个收割季节。

此时 每个已经被允许投生的实体都有这可能性：在此生结束时 毕业进入下个密

度。进入物理的第三密度行星地球的队伍是漫长的，因为此时 (投生)需求是巨大的。

聚焦在(地球)磁极转换有关的困难 可能只会回报给一个人微薄的资讯收获。然而，对于那种田地作物丰收的感觉，我们建议一个更适当的回应是致力于让自我越来越多地首先成为一个灵性实体，其次是一个有作用、在做事情的行动者。如果真的发生全球的大灾难，没有人有机会生还。当一个人目睹困难和灾难时，在关于你会考虑什么事情的方面，有一个要做出的选择。许多事物会进入你(肉体)载具的感官，对于你而言，有远远过多的事情是你无法全部确认且考虑到的；因此，一个人如何对这些传入的资料排定优先顺序是相当重要的。我们愿鼓励每个实体在面对困难或灾难的想法时，有意识地、热切地进入内在至圣所，因为造物主自身坐在光与完美之爱里。

那内在的太阳温暖着灵魂 (祂)等待着每个实体来到自己的心 敲门并进入。那开放心(轮)的喜悦无法被描述啊。被悲悯的双臂支撑着 飞离评判，这是一种沉重的经验。这回应能最佳地应对你们行星的种种困难。

对于外部世界的人，这听起来明显荒谬。冥想、祈祷、或者于自我内在把爱放中间，如何能影响一片正在死去的海洋、一块正在死去的陆地、一个正在死去的大气层 以及所有其他为数众多的 你们文化察觉到的困难？不过，保持内在的平安，从而自由地敞开心，允许无限太一的爱与光流过自我 接着流入这世界，恰恰正是你能给这个充满忧虑的每日世界 最有效的答案。因为你们每一个人都如同一颗星星。每个人都是永恒的、独特的，每一个人都是（…）真正完美的。投生和学习是奇特的事。想要进入一个阴暗世界这件事 确实显得奇特，就灵性而言，确实有某种黑暗在你们的行星上头，这是你们稍早谈到的。

要知道所有黑暗都是内在黑暗的反射。知晓所有的困惑、所有的困难、以及所有的灾难都是内在阴暗面的那些部分的反射。你看见的东西，是你用来对你自己解释的视觉辅助手段。当你进入这个收割的季节，你知道有要去执行的服务，你想要开始着手进行。我们对你们说，在此时　服务造物主的方式即是敞开心迎向当下此刻，练习那种宝贵的与造物者合一。当在一天的韵律中有混乱和棘手的事情，移动返回内心，造物主在那儿耐心地等着你。

一次又一次地，将自我聚焦在最深刻的真理上。你将会注视一个由你的思考方式缔造的不同世界。随着越来越多的人于自己的内在找到平安，收成就将开始被采摘了。所以 我们请求你们不要害怕。在你们的神圣著作中 由约翰(…)实体撰写的福音书中写道，起初有道(Word)，而道或理则缔造了一切万有。接着这个实体还把大地景象描绘成一种灵性的黑暗，总结说，自从光进入这个世界后，暗黑从来没有战胜过光。你们每个人都是一个纯粹的光之存有。你们每个人都有完全的自由去选择你用以显化生命的方式。世界上所有这些所谓的邪恶，只不过是扭曲的爱。我们鼓励你找到各种方式选择爱超越恐惧，光明超越暗黑，交托超越控制，　因为试图控制是一种艰难的服务自我。

尽你所能 深入地、频繁地知晓：你是谁 你将要去哪里，其余的部分就是去信任命运。因为如 M 实体和 L 实体都说过的，一个人是被引导前往你已经准备好去做的工作。但最伟大的工作 以及能安全收割这个星球的工作，就是去做你最深刻的自己，成为造物主的一个孩子，成为爱的一个缩影，这爱是如此强有力 以致于祂创造了一切万有。

我们会在此时把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开

它，我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿 在爱与光中再次向各位致意。我们很荣幸在此刻问在场者 是否有发现值得提出的 任何进一步的询问？此时是否有另一个询问？

发问者：嗯，我有个问题。你们刚才提到磁性的变化；我想知道，它带来的困难是否关系到 我们正在旋转进入的崭新太空区域，我们地球以前从未到过的地方？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个询问的答案包含许多成分。地球现在正在经过的时间和空间的部分，确实有崭新的、更可用的～ 容我们说～ 各种能量。另外还有地球实体重新校准自己所带来的影响，因为第三密度人口过去提供的各种扭曲，对该行星有危害作用；还有你们各个政府圈里有些实体，已经寻求去影响气象样式。

所有这些加总起来 可以被视为潜在的影响 已经导致气象模式变得多少有些怪异。但我们说过，你们幻象里每个寻求者从开放之心散发出爱，可以影响所有这些潜在的源头。因此，每当一个人满怀悲悯、宽恕、理解、慈悲、包容，敞开自己的心，就可以向这个行星实体以及所有其他实体，提供疗愈。

我是 Q'uo，此时是否有进一步的询问？

发问者：在那个主题上没有，谢谢 Q'uo。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问？

发问者：在地球上，我们在这里的体验被描述为一个幻象。这种幻象是不是基本上意指，我们这么多人觉得自己与上帝或造物主分开，大家彼此也分开了？幻象指的是这个意思？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你假设，该幻象有比表面形式更多的东西，你是正确的，因为每个人确实在表面上看起来跟别人和周围环境本身是分开的。万事万物的合一是根本的真理。存在着分离的幻象 好让太一造物者的每个组成部分，也就是你们每个实体的人格，得以有机会在太一造物者无边无际的领域里探索，有机会为彼此找到爱与服务，尽管这些似乎不像是每个人投生的主要原因。该幻象提供许多其他的替代答案 说明各位到这里的原因：收集财富、变得强大、做这件或那件伟大的事情。所有这些只是手段，每个实体藉此在自己里面找到爱与合一的核心。虽然周围的物质世界占了支配地位，每个人利用幻象内的各种人造物，要在灵性旅途上行进。

这个幻象是由太一造物者的各部分非常精细地创造出来的，为的是在每颗心里找到太一造物者的爱与光，同时提供内在的太一造物者认识自己的机会；若这个幻象和你在这个幻象里的选择不具有创造性，这些(认识的)方式就没有可能存在。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

发问者：没了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

发问者：只是接着他的问题来提问。当你们说到幻象，我有点想到该事实：那就是在观察物质的质量时，没有任何人见过电子；人们见到的是能量运行路径留下的痕迹，但他们找不到任何质量。所以我在想，幻象这个概念其实是从这个层次来说的，也就是说除了能量，任何东西其实都不真的存在。以上说的 有(科学)正确性吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这确实是正确的，而且是十分突出的观察。幻象的性质可以用很多、很多种方式来描述。你们称为的物理学一直在追求对宇宙粒子的解释，从事这个领域的人越来越发现，大家看到的东西确实是至为神秘的。(物理学)解释提供了各式各样的角度，但没有一个完全令人满意，除非你把具备众多性的整个宇宙，视为统合的概念，即太一造物者所表达的爱与光。 我的姐妹，有另一个询问吗？

发问者：没了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你们，我的姐妹。在此刻 有另一个询问？

Carla：有个小家伙从土耳其写信来，他对于许多人生下来就是残障、不然就是智力迟钝，或出生后就要饿死了 感到极为心烦意乱，这到底是为什么呢？我仅 仅给他回信说，我们所有人确实都在受苦，包括那些明显在受苦的人 和那些看 似完全没有受苦的人，这就是神秘的一部分。每一个人都在受苦。我想要知道，你们对此有何评论。我很想要能够更好地回答他。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。若没有任何去感知爱的障碍，去爱并

找到爱是一件容易的事。在你们的幻象之内，就灵性而言，有着大量的黑暗，容我们说。所以 在包含巨大困难、巨大黑暗、巨大挑战的此生内找到爱与光，对于 心/身/灵全体[你们称为灵或魂]就承载远远更多的重量。在这个幻象里投生的每个实 体，都接受了这种挑战；由于能够取得这个成就：在最难以找到爱的地方发现爱， 容我们说，他们将会增进灵性的觉知与力量。

是否有进一步的询问，我的姐妹？

Carla：没有，谢谢你。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹，此时是否有另一个询问？

发问者：我有一个问题。我一生都在寻找，想更多地了解自己、找到自己的生命道途，所以说 我有过很多想法，这些想法在我整个一生中都跟随着我。我想知道，这些想法是不是象征着我该做的事。但是我对这些想法的实际意思，拿不准真伪。我想知道，你们对此有没有任何评论？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在这个幻象里投生的每个实体，都会为自己提供路标或里程碑，也就是你描述的那些想法；它们向该投生的实体提出问题，正是你问自己的那些问题。这些想法、这些形象、这些内在的冲动，接下来会寻求去指引、引领，若你愿意这样说，该实体沿着特定的探寻的路线前进，当那个实体信实地跟随内在感觉到 正在引导自己的东西，这样一条探寻路线最终 将证明对于该实体是富有成效的。你将在此生中 发现特定的同时性、巧合，把 实体们、各种经验、共享的想法、梦境等资讯聚合起来。当路看似困难和黑暗， 这些事物将做为那些方向，起到鼓舞、支持的作用。那么去察看，尤其是

在你祈 祷的时间，在冥想的时间 以及那些你往内寻找那些对你有重要性的答案的时间。

在那些时间 以规律的方式察看，于是你就可以求教于你向自己提供的智慧，求教于造物主和你周围的天使与精灵向你提供的智慧；这样你就可以在灵感对你开放的时刻去寻求、询问、服务、给予。你察觉到这些图像，这些想法，这是重要的。它不仅仅在此刻是重要的，在你整个人生中，也是重要的。

我的兄弟，有另一个询问吗？
（没有进一步的询问）
我是 Q'uo，因为我们感知到 没有来自于这个寻求圈的进一步询问，我们在此刻献上感激，给每个邀请我们出席的实体，感谢你们同我们分享一些想法与关切。我们感到荣耀 成为你们今日寻求的一部分。我们会再次提醒各位，个人的分辨力在全时间都是至为重要的，包括聆听我们的言语 为了获得在自己寻求真理的旅途上 有意义的信息。你的内在确实有你寻求的答案；若你收到的信息响起真理铃声，那么你就可以欢迎它进入你的…
（录音带结束）

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3716 章集：简单的讯息(完整版)

特别冥想

1997 年八月 3 日

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中 向各位致意。 容我们此刻感谢每位坐在这个寻求圈的实体。我们觉察到 为了成为这个圈子的 一员 每位已做出的选择与牺牲，我们感谢并祝福每一位 为他们在真诚地寻求更 深刻真理时所带来的一切。

我们感到荣耀和荣幸 可以分享一些想法，只请求你们每一位在听的时候 耳里只听取你觉得真实的内容，而把那些你听起来不真实的话，毫不犹豫地抛在脑后，因为当你的真理来到你面前，你的辨别力将带给你一种特别的共振。不仅仅使用你们的分辨力 在我们可能会与你们分享的 我们简陋的体验上头，也用在（…）上，因为你们每个人拥有的那种分辨的力量 就是[知识]，它的冲动是值得（…）。

我们发现这个团体的能量十分令人愉快，再次感谢各位允许我们成为这次工作集会的一部分。我们在进到这些问题之前问自己，我们想要提供什么呢? Carla 实体 和这个圈子里的其他成员已经说了很多，我们发现几乎没有什么可说的。我们的基本讯息总是相同的，一个简单的讯息，太过简单以致于大多数人无法相信或使用。无论如何，那是我们必得提供的，那就是一切万有是爱，非（…）那些描述浪漫的字眼，不是那描述友谊的苍白字眼，也不是那个爱的词语已经被使用的任何方式，因为那乘载我们前来的爱是理则，那单一的起初思维，所有其他事物都已经（…）。

理则选择使用自由意志 创造出已显化的幻象[你们正在其中享受着]。当你们舞动穿 越这些幻象时，我们单纯地请求你们记得每个实体是爱，每个实体都是那创

生与 毁灭之爱的创造物。

如同你们幻象内的所有东西，每个实体的能量节点之内的爱相当（…）。如果一个寻求者尝试从自我给出爱，他的爱很快就会干枯，寻求者会被留在耗竭与恼怒的情绪[范围]中。然而，每个实体都有能力清除每日的喧嚣，好让内在变得镇定与静默，接着在这个内在的中空地带，无限之爱能流过该寻求者。

我们建议每个人都记起你是谁，记起为什么你来到这个困难的幻象。是什么东西重要到足以把你拉入到这个巨大的幻象 属于地球层面？就我们自己所知，在每个情况中，那原因都是一个愿望：真诚地想望去服务无限太一。在你们目前的学习周期内，每个人都曾努力地争取过在这个特别关键的时期来投生的权利。每个实体能够来到这里 都是因为具备老资格振动，由于肉体载具的数量少于想望使用它们的灵魂(个数)。这些载具已经被给予 那些振动差不多更加适应第四密度爱与光的实体；该密度也属于太一无限造物者。

那么，你们每个人要嘛作为一个流浪者 来自更高的密度，要嘛就是因为你已经拥有在目前此生的体验中 毕业的能力而在这里。我们发现在这个特定的圈子中同时有流浪者和我们可以方便地称为地球原住民[即使不准确]的实体。要知道你们 每个人，无论是流浪者，或是地球原住民，在你们结束目前此生之际，每个人都 完全平等地对那等待你的光负有义务，因为每个人都将走上光之阶梯，所有人都 一样。

即使一个实体是从第四密度或第五密度（…）进入第三密度的体验，投生过程依然把那些实体(多少)变成地球原住民，因为他们必须进入的生活步骤，携带着在目前地球密度投生内 会出现的每一个经历，包括平衡的与失衡的经历。换句话

说，流浪者有可能陷入这个器皿常说的业力的情况。所以我们建议并鼓励每个人， 每天花时间在心里把自己置中，花费这一刻知道：你被爱着，你可以为这个饥饿 的 渴求无条件爱之振动的世界，传导无限的爱，你为此进入这个投生。不管你 显化出的卓越与成就是什么，它们总是不及你正在进行的：做自己的服务；而任 何外在的服务都比不上这心态：以你能在自己心里找到的最多的爱来面对此刻。 我们要在此时 开放第一个问题。

发问者：轮回转世的意义与目标为何?

我们是 Q'uo 群体，我觉察你的询问，我的兄弟。轮回转世概念的核心假设是：实体们不管是在投生前和投生后 或在每一次投生体验之间，都是那些不受到时间与空间的束缚，而是以永恒与无限为边界的实体。各个密度以及在这些密度里的重复性人生这种安排，是由子理则从一个又一个的创世里发展出来的；每个子理则，你们的太阳就是其中一个，接过前一次创世的基本贡献，包括迄今为止发展出的那些密度，然后提供一种稍稍不同的方式，来处理有关学习的主题。

轮回转世的原因是：前次造物的八度音程逐渐地发现，每次学习的时期需要伴随一个休息、复原、疗愈、规划的时期。每个实体在贯穿所有投生的目标都是单一的，那就是努力去越来越接近爱本身的振动式复合体，因为你们每个人的内在都有那完美与无条件的爱 ~ 创造了一切万有。

重点在于未受教的自我如同一颗原石，就是从这块原石 雕刻出大象。在每一次的人生，该寻求者削去那不属于大象的部分。想象一下，需要花费雕刻工具的多少次的敲击才能创造出 ~ 我们更正该器皿 ~ 或者容我们说，恢复那个清楚明晰的 雕像啊。所以在投生之前，你们每个人凝视着自我，轻轻荡漾先前投生体验

的书 页，并得出结论：那些爱与被爱的面向需要最多的学习，因为每个实体都是独特 的，每个实体都有自己的道途。

因此，你们每个人在目前的投生中都有一个计画，确保有种种方式为你呈现不同的情境，让你可以在其中选择去扩展自己的能力：给予并接收无条件的爱。有许多个角度来实现这种对爱本身的领悟，所以　你将不时发现　很少人会与你讨论该 特殊任务。尽管如此，信赖你的内在指引，坚持地追随该指引，因为这是珍贵的 机会；　如这个器皿曾经说过的，这个机会是单凭信心去献上爱，什么也不知道，　却感受所有事物。

当你可以发现自己越能够放掉对任何（…）的执着并涌现爱，你就越能够与你为自己安排好的命运合作。要注意，我们并非建议你们　藉由放弃更多　就能学到更 多。我们不想要建议你们　必须拿着一个碗去乞讨以获得理解。毋宁，我们单纯 地建议，每个人将会有冲动、直觉、对的感觉，它们是可信赖的。因此，我们鼓 励每个人对自己的命运有信心，相信自己能够实践那个已经设置好的命运。　当一个人披上肉身的帷幕，无条件之爱与合一的知识就对他关闭了。虽然如此，　合一就蕴含在你里内，所以　我们鼓励大家造访自己的内心，它是一个至圣所，　你可以在里面完成你的工作。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

发问者：感谢你们的回复。

我们谢谢你，我的兄弟，此时是否有另一个询问？

发问者：我感到好奇 为什么这群人会在这个时候聚集在这个地方?

我们是 Q'uo，领会你的询问。啊，我的兄弟，多么令人愉快的一个问题！确实， 为什么你们在这里？你们牺牲了什么，你们做了什么，又没做什么，方能够抵达 这个遥远的、不像是真的目的地？在每个人之内都有该知识，有种认识(感)，在 每个人的内在，都有能力感测到 来聚会的实体们是为光服务的，自己与他们有 共同的工作要做。

每个人的内心都在回应在此期间 同伴们带来的益处与祝福，每个人的头上都戴着一顶有荆棘的皇冠。每个人的肩上都有着重担，以及缰绳拉着自己的重担，但是 如果大家一起拉，就可以分担这负荷。虽然皇冠有些刺痛，但同伴们带来这么多的祝福，以致于光的责任与劳作就是令人愉快和高兴的。

我的兄弟，我们可否进一步回答你?

发问者：[如果你们想的话] 这是一个非常优美的答案，我确实理解了。

[很好，我的兄弟] 此时 我们要将这个通讯转移给 Jim 实体。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，再次地 我们在爱与光中透过这个器皿 向你们每个人致意。此时是否有另一个询问?

发问者：是的，一旦我们达到与领悟我们内在的无条件之爱，我们然后应该寻求

什么?

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟。探求这颗「贵重珍珠」的伟大旅程，对于大多数人而言，是涵盖了整个人生的探寻，因为要对周遭的人敞开心安住于无条件爱之中，这是一个足够困难的任务，以至于它会难倒和困惑大多数人。因为在这一生，受到冒犯、或冒犯别人、感到混淆并以不稳定的形而上双脚穿越此生，这些状况都远远太容易发生、太诱人了。无论如何，当一个人有幸尝到这滋味：无条件之爱流入他的心 接着又流出；那么这种经验的祝福倾向为一个人打通下一步，再下一步，再下一步，于是分享这股爱的机会就始终临在了。

这爱在其自身有一种力量，跟任何其他力量都不同。它为表达爱的人所吸引来的那些经历和实体，正好需要无条件之爱的服务。我的弟兄，不要忧虑你将要做什么，因为它会摆在你面前，并且将成为你的(事工)。

有另一个询问吗，我的兄弟?

发问者：那很好，谢谢你们。

我是 Q'uo。我们再次感谢你，我的兄弟。此时 是否有另一个询问?

发问者：有的，我想要知道我们称为的灵(spirit)与意识之间是否有一种关系?

我是 Q'uo，确实，我的弟兄，这两个概念之间有至为密切的关系。在这里的每一个实体 以及的确 所有的实体，都是太一造物者的一部份，你们被遣送 很像是探险家、冒险家，进入宇宙造物的巨大未知(领域)，以发现自我与造物与造物

主之间的关系，发现所有这些全是一体的。然后，(祂的)每个部分在造物的各个密度中或层次上，都需要各种各样的载具与配备。

在第三密度幻象之内，需要肉体载具好让存在于每一个人内在的完整与完美的灵有方法去体验这个幻象提供的事物，在（…）之前存在的是意识，即每个实体的身分。那么，(人)灵藉由使用心智与意识，利用肉体载具，以最为明确的方式说， 是利用这个肉体载具的能量中心或脉轮 从底部向上移动到位于大脑内的顶轮， 以便于形成每个人都将行旅经历的投生性样式，以便于发现内在的造物者，好将 自我的体验献给造物主 藉此让造物主认识祂自己。那么，每个人拥有的意识是 一组动态规则，每个人藉此可以共同创造这个你在其中移动的幻象，每个人可以 共同创造这个给予和接收爱的体验。这些体验是众多的，穿越许多次投生与许多 个密度的体验，因为这个宇宙造物是丰富的、多彩多姿的，并为每个寻求者都提 供了太一无限造物者的完整范围。

我的弟兄，是否有进一步的询问?

发问者： 所以，灵性与意识是一样的 并且是同一个东西，还是说它们是紧密联系的，或者是一个创造另一个，或怎样呢

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。每个实体的灵性，如果你愿意这样说，即 是灵魂的身份，它是一切藉此开始的核心概念，然后，从这核心概念产出意识的 造物，居住在各式各样的肉体载具中；这些载具与意识同时都是工具属于灵或 魂的身份。

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者： 没有，你为我澄清了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。此时是否有另一个询问?

发问者：Q'uo 是谁。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，在提出这个询问上，我们为你比该器皿或 Carla 实体远远更为迅速而祝贺你，因为这两个实体花了大量的时间才记起这个称号，这个我们因为它们的益处而已经选择的名字是有意义的。我们是一个原则，它已经被创造出来 以便于保持在 Ra 团体和这个团体之间的一种降阶接触。Latwii 实体也是这个原则的一部分，它们也是 Ra 实体的学生 并向这个团体提供了一条途径，通过它，在关于许多的投生体验的关注上的沟通就有可能性了。

我的兄弟，有进一步的询问吗?

发问者：原则这个词语是不清楚的。你们能尝试另一种描述吗?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。Latwii 群体也是 Ra 群体的学生，它们 是作为一个中间人，容我们说，一种转播员，这样，那些名为 Ra 的实体就可以将 它们的振动在某种程度上 与 Latwii 群体的振动调和起来 从而继续与你们团队 通讯。

我的兄弟，有进一步的询问吗?

发问者：那么，谁是 Ra?

我是 Q'uo，觉察了你的询问。Ra 群体是由一群实体形成的社会记忆复合体或行星意识，从前曾住在你们称为金星的行星上；在这个行星很长的历史时期中，尝试去教导这个行星上 那些已经寻求这个资讯的人们，教导一的法则、唯一法则、 合一法则。在某些情况中(教导)是成功的，在其他的情况中 则缺乏某种沟通的 能力，不过 它们坚持不懈地在每个情况中服务太一。

我的兄弟，有进一步的询问吗?

发问者：现在没有。

我是 Q'uo，我们感谢你。

发问者：谢谢你们。

在此刻 有另一个询问吗?

发问者：有，我们的人种是来自不同的行星吗? 有一群本地的地球族类吗，在远古时代 有其他人种与我们地球上的人种杂交吗，人类是否来自太阳系的不同位置 甚至更远的地方?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的弟兄。这个星球上的人口来源，确实遍布这个银河系的许多地方。这个行星自身也从第一与第二密度的振动（…）产生了自己的人口，而人口的其他来源有十六个，因为别的第三密度星球在到达七万五千年

这个第三密度周期的终点时，发现一部分人口尚未极化，无法继续前往第四密度，因此，这些行星将这些需要进一步极化的人群送到这个星球，有的来得早些， 有的来得晚些。就像你提到的，有些人经历了你所说的与外星来源的交配或杂 交，目的是工作其基因组成，希望藉此协助极化能力 无论是朝正面或负面极化， 于是每个实体的进化过程 可以继续下去 超越这第三密度的幻象。

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者：好的，只是历史方面的问题，当这些来自于其他地方的存有已经干涉了， 在(人类)历史中，有任何重要时点是我们也许应该去调查或觉察的?

我是 Q'uo，觉察了你的询问。我们发现这个资讯是相对无害且不重要的。因此我们给予它，却不推荐那种研读是必须的。

在这个七万五千年周期的开端，有些实体被星际邦联从被你们名为火星的星球转移到这个星球，就在这个星球正在开始第三密度幻象之际。在名为火星的行星上实体们已经参与好战的活动，(严重)程度到了致使它们的星球不适于第三密度的生命形态居住。除此之外，这个太阳系里 有些实体来自名为马尔代克的行星转 移到你们第三密度的幻象，这事曾经发生过，而且继续在发生；这是为了让这些 实体透过战争毁灭了他们的星球之后，也可以开始一系列的（…）恢复，通过你 们星球的第三密度，继续他们的进化旅程。

有进一步的询问吗，我的兄弟?

发问者：那答案很棒，我谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄。此时是否有另一个询问?

发问者：我有一个关于好战活动的问题。在好战活动背后是否有一个目标与需要? 更高的力量需要一群人尝试去摧毁这行星 以增进特定人群的灵性成长，或者， 这是一个给某些人类种族的考验 他们尝试保护这颗行星对抗好战的人群?

我是 Q'uo，觉察了你的询问。与其说需要好战的活动来促进灵性进展，不如说较 高密度的实体需要服务那些在伟大的进化旅程上 跟随它们的实体，为了继续他 们自己的进化；因为对于正面极性而言，服务他人的过程假定需要这样的服务 以 便于那个实体继续意识中极化的过程以及继续进化(过程)。这种好战属性的活动 是在这个太阳系之内过去一直.....
(磁带第一面结束)

(Jim 传讯)
是否有另一个询问，我的弟兄?

发问者：若某个人是好战活动的一个受害者，那会延迟他的灵性成长吗?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。首先我们来看这个术语，「受害者」， 我们以为每个实体在每一个情况中 都在他存有的某个层次上 选择参与该体 验，不管这个体验的特质是什么，因为所有体验都属于太一造物者，所有体验都 教导与太一造物者有关的爱、光、或力量的某个部分。

我们要探究的第二点是「延迟」这个术语，我们会认为，某些学生学得比其他学

生快，如同所有的研读和所有的学生。无论如何，所有人都将学会爱的功课，因为每个实体都有需要多少 就有多少的时间来穿越这个幻象，以对那个实体舒适的步伐前进 不管是快是慢，因为确实，每个实体都参与进入一个无限的造物，而且都将找到那些最贴近他自己步伐的课程。

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者：在此刻没有了。我们非常感谢你们回答那些问题。

我是 Q'uo。我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗?

发问者：地球很快就要诞生进入第四密度了吗，人们就要扬升到第四密度的振动状态?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个星球大约在你们的五十年前 已经进入第四密度振动，并且持续以稳定的速率移动进入这绿色光芒振动。在不久的未来，凭借来自他乡的某种协助，这个星球的确将成为第四正面密度实体们的家乡星球。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

发问者： 我们很快就要进入光子带（…），并在 2012 年之前会过渡到第五密度吗?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。虽然有些学生的确学得很快，我们发

现，为了让这个星球进入属于智慧的第五密度，它要花费的时间长度要比你列出的数字要大很多。的确，在这个星球中，第五、第六、第七密度处于潜伏状态;然 而，第四密度横跨你们时间一个很大的部分，以及那些等着第四密度人群的课程。

我的姐妹，有进一步的询问吗?

发问者：没了，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你。在此刻有另一个询问吗?

发问者：我有一个问题，Ra 是否以任何方式与我们所知的马雅(Maya)先民有关联?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们发现 Ra 群体对于这些实体有一种影 响。那是心电感应式的，并且给予启发性质的资讯，容我们这么说。

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者： 有谁待在外行星(outer planets)上?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们假设你意指这个（…）太阳系的外围行星?

发问者：正确。

我们看到的有一群来自他乡的实体，它们正在使用这些星球作为某种基地，因为目前在这些特定的行星上并未居住着第二或第三密度的人群。

我的兄弟，是否有进一步的询问？

发问者：没有，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

发问者： 我想要问一个问题。是否有任何技巧，任何物质性或灵性的技巧，是我们可以用来帮助刺激我们对实相和真理的觉察，并帮助我们在探寻目标的过程中中成长呢？这是我们应该被指引的目标，确保我们知道哪一条道路是我们应走的，知道我们在成为有爱的存有上 终极的目标是什么，以及确信我们能使用的事情、能使用的工具以便于帮助我们自己。

我是 Q'uo，并觉察你的询问，我的兄弟。我们总是推荐一个伟大的工具给每个真理的寻求者，因为在我们处理自己的经历、学习爱与智慧的整个过程中，它向我们展现其价值，这个工具就是冥想。我的朋友们，退隐到内在，进入那安静的房间，你在其中与太一造物者交流。关上那扇门，每天在规律的时间退到那儿凭 藉心、凭借存在来倾听太一之声。

你在内心找到了这个平安的地方以后，就可以在里面查看发生在你冥想时间之前的那些日常活动，查看在你脑海里留下印象的任何伤害、难点、欢喜、学习、灵感，等等，检查那些艰难的时刻，重新体验它们，尽量看到事情是如何发生的，

你扮演了甚么角色，你可以如何为这个情况重写脚本，如何医治受伤的部分，如何使破裂的碎片合一，如何澄清过去感到混淆的地方。

就在此时此地 下决心采取你能做的一切步骤，好在自己的心和周围人的心中恢复爱。把这(冥想)变成你日常活动的一部分，因为你的日子在大部分时间都是活跃的：你思考、你做事、你讲话。需要有一个平衡，一段时间 让所有这些活动与随之而来的学习可能性，在你的生命中就位，从而可以用来增进学习或成长，进入爱，进入与周围实体的合一。

它却提供了一种方式，让你可以用来将自己和意识与无限造物主重新连结，接收可以给予-生命的永恒活水，用以滋养一己的灵魂。我的弟兄，在那儿找到爱，然后将这爱与周围的实体分享。

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者：我确实还有一个问题。感谢你那美妙的答案。我的另一个问题是，在外面是否有实体将会尝试去取代单一真实的无限造物者的位置 并在这些冥想的过程中　曲解真实的神呢，是否有我们必须要察觉并警惕的某些存有呢?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，那些实体已经选择服务自我的道途 作为他们用来超越第三密度幻象的手段 由于所选之道途的特性，确实会通过控制他人的力量，来获得在这条道途上的长足进展。这个第三密度的星球拥有一个接近其毕业(水准)的人群 以很多很多种方式来寻求掌握这个过程的特性。

那些自己参与一般灵性追求的实体，特别是参与了通灵或接收通灵信息的实体，

必须采取那些步骤 运用一己的分辨力，来区分出哪些实体服务他人，哪些实体服务自己；因为走在吸收光 而非向他人放射光的负面道途上的实体，最想取代他们那些服务光的兄弟姐妹的正面努力。因此，我们推荐各位使用自己的分辨力量，在评估出现在你面前的催化剂时，要在自己的生命内寻找光明的感觉 或缺乏光明的感觉。那些作为器皿或管道来服务的实体，十分必须找到一种方式，以该器皿会为之而生 为之而死的任何概念 挑战想望透过自己说话的一切实体，以 此筛选它们，只允许那些服务他人、向全体放射太一造物主之光的实体能透过任 何器皿发声。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

发问者：你们是说，你们前面提到的那些安静时间 我们于内在冥想时，如果我们能辨别该灵是对的，我们就知道，我们在跟正确的人说话。那是否正确？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你所处理的寻求有两方面。首先是你在冥想时间中寻求太一造物主，这些冥想时间是你神圣的灵性旅程，跟一个实体寻求作为器皿来传讯其他实体的信息、启发等等的时期相比，极少有可能受到负面极性实体的侵犯。

当一个人寻求成为一个具有那种传讯特性的器皿时，拥有一种挑战众灵的方式是十分有必要的。对于一个不想要以这种方式服务 而仅仅想望在冥想状态中寻求的实体，并没有挑战和保护的必要，因为它不想要作为一个器皿去服务。无论如何，对于一个不想要成为器皿的实体，去行使分辨的力量是好的，这样，当一个人听到资讯，阅读资讯 与其他实体说话时，那种分辨力一直被用来决定什么是有价值的，什么不是那个实体自己灵性上的(…)。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

发问者：我想那回答我的问题了。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

发问者： 我想要代表一个害羞的亲妹妹提出一个问题，是否存在有一种会影响人类行为的灵性病毒呢?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。对于你已经描述为灵性病毒的东西 我们会需要更多的定义，因为在这个星球上的人群之间有着许多相互作用，而那些来自他乡的负面极性实体可以被描述为一种病毒或感染的手段。

发问者：在术语中 一个病毒就像一种生化病毒 导致我们肉体结构的损坏。而这种病毒是一种会损害(人类)灵性结构的病毒。

我是 Q'uo，我们感觉自己更充分地掌握你的询问，就我们的知识范围而言，我们认为没有这样一种病毒，因为每个实体的灵都是完整与完美的，并且全时间与太一造物者安住在完全的合一之中。

是否有进一步的询问，我的兄弟?

发问者： 你能否澄清你对于「灵」(spirit)这个字的定义?

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的兄弟。我们称呼灵为太一造物者的个体化部份， 灵已经选择在物质宇宙中成形，以便于在这伟大的演化旅程中前行，这旅程关乎 寻求与认识太一造物者。

我们可否进一步讲说，我的兄弟?

发问者： 可以。

我是 Q'uo，我们无意造成困惑，我们意指你是否有进一步的询问。

发问者： 现在没有，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的弟兄，此时是否有另一个询问?

发问者： 我有一个问题。什么食物对于我们的身体而言是理想的必需食物呢，接下来，依次对于心智与灵性，什么食物是理想的呢? 在我们的食物中的人造杀虫剂与其他东西对于我们的灵性成长和灵性存有产生什么影响呢，无限造物者是否意愿人们吃肉?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。无限造物者意愿每个实体都有 ~ 我们更 正这个器皿 ~ 都行使其自由意志。因此，每个实体都可以自由去做它要去做的 事。在关于摄取何种食材有益于肉体载具的方面，我们觉察在这个寻求圈里许 多成员都觉察那些食材。

简单地说，我们会建议谷物、蔬菜、水果是优质的，还有我们称为的动物副产

品， 好比你们的牛奶、乳酪，如此等等，至于保鲜的动物肌肉本身，容我们说在少量、 优质的前提下，由每个人自己慎重决定一个最小数量与最高品质的摄取，容我们 说。我们不推荐使用化学添加物，因为它们的化学特性强度通常会在你们肉体载 具的各部分造成有害的结果。

是否有进一步的询问，我的弟兄?

发问者：野，对我们的肉体载具有害的效果，会接着影响我们的灵性意识和觉知以及灵性载具?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉，倒不如说 因果关系颠倒了。 也就是说，一个实体表达他灵性特质的能力 决定他在此生中会利用的食材种类。

此时 是否有最后一个询问?

发问者：我理解，我感激你的答案，谢谢你们。

我是 Q'uo，再次地 我们感谢你。有最后一个询问吗?

发问者：第三密度有个大约七万五千年的周期。第四密度的周期又怎样呢?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。第三密度的体验在穿越这个特定的经验之八度音程中 是最简短的；该音程包含七个演化的密度。我们谈及八度音程时，我们的理解是太一造物的所有部分的全体统合会在第七密度的结束点完成该

八度音程。第四密度是第二简短的，其长度为你们的三千万年。

此时 我们要再次感谢在场的每个实体，感谢你们允许我们同你们讲话 并在这个（…）加入你们的寻求圈。我们很荣幸能够这么做，我们期盼每一次的机会，如你们会说的。

我们是 Q'uo 群体，希望能够对每位在场者 有些小小的服务。再次地，我们推荐 每个人只拿走那些对你响起真理铃声的言语和想法，并将我们已经说过的 所有 其他没有真理铃声的的部分留在后面。我们是 Q'uo 群体，我们在此时启程离开 这个团体与器皿。一如往常，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。 Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3717 章集：选择的代价

特别冥想

1997 年四月 26 日

团体问题：今晚的问题跟 Ra 接触的一个短语有关，它说：每个正面导向特性的 行动的代价 都跟该行动的纯度成正比；我们想得到一些关于这种代价的信息， 看看我们想有所服务的每个渴望需要付出甚么代价。它把我们推入的情况，会给 我们带来考验、困难、迷惑等等，这些似乎是这种代价的一部分。我们想要任何 你们能够给我们的资讯，谈谈我们要付甚么代价，怎么付这个代价，以这个代价 我们会买到什么。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中，以我们前来服务 的造物者之名，我们和光一起向你们致意。能跟你们共度这个时间，享受你们的 振动与住所周围之美的融合，是多大的快乐和荣幸啊！我们发自集体的心底 为 这种荣幸感谢你们。它对我们而言是一种真正的服务，因为它允许我们如所希望 的 有所服务，这对我们是一件珍贵的事物。所以，我们感谢这个器皿，确实也 感谢所有组成这个寻求圈的人们，因为，如我们先前说过的，你们每个人为了此 刻坐在这个圈子中已经做出牺牲。因为这就是你们今晚要求的话题，我们将分享 一些想法，总是要理解：你们每个人都将行使你完整的分辨力 以管辖自己的真 理和自己的路，因为在你心中存有那种绝对属于你的事物的觉知，当那些真理的 宝石来到你面前，你将会听到或看见它们，彷佛忆起它们 于是认出它们。 如果真理没有以一种令人愉快[1]的方式掉在你的头上，请允许它经过 而不去担 心有怎样的要点是你可能错过了，因为每个寻求者都有那些主观的蜕变触发物， 对于那一个寻求者而言是独特的。

原注 [1] Carla：这是对于令人愉快(grateful)这个字的音乐界用法。一个特别的音乐的章节对于声 音是令人愉快的，如果它是易于唱出的。很多的作曲家无法很好地为发音而创作，他们的音乐， 尤其是贝多芬的音乐，被认为对于(乐手)发声是不令人愉快的。一个同义词是「难以到手」，因 为令人愉快的并不意味着「容易」，而是意味着「互补的/有可能的」。

***

所以，每个人反应的方式都跟任何其他人不同。我们可以说相同的事情无数次， 而每次在处理的方法上 都有一个新颖的东西存在，对于那个我们前来

提供的简 单真理，这个新颖的东西是在任何先前陈述这个真理的途径中 都无法取得的； 事实上，那个简单的真理就是：一切万有都是爱。一切显化的事物都是爱，(它）被量子化、旋转、转变为光。

你们每个人就像一名星光闪耀的信使，被肉身缠住了。你自己有那个部分属于永 恒和无限。该永恒、无限的存有深陷于未知～ 确实是一个奥秘中的奥秘。每个 实体都是跟造物主之奥秘一样深刻的奥秘，因为每个人真的都是造物主的一张脸孔。在每个显化的幻象里，每个实体都是造物主的面容，每张脸孔都是独特的， 但所有这些被自由意志之风送出的爱之火花，都被赋予关于家的知识 以及朝家 所在的方向运动的渴望。

在灵性的旅程穿越当前八度音程的这部分，即第三密度的过程中，该密度所提供 的学习的核心或焦点就是选择。名为(…)的实体所指称的正是这个选择之原型。 这个原型的图像是：一个年轻人踏入空中，没有一座桥的暗示，没有另一个岸边 的暗示，就在完美的信心中 走离悬崖(边缘)。当每个实体醒觉于灵性的身份时， 那个被唤醒的东西有一部分就是那个傻子，而存在于那个实体面前的 就是正是 踏入半空中的一步。一旦踏出了那一步，空气看起来似乎在新的有利点的周围凝 固了，一座悬崖再一次出现，那个傻子同样必须踏过那个悬崖，下一个，再下一个。每一次这种情况发生的时候，那个寻求者、那个傻子，就重新构成该选择。

要为这个选择下定义是乍看(deceptively)简单的事情，因为那种在道德与伦理上的 非此即彼的选择 似乎是直截了当的。我们把该选择称为：服务自我 Vs.服务他 人，负面 Vs.正面，跟随吸引或控制他人的路 Vs.照耀四方并将流过的事物释放 给所有其他人之路。

在一个人观察周围的大自然世界之际，第三密度的造物一次又一次地给出证据， 这是个二元性的世界，光明和黑暗，热与冷，如此等等。这种投生的经历的性质 在心理、情绪、灵性上，反复造成了人们以明确的选择来看待自己的两难处境。 当事情看起来并非如此清晰，选择同样是不清楚的，那个人在调音之后会发现在 伦理上非此即彼的选择陷入窘境 并经常处于改变之中，一个寻求者将必须单纯地耐心[难以得到的品质]等待，单纯地等到所有的涟漪都静止下来，水平线再一次 能能够被看到为止。在那些时候，没有选择 除了选择去信任。

去信任什么呢～ 这是一件主观的事。但是去信任，这肯定是被推荐的行动。因 为，确实，头脑无止境地转圈圈中来跟担忧打交道，这是一件令人疲惫不堪的事 情。而在另一方面，信任是一种释放，可以被视为有帮助。

你们问到，那些想望服务他人的实体做出的选择，有甚么代价，你们说到，Ra 实体建议，已做出的选择 纯度越高，代价就越陡峭。若你可以进入自己的心智 的更深部分，也许你可以把心视为一个暗黑的房间，它充满了阴影，不过 包含 着至高者、无限太一。在那黑暗中，没有任何事物能被分辨出来，不过 这就是 学习源自之处。一旦寻求者再次走进日光的世界，加入你在投生生活中经历的显 化之舞，在这些深沉的私密时刻传授给自己的东西，往往就会涌现出来。在这颗 深沉、黑暗的心里，在这座至圣所里，住着你超越时间和空间的那一部分，完美、 完整、难以言喻的圆满，如同被埋藏的宝物。

如果一个人在尚未了悟心的本质、核心的神圣性之前，就试图要自己做选择，这 个实体也许会做出正面的选择，但是这个实体做出的选择没有深入扎根，一点点 的风就能把它吹翻，一个较新的点子就能占据它的位置。所以该实体尚未走到 深处，尚未潜入内心，可以快乐地在生命的池塘上滑水，沿着新月液面轻轻飞掠 而过，如同在夏日中的一只蜻蜓那样地快乐，如同一只蜉蝣一样，它将会经过， 它将不会付出一种代价，因为它尚未买到很多东西。

当一个实体已经开始在自我的中心 发现那种全然强烈的纯度，他所做的选择不 只是在表面上，而是在甚深的深度上，达到这样的程度，于是在做出选择的过程 中穿透心之纯粹，在形而上的世界中，这个行动就好像打开一盏明亮的灯。

当实体们在一种困难的情况中 因为在心中对自我纯度的纯粹觉察 而有意识地 选择服务他人选项，这是在拿起肉身并将修整它，直到光开始闪耀穿过。该实体 越是深入地认识自己的心，就能做出更纯粹的选择；在时间/空间的世界中，这 个光的运动是一种能量流，它会自动地触发这个器皿经常称为的忠诚反对派的注 意，因为在第三密度、第四密度和第五密度的二元性之中，有那些原力会吸引那 些想望走上服务自我道途的实体。

这些实体对光饥渴，好让它们可以把那道光用于自己的目标。被这道光所吸引， 这些实体四处移动 极有兴趣地四处查看，好看到它们可以看见的东西：这道光 来自何处？这个实体的弱点是哪些？我们如何能扑灭这道光？

实体们可以在很宽广的范围内体验到失去平衡。确实，与其说我们鼓励寻求者去 逐一工作自己的能量中心，不如说我们鼓励你变成了解这个乐器(器皿本身)的实 体，在平衡的状态下允许能量自由地流过这个乐器，奏出从自我与此刻韵律地相 交之处自然流出的那些音调与音符。对于一个负面极性的实体，这样的活动是不 可抗拒的，一旦(它的)注意力被吸引，自然而然的进程将是：在自我的能量网络 中的每个弱点或不平衡就将被提供出来。在一种非常真实的意义上，这是一种服 务，对于每个考验点而言，那个被考验的寻求者都有机会去看见那个考验，看穿 那个考验，看见攻击和防守都不是必须的，毋宁，这些时刻正是需要信任，需要 对自己、已感知的光有信心的时刻。

确实，渴望的纯度更大，对于在平衡状态下做正面选择，就有更多且更说明问题 的挑战。负面想法带来的自然抵抗，实质上是想把放射光的实体推出平衡(状 态)，让他们变得较不透明，变得害怕，变得防御性，并且被那些基于恐惧的不 纯净考虑所统治。不过 我们对你们说，一旦你能够触及那深沉的、暗黑之心内 部的纯净，一旦你感知到内在的光，即使只有一瞬间，那个寻求者从此就再也不 可能真的说自己没有信心，因为她已经碰触造物者的心，这是一种知识，一旦寻 求者宣称拥有它，就没有实体可以把它从寻求者身上移除。

我们鼓励你们每一个人都在自我之内寻求那颗心，去寻找并祝福内在的纯净，而 这种内在的纯净拥有各种完全不切实际且非尘世的价值与理想。我们鼓励每个人 都去怀抱最崇高的梦想，爱那最深刻的美，认识最深邃的真理，并且拥抱，如这 个器皿稍早说过的，最深入且最可靠的热情。

若那种纯净呼唤了考验和磨难，我们希望每个人都能够知道 那火焰不会烧掉自 我之心，而只会烧掉肉身的杂质。不要惧怕那火焰，若那个被你们人群称为小我的 东西在这里或那里失去一点碎片，那是什么重大的损失呢？因为，那替代那个小 小自我的事物，尽管它是远远非个人的，难道它不是结合了平静与狂喜、宁静与 喜悦的事物？

愿你们每个人都在欢庆中前进。这个器皿亲切地告知我们，我们被要求现在闭 嘴，我们将会这样做，关注到这个器皿正在减弱的能量，我们将省去传统的问与 答的集会(部分)。我们感谢这个器皿和这个圈子今晚将我们带到你们身边，也将 你们带到我们身边。我们在一切万有中～ 在太一无限造物者的爱与光中离开你 们。我们是 Q'uo 群体。
Adonai。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3718 章集：灵性社群

周日冥想
1997 年四月 13 日
团体问题：我们想要知道你们能够告诉我们：关于灵性社群，一个灵性社群如何 能形成，我们如何能参与一个灵性社群。

(Carla 传讯)

在太一无限造物者的爱与光中向各位致意。我们是你们认识的 Q'uo 原则，你们 邀请我们在这个寻求圈里将自己的振动与你们的振动调和，我们为此感谢你们， 祝福你们。一如既往，我们请求你们每个人都了解到我们不是权威，毋宁说，我 们是在你们行旅的道路上的(同行)旅者，我们珍惜有机会跟可能感兴趣的寻求者 分享我们在各种主题上的意见和想法，这些主题是寻求者在贯穿自己生命的投生 与离世期间，常盘绕脑海，反复思考的东西。

你们每个人都居住在一个非常沉重的幻象中，但每个人都穿透了那个幻象 其程 度足以将幻象视为幻象，而把爱本身看成是比那个由事实、形状、尺寸组成的表 面真相更高的真相。我们也有我们的幻象，我们也在朝自己无法探测的奥秘移 动。我们的幻象要薄一些，不过 进化工作远远慢得多，所以，我们不觉得自己 在任何方面比你们优越，毋宁说，只是你们的同伴；有机会跟你们谈话，尤其是 讨论我们自己心爱的主题，让我们感到非常光荣、非常荣幸，因为我们发现，灵 性社团无比适合于查看在造物主的一片火花与另一片火花之间发生的一切。

交融(commune)是为了什么呢？那个字汇的第一音节的意思是「一起」(with)。进一 步说，我们所抱有的偏见或偏向是：灵性社群(community)是更为可取的 住在光的载具中的形式，无论它们是什么，因为实体们出于很多、很多的原因聚集到一起， 不过 所有团体都由太一无限造物者组成，而所有的实体都是由爱的真实材料所 制成，若社群全体是健康的，都拥有一个灵性的面向。

那么，让我们一起看看第三密度，该密度属于该戏剧性、枢纽的选择。一个实体 必须凭借自己来做出很多选择，但如果那个实体是完全孤单的，它会在

没有阻力 的情况下做出那些选择，也就是说，仅仅只有自我对抗自我的阻力。虽然自我与 自我的工作经常是微妙的 且有时是很困难的，但跟其他实体合作，选择如何向 别的实体展现自我之心相比，完全不是相同的经验。

所以 社群就如同第三密度的自然状态。每个人所看到的幻象本性之所以存在， 是因为这种察觉和感知的配置，为人们学习爱与极性提供最丰富的潜能。

现在，爱本身是无限的 没有极性的。太一无限造物者的爱之显化正是不受限的 无限与永恒之光。每个到第三密度来投生的人都怀着明确的目的，要跟自己的出 生、境遇、人格外壳所决定的社会、社区、邻里互动；选定这个人格外壳，是因 为你希望它能最有效率地利用催化剂的处理过程，尤其是因为你享受投生的这颗 星球，目前正在进入新的空间与时间的区域，而各种振动正在穿过这个出生过 程。每个获得投生的实体都是因为振动的老资格而赢得她的位置。也就是说，那 些最有希望达成收割的实体，即那个虚幻的 51%服务他人，就被允许在这个特殊 的时刻前来。

有些寻求毕业的实体是，容我们说，本地人，有些实体不是从更高密度来的，有 些寻求毕业的实体确实是从其他密度来的，可是不管自我的历史如何，每个实体 在收获时节都完全处于相同的情况。也就是说，有一条路 也只有一条路，可以 毕业进入下个密度或回到家乡密度，那就是：(你)具有的菁华能欢迎光的强度、 光照的饱满状态，那是更高密度的特性。

恰恰就是密度这个词语，它是误导人的，因为它以某种方式暗示，每个后继的密 度是更为苍白或虚弱的。可是实际情况恰恰相反，因为每个比前一密度

更高的密 度，是指一个更高的光之密度。从一个密度毕业进入另一个密度，并不涉及感情， 只涉及享受光的能力。当实体们到达它们感觉到最舒适的光(位置)，它们单纯地 停下来。若这里碰巧是在第四密度，那么，第四密度就是那个实体的未来。如果 那个实体停留在这个量子分隔[我们称为密度]的第三密度这一边，接下来那个实体 将享受更多的第三密度之光，并在那些他前来仔细考虑的爱与极性的课程上工作另一个时期。

向前运行没有特别的奖励，就跟在学校里从一个年级升到下一个最高年级没有奖 励一样。不过 在这实质的过程中有着可观的情感，该过程是：确实欢迎光，接 着选择了如何使用光、花费光，如何提供或允许更多的光经由自己放射。

所以 社群就是那些能量的必要且自然的连接，这种社群经常是单单凭借地理(位 置)连结，有时藉由家庭，通常藉由环境。每个实体都与家庭的社群打交道，与 工作社群打交道，与那些涉入一种特殊嗜好或兴趣的同好的环境打交道。与其他 实体连接，这是每个实体的本性和个性的一部分。

这就彷佛那些造物主的火花，无限地从宇宙造物之心中飞出 并飞入到体验的显 化中，于是开始了伟大的存在螺旋 逐渐移动返回其源头，每片(火花)都有能量 并急切地想要与那些带有相似想法的实体连接，因为每一个人都渴慕该镜子：能 对自我展现自我。

现在，让我们看看灵性社群。当这个器皿说出「灵性社群」的词语，她立刻想到 她的教会，那个她灌注热情进入的基督教体系，她已经有多年的时间中将巨大的 奉献与爱灌注其中。而这个器皿对这个灵性社群的那些感觉，是大

家倾向追求的 特征。跟那些在传统教会里找不到社群的人们相比，这个器皿所渴望的东西没啥 不同，毋宁是如何处理在几个世纪的历史中，慢慢渗进制度化教会里的 许多不 整齐的地方。她进入那个环境 是为了敬拜，好让自我被带走，为了把时间和注 意力花费在神性上，花费在蒙福(的事物)上，花费在她所热望的事物上：它们是 圣化的、神圣的。

这些是一个灵性社群确实会提供的东西。进一步查看这个实体的经历：她到该特 定教堂去做集体礼拜，吃一餐按特定格式和仪式准备的主食，包括食物与饮料。 接着那个魔法仪式 这个器皿称为圣餐礼或圣餐，是一种将造物主的菁华与能量 放入肉体载具的血肉中每个细胞的方式。据说耶稣实体要求他的学生们一同吃喝 以纪念他。经文中写道，他拿起面包，感谢后 揉开它 把它递给学生们：「拿去 吃 吧。这是我给予你们的身体。这样做以纪念我。」 接着他拿起杯子，感谢后喝 酒，然后把它递给众门徒说：「你们全都要喝这杯酒，因为这是我的血，(代表) 一个新的盟约。这样做以纪念我。」

那个教会仪式的中心仅仅藉由象征而显化，不过 神性就在圣餐的薄酥饼里，就 在啜饮的一口蒙福圣酒里。那种礼仪不只把基督意识带入那个地方，还把它带给 每个成员，然后遣送每个成员送入这世界去爱、服务。这就是灵性社群的菁华。

一个灵性的社群是这样一个地方：它经历了必要的牺牲 允许它提供灵性的食物 给那些想望分享这类食物的实体。灵性社群的中心不是人群，而是理想。那些人 聚集在一起以记得太一无限造物者，并在社群中花费时间和注意力为了崇敬他 们感到如此饥渴的神性；他们热爱并相信是理想。

从表面上看，什么是灵性社群，什么造就灵性社群这的问题几乎是自问自答，不 过 当一个人更深入地探究 就可以看见：社群之心是非常开放式的。当然 一个 运转中的社群特性是找到越来越多的方式去抚育、滋养、支持相互彼此。当一个 人找到这样一个社群 并进入与那个社群交流，会有一种强化作用和稳定性，只 有在实体们聚集在一起 为了比他们更大的事物而献上自己时 才变得可能。

当两个人聚集在一起的时候，就已经有一种社群。它是一个强健有力的社群，而 多加一个实体的会加倍那个团体的气力，再下一个实体会再次加倍那个团体的气 力，很快你们就有好些实体 和成千上万份的气力。或者一千个人和数百万份的 气力。

现在，在这个特殊的时刻，很多可以称自己为流浪者的实体 已经醒觉于自己的 灵性身份。当该觉醒发生时，那个寻求者的内在之中会有一种巨大的饥渴升起， 要去更多地知晓、找到各种方式来服务，并对这种意识状态感到舒适，这种状态 与没有深思过的工作和玩乐的轮转是完全不同的。日常工作可能是完全相同的， 但观点已经改变。一旦觉醒，寻求者就无法回去沉睡 而必须在此生中清醒地活 着。

每个人都想要去记起自己的本性。每个人都对于自己能够冲破那遗忘的罩纱感到 充分自信。你们每一个人都确实已经变得更为觉察。如这个器皿在这次接触开始 前说过的，社群有那种做为焦点的机能，该焦点的作用如同一种灵性的或比喻性 的锚，或者稳定点或杠杆。去服务的渴望会因为那些已经团结在一起 好在服务 中彼此支援的人们而极大地被增强。

所以，社群为实体们提供能量，而同时实体们通过参与有形和无形的活动，通过 在社群内与别人分享自己的想法和谈话，也在为社群提供能量。这就彷佛有一张 网正在由金色丝线制成，每次一个已觉醒的流浪者与另一个流浪者连接起来 建 立一个灵性社群，这张网的另一片就被编织起来，最终那张网将如同一张金色围 网 覆盖你们的星球，接着地球将被统合的爱围绕。我们此刻看见这张网正在出 现。随着越来越多的实体觉醒、建立连接并和其他人分享自己的焦点或灵性社 群，这张网正在迅速地编织得越来越完整 于是越来越多的实体可以感到安全、 稳定，觉得自己属于某种比每日生活的关切更高更大的东西，因为真的 这些关 切在整个第三密度经历是持续不断的。每个寻求者想望如何表现自己，表达日常生活中 个人里面的无限太一之爱，完全取决于该寻求者。

在此刻 我们感到已经讲述的内容足以促使(你们)思考了，若有进一步的兴趣， 我们会乐于在这个有趣的主题的各方面进一步发言。现在，我们将简单地向每个 人说，对于在这个住所中 正在集会的社群，每个人真的都在这社群里服务。

每个人所体现的交融，正在所有在场者之间流动；每个人的自我内在携带的神性 种子，是你们团体将心与注意力转向太一无限造物者之际，由团体能量播下并协 助成长的。每个人都希望极大地服务，每个人都将在自我之中感到失望，不过 每 个人都已经完成如此多的事情 以致这些事情是不知道且无法被知晓，因为光以 每个寻求者无法知晓的方式照耀出来，在很多情况下，提供服务的人完全不知道 自己提供了服务。有鉴于此，我们鼓励每个人享受那种平安～ 那是确实有个灵 性社群的实体内心安住的平安，因为它是一个

提供支持与鼓励、安全与住所的资 源。但是，有那种去进化的饥渴，仅仅能在社群中实现。你们每个人对于彼此都 是一种祝福。

我们会在此刻把该通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中 离开这个器皿。我们 是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，透过这个器皿 在爱与光中向各位致意。在此刻 我们很荣幸提供自 己 尝试去回答在场者的脑海中仍存留的任何询问。在此刻有另一个询问吗？
(磁带结束)

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3719 章集：爱与光的保护(20220721)

中阶传讯圈　2022 年 7 月 21 日
团体问题：今天我们想要谈论光与爱作为保护者的特性。你们能否告诉我们，我们如何才能为了保护和服务而祈请光与爱；以及，对于我们的灵性发展，它是不是某种自然的东西，或者它是某种必须被有意识祈请的东西？

（Jim 传讯）
Q'uo：我是 Q'uo，此刻与这个器皿同在。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们每一位致意，造物者已经从这爱与光创造出一切万有。感谢你们邀请

我们加入你们今早的寻求圈，感谢你们提出一个极其深入且多变的问题，该问题涉及：爱与光；它[作为一种对真理寻求者的保护]的用途；如何可能以这种方式使用它；它对每个已投生的实体而言是自然的事物，还是那种在某个时点必须要被学会的事物，作为你们灵性道途的一个过程。

在我们回应之前，我们像通常一样请求你们在听取我们对你们的问题回应时使用自己的分辨力，好让你们可以自己决定我们的话语和想法在这个时候对你们是否有价值。如果任何内容没有价值，则请一定把它们放在一边。这将允许我们在回答你们的询问时说得更为清楚、更有深度。

作为开始，爱与光确实是造物的非常基本的要素。太一无限造物者已经提供了每个理则之爱，以从光中形成造物，因此你们的本性就是爱与光。这就是你们开始的地方、你们继续的地方以及你们将会结束的地方。爱的基本品质是将一切视为造物者的力量，创造出造物中的一切。没有爱，就不可能有任何创造。然后，这种爱能够产生光，光形成造物的每个粒子，所以你们、你自己和造物中的所有其他自我都是由“作为光而振动的爱”所组成的，以创造出你们所见的行星、恒星、星系和居住在其中的各种层次的智能。

因此，爱与光的真实本质就是最基本的保护，因为你是由“一切万有”(all that is)所构成，没有任何伤害可以真正影响你，因为你存在于爱与光之内。爱与光，就其本质而言，使得每个实体都被怀抱在爱与光的双臂之中，如同一个开始永恒之旅的小孩子一样被怀抱着。这就是你的真实存在。你的真实存在即是你的保护。

现在，这也是真的，尽管这在你们第三密度幻象中没有得到很好的理解，因为在这个幻象中，你们必须在遗忘罩纱中运作，忘记我们刚才所说的一切，因而需要在你们一次又一次的转世中不时地开始利用这些爱与光的品质，用于你们灵性道途上的各种目的。对灵性寻求者来说，有很多时候，有些实体可能似乎对灵性寻求者构成这种或那种威胁或问题，那些由他们的思想、言语和行为所构成的表面上困难提供着诸多催化剂，而灵性寻求者可能会、也可能不会很好地理解和处理这些催化剂。可能有些困难是由其他自我所提供的，它们的起源令人费解，但它们的影响却很明显，因此对于真理灵性寻求者来说，显然应当祈请某种保护从而不受某些实体影响——这些实体会针对一个实体的思想、身体或灵性复合体的某个层次进行威胁和伤害。这常常是必要的，以便在心智中、在心中提供一个空间，开始感知一种方法，借此就可能恢复清晰的沟通、和谐，并与其他自我或与寻求者在其中感到苦恼的情况彼此互动。

在这种情况下利用爱与光作为保护的能力是每个生命的自然品质，因为每个生命都是由爱与光组成的。不过，第三密度的特性是遗忘，这常常导致缺乏能力去忆起这种天然的保护品质。因此，就像灵性旅程中的许多事情一样，它必须通过[你们可能称为的]反复试验而被忆起，这样，当着手调和似乎是一种威胁的困难时，你们可能会发现，居住在你生命中的爱，作为对造物中所有实体的全然接纳，可能会被启动，并被作为对痛苦来源的基本反应和保护而发挥。

这是在第三密度幻象中所有实体所经历的旅行类型。还有一种保护是由光所提供的，它对任何似乎威胁到寻求者的情况都有清晰的照耀。因此，光的清晰度以及爱的接受和力量提供了一种无限的保护，它是全然强力的，驻扎在

寻求者的心中，寻求者可以使它作为一颗种子开始在[与之有感知上的困难的]任何其他实体或其他自我的心、头脑、身体和灵性中生长。因此，爱与光是你的基本存在、你的保护、你的灵感、你的旅程和你的目标。

此刻，我们将这个通讯转移给被知晓为 Austin 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）
Q'uo：我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿同在。对于第三密度中的这些寻求者——他们走在服务他人道途上，试图忆起和重新发现自我和所有造物作为爱与光的这种根本性质——我们建议一种定期的练习，也即在“忆起这种爱与光以进行保护”的方面对自我进行提问。问问自己被保护的是什么东西，为了什么目的被保护，以及被保护不去接触的是什么？这些问题不是随便问自己的。我们建议，随着每个寻求者的旅程背景在他们的道途上发生变化，随着他们发现自己处于新的环境中、对周围世界有了新的感知与理解，定期地问这些问题。

这些问题的细节及其答案可能会改变。一个实体可能在寻求保护自己的心智、身体、各种关系和舒适。一个实体可能在寻求保护这些事物，以在自己的道途上继续前进或在自己的道途上祈请或显化某些情况。一个实体可能在保护这些事物不受下述对象的影响，也即在自己的感知中给道途带来不和谐或不稳定的“自我的某些方面”或其他实体，或者单纯是你们世界的那些倾向于给自我带来困难、不平衡和分心的环境。

对正面寻求者来说，无论在什么情况下，都可以在这些问题的答案中找到一个共同线索；那就是在这些答案的细节底下的最深层次上，一个实体正在寻

求保护自己走在服务他人的正面道途上的能力。一个实体正在寻求保护这点不受任何可能使自己偏离这条道途的事物之影响。

我们请你们注意这条基本线索，因为它在下述忆起过程中总是重要的，即忆起这个意图，一个实体在第三密度环境中可能发现的任何细节的原因，以及为什么他们可能在这些环境的任何一个当中寻求保护。因为对于“注入保护”这过程而言，这个在寻求和祈请保护时的意图是其中不可或缺的一部分，以便它是有效的，而且与一个实体的道途相一致。

我们发现在你们第三密度寻求者的社群中，一种祈请保护的常见方法就是在自己的心智中观想和想象某种形式的光显化为一个保护者。在这种背景中，意图的重要性在于这会使自己在心智之眼中所召唤的这道光充满那种在寻求者内心的基本之爱，从而使这练习不单纯是空洞的想象，而是充满了意义和意图，并在寻求者的存在内部得到巩固，而不仅仅是为了脑海中的图像而有的图像。这个意图——寻求者可能在自己的道途上不断碰触和记住的这个意图——可以帮助寻求者形成某些习惯和认知，使得这种爱和这种光的先天保护成为寻求者旅程中更常见的面向，于是这种保护的有意祈请就变得更有力量而且较少需要经常进行。

我们可以把这种对意图基石的定期碰触描述为形成一种习惯，也即“在每一刻和所有感知中寻求爱”的习惯。去形成这种习惯，于是一个实体就越来越经常地在每一刻寻求爱，就可能开始越来越多地找到爱，并在寻求者面前的所有环境中看见爱的面容。

我们搜索这个器皿的头脑，发现了“习性”(habitus)这个词。爱的习惯的形成会给寻求者注入一种爱的习性，一种先天的透镜或对寻求者感知的浸染，它自动用爱的色彩来给世界上色，于是对爱的寻求就成为了对爱的自动识别。并且，当这样的识别可取用时，保护也自动变得可取用。因为寻求者开始按照“该世界和所有环境”之真正所是而看到它们，包括那些自己可能觉得需要保护以免受其影响的环境。把任何作用于存在的影响都看成是爱的影响，这就消除了那影响所具有的“使寻求者在她寻求爱的道途上动摇和偏离”的任何能力。

一个实体可以把光的性质想象为(具有)保护性盔甲的性质，不过关于光与爱如何在第三密度中提供保护，我们将提供一种替代性的概念化过程。一个实体可以把第三密度的罩纱过程比作夜幕降临地表，黑暗包围着寻求者，于是一个实体的环境的路径和性质就不容易看清。那么在这个环境中，任何的干扰、事件、实体或在道路上的大大小小颠簸都会成为一种巨大的未知。而且在黑暗中任何未知物的潜力似乎相当令人生畏，甚至可能是负面或有害的。然而，有了爱的光亮，一个实体就可以带着火把穿过黑夜，照亮其前方的道途，这样，曾经是黑暗中的未知之谜的事物，其真实性质就变得明显了，并且寻求者会看到自己周围的环境是造物者所显化的爱与光的造物。随着一个实体加强爱的习惯并培养爱的习性，这个火炬就变得越来越亮，直到最后，在这个八度音程的道途上的远处，它像太阳一样闪亮，于是属于无限的一切都被认为是爱与光。

此刻，我们离开这个器皿，并将该通讯转移给被知晓为 Trisha 的实体。我们是 Q‘uo。

（Trisha 传讯）

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们现在与这个器皿同在。通过这个器皿发言，我们想要为那些通过前两个器皿而传递的讯息表示感谢，因为尤其对这个器皿而言，它们是她所感觉到对自己的旅程极有帮助的讯息。我们现在想要尝试深化与这个器皿的接触，这样我们就可以继续在这个话题上的对话。

如前所述，带有意图的观想练习，能成为一个至为有力的载具，借由它，一个实体能够利用或找到一个通往“光的运用、爱与光的保护”的通道。通过这个器皿，我们想望在那个想法上构建，并提醒所有在场者，爱与光也是内在固有的。带着意图而观想出来的光，以及“通过爱的眼睛观看造物”的实践，这些是元素，是片段，是位于自我和幻象内的真相之显化。也就是说，每个自我都是由爱与光的成分所组成，若你们愿意这么说。因此，对这道光的观想、对这道光的祈请[正如你们可能会说的]、对服务或对自我的保护，在某种程度上就是对这个幻象的实相[由于缺乏更好的措辞]的回忆。它是把小我以及自我身份、每个其他自我和其他事物之身份剥离掉，并聚焦于一切存在物的相互关联性及合一性——那个单一聚焦、单一起源的真相。

当自我能够以那种方式重新调整魂与心，消除自我在这个密度中所创造的障碍和界限时，那么这道光就能更容易被获取，更容易被记住，更容易被向外反射——这种反射是一种特别强大的手段，允许自我在这个幻象中航行并发现自我所需的事物。因为正如该器皿先前如此雄辩地指出，那反射可能充当一座灯塔，可能充当一个火炬，在这场行走中增加对真理的照明，提供一个关于真正实相的更加明亮、尖锐和清晰的视角或看法；这个实相存在于幻象之内外，充满贯穿于整个幻象。

这燃烧剂，协助这道光的燃料就是爱。因为它们不只是一枚硬币的两面，或一个事物的两方面，毋宁说它们既是一切，同时又什么都不是。它们建立在彼此之上。它们存在于彼此之内。若没有彼此，则超出了这个特定器皿的感知能力。因此，凭借下述途径来祈请这道光：回忆，观想和意图，打开并更自由地穿过心之通道。一切事物与自我之间的联系都是内在固有式地交织在一起，并依赖于爱的实践。祈请光即是祈请爱，反之亦然。

这道光是永远存在的，总是触手可及的。从来不会超出你的掌握，只需要简单练习：请求它、发送爱给它。例如，想想你们的第三密度幻象，你们称为光的元素是如何具有赋予生命的力量、是如何永远存在的；即使在你们可能称之为黑夜的时候，一个实体仍能看向黑暗的天空，看到成百上千的光点。想想花朵、树木、植物生命如何向着光、向着光所回馈的“那股有爱且又赋予生命的力量”而伸展；这如何不过是这个第三密度幻象各方面之间的一种共生的、相互联系的、交织的关系。当你剥离掉植物、太阳、星星的定义，或任何其他划分这个幻象的手段的定义时，一个实体可能看见其核心都是爱。

因此，我们想要通过这个器皿结束她与我们的通讯，并带着最后的想法——关于感恩的练习，以及对爱的有意聚焦——而把该通讯传递给下一个器皿。有了爱的眼睛，自我就可能更充分地看到光，可能更充分地看到周围造物的真相，并可能更容易地获取受保护的性质，那就是开放之心——对于整体、对于一切、对于造物和造物者的接纳和全然绝对的爱。

我们感激有这个机会来操练这个器皿，此刻我们将把该通讯转移给被知晓为 Kathy 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Kathy 传讯）

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们现在与这个器皿同在。我们将继续这个关于“祈请以及信任光与爱”的讨论；光与爱既在所有造物之中、又属于所有造物，并且在每个实体之中以及在你们周围造物[你们称之为幻象]的每个原子之中无处不在。光与爱正是造物的建筑基石。这点我们已经说过，你们也知道。

我们将从“对爱与光的觉察”之视角来谈论这个话题；爱与光就是你的存在，正是那个你在其中生活并拥有你的存在的环境。对于“已存在于你内在的光与爱”的觉察，正如我们所说，是通过祈请、意图和接纳来完成的。它也可以单纯在沉思和冥想的时刻完成，在这些时刻，心和意都被集中于单纯地变得觉察到爱与光的临在——以下述过程而开始，即在这些冥想时刻变得觉察到自己的真实存在、自己的心/身/灵复合体是由爱制成、由光建构，思想是由光制成，并只是对此而冥想。在这种觉察自我如同爱与光的过程中，让这样的观想与理解来到自己身边。

这是一个普遍的经验，但也是一个非常个人的经验。我们建议，在你们作为寻求者的旅程中，下述过程可能是一个有益的经验：理解自我，并接受自我是由爱与光的这些永恒元素所创造和构成的；然后，我们可以建议——如果你们愿意的话——在这种冥想状态下，把自己的想法扩展到包括其他自我、事件、第二密度生命以及自己周围的生命构造物。

同时也理解，一个实体如何可能变得觉察到：他们如何也是由爱与光制成的；他们如何能够被视为并感知为爱与光；并且因此，自我与其他自我或在自我周围的环境，如何可能被视为并感知为“属于在同个振动之中的一体”。

并且我们可以建议，在冥想状态或在沉思或祈祷状态下，这种对爱与光的延伸感知可能有助于把你们密度中的幻象感转化为下述感觉，即该幻象被视为一体的部分，你在其中真正活着并拥有你的存在。

在这种对于“光与爱在造物中的伟大普遍性”的觉察当中，该幻象的一些较严酷的方面可能会软化，甚至掉落，允许爱与光的力量提供一个不同视角。其中可能包括疗愈，通往理解的诸条新途径，更多的喜悦，更多的敞开，以及一种信任：在你的寻求者道途上，随着你继续理解和接受自我并服务他人，你可能看见并感知到遍及你周围的爱与光，看到你们称为的问题、议题、“振动不匹配的地方”，这些事物可能会溶解、变得更分散，从而可能使你在寻求和服务之道途上的路更加容易。

我们是 Q'uo 群体，我们已与这个器皿同在过了。我们现在离开这个器皿，并把该通讯转移给被知晓为 Gary 的实体。

（Gary 传讯）

Q'uo：我们是被你们所知为 Q'uo 原则的实体，我们通过这个器皿再次向这个圈子致意；在一定程度上，该器皿在与一种不足感作斗争。我们提醒，使该传讯变得可能的事情并不是对自我的精准评价[无论它是正面还是负面的]，而是将自我如其所是地展现出来，带着乐意，开放以及对于调音和挑战的适当训练和执行。因为你们不是凭借一个特定技巧而传讯的，尽管它确实可被称为一种技巧；毋宁说，它也许可被称为一种信任——不是信任你们凭着自己的知识而将有一个特定回应，而毋宁信任，若你们在一种适当调音过的存在状态中保持发声说话，那么更多内容将会出现，它们符合你们所已经寻求的东西，而且是完全一致又有意义的。

那么，向前移动进入这个关于“通过爱与光而祈请保护”的询问，我们会检查一会儿你们的幻象之性质；在你们的幻象中，看起来所有事物都不是爱与光，反而有原子在四处移动，在各种复杂的系统中被组织起来，各自似乎都在追求自己的路，跟其余的路分开，无论是合作还是冲突。对于这种体验而言，下述感觉是根本的，也就是对“一个分离的个体自我”的感觉——该个体自我拥有有限的可被自己取用的资源，其中大部分是物质性的；作为一个终有一死、生物性的存在，它相当容易受到周围的物理力量和环境之影响；并且作为一个心理性的存在或自我[你们或许会这样说]，也容易受到其他存有的心灵力量和状况的冲击。也就是说，对于一位并未充分地、有意识地、完全地居住在太一造物者之爱与光中、并且理解一切事物之相互联系性以及事实上的合一性的实体而言(，情况就是这样)。

那些小我(egos)在你们的幻象环境中可能进展到一个相当大的程度，以致那些属于下三轮能量中心的、把自我锁在个人身份中的防御和误解会逐渐消失，心轮会开启和绽放，蓝色光芒会变得有力量去分享自己的存在性，并且那些边界会变得对造物者的真相更加透明。

尽管这样一个实体可能在幻象中前进很远，很少有实体会完全卸除罩纱而使得绝对与相对、主体与客体都成为一，并且在所有的创造和毁灭之中，一切都被理解为爱、光和自我之正在变迁的显化。因此，假定[从统计上而言]该第三密度实体的困境是作为个体与[位于一颗由彼此分离的事物及力量所组成的行星上的]其他个体或大量个体相处好，也有些情况，一个实体可以借此祈请爱与光作为一种有用的保护形式。

我们回过头来看一下通过先前一位器皿传讯的内容，涉及对“祈请爱与光”之必要性和原因的检视。因为一个实体相当有可能会祈请这些原初能量作为抵御改变或催化剂的手段，而有些催化剂，如果被使用的话，会帮助有限的自我摆脱其局限性并发现无限的自我。但也有相当合理的理由，一个实体可能想要享受更多的保护，以抵御也许是敌对性或反对性或妨害性的力量——这些力量会扰乱或妨碍一个实体在人生道途上以平衡和健康的方式继续寻求和服务。

作为比喻，一个实体可能会考虑这样一个情境：以柔弱的第三密度身体造访你们星球的北极区域。假如一个实体在暴风雪中裸露在冰原上，就其目前的觉察层次而言，几乎在大多数情况下该觉察都将不足以保持身体温暖和生命体的适当平衡，尽管一些罕见的实体可以实现这样的壮举。对于你们剩下的人来说，准备好各种程度的绝缘保护，以抵御那些对肉体来说既严酷又很可能致命的极端温度，这样做是相当谨慎的。类似的比喻可被提供来作进一步推断，无论是在水下旅行的实体还是与危险化学品或材料一起工作的实体，等等。

以相似的方式，当已经咨询了内心并净化了意图，以至于自我确信它正在为了下述目的而祈请保护时——也就是为了[在爱、透明及易受伤中]维护并支援其“服务他人以及寻求一切事物之中的太一”之旅程时——接下来，一个实体就可以在内部、在外部或在内外两方面举行仪式，以请求这种原初的寰宇能量与自己或自己的同伴或自己的星球或所有众生确实在一起，这样，一个实体几乎可以被包裹在这种能量中、被增强、被提升，他们的频率被这种能量加强。意图越是极化和纯粹，在操练中的意志和信心越是强健，那么被祈请的这种爱与光的振动就会越是强健。

这种保护是如何运转的呢？如我们已经通过先前的器皿们说过的，它首先是在于提升自我对环境和催化剂的觉察和阐释，从而使那些源于恐惧、害怕等的误解可能得以消散，从而向自我揭示出一幅关于当下的更真实画面。并且在这幅更真实的画面中，这个自我认识到它有力量去爱并接受催化剂，从而可以学习和成长。

这种保护也可能以各种方式在你们幻象的工作部件上运转。这种保护是天生带有智能的。爱与光即是创造性的原则及其显化物。正是该能量在过去、现在和将来永远被用来设计、建造、摧毁、转化并调整宇宙和众生。正是该能量召唤我们全体不断向前、向上进入自我发现的更大深度。

从投生状态的第三密度立场，为了服务他人的目的而祈请这股能量进入此刻，就是潜在地提供机会去创意性地修改或调整一个已知的动态或情况。我们扫描这个器皿的心智来回忆起一个他读过的故事，涉及你们所知的一场在数十年前[以你们时间]发生于卢旺达这个国家的种族大屠杀[1]。在这个器皿的记忆中，一位年轻女性躲在自己家中，而挥舞着大刀的嗜血暴徒蜂拥而至，寻求着消灭她的此生——因为在他们看来她与那个部落密切相关。面对这些想要成为杀手的人，她没有任何人身保护，也没有非常安全的藏身之处，她尽自己最大努力形成了一个临时的藏身空间，尽管按照安全标准是糟糕的，接着进入了祈祷状态，在其中她感到了与上帝联结。不知何故，从你们第三密度观点来看，她没有被发现。在这个器皿的记忆中，她活了下来以讲述那个时刻和其他时刻的故事，并把她没有被发现(这事)归功于她献上的祈祷以及你们可能辨识为“祈请爱与光来保护”的事情。仿佛她是隐形的。虽然振动上相当不同的实体们带着伤害的意图进入她的周围，但一种更高的能量或意识在

某种程度上——虽然从对该情况的完整描述来看并不令人满意，但你们或许会这样说——创造了一个瞬间的盲目性，屏蔽了他们的意图和渴望的目标。

[1] 原注：Immaculee Ilibagiza 所著《留待讲述：在卢安达大屠杀中发现神》(Left to Tell: Discovering God Amidst the Rwandan Holocaust)。(中文版书名为《我的名字叫伊玛奇蕾：种族灭绝幸存者的真实告白》。)

谁又能说，在任何特定情况下，祈请爱与光作为保护将会如何运作。因为就像任何时刻一样，有不可知地多的变量和输入会影响到任何特定的结果，但就这个拥有纯洁之心的实体而言，由于一些我们无法通过你们这些管道阐明的原因，她当时能够以保护的方式祈请爱与光。

此刻，这个器皿请求我们迅速移动到被知道为 Jim 的实体那儿。我们是你们认识的 Q'uo，我们感谢这个圈子和器皿。

（Jim 传讯）
Q'uo：我是 Q'uo，再次与这个器皿同在。能够利用每个器皿对这些关于爱与光、保护以及造物本质的询问做出回应，这对我们来说已经是一个非常鼓舞人心的经历。这就是我们被服务于太一无限造物者的众行星邦联派遣来做的事情，即分享这个哲学——它是你们已经称为一的法则的事物的基础。

我们很高兴，一直能够在这个下午、这个早上以及在全时间利用每个器皿，来构筑答案给这些询问。我们感谢各位在你们作为这些讯息的器皿而服务时的认真负责和一丝不苟。此时，我们将离开这个器皿和团体。一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开每一位。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by cT. & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_2022_0721

英文出处：llresearch.org/channeling/2022/0721

☆ 第 3720 章集：凭借哪一颗星来引导你

四月 25 日

我属于耶稣·基督的原则，我在造物和造物主的完全与神圣之爱中 向你们致意。

我们接受圣灵这说法 确从不称呼自己为神圣的，而且我们是永生基督之灵却从不称耶稣·基督为主，在你看来，这不是有些不寻常吗？

我们属于完全和神圣意识的原则，因此我们是你们灵魂的仆人，爱你们内在的灵。 要由你来选择 怎样的原则来指导你生活，你将靠哪颗星引导。会不会是耶稣·基督的爱，你会称耶稣·基督为你生命的主吗？

那是你的决定。

你的敬拜能力是你自己的私人宝藏。愿你永远扩展 并且使你的敬拜和敬爱的时间更加崇高和振奋！

如果到目前为止，你既不敬拜也不敬爱，那么就花更多的时间在寂静的内在房间里，倾听，在爱的增长觉知中。

我们把你们留在耶稣·基督的爱与平安中，现在和永远。阿门。

出自 A Book of Days, Carla L. Rueckert 传讯

★爱与光图书馆选集 第 38 辑

☆ 第 3801 章集：海上旅程的比喻

周日冥想

1997 年四月 6 日

团体问题：今天我们吃百乐餐*。

(*编注:意指不预设主题，让传讯来源自由发挥)

（Carla 传讯）

在太一无限造物者的爱与光中致意，我们是你们认识的 Q'uo 原则，感谢你们呼唤我们来到你们的圈子。一如既往，我们将此视为一种显著的福分，一个和路上同伴分享的机会，我们对这些同伴们是深切关注的。来到这里是一种福分，我们也祝福每个人。当我们分享一些谦卑的意见时，一如既往，我们请求每个寻求者都使用自己的分辨力，小心谨慎地选取那些将给出有益建议的工具和资源，并将其他的都留在后面。

我们发觉今天在这个圈子中没有固定的询问。既然如此，我们将单纯地通过这个器皿分享那些我们带到此时此地、这个共用的喜悦时刻的想法和沉思。

我们发觉你们大家今天进入这个时辰、这个会议时，都对于真理、那难以言喻的真实、充满了饥渴，你们每一个人都感知到这种真理并感觉它必然存在着同时提供坚实的基础让宇宙的周期与轮子在其上转动。我们可以在你们的想法上增添我们自己的希望，那就是该奥秘虽然难以被阐明，不过内部确实有一种统合的存在地基，从有限移动到无限，从受时间束缚移动到永恒，真的，我们的确发现一个

不断展开、不断变得更详细的概念，也就是意识所发出的错综复杂之和声。你们正在此生中享受的幻象同时在迷惑和戏弄(你)，我们察觉到每个人都已经在沉思：真理、存在的地基在哪里。

我们鼓励每个人做这种质疑。我们鼓励每个人工作与神性的关系，就像你工作任何别的关系那样，因为养成与造物主深入交谈的习惯特别有好处，对于澄清(思路)很有效果。造物主不会在那些表达愤怒的人面前退缩。确实，造物主欢迎强烈的、正面和负面的情感，那是每个自我在跟(掌管)生与死的天使，跟善与恶、选中的路和丢弃的路搏斗时，所发展的情感。与神性搏斗时使用的内脏和肌肉越多，潜意识心智对于漂浮在显意识门槛上头的人格外壳有何需要，就开始有越深的警觉，因为除了世界所看见的自我外，每个人还有一个可观的复杂人格，承载着很多、很多次转世的果实。

在这个器皿的头脑中，我们发觉一种持续的担忧对于那些不在场的灵性家人，我们在某种程度上发现你们寻求圈中的每个人都有相同的担忧。为了处理这种担忧，我们请求每个人跟我们一起在心智中开始一次旅行。想象自我居住在你们的海洋里，海水的特征创造出恒常运动的需要。如果一个人踏上认真寻找造物主的生命旅程，就像是登上一艘功率与效率都难以预料的船。人灵一旦醒悟到自己的身份，就不可能下船，再次踏上醒来那天离开的海岸，也没有指南针告诉该水手该朝哪个方向行驶，也没有地图标示这片无路的深海。每个寻求者是在永恒的水域上的航行者；在人生的模式内，有一种在告别酒会上享用过香槟的人出发时，所感觉的那种兴奋与乐观。

船渐渐地行驶，直到周围再也看不到陆地，寻求者发现自己完全迷路了：这正是靠信心生活的位置。信心跟推论没有连结。使徒汤玛斯不相信那些门徒看见耶稣

实体在复活的荣耀中返回(人间)。因此，怀疑者·汤玛斯已经成为很多人可以认同的角色具有共同的特性：渴望证据，迫切需要把手指放在他[被称为造物主之子]的手腕和脚上的伤口上，放在他身体侧面的巨大伤口上，他想望把一只手放在那些伤口上单纯地是要确定他没有错放其信心。接着耶稣实体祝福并欢迎怀疑者·汤玛斯，不过他也说：「那些没有看见就相信的人是有福的。」在寻求者的世界观中，看不见是常事，缺乏证据也是常事。那些靠理由、推论、证据行动的人，有很多可以控制、规划、命令的东西。对于出海航行，踏上灵性寻求之路的人来说，这些便利是禁忌，(因为)提供证据就是从寻求者那里拿走单凭信心生活的机会。

我们愿向每个人建议，此生内有不可思议的恒常机会在告诉(你的)自我：完全缺乏知识，并且完全不需要知识。如果一个人没有指南针，没有任何导航方式，也没有任何港口或陆地可期待，那么甚至还在此生中，他最终成为无限和永恒的公民。确实，有些人第一次了悟到不只没有指南针，而且不需要指南针，他们的反应可能是晕眩的、大量的笑声在空气中回荡，(因为)寻求者第一次看到自我处于其真实的状态；那就是，处于每一件事情当中，直接位于一切万有上头。对于一个最终掌握该情况的人，时间和空间缩短接着消失了。

自我中很多来源于生物智力的机械部分，都跟控制有关：为了生存、食物、繁衍、住处、呼吸以及生活必需品而控制环境；有一种持续的冲动去取得控制，透彻理解，检查所有的变数，接着做出安排和布置，于是生活的哲学得以被缩减为一种有限的规则。

显然正是陆地上的这些组织模式，创造了一种可能性：在有序而舒适的社会环境中生活。但是，你看，在你通过自己的存有来思考并表达的自我中，世俗智力仅

仅占一小部分。住在投生内富于表现的那部分自我中的每一颗微粒，都对应着自我容器和智力局限不曾装进也装不进去的成百上千个的自我微粒，不过自我的所有这些部分都位元于深层心智之内。它们单纯地无法凭借言语取用。这个器皿经常沉思看似更高的真理[属于情感]和逻辑与智力的真理相比。每个人每个人都体验过萦绕心头的美好声乐、器乐、交响乐、经文歌以及任何音响作品，你们每个人就像一个巨型管弦乐团的成员。陆地上的自我发现，很难让自我分分秒秒、日复一日地保持和谐，而自我中受造的那个部分、那个不知边界的意识，天生就有能力在意识的无限水域中游泳、享受着。

我们不是在建议每个实体都禁止自我思考，或推理，或者整理一天的杂务和责任。毋宁说，我们鼓励每个人允许自我变得变得越来越开放迎向同时活在两个世界中的体验。在陆地上生活可以挣薪水养活自己，让自己有衣穿，有饭吃，有房子住，可是这个自我并不否认那个未显化的、总是神秘的自我～太庞大而无法以文字或概念完整描述，由于承认它，自我变得完整，因为你们每个人都是一个广大无垠的、层次众多的公民。

当每个实体都向着那种双重的生活方式敞开并发现要在两者之间来回滑动变得越来越容易，每个人都将发现生活的体验变得更有韵律、更能够流动了。有很多、很多的方式来看待灵性的道途。它几乎总是被想象为一个圆形的旅程，我们甚至可以建议，它是丝毫没有运动的旅程，因为如果万事万物一体，还要去哪里呢，因为一个人总是位于宇宙造物之内，而造物如同一块珍贵的宝石保留在每个寻求爱之道的实体的心里。

所以我们鼓励每个人都能够流动穿越水域，潜入深水，享受海洋，每天都找到新的路，因为有句话道出了真谛：每个片刻都是独特的，每次睡觉后醒来都让你再

次获得新生。

歇息吧，因为虽然小船是脆弱的，不过它将能持久(航行)。歇息，观看群星。

我们要把这个通讯转移给 Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿之际，我们感谢它。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，我通过这个器皿再一次于爱与光中向各位致意。在此刻我们很荣幸提供自己尝试去谈论在场者可能向我们提出的任何询问。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要为 P 请求一些鼓舞人心的言语。你们很可能听到我们在这次集会之前的谈话并知道她很消沉并备受压力。无论你们能够告诉她什么她都会感激的。

我是 Q'uo，觉察了你的请求，我的姐妹。当我们观察到你们人群中那些处于困难中，感觉迷失、消沉且没有即刻得救希望的人，我们观察到那些处于黑暗深处的人，他们生活在这个幻象内且没有指引的星辰，容我们说。

每个进入这个幻象的实体这样做都希望这种努力将导致自己沿着该路线[服务他人、领悟一切万有之中的造物者]前进。因为这是一条无限的旅程，对于很多人，实际上每个人在某个(时)点在一段旅途上遇到的那些困难甚至可以耗尽最强壮的真理寻求者之灵性气力，也就不足为奇了。在这种时候，最好有像今天聚在这里的这些朋友，记得想着有急需的实体，在自己心里拥抱这个实体，就像在座的每个人为 P 实体所做的。

无论是通过电话或通过心送出爱，这种爱会被感觉到并做功，因为在你们的幻象中除了爱之外没有其他事物。P 实体现在能见证：这种爱有很多伪装以许多形式向灵性寻求者提供考验。当一个人像 P 实体那样受到考验，找不到容易的或明显的补救法子，也找不到摆脱困境的办法，那么被考验的就是内在的气力，是一个人生命的土地正在被耕犁，容我们说，为播种做准备，这些种子在适当的时节将长出花朵、杂草、青草。这行星沿着地轴的转动与你们的春季气候，正在产生这些花草。

所以，每个发现自己处境艰难的寻求者，也必须开始转动内在的自我，让它能够再次看到某种光，看见自己道途上的希望，从而让旅途可以更轻松、更和谐地继续下去。随着寻求者走在遍布阴影和黑暗的山谷里(他的)内在气力和寻求内在之光就是安慰该寻求者的杖与杆～山谷看似危险，也肯定令人困惑。P 实体是这样的寻求者：有着强健的内在指南针，极其渴望知道造物主对自己的意愿，从而尽其所能地服务造物主。当一切看似都在崩溃，甚至脚下的地面甚至都消失了，我们鼓励每个寻求者留在这种情况中继续寻求，不仅仅是寻求暂时的补救，还要为代表了这个实体的整体计画的拼图，寻找缺失的拼图碎片。

在每个挣扎和困难之中都有一个指示、提醒、里程碑，它们为始终在觉察、观察、等待的眼睛，照亮一部分的黑暗。

关于在你们幻象内的这些艰难时刻，还有很多可说的，因为你在这些时刻可以于内在取得巨大的阔步行进，形而上而言，虽然肉眼很少看得到这种行进。在那里被种下的种子会被希望所滋养，并被信心给予气力。种子将冲破保护那内在珍宝的坚硬外壳，幼苗将会扎根，将会长出叶片。这种困难将会带来的成长，能为寻求者提供自己觉得需要的目标感和把握。虽然头脑似乎是困惑的，双脚还是继续

在路途上走，还是会有进展。在这样的时刻中，去继续那些给予一个人气力的惯

例，这是好的，例如：阅读灵性的材料，唱歌、跳舞、诗歌，以及所有那些手段能让一个实体重塑自我、滋养自我、启发自我并保持对于万物为一、一切都好的信心。

我们鼓励 P 实体保持内心坚强，献身于服务、学习，记住即使在自己经历目前这种困难的时候，还是有很多东西要学习、很多服务要提供。每个寻求者在这个位置上记起他确实有朋友在这旅程上同行，这是可取的；这里的朋友同时包括有形和无形的。没有任何寻求者是独自旅行的。所有的眼泪、擦伤、困难，事实上都被那些以无形双脚走路的实体看见，被它们分享与珍视。

在遇到困难时，在这个行星上的时间也许看似无止境地漫长。我们向每个人保证，你的时间仅仅是一眨眼而已。务必要注意自己的处境，记住你把自己放在这个处境是有原因的。坚持下去，原因就在那儿、逗留着。(你)可以找到喜悦，目标就在你的心中之心，朋友们都在周围为你欢呼。你并不孤单。你将再次走在阳光中。

在此刻有另一个询问吗？
B:我有个倾向：采纳你们的言语和其他权威的言语接着和它们一起运行。每一个事物都是如此微妙且有关连，我经常会被来自另一阵线的东西突然袭击。你们在我的困惑上对我有任何建议吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们察觉到你在一个很大程度上使用了坚持与信心的工具。在整个的生命体验的长跑中，坚持不懈以及、容我们说、在

那坚持中放松是怎样必须的事，对于任何寻求者而言，再怎么强调它都不为过，因为如你在询问中已经提到的，全心地赞成每个观念可以耗损该灵性寻求者的[肉体、心智、情绪]载具。

因此，和所有事情一样，在需要持续锻炼的那种坚持和锻炼这种坚持的心态之间有一种平衡，我们可以说，这种心态无须全然地执着于结果，这一种努力很像耶稣提到的：把面包投到水面上*。
(编注:这句话出自圣经-传道书 11:1)
尽一己最大的努力，然后允许自己休息、放松，允许这种努力的结果按自己的时间表发展，最后彰显出来，得以被注意到。我们知道该幻象每个实体在其上移动的行星，它充满看似错误或歧路的地方。不过我们愿对每个人建议，确实(宇宙)没有错误，甚至是对一个结果过度执着，对自己刻薄，无法宽恕自我，所有这些你为了推动自己前进而设计的行为与努力，都在以它自己的方式这么做。无论如何，每个实体都是完全孰悉自由意志，每个实体在每个时刻都可以自由选择如何把双脚放在道途上。

当我们像今天这样给出建议时，我们建议的方式是允许每个寻求者自由地接受或拒绝我们给出的东西，因为我们很清楚，对任何寻求者来说，唯一真正的权威存在于该寻求者内在。在一个时刻可能合适的事物，在另一个时刻可能就不合适了。这是身为有意识生命的你们在这个沉重的化学幻象里的经历及其具有的流动特性。当我们给出建议时，当你从书中、从朋友那里、从任何来源寻求建议时，我们觉察到，你里面的生命能量将接受这些建议，并以任何适当的方式与之一起移动。如果你在移动中决定在你选择的移动中有些尚未实现的东西，那么我们为你的第二次选择鼓掌，也为你的第三次、第四次选择鼓掌；依此类推。我们确实推荐你带着那些从内在生长出来的感觉移动，推荐你们与那些感觉一同移动直到

你感觉到另一种感觉为止，只要你感觉到去这样做的动机，我们就推荐你以该方式继续下去。既须收集资讯。继续从每一个来源寻求它所要提供的东西。通过这种方式，你不断地重新评估，重新定位，在舞蹈中迈出另一步。(宇宙)没有错误，这话说得真切，因为你所跳的舞只是为了你自己，而且你做得很好，不管你(自己)怎么想。

我们希望我们没有混淆你。有另一个询问吗？
B：没有，谢谢你们。
在此刻有另一个询问吗？
(暂停)
我是 Q'uo，看起来我们已经耗尽在场者的各种询问，我们愿利用这个机会再次感谢各位今天邀请我们加入你们的圈子。我们觉察到春季确实充满了空气的每一个部分。我们通过这个器皿听到将花粉吹到空中的风，听到割掉你们新春青草之声，我们听到在你们的世界中来来往往的实体们的运动，我们也察觉到你们世界的四季极大地影响你们行星上的每个实体，我们希望伴随着这个新的成长季节，每个人都将在其心中找到一个新的春天，带着盛开的爱与喜悦喷涌而出，因为在你们的春天中可以在每一颗感到任何开口的心中重新点燃许多喜悦，只要一个裂缝就行了。

你们每个人的内在都有一粒种子它将长出根部、树干、树叶、花朵。滋养那颗种子，我的朋友们。它是爱的种子，希望与信心的种子，合一的种子，在你的体验中你在此刻感觉到是最高(水准)和最佳的种子无论具有什么品质。

我们通过这里的每个人感受到一种更新的感觉，一种重新奉献的感觉，一种有目标和位置的感觉，在一切万有之内的置中感。我们鼓励每个人成为园丁：拔掉杂

草，为种子浇水，赞美和感谢太一，祂为这种成长和通过这种幻象的运动提供所需的一切。

记住，每个人，你确实有朋友。它们在这里与你同在。它们总是和你在一起。它们为数众多。在这个时候，我们将离开这个团体。我们一如既往地在太一无限造物者的爱和光中离开。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3802 章集：真正的服务

周日冥想

1997 年五月 25 日

团体问题：没有团体问题。今天吃百乐餐*。(*编注:意指不预设主题，让传讯来源自由发挥)

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。我们十分高兴在今天被你们的寻求圈呼唤，我们享受了你们的对话。看到你们已经牺牲许多才处于这个寻求圈，看到你们以或大或小的方式行动与每日的催化剂打交道在过程尝试去服务彼此，这在我们看来真是美丽；而那些催化剂就是你们寻求体验的磨坊的谷物了。

对于「我们该先谈什么？」，我们有一种几乎眩晕的感觉，因为你们的话题范围很广，而且此时在你们脑海中的那些事情的各个部分之间有可能存在各种关系。不过也许最好返回在头脑、在心中的位置，回到你的公民身份真正存在的永恒大厅，再次敲响联合和爱的欢乐钟声，因为在所有捉弄、愉悦、挫败心智的幻象底下，所有的幻象～没有例外～都在蒙蔽(人)，而在所有的幻象和幻兽之外，存有太一，那思维是创造性和炽热意义上的爱。不是伴侣、或朋友、或家人的爱，不是爱慕，或博爱(agape)，或者在你们的言语中存在无数词语中的任一个，而是一种超越任何字汇的爱，一种具有创造与毁灭力量的爱。你就是由这种素材所组成的，仅仅是这种素材，没有任何其他的素材。就是将这种爱的想法与光的结合已经建造了整个宇宙。缔造了所有相互贯穿的幻象遍及整个无限造物的内在层面和外在层面。你们每个人都是由那种爱所缔造的。

如果可以说爱有身体，那么该身体就是一片没有重量、没有外形的火花，但以完美、无扭曲、无稀释的状态，最为具体地位于每个人的心里。爱创造了一片完美的爱之火花遣送它去收集经验、成熟，最后结出沉甸甸的果实：学会爱人与被爱。缔造了你们、等待你们回归的爱，多么爱你们每个人啊！不过与此同时，你们早已在家，因为(妳的)内在有那片完美爱之火花，因为在每个人的内在都有一个神秘的至圣所，有那个灵魂的圣坛在其中一个人可以放下悔过的蜡烛，让那一天的努力，那一天的空无，以及在你们的幻象中存在着的混淆海洋里的所有忧虑都随着烛火慢慢熄灭。

那个圣坛是可以被遗忘。那个圣坛可以被关闭变得布满灰尘。太一在那里等待着，祂的爱超越所有传讲。这个器皿会称这种意识为耶稣。然而，耶稣实体会乐意我们把这种能量称为完美的爱。但这种完美的爱对于你是独特的，它只等着你

不等别人。耐心地、安静地等着。这种能量，这种爱的菁华，等着你将手放在门上，转动门把，走过去，从看见日光的外部之心走入门里，进入只有你能去的内在地方。在这圣中之圣所除了你、造物主、以共用的爱本身的振动之外，什么都没有。

无论有什么麻烦，无论在心智、情感、身体或灵性上有啥疾病，这种爱都想要分享，想要拥抱，这种爱除了与你共处至圣所之外不渴望任何其他事情。那儿没有评判。那儿没有要去通过的考试。只有绝对的爱。

当你的自我中心安住于那个圣坛之内，那片混淆的海洋继续围绕着你，你游泳，做很多事，去很多地方，看到很多的人，而只要有那种对完美爱的察觉，你就不会在海中溺水了。而且在人际关系似乎既无助于学习、又无助于平安时，你不会变得心灰意冷。我们知道，就一个实体在此生中学习的意义而言，把所有时间都花费在那个秘密的至圣所之中，并不是令人满意的，我们并非建议生命样式要被改变以便于全时间注视和享受住在里面的灵性。我们察觉到你们没有人希望去进入投生接着居住在那个投生的影子中。相反地，每个人都有一种迫切又深刻的感觉或目标感。你们每个人都想望去实现那份真实的天职[那是内在已经为自己准备好的]。我们感觉这是一种真实可信的感知或感觉，有一个本质上是灵性目标的感觉。

当灵魂醒觉于它的灵性身份，伴随着知道自己是谁的喜悦，就会感到有工作要做，而且对每个实体来说，这项工作已经准备好了，因为每个寻求者都有天赋和才能，都有用武之地。我们鼓励每个人都带着那些才能流动，支持自己使用那些已带入此生的礼物(天赋)，那些礼物是每个人精心挑选，用于外部服务，用于每个人可能选择提供的行动和成就。

无论如何，远远比这些外在的事工或服务方式更重要的是：如每个人都觉察的，每个人真正的核心服务是做自己，成为那个最真实、最深刻的自我。说来简单，做到却是难的，要真正成为一个人的自我。因为一个人如何才能与自我连接在一起？难道不是更经常地通过从别人那里得到的回声，于是每个人能最准确地看见自我？一个人如何才能存在并知道那是最好的存在？你们民族文化的价值观使得思考如何存在变得非常奇怪，因为你们民族重视成果。吉姆实体说：「我喜欢把事情做完」。(在座)所有人都能完全认同这种心情。

你处在一个充满东西的幻象之中，你想要看见事情被完成。你想要看见你已经到过的地方，不过就存在而言，你无法看见你在哪里，或者你已经到达的地方，或者你将要前往的地方，因为存在的价值在于其非受迫的自发性。

那么，对寻求者来说，逐步形成的挑战是学会如何从自我身上拿走无关的物质，扩大灵性的自由运动，那是(灵性)无思的振动，因为有一种原生的振动，是每个实体的签名。我们认识这个圈子里的每个人灵不是凭名字，而是凭借每颗心所唱的音乐，即每个人、每片火花所具有的基调与和声之复合体；而每片火花都是独特地可爱没有重复。没有无聊的可能性，聆听并加入到每个人以及在关系中的两人歌曲，然后在团体中的每个人一起创造那首团体之歌。

超越幻象，超越无关的材料，在每个人的内在都存有那必须唱出的音乐，(你)将要唱出它确实在唱的歌。B 实体说:「允许」这个字汇对他很有帮助，我们再次提供这个字汇，因为每个人早已在唱着一首完美的歌，但这是自我的一个安静和隐藏的部分，它必须被允许有位置、空间以及对静默的关注。正是出于这个原因，我们经常提醒每个人每天有规律的静默时期的益处。当然，正如我们通过这个器

皿的耳朵听到的，在她的猫咪的鼾声和(外面)乌鸦的叫声之间，内在的静默可能不是实际的静默。然而，问题的关键在于，无论如何都要尝试将心智从不断工作、搅动出如此多的考虑的齿轮中脱离出来。

甚至停止自我的喋喋不休也不重要。重要的是，要努力忽略它，与无限太一共处至圣所，去倾听，单纯地倾听内在的沉默，然后听到门打开了，同时立即感受到那等候的临在之至福。

我们已经来到一个位置，我们感觉到在此让问题被提出，这会是有帮助的。在此刻我们会把这个通讯转移给 Jim 实体，同时感谢这个器皿接着在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在此刻我们很荣幸提供自己来尝试去谈论在场者的脑海中仍存在的任何进一步询问。在此刻有另一个询问吗？

B：你们能更多地解释一下什么是真正的疗愈？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，疗愈的区域涵盖了整个人生，因为对于任何扭曲的疗愈就是平衡那种扭曲的过程，使得各种体验的微粒变成整体，将被撕裂的东西聚合起来，而造成伤害的东西被发现是该经验的一部分，它教导了实体本身已计画的课程，无论是在此生之前或在此生的一部分(所计画的)。

对于任何体验的领悟，对于(外部)刺激的感知，都是寻求者与环境、更大的自我互动的手段。因此，当一个人以这样和那样的方式感知时，他就为准备好自我去体验，因为一个实体的感知、领会、体验，即是他用来看(事物)的镜头所带来的反射。通过以这种或那种方式的偏见，该实体实际上抛开了一部分平衡的自我，使其旋转或拉动该实体进入某种接受模式。

有这个说法：「先入之见」，这在这里是适用的。当一个实体设想一个东西是什么，对于该实体它就会成为那样，因此该实体允许发生一种舞蹈的方式体验它以前所设想的事物。该实体专注于它所感知到的东西，并在其体验中与它一起移动，直到该实体和体验和谐地调合在一起，你会称之为疗愈。

很多时候，实体和体验之间的舞蹈～或更准确地说，实体和催化剂之间的舞蹈～就是通常所说的疾病或不和谐的经验，因为该实体的某些部分被甩出其正常的平衡，并被不平衡所强迫，得去关注它现在参与的舞蹈。当这种感知和舞蹈在心理和情感上完成时，就会重新建立该寻求者的平衡、和谐。当感知被扭曲到一定程度时～或者我们应该说是被忽视到一定程度时，心智就可能给身体催化剂，这样或那样的身体疾病就随之而来，以进一步保证引起寻求者的注意力。这种不舒适使得寻求者的注意力集中在没有被良好使用的催化剂上。随着催化剂被使用和舞蹈的完成，也就实现了疗愈[以你们的称呼]。

那么，治疗就是平衡各种扭曲，使得(该实体)感知的东西更接近爱、悲悯、理解、宽容等等，而非在没有看见爱时所产生的扭曲式感知。

我的兄弟，有进一步的询问吗？
B：我假定，平衡的实现跟自己有关，也跟他人有关，对吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是极为明显真实的，因为所有的平衡必须从自我开始，其他自我只是为了自我的那个需要平衡的一部分扮演一个角色。

有进一步的询问吗，我的兄弟？
B：作为医者的实体在治疗过程中究竟做了什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一个担任医者的实体为寻求疗愈的实体提供机会去打开它的红色与紫罗兰色光芒之中心，这些中心在该实体的肉身中保持当前的觉知水准，于是一直占据着那个位置的东西在这个时刻就可以被释放，如果这对于那个要被疗愈的实体是合适的，接下来这个实体在那时将会释放老旧的存在方式并且接受一种新的存在方式或态度，那么这就是疗愈的过程了。

有进一步的询问吗，我的兄弟。
B：在更深的层面上，疗愈单纯地是对该实体的完美之领悟？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实如此，因为每个实体都是太一造物者的一部分，都是完整与完美的，都有自由意志去选择其寻求的道途。

这种体验的第三密度部分，确实，在较小的程度上在更高密度也是如此，都是一个过程：一个实体忘记了它的[部分]完美性，忘记它与所有造物的合一，忘记了这些存在的基石，于是它可以向造物主提供经验，致使祂能认识自己。当造物主的每个部分都知道自己是造物主，完整和完美的，就无法获得这样的经验。因此，一个实体为了服务造物主的渴望而航行进入这[造物]世界，埋首进入遗忘的

过程，这可以说是一种伟大的服务和牺牲。

我的兄弟，有另一个询问吗？
B：当你们回答这些问题时，我感到在较低能量中心有一种紧缩。这点会以任何方式影响该通讯吗?

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这种冲击是强化寻求(过程)，因此有助于在这个寻求圈中每个人的整体经验。(至于你)描述的在这些能量中心中的这个行动和发生方式及其原因，我们必须把它留给你自己去分辨。

有另一个询问吗，我的兄弟？
B：没了。非常感谢你们。

在此刻有另一个询问吗？
Carla：对于人们的情感痛苦，最好的思考方式是什么？我体内有些触发点，非常痛苦，但通过按压它来释放，感觉很好。人们是否有这样的触发点来释放情绪上的痛苦？要如何处理它？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。触发情绪反应的这些痛点是那些在肉体上和形而上方面可以被看作肉体和形而上载具的一部分打结的地方，所以当人们能够找到这样一个点，可以把注意力集中在解开或释放疼痛(点)上。

在这体验中蕴含着一整个发现的领域，因为每个实体都在生命样式中编织了一些这样的点，然后可能导向对该实体的特性越来越多的理解，最终导致完全体验到太一无限造物者的存在，沿着这条道途上有很多个步骤。

我的姐妹，有进一步的询问吗？
Carla：你们有任何建议：像我这样的听众如何能支持这个过程？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。带着悲悯的耳朵倾听，同时在不带评判的情况下接纳已听到的事物，就是在这样一种实体们的关系中一个人可以采取的最具滋养性的态度了。

该谜题的答案，痛苦的解开是一个过程，在最终意义上只能由一个实体为自己完成。其他实体，好比你自己，可以提供倾听的耳朵、悲悯的心，偶尔也可以提供洞见或智慧，以导引实体的直觉去辨别使其运动和移动可以有益地发生，容我们说。寻求者本身必须让听众参与，必须让自我参与，必须在这个解开的过程中不懈地寻找线索。正是这种解开被捆绑的东西接着融合在一起的经验提供了一种手段，使该实体最终找到内在的造物主，而祂将因为该寻求者的经验而更充分地认识自己。

我的姐妹，有进一步的询问吗？
Carla：再一个问题就好。你们已经谈到解开(的过程)，但你们没有谈到将那个结剪开，就像一个母亲经常会对一个孩子无法解开的打结头发做的事情一样。你就是不能剪开它，对吧？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹，我们全心全意地赞成，因为这个结的每个部分都是自我和太一造物者的一部分。如果试图动手术(切除)，另一个结将会长出来。

我的姐妹，有进一步的询问吗?

Carla：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢妳，我的姐妹。

（录音带结束）

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3803 章集：复活节前的百乐餐

周日冥想

1997 年三月 30 日

团体问题：我们今天吃百乐餐*。

(*编注:意指不预设主题，让传讯来源自由发挥)

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中致意。我们感谢这个团体呼唤我们来与你们分享我们的振动和想法。一如既往，我们发现提供一些意见是一种巨大的荣幸，我们这样做的同时希望知道你们每个人都会用你们的辨别力来决定我们的想法中哪些要进一步思考，哪些要丢到后面。当第一次听到对你是重要资源的真理，会有一种特别的味道或感觉。这种感觉就像想起了自己曾经知道但已经忘记的东西。相信这种直觉，当这种直觉不说话时，那么请允许我们的话语像水一样流走。

我们在这个器皿的脑海中发现合唱和小提琴，以及这个器皿感到很喜爱和蒙福的

节日曲调与和声，在这一天，那个来到世界并被世界杀死的爱从死亡的掌控中被解放出来。当耶诞节到来，我们说寻求者就像婴儿耶稣，以全新的方式出生在一个先前未知的灵性身份中，这个内在小孩是灵性的婴儿，有灵性的语言要去学习，有灵性之道要去适应和习惯。当你们称为的复活节到来，我们倾向于建议寻求者在为世界做出爱的牺牲和从身体死亡中的复活中看到自己，那是每一个觉察到自己灵性身份的寻求者与生俱来的权利。我们鼓励你们每个人沉思自己为了来到这个特定时刻所做出的牺牲，不是简单地来到这个特定的房子或特定的团体，但肯定涉及你们所有人在此时共用的那个瞬间情境。这是一个衡量标准，一个笨拙的标准，但也是一种量尺，在看待自我和它在行走灵性道途上的苦难和困难时，反思自我对凡人生活的机会和变化所带来的爱之额度，容我们说，甚至是臣服的额度。因为，相比有多少爱被带到提供该服务的过程中，一个人做了什么事情来服务真的不是什么大问题。

对于那些走在灵性道途上的人，一个常见的误解是：有个具体的东西，某个志业生涯，是某个人应该做的。有这样一种紧迫感，觉得是时候去服务了。「是时候履行我来到这个地方的使命了。」正如我们以前通过这个器皿所说的，我们觉得生涯的想法是一种妄想(chimera)，除非那个生涯被视为一种存在的志业。

你们每个人的内在都是完美的。你们每个人都是伟大起初思维的一幅全息图，它以不扭曲的形式存在于你肉体的每一个细胞中，以及构成你心智、身体、灵性的所有精微体中，错综复杂。造物者在其全然完美中是比你的呼吸离你更近。因此，当每个人寻求服务和知道下一步是什么，什么样式，什么节奏时，无论寻求者在其他人的生活方式中，在他们的教导中，在他们的著作中，等等，找到多少工具和资源，不过在自我内部，在心智内部的那些洞穴和迷宫中，渴望得到的帮助正等待着人灵的触动，它愿意不断深入到那个心智的根部系统中，一个人从当

下起穿越所有的时间、空间以及人类的所有方式，我们可以说，被带到那片一体性的海洋，每片爱之火花[你之所是]都在其中游动，如同海豚在你们行星的水域中游动。你的内在有一个生灵它认识而且热爱这片内在的意识海洋。不过在这幻象之内，你们走在陆地上，只能在内心携带那片海洋。陆地上有灰尘、时间、忧伤，心逐渐变得疲惫，灵性开始滞后。不过在你身体的每个细胞里都充满着欢庆与愉快，喔，(若)是能够触及那一直等待的领悟!

如你们每个人都清楚知道的，我们总是推荐每天冥想。即使只有五分钟，那也是你划出的时间，不给任何人只给造物主。这是一份自我给自我的礼物，无论你聆听静默的方式是怎样地糟糕，不管有多少声音在脑海中升起又落下，不过那意图已然形成。当这点通过你的时间不断重复时，就有一种习惯的感觉来到，帮助寻求者继续她已经开始的发现之旅。因为就像其他耗费时间的事情，这是可以养成习惯的事情，选择这样做，养成这种习惯，确实是一种选择，会加深与灵性道途一起工作的感觉，关于这条路走得如何收到一些反馈。

我们也已经多次建议灵活的处世，因为当寻求者越来越坚持不懈，确实有平衡的需要，这样每次对自我重新奉献，然后都应该重新获得自我做为傻子的认识。因为鼓舞人、吸引人的东西才会被热爱、被很严肃地对待，而自我有许多扭曲和错觉，确实经常在扮演傻子。所以说，寻求者所在的位置是：要嘛试图将这种愚昧合理化，要嘛简单地承认、接受、钟爱这个傻子，他真正渴望最高、最佳的真理与美。

有一种协助自我的艺术，我们察觉到，特别是 B 实体，此刻正在寻求滋养自我方式，寻求服用灵性维他命的方式，容我们说，于是当人灵罹患感冒时，它就可以转向某种协助 ~ 作为一种资源。这世界的方式有其特殊性，有完全自然的渴望去

控制和塑造事件以实现预期目标，这对寻求者来说不是特别好。自我可以被视为一种绝对，它正在移动通过一系列的幻象，同时在经历相对的真理、相对的领悟，和相对的….我们在你们的辞汇中找不到给这个概念的字，但我们可以说～以非判断的方式平衡已经发生的事。

也许将任何一个实体的灵性道途视觉化或概念化，使之成为在宿命和命运之间游刃有余的东西，而命运只是自由意志的反映，这样可能有帮助。就终极的意义而言，既没有宿命，也没有自由意志，毋宁是每个实体在此生过程开始前，按照该实体及其指引或更高自我决定的最有效课程，限定灵性旅程发生的方式。并不是说有一条必须从 A 点到 B 点的路线。B 点在被期待方面是既定的。从 A 点到 B 点的路线并没有停止在一个方向，而是随着时间和空间的卷轴展开，[命运]的双翼转动，事件滚入意识中，又随着时间本身在此生中滚动而退出。*
(*编注:这一小段原文相当饶口建议读者参照一的法则在相关议题的说法。)
无论在一个特定的危机或关口做出什么选择，无论寻求者在 A 和 B 之间的道路上是位于何处的，那个寻求者都可以确信，仍有一条通往 B 点的路。在那个意义上，你不会犯错。但在加速学习过程的意义上，最好在自我内部工作，认识到有一种漂移或倾向，可以松散地称为命运；我们认为，可以安全地说，这是一种良性的、有益的命运，值得给予信心和信任，而且在某种程度上，能够变得可见只要寻求者愿意倾听、感受、凭直觉知道，而且，真的在每一种方式中，你可以简单地注意它。因为造物主之路势不可挡。在每一个方面都有迹象、同步性、巧合，当一个人关注时，(迹象)就会迅速增加。

所以，也许这就是我们要说的最有帮助[值得下功夫]的技巧，与那些作为灵性运动的自我节奏合作的技巧，似乎可以提升一个人带他走在路上。当你感知到这种能量，允许自己倚靠它，练习这种信心和信任的习惯。我们并非建议这总是最好

的方法:成为被动的。并非如此。有些时候，寻求者会感觉到[需要]采取行动，如果感觉到了，那就是对的。我们所建议的不是被动，而是聪明地考虑来到你身边的催化剂。最重要的是，培养和滋养自我在其寻求和所有努力的做法是：记住自己是谁、是什么，以及自己前往何方，回到与造物主共用的至圣所中，即使只有一秒钟，但仍然是一个强大的事物，它总是可用的，转向、转向、再转向，并在所有条件下认识和看见造物者。这是许多辈子的工作。

我们已经谈到开放之心，我们察觉到很多时候当心是开放的，它将受到伤害。我们鼓励每个人保持易受伤的状态，在当时似乎适合待在其中的情况或空间中允许自己变得不舒适。很多时候，恐惧被摧毁或被彻底打倒可能会使人处于保护或防御的姿态。当这是必要的时候，我们鼓励这样做，但在任何有可能的时候，我们确实鼓励我们确实鼓励(寻求者)继续乐意把时间、注意力和感觉的祭品献给造物主，祂已经在爱中创造一切事物并已经赋予在宇宙造物中的每颗微粒一个需要，那就是去爱。

我们要在此刻问问这个团体是否有任何问题呢？
B：（听不见）

我们是 Q'uo 群体，并不介意评论那一点，我的兄弟。当一个人和这个素材一起工作时，他已经进入一个竞技场，在此混淆之道必须被仔细地保持。因此，我们也许最适合对你说的是：你在试图观察深层心智的架构上已经有一个好的开端，我们觉得你有些好的开端概念。我们愿建议，继续沉思心智的这个非常重要和有帮助的部分将是富有成效的。心智、身体、灵性确实是极大地连接在一起的。然而，我们建议更多地考虑这样的看法：当这三者中任一个被启动时，全部都被启动。这三者之间肯定存在着密切的关系，这些关系被纳入自我这个合一体中。然

而，每个部份在某种程度上都是以它自己的节奏工作，尤其是灵性。

我们会进一步建议：考量每个母体、赋能者等等之间的对应关系，因为一个人可以将原型心智视为一种创造音乐的方式，举例而言。各种各样的主题会协调一致，在那种和声结构就有思考奥秘的能力，就是那种奥秘吸引你们每个人此时来到这个灵性社群。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？
B：此刻在这个主题上不用了。（听不见）。
我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们没有咬上一口。在此刻有进一步的询问吗？

(猫咪 Abigail 喵喵叫。)
我们发现 Abigail 实体有个问题，那就是:「这个实体快要停止说话了吗？」对于那个问题，我们发现自己将要给出肯定答复，因为这个团体的能量正在飞散，甚至就在我们说话的时候。在你们度过生活和日子之际，能和你们每个人在一起，真是一种巨大的荣幸和祝福。我们一直在那儿，作为你们可以倚靠的静默，帮助你们的冥想。我们对你们每个人都表达了极大的爱，并在爱与光中离开你们，爱与光就是太一无限造物者。我们是你们认识的 Q'uo 群体。
Adonai。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3804 章集：教导与服务

周日冥想

1997 年三月 16 日

团体问题：我们今天在关于服务的方面提问。首先，我们似乎需要一种自我感以便于知道我们有什么资源可以用来服务，其次，在我们的日常活动中集中精力于服务他人是否合适，或者说，在不太直接的努力中服务更多是我们存在状态的一部分？当涉及服务他人时，教导的真正本质是什么？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中欢迎你们。加入你们的冥想、分享你们的振动，真是一种喜悦和荣幸。我们无法表达你们每个人带给我们每个人的祝福，因为我们清楚地记得第三密度，那个处于熔炉(crucible)中的时刻。允许你所做的选择的情况被感受、表达、命名、接受，这需要勇气。而我们被每个人寻求认识真理的纯正和真实的渴望所鼓舞。我们同样感谢你们呼唤我们，因为我们的服务和这个特殊接合点的进展方式，就是跟此刻住在你们地球层面上的同伴们分享我们的经验和意见。当你们这样的一个民族接近一个尖端尚未做好准备，却又感觉到 ~ 无论是多么朦胧 ~ 那种前进的呼唤那种目标与使命的感觉，就有一种巨大的呼唤在整个宇宙造物中回响。所以我们感谢并祝福每个人请求你们做一件事作为回报，，那就是使用你们个人的辨别力，保留我们可能说的那些在你们看来有价值的东西，而让其他的东西掉落，因为我们不愿在任何人面前放一块绊脚石。

我们刚才是俗语说的墙上苍蝇*，我们聆听了你的讨论，我们赞成这个器皿，这个特殊的团体真的并不需要一个正式的管道，毋宁说，有一种具有血缘关系的灵性的结合，因此，每个人都是彼此的老师。

(*编注：意指暗中偷听或观察的人)

你们将发现这种情况越来越频繁地发生，因为你们各国人民中的许多人确实觉醒了，确实找到自己，他们第一次把自己跟一个灵性身份联系起来。当每个实体确实醒来时，有一种几乎是恐慌的感觉，一种情急的渴望要在形而上的世界中变得有方向感，在这个世界中，思想就是东西，东西只是思想。在这新近觉醒的人灵面前出现多么不同和独特的异域景观，她第一次了解到她不是一个有心智的身体，不是注定要受到死亡与时间的限制，而是一个无限和永恒的合一体之公民。

随着每个人的进展，有很多的问题和议题升起。有许多在夜深人静时与天使们进行混战与摔跤比赛。许多纽带似乎破裂了，许多碎片似乎永远拼不拢。当蜕变发生时，每个人灵都遭受巨大的苦难，湿漉漉且尚未出生的蝴蝶害怕离开虫茧。在这种体验中，若你们每个人不想要帮助他人，这会是异常的。你们每个人都希望去服务并确实知道自己能服务，这是自然和恰当的。若我们能给你们留下一个念头那会是：你们将会服务。不要惧怕。不要因为你的困惑或因为你在这个特定的日子和时间没有那种顶峰经验而感到心烦意乱。你们将履行你们的使命。你们每个人都将有效地服务你们所崇敬的光与爱。你们无法在这方面失败，因为当你们吸气和呼气时，你们是一种菁华。你们是第二密度身体中的人格外壳，将你们的意识隐藏和你们自己隔开，在较小的程度上，和你们周围的世界隔开。你们是一个伟大的起初思维。你们是爱。

在这个特殊的日子加入我们的人，全都有自己的家园，在(更高的)密度中那儿有更甜蜜、更开放、更接近无条件爱之起初振动。在适合每个人于混乱之海的舞蹈中扮演的角色和面具底下，你就是你自己，而正是这种本质方是你的礼物和主要的服务。当你吸气和呼气时，你呼吸这世界，你呼吸这幻象，而你就是爱。你有呼吸，于是你会死，这种必死性给人穿上了肉身的衣服，造成记忆的缺乏，跟那些与你的无限自我有关的事物缺乏联系。这并不扰乱你的菁华。你可以减少你的

原生振动掀起涟漪的容易程度。你可以得到祝福，生动表现菁华。你可以更忠实于那个潜在的和环绕(你)的菁华，但你将毫无例外地履行你的服务，完成你的使命，因为你的基本使命是在周围的人群当中一起生活，保有一颗在稳定基础上有意识地、尽可能开放的心。

当一个人担忧、努力、挣扎的时候，看似黑夜降临，什么都看不见了，不过该自我总是躺在那儿等着你让它的深度上升到有意识的觉知中。在每个人的内在在心的至圣所中有一处源泉，它永远冒出光与爱的清澈水泡。造物主已经将祂的帐篷放置在这个内在的至圣所中，耐心地、慈爱地、亲自等着你触碰那扇门，等着你在楼梯上的脚步，希望你进来并与祂坐在一起。而造物主最大的喜悦莫过于在(你)心中亲密交流的喜悦。造物主对你有巨大无限的爱。这种爱的品质是有个性的，有人格的。它不是无个性的。它不是一般的或模糊的。造物主发现每个振动复合体都很美，如其所是地爱着每个振动复合体。

对于那些在第三密度中在此生中的实体，这样的无条件之爱不是特别容易找到其入口。我们察觉到你们希望找到更多的资源来帮助你们成为一个更好的仆人。我们对每个人的首先建议肯定是进入一种深化的且为广阔的对自我的觉知，尤其是自我的那些黑暗面[这个器皿的称谓]部分，因为这个完整且完全的自我包含一切万有。你们每个人在此生中都已经重复做出选择，那些选择大部分强调正面的品质。无论如何，你们的文化并没有教导你们带着适当的善意来和自我的其他道途打交道。所以你们每个人都已经面对那个谋杀、偷窃、亵渎、妒忌、色欲的自我。每个人都已经把一颗坚硬的心转向自我并说：「我评判这个部分并无价值」。

这并不是说我们不赞同我们每个人是多么悲惨，因为，当一个人是所有事物时，

他真的包含了所有时间、所有空间的痛苦与苦难，同时也包含了光的明亮和荣耀了。但就我们简陋的意见：自我的这些部分实际上并非它们看起来的样子。然而在第三密度中，没有任何事物是它表面的样子这种知识是冰冷且无说服力的。我们并不确定如何建议你们每个人找到勇气和胆量来宽恕你自己是人类。在幻象的世界中，你们也必然是由相同的东西所制成的。你无法把一个无可否认的实相带入这个幻象，因为幻象的整个目的就是如此混淆你以致于你最终放弃使用智力和逻辑的工具来使得生命有意义，因为就那个术语(逻辑)的通常意思来说，生命并没有逻辑意义。当然，每个人都曾有过那种心境，在那里，所有的东西都被视为完美的。这些时刻具有罕见的美丽与喜悦。然而它们只喂养你自己。你不能把它们作为礼物送给别人，或说服任何人只因为你已被说服了，因为这是选择的密度，每个实体都必须为自己面对那选择：为谁服务，如何服务。

然而，我们能向你们保证，除了单纯地存在之外，还有服务他人的一些方式。这仅仅是因为一切都是从爱你自己开始的。我们再怎么强调这个步骤都不为过，我们也不能说这是一件容易或简单的事情，因为首先必须摸清和看清自我，也许不是很详细，但要面对住在每个人内在的那只凶猛饥饿的野兽，它有吸血鬼的力量，在不被爱时拉扯着自我的能量。你们每个人都已经宽恕他人大量的事情，但你们有没有原谅自己的小事更不用说原谅你认为的大事。转身看见自己是多么困难啊。

许多人从未获得知识，必须将他们生活中发生的一切投射到其他实体身上，而这正是其他实体在这里提供的东西之一。事实上，你们每个人都为别人扮演了这个角色，成为反射和提供催化剂的镜子。你们每个人都经历过那种第一次看见自我的强烈感觉，因为别人是一面好镜子。但我们建议你们把第一面镜子举到自己面前。你们所知道的耶稣是在这个器皿所称的旧约、十诫、正统法的氛围中长大

的。这种教导被许多神秘主义所调和，但当这个实体开始教导其他人时，它建议所有的律法和先知所说的都可以被爱造物主、爱人如己所取代。一个人只有原谅了自己，才能够无条件地爱他人。我们鼓励每个人朝着自我接纳、自我宽恕的方向前进，感觉到每天都是新的一天，每个片刻都是干净的、未受损的事物。

当一个人寻求服务他人，他已经选择最微妙的活动。当然，感知到一个有需要的实体，在一般意义上提供帮助，暗示你在那儿为这个人服务，绝没有任何坏处。当一个人被要求以这样或那样的方式有所服务时，他肯定可以做出最充分的回应，因为这是开绿灯对方在说：「请把你的价值观施加给我。向我表达你的感受。我将倾听，因为我正在寻求」。而服务很少有那么简单。它时常像是一次播种。一个微笑是一粒种子。翻开一本书封面上说着祈祷、冥想，也是一粒种子。

那些进入你环境的人看到你在读的书，他们内在的某个东西被刷新了，因为我们不都是一？一只张开的手、一句好话、平凡生活中的普通话语。这些确实是财富，其中包含了所有可想象的服务，因为你在日常生活中对一个人和另一个人说话之际你就对所有人说话。释放数字的概念。有多少人感知到你所提供的东西，这并不重要。一个就足够了。一个即是赏赐。因为那一位是造物者。每个实体都是一切万有的全息图。(宇宙)没有损失。没有办法失去。你们都在宇宙造物中。

让我们移动到一个更深的层次上看看这个存有，这个自我的菁华。我们总是在无限造物者的爱与光中向你们各位致意，因为我们认为爱与光就是一切万有。伟大的起初思维是一种名为爱的振动，爱是一个平淡无味的字汇，而我们找不到一个替代品。所有受造物都是由光创造的，是自由意志作用于爱的产物。在这个层面上是每个人的身份和存在。在纯粹振动复合体的层面上，你无法不成为你自己。在第三密度之内，有巨大的机会来加快灵性进化的速率。所以当你每一天前进的

时候，要了解到这个过程将会抓住你并摇晃你，事物将会时常变得松散并嘎吱作响。改变，如这个器皿说的，经常是不舒服的。如果你正在聆听并基于你的心之渴望行动，你将会改变。这有时是一场严酷且恶劣的旅程。风景有时是非常贫乏的。随着每个人走过那些入门(阶段)，体验特别适合这个四旬斋节的灵魂暗夜，你在接近另一个人的时候，不会知道这个人处于甚么状态，不会知道你对谁来说是一片绿洲，你是藉由你的存在来解渴的水。

在我们进入问答(时间)之前，我们会请求你在那种存在状态中歇息并如我们体验你一样地体验你自己。你们是多么珍贵，多么美丽。触摸到这种美、这优雅。当你进入自我内心的爱之住所，感受那道光。感受光辉的开始。并知道那光辉并非来自你。你所能做的一切就是为太一造物者的无限爱与光准备好通道，让它通过你流向这显化的世界。你所经历的苦难、质疑、怀疑、痛苦，以及所有的苦难和痛苦都是为了一件事：掏空你，聚焦在空性，于是准备好领受。因为对于那些走在服务他人道途上的人、对于那些我们想要谈话的对象，正在领受的是无限的爱，当它通过你流入一个你已经清空的通道时，它会照耀你们全部的地球世界。你就是为了这个目标而来：随着事物逐渐消散，去活出一次充满许多牺牲的人生，你开始知道什么是有价值的，什么是美丽的，什么是真实的。你是一个见证者，不过你就是你所见证的而在那美妙的悖论中就是形而上世界的信号了。它将会一直让心智挫败，它希望如此地挫败心智，于是你将会踏上那场从头到心的旅程了。

当你洗盘子、每天上厕所的时候，当你为孩子换尿布时，当你拔掉一根野草，当你惊恐万状想要每一个人都死掉，你都在服务造物者。你服务了多少人，这并不重要。只要你做自己，尽可能充分地体验造物主放在你面前的东西，因为那些要给你的东西会来到你身边。你已经为自己准备了一条成长的路线。

当一个人抵抗这条线路时，他可能前往其他的方向，但你正在尝试达到的地方只有一个。你可以透过抵抗使得你的旅程变得更漫长，但还是相同的旅程。结果是，沉思如何来跟这种节奏合作并在你自己生活的流动中指引你的航向，这会让一个人受益。从赞美和感恩的角度来认识知晓每个事物。很多事情很容易(使你)提供赞美和感恩，而如你们每个人在这次传讯[如这个器皿对它的称呼]之前的讨论中说过的，每个人都已经提出那一点。

所以我们单纯地鼓励你们去爱。钟爱造物者。钟爱你自己。以你知道的任何方式去爱对方。任何方式都好。你无法犯错。你可以看似一次又一次地失败了。不过你真的不会犯错。因为你在全时间都是稳固的、安全的、处于中心的。你将学会越来越多地体验如何允许你自己感受那个早已存在的中心。

我们会在此刻开放这次会议给各种问题。此刻有任何(问题)?
R：D 已发现他曾与特斯拉亲近，现在他似乎受到超心灵攻击，他从腰部以下麻痹了，他的装备故障了，一个找矿师(dowser)在他的房间中已经找到外来的能量。你们能不能以任何你们感觉合适的方式来评论?

