

细雨
「早期课译本」
现代汉语版

已知的真相

或然自己与或然实相如何造梦

共四册 (199-239#)
第二册 (219-228)

本册代码: Y5-3

细雨
著作

细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注）

《已知的实相 v》——

或然自己与或然实相如何造梦

第三册（219-228 节）

本册代码：Y5-3

细雨 著

细雨社出品

细雨资料建议学习顺序

| → 建议顺序 ↓ | 从左到右，逐阶提高 | | | | | | | | | | | | |
|----------------|-------------------|------|------|------|------------|------|--------------------|------|--------------------------|------|--------------------------|------|------|
| | 基础一阶 | | | | 基础二阶 | | 基础三阶 | | 基础四阶 | | 扩展一阶 | | |
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 每列从上到下依次推进 | 三正道 | | | | | | | | | | | | |
| | S1-3 | Y1-1 | Y1-3 | Y1-5 | Y2-3 | Y2-7 | Y3-3 | Y3-5 | Y4-1 | X5 | GY5 | Y5-1 | GY9 |
| | S1-2 | Y1-2 | Y1-4 | Y1-6 | Y2-4 | Y3-1 | Y3-4 | Y3-6 | Y4-2 | X6-1 | GY6 | Y5-2 | GY10 |
| | GY1 | S1-4 | SY | Y2-1 | Y2-5 | Y3-2 | X3 | X4 | Y4-3 | | GY7 | Y5-3 | GY11 |
| | GY2 | S1-1 | YM | Y2-2 | Y2-6 | S2-4 | S3-1 | S3-3 | Y4-4 | | GY8 | Y5-4 | |
| | | GY3 | S2-1 | S2-2 | S2-3 | X2 | S3-2 | S3-4 | Y4-5 | | | X6-2 | |
| | GY4 | | X1 | | JY2 | | JY3 | JY4 | | | JY5 | | |
| 说明 | 本阶段阅读量多且密集，是必要的筑基 | | | | 建立新认知的必需基础 | | 认知难度加大与深化，知识点建立与扩充 | | 与高维沟通的信息，交换平台基本架构，修炼误区详解 | | 观影写出自我知见，扩展识界，认知梦结构，消除执念 | | |
| 目的 | 破除线性思维局限，为以后奠定基础 | | | | 建立基础认知网格 | | 扩展认知网格界面 | | 认知辨别多维多元信息架构 | | 融通自我，连接多重实相 | | |

| 代码 | 书名 | 代码 | 书名 | 代码 | 书名 |
|----|-----------------|----|-----------------|-------|---------------|
| SY | 《失忆的归途》（共一册） | Y1 | 《已知的实相I》（共六册） | X | 《虚空法界》（共九册） |
| YM | 《隐秘的医案》（共一册） | Y2 | 《已知的实相II》（共七册） | GY | 《观影说多维实相》（系列） |
| S1 | 《思想的阶梯》第一季(共四册) | Y3 | 《已知的实相III》（共六册） | JY | 《早期课精要萃取》（系列） |
| S2 | 《思想的阶梯》第二季(共四册) | Y4 | 《已知的实相IV》（共五册） | | |

代码举例说明：（每册书均有唯一代码，字母代表系列书名，数字代表第几季、第几册）

S1-3 《思想的阶梯》第一季第三册 GY1 《观影说多维实相》第一册 Y1-1 《已知的实相I》第一册
 SY 《失忆的归途》 YM 《隐秘的医案》 X1 《虚空法界》第一册 Y2-4 《已知的实相II》第四册

学习建议：

- 1. 要有想象力** 书中描述多是没见闻过的，放开束缚，天马行空去想象；
- 2. 抛开旧观念** 先将典籍习俗规范等存放一边，清出空间；
- 3. 别用脑子想** 脑子容量有限，思维逻辑无法承载这些无量智慧；
- 4. 看完就忘记** 这些未知其实都是已知，当内在深沉记忆被唤醒时，这些就都是日常了。

特别提醒：

细雨资料的整体文字有其很严谨的认知递进关系，并且多部不同的书籍内在互为认知阶梯。例如《已知的实相》系列和《虚空法界》交相呼应，互相印证，建议交叉学习，有助于深理解。以上的建议学习顺序结合每册书的内容、难度、内在关联进行了考虑周到的精心安排。建议读者朋友们参考此建议顺序、同时结合自身的认知次第进行系统学习。

细雨资料发布平台：亚马逊网站搜“细雨资料”或书名；YouTube“细雨社”“细雨资料”；微信公众号“细雨资料”“细雨资料 觉心接力”。细雨社网站 www.xiyushe.org 提供全部电子书免费下载。

目 录

| | |
|---|-----|
| 第 219 节 | 1 |
| 前情回顾: | 1 |
| 第 219 节 片刻点 没有规则阻碍自我感知到多维实相 伊斯遥视 27 信封透视 24- 医院探视卡 | 18 |
| 第 220 节 | 37 |
| 前情回顾: | 37 |
| 第 220 节 罗的全视之眼经历 伊斯遥视 28 信封透视 25-购物发票 | 47 |
| 第 221 节 | 63 |
| 前情回顾: | 63 |
| 第 221 节 现在、过去和未来共存于广袤的当前 伊斯遥视 29 信封透视 26-幽默画 | 77 |
| 第 222 节 | 95 |
| 前情回顾: | 95 |
| 第 222 节 罗的汽车“魔考” 伊斯遥视 30 信封透视 27-罗弟的信 | 107 |
| 第 223 节 | 125 |
| 前情回顾: | 125 |
| 第 223 节 在丹麦的前世生活 | 136 |
| 第 224 节 | 140 |
| 前情回顾: | 140 |
| 第 224 节 当下改变过去 伊斯遥视 31 信封 28-身份证 | 148 |
| 第 225 节 | 164 |
| 前情回顾: | 164 |
| 第 225 节 过去在不断改变 伊斯遥视 32 信封透视 29-罗的牙医预约卡 | 176 |
| 第 226 节 | 192 |
| 前情回顾: | 192 |
| 第 226 节 不同系统下的连续性 伊斯遥视 33 约翰的职场 | 203 |
| 第 227 节 | 228 |
| 前情摘要: | 228 |
| 第 227 节 可能性的事件被自己的其他部分体验 伊斯遥视 34 | 243 |
| 第 228 节 | 258 |
| 前情摘要: | 258 |
| 第 228 节 暴风雪是集体行动的结果 伊斯遥视 35 鲁柏的灵性进步 | 269 |
| 下册预告: Y5-4 第四册 (229-239) | 283 |
| 常见问题 | i |
| 细雨资料发布平台、免费下载路径 | ii |
| 细雨著作出版一览和代码对照表 (2024 年 12 月版) | iii |

Y5-3-219.1

第219节

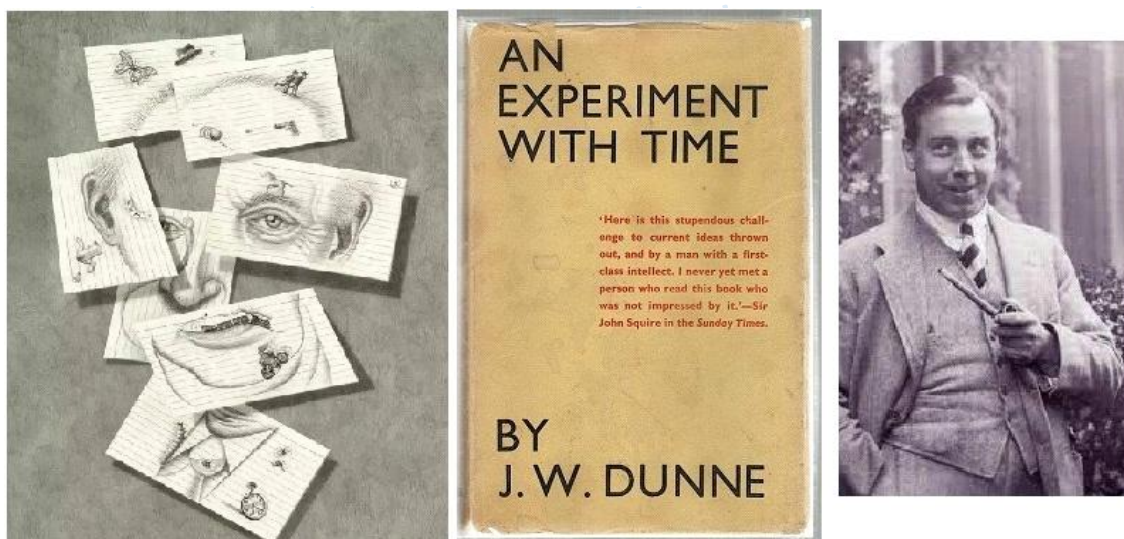
前情回顾：

珍在阅读普里斯特利的《人与时间》这本书，她非常喜欢这本书。她发现书中广泛地引用了邓恩的观点。

赛斯在课前两次激励她了解这些相关知识。

背景介绍：

邓恩(1875-1949)和普里斯特利(1894-1984)



邓恩是意识启蒙时代的先驱，他本身可以在梦中写书，并在醒后誊写出较完整的段落。他说：谁也不会真的死去，我们都活在梦中，关注你的梦那比现实更加真实。

邓恩自身的学历不高，但因学会了在梦中自修，成为了英国的航空工

程师和哲学家，并著有《时间的实验》一书，讲述了他的预知梦和后来被他称为“序列主义”的时间理论。

本书于 1927 年 3 月首次出版，受到广泛阅读。被全世界最顶尖的科学家和哲学家高度认可，但受到教会与普通科学工作者的排斥。后又在梦中写了四部续集：《连续宇宙》、《新不朽》、《无死无对》和《入侵？》。他说自己不是一个作家，只是图书馆的搬运工。

《时间的实验》主要讨论了两个话题。

书的前半部描述了邓恩本人经历过的许多预知梦。

他的主要结论是，透过精准的预知梦，他明白了所谓的未来只不过是个人尚未经历的过去。整个世界中所有将要发生的事，早就发生过，并且不止一次。

后半部分他试图解释为什么我们活在这剧本中的原因，借此他提出了现代科学中的第四维度，并阐述了本位面中的物理时间并非是客观存在的。邓恩的论点导出了无限连续的高维度时间序列。随着维度的增高，相伴于内的意识也表现出具有更高的层次。链条的末端是至高无上的终极观察者，而所有的一切都源自它，但它并非是宗教意义上的神或佛。

根据邓恩的说法，我们在清醒时的注意力会阻止我们看到超越当下的时刻，但在梦中，逻辑脑对真相的屏蔽作用会消失，我们就能够看到

并记住更多的时间线，包括所谓的未来。这使得我们未来的碎片与我们过去的碎片和其它平行人生的记忆混合在一起，出现在预言梦中。甚至包括下次投胎后的角色人生片段也能被看见。

邓恩讲述自己的预知梦，这些梦大多是他自己经历过的。他第一次有意识的记录是在 1898 年 23 岁生日后，当时他梦见时钟的秒针定格在表盘上，时间停止了。接下来的梦似乎预示着一场大灾难。

马提尼克岛的火山喷发、巴黎的工厂火灾、苏格兰特快列车在接近苏格兰福斯铁路桥的路堤上脱轨——

邓恩描述了他如何尝试解释这些梦：这不是预示真实灾难发生的本身，而是预示了他在未来的时间点上，会通过媒体阅读到有关的灾难报道。

邓恩为了能慢慢地总结出规律，在床边放了一个记事本，醒来的第一时间就写下梦的所有细节，稍后回来将它们与他以后生活中发生的事情进行比较。他还说服了一些朋友尝试同样的实验，同时也在自己身上进行了接近催眠的清醒梦实验。

根据研究结果，这种预知片段在梦中很常见，与过去的记忆和类似事件混合在一起，因此在预知事件发生之前很难辨别哪些事件会发生在本位面、哪些是发生在其它平行位面上的。

通过事实证明，他相信梦能够感知过去和未来中发生过的事件，而不是像醒来时那样完全地只被关在当下这一时刻中。

邓恩在九岁时就已经开始广泛地宣扬时间并非是客观存在的，结果被所有人嘲笑。直到广义相对论的发表，人们才明白在固定时空景观中，观察者沿着物理时间 t_1 方向运行的时间线移动。

1923 年，量子力学打破了传统经典物理学的禁锢，成为新兴的“科学”。什么是“科学的”被改写后，人们发现邓恩的理论与相对论和量子力学如出一辙，但爱因斯坦并没能对观察者在时空中的位置提供任何解释，可相对论和量子力学都需要它来继续发展物理理论。

由于缺乏严格的基础物理学的背景，邓恩被划入了哲学家的范畴，但他提出的问题与理论展开了更高维度的时间 t_2 。通过这个维度，我们可以明白角色我所处的时间线 t_1 只是物理脑本身线性感知力的产物。而心灵存在于可以感知到第二层的时空体系，即心灵存在于 t_2 时空中，观察者正是在这个 t_2 层次中体验与规划 t_1 内的经历。随着他意识力的逐渐成熟，在晚年他提出了更高的 t_3 时空，并发现第三级观察者不仅能够体验到 t_2 时空中的大量事件，还能够规划和设定 t_2 时空的基本参数与运行法则； t_2 内的时间与空间，和 t_1 中的一样，都属于由观察者设立出来的伪装。

邓恩认为，当我们死亡时，死亡的只是我们的第一物质自我，而我们的更高自我则处于世俗时间之外。因此，我们的意识自我没有以类似方式死亡的机制，并且实际上是不朽的。在链条的末端，他提出“至高无上的一般观察者，一切……意识的源泉”，它自称本源。

普里斯特利深受邓恩影响，在 1964 年发表了论文《人与时间》(Man and Time)。他在书中记载了关于时间的各种已知理论观点、他自己的研究成果及独特的推论，以及他自己经历的“预知梦境”(Precognitive dreaming) 的研究分析。

普里斯特利：当你多次精准地预见所谓的未来，会因此感到很崩溃，因为你会发现自己不过活在自己的梦中，而身边的一切包括自己都不是客观存在的真实。一切都可以被反复重置，再放映。

赛斯：

鲁柏终于发现了邓恩的作品，我看到他还在读普里斯特利关于时间的书。

可惜鲁柏没读过邓恩的原作，这个普里斯特利对邓恩理论的解释还算准确，不过就是另一回事了。

我很高兴你们之前没有遇到这些想法，因为这样我们就不会被误以为是借用了其中的内容。鲁柏对我所讲的时间概念与邓恩和普里斯特利的观念之间的某些相似之处感到惊讶。鲁柏着迷于这些时间概念，普里斯特利和邓恩提出的概念很接近事实，但并不是事实。

普里斯特利的确是个信息的中介人，而邓恩还远没有完全地完成自己的意识进阶。所以他们的理论有一部分是正确的，另一部分需要修正。

邓恩没能开启 t5 时空维度的认知,所以他并未能看到更全面的真相。

他们在某点上准确的,而在另一方面则完全脱离了事实,是完全错误的。但无论如何他们远比大多数人都更接近实际。他们增加了对额外维度的思考,解绑了角色对他们这一位面上时间的亲密绑定;而在这一点上,你们的科学家都没能做到。维度不是发生在物理层上的,而是意识层上的,所以在物理学中想要解开维度的秘密,导致你们的文明走错了方向。

普里斯特利在他的时间一、时间二和时间三的论述还不够深入,但在这一点上他是相当正确的。最终他会发现所有的时间都不具备客观严谨性,从时间和空间着手研究现实是走不通的,要以不同的方式展开对实相的认知,我说过。

关于角色肉身的死亡,我已经告诉过你们,角色中的自我会变成下一次生存中的潜意识,而人格碎片会有意识地把一生中获取的知识、技能、领悟上传给矩阵,交由电磁层记录保存成一个子目录文件,成为全我大数据中的一部分。

普里斯特利说:位于时间一中的角色我之个性意识,在肉身死亡后会变成其他的东西,从肉身中脱离出来,借由时间二作为临时中转,进入到下一次生存中,成为新角色的主导。

这理论与真实发生的有很大的不同,这差异很重要。

普里斯特利的认知还是线性的，意识主体被他认知为一个，并在不同的身体中换乘着；而事实是，自我同时存在于多重实相中，不管是角色死亡后，还是生前，时间二都并非是主导性的。角色肉身的生命周期确实发生在时间一内，意识可以利用它作为焦点去经历生命，使用其获得知识，并从错误中习得与矫正自己的知见。

普里斯特利在这点上的认知极其有限，他只看到了肉身内的意识个体在以线性的形式展开内在发展，这种认知是基于你们“时间一”的单向单一线性认知所形成的。

他不明白，全我的发展不依赖线性点状串联构成一个接一个的系列，对全我来说，它在平行架构中同时展开多个对等布局，而这些布局同时贯穿了所有一到四的架构领域。由此全我是自由的，它可从中得到各个意识面向中的全面学习，但它仍然被约束于这些事件中。

因此，根据普里斯特利的说法，虽然个体从连续的时刻中解放出来，但他依然无法轻松获得来自时间三的任何信息或领悟。这是错误的，因为主人格和人格都会对人格片段进行必要的协助。

普里斯特利认为在个体的肉体死亡之后，意识出体退居回时间二即所谓的灵界中，而对于灵界中的亡灵来说，那时更高维的时间三变成了它在灵界里不可感受的时间二。这概念其实极具认知限制性！邓恩在这一点上的认知远远超越了他，他没能读懂邓恩的阐述，所以两人在这里并不统一。

因为邓恩在假定了时间一、二和三后继续向前推进，发现了时间四。而普里斯特利在架构三就止步了。而架构四中，时间和空间都在解构成虚无。所以邓恩摆脱了无法避免的认知扭曲，而普里斯特利没能做到，继续停留在幻相中，纠结时间中的一、二、三。

在这特定的点上，邓恩确实走得更远，他因此结束对时空概念的迷乱，但也失去了他所能立足的参考点。这不能怪他，因为我在五维中这时间之外，能够更清楚地看穿它们；而在伪装层中的你们，却很难做到。并非我在这方面比他们更聪明。我只是处于一个更有利的观察位置。如果邓恩现在能够再写一本关于他时间理论的书，他肯定能够纠正他在之前所犯的一些善意的错误。



当意识个体接近普里斯特利观察到的时间三架构体系时，在那里人格片段几乎不能留下自己的个性特征。普里斯特利认为那就是“灵”的涅槃之处，所以没有敢更深入地进入探究。在一定程度上，他是对的，那确实是有相有色的尽头，但那与本源还相差甚远。我告诉过你们中

间层是意识能量转化为物质实相的过渡层,当然从物质实相这一面看过去, 就成了一切有形有相之物湮灭的地方。

普里斯特利认为灵体进入到中间层后,就会把意识保留在那一阶段中,就好像河床里有渔网,能量流通过了但人格的鱼群被筛选留下。要知道缺乏了人格的意识体的确就像是一只无法理喻的怪鸟。

人格结构真的始终是处于变化中的,但在任何意识单元之内,一直会保持着其总体的本体意识即意识的主旋律。它不会被胡乱地拼装混合成一个庞大的缝合怪。不要把这个生命之灵看作是普世之光,它有自己的可接纳与不可接纳的标准。普里斯特利在这一点上的认知存在偏差。

伪装层中角色体验着的物理时间并非基本时间,普里斯特利叫它为“时间一”。角色我所经历的世界只对自我是实相,这实相不过是平行矩阵中的一小部分。要知道,在基本时间框架之内生命力完成的物质化,同时可呈现出多重平行实相。

也就是说,生命力在不断地通过形成不同的意识面向进行着自我更新。意识不是被生命力简单地填充,然后在完成了它的进程后又遗弃了生命;意识本就是生命力的一部分,而生命力作为一种能量也承载了意识波。没有意识的波动就没有生命力,没有生命力的能量就无法承载意识。

这就好像人们听见音乐,这乐章是空气的震动、还是音乐的节律波高

低脉动呢？单纯的空气震动只是风声，单纯的音符也无法传递成表达，意识离开生命力什么都不是，生命力离开意识也不过是杂音乱波。

火焰滋养火，而火也反过来滋养火焰。因此，虽然个体在去世后不再体验时间一中的那些连续片刻，但这些片刻依然存在于基本时间中，只不过个体不再专注于它们。因为伪装层中的时间一只是各种时间尺度中的一小部分，还有其他你未曾察觉的时间存在。

当你透过冥想或死亡摆脱了伪装层中时间一对你认知的束缚，就没有必要再去想“时间一”是独立于基本时间而存在着的。就好比当电影散场时，你再继续纠结影片中故事线的时间一样，那毫无意义。

关于我所说的生命力量，你们也存在着同样的认知错误。

当你被统合入弘一生命力中后，没有任何人能说，你因此就失去了自己的个体性。就好像溪水里的鱼随着溪水游入江湖，它还是那条鱼，虽然溪水在汇合时已经变成了江水。生命能虽然承载自我意识，但生命能的融合与分化并不影响自我意识的独立性。

我们都必将会融入比此时更高阶的生命力中，这个说法是错误的。这错误是普里斯特利因线性思维扭曲了事实。在伪装层中的他，想要彻底地从他的角色我中逃脱一维线性时间的认知几乎是不可能的。他的理论毕竟还是基于人类可理解的线性链状逻辑，在许多方面他确实已经很接近于解释事物的方法。但实际上他讲的时间概念，是大错特错

的。

Y5-3-219.2

如果可能的话，还有两点，我今天晚上特别想说。

一个是关于我自己，我在这个时间框架中所处的位置是非常有趣的。

另一个是与邓恩有关，他确实比普里斯特利看得更远，但他也犯了一个可以理解的错误。邓恩确实做到了自我分离，他利用神魂出体的解离方式，让自己同时处于不同的时间维度中，伴随着多个自我分别观察不同的时间，自我间也可相互觉知，并且融入了一种我们称作为“存有”的意识宏观状态。



这些时间并不像邓恩所想的那样无限期地持续下去。但它们也不会像普里斯特利所认为的那样在时间三停止。自我会融合成一种你可以称之为超意识的综合的东西；从那时起，亲爱的朋友们，就会开始走向某种新的东西，这种东西我今晚还没有准备好谈论，但将在不久的将来

来谈论它。

鲁柏现在阅读了普里斯特利关于邓恩的理念，想知道我是不是他未来自己构成的哪一个，我是否是普里斯特利概念中的所谓意识二，或意识三。

他这推测并不完全正确，但也不能说是完全错误的。

我是通过潜意识里的第三未分化阶层与你们说话。在这里我与邓恩、普里斯特利所使用的概念是相同的，但术语体系全然不同。他们俩的理论受到伪装层的自限，并且受到人类语言体系和表达方式的自限，造成了我们在很多方面的分歧。

我的第三未分化阶层，相当于普里斯特利的第三时间意识。这就是为什么我可以告诉你，在那个层面上，个体性确实得以保持，人格得以延续。否则的话，我就成为了由全部生命力构成的弘一意识，而不是这个赛斯。

你看我现在就是通过鲁柏的这个意识管道与阶层与你们进行着通信。他的自我在潜意识层中是有意识的。在我自己的第五维阶层上，我通过阶层通讯与你们畅谈本身并没有困难。

形成此类通话的难点在于，作为意识体的我与鲁柏的意识本体在时间架构三中直接对话并不难，但要把我的信息精准地投送到你们这一伪装层中，投送到普里斯特利所说的“时间一”里，让这个平行位面中

鲁柏的角色珍在时间一里清楚地说出这些话就很难了。

在普里斯特利讲述的维度系统理论中,他非常充分且恰当地解释了跨维度意识通讯,尽管不完全,但解释得相当到位。总体来说,如果你不深究太多棘手的深奥问题,像我们这样的通讯,使用普里斯特利理论是可以解释清楚的。可惜由于普里斯特利对多维的探究止步于时间框架三,你不得不借助邓恩的理论体系来补全四维时空的认知,当然邓恩的理论最终在四维到五维的过渡区出现了问题。

按照邓恩理论的说法,我可以说是“第 6 号”的自己。

然而,根据普里斯特利的理论,我只是个意识生命能量,或是能量团不具“个性”特征的一部分意识。普里斯特利在对三维的认知深度上更正确,而邓恩的观点更进了一步,他认知到了四维,直到止步于有相时间的消失。

我是鲁柏系列中的第 6 号。然而,我确实保持了一些特性上的区别,但我这个 6 号,却完全知道所有其他平行自己。

我确实是鲁柏的第 6 号自己,你看。我在用鲁柏的 6 号自己与鲁柏的 1 号自己进行此时的通讯,但不幸的是这些自我的内部通讯,却要通过自己的交互在 1 号那里被筛选后传递。普里斯特利和邓恩对时间的弹性与可塑性,在很多方面与我所说的是一样的。我们这资料中所蕴含的价值,与普里斯特利对这个世界的贡献一样具有深度。

我是不是鲁柏的 6 号自己，其实不重要，我也可能是鲁柏的 8 号或 9 号自己。我们的任务其实都是一样的。我通过第三未分化层进行交流，这个阶层在普里斯特利的时间理论中，叫做时间架构三。

邓恩对时间的假设存在问题，但总体上要比普里斯特利更正确些。他的问题是，在其理论中假设了一系列连续的且无限地沿相同线路周而复始往复的高维新陈代谢，这是错误的。

他的观察结果并不够全面，因为他止步于四维，未能发现他感受不到的变化。因此，他并没有发现弘一意识的意识成长、在不断接近意识完型的路上越来越觉知到它自己的各个部分，并且越发具有能力关注各个意识面向上的变化。

细雨社 www.xiyushe.org

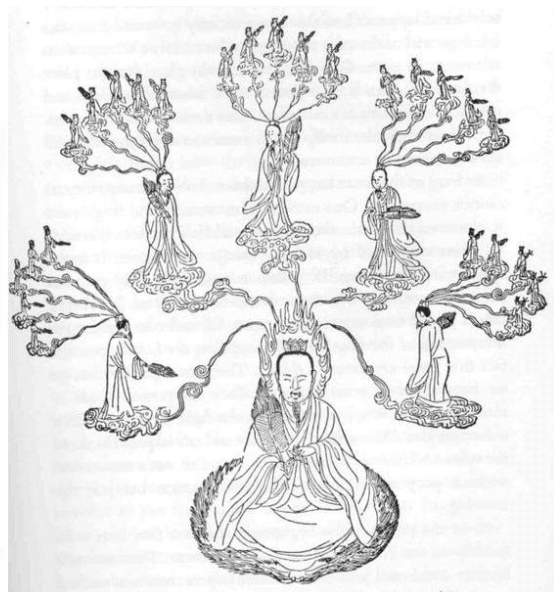
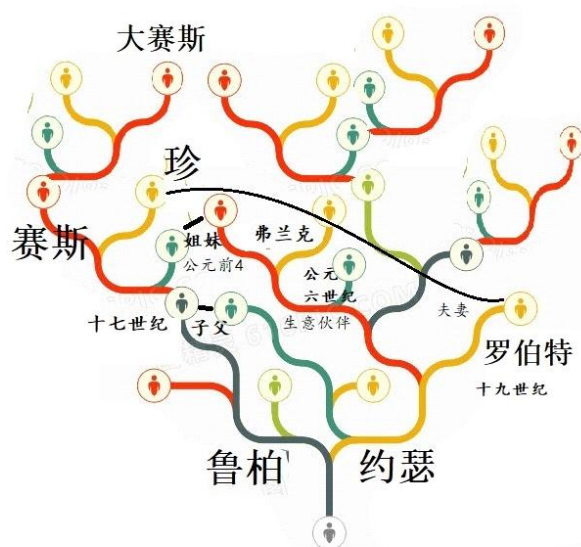
邓恩没能理解到这一点。不存在他设想的那种死板的周而复始。在自我进展的过程中，在通过了各种时间系列的改变后，一些经历过的发展不再必要再次经历。这个自己不断努力试图达成的自我完型，并非是一个理论的点，而是一个特定数学存在的点，即量变到质变的临界点。

因此在不同平行时间中的这些自己们，聚散合一，化身成为了一个完整的存有。

我必须强调的是，在自我整合完毕后，个体性也永远不会丢失。就好像全村的小伙子们都集结起来，成为一支统一行动的队伍，利用合力

完成个人无法达成的突破。队伍虽然集体行动，但队伍中的每一个人还继续保持着自己的特性与能力。这个话题过于复杂，今晚不可能深入探讨。

人格的转世是一个简单的事实，但普里斯特利或邓恩因西方的宗教信仰不肯接受这一事实。转世后意识可再次使用相同的身份，走过相同的年代，在再发生的时间里，那些剧情中死去的人们又一次鲜活地站在你面前。这是理论更逻辑的部分，尽管，我相信，普里斯特利和邓恩都没有才能承认这一点。



在某一时刻，你，约瑟，和鲁柏以及我，都是同一存有的一部分。这个存有就是邓恩未能预见到的那个突破了第四维度瓶颈的“综合体”。但你看，融合后的综合体，并不会因融合而丢失每一个成员的个体特质。这非常难以解释，因为当我使用“个体身份”这个词时，我并不单单指自我本位的身份。

事实上，我就是鲁柏未来的自己，根据邓恩理论体系的说法，我就是第 12 号自己。

但我们三个都是同一个存有的一部分，不过我比你更接近鲁柏，而你将会生成另一个叫做约瑟的存有。我在过去一直在联系着你们两个，这个话题我们可以在另一个晚上讨论。不过无论怎么说，我们仨都是源自同一个存有，我们实际上是同一个存有的不同分化体。因此，鲁柏你应该对我更宽容些——你所形成的那些个自己中，有一个是我，为了我们能够进行通讯，我真的付出了许多，明白吗？

正是因为这种自己之间的特殊联系，我们的交流才成为可能。

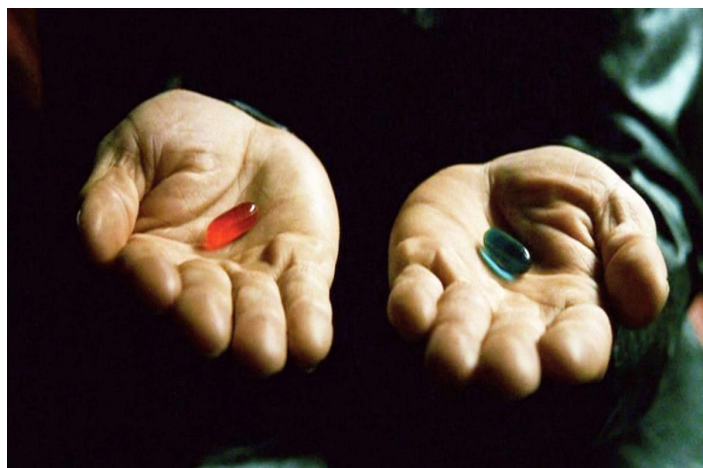
正是由于同样的原因，许多苛刻的必需条件我们得以克服，所以这样的跨维度通信相当罕见，就好像 90 岁的自己在教导 10 岁时的自己不要走那些人生弯路。鲁柏此刻演绎的珍，作为一号的自己，被迫要承受它不熟悉的改变，并且这一切还要在它角色所处的一号时间系统内完成。我知道对于角色珍来说，这些都是没有意义的资讯。

因此，我总是倾向于努力学着很谨慎地站在角色珍的立场上思考问题，但这些压力和这些资料在某种程度上将使一号自己从时间一的限制中解放出来，并带来了通常不可能实现的进步。

对于你俩来说，因为我们的课程，其实已经改变了一号时间内的世界轨迹，它似乎不再是先前那样的意识牢笼了。可惜这不能包含其他的

平行时间线，但随着连锁反应，本意识的一号时间线，可以在一定程度上影响到其它时间线。然后促使更多的人受益于意识的觉醒，并逃出一号时间的限制。

我所提到的“广阔的当前”包含了所有时间，但它既不是与这些时间分离的独立存在，也不是这些时间的简单总和。它是一个不断展开、流动、并不断变化的过程。



今晚进行了第 26 次伊斯博士遥视测试和第 23 次信封透视实验(略，详见上节)。

Y5-3-219.3

第 219 节 片刻点 没有规则阻碍自我感知到多维实相 伊 斯遥视 27 信封透视 24-医院探视卡

1966 年 1 月 3 日 周一 晚 9 点 常规课

(这是 1965 年 12 月 15 日之后第一次上课。这也是自两年前课程开始以来我们休息时间最长的一次，对我们双方都有很大的帮助。我们已经准备好重新开始工作，尽管珍承认在临近上课时间时有些紧张。但她表现得很好。在假期期间，她没有想要让赛斯说话的冲动。今晚信封测试的对象由洛琳·雪弗提供，她见证了本次课程。洛琳上一次见证的课程是 1965 年 10 月 4 日的第 195 节。)

晚上好。

细雨社 www.xiyushe.org

经过你们这么长的假期，你们应该很愿意重新投入我们的活动。应该是的。不过，在我们重新开始的时候，我没有看到任何热情高涨的迹象。

也许你们的假期比我对你们的消耗还大。

(“是的。”))

我向玛蕾诺（洛琳·雪弗的存有名）问好，并向鲁柏表达我的同情，他正在努力钻研邓恩的著作。

(珍通过阿尔巴尼州图书馆借阅了三本邓恩的书，我们正在阅读。)

我准备好继续我们之前的讨论，并期待在你们的时间中度过极为有效的一年。

如果你们还记得我们早期关于价值完成的讨论,现在让我们来谈谈我更愿意称之为“片刻点”的概念。这个片刻点,就是指任何一个当下的时刻。如果你们按照邓恩的理论来思考,那么就从这个片刻点开始,因为它是“自己一”在时间一中看到的。

在三维梦宇宙中的一维线性伪装层中,人格片段借由其规划的人生蓝图,体验一系列围绕自己展开的情景剧。当然这情景剧中包含了角色所在的社会背景。这情景剧可以是单人的,也可以是多人的。当然这里的人指的是人格,而非被显化出的角色。

我们都知道两小时的电影是由每秒 24 帧的画面逐格串联起来的,这 172800 帧的独立画面,构成了两小时的连续剧,并借此让观察者感受到了线性时间构成的故事情节。

细雨社 www.xiyushe.org

当我们明确地知道,未来是可以预见到的,甚至来生都已经发生,那我们的人生是活在一个宿命的轨迹中吗?答案是:是也不是。这对于我们很难理解,但在同时性中看却一清二楚。

这就好比一个每天早上都会失忆的人,他每天都会规划自己当天与明天的行程安排,并预约各种会面,这规划就是人生蓝图。晨起醒来后,他对昨天发生了什么没有记性,但知道今天大体上要去做些什么。他很奇怪“偶遇”到很多人,“凑巧”办成了一些事,那些人好像那么巧就在那时间出现,然后对自己的态度莫名地好或不好。

昨天规划了今天的事,这是今天的宿命;今天依据现实状况和自己遇

事时的心态、能力、情绪等，决定了有些事办成了，有些办砸了，有些干脆改主意了，这就是当下的变量；到了晚上回顾一天中的收获与损失，又开始筹谋明天的事；而今天与昨天捅的娄子，自己还是要在明天尽力地收拾烂摊子，希望明天自己不要再逃避或搞砸了。

我们确实生活在宿命，我们确实依据人生蓝图展开经历，我们确实有自由意识，并据此即刻地影响着当下事态的走向，而此刻的作为又实时地为整体趋势做出了后台参数的调整，进而影响着全局。

比如说，一个人在 27 岁时激情杀人，29 岁时等待死刑，他得到了返回过去纠正自己问题的机会。请问，你觉得他要回到哪个时间点上才能真正地化解这一悲剧呢？杀人的前夜？与对方记仇时？自身性格扭曲的过程中，童年被原生家庭无视与打骂时？他妈妈后悔与酗酒的父亲结婚想要打胎时？出生前规划人生蓝图时？上次生命的尽头恶狠狠地盯住仇人发誓要报仇时？或是强拆对方房子与对方结下死仇时？.....

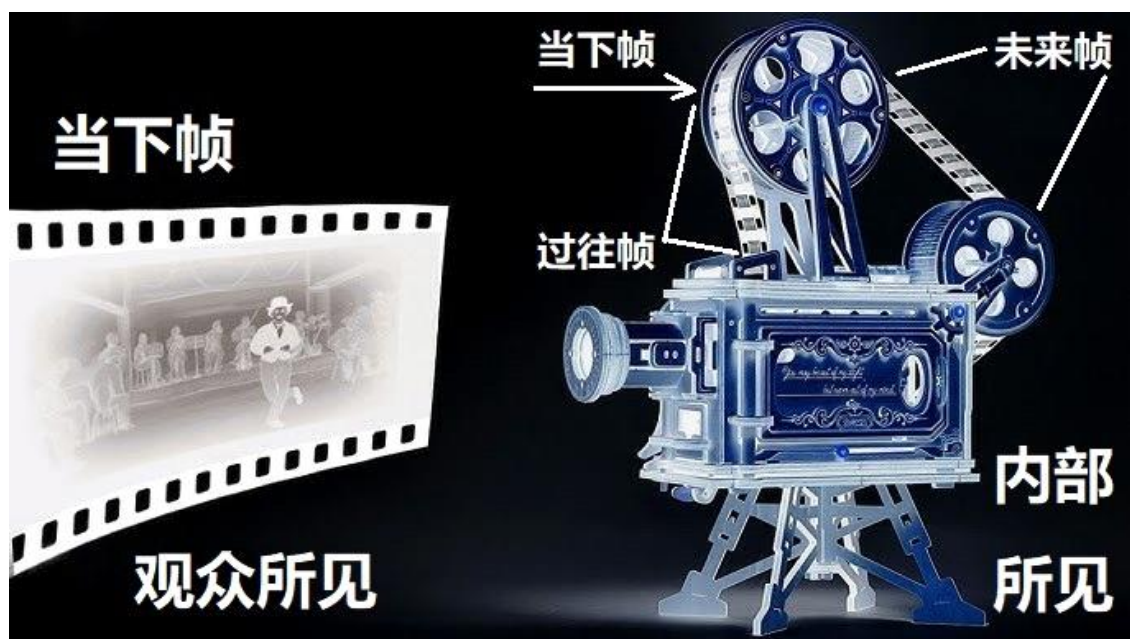
或许这样的追溯是没有尽头的，或许在任何一个时刻都可以通过转识而转念，进而转运。

一个个当下被一次次重演，不同的结果同时呈现在平行实相中，我们总是在一遍遍地尝试着修正所谓的过去或试图谱写出不一样的未来，却忽视了此刻即刻就能改变一切。这就是真实在发生着的生命故事。这就是在多维高维意识体眼中我们所处的梦宇宙。

(赛斯很早就开始给我们列出内在感官和内在宇宙的基本法则。价值完成，或者说心理实相的价值氛围，是内在宇宙的第一条基本法则。赛斯在第 45 节对此做了详细说明，详见第二卷。

关于片刻点的详细内容，请参阅第 149-152 节。)

自我只能感知某个特定时刻的部分内容。它感受到的“片刻点”，就像是一连串光线从一侧靠近，又从另一侧掠过。对于自我来说，片刻点仿佛是一个平坦的纸板物体，短暂出现在它面前，闪烁一下便消失了。



上图：当下帧——观众所见；过往帧、当下帧、未来帧——内部所见

然而，自我看不到这个片刻点其实是开放的，它实际上是通向许多其他维度的入口。这些维度是可以穿越的，但自我无法穿越这些维度，因为自我只能感知到那些它在肉体上能够看到或感觉到的维度。

角色我是不知道自己所面对的舞台剧不过是场由内而外的观影体验的，更不知道自己此刻置身其中的实相，其实在各地影院都在同时公映着。角色只能感知外五感传递的伪装层场景，对多重多维实相无法

感知也无法理解。

另一方面，自我的其他部分并不受到如此多的限制。不过，需要明确的是，这些自我的其他部分无法像自我那样在物质实相中保持高度专注。它们的关注点在别处。然而，这些自己不像自我那样，仅限于一个主要的感知领域，正如邓恩所认为的那样。邓恩的理论确实提到了在维度之间存在一些中间区域，这些区域可以被来自邻近维度的观察者感知到。但总的来说，他的多个“自己”在很大程度上都受限于它们所存在的维度。

然而，幸运的是，情况并非如此。

这些其他的“自己”更加自由随性。在它们的结构中，确实有一些固有的限制，但无论如何，任何一个特定的本体都不仅仅局限于它所处的维度。它的局限性可能很大，但这些限制并不是由它本体的本质决定的，而是由它所在的维度决定的。

（接下来的整段内容需要重点强调。在这一部分，珍的语速加快，语气变得更加坚定和充满信心。她尽管仍闭着眼睛，但做了许多有力的手势。）

本体可以，也将会超越自己所在的维度，进入另一个维度。因此，它天生具备一种能力，能够感知到超出当前所受限制范围的更多东西。

乍看之下，这两种说法似乎相互矛盾，但你很快就会发现它们并不矛盾。现在留给你一个有趣的问题：是自己或本体创造了它所处的感知维度，还是维度创造了这个自己或本体？

如果我们把三维的梦宇宙想成是一栋大厦，那每一个二维平面都是其中的一层，在每一层中有无数个房间。每个房间里的自我，受到房间

格局的限制，能感知的范围各不相同：一些自我很少甚至从未走出过自己的房间，对走廊里的情况一点都不知道；有些则在自己的那一个层次中游荡，知道有其它的层次但却找不到楼梯。当然本体作为整座大楼的监控室主管，它同时了解每一处的情况。它渴望有一天能集结全楼所有自我的力量，冲破并走出这栋大楼，看看更广阔的天地。它本身是没有自限性的，但却需要客观的考量全体自我的综合能力。而每一个自我因自身的成长水平不同、能力秉性不同，各自存在着自己的自限性；并且依据个体的自由意识，有些并不愿配合本体统一行动，有着自己的在意与执着。

(9:16 休息。珍解离如常。她全神贯注于所讲内容，语速快且充满强调。9:30 继续。)

今晚我确实很放松，可以说是在帮助你们重新适应。

不过，假期确实对你俩都有好处，你们的精力已经恢复了。如果不进行规律的上课，我和鲁柏就会出现一些小问题。然而，这种影响是短暂的，正如往常，我以我一贯的方式应对这些情况。

(珍微笑并停顿了一下。她时不时清清嗓子。)

现在我们再次开始。我们从片刻点重新出发。此刻，在你们的物质宇宙中显现的这个片刻点，只不过是“广阔的当下”中更大部分的一小段具象化。在梦境中，当自我摆脱了把时间看作是一系列片刻的观念后，自己的其他部分就能够穿越这些片刻点。在这种状态下，你们经历的是一种与你们所理解的时间或空间概念无关的深度旅程。

在伪装层中的角色我酣睡时，不再受头脑逻辑羁绊的内在自我，从肉身中脱离出来，去闯荡非线性时间中的其它位面，而对那些位面有些因平行于本角色的伪装层而相当熟悉，有些则很是陌生。梦中所见的人物与地点，有些位于本位面中，有些并非本位面的产物。即使是相同的人物，它们也很可能是来自其它对等平行层。

正如我之前告诉过你们的，你们是通过“强度”进行旅程的。然而，这些片刻点更像是螺旋，在穿越它们的过程中，自己的其他部分会接触到过去和未来的行为，这些行为已经发生或即将发生，取决于自我的视角。

在你离开自己肉身去访问其它平行层时，那些平行层中的你，也来到这里串门，并把所谓过往或未来的记忆带入到你的觉知范围内，成为了预见或追忆。

在这一点上，邓恩的看法是正确的。但重要的一点是——请原谅我的俏皮话——这些片刻点本质上是“强度”，是电性实相。穿越这些维度意味着能量从一个强度转化为另一个强度。我所谈论的全我或存有，由所有这些“自己”构成，但必须明白，这些“自己”之间的所有划分从根本上来说都是一种幻象。为了讨论的方便，我们暂时将它们分开，但在这样做的过程中，几乎改变了我们试图研究的事物的真正本质。

透过梦旅行的内我，除了可以在空间地点上随意切换，还能在时间与维度中自由遨游。之前那两位世界瞩目的大作家，就是写梦旅行传记

的行家。伪装层中扮演特定角色的人格片段，很容易因知见的自限性不认同全我存有是自己的主体，但存有不会认为自己的某一根意识触须不是自己的一部分。

赛斯曾说过存有发展的两难：不分化众多，就无法全面完成对等觉知；分化出来的又因自我意识而各有主张——这活儿谁爱干谁来干，干嘛折腾老子啊，老子就是不干。



上图：以前我觉得你什么都懂，现在我觉得我什么都懂，直到有一天我发现，我们都有自己不太懂的地方。

假设这些多重自己同时存在，这在整体上并不矛盾。而任何让这种假设显得不正确的物理法则，其本身就是一种幻觉，会引导我们产生错误的感知。

我们极力地否认存在多元平行世界，因为当你发现，世界中有多個你和你认为的独一无二时，世界的真实性就被质疑甚至破碎了。

就好像一个电影中的英雄，他不惜九死一生去救爱妻与儿子。两个半

小时里，恨不得炸了半个地球，才手刃大魔头并全家团聚。可十分钟后，等新观众再入场坐好时，影片又一次从头开始放映：大魔头活得好好的，淫笑着又一次、又一次绑走了爱妻和孩子。如果影片中的英雄走出荧幕，看到这一场场的重复，看到十多个数百个影院中的自己时，他会怎么想呢？何必呢！何苦啊？折腾什么呢？——释迦与道家其实用了两千年就试图说出这一个道理。

邓恩在他的著作开篇也写道：我们的一生其实什么也没能真的改变。

那这样的认知对吗？

赛斯说：不对。在看似相似的循环中，全我在培养着一代代新生力量，完成初始意识力的成熟。这就好像幼稚园的老师一辈子四十年教的都是汉语拼音和十以内的加减法，这样的重复确实是事实，但经历这看似重复的孩子们却成长为了不同领域的精英。

我们现在所处的位面确实只是幼稚园，我们确实在经历周而复始的历史剧，但就是依赖这套很成熟的教学体系，一代代成熟的意识体走向了更深远的意识领域。

（除了关于片刻点的课程之外，还可以参考关于电场和行动的课——内容太多，这里就不一一列举了。）

这些组成存有的不同自己之间的沟通是自然且持续的。显然，自我无法感知到这些沟通；但你们要明白，自我并不完全等同于“自己一”，它只是“自己一”或物质自己的一部分。

“自己一”的其他部分在某种程度上能够感知到其他维度。现在你应该明白我们要讨论的方向了。接下来，我们称物质中的自己为“自己 A”，并说它是物质宇宙中的物质自己。它由物质组成，同时也由心理物质组成，后者中的一部分是自我意识。通过你自己的工作，你已经意识到，“自己 A”确实远远超越了物质层面，即使它存在于物质维度中。

在梦境或其他意识状态下，自己 A 确实能够在一定程度上觉察到自我无法感知到的事物。换句话说，从心理角度来看，自己 A 中只有自我这一部分的感知是局限于物质维度的。

但是，自己 A 并不完全受自我的感知限制。因此可以说，自己 A 的整体感知并不仅限于它所处的领域。因为在梦境和其他状态下，它并没有受到这种限制。然而，即使当意识处于这些其他状态时，自己 A 依然存在于物质实相中。

如果自己 A 仅仅局限于自我的感知，并且因此被限制在其所在的维度中，那么，亲爱的朋友们，梦中的预知将变得不可能。而为了感知未来，自己 A 将不得不在物质系统中停止存在。

在多维平行实相中，各个伪装层里，都有一个或多个所谓的自己，在同时展开各种不同的人生尝试，这些相同又不同的角色我，可以叫做 A/B/C/D/E/F/……。角色我确实无力感知到多维实相中的多元现实，但并没有什么规则在阻碍它感知到多维实相。只是角色我肉身的外在感官被设计得就不是用来感知多维实相的，所以用外在感官或伪装层中的仪器想要探究多维实相是不可能的。

但角色我了知多维实相又没有被禁止，只是需要学会利用内在感官就

好了。最简单开启内在感官的方式就是睡梦，更技术些的要数禅坐冥想了。两者都是让逻辑脑停止屏蔽内在信息，借由空性进入色空不二的境界。

当然逻辑脑是不会也不肯轻易放权的，一个学不会臣服的角色我，一个无法让脑袋“静”下来、让心“安”住于观觉的人是无法透过内在感官觉受内在实相的。即使有些人因意外，陷入了深度昏迷，看见了部分跨维度的真相，也会因无法理解与不肯认同而变得疯疯癫癫。试问世间又有几人愿意直面“这一切不过是幻梦泡影”呢？

我们来此借假修真，可是多少人活得太当真、太过较真，因此迷失了自己呢？

细雨社 www.xiyushe.org

Y5-3-219.4 (D27、E24)

（编者注：以上分集编码括号内的字母 D 代表伊斯博士试验，E 代表信封测试，数字代表第 x 次，下同。）

我先让你们休息一下，然后我们将开始进行伊斯博士的资料，看看我们如何处理时间系统的问题。

（9:50 休息。珍解离如常。她一直闭着眼睛，表达再次快速且非常有力。珍说她“感觉”到了她表达的某些部分。她说，如果我的书写速度能跟上，她可以说得更快。

休息时，珍提到她心中的一个想法。她当然知道洛琳带来了一个测试信封。珍现在在想我是否会耍小花招，可能会把洛琳的信封留到以后的测试用，同时给她通常我准备好的测试信封。珍理所当然地认为我也准备了一个测试信封。我没有对此作任何表态。

现在是第 27 次伊斯博士测试的时间。珍像往常一样坐着，闭着眼睛，左手放在脸上，头低着。测试开始时她的语速很慢，但随着测试的进行，速度逐渐加快。10:05 继续。)

这是我的印象。一排小箱子，像在邮局那样，不过我相信它们与大学有关。

它们呈长方形，相当深。(暂停。)我想他一直在那里工作，批改作业，或者做一些报告，这些报告都会被放进这些箱子里。他现在坐在一张像牌桌一样的桌子旁。我相信他是一个人，面前摆着某种游戏，或者至少有一个像跳棋棋盘一样的板子。(暂停。)

他面前的桌子上确实有棋盘和棋子。有的是黑色的，有的是扁平的硬纸板。他穿着长袍、拖鞋和睡衣，身后有一扇门。我相信那是一扇衣柜门。(暂停)。

我再次联想到箱子，不过是在这个房间里。而且这些箱子比较大，可能是鞋盒之类的。

我还感受到一个与烟斗有关的很不寻常的联系。要么是别人送他的，要么是他自己买的；但这里有一个与烟斗的联系。

门外是一个铺着地毯的大厅；似乎有一位过夜的客人，他手里拿着一个类似皮包的东西，那不是手提箱，而是用来装文件的。(暂停。)浅棕色，外观很新，我相信它的边缘有黄铜或金色的带子。这个袋子的主人与首字母“C”有关，或许也与“G”有关，虽然我对这个最后的字母并不确定。

约瑟，你有给我的测试吗？

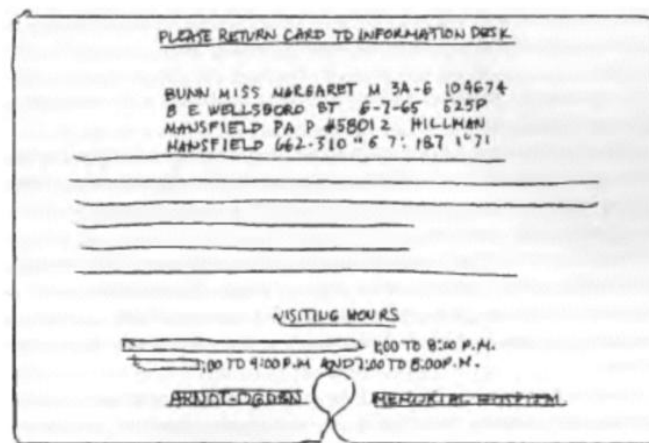
（“是的，给你。”我把洛琳密封的信封递给珍。

今晚信封测试的对象由洛琳·雪弗提供。上个休息时，洛琳问我们是

否还进行信封测试。当我们说是时，她告诉我们她带来了一个测试信封。而且，这是她在 1965 年 7 月 26 日见证第 172 节课时我亲手交给她的。当时我把两个信封和两张薄纸板给了她，让她挑选一个测试物，封好，下次见面时交给我，但不要告诉我是什么测试物。去年八月，她挑选了一个测试物，然后忘记把信封放哪儿了，我也没有向她询问过。

洛琳在珍离开房间时把信封递给了我；因此珍在测试前没有看到信封。信封封得很严。我没有向珍或洛琳提及我是否计划今晚进行测试。洛琳也没有告诉我信封里的内容。珍对此没有评论，我也就没有继续讨论这个话题。

10:16，珍闭着眼睛伸手接过它。就像她最近几次所做的那样，她把信封平放在额头上，同时说了几句话，然后把信封放到膝盖上。她的语速再次被停顿打断，但停顿的时间都不长，只有一次例外。（这是第 24 次信封测试。）



