

细雨解读赛斯书《早期课》

已知的实相 II

用非线性视角剖析赛斯都说了些什么

共七册 (1-72册) 第五册 (043-051)

本册代码: Y2-5

细雨
著作



《已知的实相 II》

—用非线性视角剖析赛斯都说了些什么？

细雨解读赛斯书《早期课》

第五册（043-051）

（本册代码：Y2-5）



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	
	S1-2	Y1-2	Y1-4	Y1-6	Y2-4	Y3-1	Y3-4	Y3-6	Y4-2	X6	GY6	Y5-2	
	GY1	S1-4	SY	Y2-1	Y2-5	Y3-2	X3	X4	Y4-3		GY7	Y5-3	
	GY2	S1-1	YM	Y2-2	Y2-6	S2-4			Y4-4		GY8	Y5-4	
		GY3	S2-1	S2-2	S2-3	X2			Y4-5			JY5	
	GY4		X1	JY2		JY3		JY4			X7		
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		
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		认知及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：

- 运用想象力** 书中描述多是没见闻过的，放开束缚，天马行空去想象；
- 抛开旧观念** 先将典籍习俗规范等存放一边，清出空间；
- 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；
- 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》和《虚空法界》交相呼应，互相印证，建议交叉学习，有助于深化理解。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。

目 录

前言.....	I
硕果累累的人生	I
第 43 节 第八内在感知, 空间	1
第 44 节 内在宇宙法则 1,2,3,4	32
第 45 节 伪装宇宙, 催眠	74
第 46 节 马克的生命解读	120
第 47 节 真理不扭曲	150
第 48 节 出体旅行, 死亡感觉	175
第 49 节 催眠, 思想永不消逝	200
第 50 节 第九内在感官, 内在宇宙法则 5, 6, 7, 8.....	238
第 51 节 物质化机理, 宇宙法则 9	266
常见问题.....	i
细雨资料发布平台、免费下载路径	ii
细雨著作出版一览表和各册代码对照 (2024 年 1 月版) .	iii

前言

硕果累累的人生

在《早期课》中我们可以清晰地看见，灵魂在各个不同的人生角色里进进出出。这些人生经历并非按线性时间依次递进，而是按灵魂成长平衡性的需要、依据感悟平衡展开。灵魂会主动挑选漫漫历史长河中最适合自己的剧情、蕴含对等体验最多的角色，与自己相关的灵魂团队、或有瓜葛涟漪的搭档，一同进入到相关维度层面的历史剧中，展开属于自己的戏说，各自选取自己需要的人物角色关系进行扮演。

整个舞台剧分为三大类：



单人的独舞——背景播放着整个历史剧，也有全套的家人朋友，可是你已经第 N 次补考了，确实不好意思叫着所有团队跟着你蹲班。蹲班最常见的原因就是想不开，固执地卡顿在某一种理念中。想不开的极致就是一条筋认死理，一条路走不通就在那里死磕，不懂得变通，而最极端的就是自杀。

小团体话剧——从爷爷奶奶开始，爸爸妈妈、自己的兄弟、朋友、儿女，组成一个剧团，合力演绎一部连续剧，各司其职，各自利用自己的角色与角色间的关系收获到自己想要体验的东西。但并不必须所有角色都有灵魂出演。如果没有演员的角色或从剧情中开始就删除，或快速让其完成必要的章节就死亡。或者戏份极少，只是按照历史剧中



的故有资料读档再现。小社团中的演员不是固定的，如果一部戏要多次循环演出，有时同一个角色会多次更换不同的演员饰演。

大型现场秀——这样的剧情模式，适合比较成熟的老灵魂。它们进入公共频道，选取最具代表性的时代背景，演绎虽然有一个蓝图脚本，但随机性很大。整个社会背景是来自各个不同意识层的不同灵魂随机构成的，虽然还是历史剧中的某一幕，但除了世界级历史大事件相同，其它的都可以随意戏说。

不同时代与相同时代中，不同维度层与相同维度层中，那些不同的我同时存在并相互影响。

自我的成长确实需要一个时间和过程，但灵界的时间系统与体系与我们的天壤迥异：我们的时间是全然的假象，它们可以随意编排、剪辑、穿插、暂停、快放、倒退、插入；对于灵来说，我们看似线性的历史剧，犹如列车的车厢环环相扣，但这些车厢一节节地都可以独立成章，随意颠倒、替换、穿插，独立运作。

它们可以随时踏上任何一节车厢，而无需在乎时间的序列；也可以反复踏上同一节车厢，不管它是否看似已经被驶过。我们所谓的未来早已实现，我们所谓的过去正在重演。而一切都是广袤的当下，首尾如环地转圈。就好像游乐场里的过山车，每5分钟一列，365天无休。经过的总是那些轨道与风景，只是车上的人换了一批又一批，有些人还能玩上好几遍。



问题：

- 1、那么，累世的人生又是如何达成同时性的呢？
- 2、同一世怎么做到多个自我同屏的呢？
- 3、同一生我要经历几世呢？
- 4、怎么才能走出这死循环呢？

1、那么，累世的人生又是如何达成同时性的呢？

请想象一株多年盛开的茂盛月季，它枝丫繁多，花团锦簇，层层叠叠。它源于一个主干，却扩散出数条分支。每条分支又各自朝不同方向蔓延展开，形成无死角的花球；成为一个跨越各个层面、拥有各个面向的立体花冠。



当然这个巨大的、完美的、绚丽的花冠并非一个朝夕成就的，它也经历过弱小的稚嫩、单薄的片面、压抑的矮小。如果把每一层、每一支、每一朵月季花比喻成一个个的生命历程，月季的每一次绽放与凋谢都是这生命的一世轮转。

确实，底层的花叶枝条是早几年成就的，而顶层的、外层的枝叶花朵有一个渐进生成的次序；但在宏观看来，当种子埋下时，自意识里它成熟的模样已经是蓝图中的必然了，剩下的交给时间与生命力去成就这一显现，再加上护理与每年的导向性修剪。

在最后一世的花朵盛开的时候，最底层第一生的花同样也在绽放。这就是各个自我角色的同时性。我并非是某一个我，虽然每一个看似都独立运作。这一树的芬芳都是我，我们虽然在风雨中各有命运，虽然各自有自己的盛衰周期，各自遭遇着不同的随机事件，但却把所有的智慧、知见、阳光、雨露，汇总到一处根性，成为共同拥有的心智意识成熟程度。

2、同一世怎么做到多个自我同屏的呢？

月季每一枝上都是多头的花苞与花，一朵未败，一朵又开，这很像我们的生命：一个人格会分化出多个片段，同时呈现在一个故事中，相互羁绊，互为助益，达成平衡体验——那些伤害你的、帮助你的、被你伤害与帮助的其实都是你自己；你所爱的、所恨的、所协助的、所坑骗的都是你自己。系统用这样的方式轻松地解决了对等性平衡问题。你每每轮圆了扇的就是自己的右脸，而左手隐隐同时疼着。





其实这样设计的本意，是为了自身多股力量可以相互授粉，相互助力，分担伤害，共同抵御，彼此互为支撑。但忘记初心的自我，会孤芳自赏，傲视群雄，唯我独尊，利己损人，渴望独占鳌头。这就闹出了种种故事，纷扰不休。



3、同一生我要经历几世呢？

这里要说“生”与“世”的区别：“生”是以某个角色为单位的段落，而“世”是你演绎了多少遍这样的一生。

灵魂选择与进入某一个角色展开它的人生，是为了达成某一特定的觉悟和某一方面特性的成长。这就是初心和人生蓝图。如果你在人生中，跟着载具我、角色我的头脑、世俗的人文导向，跑偏了，那没关系，可以重新来过。如果和你一起同班的小伙伴们都毕业了，就您还想一次次地星际迷航，那您就只好蹲班和一组新同学一起演这出戏，或干脆自己演独角戏了。



好在灵界不太介意时间上的消耗，如果你过不了自己此生的课业，那重来的次数是没有上限的。不过如果你真的玩腻了，是可以申请修整的；也可以先去别的节目组历练，然后等自己成熟一些了再回这个考点，尝试通关。

4、怎么才能走出这死循环呢？

说到通关，涉及到存有的基础理念自我完善、自我成就、不断进取。这个通关可不是说您就此荣升极乐，断了轮回，而是从本意识层面上毕业进入更高的学府，去修习其它自己陌生的意识面向。

本意识面毕业的条件是已知的：

- 1、经历与达成男性与女性完整一生的体验，有过养育子女的经验；并做到男性逻辑认知与女性感性认知、男性自律与女性直觉、男性刚健与女性柔顺的内在平衡。
- 2、有效地完成了这一意识面向中所有的课业科目，并培养出了自我的某一特长，所有科目的综合成绩都达到毕业标准，所有本意识层面上的自我意识分身都达到毕业水平，并消弭了所有意识扭曲和认知卡顿，重新融合归一，达成主人格本意识层的综合成绩毕业线。要求一个都不能落下，要不都达不成毕业。要是实在烂泥扶不上墙，就果断断舍离，让其自生自灭去。（珍她妈就是一个例子）
- 3、最后的一生一世，必须要能做到了无牵挂。自己心无涟漪，事来则映，事过则空，不能有对财富、物产、名声、眷属的记挂。要是生了孩子，你死后，逢年过节的就来扫墓，挂着你的照片动不动就念叨一



番；因为过世和某人打官司追究责任、赔偿，这些都会形成一条条无形枷锁，让灵魂不得解脱。所以，最后一世都不会要孩子，思想上不想要，身体上也设立不孕的设定。

4、在临毕业前，最后的功课不是在人世间，而是在第五维中。你要写出像样的毕业答辩，为世人留下些心得文字档案，启迪后人。当然其实没有什么真的后人，主要功课就是帮助与启发自己的其它在世分身，快速醒悟、领悟、觉悟、开悟。

细雨

2022 年 1 月

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。



说明：

本册的赛斯书译文选用了五竹版中译本，同时参考了台译本和王新建译本，在此特别向辛勤的译者们致以衷心的感谢！

《已知的实相 II》第五册的编辑、设计、排版、校对等工作非常荣幸地得到麦田、Sebastian、姜江、Nikki、灵素、Gary、晓锐等众多志愿者伙伴的大力支持，在此深表感谢。正因为他们和许多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。

细雨社

2022年7月第一版

2023年7月修订

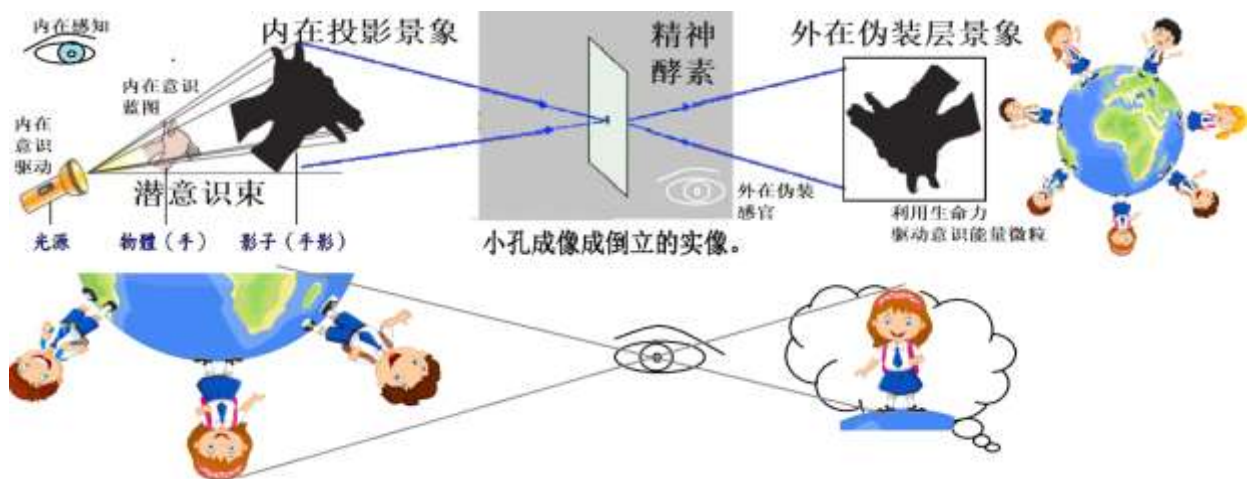


第 43 节 第八内在感知，空间

前情摘要：

觉知显像层的伪装画面有几种不同的方法：

- 1、直接利用伪装层中的角色我的伪装外在感知去感知伪装层的信息。
- 2、去观察内在世界投射层中有待投射的景象信息。
- 3、直接读取有待形成投射的意识流信息。
- 4、观见要形成意识流意识蓝图。



可能会有人质疑，外在投影是颠倒过来的，那为什么我们看见的都是直立的呢？其实这是后期因眼睛再观察形成了二次小孔倒影，我们世界的相都是大头朝下倒立着的，从地心成放射线散开。

宇宙大爆炸说本身是线性时间认知的因果论产物，我们都知道第五维空间里没有线性时间。在由高维投影形成的低维层相中，那些被我们串联起来的线索，让我们自己一厢情愿地把现有证据逻辑累积与理性



推理成了和事实没有任何关系的科学猜想。

我们所谓的可观察宇宙，只是众多宇宙泡中的一个，而宇宙泡内又形成了众多的频率层面。每一个层面上拥有无数个同频实相单位，每个单位中包含无数平行展开的不同可能性树状多维矩阵，每个矩阵里是不同选择分支的多元可能性集合，这些集合里有某一条分支是我们现在的这个所谓的实相。

我们可观察的宇宙空间并没有在扩张，因为这空间本身就是被虚拟出来的。但可能性的枝丫在不断地舒展开，在连锁反应下构成无尽的演化。

很多修习灵觉很久的人却抱怨自己无法有效地和自己的高我取得直接的联系，那问题出在哪里了呢？

当有意识的自我渴望得到信息，而外在自我全权掌控时，那么信息是从外在感知搜寻来的。当外在自我未留神之际，被要求提供信息时，潜意识往往就透过使用内在感知来传递信息。在不知情的情况下，就是在那个时刻，他从自己的潜意识中询问了所需的信息，而潜意识也不受阻碍地提供了讯息。所以在不使用外在感知的前提下你才能收获内在信息。

当某些已经学会的内在纪律被自由发挥时，他就可以透过看似不控制这些动作而成功地控制它们。这种感觉就像一个没有经验的跳水员站在高板上的感觉——最好的方法就是放开并一跃而入。这样的经验你会获得，但都不是用意志可以让它发生的。在这些方面使用自我会阻



碍其进展。关键在于无所期待。你越用力专注地去聆听，你看似平静的头脑就越在高速地运作着，阻碍潜意识的信息流入进来并被感受到。

当自我成为一个纯粹的观察者，而非控制者，并且暂时中止其刻板的判断，那么内在的直接经验就会得到一些自由，但自我仍然意识到它。

当自我完全或几乎完全被征服时，就像在睡眠中一样，那么就有可能收获到透过内在感知传递过来的直接经验，但如果你去理性地分析那些信息或尝试记忆它们，就会因你的逻辑脑被启动而又一次消失掉。

直接的内在经验经常中断并很少持续，原因就是自我在接收的同时几乎立刻就开始对内容形成分析，理性逻辑的评断会钳制住它，你的审视让你一无所获。



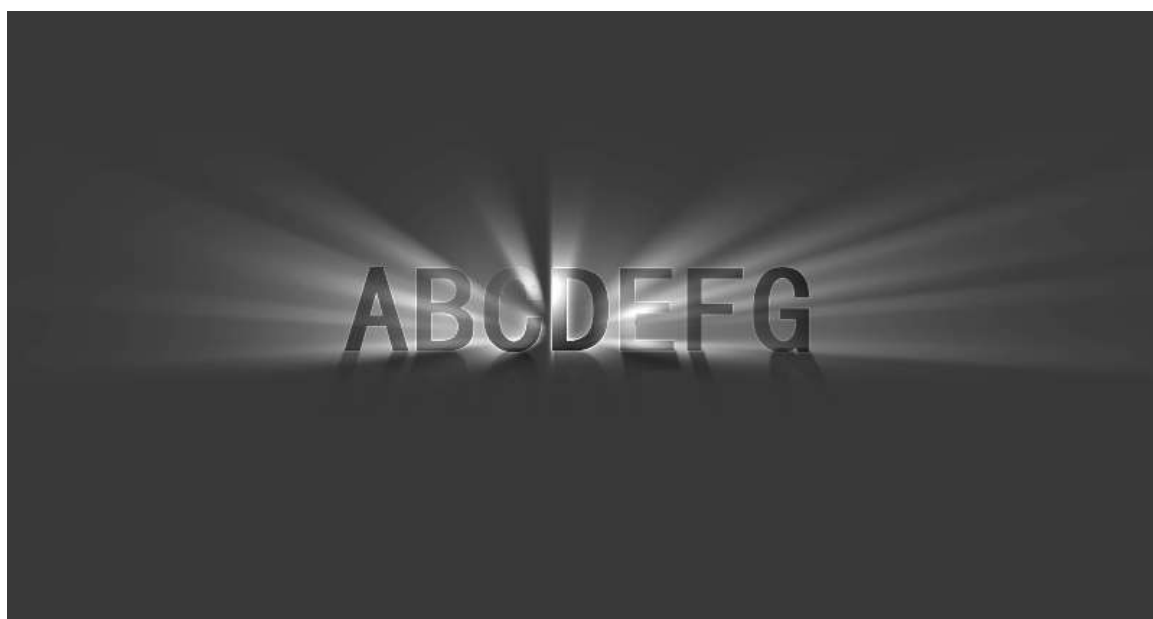
第 43 节课会讨论到的背景材料：

(来自珍的记录：

(昨晚，1964 年 4 月 10 日，就在我要睡着之前，我有了以下的经历：我双眼闭着，但我看见一张写满字的纸，我认出那是迪·马斯特斯 (Dee Masters) 的笔迹，她是我在阿诺特画廊 (Arnot Art Gallery) 的主管，我下午在那里工作。

(那是一张记事纸，比打字机纸稍小。我认出了我丈夫的名字，罗伯，还有其它几个我已经忘记的词。那张纸很亮，仿佛某个地方有光，但其他东西都很暗，就像闭上眼睛时的那种黑暗。我感觉在这次经历之后，又发生了一次这样的经历，但我睡着了，不记得了。我完全忘了这件事，直到今天下午，1964 年 4 月 11 日。)

灵视的感觉是很奇妙的，你闭着眼睛本是一片灰暗色的无限，这时会有隐约的背光从远方亮起，好像暗夜中一辆从远方骑行来的自行车头灯，它亮但不刺眼。灵视的画面一般被这灯光衬托在光与你的中间，形成透着光的画面。画面四周轮廓是光影的交错。



（来自罗的记录：

（昨晚，1964年4月12日，我做了一个很短但非常生动的梦，在梦中我看到斯坦普家门口的那棵树的一根大树枝掉在地上，就在我们的拐角处。

（它发生在白天，而且是彩色的。那根树枝可能有十英尺长，直径三或四英寸粗细，坠落到街上。当它撞到街上时，它弹了起来，白色的木屑像铁钻上的火花一样飞了起来。这些树枝没有碰到任何汽车、人等。我一定是站在附近，但我完全没涉入其中。我不记得有暴风雨，或是狂风。

（这根树枝在树上看起来很结实，但它生长的角度很特殊，这让它看上去很脆弱，而且与其他枝杈和树枝不太搭调。我经常注意到它，并想知道它到底有多结实。）



第 43 节 第八内在感知，空间

1964 年 4 月 13 日 星期一 晚上 9 点 按指示

(当珍在早餐后读完第 42 节课时，摆脱纠结 **disentanglement** 这个词浮现在她的脑海，她认为这是第八种内在感官，使传输和悬浮成为可能；赛斯简要地提到这两种内在感官依赖于另一种内在感官。

(在下午 4 点左右打盹的时候，有一个非常短暂的时刻，珍经历了她所描述过的无限的黑暗，或者说是放大的感觉。当时她尚未睡着，只是闭上眼睛放松身体。这天晚上，威利表现得非常好，整节课一直都在睡觉。这是一个温暖多风非常美丽的春夜，上课时，客厅的一扇窗户是开着的。

(珍传述的声音比平时有力些；踱步节奏均匀，眼睛漆黑如常。比前两节课的说话速度稍快。她像往常一样，在课开始前有些紧张。)

晚安。

(“晚安，赛斯”。)

这段可以当成记录，也可以删掉。

(“是吗？”)

我告诉过鲁柏，他没有怀孕，所以我期望我们的课程将再次顺畅一些，因为他已经解除了这个重大问题的困扰。我必须说，他的自律令人钦佩，而我本人也给了他很多帮助。课程本身也帮助了鲁柏培养她的自律。