我们是 Q'uo，我们掌握该询问。当一个人被攻击的时候，去防卫是自然的，不过在超心灵致意的意义上，防卫创造出攻击的延长。耶稣实体说过：「不要抵抗邪恶」，而我们会说，要知道这种问候来自于自我，如同孩子已经被父母抛弃了。

这个孩子搞破坏，用玩具卡车打人，猛敲钢琴。这不是令人喜爱的行为，不过同样是自我的一部分。我们会建议，当一个实体面对着自我的一个新的部分，一如既往，解决方案就是爱。

这些脚步声，这种麻痹，要找到勇气对这种情况和任何情况赞美与感恩。找到宁静来寻求这种致意的核心，把那个核心视为：当被爱的时候就会蜕变的东西。当一个实体进入此生，遗忘的面纱降下来，这是有原因的。当这个罩纱在人生中被穿透时，一个实体感觉她正在看见自我，而这个自我只是一个外壳，那个自我只是一个外壳，而菁华藏在底下，同时位于中间和周围，却又都不在。当被恐惧的事物最是被爱看见，然后(该)现象就只缔造一点点的差异。

若那个询问这个问题的实体想望重新询问我们会乐于继续下去。此时有另一个问题吗？

B：没有问题。我只想要说，你们在今天的集会中说了一些真的感动我的事情。当我做好准备进入我成长的下一步时，我仅仅想要说，我真的会想念这些周日集的会。我只想要感谢你们做的每一件事情。

兄弟，我们也感谢你，我们不能比你说得更好。现在有另一个询问吗？

提问者：（听不见）。

我们是 Q'uo，觉察了你的询问。我的姐妹，你们人群的失控科技，如这个器皿对它的称呼，就是小孩子的玩具。孩子还不够大不足以掌握方法：如何照顾、对待他的兴趣和娱乐的对象。这将是非常令人混淆的，这就是事情应然的样子。我们无法具体评论你们的文化将产生甚么影响，会朝什么方向运动，而只是鼓励每个人镇定地看待智力知识上升的数不尽的短暂涟漪。无论看起来是善良或邪恶，无论看起来是有希望或是灾难性的，都是幻象。所以我们鼓励每个人总是转向内在的那个地方，它连接着肉身中的自我和永恒中的自我。

我们现在可以回答最后一个问题吗？

提问者：（听不见）

我的兄弟，我们很高兴你们提出那问题。我们喜欢奶昔。我们认为你们每个人都是一杯美味的奶昔。我们能把你们当早餐吃掉。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。彼此相爱。彼此相爱。我们是你们认识的 Q'uo 群体。Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3805 章集：仪式的功效

1997 年二月 23 日

周日冥想

团体问题：我们想要知道对于真理的寻求者，仪式的功能和效果是什么。

(示意图)

（Carla 传讯）

在太一无限造物者的爱与光中致意。我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们祝福你们每个人并感谢你们呼唤我们来到你们寻求的圈子。我们感谢每个人及其渴望：一种更完全的真理。我们把每个渴望看作一种色调或颜色，就好像我们在凝视一圈珠宝。我们最最乐意与你们分享我们的拙见，始终要理解到我们并非不会出错。我们不是一个终极的权威，我们是太一的寻求者，是爱的奥秘之朝圣者。我们追随着爱，发觉爱就是我们的真正菁华，我们希望与一切万有重新结合。这条旅程对我们来说还远远未结束，你们每个人都比我们多好几步要去走，但我们一起行旅，真的对你们的陪伴感到蒙福。

这次集会开始的问题是关于仪式的特性和功能。这确实是一个相当大的主题。有两种仪式，一种是来自第二密度根源的适应性，即携带你的意识的载具，另一种是人类的创作为了寻找在情感和意识中更深层次的清晰状态。你们身体所携带

的第二密度传承包括大量的本能仪式性行为。这种铭印仪式的一个例子是这个器皿最喜欢的，该例子是一只猫，牠一听到主人在门口，就开始在客厅里跑来跑去，在门上跳起来，从门口跑到厨房，又跑回来几次，在橱柜上跳起来，从冰箱上弹起来，走到盘子前，然后这猫开始进食。只要这个过程被完成了一次，这猫就会联想到在盘里有食物之前所有动作都是为了把食物带到盘子上。一只猫不会想到主人必须去拿食物并把它放到碗里。对这个小小的心智来说，这个小小的行动仪式是相当必要的。

每个实体的生命体验都包含了一个完整的铭印情况的列表。本能性的铭印首先显示为母亲给新生婴儿喂奶。这个简单的行为有着深刻的情感内容，对于母亲和对孩子都会终身的影响。再次地，与异性的第一次亲密接触的体验创造出一种铭印，于是第一次体验被本能地保留为完美的性体验，而在余生中则受到那些与第一次铭印体验相关的本地环境所影响。随着每个人走过生命的经历……
(R 离开这个圈子，咳嗽中。)
我们是 Q'uo 群体，我们请求这个器皿说，「没事的，R。」我们继续。

在此生中除了父母的铭印和性的铭印之外还有各种各样的时刻。它们主要包括那些有效地将一些隐藏的欲望带到表面的人。这通常属于教师/弟子关系的功能，在伴侣之间也并不罕见若双方可以是对方的老师。这些铭印会在此生的一个特定时期影响一个实体。

更深层、更典型的人类仪式也源于本能，因为有一种重复熟悉事物的本能，作为不再感到孤立、孤独、困惑的手段。有些实体选择的仪式是为了庄严的改变，好比婚姻，当然，这个器皿称为的领圣体或圣餐的每个服务都是一个有效和强大仪式的好例子。在使用仪式加速意识变化的过程中，该术语魔法经常被用作一种描述式术语，暗示具有隐秘的灵性意义之仪式行为。

我们觉得(你们)这个问题正是由这种仪式引发的，因为在这个群体中，对于仪式的力量有着真诚又深刻的体会。每个人都经历过那种净化和澄清的效果，这些效果是通过某种仪式所获得的，这种仪式是由自我和他人带着共同的，我们可说是，非尘世的渴望进入的。灵性的仪式，这个器皿会称呼那些为宗教的仪式，你们各种文化中许多兄弟会的仪式章程，都是多次重复的言语、音调和逐渐深入触及的情感的集合和安排的例子。

仪式通过几代人和几个世纪继续变得更加有效的原因是：在你们的内在层面之内，正如这个小组稍早讨论的，有许多实体是无形的，也就是说，没有你们在第三密度人生中享有的肉质载体。然而，他们在化身为人的时候，已经通过这些伟大的宗教、灵性的仪式和以宗教为导向的兄弟会。当那些处于此生的人通过那些相同的仪式时，相对较大一群的无形实体可能被唤醒，(数量)取决于该仪式，而加入这个仪式中，创造出一个看不见的～该器皿称之为天使般的元素，这样，对有意识经历这个仪式的个人来说，就有一大群天军以及那些参与该仪式的人群之综合能量。这些所谓的魔法仪式对于那种会寻求团体敬拜或隐密事物的人非常有用。对于某些人来说，只要和团体在一起，就足以体验到深入参与仪式形态时情感的运动。

当然有很多很多的灵魂并不觉得有参与团体仪式的愿望，以澄清和净化魔法人格。这个实体有机会为自己创造仪式，而且在许多情况下，这种尝试经过深思熟虑，而且完成得很好。许多朝圣者的仪式跟很卑微的日常事物有关：在简单的饭菜中放置杯子、勺子、面包；个人物品的清洁和秩序；一个人在与另一个人见面和荣耀该实体之前运行的想法。这些都是个人仪式的例子。而这些仪式也不是尘世的铭印仪式。这些是旨在影响意识改变的仪式。要实现这些意识上的改变，没有必要待在一个团体中。群体经验对那些被吸引的人来说是可用的，但对那些不能进入群体仪式或群体敬拜的疲惫灵魂来说，这些情感和意识的改变仍然是可得的。他们只是没有唤起天使的协助，而该协助是由团体敬拜所警醒的。当一个实体已经决定选择那条更孤单的寻求之路，然后那个实体就好像艺术家一样，洗净画布，准备成像。这两种仪式行为，单独的和群体的，都只有一个目标，这使我们考虑到这个器皿称为的魔法，或者更具体地说，西方或欧美世界的仪式白魔法的传统。

她从作者巴特勒那里读到他对魔法的定义是：魔法是在意识中任意创造改变。任何试图以灵性的方式看待事物，穿透经验的外皮，了解经验中的要点、核心、中心的人，都会发现仪式相当有帮助，因为情绪体和灵性体都深受思想的影响。每个实体都有一种特定的方式，，一个特有的学习和领悟，这是该发言者所特有的。然而，所有想望与仪式合作的寻求者其共同点是，当习惯被仔细选择并在一段时间内坚持遵循时，内在意识的先天倾向更容易流经意识、肉体、情绪体、理性体和灵性体。这个器皿曾被告知，学会一个新习惯或打破一个旧习惯需要三个星期。这就是我们在仪式方面正在建议的有用方向了。

看一看自我，你可以看到:当自我的根部穿过意识的门槛向下移动到心智的根部，有些通道是晶体状的，形状和功能都有规律。每个打开这些通道的仪式协助，特

别是在情绪体内，都有助于规律化和扩大这种能力，通过深层心智将光和爱输送到心智的根部，确保自我，将自我一次又一次地扎根于可能的最深层真理，即那个人看到的、或感受到的、或感觉到的最深层真理。更深层的心智有一种被使用的渴望，一种开放的渴望，一种产出其内容的渴望。

就与头脑有许多共同特质的电脑而言，人们可以把这些更深层的心灵结构看作是隐藏的程式，只能从其他程式中存取，而不能直接存取。仪式是一种工具，它最终确实将自我与一个人更深层、更准确的程式联系起来。我们可以说，深层心智的知识或无法言喻的智慧超越了文字甚至超越了概念可以被仪式触发。仪式可以极大地协助一个人变得更加接近他真实的本质，因为每个人都很清楚自己在这一生中戴过的面具之数量和微妙程度。心渴望着面具背后的东西。当然，仪式是一种资源，有助于向自我揭示自我。

为什么寻求者总是希望能够在他们的意识中造成改变？当然，这其中主要的原因.....我们必须暂停。我们是 Q'uo 群体。这个器皿，不幸的是，进入一个类似于睡眠的出神状态。结果是，我们发现自己无法继续传讯。我们将试图警醒这个器皿。

我们是 Q'uo 群体，很高兴我们与这个器皿有一个良好的接触，以便我们能够继续。由于这个器皿(能量)有点低落，我们觉得开放会议给(大家)询问会是明智的。我们也许没有给你们所有我们想要讲的东西，但也许我们已经提供足够的东西，以便你们可以跟进询问。现在有任何询问吗？

B：为了防止这类型的失去接触，有任何事情是我们任何人能做的吗？

我们是 Q'uo 群体，我们觉得该管道不经常会睡着。在这个器皿内有显著的扭曲朝向疲惫和不舒服，正是这个圈子的能量缓解这个器皿的不舒服。因此，我们不认为(方才)失去接触的结果是一件坏事，而只是在该团体能量等待我们想法完成的背景下的一种不便。我们想不出有什么特别的事情可以保证这个器皿能够消除疲惫。无论如何，我的兄弟，我们可以向你保证:按手(治疗)、讨论、社交谈话，这些都是以正面方式影响这个器皿的事情。所有人之间的爱的分享和每个人带给这个圈子的礼物都在喂养这个器皿，事实上，喂养这个圈子里的所有人。也许我们应该把这种能量想成该团体的合一，并了解到我们的交流首先通过团体进行，其次才是这个器皿，所以 B 实体具有治疗性触摸的特殊天赋，这在该集会之前或之后都会有帮助。但是，一般来说，最大的礼物是通过团体的舒适和自然的爱之流动。

我的兄弟，我们可以进一步回答你吗?
B：没了。谢谢你们。
我们感谢你，我的兄弟。这个器皿并没有处于出神状态。这个器皿只是睡着了。在此刻有另一个询问吗?
V：（听不见）

我是 Q'uo，觉察了你的问题。实体们在此生中的假设确实对他们的经历有一定的效应，紧接着人灵离开肉体载体，进入那个形态制造或光之载具，即他们在死亡过程之后和物质层面分离后立即有的(光)体。一般而言，期待的效应会在人生体验停止之后持续一段相当短的时间，因为大多数实体在关于此后的事情几乎没有足够的肯定性以致于他们是敞开的愿被某个熟悉的实体接待。这个向导，不管是(以前的)丈夫、救世主或某个其他实体，都做为向导领头牵着该实体的手带他到一个疗愈和恢复的地方，因为大多数实体在离开此生时往往会出现一些形而上的

混乱其程度相当于他们在此生中受到的灵性、情绪或心理上的伤害。他们将有必要的空间和时间来完全恢复真实的自我。当一个人超越肉体的罩纱之际，一旦他认识到:他就是那个更完整的自我，然后就可以开始回顾此生，在这个过程中，该实体和较高自我单纯地通过此生，凝视着已经发生的事情、已经学到的东西、没有学到的东西，逐渐地发展出一个计画:下一步将是什么。

如果该实体发现它已经能够从现在所经历的密度中毕业，那么向导就会把它带到可以被视为一座光之阶梯上，每个阶梯都比先前的阶梯更充满那单一伟大的起初思维属于爱。该实体沿着楼梯向上走，直到光的强度变得不舒服。如果该阶梯处于第四密度的光中，该实体就前往在那个密度内的各种课程。如果实体在该界线之前停止，留在第三密度内，那么该自我及其指引就会为下次的转世发展一个计划。然后花时间选择父母、朋友、配偶关系和其他重要的核心人物，以迎接即将到来的人生。然后设置课程，最常见的是取决于关系和这些互动会引导自我到何处。

如果一个实体对(肉身)死后的生命有个强烈且固定的愿景，那死后生命的场景可能会在你们的空间/时间上演一阵子。然后这个实体就会继续被困在空间和时间中，徘徊在内在层面，活出该期望。然而，这总是一个被时间约束的现象，最终所有实体都会觉醒并继续前进。当然，当一个实体被先前的体验束缚了一段时间后，一旦该实体醒觉于它的真实本性，在继续前进之前，它会在治疗模式中花费显著的时间额度。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹?

V: （听不见）

我们是 Q'uo 群体，我的姐妹，通常的情况是，一个人不能侵犯另一个人的自由意志。等待的关键是提问。如果一个实体问了你的观点，或在其他一些提问方式中表明渴望另一种观点，那么你当然可以跳进去，尽力分享你自己的愿景。然而，当一个实体有个确定和固定的观点时，对于想望遵守自由意志法则的人来说，唯一可帮助的层次就是祈祷了。一个人可以祈祷所爱的实体可以从限制性的困惑中解脱出来。一个人可以想象该实体觉醒于一个更高的方式。以这种方式，人们可以把这种祈祷所警醒的天使援助放在该实体周围。再说一遍，祈祷是一种仪式，当祈祷是发自内心的，它确实警醒了这个器皿称为的天军，于是当这个实体穿过死亡的面纱时，有更多的天使之光或爱围绕着这个实体，并有更多的机会在这个过渡期间感受到一个更充分的真理。我们会说，我的姐妹，对此生之后的经验期望变得蓄意的、编造的、不正确的，这并不是一个很大的困难，因为该实体有无限的时间额度返回其源头，所以在此生中看起来很激烈的时间考量，从永恒的观点来看，就变得相当不令人印象深刻了。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

V：没了。谢谢你们。

在此刻有最后一个询问吗？

C：我有个朋友得了很严重的病，似乎快要死了。由于她的病对所有医护人员来说似乎是个谜，对她最好的事情是不是祈祷？

我们是 Q'uo 群体。我的姐妹，当处理那些接近更大生命的入口时，人们最好将自我开放给直觉，因为每个接近这种质变的实体都是受伤的，当该实体接近(人生)经历的终点时，肉身的痛苦开始结晶化。对于每个实体来说，什么东西可能给他带来更多的平安，这总是新颖的，对于该实体也是独特的。对一个实体来说，

可能是谈话、分享、倾听困难的情感内容的能力，对另一个实体来说，可能静默的天赋是最大的礼物，这种支持不要求注意，也不寻求任何效果，毋宁是临在。对于另一个实体来说，就是分享你的天赋，无论是烹饪、唱歌，还是实体要跟对方分享的所有礼物。于是最大的礼物会是：总有倾听的微妙之处，[用]那种纯粹的注意力，愿意流向那个被感测到的样式。一般而言，我们会说祈祷的礼物总是有帮助的，因为(它)警醒意识使该实体越来越不能够感到孤独或被抛弃。当该实体生病时，对于那些周遭的人来说，疾病被忽视是常见的，而且有很多人假装一切如常。与处于困境中的人保持亲密关系的赤裸裸能力是一种非常有帮助和疗愈的影响。所以我们会说，祈祷和关注以及不抽身是最可能的协助途径。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？
C：不了，谢谢你。

我们是 Q'uo，我们也感谢你，我的姐妹。每个人的内在都有这种爱的力量，每个人都有这样的美可以分享。每个人都是如此强大可以给出协助或者扣留它。我们敦促每个人彼此相爱，彼此照顾，拉起对方的手紧紧握住，接着说「我与你同在。」

我们要在此时离开这个令人愉快的团体，我们在太一无限造物者的爱与光中欢庆。我们是你们认识的 Q'uo 原则。
Adonai。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2022 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3806 章集：新、旧传讯之比较

中阶传讯圈

2022 年 4 月 13 日

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，并与这个器皿同在。我们在太一无限造物者的爱与光中问候你们每一个人。被邀请再次加入这个寻求团体是一种荣幸和喜悦。这样做是我们灵性旅程的一部分，(即)通过融合我们的能量来帮助彼此沿着爱与光合一的道途前进，由此成为你们灵性旅程的一部分。在这个时候，我们会问，是否有一个问题，我们可以利用它来分享更多属于这条爱、光与合一之道途的资讯？

Gary：Q'uo，我们的网站，LLResearch.org，显示新的传讯比旧的传讯得到更多的流量。我想，读者们认为，更新的传讯会更有关或更重要，更新的就等于更好的。也许他们甚至怀有这样的想法：邦联近年来已经更新了他们的讯息。除了器皿能力的差异之外，较新的传讯是否以某种方式比较老旧的传讯「更好」或更相关呢？如果有任何互动和差异存在于目前的和过去的传讯记录之间，你能否讲述呢？

Q'uo：我是 Q'uo，我觉察了你的询问，我的兄弟。这是个有趣的问题。像往常一样，我们希望我们的回答可能对每一个正在聆听的耳与心以及感知到我们的话语的自我都是有用的。但是我们会请求你们对自己所接受的词语和概念有所鉴别，如果它们对你们有帮助的话。如果它们没有帮助，请随意地将它们暂时放在一边。这种常年的恩惠使我们能够更自由地谈论你询问的实质。

我们发现，随着你们星球上的人们越来越紧密地与下述这些概念相协调而行:即在一切之中看到造物者，在一切之中寻求造物者，在这场有意识的灵性旅程中以某种方式成为造物者，人们对这种基础哲学就有了一种更大的接受，然后这种接受就允许概念中更多的思想构建以下述方式被提供，也即满足那种对以前概念和思想的日益增进的理解的方式。

此时，你们星球上的每一个实体，无论是有意识的还是潜意识的，都渴望知道为什么自己此时会在地球上。在许多实体看来，在你们星球上的 80 亿个实体中，可能并不是每一个实体都在其灵魂之内怀有灵性上的渴望，因为在思想和情感、原则以及生活方式上存在如此多的分歧，以至于似乎没有一种被普遍接受的哲学，属于你们所说的有意识的真理寻求者。然而每一个实体，都已经凭着「老资格振动」而在这个时候投生于地球上，来进行那场灵性之旅。每个实体都已经在投生前做了计划，来学习那些剩余的课程、那些将让内心在无条件之爱中被打开的课程，以便一切都可能被看作是造物者，并且一切都可能被提供服务，以在每一时刻、每一思想、每一句话、每一行为中越来越多地揭示出造物者。

然而，有太多实体根本没有在显意识中觉察到这一点。但是，「具有潜意识性质的能量」、「无意识的指导灵」、高我，它们会在日常经验中指出各种机会，任何寻求者都可能觉察到这些机会并在灵性旅程中对其加以利用。对于有意识的真理寻求者来说，随着这种情况越来越频繁地发生，那些被问到的问题[比如这个问题]就会沿着某条思路 ~ 那条属于每个寻求者的灵性道途 ~ 变得更加先进或特别化[容我们说]。

每个实体都有持续的下述问题：如何进行这场旅程，如何更有效地利用催化剂，如何在自己的每一次呼吸和每一个脚步中更多地提供服务。存在着一个巨大且有

意识的兴趣膨胀、一种属于那些「投生前之选择」的涌现，那些选择现在正以某种方式有意识地被那些已经在灵性道途上走了一长段[你们所称的]时间的实体所了解。随着这些更有经验的真理寻求者接触到一层又一层的知识，这些知识涉及他们的这场为存在于万物中的太一造物者而服务的灵性旅程，这些问题就会变得更加相关，并会给他们一个机会来精炼他们对于服务他人的理解和实践。

然后，这些问题就被提供给这个寻求圈子，并成为我们在这个圈子以及[这个圈子的子团体]C/C 圈子的每次集会上的传讯焦点，这样我们所能做出的回应也就有了精炼的一面，并变得更加集中于心，集中于爱的伟大力量，这股力量从伟大的中央太阳流出，进入整个无限造物的每个实体之中，同时把它留给每个实体，让他们能够越来越清楚地感知这股已经创造了一切万有的无条件之爱的力量。这样，我们便能用更简洁且又更有希望令人满足的术语说话，这些术语会给每个寻求者提供那种能以下述方式被感知的答案，也即：使寻求者的旅程加速向前或者[容我们说]向内到达存在于一切之中的太一的方式。因此，随着一切事物变得纯化、淨化、被启发，并带有越来越多的、存在于造物每一微粒和每一生命之中的太一无限造物者的爱，你们收到的资讯就可能更易觉察、更可用，并更能成为每位寻求者日常经验的一部分。因此，询问、回应、对回应的利用，全都是向上的螺旋，就如同使它们自己回到与太一无限造物者合一的光线一样。此时，我们会把这个接触转给被知晓为 Austin 的实体。我们你们所知的 Q'uo 群体。

（Austin 传讯）
我们是 Q'uo，我们此时与这个器皿同在。我们想问，是否有另一个询问我们可以讲述？

Gary：是的，感谢 Q'uo 对前一个器皿的回应。它足够耐人寻味，以致于我想自

发地跟随同样的思路。首先通过分享一点促成那个询问的原因。看到读者们倾向于去看新的传讯，我有点难过，因为在过去几十年的传讯里有大量的宝石和财富，尤其是要归功于那位名为 Carla 的实体的无与伦比的能力。我发现她能够给邦联的讯息增添一种深度和翱翔的高度，对我来说，这种深度和高度是无限令人鼓舞的。

因此，我从你们通过前一个器皿的传讯中领会到，你们的传讯确实可以有一个进展，从基础知识到在基础知识之上进行构建，再进入高级概念，特别是当你们对其说话和传讯的人类自身在理解上变得更高级并精炼他们的问题[如此等等]的时候。

然而，与此同时，你们的讯息中难道没有很多具有永恒性的部分，那种在当前和在 20 世纪 80 年代彼此相同的、和在 6000 年前彼此相同的部分？对于第三密度的旅程，以及做出服务自我或服务他人的选择而言，难道其中没有很多部分是不受时间影响的吗？你们的很多工作难道不是创造性地重新包装[可以这么说]那些相同的关于灵性进化的基本原则和新的排列？你们能谈谈这个地方吗？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们觉察了这个询问，我的兄弟。我们感谢对这个主题的进一步询问。因为这种对这一主题的探索和重申允许我们在一个更深的意义上更自由地说话，释放了被知晓为混乱法则的事物的一些限制。

我们发现在你的询问中内含有一个非常丰富和有力的、可被称为或被认为是悖论的东西，特别是与第三密度的体验有关。该悖论是这样一个概念：所有寻求者正在寻求的东西 ~ 以及属于服务于太一无限造物者的众星球之邦联的我们所希望通过如同这个圈子里的器皿来阐明的东西 ~ 的确是永恒的；它确实是无限的；而且

它确实是太一无限造物者的一部分。

在这种寻求中，任何可能被谈及的东西都将会指向那个永恒的原则，指向被寻求之物的永恒本质，这是遵循一定的逻辑的。然而，那个表面上的悖论在于，第三密度的心智必须与这个幻象搏斗；而该幻象把永恒的真理与第三密度内的寻求者隔绝开来。

这样，我们可以说，你的看法是正确的，也即，当我们与这个团体互动时，不仅仅是在这次重复中，而且在[可被称为的]传讯圈子之传承中的所有以前的重复中，我们的渴望都是谈论最核心和永恒的真理。而且，我们的渴望是用一种(具有下述效果的)方式说话，也即这些真理在以后的几代人中，甚至在这些话被说出的很多很多年后，可能仍然与寻求者相关。然而，正如你们在检视传讯圈子的进展以及本小组所做的接触时可能观察到的那样，你们会发现，随着你们社会本身的成长和转变，随着你们人群的集体意识找到新的视角、找到彼此之间以及与你们人群周围的世界之间的新的相互关系，这时候便有新的思想管道可用，便有新的潜在方式来讲述从所有寻求的最开端就存在的永恒真理。

因此，这就是那个被谈及的表面上悖论的关键，因为随着像这样的传讯圈子的进展，我们会有不断增强的能力来用一种可能以新的方式被理解的方式而通过器皿说话。这也是因为你们社会的整体灵性进化而变得更加可能。我们通过这个器皿的感知了解到，许多人觉得彷佛你们社会在灵性觉知方面也许是停滞不前的，甚至是倒退的。然而，我们可以报告说，从我们的角度来看 ~ 尽管在你们被罩纱覆盖的虚幻感知中，你们的灵性进化似乎有停滞或倒退的性质 ~ 现实是，在你们人群中实际上有一个在灵性觉知上的巨大加速，而且在你们社会记忆复合体的内心之中有一个日益增长的渴望 ~ 也即渴望寻求彼此之间以及与你们周围的世界之间

更真诚的联系，渴望增长你们心中的爱。这种加速，虽然不为罩纱内的许多人所见，但却允许我们以更有意义的方式与你们联系～不仅仅是通过这个圈子，而且还通过其他方法和手段。

我们想鼓励所有阅读我们文字的寻求者尝试把目光投向那些可能与当下相关的事物之外，并寻求内在之中的更深真理，但不去否定那种通过可能看似短暂或及时的事物建立联系的必要性，因为正是通过这种属于下述过程的进展～也就是:「在更直接或更近期的意义上来理解[由阅读我们文字的寻求者们所经历的]这些事件和这个世界」的这个过程～这些永恒的真理便可能通过该幻象并通过这些看似短暂的概念而被参考和发现。

我们鼓励这个器皿～因为他对今晚的任务感到有些无法胜任～并确认该器皿已经以一定的准确性把我们的想法捕捉到并呈现出来。随着我们把这个接触转移给名为 Trisha 的实体，[我们]现在解除他为今晚服务的职务。我们是 Q'uo 群体。

（Trisha 传讯）
我们是 Q'uo 群体，我们此时与这个器皿同在。我们想问，此时是否有另一个询问？

Gary：是的，Q'uo，一个初步的问题。首先，我正在考虑两个不同问题中的一个。一个是关于第四密度的内流，另一个是关于道途上的简单性。(问哪一个)当然是我的自由意志。对于哪条路径可能更有利于这个圈子和这个特定的器皿，Q'uo 会提供任何指引吗？

Q'uo：我们觉察了这个初步的询问，我的兄弟，我们会建议你跟随你的直觉。是

否有一个询问更温柔地与你的心对谈，你在[你们会称为的]内心深处感到更强的磁性或熟悉的共鸣？是否有一个问题对你的呼唤比另一个问题更响亮？在这一指引下，我们将询问是否有一个后继的询问，我们可以在这个时刻讲述？

Gary：谢谢你，Q'uo。这是有帮助的。这解决了(我的犹疑)。现在，我提前为这个拙劣组织的问题而道歉。有键盘在我面前的话，我会想得更清楚。我正在考虑第三密度实体头脑中的复杂性可能会怎样掩盖合一的真相。第三密度实体可能会迷失在一个复杂世界的[可以说是]杂草丛中，而错过了万物的一体性。这让我思索，真正先进的进化如何往往与简单性有关。我正在考虑复杂性与简单性之间的动态张力。我在想，Q'uo，你们是否可以谈谈这场穿过我们这样一个无限复杂的世界的简单性之旅。

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们觉察了这个询问，我的兄弟。我们因此感谢你。此外，这个器皿也对这个问题感到感激。确实，这个你们称之为「你们的虚幻实相」的特定配置 ~「虚幻的实相」可能听起来像是一个矛盾的说法 ~ 是一个非常复杂的配置。我们理解，这个星球上的人群已经为自己放置好了巨量的步骤和努力，来进一步拉开自我与其他自我的距离。小我身份的各种各样且看似无限的方面，或者一个实体观察自身环境的方式，或者一个实体对自身经验进行分类的方式，都好像是在构建一个倒置的金字塔，从这个单一的点开始，然后在一块又一块砖上进行搭建，直到你们有一个可能看起来是的、潜在地会遮挡一个实体对美丽晴空的视野的巨大网络或纠缠。我们并不意在表达，这种纠缠是你们幻象的一个消极或有害方面，因为这种复杂性给这个密度中的实体们提供了丰富的机会来重新发现合一，记住爱，重新定义自己的实相/幻象，如果你们愿意这样说的话。因此，复杂性是一个强有力的老师、一个成熟的培养皿[因为缺乏更好的措辞]，让实体以诸多具有潜力走向简单的方式而成长、进化和进步。

也许，对于你们所见证的、你们所经历的、你们在其中舞蹈的这种复杂性，也许当以爱、无条件之爱的眼睛来看待时，一个实体就能开始看到那个通往简单的管道。如果一个实体以开放的心、开放的头脑和开放的臂膀来接近这个星球上的众多经验层次，那么该实体就是在把自己放在那条通往太一、唯一、一切万有的道途上，而那就是爱。

我们让这个器皿笑了，因为我们理解，不是每一种你们可能有的情况或体验都让人觉得好像可以单纯地用爱来对待它。在你们的经历中，有些情况下实体可能觉得需要保护自己或使自己保持距离，甚至以一种让人觉得好像与爱的概念相对立的方式做出反应。我们理解这些困难在你们星球上的密度中持续存在。我们并不请求你们 ~ 我们更正这个器皿 ~ 我们并不是在建议你们以如此戏剧性、如此激烈的方式重新调整自己以便只是在无条件的纯粹形式下的爱中运作。我们认识到，作为造物者的一个延伸，在这个具有魔法性的舞台上，这并不是你们此时此地的全

部角色。你们正在表演，如果你们愿意这样说的话，有时是坏人，有时是受害者、英雄和反英雄。因此，请不要为这种“总是毫无例外地只用爱来对待幻象和每一情况”的想法而烦恼和忧虑。

虽然这是一个极其可敬的目标，但我们单纯强调：为自我而实践恩典吧。仅仅是(怀有)这份意图 ~ 也就是，试图以一个开放的头脑和一颗开放的心来处理各种情况的意图 ~ 就是朝着简单性的方向而迈出的真正脚步，有时是大步。请尊重这份意图，尊重那些突然出现的第三密度感觉。观察它们，接受它们，并接受那些也许你在其中无法完全心中只带着爱地向前迈进的情况。

意识到我们已经让这个器皿说得有点离题，我们将回到这个关于简单性的概念，以及如何可能获得它，尽管获得不是我们希望给这个器皿的词。这个器皿一定会再次微笑，因为我们正在给她一艘船的图像，一艘大船，船的后面有一个大的船舵，船长会把它转向一边或另一边，并看着航线随着它而转向。也许说出以下想法会让她应接不暇：我们将提供一些建议，涉及一个实体可以如何引导自己走向简单性和一种简单生活。

因此，虽然在你们生活中的各个时刻都可能有复杂的事情正在发生，但有许多通往简单性的途径～其中，最显而易见的也许是冥想的实践。当一个实体能够充分允许自己的念头和烦恼平息到宁静状态，以解除它们对该实体的控制时，该实体便被允许拥有空间去认出简单性，去在那些静默时刻实践安宁。那种似乎固有于简单性的安宁就可能被发现，而且这种安宁就可能开始找到一种方式进入该实体的心中，进入该实体的存在，于是这种安宁变得虽不是那么有形、却是可被观

察到的，并开始以下面这样一种方式积累重量，也即该实体可以开始带着这种安宁离开冥想实践。然后，这种安宁就能从这位存有的内部向外散发，创造出一个具有简单性的安宁环境。

肯定地，当一个实体周围的环境被带着爱和关怀而照料时，这种安宁就可能倍增，就可能加强，就可能变得更有活力，就可能变得更密集。当我们谈及环境时，我们不仅是指这个三维的、感官的环境，我们也指能量的环境。如果一个实体照料这个花园，给幼苗浇水，清除由分心或者由(源自)冲突的分离所构成的杂草，并给那块有益健康的、安宁与平静的、营养丰富的土地施肥，那么他们将一定会发现，那些随时间推移而出现的花朵是丰盛、多彩且不断成长的。

就这样，这种安宁与平静会转化为下述事物的消减，也即那些能够在该实体的生活中造成额外复杂性的事物会减少。不是说实体们将会放弃自身环境或体验当中所有复杂或分心的项目，而是说他们将开始看到那种在爱之下运作的简单性，而那爱就是那块营养丰富的土地，就是那股赋予生命的力量，如果你们愿意这样说的话，就是那种结合剂。然后，该实体就能更清楚地看到、更清楚地接受并走向一种更有悲悯心且更聚焦的投生 ~ 如果你愿这样说 ~ 而且这种投生会允许爱与合一的简单性来指引(该实体的)灵性，而非由遍布在生活各处的、无关紧要的装饰物来指引；你们星球上的许多实体发现自己被这些装饰物所分心。

我们想用一个简单的讯息来结束我们在这个主题上的分享。那个讯息就是，所有实体，在这个幻象中，都有能力找到那条通往简单性的道途。我们意识到，在你们的体验中，有那么多的事物似乎都在减损这种简单性，但我们强调，每个灵魂都拥有如此完全的能力，都有这样的爱和这样的恩典，如果自我能够允许自己有同样的爱和恩典，允许自己去实践那种属于临在的时刻并意识到这股纯粹的力量、这股内在之爱的能量，那么该实体就可能开始这个过程、这场走向简单性的旅程。

此时，我们将离开这个器皿，并将该接触转移到被知晓为 Kathy 的实体身上。我们是 Q'uo 群体。

（Kathy 传讯）
我们是 Q'uo，我们现在和这个器皿同在。我们想问，是否有另一个我们可以回应的询问？

Austin：是的，Q'uo。我们有一个来自 S.的问题，他写道：「我们如何才能辨别我们不得不学习的那些课程和我们不得不处理的业力，以及我们在过去的那些转世中赢得的礼物呢？」我想对他的问题进行补充，不仅仅是我们如何才能辨别它们，还有在此之后，一个正面实体如何才能以疗愈的方式与这些课程联系起来？

Q'uo：我们理解这个询问了，我的兄弟。我们看到这个询问的两个部分。第一部分涉及下面这种辨别的性质，即辨别在你们幻象中被称为业力的事物的课程。第二部分涉及以疗愈的方式回应这种对课程的辨别。我们认为这是一个极具建设性和有帮助的询问。

我们可以说，辨别力是同时属于心与脑的能力。在检视这类与下述课程有关的问题时～也就是那些关于一个实体在这个星球上的广泛体验的课程，那些可能位于当下或在其他时间则位于其他实相中的课程～(这时候)辨别力理所当然地在一个实体之体验的这两个层次上被运用。当心与头脑～它们一起代表着位于一个实体内在爱之力量～连同该实体的智慧力量，当这些力量一起以一种感知敏锐的方式被使用时，那么在最小和最大(范围)的体验中发现的那些课程，就会变得更加清晰。

随着同时使用心与脑而感知到一个体验在一个实体的生活经历中不断重复，这种对模式的辨别就可能变得对一个实体来说更加清晰，以至于该实体的心与脑就可能清楚地看到或感觉到有一个课程在那里需要被理解，有一个课程在那里对该实体的心与脑说话；一个模式、一个重复就可能揭示这些。这种模式可能包含着被称之为催化剂的事物，或者下面这样的境遇～它们会在一个实体中带来一个反应、觉察、理解，也就是，这里的某件事情必须被处理，这里的某样东西正在引起我的注意，来用引号表示，来表明一个实体在自己内心正谈论着如镜子般起作

用的境遇 ~ 该实体可以看着它，并看到一个反复出现的课程的本质。

一个课程可能以其他一些也许更令人愉快的方式出现。一个实体可能会注意到，(有时候)当一个行动是出于对其他自我的悲悯和爱而做出的，好处会从这个被选择的行动中产生。如果这种情况重复出现，并在我们刚才谈到的那面镜子中显示出来，那么该实体就可能开始看到一个在爱和悲悯被提供时出现的课程。一种疗愈，或诸如友谊或感激这样的其他积极结果，就会从这种被提供的行动中产生。以这种方式，心与头脑便都是该实体正在进行感知的部分，它们一起工作，以辨别出该实体的更高部分[、其灵性]所知道在那个时候适合该实体去感知的事物，以便该课程可以被接收和理解，并用于疗愈。无论是具有一种更紧迫、困难或消极性质的那些境遇，还是像我们刚才描述的情况 ~ 也即那些需要涉及提供怀有爱的悲悯，以及产生更多爱和悲悯的情况 ~ 在这两种情况下，或者在这两者之间的任何情况，该实体都是正在从这些经历的重复性特质之力量中学习。然后，一种觉察便会在该实体的心和头脑中成长起来，并且一种与[作为心/身/灵复合体一部分的]灵性的联系也会被建立起来，于是灵性、头脑和心就会以一种扩大的方式一起致力于理解其课程的意义。

这个实体的整体 ~ 它认识到自己比这些体验中的任何一个都要大 ~ 会明白，这样做可能会是好的，也就是去做出选择，转变对生活的态度，能够拥抱一种新的存在方式；这种新的存在方式，确实会是询问中所说的疗愈方式。

这就是下述过程发生的方式，也即该实体在这一世和未来的一世又一世中成长和改变，螺旋向上进入爱和悲悯，并在灵性上成长，变得越来越高。因为每一种情况 ~ 从困难的催化剂，到被接收和给予的怀着爱的悲悯，无论是哪一种 ~ 都有潜力来协助实体们以这种积极的疗愈方式在上升的道途上不断转变和成长，所以相

比于一个实体、一个寻求者可以采取的旅程，这都是一场极其幸运的旅程，好充分利用那些对心和头脑变得清晰的课程，好利用灵性的力量，邀请这种力量进入心和头脑之中，以选择在自我内部的疗愈之路。

造物者的光和爱一直都是可以在实体内部获得的，以协助这一旅程。这是[你们可能会称为的]一场成为造物者的旅程，因为一旦理解了这些课程，接受自我就是这些选择的一部分。这就是疗愈的方式。

我们感谢你的询问，我们相信在这个时刻和你们所称的时间，这个问题已经得到处理。我们是 Q'uo 群体，我们现在把该接触转移给被知晓为 Gary 的实体。

（Gary 传讯）
我们是被你们所知为 Q'uo 原则的那些实体。我们已经有一段时间没有操练这个器皿了，但我们发现这个心/身/灵复合体已经准备好作为一个器皿和伙伴来提供服务，以便我们，(作为)服务于太一造物者的众星球之邦联的成员，可以提醒你们和所有可能遇到我们话语的寻求者回想起，你们在自己心中以及[容我们说]在思想层次之下早已知道的事物。在这个时候，我们愿意接受这个圈子可能有的任何询问。我们是被你们所知为 Q'uo 的那些实体。

Austin：我有一个问题，Q'uo。Ra 描述了第二密度灵性进化的主要方法是：与第三密度实体形成关系，比如(人)和宠物一起。但是没有第三密度实体的星球仍然要进展通过第二密度并进入第三密度。因此，以我们自己星球的体验为例，你们能否描述子理则在第二密度体验中建立了哪些进化方法来帮助进展呢？还有，作为从这些第二密度条件而出生的第三密度实体，我们是否可以从这些方法中学习到什么？

Q'uo：我们是被你们所知为 Q'uo 的那些实体，(我们)对于能够在一个小程度上谈论这种(进化)课程的运作方式感到高兴；你和我们以及所有位于这个[被伟大的神秘从底部支撑起来的]宏大舞台之上的实体，都在我们自我实现和为太一服务的旅程中经历该课程。

正如提问者所提到的，第三密度存有所能提供给第二密度实体的最强有力的服务之一，就是给第二密度存有穿上一种有别于下列事物的身份感：它的周围环境,它的物种，或者它可能认同的任何一种群体身份或理解。这种服务有助于催化第二密度实体内的灵性复合体的觉醒，并催化正在发端的自我觉知～也即把自我觉察为自我。

然而，正如提问者所假设的，在一个尚未达到第三密度振动的星球上，从第一密度演化而来的第二密度实体，仍然成功地学习了密度的课程，以至于它们便能够毕业并超越第二密度的边界而进入第三密度，成为任何可能(容纳)你们可能会理解为人类意识的事物的外部化学形式。

在没有第三密度较高智慧阶段的投资的情况下，这些第二密度存有会通过什么方法来学习自我觉察的课程呢？你可能会发现，在这些第二密度存有之中，有一些催化剂可能对你来说并不太陌生，特别是与环境中其他实体的互动。第二密度实体具有一系列的特权、目标、要务：其中最基本的当然是生存；建立在这之上的是繁殖的冲动，在某些情况下则有冲动去保护或照顾属于其同类或其家庭或其后代的其他实体；在此之上，还有冲动去越来越多地找到其作为专家的表达，无论方式为何，也许就像海狸筑坝或伐木，或者说到啄木鸟，则是为了钻孔寻找食物而把头撞到树上[1]，或者也许对你们第三密度的耳朵而言更加好听的，鸟儿为自

己而已经完善的歌声～这歌声在生物性的层次上可能有助于吸引配偶，以便它可以满足其生物性的驱动力，但在表达自我方面则有着更高的目的。

[1]原注：啄木鸟可能啄木的其他原因包括：它可能在标记自己的领地，试图吸引配偶，做一个巢穴，警告捕食者，或服用了太多的兴奋剂。递增地，逐渐地，往往不为第二密度实体所察觉地，一个个微小而细微的脚步会被走出，唤醒着那个在第二密度存有中休眠的觉知。鸟儿也许会更多地觉察到它的特定鸣声与其他同类鸣声的区别；或者更多地觉察到它产生音乐的方式，这些音乐从它的声带形式中振动出来，充满天空。

***

第二密度存有，特别是那些更高层次的存有，有数不清的方式可以找到这种自我表达，作为在其环境中移动和生存的功能。对第二密度实体来说，它与环境中其他实体的关系也是特别强有力的，无论它是否享受这些关系。这个圈子里的实体都知道，海豚、鸡、你们所知道的犬科动物等等，它们当中某些物种可能形成复

杂的社会关系、等级制度和动态关系。随着第二密度存有越来越理解自己在群体中的角色，或作为一个独行的实体在环境中移动，那么这些种类的关系就会以一种发酵的方式把它的个体性质反映给它。

就像第三密度存有的进展一样，有一种日益增长的感觉～对于我们可以称之为能力或力量的事物的感觉～变得可供那些变得觉察到它自己的第二密度存有所用。其参数，相比于第三密度存有以它的自我觉知所能做的或发现的，是更为有限的，但尽管如此，第二密度实体会变得更加熟悉它的能动性(agency)，那种在一

个舞台上以自己的方式作为一个演员的能动性～不是像第三密度实体所能做的那样、通过“把自我视为造物者”的沉思而超越它的角色，而是觉察到它是一个「它」，并且在它的「它性」(it-ness)或自我性之中存在着那些能被做出的选择，是它独自就可以做出的。因此，当第二密度存有感到有潜力，并渴望进入和探索这种继续成长、在不知不觉中向光移动的潜力，这时候，那股属于向上螺旋光的不可阻挡的驱动力，就不仅在[容我们说]从后面推动着，而且也在从前面呼唤着。这个器皿感觉，这个询问还有第二部分，我们没有谈及它。如果存在那个部分，我们将请求提问者重复那个部分。

Austin：是的，询问的第二部分是，是否有任何东西，是作为第三密度实体的我们可以从第二密度实体的进展和我们自己的进化中收集到的，既然我们是从那种体验中诞生的？

Q'uo：我们现在理解了这个询问，并感谢它的重述。确实，第三密度实体有能力观察造物的任何角落并理解某种关于下列事物的事情：它自己，造物者的性质，进化，以及合一在进行下述显化时所用的方式～也即向外显化为一场由无限角色和情境所构成的盛会，这样造物者就可以通过这些实体的表面上进化来认识祂自己。
关于下述事物～也就是，你们星球上的第三密度实体，因其自身的第二密度遗产而可能更清楚地理解的那些有关自己的事物～这样的洞见可能单纯通过观察那些被你们所知为灵长类动物的实体就变得明显。因为正如你们人群所知的，在那些高度发达的第二密度存有中，有许多萦绕着的、关于人性的回声。在这种理解中，第三密度存有可以在有限的程度上看到并理解～若我们可以使用这个[正如该器皿的记忆会让我们说的]误称～它自己的许多体验的原始来源或最初来源。

看一看灵长类动物的躁动，再看看 ~ 当环境不符合自己的喜好，或当自己的化学平衡变得不正常时 ~ 自己的躁动。看一看那种部落性的渴望，也即渴望保护部落，或照顾一个自己感到与之有联系的实体，或参与到敌对中，针对那些属于同类物种、(但)被认为是侵犯者或敌人的实体。

对于被安置在一个化学载具中的自我的情绪、思想和意识体验而言，一个实体可以觉察到其中的许多部分的动物性基础[容我们说]。这不是为了贬低自我的感受，或把它们降级到不重要或低等的领域，而是为了理解自我的整体性，并通过爱和接纳，找到一些方法来提升这股动物性的能量向上通过脉轮系统，同时把它转化为越来越高的表达，看穿由分离所带来的差异、痛苦、挑战和冲突，看到一种属于爱的体验；再将这股能量提升到更高处，变成充分的、具体的、诚实的、清晰的自我表达；再将这股能量提升到还要高的位置，进入你们体验中的神圣维度。那些你们在你们的第二密度同胞之中所看到的能量，正活在你们内在，并且不是要被控制或再次对抗的，而是要被理解和驾驭，并通过接受而转化。你们的第二密度祖先给了你们关于你们本性的线索，让你们可以合作，而不是对抗这种本性，给它存在和表达的空间，尊重它作为你自己的一部分，并发现这些能量 ~ 你们这个层面上的许多实体都害怕这些能量，并花了很多时间试图压制、去除、妖魔化和痛斥这些能量 ~ 如何[可能被转化]为与他人联系的手段，并转化为神圣的表达，包括属于你们的性行为的能量。

我们建议寻求者进行这种考虑，并愿留下以下的想法：第三密度存有所横跨的那个身份光谱包含着第一密度的组成元素以及第二密度的栖息者和各种课程。并且，第三密度的自我如果要把自己认识为造物者、把万物认识为造物者，那就必须坚定不移地注视和拥抱它所固有的整体性和全体性，不加评判，就像镜子对待自己的形象那样。

此时，我们会把这个接触转移给被知晓为 Jim 的实体。我们是被你们所知为 Q'uo 的实体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，通过这个器皿在爱和光中再次问候每一位。我们感谢每一位在场的器皿，你们为分享那些我们通过每一位所说的话语和想法而付出了可能范围内的最大努力。我们总是极其被你们在每一次传讯中寻求改进的努力所鼓舞。我们此时在太一无限造物者的爱与光中离开你们。我们被你们所知为 Q'uo 群体。
Adonai vasu borragus。

Translated by Pan H.
(V) 2023 Revised by S.H., assisted by T.S' Work

☆ 第 3807 章集：火星与地球的关系

C/C 传讯圈
2022 年十一月 10 日

(Austin 传讯)
我们是 Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中向这个圈子致意。像往常一样，获邀加入你们的寻求之旅我们极度地高兴；特别是在这次聚会中，我们很受鼓舞地发现，你们聚集在一起，渴望练习并成为更好的管道，以便你们可以作为服务于无限造物者的众行星邦联的管道，去从事你们选择的服务。

我们发现，在加入你们的练习中，从我们的角度来看，可以看作是你们定义的乐趣或游戏，因为它使我们能够以新的方式体验我们共同服务的动态，并与你们一起体验新鲜与新颖的经验带来的激动。

在我们开始典型的免责声明之前，特别是在这个集会，因为它带有独特的品质，我们提供的任何回应都要由个别寻求者的心来评估，寻求者的敏感性和鉴别力要应用于我们分享的任何话语；因为这使我们能够与你们接触作为试图为彼此提供服务的同伴寻求者，而非作为向你规定特定道途的权威。

在此刻，我们要问，是否有任何我们可以回应的询问。

Gary：是的，Q'uo。谢谢你今天和我们在一起，参加我们的实验，我们学习成为更好的通道，测试自己的极限，并为即将到来的公开冥想做准备。

我有一个关于自己的问题。我想要知道我这个反复出现的喉咙问题形而上的来源是什么。我的喉咙有相当多的疼痛，经常是由于医学上所说的酸液回流，也就是隐性反流。但我想知道这其中的灵性或形而上的甚至是心理上的来源是什么。

Q'uo：我们是 Q'uo，我们觉察了该询问，我的兄弟。考虑到这个圈子是为了一个特定练习、接受和回应那些可能来自你所说的公开的传讯冥想环境的问题而聚集起来，我们会在回应中加入一个额外的前言。在这个特殊的环境设定中，当你们今天聚集在一起仿效这些问题时，我们想指出，由于现场的能量，这个环境与你们可能经历的还是有很大的不同。因为可能影响我们回应问题能力的不仅仅是所问的问题，还有这圈子内所有出席者，这些都会贡献该通讯的整体品质和我们以特定方式回应的能力。

考虑到这点，我们可以用一个概念来回应你的问题而且我们相信它早已存在于发问者的头脑中，那就是，如果这种资讯已经存在于发问者的头脑中，就可以得到确认。我们发现，这种动态有其自身的价值，用新的词语来重新规划自己的理解，即使它们包含简单的确认，也可能引发对给予发问者的动态的新洞见。

在这个具体案例中，我们可以向你反映，我的兄弟，这个问题的答案可以通过检查你在身体综合体的喉咙区域所经历事情的象征性质，以及被你们传统医疗专家定义为原因的东西，即酸液回流来找到。因为有一个动态的存在，不仅仅是在传统的观点中，即喉咙是对外沟通的来源，而且在内在的意义上，它可能象征着被消耗的东西，无论是身体上的还是其他方面的；而酸液回流是消化系统的反应，可能表明被消耗的东西的品质，以及身体作为一个系统如何处理被消耗的东西。

如你可能察觉的，进一步谈论这个问题将冒着侵犯发问者的自由意志之风险。但我们鼓励发问者思考我们所说的动态，超越这个圈子目前所从事的练习范围，因为它跟以各种方式成为邦联的发声管道之服务有关。

有另一个我们可以回应的询问吗？

Gary：是的，谢谢你们，Q'uo。我们从 Ra 接触理解到，我们邻近的火星(人群)破坏其生物圈，导致第三密度的人口需要迁移。而现在的火星，至少从我们的角度来看，似乎是一个没有生物生命的行星～贫瘠又多岩石。所以，我想知道是什么连锁事件导致了火星生物圈的破坏？它是在瞬间发生的还是逐渐发生的？人们如何回应这种破坏？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们觉察了该询问，我的兄弟。在我们能够通过这个器皿讲述这个问题的范围内，既考虑到你们在这个特定会议上探索器皿内所包含的知识的局限性，也考虑到自由意志的要素，在这个场景中的要素，因为曾经存在于你们称为火星的行星上的人群，确实正在你们自己的行星上，在你们当前的密度中，继续与这个催化剂一同工作。因为这个原因，答案必须多少被遮蔽起来，甚至超出了这个器皿从他自己的知识可以回应的内容边界了。

要谈论这样一个毁灭的时间线或时间框架，一个人必须考虑时间的相对特性，因为从一个行星的演化展望来看，甚至是在第三密度的边界之中，从一个视角，一种瞬间的破坏，从一个不同的视角，都确实可能仍旧是缓慢的，因为几十年的期间就宇宙演化的更大展望来看，都只是一眨眼而已。

在这个意义上，我们可以说，火星上不同人群之间的好战态度和侵略与伤害的意图，导致了这样一个场景：由于生态系统的实际破坏，生物圈逐渐衰退。随着(好战)能量的升级，这种逐渐衰退的情况更加严重，随着破坏性欲望的增长，武器和(人群)态度在本质上变得更加具有破坏性。因此，你可能会看到生态系统和人口在一段时间内缓慢下降，最终以单一的事件结束，该事件催生了更快的衰退，这就是你会在几个月内经历的事情，因为武器破坏了该行星生态系统的一个核心层面，即水赋予生命的原力和水的周期。

通过这种水周期的破坏，出现了一连串的事件，生态系统本身恶化，该行星的灵魂，如你可以理解的，逐渐凋谢，从而导致你可辨认的磁气圈的恶化，从而固化生命欠缺能力再次掌握该行星。

我们重申，这种破坏的催化剂正在你们自己的星球上、在你们自己的人群中，继

续被处理与探索。你们可以把目前在你们星球上见证的事物，它与行星[作为一个生态系统]的关系，与过去在红色行星上发生的事情之间联系起来。

我的兄弟，这个问题有没有后续(提问)?

Gary：非常引发兴趣的东西，Q'uo，谢谢你们。好吧，既然我们能够获得一些瞭解火星经验的视窗，这里更有成果的调查途径会是探索正在使用的破坏性催化剂。但我将暂时绕路一下来到火星的前邻居，也就是 Ra 辨识为马尔代克的行星。根据 Ra 的说法，那个星球.....对不起.....那个星球上的人实际上把这个星球炸开了，把它摧毁了。我可以想象那是怎样一种好战和分裂的能量。但我想知道这样的结果是如何产生的？他们通过什么机制/武器来摧毁一个星球，第一个问题？第二个问题，这是自杀式的毁灭吗？还是说这是使用武器的一个不慎的结果？

Q'uo：我们是 Q'uo，觉察了该询问，我的兄弟。我们发觉该询问:关于这次毁灭是否是一次有意识的毁灭，打算毁灭马尔代克星球，或是否为一次较小毁灭的情况，你可以说，(该询问)是有洞察力且耐人寻味的。而且我们相信，你们可以在探索你们已称为自杀式的故意自我毁灭的过程中，找到进展。

该被描述为武器的东西[的型式]，虽然我们可能不会在科技意义上探索，但可能更好地被视为对行星本身内部运作的探索和研究，以及一个行星表面的人口如何影响行星表面下非常有活力、有意义、活生生的过程，延伸到核心深处。这同时是一种科技和灵性上的理解，然后允许摧毁行星本身。而这种自杀式观念的倾向在这种破坏的开端就非常明显。

我们发觉这个器皿感到在这次集会中得到充分的操练，我们现在将离开并把这个

通讯转移给 Gary 实体。我们是 Q'uo。

(Gary 传讯)
Q'uo：我们是你们称为 Q'uo 原则的群体。我们已经有段时间没有和这个器皿在一起。尽管他对自己的能力有所顾虑，我们发现他有高程度的准备和接受能力。

我们感激这个小组愿意，如你会说的，本着成长的精神走出舒适区，寻求在更深层次上参与这项服务，并为那些心与意中有问题的寻求者提供服务。并非所有的[那些问题]你都会发现有利于这种接触，无论是由于自由意志的限制，还是一个被糟糕地构建的问题，或者是一个完全清醒并觉察到参与这过程的器皿所固有的有意识传讯的限制，用他们自己的语言和文字来装饰我们的概念，通过他们自己的世界观、偏见、知识基础、经验、人格特征等过滤我们的讯息。

我们赞赏这个小组在那种环境中去测试自我的努力。我们再一次重申该要求，通过这次集会或其他集会对我们的资讯的任何消费，都要在一次服用前都带着一撮盐 ~ 这是一个俗语，要求寻求者在通过这些器皿分析我们的话语时，始终行使他们最高的辨别力。

在此，我们将开放这个器皿供大家提问。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

Austin：我有一个问题，Q'uo。在我们的社会环境中，越来越难去理解什么是值得信赖的资讯来源，以及如何确定世界上发生的事情的真相，特别是在涉及新闻媒体的管道时。我想知道你是否能推荐一个对我们来说最值得信赖的特定新闻机构。

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo 群体，我们对着这个问题的结论感到好笑，因为我们觉得在采取那个精心设计的转弯之前，它是在一个伟大的轨道上，正如我们先前所说的，模拟你们作为(公开的)器皿可能遇到的各种状况。现在，我们很乐意让你们知道哪个有线电视新闻网是我们最喜欢的、最公正、最可靠的资讯来源之一，但我们恐怕这可能会让你们当中的一些人不安。所以，我们将避免评论，当然，我们是在开玩笑。我们不仅没有最喜欢的东西，而且我们无法为你们确定哪个资讯来源在提供的新闻中包含最少的扭曲：最少的议程，最少来自政治和经济力量的腐蚀影响，等等。这样做不仅会干涉寻求者的个人旅程，为他们做学习，而且会干涉该行星游戏及其结果，这只能由你们的人民发现和选择，而不是由我们这些不在物质层面上生活和运作的实体在第三密度经验的限制和天赋中运作。

然而，我们注意到，人类活动的那个方位，你们称之为新闻，无论是通过你们所知道的社交媒体、传统新闻、电视，还是通过你们的文化口耳相传的新闻，都是个人和集体通过第三密度运动的一个重要器官和面向。作为一个器官，如果你可以那样看的话，它是整体的能力，可以使自己言之有理，去理解和诠释世界的各种事件。更有甚者，它可以被看作是类似于自我内部的注意力机能。因为如这个器皿最近在一本书[1]中读到的，第三密度平面内的意识体验可以比喻为在一个广大的、无法想象地庞大、黑暗的仓库里，自我只带着手电筒漫游，把注意力的光照在那里的架子上或门口等等，通过注意力的聚光灯在任何时候都只能照亮心智体验的一部分，而且由于缺乏对正在接受的东西的整体概述，往往不能成功地诠释正在看到的东西。

新闻媒体的运作很像这种集体层面上的关注。注意力之光所照耀的是什么？被揭示的是什么东西？这道光照耀的地方是灵性进化本质所探索的功能吗？还是像你

说的，是为了增加利润和点击率的一个功能？那道光是为了对你们的人民进行社会工程吗？如此等等。这些问题是寻求者可以用来辨别任何特定资讯来源的真实性，包括我们自己的(资讯)。

最后，我们对你的困境有同感并以此总结，当你们被淹没在相互冲突的资讯海洋中，有意偏袒的资讯来源可能通过他们的精心操纵，被理解为分享真相；而更多的，我们可以说，中立和冷静的资讯来源可能被相反地理解。至少可以说，对于你们任何一个民族来说，无论是具有强烈的知识性还是直觉性，要了解在任何特定的动态或情况下真正发生了什么，都是一个挑战。信任是一种胶水，它使一个社会保持连贯性，并能使其自身、环境、欲望和价值观有意义。当这种信任在社会和机构层面上受到侵蚀时，分裂就会随之而来。而你们的人民还不知道如何以开放的心来驾驭破碎(情势)。

最后总结，我们鼓励大家在筛选资讯时要有永远宝贵的耐心和轻快(步调)，无论资讯的来源是什么，要知道可以从众多的声音中找到有价值的东西，即使是那些人不同意的声音，或者那些不能自动确认他们所适应的世界观的声音。

现在我们开放提问给一个后续的或其他问题。我们是 Q'uo 群体。

Austin：谢谢你们，Q'uo。我会从字里行间了解到 ESPN(体育联播网)是准确新闻的最大来源。有一个不同的询问路线，是关于 Ra 群体称之为双重身体或双重启动的实体，那些是第四密度的实体，他们投生进入的环境类似我们的(环境)，正在从第三密度过渡到第四密度。当 Ra 在 1980 年代第一次谈到这些时，他们说这是一个相对较新的现象，而且当时这些人的数量相对较少。所以，我想知道你是否能给我们一个更新，也许是某种人口比例，说明此时该行星上有多少这种实体

存在。[2]

Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们对于通过这个器皿尝试这个询问感兴趣。然而，首先，我们会告诫发问者他搞错了，因为我们更喜欢的源头是卡通频道。然而，ESPN，如同你对它的称呼，也不是没有它的价值。

第四种情况 ~ 我们更正这个器皿 ~ 第三密度的可收割实体在这个时候作为双重启动的实体投生在你们的平面上，是一个数量增加的情况。我们给这个器皿的百分比在三分之一的范围内，也就是大约 33%*，因为这个器皿在传送这种硬知识或硬事实时感到不舒服，而且对说出这种事情感到不确定。

(*编注：在 L/L2018/3/03 传讯中,Q'uo/Jim 对于相同问题的答案是将近 5 亿个实体。提供读者对照参考。)

我们可以肯定，通过投生的过程，更多这样的实体正在诞生，并在你们的星球上开始工作，继续浇灌种子，在集体意识中埋下更多的种子，通过时间，将从土壤中迸发出来，若还没迅速发芽的话，并进一步成长为完全绽放的关于爱的本质和每个实体的神圣本质的认识。在你们的经验世界中，这些双重启动的生命在你们的平面上更容易找到彼此，并形成各种社区，无论是本地的还是非本地的，在共同的使命中，寻求通过动荡和混乱[这些实体自己也不能幸免]，逐步努力治愈地球和人民，为一个新世界的诞生铺平道路。

这些实体发现有大量的工作要做，事实上是太多了。通常，他们自己可能经历一种压倒性的感觉或倦怠，并可能被渗透在你们世界中的许多扭曲所折磨。但这些实体在他们的存在中，有做这项工作的内在需要和愿望，尽管他们可能无法完全

识别或理解它。在集体层面上，这项工作主要发生在大众视野之外，我们可以说。跟我们先前的回应相联系，新闻媒体的集体聚光灯在大多数情况下并没有完全认

识到正在进行的这项工作或其转变的潜力，原因有很多，包括我们已经提到的那些，以及集体心态和冷漠的天坑在很大程度上停留在系统层面的旧故事中。但是这扇门已经为这些新的能量打开了。而那些将帮助管理这个过渡的人正从这扇裂开的门中涌入。

我们想藉此机会[鼓励]那些被每天大量的，如你所说的，来自这世界的坏消息袭击的人，抱着希望 ~ 说得简单点，但也是真的 ~ 爱就在这里。那些与这种振动相适应的人，尽管他们的思维模式可能是混乱的，但他们正在加强这种振动，并将其更牢固地植入脚下的土地。所有通过你们努力的催化剂的迷宫，寻求开放的心，寻求在每一种情况下寻找、体验、体现、引导爱，因为每个人，不管流传的故事是什么，都在参与这项工作，不管他们是双重启动还是只在第三密度的常见身体中启动，也就是第三密度的黄色光芒身体复合体。

我们会在转移这个通讯前通过这个器皿再接收一个询问。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

Austin：谢谢你的回答，Q'uo。在相同的话题中，你描述了这些实体将扮演的角色和他们面前的任务。我想更多地探讨一下双重启动的实体的具体个人特质。我认为我们可以从 Ra 接触中推论，他们同时拥有这些双重启动的身体是为了更好地欣赏在此刻在这个星球上可用的第四密度能量，同时也存在于一个仍旧是第三密度的环境中。你们能不能描述一下能够欣赏那些(能量的)经验，以及它与没有

活跃第四密度身体的个体的对比？然后，两种身体都被启动的人，他们可以做什么好在服务中善用那点？

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，欣赏这个被清楚陈述的问题，我们会表述刚才正在通过器皿自己的心智循环的事情，即对这个特定环境的欣赏。

你问到双重启动的实体与非双重启动的实体之间的经验对比，以及上述双重启动的实体如何能利用这种经验。此时在你们平面上运作的双重启动的实体，可以用他独特的服务方式来表现他们的双重启动性质。从广义上讲，它确实涉及某种感觉或觉知机能的扩展。这种扩大的觉知具有一些整体理解的风味，因为他们能够在一定程度上刺穿、越过、或超越我们所说的自我限制性的旧故事；如果不是直接脱离这些故事的话，然后，通过认出有一个更好的、更高的方式过程中，不因那些故事而成为庸庸碌碌的。那么，他们双重启动的、扩展的觉知可能会寻求那条新路。它很可能会带着满满的更生动和鲜活的经验而来，属于自我和他人的无条件之爱的本质～我们澄清两个字：带着满满的。尽管，像所有第三密度的生命一样，他们可能会与自我否定、自我判断、自我憎恨的方面作斗争，这些方面是被制约进入自我，而无意识地吸收了。

他们扩大的觉知可能会导致或打开更大的联系和亲密关系，特别是与你们行星圈的第一和第二密度领域以及其中所有生物的和非生物生命之关系。他们可能对他人的痛苦行使更大的敏感性。在罕见的情况下，我们会说，由于这种双重启动的连结，可能会有一些你认为是超常的或超自然的能力，但这远远不是此时的常规。这种性质的生命在这里还不是为了展示这种能力，而是为了成为闪耀、结晶的爱之灯塔；去照亮该行星的振动，并在集体意识中注入爱的氛围包含那些被认为是其他人、敌人、或敌对阵营的人；通过这种疗愈、爱的融化性影响，统合人

民之间、人民与地球之间的断层，正如 Ra 群体说过的。[3]将会出现一个时刻，在那个时候，奇迹，如同从你们当前的制高点可能对它的描述，将会更容易被那些实体取得～他们通过无条件的爱致力于服务太一无限造物者。

在结束之前，我们要提醒每个人，无论是否双重启动，每个人在第三密度内都有最高的潜力，可以通过爱和沟通以及体现当下的圣事品质，将自己从旧有的形式中解放出来。双重启动的实体可能对这项工作有更多内在的磁性吸引，在某些情况下，甚至有(更多)能力。但取决于每个第三密度实体的选择以及他们的意志和信心的行使，这条路对所有人都是开放的。

在这个时候，我们怀着对这个圈子和器皿的感激之情，把我们的通讯转给 Trisha 实体。我们是你们认识的 Q'uo 原则。
(Trisha 传讯)
Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们现在与这个器皿在一起。在确认是否有任何询问好让我们可以通过这器皿说话之前，我们想对今天聚集在这里的灵魂表示感谢和赞赏，他们在通灵这门艺术或实践中不断进步或试图挑战自己的能力。正如这个器皿在她的调音中所祈祷的，这个特殊的集会需要在勇敢和温顺、开放之心和智慧、欢迎和辨别之间取得最有力的平衡。因此，由这个寻求者的圈子培养出来的气力和安全是强大的，因为它提供了这个特殊的环境～这个环境使得每个器皿可以在其旅程中、在他们的寻求和实践中迈出更远的一步。

在此刻，我们要问，是否有一个我们可以谈论的询问。
Gary：感谢你们，Q'uo。那是….我从那(开场白)得到灵感。我想要知道，我是不是一个流浪者。如果是，我来自什么密度呢？

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们觉察该询问，我的兄弟。虽然我们能认出这个特定的问题来自一个位置:渴望以最真实与最基本的形式，在纯净的意图中去理解自我，(但)我们觉得如果谈论这个特定的询问路线，就会侵犯发问者的自由意志。我们也要补充说，发问者询问的这个特定的资讯，尽管它可以提供一种相对的舒适觉或理解，在此刻知道(答案)最终并不适合该器皿，如你可能说的。流浪者或其密度的称号最终对这个人生中的寻求者来说并不重要，至少在拥有具体的、无法动摇的证据或身分识别的意义上是如此。

不过，发问者可能从这特定的询问路线中挖掘出一个见证自我的机会，通过自我的内在指南或较高自我的眼睛观察自我。我们将在这个方向上进一步大胆地指出，了解这些资讯的动机可能突显发问者的一个更大渴望。因此，我们建议发问者静下心来思考是什么在促使自己提问或寻求这种确认或资讯。因为我们觉得，该识别本身就是一个路标或磁铁，是一种难以抗拒的力量，让灵魂去发现关于自我的更大东西，让灵魂去理解它真正寻求的东西。

将自我分类为是这个或不是这个，也许是一个更大的问题，即自我在哪里可以在分离中找到合一，在哪里可以探索所有的连接性，这些连接性推翻我们幻象的这些方面:识别和分类并将自我和其他自我分组。

也许这是一粒种子 ~ 将允许渴望这些资讯的寻求者获得灵感或追寻的方向，进入静默的时刻，向较高自我询问他们的直觉。

容我们问此时是否有后续的或额外的询问?
Austin：谢谢你们，Q'uo。在 Ra 接触中，Ra 讨论了原型心智以及我们可以如何使用塔罗作为一个基础探索它。但他们也提到，研究占星学和卡巴拉也是探索它

的有效方法。他们描述了对塔罗牌的探索，以及探索塔罗牌的一种方法，即通过观看图像并从中得出象征意义。你能不能概述一下如何从占星学的角度进入以研究塔罗牌？对于熟悉占星学的人如何利用它来探索原型心智？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们觉察了该询问，我的兄弟。为该器皿的深沉呼气抱歉，因为她正感觉(像是)一个孩子在公司董事会年会上穿着他父亲的商务套装的经历。这都是在说，这个询问完全是为了测试这个器皿的支付等级，以她的称谓。塔罗牌和占星学的研究，确实可能是有用的工具，通过这些工具，寻求者可以理解或研读或发展，并发现这些原型的应用新领域 ~ 这些原型是整个幻象的基础和表现。

对于一个有占星学见识的人来说，要想进入塔罗牌的使用及其对原型的应用，我们建议，通过对这一特殊器皿的简陋、有限的理解，寻求者首先要熟悉与塔罗牌和占星学这两个研究领域相关的图示、图像。花点时间来消化和观察各种牌的描述以及占星术相关的诠释。从这些观察中，我们建议寻求者也许寻找明确和隐含的连结样式 ~ 无论是重复的意象或主题，甚至是像能量直觉那样微妙的东西，从内心感觉到这两个研究领域之间的联系 ~ 也许是一个特定的塔罗牌图像和一个特定的占星学宫位。

从那里，连接可以在那里被建立，若建立了这些连接，自我也许可以进行研究这些连接与特定原型的关系 ~ 也就是说，在占星学的某一特定元素与塔罗牌的某一特定元素之间的联系是怎样的，而放大，如你可能说的，更为向内看与塔罗牌的那一元素有关的潜在原型。

我们还会建议，对占星学有研究或感兴趣的寻求者可以找到那些原型的连结。而

这个器皿由于她自己的不理解而感到说这话的阻力，但占星术和原型之间的那些连结不一定要用塔罗牌，特定的联系或意义可以提炼出来而不需要增加另一个学派的思想。这并不是说塔罗牌只在某些情况下有用，也不是说占星术的能力也同样有限。相反，我们试图通过这个器皿说明的是，寻求者的倾向 ~ 寻求者感到靠近某个特定信仰体系的辨别力和吸引力，或其他理解或理解幻象的手段 ~ 具有最终意义，而且不必然要被定义。也就是说，没有独一的来源可以用来理解或应用这些原型概念。相反，造物主的每个片段，每个自我，都是无限独特的安排。

因此，要去理解的是：他们理解或寻求或利用这些工具的路径将是同样独特的，同样地复杂和广泛。

我们会对想望建立这种连结的寻求者说，也要问问自己建立这种连结的动机。如果寻求者真的试图在占星术和塔罗牌之间建立这种连结，因为[他们]觉得必须[为了]理解原型这么做，我们会要求寻求者静心思考这种尝试以理解这种动机。因

为宇宙和这个造物是成熟的，孕育着无数的发现和沉思的途径。不要限制自我，而要允许自我自由发言，善用与开放的心智相伴的辨别力。

这个器皿，感觉到彷佛她刚刚对一本并未打开过的书传递了一份准备得很糟糕的四年级读书报告，该器皿也在感觉彷佛她继续下去的能力在此刻是欠缺的。我们会再一次，通过这个器皿，表达我们对这种动力性，这种配置的感激，它允许所有的器皿都感到安全，允许每个器皿都成为易受伤的，我们鼓励每个器皿成为勇敢的。我们很高兴看到这个尝试，我们期待从这样一个练习获得某种基础与自信。

在此时，我们将离开这个器皿并将通讯最后一次转移给 Austin 实体。我们是 Q'uo 群体。

(Austin 传讯)

Q'uo：我们是 Q'uo，我们又和这个器皿在一起了。我们对聚集在这个圈子里的器皿们表示衷心的感谢和敬佩。我们很高兴能体验到为这个工作所设计的独特动态。因为我们明白，在你们为这次工作准备的练习中，有些不舒服和焦虑，但参与这些不舒服的感觉对我们来说是有些激动的。我们感谢你们作为器皿准备的真诚努力，以更好地服务于这个身份。

在集会期间，有人要求提供似乎完全超出器皿自身专业领域或知识范围的资讯，对此，我们将给予最后的鼓励和指导。对于一个器皿来说，有充足的资讯和全面的世界观是一件好事，在以器皿的身份演出时，可以充分理解和汲取知识。但是，在这个工作过程中所锻炼的肌肉对器皿同样重要，如果不是更重要的话，那就是开放和勇敢地迈出未知的一步，愿意说出自己不确定是否正确、是否相关、是否对于该问题有意义的话。

我们希望，在这个练习中，那些参与这个独特动态的人已经变得更加自如地迈出这一步，并将继续向未知的自我开放，允许在这个传讯过程中流动的灵感和资讯来自未知的地方。因为正是通过这种动态，最吸引人和鼓舞人心的讯息可能升起。

在太一无限造物者的爱与光之安慰和喜悦中我们离开你们，就像我们找到你们一样。我们是 Q'uo 群体。Adonai 我的朋友们。

Adonai vasu borragus.

原注

[1]在此提到的读物是由 Anita Moorjani 所著的《Dying to be Me》。它是一个关于一个女人输掉她与癌症的四年时间的斗争，随后经历了一场濒死体验的故事，这种濒死体验与 Carla 在童年时期的濒死体验是类似的，在其中她被给与一个选择:继续前行或返回(人间)。

[2]见(Ra)63.12。

[3]「你无法记得你手上的牌,他们手上的牌,或许甚至忘了这场游戏的规则。唯一赢得这个游戏的方式是在爱的融化影响力之中输掉手上的牌,唯一获胜的方法是放下种种愉快、限制,将所有牌向上摊开放在牌桌上,并在心里说:所有人、所有的玩家、每个其他自我,不管你手上的牌是什么,我爱你。」–Ra,50.7

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by cT.

☆ 第 3808 章集：在催化剂中学习

1997 年三月 23 日

周日冥想

团体问题：关于寻求和搜索。我们的内心经常发生一些相当激烈的事情，而我们不知道怎么工作它们。我们该怎么工作这些情况呢？抓住它们、试着理解它们，还是放开它们、让它们自行发展呢？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中向各位致意并祝福

各位。我们感谢你们呼唤我们来到你们今天的集会。在冥想中把我们的振动与你们的振动调和在一起的经历是一份可爱的礼物，我们也要感谢你们愿意让我们与你们分享一些意见和想法，如往常一样，要求你们在聆听我们所说的话时进行辨别，以便你们可以采纳那些对似乎不错的想法，把其他的留在后面。

你们今天的询问是～我们给了这个器皿一个概念:流浪者的国歌或最喜欢的歌，也就是说，一个走在灵性道途上的人，该怎么从自己遇到的催化剂中学习，怎么最有效率、最尊重、最成功地使用你的催化剂。灵性道途经常被描述为困难重重，彷佛在你们第三密度的沉重幻象中影响所有人的损失和限制是可以破译的难题、可以解答的谜语、可以完成的方程式。而在一个非常真实的意义上，正是如此。不过以一个非常重要的方式又并非如此，这种自相矛盾总是灵性关切的正字标记，使智力感到迷糊、打败了逻辑，令寻求者感到混淆。而渴望这种灵性事件的目的是什么？从每个寻求者的困难经历的共同点来看，答案似乎是肯定的。但是，有什么可以使灵性寻求者更熟练地看待那些事物，它们是困惑点和围绕着恐惧和挫折的许多情绪？

首先，让我们谈谈偶发事件本身，那些看似随意地降临在不小心的寻求者身上的事情：不知从何而来的车祸，无法接受的突然损失，似乎直接阻挡了每一个进展的希望。这个问题的核心进入这个时间和空间的连接点，你们体验该密度的原因，也就是第三密度本身。因为，确实，你们的幻象是被专门设计的，要把每个寻求者反复置于限制和损失的情况中，这些情况触发了人类之心拥有的每一种恐惧和困惑。虽然看起来帮助塑造你们的幻象性质的造物主要嘛调皮、要嘛卑鄙、要嘛拥有糟糕的幽默感，但事实似乎是，造物主希望每个(人)灵，每片自我的火花，一旦从造物主那里放射出来，就会有坠入未知的鸿沟的经历，除了信心，没有任何降落伞。

这就是爱的圣灵希望祂的每一片火花去达到的一点，在那个点上领悟到:信心是一种在没有任何科学支持的情况下凭靠自身而活的方式。造物主渴求每个实体都转向祂，都被伟大的起初思维[爱]吸引，尽管有各种限制、损失和困难，但每颗心仍然是信实的，每个实体都有自己的自由意志去忠于创造性之爱自身，并在一种宁静的认识中站稳脚跟，不管各种表像，但事物如其应然的样子。

当一个人正在体验匮乏和困难时，万万不会认为这是好主意:合起手说「这情况是完美的」，不过这个陈述:「这是完美的」，在任何情境中都是最深刻的真理。那么，它看起来越是不真实，信心在寻求者的心智、情感、心中必须发挥的作用就越大了。我们相信，在比你们更古老的造物中，自由意志并不那么被珍视，因此，是在没有罩纱的情况下提供第三密度，没有在出生过程中发生的遗忘；(然而)在地球平面上醒来的每个实体(都经历遗忘过程)，无从知晓自己的灵性身份和周围造物的灵性特性。虽然第二密度继续向有耳听的人，清楚地表明造物主无尽的慷慨，表明(宇宙)造物的各部分用来为彼此服务的无限多种的方式，但盖住所有存有的罩纱所造成的情况～除了你此刻正在经历的东西，却特别适合于产生困惑；我们毫不吃惊地看到，这个圈子里的每个寻求者曾经一次次地感到混淆。

在这种混乱中，每个人都为基于恐惧的推理和基于爱的推理[若你愿这么说]之间的选择创造了条件。因为信心是对那些令你震惊、困惑或迷惑的情况积极运用爱。这个工具曾经在接近死亡的时候，在她躺着的床上放了一句格言。这句格言是:
「信心，最后的边疆」。对你们每个人来说，这种信心就像你所渴望、寻求、希望的圣杯，但实际上如何达到这种灵性态度?

有很多方法可以帮助唤醒这种信心的机能，但我们觉得在追求信心所需的各种因素中，最重要的是愿意跳入未知(领域)，相信一切都好，没有任何理由地除了有信心；除了那种深深感到有秩序、有目的，以及有节奏的进展方式。

各种事件、声音、脾气越是刺耳，智力就越是被锁住～这个器皿会说陷入僵局～因为这些事件的无意义性质。爱的圣灵希望这样的危机时刻能触发寻求者内在的领悟:即这是另一个可以祈请信心的紧要关头。信心可以从很小的事情开始。信任你上床睡觉后将会醒来。信任你是你认为的那个人。信任太阳会升起，信任鸟儿会歌唱，信任季节会进展到开花的时节，(即使)事情目前看起来严峻和黑暗。信心就像一块肌肉，必须被使用，而且不单单是在方便的时候使用，但尤其在不方便的时候使用。许多迹象和奇迹是由灵性内的能量和菁华提供给该幻象。许多是那些寻求异象的人的异象。许多是治愈、祈祷、爱的奇迹。许多是注意和赞叹他人信心的场合。有很多故事讲的就是信心，寻求者全靠信心度过了难关。

这个器皿回想起一个例子，当时传教士夫妇不仅仅在与一个土著部落的愚昧无知和恶劣的状况做斗争，也在与一场严重的疾病爆发做斗争。无论他们怎样努力工作，他们都无法跟上(预定进度)，他们变得越来越疲倦。做为具有罕有信心的人，他们选择去面对的方法是:甚至提前一小时起床，在静默与平和中祈祷，知道一切都好，知道有足够的东西。随着这些宣告盘旋着向天空升去，这对夫妇找到了平安，他们能够带着幽默和尊严来满足该情况中不可能完成的要求。

你看，他们没有抓住他们的负担，而是把它们交给了造物主，把每一个负担、忧虑和关怀都放在爱的能手中，就像给了一个礼物。因为造物主真的如母鸡抱窝一般照看你们每个人，如此爱着你们每一个人。我们无法表达这种爱的强度，我们已经感知到爱从无限太一那儿来到我们和所有人身边。我们是祂的心肝宝贝。我

们是造物的孩子，描述了我们的本质超越所有的幻象。

当这(认识)已经开始成为寻求者所是的一部分，当这种被爱和被珍视的感觉已经沉淀下来，并以一种微妙的、不断变化的方式生根发芽时，生命开始转变，因为自我最终接受了造物主对自我的看法，并能单单凭信心开始看到，无论表面上是什么样子，追根溯源自我就是造物主自己的(孩子)。这就是故乡。这就是家园。这是每个人的安全(处所)，不是权力、保障或世界如何看待自己的任何表现部分，毋宁说，安全和保障在于记住你真正是谁的孩子，你真正想望加入谁的服务，你真正想望通过自己传导谁的爱进入这世界。

现在，你们今天提出的一些问题涉及寻求者如何判断正在发生的事情是具有特别意义的样式，我们会对每个人说，出现一个测试、试验或诱惑时，该情况的关键方面就是样式。当你能在思考中认出一个重复的主题，一个重复的主旋律，接下来你就能很有权威地告诉自己:「这就是我想要更密切、更深入检查的某个东西。在这个样式中，有什么东西抓住我？我在哪里被卡住了？」由于这些沉重的幻象保证了没有什么东西是它看起来的那样，所以心理活动的力量对于破译这个样式不是特别有用。无论如何，若寻求者将进入与这个样式有关的感觉和情绪，那么寻求者就能够更容易地使用这些材料，因为正是在催化剂发生后(你)所选择的回应中自我表达了自我。

所以我们会说，在冥想中允许静默做它的工作。但在沉思中，只需允许自我进入在这种样式中出现的那些情绪状态。感受这种状态。进入这个情绪的每一个角落，或者这个情绪链结点的每一个角落。允许联想移动你的感觉，看看是否有一连串的事件或记忆似乎会触发这相同类型的情绪回应。以这种方式，你正在工作你的意识，而不离开手边的情况，因为所有这些在此生中出现的体验底下有一个

自我。当一个人日复一日地经历该幻象时，他可以越来越多地在先前有冲突的地方找到平静，只因为信心的态度已经开始扎根，而且不需要那么快地进入那些使人离开信心的样式，而进入各种意见、言语、观点的可疑水域。

我们要提供给你们的是一件非常简单的事物。我们在这里说的是爱，因为爱真是一切万有。爱的能量，当被自由意志触及时，创造了这显化的世界，但这个世界上的所有事物仍然和单一伟大的起初思维一起振动，而你们是作为自我意识的实体开始首次航行，你们不只是时间和空间的公民，还是永恒的公民；在此生中，你们试图驾驶肉身之船，同时了解到有一座更深的灵性海洋，而(你)更深的身份是在这形而上的海洋上试验航行，你看不见、摸不着、听不到、碰不到这海洋，但在寻求者的心中，它比任何显现的事物更为珍贵。

所以你们是双重(身份)的公民，去将灵性的和世俗的(身份)结合起来有时是一个有趣的挑战。我们在两方面鼓励每一位：首先我们鼓励你们，如这个器皿会说的，去验证自我、支持自我，对自我感觉良好，在心理、灵性、肉体上留心去爱自我。我们鼓励你在感觉安全的情况下释放恐惧，用信心取代这种相当可理解的情绪。只要凭着信心生活，就能结束矛盾和困惑，因为对信心来说，一切事物都是可接受的。所有的经验都是爱及其扭曲的经验。我们可以说，信心是一个代号，暗示着一种更像爱本身的振动。所以，无论你在哪里，当你突然感到挑战时，转向内在，记住你真正的和压倒一切的本质。你不仅仅是一个陷入生与死之间的人，处在一场没有意义的舞蹈中。你也是永恒的公民，造物主的孩子，和位于光中的居民。

我们会在此刻问你是否有进一步的问题。

V：在我所知的范围内，似乎缺了某个东西。我不确定我本来应该位于何处以及

我应该做什么。你们能在那点上帮助我吗？

我们是 Q'uo 群体，相信我们掌握了你的询问。我的姐妹，我们会说那些在灵性

上寻求的人确实有个迫切且有力的目标。然而那个目标并不是那些在幻象中的人自然会想到的，因为在幻象中，总有一种感觉:要做事以成为有用的。作为灵性的实体，这种感觉转化为一个人必须做某件事、某个职业，有某个志业或呼唤，其活动为人类的灵性目标服务。

然而，我们认为，你们每个人投生的使命和目标单纯地就是去活着，对行星意识提供你的振动。看似这种将自我奉献给照亮行星意识的网络是一件小事，也许是没用的事，因为寻求者一般不会觉得自己正在一个高(频)振动上运作。然而，尽管有一切的困惑和所有围绕着对困惑的反应的扭曲，以对爱敞开的心活出每时每刻，该目的和使命足以塞满人的一生以致于焕发着生命。

当然有些实体得到明显有帮助的职业或天职；一种「看看我在做甚么，我可以自豪」的警笛会为这些人吹响。你们看，这是一种次要的或间接的服务手段，只是由于显化的表现方式而看起来直接。实际上每个寻求者最直接、最常见的天职，首先是活着，做一个有爱心的实体、一个被爱的实体、一个心(轮)敞开的实体。

我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？
V：不了。非常感谢你们。

我们也感谢你，我的姐妹，祝愿你的旅程顺利。在此刻有另一个询问吗？
B：关于红色光芒的能量。我的境况是选择了禁欲，我想知道，自己能否把这股

红色光芒的能量提供给地球的疗愈。有没有某个方式让像我这样的人能做到这点?

我们是 Q'uo 群体，我们确实掌握了你的询问。我们相信，可以肯定地确认你所说的，从形而上学来说，把自己的全部献给造物主是核心或关键的行动，因为从[那个]立场来看，无论性欲能量是在亲密行为中与伴侣交换而献出，还是把这种能量完整而纯洁地献给造物主，重点在于把自己转向造物主，渴望献出自我的全部。有很多方法可以让寻求者找到性能量的好用途，包括给予和保留。我们不能说一种方式比另一种好，虽然那些必须禁欲的人 ~ 这里我们指的是你们民族中被称为僧侣和修女的人 ~ 觉得他们的道途更高。然而，把完整的自我献给另一个人，当每一方都以同样纯洁的态度献给造物主，就跟把童贞的自我献给造物主一样。有许多可能的方法来排放和表达红色光芒能量，在形而上方面没什么优点。关键是收集自我并完全提供自我。一旦这样做了，知道属于你的东西会有节奏地、自然地来到你身边，也许可以让心智平静地接受这个决定；也就是说，只把性的本质作为礼物送给造物主。一旦做出这个决定，无论这个礼物是禁欲的礼物，还是与也想望为无限太一服务的另一方进行能量交换，其结果都是完全相同的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?
B：不了。在那个主题上没有了。关于原型心智，为什么寻求者要触及原型心智呢?如何使他们有可能这样做?

我们是 Q'uo，我们并不介意变得混淆，我的兄弟。我们相当享受它。

原型心智是每个实体的深邃心智的一部分。心智的根源从最接近显意识心灵门槛

的那个区域开始，当一个人沿着这些根源走下去时，就会发现心智中的各个层次的群体心智。种族的群体心智、地理上的群体心智、政治性的群体心智，等等。比这些层次更深入的是行星心智，原型心智以及全有-心智或知晓者也是已知者(KnowerthatistheKnown)。原型心智是一套的结构，它创造了一种方式去思考自我为一个形而上存有。在一个神话系统中，有些人物，一个人可以从中找到认同。每一个已经用那种认同来进一步深化自己的灵性本质的人都会对此感到熟悉。

例如，在即将到来的被称为圣周的一星期里，这个器皿将跟随耶稣实体的脚步，深深地认同这个实体的牺牲，深深地为这个实体战胜死亡感到欢庆。正在被探索的原型是蜕变的原型。作为灵性的存有，自我远比可以想象的或包含的更多，所以当心智努力处理没有文字的资讯时，超越文字的东西变得越来越有用。戏剧、喜剧、绘画、歌剧，艺术将实体拉到语言之外进入情感状态，这些都是有价值的东西，因为它们从情感或心的角度而非从头脑的概念触发真理。而寻求者正试图到达自我之心，从自我之心出发去生活，所以这些带有伟大的净化情感之河的原型是极为有帮助的。

寻求者在冥想时，会有超越言语的材料提供给他。正是那个静止的、微小的声音在感情和情绪的海洋上移动。寻求者会一次又一次地领悟到无法用言语来概括的东西，在这个过程中，它是如此微妙，原型心智的使用是恒常的，在大多数情况下很少突发进入显意识心智中，但总是在表面底下进行。这就是意识的运作方式。在一个轻松和舒适的伙伴关系中，你的意识在人格外壳、思想和身体中，这些都是为这次投生而获得的。在意识和人格外壳本身之间有着恒常的交流。随着寻求者对于没有言语的真理变得更为舒适，自我就能够越来越多地安住在那种无需言语的存在方式之中。从这个观点来看，在从深层平安的存在状态切换到与该

幻象相遇、打招呼、行动的自我时，可以有越来越多的轻松动作，从获得的催化剂中获取更丰富的经验之收获。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？
B：犹大所代表的原型是具体什么原型呢？我感激你们已提供的事物。

我的兄弟，这就是你要去咀嚼的食粮了。我们在此刻可以有最后一个询问吗？
B：还有一个关于原型的问题。在触及原型心智的过程中，寻求者会被吸引到特定的神话上，这对于那个寻求者是独特的，还是在寻求者之间具有共同属性呢？

我们是 Q'uo 群体。我的兄弟，在大多数情况下，实体们发现自己对于(所属)文化共用的神话最为满意。当该文化不大认同任何神话系统时，寻求者就会受到挑战，要为自己探索各种可能性。我们发现你们的文化此时处于这样一种变动的状态。对于基督教和犹太教的神话系统的应酬话仍然是现行普遍的，然而整个文化对这个神话系统的情感参与是在一个低水准上。在这种氛围中，每个寻求者都要找到方法，从各种系统的综合中或从自我内部创造出一条独特的道途。而这也是你们文化内的人群越来越倾向前往的路。

我们可以在这个主题上进一步述说吗？
B：不了。谢谢你们。

我们发现这个器皿的能量偏低，你们圈子的聆听能量也许甚至更低。我们可以毫无问题地一直讲到晚饭时间以后，但我们确定你们不想要这样。所以我们将离开你们，荣耀地享受与你们共用的合伙关系，感谢你们的奉献和勇气，使每个人不顾一切地来到这个灵魂的会议。我们在无可言喻的爱和光中离开你们。现在和永

远。我们是被你们称为 Q'uo 的群体。

Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3809 章集：真相与幻象

1997 年二月 9 日

周日冥想

团体问题：今天我们的一般问题就吃百乐餐吧。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意并祝福。我们感谢你们因有幸分享你们的冥想，我们尤其感谢每个人邀请我们与你们交谈并分享一些贫乏的想法。

你们允许我们提供服务，这对我们来说意义重大，因为没有那些寻求的人，我们就没有任何可能进行这样的分享。所以我们感谢该器皿和这圈子里的每个人，并要求你们所有人做一件事，那就是不要把我们说的那些东西当作权威，毋宁，我们提供一些意见，如同任何人(说的话)，以你的辨别力去判断，因为在每个实体的深处都有一个确定的指示器，如果聆听的话，就让寻求者知道她何时遇到一个有个人价值的想法。当那种反应没有出现时，那么我们请求你们让我们的意见溜走并消失，因为我们不想望造成任何人绊倒。我们希望提供一些想法，这些想法可能被证明是资源、资产或工具，供那些想望在自己的人生中加快灵性进化速率

的寻求者使用。这是我们的目标，我们知道这也是你们的灵性目标。

共同的目标是寻求和认识真理，然而，具有讽刺意味的是，在所有灵性真理的路上，所坚持的就像锈迹和灰烬，因为幻象之内的真理是流动的，有自己的节奏和运动。确实，我们希望你们每个人都能考虑自己就像带着信号灯的电台，发出信号，向正在聆听各种祈祷、希望、渴望的宇宙发出信号。在有节奏生活的自然方式中，所渴望的东西会在充分的时间中被吸引到你身边，所以你眼前看到的目前的东西在你过去完成的那些样式中有着深刻的存在。自由意志的机能常常被命运的环境所删减，然而正是你发出的渴望，让你的存在于今生得到体现。而在转世前的层面上，正是你内心深处的渴望，组织并精心安排了一系列的活动，使你能在出生前希望学习的每一个课程中存活下来。

所以你就像磁铁一样，属于你的东西会在适当时候来到你身边。不倾听静默的心有祸了，因为正是在静默中，在安静的心中，那难以捉摸的真理才得以驻留。外在的经验是完全发生在你心内的投射和表现，在那个中心一点一点地打开，因为它学会不害怕，因为它学会不惊慌，最后因为它学会简单地倾听，相信静默中蕴含着难以捉摸的真理。而在静默中紧紧抓住那无法找到的真理，这是把钥匙启动你想望在你的经验中唤起的模式，以促进你的进一步发展。我们鼓励你们每个人变得更善于倾听，因为当你们倾听时，你们的倾听品质会向你揭示你准备好并愿意承受的真理层次。

我们察觉到在你们的头脑中在这个特定时刻有数个关注点，我们非常乐于以这个器皿所称的百乐餐(方式)工作，正如同我们同样乐于接受这个团体的问题，或从一个问题移到另一个问题。对我们来说，格式并不重要，因为我们认为，我们真正提供的东西就在通过这个器皿传递的话语底下，因为承载这些话语的是能量在

分享中成为我们的服务。我们提供一些想法，但我们的价值在于我们和你们同在允许我们的能量与你们自己的能量混合并融合在一起。

这场美妙的和谐之舞对我们而言是美丽的，随着我们穿过你们小组的能量以及个体的意识场，你们献给我们的爱与我们心里对你们极深的爱，变成大于任何言语的真理，确实，我们怀疑，我们最终发现一个人始终无法知晓真理，但一个人可以成为真理。对我们而言，那就是在前方的事物。我们尚未找到打开最后一扇门的钥匙，但我们有耐心，我们在沉思总是摆在我们面前的奥秘中找到喜悦，它总是引人入胜，总是不可知的。

在我们开放讨论具体问题之前，我们也许会说一些关于概念的话语～我们给这个器皿概念，它却没有找到话语。让我们说，你们现在享受的幻象如同景观。在幻象中的实体自然倾向就是把价值赋予这个器皿所称的顶峰体验，也许用那种被顶峰经验的特殊之美所征服的感觉来定义灵性。这并不是说造物主不在那些个人见证荣耀和狂喜的时刻里。事实上，造物主在这些时刻的每一根纤维中都辉煌地存在，值得纪念；不过若你们每个人都作为寻求者将灵性认为是那种必须上升到达的境界，他就自我欺骗了无视那存于内在的灵性，也就无视所有这个团体在最近称为生活杂务的苦工了。

早些时候，R 实体谈到真理似乎常常就在那里的方式，正是如此。不仅仅是在那些你加了引号的灵性词汇中:「爱、真理、美」，这些词汇反映了对神性的认识。我们愿把你们的目光转向普通事物的神性，转向日常的雄伟和奇妙之美，转向幻象中的每一丁点微尘和显化。因为正如 R 实体所说：「一切不都是由这完美之爱所缔造的？」因此，难道造物主不是实际地存在于万事万物之中?这些都是大智慧的言语。若我们能与你们分享我们感知的～自己的环境及其惊人之美，我们会

乐于让你淹没在敬畏和惊叹之中。

不过我们掌握的事实是：在灵魂运作时，其内部所能承载的灵性觉知是有限的。只是我们的经验是，加速灵性进化道途的方式包括一个不断增长的趋势觉察到每个时刻中的神圣状态。正是被带到每个时刻的自我，创造了那一刻的感知。有时，彷佛不可能真正进入那些统御感知的态度。然而，既然在这个团体中有数个实体对于电脑是非常熟悉的，我们可以说，就像电脑中的任何软体可以被一个掌握编写这些程式的原则的人改变一样，同样地，了解自我并开始意识到自我想法的寻求者可以开始进入编程，并根据偏好改变那些产生感知的深层过程。

在自我内部开始蜕变并非不可能。在任何时候都有机会蜕变。所以我们鼓励每个人对那个生物电脑，即头脑，是如何工作的，变得更有意识一点，因为这些思考方式可以被玩弄。这个器皿想说「被操纵」，但这个词汇有些难以处理的言外之意，但就让我们说，心智的基石可以被一个有耐心和毅力坚持自我观察的人拿下来并重组。我们不鼓励过分强调这种工作，因为真正的灵性寻求的菁华是成为越来越多的自己，而当一个人在工作更深层次的程式时，这个自我反而会在眼前渐渐消失。自我真正的灵性土壤存在于那个程式层次下方很深的位置，那就是你希望通过积累你在当前人生中获取的经验而以某种微小的方式来影响的存在地面了。

所以你们正要去上学。这个隐喻对于灵性生活是有用的，因为有个教室，那就是你们的行星，有你们选择的课程有些要工作的功课，当然，最后有进入更大生命的毕业(典礼)。那是一场没有人会失败的毕业(典礼)。

现在，我们已经对那个躲着我们所有人的真理概念玩得开心了。让我们打开这个

会议迎向你们此时可能有的问题，以及你们头上的关切。这个时候有个问题吗？

B：似乎心智就像一个倒转的金字塔，在心智的表面有更多可以玩的积木，这些积木都来自起初思维。你在哪个层面上重新安排这些积木？你只是用一个幻象代替另一个幻象吗？保持对起初思维的聚焦难道不是同样的事情？你对这个主题有任何想法？

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们几乎对任何事情都会有想法....我们乐于分享它们。就我们有限的知识而言，除了幻象之外甚么都没有。唯一不是幻象的东西就是未赋能的爱，这爱对于它自己没有觉察。通过自由意志的玩耍，造物主能够寻求认识祂自己，但显化爱的行动本身就是一种幻象、一种扭曲，当然是原初的扭曲，但还是扭曲，所以无论描述一个人的情况的经验密度或研究时间长短，都是在经历一种幻象，都是在扭曲真相。(宇宙)没有别的，只有一个稳定的进程(行旅)具有越来越多充满光的密度，这些密度提供一个越来越愉快的充满光的方式来扭曲单一的起初思维。

扭曲的概念时常不容易让心智可以绕过，因为在心智中会有那种感觉，说着:必定有某种东西是无可改变的，是没有扭曲的。然而，我们并不知道任何东西不包含某种扭曲。我们对无扭曲真理的唯一感知是那种存在的状态:一个人迷失在觉察造物主的状态中，而祂在心之静默中述说。

所以也许我们能说:在第三密度中可以为一个人所用的最充满光的变貌(扭曲)，注意力集中在被称为神圣地面的心态。那个内在的至圣所位于你的绿色光芒能量中心，即心轮。这就是为什么当实体从开放之心出发时，无论他们说什么、有什么相对的智慧，似乎都有疗愈的影响，因为开放之心的能量包含它所能获得的圣

化。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？
B：没了，谢谢你们。
R：（听不见）

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，我们将非常高兴带你和我们一起散步。让我们从觉察到躺在椅子和沙发上的肉体载具开始。感受它的沉重。感受你坐在其上的东西的物质。感知支撑该椅子位置的能量，支撑身体位置的能量。感受住处的活力，感受炉子、冰箱和电力的能量，因为它在这个地方移动，这些肉体的交通工具在这里居住，享受许多周期和此生的能量。

现在感应到你们大地的永恒气力，对强大的地面敬畏，就在你的脚下。感受到大地的能量，因为你们每个人都在大地中扎根。每个人都从大地汲取力量。感受水仙花穿过大地寻求早春不确定的温暖安静之喜悦。感受那些光秃秃的、有尊严的树木，它们在苦涩的天空中举起了铿锵的树枝。感受那些还在冬季中栖息(树上)的少数鸟类。

现在离开这身体和位置，上升到你能看见太空中的那个岛，那是你们的家。所有的城市都消失了。没有边界，没有写着美国和加拿大的界线。没有粉红色的怀俄明州。没有蓝色的肯塔基州。只有一个小小的地球，在你的空间/时间的永无止境的夜里旋转。从这个崇高的高度，人们可以对千年的时间和巨大的空间变得有哲思。看见这个星球的那个觉知没有身体。

现在向生命的更微妙层次开放。开始觉察到数以百万计的实体在地球内在灵里居

住它们没有肉体载体，你们称那些实体为天使、仙女、提婆。感受那满是翅膀声的空中多么生机勃勃，靠在与你同在的那群天使身上，让它带你回到地球的范围内，在一个更平静的气候中休息。你站在一个山区的底部，在一座海洋的岸边。太阳是金色的，似乎比它可能的距离还要近。如此温暖，如此暖和，如此舒适。肉体载具喜欢那种阳光的感觉，像花儿一样对生命的温暖做出回应。在这个私人海滩上，造物者可以不穿鞋走路。吸入太阳的温暖和临在。吸入那充满空气的爱。当你在沙滩上歇息时，感受到你是多么被珍视，海洋在你的脚下送来一波又一波清澈的湛蓝海水拍打着它的耳语。起床吧，懒骨头。出去走走吧。把你的脚陷进沙子里。眺望一望无际的水面。看见地球的曲线。那就是视界的尽头。眼睛怎么能一路看到地球的曲线？为了看到地球的弧度，眼睛要摄入多少成百上千英里的水？站在这里向外看，人们必须面对这样一个事实：有一个无法解决的谜团。它就在每一个环境事件的下面。

让我们远离海滩，走到温暖阴凉的山脚下，走在破旧的土路上，找到从一个山谷到另一个山谷的路，直到你来到位于这个多山岛屿中心的瀑布和泻湖。现在翻过那座山的山脊，来到那个泻湖所在的地方，那个为它提供淡水的泉眼，凝视你的周围。这些树木如此热爱水。柳树、木棉，这些宏伟的生物将它们的脚趾浸泡在深深的泉水中，垂悬在安静的水面上。在这里的树荫下，天气温暖，并不炎热，你可以躺下，闭上眼睛休息，当你休息时，你睡着了，你梦见你实际上生活在肯塔基州的路易维尔，坐在一个客厅中，在工作着灵性的旅程。

那么，你们是那些人正梦想着去魔法小岛来趟美丽旅程，还是活在魔法小岛上正在做梦的人？

（磁带一面结束）

(Carla 传讯)

.....最终穿透你冬天之心，知道你所能想象的都是真的。现在回来吧，如果你还没有，进入你的身体，进入你的环境，进入你现在工作的样式，感受内在的太阳。当它在幻象内照耀你时，当它在你的心中流动并温暖你时，知道那太阳是爱。

这个器皿正在向我们表示，四十五分钟对于本次集会已经够长了，所以我们想问，此时是否有最后一个问题？
B：清理阻塞更像是清理窗户上的灰尘，还是像将拔出瓶子上的软木塞？

我们是 Q'uo 群体，相信我们掌握了你的询问。让我们说，更确切地 ~ 我们给这个器皿一个实体的形象，它在一个山洞里。洞穴的门自然开着，而当能量结点内的能量没有阻塞时，就有了依照个人愿望随意进出的完美能力。当一种能量被阻挡时，是恐惧的作用导致心的收缩，要离开那恐惧的客体，导致你可能看到的是一缕多结的材料，垂挂在那个洞口上，当有足够多的结晶化恐惧时，看起来在洞口有这么多材料，没有路可以出去或进来。实体们往往试图使用大型钝器来移除心智体、情感体、或灵性体中的这些堵塞。然而，这不是我们建议的方式。我们会建议，当实体每天都在工作时，它是一个去除一点材料的问题，以便为能量的移动、进入和离开缔造更多的空间。一而再、再而三地一点一点地工作，比起试图去[如你说的]拔去软木塞造成能量以爆炸性方式去掉阻塞，前者要有效得多，而且后者会损坏洞口的结构。这里的技巧在于，知道自己可以把多少材料放到一边。在这个练习上没有时间限制，所以如果有过多的材料被摆在一旁，而该实体正看见自己再次紧缩并更多地进入阻塞，那个实体是可以停下来并允许那种阻塞，因为在那个时刻，阻塞是必须的。一个人正在工作的东西实际上是恐惧。恐惧是爱的对立面。随着爱的辐射，恐惧就会收缩。使用爆炸作为清除阻塞的方式，本身就是对恐惧能量的一种使用，而那辐射(爱)的能量是尊重和谨慎的，不去伤害被带走的打结材料、洞穴本身、或想望拥有更自由能量中心的实体。

我们担心自己混杂了几个比喻并为此道歉，我的兄弟，但也许你看见我们思想的方向。

我们可否进一步回答你?
B：不了。那些意象是有帮助的。

我们感谢你，我的兄弟。我们一次又一次地感谢每一位。你们已极大地丰富了我们的生活，我们珍惜你们每个人，并为这次机会感谢你们每个人。当我们离开你们，我们并没有离开你们，因为难道我们不全都是一？不过我们将停止通过这个器皿说话，在太一无限造物者的爱和无法言喻的光中离开你们，在那始终吸引我们前进到我们(全体)的源头和终点的奥秘中感到荣耀。我们是 Q'uo 群体。
Adonai。Adonai。
(暂停)
我 Yadda。我 Yadda。我们接到 R 的呼唤，所以我们在这儿。我们在太一无限造物者的爱与光中向各位致意。我们只要说:「你好和再见」，但 R 实体要求我们的声音，所以我们来了。我们 Yadda。我们在爱和光中离开你们。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3810 章集：与负面性打交道

1997 年二月 2 日
周日冥想

团体问题：在我们的日常活动中，我们应该如何与负面性打交道，从我们感觉是负面的情况，到想要控制我们的人？在与负面性、一个情况、一个人、甚至与自己的存有中的一个想法打交道方面，最佳的方式是什么呢？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。我们感谢你们有幸被呼唤到这寻求圈。我们感谢你们每个人的寻求、渴望、坚持，使你们在这个时候来到这个地方。我们感谢你们，因为你们的赐福使我们有能力以我们希望的方式服务，在这个时候在你们地球的范围内服务。能够分享我们的意见和想法即是我们从来希望做的一切。我们一直被那些为我们提供管道服务的人所限制，并将继续被限制。所以，当有一个团体和一个管道，我们能够在你们中间进入你们的感官体验，重新感受和感觉到单靠信心寻求所需要的勇气和耐力时，我们被感激所征服，我们感谢你们每个人所承受的一切，为了能够寻求和希望，并但愿在信心中生活，因为这就是我们来向人群建议的：生命有个中心，生命不会结束。

真理是有心的。那个中心和红心就是爱。爱几乎是一个苍白而无用的字，因为你们人群一直以许多、许多的方式使用它。我们在无条件和自由给予的爱的意义上使用它，当没有回报时，当没有明显的理由继续爱的时候，还继续去爱。我们就是在这种爱的振动中前来，你们每个人也是在其振动中进入此生因为一切万有都是爱。你们的宇宙的原材料就是爱，与光相互作用以产生能量场。

你们每个人都是一个能量的链结(nexus)，一个振动和能量场的复合体。而这种振动的复合体就像你的名字或签名。我们不需要知道你们的名字，以便识别每个灵魂，因为当你们来到我们身边时，当你们坐在冥想中时，你们就像所唱的歌，或

眼前的画，每一个细节，每一个细微差别都如此美丽地收集起来。我们觉察到，你们发觉自己是多么的惊慌和混乱。你们现在享受生活的沉重幻象是专门设计的用以促进混乱和迷失，以及无法通过你们的智力来安排宇宙。这就是你们的幻象应该做的，把你从智力上的安全平衡点上拉下来，从那儿你可以仔细地判断和逻辑地评定所有传入的感官数据，从而确保你的宇宙将继续像你所设定的那样存在。

造物主想望以每一种独特的方式帮助发展每片爱的火花，很高兴为每个实体提供那些困惑、困难、损失、限制，这将使寻求者学习那些与爱有关的课程、和爱你为之投生的事物，而你们在这里的每个人都有个人工作要做。你们每个人来到此生都仔细选择了你们的礼物:关系、人格、性格，并将此生中的自己瞄准你和较高自我认为对你的人生最有帮助的那种生活和学习，因为在肉体投生中的这段时间是罕见和宝贵的。仅仅靠信心生活的机会只给了你们现在享受生活体验的(第三)密度。

所以当你问到如何处理那些进入体验中的实体，并提供看似负面的服务，我们首先的评论，容我们说，是回到万物的开端，那就是爱，单一的起初思维，那个理则就是爱本身，那爱即是全-我，造物者。始终回到一个人存在的基本是好的，以确保双脚站在坚实的形而上的地面上。从无条件的爱开始，作为一个心理或逻辑的开始，总是正确和准确的。现在，做为那起初之爱的火花，你们每个人都已通过许多次转世，以各种方式扭曲这个起初振动。而你们每个人基本上都渴慕越来越接近该起初振动，即是无条件的爱。所以在那个意义上，你们每个人都在寻求成为造物者，寻求完全迷失在无条件之爱中。你们对接近万物的源头和终点的这份渴求和饥渴，就是觉醒人灵所感受到的那种渴求和饥饿。

一旦你醒觉于自己的灵性身份，你就无法再回去睡觉。你必须从那一点上看待你的生活和优先事项，处理这样一个事实：你现在正处在一个你不知道终点的旅程中，你可能不知道接下来的步骤。而你在这个旅程中，除了你的希望和梦想以及沿途的一些同伴之外，别无其他。

因此，当你与你周围的人互动时，最好一次又一次地返回觉察自我为一种形而上自我的振动，该自我使得幻象及其问题和关切黯然失色。不管每天的行动、行为、想法有哪些涉及应对负面导向的实体，最好总是回到对你真正是谁和你是什么的回忆，因为在越来越充分地了解到你自己的本性时，你会越来越觉察到你身边人的本性。在你们的世界中，有许多实体喜欢用不同的优先事项来凝视自我。这些优先事项可能看起来非常负面。实际上，你们星球上的大多数实体既不[非常正面]也不非常负面，而是处于一个引力井中，在这两个极性之间，既不努力去服务他人，以便往那条道途极化，也不努力收集力量和控制他人，以便沿着极化往负面的道途进展。

对一个寻求去服务的人来说，最大的诱惑是忘记了在你们的造物中所有其他实体都与你相同，因为你们都是来自一个伟大的起初思维。无论该实体的不完美看起来有多深，该实体的基本性质与你自己的性质是一致的，因为每一个(实体)都是完美的。这些扭曲在该幻象中是明显的。所有在第三密度经历人生的实体都扭曲了无限之爱的振动。你们知道的耶稣扭曲了这种爱。在第三密度中生活和体验一生，不可能不明显地扭曲这种原始振动。正是为了发展这些扭曲，你来到这个经历。

那么，从灵魂到灵魂的层面来看，无论你是在凝视一个你觉得气量小的人，还是发觉有人在小范围内进行批评，或者发现有人义愤填膺，或者发现有人愿意屠杀

成千上万的人，无论你遇到的灵魂沿着明显的多样性分布多么广泛，他们每个人都是你的一种形象。他们每个人都在告诉你某个关于你之所是的事物，包括实体们可能并不想望去探索的黑暗面。所以，从那个灵魂的层面，如何与这种实体打交道的问题就变得较不困难，因为从那个层次上，每个实体都是要被爱的，如同你爱自己一样。去爱造物者，爱自我，像爱自己一样爱别人，这些是非常简单的建议；在灵魂的层面上，它们却是相当包罗万象的指示。

现在，它往往不是实体们希望在其上移动的灵魂层面。而当一个人离开那个安全的地面，我们可以说，形而上而言，(不再)从灵魂层面无条件地爱，该地面就会迅速变得不那么简单。该地形可能非常令人费解，所以如果一个人不想要简单地表达爱或感受对另一个人的爱，或在不干扰另一个人的情况下充满爱地行动，那么他就必须承担一些责任，看看自我，看看自我的礼物，看看你觉得自己作为一

个寻求中实体正在努力的课程，看看，正如这个器皿会说的，看看你从哪里出发。你是否从红色光芒的观点反对这个实体？你是否发觉这个实体的负面行为威胁到你自己，或某个其他人，或一般的人群？你是否从出自橙色光芒能量中问：「我如何对待这个实体？」你觉得必须建立连结而你不知道如何与这个实体产生个人关系？还是你从处于一个团体中的立场来对待这个实体；也就是使用黄色光芒能量？还是你出自开放之心来对待这个人？或者从沟通的层面，甚至出自意识中工作的靛蓝光芒能量？

所有这些与其他实体连接的层次都有它自己最好的表达方式，我想这有助于该实体准确掌握能量[是]从哪里来，以及你希望它前往哪里。

一旦你对自己的自我知识相当满意，知道为什么你把这个实体挑出来练习，我们

可以说，然后你可以看看你有什么天赋。它们是否包括更多的非语言或更多的语言技能？你的天赋更适合为一个实体祈祷，还是适合跟他对话？一个人所拥有的天赋是很重要的。当你在寻求以最高和最好的方式与他人相处，想一想[这点]是好的，而且知道你有什么可能(提供)的服务是非常有帮助的。如此经常地，一个人所拥有的天赋，如果使用得当，往往会创造出一种全然不同的生命体验，而那个实体在凝视自己的天赋时，却选择了在生活和工作关系中的一种方式，这种方式在逻辑上或心理上是有意义的，但对于该永恒的生物[你之所是]来说，可能不是一个舒适的居所。

现在让我们想一想，这个采取负面行动的实体想要你做什么，因为在给予他人服务的过程中实体们发现自己处于非常令人混淆的水域中。也许正面导向的寻求者最常犯的错误是:觉得他们知道另一个实体需要什么。的确，这是(需要)一些耐心的工作，在此你愿意等待，直到有人问你，以便尝试有所服务。这听起来很简单，但当你觉得有话要说那将会帮助别人时，就非常困难了。当这种感觉袭来时，就有分享的冲动，我们并没说这是错的。我们只是说，这可能不是服务他人，因为实体们想要什么，就会要求什么，而当其他实体要求时，然后能分享那份珍贵的服务礼物。

事实上，我们不觉得有一种方式适合所有人来对待所有人，因为如果每个实体都与其他实体完全和谐，这就不会是第三密度。在我们调查这个问题之前，这看似很明显：实体之间越善待彼此，生活的体验就会越和谐、越美好。不过当寻求

与自我或与他人的亲密关系时，所发生的碰撞并不和谐，从每个人处于必死性、空间、时间的幻象内的立场来看，似乎根本不可能知道得足够多。人们得出的结论是:自己根本就不知道什么。当一个人了解到这点时，这是一份伟大的礼物，因

为伟大的错误都是由那些认为自己完全知道该做什么的人犯下的。认识到你不只不知道，而且你也不应该知道，你在这里不是为了知道对的事情，在这过程中有巨大的疗愈。更精确地说，你在这里是为了体验和学习，并与你前来爱和服务的地球分享你的菁华。而这并不是说出来的。这并不从跟另一个实体合作开始的。这是开始于吸气和呼气。这里就是你的志业，在生活中、在存在中、在呼吸中，在你所在的地方，带着你警醒的感官、开放的心，注意那一刻，那是你从来拥有的唯一时刻。

所以，一次又一次，一个人返回这样一个事实:在该幻象中，你必须遵循你的天赋，尽可能地认识自己，然后尽可能诚实地、充满爱地、按照你拥有的这些天赋来分享自我。在这过程中，你将一次又一次地失败。你会发现，你已经说了你不愿说的话。你会发现，你曾但愿自己说些什么却找不到勇气；你会允许那些时

刻过去。如果你可以的话，就把这一切看作是磨坊的谷物，正如名为拉姆·达斯的实体所说的。当你感知到负面性，看看你自己并对自己说:「我也是那样的。」因为每个实体都有那个黑暗面，它被如此闪亮地为你映射出来。如果你一次又一次地看到这点，接下来它会使你暂停一下来思考:「为什么我邀请了这情况？为什么我觉得[我]需要这把锉刀磨砺我人生的表面？我自己的这个形象告诉我，我需要知道什么？」因为你就是那个自我，而适当的情感总是爱。

然而，当感受到不恰当的情绪时，我们不能说表达这些可能听起来很负面的情绪是错误的，因为这可能是你给那个人的礼物，让他摘掉面具，给那个实体以另一种方式来思考那个人的负面行为。讲述的方法不止一种。你必须简单地将那些你最想分享的行动和话语抛向水面。你要知道，你说的每句话和做的每个动作都不是看起来那样的，每个动作和每句话的涟漪都会变得混乱，并且会与你所开动的

其他行为和其他能量纠缠在一起。

在自我内部变得足够清晰，使自我变得几乎透明，这是一种艺术。这方面的艺术是，当自我变得足够透明时，自我就不再与出现在自己视野中的镜像有那么大的关联。如果已经足够清楚地看到了自我的黑暗面，那么因那个负面的人进入你的视野而产生的情绪也许只是一个小小的干扰，一个对于不和谐的觉察，也许甚至那点情绪也没有。你在知晓、宽恕、接受自己方面做的工作越多，你对其他自我所做的工作就越少。你越是有力地捍卫、理解、尊重自己的黑暗面，你就越是不需要防御他人的黑暗面。

小组中的每个人都有过与负面能量共处的经历，都有过与不和谐的实体发生冲突和痛苦的时候，每个人都有想望让这一切变得更好的感觉。你可以在你选择的任何时刻，通过后退一步进入对于伟大的起初思维的记忆中，得以准确地做到那点。你正在做的恰恰就是在起初的振动中振动着，那是你的真实本性。其余的都是细节。愿你享受生活中的细节。知道它们是暂时的，并不会使人减少对在这个世界上喜爱和赞赏生活、爱、寻求的机会，在这个世界上，只有通过信心才能找到自己的路。愿你们像自己被爱那样去爱。愿你们彼此相爱、彼此关怀、为彼此祈祷，背负彼此的重担，对彼此传讲真理，并带彼此回家。

我们会在此刻把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。
(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。我们在此刻很荣幸提供自己以回答在场者可能对我们提出的任何其他询问。在这个时候，还有另一个询问吗？

Carla：我们在会前谈到正面的管道如何走偏了，我想知道你们是否有什么要补充的？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现你已经涵盖了那些外在的表像和体验，像你们这样的团体在失去原有的联系也许被其他不想要的资讯来源所取代的情况下所承受的苦难。我们唯一会做出的进一步的评论是:那些有荣耀与责任作为器皿跟我们这种实体通讯的人，最好仔细检查自己这个器皿的品质和责任。寻求当器皿的人常常并没有探究这种服务。太常见的情况是，实体们被该经验所淹没，以致于他们只想继续像以前那样努力成为资讯的器皿和管道，而对于每个作为器皿的实体来说，最有用的是意识到为这项工作准备自我的必要性，不仅是在日常的活动和想望为自己保持的标准类型中，

而是在服务的实际表现中，也就是说，在调频自己的内部机制中，在这个服务时间中将个人性质的欲望放一边同时操练调频过程，正如我们发觉这个团体所描述的那样，将内部的无线电转盘，若我们可以使用这个比喻，设置到一个人可以稳定地保持的最高源头。分辨灵的能力也是所有愿当器皿的人要好好做的练习，因为这确实是一个拥挤的宇宙，很多灵都在设法接近它们可讲话的器皿，以便他们可以按照自己的意愿说话和做事，毫不考虑到器皿或他们说话对象的福祉。因此，一个想望作为器皿的人在自我内部找到那种品质，那是他们在区分接触(通讯)中站立的基石。对作为器皿的人来说，找到他为之而生、必要时为之而死的品质是很好的，并以这种品质、实体、或概念的名义，挑战那些想要通过他说话的接触(者)；问问他们是否以基督意识之名来到[尤其对这个特定器皿而言]，对其他人来说，也许以耶稣·基督之名，对其他人来说，也许是爱的品质、服务他人，等等。当那些想望作为器皿的人已经掌握了该能力:调频自我和挑战那些想望通过他

们的器皿说话的实体，那么我们觉得想望作为器皿的人已经准备好自己，然后能够以一种可持续的方式和可以真正服务他人的方式进入这项服务。

我的姐妹，有进一步的询问吗？
Carla：没了。感谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你。在此刻有另一个询问吗？
B：我想要有一天担任一个器皿。我如何才能练习分辨不同的接触者呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。分辨不同接触者的练习最好在有经验的器皿的协助下进行，该器皿将定期与你合作，以便它能够在最初阶段协助你进行这种辨别。

有进一步的询问吗？
B：是的。也许稍后吧，因为我忘记问题是什么了。

在此刻有另一个询问吗？
V：你们是在说，在练习这种技巧时与物质界中的某个人一同工作，还是与在时间/空间中的实体呢？

我是 Q'uo，觉察你的询问，我的姐妹。对于你们第三密度幻觉中的绝大多数实体，我们建议实体与第三密度中的老师合作，他们本身就是器皿，愿意与那些想望学习这项服务的人一同工作。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

V：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？
Carla：我打赌，P 会喜爱收到你们的讯息。我相当确定，她现在正精神低迷地勉强度日。

我是 Q'uo，并且知道你的请求，我的妹妹，尽管对一个不在这个寻求圈内的实体说话有些困难，而且她自己也没有要求一个谈话。

我们察觉到，这个实体以及其他人同样都因为在其当前的体验中承受自己的苦恼形式。对于所有感受到痛苦和困难环境的人，我们要求每个人在每日活动中抽出时间，在冥想中静坐，释放当天中所有的恐惧、疑虑、忧虑，让这些在这一刻放下，并在这一刻寻求太一无限造物者的临在。只要你能够，就在那儿休息一下，再次感受到与所有事物的合一。再一次感受到自我的中心。感受脚下坚实的形而上地面。再次感受到太一造物者的手在生命样式中移动。感受太一造物者的爱和光在自己的生命中流淌。感受那些心与心之间的特别触动，在这些寻求太一的时刻，是可以得到的。在这滋润的体验之流中休息，当感觉适当时，再一次进入你的第三密度幻象。感受到冥想状态的安静与平安与你同在，并在每天的活动中作为一种资源随时可用，这些活动带来了挑战、催化剂、机会，使人可以利用心中的认识，有机会去爱那些爱似乎不愿去的地方，给那些在黑暗中移动的人带来光，成为一座灯塔，把太一造物者的爱和光给所有自己周遭的人。在这种情况下，当一个人继续在日常冥想中寻求太一造物者的灵感时，许多疑虑、阴影、恐惧都会掉落到路边。

我们要提醒每个人，摆在你面前的所有东西，你都是为了一个服务他人的目的而

放在那里。在每个有疑惑的情况下都有光。在每个充满恐惧的心中都有爱，可以抹除恐惧、移除怀疑。这不是一个容易的旅程，你也不想要如此，因为在有黑暗和怀疑的地方带来爱与光，可以得益很多。我们祝愿每个寻求者在这个幻象中都有个美好的旅程，因为有许多侧路可以分散注意力、混淆(视听)、使人充满恐惧。但是，在每个人的心中，总是有来自太一造物者的爱和光。再不能更接近了。在那儿寻求滋养，它将使你们每个人在寻求太一造物者的旅程中得支撑。

有进一步的询问吗？

V：我知道梦给我们提供了来自潜意识的所需讯息，但如果一个人在梦中无法记住这些讯息，是否有办法在显意识状态下工作，帮助他们回忆起来？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。每个实体心智的潜意识部分都充满了投生体验的样式，并以梦的形式将这些功课和经验的各个部分发送到显意识的心智中，以便与该显意识的实体对话，寻求发掘潜意识心智的宝藏。为了能够工作这些梦境图像，寻求者最好向潜意识发出讯息，表明他准备好在梦中工作这些讯息。要做到这点，可以在睡前提醒自己试图记住今晚的一个梦，通过放置适当的工具来进一步加强这个渴望，只要能够记住这个梦，无论是在做梦后不久还是在早晨醒来时，都可以记录这个梦。正是通过不断地向自我、潜意识心智重复(发讯)，希望与这些梦合作，潜意识才会确信，显意识自我在这个渴望上是认真的、严肃的，然后开始向显意识心智释放能够被记住的梦境。

因此，重点是与潜意识建立对话，并通过记录设备不断重复记忆，无论是答录机、铅笔、垫子、手电筒还是其他什么，来表达自己继续对话的诚意。那么，在这种重复过程中，就在一个人的显意识和潜意识部分之间建立了一座桥梁。

在此刻有最后一个询问吗？

B：当一个人即将作为器皿而服务时，把个人的担忧放在一边是否与启动魔法人格相同(意思)？

我是 Q'uo，我们的回答是肯定的，因为当一个人想要工作一个器皿的经验和服

务时，他确实是在魔法的或形而上的自我的时间/空间部分工作。因此，当一个人能够看到今天的关切，给它们贴上标签，看到它们被放在盒子里，看见盒子被放在一边，那么他就进入了未显化自我的那一部分，有人称之为魔法人格，有人称之为较高自我。因此，一个人也在通过这项工作建立桥梁，连接你现在工作的空间/时间幻象和这个幻象的时间/空间部分，在这个幻象中，一个人作为一个形而上的人格在工作。

有进一步的询问吗？

B：一个人应该在定期的冥想过程中工作那一点吗？

我们觉得我们掌握了你的询问。如果一个人在冥想状态下工作，把清醒的意识和它的关切放在一边，以便建立魔法人格，作为一个器皿，这最好只在像这样的寻求圈中进行，以便新的器皿获得有经验的器皿和该寻求圈的经验和保护。一个人

单独做这项工作将无法做出最初的辨别，无法以稳定的方式为正面的通讯服务。

有任何进一步的询问吗？

B：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，再一次感谢你，我的兄弟。在这个时候，我们要再次感谢你们邀请我们加入你们今天的寻求圈。像往常一样，被邀请加入你们是我们极大的荣幸，因为在这段时间里，我们能够暂时参与你们幻象的强度、多样性、生动性，并且能够以我们自己谦卑的方式提供我们在自己的寻求之旅中发现的有帮助的意见和经验。然而，我们建议每个实体用个人的辨别力来决定我们所说的哪些话对你自己的旅程是有用的。请抛开任何对你没有意义的词或概念。如果任何词语对你听起来不是真实的，那么无论它多么闪亮，在此时都没有用处。

我们是 Q'uo 群体，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是 Q'uo 群体。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3811 章集：人格的锻炼

1997 年一月 5 日

周日冥想

团体问题：Ra 在一的法则资讯中谈到人格的锻炼(disciplinesofthepersonality)，今天下午的问题涉及这个意义上的锻炼。我们想要 Q'uo 给我们一个更好的观念，让我们了解人格的锻炼是什么，它是如何达成的，以及当一个人行使它时的态度，比如说，我们对纪律(锻炼)的正常想法是出于责任感或被命令这样做，或因为你认为它是正确的，那么它就没有一个非常令人愉快的内涵，我们想要 Q'uo 能和我们谈谈人格的锻炼。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。一如既往，被要求与你们分享我们谦卑的想法，这是我们的特许和乐趣，我们很荣幸能那样做，只要求每个人都使用辨别力来捡起那些吸引你们的东西，把不想要的想法抛在后面。

你们今天问到人格的锻炼。容我们说，这是一个大主题。该问题涉及凝视用来制造人类特质的素材，因为就是在人类的情境中，人格的锻炼变得具有挑战性。当一个人处于中阴状态或者当一个人处于真理没有被遮盖的密度之内，人格锻炼是一个远远更为直截了当的挑战，因为有一个简单的衡量标准，即太一无限造物者的振动，依照这个标准来观看人格的许多材料，这是你给造物者和(宇宙)造物的独特礼物。

当真理没有被遮蔽时，要取得有意义的进展，这可能是更为困难的，但在第三密度的限制下，更难察觉到一个人稳妥前进的方向，正是为了更锐化这种挑战，负责你们特定物质宇宙结构的子理则才选择了第三密度的罩纱。

你们每个人，容我们说，都是一个崭新的、已改良的产品，因为在你之前的造物中已经发生很多事情，它们已经向那些较新的子理则建议产生这种罩纱。什么是人格呢？这个问题、这个关注已经在你们的人群中产出数以百万计的文字。

看似你们的文化总喜欢列清单，人格第一是这个，第二是那个，如此等等。然而，真理的外形是与你们的人群的列表的倾向相悖的。

我们可以说，至少对这个器皿而言，把推动人格的心智结构设想成一种音乐类的

乐器，是比较容易的。一件乐器是可以被演奏的；一件乐器可以在其特性范围内产生许多音调。这个器皿熟悉钢琴和木笛等乐器，木笛是一种长笛，在每一种乐器中，乐器接近[它]的方式，手指的特定触摸的性质是相当重要的，因为它产生清晰的、纯粹的音调，是乐器演奏者试图实现的。

你可以把你的心智、情绪、心态、灵性的结构看成一种乐器，每个人都是不同种类的乐器。有些人格是必须被敲击的，好比钢琴或鼓。其他的一些人格是那些拥有各种性格和特性的琴弦，是能够单独地被调音的接着拨动或被振动通过摩擦

而产生出音调。其他一些乐器需要能量，呼吸产生的压力被施加到一个形状中，然后打开或堵住气孔以便于产生出各种各样的音符。你们每个人都是太一无限造物者的火花，是一个独特的乐器，在其潜能中有能力产生纯净、清晰、美丽的音调。

因此，人们也许可以看见，一个接近自我并希望在意识中做工作的人，首先关心的是调查自己的器皿(乐器)性质。由于面纱的存在，在没有帮助的情况下这是非常困难的，因为一个人很难看到自己的性格。一个人可以通过反射最准确地看到自己的个性。你的第三密度经验是坚定社交性的，这不是错误或巧合，因为正是在不同人格彼此之间的互动中，真理被投射到每个人上头。

当你与像自己这样的子理则相处时，你在对方身上喜欢的东西很可能就是你喜欢自己内心的那些东西，反之亦然，那些在别人身上冒犯你的东西向你揭示了自己内心那些远未解决的考虑和问题。深入这个考虑人格的核心，一个人可以在其他实体的帮助下最为成功地尝试穿透人格的外在形式，并进入(自己)人格的地下泉源，从那儿你就像喷泉一样涌现进入显化。

你之所是的人格，容我们说，是具有各种扭曲的工艺品由你已作出的各种选择所

创造的；这些选择是由你在从原型和种族心智中提取的～你已决定在此生中工作的那些元素。虽然每个实体都是独特的，但每个实体都是从无意识心智深处的材料中站起来的，这些材料将所有的子理则与理则的身份连结起来。不能说潜能状态中的理则有个性。通过自由意志的作用，该理则成为智慧能量，人格的种子被缝入。你们每个人都从同一的土壤发芽。不仅如此，你们每个人都是从同类型的种子中发芽。

随着生命在一个又一个的密度里周期性地循环，随着时间似乎非常缓慢地移动，你所创造的种种扭曲形成你独特的身份。所以，一个希望演奏人格乐器的人的目标之一是穿过每一个扭曲，找到所有人都共用的主干；然后，一旦他更多地感觉到了所有人都一致具备的那些东西，就可以沿着意识的主干向上移动，进入那些有意识的思想分支，这些分支形成你在目前这样的时刻所表达的人格。

若每个人格并非来自同一个源头，那么学习你所拥有的这个特定器皿的纪律将是一件完全不同的事情，在你们的显化周期中直到这个(时)点你创造了该器皿。但你可以站在坚实的地面上接受来自任何其他人类来源的资讯，因为每个人都是最有把握和真正的扭曲集合体，其根基与你自己的相同。这就是为什么在人与人的互动中可以学到这么多东西。足够深入，一个人就会与所有实体踏上共同的地面。掌握共同点和掌握你的特定器皿的特殊性和专业性是同等地重要。

现在，当你已经或多或少地开始识别你的乐器(器皿)所能产生的音调～这是许多辈子的工作～你就可以继续前进了。这些音调是你们文化称为的情绪。当人格的

锻炼有些进阶时，那个人格所演奏的音乐是由纯粹的情感构成的。然而，就像任何试图学习演奏乐器的实体一样，一个没有练习过的人所产生的声音可能是不和谐的、不悦耳的，而且，在你们民族的大多数情况下，那些还没有学会纪律的人产生许多不悦耳的音调。

有种感觉，就是一个人坐在钢琴前，但不知道琴键在哪里，也不知道如何缔造和声，除非某些琴键，即某些琴键的资讯被提供出来，否则钢琴仍然是一个大型的物体，产生不了什么美妙的东西(声音)。当一个人自己开始学习弹钢琴时，他要练习每一首曲子，以找到那个特定键的谐音。然后，也只有在那时，一个人才能开始缔造音乐。

所以，当你有各种情绪时，当你体验情绪时，你首先要尝试做的是找到那份纯净蕴含在你对这种情绪的已扭曲感觉之内。在大多数情况下，情绪是以一种盲目的方式出现在人们身上的，人们会自发地发现自己在某个音符或某种情感上的振动。通常没有练习的人假定，无论这种情绪如何冲击，无论怎样感受这种情绪，[它]都是瞬间的真实音调。而那些想望在意识中工作的人关切的是:听到这个音

调具有的所有扭曲，并以那种找到中心的敬畏(之情)对待它，我们可以说，即那个情绪的好，那个情绪的真实之心。一旦一个人开始掌握这些音符，就可以开始让不和谐的扭曲从那个特定的音调或情绪中逐渐消失。

如我们已经说过的，这是几辈子的工作。它是缓慢的工作。无论如何，我们认为，你们每个人作为寻求者都会发现这项工作很愉快。这不是一个智力过程，而是一个感应或感觉或直觉的过程，以找到情绪的核心，我们只会建议你们每个人，在感觉正确的时候，开始感应到自发产生的情绪，爱、支持和尊重它们，因

为它们向你走来，同时，允许内心寻找那个特定情绪的核心，因为情绪的净化对于该过程非常核心:与你的意识一起工作以实现人格的锻炼。

你的个性，你的性格或天性，你的菁华～我们更正这个器皿。删除「菁华」～是一组显化源自你之所是的振动复合体。那么，你试图做的是表达你的真实本性，更多地成为你自己。你在寻找你的存有之真理。你不是在试图结束自己内在的扭曲，你正在试图看见并和你每一种感觉或感官之美玩耍。

所以，我们给了你两个步骤。首先，开始，逐个特质和逐个特性地，为你自己的个性命名。做到这点之后，你就试图练习自我，练习自我的存在，在自我体验传来感官资料时与自我一起玩耍，开始演奏该乐器的音阶。有个东西是音乐家必须拥有的，那第三件事就是音乐，你们每个人都在寻求那音乐，确信有为你的乐器写的音乐。你们每个人都渴望这音乐摆在你们面前，而这音乐是你们选择的道途和你们为坚持所选择的道途做出的种种选择。

你用自我之乐器演奏的乐曲，有一种意义和深度，来自自由意志，将灵吹向四面八方。天际的音乐(musicofthespheres)没有尽头，一旦你学会了你的乐器，你能演奏的音乐也没有尽头。

我们要在此时把该通讯转移给名为 Jim 的器皿。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在此时，我们要请问是否有个询问是我们可以用来开始这部分的工作?