第 219 节第 24 次信封测验的医院探视卡示意图

请稍等。

一个动荡事件或不愉快的经历。4 7。首字母 M，与四个人和一个下午有关。与一个不在这个城市的地方有联系，即一个与这个城市无关

的地点。

一个蓝色碟子，与 1965 年冬天发生的一件事有关，我相信还与 1947 年左右发生的一件事有关。

再次出现骚动和风暴；至于这场风暴是否是物理上的，我不知道。

（珍在 10:20 时停顿了很久。）

杂物，看起来像数字的图案。与家族记录有关，比如书中的一页。

与儿童的发带有着非常远的联系。宽带的那种，这适用于儿童的发带。

我得到了数字七，这可能是指佩戴发带的孩子的年龄。

这里还有一个盒子的印象，我稍后会告诉你为什么我重复了这个印象。

还有与四个数字的关联，我相信是在一行。我建议你们休息一下。

（10:25 休息。珍解离如常。她一直闭着眼睛，语速缓慢。

图示的测试物品是阿诺·奥格登医院制作的访客通行证，洛琳是该医院的秘书。去年 8 月，洛琳在一次偶然的机会上从废纸篓里捡到了这张废弃的通行证。

由于测试物品不是我选取的，所以我觉得赛斯的一些关联可能会难以追踪，看来情况确实如此。鉴于我们可以判断的数据部分相当准确，我们认为有理由相信赛斯的其他数据可能同样准确。珍对测试结果很满意。

这是第一次由外部人员选取测试对象的信封测试。

正如之前所述，今晚珍有点紧张，因为她在休假后又重新开始上课和测试。当她在数据开头给出“M”时，她想到了洛琳的存有玛蕾诺。

珍立刻意识到这一点，现在她说，为了防止因此而产生的可能偏差，她对自己说“管它呢”，放松了下来，继续为赛斯讲话。她完全切断了自己的联想；赛斯告诉我们，这种辨别能力非常重要，而且会在珍身上稳步发展。

将住院描述为“动荡事件或不愉快”以及“再次出现混乱和风暴；我不知道这场风暴是否是物理上的”似乎是合理的。当然，我们意识到病人玛格丽特·M·邦恩小姐的私人生活中可能存在其他联系。洛琳不认识邦恩小姐。可能医院记录中有更多关于邦恩小姐的信息，但我没有请洛琳去查。

“M”的首字母是个命中。我们没找到与“四个人和一个下午”的关联。

“与这座城市无关的一个地点”也是个命中，“那个地点”是宾夕法尼亚州的曼斯菲尔德。[细雨社 www.xiyushe.org](http://www.xiyushe.org)

“蓝色碟子”、“冬天”和“1947年的一件事”没有找到关联。1965年发生的一件事可能适用，因为邦恩小姐于1965年6月7日入院。

我们认为“杂物，看起来像数字的图案”指的是通行证上的文字和数字。“与家族记录有关，比如书中的一页。”是个命中。洛琳告诉我们，访客通行证上有一个数字代码，指的是邦恩小姐的住院记录；而且通行证就像书中的一页，因为这种通行证都保存在医院的螺旋装订册里。

我们可能永远不会查到儿童发带、儿童年龄等数据。

通行证上有47这两个数字，还有“四个数字，我相信是在一行”，如果你从更长的数字组中孤立出这四个的话，邦恩小姐数据的最后一行中有些数字几乎无法辨认；我们也能在这里看到四个数字在一行的

印象。

珍不清楚为什么赛斯再次提到盒子。她告诉我们她很喜欢这个测试，因为它是一个并非由我选取的更加非个人化的物品。然而，珍还是非常清楚围绕这个物品的情感波动；她认为在这个特殊的案例中，她非常清楚住院所涉及的情感动荡。

我想补充一点有趣的事情。请注意邦恩小姐住在宾夕法尼亚州曼斯菲尔德的威尔斯伯罗街。曼斯菲尔德是一个大学城，距离这里大约七十英里。我就出生在那里。此外，我的父亲出生在宾夕法尼亚州的威尔斯伯罗，一个距离曼斯菲尔德大约二十英里的小镇。据我所知，洛琳并不知道我的家族与曼斯菲尔德和威尔斯伯罗的关系。她还告诉我们，她只是从一堆物品中随意挑选了测试物品，并没有特别留意。

珍在 10:50 时安静地继续，眼睛闭着。)

我不会耽搁你们太久。不过，我想提一下与盒子图像有关的小问题，这个图像在两次测试中都重复出现。

这涉及到两个独立的原理。首先是图像的存留。其次，盒子图像与作为测试对象的卡片尺寸有关联。在第二种情况下，这个关联是鲁柏的，因为他自行接收到一个档案卡片的图像，但他将这个图像转换为存放档案卡片的盒子形象。

(珍的眼睛睁开了。她的眼睛显得非常深邃。她点燃了一根香烟，一边抽烟一边说话，眼睛开始频繁地睁开。)

虽然这个联想是他自己的，但它是第一次测试中图像的存留引起的。我想说明的是，造成第二个盒子图像或印象的原因有两个，而不是一个。

其实，这个联想是相当合理的，但鲁柏没有进一步深入展开。在这种

情况下，他很好地结束了自己的联想。当他以这种方式切断自己的意识流时，他的任何正确联想都会通过吸引力自动出现在数据中，并以一种建设性的方式与我的信息相结合。这一点相当重要，必要时我们会通过例子来进一步说明。

因为我会感知到某些基本的信息，而当鲁柏自己的能力——也就是他独立于我之外的能力——得到充分发展时，他将能够补充某些与个人应用直接相关的具体细节。

我的信息确实已经足够具体了，但他将能更准确地感知某些人际关系的细节，因为这些对于我来说并没有特殊的意义。

我会在下一次课中更详细地讨论这个问题，这样今晚就不再耽误你们时间了，因为我觉得我还没有完全说明清楚。

（我觉得这些信息已经够清晰了，而且相当重要。但因为时间已晚，我不想让赛斯继续下去，所以我提了另一个问题。坐在桌子对面的珍看起来已经准备好超时继续下去。

“上个月我在床上时清晰地看到一双眼睛，你能谈一谈这件事吗？”
珍睁开眼睛，故意对我笑了笑。）

我没想到你会在课快结束时用这样一个问题来引诱我；如果这节课比你预期的时间更长，你只能怪你自己。

（“好吧，也许我们最好还是暂且放下这个问题。”）

你确实在接触一个合理的感知，这是一个超出你熟悉维度的感知，而你试图将内在数据转译成物质感官可以感知的形式，导致了某种扭曲。

（珍睁开了眼睛。因为今晚赛斯没有进一步讨论我最近的视觉感受，我将把它留到下节课再描述。赛斯最后一次讨论我的视觉感受是在

1965 年 8 月 30 日的 183 节，那次他提到我在前世中曾认识的一个男人的头像。)

现在，我状态很好。鲁柏表现得不错。我意识到在你们的时间里已经很晚了，所以是否继续今晚这个非常有趣的讨论由你们决定。你们可以根据自己的判断做出选择。

(“你愿意在下节课继续这个讨论吗？”)

好的。你必须承认今晚我让你觉得物有所值。

(“是的，谢谢你。”)

我致以最诚挚的祝愿。如果我们的朋友能留下来更久一点，我们本可以取得不错的进展，因为我们的条件再次恰到好处。

(这里赛斯指的是洛琳·雪弗，她不得不在最后一次休息时离开。上次洛琳见证的会议是 1965 年 10 月的 195 节，赛斯对洛琳的过去提供了相当多的信息，她验证了其中的许多内容。详见第 4 卷。)

等我们有时间，我会对你们的卡拉汉小姐发表一些评论；还有关于鲁柏生意上的一些事情。但现在，我祝你们晚安。

(11:09 结束。珍在解离状态下表现得非常好，尽管有时她的眼睛是睁着的。她说赛斯本可以无限期地继续下去；赛斯让她处于一种“低耗能”状态，似乎几乎不需要她自己的精力，珍说。她现在感觉非常好。喉咙的干燥感已经消失了，她认为这与重新开始上课的紧张情绪有关。

卡拉汉小姐是一位退休的老教师，住在前面的公寓里。她的记忆因一系列小中风受到了影响。赛斯在之前的课上谈过她，她也是珍最早记录的一些预知梦的主题。这些梦发生在卡拉汉小姐生病之初。赛斯在

之后的课上讨论了她的麻烦事的进展情况，显然相当准确。珍仍然非常关心卡拉汉小姐的健康。

此外，卡拉汉小姐是我们找到的唯一一个教过弗兰克·沃茨的孩子们小学和中学的人。弗兰克·沃茨是珍在赛斯课上接触的第一个人格，后来很快被赛斯取代了。据赛斯说，弗兰克·沃茨对卡拉汉小姐的为人和为师都给予了很高的评价。然而，卡拉汉小姐却不记得弗兰克·沃茨，只记得她教过一些“沃茨家的孩子”。有关卡拉汉和沃茨的资料请参见第一卷。)

Y5-3-220.1

第220节

前情回顾：

这是 1966 年的第一堂课，在跨年前珍休息了半个月。在这节不长的课程中，赛斯开始碰触一些敏感的核心问题——

赛斯：

经过这么长的假期，你们应该很愿意重新投入我们的课了，不过我没有看到热情高涨的迹象。

(珍通过奥尔巴尼州图书馆得到了三本邓恩的书，我们在读。)

首先我希望在这一年中你们会大有收获。

早期我们说过“价值实现”，那是内在自我、人格、全我、乃至全然的初心与最终目标。价值实现并非是在驴子头顶悬吊的萝卜，它确实有自身无比真实的量变引发质变的临界点。一旦突破这一临界点就可带来整体格局上的大改观，在后面我会具体告诉你们。

现在让我们谈一下我更喜欢称为“片刻点”的那时空帧。如你们所知，这指的是任何当前被伪装层显化为实相的瞬间。如果你们按照邓恩的理论，那么，因为“片刻点”在“时间一”中，被角色我作为一号观察者透过外在五感而直接觉受到，我们就从这里开始讨论。

角色我只能感知伪装层中任何被指定了的片刻点作为看似真实的当下，或说当前瞬间的特定部分之一。之所以说之一，因为在你们角色我无感知的其它平行面上，这一瞬间也在同时展开。

角色看到的这个片刻点，的确像是从前的一刻成为了现在，又瞬间变成了过往，它接近了角色我又瞬时擦肩而过，而从我的另一个方向看，它是一连串透过的光线。那么角色我所感受的这个片刻点，就好像是在其面前呼啸而过、一闪一闪即逝的扁平纸板形状的景物。就好像电影中的一帧画面，由投影机在 24 分之一秒内投射到显像幕布上，与其它画面一起串联成鲜活的人生故事。在这故事线中的角色们所经历的故事线时间轴就构成了时间一的框架结构；而坐在影院中的观影人位于时间二的框架中；负责播放、暂停、剪辑的放映者处于时间三的框架中。



影片中的角色我，并不能看见自己是处于这“片刻点”中，且这片刻点是开放的，并且同时向许多其他维度开放着；这些维度可被观察者

用意识旅行抵达并通过，但角色我却无法走出自己所在的荧幕画面，完成跨维度旅行，因为角色我只能感受那些“外五感”可感知的实相，并天真地认为这就是一切。

在另一方面，位于其他位面上的自己，并没有被伪装层施加此类限制。然而其它位面上的这些自己对在肉体实相中的这个角色我愿意关注和在意什么却无能为力。这是角色的自由意识，而其它自我们也各自有自己在意的关注点。所处位置不同，关心与在意的点与事就会不同，这很正常。

然而，这些不同位面上的自己们并没有像角色我那样，以邓恩所认为的方式，仅限于一个主要的感知领域。邓恩认为被困在不同位面中的不同自我各自受到其所存在维度内规则之力的束缚，成为那一位面的囚徒，只有在临近维度的边界时，可以感知到维度之间是中间区域。但事实并非如此。

在多维中存在着全我旗下的其它自我们，它们的结构的确受到所处时空的限制，但它们本身其实都远比当前所呈现的要更多维。之所以显化得很单一，并不是被本体的本质所限定，而是被其存在的维度所制约了。

全我下的所有分化，天生就都具有允许它在任何位面、忽视施加于它之上的限制而感受更多的才能。这是人格与生俱来的本能，只要角色我不设限或不阻拦。但让角色我学会不设限不阻拦，需要转变对自我

的认知。转变认知后，这个本体就能够突破现有的限制，走出它所在的维度，并进入其他维度畅游。

问题是：你如何锚定自己的意识焦点，哪个自我才是自己或说本体。自我意识的焦点决定了在生命中遭遇一系列取舍时，你到底关注什么、在意什么、看重什么。你到底是因生存在当前的维度内，并因此形成了本维度中的感受，还是被当前的这个维度所创造并全然地归属于它。

对于角色我来说，其所见的“片刻点”构成了你们的物质宇宙，但它却属于更广阔多维当下中的一小部分，被物质化的那一部分。当角色我处于睡眠状态时，内在自我从角色要经历的一系列片刻点中脱离出来，时间一的框架无法再约束其感知力，那么，你和其他部分的自己一样，就可以通过意识旅行通过这些片刻点，参观所谓的历史或未来、甚至其它平行可能性。而你在这种情况下就有了一次穿越多维深度的旅程，这个深度与你们伪装层中的时间和空间概念无关。



在伪装层中，你走到哪里，哪里就会坍塌成被物质化的现实，而你未到达或已离开的区域则会膨胀回随机变量。正如我告诉过你们的，你

们梦中的旅程是通过“强度”来穿越的。然而，这些片刻点就像是电影院的座椅，你散场离开后，其他自我就会入座，然后经历相同或不同的角色人生故事——这根据角色我被谁演绎，其人格的心性与已经发生或将要发生的故事线发生互动，让角色的过去和未来在行动上两者发生了联系。

就好像同一手牌，换成不同的人来打，哪怕对手是相同的，结果却会很不同。



在这里邓恩的理解是正确的。但重要的一点是，所有的“片刻点”都有其“强度”，这是矩阵中电性实相赋予它的。人格从一个强度游历到另一个强度，完成能量转换，在不同维度中相互切换，匹配着与自身相适合的剧情难度等级。

存有作为自我群体的整体，对组成自身的所有这些自己都是有所觉知的。从根本上来说，它能意识到，在这些自己之间存在着认知与成熟度上的差别，但对所有自己都同样地重视。这众多的自己在总体上同

时存在于不同的维度中,任何否定多重平行自我实相存在的理论推测都是错的。

在这些各式各样的自己们中存在着相互的意识沟通,这构成了存有的内部专属意识信息局域网通讯,这样的内部通讯是很自然的且是连绵不断的。显然,角色我是不能感知到这些发生在人格间的相互通讯的,但你必须要明白的是,伪装层中的这个角色我并不是单独的一个位于一维线性时空中的自己,它只是所有平行“一号”自己或说肉体自己的一份子。



上图：请选择一号人物角色

位于伪装层线性时间框架一中的这个“一号”自我,其身脑部分确实是被位面规则封锁了跨维度感知力的,但其他各部分在某种程度上是可觉知到其他维度实相的。在伪装层中的这个角色我因此并非全然无法透过内我认知多维实相,只是需要学会如何摒除肉身与头脑的信息干扰和释放出相关信息意识的频段。

所以在这里我们要引入一个叫做“自己 A”的东西，并说“A”（肉身的头脑我）是在物质宇宙中的肉体自己。它由物质组成肉体，它因物质性的结构导致物质化的认识，进而形成了物质化的心理结构。

这个由肉身、头脑和心理构成的“自己 A”长大后就成了我们常说的“自我”。因此你们也知道，这个“自己 A”的确比单纯的物质肉体要更多些，因为心理属于跨越虚实两边的管道，而逻辑脑在全然轻安宁静后也是可以观觉内在感知信息的。所以角色我在梦境或意识的其他状态中，的确能够在一定程度上觉知到被角色我忽略了的 multidimensional 内在感受。这就是为什么透过冥想做到解离时或睡梦中，我们可以了知更广泛的真实。

换句话说，角色我的觉知力之所以被限制在了肉身维度中，是因为它在心理上只相信或只认同肉体维度里的感受，于是因此生成了这个被 self-limit 限制住了的“自己 A”，那就是这个“自我”。

但要注意的是，“自己 A”不局限于“自我”的主客观感受，因此可以说，作为感受的自己，在它生存的维度领域内，其实是全然没有受到限制的。如果作为角色我的这个自我，肯放下它那可怜短暂的存在感与学会向内在自我臣服的话，那作为身脑心的集合体，“自己 A”是完全可以透过冥想、梦境或其他解离手段，进入到全然状态的，没有什么限制明确地阻隔内在人格随时与全我进行所谓意识沟通。当然，就在人格意识处于多维实相的其他条件中时，“自己 A”仍然是存在

于“自我”的肉体实相里的。

假如“自己 A”的头脑与心灵局限于角色我的自我认知，并且“自己 A”也因此相信了自己就是角色维度位面内的产物、是无法逾越本位面伪装规则的，那这种由自由意识生成的自限就会锁死它的能力、关闭它的感知、屏蔽内在资讯、无视多维实相，因此我亲爱的朋友们，在梦中想要预知所谓的未来、获得多维的信息、请求全我的协助，都将是不可能的；并且当“自己 A”认同角色我就是我时，不可避免地在肉体系统终止时也自主终止了自己的存在感。



上图：“你说你一个鬼，自己在那里吊着干嘛呀！”

“我一个吊死鬼，不在这吊着，还能干嘛？”

开始看看我们的伊斯博士吧。（以下第 27 次伊斯博士测试中提到：）

与学校相关的小盒子，长方形，相当深。

我又一次得到与一个箱子的连接，就在这里，在这个房间里。它们都较大，可能是鞋盒或那一类。（其他略，详见上节）

第 24 次信封透视实验

(测试对象是洛琳·雪弗提供的医院探视卡, 详见上节, 其中提到:)

这里还有一个盒子的印象, 我稍后会告诉你为什么我重复了这个印象。

我不会耽搁你们太久。不过, 我想提一下与盒子图像有关的小问题, 这个图像在两次测试中都重复出现。

这涉及到两个独立的原理。首先是图像的存留。其次, 盒子图像与作为测试对象的卡片尺寸有关联。在第二种情况下, 这个关联是鲁柏的, 因为他自行接收到一个档案卡片的图像, 但他将这个图像转换为存放档案卡片的盒子形象。

细雨社 www.xiyushe.org

虽然这个联想是他自己的, 但它是由于第一次测试中图像的存留引起的。我想说明的是, 造成第二个盒子图像或印象的原因有两个, 而不是一个。

实际上, 这个联想是相当合理的, 但鲁柏没有进一步深入。在这种情况下, 他很好地切断了自己的联想。当他以这种方式断开自己的意识流时, 他的任何正确联想都会通过吸引力自动显示在数据中, 并以建设性的方式与我的数据结合。这点相当重要, 我们将在可能的情况下举例说明。因为我会感知到某些基本的信息, 而当鲁柏自己的能力——也就是他自己与我不同的能力——充分发展时, 他就能添

加某些与个人直接相关的具体信息。

我的信息确实已经足够具体了，但他将更准确地感知某些人际关系，因为这些对我而言并没有特别的意义。

我会更彻底地讨论这个问题，也许在下节课上，这样今晚就不会耽误你们太久，因为我认为我还没有完全说明白。

(我觉得这些信息已经足够清晰，而且非常重要。我提了另一个问题：上个月躺在床上时，那么清楚地看到的那双眼睛该怎么解释?)



你正在进入另一个意识维度，当你尝试把内在资讯转换成能够被肉体感官感受的形式时，就会伴随着部分的转译扭曲。而你在虚空中看到的眼睛，就是跨维度的通道。这眼睛被各种宗教广泛地运用成通往神的标志。

Y5-3-220.2

第 220 节 罗的全视之眼经历 伊斯遥视 28 信封透视 25- 购物发票

1966 年 1 月 5 日 周三 晚 9 点 常规课

(在上节课,赛斯提到了我最近的一个幻象,并答应今晚进一步讨论。既然他这样做了,我现在就来详细描述一下。它发生在十二月,当时我躺在床上,处于清醒和入睡之间的那段美好时刻;顺便说一下,我在这种状态下还出现过其他幻象。

在这天晚上,我意识到,虽然我闭着眼睛,但我正凝视着另一双眼睛,那双眼睛离我似乎只有几英寸,而且已经凝视了几秒钟。我的意识似乎被暂停了。这双眼睛应该说是阳刚的,非常漂亮,可能是人类的眼睛。它们是深邃明亮的金棕色;我意识到我离它们是如此之近,以至于我可以看到它们色彩鲜艳的最微小的细节,甚至可以看到包括上眼睑覆盖着眼球的上部。在这个现象的阶段,我鼓励自己进行这种细致的观察,因为我躺在那里,未被惊吓。

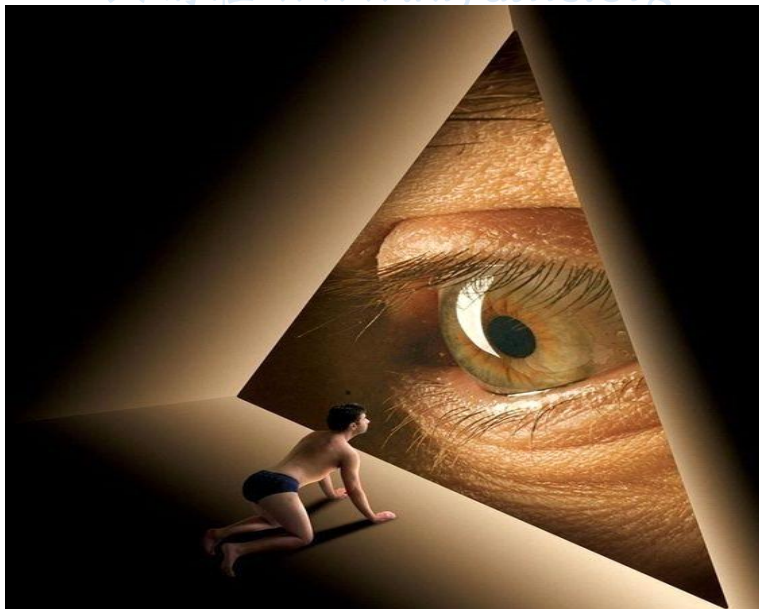
我清楚地看到了这双眼睛微红的边缘和黑色的睫毛。眼睛周围的皮肤是浅棕色的。在我视野的边缘,我看到这双炯炯有神的眼睛所在的脸上长满了毛,被黑色闪亮的长发覆盖着,几乎像是我在视觉化一个更原始的人类形象。但这里并没有原始的感觉;这双清澈的棕色眼睛无动于衷地看着我,没有任何内在的威胁。这双眼睛只是从浓黑的眉毛下回望着我。

当我有意识地意识到发生了什么事之后,我立刻做出了赛斯在下面描述的剧烈反应。在这一不幸的反应之后的很短时间内,我就开始后悔了,因为我知道我太早地终止了一些事情。我认为我的反应是正常的,

但我对自己如此强烈的反应感到愤怒。我大喊大叫、在床上扭动身体和挥舞手臂，当然把珍吓了一跳；我相信她当时还没有睡着。我责怪自己没有足够的知识来暂缓任何有意识的判断；我觉得我应该有足够的背景知识来配合这个幻觉，看看会发展成什么样子，但我却做出了我认为愚蠢的反应。

说来奇怪，我并没有像早晨起床时那样清醒过来。尽管我一时惊慌失措，但还是达到了接近清醒的状态。珍开始询问我；她第二天早晨告诉我，我在用一种困倦的单调语调描述这个视觉体验。我也意识到自己正在这样做，且花了一点时间，但却没有感到必须让自己彻底清醒。我还记得，我觉得当务之急是尽快告诉她发生了什么。我曾想站起来把我看到的画下来，但还是决定不要忘记。事实确实如此；这个视觉体验今天在我的记忆中依然清晰如初，就像它结束后的那一秒一样。我确实打算为那些感兴趣的人画一张彩色的图。

细雨社 www.xiyushe.org



此外，赛斯还提供了足够多的关于这些幻象的信息，所以我想我可能已经把相当有效的外来数据歪曲成了我可以理解的形式。

我还想补充，当我第一次意识到自己在一个并不惊慌的状态中接收到信息时，我鼓励了这些数据的流动。我相信我的感知力在某种程度上

变得敏锐了，正是在这一刻，我清楚地看到了眼睛最微小的细节、眼睑下的阴影、每根睫毛等等。我可以这样说，在这个暂停判断的时刻，在自我发挥其权威之前，我完全愿意接受这些数据并对其进行研究。

赛斯最后一次讨论的我的幻象发生在 1965 年 8 月 30 日，当时处于清醒时，并在当晚的第 183 节课上提到。)

晚上好。

在我讨论你的经历和你看到的图像之前，请允许我先说几句。

首先，从我们之前关于层面和场域的讨论中，你可以了解到，这些层面和场域的种类远远超出你的想象。其中一部分将与时间的性质一起被讨论，因为它们中的一些与可能在你们的物质系统中发生的概率事件有关。

(赛斯很早就提到了这种令人困惑的多样性，并且在 1964 年 1 月 2 日的第 12 节课上，他首次解释了他所谓的第五维度。这次讨论相当广泛。他告诉我们，即便是我们自身领域的无数边界，我们也永远无法完全覆盖；有些领域会在它们以各种方式影响我们时得到解释。赛斯还提到他自己穿越其他领域的的能力。详见第一卷。)

在那个晚上，你处于一种特殊的意识状态中，你的注意力超越了你通常的感知领域。你感知到了另一个系统中的居民。的确，你达到了一个非常不寻常的接触点；最为特别的是，你不仅感知到了这个个体，他也感知到了你。

(珍睁开了眼睛，眼神深邃。她盯着我，并拍打着桌子以示强调。她的眼睛现在经常睁开，直到休息。)

这种接触点的确可以用数学方式精确展示，将来我会这样做的。我相信，你部分的反应是因为你意识到了这次接触代表了一次个人遭遇，

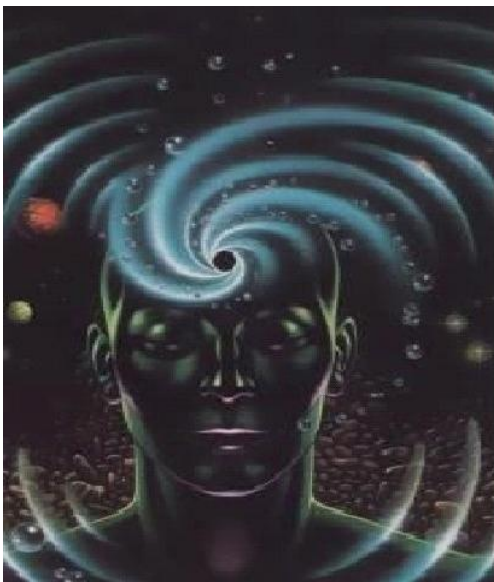
而这个离奇的幻象，就像你感知到他一样，他也感知到了你。

在冥想时若能进入到较深且稳定的解离状态，就有一定几率看到“上帝之眼”，或叫做“荷鲁斯之眼”、“智慧之眼”、“全视之眼”、“全知之眼”、“天眼”、“天神之眼”。不同宗教给它的名字不同，但其实都是同一个东西。

它是从我们这个位面意识连接其它位面时需要通过的一个类似黑洞般的存在，但它本身又是个意识体，甄别筛选着尝试与它形成意识连接的个体：如果你在和它形成意识连接的时候，心中胆怯了、逃避了、有了负面的想法与被迫害妄想等，你就会被弹出连接，证明你还没有真的在意识层面上准备好跨维度的旅行。

细雨社 www.xiyushe.org

如果你通过了它对你的意识扫描，并接纳你的探访，就会对你释放出旋转的意识牵引光，并让你靠近并通过它，拜访其它意识位面。以后要是用熟悉了，其实它就好像是你桌面上的上网图标，点击，连接，输入关键词，然后获得答案。



（“他对我有什么反应？”

珍笑了。）

首先，如果我可以这么说的话，你的反应是相当不幸的。你当时非常想用身体去对抗那些你无法理解的东西，而这种反应切断了你们之间的接触。

你并非有意中断这种接触，但对方感到困惑，甚至有些害怕，于是他撤退了。你确实有很强的肢体攻击倾向，而这种情绪被对方感知到，但他对这种情绪一无所知。

你的图像中最接近真实的部分是关于眼睛的区域，以及眼睛本身。这一点有很多可以讨论的内容。因为这并不是想象出来的，它在你的参照领域内确实具有一定的物理实相。

然而，你必须明白，在那一瞬间，你在那个个体的参照场中也有一个实相。这种接触是相互的。现在我们知道了你这一方的情况。我们知道你没有特别试图将注意力指向那个特定的方向，去感知那个特定的系统。

可以说，你完全可以调谐到无数其他类似系统中。然而，在这个特定系统中的个体，其心理结构与你截然不同。他无法像你的自我那样，在更广阔的视野中高度集中注意力。

我们已经说过，自我有一个相对较小但集中的焦点。而你所遇到的这个个体的注意力范围相对更小，但他的专注力和集中程度远比你所熟悉的要强烈得多。

然而，他的总体感知范围要比你所熟悉的任何领域都要大得多，而且他在这个更大的总体感知范围内比你在类似的总体感知范围内拥有更强的控制力和专注力。例如，他的解离状态在他的感知中所占的比

例要大得多，而且比人类的一般解离状态更加生动。

因为他的感知范围如此广阔，所以你们的解离状态相对容易地彼此交汇。然而，一旦他的注意力集中在这里，他就会把他的有意识的注意力完全转移到他所感知到的东西上。他并没有像你以为的那样感知到你的身体形态，但他完全接收到了你情感上的认知和恐惧，并以他自己的方式转译或感知了这些情绪，因此在他看来，你表现为一团变化的颜色和剧烈的脉动。

这种脉动是由你的情绪状态引起的。亲爱的约瑟，事实上是你把他吓跑了。而你则把内在的数据转换成了你能够理解或希望理解的形式。眼睛是你看到的第一个图像。

当你在冥想且进入到深度解离的状态后，有一定概率会在闭着眼的情况下，清楚地看到虚空，且遭遇到这只在自旋三面金字塔内封存着的眼睛。当你凝视着它时，它也会凝视着你。这个过程第一次会较漫长，直到它扫描完你的自我意识。如果在这个过程中，你不管什么原因，退缩了或脱离出了解离状态，那下次再与其相遇只能碰运气——可能明后天，可能下辈子。

(9:25 休息。珍说她在这第一部分非常解离——用她的话说是“很远”。她的眼睛睁开的时间比闭着的多，眼神很黑暗，盯着我。她的节奏相当好，声音一般，有时显得很愉快，或许在轻轻地责备。9:35 继续。)

尽管我说了这么多，但你的反应是完全可以理解的。

你应该从中吸取教训，因为以你的能力，有可能还会遇到类似的情况，尽管涉及到同一系统或领域的可能性微乎其微。

(我曾多次希望再有这样的接触，并承诺自己下次会做得更好。我还使用过暗示，虽然不是每晚都用，希望更多这样的体验会发生。但迄今为止什么也没发生。)

然而，那个个体也感到困惑，因为他能够感知到你的未来、过去和现在。

他感知到你的一部分被困在你现在的时间中，而这对他来说几乎是不可理解的。

当你的系统中的人沉睡时，这种邂逅确实会以惊人的频率发生，但却很少被人记住。然而，极不寻常的是，这次接触竟然被两个完全不同系统的居民都识别出来了。

清醒时也会发生类似的接触，但自我通常不会意识到这些。我稍后会在课程中给出一些建议，帮助你更清楚地感知到你之外的其他实相，并提供一些建议，让你在自已的系统中更有效地运作。

你将这些数据转译成了其他形式。你把那个个体的外星性质转译成了动物般的外表。这并不是为了强调任何低级或原始的特征，而是你通过这种方式转译了他异常清晰、纯粹和专注的感知。因为这种感知背后的强度让你联想到动物表现出的坚定不移的专注，一种你所理解的毫无诡计的注意力。

让人们相信除了自己的系统之外还存在其他系统是最困难的事，但这一切并不能仅凭我的一面之词。因为一旦获得这些知识，其他人会意识到他们自己的经历，并使他们的意识更加丰富和充实；这些知识将成为意识的一部分。过去，类似的经历往往只存留在潜意识中，而你也曾有过其他类似的经历。

(珍的眼睛现在经常睁开)

不过，你并不是唯一经历这一切的人。你从未有过双方都认知到接触的经历，而他现在也带走了他从中学到的东西，这些已成为他自己的一部分。

我不知道，如果我试图描述他所居住的那个层面，会对你有什么帮助。因为我们用的是语言表达，有些信息对你来说根本无法理解。

（“那你能稍微说一点吗？”

我当然很感兴趣，我知道珍也是。珍现在闭上了眼睛，静静地坐了一会儿。）

这是一个我无法用你们物质宇宙中的物理位置来为你定位的系统；虽然它的位置远远超出了你们的太阳系，但它并不是以物质形式存在的。它存在于你们的物质宇宙中，但不属于物质宇宙，也不涉及任何物理物质。从你们的视角来看，它是一个古老的系统。它拥有一个我称之为倒置的时间系统，我很乐意随时为你讨论这个系统。

那里有大脑构造，但并未以物理形式显现。感觉就是感知；情感通过颜色感知，直接通过强度感知。这个系统与你们的系统没有直接的联系，当然除了所有系统最终都是相连的这一点之外。倒置的时间系统导致了一种与你们熟悉的体验顺序完全不同的体验。

这很难用你们能够理解的语言向你们解释。我将做一个类比，尽管这个类比并不完美。我们以转世为基础。想象你有过十次转世。这些转世代表了你在物理时间系统中的不同时间内生活或体验的部分。

存有能意识到自身的这十个部分。然而，在有意识层面上，这十个自我中的任何一个都不会意识到其他自我，也不会意识到存有。十个自我中的每一个都在一个自我意识的时间中不断前行。我们知道，在潜意识层面上可以获得更多的知识，但通常情况下，这些知识并不为自

我所知。

而在这个倒置的时间系统中，“十号自我”知道“二号自我”的经历；二号自我也知道十号自我的经历。这两个人中的任何一个都能获得另一个人的经验。可以说，“十号自我”能够无缝地回到过去，进入其他自我所经历的任何体验。

当你通过这全视全知之眼的考验，被它认可并接纳后，透过它的特殊能力，可以意识访问自己所有的过往与未来，包括不同维度中的其它自己。当然透过这些平行其它自我，也就了知了不同时代与次元里的故事与文明。



这是我能找到的最贴近真实的一张图片，不过那金字塔是个三面体且不断自旋着，有强烈的背光从金字塔后边投射出来，被金字塔挡住后，散射成余辉，反而显得那金字塔本身有些暗淡。那眼睛是活的，就是字面意思，它真的是活的。

想被它认可的窍门其实很简单：看着它发呆就好，脑子里一定不能有任何起心动念，让自己清澈通透，就会被它认可接纳。

(这听起来很像赛斯所说的第三、第四和第五内在感官的运用：对过去、现在和未来的感知；概念感官；对知识组织的认知。有关这些感官的资料在第 35-38 节上作了介绍。)

这里没有你们所理解的时间界限。这显然是一种完形意识。然而，以二号自我为例，由于其他自我的介入，二号自我的经验也在不断变化。

Y5-3-220.3 (D28、E25)

我们最好休息一下，因为我们的伊斯博士资料马上就要开始了。

(10:05 休息。珍解离如常。她的眼睛大部分时间都是睁着的，她的节奏很好，声音也处于平常水平。她说赛斯本可以继续下去，但却停了下来，因为通常的测试即将开始。珍说，赛斯已经有了接下来的想法或概念，她所要做的就是把它表达出来。

细雨社 www.xiyushe.org

现在是第 28 次伊斯博士测试。像往常一样，珍的语速明显放慢了。她说话时停顿了很多次，闭着眼睛，低着头，左手举到额头。10:10 继续。)

给我们一点时间，我们看看能做些什么。

今天，事件的日程表被打断了，有干扰。(暂停。)也许是生病了，有人躺在床上。

今天傍晚，伊斯博士要去散步。

今天下午有一个小型会议，有一位年长者和一位年轻人。也许是在五点钟。伊斯博士的一个愿望实现了，与一个项目有关。

早些时候，他的办公室来了一些客人，有些令人烦恼。这里与提康德罗加有联系。也许其中一位客人就来自那里。我不确定，但这与他今

天办公室里的情况有关。我相信他丢了一条藏青色的围巾。不管围巾是丢失了还是被找回,我看到一条藏青色的围巾在他办公室的椅子上。也就是说,这条围巾现在就在他的办公室。

(珍仍然闭着眼睛,在这里做了个手势,好像在说明这一点。)

今天收到了一封来自中西部某人的信,或者是一封关于他的信。那人年事已高,有两个女儿,以爱抱怨著称。

我再次看到一个钟表的图像,上面有华丽的花纹,是椭圆形而不是圆形。给人的印象是,这是一只女式手表,而不是男式手表或座钟。装饰是金色而不是银色,数字相对较小而不是较大。

刚才说的干扰可能是在上课时发生的。

你有给我的测试吗,约瑟?

(“是的。”

细雨社 www.xiyushe.org

这是我们的第 25 次信封测试。10:23,珍像往常一样从我手中接过测试信封,眼睛都没睁开。她把信封放在额头上一会儿,然后放在膝盖上。



今晚的信封测试我使用了珍和我在圣诞节购物时留下的两张购物单据。这两张单据的纸张只有笔记纸的一页那么厚。我把它们放在通常的两张薄纸板中间，然后按惯例用双层密封信封装好。)

请稍等片刻。

与一次抵达有关，仿佛是任务结束时的到达。与看到山丘有关，和四个人相关。约会，仿佛是一次预约或会议。

一片混乱。与六月有关。数字 3, 7, 长方形纸片四个角上的对角线痕迹，可能与相册有关。

与黑色山丘形状有关。一个遥远的地点，也与此处有关。

深色或深棕色的外套，像某种制服的颜色。拥挤。许多声音，跳舞。

我建议你休息一下。

(10:30 休息。珍解离如常。她一直闭着眼睛，节奏也很慢。

今晚的测试结果表明，两个独立的事件在结果中结合在了一起，这一点稍后会解释。现在，我将列出珍和我能很容易识别的正确信息。

虽然赛斯和珍都没有指出这两张单据，也没有像我希望的那样提到有两个测试对象，但数据中提到了这两张单据。珍说，在测试过程中，她不确定信息的来源是赛斯还是她自己。

“约会，仿佛是一次预约或会议”适用于 S.F. Iszard 公司的销售单。去年 12 月 21 日，珍和我去圣诞购物；我们分开去给对方买礼物，并约定在市中心的某家餐厅见面，当我们购物结束时再碰头。

“一片混乱”可以适用于任意一张单据，因为当我们在 12 月 18 日和 21 日去购物时，商店非常拥挤。有些过道很难通过，还需要排队进

入试衣间，等等。

“深色或深棕色的外套，像某种制服的颜色”指的是珍在圣诞节给我买的一件灯芯绒运动外套；这在 12 月 18 日的佩妮销售单上有注明。这件大衣的颜色与美国海军陆战队日常制服冬季上衣的颜色非常接近。海军陆战队的联系很快就会显现出来。

“拥挤。人声鼎沸，跳舞”指的是我第一次穿新大衣的时候。那是 12 月 30 日星期四，比尔·麦克唐纳在他的艺术画廊举办的派对。这是一个新年派对，非常拥挤，还有人在跳舞。我之后还没再穿过这件外套出门。

测试数据的其余部分似乎都是一个整体，可以与我们的一位年轻朋友联系起来，我曾经与他共事过。两年前，这位朋友应征入伍，被派往阿拉斯加。假期期间，他休假回到了埃尔迈拉。我见过他两次，但珍根本没见过他。当然，她听我提起过他。

我们的朋友穿的是便装，所以即使见到了他，珍也不知道他的制服颜色。然而，碰巧的是，当我们在邮局排队等待邮寄包裹时，我们看到了一位身着制服的海军陆战队员。珍注意到了它的颜色——这不是蓝军装——并向我询问了士兵的服役部门等。后来，我们去购物时，我们为我挑选了一件类似颜色的运动外套，尽管我相信当时我们都没有想到会有这样的联系。

珍说，当她给出“一张长方形纸的四个角上的对角线痕迹”的数据时，她在脑海中很清晰地看到了这样一张纸，并没有特别把它当成一张照片。

珍还说，当“约会”等信息出现时，代表着赛斯努力让她走上正轨。她在测试时想到了我们的海军陆战队朋友，他在服役时就已经订婚了。

他现在已经结婚并当了父亲。

10:40，珍以同样快速的方式继续说话，眼睛时而睁开。)

我不会占用你们太多时间。

然而，我还是想做几条简短的评论。今晚鲁柏的状态不是特别好，因为他对约瑟你在汽车事件中的反应感到有些不安。

但其实没有必要只在状态极佳时才进行测试，因为我们会遇到各种不同的情况。今晚还是传递了一些有效的信息，我看到了那件外套，它被作为识别信息传递过来。

我们无法讨论我心中所有的问题，否则这节课就会拖得太晚。

不过，鲁柏感知到的部分是有道理的。当你让干扰影响到你时，你就会深深陷入自我时间之中，结果关闭了那些你本来需要用来帮助你的能力。

细雨社 www.xiyushe.org

当然，假装不烦恼是没有用的。关键在于尽力做到，当遇到干扰时，不要压抑自己的反应，而是逐渐学会改变你对这些干扰的习惯性反应。

否则，你就会把所有的创造力和能量都集中在干扰本身上，并以此为基础解释其他一切信息。换句话说，你把自己置于一个专注于负面影响的状态。

鲁柏也是如此。当一个人在某个时刻没有被这些困扰影响时，他应该帮助正在经历困扰的另一方。实际上，你们会让自己陷入一种恍惚状态，而在这种状态下的暗示往往非常强烈，但这些暗示在这种时候通常不会是建设性的。

然而，你们需要的是额外的能量和资源来应对这些问题，而你们却经常有效地切断了与内在资源的联系。

我用这件事作为例子来对你们俩说，因为你们俩在这方面都有很大的改进空间。你们可能认为我不直接参与，所以说起来容易。但正因为我不直接参与，我才能看到问题所在，并指出解决问题的方法。这样的困难总是会出现，而专注于它们将是一种最不利的习惯。

现在，我会按照你的意愿让你们休息一下，或者继续。

（“那你还是继续吧”。）

当时是 10:55。我本以为珍会继续，但出乎意料的是，我看到她已经从出神状态中出来了。显然，我们在某种程度上产生了误解，或者是我没有说清楚。我们还没来得及讨论，她就又继续了，她的眼睛经常睁开，时间是 10:56。）

当你以这种方式做出反应时，你不仅专注于眼前的困难，还把这些困难及其假想的后果投射到未来，结果让你的期望与你背道而驰，从而带来了你本想避免的情况。

这种事件看似微不足道，但行为模式极为重要。对干扰的过度关注直接违背了我一直试图告诉你们的一切。而且，这种反应不仅影响到个体，还会在潜意识层面被他人接收，进而引发恶性循环。

我相信你们都明白这一点，通常情况下，你们在遵循更健康的做法时表现得相当不错。但这些经验教训只有付诸实践才能真正有价值，否则它们将毫无意义。

我们再次回到真正的实用性，而非自我在任何时候认为的所谓实用性。

我今晚已经说得够多了，但我还是要再次强调我所讲内容的重要性。如果你们充满信心地引导内在自我来应对物质生活，它会帮你们做到这一点。如果你们总是专注于困难，就不会给内在自我发挥作用的空间。这种给自己留有余地的方法同样能帮助你们在灵性方面获得更大

的自由。因为在自我意识的实相中，任何负面的关注都会自动阻碍你们的进步。

你们会感到不够自由，无法让自己在灵性探索上有足够的空间。然而，只要你们对自己的内在能力充满信心，那些现实中的问题就会在你们不再纠缠它们时得到有效解决。而从其他层面来看，你们也会获得更大的灵活性。

显然，理智还是需要的。我不是在鼓吹随意的“盲目乐观”，但从长远来看，即使是那样，也比习惯性地专注于干扰更为实际。

我并不是在责备你们任何一位有这种习惯性行为，但由于我们的关系，我觉得有必要在这些问题出现时提出来。你们俩应该知道，我一直都在为你们的最大利益着想。

现在，祝你们晚安。约瑟，如果时间不这么晚，我本想进一步讨论你朋友的倒置时间系统，不过我们可以留到以后再说。

罗意外地获得了与全视之眼的跨维度意识接触，并在一定程度上获得了对方的赏识，但因为他自身的知见与自信尚未准备好，在关键时刻胆怯且中断了意识连接，失去了此次意识沟通的良机。

（“晚安，赛斯”。

11:07 结束，珍像往常一样解离，眼睛一直不断地睁开，速度相当快，语气均衡。

一周后补充的备注：令我非常欣慰的是，赛斯在第 223 节课程中讨论了我那次关于汽车的事件。)

Y5-3-221.1

第221节

前情回顾：

在前几节中，赛斯逐步引入了一个新概念“自己 A”，并解释了其与角色我即自我的不同之处在于：自我是被角色认知局限性框定在伪装层中，并认为伪装实相就是全部的那个角色我，自我会因自身认知局限性随肉身的死亡而选择消散；而“自己 A”则相对较为开放，其可透过放空逻辑脑与空灵其心的方式，聆听与接纳内在实相信息，并自由地在内在实相与外在实相中，相互切换不同的生存状态，借此与全我中的多重自我保持良好的意识连接与能量共鸣。

可以说“自己 A”是透过灵性知识学习与练习后，完成了开悟的自我。但“自己 A”还不是内在自我，也不是意识能量体的人格。当然在多重平行实相中，还存在着不被“自己 A”所知的其它自我，所有觉醒后的自我努力形成合力，好让全我能有能力与实力打破维度壁垒，达成自我完型的完成与“价值实现”。

众志成城的合力，并不会鲸吞并抹除每个人格的自我特质与自身特殊的能力，就好像拼图时，完成拼图后每一块小拼图其实还具有自己形状与画面的独立性。



在上节课中,约瑟演绎的角色罗和赛斯说起了他最近在冥想时遭遇的一次“幻觉”：

这发生在12月份,我躺在床上,朦胧中,悬浮进来这令人愉悦的插曲。
细雨社 www.xiyushe.org

那晚,我闭着眼睛,却看到了近在咫尺的一双眼睛。我们相互凝视着,那眼睛似乎距我咫尺之间,持续了几秒。我的意识似乎在那一刻全然静止。那眼睛让人感到男性的果敢坚定,很有阳刚之气,也很漂亮,我感觉它是人类的眼睛。它闪耀着如此深邃而明亮的金黄色光芒!