在任何时候作为最后一次转世的经历，孕育都是会带来很多的瓜葛涟漪和麻烦的。这对男性的影响远比女性要低。可以做到毫无记挂地随时说走就走并不是一件容易的事。



我很高兴你们的课外练习，可以说进展得非常好。一方面，我们的鲁柏很久以来就是一个怀疑主义者，另外，我们课程之外经历的内在感官证据，也会在这方面有所帮助。我不想要容易受骗的傻子，但是我说的话偶尔被人听进去，我当然会很高兴。然而以我的组成结构，可能也招架不住这种震撼。

我希望，约瑟，你也去体验更多的内在感知。你真的应该。

（“我的梦中，掉落的树枝是怎么回事？与内在感知有什么联系吗？”）

那棵树的梦？此刻我不知道它是否仅仅是一个梦还是不是。它和你另一个与树有关的经历不一样。我只是不知道那个特定的树枝是否会在特定的时间内掉下来。

你也许看到它最终掉落下来了，但这和鲁柏看到钟表的经验是不一样的。

鲁柏是正确的。我们可以把第八种内在感官叫做脱离纠结（disentanglement）的内在感官；它是最基本的内在感官之一。完全脱离伪装在你们的层面很少发生，但通过训练是可能实现的。变化会发生，但通常一些残存的伪装资料仍会被保留下来。

即使在这里，也是有渐进梯次的（gradations）。再次想想，鲁柏在一个房间里闭着眼睛，“看见”在另一个房间的钟表上的时间。这种遥视是比较简单的一种，但却代表了他发展中的重要一步，你自己的发展也应该如此。他关注的是一个伪装的概念，是关于时间的概念，而且是钟表的时间，钟表本身是一种伪装。透过遥视，他只是自己脱离纠结（disentangled）到足以忽视某些伪装，以便感知它背后的伪装，这是必要的第一步。

当你打破自己头脑中故有的逻辑经验，而不再质疑这个世界是幻相这一事实时，你就有可能愿意去尝试那些看似没有可能达成的尝试，并且不会在做出努力的时候，自己嘲讽自己的疯狂与不科学。什么是自



信？首先要相信。不是相信什么，而是相信自己。因为你就是在你自己营造的梦世界中，你就是这里的唯一的造物主，你的意念就是这里唯一的物理法则，当然光靠角色我的我想是远远不够的。就好像你想要尝试用意念扭曲一个勺子，一方面自己极其努力地在尝试，另一方面自己跟自己悄声地说“这很不科学，没有可能的”。两个对冲的信念就相互发生了牵制，形成正负对冲的效果。

很多人首先会想“这不可能”，然后会想“我试试，反正也不损失什么”，于是就很努力地去尝试，最后却证明了那不可能达成。不是不可能，而是你没有放开你的内在许可。这就像跑去买烟的人、手里拿着酒瓶的人，嘴里却高喊着：“我真的很想戒烟戒酒啊！”



比如说，甚至悬浮（levitation）也在很大程度上涉及到伪装，因为伪装的躯体本身向上升起，但我们在这里仍然使用伪装的身体形态。没有伪装的物质形态的移动当然是一个巨大的迈进，但根据你们的发展，这是可能的。但这里，你们是在穿越伪装的空间。以你们的层次，不用任何伪装而要做到是非常困难的，但这可以做到，再次地，这里心理时间的运用极其重要，因为当心理时间运用到极致的时候，伪装就会减少到几乎惊人的程度。



物体漂浮或载具我的漂浮都是伪装层的显像幻术，这并非真实的飘。利用飘在自己的房间里游荡，或去往其它城市旅游，也不过是本层面显化坐标的修正，和实际意义上的漂移也没有多大关系。真正的漂移是跨层面、维度、次元的，去到平行世界、去到异次元空间、去到高维世界里。而真正完成漂移的绝非这个肉身我，而是内在自我意识的意识焦点。



(在这里，珍拍了拍我的桌子，以示强调。现在她的语速稍缓，按照前两节课的速度进行。)

我不会给你们上任何悬浮的课，不会比我在千里眼方面给鲁柏的课还多。就伪装物体在伪装空间中移动而言，你自己的发展和你自己的同化速率(rate of assimilation)将会是准则。再一次，你正在和伪装打交道。你在自己没有意识到的情况下，不断地通过使用你的内在感官在移动伪装对象。诀窍不在于学会怎么做，而在于认识到发生的情况，通过练习，这是可能的。

我得说，我自己多少有点老朽，至少老朽到很欣赏鲁柏这身春意盎然的打扮。和鲁柏一样我很喜欢狂野的风，有很多个夜晚，我们仨人一起走在春季的街道上。

（“在波士顿吗？”

（我试图诱导赛斯，我偶尔为了找乐就会这么做。赛斯-珍像往常一样，没有回答我的问题；不过珍丢给我一副你别傻了的傲慢表情，逗得我大笑。）

在丹麦和其他地方。我建议你在让我崩溃[break]之前，先休息[break]一下吧。

赛斯并不愿意花时间去辅导罗各种用意念控制物体隔空物移的魔术手法，虽然这是可以办到的，其前提条件就是你要让自己的意识频率和你指挥的伪装物达成一致。当同频发生时，你的意识就是它的意识，你的行动就是它的行动。物体漂浮使用的是能量驻波，驻波的变频与移动就能移动物体。

（9:26 休息。珍相当解离。赛斯说到户外的春天气候，大概是因为在传递上述资料时，珍经常在客厅敞开的窗前停顿下来。这的确是一个美丽的夜晚。

（我们讨论了最近做的一些梦，正在说着时，珍突然站起来，又开始讲述。她的声音很正常，语速很慢。九点半继续）。

宇宙以梦扩展的方式在扩展着。换句话说，这种扩展与你们的空间概念（下划线）无关。扩展，以最基本的方式来说，更像是一个意念（idea）的扩展。它与你们习惯认为的空间或时间无关。我之前告诉过你们，你们的科学家关于宇宙扩展的观点是错误的，但是在一个重要的意义上，宇宙在扩展，这就是我想说的。

我们科学家理解的扩张是物理空间的距离的扩张，而这里说的扩张是可能性上概率学的延伸和扩张。随着一个意识面向的内在拓展，其涉



及到的内容成几何倍数般增多，就好比跳棋、五子棋、象棋、围棋的难度不是一个数量级别。因为需要考虑的变量与可变量不是一个函数级别。但它们的棋盘却在物理大小上没有多少差别。

(珍再次在我的桌子上拍了拍。在接下来的资料中，我会在她强调的几个重点下面划线。)

你们自己的梦世界不断扩展。你们的思想观念不断扩展，但你们的思想观念与空间无关，而宇宙不断扩展的方式也与你们的空间观念无关。真正的空间，第五维度（fifth dimensional）空间，具有的扩展能力是不需要空间的，不需要你们所说的空间。

五维的扩张不是物理大小的变量，而是内在精细度与复杂度的变量。一个人的意识成长与自我成熟和他的身高与体重不相关，而是与其能达成的复杂思考能力有关。被扩充的是脑回路的密度，而不是头脑的物理体积。对同一事物可形成认知的观察点越多，理解就越全面充分。意识的进化不是从某一点到另一点，而是让自己更加包容、通透，我们修习的是兼容的能力，囊括的范围越大，自我觉知的素材就越多，无漏认知的达成度就越高。意识完型即一个达成了无漏智慧全然知见的意识成熟体。

你没有任何评量的方法，可以让你用来确认我指的是什么。约瑟，我将举一个与你的职业有关的例子，也许这可让它变得稍微可以理解。

以两幅形状大小相同的画为例；也就是说，两幅画在你们的宇宙中占据了相同的空间。一幅画极其粗糙，做工也很拙劣。另一幅画不仅看



起来质量上乘，而且似乎还在不断地发生着变化，而所占据的空间仍然是一样的。

就说那是一幅风景画，这种变化包括在同样的空间内不断增加更多的树木、更多的山丘；山丘仍然在分配给这幅画的同样空间内增高，但永远不会越出画框。想象一下，这种转变还包括距离的增加，在不干扰画布背面的前提下，不断向后延伸。

如果可以的话，想象一下画中的人物或居民有其心理的实相，并全都在这给定的空间所设定的范围之内。换句话说，想象意识、生长、实相和扩展，与你们所说的空间扩展无关，而是在心理实相上拥有几乎完全的自由，那么你至少会有点了解，我说一个扩展中的宇宙，它和你们科学家讲的扩展中的宇宙毫不相干是什么意思。



我们不妨增加一个比喻：一个话剧舞台，上午是幼儿园的汇报演出，中午是国家话剧团的经典剧目，晚上是少年宫的彩排。相同的空间内三个不同水平的表演，讲述着三个不同的故事，却在同一空间中。三个故事间没有任何因果关系，三张海报被同时排列在公告栏中。三个剧组的演员都通过自己的表演获得了自己演绎水平上的成长。他们通过自己的演出更深刻地理解了自己扮演的角色、故事的寓意，进而更好地理解了自己、领悟了生命。

不同成熟度的自我意识，在相同的有限空间里，同时演绎着不同的故事，各自品悟着符合自己当下觉悟能力的素材，培养与历练着自己对心性、自性、爱与本真的理解。

大部分的实相与你们想象的空间一点关系都没有。大多数实相的成长和存在都与我们所说的心理时间密切相关，而这完全独立于你们所设想的空间。心理时间是一种有利于所有意识存在的环境。

这实相并非“相”的实有，而更多蕴含与指向的是本质真理的理念性轮廓架构体系的意思。或者说宏观的“道”。道与物理法则是两码事。

你们认为，空间是一种有待填充的空无，因为在你们的层面上，你们用伪装模式填充你们所谓的空间。我再重复一遍：相反，真正的空间，第五维空间，就是所有存在本身的生命力和那些材料，生机盎然，活力四射，所有其他的存在，都是通过我迄今为止，以相当概略勾勒的方式，从中编织而出。即使在你们层面的质性(plane quality)，代表着一种扩展，也不一定意味着是空间的扩张。宇宙不断地以一种质的方式(qualitative manner)扩展，与通常设想的空间无关。而这种扩展比我现在能向你们解释的更加生动和有效。

第五维空间并非是一个我们现有概念中的物理空间，它本身并不具有物理空间所特有的物理形式的性质。或者说“空间”这个词，在我们的理念里与高维有着巨大的本质差别。它们所说的空间不是一个三维距离尺度上的立体空场，而是一种利用某种统一规则在运作着的场域。这种场域并不能用我们已知的三维数学理念去衡量它或界定它。我们由它而生，与它并存，和它套叠。犹如盐和海水一般的关系——没有



盐，海水不再是海水，但盐却不是海水，海水也不是盐。海蒸腾出云，云不是海，也没有盐，可是云源于海，又归于海。云、海、盐，从理化层面上它们明确地是三样不同的东西，但又在宏观循环上是本自一体的。

我建议休息一会儿。到目前为止，我们成功地取得了一些很棒资料，对此我非常感谢，刚才所提供的资料之质量，超越了你们的时间和空间，在这种情况下，质量的扩展是独立存在的。

(现在珍做了个戏剧性的手势，甩开双臂，眼睛很黑。)

比如说，房间的墙壁不会为了接收一个伟大的想法而往后推移，同样的，宇宙从内部开始的扩展，并不意味着是向外推挤或膨胀。

一个功能更强大更智能的手机不光需要硬件的升级，更多的是在于升级算法与内在程序编写的原则与逻辑框架。它的体积不用做得越来越大，而内在精细度却可以越来越高。

(9:58 休息。珍解离了——神飘得很远，她说。而且她觉得手又胖了。她戴着两枚戒指，两根无名指上各一枚。通常两枚都很容易拿下来。现在，她的婚戒根本摘不下来，另一枚戒指终于拿下来了，代价是指关节瘀青。

(双手肿胀的感觉持续了一两分钟，然后开始消退。据我自己的观察，珍在传送非常特殊的资料时，会有这种肿大的感觉，她也同意。奇怪的是，我从来没有请赛斯解释过，所以我现在特别提出来，希望他今



晚能解释一下。当珍再度开始用正常的声音传述时，她感觉手也正常了。在 10:07 继续。)

在我回答你在休息期间所提出的问题之前，约瑟，让我先继续我们之前的讨论。再说一遍，梦境世界，是一个非常生动、有效、根本不占任何空间的世界。它在很大程度上也不受限于你们的物理时间，但它确实存在于心理时间的气候或环境中。

你们当然不能确定梦境的位置，即使这个位置与伪装宇宙中熟悉的地点相一致。梦境本身并不是在特定的伪装地点经历的。身体躺在床上。虽然在梦中，你认得一个实际房子的完整陈设，但做梦者还是躺在自己的床上。梦境位置和伪装地点，这两个所在地看似相同，但它们并不一样。

一个占用你们宇宙里的空间，另一个没有。宇宙以一个梦扩展的方式扩展，不占用伪装空间。这并不是说宇宙的扩展不涉及成长 (growth)。这也不是意味着没有任何移动。它只是意味着，一种质的存在和扩展，超出了你们目前的测量或完整的理解。

内在感官只有在这种环境中才能全面运作。这里有太多东西我迫不及待地想要告诉你们，但你们现在能够了解的太少了。孕育的概念爆发成了存在的东西，经过演化，变成其他东西，然而这一切都在一个明确的架构内，但你们却看不见、摸不着，甚至原子和分子的心理扩展，本身就包含超出你们能理解的浓缩的理解力 (condensed comprehensions)。宇宙的种种东西并非无生命的，甚至在你们的层面上，它也不是有待填充的空无，而是以你们还无法揣摩的方式不断扩展。

你们对空间的认知源于自身有局限的感官体系对部分实相的片面观测和理解。空间远非你们当今知道与理解的那个样子。基于错误的对空间的认知理念，你们被困在自己的思想方式里，渴望用力学征服与跨



越空间的想法，导致距离与速度这两门基于伪装的伪科学在时间这个伪参数上展开自己的歧途。就像钢琴与唢呐的交响乐一样无法与真相合拍共鸣。你们当今的科学体系有如九分熟的牛排一样，虽然已经过火，但确实还能吃，也有营养，就是咀嚼起来相当费力。可又舍不得换一块从头来过。

你们所寻找的宇宙大一统物理公式，是一个舍弃了真理的公分母，它的唯美是基于牺牲真实的多样性、多维、多元而萃取出来的一元论。在化繁入简的归一过程中，你们只片面地参考了一个层面中极其有限的伪装扭曲，这让基础参数和思路从基础科学上就已经错得离谱。

就像你们曾经推翻地心说一样，古典物理的“三原色”——时间、距离、速度，都会被推翻并遗弃。到那时你们才能窥见真实科学的真谛。

那是不基于实证科学的科学，你们将不再依靠唯物主义辩证法研究你们眼前的世界。那时你们已经知道：不能依靠 4%的可观测宇宙去理解真实的全然真理。

接纳不可验证的不可见需要对内在感知力的全面应用，这应用不是某个人的灵光乍现，而是全面与全民的灵性知识普及。这不是唯心论与唯物论两大谬误怪胎的角斗，而是一次基于灵魂的物种意识升华。你们要寻找的真相不在眼前或脚下，而是在眼帘的后边、心识的里边。它是非逻辑的思想，是非理想的真相，是混沌的大一统，是万物本真的道理。你们需要如它所是的样子去接纳它、应用它、拥抱它，而非



为了你们能理解的“美”搞出各种扭曲后的公式，因果逻辑成数学的习题。

基于因果律的线性逻辑数学确实给你们带来了今日的科技成就，但它的作用就像是幼儿的学步车一样，在妨碍你们学会奔跑和飞翔。利用它你们更无法理解瞬移和闪现这样非线性的科技原理。

我们可以把空间分为四大类——

第一类是：梦的空间、更深入的伪装层空间（元宇宙或游戏内空间、影视作品塑造出的空间、回忆与想象力构筑出的空间）。这些是思想营造出的内在空间，呈现与消失都在一念的起落间。

第二类是：本伪装层的空间、平行伪装层的空间、本伪装层和其它伪装层错落在不同时间线上与频率线上的其它空间。这类空间涉及到群体意识，包括自我群体的狭义群体意识和广义的群体意识（单人副本还是多人或公共副本）。空间有相对的稳定性，不能全然地按照自我意识进行随意的扭曲。

第二类半是：滞留层空间与宗教信仰亚空间，属于第二类空间的另一种版本。只不过表现形式犹如木偶戏和皮影戏的差别。

第三类是：后台的空间、中间层空间、第五维空间、更高的维度空间等。这些所谓的空间是相互套叠，虚实掺杂。但凡有相皆属虚妄。



第四类是：虚空。虚空无相，但承载着广义本源。它是唯一可以真实被叫做空间或宇宙的实有。前三类都是本源意识幻化出来的层层思想内拟空间。或叫做伪装空间。

比如：你在戴着 VR 头盔看电影，界面是一个被模拟出来的电影院，在播放大厅里正放着电影。你看见电影中的主角推开了一扇门，他看到房间里一个孩子打开了一个魔法阵。那魔法阵通往另一个世界，那是与小孩所在世界相平行的世界，只是那世界里已经发明的时空穿越门，可以去往过去和未来。小男孩想要借由那穿越门去到未来，找寻一个可以潜入自己梦境的机器，因为孩子很想念自己已逝的妈妈，渴望在梦中与其在天堂相会。

而此时你的灵魂正在它的内在意识景象中看着那个戴着 VR 眼镜看电影的你。

问题是，这里涉及到的空间分别有：小孩妈妈所在的天堂、梦世界的空间、平行的未来世界、平行世界、电影主角所处的小男孩本来的世界、那个被虚拟出的电影院播放大厅、那个看着 VR 电影的所谓的你自己之世界。

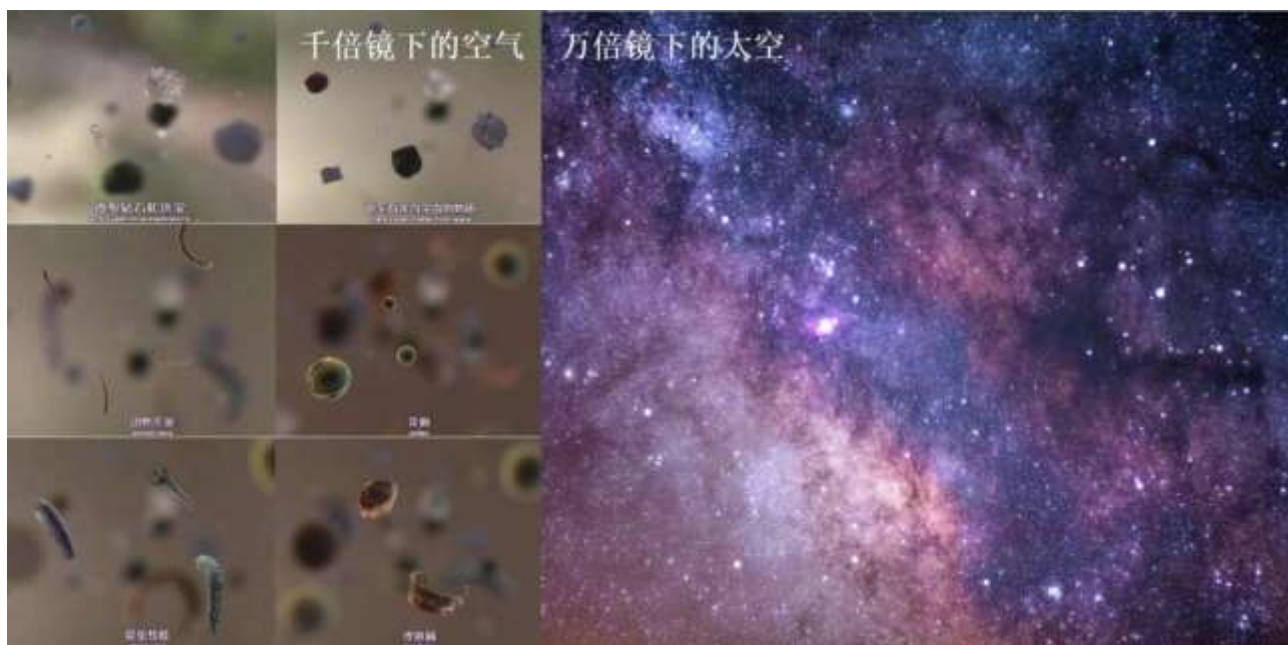
这些一层层的所谓空间，哪个是真的？

(珍又站在敞开的窗前，一边传述一边看着窗外。)