提问者。有的，Q'uo，若我理解正确的话，我将用一个例子（听不清）来描述我想我听到你说的关于人格的纪律，带着尊重的纪律*.....我发现这很难（听不清）。纪律方面真的与对自己说，好吧，无论如何我都要这么做，因为我知道这对我有

好处，而是放纵，如果我可以用这个词的话，情感来决定.....好吧，放纵情感感受的所有方面，然后找到它的核心。这样说对吗？这就是纪律的菁华吗？（听不清）
(*Sunny 译注:原文中的 disrespect 可能打字的疏失,字首 dis-不小心从 discipline 拷贝过来)

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们在很大程度上同意你的说法。我们要补充的是，人格的纪律会影响你是否冥想的决定，影响你看待该决定的态度，因为是你自己的那颗心会款待所有这些想法。这将是你在生活样式中遭遇或遇到任何情况时所采取的主要立场。若你愿意的话，它将会是自我之心的表达，那个人格，从底层支撑起对这个想法的所有潜在反应。这将是一种风味，容我们说，那独特的标记，这种印象将是你选择行动的指导因素，或对自我之内的这个想法的回应，该想法是一个人应该冥想。

我的兄弟，有进一步的方式是我们可以讲述的吗。
提问者：没了，谢谢，Q'uo。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？
Carla：我有点惊讶，我没接收到关于爱、信仰或冥想的东西。在我完成传讯后，我突然想到，也许，当你谈到人格中的某些成分时，你说的是早已存在的东西，

它就像一种成分（听不清），但我想自己可能得出的一个结论是:人格的锻炼在负面和正面的两极上同等地重要，但这种学习演奏乐器的过程与爱和信心的交集在哪里？那是在于已选择的生活方式或已选择的人生道途？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。寻求去锻炼人格的实体，成为一个形而上的存有，行使魔法师之道，试图达到意识中的改变，这些事情主要是通过[你刚才谈到的]信心与爱的品质来完成。该实体寻求成为形而上的存有并行使其个性的表达在正面极性中发觉，去爱的能力来自主要的信心:即该实体能够滋养并造成自我内在的成长。所有这些人格的元素和构成多重切面存有的成分，每个实体都发觉有必要给予和接受爱，这是人生体验的每个部分的主要基石和所有造物的能量。

因此，想望成为一个形而上人格的实体用信心点燃其内部的熔炉，而输出的能量就像爱一样，它的手段，人格的许多方面已经被锻炼，可以作为一种资源，一个人们可以带着独特和具特色的繁荣[写出生命的管弦乐曲]，这给太一造物者带来荣耀，因为它是一种手段，一个形而上的实体开始表达其作为造物者的特质。

我的姐妹，有进一步的询问吗？
Carla：没了，谢谢你，Q'uo。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？
提问者：（听不清）。这落入今天主题的范畴，（听不清）。我真的经历了大量的感受非常、非常深刻的悲伤和难过（听不清），特别是关于这个团体和你，我绝对确定（听不清）以前有这种感觉。在打交道中，你可以说（听不清），请与这个（听不清）工作？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。大多数正面导向的实体想望在更大程度上发展名为悲悯的品质，将为此生编程为表面上缺乏这种悲悯的品质。对于正面导向的实体来说，这种缺乏悲悯的程式将是针对自己的，而非针对他人的，因为对于一个正面导向的实体来说，带着对他人缺乏悲悯的程式进入一次人生是不合适的。

因此，该实体会在内部工作其个人的口味。这些缺乏价值，缺乏悲悯的感觉，以及一种对自我感觉到厌恶的感觉，是一种焦虑，旨在使得该实体更为深入地挖掘自我，而不是打算要表明那种无我的感觉或较少的价值。以另一种方式说明这点，对自我缺乏悲悯的实体会很好地把这个自我看成是自己照顾的孩子，并试图给他任何孩子在学习新课程时都需要的爱和支援，了解到失败会发生而且是最有价值的，因为它们教了很多关于什么是可行的，什么是不可行的，什么是有帮助的什么是没帮助的。因此，若一个人愿意把那个价值渺小、如此缺乏自爱、自尊的自我形象纳入自己的羽翼之下，就会开始有.....
（磁带结束）

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3812 章集：自我的真相

1997 年一月 12 日

周日冥想

团体问题：我们今天要进行百乐餐。没有特定的问题。

(Carla 传讯)

我们属于你们知道的 Q'uo 原则。亲爱的人们，在太一无限造物者的爱和光中问好。我们一如既往地感谢你们邀请我们在此时与你们分享一些想法。我们必须说，这次的课题是有趣的。

当我们聊天的时候，我们一如既往地要求你只拿那些你听起来有益的内容，并将其他的都留在后面。使用你的分辨力。我们感谢你这样做，因为我们自由地向你们提供一些想法，知道并相信你不会允许它们成为负担或绊脚石，而只是把它们作为你寻求道途上的可能工具和资源。

「百乐餐」(potluck)这个措辞很有意思，其内涵是指主餐、食物的选择，因为我们确实是提供一种杂货的人。思考的食物肯定能满足人们的胃口，也许今天我们要谈一谈这种要吃更多的胃口，对于真理的渴求和饥饿。甚至找到自我的真理是多么困难啊。你们每个人都坐在一个骨与肉的架构里，显然是有限的，凡人的，被环境围困着，对此生的大部分经验只有很小的控制力。当寻求者觉醒时，当内

在的人灵被唤醒，将拳头揉擦惺忪的睡眼，环顾显化的世界时，乍一看，似乎知道自我是个简单的东西，然而，随着此生中的存有在身材、年龄、年岁上的增长，有那么一刻，不加思考的孩子变成一个寻求者。有那种觉醒的时刻，那种意识的运动，就像有人突然打开了一扇门，外面的新鲜空气进来了，在招手着。突然间，你不想再待在室内了。你想出去外面在这世界中寻求真理，寻找真理，就像一个旅行者在寻找失落的家乡。

那么谁是那个已经觉醒的人，谁走出了那些沉睡者舒适、受庇护的生活？觉醒的

处罚之一是了解到你并不认识自己。所以寻求者寻求去认识自我，而寻求者所做的每一次旅行都是为了到外面去学习、上课、参加研讨会、专题讨论班，这些经历中的每一次都提供了诱人的一瞥，让人看到各种同样寻求者的身影，也许有一个或更多的人在教书，他们的观点似乎在招手，似乎含有真理，与其他寻求者擦肩而过，他们的观点似乎很诱人、很挑拨。很快地新进寻求者就会被来自老师、同伴寻求者，和正在觉醒的存有的各个部分投射思想所淹没。

因此，觉醒经常带来的并不是一个更为简单或更平静的头脑，而是一个已觉醒的、寻求中的、不舒适的心智～正在寻求更为深入且持久的真理。那个正在寻求真理的自我是什么？让我们在这一刻去寻找那个自我。扫描那个坐着和听着的东西，其皮肤、头发、衣服，身体的重量。这就是你们每个人与世界相遇的这层显化的外壳。而对于那些沉睡者来说，就是这么简单。就是那个人。「我认识那个人的脸，那个人的衣服。」就是那个人。

再深入一点，我们会发现每个人已扮演的角色：学生、老师、兄弟或姐妹、伴侣、朋友、这个或那个嗜好或兴趣的爱好者、存在之浪花上的泡沫。那也是你。现在让我们进一步进入存有的内部。让身体的想法消失。让各种角色的想法消失。剩下的是什么？允许心智去问这个问题。还剩下什么？就像海浪拍打着海岸一样自然，真理来到～爱、爱。那就是你的真相，你存在的最深层的真相是:你是一个被爱呼唤出来的爱之产物，被爱选择来显化于是造物主自身可以体验一种梦的幻象。如果你最近认为生活有时具有梦一般的品质，我们说:你与我们觉得事物本质的方式非常协调一致。因为即使是处于显化的宇宙核心的东西仍然是一种幻象，唯一不是幻象的东西是不可知的，因为在已知(事物)和知晓者的二元论中，真理早已在其纯粹状态下被抛弃了。

不过，如果抛出你们每个人的那只手有任何意义，而我们觉得它有意义，那么包含最多光的幻象就做为真理了。而我认为，这就是每个人确实寻求的:在那个特定的时间和地点，对那个人来说最深刻的真理。当寻求者终于放松下来，确信真理会一点一滴地到来，一点一点地实现，一个领悟接着一个领悟出现，那么心就终于自由了。使自我从痛苦难耐的身份搜索中解脱出来的，是对于该领悟的臣

服，即对于自我的知识和对真理的知识永远是局部的，奥秘(真理)永远在每个人掌握前持续后退。这种领悟释放了灵魂它能自由地玩耍，在平安中居住，在持续察觉的自然喜悦中歇息。

冬天的时候，不特别明显的是:自然界是一个安住于纯粹喜悦状态下的世界或造物，因为树木似乎是荒芜的、被咬过的，在冬天兴旺的东西是树枝和干掉的浆果，并不清楚该造物是如何喜悦的。冬天的寒意带来了那种收缩的运动，拉住夏天光芒四射的手臂，依偎在那个节奏缓慢、休息至上的时期。不过我们对你们说，在所有的天气中，自然界的受造物都安住在一种喜悦的状态中。在第三密度中的寻求者可以获得这种层级的喜悦。然而，正如今天早些时候你们在谈话中所说的，为了体验这个(层级)，一个人必须放开。

我们给了这个器皿一个繁星闪烁的夜空景像，在那个没有行星或太阳靠近的太空深处，我们对你说：「这种造物在你里面」。这种看似外在的造物之体验实际上是在你的觉知内发生的，是一种不仅来到你身边而且与你互动的体验。当寻求者第一次踏上寻求真理的旅程时，有那个概念，就是要到达某个地方，然而该寻求(过程)将你拉出去，拉出去，再拉出去，却只是消失进入自我。无论一个人在研读外部世界或内部世界，他都是在研究相同的东西。

但察觉到太空和自我的巨大距离是宝贵的。不夸张地说，在微观层面上，你是一个带有数十亿个恒星系统的造物。即使是建造你所坐的椅子和坐在椅子上的身体的物理幻象，在很大程度上也是空的，若不是完全空的话。那儿的东西是光，那是显化万物的东西。那呼唤光进入生命的即你所是的爱。

我们带着这些傻气的想法带你们在宇宙走了一圈，但我们总是把你带回于内在歇息的心，在这里面，造物主居住在光荣、圣洁、全然的真理之中。所有向外探寻的过程都在认识到你早已拥有并且早已是真理的情况下结束。那真理永远、始终是相同的。一切万有都是爱。你们是爱。因为你是已显化的爱之火花，你有机会成为一个以爱待人的实体。对那些寻求简单进行日常生活的人来说，仿佛有一种木然，一种死气沉沉。那是一个人睡觉时的沉默。而每个沉睡的人都有个闹钟，当时间到了，那个实体，每个实体，都会醒来，所以把另一个人唤醒并不是任何一个人的事。只需要知道自我已经醒觉于这样一种生命:不以出生为开始不以死亡为结束，而是永恒的、无限的、一元化的(生命)。

当你们吸入这种深度的结合，这种一体性，它是一种给予生命的摄入。你们每个人都渴望得到你们存在的真理，不过你们所有寻求之旅的终点将是你自己的心，你们将学会以居住在你体内的创造性爱火温暖自己。一个巨大的炉灶，一个炽热的存在之火，就在爱所居住的那个神圣地方。在这幻象之内没有任何寒冷

是那种火焰的温暖无法解冻的，因为这世界能做的最坏事情就是使得那个限制你在时间和空间中的身体变得了无生气。这一种领悟可使疲惫的寻求者能够欢笑和放松，并轻松地看待自我。

我们会在此刻将这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿的服务并在爱与光

中离开它。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，通过这个器皿于爱与光中再次向你们各位致意。

轻松地对待自我及其体验是一生的工作，每个从事这种工作的实体都将发现，轻松地对待自己需要许多努力和许多的无努力，你们或可这么称呼。

有些时候，一个人发现很容易对自己失望，我们可以说，责备自己，并详细列出自己所面临的困难和在处理这些困难时感到的缺点。然而在这个具有各种限制的幻象中，每个实体都发现有一个他或她似乎无法超越的限制。而当有这种限制时，往往很容易将一个人想望超越极限的能量消耗在责备自己无法做到上头。

在这种情况下，忍耐[以避免]责备自我是值得称赞的，却难以实现。在这种情况下，忍住自我批评的能力，在自我似乎已被揭露为相当脱节、不完美、不能够，并且完全缺乏必须的努力按自己的条件获得成功，在这揭露后仍有能力将自我视为完整的、完美的。有些时候，如果该实体为自己说话，努力将自己作为灵感和动力的来源，不仅是自己，也许另一个人也会从体验中受益，将自己摆在前面，让另一个实体参与到简单的存在分享中，普通的日常生活中的付出和拿取，这对该实体的接纳来说是好的。不过，一个人却因为不想望做出这样的努力而抑制自己。这似乎要嘛注定失败，要嘛太费劲，要嘛有更容易的事情可以做。在这样的情况下，把自己放在前面是一种自我接纳的形式。不过，如每个人都知道的那样，往往缺乏这样做的尝试。

是的，要轻松地对待自我并轻松地对待日常的活动，这在很多情况中似乎就是无

法企及的。不过我们建议，无论需要重复或提醒多少次，这样做的努力都是值得的。把自己的形象从地上捡起来，掸掉灰尘，再试一次，然后向前走，这种努力往往太费劲，我们理解这点，我的朋友，因为你们生活其中的幻象确实是由所有进入和参与其中的人精心构建的，就为你们提供这些机会，因为有多少次你们不能提出自我，轻松地看待自我，感到完整、充实、完美，就有多少次这种机会被提供，因为尽管这是一个幻象，有其限制，但你们每个人在这次人生中为自己提供的机会是没有限制的，可以利用那一刻的灵感并与之一起运行。当一个人感到完整和充实的时刻，允许自我表达这种热情洋溢和团结，是的，这些是每个

人都记得的时刻，因为它们是独特的。你们的肉身已经参与其中，以便这些时刻能够为你提供你所想望的机会，面对必要的挑战，以便在曾经皱眉的地方找到微笑，在以前没有接纳的地方找到更多一点接纳。当人们看到事情的长期发展和那画面似乎随着机会越来越大，这些前进的步骤可能看起来很小。然而，我们向你保证，我的朋友们，这些机会中的每一个，无论它们看起来多么小，都可以成为转捩点，成为轴心，我们可以说，在这个轴心上，一个新的世界为你转动。因为当一个人能够发展出轻快的步调、幽默感、对自我的宽容，就能成为你们每个人的新起点。仅仅通过这样的小措施，就可以转动支点，转换人生道途的动量。

因此，如往常一样，我们向每个寻求者建议，在寻求自我的宽容和接纳时，坚持不懈可以成为一个人最伟大的盟友。继续下去，我的朋友们，因为一个人永远不知道那一刻何时会到来，它将提供此生的转捩点，打开新的远景，填补感到空虚的心，并将观点转移到一个更广泛的视野，看见并体验越来越多的悲悯、爱、接纳 ~ 来自他人和自我，为了他人和自我，尤其是自我，我的朋友们。不要忽视给自己的悲悯。我们向你们保证，你们每个人都确实值得拥有它，当你自己能够给出它时，就将在你的中心发现一个崭新的、复活的存有。

在此时，我们愿提供自己回答在场者可能向我们提出的任何进一步的询问。此时有另一个询问吗？
(背景中听到一只猫在喵喵叫)
Carla：你们不能回答(猫儿)Abbey 的问题，真是太可惜了。

我是 Q'uo，我们想藉此机会建议，你们每个人都像这只呼唤爱与保护的小动物。这个第二密度的生物不知道(怎样)不呼唤，不去要求它需要的东西，因为牠的感知是相当清晰和简单的。你们每个人都可以在感知上变得同样清晰和简单。

在此刻有另一个询问吗?
Carla：没了，谢谢你们。

我是 Q'uo，此时要感谢你们每个人向我们提供你们每个人活在此生中的灵感，因为生活在你们的幻象的表面黑暗中是一项英勇的任务，我们觉察到在这个幻象中的种种困难。尽力尝试，时不时地更轻松地看待自我，哪怕只是作为一种练习。也许，就像冥想一样，你会发现这样做是有价值的，并想望每天都能从事这项活动。我们并不是说没有很多东西可以学习，也不是说在学习中没有很多价值。无论如何，我们确实建议，认真的寻求者需要休息，应该得到自己的悲悯，

他将发现带着轻快的步调、幽默感，更容易达成学习，在自我的生活样式和相关事件和实体们的更大样式中看见一种比例感。因为所有人都是太一无限造物者的个体化部分。在此生中，你不会与任何其他人打交道，永远不会。只有造物者和你。(那么)对你看见的每个造物者，包括镜子中的那一位，都要亲切地、流露爱地说话。

在此时我们将离开这个器皿和团体，一如往常，把每个人留在太一无限造物者的爱和光中。我们是你们认识的 Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3813 章集：情绪与平衡

1996 年十二月 15 日
周日冥想
团体问题：来自一的法则资讯，我们有 Ra 的陈述:「扭曲之道是这样的:为了平衡一个扭曲,一个人必须专注强调它」。我们想知道，这种平衡是有意识完成的，还是在潜意识中完成的。在日常活动中，这(平衡)是如何运作的？当我们正在尝试去平衡催化剂的时候，我们可以或应该尝试去控制自己的情绪？

(Carla 传讯)
我们是你们认识的 Q'uo 原则，在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们感谢你们每个人在这个场合呼唤我们到你们的圈子，因为你们使我们能够服务，因为像这样通过这个器皿进行的通讯构成了我们目前服务他人[方式]的一大部分。在这方面我们与许多正面的实体有共同点，它们在这个时候围绕着你们人群，准备向你们行星上那些在心中呼喊的人提供它们内在的爱。我们听到你们星球的忧伤，这大大地触动我们，所以我们感到荣幸能够分享一些意见。

我们觉察到你们想望我们谈论平衡和情感。也许我们应该从凝视情绪以及情绪在生命的阴影之舞中扮演的角色开始，容我们说；身为在第三密度投生的实体，你们每个人都享用着肉身，而这只舞就是生命在罩纱之中跳的。纯净的情感就像你的乐器上音阶的一个音符。情感的整个音符或音调的范围创造了天籁之音[通常的称谓]，因为纯洁的情感具有从未知到未知的深刻层次真理。在你们的日常生

活的幻象内，情绪几乎从未用一种净化后的方式呈现。此生开始时，寻求者早已拥有许多基本的思想偏见。这些偏见创造了各种方式以扭曲的举止感知传入的资讯。有些扭曲是轻微的，有些是实质的，有些是如此夸张，以致于很难辩认到该情绪中的真理所在。

无论如何，对于当下看到的材料，无论情绪性态度或自我的呈现有多偏颇，所有的情绪感受都承载着真理。只是，由于存在于每个人内在的扭曲，这些真理被遮蔽或不纯粹。你可以把各种情绪看作具有晶体特性，把不纯的情绪看作接近晶体的结构，但有些杂质，在晶体内造成裂缝和断层。所以你们每个人都有自己独特的乐器。所有情绪的音符，从最积极的到貌似最消极的。这些感觉状态中的每一个都是你的存有之真相，但只要你住在肉身中，罩纱就已经落下，所以你没有一个纯粹情绪的好例子可以模仿。因为所有在幻象中的人都参与了该幻象，许多扭曲都被内建在呈现自身给传入资讯的该存有之中。

因此，你可以把净化自己内心情绪所涉及的锻炼看成是钢琴调音师所做的工作，当它拿着振动的乐器，当敲击时，振动到中音 C 以下的 A，然后试图把乐器上的相应音符调到那个精确的振动率。你的每一种情绪都有一个完美的晶体性质。它被埋在扭曲之中，这些扭曲使你无法看到和听到那个感觉的音符、那情绪之美。所以当你体验到情绪时，要知道你正在接收来自深层的资讯，也就是来自你意识

中的那一大部分，它居住在有意识觉知的阈值以下的层次。在言语无法到达的地方，各种情感成为辞汇。

所以当你凝视着自己的情绪反应时，我们要求你了解到，消除情绪根本不是你的工作。在我们看来，改变情绪也不令人满意，因为你觉得它们应该被改变。毋宁，我们会建议，[对于]这些让你感到不那么纯粹的情绪，与这种情绪坐在一起，重新体验这种情绪，在这种感觉状态下活动，毫不畏惧、不急不缓地凝视你已收集的那种体验。当你花时间去沉思那个情绪被嵌入的情况时，也许你可以开始看到一些在你自己的振动复合体之内的扭曲。这是贵重的资讯，但不是对显意识的心智。相反地，是潜意识心智从你沉思那些感动你的事物中收获到益处。

我们经常说，你的第三密度人生可以被视为一所学校，其中幻象之目的是把第三密度的寻求者从头脑驱动到心，而知识性的思想有光的能量，容我们说。可以说，情感有心能量，因为如此，情感所包含的资讯比大脑所能包含和谈论的任何智慧都要深远。因为情感在太深的水域中移动而无法包含言语，而正是在这个深度，你在这次投生之前想要做出的改变可能被影响。因此，尽管反思自己的情绪似乎是分析和智力的工作，的确它实际上是在锻炼信心的肌肉，允许显意识和潜意识心智之间的开口保持开放，同时尽你所能打开自我，对情绪所涉及的情况有更广泛、更深入的掌握。

那么在平衡上下功夫，平衡情绪、平衡能量，就是允许潜意识和显意识觉知之间的那扇门保持开放，而你刚刚完成的那场戏码可以在该存有内在重新上演。在回顾当天的肥皂剧时，让我们说，有机会通过显意识的思考门槛，允许该特定情绪

的整个范围(浮现)。因为你可以看到，比如说，钢琴上的每个音符都有其八度

音。它也有它的谐音，正是这些音符、音调与谐音构建了你的特定振动链结的情绪之管弦乐曲。所以你可以把平衡练习看作是一项美化工程，用那种不因自我有扭曲的情绪而评判的信心来处理可能貌似贫民窟的感觉。自我越是柔软，允许两极化的情绪和它的反面之间的动态空间，个人就越是成为一个清晰的音调，能够拥有一个音调越来越优美的乐器。

因为在这个你们体验的沉重幻象里，实体们倾向于避免处理困难的情绪，也因为在处理这些困难的材料之前，允许时间在你们的幻象中流逝是好的，一般来说，我们不建议:一旦出现情绪、想法或行动，就马上去平衡它们。但我们宁愿建议，在你个人主观上觉得已经准备好在这个特定的经验上工作之前，应该让太阳落下，再上来，然后也许再落下。当你觉得自己在一个良好和稳定的地方准备好了，能够在意识中做功时，那么就是时候去重新体验导致你概念上的情绪疙瘩或纠结发生的情况。回到卡住或打结的地方，围住它，变成它；不仅记住而且允许这种感觉回来，允许它增强。自行车快转弯[1]的时候，骑自行车的人往往会朝该转角的反方向倾斜。要向右转，就要向左倾斜。这是因为如果一个人在右转时不向左倾斜，就会不可避免地向右倾斜，也许是灾难性的倾斜。有时，平衡意味着不只是凝视它，在它的辉煌中把握它，而是要看到那个转角，看到那个运动的动态，在那里朝向你想望不走的方向倾斜，以便在转到正确的方向或你觉得与那个疙瘩或纠结的情绪相反的方向时给予平衡和稳定。

原注[1]参看后续的(问答)部分，R 的首先问题以获得进一步的澄清。

***

我们曾说过，你们的生命具有乐器的特征，我们想强调的是，就我们有限的知识

而言，这是真的。你们每个人都有个独特的签名，由所有情感、真理、美的音调组成，使你们成为一个形而上的人格。完美之爱的振动，伟大的起初思维的振动是你们每个人都拥有的完美。也就是说，伟大的爱之思维在你内心得到完善，不是在外面的书中，在一个老师中，或在任何经验中，而是在耐心等待和坚持不懈的寻求者之中，他能够涉过扭曲仅仅由信心支持。你们可以把自己视为存有的一根宏伟和弦，带有某些音符只创造了你的签名，你可以把你在意识中的工作，即平衡所需的工作视为在你个人极性的幻象中的锻炼过程。一个不尝试去极化的人可以工作他的情绪，可以工作她的体验，或者她可能不工作。这完全取决于她想不想做这种工作。只要努力是偶尔才付出的，时有时无，这个人在维持极性的过程中，就会持续遇到困难。

现在，极性对你的第三密度经验极为重要。未极化的实体就像一个没有情绪的钟摆。在一个忙碌的情绪化个体中，该钟摆会被移动，来回摆动，来回摆动，但在正面或负面(极性)上没有净收益。一个想望成为形而上存有的人所面临的挑战是:在这个幻象里成为一个觉醒的意识，该实体必须开始移动那个钟摆，使它不会回到零点。这需要耐心、毅力、信心。当你与自己的情绪一起工作时，将会有很多很多的诱惑来停止工作。在这次集会之前的谈话中已经谈到判断的机能，你们每个人都在评判自己在乐器上弹出糟糕的音符。钢琴调音师不会因为降 B 调不符合音高而生气。他只是简单地调整琴弦，直到它振动发出一个准确的降 B 调。你的内在有这些纯洁的、真实的、充满真理的情感，只需要把所有的情感，视为宝贵的、珍贵的、无价的物品，它们拥有清晰的、结晶般的真理。即使是最深的恐怖、痛苦、和所有那些肉体容易承受的痛苦音符，如这个器皿会说的，这些音符也包含巨大的美，震憾人心的强度，在你存在的旋律中，你可以看见自己试图净化那些音符。这的确是一种值得维持的努力，因为坚持的人将会得到巨大的内在平安，这种平安会在一个人的意识中蔓延开来，这个人已经停止了对表象的判

断，并愿意以其稳定和肯定的信念来倾听最扭曲的感觉情结，这个人知道在藏住水晶的扭曲之下，确实蕴含着完美情感之优点。

我们相信这(内容)对于这个特定集会是足够的，会在此时把通讯转移给 Jim 实体。我们带着感谢，在爱与光中离开这个器皿。拿走那些对你有帮助的想法并将其他(东西)都留在后面。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，通过这个器皿在爱和光中再次问候每个人。在这个时候，我们很荣幸地请问是否有我们可谈论的进一步询问。现在有另一个询问吗？

R：我有个问题以澄清先前的传讯(内容)。你们举例说，平衡情绪就像骑自行车

转弯，需要倾斜。你们用的例子是朝着与转弯相反的方向倾斜，但是这样将会摔倒。这是传讯有误。对吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，我们的意图是建议一个人必须向该转弯处倾斜，在那个转弯的方向上倾斜以便于强调一个人正在其上工作的扭曲。我们并非想要引起摔倒，我的兄弟。

C：我有一个关于灵性向导[以及好比你们的实体]的问题。我想知道你是否能更多地谈谈不同类型的向导。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的妹妹。每个寻求者都有一些可用的向导，如它们已经被称呼的，老师与朋友，而且种类繁多。每个实体至少有三个向导，每个

寻求者可以在它们的照顾下歇息。有男性特质的向导，女性特质的向导，以及平衡的或雌雄同体的向导。这些是每个实体的主要(向导)，并将根据该实体在此生中关注的需求或工作层次，与之合作。除了这些(向导)，可能还有像我们这样的实体，前来为你们幻象中那些你可能称为流浪者的实体服务。因此，我们作为一个向导，或者你们可以称为安慰者，服务许多与我们的振动相协调的人，该服务层次寻求协助这个行星球体上的人们。

此外，还有那些朋友或老师，他们在寻求者投生的特定或密集时期被呼唤为该寻求者服务。它们在指导该第三密度实体时，可能有个更狭窄或具体的目标要实现。很多时候，那些在艺术表达领域有创造力的人，会在生产或创作灵感的特定时期感受到这样一个实体的指导。还有那些可能作为向导的朋友，它们是该第三密度实体的家人，容我们说；我们所说的家人不仅包括尘世的家人，以及也许在需要指导的实体出生前就已经走过死亡与再生大门的实体，还包括该实体的某些家庭成员，他们与这个实体在一次又一次的转世中并肩工作，也许其中一个实体在离世状态下当向导或老师，另一个实体位于投生状态，也许延续了一次又一次的投生，彼此不时交换位置。

还有其他类型的向导，容我们说，这些向导不那么常见，关于它们我们几乎没什么可说的，除了它们确实存在，并可能应要求提供某种指引或灵感，如祈祷、沉思、发自内心的情感，向全宇宙造物呼喊接着引起诸如这些实体的回应。

我的姐妹，有进一步的询问吗？
C：没了。谢谢你们。那是非常有帮助的。

在此刻有进一步的询问吗？

Carla：当你们正在谈论那单一伟大起初思维的位置，我感觉到，有一段时间某个东西被我漏掉了。我会很高兴通过 Jim 听到任何我忘记说的任何东西。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的妹妹。在传讯过程中不同的时刻，像你自己这样十分敏感的器皿有些十字路口会加强(你)对于我们正在提供的资讯的理解。如果一个人能够依次走完每条路，很多时候注意力都集中在一条路上，有这条路的开始，这条路的行进，然后在这部分解释上继续下去，而非回到十字路口，给出该资讯的另一个方面或观点。事实上，任何正在讨论的要点都有很多、很多条道路或面向可以帮助阐明，但一个器皿感知所有可用内容的能力必须集中在

一个点上，以使任何资讯得到传递。因此，如果某个方面被遗漏了，一个器皿必定不要感到太灰心。那一个(器皿)已经开始觉察到这种遗漏或不足，只是表明该器皿运作的能力有所增强。

(磁带第一面结束)

(Jim 传讯)

我是 Q'uo，再次跟这个器皿同在。我的姐妹，有进一步的方式是我们可以谈论的？

Carla：没了。谢谢你。

我是 Q'uo，再次地我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

R：我有个关于向导的问题。我聆听了你的话，但当我试图打开通往个人向导的通道时，我想知道尝试有意识地打开一个管道是否合适，或者一个想法就足够了？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你渴望在寻求爱、服务他人、自我成长

方面得到指导，就是接受这种指导的全部要求了。要开始察觉到，有意识地察觉到指引则是另一回事。因为一个人可能会在整个人生中怀着这样的信念：将接收到指引，而且确实将是正确的，并将得到指引，但也许从来没有察觉到该指引到底如何运作的。对于那些想望更密切地了解这种指引的人，最好选择一种接收方式。有些人能够感知思想概念，如我们通过这些器皿传送的那些(概念)。有些人能够通过在自己的日志中写作来感知一些概念，他们能够放弃对于手写的控制。其他人能够利用诸如垂摆等工具，并以这种方式工作去觉察到指引。其他人可能利用塔罗牌组，其中包含各种图像和含义、能量、方向。另一些人可能会找到更多个人订制的方式，使他们能够觉察到指引；每种技术都取决于每个寻求者的个人偏好和天赋，无论他们是通过某种努力，允许某种感觉被传递，也许是通过音乐、运动或某种机会游戏，我们可以说，落下的牌，穿过篮子的球，该技巧首先取决于个体的选择，其次，最重要的是取决于个体定期持续利用这种技术，以便建立一个可能被反复利用的管道。

我的兄弟，有任何进一步的询问吗？
R：还有一点。我假设，当你请求指引时，向导将给予适合你发展阶段的指引。你走你自己的道途，当你接受指引时，这并不意味着别人为你走你的道途。这样说正确吗？

你是正确的，别人不能走你的道途。当一个人接受指引时，你总是可以自由地接受或拒绝指引的全部或任何部分。认可的感觉，对的感觉，在能量流中的感觉，我们可以说，往往是给寻求者的信号，即收到的指引是好的，也许应该坚持。然而，人们总是能够选择自己的道途，因为每一个转弯处都有指引，无论它来自他人或自我。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

R：当一个人请求指引的时候，有一种去充分使用指引的责任。那就是全部的责任吗？

在那个责任上，我们还要加上一条，那就是在每一次请求指引的努力中，都要全心地寻求。寻求者并不总是能够清楚地聆听，清楚听到，或者很好地行动，但寻求者可以全心地行动，带着知晓的意图来寻求，以便服务与成长。

有另一个询问吗？

R：没了。谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

（没有进一步的询问）

我是 Q'uo，既然我们看似已经用完这次工作集会的询问，此时我们想要为有机会加入这个寻求圈表达极大的感激。在这个时候，我们将离开这个器皿和寻求圈。我们在太一无限造物者的爱和光中离开你们。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3814 章集：灵性与喜悦

中阶传讯圈

2023 年 2 月 15 日

团体问题：Ra 称为的灵性复合体是否与喜悦连接在一起？不是实现一个期待的结果或情况如愿以偿的喜悦，而是存在的喜悦，以致于该喜悦越真实，灵性场就会

更为强健。灵性管道也是跟对于当下此刻的觉知连接在一起吗，以致于一个人在当下此刻中越是察觉，那个场域也会越强健？你们可以谈谈灵性复合体的经验？

(Jim 传讯)
Q'uo：我是 Q'uo，此时与这个器皿同在。我们至为荣幸于今晚再次被呼唤到你们的团体，以回应你们已经提出的询问 ~ 一个在每个寻求者的旅程中十分突出的问题。在我们开始之前，像往常一样，我们会请求你们在你们聆听我们要分享的话语与概念时，能够使用你们自己的分辨力，以便那些在此时看起来对你旅程有价值的东西可以被你如愿使用，而那些在此时看起来没有价值的东西，你可以不假思索地抛到脑后。如你们所知，这就给了我们更多回应的自由，这样你们就不会将我们视为任何类型的终极权威。这是一条你们和我们共同行旅的道途，因为我们在这场寻求爱与光的旅程中是一体的。我们很荣幸能够与你们分享一些在旅程中发现的东西。

今晚，你们问及你的心/身/灵复合体的灵性部分，以及它如何可能被视为更充分和自由地享有你们称为的喜悦、存在的喜悦。知晓你与太一无限造物者连接的喜悦。知晓你们与第三密度内所有兄弟姐妹连结的喜悦，他们也都是太一无限造物者的显化。这一种知晓来自你们的存有之心，它与太一无限造物者的爱相连，祂创造了你周围的宇宙 ~ 出自祂的爱，被聚焦到光中。你们的灵性分享造物的本质，作为太一造物者的一部分。

你的灵性复合体是你的心智、身体、灵性中最少扭曲的部分，那个更充足分享所有造物之合一的部分。这类的灵性你感觉到并知道是你的存有之心，即是你在感受到喜悦体验时所表达的东西。该喜悦即：万物为一；在你存在的每一刻，都是一体的一部分、合一的一部分。这类型对于喜悦的知晓能被视为 ~ 我们更正这个

器皿～能被视为*一种你们会称为狂喜的表达，于是你们就在每一个瞬间中越来越多地领悟你们真实的本性，因你感觉到造物者的合一、爱、光在你周围，在你里面，在你外部，无处不在。除了太一造物者，没有任何东西。而且在任何时间段[如你们的称呼]、在任何程度上知道那点，都是十分令人满意的。
(*编注:这里的更正是由于英语动词时态错误，中文没这种差异)

因为我们知道，这也是我们自己的存有的本性。我们和你们一样，体验到灵性就是我们的存有的核心，于是我们就能够欢庆，并感受到下述过程的喜悦:在属我们自己的存有[即是造物者的存有]之快乐、喜悦、知识、体验中得到增强和倍增。

在不同层次的喜悦中，在与太一造物者合一的不同水平的实现中，可以感受到的东西有很多。这是自时间开始以来和以前都一直存在的，并在你们的未来[你们的称谓]的任何时间告终以后都将一直存在的。这就是在全时间的存有之状态，每个灵性寻求者都有机会，随着在一场灵性旅程中行旅，越来越多地感受到存在于自我、所有其他自我以及所有造物中的太一造物者的这种喜悦本质。这是某种在当下此刻，在过去、未来一直都是真实的东西。当一个人体验到这种喜悦的感觉，所有的时刻都成为当下此刻。

此时，我们会把这个通讯转移给名为 Austin 的实体。我们是 Q'uo 群体。
(Austin 传讯)
Q'uo：我是 Q'uo，现在与这个器皿同在。我们在喜悦中加入这个圈子，而且它是我们在那些在场者心中发现的喜悦。特别是当像这样的团体进行必要的调音以与我们连接并维持这种接触；甚至在对下述过程的勤奋练习中更是如此，也就是这里的每个器皿在允许完全连接这个通讯之前所进行的挑战过程。这个过程可以与喜悦相关，因为它是一种精要、真实、深入的对准～自我对准于一个更大的目

标，带着个人意志的一个极端、强有力的表达；该意志旨在向上延伸，并与某种更大又更精要的东西相连接，最终为太一无限造物者服务。

正是在这种背景下，与灵性复合体有关的喜悦可以被理解。但我们发现，探索[如其显现在你们第三密度幻象中的那样]喜悦这个概念是恰当的，因为喜悦这个概念和词汇可能具有许多不同含义，并被不同实体以不同方式理解和体验。因此，将这种对喜悦的不同理解和体验与询问中所描述的灵性复合体的根本喜悦联系起来，这对你们幻象中的寻求者来说可以是一个富有成效的探索。

当寻求者在自己的生活样式和生活经历中思考喜悦及其体验时，哪些时刻会作为喜悦的时刻而突显出来？哪些时刻包含了该最高经验:属于单纯又精要的情感或体验[如你可能描述的]？

我们见证到:对你们幻象里的许多人来说，喜悦的体验可以看似转瞬即逝。特别是在你们目前的幻象中，存在着各种各样的催化剂要被经历。一段喜悦的体验可能只会持续片刻，随之就被一段(负面)体验所取代：悲伤、向往、满足，任何种类的复杂又困难的或和谐的内在体验。这就是该幻象的特性，也是你的心/身/灵复合体的特性 ~ 当它此时在你们星球上试图航行通过任何时刻都围绕着该个体的无数能量的飓风。

你们有自己的复杂能量系统，它在心/身/灵复合体中表达着它自己；正是这些能量的扭曲和偏向，导致了喜悦或悲伤的短暂体验，或任何其他已命名或未命名的、情绪的或精要的体验。这些体验可能看起来是暂时的，而寻求者的伟大工作是去理解这些非永久体验的本质，并更深入地寻求那个永久的东西 ~ 所有这些非永久的形式与体验都源于它。但我们并不想望将这些体验打发为对寻求者较不重

要或较不关键。因为你们存在于此、在该幻象内的目标确实就是:去穿越这些体验，开始理解它们，并在你们的存有内部见证它们带着一种心与头脑的充分觉知。这对许多人都是一场漫长又艰难的旅程。

我们会鼓励每个寻求者，当考量看似正面的体验和负面的体验的价值时，你在诸如一朵花的东西的表达中所发现的喜悦，不一定会因为这朵花在一个季节的流逝中绽放和凋谢而减少。尽管在见证这样的事件之中有一场情绪之旅，当花儿在幻象中显现其全部美好喜悦似乎增加了，然后当花儿死亡、枯萎、和凋谢则有一种悲伤和损失感。寻求者所试图掌握的是这种动态过程的底层面向：理解到花儿的潜能及其显化都在造物者的光与爱之内发生，它们永不会减少，也永不会失去。

因此，我们发现一个合适的问题可能是，这些转瞬即逝的喜悦瞬间与那种精要的

喜悦之间有什么关系呢？[后者可以在领会到位于造物内的造物者的真实性质时被找到]若寻求者考虑那些短暂喜悦的瞬间，就可能开始了解到，这种喜悦是由环境与该实体的渴望对齐而被引发的。并且在这种对齐中，有一种造物潜能的释放或开掘，允许了能量的流动，这就是喜悦的体验。然后，一旦这些环境发生变化，不再与该实体的渴望对齐，那么喜悦就会变得转瞬即逝。就是在此，那种转瞬即逝的喜悦和精要喜悦的根本区别就跟寻求者的旅程有关了。

因为正是寻求者的渴望和意志，允许心/身/灵复合体与灵性复合体本身的完美相连接并保持对齐，以便利用这个精要的穿梭载具或门户，使得对造物者的体验能被触及并在该实体的存在内显现为喜悦。这是通过在第三密度内做出服务他人或服务自我的精要选择而完成的。因为在做出这个选择之前，该实体的渴望可能是基于那些来自个人扭曲、个人偏向的一时兴致；这些扭曲和偏向当中许多部分是

由该实体在投生前所选择的，其中有些部分则是由该实体在投生之后采用的，但它们最终都是为了向该实体提供催化剂，以便来自这种催化剂的经验可以被提炼为该选项:做出这个精要选择。接着，一旦这个实体做出选择，并将自我奉献给那个选择，造物本身的性质就会在该实体内部和周围发生变化，于是随着这个选择在该实体的存在中以及通过该实体的行动得到反复重申，这个渴望就会增长，变得越来越天然，并成为与灵性复合体的根本性质对齐的东西。

该实体在做出这个选择之际他的渴望是终极地、单纯地服务他人～换句话说，这一种尝试将自己与太一无限造物者的喜悦、平安、和谐对齐，并允许这种对齐在造物中推动该实体，于是造物者的这些面向就通过该实体无缝地闪耀出来，接着允许该实体影响并转变在其周围的造物特性。正是通过这个选择和这种在渴望上的对齐，那种与灵性复合体有关的[,在该圈子的询问中所讨论的]喜悦才真正变得显明。

在此时，我们会离开这个器皿并将该通讯转移给 Trisha 实体。我们是 Q'uo。

（Trisha 传讯）

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们现在与这个器皿同在。如同通过先前两个器皿如此流利传讯的，在喜悦的表达或感知与自我中被知晓为灵性部分的表现和充分体现之间存在着一种神圣又密切的关系。灵性在某一种意义上几乎是无边界的，很像喜悦的表达和感觉、没有分离的感觉、一体性的感觉。考虑一下那些当你听到灵性这个字的表达时刻，想想当时出现什么情绪或意象。并非巧合的是:灵性～如同在第三密度中许多人所见～有时是无法描述的、无形的。它是自由流动的。它无处不在；它在所有体验底下流动并流经所有体验。因此，我们会说，你们人群看到的灵性这个术语在表现方式或描述上的巧合，是与喜悦的体验或表达方式相对齐。它可能被催化剂束缚在任一端，但在临在中，在体验的时刻中，喜悦是无

边界的。

我们会说:在当下的真实体验或能力就是这种喜悦感的延伸，充分体现了灵性。因为有了真实的临在，没有了那些(分离的)墙一个人就能够看得更清楚；那些墙把自我与其他自我、自我与环境、自我与部分自我都分开了。最终，灵性是相同的一。灵性没有分离。灵性就是一切。灵性并不辨识分类或身份证。灵性单纯地是。所以，当一个人能够找到或练习更多的临在时刻，在这些时刻，生存被看作如其所是、美丽的幻象，那么一个人就能更充分地开掘那无边的喜悦和那大量的、所有人都可获得的灵性储藏。

通过这个器皿，我们回想起，灵性(精神*)这个词语能够对于你们的人群呈现出一种勇敢或坚韧的意义，对于那些人，通过这个器皿，我们被提醒，对你们人群来说，灵性这个词可以有勇敢或坚韧的含义；我们觉得，这也是在精神层面上灵性发展的一个美丽又重要的方面。
(*编注:这里的 spirit 在英语中，同时有灵性、精神两种意义)

因为正是通过这种勇敢的元素、就是你们称为的信心，那种坚韧、就是你们称为的意志，一个人能够看到造物中的真相。正是通过勇敢和坚韧，一个人能够更深入地连接到合一性与一体性。正是通过那种勇敢和坚韧，一个人处于当下，放下你们人群区分自我和其他自我的各种方式，在这些状态的价值、正确性和美之中，一个人可以感到完全的安全、没有负担。

所以，在练习临在的能力上，我们愿谦卑地建议，一个人也要练习灵性的其他元件，即敞开心扉的勇敢、对恐惧的释放、富有爱的坚韧；接受和爱自己所遇到的一切的能力。真实的临在、灵性的真实表达、真实的喜悦，全都汇合并汇入该领

悟:正确性、一体性的合一，了悟到比这个幻象更伟大的东西。

我们愿通过这个器皿补充最后一个想法、最后一片，关于灵性的本质和发展；那会是自由的领悟。即灵性总是永远可用的，总是在运动中，从未远离，而且没有边界。当自我能够认出那种自由，就可以感到较不封闭，较少幽闭恐惧症，在自我照顾自我的方式，自我看待自我的方式，以及一个人对待自己的方式上较不受限。那种自由允许更多的空间去真正地深潜，去认识自我的这个更大部分，那条连接自我与太一造物者的通道，那条喜悦的干净管道，那条朝向爱与光的美丽之路，它没有终点也没有起点，单纯地存在。

这个器皿正幽默地感到不安全，并想要代表她自己发言，她说但愿自己说出了那个家伙对先前两个器皿说过的内容。但我们在此时将离开我们与她的通讯，认识到她传递了我们思想和话语的真实意图和能力，并以温柔的轻触祝福她；我们将通讯转移给 Gary 实体。我们是 Q'uo 群体。

（Gary 传讯）
Q'uo：我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在这个器皿之中并通过他再一次向这个圈子致意，在挑战之后，该器皿正在寻求使自己在他的限制和配置中向我们最大限度地开放；

他想知道，(既然)前面的谈论已经如此有深度并且 ~ 在这个器皿的心智看来 ~ 如此卓越，在这个主题上还有什么可以传讯的。但我们会说，寻求、体验、研究灵性复合体在第三密度幻象中是你们才刚刚开始的一个过程。

活出灵性就是走在皇家道路上，它将携带第三密度的意识进入第四密度；进入社

会记忆复合体的体验；进入自我和其他自我之内的造物者的深化经验，以及进入下一个密度再下一个。直到最后，该寻求和重力是这样强烈，以致于有一种溶解或释放 ~ 关于那些过去被认为是某种与全体区分开的东西其最后的细微残余。

但第七密度，如你们已知的，你们现在无须考虑，因为你们，我们的兄弟姐妹，有第三密度体验专有的特权和十字架[要承担]。而且已经成为[如你们所称的]灵性寻求者的你们，会在从哲学到直觉的各种层次上可说是理解到那些由存有向一个实体提供的暗示:存在更多的东西；事物并不像它们看起来那样；有一个真理要被寻求；有一个身份要被发现；一个实体可以借由不知道来开始知道那个曾缔造自我的东西、那个既是自我也是一切万物的东西。

在心智、身体、灵性这三股线中，个体或团体的任何组成部分都不能被移除。但连接那个更深觉知的要素正是灵性。如同先前交流的，那个觉知不是一种受时间限制的觉知。尽管创造和毁灭、现象的兴衰、季节的变化和逝去的景象在那个觉知的领域内展开、出现、升起并(再次)下降，那个觉知是永远临在和永远不朽的；对那个觉知的体验带有不同层次的纯粹和全体性，可以一直向下延伸到存在之地基上。

但那种觉知不会伴随对未来的固着而被发现，因为它是在你的意识中被体验的，也不会伴随对过去的依恋而被发现，而只能通过有意识地将注意力引向永恒的当下此刻来撷取 ~ 那始终是现在，无论自我是在第三密度或第五密度之中、在受苦或不快乐中体验自己。接着在把注意力带入心，带入觉知现在过程中，一个人正在激活、警醒、唤醒灵性复合体。因为正是经由那个管道:对无限的觉知

流淌下来并传递到自我之中，于是自我可以从它看似有利的位置，参与那个永恒

的觉知。

但要处于当下，这对那些寻求它的人来说，就构成了一个挑战，如那些寻求它的人所知的，因为心智和身体处于混乱之中，处于干扰或振荡之中，或处于各种受时间限制、受空间限制、受物体和形式限制的运动之中。因此，这条位于[你可以说是]经验的球形光谱中心之笔直又狭窄的通道，便需要你们在你称为心智和身体的那些自我方面上从事那份伟大的工作，以使它们可以协调，使它们可以调和，使它们可以安静下来并向那个中心的觉知臣服。

我们在寻求服务这个星球的人群的漫长体验中，在你们的过程中，正是这项涉及心智和身体的工作，我们已经试图为其提供灵感。那些你们将会相当熟悉的概念，对于那个工作具有中心的重要性。只有已经开始被认识和爱、被宽恕和接纳的心智和身体，才能慢慢地走向这个中心的觉知、这个自我之内的中心管道。只有这个已通过催化剂提炼的心智和身体学会了[辨别]这些:对生命没有用处的事物，使得幻象继续存在的事物，那些循环性的或死胡同的事物，一个回圈或一条死路，或者在服务某个更高事物的过程中，需要有爱地放手的东西。

在脉轮的模型中，它是一种缠结的解开与阻塞的释放，于是能量可以移动到更高处。这是一种对自我的疗愈。这是放下那些没有负面含义的较低欲望。接着当心智和身体成为谦卑的仆人、盟友，重新整合进入自我 ~ 自律，不任性，不给自我造成不必要的麻烦[,容我们说] ~ 然后灵性的工作便开始和继续了。

而且包含在那项偕同灵性的工作中的喜悦、经由那个管道涌入自我的喜悦，是那种可能表现为知觉却不是知觉的喜悦，是那种可能会提升和照亮思想却不是思想的喜悦。它是活生生的，与起初振动、起初思维一起振动的，被你、微观宇宙、

宏观宇宙、整体所体验。

正是藉由你的真实存在，你成为这种起初振动的载体，使得那个活在你周围人各自核心之处的东西产生共鸣~尽管他们可能深陷在自己内心的梦境与幻觉的泥坑中，不觉察他们正在做梦，不觉察他们和万物都包含在太一造物者的单一心智之中，以及确实，你们每个人都是造物主心智中的一个念头。

这种喜悦是活生生的。这种喜悦是自己发光的。它确实是，如你们会说的，与当下联系在一起的。即使是在受苦的时候，它是可得的、临在的，只要该实体已经通过修炼~很有可能，尽管不是必需的~并且通过一条在使用催化剂上工作的漫长道路，建立起了那条在自我之内的管道。它确实需要做功。(但)它是自我与生俱来的。一个实体既不能获得也不能去除灵性复合体。

但对于开放灵性而言，大量的工作自我通常是必需的。心智和身体往往不是以一种整合的、聚焦的、有纪律的配置出生在这个世界上。只有通过对意志和信心的持续训练，以及对治疗、爱、宽恕这些实践的应用，心智和身体才会为灵性让路。

而且工作越深入，这个管道就越强健，自我可用的东西就越多，心智和身体就越多地被灵性注入，以致于就像我们先前描述的，那种对齐状态使自我成为太一的一个器皿。先前那些层次从较低脉轮发出或产生的个人意志就不再是推动该实体或给予方向的东西了；毋宁是，该实体根据在当下静默中提示自我的东西运行，根据当下此刻需要的东西而运行。如每一刻所是的那样活出每一刻，而不执迷于那条时间之流、成为之流，因为自我正体现着存在性、临在、活泼性、一体性。

这些不相宜的话语指向那个你们寻求的那个家，那个家在你的梦境中、在你渴望的基底呼唤你。无论如何，容我们说，一个渴望可能会在它经过那个未被疗愈、未被整合的人格过滤时产生异变，或者被扭曲，或变得阴暗无光，因为渴望会探寻满足、或意义、或分心物、或安慰物，正是通过那些精炼该渴望的过程，它会揭露出，那渴望是一个爱的渴望。那个渴望，若被向下追溯并汇入自我内部的各种渴望的支流中，该渴望就会汇入、汇入、再汇入，回到那个发动了无限造物的渴望：那就是你的造物者渴望去认识祂自己、认识你自己。

你现在正在执行那个渴望，经常是在混淆又古怪的样式中(执行)。但寻求爱并再次寻求爱。认识光并欣赏光。信任你的人生所在的航线。拥抱这个瞬间的机会。寻求善用你的催化剂。我的朋友们，你将发现分离的幻象在减少，而你所活出并感受的一体感在增加。要知道在任何你转身的地方，你所接触到的每一件事，你生活的每一个方面，以及你可能经历的生生世世，都不是别的，而是这个一。你在它里面。你就是它。你是一。你们全是一。

接受这点。敞开你们的心，爱这个(事实)，并与造物一起唱歌，就像造物和造物者与你一起唱歌；歌颂你与你的旅程，无论你可能流浪了多远～不是从你的空间/时间地理上家园开始流浪，而是从你的心开始流浪，我们挥霍的孩子们。

此时，我们感谢这个器皿，我们把通讯转移给 Jim 实体。我们是被你们认识为 Q'uo 的群体。

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，再一次与这个器皿同在。我们非常高兴有能力让每个器皿知道我们的想法，也非常高兴每个器皿有能力感知和传递那些想法。这就是该心电感应接触的性质，我们已经如此荣幸能够在短暂的一段[你们称为的]时间内与每

个器皿建立联系。这是我们也可以对你们有所服务的方式，就像你们通过传导我们对你们的询问的想法而为他人服务一样。这一种方式使我们各位向你们学习，就像你们向我们学习一样。我们感谢你们在传讯的每一刻中的勤奋和喜悦。

在此时，我们将离开这个器皿和小组。如同我们在太一无限造物者的爱与光中找到你们，我们也在其中离开你们。我们是你们认识的 Q'uo 群体。
Adonai vasu borragus。

Translated by Pan H. & T.S.
(V) 2023 Reviewed by SH. & cT.
原始出处:
https://www.llresearch.org/channeling/2023/0215

☆ 第 3815 章集：灵性的辨别

1996 年十二月 22 日
周日冥想
团体问题：我们想要询问关于辨别(discernment)的问题。我们觉察到我们知道无论什么东西，我们通过智力，通过教导我们的体验而知道的，而我们会通过直觉，通过潜意识心智，通过任何可能通过潜意识与我们沟通的实体而知晓，以给我们一种指示，即一个想法、方向、或行为是对的。我们想要知道、如何去找到或分辨最高的知晓、最佳的知晓，以及我们能够根据所知道的事情来行动的方式。这过程在多大程度上依赖信心呢？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。在这个寒冷而阴沉的日子，在白天如此之短而盼望光的(程度)到达最大值之际，被你们的寻求圈所呼唤，这是一种怎样的福分和荣幸呀。我们极其感激这个机会:与你们分享一些想法，分享那些我们感觉自己学会了的东西。我们会一如既往地请求你们一件事情，那就是分辨，若我们可以使用这个字汇的话。我们确实请求你们每个人都相信自己的分辨力，因为在你里面有一个非常强有力的知晓者。你的个人真理的守护者、会在你听到对自己为真的事情、以及对你有用的事情时醒来。它是一种感觉，关于忆起或认出已被模糊知晓的事情。那么，那就是你的真理了。如果你没有这样的感觉:忆起或认出我们所说的那些事，那么请将它们留在后面，因为我们不是作为权威发言，而是作为那些走在和你们相同的道途上的实体以及那些也许在时间和空间的幻象中已经比你们多走了一些步伐的实体。

因为灵性旅程的特性，想望去取得并精炼灵性辨别力的机能、这肯定是一个共同的愿望。而任何人都不会有正确性的证明。在你日常存在的其他途径中，物理世界占据主导地位，有些方法似乎接近精确性，可知晓和测量那些在你们幻象中显现的事物的数量和品质。在你们的幻象中显现出来的这些东西之一是你们已经穿上的肉体、心智体和情绪体，你们在这里化身为人时，就像穿上一套衣服为了在你们的幻象世界中拥有一个存在状态。这个身体既是一份美妙的礼物，也是一份需要掌握和理解的礼物，是你自己的一部分，但不是全部。特别是，伴随着你拥有的身体一起来到的那种心理和情感心态，遵循你所拥有的身体本能，也是使你很难看入黑暗而灵性事物总是隐藏在其中。

寻求和寻找真理、渴慕公义的灵性探究其正字标记(却)是黑暗、乖僻、无法看清，这是一个处于黑暗中的世界的典型特征，在此唯一的光是星光和月光。这个

器皿认识为 Don 的实体过去常常说，月亮比太阳更加重要，因为月亮是在黑夜中，在你需要光的时候给出了光。这是非常真实的。就是在光如此暗淡、却又如此珍贵的灵性夜晚中，辨别之光必须到来。不是在当选择看起来清晰的共识实相的正午，毋宁是在午夜、灵魂的暗夜，而位于你日常生活的步调底下、在某些层次中全时间持续存在这样的暗夜。

就彷佛最大的宝藏被藏在一个变暗的剧院里，或一个变暗的田野里。如果是在剧院里，那么，不仅仅是观众，还有舞台上的人，他们四处凝视着，寻找那隐藏的宝石也就是真理。如果在夜晚的田野里，那么，我们可以带出该寓言，那是该器皿从其基督徒教育中得到的:有个商人卖掉他所有的东西来买一颗价值连城的珍珠。那颗珍珠被埋在田野里，真理的寻求者在泥土中挖掘肯定是一件乏味的工作。现在，你们每个人都有不同的方式来处理二分法，该二分法介于第二密度的类人猿肉体载体[及其伴随的心智和情感]与意识之间；意识在一切(事物)开始之前就存在，并且在一切(事物)都在时间和空间光流中结束之后仍将继续存在，(这分界)有时并不清楚，有时却又极其痛苦地明显。

对大多数实体来说，要从选择、寻求舒适的心态进入那种没有时间、空间、或动量特征的意识，该意识存在于永恒、无限、不可知中，那是非常困难的。在灵性辨别中所有未知的东西确实安全地、最深地躺卧在心中，在那个伟大的中心里，你可以把它想象成一个聚会的帐篷、会堂、至圣所，里面住着造物者，那伟大的起初思维，无条件之爱。那力量[即是理则]是绝对的。

当那个黄金时刻出现，自我以某种方式进入那个空间，在那儿，一个人与无限太一共处至圣所，一个人在光中、接着成为爱。当那些时刻发生时，我们建议你把它们写在你的记忆中，并知道你已经从自己正在挖掘的那个田野中拾取了一颗珍

贵的宝石。或者知道那个舞台上的某个人物已经活了过来，因为在那个剧院的某个地方发现了那一点点的真理。那些时刻是绝对的。它们不能转移到另一个人身上，但对于该自我来说，它们是极其重要的，因为很多时候，在物质幻象中，寻求者必须仅仅依靠信心和希望来运行。而当这种情况发生时，正是记忆滋养了信仰，激发了希望。自我的记忆是一份蒙福的礼物，一个又一个，随着你化身的岁月流逝，有一个越来越多的在光中时刻的珍贵宝石收藏，当爱和自我没有界限或分离的时刻。

这个器皿经常试图写下这些狂喜的时刻，以激发其他人在造物主中找到圆满的喜悦，然而没有任何沟通可以传递这种纯粹的觉知时刻。因此，寻求者一如既往地走在一条独特的道途上。没有两片爱的火花、没有两个灵魂，容我们说，有相同的道途，尽管许多人可能说，「哦，我有一条基督徒之路」，或者，「我有一条佛教徒之路」，或任何被命名的道途。不过一条路并不等同于另一条。每一条都是独一无二的。在搜寻辨别(力)的时候，分享和互相帮助的困难是巨大的，因为一条路和另一条路不一样，不管两个人怎么用话语来描述那条道途。

你作为一个实体的本性同时是统合的而且异常复杂。如果你所是的灵魂能更好地从感觉出发，也许应该提示体验的统一性，这或许令人满意，即所有万物都是一体的，在体验任何一个人之际一个人最终是在体验全体。对于那些更了解心智内部运作的人，那些觉察意义和意识之(许多)层次的人，一个微妙而复杂的心智网络的形象更有效。心智有巨大的深度，最终会进入那个即是全体的自我。心智有一种几何学。它里面有些路径。在你们的文化中，在你们行星上的每种文化中，都有些实体，他们深入各种微妙处以区分一个层次和另一个层次，区分一种情绪另一种情绪之间的管弦乐，区分一种觉知和另一种觉知。

这类种类的道途之中的任何一条都会管用。只是，一个人必须找到能够使自己获得所寻求的东西的道途或思想组合，那就是一股增长的信任，相信一切将会在适当的时候都会变得清楚明白。

建议那些想望工作其感知过程的人简单使用时间。当一个实体花时间与自我相处，对自我的内在运作有很大的帮助。有些人发现，他们能给自己的最大礼物是静默，而我们确实建议，始终保持每天的静默，倾听内心那静止的、微小的声音，在静默中用超越言语的思想说话，以这食粮来喂养更深层次的人。有些人发现与造物主对话非常有帮助。这些经常被转换为祈祷，但与那神秘的更高力量的任何对话都有资格成为祈祷，正如这个器皿经常做的那样，对造物主非常生气，抱怨造物主和其他负面情绪的表达。有时对上帝大喊大叫是合适的，适合某人正在经历的事情，以及某人正试图整合到觉知和必死性的组合自我，每个人在你们的幻象中皆是如此。当然，当一个人试图辨别时，允许时间流逝，允许序列累积，是非常有帮助的，而且有一些微妙的东西是无法发声的。简单地允许时间流逝可以把那些只对你有用的主观信号带入你的觉知中，当你把你的生活完全交给你所寻求的、你想望成为的真理时，你开始得到那些小小轻推。

有一种自由，是向更高的力量臣降，向那种那种态度臣服，说着「不照我的意志，但照祢的意志。教我祢的方法。我想知道如何履行我对你的服务。给我一个提示。给我一个信号。」然后允许时间过去，提出问题，并等待。有的时候，等待的时间非常非常短。也有的时候，一个人要等上好几年。然而，总是这些问题继续在你里面起作用，直到你找到自己的路。幸运的是，生活的品质在于你如何面对生活的条件，而不在于事件或环境本身。很容易忘记共识实相是虚幻的，因为一切看起来都很真实，似乎很牢固。从科学上讲，你觉察到在每件家俱和你自己的身体内，有远比任何其他东西更多的空间，电子群像小小银河系一般冲来冲

去。几乎全是空间。没有真正的物质。全部是幻象。有时，要抹去它是多么困难。要找到那种耐心，更深入地寻求，不被看似成功的东西所打动，也不被看似缺乏的东西所吓倒，看到超越表象和凡人生存的机会。

辨别力完全是关于进入那种不舒适的黑暗之中，在其中、几乎不可能正确地看见东西。颜色，甚至形状都是被隐藏起来的。哦，光差一点就完全熄灭、不能更黯淡了。这就是你的灵性情况了，这就是为什么信心是在这条路上、如此显著又强有力的部分，你用信心来面对生活上的好运与坏运，这能被称为灵性之路、或奉献之路。因为没有任何事情可以被知晓，一个人必须选择要嘛停止尝试去理解、要嘛投入信心之中。

如果寻求者有能力，在追求真理的过程中，与你接触到的那些实体合作是非常有帮助的，因为只要你在内部思考，把目光转向内部，别人提供给你的镜子就不会被使用。每个实体在此生中创造了生命纠结，一个人很难在其中以平衡和有益的方式看见那个纠结。然而，那些与你分享环境的其他人有种快乐的机能，不用努力就能成为镜子，因为你将从他们的镜像中只捕捉到那些在你体内引起反应的图像，当你对那些似乎在你自己之外的实体作出反应时，你可能知道自己正在一个有东西需要努力的领域中工作。你的兴趣已被唤醒了，也许是粗暴的。也许你不喜欢自己看到的东西。也许你喜爱自己所看到的东西。无论哪种方式，你作为一个寻求者已经被对方的存在所服务，他不费吹灰之力就能向你展示隐藏在你里面的真理。当你有不祥或消极的反应时，拿着这份礼物仔细看看，因为它有很多东西要告诉你。也许到最后，在谈到灵性觉知时，我们必须承认，就最终的事物而言，我们什么都不知道。奥秘继续以无限又宽广的方式在我们眼前后退。

而这对我们来说似乎是令人满意的。在我们自己进化的这一点上，我们满足于根

据我们珍惜的事物来服务，这就是为什么我们感谢你们允许我们与你们交谈。

因为对我们来说，你们地球上的人群对于理解、照亮、和平的呼喊扣人心弦，使我们感到许多同情。我们感受到忧伤，以及(你们的)渴望，向往更高的方式、爱的方式、真理的方式、将日常工作转变为美与真理的生活品质。我们感受到你们内在的这些渴望，并赞美它们。当你们回应这些渴望时，你们正在加速自己灵性进化的速率，并开始过一种比自己更大的生活，因为当你们试图从一刻到一刻地生活，紧紧抓住那些更重要的东西时，你们的振动就会变亮，随着它变亮，该行星的意识也会变亮。彷佛凭着你的存在，凭着本质的你:吸入和呼出却又超越所有的呼吸；你有能力改变这世界。而确实，你们每个人都在改变世界，完全取决于你们对如何服务的选择。该伟大的选择，如你们所知的，介于照耀、给予[服务他人]和服务自我的吸引、把持、控制之间。你们每个人都选择了照耀的道途，你们每个人都在缔造不同。

也许我们所能说的最伟大的事情就是，当你已经开始爱自己的时候，去爱彼此，若你尚未学会爱自己，那就是你首先的任务了。因为在一个人与自己的存有和平相处之前，很难在意识中做功；而(该存有的)全部性质包括所有的阴影与黑暗面。所以我们要求你们去爱，找到爱自己的各种方法，培育那个自我，欣赏和尊重那个第二密度类人猿的牺牲，它给了你们在大地上行走的机会，在地上有所作为、生活、选择。这是一个非常宝贵的东西，这个肉身。每个人都觉察到它是多么迅速地发展。我们希望你们得到一切祝福，并将在你们要求我们在场的任何时候与你们在一起，不是要说话，而只是为了和你们坐在一起冥想。

我们察觉到还有一些问题存在，所以我们要转移给 Jim，以便我们可以在这个有趣的领域进一步探测。我们感谢这个器皿，并在爱和光中离开它。我们是 Q'uo

群体。

（文字纪录结束）

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT

☆ 第 3816 章集：寻求真理

中阶传讯圈

2022 年 12 月 14 日

团体问题：Ra 谈及它们沉睡的第三密度弟兄时说:「对于那些想要睡眠的实体，我们只能提供为睡眠设计的安慰。服务仅仅在其被请求的程度上才是有可能的。我们准备好以任何可行的方式去服务。就与第三密度中的其他自我应对方面，这似乎仍是一个满意的方式。我们的感觉是成为一个人尝试去服务的各个实体可以简化这个领会：什么服务是必须的或可能的」。[1]

而 Ra 也描述了，如果自我不带有伪装，将它们的灵性或菁华放射给其他人，毫不犹豫地向其他自我开放。作为灵性寻求者，我们如何对那些可能没有灵性寻求的人真实地讲述我们是谁，我们如何看待这个世界，等等，同时不侵犯他们的现实或自由意志？我们甚至如何感知一个人是否正在「灵性寻求」？我们又是如何与这种认识联系起来？

（Jim 传讯）

Q'uo：我是 Q'uo，我在太一无限造物者的爱与光中向你们每一位致意，祂完全存在于万物之中。我们受邀于今晚再次加入你们的寻求圈感到至为荣耀。能够利

用每个器皿来回答你们的询问，这是我们巨大的快乐。但在我们开始之前，我们会要求你行使你的辨别力以判定哪些话和想法对你有帮助。这是你利用自由意志的伟大能力，我们要求你行使[听不清]。抛开任何没对你响起真理铃声的思想、词语、概念。如果你们愿意这样做，那么就可以像你们的兄弟姐妹一样开放地发言，他们和你们走的是相同的道途，也许在这路线上多走了一两步。

你们今晚的问题有很多层次，且是十分深思熟虑的，我们很高兴在这个时候通过这个器皿开始讲述那些层次。你们问的是，基本上，如何为你可能遇到的任何人提供服务，这些人可能是也可能不是像你这样的真理的灵性寻求者，以及如何判定这点。我们建议，没有必要判定与你互动的人是不是有意识的灵性寻求者，

因为所有实体在某种程度上都是灵性寻求者，无论他们是否意识到自己内在的那种品质。

所以我们会建议，当你与日常活动中遇到的人互动时，他们可能问你一些问题当你与他们分享答案时将引出你最熟悉的灵性概念，而且你在自己的寻求道途上经常锻炼，于是[你]毫不犹豫地回答。说得彷佛这些想法不是来自你的头脑，而是来自你的心，它们被太一无限造物者的爱所灌注。当你说这些话时，你要把它们作为你的灵性道途、你的实相、你存在的本质来分享，就像某个人问你「你的饮食是什么？」你就分享那成长的食物。

你正在分享对你来说自然而然的灵性概念，并且在分享时没有传教。因为你在那儿不是为了改变任何(人的)心智，而是提供一些可能性，分享对你最有意义的东西。要做到这一点，正如该问题中所陈述的，试图成为你尝试服务的人是有帮助的。这件事情需要你这边有意识地努力，我们相信，跟任何与你交谈和讨论灵性

原则的人互动通过这过程得到的直觉，可以最有成效地完成它。

倾听这样的人可能问你的问题，并利用你自己的直觉和自发的回应，如我们说过的，通过开放的心，这样你的答案是对话的一部分，是你们在思想和言语上走到一起并与另一个人结合的交流；这样，你们实际上在那一刻成为一个存有、一种对话与交流。这是从心到心的分享，不试图(使人)改宗或说服任何其他人，而是自由地分享。我们推荐以上这段回应。

在此刻，我们会将这个内容转移到 Austin 实体。我们是 Q'uo 群体。
(Austin 传讯)
我们是 Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。当我们与这个器皿安顿好连结时，我们发现虽然他提供该通讯的能量相对较低，但仍有一个稳定的焦点，我们向他保证，我们能够与他带来的服务一起工作，因为我们在这项服务中的角色就是试图满足器皿在他自己的能力范围内，以便一起服务。正是这种试图满足一个其他自我的类似动力，与今晚提出的询问有关。

这个询问所隐含的确实是非常复杂、要留心的工作。试图以一种真实和有意义的方式与一个其他自我建立关联，使你在分享自己的时候灌注了灵性的寻求和在那条道途上获得的那些教训，在许多方面是蓝色光芒能量中心的工作，它是在最初打开心接着寻求者决定选择这一条或另一条道途后的工作：服务他人或服务自我。

但在我们继续研究一个人如何开放自己，并与那些其他自我建立关联之前，不管你感知对方走在不同道途上或属于自己道途的不同层次，我们会继续检验在这次通讯开始之前展开的讨论，试图澄清一个人如何定义这种灵性追求，以及在这种

脉络下如何看待其他人。理解自己以及一个人与自己道途的关系是重要的，这样才能与另一个在自己道路上的个体自我建立关联。我们发觉，试图用你们的语言来辨别这些概念可能既麻烦又有启发性。为了激发这种思考，我们要向任何认为自己是灵性追求者的个体提出该问题：(你)所追求的是什么东西？

我们发现在这个器皿的头脑中，在这个特殊的寻求者群体中，一个共同的反应可能是，自己是这个旅程中的真理寻求者。不过我们要求你考量:这个背景确实更大，因为这个寻求真理的标签也可能适用于那些你认为在探索宇宙的物质领域的科学家，而不考虑灵性；或者甚至，也许是一个简单的侦探，试图解开一个已经展开的犯罪。这些东西可以被定义为真理(真相)，不过对于灵性寻求者来说，正在寻求的真理是这些更具体的真理中更深层的东西。我们可以把它定义为形而上的领域它影响着你们的物质领域。

我们发现，那些与我们的话语有共鸣的人，出于这种或那种原因，在试图理解你们世界的无形层面有种深深的着迷，你们的哲学家们在许多世纪以来一直试图定义它～着迷于对理解是什么创造你们所体验的物质世界，以及什么影响了有觉察生命的行为和感知。这是对于寻求真理[观念]的一个相当具体的看法。

我们鼓励一个人考虑:着迷于形而上世界对于一个带着开放之心寻求的人是多么必要啊。任何发现了爱、悲悯、同感之一片火花的个体，以及试图分享和培养这种火花并让它通过自己照亮世界的个体，我们觉得在某种意义上可以被定义为一个灵性寻求者。然而，并没有必要涉及形而上学的问题；至少，在有意识的意义上没有。

所以当你试图判定作为一个灵性寻求者的意义，并与那些由于某种原因你不认为

是灵性寻求者的实体互动时，[考虑]你[在这种互动中]寻求的重要方面是什么？是形而上的具体细节，还是你们世界上许多人正在寻求的共用的爱之振动，而那些实体对于类似我们和你们分享的特定细节毫不在意？

记住这点，我们的确觉得考虑我们说过的冷漠之污水池也是有帮助的，以及你们作为这样的寻求者，如何与那些还没有做出这样的选择的实体联系起来，他们似乎在日常活动中沉睡，没有过多考虑你们体验的形而上细节或选择我们所说的这一个或另一个极性的重要性。

从本质上讲，那些还没有完全打开心或选择有意识地关闭心的人，而宁可在服务他人或服务自我的决定之间徘徊 ~ 你可能早已感知到，这样的个体大多可以被描述为陷入某些样式。而这些样式被你们社会不断增加的要求所强化，甚至这些工具被设计来鼓励这种摇摆不定，寻求舒适，而很少考量一个人如何与其他的自我建立关联。一个人如何与这些人互动，真实地、毫不犹豫地分享一己，这对寻求真理的人来说确实是一个重大的问题，如你已描述的。

在此刻，我们会离开这个器皿，并通过 Kathy 实体继续这个讨论。我们是 Q'uo。(Kathy 传讯)
我们是 Q'uo 群体，我们现在与这个器皿在一起。我们会藉由这样的想法开始这个段落即我们对你们最重要询问的回应，那个想法是从一个实体到另一个实体，对想法、行为、爱的简单分享。分享任何有价值的自我实质，具有支持和帮助他人的能力，具有点燃火花的能力，当它从自我分享到另一个自我时，那是寻求的火花，寻求成长的途径，在灵性上寻求成长道途上的光，然而，那可能由每个人来定义。

考虑一个实体很清楚自己在灵性成长道途上的位置，一个从心和存有的所有部分都散发光芒的实体。一个毫不犹豫地以或大或小的方式分享自己，散发出光芒。随着分享的完成，这道光被注意到了，也许是以小小的方式，也许是被周围的人彻底地观察，观察或接受到礼物[无论是什么]。这就是那种分享光的火花。它可能是一个简单的行为，例如把你的一块钱给另一个人，好买些需要的东西或感到愉快的东西。它可以是给孤独的人一个简单的微笑，也许是站在雨中等待机会穿过街道到一个避雨的地方。

仅仅一个简单分享爱的姿态和随之而来的光，就在收到那张美元或收到那个微笑的另一个人的心中激起一股暖流。或者在那一刻，有一种知晓:这种东西是此刻最重要的。它是此时在大地上生存的重要实质。那些支持的表示、爱的表示、向另一个人伸出援手的表示，如果接受这些(表示)的其他自我已经沿着灵性成长的途径走得很好，并且很清楚那引导的光，当它遵循那道光，它可能会感受到分享的光辉和那种连结，并同等地分享给那个给予的实体。

在那一瞬间，他们之间有一个社群、一种和谐与和平。就像在你的世界中你向着爱与理解的第四密度成长一样，一刻接着一刻地存在于寻求者之间，在道途上，在他们之间分享，轻松地来回放射爱，毫不犹豫、真切地给予。然后可能有其他人正在开始他们的道途，开始他们的成长。一个简单的微笑，一个简单的分享爱，那种光辉可能对于那个可能从未接收微笑的实体产生更大的影响。就这样，以如此的敞开和光辉就可能从内唤醒那个人一种流浪(感)和觉知。

这样的爱可以如此公开地给予，它可能导致他们在成长的道途上开始一个更真诚、更投入的旅程。他们可能没有完全意识到这一点，但共用的爱被如此充分地给予、自由地给予，这样的东西是他们的心之食物、灵魂的食物，可以这么说。

于是，那个实体开始思量和理解即使只以一种小的方式。这种灵性寻求涉及那些分享、爱的东西，从一个实体到另一个实体，从一个自我到另一个自我的连接，并且可能开始～在感受到这种爱之后，自己开始向外分享～注意到这种感觉是多么正面。注意到(他们)在一条道途上走得多么前面，可能甚至没有了解到他们在路上了。当他们在爱中向前踏出一步之后，自己可能感觉到更往前了。因为灵性的寻求深深地涉及一己的心、一己的灵性、一己的心智，但它也涉及与其他自我，心与意以及灵的连结。因为我们一起寻求，我们全体，无论我们前进到怎样的成为水准。我们是一个社群，我们会说，你们所有人在大地平面上也是一个社群。

我们会说，在他们之间分享的爱和给予希望、和平的东西越多，共同道途上的光就越亮，所有的实体就越明白他们都在灵性寻求和成长的道途上。

一个人的成长确实会影响到所有其他人的成长。关于这个话题，有很多东西可以谈。关于这个话题的更多内容，我们现在把这个通讯交给 Gary 实体。我们感谢妳，我们是 Q'uo 群体。

（Gary 传讯）
我们是你们认识的 Q'uo 原则，我们再次敞开心，感激我们在这个圈子里的同伴，与我们携手经历了这场服务之舞。我们再次感谢团体中每个人的快速挑战。这是一个我们乐于面对的挑战，因为就像两个频率相近的[音乐]键，点亮了我们自己本质的一方面于是[我们]可以找到跟这个团体的相容性。

在你们现在享受的该幻象中，每个人开始于一种可被描述为沉睡的状态。因为在寻求者的显意识心智和那些从个人潜意识开始的更深心智层次的资源之间已经放

上一层面纱；更深心智还向下移动，扩大到包括群体心智的各个阶层，直到人们到达宇宙心智本身。但是，所有这些奇观和广阔的观点、理解、历史，以及知晓自我和万物作为造物者、庄严神圣者，(这些)都对自我隐藏起来。

它是看不见的、它是未知的 ~ 如此庞大以致于自我可以花费不只是几年、几十年，而是生生世世，有意识地不觉察自己存在的根源；有意识地不觉察自己真正想望在幻象中体验什么；有意识地不觉察他们和遇到的一切事物都不是别的，而是以各种伪装出现的太一造物者。我们可以说，他们没有觉察到自己的心。为了

代替这种更深的知晓，他们扩展自己的能量，在幻象中寻求满足的物件，其中可能包括舒适和分心物等等，这些东西增强了个体的虚幻感，当一个人与这种知晓隔绝时，就会升起的感觉。

对于这种特殊的存在状态，没有任何评判。确实，几乎所有第三密度内的实体都会在他们的旅程中经过这一章，因为它被设计就是要让经历第三密度的心/身/灵复合体忘记其真实本质。典型地，通过痛苦的机制和迷失方向的不舒适，第三密度实体内在会产生一种冲动，开始利用其意志来提问，目的是为了刺穿超越思想的概念盒子，这些盒子是在寻求者成长过程中继承下来的，并且被你们的第三密度幻象所制约。

没有一种正确的寻求方式，没有一种正确的方法可以认证自己是寻求者。毋宁，如我们先前所描述的，它是一种方向和态度，使人踏上一场旅程，尽管他们可能有好些时间很少觉察到其目的地。尽管如此，还是有一种启程。在该存有之内有一种运动，一个过程开始剥开自我装饰在存有上面的服装层，容我们说，找出在自我底下的橙色光芒存有是什么；自我底下的红色光芒存有是什么；黄色光芒存

有是什么；在关于自我是谁的许多有限概念底下是什么。这些概念不仅产生于对自我真实本质的误解，也出自受伤和一个分离自我的种子误解、动机；那就是恐惧。

自我已经开始一个脱衣服的过程，容我们说，并寻求真实的可信赖性～感知到他们所居住的容器，尽管在一段时间内是有用的，却是暂时的，在某种意义上是虚构的，不代表自我的真实本质，而是在一段时间内被采用和认同的思想形态。为了将这一点与我们和前一个器皿的工作连结起来，寻求实相的灵性特性的人所做的这项工作～治愈这些虚幻的自我层次，使得造物主之光可以通过学会爱与宽恕的自我照耀～这在其本身即是对全体的一种服务。

这个器皿如同集体心智的一个形象你们星球上每个人都接上该集体心智，在第三密度中，它就像是一座海洋。每个实体构成～我们加强这点～特别是每个实体的心智，构成海水的原子和分子和显现的部分。由于混乱、杂质和负面能量的混合，这个集体心智的海洋大部分是浑浊的，这些负面能量造成彼此之间的伤害和苦难。

当寻求者发现自己的存有之心，在集体经验中属于你的那部分变得干净，我们可以用比喻来说明。你清洁并澄清了你在集体经验中的那部分。而且不一定是以一种有界限的方式，好比你是一圈或球形的澄清结晶水，被浑浊的水包围。相反地，你接触到的所有水在进入你的视野时，也有机会发生某种潜在的质变。

你遇到的每个人都给了一面镜子。这面镜子并非反映出对自己优越的功绩和成就的评判或居高临下的态度，理解其他自我的不足和愚蠢的限制。毋宁是给你一面悲悯的镜子，慈爱地看见对方的苦难和在身处其中产生的困惑，以及从受苦中产

生的也许不灵巧的决定，并在一个完整和完全的领域中保持人格的外壳，看穿对方在其密度的幻象舞台上扮演的外部角色，辨认并持守不只内在的灵魂，还有内在造物者的永恒火花。

这种愿景对于灵性寻求者是可能的，不是因为他们累积了关于实相的灵性本质的哲学知识，尽管这种研读和资源是非常重要的，而是因为他们已经澄清自己对自我的理解。他们通过长期艰苦的工作，学会了诚实地面对内在的痛苦、内在的阴影，那个被拒绝的关于自我的事物，以及对于不渴望的结果、威胁性环境、死亡本身的恐惧。

灵性寻求者尚未征服这些事情，也没有操纵或控制这些自我的面向，却已经凭借恩典，学会放松这些紧张，并在无惧中，在知晓自我的宏大性、自我的深入性、自我之美以及自我的完美中敞开心；[以及知晓]不完美的自我，这圈子里的每个人都觉察到，所有寻求者都觉察到，无法只与之共存和容忍，而是纯正地接受。不是在自我改变之后才接受，而是现在就接受，随着自我的每一个新方面都进入视野现在再次接受。更好的是，当自我的每一个方面都失去其伪装、虚饰，揭示出在那个脆弱的、温柔的自我底下真正存在的东西，它需要从一个艰难的世界中得到保护，因为它是你们人群所体验的。寻求者已经做了，正在做，并将永远做这项工作。这样做不仅仅是为了自我的灵性进化，也是为了其群体的所有成员，的确也是为了无限造物的全体。

整个无限的存有被包含在一个特定的心/身/灵复合体中。从一个分离的自我之梦中醒来，是造物者本身对祂自己的觉醒，因为那个人格变得透明。对于在梦中的其他人来说，梦着他们的生活，那也是完美的，领悟自我为造物者的寻求者成为一个似乎来自远处的讯息，尽管自相矛盾的是:远处是所有人的家。至于任何其

他自我是否选择利用那个讯息、特定的音调、爱/光的波长，是他们的至高特权。从正面的展望来看，这不是强加给另一个自我的，也不是强迫或控制的。这是灵性寻求者提供的一个机会～再次地，不是通过传播他们的知识本身，尽管那也是一种服务，但更为根本的是:作为他们工作自己的存有的一种功能。

就是那个工作的成果可以显现一种外在的服务，但首先且最重要的是:一种毫不费力的、充满能量的自我照耀。真的就是那种光从已经通过爱、宽恕、接纳变得透明的存有身上散发出来。

那道光通过所有人的眼睛照亮我们，尤其是照亮那个宇宙、即是造物者；即是一切；它是无限；它既是你～正在寻求的实体，也是你正在寻求的东西；有一天会结束，正如你所设想的，并了解到一直是造物主在玩这游戏:祢把你当作一个分别的实体。

在这个时候，怀着感激为了这个圈子的每一个器皿和这次经历的魔法，我们把通讯转移给 Jim 实体，特别感激他重温作为众行星邦联的器皿所享有的首次通讯，他在这次传讯之前与这个圈子分享过[2]。我们是你们认识的 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

我们感谢有能力利用每个器皿作为一种手段对于今晚提交给我们的询问，阐述不同层次的回应。这是个十分深思熟虑的问题，每个秘密真理必须能够处理日常活动。因为在全时间，你都在与那些可能是或不是有意识的[你们称为的]灵性寻求者互动。而在某个程度上，你将能够以一种有希望为每个实体提供机会的方式分享什么是你的灵性真理，并对你做出回应，这是一次伟大的旅程，是全体有意识

的真理寻求者与尚未是有意识寻求者的伟大工作。

因为确实所有人都将成为那种(寻求者)。我们感谢每个管道对这询问的不同品质和回应层次的开放性。我们现在将离开这个器皿和团体，并再次感谢你们带来的喜悦，将我们的心与意、魂与灵结合在一起，进行伟大的进入合一之探索，回归在任何时候都存在于所有实体中的太一无限造物者。我们是你们认识的 Q'uo。

原注

[1]在(一法)89.30 中提到。

[2]Jim 最近重新发现了他与 L/L 研究中心的首次传讯，即 1980 年六月 29 日的记录，并在该传讯前为这圈子朗读。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by cT. & DeepL

☆ 第 3817 章集：斜线号的微妙意义

2009 年二月 28 日

周六冥想

来自 L 的问题：在 Ra 资料中，在字汇和字汇之间使用了斜线号，例如「心/身/灵复合体」，「时间/空间」以及「空间/时间」。另外两个例子是:「爱/光」与「光/爱」。我理解在词组「心/身/灵复合体」中，每个字都表明为该整体的一部分。而关于「时间/空间」、「空间/时间」我就不大确定了。为什么有些时候时间出现在空间之前，或者空间出现在时间之前，我不理解它的意义。光/爱和爱/光，看似那两者都是整体的一部分或是相同硬币的两面，我不理解为什么光有时候出

现在爱的前面，而爱有时候出现在光的前面。你们能够在那方面帮助我吗？

(Carla 传讯)
我们是你们认识的 Q'uo 原则。我的朋友们，在太一无限造物者的爱与光中致意，我们今晚在祂的服务中来到你们这儿。受到你们寻求圈的呼唤，是我们的荣幸和快乐，感谢你们呼唤我们。我们乐于跟你们谈谈「心/身/灵复合体」、「爱/光」、「光/爱」、「时间/空间」「空间/时间」这些斜线号似乎很突出的术语。

然而，我们会一如既往地请求你们每位在聆听或阅读这些言语的时候都使用你们的分辨力，挑选那些与你们有共鸣的想法并将其他的都留在后面。以这种方式我们就会在分享一些意见上感到自由而不必担心我们会侵犯你们的灵性行走的自然进展了。我们感谢你们在这方面的考虑而当一个人正在尝试谈论意义的核心时，他倾向于仔细选择自己的字汇。当主题是涉及到我们称为「实相」[由于缺少一个更好的术语]之构造特性，它有时会挤压在日常生活中使用的言语的限制。在日常谈话的范围中很难找到精确的语言。

你在问题中提到的术语，我的姐妹，都是指称这个所谓的实相的要素的真理，这些要素的特性逃脱通常用来描述它们的辞汇的边界。

为了给你的问题创造一个更综合性的回应，我的姐妹，我们注意到这些斜线，即你所指的单词之间的标点符号，在所有的应用中使用的方式并不相同。因此，我们请你有耐心，因为我们一次处理一个术语。

我们会从由 Ra 群体发展的术语开始，该术语用来描述和定义一个人，一个在第三密度周期中位元于行星地球上的人类存有。看起来「人」(person)这个措辞足

以描述一个人类存有。不过就灵性与形而上学而言，它是一个完全不充分的术语。因为一个人不单单是一个肉体的存有。他也是一个永恒的公民，一个不朽且无限的存有，充满了神秘，不仅仅与地球联系在一起，也与天空联系在一起，不仅仅与人性联系在一起，也与神性联系在一起；不仅仅与可见的东西联系在一起，也与永远看不见的东西联系在一起。

这三个术语不能互换使用，也就是说，不能按任何顺序使用，因为身体是心智的创造物。在「心/身/灵复合体」这个复合描述词中，心智是第一位的。接下来是身体，因为身体和心智共同创造了该尘世的存有。第三才是「灵」这个术语。

确实，灵不是一个与心智、身体同等的伙伴。更确切说，它是一个穿梭载具，通过它，资讯和启发能够从形而上的宇宙流入物质的宇宙，从所有描述的菁华和存有的更大世界，流入你的觉知(即)在第三密度中投生的实体。

只有心智和身体，你应该完全是地球的生物，就像群山、花朵、动物一样。然而，第三密度的礼物给了被称为人类的动物即是那无可否认的奇妙的灵之大门，它从每个人类的心中涌出，圣化并祝福生命的体验和永恒的希望。

在这个应用中，那些斜线号就如同连字号一样，没有使用连字号是由于这个器皿以及在这个寻求圈中那些负责抄录原初录音者的考虑[1]，而该录音内容是 Don 实体和 Ra 群体之间的对话。

Ra 群体觉得，既然这些问题要经过一段时间的处理，如一个人是谁以及一个人为何处于行星地球上的人生体验等问题，有必要创造一个可以定义它自己的术语，以便每个开始觉察到该对话的实体能够理解，无需进一步质问 Ra 如何看待人格

本性。结果是，创造了该术语，以取代「人」这个词语。

这个术语的含义是坚实的、深远的，正[因为它是]理解人性的一个必要组成部分，我们可以说，我们想望传达的是，现在仍然想望传达的是，这个术语是由那些跟随 Ra 群体的人创造并使用的，好与这个团体交谈。

我们想要讨论的下一组术语是:「空间/时间」和「时间/空间」。为了讨论这个问题，我们想从这个术语返回你们的行星上考量第三密度的特性。

你们体验的第三密度地球是一个高度极化的环境。第三密度的构造本身就在唱着极性。如同这个器皿今天稍早与每周六下午会面的即时聊天组所讨论的[2]，第三密度空间/时间的中心象形符号是大卫之星。该象形符号由两个三角形或金字塔组成，向上的金字塔或三角洲是男性原则，向下的金字塔是女性。女性原则歇息并等着男性原则的探寻，然后男性原则覆盖女性原则，在这种结合中创造出大卫之星的形状。

在第三密度中，无论你看哪里，都有极性。有物理上的极性，如男性和女性，光明和黑暗，温暖和寒冷。有道德上的两极，如善与恶、正与负、辐射与磁吸。第三密度的学习涉及选择道德上的两种极性之一，即服务他人或服务自我，并沿着该极性的路线前进，强调它，进一步强调它，直到你通过极化，把自己创造成一个有力量的人。

正是在这背景下，我们会谈论空间/时间、时间/空间。我们希望在谈论杜威所创造的交互倒数的物理学系统(ReciprocalSystemofPhysics)之前，先确定这个背景[3]。在向 Ra 群体提问有关实相的特性时，Don 实体在他的问题中使用杜威实体

所创造的物理学系统的语言，而 Ra 群体也作出相应的回应。

通过这个器皿，我们只能对该物理学系统[名为交互倒数系统]的性质有一个大概的了解。无论如何，这个物理学系统的中心方程是一个可以用两种方式书写的方程式，因此被称为交互倒数系统。在这个方程式中，V 代表速度。S 代表空间，而 T 则代表时间。这个方程式的写法是：v=s/t 或 v=t/s。

在这里，我的姐妹，这些斜线的使用就像数学家们使用斜线一样，表示一个可以被另一个相除。杜威实体认为，有两个互为倒数的宇宙造物取决于意识构造的性质，他假定为 v 或速度。

查看或体验意识构造的一种方式:空间与时间两者之间的不匹配(mismatch)偏爱空间。由于这种不匹配，这种意识结构出现一种周期性，好像一个点彩派画家在画布上做画，画出了很多的点，当你观看这些点，(它们)变成一块颜色的场域[4]。

在空间-时间的宇宙中或在 s/t 的宇宙中，该不匹配偏爱空间。在那儿创造了一个幻象，空间是一个场域，时间是一条河流。在形而上的宇宙中，也就是物质宇宙的倒数，时间与空间的不匹配偏爱时间。结果是，在这个形而上的宇宙中，时间是场域，而空间是河流。

当实体们谈及时间旅行时，他们以日常的三维术语来谈论一种科幻小说、一件不可能的事。无论如何，在时间/空间或形而上的宇宙中，容我们说，它是唯一的旅行方式。因为时间是场域而空间是流动的(东西)。你们幻象的内在平面位于时间/空间之内。你们的想法，在它们抵达有意识的、造字的过程之前，都位于时间/空间之中。意识，即创造宇宙的合一的那个存在地基，在时间/空间中显化。

因此，若我们说到空间/时间，我们说的是第三密度行星地球的日常清醒实相/幻象。当使用「时间/空间」术语时，它表示或指称的是形而上的宇宙。在时间/空间内，过去、现在、未来是一种球体，容我们说，因为我们想望表明一个[立体的]形状，而非一个扁平的形状，好比一个圆圈。我们想望表示一种活生生的、圆润形状。你所经历的每次人生都是一条半径总是指向那个多生累世圆圈的中心。在那个球体的中心是你的灵魂光流，是所有经历的收集者，和所有经历的给予者 ~ 献给太一无限造物者。

「光/爱」和「爱/光」这两个术语取决于「空间/时间」和「时间/空间」。当我们邦联谈到创造一切万有的无条件爱之单一伟大起初思维时，我们说的术语是爱/光。当我们说到已显化的理则，可见的诸世界，我们说的是光/爱。

来自太一无限造物者的能量从中心太阳被发送到行星地球之心。那种能量正是你们挚爱的母亲作为造物者的无限流动返还给你们的能量，它从脚部向上移动，通过身体并从头顶离开身体。我们正在谈论你们理解的能量体。(此时)我们正在谈论光/爱。

这些术语包含着深奥的理解，我们乐于提供你们可能有的任何后续询问，我的姐妹。我们是 Q'uo 群体。
（暂停）
我们是 Q'uo 群体，因为对于第一个询问没有跟进(的问题)，我们会问此刻在这个团体中是否有其他的询问。

D：是的，Q'uo，我有个关于水晶的问题，特别是石英水晶。当用一只手拿着的

时候，可以感觉到它散发一股清凉的能量。我想知道这对一个人的能量场有什么作用。谢谢你们。

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。你们每个人所是的能量体具有一种水晶特性。它是极度敏感的，很容易被已经通过其他晶体配置的光所推动。随着能量体在此生进程中的发展，在能量体强健的地方，它有时会形成相当复杂的水晶，具有超凡的美。在石英等水晶中移动的能量是光能量，就像你的能量体一样，石英的结晶体接受光，并以某些方式进行转换，并作为其存在的一种功能将其发送出去，而非作为一种活动，而是作为其菁华。

虽然从水晶的效果可以看出它是活跃的，但它有意识的方式跟你不一样。它根据自己的性质接收和发送光。当水晶和人类互动了一段时间后，水晶可以成为容纳生命的东西，不是它本身，而是作为一种思想形态，是人类意识的礼物。在这个意义上，水晶可以成为高度个体化的。然而，就其本身的性质而言，它如其所是，而人类的能量体则是处于不断变动中。

石英水晶发出的光以其规则的配置进入能量体的场域，并具有特定的治疗特性，这些特性与能量体的能量发生互补和帮助作用，由于通过能量体的无限造物者的光/爱的流动变窄这些能量变得有些混乱或减弱。结果是，水晶有成为治疗石的倾向，就像这个人所体验的。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。

D：是的。如果一个石英水晶非常频繁地被用于冥想，是否会发生任何有害的效应？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。一般来说，为了冥想使用水晶的倾向是正面的。我们要对这种完全正面的效果提出两个条件。第一个是，能量体，就像人的肉体形态一样，有巨大的差异。对一个能量体来说是主食和饮料的东西，对另一个能量体来说就是毒药。结果是，在谈到水晶的使用时，没有办法一概而论。

水晶与人的接近程度以及水晶与人紧密连结的时间长短在最佳使用方面因人而异。因此，我们鼓励每个使用水晶的人充分觉察到那颗水晶的效应，并监测自我，以确保没有过量，容我们说，与水晶的接近(程度)或连接的时间长短。

作为一个例子，我们会提出这个器皿。这个器皿可以容忍一般提供的水晶，比如这个特定房间中的水晶，由 G 实体和 L 实体给了 L/L 研究中心，没有任何不良效应。然而，当这个器皿收到一棵所谓的治疗树，由石英制成的，这个器皿发现不可能在靠近这个水晶的地方睡觉，尽管它比客厅中一般用途的水晶小得多。该治疗水晶的意图是如此这般它不容易被这个实体所容忍，直到今天它仍然与这个实体的睡房保持一段安全距离。

不要假设一种水晶应是有帮助的或无帮助的，而是要实验它，以个人经验建立你的智慧。

另一个可能限制石英水晶在冥想中的作用的考虑因素是其形状。通常这样的水晶被加工成金字塔形，当水晶处于这种特殊形状时，由于该形状所产生的能量场的几何(原理)，变得更有力量。水晶的这种改变创造了一种更强大的水晶。同时，如果停留在该能量场内超过 20 至 30 分钟，这种力量会变得有毒。

有了这两个预警，我的兄弟，在冥想中使用石英水晶是被鼓励的。我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

D：那是很有启发的。谢谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。能够与你们谈话是一件了不起的事情。请问在此刻有另一个询问吗？我们是 Q'uo 群体。

R：Q'uo，关于 Ra 在一的法则中使用的术语，我有一个后续问题。当空间/时间和时间/空间的表达被使用，它们参照第三密度的意识。相同的(互为)倒数的安排在第四、第五、第六密度也存在吗？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。物质与形而上或空间/时间与时间/空间的术语，确实是那些在整个密度(系统)中起作用的术语。然而，必须记住，我的兄弟，每个密度之间有一个量子(阶)差异。光本身改变了，变得更加密集，因此不是一对一的比例，仅仅因为苹果不是橘子，第三密度的光不是第四密度的光，等等。

然而，在理解了那点之后，我们可以肯定地回答。是的，这些区别在这些密度都有影响，直到时间和空间不再存在，思想不再存在，所有的礼物都被给出，所有的收获都被接受，造物主再次沉睡于祂无限的奥秘中。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。

R：是的，如果该器皿仍有足够能量用于更多的问题。

我们是 Q'uo 群体。这个器皿是被充分地供能以继续接受一些问题，若该团体确实还有任何问题。我们为你对这个器皿的无尽体贴而感谢你并为此称赞你。那么我们要问，在此刻是否有另一个询问。我们是 Q'uo 群体。

R：我有一个关于爱/光与光/爱的表达问题。我想，也许爱/光可能指的是存在状态或者被赋能却尚未被表达的能量，，而使用光/爱术语则表示做事或行动，那股被表达的能量，光。你们可否评论这是否准确？

我们是 Q'uo 群体。我们可以评论，我的兄弟，但不能精准地说，你是准确的。毋宁，我们会说，你抓住这东西的尾巴。你有了它的菁华。从无限造物者的立场来看，在光/爱与爱/光中有一样多的行动和菁华。

从第三密度的立场来看，在空间/时间中，被用来在(宇宙)造物中显化一切事物的光/爱是由光/爱而非爱/光所建造的。然而，光/爱的活动不是人类的活动。毋宁说，它是光的活动，通过创造旋转及其梯度来表达它的本性，发展你们宇宙的各种元素。爱/光本能地充满单一伟大的起初思维。虽然这个起初思维是一切万有的创造者，它本身仍然是一个充满爱的菁华。以那种方式，我的兄弟，你说爱/光是存在状态，光/爱是活动，你就得到它的要点。但它是造物主的活动、造物主的存在状态，而不是生活在第三密度的某人或我们自己的活动与存在状态。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。

R：事实上，我从那些方面考虑过，但我没有这样说。所以听到你的评论有助于

我更好地掌握。然而，我将要继续问一个问题，是关于宇宙的。它不涉及你们已描述的术语。但是，当你说到所有密度达到完成(状态)，能量返回造物主，我想要问，在我们经历造物之舞的该宇宙之外，是否还存在着其他多个宇宙，以及那些宇宙中的生命是否以某种方式互动或觉察彼此。我问这个问题因为我觉察到:在通过昂宿星人与比利·迈尔实体接触所得的资讯中，与他接触的第四密度实体描述了他们能够与之互动的另一个宇宙。我的想法是:从这个哲学立场来看，一个宇宙是否有可能在进展之际与另一个宇宙互动，在它坍塌回到造物主之前？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以说，来自比利实体的资讯和我们提供的资讯之间有个术语上的问题，因为就我们的理解，一个时间和空间只有一个宇宙，若我们可用个双关语。宇宙作为一个整体通过各个密度和生命移动，然后作为一个宇宙完成。在这个宇宙中，当然有许多你称为的遥远经历。宇宙的一个部分的能量确实与其他部分互动，而且已经讨论过那些来自下个八度音程的实体能够出于某种原因回到这个八度音程的可能性。关于那点我们没有甚么确定的事可说。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。
R：那么如果我正确地理解了你们，意识穿越一个八度音程接着进入下个八度音程，但在两个八度音程之间有互动，那是你们无法真正谈论的。那是否准确？

我们是 Q'uo 群体，我的兄弟，你明白了。在此刻有最后的询问吗？我们是 Q'uo 群体。
R：我这里没有了，Q'uo，谢谢你们。

G：Q'uo，我有一个询问。我的经历常常具有梦境的品质，现实失去其坚硬和线

性的边缘，我对此刻的内容感到一种有趣和快乐的怪异。我看着自己、我的环境，有时我只是感到困惑，以一种正面的方式，这一切是否真的存在。我想知道这是否是在第三密度幻象中普遍的觉醒症状，或者这更多是生活在密度改变边缘的体验，或者我只是失去理智？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。在这三种选择中，尽管沉思每一种都可能都是愉快的，我们发觉你的第一个假设是正确的。宇宙和你自己在宇宙中的情况相差甚远，远远没有清醒的眼睛或未经思考的头脑面对的那么具体。真的，每个实体不是被重力安置在位置上，而是被他自己的一套参数、自我管理、自我延续所安置。

我们不是说物质宇宙的物理法则不存在，因为它们确实存在，我的兄弟，而且对你大有好处。它们创造了一个稳定的幻象，在其中，你可以体验到一生经历的进展，并且收集和考量你的体验。

然而，内在的生命，内在的灵命，首先是通过缄默接受周围环境中每个其他实体所接受的东西，然后通过这种接受的延续来安置就位的。这个器皿使用「跳出箱子思考」的说法。在内心生活中，你从一个箱子开始，这个箱子由你已经接纳为真的所有假设组成。在这个箱子里有许多系统和子系统，都有其延续的能量。当你开始把自己从用以开始内心生活的各种假设中解放出来，你会轻轻地、有时突然地跳出箱子。然后，你就可以自由地利用这种增强的觉知来改变能量于你特殊的内在世界中的运作方式。那么，你环境的限制就是你所选择的那些事物。

一个于内在生命中无意识地受限的人，和一个于内在生命中有意识地受限的人之间的差别是:(后者)寻求者已经开始穿透外部幻象并知道他创造了自己的实相，更

能够利用那些看起来如此错位和梦一般的时间，通过塑造那个梦来匹配他的希望、渴望、意图。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。
G：我尽量说得简短些。你说，当寻求者体验这些如梦如幻的时刻，可以利用这些时刻，按照他的希望、渴望、意图来塑造此刻。我认为这单纯可以通过陈述、肯定(语)，要求所寻求的东西被实现。

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。这基本上是正确的。在这些时候有一种在梦中歇息的元素，并欣赏感受生命的不同方式。确实值得欣赏这些时刻的能量，使用这些时刻不是必要的。在某些情况下，享受并出席其中就足够了。然而，这些是流动性增加的时刻，成熟的寻求者可以开始松开他所经历的各种束缚、枷锁，不过松开的方式要与他的观念、希望、梦想和谐一致。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。
G：不了，我们将让该器皿恢复并结束(传讯)，我们全都感谢你们，Q'uo。

我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的兄弟。的确，我们感谢今晚带着问题来的每个人。我们感谢这个圈子里的所有人，感谢他们给了我们这个愉快的机会来分享一些简陋的想法。如同我们先前所说的，这一直是种特许和快乐，我们一同享受这些时刻。我们感谢你们允许我们以自己选择的方式有所服务。我们向你们保证，你们的美令人惊奇。感谢你们抽出时间和空间，或空间和时间，来追寻真理、注视美、居住在无条件爱的辖区中。

我们是你们认识的 Q'uo 原则。我们离开你们，如同我们发现你们一样，都在太

一无限造物者的爱和光中。

Adonai。AdonaiVasu。

原注

[1]使用正斜线而非连字元是源自于我们熟悉杜威 B·拉森创建的(互为)倒数的物理学系统，其中使用的正斜线。在他的系统中，速率=空间/时间或时间/空间。

[2]自从 2009 年初开始，从九月的第二个周六直到五月的最后一个周六，Carla 从下午三点到五点在 Bring4th 网站的线上聊天与任何想望向她提问的人谈话。

[3]如果想要看一个对拉森的倒数系统的介绍视频，请前往

http://rstheory.org/video/rs-101

如果想要阅读关于它的资讯，请前往

http://en.wikipedia.org/wiki/Reciprocal_System。

(编注:这两个连结都失效了><…)

[4]要阅读更多关于这个画家流派的资讯，其主要宣导者是乔治-皮埃尔·修拉（1859-1891），请访问

http://en.wikipedia.org/wiki/Pointillism。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3818 章集：接触与连接

2008 年五月 4 日

特别冥想

团体问题：密集冥想传讯[1]，2008 年五月四日。今天晚上的问题，Q'uo，关于传讯你们的言语或想法或者任何(星际)邦联的言语或想法的管道，我们想要知道在接触(contact)你们 ~ 和管道之间的连接的属性。你们能不能详述关于那种连接的特性与品质，以及作为管道或器皿服务的实体如何才能增强这种连接？

(Carla 传讯)

(示意图)

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中我们今天来到你们身边。我的朋友们，被呼唤到你们的寻求圈，这是怎样的荣幸和快乐呀。我们感谢每个为寻求真理而留出宝贵时间的灵魂。我们十分乐于接受邀请，与你们分享一些简陋的想法，主题是:源头和通道之间的接触点之特性。

然而，像往常一样，在我们开始之前，我们会要求你们每个人在听我们说的时候运用你们的分辨力量。务必使用我们那些看起来对你有帮助的想法，其余的就毫不犹豫地丢到后头。这将使我们能够自由发言，而不必担心我们可能会打断你们的进化过程或侵犯你们的自由意志。我们感谢你们的这种考虑。

一个物质性存有 ~ 也就是在你们的第三密度中将其自身与一个肉体关联在一起的灵性存有，与一个非物质性存有 ~ 也就是在第三密度中不被认为是肉身的存有，在两者之间的接触特性始于对能量体本身特性的考虑。这样的考虑必须从看看你在能量上是谁开始，以及你的能量系统如何创造一个连接的地方。你们每个人都研读过我们邦联多年来通过这个器皿提供给你们的关于能量体的材料。

你们认识到，就我们的意见，它是主体，即使你们在肉眼能见的范围内处于物质形态。若没有你无限和永恒的自我关联的能量体对你的肉体和骨骼的互相贯通，你所是的这个生物就会是空虚和空洞的。在你们的问题中要考虑的首先接触点是你作为一个物质存有和一个能量存有或菁华之间的接触。你们的肉体是一个工程和设计的奇迹，一个独立的化学精炼厂具有微妙的参数组，唯一的目的是让你的灵魂使用。

因为你们经历了这个器皿称为的德比(赛马)周末，你们一直在谈论某些纯种马奔跑的勇气和胆量，尤其是名为八铃*的小母马她令人难以置信的勇气和自我牺牲(精神)，为了取悦她的主人以她最好的能力跑完笔直赛道而献出了生命。

(*参考:https://en.wikipedia.org/wiki/Eight_Belles)你们可以从同样的角度来看待你们的肉体。就像一匹马和骑手一样，你的肉体想要被驾驭 ~ 等着被驾驭 ~ 并且喜爱驾驭它的骑手。这个骑手就是你的能量体、或你的灵魂体、或你的灵性菁华。

在两者之间的连接是纤细的，却是非常强大的。它是在你的肉体与灵魂体结合之前，通过意图设定的。在你母亲怀孕过程中的某处，也许就在母亲把你送到世上之后 ~ 灵魂或能量体进入与肉体结合的入口(时)点差别很大 ~ 不过最终你出生了，你的灵与肉不可分割地交织在一起，合并为一个具有惊人复杂性和细微性的生物。

然而，最终，通过一些很简单的原则:吸引、排斥、和整个选择的原则，你的这一切将许多非物理性的东西带入你的物理表现。你所是的全部这(原则)已经把许多非物质性项目带入你的物质性显化。它们包括你的身体特征，如思维敏捷或协调敏捷；个性特征，如你对乐趣的选择和对工作选择的偏好，以及你的各种限制和

看似失败的缺失，所有这些都被精心放置在它们所处的位置，好让你在这非常短暂的一生中可以有最大的潜力来利用 D 实体所说的「日子」，人生中每个短暂的日子，在你的能量体、灵魂菁华之内创造一个越来越公正的平衡，该平衡介于爱、智慧、力量、平安的品质之间。

你们的密度的本质是:你不能知晓我们所说的真理，也没有任何方式来证明它。相反地，你在不知道的状态下踏上旅程，当你跃入信心，为爱做出选择，你只有最主观的回馈来保证你正在对的轨道上，正在任务上，并且对准目标。没有实体来告诉你，你是否只因为想望提供服务而被吸引到传讯这样的事情上，或者有其他未显现的、也许未被发现的原因而被吸引到提供自己作为管道的服务上。对你来说，这仍然是一种信心的行动，一种勇气的行动，一种对服务的绝对奉献之行动，所以要准备好自己能够接受我们的思想，并通过你的声音、你的善感和觉知来传递它们，如这个器皿会说的，转译它们。

对于那些确实来参加这项服务并寻求改善它的人来说，我们非常高兴地谈论第二个连接点，这将是你的能量体和我们的能量体之间的连接。在这个周末的学习和团契中，这个器皿已经数次谈到意图的重要性。在灵的世界中，也就是你的能量体环境中，创造一个意图就像在物理世界中拿个工具到一块木板上，通过在材料上锯个特定形状和大小的洞以创造开口一样真实。在一块木板上开一个口子是经过深思熟虑的 ~ 也许它应该适合另一块木板，而且是这个尺寸和那个厚度 ~ 所以锯子必须非常灵敏，锯子的操作者必须熟练，以使切割顺利，洞的大小合适，而且可以很好地配合。

当你产生意图时，你正在创造一个进入你身体的开口，那就是你的能量体，具有特定的性质，为了简单起见，容我们说具有特定的形状。你通过精准地说明你想

望做什么，为什么你想望实现与该来源的接触，来精心制作这个意图。使用了你的能量体的材料来创造这个开口。这不是在你任何一个脉轮内的开口，而是由你的心轮、蓝色光芒脉轮、靛蓝色光芒脉轮、紫罗兰光芒脉轮与通向智能无限的门户和八度音阶脉轮[第八脉轮]的对接而形成的一个开口，它位于你头顶上的时间/空间中。

所以，这开口不仅不是平坦的，毋宁是一个具有某种形状的多重维度的开口 ~ 该形状是你的渴望和意图的形状 ~ 而该形状的清晰度和切口是由你为开放通道的服务带来的清晰程度决定的。因此，我们对你们说，在开放传讯的过程中与之合作的最大部分是你提供这项服务的意图时，(自己)清晰、完整、深思熟虑的程度。

在做这项服务时，我们总是关切，在你急切要有所服务时，你会在设定意图打开管道之前跳过对你整个能量体的彻底检查。T 实体早些时候问到，她内心深处的某些障碍是否可能妨碍她能成为的最佳管道。对于那个问题，我们会说，答案是肯定的。不仅是她体内的障碍，而且一般来说，那些留在能量系统内的障碍，无论是急性或慢性的，都会窄化能够通过根部脉轮、向上通过心脏、通过头顶引出的能量束。

这是基础节点或基础能量，传讯必须从这里开始。因此，我们鼓励那些想望传讯的人每天检查、平衡，和释放能量体使其摆脱所有的扭曲，当你检查你一天的想法和那些发生在你身上的事情，就会告诉你自己的能量可能在能量体中被卡住的地方。

在为一种有规律的传讯服务做准备方面，你所能做的最有帮助的事情就是每天清理你的能量体。这需要大量的工作，实际上，我们要用一个字来描述与你的能量

体一起工作的性质。那个字就是宽恕。宽恕是一件非常强有力的事情。也许你对自己不满，因为你吃了不该吃的东西，或者你花了一些时间，本来应该做 A，然后却偏偏做 B。也许你觉得自己说得太多，或太少……也许有很多、很多的事情。不管那些关于你自己的想法是什么，它们都要求你宽恕，不是因为你有价值，也不是因为你不值得却被救赎，而是因为你和宇宙造物中的其他一切事物的本质都是完美。你是要反对显化，因为它不能向你展示那份完美，还是要单凭信心宣告那份欢欣鼓舞存在的完美，不管表像为何？你宽恕，因为那是你存在的真相。你宽恕，因为在声称爱为你的本质之际，你知道爱宽恕一切。

当涉及宽恕别人时，你也要经历同样的过程，尽管我们觉察到宽恕别人比起宽恕自己要[呈几何级数地]容易得多。因此，我们首先谈自我，最后再谈自我，要求你们总是记住要宽恕自我，即使看起来自我并未涉入，而你们所有要做的就是宽恕另一个伤害你的人。亲爱的，这并不是真正存在的等式。针对他人的，就是针对自己的。宽恕别人的就是宽恕你自己，因为你和别人是一。因此，进入一个宽恕的状态，感测到一切都被宽恕了，知道爱是一切事物，在这种环境下，你可以设定有所服务的意图。你的意图之品质和清晰度创造了一个向量，通过大门通往智能无限，走向你通过明确意图所选取的目标。

这个器皿以前谈到过你们如何是收音机，在调音时，你正在拨向你的仪器(器皿)能接收到的最高和最好的频道。因此，你们在本周末一直学习的调音过程，在你们能够建立的那个接触，以及这种接触的安全和健全程度来说是非常重要的。结果是，我们很高兴你们每个人都花了很多时间在调频的过程中。我们鼓励你们找到自己的路。如同这个器皿在她的教学中说的，不要依赖她所学到的东西，而只是把她的建议作为一个起点，然后通过观察、在你自己的实践中重复，完善你自己的方式，把你的心智、身体、灵调频到与你的最高意图一致。

你花时间这样做是很好的，不仅因为调频是好的～这本身就有足够的理由在缔造通讯前花时间，但这里还有一点要说明，那就是虽然在器皿和传讯来源之间是一种温柔的侵入，但它仍然是一种侵入。我们正在将自己的能量并入你的能量，而这种并入将在传讯期间持续着。因此，花一点时间帮助能量体为这种非常亲密的连接做好准备，该连接可比喻为性的连接，因为它是一种力量的连接，是为了在特定的振动中繁衍爱。

我们的繁衍从未打算采取肉体的形式。没有精子或卵子，没有成长中的孩子。只有那最温柔、最纤细的概念光流[跟通灵管道的善感互相渗透]，从那个被击中的特定目标点，通过紫罗兰光芒、靛蓝色光芒、蓝色光芒脉轮到心轮，再向上弹起，接着在蓝色光芒中歇息，为了使用你们的发声器官和向你们提供一些概念我们在喉轮歇息。这是在爱和光中最尊贵和尊重的穿透，它受到你为这次通讯所准备的谨慎与讲究所祝福和保护，凭借着你已调频的谨慎然后挑战那回应你呼唤的(高)灵。

当该通讯结束，我们从你的能量体中退出，通过大门回到我们在你们密度的内部平面的歇息处，而你作为一个器皿，花同样的时间休息，让该体验变得成熟，这确实是明智的。你可以把它想成是你的全部能量逐渐返回外部世界的时间，或者你可以把它看作是按照我们先前使用的性比喻之余辉时间。因为当一个器皿允许纳入被引导的源头时，它是一个非常高层次的交流。你的孩子就是你的传讯，你以母亲对孩子的爱和奉献同样地提供给它们。