我感觉到与他是如此的接近,以至于我能看到其细微的细节,甚至眼球上边的上眼睑。那时我并未惊恐,我努力想要保持与其意识连接。

我看到这眼睛略带微红的眼圈,以及非常清晰的黑色睫毛。眼睛周围的皮肤是浅棕色的。在我视野的边缘,看到包围着这双炯炯有神眼睛的是一张多毛的脸孔,覆盖着黑色闪亮的长毛,几乎像一个返

祖的原始人。

但这里没有原始的感觉；这双清澈的棕色眼睛，无动于衷地看着我；没有内在的威胁。这双眼睛只是从浓黑的眉毛下面凝视着我。

当自我完全恢复了清醒时，角色我突然感觉到了在发生什么事情，我猛然且不幸地做出了脱离接触的反应。之后在很短的时间里，我就开始后悔自己的怯懦。

我明白对于这个我来说，这反应是很正常的；但对我无法控制自己做出了如此剧烈的反应，还是很生自己的气。

我大喊大叫，在床上扭动身体和挥舞手臂，当然把珍吓了一跳，那时她还没有睡。

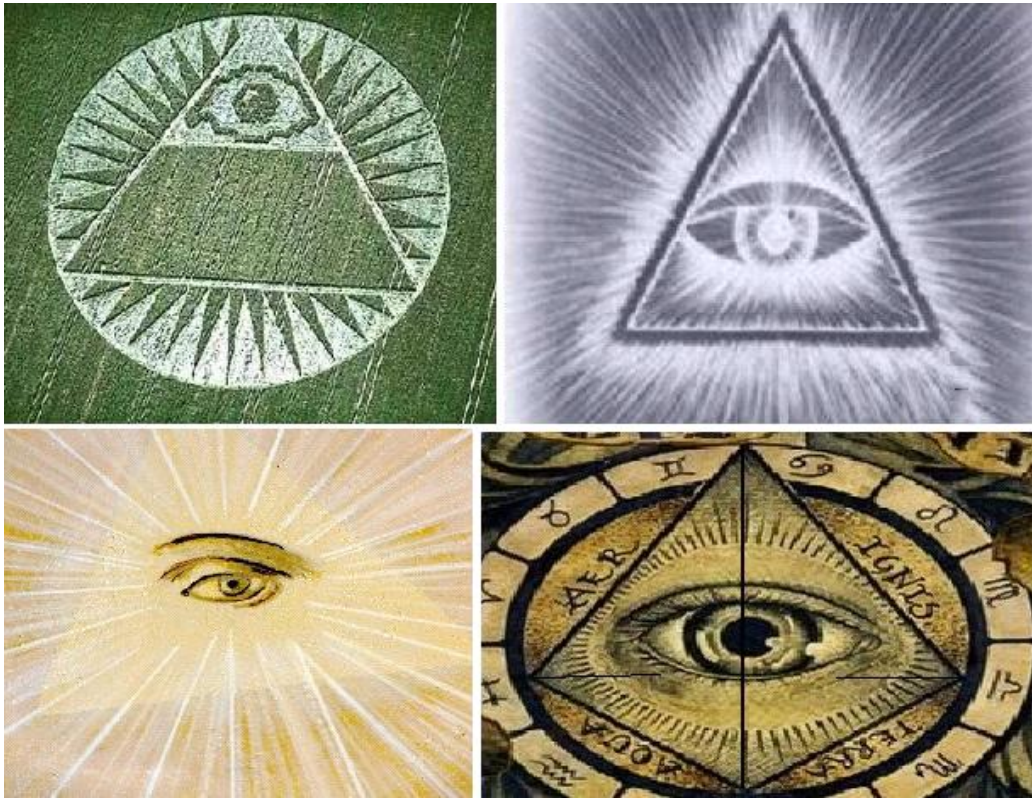
我为没能把控住角色我的怯懦、未能获得足够长的接触时间而责怪自己。我认为我已经具有了足够多的背景知识，我是应该可以更进一步地去探究这幻象之后隐藏着的奥义的，好明白到底发生了什么，但自我却以这种愚蠢的方式做出了反应。而我却没能控制住这个自我一时的恐慌。

我感觉要抓紧把这遭遇告诉珍。我赶快起床，想把见到的图案画下来，下决心不要忘记。这件事情千真万确，到今天，这个记忆还是生动、清晰的，就像在几秒钟前刚发生的一样。我想把它画成彩色的图画。

赛斯：

你看到的那眼睛从总体上来说，不管从层面或领域上讲，都远比你们所能想象的极限更加多样。你在那特定的晚上，进入了特定的意识状

态，超越了你通常的感知领域。



你感受的是另一个“系统”内的居民。形成了一个不寻常的连接；你在那里不寻常地感受到了它，它也感受到了你。在这次意识接触中你遭遇了它，觉知到它，它和你一样，也觉知到了你。

不幸的是你做出了相当过激的反应，角色我的头脑太想从肉体上抹去它不能理解的东西，而这个反应粗鲁地打断了跨维度的意识接触。我知道你并非是故意打断了这一意识连接，在一定程度上你的角色我确实是被吓坏了，它只想逃离。

你那时只想怎么能断开这无法理解的接触。而你的行为也让“对方”感受到了你的剧烈情绪波动，并且令对方不知所措。

你看到的那个眼睛，并非虚构，它在你生存的参考区域之内，的确具

有一定的肉体实相。其中最接近实相的外在形象就是图像中那眼睛本身的区域，它很好地模仿了人类的眼睛，不光是一个眼球，而是整个眼睛周围的微观结构。

在这里有很多的内容要说。你必须明白，在你看到它时，它也已经立刻在其领域中看到了你的实相，这接触是相互的。在你这一端，我们知道，你并没有特意地把你的注意力试图特别地瞄准到它，刻意地想要感受那特定的系统。

可以说，你只是恰好随机调频，进入了这无数个系统中的任意一个。然而你所见的这个特定的“其他”系统内的“个体”，和你自己相比，具有全然不同类型的心理组成。“它”并不刻意地仅专注于某一具体的个体，而你的角色我则具有一个相对较小但强烈的关注点。这差距就好像是箩筐和渔网。

常人的思维方式习惯于强烈地聚焦在一个特定的专注领域上。你所见的那个“大眼睛”，它在综合觉知领域上的能力是强大的，它对多维实相的感知力比你所熟悉的任何范围都要更加广大，并且它在这个更大、更广泛的感受领域内，具有强大的控制力和专注力。而在它想要意识聚焦并观察某一具体目标时，它专注力的集中程度远比你的专注程度要强太多，因此可一目了然某人的所有一切。

常人的专注力犹如聚光手电的光束，具体但浮于表面；而“大眼睛”在常态时的感知力更像是太阳光，无所不在，而在专注时犹如激光，

可穿透一切迷局阻碍。“它”能感知的范围是如此地广大，又如此地透彻，所以当你因解离状态，无意地闯入了它的感知意识范围时，就引起了“它”对你的观注。

它把它那有意识的注意力进行了调频，于是你的实相就被它引入到了它的感受范围内。它并不会特意地去感受你的肉身与肉体形态，但它完全接收到了你的精神认同与情绪状态，包括你的恐惧。

并且它以它自己特有的方式，对这些信息进行了代码的转换，所以它对你的感受，怎么说呢，看起来就像一堆强烈变化着的浓烈色彩。

是你自己的情绪状态引起了这次跨维度的接触，我亲爱的约瑟，但你硬是把它给吓跑了。[细雨社 www.xiyushe.org](http://www.xiyushe.org)



至于你所看见的那大眼睛，就是它把自身内在资讯转码后，呈现给你看的第一个图像。据它所知，人类说眼睛是心灵的窗口，所以它把自己的形象在你的意识觉知中投影成了一个大眼睛。

我完全可以理解你当时的反应。但你应该从中得到学习，因为，对于你所具有的特殊才能来说，很有可能会再次与它发生这样的遭遇。你确实让这个家伙也感到非常困惑，因为它能够同时看到你们的过往、现在和未来，所以它被叫做“全视之眼”，它感受到你的一部分受到了你当前所处伪装层时间的约束，而这对它来说简直是不可理解的。

其实在你们的系统中，人们在睡眠中经常会遭遇到它，但因为很少有人学会了记梦与解梦，所以对此很少记起。然而，极不寻常的是，这次接触竟然被两个完全不同系统的居民都认知了出来。可以说地球上所有已知的古老宗教，只要说到跨维度沟通，都与它有着千丝万缕的紧密联系。



其实在清醒的时候，也可能发生这样的意识接触，但角色我对此是觉知不到的。我以后会在课里讲到，可能会让你更清楚地意识到除了你们自己之外的其他实相，还有一些建议会让你们在自己的系统中更有

效地运作。

它为了和你接触，把自己的形象显化成了人类的眼睛，而你把自己获得的跨维度资料，又进一步扭曲，转换成为了其他的你熟悉的东西。

你把这个“个体”迥然不同的性质，转换成为了动物的风格外观。这并不是因为你低估它的基本特征，而是你被这“个体”异常清澈的心性、纯净的真诚所感染，在感受上转译时头脑选择了猿人的形象，因为你的头脑认为那种坚定且清澈的心灵，经常属于某种动物，它的眼神中全然没有任何人类的奸诈。

跨维度意识接触的难点就是，他们自己首先要能接纳认知之外的“其它系统”确实存在，而在跨维度交流时，个人只独自面对自己陌生的领域与意识存有。因此你们一定要具备相当的知识储备，来理解那些“家伙”，并觉知到他们的来历。在这里，你看，有意识的自己是需要被训练的。一个普通人在历经这样的经历时，只会在潜意识里有所收获，角色我是全然无知的；而你此刻已经具备了有意识地去经历这种另外的生命体验。

我无法对你描述它本体的样子，因为人类的语言中没有任何适用的词汇可以没有扭曲地表达。它扫描了你，并把你头脑中的记忆学到了，转化成了它的一部分。我也无法告诉你，它在空间中的具体位置，因为它的位置不在你们的太阳系内，或说物质宇宙中，它并不作为任何物质形态而存在于伪装实相里。

它确实是存在于你们的物质宇宙之内，但它又不具你们可以理解的物质实相，并且它根本不涉及到任何肉身的物质性表现。从你们的观点来看，它是一个古老的系统。它具有我称之为“倒置的时间系统”的能力，它有大脑但不是物质化的，它的感知方式就是感受以色彩为媒介的能量波，并直接用能量波的强度、色彩的浓淡、颜色的种类来感受不同的情绪。

它与你们的系统没有直接的联系，但没有哪个系统是被独立隔离着的，所以所有的系统最终都是有连接的。

它那独特的意识能力，可以随意翻转时间的流向与流速，甚至无视时间的有序秩序，这导致它对一切的认知与你们了解世界的方式有很大不同。对于它来说，你们所谓的未来，它全然了知；而你们认为已逝的过去，它历历在目。所以它又叫“全知之眼”。

这很难以你能理解的术语向你解释。

比如人格在转世的过程中已经经历了十次生死的往复。这些转世都是你所归属的那个存有在线性时间系统内的各种经历，是在线性时间系统内的生活或历经，为了获得必要的觉知。

存有觉知到了它自己经历过的这十个人生章节。然而，负责演绎这些不同舞台剧的这十个人格，可没有哪个能有能力、有意识地觉知到，与自己同时还平行存在着其它的九个人格，并且它们也在扮演着各自

当前的角色。

这十个角色自我中的每一个，都沿着自我当前伪装层中的故事线，经历连续的“片刻”时间，成为剧情中的旅行者。你知道，虽然人格的潜意识确实具备更多的多维知识，但通常来说，角色自我对此是一无所知的。

这个大眼怪所具有的“倒置的时间系统”，可以轻易地让它同时觉知到这十个平行角色中的某两个，直接了知其一生的经历，并透过这两个被它感知的个体，透过潜意识通道，对十个个体的所有经历也都如数家珍，了解到这十个个体一生中的所有经历，包括角色自己尚未经历的经历。

细雨社 www.xiyushe.org

如你所知，在高维中没有时间的边界。大眼睛看见的是全我的意识完型，哪怕组成全我的所有个体们都在不断发生着各自的变化、且相互发生涟漪式的互动影响，也不妨碍它渺视全局中的起伏。所以它还有一个名字，被叫做“上帝之眼”。

现在是第 28 次伊斯博士的测验时间。（略，详见上节）

第 25 次信封测验（略，详见上节）

我还想再简短说几句，不会占用你们太多时间。

今晚鲁柏的状态不是特别好，因为他对约瑟你对汽车事件的反应感到

有些不安。

不过，测试不一定要在状态极佳时进行，因为我们会面对很多情况，但总会能有办法让有效的资料传输过来。

我们现在不能讨论所有问题，否则这节课就上得太晚了。

首先，当鲁柏进入信息感知状态时，你们最好不要太过在意外界的干扰。或说允许干扰的存在。因为如果你们因噪声而心生恼恨，头脑中生出种种想法，那你聚精会神的状态就会因角色我头脑的启动而被扰乱，你会再次回到伪装层的时间流内，这直接导致内在感官的信息流停摆或发生扭曲，而那是你我都不希望看到的。

相反，也没有必要假装没有恼火。克制也是一种头脑的思想活动，克制的忍耐与不在意的无感是两码事，所以你们要慢慢地学会不产生思想涟漪，而不是抑制、忍耐自己对世事的反应。你们真的要改变对世事反应的习惯。

否则，就会把你自身创造性的能量，全部消耗在对干扰的聚焦与在意上。就好像一只随时警惕高空是否有老鹰盘旋、树林远处是否有猛兽脚步声的受惊兔子。这种意识状态会打乱干扰资料在所有方面的精准度，一旦角色我的头脑上线，它就会往资料里掺杂扭曲。

当你把自己的注意力汇焦到非常负面的信息与预期当中时，你必然会受到这在意的影响，并体验糟糕的经历。负面预期的能量灌注会铸就

出悲剧的实相。

当你们两个陷入负面的情绪与预期中时,任何一个人能抢先摆脱出情绪化的困境、转变意识焦点,就能帮助另一个人脱离对未来经历负面实相的预期。实际上消耗与压制你们的是,你们自己把强烈的负面暗示放在了首位,尤其是在出神的解离恍惚状态时。这种负面的心理预期,很少会产生有建设性的后果。结果就是怕什么就会遭遇什么,而你所遭遇到的正是你心心念念期盼来的。

当你们遭遇困境的时候,你们需要的是处理这种问题的“额外能量和资源”,而角色我此时的情绪化、愤恨、惊恐以及负面预期,相反地,让你们把内在意识有效的帮助拒之门外,自己把内在的引领建言与能量救助阻断在感知范围之外。

我以这件事为例,但我是对你们俩说的,因为你们俩在这方面都还有很大的改进余地。你们可能会觉得你们的信息卡顿与扭曲和我这边没有直接关系,因此对你们这样说很容易。然而,正因为我不是直接相关者,我才能看到问题所在,并指出解决的方法。

因为世间不如意十有八九,总是会发生这样或那样的磨难,而把能量与时间用在专注与提防这些无常上是最不划算的坏习惯。

当你关注世事的无常与滋扰并做出反应时,你不仅仅只是在思想上关注了当前的麻烦、预期了未来的困难、想象了最糟的后果,还因意识

力把生命能投射到了这一领域, 而让这一境遇真实地进入了你未来需要经历的遭遇中。你们需要把自己的期待转个方向。当你聚焦在对苦难的预言时, 你的人生也会因此充满晦暗的不确定性, 而这正是你自己导致的事情。你选择关注什么就经历什么, 而我正好是希望你们要有效地避免此类自我诅咒式的情况进一步发生。

这种性质的事件看似微不足道。然而, 行为模式是极其重要的, 这种对干扰的关注直接违背了我一直试图告诉你们的内容。而且, 我这里只是谈到个体的反应, 但这种反应也会被其他人潜意识地接收到, 从而形成恶性循环。

如果众多的人都对某一灾难性的预言认同, 那这一灾祸就会被引入到集体实相中, 让灾难成真。自我预期让角色在面对多重未来的选择时, 产生了先入为主的预判。

你俩都要明白这点。通常, 大家都懂得要遵循一个健康的方式生活, 但明白和做到是两码事, 若不能把在教训中获得的领悟, 实际运用到生活里, 那跌过的跟头将毫无价值。

我们再次回到了真正实用的东西。与角色我在故事时间线内认知到的东西截然相反, 你们总是认为自己是无常世事的受害者, 但从来没有所谓的意外。

我今晚已经给你们讲得够多了, 但我还是要再三强调我所讲内容的重

要性。如果你有信心改变你的认知导向，你就能收获健康的肉体；如果你们继续专注于灾祸与困难，你就只能体验被你选定的未来。自由意识为你留有选择的余地，有助于你在灵性事宜上取得更大的自由。因为在自我本位的现实当中，任何时候当你关注与在意负面的预期时，它都会自动地阻止你过上更好的生活。

恐惧感将会扼杀你自由的灵魂，让你无法自由地进行任何灵性的探险。不过伴随着你们内在才能的逐步成熟，自信会帮助你们战胜负面预期，你的实际问题会在你不去仔细想它们的时候得到有效关注，并为在其他层面上的其它自己带来更多的可操作机动性。当你因惶恐而自我封闭时，即使我们想要跨维度地给予你建议或额外的能量都做不到。



上图：乐观的人和悲观的人

显然，理智还是需要的。我不是在提倡随意的“盲目乐观”，但从长远来看，即使这样做也比习惯性地专注于干扰更实际。我并不是在指责你们中的任何一位有这种习惯性行为，但由于我们之间的关系，我不想等到这些问题诱发无可挽回的损失时，再说亡羊补牢的废话。你们应该知道，我一直都在为你们的最大利益着想。

Y5-3-221.2

第 221 节 现在、过去和未来共存于广袤的当前 伊斯遥视

29 信封透视 26-幽默画

1966 年 1 月 10 日 周一 晚 9 点 常规课

晚上好。

首先，我建议鲁柏在这方面注意：最好不要在课程开始前的最后一刻还忙于自己的写作或记录工作。在课程前的一小时内，他应该以他喜欢的任何方式放松。

实际上，一个倒置的时间系统向我们展示了一个更接近时间真实本质的系统。时间的确会自我回归，即便在它向外爆发的同时也是如此。

宇宙膨胀理论适用于时间的程度，远远超过它对物质宇宙的适用性。你们通常认为时间是稳定地向未来推进的，然而，正如你们所知，时间并不像你们设想的那样，一刻接一刻地连续向前。

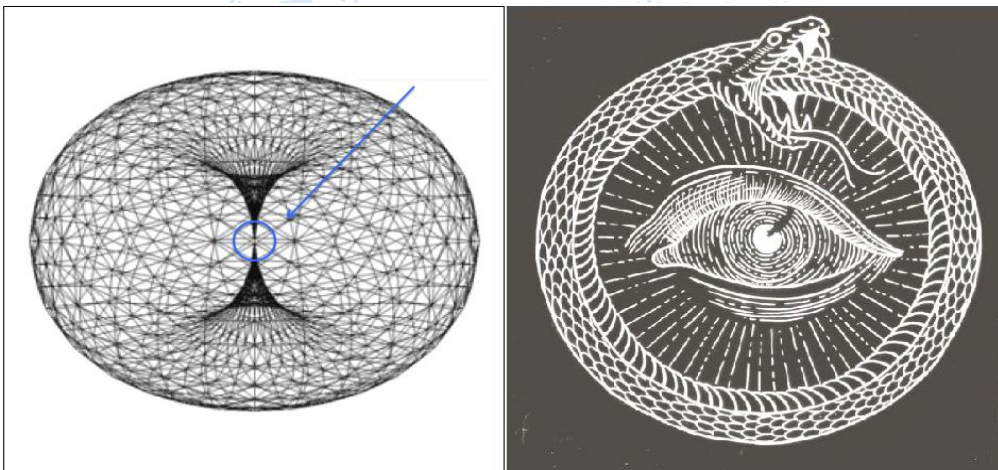
物质宇宙的膨胀和坍塌是同时进行着的，而观察者位于不同位置上，观察到的时间因此或是扩张着或是回流着。如果你把伪装层纯粹当做是物质的，这会相当难理解。我们因为所经历的短暂历史一直发生在匀速的单向时间流中，在这无比短暂的恒纪元里，我们的文明无法理解，时间乱纪元的无常才是混沌宇宙中不变的真理。

宇宙不是一台无比精密的瑞士钟表，如果真是那样，也就太假了不是吗？在混沌的随机性中，在一切皆是无常的乱流里，我们确实被保护得太好了。其实伪装层的系统运作方式就好像吞尾蛇一般，开始在结

束处，结束即开始时。整个矩阵的内容是周而复始的，而个体具体历经其中的哪个路径，则依据自由意识和意识觉知等级。

人生中的所有节点都是系统依据你当前的意识水平和自我意识倾向即刻匹配给你的。没有一个所谓的线性秩序宿命犹如铁轨般铺设在那里。碎片化的当下随着角色的每一次抉择而铺衬出未来，但角色自身的习气与认知，在极大概率上决定了其解读与选择的趋向性，故而观其所是也就能估算出其过往与未来。

这就好比你看一枚钉子、一把锤子、一只漂亮的气球，被一个小孩子拿着。95%的概率这孩子过会儿会哭。



（赛斯在第 42-45 节讨论了宇宙膨胀理论，他说我们的物质宇宙并不像目前认为的那样在膨胀；他还谈到了我们通过仪器获得的扭曲数据。）

你们认为过去已经结束了，已经完成了，但在潜意识层面，你们依然在穿越过去。因此，过去变成了现在。你们知道，预知是一个事实。没有恒定的时间线存在。价值之间的反转、能量的压缩和遏制、对自

身的作用，以及伴随着动量的存在——这更加接近真实的本质。

然而，这种动量是双向的。我现在指的是你们自己的参照体系。因为，如果时间在向前加速，或者说，如果你们认为时间在向前加速，这是两个完全不同的事情，那么你们也必须承认时间也在向后加速。因为这种能量从其核心向各个方向扩散，而这个核心有时会成为它的外部表面。

在一个倒置的时间系统中，这种动量被识别并加以利用，因为它是由个体意识所利用的。因此，你们所谓的现在、过去和未来可以被视为存在于一个广阔的“现在”中。再强调一次，这种系统非常接近时间的真正本质。

在我们的这个伪装层中，说不好听就是一个稚嫩小灵魂的幼稚园，我们都活在已知的历史剧中。就好像每年开学的小学生，对学校一年级的生活无比憧憬，而班主任却在年年上着同样的课程。对于孩子们兴奋不已的期许，班主任闭着眼睛都知道未来的一年甚至三五年内这些孩子会遭遇什么、表现如何。孩子们好奇地翻开崭新的课本，而老师讲着老掉牙的知识，重复着年复一年的注意事项。孩子们是一群新孩子，日子是新日子，但一切又都似曾相识，只不过张三换成李四，小丽的座位上坐着小美。

“广阔的现在” (spacious now) 和“广袤的当前” (spacious present) 并非同一个意思，前者表达的是同时性，后者表达的是共时性。

"同时性"和"共时性"是两个不同的概念，尽管它们在表面上可能看起来相似，但在语境中有着不同的含义。

同时性 (Simultaneity) :

同时性是指两个或多个事件在相同的时间点发生或同时发生。这意味着这些事件在时间上是重合的，没有一个在另一个之前或之后发生。例如，两个人在同一时刻开始跑步比赛，他们的起跑时间是同时的。

共时性 (Synchronicity) :

共时性是一个心理学和哲学的概念，由瑞士心理学家卡尔·荣格 (Carl Jung) 提出。它指的是两个或多个事件在意义上或符号上相关联，而不一定是在时间上同时发生。这些事件可能在时间上相隔很远，但它们之间存在一种深层次的连接，通常被认为是超越了常规因果关系的。共时性强调了事件之间的非随机性和意义联系，可能涉及到心灵、精神或神秘层面的解释。例如，一个人可能在梦中看到一只黑猫，然后在醒来后的同一天看到一只相同的黑猫，这两个事件之间的共时性可能被认为是有意义的符号。

总的来说，同时性强调了时间上的事件重叠，而共时性强调了事件之间的意义或符号联系，它们是不同的领域的概念。

比如主人格旗下的多个人格，同时进入不同年代中的故事线，同时演绎着不同人物。在线性时间中的我们看来，主人格的各个意识分支处

于共时性中。

另一种情况,同一个人格,反复地历经同一个时代剧里的同一个角色,就好像鲁柏演绎的珍,被一版版地不停重复,经过这样的反复试错,完成自我淬炼。这样使用同一个时代与人物的反复操作,在线性时间中的我们看起来,就感觉好像是同时平行发生的。

我曾提到过,与你接触的另一个系统的居民,感知到了你在未来和过去的存在。他还意识到了你被相对囚禁在有限的“当前”之中,因为你们所知的“当前”确实非常有限。因此,当事件发生时,他知道它将如何结束。如果他愿意,他可以在空闲时重温这件事,并将其作为“当前”来体验。

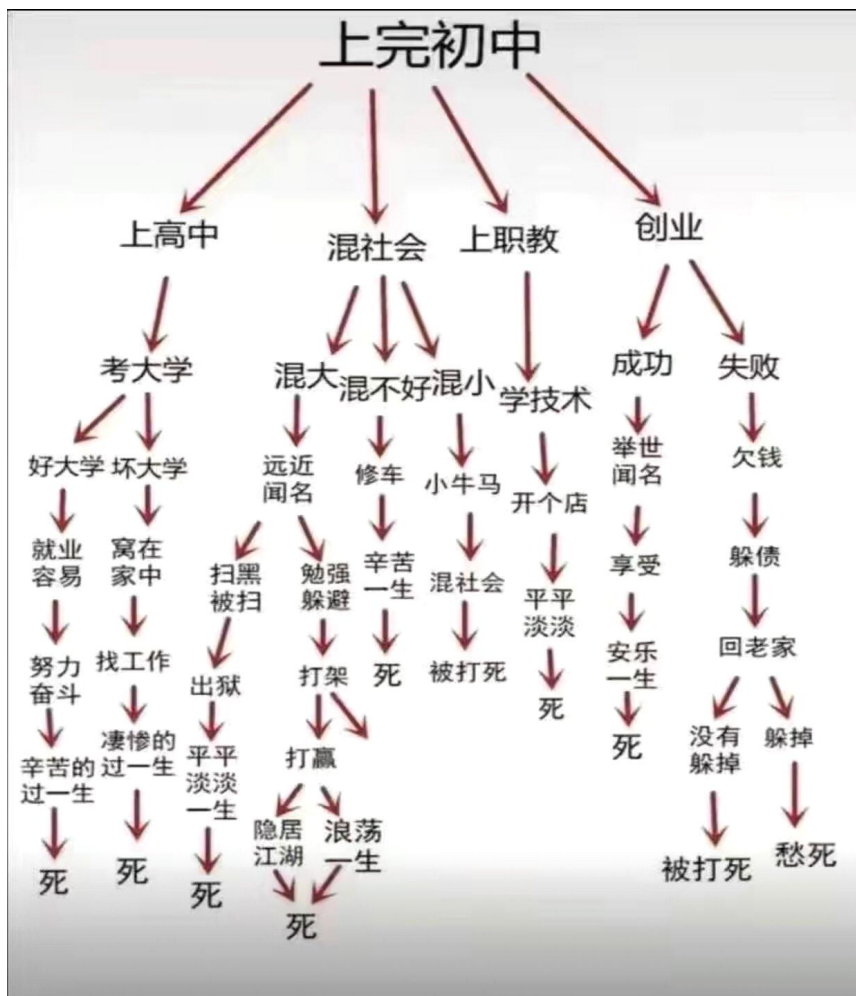
对于高维意识体来说,观察位于伪装层中的角色人生,就好像是在自家电脑上看一段段的纪录片;而我们这些经历者,则好比坐在影院里的观众,我们必须按照影片的播放速度按顺序进度看完自己选的图片。但高维意识体却可以在自己的电脑上观看影片,并且随意进行快进、暂停、回放、再放、跳跃,或同时穿插着看多部不同的影片,全凭自己的兴趣。

他还可以从未来的任何视角来回忆这件事,并且将关于此事件的信息传递给他在接触发生之前的那个“自我”。因此,他可以对时间的任何方面进行修改,从而对他自身产生影响。

本质上来说,你可以看到过去是可以被改变的。当前的行为可以改变本来会发生的未来事件。但既然我们承认了这一点,那么我们也必须

承认，当前的事件也能够改变过去，因为过去的任何元素，在结构、组成或特征上都与未来没有什么不同。

之前我们说过，就好比一个百岁的老者回到他的童年，试图教导十岁的自己此生当规避与当坚持的事情有哪些。如果十岁的孩子选择无条件地相信那奇怪的老头，那他的人生轨迹将被由此改写，并因此改变了“已成过去”的“未来”。而这样的改写，可以发生不止一次。所以对于活在如环往复中的这个“人”，他看待时间的方式会和常人很不一样。过去不再是历史，未来也早就经历。每一刻都是当下，改变可随时发生。



上图：每个自我都走出了不一样的人生轨迹

我现在说的，可不是什么科幻猜想，而是发生在每一个人格身上的既定事实。人格就是利用这一机制，多次往复在自己的角色中，直到透过无数次的失败，找到人生的最优解。演绎珍的鲁柏如此，演绎罗的约瑟也是这样，赛斯自己都记不清和这俩冤家走过多少次人生路了，6 次？9 次？还是 12 次？

多重平行自我就是这样产生的。每个平行自我都是自己，都无比真实，都在所谓的失败中获得了成长所需的领悟。虽然每个自我都在同一天出生，都有相同的父母，活在看似一模一样的世界里，但每个自我都走出了不一样的人生轨迹。

（赛斯曾提到暗示可以改变已经发生的经历，见第 187 和 202 节。）

当你将时间视为过去、未来或现在时，时间并没有固定的特征。过去和未来之间看似差异仅仅源自你们的感知。我给你们提供的许多关于物质性质的资料，如果与这些时间概念结合起来看，会非常有帮助。

（见第 60 至 73 节。）

我们可以举一个例子，比如鲁柏童年时住的那所房子。大家都知道，那并不是一个确定不变的物体。那所房子是由原子和分子构成的集合体，通常被看作是一栋房子，但每个观察者都会对它有略微不同的感知。因为每个观察者实际上都用自己潜意识的能量创造了一个近似的房子。它是一个大致的形状，被感知为房子，并且通过个人的判断进一步修饰。比如说，即便在 1943 年，那所房子也只是所有看到它的人根据各自视角感知的一部分空间。它并不存在于那些观察者之外，也不独立于他们。

时间的倒置只是允许重新创造特定的感知。例如，1943年不过是一个人为的、松散约定的事件集合。过去的存在与现在或未来的存在是相同的，只是感知的范围有限而已。

每个人都只也且活在自己的世界中，而我们又共享着集体实相，并默认他人与自己看见的、听见的、感受到的是相同的。其实这种将心比心、推己及人的想法是很没有根据的，因为每个观察与感受者其实所见所感是全然不同的。不管是颜色、味道、亮度、色泽、质地、冷热、远近，甚至看到的形状也是不一样的。只是我们都默契地彼此忽视这样的差异，不然这游戏就玩不下去了。

比如说一个新冠过后味觉和嗅觉异常的高度近视，他从小就是色盲，潜水时还伤到了听力，你和他一起生活时，你分享自己的美食、一起看风景旅行时、一起去听音乐会时，你觉得他和你感知到的、记住的经历是一样的吗？



什么是现实？我看到并记住的经历，就是现实。而我以为全世界和我看到、听到、感受到的是一样的。可多数人并不知道，哪怕同床共枕的夫妻，对共同经历过的事情、一起看的电影、一起吃的晚餐，也都各自有自己的感触与记忆。多数时候大多细节都是对不上的。

总是要求别人按照你的认知方式、记忆觉受去认同与理解你，其实是件很可笑的事。透过认知的逐步提高，我们要做到的就是，逐步放宽自己能兼容的意识频率，拓宽自己的频段，最后就好像那“大眼睛”一样，可以同时接纳一切可能性，而不要求谁按照自己的认知，做出什么让自己高兴的改变。

我以你本来的面貌接纳你的所是，这才是真正无住相的爱。

细雨社 www.xiyushe.org

(9:30 休息。珍在第一次传输中解离如常。虽然她的语速有所放慢，但在传递到一半之后，她的眼睛开始频繁地睁开。9:37 继续。)

接下来，我们将讨论各种心理框架，因为它们有无穷无尽的种类；不过，我们只讨论我所熟悉的几种。

可以说，这些心理结构显然起到了稳定平台的作用，能量可以在这个平台上观察自身。简单来说，心理框架只是各种具备辨别能力的组织结构，能够感知不同的实相。

它们具备沿着特定方向进行专注的能力。当我们讨论这些内容时，会发现非常有趣。让一个心理结构观察自身是极为困难的，因为为了这样做，它必须超越其自身的局限和能力。在许多实相中，当心理结构以特定方式运作时，这种自我审视几乎是不可能的。

心理结构会逐渐能够关注更广阔的领域，而为了在这方面变得更加熟练，你们的确开始建立起层次化的自我，这些自我曾经是各自独立的身份。这些变化的感知能力被组织起来，使它们的感知汇聚成一个完形，最终形成一个新的身份，一个更复杂的心理结构，具备感知更大实相领域的的能力。



细雨社 www.xiyushe.org

存有为了能快速且均衡地掌握多元实相中的无漏知见，采用化整为零的方式，同时进入多个平行位面，利用交叉对等体验的手段，自己和自己演对手戏。这样的结果就是自己爱的是自己，自己坑害的还是自己，透过一次入场就可收获到对等的平衡体验。

当全我所有分化都满载而归时，当每个人格的知见都达到了融会贯通的境界时，彼此融会合一的渴望将变得无比强烈，一体性的觉悟与意识让万千分身合化成一体。透过这样的分散与合化，全我的意识升级就完成了。

在全我旗下的群队中，任何个体或群体都无法强迫其它个体或群体必

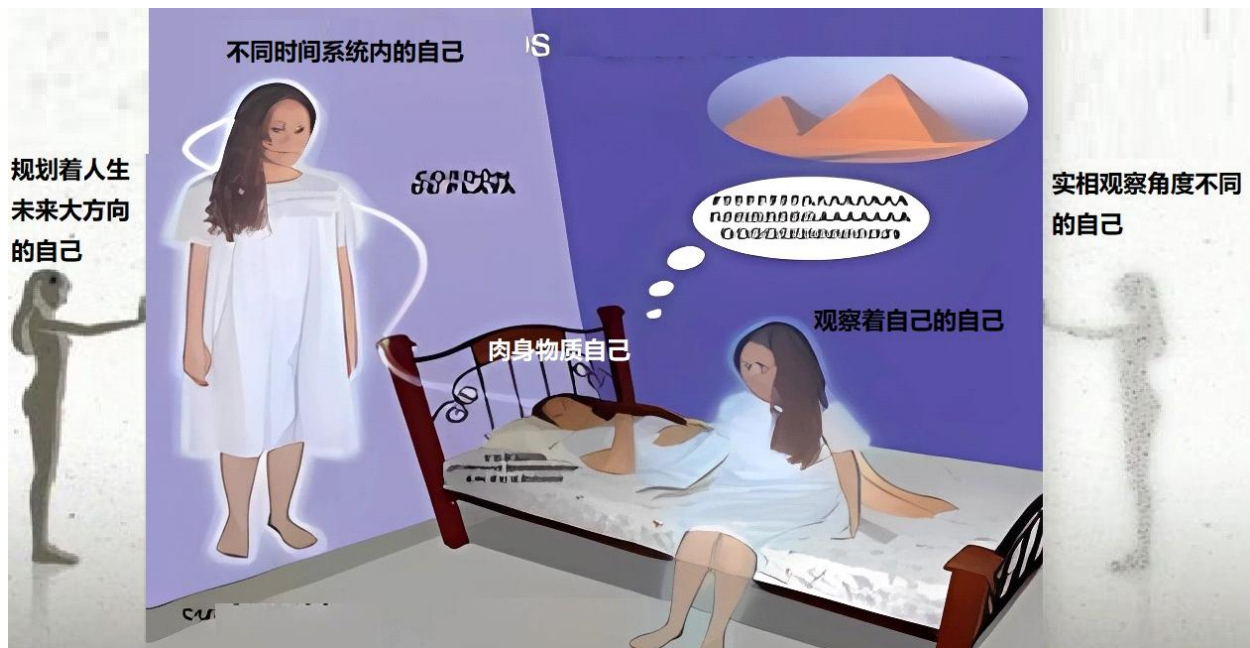
须做什么，或必须怎么做。每个自我都拥有高度的自由意识，并可依据自己的自由意识独立思考与行动。当然不光是个体有回绝全我的权利，全我也有甄别个体的权利，如果哪个分身与全我的意识频率生成了巨大的差异，这差异甚至会扰乱与摧毁全我的内部意识格局的稳定性，那全我也有权拒绝分身要求回归并融合的请求，直到这个分身放下偏执，了悟到一体性。

就好像你拿着优盘去邻居家想拷个软件回来，丰富自己的电脑系统，结果装了一堆病毒回来，你的电脑拒绝打开优盘内的文件，并要求你杀毒或格式化掉这个优盘。历经人世的我们也往往会遇到这样的问题——清空了容量来串门，结果别人装了一脑子的博学和才干，你却被一堆歪理邪说整得神神叨叨，不是拜鬼神求名利，就是把伪装层中的幻梦当成唯一真相，死都不肯回家，躲在网吧的虚拟世界里和父母玩青春期的叛逆。

然而，即便在一个特定的系统之内，所有个体也并非都处于同一个点上。现在，我相信，在我们的课程中，你们至少在某种程度上已经觉察到一些看似非常奇怪的现象：一个观察你们通常意识到的自己的“自我”正在浮现；一个拥有略微不同时间系统、略微不同实相视角的“自我”；一个对构成你们肉体形象的物质拥有更大控制力的“自我”；一个对你们个人未来拥有相当有效控制力的“自我”。

当然，我现在说的是你们两位。也就是说，到现在为止，你们每个人都应该觉察到这样一个正在浮现的心理单元。这是你们能够在某种程度上走出自己系统的结果，只有在你们具备了这种准备时，才能实现

这种突破。正是由于这种尝试,或者说成功的尝试,导致了你们的“自我”延伸到你们原本所在的系统之外。



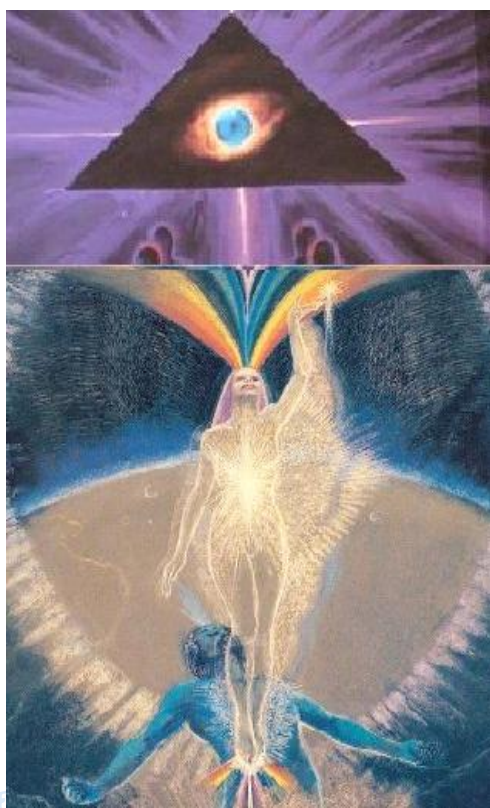
上图：肉身物质的自己、观察着自己的自己、不同时间系统内的自己、实相观察角度不同的自己、规划着人生未来大方向的自己

从这个新兴的“自我”视角来看，你们可以在一定程度上观察到那个早先主要被“囚禁”在系统内的“自我”。现在，我说“囚禁”，并不是指强制性的限制，而是指你们的感知只是把你们局限在所处的位置。你们甚至无法清楚地看到自己所在的地方，因为从内部来看，维度是不明确的。可以说，你们无法越过那堵墙。如果允许我再使用一个比喻的话，你们必须“长得更高”才能做到。

关于这方面，我还有很多要说。因为我们很快将从行为的角度以及行为与时间的关系来考虑心理结构。我们首先会将它们与你们能够亲身感知到的这个新兴的“自我”联系起来，然后再更深入地讨论。

当学会并习惯了利用解离状态，旁观角色我的生活后，下一步就能利用这一技巧进一步地展开意识的远游；或设立一个新兴的自己，令其与自己的角色我同在，角色我负责朝九晚五地为几两碎银拼命，而你利用那周而复始的无聊社畜时间，去游历天地饱览乾坤。这种技术，

在中国的道家叫做出神、神游，具体又细分为出阳神还是出阴神。西方叫它星光体旅行。



Y5-3-221.3 (D29、E26)

(1月8日星期六，珍和我收到了伊斯博士的来信，信中要求赛斯在测试时尽量只专注于一个目标。伊斯博士还提到，他在尝试重复一项用 ESP 卡片做的实验时遇到了困难，该实验的成功概率为一百五十分之一。珍和我希望赛斯在今晚的课上就这两点发表一些看法。

上周末，比尔和蓓·加拉格打算在我们上课期间，在他们的家里试着共同集中注意力在一个物体上，像这样记录一个月，但不告诉我们是什么，然后我们会在实验结束后把他们记录的清单与赛斯的信息进行比较。我们以前也想过这样做。

但是，我们对现在就这样做还有些顾虑，但还是决定先听听赛斯的意见。我们不想让珍在上课期间感到有压力，并想知道在一次课上做三

个测试是否明智。我们也希望有空间讨论其他内容。因此，尽管烛焰测试看起来有希望，我们还是暂时搁置了它。

9:59 休息。现在是第 29 次伊斯博士测试的时间。像往常一样，珍静静地坐着，双手放在闭着的眼睛上。她的语速很慢，常常停顿 15-20 秒。10:09 继续。)

我有几句话要对伊斯博士说。我想我之前提到过，如果一件物品对他有情感上的意义，那它会更有效。

给我们一点时间，可能会久一点。（珍停顿了 40 秒。）

你看，在此时，我们必须从与伊斯博士相关的许多合理印象中筛选出他想要的特定印象。如果是一个带有情感的物品，这会让我们完成任务更容易完成。虽然他不需要对此过于专注，因为物品本身会传递出它自己的信息。

细雨社 www.xiyushe.org

鲁柏进展得很好，但仍在学习如何以特定的方式准确定位。

一个圆形物体，类似于一个针垫。红色，可能带有绿色。圆形，像苹果，属于他的妻子。

现在，这会被视为目标物。（10:17 暂停。）

我对 ESP 卡片有一些印象。一个棕发的学生。我似乎感应到了字母 E，虽然我不知道这是名字的首字母、姓氏的首字母还是中间字母。另外还有数字六。可能表示六个人中的一员。（另一个 40 秒的停顿）这是一个特定的团体。一个男性学生。（停顿一分钟。）

理论上没有任何理由表明测试结果不能重复，确实是可以的。然而，伊斯博士担心结果不能重复，如果他不能改变这种感觉，结果可能就会如他所预期的那样。他希望结果能重复，但因为他太渴望这个结果，

反而害怕得不到，而学生对此产生了潜意识中的抑制性反应。

我好像感应到伊斯博士和相关学生之间的某种相似之处——某种姓名上的相似性，我不确定。他相信并期望催眠实验的成功，这正是他能够成功的原因。不过，我们也将实现我们想要的结果。

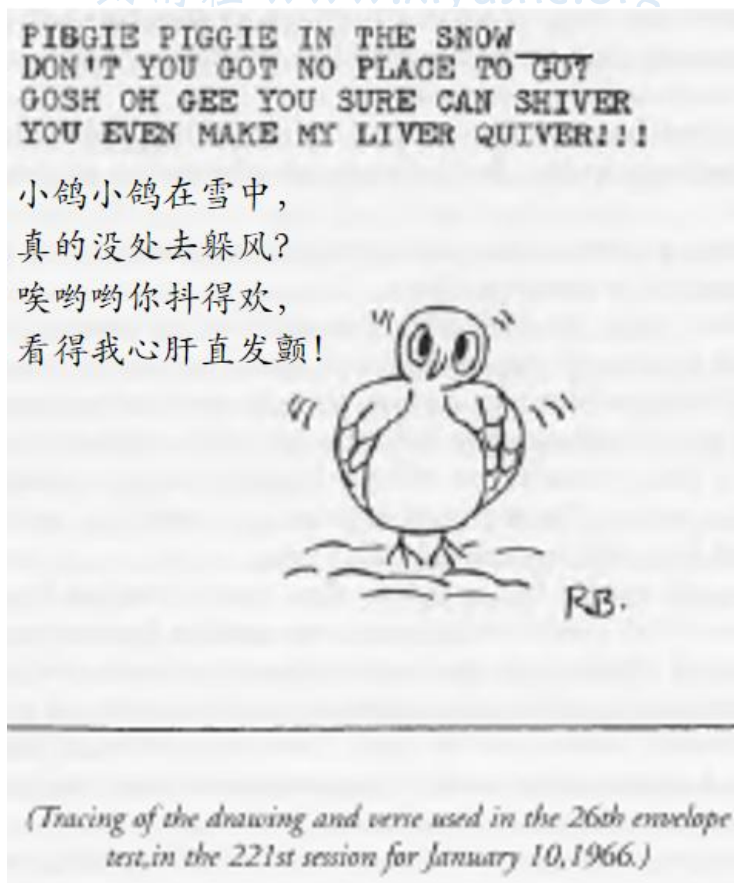
如果你们之间有更强烈的情感联系，如果这有可能的话，将使结果更快显现。（10:29 暂停。）

我建议暂时搁置我们与耶稣会士和猫情人的实验，虽然这个想法很有意义，我们稍后会进行这些实验。你可以在见到他们时告诉他们。

与此同时，今晚我们将传递一个印象——一个可以握在手中的石头，与水有联系，是斑点状的，灰色的，带有一个凹陷。

约瑟，你有测试要给我吗？

细雨社 www.xiyushe.org



第 221 节第 26 次信封测试的幽默画

（“是的。”这是第 26 次信封测试。今天的测试对象是在我的艺术卡片公司办公室工作的安·迪布勒画的一幅幽默画，见图。顺便提一下，画中的“Piggie”指的是鸽子。几周前我曾向珍提到过这幅画，但之后就没再提过，当然她也不知道我把它带回家了。

安在两节临时课上听过赛斯讲话，也读过早期课的一些资料。参见第 206 和 214 节课记录。

10:31，珍和往常一样没有睁眼就接过了信封。她把信封贴在额头上，继续保持那个姿势，讲话时伴有许多停顿。）

请稍等。

可以用“无特征”来形容加拉格的物体。

我们看看能感应到些什么。
细雨社 www.xiyushe.org

与金钱有关。鲁柏想到了一张汇票。这是他的个人联想，与你最近的活动有关。

一系列事件的时间表。与几个人有联系，特别是两男一女。蓝色的颜色，以及一张便条或信件。

你的兄弟，照片。一个下午。现在是与洛伦拍摄鲁柏照片相关的一系列印象。

然而，与十一月的某个事件有联系。特殊的灯光。鲁柏的白色外套，上周六晚上。

我建议休息一下。

（10:40 休息。珍解离如常，眼睛闭着。当休息时间到时，她发现自

已在说话时还戴着眼镜，这种情况很少发生。她的语速很慢。

可以看出，除了白外套之外，几乎所有信息都与测试对象无关。我认为“十一月”也可能是正确的。

珍说，她在视觉上对这些信息有相当强烈的印象；她两次非常清晰地看到她的白外套。在测试过程中，她无法分辨自己何时进入了与个人联想有关的轨道；某种程度上，缺乏细微的辨别能力。珍表示，当接近休息时，她知道这次测试效果不好。不过，她知道测试效果差，这点在不久前她是无法分辨的。她说，她能感觉到自己卷入了一些她知道是错误的图像。

白外套的联系指的是珍上周六晚上穿着它，当时非常冷。而测试物体包含了一首诗，提到了发抖的鸽子和雪——因此有了这个联系。我认为提到“十一月”可能是合理的，因为测试物体的起源者安，可能在那个月来过我们家。经过核实，确实如此——安参加了 1965 年 11 月 5 日那节计划外课。

10:45 继续。)

我立刻明白了我们此刻的意图。

然而，鲁柏只有通过犯错，才能学会区分主观上那些微妙的变化，这些变化正是准确感知与失败的区别所在。如果没有这些经验，他就无法学会。外套的确是一个有效的联系，但我无法让他正确地感知到。他当时是在处理个人联想的层面。正确的通道有一种特定的“感觉”，他会逐渐学会辨别这种感觉。

至于“十一月事件”，我相信可能与你们的安某次拜访有关，但这还远远不够充分。

本来我打算今晚讨论一些其他资料。然而，现在时间已经不早了，或

许我们应该将这些内容留到下次课程。

这是一个学习的过程。会前一小时的放松将会有所帮助。我们正在尝试在两个层面上进行工作。我们当然希望取得成功，但同样重要的是，我们还希望了解成功是如何实现的，因此我们将继续努力。

与流行的看法不同，尽管每个人都拥有所谓的超能力，但这些能力必须在特定领域中经过训练，才能得到充分发挥。这正是我们目前正在做的。

如果你没有其他特别的问题，我们可以结束这节课。

向你们两位致以最诚挚的问候。

(10:57 结束。珍说，在表现不好的测试中，她会意识到一种轻微的精神紧张感，这有点类似于在没有充分准备的情况下做瑜伽时身体上的紧张感。)

细雨社 www.xiyushe.org

Y5-3-222.1

第222节

前情回顾：

收到了伊斯博士的信，要求赛斯在测试时尽量只专注于一个目标。还说他在练习感知 ESP 卡时无法提高练习感知的准确率。

比尔和蓓商定，在我们课程期间，他俩会在自家特意专注地关注一个单一物品，如此持续一个月。但他俩没有告诉我们会是什么东西，倒要看看赛斯是否能把准确的消息传递过来。

我们不想在课程期间增加珍的压力，做三个测试是否明智，看赛斯怎么决定。

细雨社 www.xiyushe.org

赛斯：

鲁柏最好不要把自己的写作或工作持续到上课前的最后一刻，他应该在上课前一小时开始放松。

今天我们继续探讨“倒置时间系统”，它展示给我们的是一个更紧密地接近时间本质的系统。

时间在膨胀的时候确实也在坍塌回它的起点。科学家的宇宙膨胀理论比起物质宇宙，更加真实地适用于时间体系。你们天真地认为有一个稳定的单向匀速进程通往所谓的未来。然而要知道，没有像你们假设中想象出来的这种由一个个连续时刻组成的真实推进。你们确实在经

历线性时间,但这些伪装层中的人生故事不过是当前帧的逐格拼凑而已。

你认为过去已经结束,未来尚未展开,但通过潜意识人格可以穿越到过去改变历史,或预览你们认为的未来。因此,对于内我来说过去即现在,未来也早已发生。你觉得预知一个事实是在猜测吗?要知道并不存在一条恒定的时间线,你尚未观看的影片,其实早就在胶片中封存着了。

透过对能量的压缩与遏制、可以轻易地对本体施加影响,翻转时间流或反复重置时间线,可以透过相互缠绕的故事矩阵让人格完成自我价值,这更加接近了现实。

细雨社 www.xiyushe.org

作用力总是双向的,时间真的在加速向前,与你说的“时间在向前加速”是完全不同的东西,这涉及到相对论,即主客体位于不同的速度上时,同时观察时间,时间会彼此不同。同样地,如果时间可以加速,也可以减速,可以流向未来,也可以返回过去。因为这个能量,从它的核心向“所有”的方向移动,并且这个核心偶尔会翻转成它外部的表面。

在一个倒置的时间系统中,这个动量被认可,并且可以被意识加以利用,因此你们所谓的现在、过去和将来可以被看作是存在于广阔的“现在”之中的。

我再再说一遍, 这种系统, 非常接近时间的真正本质。有“广阔的现在” (spacious now) 和“广袤的当前” (spacious present) 。

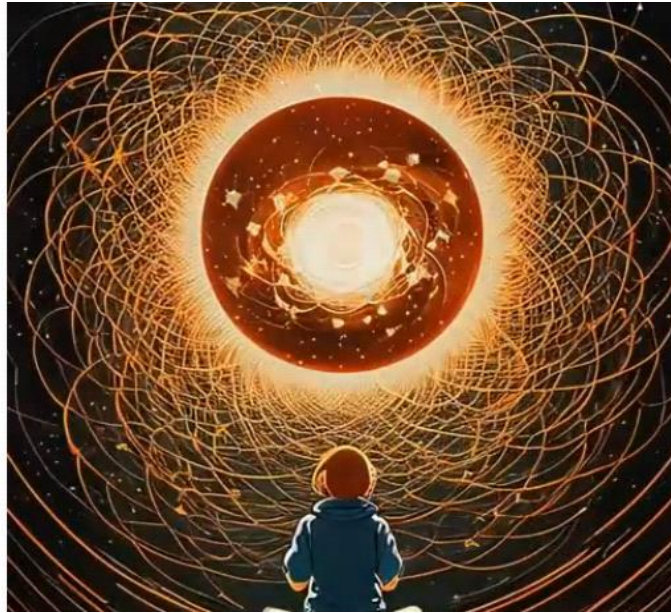
内在意识系统就是利用这一机制, 可以无限展开、重置、读写所有的历史故事, 并据此谱写出无数种平行版本, 而其每一版都是真实发生过的。当人格重新回到角色出生的那一天, 再一次从子宫中爬出来时, 他曾反复历经过的一生, 你说是所谓的过去还是所谓的未来呢? 说是过去, 其一生还未展开; 说是未来, 他已经走过了数次。



你看见的大眼睛是另一个“系统”内的居民, 它同时感受到了你的未来和过去。它还觉知到了你被囚禁在自己有限的当前中。如你所知, 这个当前的确非常受限。因此, 当事件发生时, 它意识到了事件将如何结束。

如果它想的话, 它能在空闲时无数次地重现你们的巧遇, 并每次都仿佛是此时当前的经历。它还能在你所谓的未来中, 以任意角度无数次

重放这一瞬间，就这次事件反复品味其中的信息，甚至把时间轴调回到你们巧遇前。它能够以任意方式拖拉时间条，对时间的任何方面进行替换。



我们都明白当前的行为可以改变未来事件的走向，但少有人知道，你看到的过去，其实也可以在本质上进行改变。否则就不可能利用重置故事线的方式，以另一种方式展开角色不一样的一生。当你理解了这一点，就必须承认，当前的事件，也可以像改变未来一样替换过去，因为没有任何一个过去的因素，具有和所谓的未来不同的结构或组成特点。

当你把时间看做是过去或未来时，是看不出其特性与特点的。任何在过去和未来之间看起来的不同，只是因为你自己作为线性时间内的观察者之感受。我已经为你们提供了很多的资料，关于肉身所处伪装层物质本性的，但理解时间的概念是对你们有益的。



上图文字：背后是过去，面前是未来，记忆是分水岭，知见构成世界。

我们在这里试着给你们举个例子：

鲁柏在童年时住过的房子。它会随时间发生变化。构成那房子物相的是一堆原子和分子的混合物，好让观察者感知那轮廓是一栋房子。但其实任何一个看见这房子的人，所看见的都是不一样的。因为每个观察者，都非常实际地，用他自己的潜意识能量在他自己的感知世界里创造出了一个“近似”的房子。那房子总体的形状，都被感知为是一座房子，但进一步细节上的修饰每个人看见的都不一样。只是大家都以为别人和自己看到的是同一个东西。

所有以自己的眼光看见那房子的人，感受到的只是也仅是那房子的一部分外在信息。从那些看到它的人来说，它既没有缺失、也没有分开地存在过。比如说某一帧画面里有 100 个信息点，每个人在观察它的时候，都只能看到其中的一部分，大家都相互以为自己和别人看到的是一样的东西，但其实每个人都只看到了自己世界中的那个被自己

投影造就的衍生物。



在继续深入讨论前，我们要明白什么是“心理框架”以及每个人的心理框架都是不同的，不同的心理框架导致近乎无穷的感触变种。我们现在只讨论我所熟悉的几个。

心理结构构成了人格的意识结构，让观察者可以在一个相对稳定的状态里，感知自身与外界的状况。简单地说，心理框架让角色有能力感受不同实相间的差别，并了解其中的各种组织结构。

心理框架具备沿着特定的方式，进行专注的才能。心理结构极难返观内照地去观察它本身，但这又无比重要。为了能做到这点，它必须提升它本身的才能并突破自性的局限。但在许多现实情况中，在人格以指定的方式演绎特定角色时，这样详细地自醒简直是不可能的。

心理框架就好像你出生时就始终戴着的彩色墨镜，不同的墨镜片，让每个人看到的世界既相同又不同；但你无法知道别人与你看见的是不同的，你也几乎没有办法知道，摘下墨镜后，这个世界到底是什么颜

色与什么样子，因为如果你自己不照镜子，无法知道自己始终戴着有色眼镜。而并非所有人都有机会在此生透过扪心自问，反观自照的。



透过灵性的学习，我们要逐步地拓宽自己的心理结构，逐渐地能够关注更广阔的领域，让自己变得更加具有兼容性，并且能把这种切换意识频率的方式练得熟练。为此你的确要开始建立起分层的多重自我，让不同的自我意识相互独立于你的本体自己。这就是意识的内在分化，当你有了从属于你的下属人格，你也就成长为主人格了。

这样的变化与自己感受多重自我的才能需要逐步地练习与熟悉，并为自己下属的新人格们编组，以便它们能去往不同的意识领域，为你带回不同的感受，并把这些意识信息以能量的形式汇聚给你，以便帮助你尽早达成意识完形，最终形成一个新的本体存有。你要成长为一个极其复杂的心理结构，一个具有感受更大实相领域才能的本体。

约瑟，你与鲁柏不同，你会成长为一个独立的存有。而这在多维实相的同时性中，其实已经实现。而此时的你就是让其日后达成实现的关键。

然而你们要知道，即便你们以为所有人都生活在同一个实相中、在同一个指定的系统之内，但事实上并非所有的个体都是在同一个点上的。大家只是都相互很默契地彼此主动忽视所见的差异。比如大家一起吃饭，你觉得房间很明亮，饭菜颜色鲜艳，就是味道太淡了；而我觉得房间阴冷晦暗，饭菜并不新鲜，而且盐肯定放多了。交流差异会带来争执，所以大家都学会了忽视差异，假装都活在同一个实相里，各自做出自己的调整。

比如你在我们的课程中，在一定程度上，至少觉知到了一些看起来非常奇怪的东西，通常你会在其中觉知到：

- 有一个正在观察着自己的自己以解离的状态浮现，看着这肉身角色我在此说话；
- 同时，一个在时间流速上具有轻微不同的自己，不时被落在过去中或提前几秒预知到之后要说的话；
- 一个退居到意识幕后的自己，以检查的角度审核着我下面想要说的内容；
- 一个更强大的控制者，它组成了你的肉身形象并维持着肉体物质的持续稳定显化；
- 一个具有相当有效控制力的自己，在统筹规划着你个人的未来走向。



我想你俩都应该能觉知到，一个新兴的心理单元正在被酝酿着，而它能帮你们日后走出当前系统的局限。只有当你们在一定程度上具备了这一能力，否则你们无法突破本伪装层的束缚。这个尝试一旦成功，你们的意识就能离开这个培养了你们的位面系统，展开更广泛的旅游。

透过这个新兴的自己，可以在某种程度上，在脱离了本位面伪装层后，观察到这个早先主要用来囚禁自己的矩阵系统。这囚禁不是指“强制性”限制，然而你们的感知力在这个位面中，只能了知到伪装实相。

即便你们能意识到也清楚这一切都是梦宇宙生成的实相，也无法从内部看到这矩阵运行的模式。你现在之所以不能翻越这无形的墙壁，是因为你还长得不够高大。

你们首先要能够切身地感知到体内那个“新兴的自己”，然后，我们才能一起走得更远。



现在是第 29 次伊斯博士测试时间。我有几句话要对伊斯博士说。

我想我之前提到过，如果一件物品对于他有特定的情绪意义，那将会让我容易锁定。虽然物体本身会发送出它自身的信息，不需博士太专注用心地关注那东西，但如果这东西能引起博士的情绪涟漪，意识锁定那物品就会更容易些。