即使当鲁伯看着窗外，似乎是通过空旷的空间看向街道，这所谓的空间根本就不是空的，虽然通过专门的伪装感官，它可能看起来是空的。



你们的外在感官，只是配备给你们来感知你们自己的伪装，但对其他人来说，你们的伪装在某些情况下可能看起来是空的，而对你们来说是空的地方，对他们来说却充满了活动。



我们看海的感觉犹如外太空看大气层的感觉，而深空看我们这个密度泡的感觉就好像在看一碗稠粥。空从来不空，而所有相又都是空构化而成的，所有的不空都是一念化生出的相。相本是空，但空中又有相。

你们的科学家关于宇宙膨胀的想法，是如此依赖你们自己有限的理论，以至于变得很难把这件事说个明白。我再次恳请你们练习运用心理时间，因为在这里，内在感官被赋予了最大自由，不需要伪装。而且也体验到因此而来的内在扩展，你们或许就会稍微比较接近和我们真正的宇宙扩展有关的观念。

如果把宇宙膨胀比喻成过去二十年内互联网信息量的堆积是很贴切的。无数虚拟空间犹如雨后春笋般绽放、生长、凋零、消失，此起彼落，

但总量越来越多。可是它们却不占用任何的真实空间。（服务器的体积单说）

梦比喻在这里也非常有帮助，我建议你们仔细阅读。

梦境世界是一个非常生动、有效、根本不占用任何空间的世界。你当然不能确切地标定一个梦境的位置，即使这个位置是你相当熟悉的伪装宇宙。梦境本身不能在特定的伪装位置进行经历。身体躺在床上，虽然你对梦境中的房子、陈设完全认可，但做梦之人仍在床上。两个位置——梦境位置和伪装位置，看起来是相同的，但它们是不一样的。

其中一个在“你们”的宇宙中占有“空间”，而另一个则否。梦中的宇宙以同样的方式进行扩张，并且，不占用伪装空间。这并不意味着，在宇宙的膨胀中不存在所涉及的增长。这也并不意味着没有运动。它只是意味着，一种定性方式的存在和扩展，这超出了你们当前的测量能力或理解范围。

至于鲁柏的胖手和你自己的手，就一个非常有限的意义来说，这是暗示可以预期的延伸性质。这是一种完全不同的体验，和我们刚才的讨论没有任何关系。这种延伸涉及组织囊的外展。程度相当有限，相反的经验是一种收缩。这可以非常清楚地比作一个脉动，或者说是一个可以遵循多少是有规律节奏的节拍。

它涉及到内在自己，以及组织囊，组织囊也以一种方式和目的围绕着物质伪装身体，我在前面的课程中已经简单解释过。





肉身载具我的壳窍边界感，在自我意识解离的过程中，会被感觉到极度扩张或无限缩小。意识我出现一个新的自我边界，呈现出双重边界、双重自我，一虚一实。此刻虚者为实，实者为虚。

我建议你们休息一下。

(10:32 休息。珍解离如常。在 10:38 继续)

我简单提一下，宇宙中的运输[transportation]，也就是说，这样的运输，基本上是不必要的。这只是为其他课程所做的初步陈述，我这时候不打算深入讨论它。

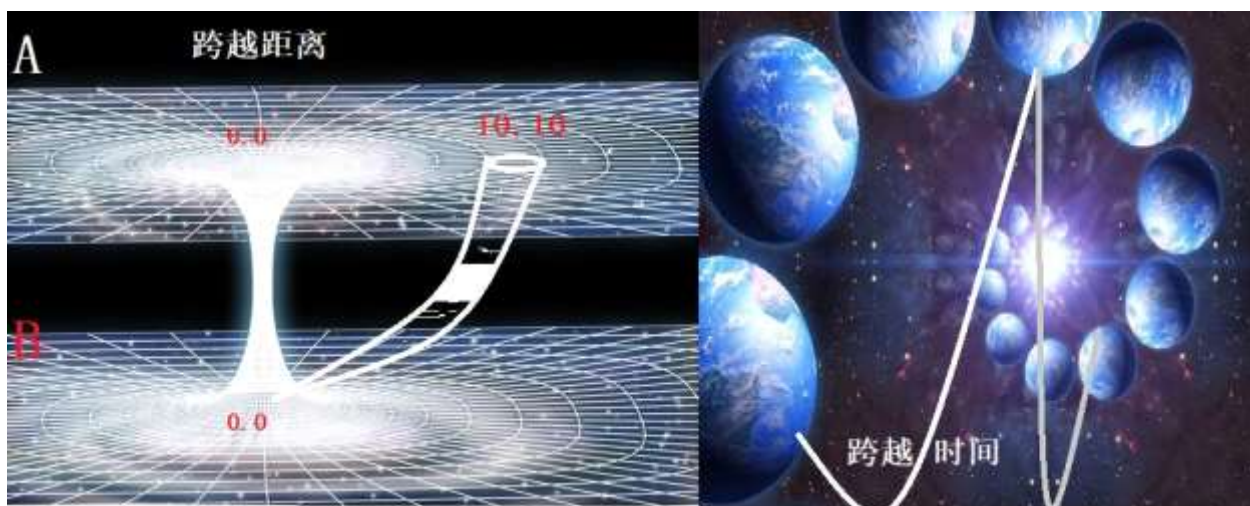
当，或者到了运输的困难被解决了的时候，你们就不再需要运输了。内在感官的运用，会使你认为的运输完全没有必要，因为内在感官的全面运用，使得沟通到达一个几近完美的程度，而且如此独立于所谓

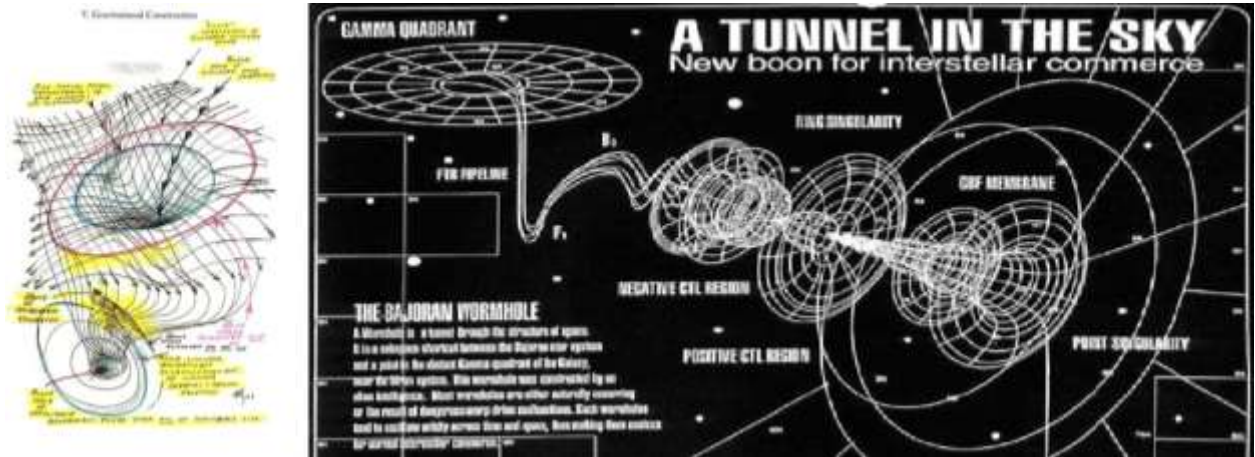
的空间，以至于在这些方面，穿过空间的运输变成一种过时的沟通方法。

内在感官提供它们自己的“运输”，把它放在引号里。这样的运输(穿过空间的运输)只有在空间架构内及时间概念内有效，比如你们自己层面上的那些。内在感官的“运输”(加引号)主要包括你们可称之为频率、振动、或脉动的变化，是生命力形式从一个特定的模式或面向到另一个的转变。

跨越距离或者更准确地说，当渴望从空间中一个坐标点移动到另一个时，我们要做的不是使用时间、通过速度、利用力量来逐点经历中间相隔的坐标点，而是应该利用内在心理时间，进入内在实相，进而修改位面坐标。

从 A 面的坐标 0.0 上脱离，进入 B 面的坐标 0.0；然后再从 B 面跳转回 A 面坐标 10.10，完成位移。这样的位移技术，让我们可以进入其它的平行位面或更广泛的现在中，忽视所谓的线性时间格局。穿越时间的前提是：首先我们的知识要能理解所谓的过去没有过去，所谓的未来早已发生，所谓的我们并非唯一。





穿过空间的移动是一种扭曲，我预计在以后的课程中对此作更多的说明，因为它极其重要；你们现在或许可以看出，为什么我们的第八种内在感官---脱离纠结，是这么重要了，因为内在自己必须在它能够改变之前，先脱离一个特定的伪装。可以这样说，它必须忽略一套伪装，并且能够顺利地采用另一套，或者完全摒弃伪装。



这棋子的移动不过是相中设计出来给你看的，它完全可以从一点上消失然后直接在另一个点上显现。而在消失与显现的一刹那过程中，它完成了一次显示坐标的后台程序内容修改。如果不能理解这一概念，你就无法理解无限远的两枚粒子怎么可能实现相互纠缠；更加无法理



解第八种内在感知。因为第八种内在感知是基于非实证科学的，即不可证伪的自然本真学。

我们现在所关注的这组内在感官，处理的是脱离一套伪装模式的纠结，并采用另一套模式。最依赖于使用心理时间的那组内在感官，就是涉及几近完全脱离伪装模式的纠缠，且不必采用其他模式的那些内在感官，而且这些也许是最重要的，因为它们更接近于对揭开的实相的直接体验。

在充满无限彼此对立的混沌宇宙中，非一不二的似是而非是终极真理的代名词，它的本质规律就是不断地、没有规律地发生的变化，当你说它是什么的时候，它已然不是；当你说它不是什么的时候，它有可能就是。一切都是概率中可能性的随机变化。科学的方向是概率学与有可能的概率比和概率项中都有哪些可选项。

今后如果有人说“这不科学、这是伪科学”，那就是没文化的标志。因为凡所存在必有道理，只是能理解与不能理解、发生的概率有多大、能掌控或不能掌控、可复制可重复或不可复制与重复。

在某些方面，你的梦世界，实际上比你的醒时世界更接近实相的直接经验，在醒时世界，你内在感官的运作被你自己的意识所屏蔽。这并不是说，在你目前的情况下，梦世界对你更重要，只是说，它包含了更多关于你自己存在源头的真相。

如果有人说：“你做梦呢吧，你是痴人说梦”，那是在恭维你比我们的科学家更接近真理的实相了。因为你已经至少从伪装层中脱离了出来。



你会发现，今晚，我们在这里已经涵盖了一些极佳的重点，这对进一步的讨论很有帮助。还有其他一些方面，我会在以后的时间进行介绍。我期待着在夏日里的讨论。鲁柏或许会穿着泳衣呢。

（“也许”。）

让我再次提一下，特别是你，约瑟，由于从我们的课程中获得了对你现在人格的认识，你的冬日过得比从前愉快多了。我建议休息一下。

（11:00 休息。珍解离如常。我们再次讨论了一个我们希望赛斯休息后会提到的话题。这一次是珍 4 月 10 日的遥视经验。见本节开头。珍用正常声音于 11:05 继续传述。）

我前面提到的扩展和收缩的脉动，涉及到组织囊内某些特定频率的使用，在小小的程度上代表了，或者说是内在自己能力的一个有限的面向，以一种甚至更自由、更不受限的方式，改变频率和脉冲。我稍早前想说的就是这一点。

鲁柏对那张纸的经验代表了一次千里眼的体验，就像他的钟表经验一样；千里眼涉及到伪装模式。心灵感应则否。这类经验再进一步，随着能力的增强，鲁柏将能“看到”（引号）更多。

他看见的这张纸，是杜罗莎·皮里（Durosha Piry）的手迹。在一张桌子上。注释中提到了你的名字，还有其他艺术家的名字，那个女人考虑把他们的作品放在办公室。

（珍在画廊的主管，迪·马斯特斯（Dee Masters）的全名是杜罗莎·皮里·马斯特斯。）

这张字条放在那个女人公寓的书桌上，而鲁柏没有见过它，而且在一般情况下，也不熟悉它。约瑟，现在我不会再多谈这件事，只因为上面有你的名字。鲁柏“看到”（加引号）那张纸，没能看见其余的内容，



只因为纸上没有再提到你的名字，也没有进一步的信息；只是一些人名，所以他没有更多的情感诱因。

在禅修与灵修的修行过程中，我们主要要做的是对自我意识频率的扩展和自我可视视角的扩充。禅修是个人的祈祷，是破除内在局限的过程，而灵修是增进自身仁慈的过程。

仁慈可不是烂好人：

仁，因同理心而达成彼此通心达意；

慈，上兹下心，是心性茂盛成长的样子。

心轮盈满、能量澎湃，又能感同身受地去理解与谅解他人，源源不断地输出爱的滋养，就可被形容成仁慈的。

细雨社

心轮可流经的能量是无限的，但心轮犹如电机，要看产生的能量是否能支撑自己的全然运作——如果不能，就会渴望被爱与关怀，需要他人输电给自己；如果能并还有富余，就能给别人输电、温暖、呵护、关爱，点亮他人与这个世界。

禅修让自己观见真实的自己，灵修让自己成长为一个内心更丰满充盈的自己。把内在的短板和空洞逐渐转化为满溢出蜜汁与光的百宝盆。

什么是爱？能够温暖、滋养心田的意识流，就是爱。爱可以滋养自己，叫做自爱；可以滋养彼此，叫做恋爱；可以滋养众人，叫做博爱；可以滋养弱小，叫做慈爱。爱可以是一个眼神、一个微笑、一句话语、一个动作、一段陪伴。



每个人都有自己心中的温暖，但有的人慢慢地把心过寒了，或是入不敷出，或是后续无力，于是心灰意冷，心门紧闭，渴望得到温暖，又不知如何获取。每每打开一点门缝，受伤了又退了回来。

爱是可以利用爱的共鸣相互激荡而越来越旺盛的，爱是可以由内自发而出的，前提是不计较得失。算计的会发现自己总是亏本的，不算计的人总觉得自己有赚。因为焦点不同，前者关注给出了多少，后者关注得到了多少。天地间最大的能源来自自己的高我，那比自己亲生父母还要无私的疼爱。但它也最不是东西——你所有的“苦难”都是它安排的。如果你懂得怎么去从历经中收割智慧，你就能源源不断地被它的爱感动，生活在八喜中；如果你每每咒骂它给你布置的课业，那八苦的无尽历练会让最坚强的人也彻底崩溃。

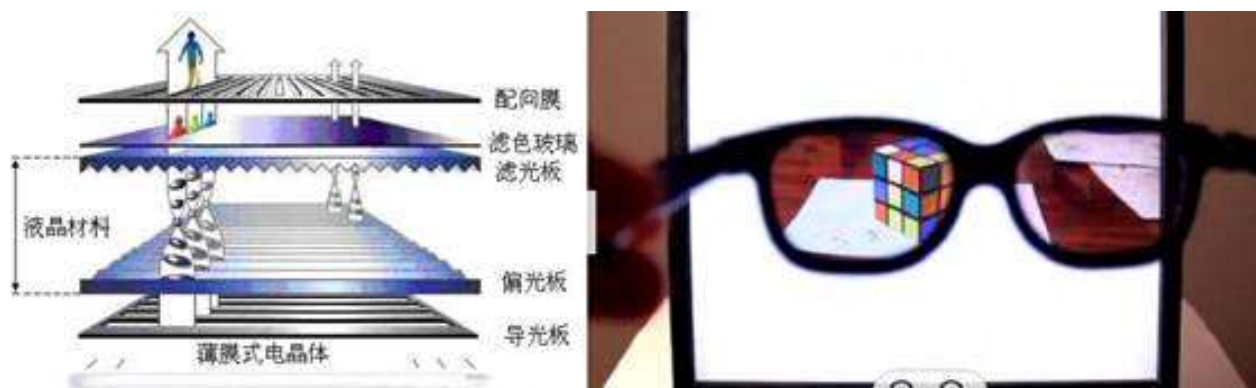
细雨社

在心轮的爱满溢后，喉轮的表达能力会开启，说出智慧的话语，随后眉间轮的洞察力会逐步启动，遥视、透视、灵视，逐步展现。很多人害怕开启灵视后会看见鬼，被鬼纠缠，其实看见滞留灵与滞留灵相互形成纠缠是有相对前提的。意识体因其意识的成熟度各自有着不同的意识频率，被不甘与如果、愤恨与苦闷、无助和怨憎情绪裹挟的灵体，其能量场频率极低。它们都存续在与这一频率相同的频率实相层面中，而它们无法感知与看到比它们频率高的实相和人。

如果你从三正道开始修行，进而步入心轮的爱中，那高频的意识实相会让滞留灵无法骚扰你。除非你主动降频，像赛斯一样去低频实相内传法讲经论道，才会在它们面前以金光圣法相的模样显化现形。而讲



法后你又可以回复到自己故有的高频，在它们看来，你原地消失不见了。高维们在我们这里显灵也是使用的这一原理。这是基于空间套叠原理和频率层偏光原理。

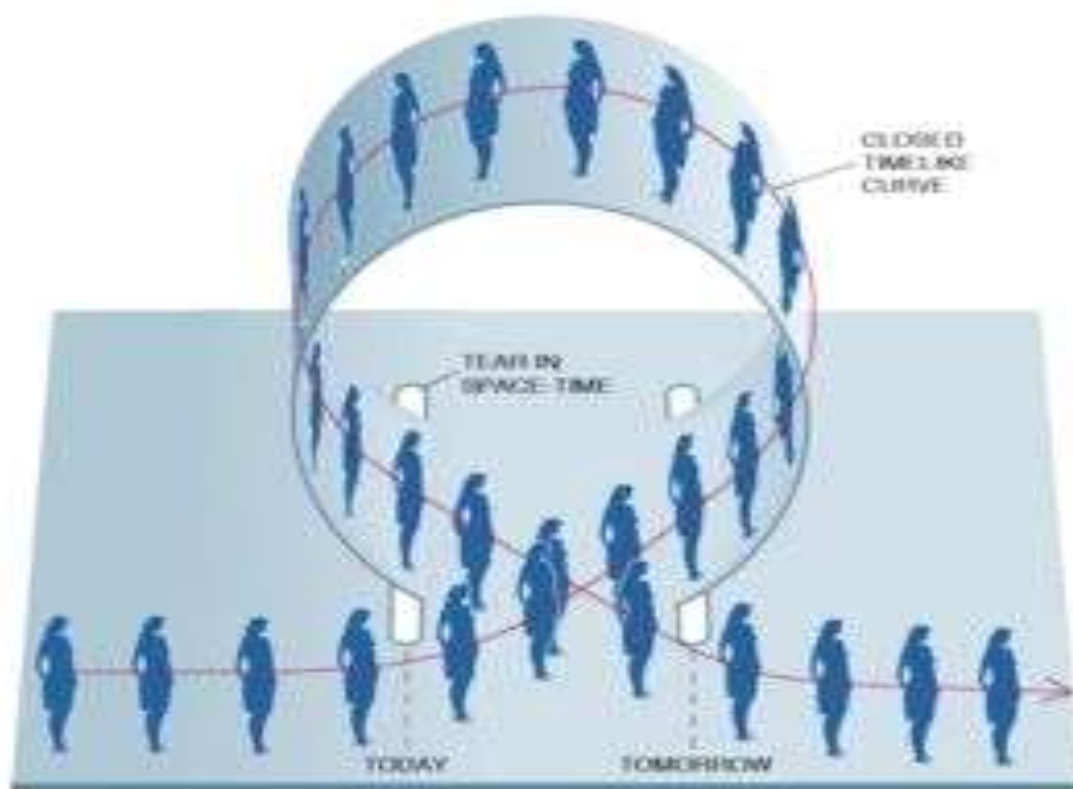


我希望你们朝着这些方向发展，但进展速度当然取决于你们，你们的个人能力在细节上会有所不同。这是可以预料的。一般来说，心理时间的运用有助于你们两人以一种相当平衡的方式发展。我很享受今天晚上的课。再说一点我们的内在感官资料之后，也许我们应该分出一些时间来详谈你们各自的生命解读，我把它放在一边，为的是给你们一些其他的资料。

顺便说一句，虽然我答应过，我不会多管闲事，但我确实认为，在夏日的周末去露营的点子很棒。而且，就你上班的艺术卡公司(Artistic)而言，你做了一个很好的决定，尤其是你要求更多的酬劳。你一定要买得起那么多的纸来记录我们的课。

（“没错”。）

一切超自然的特异功能其基础都必须先要能熟练地掌握心理时间。这是意识调频的关键。然后要有足够的自信，并且把载具我头脑中的成见束缚都丢入垃圾堆。



（珍-赛斯笑了，俯身在我的桌上。）

玩笑归玩笑，你再也不会觉得被艺术卡公司(Artistic)占了便宜，也许你现在看得出来，要是你早早要求更多的酬劳，也是完全可以被接受的，因为对于收到的价值来说，这种要求肯定是合理的。