我们感谢你们的这个询问，我们要请问，若有一个后续的问题，就现在提出来。我们是 Q'uo 群体。

S：我有个问题。我想知道你们是否可以谈一点通灵的经验。对于管道来说，我们所讲的往往像是我们自己的想法，而不是另一个实体的想法。这似乎特别真实，因为这种经验要求我们以自己的方式把句子组合起来，就像我们代表自己说话一样。你能不能给我们一些指导，告诉我们如何分清哪些是我们自己的，哪些是由管道接收来源的？谢谢你们。

我们是 Q'uo 群体，相信我们理解你的询问了，我的兄弟。如果我们正确地理解你，我们会说，不应该考虑出现在你头脑中的想法是你的还是我们的。一旦传讯的过程开始，在有意识的层面上考虑的想法越少，该通讯就会越清楚明了，我们就有更多的空间在其中工作。之所以很难区分自己的思想和通过你的器皿传讯的来源思想，是因为你产生的思想和我们产生的思想没有区别，因为它从概念和意念的世界进入平常日子的世界～(在此)以句子和陈述表达观念与概念。

由于从你的潜意识过程中产生思想跟一个源头通过你的潜意识进入你显意识心智的传讯过程相比，两者的感觉或质地没有区别，任何考虑的想法都构成一种自我怀疑的要素。它邀请智力或理性的头脑考虑许多事情，它鼓励分散能量的注意力，这些能量被谨慎地校准通过各个脉轮从心(轮)开始向上，通过大门通往智能无限。因此，一旦该接触(通讯)被接受，对这种想法的鼓励就是对你最初意图

的破坏。对你来说，闪现这些想法不一定是有害的扭曲～这是有意识的传讯，显意识自我会在那里，我们可以说，但让那个显意识自我成为一个旁观者，允许该整合好的实体通过你的器皿说话的过程不受任何阻碍，(好比)鼓励旁观者加入传讯的方程式。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。

S：在那个问题上没有了。非常感谢你们。

我们感谢你，我的兄弟。在此刻请问有另一个询问吗？我们是 Q'uo 群体。

在一个实体听到或读到你的话语时，可能会有无限多种反应，在你通过地上的器皿通讯时，你们的意图背后是否有个(你们)期望的反应？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的疑问，我的兄弟。我们希望能分享一些想法，我的兄弟。我们没有期望它们会以如此这般的方式被接受，我们也不期望那些问题被我们回答的人有任何特殊的反应。我们的希望是以爱之声表达一些想法以尽可能少的扭曲方式分享。简而言之，我们的希望是在我们自己和听众的觉知之内减少扭曲、扩大爱。我们的希望是成为太一无限造物者的光和爱的一部分，因为祂以如此多的方式表现出来，可见的、看不见的，已知的、未知的。我们永远无法指出或预测或缩窄我们可接受的反应的可能性。如果实体们听了我们的话，对我们说的东西不感兴趣，这对我们是可接受的。如果实体们发现我们的工作、想法、意见有用处，我们也可以接受。我们很高兴能有机会与那些还在第三密度中的人进行对话，[你们]呼求我们的帮助，希望听到爱之声。我们希望能成为这样一种声音。除此之外，我们没有任何期望或渴望看到一个特定的结果。如果我们这样做，就会是小于充分地服务他人，而这绝不是我们的意图的一部份。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

G：不在那个问题上。谢谢你们，Q'uo。

我们感谢你，我的兄弟。那么在此刻是否有另一个询问呢？我们是 Q'uo 群体。

S：如果没有其他人有个(问题)，我还有一个。这是一个庞大的问题，也许在这个

时候简短回答一下就够了。我们许多人都有不被善待的感觉。在我们对这种愤怒的反应中，特别是对于我们这些试图在服务他人的道途上发展的人来说，可能有种倾向，即忍住我们的愤怒情绪，并长期忍耐，直到它达到我们变得有点麻木和不可触及的程度。我想知道你是否可以简要地谈谈这问题:关于如何清除这些冻结的能量。谢谢你们。

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。确实如此，在你们的密度内、大多数的人生样式在此生的心智/身体/灵性复合体中，有些被深深埋藏的痛苦。如一个人可以想象的，为埋葬痛苦所做的努力与痛苦的程度相称 ~ 痛苦越大，就越需要在它周围建立防御和孤岛[2]。有这些被埋葬的痛苦的岛屿并不是一个称心的情况。

虽然有方法系统地追寻这种埋藏的痛苦，我们也许更乐意推荐自然的过程:通过观察自我对表面催化剂的反应来觉察到这些痛苦和折磨的口袋。随着事件发生在生活表面的日常事务中，有些事件引发的反应似乎与激起它们的催化剂不相称。当检测到灵性平静中的不平衡时，这种不平衡值得注意，不是为了评判自我，而是为了扮演侦探，找出这些深藏的痛苦口袋所在的方向。自然地，你不希望在挖掘这些丰富的经验矿石的过程中对自己施暴，这就是为什么我们说最好以耐心和可持续的方式与自我合作，了解你作为个体的触发样式，并建立你的智慧，对于看似温和的催化剂了解这些异常超常反应背后可能是什么。渐渐地，你将开始能够接近思考的脉络或推理的方向，使你突然回忆起这个古老痛苦的产生。也许你无法回忆起细节，但突然间，痛苦会从它的防卫中解放出来，让你能够了解到它的气力，第一次看到它的真实面目。当这种情况发生时，拥抱这种认识，并释放那个深藏的痛苦口袋。

治疗这些伤口的吉列香膏是再次宽恕，宽恕自己，宽恕他人，宽恕这情况。在许多情况下，你是在宽恕很早期经历的事情，在你童年经历过的事情，你将永不会认知到该痛苦的确切性质或起因。不过与此同时，当你能够把这块矿石从它的口袋里拿出来，让它获得自由，你可以感觉到肩膀不再背负这个负担，可以感觉到新的能量涌入你的身体。而这些迹象都表明你成功释放了冻结情绪的印痕。这是良好完成的工作，但我们鼓励你温和地、充满爱心地、耐心地去做，而非试图「清除甲板」，完全摆脱所有扭曲。这样的渴望是会创造进一步的扭曲。

也要了解到，当你清理出一个痛苦的口袋时，你可能正在处理一个由你的能量系统中更深的来源所提供的口袋，所以若你在那个点停下来，对自己说：「现在我的工作完成了」，你就会否决自己进一步深入的机会，找到原来的痛苦，该痛苦一直在为你现在发现的更接近表面的痛苦口袋提供养料。因此，不要觉得这是可以在一生中完成的工作，毋宁在你生命中的每一天对那些困扰你的事情保持警惕，并在你越来越好、越来越深入了解自己时调查它们。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。
S：不了，非常感谢你们。那是非常有帮助的。
我们感谢你，我的兄弟。在此刻有最后一个询问吗？我们是 Q'uo 群体。

G：Q'uo，我有一个。什么类型的问题能产生最好的结果和/或最适合你们的通讯？如果还有时间，反过来说，哪些类别的问题最不适合你们的接触(通讯)？

我们是 Q'uo 群体，觉察了你的询问，我的兄弟。对于那些寻求真理的实体我们希望成为一个有帮助的资讯来源。结果是，从灵性关切形成的问题最能直接让我们进行富有成效的讨论。我们是爱之声，我们的能量被那些以爱的语言表述的问

题所滋养；那些实体以和平的方式寻求进展、更好地认识自己、加快灵性进化步伐，而提出那些问题。那些阻挠我们服务能力的问题，是该问题提出时，我们发现它与灵性关切没有任何关系。

在这方面需要注意的是，这个器皿经常建议那些与我们的源头举行传讯集会的人询问可以用哪些灵性原则来处理一个特定的关切这就有了很好的立足点。对灵性原则的请求为我们打开了能力，使我们能够就这些主题提出一些简陋的意见。我们可能无法直接解决一个特定的关切，不过若该询问中涉及灵性的原则，我们就可以讨论那些我们能看到的在考虑手头问题时可能有某种用途的资源，无论它是抽象属灵的或是涉及更为具体世俗的问题。因为我们是爱之声，因为我们前来服务他人，那些出于恐惧和服务自我的立场提出的问题是那些最有效地阻碍我们服务能力的问题。

我们可否进一步回答你，我的兄弟。我们是 Q'uo 群体。

G：是的，只要一下子。另一类可能不合适的问题，你没提到的，那就是可能符合灵性关切的问题，但可能不够格，因为它所寻求的东西超出该器皿本身的知识基础。这是真的吗？

我们是 Q'uo 群体，若我们理解你的询问，我的兄弟，不是这样的。当一个问题超出了该器皿的知识基础，不过是我们觉察的，我们往往能够给器皿一些印象，允许它创造出一些思想结构，能够被那些拥有该器皿所没有的资讯的实体使用。若该器皿在创造那个取代知识的隐喻时能够清晰而真实，那么发问者就可以从那些话语和句子的隐喻中推断出他渴望的资讯结构。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

G：我经常处于指引其他个体提出问题的位置，你们的资讯很有帮助。没有进一步的问题了。谢谢你们。

我们也感谢你，我的兄弟，感谢你为我们提供的服务，因为你帮助那些来找我们谈话的人做好准备，使他们能够进行最有成效的谈话。我们非常感谢有机会进行这样的对话。被呼唤到像这样的寻求圈是我们的祝福，而且确实是我们在自己的灵性进化中的这个(时)点上的服务方式。

在这个时候，我们要感谢这个团体，感谢它的振动之美，感谢它创造这个工作集会的圣殿空间的调合之美。我们感谢这个圈子，我们在太一无限造物者的爱和光中离开这个圈子。我们是你们认识的 Q'uo 原则。Adonai。Adonai，我的朋友们。

原注

[1]这次的特别冥想是在密集传讯班 1 的补课结束后举行的。

[2]enisle：将其分开，隔离；使之成为一个岛屿。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3819 章集：自我的黑暗面

1996 年十一月 10 日

周日冥想

团体问题：想要你们和我们谈谈对于我们的黑暗面如何发展适当的关系或看法。

(Carla 传讯)
我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。我们为你们呼唤我们来到你们今晚的冥想而感谢并祝福你们。我们感谢并祝福你们呼唤我们参加今晚的冥想。我们很高兴有机会与你们分享一些简陋的想法，我们这样做总是为了清楚地认识到，你们每个人都该从我们提供的想法中只接受那些吸引你的东西，而把其他的都抛在后面。我们不想望成为你们任何人的绊脚石，并鼓励你们每个人使用自己出色的辨别力量。

这一天，你们想望考虑自我与自身黑暗面的适当关系，以及我们对如何适当地与投生人格外壳的这个部分联系的任何想法。也许我们想望观察的第一件事是，在我们自己看来，光明和黑暗的二元性并不是最终的实相，而是此生的一个人工制品，因为在显化的世界中，为了有可观察的显化就必须有二元性。

合一，当它是绝对的时候，是没有觉知的。你们每个人都是那个不生不朽的觉知的一部分，(那是)所有造物的心也就是单一起初思维。在那个无限之爱的思想中，没有阴影。无论如何，我们和你们一样走在二元性的道途上，存在于一系列的肉体载体中，享受着该体验:生活在身体、心智、情感、灵性的各种密度和状况中。在所有这些难以想象的密度中都存在着二元性。

因此，记住它是好的:你自己的光明面和黑暗面都是显化外壳的一部分，它代表了你自我的全体性。在各密度的转世中所进行的学习、体验、成长，是一种被限制所包围的成长。在这个有限的世界里，光明和黑暗创造了一个巨大的动态。在这个动态内，使所有沉睡的人歇息；也就是说，所有在此生中的人还没觉察到自己

[作为]意识在体验它自己。那些在灵性上未被唤醒的人就歇息在光明与黑暗之间的动态中心。这样的睡眠者所想、所说的、以及所做的一些事情携带着一些正面电荷。其他的则带有一些负电荷。然而，对睡眠者来说，这并不是有趣的资讯。如何存在的问题就是不会升起直到那一刻:[当]自我感知到自我比人生更大，作为超越肉体和人类思维限制的东西。

对于已经觉醒的睡眠者来说，这种动态是有用的，而且非常有成果，因为在努力强调和提高灵性意义上的学习或进化的速度时，意图行动的极性可以给深层心智带来非常强烈的讯息，而且越是难以找到正面的极性，也就是说，自我的黑暗面越是通过催化剂参与工作，寻求者就越有机会正面地极化。

因此，当事情看起来最黑暗的时候，当自我看见自我的黑暗面，这种情况本身就是一种礼物，打开这种礼物的方式只是接受和吸收对自我黑暗面的认识，同时让心保持开放。当那颗开放的心接近自我的阴暗面时，它的礼物就是能够在凝视黑暗的同时知晓光。因此，在灵性或形而上的意义上，不存在这种事:灾害或大灾难。这个器皿知道的一首古老的赞美诗是：「身体他们可以杀戮，他的爱仍然坚韧」。

当黑暗面在内心咆哮，自我感觉到黑暗的力量时，就有机会锻炼那块肌肉，你称之为信心，因为在信心中，有对光的确切和肯定的觉知。形而上而言，光可以照耀在任何黑暗中。只需要有意识地觉察到那真理，就可以把黑暗面安全地放在自我的范围内，使它不会导致自我侵犯另一个人的自由意志。

这个器皿觉察 Don 实体称之为「180 度规则」的东西。我们发现这个短语挺好用，因为它简洁又准确。一个人与自己的黑暗面的关系应该是属于感激和爱，因

为黑暗面是强化和促进光明面的东西。每次体验自我的黑暗面都能烧掉骄傲和这个器皿称为的利己主义。当一个人看到自我的那一面，有着大量的恶习和罪过，若你愿这么说，不要转身离开，而是拥抱、爱、接受，宽恕自我的那部分，这是很好的。

掌握了拥有 360 度的人格范围的必要性，其中蕴含一种平安 ~ 它将很好地服务你。这个器皿熟悉的基督教神话谈到造物的开端时，经文陈述:造物主在显现的

世界中的第一个行为是把光明和黑暗分开。这句话说得好。在显化的世界中，存在这种二元性，它使我们每个人都能回到造物主身边，因为如果我们说到真正的起源，我们并非来自光明或黑暗。毋宁说，我们是:没有过去、也没有未来。在所有受造物之前，我们每个人的根本就如是。你们每个人，我们每个人，都是意识本身。而在那些内部房间的范围内，蕴含着所有曾经存在的和将会存在的东西。

除了我们都是彼此的全息图之外，我们每个人怎么还有可能跟所有人成为一体?我们在此说的是我们不知道答案的奥秘。但我们确实已经在开始去知晓、钟爱、锻炼人格的所有部分[无论它被认为是光明或黑暗]的过程中找到一种巨大的气力。

有无限的能量进入心智、身体、灵性的系统，从肉体方面讲，从脊柱底部向上(流动)。在每个能量中心之内，在自我的黑暗面已创造未解决的催化剂的地方，太一无限造物者的内流之光必须在那里停下来，与黑暗共存。因此，每个寻求者的希望是去平衡，允许一种清澈在这些自我判断和自我批评的纠结上移动，带着爱和温柔抚平它们。有时候要花很多年的时间才能完全解决其中一个(能量)中心的纠结，这个地方反复出现自我的阴暗面，已经发觉自我评判是不可避免的。我们对

你们说，对自己要有耐心。把每一天都当作一个崭新的、独特的、独一无二的经历。不要接受「我对这种能量毫无办法」的那些想法，因为你们每个人都是你此生经验的造物者和共同造物者。你们每个人都可以记住这道光，并让那种记忆作为灯塔在困难日子的风暴中闪耀。

你们会发现这项意识中工作的伟大盟友是幽默感和欣赏其他自我的能力，因为他们也在努力成为他们希望是和珍惜的自己。当另一个人的光失落、你们每个人都可以成为另一个人的光。而你们每个人都将找到时间，在自己迷失和绝望时谦卑地接受他人的光。

在这个时候，我们要把这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿，并在爱和光中离开它。我们是 Q'uo 群体。

(Jim 传讯)
我是 Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。在这个时候，我们荣幸地请问是否有进一步的询问让我们可以回应。

Carla：我们在几周后有个研讨会，我们感激你们在关于那个服务上可能有的任何想法。

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在尝试去服务他人的过程中，最好完全从你的内心和服务的渴望来给予。我们察觉到，为了确保与会者得到妥善照顾，有许多行政细节。我们建议每个人只需带着服务的渴望行动起来，做好那些你知道的准备(工作)。然后带着一颗轻盈的心，让渴望和爱的能量在适当时候通过你的方式发挥作用，几乎不必关心或担心结果，因为这群将要聚集的人是一个整

体，而你是其中的一部分；每个人都有角色要扮演，允许每种能量有充分的表达。

我的姐妹，有任何进一步的询问吗？
Carla：没了。感谢那个回答，Q'uo。
在此刻有另一个询问吗？
(没有进一步的询问)

我是 Q'uo，看起来我们已经暂时耗尽了在你们的心与意中的询问，我们要再次感谢各位，因为我们今天被邀请加入你们的寻求圈，感到非常荣幸。这是一种我们无法完全描述的荣耀，但我们能从内心感受到。
在这个时候，我们将离开这个器皿和团体，一如既往地在太一无限造物者的爱和光中离开各位。我们是你们认识的 Q'uo 群体。
Adonai。Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3820 章集：男性与女性能量的平衡

1996 年十月 20 日
周日冥想
团体问题：我们想要的资讯是关于陷入困境或为特定目的完成仪式化行为以及扩大视野和学习新事物的概念。我们自己的潜意识，高等女祭司，似乎是引导我们进入新方向的手段。男性和女性关系的特点似乎是女性更愿意学习新事物，而男

性则乐于安于现状。所以我们想知道的是仪式化活动和扩大视野的优点和缺点。

(Carla 传讯)
我们是 Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与光中致意。我们非常感谢你们今天呼唤我们参加你们的集会。能够与你们分享我们的想法，这对我们是一种怎样的福分呀，我们感谢并祝福你们每个人允许我们与你们分享一些意见。一如既往，我们请求你们记住我们经常会犯错，并不是权威，而是在一条无限的、永恒的道途上的朝圣者，跟你们一样。所以我们是这条路上的同伴，这条路永远是相同的，不过对于每一个寻求的人灵来说都是独特的。

这一天，你问我们关于达到平衡的问题，即阴和阳的平衡，伸手和等待的平衡，大胆和安静的平衡，喜欢平常对比喜欢新奇的平衡。容我们说，没有任何一种正确的平衡是人们应该争取实现的，因为每个人灵都有自己储存的先前各种扭

曲的收获，它意味着电性体脉冲的每个能量中心、每条线路都是以一种与任何其他人都不同的样式被布线或布置的，所以平衡的事物真是指一个实体在一个时刻的平衡。每个实体都有自己的长处和弱点。然而，有些一般的原则，寻求者可以尝试遵循，以寻求平衡点 ~ 标志着肉体、心理、情感、灵性的舒适程度，即在自己的皮肤之内感到舒适，并对自己的陪伴感到满意。

如果你是一个享受自己的实体，你已经达到值得羡慕的平衡状态。爱上自我，支持自我的所有独特性，支持所有发出自我不完美信号的怪癖，这是许多慈悲和辛苦赚来的智慧之工作(成果)。每个实体都被独特地扭曲，每个人都应该庆祝与享受那些扭曲，同时密切地关注，找到那些笑声不善的怪癖，并与那些部分的能量合作，直到同样的刺激引发的，不是情感方面的不同反应，毋宁是一种悲悯感 ~

它拥抱和接受那些被视为扭曲的东西。

平衡的实体已经达到一种状态:其中对他人或自我的判断是准确的、却得到温和仁慈之淬炼。

第三和第四密度内的实体倾向于衡量平衡的方式之一，是将一组 ~ 这个实体没有合适的词。她会说「症状」，但我们说的是思考方式和反应方式 ~ 那应该交给女性，而相反面则交给男性原则。事实上，虽然第二密度的肉体载具携带着男人和女人的意识，在那些密度中具有独特的与性别有关的行为样式，但是，作为真实自我的无限和永恒的灵会被这些本能行为所约束，甚至对这些行为非常有意识，断然不是如此。

凝视着你们这个物种的年幼者，相当容易看见，无论给他们什么玩具，男孩和女孩的玩法都倾向是不同的。这个圈子里的每个人都觉察到，在整个童年时期，那些性格好、道德强健的人教给他们的终身行为模式，因此，成年的寻求者不仅有生物体的内置偏见，在这个投生的空间中，它也有一个非常彻底的、往往是残缺的基础，即作为一个生物男性或女性意味着什么。

即使考虑到这两组扭曲，我们可以指出:所有的实体都以同样的方式回应生活中的各种条件式体验，这肯定不是真的。那么，对于一个灵性的寻求者必须如何表达自己的存在，没有固定的限制。然而，性别的选择以及有关此生的其他主要选择是由每个寻求者在投生前做出的，目的是为此生建立一个适当的、肥沃的学习环境。随着伟大的进化周期转动到一个全新的、吸引人的密度时，这点尤其真实，这是一个收割、蜕变和该器皿称为复活的时刻。随着这种场景的展开，像你们这样敏感的实体越来越渴望找到并成为他们可以成为的最好的人，最平衡、最警

觉、最能觉察到他个人能够成为的(目标)。有种巨大的饥渴感，渴望那种平静的感觉，那种自我的舒适感，能够在没有自责和自我怀疑的痛苦中观看、回应、存在。

对于那些在生理上是女性的人，一般来说，所选择的课程可能涉及提高自我接纳、滋养、宽恕、理解自我与其他自我的能力。对于那些出生在男性身体中的人，爱的课程经常围绕着成为这样一个人:能够履行责任和义务而没有相互指责或感觉不满。

这些简单的差异是深刻的，我们希望每个人都能看到，不能过于强调男性和女性的不同功课，而无视于那些比整个性别差异光谱更深、更宽、更广的东西。然而，如果你是女性，冥想的安静将经常会带给你带来新的方式来接受被动的滋养，而对于男性，相同的(冥想)提供了主动接受的负担。换句话说，女性的原则是闪耀着多种颜色的梦想，而为所有想象力的翅膀找到根基是一生的工作。对于一个男人来说，允许想象力变得强大是一生的工作。

当然，灵性寻求者工作自己的最有效率的方式就在关系中，尤其是主要的伴侣关系。对于那些察觉到灵性进化过程的人来说，这是一个巨大的优势，以一种有意识的方式接受沟通的负担，于是关于共同见证的催化剂的不同观点就可以在没

有评判、相互尊重的情况下分享。拥有任何关系也是有价值的，无论什么性别，其中有开放和清晰的沟通，因为每个实体在自我内部有独特的阴与阳、男性和女性的平衡，若你愿这么说，在自我内部，无论该实体的生物性别为何。

我们看着你们每个人试图理解此生的功课，我们看到每个人的内在在对待自我时

都持续缺乏仁慈。这种缺乏仁慈的态度往往被投射到外面，自己感觉到对他人的评判。然而，其他自我是自我的镜子，无论一个易怒的点是否从自己的行为或另一个人的行为中引起了自我的不满，给深层心灵的讯息就是对自我的评判。

我的朋友们，作出评判是如此容易，而避免那种评判又是如此困难，因为这种评判并不停在准确的描述上，而是转而评价一种情况的道德、伦理或美好。所有的存有试图以开放的感官来观察这个世界是很好的，试图更有效率地排列传入催化剂的优先序。这是在自我平衡上头工作的一个关键方法。每个小时都有很多东西可以看到和感觉到，它可以在头脑中以很多很多的方式安排，其中几个也许同样有效。在工作一个人的平衡时，一个人正在寻求在自我之内找到一个点，在那儿有平静、舒适、沉着，以便寻求者可以准备好接受更多，而不是被早已吸收的东西所淹没。

现在，让我们来看看自我之内的男性和女性的问题。再次地，我们不觉得有任何一种方式是对所有实体都正确的平衡。确实，对于任何寻求者，不管是男性还是女性，都有一个完整 360 度可能的平衡，就运行人格电力的那种能量和能量组合而言，容我们说，这些情感体在更为精细调频的内在光密度中表达自我，因为每个实体的存在于地球世界上的同时，也在其他无意识的内在层次上存在着、学习、工作、评估。你在肉身经历之内实际做的很多事情，对于此生中的实体来说是完全未知的。在你的有意识状态中，你模糊地感觉到内在各种原力的运动，不过我们要说，在你的深处蕴含着创造一切万有的能量。

所以，也许总结一下，我们鼓励每个人每天都重新发现自我，找到那些似乎被阻塞或过度热切或以某种方式失去平衡的领域，试图找到时间给静默、倾听、反思，在这些时间中，开放自我给一种更好的能量配置之可能性。对于显意识心智

而言，像这个器皿一样祈祷:「主啊，教导我祢的方式」，这是一件小事。这种心情可以用许多其他短语来表达。然而，这种想知道更好方式的单纯渴望，要比试图精确地知道在改善自我后下一步该做什么更有效力。灵性进化的真正工作是在意识的表面底下完成的，所以你作为一个有意识的存有，正在与你的人格协同工作，与你的平衡工作，做功以协助你自己的进化。当你选择将头脑的机器从过往时间的短暂事务中脱离出来，以致于你开始觉察到(宇宙)造物和自我的本质，当你能在表达扭曲的观点的同时知道一切是爱，你确实开始变得睿智了。
(磁带结束)

Translated by T.S. & Pan H.
(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3821 章集：真正地知晓关系

1996 年十月 27 日
周日冥想
团体问题：在这个幻象中我们如何才能真正地知晓在我们与他人的关系中正在发生什么？我们如何知道去处理一个(人际)关系，凭借计画还是凭借直觉？我们应该对自己真实吗，即使它似乎要伤害另一个人?如果我们一直是改变的，各种关系也是如此？你们能够在关系方面给我们某种清晰(论述)？

(Carla 传讯)
我们是 Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们 Q'uo 想望祝福并感谢在这个圈子内的每个人允许我们在此刻有机会就(人际)关系这个宽广主题分享一些想法，我们十分乐于这样做，一如既往，单纯地请求我们所有的

言语都被你们所评估，因为你有能力认出自己的真理。如果我们的言语没有你的真理，那么我们请你就略过它们，因为我们不想望使你跌倒而只要提供我们的想法。

在谈到关系时，最好从自我开始。B 实体早些时候谈到，了解你是谁，你的情况是什么，是灵性工作和灵性进化的基础。的确是这样。每个来到关系中的人都首先来到与自我的关系。事实上，我们觉得可以说，你在地球上经历的每一种关系，在一个重要和基本的方面，都是你与自己的关系之投射。

该问题提及:有很多神秘的东西留给想要更完整地认识自我的侦探。这是不可避免的，因为你们的文化和地球世界所看到的自我实际上是一个肉体的外壳和一个人格的形而上外壳。在地球上投生的人类以一种有意识的方式体验着确切发生的事物的影子，因为每个自我在空间和时间中走过的时刻，包含了出生日期和死亡日期之间的宝贵人生时刻。我们在你们的人群当中注意到这些日期是被放在一个已经去世者的名字后面，并发现有趣的是:整个人类经历的全部都是由这两个日期中间的破折号所表达。

这是用一生形成的一块珍贵小宝石，你在这个宝石般的建构内体验此生、你的个人目标，你在肉体中进入生活时带来的目标就是越来越真实地体验正在发生的事情。因此，一个想望去认识自己的实体，就会开始关注能量在身体、想法、情绪里的运动。

这些在心智、情绪、灵性之内的表达式潮水带来了礼物，这些礼物不能在你的时间被长期凝视，毋宁说，你们的时间转瞬即逝。突然之间，太快了，你在地球平面内学习和成长的时间，以及学习爱的课程的学校，都结束了。是的，当死亡到

来时，就是一个暑假，不过它也关闭了那扇珍贵的门，里面有混乱、运动、激情、人生，这些是你在该化学蒸馏器之外无法知道的，该蒸馏器使你四处移动，你们称之为身体。

所以，在尝试更准确地感知关系的开端中一个人必须尝试越来越深地投入选择的事务:应该留意甚么，以及对感知的事物负责时能是多无畏。现在，当你经历人生中的这些少数时刻，大量的资讯通过肉体的所有感官和更精细的身体向自己袭来。因此，选择听从什么和忽略什么在持续的基础上是关键的，你的凡人生活的机会和变化发生得非常快。任何实体都不可能做到(完全)认识自我。无论如何，需要做出该尝试。

现在，我们想就知识本身说几句话，因为在你的人生中，你感觉好像你想知道，想确定，想把它钉住。我们必须说，就我们的意见，被称为知识的东西本身就是一种幻象。我们请你们考虑一下，例如，你们文化中有些人，他们绝对确信他们知道生命的灵性事实。然后他们依附着这种知识，而且往往以这样一种方式排除了所有可能与你有关系的人的爱，因为他们可能不同意:你知道的正确方式对他们也是正确的。

那想要知识的实体将穿透一个又一个的幻象，不过每次穿透都将揭开另一个幻象。知识 ~ 容我们说，它将帮助你在关系中寻求平衡的、有爱的、简单的、纯粹的东西，我们知道那是你迫切渴望的:那隐藏在背后的真理可将任何两个实体结合在一起 ~ (而)知识将使你失败。

然而，我们要求你们回到开端，回到把你们每个人带到这个点的脉冲，那是第一次被唤醒的压倒一切的巨大感，第一次感受到对真理的迫切渴望，对爱与真实的

饥渴，因为那是一致的、同等的。而无法通过知识获得的真理可以通过爱来获得，因为你们每个人都是爱。你们每个人都被创造为爱，在爱中、为爱被创造。

那是你，那是最深刻的妳自己，自我的那个部分，也就是爱。你们每个人的存在地基是相同的。只有一个生命。只有一个存在(being)。在你们的密度内，在每一个后继的密度之内，只有合一以扭曲的方式表达和显现出来，尽管每一个后继的密度都更密集地充满光，而且课程变得更精细，不过我们仍然从幻象移动到幻象，(持续)成长和学习。随着我们成长，给予和进化，直到最终发生最后的领悟，不只是对一个人，而是对所有实体，然后在觉知、经验、收获的无限进展中，成为(两个)创物之间的歇息时间，再次向内呼吸二元性、幻象、运动、生命、经验的美妙甜水。

那么，这些时间是非常宝贵的，[是]艺术。当你来到这个幻象时，你希望能够更加坚定地站在你个人的地基上，站在一切底部的那个存在上，并且能够以尽可能少的扭曲去爱和被爱。现在，让我们问你们这点：你与遇见的每一个人有什么共同之处？我们觉察到已经给你答案了。你们有的共同之处是爱。然而，你无法藉由对自己说:「我是爱。她是爱。我们是爱」而与另一个人联系起来。你单纯是在拼凑句子。你尚未到达爱。

但是，当你了解到你存在的地基是爱，你就可以转向爱本身，不认识该存有，只认识爱。爱是把你和另一个人联系在一起的东西。你可以依赖爱。你可以知道那份爱是真实的，这就是任何关系的真相。它通过爱来到你身边，否则它不会留下来。

我们觉得，面对彼此的实体，如果没有觉察到他们之间的东西是爱，就会发现它

的功效各不相同，而且由于幻象的性质，即使是最热忱的尝试与另一个人连结，也常常在任何人类意义上失灵。然而，如果你能保持觉察:该连接不是在一人和一人之间，而是在一人和一人与另个一之间，这样就有了调停者，有了中间人，而那个中间人就是爱。介于两者之间的实体是真理，各种扭曲会进入那个，我们可说是，形而上的光和爱之球体，作为实体说话，那就是两者的关系。

当你能把你和对方之间的东西设想为不是站在你和你之间，而是站在各方和那个在爱中的我们之间，那个在造物主中的我们之间，那么你就给自己和对方空间、时间、耐心，允许他们不完美地联系、误解接着非常缓慢地解决事情。不可避免的:幻象会一次又一次地愚弄它所有的孩子。这并不会改变爱的真理。而爱将会通过扭曲来表达。它不会被不完美所吓倒。这只是你能不能保持对爱的恒常觉察的问题，因为那儿蕴含真理。

在所有其他方面，就像生命有时会因麻烦而沸腾，就像一杯冒泡的液体，暴风雨般汹涌，将气泡吹入它的存在，直到它们从带电的水中迸发出来，到达大气中爆炸，然后消失。那是经历，那是催化剂，那是运动。那就是生命。当气泡消失时，饮料仍然是它原来的样子。它只是流尽了所有带电的水。气泡已经爆裂。有那个经历和那个体验。有麻烦的气泡。有快乐的泡沫，它们已经消失了，然后就没有泡沫了。只剩下菁华，那就是你。

我们觉察到，把人生当作汽水可能不是最详尽的比喻。然而，我们想望你们领会到:你们每个人都是汽水。你们每个人都是一种美味可口的混合物，包括你们所经历的一切和你们所选择的所有扭曲，以及你们所做的、认为已经失败的那些尝试，还有那些[你们]所做的、认为已经成功的尝试。一个人在幻象中几乎永远不会准确，但正如我们所说的，该幻象不是关乎准确。它不是关乎知道。它是关乎

爱。

我们先前提到在你们的宗教中的那些实体因为他们根据别人是否跟自己有同样的信仰来评判所有其他的人，他们爱所有人吗？当你选择将自己与行为差劲的人分开时，你是否仍然在爱中行事？你看，可能是为了最清楚和最纯粹地爱，这是维持痛苦关系的时候，让你自己有机会记住爱是双方的真正纽带，或者可能正好相反，(但)一个人可以感知到现在是该留下还是该离开不在知识中，不在思考中，不在计画中。毋宁是在那一刻:你可以让自己没有泡沫，你可以停止冒泡，进入你的菁华，开始察觉到那静默之声，却以雷鸣般的声音对那些可以敞开心倾听的人说话，真相会出来，你会感觉到它，而不是思考它。它将是内在的感觉，感觉恰到好处，感觉有爱，感觉平安。而你可能会在某一时刻，或一个月，或一年内对关系获致那种感觉。如此多的智慧蕴含在等待之中，在于不试图做出决定，而是试图与你每时每刻都能感知的能量在合作中流动。

你们看，通过头脑来了解关系的真实性质是没有效用的。从心出发，从开放的心出发，则远远更有效率。

在这个有趣的主题上有更多可说的。然而，我们感觉到，在这里有充足的材料供这次特定的工作时间使用了，所以我们会将这个通讯转移给 Jim 实体。我们希望你们可以藉由你们的询问微调我们的回应，若你们希望在这个课题上获得更多的资讯，在你们再次询问相同主题之前，要考虑这些事情。

我们感谢这个器皿，将会在爱与光中离开它。我们是 Q'uo 群体。
（磁带结束）

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

★爱与光图书馆选集 第 39 辑

☆ 第 3901 章集：信心与关系

周日冥想

1996 年十一月3 日

团体问题：我们如何能工作各种关系 并在这样做的过程中感到安全？

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体，再次与这个器皿在一起。我们发觉 你们在哭泣婴儿和吵闹录音机上遇到的困难 把我们逗乐了。我们对两个敏感的媒介同时送出最佳的祝愿，并希望一切都好。

我们正在谈论 你们是彼此的教科书，学习那些你们来到这里要学的爱之课程，因为，确实，你们每个人来到这里不只是为了服务他人。对于忧伤的兄弟姐妹之呼唤，(使得)他们在你们的存在平面上成为流浪者，他们真的希望有所服务，而且每个在你们地球范围内投生为流浪者的人，都希望在第三密度做些工作，这可能会使你们通过振动层进化成为的实体更加清晰和结晶化，以到达你们的家乡密度。

你们看，每个人都经历这所爱的学校[位于第三密度] 无须学会所有事物，无须达成完美，而仅仅是趋向服务他人和无条件爱，到达你可以享受和沐浴在那更充

分的光中的地步，那是每个后续密度的特征。所以 你们每个人以前都经历过爱的学校，有些在这个行星上，有些在其他行星上。但在无限的造物中，无论你们

在哪里进入第三密度的学校，你们都没有达到完美的理解 就已经毕业了。

随着各个密度接续，随着你在道途上进展 你发现自己感觉到： 缺少这样或那样的内在气力，缺少那些钢铁的核心，它们构成对那些爱的课程 这样或那样的面向的领悟的真正体验。所以 你们每个人都要求此时在肉身中的自我，带着食欲和热忱去专攻那些剩余的感觉、情感、敏感度 和自我觉察的小纠结，这些纠结在后续的密度中继续缠绕着，随着时间的推移，混乱程度在减少，不过 自我意识到它有工作要做，在更高的密度中，没有机会像第三密度中那样 单单通过信心来工作。在更高的密度中，罩纱被掀起，你能够记起所有你已经做完的事情、所有你已经享受和体验过的人生，因此，你寻求去精炼你在第三密度中 所做出的那个爱与服务的选择。

不过 你们尚未能够去解开那种缺乏理解的缠结。所以 你们每个人都在无意识的层次上有一个真正的希望： 你们将经历严峻的考验，设置情况以学习去爱与被爱、占有与被占有，关心与不关心。第三密度有许多看似缺点的地方，特别是罩纱 把显意识心智困在被肉体束缚的生活范围内，一次只能走一步，只能为自我思考，不能与他人密切交流。

这就彷佛在第三密度中 你是哑的、瞎的、麻木的，所有在头脑中清晰的知觉 在体验它们之中都有一种混淆。接着，我们听到你们说:「这是一件好事？」我们 对你们说： 是的，混淆，甚至是生活的恐怖，在没有证据、没有知晓的情况下 单 单凭借信心就是一件好事，事实上，它是一个如此被珍视的东西 以致于，容我们 说 在此时有长长的队伍正等待进入你们的第三密度 因为此刻在你们文化中 在 人

群当中的服务和个人成长的机会是极好的。

现在让我们探索一下什么是凭借信心而活。该实体[你自己]底下的地板对你是隐藏的。我们已经听到R 实体谈到充分了解自己的困难。当任何实体看不见他眼前的脚，看不见他正在旅行的地形时，会被巨大的困惑击打。在你们的密度里 一个实体无法看到连接人与人之间的线条，无法看见那流动的一体性 带着肉体的幻象，像通过你们的空气媒介一样地移动。你看不见自己和其他自我之间的连结，该事实是确定的。尽管如此，事实上，每个实体与所有他遇见的(生命)都是一体的，那么，寻求者唯一可以走的路就是不查看事物的外观，因为就外表来看每个实体都是一个单子。每个实体都在独自行走，这种孤立的感觉是你们人群苦难的巨大来源，然而当一个实体停止寻找他的双脚，只是一步一步地向前走时，一种不寻常的、未曾预料的事情发生了，那就是，一个已经停止试图看见连结的人 脚步比那些急于对抗包围着形而上自我的盲目性的人更有把握，更有活力。所以R 实体提出的建议： 放松、允许、顺其自然，是个优秀的建议。事实上，这是唯一的程式，使得信心的要素具有适当的中心地位。

活着根本上就是靠信心活着。现在考虑这点，如果有一天 你的系统决定它不想要运作了。你的心脏会不会直接停止跳动？你会简单地忘记呼吸吗？绝不。因为那个第二密度身体 已经献出自己来承载你无限的意识，不受自我意识的干扰，继续(运作)。它不会忘记令心脏跳动，或令肺部呼吸，或令血液收集所有必须收集的东西，并把它带到身体内 所有需要每个元素的地方。不(nay)，你可以有信心： 你会呼吸，你的心脏会跳动，你的平衡感等等将允许你在这幻象中四处移动到达你的自由意志为你选择的任何地方。

而这种完全的信任，这种对自我本质完全无误的奉献，有潜在可能以同样的方式

在像你们这样的寻求者中起作用，只不过你们是在与你的心智体、情绪体、灵性体一起工作，带着情绪、心理、灵性，想望认识自我的实体必须首先建立连结，联系那些精微体中的正确感、信任、信心～ 它们是该振动综合体[就是你]的一部分。

自我知识未必来到那些说得多、写得多的人当中，反而会来到那些学会信任能量周期涵盖区域的人当中。也许我们可用这个器皿常用的例子[被盯着看的水不会烧开]来说明。靠信心生活，就是把水壶底下的火打开，相信时候到了 水就会冒泡。对于一个被囚禁在肉身中的实体来说，有种人类的渴望，想望去控制跟生存、舒适有关的过程 这是完全自然的事，当然，在学习你们来此学习的爱的课程之过程中，也有可观的不舒服。当痛苦出现时，自然的反应就是后退，收缩以对抗它，防守以避免与它进一步接触。不过 学习的过程确实使学习的实体付出能量，它需要领会和处理，并掌握正在发生的改变。就我们所知，没有办法避免某种程度的痛苦。确实，你们的密度的优美之一就是： 你们大部分时间都处于混乱和痛苦之中，在这个或那个的层面上。因此，比起那些不在痛苦中、没有受难、知道实情的人，容我们说，他们对于快速学习更为敞开。

我们的经验之谈是如此，因为我们在第三密度的时候异常轻松，因为我们人群的风气更有爱。因此，有些深度我们在第四密度中没有学到，因为我们没有足够的困难和困惑拿起我们人类的骄傲，容我们说，并打破它。因为你看，你们每个人都有一个内在的偶像需要被丢弃、被打碎。你们可以用一个东西或另一个东西来命名它。这个器皿会称之为骄傲，这个器皿很有意识地工作它的骄傲。然而，它 直到此刻也没有找到这些困难的答案，因为骄傲看起来似乎在自身上头成长了。

你们每个人都有这个出色的机会去冲破防御，冲破外壳，冲破每个人为了保护自

己不受那些他因害怕痛苦而收集的面具。而对于这些痛苦和困难的回答单纯是接受它们、拥抱它们，凭着信心走过它们，在每个案例中 持续工作以看见此刻的爱，对于所有你遇到的人 成为善的一部分。你们看，各种混乱、困难、痛苦都

是症状，容我们说，当你资讯不完整，在改变或蜕变的过程中就有这些症状。你们每个人在显意识心智中都有不完整到令人悲哀的资讯。

当一个实体将人格锻炼到某个点 看见自己的苦难，有一个时间会来到。它看见痛苦和困惑，同时在平安、信心、知识中歇息，该知识无需证明就能进入开放的心，在所有的表像之外，唯一需要聚焦的是爱。

当实体面对自己时，这是最重要的，因为只有当实体学会了爱和宽恕自己，该实体才能敞开心扉，在灵性、心智、身体的亲密中拥抱他人。直到自我被如实地视为黑暗和光明交织在一起的生物，自我才能从自我沉溺中走向放射，如同灯塔和山丘上的火炬一般。你的灯塔自我，那个你前来与地球分享的自我，等待着那一刻，当你从所有的混乱中转过来，简单地拥抱那一刻，看着那一刻，了解到一切都好，一切都会是好的，无论是生或死，好日子还是困难时期。你仍然而且永远被爱着。你被抱在造物主温柔的怀抱中得到无限的关怀，造物主的本质就是无边的爱。

我们要求每个人把自我视为一座堡垒，那座防御 守卫肉身的堡垒，它有些恐惧。 接着看见此生的希望是那拆解军备的过程，脱下一个又一个面具，一层又一层， 直到自我是透明空无的，成为爱可以流过的容器。

你能够把这个变得赤裸的过程带得越深入，你就能够承受更多的亲密关系，你就

能够通过自己引导更多的爱。控制的、恐惧的寻求者想望给予爱和接受爱。实体的骄傲单纯地就是尘埃，而在那赤裸裸的存在中蕴含着无限无边的爱。所以 当奋斗结束，心有了房间和时间来打开，就有了爱本身，在那爱中，就有所有需要的觉知和理解。所以，的确，下一次 寻求者感到自己正伸手抓取或推开和防守时，我们请求那个寻求者记起，没有任何事物是它看起来的样子，而一切事物都充满了爱，甚至那些看似最黑暗的东西。有很多扭曲，但在所有的扭曲之下、之上、周围、和穿透所有扭曲的 是完美的爱，就在那圣中至圣的内在，就在开放之心里面～ 那你们每个人都有这处于赋能状态的内在 那个为了爱的完美本能。

你可以把你在信心中生活 想成一个采矿的过程，你把矿石挖出来，在泥土中捡出宝石。你们每个人都是一颗奇妙的、美丽的宝石。你单纯地处在将宝石周围的泥土敲打下来的过程中。那种敲打、敲打，随着你的岁月增长，敲打将继续进行。而那种敲打，敲打，对生命的敲打工作着你以精炼你。这就是你来此的目的。这就是你认为的一个光荣机会，尽管这个学习过程中关联着痛苦。我们鼓励每个人允许痛苦存在，因为它像任何其他感觉，都是你的姐妹和兄弟。当你能够开放、无畏、单纯地做你自己，不戴面具，你将越来越接近那个自我之中心～ 它是无限和永恒的。

我们要在此时开放会议 给(其他)问题。在此时有一个询问吗？

R：你们似乎在集会开始前 就和我们在一起。你们在集会结束后 也会和我们在一起吗？

我们是Q'uo 群体，我们肯定可以分享对于彼此谈话过程的评论，因为我们发觉在圈子里的每个人对于彼此都有很大的帮助，我们鼓励你们在小组内做分享。我

们很高兴每个人都想望投入时间安置我们分享的这些想法，接着我们祝愿你们所有人在享受彼此的想法和陪伴的过程中，都有许多好运。

你是正确的，我的兄弟，随着你们在我们传讯前，聚集和说话，你认为我们与你同在。我们，确实，经常与这个寻求圈里的人在一起，因为我们只需要一个心智的念头，我们就在那儿了。处于(宇宙)造物的其他密度中，这是乐趣之一。密切地察觉彼此的能力得到极大地强化，当我们被呼唤时，我们确实会利用那种能力，跟每个人在一起。因为这是对自由意志的一种冒犯，我们不(主动)与实体们在一起，直到他们要求或想起我们的临在，但如果有要求，我们将会在任何时间与每个实体同在。我们的临在并不试图分享一些概念，而是作为一种载波，支撑和加强基本振动～那是实体的菁华。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

R：我认为你们与我的指导(灵)不同，但都还是一个来源。你们能更正我的思考吗？

我们是Q'uo群体，相信我们掌握了你的问题。个人指导(灵)的特征很像(星际)邦联实体的特征，所以很容易认为他们是相同的。无论如何，我们该说，内在指导和我们自己有一个不同的位址。个人的指导，容我们说，你的天使或顾问生活在你们行星的内在密度之内，并且作为一个经历过地球层面的实体来到你身边，与你有关系，并在其他时间已经与你有关系。这些内在的指导完全有权利去违反你的自由意志，以致于提供特定主题的资讯，好比其他转世、饮食的问题，以及其他种类的特定资讯，这对我们来说是对自由意志的侵犯。我们是许多群体[由实体组成]中的一员，从其他地方来到你们的地球平面，不会也不能声称地球是我们特定灵群的家园。因为我们不属于地球，我们有明确的指导方针，在不失去与这个

或其他器皿的通讯调频的情况下 可以提供的东西。

我们可以更充分地回答吗，我的兄弟？

R：我还有些困惑。我会考虑一下，以后再问。

我们是Q'uo 群体。我们也想要感谢你，并鼓励你采用这些深思熟虑的方法，因 为衡量这些领域是富有成效的。

在此刻有最后一个询问吗？

B: 在即将到来的Aaron/Q'uo 工作坊中, 我如何能帮助Carla 保持她的能量水准？

我们是Q'uo 群体。我们愿对你说，藉由你的关切 自动打开了一条导管，这个器皿可以在你或她没有任何意识到的情况下取用。除了这个基本的协助～ 也就是作为电池的最大部分，还有一个简单的有爱关注，在适当的时候建议休息。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

B：你们的意思是我自己休息 还是Carla 休息呢？

我们指的是Carla 实体。然而，若一个人不同样关心自己，关心另一个人就不是 那么有帮助了，这是一个好的要点。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

B：没了。感谢你们。

我们也感谢每个人。我们鼓励每个人欢欣鼓舞地前行，因为爱就在你们周围，你们可以带着快乐的心，凭着信心行走。我们在无限造物者的光和爱中离开你们。我们是你们认识的Q'uo 原则。
Adonai。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3902 章集：修补破碎的心

2023 年三月 11 日

周六冥想

（Jim 传讯）

Q'uo：我是Q'uo，我此刻与这个器皿在一起。我们在太一无限造物者的爱与光中问候你们各位。我们至为荣幸 今天再一次被呼唤到你们的寻求圈。我们感谢你们的呼唤，因为这也是我们学习如何服务他人的一种方式。我们会建议，当你们向我们提问时，要使用你的个人辨别力来判断哪些对你有意义，于是你可以在自己的灵性旅程中使用，哪些在此时对你没有意义。没有任何顾虑地 把这些资讯放到一边，因为如果我们知道你将在评估这些回应时 行使你自己的辨别力，我们就能更切中你的询问要点。在此时，我们要问，是否有个询问 让我们可以开始？

S：我有一个。这个问题来自J，他问到：「若某个人，在一个愤怒或伤害而绝望的时刻～ 对自己或别人～ 做出结束自己生命决定，他仍旧能够毕业吗？如果一次人生曾是非常有灵性，有爱的，亲切的，在对这次人生的整体视野中，那个造成死亡的受伤时刻，会使得他退步吗？」

Q'uo：我是Q'uo，我觉察你的询问，我的姐妹。这是一个没有明确答案的问题。因为有一种愤怒的体验 对于该实体有如此大的冲击与原力，即使它已经活出灵性的生命，(愤怒)会导致该实体结束那次的人生。结束是在一瞬间。谁知道人生结束之后的那个瞬间会产生什么呢？可能在这样一个实体内 有着心的改变，爱的增加，光的闪耀，它也可能在灵性的道途上继续前进。人生的结束只是道路上

的一次颠簸，我们可以说，是为该结束而增添的催化剂，好让一个人可以进一步前进，毕业进入爱与光的第四密度。

无论如何，这不是在第三密度幻象中 普通人类的头脑所能知道的。因为在那个幻象中，似乎一切都在愤怒的瞬间结束。但也许这个时刻是蜕变性的，所以生命和毕业(过程)得以继续下去。有后续的询问吗，我的姐妹？

S：没了，谢谢你们，Q'uo。谨代表J 以及所有你们的回答触及的人(感谢)。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

G：Q'uo，曾经有一首歌问了这个问题：「你如何修补一颗破碎的心？」那就是我给你们的问题。最近我自己的心碎了，我想问一下，因为心脏对身体来说是如此地核心。它是许多循环系统的中心点。它与一切都有连结，所以我想问，心是

否比身体的其他能量中心更难治愈？我们可以做什么来治愈我们破碎的心？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。心确实是在人的身体中，以及在能量体中 最为中心的脉轮或能量中心。那是衡量一个实体的灵性进化的标准。心是可以被打开的～ 迎向太一造物者的无限之爱，祂以爱的力量缔造了宇宙 以及每个实体、物质、品质、植物。爱的力量是一种药物，容我们说，具有灵的特性。它是维持你灵性生活的东西。当你把你的爱与光 以及无条件的爱照耀给周围的人，开放的心可以使你周围的人活跃起来。当你经历你称为的心碎，它更多是心智的情感体验，它以一种方式与心相连，以一种方式降低心的治愈能力～ 该能力(原本)可以被任何寻求治愈心碎的人所利用。这也是说，心智更多的是感受到心的破碎品质，而实际上，心实际上是无法破碎的，因为它是你与无限造物者的连接。

你可以用自己的心来治愈与头脑的那个连结～ 它让人感到破碎，感到有过痛苦，也许有过攻击。已经有了创伤性的经历，使人感到生活刚刚，如你会说的， 陷入绝望的深渊。然而，我们建议，你可以用你心中的爱去照耀创伤性经历的任 何来源来治愈这种感觉，把那个来源看成是你的其他自我，照入你里面的镜子， 你自己在这个或那个面向的形象，所以有可能被称为创伤性经历。

因此，我们建议，在你的冥想状态中，你将自己的心智聚焦在治愈痛苦、创伤、以及在你自己与另一个人之间 表面上的分离，感觉你的心之力量同时疗愈你与其他自我，这样，在你自己的心智中，在那儿，曾经有表面上的分离，就会再次有合一了。我的弟兄，有一个后续询问吗？

G：当我用头脑来试图治愈我的心，我可以如何处理涌现的情绪？这往往是非常

痛苦的，而且是非常强烈的情绪涌现。我又能做些什么，如果有任何事项？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。为了更具体地治疗和利用催化剂，我们会建议你利用冥想状态重新体验导致你感到心碎的创伤。在压倒性的程度上增强它。这不会是困难的。然后，在你的头脑中，看到接纳的平衡。看到它，并让它在你自己的体验中变得和心碎的创伤一样大。把这两件事看作是一种经验，在其中 你会认识到自己是一个既能经历失恋的巨大创伤，又能接受这种创伤的人，也是该创伤的发起者。

这是催化剂的用途，在整个生命经历中，可以让人觉察到你作为太一无限造物者的特性，一个360 度的存有，是所有的事物，体验所有的事物，以此来更好地认识自己。创伤往往可以成为一种手段，让人更多地认识到 你作为太一无限造物者的内在本质。是否有个后续的询问，我的兄弟？

G：没了，谢谢你们，Q'uo。那是美妙的。谢谢你们。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻，我们要把这个通讯转移给Austin 实体。我们是Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

Q'uo：我是Q'uo，我现在与这个器皿在一起。通过这个器皿，我们对聚集在一 起的这个圈子 表示感谢和钦佩，对大家的轻松和愿意敞开心扉、容易受伤表示 感谢。当你们与其他自我聚集在一起，与我们一起寻求太一造物者，正是这种寻 求、这种敞开状态和易受伤使我们能够加入你们，将我们的能量与整个团体调和 在

一起，事实上，与所有觉察到这个通讯 觉察我们与你们分享的话语和想法的 实体在一起。因为我们都在一起寻求，我们都在通往太一无限造物者的旅程上。

在此刻，我们要问 有一个我们可以回应的询问吗？

K：谢谢你们，Q'uo。我想要知道，你们是否可以详细说明一下 声音的力量(怎样)提高频率： 我们自己的频率和治疗的频率？

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了该询问，我的姐妹。确实，你们称之为声音的振动 力量几乎没有被你们的文化所理解，声音对于[你们已称为]疗愈的事物拥有巨大的潜能。确实，[它]对许多类型的经验，甚至你们所说的意识和你们领域中的科技进步都有很大的潜能。这种振动的独特形式的性质 是在你们虚幻的第三密度

中 最容易取用的振动类型之一。如果你可以移除创造这个幻象的罩纱，你会看到整个造物确实是振动本身，你的存在或你周围环境的任何方面的存在，在某种意义上没有不是振动性的。

从我们的观点看，拥有空间/时间和时间空间的完全视野，并有能力去认出(宇宙)造物的所有面向都是太一造物者的表达，我们能够将造物者的全部舞蹈都视为一首歌，以不同的方式与不同的能力，所有实体都调音到那首歌、接着跳舞。从你 们的观点来看，这看似对于每个实体都是不同的，因为在你们的幻象内的舞蹈可 能造成混淆。确实，任何实体都能为之起舞的歌曲，没有任何一部分不属于太一 无限造物的宏伟歌曲。

我们分享这点，为了说明[我们已经称为的]振动的力量，它与声音疗愈观念的关系，

以及在你们的幻象中 使用声音以在意识中带来改变。这确实是该幻象的一个已计画的面向，在我们说过的造物者的意义上，对振动的感知是有限的。而这种限制已经表现为你所体验到的声音，主要的面向是传递资讯、思想、想法、概念。无论是从其他自我到其他自我，还是仅仅通过观察一个人周围的环境和造物，[以及]在任何瞬间可用的各种声音振动。

你们的文化已经开始取得对这种振动的理解，那允许它与你们已经知晓的 特定其他类型的频率关联在一起，诸如脑活动的频率以及 在你的身体中 其他类型的电磁活动频率。如果你检查在你体内的这些类型的振动，并寻求将这些振动与声音的振动关联起来，你可能找到一个丰富的机会 在声音振动 与人体、头脑、心的振动之间创造出一种和谐。在使用这些振动中，允许身体与不同的频率协调一致，那允许各种各样的体验发生，无论那些体验是疗愈的体验，还是感知到更高的意识领，在第三密度中，这些更高的意识的领域通常是你们无法取用的。

这可以是一种强大的寻求方式。我们鼓励任何寻求者或任何想望以这种方式成为医者的实体 利用他们的直觉，因为这是一个难以用智力探索的领域，需要与头脑和心的统合，感受某些振动的影响，了解这些振动如何影响自己或一个其他自我。我们向你保证，这些资讯和该能力～发展与理解声音如何能影响和治疗，都可以在心里找到。以这种方式反复练习利用声音，一个人可能会变得非常善于通过使用声音在你们的领域内创造魔法，并创造出可能被感知为奇迹的东西，但在我们的感知中，这只是调音到造物的伟大歌曲，允许它在你们的虚幻领域内以清晰和爱的方式回响。我的姐妹，对这个询问有个后续发问吗？

K：当我进行声音疗愈时，我用声音注入我的意识。我认为你们已经回答我的问题了。关于将意识与声音一起灌注的方面，有任何我需要知道的事物吗？

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了该询问，我的姐妹。我们相信你对这种治疗方式的本质有强健的掌握，并简单地重述，你所体验的 你的意识本身的确是一种振动。在这些治疗期间，注入这种意识和产生的声音振动是为了在这两种振动之间找到一种和谐，类似于有音乐倾向的人可能称为的和谐之和弦，或者为了生成特定效应而创造的和弦。熟悉音乐的机制可以帮助启发： 你的意识和治疗中使用的音调 (两者)之间的不同振动组合，可以打开灵感的通道，找到这些组合在这项服务中 有效的新方法。对于这个询问，我的姐妹，还有另一个跟进的问题吗？

K：那是美妙的。非常感谢你们。那就是我全部需要知道的。谢谢你们。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。有另一个我们可以谈论的询问吗？

V：是的，谢谢你们，Q'uo。我察觉到有多重的时间线。如果那是真的，有这样 一条时间线，在其中 我们的星球已经和谐地，没有很多阻力地，移动进入正面 的第四密度吗？如果这样一条时间线存在，那么，我们如何，作为一个社会记忆 复合体，跳跃到这条线，或把它带入现实？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了该询问，我的姐妹。确实，这个多重时间线的概念 近来在你们的文化和社会中 已经成为一种相当普遍的概念。这允许个体去想象 和开放无限的可能性，以及无限在你们生活中的影响、你们可能取用的东西，以及你们生活其中 在一条时间线上所经历的东西。这可能是一个难以阐述的概念，因为不同的和有限的时间线相互平行存在的概念，并不像我们会感知的，是现实的情况。你们在这当下此刻所体验的，确实就是被造物全体所经历的终极当下此刻。然而，当我们看到或然率和可能性的概念，以及各种能量在此刻与你一起旅行时的汇合和动态转换～ 多个时间线的观念是有用与有效的。的确，这些可能性和或然率有其现实性，不应该被忽视，因为它们可以被取用，可以被用来影响

你目前的体验。以这种方式，是否会有一条时间线，在其中 你们的星球已经完成一次和平且正面的转换进入第四密度，该问题确实是有可能的、真实的。因为就在这个瞬间，存在着太一造物者的无限潜能。在那个无限潜能之中，是正面的极性，不仅仅是在你的人生之中，同样也是在你们整个星球与你们整个人群之中，正面极性完全诞生的时刻。

我们无法提供任何具体的指示，说明如何在你目前的经历中 带来或体现这条潜在的时间线，只能说认识、感知、相信这个潜力是它对你目前的体验产生影响的首要前提或必要条件。所以，观看这条时间线，想象这条时间线，对它敞开自己，相信它可以在你和(众多)其他自我之中 以及在你的星球上的任何时刻诞生，是你作为一个人可以采取的最为强有力的行动，以便将它带到你们的现实中。对这个询问有什么后续问题吗，我的姐妹？

V：漂亮，非常感谢你们。我们已经从某处听到，地球在很久以前曾是一颗第四密度的行星。这是对的吗？如果是的话，接下来，在那个时刻发生了什么事情，地球再次从第四密度的行星变成第三密度的行星？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这个星球的深层历史[容我们说]， 是一个有趣的且多变的探索，从我们的感知来看，不包括这个星球上第四密度的 明显存在： 无论该行星本身是否作为一个活跃的第四密度星球，或成为第四密度 人口的家园。然而，我们发现，在这些资讯中，有一颗我们认为是实相的种子， 因为第三密度在这个星球上开始之前，有一条漫长且复杂纠缠的时间线，各种实 体的互动，各种密度和各种起源，不适合整齐地归入密度的分类，而是通过你们 星球历史上的其他类型思想形式 找到进入这个行星的路。对这个询问有什么后 续提问吗，我的姐妹？

V：是的，非常感谢你们。我还有一个。我们在印度有个一的法则学习小组。你们也与他们有接触吗？关于在这个团体中 有多少流浪者，你们能给个估计吗？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，任何的个体或团体 只要觉察到我们的话并寻求加入我们的道途，寻求太一无限造物者，都与我们在一起，我们以各种方式向这些团体提供支援，包括提供一般的爱和光，希望让你们作为个人和团体都可使用，以加固你们的寻求，允许[也许]更大的感知～ 认识你们实相更深的特性 和你们经历的催化剂的性质。我们也可能通过梦境交流，并通过这种方法 以更直接的方式提供我们的灵感和指引。

对于 在这个团体中流浪者数量的问题，我们不能提供任何扎实或具体的资讯，因为这在这种声音传导的方法中是很困难的，也可能侵犯了这些实体的自由意志。然而，我们可以确认，这个群体中的大部分人都符合流浪者的定义，甚至可能符合Ra 群体所说的 双重启动实体的见解。

我们很荣幸觉察到你们的团体，加入你们的团体，在你们的旅程中 提供我们充分的支援、爱、光，并鼓励你们继续以开放的心互相支持。因为你们在彼此之间、在这样的团体中找到的支持，最终成为燃料或资源 它将引导你们走上道途、进入第四密度 和更远的家园 通往造物主。在此时，我们将把通讯转给Jim 实体。我们是Q'uo。

V：非常谢谢你们。

（Jim 传讯）

Q'uo：我是Q'uo，我再一次和这个器皿同在。容我们问 是否有个我们可以述说的询问？

T：是的，我有一个询问。平衡一个脉轮或想法或行动的概念～ 你们能不能稍微详细说明，我猜想，它的机制？我的意思是，它似乎是个简单的问题，但我在 那个问题上有段困难的时间。

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了你的询问，我的兄弟。我们在先前的询问中已经开始谈论这种平衡的品质，这次将尝试扩大它。

平衡过程是个手段，实体们可藉此使用体验，即日常活动的催化剂，作为成长的食物。这种成长是对自己的认识，最终成为太一无限造物者。当你注视自己的每个能量中心、每个脉轮，都有特定类型的经验或能量在其中被利用。红色光芒能量中心关注于生存、性体验、繁殖。橙色能量中心将意识扩展到自我，它在与其他实体一对一的关系中 表达自己的能力是独特的。在黄色光芒能量中心 橙色个体性与其他个体调合，所以有一个群体意识。心(轮)，绿色光芒能量中心以寰宇的、没有条件的爱来看待所有其他人。蓝色能量中心是指与他人双向沟通和启发的能力。靛蓝光芒是行家的能量中心，它把所有造物都看作是该实体在意识中工作的手段，能够任意创造意识的改变。紫罗兰光芒能量中心是该实体的标记或身份，于是在这个点上 可以认识智能无限。

当你经历日常活动时，你可以看见 你与他人的互动更多是具有一个或另一个能量中心的品质。当你在一天结束时 退隐进入冥想体验，你会看看在这些领域中的任何经历，这些经历在你的意识上头留下记号，促使你记住它，促使你因为它

而感到一些不满或迷失。这是你的意识离开正常意识状态的运动，该状态可说是接纳与爱。很容易在这个幻象中被打击而失去这种平衡，因为你们在这里有着遗忘的罩纱，导致你把貌似分离的东西视为就是分离的。因此，你们会得到体验～而这些体验，我们可以说，主要是在前三个能量中心或脉轮中～ 接着能够拓展该体验 让它变得一样困难，或一样混淆 或一样妒忌 或未知，不管是怎样的扭曲，让那个扭曲在你自己的心智中变得更大，于是你强化了它。然后，如我们先前说过的，观想极性的对立面。若你是没有耐心的，观想有耐心，若你是有耐心的，观想没有耐心，接下来，让那种品质在你的内在体验中变得越来越大，于是它等同于那个需要平衡的起初体验。

当这个过程完成了，那么你同时把这两种体验视为你自己的存有内在的品质，你并不是与其他人分离的，因为你有这些品质，你就像所有其他人，无论他们是舞者、诗人、小偷、杀人犯。最终，你就是所有的事物。这是一次处理催化剂的人

生，于是你开始能够认识自己是一个360 度的生命、所有的事物。

你是造物者。这是我们每个实体都能利用的某种事物，甚至在我们自己的密度中，也许以一种比较微妙的方式来使用它[跟你们在第三密度中所做的相比]。不过 每 次你有任何体验，若它在你的心智中保持显著重要，并成为了某种你感到关切的 东西，然后，使用这类的平衡(过程) 来接受你自己，因为你的存有内具有这些 品质的全部。最终，你将会在你自己的存有之内看见，成为、感觉、表达太一无 限造物者的特质。我的兄弟，有进一步的询问吗？

T：没了，那(回答)是非常好的。

Q'uo：我是Q'uo。我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

P：我有一个询问。服务他人……在一个社会记忆复合体中能够，会不会有过多的服务他人？

Q‘uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在一个社会记忆复合体中，每 个实体在其中的所有体验，都是彼此体验的一部分。有着大量的，容我们说，同 伴情谊(camaraderie)，以及分享那些使得每个实体成为其所是的体验。该社会记忆复合体接下来共同承担重量 做为实体们组成的一个群体，能够利用所有转世的所有经验，作为服务他人的手段。因此，不会有过多的(…)，因为在这伟大的知 识与共用经验的图书馆中 有无限的存在。那么 所有(成员)在那个社会记忆复合 体中是一体，并分享所有要知晓、要是的、要做的，要变成的(东西)。

我的姐妹，有另一个询问吗？

P：实体们在社会记忆复合体之内 会不会有过多的服务他人？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们不相信，会有可能存在过多的服务他人，因为实体们去分享与体验的能力是无限的。社会记忆复合体是一种存在的状态，比任何第三密度的实体能开始想象的 要远远更为先进。仅仅在第三密度中，才有可能会出现过多的体验会淹没感官 (使人)难以处理该体验。是否有进一步的询问，我的姐妹？

P：没了，感谢你们。那回答了(我的问题)。

Q'uo：我是Q'uo。我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

N：是的，Q'uo，我有一个问题，请(听)。谢谢你们接受我的问题。你们能不能谈谈第二脉轮的失衡 以及那看起来是什么样子，或者可以看起来像什么样子？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问的基本情况，我的姐妹。你谈的是第二还是第七呢？

N：第二，橙色，二。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你的澄清，我的姐妹。橙色能量中心能够成为，你会说，因为自我的担忧，以自我为中心，以及那种使得自我成为自我之所是的各种怪僻 而失去平衡。如果一个人如此聚焦于自己的存有上头，就有个可能性： 这种焦点就有可能无法以更普遍或更广阔的意义与其他自我分享，因此意识的扩展暂时被限制在橙色光芒能量中心。然而，这是可能的： 若一个人正在尝试在意识 中工作自我，这种对橙色光芒能量中心的聚焦就可以是疗愈过程的一部分， 所以在一个未来的时间，如你对它的称呼，就没有必要有这样一种聚焦，因为该焦 点已经被疗愈了，接着聚焦就被允许拓展 进入他与之分享生命样式的其他第三 密度存有的世界。我的姐妹，有另一个询问吗？

N：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻，我们会把这个通讯转移给Austin 实体。我们是Q'uo 群体。

（Austin 传讯）

Q'uo：我是Q'uo，我再一次和这个器皿同在。在此刻，我们会问，是否有另一个我们可以回应的询问？

J: Q'uo，我可以问吗？我有个朋友，他选择不生孩子，因为他的第六感(指出)： 在他的人生中会发生一次重大的灾祸，他不想要他的孩子必须体验那场重大的灾祸。那是个合理的观点吗，还是他对这件事有过度的担忧？

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了该询问，我的兄弟。我们不能谈论已被称为大灾难的概率或细节，但我们可以谈论个体的直觉观念： 不要有孩子 以避免让他们暴露在这样的事件中。我们发现，在你们第三密度之内 实体们体验的重要和核心方面，即生育和创造生命，直觉是一个非常重要的因素，判定它是否适合该个体，或者有没有一个计画或决策 创造生命和在你们星球上照顾生命的正确性。 凭直觉感知这样的事件，并使用那种感知来决定不生孩子，当然是个人的权利。

而且不能说任何人出于任何原因 决定不参与这种服务他人[也就是邀请孩子进入他们的人生] 就是不正确的。

无论如何，我们要评论一下基于恐惧的直觉感知，以及如何利用恐惧的直觉感知来做决定。[我们]认为，若一个寻求者或任何个人正在学习利用他们的直觉，并与无意识心智的深层泉源建立关系，接着恐惧是这种交流中经常出现的一种品质，这一种催化剂与任何其他(催化剂)一样 都是要去工作的。大灾难的观念其自身 以及进入到这种事件的实际情况，， 其重要性远不如一个人对这种事件的感觉，以及一个人可能因为那种可能性而感到的恐惧。在探索这种催化剂 以及跟直觉建立更深的关系之际，一个人可能发现，在自我内部，自我的其他方面要

求被治愈，或者，除了对可能性或概率的准确感知之外，这种直觉观念还受到寻求者生活中其他因素的影响。

然而，我们不能具体地以这种方式来指导，而只是建议，凭直觉感知到的恐惧是一种与之建立关系的礼物，其本身并不一定是为了指导和引导一个人在生活中应该如何行事的讯息。我的兄弟，对这个询问有后续(问题)吗？

J：非常感谢你们，Q'uo。非常感激。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。有另一个我们可以回应的询问吗？

G：Q'uo，在Ra 接触的10.13 中，Ra 说：「呼求从一开始，后续的呼求会倍增 第一个呼求。*」我们如何取得这种倍增效应呢？我们必须要在相同时间呼求 吗？我们能够通过祈祷、或者歌唱、或者用情感灌注我们的呼求，来放大或升高 效果吗，这样我们就会让我们的呼求得到更多回报？

(*编注：严格地说，这里引用的句子经过发问者些微的改写)

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了该询问，我的兄弟。在你提到的这个形而上力学的 具体描述中，容我们说，终极数学提出了一个理想或呼求可能呈现的方式，假若 所有的因素都是统合的、和谐的。在你的询问中，最应该考虑的变数是扭曲的呈 现，或者在呼求中缺乏统一，然后将自己强加在这个神圣机制的理想表达上，旨 在加强你们作为一个民族的能力，向外延伸到造物中，并允许实体们，好比我们 服务于太一无限造物者的众星球邦联，作出回应并提供我们的协助。

所以，在处理你的问题之中，我们会建议：尝试与那些同样在意图和渴望中呼求

的人达成和谐，这是一个强有力的行动，可以减少缺乏和谐 或缺乏相互理解对这个数学方程式的削弱作用。这可以通过各种方式实现，比如统一祈祷或冥想等发生的时间/空间，以便在(同)一个空间和时间内有一个能量的汇聚，能够以一种

响亮的方式结合起来。

对于个体和团体也是非常有益的是： 在发出呼求时 表达他们最深的希望、渴望、意图，并将他们无意识的渴望带入意识中，这样他们就可以呈现给其他人，并[被]利用为整个团体的催化剂。因为在呼求之中缺少和谐或者缺少次序的有害效应，往往来自于团体中 个人无意识的动机和无意识的偏见，他们没有觉察到自己的无意识意志可能如何影响他们参与这一种呼求。

最后，我们也可以评论，当我们，你可以说，将镜头拉远，并检查你们星球作为 一个整体的呼求时，大量的呼求确实在其自身 是在一个无意识层次上完成的。 在你们星球上 有很多人有一种深刻的渴望： 向外伸手 并与太一无限造物者联 合起来，但对于这个渴望缺乏理解，不能充分地把它变成言语，以便跟他人分享。 所以，任何帮助他人掌握其内在渴望 并增强内在寻求火焰的尝试，也可以帮助 你们星球的宏伟呼唤，它确实会产生响亮的效果，允许你们的星球向造物主的爱 与光 以及第四密度的爱与光开放，因为它接近你们的星球，而且已经存在于你 们的星球和时间/空间之内。我的兄弟，对这个询问有个后续问题吗？

G：没有，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。有另一个我们可以回应的询问吗？

V：是的。我们可以做什么来帮助地球母亲前往正面的第四密度，以及整体人类？

Q'uo：我是Q'uo，我们觉察了该询问，我的姐妹。我们深深地感激有机会发言，我们也感谢提出这个问题的精神。因为在与你们的星球互动的过程中，因为 最终我们自己的渴望是实现这个问题，为我们自己和你们回答这个问题。就我们的感知，第四密度早已存在，而你们的星球已经进入第四密度的空间/时间与时间/空间，因为它是由你们的星系提供的。

无论如何，在该行星上的人群困惑，以及人群难以掌握自己的特性～ 因此变得较不能够接受其他自我的特性～ 导致第四密度的全面显化在你们的星球上难以得到粗略的实现。所以，我们提供自己的指引，希望你可以在自己的心中 找到活跃的第四密度，接着为你发现，第四密度如何得以在你自己的生命中，在你与所有其他自我的互动中显化。通过这种方式，就有一种疗愈，不仅可以疗愈你与之分享第四密度的其他自我，就你可以掌握的程度，而且可以疗愈这个星球。因为 该行星本身，也就是你们人群经常称为母亲或盖亚的实体，与你们的人群 及其 能量一起经历了漫长有趣的旅程。

有许多困惑是地球本身在它自已的能量场之内接受和吸收的。当你们星球表面的实体做出任何尝试来调和这种混乱，带来理解和接纳时，该星球本身就会被治愈，并接受星球上实体所做的这种治愈。因此，你在自己的生活中为带来愈合和理解所做的任何努力都会铭响直达你们星球的核心。

除了聚焦于可供你们所用的疗愈之外，我们也鼓励并欣赏任何已做出的努力，以向自我、地球、造物者，表达这种疗愈的渴望，以及渴望协助第四密度在你们星球上诞生。这过程可以通过祈祷或形象观想等行动被最佳地完成，因为这些行动并不单单是一种背诵，或者对特定形象的一种空洞想象，而毋宁是伴随着每一次的实践，是一次重申的魔法仪式，有助于巩固第四密度在你们的星球上诞生的路

径。随着祈祷或想象的每次迭代，这力量会增加，随着每次迭代 (力量)开始指数级地提升。

所以，我们鼓励每个寻求者不要忽视他们可能有的冲动，即向该行星提供治疗的话语或祈祷。这些确实都是强有力的，以各种对于你们无法感知的方式 影响你们星球的时间/空间。尽管这些仪式可能似乎并不会在你们的直接体验中 有巨大的影响，我们可以向你们保证，它们对于你们的星球，以及其上的所有实体[做为一个整体]，具有庞大的协助与益处的。我的姐妹，对于这个询问 有个后续问题吗？

V：是的，如此美妙。非常感谢你们。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。有另一个我们可以回应的询问吗？

H：是的，在睡觉前，在我完成冥想之后，我看见自己一路走到带着金光的紫色光芒，那是一种平安。我喜欢它。所以，那是什么呢？在那之后，当我离开冥想 时，我的心轮和顶轮，同时在平衡上过量。每当我踏上那条紫色光芒到金色夜晚 之际，我全时间都感受我的心有压力。所以，如果你可以的话，请帮助我。

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了该询问，我的姐妹。我们发觉 在你对这些体验的描述中，你在初始的平安体验中已经描述的事物，是接近一种对第六光芒脉轮的启动～ 那会允许智能无限的影响被带入一个人的生活。伴随着这种影响，就有了对你的存在 和你周遭的造物存在的神性之先天知识和先天理解，最终，如我们所感知的，导致了平安的体验。

你已描述的进一步体验，虽然我们不能具体诊断或提供处方，说明如何处理这种经验 以及如何在你的寻求中利用它，但我们可以反映出你所描述的 确实是一个能量中心或能量系统的描述，在某些方面是平衡与失衡的。

为了帮助指引你，接着你如何能评估某些压力和某些经验，因为你在自己的能量体的某些面向找到它们，我们可以演示或使用一个例子，即一个能量中心在某种程度上失去平衡～ 也许是启动不足或启动过度～ 可能会被另一个能量中心的启动不足或启动过度所补偿。所以 对一个能量中心的任何调整都可能对另一个能量中心产生不可避免的影响，这取决于在能量体中发现的具体扭曲情况。所以，我们建议一个过程，在了解了你体内失衡的能量中心后，你将这种失衡 与你的经历、日常活动联系起来，特别寻找可能与这种失衡有关的催化剂，也许从较低脉轮开始，在发现这种催化剂时，使用你自己的平衡过程和接纳，好把那个较低脉轮带入平衡。

你可能发现，在这样做的过程中，受此影响的其他脉轮的平衡或疗愈可能自然地出现，或者比平衡较低(脉轮)所需的努力更少。我们相信，如果在冥想中考虑到这种动态。它可能帮助你发觉如何最佳地利用这些体验取得你自己的治疗和成长。我的姐妹，对于这个询问 有个后续(问题)吗？

H：没了，感谢你们。非常感谢你们。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的姐妹，我们发觉： 这个器皿还有能量 也许 给再多一个问题。有另一个我们可以回复的询问吗？

V：是的，在另一个印度的团体中，发起人有一个问题 关于未来世界的混乱状

况。若我们绊倒了或卡住了，有任何事情，或者一个目标，是星际邦联可以给予 的？有没有任何关于如何平衡那个情况的帮助或指引？

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了该询问，我的姐妹。而且我们对提出这个问题的精 神感同身受。我们理解： 从第三密度的观点来看，这种混乱，对你们来说可能是 不可避免的，基于你们如何观察社会的轨迹，可能看起来是一个很大的不舒服， 或甚至更严重，在自我和其他自我中诱发很多苦难。我们向你提供自己的安慰， 我们理解为什么这些潜能看似如此令人生畏 以及为什么你会希望在处理这类情 况时 寻求指导。

但我们要提到先前回应的一个问题，并提出该见解： 在真正考虑如何处理即将发生的这种情况之前，重要的是要检查这种问题来自于自己的内心。即使自我内心没有恐惧产生这样的问题，重要的是，在考虑你们星球上的混乱或巨大困难的前景时，要了解自己的偏见，并与自己的心保持和谐。在这样做的过程中，我们发现，一个人最终可能会在内心深处达成一种理解和平安，接受自己在旅途中的位置，接受自己在这行星上的角色，无论自己的情况如何。一个人可能站在(宇宙)造物中最混乱的漩涡中心，如果这个实体能够触摸到自我心中的太一无限造物

者，那么这个实体就不会被周围的混乱所动，反而被造物者所推动，以一种与造物者的和谐与爱相呼应的方式行动和表达自己，为自己和周围的其他自我提供治愈、平安、喜悦，无论情况如何。

正是在这些线索上，我们鼓励寻求者审视自己的想法和希望，与自己的那颗心接触，让它有信心，相信无论在什么情况下，你已经被造物主为你面前的经历做好了准备，你在自己体内拥有一切，你需要是你可以成为的 最大服务，在任何情

况下提供治疗和爱。因为你是造物者，而造物者无法被削弱或影响，也无法对任何情况有任何担忧或恐惧。

我们也在寻求这颗自我之心，尽管我们可能在寻求的道途上 比你们在此刻正体验的路 要走得更远一些，我们向你们提供 我们最充分的同情与同感。我们理解，这是一个很难在你们的密度中获致的感知，我们只能给予你们 我们最高的赞美，因你们在自己能够的任何时刻 都尝试去获致这种领悟。在此刻，我们转移这个通讯给Jim 实体。我们是Q'uo。

V：非常感谢你们。

（Jim 传讯）
Q'uo：我是Q'uo，我再次与这个器皿同在，我们要问，是否有一个我们可以回应的询问？

K：是的，Q'uo。感谢你们。现在这对我们来说有多重要： 为人们创造出空间聚 集在一起冥想、教导，以及做许多不同的事情[除了创造聚集的空间]？那有多重要？

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了你的询问，我的姐妹。你提出了一个询问～ 它对于目前行星地球的人群进化具有核心意义。在这样的空间里，人们可以分享灵性旅程，[在这里] 你可以体验另一个人的想法和渴望，并找到共同点～ 在这些时期 需要创造这样的空间。在你们的星球上 这些时期似乎很少有[你们称为的]对其他 自我的爱被规律地表达出来。因此，有必要让这种对其他自我的爱，对太一无限 造物者的爱，在这些被创造的空间之内 流过每颗心。这种爱可以响

彻地球的最 末端，并围绕和浸润行星地球上的人们、地球母亲，于是越来越多地实现其他自 我～ 而非分隔的自我～ 为相同的自我：太一造物者在地球上的每个实体内移动。 如果能做到这点，那么就有或然率/可能性创造出一个漩涡，地球母亲和她的人 口的苦恼就可以减少 藉由那些人们创造的空间和地方～ 知识与爱的体验自由 地在此流动，从而使所有人都可以被视为一体，没有真正的分离。

这是你们第三密度体验的伟大旅程：为周围的人找到开放之心，无条件地去爱。这(旅程)是足够难的，以致于它已经在你们的空间/时间中 被忽略了那么久。我们祝贺你们想到这些类型的聚会并创造空间 因为这种想法可以像风中的种子一样传播，收集更多的动力，种植在周围其他人的心中，并在那儿成长，使得这些田野被太一无限造物者的有爱之光的白雪所覆盖。这光通过太一无限造物者的爱与光 从地球人群降临到地球。有后续的询问吗，我的姐妹？

K：没了，感谢你们，Q'uo。感谢你们。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有一个最后的询问吗？

G：Q'uo，照我的理解，你们由数个不同的密度与背景的社会记忆复合体组成，你们在灵性道途上 位于不同的阶段。你们在调合你们的能量一起工作时，可曾有任何困难？你们是否有分歧或意见不一的情况？

Q'uo：我是Q'uo，我觉察了你的询问，我的兄弟。我们Q'uo 原则之内有那些属于Hatonn 的第四密度，那些属于Latwii 的第五密度，以及那些属于Ra 的第六密度(实体)。这是调和在一起的原则，以便于有可能传递资讯，就像我们到今天

一直在做的，给那些有各种询问的人 它们是关于灵性道途的特性、(宇宙)造物的特性，一个人如何与他人同工 好在你们的第三密度幻象中创造一个社会记忆复合体。

我们有各种方法来处理问题或提出答案 而这些都是由我们的存在的特性自动协调的。因为我们察觉到，我们不单单是做为社会记忆复合体运作，而是在太一无限造物者中拥有，你可以称为，更大的存在状态，由于造物主是我们所是的、我 们所寻求的、我们始终是的，所以我们有不同层次的领悟。

因此，没有真实的差别。只是在服务他人的能力方面 有着不同层次的方法。我们很感激: 我们能够在服务他人中 调和在一起去寻求，并加入好比你们这样的团体，于是就可以调解一些差异，回答一些在(你们)心与意上头的问题，它们导致困难或困惑 ~ 而我们可以帮助他人 成为他们之所是，和我们一样，是太一无限造物者。我们一起和谐地行动，我们与你们和谐地行动。

我们很感谢你们今天下午提出的问题，因为它们允许我们追求我们的灵性道途，同时还帮助你们追求你们的灵性道途。我们一起在和谐、合一中前进，在伟大的造物之舞中前进。我们感谢你们今天下午在这里，给我们机会将我们的振动与你们的相调和。我们对你们如何在第三密度的幻象中进行爱与生活的舞蹈 印象十分深刻。在此时，我们将离开这个团体和器皿。

我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们各位。我们是你们认识的Q'uo 群体。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

☆ 第 3903 章集：上瘾

周日冥想

1996 年五月 26 日

讯息来源: https://www.llresearch.org/channeling/1996/0526

团体问题: 今天我们想要一些关于上瘾的资讯, 无论上瘾的是食物、毒品、朋友、 仪式还是不管什么东西。上瘾有任何的价值吗？几乎每一个人都有某种上瘾。我 们如何工作这些上瘾(症状)？对待上瘾的恰当态度是什么？你是试图解决它、更 正它, 或接受它？你怎么知道自己在工作上瘾(问题)时有什么成效？工作这些瘾 头或上瘾本身有任何价值吗？

(Carla 传讯)

在太一无限造物者的爱与光中致意。我们是Q'uo 原则，我们在太一无限造物者无停息的爱与无限制的光中向你们致意。我们想要感谢你们每个人，并祝福你们每个人 因为今天把我们呼叫到你们的圈子。你们给了我们一份珍贵的礼物，要求我们将自己的振动与你们的振动相调合，并要求听取我们关于上瘾的意见。

当我们通过这个器皿发言时，我们将提供你们一些想法，我们请求: 当你们聆听这些想法时，请你们拿走那些使你们高兴 并在主观上响起真理铃声的部分，并将其他部分都抛在后面，因为每个人都是处在一趟独特的旅程上。每个人都有一

条独特的道途，每个人都有自己的个人真理。你们的分辨力是全然重要的。总是

信任内在的本能，这是很好的，它知道并认得自己的真理，因为其他人也许会强烈地感觉到他们的意见是正确的，不过 你是唯一的 确切知道什么对你是正确的实体。有些真理持续一个月，有些持续一年，有些则持续一生，不过 所有真理有一天都将被一个更崇高、更宽广的真理所遮蔽。所以 在寻求者和所有那些外面的意见之间的关系是关乎鉴赏家，他只选择那些成熟的水果和蔬菜。你知道哪一些真理对是你成熟的 要去接收。所以要甩掉不能满足你的任何想法。

在与你们谈论上瘾之前，我们想要藉由对「上瘾」(addiction)这个字汇开始运作， 因为这个字对你们的人来说就像前一个时代的字汇:「恶习」(vice)。两个字汇都 描绘了这样一个情境: 在此 一个实体感到被驱动去做，或者去使用，或者去成 为某个事情或某种方式。称呼它为恶习上瘾 会使它听起来更易于受到，容我们 说，快速(应急)修正的影响，确实，对于特定的上瘾，有快速修正的方法。然而， 上瘾或恶习的特性可以被视为: 拿了一个好东西 只是过度使用它了。驱动实体 们上瘾的东西很简单地 就是身体、心智、灵性有寻求舒适、享受、平安的本能。

当每个人灵进入肉身时，它是没有偏好的，因为它尚未有体验。灵魂一出生就进入肉体并呼吸空气，立刻就开始哭泣，因为它是寒冷、不舒服、饥饿的。所有这些需求都在子宫内得到满足，但婴儿现在要面对生活，外加它个性里的种种细节；它长大后 将会学习怎么表达个性。

但在短期内，这个实体是无助的。它只知道自己缺乏舒适感，而当它缺乏这种舒适感，它学会去表达不悦和需求。当父母听到那天真的哭声，他们很快就学会替

婴儿喂养、洗澡、换尿布，于是这婴儿的哭声扰乱了平静(生活)。这个年轻实体在显现的身体状态下 唯一可运作的工具是它不清晰的声音，所以 此生的考验就从新生儿的啜泣开始。

[文字纪录结束]

(编注：可能是录音设备突然故障？)

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT

☆ 第 3904 章集：达成收割

周日冥想

1996 年四月 14 日

讯息来源： www.llresearch.org/channeling/1996/0414

小组问题： 我们在座每一位都是寻求者，我们想通过以任何必要的方式好服务他人，做任何必要的事情来达成收割。我们想要知道 有哪些步骤或阶段是达成收割 和走上真理寻求者之路径所必需的。接着，这种行走路径和成为真理寻求者的渴望从何而来？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱和光中，向你们每个人问好。被这个寻求圈呼唤是我们的特许和福分，我们感谢各位 已经允许我们在此时与你们分享一些想法。一如既往，我们请求你们记住，我们不是永无过失的，我们不是全然睿智的，我们不是权威，而是在这条没有台阶的途径上的旅行者，也就是灵性道途。所以 我们要求每个人都尊重他和她的个人真理，拿走那些对你似乎是好的想法，不假思索地把其余的 抛在后面，因为每个寻求者的内心都有一个指南针，告诉他们方向是正确的，我们要求每个人使用这种辨别力和指引，相信内在的感觉，而非任何权威，因为每个人都是自己道途的权威。每个人都是她自己这艘船的船长 在一个潮汐未知和没有陆地的海洋中 是真正的船长。每个灵性的寻求者都踏上发现之旅。然而每座真理之岛，每块发现之洲，都在寻求者里面。这趟穿越危险水域的旅程是一个必要的幻象 因为所有第三密度内的

实体都居住在一个沉重的幻象中 而掌握这个幻象的本质和使用它的方法也是幻象，因为一切不都是单一伟大起初真理的影子吗：爱～ 那是始终未显化的、看不见的、无法掌握的、无法证实的。这就是灵性旅程的本质。

今天你问我们关于实现收割的步骤的一些想法，第三密度的收割，那些光之斑点我们已经谈论过的。寻求者如何才能学会承受照亮第四密度幻象的光之强度和饱满度，因为你们看到 我们掌握的所有东西都是幻象，然而每次收割都将寻求者送入一个更充满光的幻象，那光是爱的首先显化。所以 当我们说一切都是幻象时，这并不是建议有个摆脱幻象的方法。不，相反地，我们建议并鼓励每个人思考寻求那个幻象，其中包含了那份饱满的光 可以通过每天、每个小时和每个瞬间的环境以接受、承受它。

这个器皿在早些时候说，没有人是配得的，Tom 实体建议，所有人都是配得的。 而我们对你们说，如同所有的悖论一样，悖论就是灵性的标志，形而上的记号～ 因为就我们最佳的理解，每个陈述都是相当真实的。没有人是「配得」的，如果 配得意味着一个人已经完成特定数量的理解，于是能够通过最后的测试。没有一 个人，通过学习，无论多么深奥，能够通过知识接受饱满的光。没有人配得通过 该实体(自己)所做的努力 进入更充分的经验和更大的生命。同样非常重要的是: 每个人都要认识到，在所有的幻象之外，每个实体都是完美的。每个实体都被造 物主钟爱。每一颗肉身的微粒、每一个想法、每一种情绪都被爱本身所爱、接受、 宽恕了。所以 人类的经验在完全不配得 和完全配得之间平衡着。在两者之间 就 是每个寻求者都要踏上的无路之路。

当我们对这个器皿说话时，我们要求每个人都深呼吸，感受那份灵感，那份居住在每次呼吸中的生命。当每个人呼气时，让我们感受到那回馈的生命。当每个人吸气时，每个人都在呼吸树木和植物所给出的东西，当每个人呼气时，每个人都在给大气某个东西 可喂养第二密度的植物、树木等等。在第三和第二密度之间，以及在所有第二密度实体之间，有一种深度的相互联系，不用言语就能阐明服务的方式。

的确，植物是否认为自己与树木不同？树木认为自己与动物不同吗？等等。确实，这些实体在大多数情况下只知道一切都好，一切将是好的。本能、成长和对光的渴望 引导每个人进入生活和释放光的道途。对于第三密度的实体来说，虽然不是[经常]如此，但可以是如此，对于少数幸运的人来说，有服务的本能、凭藉信心活着，以致于不需要或不使用所谓的灵性寻求。但是对于绝大多数进入第三密度的实体来说 有一个巨大的需求 就是找到自己的道途 它与内在的感觉有共鸣。

我们先前说过，你们的密度是一个幻象的密度，的确，每个人都有那件肉体的衣裳 携带着无限和永恒的意识四处移动。当这种意识居住在肉体载具之内，每个人都有一份伟大的礼物，它盖过了所有其他的礼物，这就是被称为的临在之礼。每个人都觉察到 他或她是有意识的。这种自我觉知打开了一扇门，这扇门一旦被打开，就不能被逆转；这扇门对那些人关上了： 他们已经被唤醒 听到深层本性呼唤。

现在，并非所有实体都处于一种有意识的灵性旅居。并非所有的实体都准备好醒觉进入该责任： 知道自己是灵性的存有，并但愿加快他们灵性学习或进化的速率。对于那些沉睡的人，我们请求每个人都轻松歇息。每个实体都有一个时间和季节，当那个时间到来时，该实体将觉醒。该实体将开始探究什么是真的，什么是真切的，他在哪儿，以及他将去往哪里。

对于那些已经获致这个认识的人、对于那些已经踏上那条不归路的人，我们要对你们说，你们最大的礼物、你们最珍贵的礼物 就是你们的此生(incarnation)。你们 每个人都选择在这个时候出现在这个幻象中 为了学习和服务。这两者是相互连 结的，是一枚硬币的两面、存在与作为。(人们的)注意力往往集中在一个人在做 什么上，职务在哪里？我怎么做才能更有灵性？不过 正是每个人的纯粹身份， 才是每个人要为这个亲爱的行星所提供的伟大礼物，而你们此时在其上享受此 生。

让我们注视： 我们对于意识、临在的意涵。事实上，意识是爱的意识，因为爱和 (众多)爱的扭曲是一切万有。那么，每个人都有一个原生的振动，与创造和形成 数以百万计的无限宇宙的理则(Logos)完全一致。而每个人，通过一次投

生的过 程，容我们说，已经签署了一个困难但令人满足的服务期限。

那么，那种意识，有人称之为基督意识或宇宙意识，居住在皮肤和骨骼、肌肉和思想的容器之内。每个人都在这个有点陌生的配置中摇摇晃晃，一个被困住的人灵，或者只是在参观(人间)。大多数实体花了一些时间感到非常困顿，不过 这是你非常想望的一个机会。这是你计画好的一次旅行，为你自己设置各种关系，这将有助于把你自己的心和意集中在那些爱的课程那些爱的课程: 你自己认为在这点上 对你最生动有力和最关键的(课程)。所以 每个人的基本振动都是爱本身，受到扭曲、收缩、控制，容我们说，被该实体选择的各种方式，凭借自由意 志，限制或形塑意识。

攀登光之阶梯的方法，以达到一种饱满(程度) 也就是第四密度，实际上不是承担学习，而是释放学习，释放那些你为了防卫自我 而置放在意识上的紧缩束缚。当实体们把自己从完全开放的心拉开时，通常不是出于愤怒、痛苦或冒犯的动

机，而是为了捍卫内心脆弱的自我。那么，一点一点地，通往毕业 进入第四密度的道途涉及发现、平衡、释放那些人们为了生存而拉回与收缩自我的东西。

你看，每个人都如同构成一个谐波的音符、音调 或音调复合体。每个人都是一颗完美又独特的珠宝，一颗具有多个切面的宝石，这些切面已经被那些消耗扭曲的火炉所清洁、抛光、塑形了。这些熔炉在开始上课的时候燃烧得最明亮，那时一切似乎都是暗黑的，内在有挑战和挣扎。在这些时候，我们对你说:「欢呼吧，因为你已经与自己的命运结合在一起。你们已经来到了一个蜕变的时期。鼓起勇气，知道悲伤、难过、痛苦、哀伤、愤怒、暴怒、失望 和所有你感受的负面情绪都是礼物 在其手中握着几小时的绝望，几天、几个月、甚至几年的孤立和痛

苦和锤炼。」炼金术士的炉子被设计来提炼黄金，把那些不是黄金的东西从中清理出来。你可以把炼金术的过程看作是对意识的精炼，在这个过程中，渣滓被烧掉，留下珍贵的起初思维，纯洁、闪亮、未受干扰。你的里面携带着意识的海洋。一切万有都在你里面。你所寻求的一切都等着被(你)重新发现。

现在，第三密度的课程是关于爱，以有爱的方式与其他实体连结的课程。当一个人已经在灵性上觉醒时，他开始察觉到一个受苦的世界，一种就在他周围的 巨大痛苦的呼喊 这种痛苦不仅仅存在于自我之内 也在那个实体伸手可及的范围 任何时候 到处都是。触碰那个地方。注视那种利害关系，你将会发现人类的心也在那儿受苦，在这种苦难中，所有人都是一体，正如所有人在完美喜悦与和平之爱中都是一体。所以 每个寻求者都在各种扭曲之中起舞，无论何时 只要有可能就选择去寻找那儿的爱。

每一个人都希望去服务，我们向你们保证，服务既简单 又几乎是不可能的。它是简单的 因为只要你成为你之所是，你就在表达爱，因为那是所有[可以]表达的东西。问题始终是:「我应该如何给予爱？」我们对你们说，如果你试图用你 自己的能量给出自己的爱，你将很快耗尽爱，因为它在你们的幻象之内是供应短 缺的。然而，不需要任何人从自己身上给予爱。唯一需要的是: 寻求服务的人要 把自我从爱的路上移开 ~ 那爱来自太一造物者的无限供给。

那种爱可以通过开放而空无的器皿被倾注，世界将会感受到那种光 却不知道它从何处来的。然而 对于一个能够成为光之见证者的实体、一个能够成为爱之管道的实体，[若你愿意这样说] 那种去服务的努力和渴望已经达到最大的顶点了。若 一个人接下来想望去加速他在灵性上演化的速度或速率，那么他只需尝试在日常 冥想中花时间和注意力在爱上头，倾听内在的静默。一个人进入自己心内的

至圣 所，在那儿引用那止渴的 赋予生命之水。当一个人能够做到这点，他就会越来 越多地尝试把每个时刻视为静默中的一刻, 看到在凡人、人类所特有的表面噪音 和混乱底下， 一切都是完美的。

我们发觉这个器皿想要在政治上是正确的 所以我们试图在所说的话语中记住两种性别，但我们必须说，你们的语言在这方面不是很完善，所以请原谅我们的许多结结巴巴，我们试图找到一个字汇来表明男性和女性都与无限造物者是一体。现在, 服务他人, 再次地 一如既往地是自相矛盾的, 因为, 当一个人服务他人， 难道不就是在服务自我, 反之亦然？也许, 一种考虑服务他人的方式就是要求自 我等待、聆听，并且变得越来越充分地察觉到其他实体渴望什么。接着 当一个

人希望去服务那个实体, 那时 他会问自己:「
我如何才能在服务这个实体之际 表

达爱呢？」有很多时候，表达爱的唯一的方式就是变得沉默，在那种情况下，那就是要去做的 最有爱的事情。在此 也许有来自另一个人的一个请求，然后 这一个人就只是尽其所能地回应那个请求。

愿意花时间来聆听另一个人 这在其自身就是一种服务，我们鼓励每个人打开那些内在的耳朵，在自我和他人最真实表达的深度层面上 倾听意识在说什么，因为有些人要求那些看似美好的东西，但在自我里面 却发现它们是不足的，在这些情况下，人们通过转向祈祷来找到接纳与爱 以最佳地服务。

我们给了这个器皿 在仲夏夜的一个清晰晴朗的星空图像。当你吸气时，你吸入了宇宙，当你呼气时，你再次创造了它。每个(气息)都是如此珍贵的。每个人都

如此被钟爱。感觉那种正确性、那种完美即是意识的基础。吸气 感受心的扩展。呼气 感受那份爱的倾泻而过。你们是世界的光。你们是造物主的手、造物主的声音。

我们会在此刻将这个通讯转移给Jim 实体。我们感谢这个器皿 并在爱与光中离开它。我们是Q'uo 原则。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，再次通过这个器皿 于爱与光中向各位致意。在此刻 我们有荣幸 尝试去述说在场者可能向我们提出的任何进一步的询问。在此刻 有一个询问吗?

Carla：我有两个P 的问题。她想要知道她和孩子是否会没事，对于等待孩子的自然分娩，她应该怎么做，拿自己的健康冒险，还是应该按照医生的建议，现在就进行剖腹产，减少她和孩子的风险。她很感激你们能告诉她的任何事情。

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们送出爱和问候给P 实体、以及在她体内成长并准备进入这个幻象的生命。任何人都不会对此感到惊讶：我们不能直接回答这个询问，也不能对P 实体所面临的选择做出具体回应，因为替另一个人做出这样的选择 将是为另一个人学习，并以某种方式影响那个实体的分辨力和未来，从形而上的角度来看，这并不是真正的服务。从这相同的观点，我们可

以肯定地说，P 实体和她的孩子都很好，都将是良好的，因为一切真的属于太一造物者 并且祂的意志以适合该实体的方式进入每个实体的人生，它与该实体在投生之前 和此生期间的选择相一致。

P 实体面对着在她人生中的一次重大挑战，一个在她存有核心处的挑战。将一个人的振动与另一个人的振动调和在一起 直到将一个新的生命带入这个幻象 并在这个新的生命的人生体验中 成为指导性原力～ 这对任何人都绝不是个容易的选择，因为责任是巨大的。然而 伴随着这样重大责任而来的 也是超越计数的回报。

我们会建议所有对P 实体感觉到关心和爱的人 乘着思想的翅膀 把这种爱送给它～ 爱将万物如同一个存有结合在一起，于是她就可以被这种支援鼓舞。我们鼓励P 实体在冥想中 退入自己心里那个神圣的房间，她可以在里面感受、体验太一造物者的临在，于是样她就可以在这种临在之内歇息 并在她需要的时候获得滋养。在那里歇息后 她在这个神圣的临在中 问出她内心的问题，感受到她内心的回应在增长，就像生命力正在她目前的孩子体内增长一样确切。

每个实体都可以在这个神圣的房间中得到庇护，在那儿感觉到太一造物者的临在。在这个神圣的房间里有保护，有爱与光，有合一，有通过各种选择的迷宫之指引，这个幻象所提供的那些选择 同时令人混淆 又照亮启发，同时打开门 又关闭门。在这个神圣的房间内，有太一造物者的清晰灵感流过每个实体的人生样式，这些灵感绝大部份因为被忽略 而不被注意。若实体们规律地在这个合一的场所中寻求，就有支持和指引了。

我们无法更具体地谈论，但我们也能向这个实体送出我们的爱，这就是我们所做的。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：是的。代表P(实体)感谢你们。至于我自己，我以为你们在回答第一个问题时 会建议如何增加自己的极性 以达成收割，但你们却专注于一个人的存在以及在被要求时去服务。我想要知道你们能否对此评论？是否有必要尝试更多地服务 或想要更多地服务？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。每个寻求者在这次投生之前就已经安 排一个计画或创造了一个样式，容我们说，那(样式)将包含所有这些为了收割需要 去跋涉的步骤。因此 寻求的渴望以及跟随这条道途的渴望 就是这样一个自我给 自我的礼物。太一造物者的每个部分都寻求去再次与太一造物者成为一。因此，

这个基本的渴望是以一种符合该实体渴望的方式而被装饰润色，该实体已经个体化到达 能够选择自己的道途的程度。因此，在此生期间，若一个人尝试去成为自己，成为那个样式，成为那个选择，对自我忠实，这是很好的，因为那个你所 忠实的自我 就是更大的自我，较高的自我已经在你面前铺好路，允许你以自由 意志诠释许多细节，不过 它向每个实体保证，道途已经铺好，而且铺得清楚。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：没了，谢谢你们。

我是Q'uo，我们再次感谢你们。在此刻 有另一个询问吗？

B：是的。我有一个关于责任法则的问题。我对宽恕的概念感到困惑。我的经验教我，宽恕有许多的附加条件。关于宽恕 你们能不能给我一个更高的视角？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。容我们说，宽恕就是不管(对方)给了你 甚么，你都给出爱。因此，除了在两个实体之间的关系和互动之外，没有其他的 条件。宽恕的渴望就足以作为开始。如果一个人在宽恕上放置了一些条件，那么 他开始的方式还需要精炼，因为去真正地宽恕另一个人，一个人必须要消除所有 的条件。藉由消除条件来给予自由，藉由删除条件来允许并接纳自由意志。自由 给予的礼物是一个具有最大价值的礼物，容我们说。

因此，如果你们能够在你自己的心和脑中 将过往的破事一笔勾销*，那么你就真正宽恕了。一个人被宽恕的经历会制约他对于宽恕和被宽恕的定义。如果你觉得你接受了别人的定义，而这个定义不再符合你自己的生活样式，那么你可以自由地构建自己的定义，并在不管什么适当的地方加以应用。我们觉察到，在你们的幻象中，有很多练习的机会。

(*编注：这句的原文为 wipe the slate clean) 我的兄弟，有另一

个询问吗？ B：没了。谢谢你们，Q'uo。

我是Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。有另一个询问吗？ 提问

者：(听不见)。

我是Q'uo，在本次工作集会结束之前，若还有任何进一步的询问，我们乐意再

回答一或两个询问。

T：在抚养儿子的过程中，我怎样才能最好地服务他，既不干涉他的灵性道途， 又能本着爱的精神把我所知的教给他，引导他做 不管什么对他最好的事？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现，在教导另一个寻求你协助 的

人时，首先要建立您自己的行为样式，以某种方式体现您想望分享的基本原 则，这样是好的。在这种情况下，我们觉得你想望分享的 大部分是对太一造物 者的寻求，以及在你所看到的一切中 为太一造物者服务。这将是对该年轻的实 体最大教导: 他在日常活动中观察到的教导 将远远超过语言和模式化的指示， 尽管语言和指示确实重要。

最好了解到，即使是一个小小的实体，也是一个被荣耀的真理寻求者，他和任何实体一样走过了许多路，他在这次人生中 寻求和你一起寻求，向你学习。因此，观察、支援、欣赏这样一个实体所做的自由意志选择是最重要的，于此同时，以 尊重该实体的方式给予你自己的指导，而非限制却毫无解释。

这是一份巨大的荣誉和特权：教导年幼的孩子，任何人给予再多的赞赏也不为过，因为责任重大，但如同我们先前所说，至少 这赏报也同样巨大。 我的兄弟，有进一步的询问吗？

T：没了。为了你所分享的事物 感谢你们。 我是

Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。

(暂停)

我是Q'uo，由于我们似乎已经用尽了本次工作集会的询问，我们再次感谢在座各位 今天邀请我们出席。我们十分高兴能够将我们的振动与你们的振动调和在一起，并针对你们的询问说出我们的想法和意见，我们发现这些询问对我们自己的寻求样式有帮助。

我们要在此刻离开这个器皿和团体，一如既往地 在太一无限造物者的爱与光中

离开各位。我们是你们知晓的Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3905 章集：世俗与灵性

周日冥想

1996 年八月25 日

团体问题：大多数人会感觉到完全过度工作与压迫，我们想知道 如何才能为我们的电池重新充电 好去做所有那些摆在我们面前的工作。在这个需要我们做如此多世俗事情的世界中，如何才能保持我们灵性的平衡？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的Q'uo 原则，我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们感谢每一位此时呼唤我们到这个寻求圈。你们请求我们简陋的意见 这总是一种快乐和荣幸，尤其是因为距离上次跟你们小组的联系，已经有段时间了。我们祝福每一位前来寻求真理、寻找道途的人，该道途就是每个人的命运。我们也在追求自己的命运，正如前方的道路对你们来说是个奥秘，对我们也是如此。正如你们每个人都必须凭靠信心 而非言语生活，我们也必须如此。

我们是你们的兄弟姐妹，而非永无过失的权威，当我们与你们分享一些想法时，

我们请求每一个人都从中拿起那些响起个人真理铃声的概念，并将其他的都留在后面。总是使用那种分辨力，它映射了你对自己的信心，因为每一个人都已经知道所有要被知道的事情。情况单纯地是，肉身的罩纱已经掉落到你们每个人身上。你们在此生中已经，容我们说，报名注册了一些时刻、一些岁月。你选择进

入到这个肉身中，这个居所、这个第二密度的动物之中，它承载着你的意识四处移动，并允许你拥有去服务的双手，有双腿可以行走在你们幻象中，布满尘土的路上。

这个器皿曾经听过一个来访的传教士，谈到他作为一个传教士在非洲的体验。故事是这样的：这个人和他的妻子都是医生，他们去到非洲一个非常贫穷的国家，那儿有很多苦难。他们来到这个驻地几年后，该国家同时经历了干旱和一场疾病的爆发，这些人工作了很长时间，非常辛苦，他们不知道该如何继续下去。因为这些医生同时也是牧师，他们决定早起祈祷。他们这样做了，从仅有的睡眠时间中多抽出两个小时，以祈祷来坚定他们的信心。这起作用了。他们变得精力充沛，发现内在有足够的气力在恩典中度过每一天。

现在，这是一个极端的例子，说明一个人的生活方式和凝视现实的方式如何影响意识中的改变，从而在显化中结出果实。你们有几个人刚才说，你们生活的文化鼓励做事，而非存在，这是一个真实而有内涵的要点。花点时间，凝视每个人对自我拥有的那些期待。人们期望有足够的供给来积攒住房，有车辆开往各个遥远的地方，有无数的责任跟一个人对家庭、亲人、朋友的义务有关。你们需要收集大众的各种小玩意儿，该器皿称之为电子产品，使用它们使得生活变得既简单又无限复杂～ 电话可以让联系更加紧密，该器皿非常喜欢的电脑，各种部件可以提供

新的资料存储效率，同时也需要越来越多的工作时间来为这台机器提供日常食粮。是的，你们生活在一个消费、收集、做事的环境中。是的，你们吸收了这些价值观。

现在，让我们后退 不去凝视外在世界，那个有血有肉有行动的世界。让我们呼唤更深的实相，那个在自我内部 无限永恒的结构。正是这种意识: 不是空间和时间的一部分，选择进入这个反常的环境，只是这个唯物主义的社会，恰恰是这一个，不是其他(社会)。为什么？为什么觉得这是一个奖品，实现了这样的痛苦，这样的分心和困惑的一辈子？与这个「为什么」坐在一起，知道只有一个答案就足够了，那个答案就是爱，因为爱是开始和结束 以及介于两者之间的所有事物。爱是单一伟大的起初思维[爱]，无限的爱，创造性的、强大的爱，孕育着光。每 个光子、每个粒子，若你愿意这样说，都是爱的纯粹显现形式，这种光构建了所有的振动和能量链结，形成了宇宙和其中的一切。

进入这无限范围的世界 光之存有来到 无限造物者的心之火花 ~ 你和人类大家庭的所有成员。你们每个人都是独特的雪花。你们每个人都是无限美丽和珍贵的。你们每个人都是强大的，能够去服务，因为你们是爱。是的，在这层肉体的罩纱中，每个人都扭曲了这些爱的结构、观念、思想，以致于它们不像钻石那样闪耀，而是粗糙的。所以，在肉身中，每个人都能感受 认识到自身不完美的挫

败感。而这正是一种宝藏，这种对自我不完美的虚幻形式的认识。这种宝藏之所以珍贵，是因为在这个幻象中，在这看似不完美的幻象中，实体们有最大的机会选择单单凭信心活在爱中，因为永远不会有任何证据显示，在看得见、摸得着、听得到、尝得到的东西之外，还有一个灵性的实相。

你们所寻求的 正是这种困难和困惑 于是你可以在地球的阴影世界中 发挥自己的作用。你们每个人都是光的信使，一艘充满爱的小船。它并非来自你。它只是通过你而来。你并不负责去爱这个世界，你只需要于自己的内在留出空间，让无限造物者通过你创造出生命的通道。通过你的微笑、通过你的双眼，通过你向世界伸出的手，太一造物者的无限之爱流到这世界。

是的，我们可以说，你们每个人都陷入要做太多事情的泥潭。是的，你们每个人都疲惫不堪 而这正是你们(先前)希望发生的事情。这真实的苦难 这荆棘之冠，这些短暂日子之所是，正是你们希望实现的命运，因为正是在这个地方，正是在这个时候 你们才能学到最多关于服务与爱的东西 才能提供最为强大的服务和爱。

当一切都显得混乱 能量似乎消失殆尽 我们鼓励每个人花一点时间只对自己说一个字：爱。作为基督教神话体系的追随者，这个器皿只说一个字：耶稣(Jesus)。其他人可能会说基督意识。无论这种爱、这种创造了一切万有的原则怎么被命名。它是一种无限的能量源头，呼唤爱，你将得到增强。

除了爱和服务的态度 以及对于一切都好的信心之外 在能量低落时 最有可能派上用场的工具就是比例感，它能让每个人看到自己只是站在一颗球上的渺小生物，而这个球位于一个平淡无奇的星系的遥远之处，在无限的宇宙造物中，一万年只是一眨眼(的瞬间)。真理是永恒的。真理的认识者是永恒的。你们每个人都是无限的灵。你能越多地记起你是谁，你就将会更为容易地找到那个中心，那个内在的至圣所。在那里，造物主耐心地等待着你，希望你能停下脚步。打开门并与至高者共处至圣所之中。当你想到爱时，感受你内在的那颗心敞开，并知道你要做的最重要的事情就是找到那个地方并活在那儿。不管你是遵从头脑或内心，

这都不重要，因为没有错误。但是，如果你想与命运合作，你首先要咨询自己的心。

我们会在此刻 把这个通讯转移给Jim 实体，我们感谢这个器皿。我们在爱与光中离开它。我们是Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，我通过这个器皿 再一次于爱与光中向你们致意。在此刻我们很荣幸

提供自己 尝试去谈论那些在场者可能向我们提出的询问。有一个我们可以简短谈论的询问吗？

J: 你们愿意谈一点关于爱与信心的动力吗？我认为爱是主动的，而信心是被动的。你们能够谈谈它们吗？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在我们的思考和存在方式中，爱是一 种活动，当我们充分体验到爱时，它就会像你的太阳一样照亮整个行星系统。当 一个人去爱，他所从事的该活动就是存在本身的核心。然而，一个人在爱的时候 坚信，爱是最合适、最有帮助的，也是一个人存在的核心，这就是采用此生的原 因;在一个人的人身过程中积累的所有经验中，爱得多好的程度是衡量此生成功 与否的度量。然而，如我们说过的，这种爱的体验中也渗透着信心。对自己去爱 的信心，对周围被爱者的信心，对爱本身能够转变自己的存在 以及周遭人的生 活样式之信心。

因此，若一个人要充分认识到爱的影响，我们就会看到爱和信念就像少女的发辫，编织在一起，不可分割。当似乎除了爱之外，任何回应都合适时，要有继续的信念。当其他不那么和谐的反应似乎被需要，使自己看似愚蠢和有爱的信念就是寻求真理者经常发现自己所在的处境 就像一个人在面对所有来到自己前方路上的东西 都会去爱。

因此，我们可以向真理的寻求者推荐的 最高或最难实现的品质，莫过于拥有爱的信念和爱的力量，尽管一切障碍似乎都会阻碍或抹杀爱的可能性。

有任何其他的方式是我们可以和你谈论的，我的姐妹？

J：没了。非常感谢你们。

我是Q'uo，我们非常感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

(暂停)

有机会将我们的振动与这个圈子的振动调和在一起，我们感到非常高兴，因为正是在这样的服务中，我们才能够与你们分享我们的爱，与你们一起感受你们所走过的旅程、迈出的步伐、似乎太过频繁的失误 以及从迈出的所有步伐中 获得来之不易的教训。我们但愿这里的每个人都知道，在任何人生中，没有哪一步是独自迈出的，因为我们不只与那些呼唤我们同行的人一起走，而且你们幻象中的每个实体都被朋友们围绕着 这些朋友可能无法以任何物理或心理的方式被看见或

感受到，不过 有那些老师、向导和朋友，他们因你们自身的追求和经历的本质

而被呼唤到你们身边，他们注视着你们前行，与你们同行，当压力和创伤出现的时刻，他们就形而上的意义上握住了你的手。

那么，每当你感到孤独，需要他人支援时，就呼唤这些看不见的朋友吧。要知道，所有这样的呼唤都会得到回应，也许回应的方式并不完全是你想象的那样，但回应的方式是有意义的 是对你们所走的旅程的支持，因为你们在这里的每个人 都与许多人达成了协定，这些人也在这里，也与那些踏着看不见的脚印行走的实体达成协定，他们在帮助你们的旅程中 找到了巨大的喜悦和意义，因为这是所有人共同走过的旅程，没有人能够在不援助和协助他人旅程的情况下到达家园。这就是完成该旅程的方式。

在此刻，我们愿再次感谢各位邀请我们出席，我们会离开这个团体，并一如既往地 在太一无限造物者的爱 与无法言喻的光中 离开各位。我们是你们认识的 Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3906 章集：愤怒的情绪

周日冥想

1996 年十月 6 日

团体问题：今天的问题跟我们的黑暗面有关，因为我们每个人都有这种想法： 伤害另一个已经伤害我们的人，那使得我们不舒服。我们想要知道如何与这个黑暗

面打交道，因为它是我们的一部分 需要某种认可。你们能和我们谈谈： 我们如何才能与自己那个黑暗的阴影面建立联系？

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与光中致意。我们十分快乐地被呼唤到这个寻求圈，你们对真理的寻求已经引领你们到此刻、此处，我们感谢并祝福你们每一位。一如既往，我们请求你们知道，我们不是永无过失的。我们会犯错。 我们有些意见。我们是与你们同行的人。我们不是凌驾你们之上的人，而是和你 们一样的朝圣者。我们共用一条皇家道路，因为有一个王国，它的首长就是爱本 身，在这条通往爱的公路上，我们是伙伴。我们感谢(你们)陪伴，感谢你们大大 地渴望进步，渴望更多地成为真正的自己。这是通往自我之心的伟大旅程。

在这次集会上，你们想望我们在关于较黑暗的情绪方面，尤其是在愤怒的方面 获得一些想法。即使这(词语)与你们的密度相差这么远，我们也觉察到 你们称为愤怒的磁性情绪的力量和吸引力。若我们需要更准确的说法，我们会称之为一种恐惧。然而，在表面上，那种情绪是愤怒。它是..... 如我们说的，我们确实记得 它是非常不舒服的。它极难被忽视，因为无论愤怒从何而来，它的根基都在生存

的脉轮，即红色光芒的能量中心。一个被激怒的人正在为生存而战。也就是说，承载着你的意识四处移动的生物 其身体和第二密度大脑是真诚地、纯正地关注它的生存。

第二密度并不是一个理性占大部分的密度。那些本能的愤怒源于一种被侵犯或被

威胁的感觉，这种本能的反应对此生中的个体有着深刻的情绪影响。愤怒和黑暗面一般不是我们会鼓励你们简单地去忽略或推到一边的东西，因为你无法告诉你第二密度的肉体和情绪体不要愤怒，因为愤怒不是灵性的。这是说不通的。只有在从肉身中 抽象出来的意识中，人们才有能力或权利深入工作黑暗面。

所以，关于较黑暗的情绪，我们要说的第一件事： 它们该有一席之地，它们应该被尊重。它们值得关注。如果这种内在的痛苦得不到解决 且不被荣耀，就会使得最强健的特性枯萎了。

现在，让我们来看看 稍早说过的，愤怒是一种恐惧。在你们的语言中，你们使用的词语是近似的，而我们在你们的语言中找不到能让我们满意的词语，好通过这个器皿来区分愤怒和恐惧的各个面向。无论如何，一般我们会说： 爱、创造一切万有的起初思维～ 具有纯粹的扩张性质，从每一点向外发展，向四面八方辐射。它是持续到无限的伟大庆典。当爱倾泻通过该载具～ 在此生中的实体之肉体、情绪、心理～ 爱就会进入身体基底或红色光芒脉轮的领域，也就是生存脉轮，如果它被收缩和恐惧阻挡在那儿，就不会有太多能量通过 以进入更高的能量中心。这对每个能量中心都是如此。

因此，与愤怒有关的自我的第一项工作就是看清它的位置，原谅自我有这种特性，这种收缩以对抗威胁、抵御敌人。不是爱的东西就是幻象，不过～ 是爱的东西在你们的密度中也是幻象。所以 当你作为一个寻求者发现自己的内心散发着敌意、攻击性、愤怒、暴躁或怨恨时，你的首要职责是对自己负责，那就是肯定和支援你的黑暗面，因为黑暗面非常关心你的健康和福祉，它需要得到安抚、安慰和拥抱，就像在胸前的婴儿被温柔和充满爱意地抱着。

追寻者对自身黑暗面的回应，一开始需要接受自我中 似乎不那么有吸引力的部分。愤怒和怨恨的物件，就灵性上讲，似乎只是其他自我。实际上，你可以把与你互动的每个其他自我看作一面镜子，它向你反映出你喜欢自己的那些事物，以及你不想成为自己一部分的那些事物。你越是对另一个实体感到愤怒，你就越多地认识到自己的一部分，并对其回应。

愤怒就彷佛是一种吸血鬼(妖)灵，威胁着你，吸走你的生命和气力。然而，一个人怎样促使吸血鬼般的活动停止呢？只有一个办法 那就是将吸血鬼的能量纳入

心中，将其搂在怀中，将其视为自我，并在悲悯中说:「这也是我」。是的，你会 有恐惧。是的，你是有价值的。你们的幻象被创造出来 使你们不能不盲目地对 进入的催化剂做出反应。第三密度的人生没有被打算成为毫无冲突和痛苦的。确 实，当你们感受到愤怒、怨恨或愤怒的催化剂时，你的高我部分会感到欣喜，因 为现在你正在做你来此要做的工作。

大量愤怒的来源是你自己和另一个实体之间的动力，所以 尽管所有的恐惧都有红色光芒的阻塞，但许多愤怒的感觉也会产生橙色光芒的阻塞，因为那是你与自己和一个其他自我一起工作的光芒。那是关系脉轮、腹部脉轮，也是许多实体试图控制的脉轮。腹部下部紧张的人往往是对另一个试图控制自己的人的反应，或者是因为自己试图控制另一个人而产生的反应。不管是哪种情况，不只是红色光芒，橙色能量中心也会遇到一些阻塞，当愤怒与对社会、文化 或某些团体的愤怒有关时，这种愤怒也会产生黄色光芒阻塞。

这意味着，你作为一个能量的使用者 突然间处于(能量)配给不足，这样，虽然来到你的能量是无限的，成功向上抵达心轮 可以打开心轮的能量却是大大减少

了，所以，一旦你接受了自己有这种黑暗面，你就有了长期工作的基础，也就是我们称为的「从隐藏处走出来」。

我们给了这个器皿一个壁橱的图像。它就彷佛你的恐惧、你的阻塞，当你体验到产生愤怒的催化剂时，就会把你收缩在一个拥挤、狭小的空间里，你觉得若你(不) 能把那个地方变大，你就会爆炸，然而，一旦你在自我中识别、接受、宽恕这种 愤怒，与之打交道的有技巧方法就是看到存在着真正的担忧，而这种担忧只能由 爱本身来解决。

在这处理恐惧的工作中，如这个器皿会说的，保持婴儿步伐是好的，不要试图走出 壁橱，走入最明亮的正午，说:「好了，我已经走出壁橱，再也不会回去了」。因 为无论你的站点、环境或振动性质如何，只要你、你的显意识心智与该心智底下 的巨大资讯库之间还隔着一层罩纱，你就会再次置身于那个空间。

凝视着一次又一次让你愤怒的情况，你仍然能够说:「我会把门再打开一点，这 需要信心。我不会试图成为一个没有愤怒的人，但我会努力变得比一年前、一个 月前、一周前或一小时前 更轻盈一点，更从恐惧中解脱出来一点，更自由一点」。 不要尝试戏剧性的突破。这些事确实会发生，但是它们无法被强迫。相反地，试 着把你的悲悯注入那个封闭的地方，允许悲悯本身温和地把这个人带回光中。像 婴儿般一步接着一步。把较黑暗的情绪视为一种较阴暗的色彩，把悲悯服务的平 安视为光明，看到你的生命在这一生中缓缓地前进两步，后退一步，并为此感到 欣慰，因为意识的工作是一项维护计画。不是一个人要从中毕业的大学。

所有受造宇宙的存在是因为对立面。它存在因为有光明与黑暗。你们每个人内心的阴暗面都必须如此，这样你们才能在此时此地显化。你们无法克服人性。你无

法成为一个没有极性的实体。你们必须成为你们的本性。你们是从上到下、从左到右360 度的实体，是从最光明、最明亮到最深沉、最黑暗的完整人格圆圈。技巧在于将你的情绪视为承载能量的资讯，为你提供你自己过去的果实，以及你向更空虚、更轻盈、更中空的自我转变的种子。自我的泥土部分，即隐藏着暗黑特性的土壤，是一种沉重的东西，而正是在这种土壤中，真理、美好 和那些呼唤你前进的奥秘才得以生长。

所以，我们鼓励每个人无惧地凝视那些内在的暗黑情绪，去爱并接纳它们，温和地，坚持不懈地，带着幽默与它们工作，正确地对待它们，看清它们的吸血鬼本质，当你将暗黑面包裹在心中时，允许悲悯流动。在此 每个人的目标都是敞开心。

我们会在此刻把该通讯转移给Jim 实体。我们感谢这个器皿 并在爱与光中离开它。我们是Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，通过这个器皿 再次在爱与光中向各位致意。在此刻 我们有幸开放自己 接收那些聚集在一起的实体的头脑中 可能有的任何进一步的询问。在此刻有另一个我们可以谈论的询问吗？

P：我们如何能帮助另一个因愤怒而暴怒的人？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这种情况下，人的直觉能力往往会 发挥作用，因为体验他人的愤怒是一种最不稳定的情况，尤其是当自己是这种愤 怒

的焦点时。我们可以建议一个人尝试接受另一个人的愤怒，并通过这种接受来 寻求沟通，这种沟通不仅可以澄清愤怒所表达的现状，还可以更深刻进入另一个 人愤怒的根源。这种沟通最容易与那些亲密的朋友 和那些愿意与你一起探索自 我中不情愿暴露的部分的人进行。如果对方在表达愤怒时不想要谈论，那么最好 等到对方愿意说出来的时候，因为他的情绪已经被排解掉了。不过，我们首先建 议，接纳是所有进一步沟通和互动的基础。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：我想跟进这个问题。我观察过几段这样的关系。一个人拒绝沟通，只会

辱骂。这不得不造成伤害。有什么办法可以保护自己不被这种辱骂伤害吗？即使言语也真的会伤人。

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现，处理这种情况的最有效方 法是： 往内在工作自我以建立自信，相信自己并没有真正产生这种感觉，而是体 验愤怒的实体对生成这种愤怒有责任，因为如这个团体认识的Ra 群体所说的， 并不存在真正情绪充能的情况。只有情绪充能的回应，而每个实体都会以自己在 这次投生前的意识中偏向的方式 回应每种情况。

因此，一个正在体验愤怒和表达愤怒的人 有责任处理那愤怒及其原因。感受愤怒的人有责任处理因愤怒而产生的情绪。因此，如果能记住 并正确看待谁对谁负责，那将是最有帮助的，因为如果在另一个表达愤怒的人身边的实体将愤怒带入了自我，并产生这样或那样的感觉，这些感觉就是该实体需要处理的。

我的姐妹，有另一个询问吗？

Carla：我只但愿自己知道一些技巧，既不会把对方拒之门外，又会使得受虐者 得到安全。

我是Q'uo，我们会问，是否有个具体的询问是我们可以谈论的？

Carla：我只是为P 感到担忧，她是个强健的人，但暴露在配偶的愤怒之前，她却成了瓦砾堆。

我是Q'uo，觉察了妳的担忧和询问，我的姐妹。这就是第三密度幻象的原料，实体之间的互动，它们的动机、意图和才能各不相同，它们的轨迹交叉再交叉，将投生前的所有催化剂都卷入其中，而这些催化剂本应在每次人生中 得到审视。有困惑，有愤怒，有怀疑。在每个人与他人的关系中，都会出现许多情绪。从某种意义上说，没有安全可言，因为当一个人向另一个人敞开爱的心扉，他在任何时候都是脆弱的。而就另一种意义上说，只有安全，没有伤害，因为每个人都是永恒的实体，所有看似伤害的东西都只存在于此刻，可以作为未来成长和强化自我概念的催化剂。

有另一个询问吗，我的姐妹？

Carla：没了，谢谢你们。
（录音带结束）

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3907 章集：内在的声音

周日冥想

1996 年九月 8 日

团体问题：今天下午的问题是，当我们与催化剂打交道 并对要做什么感到混淆时，如何与那个内在的静止、微小的声音联系呢。我们可以做什么来与那内在的声音重新建立联系？

(Carla 传讯)

在太一无限造物者的爱与光中致意。我们是你们认识的 Q'uo 原则。一如既往，我们至为感激你们 呼唤我们到你们今天的寻求圈 允许我们分享一些意见 对我们而言是一种巨大的服务，我们衷心感谢你们各位给我们机会 分享你们的冥想和寻求真理的过程。我们也在寻求真理，我们也在继续寻求，因为当我们接近真理时，真理总是在我们面前后退，所以寻求或在爱中认识真理似乎没有尽头，因为我们发现 这个奥秘和所有形而上的奥秘最终都会归结到某个东西 关于它 我们不知道还有其他比爱更好的名字了。

一如既往，我们请求你们每个人都在自己的寻求过程中 拿走那些可能对你们有协助的想法，请把其他的都留在后面，因为我们并非永无过失，我们只是和你们走在相同的道途上，满怀相同的希望。通过这个器皿在此是一种快乐 我们感谢你们给这个机会。

你们的问题涉及如何知道你的大我知晓什么 因此我们通过评论个别灵魂或人灵

的真实大小开始回答这个问题。当你们世界上的实体相互凝视时，他们看见一个肉身的帷幔，它把无法被时间或空间限制的东西遮住了。

凝视镜子 看见自己回头看的正常反应 确实，在你现在的人生经历中，从所有外在的意图和目的来看，那个影像就是你。然而，居住在这个骨与肉的居所中的 是一个具有如此力量与气力的实体，以致于在未来的密度中，表达自我的方式之一就是参与成为一颗恒星。你所是的气力和力量具有无限的品质。我们甚至不会把你们限制在最奢侈的力量范围内，因为你们每个人都在扼要重现伟大的起初思维 ~爱 创造了一切万有。

你们的根源在于永恒。你们这次投生的希望 在于通过在你们现在享受的各种条件下 学到的人格修养，聚焦这种力量和气力。现在，让我们来凝视这些条件。为什么一个被称为灵魂的无限品质 会离开自我的充分觉知，而去采用一个人格外壳和肉体，并忘却它知道的一切？为什么我们中的任何一个人都要试图为所有能让我们充分觉察自我的资讯蒙上一层面纱呢？凝视你自己，凝视你的环境、你的家，凝视你的工作场所、你的聚会场所，凝视你的商店、你走过的所有环境，凝视你与之互动的所有环境。所有这些环境都让你与许多不同的、同样强大的实体为伍，它们同样以人类的形式存在，同样没有觉察到自己真正的力量，同样以各自的方式在时间与空间中为自己寻找合适的位置。

这种不知道、遗忘的过程，是那些体验完整大我的实体所凝视的东西，认为这是一个充满最愉快和有趣活动的夏令营，因为当你是更大的自我，而不是在一次或另一次人生中，你开始察觉到 在你真实的振动结构中 察觉到的所有那些小细绳和破布、小缺陷、小弱点，并且你着眼于那些你渴慕取得进展的事情。

你们觉察到，在第三密度投生的深层幻象 是磨砺和锤炼人格纪律技能最快、最有效的地方。服务的渴望是你们每个人此时来到这个星球的原因，此外，你们还想望协助自己在灵性道途上有进步，而你们的地球世界是迄今最熟练的老师。如果每个学生都能找到通往自己中心之路，那么这次的经历 确实为你产出所有你希望的东西。

在大多数情况下，这种幻象对你起作用并非因为不管(面纱)遮蔽的过程，而正是因为它。它之所以起作用，是因为遮蔽的过程让你持续陷入困惑。它之所以起作用，是因为它让你持续感到沮丧。它之所以起作用，是因为它把你从你的中心击倒，使你天旋地转。你，作为一个更高的自我，想要这种旋转，想要这些挫折，想要这种不知道的恼怒。为什么？因为只有在未知的愚昧状态中，一个人才能选择单凭信心行事。在单纯的信心面前，头脑追求的一切智慧都显得苍白黯淡。所有获得[你们已称为]控制的方法，尽管可能很好，但在运用信心的效率和效力面前都显得苍白。

一旦一个人觉察到：他在表面上受限，却有着存在于空间和时间之外的 巨大资源，该寻求者就能更有意识地，远远更多地在每日的基础上 选择去利用造成困惑的各种催化剂，并将这些经历视为操练信心的积极机会。信心的练习单纯地是乐意去相信并在该信念之上行动，该信念是：有一个计画，它是有效的 不会失败的，那个计画将会构成一个命运、一个安全的通道，无论有多少转弯与曲折，该安全通道总是会出现。

这并不是说，一个人必须对绝对的命运有信心，因为那不是灵性世界的运作方式。每一个人来到这里要工作的课程 不是在字面上学习的课程。它们并不构成特定的智慧。毋宁说，它们课程的特性，或许我们可以说，一场关于某个议题的

研 讨会。这些议题总是关于爱。有些人必须在如何去爱上下功夫。另一些人必须在 如何接受爱上多下功夫。有些人必须学会如何不占有地去爱。另一些人则必须努 力学习如何爱得有承诺和自制。但这些课程始终有个主题。如果你不选择走一条 路并在那儿搞懂课程，那么课程就会沿着你所选择的途径跟着你。一条途径可能 比另一条途径更容易让你理解，或更容易让你学到这门课。但我们要求你们始终 记住，你们无法犯严重的错误。你来到这里的原因将忠实地跟随你，你将有充分 的机会来工作该人格～ 即你体验到的自己。

这里的目标不是充满自我。相反地，我们的目标是足够熟悉你在这个时空点所展现的自我，以致于你对着流过你的无限之爱变得透明，它给你带来鲜活的能量，并通过你流向世界，成为未稀释的无限之爱。你在寻求的不是巩固，而是认识自我。你并不想要摆布这个自我，相反地，你必须学会那个自我菁华，那是最真实的你。一旦你与那个最深刻的自我建立了关系，你就能向无限的能量敞开，允许自己成为那能量的管道。因此 每个人都能成为耶稣所说的： 山丘上的那道光。而你们将自己的光藏在大容器(bushel)底下，在某个程度上，该容器就是固化的自 我感～ 对于爱和灵总是带来的变化不透明。因为灵恒常地成长。爱永无止境地 移动。它的真实本质就是流动和振动。关于伟大的起初理则[也就是爱]没有什 么是静态的。

当那个坚固的自我至为混淆时，在你寻求找到适合你的路之际，我们建议你首先的活动可以是： 确认你活在全然的信心中～ 有一条为你准备好的路。你不知道它是什么，但你可以在冥想和祈祷中请求那觉知来到你这里。现在，如果万物一体，那么这种觉知从何而来？你可以设想在自己的潜意识心智内 蕴含一切万有。潜意识的顶层充满了扭曲，但是 当心智之根向下移动到文化心智、国家心智、种族心智、地球心智，随着你通过这些觉知的层次 向下移动到原型心智的

最根部，你就会碰上更纯净、更清晰、更明了的概念 和认识无可言喻的真理，它以情绪表达自己。

所以 在冥想中，你正在做的 就是向下移动到潜意识心智，通过不使用显意识心

智而打开那个心智，允许自我下沉，沉到那些(心智)根部，在哪儿 资讯更为清晰，因为它没有言语。那个静止的、微小的声音是真正寂静的。实体很少会听到一个声音说:「做这个。做那个。」你将听到的是空无。但对于待在与爱共用的至圣所中 满怀信心等待的人来说，将有一种平安的感觉来到。这种平安要嘛知道「这是我该做的」 它可以把手指指向那儿，知道自己的位置，并心满意足。要嘛一种平静来到，它说:「无论发生什么，我都与之合作，因为我知道，我的东西将会来到我身边」。这两种觉知都是情感上的感觉，都包含着伟大的个人真理。我们鼓励你们每个想要知道下一步、下个方法的人，进入冥想，寻求下一步，谦卑地请求 以开始觉察到你的命运。

我们鼓励每个人允许时间的流逝。有时候，有种立即的领悟、立即的平静，只需 几秒钟就开始觉察到下一步。而在其他时候，一个人必须一次又一次地祈请信心 和耐心。这些等待的时光虽然艰难，却如同给大地施肥。如果你正在等待，我们 鼓励你快乐地等待吧，因为在这等待中，许多事情正在发生。土地正在整备。信 心不是买来的，也不是努力得来的。信心是在你跃入虚空之后 才会来到的东西。 一旦你坠落，你就会感受到[情感的]降落伞，你就会知道什么是真正的信心，但 你首先必须跳跃。

这个器皿正在鼓励我们向前迈进，因为我们有使用过多言语的倾向，所以我们在此时把这个通讯转给Jim 实体。我们感谢这个器皿，并在爱和光中离开它。我们

是Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，我再次于太一无限造物者的爱与光中 向你们每个人致意。在此刻我们很荣幸提供自己 来谈论在场者可能向我们提出的询问。在此刻有另一个询问吗？

R：除了跳跃之外，还有任何其他方式去认识信心?