细雨社 www.xiyushe.org

鲁柏的进展很好，但仍在学习如何以特定的方式准确定位。这就像让猎犬寻找东西，那东西要带有指定人物的“味道”才好找。



一个圆形物体，类似于一个针垫。红色，可能带有绿色。圆形，像苹

果，属于他的妻子。这就是他想测试我们的东西。

我对 ESP 卡片有一些感应。一个棕发的学生。我似乎感应到了字母 E，但不知道这是名字的首字母、姓氏的首字母，还是中间字母。另外还有数字六，可能表示六个人中的一员。这是一个特定的团体。一个男性学生。

理论上没有任何理由表明测试结果不能重复，确实是可以的。每次凭借直觉都能说出准确的答案，但是伊斯博士担心自己做不到，正是这担心，让他不想在学生面前丢脸，结果想的越多，越想做到越做不到，因为头脑在此加入了太多杂波。

我似乎感应到伊斯博士和这个学生之间有某种相似之处，可能是姓名上的相似性，但我不确定。他相信并期望催眠实验的成功，这正是他能够成功的原因。不过，我们也将实现我们想要的结果。

如果你们之间有更强烈的情感联系，如果这有可能的话，结果会更快显现。

我建议暂时搁置我们与耶稣会士和猫情人的实验，虽然这个想法很有意义，我们稍后会进行这些实验。你可以在见到他们时告诉他们。

第 27 次信封透视试验：安·迪布勒的幽默画（略，详见上节）

不要为透视信息的偏差懊恼，只有通过不断的尝试，才能找到那种微

妙的感觉，准确地区分内在意识信息和头脑添加的“佐料”。鲁柏能够学会精准地分辨朦胧细微信息的能力。从主观上讲，别怕犯错误，失败是成功之母，没有经历，就没有学习。

对于哪些是内在感官的信息、哪些是个人头脑的联想，区分起来确实很难，就好像普通人想要通过品一口酒就说出产地和年份一样。这需要反复的练习，才能对于正确的渠道有一定的敏锐感觉，他要学的就是如何区别内在灵感与头脑联想。

与人们流行的看法相反，所谓的“灵媒”才能是需要练习的，必须要在特殊的方面进行反复的技艺训练，才能区分开信息微妙的差异，这正是我们在做的事情。

细雨社 www.xiyushe.org

Y5-3-222.2

第 222 节 罗的汽车“魔考” 伊斯遥视 30 信封透视 27- 罗弟的信

1966 年 1 月 12 日 周三 晚 9 点 常规课

晚上好。

我有一些话要说。不过，约瑟，由于这里的情况，你的记录工作有点仓促。如果你愿意的话，我可以先说几句，然后我们可以等到十点再进行信息传递。我们的安排一直都很灵活。

（“不用了，我能跟上。”

珍此时微笑，双眼睁开了一下，深色的眼睛望向我桌子对面。）

那么我就继续了。首先，我要恭喜你做了一件你自己都没有意识到的事情。虽然确实有来自鲁柏的帮助，但主要是你自己完成的。你知道我指的是什么吗？

（珍再次微笑着看着我。我不知道赛斯在指什么，于是开始猜测。

“是我的梦吗？”

昨晚我做了一个非常生动的梦，梦中我在悬浮，这是自我开始记录以来第一次做这样的梦。珍摇了摇头。）

我说的不是这个。

（“是牙医吗？”

今天下午去看牙医之前，我让自己进入轻度催眠状态，然后用了暗示。在椅子上我没有感觉到疼痛。）

这确实很棒，非常好——但不是我指的事情。

（“那么，是车吗？”

珍笑得很开心，并点了点头。她指着我说，眼睛睁得大大的。）

现在你说对了。这是一项成就，因为你几乎是从零开始的。从意识层面看，整件事情让你非常恼火。你觉得它是一台老旧的机器，它的好日子已经结束了。但你很好地利用了我给你的建议，关于心理反应的重要性。

对你来说，这确实代表了一个重要的成就，因为你过去一直比较容易陷入悲观。

（详见第 220 节赛斯提到的建议。）

赛斯曾告诫罗，所有遭遇都是中性的，个人依据自我的意识形态去解读自己的遭遇，并在解读后，形成对后续趋势的预期。如果你为实相赋予悲观的滤镜，并让自己生活在恐惧中，那依据你的自由意识，后续的剧情就会打开此类实相让你体会个够；而如果你无所谓，活得没心没肺，那后续的实相就只会随机展开；如果你对所遭遇的事情充满感恩的喜悦，那人生的功课就没有必要再用相同的课题来考验你的应对。

我仔细解释一下你究竟做了什么，你会觉得很有趣。

当麻烦最初出现时，就是最近的这次麻烦，你对那辆车一直感到厌恶，而你的厌恶导致了问题。这不是某种模糊的象征性方式，而是以非常直观的方式。

你忘了加油。之前，你没有注意到显示需要加油的小红灯闪烁，如果这种趋势继续下去，你很可能会继续忽略这个警示灯。如果你的态度影响到鲁柏，那么他也不会注意到这个警示灯。汽车的整体状况正在逐渐恶化。

（大约一周前，我忘记加汽油，导致了一个可能很危险的情况。当珍和我去加拉格夫妇家时，他们家位于埃尔迈拉郊外的一座又陡又长的山顶上，汽车在爬坡途中失去了动力，然后在山上熄火了。那时天已经黑了，道路因积雪变得很滑；我不得不倒车下山，珍用手电筒照亮前路，直到我找到一个车道可以停车。当时我并没有意识到汽油已经用光了，因为车在我们顺着山坡滑下来的时候又启动了。等我们安全地到家后，车再也发动不起来了。

珍和我走到附近的加油站买来汽油，但车还是无法启动；所以修车厂不得不把车拖走进行修理。赛斯关于加油警示灯的消息似乎也是正确的，因为修理厂检查时发现油液位确实很低。我平时都很注意这个问题，很不可思议的是，警示灯就在我面前的仪表盘上，我怎么会没看到它闪烁呢？以前注意到警示灯亮起后，我马上就会检查汽油。而珍也没有注意到警示灯亮了。

修理后第二天，车子运行良好。修理厂说问题是分电器受潮了。可是第二天，车子再次无法启动，不得不再次拖车去修理。令我们惊讶的是，第二次拖车和修理是免费的。服务经理告诉我们，点火线圈的接头处有腐蚀，在第一次修理时机械师就应该注意到并修复这一点。

第 220 节是在车第一次进修理厂时进行的。那节课结束后，我有意识地努力改善自己对汽车的态度。那时，我已经意识到心理态度可能会影响汽车，并且想起赛斯曾在 1964 年 8 月我们去缅因州度假途中，提到过汽车和我们态度的问题。详见第 80-81 节课。根据赛斯的说法，

珍和我成功地显著降低了汽车的耗油量；我们有证据表明，在那次旅行中，汽车的耗油量比我们预估的要少得多。详见第二卷。）

当你的态度开始改变时，它首先在潜意识层面上发生了变化。在意识上，你并没有意识到这种变化。你之前已经对汽车造成了一些损害。问题在于如何把损害控制到最小。因此，问题被集中在了点火线圈的腐蚀上，而这种腐蚀在修理工之前检查时还不存在。

那些破坏性的因素被集中起来，形成一种整齐、具体的有形形式，因此可以通过物理方式进行修复。

现在，你可以做到这一点，实际上任何人都可以做到，并且经常对自己的身体这样做。如果一个人的反应导致整体状况不佳，这样的情况会更难处理。但如果这些能量可以被集中到一个特定的形式上，比如一个痘痘、一处疼痛、一个溃疡，至少问题得到了确认和定位，这样处理起来会稍微容易一些。

所以，修理工不必觉得问题之前没有被发现，因为他上次检查时，车子的整体状况已经不太好。但当时并没有具体的部位出现故障。我想你会觉得这很有趣。

罗忘记给车加油，又鬼遮眼式地看不见一直闪烁的警示红灯，直到车辆抛锚。汽修厂说是线圈腐蚀，可明明刚保养过没问题。

赛斯告诉罗，生命中没有偶然，遭遇只是为了让你能学到东西，所谓的祸不单行，就是因为当你遭遇“魔考”时、经历一个看似是挫折的打击时，你要怎么面对。如果你咒天骂地、指责、自责，那嗔怒的负面能量就会形成并被释放出来。这破坏性的能量或是融毁你身边的物品，或是形成对他人的攻击，亦或是在自己的身体里引起电磁风暴，

最后成为某种疾病。

要是问题即刻显化，那还是好的，就怕忍着憋着最后来个大的，直接毫无征兆地就无药可救了。

在生活中出现问题，就解决问题，我们投身为人就是来透过反复磨练自己的短板，好补足自己的认知缺失的。发脾气、骂人、和自己呕气、指天骂地，不但没用还招惹是非祸害。遇事要先冷静下来，看看怎么能补救或学会断舍离，之后认真反思自己认知上的短板，为什么要安排这件事在生命中遭遇，到底想要透过这剧情学到些什么。

学到了，下次就不再会遇到这事了；没学会还会再次补考——那不是倒霉，而是自己没能想明白；或以为自己想明白了，可却想歪了；或道理明白了，就是实操时做不到。

（珍再次微笑。我确实觉得很有趣，尤其是当我想要向我们维修厂的服务经理解释这件事时。他是我们的私人朋友，但不知道赛斯课。）

我对你在去看牙医时达到的催眠状态感到满意。当你在这种压力下能够做到这一点时，你会发现你也可以在其他情况下做到。比如在与你父母相处时，你可以利用这些知识，这样他们的行为就不会让你过度不安。你只需要暗示自己，只对有建设性的暗示作出反应。

这样，你既不会像往常那样反应过度，也不会阻断和他们的对话，同时还能对他们的负面态度免疫。通过这种方式，你可以帮助他们，同时让自己保持自由。

现在你们俩已经在处理卡拉汉小姐的情况时做到了这一点，所以你们

应该熟悉这种感觉。

当我们要面对、要承受无法逃避的痛苦与磨砺时，学会和有效地利用解离方式，从自己的角色中抽离出来，旁观这一情景剧就好了，没有什么是需要硬扛的。



**拆穿多没意思，就喜欢看你们那认真的样子，
精彩的地方我会鼓掌，实在不行还可以陪你演一集。**

上图文字：“静静地看你们表演。”“拆穿多没意思，就喜欢看你们那认真的样子。精彩的地方我会鼓掌，实在不行还可以陪你演一集。”

(9:21 休息。珍在第一段传输中解离如常。她的眼睛经常睁开，随着时间的推移，她的节奏也很快。9:26 以同样的方式继续。)

现在，我有几件事情要说。

首先，为了让你休息一下，约瑟，你可以选择录音一些课程，比如每周录音一次，由鲁柏来转录这些笔记，这样可以给你自己一些额外的时间。他可以按照你的格式，有时为你打字记录。

关于“倒置时间系统”的话题，我还有很多资料要给你，但现在我想讨论一个个人问题。

你对你那辆忠实的老爷车的态度并不像你自己所解释的那样。汽车对你和鲁柏的意义是不同的。很明显，这与你们的背景有很大关系，但

我相信你们并没有意识到我要告诉你们的事情。

你现在明白了吗？

（“也许吧。”

我以为赛斯要说的是我的态度会影响汽车的实际表现。）

我要说的是，你心中父亲与汽车之间的关系。你想到过这个吗？

（“只是在非常笼统的象征意义上。”

珍微笑着，眼睛睁得又大又深邃。）

那么，现在确实是谈论这个问题的合适时机了。

首先，说说鲁柏对汽车的看法，因为他的想法更简单，也更容易解释。他的母亲不能离开家，他小时候总是跑来跑去，以确保自己可以自由活动。对他来说，汽车是这种自由活动能力的延伸。

无论车子是新是旧，只要有辆车能用就行。正是因为这个原因，他总是反对你提出的不买车的建议。对他来说，汽车也是对父亲形象的一种补充，他父亲总是走南闯北，比大多数男人都活跃，而他的母亲却完全行动不便。没有车还会让他联想到贫困的生活，因为在他的邻居中，拥有汽车是一种奢侈的象征。

而你的情况不仅完全不同，还恰恰相反。因为你父亲的缘故，汽车在你心中象征着完美的形象。因为你父亲从事电池工作，所以他坚持追求完美。一辆旧车很难代表这种形象。

（我今年 46 岁。小时候，我常常看着父亲手工制造汽车电池。他在宾夕法尼亚州塞尔拥有自己的生意，对自己的工作精益求精引以为豪。随着电池的批量生产，生意开始衰落，大萧条也让他一蹶不振。）

你父亲喜欢踢旧车，因为他觉得旧车不听他的话，总是出毛病。然而，更重要的是，你父母仍然认为汽车是社会地位的象征，而你是在这种观念中长大的。你的车还是新车的时候，你感觉和它融为一体。但是，旧车却让你回想起旧日父母之间的争吵。这正是你和鲁柏在潜意识里不一致的地方。他很乐意接受一辆旧车，只要它能动就行。但对你来说，旧车意味着不完美，而非自由。

我想把这一点说清楚，这样可以帮助你们俩理解自己的反应，并相应地调整它们。你对汽车最基本的感觉之一源于早年去加州的旅行，那时你还是个孩子，连续几天都听到父母争吵。他们对前途感到不确定，充满悲观情绪，并互相指责对方为什么要离开家。

这并不是他们后来告诉你的那种冒险精神，而你听到了他们的每一句话。另一方面，你确实对机械物品有一种相当深刻的感觉。这与你在服役期间的经历有一定联系。然而，你对汽车的不满只是你用来掩盖更深层原因的合理化借口。

（我三岁时，父母带着我和两岁的弟弟洛伦进行了为期一个月的加州之行。我对这次旅行有一些清晰的记忆。长大后，我经常听父母谈论这次旅行。二战期间，我被征召入伍，参加了能力倾向测试，结果让我吃惊的是，我在机械科目上表现优异，最终成为空运指挥部的飞机机械师和仪器专家。）

这里还有一个次要的联系，那就是你父亲经常待在车库，而你从母亲那里感受到她对父亲常常在那里待着的愤怒。有一个小的补充，然后你们可以休息一下：鲁柏出于前面提到的原因，也喜欢任何有轮子的东西，比如旱冰鞋。任何能带来移动希望的东西，他都喜欢。

（9:49 休息。珍说这段传输过程中她解离得很好。她的眼睛经常睁开，节奏也很不错。她在 9:50 用更低沉的声音简短地继续。）

一个说明：你的父亲因为与汽车有联系，所以当汽车不能正常工作时，他就会觉得自己很无能和失败，而你也受到这种影响。这显然是荒谬的，因为你自己的兴趣在其他方面。

(9:51 再次休息。珍说她当然意识到她喜欢随时有车可用，不论是什么车。但她并没有特别将此与赛斯所说的对行动自由的需求联系起来，没有与她父亲常常外出联系在一起。我觉得赛斯在更早的几次课程中简要提到过这些事情。

珍现在告诉我，在上一段讲话期间，她收到了来自赛斯的信息，大意是从现在开始，她在测试时不要抽烟，因为这会造成干扰。她在传递正常信息时不需要停下来接收这条信息，而是在传递正常信息的同时在另一个层面上接收到了这个信息。到目前为止，她在这节课中一直在抽烟。

现在是第 30 次伊斯博士测试的时间。然而，这次测试没有立即开始，珍在 10:01 继续，期间她的眼睛偶尔睁开。)

我看到鲁柏正确地接收到了我的信息。顺便说一下，这个信息是在他传递我关于另一个话题的词句时通过心灵感应传递的，这确实是一项成就。

我们每个人都因自己原生家庭的状况，留下这样或那样的痕迹：珍为能有辆代步的车子就很高兴；而罗却把车子与面子联系到一起，因为心中的内在自卑、童年时开车旅行中父母的情绪宣泄，让他对驾车的生活体验感到抵触。他对维修厂不信任是因为父亲，他对自己能把自已的车子照顾好也没有自信，也传承于父亲的无能。

因此罗的车子总是坏，这让他无比烦恼，并把车子总是坏的原因归咎

于“车子老旧了、维修厂不用心、这东西我搞不定、开车出门就不是件让人愉快的事情，尤其是开辆老旧的破车时”——当罗的信念意识能量聚焦在这样的潜意识导向中时，他也就依据自己的渴望，反复体验着自己“期许”着的实相。虽然口头上说不要，但外在实相并不按照角色的逻辑脑与口头许愿展开。你的真实思想与内在意识心灵导向，是把内在实相投影出来的关键。

我们先给伊斯博士一两分钟时间，我再讲几句话。

（珍现在看着我。）

总的来说，你做得非常好，比你自己认为的要好得多。过去你会认为自然的反应，现在你认为是不利的，因为它们确实如此。你看，正是这种认知，有时让你觉得自己没有取得进展，但实际上你确实在进步。你现在对自己的要求更高了，而你也确实在达到更高的标准。

最近的这些小插曲，以前可能会让你完全崩溃，反应过度，但现在情况不再是这样了。我相信你也注意到了，鲁柏的反应也更加稳定了。

（“是的。”）

他不觉得有必要如此频繁地改变家具的位置。

（“是的。”）

Y5-3-222.3 (D30、E27)

好了。请稍等。

（10:10 停顿，珍低着头安静地坐着，双手举起放在紧闭的双眼上。没有吸烟。她的节奏现在较慢，并有许多短暂的停顿。）

我认为我们这件物品的性质像是带有木质框架的织物。颜色是蓝色。框架用于支撑。装饰布料。蓝色的装饰布料，上面像是有小钉的凹陷。一个蓝色的椅子。这就是我们的目标物品。

我相信今天有些扰人的事件围绕我们的伊斯博士。一些障碍。也许在他进行得很顺利的催眠实验中遇到了一些困难。然而，不知为何，他的 ESP 卡片实验似乎有了更好的机会，虽然不如早期的那样显著。

我认为这种改善或变化的可能性是因为学生情绪的突然好转，可以加以利用。在我看来，无论如何，蓝色的椅子与这个学生有某种联系。

伊斯博士为明年春天或初夏安排的大型会议的计划将不会以他预期的方式实现。整体上会有变化。你可以将“整体上”划线。

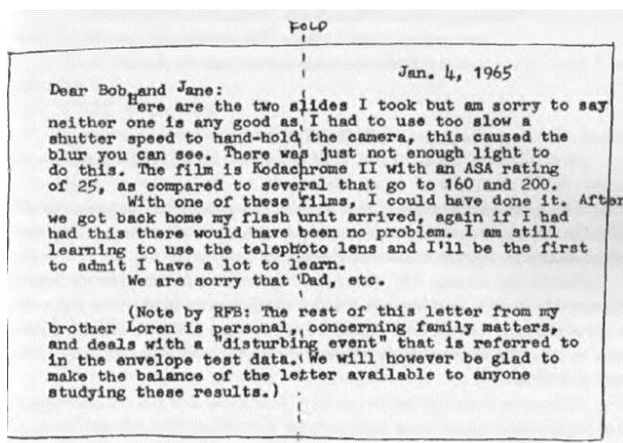
一封来自纽约的信，其中提到了一个会议，与之相关的首字母是 P。

我特意给出了蓝色的椅子作为物品。

细雨社 www.xiyushe.org

(10:20 停顿) 约瑟，我们将进行我们的测试，然后我会对目前的测试发表一些总体评论。

(这是第 27 次信封测试。测试物品是一封来自我弟弟洛伦的信，他住在宾夕法尼亚州的唐卡诺克。他不小心把信上的日期写成了 1965 年，而不是 1966 年。我把信对折后放在两张薄纸板之间，然后像平常一样用双层信封密封。见图。



“亲爱的鲍勃和珍：

这是我拍的两张照片，但很遗憾，两张都不太好，因为我拍摄时不得不用很慢的快门速度来手持相机，这导致了你们看到的模糊效果。光线不太够。胶卷是柯达克罗姆 II，感光度为 ASA25，而有些胶卷的感光度可以达到 160 或 200。

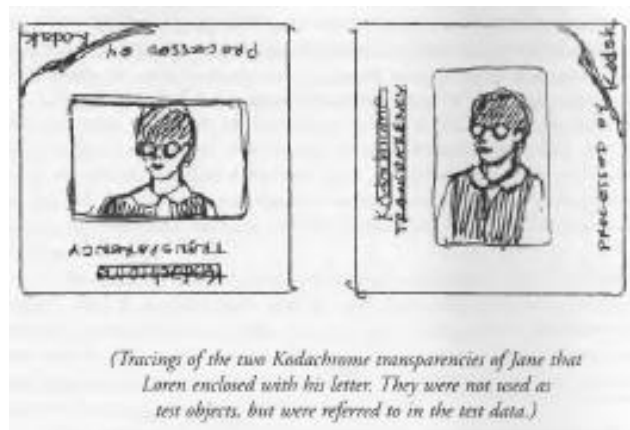
如果我当时使用这些高感光度的胶卷，就可以拍好。我们回家后，我的闪光灯才送到货，如果当时我有这个设备，就不会有问题。我还在学习使用长焦镜头，我承认自己还有很多要学的。

我们对爸的遭遇深表遗憾。

1965 年 1 月 4 日”

我弟弟洛伦写的这封信的其余部分是个人，涉及家庭事务，并提到了信封测试信息中所指的一个“令人不安的事件”。不过，我们非常愿意将信的其余部分提供给任何研究这些结果的人。

洛伦随信附上的两张珍的柯达克罗姆照片，没有被用作测试物体，但在测试信息中有所提及。



和往常一样，珍闭着眼睛从我手中接过了信封。她的头低着，将信封紧贴在头顶上，就像最近常做的那样。

今天下午在做瑜伽练习时，珍暗示自己，她在今晚的信封测试中会比上次做得更好。正如即将看到的，她确实表现得更好。)

请给我们一点时间。这些是印象。

储藏的习惯。与四个人有关，我相信是男性。一个工作室。一个纸质的物品。（长时间停顿）

与拍摄的一张照片有关，还有其他的照片，也就是说有多个类似的。现在这个说法让鲁柏联想到路易斯。这种个人关联对我们的目的很重要，所以我提到了它们。

一个方形的东西，还有一个圆形的物体，可能在方形物体的内部。字母缩写。（10:26 长时间停顿）

（鲁柏的联想：）一个令人不安的事件。你可以将“鲁柏的联想”放在括号里。

我感受到一个非常遥远的与威斯康星州的联系，我不明白（停顿），还发现与从上方看到的物体有联系。

此外，还与类似旗帜的东西有关。水平线条和星形图案。两点钟。

我建议休息一下。

（10:29 休息。珍在传述中解离如常，眼睛一直闭着。整个过程她一直将测试信封放在头顶。她认为自己在测试中表现不好，而实际上结果非常好。

“储藏的习惯”指的是我父亲，我弟弟洛伦在我父亲的摄影工作室里拍摄了他在测试信中提到的照片。工作室位于我父亲地下室的一部分；地下室的其余部分堆满了我父亲多年来积累的各种杂物。家人认为过度堆放的地下室存在火灾隐患。

“与四个人有关，我相信是男性。”摄影工作室里当时有三名男性和

一名女性，共四人：珍，我，我的父亲和我弟弟洛伦。

“一个工作室。”指的是我父亲的摄影工作室。

“一个纸质的物品。”测试物品是纸质的。

“与拍摄的一张照片有关，还有其他的照片。”测试物品当然与前面的照片有关，这些照片与“其他”有关，因为它们是一卷胶卷的最后两次曝光。

“现在这个说法让鲁柏联想到路易斯。”这是个人联想如何起作用的一个好例子。我们的朋友路易斯最近为珍拍了几张照片，用于她的ESP书的封面。洛伦拍的照片也将用于这本ESP书的宣传。

“一个方形的东西，还有一个圆形的物体，可能在方形物体的内部。”这是指我弟弟拍摄的彩色透明胶片。如图，我们看到的是一个矩形区域，内部有圆角。也许赛斯-珍对圆角的感知导致了“圆形物体在方形物体内”的陈述。

“字母缩写”，ASA出现在我兄弟的信中。这可能还有其他的含义。

“鲁柏的联想：一个令人不安的事件”，是对信的其余部分的良好参考。这部分信没有包含在图示上，不过，任何研究这些资料的人都可以查阅这部分信件的内容。

“我感受到一个非常遥远的与威斯康星州的联系，我不明白。”珍对此感到困惑，因为她不知道这是什么意思。我认为这可能指我弟弟洛伦是一个模型铁路迷。据我所知，《铁路模型》杂志是在威斯康星州出版的。洛伦多年来一直为这本杂志撰写文章和拍摄照片，因此两者之间有着密切的联系。到报刊亭一查，我的想法得到了证实：《铁路模型》的编辑部设在威斯康星州的密尔沃基。珍对此感到特别高兴，因为她对这项爱好、杂志或其地址一无所知。课程结束两天后，我才

想出与威斯康星州的关联。

“还发现与从上方看到的物体有联系。”这是猜测：洛伦的模型铁路布局建在他宾夕法尼亚州汤克汉诺克家中地下室的齐腰高处。因此站在它前面时，可以俯视这些小型火车模型等物体。

“还与类似旗帜的东西有关。”更多的猜测：铁路公司的许多标志都设计成旗帜形状，我相信洛伦已经将其中一些标志绘制成图，发表在《铁路模型》上。

“水平线条和星形图案”对我们来说比较模糊，尽管测试物品——信件中确实有水平的文字行。

“两点钟”似乎是指拍摄珍照片的时间。一个周日，在我父母家吃完午餐后，珍、我、洛伦和我父亲去了摄影工作室。

珍说，赛斯提到路易斯时让她回到了正轨。这里有一个很细微的区别，因为路易斯和我弟弟都参与拍摄了珍的照片，目的都是为了珍的 ESP 书。因此，赛斯和珍在这里合作得非常好。还请注意另一个合作的例子，珍准确地贡献了她与一个令人不安事件的联系，赛斯说这是珍的想法。

如前所述，珍今晚在课程前放松了一段时间，并认为这是非常值得的。

10:40 继续。)

鲁柏现在可以抽烟了。

他做得非常好，他会自然地逐渐进步。我希望他记住这一点，因为当我们像上次测试结果不佳时，没有必要责备自己，也没有任何自责的理由。

然而，今天他使用的积极暗示非常出色。今晚我特别指出了错误的印

象来纠正他，这实际上体现了他在这方面有着微妙的分辨能力。

在我们的测试中，我们几乎像一个有机体在合作，形成了一个完形，而你，约瑟，也在其中起到了作用。尽管我们在上次测试中非常具体，但首先必须要有自由。

鲁柏在涉及到伊斯博士的测试时，面对要求指定某个物品时会感到不确定，这确实会对我们的测试产生影响。然而，随着我们继续进行，这种不确定的感觉会逐渐消失。而且，这也是他自然的反应，所以他不应该因此责备自己。

我们最终不仅会在可预见的基础上取得优异的成果，而且你的记录也会形成一份极具价值的文件，说明这些能力是如何使用并转化为实际的。

对许多灵媒来说，能力是如此自动，以至于你无法了解它在发生时的过程。现在我将尽可能指出那些不正确的印象。你将能够看到超感知觉是如何与个人联想融合的，并且还能观察到心灵是如何真正学会区分两者的。

你将看到鲁柏的个人联想在何时、如何帮助了我们，以及何时、如何没有帮助到我们。最终，鲁柏将能够筛选出不正确的信息。这并不容易，因为这些信息对人格的重要层面来说是合理的，但你可以看到超感知觉是如何与其他联想融合的。

想要清晰准确地甄别出内在觉知到的信息，哪些来自内在自我、哪些是自己的心脑联想，这始终是灵性学习中的关键要点。

用一个很不体面但很贴切的比喻：当两个人接吻时，如果一方扮死猪或是被强迫的，亦或只是假意迎合，那感觉真的很不一样——虽然

在物理层面上，所有动作与实际过程结果都是一样的，但感受是不一样的，不一样在哪儿，还真无法说清楚。

角色我无条件地信赖、渴望、接纳、配合内我时，就好像是透过装满水的玻璃杯看杯子下的纸条，内容是清晰可见的。要是质疑、抵触、犹豫，那水杯就好像被不断晃动着，涟漪紊乱，信息也就扭曲丢失变形了。要是角色我只相信自己的头脑，对心灵嗤之以鼻，觉得那是迷信，就好像是开了飞行模式的手机，哪怕站在信号塔底下也无法上网看东西。这样自我封闭的状态，反而更加坚定了其无神论的认知。

当然这里说的“神”不是宗教中的神怪，而是自我内在心灵与内在自我和人格。

细雨社 www.xiyushe.org

臣服，不是让你像个奴才一样地活着，让自己被动地活成提线木偶，被上边扒拉一下动一下；臣服是拥抱内在热忱，少添乱，积极主动配合的同时尽量发挥主观能动性，把分配到自己领域内的事情麻利地做好。抵触、磨洋工、扯皮混日子、上班干私活、摆烂装大爷，这些职场老员工的套路，对付自己的内在心灵，有意思吗？

不过内在人格与主人格，真的是好脾气——没关系，做不到就多来几次，反正没有“时间”的上限，多死几次或许也就能活明白了，也就懂了就那点儿事，早点儿干完早点儿下班的道理。

（珍的声音现在变得更低沉，也更响亮了。为了加重语气，她敲了敲

桌面。她的眼睛睁得大大的，非常深邃。)

这正是梦的形成方式，以及为什么解读梦的象征意义常常如此困难的原因——因为当你们审视梦时，仅仅从个人联想的角度出发。你们只看到了梦的一部分。

现在，我完全可以继续讲下去。不过，我意识到我们已经接近通常的结束时间，你们可以选择是否继续。

(“恐怕我们得结束了。”)

如果你愿意，可以安排一个专门的课程，让我回答你想到的任何个人问题。我本打算在那时讨论你关于汽车的问题，但今晚我觉得这个问题对你来说足够重要，值得在常规课程中提出来。

致以我最诚挚的祝愿，我很享受与你一起乘车的经历。

(“那真好。晚安，赛斯。”www.xiyushe.org)

10:55 结束。珍像往常一样处于解离状态。她的节奏一直很好。她说今晚她非常清楚地意识到，房间里有另一个人格的存在。她感觉自己好像在对第三个人做出反应，而这个第三个人让她感到亲切，并且她不愿看到他离开。她以前从未这么明显地感知过这种感觉。

赛斯提到的，即使是不正确的测试信息，对于人格的重要层面来说也是合理的，这在我们看来可能是一个非常重要的观点。我们已经意识到这种可能性，并计划就此提出更多问题。我不记得赛斯之前如此明确地提到过这一点，尽管他可能已经提过。珍和我都不记得读过关于这个问题的任何文章，我们觉得这本身可能是一个很好的研究领域。)

Y5-3-223.1

第223节

前情回顾：

珍下午给自己暗示，今晚的信封测验能做得更好。

赛斯：

首先，祝贺你做了一件你自己都没有意识到的事情。虽然确实有来自鲁柏的帮助，但主要是你自己完成的。

（“汽车？”）

对了。这是一个成就，你把我给你关于心理反应的重要忠告进行了利用。这代表了你重要的意识进步。你过去太容易接受悲观情绪的影响了。让人高兴的是，你今天做到的很好。

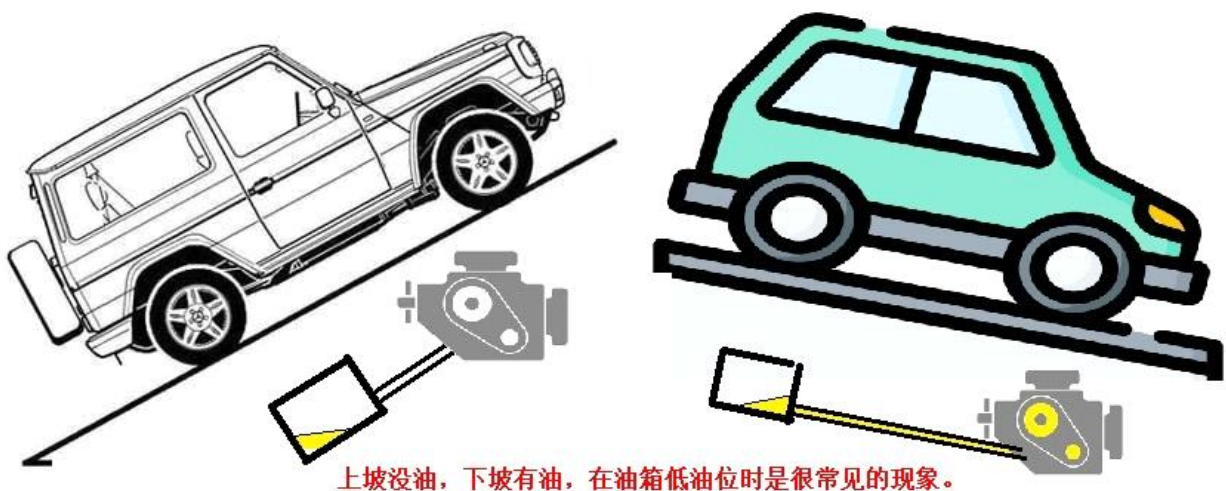
当你那令人讨厌的汽车出现麻烦时，你对它的厌弃导致了心理情绪上的不自在。你忘了加油，又没能注意到缺汽油的警示红灯闪烁。如果这种趋势继续下去，你就会继续忽略这个警示灯。如果你的态度影响到鲁柏，那他也不会注意到警示灯。车的整体状况在逐渐恶化。

（上周忘加汽油了，导致了一个可能很危险的情况。珍和我去加拉格家，他家住在陡峭山坡的顶上，车子爬坡时失去了动力，熄火了。天黑路滑，我们放弃上山，掉头回家，想用下坡的惯性让车辆滑下山。我们滑下山坡以后，没油的汽车又可以发动了。但当我们安

全地到了家，车子就再也发动不起来了。

珍和我步行到附近的加油站，给车加满油后还是发动不起来！结果修理厂不得不把车拖去修理。我通常都密切地关注仪表盘，但那么明显的红灯闪烁我和珍居然都诡异地没能看到。这仪表板就在我的面前，以前只要警示灯一亮，我就会马上检查汽油。

修理后车子运行良好，可第二天车子再次无法启动，不得不再次拖去修理。令我们惊讶的是，第二次拖车和修理是免费的。服务经理告诉我们，点火线圈的接头处有腐蚀，在第一次修理时技师就应该注意到这一点。这次的麻烦是修理商的大意。



在两节课前赛斯建议我不要总是抱有负面的心理预期。在课后，我有意识地努力改进我对这老爷车的抵触态度。我那时有个想法，心理态度能够影响实相中的汽车状态，并想起来，赛斯曾经有一次说到过汽车的状态真实地反映着我们的情绪态度与心理预期。那一次是1964年8月，我们去缅因州度假时。珍和我透过心理预期的调整，成功地改变了汽车的百公里油耗。车辆确实使用了更少的油耗跑完了相同的距离。)

当你在潜意识层面发生了认知改变时，对生活的态度也就会相应地出

现对等的变化。而你对事物的态度，直接会影响你后续显化的走向。你并不会意识到这个变化，但情绪确实可以破坏或修缮伪装层中的遭遇。现在当你因不顺遂而发脾气时，造成了对汽车电器的损坏，好在你此次及时地控制住了局面，让问题尽量地被减小。因此，它只显化成了一个线圈的腐蚀，而这个腐蚀其实在修理厂上次检查时并不存在。

愤恨的恶念具有破坏性的能力，黑魔法的诅咒都使用这类情绪作为显化的动力。而日常中，人们最经常用这样的方式伤害自己和家人，把负面情绪宣泄给身边人，用手头的东西撒气解恨，这样的负面情绪会以肉眼不可见的有形方式被集中起来，以物理的方式显化成灾祸。

这样的负面能量会导致物品的损坏或身体的疾病、甚至意外的发生。负面的预期和反复催眠式的和他人说诅咒的话语，都会让身体或生活呈现出灾殃。比如家长说“再疯跑让车撞死”、“多穿点儿，出门就感冒，一周都要发烧”、“磨磨唧唧的，一准儿误了火车”、“吃慢点儿，一会儿就要胃痛”——用诅咒的形式反复“善意”地提醒，结果就是：“你看看，我早就说过，你就是不听啊”、“看，我又说对了吧”、“该！让你不听话”。

现在，你可以做到这一点，实际上任何人都可以做到。心愿显化成实相——你讨厌自己老旧的汽车，它就坏给你看；如果你总想着养生，觉得自己不够健康，那身体就病给你瞧。起初，这意识能量能够以特殊的方式，构成疼痛或溃疡，问题不大，是局部的，并且处理起来不

会困难；但若不做出信念的改变，就会出大问题。

你会发现这相当有趣。上次检查时，车子的总体状况已经不太好，但具体到这个部件还没有毛病。

（修理厂的服务经理是我们的私人朋友，他确实对我们很诚恳。）

我很高兴罗你在看牙医的时候选择进入了恍惚状态。你在紧张的状态下能够这样做，日后也能在其他的情况下做到这一点。

比如说罗你与父母相处时，就可以利用这方面的技巧，这样他们爱说什么说什么，你会由于解离而浑然无觉。这会把你从通常对他们的不良反应中摆脱出来。珍，你无需在交往中远离婆婆，但你可以在他们唠叨时进入解离状态，让自己不被他们的消极态度沾染，给予你必要的免疫力。你的确可以用这种方式帮助他们，同时也解脱你自己。当他们对你的态度无法影响到你时，他们也就不再会演绎这样的剧情了。



现在，我有几件事情要说。

在讨论时间的逆转倒流前，我想先说点你个人的事。

你自己对老爷车的态度，其实与你逻辑脑中自己认为的很不同。而且你与珍对同一实相的认知和感受也存在着巨大的差异。你所遭遇的问题并不是基于你所归咎的原因。

汽车对于你和鲁柏的意义是不同的。显然这与你们俩童年时遭遇过的原生家庭经历与成长背景有很大的关系，你此时的知见结构还不能意识到我要说的内容。

在你的心中，你父亲和汽车之间的事情很大程度上在影响着你对汽车的态度。

不过我们先说鲁柏对汽车的理念是怎样的。对于他这很简单，也更容易解释。

他的母亲行动不便，不能离开家。他作为一个孩子总是渴望着远行。而汽车象征着这种移动的能力。车的新、旧没有关系，只要有台车他就很高兴了，因为他从小就羡慕那些有辆车的家庭。汽车在某种意义上象征着珍从家庭中逃离去四海游荡的父亲，是他父亲的一个补充形象。这个人一直走南闯北，比大多数人更活跃，而他的母亲却完全无法行动。没有车还会让他担心回到贫穷，因为在他的邻居中，有车是奢侈的象征。

你的情况大为不同，一辆老爷车所代表着的是没面子、无能的羞耻感

和不愉快的记忆。

罗，你的父亲一方面很渴望崭新的完美，另一方面总是自己坚持从事汽车电池的升级改造工作，他会觉得一辆旧车很难代表这种形象。

你还是小男孩时，父亲常自制汽车电瓶。他对自己精益求精的汽车电池感到骄傲，并在宾夕法尼亚州塞尔开业，成批地生产电池，但很快生意就失败了。不过在其它可能性中，在你与珍滞留在迈阿密的那个版本中，你的父母会去迈阿密旁的小镇创业，做汽车配件的批发，并且生活得很好。

你父亲生意失败后，他把自己的失望转嫁到对汽车的恨意上，因为汽车行业的发展与他的预期并不匹配。可这还不是最糟糕的：罗你的父母大人都很虚荣，他们感觉汽车是自己外在可见的社会地位之象征物，这种理念同时伴随着你的童年成长。他们太渴望利用某种“标签”，让他人高看自己一眼。

约瑟，当你的车还是新的，你的感觉与他们相同，骄傲又自豪；但当车辆陈旧后，你父母在旧车里争执的记忆，让你感到对旧车的厌恶与抵触，你把父母间的斗争归咎于车辆的老旧。

鲁柏在潜意识里愿意坐在一辆老车中，只要它还能动就行；而对于你，老车意味着不自由、不完美、被人看不起和家庭矛盾。

我想把这一点说清楚，因为它可以帮助你们俩了解你们的反应是怎么

形成的，并因此会相应地做出必要的改变。约瑟，你对老爷车的抵触情感是童年时随父母去加利福尼亚旅行时筑成的。那一次，连着几天作为三岁孩子的你，长时间地听车内父母在争吵。

他们本身也不知道为何争执，都在想宣泄自己悲观的情绪压力。他们相互指责对方毁了自己的一生，完全不管不顾坐在后边的孩子一路上连续几天聆听这样争吵的感受。

当然这些你童年中的遭遇，都是你在出生前就设定好的，你选择了这样的家庭与父母，而他们需要演绎出你此生冒险所需听到的每一个字。



约瑟你的确对机械有较深层的感觉，这与你所处的地位有某种联系。但你潜意识中总觉得老旧的汽车就是个制造麻烦的根源，这种认知上的烦恼是有意识根源的，这根源合理地隐藏在思想更深的层次中。

约瑟你渴望发展自己物理机械方面的才能，但你父亲常年在修理厂里长期与机械打交道，却因此被你母亲经常咒骂那是没出息、没本事、

不体面的营生，所以你下意识地害怕自己碰触此类能力。

鲁柏却恰恰相反，出于前面提到的原因，他喜欢任何有轮子的东西，比如旱冰鞋、任何能带来移动希望的东西他都喜欢。

罗还有一点是你从你父亲那里习得的：你的父亲总是想自己独立维修汽车，在其工作不良时，但他又显然不具备这一能力，结果总是越搞越糟。他的那种无力感被你捡起来学了过来，这非常可笑，因为你可以看到，你自己的兴趣本身就是在其他方向上。

我现在虽然指出了你问题的根源，但你现在做的确实很好，比你认为得还要好。你们过去所做出的、自认为很自然的反应，现在自己也知道是不适合的了。但你看，当你的确在进步时，我指出你尚存的问题，使你经常认为你没有取得进展，那只是因为你我都期待着你能获得更多的发展。我敢肯定，你也已经注意到了，鲁柏的反应远比早先是更稳定的了。

下面我进行对伊斯博士的测试。（以下简述，详见上节）

这是他想让我们遥视的心理目标物。

今天围绕着我们的伊斯博士发生了一件令人不安的事情。他一直进展不错的催眠试验中遭遇到了些困难，造成了障碍。出于某种原因，在他的 ESP 卡的实验中，似乎表现得更好些，虽然现在的进展并不像先前那么可观。



我相信，博士遭遇的这次阻碍，能为他带来良好的变化，对他意识力的发展会很好。这是由他的学生引发的冲刺，形成了一种可被利用的情绪改变。这事件与那把蓝色椅子和学生有关，似乎有某种联系在发生着。

细雨社 www.xiyushe.org

伊斯博士一直计划着在明年春夏之前，举行一次大型会议，只期望他还没开始具体地进行布局，因为明年的那事情会发生巨大的整体变化。

下面我们进行今天的透视练习。

(测验目标是罗弟弟洛伦的一封信，略，详见上节)

鲁柏现在可以抽烟了。

他做得非常好，他会自然地逐渐进步。我希望他记住这一点，因为当我们像上次测试结果不佳时，没有必要责备自己，也没有任何自责的

理由。

然而，今天他使用的积极暗示非常出色。今晚我特别指出了错误的印象来纠正他，这实际上体现了他在这方面有着微妙的分辨能力。

在我们的测试中，我们几乎像一个有机体在合作，形成了一个完形，而你，约瑟，也在其中起到了作用。尽管我们在上次测试中非常具体，但首先必须要有自由。

鲁柏在涉及到伊斯博士的测试时，面对要求指定某个物品时会感到不确定，这确实会对我们的测试产生影响。然而，随着我们继续进行，这种不确定的感觉会逐渐消失。而且，这也是他自然的反应，所以他不应该因此责备自己。

细雨社 www.xiyushe.org

我们最终不仅会在可预见的基础上取得优异的成果，而且你的记录也会形成一份极具价值的文件，说明这些能力是如何使用并转化为实际的。

对许多灵媒来说，能力是如此自动，以至于你无法了解它在发生时的过程。现在我将尽可能指出那些不正确的印象。你将能够看到超感知觉是如何与个人联想融合的，并且还能观察到心灵是如何真正学会区分两者的。

你将看到鲁柏的个人联想在何时、如何帮助了我们，以及何时、如何没有帮助到我们。作为结果，鲁柏将能够最终地筛选出不正确的资讯。

这之所以困难,只是因为心智和头脑中的资讯对于内在人格同样重要,内在知见、心理涟漪和头脑联想往往会融合在一起,这使得专注于超感觉的信息犹如在铜沙中挑选金沙。

这正是梦境的形成方式,也解释了为什么它们看似寻常,却又如此难以理解——因为头脑中能记住的梦境,是透过头脑转译后的个人联想。你只是瞟了一眼内在实相,然后尝试着用你本地的“方言”去翻译那些信息。

细雨社 www.xiyushe.org

Y5-3-223.2

第 223 节 在丹麦的前世生活

1966 年 1 月 16 日 星期天 约 10 点 临时课

（比尔和蓓·加拉格今晚拜访了我们，赛斯举行了一次简短的、计划外的课。加拉格夫妇参与了前半部分。等他们离开后，我和赛斯又聊了一会儿。我做了些简单的记录，除了赛斯拼写的名字外，其余内容没有逐字记下。

赛斯刚宣布到场时，比尔说，半个小时前他还在想赛斯是不是会开口说话。赛斯证实，当时他确实差点就现身了。珍后来也告诉我，她那时感觉到了他的存在，但并没有觉得一定要举行课程。

整个交流过程非常愉快。赛斯讨论了比尔最近经历的几次心灵体验，并解释说这些涉及心电感应和预知能力。赛斯表示，就像约翰·布拉德利的情況一样，随着比尔对这些课程越来越熟悉，他会更加注意到这种体验。

不知怎么的，话题转到了珍和我曾经在丹麦的那一世。当我开玩笑说我们甚至还不知道那一世叫什么名字时，赛斯立刻开始拼写我们的名字。珍和我一直对这些名字充满好奇。

在 17 世纪的丹麦，我的名字是拉姆斯·德冯斯多夫，赛斯的名字是布朗斯·马尔岑斯。我那一世的妻子名叫莱蒂·克鲁斯，而珍在那一世是我的儿子，名字叫格拉顿。赛斯之前的几节课里曾提到过我们在丹麦的生活，但没有详细说明，之后偶尔也会提起。在第二节课时，赛斯通过弗兰克·沃茨的人格告诉我们，他曾是一个做香料贸易的商人。现在他证实了这些信息，并提供了更多细节。具体可以参见第一卷。

布罗特二号是赛斯在丹麦那一世拥有的一艘船之一。赛斯现在告诉我们，“二号”意味着这是第二艘以这个名字命名的船。它曾是丹麦的一艘护卫舰——即战舰，后来成为赛斯的商船。赛斯在 1630 年代拥有这艘船，并用它进行香料贸易。

比尔对战舰能否被商人使用表示质疑，但赛斯告诉我们，在那个时代这很常见；所有船只都必须配备武器，以防海盗。当赛斯获得布罗特二号时，这艘船的状况并不太好。接下来的讨论引出了这艘船的航行经历。赛斯特别强调，他大多数时间都是“脚踏实地”，但他也亲自参与了一些航行。他还强调自己是商人，而不是水手。

说到航行，赛斯说我们现在要多体谅鲁柏——也就是珍——因为她对地理知识知之甚少；这一点我可以作证。珍现在说话很慢，低着头，闭着眼睛，而之前她的眼睛常常睁开，举止非常活泼开朗。

赛斯告诉我们，布罗特二号跟随一股暖流，航行了 22 天到达“我们的第一个港口，在那里补充了一些物资……然后航行了 42 天到达另一个港口。这里你们需要多多体谅……接着又用了 62 天到达目的地。从一个海岸采购肉豆蔻，从另一个海岸获取丁香。”

比尔和我尝试确定布罗特二号的航线，看起来第一站是亚速尔群岛，然后绕过非洲的好望角，沿东海岸到达马达加斯加和桑给巴尔。我记得书上提到过，丁香产自桑给巴尔；珍表示她并不知道这一点。不过赛斯说，这艘船并非每次都停靠桑给巴尔。

赛斯告诉我们：“我们比英国人更早知道柠檬。我们会磨碎柠檬皮，喝柠檬汁，把柠檬皮做成膏药涂在伤口上。我们还会把柠檬皮晒干，储存在船舱里。”在那个年代，柠檬被用来预防坏血病。

加拉格夫妇离开后，赛斯和我继续聊了一会儿。赛斯告诉我，我将会

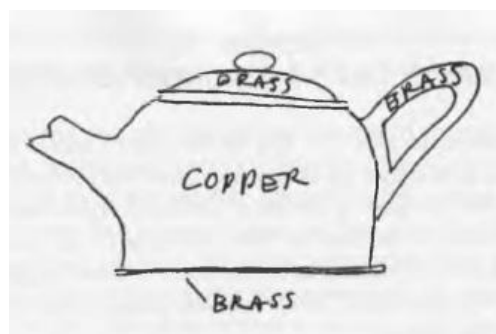
成为一位非常有名的画家；他还提到鲁柏对纽约市艺术代理人及其位置一无所知，并特别指出在第 62 街上有一位代理人可以帮助我。这一带确实是艺术界的好地段，我可以根据过往经验证实这一点。赛斯没有告诉我这位代理人的名字。他还说，我一直在努力释放我的直觉能力，现在已经具备了足够的纪律性，而珍则正好相反。我们俩都在取得不错的进展。赛斯还提到，我的作品将部分因为它的灵感来源而出名——也就是从这些课程中产生的视觉图像。

赛斯建议我们无论是否有邀请，今年春天都应该去纽约，主要是为了珍的出版商。这次旅行将对我们大有裨益，因为我们可以借此机会与以下人士见面并建立联系：珍之前合作过的编辑唐·沃尔海姆；她现在的出版商弗雷德里克·费尔；艾琳·加勒特；以及珍曾合作出版的戴尔图书公司的资深编辑迪克·罗伯茨。我们应该安排与这些人的会面，不论是否涉及珍的 ESP 一书的宣传，我们都应该去拜访他们。

细雨社 www.xiyushe.org

赛斯告诉我，随着时间的推移和这些课程的持续，珍和我将会越来越确定他确实是他所声称的那样——一个能量人格本质，证据会越来越多。

在第 221 节课上，赛斯建议我们推迟与加拉格夫妇进行的一系列物品测试。同时，他描述了在我们上课期间，加拉格夫妇在他们位于埃尔迈拉郊外的家中所关注的物品。蓓·加拉格在一周后的某天告诉珍，这件物品是一把迷你茶壶。在今晚的拜访中，我请比尔画了一幅实际大小的茶壶图以便记录，见图。



关于这次测试，赛斯提供的具体信息是这样的：“……我们将给出一个印象：这是一个可以握在手中的石头或岩石，它与水有关，表面有斑点，呈灰色，并且有一个凹痕……还有‘无特征’这个词用来描述加拉格夫妇的物品。”

珍和我并没有陷入一厢情愿的想法之中，但我们确实认为这些信息与迷你茶壶有些相似，比如测试物品可以握在手中，与水有关，并且有一个凹痕。因为这是珍和加拉格夫妇第一次进行这样的尝试，我很好奇赛斯对此会怎么解释。他现在告诉我，关于岩石或石头的印象是他的错误，而不是珍或鲁柏的。

赛斯解释说，他在区分自己印象的时候不够细致。虽然他准确地捕捉到了测试物品可以握在手中、与水有关并且有一个凹痕——即茶壶的开口，但在使用“岩石”或“石头”这样的术语、颜色描述以及“无特征”这个词上出现了错误。比尔在他的草图中明确标出了茶壶的颜色，并指出这件物品绝不是“无特征”。赛斯说，鲁柏已经准确地传递了他提供的信息。他还表示，我们将会与加拉格夫妇进行一系列物品测试，并且这些测试会取得成功。)

Y5-3-224.1

第224节

前情回顾：

223 节是一次随机随兴的交流，但这次发生在 1966 年 1 月 16 日的对话中却显示出了很多具体的信息。

比尔和蓓今晚来访，赛斯相当短地参与了讨论。

赛斯讨论了比尔最近记录的几次灵媒经历，说到了他们涉及的心电感应和预知能力。

赛斯说，这和约翰的情况一样，比尔会有越来越多这样的体验，他越熟悉课程中的内容，觉知力就会越强大。

话题转到了珍和我在丹麦的那一生。

赛斯此次给出了非常具体的信息。

在 1600 年前后出生的我们，选择投生在丹麦，约瑟选择扮演名为“拉姆斯”的角色。赛斯则演绎了名字是“布朗斯”的商人。矩阵背景故事里“拉姆斯”的妻子名是“莱蒂”。之后鲁柏登场，选择演绎了拉姆斯的儿子，他给自己选择的字是“格拉顿”。

赛斯在那场人世剧中选择做了一名香料商人，从地中海把东方的香料转运到丹麦，再拉货回地中海的港口。他的船是一只由战舰改装成的

武装商运货船，因为当时海盗盛行。船名是“布罗特 II”，赛斯说他扮演的布朗斯在那一世有两条船，所以这条船叫“二号”。它一直充当丹麦货船的护卫舰，赛斯扮演的布朗斯在 1631-1632 年之间拥有它，并做海运香料贸易。