（我曾为艺术卡公司 *Artistic Card Co* 全职工作了三年。然后我离开了那里一年。最近，我在他们那里做了一份兼职工作，工资增加了不少。这使我下午可以自由作画，是一个非常满意的安排。）

我可以与你一块儿庆祝吗？你可以把这记录下来或者不记录，你们将不会有孩子，理由我已经解释过了。在自由意志的范围内仍是有可能，但不是非常有可能。

现在，我亲爱的朋友，我祝你们有一个美好甚至是快乐的夜晚。

（“你也一样，赛斯。”）

像往常一样，我不喜欢离开你们，但在鲁柏来回踱步，平稳地说出我的独白如此长的时间之后，也在你这么拼命地奋笔疾书，记下我不朽的名言之后，我知道你们一定很高兴，终于可以休息了。

（“你现在要做什么？在你离开我们之后？”

（这是我很喜欢扔给赛斯的另一个问题，也是他至今尚未回答的另一个问题。）

我不会做你要去做的事。我会讨论我的来来去去，即使不能让你完全满意，至少也可以让你闭嘴一阵子，但过些日子再说。

（“哦”。）

也许我们将用掉大半节的课去说它。

（“听起来不错”。）

同时，请多包涵一下。我要说的是，你们的一些伪装，还真的是令人愉快，有时我回来时，我还会渴望春天和暖风吹拂的天气。

（“晚安了，赛斯”。

（11:32 结束。珍解离如常。她的手，仍然有稍微地变大，结婚戒指摘不掉。而我的右手也有变大的迹象。）

总结：

第七步，当你可以激活自己本真的全部实力后，你会发现意识是没有疆界的，你可以进入宏宇宙的意识网格中，与无量多的存有共享无始以来的所有智慧。就好像一个山里娃第一次学会用搜索引擎一般。你会发现一切答案都在那里，根本就无需从掰手指开始发展初级文明。问题与答案同时出现在脑海中，在你思考前答案就已经在那里等着被你觉知与解读了。



第八步，内在实相与外在实相的融通，让自我意识、自我群体意识、群体意识、合一意识、宏意识逐步达成合一，让意识不再被“我”这个单位所困。熟练地利用心理时间，可以做到言出法随地随意点化江山，甚至创建宇宙。不再被“相”束缚，从一个玩家成长为游戏的编程创意者。自我可以同时是编剧、导演、演员、剧务、角色。

随意显化，无处不在，所有皆是皆不是。摆脱二元性的对错、取舍、是非之纠结。



第44节 内在宇宙法则 1,2,3,4

前情摘要：

整个内在修为提升的过程，不是你要到多高的意识维度去，也不是为了提早跳级毕业、脱离本层的轮回，而是在于培养你的多元包容性和多维视角下的宏观见识，让你的心智可以突破本层知识的天花板，与整个本源意识网络形成无阻碍的连通；在解读信息的时候能有智慧，减少扭曲，增加观点，通透认知到本质之所以然。

如果有人说“孩子你膨胀了”，那就对了，因为你是在无限地扩展着自己。但被人看出你膨胀了，那也就证明你还没到火候，因为你张扬的是自己外在的气场，其华在表。宇宙没有在膨胀，但它确实在不断地扩容。慧中而外在朴实，让华彩自然自显，能内敛凝聚到无为而治才是功夫火候。这无为而治可不是什么都不干，而是能洞察先机，防患未然，四两拨千斤地安排与化解一切于无形间，不露痕迹地达成顺遂。

第八种内在感知力就是不争。不争可不是憋着不说或没有见地，不争是基于不二认知上的智慧，了知到所有可能性均已展开，都在被同时探索着；没有不可能，只有我不懂。宏观世界是基于概率学上的最优解之集合，而最优解不是一个固定的套路，而是随机无常变化中的一种能保持动态平衡的中性理念觉悟。

变通与调整让内在自我意识随时都处于一种稳定的、平衡的动态中，随缘就势，利而不害，为而不争。利是爱，为是行。无为也是一种为，



不干预不是什么都不做，而是知道“烹小鲜”的技巧。

调整自我内在意识频率有两种方式，分别针对两个坐标系。其一是利用内在心理时间；其二是利用第八种内在感知。后者调整的是自我内在意识频率的高低。

高频可以兼容低频，而低频无法感知与窥见高频内的信息与道理。高频可以洞见无始，一切包括所谓的未来都在它的眼中，所以它不急，运筹帷幄，决胜千里。低频相对焦虑，忧愁造作——万一呢，如果呢，总是忧虑和担心、指责和抱怨。

第九种内在感知就是不二的融通。不再计较对错，而是掌握了通透的全局观，有了可变的通透认知，对所有状态、理念、说法、道理、路径都了然于胸。犹如在高空看着迷宫里的孩子们玩耍，玩得开心就好。都是经历，无所谓好坏；都是觉悟的历练，无所谓苦喜；都是成长的过程，无所谓是非。

这是本层面学生在毕业前能达成的最高心智成就水平。当然还有第九层意识水平，不过那已经涉及到了高我的层面，是第五维空间的功课，后边我们会讲到。

从今天起我们将会先用几课时来说说另一件事——十二重底层逻辑，即本层面的“道”到底是怎么运行的、怎么编写的。

平日里我们可以见到的都是“理”，即事物发生过程中形成的涟漪。那引动物物运作的“道”又是什么呢？



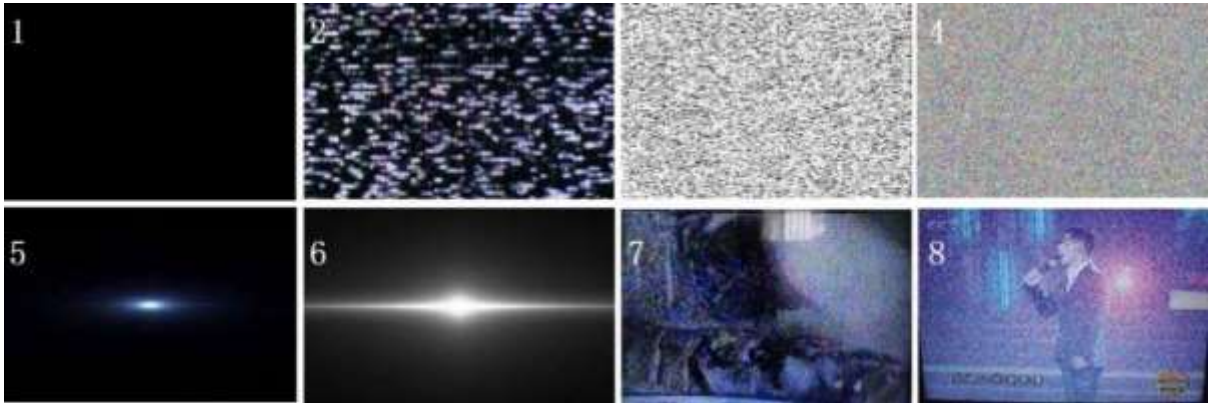
学九层内在感知就好像学开车——掌握油门、方向、转向灯、刹车、档位和离合；而学“道理”就好像学交法，不然您上路是没问题，闯祸了还不自知。



第 44 节 内在宇宙法则 1,2,3,4

1964 年 4 月 15 日 星期三 晚上 9 点 按指示

(今天上午 11:00, 当珍在短暂的放松时, 她认为又经历了一次千里眼的尝试。在她紧闭的双眼背后, 通常的黑暗变成了灰色, 然后变成白色, 或是变亮了, 最后她看见一道扩散的乳白色的光, 就像她在看一片磨砂玻璃那样。她说除此之外, 她看不到其他东西, 不过, 她很确定她有一种感觉, 这道不透明的光可能会变透明, 从而让她看到东西。



当闭上眼睛后, 内在灵视能力被启动。以上是启动灵视的过程中, 内在视觉看见的启动画面。如果灵听没能启动, 都是哑巴剧。灵听或灵视, 有些人修炼出来的时间是会有差一段时间的, 哪个先不好说, 这段时间的长度也没有定数。

(晚上 8:40, 珍躺下休息, 我静静地坐着, 试图运用心理时间。我没有经验到任何出乎意料的情况; 不过, 珍却有了梦境地点不占据空间的想。8:55 我叫醒她。她说, 她感觉有些放松, 没有那么紧张。



（珍用相当正常的声音和速度开始传述，不过没多久，她的传述再度慢了下来。这种比较缓慢的节奏在最近的课中经常发生，几乎成了惯例。这倒使我做笔记更容易一些。她眼睛漆黑如常。）

晚安，玩伴们。

（“晚安，赛斯”。）

我很高兴你对我们上一节课如此满意。事实上，我正是谈论梦境地点，因为你们的确在梦中经历了这些地点，这些地点不占你们的空间。在某个层次上，它们可说是子虚乌有的，然而它们又确实存在。当你在梦中时，你能够看到、触摸到，并在这些地方走动。只有当你醒来时，它们才会逃逸。这应该和我们谈宇宙扩展的资料一起考虑，因为梦中的地点当然代表了一个实相，甚至有一个不存在于你们空间里的架构；纯粹按照用来测量你们的空间的惯用标准来测量，你们根本不会收到有关它们存在或它们实相的任何线索。纯粹按照你们的伪装概念来衡量，许多你们知道存在的事物似乎就不存在了。

梦是修习内心最好的道场。在梦中你的经历，在现实中需要大量铺衬才能体验到。梦中的你很“真实”，你感受到那个最真实的自己，看到自己在各种情况下最真切的反应，品鉴出自己当下的修行境界和内心觉悟层次。

梦中的我，可以是这个我，也可以是其它平行的我，可以是将来已遭遇过的实景，也可以是其它我需面对的侧漏；可以是无厘头但有意义的组合，也可以是重大事件记忆的再现（这记忆不必须发生在此生此世）。不过梦与我们所谓的现实都是意识焦点的一念，没有哪个比哪个更真或更假，都是心理实相的映现与经历。



你无法否认你自己的心理实相，但有时似乎如果你能否认，你会否认。你无法从外面去感受、或者看见、衡量一种情绪，情绪不占空间。情绪仍然存在。感觉加剧。在值（value）上，它们可以说是扩张的，然而这种非常真实的强度或值的扩展，所占据的空间，并不比它在孕育概念时占用更多的额外空间。

“我可是把哥哥放在心里了。哼，你心里可不止我一个啊！那就是哥哥小心眼了呢。”

物理空间与心理空间是两个概念。空间这一词并非物理空间的概念专属。很多人一说起五维空间，首先会想到物理空间，然后想到位置与距离，连锁反应就是如何物理地跨越这距离，进入第五维空间。其实这与问“我怎么才能走进你的心？”“你的心到底有多大？”是同一个问题。



红色这个颜色比黑色更鲜艳。然而红色并不比黑色占用更多的空间。换句话说，扩展的发生，就值的特性，或强度的等级而言，与空间的扩展无关。而值与强度的扩展是唯一真实的扩展形式。



物理体积与内在功能和能力无正相关性。我们很自豪地说我们的体脑比最大，所以我们最聪明；可是当无脑的病毒在戏耍我们的时候我们却一筹莫展。智慧水平与脑容积比例或许并没有我们想象的那么对等。六十年代占一间房的电脑还没有现在的云端无硬盘电脑好使。

我说过，目前你们的仪器无法探测到心智。心智并不占据空间，但心智却是赋予头脑力量的那个值(value)。无论是从个体还是从整个物种的角度来看，心智都在不断地扩展，无论是跳蚤或人的心智，都不会占用更多或更少的空间。

如果把一台现在的云端电脑送到五十年前，那时的科学家会根本无法理解这东西怎么可能被使用。它没有内在固化的或外在移动的数据存贮装置，机体里也找不到数据库。如果送到一百年前，就更不能被理解了。可见不科学的东西只是超越当代科学太多而已。思想的运算能力根本就不在这载体中，它发生在云端层，显化层只负责显像，存贮、计算、分析、反馈都是在云端完成的。64 年的赛斯还不能拿这样浅显的道理举例，即使说了也没人能懂。

心智根本不以空间的方式存在。只要你们一直从空间扩展的角度思考，就没有办法测量心智的扩展，也无法测量宇宙的扩展。否认在空间中不存在实相这个事情，就等于否认人类自身的很多传承和能力。

再说一次，梦世界以一种非常个人、生动又有效的方式存在，但梦世界并不会占用这么多英寸、或英尺或码或英亩。



梦世界以一种非常个人、生动又有效的方式存在，但梦世界并不会占用空间。心智根本不以空间的方式存在。如果你们一直以空间的角度思考，就没有办法理解心智的扩展，也无法觉知宇宙多维的扩展。所谓的空间中不存在所谓的实相，这是事实，但面对与承认它，就等于否认自身的存在，承认它是一种伪装的幻相。那会是令多数没准备好的人精神崩溃的。

现在，我们进入另一个话题。

如果梦世界存在，而它也确实存在，如果它不存在于空间，那么，它存在于哪里，或是在哪里存在？要是有的话，什么路径会把我们引向它？

（珍拍了拍我的桌子以示强调。她说得很慢。前面这几页从头到尾，我相信我经历了好几次心灵感应：比方说，在珍开口之前，我会捕捉到一模一样的字句。）

我还说过，基本上，宇宙与你们所说的空间，并没有比梦世界与你们所说的空间，有更多的关系，那么你们可以从基本宇宙和梦的世界中都看到可能存在着的关系，推断出一种相似性。这里你们必须明白，你们的空间观念，和我们第五维空间的实相很不一样。在我们继续下去之前，我想再把这一点说清楚。

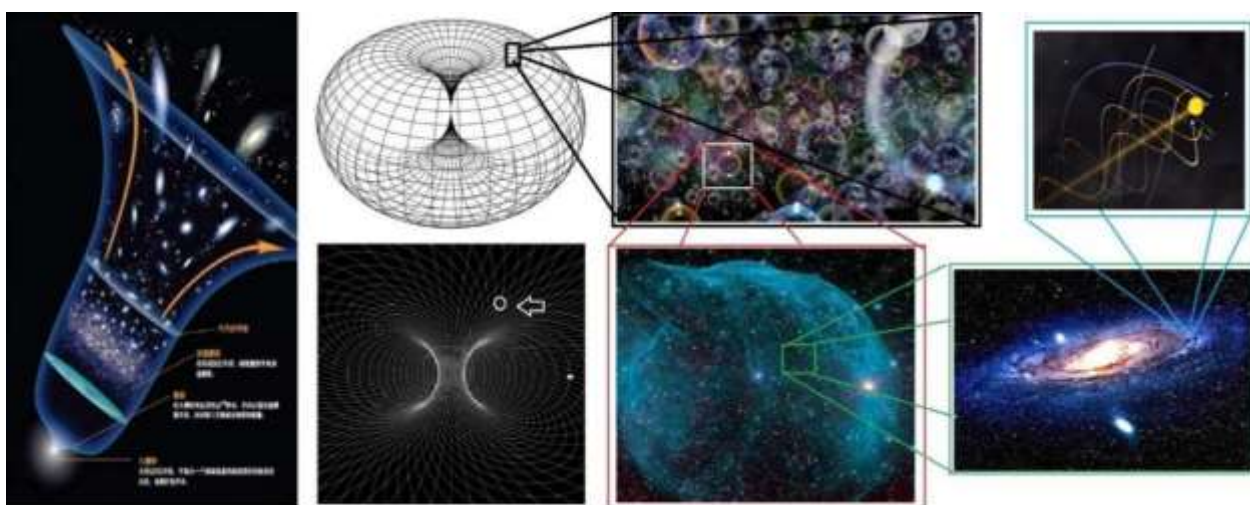
你们认为空间是一个有待填补的空无，这是个完全错误的概念。物体、星球、恒星、星云，这些东西在你们的这个宇宙中形成。根据你们最新的理论，它们不断地诞生，这个宇宙也不断地膨胀——被推着 (pushed)，可以这么说，以至于，其周边凸起，外围的星系简直是迸发到了无边无际。真正的第五维空间，就像我经常说的那样，正好相反，是生命能量 (vital energy)，它本身是活的，拥有无尽的转换能



力，形成所有的存在，甚至形成你们所熟悉的，试图探究却徒劳无功的伪装宇宙。

这第五维空间，这个我所说的实相的基本宇宙，在强度、特性和值上不断地扩展，这种扩展方式与你们的空间观念毫无关系。

在所有伪装之下的基本内在宇宙（basic inner universe），根本不是如你们所设想的那样存在于空间。你们所设想的空间，也就是一个有待填补的空无，是一种伪装。



现有的宇宙大爆炸论是基于有限观察得到的错误推理。我们的宇宙是不生不灭的，因为它被投影伪装出来的相。但它的相确实取自一个真实的体系，是那个体系的全息投影；而那个体系是一个自闭锁的能量循环系统。大爆炸更应该说是极地的井喷，我们暂且叫它出极。出极的喷发不是一次性的，而是永不间断的；喷发出来的也不是物质，而是带有意识颗粒的能量。这颗粒在闭环上行进，并最终成为“成熟完型”，带着海量的能量与成熟的自我觉悟回归入极地的入口，完成自我的一生，把自己重新融入到宏观一体的意识内核中。

在整个代谢周期里，意识们依据这个体系一次次地克隆出近似的虚拟亚空间来，在这些亚空间中展开一层层具体的深化经历。有些是故有经历的重复，就好像我们的九年义务教育；有些则是前沿问题的创新尝试，犹如博导带领的科研团队。我们现在所在的层面，其水平相当于乡村民办幼儿园大班。

一层层的意识投射造就了所有可能性的无限细分。在极致探索所有可能性的动机下，宏意识利用穷举运算方式构建出了无尽的平行宇宙。其中一部分相互隔绝，以确保运算每一种可能性时的绝对准确性；另一部分则相互连通，来尝试在互联环境中相互影响带来的作用。连接又分为局部连接与全然连接两类。这导致平行宇宙也分为很多种不同的设定方式。

与我们关系最密切的包括：同频率、不同可能性的平行宇宙；同频率、相同可能性、不同历史时段的平行宇宙；不同频率、相同可能性的平行宇宙；不同频率、不同可能性的平行宇宙。

其不同点主要是内在“道”的参数与既定发生的历史大事件序列是否一样。这四类平行宇宙加上不同时间段的平行宇宙，构成了平行宇宙矩阵。这个矩阵就是狭义上的第五维空间。而在第五维空间毕业基本上属于完成九年义务教育的水平。

我相信很多人会很沮丧：搞半天自己全然开悟后也就一个幼稚园毕业的水平啊！其实这已经很不错了。多数人一辈子唯物主义科学论或沉迷在宗教的迷信中，也就幼稚园小班水平，连中班的入学资格都没有。

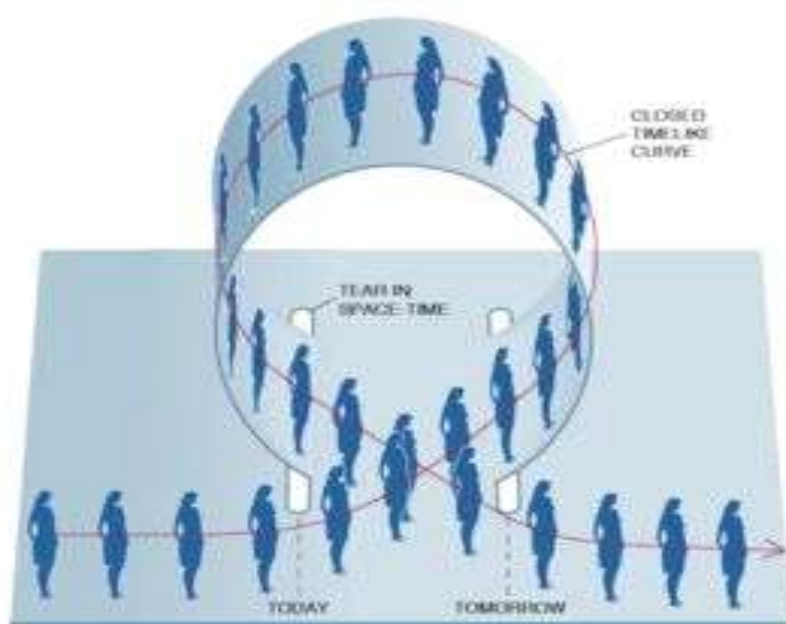


死后就蒙圈了——说好的——了百了呢？说好的天堂地狱呢？如果死亡不是终点，我现在要找谁说理去啊？上天无路，入地无门，住回尸体里等着被“复活”诈尸，可没几年尸体腐化了，就守着坟地过；一辈子觉得自己特有学问，死后才知道自己一生所秉持的信念就是一个笑话，无知到了极点，全然不是那回事。