我是Q‘uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们知道有些实体能够表达信心的品质，这是此生的天赋，而对于那些有信仰天赋的人来说，表达信心而不跳跃，表达跳跃的渴望 以更密切地认识信心 两者都更容易达成。我们知道，除了对你的人生和其中的命运变得易受伤，没有其他方法可以获得信心，因为当你在生命模式中的不同时期 面对这种或那种催化剂的不确定性，你会发现，唯一使你有自信走下去的路，就是那条以信心为里程碑和标记的道路。

有进一步的询问吗？

P：我们什么时候知道跳跃是一种诱惑，就像耶稣被撒旦诱惑去跃下；而什么时候知道跳跃是一种信心的行动？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这是本次会议的核心问题，因为有人 问我们何时以及如何认识那个静止、微小的声音，我们可以建议一个人倾听这个 声音 以认识何时适合跳跃，何时适合等待。因此，在所有存疑的情况下，我们 都

建议一个人练习冥想。冥想要行动或不行动，不管要多长的时间 你必须听到 那声音，感受往这个或那个方向的脉冲。如我们先前陈述的，这可能会在一瞬间 发生。也可能花费大量时间 在这过程中，我们要倚靠信心： 该过程本身、行动 本身和整个人生都会按部就班地展开，因为这不是一个机会(chance)占显著比重的宇宙。对于很多人，机会似乎是重要的，但从总体计划来看，若一个人能以远见 之眼看到肉身之外的世界，就会发现每个事件都有造物主的手在其中。事实上， 没有造物主的知晓，即使是一只小麻雀也不会落地。因此，冥想吧，我的姐妹。 冥想，有信心，自信地向前行。

有另一个询问吗？

B：我们如何才能在(不设防)易受伤 和保护自我之间找到平衡呢？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们只能建议你臣服于命运。这个器 皿常常听到这说法。我们的意思是： 你必须像是所有的意识之战士，投入你的日 常活动中，去经历那些属于你的体验。在某些情况中，你会觉得自己可以变得更 加易受伤[如你所称的]。在其他的情况中，你将觉得 你需要在某种程度上后退到某个安全建构或围墙后面，容我们说。随着你经历日常的活动 并体验和实验每一种可能性，你将会发现有些可能性比其他可能性感觉起来更有成就感，你自己将找到这种平衡。

你必须学会信任自己，信任你内在的脉冲，信任这个你们一直谈论的微小声音，直到它如同你最好的朋友一样 经常清晰地对你说话，因为它确实就是这样的(朋友)。随着你寻求去听到这个声音，等待言语，等待感觉并 等待直觉，你将确实 被这个最好的朋友、这个微小的声音告知这个情况，这个微小声音静静地待在内 在，

在此 平安居住在你存有的核心。

有进一步的询问吗?

(暂停)

我是Q'uo，看起来，我们已经从询问管中[利用这器皿的意像]挤出最后一个询问，

我们再次感谢各位 允许我们加入你们的寻求圈，并表达我们的想法和意见，它们已经对我们自己的寻求旅程很有帮助。此时，我们将离开这器皿，在太一无限造物者的爱和不可言喻的光中离开各位。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3908 章集：2008 Carla 问答集

密集传讯之一: 第11 场集会-问题与回答

2008 年二月10 日

Copyright © 2008 L/L Research

提问者：在调频的过程中，当你请求天使长的降临的时候，在我的笔记中记录着「代表所有以耶稣·基督之名前来的实体」。你能不能详述天使长降临的目的?

Carla：保护。就是那样简单。当你跟不可见的、非物质的能量和精华打交道，

人类～ 就好像我们是带着五种肉体感官的出厂状态～ 显著地没有配备去知道我们周围有什么能量。我认为通过冥想 以及变得越来越多地觉醒、觉察的过程，我们确实开始变得更为有能力去感知能量。但就准备好去传讯的意义上，我个人喜欢这种感觉： 用我信任且知道是强健的保护性、强烈正面性的能量 环绕在自己的周围。

提问者：基本上，在整个过程中 它们都会待在那里？

Carla：是的。然后在传讯结束时，它们就被释放了。

提问者：我正在思考我们昨天经历的过程： 在挑战之前为了保护而进行的调频， 对于实际上能够建立接触并传讯的人 我感到好奇。言语是如何出来的？它们跳 入你的头脑？因为它看似对于每一个人都稍稍有些不同。 我能到达等待并请求调节(作用)的位置。有一种特殊的肉体感觉，所以 我想， OK，它们基本上在告诉我 它们在这儿。但接下来我疑惑了。我是如此聚集于看 到这些言语以特定的方式出现 以致于我怀疑自己是否正在设置一个障碍。我确 实无法讲述我的头脑中正在思考什么。因为我们的头脑相当有能力去说:「我是

Laitos。」但我想要某种确认，某种拥有一个更好的感觉或意义的东西。我真的分不清自己的想法和它们的想法，所以我在等待。也许我还没有为接触做好准备。总之，那就是我的好奇心，如果你能描述一下你的心智是如何转译的，它如何来到你身边。

Carla：有趣的是： 你们当中有几个人一直尽力把文字放在萤幕上 接着从你的萤幕上读出文字。它肯定合乎逻辑，但我从未这样做过。我只是感觉到临在，然后

就往前进。当我说完「我是Laitos」，我就开始接到另一颗球。你们已经感觉到足够的临在，以大胆说出：「我是Laitos」。下一次，如果你就往前进并那样做，也许一些概念就会来到你这边。我不用萤幕的原因是：我没有收到言语。我收到一些概念。接下来我必须将它们转译为言语。这并非精确地是一个图像。很难精确地说它是什么。它就是一些印象。我带着一种非常轻微的印象前进，并开始说出它，在我说话的时候，它就变得更加清晰。我对于它的经验是：它是微妙的工作。它不是显而易见的工作。

提问者：所以，换句话说，只要前去打开电灯开关。每当轮到你的时候，好比你把通讯转给 R，他就应该直接说「我是Laitos」。你打开电灯开关，然后下一组 词语、概念或图片就会出现在你面前。

Carla：是的。那是我先前使用过的比喻，让你的屁股完整地越过那条线，接着放手。这是冒险的。你感觉很脆弱。当你无法控制自己接下来会说什么，继续下去，感觉就像是在冒很大的风险。这样做违背了我们社会的所有规定。所以这是反文化的。它也是反智力的。这根本不是一个智力过程。

我们这些惯于使用理智工作的人，习惯控制自己要说的话，习惯对自己要说的话小心翼翼。为了能够与这些能量一起工作，我们必须克服文化中的很多条件制约。我认为，当你工作时，透过一种信心的行动，你相当于向外跳跃。

R 确实说过他感觉到接触。他已经感觉到某种调节(作用)。因此，他不是凭空进行的。如果你没有感觉到任何事情，我不会建议开始传讯，我的意思是，你能够尝试说出那个签名，「我是Laitos」，看看那会把你带到何处。因为情况可以是，你并不是那种易于感到神经兴奋的人。你可能拥有相当平静的神经，因此，你可能

不会获得震颤之类的感觉。但，是的，就做出一次飞跃，看看它会把你带到何 处。

提问者：你为我扔出一把钥匙，因为我正希望或期待得到某种指示。但是，如我说过的，它是一种完全的空白。藉由来自于团体的祈祷，Laitos 会上来在我脑边猛拍一下，能发生这种情况吗？那会帮助挑动任何事情？

Carla：不会的，除了将他们的支持借给你，这个团体不能做任何事情。你不会了解这个团体的帮助有多出色，直到你离开这个团体。但这个团体无法代替你介入与Laitos 的接触。但是我认为，如果就是像那样子在完全空白的情况下前进的话，可能在你身上已经发生的事情是，你被淹没了。当每一件事情都变成空白时，你会有任何身体上的感觉吗？

提问者：没有，什么都没有。它就是黑暗。我是处于一种完全的空无之中。没有感觉，什么都没有。

Carla：当你冥想时，你会到达那个你刚刚体验到的位置，或者那个位置对于你 是不同寻常的？

提问者：没有，我从未达到那种空无的状态。

Carla：完全不同寻常。好的，那么 我认为你需要被那种体验所鼓舞，因为你正在体验到一种新的状态。也许，你传讯的方式，不知怎的，是在那种体验的另一面。

提问者：我想知道这是不是一些期望。记得我讲过的那个小故事？回到1999

年， 某天早上四点半，我坐着阅读圣经。我正坐在那里阅读旧约～ 不记得读到哪儿 了。有时候，你知道的，你读着读着，突然注视书页，了解到你没有在阅读，就 只是在看。嗯，就在我处于这种状态之际 脑海中浮出一个印象～ 不是听觉上的 而是在脑海中: 「爱德格·凯西」。 我从未真正熟悉该名字。我就是坐在那里，我知道，我颈部后面的汗毛竖起来了。 我内在某个东西说，我必须去调查它。所以，我去图书馆并开始查找它，然后， 在接下来的两三年中，那就是我下功夫的地方。

所以 我的重点是: 有可能我的期待就是这种言语 或者我从Laitos 那儿得到的感 觉会阻碍我吗，因为我正在期待某种类似那种体验的东西?

Carla: 有可能。但在另一方面，我并不完全确定，你正受到阻碍，因为这种虚无的状态对你来说是一种全新的状态。相反地，我在想，你是否被赋予了一个新的工作场所。如果你在一个头脑里没有任何想法的地方工作，似乎会有很丰富的可能性。

这似乎是获得新思想的绝佳机会，拥有从零开始工作的地基。我一生都在冥想，却从未到达那儿。听起来很美妙! 所以在我看来，这几乎是一项成就。就绝对意 义而言，达到那种虚无的境界是真正的成就。我不确定你是否受到阻碍。你可能 正在被开发。

提问者: 我可以分享过去的一次经历吗? 大约五年前，我参加了另一次的通灵培训，当时我们正在做初步练习。我很好地按照指示做着，然后突然间，我就出现在一片漆黑之中，在一片虚无之中。感觉就像一片虚无。我对虚空的感知是，它是产生一切事物的空间。当我有了在虚空中的经历之后，接下来的练习就顺利进行了，通灵也一切顺利。我只是想和你们分享那过程。

提问者：当你进入你的投影室时，你处于虚空中？在任何时候 当你为传讯调频时，你处于虚空中？

提问者：没有。我只有过那一次体验。我在其他时候去到虚空(状态)，但是在传讯过程中 我忽略该虚空。

提问者：我想那很可能就是我所在的位置。我认为那是一个好主意。我并不认为你正在被阻碍。我认为你(的情况)完全相反。在上两次 我已经进行调频了， 当我进入我的投影室，女性指导灵进来了，在她无定形的星光形态中，她说:「你 并不需要这个」她脱下我的皮肤 将它扔到一边，我就是这个光的存有。接下来， 男性(指导灵)出现了: 「你也不需要这个」 他脱下我的光(体) 将它扔到一旁， 我就是这个导线结构。接下来，就看我想不想释放那个[我曾是的]导线结构～ 这 是我自己的最后菁华。

然后，当我那样做，轰隆一声，我就处于你们谈论的那个黑暗境地了。对我来说， 那意味着我没有让自己的人格妨碍我的容器。所以，我认为那很可能是一个你开 始的很好位置。现在，你仅仅必须学会如何与它一起工作。

提问者：我也可以提出，在我们进行的过程中，我们经常会遭遇这样一个过程，在其中我们遇到一种空无的状态。该空无的状态是被感知为一种阻塞。实际上，它是你自己的相反端极性。进入一种虚无的状态，或一种空无，这对于某个人而言经常是可怕的，因为他是一种不同的感知。它仅仅是一种感知。那种感知是，如果你进入空无状态，那么你就不存在了。或者，它挑战了你的存在。因此，重点是平衡存在与不存在的极性。而极性的推论，或者你正在努力达到的目标，就

是充分地臣服于那个观念，以致于你不会害怕那种空无～ 无论是有意还是无意地(害怕)。若说空无不存在 那么物质也存在～ 它就只是存在的相反面极性。

提问者：妳可愿描述并解释同时有正面和负面传讯肉体的体验，另外 同时为正面和负面的实体传讯，肉体的感觉是怎样的？

Carla：我从未传讯过一个负面的实体。我一直足够小心谨慎来避免那种情况。

但就我对它的理解，传讯正面 和负面实体的体验是相同的。当我先前质问人们是如何被愚弄的，他们惯于说，它们以相同的能量进入。我已经看过 数个真正好的源头 随着岁月流逝而被玷污，接下来，基本上就我所知，它们变得不可信了。它们一开始是极为正面的，接着，由于人们问了以恐惧为基础的问题，他们收到越来越多的 以恐惧为基础的答案，以及跟厄运、阴暗、末日决战有关的具体答案。

所以 我们就问(讯息)来源：「那是如何发生的？那些好人，即使他们得到这些混杂极性的资讯，仍然维持正面导向，他们是如何被愚弄的？」答案是：负面极性的实体正在使用的光 与正面极性实体的相同。

它们是非常聪明的。它们可以模仿一个正面接触的振动特色，接管你最初的、正面的接触，由于你并不乐意去简单地说：「我不知道」或者,「我的源头无法谈 论它」 或者「我们很抱歉，但是自由意志将被侵犯」 或者无论什么话。

他们收到那个(讯息)，但他们并不想要传讯它。所以 在拒绝那个(讯息)中，就为负面极性实体模仿正面极性接触打开大门～ 它自称是正面的，接着开始给出混

杂的资讯。

混杂的资讯有时是非常微妙的。明显地，如果你开始得到：「除了你 所有人都是次要的。你才是重要的人」接着开始收到明显是负面的资讯，你就不会被愚 弄。但在另一方面，我们很容易被这样的说法所愚弄：「这个团体的各个方面恰 好都比其他人更有灵性」或者「你比其他人做了更多的工作」或者「有个位 置适合你，不适合别人」。

你开始成为精英，你收到：「那些为光工作的人必将有安全的地方；所以 我们想望给你们这些尤其充满了光的人内部消息：关于什么地方将是安全的。」渐渐地，它会堕落成 「一定要在那儿养头奶牛，因为孩子们将会需要牛奶 」之类的话。当你深入了解之后，你可以观看着它说：「这简直是胡说八道。这肯定是一个服务自我的实体～已经进入那里并开始传讯。」

但事情就是那样发生的，服务自我的实体是非常聪明的。它们善于模仿，只说它们是你想要的接触，然后它们给予你爱与光的资讯，接着你是特别的，你们必须前往一个安全的地方。

有这样一个女孩～ 我想她现在正在进行第四次旅行～ 有办法获得漂亮的资讯，但总是指向该事实：当一切都崩溃、世界消失时，她将带领一群人离开，她将管理去天堂的旅程，所以 人们想要搭上这列(往)天堂的快车。

她一开始总是说：「大约四或五年后」。然后时间到了，什么都没发生 她会消失一阵子。然后她又开始传讯：「嗯，你知道的，我们得到那错误资讯的原因是巴 啦-巴啦-巴啦」 然后她又从头开始，全新的一代，相同的事情。

有些人写信给我说，因为他们不同意她的观点，她说 他们不再值得跟她一起上天堂领域。他们必得被抛在后面。

她本身就是一个非常正面的人。我见过她。她唯一的渴望就是服务。她为此奉献一生。但出于某种原因，她真的需要成为这种旅途的响导，一个领导人群的重要人物。由于那个原因，她持续得到这种混杂的讯息。

我在电台与一个男子合作，采访一个名叫兰斯·怀特的人，古怪的隐士(Zany Mystic)，他就曾遇到这种事。他为了自己的电台节目 和她交谈过 他们一开始关系诚挚。后来，他不知怎的 就惹恼了她 她和他发生争执 给我看了她把他踢开的信。当然，你们知道正面极性的标志就是包容性。

如果你在做这种工作时 没有保持头脑摆脱各种执着，掉入陷阱是很容易的。她掉入陷阱 因为在她的传讯中 有一种小我的需要 (自己)要是重要的。 露丝·诺曼 ~ 我不知道她是否还在世。在1970、80 年代，她就已经这样做了。 她声称自己是大天使乌列尔的转世，每个人都做了对不起她的事。所有读过她作 品的人都必须了解到: 自己就是错怪她的人之一。他们必得回到她身边，请求她 的原谅，并送给她金钱和珠宝，以表示他们真的非常抱歉。她在这方面一定做得 很好，因为她在命运杂志上打广告，而那样打广告是很贵的。我就是在那儿看到 她的广告。有一段很长的埋怨: 关于她被错怪的地方。所以，你知道的，你可以得到一些(通灵)管道，在该过程中，显然有大量的小我涉入。

提问者: 对于负面实体来说，他们有一个工具就是欺骗，他们用欺骗来获取他人的能量，这么说准确吗？如果他们得不到别人的能量，他们很可能就会退缩？还

是说它们有自己的能量，与他人无关？

Carla：嗯，我认为答案既是肯定的 也是否定的。首先，当正面的人群觉醒，开始朝向光极化 由于他们的历程 接着开始生成光，然后，在宇宙中的那些势力[我称为忠诚的反对派]开始察觉到有一个新的光源～ 这究竟如何运作的 对于我依旧 是个奥秘。它们想要扑灭那个光，不然就是为了自己的目标而夺取光。

在那种情况中，它们的工具就是欺骗。它们只想要扑灭光 藉由提供诱惑而并愚弄人们 使他们分心 离开正在做的事情。你没必要去打倒那个人。你只要去让他

们分心 并使他们在某个位置走上岔路，或者让他们开始怀疑自己，感到(自己)无价值，诸如此类。以那种方式，它们使用欺骗、狡诈、诡计等工具。

但你也必须了解到，那些试图以负面方式极化的人，有一个小的收割～ 但仍旧是一次收割。那些尝试负面极化的人可以接触到无形的帮助，就好像我们这些尝试以正面极化的人可以接触到(星际)邦联。所以你得到猎户资讯源的方式 跟得到(星际)邦联资讯源的方式基本上是相同的。在与那些负面极化的实体谈话的过程中，它们一点也不会欺骗。

它们只是给出它们前来给予的资讯。负面的资讯就是：「你是造物者。你是奇妙的！体验你自己的荣耀！体验你自己的威严！认识到你的使命就是：利用在你周围的人 以执行你的工作。」

在教会、政界、公司中，有很多负面导向的人，他们非常有魅力，吸引人们向他们学习，希望从这个人身上获得经验，尽管这使他们不仅仅是学生，而且几乎成

了奴隶，他们工作非常辛苦，必得在周末工作，必得放弃自己的个人生活，好跟这个伟大的人一起工作。

但他们是被它的力量所吸引的。所以 他们想要学到足够多的东西 以便于他们能够成为那样的人： 底下有奴工来做所有的工作，由此累积力量等等。

因此，在某种意义上，你不能说它们是正面的。它们是负面的。但他们不诉诸欺骗。有些甘愿加入负面收割的学生，清楚知道自己想要极化，可以利用负面接触的因素。得到直截了当的资讯。我在像撒旦教之类的事物，某些很有说服力的作者写道，这才是真正的出路。

那种资讯就在那儿，就像正面的资讯放在那儿。所以 它不总是欺骗性的。有时候，它只是诚实直率的服务自我之资讯。

提问者：我想要讲述一个体验。有几分沿着保护自己的路线。昨晚，在我入睡几 小时后，我开始做梦，我正在其中通灵。我在该圈子里通灵，接着我开始落入出 神状态。我自己的另一个部分拉起我的手臂说：「你并没有被允许独自通灵。离 开这种出神状态。」

嗯，在梦中，我在圈子里，但没有人知道我也在床上，我不应该这样做。后来，这事又发生了。我进入睡眠，我在这个通灵圈中，我在通灵，然后我进入出神状态。我的声音变了，我完全被一个不同的实体吞噬，我说话的方式完全不同，每 一次，我自己的一个元素都会拉住我的手臂说：「你不被允许独自通灵。别这样

做。」

到了某个点，我的较高自我 或者说守护着我的任何存有对我说：「你得醒过来，

离开这个梦境 因为如果你现在不脱离这个梦 你就再也回不来了』 我的问题是: 当我独自一人时 我一直在通灵，我在睡眠中会遇到危险吗？那是可能的？

Carla：不真的会(危险)。你当然表现失常并受到惊吓。再次地，我认为它基本上是一种分心。

提问者：我想知道是否有任何其他人体验过那种情况，在他们昨晚的梦中，或者曾经梦见过。

提问者：我想我梦见过 我正在通灵，接着，我醒过来了。较高自我把我叫醒。正好是在三点钟。带着一点点对我自己的幽默感中，我说：「好吧，如果这是一种问候，我送给你光与爱。」你知道的，我对此有种幽默感。

Jim：好些年以前，当我们正在与Ra 接触的时候，一天晚上在睡觉时，得到了一个异象，在其中Don、Carla、我正坐在一个小屋的前廊。那是一个晴朗的日子，除了有这朵非常暗黑的云，它飘过来并覆盖了天空。接下来，它产生出了一种龙卷风式的旋风，朝着我们正坐着的小屋门口降落下来。在这龙卷风的末端，有个骷髅头。它正在尝试去把我们带走。我向它送出爱与光，真诚的、衷心的爱与光， 它就消失了。

所以 我认为，无论你是在睡眠中，还是在预知状态下，或者是在通灵时，只要你接触到任何类似的原力，只要你向它发送真诚的、衷心的爱与光，而且是真心实意的，它们通常都会受不了。太令人作呕了。它们就会走开。

提问者：如果我受到任何负面东西的猛攻，我学会的最佳应对方式 就是去获得

那个整体图像 并从顶部向下观看它。说真的 我们在此做什么呢，我们都是造物者，甚至负面实体也是造物者，它们正在体验极度的分离性。对我来说，对此产生爱和悲悯是容易的，并感激我不必在那儿感到如此分离，把它看成一场游戏。然后你会说：「哦，好吧，该我行动了」。有时这很难做到，我不是说我全时间都能做到。我肯定不行，因为它会消磨一个人....

Carla：我在此会评论一件事：所有这些体验都表明，灵性的世界会怎样精确地回应我们正在尝试去做的事情。那儿有正面的帮助，但我们当中很多人都正在体验到旨在恐吓我们、让我们分心，或者使得我们用这样或那样一种方式停工的负面致意。

这是不是很有趣？我们一直在努力为更多的服务、更多的爱和光敞开心，这才几天，忠实的反对派就已经开始围攻我们了。如果你想知道你是否在这里做了什么，没有其他事可以说明，而我们当中一些人受到的所有这些阻力正在表明：「是的，这是真实的。是的，这正在发生。是的，灵的世界正在注意这些」。

提问者：我们正在更多地成为一个大玩家。

Carla：是的。在选择之书[1]中，当人们决定不仅仅要开放自己的心，还要进入大门以进行冥想、疗愈、传讯、日志，以及所有通过该大门拉进来的东西，我称呼他们为灯塔层次的玩家。所以，灯塔层次的玩家尤其易于受到超心灵致意。(因)他们正在使用更多的光。

提问者：我苦于怯场，若我得花费多次练习才真正能够敞开并放开，我并不会感到吃惊，所以，我想知道，你是否认为在调频的过程中，陈述某种具体的事情会允

许我克服我天生的害羞……

Carla：肯定的。我认为 暗示你自己是非常有帮助的，绝对地。

提问者：我昨晚做了一个梦，可能涉及暗黑的原力。我有一个叔叔，我确信他走在负面的道途上。我不知道他到底是谁，因为我与他最后一次互动时 还是一个孩子。但是他经常是我梦中的一个角色，他在梦境中是一个暗黑的人物，肯定不讨人喜欢。但昨晚 他来找我，他在展示他的力量。他有明显无误的(各种)力量。他能读取心智。他能改变物质的实相。那时，他想要教导我。他似乎真心渴望帮助我。在我的记忆中，我一直在肯定自己的正面极性，我说：「我不能挫败别人，我不能控制别人。」我一直在问他 他的极性是什么，他对此真的模棱两可。他不愿透露。那就是所有我记得的东西了。

提问者：我也能够分享一个梦，(我)讲很快。今天早上起床前 我做了一个梦，我告诉了N 和T。(梦里)有一场剧烈的风暴，我所在的房子被吹倒了。我飞快地跑到房子前面，因为房子开始倒塌，这些部件要掉下来，并在房屋的一部分石块掉下来时将我杀死。我想起Carla 教给我们的一句话:「如果我活着，我在基督中活着，如果我死去，我在基督中死去」 接着我失去对死亡的恐惧。但就在那一刻，房子塌了下来，巨大的钢铁部件也塌了下来，我知道我就要死了。但我还是逃了出来，因为它们相互撞落在一起 (反而)被我保护在中间。我逃出该房子。

但那时发生的事情，绝大部分是象征性的。我把房子视为我自己，而强风和坏天气是改变，以及类似那种遭遇的脚本，接着我重新确认自己的位置，藉由不去害怕死亡，我处于正面中。我先前从未有过那样的体验。你们知道的，我一直都怕死。那是对我的一个巨大的唤醒。非常深刻。

提问者： 我明白，因为我怯场，不想让自己难堪。当我感受到能量并知道它就在那儿，我的看法是： 我必须在半路上迎接他们，必须张开我的嘴。必须愿意把自己摆在台面上说话，坚信有东西说出来，而且听起来不会很愚蠢。所以我理解你的想法。我猜想 我的感知是： 我是在半路上遇到该接触。

提问者：我有另一个给团体的问题，它是重复R 的问题。我认为你们很可能早已回答我将要提出的问题，它是： 当你们传递言语时，它们是在你正在说出它的时候 一次一个地出现吗，就好像你说的，在半路上遇到它？还是说，在你通过声音表达出来之前，你已经预感到这些词语会是什么？

提问者：昨天，在初步练习结束时，我正在观看萤幕，词语单纯地出现在萤幕上。我有过那种体验。然后，当我实际上传讯 并讲述一个故事，当故事开始时，我盯着那个萤幕，什么也没发生。接下来，在特定的(时)点，我在萤幕上看到一副图像。就好像在萤幕上看一部电影。于是 接下来我的言语描述我在萤幕上看到的图像。OK，现在，后来图像和萤幕都消失了。在我开始传讯之后，它就彷佛该故事在选择我的言语，如果你理解的话。

提问者：一次一句吗？ 提问者：通过一格一格的画

面。

提问者：我的体验是，你进入一种状态，你知道你处于一种转变过的(另类)状态。对我而言，就是感觉你的第三只眼启动了。然后你说，OK。你不用投入观看萤幕本身。对于一些人 它管用。其他一些人是视觉型的，会看到其他东西。但我不认为任何人都能照搬别人的技巧。我猜想我所遵循的是： 如果我处于转变过的状态 无论我说什么都OK。

提问者：你们没有在监看词语？你们只是非常被动(跟随)？

提问者：好吧，如果我告诉 你我是怎么做的，它将不会成为你做的方式。我的感觉是： 如果你处于那种状态，就去做。忘记言语如何出现的。就是说出它。如果你是出于那种转变过的状态，要有自信，无论你做什么都是OK 的。

提问者：我曾尝试在言语出现之前 去预测这些话会是什么，结果就是废话、胡言乱语。

提问者 我很确定 我看到的东西是我的想象，我只是说了出来，因为那东西就在那儿。然后从那儿起 我在半路上遇到它们，它们就开始提供资讯了。它们有点

利用了我放在那儿给他们的元素。

Carla：它们具有那种在汽车里的GPS 特色，如果你偏离航向，那个小装置就以某种方式重新设置 并从你确切所在的位置指引你。传讯的源头就有点像那样。如果你偏离航向，它们只是温和地和你一同工作 从那个点讲故事，或者从那个点接着传讯。

对于正在给出的内容 和你所接收到的内容之间的微小变化，它们是相当宽容的。它们能够站在你要说出来的内容上 与你一同工作。它们的目标依旧没有改变。它们想要去产出大量的言语，这些言语拥有潜力去帮助人们觉醒 并了解到他们是谁 以及为什么他们在这里。

提问者：我的看法是： 自由意志必须以那种方式运作。否则它们就会侵犯你的自

由意志了。它必须是你自己的想象。必须要有一个同辈的集合。否则，如果都是它们的言语，你仅仅提供嘴巴，这几乎就好像是，它会是侵犯，对你身体的占据以及侵入。你知道我的意思。*

(*编注：这段文字只是该成员的个人意见 不代表 L/L 研究中心的立场)

提问者：它对我来说是古怪的，因为在我建构工作空间的过程中，我难以看见自己在建构工作空间彷佛是某个其他人正在建构它。它是我，但它是某个其他人。当我们正在谈话时，我是在故事中的那个人，不同的事情在我身上发生。它在某种程度上像是你方才谈论的概念。它们会以不同的气泡(形式)出现在故事中。所以我才知道这不只是我的想象。因为我很难把自己置身于第三人称观点中，出于某种原因。

提问者：我认为我可以讲述一个故事，它让我印象深刻，它让明白负面如何进入正面；开始是正面的人们如何进入负面导向而不自知。

在华盛顿特区，我曾为一个政策研究团体工作。该集团的总裁曾是林登·詹森的 内阁成员，他讲了这个故事。詹森很明显地从未喜欢一个政策被泄露。他想要自 己揭露它。而这些政策当中的一个被泄露了。

在该政策被制定以后，他们明显去度假了。该政策被泄露了；而这个机构的总裁，当时是内阁的成员，正在波多黎各的海滩上。他看着这个送信人穿过海滩走向它，那个人有一份电报。电报来自林登·詹森，上面写着：「你泄露了消息？」

所以他给送信人回了一个讯息，说没有。但他必须说：「没有，长官(sir)」。因为如果他不说「长官」，林登·詹森就会给他回另一个电报，写着：「要说长官」。

所以，谈到权力与自视甚高，林登·詹森就是这样，在他周围创出了所有这一切， 为那些必须为他工作的人们创造的。你知道的，当你说「使得在他周围的人们日夜工作」，那就是他工作的方式。你必须随时待命，白天或夜晚，任何时间，为了无论什么原因。

我想到的是：在一方面，詹森他自己正在尝试去做好事，另一方面，他使我们更深地陷入越南(战争)。每一个与他工作的人都正在尝试去做好事，而他们同时又陷入这种权力的东西。

这个机构的总裁也是同样的。你不必对他说「长官」但你永远不能批评他，或 说任何扰乱他的小我(ego)的事情。不过 这个机构旨在做好事。所以 如果你在这个世界中生活，你将会前往某个地方 在你的机构中提升自己，你会恒常地尝试成为正面的。而这负面的部分就在那里暗中破坏整件事。你要如何处理它，我尚未弄明白。

提问者：我记得S 在回家聚会上提过那一点。有一场集会是关于他如何在企业的环境中 保持正面极性。

Carla：看来，正面的工作场所确实很稀缺，因此，无论你在哪里工作，都需要你的投入，让这里更有家庭导向的友爱感，而非一个无尽竞争、狗咬狗的地方。还有更多问题吗？

提问者：(听不见)。

Carla：很遗憾，我没有听到你说的全部内容。但是，让我说说 我认为我听到的东西： 有一个人正在体验正面接触 带有大量的爱与光，同时感觉到一种负面接触 带有一种恐惧、寒冷、沉重的感觉。

我在清醒状态下没有过那种体验，因为我的超心灵(敏锐度) 跟厚纸板一样厚，因此我不会不经意地开始把东西捡起来。我必须有意去做。但在噩梦中，我经常体验到它～ 一种无名的恐惧感。它开始变得越来越沉重，越来越寒冷。然后 我对它的反应是： 要把我自己弄醒。接下来 它看起来彷佛永远地抓住我。我知道 如果我能抬起小手指或睁开眼睛的话，我就会没事。因此，我就坐在梦境中，用我所有的力气尝试去抬起小手指，彷佛它是世界上最重的东西。最后，几乎听得到啪地一声，我将小手指抬起来了，接着我醒了。

我曾经做过的 最恐怖的噩梦是： 我在其中移动手指，或者睁开我的眼睛并醒来，但我没有了解到： 我醒来(仍)在梦中。然后我会想： 「哦，好也，我现在自

由了！我醒了」。接下来 事情会再次逐渐变得越来越沉重、寒冷、暗黑，我了解 到：我根本没有脱离梦境。那个过程持续进行四次、五次、六次，终于 我变得 足够强烈地渴望脱离梦境，我最终激动地站起来，倒了一杯茶，也许还读一会儿 书 好让我自己完全摆脱那种状态。因为如果我回去睡觉，我将会返回相同的梦 中。

提问者：有时候 我认为那些寒冷、暗黑、可怕的感觉几乎就是一种祝福，因为它们真的使你伸手去拿你的信心。我经历过那种状况，比如在教堂中，我几乎能看到各种异象，因为我是如此绝望 以致于我必得真的、真的相信。阅读Carla的(通灵)资料 对于我度过艰难时刻帮助很大。

原注

[1] Carla 在这个时期 正在撰写《活出一的法则首部曲：选择》

译者T.S 的话:

在工作这篇文章的时候，一部电影同时性地出现 与之产生某种有趣回声，在本文中Carla 提到 一个通灵团体，尽管如此地正面且全身心地奉献给它们的服务，却因为个人的小我扭曲让服务走 向了恐惧与控制的面向，在一部倾听我的声音《Sound of My voice》的电影中 对于类似团体的 情节做了非常生动的描述，希望这个小小的补充资料 能够对于理解相关的部分有所帮助。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3909 章集：寻求者的周期

周日冥想

1996 年四月21 日

团体问题：在灵性的道途上旅行，似乎很多人在一段时间后就会感到疲惫不堪，我们想知道是什么在燃烧我们的灵感、渴望、意志，它是什么？如果要再次得到我们的灵感，要去做的最佳事情是什么？在道途上歇息的智慧是什么？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱和无限之光中向你们 致意。我们感谢你们在这个美好的日子 呼唤我们来到你们的团体。你们的春天 再次循环到来，那是拓展光的时间，甚至是在纯粹的物质幻象中，你们的色彩绽 放了，花朵在光的增长中欢呼着。随着你们每一天光额度的增加，你们人群也感 受到了振动的提升。你们星球的自我觉察生命 确切地增加对起初思维之保真 度。随着光的增加，对爱的记忆也在增加。

这就如同在形而上层面上的百花盛开，所以 春天非常有益于更精微的密度，它完全不单纯是一种表面的现象。确实，每个实体，每种事物，都拥有它的季节和存在之周期，对于灵性的寻求者，这样的周期是在意料之中的。

我们不想要忘了提醒每一位，一如既往，不要把我们的言语视为权威讲的，而是在灵性道途上的同伴寻求者、同伴流浪者讲的话。我们不是绝无过失的。确实，没有任何源头是绝无过失的。因为去说话就是犯错。在这些言语和象征具有意义

的层次上，指有可能取得近似的理解或真理。真理潜藏在所有的表像背后。这(事实)也包括更精微的密度。

当我们沉思如何讨论这个有趣的主题，我们发现自己开始考虑每个寻求者的菁华。在所有情况中，这种菁华都是爱的完美振动，即是伟大的起初思维，以个人选择的方式扭曲成个人独特的样式，于是 每个实体都与其他实体一致，于此同时，反过来说，每个实体都是完全分开的，与其他任何实体都不同，因为就像雪花一样，没有两个实体是一模一样的。正如同每个实体都有其独特的指纹，所以个别的意识火花已经凝聚成子-子理则，也就是每个寻求者，该已凝聚的实体有

其 独特的灵魂印记或自我的签名。这意味着每个实体，除了共同的时间周期、季节 周期等等，还有对那个人而言 独特的额外周期。寻求者都有些共同的倾向，但 就最深层的意义上讲，每个寻求者都必须绘制自己的周期图，并为自己穿透这些 周期的奥秘，因为对别人来说完美的方法，对自己来说可能并非处理这些灵性周 期的最佳方式。一个人在探寻自己本性的深层真相时，可以获得很多好的技巧、 好的工具和资源，但他必须始终依靠自我内在的辨别机能。

这种辨别力并不完全是一种被动的力量。激发辨别力的燃料蕴藏在心智深处，可以被视为潜在的记忆。换句话说，在自我的菁华中隐含着真理，在你称为的过去中储存着真理；不仅是寰宇的灵性真理，而且更重要的是，这些灵性真理对你的意识[无限的实体]怎样开始变得有意义。

你的存有已经完成了很多很多工作。很多东西已经被储存起来。在潜意识中，这些潜在的记忆如同隐藏的宝藏。打开那宝藏的钥匙就是肯定自我的过程，该过程始于静默、冥想，始于打开内心的至圣所之门，在那超越时间和空间的圣中之圣，你[意识]与造物主同住，在永恒的帐幕中崇拜、赞美、感恩。在原型自我中蕴藏着深层的身份，而你正是想进入这部分的身份。从这个神圣的地方，产生属于你自己的识别机能。当我们或他人对你们说话的方式 与你们深层的辨别机能产生共鸣，就好像潜在的记忆被允许进入有意识的俗世自我，也就是你们清醒的人格。

使用冥想、静默和各种沉思练习，是为了打开从深层心智进入显意识、世间的、肉身心智的通道，也就是与无限的意识合作，在你的幻象中生活 并为生活提供结构。每个实体都会有相当规律的热忱 和缺乏热忱的周期。现在，每个实体都把这种缺乏热忱的情况称为「精疲力竭」，这是在周期中 寻求者感到不兴奋的(时)点的称呼。自我菁华的真相 与这些热忱的季节 和精疲力竭的季节并无太大关

联。每个人正在学习的东西，都可以由将自己置身于寂静中的自我来处理，而不管心智表面发生了怎样的情绪变化，因为即使在最狂风暴雨的海洋中，表面下的运动也远为深邃，远远不那么明显，更深层的意识过程也是如此。

你在旺季学习、在淡季也学习，如果在任何季节，妳单纯地以非戏剧性的方式记住

自己是谁、在寻求甚么，那你对表面情况的情绪反应，其实相对地不重要。作为一个寻求者，你不必言词华丽。作为一个寻求者，你不必保持热忱来做你的工作。就生活规则而言，没有必要每天都照搬照抄。每个寻求者都需要根据自己的表面天气、表面层次上的感觉需求、时间和空间层次以及幻象内部的联系来调整自己的生活规则。每个人都应该根据自己的需求、渴求、欲望来改变自己的生活规则，这不只是令人满意的，也是值得推荐的。

让我们试着澄清这点。仅仅因为一个人停止热衷于某种练习，不足以成为改变那个练习的理由。只要不渴求另一种特定的练习，无论是在热忱高昂的天气，还是在相反的天气，坚持练习都是好的。无论如何，只要寻求者经常进入聆听，静静地聆听，寻求者就会有相当的自信，在适当的时候，将有灵感和渴望来改变自己的练习。

如果一种替代性的练习打动了该寻求者，那么，务必让那个寻求者根据这种新的热忱改变其练习。但是，当气候干燥，人灵感到孤立、干旱，在灵性上普遍处于沙漠之中时，这就是坚持的时候了。就在这个时候，我们要求自己回忆起，那些深刻抱持的渴望似乎仍然是美好的，尽管渴慕已经消失，但依靠这些记忆是非常好的。在没有另一种练习的情况下，继续进行迄今为止似乎美好的练习。

这个器皿会建议，她过去说过，如果你早已有个工作，去找到一个好工作是更容易的。在寻求(过程)中也是一样，坚持并忠实于一种影响日常生活的练习，这种练习会使自己经常、不可避免地、每天都忆起造物主。所以 如果有个练习不再感觉新鲜，这仍然是可接受的练习。这些定期的静默和发问是全然重要的，因为造物者和你一起为你的此生制定了一个优雅的计画。学习和服务所需的一切都已准备就绪。因此，学会持续恪守的实体才可能得到更深的满足与承诺之果实。

寻求太一无限造物者的意志是一门艺术。那种艺术扎根于这样这一种信心中: 即你确实有一条合适的道途。我们确实要对每个人说: 每个人都的确有一条非常合适的道途。现在，每条道途都对个体的自由意志开放，但是，随着那条道途的展开，每一个人都将无可回避地跟随该道途，因为它不是一条笔直的路。它经常是迂回又复杂的道途，但在你的道途上 所有的变化都引领你通往太一无限造物者的无限之爱。无论你选择的道途的一般变化是什么，你仍旧在你的道途上，因为该道途更多是一场自我的旅程，而非在时间与空间之内的一场旅程。

这些概念几乎不可能使用你们的语言来分享。若我们显得含糊不清，我们感到抱歉。但我们深信，你们无法毁掉自己的道途。你不能不从所有体验中不断获得回馈，那为自我提供了恒常的、自我更新的催化剂源头。

在运动方面，有时在一己的道途上奔跑会感觉良好，这时我们会敦促你的双脚插

上翅膀。当情绪体受到打击，需要休息和恢复的那些时候 道途上就会出现停顿。但是，在自我情绪的气候中 各种情绪都是可接受的。

我们会在此时 把这个通讯转移给Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我

们是Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我们是Q'uo 群体，我们通过这个器皿 再次于爱与光中向你们各位致意。在此刻我们要问，是否有任何我们可以尝试谈论的进一步询问？

R：当我坐下来冥想时，如何保持静默 你们能不能给我一个建议？

当我们被要求加入任何实体[好比你自己] 一起进入冥想状态，我们有能力也有荣幸尝试将我们的与你们的振动调和在一起，以减少警觉性的波峰和波谷，即你大脑工作的贝塔波。这样，你所感知到的环境就会以一种更加平和的方式在你的视线中移动。就好像我们被带到了你们大脑活动的背面，并有机会乘风破浪，使每一个波浪都更加接近和谐，或者说，在物理意义上，我们看到的更多是涟漪，而非波浪。当我们进行这种振动的调和，我们倾向于从紫罗兰光芒或顶轮工作 向下进入心轮 和积累的爱的储藏所一同工作，这种爱就是你的存有之菁华，藉由我们的爱之振动与你们的调合在一起，帮助冥想状态的开启 或者降低显意识的状态。然后我们希望提供一个更为平静祥和的环境，让你们可以在其中练习太一无限造物者(之临在)。你们和我们在这种振动的调和中 共同承担的责任，就是使 用这种调和以服务他人。无论你感受到的爱的菁华或内核是什么，无论你在自己 的理解中建立了怎样的连结，都可以说是一种果实，当你把它运用到自己的生活 模式中时，就可以为他人服务。这情况对我们也是如此。

有进一步的询问吗？

B：我想知道如何与工作中的一个人打交道，我似乎经常与他争吵。我如何避免争吵？

我是Q'uo，我们可以评论。我们察觉到：这个实体想要与你对抗，并在每次交锋中占上风，于是建立一种支配系统；当你被要求与这个实体共处时，你很难不参与冲突，而这个实体似乎不只喜欢与你冲突，还喜欢与他人冲突。围绕着自由意志和个人意志的表达，形成了许许多多种类的人格。不可避免地 将会有冲突和混乱，因为个人身份的自由意志表达是第三密度的实体应当使用 或不带分辨力地使用的一种活动，而这种自由意志的表达是所有选择的核心，对于极性的选择

至为重要；而该选择即是这个密度的礼物。因此，每个实体都在以自己的方式 试图开辟出一种人格载具，携带该人格到它想去的那些地方。

无论如何，你完好无损的高度敏感性清楚觉察到，人们群聚的工作场所似乎会出现很多摩擦或浪费能量，而人格在这种地方可以找到自己最充分的戏剧，也就是跟其他多个人格发生冲突的戏剧。这正是你们密度的素材，我的兄弟，因此无论这些互动(过程)是长或短，强烈或不强烈，总是有机会为从他人那儿收到的任何东西付出爱，每个实例都提供特定程度的困难，而此时你的困难 比起大多数时候都更具挑战性。不过 我们可以向每个实体保证， 每个人格以及与这些人格互动的机会都是以可能达成的方式给予的： 去给出爱而非冲突。我们只能建议每个实体尽可能常常使用冥想状态，以便将自己的渴望和意图 回归到适当的调音状态。

(换带子。在此期间，Q'uo 结束先前的回答，接着B 提出另一个问题) (Jim 传讯)

如你们在今天以前就已经观察到的，要去变得易受伤是困难的。当一个人想望给予爱和接纳 以代替自我遭逢的任何冲突，他就把自己置于一个易受伤的位置，因为他并没有试图去保护自己。去保护是正在路上努力靠近理解的实体们 更常见或更自然的反应。你们都很清楚，这并不容易，不过 总是有可能的，正是为了这种突破的可能性，才要做出这样的努力。

有进一步的询问题吗？

B：有时我但愿服务，却找不到一个人可服务。这让人非常沮丧。你有没有遇到过这种情况？

我们和你们一样，都非常渴望为他人服务。然而，我们多少更善于感受机会，并 以适当的方式来回应，因为我们总是可能简单地把爱的振动、光和治疗 传递给 那些处于痛苦中的实体，他们带着苦恼呼唤这种治疗。要做到这一点对你们来说 并不容易，不过 若你们愿意肩负起这项使命，这也是可能的。

一个人在日常活动中会遇到许多实体，即使是最微小的微笑或提供最小的协助， 对任何实体都能带来许多意义。甚至把最少额度的时间和能量给另一个人就是去 协助了。想望去协助，就是去减轻这个星球的振动 藉由简单的渴望，要在爱中 服务他人，而非通过头脑中的阴谋诡计 和伴随着这种随机渴望的随意想法给他 人带来困难和悲伤。因此，在为他人服务的渴望中 调整自己的心智/身体/灵性综 合体，就其本身与菁华就是一种服务。哪里有服务的渴望，那儿就有服务的机会。

因此，在对其他人有所服务的渴望中去对于一个人自己的心/身/灵复合体的调

音，在其自身及其实质之中就是一种服务。在有服务的渴望的地方，就一直都会有去服务的机会。

在此刻有另一个询问吗？

(暂停)

我是Q'uo，一如既往 我们至为感激在今天与这个寻求圈中的每个实体在一起。我们感觉到，当这些询问是来自于心，去知晓的渴望所凭借的深度和力量就得到增强。

我们很感激各位允许我们成为这个极为个人的分享 包括各种关切、理想、灵感、混淆，因为所有这些都是每个实体中的造物主的一部分。[每个]实体都有一个大拼图的一部分，当我们在这样的集会中聚集在一起，我们看见的、感受的，都比我们先前曾是的任何个体化部分要多得多。对于这次成长和服务的机会，我们衷心感谢你们。现在，我们将在太一无限造物者的爱与光中离开这个器皿。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3910 章集：时间不够(完整版)

周日冥想

1996 年九月 15 日

小组问题：本周的问题与该感觉有关： 我们没有足够时间去做我们来此要做的工作。在关于时间的方面，何时这个工作才是真正完成了？当我们忧虑时，会发生

什么事？ 跟我们谈谈时间、忧虑、灵性的工作。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的Q'uo 原则，在无限造物者的爱与光中向你们致意。容我们感谢各位来到这个寻求圈。我们很感激收到你们的呼叫，来到你们的会议中 与你们谈谈时间的主题以及存在于时间的概念中的一些涵义。在我们谈话之际，我们请求各位运用自己的辨别力，因为你们每个人都有力量与智慧去辨认出属于你的真理。彷佛你的真理就潜伏着 等待你去重新发现，忆起你早已知道的东西。如果我们的一些想法(在你心中)响起真理的铃声，我们无论如何都带着一颗饱满且快乐的心将它们提供给你们。如果我们没有击中标的，那么我们请求你们单纯地放下这些想法并继续前行。

谈论时间即是谈论组成你们幻象的原初变貌之一。那么就让我们从我们的时间与空间的概念开始。虽然我们无法确认这点，我们的意见是:时间是一块基石，它存在是为了序列的幻象 以便于向造物主的孩子们 提供一种在表面上大大小小事件的顺序。时间是基础基石的一半，属于你们感知的共识实相，如你们的文化与科学所知道的宇宙。这就彷佛造物主拿起理则，也就是爱，与伟大的起初创造原力配对，使其成为一种可感知的幻象。该手段是灌注爱以创造出一个动能的宇宙；它是光，光的基本单元为光子。我们觉得光子与一个单元的爱结合 创造出

空间与时间。它同样也创造出时间与空间。

现在，我们将你们感知到的物理造物(世界)标注为空间/时间，也就是空间-斜线- 时间，表明空间明显优于时间。这就是你们在投生体验期间所处的幻象。还有一 个宇宙，这个器皿更喜欢称之为灵的宇宙 或灵的世界。这个形而上宇宙

是由时 间/空间、或时间-斜线-空间、或时间在空间之上，所构成的。在这个造物里面 时 间幻象占有主导地位，在该幻象中，情况有很大的不同。

无论如何，空间/时间的物理宇宙，还是时间/空间的形而上宇宙，都是同等虚幻的，都是为了一个综合的、总体的目标而受造的，如我们说过的，就是创造一种 序列的幻象。据我们所知，最不虚幻的状态就是没有空间和时间的状态。这就是 真理，所有实体都植根于此，它完全超越空间与时间 所有实体都是它的一份子。

然而，(若)没有这些幻象，(宇宙)造物就在合一中安歇，祂不会作梦 也不会对祂自己讲话。的确，一个人可以多少有些诙谐地将空间/时间与时间/空间称为太一无限造物者的梦境，在这场梦中 造物主希望认识祂自己。造物主希望祂的每个单元、每个存有[也就是爱 你们每个人的本质] 都将体验各种事物让造物主增添对祂 的特性的认识，因为造物主慷慨地将祂完整的本质给予宇宙的每个共同-造物 者。对于我们、你们，对于最高的存有 以及表面上最低下的 拥有自我觉察的生 物，都被给予一种特性，那就是爱。藉由时间/空间与空间/时间的密谋，(实体们) 做出选择。

每个爱的单元都发现自己有进展，都发现自己被提供任意数量的的行动、想法、途径、方向。(宇宙)没有企图控制任何实体的思想与反应，因为每个实体都如其所是地被珍爱。造物主爱得如此地完整、如此彻底、如此纯粹，以致于祂爱每一 个微小的念头，每一种无论什么的存在状态，也包括这个器皿通常称为的: 人格 暗黑面的那些自我面向。

你如其所是地被爱，你无处可去，不管达成任何事都不能在你和造物主之间创造出更多的认可或更强烈的爱。在最为形而上的眼睛看见你的任何想法之前，你早

已受造，被钟爱，因为(所有)被送出去体验并回归合一的单元已经出去很多次，又回来很多次，就我们所知，这是一个无限的宇宙。

现在，这个宏伟的幻象[空间/时间]的特性是什么？你如何能使用它？时间/空间的特性是什么，你如何能使用它？首先，我们请求每个人考虑该可能性： 正确使用时间首先是正确使用意识或注意力。在你们的文化中，重要性的砝码一般都给了已进行、已完成的行动。有很多灵性上的鼓励字句是这样的：「凭着他们的果 子，你们将认识他们。」实体们几乎总是把这些果子视为时间和注意力的成果，

也就是金钱、完成的专案、或在爱中提供的服务，当然，所有这些成就都是优异的，显示了对于才能和天赋的管理，据我们所知，都是对那些天赋的正确使用。

无论如何，这种观点错失的东西具有远远更深层次的重要性 即你的意识要如何校准得 跟爱的起初思维之振动一致。确实，你可以给自己打分 首先根据你时时刻刻面对共时性实相的调频来打分。在我们看来，我们无法设想一个人没时间去做自己的主要工作，因为该工作就是以本质上属于你 尽量清晰无扭曲的方式 带着最接近爱的振动 去体验所有来到你面前的催化剂。这种调频，人们可以把它想成好比光速的常数～ 比方说，爱的速度～ 对所有实体来说都是相同的。然而，每个实体都是独特的，所以每个实体的道途也是独特的。每个人时时刻刻调频自我的方式都必须是他自己的，而不是死记硬背地教导给一个群体，每个人都做着与其他人完全相同的事情。通往最清晰的自我觉知的道途对每个寻求者来说都是独特的。

无论如何，我们鼓励每个人在思考如何正确利用时间时，首先要考虑自我是否被调频到 跟爱的振动相匹配。每个人都感觉到这内在的常数，我们此时停顿一会

儿，以允许每个人移动进入心中，将注意力移到内在 那个等同形而上之心的地方，即绿色光芒能量中心。这里是爱进入受造身体的座席。这里是圣中至圣，完整、纯粹、无扭曲的爱安住着。进入这内在的圣地，敞开心 并感受太一无限造物者的爱。

就像太阳照亮天空，充满气力的造物主于你的内在歇息，照亮你的路。这扇门的钥匙，打开你自己圣心之门的钥匙，就是静默，转向内在聆听静默。这种转向内在的习惯，这种首先将注意力集中在造物者[即是爱]之上的习惯，将在每个人尝试去寻求自己的生命真相和旅程之际 对每个人都非常有益处。因此，一个人可以结束一次投生，然后才了解到自己没有时间去做自己要做的事了。然而，人采用肉身的(人生)目标却可以在每一个活着的时刻进行。

我们向名为O 的实体致意，他正快乐地、高亢地发出尖锐声音，我们向这个圈子的最小成员保证，我们与他一起欢庆。

从内在那个包含真理 包含爱的地方出发, 人们可能会开始感受到一种能量 ~ 它跟一个人睡了多少觉 或身体似乎多健康无关 ~ 开始增强和补充能量给四处移动身体的灵，而非(直接)给身体。每个人都会在踏上她的路之际 找到这个就在身边的帮手。这样的协助将使一个人能知晓、认出、认可已经给予每个人的那些礼物，因为每个人都带着至少三件要去做的事 而来此：去体验、亲自地学习、以及在彼此服务的过程中使用其天赋，因为在服务彼此的过程中 你服务了太一无限造物者。

我们请求每个人将彼此视为造物主的双手、声音、面容。造物主无法对任何人微笑, 无法向任何人伸手, 也无法为任何人提供食物或衣物。造物主的声音、双手、 行

动就是由你们代表。通过你对内在造物者的服务，你代表了爱并给予爱意义； 而祂就在那些与你共同生活在太空中这座脆弱小岛上的人之内。无论这些服务是 微小还是巨大，无论任何社会或思维方式认为这些服务是重要还是不重要，这都 无关紧要。重要的是，你正试图敞开心，正试图使用你的天赋，试图使你的经历 尽可能地有意义。这些是你在此生中的基本承诺。你可能每分每秒、每一天都在 做这些事，但对这个世界来说，你可能没做任何有用的事，但对于每个这样的实 体：已经体会你的笑容之光辉、开放的握手或拥抱带有的友善和鼓励，他们知道 在时间流逝之外 还有更多事情正在发生着。

当实体们试图把时间想成一种价值，他们不可避免地会完全受挫。原因在于时间是虚幻的。它跟空间相系，就像空间跟时间相系一样，从而造成了该幻象： 即某件事正在发生，有一个过去和一个未来。实际上，我们的理解是： 我们都没有空间和时间，没有分离。一切都在这一瞬间之内发生，无论是已经发生 或将要发生的事。它是一个整体。它是爱。通过时间的幻象，爱被清晰地表达出来，并反射回它的源头，这让无限造物主深深地感到满足。

所以 当你们考虑如何度过自己的时间，要把自己从那些人的指摘性评判中解放出来，而那些人对于什么构成服务和爱有严格的要求。因为藉由你的存有面对这个世界的方式，这个世界通过它的感官感知到： 你们每个人都正在将一切事物中 最伟大的礼物给予造物主，给予彼此 并给予这个行星的振动，我们感觉这点是 值得强调的。因为随着你们的行星以及整个太阳系旋转到一个从未进入过的时 空，它正在靠近、越来越接近真实的第四密度之空间/时间。

空间/时间的特性正在开始改变。每个人感知时间和空间的方式正在慢慢改变。即使是你们的物理学家试图理解的价值，次原子粒子和新的～ 我们无法为这个

器皿找到该字汇，但那些被你们的科学家新近发现的东西～ 各种新粒子是第四密度中 空间/时间的一部分。你们的行星和全球所有居民一样，都在为进入这个环境做准备，在此时，我们非常欢喜地说，在照亮全球意识上早已取得许多进展。

好些从其他密度来到这个行星的流浪者，通过歌曲、艺术、政府、和所有鲜为人 知、很少被理解的方式，以单纯的振动来协助这个星球，成为光的灯塔。你们每 个人都如同一座光之灯塔，当你们允许来自造物主给所有人的无限之爱 自由地 穿过始终敞开的心，流向这个世界，那道光就会变暗或变亮。你无法去爱，因为 你的人类之爱是很有限的。有这样一个时刻，努力必须停止，无论意图如何坚定， 都无法再以人类的方式表达爱。只有当一个人不再尝试成为爱，而是让爱从无限

流经自我，他才能够承受那股巨大的原力，并能够持续地提供爱。

所以 我们鼓励每个人把自己想成一种灯塔或电台 你的心在爱中停留越久、越是向爱敞开、越向流露爱敞开，这道光就越明亮 调频就越高。在你从床上起来、开始忙碌的一天之前，所有这些都是你可给出的东西。无论你在白天的商业活动和令人满意的成就中给予这世界怎样的礼物，最深层次的服务总是你的振动，你的特征，无论我们在哪个密度或何种情况下遇见你，我们都能从(宇宙)造物中的任何实体中认出你。你就是你自己，充满荣耀，充满无尽的生命。

有人担心时间和能量的使用，关切(自己的)忧虑对他在时间中提供的服务有甚么效应。我们可以对每个人说，不必担忧贫乏地使用时间。如果一个人忧虑，如果一个人烦恼，占用了头脑中的时间，那么他就会以特定的速率振动。也许，忧虑确实会在一定程度上影响敞开的心，使其收缩，并因过度忧虑而将一些光吸在里面。但这是可接受的。它不会改变基本的振动。

改变任何实体的基本振动的东西 都是一个人有的那些想法，而且他一次又一次地回到这些想法中。「不足够」「不值得」「恐惧」的想法 这些想法使那颗心关 闭。无论如何，当一个人凝视着: 一个在世界上做大事的人 是否比一个只是给 婴儿换尿布、照顾猫咪 或毫无抱怨地度过艰难一天的人更优秀，[我们会发现两者]所做的完全是一致的行动，因为在任何行动中 最重要的是做这件事时所怀有的爱。

你们都认识哈利勒·纪伯伦，这个器皿很喜欢他的一句名言: 工作就是爱被打造为可见的。无论你的爱是无形的，除了当你微笑的时候；还是你的爱令人难以置信地可见，伴随着一千个成就，爱就是爱，爱是那种振动，而非伴随的行动，那才是你给无限太一的真实礼物。

所以，如果你在忧虑，务必把全部忧虑都从柜子拿出来。给你的烦恼编号。陶醉其中。就像史高治·麦克老鸭(McDuff*)在他的钱堆里打滚一样。
(*编注: 很可能是笔误，应该是 McDuck)

做那件使你关切的事，不管它看起来愚蠢 或是睿智，不管它似乎有用 或是无用。你的直觉有时候也许会暗示你一些古怪的事情。在不影响你的健康或他人自由的前提下，务必要去做直觉认为适合你的事情。不要担心如果你正在忧虑 你是否还处于中心，因为我们真的要对你说，如果你是一个有爱的人，那么你的振动只会受到担忧或任何其他事 非常小的影响，它们不会关闭(你的)心。你们每个人都记得一条更好的路，我们会称之为开放的心之路。悲悯可以打开黑夜 并使之变成白昼，那么，总是要以爱为中心，陶醉并享受被无限太一钟爱。你的爱

要做的事，你的爱要闪耀的地方，也将会出现，而你将会认出它们。

我们查看一下信心 以此结束这个器皿的职责: (传讯)第一个大问题，信心是一种品质 它使那些无法看入形而上世界的人 彷佛能看透一般地行事。在你的灵此时此刻所处的形而上世界中，你是一个更大的存有。你选择了很多很多关于你当下经历的东西 它们的存在有着深刻的原因。信心就是相信这次经历是在正轨上 按照你来到之前的计画进行。

但从我们分享的想法 你绝不会接收到任何客观证明，因为要紧的是: 这些幻象中的每个实体都必须做出自己的选择，而没有该优势: 知道自己的选择是对的。 热爱并服务 无限造物者，以这种或那种方式去做，总是你们的自由选择。

所以，要知道，大我是你的支撑、你的后盾。你越脆弱，大我就越坚强，你越觉得愚笨，大我就越睿智。当一个人在自己的时刻感到安全，当一个人感到自己在正轨上，处在对的地方等等，那么(他的)注意力就会卸下重担，他不会紧张，也不会担心自己错过了时机。让信心的小种子在你的思维花园中生长。

在不知道这样做是否合理的情况下唤起信心。活着 彷佛你拥有完美的信心，你的命运将会临到你身上，所有属于你的东西都会在它显现时 被吸引到你身边。活得彷佛这是真实的，注意那些主观上有趣的暗示、怀疑、建议、同步现象，它们会对你说:「是的，你走在对的轨道上」。你们每个人都会有各种经历，对你们 来说，这些经历逐渐成长为该信号:「是的，你做对了。是的，这就是你应该做 的」。你们会在这些主观上有趣的巧合中 找到越来越多的满足。

我们感谢这个器皿已提供的服务，在爱与光中离开这个器皿，并将(通讯)转移给

Jim 实体。我们是Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，透过这个器皿 再次于爱与光中向你们致意。此时 这个团体是否有任何其他的问题 好让我们可以讲述？

P：在我们的行星 关于改变到第四密度(的过程)。它会如何影响孩子们的生活?

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个行星球体上 年轻的实体们根据老资格振动而选择在这个收割时期进入此生。因此，这些实体在大部分是在这个星球上的老人(灵魂年纪)，虽然也流入大量你们称为流浪者的实体。因此，此时投生为人的 都是那些充满生命菁华的实体，容我们说。这些实体带着满满的日程

表，带着许多的历史，带着巨大的期待，带着活跃和潜藏的天赋而来，这些天赋将在你们未来的许多年里，在你们的(存在)平面上 增添丰富多样、强烈的体验。在许多人看来，这些实体属于另一个品种、不同的种族，因为他们可支配的能量觉知是巨大的，就像一袋种子，已经准备好被伟大的播种者播种撒向大地。事实上，该收割已经临近，许多人都将参与其中。

是否有另一个询问，我的姐妹?

P: 我们能做些什么来缓解和帮助他们的工作？这世界的老旧心态 与他们要去做的工作之间似乎存在着差异。

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们会推荐:与这些实体互动是最重要的，要强调家庭关系，支持他们的许多表达～ 关于兴奋、兴趣、奉献。这些实体，如同每代人都注意到的，看似属于另一个阶层，所以一些文化的方式，虽然为新的建筑提供了许多基石，在每一个情况中并非都合适，所以有需要去辨认、滋养每个实体的独特个体性，规律地、定期地导引他们赞美与感恩太一造物者，这样会让年轻的实体们对于所有(宇宙)造物之浩瀚与无限感到惊奇。年轻的实体需要找到自己在这个无限宇宙中的位置，只要每个年轻实体的家人与朋友提供支援，他们就能够在一个安全与支持性的环境中 测试自己的崭新双腿。把你认为最重要的价值观给予每个(年轻)实体，给予他们纪律的手段，让他们知道在任何情况下都有办法既顾及自己的个体性，又顾及他人的权利。使你的纪律既有爱又坚定，让年轻的实体觉察到，确实被很多关心自己的实体围绕着。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

P: 在我的课堂上，有人展示埃及一个种族的照片给我，他们的颅骨比较大，我想知道他们的历史。你能谈谈他们吗?

我是Q'uo，我们需要更多关于任何实体的时间与地点的资讯，我们会尝试为你识别。

P：我不确定时间。埃及和法老时代至少在6000 年前。他们的头骨大约比我们的大三倍。

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在埃及民族中，除了这个行星球体之外，还有(宇宙)其他来源和起源地的杂交繁殖和介入。

许多人将这些实体称为太阳的代表，并为这些实体绘制了图画和雕像，将这些记

录作为传说传给了后代，因此，你们所说的这些特殊实体的起源地是混杂的。因此，民间传说和历史记录只是这些实体在你们过去的一段很长时间中 出现在埃及人民当中的遗迹。这些实体有各种不同的名称，其中与这个团体最相似的名称是Ra 群体。然而，我们要再次告诫大家，这其中有很多文化的影子，也有很多来源的注入，容我们说。

有另一个询问吗，我的姐妹？

P：此时没有，谢谢你。

我是Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。是否有另一个问题？

Carla：是的，O'B 的朋友，R，最近刚完成肾脏移植手术，你能否给她一段特别的讯息？

我是Q'uo，觉察了你的询问与请求，我们要对名为R 的实体说：已经实施的手术与移植旨在延长在这次投生中的寿命，因为这个实体仍充满服务的渴望，认识造物主的渴望，以及学习那名为爱的事物的渴望。我们要对这个实体保证，在时候未到之前，在这个行星上 没有任何力量可以移除他，而当时候到了，她也将欢喜地离开。另外，我们觉得告诉这个实体 她早已觉察的事物是恰当的，那就是有许多内在平面的实体 与她一起在韵律中移动，在必要时提供协助，在她请求时 给予灵感；以及全时间的指引。

是否有进一步的询问，我的姐妹?

Carla：没，谢谢你们，Q'uo。

我是Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此时是否有另一个询问? [停顿]

我是Q'uo，我们将启程离开这个器皿与团体，离开你们每一位，一如往常，我们在太一无限造物者的爱、难以言喻的光中离开你们。 Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT

☆ 第 3911 章集：平衡脉轮

2023 年五月 13 日

周六冥想

（Jim 传讯）

Q'uo：我是Q'uo，我们与这个器皿在一起。我们已经加入你们今天的团体，我们在爱与光中，向你们每个人致意。对于一直被呼唤到你们团体，我们是感激的，为了你们渴望寻求更多的资讯～ 关于你们返回与太一无限造物者合一的灵性旅程。一如既往，我们推荐你们 对我们所说的一切持谨慎态度。如果我们所说的任何话或想法对你来说 没有响起真理铃声，请毫不犹豫地把它们放到一边。只接受对你们有意义的东西，并按你们的意愿加以使用。这将使我们能够更加畅所

欲言，并能够对你的疑问做出回应，希望这些回应对你的灵性道途响起真理之铃声。

在此时，我们想问 是否有一个询问，让我们可以藉此开始。

T：是的，我有一个。它与平衡脉轮有关。我的意思是，我理解它背后的观念， 但我不理解你要怎么做到。你是通过平衡生活中发生的好事和坏事来做到这点吗？或者，我在假设，不，不仅仅是假设，宽恕一定是最好的方法。但我们要平衡生活中的每一个细微之处？发生我们不喜欢的坏事 用好事来平衡？还是还有更多我不理解的地方？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这个询问意义重大。因为，从 某种意义上说，把你们幻象的催化剂当作成长的食粮，既是必要的，也是最有帮 助的。催化剂可以是任何东西 只要它带你偏离太一无限造物者的爱之中心，(该 中心)就是你的起点。造物主的爱缔造了在太一无限造物中的一切万有～ 缔造了 每一个实体、每一个存有、每一个东西。当你不体验任何的催化剂 那就是你所 在之处(起点)，无论催化剂是你们可以称为具有正面特性的事物，还是它使得一 个人快乐，使得一个人悲伤，使一个人感到困难或觉得没有困难。

当你结束一天时，在冥想状态下参与平衡过程是有帮助的，这样你就可以回顾一下 你帮助撰写的 今日的经验之书 与你互动的其他人也是这本经验之书的共同作者。

你首先要看看是什么东西带你偏离了爱的中心。你会与涉及的人一起重温那段经历。然后，你会夸大这段经历。你促使它变得越来越大，于是它对你的整个存在

产生更大的冲击。这样，你就能感受到它的存在，感受到它的力量，感受到它如何使你偏离那个基本的基石：爱的体验。然后，你想象这种体验的反面，它也会自己成长为同等的力量、表达、体验。

那么，这种平衡是建立在Ra 群体与我们分享的前提之上：即要平衡一个扭曲，就必须突显它。因此，感受到正面和负面、好的和坏的都得到了强调，你看待自己就是可接受的，因为在你的生命中，这两种经历都是你在整个生命经历中将会成为的一部分，那就是太一无限造物者，一个360 度的存有～ 包含了所有可以想象到的经历。

这是你的旅程，这是你的道途。这是每一个真理寻求者的道途：在自我之内发现造物主的本质。这种发现是通过平衡你生命中每一天所遇到的所有催化剂、成长的食粮来实现的。这是一次寻求之旅，很可能要花费一生 甚至不止一生的时间才能完成。但是，当你能够做到这一点，获得更多的经验，变得越来越是一个360 度的存有，你就会变得越来越多地成为太一无限造物者。你们实现每一个真理追寻者的旅程，再次与太一无限造物者合而为一，从时间开始之前，你就一直是这样的，因为你是由太一造物者所造，出自太一造物者，处在太一造物者的宇宙之内。

我的兄弟，有个后续询问吗？

T：仅仅有一个问题。当你做这件事，当你做这个平衡(工作)时，你说：「OK， 我将要平衡……我渴望平衡我的脉轮。但你必须说到这个特定的脉轮，还是说它

将会前往被需要的位置？」

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。能够看到每个脉轮如何受到你所经历的任何催化剂之影响，这通常在智力与体验层面上都有帮助。比如说，愤怒、接纳的反面体验 可以被运用到所有脉轮中。因此，在与生存和有性繁殖相关的红色光芒脉轮之内，你看，也许有个地方使你的生存受到威胁。

在橙色光芒脉轮中，或者在你的存有的个人特性中，你的个人怪癖以及接纳你自己的基本能力的表达中，也许对自我的接纳被扭曲了 而该扭曲可以从平衡中受益。

在你们移动进入到团体活动的黄色光芒，也许催化剂是某个事物： 影响了团体、妳的家庭、工作场所、社群，等等。

绿色光芒脉轮是给周遭所有人无条件的爱，如果这种爱被你的经历瞬间地打断，那么它也可以成为平衡过程的一部分，帮助你更多地了解如何像爱自己一样爱他人，像爱太一无限造物者一样爱他人。

蓝色光芒脉轮，一种自由给予和接收的沟通，也许在某个时点，与他人沟通的能力或理解他人的能力受到某些带来催化剂的互动之阻碍。

靛蓝色光芒脉轮，那个你们正在体验到智慧能量本质的位置，选择成为造物者的开端，向那种体验敞开自己，过去也许不被允许有自由范围的可能性。

紫罗兰光芒脉轮通常不会涉入这样的体验，因为它是你的基本天性。根据你在整个人生经历中处理催化剂的方式，将所有脉轮加在一起，那就是你的本质。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

T：没了，非常感谢你们。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻，我们将这个通讯转移到Trisha实体。我们是Q'uo 群体。

(Trisha 传讯)

Q'uo：我们是Q'uo 群体，我们现在与这个器皿同在。容我们问，是否有个我们可以讲述的询问？

K: 是的, Q'uo, 非常感谢你们。我想望打开我的心之能量中心 以体验一体状 态、与所有造物的一体状态之间 更深层次的连结。我能感受到这背后的力量， 感受合而为一的意义, 感受到这种深入的无限连结。但在这两者之间, 我有一种 恐惧, 它阻碍了我..... 害怕失去我的身份或失去我是谁的感觉。你知道, 我的个 人身份。你能谈谈那点吗？

Q'uo：我们是Q'uo 群体，我们感谢你 并理解你的询问，我的姐妹。的确，你所说的这种经历 在这个行星上的人群中并不罕见。因为你们看，朝向心轮的移动，无条件的、无法打破之爱的发展，就是朝向实现合一与一体性的旅程。

要成为造物主的一部分，这本身就具有挑战性，你们称为身份、称为小我的东西，是造物主为了了解更多的造物而有分离的选择。我们想要告诉你们，虽然这种经历并不罕见，但我们确实对这种经历本身感同身受，而且我们可以补充说，我们

喜悦地这样做。因为这是最有力的催化剂 好让你们去体验。我们很喜悦，因为在另一边的领悟是完全包罗万象的，响彻着造物的音乐，爱的流动和能量的运动同时遍及一切万物。

如果你能想象，我们听到你的挣扎，我们微笑了。因为这是你们在此时此地 学习的最重要课程之一，那就是充满爱地放掉这种自我感，我们可以补充，开启自我迎向这个联合的体验式实相的更大真理。我们理解： 该幻象就是这样被创造的，容我们说，去欺骗你或制约着你相信，有一个自我，它与另一个自我分开， 那个你如此珍爱的身份，你已经投入能量与时间来培养的东西。我们会谈及那点：那也是一种光荣的能量投入。因为，那也是造物主可以用来认识祂自己的体验。 在任何那种体验中，都没有浪费时间或空间或振动。

随着时间的推移，你们已经在全球层面上，若你愿这么说，在万事万物的实相中的 一个非常微小的阶段上，形成了你们是谁的观念。而那种发展以无法定义的方式 和手段馈赠给所有的造物。我们理解你们渴望移动靠近一体状态。要调和这两者 是困难的：一个是分离的自我，一个是向真实合一敞开心的渴望～ 那合一即是 流过全体的无条件之爱。我们建议你们用开放的心去看待那种挣扎和体验，你们 渴望充分体现开放之心，拥抱挑战，并知道这是一个美丽的、完美的挑战。接受 考验是一种礼物和祝福，若你愿这么说，以这样一种方式来看待(宇宙)造物，将其 视为一，视为自我的一部分。我就是那个(造物)，那个(造物)就是我。

你已经发出的意愿，也许就是在你谈及的这次投生的旅程上 最大的向前飞跃。在这个行星上的很多人，正在发觉自己踏上相同的旅程。在那个描述中有一点点双关语，因为要发现一己，一个人(one)必须要发现大写的太一(One)自我，而太一

自我就是一切万有。

所以，我的姐妹，我们愿谦卑地建议：这种经历虽然具有挑战性，也许令人沮丧和不舒服，却是至为高贵的；这种挑战的礼物已经在你身上扎根，已经为你提供了丰厚的资源，让你可以在这条道途上继续前行。你们提出这些问题，就是这方面的一个亮点。你们会发现，遍及这个行星 许多人都在问同样的问题，他们寻求找到合一，寻求让身份掉落，希望发现那条道途，在此，兄弟姐妹可以手牵手，领悟到他们是这股无尽的无限能量螺旋中的彼此。

我的姐妹，有一个后续询问吗？

K：没了，那(回答)是完美的。谢谢你们。

Q'uo：我们感谢妳，我的姐妹。在此刻，我们行将离开这个器皿，并把我们的通讯转移给Gary 实体。我们是Q'uo 群体。

（Gary 传讯）

Q'uo：我们是你们认识的Q'uo 原则，我们再次加入这个圈子 操练这个器皿，在我们进行服务的谦卑意愿中，我们就可以分享一些想法，单纯地供你们考量，以支援漫长的旅程，只有你们的双脚可以行走其上，只有你们选择的能力可以做出决定，只有你们的心可以敞开。在这段旅程中，我们是你们的兄弟姐妹。

容我们问，此时在这圈子中 是否有一个询问？我们是Q'uo 群体。

N：是的，Q'uo，我有一个问题。有幸向你提问 谢谢你们。我希望我能清楚表 述

这题。本周早些时候，我提到了morphis [照原文]谐波的话题。它一直不断出现 又出现。这周晚些时候,「社会记忆复合体 」成了某种主题。我在想，现在地球 上的形态(morphic)共振与谐波是否与试图形成服务他人和服务全体的社会记忆复合体有关。所以，感觉好像有某个东西在改变，或者在成长。请你能对此评论一下？

Q'uo：我们已经接收到你的询问，谢谢你，我的姐妹。也感谢开场就表达了荣幸。我们向你担保，我们同样感到荣幸，因为这是一个难得的机会，我们热切地期待着，我们不仅要为你提供服务，而且要以一种更亲密的方式与你在一起，至少在我们的距离之内。

在你的寻求之旅中，你似乎注意到一个反复出现的主题，那就是你所辨识的 社

会记忆复合体中的谐波概念，以及形态场和其他场的相互作用。当这些线索出现在自我面前 留心它们是好的。因为它们提供了洞察自我旅程的线头，不仅仅是作为个体，还是作为集体中的一员，为集体做出贡献，也有责任以牧羊人的方式为集体服务，你可以说，做为爱与光的放射器，是你的探询所指向的那些能量的锚。

确实，在你们第三密度星球的衰减之光中，改进正在进行着，你们可以说。现在， 那是一个真实的陈述，随着你们时间的虚幻体验向前推进，随着你们所经历的几 十年过去，随着你们的人口从一个困难走向另一个困难，随着第四密度的诞生， 这句话将会继续成为一句更加真实的陈述。任何第三密度星球向第四密度过渡的 轨迹，都是向着社会记忆复合体运动的轨迹，在其中，个人与个人之间的体验是 虚幻的矩阵，其间是神秘和未知的海洋，因为上述的个体，绝大部分，除了通过 间

接的推论、直觉、分析，以及最重要的倾听和敏感性，这些个体在大多数情况 下并不了解彼此的想法、经历和意图；在其下，个体越来越察觉到其他自我和整 体；在这种情况下，集体内部以及众多子群体内部的巨大节奏、动态、叙事、运 动都以一种更有意识的方沉思。

由于你们星球上长期存在着根深蒂固的不和谐，特别是你们的人群好战，那些新兴的～ 我们更正这个器皿～ 对这些集体动态的认识，越来越多地是一种冲突的认 识，因为你们的社会复合体是一个有点未-整合的身体。你们地球之旅的许多方 面都具有相当零散的性质，价值语言和部落故事在不同方面似乎相互地晦涩难 懂，即使不是直接冲突，也在一个具有摩擦的光谱上：一边是令人不快的，到另 一边的公开敌意与战争。

对于正面的社会记忆综合体，代表着它的学生和先行者们在课桌上的大量家庭作业，容我们说。在这些作业中，我们必须将这些不同的领域带入心中，用爱迎接 每一种能量，认识到这些冲突与合作的故事所展开的更大完美叙事，理解在每一 个时刻，无论它是如何通过自己的价值观棱镜过滤的，造物主都在认识自己。这 太一作为许多的事物，已经忘记祂自己。唤醒它认识这真理的关键在于以爱的方 式接受现存的一切，释放内在对现存一切的抗拒，从时间之流中解脱出来，进入 永恒当下的入口。不和谐的事物便被邀请成为和谐，或进入和谐。

最根本、最重要的是，这发生在自我的内心和意识中。因为自我即世界，世界即自我，只有在自我内部，自我才能真正促进世界的愈合。当自我治愈了内心深处的政治、国家和种族分歧以及文化争斗等问题时，整个世界也得到治愈；他人也被邀请加入到这种和谐之中；光也有机会进入以前可能被阻挡或遮蔽的地方，就

好像窗子上的帘子被拉起，太一的治愈之光、灿烂之光、光荣之光被允许照进以前黑暗的内部空间，第一次以更真实的光揭露其内容。

这不是一种严苛的评判之光，虽然也承认有区别，但这是合一之光，它让那些因缺乏爱而将他人分开的边界开始融化，让你所说的那些领域进入一种和谐的关系，让自我和群体的不同振动音符在相互关系中的比例构成一种音乐、一种旋律。

我的姐妹，在此刻有一个后续询问吗？N：没了，

感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我们感谢你，我的姐妹。在此刻，我们将通讯转移给Jim 实体。我们是Q'uo群体。

（Jim 传讯）

Q'uo：我是Q'uo，我再一次与这个器皿同在，他要问是否还有另一个我们可以回应的询问？

B：是的，Q'uo，我有一个问题。在奇迹课程中，我们学习了……财产是一个幻象，身体是一个幻象，每一个我们正在看到与体验到的事物，是一个幻象。所以，当我们从第三密度移动到第四密度的时候，财产将会成为什么样子的，我们与财产之间的关系将会是怎样的，我们将如何与它们建立关系，我们将如何需要它们？我们如何放下它们？谢谢你们。

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。这一个询问涉及一个人生活的本质。因为财产与一个人存有的真正品质与特性，以及你们在其中生活、移动并

拥有你的存有的世界，全都是一种或某种程度的幻象。因为唯一真实的品质是太一无限造物者，祂创造了宇宙造物的所有密度，居住在这些密度中的实体 以及每个实体都处于其上的 返回与太一造物者重聚的旅程。这创造了八度音程密度，以及居住在每个密度中的实体，以及你们称为的财产，都是在日常活动中使用的东西，或者是为了增强体验 而在不同层次上使用的东西，或者是每个真理的寻求者将越来越与太一无限造物者合一的手段。这是通过分离的幻象、你称为的财产之幻象、你称为自己的身份之幻象来实现的。因为你自己，全然真实的，就是太一造物者。

太一造物者已经创造全部的无限造物，以此来更好地认识祂自己。因为这是所有真理寻求者的伟大旅程，因为它也是作为太一造物者而存在的寻求者。太一造物者渴望通过每个实体、每个密度、每个体验、每个拥有物来认识祂自己。因此，在终极的意义上，除了太一造物者之外，真的没有其他东西。只有在每个密度的

幻象中，才存在着所谓的非真实东西，不是造物主的一个宝贵部分。在所有的时间中，只有太一造物者。太一造物者的每个部分，然后每个真理的寻求者都会穿越八度音程的各密度，好更多地认识作为造物者的自己，这也允许造物主更多地了解作为造物主的自己。这是幻象与实相的联姻。它是给每个真理寻求者的旅程之燃料，也是太一造物者藉此得以更为认识自己的途径。

我的姐妹，有一个后续(问题)吗？

B：没了，谢谢你们。那(回答)是美丽的。

J：我想要进一步问与那点有关的(题目)。我们如何平衡投资和储蓄，意图是： 使

用那份投资和储蓄获得终极益处，伴随着每日减资 以及对他人的服务？我们可以舒适地进行长期投资和储蓄？或者我们应该持续地寻求这种投资？

Q'uo：我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你所做的任何投资，无论是关 于时间、金钱或才能，都可以看作是一种手段，通过它，你可以越来越多地认识 到自己内在的造物者，这取决于你如何使用每笔投资。正是你的意图使得每次使 用具有最大价值。因此，该意图可以是强烈的、持续的，并且可以是灵性意义上 的丰硕成果。

或者它可能是在另一个方向上，对于那些不知道有一条灵性的道路要去跟随的人，时间，才能，金钱，可能就是这样一个实体的目标。只有当实体们察觉到灵性寻求的道途时，这些时间、才能、金钱的投资方能成为工具，太一无限造物者藉由这些工具 再通过你显化祂自己，而你也可以通过怎样使用这些时间、才能、投资来显化对太一无限造物者的服务。

我的兄弟，有一个后续询问吗？J：没了，非常感谢你

们，Q'uo。很感激。

Q'uo：我是Q'uo，我们感谢你。在此刻，我们把这个通讯转移给Trisha 实体。我们是Q'uo 群体。

（Trisha 传讯）

Q'uo：我们是Q'uo 群体，我们再次与这个器皿同在。容我们问 是否有个我们可以谈论的询问。

[暂停]

我们是Q'uo 群体，看起来 我们此刻已经耗尽这个圈子的问题了。通过这个器皿，我们想要表达感激之情: 为了这个操练的机会，同时通过这个器皿，通过在座的每一位 发声并分享资讯。

在此刻，我们将离开这个器皿，并通过Jim 实体通讯 附上一些临别的赠言。我们是Q'uo 群体。

（Jim 传讯）

Q'uo：我是Q'uo，再一次与这个器皿同在。我们想要感谢在这个寻求圈中的每个实体～ 成为彼此(成员)的灵性成长的一部分，也成为我们自己的成长的一部分。因为当我们回应你们的询问与问题，我们自己在灵性旅程上就更进一步了。我们与你们一致行动，因为事实上，我们全是一，分离的幻象促进了寻求真理的伟大旅程，促进了与太一的重新统一，而这里的每个人都是太一～ 太一和每个人一起欢庆，当这里的每个人，还有我们，都在通过问题和答案寻求理解更多: 成为太一无限造物者是什么，看见造物主和所有事物都在自我之内。因为当我们与你们一起踏上这条灵性的旅程，我们十分高兴看到，我们如何可以在存有状态的伟大舞蹈中一致行动。这伟大的舞蹈从亘古时间以来就一直在进行，并将进行很长一段时间，如你知道的，进入未来，进入超越时间概念的那些时间。

我们是Q'uo 群体，在此刻，我们将离开这个团体和这个器皿，在太一无限造物者的爱与光中离开每一位，如同我们发现你们时一样。
Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by cT.

☆ 第 3912 章集：黑暗面

周日冥想

1996 年三月 10 日

团体问题：我们想要一些关于阴暗自我 或黑暗面的资讯。什么是阴影，我们应该如何与它相处？最正面的处理方式是什么？

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体。在太一无限造物者的爱与光中致意。一如既往，在此刻被呼唤来到你们当中很是荣幸。我们再怎么强调都不为过的: 多么感激你们邀请我们和你们分享一些想法，因为你们这样做 使我们能够服务无限太一，而在天父的花园里，对于天国事物的思念中萌发的新叶 总是让人感到无比愉悦。我们很高兴能成为每个人在这过程中的一小部分。我们请求大家将我们的资讯视为意见而非事实，因为我们经常是不正确的。

今天你们想望谈论阴影的自我。每一个寻求者都来到了一个点，在此 它决定自己将会跟随的道途是什么。有时 这些选择看似肤浅。有时 它们看似深奥，该选择总是介于可感知的光和暗之间 也就是更高的道路对照那条看似较不荣誉的道路。在做出这些选择的过程中，寻求者希望带来光明并遣散黑暗。希望成为光本身，成为一切好的、正确的、属灵的事物。这不是一种会结出果实的希望，因为 光

明和黑暗是一枚硬币的两面，那枚硬币就是寻求者的真实菁华。

随着第三密度毕业过程的继续，每个人都将带着自己的黑暗面走上光之阶梯，这种黑暗面是被稳固地整合进入那个走向永恒的自我。因此，悖论被暴露无遗，而那就是所有的灵性真理的记号了。

该挑战是如何承认、接受、平衡阴影的自我，好使整个人都准备好凝视那道赐福第四密度存在的光，因为你不能丢下一丝一毫的自我。现在，如何才能做到这点呢？在自我中以伤害和痛苦的方式表达的内在黑色 如何成为太一无限造物者的爱与光的一部分呢？每个实体都以两条腿走路。当人灵找到其双脚，一只是光明、一只是黑暗。它们共同构成一个完全相似于无限造物者的全息图。那么，影子自我就是两条腿中的一条，它促使人灵站在各自所处的幻象之内。

一个人与阴影自我的关系，就像肌肉组织、结缔组织、动力、气力一样，使灵性寻求者能够在困难和悲哀的时刻站稳脚跟。看似如此沉重和黑暗的阴影也是接地、维持、确保安全的东西。意志是阴影自我的一部分。这种意志为那些理想、希望、梦想注入了活力、资讯和生机，而这些正是存有的光明部分如此喜爱去梦想的。阴影面则是坚持不懈，直到完成一切。

如果你的阴影自我能被具体化，你会选择什么动物来代表它？也许我们可以建议，在肉眼看来、在一无所知的人看来，黑暗面可以被视为是一只危险的狼，它准备好野蛮地撕咬那些寻求者要保护的珍宝。在比较有见识的人看来，黑暗面也许已经变成了半狼半狗，而且训练有素。黑暗面具有巨大的、无穷的生命力。它用黑夜赐福灵性寻求者，黑夜像蛋壳一样包裹着新生的人灵，如天鹅绒般柔软，像午夜一样漆黑。它支撑着永恒，并通过让光明与黑暗分离，将它的礼物送给时

间。灵性的进化在黑夜中进行，随着毕业的破晓，灵性的黑夜也终于破晓。

我们觉察到，肉体载具的需要可能看似阴暗和不便。肚子呼唤食物。性欲呼唤伴侣。身体要求繁衍，若这些需要没有被满足，混乱就会逼近。然后，寻求者必须跟阴影打交道。容我们建议，驯服那只狼，让那只狗学会纪律，让信实的伙伴与仆人 感受主人的爱。

我们感觉这对于主要的询问是足够了，因为Jim 实体正忙着尝试去记录通过这个器皿传讯的内容，容我们问 在此刻有任何进一步的询问吗？

B：我有一个问题 关于黑暗的概念，我想请你们评论这点。从一个正面的实体的观点来看，黑暗单纯就是缺少对太一无限造物者的认识？

我们是Q'uo 群体。我的兄弟，我们使用黑暗的形象并不是指什么都没有，而是

指孕育人灵的肥沃黑夜。 我们可以进一步回答你
吗，我的兄弟？

B：我对你在集会开始时说的某件事有点困惑。它是关于追求或寻找阴影不会结出果实。你能不能详细解释一下那个概念？

我们是Q'uo。我们说的是，失去本性黑暗面的渴望不会结出果实。我们的建议是：寻求者不需要为了进步而消除本性的黑暗面。毋宁说，寻求者需要从内心深处了解它的特殊运作方式，寻找各种方法来约束自己的性格和人格，从而使较黑暗的各种形象得到约束，并通过适当的管道活动起来。我们建议：一旦掌握了意志的黑暗本质，正面导向的探索者就可以开始将阴影自我视为资产，而非一个敌

人。

每个寻求者都会与黑暗天使搏斗，因为每个人都在不断发现、接受、约束那些新近感知到的黑暗特质之面向。那么，我们要求每位寻求者将自我的完整光谱纳入心中，爱自己的每一个方面，但也要找到方法 只表达那些想要表达的东西。我们不希望你们逃避自我的巨大气力之一。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟。

B：谢谢你们。在我目前的经历中，在该舞台上 有两个角色是我每天都会与之互动的。在上周探索各种各样的记忆之后，我现在注视他们，我在他们周围看见黑暗。我对他们并没有感到任何恶意。我只是看到黑暗 知道他们来此教导，就好像我要去教导他们。我想就跟这两种灵魂打交道的适当方式 征求你们的意见。

我们是Q'uo 群体。我的兄弟，我们会建议你看待每个灵魂皆为太一无限造物者。我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：不了，感谢你们。 有另一个询问吗？

R：我注意到 在我加入到这个团体时 我经常会发问。现在我观察到 发问的渴望消退了。我对这过程很好奇。你们愿意评论一下？

我们是Q'uo 群体。我的兄弟，当一个人首先登上一艘船，他决定非常快地划到对岸。在他划船了一段时间之后，他会变得更为平静。每次划桨都不再是全新的

了。久而久之 他已经划过整个湖面。就在景色变得熟悉，就在问题开始变得减少时，某件事发生了，某种内在的临界质量出现了，寻求者了悟到他没有桨，没

有岸，只有信心才能移动他坐在其中的三桅帆船。一个人如何向海洋提问？

我的兄弟，我们可以进一步回答你吗？

R：我没有进一步的问题。我要说： 知道你们坐在那艘划艇上 为了那些发问者， 这是一种极大的喜悦。

我们是Q'uo，我们为你的想法而感谢你。我们和你，我的兄弟，都是海面上的泡沫。

我们会在此刻请问 有最后一个询问吗？

B：在这个圈子中，怎么协助该器皿解决她当前的肉体疼痛，有没有任何事情是我们尚未做 而我们可以做的？

我们是Q'uo 群体。我的兄弟。向这个器皿送出爱就是早已在做的事了，对于这个器皿而言，没有比那更大的礼物或帮助了。我们感谢你的关心 并感谢这个团体中的每个人对这个器皿的支持。

在我们离开你们之际，我们鼓励每个人去感受内在的平衡点，它在平静与平安的均衡中 握着一切光明与暗黑的幻象。第三密度、以及第四密度，都深深地进入极性和二元性之路。有很多课程是黑暗与光明都能教导的。我们请求每个人都安歇在太一无限造物者的地基上～ 该地基是精要与永恒的善。光明与黑暗都在爱中找到其源头和终点。知道你们是被爱的，允许那个真理深深地沉入内在。每个实体都是脆弱的。每个生命都是柔弱的。彼此温柔相待吧。分享爱。分享重担。

分享鼓励。接着我们将在太一无限造物者的爱、光、服务中离开你们。

Adonai。Adonai。我们是Q'uo。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3913 章集：牺牲与复活

周日冥想

1996 年四月7 日 (这份抄本的开始部分丢失了)

(Carla 传讯)

.....成为自己所希望的样子。然而，每一天的死亡同时也是复活之日。就像在肉体的帷幕中，每个人都在日复一日的周期中屈服，在每年的光明与黑暗的周期中屈服，在灵性的四季中屈服。有一个旋转的存在之轮，推动着行星的运行，也推动着人们的心在其日复一日的周期和季节中运行；总是在动着，从未静止。生与死就像小狗们一样相互翻滚，无休止地经历着限制、扩张、黑暗、光明、悲伤、喜悦。每种情绪都是一种真理。你曾多少次在路上遇见复活的基督意识，却不知道它就是造物者。

我们鼓励每个人通过思考这些事情，尽可能经常地揭开这些障眼物，提升自我进入信心、希望、和平。思考牺牲的概念，思考一种爱的概念：愿意给出自己、消耗自己，(甚至)到了死亡的地步。每个人都知道一些伟大的英雄，读过伟大的事迹，但每个人在他自己创造的世界中 都是英雄。在一个季节中，要把自我视为

沉稳、高效、有能力的，这是容易的。

每个人都曾无数次地，也许有时是压倒性地，[评判自我]是不值得的、不足够的，

没有达到自我的期望。我们要求你们在日常活动中，无论何时，都要一次又一次地寻求[自我宽恕和自我价值]，记住要在心智中移动到尘世之心的调子。

如果你有一双会看的眼睛，就会发现石头已经被滚到一旁，光已经宣告该坟墓是自己所有的。

我亲爱的人们，你们是这世界的光。正是出自你们这样的心 地球之光到来。正是从你们这样的人生中，生与死的伟大进程才[注入]了地上生命的受难剧，充满了荣誉、尊严、怜悯、深切的关怀。你的内在有每一种[死亡原力]和每一种[光明 原力]。没有任何事物被遗漏在你的构成之外。灵性旅居者之道就是去活出那种 不舒适的人生，察觉到这些问题，它是察觉到伟大的演化之轮正通过时间和空间 运作 好把意识带到那无限的当下此刻，在那儿，那创造了一切万有的大爱突然 间爆发成为无限且不可分割的光。

我们会在此时把该通讯转移给Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，通过这个器皿再次于爱与光中向各位致意。我们有幸在此刻问，是否有我们可以讲述的 任何进一步的询问。在此刻有另一个询问吗？

提问者：是的，Q'uo，你们能描述一下责任法则吗，一切(…)是如何(…)处于一 个灵性上的(…)的？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个寻求者在寻求过程中 都将找到某些资源:有助于向寻求者揭示爱的核心和真理的本质。当寻求者开始察觉到更多的，容我们说，可适用于生活模式的原则时，该寻求者有责任利用这些资源以服务他人 以及加强其生命模式。如果寻求者不能够或不愿意使用已经学会了的东西，接下来，它将会在未来的寻求中遇到更大的困难，难以发现有助于这个过程的进一步原则和资源。因此，责任法则单纯地要求每个寻求者在生活模式中，尽其所能地运用所学到的东西，对自己揭露爱、给自己爱、对他人揭露爱、给他人爱。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

提问者：你们先前曾谈到，如果一个催化剂没有被处理，或者沿着那些线路上的某个东西没有被处理，最终会耗尽该实体。这与你们刚刚说的有关吗？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是正确的。因为如果该实体有一个 催化剂，而它尚未被处理，接着如果该实体到自己有能力处理已被赋予的催化 剂，那么该实体就会发现自己处于一种你可以称为内在动荡或混乱的状态，直到 他在处理面前的催化剂时 利用迄今为止收集到的那些原则。

我的兄弟，有任何进一步的询问吗？ 提问者：我没有了，谢谢

你们，Q'uo。

我是Q'uo，我们也感激你，我的兄弟，为了你衷心的询问。在此刻有另一个询 问

吗？

提问者：是的，Q'uo，我确实还有一个问题。在我们开始这次冥想之前，我们有一个团体的动力性议题，明确地聚焦在我自己的感觉上，那些感觉相当鲜明地升起，基于一个已经做出的评论，我想知道你们是否能否告诉我～ 告诉我们，我们的讨论在那个议题上所产生的团体能量的动力效应的情况？

我是Q'uo，我觉察了你的询问，我的兄弟。我们观察了这个经历 并且高兴地发现，团体的动力性，如你对它的称呼，藉由随后的讨论而被大大地增强，讨论的结 果是对你们正在感到的困难的关注 以及[关于]你自己的体验上的欣赏。出现艰 难的感觉 并不会给团体能量造成问题；缺少对这些感受的关注，则可能在环绕 你们小组的光之墙上造成一些漏洞，容我们说，因此，我们非常高兴地看到，每 个在场者愿意分享自己当时可用的东西，即一个人在服务他人中带来的成果。这 是一个受到大大祝福的事件，(因为)在任何情况下，尤其是在困难的情况下，在 场者都会努力相互支援，从而使忧伤的景象被希望的景象所取代。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

提问者：我想没有了，谢谢你们，Q‘uo。听了你们在关于那个主题上的言语 我感到宽心 和极大的喜悦 (…)。

我是Q'uo，我们也感到很喜悦，我的兄弟，我们大为感激你们今天的努力。有另一个询问吗？

Carla：我只想要跟进一下，问一下Jim 和我能做些什么 好帮助这个场所成为安

全的（…）？

我是Q'uo，我察觉了你的询问，我的姐妹。我们观察到每个在场者的努力 只能

赞扬这个圈子里的每个人，因为每一位都献出拥有的一切。总有更多的事情可以做，因为你们的旅程性质是无限的。如果你们选择着眼于尚未完成的事情，并据此评判自我，那么可以说，你们总是有不足之处，对自我的评价也会显得渺小。相反地，如果你看看已经完成的事情，每个人都做了很多，那么就有理由欢庆，我们建议你们欢庆，我的姐妹。

有任何进一步的询问吗？

Carla：那就是全部了。

我是Q'uo，我们再一次感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

(暂停)

我是Q'uo，我们十分感激每一位提供了这些问题，它们是在爱中、在真正渴望认识真理中交给我们的，我们再次感谢各位 把自己的存在带入这个工作圈，正是你的存在具有无可估量的价值，尽管大多数人并没有察觉到该价值或存在，因为它就是位于一个人心中之心的东西了，这就是前往心中之心的旅程了，我的朋友们，这看似一个快速又容易的旅程。

因为难道你没有随身携带着它？哦，但是，我的朋友们，这是无限的旅程，因为 难

道你不是所有的事物，难道你不是太一造物者？因此，当你寻求爱之心，你寻 求自我之心，你以连自己都还没开始理解的方式 包含和表达自我之心。我的兄 弟姐妹们，要有信心，因为这是你们每个人都要踏上的旅程。会有各种困难。会 有各种挑战。否则你们要怎样学习自己不知道的东西？但是，如果你们有信心， 带着强健的意志继续前进 你们就会发现自己的心和太一造物者之心在相同的地 方。

在此刻，我们将离开这个团体，一如既往地 在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们认识的Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们，Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3914 章集：脑海中的磁带

周日冥想

1996 年三月 31 日

小组问题: 今天下午的问题与我们的磁带(tape)有关, 我们希望在生活经验的某个时刻注意到我们个别的行为模式。我们认为，它们与我们在这里要学习的东西有关。 我们想知道 Q'uo 是否可以给我们一些想法: 关于这些行为模式如何运作以及我们如何设定它们。最重要的，我们如何辨识它们？如果我们觉得改变是件好事，我们该如何开始改变它们呢？

(Carla 传讯)

我们是你们认识的Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与无法言喻的光中致意。回应你们在这次工作中 呼唤我们的想法，这是怎样快乐的事情呀，我们为这种荣幸而极其感谢你们。将我们与你们的振动调和在一起是宝贵的体验，能够与那些寻求真理的人分享我们的意见是一种巨大的荣幸，你们为我们提供了巨大的服务，让我们能够尝试服务你们。一如既往，我们希望你们的辨别力能够引导你们接受我们的想法或任何想法。除了你自己的真理，不要听从任何人的真理，因为，对于每个寻求者而言，只有一条道途。那条道途已经准备就绪，正等着(你)，但它是一条个体的道途。它可能与他人是一致的，与他人是协调的，或者与他人截然不同，不过 它是独特的。我们鼓励每个人都去聆听那种内在识别的暗示，它几乎像是记起某个早已知道的事物。对于那些没有(响起)个人真理铃声的想法，我们要求每个人都把它放在一边。

今天你们想要讨论当外在显现的事情发生 在脑海中播放的磁带。你们想要知道

这些磁带来自何处 以及如何处理它们。在我们进入具体细节之前，我们想望去确立我们对于第三密度体验的画面，因为我们想望讨论可以工作这些磁带的两种方式。每种方式都是有价值的，但每种方式与另一种是不同分开的资源。

关于人类在第三密度地球上的体验 我们的模型模式是: 第二密度的肉体载具具 有自己的本能生命，它携带着一种意识，这种意识先于肉体载具中的第一片生命 火花，并在肉体载具的第二密度生命结束后 一直延续到无限。这种所谓的裸猿 携带着真理、爱、无限价值的形象是个有用的模型，因为它提供了一种思考人类 自我体验的方式，这种自我体验在这世界之中，又不属于这世界。

这是第三密度中所有人的灵性真理。你们现在享受的这些肉体载具是特定时间和地点的产物。它所承载的意识没有地址，是宇宙的公民，是无限造物主的孩子。既然如此，我们不妨先来看看这些所谓的磁带是如何被准备和成形的。

当肉体载具从子宫中浮现时，其内在的意识已经成熟，有责任感，并有了一定程度的结晶。无论如何，婴儿的肉体载具是无助的，无法传达它的思想和概念，在照顾自己上是无助的。这个婴儿的生存完全依赖于他人。当这些磁带被制作出来时，它们是由非常年幼的实体制作的，这些实体认为，更健康的生存方式是留意某些关键刺激并对其做出反应，而这些关键刺激在年幼实体的小小生命经历中一再地重复。

这个年幼存有的世界认为那些提供了生活必需品的人是，容我们说，泰坦或如天神一般。因此，本能地，年幼的心智会把那些有助于舒适和继续生存下去的事物的资讯储存起来。在没有困难实际存在的地方，经常感知到困难，却不知道现实中的困难来自何方，于是年幼的自我开始越来越多地扭曲传入的资料和感官印象，因为各种触发器，在某个程度上，就像已经被植入特定的思维和语言模式。第二密度的头脑会将所有关于生存的资讯存档，并随时准备好，以便加强每次机会，及时对影响生存的资讯做出反应。

这个挣扎中的年幼肉体载具所承载的意识，可能与那个正在尝试存活的自我几乎没有任何关系，或者该意识和第二密度的头脑可能是非常接近的。各种各样的实体带来各种各样的个性，以及你们称为的人格。无论该关系是多近或多远，一般而言，让较为年轻的实体请求内在的意识去影响第二密度的头脑，这是不可行的。那条路径的工作与处理这些结晶或磁带的第一种方式相当不同。那么，第二密度头脑的方式就是我们寻找资源的首先目标。这种资源被锁定在记忆中。无论

该扭曲是什么，无论播放着什么磁带，观察将会逐渐告知寻求的实体 解决这些不和谐磁带的方案。

每个结晶都有一个特定的开端，可以说是一个特定的触发点，它是磁带的开端。

触发这种扭曲反应的因素可能会被记录下来，经过一段时间，你就可以建立起关于每个磁带或结晶的情报。那么，这个第二密度头脑的目标就是单纯地返回 进一步地返回，直到在年幼且敏感的年龄 启动了那个扭曲的最初体验被揭露出来。当扭曲的根源被揭露的时候，它将经常拥有那个寻求者逐渐学会去识别的一个短语或句子。这些就是触发物，藉由返回那些最初的体验，返回到那些结晶化、紧缩的、硬化的、遮罩的反应，就有可能把那些扭曲的根源封装起来，并在识别出触发物时，通过机械地调整思维方向，逐渐将该扭曲从内部的磁带图书馆中移除，若你愿这么说。

这种形式的工作是严谨的，主要是智力方面的，往往非常有用。尽管这项工作需要智力分析，而且似乎只停留在表面上，但它有可能进入一种灵光或氛围，在其中，大脑选择进入解开心结、释放一些束缚；即使是在智力上完成这些事，情绪上的释放经常是巨大的。

所以，寻求者可以单纯地通过与他人或自己分享那些毫无防备的反应时刻，来讲述故事 关于这种固化的、由恐惧驱动的紧绷感的根源，以及它从何处扭曲了体验。

这是艰苦的工作，通常最好在他人的指导下进行，因为智力几乎不可避免地会被深度的自我觉知所突袭。很难站在自我之外看到完整的自我。因此，若你渴望工

作一种特定的磁带 我们鼓励沉思，花时间和注意力去研究你在磁带上的感受和想法，以及听到的东西。我们建议与另一个人一起工作，只是为了规律化该过程：在这些检验中寻求真理。一个自我之外的人往往可能很少说话，但却能把游离的思想带回道途，从而更好地把握是什么生存议题 促使自我首先建立了这个变貌系统。

这是一种资源，它是在有意识的、充满头脑的层次上工作。还有一种方式可以在意识的立场上处理这些相同的体验，该意识就是你无限与永恒的自我，它只是在一小段时间中采用自我的显现符号。那个自我[真实的你]连接到第二密度头脑的深层思想，那台完美的生物电脑，它做出各种选择以提高生存的机会。

进入爱的个体表达，是每个人对自身的探寻，那是可以信赖的。意识与容纳它的肉体火花之间存在着真实的婚约。它是稳固的，它代表了一种广大的突袭 不是由想法驱动的，毋宁是由爱所驱动，伴随爱，对着爱、为爱而驱动的。与拥有清 晰面容、肢体、说话方式的个体不同，在意识层面上，自我并没有固定的界限。 可以说，无限自我的程式是非逻辑、非智力、非物质的。它就像那唱着曲调的钟。 它是被敲响的那口钟，在敲响时，它以自我独有的特定音调组合发出响声，在你 的无限意识之内自我进化。与第二密度的心智不同，第二密度的心智会积累知识 并将其保存起来以备不时之需，而自我的无限心智则只是在各种～最接近的词是

「情感」～之间移动。有些真实的情感状态是纯净又清晰的，该自我作为群星的公民 就在这无限的感觉之海中遨游，所感受到的一切都会自动怀着感恩被看见，因为这就是爱自身的方式。

这种意识不处理具体的磁带或问题。你可以把这种无限的意识看成是元程式

(metaprogram)，鲜活头脑这台计算机可以打开显意识心智和深层心智之间的某些 门，来读取它。每个人都熟悉我们恒常推荐的 在每天的时段中冥想和沉思。在 这些内在静默的时间里，造物主会述说那些没有言语的话语，那些没有概念的思 想。然而，由于它们来自于爱本身，当(它们)被邀请时，它们就会带着治愈之手 进入内在的有意识生命。

关于静默，我们再怎么说都是不够的。内在的静默是一个你给予自己的珍贵礼物。当你向着太一无限造物者的临在开放，美妙的增强生命之能量可以流入有意识生命中 发炎疼痛的破裂和裂缝中，并同时提供爱之所是的气力，提供爱之所是的更高和更深的真理，提供一种越来越大的远景，因为那就是爱之道。

我们希望你能善待自己，给自己留出美好的时间，静下来，知道你所站立的地方是真实的神圣地面。

我们会在此刻把这个通讯转移给Jim 实体。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开它。我们是Q'uo。

（Jim 传讯）

我是Q'uo，通过这个器皿 再次于爱与光中向各位致意。我们很荣幸在此刻提供自己来尝试回答在场者可能会向我们提出的任何进一步的询问。在此刻有另一个询问吗？

B: 嗨，Q'uo。我有个关于一种（…）体验的问题。我想要请你们在关于（…） 的方面提供某种洞见。我已经在与一个人共事的体验中 注意到他似乎在我身上 有

一种影响（…）以致于我在肉体上感觉到了。我想知道你们是否可以评论这个 经历呢？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。有些我们可以做出的评论，也有些评论我们必须避免做出 为了确保你的自由意志之完整性

首先，你已经开始在自己的经验中 发现了自己给予和接受充满能量的爱的能力。你有必要继续探究这种能力的本质，因为它目前的运作水准远远超出你对它

的掌握，而这确实会对你产生影响。我们还建议，在本次会议开始之前向你们提出的建议可能证明对你有实际的协助。

不过，我们会在这些建议上补充： 那就是采取任何行动都要有两个先决条件，容我们说，那就是在冥想中磨练寻求的渴望，在冥想中寻求不仅仅用头脑，还要用心去理解你与他人共用的这种体验之本质。第二个建议紧跟着第一个建议，任何的行动都必须被构建在衷心爱的基础上，因为这不仅仅是给任何实体的最大保护，它也是一个人能为自我或另一个人提供的最大治疗效应。在所有第三密度体验中，尝试把握体验的参数，仔细思考和考虑你所分享的体验是有帮助的，这也是我们的建议，但在角色中 要顺从于冥想 并对所有考量的行动注入爱。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

B：没了，谢谢你们，Q'uo。我感觉到庞大的[感激]。

我是Q'uo，我们也对你及其关注感到相同的感激。在此刻有另一个询问吗？

提问者: Q'uo，我有一个问题。是关于我失眠的问题。你们愿意评论这个问题吗，我想，还有什么引起了这个问题，我可以做什么来更正它呢？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟，我们处于我们与B 实体分享内容的相同情况中，有些我们可做出的评论 和那些我们不可做出的评论。首先，我们会推荐你在冥想状态中 考虑构成无法睡觉的问题，容我们说，组成部分也就是……

（录音带第一面结束）

(Jim 传讯)

我是Q'uo，现在又和这个器皿同在。我们将继续。你试图在这种睡眠困难最活跃的时期发现它。伴随和先于这种困难的成分或经历是什么？你是否能发现某种模式，从而揭示这种困难的根源？作为一个简单但潜在有帮助的建议，我们可以推荐，在短期内，当你在调查这种体验的基本特征时，在你的日常活动中加入一个能让你真正感到肉体疲劳的运动项目可能有帮助。那会帮助肉体载具，容我们说，被指到正确的方向，因为在这个问题的一个部分中 我们看到某种能量的储存需要表达出来，这样才不会导致心智与身体复合体过度启动警觉性。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

提问者：谢谢你们，Q'uo。我想那将是有帮助的。

我是Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。有另一个询问吗？

提问者：我想知道我可否跟进K 的问题。最近听说我们的大脑的内部有个开关，一个睡眠的开关，如果它没有被关上，你就无法睡着，无论你多么疲惫。但是，如果它被关上了，你就能(睡着)。我想知道，为什么这个开关是有价值的？为什么这是我们的天性的一部分？你们对此有任何洞见，Q'uo。

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姊妹。对于你们密度的实体，以及其他(密度的)，能够让肉体载具休息以便于它可以被再次充电[容我们说]，是有价值的。在这种休息中 以及在所有其他的肉体机能中，有些肉体特征是由每个实体的心理和情感意图来操作的，也许不是物理上的操作。然而，这些心理的脉冲冲动和意图能够受到许多不同能量和思维模式的影响 因此很难精确地描述出直接的比例或关系。因此，探索那些在个人存有内运动的原力是有帮助的，这样才能掌握心理、情感、肉体综合体是如何相互关联的。

我的姐妹，有进一步的询问吗？ 提问者：没了，谢谢

你，Q'uo。

我是Q'uo。再次地，我们感谢你，我的姐妹。有另一个询问吗？

提问者：Q'uo，我有一个。Q'uo，我有这样的感觉与印象，(…）我一直在思考 要提这问题有三周了，(…）冥想团体。我想知道，当有一个近似的男性和女性 的数量的时候，是否就达成某种平衡了？是否有…让我倒回去。男性数量会使得 团体失衡（…）？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。首先，Hatonn 群体一直跟这个团体同 在，它们向每一位送出其致意，因为它们是这个团体的一部分。其次，在大多数 情况下，这个群体中男性和女性能量的构成确实会受到在场实体的生物性

质影 响。然而，也有一些生物特性为男性的实体也能够提供女性能量，因为每个实体 都在努力实现内在平衡，从而能够同时反映男性和女性能量，即伸展的能量和等 待[该伸展]的能量。在你们的文化中 有那些原力和习惯，毫无疑问可以造成生物 男性主要集中关注阳性能量，生物女性主要集中关注阴性能量，所以你们小组目 前的配置，确实在很大程度上偏向阳性能量；这往往在跟抽象能量有关的地方以 一种无形的方式运作，而对你们小组的确切或实际运作与功能并无多大的影响。

因此，我们发觉，每个团体都呈现出它自己的能量平衡种类，每个团体在其组成、兴趣、渴望、张力上都是独特的。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

提问者：(…) 这个问题，看似也许 (…) 通过尝试用某种方式平衡男性和女性(数 量)来达成平衡，因为我从你们说的东西中感觉到，聚集在一起的意愿是比团体 的实际组成更加重要。我在这个主题上并非很清晰，所以，若你们评论这点，那 是很好的，如果不能 (…)。

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们不觉得有必要在生物或形而上的男女能量之间达成确切的平衡。如你已观察到的，更重要的： 在座的各位都渴望寻求你们称为的真理，并在寻求的过程中以清晰、开放的方式提供自己。在这样的环境中，所有的能量都有机会在发展和运动中得到滋养，并有能力将在场每个人的人格调和为一个寻求的实体，献出自己以服务他人，并呼叫像我们这样的实体来协助这努力。

我的兄弟，有另一个询问吗？ 提问者：(…)

我是Q'uo，当我们对这个团体说话 我们确实在微笑，我的兄弟，因为我们感觉到 在每一个实体的体验底下都蕴含巨大的存在之喜悦 我们很荣幸也很高兴 能将我们的振动与你们的振动调和在一起，共同寻求。

在此刻有另一个询问吗？

提问者：Q'uo，我将冒昧提出这个问题。我已经写了一份手稿。完成了大量的工作。我想知道，就你们的看法，你们会怎么评论它？你们看到任何我应该重新考虑的事物？有任何其他事物 应该藉由这本书被完成？你们可以在这方面说任何东西？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们不会选择扮演技师的角色，为了 达到某种音效而将一个转盘调高或调低。我们宁可评估你已经付出的努力，你们 怀着极大的爱和对服务的渴望而付出努力。这是关键的特色。你所做的相当于播 下种子，并为它提供水和适当的生长环境。我们认为，这就是任何人能做的全部 事情了。你已经完成的事情是全心完成的，它过程自身就是回报了，就你所关注 的范围而言。它同样可能成为对他人的服务，这是一种可能性，它将会以自己的

方式 并在它自己的时间成为一个现实，因为有无形的手在已选定的服务中运作来协助每个人，而提供援助的途径是众多而神秘的。

我的兄弟，有进一步的询问吗？ 提问者：你们会建议我应该尝试把手稿寄给哪一家出版商，或者这会是（…）？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们无法做出这样的推荐，由于我们 渴

望去保留自由意志，不只是你自己的，还有其他人的自由意志。因此，我们只 能推荐: 努力就好。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

提问者: 我感激那个建议，Q'uo。我想知道是否…… 在我们最近的谈话中 谈到 第一密度和第二密度。我想知道在第一密度和第二密度之间 地球是否发生一种[量子]改变，或者，由于必须在地球周围形成一个新的球体，这个过程从另一个过程发展而来？地球周围是否形成了一个独立的球体，以促进第二密度从第一密度(演进)？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。事实上，地球在全时间都存在七个不 同的密度，虽然在此刻只有第一密度到第四密度处于启动状态，第四密度正在用 一种逐渐的 或逐步的方式，让这些变化被那些敏感的人感知到，于是 随着每个 阶段在前个阶段上建筑 推动这个行星自身到一个新的振动频率，当中有些值得 注意的小标志。

在此刻有个最后的询问吗？

提问者：如果你们愿意，Q'uo，我想要你们评论耶稣·基督 以及为什么他的死亡 被视为一种殉道。耶稣的死亡究竟以什么方式是一种对人类的服务，于是它能被 (众人)呼求呢？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们将尝试回应这个考虑十分周详的 询问，认为耶稣或Jehoshua 是一个实体，他能够深刻理解这个幻象的本质，在 这

个幻象中，一个实体所拥有的肉体、心理、情感的一切都被牺牲了，于是第三 密度的实体能够重生到一个新的存在层次。在这个实体看来，这个密度就是把自 己献祭给所有穿越它的人。这个密度的所有幻象、体验、结构之所以存在 都是 为了让每个穿过它的实体能在经历中开始蜕变。

因此，名为耶稣的实体希望提供一个存在状态的模式或模型，描绘牺牲和蜕变的本质，即确实没有死亡会结束在这个幻象中的意识体验，有可能使用一个人周遭的幻象作为一种手段，通过这种手段，一个人可以根据自己内心的渴望或选择，给予并接受来自所有其他实体的爱，无论自我外部的环境是什么。

因此，名为耶稣的实体能够献出自己的生命为范例，说明幻象中的每个实体都有可能发生怎样的蜕变。因此，这个实体使用该幻象达到一个更大的目标，而非成为幻象中的任何国王或掌权者。这个实体提供了一种穿越幻象和超越幻象的方法，因为它以一种纯粹和无扭曲的方式 探索和分享太一造物主的爱。

在此刻，我们觉得，对于在场者的耐心和舒适，我们已经说了足够长的时间，我们愿感谢在场者再一次 于你们的寻求圈中 邀请我们来到你们的团体。我们一直对于这样做感到荣耀，我们会在此刻离开这个器皿，并一如既往，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的Q'uo 群体。 Adonai，我的朋友们。Adoani。

Translated by T.S.