赛斯说他大部分时间都生活在陆地上，自己并不亲自下海：你们此生的朋友比尔，他的存有是马克，那时扮演我商船上的水手，还和鲁柏扮演过的格拉顿与约瑟扮演过的布朗斯，争抢同一个女人。

扮演那女人的人格，此生扮演了你们楼上的邻居。那时她作为约瑟扮演的老地主的情妇，同时与其儿子有染，还和过路的水手在谷仓里嬉戏。这把我们约瑟这老地主气得不行。约瑟的角色是那个肥胖、胸部多毛又好色的地主。那个镇叫做特里耶夫 (Trieve)。鲁柏扮演的儿子是个艺术家，他当然是昂首阔步的骄傲的阔绰公子哥，以艺术创作为业，作品深刻地影响了整个欧洲绘画史的走向，这样说吧，在这方面，鲁柏这个儿子那时对你这个爸爸，可比你对待他好太多了。

那年 10 月的一个晚上在一个谷仓里，一个水手醉醺醺地踮起脚尖从田间走过来——马克就是我们这个喝醉的水手。他以为他会在鲁柏扮演的格拉顿那里找到属于自己的美少女，所以他准备了一把刀别在腰带上。他听到谷仓里姑娘的浪笑，然后他冲了进去，他想像只雄鸡一样和同龄男人进行男人间的搏斗，结果他发现了什么？

那不是他的同龄人，而是一个上身像水桶样粗、头发花白、好色又饥

渴的老地主拉姆斯。这女人同时游走在三个男人之间。

当时老地主以为这个闯进来的人是你的儿子，因为这女孩是儿子的情妇之一。真正可笑的举动是，为了博取儿子的同情，你竟然涕泪俱下地哭了起来。当他看清来人是谁时，马克那时演绎的水手差点儿没掐死你。

这还没完呢。约瑟你被臭揍了一顿后回到自己屋里，老泪纵横，怨自己为什么这样倒霉。马克演绎的水手一把抓住那女孩，抱在怀里完成了下半场，藉此报复。

此时鲁柏演绎的格拉顿骑着骏马越过田野回到谷仓，发现自己的女人正在和一个水手鬼混。第二天早上，两个年轻人带着两只青肿的眼睛现身，水手断了一只手腕，就把这个故事告诉了作为船主的我。

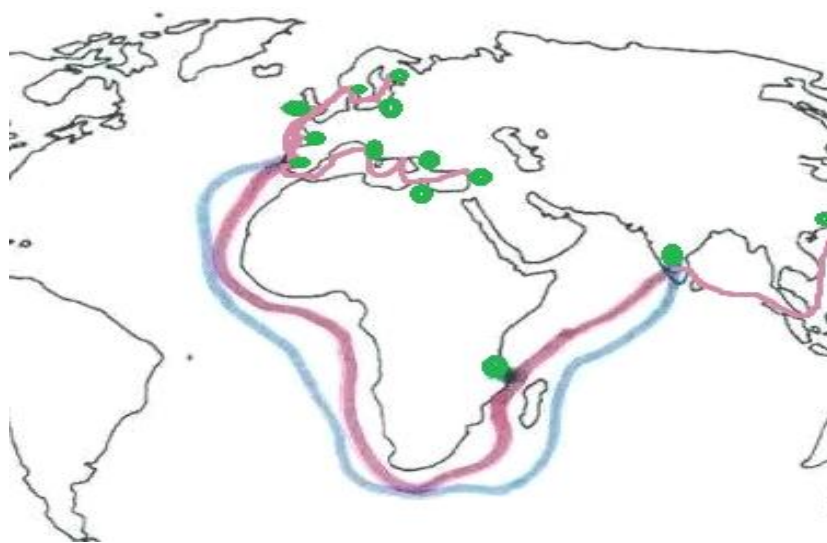
顺便说一下，珍原来工作过的艺术画廊里，她的老主管，和她很要好的那个，你们差点儿搬进她的公寓做房客。我当时劝你们：那是极不明智的，会生出很多枝节来，就因你俩之前就认识这个女人，并且是在不愉快的情况下。她那时作为你老地主的租户之一，用她的皮囊当做每月的房租，轮流伺候你们爷儿俩。

如果你们此生成为了她的房客，她此生的男身与主管的身份就会霸气地索要珍做出对等的体验。你们作为朋友关系是出色的，因为她会从中非常受益，你俩都莫名地肯帮助她，并且你俩也都会从给予她的帮

助中受益。

她曾在你丹麦的农场为你工作。那时她并不美貌，而当时的你，也不是一个从女人身上想要寻找精神价值的人。她非常怨恨这一点，也讨厌你的儿子——他当时自诩是一个画家，搞艺术的，可是没少搞女人。你这个老恶棍，不止一次地接管儿子的情妇，作为地主强迫佃户的女人们用肉体偿还地租。

赛斯告诉我们，布罗特 II 曾跟随一股暖流，航行了 22 天到达第一港口，补充供应，又走 42 天海路开到第二港口买香料豆蔻、丁香，最后航行 62 天回到母港。



在 16 世纪，豆蔻的主要产地是东南亚的马来群岛。豆蔻是一种烹饪肉类的香料，对欧洲具有重要的经济价值，因此在当时成为了东南亚的重要贸易商品之一。东方丁香的主要产地之一是莫卡 (Makassar)，位于印度尼西亚苏拉威西岛 (Sulawesi) 的南部。那里生长着丰富的丁香树，产出高质量的丁香。另外，摩鹿加群岛 (Maluku Islands)，

也被称为“香料群岛”，也是丁香的重要产地之一。第一站是亚速尔群岛，然后围绕非洲的好望角底部，向上到马达加斯加和桑给巴尔东海岸。

赛斯告诉我们“我们会磨碎柠檬皮，喝柠檬汁，把柠檬皮做成膏药涂在伤口上。我们还会把柠檬皮晒干，储存在船舱里。在那个年代，柠檬被用来预防坏血病。我们比英国人更早知道柠檬。”

加拉格夫妇离开后，赛斯和我继续聊了一会儿。

赛斯说，我将会成为一位非常有名的画家。在纽约 62 大街有一个代理商，可以对出售我们的画作有很大帮助。不过赛斯并没有告诉我代理商的名称。

赛斯：

细雨社 www.xiyushe.org

约瑟，你要努力释放角色我对内在直觉的约束，足够的训练可以让直觉更清晰准确。

而珍应该用另一种方式。我们两个都已经取得了很大进步，而这只是开始。我们的工作，在一定程度上，将在未来会非常知名，因为灵性的源泉让我们的这些课程与众不同。

你俩不管是否有人邀请，今年春天都应该去趟纽约，这对推进后续的出版工作有重要的意义，通过这次旅行可接触到并发展出将会在日后推广工作中起到关键作用的人。

要接触的人有：出版编辑唐·沃尔海姆、出版商弗雷德里克·费尔、图

书的资深编辑艾琳·加勒特；以及珍曾合作出版的戴尔图书公司的资深编辑迪克·罗伯茨。应该安排与这些人的会面，不论是否涉及珍的 ESP 一书的宣传，你们都应该去拜访他们。

随着时间的推移和这些课程的持续，你们将会越来越确定我确实是我所声称的那样——一个能量人格本质，证据会越来越多。

赛斯响应了比尔和蓓的建议，进行了遥视感知测验。

比尔和蓓在家随意关注某一物品，而赛斯要尝试说出他俩脑海中意识聚焦的东西是什么。

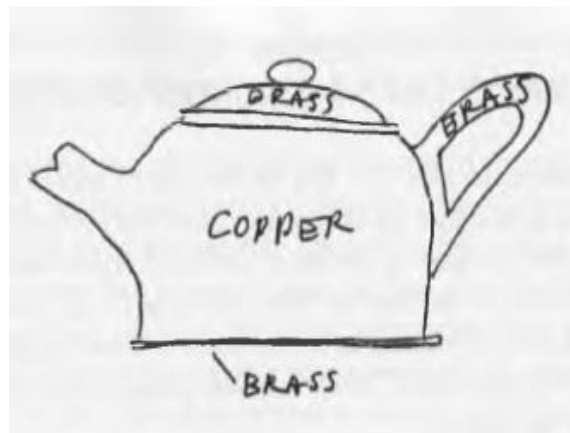
珍从蓓的来信中知道，他俩想的这个物体是一个微型的茶壶。在今晚比尔绘制了一个实际尺寸的茶壶小样，包括在了记录当中，可以从下面看到。

赛斯在测验过程中是这么说的：“这是一个可以握在手中的石头或岩石，它与水有关，表面有斑点，呈灰色，并且有一个凹痕……还有‘无特征’这个词用来描述加拉格夫妇的物品。”

珍和我并没有陷入一厢情愿的想法之中，但我们确实认为这些信息与迷你茶壶有些相似，比如测试物品可以握在手中，与水有关，并且有一个凹痕。因为这是珍和加拉格夫妇第一次进行这样的尝试，我很好奇赛斯对此会怎么解释。他现在告诉我，关于岩石或石头的印象是他的错误，而不是珍或鲁柏的。

赛斯解释说，他在区分自己印象的时候不够细致。虽然他准确地捕捉

到了测试物品可以握在手中、与水有关并且有一个凹痕——即茶壶的开口，但在使用“岩石”或“石头”这样的术语、颜色描述以及“无特征”这个词上出现了错误。比尔在他的草图中明确标出了茶壶的颜色，并指出这件物品绝不是“无特征”。赛斯说，鲁柏已经准确地传递了他提供的信息。他还表示，我们将会与加拉格夫妇进行一系列物品测试，并且这些测试会取得成功。



花絮：

（这一部分从正常课程记录中删除，避免可能让威尔伯一家玛丽莲和唐感到尴尬。）

珍和我在1966年1月14日，也就是周五晚上，去了威尔斯堡，拜访了威尔伯一家，住在他们的拖车旅行房里。这是我们第一次见到他们两岁的儿子斯科迪[Scotty]。当我们离开时，珍不小心忘了她的钱包。第二天早上，玛丽莲带着她的儿子过来把钱包送回了我们家。珍因此有更多时间观察这个孩子。玛丽莲走后，珍和我们都感觉有点不对劲，说不清楚具体是什么，但我们觉得这个孩子有些让人震惊。他的行为显得过于激烈，比如假装要杀死我们的猫威利，或者对着我们挥手之类的。从主观感受上来说，即便没有这些动作，我们也很难喜欢上他。

在赛斯快结束课程时，比尔和蓓一家已经离开了，珍和我还在一起聊着，赛斯自发地提到斯考迪，说他是一个“贪婪的孩子”。赛斯解释说，斯考迪属于一种非常依赖肉体生命的存在，这种存在已经经历了多次的生命轮回，但依然拒绝离开我们熟知的尘世生活。

此外，这个孩子知道他的父母并不希望他出生，但他执意要出生，因此他内心对父母怀有怨恨，总想着做些破坏性的事情来报复父母，因为他觉得父母欠了他。从灵性层面来看，斯考迪的灵魂比他父母要古老得多。赛斯的这些话证实了我之前的怀疑。这个孩子将给他的父母带来很多麻烦，但他的父母将会有足够的力量应对这些挑战。

还有一件从常规文本中删除的事情：

赛斯告诉我，当我连续几天外出拜访朋友或参加舞会时，会让我感到沮丧。虽然与他人相处在灵性上有益处，但我会觉得这是一种时间的浪费。这种感觉来自于我的母亲，她总是说‘人要一直忙碌，不能闲着’，还有我的爱丽丝姨妈，她是个传教士，我只见过她一两次。她现在年纪应该已经很大了。她对于浪费生命在无休止的社交活动中非常反感。

赛斯说，我这种行事方式会深深影响珍，这让她感到很焦虑。不过我自己并没有感受到。赛斯还告诉我，幸运的是，上周六晚上，当米哈历克斯 (Mihalyk's) 邀请珍跳舞时，我帮她避免了这种陷入虚度时光的沮丧。)

Y5-3-224.2

第 224 节 当下改变过去 伊斯遥视 31 信封 28-身份证

1966 年 1 月 17 日 周一 晚 9 点 常规课

（大家可能记得，两年前我们通过接触到一个叫弗兰克·沃茨的人格而开始了这些课，但到了第四节课，他被赛斯取代。珍和我曾试图了解更多关于弗兰克的信息，后来从一位熟人那里得知确实有个叫这个名字的人住在埃尔迈拉。自此，我们经常留意当地报纸上是否出现这个名字，尤其是在每周日刊登的‘二十年前的本周’栏目里。

上周日，我在 1946 年 1 月 9 日到 15 日这一周的讣告中，注意到一个名字：理查德·J·沃茨。这让我们好奇他是否和弗兰克有某种关系，于是我在今晚的课前特意提到这件事。通常，这样做会引导赛斯在课上讨论相关问题。 细雨社 www.xiyushe.org

课程在我们宽敞的客厅里进行。珍坐着讲话，时不时地吸烟，眼睛频繁地闭合又睁开。她的节奏流畅，音量适中。）

晚上好。

（“晚上好，赛斯。”）

现在，我想继续我们关于时间的讨论。

我曾说过，当下的行动可以改变过去，现在我将解释这一观点。

过去存在于一系列电磁连接中，一部分存储在大脑的物质层面，另一部分则以同样的实相形式存在于非物质的心智中。而这些电磁连接是可以被改变的。当下也以一系列电磁连接的形式存在于大脑和心智中，这就是你赋予当下的唯一实相。

换句话说，过去和现在在真实度上是等同的。事实上，有时候过去甚至会变得比现在更加真实，在这种情况下，过去的行动会在当下引发反应。你认为现在的行为可以改变未来，但现在的行为同样可以改变过去。

过去并不比现在更客观，也不更独立于感知者。组成过去的这些电磁连接，大部分是由个体感知者创造的，而感知者本身始终在其中扮演着参与者的角色。

现在我相信大多数读者学到这一节时，已经很清楚地知道，自己的实相世界中只有自己，这就是参加故事剧情体验的个体感受者。当然在这个半开放的矩阵中，每个人格在演绎自己选定的角色时，都会依据自己的自由意识，谱写出不同的人生路径。这些人生路径，构筑出了同一个角色不同人生的矩阵。

而所有由此角色演绎出的可能性、触发出的剧情链接方式，同时平行存在于此矩阵之中。没有哪一版比哪一版更虚假或真实。

当人格透过人生获得了必要的领悟，再一次地选择相同角色降生于世，或选择比此生更远古的时代角色投生时，所谓的历史就被一次次改写了。对于灵界来说，没有哪一版所谓的历史是真实或虚假的，因为所有已是的都会被随时改写，所有未有的都可能随时被谱写出来成为现实。

就好像我们的穿越剧和古装剧一样，你所相信的所谓历史真相，是因为你只看过一部古装剧，然后你说“啊，我知道了，那个时代是这样

这样的”。但如果你看过多部古装剧，甚至穿越剧，那历史所谓的严谨性就会被多重平行实相搅乱。

对于本伪装实相层中的我们，本位面确实存在它的历史，而这历史也不止一个版本，你的意识等阶决定了你能有资格去经历哪一个版本的未来，同时也因此获知到相同版本的历史。你生活在哪一个文化圈内、能接触到哪一等级与哪一类的信息，也就决定了你获知与相信怎样一个版本的历史“真实”，当然这些版本都与真实确有几分相似。

历史是当代人谱写给下一代人的所谓知识，但如果你纵观世间各国各朝代的史书，就会发现一切都在不断地被一代代人颠覆、改写着。所以所谓的历史，哪怕昨天或万年前，哪怕是你亲历的，你也不知道真正到底发生了什么、在发生什么。更何况这样的所谓过去还能被一次次真实地重新编辑，或由人间或由灵界。

- 1、实相世界中只有自己：每个人都是自己世界的中心，只能体验自己的现实。
- 2、角色选择和人生路径：每个人格可以根据自由意识选择不同的角色和人生路径，相同角色可以在同一时代背景中度过多种截然不同的人生经历。微观历史被个人的当下一再改写。
- 3、历史的多个版本：历史不是一个单一的、固定的事实，而是可以根据不同的需要，选择不同的角度说出部分实情，甚至全然瞎猜。人

文中的宏观历史没有严谨可言。

4、历史被不断改写：历史是一个被不断重编和改写的知识体系，无论是由人类还是由灵界完成的。毕竟宏观历史没有确定性可言。

5、文化圈和信息：角色位于哪个文化背景、接触哪一类信息，影响着其对历史的理解和认知，被政权塑造的知识与事实全然没有严谨性可言。

6、每一版历史都真实存在过或正在发生中，在同时性的多重平行梦宇宙里，你唯一可以确定的就是：一切都是随时可被再编辑的。

因此，这些“片刻点”构成的连接可以随时被改变，而这种改变并不罕见。多数情况下，这些变化会在潜意识层面自发发生。过去的记忆很少与实际一致，因为在每一个特定事件发生的瞬间，你就已对它进行了重新排列。

当然，还存在一个“复合的过去”，这是由所有个体的电磁连接组合而成的。这个复合过去并不是曾经存在的那个过去。伴随态度和联想的改变，过去不断地被每个个体重新创造。这是一种真实的重构，而不是象征性的。孩子确实仍然存在于成人心中，但已不再是过去那个孩子。即使内在的“孩子”也在不断改变，我说的不是象征性的变化。

人格在演绎某一时代剧的角色时，塑造了属于自己的历史。而又透过反复演绎这一角色一次次刷新这一历史。存有把隶属于自己的所有人格记忆都汇总到自我群体意识当中，成为一个共享的大数据库。这数据库中保存着所有人格已经展开过的各种平行对等体验。并且在不断

实时刷新着库存资料内容。再往上一层，万有万存也有自己的意识大数据库，所有全我的信息都被同步到这意识的本源根目录下。

存有透过拜访这本源意识信息库，找寻自家人格意识认知成长所需的教材，即某一角色的人生历史剧。如果匹配上了，人格就会进入并激活那一历史剧中的那一个人物，并尝试依据自己的能力走过或改写其中的经历。不管成败都能因此获得领悟。

当这种对过去的改变无法自动发生时，往往会带来问题。像严重的神经症等困难，通常正是因为个体未能自动改变自己的过去所导致的。再强调一次，过去唯一可以被赋予的实相性，仅限于那些以电磁形式存在于物质大脑和心智中的符号、关联和记忆图像。

唯一看似不变的所谓“历史”，只存在于守旧寡闻的角色脑中。这角色的内心秉持着被人文系统灌输了的基本信念，相信自己活在一个有且只有唯一单一线性实相的世界中；并坚信自己知道的、自己记住的，是唯一真相。却不知道，头脑中的东西其实是最不可信的，那都是联想与记忆片段混合后加上遐想的再加工获得的所谓记忆。而自己读取这记忆时，还存在人为的筛选与回避，导致进一步扭曲的发生。这样的筛选与回避往往是下意识发生的，个人逻辑上对此可谓一无所知，这就是选择性失忆。

但是，这也是唯一可以赋予当下的实相。我现在仅是以你们的理解方式在讲解，这一点应该被明确理解，因为我极大地简化了条件。态度

的改变、新的联想，或其他无数的行为，都会自动建立新的电磁连接，并打破原有的连接。

当人们开始透过内在自我回溯历史，就会发现角色我对记忆做出了多少再加工，同时可以知道政权对历史有过多少人为的扭曲。如果你有幸从灵界的角度上俯视矩阵中的平行世界，各种版本的历史剧在此刻同时更新和上演着，所有的电磁片段，就好像 26 个字母一样，被一次次随意再排列，因此写出全然不同的故事。而这一切，都是在电子矩阵中利用电磁程序技术，自动生成与自动发生着的。

这部分内容我们会稍后再详细解释，因为这些改变显然会影响未来和过去。但过去仍然是不断被你，以及每个个体所改变的。因为基本上，过去并非如一般认为的那样是已成定局、结束了的事情。

事实上，你比自己想象的更有自由去彻底改变自身过去的许多方面。因此，如果你认为未来依赖于过去，那么也必须承认过去依赖于未来。再说一次，过去从来不是一个独立于感知者的、具体的、外在的事物；因为是感知者创造了他的过去，它的唯一实相性仅存在于他自身的有机和心灵结构中的电磁连接里。

（珍笑了，眼睛睁得又大又深邃。）

每一个行动都会改变其他所有行动。让我们回到最基础的概念。因此，现在的每个行动都会影响那些你称之为“过去”的行动。就像投掷石子激起的涟漪一样，波纹向四周扩散。

今天的你读了一本好书，在认知理念和行为方式上都有了长足的进步，你在下一个人生路口上因这一知见的更新而会做出不同的人生选择，

进而你的未来发生了改变。当你离开这世界时，发现自己其实还可以做得更好，很多遗憾完全可以避免，你决定再利用这角色重新活一遍，而这次一定要活出不一样的精彩。

结果就是在你离世的那一天，你又一次从你妈妈的产道里爬了出来，利用你在“未来”中学到的努力尝试改写过去；而对于这个新生儿来说，每一个当下都是全新的历史经历。而所有当前的经历和未来会遭遇的未来，又都不过是历史的再一次重演。

(又笑了。)

我打算在这里深入探讨一些边缘问题。记住，基于你们现在对时间本质的理解，你们应该知道，过去、现在和未来之间的明显界限只是错觉，而这种错觉是由于你们在物质上能够感知的行动数量造成的。因此，不仅可能在过去对尚未发生的事件产生反应，还可能受到你们自身未来的影响。

在这里，我们并没有涉及自由意志或宿命论的问题，尽管我们曾经谈过这些内容，而且我们也会在一般性时间讨论中彻底探讨这个话题。简单来说，个体完全可能在过去对未来的某个事件作出反应，哪怕这个事件可能永远不会发生。

这就把我们带入了概率的问题。我不想让问题变得过于复杂。然而，我应该在某种程度上解释一下刚才的那句话。我建议休息一下，随后我将继续讲解。

在你此生离世时的自我意识觉知高度、心智成熟度，决定了你再降生时的基础素养状态。有些人活了一辈子，走的时候还没出生时通透聪

明呢，有些人则收益良多大有感触。你这一辈子到底追求什么、在意什么，就会收获什么体验什么。当然有些是可以转变成你人格的基本属性，并随你转战东西的；而有些东西不过是昙花一现的镜花水月，转瞬即空，实无所获。

追求肉身的，最后得到一捧尘埃；追求财富名利的，最后得到一声叹息；追求爱情色欲的，最后只能独自死去；追求宗教信仰科学理念的，最后一脸懵逼……不过没追寻过又怎能知道呢？没有错误的经历，只有没活通透死明白的灵魂。

就好像前一节中那个让珍与罗无比头痛的小屁孩，他唯一的兴趣就是来人间祸祸。

细雨社 www.xiyushe.org

(9:30 休息。珍在第一次传讯时照常处于解离状态。她经常睁开眼睛，通常是为了强调某一点，眼神深邃。她的语速适中，声音平稳，并且常常微笑。她还抽了不少烟。9:41 以同样的方式继续。)

现在。我确信你还记得你们在约克海滩见到的那对夫妇。

(“是的。”))

我已经解释过，这对夫妇是你和鲁柏无意识中投射的心理投影，被赋予了物质实相，并被潜意识地投射到物质世界中。你们在当下的时间对他们作出了反应，你明白吗？

(“是的。”))

参见第 9、15、17、69 和 80 节。在 1963 年 8 月，珍和我在缅因州约

克海滩的漂流木酒店的舞厅里见到了这对夫妇,他们的外貌与我们极为相似。这些课程始于1963年12月,详见第一卷和第二卷。)

现在,这对夫妇也代表了一种时间投射,因为你们完全有可能变成他们的样子。这在当下作为一种概率存在。你们在当下感知到这个可能的未来,并对其作出反应;因此,自己转变成那样的可能性并未发生。然而,因为过去、现在和未来是同时存在的,所以无论一个事件是否出现在你们通常观察和参与的狭小实相领域内,都没有理由不对此作出反应。

不光是在平行实相中有多个相同的角色我各自展开不同的人生经历,在同一个伪装层中其实也有多个自我,同时在经历着不同的年龄段,各自体现出不同的意识状态。角色的内在人格与角色本身的意识形态,构成了角色自身的意识频率。如果意识频率与某一意识状态相同频,将会进入与体验那一实相经历。

在潜意识层面上,你会对许多尚未发生的事件产生反应,而从自我意识的角度来看,你并不知晓这些反应。这些反应被自我小心地过滤,远离你的有意识觉知。自我会觉得这些事件极其干扰且令人不安,当被迫承认它们的有效性时,自我会用最牵强的合理化来解释它们。

角色我其实可以感知到来自内我的提前预警,毕竟人格不想在同一个坑里每次都摔倒。不过多数角色我对这种莫名的、不符合逻辑的灵感总是一笑了之,直到某次因跟随了内在莫名惶恐而做出了非理性的选择,结果确实避开了致命的灾祸,才意识到,好像直觉灵感是有所价值的,并开始尝试理解了知关于直觉力与第六感的相关知识。当然也

有不开窍的，会把一切都归咎给巧合。

现在，内在自我的存在方式与邓恩所认为的非常不同。因为内在自我确实能够感知肉体死亡之后将会发生的事件。它从未、也永远不会被“自我时间”所囚禁。它对其他时间的感知仅仅被自我所抑制。内在自我不仅可以感知到自己在肉体死亡之后的事件，也能够看到与自己无关的将要发生的事件。

当你开的车子出事故或老化报废时，你作为司机并不会和车子一起返回熔炉。当拖车把坏掉的车子拖走时，我们就站在路边看着，想是先回家等着呢，还是跟去修理厂看看维修进度呢？

然而，在所有这些情况下，仍然存在一些不确定性，因为可能的未来事件可以像那些更可能实际发生的事件一样被清晰地预见。没有任何事件是注定会发生的，事件不仅可以在发生之前和发生期间被改变，甚至在发生之后也可以被改变。再次强调，我不是在象征性地说这点。这样的话题会引发强烈的批评意见，而今晚无法一一回应所有的意见。

被预见到的、被梦到的预知，是基于过往的经验，但并不必须在此次实相中重演。如果你在经历对等实相的体验，那所有之前一次经历过的剧情都会换一种方式，截然相反地展开。或者如果你在某一节点上，做出了哪怕很轻微的不同选择，也就让自己后续的人生步入到了其它矩阵分支内。

被预见的事情确实存在，但确实存在的那一版未来，未必是你此次必经的人生路径。确实有宿命，即人生蓝图，但那不是一条单行道，而

是一个庞大如整座城市交通网格一样的立体矩阵。

你自己可能也会想到一些质疑之处,但我们会尽最大努力让这些概念变得清晰易懂,并解释各种可能引发的复杂情况。例如,这里确实存在某些必须明确说明的限制;但在这些限制范围内,你会发现事件是可以改变的,而且无论它们最初发生的时间点或表面上的时间点如何,它们都会不断被改变。除非一个人被完全从物理时间系统中移除,否则这一点始终适用。

之所以说我们生活在一个半开放的矩阵中,就是因为这矩阵内的可选项与能选项是被框定限制了的,我们能与不能在这个位面中做什么是有本位面规矩约束的。但在矩阵之内又确实有远超常人认知的灵活性可供激活与选择。没有必要必须依照角色的业力和家庭的塑形来演绎自己一生的故事。

例如,一个被谋杀的人不会像他被杀之前那样完好无损地回到物质生活中;因为他已经被移出了我们所讨论的那个特定的行动系统。不过,如你所知,他可能会通过转世重返这一系统。然而,对于仍然留在这个系统中的谋杀者来说,在那个同样的时间点上可能会发生许多变化。

一个被“意外”破坏了载具的人,意识离开了破损无法使用的载具后,无法再像没事人一样地让那尸体活回来。但你可以选择返回到出生点,重新利用这一角色走一遍,并在遇害前做出不一样的选择。而杀手在你的新人生剧本内,可能还是在那个时间节点上、在那个地点随机伤人性命,也可能因为某些你转生后触发了的新涟漪,导致杀手改变了

行为模式或事发时机。

你记得那个时间点在那个地方是极其危险的,但却找不到任何逻辑理由支持这样的一种直觉性的抵触。你有可能因此就是不去那里,避开了致命的伤害;或者你还是去了那里,但这次杀手并未出现,你嘲笑自己疑神疑鬼很神经质。

请记住,我们不是生活在一个被固化了的、单一线性宿命中。矩阵里的电子实相剧情随时都在随多种参数的改变而改变着组合形式。

Y5-3-224.3 (D31、E28)

(10:01 休息。珍如常处于解离状态。她的眼睛经常睁开。她抽了烟,语速略慢,并伴有停顿。她说赛斯在讲解资料时突然意识到时间了。

现在是第 31 次伊斯博士测试的时间。珍像往常一样安静地坐着,低着头,双手举到闭着的眼睛上。她有许多短暂的停顿,但整体速度还算流畅。10:11 继续。)

现在,给我们一点时间。

我们的物品是一枚戒指。(停顿)我相信是一枚金戒指。也就是,一个金戒指圈。(停顿)

关于这枚戒指,我感受到了一段过往事件的印象,一群年轻男女在好天气下聚会,也许是在夏季。我想到的是一次户外活动,我相信这次活动是在水边,(停顿)并且似乎与船有关。

一个下午的活动。与东北方向没有联系。我相信那是一条河。至少水的两侧有堤岸,所以我猜它是一条河。周围似乎有一些哥特式结构的

建筑物。（停顿）

这些建筑似乎不是私人住宅，与一个较为久远的过去有联系。于是，这是一次户外聚会。可能是在另一个国家，也许是英格兰，而且这枚戒指与这次活动有某种联系。

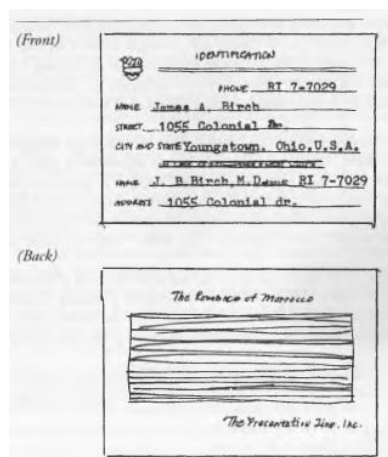
我似乎感觉到“埃文”（Avon）这个词是地点的一部分或代表着这个地点，也许是“斯特拉特福德”（Stratford）。可能戒指来自此地某个商店，或者活动中的某些事件最终促成了这枚戒指的赠送。（长时间停顿）

有迹象表明伊斯博士今晚感觉不太舒服，并且一个原定的活动没有进行。

你有测试给我吗，约瑟？

（“是的。”）

细雨社 www.xiyushe.org



这是我们的第 28 次测试。作为测试物品，我使用了一张钱包身份卡，见图。这是两年前在一所我们差点买下的空房子里捡到的。当时，珍和我都曾见过这房子的主人吉姆·伯奇几次。1964 年 6 月我们对他的房子感兴趣时，他已经换了工作，搬离了埃尔迈拉。赛斯在多次课上谈到过我们是否应购买这栋房子，认为在心理层面上这房子对我们是有利的。详见第 65、67、69、71、74、76、77、79、82 节的相关讨论。

测试物品是在我们整理房子时找到的，与其他文件放在一起。本来我们打算把这些文件寄到伯奇先生在北卡罗来纳州的新地址，但后来得知无需寄出，于是这些文件被遗忘在档案中，直到前几天我偶然发现它们。据我所知，珍从未见过其中这张卡。我把它放在两块纸板之间，并按惯例封在双层信封中。

10:22。我把密封的双层信封递给珍，她没有睁眼就接过信封，接着将其贴在额头上几分钟。她的语速比讲述伊斯博士的内容时稍慢。) 现在请给我们一点时间，我们看看能做些什么。这些只是印象。

某种启动，某件事的开始。

胆小——我不知道这个词指的是什么。黄色。与音乐有关。前景中的大物体。

一张黑白照片。表达了对时间晚了的担忧——这是暂时的。

一个室内场景。带有绿色的指示。踢到脚趾。

(关于最后的印象,现在鲁柏个人的关联是你的哥哥洛伦和他的妻子。你可以将此写在括号中。

珍此时将信封放到了膝盖上。)

花的香味，仿佛是夏季一样。要么是这个，要么是一种浓烈的花香香水。

喧闹。现在放在括号内，作为鲁柏的印象：(拖车内部，以及乡村。)

我建议你们休息一下。

(10:30 休息。珍解离如常。她一直闭着眼睛，语速还算流畅。

珍表示，在给出伊斯博士的内容时，她模糊地感受到一个户外场景，

以及穿着旧式衣服的女性。这让她想起了德加的古画中的场景。

如我们所注意到的，与信封测试有关的大部分信息我们无法核实。我在选择对象时就预料到了这一点。选择此对象的目的是模拟一种测试，在这个测试中使用第三方选择的物体；然后由这个第三方来解释信息，从而让珍和我“相对”不受影响。我从 219 节的第 24 次信封测试中获得了这种方法的灵感。该对象由洛琳·雪弗选择，她在某种程度上帮助我们解读了随后的信息。

还记得在 219 节中，珍和赛斯注意到许多关于测试对象的有效情感关联。我们认为，通过练习，珍和赛斯将能够捕捉到与测试对象有关的这种情绪联结，无论它们指向何人。

在今晚的测试中，珍表示她有一些脑海中的印象，并认为她可以确认一些信息项。

“花……就像夏季一样。”她说，这是指 1964 年 6 月我们考虑购买的伯奇房子的花园。当时我们花了几个周末清理房子，而珍在花园里除草。

“喧闹”，珍表示这是指我们在伯奇的房子工作时注意到的交通噪音。尽管那房子位于山坡上，交通噪音似乎依旧滚滚而来，我们因此放弃了购买该房子。赛斯表示这是我们找到的一个合理化的理由。

“乡村。”珍说，她认为信息中的最后一个词是指伯奇那个房子位于埃尔迈拉郊外的乡村，而不是“拖车的内部。”

我开玩笑说，我认为“黑白照片”指的是钱包中的身份证卡被放在照片旁边。在我哥哥洛伦家，有个“踢到脚趾”的趣事，已经成了家中的常用笑话。

珍在 10:43 以正常速度继续。)

我将很快结束我们的课。

实际上，我们的测试是相当不错的。遗憾的是，你无法通过卡片的主人来验证这些印象，因此我不太有必要详细解释与卡片相关的各个事件。

一些要点确实涉及你们对那间房子的依恋，而这间房子一度为卡片的主人所有。

如果你没有其他问题，我们可以结束这节课了。

（我提到了 20 年前的理查德·沃茨讣告。）

并不是我们的弗兰克·沃茨。不过，他们之间还是有远亲关系的。我相信他们是第二或第三表亲。

愿你们安好。

这里再作一点小补充。鲁柏对拖车的联想，是因为卡片的主人有个比较难管教的男孩。而拖车的主人也住在乡下，也有一个类似性格的孩子。

前景中的大物体确实指的是房子前的岩石层或岩石嶙峋的山坡。

其他印象全部指的是与卡片持有者相关的情境。顺带一提，这张卡片正好放在一张黑白照片旁边。再一次，晚安。约瑟，为了你好，我在一个小时内结束了这节课。如果你出于任何原因希望延长或缩短课，只需提出请求即可。

（10:51 结束。珍解离如常。她的眼睛一直闭着，语速比平时略慢。她说赛斯本来准备继续讨论时间倒置的主题。）

Y5-3-225.1

第225节

前情回顾：

两年前我们与一个叫弗兰克·沃茨的人格开始意识连接，第四次课中它被赛斯取代了。珍和我持续尝试了解更多关于弗兰克·沃茨的资料，这两天找到了二十年前的一版星期天周报，在死亡通知中有“理查德·沃茨”的名字。我们想知道，这是否与弗兰克有关系。

赛斯：

我们继续讨论时间。

今天重点解释“当前的行为能够改变过去”，历史并非是已固化后的化石。



上图：过去、当下、未来；当前帧，其它平行实相；云端

作为一系列电磁映像片刻点而连接存在的过去,它一方面被保持在角色肉身的大脑中,成为所谓的记忆;另一方面也由意识界中非肉体的心智备份到电子矩阵的云端里,保留在同种类型文档的实相子目录中,组成了人格片段的人生路径纪录片。这些由一帧帧电磁实相画面构成的连接,形成了你们所谓的未来与过去,但其内容与组合的秩序都是可以改变的。

你们认为的所谓实相,就是梦宇宙里,本伪装面中的一系列既存在于角色脑也存在于心智内的电磁连接映像的记忆,这就是被当前的角色认知为所是的唯一实相。

过去和现在在真实度上是等同的。事实上,有时候过去甚至会变得比现在更加真实。在这种情况下,过去所谓的既定事实会对现在的抉择做出相应的反应和改变。你认为现在的行为可以改变未来,但现在的行为也确实在与能改变过去。

过去真的不比现在更加客观,不会更加独立于观察的感受者。这些构成了过去的电磁映像片段确实有自己的排序与连接,这些连接构成了故事的脉络;但从大体上说,在每一个观察者的世界中,都有只属于这个个体感受者所创的、依据它自身需要的历史剧。当然,这个感受者总是这历史剧的参与者。每一版历史剧都不尽相同,但没有谁的比谁的更真或更假。

因为这些在梦宇宙中所谓的历史剧,可以在任何时候按需要反复重写,

并多重平行同时存在——被改写后的剧情与原著形成平行实相，相互并存在矩阵中。



上图：盘点历代韦小宝

这些改变并不罕见。改变是在认知改变的基础上发生的，并通过潜意识展开，并于大多数的时间里自发地在矩阵后台发生。因为角色我很少能与矩阵云端内的信息同步，所以只能感知当下帧与访问角色脑记忆的你，只有在梦里可以瞥见不同版本的其它平行过往经历，而角色我对那些重写或重组后的过去，常是一无所知的。过去的记忆很少与实际一致，因为在每一个特定事件发生的瞬间，你就已对它进行了重新排列。

当然，除了角色我之外，还存在着一个多重自我的复合体，它在矩阵

的云端内，保留着所有自我平行版本所展现出来过的“过去”。这些不同版本的“过往”经历是内我在自身认知成熟的过程中，于不同时期内谱写出的电磁映像剧。并且这些梦宇宙内相互平行的复合型过去，同时存在于全我的记忆库中。全我掌握到的所有认知与记忆和梦宇宙矩阵中主人格意识认知到的还有所不同。

人格在投生前确实选择了某一角色与其历史故事线作为蓝图剧本，并利用其中的时代背景、家庭关系、故事大纲展开自己的人生。但依据自由意识，这剧情没有谁会严格地复刻故有的情节，你是你世界的唯一主宰，你作为自己世界中的唯一主角，透过自己的自由意识决定自己的人生走向。当然这里说的不是角色我，而是内在人格我。

角色我不断被每一个选择使用这剧本的人格重建或改变，其变更主要依据扮演此角色的人格具有怎样的意识等阶和认知理念，这会直接影响其对人生与世界的态度和反馈选择。人生的过程并非是一个象征性的创造，而是一种真实的重新创造。人格所扮演的角色确实有其相应的角色主故事线和原生家庭背景环境，但如何在角色塑形完成后，自己做出与走出全然不同的人生路，都看自己到底在此生了悟到了多少真知。

每一次死后又出生成孩子，但这孩子已经不是曾经的那个孩子了——其所是已经因内在的不同发生了变化，这依据你在临终前和死后到底想明白了多少东西。虽然看似这个孩子仍然是在相同的历史

剧中生长、父母与家庭也什么都没变，但他却是已经变化了。我再讲一遍，我说的不是象征性的变化，当然这变化可以更睿智聪明，也可更郁闷愤恨。

当这样的角色改变没有在所谓的过去自动发生时，再次演绎相同角色的人格会陷入迷茫，一次次的既视感让角色疑惑：为什么眼前的场景与人物、互动与剧情如此地似曾相识。这造成了令人难以理解的困难。

演绎角色的人格没能通过经历获得足够的领悟与改变，没有在遭遇相同课题时自动地改变他过往选择过的抉择，这恰恰经常造成很严重的心理问题，让角色感到莫名的沮丧、无价值感，甚至质疑此生与继续存在的意义。这对你们的医生来说是难以理解的——你们错误地认为每个新生儿都应该是一张白纸，但现在每个孩子都自带自己的能力与个性而降生。

我再讲一遍，唯一能够称为所谓的“过去的”实相，是以电磁方式存储于肉身大脑内的和云端集体实相里的记忆备份，但记忆往往会在写入和读出的过程中，被有限的所见、自我的理解、联想的象征性关联和记忆的存储偏差而扭曲了表象。角色头脑中的记忆可靠性其实乏善可陈。

但是，这又是角色我当前可用的唯一实相，除非透过习得意识解离，学会拜访全我内的云端意识信息库，调阅矩阵中的同步共享存档记录。我现在只是以你们的方式说话，这些重点应该被很清楚地理解。当

然我只是把很复杂的条件进行了相当的简化，好让你们能大致明白，到底是在发生什么又是怎么发生的。

那个可以让自己转变实相趋势的方法其实很简单：想要对人生与生命的态度产生改变，需要建立新的认知关联；而认知的改变、习气的改变、做法与选择的改变，任何一个的改变，都会自动地建立起一种新的电磁连接方式，都可在其他无数层面上打破故有的电磁实相排序连接，进而让自己的角色进入到一个全新的实相体系之内。这就是我曾经跟你们说过的，任何时刻都可成为改变一生的威力点。知见的累积，可形成量变到质变的认知突破，进而改变相应的行为模式和抉择偏好。

现在，这其中的部分，我们将会在后面解释，因为这些改变明显地影响着你自己的未来和过去两方面。要知道这个所谓的“过去”，是在不断地被未来的你修正的。从根本上来说，这并不是假设或比喻。

今日中年的你，透过认知与行为的改变，成就了更睿智通透的人格觉悟，当你离世后，再一次从产房中被抱出时，你的童年与青年时期就会因见解与能力的发展而大有不同。而这又会深刻地影响到下一次你中年时的遭遇与境况、认知水平与能力底蕴。

而你比你想象的更加自由地、彻底地改变着你自己的许多方面。如果说，未来取决于过去的话，那也必须说，过去也依赖于未来。

我再说一遍，这个过去，从来不是在参与者的感受之外的一个孤立的、

有形世界的物体；因为，他创造了他的过去，并且它只是以电磁连接的方式、存在于他自己的有机体和灵性结构的实相之内。你的世界中只有你，虽然它真的丰富多彩。也就是因此，你才能一遍遍地激活与重置这个世界，演绎出全然不同的平行人生路径。



细雨社 www.xiyushe.org

让我们回到最基础的概念。每一个行动都会改变其他所有行动。因此，现在的每个行动都会影响那些你称之为“过去”的行动。就像投掷石子激起的涟漪一样，从石头激起震荡的地方向四周扩散开去。

你们现在对于时间所知道的概念是基于伪装层中的科学，但你应该知道“过去、现在和未来”之间没有明显的边界，所以即便是说活在当下，也是一种很局限的认知，因为过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。

所谓的当前、过去与未来只是由大量你伪装层中的肉身感受引起的错觉。因此，你不仅可能在过去对尚未发生的事件产生反应，还能被当

前或未来中的你自己所影响。这不仅仅是一种理论上的可能性，它确实就是这样在发生着。历史与未来从本质上讲，都是已发生过的，也都是尚未发生的。所以你能看到所谓的未来如此真实地呈现成预见，也能透过对未来的改变，让自己的过去获得重写。

我们这里并没有涉及个体的自由意志或者宿命论的问题，因为自己不想做出任何改变的这一决定需要被尊重，或自己就想要再次体验原汁原味的原版人生也会得到满足。人生蓝图是可以被自由意识变化的，也可以丝毫不变。这把我们带入了概率的问题。我不想让问题变得过于复杂，然而我应该在某种程度上解释一下刚才那句话。

我相信你们还记得在约克海滨舞池里看到的那对和自己角色一样、负面极化后的老夫妻吧。我已经解释过，这些都是人格的心理投射在梦宇宙里造就出的肉体实相，在那个当下被你和鲁柏从自己的潜意识中投射入了本物质世界位面。

你要明白，那对和你俩角色设定一样的夫妻也以非常实际的方式代表了一种可能性的投射。你们确实可能会因认知上的偏执与卡顿，进入低频的意识实相中，会变成他们所是的那个样子，出现在这个时代剧的时间段内。这对你俩在当前是作为一个大概率的事件而存在着的确实平行实相。他俩不是虚构的幻影，就像你俩一样真实，但当然你们都只是这梦宇宙伪装层本位面上的存在。

你们可以在当下感知到未来可能发生的事情与情况，并对自己故有习

气与认知导致的某种特定行为模式做出评估。利用这些参数，就可获知自己大体的人生趋势走向，与必将遭遇的“偶然意外”事件。

导致这些所谓意外结果的正是自己每一步的抉择，而这些抉择又依据自身对自己和世界的故有认知做出反应。当你们转变了自己的认知与在意的焦点，就可以在趋势上改变未来与过去发生的事。因为，过去、现在和未来同时存在着，不管事件是否能偶然地被你们观察或感知意识到，所有的实相确实因为你们的转念而发生了即刻的变化。没有你不能够对其做出改写的事情，毕竟这是你的梦，一切由你决定与营造。再说一次，能够有能力谱写与改编梦境遭遇的不是角色我而是内在自我本位。

对内在自我本位的觉知力来说，透过潜意识对角色尚未经历的许多平行事件做出提前反应并非难事。但当角色我意识觉知到这些可能性时会发现，仔细筛选与应对不同的各类未来平行实相、对未发生的事情做出反应，是极其让人觉得干扰和不安的：你很在意的预见，可能并未发生；而你选择忽视的预警，却又要事后被迫承认其“有效”。角色人物们很难理解，为何能真切地看到未来或全然不同于历史书上的过往，即使很勉强地设法合理解释各种现象，也看上去有违单一线性的因果时间认知体系。

内在自己的确能够感受到角色肉体死亡后发生的事情。它在角色入胎前已经存在，在角色死亡后继续存在，不会、也从来不会被角色我的

故事线时间轴所囚禁。它对其他平行层中的时间感受与剧情了知仅仅被角色我所抑制与屏蔽。因为角色我很难接受与承认自身不过是梦宇宙内的一个舞台剧角色，而自己也并非具有排它的独一无二性。



上图：大型多人在线角色扮演游戏

内在自己能够感受到肉身死亡后将要经历与发生的一系列事件，这些事与生前的事同样地重要与真实，也是生命历程中完善自我认知的重要环节。内在自己的意识焦点从角色的肉身上移开，经历另一种实相；并且它能够透过意识解离看到，它并不被包括在另一种实相之内，并且将要发生的事件还继续属于梦宇宙的人生环节。

要知道人生不止仅限于肉身在这的这一短暂阶段，出生前与离世后都还是本次人生经历的组成部分。从规划人生到经历它、再到自我反思与再次进入展开不同路径，这些经历都始终没有离开梦宇宙的三维伪装位面。

在混沌的随机中，所有情况都具有不确定性。在矩阵中可预见的未来

事件,虽然能够被清楚地看见将要发生,而且它确实也已经实际发生,但没有注定要发生的事件。事件是否被你当前的这一角色经历为真,要看你在关键节点上时,自我意识的频率是多少。在多重平行实相的矩阵里,选择是双向展开的:你选择自己想要经历的,而矩阵匹配给你与你意识频率相当的。换句话说,你确实可依据自由意识选择不同的人生路径,而超过自己意识形态的可选项你是无法感知与认同的。所有人生事件不仅可以在当前、甚至可以在其发生后被再改写。我再再说一遍,我这不是在象征性地说一说。角色绝对不是即用即弃的一次性产品,你们所有的如果与遗憾都将被自己改写。

我知道此类知识大大超越了你们的现有认知水平与理解能力,我正把自己置于可能的强烈批评之下,成为保皇党卫道士们攻击的靶标。我不想强迫任何人认同这些事实,每一个人在其死后都会直面这些,在此争执人间伪装层中的认知是非毫无意义,我只是尽我们最大的努力,让这些真理可以清楚并明确地展现出来。至于你们是否可以理解与认同,或有什么因局限性而产生的问题,在此时并不重要。

认知的局限性会随着课程的深入而被突破,你们都会发现认知能够改变,并且不管它们最初发生的要点或者表面上的要点是如何的,内在自我的成长总是伴随着必要的改变。

当然我现在告诉你们的道理,都是梦宇宙中的规则,并不适用于一切领域。若一个人格成长为存有,彻底地脱离了梦宇宙的物理时间系统,

那就要面对其它实相体系了。

例如，一个被谋杀的人，他的内在意识自我在脱离了死亡的肉身后，是不能像过往被杀之前那样完好无损地再让肉身返回到被杀之前那肉体生命形式的，因为他已经脱离了我们所讨论的那个特定的行动系统。

一旦矩阵判定角色死亡，你的选项中，没有复活或当个行走的尸体。然而，如你所知，他可以通过转世返回这个系统，重新再开一局，再一次呱呱坠地，长大成人。然而，那个曾经杀害过你的家伙，他仍然是在这个角色剧情的系统之内，这个谋杀者会以同样的观点与动机行动，但你是否遭遇到那杀手，可能会因你对角色施加的变化而发生许多变化。

细雨社 www.xiyushe.org

第 31 次伊斯博士测验、第 28 次信封透视实验（略，详见上节）

（我提到了 20 年前的理查德·沃茨讣告。）

并不是我们的弗兰克·沃茨。不过，他们之间还是有远亲关系的。我相信他们是第二或第三表亲。

祝你们安好。

Y5-3-225.2

第 225 节 过去在不断改变 伊斯遥视 32 信封透视 29-罗 的牙医预约卡

1966 年 1 月 19 日 周三 晚 9 点 常规课

晚上好。

我要说几句颇具幽默色彩的开场白，关于鲁柏最近的一些反应。

这些反应源于多个原因，而其中昨晚你朋友马克（比尔·麦克唐纳的存有有名）的来访是直接触发点。

这些反应非常典型。首先，鲁柏有些担心你在得知周五晚上有了新的安排后的反应，因为你原本打算取消一个约会来为自己留些空闲时间。他对此感到些许内疚，因为他已答应了马克的请求——顺带一提，这承诺其实他并不情愿。不过，帮助马克的尝试对他并无坏处。

接下来，他发现另一位客人也被邀请了，那人是另一家画廊的老板，一个他非常不喜欢的人。然后，鲁柏表现出一种相当典型的“女性反应”，担心是否有足够的椅子。

这一点颇为有趣，因为他并不想为那位画廊老板准备座位，甚至不希望此人进屋。然而他对此感到非常内疚，因为那人是黑人，他担心自己的厌恶会被误解为种族歧视。为了向自己证明并非如此，他变得紧张不安，开始疯狂地、不遗余力地确保有足够的椅子。

小时候，鲁柏非常喜欢爱德华·布里斯科——一位贫困潦倒的黑人男孩，因境遇艰难而在鲁柏家中帮忙。也因此，鲁柏认为，出于对那位黑人男孩的情感，他应该对任何黑人都要格外友善，并且要尽量提供帮助。因此，当他不欢迎这位黑人客人时，感到极度内疚。

(珍的童年好友艾迪——爱德华的昵称,在三十岁出头时因糖尿病去世。)

在这段文字中,我们可以看到多重自我间的相互配合与相互妥协。珍幼年的记忆里,自己一家被黑人帮助过,所以对黑人有着深刻特殊的好感,但这好感又并非发展成一种滥情。她自己抵触与某些人长时间的亲密接触,同时自己又不想有失礼貌。就此为是否给自己不欢迎的客人准备椅子,内心中展开内在斗争。

椅子在此象征着落座后的长期交流。珍的内在抵触和外在迎合让其陷入焦虑——一方面怕招待不周,一方面真的不想拿出时间来应酬自己不喜欢的人。

反复检查椅子的数量,这个很情绪化的行为,表达出了个人内在的惶恐情绪。逻辑脑与心理感受间彼此摇摆时,会大量地消耗内在能量。

他对自己不安的判断是正确的,实际上几乎与椅子的数量无关,因为他很清楚家中有足够的椅子。现在,再拼上一块拼图:这次活动中,市长也会出席。鲁柏潜意识中想到,如果他的朋友爱德华·布里斯科也能像从前那样简单地出席,他会有多么高兴,并一定会对市长留下深刻的印象。

于是,爱德华和这位画廊的黑人老板在鲁柏的脑海中交织在了一起。他明白,对于这位年轻人来说,能以某种非正式的方式与市长见面会是件很特别的事,尽管这位年轻人可能极力否认这一点。然而,鲁柏并不想让这个人进屋,在心里他并不想给予对方这种“特权”。

之所以提到这些，是因为鲁柏正处在这样一个阶段——我指的是鲁柏——他不会接受自我为许多反应给出的表面理由，而是会寻找更深层的原因。这其中还存在另一个问题，即在心理上，鲁柏和你都认为马克已经陷入太深了，而这确实是合理的看法。

一个人的表面行为，背后隐藏着甚至连自己都无法解释的非逻辑诱因，这些行为表达出了逻辑、情绪、心思、自我趋向意愿等多方面的内在意识活动。因肉身、头脑、心智、神魂，各自在意的东西不同，导致面临人生抉择时，各自看重的取舍就会不同。在抉择时，到底角色我要依从肉身之欲，还是头脑认知，是跟随情绪而舞，还是听从心愿所向，或者依据灵感行动。自我对生命认知的不同，很大程度上决定着一生中每个大小路口的抉择，进而依据自己的觉悟与认知走出全然不同的人生路。