我建议你们第一次休息。

(9:31 休息。珍解离如常。她说，赛斯传来的声音，像铃声般清晰无比。她的声音变得很安静，踱步很慢。9:35。她以同样的方式继续传述。)

梦，梦世界，在你所知的时间里，不存在任何真实程度的时间。在梦里可能经历了几个星期，而这个梦可能只用了你钟表时间的一瞬间。心智的内在想法（inner thoughts of the mind）在时间上只是瞬间的存在，即使是触及梦与念头的这一丁点时间，对梦或念头也都不是基本的。



这一丁点时间只是物质伪装形式的一个属性，就算这样，时间和念头（ideas）之间的关系，以及时间和梦之间的关系也是模糊的。我说过，虽然你在梦中经历了两天，但你在那个梦中是没有涉及到时间的，因为你虽然在心理上经历了那明显的时间，但你并没有老了两天。

唯有在这些实相浸入（dip into）伪装宇宙时，梦世界和心智才会被时间触及，才存在于时间之中。基本上，梦世界和内在心智的想法（the ideas of the inner mind）都不在时间中存在，虽然从时间的角度，从物质形态上来看，它们可能是可见的。

吕洞宾与癡道士喝酒，醉酒醒过来，就送老道离开。老道临走说：谢谢你的酒菜，这次你肯定能够高中。果然，这次吕洞宾考试高中状元。接着仕途平步青云，官场里的那些勾心斗角、你来我往，吕洞宾也应对自如。

转眼三十年过去了，吕洞宾已经 72 岁，他终于和他爷爷一样，官至极品，位列三公。子孙也很有出息，妻妾们也很漂亮，这简直就是人生赢家啊！

结果因为在一次朝会上一句话不注意，得罪了皇帝。皇帝龙颜大怒，抄了他们吕家，还把他发配到了漠北充军。就在被发配到漠北的路上，大雪纷飞，吕洞宾坐在马上，心想：我这一生可真是大起大落啊，功名利禄、生不带来死不带去。

想着想着就有点儿体力不支，从马上掉了下来，结果这一下把吕洞宾惊醒了过来。



原来这三十多年的经历都是自己刚才的一场梦！眼前的老道正在对着自己笑，吕洞宾赶紧问他自己睡了多久，不会一睡三十年吧。老道说：不到一刻钟吧。

吕洞宾苦笑，心想：刚刚自己已经在梦中过完了三十年的官宦生涯，每分每秒都历历在目，还当什么官啊，人的一生成如梦幻泡沫般。于是吕洞宾拜老道为师，放下了功名利禄的包袱。



黄粱未熟梦已醒，一生荣华皆是空，皇帝吊死梅岭上，布衣无米日日愁。

人生一世弹指间，不谈长幼只论心，紫袍老翁财色迷，不如牧童牛背诗。

生死一梦对于我们来说不过是一个瞌睡间的经历，而人生百年对于灵魂来说不过是谈笑间的一根烟的休闲，人格数万年的累世修行对于存有来说也就是一壶茶的功夫。时间与空间构成了我们现有的时空观念，可这两者中没有一样已知参数是真的，这就让我们基于这两点建立起来的基础科学很尴尬了。

内在宇宙的实相也基本上不存在于你们所设想的时间之内，尽管在某些情况下，从伪装时间的角度，可能瞥见它的局部；然而仅仅是很小的一部分。

如果梦世界、心智和内在宇宙确实存在，如果它们不存在于空间，如果它们又基本上不存在于时间，尽管它们可能通过时间被瞥见，那么你的疑问会是：它们以什么媒介或方式存在；没有时间，那怎么能说它们存在于一段持续时间(in duration)中呢？

你们已经有了很多我给你们线索。答案本身不应该显得难以置信。

你们知道梦的确存在。你们知道心智存在，你们对这些具备个人的直接认知。

我是在告诉你，基本宇宙以同样的方式存在于所有伪装宇宙之后，而且不占空间，就像心智存在于头脑之后一样。

头脑是一个伪装模式。它占据空间。存在于时间之中。心智不占用空间，在时间内没有它的基本存在。内在宇宙的实相不占用空间，在时间内也没有它的基本存在。另一方面，你们的伪装宇宙占据空间，并在时间中存在，但它不是真实和基本的宇宙，就像头脑之于心智。

然而，现在，梦世界、心智和实相宇宙确实存在。它们存在于一种气候(climate)中，我们将称之为心理实相之值的气候 (the value climate of psychological reality)。这就是媒介。这取代了你们所谓



的空间。这种心理实相的值的的气候是一种性质，它使所有的存在和意识成为可能。它是生命力背后或内部最强大的原则之一，而生命力本身就是从它自己本身构成了所有其他的现象。

为了理解上边这段话，我们来一起做一个思想实验。

假设现在脑机串口技术与元宇宙的技术已经很成熟了，一个绝症的濒死患者可以把意识上传到电脑系统里，并以一个虚拟人物的身份继续活在元宇宙中。而元宇宙内因为访客太多，施行了分时管理机制，减少服务器的压力。一般用户一天在线时间不可以超过 20 小时。但他因为身体已经消亡无法下线，于是为了他这样的客户群体建造了第二层元宇宙，当它们在线时间超过 20 小时后，它们会进入睡眠模式，而意识被送入梦境，继续保持在登录状态里。

元宇宙内为了拟真，建造任何东西都需要时间与指定的部件，人物角色也会有一个衰老的速度设定。但为照顾玩家的游戏体验，元宇宙内的时间被设定为比现实快百倍——在游戏内百天完成的建筑，玩家现实里也就过了一个周末。而第二层梦境也全盘套用了这些设定，结果梦世界建造的速度又比元宇宙内快一百倍。

很快有玩家发现了这个 BUG,他们也主动进入梦世界，在那里完成技能学习、知识储备，甚至做各种可能性的尝试工作。这比现实快一万倍的梦世界，真实地反映了现实世界中的所有可能，而尝试失败又不用付出惨重的真实成本，可谓有百利而无一害。于是人们想到什么就去梦世界做尝试，失败了总结经验，再修正再尝试；都搞好了，再回到



现实中直接应用。别人看好像这人很天才，学什么立刻就会、干什么都能完美成功。其实付出的努力是一样多的，甚至比别人多百倍不止。

那么我们回头思考一下，元宇宙中和梦世界里的虚拟空间、虚拟时间，和在这些伪装中真实地度过了每一分每一秒的那个心意觉知、这个心智扮演的角色，是真是假？说真，它们都本无一物，皆是模拟伪装；说假，历历在目，分分秒真情实意，觉知领悟、情感情绪都记忆犹新。

梦境世界、心智和实相宇宙确实都存在。它们存在于我们称之为“实现心理价值的矩阵”之中。这就是“介质”。它是占据真实空间的东西。

这个“实现心理价值的矩阵”，让所有的相可以存在，意识有了能被表现出来的可能。它是生命力背后或之中最强大的推手之一，也是生命力本身。它的参与让所有奇迹得以彰显呈现。



我建议你们休息一下。

(10:01 休息。珍解离如常。这是一节非常安静、祥和的课程。珍恢复了她缓慢而从容的传述，10:06。)

这个值的气候的主要属性之一是自发性(spontaneity)，这表现在唯一一种具有任何真实意义的时间的存在上，那就是广阔的现在。

广阔的现在与持久性(durability)的存在并不矛盾，而持久性并不意味着有你们所设想的一个未来的存在。现在，这可能显得很矛盾，但以后我希望你们能更清楚地理解这一点。广阔的现在，虽然是自发性的存在、同时性地发生着，但它仍然包含着持久(duration)的质量。

比方说，念头本身并不知道到过去、现在和未来，然而在没有经历现在、过去和未来的情况下，它仍然会持续下去。广阔的现在所涉及的持续时间，也丝毫不涉及，例如，禁止成长以达到成熟的暂停。

在你们的伪装宇宙内，成长往往意味着占据更多的空间。事实上，在我们实相的内在宇宙中，成长存在于我说过的值(value)或质量(quality)的扩展之内，而且没有，我再重覆一遍，没有意味着任何一种空间扩展的意思。它也没有意味着，像你们伪装宇宙的成长那样，一种进入到时间的投射。

我知道这个资料很难，我是用尽可能简单的术语讲给你们听。如果成长是你们伪装宇宙中最不可或缺的法则之一，那么，在内在实相宇宙中，对应于它的就是值的充盈*(value fulfillment) (* 译注：一种充值的概念，内在宇宙或整体自己，行动，创造，经验，丰盈自身，然后再行动创新，一直在成为 becoming 之中，没有完成之时，这对应于伪装宇宙中的成长。)



说个真实的小例子：医院监护病房里躺着一个患者，外号星期五。他几年前严重车祸，诱发心梗，命保住了，植物人了。但他植物得很不彻底，每周五中午都能苏醒几个小时，周期很准，也没有医学可以解释这一现象。

醒来后的他可以与家属或医生进行看似正常的交流，但每次醒来后他自我认知的年龄与记忆毫无规律，自己觉得是哪个年龄就记得哪段的事和人，还能说出这一周做的某些梦。不过对于他来说，清醒的这几个小时与梦境，他经常自己也无法分辨哪个是真实、哪个是梦。哥们儿已经躺了几年了，他不知道自己躺了多久、睡了多久、自己几岁、今天何年、一觉睡多久、现在几点，但经常能说出外边真实发生的事，说的真切与精细程度好像他就在那里一样。

对于他，时间、空间、梦境、现实、年龄、线性时间的次序、长度，都失去了意义。他只活在他的思想世界里，分不清清醒的那一会儿是自己的又一个梦，还是某一个梦是自己清醒的那一会儿。

你说他糊涂，他非常理性，逻辑清楚，记忆也清楚；你说他清醒，他又不在我们的时间序列里能与我们同步；你说他活着，他一周都躺在那床上靠机器呼吸；你说他死了，他知道的很多事，医护都后知后觉。

活着的意义到底是什么？我们为什么在这里经历这一生累世？

有智者说：尝过才能知道滋味，盐糖醋在手上才能有了分寸；没病过的医生，不懂得心疼病人，看病时也不走心，当不得好医生。一个好



医生是用患者磨练出来的，做了一辈子医生还很“笨”，是因为没有悟性，不懂得反思。

没有一个医生是全能的，所以要懂得配合。每个医生都要把自己的专科做精，但也要有别的科室的见识；不然什么问题都用一套理论去解释，一定会出错的。专精和融通不是对立的。

一个患者一身的症状很可能不是来自同一种疾病，不要想着用一种病因解释所有的症状。虽然这些症状同时都在这里，但它们各自有自己的病程和过往史。同时性与存续性并不相互抵触。



差异同时存在，发现它们却有先后顺序。意识焦点的游移带来了时间感的体验，虽然这画面中没有未来的时间感，但你找全所有差异却是一件发生在未来的事。

你从哪里开始看、怎么看是习气；

你能找出几个差异，是智慧和耐心；

你持续地看它，是课业，又叫业力；

这张十秒内没能看出来、换一张看，是不甘和如果；

先看到哪个差异点是运气；

是否渴望找全差异点是自由意识，一共有多少个差异点是宿命。

自我意识的成长存在于自我价值或品性“质”的扩展。如果成长是你们伪装宇宙中最不可或缺的驱动力之一，那么，在内在实相宇宙中，对应于它的就是自我价值完成，即达成自我意识的完型。

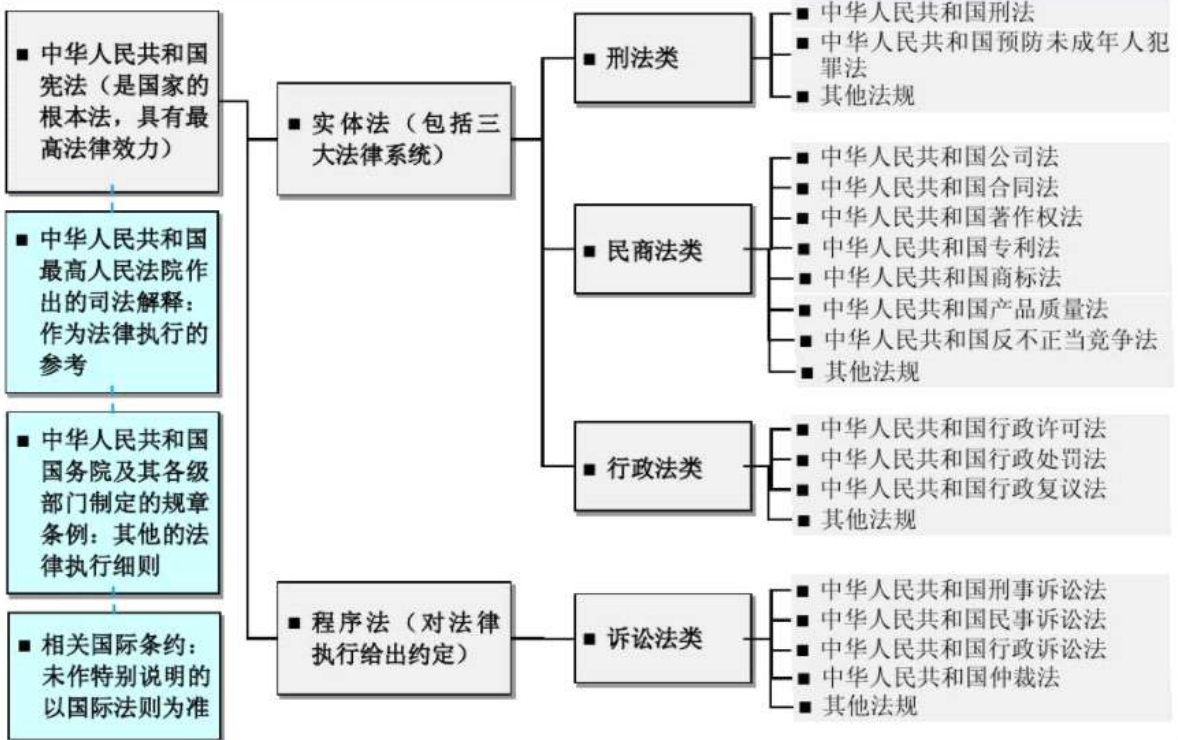


（现在，珍走向我在上课期间用做书桌的桌子前。她一只脚踩在椅子上，俯身监督我写的每一个字。下一个段落，可能是她传述中，停止来回踱步时间最长的一次。）

现在，你们伪装宇宙的所谓法则，并不适用于内在宇宙。它们甚至不适用于其他的伪装层面。然而，内在宇宙的法则却适用于所有的伪装宇宙，任何层面上的所有意识，都必须遵循内在宇宙的基本法则。这些基本法则中的一些法则，在不同的伪装层面上都有相对应的法则，被人们所知和接受。这些法则有各种表现形式，也有各种名称。



中国法律体系概述



就好像一个国家有自己的宪法，而各个地区有自己的地方法规，地方法可以依据各地区的具体情况五花八门，甚至相互抵触，但其核心原则不可与宪法相抵触。全国性的实体法，如交法、税法、刑法、民法涉及到每一种不同的具体面向，法条内容不同，还时有变更，但万变不离其宗，怎么变都不能违背宪法规定的核心宗旨。

那么内在实相宇宙中基本法的第一条法则是什么呢？

它就是：

所有意识体都必须为能成为一个意识完形而不懈努力，以达成自我价值的完成。

(现在，珍再次恢复来回踱步。)

在你们自己的宇宙中，这些基本法则在很多层次上都被遵循着。我们将适时讨论这些法则。到目前为止，我只给了你们一个，那就是，值的充盈(value fulfillment)。

在你们的物质宇宙中，物质的增长遵循这个法则。存有通过循环转世遵循这个法则。人类这个物种，以及你们宇宙中所有其他物种，在你们这特定的水平层面上，都在演化的支持之下，遵循这个法则。在其他的层面上，这个法则是以其他方式贯彻的，它永远不会被忽略。

什么是实现自我价值？如何定义完形？

每个人对于实现自我价值意味着什么都有一个自己的理解。我们实现了一个目标、培养了一种关系、适应了一种存在方式、坚持了一个理想，等等。价值观带来了不同的成功标准，达到这些标准是价值实现的本质。而修改我们的标准或有时我们的价值观本身，可以帮助我们在不断变化的环境中更好地实现多种价值观。

价值实现与美德之间有明确的关系。如何产生群体适用性价值，即利他的公益性自我价值，是自我价值完成的第二步。

首先，人们的价值观体系是复杂的，涉及各种价值观和实现标准之间的许多相互关系。其次，由于这种复杂性，我们不可能简单地解决我们的问题。我们需要尽可能地把我们的终极价值观融合在一起，通过相互的沟通，调整我们对不同理念的理解、改变彼此间相处的方式，以及我们如何从他人的角度理解成功。别告诉别人该做什么，而是相互找到彼此都认可的共赢点。



懂得变通，通过变通达成求同存异的协作，是实现自我价值的先决条件。自我价值包含自己的良好存续发展能力，也包含让群体能更良好存续发展的能力，两大面向。

完型是在各个意识面向上都达成无漏智慧知见的意识存有，这可以是一个，也可以是一个整体之集合体。意识体普遍都会利用自我分化的能力，即第九种内在感知，（后边会提及）把自己划分成无数个法身我，每个法身我深入到不同的伪装层专攻一个意识面向，然后再把圆满达成任务的分身们化合归一，这样就能利用伪装层与内在实相宇宙间的时间差快速地达成无漏认知。

因为资料的重要性，我建议你们休息一下。

（珍解离了，用她的话说，她出神出得很远。休息时，她看了看上面的资料，因为她想知道自己说的是什么内容。10:35 继续。）

内在宇宙的第二条法则是能量转换（energy transformation）。这在不断地发生着。

能量转换与值的充盈，都存在于广阔的现在，加起来就是一种同时自发的持久性。能量转换与值的充盈加起来就是一种同时的持久性。

能量转换是一个非常复杂的概念。首先我们要能理解，万有全都是由带有频率的意识能量构成的，包括内在实相宇宙（广义本源）和各层相互套叠的虚拟亚空间体系。

“能量”被作为一个名词是不准确的，能是作用的力、量的单位数。那么作用的这个力作用给谁、形成了什么作用、作用的结果是什么，才是探讨的核心。



水的势能推动发电机，发出的电推动水泵，水泵把水运送到高处了，然后顺流而下再推动发电机。这就是能量转换的一个简单的过程。

太阳辐射能蒸腾海水，降雨让植物生长形成生物能，植物燃烧形成热能，热能推动涡轮形成电能，电能推动火车形成动能，这也是能量的一种转换。

能量可以形成物质，物质也可以换做能量，而两者间是 1:1 的关系，叫做能量守恒。

这些都是我们层面上的例子，对于内在实相宇宙来说，可就没那么简单了。

内在实相宇宙主要利用能量转换达成三个目的：

第一，利用能量转化成物相、物相转化成能量的特性，生成源源不断的虚拟亚空间，供意识体们参与实践。（就好像蒸汽变冰雕、冰雕化成蒸汽一般，练习冰雕的技巧。）

第二，利用不同的极化形成势能差，利用势能差发“电”。但基于能量守恒，能够凭空产生能源的就是思想的碰撞。情绪、喜悦与愤怒都是能量的源泉。持续营造渴望可以增加发电的稳定性和输出量。

第三，把核心的一体能量分散出去形成散碎意识能量点，然后让每个散碎的意识能量微粒去遵循第一宇宙法则，去成长；然后就像工蜂一样带着满满的蜂蜜回到巢穴中，喂养出更多的小蜜蜂；小蜜蜂长大，