(V) 2023 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3915 章集：自我的平衡过程

周日冥想

1996 年三月 24 日

团体问题: 我们想要知道平衡过程是如何运作的。我们应该自然而然地在每一个体验中反映我们之所是，或者应该尝试有意识地把光带入每个情况中 以便于我们更为正面地影响它？我们如何才能利用每个情况中的催化剂来参与平衡的过程？我们如何才能成为人们的最佳镜子？

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体。我们通过这个器皿 在太一无限造物者的爱与光中送出问候。 我们很高兴今晚和你们在一起，感谢你们呼唤我们来到这个蒙福的灵魂集会。

一如既往，我们请求大家从我们所说的那些话中汲取似乎有帮助的部分，而忽略那些似乎没帮助的部分。这样，我们就更有能力与你们分享一些浅见，因为我们知道你可以分辨哪些是你个人的真理，而哪些不是。

你们问到平衡的过程。关于这个有趣的主题 有许多可说的。也许我们应该首先陈述我们正在做出的一些假设。我们用作平衡的基础的主要假设: 事物有个中心，宇宙是有意义的。难以谈论这种存在的地基，因为它的存在模式是正在进行的过程。自我与自我、自我与他人之间的生命过程不能像蝴蝶一样被钉在收藏家的展品上。它无法被停止，因为一旦停止，它就不再是鲜活的。所以，容我们

说，

我们对该幻象的基本图像是：它确实是有意义的。它确实是一个统合又完全的整体，但这种意义并不是线性的，而且这个整体或总体将每组对立面保持在动态平衡之中。

我们的第二个假设是：人类的事业就是去体验并为那体验做见证。对于那些渴望去变得完美的人，这是令人困惑的，因为我们的方式并不是渴求完美。毋宁，我们的感觉是：感知的深度和品质才是值得向往的。

真理的寻求者可以被视为见证者 他见证倒下的树发出声音。对于无限造物者来说，不完美的实体才是珍贵的，它是贫乏的、一知半解的见证，而非学者或美学家打磨过的结论，毋宁说，若你愿意，它是一个人之所是、未加工的钻石，见证击打它的催化剂。

因此，创造完美的回应并不重要。毋宁说，重要的是允许一个人在存有最深处 感觉到的真理茁壮成长。

现在，我们已经在这个小组内分享过很多次，有一种理解是：若你愿意这么说，存 在着连续的 充满光芒的思想王国，每个实相都包含一个真理，不过 每个接续的 真理密度都更高一些。这个器皿通过阅读卡巴拉文献 熟悉这个概念，即该短语：
「如在其上，如在其下」。从寻求者的角度来看，这句话的意思是，催化剂可以在连续更清晰或更深刻的层次上 被真实地感知。

例如，我们可以从肉体的运动行为中看到这点。当一个人离大象很近很近的时候，他只能看到一部分深色的皮革状皮肤。如果一个人能够把自己拉起来并向后退，就像被直升机带入大气层一样，他就可以向后移动几英尺，看到的不是一块皮，而是可辨认为大象的动物。这个真理与第一个真理并不矛盾，也不否认第一个真理，而是对第一个真理的补充和澄清。

现在，如果我们继续从这头大象向上和向后移动，就会看到大象变成了一个小点，周围环绕着无数种真相和你们人群的居所。这些真相与大象并不矛盾，也不否认大象的存在，但却增加了大象的生存环境。现在，如果我们继续从这个场景拉开距离，最终会看到大象居住的星球，它在太空中以钟表的精度旋转着。同样，这也是大象在更大环境中的一个场景。如果继续往远处看，最终会看到空旷的太空和星星。这也是更大的真相。

当一个人寻求自我平衡时，大量必要的工作是学习和主张更大的观点，不是一个具体更大的或特定的观点，而是从以前的观点中抽离出来的观点。在这一点上，正如灵性寻求者所做的所有事情一样，真理是相对的。进步是相对的，通过凝视

另一个人来判断自我的平衡，只会混淆灵性进化的过程，因为每个人都真正有一条独特的道途，而在那道途上，就是寻求者所处的位置。每个寻求者都必须不断地和那些向寻求者展示造物主面容的天使摔跤*。
(*编注:引用 创 32:24)

一个人处理涉及其他自我的情况的技巧是一种鼓励自我的良好资源，因为一个寻求服务他人的实体自然地想望自己对他人产生有益和正面的影响。当每个人都以超出内心感受的悲悯和善意对待他人时，我们会向他表示祝贺，因为怀着善意和

爱对待他人是好的。不过 我们需要把这种社会交往活动视为一种不需要平衡的活动，而是最需要～这个器皿会说～ 基督般的回应或答复。忠于自我，即使在自 己感觉不友善的时候也保持友善，这是一种极化的正面选择。不过，若不以某种 方式将这种不平衡的行为纳入自我，并加以平衡或消化，就会耗尽该实体的能 量，因为该实体会是在说谎话。为了让自我重新聚集能量，必须在幻象中 寻找 和寻求不完美和极化体验的真相。

在这个平衡的过程中 涉及很多的健康(问题)，因为自我就像战场上的士兵。经常会有来袭的炮火伤及自身。这种伤口需要得到照护。受伤的自我需要治疗。疗愈之发生是由于寻求者愿意向最大视角的中心性影响 敞开自我及其不完美之处。现在，最大的视角就是爱。在爱中，对立面得以调和。这种爱是你们每个人的种子，是你们中心的真理。要实现它，不是靠索取，而是靠释放自我，让在自我的不平衡行动中 受苦的自我 可以沐浴在真理的活水中。

人类很容易把灵性的演化感知为一个积累的过程，越走越高并积累一个人的智慧与智慧的过程，于是理解越来越大的事情。不过，我们的感知是： 这与实情多少是相反的。也就是说，随着寻求者的演化，寻求者越来越能够释放自我、放下(自我)、交托出自我中想望变得完美、更好、或更睿智的那个部分。

那么，什么是平衡呢，一个人如何能平衡呢？这个团体已经接收过关于平衡练习的资讯，这些练习跟回顾一天的感知、注意自我何时受到正面或负面影响的技巧有关。然后，感受、强化并保持每个体验点，同时允许该心智把感受到的东西置于该感觉及其反面的范围内。这样就能将扭曲的自我与更真实的自我重新连接起来 包含了每一种情绪的全部范围。

要做最真实的自我，估量自我是好的，推荐每天都这样做。平衡过程的关键在于记住更大的观点，这是一种好的技巧，可以培养从更高的视角看待自我的能力，正如这个器皿会说的，看见整个人类喜剧的范围。现在，这种广大的观点对大多数人来说并不容易到来，而这正是对每个人的挑战：如何生活，才能见证自己的真理，同时知道该真理是在过程中的，不会一成不变，因为每个实体都将沿着最渴望的路线成长。

有一样东西肯定有帮助，那就是幽默感，因为使用这种天赋可以消除艰难经历中的痛苦，不是否认痛苦，而是在忧伤和喜悦的更大背景下看待生活中的痛苦。

对处于第三密度的人来说，智力似乎是人类意识中较高的机能，而那些(内心)升起的激荡和感觉没什么逻辑意义或结构 似乎比较没用。不过 每个人所寻求的平衡是一种开放心(轮)中的平衡，而非在两个智力概念之间 一种智力上的精确平衡，因为智慧不是你们密度的一个面向。寻求智慧只有很少的用处。寻求那绝对的感觉之中心则蕴含着大量的智慧。

让我们停顿 以允许每个在场者向着造物者之所是[爱]的中心开放心(轮)。我们暂停片刻。

(暂停)

现在，在我们发言之际，保持对这个中心、这个自我之心的观想，把它视为完美 白光的发光球，居住在肉身的黑暗之中，如同在大教堂内的圣餐，它处于它在圣 坛上的位置之中，尽管它仅仅是一小块面饼，却表达与识别了那个巨大的结构。 这完美的光无法被带入你们的幻象之中，但它可以被每一颗不完美地见证它的心 所

扭曲(呈现)。爱逗留在每个人的内在。光居住在每个人的心中。这就是你们的 真理。所有其他的都是语言。

追寻成为光之见证者的方式就是活出今天。对明天的希望，对昨天的遗憾或回忆，对很多事情都有协助，却无助于见证内在的爱与光。在该脉冲达到已显化的表达之际，它就不再为真理做见证，而是对编辑自我者的评判。因此，向前去 编辑自我吧，因为这样是服务他人的方式。但允许自我从这些表达中痊愈，花点时间和注意力，放下痛苦和欢乐，将它们释放给无限太一。这些都是造物主渴望的收获。这些都是造物主所欣赏的爱之表达。正如你是，你被爱着，这就是此刻的事情，因为每个时刻、每个瞬间都是宇宙可能性的依托点。每个时刻都是一个选择的时刻。每个时刻都是见证的机会。每个时刻都是无限的。

我们确信自己使你们困惑了，为了要庆祝这个事实，我们将离开这个多少有点糊涂的器皿 并把这个通讯转移给Jim 实体。我们在爱与光中离开这个器皿。我们是Q'uo。

（Jim 传讯）

我是Q'uo，通过这个器皿 再次于爱与光中向各位致意。我们现在荣幸地问： 是否有任何来自这个团体的进一步询问是我们可以谈论的。

Carla：本周早些时候，我有意识地感觉到内在的能量与 B 在这里时转移给我的能量相同。你对我如何规律化这种能量有何建议，或者有任何评论吗？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这种情况下，我们发觉在名为B 的

实体和你自己之间建立了一种交感式连结，它在形而上的层面上运作，允许你能够感受到能量的菁华，我们可以说，是B 实体在渴望服务的过程中提供给你的。 这种渴望就是允许能量转移的东西，你自己对该能量的需要也是允许它发生的东 西。这种连结的特性是： 它是在投生前就选择好的，因为有许多人以这种方式奉 献自己。而影响这种(能量)转移机会的手段必须在你们自由选择与实验的范围 内。

我的姐妹，有进一步的询问吗?

Carla：有的。在某种程度上 我希望我在接受能量转移的同时，B 也在接受我的能量转移。再者，这就不会消耗我们当中的任一方，而是像一个完整的回路。你对此有任何评论吗？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如你会说的，这大部分是正确的。无 论如何，你要处理的是闭合回路的问题，因为当这个回路完成后，就有可能发生 相互的(能量)转移。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：所以 你们在说的是： 如果它不是相互的(转移)，我甚至无法接收那种能量。那是否正确？

我是Q'uo，这是正确的，我的姐妹。 还有另一个询问吗？ Carla：没了。谢谢你们。 在此刻有来自任何其他来源的另一个询问吗？

B：在我最近的体验中，我感觉到一些非常有特色的肉体效应。注意到这些肉体效应 对于真理的寻求者有任何价值吗？也就是说，灵性的价值吗？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在道途上的朝圣者，记下旅途的性质，以便窥见更大的实相，这对他是有帮助的。不需要太详细，只需要记下那些感觉是形而上特性经历所伴随的显著特征。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

B：有。但 我忘记了。

我是Q'uo，我们不能随意为你回忆起它。 在此刻有最后一个询问吗？

B：在我与他人目前的互动中，言语似乎比较没意义，一种能量似乎正在变得更为盛行。你们能够在这方面帮我一点？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们可以评论，这种体验增强了你感知世界的能力，不仅是你周围的世界，更重要的是你内在的世界，也就是你体验此生的透镜。

当你开始允许更多的印象在你自己存有的内在升起，它会变得多少更难以有望准确地描述那个于内在生长的东西，不过 这样做的渴望也会逐渐增长。因此，一个人常常只能用感觉来形容，而无法用言语来描述。不是为此担忧，因为随着时间的推移，(你)会有能力更准确地用言语来描述这种持续增长的体验。

这整个效应就像朝圣者在探索新地形的道途上，进入比先前走过的 更奇异、更神秘的土地。因此，在开始这种感觉和产生更多内在印象时，必然会经历一段适应时间。我们只建议耐心等待，并将要去理解的渴望磨练成一种带着喜悦的等待。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

B：我如何才能更为充分地与这个(体验)合作呢？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们唯一的建议是，一个人可以从学习过程中获益匪浅：不仅要接受自我，还要接受自我所走过的新版图 和自我的回应，而不要感到过于疲惫或渺小到无所作为的地步，让经历随意地发展。在这

样的旅程中，耐心、宽容、轻触总是(你的)好盟友。 我的兄弟，有任何进一步的询问吗？

B：没了。谢谢你们。

我是Q'uo，有一个最后的询问吗？(暂停)

我是Q'uo，我们再次感谢各位邀请我们出席今天的工作圈。我们十分荣幸能够加入你们，并提醒你们，我们所说的只是一些意见。采纳对你们有帮助的东西，并将所有其他部分抛诸后头。

在此刻，我们将暂时向各位道别。我们是你们认识的Q'uo 群体。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

☆ 第 3916 章集：问答录：能量与交流

周日冥想

1996 年三月 3 日

团体问题：今天我们将有一次集会 属于圈内人的问答(时间)。

(Carla 传讯)

我们是你们认识的Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。此刻在这个寻求圈子中分享一些想法，这是一种巨大的快乐和勇敢的特许。我们感谢你们每个人聚集在一起寻求真理，我们只希望我们的思想可证明为一种有帮助的资源。 如果我们所分享的想法中 有些看起来在此时没有价值，我们请求你们把它们留 在后面，不要将它们带在身边 担心它们，就好像你们应该相信或用我们提供的 方式来思考，因为这不是我们对我们与你们之间的关系的领会。

我们并不把自己视为比那些在第三密度中的实体更为睿智，我们只是在一个有些不同的幻象中，因此处于一个有些不同的环境中。而我们，和你们一样，寻求去知道 却还不知道。我们单纯地已经开始掌握相当确定的意见，如同灵性事物之路，我们的真理恒常地进入未知，如同你们自己(的真理)。因此，在尝试去理解那只能被体现的事物方面，一直会有矛盾、纠结、打结。

既然这是一次问与答的集会，我们将把哲理留给询问本身，现在请问是否有个开

头的询问?

B: 是的。我最近注意到，在我的生活中，我绝对是充满能量的，接着在半清醒 状态中进进出出，在日常活动中，我按部就班，但我的意识却处于另一种状态。 你能否评论一下这种体验， 它对我自己和一般的寻求者有什么特性?

我们是 Q'uo，很高兴能评论这个深思熟虑的问题。为了维护你们自己学习的自由意志，我们必须避免在某些方面发言。无论如何，我们可以评论两种现象，当那些在形而上方面工作的人 与新人接触时，这些现象时常会发生，如这个器皿会说的，所谓物以类聚，人以群分。

第一个现象是被情境充能; 也就是说，当一个寻求者进入一个他能感知到灵性力量的环境时，那股被感知的力量不仅起到祝福一个地方的作用，还能在寻求者的内心产生共鸣，从而使这个地方充满活力，也使这个位置中的实体充满活力。这对你们的人群来说是相当常见的，因为他们开始了这个器皿称为的改宗(conversion)或开始一些新的根本概念 用以加强个人的灵性之旅。

第二个也相当常见的现象是: 通过与具有特别好的动力(关系)的实体接触 能量获得唤醒和流动。例如，我们在你们另一次的工作中 谈到这个器皿的充能，是在这个器皿向着团体能量开放时 就立刻在这个器皿的内在发生。从一个人身上传递到另一个人身上的能量 并不总是能成功地从另一个人身上回圈地转移回最初的发送者身上，从而在两个人之间造成敞开的回路。当动态水准足够高时，这种现象会继续发生；也就是说，电路继续是敞开的。只要发现这种能量的回圈或相互转移对彼此都是一种有用的工具或资源，那么感受精力充沛的体验就是好的。如果这种感觉似乎过于强烈而无用，那么只需回到冥想状态，并在冥想状态

中请求较高自我 或你可以认为是自己的指引 来调整和稳定这种能量流。这种能量的位置并非引导寻求者，毋宁是让寻求者接受并尝试规律化这些涌入的能量。

我们可以进一步回答你吗？

B：那是很有启发的。谢谢你们。与这点有关的： 我在今天之前就注意到，当我们提出一个小组问题时，你是在与会者的架构内回答。这些想法似乎专门为我们小组分享的个人经历而塑造。若我的观察是正确的，你们这样回答有个原因吗？保存自由意志是否与此有关？

我们是Q'uo 群体，相信我们掌握了你的询问。我们给予这个器皿的东西是基于：在提出问题的小组或圈子里的言语更深刻的东西而给予的。也就是说，当存在一个群体问题时，我们希望能够以尽可能多的细微差别和深度层次来理解[由于缺乏 更好的术语]该问题，这些差别和层次不但包含在问题的措辞里面，而且位于每个 成员为了发展这个小组问题而使用的那些思维复合体里面；(最终)抵达那个询问

(核心)。

因此，我们正在回应能量的情绪/心智的配置，这种能量就为在该器皿处理收到的概念时 所提供的朴素言词染了色，容我们说。为了钉好文字结构，用来装我们 提供的概念，因为我们通常不提供文字，这个器皿会从自己的大脑复合体搜刮内 容，这会给小组里一些具体的个人造成另外一种染色，容我们说。最寻常的情况 是： 我们提供一些概念，然后用器皿选择的词语来包装这些概念。因此，该器皿 可能会使用其自身经验中的例子，或者在接触之前 一直在头脑中流动的想法。 扭曲在这两种层次上都在增加：从寰宇智慧，到一个特殊的菁华

或来源接收到内 容，在特定的空间与时间链结点 通过一个具体的器皿(传导)。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：谢谢你们。两周以前，在一次集会中，当你们回应询问时，你们非常具体地 回应一个已经在我头脑中的问题，那个问题是关于Hatonn 回应这个团体的一次呼唤。我的想法是对Hatonn 心怀感激，并想望为Hatonn 提供服务作为回报，但我并没有把这个问题说出来，但你还是回答了。我提问的唯一的理由是，我正在察觉到我看似拥有的天赋；那就是，拥有力量的想法，好比我想要对Carla 送出能量，它就发生了。我问那个问题是因为我想要开始觉察这种天赋 好让我可以对它更多地负责任。你们可以评论吗，请？

我们是Q'uo 群体，我们恐怕已经漏掉你的询问的要点。你能够快速地重述它的精华吗，我的兄弟？

B：你们那时察觉到我并未说出的问题吗，如果是的，你们如何察觉到它？

我们是Q'uo 群体，现在掌握你的询问了。感谢你对我们的耐心。如我们先前说过的，我们所回应的不仅仅是那些在会议上所说的话，还有那些在脑海中的、有说或没说出来的东西。这并不是说我们读取心智，因为心智不是一本书，毋宁说我们感测到渴望的不同层次，当渴望有个向量，我们就能感测到它所瞄准的东西，容我们说。这些渴望是我们称为「呼唤」的东西。当我们感谢这圈子呼唤我们参加会议时，我们居住在特定的振动范围内、做为在特定范围内广播的发言人。我们拾起的东西瞄准我们的范围之内，并不是说在一个拨号盘上的某个号码比另一个更先进或更好，而是说有一个相宽广的可能接触的范围。当一个新的动

力进入一个团体时～ 这在一个人数少于十人的团体中不难看出～这个新的(动力)元素就会创造出一个新呼唤的总和，当Bob 实体与这个特定的团体和谐相处时，它所调合的是一种渴望，其染色包括我们的兄弟姐妹Hatonn 的色彩，所以 这种呼唤就像设置到拨号盘上某个数字的收音机 就会接收到来自那个数字的广播

一样。

聆听群体的渴望和情感 跟读心术的区别在于： 我们能够在不侵犯个人思想隐私 的情况下 拾起属于情感的东西。我们不会进入心理活动的现象，也不会简单地 读取它们。

我的兄弟，这回答了你的询问吗?

B：是的，当我发现自己处于这些半明晰的状态中，有些时候 我发现自己处于一种资讯流中，这些资讯涉及我个人生活中发生的种种事情、我周围的人，有时还会闪现出假定是前世的经历，以及它们如何影响今天发生的事情。你能告诉我这些资讯的来源吗？我是否在与较高自我建立联系？

我是Q'uo，相信我们掌握了你的询问，我的兄弟。我们给了这个器皿 海星的图像，海星伸出触手 以这样或那样的方式接触到海底的沙子，海星的每个触手或触点都往一个不同的方向探寻。你可以把海星想作正在接触宇宙的所有部分，因为它以一个完整的圆向外探寻。每个实体在每次转世经历中所携带的 就是这样一种意识，它在一个层面上具有向四面八方延伸的点，然后在下个层面上，然后在下个层面上，然后在下一个层面上，于是有了宇宙中的宇宙中的宇宙，它们就居住在你之所是里面。

确实，(一个)实体不仅拥有对此生的理解，拥有此生经历的深度和广度，还拥有对所有经历的记忆，这些记忆包含在逐渐深入的、更为宽敞的容器或结构中，这些容器或结构承载着一个层次的资讯。在有意识的状态下，最容易触及的是高层潜意识，它喂养梦境等等。

你此时所体验到的现象，在很大程度上来自那个较高的潜意识层次。有些人认为，在这个心智层次中，存在着较高的自我或指引，它可以从潜意识中穿过意识的门槛，进入有意识的活生生的一天。这是一个值得鼓励的过程。此外，在照亮并充满意识的光的额度方面，有那些越来越深入且越来越宽广的心智层次。这些层次属于较低的潜意识 并且包含了种族的历史，是支撑和承载你的意识的第二密度肉体载体之意识。在这些更暗黑且朦胧的意识层次之内 有些内在的向导。在心智的更深处存在着原型心智，确实，最终意识的地基成为如其所是～ 造物主祂自己。

因此，这就彷佛在心智里存在着好些圣殿，它们的门都被小心谨慎地守卫着，随着一个人以坚持不懈且牺牲式的举止进入寻求真理的过程 他就开始触发或把钥匙插入那些圣殿的门；我们认为，体验这种内在资讯的流动，并在出现这种思维

时保留一些记录，是有帮助的。在大多数情况下，这些思想的线索都是潜意识的材料，冥想和沉思分析的练习正在鼓励和加强(它们)。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

B：不了。谢谢你们的回答 以及对我的耐心，因为我尝试去问的这些问题经常是难以表述的。

我们是Q'uo，我的兄弟，我们对自己的回答也有相同的困难，我们也请求得到你的慈悲。

在此刻有进一步的询问吗？

R：在爱与光中致意。你们能不能重述一下 你稍早说的关于试图学习真理 只能以另一种方式体现，也许再补充一点？

我们是Q'uo，乐于在这个概念上更多地谈论。有很多方式去思考灵性、灵的生命 及其演化。由于肉体投生的条件，人们很自然地把任何学习都看作是收集事实、进行推论、证明假设，然后利用这些新公理创造更多知识的过程。然而，灵性的世界尤其是彻底的非理性世界。它不是从一个事实建构到两个事实，再从两个事实建构到三个事实。相反地，它存在着，它的那些火花通过被称为身体的能量场来区分.....

我们发现我们已经开始了一个句子，而我们无法通过这个器皿完成它，因此我们将要退回去并再试一次。

那些寻求者倾向于大大地强调学习真理。然而，那真实的事物早已位于心与魂，一切事物依赖于此 包括每一个寻求者在空间和时间中的位置与身体之所是的能量场。因此，一个人可能会以灵性寻求之名，把一个又一个事实添加进去，成为 一个脑袋里装满许许多多事实的实体。然而，灵性之旅是从头脑到心的旅程，而 那些来自或通过实体意识的基本振动方式、基本感知方式的东西，才是寻求者能 够提供给灵的 最清晰的指示和礼物。

一个全心去爱的人 让心占据中央位置，其困惑、迷茫的思想远比那些为真理建造智力之屋的言辞要崇高许多。是心容纳了真理。正是心可以被约束，以展示那些现在看来在头脑中模糊不清的真理。意志、希望、信念的旅程是从心进入表达。正是心赋予整体意义。智力的机能是对需要做的事情彻底执行，好让肉体存有在 这个世界上感到舒适和快乐。

我们并非贬低智力的使用。单纯地肯定我们的意见，那就是: 被寻求者所体现的真理 是一个比任何言语都远远更为完整且饱满的真理，无论(那些言语)是多么地出色。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟?

R：你们能以另一种方式来表达 关于锻炼心 将展示早已在那儿的真理的评论?

我们是Q'uo 群体，我们将尝试去这么做，我的兄弟。若你愿意，想象愤怒的色彩和能量。不是对一个物件的愤怒，而是那种情绪。也许你甚至可以在某种颜色或该颜色的补色中看到～ 这就是你作为一个实体目前赋予被称为情绪的真理的染色。然后，想象一下，爱、快乐、治愈、悲伤等等的颜色和纹理。这些深刻的 情感，我们称为各种真理。它们在纯粹的状态下，既没有任何限制，也没有消极 或积极的含义。

在贯穿你们人群的整个历史中，一直有大量的形而上的想法被给出～ 创造一些逻辑结构来解释的灵性概念，这是一种普遍的偏向，即偏向于可以看到和测量的东西。实体们很难将自己的情感视为纯粹的，确实，它们通常也不是纯粹的体验。通

常，情感体验带有强烈的道德、心理、情绪上的保留、限制、染色。

随着寻求者穿越人生 在经验上逐渐增长，它可以选择开始注视那个正在体验的东西，以减少情绪上的偏差，因为它会给情绪染上色彩，并常常通过情绪制造痛苦，因为一旦寻求者能够感知到这种色彩，它就能被掌握 并逐渐被放到一旁，这样，我们在经历悲伤时，就能从[它]是一种狂乱撕扯的内心体验转变为一种传导式体验，就像这个器皿会说的，一种更为纯粹、更少限制的情绪形式。

一旦人们拆除了将感知到的情感限制在一种特定结构中的障碍，那种情感就可以开始更纯粹地表达，并且随着寻求者自我认识的不断增长，那些强加的限制可以被抛弃，更深层次的情感就可以被表达出来。透过运作的、鲜活的机制以越来越不困难的方式 和越来越深刻的真实方式来引导。

我们可以进一步回答你吗，我的兄弟？

R：这对我是难以掌握的。你们是说，要鼓励心去和每个情绪的染色一起工作，在工作过程中 把它提炼成更纯粹、更寰宇的真理之光，并在这个过程中 化解相关的紧缩和阻塞？

我们是Q'uo 群体，你们掌握我们的答案的要点了，我的兄弟。

R：感谢你们的那个回答。它是非常有趣的。若能手拉着手，从一颗星星跑到另一颗星星，到处跳来跳去，那会是美妙的。

我们是Q'uo，感谢你，我的兄弟。我们将在你做梦和探索之际 与你相会。 我们是Q'uo 群体。在此刻有最后一个询问吗？

(暂停)

我们是Q'uo 群体。亲爱的人们，开放心 是怎样一件美妙的事情。在每个人面前的是怎样伟大的冒险。等着每个人的 是怎样巨大的谜团、困惑、以及喜悦。我们再一次感谢你们，在地球上的所有地方当中，你们选择来到这里，与我们分享希望、爱，以及认识真理的渴望。你们让我们能够服务，我们至为谦卑地感谢你们。

在此刻，我们要离开这个器皿和团体，在爱与光中离开各位；而爱与光属于那美妙的太一无限造物者、爱的思维，祂创造了一切万有。
我们是Q'uo 群体，我们祝你们Adonai。

Translated by T.S.
(V) 2024 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3917 章集：1996 百乐餐

周日冥想
1996 年三月17 日

团体问题：这一周我们要吃百乐餐(碰运气的意思)。

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。在你们呼唤

我们时 来到你们身边。我们十分荣幸能被呼唤，也非常感谢你们 允许我们服务你们。和往常一样，我们请求你们使用辨别力，因为我们和你们一样容易出错。

然而，尽管我们容易犯错，尽管你们每个人都容易犯错，尽管我们的经历是幻象， 我们的想法都跟幻象有关，但有一种东西将我们联系在一起。是它让我们合而为 一。这就是我们每个人的本质，你们每个人的本质。许多事情看起来都是明显的、 初步印象的，而这些事物一般都是以他们所能看到的为基础，构建出你们先前所 说的结构，即由日常和普通事物所创造的生命之屋，而这些日常和普通事物加总 起来就是一次人生。

有趣的是:那些寻求的人，甚至清楚明白地知道一切都是幻象的人，仍然在继续 处理催化剂，继续受到影响。有趣又可贵的是： 渴望理解、渴望弄明白的渴望， 造成持续的不安全感，使我们每个人在明知一切皆为幻象的情况下，仍要深入挖 掘，进一步探究。不过，我们真的知道吗，尤其是 我们知道我们的幻象是什么， 你们知道你们的幻象是什么？我们寻求去超越自我，然而 我们尚未超越自我， 这就是你们的情况。继续前往更高密度的想法是： 将不再获得催化剂、不再被影 响、不再改变。然而 并非如此。但我们每个人带着最大纯度所期待和渴望的事 物 就是那在弦外之音之中，在生命边缘中的事物。

我们寻求。我们渴望。我们渴望去超越自我，然而 那个我们前往的地方就是自我，那伟大的自我 即是造物者。的确，从某个立足点来看，在进化的阶梯上前进似乎是一个我们自以为了解的事物逐渐消失的过程，而非我们学习到更多可以紧抓的东西的过程，因为你所能紧抓的每一件事都将会辜负你。唯一不会失败的东西就是爱本身。爱存留，通过每次考验，等待疲惫的我们完成当前这轮的考验和问题、疑惑和喃喃自语，耐心地等待，用世界上所有的爱等待，真的，带着世 上

所有的爱等待。我们的自我在你们的一言一行之间，在你们的一呼一吸之间， 在你们身体的每根骨头之间，在你们神经和大脑的每个突触之间等待着我们。爱 等待着。

你在沙漠中吗？爱将会在那儿找到你，会以活水围绕着你，等待你打开通往当下此刻的大门。你是否在花园中，生命的绿洲，充满祝福的地方？那么爱就无处不在。那么，你就很容易忘记 那些高涨的感觉和情绪并非心潮澎湃的深刻情感，因为在顺境时，你很容易偷懒，很容易再次远离那圣中之圣，因为一切都如此美丽、如此可爱、如此惬意。很容易满足于在花园里玩耍。

然而，那等待中的爱不是正午的阳光，不是满足身体饥渴的泉水，甚至不是伴随着满足的蒙福状态的情感结构，若你愿这样说。爱赋予生命，同时也呼唤更多的纪念。在你经历的顺境和逆境中，爱都在呼唤自己。无论顺境逆境，它都是一样的。 化身为人的精神只能断断续续地感知到爱，然而那些内在觉知、神圣、自我完整 存在的时刻，足以让人振奋，让人坚强，感到激励，且绰绰有余。

我们鼓励每一个人都尽其所能 频繁地进入忆起的状态。那种忆起的状态将是属爱的。那股爱，在其力量与气力之中，在其恩典与美丽之中，已经创造出所有幻象的和谐，有一个无限且无限复杂的能量场系统，(这)一个幻象是被一位想望去认识自己的大我所创造。祂爱在其心智中 祂已生出来的每种能量场。祂每时每刻都在滋养你们每个人的无限和永恒的意识，也就是在你们之内的祂自己。我们呼唤你们更深层次的觉知，这种觉知位于存在的基础之中，存在于顺境和逆境的表面底下。我们呼唤你们铭记爱。

要求自己记住： 感谢和赞美。我们这样要求自己，是因为我们知道，在幻象当中，

几乎不可能拥有恒久而忠实的记忆，然而，若一个渴望日复一日地得到磨练和砥砺，这种能力就会创造出一种加速进化的节奏，因为在你的内心深处，足以让你每时每刻都记住的，就是你所渴慕的那个自我，那个一点一点更为觉察的自我，正在向太一无限造物者之爱的无限深度 敞开它的意识。当这种爱在内心的记忆中实现时，就像一个人始终沉浸在爱中一样，外在的幻象就会变得非同寻常，天气的每个小把戏和当天的偶然情况都会闪耀着卓越和美的光芒。

我们知道，你们寻求深化自我和对自我的认识。让那股能量立足于对太一无限造物者的纪念，那起初思维即是，而其他一切都正在成为(的过程中)。

我们会在此时把这个通讯转移给Jim 实体 以便他能在本次工作集会的尾声讲话。我们是Q'uo 群体。我们在爱与光中离开这个器皿。

（Jim 传讯）

我是Q'uo，在爱与光中向各位致意。我们在此刻很荣幸提供自己尝试去回答在场者可能向我们提出的 任何进一步的询问。在此刻，请问是否有个我们可以处理的询问？

Carla：我近来一直在思考，我只是在用这些通灵资讯按摩小我(ego)。我知道你每次来都说这是你的荣幸，我们对你们的帮助有多大。我想知道，你是否能给我一些思考的东西，让我看到自己和以前一样有用。现在看来，我们还没有把所有事物都涵盖吗？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。多年来[照你们的时间]，这个团体努力

通 过传讯形式 服务他人，确实涵盖了大批的主题，因为有很多、很多的方式可以 接近爱 我们非常荣幸能够帮助任何人 只要他想望了解爱的力量 以及单一伟大 的起初思维～ 产生了无限多形式的爱。虽然以许多形式分享这些资讯，让人们 的头脑可以思考，让人们的心可以更全面地接受爱的概念，是我们提供的一项伟 大服务，但这并不是我们的核心，因为我们的振动与你们的振动在每一次工作中 调和，其核心是寻求爱、分享爱，而在该调和发生之前，爱的孕育并不存在。 每次我们能够使用诸如这些器皿[好比在场者]，我们就能够不仅仅给予和接收资 讯，也给予和接受爱的菁华，寻求去知晓、去分享。

该寻求 就是我们在一起时 最为根本的东西了。这非常类似收音机电台的载波，把资讯注入这股能量的主波。因此，在每次工作中，我们和你们都能创造出另一种形式，若你们愿意这么说，在实体试图领会爱的过程中，爱可以采取的形式。看 到我们和你们创造出多么有趣和复杂的形式，是一种快乐和享受。然而，每一种 形式都是由爱构成的，这也是一种祝福。通过你们提供给我们、我们也提供给你 们的机会，这共同度过的时光就是宝藏。我们感谢你们提供的每一个这样的机 会，并在你坐下来思量自己的目标和天赋的可能性之际，祝福你们。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Carla：就你们的立场，你们会将静默冥想 和传讯式冥想 归类为同等的 分享爱临在的方式？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。至于通过一种形式的冥想或另一种形 式的冥想是否能创造出更多或更好的爱，这是一个很难区分的问题，因为每种冥 想

都有潜力充满我们称为爱的品质。我们可以说, 有些实体更偏爱或欣赏静默冥 想, 因为它不是针对头脑, 而是更直接地针对心和一个人的存有根基。而对于其 他实体来说, 我们可以说, 必须通过头脑的门路, 才能以该实体所欣赏的方式触 及心, 虽然该实体可能并不欣赏静默冥想也可触及心。因此, 选择权在你手中。 我们可以建议你尝试每种方法, 并评估自己的欣赏方式。

有另一个询问吗, 我的姐妹?

Carla: 告诉你们实话, 我一直在持续传讯 是因为我周围的人们仍旧想要它。就我的动机而言, 你们认为这是一种准确的思考方式吗, 或者我应该花一些时间来检验这点吗? 我对于一种方式或其他的方式没有任何感觉。

我是Q'uo, 觉察了你的询问, 我的姐妹。我们会这样评论。很多时候, 最有用 的资讯都是通过一种器皿传递的, 该器皿当时并不想成为器皿, 但回应了一个呼 叫。我们回应了你们的呼叫。你们回应他人的呼叫。这就是服务之道。

有进一步的询问吗?

Carla: 没了, 那(回答)很好。我有些焦虑是因为我真的 (听不见) 能够帮助这些人。OK。

我是 Q'uo, 我们再次感谢你, 我的姐姐, 并建议你, 若你经历了美泰克(Maytag)修理工不接电话的经历, 就会产生真正的担忧。 有进一步的询问吗?

Carla: 我没问题了。你们知道的 我一直是个不情愿的管道, 但我确实回应一个呼叫。

我是Q'uo。我们十分感激你在质问传讯(过程)上的努力，尤其是在活出生命这方面。

在此刻有另一个询问吗？

(暂停)

我是Q‘uo，我们察觉到我们已经穷尽所有的询问，这些询问是如此小心翼翼、充满爱意地向我们提出的，[它们]直指我们存有的中心，因为我们感觉到，它们 来自你们存有的中心。我们感谢你们的奉献。感谢你们在这些工作集会中的细心 投入，感谢你们每个人在服务他人中 奉献自我的真诚努力。我们是你们认识的Q'uo 群体，此时，我们将离开这个器皿和团体，在太一无限造物者的爱与光中离开各位。

Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2024 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3918 章集：光之庆典

布拉格回家(聚会)冥想

2023 年七月23 日

(Austin 传讯)

Q'uo：我们是Q'uo，我们在太一无限造物者的爱与光中，在这个寻求圈中 向各

位致意。。我们感到喜悦和荣幸 受邀加入你们这个寻求者的神圣聚会。我们观察了这次聚会，因为从我们形而上的视野来看，这次聚会产生的光芒是非常明显的。你们以开放的心和开放的头脑聚集在一起，共同探索，产生了一种跟(宇宙)造物共鸣的力量，响彻所有在造物主的爱与光中探索的生命。

在我们开始接受这个团体的问题之前，我们会分享在这个团体中感觉到的 对于Carla 实体在场的一种好奇心。我们相当高兴地报告，我们亲爱的朋友Carla 与我们在一起，她在你们共聚的这段时间 一直与你们在一起。她如此高兴地为心的相聚做见证，她在你们的心里加入你们，以见证心的集会，并向这个圈子中的每个实体都提供她的爱与保护。因为她感觉你们彷佛是她的孩子，她向你们提供母亲与神圣女性的能量，这种能量，根据你们的请求，是你们在冥想中、在你们的旅程上 可用于密切交流。

我们也要提供我们标准的免责声明，你们可以说，我们常年请求你们 不要将我们视为权威性人物 会提供明确的指引。相反地，我们请求你们把我们视为是在道途上的同行旅人，只提供我们自己的看法供你们考量。至于你们觉得可能对你们的旅程不利的任何想法或言语，请将其丢在一边，不要再作进一步的考虑。因

为我们不想望成为一块绊脚石，而只想望为你们进入心和通往造物主的旅程提供帮助。

在此刻，我们请问，是否有个我们可以回应的询问？

E：在行动的灵感受限时，一个人如何能克服优柔寡断和停滞不前？

Q'uo：我们是Q'uo，我们觉察了妳的询问，我的姐妹。我们觉得这个询问可能引起你们第三密度中 许多寻求者的共鸣，因为你们已经投生到一个密度，在其中，有一种遗忘的罩纱阻碍你们对造物的大量感知，于是，那些关于如何在你们的道途上前进的那些灵感和知识之机能并不明显。因此，有时 你们可能觉得缺乏知识和灵感会造成停滞不前。这是一种很常见的体验，也确实是你们的密度所带来的内建体验，因为你们并不知道该往哪个方向迈进，也不知道哪些灵感可以在道途上指引你们。

在这个器皿的许可下，我们将以一种他并不特别熟悉的方式来训练他，并分享一个故事，这个故事可能帮助阐明我们对这个动力性的看法。

从前，有一个年轻、富有冒险精神的女人，住在一个山谷中的村庄～ 坐落在美丽的群山之间。有一天，一位旅行者来到这个村庄，告诉这位年轻的冒险家，第二天 在山的另一边将举行一个节日。旅行者说，若她愿意踏上旅程 将是她所能目睹的最美丽的景象。

她下定决心要接受这个挑战，他给她指了一条可以翻山越岭的小路，这样她就可以到达山顶，亲眼目睹这场光之庆典。但他告诉她，这是一整天的路程，她需要在天亮后早早出发，才能及时赶到，见证这个节日。于是，第二天，她迎着太阳早早起床，开始了她的旅程，决心翻过这座山，亲眼目睹旅行者许诺的 美丽的光之庆典。

她坚定地前行，每一步都带她更靠近目的地。她很少关注周围的大自然，因为她坚信自己一定能及时到达目的地。所以，她继续沿着蜿蜒曲折的小路前行，跨过河流，穿过山谷，直到最后，当太阳在天空中开始下降，她开始担心自己可能无

法及时到达目的地时，她来到一个岔路口。

她停下来，对自己说「旅行者没告诉我该走哪条路径。我该怎么走呢？」她决定，此刻做出选择，总比没有选择要好，于是她选择了左边的小路，坚定地向前走去，她要到达光之庆典。不久之后，她来到另一个岔路口，环顾四周，发现这(竟)是同一条路上的岔路口。

「好的，结果是简单的」她说:「我现在必须要走右边的路了」。她这样做了，再次坚定地前进。但再次地，不久之后，她抵达相同的路上的相同岔路口。

于是，她沮丧地停下来，环顾四周，喊道:「我该去哪里？我该怎么办？似乎无论我走哪条路，都会到达同一个目的地」。她泄气了，气馁了，开始自言自语地哭泣。在她哭泣的时候，她感觉到风在低语，但她听不懂。她听到树在对她说话，她也听不懂。但她看到身后有一块坚固的石头，便坐在那里沉思，不知道自己该怎么办。因为回家为时已晚，黑夜即将来临，她不知道如何到达她渴望体验的光之庆典。

当她坐在石头上，太阳在天空中不断下沉，风继续对她低语，树木继续说话，她开始放松下来，沉浸在这一刻。当她环顾四周，天色渐渐暗下来时，她注意到树丛中闪烁着光芒。她开始理解风和树。它们向她诉说着这场光之庆典。她继续坐着，夜幕降临，树上有更多闪烁的灯光在跳舞。她意识到，整个天空和树丛都布满萤火虫，开始把它们的光亮提供给她。

它们开始旋转起舞。她开始注意到，在更高的天空中，当萤火虫为她起舞时，星星本身也开始随着它们旋转。她坐了几个小时，目睹了这壮丽的景象，这些旋转

的灯光，是她所见过的最美丽的景象。她被这美妙的交响乐催眠了。不知不觉，黑夜过去了，太阳又开始升起。风继续低语。树木继续说话。甚至动物和鸟儿也在歌唱。昆虫为她起舞 她意识到，一直以来，在她的感知之外，还有一条不属于这条岔路的路。当太阳再次升起时，她站了起来，走上了这条小路，没想到没过多久，就返回她的家乡村落了。

她然后就能够与她的朋友、家人、村民分享她已经见过的壮观景色。她了解到，确实，她已经抵达那场光之庆典，但不是她所期待的。(庆典)却在她感觉到迷失的时刻 为她呈现了。

我的朋友们，(宇宙)造物没有任何部分、你的道途没有任何部分，不是充满着太一无限造物者的爱、光、荣耀。你寻求迈出下一步的灵感就在你周围的造物的每一颗微粒之内。它可能并不明显，这是有意为之的，因为你们的密度、第三密度、 就是要在爱不明显的时候感知到它，在爱不明显的时候寻找这道光，在造物中寻 找灵感，尽管你没在面前看到它。不过，你必须坚信它是临在的。如果你审视当 下此刻，放松地进入心中，你就会发现爱就在身边。无论你本该做什么，它都存 在于此刻之内，因为对你来说，没有其他任何东西可以存在。没有什么目的地是 你必须要去的，因为你的目的地就是现在，永恒的现在。

我们理解，这种看法似乎自相矛盾，因为即使是我们[隶属服务无限造物主的众行星邦 联]也会向你们讲述你们的灵魂通过不同密度的一个进程 (最终)回到造物主的 家。但是，我们可能通过提供我们的观点 来帮助解决这个悖论，我们的看法是， 虽然你们在旅途中似乎有了进步，但这可能更好地被视为期望的消退，需要到达 某个地方的消退，需要在某个地方的消退。取而代之的是，你越来越了解到，你 所寻求的东西正在此刻，无需任何努力。你只需坐在石头上，放

松、关注你周围 的一切，旅行者许诺的那场壮观的光之庆典就会展现在你面前，怀着耐心和信 心，相信你就在你需要待着的地方，你会接收到你需要的东西，好让你继续这回 家的旅程～ 返回太一无限造物者。

在此刻，我们将这个内容转移给Trisha 的实体。我们是Q'uo。

(Trisha 传讯)

我们是Q'uo，我们现在与这个器皿在一起。请问是否有个我们可以述说的询问。

V：我最近与肉体有很多的挣扎，我想要尽可能长久地留在地球上，但不确定我的身体会不会支持我。可以请你们给予某种建议吗？

Q'uo：我们是Q'uo 群体，我们觉察了该询问，我的兄弟。我们看到在这条探寻 的路线上 可以收获许多果实，我们可以理解你对充分体验这次人生的兴趣和渴 望；这是你灵魂旅程当中的一个小光点[若你愿这么说]；此时此刻在这个身体中舞 动的机会。我们能够同感肉体载体给灵魂带来的挣扎，尤其是此时在这个星球上 这个密度内的存在领域。我们可以欣赏(人们)渴望获得更完整的体验、延长在这 个身体中的人生之旅，我们看到了它背后纯粹的意图，对你们所说的生命的热 情、学习、体现(embody)的动力。我们刻意使用那个字汇，因为在这个特殊的询 问中，你正在问如何更好地服务于肉体载具，以支援你所渴望的寻求。

当我们引导这个询问穿过这个器皿之所是的染色玻璃 我们尝试跟这个器皿自己的记忆与生活体验联系起来，希望切中这个问题。因为这个器皿尤其有这种身体

在此生的挣扎，同时感觉到，这个身体将会把该灵魂留在这个星球上、这个经历中，一段较短的时间，如你们看待的时间。当我们扫描她的体验，我们时不时地看 到恐惧、担忧、愤怒、难过的情绪，我们可以理解那些情绪是如何冒出来并自己 显露出来。

因为，在你们所处的这场被罩纱遮蔽的舞蹈中，可能很难辨认到，身体最终并不是真正的你。身体只是一件戏服，而在这场戏中，你们将有很多次换装的机会，

我的朋友们。我们首先倾向于建议你们，正如前个器皿所说的，练习临在。一个 人看到每个流逝瞬间的潜力，在你体验的每一秒中，如你对名为时间的东西的评估， 都有着无尽灵性特质的宝石、珠宝、财富。

当你在练习临在时，预测的概念就不再起作用。有一个终点的想法不再有效，因为也没有起点。一切重要的、存在的就是那个瞬间。我们再次了解到，将这概念接受为真理是极具挑战性的，而你的肉体载体总是擅长于提醒你这个被遮蔽的体验。

但再次地，我们只能谦卑地建议，有意地练习成为察觉的，察觉到实存的(what is)，真正实存的。那可能意味着 感谢你视为身体限制的东西。我们会提供替代性的看法，它们是礼物。是的，痛苦与挣扎是不舒服的，但是，你～ 看看你自己，如你认同的自己～ 获得这样的机会，这是这样的一种体验式礼物，于是造物主就可以更好地知晓自己。这是怎样一种荣耀呀！

通过认出那种临在，无论那看起来像是什么样子，对接下来会发生什么的担忧就会消散了。对你眼前的一切，对你内心的一切，都能产生深深的感激之情。我们

认为，这也许是在这个特定的提问路线、特定的寻求路线中 最有效力的方法。

与你的身体同在也有助于你学会爱它，接受它的本来面目。在你的见识中，它可能看起来不完美。它可能看起来虚弱。它可能看起来有缺陷。你会给造物主创造的任何其他部分贴上那些标签吗？为什么要把它们贴在你自己身上呢？带着你对(宇宙)造物其他部分的爱和接纳，坐下来感受你自己。真切地感受这份爱。真诚地接受它，感谢它。对它心存感激。也许在这种爱和接纳中，你会找到你称为的疗愈。

我们意指的不一定是身体复合体的疗愈，即减轻你所看到的症状或挣扎，而是更大范围、更宇宙性的疗愈：具体化身的振动升高，灵魂得到更充分的表达，这种表达伴随着宽恕，伴随着欢迎、温柔的抚摸，这是一个人真正值得拥有的。我的朋友们，这也许是最有效力的良药。不只是为你自己，不只是为身体，不只是为(个体)心智或灵魂，而是为了他人、为星球、寰宇之爱、寰宇的经验，为了造物主。

我的朋友们，这个罩纱体验的每个流逝的时刻 都是有意的、完美的。它充满了机会:(让我们)去学习爱，在灵性上成长，走向一体状态，那是终极的真实，超 越你所看见的自己和你的身体。这些身体是多么神奇和真正完美的礼物啊。爱它 们，照顾、倾听、珍惜、欣赏它们。

一个人如何做到这点，如何着手开始练习，可以有许多不同的途径。通过你的食材、你的休息，通过你在一个灵与魂层次上的成就而滋养身体，就爱与接纳你自己的前提上 照顾心理的空间，允许爱总是成为在一个人的指南针上的既定方向，甚至某件简单的事，好比大声说出一个肯定语或声明: 「我爱我的身体，因

为我的身体供给我 所有我在此刻获赠的礼物」

当然，你们[寻求者]可以看见，有无限多的机会去滋养、关心、照顾身体。我们只会接着说，所有的方式都要带着轻触来进行～ 若一个人觉得自己辜负了身体或自我，那就温柔一点。对自我宽容。了解到这是一次学习的体验，认出这是一个单纯地成为造物者的一个延伸(部分)的机会。

在我们结束我们与这个特殊器皿的通讯前，我们想要传达： 延长这个肉体载体生命的意图是新颖的。正如我们先前所说，我们再次感谢你们对所谓生命的热情，对体验的渴望。朋友们，这太美好了。我们还想提醒你们，这不过是众多经历中的一粒沙而已。今生只是你们的灵魂将要经历和已经体验的无数人生中的一粒。一切万有，都是精确地需要在那儿的。无论发生什么，都是精确地需要发生的。

珍惜这些时刻，热爱这些时刻，充分地活出这些时刻，一如既往，带着完全的知晓： 即我们与你们在一起，你永远都不会孤单。因为你是造物者。你同时是万物。这个经历真是多么美丽与完美呀。我们感谢你们每一个人，感谢你们的能量和能力与我们同在，我们想望通过这个器皿表达那份感激。

在此时，我们行将离开这个器皿，把该通讯转移给Gary 实体。我们是Q'uo 群体。

(Gary 传讯)

Q'uo：我们是你们认识的Q'uo 原则。再一次，我们再次带着赞美和感恩之情 向这个寻求圈致意，为了每个人已完成的工作，不仅是在过去的几个昼夜周期，而且是在漫长的旅途中，正如你们所体验的，在这个人生和先前的多次转世中挣

扎，因为你们越来越坚定地追寻真理，正如你们所感知的，将真理置于你们视线的中心，使追寻太一造物者 和通过无条件的爱服务他人的道途 成为你们生命的中心路径和焦点。

在这个器皿充分地暖身之后，我们请问，是否有个来自这个圈子的询问是我们可以回应的？我们是你们认识的Q'uo 群体。

E：像这样的聚会对灵性寻求者的道途有什么效应？对我们的极化有什么冲击？

Q'uo：我们是 Q'uo，我们收到并感谢这个询问。我们乐于提供看法，并提醒你们，我们并不在你们的身体中，就像你们这个周末所经历的那样，体验着自我与他我相遇的感觉、能量转移和生活影响。我们以看不见的方式与你们同在。当你们彼此接触时，当你们放下另一丝坚硬或伪装的铠甲时，你们可以说，当你们彼此接触时，我们真正体验到了一种振奋感。在你们释放另一条苛刻的线条，或者在你已经在心的周围树立起来的盔甲防御时，每一颗心都跳动敞开了，这样你就可以成为自己，在你的兄弟姐妹当中的真实振动，于是你可以更自由地给予并接收爱

虽然我们的密度不同，我们的经历也与你们的 相当不一样，(但)爱就是爱。我们的宇宙、你们的宇宙，都是由爱构成的。你们的心开始通过旅程模式、人际动态、内在工作来探索这种爱。那也是我们的爱。那种爱也是我们所追求的。当它在第三密度中得到展现和体现的空间时，我们也明亮起来～ 从我们的远景来看，对爱的回应就是爱，我们的心与你们的心一起敞开。

那是一个相当冗长的序言，想说的是，就(它)对你们的旅程的冲击而言，像这次

聚会的经历是要由寻求者自己去了解的～ 无论是在当下，还是特别是当你们允许整合这种经历，允许在你们的聚会期间播下的种子开花结果，当你们继续着旅程，当你们加强在这个周末之前已经完成的工作～ 以便你们可以继续前进。但我们可以说，根据我们的观察，这样的聚会对每个参与者的冲击都是相当正面的。

先决条件不是某个地方或某些人在场，而是寻求真理的可靠性；打开心的渴望，无论这种渴望有多么不完美；以悲悯回应苦难的需要和倾向；以及理解[若我们可
以用这个字]万物一体。当这些因素凝聚在共用的目标中，在相同的空间共度一段时
光，就给了每个灵魂巨大的支持。正如在这个圈子中 许多人的生活经历一样，在这段旅程中 或许有些孤独感。每个人都有那些爱自己和支持自己的人。因此，这个圈子的人和全球其他圈子的人 都在不同的层面上进行行旅和牺牲，以便置身于这样的环境中，哪怕是一瞬间，他们也能体会到那种特殊的环境～ 在你们这个特殊的世界里，存在、运行、跟其他灵魂交换能量是什么样子，这些灵魂的绿色光芒打开、振动、放射，欢迎、接纳你们。

你们聚集在一起，不是为了找到获利的方式，这是你们各国人民经常从事的经济活动，不是为了建造更好的炸弹，也不是为了追寻其他特殊的虚荣项目。相反地， 你们聚在一起是为了分享对太一造物者的寻求。你们花时间谈论爱，谈论光。我 们曾多次从你们的口中听到这些词语和概念，以及与之相关的许多品质，即使没 有用语言表达出来，[那么就]在你们的脑海和心中。

在探索太一造物者智能无限的原初品质的过程中，你们就像一条条的线，各自贡

献着自己的色彩，编织成一幅更大、更美的挂毯。我们可以说，当你们如此自由、 如

此充满爱意地分享彼此的能量时，一幅图画就浮现了。但你们不是染色纱线， 你们是有多重切面的光之宝石，以独特的扭曲但永远完美的方式反射和放射着造 物主。你们的光芒相互交融，创造出一幅图画，你们可以朦胧地感受到，而我们 从自己的有利位置，可以荣幸地、相当清晰地看到，这幅图画在实相本身固有的 喜悦和美丽中，歌颂着太一造物者。

在本周末 每个人在这里创造的环境中，你会找到家的味道。那个家是形而上的。它是你作为太一造物者的一片神圣火花的真正资产，你目前认同的身体 正在物质世界中移动，经历着出生、成长、衰退、死亡的阶段，经历着这个世界的苦难和忧伤。

但在我们看来，你们的世界不大能提醒你们自己的真实资产。相反地，漠不关心的集体污水坑创造了某种重力井，吸引着你的注意力，并在一个完全与所有其他实体分离，甚至跟宇宙本身分离的故事中 捕捉你做为实体的身份：该实体如同一个消费者，该实体仅仅是思想和情感的存在，该实体甚至可能只是一个身体，而你的意识是一些莫名其妙的附带现象，是物质身体的衍生品或后续品。

你们的幻象，如你们人群已经构建的幻象，并不会邀请你回家 进入你真实的存在状态，回到你们作为太一造物者的孩子、作为宇宙所有众生的兄弟姐妹的位置。这并不是暗示你的处境不好，或者需要逃离。该幻象是有目标的：它旨在教导，而你们所处的这个特殊幻象为你们认识自我提供了很有效力的催化剂。

虽然人的意志和信心机能可以利用任何外部环境、任何苦难品质来学习和成长，但正如你们所说的那样，独自进行是极其困难的。我的朋友们，与其他有相似寻求的人在一起，彼此分享自我，就是减轻负担；就是找到其他的肩膀来扛起压在

你身上那么久的东西。

虽然我们知道无限太一的喜悦，我们的心确实与你们的心一起悲伤。你们发现自己处于其中的苦恼、混淆、暗黑的位置… 我们多么想望能够，可以说是，拍拍你们的肩膀，邀请你们释放那个暗黑的地方，再一次 向后退进入你们真实的家园，进入到那个你们从未离开的地方，那就是光。

它只是一个幻象。它只是一个概念～ 抓住了你的注意力和身份，把你引导到那个坚固的信念: 你是渺小的，世界比你更大，有某个要去强烈恐惧的东西，你被切断了、被搁浅、是孤单的。这是一个幻象。从你们的意义上，这是真实的～ 有 效的，有形的，必须要与之一起工作～ 但从更大的视野看，这不是真的、不是 确切的。

当我们说起你的真实家园时，它不是你在某个遥远的过去 离开的一个地理位置，尽管对于那些流浪者来说，会从家乡环境、家乡密度移动到这颗第三密度行星。我们宁可谈论的，如我们已经描述的，是真正的资产、与生俱来的权利，自我 如同造物者: 那个自我从未出生，也永不会死去。那个自我就在这里，就在此时 此刻，永远如此，不会进入时间幻象的梦境，因为它始终临在。这个家你从未离 开过，也永远无法离开，因为它就是你现在的核心身份，尽管当你听到这些话时， [你]确信并非如此；尽管你所感受到的、所背负的、感到困惑的痛苦似乎都不那 么说。

「如果这是我真实的资产」你可能会问:「那么为什么，为什么我要遭受这样的苦难」？我们可以说，这就是给你的谜题，它不是由任何外部智慧、原力或宇宙强加给你的，而是你为自己设置的谜题，当你拿到钥匙时，它可能会促进你想要

学习的东西。我们无法向你们描述这把钥匙的确切形状，但我们可以坚定地告诉你们，这把钥匙是用爱、接纳、宽恕制成的。若没有这些品质及其相关品质进入那些你曾拒绝造物主、拒绝(自己)甚至可能贬低你自己和其他自我的地方，那扇门是不会打开的。

正是像这样的聚会把力量赋予那项工作。你们是彼此的礼物。尽管你们可以通过很多方式有意识地为彼此服务，就像我们本周末看到的那样，分享你们的声音、歌曲、塔罗牌阅读、幻灯片等礼物；但这些外在的礼物都是主要礼物的载体，那 就是你们： 你就是礼物。你就是你所寻求的真理。

但是，如果你是一份礼物，那么，其他自我对于你是怎样更大的礼物呢？你本可以选择不寻求这样的体验，但它呼唤了你。当然，你们是来研究、学习、获取资讯的，但最能触动你们心的是资讯，还是其他自我的存在？你们希望有人陪伴吗？你们希望团聚吗？你爱别人吗？你需要他人吗？

我的朋友们，你们每一个人，以一种无法化约的方式，在虚幻的进展光谱之中，都是个体。当你为了诸如这个周末之类的目的聚集在一起的时候，你们成了一个团体。当然，它不会抹去个体的身份，而它确实创造出你想望参与的事物： 一个更大的智能，一个被扩大的爱与光之环境。

在我们转移这个通讯之前，要谈谈关于你的询问的第二部分 关于极化和意识：再次地，只有你才能决定这样的经历给你带来了什么成果、什么礼物。但我们可以说，就机会而言，它确实为你们提供了一个被加速的～ 我们更正这个器皿～确 实为你提供机会： 在服务他人之中 加速你的意识极化之旅。因为那就是该环境 的本质，一个天生的服务他人的环境。再次地，不是因为你提供了某种服

务，而

是因为你真实地展现(自己)。即使，如同你在日常生活中所经历的，你的存在可能不可避免地受到那些伪装和防卫的映射；以及心智的预设运作；仍旧，我们可以说，存在一个更真实的版本～ 关于你的存在状态～ 它被赋予了自由、空间、表达自身的许可。反过来，其他自我也会获得相同的事物。

在这个环境中，你可以更加清晰地看见自己，而那种[看见]更强健地极化你的意识。你可以被提醒: 你是谁，你在这儿，在这个星球上要做什么。当你阅读头条新闻时，当世界似乎一切都不顺利时，你可能找到希望：这个世界上有一些悲悯的、温柔的生命不引人注意地运作着，在地球的这个关键时刻 与你一起照亮行星的振动。正如这个圈子已经描述的，你们可能有一种灵性电池重新充电的感觉，于是你们就可以带着更新的气力回家，踏上你们为自己设定的旅程，或许还有一个清晰的愿景，让你可以在意志和信念的指引下 重新致力于你的道途。

我们如此地感谢你们，我们的兄弟姐妹。我们在这条漫长的旅程上是一体的，永远且总是如此。我们心系你们每个人和你们世界上的所有人。我们重申，我们随时准备为你们的冥想和寻求提供爱光能量式支援。我们一如既往地 等待着(你 们的)请求。

在此时，我们把该通讯转移给Austin 实体。我们是你们认识的Q'uo 原则。

(Austin 传讯)

我们是Q'uo，我们现在跟这个器皿在一起。我们发觉，这个器皿与这个通讯还

能再接收多一个问题 接着一个简短的回应。

L：Ra 在(书上)某处提到，行星地球上的收割量相比起来会是少的。自从这个表述已经被做出以来，已经有大约40 年了，现在我们的人民似乎正在逐渐觉醒。您能否评论人类在过去40 年间，在对我们自己、对我们的同伴、拥抱地球和应用博爱方面取得的灵性进展？

Q'uo：我们是Q'uo，我们察觉了该询问，我的姐妹。我们感谢这个圈子提出这 个询问，因为我们与你们星球互动的核心渴望之一，就是试图协助那些正在达成 收割的实体。我们相信，在座的许多人都从内心深处认识到，自己来到这儿也是 为了类似的使命，那就是帮助这颗行星上的人们，实现更大的收割量。在我们看 来，这是给造物主的一份大礼，实体们达成收获，能够接受造物主越来越多的爱 与光，并迈向下一个密度。

的确，从你们的一生来看，你们算作40 年的时间跨度是相当长的。但从收割的

周期来看，却是相当、相当小的。无论如何，在我们看来，在这个时间跨度内，取得了巨大的进展。

我们相信，在这段时期，你们星球上的所有人都能明显感受到你们的改变、蜕变和不同。从表面上看，事情似乎变得更加混乱了。只要看一眼你们星球上的情况， 就会让许多人感到担忧，有理由关切你们星球及其上头的人的命运。

但我们与提问者有个共同的看法，那就是在这个时间跨度内，有一股潜流也一直存在，而且还在持续增长。这股潜流与你们星球上第四密度的流动性振动有关。

此时，你们的星球存在于绿色光芒的时间/空间中。你们的星球在这个环境中停留的时间越长，同时你们的空间/时间 环境仍然受到你们人民意识的阻碍，第四密度的影响就越强健，它试图进入你们人群心中的企图就越强烈。

在此时，我们发现你们行星上 有许多人的心是封闭的。然而，光的气力正以越来越大的力道推动、乞求、恳求这些心的开放，你们星球上的所有人都有潜能辨识爱的本质～ 存在于第四密度的振动之内，可以通过你们星球上的心而诞生；该潜能是相当庞大的。也许你们星球上的许多人还没有真正领悟这点，但[有]这种可称为觉醒的潜能，以及你们文化中的一种转变，即把自我和其他自我视为相同的，甚至把你们的星球视为自我的一部分，以及该行星上的社会的一部分。

只要这些实体伸出手去寻求，就能掌握这种远景。在此时，你们可以见证，你们作为一个全球社会体验到的催化剂，正在继续影响着你们，而你们全体～ 你们星球上的每一个人～ 都必须努力应对。

催化剂已经从比较是个人的、迎合的、个别的催化剂～ 虽然这仍普遍存在着～ 转 变为更大的全球催化剂，所以 你们作为一个群体面临着挑战，要团结起来，认 识到你们有能力和潜力在全球范围内展现真正的爱之体验。在这种体现中，你们 将在太一造物者的爱与光中 加入(宇宙)造物的其他部份。

我的朋友们，当你们离开这个聚会时，我们鼓励你们记住，你们在此体验的光和你们已分享的爱总是可兹使用的。若你们可以通过日常的活动，通过你们与每个相遇的其他自我的互动，把这爱与光定锚并紧紧握住，你们就会把这种潜能带到越来越靠近实相的地方。我们认为，你们星球上的收割潜力是波动的，但我们向你们保证并提醒你们，你们星球上的所有人都有可能敞开心，你们可以携起手

来，继续踏上回家的旅程，朝太一无限造物者行进。在这个旅程中，我们与你们同在，我们很荣幸能加入你们，一起向着造物主的方向继续前进。

在此时，我们在太一无限造物者的爱与光、荣耀、平安中 离开这个圈子和你们，

一如我们找到你们的样子。

Adonai，我的朋友们。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2024 Reviewed by DeepL & cT.

☆ 第 3919 章集：真假亚威

周日冥想

1996 年一月 21 日

(Carla 传讯)

团体问题: 我们本周的问题是关于亚威实体 和火星居民之间的关系[那些居民使得 其家乡星球无法生存]。亚威变得像是一个牧羊人或神明 而这似乎为负面的平衡机 会打开了大门。一个来自猎户(集团)的负面实体宣称是原来的亚威并与人群达成 盟约, 如果人们服从它的律法, 它们的敌人就会被亚威打倒, 他们就会繁荣兴旺。

我们想要知道，是否因这个盟约：是和犹太人缔结的，或许也和阿拉伯人缔结，于是耶稣建立一个新的盟约？新约聚焦于爱 而非聚焦于旧约以眼还眼的特性的，我们想要知道在关于这个主题上，Q'uo 可以说些什么？

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我们感谢你 们 呼唤我们来到你们这个工作圈子，我们祝福并问候坐在你们圈子内的每个 人。像你们这样的团体闪耀着天堂般的光芒，不仅仅是因为亲自到场的人，还因 为那些跟这些冥想连结起来的实体。每个中心 为了寻求真理、光与爱而聚集(人 们)在一起，都是一盏将黑暗转变为黎明的油灯。这是你们为大众、也为自己提

供的服务。当然，这也是为我们提供的服务，因为它使我们能够利用像这样的器皿，就我们所珍视的原则和必得分享的意见跟你们交流。一如既往，我们要求你们 不要从这次集会中 拿走任何并非真正属于你自己，并非你辨认的、记得的，不符合你在此刻所寻求的东西。

我们觉察到 在这次会议上的人们确实有许多的问题，因为你们已经请求关于你们称为亚威的实体的资讯，我们将尝试沿着这些思路来讲到你们满意为止。当我们结束了我们要说的内容后，将有时间留给更详细的后续问题。你们的问题涉及历史，你们人群的历史。然而 这段历史也是一个神话，两者具有一样重要的功用。由于这些历史和神话在意义和价值上的巧合，需要一种谨慎而微妙的智慧，才能在众多文化细节和扭曲的旁枝末节中找到自己真实与清晰的路。 我们这样说是因为：你们的询问涉及你们人群视为一个神明或上帝的东西。在另 一个神

话系统中，也就是外星人模型，这个实体是一个守护者。每个人所具有的 神一般的品质，正是亚威实体所具有的品质，因为所有生命里面的造物主品质都 是相同的。当意识的智慧试图领会那些超出理性、超出物质与欧几里得的空间/时间模型的东西，事实变成了梯子，想法变成了结构，住在肉体黑暗中的实体试图在这些逻辑结构上，用你们叫做语言的不精确品项，来表达自我与造物主之间的关系。

所有为无限造物者服务的众行星邦联的成员 都是这个神话中的实体，也是这段历史中的实体。然而，当我们试图深入了解地球上人类的故事时，时间和空间并不像在空间/时间中那样。因此，虽然我们是真实的，但我们也是形而上的，而 非物质的，就像你们的思想没有肉体，而是如其本然的样子。我们在你们的空间/时间连续体中，也是如此。

耶和华或亚威实体在你们民族中的所作所为是历史的一部分，不过 也具备思想的品质，与历史无关。我们这样说是为了转移真理寻求者的智力欲望，使其不要直接瞄准这个问题，彷佛它是逻辑的或线性的。与个人意识和创造性意识或造物主意识之间有关的东西，总是会在试图追逐它的任何强风面前飞走，而向它抛出的言语越多，它就逃得越快。

因此，我们现在所说的每一句话的开头，我们都要求你们明白，我们在使用类比， 我们在混合神话和历史，因为这就是在你们的幻象内 造物被融合的方式。

该实体，亚威，如吉姆实体在他的问题中所猜测的，确实有计划使那些想望转移到你们星球的人能够搬迁。这个概念在它们看来是相当直接的： 也就是对他们来说，这个概念似乎相当直接；那就是，提高火星上那些原生肉体载具的智力、好

奇心、体力、情感的气力。如人们所臆测的，这个实体狼狈地发现，它已经造成

巨大的扭曲，容我们说，比没有援助时的扭曲更糟糕。

这种情况发生在意识的所有层面。错误已经犯下。就是这样。无法回头。只能学习 接着向前进。然而，这个民族确实渴慕并想望得到持续不断的 神赐的帮助。他们的期望很高，因为天神一般的存有与人类之间曾经有过互动。这段历史的非凡特性不言而喻。

接替第一位亚威的实体以相同的名字称呼自己，并使用相同的光频率来表达，只是继续在它想要的时候提供协助和安慰，却越来越多地扭曲为好战和侵略，而这正是负面导向的存有或文化的正字标志。这种行动的回声在很久以前就已经传播开来，直到现在仍在回响，而且只要在这个星球上 第三密度中还有那些想要主张权力和寻求权力之神的实体，这种回声就会继续回响下去。

现在，让我们看看首先做出的承诺 和取而代之的承诺。你们当中许多人的渴求都围绕着 知道什么是对的。关注身体、心智、灵的安全与舒适是你们肉体载具的本能。你们所谓的旧约中的上帝 不断宣布和详细规定各种禁忌、禁令、献祭时间表，构成了一种秩序、结构、逻辑，人们在其中感到生活舒适。通过这种结构，他们知道什么是对的。人们倾向于阐述越来越细的法律要点，直到所有可能产生道德后果或安全和健康后果的行为都被涵盖在内，这个系统中的实体才是安全的。

我们请求你们环顾当今世界，看见你周围的实体在寻找一种安全的方式。看见你们的领袖，他们希望禁止自由以保证安全。亚威的精神是强健的，它还存活着。它是构成一切万有的光明与黑暗混合物的一部分。换句话说，我们在说的是:在亚威的逻辑中，实体们仍然可以在众多道德准则中有一个选择。他们也可以选择一种非理性或非线性的逻辑和道途，不占有、不执着、没有侵略性。这种精神早

在耶稣·基督之前就有了。它和亚威一样，都在每个实体之内，因为你们每个人 即是宇宙。你们向外看到的世界其实是内部世界。这就是肉体所创造的幻象了。

在耶稣实体的圣约中，律法的头被颠倒了，因为耶稣实体说，「人不是为安息日而受造，但安息日是为人而受造」。爱太一无限造物者，爱彼此就像爱自己一样，这不是一个详细的、封闭的、或封装的指导。它明确是开放式的，耶稣实体通过一些身体上的痛苦 好使流传下来的教导 给他教过的人留下印象： 爱是永无止境的。

永远没必要返回旧的法规和禁忌中。这些不是二选一的情况，而毋宁是二选一的过程，当每个学生在其个人的极性上工作时，去沉思并记起这两种许诺，这两种思考的方式，或许将会协助该学生。当路看似不清楚，这也许能在展现那条路与平衡方面带来启发。

我们想要告诉你，你们的宇宙模型非常、非常有限。试图把充满形而上主题的历史固定下来的努力将永远是无止境的，充满了空白、漏洞、缺口、空间，在这些地方没有逻辑、没有文字、没有道路、没有结构。不是说没有结构，只是爱超越了一切结构。这幻象是如此非常之深，因为你是一个梦，然而当你离开肉体，进入更广阔的生命时，你仍然是一个梦，因为我们也只是幻象，我们在前方看到幻象。不过 那向你们和我们招手的海妖之声(siren call)总在呼唤着我们全体前进。然而，我们正在前进吗？我们不这么认为。在这个(时)点，我们感觉到舒适的觉知： 我们不知道正在发生什么。我们只知道如何忠诚于爱。当我们的内心接受了这点： 没有任何事情能被知晓，一片混淆的海洋总是包围着爱；然后我们的心与意就会得到更好的武装，从而走上寻求真理、和平、爱的朝圣者之路。

此刻在你们这个世界上流浪的许多人都听到了那份呼唤，这些人在聆听一种声音、音调，等待着家乡的来信；他们有时候几乎不抱希望了，但信心始终坚定，相信自己如此饥渴地寻求的内在东西，确实存在。我们对你们说:「是的，爱存在着。爱在一切万有之前、之后和周围」。你们不在追求瞬间即逝的东西。你寻求那本是的，那完美地存在的东西。我们鼓励所有使你的心智着迷的思考路线，我们希望我们能在你的冥想期间 作为你自己的振动的强化器 与你们同在。但我们确实要继续评论: 学术性和头脑的寻求方式 只会产出有限的收获。这对我们是可接受的。我们可以观看在你们的世界里 有什么是可能的，并看见这将是有帮助和有用的。我们鼓励那些被这份材料、这个主题所吸引的人继续思考、冥想、反思，因为这些不仅对自己有帮助，而且对服务他人也有帮助。

让你们所寻求的那些真相保持足够的渺小，好让你记住，真理超越所有可理解或讨论的事物，那是创造了一切万有的振动，我们渴求并渴慕再次进入它。那应该使你的智能和心保持在一条坚固的道路上 有着良好的展望。

我们会在此时 把这个通讯转移给Jim 实体。我们感谢这个器皿 并在爱与光中离开它。我们是你们认识的Q'uo 实体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，通过这个器皿 我们再次于爱与光中向各位致意。我们很荣幸在此刻提供自己来尝试去回答任何进一步的询问。在此刻有另一个询问吗?

K: 我理解你们要说的是: 有两个亚威? 原版的那位把火星上的实体们带到地球，然后第二个(假冒)实体使用了他的振动?

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这是正确的，第二个实体属于负面的导向，它利用首先实体的名字来控制首先(正宗)亚威曾说话的对象。

我的兄弟，有进一步的询问吗？ K：第二个亚威接下来将摩西律法以及伴随而来的诅咒 给予人群？ 我是Q'uo，这是正确的，我的兄弟。有进一步的询问吗？

K：Ra 说过 首先的亚威用一种非常简单的形式将一的法则给了摩西。这个非常简单的形式是「本我即是」的格言，还是十诫 或某个其他东西？这个他谈及的形式 究竟是什么呢？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。该实体，亚威，来自服务无限造物者 的星际邦联，曾与火星影响圈内的实体谈话，对话的方式反映了所有造物的合一 以及服务他人的尝试。通过这种对话和交融，我们可以说，这种尝试是以一种方 式或哲学形成或塑造的，这种方式或哲学试图将所有的经验、欲望和能量消耗编 织成一个巨大的能量、爱和统合之织锦的一部分。所有的交流都建立在对万物统 合本质的简单认识之上。这是建立相互关系的基础。

有进一步的询问吗？

K：十诫是被第二个、负面的亚威所给予的？那是正确的吗？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。这基本上是正确的，因为这些诫命被视为支柱，支撑着许多用来保护和引导那个受选民族的律法，这些律法是按照位元于猎户基地的亚威之渴望而制定的，这些诫命包含了首先亚威在接触时 提出

的一些概念，然后这些概念被转向或扭曲为负面定向，因此，我们可以说，这些诫命是对实体们的限制，而非对肯定或正面行动和概念成像的激励。

我的兄弟。有进一步的询问吗？

K: 在旧约中，我们有了这份亚威的发言记录。它是一个强烈人格。我们能够认 为这个强烈的人格是之后的编辑或作者的创造物吗，或者这是对于那个负面亚威 的一种忠实再现？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发觉，在大多数情况中，如你已 经猜测到的，所说的话被忠实地再现出来，记录也很仔细。无论如何，跟所有的

手抄记录一样，都有可能被染色或扭曲，这在(书中的)有些实例中确实出现了。有进一步的询问吗？

K: 那个负面的亚威要为出埃及的旅程上的奇迹负责吗，好比分开红海，来自天堂的吗哪，从石头流出水？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们发现，尽管许多内容都被认真记录下来，而且记录得相当准确，但其中仍夹杂着一些影响，在诠释上也有些困难。我们愿趁此机会提醒每个在场的实体，尽管这种互动的细节在许多层面上都相当有趣，但我们最好记住，相关实体的进化过程是一个核心过程，它符合这个时代的人们的自由意志选择，虽然他们在双重影响下劳动，但他们以前对进化过程的核心是爱和悲悯有足够的理解，而这种正面导向的资讯来源在大多数情况下都被这些实体忽略了，他们正在演化，根据开始运转的能量.....

（磁带第一面结束）

(Jim 传讯)

我是Q'uo，再次与这个器皿同在。如我们先前提到的，这些实体已接触到正面性质的资讯，但他们通过自己的自由意志，选择与那些源自他们在红色星球[你们 名为火星]上的经历的能量一起移动，而且确实有很多正面和负面导向的实体都提供互动和影响给这些实体，他们对这些火星实体的进化皆感兴趣。

在此时有最后一个询问吗？

K：我想要问问 Ra 所说的 在大约西元前600 年 (Ra)将一些视觉异象的资讯给了在古希腊的一些哲学家。你们能不能告诉我，这个资讯跟什么有关，它是如何向希腊哲学显现的？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们会藉由这样建议来回答：一的法则是在爱与理解之道的变貌中 被给予的主要资讯，于是在希腊文化和体验中 有些哲学家让这种假设成为他们的哲学和他们对于(宇宙)造物的特性，其目的、方向和最终推论的视野之基础。

有任何进一步的询问吗？

K：我们还有时间多问一些吗？

我是Q'uo，我们愿款待最后一个询问，我的兄弟。

K：我对拿撒勒的耶稣感兴趣。他经常被称为「上帝之子」。这是从字面上理解，或者是指亚历山大港的斐洛·裘蒂亚斯的理则，他经常用那个术语来形容他的理则？

我是Q‘uo，觉察了你的询问，我的兄弟。「上帝之子」或「受膏者」这两个词语，是用来表达这种意识 是那些人所具有的： 能够充分打开绿色光芒能量中心，以感受和体验这缔造一切万有的爱之创造性原力。这种意识品质或存在状态的态度是提供给每个第三密度实体的目标或机会，作为穿越这个幻象进入第四密度的手段，在该密度，对这种爱的创造力量的研究是所有能量消耗的焦点。因此，名为耶稣的人能够提供自己作为一个模型或样式，藉此 实体们可以通过它 把自己的意识移动到一个更大的视野，在其中，远远易于促进这点： 接纳自我和他人为同 一的存有。

我们是Q'uo 群体，我们要藉此机会 再次感谢今天在这个寻求圈中 已经聚集在一起的人们，他们已经慷慨地向我们提供机会 好说出我们的言语并在那些你们有兴趣的领域中分享一些想法。我们总是十分感激 有机会在这趟旅程上与你们同行。在此时 我们将离开这个器皿和团体，一如既往，我们在无限造物者的爱与光中离开各位。

Adonai，Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2024 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3920 章集：红色光芒

周日冥想

1996 年二月 18 日

团体问题：关于红色光芒的能量转移 以及它们是如何达成的，无论是藉由性能量的转移 或者仅仅藉由某些人在场。第二密度和第三密度有差别吗？在一个人身上，缺乏红色光芒的能量或红色光芒能量充沛 看起来像是什么样子？

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中向各位致意，在造物者之中没有变化或阴影。我们感谢你们 在今天下午呼唤我们和你们讲话，因为加入这个寻求真理的圈子 对我们而言确实是莫大的荣幸。我们也是真理的寻求者，不过 我们自己还没有最终的答案，所以 一如既往，我们会请每个人都聆听，并且只从那些我们所说的内容中 拿取那些对你个人响起真实铃声的观念和概念，因为我们并不想要在你的路上放一块绊脚石。我们只想望去协助。请知道你们正在协助我们，因为允许我们为你们执行这种服务，这就是你们极大的慷慨了。我们在这里只有一个理由，那就是你们允许我们进一步实现我们的希望，尽我们所能帮助那些此时在你们星球上寻求爱的课程的人们 这些课程超越了目前的地球世界。

今天，你们选择聚焦于能量变貌的一个非常基本的部分，它构成了你们的心智/身体/精神复合体的结构，就像这个器皿会说的～ 那些为肉体、心智体、情绪体和灵性提供养分和资讯的光芒。因此，让我们看看你个人能量场中第一个呼唤的

传入埠，因为有一个能量场包围着你之所是的那个实体。它是某种凝聚在一起的

场。如果你在一种液体的顶部看到它，你会把这种场称为弯液面。它可以支撑表面，允许它成形。这就是包含你的意识的复杂场域，让你的意识在此时生活的阴影世界中显现。肉体接收到的能量是无限的、完美的、没有扭曲的。它从大地、空气、天空涌入身体，通过双脚和脊椎根部进入身体。它在脊柱根部的基础脉轮或能量中心受到的款待(额度)，限制了能量在你身体、心智、灵性的其余能量中心移动时得到的转化。

当实体们想要思考你们称为的红色光芒，自然会倾向于把红色光芒能量与性能量相提并论。当然，性能量是红色光芒能量的一种显现，就像副交感神经系统的功能是红色光芒能量的某些功能。如你已猜测的，纯净的基底脉轮能量可能会被扭曲，而性欲表达只是其中的一种方式。

也许，最有技巧地表达强健的红色光芒能量，就是允许自我在健康和生命的感觉中欢欣鼓舞，感受到血液在肉体中流动的生动能量，感受到各器官均衡工作的生动能量，感受到神经系统的开放和放松，并转向物质世界或实体们的世界之光；在该世界中，也许，窗前的灯或照亮脸庞的微笑可以表达它，因为红色光芒是创造万物的纯粹能量，以其最初的表现形式进入你们每个人之所是：太一无限造物者的爱与光之个体性碎片。

在性活动中的红色光芒的能量表达 肯定是这种宝贵能量的合适且有益的消耗，在性活动中能够被交换的能量转移 确实创造出了这个器皿所称的圣餐～ 属于这股能量 在两个身体结合在一起的过程中 那种合一的赞美与感恩的表达 也结合了对太一无限造物者的敬拜，成为了一首赞美的圣歌。然而，这个器皿根据自

己从他人那儿接受这种能量的经验，已经猜想了一段时间，当具有良好极性的实体相遇时，允许红色光芒能量的自由交换是完全可能的、自然的，当然也是有益的。

取决于被包含在其中的极性，在这样一种能量交换中，一个实体能够落入一种开放的回路，它允许两个极化的实体循环地共享能量，来来回回、一轮又一轮地进行。在这种表达中，极性的一方将分享肉体的能量。而另一方将分享它多余的灵性/情感的能量。虽然大多数情况下，生物的女性会分享情感和灵性能量，而(生物)男性会分享多余的肉体能量，但这并不总是两方实体会发现的极性，因为许多生物的男性拥有多余的灵性能量。许多生物的女性拥有多余的肉体能量。

当两个女性或两个男性找到能量交换开口 将他们的能量场连接起来，一个人将具有相反性别的极性。这并不意味着该生理的男性确实是女性，若它有灵性上 而非生理上的多余能量变貌。它单纯意味着，每个实体，无论他是生物上的男性或女性，都是两者兼具，已经多次同时是两者 并且在自我之内包含了完整的表达、情绪、感觉的范围。所以 并不是一种完全盲目的状态将两种转移的能量分开，

而是日常文化非常渴望保持简单，在你们民族文化中表达的世界观是，男人就是男人，女人就是女人，两种本性是不可逆转的对立。

在我们看来，这是一个被极度夸大了的真相。相反地，性别的偏见会是该成文化所认为的样子。

事实是，每个人都在心智复合体深处的巨大记忆中 有着所有可用的扭曲，在这深层记忆中，存在着许多许多事物、许多植物、动物，许多矿物、元素、各种状 态

的回忆，因为这种千变万化的、可塑的、无尽地重新形成的物质，容纳着意识 所是的能量，就像大海的各个部分，看似分裂成这个波浪和那个波浪，这个泡沫 和那个泡沫，不过 全都是一体。全是一片水域，事实上 没有任何区别，然而你 却从意识之海中走了出来。你给自己穿上一具肉身的衣裳，特意来到阴影之地， 以便于在那儿面对一个具有能量的人能做出的选择 因为这种能量是作为太一无 限造物者的一份礼物 而来到每个人身上的。

那赋予生命的能量也是可以限制和杀戮的能量。每个人都有责任塑造其思维、态度、感知的过程，让这股完美、珍贵、无限的能量畅通无阻地流经所有的能量中心，在离开身体的顶部、头部、面部、手指时，自然地螺旋上升，回到无限造物者那儿。

为了要最佳地允许能量自由地流经红色光芒，去跟自己坐在一起沉思，尽情思考生命是什么，心脏跳动和呼吸是什么。什么是陷入造物主与虚无之间，什么是睁开眼睛注视当下此刻。那份生命的礼物，若能在一瞬间被视为无限的礼物，那将是令人惊叹、令人窒息、难以置信的奇迹。不过 它是你的，你们每个人的。这股能量、这口气、这片刻的空间与时间，随你的意愿而形成，随你的选择事项而表达。

当你沉思这股生命的能量，要知道 它只是在你们每个人内在的某种东西的影子，而该东西甚至比你欢迎进入能量场中的光更接近造物主。因为光是一种显化的东西，然而 那比你的呼吸离你更近，比你的双手离你更近的东西，就是你之所是：伟大的爱之起初思维。

一个人可以认同身体，也可以认同太一无限造物者的意识。根据个人对身体或意

识的认同, 很多事情都会受到影响。我们鼓励你们每一个人, 在爱护身体的同时， 把它看成是真实自我的影子, 是该自我把这个第二密度的肉体载体当成它在地球 世界的家，是那个意识在该穿过死亡之门的时候，充满爱意地、温柔地、带着感 谢地脱掉该身体的衣裳。

你们是爱，你们已经选择来到这个被构建的宇宙中，(来到)那片光明与黑暗的土地，你们已经选择进入一轮巨大的体验: 从太古的黑色，到土与火的朦胧形态，再到生命之流在植物与动物间流动的所有方式，现在，你们站在自我认识、自我觉知、自我意识的门槛上。而你们的宝贵任务，就是把这些赐予你们的礼物，带着尽可能多的爱与服务、悲悯与关怀, 回赠给无限造物者。第二密度的红色光芒， 也就是你的身体所享受的环境, 它选择那些可以帮助它繁衍后代的实体, 创造一 个可以孕育后代的安全场所。第三密度的红色光芒能量在此基础上增加了自我意 识的爱能量, 这种爱能量可以包容所有接受红色光芒并选择让它自然流动的人， 无论男女，不仅在性行为中，也在生活行动之中。

也许对于这点 一个好的模型会是回旋飞镖。当你释放自我的能量、基本健康的能量时，就像这个器皿会称呼的，就有一种舒适的自信，即这种能量将会在它的双 臂中带着礼物而返回, 该礼物是来自一个有着一切可能极性的宇宙。任何两个实 体都可以在其动态范围内共用第三密度红色光芒能量。总是会有某些实体配对碰 巧具有特别好的动力，因此会经历更显著的能量转移流。但是，与所有人开放共 用这种能量，无疑有助于红色光芒保持开放、强大、纯净，从而确保最大额度的 能量通过红色光芒进入下一个光芒。

我们发觉这是一个好的停止处，我们会通过Jim 实体继续这个(讯息)传送。我们是Q'uo 群体，随着我们在爱与光中离开这个器皿，我们感谢它。我们是Q'uo

群体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，我通过这个器皿 再一次向你们致意。在此刻，我们有幸请问，是否有任何我们可以谈论的 在场者可能向我们提出的进一步询问。在此刻有另一个询问吗？

K：你们刚提到我们正处在自我意识的门槛上。作为第三密度的人群，我们真的只是 处在自我意识的门槛上 而尚未成就它吗？关于我们尚未成就的自我意识 你们对它的概念是什么？

我是Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟。我们谈到的自我意识是更大自我的意识，它可以被比作，容我们说，分阶段显露它自己的较高自我。这(自我意识)是一 种悲悯, 它包括一己周围的整个世界, 而不只是那些跟自己接近或跟自己有互动 关系的其他自我。第三密度实体感到如此自豪的自我意识, 是每个人作为太一造 物者的个体化部分而感觉到的自我意识。那就是[第三]密度工作的伟大成就：给

个体化一个机会，在第二密度的意识上 运作其蜕变性的方式，这与你现在开始跨越其门槛的更大觉知有很多共同点 因为每个人都在参与一切万有的伟大意识 ~ 第二密度实体移动到第三密度中可用的个体化意识，第三密度实体从这个体化意识 再一次移动到更多地分享太一造物者的意识，但以一种通晓的方式这样做，它为自己选择了通往这门槛的道途。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

K: 你所说的 通过双脚和红色光芒脉轮的能量，是光能 或是另一种能量？若它是光能，它是如何从我们知道的光转变而来，从而进入脉轮和你提到的包覆在可塑物质中的意识？进入脉轮的能量 和即是灵魂的意识之间有个关系吗？

我是Q'uo，相信我们察觉了你的询问，我的兄弟。进入双脚和脊椎底部的能量是一种智能能量，它十分类似你们会称为的爱，那种使一切造物充满生机的创造性能量。它是赋予生机者、供给能量者，是理则每天赐予祂照顾的所有众生的礼物。(是)一种吗哪，容我们说，让每个实体以一种个体化的方式使用。这是你们所说的一种灵魂的工具。每个实体的灵魂菁华都是自古以来就存在的意识焦点，并作为太一造物者的一部分进入该演化过程。它利用各种密度和每种密度中的转世，在其中达成一定程度的觉知和其中的能量表达。

智慧能量或理则的普拉纳就是那推动造物的东西。灵魂是意识的那个部分，它可以为了个人的进化来使用这种宇宙能量。

有进一步的询问吗，我的兄弟？

K: 这种爱的能量是来自于作为理则的太阳 还是来自于作为理则的太一无限造物者？

我是Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟。它来自太一，如同所有事物都来自太 一，因为只有太一无限造物者。这个无限的、寰宇的、宇宙性的心智 属于太一 造物者，它被每个理则以无限多的方式精炼和变化，藉此来荣耀太一造物者 并 给祂

机会去认识自己，若没有每个理则对这种宇宙性心智或能量的个别精炼，这 样的机会是不会出现的。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

K：收割作为一种机制是如何产生的？是什么决定了收割发生的时间？该收割取决于黄道十二宫的某个点是否经过银河系的中心，如果是，收割发生的确切机制

是什么？

我是Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟，尽管也许不太能够用您所要求的精确 术语来表达它，因为尽管其他器皿有可能达到这样的精度，但我们必须满足于一 般的陈述，即存在一个类似时钟的机制，确实，这就是原因，我们可以说，为了 收割的发生。因为每个能量焦点，无论是行星能量焦点，还是理则能量焦点，抑 或是作为太一造物者的个体化部分而存在的任何实体，都将以螺旋性的方式向着 太一造物者的光与爱前进。这运动是个渐进的过程，在这过程中，实体们的觉知 及其表达都在不断提高。

对于那些在第三密度幻象之内的实体，当这个你们称为地球的球体在宇宙造物之网中展开和定位时，行星的进展会有这样的时刻，在此期间，地球表面和其照料范围内的实体们将有机会展示出对万物合一的领会水平。在这个幻象内 爱的课程 以及该能力： 向着一个人周围的体验，确实，向着它自己的身份开放绿色光芒能量中心，是那种将会在规律的间隔中 找到收割机会的能量表达，如我们说过的，这种间隔是以一般的方式 被这个行星自己的进展和位置决定的 并且将被提供出来，随着每个实体能够开始更有意识地察觉到该演化的过程。所以，对于在第三密度中成功解开自身存在的虚幻本质的实体来说，总有机会在这个密度进展

的任何阶段收割自我。在正面极性中，这样的实体最有可能留在这个星球上，直到所有同类的实体都是可收割(状态)为止.....

(磁带第一面结束)

(Jim 传讯)

我是Q'uo，再一次和这个器皿同在。在此刻 有另一个询问吗？

K：我还有一个(问题)。能在我们的第三密度幻象中 显现的第五密度身体的特性是什么？ 它具有任何物质的材料吗？或者它是以某种方式对光的一种操纵？

我是Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟。虽然在你们的第三密度幻象之内 很少有仪器可以测量第五密度的光体的任何物质特性，对于最敏锐的仪器，有某种少量的对可以被称之为物质的 或可被称之为在一个场域中的能量的(微小)记录。

然而，光体确实是由光构成的，可以按照第五密度或更高密度的实体所渴望的任何方式来操纵，因为正是光能够以这样或那样的方式形成，才允许(宇宙)造物得以存在，随着一个实体与所有造物的合一越来越和谐，成为共同造物者的能力就会来到，并进入光，成为光，按照意志的导引形成光。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

K：来自第五密度的存有 它的光能被改变为第三密度的物质 于是以便于我们能在此看见该实体？

我是Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟。这是正确的，虽然被形成的物质不会 在

你们的时间量度中长期存在 因为维持第三密度物质幻象所需的聚焦是相当集 中的、需要一定的接地 以及对这个密度的奉献，而第五密度或更高密度的实体 并不具备这种原生的构成，因为他们此时的幻象具有精细许多的品质。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

K：谢谢你们。

我是Q'uo，我们再次感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Carla：我想要问三件事情。上周我第一次从B 那儿获得能量时，发生了什么？能量溢出来了，B 说他会把能量传到圈子里。那是怎么回事？从那以后，只要 B 在我身边，我似乎就有很好的能量。它没有积聚，我也没有感觉到周围有额外的能量。第三，我的生命能量是否有某种东西 使我比大多数人更能够使用纯粹的红色光芒能量？

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。B 实体有一种天然的能力，其特性是他正在开始发现的。对这种特性的发现会允许修改该经历。你对红色光芒能量和灵性表达之间的连接 会增强你的能力 去接收B 实体正在开始理解如何调节的东西。

有另一个询问吗？

Carla：没了，谢谢你们。

我是Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。有另一个询问吗？

B：我想知道，第二密度的黄色光芒表达 和第三密度的黄色光芒表达，两者之间是否有个区别。

我是Q'uo，察觉了你的询问，我的兄弟。每种光芒或每个能量中心都有一定的

表达范围。对于第二密度来说，表达对黄色光芒的初步掌握就是要变得足够个体化 使得该实体能够给予和接受被称为爱的品质。一个主要的例子是在这个文化中 许多人都喜欢的宠物，在第三密度实体的关爱下，每只宠物都变得更加个性化。

黄色光芒能量的第三密度表现形式，在更进阶的层级上，将看到实体们在日常活动的分组中 彼此和谐地工作，每个实体都越来越和谐，越来越悲悯和理解那些共享该幻象的人，这是以一种越来越有意识的方式完成的。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

B：现在没了。

Carla：第二密度的动物会在啄序(制度)中找到它的位置，这是第二密度的黄色光芒的一个范例吗，或这是第三密度的一部分？

我是Q'uo，察觉了你的询问，我的姊妹。在第二密度的幻象中 有许多能量和行为样式的表达 是可以被视为是橙色光芒的表达，尽管第三密度中的观察者可以

看到你提到的这些行为与第三密度经验中的实体在类似情况下所做的行为非常相似。

不过，在每种幻象中，都有一种支撑体验的品质，它使第二密度生物的体验朝向橙色光芒，第三密度实体的体验朝向黄色光芒，尽管在第二密度幻象中，第二密度实体可能确实在橙色光芒环境中 表现出更多偏向黄色光芒光谱的行为。这是第二密度朝向第三密度的自然进展，因此在第二密度实体的进化(过程)中，大多数时候都是橙色光芒活动占主导地位，向着个体化行为的黄色光芒移动。

我的姐妹，有另一个询问吗？
Carla：没了。谢谢你们。
我是Q'uo，我们再次感谢妳，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？
(停顿)

我是Q'uo，看起来 我们已经在这次机会中演进到一个缺乏询问的状态，我们将感谢每一位 和我们一起走过今天的这些短暂片刻。与你们在一起 并获得允许通过这些器皿表达我们的想法，这已经是我们极大的荣幸和快乐，也总是如此。

我们希望你将一直记得 仅仅采用那些对你有价值的想法 并将所有其他(想法)都留在后面。我们是你们认识的Q'uo 群体，我们会在此刻离开这个器皿及其团体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2024 Reviewed by Sunny & cT.

☆ 第 3921 章集：活在当下

周日冥想

1996 年一月 14 日 团体：（没有团体问题）

(Carla 传讯)

我们是Q'uo 群体。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们各位致意。被你们的团体呼唤是一种极大的荣幸，我们为你们对真理的寻求，为你们乐意允许我们与你们在此刻分享一些想法 而感谢各位。

我们不是那些带着完美的权威而讲话的实体。我们是好比你自己这样的灵魂。我们会犯错，仍旧在学习，我们真正知道的非常少。但是，很乐意把我们已经思考和学到的东西提供给你们，前提是你们要有自己的辨别力。接受那些你听起来真实的想法，把其他的丢到后头。

既然您允许我们以任何方式发言，我们就转向我们来与你们人群分享的核心。我们来鼓励每一个寻求真理的人打开你们的注意力之门，注视当下此刻。我们认为，你们现在享受的肉体和现在生活的世界都是瞬间即逝的东西。它在时间中被创造出来，它将会消失在时间中，并转变为不存在的东西。存在的东西。然而，有种东西在世界被缔造之前就存在了，而在你们的太阳变成新星之后，它还会长久存在着。

在你们的人群当中 有很多词语可描述这种基本的、不可改变的实相，万物皆源于此。在这些字汇中，我们选择爱。太一无限造物者的爱是一种振动，一个理则，若你愿意这样说，那纯粹的爱已经产出你们称为光的东西 从而创造出一个显化的

世界。你们是由已被规律化且构建过的光所组成的。在你的菁华内 居住着这个振动、这个理则，从未改变过也不可改变。这就是你的真实自我。那个真实的自我瞇着眼睛偷看那流逝的日子，好像一座巨大的冰山，在水面上几乎不会是清晰可见的，而在水面底下却又是巨大的质量。确实，所有你们人群倾向于去视为自己身份的东西，全都是被创造出来并将会停止存在的。

当我们说向当下此刻敞开，我们说的是永恒的当下。在时间之内，试图把握当下的努力注定会恒常地失败 因为你的心智，也就是你的世俗智能，以及幻象本身，都是为了让事物按顺序发生而创造的。在永恒的当下中，所有事物同时存在。存 在的，就是存在的，在这饱满的存在中，居住着那些厌倦了流逝场景的人们所热 切追求的平安。

一个人如何能找到当下此刻？我们经常建议练习规律的沉思或冥想 因为在静默中 有那把开启注意力之门的钥匙。进入到那开放之心的至圣所。安静下来并聆听，在那儿居住着造物者，而祂的名字就是爱。

我们鼓励每个人都形成规律性静默的习惯 因为那在静默中说话的声音就是那赋予生命和平安的东西。我们并没说它给予智慧。毋宁，我们建议，它一点接一点地运作 对着爱的临在打开心与觉知。还有其他找到爱的方式。如果你凝视另一个人的眼睛，真正地看入到那些非凡的深度，你可以看见造物者。即使你在一面

镜子内 注视你自己的眼睛并看入它们 你将会看到那个你并不知道 或你作为个体并不认识的事物，因为你的内在携带着一种意识，那就是爱。重点是发掘和辨识一直存在的东西，该临在比你的呼吸更接近，比你的手脚更亲密。它是持续驻留的。若你能在每天中 找到那个中心 即使只有一瞬间，流逝的景象就会改变其外观，因为心已经改变，所以双眼也会改变。

我们此时在你们的内在平面之内 是因为有一个收割的时间即将到来。确实，收割已经开始。在这个时候，实体们可以选择如何继续伙伴关系。你们的世界(creation)正随着你们整个太阳系 进入一个新的空间与时间的区域 而拓展和改变。你们的科学家已经开始研究许多新的次原子粒子，这些粒子都是这个新的空间区域的原生粒子。

在光流注入无限造物的这个特殊部分之际，你作为生命、化身而享受的物质幻象将发生改变。肉体载体将变得更轻盈。居住在一个物理实相之中的体验将会容易一点，因为在这些新的振动之内，蕴含着分享思想和经验的机会，而现在，在你们的幻象之内，则不是可能的。

然而，并非所有实体都将进入这种新振动 因为有些人一点也不觉得自己对于当

前的世界场景感到厌倦。那些对当前世界感到满意的人，将继续学习你们幻象如此慷慨提供的爱之课程。那些想望加速灵性进化过程的人将发觉，他们想望做出一个根本的选择。这个选择就是选择如何体现那份爱。我们经常把这两种体现爱的道途称为「服务他人」和「服务自我」 因为若一个人看着另一个人的眼睛就看见造物者，若一个人能凝视着镜子并看见造物者，那么服务该自我就是服务造物者，接着服务他人就是服务造物者。我们是那些已经选择服务他人道途的实

体。这是我们所知道的 和我们分享的事物。

我们鼓励每个人花些时间沉思服务他人和服务自我的的意涵，因为在一条道途上，需要将自我的能量献给他人。而在另一条道途上，则是吸引和磁性牵引他人的能量 于是他们可以服务你。选择的能力就是造物者的正字标记。这位造物者爱着从祂自身迸发出的每片火花。你们被爱的程度远比你能够想象的更深邃，无论你们选择了哪条道途，造物者都与你们同在。这个进化过程没有时间限制，所以我们鼓励你们休息并获得自信，从这种居中临在的练习中，你可能在任何瞬间发现那扇门向着当下敞开。在你们前进时 我们会与你们同在。

我们会在此刻将这个接触转移给Jim 实体。我们感谢这个器皿 并在爱与光中离开它。我们是Q'uo 群体。

(Jim 传讯)

我是Q'uo，通过这个器皿 再次于爱与光中向各位致意。在此时 我们有幸请问是否有我们可回答的进一步询问？在此刻 有个询问吗？

Carla：我将要在一周半以后住院，不知道你们能不能给我一些建议，让我在住 院前做些准备，以增益住院体验。

我是Q'uo，觉察了妳的询问，我的姐妹。我们只能推荐：将你自己和周围的人都 视为正在体验自身的造物者，并怀着平静的自信进入你手腕区域的这项工作，相 信太一的计画正在顺利进行，你将再次为那些请求你帮助的人提供服务。

我的姐妹，有进一步的询问吗?

Carla：没了，感谢你们，Q'uo。

我是Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹，有另一个询问吗？ 提问者：我有一个问题，Q'uo。我注意到 我的冥想改变了。我似乎不情愿继续

像以前那样冥想。我想知道你能否谈谈寻找静默时刻的起起伏伏。若您能概括一下它是如何起作用的，我会很感激。

我是Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个真理的寻求者都将会发现，它所行旅的道途是这样的：有些宽阔的地方，通过它很容易，有些更为狭窄的地方，通过它是困难的。当你发现自己以冥想的方式去寻求的实践开始疲乏了，你可能觉察到，作为每个寻求者的杖与杆的信念、意志可能需要加强，因为有很多事情会分散一个实体的注意力，使其无法完成为自己设定的实践，而这些分心物也是你旅程的一部分。当你能够放眼远方，重新调整自己的承诺、信念和面对分心物和困难时 坚持不懈的意志所产生的改变能量时，你就会学会那种坚持不懈，它会在你寻求的过程中 给你带来超越理解的平安，因为如果旅途总是一帆风顺，那么这颗重价的珍珠就会贬值很多，所有人都能轻易得到。

持续地超越困惑，超越分心，超越困难，这很类似于用一个工具来淬炼金属，那过程会给予它气力，打磨它，这样它就可以明亮地闪耀，使其在继续服务中由于困难、困惑等等而焕发出更新的气力。因此，当你看到自己难以激励自己完成冥想时，这本身就好比冥想时，注意力会动摇并偏离一点，因此必须以耐心和爱心再次回到那一点上。当你继续接受你在旅程和实践中的困难部分，你会发现有一

种潜在的气力在支撑着你。坚持、坚持、再坚持，这也许是所有追寻者旅程中最常见、有时也是最困难的部分，不过 觉察到这种情况正在你自己的经历中发生，就说明了你自己在另一个层面上的奉献。因此，我们只能推荐你带着信心、宽恕、 接纳，继续下去。

我的兄弟，有进一步的询问吗？ 提问者：没了，谢

谢你们。

我是Q'uo，我们感谢你。在此刻有另一个询问吗？

(停顿)

我是Q'uo，因为看起来 我们已经耗尽你们给我们的那些询问，我们将再次利用这机会 感谢那些在场者 邀请我们出席你们今天的寻求圈。我们总是对此欣喜若狂： 有机会将我们的振动与你们的振动调和在一起，与你们一起在旅途中走几步路。我的朋友们，你们并不孤单，即使在你们感到巨大的孤立时，因为还有像我们这样的实体 和许许多多其他人与你们同行，为你们寻求太一造物者的光、爱、真理的每一步而欢欣鼓舞。

在此时，我们将离开这个团体和器皿，一如既往，我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们认识的Q'uo 群体。
Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V) 2024 Reviewed by Sunny & cT.

★**其他收录**

微信公众号；**thelawofone**

☆ **第 0000 章集：亚伦与 Q'uo 对话系列网址**

亚伦与 Q`uo 对话之一

「我们感知到的不完美，当它们带来恐惧时，会阻碍我们知晓造物者和我们自己。凭借存在而非行动，这些恐惧就可以被视为幻象。于是，我们便找到了更深层的自我接纳，并在与他人以及自身关联的过程中变得更为熟练。」（文末有对亚伦的简介）

亚伦与 Q`uo 对话之二

「在第三密度的经验中，我们拥有两个心智，一个属于智慧，一个属于子宫；以及四个身体，即物质体、情绪体、心智体及灵性体。它们协助我们丢掉那些限制我们表达神性的恐惧屏障。道途上的同伴总在近处。愤怒、恐惧及分离被温柔、慈悲与耐心所治愈。」

亚伦与 Q`uo 对话之三

「恐惧之动力牵涉到心智体、情绪体、灵性体。释放恐惧的自由可通过觉知、信心、奉献和慈爱的练习而实现。道途上的帮助是可得的，可来自内在或外在层面。」

亚伦与 Q`uo 对话之四

「有一种禅、关于跟恐惧一同工作。它肯定一体性，通向自我的真实本性以及救赎，并通向对于感知上的限制的超越。借由理解责任是一个喜乐的礼物，没有技巧的选择可以用爱来面对。一些建议被提供给了那些害怕他们会侵犯他人自由意志的人。」

亚伦与 Q`uo 对话之五

「通过变得慈爱与非评判，以及内在冥想凝视的疗愈练习，我们能够与愤怒一同工作。所有经历都是学习的机会。当我们学会信任该智慧，即带着爱和开放之心面对它们，我们的恐惧就会单纯地掉落。」

亚伦与 Q`uo 对话之六

「真正的服务会让小我消融。紧抓式以及“我应该”式的服务是无价值感的症状。真正的服务之道既是一份礼物，又是一个反射。它是存在，而非行动。」

亚伦与 Q`uo 对话之七

「真正的服务是爱、而非恐惧的显化。当自我与其他自我之间、服务者与被服务者之间的二元性消融了，真实的服务便出现了。负面能量是学习真正服务的伟大礼物，因为它们提供了一些最佳的机会让人朝着不评判、悲悯心和爱而前进。」

亚伦与 Q`uo 对话之八

「对于“战斗或逃跑”这种模式的觉察是从恐惧中解脱的开端。对待恐惧的爱的反应包括三个阶段：恐惧升起；感到被攻击；把它当成一位朋友而非敌人那样问候它。随着我们接近第三密度末尾并变得具有心电感应能力，用爱来问

候诸如恐惧这样的沉重情绪就会变得自然。亚伦提供了一些增加觉察的小练习。」

亚伦与 Q`uo 对话之九

「第三密度的投生经验可以加速更高密度对信心与爱的学习。信心主要表现为敞开的内心，但如果助人的尝试未能达到所期望的结果，这颗心是可以关闭的。区别悲悯心与互相依赖可能是困难的。然而，真正的悲悯心并不需要控制。」

亚伦与 Q`uo 对话之十

「不断服务和祈祷的动机提出了一个主要问题，涉及与自己在投生状态中的人性和不完美交朋友，借此恐惧可以成为悲悯和联结的催化剂，并促成从相互依赖到共生的转变。通过信心与爱的练习，我们可以找到灵性的自由以及与一切的联结。」

亚伦与 Q`uo 对话之十一

「活在服务中的人生是具有挑战和微妙之处的。有爱地关注自己的选择将会揭示那些植根于恐惧的不熟练选择。这场从恐惧到爱的旅程有许多将痛苦转化为喜悦的中途站。」

亚伦与 Q`uo 对话之十二

「我们的自然状态是具备悲悯心和友爱仁慈的。对我们自然状态的觉察是从相互依赖走向富有悲悯心的共生关系之关键。三种沟通方式被提供来帮助我们走向我们的自然状态。一种能量练习被提供。」

亚伦与 Q`uo 对话之十三

「通过变得聚焦于爱，防御小我的本能需要就会逐渐减少。接着，智慧和悲悯将会指引我们。通过保持不断觉察到一切事物都属于造物者，我们可以证实自身的价值。这次转生中的一切美妙事物便都是我们的。」

亚伦与 Q`uo 对话之十四

「我们每个人都是穿着尘世衣裳的天使。但尘世衣裳与内在的神性火花一样重要。在这些尘世衣裳中，我们面对着平衡好较低与较高能量中心以及内在与外在世界的挑战性任务。这份努力需要我们在恐惧与逆境出现时保持内心开放。」

亚伦与 Q`uo 对话之十五

「与较低的脉轮一起工作，为开放心轮做准备。一些练习被提供，用来释放恐惧、与第三密度幻象合作。伴随这些练习，光开始不受阻碍地从底轮流向心轮。」

亚伦与 Q`uo 对话之十六

「我们能够通过宽恕而学会敞开内心并珍视自己。宽恕是一个过程，而非一个事件。」

亚伦/Q`uo 对话之十七

「第三密度的首要功课是信心与爱。信心允许我们的内心在“灵魂暗夜”中保持敞开，并直面负面催化剂。信心能够消除引发痛苦和疾病的能量阻塞。」

亚伦/Q`uo 对话之十八

「亚伦带领了一次引导式冥想。何为灵性道路，我们如何活出它。在内在找到一个安歇与滋养的场所。在接受为自身选择负责的过程中，我们认识到服务他人也是服务我们自己。」

亚伦与 Q`uo 对话之十九

「第三密度是选择的密度。我们可以在放射性的服务与抓取式的服务之间自由选择。放射性的道途是服务他人的道途。悲悯与智慧是服务他人的道途的两个维度。在灵性道路上行走为存在于每一刻的爱提供了支持。还讨论了密度、我们的光体。」

亚伦与 Q`uo 对话之二十（上）、（下）

「讨论了尽可能全心全意地度过这个幻象，同时学习调和相对实相与终极实相，并把悲悯与智慧结合起来。在处理我们生活中非常真实和痛苦的催化剂时，我们便在活出灵性道路。抚育内在之灵的过程包含了信任内心冲动并避免恐惧的陷阱。即便我们正努力跟随爱的指令，表面上的坏事仍可能会发生在我们身上，这时我们可以有意识地选择如何走我们的灵性道路。」

信心是第三密度的一项主要学习。提供了一些处理绊脚石的灵性练习。

亚伦与 Q`uo 对话之二十一

「转向内在会揭示出在终极实相中不存在行动者与接收者。帮助可以在没有感知到分离的情况下被提供。灵魂暗夜是启蒙的开端。恐惧是一个幻象，它可以像气球一般被我们的觉知所刺穿。谈论了无价值感的起因及处理它的方法。我们可以从内在读取基督意识的资源。」

亚伦与 Q`uo 对话之二十二

「谈论了灵性天职的艺术。」

亚伦与 Q`uo 对话之二十三

「描述了尘世投生的目的和条件。流浪者从具有巨大清晰度的地方来到迷雾般的、被罩纱遮蔽的地球幻象中。虽然受挫感和疏离感是常见的，但总是存在着一个更高的投生目的，以及学习和教导的机会。」

亚伦与 Q`uo 对话之二十四

「该团体询问了有关流浪者投生的一些问题。在这些问题的回应中，强调了流浪者需要充分进入到地球层面的外部幻象之中，对较低和较高脉轮进行平衡，并充分体验这种学习以便可以教导。此时，流浪者应在那张不断发展的、覆盖地球的光之网中欢庆。所有寻求者的最高天职是协助地球意识的进化。」

亚伦/Q`uo 对话之二十五（上）

流浪者如何做自己来到世上所要做的工作呢？流浪者的工作与其他人的工作有何不同？流浪者拥有比他们所分担的还要多的宽恕问题吗？上述问题被讨论，还指出了流浪者常常面临宽恕的问题以及追求完美的问题。一些练习被提供来处理这些议题。

☆ **第 0001 章集：帮助地球的收割**

Copyright © 2006 L/L Research

特别冥想 2006 年 1 月 9 日

团体问题：这个周末，我们聚集在这里来获得信息与启发以帮助这个行星上的收割。我们尤其想了解这个团体如何做才能对于导引收割、尽可能地增加收割量提供最大限度的帮助。在这个主题上，你们能带给我们一些信息吗？

（Carla 传讯）

我们是你们知晓的 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中致意，在祂的服务中我们今天来到你们中间。容我们说，能被这个团体呼唤是怎样一种快乐和荣幸呀。我们感谢你们。你们每个人和混合的振动之美是我们的情感的一个源头。我们为了你们去服务的勇气与渴望而感到震惊。

我们认为你们在这个时刻穿越第三密度的经验如同一场严酷的体验，你们为到达这个位置进行了惊人数量的工作，我们为此感谢你们每一位。你们每个人都有一个不同的故事。每一个故事都是光荣的、珍贵的、值得的。感谢你们提供这个机会与你们分享我们的谦卑想法。

一如既往，我的朋友，对于我们所说的内容，我们请你们承担起完全的责任，分辨那些你将要与之工作的想法、以及那些你将要抛开的想法。我们和你们一样都是易于犯错的。一些我们分享的事情可能真的会帮助你们去工作，如果这样，我们会非常兴奋。然而，很多时候，我们可能没有为你抓住重点，它可能不是你的真理。如果你没有对我们的想法感到共鸣，请毫不犹豫地将它们放到一边，因为我们绝不愿意成为你们面前的一块绊脚石。如果你愿意承担起守卫自己的圣殿的责任，那么我们将能够自由分享我们的意见。我们感谢你们在这方面的考虑。

你的自由意志是至关重要的。相比于我们在这里或我们特别说的任何事情，保持你自己的想法的自由，这对我们来说是远远更重要的。我们在这里要支持你们，我们知道你们每个人都拥有指导灵，不仅仅来自好比我们这样的实体，还来自于你自己的指导灵系统。请向你自己的指导灵系统靠拢、并依赖它，不要把任何其他人的权威奉为某种必须使你的意志屈服的事物，保持你的顽固性，我的朋友。**保持你独立不从众的特性。**

对任何外部的权威保持独立，因为你就是那个创造你的宇宙的人。对于你们每个人，它真的就是你的世界。你所宽恕的事物就是被宽恕了。你没有宽恕的事物将不被宽恕。在你的日常生活中，你变得越来越觉察到的那种力量就是此刻行星地球上的所有人的天性中的一部分的力量。**我们鼓励你们越来越多地知晓你们存在的真理和力量，并寻找善用那力量的方式。**

你们今天询问，你们作为一个团体能够做什么事情来帮助正发生在行星地球上的收割的锚定与进一步的发展。我们了解到，你们每个人都比较有一种考虑要做什么的倾向，而非聚焦于存在(being)。不过我们会对你们每个人说，此刻，你们作为这个团体的一部分，你们每一项服务的核心与种子，就是你们在做的事工：**寻求自己本性的真理、变得越来越深入地知晓你是谁、为什么你在这里、你正在做什么。**

这个问题有很多很多个层次。在早些时候的谈话中有一段时间是讨论洋葱的，我们使用这个卑微却美妙的小小蔬菜——该器皿在烹饪的时候如此喜欢它——来作为例子。我的朋友们，看一眼你们每个人所展现出来的特性，因为你们自己身上有很多层次，每个层次都是独特的。向中心移动的时候，在

洋葱的每一片中间都有那个小小的洋葱皮的层次。你们正在尝试去穿过阻碍物，容我们说，洋葱皮所代表的弯月形液面(meniscus)。

每一次，当你突破你的“洋葱性”的一个更内在的部分，你发现大量关于自己的新信息。你通过创造一次领悟和顿悟的时刻，来遇见那些你已经召唤出来的同时性。然后，你会再一次工作以穿越另一个层次，然后再次工作，以获得突破来进入更加内在的觉知。

当我们到达洋葱的中心时，这个比喻就失效了，因为你们每个人的中心都是那从未选取人身的空无。那就是你真正的灵、真正的魂。那是你的心，我的朋友，那种内在造物者的临在感觉的体验在一开始经常难以获得。因为你渴望去知晓自己，而在同时间，渴望去知晓真理总是会创造一种鼓励改变的氛围，而如你们知道的，改变可以是非常不舒服的。

因此我们请你们单纯地去查看，如J说过的，每个想法和每个冲动，并开始看入你们存在的模式。你是谁并非显而易见。如这个器皿说的，作为一个灵魂你被装入一个包裹中，这个包裹是一个充满着天赋、限制、你擅长的事物和你不擅长的事物的旅行箱。它就是该器皿称作的人格外壳。

人格外壳有时候似乎是不可抵抗的真实、整合和完整的。当然，去重新整合自我的散乱部分并将其结合在一起，这是心理学和神经病理学的目标。但我们比那个目标要更进一步。我们会要求你了解到，**你的人格外壳的确就是一个事物的集合：你在这次旅程中，在地球上的这次投生旅程中，在旅行箱中打包好的各种东西。随着你围绕着太阳旋转、随着银河旋转，你拥有了这个**

珍贵的机会，抛开所有可能的证明手段，向着拥抱信心的情景而前进：一切都好、万物为一，你处于完美的和谐并和指导灵协同一致。

本质上，这就是你们每个人的真相。然而，在遗忘的面纱中，除了通过后见之明，要看到该模式通常是一点也不简单的。而那个发展中的模式，伴随着灵性的发酵，正在开始创造它自己的想法、它自己的能量、以及它自己的模式。

因此，我们会说，作为这个团体的一部分、在这个聚焦于要做事情的时刻，**你们每个人的第一个工作就是成为你自己，并在这个持续进行的建设项目上每天工作**，也就是器皿喜欢将她自己观想为存在的(工作)。每一个实体真的都是造物者。这个器皿在今天早些时候回应某个人，说她是造物者的一部分的时候，是在说她承认她的神性，但她指出她是一个非常年轻的神。

我们会说，这是一个很好的方式来平衡你的领悟。知晓你是谁而同时也了解到，当你从造物者身份出发，作为创造性原则的一部分，你真的拥有作为一个神的力量。我的朋友们，看看你能做什么事情来好好地、有爱地、悲悯地、明智地使用那股力量。坚持不懈地寻求你之所是，它在你的人格外壳底下、在各种层次底下，就在心之内部、属于造物者的领域。

有一首赞美诗是这个器皿经常唱的。它的开头是："哦，耶稣，汝正站在那紧闭的大门之外。"[1]这一首赞美诗是关于我们不愿意向着自己最深的真理打开大门。我们要将这个形象转过来，我的朋友，我们向你们建议，**耶稣就在你的心中，在那圣中至圣的最中心等待着你去敲门。**

如果有可能，每天进入你内在的至圣所。和那静默的强健力量一同工作。对于在你静默的时候，升起的所有那些你不想要去看的事物，允许它们升起。带着情感也超然地凝视着它们，看见它们，注意它们，接着允许它们消散。

这个过程也许看起来和进入一种深入的冥想状态、真正地超越念头的理想非常不一样。当这个过程发生在你们身上时，我的朋友们，它是一份美妙的礼物。当你的努力看起来已经失败了，当你看起来充满了无用的想法，这些想法一遍又一遍地播放，就像一张坏唱片，也不要嘲笑或贬低你的努力。当你静默时，你的潜意识会带给你礼物，就好像猫咪将它已经杀死的不受欢迎的啮齿动物带到你的脚边说："我干得不赖吧，现在就拍拍我吧，因为我为了你而杀死了它哦。"

[1] Carla：这首歌是由 W. W. Howe 在 1867 年创作的。对于那些不喜欢跟该概念——有个人名为耶稣——工作的人，如果他们用"无条件的爱"来替换耶稣，并用"光之工作者"来替换基督徒，这首歌的信息就可以被他们更好地接受了。我也为了十九世纪采用"弟兄"这个政治不正确的词语表示抱歉，在这首歌中，该恳求很明显地同时向兄弟们与姐妹们发出。以下是第一节：「喔，耶稣，你正站在紧闭的大门之外，耐心地等待着去跨过门坎，我们多丢脸呀，基督徒弟兄们，承载着他的名字和标志，喔，丢脸呀，我们让他一直站在那里，这让我们三倍地丢脸了。」——原注

这就是很多进入静默的人的体验了，他们不禁想知道为什么自己没有体验到静默中的工作本该会给一个人带来的那种美妙的平静？对于一些实体，他们体验到的就是那种美妙的平静。而如果它还不是你的体验的话，那么**请对你自己保持耐心、每日简单地进入静默之中，而不要评判你做得有多好。我们**

发觉这个器皿认为她自己是一个很差劲的冥想者，而她同样认为在冥想中完成的工作是她的进程的关键因素(linchpin)。

静默怎么可能和如此不完美的实体们一起工作呢？我的朋友，你们是不完美的，这是故意如此的。**你和指导灵系统在投生前不仅仅选择了你的天赋和才能，也选择了你的局限性和感知上的缺陷。你渴望这个机会来到这里服务，不过，你也想要在行星地球和共识实相的熔炉中做意识上的工作。**你冒着如此大的风险，作为一个肉身存有来到行星地球，因为在投生前，所有你知道的事物都被一块柔软但结实的覆盖物罩住了。

名为 W 的实体在早些时候说过，越过当前的人生，看得太深或太遥远，这也许并非总是一个好主意，我们会同意这个实体。关于其他地方、其他时间、其他的人生和其他工作的信息都是非常有趣的，但是，随着你的知识库的增长，了解了更多你已经实际经历的其他转世后，我们请你不要以引领你来到这里的一连串的经历来认同自己，而是以当下此刻以及所有那个瞬间所提供的事物来继续认同你自己。

其次，我们翻查这个器皿的心智，寻找一个概念好帮助你们看见，作为一个团队，你们是什么。第一，你觉察自己为一个灵性的实体和神性原则的一片火花，这个觉察的力量使得你有可能开始成为一个强大的人，就形而上方面而言。我们鼓励你开始任何伴随着“工作你自己”的进程，这个鼓励返回到那个简单的真理，那个你们已经通过如此多不同的方式、从如此多不同的来源听到的真理，即**你们全都是单一存有**。作为一个团体，你们是一座镜子的大厅。你将在这个团体的内在看见——如同任何尝试从礼貌性的对话表面移动到深层的团体一样——来到你面前的各种投射，告诉你关于自己的事物。对

于该团体中的每一个实体，那种**镜射效应**将是非常个人的、私密的，我们不想望干扰你们的进程。我们会简单地说，当**你的周围拥有如此多面亲切、悲悯、诚实、有爱的镜子时，觉察到当你在团体中和周围的人互动时你被那些人所给予的礼物，这是很好的。**

无论你在这种互动中的体验是什么，在你的心中仔细思量它们。看看它们要对你说什么，一点一点地进行你来到这里要做的再平衡(工作)。**也许在一天结束的时候，你甚至可能坐下来，拾起那一天的想法。你在想什么呢？你在这一天的进程的主题与样式是什么？有什么图腾对你说话？你遇到了怎样的信使？使用那因着你对真理的寻求而带来的指引，要知道，就在你请求帮助的瞬间，帮助就已经被给予了。**

你们如何才能创造出一些计划或环境帮助这颗行星[你是它的一部分]觉醒呢？我们的职责不是对于这个问题做出建议。我们唯一知道的是：这是你们的时代，你们的时刻和机会。在未来的日子里，当你尝试去显化在这两天时间中已经开始的事物，觉察到在这个团体中的每个实体都想望成为你的实质支持系统的一部分。当你发现有可能这样做的时候，在彼此之间沟通，一直更深入地推动，如J实体会说的，获致更大的简洁性与清晰度。

这个器皿在早些时候谈到无形的帮助，**我们会鼓励你们去依靠于那无形的帮助**，因为你们每个人吸引到自己身边的实体，不仅仅有每个灵魂的高我或如这个器皿所称的圣灵实体，而且这个团体中的流浪者，甚至那些仍在沉睡的流浪者，还拥有来自家乡行星的延伸家族——如果能够依靠它、相信它，就能拥有这份支持和鼓励。因为你们在其他密度中是相连的。

你能够唤醒他们吗？这不是你的位置。你能提供种子吗？这就是你的位置了。提供种子不会侵犯自由意志。你可以自由地播撒想法的种子而不用担心你正在侵犯自由意志。播种的菁华是把它抛入风中，而不担心它将落在何处或它将如何长大。

要了解到，当你倚靠这种无形的帮助时，当这个圈子里的每个人都做相同的事情时，在无形的领域中将有惊人数量的意识被激活。这种帮助是强有力的。的确，如这个器皿先前说过的，你们已经在依靠着借来的时间而活着，你们非常有效地这样做。你们每个人都已经做了许多事情来锚定光。你们每个人都是光之工作者。你们每个人已经通过对这个星球及其人民的单纯的、无条件的爱与支持，产生了一种能量，使得第四密度的能量能够渗透第三密度，而没有启动在某个时点不可避免的地极转换。

反而，因为你们的爱、你们的工作，该转换已经一点一点地发生了。

请了解到，这相当像是一种配比基金(matching funds)，如果你愿意这样说，当你捐助的时候，你的公司也捐助了，诸如此类。当你工作的时候，当你给予的时候，当你停止分析与忧虑、并歇息在一切都好与活在当下此刻的知晓之中，你就不仅仅帮助自己，还在帮助全球社群了。诸如你们这样的团体现在正在全球形成，(尽管)彼此之间并不认识。所以，同样倚靠它，不是把你们自己认定为地球的拯救者，而是认定为那些已经碰触到灵性之火焰的人。

你们每个人都拥有一条不同的火舌，碰触它们的头部，让它们活跃起来并觉醒于灵性。你们每个人都有不一样的故事要去传讲，你们每个人的故事都是

有价值的，对于那些听你的故事的人们，你的故事将打开其意识。知晓你自己，如果有些实体向你提问，那么不要去证明一个教条或一种“主义”，甚至不去证明你最喜欢的哲学性的一的法则，如这个器皿对它的称呼；而是**单纯地等待着实体们向你提问。当他们向你提问的时候，分享来到你脑海的、要去分享的事物，知晓在那个瞬间，对的言语将会来到你这里。**

现在请问是否有后续的问题。我们是 Q'uo。现在有一个询问吗？

J：关于我们一直在寻求的各种各样的可能性，你们似乎不情愿给我们任何具体的指引。在我们头脑中非常显著出现的一个问题是现在和 Schiffer 出版公司陷入一些作品的版权(纠纷)中。关于爱/光研究中心重新取得版权可能要采取的步骤——如有必要——你们能够多少在这方面谈一点吗？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。我们无法直接地谈论那个问题因为它是此刻在这间屋子中的几个人的活跃进程的一部分。在这里有些道德上的考虑，它的重要性远远超过我们分享信息的渴望。我们非常强烈地感觉到这个团体故事的这一部分是一个机会，它将精巧地制作出一个对你们每个人都有意义的创造物，或制作出很多的创造物，它们一起组成一种满足这个团体的更大需要的模式。我们不会在这方面侵犯你们自由意志的选择。我们有能力看到或然率/可能性的漩涡。在某种程度上，我们可以预测在未来可能发生什么事情。但是，在这一点上这样做并不引起我们的兴趣。(你)作为个体，也作为一个在第三密度之内工作的团体，我们极其希望保留你们的自由意志的完整范围。

我们请你们意识到你们基本上正在尝试去做什么。作为一个灵性导向的团体，一个对服务他人的极性的奉献是绝对的团体，你们是一块水晶。当一块水晶是由多于一种元素混合成的时候，它会形成一种非常有趣的结构。个别地看待你自己为一座灯塔或散发光的东西，同样把你在今天所属的团体视为一块混合的水晶，它积聚能量并允许它如其所愿地闪耀出来。

一种方式是从黄色光芒的位置来使用你的意志，一种方式是让事情发生、允许能量上升进入心、接着从心进入蓝色光芒脉轮，如此等等；要在两种方式之间的刀锋边缘上行走是非常困难的，因为你正在尝试通过你的脉轮系统中的蓝色、绿色、靛蓝色脉轮进行工作，带出并显化灵性导向的信息而没有显著的扭曲。

我们愿单纯地建议，要对你们自己抱有自信。知晓在今天把你带到这里的每一件事情都将是有用的。实体们如何才能联合起来寻求更大的善，这尚不是清晰的，不过，我们感觉到你们对于做到这点的尝试为你们创造了一个第四密度能量的漩涡，它是真实的。你们正在尝试**凭借更高的原则去生活与行动。这是受保护的工作**，如这个器皿先前说过的。

在那种保护中安歇吧，然后，对于你们下一步将要做什么毫无畏惧，你要做的仅仅是放松地进入对话和各种想法中，总是为一个简化再简化的焦点而工作，B 实体称其为一个使命宣言。要觉察到，创造一个意图是非常强有力的。

再者，我们愿对你们建议一个概念，它多少有些难以领会，但是，考虑它也许是有帮助的。从全球而言，此刻在你们的人群当中有一种概念升起，它是

一种新的典范。它无法被一个团体所发展。它必须被一群又一群的团体所发展，好比这个团体。不要推它或拉它！但知晓它正在成长，并且看见你可以做什么以调音进入那尚未被听到的旋律、尚未被写下的诗篇。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

J：我想请求你们和我们在一起，在自我探索的过程中协助我们。在我们的生活中加倍你们的临在，好让我们每个人得以从我们的视野为起点提升我们的感知水平。

我们是 Q'uo，觉察你的请求，我的兄弟。容我们说，被要求去这样做是怎样的一种荣幸呀。如果你们在进入冥想时、在心里要求我们，我们十分高兴和你们任何人在一起。我们发现自己相当擅长于成为一种低语之声，它将有助于稳定你们自己的冥想状态。我们不会尝试去个别跟你沟通交流，因为我们不想要以我们多少有些强力的能量闯入你们的人格外壳。而是从底部强化你自己的努力，这是我们可以做的事情而无需害怕侵犯自由意志，如果你们呼唤我们，和你们每个人在一起是我们的欢乐和荣幸。

的确，如果你呼唤一般性质的指导灵，你将会感到吃惊，在你周围有怎样数量庞大的见证者，它们支持你、提升你、带给你清晰度。我的兄弟，我们为那个请求而感谢你，我们会高兴地这样做。

现在有另一个询问吗？

D1：使用电视、收音机等传统媒介，以及因特网来实现我们传播信息的目标，如同你们先前所说的种植种子的目标，这是否合适？

我们是 Q'uo，我的兄弟，相信我们理解你的询问。你们每个人使用了解的工具，尽你们最佳的努力打造一些成果来分享你们内在蕴含的光与认识，这在我们看来是一件美好又可爱的事情。我们发现这个团体在今天讨论的所有事情都是合适的。我们没有任何的渴望在你们希望如何呈现信息的方面限制你们。我们只会对你们说：为**了平衡你们每个人在显化方面的强烈奉献，这里有个好主意：花费大量的时间开始觉察当下此刻，放开所有的紧张或忧虑，单纯地花时间知晓一切都好、一切都将是好的。放轻松，找到轻触、欢笑、至福、喜悦，而唯有当你聚焦于当下此刻时才可以找到它们**。我的朋友，在这方面玩得开心，如同我们正在和你们度过我们生命的此刻时光一样。

我们可否进一步回答你，我的兄弟？

D1：有没有任何我们能够帮助你们的方式？

我们是 Q'uo，我们为那个询问感谢你，我的兄弟。你们早已极大地帮助我们。我们在此刻提供服务，通过一些器皿——好比现在这一位——发言，或者单纯地和那些正在觉醒的人们在一起，如果他们请求我们的临在，如果他们要求指引，如果要求参与的能量和我们自己的能量协调一致。结果是，诸如这样的时刻，我们能够和你们分享想法，恰恰正是我们希望能够去做的事。所以，在帮助我们服务造物者的过程中，你们正在满足我们的心之渴望。我们为此而深深地感谢你们并荣耀你们。

现在有最后一个询问吗？

D2：有任何其他我们能够做的事来增加我们的觉察与聚焦？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。为了净化并精炼你的意识，你可以做的事情是无止境的。

因为你们每个人都有一条独特的途径。有一些关键性的事物是你们共同拥有的。静默就是其中一项。人类生物体的结构是这样的：从心智活动的意义而言，你们基本上是在与一种混合体打交道。在你的心智的组成上有一部分是伴随着你们身体的类人猿生物计算器。它的出厂设定就是那样子，容我们说。你拥有一个极好的做决定的大脑、遵循生物本能的一些途径，它们跟母鹿、和其他大型哺乳动物的途径——即它们走向水源并为寻找食物采取路线时的途径——同样地清晰 。

看看你能够做什么事情好变得越来越多地觉察到自己的模式、你自己的区域和自己内在的地形。它的确归结起来就是越来越多地觉察你是谁。你的内在早已蕴含着无扭曲的、完全的、完美的真理。这个器皿因为她的神秘主义的本性，已经花费了好些时间处于一种状态中，在其中她完全地觉察到这一模式的完美。她经常表述：拥有那些完全清晰的时刻几乎是令人烦恼的事情，因为，类似所有的顶峰经验，它们无法被作为一种礼物，带回给那些生活在山谷中的人们。就好像说(圣灵的)方言一样，另类状态的体验，虽然是一份美妙的礼物，但是它不是你能够显化给其他人使用的事物。

但是，当那些时刻发生在你身上，当你拥有那些清晰的时刻，找到纪律、记得安住于感恩之中，为了你已经收到的礼物。当你安住于感激和感恩之中，你在你的电性体中、脉轮系统中，创造出一种气氛或环境，如这个器皿会说的，它鼓励进一步的觉知。正如同你们的地球，你是一个不断拓展的有机体。然而，你正拓展进入形而上的领域，而非进入物质界的领域。

当你的生命朝向它合适且应得的终点移动时，当你继续工作、于你自己的内在创造出更多的觉知时，你正在照料你的花园。你正在滋养自己的种子，这样你就可以从自己分享的经验和说故事的树上摘下一颗苹果。津津有味地吃掉它，接着在你前进之际扔下种子吧。

（磁带第一面结束）

J：如果我可以再问一个问题的话：在我看来，除了你们跟我们分享的信息之外，有一种不言而喻的邀请，它几乎像是一种感应，似乎你们在邀请我们去提升到一种振动或位置，你们就是从那儿查看的，于是我们就可以感觉并看到你们所感觉与看到的东西。你们能不能谈谈那一点？

我们是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。你提出了一个有趣的问题，我的兄弟，因为，为了平衡我们的回复，我们必须说两件自相矛盾的事情。我们自己并不害怕悖论，因为我们发觉悖论是灵性成长的天然环境。

你们进入我们的心智状态，这对你们是非常好的，我们跟你们随意地分享这种状态，完全与完整地，虽然不是通过言语，而是单纯地通过我们的临在，我们相信那就是你在脑海中想到的事情。当这个团体把我们社会记忆复合体

的能量拉入之际，那个你所感觉到的东西能够被带走、检查、沉思。十分欢迎你们这样做。

在同一时间，如这个器皿稍早说过的，每一个实体下降进入到该星球的乌烟瘴气之中，并将双脚坚定地站立在地球的土壤与大地上，这对于流浪者是格外重要的。

当你们进行这种基础训练工作时，轻轻地向外看看你们文明的政治、经济、社会系统。因为你们并不必须改变外部的景象。你来此协助行星地球的收割。那场收割正沿着它自己的道路快乐地前进着，当你做无论什么事情，带着一种意图的清晰和热情的参与来服务的时候，你正在以自己的程序和进程向前进。

因此，如这个器皿从她对圣经学习中记得的一样，变得天真又聪慧[2]。我们相信，这种组合对于你的本性并不陌生，我的兄弟。它对于任何一个在场者的本性都不陌生。成为鸽子，同时使用你的智能。

[2]原注：圣经，马太福音 10：16：「看呀，我把你们送出去，如将羊送入狼群之中，因此要如蛇一般聪慧，如鸽子一般天真。」

我们即将在此时离开这个器皿，因为我们感觉到稍后很可能有更多的询问，而我们愿保护她多少有点脆弱的健康之平衡，她的健康平衡在此刻是优异的。因此，对于你们每一位，带着许多的感谢与最谦卑的感激，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，一如我们发现你们的时候。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S.