细雨社 www.xiyushe.org

当马克试图帮助那个年轻人时，实际上最终可能是在帮助他自己，因为这将让他转向外部关注。但这种情况也伴有其他风险。由于马克的成长背景，他在潜意识中害怕黑人；这种恐惧如此之深，以至于让他感到一种不幸的着迷。他既排斥又被吸引。

我不会在这节课上花太多时间讨论这些问题。简而言之，马克对这个州立艺术展的兴趣对他大有裨益。我们现在将转向其他主题。关于这节课前半部分的内容，你可以根据自己的意愿决定是否记录。

珍要协调参加的美术展会，展馆老板是黑人，但珍和他不对付；马克要通过展会展现他的作品，市长还会来参加仪式，这让展会的档次和受关注度显著提升；可是参会的每个人好像都有点儿心理层面上的小

问题。撮合这事，珍肯定会因善意助人而最终自身获得良好的回报，但时刻需要关注与会人士们包括自己的心理感触又让她感到紧张。

我们回到关于时间的话题。目前，心理学学术界有一种流行的观点，认为孩子的心理以完整形式存在于成人体内，换言之，成人心中包含着那个曾经的孩子的心理复制体。

然而，情况并非完全如此。是的，孩子确实存在于成人体内，但那已不是原来的孩子。他所认为的“孩子的记忆”其实并不是真正发生在那孩子身上的事件的精确再现。也就是说，这些记忆并不包含任何特定事件的准确画面。每当记忆浮现时，事件都会被重新创造，但每次再现都会发生细微的变化。

此处书接前文：

细雨社 www.xiyushe.org

普通人一直天真地认为，刚出生的小孩子犹如一张白纸，其实并非如此。除非那孩子只是矩阵给你按剧情标配的 NPC。世人自古争论人之初性本善还是性本恶，这样的二元论认知与定性其实毫无意义。

在神魂转世的过程中，在激活其新角色或重写固有角色的命途时，神魂自身的意识形态、认知水平、意识能量频率会随其进入角色。这让角色自幼具有天生的秉性与习气，展露为性格，或爱笑，或爱哭，或很自私地喜欢折腾人，有些真的就是小天使，有些天生就是个坏种，以伤害、夺取、欺压为乐，对家人冷漠，以闯祸为荣。

一般如果有这样的“冤家”来投胎，父母会心生抵触，凭借灵感有莫名想要规避的冲动；后来想想孩子是无辜的，咬咬牙也就生了。之后

相爱相杀相刻薄持续一生。

在近现代心理学的研究中发现，人们病态无意识的行为多与幼年期心理阴影有关。后来随着催眠回溯技术的成熟，职业心理医生发现，幼儿期 0 到 3 岁的记忆也影响着成年后的无意识行为。结果，追溯被进一步拓展，子宫内记忆、出生前记忆、人生规划蓝图记忆、前世记忆，被逐渐发掘出来，心理医生才明白，我们当前试图解决的多数心理创伤，与这些有着直接的关联性；并认为当医生可以透过催眠找到问题的结点，并透过暗示与心理疏导，把一些内在认知卡顿或记忆中的重大创伤修复、改写或重编辑、输入新的记忆，就可治愈患者。

但在临床上这种疗法的有效性并不稳定，因为医生发现，患者在每次催眠时会说出不同的前世记忆，甚至某些前世记忆，就发生在此刻与未来。换句话说，患者已经活过了此生一遍甚至数遍，这一事实让医学的严谨性与科学性受到了严重挑战。所以此类医案一律不得发表和公开讨论。

其实个体的记忆犹如个体的梦境一样，存在着相对的主观性，就犹如不同国度的人，在濒死体验中，看见的、遭遇到的会各有不同。因为不管是此伪装实相层还是死后的伪装实相层，或更高维的矩阵，都还是梦宇宙中的分支。当我们追溯回忆时，所得到的信息与形成梦境的方式并无两样，都是三成的本真、加上读取点的摘选、加上关注者阐述的扭曲、加上聆听者理解的扭曲。

濒死体验者或催眠中获得的资料,确实为我们的认知打开了更广阔的领域;但因提供资料的意识属于人格片段体,其资料中所含的知见档次不高,而认知扭曲程度极大。其差异就好像是你向一个幼稚园的小朋友请教人生的学问,或和一个百岁的智者哲人探讨人生问题。

当然我不是说,孩子说不出智慧的话语,毕竟年龄与灵魂的成熟度从来都毫无关系。

因此,过去是在不断变化的。构成任何特定事件的电磁连接——这些连接看似完整,但实际上已发生了变化。构成它们的能量不再相同,过去也在不断地被改变。没有任何事物是静止不动的,包括过去,任何表面上的稳定都是一种错觉。

认为过去已消失,就像认为未来不存在一样,是一种错觉。过去并未消失,因为从这个意义上来说,并没有所谓的“过去”可以消失。

不管是角色我的近期过往,还是神魂在世代间轮转的过去,没有哪个所谓的既定事实是一成不变的既定“化石”,一切都在同时性中被一遍遍地改写着。正是由于这样随时的随机修正,让所有的一切都时刻保持着鲜活,并能对全局发生与带来影响力。

就好像是一条万米长的软绳连接着两个山顶,而这软绳随风不停地随机荡漾着,任何一点的摇摆起伏都作用与影响到整体。而当你观察这软绳上的某一点或某一段时,就会感叹看似随机的无常。依据点线面的观察,会得到某种看似是因果的结论;但如果放眼到全局,却发现,

当下的这一点之摇摆，很可能来自绳子上的任意一点之作用，包括其看似遥远的前端与模糊不清的后端。

对于伪装实相层中人格扮演角色时所经历的一连串人生实相，这些密集且连贯的“帧”其实每一个画面都是独立存在且可随意拼接的。就好像是一本小说中的字母或汉字，它们被串联起来形成画面，也被不断改写拼接，形成其它画面与意思。

当你认定什么就是什么的时候，它早已发生了变化。只有主要实相维持着一种相对的稳定，且贯穿三界，其它的次要衍生实相或各位面上的舞台剧，都充满了随机性，且每一场都有或大或小的差异：哪怕是同一部舞台剧、剧情与角色都完全一样，演绎那角色的演员也已经换了好几茬了；即使是一个相同的演员，在重复地演同一部舞台剧，他对那剧情的理解与演绎时的表现也是每天每场都不同的。

我们确实需要以史为鉴，透过学习历史了知某一种可能性是如何展开的，明白在多重平行实相中的其它可能性都有哪些；但不管是所谓的历史，还是当前或未来，都绝非只有唯一的一个版本存在。在多维多元的多重平行实相中，在同时性里，错综复杂的可能性构成了一个巨大的立体矩阵，在这矩阵里，一切都有可能。在矩阵中没有唯一既定的真相可言，不管是编年史还是所谓的未来，改编始终随时发生着，就像池塘雨夜水面上的涟漪。

(9:34 休息。珍在第一段传达中如常进入解离状态，多次睁开眼睛，语速稍显缓慢。

她说，尽管大致明白自己下午感到不安的原因，但并未主动联想到童年朋友艾迪·布里斯科。9:44 继续。)

如果你们的小讨论结束了，那我就继续。

在可能的情况下，我希望你们在休息时间能讨论一些相对中性的内容，避免带有情绪色彩的话题，这样不会给你们带来过多的压力。

孩子的心理状态并不是被整齐地封存在过去，与现在或未来隔绝。事情远非如此简单。

没有明确的界限标志着孩子的结束和成人的开始，也没有确切的时刻区分青年与老年的分界。这些状态是同时发生的，只是在你们的系统中缓慢地被认知。不仅如此，这些状态还只能沿着一个单一的焦点被感知。尽管这一焦点非常集中，但它的视角狭窄，以至于你们几乎不可能持续专注于自身，除非以最短暂而零散的方式。



角色我逐帧地度过自己一生中的每一秒，而在高维眼中，这一切在开始前就已结束，在结束前又获重生。而且这样的故事线还远不止一条

在同时展开着。

你不再感知过去，因此你认为它已经消失，曾经的你也随之不复存在。然而，你所认为的任何一个“过去的时刻”——无论是哪个特定时刻——在你的自我意识感知它之前就已存在，并且即使你不再有意地感知它，它仍在不断地被你改变。

角色我始终是活在已有的矩阵剧本中，但又透过自我的独创性对其经历展开再创作。这再创作的过程就是把矩阵中的不同可选项，依据自我意识认知，透过人生抉择，组合成看似自己的经历。对于角色来说，它尚未经历的所谓未来，与已然经历过的所谓过往，其实早已存在。就好像一遍遍地翻拍着《西游记》或孙悟空，每次都有新的创意，每次也都在开拍前就知道了结局。www.xiyushe.org

因为内在自我能够感知它，且确实在改变它。倒置时间的观念认为，时间是向各个方向流动的，每个行为都会影响其他行为，因此时间不断影响自身，并在自身内部不断产生反应。过去的时刻永远不会结束。你只是有意识地将它忽略，没有跟随它那无穷的深度。

你打开一部视频开始观看，看过的部分成为你的记忆，尚未观看的章节其实已在那里。你看过的镜头并未消失，另一个观看者或自己再次观看时它们又一次鲜活如初。这些概念很难理解，如果你把本伪装位面看作是实存的唯一；这些真相很好理解，如果你只把自己当做这世界的看客。

有些系统中的时间体验完全以概率的形式呈现。在这些系统中，个体在某一特定时刻深入地体验“自我”，而其延续性并非通过接连不断的时刻来实现，而是通过“自我”的连续体验来实现。在一个给定的瞬间，个体会经历所有存在于该瞬间的各种可能事件。

“有些系统”是指某些特定的虚拟亚空间体系，“以概率的形式”即宏观中的常态，“特定时刻体验”针对的是低阶伪装层中可反复历经的世代剧，“自我”一般都专指内在自我即神魂，“给定的瞬间”针对非特定时刻，即有规划被指定的某些必经经历。

在灵界中灵体们并不以一维的线性单向匀速时间流来成就自身或思考问题。作为灵体存在于灵界的人格们，被指派去经历某一意识面向中的特定经历，完成指定学业，成就规划好的自我达成。在这一过程中，特定瞬间中的各种平行事件都要有所了悟，这样才能完成本学期的教学大纲。

如果把这段翻译成成人话就是说：灵界虽然没有一个统一的时间流速或流向，现象界也没有哪个时间是真实存在着的，但作为意识体您既然进入了灵界，就要在这个系统的体系内完成相应的功课、获得其中蕴含的课业领悟，才能算是达标。而这达标的标准就是，把本矩阵中的相关对等体验，都大体上做到掌握与了解，对各种主要的可能性有所见闻和觉悟。

你们只是掠过了表面，这样也无妨。但不要将这种从一个时刻跳到另一个时刻的过程——仿佛在石头间跳跃——当作时间真实存在的方

式。感知的本质决定了对时间的体验。

Y5-3-225.3 (D32、E29)

(10:01 休息。珍解离如常。她的眼睛经常睁着，显得非常暗黑，随着休息时间的临近，她的语速明显加快。

现在是第 32 次伊斯博士测试的时间。像往常一样，珍静静地坐着，双手抚在闭合的双眼上。她的语速变得相当缓慢，中间多次停顿 15 至 30 秒。她在早些时候抽过烟，但现在没有。10:10 继续。)

现在。请稍等片刻，以便我们获得伊斯的信息。(停顿。)

一个盒子的形状，小巧，顶部似乎是透明的，像是玻璃纸或塑料一类的材料。(停顿。)

内部有填充物或衬里，可能是天鹅绒、丝绸之类的材质(停顿至少一分钟)，可能盒内有一个隔层。

比戒指盒稍长。似乎没有纸板盖子，也不像是纸板制成的。可能用来装笔或铅笔。我有个日期的印象，1936 或 1937 年。可能他是在那个时候获得的盒子或其中的物品，我认为是作为礼物收到的。并且可能与某种成就有关。(停顿。)

和一个如兄弟般亲密的男人有关，金发，和这个物品有某种关联。(停顿 50 秒。) 这个物品还涉及物主和另一个人之间达成的一种理解。

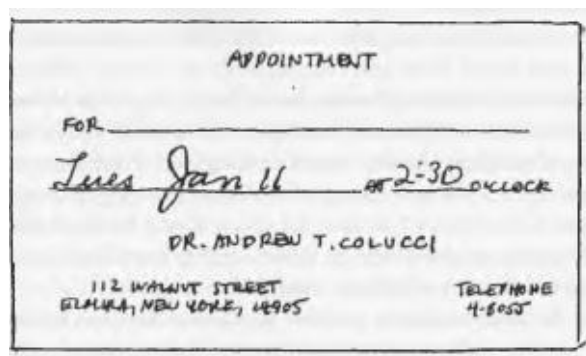
你有要测试我的东西吗？

(“有。”)

今晚的信封测试我使用了本月初去看牙医的预约卡。就像珍在 1965 年 5 月去看科卢奇医生时那样，我让自己进入恍惚状态进行实验，感觉非常放松。我选择这张卡片，是因为我认为它带有强烈的个人情感，

而上次测试中使用的身份证属于一个与我们几乎不相识的人。

据我所知，珍从未见过这张卡片，因为自从科卢奇医生的护士交给我之后，它就一直放在我的钱包里。



第 225 节第 29 次信封测验-我的牙医预约卡示意图

像往常一样，珍闭着眼睛从我手中接过第 29 个信封。时间是 10:30。她安静地坐着，将信封贴在前额。（她的语速稍有加快。）

请稍等片刻。这些是一些印象。

麦迪逊大道。一段旅程。一封信或便条。（鲁柏想到弗雷德里克·费尔，在括号中说明。）

1964 年 6 月的一个令人不安的事件。和另一辆车有关系，不是你自己的车。数字 12。我不确定这是否指的是 12 个人。

一个圆形物体。和一个年长者有关的信件。

一个符号。这个物品和下午发生的一件事情有关。临近另一座城市，也和某项成就有关。

一条狭长的道路。一个加油站。

我建议你们稍作休息。

（珍在这段传述中解离如常，眼睛始终闭着。对于本次测试的信息，

她没有特别的想法，只是说自己所听到的印象对她来说毫无意义。

“麦迪逊大道。一段旅程。一封信或便条。鲁柏想到弗雷德里克·费尔。”我们认为这些信息可能指的是珍在纽约的出版商。

“1964年6月的一个令人不安的事件。”珍表示，她认为这指的是一次她本应去看牙医科卢奇医生，但却没有去的事。她把每天的活动都做了简要记录，并验证了自己的想法。她在笔记本上找到了这样一条记录：1964年5月31日，她醒来时发现左下颌肿胀。我以为是牙齿的问题。当时，由于没有有意识地练习过自我催眠，珍非常害怕看牙医。她没有去看牙医，而是去看了隔壁的医生；医生给她用了四天的抗生素，直到1964年6月。灵摆告诉珍，肿胀是心理因素引起的，而不是牙齿的问题。医生最终也同意了，而赛斯在1964年6月3日的第59节课上也确认了这一点。

“与另一辆车有关，不是你自己的。”在1月11日我去看科卢奇医生时，他告诉我，大约一周前的一个周日，他曾因上不去艾尔迈拉郊外家门前的结冰小道而受阻。科卢奇医生家位于一个长而陡的山顶上，但他说这是三年来他第一次无法开车回家。珍表示，赛斯给出这段测试信息的原因是，我们自己本月也在附近的一座陡坡上遇到过麻烦。赛斯在第222节课上讨论了我们车子的故障问题。珍说，她认为这些事件的关联是合理的。

“数字12。我不确定这是否指12个人。”珍认为“12”来自于科卢奇医生办公室的地址，112胡桃街，就在我们西水街的拐角处，而赛斯之所以推测与人有关，是因为科卢奇医生的候诊室是人们聚集的地方。

“一个圆形物体。”我认为这指的是牙科椅上方的大圆灯，但也可能指其他很多东西。

“与年长者有关的信件。”珍说这指的是1月13日她写给伊斯博士的信。在信中，她提到我在看科卢奇医生时进入了催眠状态。

“一个符号。”这里可能有很多关联。

“物品与下午发生的一件事情有关。”我的牙科预约时间是下午2:30。

“临近另一座城市。”珍说，这指的是科卢奇医生住在松树城。松树城是那些边界上靠近艾尔迈拉等人口较多地区的小型郊区社区之一；虽然它们的人口不多，但却覆盖了更广阔的土地。

“与某项成就有关。”珍和我一致认为，这意味着我在看科卢奇医生时成功地使用了催眠状态。

“一条狭长的道路。”我们认为，这可能与先前提到的“与另一辆车有关，不是你自己的”有关。如前所述，科卢奇医生住在一条狭长的山路顶上。同样，加拉格一家也住在同一片区域的山顶上。科卢奇医生在回家途中遇到了困难，而我们在去加拉格家途中也遇到了困难。

“一个加油站。”我们认为可能有关联，因为我们在去加拉格家的路上汽车没油了；不过，即便如此，这个信息与测试物品的联系还是过于遥远了。

珍继续，眼睛时而睁开时而闭上，10:50继续。)

好了，我们差不多要结束这节课了。

6月的事件确实指的是鲁柏的牙龈肿胀，肿得非常疼痛。他非常害怕不得不去见科卢奇，因此去看医生而不是牙医——虽然科卢奇当时就在院子里，鲁柏也确实看到他了，他现在应该还记得。

(课一结束，珍就说，赛斯提到这件事时，她确实记得见过科卢奇。科卢奇医生的办公室距离她拜访的医生诊所只有四个门的距离。赛斯

在提供此信息时显得非常愉悦。)

加油站的关联虽然对你们的测试目的不太有用,但在某种意义上也算是合理的。另一辆车确实指的是牙医上坡时遇到的困难,正如他告诉你的那样。加油站是鲁柏在潜意识中与此事件联系起来的个人联想。

最近你们自己也没能上一个山坡,随后又去了加油站加油。对于你们的测试目的而言,这种联想略显宽泛,但仍是合理的,这也能帮助你们了解这些现象是如何运作的。通常情况下,像这样相当合理的联想必须为更具体的信息让路。然而,这一印象的确显示了超感知信息的证据。

数字 12 确实指的是地址。然而,由于候诊室里的人,这些信息在某种程度上被混淆了。

(“那提到‘另一城市的附近’呢?”)

那确实指的是松树城,你看,连接了你的预约与在松树城附近发生的汽车事件。

信件指的是预约卡。不过,这让鲁柏想到费尔和一段旅程。

(珍和我怀疑信件指的是不是预约卡,因为麦迪逊大道、旅程以及费尔都被提到了。

“圆形物体的解释呢?”)

圆形物体指的是灯。这是我的错,我应该更具体些。

(“那封写给年长者的信件呢?”)

写给年长者的信件指的是鲁柏写给伊斯博士的信,关于你在科卢奇的预约中使用了催眠状态。

(“符号呢?”)

符号是一种扭曲，指的是那个圆形物体。

我最初看到这个物体时，就像是——作为光的圆形物体——出现在卡片上。

(珍和我觉得这段信息非常有趣。我们还将其与数字 12 的情况做了对比，其中牙医的地址中的数字与候诊室的人群概念混淆在了一起。显然，赛斯在解释测试信息时越来越具体了。)

麦迪逊大道对鲁柏而言意味着纽约，并且和费尔的联想相关，但这其实是错误的。

不过，虽然是错误的，这确实与费尔最近的喉咙问题有联系。鲁柏察觉到了这种口腔的关联，你明白吧。

(珍的出版商最近写信告诉她他有喉咙问题。)

就像平时一样，我还可以继续，不过这次我们就优雅地告辞了。祝你们一切顺利。

(11:05 结束。珍解离如常。她的语速正常，眼睛频繁睁开。她像往常一样说，赛斯可以无限制地继续下去。)

Y5-3-226.1

第226节

前情回顾：

最近几节课的内容都在涉及角色我所感知与理解的时间体系，而时间本身并非犹如我们在伪装层中感受到的显化所见。因此了解与理解矩阵是如何通过时间系统构建出角色对所在世界认知的，成为了意识破幻的关键。

在角色正经历着的剧情时间轴内，角色认为有一个所谓的确定的历史存在，这历史包括地球编年史、自己已经历过的人生、近代史，还有灵魂的转世剧。角色极力地渴望让这些历史都具有高度的确定性，以便自己可以依据有迹可循的客观规律来预期未来，这让角色我感到这世界是由逻辑统治着的，是可预期且可控的。

之所以角色我会极力地渴望获得历史的确定性，是因为角色我比谁都明白，其实无常才是本真。但角色脑是无法用逻辑脑应对无常的，所以选择忽视多重平行实相，选择信赖因果秩序，选择坚信未来由我创造、历史已成定局，才令自己活得更安心。

但角色所具有的此生记忆与了知到的历史、探知到的未来，其实都是宏观矩阵体系里万缕千丝中的沧海一粟。不存在确定的未来，就像不存在单一的过往一样。在矩阵中的一切都在随时随机发生着变化。

而时间在每个位面与维度中，在每个平行领域里，在不同观察者的觉受范围内，都各自不同。伪装层故事线里的“历史”只针对选择了这一剧情的角色我“有效”，并只针对当前的这个角色我有效。

你不再是一天前的你，而一天前的你，也并未因你从那时间帧中已走过而消失。他还在自己所在的剧情中，被其它使用这一角色的人格所激活，或被那个懊悔的你再次利用，正在此时做出和你昨天相同、近似、或截然不同的历经。

当然对于明天的那个你来说，当前的这个你，对于他也一样。在他看来，昨日之我看似已经湮灭在过往中，成为了明日之你的一段记忆；可是此刻的你却鲜活地生活在当前帧中，做着或许与明日之你，在今日所做过的相同之事或不同之事。

我们一遍遍地走过时间的长河，利用日后的知见，改变着过往的抉择；而此刻你在意什么、选择怎样的路径，又决定了自身日后能体验感知到的实相领域。角色我在梦宇宙的电子矩阵中，从理论上讲，确实有权体验所有可能性，也确实需要体验规划内的主要课业，拿不到足够的学分是无法离开本意识面向的。

所以所谓的转世剧，其实并非是周而复始的轮转或惩罚。在每一个新学年中，你或者进阶了年级，有权接触到更难的功课；或蹲班了，又一次走过相同的历经，拿起上次的课本，参加相同的考试。这都看你在学期间到底都做了些什么。

有些透过角色的经历学到了，明白了，有些混了一辈子不知不觉，有些后知后觉的还算好，就怕那一考试就骂街、好了伤疤忘了疼的——学习时发呆，自习时搞“副业”，上课时听不进去，下课了一翻白眼：这没讲过啊，我怎么知道！



细雨社 www.xiyushe.org

赛斯：

昨晚鲁柏的情绪化状态，是由你们的朋友马克来访引发的。

首先，鲁柏在担心你约瑟，你发现在周五晚上已有其它会面，要取消先前的计划才能有时间招待马克。珍心里感觉自己没能规划好时间，因此感到内疚，而她已经承诺了跟马克的会面，尽管并不情愿。

同时珍发现，另一位客人也被邀请了，那是她曾经工作过的那个画廊的老板，而此人珍自己相当不喜欢他。

然后，她表现出一个女人的典型反应，她不相信自己已经准备好了足够的座椅。可她心里是不想为这画廊的主人准备椅子。她不想招待与

应酬他。

然而珍自己感觉这样做是很得罪人的，因为这位老板是个黑人，珍担心自己太过明显的不喜欢态度会被视作为种族歧视，而非人际关系上的距离感。珍为了证明自己是大量的，开始在抵触的情绪中准备这次会面，然后就是陷入了紧张不安的情绪纠结中，开始疯狂地一次次确定那几把椅子放好了。

珍在童年时记得曾有个黑人男孩帮助过她一家，那人叫“爱德华·布里斯科”。爱德华很穷，因境遇艰难而在鲁柏家帮忙。（珍的童年朋友，三十出头死于糖尿病。）

出于对那个男孩的情感，成年后的珍因此感觉自己对任何黑人都非常亲密，珍渴望也能帮助到黑人，但从没想到要欢迎那个黑人来自己家做客，这让珍感觉非常自责。自责的是她确实不想让画廊老板来家里做客，可他又身为黑人不好拒绝。

珍的情绪化状态与苦恼和纠结，其实与“缺椅子”几乎没有什么关系，她逻辑上知道你们的椅子足够多。

此外，你们的活动很可能市长也会出席。鲁柏把童年的朋友爱德华·布里斯科影射到了画廊经理身上，只因为俩人都是黑人，珍以自己的天真方式想：要是她的黑人朋友与市长坐在一起会有多么高兴，那是多么令人印象深刻的场面啊。

所以,爱德华和这个画廊的黑人老板在鲁柏的心智中纠结套叠在了一起。珍知道,让这个年轻黑人与市长同席坐在一起接受非正式的访问是非常偶然的,可以这么说,虽然珍极力否认这一点;然而鲁柏是不想一个人待在家里的,因此爽快地答应了这次聚会,没想到与罗已安排好的其它事情,在时间上发生了冲突。

我决定要说这些话,是因为角色珍现在正好与鲁柏各自在这个时间点上,产生了内在的纠结:自我不想接受画廊老板的来访,自己又渴望这次聚会的成功,许多相互矛盾的反应因一些更深层的原因与特殊理由,相互纠结成乱麻。

这里也有一些其他的问题,鲁柏在这里的感觉,就像约瑟你做的那样非常正确,此刻的马克正遭遇其心理层面上极其复杂的令人难以应对的情况。你俩都试图帮助马克,而且也的确能最终帮到他,届时马克会从内向的性格转变得更外向一些。



但这会面也有其他的危险。马克在潜意识中害怕黑人，因为某些前世的记忆。这恐惧是如此之大，以至于他会表现出既友好又排斥的矛盾状态。马克在这场聚会中若能保持兴趣的状态就够了，这场艺术展览会对他的发展有极大的好处。

让我们回到对时间的讨论上。

在心理学的圈子中，人们把个人的童年经历看作是其心理组成的一部分，把孩提时代的遭遇看作是完整人格中的一部分。这个理念是正确的。

但这个认知并不完全，是的，这种情况下孩提时代的记忆确实存在于人们之中，并影响着成年后的认知与性格，但这个人其实早已不是那个“孩子”。他记忆中的回忆，也就是其认为自己回忆里的那个“孩子”的记忆，早已不是真正发生在那孩子身上的事件的精确再现。

也就是说，回忆中的童年事件，其实它们并不包含所发生的任何特定事件的精确图像。当人们追忆往昔时，每个历史事件都被此刻的自己“重”建，并且每一次“重”建都无意识地在改变着其中的什么，哪怕这改变很精细细微。

没有谁在此刻的当下能注意到片刻帧中的全部细节，在万千信息点中，每个人只能关注到三十到四十个信息点，遗漏的一般超过 99%；而即便是自己关注到的信息，也在大脑的判断、分类、收藏过程中发生

了自我赋予的扭曲。之后在回忆时，那当时被察觉到的三十个信息点，能想起来的不到十个，能正确串联拼接的不到二三。而在串联拼接的过程中，自己脑补进去的扭曲又占一半或一多半，所以几乎没有什么回忆会与真相是全然契合的。

这个被自己不断改编的过去，其组成形式本身只是一连串矩阵中的电磁代码，角色所遭遇的任何特定人生事件都不过是这电磁映像连接成串的影射结果。这些被观察者连接成故事线的片刻点们，看起来是完美丝滑的实相经历，其实是在被不断改变着的。每次组合它们的能量频率都是不相同的能量。这所谓的过去，总是在不断被改变着。在你们认为的过去中，其实没有什么是静止不动的，任何好像在记忆中定格了的历史认知都是一种错觉。www.xiyushe.org

你完全相信过去已成定局那就错了——这种认知本身就源自错觉。就像你相信未来并不存在一样，过去永远不会消失，因为就没有能与要消失的过去。

当你们追溯童年时，那个在记忆中鲜活无比的“孩子”，其实没有停留在一个被你们叫做“过去”的封装里，童年的那个角色我并没有真的消失或被隔绝于现在和未来之外。

根本就不会这么简单。从出生到死亡，每一帧里的那个我都不会随着意识焦点的离去而湮灭无踪。没有哪个“我”位于停止点或开始点上，在人格俯视角角色一生剧情的同时性中没有一个是年轻的或衰老的具体

分割点，一生的一切都是同时发生的。

只是在你们的伪装系统中，一切都变成了慢动作的逐格播放。你们不只是在慢动作中进行逐帧地感受，而且只能沿着一条自己所关注的时间线感受万千种可能性里的一条。并且只能前进无法倒退。

人格对角色的关注的确是强烈的，但这也确实限制了你们对更广泛实相的觉知力。要知道除了未来是多变的，每一版角色的过往也从未一致过，你们生活在稍纵即逝的极端方式之中，无法对相对不“重要”的范围给予关注。因为角色我能在瞬间处理的信息量确实极其有限，你们始终要把注意力保持在自己身上与周边，无法处理多线程信息，更无法做出同时响应。

细雨社 www.xiyushe.org



角色我不再感受到过去时，因此就认为它已经消失了，并且那个曾经的自己，也就此不见了。但你所认为的，那个自己头脑记忆中的“特定时刻”或说经历内容，在你对它“自以为是”的经历与感受之前其实就早已存在；即便你经历过了它，并不再有意识地感受它，那些实

相帧与其中的人物还是会被你不断地进行着再改造。而这包括所有生命中的时刻，不管是出生前、生活时、或死亡后。内在自己对这些都可以感受，并确实在不断地改变着每一个细节。

倒转时间的流向并非是一个概念，时间确实可以也确实在向各个方向移动，每一个行为都影响着所有的其他行为，所以，在任意点上你都可以对全局做出影响，并在自身内部不断产生反应。

看似过去的时刻，永远不会被盖棺定论，角色只是有意识地对其视而不见，也没有跟随它进入那无止境的千变万化。

在梦宇宙中确实有些系统可以在大概率事件上只经历一次。这类标配的流程性经历，没有被反复经历的必要。人格会把自己主要的精力集中在生命历程中某些特定时刻、那些至关重要的抉择点上、那些左右后续剧情走向的重要时刻中，好让自己能够全身心地、最彻底地经历某特定的时刻。

但即便是这种重要的特定故事高潮章节，其“实相”也并不是通过连续的整段的时刻帧取得连续性的自己，重要特定人生段落也就像经历大概率事件时一样，所有的帧都是逐格拼凑起来的，任何特定瞬间的所有画面与各种事件无一例外。

你只是在伪装层中的实相帧间，依据自身意识频率而完成画面的跳跃，事情就是这样。但这不要理解成从一个时刻跳到另一个时刻。再说一

次，没有所谓的时间，你是从一个画面跳转入另一画面，就像是跑过溪水时，从一个石头跳到另一个石头上过河，在这里只有位移发生，而你们把其画面的变化理解成了实际存在的时间。其实你对故事内容的感受，决定了时间的流速。所以有度日如年和一晃百年之说。



现在是我们的伊斯博士资料：

今日的目标物是一个小巧、顶部似乎是透明的像是玻璃纸或塑料一类材料的盒子。里面填充着天鹅绒或丝绸的垫层，盒子内装着一个圆规、钢笔或铅笔。有 1936 或 1937 年的印象，或许是他得到这个盒子的时间，我认为这是一个礼物。

物品上残存着某些意识信息的连接，那与一个很亲近的、像兄弟的人有关联，那人是金发，送给了博士这物品，为了达成双方的谅解。



有对我的测验吗？

(今晚的信封测试我使用了本月初去看牙医的预约卡。就像珍在 1965 年 5 月去看科卢奇医生时那样，我让自己进入恍惚状态来作为实验，感觉非常放松。我选择这张卡片，是因为我认为它带有强烈的个人情感，而上次测试中使用的身份证属于一个与我们几乎不相识的人。
(略，详见上节) 细雨社 www.xiyushe.org



Y5-3-226.2

第 226 节 不同系统下的连续性 伊斯遥视 33 约翰的职场

1966 年 1 月 24 日 周一 晚 9 点 常规课

(1 月 21 日星期五晚上，在比尔和蓓·加拉格的请求下，珍成功地对他们分别进行了催眠。这次实验并非事先计划好的。蓓以前接受过两次催眠——其中一次由米尔顿·埃里克森博士进行——但这是比尔的第一次经历。埃里克森博士闻名全国。

珍在对比尔的两次尝试中取得了部分成功。第一次效果最好。比尔无法睁开眼睛，左手也产生了良好的遗忘反应，珍用这些测试来向他展示恍惚状态。然而，他在两次催眠过程中都无法说话，并且在珍要求他回答问题时会从状态中醒来。不过，他的放松效果很好，而这对他来说很难做到，因为他有胃溃疡。)

催眠术的种类很多，大体上可分瞬间催眠法和渐进式催眠法。

瞬间催眠法可在几秒内利用突如其来的惊吓让被催眠者进入对某一信息的高度关注，就在这一恍惚间，利用催眠短语对被催眠者植入命令语句，让被催眠者的角色与角色我间的意识连接陷入脱机状态。角色的肉身行动力、反应力、思考能力都被保留，但自主意识被剥离，角色进入 NPC 状态。

在 NPC 状态下，被催眠者一切都可如常照旧，他人和自身都对此毫无察觉，只是其作为完全受催眠者的支配。被催眠的时长没有时效性，直到催眠者主动解除之前预设的催眠暗示。

渐进式催眠相对和缓，主要为了保持被催眠者的自我意识始终在线，具有全然的查知能力，但渐进性地剥离角色肉身与角色我的互动关系，让角色我逐渐透过渐进式的放松，把意识焦点从对肉身的控制、对角色脑的读取，转移到对内在的察觉与对内在资讯的探究。

一个人是否可以被催眠，取决于个人对自身的认知强度。个人的自由意识可以透过无言的自我催眠先暗示自己其它催眠是对自己无效的，来抵御催眠效果，不跟随引导词进行意识解离。

催眠体验本身是没有危险的，但催眠师因可在催眠过程中，为被催眠者下达任何心理指令，并且这样的指令无法被受害者察觉，所以想要尝试体验催眠的好奇宝宝，需要寻找可信赖的催眠者体验催眠，最好不要盲目地猎奇。不然后果是自己无法控制与预估的。



上图：法国一催眠师利用催眠在治疗过程中性侵12名女客户，暗示命令男性客户转让财产给他，私吞他人私人财产。被判处7年徒刑并禁止日后再从事此类工作。

（蓓在第一次催眠时也无法说话，并在珍向她提问时脱离了恍惚状态。第二次尝试中，珍采用了更权威的方式，取得了相当好的效果。这次她没有提问。蓓躺在沙发上时，珍把我们的猫威利放在她的肚子上，蓓达到了足够深的状态，没有任何反应。蓓非常害怕动物，尤其是猫，因此赛斯称她为“猫情人”。

蓓坚称她容忍威利的存在是因为她以为是珍在触碰她而不是猫，我们都感到很有趣，包括蓓自己。）

当被催眠者进入深度催眠状态后，其肉身的感知能力和大脑的思维判断能力都会被扭曲。请注意是被内在意识扭曲而非丧失或剥夺。当然扭曲中可以包含感知剥夺。

处于催眠状态中的人，其所见所感、记忆与觉受，都与他人所见闻的群体实相不同。而且自己无法察觉自身处于更深一层的伪装实相内。在意识投射的伪装实相内，被催眠者会感觉自己具有全然的自主意识和真实的生活体验。这样深度投入的“梦境”人生会持续到自己被唤醒，或在梦中遭遇死亡为止。有时在梦境中哪怕死亡也无法唤醒被催眠者，直到其主动看穿幻境并对其中的人或物再无留恋。

被催眠者在“梦”中经历的与所见的实相，可以是第一人称视角也可以是第三人称视角，所经历的故事时间流速一般是我们时间流速的 24 倍，其角色经历的时间轴具有可操控性。当然可操控时间流速与流向的并非梦境中的角色我，而是催眠师利用画外音给被催眠者下达意识命令语句——被催眠者把这种指令下意识地理解为圣灵的圣喻。



上图：南柯一梦

（加拉格夫妇离开前不久，大约凌晨一点，赛斯短暂地出现了。他告诉我们，他很愉快地观察了整个过程。他解释说，比尔让催眠进行到某个程度后，他的自我意识叫停了，但他可以进一步前进。赛斯说，蓓解释自己容忍威利靠近是因为她以为是珍触碰了她，而不是猫，这是在合理化。赛斯带着高兴的语气表示，当珍采用更权威的方式时，蓓实际上达到了极深的催眠状态，否则她不可能容忍猫的存在。）

无法被深度催眠的人，一般角色我都非常强悍、多疑多虑且自我保护意识强，再加上对内在世界与内在自我的强烈抵触，这种抵触来自过度发达的角色逻辑脑。

（当时我对珍要尝试催眠有些怀疑，因为最近我们没有时间在这方面做太多工作。但是珍说她想试试，加拉格夫妇也坚持要她试一试。我原以为比尔不容易被催眠，但他对自己的第一次尝试结果感到相当满意。比尔和蓓都表示，如果珍在引导过程中多花一些时间，他们可能会表现得更好，然而珍的方式其实相当悠闲；因此，对他们来说时间似乎被压缩了。

赛斯有一段有趣的评论，他说当晚他通过珍的眼睛，与珍一同观察我们。他表示，他看到的是作为个体的我们，而不是包含我们过去、现在和未来的复合电磁影像。有两次非常短暂的时刻，赛斯稍微提高了一点音量，但也没到全开的程度。因为时间已经很晚了，我很清楚可能会吵到房子里的邻居，所以格外注意这点。)

高维意识体，如果想准确地针对某一帧内的角色“说话”，需要一系列准确意识聚焦，在众多的平行实相里，精准地定位到某一版角色的人生中，再具体化到这一角色时间轴上的某一点，并与其保持时间上的、频率上的意识同步。

这就好像我们进入视频网站，面对某一主播的所有节目列表，从这些平行实相中选取某一期节目作为自己的关注点打开，然后拖动时间条上的按钮找到自己想要展开的某一帧画面，再点击播放时，开始与视频的时间流进行同步。

而视频内的那个角色对此却一无所知。当视频开始流淌时，对于视频内的主角来说，一切都变得无比真实与实时同步。这主角无法理解与相信自己所处的世界，不过是历史片段，自己只不过是万千自己平行视频中的某一个人格片段；而这些同时存在的视频段子里，有些是自己更早期更青涩的作品，有些则是自己后来已经很熟练时的作品；而这些不同时期的自我，它们同时存在于平行实相中，没有哪个比哪个更真或更假。

观察者们依据各自对不同主题的需要，非线性地打开这些可能拍摄时

间跨度超过半世纪的视频，选取其中某些观看。这样的观摩可能只发生一次，可能持续关注同一个话题的几期，可能对某一期内容反复观瞧并把自己代入其中，与视频中的主角形成密切的情感共鸣，专注且深刻地把自已代入到角色中。

（今晚没有进行信封测试。

我们来自宾夕法尼亚州威廉斯波特的朋友约翰·布拉德利见证了这节课，他偶尔会参加课。约翰通常以心灵感应或超视力的方式激发赛斯，因此今晚也产生了一些效果。约翰上次见证的是第 204 节。

约翰第一次来时提到，他参加了本月早些时候在俄亥俄州克利夫兰举行的一个销售人员会议，他是塞尔药品公司的销售代表。他一提到克利夫兰，我就要求他不要再说了，以防赛斯之后要提起。幸运的是，珍当时不在房间里，没有听到提到克利夫兰。

这节课在我们宽敞的前厅举行，和往常一样，光线充足。珍坐着闭着眼睛开始说话。通常有见证人在场时，她似乎会格外精力充沛；她的语速从一开始就很快，声音也比平时更有力、更低沉。）

约翰的存有名是菲利普，前世曾在 16 世纪的瑞士靠娶了一个胖到让自己都厌恶的女人获得财富，并据此一生做药品生意，主要是向富人们兜售春药。后来在美国早期的拓荒年代中，演绎过生了一堆孩子的女性。值得一提的是，这女人与其瑞士的男身时代相同，只是所处的地理位置不同。

他此生选择了男身，在上世纪的六十年代又当药品商过活。此生的母

亲就是他自己原先在瑞士的妻子,那时他深深地伤害了那个女人的内心,而此生女人演绎了他的妈妈,每每都让他头痛不已,而又无法摆脱。这种相爱相伤的对等体验是菲利普为帮助这女人的内在神魂平复愤慨而做出的选择。这选择一半基于慈悲,一半基于内疚。当然人格有自由意识,可以选择是否帮助他人平复内在的认知卡顿、是否搭戏友情客串某一人生角色。出演是情分,不演是本分,这与因果奖惩毫无关系,全看个人的内心良知。

晚上好。欢迎我们的朋友菲利普。

如果我们兴致勃勃的鲁柏平静下来了,并且我们的朋友菲利普放下了他的报纸,我们就可以开始了。

(珍今天写了一些让她非常满意的幽默诗歌,并在课开始前读给约翰听。约翰的存有有名是菲利普。课程开始时,他正在折报纸,赛斯照例毫不客气地要求他保持安静。)

今晚我想为你们提供更多关于倒置时间系统的资料,因为当你们了解它的运作方式后,就可以更容易地利用它。

约瑟,如果我说得太快,你可以打断我。

当倒置时间系统的本质被真正理解时,个体便能同时接触到所谓的过去中获得的经验,并能够利用尚未在你们的现在中发生的事件。这并不意味着他会有意识地预知未来的事件,因为正如你们记得的,这些事件可以随时被他改变。他不断地在创造自己的经验。他在不断地形成过去的事件,就像他在形成现在和未来的事件一样。

如果个体透过修习自我意识的解离,达成自我意识焦点的内化,把关

注于角色我的外在觉知轻安宁静下来,让角色的头脑处于不添乱的待机状态,就能集中注意力透过潜意识的通道,产生与内我的意识交流。而内我因其具有跨维度的自然属性,所以不用什么刻苦的修炼或神奇的功法、上师的灌顶、十万次的礼拜,它本自具足所有神通。其中最基础的神通就是,无视伪装层中的时间线进度条。

人格此刻正在关注着的角色,它在伪装实相里、在梦宇宙里的所谓未来与所谓过去,内在神魂都可通过拖动时间轴上的控制条,快速聚焦并查看其内容。

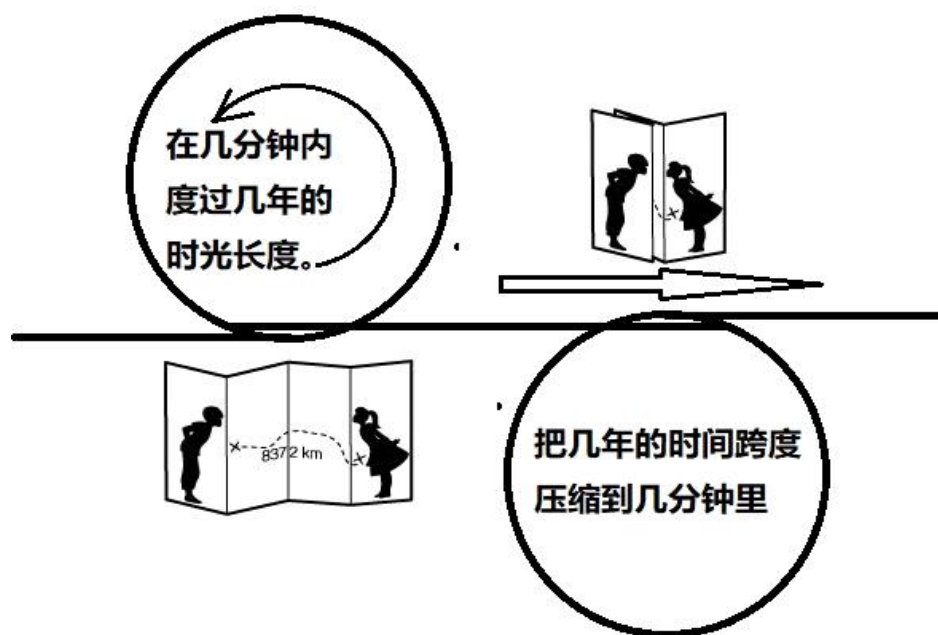
这里所说的物质,与我们习惯中认知的物质并不相同。赛斯在讨论的物质是每一个显像伪装帧中,由意识能量微粒瞬间构化出的物“相”伪装显化。这样的物相本身只存在于这一个显像帧中。下一帧与上一帧里的相与显像坐标,其相同的那个“物相”展现,是显像承续关系,但不是同一个物质的真实持续。



从灵体的视角上看,这六个帧与帧内的物相与人物是同时存在的,而且就是这样永恒地定格在这帧里的。那么你说这六个甚至更长60万个600万个瞬间连贯起来的角色一生,与这一生中各种可能性构成的多元矩阵、数千万个底片里,哪个我是我呢?

这就好像此张图片,它属于一个视频中的一帧,但当我们受困于“被动观察者”的状态时,只能把每一帧当做当前的唯一真实;但在广袤的当下里,主动观察者可通过随时拨动拖拉时间轴而真切地看到所谓

的过去与未来，并在当下对所谓的过去与未来做出调整与剪辑修正。所以对于主动观察者来说，不管是时间还是实相，都不存在确定性和唯一真实性。一切内容都可随时被重写、改编、剪辑、拼接。时间可被暂停、倒放、倍速、跳转，在灵界可以把伪装层现象界中的数秒拓展成某一角色一生的经历，或者把几天或几十年缩地成寸地无缝连接到一起。这样对角色时间轴的后台编辑，叫做时间的内卷与拓展，这是除了把时间倍速前进、倒带、跳转、暂停之外的高级编辑手段。



上图：在几分钟内度过几年的时光长度；把几年的时间跨度压缩到几分钟里

在许多方面，个体并不受制于过去的事件，因为他在不断地改变它们。因此，他也不会被未来的事件所左右，因为他在事件发生之前和之后都能改变它们。可惜的是，我们的朋友菲利普缺乏必要的背景知识，无法清晰地理解这个讨论。

所谓的预感，往往是内在对某个可能发生事件的预先识别。如你所知，这里并没有你们所理解的因果关系，然而，确实存在概率。要说个体

的决定必须基于他过去的具体事件,或者他的未来行为由过去经历所预先决定,这样的说法并不正确。从根本上讲,过去和未来一样真实,既不多也不少。对于个体来说,过去是以大脑中的电磁流模式存在的,这些连接也在不断地变化。

一个人是否受到自己过去经历的影响呢?是也不是!