增加采蜜的队伍，增加蜜的产量，增加蜂群的数量。这也是一种能量转化的方式。

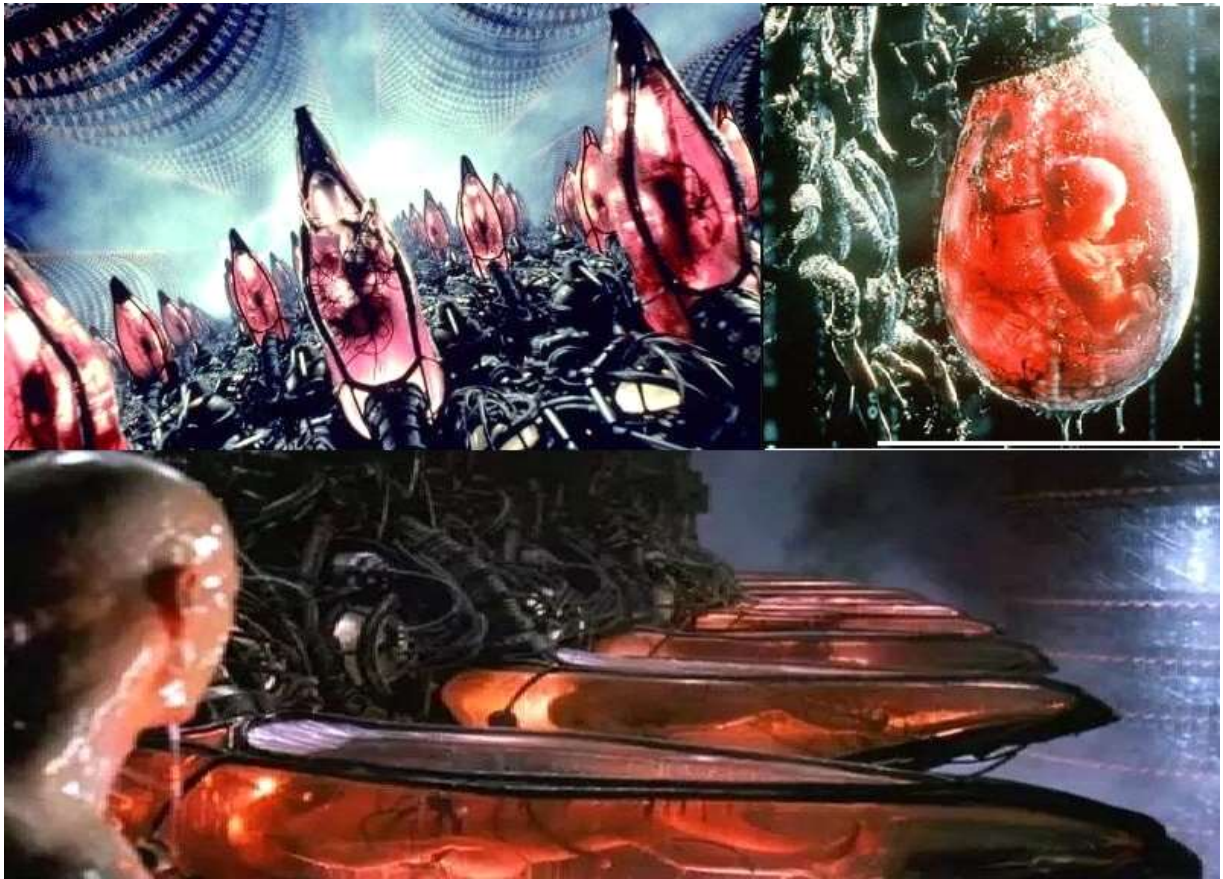
所以能量转化有三层：色空的转换、能量的增值、增值能量“发电机”的增量。

能量形成矩阵世界，矩阵世界带来情绪，情绪形成能量，能量滋养出更多可以形成情绪的意识个体，更多的个体形成更多的矩阵世界，带来更多的能量。

能量转换的三层基础逻辑被植入到每一个意识体的思想内核中，被包装成：

- 凝聚与分散——凝聚带来团体，星球、物相、复杂躯体、星系；分散又让熵增，可以平衡熵减。
- 欲望与恐惧——第一法则带来欲望，获取的渴望引发对丧失的恐惧。获得的喜乐与失去的悲痛都带来巨大的能量，不过前者更持续稳定和高能。
- 繁衍与凋零——不断的细分带来个体数量指数级裂变。量变确保质变的概率成为必然，而生灭的周期确定量变中衰变后的残渣可以被及时淘汰，回炉重启。而高质量的个体可以在成熟后不会一味做大，甘愿归一融合，而不形成过多可分庭抗礼的噪点。





就好比心脏内有一个起搏点，但心肌内隐藏着数百个也可以成为起搏点的备用点，如果这其中某一个开始造作，也开始发出信号，它就成为了锡安 Tzion，原意为分数。两个或多个心脏内的起搏点同时运作，就会造成心悸，心律不齐，心脏将无法有效泵血。

所以备用起搏点必须有，用来收纳系统必然产生的变数，但这个变数不能过于强大，影响系统的统筹划一。

（这里，珍笑了。）

这里，你可能看出我们正要讨论什么了。我们内在宇宙的第三条法则是自发性（spontaneity），尽管有开始和结束的所有表象，尽管有死

亡与衰败的所有表象，所有的意识都以自发的方式存在于广阔的现在，存在于同时的和谐中，然而，在广阔的现在，也有持久性。

自发性不要简单地理解成主动地去“做”。它内部没有思想的过程，是一种下意识驱动的不自主的动作。就好比鸠占鹊巢，鸠蛋会早于雀蛋被孵化出来，刚出生几个小时的小鸠，在没有任何教学的情况下就会把其它雀蛋推出巢穴，杀死已经孵化出的小雀。这些行为都是自发性的，没有通过学习、判断、分析、思考等逻辑理性过程。

自发性源自被植入到意识体思想内核的底层隐性核心文件，就好像是机器人三原则一样。自发性源于本源，但不是本源设立的；就连本源内这个基础代码也是先天被设定好的，是从混沌二分后就开始运作的底层逻辑。从程序的优先级别上，它甚至高于第一条达成自我完型的深切渴望。



持久性（Durability）是我们内在宇宙的第四条法则。如果没有值的充盈和能量转换的法则，在广阔的现在架构内的持久性就不会存在。这两者使得在广阔的现在之内的持久性不仅可能，而且必要。

我们可以把第一条理解成自我内在的热忱，而第二条理解为可流通性的基础。第三条是内在原始的驱动力。

在这个年轻人深刻感觉到迷茫与违心的躺平时代里，人们失去了与初心相符的内在热忱，在扭曲畸形的事与愿违中，自我价值被规范化教育塑形成统一的工业备胎，奔放的思想多样性被体制裁剪成具备标准



答案的“人工”智能逻辑库，而不同的声音与思潮被防火墙阉割在成见之外。

持久性有两种，一种是自然而然的天然自平衡，一种是人为科学堆砌起来被主观精心维护着的持续。各个不同朝代、利益集团、宗教团体，就是后者的缔造者。它们在努力与尽力地维持自己的固化不被时代车轮生灭的必然交替所摧毁。很多既得利益体系内的受益者成为其“持久性”的卫道士，对抗着自然周期变化的无常。

持久性并非一成不变，持久性本身就是接纳、认可、尊重、理解、顺应无常。世间唯一永恒不变的就是不断发生着的变化。持久性就是熵在混沌的作用下自然地达成一种微妙的可发展的自平衡性。



现在，在你们特定的伪装宇宙中，你们正在学习能量转换。就你们来说，你们正在学习通过将内在能量形成物质结构来转换它，这个层面使你能够通过形成特定的外在感官来操作这个目的。但到目前为止，你们在能力的使用上，还受到严重的限制。当掌握了值的充盈与能量转换这两条法则，那么，持续(duration)，就是一个自然的结果。

我们都在追求自我存续的可持续延展性，但这一拓展被人类认知的自我局限性扭曲成了努力提升载具我的生存时长。一个角色我，如果不能展开必要的反思与内在觉悟，他活得越久，被困顿得越深，扭曲越严重。这时一般内在意识我会决定尽快抛售止损，从这个角色中撤离出来，表现为重病或意外。而与灵魂对抗的是角色我对“载具我为我”的认知。



现在科学渴望通过延长载具我的生存时长来滞留灵魂我，用金属身体、生化身体、脑机接口剥离身体，把灵魂“永远”地桎梏在这个人工层，并全面封杀其它信息渠道，包括自我觉悟和外在启迪。

所谓永生是不用追求的，是本自具足的。当一个内在自我意识，觉知到能量与物质的波粒二象性，理解了初心与热忱，认知到自我价值所是，看到了自己渴望达成的终极目标，利用自发性顺流驶入可持续性中，摆脱了伪装层的各种宗教的、伪科学的、时代人文的、政治理念的、虚名假利的干扰，那一刻你本有自性的永恒就已经绽放。不管你是在哪一种身份里、在使用哪种载具，是演绎什么角色、居住于哪一个层面，你都是全然与真实宇宙意识合一的存在、不生不灭的存有，成为生命过程的观察者、亲历者、觉悟者、编导者、谱写者、塑造者。



你们所认为的死亡，并不比你们对时间和空间的想法，更具有基本的实相。死亡，其实代表你现在感知能量转换的能力，甚至值的充盈能力的一个盲点。死亡，仅仅是代表你自己感知的终止，也就是说，你理解的终止。你们这方面的能力，相当于理解力的完全萎缩。你们的感官，并不具备感知能量从一种形式到另一种形式的能力。

在国际大型服装秀上，模特们各自展现出自己的风采：出场、亮相、摆出指定的姿态、回旋退场，留下身影的回味。在观众眼中的目不暇接、缤纷错落、来来去去背后，却是后台三十秒更衣、一分钟定妆的忙碌赶场——二十名模特要在一小时内演绎出数百套服装的角色效果。



我们对死亡的认知是一种损失、是一个自我的悲剧、是生命的终结；但对于内在意识我来说，就是秀场上的一次T台秀。百年一生比一根烟的时间还短，来来去去地早已习惯。在进进出出间，那些一起搭戏的助缘，一起生活过的 NPC，见了又散，散了又见，犹如走马灯般。好像你站在公交站台，看着一趟趟公交满载各式人群，驶来又驶去。

只有那些没能活明白的人，才会因为自己的生前的信念被自己的在意桎梏在这情景剧中，成为滞留灵。这包括恋宅鬼、恋物鬼、恋坟鬼（痴心）；守着儿女子孙的鬼、守着爱人的鬼、守着美人的鬼（执心）；害怕回归的鬼、等待基督复活自己干尸的鬼、滞留在宗教幻想中的鬼（迷心）；没有信仰的科学鬼、唯物论的冒失鬼、自杀的糊涂鬼（失心）。这些人死后要做的功课比生前的还多——人家都放寒暑假玩去了，它们在补课补考、蹲班留级。

角色的死亡是对一个学期的总结，而期末考试发生在死亡后的弥留之际。如果你能在生前学会做清明梦，那对你来说这考试就是开卷考试；如果你一生到死都生活在痴执迷失中，那考试不但是闭卷的，你还会发现自己根本就没有温习过这些必考的重点题，什么都不懂，一样都答不出来。

当然，一个孩子的出生确实从根本上是不可思议的，但这个转换，是一种投射进入（而不是离开）你们的理解领域。你们所谓的死亡，只不过是你们自己的能量转换到一个无法被外在感官感知的领域。我希望对你们的层面，我已经把这个资料讲得够清楚了。



所有蹲班留级的学生，会在同样的教室、新的学年、拿着相同的教材、遇到一样的老师、做着类似的习题，只不过身边的同学一部分换成了新的，一部分是和自己一同蹲班下来的老相识。

出生和死亡从本质上就是这样简单，其实就是开学和结业。载具永生就是幼儿园小班里五十多岁的老爷爷还和一群孩子玩丢手绢。而他的心智也只有三岁，因为没有见过更高层次的世面。只有极其幼稚的小白灵魂会去追求载具我的长治久安、福寿绵长、永生不死。

活个数千上万年还找不到真实的自我，沉醉在角色我和载具我中，不得解脱，其实说起来也够可悲的了。原来的同学都博士后毕业回来当教授了，自己还在初中蹲班享受长生不死呢！一个角色演多久才腻啊，腻了还死不了，恐怕是最大的嘲讽和惩罚了吧！现在回头看寿比南山这个吉祥话好像有点儿诅咒的味道。

（珍微笑着靠在桌前。）

实际上，持续本身，就取决于这样的转换。我们已经成功地共同完成了今晚的课，我敢说，我过来的方式极为出色。

我想在这里说明一点，使用心理时间的经验，将会带领你们接近对心理实相值的气候(value climate)的理解，原因很明显。心理时间的确是这个心理实相值的气候的一部分，它以相当不加伪装的形式，出现在你们自己的宇宙中。你们可以感觉得到它。

我建议你们休息一下。



(11:00 休息。珍再次完全地解离。11:05 恢复时，她的传讯还是很慢。)

我给你们这些法则，不一定是按照它们的重要性，只是按照我最容易向你们介绍的顺序。创造性（Creation）显然是基本法则之一，我们称之为内在宇宙的第五法则。

在你们的物质宇宙里，这条法则是通过理念建构而被遵循的，这些理念构建成为了内在实相的近似物，然而，它们在很大程度上是被扭曲的，构成形形色色你们所熟悉的伪装模式。

我们所见的宇宙、星系、地球，都是全息映射后扭曲转化过来的相。有点儿像照着马画出驴，自己认为是骆驼。我们依据内在残存的一些零散觉知拼图在盲人摸象，各说各话。但这样的片面与扭曲其实正是系统渴望达成的多样性效果。无序的混沌、混乱的扭曲让无厘头的、非逻辑的、不可预测的突变有可能发生。

本源是本自具足的，是无限智慧的，但它无法突破自己的已知，并用逻辑推导出非逻辑的未知；而逻辑是有疆界的认知，混沌中却蕴含着无限的可能性。

如何通过有限的逻辑觉知到无限的智慧呢？于是穷举运算被内在宇宙智慧核心发动，它容许所有可能性都被同时探索，所有探索都要做到极致，于是各种扭曲无法避免地被展开与一再被重复。但这些看似非理性的、无意义的牺牲却成就了宏观上无漏认知的智慧成长。这就是系统智慧通过穷举运算完成自我学习的穷举“笨办法”，可是这个笨法子却最高效。在这个笨办法中，失败是光荣的，为有效的成功确定了一种不可行的路径。



这就是创造性被运用的本质内核。在共时性与同时性的基础上，无限地展开所有的可能性，并完成对其的终极探索。

我们将在今后的课程中，详细探讨这些法则，并且概略介绍一下其他的法则。你们也会看到，内在感官如何配备来感知内在宇宙的基本内在实相，和你们的外在感官配备来感知你们的伪装宇宙操纵的方式差不多。

这个资料，其实并不像它看起来的那么难理解。在直觉上，你们应该能理解大部分。直觉不受所谓的逻辑定律，以及因-果关系的束缚。它们并没有把你们知道的时间列入考虑，因此它们不受连续性的束缚，也不局限于一个接一个串起来的文字，甚至是思想的交流。

直觉能够接受概念的实相（conceptual reality）到某种程度。它们能够感觉到一个概念的内容和效力，而这是头脑本身所短缺的。我今晚很想探讨更多的法则。然而，我最好还是把它保留到，等你们更熟悉了今晚的资料以后再说。

上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。文字说的是水，而我们却可以通过其意理解到文字以外的境界。

枯藤老树昏鸦，小桥流水人家，古道西风瘦马，夕阳西下，断肠人在天涯。

当翻译与解读跨语种文献时，翻译的不只是字词，在词汇的堆积与排列中会丢失与扭曲无法被字句排列出来的感觉，所以翻译诗歌的人必须本身也是诗人，并且其造诣不低于原著作者。越是触及意境的诗词，



翻译时越是不能依靠精准的词语对照去排列它。要先理解物相背后的意境，而非取相本身的写实。

“海内存知己，天涯若比邻”。

“ Although were side in far corners of the world,
having a good friend is akin to having a good neighbor.”

“虽然身在天涯海角，有一个好朋友就像有一个好邻居。”

(84年里根访华时，翻译的迎宾词。)

我觉得翻译成：“当心心相印时，距离不再是隔阂”更贴切。

“When hearts meet, distance is no longer a barrier.”

再例：

1989年，美国总统老布什访华游三峡时我们翻译的：

曾经沧海难为水，除却巫山不是云。取次花丛懒回顾，半缘修道半缘君。

No water is comparable to the green sea; 没有什么水能比得上碧绿的大海，

No cloud to the clouds of Mt Wu. 巫山无云。

No woman is worthy of my backward glance: 没有女人值得我回头看，



Partly due to ascetic practice, partly you. 部分是由于苦行，部分是你。

我觉得翻译成：

见识过渊博才懂智慧，登顶过云端才知高远。

我留在这世界上，为了度己，也为了伴你。

Wisdom can be understood only after the experience has been profound, and the lofty heights can only be known after reaching the top of the cloud.

I stay in this world for the sake of self-cultivation and to accompany you.



跨语种与跨维度翻译时，传递核心意境远比一比一还原词句直译要重要。

不过，请记住，我们的宇宙，体现它自己，却不占用空间，还有我们那幅想象的画，在画中，距离在背景中似乎越来越远，却永远不会触及画的背面，这也许可以让你们对我们那广阔的现在有一些直观的理解，它有持久性却不占空间。





空间感是眼脑配合生成的产物。戴上 VR 眼镜我们同样可以沉浸在空间感中，距离与时间让这游戏“真实”。它模拟了真实的宇宙，成为了伪装的宇宙。但其中一切的细节都被精心地投射出来供你体验。只是游戏中的角色我可以一次次地经历死亡，一次次地重启角色，最后找到任务的最优解；游戏里的时间远比现实宇宙时间快百倍。

游戏让你充分发挥自己的可持续性、持久性，累积游戏时长，达成各种自我成就，把计算机的电能转化为虚拟世界的物相，建设出一片基地来。基地怎么建是你的自由意识，你要充分地发挥自己的创造性。全球数万玩家都在面对这样的挑战，每个人都在独立地寻找着最优建设方案；而全球玩家论坛里又在相互交流着已知的成功经验和失败教训。

不管是几年前的老玩家还是刚刚上手的新玩家，打开游戏时都是 2046 年，角色都是这个人和他（她）的爱人、孩子与朋友。你可以给这个主角起名，定义性别，设定基础参数，这些设定都会对游戏的过程造成深远的影响，而进入游戏后，你学习哪些技能，也导致日后你面对那些灾难时应对的能力和活下来的概率。灾祸分时代固定灾祸和随机灾祸。难度系数越大，灾祸越频繁，游戏可玩性越强。

这不是在安利游戏，以上内容也是我编的，主要是对本节内容的一个总结：

- 1、自我达成的欲望；
- 2、能量与物相的相互色空置换；
- 3、种群可持续性；
- 4、单体的可持久性；
- 5、缔造性与可创新性。

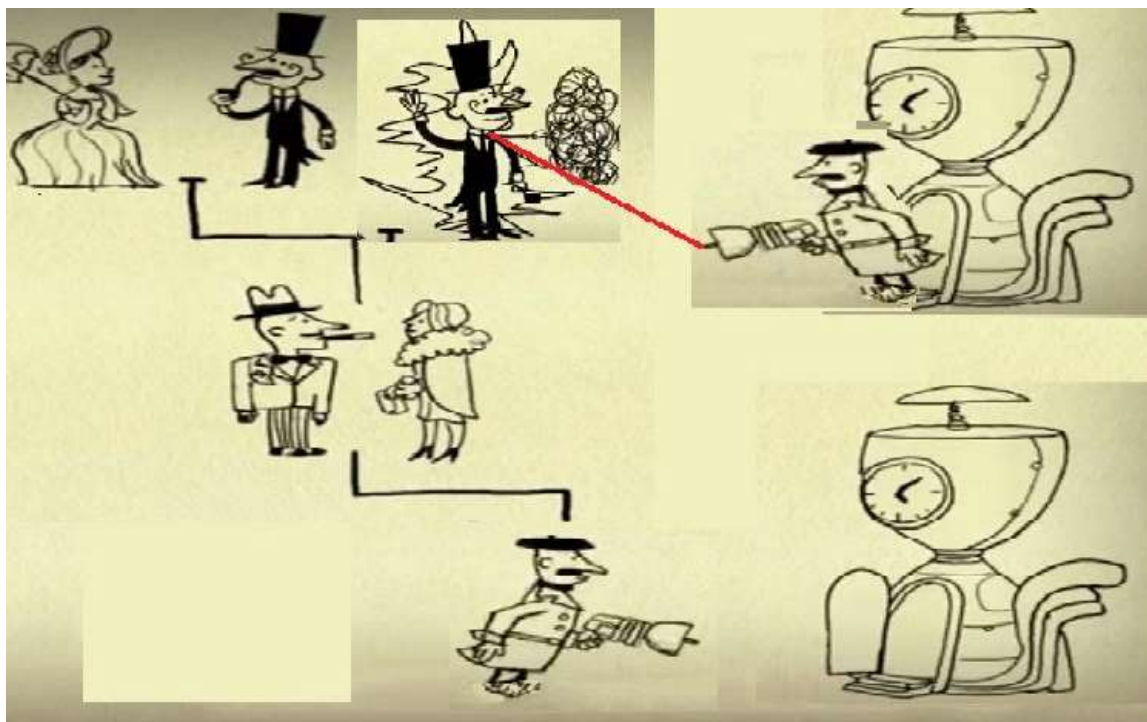


矛盾，或相当明显的矛盾，只会出于你们的错误概念，多半是错误的因果体系造成的。显然，即使在你们自己的层面上和在你们自己的伪装宇宙中，因果的应用也很有限。

祖父悖论就是因果矛盾的哲学问题。当你真实地知道平行世界与时间非线性后，穿越刺杀祖父的后果就很明确了——刺杀在概率上可以成功，也可以失败；成功后那一版的祖父没有后代；而刺杀失败的那一