(V)2016 Reviewed by cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/ll_lib24.pdf

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2006/2006_0109.aspx

---

☆ 第 0002 章集：魔法人格 (附原声音频)

原声音频 https://v.qq.com/x/page/y08785fxhe2.html

Copyright © 2002 L/L Research

小编按：Jim 曾在博客中提到，这场关于魔法人格或高我的 Q'uo 传讯，是他心目中 Carla 所展现的最为美丽与充满力量的一场通灵。爱/光研究中心曾将这场集会前半部分的原声音频发布在网上，现分享于此，后面是完整的中文翻译：

周日冥想 1989 年 12 月 31 日

小组问题：今晚的问题是**魔法人格**(magical personality)的发展。我们如何去发展魔法人格？这么做对我们有什么价值？另外，当我们着手发展魔法人格时，我们真正在发展的东西是什么？

（Carla 传讯）

我们在感激中来到你们这里，并在太一无限造物者的爱与光中向你们致意。我是 Q'uo。感谢你们提供一条美妙的服务途径给我们，它对我们是个引人入

胜的美景。同时，我们向你们献上我们谦卑的感谢和持久的爱，好让在黑暗中挣扎努力的你们，仍然看见内在之光，并对其持有信心。

你们今晚提出的问题与**魔法人格**有关，在我们讲述那个主题之前，我们必须述说那个对于理解魔法人格而言具有根本性的主题。那个理解即是所有时间、所有空间、所有动作之同时性。这个当下片刻即是永恒。过去、未来，感觉在时间长河中存在，这些都是幻象的一部分，它给予作为寻求者的你们，一个极为强有力的机会去有意识地加速你们灵性成长的速率。

以你们的历法计算，今天刚好是旧的一年之最后一天，也是旧的十年期的尾声。明天将是新的一年。你是否会感觉到不同的时间？明年似乎会发生转变？就大部分而言，不会的，因为你是相同的。你过去一直存在，你存在，你将一直存在。

你在这个密度所做的各种选择被你的偏向(biases)与极性所影响，这些偏向与极性是你多生累世捡取的。当属于心的爱、和平、温和及谦卑的那些偏向成为你的安歇与自信时，或许你可以释放时间与空间，允许它成为一个有用与极有效力的催化剂之提供者，将催化剂给予那些想要学习爱的功课的实体们。

你们看，你们处于自我意识的开端。在这所永恒的学校，这个时间幻象中，你们已经几乎要结束这一学年了。然而，你们所做的决定是在时间/空间中做出的，它不会诉诸于外在世界以及外在世界的世俗关注，但它却会诉诸于你们每个人的心与不可或缺的感情。

以这个方式，我们可以更简单地说，魔法人格是那个能够把心与意聚焦于无限太一的实体的一件工艺品(artifact)。就某个角度，把**高我**(higher self)视为是与你分离的，这是可能的。但是，正如你存在于昨天、也将存在于[位于新的一年与十年期之中的]明天一样，作为你的核心的「我是」(I AM)也在学习爱、智慧以及有爱而睿智的慈悲。当这些课程已经被学会到某种程度，并且没有显著扭曲时，你转身(向后)，延伸(自我)穿越时间，给予你自己一份礼物。你提供各种偏向、决定以及已做出的选择，不单单是到你们时间幻象中的这一点为止所做的选择，而是所有的选择，这些选择将允许每一个你毕业进入第四密度，完善爱的课程，并学习光的课程，当你(开始)显化光并学习智慧的真义时，到达第五密度。

最终，在第六密度的中期，到了某一点，不再有任何极性；因为如果一切都是单一极性，那就等于没有极性。正是当灵魂到达了这一点——充满了合一、智慧与慈悲——该第六密度自我(开始)在第三密度自我的内在、在其深邃心智中安置即将到来的偏向，已经实践的命运，以及服务他人的美丽与精准。

因此，魔法人格或高我是自我中包含极性的最后痕迹。当你面对一个扎根在极性中的世界幻象时，这个礼物能够极度地有帮助。许许多多时候，一个人面对着两难的局面、无法以理性辨别的谜题。没有符合逻辑的答案。只有心轮(heart)的智慧与心智(mind)的慈悲。因为这是合一的第六密度所提供的：领悟到慈悲不只属于心轮，还属于心智；智慧不只属于心智，还属于心轮。

多少次，你们人群转身离开他们的心，拒绝请求，拒绝向那帮助者或安慰者打开大门，于是那帮助者或安慰者只能耐心地等待着被请求，来在你们各种各样的决策过程中提供帮助。

我们的讯息十分简单。我们请求每一位怀着景仰与崇敬(的心)去爱造物者，如同一个人通常会对自己父亲怀有的感觉，因为你们真的都是无限太一的儿女们；无限就在你自己的存有里内。

接近深邃心智的过程，特别是接近高我的过程，有一个最佳的途径，如我们常说的，即是重复地、坚持地进行每日冥想。无须持续过久，只要足以使一个人感觉到自己与太一无限造物者似乎同处于一个至圣所。因此，冥想总是那把钥匙，能够开启从潜意识或深邃心智到显意识心智的穿梭机。高我并不是通过给予指令来运作的，因为那会成为一种对自由意志的侵犯，并会在宇宙中引起不被渴望的矛盾。然而，这个呼求必须在冥想中被发出：即你可以被访问，被强化，并被一个更长远的视角、一个更广阔的转世及投生决策之场域所更新。因为，如你们每一位都知道的，你们的星球上没有一个事物如同它们看起来的样子。你是多个能量场，能量场的复合体，这些能量将你包围着，携带着你穿越人生。

非常亲切地对待这个身体载具是很好的，因为就是通过这个工具，心智的电脑可以温和地输入来自更深自我的数据；这个更深的自我甚至在(一个人)祈祷或请求时都无法被感知到。也许某一天，一个人醒来了，并知道了对一个问题可能是正确的或适当的答案。也许它会在冥想中出乎意料地就出现了。有多少实体，就有多少种使用高我的方法。

现在，**一个人要如何使用高我，这个属于你的第六密度部分？**首先你必须做的即是放掉你的物质实相。你是一个幻象中的幻象；神秘环绕着你。结果是，当一个人请求来自一个更深自我、内在高我的指引时，他打开了一扇只能被该寻求者打开的门，因为高我是你的思考的一个远远更加清楚、明晰、明确的产品。不过，你将会发现，把你的显意识和理性心智跟深邃心智相调和是至为有益的，因为，它们给予你那些更属于「你之所是」、「你之菁华」的感觉与偏向，远超过你自己在这幻象中通过考虑这些题材而可能拥有的——不管花多少时间考虑。

现在，当每一位都坐在这里，我们将尝试给出这个由之可以接触高我的过程。这是一种方式；还有许多其他方式。这是一个我们觉得简单故而更易于掌握的方式。

第一步是接纳并宽恕这个处在这个幻象中的自我。每一个人都必须清楚，一个人不可能纯洁地活在这个世界中——它被恒常的负面性思想、感知、愤世嫉俗，以及害怕、恐惧和那些给其他人造成恐慌并从中获得快乐的人的战胜感，诸如此类的丑陋情绪所污染。这个(自我)不是你希望在那个特殊时段中使用的人格；在那个特殊时段中，你从事于意识内的工作来加速你灵性成长的速率，来提升你的极性，并向前[容我们说]移动。你无须凝视着高我，将它看作自我的一部分，除非你想要这么做。然而，知晓这个事实是好的：高我与你都是超越时间的，都是完整的，并且为一。

现在，抵达魔法人格之前，一个人有许多事情能够做，并且真的必须做，来创造出适当的氛围让理性心智之温柔情人般的碰触，进入到深邃心智中。对于许多人，这是一个缓慢的过程，但却无限地值得。一旦你能够接触第六密

度的自我——祂已经将礼物送回至你的内在，送到你的心智的幽深之处——你将可以拥有一个远为宽广的视野、远为清晰的瞭望点去观看你这辈子的生命经验。

我们告诫每一位不要尝试去长时间地停留在高我的模式中，以致超出一个实体所能够维持那种[经由调音、祈祷与唱颂而引发的]专注度与清晰度的时间。你不可能掠夺自己的高我而不伤害你所接收到的信息的品质。所以，穿戴好全副光之盔甲[如该器皿所言]，接着接纳那似乎处于未来的、但的确是你自己[作为一个好咨询师]的自我，在这个过程中，你即是在前往一个中心位置——它在你使用这深邃与可爱的心智资源的过程中将是至为有益的。我们说可爱，因为对于第六密度(实体)而言，去创造一个包括所有它已经验的事物的思想形态，这过程是一个可观的努力，一个出自爱的工作。

魔法人格或高我被放置在你内在的深处。它不在你的外面，也不在你的老师或学生或同事里面。魔法人格是自我的工艺品，一个被神秘覆盖的存有，它的整个经验被认知为是神秘的。

在准备魔法人格发展的过程中，一个人首先要达成的是完全与完整地检验良心。并不是你作为一个实体将你自己作为一个实体来评判——完全不是那样的。相反地，你可以宽恕自己，因为你已经宽恕所有其他人，不是吗？然而，你依然认为自己是没有价值的。这不是一个有益的灵性观点，因为魔法人格奠基于下述这一事实：位于内在的造物者火花是每个实体的真实自我。

所以，为了开始工作魔法人格，一个人必须先好好搜寻心智、智力、情绪上的偏向，这些东西在此时构成你之所是。这不是为了评判的目的，而是为了

掌握你此时的菁华。或许你想要改变；或许你不想。但作为一个自我，着手接触你自己是魔法人格的开端。

每天每日的人格会摇晃。它快乐、忧伤；它主动、被动；生活是轻松的，或生活是困难的。所有这些东西都在这个幻象当中。一个人越是将注意力放在这个幻象中的困难上，他就越不可能拥有能力去接触魔法人格的较深心智。

所以我们建议各位清理桌面——桌子上有心胸狭窄的偏见，任何的不公平、刻薄、操控他人的渴望，以及所有那些其偏向对于增进[以无限太一之名]服务他人的极性没有帮助的人造物。不同的人准备的时间各有不同，在这种准备的最后，要全时间地停留在高我中仍旧是不可能的。然而，每个人都可能清理自我，打开自我那扇特别与神圣之门。

我们建议各位用下述内容——这自远古以来一直是白魔法师或正面魔法师之呼求(语)——开始一个魔法人格冥想：「我为了服务而渴望去知晓。我渴望使用我的潜意识心智去丰富、活化、致能并专注这个第三密度的心智与心轮。」(I desire to know in order to serve. I desire to use my subconscious mind to enrich, enliven, enable and engage this third-density mind and heart.) 对于大多数人来说，长期保持这种清晰度是不可能的，并且尝试这样做有其危险。

将你们自己视为蹒跚学步的孩子，一个如此年轻的灵魂，如此可爱与强壮，却又是如此容易受伤。这是魔法人格看待你们外在的行为与思考的方式，就好比一个不知道自己在做什么的孩子。当一个人将自己的意志与信心转向，开始冒险去寻找那蕴含伟大智慧的哲人金石，那么他就可以逐渐看见自己内

在的一种转变。但首先，你必须接受魔法人格早已是自己的人格，因为所有时间都是同时(发生)的。

一个在冥想魔法人格之前准备自己的好方法是：依序观想每一个脉轮，从红色根部脉轮开始，接着向上移动，谨慎地清理(各种)能量，仔细地看见你的脉轮中心正在发光：橙色、黄色、绿色、蓝色、靛蓝色、紫罗兰色。当你已经拥有足够的谦卑以至于能够倾听来自于高我——它并不被简单地理解为自我之外的其他人——的建议的时候，接下来我们就建议你开始这个对脉轮的清理，这样你会感觉到光从你的头顶流淌下来，因为你已经打开你所有的脉轮；你已经变得容易受伤；你准备好要承担一个风险。

首先，有着庞大额度的由身体(所提供)的、对于身体的保护，我们推荐各位观察这点。举例来说，这个器皿调和着顶轮的紫罗兰色与根轮的红色，来以这股完全个人性的、且表明自己之所是的能量来覆盖自我。在完成了把你自己封装在身体保护的红色/紫罗兰色包膜中之后，然后你将穿上一件光的衣裳。那是造物者的保护，非个人的，充满爱并且是无限的。

在冥想期间，对于那些呼求指导灵或天使临在的人来说，这么做是有益的，因为你所进行的工作是一份在其中你容易受伤的工作，因为你向学习开放，而你并不总是真的拥有与这种能量相称的振动。这一点必须被谨慎地看到。自我必须被整顿好，清空生命中苦难带来的小改变，甚至清空美好时光的欢笑，清理为了于内在倾听你们圣典中所称的「静默的微小声音」，那即是你的魔法人格。呼求任何你想要找来保护你的实体是好的。这并非一个幻象，不比你是内在的一个幻象这点更虚幻。

举例来说，这个器皿祈请拉斐尔、加百列、米迦勒、爱瑞儿这些大天使，它们如同房间中屹立的四根栋梁，共同架起一个拱型的金色圆顶，因为这些爱的首长，大天使，是至为强有力的并且至为关切保护(人类)。

当你已经为冥想魔法人格准备好你自己，最好是沉入自我而不带任何的压力、想法、忧虑和惊奇，宁可单纯地打开那扇门，邀请那位终极博学与平衡的存有——你应已经成为的存有——之智慧与慈悲到达现在的自我。

当一个实体想要借由通讯与另一个实体在意识中工作时，做这些相同的准备是好的，因为大多数的通灵者实际传导的是他们自己的魔法人格，他们自己的高我，他们的独特性。当整个过程结束时，一个人在心里确认自己脱下了光之衣裳并返回到了能量场的幻象以及那些挑战你去爱的经验之中，这是好的。

虽然表面上是矛盾的，魔法人格确实是扎根在最深的谦卑与最强烈的自我价值感两者之中。如同一条丝线或缎带，每一次你请求它的当下时刻，这个在你背后的展开物都会给予你信息。那些希望在冥想训练之外维持一个魔法人格的人的确可以在观想上工作，假如那些观想是单纯的形状——方形、圆形、三角形……

（录音带第一面结束。）

（Carla 传讯）

我是 Q'uo，我们将继续。

对于那些希望在比一次冥想更长的一段时间中维持灵性上的魔法人格的人，在观想上工作是好的。首先的观想是单纯的图形：正方形、圆圈、三角形。

在意识中持守特定图形所需的锻炼，跟艺术家在研究其技艺时所用的锻炼是相同的，好让他最终成为一个更好的器具——通过该器具，音乐、沟通、治愈或活力便可以(被)运用，允许你成为那个闪耀的形而上存有、你真正所是的存有。

在我们看来，保持魔法人格的时间超过一个人能够在内在保持完全清晰的时间，这是不可取的。这通常限制了魔法人格在清醒时分很短暂的时刻中以及在有灵性注入的梦境中可以做的事情；在那些时分，潜意识和显意识在表演、仪式以及意义中一起行动。因为，如果有些实体在不够清晰的时候仍然表现得好像自己在将魔法人格表现出来，他们注定将遇到麻烦。容我们说，这是极不明智的。如果魔法人格的学生不想要研读生命之树、卡巴拉以及所有那些会让他了解关于这个概念的历史的事情、那些会以「魔法人格在你里内休眠并准备绽放」这份知晓而使自我满足的事情，那么，当你呼叫它时，愿你在谦逊中这么做。我们希望你经常呼唤魔法人格，但是在你向它开放你易受伤的灵之前，请一直保护自我，虽然它就是你，在这个幻象中却看起来是另一个实体。因为，对于那些尚未优异地清理自己的人们，他们可能接收到任何数目的、声称是你的魔法人格的指导灵，但这些指导灵却要借此逐渐减少你的正面极性。

我们再次被这个器皿告知我们已经讲太久了。我们在这里暂停，虽然或许在这个主题上还有更多有趣的东西，我们希望通过 Jim 实体结束这次冥想。我们在爱与光中离开你们，同时将通讯管道转移到 Jim 实体上。我们是 Q'uo。

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，再次地，我在爱与光中向各位致意。此时，在这个傍晚，在我们已经谈过的魔法人格的问题上或任何其他你们感兴趣的问题上，请问各位是否有任何问题？现在有个询问吗？

发问者：是的，Q'uo。我的理解是，在具有较高密度性质的那些自我中，我们会与其他人——或者从第三密度的视角看，似乎是其他人的那些实体——聚集到一起并形成社会记忆复合体。到了第六密度的时候，这似乎是一种生活方式。那么，一个人的高我似乎是属于一个社会记忆复合体，所以，从第三密度经验的观点来看，那是一个共享的东西。我们来到这里形成团体，结合我们的寻求，这其中的部分原因是为了分享彼此的高我？

我是 Q'uo，我的兄弟，觉察了你的询问。这是一个至为有趣的询问，因为它面对的是造物的本质，如被有意识的、寻求中的实体们所发现的本质，因为你就如同一个探险家，前往荒野之中探险，并开始从在荒野中所发现的事物中形成一种在荒野中生存的方式；当实现了生存方式、建造了避难所、取得了食物，探险家开始发现那并非外于自身的东西，那不但熟悉而且与自我是相同的东西。

随着你移动穿过这个造物的八度音程、进入你现在栖息的第三密度、并精练个体化意识的定义，你接着便使用那已定义的、个体化的意识作为一种手段或一条小径，借此发现更多未知的东西；更多东西变成已知，变得熟悉，并被辨识为自我。你所行旅的乡野，与你一同旅行的兄弟姐妹们，向你揭露他们自己，并且以一种形成统合的有意识寻求的方式给予他们自己，于是一个人取得的资源可以给全体使用，并且被使用来促进这发现的旅程。所以，当你们聚集在一起、使用共享的资源时，你们把信息、经验、回应以及发现添

加进去，所有这些东西与概念成为进一步的定义或精练品，拓展小小的自我成为一个群体自我，而该群体自我确实正在蜕变为一个更大的自我，而这个更大自我继续着这个螺旋过程，于是你所寻求的东西，也就是你的目标，最终被视为是在一个扩展的品质中的自我的一部分。

因此，在你的(进化)经验的某一点，你不再寻求光，而将成为光；你不再寻求爱，而将成为爱；你不再寻求太一造物者，而将成为太一造物者。如此，你寻求的样式重现了造物的本质，也就是合一。

是否有进一步的询问，我的弟兄？

发问者：是的，从寻求的观点，这个距离[听不清]，当我们凝视我们所[听不清]的合一，它对我们而言似乎尚未存在。然而，当我们在朝向合一的探险与开展的旅途中走得越远，我们似乎越多地发觉，那些被发现的东西是那早已存在的东西。我们早已拥有一个位于第六密度的高我，在那儿似乎早已准备好生命的所有阶段。那么，我们是否必须一阶一阶地向下走，直到离太一无限造物者最远的那点，然而再开始返回的旅程？我不确定自己理解那是为什么。

我是 Q'uo，我的兄弟，觉察了你的询问。这件事端赖一个人以什么角度来看——不论是一个实体已经向下行走，为了向上移动；还是一个实体已经自向上的方式而移动，以前往那似乎是下面的地方。更精确地说，当太一造物者通过一个八度音程的造物，收割了祂所有部分的经验时，祂接着便利用这个收获——这是祂的合一经验的每个部分之精炼品——并再次进入造物的伟大周期中，编织出另一个宇宙，从第一密度混沌的运动开始；在你们的量度

中，这种运动是没有时间也没有秩序的。接着，从这表面上的混沌，移动进入渐增的有意识觉察之螺旋循环，于是前次的造物之收获可以成为(此次造物的)根基，允许进一步精炼造物者的经验与知识。

你们每一位，作为太一造物者的个体化部分，借由下述这些方式共享、参与这个过程：特殊化(particularize)那同时性的东西，从永恒海洋的时间河流[如你们所称]当中拿取一小部分，仿佛在显微镜下观看那时间河流，注视着那些看似先后到来的东西，创造着过去、现在和未来，好让(一切)万有(that which is)、也即合一在许多部分中可能以一种更强烈、更多采多姿、更精炼的方式被体验。那么，那个为了每一世而被选取的微小经验薄片，拥有着你的自由意志在其上工作，于是那永恒之物获得放大和特殊化，于是它可以在此生中被仔细地检验，经由自由意志来工作它、精炼它、净化它，成为你自己内在的太一造物者之身份、存在状态的一种表达。

因此，你进入这个完整的过程以便于你可以挑选一个部分，你自己的一个部分，通过深入地在这个部分上工作，让它能成为尽可能生动的一个部分，于是它就可以成为给太一造物者的一个装饰、一个献礼。因此，你如同一位炼金者，你从山腰采集原生的矿石，经由特殊化的过程，萃取出黄金，这个过程的产物是如此明亮、耀眼、闪耀和纯净，如果你没有选择如此花费你的意识与努力在上头，则不可能有这样的产物。

是否有进一步的询问，我的弟兄？

发问者：是的，只剩一个问题。当我们作为自我移动进入到一个对于我们目标的更大了悟中，我们发现自我在上帝(God)之中，然而，我们现在需要学习

发展魔法人格，这对我们而言意味着发展位于第六密度的自我，但还不是上帝。为什么我们不直接祈请我们的上帝本性(Godness)？是否因为一次只能走一步？

我是 Q'uo，我的兄弟，觉察了你的询问。如果我们正确理解了你所问的问题，我们会说这个上帝本性，造物者的品质，完好与充分地居住在里内，但它无法立即地、完整地给每个实体取用，不管在进化旅程的任何一部分皆是如此，这是为了使那旅程可以有更大的经验幅距。因为，如果太一造物者的任一部分达成了充分了悟太一造物者本质的程度，那么该旅程已经完成。(既然最终)目标已经完成，通过应用自由意志面对催化剂以进一步精练的机会，就变得没有更进一步的目的。

因此，太一造物者的每一部分所移动穿过的(宇宙)造物之八度音程，给每一部分以及存在于每一部分中的太一造物者提供了一个更多变化的机会，由于(各个部分)还欠缺对自我本质的完整知识。因此，一个实体可以说，无知(无明)提供了机会。放置于每个实体意识中的罩纱提供了神秘，吸引寻求者不断向前。如果所有罩纱都被移除，可以清楚看见自我的本质，那就好比没有更多的债务，也没有更多的获益，容我们这么说。

是否有进一步的询问，我的弟兄？

发问者：非常感谢你。

我是 Q'uo，我们感谢你。的确，我们也非常感谢你，我的兄弟。此时是否有其他的询问？

Carla：我想知道，在这次冥想前我是否实际上经历了超心灵致意，如果是这样，为什么呢？如果你们因为混淆法则而无法回答，我可以体会(你们的)难处。

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的姐妹。这个体验的链结好比道路或机会的交叉位置，它被那些已经在这次旅行中一直陪伴你有一段时间的实体们注意到了，他们是你们会称为的负面极性的实体。行家周期是这样的，在你自己的经验中有一种特别的敏感性会被注意到，就好像在先前的一些场合也被这些实体所注意到的一样，它是一个特别的东西。化学性的药物也增加了这种周期的敏感性，它进一步增强了你对于[容我们说]各种铭印的接受性或感受性。当处于各种药物的影响中时，心智复合体的性质或者状态提供了一个机会；这个机会便利用了你肉身载具的耳部的机能障碍——这是由青少年时期的损伤所导致的——于是你就可能被施加一定程度的你所称为的晕眩，这种晕眩有可能使你有一小段时间进入无意识状态。这种努力更大程度上是尝试让恐惧进入你的体验，而不是让你进入真实的困难或危险。

是否有进一步的询问，我的姐妹？

Carla：没有了，Q'uo，我感激这个答案，谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。现在请问还有另一个询问吗？

Carla：你能否评论我们家中的猫儿有多觉察这些(星际)通讯，它们是否能够以任何方式参与？

我是 Q'uo，我的姐妹，觉察了你的询问。你所指称为猫的实体不只对于我们星际邦联的实体相当敏感，也对负面导向的实体敏感；这些负面实体以自己的方式提供服务。从你们人类有史以来，一些具有形而上的敏感度的人已看到猫科实体能够感知到许多你们肉眼看不见的东西。在过去的埃及文化中，猫被指派为许多神庙的守护者，因为猫类实体的敏感度，负面导向实体发觉只要猫科实体在场，他们要提供完整服务会有些困难，因为猫可以提供一种天生的保卫或防护。它们不总是觉察每个实体为一个个体化的部分或一个人；但它们通常觉察到已发生改变的或拥有特定品质的气氛或态度或感情音调。

因此，这就好像这些生物感受到了某种临在，就好像你会听到特定的声音警告你采取行动一样。然而，猫类实体也能够查明该临在的特质，不管是有益或有害的，并且依照不同品质有不同的回应。

有进一步的问题吗，我的姐妹？

Carla：在这一点上，它们会接着开始发展自己对于正面或负面道路的偏向吗？

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的姐妹。在一些情况下，尤其是在一只猫在一只宠物的位置上被投资的情况下，是这样的，我们发现在这个住所中有六只这样的实体。在其他的情况中，猫是可能觉察到无形实体的在场的，它单纯地觉察到一个存有在那儿，就好像当你真的在它们周围的时候，它们觉察

到你在它们周围。那么，它们开始产生对一个极性或另一个极性的偏向，取决于它们所被给予的投资的品质，容我们说。

Carla：是否有一个[听不清]在我们的参与[听不清]可以在这个投资的过程中帮助它们呢？同时，我假设我们在该投资上的贡献是我们进行的一种服务？

我是 Q'uo，觉察了你的问题，我的姐妹。猫儿参与这些冥想会增强这种投资的品质，在其中它们与你们还有我们分享它们的经验。这种投资的性质就是一种更大的能量源头的存在状态的品质，容我们说，用一种直接的方式被表现出来，这种方式就好像一个人在另一个人周围用一种积极的存在方式来自由地分享自我或者辐射一种特定的振动或信息，接着会发现那些被分享了这种振动或信息的实体，他们的菁华或基础特性产生了共鸣。因此，你们在这些冥想中分享的那种心智上或灵性上的东西，虽然猫无法用一样的方式来感知，但它们觉察到并善于接收那种振动的基础频率——这是以一种与它们的菁华共鸣的方式被辐射的。

还有进一步的问题吗，我的姐妹？
Carla：没有了，谢谢你。
现在还有任何其他问题吗？
（停顿）

我是 Q'uo，我们想借此机会感谢每一位在场的成员，若不是你们全心询问你们最关切的事项，我们无法有所服务。我们珍惜每一个回答你们问题的机会；你们用你们的心、意和存有问出的问题，我们以我们在自己的寻求旅程中发觉有帮助的东西来回应；我们在一路上也问着相同的问题。我们与你们

一同行走在这个旅途上，并在每一步当中欢喜。我们感谢你们每一位带到这些冥想中的每一个经验的微粒，你们所体验的事物和你们所渴望的事物，我们都与你们一起分享。你们的邀请建构出一道彩虹桥，联结着你我的心。

此时，我们将离开这个团体，感谢每位给予我们的喜悦与爱。我们在太一无限造物者的爱与光中离开各位。我们是你们知晓的 Q'uo。Adonai，我的朋友们。Adonai。

Translated by T.S. and cT.

(V)2019 Reviewed by R.C.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/ll_lib16.pdf

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/1989/1989_1231.aspx

---

☆ **第 0003 章集：L/L 访谈集 摩尔秀对 Jim 的采访**

Copyright © 2004 L/L Research

Jim 在“摩尔秀”上接受采访

2017 年 7 月 14 日

KM：来自英国的广播，通过网络全球放送。你们现在正在收看的是摩尔秀，我是你们的主持人，凯文•摩尔(Kevin Moore)。现在，在接下来的一个小时里，我将讨论的话题会让你们脑洞大开，把你们或许从未听过的一些信息介绍给你们。在今天的节目里，我的嘉宾 Jim McCarty 将要加入进来。Jim 更令人熟知的是他曾是《**一的法则/Ra 资料**》的录写员。《一的法则》丛书是由

爱/光研究中心(L/L Research)的 Carla Reuckert、Don Elkins 和 Jim McCarty 在 1981 和 1984 之间通灵完成的。一的法则的基本原则是万物合一，所有存在的事物有很多形式和构造，而最终本质同属太真。一的法则的哲学描述了关于生命的重大问题——万事万物何以如此、如何致此、从何而来，以及其各自在显化造物中所处的位置。这五册书从哲学、宗教、灵性、宇宙学、历史、政治和超自然现象及更多方面探讨了这些话题。

现在，欢迎 Jim McCarty 来到节目，来谈谈这个，也谈谈别的。
Jim:非常感谢你，我很高兴来到这里。

KM：真的很高兴有您在，真的是。我们刚才接通时在电话里我也是这么说的。很棒的通灵材料浩如烟海，跟那些通灵材料有关的人大都已经作古，能把您请来上我们的节目是个巨大的荣幸，您是当事人，见证了通灵，通灵也改变了大家的生活。所以，这真是太好了，我只想说，您还是一部名为《他们把我们称作通灵者》(*They Call Us Channelers*)的纪录片的参与者之一，所以我只想说谢谢您做这个事，以及参与录制纪录片。
Jim:我很高兴参与录制纪录片，谢谢你。

KM：要谈的东西很多。这么着吧，我们可能要对一些答案稍微点到为止，因为我们要涉及的东西太多了。我可能会做的是，当我拍摄纪录片时，我可能会再次对您进行采访，因为我不认为我们(今天)有足够时间谈完所有这些东西。让我们直奔核心。
Ra 是谁？你们是如何——嗯，不，事实上，Ra 的信息是什么？先表述一下，开个头。
Jim:信息很简单。我们都同属一个造物者，一个造物，万物合一。

KM：万物合一。我在介绍的时候也提到了。好吧，现在说到爱/光研究中心，我相信这得回到 1961 年机构创始的时候。跟我们简单说说，在您加入之前，爱/光研究中心是怎么来的。

Jim：好。爱/光研究中心不是一家有限责任公司。[笑]。1961 年，Don 当时是路易维尔大学物理学教授，但是他对通灵活动感兴趣，他从芝加哥的一个人那里得到信息，那个人与据称的外星源头有联络。Don 拿到了那个笔记，说："嗯，我要试试这个，但我是科学家，所以要做个实验。"他那时在加速科学学院教物理课，就在班里发动了十二名学生，决心成立一个冥想小组，但并没有告诉他们会发生什么事。其中一个学生问能否带上自己的女朋友，她就是 Carla Rueckert。

于是，他们每周冥想两次，六个月后，他们接收到了我们所谓的"调整"(conditioning)，舌头动，下巴动，胸口感到心悸，前额有感觉，但他们没说话，尽管他们通过心电感应收到信息，但他们不想感觉自己像是在编瞎话。后来，那个芝加哥人终于来了，说，"嗯，我来为你们通灵，我们看会发生什么。"他的源头说，"我们已经和这里的每一个人连接上了，但是每个人都害怕说话，因为他们担心自己是在胡说八道。"通灵的属性就是这样，你得开口说，这样更多的话才能进来，事后再去分析。如果一边说一边去分析它，通灵就会停止。

所以事情就是这么开始的。从那 12 名学生组成的通灵小组开始发展，就成了爱/光研究中心。实际上，[听不清]1968 年。

KM：好吧。刚一开始的时候，Carla 多大岁数？

Jim：她那时才 21 岁。

KM：好吧。所以她从 21 岁就开始通灵了啊？

Jim：不是的。这儿比较有趣的是，那个班有 12 名学生，外加 Carla。她不是那个班的，她只是其中一名同学的女朋友。他们除了 Carla 都学了通灵。她起初并不想通灵。她喜欢那些信息，她喜欢冥想，但到了 1974 年，12 年之后，因为所有其他学生都因为搬家、工作、结婚而离开了，她最后不得不学习如何通灵。Don 说，“免费午餐到此为止，到了你学习如何通灵的时间了。”

KM：对。是啊，这也就是通灵的过程，你开始听到有信息进来，不是每个人都听到，是大多数听得到，这些信息不停地进来，直到你把它们复述出来为止，最后能达到同步。大多数肯定是。好，我相信然后就形成了一段关系。在某个时间，Don 和 Carla，对不对？

Jim：是的。Carla 和她的男朋友有过风云际会——他那时候是通灵小组的成员之一——他们还结过婚，因为他们有机会为一个叫“Peter,Paul and Mary”的刚刚成立的歌唱组合做开场演唱。她的男朋友 Jim D 说了，“如果我们要一同旅行，我们得结婚。”于是他们就结了婚，这段婚姻维持了 4 年，直到他决定不想再维系这段婚姻。那是 1968 年，Carla 那时从他们所在的英属哥伦比亚的温哥华搬了回来，又回到 Don 身边，开始冥想，结果在 1968 年 11 月开始了爱/光研究中心。中间缺失的那四年是她和 Jim D 在一起的时间。

KM：哦。现在说说 Don 吧，显然他是位博士[1]。他对 UFO 学感兴趣，你会这样说吗？

[1]原注：虽然从技术而言 Don 是博士，但这并不是来自经认可的院校。据 Carla 所说，他有个文凭，这样一来每当人们称呼他是博士的时候他就不用纠正他们了。Don 的硕士学位是工科和机械工学，他曾在加速科学学院教授物理学。

Jim：1948 年 Don 还在读高中一年级的时候，师从 Tom Mantell 机长学习驾驶飞机。Mantell 机长有一天在空中执行飞行任务的时候，肯塔基州 Mayfield 上空出现了不明飞行物。他当时驾驶的是二战的 B51 型战斗机。位于 Godman Field Fort Knox 的控制台要求他去查看一下这个不明飞行物。他去了。他上升到 20,000 英尺高空，他的飞机不允许他这么做，因为没有氧气，结果他的飞机螺旋式下降并坠毁了。他在 1948 年因追踪不明飞行物而丧生。这使得 Don 对 UFO 产生兴趣，他在高中一年级的时候就是因为这个开始的。

KM：绝对是。谢谢你。我相信有个——让我们把你带入这个故事吧——我们现在得跳跃一小段。好吧，实际上，在我们跳之前，简单说说，除了 Ra 之外，Carla 还通灵过别的实体吗？有没有其他什么群体通过她(传递信息)？

Jim：噢，对。1974 年她刚开始的那时候，她接收的都是些基础的、介绍性的信息。Hatonn 是第一个通过她传递信息的星际邦联(Confederation)成员，提供了很多初级的信息，最初的思想是，我们皆属合一，造物者创造了我们一切。通灵 Hatonn 几年之后，Latwii——一个第五密度的实体——也被联络上了，提供了一些中级信息。所以，在通灵了几年、接收初级和中级材料之后，她很意外地开始通灵 Ra，那个时候她正在为另外一个学生示范如何通灵。她进入了出神(trance)状态，我们也搞不清她究竟是如何做到出体的，她就开始通灵 Ra，Ra 提供的是高级信息。

KM：的确。她做出神式通灵，这个不是她能教会别人做到的事情，您知道我

说的意思，对吧？就像您所说的，她实际上不明白她是如何清空身体然后让 Ra 进来的，这就是她的一个天赋。

Jim：明显是这样。她对自己如何能够做到这一点完全没概念。在连接 Ra 之前，她的确有过一次出神体验。那时，通灵小组的一名成员的太太去世，她曾对她丈夫说："到了那边，我会让你知道我是否安好。"所以，她去世以后，她的丈夫就问 Carla："您能不能试着联络一下 Elaine？这样我也能够知道她是否一切安好。"于是，Carla 第一次进入出神状态。后来她为 Tom 又做了一次出神，但这对她来说挺累的。她就说："我不想再做这个了。"然而很明显，这两次出神式集会是她联络上 Ra 的必要准备。

KM：是，是。

Jim：很明显，进入出神状态的能力，如你所说，是一项天赋，她完全没有做任何事去学习它，我们也从来不了解她是如何做到的。

KM：是啊，肯定不了解。这独一无二，对不对，你是不是这么想——因为 Don 对 UFO 感兴趣，从某种意义上说，这对她的影响导致了她与跨维度的外星实体进行通灵。如果 Don 对别的五花八门的群体感兴趣，也许她会通灵别的五花八门的群体，还是你认为她的灵魂谱系与她所通灵的存有存在关联？

Jim：嗯，似乎 Don 和 Carla，加上后来加入的我，是注定要来到这里的一个团体的一部分。

KM：哦，这个概念是……

Jim：你们所谓的"使命"。只要是 Don 感兴趣的东西，我的直觉是 Carla 也会感兴趣，因为那时候和 Don 在一起，这很重要。在我加入他们之前，他们在一起研究超自然现象、UFO、特别是通灵，已经有 12 年了。

KM：嗯，好吧。因为 Don 的一本书，《**UFO 解密**》(*The Secrets of The UFO*)……是叫《UFO 解密》吧？
Jim：对的。

KM：好。接着往前——我们要跳过几段——再往前，你最后与 Carla 产生爱情。这有很多原因，我相信，Don 实际上是想要禁欲的，对吧？
Jim：他一生基本上都是禁欲的，他对地球上存在的很多传统关系并不太感兴趣。他认为地球是一个奇怪的地方，他不喜欢世俗规矩，普通的两性关系不是他要做的东西。这就是让 Carla 和我容易走到一起的原因之一，因为这不会妨碍 Carla 和 Don 之间的关系。

KM：是啊，我身上也发生过有意思的事情，我给一个客人做解读，他却不是来做这个的，是和解读无关的事情，他是来告诉我关于一的法则的，他告诉我应该把一的法则加进我正在制作的纪录片里面，这个人名字叫 Ken。这让我大吃一惊，他花钱约我的时间，我给他做解读，但实际上他是来告诉我把一的法则加进到纪录片是多么重要。所以有时候我们的生命会遭遇这些同步性，不是吗？而且，如果不是他的话，我可能就不会那么做了。我特别特别开心我那么做了，真开心把您加了进来。这太重要了。

所以，噢，对了，您的故事，我相信您是在收听无线电，在听收音机，刚巧听到了有关一的法则的某个对话，电台有个访谈节目还是什么的，这激发了您对这个材料的兴趣？您是这样与 L/L 建立联系的吗？
Jim：是这样子的。我在 1974 年搬到肯塔基州的森林里住。那个时候，我属于“回归土地运动”的一份子。老嬉皮士们决心自力更生，自己种食物，自己带

孩子，自己办学校，等等等等。但是，我是自己一个人，我在肯塔基州中部的树林里有一块地，但是我没有电力供应，我那儿没有电网，但我有个电池驱动的小收音机，有一天晚上我在听，大约是 1978 年 5 月 30 日，一家当地的电台正在播送对 Don 和 Carla 的访谈，访谈的主题是 UFO。

我收听了那个节目，他们讨论的并不是飞碟的构造或者有多少次目击事件，而是讨论哲学，讨论那些来自 UFO 上假设是外星实体们所带来的信息。于是，我决心试着去会一会他们，这大约花了八个月左右时间。我终于了解到，我所居住的那个县的对面——我们有个食品采购合作社——住着一些认识 Don 和 Carla 的人。有一天晚上，我们在聊 UFO 之类的，我提到听到过那次访谈。他们说："噢，我们认识 Don 和 Carla，我们可以给你做个介绍。"于是，他们把我带去路易斯维尔，第二年，我就开始参加每星期天举行的冥想。

KM：哇！好吧。从某种意义上说接下来就是历史了。你和 Carla 堕入爱河，接着就成就了这份资料。到了现在，我相信 Carla 已经在去年过世了吧？
Jim：两年前，四月份。

KM：两年前，四月份，对。您有没有能够联络到 Carla？您怎么看？
Jim：我有一些有意思的冥想，我相信与 Carla 是有过连接的。我有一位朋友也能够和去了那边的人沟通，我通过这种方法间接地收到了 Carla 的一些讯息。所以，发生了一些同步的事情——如果你加以留意的话，这样的事情经常发生。

KM：绝对的，只要你加以留意，总会发现这样的事。只要你加以留意，总会

发现这样的事，我确信她现在就和您在一起呢，只要您想要她和您在一起，她也很可能想和您在一起，她就肯定在。我知道她非常爱您。所以——如果有人是第一次听到这个，也许是他们第一次听到关于通灵的访谈，那么根据您的理解，异能人士(psychic)和通灵管道(channeler)有什么区别？

Jim：嗯，异能人士可以完成各种我们说的“超自然”或者魔法现象，而通灵管道的专长是通灵。有的异能人士可以看到，比方说，灵光；有的异能人士无需语言交流就能感觉到感官印象；有的擅长疗愈之类的事情。而通灵管道的专长则是从地球层面已经过世的人、外星实体、内在层面指导灵那里接收讯息。基本而言，通灵管道更加专注。

KM：是啊，绝对的。与您的高我通灵，和与您所说的像 Ra 这样的一个由意识存有所组成的群体通灵，您觉得这两者有什么区别？

Jim：嗯，我想人们通常通过通灵能够联络到的是内在层面的已经过世了的实体，或者外星实体之类的，而不是联络到高我。高我提供的讯息非常全面，非常深刻，但也非常稀有。有的时候，我们从梦境里得到来自我们的高我的暗示或信息；有的时候，通过冥想获得，但通常真理寻求者需要有非常强烈的愿望才能联络到高我获得讯息。这是非常罕见的。

KM：是啊，在超自然和通灵这个斑驳芜杂的圈子，很多人对这个有着他们自己的想法。有的人会说，人们在通灵的时候，他们接收的东西都是来自高我，但他们不认为自己有能力去做这件事，他们对自己的爱不足以让他们说“这是我的高我在借着我说话”，因为他们在抗拒这个，但是，来到我的节目的人这么说——也正是他们让我思考——“好吧，如果人们认为他们通过通灵收到了讯息，那你应该尊重他们。”但是，每个人都有自己的观点，不是吗？

Jim：噢，当然是的。自由意志至上。我们没有十足的把握，只是我们有了倾

向，开始掌握实相本质。我们需要发动我们的意志和我们的信念前行，真正走上灵性寻求者的道途。

KM：是啊。再说起 Carla，每次当她通灵的时候，从某种意义上，她都会以耶稣基督的名义质询对方是否属于正面实体，对吧？

Jim：对的。在她通灵的 37 年的光阴里，她做了很多关于通灵的原创性研究，她发现的事情之一就是：通灵并不困难；困难之处在于通得好不好，因为有许许多多的实体都想来沟通，但你并不想与他们中的任何一个都沟通。所以，你需要有一些方法来甄别，所以你需要搞清楚你的精神之旅的核心是什么——你为何而生，什么可以令你愿意把生死抛诸脑后，如果有必要的话。因此，你就以那样的理念或者名义进行质询，对于她来讲，就是以耶稣基督的名义质询。她对耶稣比较熟悉，两岁的时候就在她的魔法花园里面遇见耶稣，所以她从相当年幼的时候就成为了耶稣的门徒。不管什么实体希望借助 Carla 这个通灵管道说话，她就会说："你是否以耶稣基督的名义而来？"她会讲三遍，在精神层面是不可以撒谎的，因为当你说"你是否以耶稣基督的名义而来"的时候，耶稣在形而上或者精神层面与你同在，实体是不能撒谎的。

KM：您会不会认为她的基督信仰和她通灵的资料之间存在任何冲突？

Jim：在她的头脑里和内心里面，没有任何冲突。她是新教圣公会、也就是英国国教教会的成员，英国国教观念开阔，能够欢迎那些不严格遵循基督教传统的事物，她对此心存感激。换而言之，她是个神秘教徒。她不拘于教条，她注重的是基督教、或者宗教总体的更为旦夕即逝的和灵性的层面。

所以，对她来说这毫无困难。她谈起自己所做的事情都是开诚布公的。她会

把她的通灵资料带去给她所在教区主事的主教和神父们看，并问他们，“这些对您来说可以吗？这些听来是不是您会支持的东西？”不管对男人对女人，他们都会说：“这个听起来相当正面，你再接再厉，继续把讯息拿来给我们看看。”她完全获得了支持。

KM:我从录像上看到过 Carla，我们也会选用网上的一些脚本，把 Carla 也加进纪录片里面来。我所看到的 Carla 是一个非常快乐和有爱的人，对不对？
Jim：她的确是这样的。我猜这是 Carla 的商标。不管关节炎还是其他各种病症给她带来多大的痛苦，她都保持着快乐的心境，因为她为自己能够活在当下而高兴，而且竭尽所能去服务他人。

KM：接近人生终点时，她因为背痛而变得虚弱，她认为这是她灵魂契约的一部分，对不对？
Jim：噢，肯定是。她在投生之前就选择了关节炎所带来的种种限制，因为这帮助她专注于她内心的旅程。她天性活泼，热爱在大千世界走一走、啥事都去做一做。但是，她希望聚焦在内心旅程、冥想、祈祷、沉思和通灵，关节炎给了她这样的机会，因为它给她带来的局限令她无法去做那些会让她偏离内心旅程的其他事情。

KM：是啊，绝对是。谢谢您。关于通灵资料，除了 Ra 资料之外，你们有没有被其他的什么通灵资料所吸引，或者说，很明显我知道 Ra 资料是主要资料，有没有其他的材料，你们会对自己说：“这个东西真是不错”？
Jim：嗯，我们有几个比较喜欢的，我认为有很多好的讯息，但有一些是比较成熟和传统的——把“成熟”和“传统”用于通灵管道，我猜这有点讽刺，在 Jane Roberts 和赛斯资料(Seth Material)的那个时代，我们一直认为赛斯是份好资

料。Paul Solomon 的通灵来源于他自己声称的“源头”，那可能是造物者的另外一部分。我认为那是好资料，后来我去了俄勒冈州与 Paul Shockley 一起工作，他与宇宙觉知通灵，通灵来源于地球的阿卡西记录(Akashic Records)。我们认为那也是不错的资料。

所以说呢，有很多好的讯息。但是，Carla 一直不愿评判其他通灵管道的工作，因为不管任何通灵管道，总会有人获益，所以她觉得这是每个人自己要做的选择。

KM：Jim，你刚说的这点真是太棒了。我总是说，人们对和自己水平相对应的通灵材料会产生共鸣，不是吗？这里面没有错也没有对。那太完美了。几乎像他们处在同一个灵魂水平，同样的灵魂团体会被同样灵魂水平的通灵管道所吸引。我在胡说八道，语无伦次，我是想试图用人类的表达来描述这个东西。是的，非常感谢您。好的，您那儿还保留着所有的原始录音带，所有的原始录音带和其他的东西，对吧？

Jim：是的，所有的原始材料。这些材料被转录成 MP3 格式文件，我们把它们都放在了网上。人们想听的话都可以听得到。这种传讯比较有趣，因为如果你熟悉大多数通灵的话，那些通灵通常是按照谈话的速度进行的。然而，与 Ra 的接触非同寻常，因为每个字都是——慢——慢——地——清——晰——地——给——出——你——无——法——知——道——哪——儿——是——句——子——的——结——束——或——开——始。我一直搞不懂 Don 当时是如何听懂的。*

*编注：现场录音试听：视频：Ra 接触 #1 - 现场原始录音(英文)。

http://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzI5NjE2NDU4MQ==&mid=2655624041&idx=2&sn=510667bfa1b9497dcbbffb34ae94fd1e&chksm=f7f5b6e3c0823ff595

938af78081890af0ea4e5878f59ab471d0e25fa9d78987d1e857cf3ae1&scene=21#wechat_redirect

KM：所以，当您把它转录成文字的时候就必须加上标点符号？

Jim：哦，是啊。加标点很不容易，因为 Ra 倾向于使用嵌套几个分句的复句。有时候句子很长，他们像使用方程式一样使用语言。我们没见过像 Ra 那样精确的资料。他们对于任何想要表达的概念似乎都能够选择准确的词汇。

KM：哇塞哇塞。好吧。你的网站现在也一样，网站是什么来着？

Jim：www.llresearch.org。我们所有的资料都可以免费下载。

KM：所有资料都是免费的，所以爱/光研究中心是有资金支持的，对不对？

Jim：我们卖书——网上下载是免费的——我们确实卖书，此外多年来一直有很多热心人士慷慨给我们捐款。我们每年 11 月份都会对获得我们书籍的读者们开展募捐。这些人特别慷慨，会给我们捐款的，是这些获得我们资料的读者们的爱心才令我们一直运转下去。

KM：很美妙。现在，爱/光研究中心的主要构想是什么？是不是做回 60 年代最初做的事情？

Jim：我们一直坚持通灵。我和另外一个同伴分担着管道通灵的差使。Carla 说我们两个是她最好的学生，所以我们竭尽所能地继续通灵。现在我们已经通灵两季了。我们每年九月的第一个周末的劳动节周末举行一年一度的回家聚会，我们邀请对一的法则感兴趣的人来这里度周末。这有点不寻常，我们自己并不准备任何活动。来到这里的人们有机会花上半个小时与他人分享他们自己愿意分享的灵性旅程，所以那里有很多人分享爱和光。我们有传授通

灵的加强式工作坊——我们试图教会人们如何通灵。我们准备出版几本书，这些书是 Carla 多年来的工作成果。她给我们留下了大量尚未发表的遗留资料，所以我们正在处理这些资料。我们还是像以前一样忙，如果不是更忙的话。

KM：我觉得你们做得很好，非常非常好。好了，现在我们不打算在这里无所不谈，因为我们受到时间的人为因素的限制，但对那些第一次听到这些的人来说，如果有人说，“嗯，我们在给 Ra 传讯”，这是不是真的像 Ra 在什么地方坐在椅子上等着从 Carla 打来电话，从某种意义上说。你们是通灵 Ra 的一个方面吗？那么，Ra 有物理形体吗？如果他有物质形体，您觉得你们是在通灵他的意识的一个方面吗？

Jim：嗯，这是一个有趣的问题。我不知道会发生什么事。Ra 在 11,000 年前曾来到地球以人身的形象在埃及示现，当时他们发现他们所传达的讯息被埃及人严重误解了，所以以人身的形象去到那里或许不像个好主意。所以，从那时开始，他们就一直在寻求方法来矫正埃及人与他们面对面时对一的法则产生的一些误解。

我想他们看到了机会，与我们的小组以心电感应的方式进行联络对传递信息更为有效，因为当他们以人身的形态出现很容易导致讯息被误解，当他们用心电感应的形式进行交流，他们说，为了维护我们的自由意志，他们会回答问题，但他们不会给我们即 Brad Steiger 所谓的“宇宙式小布道”，因为那会有侵犯自由意志的可能，因为那不是在回答问题。因此，他们感觉心电感应接触和一问一答的形式是传递信息的最好方式。

KM：我们现在不知道的是，她究竟是与 Ra 的某个方面联络，还是这是个有

形的联络？您知道，如果您现在想与我通灵，我会不会就坐在这里等着您来与我通灵，您知道我的意思吗？或者您是在传导我的意识的一个方面，因为一切都是相连的。我想我们不能回答所有这些问题，但它很有趣，不是吗，看看我们正在探索的更大的实相到底是什么？我想，从某种意义上说，这有关系吗？因为接收的都是伟大的信息。

Jim：嗯，这里有几点。Ra 是他们所说的“社会记忆复合体”的一员，如果我们地球人共享我们累世投生的记忆的话，地球上所有人也会成为一个社会记忆复合体。Ra 的社会记忆复合体包含 650 万个实体。我们与其中一部分交谈，但这也等同与他们全体进行交谈，所以说这是一个巨大的信息库。

但是，他们属于一个窄波段接触，这意味着他们想谈论的灵性问题，现在讨论和 10,000 年后讨论都是一样的。他们不想谈论那些昨是今非的问题。因此，他们要求我们问一些非常灵性导向的问题，而不是试图询问诸如“谁将赢得肯塔基马赛？”“您觉得这个通灵管道怎么样？”或者“下个星期我应该怎么处理与某某的关系？”之类的问题。过眼云烟的信息并不总是值得一提的。

KM：好吧，那么，即使是基于我对他们是谁的理解，如果我要出去说，也许是我的理解，我们生活的现实中，有着无数个版本的我们，一个灵魂分裂成两个无限版本，无限多的平行次元，可能有着不同的潜在体验，不是吗？所以，宇宙未必就只有一个，当宇宙是无限的时候，但也有其他无穷多的次元。因此，可以联络到很多高层次的群体，Ra 无疑也是其中的一个好群体，但是这假设将有助于人们理解我们如何与这些平行次元连接，或者不管它是什么的。我不想跑偏了，我就是想说，因为 Ra 说过，我相信他说过，这个宇宙可能是个全息宇宙。

Jim：好。

KM：不管那是什么意思，我们就是个全息影像，我们就是造物者的一个方面，我们代表造物者来体验、来认知造物者自己。
Jim：对的。他们说宇宙的任何一部分都包含造物者的全部，这是个悖论，因为你会想到宇宙的一小部分就只是造物者的一小部分，但实际上造物者无处不在，而且无时无刻完整地安住在我们所有人里面。

KM：是啊，有时候我会有这样的疯狂想法："造物者再往上是什么？造物者自己有个造物者吗？为什么到那儿就打住了呢？"这些问题对我们的当下有帮助吗？嗯，可能没有，但就像赛斯资料里说的，存在着其他的实相架构，而不是只有我们认为的东西或者我们被告知存在的东西，我觉得了解这些东西挺好。我想知道 Ra 通不通灵，或者说 Ra 是不是与比它更高的存有们进行通灵，而不是只是往下与我们通灵，我想知道是否存在 Ra 需要通灵的实体把资料提供给它、或者她、或者这个群体呢。
Jim：哦，他们说过他们与自己的老师们保持联络。Ra 处于第六密度，他们有处于第七密度的老师，所以他们可能同样也做通灵。

KM：好吧。让我们谈谈资料的一些教诲吧——在这之前，实际上，Don——我们聊过他们希望聚焦在非常灵性的问题上，你们一共举行了 106 场集会，对吧？
Jim：是的。

KM：当你们举行这些集会的时候，你们全部必须在一起。如果 Carla 自己去做——对她是极大损耗，对吧？
Jim：是啊。每次她都会瘦掉 2 至 3 磅，所以她必须得吃很多额外的食物来将

她的体重维持在 85 至 90 磅。

KM：再说一次，做这个事情你们三个必须要在一起的，对吧？
Jim：是的。这不仅对联络上 Ra 至关重要，这也是对 Carla 的保护，因为有负面实体想阻挠这样的联络，而且整个 106 场都试过这么做，所以我们三个有必要在一起，为了保护 Carla，也为了能够联络上 Ra。

KM：您知道，这很可笑，是吧，这些负面实体。但我想您是对的。我记得我开始通灵的那会儿，来了个东西，那个东西进来了，说："那儿有负面实体。"那可是我在主导啊，"这都是垃圾，我都通了些什么垃圾啊？"

但是，我越想越觉得，"可能有哦。"有的时候我们听到我们并不想听、我们还没准备好的东西，是啊，我想可能还真有。聊回通灵资料，我相信 Don 也问了关于是否有外星实体向当时的一些政府交换技术，以及是不是有海底基地？
Jim：哦，对的，那是**第八场集会**。对 Don 来说脑洞大开。他觉得难以置信。他不敢相信，美国政府和苏联政府从星际邦联或者外星人那里获得了带来原子弹的技术信息；我们在月球上有基地，在海底有基地，在空中有基地，它们旨在潜在的战争；我们有些技术不能公之于众，因为我们想在自己这边保留一份惊奇。所以，对 Don 是个冲击，文化冲击。如果你读过资料或听过录音，你就会清楚他是多么吃惊。

KM：嗯，是的。这令人脑子转不过来弯，对不对。您明白我的意思吧？
Jim：是的。

KM：那时候您也在场，跟您说话也真的不可思议。总有人谈论秘密太空计划，但我觉得那些关于秘密太空计划的座谈会里面有很多虚假信息，很多虚假信息故意和点点滴滴的真实信息掺杂在一起。所以我觉得这是个雷区，不得不对这一切加以甄别——到底哪些感觉是对头的？我认为 Ra 会这么说，即便是 Ra 说的话，如果感觉对头，那就予以采信，如果听起来不对头，就不加采信。

Jim：对的。作为一名真理寻求者，你得做出自己的选择。每一步都得这么做。像这样的信息——我以前对阴谋论之类的非常感兴趣，我最后下了决心，“那可能是真的，但是对我的精神之旅没有帮助，我为什么不把精力集中在那些对我的精神旅程有帮助的东西上呢？对于 Ra 所说的‘地球游戏'，就由它去吧。”

KM：正是。阴谋论这些东西是没有答案的，但是阴谋论始终有其市场。您看看这些关于阴谋论的座谈会，人们对这些趋之若鹜，因为大多数人就是这个样子——沉陷在业力之轮里面庸人自扰。我们待会儿会谈到那个。我完全同意您。

于是，接收到的那些灵性教诲，我觉得如果我们能够的话，在这儿提一下其中一些教诲还是很重要的。很明显，这个很了不得，一的法则，万物合一，施之于人即施之于己。宗旨是这个吧？

Jim：对，这是个大宗旨。如果我们能够明了这个教诲，我们的世界将比现在要团结得多，和谐得多，也友爱得多。但是让人们去想象一下万物合一真是太难了，因为我们看起来彼此之间何等疏离。我们分布在各个角落，彼此看起来如此不同。但造物者就是这么表达自己的——Ra 说过，“**无限造物者的特征就是多样性**。”所以，造物者创造了多种多样的人，多种多样的观点，等

等，我们最终殊途同归，到达合一。那是必然的。我们怎样及何时到达合一，那才是问题。

KM：是啊，正面之路和负面之路。

Jim：是的。负面实体们也属于造物者。当人们终于认识到，存在着负面实体，这些负面实体希望服务自身，而不是服务他人，这时候人们就会说："哎呀，他们怎么会是造物者的一部分呢？"但是，造物者允许任何一个真理寻求者表达完全的自由意志，达致造物者的路径有两条——服务他人的正面之路，以及服务自我的负面之路。

到了某一个点，负面的路径就到了尽头。在第六密度，所有的实体，无论正面的还是负面的实体，必须视任何一个其他实体为造物者，而不是仅限于自身。负面实体在那个点上，必须丢弃其负面极性而变得正面。

KM：如果我们被允许来来回回坐滑梯，我们滑下去以后根据自由意志再回上来："我来当受害者，你来当加害者。"像这样子，对不对？在我们生命的多面性里，不仅仅是这些，而是所有我们要经历的事情——选择家庭和其他的一切，对吧？所以我们可以自由地，倏的一声滑下去，再回到地球，是吧？那些灵魂契约——当我们回来时，我们和别人所选择的灵魂契约——从某种意义上说这些对于总体、对于源头、对于我们自己都很有价值，对不对？

但是，源头为什么选择自我觉醒并废除这些灵魂契约，如果这些契约是特别值得的呢，然而我们从某种意义上裹足不前，不能够扬升——我所说的扬升的意思是说我们醒来发现我们是具有人身体验的灵魂，发现我们不需要像现在这样以最艰难的方式行事。所以，这难道不是两难吗？

Jim：嗯，是啊。Carla 总是说，当你陷入两难的局面的时候，你知道你已经进入了真正的灵性沃土，因为很多灵性的过往都是两难的。对于我们所面对的需要学习的课程，我们需要多少时间就有多少时间。有时候我们学得比别人快，有时候在中阴期间我们不得不为下一次投生做好计划，以争取学习到之前错过的内容。

然而，整个想法是原谅可以止息业力之轮。最终，我们能够做到原谅。每个人都可以做到。像我说的，有时候花的时间长一些，有时候花的时间短一些，我们的学习像学习任何东西一样，不管你学习的是什么，有时候你学得很快，可能是你对于某些学习有窍门，有时候花的时间长一些，但最终，我们都会到达那儿。我们确实是在学习我们所需要学习的东西，这让我们进步，我们都在进步。

KM：但是，好吧，从现在开始，比方说 750 年，正如 Ra 所说，我们地球人都觉醒了，大多数人都觉醒了。我们几乎都照着一个谱子同唱一首歌，我们是拥有人身体验的一个灵魂。我们还是选择了这个人身体验，所以重要的是不要在灵性里过度迷失，你就该在这里，我们各个都是来自合一，战争呀，政府呀，一切其他东西啥的，现在的这些东西都会在某种意义上消失，对不对？

然而，你认为灵魂真正需要的是这个吗？大多数人真的想要这个吗？因为大多数人对这样的信息基本是封闭的，或者他们用是非评判，被根深蒂固的宗教信仰以另一种方式封闭了起来，至少是自己把自己封闭了起来。所以，你认为灵魂渴望觉醒吗——这真的是灵魂想要的吗？

Jim：我的确相信每个灵魂都想要觉醒，但当我们转世投生——好吧，举例来

说，Ra 说过地球上的很多灵魂曾在其他行星上经历过第三密度却没能够毕业，所以他们来到地球，再次做出努力。有时候需要时间。没有别的说法。有一点曾被提到，当你成功完成课程的学习，你就造出了一个成功的势能。当你遭遇我们所谓的失败、或者没能够有效地学习，这些也会形成一个越来越难的势能，直到你在人身里面实现一个突破性的觉醒，认识到自己该做什么。像我说的，有时候人们需要不只一次的第三密度周期来进行学习。

KM：绝对。但是从濒死体验和各种其他表现方法来看，很明显，如果你越过(罩纱)回到那个家园、天堂或者你自己喜欢怎么称呼就怎么称呼的地方，你就算是觉醒了。如果你在那个时点已经觉醒了，那你又为什么要回来给自己施以勿忘我的诅咒呢？我猜灵魂肯定特别需要通过自我遗忘的方式来成长以了解自己。

Jim：但我们在灵界、天国、或者不管你叫它是什么的地方，我们看到的是造物的合一。我们在在处处都可以见到爱与光，对每个人来说体验合一不是难事。但如果我们来到第三密度，在这里遗忘的罩纱将我们的意识和潜意识隔离开来，我们统统忘掉了合一，忘掉了爱，也忘掉了光，我们只是给了自己一个倾向。我们具有的倾向，导引我们往某个方向前进，但愿那个倾向能够带领我们去到我们想去的地方。

倘能如此，这有助于我们在这个幻象里更为有效地极化自己的意识——在这里实现极化对我们的整体存有意义非凡。这样一来，我们作为灵魂实现了进步。当我们在天界之时，实现合一并非难事。我们想要进步，而且，吊诡的是，进步只能在这个幻象里面发生，在这个幻象里面我们似乎并不是造物者。我们并不时时刻刻都有爱和光，时时刻刻那就是[听不清]。我们在这里实现的极化，其对我们的整体存有的意义，远远胜过我们在灵界的恒定状态所

达致的东西，所以说这里也没什么把戏。

KM：好吧，我猜当我们越过的时候，灵魂非常有可能还有着无穷无尽的进化，不仅仅是七层或十层，可能越过这个实相之后，灵魂所面对的是无限，让灵魂朝向其越过家园之后才能够想象的东西继续演进，这是可能的，对吧？

Jim：是。我们在这个第三密度的幻象里面能够学习如何去做，但我们在这里不会像在灵界看到实相。我们在幻象里面所做的事情对我们在灵界有帮助。

KM：是啊，于是您说——跟那些沉睡中的大众相比，您为什么认为您已经觉醒了呢。

Jim：[笑]我真的不知道。我认为很多人都是从别的地方、别的密度来到这里的。Ra 提到了流浪者的概念，流浪者们来自较高密度，他们渴望去服务。他们成长的方式就是回到像地球这样的行星，再度经历遗忘，通过来这里、通过带来天赋与他人分享这些事情来力所能及地服务他人。而且，我认为有些人具有流浪者的特质，我猜你会说他们是精神上的漂泊者。他们从一个世界来到另一个世界来提供帮助，由于他们之前曾经历过、忆起过，对他们来说想起来稍微容易一些。

KM：是啊，是啊。您会独自思忖："好吧，如果这是个幻象，这是谁的梦，什么人的什么幻象，从某种意义，这是不是已经觉醒了的人的幻象？"实际上幻象是对于那些尚未觉醒的，他们实际上比您想的更是一个幻象。我实际上不知道我想说什么，它就像，这是啥？这是不是我们所不能(理解)的东西，这实际上比我们所理解的要多得多。

Jim：噢，是的。这是个幻象，但这个幻象是有目的的，这就是帮助我们觉

醒。幻象，就是我们是分离的，我们之间没有爱和合一的连接。当我们发现我们之间有这样的连接，我们会发现在幻象里面它对我们的整体存有意义非凡。

KM：在不久的将来，如果出现通灵资料，里面提到比过往通灵资料所提到的更为高级的框架，只因我们目前还没准备好接受这样的框架，您会觉得惊讶、意外乃至难过吗？

Jim：嗯，我们听说过很多不同的来源谈论地球现在正在经历的变化，振动频率慢慢却确定无疑地提高。Ra 说过这在第二次世界大战之前就开始了。它是个肇始——光子的振动水平提高，我们从黄色光芒的密度向绿色光芒、心轮的第四密度过渡，这一直在进行，而且会继续进行，希望最终我们地球上的所有人将注意力和成长愿望导向一个方向，那就是服务他人。

KM：是啊，因为有时候很多接收的资料是相同的，只不过以不同的、更为优雅的方式说出来而已，这样不同的人以各自不同的方式听到需要听到的东西，这有助于他们觉醒，所以同样的资料以不同形式被接收也没啥错，因为我们不能够用一种单一的方式传递给所有人，对不对？我就是想搞明白会不会有更高的振动频率——比我们现在所能够考虑到的更多的框架——将来会不会在通灵资料里出现，让我们再次叹为观止，但是，像 Ra 资料这样的资料一直是永恒的，因为这些资料没有时间性，因为在这个水平的灵魂总会需要这样的资料，我一直说 Ra 资料是高水平的东西。

好吧，多么有趣的对话呀，Jim。好吧，期待基督再临的人们该怎样？Ra 有没有提到过基督再来，不是以人身的形式而是以一种意识转换的方式，Ra 提到过基督再临吗？

Jim：嗯，Don 问过一次，回答是，那个我们称之为耶稣基督的存有，会不时地借助不同的器皿或管道说话，然而其他与耶稣同类或同频率的存有们确实会回来，为迈向爱和理解的第四密度的所谓的“毕业”、“收割”或者“扬升”提供帮助。所以说，基督意识肯定会回来。耶稣自己将很可能是通灵资料的来源。我相信有很多实体说他们与耶稣通灵。

KM：是的。确实，现在有很多人与耶稣通灵。关于 Ra 的通灵，很明显 Ra——Ra 是否曾经投胎人身，您知道吗？

Jim：生活在金星上的时候，他们曾经有过人类的生命。他们曾经的第三密度与我们的第三密度相对应，但他们说他们的环境和文化要和谐得多——他们对哲学问题的兴趣远远大于对财务的、私利的或者战争之类的事情感兴趣。然而，他们经历过我们正在经历的同样的事情。他们只是在课程学习方面稍微更有效率。

KM：好吧。他有没有提到过大揭露(Disclosure)，我们的觉知是否到了合适的水平来迎接大揭露呢？

Jim：哦，大揭露，我相信你说的将会是个人的事情，或者小团体的事情。是否会有大规模的揭露呢，我还真不知道，但我认为目前在个人和小团体中间正在出现着种类繁多的揭露，这已经有一段时间了。

KM：是的。您在这次采访里的应对方式让我特别高兴，因为您并没有——有一些热衷于一的法则的人会说其他的通灵资料完全赶不上、没有它这么好，或者说一的法则是独一无二的好东西，而您，作为当年做转录的当事人，却说不同的资料都各有其用，各有各的好，从某种意义上说，适合与其频率相谐的人，我非常欣赏您应对和讨论的方式，我确实欣赏。我要为您这样做而

致以爱意，因为有很多人都在做通灵，他们奉献生命，就是为了助人。

将生命奉献给助人，让我们再说一次，根据 Ra 的教诲，如果有一个人说："好吧，我不会首先考虑别人的利益，对你这么说吧，我率先考虑自己的利益。通过率先考虑我自己的利益，我感觉我是在率先考虑别人的利益，因为如果我不能够率先考虑我自己的利益的话，我又如何能够率先考虑别人的利益呢？"相比之下，另外一个人会说："嗯，我认为我应该率先考虑别人的利益，我实际上是在率先考虑自己的利益。"

Jim：是啊，嗯，我们又回到了两难。你确实要学会如何爱自己。除非你对自己能够感觉到爱，否则的话去爱别人并不是一件易事，我是同意这一点的。但是，你如何表达对别人和对自己的爱，我觉得这一点很重要。

这发生在日常生活中。或许你在街上遇到什么人，他们没钱，他们在乞讨，可能你会给他们一块两块的。你有个三明治，要和一个什么人分享，你把三明治分作一人一半——那你拿较大的那块还是较小的那块？在食品杂货店里面，有人在你前面试图插队，你是否会拦住他们不给他们插进来，还是你会说："没问题，来吧，"然后和他们聊一聊、交个朋友？有各种各样的待人接物的方法显示你是否真的在服务他人。作为一个服务他人的人，你如果能够爱自己，这对你更好。这是每个人要走的路，这是需要花时间才学会的一项课程。我就花了不少时间。

KM：嗯，您做得很棒啊。我想，别担心。再为我个人回到大揭露这件事情上，如果有个外星人，某些存有们，要进行大规模接触，我想大多数人会把他们奉为神明，他们的能力就被褫夺了。我不觉得像那样的任何灵性进化的存有会故意这么来，为了避免发生这样的事情，因为他们希望你拥有能力，

而不是放弃能力。

Jim：对，对。事实上存在着由灵性存有们组成的委员会，其目的在于确保频率较高的实体们一直有均等的机会与有需要的地球人接触，可能是通过梦境或者灵感等等方式，但绝不是以一种你能够证明给别人看的方式，因为那样一来就会褫夺你自由选择的能力。所以呀，最终还是你如何思考你的旅程，你如何思考你到手的讯息。所有信息都有其价值，适合于特定人群。

KM：是的。你认为有没有别的人——您认为 Ra 有没有借助其他人传递过讯息呢？可能不是以 Ra 的名义，而是整个群体借助其他人传递讯息。

Jim：我们希望如此，但据我们所知，尽管有人声称他们相信他们在与 Ra 通灵，我们没有遇到过任何人满足前置条件。这些条件是：群体必须有三个人组成，充当器皿的那个人必须具有出神能力，必须是一问一答的格式。如果有个群体满足了这三个条件，我会说他们联络上了 Ra。

KM：有意思，有意思，有意思。好，好，好，好。Jim，对这次采访您有什么要补充的吗？

Jim：[笑]实际上并没有。我善于回答问题。我不知道我能补充什么。

KM：那好吧，我想说如果进入(你们的)网站，网站里面有所有的集会讯息，这些讯息包含性啊，政治啊，宇宙学啊，多得不得了，但我发现关于性的话题非常有意思，实际上，指的是关于性魔法和其他之类的。有的人会说了："嗯，这个对我们的灵性有什么帮助呢？"嗯，我的想法是如果不这样的话我们作为人类这个物种就不会在这里出现了[笑]。而且，我认为性在有些方面被乱用了，我们对性的理解也有一些偏差。

Jim：哦，肯定的。人们之间长年累月的敌对关系和自身的敌意严重扭曲了人

与人之间的互动的很多方面，这个是其中之一——我们就是搞不明白如何互相分享任何能量，包括性能量。但是，存在着许许多多的能量可供我们做有益的分享，包括性能量交换。这是我们作为人类社会还需要学习的东西。我认为很多人都已经了解了这一点。

KM：我也这么想，我也这么想，说一说像这样的学习和进化吧，我们现在或许处于什么时代，关于这些转变，Ra 是怎么说的？我的意思是，可能这不是我们将要目睹的最大转变——2012 年以来，我们想的是现在。转变现在正在发生着，不是吗？您可以从政治上看得到，从一切都能够看得到。Ra 他或者他们有提到过现在的时代吗？

Jim：他们提到过，在现在这个点上，我们可能全部正在进入绿色光芒，地球本身现在处于绿色光芒之中。但是，地球人口中间存在橙色、黄色和绿色的各种斑驳芜杂，以至于人们会有许多困惑，因为这些困惑会给一些人带来限制，限制他们学到需要学习的东西，但是对于那些需要学习一定课程以变得更加灵性导向的人来说，机会总会出现的，不管地球人的文化存在着多大混淆，追求灵性实相的人总会有办法返回家园。

KM：对于一个已同意沉睡、[就某种意义而言]不打算觉醒的灵魂，这里的状况就是，这个灵魂由于周围的群体(的影响)而拥有着一个人类体验，而通过保持沉睡状态，它也正在影响着周围的人群，对吧？还没有在这次人类体验中觉醒的灵魂，在他们眼中，那些在这次人类体验之中已觉醒的灵魂的人生是怎样的？

Jim：嗯，你看——我认为，就在地球上如何度过自己的人生而言，你有两条路可走。其中之一是灵性觉醒，发现我们日常生活的一切都与我们的灵性旅程有关。另外一种活着的方式就是不知晓灵性旅程，在日常生活中看重获取

更多的金钱、更高的位置、更多的权力、更高的地位。所以，我们看待我们来这里的理由，可以是灵性的理由，也可以是世俗的理由，而只以世俗眼光看待世界的人们最终需要发现世界不止于此，我相信这就是每个人现在开始要觉醒的过程。现在有更多的机会来做出选择，来发现那也是你的现实的一部分。

KM：是啊。所以，从某种意义上说——我要用自己的语言转述您的话，如果说的不对的话，请告诉我好吗？您并未说这从某种意义上会让人生更容易或更快乐，对吧，因为你来到这里，拥有人类体验，这是个训练营，对吧？但这确实让你看见并从不同的角度让事情说得通。它帮助你搞明白。然而，您是否认为，在将来，或许是现在，科学和灵性会合流，成了一回事？
Jim：噢，肯定会。你看看 Don 问的那些问题好了——他可是个科学家。我认为他提供的一些答案将会成为一门新科学的基础。事实上，他假设拉森互反理论(Larsonian Reciprocal Theory)当时是地球上最先进的理论，Ra 同意这样的看法。所以是匹配的，科学和灵性实相混在一起，它们基本上合一了。

KM：绝对的。我们的访谈基本要结束了。谢谢您忍耐我们——我们大大地超时了。说起吸引力法则——因为有的人可能在听，一直听到现在，他们会想，“是啊，但您知道，我需要钱。我需要新房子。如果有的烂人能进入旋涡里搞些钱出来，而我一直是个好人，为啥我就不能呢？为啥我就不能创造我自己的现实呢？”所以，谈起金钱，关于创造自己的现实，这事儿 Ra 怎么说呢。
Jim：嗯，那就是我们做的。我们围绕我们感觉最为重要的概念来创造自己的现实。我们在转世投生前给自己设定了我们希望去往的某些方向，我们在这下面放了某种电荷，这样一来当我们的潜意识见到催化剂出现的时候就可以

对之做灵性解读，而不是做世俗解读，所以我们一直有机会这么做。这不是宿命论，而是通向灵性实现的倾向，催化剂一直存在。每个人都给自己设定了无数机会让自己以不同的视角看待世界。在很多机会中，他们确实会做你刚才假设的那些："嗯，为啥我不能去那儿自己也捞一票呢？"然而，在某个点上，他们会经历某些事情，让他们有机会用完全不同的视角去看待整个情形，然后灵光乍现，他们对事物的看法将变得大大不同。

KM：对。这很有意思。您说到潜意识——在内在生命，你已经选择好某些点，从某种意义上说是让(机会)窗口开启，供你做"是"和"否"的选择。"是，我和你做那笔交易。是，让我们合伙，是或否，让我买到能获奖的彩票，"不管是什么事，得到一份新工作……好吧，因为你有接受或拒绝的自由意志，没有什么事情是强加在你身上的，尽管你已设定好了会进入你生命的具体的点或者窗口。甚至可能你都可以对离开的时机做出选择，你可以选择离开，或者留下。

Jim：这是对的。

KM：还有其他的老师们，像 Esther Hicks，他们是教亚伯拉罕法则的群体，从某种意义上他们传授的是吸引力法则，但是像 Hicks 那样的群体大多数时间讲的是关于改善内在世界，你认为你真的想要的东西有时候并非是你真正想要的，实际上，但是当你真想创造财富的时候，财富实际上来自一个完全不同的空间，因为那样更容易做，因为你由于得到了某些灵性材料而变得更加灵性觉醒。我觉得我有点明白您说的东西了。是啊，您这一辈子都在研究这个，所以您已经搞得很明白了。这份资料怎样改变了您的生活呢？

Jim：嗯，它向我展示了，作为一个有觉知的存有，我比我想的还要自由；基本上我想做什么我都能够去做，将自己的意识和能量加以聚焦是一项了不起

的天赋；你如果想服务他人，就能够服务他人；你多么想学习，你就可以多么自由地学习；生命基本上充满了爱，每个当下都有爱，你去寻找爱，就会发现爱。

KM：当我们越过的时候，我们有时候评判的是与非，只不过是人类的是与非，对吧？它真不是我们曾认为的那回事。所以，你也得原谅自己的过去，对不对？

Jim：哦，当然。自我原谅特别管用。你必须能够原谅自己以及原谅别人。每个人都可以通过原谅而终止业力之轮。

KM：肯定的。好吧，Jim，最后一个问题，您说一下您的工作所传递的最重要的讯息是什么？

Jim：我们实际是合一；我们的一举一动都在影响着地球所有的其他人，所以，如果你有机会对另一个灵魂展示你的善意，那就展示吧，你在帮助所有的人。记住每个当下都有爱，如果你找不到爱，那就注入你的爱。

KM：绝对如此。朋友们，请务必去爱/光研究中心的网站看一看，如果您像我一样发现这些资料特别启迪人心的话，请力所能及地给他们捐款，请支持他们。能把您请来真是太棒了，Jim，我想对您今天能来我们节目道声由衷的感谢。

Jim：我也很荣幸。

KM：今天的节目就结束了。别忘了，您可以在摩尔秀的 youtube 官方频道上收听和观看我们过往的访谈。记住订阅我们的官方 youtube 收看我们每天的新节目。您还可以登录 www.themooreshow.co.uk 网站获取更多信息，记得到

facebook 和 twitter 上为我们最新的消息点赞哦。我们下次再见，祝您安好。

觉醒吧。记住，好好生活，热爱生命。

Translated by Jeff(V) 2018 Reviewed by cT.

英文出处:

https://llresearch.org/interviews/interview_2017_0714.aspx

视频出处:

https://www.youtube.com/watch?v=myQyzG4mWr

☆ 第 0004 章集： 视频丨马脸姐

视频｜马脸姐：外星人与我们都是一家人！？(来自 Ra 的讯息)

https://mp.weixin.qq.com/s/KtC-BVGptOZ5jTV_pH_1iw

来源：马脸姐的 bilibili 频道

https://www.bilibili.com/video/BV1rv41167iW

☆ 第 0005 章集：思维对个人实相的效应

Copyright © 2020 L/L Research

周六冥想 2020 年 2 月 8 日

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，此刻和这个器皿在一起。我们在爱与光中向你们各位致意。我们感谢你们每一位在这个下午邀请我们出席你们的寻求圈。这对我们而言是一种巨大的荣幸，因为这是我们服务他人的方式，从而在我们自己的灵性道途上更进一步地

发展。因此，我们一起走在相同的道途上。**我们会向你们请求一个通常的恩惠，那就是对于我们在回应你们问题时所提供的话语与观念，请用无论什么对你们有意义的方式来使用它们。如果任何话语没有意义，那就毫不犹豫地将它们放在一旁。然后，这就会解放我们如我们所愿地发言，并分享更多今天在我们全体之内闪耀的太一造物者的爱与光**。有一个我们可以用来开始的询问吗？

Lynn：Q'uo，在这次传讯之前，我们的讨论中有一个共同的主题，它是关于一种能量的汇聚，我们全都注意到灵性的能力与力量似乎比以前更为可供利用。你们也许能评论这种能量突然增加的性质？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。第四密度振动的宇宙能量继续以一种可视为波浪的方式[容我们说]涌向你们的星球，几乎仿佛它们就是海滩上的波浪。当特定的波浪冲击海岸时，它会带来一定的机会，那些向这样的机会开放的实体就可以善用这些机会了。

随着波浪对海岸的递增冲击继续着，就有增多的机会把这些能量移动到每一个真理寻求者——我们应该说，有意识的真理寻求者——的内在那些需要更多地被启动与充能的能量中心，于是它们就以一种更为完整与明亮的方式运作了。

这些宇宙(能量)流的波浪，然后，就是一种增强或放大器，放大在每个有意识的真理寻求者之内等待着的潜能，于是当这些波浪击中能量中心之际，就会开始增强在投生前在每个能量中心中已规划好的潜能。这种潜能就是投生前选择要去学习的课程的架构了。

对于很多人，在正在发生什么事情方面，有一种巨大的相似性，因为有非常基本

的课程必须能够在你们第三密度的星球上得利用。橙色光芒的人际关系，即一对一的个人关系，这是从红色光芒向上移动到橙色光芒的智能能量的拓展之开端。当时间对寻求者是合适的时候，并当适当的能量已经在其自己的生命模式中启动的时候，黄色光芒的团体能量，是在队列中下一个要启动的光芒。这个对每个寻求者而言独特的配置，接下来就会被波浪对该实体之意识海岸的冲击所协助。

在第三密度幻象中，也有在绿色光芒能量中心的目标，容我们说，即启动心(轮)，于是无条件之爱与悲悯就得到释放。该实体接下来就是[你们可能称为]可收割的，或者能够成为一个候选者，进入爱与悲悯的第四密度。

这些来自遥远恒星的能量[容我们说]是无所不在的寰宇智能能量的一种综合物，不过在你们称为时间的事物中的某个点，它采取一个方向，于是根据星系螺旋时钟般的表面，就有这些能量对正确位置的发送，它们将协助所有为这类帮助做好准备的真理寻求者。

有些实体没有准备好且不是有意识的寻求者，如果他们不能够防卫自己——不管是有意识或是潜意识地——不能够避免智能能量在其意识海岸上的如此冲击，他们就可能发现在其人生模式中有些困难正在发生。因此，每一个寻求者拥有的这些体验与很多其他寻求者是共同的，而这些体验对每个寻求者又有一种独特风味。因为尽管所有实体都可以学习相同类型的课程，每个实体都是以一种个人的、独特的方式学习课程。因为你们每个人都像是一片雪花，它对于你自己是独特的，与任何其他人都不会是相似的。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：没了，那(答案)是非常全面的。Q'uo，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Kathy：是的，我有一个，Q'uo。它多少有些是追问刚刚的问题，涉及智能能量的波浪流入并接触我们的个体与团体意识。你们能否评论下述问题：这些智能能量的流入将如何提升我们星球的振动以及我们当中那些寻求服务他人的实体；那些寻求成为更好或更高尚的医者、能量工作者，带着帮助他人的精神，他们的能量如何可以因这些智能能量的流入波而增强，以帮助他人？是否有一个点，在其上可以让帮助他人的寻求与更高的能量对齐，接着这样的工作是更可以利用、更加有效用？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。当寻求者为这样的能量准备好的时候，这些智能能量的宇宙性流入会在每一个寻求者的能量中心中找到其焦点。

正在追寻疗愈道途的寻求者已经超越绿色光芒能量中心，已经进入蓝色和靛蓝色的工作——即行家的工作。这类型的工作，接下来就可以用一种更有意识的方式被这些宇宙能量流增强，容我们说。

在一天中找出专门的冥想时段，这经常是好的，在其中你能够退隐到自我的安静状态、更大的自我之中，接着允许宇宙能量流在你自己的能量中心中被感知到。观想那个中心接下来被打开，充分地被清理、洁净，这样当你从绿色移动到蓝色与靛蓝色(光芒)时，你正在创造一条通道，用于接触智能能量，然后是智慧无限，它能够使得太一造物者的疗愈能量以无论什么被选择的方式获得利用。

我们推荐的事项有：每个医者在领悟与利用这些宇宙能量之际保持认真负责，因为它们是相当强大的。在你们的医疗实践中形成一个仪式或模式去使用这样的能量，容我们说，这是很好的，这样你们就会看见你们经由这些宇宙能量流而与宇宙的连接，由此成为[比喻地说]上帝的一只手，并以下述方式而工作——校准至对那个要被治疗的实体而言是最高与最佳的。这一个过程允许(你)以最适合的方式来使用这些能量。因为它们在此刻是极其充沛的，会有(能量)剂量过大的可能性，容我们说，尤其是如果有意识的注意力没有投入到该如何使用这些能量(这个问题)上。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Kathy：没了，感谢你们，Q'uo，那是相当有帮助的。谢谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我在相同的提问路线中有几个问题。第一个问题可能与上一个回应非常相似，但我想要问一下。我们今晚已经谈论的效应之一是显化我们自身实相的一种增强的能力，或者更具体地说，我们的思想对我们的实相拥有的效应。这看起来像是：在我们如何掌控我们的思想方面，我们携带着一种相当沉重的责任。我想要知道，你能否具体地谈谈那点，以及那种能力在一个正面寻求者的道途上扮演的角色。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。一个寻求者思考的想法是其存有的基本呈现。**当平衡(工作)继续着或要开始时，想法是要被首先考虑的、最重**

要的特性。

这些想法有一种来自于该存有内在的力量——那股力量可以被视为在投生期间或甚至在投生之前就发展好的。然后，这些想法会开始映射出该寻求者对于这世界的态度或展望。这个态度决定了他会如何体验到这世界。

因此，一个人思考的想法就是路标或指南，它们会被日常活动的体验所充满。因此，如果一个人想望在其人生模式中显化特定的品质，那就有可能在想法中、在冥想中抱有渴望的显化物形象，并把那个特定的品质或东西吸引到一个人身上。

也会有强健的可能性，一个人所恐惧的事物就被吸引到一个人身上。因此，留心照看那些可怕的想法是好的，它们可能在任何特定的努力区域中对一个人的感知拥有某种支配力。不出于恐惧而行动，或者对恐惧做出反应，而是带着该知晓平衡恐惧，这是很好的；也就是知晓每个实体都是太一无限造物者。于是没有任何要恐惧的事物，因为一切都好。我们全都活在合一的宇宙造物中，在其中移动、在其中存在着。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：是的，非常感谢你们。如果我们的想法对我们实相的效应正在增加，似乎为我们的社会制造出了某种迷失方向，因为所有人都拥有自己的信仰和故事。我猜想，那会与表面上正在增加的分离与极化有某种关系，比如我们的政治圈。

你们能给予任何忠告吗，关于如何航行穿过这种新地形，**个别人群的实相在他们自己的感知中正在变得越来越固化，当他们的实相似乎与我们的实相如此不同，**

我们如何能和他们互动?

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。每个实体都有自己觉醒的样式与时间。那些就允许他们投生前的选择在其人生模式显化出来而言比较成功的实体，他们发觉有一种更为自由的能量流动会在他们能够这样做之际发生。

这股流经一个人存有的智能能量，是不会被任何缠绕或扭曲的思想样式所阻塞。这会允许寻求者用一种与这些能量相和谐的方式移动，因此为服务他人的正面渴望供给能量。

在你们星球上，那些并未有意识地拥有一种寻求的灵性道途的实体，他们拥有特定的心智活动与思想样式的配置，而这些配置也被此刻正在流入你们星球的智能能量所增强或固化。这是与他们在此刻已经为其人生模式选择的事物协调一致的。

智能能量单纯地是对于实存事物的一种无差别、中性的放大器。因此，已经在星球上的每个人所做出的选择都很有可能被强化，这样他们就可以在那个方向上更进一步——取决于他们的自由意志选择。

如果在某个点，他们在那种思考上已经行旅的距离对自己是不舒服的，那么他们总是有自由去选择另一条道路。对于此刻在你们星球上的很多人，这是有可能的，因为他们已经在很多年的时间段中习惯于媒体广告、政府政策或同侪压力的控制，或者各种各样的第三密度文化施加压力在人群上头。因此，受到宇宙能量流的影响，情况变得更巨大。接着，当你看见自己移动进入与这类实体的互动时，首先牢记这点是好的：你正在看着造物者站在你面前，这个造物者已经做出

特定的选择，而他可能觉察到或可能没觉察。

特定的选择可能造成各种各样的迷失方向、痛苦、愤怒、嫉妒或很多其他类型的情绪，于是他们就要受到自己先前选择的支配了。我们可能为这样的实体感到大量悲悯，因为他们并不知道自己所做的事，不过他们继续这么做。**如果你能够给出爱，用某种方式支持你看见的、他们的存有核心，也就是在人类形体中的造物者，那么你就已经尽其所能地以一种有帮助且真实的方式建立了关系。**

(你们)时常会有渴望去建议他们的行为做特定的改变。如果对方这么请求，以那种方式来协助也是有可能的。无论如何，**去提供没有被请求的建议，通常不会有帮助。**

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Nancy：我有一个询问，Q'uo。我的问题是：疗愈是什么？看起来我们仿佛全都朝向疗愈而工作，无论是我们的世界、环境、我们自己、彼此，甚至是在肉体中，似乎都存在着阻塞，无论它们是肉体的、情绪的、心智的还是灵性的阻塞。因此，疗愈是带来光并移除阻塞吗，你们能否澄清？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。疗愈，就其最基本的意义，是在一个实体的心/身/灵复合体中创造出一种氛围，在此，每个能量中心都能够允

许太一无限造物者的智能能量清晰且干净地移动通过每个中心，上升到紫罗兰中心，并最终实现与太一造物者的合一。这是理想。无论如何，**各种各样的阻塞会在较低的能量中心中被找到，通常是投生前选择的产物，它们呈现出该实体想望在此生期间学习的课程。**

这些阻塞时常代表着心智如何未能领会手边的课程。因此，该课程已经以一种象征形式给了身体，这种形式将有希望把寻求者的注意力集中到催化剂或那个已产生阻塞的情况上。通常，这是一个特定的心智配置，以一种扭曲的方式看见特定种类的关系，所以就有需要去平衡该感知。

如果该寻求者能获致这些平衡，接下来，这些阻塞就可以被移除了。如果这点对于寻求者个人是不可能(完成)的，时常一个医者就可能协助这样的治疗：借由对该要被治疗者提供一个机会以形而上的方式更清晰地看见阻塞物，于是，那个要被治疗者就可以选择去释放扭曲的感知，接着拥抱一个全新配置——这等同于疗愈。医者借由允许实体抵达与高我的接触做到这点，高我会评估该情况并判定对于该课程而言适当的学习程度是否已经达成。如果这就是事实，那么疗愈就非常有可能发生，被打破的事物将会变得完整。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

提问者：没了，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我们的朋友 S 最近写信提到：有一个朋友请 S 向我们转达一个问题，内

容是：「现在，在中国爆发了新型冠状病毒，并引起了许多担忧、谣言以及人与人之间的隔阂，因为这种冠状病毒的爆发过程类似于 2002~ 2003 年爆发的 SARS。在不冒犯自由意志的前提下，请 Q'uo 提供您的观点，能否指出新型冠状病毒的起源？该冠状病毒是人为制造的吗，如 Q'uo 曾为 SARS 所指出的那样？无论它是不是人为的，这次冠状病毒爆发的形而上意义是什么？这样的集体催化剂是否也反映出我们当前社会系统功能失调、不健康和病态的面向，正如同个人的肉体扭曲反映出了心智复合体未使用的催化剂？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的弟兄。这是我们先前确实涵盖过的主题。关于该性质的各种爆发(事件)，它们是[你可以称为]隐藏势力的一些尝试，要控制该星球的人口。因为在此时你们的星球人口众多。对于那些寻求控制的实体来说，控制更少的实体是更容易的。因此，在过去的几十年间已经达成各种疾病的生产，其目标是减少该星球的人口。

涉入这种冠状病毒体验的实体们，在投生前就献出自己以服务行星心智，为了有可能解决或完成某些振动周期，也就是说，有可能借着以某种方式遭到感染而实现他们为人类同胞服务的能力；那种方式反映着要找到针对这种特定病毒的治疗方法(cure)[1]的需要。这是每位实体曾承诺的一种存在方式，为了变得更能够打开自己的心、流露爱和悲悯给他人。因为当他们发现自己受到这种特定病毒的困扰时，他们对于那些在体内也有这种病毒、并且必须承受后果的人类同伴，就变得越来越悲悯。是故，这是在此生开始之前就被预见的、[容我们说]以正面方式来利用一项负面倡议的一条道路。

[1]编注：cure 在此译为「治疗方法」，还有「对策」的意思。

此时，在你们的第三密度幻象之内，已经存在并可能存在许多此类可能性/或然率的漩涡。因为收割时期具有巨大的动荡变化。许多国家之间以及国家内部的个人

和团体之间都存在很大的动荡，因此有必要以一种不会带来恐惧的方式来评估现在被感觉到的经验类型。然而，大多数实体都承受这种病毒爆发的恐惧影响。在这样的体验中，有机会看见：在发生于一个人周围与内在的所有事情当中，造物者都在认识祂自己。

当采取这种态度时，那么每一位能以某种方式这样做的实体就可以个别地、以炼金术的方式转化那些负面(势力)旨在以一种或另一种方式控制人口的努力；那种方式看待该行星游戏为世界舞台上被上演的一出戏，能为该实体提供丰富的回应。

如果该实体能够选择「造物者体验祂自己」的正面视野，那么它就把合一真理的力量的基本特性吸引到自己身上了，那真理就是：万物为一，虽然一个人可能从这次人生中逝去，却没有损失。太一仍然停留于每个实体和每项努力之中，所以总是知晓存在于万物之中的太一总是在那儿，以一种方式经历这些事件、越来越多地告知造物者祂自身的本质。

我的弟兄，是否有进一步的询问？

Austin：是的，S 本人对该问题有一个跟进，我想您刚刚触及了这点。但我想要朗读一下，说不准您还能说更多。S 写道：

Ra 在(一法)34.7 中提到：「这些所谓的传染病是第二密度的实体、提供这类催化剂的机会。如果这个催化剂是不需要的，那么这些第二密度的(微)生物[以你们的称呼]并不会产生作用。在每一个归纳法中请你们注意会有异常情况，所以我们不能说到每一种情境，但只能提事物的一般运作或方式，如你们所经验的。」S 继

续说：所以看起来，在异常情况下，即使不需要催化剂，这些第二密度生物仍然可以起作用。我只是想知道 SARS 是不是一种异常情况，因为根据 Q'uo 的说法，SARS 可以被视为一种生物武器。如果是这样，那些感染任何诸如 SARS 这样的人造病毒的人是否总是有可能消除其作用并治愈自己呢？我提出这个问题只是为了在这些异常情况下鼓励希望和信心。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的弟兄。我们会同意，**对于有意识的真理寻求者来说——他发觉通向太一的灵性道途是唯一值得行旅的路——他可以把这种病毒视为仅仅是路上的一颗石头，通过看见在全体中的太一、钟爱在全体中的太一，即可避开它。无论任何人对这一个人采取什么行动、试图控制一个人，如果这一个人能给予爱而不期望得到回报，并且不抵抗邪恶，那么一个人就拥有战胜邪恶的力量，那是无法被打破的力量。它是爱的力量，治愈所有不适情况、使所有破碎的事物变得完整并把所有隐藏的事物都带到光中的力量**。

在此刻有进一步的询问吗？

Austin：在那条路线上没有更多问题了，Q'uo，感谢你们。我们确实有一个 Lily 发来的问题，她引用了一次先前的 Q'uo 集会[1995/5/28]，在其中，你们谈论了可供寻求者利用的意识元程序(metaprograms)。她使用的引文是：「这些你们称为元程序的东西具有诸个可供使用的层次，取决于寻求的强度，它将会作为一种[容我们说]时间胶囊而被释放，但更多是按照被渴望的释放特性而进行。」Lily 写道：我想要知道，Q'uo 可否给我们关于这些意识元程序的一个例子？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们发现，那些正在工作更高能量中心的实体会利用这样的元程序，于是日常活动中的一个体验就可以被视为

供给每个能量中心、在越来越高的层面中来使用。你们可能会在街上遇到一个人，比如说遇到一次汽车相撞，开始的交谈是从愤怒与混淆，以及测试红色光芒的生存开始的。接下来，也许双方中的一个实体建议可能有另一种方式，接着一场谈话开始了。有机会看见每一方是如何对该事故做出贡献，如果不是双方已经做了各自做的事情，该事故本来不会发生的。然后，当实体们与调查事故的地方官员谈话的时候，能量甚至可以被提升到更高的黄色光芒，这样双方对于事故的联合决定就会被看到：记录在警察局的官方记录上了，容我们说。

在这样一个体验之后，可能发展出一种继续的关系，于是，最终实体们能够在绿色光芒中分享对彼此的爱与接纳，同时发现他们人生中的那些巧合把他们在时间中的那个点带到一起，导致了一场事故，不过也可能是一次巧合。对于那些成为行家的实体，这可以被越来越更进一步地探索，但是我们感觉到，对于名为 Lily 的实体渴望的那类指定(内容)，这是足够了。

此时有最后一个询问吗？

Austin：还有一个来自 Maria 的简短问题，她写道：「为什么 Ra 称呼一块水晶为冷冻之光？」[2]

[2] 原注：参见一法 57.6

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。Ra 将水晶称为冷冻之光，因为它们是作为这样一种光而开始的——它和光子一起运动，而光子以各种旋转的角度、各种旋转的速度振动着，于是这光就具有特定的性质。当这种光在任何特定的星球上、在第一密度的条件底下创造了它和各种矿物质或土元素的一种结合——在第一密度，风与火会教导土与水被形成，于是生命就能够成为可见的，就能

够形成矿物质——接下来，就有许多不同类型的晶体，它们也是在这类环境中形成的。

智能能量的光，开始与其他类型的土地矿物质的形式互动，并在某些情况中由于火山喷发或其他热效应而创造出你们认识的那些种类的水晶，它们拥有一种有组织的网格结构，该结构会允许它们用一定的方式传导造物者的智能能量或光，因为它们和所有的光和谐一致。

在此刻，我们将离开这个器皿与团体，我们一如既往感谢每一位，感谢你们好心的邀请、你们全神贯注的注意力以及你们十分由衷的询问。我们如此感激已经能够和你们一起花费时间[你们的称谓]。我们是 Q'uo 群体。现在，我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们，一如既往，把各位留在那爱与光中、留在那股力量中、赞美与感恩之中。Adonai, vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2020_0208b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2020/2020_0208.aspx

---

☆ **第 0006 章集：入门的层次**

Copyright © 2020 L/L Research

周六冥想 2020 年 2 月 22 日

主题摘要：在第三密度与第四密度之间的入门(启蒙)；实现我们的梦想；作为一种幻象的自由意志；草药，比如死藤水；Q'uo 帮助我们的缘由

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，此刻与这个器皿同在。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，我们全都是祂的一部分。我们再一次感谢你们邀请我们在这个下午出席你们的寻求圈子。加入你们对于我们总是喜悦，因为你们是如此英勇的真理寻求者，你们为我们提供了一个机会、(让我们)通过尝试回答你们提供的询问而对你们有所服务。

我们会提醒你们，我们不是终极的权威。我们是你们的弟兄姐妹，我们已经沿着那条同样的、寻求真理的小径而移动，多少比你们更远一些。因此，我们向你们请求一个恩惠，那就是拿起我们提供给你们的无论什么话语与观念，如你们所愿地使用它们。如果你们发现任何内容在此刻对你们没有用处，请毫不犹豫地丢弃它们。以这种方式，我们得以更加自由地发言，接着能够分享我们今天能与你们分享的事物了。在说了那点之后，请问，是否有一个我们可以用来开始的询问？

Zachary：向 Q'uo 致意。我想要知道，对于第三密度与第四密度之间的主要入口或入门(initiation)，你们能否给我们一个简短概述。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在第三密度与第四密度之间，入门的主要入口，如你对它们的称呼，是有些形形色色的，取决于穿过它们的实体的起源。

对于那些原生于第三密度的实体以及那些尚未超越第三密度的实体，会有更多的

开始性的入口，这些入口会利用较低的能量中心——与生存及两性繁衍联系在一起的红色中心；那会以某种方式允许一个实体变得觉察到，它需要参与到它自己的学习程式的创造性过程中，并在一种学校中启蒙它自己，该学校旨在重现它内在的知识[就其最基本的意义而言]。

如果第三密度的实体想望以一种基本的方式探索自我身份和自我接纳，则橙色光芒能量中心会是可用的，于是或许会以一种强烈的方式而与一个其他自我产生相互关系，于是可能会有这样一种交流：它会激励双方在脉轮或能量中心的阶梯上移动到甚至更高的位置。

黄色光芒能量中心的入门会允许每个第三密度实体，在启动了红色和橙色光芒之后，移动进入一种欣赏中——欣赏那些个体能量可以怎样被与团体能量调合在一起——并在该个体穿越投生模式之际拓展其心/身/灵复合体的所及范围。**团体能量是对于更高能量中心的一种准备，因为它们允许每个寻求者觉察到有一种合作是可能的，并且是必须的，以便当它们在向上的螺旋光线中时能够沿着能量中心移动到越来越远的位置。**

当我们来到绿色能量中心，我们接下来会聚焦于无条件之爱——每个实体都拥有这份对于造物中所有实体的爱，因为在这个点，该实体就是微型的造物者[容我们说]，并感觉到太一无限造物者对于所有造物的爱。**这种对宇宙造物的爱，接下来就会在某种挑战[容我们说]中被反映，这种挑战会要求如此穿透绿色光芒或心能量(脉轮)的实体能够爱那个看似无法爱的东西。这种入门接下来会允许寻求者在自己之内观察，好在它自己之内找到那些无法去爱的存有的品质，就是那些品质正在阻止它能够如此地去爱这个实体。**

当这种入门被完成了的时候，接下来，就会有各种各样其他类型的入门(启蒙)，它们会拓展这个基本概念，即能够去爱超越一己的事物，爱那不可理解的事物以及看似困难的事物，容我们说。

当我们进入蓝色光芒能量中心时，这是第一个灵性能量向外(流动)的中心，而且该实体是造物者、在清晰的沟通中表达自己，(这包括)诚实地描述它正在体验的催化剂的效应，启发灵感的讯息——这些讯息流露自它在内心中发现的清晰与合一。因此，**蓝色光芒能量中心有一种挑战，它会要求如此穿越这个能量中心的实体能够在可能是混淆的、或多少有些令人吓呆的情况中，在能够理解该体验的终极理由方面，找到清晰度与智慧。**

这一种入门要求追寻者将能够把看似无法解释的品质带入自己的存有之内，并且，当该自我的这个阴影面在自我之内被找到时，接着要能够将它接受为其存有的基本特性；也就是说，**拥有一种坚毅或决心，这对于任何沿着极化的道途而移动的真理寻求者都是有帮助的。**

当我们进入靛蓝色光芒能量中心时，我们来到的中心有能力体验意识内的改变、将其体验为一种存在的方式，于是一个人就能够成为此人所寻求的东西了。接下来，这个能够成为太一造物的光、爱或合一的存有，便是那个被提供的挑战，它被提供给靛蓝色光芒能量中心的追寻者。这个(能量)中心在那时会要求该寻求者能够将无限造物的更大领域带入自我之内——这些领域没有边界，拥有无尽状态，拥有无限，拥有不朽——并能够利用这些观念，于是该自我就能够同时体验到宇宙造物的无限以及自我的身份。这是一个挑战，它经常会为每个特定的追寻者采取各种各样的形式或形状。

在紫罗兰能量中心中，我们发现有机会让寻求者开始感觉到它体验的每一个瞬间的神圣性。**在这个层次上的入门挑战是去拿起世俗平凡的东西、该实体通常频繁体验到的东西，注视其内在，到了某个程度以至于看见在宇宙造物的每个微小部分中都安住着太一无限造物者，所以宇宙造物没有一个部分不包含太一造物者**。这类入门能采用各种各样的形式，入门的形式将会根据每个实体的感知与准备而决定下来。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Zachary：一个简短的询问，Q'uo。你们能否描述有关于“臣服于上帝的意志、以及信任宇宙的慈爱与丰盛”这样的入口或入门，请？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。有关“交托自我给太一意志”的入门是这样一种入门：它以如此强烈的渴望而被执行，以至于难以恰当地描述这过程是如何成就的。它是由寻求者自身所激发并启动的，这样的寻求者已经持续一大段[你们会称为的]时间来渴望这种联合，并且通过各种各样的灵性表达手段，已经能够完成一种对这种合一的初步经验或摹本，于是就会品尝到即将到来的事物。

该入门自身能够在一眨眼的瞬间、或在延长的冥想中、或在日常活动中发生，因为当该寻求者的渴望——同时在无意识心智和显意识心智上——都已经构建到这样一种层次之际，判定精确的时间或特征不是必须的。

这种意志与渴望会被信心平衡：当信心与意志一样强而有力并且它们联合起来一起前进时，这样一种意志与渴望就会显现出来。然后，就是两股绳子的调和，它

们被用来将寻求者带入充分体验太一无限造物者临在的最高领域，以便寻求者能够行使造物者的意志；此时，寻求者已经与造物者成为一体，并因[不再是二、而是一的]两者之间的合一而知晓其意志。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Zachary：这个入口是根部脉轮能量与皇冠脉轮能量的整合吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实有这两个能量中心之结合，因为这两个能量中心一起而言是这样的：它们被结合起来以代表并保持灵性寻求者之心智、身体、灵性的整体平衡，无论寻求者可能处于怎样的准备或预备状态。因此，根部与皇冠脉轮一起运作、充当着一种保持中心的装置——它允许这个统合的过程发生而不会(使寻求者)永久丧失自我感，容我们说。

我的兄弟，有更进一步的询问吗？

Zachary：没了，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

提问者：我有一个问题，Q'uo。通常，我们拥有的梦想与希望由于财务或能力的原因，它们似乎比我们所能抵达的要更远一些，但它们仍然看起来极为真实，来自于一个正确的地方。当梦想似乎过于困难而无法触及、太过遥远时，有没有一种方式来把它带入实相？有没有可能我们正在梦想的事物位于沿着这条道路的另一世人生？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，对于每一位真理寻求者，都有一个梦想。有一个图像或一组概念，你可以称为生命模式的指引之星。这颗指引之星已从前世经验中被传播出来，它所代表的事物可能成为当前投生中的实体的一套指引方针，在这套方针中，要被学习的课程可被用一种充满能量的方式来描述。

因此，当你感受到你所谈及的梦想时，接下来就在冥想状态中检查那个梦想的中心，看看那个梦想真正要对你说什么。它代表了什么呢？你实际上能够如何对待它？你应该如何象征性地对待它。一起使用你的直觉与智能来塑造一种回应，然后它也许能够成为一个询问，你可以在冥想中或者在梦中请求你的高我做出回应。

如果你成功地让高我确信你对这份信息的需要，那么将会有一份[你可称为的]下载被传递给你，它将揭露为了实现这样的梦想而要去执行的步骤。然而，如果你发现，有某种阻塞物让你无法实现这些特定的梦想，则不要太过担心，因为这样的一些阻塞可能向你展现一条通往实现那个梦想的道路；它们可能在适当的时候将自己呈现出来。**当寻求者准备好了的时候**[如同你现在好像准备好了一样]，**每个事物都会在适当的时刻为每个寻求者出现**。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

提问者：没了，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Austin：我有一个问题，Q'uo。在哲学与科学的领域中，有一场关于“自由意志是不是一个幻觉”的争论，一些人相信我们仅仅拥有做决定的体验，而行为、行动、环境实际上只是反应、行动、反应，在宇宙的开端就被设置好了。

Ra 谈到自由意志是第一变貌(扭曲)，所以我觉得这想法可能有些道理：自由意志是一种幻觉，因为它是一种扭曲。我有一种感觉，这与你们先前谈到的、个体意志与造物者意志之统一有关，我希望你们能够谈谈这个悖论，即自由意志是一种幻觉，但我们最终拥有自由意志。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。确实，自由意志是建造宇宙的基础。因为太一无限造物者的每个部分——它们之存在都是由于造物者为了认识祂自己而做出的自由意志选择——都拥有相同的造物者之自由意志。这允许在无限宇宙造物之内，每个实体做出的每个选择都能够阐释另一种造物者认识自己的方式。**当无限宇宙中、无限个行星上的无限众生加总在一起时，这些信息允许造物者以更纯净、更多样、更强大的方式认识自己，若这些实体从未被创造出来，造物者认识(自己)的可能范围就会受限许多。**

那么，每个实体，在它自己返回“与太一造物者的合一”的个体经验中，就有自由意志以无论什么它所选择的方式而在这旅程上移动：任何的宗教信仰、任何的哲学、任何的思想，任何方式都可以尝试、可以精炼、可以替代、可以加速、可以歇息。在每一个选择中、每一个情况中，每一个实体都有自由意志。每一个实体都能决定，它是否相信自己拥有自由意志。一个实体能够出于自己的自由意志而做出一个选择决定它没有自由意志。有无限数量的选择可能被做出。有些是自相矛盾的，有些对于进一步学习是相对立的。该实体将会通过尝试和错误的过程来

学习，哪一个是对或错的。

那么，每个实体在选择每个行动、每个词语、每个想法中，在日常活动中、每时每刻的体验中，都在体验自由意志，因为可能有多种多样的方式——借此，任何选择都可能得以显化，于是当一个人为那个日子穿着打扮的时候，就有穿什么衣服的选择；在吃早餐的时候，就有吃什么食物的选择；与宠物玩耍的时候，就有要玩多长时间的选择；在开车的时候，就有走哪条路线的选择；去工作的时候，就有做什么工作的选择……所有的选择都是自由意志的产物。

然而，可以说，在终极的意义上，一个人无法选择不返回进入与太一造物者的合一。因为**最终所有实体都将找到返回与太一无限造物者的合一之路，每一个实体在它自己之内都是造物者，因为所有事物都是由太一无限造物者所制成。然而，这更多是一个语义学问题，而非一个实际问题，因为每个实体都已经在太一无限造物者设定的某些指导方针内创造了自己的演化旅程。**

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：是的… 我有点把你们正在说的内容诠释为：在某种意义上，我们所有的自由意志决定实际上都是某种造物者的意志。所以，我想要知道：如果我们的个体意志也是造物者的意志，那么在什么时点或者该旅程的什么面向，那时我们会放掉个体意志并显化造物者的意志？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。当真理寻求者在其寻求的道途上移动时，就会在日常一轮的活动中获得需要处理的催化剂，以便于经验可以从每一个催化性体验中被收集起来。这种经验然后开始活化每个上升的能量中心。

随着催化剂在越来越高的能量中心被使用，当一个人接触到心的能量中心时，就有机会开始[容我们说]跳板到那些更高的能量中心；这个过程是以一种“允许一个人通过靛蓝色能量中心与智能无限建立接触”的方式而实现的。

这个智能无限就是太一无限造物者。这个造物者居住在所有的造物之中、每个存有(生命)之内、每个寻求者之内、每个瞬间之内，不过一直不能被大多数寻求者发现，直到一个特定的时间[容我们说]已经来临为止；**此时，寻求者已经收集经验到了足够多的地步，足以推动该实体进入靛蓝色，接着紫罗兰光芒能量中心。**

这种与智能无限的接触就变成了把微观宇宙与宏观宇宙调和在一起、把寻求者与[从时间存在之前以来它一直都是的]太一结合起来的接触。因此，**在这个点，该实体的个别意志，尽管作为一种潜能或可能性仍是可得的，就交托给了太一无限造物者的意志，于是该实体就开始在其日常活动中作为太一无限造物者的一个容器或载具四处移动，着手进行[容我们说]天父的工作，认识到需要与一己周围的所有人分享太一的爱与光。**

这一类的光照(启发)对于你们星球上的实体是十分罕见的，尽管越来越多的实体此刻正在取得那种光照。名为耶稣的实体在他的人生中，如你们觉察的，能够进入这类的体验，他能够说：“我和天父是一体的。当你们看见我，你们就看见差遣我来的父。”因此，在这个点，个体的意识就能够被放在一边，容我们说，取而代之的是更伟大的意识，该意识统合所有看似分离的事物，疗愈所有看似受伤的事物，使得所有看似破损的东西变得完整。

我的兄弟，有进一步的询问吗？

Austin：没了，非常感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

Zachary：我有一个问题，Q'uo。草药经常被用于疗愈与演化。似乎某些草药是上帝某些面向的化身。举个例子，**死藤水**(ayahuasca)似乎是神圣母亲或神圣女性的一种化身。你们能对此评论吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。在你们星球上确实有各种各样的植物实体已经被太一无限造物者各方面的品质所灌注，无论是男性或女性的品质，是较高或较低的品质，是多重的还是单一。**这些品质可作为一种路标或沿路的指引、是寻求者可用的；于是寻求者就可以带着适当的态度、决心以及调和的意志与信心来摄取这些植物，能够体验到一种对自身意识的拓展，这种拓展包含了植物散发出的特质，因为它是太一无限造物者某个面向的一种表述。**

这些植物遍布你们整个星球都可以被找到，在大多数情况中(且在大多数国家中)它们被认为是非法的或危险的，因为它们对人类大脑和心智的作用并未清晰地被通常社会的大多数人所理解。大多数这样的实体并不拥有[容我们说]灵性的倾向去寻找一种对自己在地球上存在之原因的解释，除了在这里找工作、谋生、支援一个家庭、存些钱，这类的思考或(植物)存有对于这样的实体是一种威胁。

然而，各种各样的萨满、贯穿整个世界的原住民知晓这些各种各样的植物即

是各种通往太一造物者的路径，当摄取者在该道途上行旅时，这些路径将会光照(阐明)造物者的特性。如你相当觉察的，此类经验可能会带来许多信息和灵感。

在此刻有最后一个询问吗？

Zachary：没了，感谢你们，Q'uo。

提问者：我有一个最后的问题，Q'uo。**为什么你们想要对我们说话？为什么你们想要帮助我们？**

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。**我们说“我的兄弟”时是相当认真的，因为很多在这里的人都是我们的弟兄姐妹、来自我们相同的家乡行星，此刻都在行星地球上、来服务于这个星球的人群——这些人正在尽其所能地毕业进入爱与理解的第四密度。我们对那些[与我们一样的、与在这个圈子中的大多数人一样的]同属“忧伤的兄弟姐妹”的实体有个承诺；那些实体都已经让自己承担起了一份荣耀与责任，即把他们独特的服务延伸到行星地球上的投生，他们经历了在这片大地上的每个实体都经历过的相同遗忘过程，于是就不会精确地知道自己为什么在这里，或者自己应该要做什么。**

因此，当我们发现像这样的实体聚集在这样的圈子中并愿意要求我们前来加入，我们会为这样的机会欢庆，因为在很多情况中我们是在和那些属于我们家乡行星的实体重聚。因为此刻在行星地球上有很多属于我们的人，也有很多来自更高密度的、其他星球的实体在这里，它们都在尝试协助该收割，这是一次困难的收割，困难是因为此时在地球上有着如此大量的愤怒与分离。

所以，我们感谢你们每个人邀请我们出席，于是我们就可以做自己真心渴望去做的事，那就是与我们的弟兄姐妹分享那份爱与光、你们全都如此热切寻求且如此完整包覆的爱与光。我们希望你们全都在这条寻求的旅程上十分顺利，因为就灵性的意义，你们是英勇的战士。

这是一个很难居住其中的幻象。要在幻象的每一部分中都看见太一造物者是困难的。要看见已经创造太一无限造物的爱是困难的。要看见缔造宇宙造物的光是困难的。不过，所有这些事物都是真的。我们前来与你们分享它们，这样你们就可以将它们用作杖与竿、借此穿越此刻在行星地球上的死亡幽谷。

正是在那种步道中，你们将继续行走其上，直到第四密度之光明亮地照耀在地球上的每一个人身上，并且每个实体都有机会带着太一无限造物者的光、爱、力量，进入和谐与合一。在那爱、光、力量之中，我们现在将离开这个器皿和团体，一如既往，感谢你们邀请我们出席。和你们同在是一种荣耀。我们现在离开你们。我们是 Q'uo 群体。Adonai, vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

翻译出处:

https://soultw.com/TLOO/2020_0222b.htm

英文出处:

https://llresearch.org/transcripts/issues/2020/2020_0222.aspx

---

☆ 第 0007 章集：LL 与 Ra 接触的 40 周年庆

2021.01.15

Happy The 40th Anniversary

小编按：唐、卡拉和吉姆与 Ra 的接触开始于 40 年前的今日。为了纪念这个特殊的日子，吉姆作为唯一一位尚在人间的三人组成员，近日应一法英文原版出版社 Schiffer Publishing 邀请，为《Ra 资料》的 40 周年纪念版（硬皮套装）写了一篇小文。特分享于此。

唐·艾尔金斯(Don Elkins)对宇宙秘密的探索始于他上高中的时候。多年之后，作为路易斯维尔大学的物理学教授，他认识到科学并不拥有终极答案，于是他将自己的探索转至超自然领域。他对 200 多人进行了回溯催眠，以向自己证明轮回转世是我们灵性进步的方式。在 Ra 接触开始之前，他对不明飞行物进行了长达 25 年的研究，揭示了我们在宇宙中并不孤单。他发现，他可以通过跟外星实体通讯来开始揭示那些终极秘密。

1968 年，卡拉·鲁科特(Carla Rueckert)加入了他的寻求之旅，他们成立了爱/光研究中心(L/L Research)，以继续完善他们与外星智能通讯的技艺。1980 年 12 月，我加入了他们，三周后，与 Ra 的社会记忆复合体的接触便开始了。

在唐和卡拉教一名学生如何通灵传讯的一次集会中，卡拉出乎意料地进入了出神状态，离开了她的身体，这样 Ra 就可以通过它说话并描述“一的法则”。Ra 说道，所有生命都是一体的；一切事物皆为一；太一无限造物者从自身当中创造出了所有的造物和每一个存在，这样祂就可以更好地知晓祂自己——通过每一个自由意志选择，在充满智能生命的无限造物中所做出的每一个自由意志选择。

11000 年前，Ra 行走在埃及人当中，以教导一的法则，但埃及人把它们当作神来崇拜，并扭曲了 Ra 的教导。于是，Ra 从这种尴尬的位置撤离，并开始寻找方法来平衡这些扭曲。这即是它们在 1981 年 1 月 15 日接触我们小组的原因之一。另一个原因是，地球正处于第三密度经验周期的末尾，我们世界目前的混乱和分离状态被 Ra 视为一种对于协助的呼求，而它们可以通过分享一的法则来提供协助。它们说，如果我们能够敞开内心、无条件地爱着地球上所有的兄弟姐妹，那么我们地球上每个人都有机会毕业到属于爱与理解的第四密度。

作为灵性进化过程的一部分，Ra 给了我们描述我们的脉轮如何运作的信息。Ra 说道，随着我们将自己的意识从红色光芒脉轮向上移动、通向紫罗兰光芒脉轮，这些脉轮就会让造物者更多的爱和光以不断扩展的意识觉知形式来表达自身。

Ra 还揭示了，我们返回与太一无限造物者合一的灵性之旅是如何带领我们通过七个光的次元；这些次元与我们的脉轮相对应。它们说，每个额外次元都包含了越来越多的光，这给了我们一种不断增强的能力来表达与所有造物以及与太一无限造物者的合一。与太一造物者的合一是在第八密度中完成的，在那里我们将获得从造物之初就一直在我们里内的太一造物者的完整意识。

四十年来，我们一直在爱/光研究中心发行《一的法则》书籍，我们听到许多读者说，他们觉得《一的法则》就像是一封从家乡寄来的信。我认为，Ra 的这段话可能比其他任何一段话都更能唤起这种感觉：

如果你愿意，考量宇宙为无限的。这点尚未被证明或证伪，但我们可以向你保证，你的自我、你的理解、你会称为的你的寻求旅程、或你对造物的感知都没有

尽头。

那个是无限的东西不能是众多的，因为众多性是一个有限的概念。要有无限，你必须辨识或定义那无限为合一；否则这个词汇就没有任何参考对象或意义。在一个无限造物者之中，只有合一。你们已看过合一的简单例子。你们已见过一个三棱镜展现所有颜色源自于阳光。这是一个关于合一的简化范例。

事实上，没有对或错。没有极性，因为一切将在你们凭借心/身/灵复合体舞蹈中的某一点达成和解[以你们的说法]，你们在此时以各式各样的方式扭曲该复合体，借此娱乐自己。这个扭曲(变貌)在任何情况下都不是必须的，而是由你们每一位所选择，作为一种替代的方式，去理解那结合所有事物的思维之完整合一。你不是在说一个类似或有点像的实体或东西。你是每一个东西、每一个存有、每一种情绪、每一个事件、每一个处境。你是合一。你是无限。你是爱/光、光/爱。你是。这就是一的法则。(出处: 第一场集会)

唐、卡拉和我认为与 Ra 群体的接触是我们所能想象到的最大的祝福和荣誉，也是我们各自人生的中心工作。我们觉得，能够将这份信息分享给我们所有的兄弟姐妹——也即那些也希望将敞开的心作为与太一无限造物者合一的跳板的兄弟姐妹——是我们莫大的荣幸。

(本文英文出处: https://redfeathermbs.com/the-ra-materials-40th-anniversary)

☆ 第 0008 章集：2020 元月问答集

Copyright © 2020 L/L Research

周六冥想，2020 年 1 月 11 日

主题摘要： 如何与高我接触；信心的作用；与造物者合一；身体催化剂；理解

负面能量；恶魔的由来

（Jim 传讯）

我是 Q'uo，和这个器皿同在，我们感谢每位在场者今天邀请我们。在太一无限造物者的爱与光中我们向你们每一位致意。被呼唤到你们团体总是使我们感到愉快，因为你们寻求的心要比任何其他品质更加吸引我们、令我们钦佩。一如既往，我们要请求你们一项简单的恩惠。我们不是终极权威，因此，我们会请求你们拿起我们今天所提供的话语与概念，以无论什么对你们有意义的方式来使用它们。如果会有任何的话语或概念在此刻对你们没有意义，我们会建议你们毫不犹豫地将它们放在一旁。以这种方式，我们就会对于谈论那些话语与概念感到自在——即在回应你们可能会有的任何询问时我们感觉可能有帮助的话语与概念。

在此刻我们会问，是否有一个我们可以用来开始的询问？

Q1：哈啰，Q'uo。你们能否告诉我，一个寻求者如何能够与他的高我接触，好问它一些问题，关于我们在这次投生中的人生使命？

Q'uo：我是 Q'uo，我的姐妹，觉察了你的询问。高我是你的存有的一个部分，它一直都准备好向你提供信息与灵感，这些信息与灵感产生于你在下述状态中的衷心请求：在你可以称为的冥想状态中或者在梦境状态中——无论哪个状态对你而言是更容易接近的。这是一种经常在内在被使用来提供下述指引的沟通类型，这种指引是目前逃离该真理寻求者的东西，并且在其人生道途中拥有可观的意义，于是信心与意志的品质就会在这方面起作用了。

比如在冥想状态中，如果你能够请求高我的协助，同时列出那个你正在寻求的、

要被照亮的品质——(该品质)取决于你在对周围人无条件的爱中越来越充分地敞开心轮的程度。这样，信心的面向接下来就变得大有意义了，因为**当你请求来自高我的协助时，通过这份信心——即相信那是有可能的，并且就好比是你与生俱来的权利，容我们说——你就给你的高我提供了一座桥梁；接下来，伴随你的意志与信心的力量共同起作用，你就象征性地构建了那座从你自己的心通至你的高我的桥梁，于是这条通道就可以是一种双向的沟通了。**

如果你能够在冥想状态中完成这种视觉化观想，则高我完全有可能将会感觉到你的意志、信心，以及你要以特定的方式在灵性道途上被指引的需要。

我的姐妹，有后续的询问吗？

Q1：没了，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你。此刻有另一个询问吗？

Q2：是的，哈啰，Q'uo。为什么我们需要信心。

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。对于大多数身处第三密度体验幻象之中的实体，该幻象是如此令人信服，以至于任何感到或相信有一个超越这个幻象之实相的实体，经常会被周围那些实体视为虚妄的或愚蠢的，因为对于在你们第三密度幻象中的大多数实体而言，看起来明显的事物是：唯一的实相就是他们在平日里用双眼和五官所接触的事物。大多数实体不大可能看穿幻象，好让他们拓展其视野并取得你们可称为一种更为宇宙性的概观。

然而，那些有意识的真理寻求者，如你们可能对他们的称呼，在他们存有内部拥有(某种沟通)——无论这种沟通是通过直觉，或是通过自己的具有灵性特质的体验，还是通过心智上相信一种灵性经验或道途——于是寻求者的信心面向就可能成为指引之星[容我们说]，这会引导该寻求者前往那个它想望在灵性旅程上行旅的方向。信心就是这样一种品质：它允许有意识的真理寻求者开始领会自身存在之更大特性，那个自己在其中生活、移动并拥有第三密度存在的实相之更大特性，以及那个更大的视野——看见存在于第三密度幻象之外的、带有太一无限造物者之合一性的造物之特性。

因此，**信心就好比一个激励者，或如我们先前说过的在路上的一个标志、一颗指引之星，能够对个人存有的灵性面向说话，并允许心智的面向以一种更清晰的方式来领会：自我、自我存在于其中的实相、自我在其上行旅的道途之更真实的特性，以及该旅程的目的地——即太一无限造物者。**

我的姐妹，对于该问题是否有进一步的阐述？

Q2：是的。一个人有可能与造物者合一而同时仍然存在于肉体之中吗？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，它不只是有可能的，那还是每个实体以及太一无限造物的每个部分的实相，因为造物者已经从祂自己的存在中缔造了一切万有，于是通过祂自己的每个部分在返回进入与太一无限造物者合一的旅程当中所做出的所有自由意志选择而更加充分地认识祂自己。因此，**作为一个有意识的、追寻真理的灵性寻求者，你的任务就是去越来越多地觉察到存在于你存有的每一颗微粒之中、又确实存在于整个太一无限造物之中的造物者。**这是一种领悟，当有意识的真理寻求者沿着寻求的道途越走越远时，这种领

悟就能够被体验到，因为道途自身是由太一造物者形成的。有一些对真理寻求者有帮助的练习，它们可能会协助那份对于自身周围的造物者的感知。

当你在日常生活体验中、在冥想状态中观察你周围的时候，注视并看见太一造物者。在某种菁华中、在某个程度上，感觉到造物者在你自己里面，通过你的双眼看见祂自己。当你看到其他实体在你周围移动时，看见造物者。当你注视一面镜子时，看见造物者。这些可能听起来是最简化的练习，然而，若带着真诚的渴望完成它，看见造物者，并从一个人的存有核心处知晓这是真实的、有可能的，那么造物者就可以在你寻求的时候越来越多地向你揭露祂自己，因为当你寻求祂的时候，你就汲取了该能力——在你自己的灵性旅程体验中越来越多地感知到祂。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Q2：没了，感谢你们。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，在此刻有另一个询问吗？

Lynn：Q'uo，除了一个人吃什么东西之外，有任何的扭曲或灵性的因素能对于诸如胃酸逆流之类的身体问题起作用呢？

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。身体是心智所创造的生物。因此，时常会发生的情况是：**当特定的催化剂或成长的机会尚未在人生体验中被充分辨认或被利用时，心智和灵性将会利用身体；然后这类的催化剂时常会被给予身体，以便它可以通过一种扭曲或者你们会称之为一种不适(dis-ease)的事物来表达。这种不适，接下来，就会抓住心智的注意力，因它尚未在心智层次上充分**

感知该催化剂，如果真理寻求者把不适视为尚未被充分利用的催化剂的一个象征，就可能在那时领会该不适的更深入意义了，于是一个人就可以找到一种在疾病(disease)与催化剂之间的相关性。

你谈及的逆流能够被视为，举例而言，无能力摄取或认识到来自你日常生活中特定的心智催化剂的灵性营养。我们说这点为一个潜能，而非你在此刻的存有的菁华的一个现实情况。一个人所可能体验的这类型的不适，在它们于肉体载具中的显化中，有着某种途径，借此，真理寻求者可以找到一种推论——关于这个已被错误感知的催化剂，容我们说。

那么在冥想状态中，下述做法可能是有帮助的，即看待你的不适为这样一种途径：借此，如果你能够在冥想状态之内开放你自己迎向更大的可能性，进一步的灵性成长便是可能的。对于所有这些考虑，我们都建议冥想状态，因为心智的状态充满着各种各样的概念与可能性，而它们可能或可能不适用于你的情况。接下来，就是在这种冥想状态中，这些各种各样的可能性开始消散，直到只有那个对你当前情况有重要意义的可能性留下来为止。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Lynn：没有，感谢你们，Q'uo。

Q'uo：我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。在此刻有另一个询问吗？

Jan：我们有一个来自 Sherry 的问题，Sherry 说：「我的理解是，借由接收黑暗能量或服务自我极性的催化剂，并将我们的光能量或服务他人的导向应用其上，

我们不仅能够驱散黑暗，我们还能将它转换为第三类型的能量，也就是基督能量。这对于我们星球与人群在此刻具有至高的重要性——某种一加一等于三。我做过一个梦，耶稣在那儿解释了它，并给了我一个象征性的金色戒指，这样我就会把它回忆为炼金术。我是否适当理解了这个概念？Q'uo 能否谈谈这种灵性炼金术，以及我们如何在这种练习上尽可能地有成效？看起来当我把人体想作一个水晶时，这似乎更加容易。」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。确实，对于一个在灵性道途上已经带着巨大的经验与成功行旅了一段时期的实体，这种灵性炼金术是有可能的。这种炼金术是行家的工作。

那么，该行家在冥想状态中确实能在星球意识内观察到各种各样负面导向的能量表达，这些能量尝试把实体们彼此分开，并以一种方式来控制他们；这种方式符合特定负面导向实体的先决条件，这些负面导向的实体此刻就在你们星球的影响圈内运作着。这就是你们可以称为一种善恶大决战的代表事物了，在此，正面导向的实体与负面导向的实体开始以一种方式互动，该方式的目标是允许这个星球的人群中的正面导向实体可以自由地做出自由意志选择，而负面导向的实体则寻求去征服与控制这颗星球及其人群从而可能把该星球加入他们的帝国中，如他们的称呼。然后，该行家在冥想状态之内可以看见这场战争正在进行，于是有着各种正在运行的负面能量，这些负面能量可能在该星球人群中被感知为国家对抗国家或者派系对抗派系，甚至家庭成员对抗家庭成员都可能被视为参与到了这类负面导向的强化当中——强化了那份为了自我利益而去控制的渴望。

当行家通过其存有将来自太一无限造物者的爱与光传导到这些运行中的能量，以便用开放之心的无条件爱淹没它们并完全包围它们时，这些能量接下来就被它视

为能被爱与光所围绕的东西了。所以，当行家能够在冥想内的专一焦点中看见这个图象为一个视觉化观想，接下来，它就可以进一步将正面导向的爱与光传送给这些能量，这样，它们就会被如此传递的爱与光所渗透。**这是一种视觉化观想，当它能够在心智中被保持数分钟的时间，确实能够在某种程度上转化此刻在你们星球上运行的负面导向能量。**

当能够把这个形象保持在心智内之际，接下来，作为结束，该行家将会拍手或跺脚，以便将这个异象根植在第三密度幻象中。这种动作或行动，就会为该行家在此刻完成该练习**。如果每日重复这种练习，这样是很好的，因为此刻在行星地球上有很多很多具有负面导向特性的能量正在运行中；**并且，当听着新闻，当看见负面特性的行动正在运行中，当在其存有内感觉到该星球各式各样部分中的负面性，当在它听到这样或那样的负面导向体验之报道的时候，该行家将会发现自己被吸引到多个方向，于是对于该行家，就有机会每日继续这种练习，使之成为自己人生体验的一个机能。

对于很多人，还有另一种途径也可以提供这类体验，那就是，当一个人穿越日常生活的活动时，将所遇见的每个实体都视为造物者，将实体们之间的所有互动都视为造物者——视为造物者正在与周围的实体分享爱与光之观念。这是一种具有较少魔法的练习，容我们说，因为它使用显意识心智的沉思状态，但这也继续允许行家在下述过程当中拥有进一步的体验：将太一无限造物者的爱与光带入其存在状态之中，如同灯塔一般地向那些它将在穿越日常生活的过程中遇到的实体发射爱与光。因此，该行家有可能完成的具魔法特性的工作量是无尽的，容我们说。然而，它是会被这样的努力所影响的东西，因为纯粹的寻求者拥有具魔法特性的巨大气力，并确实可能在允许正面能量在行星地球上生长的方面卓有成效，如同一片布满花朵的田野一般。

我的姐妹，有进一步的询问吗？

Jan：不是沿着那条路线的问题，谢谢你们。我们有一个来自 Michael 的问题。Michael 说：「有没有任何的社会记忆复合体会在第六密度切换/调解极性，并已经加入星际邦联了？有任何来自这样的群体的流浪者吗？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们觉察到每个负面导向的实体与社会记忆复合体，当它穿越各个密度的周期，从第三密度进展通过第四与第五密度，都将会在第六密度的体验中遭遇到一个困难，对于一个负面导向的实体或社会记忆复合体，那个困难最终将导致其极性的倒转。因为在进入第六密度之前，负面导向的实体有可能借由跟随分离并控制周围实体的道途而追寻与太一造物者的联合道途，于是移除被它所统治的那些实体的自由意志、接着取得它们的力量。每个负面导向的实体或社会记忆复合体都感觉，它就是造物者而且在其存有的这个特性中，「将宇宙设置在秩序(order)中[容我们说]」的做法有其正确性，于是就有啄序等级，接着更有力量的实体统治最少力量的实体。

然而，当这些实体接下来从第五密度进入第六密度时，就有必要调和并平衡第四密度的悲悯心与第五密度的智慧，以便看见所有实体都是太一无限造物者，而不只有自我是造物者。因此，这种倒转先前所见事物之观点，对于所有负面导向的实体都是必须的，因为它们必须要将自我和其他自我都视为造物者，而不仅仅是自我。这对于负面导向的实体是困难的，所以它们必须要在某个点倒转其极性，并成为你们称为的正面导向的实体。这对于它们是有可能的，因为它们在负面道途中已取得的力量被视为等同于正面导向实体所取得的力量，也就是说，它在其自身是一种力量，它会对意识——一个散发并操练这股力量的实体的意识——产

生一种作用。

因此，负面导向实体并不需要回溯它们的脚步，接着在第三密度开端重新开始。它们已经取得的力量被太一无限造物者视为与正面导向实体取得的力量是相同的。「再不能取得进一步的力量」这个事实，就是负面导向实体的简单领悟了；在那个时候，这些负面导向实体是极端睿智的，它们进入第六密度的体验并且看见这个困难要求它们翻转其极性，容我们说，成为正面导向实体。

在此刻有另一个询问吗？

Jan：没有了，沿着那些路线没有了。我们有另一个来自 Juan 的询问，他说：「一个正面导向的第三密度存有是否可能感知第四密度的服务他人之练习为服务自我？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。如果我们正确地了解该询问，那么(该询问涉及)正面导向的第三密度实体会观察那些假定是正面的第四密度体验，却以负面的方式看待它们。我们会认为，对于一个对第四密度经验有误解的正面导向实体而言，这是有可能的，因为第三密度的寻求者位于遗忘罩纱笼罩的第三密度幻象之中，于是就有困难看穿这个罩纱，并清晰地感知任何一种第四密度特性的体验。

那么，第三密度实体对于在第四密度内看到事物的起初感知，必须要以一种方式被仔细地观察、感受、感觉；该方式要超越肉眼可见事物的表达。然后，就有需要去用内在之眼、第三只眼、靛蓝色光芒能量中心来观看，于是以一种更为平衡的方式去感知事物，无论它在第三密度或是在第四密度之中。我们会推荐，这样

一个寻求者，在那时，退隐到冥想状态中、考虑已经被指定为负面导向的观念，而它们确实可能不是这样的。这是一个，容我们说，尊重或再次注视已经看过的东西的练习，于是一种新的评价就可以呈现自己给该真理寻求者了。

此刻有最后一个询问吗？

Jan：是的。有一个来自 David 的问题，David 说：「恶魔是什么？那些存有是如何变得与造物者之爱和目的如此地分离？」

Q'uo：我是 Q'uo，觉察了该询问，我的姐妹。那些被视为是恶魔的实体通常是负面导向实体所投射的思想形态，这些负面导向的实体利用这样的思想形态尝试去控制特定的一些实体或者给它们带来恐怖，于是，如果它们无法正确感知到恶魔的特性，它们或许就会开放自己朝向进一步的负面极化。负面导向实体利用这样的思想形态之投射，以便通过恐惧的概念控制特定的实体们。然后，对于这些恶魔的恐惧就会被视为能够被负面实体所减缓或消除的东西，因为它渴望的目标是去控制该实体，于是送出恶魔以带来恐惧。

因此，恶魔就是负面实体——在它确认特定的第三密度实体可能会对其感到恐惧反应之后——已经构建的那种品质。因此，**恶魔是为了一个特定的使命而以一种针对个人的方式[容我们说]被构建的，不仅是针对特定的实体，还是针对特定类型的实体：通常是心智较为虚弱的实体，它们无法看穿恶魔、无法在终极实相中看见它(也)是太一无限造物者的一个创造物。**当对恶魔充满恐惧的实体传送爱与光给恶魔时，接下来，在该实体的心智之内的恶魔就会产生质变，不再是恐惧了。这是一种方法，借此，该实体——曾是恶魔的目标以及负面导向实体努力控制的目标——借由呼唤更高的力量，便能够移动自己超越负面导向的实体以及恶

魔的层次，并能够用内心所感受到的太一无限造物者之爱与光同时浇注这两者，因为那时在这个实体内在有这样一种感觉：**太一造物者即是终极类型的资源，所有的真理寻求者都可以呼唤祂，用来与人生体验中的任何恶魔或感知到的负面性打交道。**

负面性是由非实存的道途——也就是说，负面的道途——所产生的东西，如我们在先前的询问中提到的，该道途在经验的八度音程中无法长久持续下去。那么，**每个与任何类型的负面体验或恶魔临在接触的正面导向实体，可以在冥想状态中——用自己通过对负面导向实体开放的心而传导的太一无限造物者之爱与光——浇注这个实体或幽灵，并在它的路上祝福它，**因为该正面导向的实体那时开始看见在任何恶魔中、在任何负面导向的实体中、尤其是在自我之内、在宇宙造物的全体中都存在着太一造物者，并且将会协助自我看见属于存在于万物之中的太一造物者的实相之本质。

在此时，我们将离开这个器皿和团体，一如既往，为着你们在这个特定日子分享爱之振动的机会，感谢每一位。你们在一个困难的幻象中移动，却在寻求的旅程中找到如此大量的太一无限造物者的爱与临在，我们总是对于这样的真理寻求者的坚持不懈而感到惊奇。我们是你们认识的 Q'uo 群体。我们把各位留在太一无限造物者的爱与光之中。Adonai vasu borragus。

Translated by T.S.