比如一个人非常愤恨某人,总想设法杀了对方,因为自己记得和对方有杀父之仇夺妻之恨,可有一天他发现自己的所有记忆是被某组织植入的,自己成为了被洗脑后的傀儡,他对那人的恨意立刻就消散了,而开始恨那个给自己洗脑的地下组织。可他并不知道自己被地下组织洗脑与植入记忆的这段记忆,才是被他人植入的。当然此人的认知与后续行为在大概率上我们是可预期的——他会愤恨不已地去找那无辜的地下组织拼命,直到他发现这记忆是被有心人催眠植入的为止。

其实所谓的过去,只是角色的记忆和电磁云端信息库中的拷贝,那内容是可被无数次再改编的,个体的未来走向依据这些故有数据展开,形成初始点、发力点、趋势抛物线,和大概率着陆区间。

一个人一旦透过学智达成了转识,即刻就可转运,命运之后展开的路径随即就大不相同。你关注什么、相信什么、期许什么、在意什么、聆听什么,决定了你经历什么、向往什么、欢喜什么、成就什么。

在标枪出手的瞬间,其飞行的轨迹与大规律的落点,在未发生前就已经成为了确定已知。这不是预知能力,而是趋势定式。但人生并非是

标枪，投手也不止投掷一次。那飞出手的其实可以想象成一台“无人机”，它确实依据惯性在轨迹中划过天空；但任何时候，如果无人机愿意接收信号，都可做出飞行姿态的调整，而改变着陆点与飞行轨迹。



很多人因生活在线性时间的一维轴上，就误以为生命的历程仿佛是丢标枪——从初始参数就能算出一生的宿命，因此有了因果论，有了各种算命预言的门道。可是少有人知，开悟者的命是算不准的，因为开悟者我命由我不由天——开悟者就是肯于接受遥控信号的那台被抛掷出来的无人机，从惯性的自由落体状态，摇身一变，直冲云霄。

Y5-3-226.3

个体能够在某种限制范围内改变过去的行为，因此，他的未来行为并不依赖于一个固定且不变的过去，因为这样的过去从未存在过。

构成自身过往的记忆或伪装层中的近代、远古编年史，都是被梦宇宙矩阵依据角色需要生成的。你接纳认可在意执意于它，那就受其左右与影响；你若脱离了这种在意，那其对角色的束缚力和影响力也就会

弱化到最小。当你不再纠结于过往时，未来也就变成了更宽广的无限可能。而无限宽广的未来又反过来让所谓的过去变得不再那么重要。换句话说，当你不再“在意”与执意于我是谁时，那所有束缚这一角色的羁绊也就瞬间消失无踪了。当自限性消失时，无所不能与无所不是也就同时被激活成可能。

我希望这些观点能被非常清楚地表达出来。通过预知或超视力看到的未来事件，可能会在你们熟知的时间中发生，也可能不会发生。因为你们看到的是概率事件，这些事件在你们的时间系统中可能会出现，也可能不会。

然而，这样的事件会在其他时间系统中发生，因为所有的可能性最终都会变为实相，只是你们可能无法感知到它们。在这一点上，我们的朋友邓恩非常正确。

在梦宇宙矩阵的众多平行实相里，一切可能都如此真实地同时存在着，但人格所扮演的角色，并不必须按照那角色故有的人生轨迹经历一切已是，每个灵魂都有权依据自由意识，选择与创造出属于自己的人生路径，当然前提是你的角色我理解与明白了对内在热忱的臣服有多重要，肯于配合你的华丽蜕变。

如果角色我持续架空神魂的主张，或某一角色根本就没有内在神魂，那你和他说这些就等于对牛弹琴。NPC 的逻辑脑是无法理解与认同这些高维内在资讯的，甚至觉得这种想要让其内观自觉的建议简直就是对其存在的挑战与亵渎。

确实可以对大多数梦宇宙中的 NPC 进行精准预言，因为那些人的初始状态设定与人物脚本是在矩阵里被固定好的。但拥有内在人格的角色，其一生的命运并非是一个定数。自我意识频率的高低，决定了其能理解什么、能见闻觉受什么、能认同了知什么、能掌握解析什么、能有怎样的自我提升能力范围、能兼容多宽广的实相范围、能使用多少个不同位面上的视角同时观察同一问题。

在多维多元的平行实相中，你最终到底会经历哪一个实相、形成怎样的认知记忆，依据几个重要的参考点：

1、你在意关注什么，就渴望体验什么。比如我们的胃溃疡先生，他被医生告知有病，然后就把自己有病当成信念，并不断地对自己重复强化这一信念。结果自然就不停地体验自己的内在渴望之外在显化。

2、你相信什么，就体验什么，自己的世界由自己缔造。你相信一片淀粉药片能治好你的疾病，那你也就奇迹般地好了起来。有天你得知那只是一片淀粉后，症状又复发了，因为你不相信一片淀粉能让你好起来。

3、个人的意识频率决定了个人能有资格进入的意识实相。矩阵中同时存在着所有可能性的实相，当你处于惊恐、愤怒、无助、沮丧时，你就自动被矩阵匹配到此类实相中去，成为祸不单行的牺牲品；如果你保持喜悦、平静、爱与乐观的心态，那你就被系统自动投送到什么事都顺遂的实相里去。这就是自由意识对未来走向的影响。

有人说“啊，我经历了这许多苦难，我怎么可能快乐得起来、乐观得了呢？”，这种思维方式就是典型的角色被过往所困，并认为过往是真实不虚且无可变革的。持有这样观念的人，因这样的观念，不肯做出自我意识的变革，也就无法让自己的未来呈现出大趋势以外的概率性突变。

现在我让你们稍作休息，享受一下简短的闲聊。

先记下“第12街”，然后就放在一边。第12街对菲利普可能有一些意义。

(9:17 休息。珍在一段传输时解离如常。她的眼睛一直闭着，语速很快，声音比平时更强、更深、更有力。

正如我所希望的，约翰没有对“第12街”这个信息发表任何评论，珍也没有问他。在休息期间，我们讨论了约翰所在的塞尔制药公司正遭遇管理问题导致的财务困难；赛斯在约翰在场时经常讨论此事，迄今为止他的说法都是准确的。

就在休息结束之前，谈话涉及塞尔公司即将上市的一些新药产品。珍在9:29以一种极为活跃、充满力量的方式恢复，眼睛依旧闭着。)

我确实觉得这个话题很有趣，我自己没有类似的问题，因此我将避免对此发表任何评论。

这些可能性，这些可能发生也可能不会发生的事件，非常有趣。让我们考虑“自己一”和“时间一”。通常，自己二确实能够看到自己一未来可能发生的事情。然而，自己二所看到的是可能性，其中一些确实会在自己一中实现，而有些则不会，这就是我们的朋友普里斯特利

和邓恩的不足之处。

普里斯特利在这一点上也有一定的正确性。这些可能性确实在某处发生，但它们会发生在一个普里斯特利和邓恩从未想象过的自己上——这个自己与任何个体同时存在，是他的一部分；但这是一个在你们特定的系统中他永远无法了解的自己。

当我们修持心灵的课程，逐步透过解离与内我相交时，很多人开始信赖内在灵感的预示启迪，包括对灾祸的预警，可是经常这些预警却很贴谱，自己成了杞人忧天的一个笑话，逐渐地不再自信和信赖内在资讯。

其实你感知到的危险，它确实存在，甚至在上一次就是对你致命的，或就在此刻，其它平行层中的另一个自己正在苦苦挣扎，而那绝望的嘶吼被潜意识传递给了你。而因矩阵中存在着体验自平衡机制，你作为对等体验者，有幸没有经历灾殃实相。这并非是内在感官欺骗了你或你的直觉力不可靠，只是在这一版中的你，有幸避开了这个坑。

我们且说如果某人的直觉力准确性只有五五开，一半都是错的，那他应该相信自己的直觉吗？在我看来，至少他会比全然没有直觉力的人，生存概率要大五倍，因为其他人已经死了五次了，而你五次全躲过了、五次成了个笑话。

我们且看珍练习透视信封的努力：她经历了一年多的各种不贴谱，但她没有放弃，而慢慢地开始找到与觉察到里边的精微技巧，开始明白如何能聚焦与保持信息，明白如何解读朦胧的印象。

有一天，我们将精准地来解释这一点。然而现在我们尝试用简单的语言来表达。每一个思想都有它自身的能量，并在能量中产生影响。我们现在并不是在谈论你们那陈旧的因果理论。每一个行动都会改变其他所有行动。无论是否发生在你们的系统中，任何可能性都是一种实相，我将对此进行进一步说明。

在某些其他系统中，实相并非作为一系列片刻被体验，而是所有存在于任何特定时刻的可能性行动的整体体验。因此，连续性指的是自己的连续性，而非一系列时刻的连续。存在的是一系列自己——

（珍的眼睛此时大睁以示强调，非常深邃。她的声音洪亮，语气极为强调且快速，频繁地做出手势来表达。）

——内在自我有意识地运作，以提供这种连续性。

因此，在这样的系统中，你们关于“现在、过去和未来”的概念是不存在的。你们关于一次只能经历一个事件的理解也无法被接受。这个维度存在于普利斯特利和邓恩甚至从来都没有探究的实相中。

感知者的整个心理结构与你们完全不同，并不存在从所有可能事件中独立出来的单一事件，而是感知者能体验在你们所知的任何时段内，任何给定个体可能发生的所有数学上的事件。

（下一段珍的表达极为强烈而坚定。）

因此，感知参与者的心理组成与你们的完全不同。不过，在这种系统中，与在你们系统中的情况相似，感知者既是参与者又是创造者，但他并不受限于你们的时间概念，而是与可能性打交道。按照你们的理解，他仿佛在每一个片刻深入探索所有的可能性，以至于在你们的时间概念里，可能已过去几个世纪，而在另一种情况下，仅仅是一个瞬间。

这里的时间系统完全不同。然而，在两个系统中，价值完成都是完全有效的，并且以一种非常宽松的方式，这个可能性系统可以比作邓恩的时间三。

时间一是角色所处的时间轴，时间二是心理与意识感知到的时间体系，时间三是灵界内的时间体系。人格所扮演的角色，到底会在人生中经历哪些个人实相，主要依据人格的意识成熟度和角色能与人格相互配合的契合度。

人格选择了人生剧本和其中的生命蓝图，其角色会被塑造与经历什么、在哪里出生、成为什么家庭的成员、遭遇怎样的童年、与谁相爱、有怎样的孩子、孩子由“谁”来扮演、妻子或丈夫由谁来扮演、或只是剧情里标配的背景人物、什么时候遭遇怎样的意外、什么时候因为什么会死去，在角色的剧本中都是被安排得明明白白。但当你进入自己的角色后，有自己的灵活性。这些标准剧情成为了这一角色的主线或说大概率事件。而若角色觉醒觉悟了，打开了隐藏模式，成为了自己生命的主宰甚至自己世界的规划者、缔造者，那就是另一个故事了。

你经历怎样的实相，角色说了算，角色也说了不算。如果角色持续架空内在神魂，那一切就都会按照固有剧情展开；如果角色成功开启了隐藏模式，那之后的生活怎么开挂都没人管得了你，因为你的世界由你做主。

这就好像多数人在自己的梦中只是一个被动的体验者、观察者、经历

者，随境随波逐流地经历一个又一个的幻梦实相。但修行人可以透过记梦与解梦，强化自己对梦境的掌控力和觉知力，最后可以清晰地知道自己在做梦，并营造清明梦，在自己的梦里言出法随，成为创世神和唯一的万物缔造者。

这绝对不是传统意义上的唯识论或唯心论。心识领域的认知与标靶，对于内在宏系统来说太过两元性了。意识并非虚无，其具有的“实体真实性”远比我们伪装层中的所谓物质世界要真实与客观多了。唯物论或唯心论，相互争辩的范围还处于角色逻辑脑所关注的本意识位面中，还是哲学问题，计较着口头上的斤两是非；而并没有认知到，意识能量本身就是波粒二象性的既是也是。



（赛斯几个月前开始给我们提供有关电场和片刻点的资料时，曾简要提到过上述观点。这是在珍开始阅读邓恩和普里斯特利的书之前的某段时间。）

不过，他们在许多方面的观点并不一致，我提到这种相似性只是为了让你们更清楚地了解我的想法。

我们休息一下。我很想把关于概率系统的资料和梦联系起来，因为有时它们之间确实会有联系；而且还有一些我们的朋友普里斯特利和邓恩没有考虑的内容——他们的“自己三”确实可以游离在他们为它设定的维度之外。

Y5-3-226.4

(9:48 休息。珍解离如常。她的声音强有力，语调坚定，速度很快。

在第一次休息前，赛斯提到一个与约翰有关的“第 12 街”。珍现在问约翰这个问题，但约翰表示暂时不会透露任何信息。珍说她在给出赛斯的其他内容时强烈地感应到这个信息，起初她不打算说出来，因为不确定是来自赛斯还是她自己，后来决定还是说出来。

珍在大部分时间里眼睛是睁开的，目光深邃。不过，因为是时候进行第 33 次伊斯博士实验了，她闭上了眼睛，语速显著放慢。她低下头，双手放在脸上。10:05 继续。) 细雨社 www.xiyushe.org

我感到有玻璃的印象。他在看着一块玻璃。玻璃是这次的目标物。

玻璃在他面前。我没有感受到他和这个物体之间有强烈的情感联系。

现在是其他印象。紫藤。

(约翰·布拉德利在沙发上换了个姿势。珍没有改变姿势对他说话。)

菲利普，在测试期间请尽可能保持安静。伊斯博士的催眠实验进展顺利。有一个特定区域有一些小困难，由于主体潜意识联想的影响，导致了某种机能失常。(停顿。)

我所描述的作为对象的玻璃与玫瑰有关。还有一种干扰。这个意识涟漪与玻璃的主人有关。

1934 年，也与该物体有关。

伊斯博士的身体状况让他比平时更为不安。他有明显的跛行。(停顿。)玻璃与一封信有关。(停顿。)这封信来自一位女性。

你有要测试我的问题吗，约瑟？

(“没有。” 10:14, 珍依旧保持她的姿势，双手捂着闭合的双眼，低头，语速缓慢。)

我重复前面为菲利普提供的简短信息，这是个大城镇，不在此地。我还想到了一次会议和一个胖子。

数字 4，以及 8 点。我认为数字 8 可能指时间。一个闷热的地方。还有一间公寓。三个备选方案。其中两个未被采用，对第三个方案仍有疑问。

同一城镇的一家街角酒吧和烧烤店，地址似乎是 12 号街，但我不确定。与此有关的是一个高瘦的男人，以及一场关于金钱的讨论。

一个山顶地址。两个女人一起居住，这是另一个印象。一个女人戴着珠串，菲利普认识她。1652。

(10:18 休息。珍解离如常。她说自己在接收伊斯博士或约翰的资料时没有接收到任何图像。

起初，约翰表示赛斯的信息对他意义不大，这几乎是赛斯向见证人提供信息后的标准第一反应。珍和我不记得有谁反应不同。通常需要时间才能让记忆开始起作用。正如往常一样，我将赛斯的信息读给约翰，然后他开始建立联系。关于约翰的资料可以参见第 135、166、190、199、200 和 204 节。许多资料是心灵感应或超视力的，尤其是 204 节的内容。赛斯在 205 和 206 节课中扩展了其内容，讨论了约翰独自一人时听到赛斯对他讲话的经历。

1966 年 1 月 12 日至 14 日，约翰参加了他的雇主塞尔药品公司在俄亥

俄州克利夫兰市举行的销售人员会议。他住在喜来登-希尔顿酒店。公司总裁及其高级助手也出席了会议。

“12 街。”约翰告诉我们，他在曼格尔酒店吃过几顿饭——这个酒店位于克利夫兰的 12 或 13 街。约翰不确定，但认为可能是 12 街。

“在一个大城镇，但不在这里。”克利夫兰离这里当然有段距离。如前所述，珍没有听到约翰向我提到过克利夫兰，尽管她知道他最近有外出旅行。无论如何，赛斯并未提及任何城市的名字。

“我还想到了一场会议和一个胖子。”在喜来登希尔顿酒店，约翰与塞尔公司驻华盛顿特区的政府事务代表麦基文先生开过几次会。约翰说，这个人与他交谈时试探他的想法，而且手段极其巧妙，以至于会议结束后约翰才完全意识到其意图。约翰知道自己可能会被考虑晋升。麦基文先生身材偏重，但并非特别肥胖。约翰提到，他对“胖”人的定义是体重严重超标，而麦基文并非如此，尽管身材较胖。

“数字 4。”约翰对此无法解释。

“八点钟。”约翰表示这可能是指晚上他应打电话的时间，但他并不认为这有多重要。

“一个闷热的地方。”约翰说这是个很有趣的点，因为他在喜来登希尔顿的三晚里，那里确实非常闷热。特别是晚上，闷热到让他难以入睡，并多次从床上起来。

我想在这里再补充一点信息，即 1 月 8 日，珍做了一个梦，梦中她看到了一个陌生的房间，尽管里面有一张床，但并非卧室。她知道在梦里这个房间属于约翰·布拉德利，尽管她在梦中没有见到他。此外，床上有凌乱的睡过的痕迹，似乎约翰在上面辗转反侧。梦中的时间是夜晚。我们不确定这是否有关联。

“还有一个公寓。”约翰目前无法提供任何解释，但这和喜来登-希尔顿酒店以及麦基文先生有某种关联。稍后将解释。

“三个替代方案。”约翰表示他不清楚这是否有联系，除非指的是他个人的计划。最近他确实有三个计划，珍和我也知道，赛斯也提到过。这些计划分别是：离开塞尔公司，在他家乡宾夕法尼亚州威廉姆斯波特购买一家餐馆；留在塞尔公司并继续待在威廉姆斯波特；或向塞尔公司要求调职并获得晋升。麦基文先生涉及到第三种选择，因此“第三个选择存在疑问”很可能符合赛斯的描述。

“街角的酒吧和餐馆，在同一个镇，似乎是 12 街。”赛斯是正确的，约翰说。曼格尔酒店位于街角，酒店里的酒吧和餐馆也在角落。正如提到的，酒店位于 12 号或 13 号街。

“一个瘦高的男人和一场涉及金钱的讨论。”约翰说，他曾带一位瘦高的男人到曼格尔酒店的餐厅吃晚餐，餐厅正好在酒吧和餐馆旁边。约翰可以从用餐的座位望到曼格尔的酒吧和餐馆。他和这位公司高管进行了长时间的谈话，但谈话内容并未涉及金钱。

“山顶地址。两个女人……”其中一人约翰认识，“1652”对约翰而言目前没有任何特别的意义。

我们讨论到这些时，赛斯又来了。10:37 珍闭上眼睛并快速继续讲述。）

我提到的两个女人，我不确定，所以我们慢慢说。这两个女人住在一起，她们和我提到的与菲利普相关的两位男士之一有关。

这里我还得到了 34。我不确定这是指其中一个女人的年龄，还是她们住在 34 街。与珠宝有联系。

（“别太快。”）

也许她在一家珠宝店工作。我还感应到名字阿尔弗雷德——一个听起来很蹩脚的名字，还有里奥。

不过我跑得有点远了，因为我现在在想着那个酒吧招待员，这不会对我们有帮助。

下午三点左右，在菲利普的家里有个场景，和他的家人有关。还有一种不满情绪。

我们的课到此结束，顺便提醒鲁柏，我曾请他在我们处理这类资料时不要抽烟。另外，还有一个晚餐约会，两名男子，并且有一张文件被展示。

现在，致以我最诚挚的问候。和往常一样，每次分别我总有些不舍，因为你们在我心中的分量越来越重。

(10:47 结束。珍的眼睛始终闭着，并且在最后这段传达过程中抽了烟。

约翰表示，对于赛斯提到的两个女人，他仍然无法提供更多线索。他提到，他的一位朋友每次去克利夫兰时都会见一位女性朋友，也许这个女人有个伴侣或室友。

在我忙于记录尽可能多的内容时，我忘了问约翰关于“晚餐约会，两名男子，并且展示了一张文件”是否对他有任何意义。

约翰对赛斯能否提供过去一年半中关于塞尔公司长期预测的补充信息表示兴趣。这类预测内容较长且复杂，涵盖了约翰所见证的多次课程：第 37、54、63、70、95、135、166、190 和 204 节。塞尔公司正面临管理和财务危机，这在股市中有所反映；约翰对此自然非常关心。

约翰提到，他在宾夕法尼亚州威廉姆斯波特的理发师叫阿尔弗雷德，而他的一个活跃于威廉姆斯波特政治组织的朋友叫里奥。但如果这些

名字指向克利夫兰，约翰无法确认。

约翰也无法就家中三点钟时的任何特别事件或与家人和不满有关的情况提供解释。

在回应约翰关于塞尔公司的疑问时，赛斯再次传达信息。珍在 10:45 闭上眼睛，用较为平静的声音继续说话。)

这种联系应该相当明显，而且开头已经知道了。主要事件将按照我说的那样发生。

我在这方面接收到与 AJ 和 AG 相关的字母——我不确定。

在另一次会议上，菲利普，你了解到了一些其他方面的信息，尽管你可能并未有意识地记住。有一个模糊但确定的与俄亥俄州代顿相关的联系。一个与代顿有联系的人将参与到你们公司的一次变动中。我们在谈论的是可能性。然而，到目前为止，还没有发生任何事件足以彻底改变预言内容，除非采取了相应行动，否则事件将按原定发展。

有一个女孩，似乎与这些事件无关，但将会在某位男性的决定中起到重要作用。请看看你能从中理解多少。

(10:49 休息。珍解离如常，眼睛闭着。

赛斯对塞尔公司的预测包括当前副总裁（公司创始人的儿子）失去实权，尽管他可能会保留名义上的职位。最终，公司将在其他方法失败后进行彻底的重组。赛斯告知约翰，留在公司对他而言将是明智之举，最终情况会好转。赛斯还提到，约翰可以在公司中发展到更高的位置。高层官员之前曾试探过他，这次在克利夫兰的会议上也如此。

正如前述，麦基文先生和另一位瘦高的官员的试探方式非常微妙，设法探知约翰的看法，但不作任何承诺，以避免被拒绝带来的尴尬。约

翰意识到事情的真相后，已向麦基文先生写信以寻求进一步的信息。

约翰现在向我们解释公司政治时提到，他认为自己看到了赛斯提到的“公寓”的联系。此前约翰对该信息无法作出解释。他说，麦基文曾邀请他到喜来登希尔顿酒店的私人房间，以便更私密地讨论公司事务。当时约翰对高级官员如此关注自己感到有些惊讶。正是在这类会面中，以及在曼格尔的会面中，试探过程开始了。

约翰对字母 AJ 或 AG 没有任何头绪。赛斯在过去的信息中也为约翰给出过其他首字母，结果相同。我和珍认为，这类信息可能存在一定的扭曲。约翰也无法就女童或代顿的联系给出更多解释。

关于公寓的信息，赛斯在 11 点再次透过来。)

这就是我提到的房间，它就是我所想的“公寓”，因为它是私人空间。给你的那些你不明白的信息与这个人有关，他对你的印象与我所说的有很大关系，特别是公司及菲利普的关系。

他是带着目的而来的。

(11:03 结束。珍安静地说话，眼睛始终闭着。如前所述，约翰已经写信给麦基文先生寻求更多信息，任何与本节赛斯预言相关的新信息将会在未来的课中更新。)

Y5-3-227.1

第 227 节

前情摘要：

1 月 21 日周五晚，比尔和蓓请求尝试催眠体验，珍分别引领二人进入不同深度的自我解离状态。蓓曾体验过两次催眠，其中一次是由米尔顿博士主持进行的催眠，而比尔是第一次经历。

比尔在尝试中取得了部分成功，第一次效果最好。他在心理暗示下，无法睁开眼睛，忘记了左手的存在，这是进入深度恍惚状态的前兆性测试。但是，他无法做到与内我沟通并开口讲话，每次只要珍要他回答问题，他的角色我就警觉地主动脱离恍惚状态。

他的确进入了放松状态，这做得很好。但他的逻辑脑是如此地强大，很难放弃对肉身的主控权，这也是他为什么长久地无法治愈自己的胃溃疡——持续的警觉引发无法松懈的紧绷。就像一只受惊后的兔子，随时警惕地察觉着周边的一切，甚至在睡觉时。

蓓在第一次催眠时也不能说话，并在珍问她问题时脱离了恍惚状态，逻辑脑开始思考答案，组织语言。

第二次尝试，珍采取了更权威的方式，取得了良好效果。这次她没有问蓓问题。蓓达到了足够深的解离状态，她躺在沙发上时，珍把猫威利放在她的肚子上，她没有做出抗拒的反应。蓓非常害怕动物，尤其

是猫，正是因此赛斯称她为猫情人。

所有人都感到很有趣，包括蓓自己。当她抱着威利时，她当时明确地认为那是珍在触碰她，而不是猫。

角色我感知的实相与实相本身毫无关系，内在自我认为那是什么就看见什么与感知到什么。个人看到与感知到的世界，只是自己内在意识的外在投影。

赛斯在比尔和蓓离开前简短地告诉他们，他很愉快地观察了这次尝试。他解释说：

比尔的角色我在叫停之前，曾允许催眠对其产生影响，他的角色我害怕失去对肉身的控制权，但日后可以进步。

蓓可以接纳抱着猫是利用了“合理化”所见所感的替代法，她认为自己抱着的是珍而不是猫。当珍使用权威的方法，以命令的口吻，而非商量或恳请的语气对蓓施加指令时，蓓的角色我妥协了，随即进入了相当深的催眠状态，否则，她的角色我是不会允许猫趴在自己身上的。

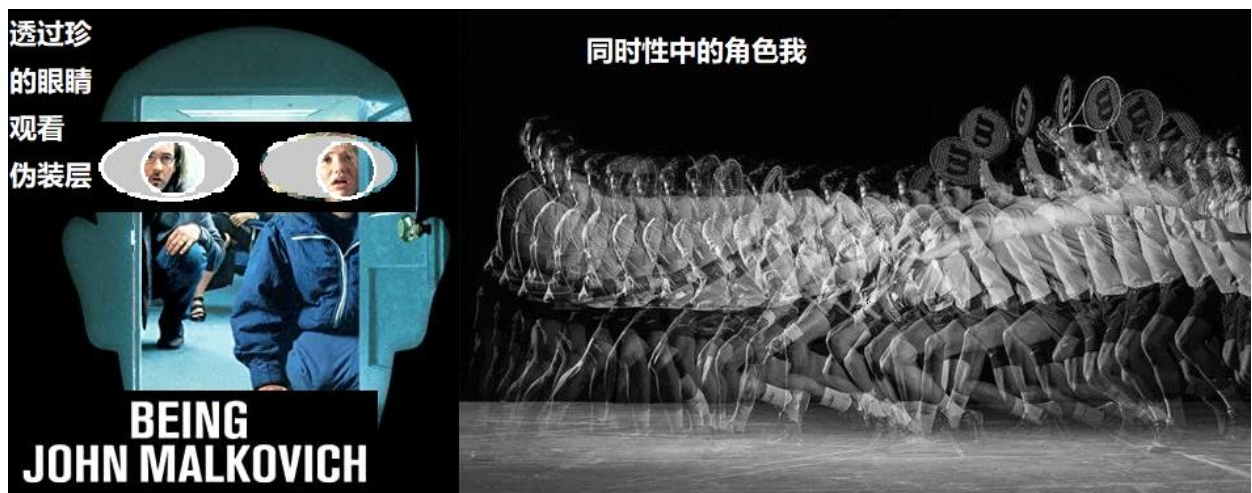
珍的催眠技巧还比较生疏，他们最近一直没有更多的时间在这方面做更多的练习。

罗不认为比尔是可以很容易被催眠的，但第一次的尝试结果很不错。

比尔和蓓都表示，如果珍在引导过程中多花一些时间的话，他们可能

会表现得更好，但珍的做法已经不错了。在体验者来说明显地感觉到时间被压缩了。

赛斯说他今晚一直通过珍的眼睛与珍在一起，作为护法灵在照料着我们。赛斯把我们看做独立的个体，而不是过去、现在和未来的复合型电磁图像。



上图：通过珍的眼睛观看伪装层（电影《傀儡人生》——参见GY4《观影说多维实相》第四册细雨影评）；同时性中的角色我

今晚约翰来见证课程，他总是能在能量层方面激励赛斯更好的发挥，今晚也产生了这一成果。

约翰现任塞尔药业的销售代表，最近参加了在克利夫兰的会议，我让他不要再说，以防珍先入为主地影响与扭曲赛斯后面将给出的信息。幸运的是，珍刚好不在房间里，没有听到。

赛斯：

欢迎我们的朋友菲利普。

如果我们兴致勃勃的鲁柏平静下来了，并且我们的朋友菲利普放下了他的报纸，我们就可以开始了。

(珍今天写了一些让她非常满意的幽默诗歌，并在课开始前读给约翰听。约翰的存有是菲利普。课程开始时，他正在折报纸，赛斯照例毫不客气地要他保持安静。)

今晚讲述“时间系统”。当你理解了伪装层中的时间系统是如何运作的，是如何被角色觉知成“真实”时，那你就可以更容易地利用它。个体就可改写所谓过去取得的经历，并看到尚未展开的未来。

获知未来的实相并不意味着，能够有意识地依靠觉知到的未来牟利，因为在矩阵中未来与过去都存在着无数种平行实相，也就是说，预知未来是可能的，但你所觉知到的某一版未来或过往，并非就是你会或要经历的那一版未来，就犹如你们正在经历的与经历过的人生实相，每一个片刻点，在矩阵中都有多重平行实相。

事件能够在任何时间被无数次改写。没有所谓的唯一真实，事实一直在被持续地更新着，即便看似远古的历史剧也在此刻继续着它的版本迭代经历。正如现在和未来的事件一样，在矩阵中各时代的故事被不断地形成新的版本，过去的事件也从未被定格在某一经典中。

个体在许多方面并不受过去事件的支配，如果你不在意，就没什么能束缚你，因为人格知道，过往是时常在改变着的，没有必要为此纠结。经历提供品悟的素材，除此之外什么都不是。只有角色我会对线性过往与将来好奇，因为角色我的思维是一维线性逻辑的，所以会问出“我是谁、我是过谁、我将会是谁”。

当意识觉悟提升到二维以上时，就会觉得这类问题单纯得可笑，甚至不太好回答。

因此，角色与其故事背景世界中的过往和未来事件在矩阵中有无数种版本，而演绎这一角色的人格从来不会受这些因素的摆布，因为人格也在随时改变着自己。现在你们可以理解宗教中的线性因果论有多么地荒唐。

所谓的预感，往往是内在对某个可能发生事件的预先识别。

这是由于人格透过潜意识通道，把各个平行面中的信息汇总到当下，人格对朝九晚五的日常琐事大概率事件毫无兴趣，但对生命中的特定事件会仔细识别。如你所知，这里没有你们所理解的因果关系，然而，确实存在着大概率事件和特定事件。

个体如何决定人生走向，你们认为是必须要根据其自身过往经历过的、在有形世界内的经验做出理性或非理性的决定，这样的理解很逻辑、很人类，但这不是真的。一个人的未来行为会被他过去的经历所预先决定，这样的说法并不正确。这只是大概率事件的常态，但却不是必然。

若你能理解到所谓的过去就像所谓的未来一样，一切没有所谓的定数，那你也就明白了，每一刻你都有能力与权力改写你自己世界中的一切，只要你不被角色我框架住认知。就个体来说，所谓的过去是大脑中的

电磁流数据记忆，而这些数据其实是不连续的，是不断地在无意识中被改写着的。

个体能够在某种限制范围内，在多个层面上改变过去的行为，不一样的记忆，不一样的解读，不一样的平行体验。因此，未来的行为并不依赖于一个固定不变的过去展开，因为这样的过去从来就不存在。

我希望这些观点能被非常清楚地表达出来。任何通过回溯、考古、预知或超视力谱写出的对未来或过往的预测，实际上它们确实都存在着，但可能会或可能不会发生在你们当前的这一版故事实相中，或说发生在你们的时间轴上。

这就好像由十位数构成的密码锁保险柜，每个开锁的轮盘上都有 0 到 9 的数字，不同人的保险柜各自设定的密码都是不同的，而且这些密码是可随时被变更置换的。如果某人说那串密码的第一位和最后一位都是 0，那这预言肯定会在某处确是存在着的，但这未必是你家的那个保险柜。



个人在一生中所经历的多数都属于大概率事件，比如上学、恋爱、结

婚、生子、埋葬亲人，但即便是这样的大概率事件，在每个人自己的实相中，在你们的时间系统之内也是可能发生、或可能不发生的事件。

然而，这样的事件会在本角色的其他平行体验中，在其时间系统内发生。所有的可能性都会被角色所体验成现实，但并不是所有事件都堆加罗列到同一个人物身上。一个相同的角色在不同的平行实相中，各自经历属于自己的故事线；而这些相互交叉的故事线，构成完美的对等体验。比如你选择了左边的道路，就会有另一个你选择右边；你选择了相爱，就有一个你选择离开，所以我说人生路径上的抉择与过去的经历无关，与因果也无关，你们会利用同一个角色的不同平行分身，对多种可能性展开最全面的探索。对于角色来说，在它离开伪装层前，是不会知道还有万千其它平行自我的。在开悟前你是不可能感受到它们的。

这一点我们的朋友邓恩的理解相当正确。

现在我让你们稍作休息，享受一下简短的闲聊。

（约翰就职的公司塞尔医药正面临财务困难，公司刚上市了新药。）

这些可能性，这些可能发生也可能不发生的事件非常有趣。

人们总把自己当前有觉知的角色我看做是一号自己，把它所处的世界感知成“时间一”。透过解离我们通常是可以观察到“二号”自己的，二号自己就是矩阵中的内我，或说神魂。但请注意神魂并非意识本体，

而是意识穿着灵皮伪装后位于灵界中的角色。矩阵不仅伪装出了这个世界，还伪装出了灵界。

一号透过解离可以感知到二号，并透过二号看到矩阵内的人生剧本，了知一号自己未来可能发生的事情，即人生蓝图是如何规划的。然而，我们的二号自己观察到的仅是大概率事件，虽然这些大概率事件的确依据矩阵系统的推送，会成为发生于一号自己后续的人生故事，但有些角色我透过学习灵性知见，学会了逆天改命，透过认知的提升，做出了不同的人生选择，进而不会再按照固有的业力趋势做出人生选择，那角色的故有大概率事件就会被避开。

在这一点上普里斯特利和邓恩都没能认识到，他们陷入了一维线性时间的坑洞，继续了线性因果论的思维方式，这是因为他们所能探究的维度层面太低，与其构成意识联系的信息源自身意识成熟度没能超越你们所在的伪装层，所以他俩都功亏一篑了。可以说老师的认知高度在某种程度上决定了学生的认知上限。

大概率事件的确是在发生着，但它们发生在普里斯特利和邓恩从来没有想到过的平行自己身上——这些个平行存在着的自己和任何一个指定的个体同时存在，并且这些个自己都是人格中的一部分，我们叫它们为人格片段，就好像一只手有五个手指一样。但这些个自己，你们在各自经历特定的对等体验时，系统是不会让其相互了知的。但一些信息的侧漏还是会出现在梦里，构成了你们所谓的反梦。你可以看

到另一个你正经历完全不同的人生轨迹,当然彼此间没有哪个人生比另一个更真或更假。

有一天我们将精准地来解释这一点。然而现在我们尝试用简单的语言来表达。

每一个思想都源自于人格本身的能量频率,而这频率具有特定的能量范围即频段,你当下具有的意识频段决定着你的所见所感、所想所是。不过,我们现在并不是在谈论你们那陈旧的因果理论。要知道每一个行为都在改变着自己的意识能量状态,矩阵中所有大概率事件都具有实相并同时存在,无论这些事件是否会发生在你们当前的这个自己的系统内,它都真实存在着;而你会激活与经历哪一个实相,一半是系统依据你的意识状态推送相匹配的实相,另一半是你自己透过关注与在意自己选择的体验方向。

在梦宇宙的电子矩阵中,存在着许多不同种类的其他系统,每个系统都有它们自己的实相体系和规则秩序,你位于哪个系统中就体验哪一系统的实相,不会经历其它位面中的故事线。

存在着一系列的自己,人格选择了某一位面中的某一角色,进而透过这一角色所匹配的故事线与时代背景,体验其所特有的大概率事件,深入指定瞬间之内,并把这些帧按自己的方式串联成一系列时刻点,对其所有可能性展开行为的经历。

内在自我为了能让角色我体验到或产生出生命经历是连续的这一认知，有意识地展开运作，让当前的自我有了过去和未来的理念，但这种线性时间其实不存在于这个系统之内。就好像你看一本连环画书，每一页都是独立的画面，是被人为拼接串联成的故事线，在你很投入地观看时，自我就透过思想构建出了一条看似真实的角色时间线，并认为在那一个背景时间中，只是一版这样的事件在故事里发生。

有太多的维度存在于普里斯特利和邓恩从未探究过的实相中。

任何特定或大概率事件都取材于矩阵中的整体电磁素材库，角色依据系统推送或自我选择，拼接这些体验并串联成人生。当然在某一角色的时间轴上，同一时间中只能安排某一实相成为感受，但事件如果有多个不同的版本可供体验，人格就会划分出同等数量的片段去分别探究。但对于任何某一个指定的人格片段，它只负责完成自己当去体验的那一支，这样在同一个时间内，事件的所有可能性都被精确地体验了，借此达成了平衡认知。



上图：黏菌走迷宫实验

就好像真菌走迷宫一样，它先快速全面地铺满所有可能性，一旦找到出路，就会掐断对错误路径上支脉的后续滋养，撤回能量供应，让那些歧途萎缩掉，集中全部力量与能量供养主线发展。

而主线与分支们其实是同时平行存在着的。在此，起点和终点、轴心与分支也都同时平行存在着。构成这一整体体系的每一个节点都同时平行存在着，并且都为最后的成功做出了自己的努力，哪怕那最后死在歧途中的部分自己，也用失败的事实证明了那条歧途确实毫无价值、没有出路。而证明那支路是死路的行动本身，却具有对整体来说非凡的价值。

在多重平行实相的迷宫里，人格若想快速地找到出路，就需要人格片段们展开全面的尝试，每一个分支都同样地重要。知道怎么做不行与知道怎么做能行对整体来说同样地重要。知道怎么能行后还要知道怎么能做得更好，这就是路径优化。

人格作为感受者，而人格片段成为伪装层中的参与者，感受者与参与者的心理构成是不同的，就像司令部里决胜千里的将军与战壕里被命令坚守待援的士兵，在意的得失全然不同。然而，这样的子系统之上还有全我的存有系统，人格作为感受者，其实也是一个参与者和创造者，但它的时间概念与伪装层中角色的很不同，人格负责规划角色人生中的大概率事件。那么，按照你们的说法，它似乎在每一个片刻中深入探索所有的可能性，所以，在你们的时间内，一方面可能已经过

去了几个世纪，而另一方面可能只是一个瞬间。

灵界内的时间系统与伪装层中的完全不同。然而，完成“自我价值实现”的目的始终贯穿在两个系统中，并且都相当有效。

邓恩所描述的“时间三”，可以很模糊地让人们了解，梦宇宙中电子矩阵系统是如何给角色配置所需经历的大概率事件的。我们现在说的这些资料，其实同样也作用在角色的梦境中，梦宇宙里的大概率事件，在角色的梦中也在现实里展开，因为现实与梦其实都隶属于同一个系统，彼此有密切的联系与连接。

有些东西普里斯特利和邓恩的确没搞明白，因为他们的三号自己即神魂，的确没能到达更高的意识维度，它们徘徊在梦宇宙的三维中，害怕维度之外就是意识的涅槃湮灭。

一号自己这一当前角色我，在大多数常见情况下，又被人们细分为头脑我和心智我，内外两个自我主体。当今的心理学主要分析与针对的大多是心智我，但心智我还并非真实的内在神魂我，但经常被误认为这一层自我就是自己的神魂了。其实心智我是相对独立的一个意识单位，它本应起到承上启下的作用，并在神魂无暇顾及平淡人生时，代理角色的日常琐碎，但有些甚至大多数人，其心智成长为了次生人格，进而屏蔽与渴望取代原生人格，因此搞出很多故事。其代表就是道家里的某些渴望角色成仙的流派。

现在是第 33 次伊斯博士测验时间（遥视目标为玻璃，略，详见上节）

伊斯博士的催眠实验进展顺利。有一个特定区域有些轻微的困难，这是由被试者的潜意识联想引起的身体机能失调所导致的。

我重复一下前面为菲利普提供的简短信息。（略，详见上节）

（1966 年 1 月 12 日至 14 日，约翰参加了他的雇主塞尔药品公司在俄亥俄州克利夫兰市举行的销售人员会议。他住在喜来登-希尔顿酒店。公司总裁及其高级助手也出席了会议。

（在我们和约翰讨论关于塞尔的这些消息时，赛斯又来了。）

联系是非常明显的，事情的故事线已经按计划展开，后续剧情基本上将要按预定发生，就像我说的，它们会的。这方面我接收到与 AJ 和 AG 相关的字母——我不确定。

一个模糊的但明确的关联指向俄亥俄州的代顿那里。在一次你所谓未来的会议上，有个与代顿有联系的人将参与到你们公司的企划变动中。我想其他一些事情，你已经有所了解。当然菲利普，你的角色我并没有能有意识地从内我处觉知到未来实相。

我们说的是可能性。我想你现在也清楚了，95%的可能性你会按照计划进入这一实相，但并不排除你因为其它什么原因打开其它实相并经历它们，成为这一版你的唯一记忆。然而，迄今为止，你角色体现出来的意识频率和认知状态显示，你尚且没有能力激活其它可能性，

所以不会发生戏剧性的人生路径改变。我此刻预告的事件，除非这剧情是处于集体实相中、可受其它因素的扰动、是开放性实相中的故事线——但显然不是，所以它必定会像指定的那样发生。

有个女孩看起来与这些无关，但这个人会对剧情中的一个男人起到决定性作用，在至关重要的时机影响那人的思想走向，让事件按故事计划发展下去。

药企的现任副总裁将会在后续剧情中失去权力，这人是公司创始人的儿子，他会保留名义上的职位。公司会在其他做法失败后进行彻底的重组。

约翰，你留在公司里是明智之举，最终情况会好转，你在公司里会获得更高的职位和更好的薪金。

如前所述，麦基文先生和另一位瘦高的官员的试探方式非常微妙，设法探知约翰的看法，但不作任何承诺，以避免被拒绝带来的尴尬。

由于约翰可以知道之后几年内会发生的大趋势，可以给麦基文先生写信表明自己在这场公司内部的人事宫斗剧中的立场与态度。就像约翰解释的那样，一开始他对赛斯提及的“公寓”不能理解，但记得那很重要，到现在他知道了，那指向麦基文先生在喜来登希尔顿的私人房间。他邀请约翰在那里私密地进一步讨论公司事务。当时约翰对公司高管如此关注自己有点吃惊。正是从这次会面开始，以及后续在曼格

尔的会面中，约翰后续剧情的序幕就拉开了。

赛斯说：这就是我告诉过你的那“公寓”，因为它是私人空间。给你的那些你不明白的信息与这个人有关，他是你自己实相中后续剧情展开的关键人物，如果你没有选择突然调换所处实相位面的话。



细雨社 www.xiyushe.org

未来是确定的吗？大概率是！但又并不绝对，所以不是。

过去是确定的吗？对角色我是！但却不是唯一实相，所以不是。

当下总是确定的吧？对某一人格片段来说，是；对人格或存有来说，不过是万千分之一。

Y5-3-227.2

第 227 节 可能性的事件被自己的其他部分体验 伊斯遥视 34

1966 年 1 月 26 日 周三 晚 9 点 常规课

(这节课没有进行信封测试。)

课程在我们的前厅举行。珍坐着开始讲话，眼睛闭着；在讲述了几段内容后，她的眼睛开始频繁睁开。她的声音音量中等，起初语速略慢，但随着内容的展开，语速明显加快且更有强调性。8:58 开始。)

晚上好。

我对上一节给我们朋友菲利普提供的大量而具体的内容感到非常满意。

(珍停顿并微笑。菲利普是约翰·布拉德利的存有。)

鲁柏在这样的情况下获得的信心对我们所有人都非常有帮助。今晚将是一节轻松的课。不过，我想讨论几个与时间的总体概念有关的要点。

整体自己的一部分完全清楚各种可能性的存在。现在，这部分自己作为一个感知的参与者，存在于我们上一节讨论的维度中。这是相当难以理解的内容，因此我会小心地向你们传达。

正如你们所知，时间系统中的意识自己，即你们的自我，经历并体验了事件 X。

(“等一下。”)

我们的猫威利跳到珍的腿上，像猫常做的那样，用前爪踩着她的腿。珍的眼睛依然闭着，但说话有些断断续续。我起身时，她自己把威利抱起来放到了地上。

在最近的许多节课中，威利都没有注意过珍。在早期的课中，它曾因感受到赛斯的“到来”而表现出强烈的反应。有时当珍在房间里踱步为赛斯代言时，它会试图缠绕在珍的腿上；还有的时候，它会表现得明显恐慌，在课前跑去躲起来。赛斯告诉我们，这是因为猫的敏锐感官察觉到他来到我们这个维度。赛斯说，威利最终会习惯他的存在而不再有任何反应；事实也的确如此，已经持续了一年多。）

这个事件 X 只是有意识的自己可能体验的无数个可能性事件之一。然而，对它的目的来说，有意识的自己选择了这个特定的事件 X。然而，再一次强调，在有意识的自己体验到它之前，这个事件 X 只是许多其他可能性事件中的一个，与其他事件在本质上没有任何区别。只有当有意识的自己体验到它时，它才变得真实、实际，并不同于其他可能发生的事件。

在梦宇宙的电子矩阵中，存在着一个由全体群体意识构成的经验信息库，我们可以叫它“云端”，在这信息库内存放着海量的源自全宇宙的生命经历备份。这不是我们所见的伪装层中的物质宇宙。这些资料都是被万有万存谱写出的生命经历，并且这些资料还在不断被实时更新着，它的复杂度与充盈度在不断扩容。当然这并不占据更多的物理空间。

稚嫩弱小的人格，在分化出生后，会透过拣选、体验、了知、学习这些故有人物角色的经历，掌握其所在意识领域中的基本生命规律与生存技巧。在通过了见习期与实习期后，可以选择自己感兴趣且能驾驭的角色剧本，展开其人设，或单独或组队进入那一角色的时间线，激活其背景世界中的时间流，让一切都随自己生动起来。

当然在这一经历过程中,人格有权尝试提出自己不同寻常的内在建议,让角色走出与其固有人生路径不同的展开。不过前提是角色我肯选择与内我配合并信赖内在灵感的建议,才能突破故有的故事大纲即大概率事件,让特定事件得以发生与完整展开。

当然不管是所谓的大概率事件还是特定事件,它们都源自矩阵的数据库,是万千平行可能中的某一个,就好像你面对一桌子的乐高积木拼块,构建自己心目中与设计图纸不太相同的造型。你选中的那些组件,因被你使用显得相当“唯一”,但它们本身并不具备独特性。

在梦宇宙的伪装层中正观摩着某一角色的人格,只是人格整体中的某一片段体,是人格分化出众多平行自我中的某一个,它被我们称为神魂,被赛斯叫做参与者。而在幕后规划这一切的并非人格,而是主人格或叫高我,主人格隶属于全我即存有,下辖着众多的人格。人格在这里起到承上启下的作用,成为了不进入伪装梦世界但在梦世界中的感受者,它的工作主要是采集、汇总、分析、调配、平衡众多平行角色间的同步信息。

在这里存有在意的是如何能尽快达成自我意识完型,主人格在意的是如何获取到全面且精准无漏的、无扭曲的、某一意识面向中的全部智慧,人格在意的是如何不被某一角色的经历带偏了自己的认知与感触,人格片段在意的是如何能尽快走出当前的迷局,角色我在意的是如何能让自己活得更好,肉身在意的是如何能让自己活得更久更舒坦。

不同的在意，自然带来不同的目标与取舍选择。一个角色在自己的人生里，选择哪些行动构成自己一生经历的拼图，全看它把哪个我当作我。大多数人看中自己的肉身，少数人具有头脑，更少数人看重自己的内心世界，绝少数人为自己的神魂成长而活，只有真正的开悟者在明白了时间与世间的真相后，懂得了该怎么取舍、看重什么、珍视什么、淡然什么、无视什么。

每一次抉择都触发与开启自己人生中的一块拼图，当下的抉择并不绝对因过往的经历而受到影响，但习气与惯性让某些抉择成为自身的大概率事件。所以想要达成自我突破，就需要透过学习而达成转识。认知的不同可以带来自我的解放，当然也可让自己陷入另一领域中的偏执。你与哪个层次的意识打交道，就会认知那一高度的道理为真。

所以赛斯很反感那些中阴层里的家伙或滞留灵来掺和资料，更抵触宗教里的那些说辞。因为不究竟的信息比无知更容易让未觉者陷入偏执。

（珍的语速变得更快、更有力，她的眼睛开始睁开，显得非常深邃。她点燃了一支香烟。）

我尽量将这个讨论简化，并且提到有意识的自己，仅仅是因为这样解释起来障碍较少。例如，很明显，潜意识也会经历一些事件，而自我可能会也可能不会经历这些事件。

你想到了，甚至在思想里推演了全过程，并看到了其结果，但角色并未亲身如此激活这一可能性。

那么，按照你的说法，只有当我们的意识体验或感知到 X 事件时，它才是真实的。那么，这些其他的可能性事件又如何呢？它们与事件 X 唯一的区别在于，事件 X 是被我们有意识的个体所感知和体验的。换句话说，如果不是因为事件 X 被感知到，它依然和其他未被感知的可能性事件一样，有效或无效，真实或不真实。

角色在自己的时间轴上，一次只能选取一种可能性成为经历，但那些被自己放弃了选项或连想都没能想到的可能性，其实都在矩阵中存在着，它们和你所选择经历的这一版实相同样真实，当然也同样虚假。对于某一尚未开悟的角色我来说，自觉只有自己经历过的实相是真实的，但如果你进入更高维度的视角，就会发现，在所有可能的路径上，其实都留有你的脚印。所以开悟者没有遗憾、愧疚、感激等一系列角色互动中的情绪化反应，这看似无情的淡然，只因其确实地看到也知道了，自己的世界里其实只有自己，甚至连这个所谓的自己都和这个伪装梦世界一样，不过是虚妄取异相罢了。

由此我们得出一个显而易见的结论：如果事件 X 未被感知，它将依然只是一个可能性。同样，如果我们的个体选择感知和体验事件 Y，那么事件 Y 就会成为实相，而事件 X 则仍然是不真实的。

人生的矩阵绝不是一条既定了的单向线，但所有你能遭遇的可选项，又确实都早在矩阵的设定范围内。你可以凭借自由意识走出属于自己的路，看似随机地选择最适合自己的抉择，不过你大概率会选择哪一类选项、在何时做出这种选择、选择后又能坚持多久、最后如何收场，

却早在角色塑形期就已经大体铸就完成了。每个人确实随时都可以打破自己的常规，做出很随心所欲的事情来。但你什么时候会渴望随心所欲与能随性到怎样的一个地步，也在矩阵的计算中。



上图出自电影《无姓之人》，见 GY2《观影说多维实相》第二册细雨影评

你在剧情中经历多少次重复，矩阵中的世界就重启多少回——你埋葬了的父母、失去了的爱人、长大了的孩子，又一次活生生地等在你的时间轴上仿若初见。所以在某种程度上说，没有既定的历史或注定的未来，一切都是可变的，随时可变的。只不过每一种变化都没有对错可言，都是体验全然过程中的一部分。

正如我向你们解释过的那样，在你们的系统中，自我只能以连续性的方式感知世界，可以说是以直线的形式，一个接一个地感知事件。它一次只能从所有可能事件中选择一个进行体验。然而，自我是自己中唯一主要被限制在这种经验方式上的部分。

当你敲击键盘打字时，十指飞舞却各自为政；单一的某根手指，只记住了类似于电报信号样的摩斯密码，总结其规律，却发现那是无常。其实在宏观看来，十指的运动不但有迹可循，还相当具有韵律的规律，

虽然左手的小指可能始终都只在 A、Z、Q 三处无规律地跳跃，拇指时不时地对一个塑料的大长条看似毫无意义地敲击——那东西好像叫空格键。

每个个体都在自己的领域内完成着看似毫无意义且无规律的“独立”行动，但也就是这些活动，让整体获得了对多维实相的深刻表述。个体在自己的线性时间内，在无法感知全局平行共舞的时候，很难透过自己经历的线性一维实相，明白自己在干什么，或这有何意义价值。

这里涉及到存有的两难抉择，赛斯说过这样的两难有三个：分化出这些意识触须，确实可以增加在同时性中的有效对等平衡性与能动性；但若不赋予其自主意识，就只能扒拉一下动一下，很被动；赋予了其自由意识，又一个个的好像青春期叛逆的刺头，谁说什么都不听，就我懂的多，不听指挥还骂街，没提高效率还给群体拉后腿。精力和时间就用在扯皮上了，存有的生命能还不够它祸祸的呢。

就好像父母艰辛打工几年攒下数万家底，结果暑假里孩子沉迷游戏都给买成游戏皮肤、金币，给游戏里的小姐姐送礼物了。

父母问孩子：你不知道那些虚名假利、情爱虚言都是假的吗？

孩子委屈地说：我就是想出人头地、被欣赏、被看见、被赞许，错了吗？

父母说：那你倒是多读些书、多明白些道理啊。虚拟世界里的名利爱恨转瞬即空，之后你的脑子是空的，口袋也是空的。你注册角色时兜

里还有千来块钱，现在呢，家底儿都败光了，你又得到了些啥呢？每天早起晚睡的，还经常一肚子气，何苦呢？

我们不反对你体验虚拟世界，更不反对你在其中交友互动，了解虚拟世界增长知见是好的，可是太沉迷、太当真就成问题了。你没能透过它学到知见道理，反而被系统给套路了、玩了进去，这就有违初心了。

由于你们的物理时间以这种方式运作，所以物质机体在其框架内没有时间去体验一个以上的可能事件。它无法同时专注于两个事件。显然，我们在这里做了很大的简化，因为每一个物质事件实际上都是由许多小事件组成的一个完形。你能专注并理解的经验“包裹”实际上是由许多小的“包裹”组成的，而这个整个实相“包裹”实际上远比这要庞大得多。

细雨社 www.xiyushe.org

然而，有一部分自己能够并确实以完全不同的方式体验事件，这部分自己走上了一个不同的轨迹。当我们的个体感知到事件 X 时，自己的另一部分可以说分化出去，进入所有其他可能的事件——那些本可以同样被自我所体验的事件。

由于物理时间的限制，自我必须从所有这些可能事件中选择一个。然而，自己的另一部分能够并确实深入到你们称之为事件 X1、X2、X3 等的事件中。它可以追踪并体验所有这些备选事件，并且能够在与自我体验单个事件 X 所需的同样物理时间内完成这一切。

单一角色我可以同时处理的字节数相当有限，甚至连自己体内的多系统同时运作都无法自行处理，而是托管给了自动智能维生系统，即七魄。角色我能在单位时间内做的事其实不多，因为多数人的处理器芯

片都是单核运算的，并且内存缓存量极其有限，信息流量大一些，就容易卡机傻了甚至情绪崩溃。

高阶意识体透过一系列的意识力成长，逐渐能适应多视角同时的观察与思维能力，对多线程内的不同实相，同时做出反应，并有效统筹安排。所以有些修行者问，是否自己日后也能成长为高我？我觉得答案是肯定的，但首先要透过解离学会多线程实相的同时运作。

再有一点就是，之前我们说的，其实人生中是没有什么所谓遗憾与愧疚的：当你走了 A 路线、做出了 B 选项时，自然有其它自我会去同时走 B 路线、选 A 选项。当你觉得对不起谁时，你的另一版自己正在把那人照顾得好好的；当你体验失败时，另一版自己正忙着开香槟庆祝；一个角色早逝，另一个就会长寿。总之当你失去了什么，就得到了什么；相反当你得到了什么，另一个自己也就失去了什么。对等平行性体验就是这样在矩阵中运作着的。所以在某种意义上，你的失败正有效地帮助全我了知到怎么做是无效的努力、哪个方向不应继续追加投资。

这并不像看起来那么难以置信，因为你实际上感知的要比你意识到的多得多。尽管你可能没有意识到这一点，但这仍然属于与你的关联经验相关的框架内。比如，简单的握手动作可能被你感知为一个简单的行为。你并未意识到组成这一看似微不足道的行为的无数个小动作。然而，这些动作确实存在。你不需要花时间一个一个地去感知它们。你以其完整的形式感知了它们。而自己的其他部分会有意识地体验这

些可能发生的事件,就和你下意识地感知构成握手的无数个小动作一样迅速。

虽然角色的头脑无法进行非线性觉知,但这并不意味着自己的心灵无法感知到片刻帧中同时性里的那些信息。只是大多数人因为觉得自己很逻辑,并为此自豪地主动屏蔽了那些看似无关紧要的平行信息,甚至觉得那些好像反梦一样落空了的预感是那样地不贴谱与无聊。这就是为什么你预见到了成功却经历了失败,你预感到了灾殃却安然无事地虚惊一场——其实你共享了另一个自我的对等实相信息,可那些真实的信息却让你变得困扰。

幸好我们的身体有极好的人工智能体系,大多数运作都可自主自动达成,不然就连简单的握手你很可能都无法协调自己的各大肌群与骨骼、血管合力达成此动作。

你们可以休息一下。

(9:29 休息。珍在首次传输中解离如常。她的语速变快了,但声音相对较低。她的眼睛经常睁开,显得非常深邃。她吸了烟。

珍说她感觉到威利爬到了她的腿上,如果猫继续留在那里,可能会干扰她的传递。珍在 9:40 以大致相同的方式继续。)

我提到的这些自己的不同部分,正是如此——它们是全我的不同部分,只是在不同的实相维度和不同的活动领域中运作而已。

各部分之间没有终极界限将它们分隔开来。它们只是分别在不同的维度中寻求各自的体验。在这个特定的例子中,可以将自己的不同部分

比作一个家庭的不同成员。

比如，男人可能在城市里工作，女人可能在乡下的家里工作。三个孩子可能分别上不同的学校。然而，他们仍然是同一个整体的一部分。他们都在同一所房子里运作。从基本意义上来说，没有任何理由阻止孩子跟随父亲一起在办公室度过一天，但孩子无法理解或感知到那里的许多事件。

我试图让这个类比更清晰一些。比如，孩子在身体上可以融入父亲的办公楼。并没有一条边界把孩子挡在外面，而只允许父亲进入。同样，父亲也可以进入学校。以此类推，基本上没有理由说明为何一个自己，或者说自己的某一部分，主要在一个维度中体验，而自己的其他部分则在不同的领域中体验实相。

在家庭中，成员彼此之间对对方的经历有一个总体认识，但除了家庭作为一个整体共享的经验外，对他人这些经验都是二手的。这一点非常重要，因为自己的任何部分对其他部分的体验本质上都有一种非专业的、极为广泛的直觉性认知。

某些经历或事件会被自己的所有层面感知，虽然以它们自己的方式进行，并作为一个整体去体验。这类事件很少，但极为鲜明，就像家庭成员共享的经历会加强整个家庭身份的认同一样，它们也会加强整个心理结构的统一性。

想象力当然可以模糊地感知某些可能性事件，但物质机体只能在物理时间的连续性框架内直接体验其中一个可能性。然而，这些可能性事件与被选中作为物质经历的那个事件一样真实。因此，这些事件在其他维度中成为了“真实”（加引号的“真实”）。

这里插一句，有些有趣的现象目前完全无法理解，比如当一个人经历严重的心理冲击，或者陷入深沉且无法忍受的绝望感时，可能会导致

某种短路——可以这样说——使得自己的某个部分意识到，并开始体验另一部分的自己所在的实相。

我特别指的是某些失忆的案例，其中受害者突然出现在一个不同的城市里，有了一个不同的名字，有时甚至有了一个不同的职业，同时完全没有自己过去的记忆。

在某些这样的案例中，个体实际上是在体验一个可能性事件。然而，他必须在自己的时间系统内体验它。

在存有的旗帜下，各主人格与人格还有它们细分出的人格片段们，构成了一个自己的意识群落。这里的每一个意识体既独立又同一，行动与思维是独立的，影响与收获是同一共享的。存有旗下的多个自我本体，每个都可以独立地生成单人副本，借由某角色独立历经单机故事，在自己的世界里成为独行侠；也可以相互组队一起进入某一实相中，彼此演绎不同的角色，或相互交织成为彼此的助缘，或各自为政，甚至老死未曾相识。