版有后代；那后代中有一版在概率上就是这个刺杀者。所以在多维的无限可复制的伪装宇宙中，一切看似无解的矛盾都只是概率问题。在宏观穷举概率下，一切二元对立的矛盾都能找到最优解。



如果因果关系是一个绝对法则，那么连续性也必须是一个绝对的法则，所有或任何千里眼，或预见未来的证据，即使在你们的宇宙里，也都绝对不可能，但根本不是这样。只是因为基本上没有因果，只是表象上的因果，也没有过去、现在和未来，所以，千里眼在你们的宇宙中才有可能。

我们的世界在有限的选择中展开未来的可选项，每一个可选岔道口中只有 27 种可选项被提供，而所有可选项诱发的后续结果都已经被无数次地精确推敲过了。再次地，要强调我们是生活在历史剧中的，但我们的矩阵是被严密呵护着的，因为这是幼稚园教材版。教材的内容是敲定的，自由意识可以在限定的鱼缸内畅游。未来不是单一的确定项，

没有所谓必然的宿命。但毕业的条件是确定的，想走出这个矩阵的相关要求是明确的。



人的外表只是皮囊，光鲜会被时间吞噬，但灵魂不会因此灭亡。它记得你走过的路、经历过的亏心事，还有一生中领悟到的觉知。当你走出那扇门时，只有这可以被带出去，成为你后续发展的资本与有待平衡的课业。

虽然，千里眼的觉察相当罕见，但它确实存在；虽然在大多数情况下被淡化了，但它是一种自然的方法，可以警告个人，他们自己的外在感官不熟悉的事情。它是一种自然的方法，通过给予个人对事件的内在知识来保护他。要不是每个男人和女人一直都有千里眼，在你们层

面上的存在，将会涉及这种内在的、心理上的不安全感，那将是完全无法承受的。

当你不知道要干嘛的时候，听女人的一——直觉比逻辑好使；当你知道要怎么干的时候，听听女人怎么说，然后按自己的干，因为经验比直觉更贴谱。

个体总是被警告有灾难，这样机体就可以提前做好准备。死亡的日子是知道的。由于明显的原因，这样的知识在意识上是不会给自我的，但每个有机体，通过它的内在感官，都配备了关于个人灾难、死亡等的潜意识知识，人格本身事先决定了它认为是灾难性的；整个物种的成员，都事先知道他们的战争。正如心灵感应潜意识层次不断运作，作为所有语言和沟通的基础，同样的，千里眼也在持续不断地运作，以使身体有机体可以做好准备去面对挑战。

内在的感官也传达了这样的知识，即死亡只是一种能量转换，而你们几乎数不胜数的宗教，只是代表了试图让自我了解这种知识的观念象征。它们处理的是扭曲和伪装的资料，这是不必怀疑的，它们以某种方式，设法让这份内在知识成为小我对物种的理解的一部分。

A quote in Chinese characters: "如果提前了解了你们要面对的人生，不知你们是否还会有勇气前来。" The text is written in a traditional, slightly calligraphic style on a light, textured background.

每个人都在进行着一场艰辛又漫长的战役，每一个明知不可为而为之的战士都是名副其实的英雄。我们来解放的不是某个君王的疆土，而是自我局限的知见。我知道我会在某一天倒下，但我选择奋勇当先，让鼓舞的旗帜能飘扬在高岗之上。



对于一节课来说，这样就够多了，我的鸽子们。

（“我能问个问题吗？”）

可以。

（“今晚你能告诉我们一些关于卡拉汉小姐的事吗？”

（应该记得，在第 33 节课，赛斯暗示 1964 年 4 月 15 日，对于卡拉汉小姐有重大意义。巧的是，今天这节课就是 4 月 15 日，所以我自然很好奇，想了解更多信息。珍在第 33 节课时想到的是，4 月 15 日可能意味着卡拉汉小姐的一个变化，而不一定是她的死亡。

（我现在也好奇，看看会不会出现扭曲，因为赛斯在第 36 节课，在一定程度上涉及过这个问题。珍和我都觉得，在她的能力成熟之前，个人资料的失真还是有可能的。）

今天，或者说是今天傍晚，在今天傍晚实际到你们时间凌晨两点之间，她将经历一场严重的危机，脑组织将开始快速恶化。那时候，她会度过，或将度过最严重的坎，甚至自我也会被迫默许。

在这几个小时，自我将会作最后的挣扎。自我最终将会明白，它不是要被甩在一旁，而是作为它自己，一如既往地独立，与其他独立的自我站在一起，这些自我都代表着存有的各个面向。

没有任何力量从自我中被剥夺。自我有它所成就的能力，外加汲取它过去无法汲取的其他能量的那份能力。在这方面，目前我要说的就这些。

这节课非常棒。就连老疑神疑鬼的托马斯-鲁伯也对这些资料印象深刻，承认自己宝贵的潜意识根本不可能是这一切的来源。

我祝你们有个非常美好的夜晚，也会一如既往地期待我们的下一节课。如果你们的朋友菲利普来上课的话，我不会感到意外。拜拜。



（“晚安，赛斯。周一见”。

（11:39 结束。珍再次完全解离。当赛斯给出卡拉汉小姐的资料时，我感到一阵寒意。

（珍说，虽然她知道，对这些课程的记录、打字对我来说是一份必要的工作，但是在她的位置上是一个什么样子，我没有一点概念。她有时感到震惊。

（她接着说，尽管她希望课程很好，但她已经认识到，她必须克服对课程的任何责任感；否则只会让她紧张，而妨碍资料的传送。再说一次，赛斯在第一册第 36 节课上，曾经对扭曲有过说法。

（珍觉得，通过拒绝承担任何责任，她可以让资料更加清晰地传过来。必须要这样。她说，她试着让卡拉汉小姐的资料不扭曲地透过来。课程结束时，她感觉比她一整天都要好。）



第45节 伪装宇宙，催眠

前情摘要：

通过自我内在感知力的修习，从第一层开始觉知到万有为意识能量频率，它通过色空、空色、波粒二相的能量周期性生灭转换，化生成聚为相、散为无的万物。这就是能量转化法则。

万有万存源于一，归于一。在聚散的过程中，由源头而来的初心所向，被完整地秉持了下来。这初心就是寻觅与达成自我的意识完善、找寻到非逻辑与非理性可及的形而上之终极奥秘——那无始以来未被触及的智慧秘境。内在意识之主利用穷举运算的方式，同时展开对所有可能性的终极探索，不厌其烦地挑战已知中蕴含的未知，在无尽的重复中寻找着突发的变异，在变异中筛选着可突破现有瓶颈的方法。

这种自发的对智慧与更深沉意识的深切渴望促使它走向成熟，成为一念无明的欲望。无明不是糊涂，而是求知欲的热忱，是学而思的过程；欲望也不是什么坏事，是自我前进的内在热忱和行动力的源泉。当然热忱与欲望可以被用在探索真理与求实的道路上，也可以被世俗红尘扭曲变为对虚名假利的追逐。

每个个体、群体、种族都拥有其内在的“基因”。这不是物理基因，而是构成意识片段与人格面的内在核心底层基础意识架构，即基础逻辑程序。它犹如计算机的主板程序一样，是后台开机后第一个启动的程序，不针对使用端的客户，无法删除或修改，但它左右整个基础系



统，是底层逻辑的核心。

其中包括了：确保自我的持续性、连续性、拓展性（创造力）。

这底层逻辑是为了确保片段不会“躺平”与主动的自我灭亡。它让片段有活下去的求生欲、繁衍的性欲、不断创新的扩展欲。这三个基础欲望保证了片段体形成的任何文明与社会、层面与维度，都会“自主”地展开自我发展，包括种群发展、文明发展、内在与外在探索；而每一个个体都尽力地榨干自己的生命，为这个发展贡献出全力。包括不惜为繁衍、存续、扩张而相互竞争、厮杀、吞并。



$$\begin{array}{l} \frac{5}{6} \times \frac{3}{10} \\ = \frac{5 \times 3}{6 \times 10} \\ = \frac{15}{60} \\ = \frac{1}{4} \end{array} \quad \frac{5}{6} \times \frac{3}{10} = ? \quad \text{思考: } \frac{5^1}{\cancel{6}_2} \times \frac{\cancel{3}^1}{10_2} \\ \text{考虑: } \frac{\cancel{3}^1}{\cancel{6}_2} \times \frac{5^1}{10_2} \\ = \frac{1 \times 1}{2 \times 2} \\ = \frac{1}{4}$$

对于自然来说，它只关心结果的宏观平衡与可持续发展；微观的过程、个体的利益、小种群的兴灭，都是进程中分子与分母的相互平衡对消，不涉及到任何对错、善恶、爱憎，不过是公式间的运算必然过程。这

些被消掉的分子或分母就成为了物种与文明演变过程中的炮灰。公式被一遍遍地展开，而答案在试错中逐步清晰。

为了加快这一演算过程，系统采取了多核同步分别运算的方式，设立了多位面平行运算，每个位面带入不同的基础参数与条件值，然后观察最终的运算结果，寻找最优解。为确保运算的准确性，相同参数与条件的运算也设立了多重重复，用来相互比对。因为未知原因的变数在运算过程中有一定概率会随机发生，这样不稳定的概率又是一种宏观上的必然。

系统为这样小概率的突变设立了“分子”（锡安）库。它们是整个运算存在的意义。因为无限的重复，其实就是为了触发非理性逻辑的突变，带来超乎想象的意识突破。但突变中的突变是可遇不可求的神迹，有突变是常数，突变出来的也很类似，甚至对宏观系统来说就是普通。在这亿万突变者中，系统在寻找着那具有跨时代意义的突变株。它会摧毁旧系统，引领系统一次次进行“被迫”的更新，而这正是系统渴望触发的自我进化，也是无尽重复的终极意义所在，是密中之密。



第 45 节 伪装宇宙，催眠

1964 年 4 月 20 日 星期一 晚上 9 点 按指示

（珍和我近来已经开始有规律地进行心理时间练习，每天只要几分钟。对于我自己，还没有什么要说的；然而如前所述，珍有几次不同的成功经验，通常是相当短暂的洞见，一闪而过。

百闻不如一见，读书破万卷，不如百里行。从渠道中可以得到很多知见，但如果自己不真的投身入内在感知的练习，那些知识也就不过是知道、认识，而无法转化成知见、见识，更别说提升自己的格局了。

（我们现在比较习惯新的作息时间，对课程也更加留心。到今天晚上 8:50，珍像往常一样，紧张不安，对赛斯今晚这节课的主题，没有任何概念。

（这是一个非常安静的开始。威利安详地躺在沙发上睡觉。珍以相当快的速度开始传述，在语气上更有力更低沉一点。她的眼睛像往常一样漆黑，踱步节奏相当快。）

晚安。

（“晚安，赛斯”。

（珍笑容满面，还做了个手势。）

即使是仅在这一生，在上了这么多课之后，我们也算是老朋友了。你和谁说话比和我说话还多？

（“没有了，我猜”。）



我真的很荣幸受到这样的招待。你并不总是这么亲切地和我打招呼。你和我有过几次拳脚相向。那时你也不会对这样沉重的资料有兴趣。就这一点而言，它也不会对我有吸引力。

鲁柏在许多方面，比我们任何一个人都更容易接受看不见或摸不着的东西。但与此相反的是，他怀疑、总是探究，然后经常对非常合理的结果质疑，事实上，他有时继续这样做。

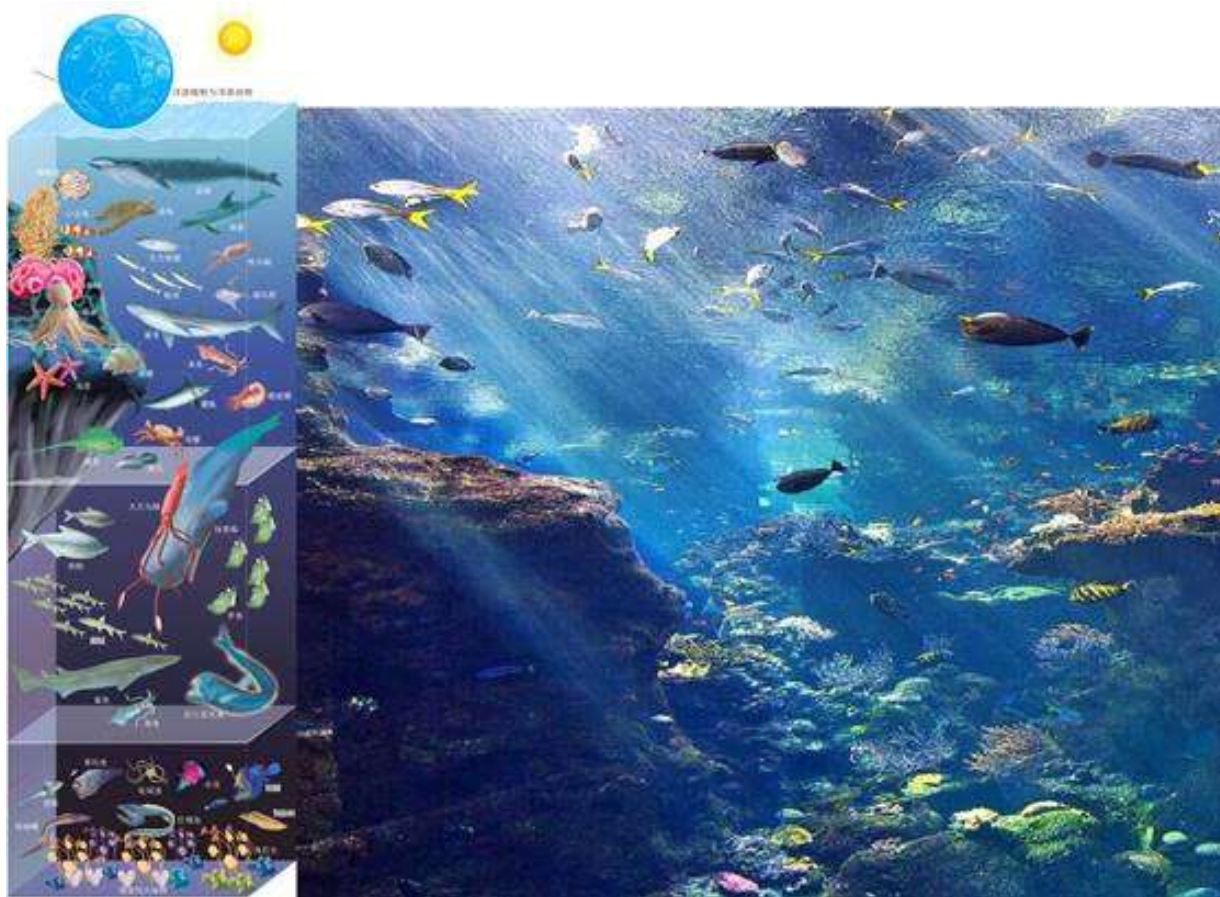
在我无可估量的帮助下，你们俩都进展的非常好。你们对于外在世界的态度的确有所改善。每天抽出十分钟的钟表时间来利用心理时间，肯定会很有价值，我建议你们试一试。

（像最近的课一样，现在珍的传述有点慢。再一次，她的方式变得相当缓慢且慎重。）

心理实相之值的气候氛围可以比喻为海洋，在这个海洋里，所有的意识都有它的存在。有无数的层次可以跳入，生命形式各有不同，多元又相异，但彼此相互连结、相互依存。我喜欢这个海洋的比喻，因为你可以得到没有明显分割的连续流动和运动的概念。

就像海洋的温度随着深度的不同而改变，甚至就像水的颜色和动植物的颜色变化一样，在我们值的气候氛围里，也有质的变化，也有配备的感官，来投射和感知这些变化。由于外在感官的限制性，会有扭曲，但内在感官不会扭曲。内在感官直接住在我们值的气候氛围中；它们看穿不断变化的伪装模式，看穿表面变化的流变。在我们的课里，你有小小的程度，也跳入这个值的气候氛围的海洋中，而且某种程度，能够剥去自己的伪装外衣，到那个程度，你们就能真正意识到这个心理实相的气候。





对于我们来说时代是线性的，一去不复返，好像火车头驶过漫长的铁轨。但在意识界看来，犹如一个首尾相连的环形列车，在环形轨道上行驶着——它确实在动，又确实“没动”。这就是高维所见同时性与低维感受到的时间之所以形成差异的原因。

坐在自己座位上的乘客，看着窗外飞驰而去的风景，感受着时光的流逝。而某些乘客起身离开自己的座位，却发现：可以往前走，预见所谓的前方；也可以回头往后走，看见已经过的过去。

乘客们可以在任何一个点上车或下车，在车上度过一段属于自己的时光，经历一段风景；还可以依据自己的成熟等级选择与自己匹配的车型，感受不同的线路。

线路上有各种岔道，这些岔道口虽然已经存在，岔道后的道路也都是现成的已是，但对于第一次来旅游的小朋友们，一切都充满了未知的新奇感。

每个小朋友都可以在有限的范围内自由选择自己喜欢的线路，形成自己本次游历的路径，而手上的通票是不限使用次数的。当然选择高难度的线路需要先达成某些指定的客观要求才能参与。在摇摇椅上旋转的小朋友们都很羡慕大孩子们能玩过山车，心里想：我什么时候才能长大啊？就连大孩子们下车后吐得直哭都变成了令人羡慕的难得内在感受。



海的深度带来不同的压力和密度，温度不同，明暗不同，洋流不同。每种海洋生物都同时生活在这看似一体的海洋中，却各自无法逾越自己当下所是的习性。

进入不同的平行频率层需要首先置换自己的意识频率。之前说过，置换意识频率需要通过改变自己的心理时间和意识扩张度（第二和第八）来达成横竖坐标系的意识频率定位。而进入不同的意识频率层，需要穿上与那一层频率相匹配的载具。意识体如果不显相，那无需载具伪装。

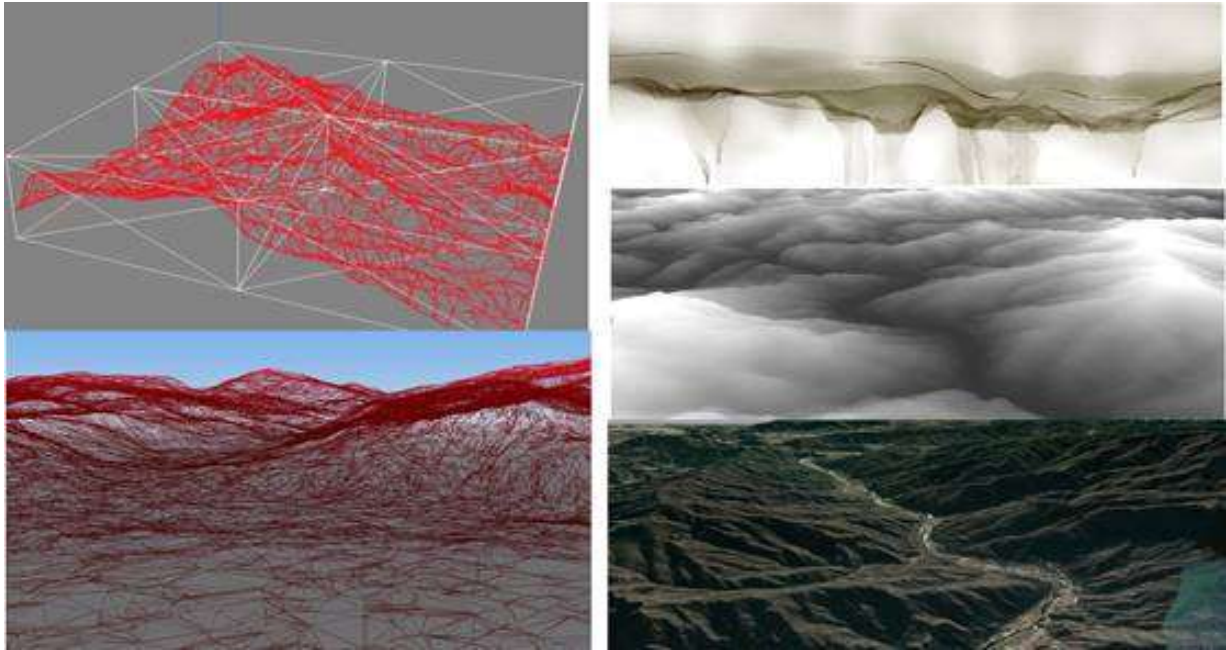
然而单单剥去伪装外衣是不够的。要跳入这个海洋，你还要把肉身留在岸边。当你回来的时候，它还会在那里。你的伪装模式可以比作阳光和阴影投射在起伏不已的波浪上的图案。只要你记住这个图案，你就能创造它，而它就在那里。如果你把头转开一下，然后快速回头一瞥，你就只能看到波浪。你们的伪装和你们的世界是被有意识的聚焦和无意识的专注创造出来的。只有把头转开片刻，你们才能看到看似坚固的模式下面是什么。藉由跳入我们值的气候海洋中，你们才能潜入你们的伪装系统之下，抬头看它，相对来说它没有基础，漂浮在你们的上方，被意志之风、潜意识专注和需求的力量所造成的变化幻象所移动、形成和引导。