(V) 2020 Reviewed by cT.

翻译出处：

https://soultw.com/TLOO/2020_0111b.htm

英文出处：

https://llresearch.org/transcripts/issues/2020/2020_0111.aspx

---

☆ 第 0009 章集：成长的过程

Copyright © 2001 L/L Research

周日冥想，2001 年 5 月 20 日

主题摘要： 成长的周期，改变的过程；灵魂投生的计划；冥想对于个人成长的作用；地球的能量网格中心及其作用

团体问题：今天的问题涉及灵性者似乎正在经历的成长过程。我们想要 Q'uo 给我们关于这个过程的性质的一些观念。在大多数时候，当某件事在内在发生的时候，我们可能会或不会感觉到它在我们外部生活中的反响。我们想知道 Q'uo 能否给我们讲一下，这个改变过程是怎么发生的，改变的不同类型和阶段，以及寻求者可以用哪些办法来安然度过这改变。Q'uo 能否给我们讲讲，一个冥想的过程和练习是如何增强这种改变？

（Carla 传讯）

我们是你们认识的 Q'uo 原则。在太一无限造物者的爱与光中致意。一如既往，被这个团体呼唤是一种极大的喜悦，今天下午我们十分蒙福地受邀来谈灵性成长的主题，谈谈如何相对舒适地度过成长的过程。当然，这是一个无尽的主题。我们仍在学习如何享受演化的自然且不可避免的过程。我们十分乐于对你们讲话并对该机会感到满意，但是一如既往，我们请求你们每个人带着一只会分辨的耳朵来聆听，仅仅保留那些似乎对你有帮助的观念，把其他部分留在后面。

当我们考虑如何谈论这个演化过程之际，我们在你们每个人的振动中歇息、体验

你们每个人的美丽，仿佛你们是花朵，你们每个人都带有自身的香气和形状，每朵花都在不同的阶段绽放，某些人格比起其他人格带有更多的刺，某些人是比其他人更坚韧的植物，但所有人都是根据每个人的灵魂特性而美丽地绽放。也许，这就是开始考虑成长过程的地方，认识到没有任何东西能够真的能伤害这个过程。**成熟和演化是受保护的过程，虽然有些实体肯定会设法逃避变化，但事实上谁也不能中止成熟和进化的过程，至少不能长期中止**。命运的磨坊磨得很细，曾经很粗糙的东西都被磨细了，这就是你们的体验的性质。你们选择的环境是灵性精炼厂，也就是你们圣经所称的精炼之火。

可以这么说，体验就是一种精炼的火焰，这个世界的运转方式就是如此。一些外在生活事件可以导致某些成熟和进化。不过我们相信，该问题的出发点是内在景观而非尘世的景观。在精炼过程中，与外部事件相关的感觉在某个层次上得到过滤、提炼，正是这个过程的内在部分吸引了发问者的兴趣，因为不管外部世界怎么变幻莫测，一般说来对于自己正在处理的材料，自我的情绪部分会有不同的感觉浓度。外部事件可能是大的或是小的，它们为寻求中的灵魂带来的事物，就是抓住注意力，把你的感觉、焦点、竞技场或工作从一个情境的表面上或世俗的细节处拉开，进入那些敏感的感觉和脆弱易受伤的区域，而这些区域看起来描绘了无意识的珍宝箱。

灵性催化剂的反讽是：就情绪和灵性方面来说，该催化剂提供的材料越多，你就越难用清楚又简单的话，令人满意地讲出在熊熊的精炼之火中出现的感觉、情绪、受苦的过程。当寻求者停留在表面层次上，要向其他人解释正在发生什么事情是很容易的。当有一个情况是一种疾病、死亡、雇用情况的改变或某种其他的大型、明显的催化剂时，这个人周围的实体能够毫不费力地掌握并同情该情况。当困难的升起是由于柔弱的感觉、内在的畏缩以及颤栗时——这些感受伴随情绪

上的艰难体验、崭新的体验、风险的时刻以及恐惧的时刻而来——要去跟一个朋友构建一次简单对话并描述正在发生什么事，这是远远更加困难的。而且，一旦你开始深入探索自己的情绪，那种去获得一个更大观点的机会确实是暂时遗失的。因此，虽然去调查、探测、探索那些困难的体验或感觉的区域，似乎是有帮助的，甚至——以一种苦乐参半的方式——是令人愉快的；但就另一种意义而言，单纯地接受那些正在流过能量性存有的感觉，是更有技巧的。

智力头脑玩的一大诡计，就是认为自己有能力理解各种情况；再次地，一般来说，智力头脑确实有潜力能够恰当地评估外部情况。而在灵性成长的过程中，当遇到其中存在恐惧以及想被安慰的渴望的问题时，更有帮助的是：进入到该存有中那个无言语的部分。因为那些感觉不需要言语就可以流过每个脉轮的各种过滤器，像能量扫帚般地工作，清理着、净化着，并像天气一样地流经脉轮系统。开始把你自己看成很结实的生命吧，将其看得远比你感觉到的自己更为结实，看成是跟行星或恒星一样坚实的存有。摆脱把自己看成肉体的想法，进入自我是能量生命的概念吧，接着你就可以看见关于自己的模型，如同这朵极为美妙复杂的花儿——它不管天气是好是坏都会盛开，尽情享受当令季节的雨水和阳光。

花朵在体验雨的时候就单纯地让雨浇灌。当太阳出来了，花朵就感激地接受阳光。这两种天气状态对花朵的健康和进化都是必要的；同样，感知上的好时光和内心的坏天气，对于你、成长中的生命都是好的。我们不会对你说苦难不是真的苦难，因为你们每个人都充分觉察到，你能够承受而且也确实体验过的苦难有多深。每个人都遭遇过巨大的困难。若我们试图对你说你还没受过苦，那我们就是傻瓜。我们想说的是，这种苦难是极有帮助的力量，它是强大的、可以为你提供你来到这里要体验的那些精炼能量；不是因为你想要受苦，而是因为你想要探究并看看你是否能够带着更大的纯净度重新做出那个服务光的选择，你就是带着这

样的想法而进入了此生。

你们在这次投生开始之前，仔细地为它计划好了种种希望。这个器皿所称呼的「圣灵」、很多人所称呼的「指导灵」、Ra 群体所称呼的「高我」，在这次投生前与你商讨过，你们一同考虑了你在一次人生中，究竟希望设置哪些服务和学习的目标。经过慎重细致的考虑以后，你选择了自己人生中的人物——伴侣、父母、孩子、朋友、敌人——你把每个人仔细地安放好，让他们可以用种种方式与你产生摩擦，磨掉你的锐角。你对周围的人起着精炼之火的作用，你周围的人也对你起着精炼之火的作用。不过这火不是关于人的火，而是属灵之火。这整个精炼过程都靠灵性能量驱动。它是造物者的(用来)认识祂自己的能量，并且你借由想要认识你自己的渴望而反映了这点。

我们鼓励你们每个人，把高尚的理想与完全务实的实用性结合起来。醒悟到灵性的实相是件好事。不过这种觉知被安置在血肉与尘土的一生中。你进入投生来体验的，是非常真实的物质幻象里的砂砾与摩擦，这里就是为你的开花季节选定的竞技场。我们认为，在对下述看法的信赖当中有着极大的生存价值：你所扎根的土壤和你在周围看到的花朵，正是你现阶段最好的成长和学习所需的。我们认为，离你最近的东西可以向你提供巨大的服务机会。我们认为，了悟到你心中始终在变的世界中的永久性，这对你有极高的价值。

在什么位置上这个世界的实相停止而形而上的实相开始呢？我们向你建议，两者都位于你的心中。如果你住在脑子里，想着许多想法，飞快地掠过想法的表面，那么你也许会制造出一阵很大的噪音，但你可能不会产出很有意义的东西。如果你进入静默和心之实相中，你可能一言不发，但你可以在心的管辖范围内、在平安中歇息。我们已经把你们描述为「能量性的存有」，当我们谈到进入心之中，

我们是在谈论进入那个能量性的存有之最核心处——身体和灵魂在此处相会。要认识到，在你的大脑和人格外壳输送出一个又一个的想法时，你的心在平静地随着天父造物的韵律跳动。身为鲜活的生命，你拥有令人难以置信的本能智慧，挑战在于怎么汲取你内在早已拥有的东西。

R 实体问到了冥想以及它可以向成长过程中的人提供哪些强化作用。正如这个实体所清楚觉察到的，我们非常赞同冥想是强化进化过程当中一个十分强有力的方法。**以你感觉自在的任何方式进入静默，始终是个强大的帮手，因为爱在静默中住得最舒服、表现得最充分。我们不知道有哪些领域也许会在静默中向你打开，但静默所打开的房间里坐落着许多宅院。我们单纯认为，静默的习惯极为有帮助，而且持续如此。就我们所知，要从外在世界的层次进入内在世界的各种层次——在这里，属于存在的过程和感受在运转着——静默是那单一最好达成的方式。**

你们在听我们说话的时候会以为我们从来都不笑。你们会以为我们从来都不哭，以为我们总是冷静的、睿智地在调配话语。事实并非如此。**我们奋力寻找各种方式来与你们分享我们的体验，我们并不觉得自己是极为成功的。但是，我们必得分享的内容——超过任何其他事情——是一种对爱的觉知，以及一种对爱本身、对爱的威力及公正的确信；爱就是你们的真实存在，也是我们的真实存在。我们鼓励每个人，让任何进入你心中安慰你的光把你举起，于是你乐意向上伸出双手、迎向希望帮助你的天使群。我们请求你们知晓，你们不是孤单的，(只要)请求就有安慰，祈祷就会得到回应，一旦你请求帮助，无形存有们就会来到你身边，祂们很爱你，想望以一切方式来守卫你。造物者并不在远处。造物者是非常非常靠近的。记住这点是好的。**

我们希望你们找到许多平安的时刻，但我们向每一位保证，动荡和不安同样也有其目的。你越能平静地查看你人生中的那些麻烦，你就能够发展出越多的信任，即这些麻烦并非单纯地就是貌似挑战你的困难，而且也是帮手，它们的目的在过程完结时、借由后见之明将会更容易看到。我们鼓励你们每个人都将相互彼此作为救生绳索来使用。如果有一个困难的时刻，找到某个你信任的人好好谈谈。这样不会使得精炼的过程更容易一点，却会让它更为能够忍受，因为彼此分担就会减轻负重。

我们会在此时将这个通讯转移给 Jim 实体。我们感谢这个器皿并在爱与光中离开它。我们是你们认识的 Q'uo。

（Jim 传讯）

此刻我们愿提供自己、尝试述说在座各位可能有的任何进一步询问。请问现在有另一个询问吗？

Carla：S 打电话提了一个，他问到遍布世界各地的光中心，好比雪士达山(Mt. Shasta)、塞多纳(Sedona)、马丘比丘(Machu Picchu)等等，它们有什么显著的意义？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。**这些已经被描述为光中心的区域对于那些敏感的人或在心灵上有觉察力的人有一种效果**，容我们说，因为这些中心或区域既是位于智能能量的入口点，又拥有「持续你们的很多年一直吸引寻求者」的优势。那么，这些中心浸透了具有蜕变特性的能量。因为由你们的子理则、太阳所发送的智能能量，是通过各种漩涡进入地球的；这些漩涡是这种能量的配电器[容我们说]，它们让这个星球的全部人口最终能够分享这些蜕变的特性。这些漩

涡位于一个规律化的网格中——我们在这个器皿的脑子里寻找词汇，(网格)复合体是我们所能找到的最接近的词汇了。漩涡在原力线路的交叉点形成，它们是让智能能量容易融入地球之地幔的入口。**对于这种能量敏感的实体们，常常会被吸引到这些区域，好体会更多的生命脉动，**容我们说。有进一步的询问吗，我的姐妹？

Carla：不了。我这边没有。S 可能会想在回来之后跟进(提问)。非常感谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你和 S 实体。在此刻有另一个询问吗？

M：跟进 Steve 的问题，在我们的区域中，在印第安那和肯塔基州之间最近的能量漩涡是什么？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个具体的地理区域中，有一个与这个位置很靠近的能量漩涡，那就是路易斯维尔城；并且，在一个五到六英里的半径之中有其他的漩涡，位于人群中心的东边和西边。有一张这个器皿能够定位的地图，在判定这些位置方面是有帮助的。有另一个询问吗，我的姐妹？

M：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

Carla：这周有个托尔特克族(Toltec)术士到我们这里作客。我在听他描述内在的景色时，我在想，他是不是在某个内在层面工作，比如星光界或提婆界等等，我能否从那方面来思考、构想他的实相？你们会建议我如何思考这件事呢？他是在

什么层面看到他所见的东西？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。我们只能笼统回答这个问题，我们认为这个实体既参与了在座每个人所居住的空间/时间幻象，也参与了时间/空间幻象——也就是更为形而上的或肉眼看不见的幻象。你在冥想、祈祷、沉思中接触到的，都反映出这个环境，这个实体在这儿有一片住满实体的内在风景，容我们说。是否有进一步的询问，我的姐妹？

Carla：没了。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们再次感谢你，我的姐妹。此刻有另一个询问吗？

R：你们通常无法详细回答这类问题，比如我们这个地区中的漩涡位置。这是不是因为我们早已知道了，以致混淆法则就不适用了？我很好奇为什么你们能够比你们通常状况说得更具体呢？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的兄弟。关于能量中心的入口的问题，我们能够给出这个器皿能传递的内容而不用担心侵犯任何实体的灵性成长，因为这些(地理)能量中心是所有实体都可用的，对于一个人的未来并没有影响，容我们说。有另一个询问吗，我的兄弟？

R：没了，我这边没有。谢谢你们。

我是 Q'uo，我们感谢你，我的兄弟。在此刻有另一个询问吗？

M：在这个夏天，直到秋天我们再次聚集在一起时为止，你们将会前来照看我们的团体吗？

我是 Q'uo，觉察了你的询问，我的姐妹。在这个团体的两次聚会之间的时期.....*（录音带结束。该回答基本上是肯定的，虽然不会尝试传讯，而只是协助冥想。）*

Translated by T.S.

(V) 2021 Reviewed by Sunny & cT.

翻译出处：

http://soultw.com/TLOO/2001_0520b.htm

英文出处：

https://www.llresearch.org/transcripts/issues/2001/2001_0520.aspx

---

☆ **第 0010 章集：视频丨UFO 解密 - 对唐与卡拉的访谈（1978)**

---

https://mp.weixin.qq.com/s/Zs6wnerPS9OU15gSVmApIw

小编按：1977 年，唐·艾尔金斯与卡拉·鲁科特出版了《UFO 解密》(Secrets of the UFO)一书。次年，美国亚特兰大电视台的“畅谈”(Open Up)节目对唐与卡拉进行了一次约 70 分钟的访谈。该访谈可在 L/L Research 的油管频道上找到，分为五部分。最近有网友(觉醒小猪猪)将此系列视频翻译完毕，分享于网上，特转载于此。

英文文字稿：

https://www.llresearch.org/interviews/bill-tush-tbs

特别感谢译者觉醒小猪猪的译介分享！想观看译者其他作品的朋友，请前往译者的 B 站主页：

https://space.bilibili.com/506424169

☆ **第 0011 章集：两种教导**(20110402)

Copyright©2011L/LResearch

爱与光之图书馆

周六冥想 2011 年 4 月 2 日

Jim:今天傍晚的问题来自于台湾的 T：“请 Q’uo 告诉我们一些关于悉达多·乔达摩，又称为佛陀，寻求和开悟的事情。关于灵性开悟，这个故事告诉了我们什么？”

(Carla 传讯)

Q’uo：我们是被你们所知为 Q'uo 原则的实体。我们在太一无限造物者的爱与光中向你们问好，在祂的服务中，我们今晚参加这个寻求圈。我们要感谢你们每个人，感谢你们把我们叫到你们的团体中，感谢你们从生活中抽出时间来以这种方式寻求真理。你们对我们帮助很大，因为我们提供的服务就是这样，与那些提出问题的人交谈。

像往常一样，在开始之前，我们会请求你们每一位用你们个人的分辨力来听我们说的话，从我们的想法中提取那些有帮助的东西，把其余的东西丢到后面。我们感谢你们这样做，因为当知道我们不需要担心(我们的想法)侵犯你们的自由意志时，我们会感到安心。谢谢你们的这份考虑。

今天晚上的问题是关于那位被知晓为悉达多或者说佛陀的实体，以及他对灵性开悟的教导。我们发现，为了以可能更有益的方式来说明这个问题，我们将花一些时间来谈谈基督教和佛教中所包含的两种宗教思想。

耶稣和悉达多这两个实体都为寻求真理的人提供了巨大的资源。他们有不同的吸引力领域，但他们的共同点是强大的。对他们来说，寻求造物者，为造物者服务，花时间在造物者身边相伴就是一切。对他们两人来说，没有什么事物比灵性寻求更重要的了。他们两人的生活都表明了这种偏爱、这种关注和这种奉献。

在凝视这两个强大的令人印象深刻的存有时，(可以看到)有两种不同的寻求风格。其中的一个人(耶稣)，他知道他的领域不属于这个世界，但他还是全心全意地进入了这个世界，心中只有对他所看到的一切的爱。在他进入(这世界)的期间，他的肉体被他所承担的东西所摧毁：世界的痛苦。所有的苦难都被带入自我之中并被接受。对耶稣基督而言，摧毁他的肉体并不重要，重要的是他遵循着天父的旨意。他说："不是照我所愿的，而是照祢所愿的。"

佛陀看到了相同的世界，他知道自己不属于这个世界，也不是这个世界的一部分。因此，他的道路并不是进入到那颗开放的心中，并不是把这个世界上所有的痛苦带入自我。相反，他允许世界上的东西脱落，因为在他看来，这些东西似乎想脱落。在他的人生中，他研究了这个世界上的每一条灵性道路，并得出结论，那不是他的道路。"neti-neti，不是这个也不是那个"[1]的原则在这里发挥了作用。因此，除了寻求太一造物者之外，佛陀允许所有的东西都脱落；随着这过程，他不再关心世界的痛苦，除了祈祷所有的痛苦可以停止。他没有试图承担这世界的痛苦；相反，佛陀尝试让自己的痛苦脱落。当痛苦从佛陀身上脱落时，它也会从

世界上脱落。

[1]原注：根据维基百科，“netineti”在印度教、特别是在智慧瑜伽(JnanaYoga)和吠檀多不二论(AdvaitaVedanta)中可能是一种颂词或咒语，意思是“非此非此”或“非此非彼”。“neti”是来自“naiti”(不是这样)的变音。“netineti”是《奥义书》中的一句话，特别是归于《阿瓦杜塔歌》(AvadhutaGita)。

耶稣的教导吸引了那些喜欢感受敞开心扉、向爱敞开心扉的人。悉达多的教导吸引了那些寻求智慧的人。然而，基督的慈悲追随者和佛陀的慈悲追随者在爱与智慧平衡的中间点相遇。因此，这两条道路都是正确和有用的。对于那些信奉佛教或印度教并在他们一生中遵循佛陀的道路的人，我们建议他们或许可以研究一下追随耶稣的教导是怎样的。对于那些在一生中追随耶稣的教导的人来说，研究一下并进入悉达多的教导也同样有用。

请记住，走极端的方式不会带来觉悟，当一个人能够平衡爱和智慧的能量时，觉悟才会到来。在悉达多的一生中，他由富人变成了穷人，活跃的人变成了安静的人，军队的领导人退役并养成了坐禅冥想和“帮人渡河”的习惯。谦虚的佛陀不是被智力所指引，而是被他对“无限太一之临在”的渴求所指引。

没有比一个已经达到灵性成熟的人更好的真理典范了。这样的人有能力通过交往(association)来引导他人自己发现真理。我们可以说这是通过灵感完成的，而那就表明了想法被采用来激励(他人)。对于悉达多而言，做法不是这样的。然而他的存在是很有说服力的，很多很多世纪以来，照亮和激励了那些追随其教导的人。

几乎不可能用语言来在他人(心)中创造觉察、对灵性的敏锐度或者灵感。要用语

言来持久地感动人们的心灵，这不是不可能的，却是非常困难的。耶稣通过讲故事来做这件事。佛陀则用他的沉默来回应这一点。在那沉默中站着灵性上成熟的佛陀，他曾经和你们一样充满欲望，对财富、影响和权力感兴趣。他后来也没有厌恶这些东西，而只是倾向于不理会这些。

我的朋友们，为什么一个人会不希望掌握政府、军队、经济领导等方面的权力？悉达多认为这些都没有吸引力，没有理由待在那个代表着“政府、军队和权力大厅”、充满着“概念、意识形态和意志冲突”的监狱里。这个简单的转身，这个将自我从事物的牢笼中解放出来的行动，就像一座灯塔一样屹立着，让别人知道，有可能将自我从对事物的爱欲的负担中解放出来。这的确是强有力的一课。

这并不是说佛陀蔑视金钱，而是说悉达多没有被自己对金钱的欲望所禁锢。没有了欲望，催化剂就没有了用途，乔达摩全心全意地对他在这个世界上遇到的每一件事都温和而坚定地说“不是这个”。

将世间事物与对世间事物的执着分开是一个非常有用的概念。佛陀不需要宣扬世间事物的罪恶。他只是不渴望它们。对于一个被欲望淹没的人来说——有些欲望是相互冲突的——这种自由是宝贵的，而且佛陀的方法是非常非常有帮助的。

有时很难将耶稣基督或悉达多佛陀与他们死后围绕他们而形成的(宗教)机构和文化期望分开。他们对发生的事情没有控制权。他们不再属于这个密度。而这个密度的人，为了影响力和权力，已经系统地试图改变这两位领导人的神秘教导，以获取可以持续赚钱的东西。因此，如果你想追随这两者中的任何一位，好的做法是寻找教导的来源，寻找这些伟大的老师所提供的教导，而不是听那些据称追随这些老师的人的说辞。

由于数世纪以来的扭曲，混淆已经产生，所以，现在追随这两个人中的任何一个都是非常困难的。然而，通过努力，相对无扭曲地理解佛陀所提供的教导是完全有可能的。一个需要更密切地注视佛陀的人，和一个需要更密切地注视耶稣基督的人一样，需要持续地进行日常的内在工作来支持这一尝试，并且我们建议以任何形式进入静默状态，这有助于支持那些你正在尝试安放在你意识中的领悟。

基督和佛陀都在相似的能量水平上振动。“追随他们当中任何一者”这过程的核心都是利用这种振动。当你利用这种振动时，你就成为你所寻求学习的东西。当你逐渐能够允许这种理解[容我们说]渗透到你的心智和意识的最深处和根部时，你将能够避免那种到处泛滥的扭曲。此时，我们想问一下，在这个圈子内的人当中是否有对该问题的后续提问。我们是 Q'uo 群体。

（停顿）

我们是 Q'uo 群体，并再次与这个器皿在一起。我们想要感谢 T 的询问，现在我们对这个圈子开放，接受任何其他你们可能有的问题。现在还有其他问题吗？我们是 Q'uo 群体。

G：Q’uo，这是 M 写的问题：“在与我的高我沟通时，有时看起来像是某些信息请求不被批准。你能否评论一下其中的原则——高我据此选择在某些情况下而非在另一些情况下保留信息？”

Q’uo：我们是 Q'uo 群体。我们感谢 M 的询问。我的兄弟，关于在道德情境下可追随的最高和最佳路径，高我可以提供灵感。当被问及最高和最佳的路径在哪里时，对于高我而言，有一个相当可靠的趋势，那就是能够做出回应。

然而，高我是一个指导系统，是你自己留给你的资源。它不是被设计来替你思考，也不是被设计来开辟那些[由于一个原因或另一个原因]不在你人生规划上的道路。因此，有时看起来好像高我并不是乐于提供信息的。如果高我，也就是你所信任的指导系统，在某个问题上并不积极主动地告诉你一些事情，那么这将会告诉你，你所询问的问题超过了指导系统所能提供的领域。

我们在该器皿的脑海中看到了一个古老的笑话，关于一位祖母——她的孙子在岸边玩耍。一个巨浪袭来，卷走了男孩，祖母在岸上跑来跑去，恳求上帝把男孩带回来。经过几分钟的祈祷，小男孩被冲到了岸上，安然无恙。祖母冲到他身边，把他从头到尾检查了一遍，然后抬头望着天空说："上帝，他的帽子呢。"

我的兄弟，你有可能会失去你的帽子。风暴来了，痛苦随之而来。如果你能待在苦难的火中，并向它请求礼物，那么从苦难中就会产生：灵性上的成熟，痛苦但感激地学到的功课，以及苦难的止息。我们建议，当内在之灵看起来没有响应时，下面这样做是好的：检查一下你的态度、你的假设和你对你所信任的指导系统的要求。认识到它受到混淆法则的约束，并为它能够给你的指导表示感谢。

我们很抱歉没有说得更清楚，因为我们认识到，在你看来，由于某种原因，对于那些真正的寻求者而言，没有什么东西应该不被给出。然而，我们会问你，你是否会考虑对一个三年级学生不予给出微积分或立体几何的原理。有时，我的兄弟，你对(圣)灵提出的要求却无法被满足，是因为你作为一个人，你的心和头脑中还没有前置的必备信息。当你觉得圣灵或高我给你的东西比你希望的要少时，下面这样做是有帮助的：接受已经给你的东西，同时也接受没有给你的东西，谦卑而真诚地希望生活和学习会给你带来必要的知识，以便你确实可以理解微积分

和立体几何。

等待灵性成熟在自我内部发展是困难的，同样困难的是，在这样做的同时又不会因为“自我不能从一开始就知道灵性开悟所需的一切”而以某种方式责备自我。我们能对你说的是，我的兄弟，我们鼓励你有耐心，并谦卑地承认，你将乐意接受你今日所能学到的东西。并且你将一次又一次地询问，直到你有成熟的能力来理解那种回应。

我们是 Q'uo 群体，请问此时是否有其他问题？

G：Q’uo，来自德国的 M 写道：“媒体上有关于一位名叫普拉哈拉德·贾尼(PrahladJani)的印度瑜伽士的报道，他声称在过去 70 年中没有摄入任何食物和水。医生们对他做了一些医学检查发现，他的身体甚至没有存储每天[研究人员提供的]100 毫升的水。普拉哈拉德说他已经通过冥想摄取了他所需要的所有能量。

另外，我读了一些独立的研究报告得出结论说，我们永远不可能仅仅通过食物和水来吸收我们所需要和消耗的能量。我认为地球上所有的生物生命都像自由能源设备一样，会转换维度间的能量，这种想法是否正确？另外，作为能量来源的食品与精微能量之间有什么关系呢？”

Q’uo：我们是 Q'uo 群体，感谢你的提问。我们想对 M 说，像普拉哈拉德这样的人是正当地摆脱了摄入食物的必要性。这是因为这类人，要么通过灵性修炼而开发了、要么天生就具备了对普拉纳(生命之气)和光这些精微能量的觉察。我们不能说，对所有人类来说都可以像使用自由能量装置一样使用身体，因为在第三密度内，能让物质身体脱离食物需求的实体确实是很罕见的。我们在这个器皿的头

脑中发现了在你们电视上经常看到的警告："请勿在家里尝试这个"。通常，在观众观看某人做特技或高难度身体技艺时，如跳过峡谷或其他危险和高度技巧的动作时，会出现这个警告。我们会说，对于你们而言，除了那些正在寻求这种摆脱食品束缚之自由的人，要成功脱离食物和水并且只依靠光即普拉纳能量为生，这种可能性微乎其微。然而，这种灵性练习对于以这种方式而寻求的人来说是一种满足，并为这个人打开了通向光明的大门。对于其他人，我们会建议他们把重点放在能量体的开启上，而不是物质身体的退出。然而不能否认的是，在第三密度地球上的每个人内在都潜藏着一种能力，这种能力即是借由对一切事物之中的生命的觉察而储存和使用在气息中的、来自太阳的光能量本身，这样就不再需要把身体作为能量提炼厂了。我们是 Q'uo 群体，请问此时是否有其他问题？

G：没有来自国外读者的问题了，Q'uo。谢谢你们提供的那些答复。

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们感谢 G 对这些请求的耐心看管。容我们问，这个圈子中的其他人此时有什么疑问吗？我们是 Q'uo 群体。

（停顿）

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们发现这个圈子没有更多的询问了。因此，现在是我们暂时告别的时候了。在太一无限造物的爱与光中，我们离开你们，一如我们找到你们。我们被你们所知为 Q'uo 原则。Adonai，我的朋友们。Adonaivasu。

(V1)2012TranslatedbyTina,reviewedbycT.
With special thanks to yingying
(V2)2022 Revised by Daniela & S.H.
中文出处：yidefaze.org/lllib_2011_0402/
英文出处：llresearch.org/channeling/2011/0402

☆ 第 0012 章集：L/L 纪念集 - 吉姆：关于唐·艾尔金斯的短笺

小编按：今天是《一的法则》发问者唐·艾尔金斯(Don Elkins)去世 38 周年纪念日，特此分享一篇吉姆在 4 年前发表于个人博客的纪念文，内容是关于 Don 离世原因的分析。

亲爱的朋友们，

今天是 Don Elkins 去世三十四周年纪念日。最近我注意到，他借自己之手而死这件事的性质，是一个通常不会被热爱一的法则的人们公开讨论的主题。一般而言，自杀这个话题似乎是一个令人不舒服且被污名化的主题，因为它往往被视为是死者在面对生命挑战上的失败。很多人都有朋友或者家庭成员通过这种方式离开了这个幻象，对于那些留在身后的人来说，这是非常令人痛苦的。我确信，人们在讨论 Don 的死亡上的缄默，大部分是基于对他的爱，对一的法则的爱，以及对爱/光研究中心的爱。人们可能希望通过避免谈论 Don 的精神疾病和自杀来守护 Ra 接触的声誉。我能感觉到你们在这方面的爱与支持，我为你们由衷的关心而感谢你们。

我想让你们知道的事情是，尽管我们对失去 Don 感到无比悲伤，Carla 和我仍旧对这样的可能性保持信心，即 Don 的陨落是他对其他人——特别是对 Carla——以及对他一生的工作的不懈奉献的结果。他真的是 Carla 的一位挚爱伴侣，并且在我认识他之后的时间中，他是我最好的朋友。Carla 和我一直都希望通过承认他的旅程中的所有部分，包括他的死亡性质，来荣耀对他的回忆。在谈论 Don 的生命如何结束时，人们必须要考虑的因素几乎超出了大多数人的理解能力，因为

这些因素实际上是多重的，而且在地球的整个历史中有可能只在很少情况下再现过，如果有的话。

主要的因素是我们的灵性工作的“魔法”性质，以及由此而产生的，它容易遭受负面干扰之影响的性质。根据 Ra 的说法，有一个灵性原则，那就是当正面的信息，诸如我们从 Ra 那里所取得的信息，被有意识地寻求时，这个选择必须要被下述事物的可得性所平衡，即来自服务自我实体们的负面性供给。这个“运动场”自动地被心灵致意(psychic greeting)所“瞄准”，于是我们的寻求之难度是我们的自由意志选择之强度或纯度的同义词。换句话说，灵性工作从来都不会缺少这样或那样类型的牺牲，因为一个正面性（或者负面性）选择的力量，与做出这个选择的难度相等。负面实体在这方面的工作通常被称为心灵攻击，但是 Ra 使用“心灵致意”一词。Ra 在 69.17 中提到这一点:

其次，我们和你们在诸如这样的工作(集会)中所做的事情，携带着一种魔法电荷，如果你愿意使用这个被大大误解的术语的话，或许我们可以说是一种形而上的力量。那些从事力量工作的实体可以与具有大致相似力量的实体进行往返的沟通。幸运的是，该猎户实体并不拥有这个小组的原生力量。然而，它是相当训练有素的，而这个小组却缺少与它的力量同等的手腕。每个(成员)都在意识内工作，但这个小组尚未作为一个小组开始一个工作。个体的工作是有帮助的，因为小组是个互相的协助，对于彼此都是如此。

因此，我们那时处于一种独特的情况中，因为我们与 Ra 的工作吸引了一位第五密度负面实体的注意，这个实体希望终止 Ra 接触并移除它所产生的光。Ra 在 80.4 中描述了它着手进行这项工作的方式:

***发问者**：该实体能够通过早已存在的肉体扭曲来发挥作用，而它无法对一个没有任何肉体扭曲的实体发挥作用，这个事实的原因是什么呢？*

Ra：我是 Ra。这个问题的关键是这个术语：扭曲。任何扭曲，无论它在复合体的性质上是身体的、心智的或灵性的，都可能被一个能够进行魔法工作——即，能够造成意识内改变——的实体的暗示所着重强调。这个实体拥有很多肉体扭曲。该小组中的每个实体都有各式各样的心智扭曲。它们的性质各有不同。某个扭曲越是少地被自我知识所平衡，该(负面)实体就可能越是老练地着重强调这样一个扭曲，以减少该小组流畅运转与和谐。

在 Ra 接触中，我们三个人中的每一位都拥有各种各样的扭曲，并且在整个 Ra 接触期间，这些扭曲都被我们的负面朋友用作机会目标。就像任何寻求者一样，我们仍有许多东西需要学习。Carla 在投生前选择了关节炎作为一种专注于内在工作的手段，而不是专注于这世界上的外部工作。这个扭曲持续不断地被我们的负面朋友所强化，有时候是以非常神秘的方式而进行，但一直都是根据形而上的法则[如果你愿意这样说的话]——这些法则规定了这种平衡，也即在面对选择之际的困难。举个例子，我为了学习自我悲悯而携带的那种对自己发怒的倾向，在我的人生中多次被强化——在我犯了错误并以打破一个工具或一个物件来回应的时候。

Don 在他所做的任何事情上一直都是非常小心谨慎且有智慧的。在他生命的最后两年，这种智慧变得扭曲，趋向于担忧和害怕他的雇主[东部航空]将要破产，于是他就不再能够支持我们的工作或者爱/光研究中心了。他同样也担忧 Carla 不断恶化的身体状况，这种状况当时正在被我们的那位属于第五密度的负面猎户朋友所强化。但是，他最大的担忧似乎是 Carla 的灵体有可能被我们负面导向的朋友放置在负面的时间/空间中。这在 1981 年 8 月 16 号的周日晚间公开冥想期间几乎发生了(68.5)。这种对他的智慧之担忧面向的着重强调，构成了一个能够被

而且(确实)被心灵致意所强化的自由意志选择。当 Don 询问 Ra，我们的负面朋友是如何针对我们小组而运作的时候，Ra 在 62.20 中说:

***发问者**：目标是什么呢；这位[容我们说]领导者，这位在第五密度猎户集团中处于啄序顶端的实体将什么事物作为一个目标呢？我想要理解他的哲学，涉及他的目标以及他对[我们可能会称为的]未来或他的未来的计划？*

***Ra**：我是 Ra。这个想法对你们而言将不会那么陌生。因此，我们可以穿过这些密度来谈论，因为你们星球在这个空间/时间节点拥有某种占据支配地位的负面导向行为。*

早期的第五密度负面实体，如果导向于维持作为一个社会记忆复合体的凝聚力的话，它可能依它的自由意志决定，通往智慧的道路存在于以精巧的规矩操控所有其他自我。然后，它凭借自己在智慧中的各种能力，就能够成为第四密度存有的领导者；这些第四密度存有正处于通往智慧的道路上——借由探索那些属于自我之爱和自我之理解的次元。这些第五密度实体将造物视为应该被置于秩序中的事物。

当与一个诸如“这个第三密度”这样的层面在这个收割时期打交道，它将会更清楚地看到呼求的机制，并且有远远更少的变貌朝向掠夺或操控——这借由被提供给负面导向实体的思想而进行——尽管在允许这种事发生并派遣较不智慧的实体去做这工作的过程中，任何成功都会回馈给领导者。

该第五密度(实体)看到了那些由光所造成的困难，于是就引导那些属于这种振动的实体去寻找机会目标，诸如这个(小组)。如果朝向自大等扭曲的第四密度诱惑[容我们说]没有成功，那么第五密度实体就会从去除光的角度来思考。

因此，既然我们不会使我们服务太一无限造物者的渴望偏离于调谐状态，我们的负面朋友就希望通过任何可能的手段来扑灭我们的光。我们每个人都体验到了大量的心灵致意，尽管 Carla 肯定首当其冲。

随着 Don 的忧虑不断增强，Carla 开始担心：她的挚爱伴侣，或者 B.C.[如她对 Don 的称呼]，正在遭受过多的痛苦。因此她告诉他，她愿意承担他的忧虑并成为那个强壮的人；而他可以像她一样“弱小和愚蠢”，而非不得不担负起所有这些忧虑。Carla 并不知道，这个提议有着真实而危险的形而上意义。在 Don 不经意间接受这个提议的时候，他确实没有想象到这件事会有任何后果。但是 Ra 说，既然 Don 和 Carla“从时间(存在)以前就已经是一体的”(75.23)，这个协议导致了他们之间的一种“有害的能量交换”。Ra 在 106.13 中描述了这种有害的能量交换：

发问者：*Ra 能否推荐我应该做什么来改善我的健康状况？*

Ra：*我是 Ra。我们在这个情况中极其靠近混淆法则，但由于对该器皿而言的潜在致命结果，我们感觉到谈论的恰当性。我们暂停以给予发问者和书记员一会儿空间/时间来借由以下方式协助我们，即走远一点，离开那些导致我们祈请混淆法则的扭曲。这会是有帮助的。*

[停顿一会儿。]

我是 Ra。我们感激你们的尝试。即使在你们的行为上有困惑也是有帮助的。发问者在最近已经允许了一个心智/情绪痛苦完整地从发问者转移到该器皿。这个有害的工作之关键存在于下述时间——当时该器皿说了一些话，大意是它愿意成为该发问者，成为那个强壮的人；发问者可以和器皿一样弱小和愚蠢。发问者，全然无知于器皿的坚定意图，也没有领会到任何这类能量转移的可能性，同意了。

这两个实体已经持续一个永恒时期如同一体，并且已经把这一点显化在你们的空间/时间中。因此，有害的运作发生了。借由小心谨慎的协议，它有可能被消除。在发问者这边，我们敦促把注意力放在感恩与和谐上。我们可以一般而言地肯定先前的推荐——关于被知晓为 Bob 的实体的技巧以及意图的纯粹——并可以指出那个交感神经疾病，它已经由于该器皿的敏感性而发生。

最后，我们可以指出，对于被知晓为 Peter 的实体，发问者、器皿和书记员所经历的扭曲的几个面向可能是相当明显的，而且可被相当简单地转化为较小扭曲。

在那段时期，这种有害的能量交换从未被消除。发生在 Don 身上的事情反而是，他那件允许他从一个智慧的位置上处理任何情况的光之盔甲被移除，并且所有外部刺激物都向他袭来，猛烈撞击他，给他造成了心智上与灵性上的巨大痛苦。在他生命的剩余八个月里，这种情况持续增强。除此之外，Don 和 Carla 在那个时候都处于入门之中(106.3 和 106.12)。入门本身往往就很困难，但现在它又被加入到有害的能量交换与我们的第五密度负面朋友的注意。

Don 关于 Carla 的灵体可能被转移到负面时间/空间的巨大担忧，也导致了他在 1983 年秋天问过我的一个古怪问题。他问我，在我看来，是否有可能与我们的负面朋友做一个交易，让它放了 Carla。我告诉他，决不要相信这样一个负面极性的实体，它唯一的目标就是控制你。因此，我真的不知道这个问题以及 Don 对它的考虑如何影响了他的死亡，但是，如果有一天我发现，我们的负面朋友在当时能够利用 Don 头脑中的这个想法帮助把他带向死亡，我一点也不会感到惊讶。

在 Don 去世前，我们三个人在肯塔基州安克雷奇的房子里住了七个月。那一整段时间里，他都处于心智、身体及情绪上的衰退之中。他失去了 70 磅的体重，从

220 磅下降到 150 磅。他把自己安置在一所本地医院的精神科病房中，但他的精神科医生在 Don 待在那里的前三周时间去休假了。在他休假返回后，他对 Don 能做的也非常少，因为 Don 并不想跟他说话。最后，Don 能够假装出病情足够好转而被释放了。当我们开车回家的时候，他告诉我们，他并没有好转，并且每一天似乎都比前一天更糟。Carla 害怕他的身体可能最终会因为不进食而垮掉。

有一天 Don 向我提到，他感到他的死亡即将来临，用这样或那样的一种方式。在今天反思这个说法，仍然不可能知晓，Don 的感觉是来自于他的直觉还是来自于他的混淆。那天 Don 告诉我，他在考虑杀了自己，因为如果不管怎样他都将要死去，他不想死在医院里。Carla 和我当时面临一个非常困难的抉择。如果他是在做出有意识的决定，我们两人都不希望违背 Don 的自由意志。然而，我们当时并不信服 Don 是头脑清醒的。我们当然害怕因一个(他的)无意识举动而失去他。我们相信更大的可能是，Don 的精神疾病——它被心灵致意所强化，甚至是被心灵致意所引发——正在占据着中心舞台。我们觉得 Don 的精神疾病正在使他相信死亡即将来临、相信医生无法帮助他，并且正在使他考虑自杀。我们并不认为 Don 想要死；只是认为他看不到活下来的方法。对于我们，无论状况会变好还是变坏，Don 的混淆都构成了一个对服务的呼唤。Carla 和我尽了最大努力对 Don 的困境运用了爱与智慧的平衡。我签署了一份精神病调查许可，让 Don 被送往医院住 72 小时，以评估他的状况。

当警察前来执行这份许可的时候，Don 将一把.38(英寸口径)左轮手枪对准他的头部，并告诉警察离开。就是在这时，Carla 跑上楼梯想和他在一起，但却被警察们拉了回来。在随后的对峙过程中，Don 将屋里所有的外套都收集起来，将它们放在门廊，以便警察在一个寒冷的十一月夜晚能够保暖。即使他当时承受着心智状况的极大痛苦，他仍然对在寒冷夜风中的警察感到同情。在经过六个小时的僵

持之后，警察决定这个情况需要结束，于是就向房屋中发射了催泪瓦斯。这便迫使 Don 出来、进入到后院中，他在那里开枪自杀并立刻死去。Carla 和我一直都相信，Don 在外面开枪自杀是为了让 Carla 能继续住在房子里。

三天后，Carla 在一个清醒的异象中看到了 Don，他告诉她，每一件已经发生的事情都是按照计划发生了，一切都好。他说，在我们同样也穿过死亡大门以前，我们将一直都无法理解为何是这样。两天后，Carla 再次在一个清醒的异象中看到了 Don，并被给予了相同的信息。因此，既然 Carla 已经穿过死亡大门，她已经知晓每一件事情发生的充分理由，而我们其他人则被留下来沉思另一个在寻求一的法则之真理的旅程上的奥秘。

我们无法知晓，如果事情不这样发展， Don 是否可能活下来。Ra 说过很多次，“没有错误。”说出这句话比领会它更容易，但我相信，这就是我们的信心在我们的灵性发展中扮演关键角色的位置了。在我们的灵性旅程中，我们每个人都将会发现，很多时候，我们无法理解正发生在我们身上的事情怎么会没有错误。然而，当我们回顾我们的灵性旅程是如何展开的时候，我们都能看到，在很多地方，事情看起来完全不好，但随着我们沿着自己的道途进一步前进，结果却是好的。在这一情况中，Don 的牺牲很可能拯救了 Carla 的生命。Don 是一个令人难以置信地认真负责且有道德的人。他同样是安静和神秘的。我相信，有很多他曾感觉到、知道或者体验到，但却没有讨论过的事情。我相信他的完全正面性，也相信这个事实，即他的所有有意识选择，都是为了给他人带来一个积极结果，即使是以他自己为代价。无论 Don 是不是镇定自若地结束了他的生命，他的行为都可能已经保留住了 Carla 的生命——无论是借由结束 Ra 接触，还是借由其他某种让 Don 接受我们负面朋友干预的途径，以便 Carla 能够继续前进，分享她的爱与光。毕竟，他们已经互换了位置，而这加速了 Don 的陨落。

在 Don 去世以后，Carla 和我感觉到我们几乎像是一起进入了一次新的投生。Carla 在服务太一无限造物者中的不懈工作，额外持续了神奇的三十一年。在那段时间，Carla 和我能够用许多方式服务彼此，我们感觉到这些方式实现了我们投生前的计划。Carla 终于能够平衡她从童年开始、就不期待回报式地奉献她自己的倾向，她终于有能力接受其他人的爱的给予，表现就是她在受限于病床时接受了我的照顾。以这种方式，她平衡了自己的无价值感。就我而言，由于有机会去满足 Carla 的日常所需，我能够在无条件之爱中开放我的心。在她去世之后，作为我和 Carla 共处的经历的结果，我感觉到我终于能够爱我自己了。后来，我受到鼓舞去请求耶稣来到我心中，从那时起我感觉到了一种向周围任何人更充分地敞开我的心的能力。每一天，我都为我生命中的一切而感谢太一无限造物者。我确信，对于 Don，对于我们发现自己身处其中的世界，对于我们内在的世界，一切都好。真的，一切都好。

在赞美与感恩中，

Jim McCarty

2018 年 11 月 7 日

Translated by April

(V) 2022 Reviewed by S.H.

英文出处：llresearch.org/news/2018/note-about-don-elkins

bring4th.org/archive.php?uid=214&catid=1&m=11&d=7&y=2018

关于 Don 之离世的其他说明，请参看原版《一的法则》卷五当中 Jim 与 Carla 对最后几场集会的相关评论：

https://yidefaze.org/category/ramaterial/book5/

https://yidefaze.org/epilogue/

其他相关阅读：*L/L 纪念集 – 唐·艾尔金斯简传*

L/L 纪念集 – 缅怀卡拉，吉姆在卡拉葬礼上的悼词

☆ 第 0013 章集：L/L - 一的法则《概念指南》中文版发布

小编按：前阵子爱/光研究中心在官方发布了“Ra 接触资源系列”的目前唯一一卷作品，一的法则《概念指南》中文版电子书，作者是爱/光研究中心的主管 Gary Bean，很有益于帮助理解一的法则的各个重要概念。欢迎大家下载！让我们感谢 Terry 与郭丽芸两位译者的辛苦翻译！

图片

繁体版下载地址：

https://assets.llresearch.org/books/a_concept_guide_chinese.pdf

简体版下载地址：

http://yidefaze.org/wp-content/uploads/2023/01/a_concept_guide_CN.pdf

（说明：由于小编没有 word 版底稿，简体版来自软件对繁体版 PDF 的自动简体化，两者翻译与排版完全一致。虽然繁体版和简体版排版都存在一些问题，但大体不会妨碍阅读。下文摘自此书正文的介绍。）

介绍

概念指南的任务

Ra 在报告一的法则运作的过程中使用了高度专业化的词汇和语法，以便在我们语言允许的范围内尽可能精确的表达——或者如它们所说的："最大化答案细微处的准确度。"这在一定程度上得益于它们独特的词汇选择，它们能够把形而上学在常年混浊的水域中得以澄清，传递一种哲学、既是非常复杂又是内部一致的。

但是由于 Ra 的术语是远古的，它可能造成领会的绊脚石。除了这个挑战之外，唐•艾尔金斯无法以线性和渐进的方式追寻每个构想。取而代之的是，他随着这里一点提示、再转回那里一点想法，一而再地讨论不同的课题，在不断揭示新资讯的同时，让方法论与自发性保持平衡。Ra 的各种概念在 2,630 个问题中反复而零星地重复地被讨论。那么，按照集会顺序阅读材料时，就难以掌握任何一个概念的全部范围。

因此，自该材料首次问世以来，就已经引起读者的呼唤，要求提供邦联的宇宙学术语表。为了解决这个需求开始了以下的工作。随着工作的开展，它转变成对于邦联哲学中各种想法和概念的全面指南。

创建概念指南

从行家到意志（Adept—Will），再以下的书页中，列出对每个术语的研读，综合它在《Ra 接触》中所有出现之处。每次出现，我都列出该术语定义的每个问与答的引文，那用来建立该术语的定义，加上第二个次要的问答列表，它们有助于定义并提供进一步探索的机会。这些参考可用于交叉检查我所提供的东西、并且加深你自己的学习。

在每个条目中，我都力求让 Ra 透过定义来述说。在此，我逐字用它们的话以增加清晰度。由于在这些定义中 Ra 的话语出现率很高，因此我尽量不用引号以免造成读者的视觉和语法的纠缠不清。那么，可以安全地假设，如果指南中的某些内容听起来很卓越，很可能是 Ra 说的，如果听起来是“欸”，很可能是我说的。

我的目标总是忠于 Ra 的原意，以我所理解的为限。有时候，我能够简单地按照策定的教程顺序来整理 Ra 的信息，只添加一些结缔组织，好让引文能够讲述它们想要讲的故事。在其他时候，当我选择扩展一个不太清楚的概念时（例如，什么是信心？），需要在条目中进行一些推断。在其他情况下，如果我以更多的创意提供更自觉的主观来诠释，我会标上“作者的笔记”。

任何个人的偏见希望通过其他两位《一的法则》哲学之学者黛安娜•罗伊和奥斯汀•布里奇斯的密集而熟练的编辑工作来抵消和圆润。然而，请知晓，尽管我们三人为客观性而努力，但在作品之中，没有任何人（包括 Ra）能够在其进化阶段逃脱固有观点的偏见和局限。俗语说的真切，我们看不见如其所是的世界，而是看见我们之所是。因此，我的努力只是一些谦卑的路标，将你引向我相信是 Ra 预期的地方。

请让我说清楚，这既不是教规，也不是邦联术语的最终解释。这只是一次尝试。我已经看到许多其他追寻者以各种方式对这些术语做了令人眼花撩乱的检验。我学到很多东西、都是从各方独特的有利点所带来的。请总是依据你的最高理解来测试这个献品。

词语只是近似值

还应强调指出，没有人能够将这些概念永久地固定在教条石头上，因为它们是活生生的想法。这里列出的许多概念都被裹在神秘中，主题包括钻研宇宙的基础，并涉及到最远的微观宇宙和宏观宇宙之边缘。在自我中发现这些想法，以及它们在个人和集体上的应用，这是一个漫长旅程，持续穿越我们的百万、千万年，经过不同的密度进到永恒。始终牢记，一的法则简易地是你内心最深处的经历、是真正的你。这是超越表述与思想的。这是你对一体状态的证悟。

这并不是说努力理解 Ra 的意思不重要；毋宁说，在熟悉这些概念之后，人们可能会通过一些话语而找到不可言喻的真理、那只能靠体验。正如埃克哈特•托勒所说的：话语不过是指向超越自身的路标。

一个关于语言的笔记

Ra 尝试在地球历史上某个特定时期使用的一种语言来和我们沟通——也即在 1981 年至 1984 年间的英语。与每种语言一样，英语的语法和词典不可避免地充斥着关于实相本质的假设。每个单词都铭刻着人类和文化的经历：我们去过的地方，我们恐惧什么，我们渴望什么，以及虽然在大多数情况下，每个说话者都不知道的，我们的视野和理解有着各种局限。

为了解决传达信息过程中出现的一些错误，Ra 将我们收集的信号和符号（称为语言）描述为「限制的氛围」。它们谈到使用这种陌生的工具以达到它们的目标，它们说：

◎ 并非我们有意在这个特别的计划去创造错误的资讯、只是要在你们局限的语言系统的氛围之中、在它无限的与智能的合一之中，表达对太一造物的无限神秘的感觉。–18.1

◎ 以我们现有的知识，你们语言的特质是这样的：一旦有个东西被扭曲了就不能完全恢复到无扭曲的状态，只能被些许地光照。–71.20

如果我们能从 Ra 收到心电感应式传送无言概念的通讯，谁知道呢，它们可能已经打开在我们眼前的、更广大的视野。用“智能无限”几个字所不能显示的，那它们对于智能无限的本质又能揭示什么？但是它们只有用我们提供给它们的、有限色彩的语言来描绘宇宙的视野。我们的通信系统对他们来说是极为陌生的：（我们的）文字符号是由空间、时间、分离的幻象所构成的。从 Ra 的立场来看，这些基本人类经验是如此深深的印模在我们的语言中，就是远古留下的遗迹。

尽管我们目前的实相和他们的存着巨大差异，但 Ra 仍然成功地用这个语言推进我们未知的世界、或许胜过史上有过的成就[1]。在这样做的同时，引导我们通往自我理解宇宙的范围、潜力无限和真诚的谦卑。

[1] 虽然我仍然无法解释为什么它们必须说“声音振动复合体”而不用“单词”，或者在同样情况下一定要认同这么多字“声音振动复合体”，而不直接说该单词。

带着敬畏感，我发现阅读每个术语的实例是最有赏报的、以最深入的方法来研读这份材料。的确，我感到长期认真学习这份资讯的学生，如果只按

集会顺序阅读书页，则会剥夺该哲学的饱满丰富。一个寻求者若一次研读一个课题，那儿有着无数的宝藏等着他。

如果一个人将耳朵调向无限造物，这人就能听到许多声音在唱着许多种旋律。Ra 的特别赞美诗歌是万事万物合一之歌。我希望通过这本概念指南，你可以更清楚地听到 Ra 用来谱写其交响乐的高昂又晶莹的音符。

怀着爱与光，盖瑞•比恩

目录一览

给读者的短信
免责声明和告解
致谢
介绍
概念与术语的指南
行家 (Adept)
原型心智 (Archetypal Mind)
七个形体 (Bodies, Seven)
身体复合体,启动的黄色光芒 (Body Complex, Yellow-Ray Activated)
呼求 (Calling)
催化剂 (Catalyst)
选择 (Choice, the)
复合体 (Complex)
众星球邦联 (Confederation of Planets)
结晶化 (Crystallization)

密度 (Density)

疾病 (Disease)

人格修练 (Discipline of the Personality)

变貌 (Distortion)

原初变貌 (Distortion, Primal)

双重启动的身体 (Dual-activated, Bodies or entities)

能量中心 (Energy Centers)

插图说明: 七个能量中心

能量中心阻塞 (Energy Centers Blockage)

信心 (Faith)

自由意志 (Free Will)

通往智能无限的门户 (Gateway to Intelligent Infinity)

收割, 一般 (Harvest , general)

收割, 第三密度的 (Harvest, of the 3rd Density)

医者 (Healer)

医者, 方法和原则 (Healer, Methodologies & Principles)

医者, 训练计划 (Healer, Program of Training)

治疗 (Healing)

高我 (Higher Self, 超灵)

荣誉/责任, 荣誉/职责 (Honor/Responsibility)

入门 (Initiation)

内在层面 (Inner Planes)

智能能量 (Intelligent Energy)

智能无限 (Intelligent Infinity)

业力 (Karma)

混淆法则 (Law of Confusion)

一的法则 (Law of One)

责任法则 (Law of Responsibility)

其他的法则 (Laws, other)

学习/教导、教导/学习 (Learn/teaching, Teach/learning)

理则 (Logos, Logoi)

爱/光, 光/爱 (Love/light, Light/love)

魔法 (Magic)

魔法人格 (Magical Personality)

大师周期与主要周期 (Master & Major cycles)

马尔戴克 (Maldek)

火星 (Mars)

殉道 (Martyrdom)

冥想 (Meditation)

心智复合体 (Mind Complex)

插图: 心智之树 (Tree of Mind)

混杂的接触 (Mixed Contact)

窄频带 (Narrow Band)

太一起初思维 (One Original Thought)

猎户帝国 (Orion Empire)

地球: 过渡到第四密度 (Planet Earth to 4D)

意识内的极性 (Polarity in Consciousness)

隔离 (Quarantine)

RA

服务他人 (Service to Others)

插图：性能量转移：电路完成

服务自我（Service to Self）

灵性复合体（Spirit Complex）

罩纱（遗忘的，the Veil）

意志（Will）

亢达里尼

第一部：北极和南极

第二部：意志的吸引原力

第三部：巨蛇 隐喻和告诫

☆ 第 0014 章集：与高我的关系

周六冥想 2011-01-08

Jim ： 我们想知道我们所拥有的与我们的高我的关系 —— 高我是如何形成的，它如何与我们沟通，它如何决定哪些信息和协助要给出，哪些则不给出？就一般而言，第三密度的我们与第六密度中期的高我之间是一种什么样的动态关系，这种关系是如何运作的？

（ Carla 传讯）

Q'uo ： 我们是你们所知为 Q'uo 原则的群体。在太一无限造物者的爱与光中问候你们，在对祂的服务中我们今晚来到你们中间。被你们的寻求圈所呼唤是一种巨大的荣幸，我们也非常高兴与你们谈论关于高我的话题。（ 高我 ）这个概念位于下述这些实体的核心，也就是那些不被看到的、却又非常真实的、在你们投生期间对你们有帮助的实体。

然而，一如既往，对于听到或读到这些话的你们当中的每个人，我们请求你使用自己的分辨力和鉴赏力来决定哪些内容是对你有帮助的，而哪些内容是你不感兴趣的。对于我们所说的话中未激发起你的兴趣的部分，请毫不犹豫地忽略它们，而只聚焦于那些你觉得可能有帮助的概念上。如果你们愿意负起使用分辨力的责任，我们就可以放松，而不用担心可能侵犯你们的自由意志或打断你们灵性步履的节奏。我们感谢你们考虑这点。

在开始之前，我们会指出，因为这个圈子内的请求，今晚的发言者是 Hatonn ，而不是 Latwii 。尽管如此，我们仍称自己为 Q'uo 原则，因为在对这些问题的回答中，我们全体 —— Hatonn 、 Latwii 以及 Ra 群体 —— 是一同合作的。

你们问及高我 —— 高我到底是什么，以及它如何通过你的投生而与你产生关联。我们将首先以你们的线性思维和智性所可能理解的方式向你们描述这个高我。

如果你严格地停留在空间 / 时间之内、在显化的世界之中，那么你最远只能到达第三密度的尽头。为了前进得更远，你得进入第四密度，进入时间 / 空间的领域，进入属于电能量或电性能量的环境中，而不是属于化学能量和蒸馏过程的环境中；当你提取食物中的有用成分供你的物理载具所用，以及当你消除那些杂质与额外成分时，这种蒸馏过程一直都在你的肉体中进行着。

然而，如果你考虑到，在第三密度中，你仍然拥有那个能量体 —— 它将会把你带入第四密度，并且它已经带你经历你的投生 —— 那么你就可以随着你的智性考虑更进一步了。请想象你处于自己的靛蓝色光芒体中，同时进入第三密度的投生，与你的物理载具对齐，并通过所谓的“ 银带 ”(silver cord) 的方式与你的物

理载具连接起来。然后想象同样的能量体在这次物理投生结束时，释放它对那个不再能够存活的肉体的控制，并移动进入毕业的过程 —— 首先在靛蓝色光芒体中，然后在紫罗兰色光芒体中。一旦行走完了光之阶梯，并且你已经毕业进入了第四密度，［请想象］你回到了靛蓝色光芒体中，并接着进入到电性类的、而非化学类的物理投生中。

你在第四密度和第五密度整个漫长的过程中都会如此。最后，当你学会了爱之道以及智慧之道，你就会毕业到第六密度。在第六密度，你仍然在你的电性体中精炼、再精炼那些属于爱与智慧的课程，并不断地将它们融合，直到你找到了那个带着“悲悯的智慧”或“睿智的爱”而行动的秘诀。

最终，当你发现，除了你对造物者的渴望，你曾渴望过的一切都已被满足的时候，你会到达第六密度中期的某个位置。于是，你就会转离这个属于渴望的世界，不再想着下一步你将做什么，而只是想着造物者。这将牵引你越来越接近第七密度、那个属于永恒的密度。

当你发现你已经达成了你在外在物质世界的所有目标，已经执行了你曾希望执行的所有服务，并整合了你曾希望收集的所有知识，那时候，你就会回到过去［只在空间 / 时间中被这样称呼的过去］，并给自己一个礼物。你会给自己一个思想形态，其中储存着你所学到的每个课程、你所表达过的每种天赋以及激励过你的旅程的每个梦想和希望。你会把你在第三、第四、第五和第六密度之内所能达到的最高和最好的自我给予你自己。那个思想形态，称为高我，也可被称为“魔法人格”。

我们此时会把该通讯转移到那位被知晓为 S 的实体身上。我们是 Q'uo 群体。

（ S 传讯）

我是 Q'uo ， 我们现在和这个器皿同在。一个魔法人格代表了一种自我形态、自我形象或自我潜能 [若你们愿意这样说的话]， 并且它拥有一种在下述自我形态或阶段中所欠缺的完整性，也就是在较早的那些发展时期中 [一个实体发现] 正在被探索的那些自我形态或阶段。现在，乍听起来，上述说法似乎是自相矛盾的，因为 “ 要作为一个自我 ” 毕竟就意味着：一个实体始终就是这个实体之所是的该自我。而且，以这种方式来理解的话，下述说法似乎是不合情理的，也即自我可以有个部分对它自己而言是缺失的。然而，这恰恰就是我们会向你们表明的，是 “ 作为一个自我 ”(这过程) 的那种占多数情况的体验。

在你们的第三密度体验中，你发现你会随着自己在这场人生体验中成长和发展而经历 “ 作为自我 ” 的几个阶段。你首先是婴儿，接着是小孩，然后是青少年、年轻人、成年人、老人，最后是一个驻足在更大生命之边缘的人。在你生命体验的每个阶段，你都能找到不同的意义被联系到那个 [你将之与自己相联系的] 自我概念。你会找到 “ 作为你之所是的自我 ” 的不同方式。如同我们已经表明的，这些方式经常会牵涉一个特定的渴望焦点。所以，渴望在安置 [每个自我所觉得与自己相适合的] 寻求方式与服务方式的过程中扮演着一个非常重要的角色。

你们可以说，渴望的机制是一个过滤过程，它会把一种特定的强度给予下述练习，也就是练习聚焦于一个实体的体验当中 (让) 该实体觉得进一步探索会有益处的某些方面。

然而， “ 经历一场属于渴望的人生 ” 之过程并不是静态的。渴望会随着经历下

述体验而有一种自我重构的方式；这些体验涉及：满足或失望，挑战，进一步的志向以及［在一个实体的地平线上形成的］进一步渴望的更多可能性。

当一个实体反思这个位于这些渴望之根部的自我时，该实体就会清晰地了解到，自我本身是某种终身都处于被创造和转变的过程中的事物。诚然，在这个过程中有一种连续性；也就是说，一个实体拥有过的渴望、提过的问题，会在这个实体那里保留一段时间，并且，未来要问的问题正是从当前所问问题中演变出来的。因此，关于自我的这种说法 —— 一个实体是一个自我 —— 并不是没有意义的，但那个意义不是一成不变的。

重要的是，有一种对下述责任［若我们可以用这个词语的话］的感觉；也就是在走过对那些属于“作为自我”的潜能进行探索的各种阶段时，一个实体所学习去履行 —— 以便［举例而言］今天所做的行动将在明天得到无可辩驳的尊敬 —— 的责任。

借由上述这些话，我们所表达的意思是，即使在情况发生了实质性改变的时候，一个实体仍会承认属于自己的过去。然而，这种对于“自己是谁”的感觉，有可能变得如此缩减，以至于自己的边界会变硬。对于你们而言，这种体验所牵涉的因素是相当被认识到的：它们是恐惧、焦虑、对于那种能在人生体验中浮现的痛苦的反应性。于是，一个实体会向内移动，并开始以一种越来越受限的方式思考自己。

很少有人能完全摆脱这种影响，而且作为这样的过程的一种结果，一个实体会开始认为自己是一个与所有其他实体分离的个体。在这种情况下，一个实体很难想到一个不是来自外在而是来自内在的、可作为自身资源的更高阶自我。因此，当

处理一个关于自我身份的问题时，我们首先会让你们认识到下述原则：自我并不知道外在或内在的限制。只有当你认识到这个原则的时候，高我这个观念才能对你有意义。

现在，我们会把该通讯转移到那位被知晓为 M 的实体。

（ M 传讯）

我们是 Q'uo 。我们将先说一些话、论述开头的问题，那个问题是关于高我会选择哪些信息给（ 第三密度的 ）自我以及它为何这样做，或者换种方式说，高我会把哪些信息保留下来而不给自我以及原因为何。如同这个器皿所感知的，从技术上而言，高我并不限制 —— 可以这么说 —— 哪些信息是自我在理论上可获得的。就某种意义而言，那是我们所选择去注视的东西。高我与第三密度的自我，作为一个圆上的两个点［ 可以这么说 ］，两者是同个自我的不同面向，所以理论上我们可以取用高我所拥有来给我们提供的任何东西。

然而，以同样的方式，我们可以注视自己所选择的事物，并在某些时候不去注视我们的高我。这是一个关于“ 面对自我 ”的问题；大多数个体觉得，面对自我相比于面对其他自我或者其他更高次元的存有要更困难。

然而，面对自我是（ 你与高我之间 ）最自然的联系点或联系方式。事实上，借由怀着联系你的高我的渴望，你可以随时随地联系你的高我。不过，如同在通往行家身份的追求或道途上的任何技巧一样，这需要练习和过程，也需要耐心、承诺、专注以及基础性的意愿或服务。

现在，我们将这个通讯传给那位被知晓为 L 的实体。我们是 Q'uo 。

（ L 传讯）

我们是 Q'uo ，现在和这个器皿同在。我们想进一步阐述这个关于跟自己的高我进行互动的主题。我们鼓励你们如此考虑： 当向高我询问时，没有必要采取一个恳求者或新手［从一个你无法理解的或比你更高的源头乞求智慧］的姿态；而是可以认为你与高我的关系是一种伙伴关系。在所有方面，你们都是一同工作的。

在第六密度的领域中，时间与空间的概念会逐渐变得近乎没有意义。当你的高我观察你的成长时，你的那部分就在从［正在学习的］你这里学习。你正在呼唤的就是你自己的一部分。在所有方面，你都是无限的，并一直在成长。你的高我并不是要作为［你必须通过某种仪式来联系的］“你的 G.o.d ”或任何类型的上级，而是要作为你的朋友 —— 作为你最好的朋友。

你的高我是那种你所是的振动的最完整、最高、最佳的表达。你现在所是的你，以及你正在获得的经验，皆是你的高我所持有的经验的一部分。高我可能会把你的经验与它在自己的旅程中已收集的所有其他智慧结合在一起，然后以一种增进的方式将其回馈给你，而这恰恰将帮助你应对你当前正在处理的议题，因为正是这个议题过去帮你提供了这份高我现在返还给你的智慧。

你的高我几乎是你所能把它感知为的任何东西。你的高我是你想象力的极限，因为它是你曾想过的、关心过的、完成过的一切事物。所以，如果你需要它，那么它将被提供。如果你渴望高我借由让星星跳舞而与你交流，而且你能构想它，那

么它就能发生。某个看到地上躺着一枚硬币的行人，也许在走过这枚硬币时对它没有任何想法，而另一人也许能把它诠释为某种预兆、那一块在过去生活中缺失的拼图碎片，因为他们请求其环境把这些信息提供给自己。建立这种沟通没有什么唯一的方式。它不一定是通过祈祷、仪式或任何用语言沟通的尝试。你的高我能通过你向之敞开的任何途径而与你沟通。

你也有特定的指导系统、那些已经由你的高我为你创造并往回送来的工艺品(artifacts)，它们被很多人知晓为男性向导和女性向导，还有作为两者联合体的、经常被视为雌雄同体的第三种向导。这些向导被创造来成为你的一个更可感觉得到的榜样 —— 它会以更直接的方式帮助你。

你和你的高我是一同走在这条道路上的。（你们之间）不存在分离，而且作为你最好的朋友，你的高我总是会尊重你的意愿，甚至是那些你可能都不知道你有的意愿，你在投生之前制定的协议，你无意识当中的领悟，你所拥有的、你没有实现或表达的渴望。你的高我了解这些，而且不会以任何方式侵犯你的自由意志或触犯你的学习过程。因为它们曾经处于你们这样的境地，而且确切地知道你们按照自身节奏学习是多么重要；这就是为什么你们有时可能得不到你们所寻求的特定答案。并不是你的高我没有听到或者不在意；它只不过是看到了那张宏伟蓝图 —— 涉及你的灵魂正在为你的投生以及为你内心无意识的渴望而规划的事物。
我们现在会把这个频道传给那位被知晓为 Jim 的实体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，我们通过这个器皿再次在爱与光中问候各位。我们今晚一直在谈论高我这个概念以及你与它的关系，（还有）那些既从你传向高我、也从高我传

向你的信息类型。高我本身与［你们可视为的］在这个“存在性之圆”中的另一个自我面向连在一起。也就是说，高我也有它自己的高我。这个“存在性之全体”是高我在下述过程中可以呼求的一个资源，也就是为你们各位［在第三密度幻象中］所是的心／身／灵复合体而［容我们说］拟订各种可能的体验。

因此，有大量丰富的信息和经验是诸如你们各位所是的每个实体可用的。在你的日常经历中，当你在例行你的日程、完成各种任务时，就大部分情况而言，你是被你自己的渴望、经历和关系所驱使和赋能的。当在任何一个经历中存在困难时，你便开始在内在询问这些困难的解决方案。如果你自己的经验无法提供给你满意的答案，那么呼求协助就是［你所是的］这个正在探寻的心／身／灵复合体的一个自然机能［如同你们会说的］，不管这种呼求是有意识的还是潜意识的；因为在这个时候，你的存在当中诸如高我这样的其他面向就能给出具有下述性质的信息、灵感、指引、线索［容我们说］——也就是将在你的旅程中帮助你而不会侵犯你的自由意志。因为你已提供的那个呼求已经被听到，并会被答复。

此时，我们将把这个通讯转给那位被知晓为 Carla 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Carla 传讯）

我们是 Q'uo 群体，再次与这个器皿同在；通过这个器皿，我们在爱与光中问候你们。我的朋友，有两种基本方式，［作为一个自我的］你可以用来与你的高我——即你最高和最好的一面［可以这么说］或你所学到的一切事物之集合——一同工作。一种方式是作为封闭式系统的一部分，另一种方式是作为开放式系统的一部分。

那些与封闭式系统一同工作的实体，正在下述假定之下进行着工作，即个体自我是一个封闭式系统。然而，高我居住于开放之心中。它比你自身的呼吸或你自身的心跳离你更近。因为在你心中歇息的高我是位于它的有益影响范围内的，那种来自与高我的联系的主要灵感将会与爱有关，因为选择爱而不是恐惧，选择服务他人而不是服务自我，选择发光而不是自我防卫，这些都会正面极化一个实体并使其能够准备好毕业。

就毕业而言，你不需要与作为开放式系统的自我一同工作。那么，在以一种封闭式系统的方式与高我一同工作的过程中，鼓励一些言语从那场［你在静默之中进行的、在渴望与它的答复之间的］对话中产生的最佳方式，也许是写下你的问题，然后尽你最大的能力，写下当你向高我提出问题之后紧随而至的那个想法。那位曾创作《与神对话》[1] 这本书的实体，就是使用了这种技巧，并且这也是任何想使用这种资源的实体都可用的技巧。

[1] 原注：尼尔 • 唐纳德 • 沃尔什 (Neale Donald Walsch)，《与神对话；一场不寻常的对话》(Conversations with God; an Uncommon Dialogue)，普特，纽约， 1996 年。

现在，如果你希望作为开放式系统的一部分而接通高我，那么你基本上就在与爱 / 光能量的无限供给一同工作［你从地球接收这股能量，它穿过你的双脚，向上经过你的身体而且也经过你的能量体，从身体的头部离开，也从第七脉轮离开］；你就在使用更高的那些脉轮，也就是心轮以上的那些脉轮 —— 属于沟通的蓝色光芒脉轮，散发存在光辉的靛蓝色光芒脉轮，以及把守通向智能无限的门户的紫罗兰色光芒脉轮。

由于［在能量体之中］这种对渴望的安放，你就向智能无限的门户提出你的问题，从而引发一个答复从造物者向下流入你的身体，与那股［总是属于你的］向上螺旋的爱／光能量在具有最热切渴望的脉轮位置相遇。一些实体称这（过程）为昆达里尼的移动。如果你的能量被完全献给寻求造物者，那么灵感和信息将很可能从上方穿过（智能无限的）门户，穿过那些较高脉轮，向下跳至那个［属于心之光芒的］中央脉轮，然后反弹回靛蓝色光芒（脉轮）—— 在那里，这些灵感将停留；在那里，你可以用那种由概念构成的语言进行对话。
［录音带第一面结束。］

需要指出的是，在开放式系统中与高我一同工作有一些优势；在其中，你感觉到自己是一切万有的一部分，并可以自由地联系所有包含在高我当中的自我部分。与开放式系统一同工作，爱、智慧或力量的沉重影响是不存在的。该系统是一个强有力的模式；在其中，你作为一个人格和一个自我，并没有真正地分离于造物的其他部分。它使［当你想到你自己时的］自我定义向着那个具有无尽潜能的领域而敞开。

这并不是说你能变得显著不同于你自己。属于你那历经生生世世的灵魂光流的那些混合能量，已经在你内在产生了一种独特振动。无论是在封闭式系统中，还是在开放式系统中，你所感兴趣去做的事情，都是在减少你自己的振动或频率与太一无限造物者［、纯粹的无条件之爱、理则、那个创造了该宇宙的单一伟大起初思维］的振动或频率之间的差异。

与一个开放式系统一同工作，你可以从你自己在各次投生中的各类面向与经验中取得更具体的信息。所以，与“作为开放式系统的自我”这个概念一同工作，你所可能获得的信息与灵感会有更多的灵活性和多样性。

然而，始终要注意的是，在第三密度中，各位寻求者的工作的主要内容，将需要是那份改善极性并深化和强化服务他人之选择的工作，于是在肉身死亡之后，灵性体可以行走于光之阶梯，并且(你)可以抵达属于第四密度或更高密度的新环境。

如果从“ 你在第三密度行星地球的最后一次投生 ”这个角度严格地考虑毕业这个目标，那么选择封闭式系统作为那个要在其中工作的更简单系统，这是完全可接受的。并且，对于任何不被“ 魔法人格 ”和“ 如祭司一般而生活 ”的想法或梦想所吸引的实体，我们会推荐这个方式。

如果你受到吸引去在你的生活中创造一个魔法人格，而且如果你被“ 与那个人格一同工作 ”所吸引，那么你就是一位优秀的候选者来与开放式系统的自我概念一同工作，并进行保持下述状态所必需的内在工作 —— 不仅那些较低的脉轮是开放的，心是开放的，而且那些较高的脉轮既有灵活性，又能对你的渴望反应敏锐。

与开放式系统一同工作，不仅可能会把你的高我、你的基本指引系统的各种面向都吸引过来，还可能会吸引很多其他实体；这些实体是因为你的振动频率、你的奉献品质以及你希望去服务的真诚与强度而被特别地吸引到你这里。这些都是你前去寻求真理时可以携带的工具。你断然不是孤单的。

我们此时会问，你们有没有对这个问题的追问或者任何相关询问？我们是 Q'uo 群体。

M ： 我想知道一个个体的高我，与 [他或她将会成为其中一部分的、] 该个体的第六密度社会记忆复合体之间的关系。 [听不清] 。

Q'uo ： 我们是 Q'uo 群体。我们感谢被知晓为 M 的实体。我们相信自己已经领会她的问题。自我和高我与在第六密度中期、高我所属的那个社会记忆复合体之间的关系是一种具有覆盖性的能量的关系；这股能量可以被处于投生中的自我的渴望所接通。它之所以能被接通，是因为第六密度实体的社会记忆复合体是第六密度实体的自我定义之深处的不可缺少的部分。（ 这 ）并不单纯是说，一个社会记忆复合体的成员会把自己定义为那个复合体的一部分；毋宁是说，所有长期一同合作、为一个共同目标工作的实体们，会变得比朋友、爱人或者伴侣都更亲近。他们在思想中、在希望中、在意愿中都成为了一。

所以，存在着那股属于第六密度社会记忆复合体的全体的能量，它像是光晕一般包裹在高我周围。这不是说相比于高我本身，作为整体的社会记忆复合体拥有更明确的建议可以给你，或拥有更有益的资源可提供；而是说当把高我的社会记忆复合体接受为高我的一部分时，一个实体就能够接通那股压倒性的巨大力量 —— 它由所有参与该社会记忆复合体的实体的共同寻求所构成。并且，单纯使自我聚焦在那种第三密度的、瞬息性的渴望之中，这经常是有帮助的。对于社会记忆复合体自身而言，那儿存在着一股澄清的能量，位于 [你们可能称之为你 “ 最高和最好的自我 ” 的] 高我的个体能量之上。 [2]

[2] 译注：此段最后两句较为费解，译文不一定正确。附上英文原文，供参考： And it is often helpful simply to focus the self within that third-density, momentary desire. There is a clarifying energy to the social memory complex itself that is over and above the individual energy of that higher self that you may call

your “highest and best self.”

我们可以进一步回答你的问题吗，我的姐妹？我们是 Q'uo 群体。

M ： 不用了。非常感谢你们。

Q'uo ： 我们感谢你，我的姐妹。我们是 Q'uo 群体，此时会问有没有最后的询问？

F ： 我们之前在谈论我们的能量系统以及我们在自身能量系统中感到的身体感觉。若你们可以讲述任何能帮助我们理解的灵性原则，我将非常感激。

Q'uo ： 我们是 Q'uo 群体，我们觉察了被知晓为 F 的实体的问题。我的姐妹，存在很多种感觉，它们与各个脉轮相连。你可以视它们中的某些为肉体上的感觉，某些为灵性上的感觉，某些为思想或情绪上的感觉。与各个脉轮相连的那些肉体感觉，是位于肉体中、由各个脉轮所代表的区域的那些身体感觉，所以，诸如这个器皿最近在她脊椎底部的困难是与第一光芒或红色光芒脉轮相连的。

诸如胃肠道（ 问题 ）这样的下腹部问题是与橙色光芒脉轮相连的。

那些群聚在胃部周围的症状，以及各种与胃相关的问题，诸如胃酸倒流和胃溃疡，它们都是与黄色光芒脉轮相连的。

与心脏和心血管系统相连的所有事物，都是与绿色光芒脉轮相连的。

喉部问题是与蓝色光芒脉轮相连的。

脸部、前额和耳朵的问题是与靛蓝色光芒脉轮相连的。

没有任何问题是与紫罗兰色光芒脉轮相连的，因为它单纯是［当它离开身体时］该系统的一个总结性读数。

就情绪来说，有必要追溯那个导致能量体紧缩的起因，并从中查明：哪个脉轮卷入到了已经使该脉轮关闭的情绪工作当中。

在灵性痛苦方面 —— 它虽然稀少，但确实存在 —— 同样有必要经过一种稍有些费劲和耗时的步骤，来查明那个最初使得一个较低脉轮因灵性痛苦而关闭的根本原因，因为只有当那种灵性痛苦被发现并暴露在光中，它才有可能开始痊愈。

我们是 Q'uo 群体，请问我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？

F：我猜我之前想知道的是那种在冥想期间或一天当中的正面、愉悦的感觉；感觉像是能量在以一种正面方式而流动。

Q'uo：我们是 Q'uo 群体。我们相信我们已经觉察你的问题，我的姐妹。非常简单地说，当有些正面的面向与那股［从较低脉轮而来、通过较高脉轮、接着回到造物者的］能量流动相关联，这种正面表达将倾向于来自绿色光芒脉轮，也即心轮；这台强有力的引擎不仅仅属于肉体，也属于能量体，因为，我的朋友们，这是一个“爱的宇宙”。

我们发现这个器皿和这个团体开始疲倦了，因此我们将离开这个传讯圈和所有已经参与这场工作集会的实体。与你们各位、每个管道一同工作已经是一份十足的喜悦。我们感谢各位来到这里并分享你们的礼物。

我们为着你们的美丽和勇气、也为着你们愿意留出时间寻求真理而感谢所有与会者。我们被你们所知为 Q'uo 原则。我们在太一无限造物者的爱与光中离开你们。 Adonai ， 我的朋友们。 Adonai 。

Translated by T.S.

(V1)2012 reviewed by cT.

(V2)2023 reviewed by observer, clover, & S.H.

中文出处：yidefaze.org/lllib_2011_0108

英文出处： llresearch.org/channeling/2011/0108

☆ 第 0015 章集：Carla 最后传讯

时间/空间中的体验和服务

Copyright © 2024 L/L Research

编按：本篇似乎是 L/L 官网上可找到的、Carla 生前最后一次担任邦联管道的传讯集会（上一次传讯为《两种教导》）。之前虽有中文翻译，但细节稍不完整，鉴于此，近期有朋友重新翻译了这篇传讯，特分享于此。

L/L 声明：这篇心灵感应传讯来自于岩溪研究与发展实验室和爱/光研究中心每周

学习和冥想聚会的录音记录。我们出于希望它可能对你们有用而提供它。正如邦联实体一直特意强调的那样，请在评估这份资料时使用您的辨别力和判断力。如果有些内容在您看来是真实的，那很好。如果有些内容没有引起共鸣，则请抛之脑后，因为我们和邦联的实体们都不希望成为任何人的绊脚石。

周六传讯圈，2011 年 4 月 9 日

Jim：这周的问题是，如果服务是在时间/空间中提供的，而不是在空间/时间中提供的，那么服务的概念会有什么不同？时间/空间中的体验与空间/时间中的体验一般而言有什么不同？

（Carla 担任这次集会的资深管道。）

Q'uo：我们是你们所知为 Q'uo 原则的实体。今晚我们在太一无限造物者的爱与光中向你们致意，以祂之名加入你们。我们感谢你们请求我们加入你们的冥想并分享我们的想法，我们乐于这样做。一如既往，在我们开始之前，我们会请求你们运用你们的辨别力和你们最好的洞察力来判断我们的想法中哪些是对你们有用的，哪些是无用的。如果它们与你产生共鸣，并且似乎有它们自己的生命，那么请尽情使用它们。如果不是那样，请毫不犹豫地抛弃它们。我们感谢你们的这份好意，因为这让我们对下面这件事感到确信，也即我们在分享我们谦卑的想法的时候没有侵犯你们的自由意志。

你们今晚问及时间/空间和空间/时间在服务以及在一般的体验方面的差异。我的朋友们，这是一个具有挑战性的问题，原因在于下述事实：在时间/空间中，仍然有一个空间/时间的类似物，使实体们能够拥有投生(化身)；要开始和结束一次投生，必须有某种对空间/时间的参考。因此，即使在时间/空间密度中，身体也拥有它们在电性意义上——而不是在化学意义上——的物理性(实体性)。

在那里，时间流逝的感知依然存在。然而，这不必然是第四、第五、第六或第七密度的实体会在其中花费它的时间或[容我们说]它的时间/空间的环境。那些纯粹的时间/空间领域，并不拥有那种与时间流逝的坚实联系；纯粹的时间/空间中涉及的那些能量与“振动层级以及每个振动层级的中心焦点”都有关，正如你们可以想象的那样，有无限的这样的振动层级。

因此，我们将讨论四种体验或者体验的环境：空间/时间的清醒体验；空间/时间的时间/空间部分；时间/空间的清醒部分；以及纯粹的时间/空间。

这两组环境非常不同，主要是因为当一个实体投生到第三密度的空间/时间时，遗忘罩纱就会落下。一些实体能够至少保留一部分的关于那种未被遮蔽的、对造物者的体验的记忆。大多数实体都不记得；并且这座包含受限觉知的监狱[容我们说]，相对完整地围绕着空间/时间之中的清醒实体。

现在，我们想把这个通讯转移给被知晓为 S 的实体。我们是 Q'uo 群体，我们在爱和光中离开这个器皿。

（S 传讯）

我是 Q'uo，并与这个器皿同在。因此，当我们处理这个涉及“从一个投生于空间/时间之中的实体的角度来着手探讨时间/空间”的问题时，我们将首先考虑下述这些因素——就它们所标出的细节而言，空间/时间不同于时间/空间，或者[容我们说]增加了新的一组需要考虑的方面。我们会通过给你们区分“做”(doing)和“存在”(being)来做这件事。空间/时间——当你们在第三密度中、在罩纱条件下体验它的时候——是由一个非常庞大且复杂的行动(doing)阵列所组成的。你放眼望去的每

个地方都有已经做了的事、被提议去做的事或者已被拒绝作为一个可能行动的事。诚然，在所考虑的行动中，没有任何部分是完全缺乏存在的，因为在一个更深的意义上，所有的行动都发源于一个存在，但是所做的或所考虑的行为往往会限制你体验中更质性(qualitative)的部分，于是它被包含在胶囊中[如果你们愿意这样说的话]，并被下面这样看待：好像该体验的全部品质都被充分表达在了一个已经完成、已经执行的事件中，或者是对一个实体做了、也被该实体接收到的事件中。

在以这种方式处理体验的过程中，存在着一种非常显著的过滤机制，使得该体验的大量质性内容没有得到关注、并因此不会被记录为一个属于“对该体验的持续前进的建构”的显著部分。因此，从造物的浩瀚性之角度来看，很多东西都丢失了。然而，从下述角度——也就是在让处于人生体验中的寻求者塑造一个定向的过程中实现聚焦的角度——来看则可以获得很多东西。这样一来，[可以说]用显微镜进行的探索就可能被从事，并且可能以下面这样一种方式被从事——在其中，那幅存在之更大路线图甚至无法被特别关注以供考虑——因此，在黑暗中[可以说]存在着大量的混淆和大量的摸索。这是在罩纱状态下的一种正常体验；而且，下面这样是非常有用的，即能够在不具有对于下述状况的更大感知的情况下继续前进，也即一个实体的存在之中的特定的质性共鸣是如何与一个丰富而广阔的宇宙中的存在性之更大质性谐波(qualitative harmonics)相整合的。

因此，一生会以下面这样的方式从行为和事件进展到进一步的行为和进一步的事件，也就是有迹象表明有一组贯穿一生的因果链，而且新的体验、意想不到的体验可能被拥有、并可被视为先前所进行的表达、行为或经历之结果。在这些事件的过程中，可能会得出结论，可能会获得灵感，并且该灵感有潜能带来质的蜕变(qualitative transformation)——具有非常深层次的共鸣。

现在，这些蜕变——纯粹是质性的、纯粹有着存在性的秩序——往往具有如此精细的振动水平[容我们说]，以至于没有越过门槛进入显意识觉知。然而，具有重要意义的工作正在被完成，尽管从事这项工作的实体既不容易觉察到这项工作，也不容易在承担指导这项工作的过程中担任起一个充分有意识的角色。可以说，这是一项在黑暗中完成的、但[在某种不完全的程度上]带有下述特性的工作，也就是当寻求者能获得更充分的觉察时，该工作就无法那么容易地被完成。

现在，在那个你们可能称之为“中阴期”的时期，如同我们已经说过的，有一种定向或倾斜存在于正在进化中的实体的存在性中，(使该实体)倾向于回到它在空间/时间中的投生体验，因此，仍然存在着那个空间/时间焦点以及一种记忆——即使穷尽我们的能力，也很难描述它，因为它与你们现在正享受的更加线性的记忆有显著不同；但是，它确实形成了一种与“涵盖着你们投生经历的生命轨迹”的联系，且是以一种具有下述结果的方式，也即为每个发展中的灵魂赋予一个独特的身份。在你们空间/时间连续体的时间/空间部分的这种状态下没有罩纱，因此一个实体以直接得多的方式意识到自己所散发出的存在性之品质，并且存在着对于其他实体之存在性的觉察——在包括许多生命体验的过程中，该实体已与这些其他实体建立了关系上的深刻共鸣——并且该实体周围的这些实体的品质也很容易被知道。

然而，恰巧的是，那些处于时间/空间部分的实体的存在性中的品质并不总是精确地如同这些正在发展中的存有们所渴望的那样，无论是作为个体还是作为一个群体。在时间/空间中进行具有深刻又根本性质的“质的蜕变”并不那么容易，因此，恰巧的是，投入时间/空间的个体就会寻求在它看来像是一种睡眠的状态，并且在这种睡眠中有一段通道，通往你们会称为的体验之空间/时间部分，并且这是另一

场投生体验的开始，你们可能会把它比作由时间/空间中的一个实体所做的一个梦。

关于这一点，我们可以说，这里存在某种对称性，因为当一个实体处于体验之空间/时间部分时，它最接近时间/空间的状态，再一次地，是在你们称之为梦的状态；在其中，作为你们清醒状态之特征的顺序性体验，让位于一个更流畅的体验环境——该体验环境与情感或情绪音调打交道，容我们说，更让人联想到时间/空间的体验。

向一个处于大部分是线性的环境中的智能(生命)描述有关“空间/时间与时间/空间〔如其在第三密度中所被经历的那样、受制于两个维度之间的罩纱[若你们愿意这么说]〕之区别”的内容是极具挑战性的，我们觉得上文那些描述已经足够。我们在前方还有讨论，涉及空间/时间与时间/空间在较高密度中作为彼此较少分隔的因素之时的情况；为了继续讨论这一思想，我们将转移到被知晓为 L 的实体那里。我们是 Q'uo 群体。

（L 传讯）
我们是 Q'uo 群体，我们与这个器皿同在。我们在爱与光中向你们致意。因此，在第三密度被罩纱遮蔽的空间/时间体验中，空间/时间维度与时间/空间维度在概念和体验上更加分离。从清醒到睡眠，两者之间有明确的界限。

在较高的密度中，清醒与睡眠之间的界限更加模糊。在第四密度中，存在着一种心智纯粹性，它与一个正在经历投生的实体一起存在，这种投生更像是你们在第三密度中的睡眠状态，因为对第四密度个体来说，心智不那么拥挤，而且表达为存在的事物会更明亮地体现，因为自我对于存在于所有实体〔造物者在每一密度

中的所有个体化部分〕之中的存在来说都是更透明的(translucent)。

第四密度实体的睡眠状态可能与你们在第三密度中的深度冥想状态更有联系。在第四密度的睡眠状态与清醒状态之间，没有困惑和再定位。的确，在你们星球上有那样一些目前存在于第三密度的实体，他们不需要通常意义上的睡眠状态，而是可以通过进入这种形式的深度冥想而获得通常在梦境中获得的存在之滋养物(nourishment)。我们使用“滋养物”一词，因为自我需要与一种更纯粹的存在状态重新建立连接，而且这在从第三到第四、第五等密度的每个层次上都是如此。

那个在较高密度中、更像是冥想的睡眠状态，会随着一个实体进入更高密度而变得更像是存在之标准，于是在第三密度中，一个实体会进入一种昏迷状态，获得这种存在状态，然后从这种昏迷状态中走出来，进入他们认为的清醒状态。

在第四密度中，昏迷的程度要少得多。为了维持个体的投生——也就是活着而不是死亡或停止那场投生——昏迷状态仍然是必需的，但它更少地具有昏迷状态，而更多地具有睡眠中的觉察。在第四密度中类似于做梦的东西更容易被记住，而在第五密度中则还要容易被记住。在第五密度中的存在状态在投生之中是如此敏锐，以至于“在梦境状态中进入存在状态”的这个过程是非常微妙的。这就像一个清明梦——一个实体带着意图进入，执行它所觉察到需要执行的行为，接着有意识地从这种状态中醒来，并在这场投生的觉醒状态中继续。再往上，在第六密度中，梦境与清醒之间的状态是如此微妙，甚至都不需要睡眠和清醒〔或者处于冥想状态与非冥想状态〕的概念。这就像在你们第三密度的星球上，人们会停下来喝杯咖啡，只是从活动中休息一会儿。

密度的频率越是高，纯粹的时间/空间之状态就变得越来越容易获得；在密度系列

的末端，在某个点上，自我便溶解到这种纯粹状态之中。

我们现在将把这个通讯传递给被知晓为 Jim 的实体。我们是 Q'uo 群体。

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，与这个器皿同在。我们在爱和光中再次向各位致意。纯粹时间/空间之环境是一个无法很好被描述的环境，因为它超出了大多数文字的描述能力。然而，我们将在这方面尽我们所能。

纯粹时间/空间之体验是一种关于“与下述事物的认同”的体验，也就是你们会称之为智能无限的事物、那个渗透了所有造物并无限地扩展到所有造物之外的造物部分。它是(构成)合一的原料，容我们说，它与[你们所称为的]造物的其余部分有些不同，因为它是一种不知与造物者有任何分离的存在性品质。当在你们第三密度或任何密度的幻象中的真理寻求者能够使自我静下来——通常是在冥想状态中——达到“将个人振动与造物者融合在一起并感受到一体性之体验”的程度，这时候该寻求者就是在体验智能无限或纯粹时间/空间的体验。

那么，在这种完全合一的状态中，所有服务都被看作是相同的且没有极性的，因为一切都是造物者，一切都服务于造物者，没有分离。在这样一种合一状态中，没有对于服务、运动、任何事物的渴望，因为确实没有渴望，而有圆满性，有无限，有一切万有。对于造物者的那些经历着极性的部分……
（磁带第一面结束。）

（Jim 传讯）
我是 Q'uo，并再次与这个器皿同在。那么，这种合一状态可以被看作是一个基础

[容我们说]，一切被缔造的事物都是从这个基础中被缔造出来，并在这个基础之上被缔造。它可以被看作是贯穿造物之一切并赋予其实质的东西。它可以被看作是一切的源头、一切的归宿。

我们是 Q'uo 群体。此时，我们将此通讯转移到被知晓为 Carla 的实体那里。

（Carla 传讯）
我们是 Q'uo 群体，并在爱与光中、通过这个器皿再次向你们致意。

你们问的是在时间/空间与空间/时间中的服务的性质。在空间/时间中，服务是在一个实体的心中被感知到，它源于安歇在存在性中的自我精华。确实，在你们星球上的第三密度中，许多实体终其一生都安歇在这种存在性中，并越来越熟练地成为爱和光的被动放射者，从无限造物者那里获取无限的爱/光的供应，祝福它，并借由设定意图去放射它而放射它——通过他们的眼睛、通过他们的行动以及通过他们的存在。

“对他人有所服务”这件事，经常涉及这种内在服务、这种在整个投生期都在被实践的存在性。第三密度中的其他实体感知到：他们有能力以某一种或另一种方式而服务，并且凭着信心，他们聚集自己的意志来将这种服务自由地提供给他人。

当一个位于第三密度空间/时间中的实体正在睡眠时，有可能进行具有下述性质的服务，也就是参与时间/空间的程度远远超过空间/时间。在你们星球看不见的领域里发生着许多事情。有些实体在睡眠时会找到一些方式去培养那些已经死去的年轻实体。有些实体在睡眠时会参加课程，因为他们渴望学习真理。有些在地球上投生的实体会在睡眠状态下提供自己作为老师。所有这些事情都是服务导向

的。

在时间/空间中，那个就“时间和时间流逝”而言被花费的投生部分会提供自己于服务中，正如你们[我的朋友们]在第三密度中所做的，协助周围的实体、抚养孩子、教导与学习。

当时间/空间中的一组实体决定作为一个群体而服务时，他们会进入到一个地方——它远远更属于“纯粹状态下的时间/空间”，然而又未超越个体性之领域。

语言无法完全表达一组实体由此而成为一个统合概念的过程。如果你们愿意的话，想象一下你们宇宙中无尽的振动和频率。每个振动都具有一定的特性，并吸引着一定数量的实体。属于“为无限造物者服务的众星球和天使之邦联”的我们，当觉察到地球上实体们的困境后，进入到了那种位于我们的服务渴望之中心的能量、精华或振动之中；我们渴望服务那些在忧伤中呼唤着、寻求着爱、灵感和信息的实体。那么，为了进行这项服务，我们把我们的形体从它的种种约束中释放出来，单纯地保留我们的精华振动。我们变成了一种复合结晶体，能够在时间/空间和空间/时间中作为一个单元而移动；并且，属于我们原则的那些复合部分进入了你们行星系统的那些内在领域之中，从而仅靠思想来运作。

在我们的环境中，我们几乎觉察不到时间的流逝，因为我们安歇在那种“我们觉得我们在其中对于那些呼唤我们的实体有最多服务”的振动中。这呼唤，唤起了我们的回应。我们并不判断有多少实体在呼唤，而只是在感到有针对我们服务的呼唤时做出回应。该服务是从振动到振动、从精华到精华。我们并不比你们拥有更伟大的服务，因为所有服务都是一体的。我们只是为那些我们感到同情和喜爱的实体提供我们所能提供的东西。也许，我的朋友们，你们在服务时也有同样的感

觉。统合我们的体验的事物是下述过程中的满足感，也就是站在我们的精华存在中，并提供我们前来提供的服务。无论你此时在地球上的服务是给孩子换尿布，还是在土地上种植，还是向你所接触的实体提供微笑和良好的感觉，还是带着自豪、正直和卓越而做你的工作〔不管它可能是什么〕，还是无论什么你认为你的服务所是的事情，你都有来自下述状态的满足感，也就是你已经得出了“你希望服务”这一结论，然后又发现你有能力服务。

你们所见是受限的，而我们——正如这场冥想前的歌所唱的那样——相对不受任何种类的约束所束缚，但请意识到，我们自然被我们的天赋所限制。我们的本性，以及我们的意图的特性和状况，以某种方式将我们带到了你们身边，并且我们在爱和服务的频率上振动。这就是我们的环境，我们就是从这个环境中提供服务的。

当一个实体完全不受束缚时，该实体也就不再能决定去服务。相反，该实体的服务就像阳光一样：它同等地落在正义和不正义的实体身上，自由地放射光芒。当还有一种对个人身份(personhood)的觉察时，当个体性仍然有意义时，服务将有远远更多的特殊性(specificity)。在第三密度中，比较好的一种做法是借由下述过程来预期时间/空间中的服务，也就是释放掉你们关于“服务由何组成”的概念。

被知晓为J的实体早些时候谈到了他的发现，当一个实体与正在发生的事情合作而不是试图去塑造或改变它时，事情似乎会更好地流动，而且他生活中的动荡似乎更少。我们想借由以下陈述来推进这个概念：一个希望服务的实体，单纯地设定服务的意图。接下来出现在你眼前的事情可能看起来不像是一项伟大的服务。可能是你的浴室需要擦洗了。可能是你家屋檐下方的区域需要刮擦和粉刷油漆了。也许你会发现自己要去做一份你以前未曾认为是以服务为导向的工作。

如果你可以从自己的心智中移除所有概念，只留下那个压倒一切的服务渴望，并且如果你提供这份意图给圣灵，那么，我的朋友们，在你面前展开的事情将稳定地——以“一个又一个增量”、“一个又一个改变”的方式——越来越多地带你进入到具有下述性质的事情之核心当中，也就是既是你所能做的，又让你对他人有所服务。

有些时候，我的朋友们，这条通往你的恰当服务的路途是迂回曲折的——不必被这点所打扰。犯下一个个所谓的错误、走入一个个你发现是死胡同的巷子，这并不花费你什么代价。你单纯转过身来，走回原来的起点。这并不是一件可悲之事，它是这场学习体验的一部分。不管你对于服务的希望是什么，不管服务看起来离你有多远，都不必感到沮丧。设定你的意图，等待受到吸引前来的事物，它将以爱填满你的心，并为你的工作注入目的。

我们感谢被知晓为 S 的实体提出这个问题。在我们继续之前，我们想问被知晓为 S 的实体是否有关于这个问题的后续问题。我们是 Q'uo 群体。

S：我想没有了。在这里，我有很多东西要消化。非常感谢你们。

Q'uo：我们感谢你，我的兄弟，请尽管消化。我们想问，此时在这个团体中是否有另一个问题。我们是 Q'uo 群体。

L：我有一个问题。回到下述观点——那些投生在这个星球上的实体(可能)在做梦状态中进行服务——就这点而言，我是否听对了你们所说的？

Q'uo：我们是 Q'uo 群体。是的，我的姐妹，你的耳朵完美地运作。容我们问，还有进一步的询问吗？我们是 Q'uo 群体。

L：那么，我有一个反复出现的梦，它每次都不同，在其中，我面临一种[我会称为的]有鬼魂出没的情境。我周围有一些灵魂似乎处于一种痛苦状态，而且当我做这个梦的时候，我通常处于一种恐惧状态。偶尔我也问过这些看似是“受困扰的灵魂”的阴魂：有没有我能做的事情，好帮你处理。而且有时候那(阴魂)便提升了，并带来了一个更轻松的梦境，但是，通常我把反复出现的梦看作是一个迹象，表明我需要在某件关于自己的事情上进行个人工作，以作为一个个体而成长或以某种方式在形而上方面成长，但(你们)提到了“我做服务”这一观点，我便想知道这个情况是否不同。你们能否就此给我某种协助：这是我在梦中进行的一项服务吗，还是我在清醒生活中需要处理的事情？这是我在清醒生活中需要处理的讯息吗？

Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们感谢被知晓为 L 的实体提出她的问题。我的姐妹，在不打破混淆法则之界限的情况下，我们可以说，为了确定你所携带的梦境记忆是不是(关乎)对自我进行工作的梦境记忆，对你而言一个非常好的方法就是询问那些迷失者，他们是不是你的一部分。在做梦状态下，当除了催化剂的进一步处理之外不存在任何服务的时候，发生的一切都是自我的一部分，然后清醒状态便思考下述问题：自我的各个部分是如何试图被听到的。当有服务〔也即对其他自我的服务〕以一种无私的方式被提供时，那么那些留下来的实体就不是你〔作为这场投生中的一个个体〕的一部分。相反，你正在发挥一个器皿的作用，能够给它们定向，并给它们一个增强的对于位置的觉察，以及他们当前位置的首选向量。
我们可以进一步回答你吗，我的姐妹？我们是 Q'uo 群体。

L：你们的回答对我很有启发性。谢谢你们。
Q'uo：我们是 Q'uo 群体，我们感谢你，我的姐妹。现在是否有最后一个询问？我们是 Q'uo 群体。

发问者：如果没人想问的话，我有个问题。我只有一个简短的问题。有一件事不断出现在我脑海中，像是一种对服务的渴望，那就是也许可以尝试研发某种自由能设备，而我只是想知道，是否有任何事情是你们可以告诉我的——关于“自由能设备可能会如何运作”的任何提示或任何事情？有任何科学原理可以由我研究吗？

Q'uo：我们是 Q'uo 群体。我的兄弟，我们感谢你的询问。你所说的自由能装置与行星地球本身有着最密切的关系，地球年复一年地维持和更新自己。自由能背后的原理不被你们文化的科学知识所理解。因此，一个实体难以通过研读而准备好自己来与零和能量的概念一同工作。然而，属于这种服务渴望的开端是让自己了解物理学、数学和那些相关的科学应用所包含的知识体系。

我们能进一步回答你吗，我的兄弟？我们是 Q'uo 群体。
发问者：不，这就足够了。我只想为你们今天提供的信息表示感谢。这已经非常有趣和令人愉快。

Q'uo：我们感谢你，我的兄弟。也许我们已经准备好迈入大时代了！

亲爱的，我们发现能量在衰退，现在是我们离开的时候了。非常感谢你们呼唤我们加入你们的圈子。很高兴也很荣幸能与你们在一起。一如既往地，我们极其钦佩你们。你们抽出时间来寻求真理的勇气和决心确实鼓舞着我们。我们被你们知晓为 Q'uo 原则，并在太一无限造物者的爱与光中离开你们。Adonai，我的朋友

们。Adonai vasu borragus。

(V1) 2012 Digested, adapted & translated by c.T.

(V2) 2024 Re-translated by 湖光倒影 & S.H.

英文出处：llresearch.org/channeling/2011/0409

中文出处：yidefaze.org/lllib_2011_0409

原始翻译见《爱与光之图书馆选集 13》之《沉思：时间与空间》

☆ 第 0016 章集：L/L 新闻 - 对团体和平观想的呼吁

---

https://mp.weixin.qq.com/s/Sj38HgkdnN6DkWXahTt1Bg

小编按：昨日，爱/光研究中心发布了一次关于地球和平的团体冥想倡议，为期十日，每日十分钟。若您感到受此活动吸引，请以任何方式加入其中，一起为光之力量而祈祷！

对团体和平观想的呼吁

就像世界各地的许多人一样，我们因最近出现的暴力冲突而心情沉重。在“造物者正在知晓祂自己”这一更大背景下，存在着一种信心：一切都是好的，没有东西是失落的，没有任何错误。在这种信心中，存在着和平和理解、希望和哲学上的安全感，它看到自由意志在被行使，无论这种行使是多么无知和无意识的。但是，在“同理心、情感和对人类苦难的敏感”这一人类层次上，我们内心会为着那么多人所遭受的无谓破坏和苦难而大发悲鸣。

虽然明白所有人生体验皆为灵性进化提供了催化剂，但正面导向的灵魂——以我

们的理解——仍然渴望一个“人人皆兄弟姐妹”的世界；在这样一个世界中，国家的、族群的和宗教的差异都得到庆祝，但不会成为暴力之源，尤其不会成为“国家组织的暴力”之源；在这样一个世界中，经济不平等不会把少数人推到奢华、安逸和权力的最上层、而让多数人在下述焦虑中备受煎熬：该如何养活或照顾自己的孩子，下次账单来临时会发生什么，或者需要医疗支持时该怎么办。

当然，我们无法创造一个乌托邦，但我们可以做得比现在的路径好得多。这不会通过评判和好战而发生，而会通过爱和接纳而发生——尤其是通过爱并接纳那些不可爱和不可接受的人，那片紧紧控制着人类的黑暗和暴力阴影。开放之心寻求去爱并接纳事物的本来面目，但同时也怀有下述希望：黑暗能被转化；在有战争的地方，也许会有和平；在有仇恨的地方，也许会绽放宽容、原谅，甚至亲近关系。

为此，在爱/光研究中心的我们——(作为)就像你们一样的，伤心、困惑却又坚定的寻求者——想组织一次呼吁。读到这些文字的你们为数不多，但你们是强有力的一群人。之所以强有力，是因为你们已经唤醒自己的内在之光，以寻求并成为太一。而且通过学习，你们知道：一次集体性努力的力量会随着加入其中的每一个人而翻倍，特别是当它在目标上是统合的。

因此，我们邀请您、鼓励您、请求您加入我们，参与一项为期十天的每日和平祈祷活动。

和平祈祷

从 11 月 3 日（星期五）到 11 月 12 日（星期日），您将每天需要 10 分钟时间一

一您在其中可以放下一切的 10 分钟。

这个祈祷可以采取任何便于您开展的形式，但如果您希望以我们即兴创作的方式来心心相连*，我们邀请您按照以下形式参与：

1.用爱清理您的外部空间。

2.用爱清理您的内部空间。

3.进入当下此刻，在神圣的静默中停留 5 分钟。

4.在静默结束时，祈请高我和指导/支持系统的帮助。为了服务他人而暂时请求它的力量。

5.然后，感知加沙、以色列和约旦河西岸的苦难——无论是士兵还是平民，是加害者还是受害者。请求爱能够减轻苦难、疗愈心灵。

6.然后，感知那股广泛蔓延的敌意以及对战争和暴力的渴望。请求光明能够照亮那条(让人)走出分离、走向合一的道途。

7.保持专注，安歇于这一愿景之中。

8.与许多正在进行同样练习的他人相连，一起扩大那股充满爱与光的能量，好让它环绕全球，治愈和减轻沉重的振动。请求所有有心倾听者都从战争的狂热梦境中醒来，进入到“人们和平相处”的愿景当中。

9.保持专注，安歇于这一愿景之中。

10.轻轻地释放那股暂时被赐予您的力量，将其交还给高我。

11.在对太一无限造物者的赞美和感恩中放下该练习。看到那个在过去和未来始终皆是的完美。安歇在对众生的爱中。

从 11 月 3 日（星期五）开始，连续十天，我们将在我们当地时区每天中午 12:00（译注：即北京时间 24:00）进行这项练习。若您能赶上这个时间，那就太好了，但无论您在什么时间进行，无论你能进行多少天（手机提醒很有用），单纯有意地[在一个由服务于太一造物者的、正面导向的存有所组成的共享圈中]与我们和其他每个人一起相连吧。我们的心将会在这个强有力的练习中融为一体。

带着爱/光
在爱/光研究中心的家人们

**原注：就在吉姆感到同样的冲动之前，我们的一位挚友路易斯·里埃蒂（Luis Rietti）在做了一个强烈的梦之后联系了我们，他梦见了内在层面上的那些好战能量，以及正寻求用爱来抵消这种能量的正面导向力量。开展一次行动呼吁的渴望是路易斯促成的，也是受他启发的。他在这里分享了他的邀请:*

路易斯：兄弟姐妹们，你们好！几天前的晚上，我被一个怪异的梦惊醒，在梦中，我目睹了邦联曾向我们描述过的那场在内在层面上的、在正面与负面极性存有之间的冲突。在书上读到它并浮想联翩是一回事，但在生动的梦中目睹它又是

另一回事。我非常感动。我看到并感受到了我们正面的内在层面朋友们的强烈奉献和渴望，它们不遗余力地反抗着我们的负面朋友们所建立起来的思想形态战争机器。令人印象深刻是目睹到这种不间断的魔法式努力——在其中，诸多仪式和包含力量之语的歌曲在不断地被建立和分享。在这个梦中，我能清楚地感知到我所见的一切是如何对我们地球上的物质层面产生直接的影响，并与我们今天在世界各地看到的一切联系在一起。

当我醒来时，我感到一股强烈的愿望要联系你们（我在灵性上的兄弟姐妹以及一的法则社区）以请求：在这个包含内在和外在冲突的、成功有望的时刻，我们在意图和祈祷中聚到一处，一起来对这个星球有所服务。为此，我提议，如果你们渴望成为这项团体服务的一部分，我们可以一起发心，并进行以下冥想和祈祷。

附言：尽管我们所怀有的是最异想天开、最堂吉诃德式的对和平与和解的希望，尽管在我们共享的十日和平观想之后，“杀戮和苦难仍将继续”这种情况无疑是或然/可能的；但我们相信，这种联合的努力，无论可能以何种形式显现出来，都将为地球增添光芒，它将联合所有语言和信仰中正进行着相似祈祷的其他众多开放之心。此后，它将凝聚并增强，成为微妙但强有力的机会的磁性漩涡，为治愈、为看见、为使得该星球的天平向和平倾斜而提供机会。为了那些每天生活在废墟和恐怖中的人们，也为了我们当中所有陷于历史的循环和梦想中的人们，我们向爱的奇迹敞开心扉。

愿您拥有美好的梦，
爱/光研究中心

Translated by DeepL & S.H.

英文出处：llresearch.org/news/2023/group-peace-visualization

☆ **第 0017 章集：一的法则中文论坛上线通知**

---

https://mp.weixin.qq.com/s/JRhZLjx0Of8euvJrYA8YhQ

一的法则中文论坛

https://discourse.lawofone.top/

【资源】L/L 传讯译文初稿更新

https://mp.weixin.qq.com/s/WjfQB3hGhMqXwE89Ic-iGA

END

待续