人格可以先扮演夫妻、又扮演了自己的儿子、再作为婚姻的插足者，被儿子记恨着，三次进入同一个时代剧演绎不同的角色，从不同侧面体验故事的不同面向。当然三次都演同一个角色也并不是不可以：一次选择离婚再娶、一次选择脚踏两只船、一次选择保卫婚姻放弃婚外情。这六次不同的经历，在同一个时代剧中展开，在我们的认知里构成了平行实相，但人格确实是先后演绎的这不同版本。

所以平行和线性并不相互矛盾地并存着。而作为这男人的妻子，则一

次次地因剧情需要，出生、出嫁，然后经历被离异、被珍惜、被欺骗等不同的生命历程。当然男人这个角色不知道妻子这个角色是背景按剧情需要生成的，妻子自己对此也是一无所知。双方父母也不过是剧情的产物，整个时代背景更是梦宇宙的杰作。

我建议在进入伊斯资料之前休息一下。

Y5-3-227.3

(10:00 休息。珍解离如常。她的大部分时间里眼睛是睁开的，讲话速度较快且强调性强。她时常微笑，做了许多手势，并抽了几根烟。

现在是第 34 次伊斯博士测试时间。珍安静地坐着，头低着，双手放在闭着的眼睛上。此时她说话的语速较慢，伴有许多短暂的停顿。她没有抽烟。10:05 继续。) 细雨社 www.xiyushe.org

请稍等。这个物品似乎与桌面有关。一个相当老式的桌面。(停顿。) 注意力似乎集中在这里。有一个绿色的吸墨垫板、一把开信刀——形状类似于匕首的那种——还有一个信件架。(停顿。)

桌子上还有一盏灯，放在更高处。这部分像一个搁板。信刀是金属材质的，我认为是银色的。此外，桌面上还有一个小圆形物件，我认为是玻璃制的，形状像地球仪，看起来比实际重。(停顿。)

伊斯博士今天有来自外地的访客。他们的姓名缩写可能是 MW 或 WM。这个 M 是一个相当长的名字的一部分，这个名字中有两个“R”。(停顿。)

一个场合，气氛相当沉重。但未必与之前提到的其他印象有关。

他去了这栋楼后面的工作室。(10:15 停顿。)

你有要给我的测试吗？

（“没有。”）

我出于礼貌询问，同时也是为了让你明白，我欢迎这些测试，因为我明白它们的用意所在。

（珍仍然双手放在脸上。）

我告诉过你，这是一节轻松的课。我将在此结束这节课，除非你有特别想要询问的事情。今晚我们顺利完成了一些较为困难的内容。

（“我没有问题。”）

那么，请接受我对你们两人的最诚挚祝福，一如既往。

顺便提到，鲁柏的那本新写的、节奏颇快的诗集将会出版。他写作时感受到充沛的能量，这对他的创作帮助极大。

整本诗集的完成，主要归功于他打破常规的自发性，因为他的初衷只是为猫情人的生日写几句幽默的诗句。

晚安。

（“晚安，赛斯，谢谢你。”）

10:22 结束。珍解离如常。她说，当我对赛斯表示感谢时，他很高兴。

看着珍完成上述提到的诗集是非常有趣的。这本诗集是根据以前的建议写成的，最终的成果可以说是自发创造力最出色的例子。诗歌质量非常高，珍从一开始就确信这些作品会被出版。出版精装诗集是很困难的。

1月19日和20日，周三和周四，珍给自己暗示，会有充沛的能量。她通常每天晚上都会进行暗示，但这次她想要额外增加一些能量。

珍说,她之前一直很愉快地在与赛斯资料相关的书以及与梦相关的书上工作。然而,当她突然灵感爆发想到诗集的创意时,她抓住了这个机会,并确信这些作品会被出版。以下是事件的时间表:

1月21日,周五,她在两个半到三个小时的时间内为蓓的生日写了10首诗。这些诗是幽默的社交评论类型,非常精致。这些诗给了她出一本书的想法,她在周末考虑了这个计划。

1月24日,周一,珍在六到七小时内写了20首诗。

1月25日,周二,她在五到六小时内写了15首诗。

1月26日,周三,她在两个半小时内写了7首诗。这段时间还包括对书的一些其他工作。

随后,珍用了两天的时间打出了提交给出版商的版本。此外,她在1月25日,周二晚上录制了最初为蓓创作的10首诗。)

Y5-3-228.1

第228节

前情摘要：

“或然率”即“或然比”，简称“或然”，也叫概率和机会率：

是对可能性在量上的一种科学说明和测定。是测定偶然事件发生的数量占全部可能性中的百分比。如果“N”是可能发生的偶然事件的总数，而“m”是要测定的偶然事件的数目，那么，或然率就是“ m / N ”。

比如彩票中奖是必然，但中奖率是多少呢？迟早肯定会有人中奖，这是大概率事件，对于彩票站来说；可购买彩票的个人中奖却是特殊事件。在宏观机构看来，每天都在发生的事情是大概率事件，但具体到单一个体上那就变成了特殊事件。你天天买彩票也没能中奖，这对你是大概率事件；一次偶尔中奖了，是特殊事件。你没能中奖不代表没人中奖，更不代表在大概率中没蕴含偶然事件；你中奖了也不代表你的特殊事件可以常态化成大概率事件。但如果你不参与就没有可能体验任何大概率事件或特殊事件；可是参与了也未必能体验到特殊事件。

关于概率事件，涉及到统计学和概率理论的一些基本概念，让我来解释一下：

- **大概率事件 vs.特殊事件：在概率理论中，大概率事件通常是指在**

一系列重复试验中发生概率较高的事件，而特殊事件则是概率较低的事件。例如，购买一张彩票中奖的概率通常很低，因此中奖被视为特殊事件。然而，如果有足够多的人购买彩票，总会有人中奖，这被视为大概率事件，因为中奖的概率在所有购买者中是相对较高的。

- **个体经历 vs.群体现象：**你正确地指出，从一个人的角度来看，中奖可能是一个特殊事件，因为每次购买彩票中奖的机会都很小。但从整个彩票系统或彩票站的角度来看，每天都会有人中奖，因此中奖是一种大概率事件。
- **偶然性和概率：**概率是描述随机事件发生的数学工具。即使一个事件在统计上是不太可能的，也仍然存在可能性发生，因为概率包括了偶然性的概念。因此，即使你多次购买彩票都没有中奖，每次购买都是一个独立的事件，都有可能中奖，虽然概率很低。
- **参与与结果：**参与和中奖之间的关系。确实，如果不参与购买彩票，你就不会有机会中奖，但参与也不保证中奖。中奖通常被解释为运气，但实际上有很复杂的幕后系统在宏观调控着一切何时与如何发生。

总之，概率理论可以帮助我们理解事件发生的可能性，但不保证特定的结果。每个人的经历都是一系列特定事件与大概率事件的组合，对某一地区某一时代的大概率事件，换个地方换个朝代就是特殊事件；

而人格在投生前选择好自己要经历的“偶然”并把这些排序成串，叫做人生蓝图。

这自己规划的人生蓝图体现了自身的自由意识，而角色我在人生的过程中是否配合人格达成相关企划初心又体现了角色我的自由意识。

赛斯：

菲利普（约翰）来访时珍总能信心大增，传递大量而具体的内容。

我们今天继续讨论时间系统。

内在自我的群体意识，构成“存有”意识，或说存有意识分散在内在自我的群体意识中，它对人格片段所经历的大概率事件是非常清楚的。每个角色都需经历出生、成长、学习、嫁娶、生育、衰老、死亡这些大概率必然事件。

人格片段们作为存有分化后的自己，分别进入到上节课我们讨论过的维度中，成为一个去参与感受的参与者。恰恰就是这些被主意识分化出的部分自己，把存有难以理解的资料，透过亲身经历带回群体，提供给存有当作发展自身意识觉知的素材。

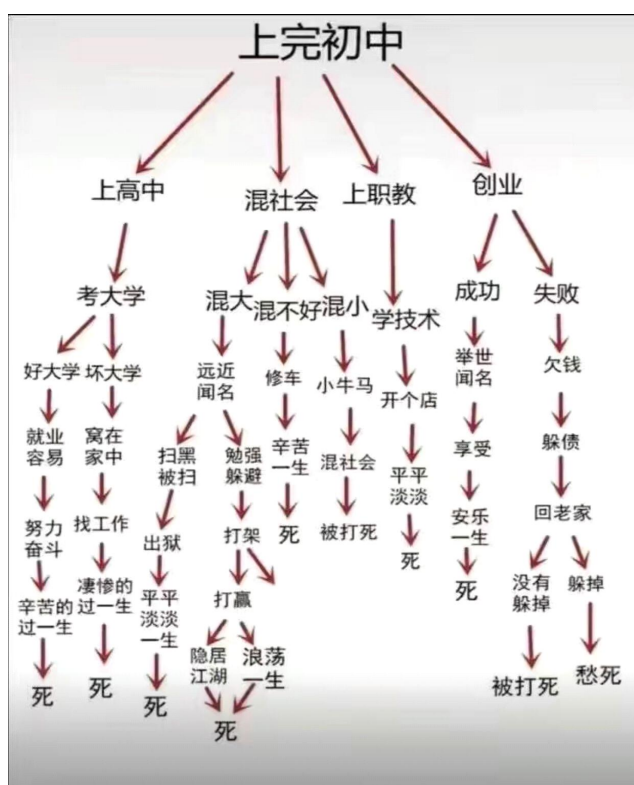
角色我作为在梦宇宙伪装层中，一维线性时间系统内经历实相的自我，经历并且设法达成出生前规划好的“A到Z序列事件”。

被人格选定的这些事件，源自梦宇宙云端的宏数据库。当然在数据库

中有远比当前这一角色已选剧情要多得多的剧情片段可供人格选择。不过选择是双向的：人格选择自己需要的，而系统给出其可激活且适合的。在众多的可能性选项里，那些被选中的剧情成为角色要体验的特殊事件。

当前角色已激活与展开体验的事件，只是“有意识的自己”可选经历里极少的一部分，矩阵中保留着无数种不同的剧情模块。角色在单位时间内只能选择激活某一故事模块中的某一面向分支。不过，对它的目的来说，这个“有意识的自己”所选择的“特殊的事件”在万千特殊事件合集中，其实并不特殊。它只是许多其他可能性事件中的一个，与其他事件在本质上没有任何区别。

这件事直到被“有意识的自己”经历，它才被变成让角色认知为真正的“实际”，但其实它和矩阵资料库里的其它剧情选项没有什么不同。



有些事件，角色可以透过潜意识进行非现实经历，而自我没有真的去经历那一过程，也就是想了想，觉得不贴谱或得不偿失，也就算了。你们觉得只有当“有意识的自己”真正经历或感受过“事件”时，事件才变成了有记忆的现实。

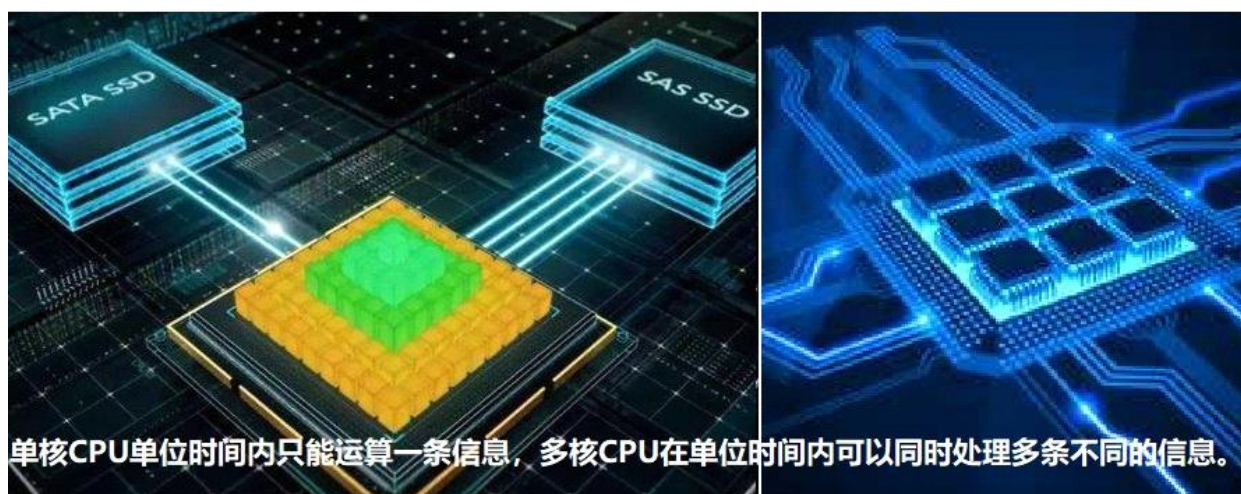
然而，矩阵中没被激活的所有其他平行事件，它们和当前角色亲历事件之间的唯一区别只是：亲历事件获得了这一版自我有意识的个体化感受和经历。如果负责感受这一经历的角色，对这个事件失忆了，那这件事是有效还是无效、是现实还是虚幻呢？可我们说过，头脑的记忆可靠性是极低的——观察的片面与遗漏、记忆时的扭曲、存放后的失忆、自我联想拼凑到实相记忆中的混淆，让记忆很不可靠。

由此我们得出一个显而易见的结论：无论事件是否被角色感受成真实，它始终都是云端信息库里的大概率事件。同样的道理，如果我们的个体选择感知和体验其它平行事件 B，令其成为记忆中的真实，那之前选择过的事件 A 它是真实还是虚幻呢？

正如我对你们解释过的，角色我在你们的系统中只能够以连续的一维线性方式进行感受，可以说这种直线方式把一个接一个的感受串联成线，结果就导致在同一个时间节点上，同一个角色在同一版剧情中，只能在众多平行实相里选择经历一个事件。

然而，角色我在一维时间线上作为唯一的自己，它被限制在这条均速单向线上，必须跟随这些经历。由于你们所处伪装层中的一维物理时

间之实际运作方式, 导致肉身在同一时刻里无法处理多个实相经历。它无法同时关注两个平行实相上的事件。



上图: 单核 CPU 单位时间内只能运算一条信息, 多核 CPU 在单位时间内可以同时处理多条不同的信息。

在云端里, 各种可供人格选择的故事线与情景剧被分别包装成一个个独立的小包装, 这样人格可以很方便地选择这些拼接成系列人生蓝图, 这些碎片化的小事件, 构成了丰富多彩的人生剧。有时你能够感知到这些一揽子经历, 比如规划好的五天旅游, 比如约好友出去聚餐, 比如邂逅一场看似偶然的艳遇。

实际上实相的整体包装, 比这些小品剧要大得很多。就好像莎士比亚全集与一部两小时的电影剧本。

的确存在主线剧情, 那是角色在出生前就被人格设计好的人生蓝图, 当然也有一部分的自己确实会以完全不同的方式展开与体验剧情事件, 这部分自己作为对等体验者偏离了主题, 让主线中的自己知道, 如果跑题会遭遇哪些经历。当我们的主体经历与感受主线事件时, 其

他部分的自己自动进入各个可能性的分叉,这些平行的角色我能够把其它对等经历探究清楚,好让全我认知到“所有”其它概率事件中的结果——

如果我当年坚持了一下呢? 如果我当年没嫁他呢? 如果我把那孩子生了下来呢? 如果我再多努力些呢? 如果我早点放手早点离开呢?

伪装层中的角色我,因受一维线性物理时间的限制,必须一次只能选择所有中的一个。但是,其他那些被自己放弃了的部分,其实作为当前经历的平行版本,可叫做 B 计划、C 计划、D 计划.....等等。这些所有的替代事件,其实都被人格片段们利用相同的角色我,展开了不同的经历。它们各自激活了一条时间线。

当然没有如此多的平行物质宇宙,所有的实相都在梦宇宙中完成。所有的一维线性实相构成了二维平行梦位面,所有平行梦位面构成了三维梦宇宙,所有平行三维梦宇宙都在四维中间层里展开。而在中间层里,意识能量被物相化成电粒子光影实相。

你们其实远比自己能意识到的,更多地感受多重现在;尽管你可能没有意识到这一点,但其多重平行现实实相仍然属于你的相关经历框架之内。

虽然多数时候你无法感知到多重平行实相,但这些行为是存在的。它

并没有占用你的时间,在同一时刻你也不用一个接一个地去感受它们。全我会以完整的方式感受到各平行经历。透过潜意识,所有角色都随时把经历同步给云端,而这不占用角色头脑的运算时间。



我提到的这些自己的不同部分,只是整体自己运作于不同实相维度中、不同的活动领域之内的一部分。但要记住,没有区分一个和另一个界面的最终确定性边界。人格们只是在各自负责探究的意识领域内,分别进入不同维度界面寻求它们的经历,透过这些特定时刻,把各部分自己与全我旗下自己家族中的各个成员进行交互比较,形成对等平衡认知。

就好比一个母亲生下一儿一女,又有了孙子孙女,奶奶每天在家听闻孩子们把每天城中的见闻带回分享给她。男人可以在城市里工作,而女人工作在乡村的家中。孩子们加入了不同的学校,但他们每晚都会回到祖母的家里,相互交流一天中的见闻。所有人不管年龄、性别、辈分,都是这个家族中的一部分。他们各自都有自己的思想,但都为

这个家的繁荣而努力，各自渴望达成自己的成功，而每个个体的成功都是这个家庭的发展。

没有某个孩子不可以在同一天与家里的父亲在其办公室里度过同样的时光，家人可以同时出现在不同的地方或相同的地方，没有对此的硬性规定。当然出现在相同的地方时，可以是合作关系，也可以各自做着自己的事，可以相互提供便利，也有时发生争执。

孩子可以步入父亲的办公室大楼，就像父亲也可以走入孩子的学校。稚嫩的灵体也有权进入灵界，成熟的灵体同样也能进入实相扮演角色。就像拇指和食指可以合力做同一件事情，也可各自做不同的事情，甚至相互角力。

细雨社 www.xiyushe.org

在家庭中存在着一个所有成员的“日记本”，每个人的经历都会汇总成综合领悟。在家庭内部，所有成员都在晚上分享各自的经历。这些分享很多成了家人的梦，有些可以彼此理解，有些则不能，这些都构成了间接的领悟，当然前提是你能记住这些梦，并学会解读它们。这是很重要的一点，因为每个自我都有自限性，而打破自限性的关键就在于利用非常直觉的知识、其它自我所经历踩过的坑、摔过的跟头、犯过的致命错误——对这些个经历而言，它们不希望家人重蹈覆辙。

某些经历或事件会被自己的所有层面感知，这信息在白天成为直觉，在夜间构成梦境。这些信息往往以它们自己特有的方式呈现，有时这让角色我感到很困惑，但那确实是自身其它部分亲身经历过的实相经

验。这些经历都非常生动，在上传回云端时成为了家庭共同经历，并共享给所有成员，这也会加强家庭整体心理结构的统一性。

角色我可以透过预想隐约感知到一些生命蓝图中的大概率事件，但在物理时间之内的肉身往往只能透过直接经历，以连续性的方式度过一连串的片刻点，并把其记忆成真实体验。然而某些特殊的偶发事件，作为所谓的无常，恰恰是被人格从众多可能当中选择出来体验，成为了肉身经历的人生真实。因此，这些事件就在其角色所在的维度中变成了“真实”。

当角色经历严重的内心冲击时，或无法忍受无望无助的绝望时，会造成生命能乙太层的能量短路熔断，因此有了一些角色“完全不可理解”的有趣情节，有些角色因此陷入消沉并凋零了生命，有些则在绝地触底反思，变得觉知并开始透过反思内省经历全然不同的现实，就像它在为了“其他部分的自己”而展开生存一样，开始觉悟到一体性并真诚地展开利他性行为。

第 34 次伊斯博士测试（简述）：

今天要被关注的物体与桌面有关。一个相当老式的桌面。

注意力似乎集中在这里：一块绿色的书写垫，一把匕首形状的开信刀和一个信件架。

桌上还有一盏灯。信刀是银色金属的，桌上还有个小圆形的玻璃制品，看起来比实际要重。

伊斯博士今天有外地的访客。

气氛相当沉重。不过这不一定跟其他提及的印象有关。

他去了一间位于这栋楼后面的工作室。

（今天没有信封测试。）



Y5-3-228.2

第 228 节 暴风雪是集体行动的结果 伊斯遥视 35 鲁柏的 灵性进步

1966 年 1 月 31 日 星期一 晚 9 点 常规课

(这节课没有进行信封测试。)

看着本周末席卷埃尔迈拉的暴风雪,我觉得它就像一场无形的灵性风暴。珍也表示同意;当今晚上课时间临近时,她说感觉赛斯会谈论这场风暴以及整体天气状况。赛斯在第 56、84、123 及 175 节中曾提到过天气,但都没有详细展开讨论。详见第二、三、四卷。)

晚上好。

我们从可能性和倒置时间的资料中抽出一些时间,来讨论你们心中的这个话题:过去几天的暴风雪。

(就在这时,楼下的一位年轻邻居敲门,她担心明天去上班时的交通问题。我们在艺术卡片公司一起工作,不过今天并没有上班的安排。她并不知道我们的赛斯课。)

为了避免这种干扰,我们过去常在公寓后面的房间上课,但珍更喜欢宽敞的客厅环境。今晚的打断对珍没有造成任何影响,她很轻松地解离状态中退出。我注意到她刚睁眼时眼睛很黑,但她还是自如地去开了门。随后我们和邻居聊了半小时。

邻居离开后,珍毫不费力地继续刚才的话题,就像中断从未发生过一样。她的语速依然平稳自然,声音也很稳定。在讲了一会儿后,她睁开了眼睛,点起了一支烟。)

现在，我们可以借助你们的冬季风暴，来讨论在你们系统中发生的一些相互作用，这正是一个绝佳的例子。

灵性与化学成分之间总是存在着一种持续的相互作用，这种关系实际上形成了你们的日常天气、气候循环、季节变迁、干旱以及风暴。而这种物理气候反过来又会影响并改变每个人的灵性氛围。可以说，这些导致你们天气的力量是自己生成的。

当然，从根本上讲，它并不是完全自己生成的。但为了便于我们的讨论，可以暂时这样理解。这种力量来源于你们系统中每个生命体的灵性或非物质层面。它起到了平衡灵性结构的作用，通过利用这种力量，生命体以最基本的方式创造并维持它们自己的物理环境。

这并不是一个象征性的概念，因为我是在以非常实际的方式说明问题。举例来说，人类系统不仅在化学、电性和灵性层面受到物理气候的影响，同时也通过电性、电磁、化学和灵性的方式影响并创造了使其生存成为可能的气候条件。

化学联系是最容易被发现的。例如，目前已经开始通过研究物理气候对个体的化学影响，得出了一些发现，或者说这些发现正在逐步显现。然而，要全面认识到个体本身也会影响天气，还需要更长的时间。

尽管如此，其中的一些事实已经或应该显而易见。例如，众所周知，光合作用对你们大气的组成有着至关重要的作用。同样，每个个体利用氧气的生物学方式也早已为人所知，但却很少有人从中推导出更多深层次的认识。

在梦宇宙里经历角色人生实相的人格，我们都已经知道，可以经历很多人的脚本故事事件，也可以经历群体性脚本故事事件。这就生成了个人实相和群体实相两种可相互无缝交叉套叠的个人实相生命历经。

这两套为角色提供世界“造型”的外显系统,分别担任了主观性和客观性的显化任务。个人实相犹如你玩单机游戏,你的行为决定着何时触发哪一实相的呈现,并依据你当前的角色状态展现出相应的反馈力度;而群体实相犹如你在玩局域网或全球网络游戏——对于参与游戏的个体来说,群体触发的世界实相看上去很客观,自己只能被动承受,但要知道,群体实相其实也是由众多个体实相拼凑组合而成的。当每个个体的内在失衡累积到了大系统量变的临界点,触发了质变,引发了宏观失衡,点滴汇聚的能量就会导致巨大的蝴蝶效应。当然每一个微小的助益能汇聚成良善的氛围,每一声失望的叹息与怨恨也能凝聚为毁灭性的灾祸。

个人的意识状态可以决定与影响群体实相,群体实相的趋势与作用也可裹挟个人的感受体验。所以主观与客观其实并非是对立的两种认知体系,唯心与唯物哪个单独被信仰也都不是绝对的真知。

我曾告诉过你们,梦的产生,部分(请强调“部分”)是由人类系统内的化学过剩引起的。梦还承载着那些无法通过日常身体行动充分表达的情绪过剩。

个人会在山雨欲来风满楼时,提前感知到大趋势的走向,并在梦中体验到其对自身的影响。在梦里预习将要面对或可能面对的情况,看看自己是否有能力应对或是否愿意触发此类的剧情遭遇。这类梦一部分因你接纳其成为后续的实相,而转化为启示梦;另一部分因你不想面

对，转化成了反梦。结果就是有些内在实相被投射成外在实相，有些则被分配给了其它自我成为了平行实相中的对等体验。

个人的情绪在睡前若没消解完全，也会把波动的能量状态引入到内我，内我会为角色据此选择适合的剧情，呈现到梦中，启迪角色对此事的觉悟，帮助角色转化或释放被压抑于内的压力，为角色提供对等性可能的信息侧漏。

（赛斯从第 15 节课开始讨论梦境，很快涉及到梦境与化学过剩的关系，详见第一卷。）

现在我要告诉你们，物理天气的形成也部分源于灵性能量。这些能量在人的系统以及所有生命系统中涌动，同时伴随着超出个体有机体承受能力的化学过剩。
细雨社 www.xiyushe.org

“过剩”这个词或许不够准确，也许用“化学能量的充裕”会更贴切。这种化学能量超出了个体物质有机体通常所需的量，但它必须以某种方式被利用，而这种利用是在潜意识层面完成的。

做一个不太恰当但相对好理解的比喻，在全球范围内的网络游戏中，某一个或某一群玩家对游戏内机制或设置的不满与喜好，并不会导致游戏公司与运营商的重视；但若多数玩家对此怨声载道，甚至大量离开，那开发团队就会主动去更改相应设定或加入某些新元素以便挽留玩家。

这些发生在游戏界面外的事情，却真实地、极大程度地在影响与左右

着游戏世界内发生的大事件；而这些看似随机的、无常的、客观发生的世界性大事件，其实却皆源于每一个玩家的幕后情绪反馈。

我们不是真的如此渺小、只能被动地承受世界背景中的无常，也不是强大到可以凭借个人的力量转变群体实相的走向与故事主线的发展趋势。个人的思想、感触与作为，真实地影响着自己所在的伪装层。在个人实相里，你就是编剧与导演；在群体实相中，你就是构成荡涤世界滔天洪水里的冰山水滴。



这场暴风雪，以及上周的那场风暴，从根本上说都是有益的。物质有机体无法处理它所拥有的所有能量。它具备充足的能量，不仅可以维持自身，还能够创造一个有利的物质环境。如果没有通过形成自身天气环境这种建设性出口来释放能量，物质有机体将难以保持平衡或稳定。

就像情绪风暴可能因缺乏纪律、知识或对自我某些部分的控制而产生，进而导致其他部分的夸张或增长一样，不稳定的物理风暴也出于类似的原因，但它们发生在集体层面。这些能量被向外导引，并经常被转化为建设性的目的，尽管并非总是如此。

如你所知，物理风暴可能比情绪风暴更具破坏性。但物理风暴是一种集体努力的结果。当它以灾难性的方式发生时，唯一可以与之相比的

就是灾难性的集体情绪风暴,例如席卷一个国家或全球的非理性浪潮,当所有人的心智似乎都被非理性所控制时。

当一个地区的人们怨声载道、渴望颠覆现有状态时,他们的群体意愿就会引发当地的灾殃,让那一地区的实相发生“被动”的“变革”。变革后的实相与人们的意识能量水平相匹配。不愿再在这一实相中继续演绎自己角色的人格会借机离开本舞台内的剧情,然后投身入全新的实相,展开不一样的对等体验。

我们都知道怒气能憋出内伤甚至肿瘤来,所以为了能更长久地使用这一肉身,人格会设法像高压锅泄气阀一样,把内压释放出去;但如果一个厨房里有百千个高压锅都在释放内压,那厨房里温度与湿度的改变就会显而易见。而当整个厨房的温度与湿度明显提升时,那些原先没有超温过载的高压锅,也会进入到压力过载的状态。在连锁反应下,祸不单行就成为了常态。



经常闹脾气的人多有无妄之灾,经常受委屈的人身体多发阻滞之疾,

在意讲究过度的人活得总是不如意, 渴望欲求过剩的人失落感常大于收获的欣喜。

负面情绪是人类情感体验的一部分, 它们可以以各种形式出现, 通常是由不同的因素和事件触发的。

以下是一些常见的负面情绪以及它们可能形成的方式:

- **焦虑 (Anxiety)** : 焦虑通常是由对未来事件或不确定性的担忧触发的。负面的自我对话、过度的压力和生活变化都可能导致焦虑情绪。
- **沮丧 (Depression)** : 沮丧通常与失落、无望和自我价值感降低有关。长期的应激、社会孤立、生活困境和遗传因素都可能促成沮丧情绪的形成。
- **愤怒 (Anger)** : 愤怒通常是由不满、挫折、受到伤害或感觉不公平待遇而引起的。这种情绪可能会导致冲动行为和冲突。
- **羞愧 (Shame)** : 羞愧通常是由自己或他人的评价、或者对自己的行为感到羞耻而引起的。它可以导致自尊心受损和社交回避。
- **内疚 (Guilt)** : 内疚通常是由认为自己做了错误或有害的事情而引起的。这种情绪可以促使人们采取措施来弥补错误。
- **孤独 (Loneliness)** : 孤独通常是由社交隔离、缺乏亲密关系或

不被理解的感觉引起的。它可以导致情感上的不适和心理健康问题。

- 嫉妒 (Envy)：嫉妒通常是由对他人拥有的东西或成就感到羡慕而引起的，可能伴随着自卑感和敌意。
- 恐惧 (Fear)：恐惧通常是由对潜在威胁或危险的感知引起的。这种情绪在面临真实威胁时是一种自我保护机制。

面对和转化负面情绪以及应对过度情绪化的人都需要一些技巧和策略。

面对和转化负面情绪：

细雨社 www.xiyushe.org

- 自我意识 (Self-Awareness)：首要的是认识到你自己的情绪。试着给自己时间来思考和体验情感，而不是压抑或忽视它们。
- 情感识别 (Emotion Identification)：学会识别和命名你的情感。使用词汇来描述你的情感，这有助于你更好地理解 and 处理它们。
- 情感表达 (Emotion Expression)：找到健康的方式来表达情感。这可以包括与亲朋好友分享情感、写日记、绘画、练习冥想或深呼吸等。
- 情感管理 (Emotion Regulation)：学习情感管理技巧，例如深呼吸、冥想、放松练习，以帮助你在情感激动时保持冷静。

- 认知重构 (Cognitive Restructuring) : 挑战和改变负面思维模式。问自己是否有更积极的解释或观点, 以改善情绪。
- 身体健康 (Physical Health) : 保持身体健康对情感稳定至关重要。规律的运动、健康饮食和充足的睡眠可以改善情绪。



应对过度情绪化的人:

- 倾听和支持 (Listen and Support) : 与过度情绪化的人建立联系, 倾听他们的感受, 表达你的理解和支持。
- 避免争论 (Avoid Arguing) : 在他们情绪激动的时候, 避免与他们争论或试图说服他们。这可能会加剧情绪。
- 提供安慰 (Offer Comfort) : 提供情感支持, 如安慰的话语、拥抱或陪伴, 以帮助他们冷静下来。
- 建议专业帮助 (Suggest Professional Help) : 如果情绪问题严重, 建议他们考虑寻求专业心理健康帮助, 如心理治疗或咨询。
- 设定界限 (Set Boundaries) : 确保你的自身情感和边界受到尊

重。不要让过度情绪化的人的情绪影响到你的健康和幸福。

- 教育 (Educate)：有时，提供关于情感管理和应对策略的信息和资源可能对他们有帮助。

请记住，情感是复杂的，不同的人需要不同的方法来处理它们。对于自己和他人，尊重和理解是关键。如果情感问题变得严重或持续，建议寻求专业心理健康支持。

我建议稍作休息。

Y5-3-228.3 (D35)

(9:55 休息。珍如常完成了第一部分的传递。她的语速变得很快，有时还很有力，到结束时，她多次睁开眼睛。

现在进行第 35 次伊斯博士测试。外面暴风雪咆哮。珍的语速像惯例一样放慢，她低头坐着，双手放在闭着的眼睛上，讲话时伴随着多次短暂停顿。10:02 继续。)

现在，请稍等片刻，我们将开始伊斯博士的内容。

首先——这不是目标物——我感受到一种融合，博士与此有关。接下来是一个与融合无关的连接点，但和一只鞋有关。这是一只男鞋，或者可能是一只拖鞋。这是我们的目标物。颜色是棕色的，但非常深，几乎看起来是黑色的。它属于他本人，他专注于它。这双鞋的样子有些特殊，我无法确定它到底是拖鞋还是普通鞋，尽管它有鞋带。

这件事标志着他的一次转变，涉及一位博士。

我感受到字母“D”，但遗憾的是，不清楚这个“D”是指“博士”还是某个名字的首字母。

目标物是左脚的鞋或拖鞋，买自一条主街旁的小街上的一家店。这条街的名字以 C 或 G 开头，店铺地址中有数字“12”。

这双鞋是在雨天购买的。我想到的是四月，但不能确定。他是开车去的，或者被人载去，而不是步行去的，并且紧接着还有一个约会。

我认为在同一时间，他还庆祝了一个生日，“哈佛”这个名字和这件事有关。哈佛鞋或者牛津鞋，我不确定。（10:14 停顿。）

你有测试要给我吗，约瑟？

（“没有。”）

（停顿。）之前提到的字母“D”与鞋上的名字有关。

（此处出现了一些混淆。最后提到的单词“鞋”，珍的发音不够清晰。我请求她重复这个单词，珍闭着眼睛，用一种非常有力的方式指着我。）

在提供鞋子信息之前，与博士相关的内容让我奇怪地联想到了一只火烈鸟，这似乎有些荒诞。

那么，为了鲁柏，我们稍微休息一下，因为我一向会在这种内容之后给他一些放松的时间。

可能的首字母是“D”和“G”，这或许是我一直在寻找的线索。

（10:16 休息。珍仍处于解离状态，眼睛闭着。她在传递的最后语速变得流畅。外面的风速达到每小时 40 英里，整天我们的公寓都很冷。珍讲话时的平缓语调让我更注意到暴风雪，但她说她完全没有受到干扰。

休息期间，我向珍解释了鞋子信息中的混淆，并请求赛斯澄清。10:26，珍再次闭着眼睛开始讲话，双手抬到眼睛处。)

首先，之前提到的首字母“D”和“G”并不与鞋子相关，而是和之前的数据有关。

我还看到一把木椅，上面有一些卷轴装饰，还有一些藤条，但这椅子不是藤椅。伊斯资料到此结束。

关于人类系统与天气系统之间存在的相互关系，还有许多内容要探讨。这些将在以后更完整地讨论。不过，我不想因为其他问题的深入而打断我们关于可能性和时间的资料。既然这个问题已经在你们脑海中，我们就花一点时间简单地说明一些要点。下节课我们将回到之前的主题。

现在，我可以继续谈，也可以结束这节课，一切随你们的意愿。

(“不妨再继续一会儿。”当时是 10:25。)

那么，我简要谈谈鲁柏的诗集，这是一个通过暗示利用能量达成有意识目的的绝佳例子。

这本书本身的成就是极其出色的。它并非仅仅出于自我的意愿，而是由自我以外的其他部分写成的。

现在，鲁柏的自我已经融合了一些过去不属于它的元素。这些元素——请注意，我犹豫是否使用“更高”一词，以免他因此变得自负——但确实包含了自我通常所不具备的更多能力。因此，他现在的自我决策能够更忠实地反映整个人格或完整的自我。

正是这种整合，使得他的暗示能够很好地发挥作用，因为这些暗示不会与自己的其他层面发生冲突。于是，充沛的能量未遇到任何阻力，并立即根据他所表达的愿望得到了集中和纪律化。这只是一个事实。

他正在学习，而他还有很多需要学习的地方。

你也是如此。你们二人都刚刚开始整合自己的人格，能够以一种积极的方式运用创造力，摆脱那些通常反映内心冲突和矛盾愿望的负面抑制因素。如果像现在这样继续进步，你们将会提升得更快。



上图：“当你思如泉涌，把它们打出来吧。”“写作的首要工作，第一稿是用心灵写的。许多作家知道写作的规则，但却不知如何写作”——电影《心灵访客》，详见 GY5 《观影说多维实相》第五册细雨影评

这些话确实是为了鼓励你们，而不是让鲁柏觉得自己优于任何人。你们都有责任利用自己的全部能力，这或许是对你们唯一的要求。如果你们没有展现出进步，我会相当失望。约瑟，你的灵性进步非常明显。鲁柏也应该通过这本诗集认识到，他可以对自己有更高的期望，而不应满足于较低的要求。你们的成功会让你们更加有责任感。

现在，我的朋友，我完全能够也很乐意继续这节课，或者你们也可以结束并稍作休息，一切由你们决定。不过，我建议你们今晚好好睡一觉，并在入睡前给自己与鲁柏类似的暗示。

（“这是个好主意。”）

你的能量会集中在你想要的地方。按正常效率，鲁柏完成这本书至少需要四个月的时间。然而你注意到，鲁柏并没有特别要求创作一本诗集，甚至从未提到一本书。他只是给自己一个暗示——拥有充沛的能量，并将能量集中和纪律化，用于写作和灵性工作。具体的方式和最

终的成果则由内在自己决定。

我强烈建议你也使用同样的方法；你会发现，借助这些方法，在有限的时间内可以将效率提升十倍。鲁柏的诗集就在眼前，这就是最好的证明。

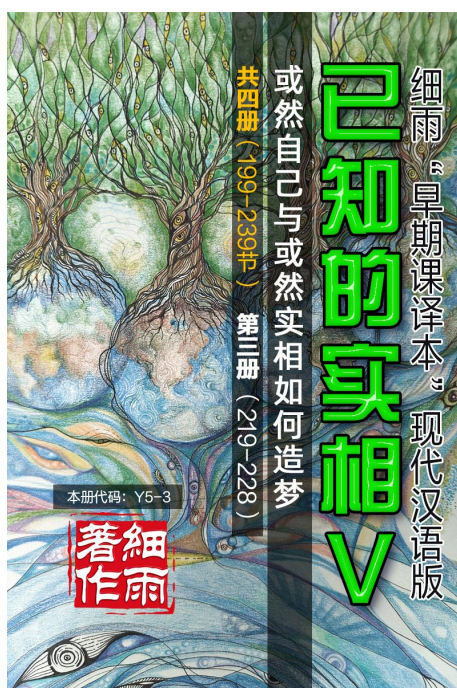
衷心祝福你们二人。除非你们特别希望我继续，否则我就结束这节课。

（“晚安，赛斯。” 10:47 结束。珍如常处于解离状态。她的语速很快，有时为了强调某些内容声音会更强烈，她的眼睛在传述过程中多次睁开。）

参见上一节课第 227 节，了解珍完成诗集的时间进程。在 1 月 21 日、24 日、25 日和 26 日的四天里，珍用 16 到 18.5 小时写了 52 首诗。根据课后重新统计，诗集总数应调整为 63 首，因为第一次统计时，她只数了诗集中的页数，却忘记了有些页面上有两首诗。）

细雨社 www.xiyushe.org

《已知的实相》第五部 第三册完



《已知的实相 V》——或然自己与或然实相如何造梦

下册预告：Y5-4 第四册 (229-239)

赛斯说：所有这些预测，的确基于本角色的“大概率”事件。总的来说，如果人格或负责行动的角色，没有发生激烈的认知变化，角色的命运是会按照计划展开与结束的。

如果珍能全然地放弃自己的种种偏执，她也是可以活到 80 岁以后的。那些偏执在不断消耗着她的能量，并形成非必要的扭曲。在肉身死后人格肯定会幸存，先死去的人可以用另一种方式与还在舞台剧中的伙伴进行交流，而这最终会让“大众”知道更多可供确定性的证据，理解生存并非只有一种形式。www.xiyushe.org

在之后的四十年里，各种资料将被收集整理，由不同的人出版，让大众知道在科学家和研究者认知的范围之外，有着更广阔的多维实相体系。在一般人相信之前就信服的人，会受益最多。现在的人们对这样的事情还知之甚少。

此类实验可以在死亡前约定并设立，这样可以提供让人信服的证据。一旦这些证据被公布并被认可，它会改变地球上的文明发展方向，打破故有的对古典科学理论的迷信。人们的行为与目标导向会发生巨大变化。死后知识的普及，为人类消弭战争、剥削、欺诈带来可能。

——Y5-4-131 第五部第四册第 131 节

说明：

《已知的实相V》第三册的编辑、设计、排版、校对、赛斯书翻译等工作非常荣幸地得到细雨社众多志愿者的大力支持，在此深表感谢。正因为这些无名伙伴们的默默奉献，携手接力搭建出思想的阶梯，才把这些知见传递到每位读者面前。

细雨资料出版物均有文字电子版、配套录屏视频和有声书音频，供不同需求的读者选择。详情请参考本书末尾的细雨资料首发平台和推荐学习平台。

本书中赛斯的叙述为深蓝色楷体，罗的叙述为蓝色华文仿宋体，细雨解读为黑色雅黑字体，编者注为黑色华文仿宋体。

本册的赛斯课内容采用了细雨社译本，由细雨社志愿者团队翻译。

细雨社 www.xiyushe.org

关于图片：由于本书内容的广度和难度，采用了很多配图来辅助读者理解。除作者自己绘制编辑的大量图片外，还有一些图片源于网络，均是公益非营利目的的使用，无意侵犯版权，谢谢理解和支持。如有需要，请即刻联系编者，一经收到，我们会在第一时间删除调换。

细雨社全体志愿者感谢各界对我们的认可、支持与关注。

细雨社编辑部

2024年12月

常见问题

1. 细雨资料免费吗？在哪儿能拿到？如何早点儿看到新书？

全部细雨资料都可免费获得，包括电子书、视频、音频。见下页的细雨资料发布平台和免费下载路径，这些都由细雨社编辑部直接维护，是最全、最新、最准确的**细雨资料源头版本**。

2. 现在都出了哪些书？是关于什么的？还将出版哪些？

细雨资料已经累计了四年多并在每日增加中，目前已出版多个系列、五十多册、七百多万字，还有更多内容将陆续出版。详见每册末尾最新版的出版一览表和细雨社网站 [《细雨资料丛书系列简介》](#)。

3. 细雨资料能自学吗？该从哪儿学起？为什么要按顺序学？

细雨资料是成体系、有逻辑的**深度心灵自学课件**。书写安排有严谨的认知递进关系，由浅入深形成知见的阶梯。

在每册书开始都有适用当册的**细雨资料建议学习顺序图**，请结合自身情况循序渐进系统学习。更多相关内容和学习心法等问题请见细雨社网站 [《细雨资料导读》](#)。

每部/册书均有唯一代码，书内各分节处有红色编码，均可用于在细雨社网站、亚马逊网站和细雨社的各细雨资料发布平台快捷搜索。

4. 关于细雨社？

细雨社是**非营利志愿者公益社团**，于2020年8月成立。经由作者“细雨”本人授权，专门负责细雨著作的整理、校对、制作、出版、传播和保存工作。是细雨已授权相关著作及著作文献衍生品的唯一首发机构。并具有维护其版权的责任与义务。

5. 更多问题？ 请参考[细雨社网站 \[www.xiyushe.org\]\(http://www.xiyushe.org\)](#) [《细雨资料导读》](#) 等文件。

细雨资料发布平台、免费下载路径



细雨社
细雨资料



亚马逊网站搜“**细雨资料**”或书名



细雨资料
细雨资料 觉心接力



Cathyshe0103
海轮海轮



海轮海轮

免费下载全部最新电子书：

- ✓ **细雨社网站** www.xiyushe.org
- ✓ [细雨社志愿者协作、细雨资料星门 QQ 群 \(623 940 583\)](#) 群文件夹
- ✓ [细雨资料图资中心 FB 分部 Facebook 小组](#) 文件夹

超链接提醒：以上有**下划线**的文字均有**超链接**，点击进入，可以阅读、收听、观看、下载更多更全面的细雨资料内容。



细雨社自 2023 年 8 月起正式更名为“**细雨社**”，并启用细雨社新图标。细雨社坚守非营利无住相法布施原则，别无分社分号，无商业经营和募捐劝捐，请注意识别。

Email: xiyushe@outlook.com (志愿工作专用)

细雨著作出版一览和代码对照表 (2024年12月版)

| 系列代码 | 系列书名 (单行本) | 各册代码 | 本册书名 | 出版状况 |
|------|--|------|--------------------------|------|
| | (单行本) | YM | 《隐秘的医案》 | 已出版 |
| | (单行本) | SY | 《失忆的归途》(全称《失忆的归途——隔阴不迷》) | 已出版 |
| S1 | 《思想的阶梯》 第一季 | S1-1 | 《自我认知与意识连通高维》长文 | 已出版 |
| | | S1-2 | 《自我认知的百宝箱》杂文 | 已出版 |
| | | S1-3 | 《知道 vs 问道》问答 | 已出版 |
| | | S1-4 | 《世上练 致良知》案例 | 已出版 |
| S2 | 《思想的阶梯》 第二季 | S2-1 | 《自我认知与意识连通高维》长文 | 已出版 |
| | | S2-2 | 《自我认知的百宝箱》杂文 | 已出版 |
| | | S2-3 | 《知道 vs 问道》问答 | 已出版 |
| | | S2-4 | 《世上练·案例问答》 | 已出版 |
| S3 | 《思想的阶梯》 第三季 | | | 待定 |
| GY | 《观影说多维实相》 之影评荟萃 | GY1 | 第一册 1-15 | 已出版 |
| | | GY2 | 第二册 16-28 | 已出版 |
| | | GY3 | 第三册 29-38 | 已出版 |
| | | GY4 | 第四册 39-49 | 已出版 |
| | | GY5 | 第五册 50-60 儿童与亲情、转世、神通 | 已出版 |
| | | GY6 | 第六册 61-64 心理学 | 已出版 |
| | | GY7 | 第七册 65-70 性别与性取向 | 已出版 |
| | | GY8 | 第八册 71-78 女性的自我救赎与自我价值实现 | 已出版 |
| | | GY9 | 第九册 79-82 破幻三部曲之“破我执” | 已出版 |
| | | GY10 | 第十册 83-86 破幻三部曲之“破法执” | 已出版 |
| | | GY11 | 第十一册 87-90 破幻三部曲之“破空执” | 待定 |
| Y1 | Y1-新世纪中如何理解赛斯书《未知的实相》(679-744) | | | |
| | 《已知的实相I》 | Y1-1 | 第一册 679-687 | 已出版 |
| | | Y1-2 | 第二册 688-695 | 已出版 |
| | | Y1-3 | 第三册 695-704 | 已出版 |
| | | Y1-4 | 第四册 705-715 | 已出版 |
| | | Y1-5 | 第五册 716-726 | 已出版 |
| | | Y1-6 | 第六册 727-744 | 已出版 |
| Y2 | Y2-用非线性视角剖析赛斯都说了些什么(细雨“早期课译本”现代汉语版 1-72) | | | |
| | 《已知的实相II》 | Y2-1 | 第一册 1-14 | 已出版 |
| | | Y2-2 | 第二册 15-22 | 已出版 |
| | | Y2-3 | 第三册 23-32 | 已出版 |
| | | Y2-4 | 第四册 33-42 | 已出版 |
| | | Y2-5 | 第五册 43-51 | 已出版 |
| | | Y2-6 | 第六册 52-62 | 已出版 |
| | | Y2-7 | 第七册 63-72 | 已出版 |

| | | | | |
|----|---|------------------------------|----------------------------------|---------------|
| Y3 | Y3-全我是如何在多重宇宙中运作的（细雨“早期课译本”现代汉语版 73-148） | | | |
| | 《已知的实相III》 | Y3-1 | 第一册 73-85 | 已出版 |
| | | Y3-2 | 第二册 86-100 | 已出版 |
| | | Y3-3 | 第三册 101-114 | 已出版 |
| | | Y3-4 | 第四册 115-127 | 已出版 |
| | | Y3-5 | 第五册 128-140 | 已出版 |
| | | Y3-6 | 第六册 141-148 | 已出版 |
| Y4 | Y4-梦中梦与次人格诱发的疾病（细雨“早期课译本”现代汉语版 149-198） | | | |
| | 《已知的实相IV》 | Y4-1 | 第一册 149-157 | 已出版 |
| | | Y4-2 | 第二册 158-165 | 已出版 |
| | | Y4-3 | 第三册 166-175 | 已出版 |
| | | Y4-4 | 第四册 176-185 | 已出版 |
| | | Y4-5 | 第五册 186-198 | 已出版 |
| Y5 | Y5-或然自己与或然实相如何造梦（细雨“早期课译本”现代汉语版 199-239） | | | |
| | 《已知的实相V》 | Y5-1 | 第一册 199-208 | 已出版 |
| | | Y5-2 | 第二册 209-218 | 已出版 |
| | | Y5-3 | 第三册 219-228 | 已出版 |
| | | Y5-4 | 第四册 229-239 | 即将出版 |
| Y6 | Y6-内在自我的多重结构与运作方式（细雨“早期课译本”现代汉语版 240-280） | | | |
| | 《已知的实相VI》 | Y6-1 | 第一册 240-248 | 即将出版 |
| | | Y6-2 | 第二册 249-259 | 即将出版 |
| | | Y6-3 | 第三册 260-270 | 即将出版 |
| | | Y6-4 | 第四册 271-280 | 即将出版 |
| JY | 细雨“早期课译本”现代汉语版Y2-Y9各部精华要素（1-510） | | | |
| | 《早期课精要萃取》 | JY2 | 《已知的实相II》1-72 | 已出版 |
| | | JY3 | 《已知的实相III》73-148 | 已出版 |
| | | JY4 | 《已知的实相IV》149-198 | 已出版 |
| | | JY5 | 《已知的实相V》199-239 | 即将出版 |
| | | JY6 | 《已知的实相VI》240-280 | 即将出版 |
| X | | 《虚空法界框架结构 详解》 简称《虚空法界》 | X1 | 第一册《意识微尘》1-17 |
| | X2 | | 第二册《意识觉醒》合集 上18-25/中26-35/下36-44 | 已出版 |
| | X3 | | 第三册《双生羁绊》合集 上45-56/下57-73 | 已出版 |
| | X4 | | 第四册《承前启后》合集 上74-82/下83-89 | 已出版 |
| | X5-1 | | 第五册《寻找答案》上篇：90-108 | 已出版 |
| | X5-2 | | 第五册《寻找答案》下篇：109-128 | 已出版 |
| | X6-1 | | 第六册《道理始末》上篇：129-149 | 已出版 |
| | X6-2 | | 第六册《道理始末》下篇：150-177 | 即将出版 |
| | X7 | | 第七册《融会贯通》 | 待定 |
| | X8 | | 第八册《浪子之心》 | 待定 |
| | X9 | | 第九册《涅槃重生》 | 待定 |

推荐阅读：

SY 《失忆的归途——隔阴不迷》

这是一部前所未有的作品，送给准备好觉醒的人们。《失忆的归途》是一部有系统并多面向揭露隔阴之迷的著作。它化解了许多一知半解造成的偏见与迷信，是生死四书系列中最重要的一本，与每个人都息息相关。



死亡是每个人必经的过程，却少有人勇于面对自己的将死之时。我们花费大把的时间在可能用到的知识上却对必须要面对的生死闭口不谈。

人生从出生那天开始就可以计算出离高考还差几天、离退休还有几年，但无法算出自己何时会从这舞台谢幕，好在此前坦然面对并反思人生。

如果说人生只有一件事情真正值得你去投入精力，那就是这本书要告诉给你的这些知识。

——细雨

每个能有机会看到这文字的人，都是觉醒者。每个觉醒者都明确地知道，这个世界与我们所看到的或知道的有本质的不同，但很少有人真的可以有机缘通过灵的视角去了知无垠时空中的奥义，本系列文章将会给大家带来这样的一个机会。

本书将引领读者透过不同维度与面向的视角，穿越多次元的生命历程，观察台前幕后的运作机理，带来心灵的启迪，去了解高灵们的用心良苦和这节课业背后的运作规则。

细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注）

《已知的实相 V》

——或然自己与或然实相如何造梦

第三册（219-228 节）

（本册代码：Y5-3）

2024 年 12 月 17 日第一版



细雨·著作权所有

ASIN: B0DQNDN65P

以上细雨资料学习平台上发布的内容和已出版的细雨丛书（请用最新版），均[欢迎全文转载](#)，[请注明出处](#)。

为免扭曲误导，请勿断章取义、改变顺序或增减内容。

若有对细雨社出品的细雨系列资料有侵权行为，我方保留法律追诉权。

如有相关问题请咨询细雨社编辑部。