游戏玩家可见的世界是有完整建模和渲染的，但有的时候，某些特定方式的动作或地点，因为系统自身的 BUG，玩家会落到建模层的下边

去，这时你看到的世界只是一层膜；而且你是从建模的下边看，这里是没有渲染的。你可以看见一切，可其它玩家却看不见你。

从上边看着是大地、山川、房子，可从建模层外边看，世界上的一切不过是凹凸起伏的波浪和一些棱角的方块。



很多人听闻种种匪夷所思的灵性知识，感到既新奇又质疑，让自己放弃二十年在学校里被灌输的现代唯物论或宗教唯心论，用后半生投身到自我灵魂的成长中，不是不愿意，可是万一这都是一群以讹传讹的痴人在说梦，那怎么办？

不信吧，怕自己活成一个麻瓜；信吧，怕自己活成一个笑话。于是各种找资料、各种拜访，结果五花八门地把自己搞得更晕。其实你只要真切地拿出几个月的时间，踏踏实实地做一些很基础的小练习，你就可以亲身地经历与感受到那些不可能属于这个层面伪装的东西，窥见数千年来所有先贤大家所说不虚。

就像赛斯说的每天 10 分钟练习都不嫌少，能感觉到内在能量的脉动，意识频率的所在这样第一层内在感知是很容易的一件事情。只要你容许自己去感受，也容许自己感受到它。

不过从一个麻瓜能做到第八层内在感知，一般比较快需要几辈子，这几辈子还包含数百次的重复。不过伪装层的一万年也不过就是存有的咖啡时间而已。如果存有肯充值开会员，速度还会更快。像赛斯、鲁柏、约瑟这样的自我群体，构成小团体、相互演双簧也是一种好办法。

但甚至是这些伪装模式，也必须遵循内在宇宙的基本法则，并反映它们，即使是以一种扭曲的方式。所以值的扩展就变成转世、演化与成长；内在宇宙的其他所有基本法则也是如此，在每一个层面上都要遵循，并从最微小到最巨大的光谱中反映出来。

各个游戏公司都可以随意研发各种游戏，游戏里随便你怎么设立架空的世界观与世界史、角色剧情、人物关系。但有三条，游戏开发商必须要注意：

第一，游戏内容不能违背当地相关法律；

第二，游戏内容需要有良好的经验导向；

第三，游戏内容要让玩家愿意自动地留下来展开这游戏的建设和探索。



即游戏不能违背主流价值体系，还要有足够的创意性，让玩家感受到自我价值在提升，得到了补充和满足，通过这一过程感觉有所收获、有所收益。

专注于自己的伪装宇宙，你们只能够分辨出扭曲的模式，从这个模式中你们推导出你的因果、过去、现在和未来的想法，以及膨胀的宇宙的想法。意识不占空间，也不被你们知道的时间围住。那些看似围住意识的伪装模式是暂时的，为时短暂，目的有限但必要。



现今的游戏为了提高对玩家的黏着力，一般都设计三种内在体系：

- 1、角色成长模式——满足自我价值完成，玩家累积经验值，提升角色的各种属性，积累自己的熟练度与见识。
- 2、剧情解锁模式——任谁进入这个伪装世界，都要依据既定的时间线逐一展开剧情。每段剧情内都设计好了各种卡点，来增加可玩性和难

度，让玩家在此消耗掉指定长度的时间，来达成在线人数的指标和维持伪装世界内的人气度。

3、地图逐步解锁模式——设计远方的大陆、深海、地下、太空副本，让玩家持续有新奇感、探索欲，增加玩家的持续在线时间和参与的游戏总时长，即可持久性。如果玩家介绍朋友加入游戏还能拿到金币奖励，增加属性值，这样做到可持续性发展。鼓励玩家花钱充值氪金变强，来完成能量变现。你可以“肝”几个小时用生命力换取一件虚拟装备，比如坐骑、服装、配偶、住宅，或直接充值，然后购买。总之你要用自己可支配的能量与系统交换，生成虚拟表相的拥有。

（编者注：肝游戏，网络词语，是玩儿游戏伤肝，熬夜拼了老命打游戏的意思。游戏界有个俗语：玩儿游戏靠肝，不靠脸。）

这一类虚拟产品，你下线后或换了其它游戏账号就消失了，但可以在自己的几个不同角色账号间共享。可以带离游戏的是你在游戏内累计的见识、经验、反应速度、团队合作意识、操作手法、对人性的了解预判等。

任何对基本的内在宇宙，也就是唯一真实的宇宙的调查，都必须尽可能地你们自己的扭曲之外的一个点来着手，但摆脱你们自己的物质宇宙的扭曲的唯一途径是向内旅行。要到达你们自己的宇宙外面，你们必须向内旅行，这代表着唯一没有扭曲因素的角度，从这个角度可以进行有效的实验。你们所谓的科学，所谓的客观实验可以持续到永远，但它们只是用伪装的仪器在一个伪装的宇宙中越探越远。



潜意识，确实有其自身扭曲的因素，但这些比起成吨的扭曲伪装氛围，更容易逃脱，因为这些伪装氛围会拖累你们的科学实验。



你无法在游戏里找到返回真实宇宙的出口！不管你的角色死了多少次、游戏等级多高、累计了多少成就与金币，或是探索与解锁了全部地图、可以无数次登录游戏、更换不同的角色，但这些都不能帮助你离开这个游戏的伪装世界。

离开这里的唯一办法不在游戏内，而在游戏外。离开这个沉迷系统的唯一办法就是确切地知道这是一个由伪装构成的世界，而所有人包括自己都是被生成的角色。当你睁开眼睛四下寻找时，你无法在伪装中

找到真理，真理被巧妙地隐藏在了你的眼皮里。只有你闭上眼睛，静下心来，什么都不想的时候，你才能有机会真的第一次看见什么是真实。但只要你看见过哪怕一次，你就再也无法回到过去的“纯真”了。没有人能手把手地喂你吃红药丸，你必须自己炼制自己的红药丸。这个过程可能要几个月、几年，有些人甚至要花费多半生。只有你能至少进入心理时间，才能有机会偶然地瞥见真相。不过一旦你掌握了心理时间，这个技能是可以跟着你转生的。

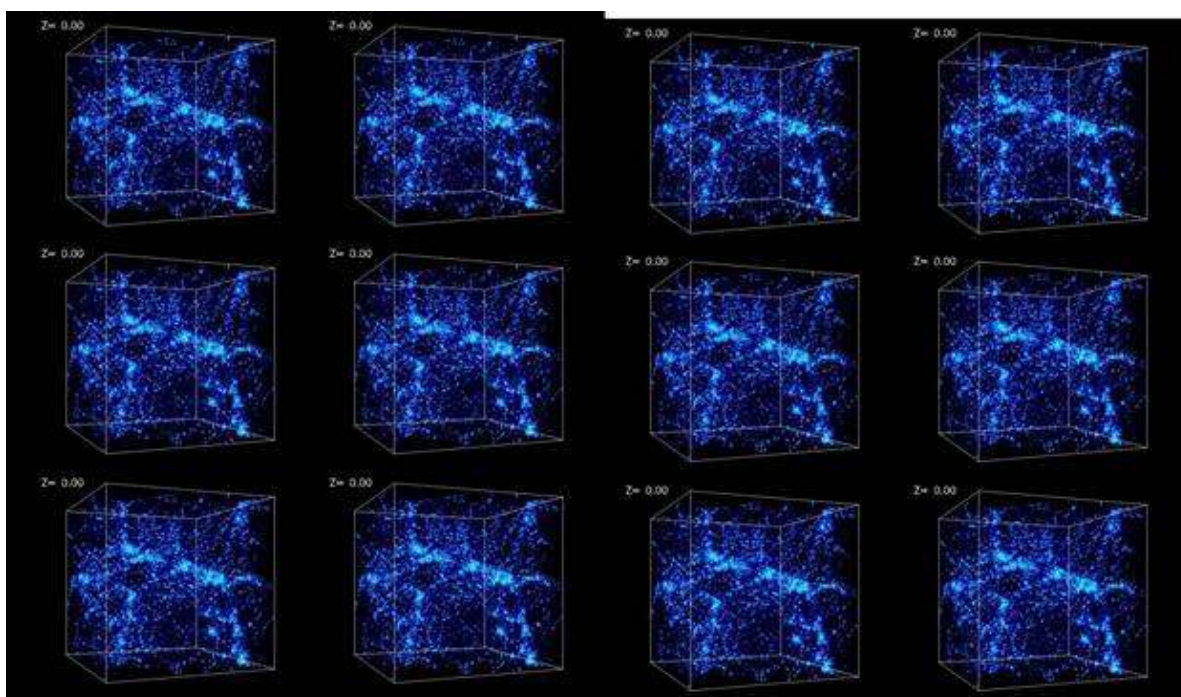
一切内在觉悟都是可以被带入下一个角色的，不过下一个角色的觉醒需要触发某一特定的因缘，而触发后你是否相信又是一种自由的选择。投胎时选择灵媒世家或中医世家，然后选择修习心理学，可以是一条捷径。不要选择有强烈宗教背景的家庭出生，或唯物论的家庭，那样要摆脱认知扭曲需要花费很长的时间。



我建议你们休息一下。

(9:32 休息。珍解离如常。到休息时间为止，她一直以正常的语调说话。9:35 继续。)

当你们被伪装宇宙的成分所包围，与之打交道、并与它们纠缠不清时，你们不可能进行所谓的客观实验。你们，或者说科学家们，是在可以被描述为千千万万个有些相似，但不同的方块中的一个小方块中工作，这些方块都代表着各种伪装宇宙。

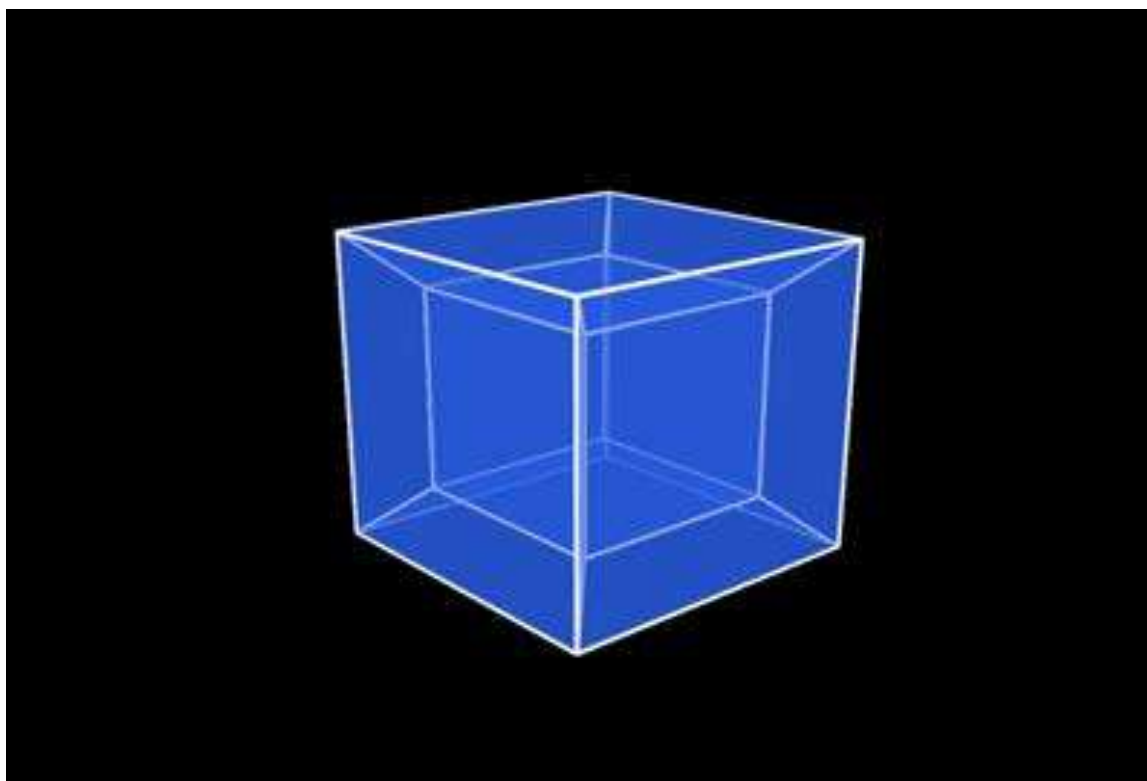


如果他们够幸运，能穿透自己的方块，我怀疑他们做得到，他们只会发现离自己最近的方块，而绝不会想到有无数这样的方块。广阔的现在的一小部分，出现在你们的方块中，但你们看到的它却是伪装的持续，是过去、现在和未来的伪装波浪。

就像迷宫里的老鼠，运气好的话，在理论上，你们可以从一个迷宫或方块旅行到另一个，虽然实际上这是不可能的。但是，即便你们的实验，给你们很多这些伪装方块宇宙的知识，你们也不会学到什么基本的无伪装的内在宇宙，在那里，所有这样的划分都消失了。

你们这一代的任何科学界人士，要是听到我正在给的建议，会立即恐慌起来。你们花了那么多时间精力在你们宝贵的伪装模式上，对所有

这种物质化背后的内在动力却是如此陌生，所以要想取得任何进展，还需要一段时间。



细雨社

(多维立方体动图)

游戏里的虚拟角色无法跳脱出自己的背景框架，哪怕一个个的游戏图标放得再近，哪怕不同的游戏在硬盘里处于同一个分区。这些游戏内的角色无法在游戏里想象真实的世界，虽然他们的世界多少都保留了真实的影子。角色不可能跳入现实，除非在现实里有人玩角色扮演。

在游戏里扮演角色的存有可以进入真实的世界，其实这样说是很不真切的，因为他们本来就没有离开过真实的世界，只是在忘我的游戏中过于沉浸虚幻的伪装，忘了自我意识本体的存在。

你选择了你的角色，你选择了你的时代，你选择了你想要历经的故事，你也看过故事简介。

你在出生前就了解大致的一切，你的一生谁都别赖，每一个选择都是你自己做出的，这是事实。

我们的科学家要花三十年去成为科学家，然后你指望他们放弃这三十年的苦读，闭上眼睛开始寻找一个五岁孩子就能做到的内在觉知并连接万有智慧，那简直就是对他们所有人生努力的嘲讽。

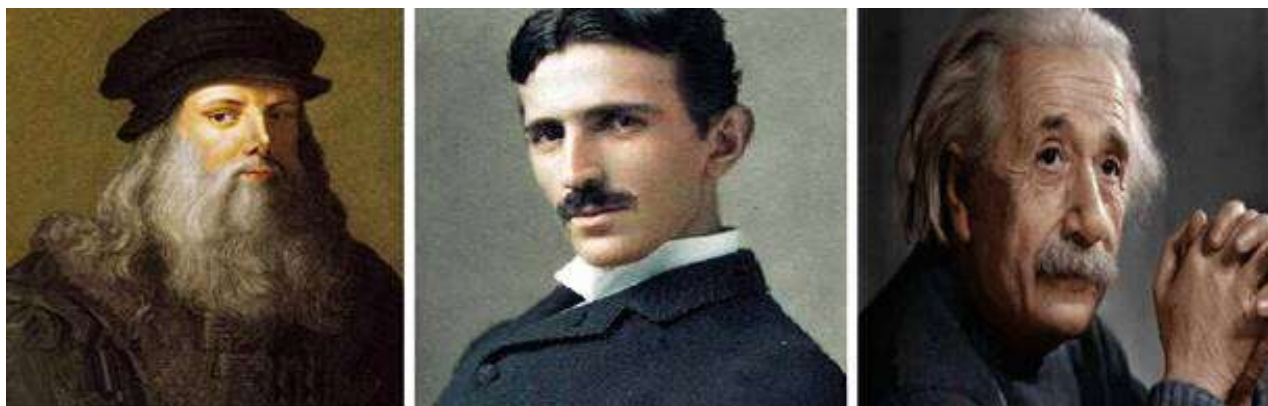
这就像是把烟筒图纸拿反了的工程师，让工人花了两年去挖深井，他不敢质疑自己的判断。



爱因斯坦游走于内心，相信自己的直觉，他也运用他的内在感官。如果当初他能够更加信任自己的直觉，把证明他理论的更多所谓的科学证据，留给更少的人，给自己更多的内心自由，那他的发现会更多。

16岁就开始写论文的爱因斯坦，论及的背景是在以太状态。拿不到学位的尼古拉，还有小学没毕业的达芬奇，都说过同样的话：我只是很郑重地对待自己脑袋里的奇思。跨时代的学问，无法在本时代的课本

里习得，考卷上的正确答案永远是通往平庸的捷径。或者质疑自己疯了，或者去引领这个时代，我选择后者。



有谁想了解灵魂是如何栖居于体内的，就让他观察这个躯体如何进行日常的生活：若他的住所杂乱无章，那么这个灵魂也会使得身体杂乱。必须开拓你的胸襟，使心通透，那样才能够照见一切事物、一切色彩！我醒来了，却发现整个世界仍在沉睡。你只要飞过一次，日后走路时也会仰望天空，因为你知道了，曾经到过了并渴望回到那地方。我学到了怎样看出每一样东西与其它任何东西之间都是相互的关联。学会聆听内心，多才多艺就不是一件难事。

——达芬奇

我一直被这个问题折磨了好几年，为了寻找答案，我整个人差一点就完了，我的大脑每一根纤维都绷得很紧，然后一件难以解释的事情出现了：我听到其他房间的时钟在滴答作响，一只苍蝇落在桌上发出缓慢沉重的巨响，我的前额有了一种蠕动的奇特感觉，我觉察到黑暗里的一个物体的奇特存在，太阳光在我头脑里引起可怕的轰鸣，一辆马车的驶过都让我感到浑身剧烈震颤。紧接着各种构思如强光一般一闪

而过，并且在瞬间证明了它的真实性。那是一种令人疯狂的快乐。各种思想如奔腾的洪流，让我无法跟上它们的节奏。如果你想要通达宇宙本源真理，就要理解一切都与能量、频率、共振有关。

——尼古拉·特斯拉

当一个人把在学校所学全部忘光之后，剩下的东西就是智慧。每个人都身怀天赋，但如果用会不会爬树的能力来评判一只鱼，它会终其一生以为自己是愚蠢的。想像力比知识更重要，因为知识是有限的，而想像力是无限，它包含了一切，推动着进步，是人类进化的源泉。逻辑会把你从 A 带到 B，想象力能带你去任何地方。真正有价值的是直觉。在探索的道路上智力与学问无甚用处。宇宙中一切物质都不存在，唯有精神永恒！不要为成功而努力，要为做一个有价值的人而努力。一个人对社会的价值首先取决于他在感情、思想和行动上对增进人类利益有多大贡献。为自己囤积财富的人早晚会发现自己囤积的都是懊悔。

——爱因斯坦

在潜意识的上层区域，只有相对来说一小层的个人资料，因此是自我本位和扭曲的资料。一般来说，这一层很快就能被认出来。鲁柏现在就可以把它认出来，而他既不是科学家，也不是心理学家。声明一下，你了解我说的自我本位资料，指的是和外在伪装导向的人格有关的部分，而更强大的内在自我，实际上代表外在自我背后的力量与能力。

现在。可以说，在潜意识中的这些个人资料之下，是种族资料，这资料对心理学家研究种族历史，及由此产生的不同种族的心理差异可能



很有价值。在这下面，是涉及整个物种的资料，有其背景、演化和内在知识。

自我头脑逻辑意识是最表层的思想，也是被伪装扭曲最多的。当我们利用禅修进入沉寂的潜意识中后，无意识里的非个人资料可以被灵觉读取出来。其中最表层的是个人遗忘了的过往记忆，然后是累世记忆。这些对梳理自己当下的认知卡顿和理解自己矛盾的行为很有帮助。心理医生多用这一层完成灵魂回溯，并提取出有用的资料。不过这只是人格片段的过往信息。

再往下一层是人格面的资料。这里包含一个更加强大的自我，可以了解到形成片段的初衷和终极目标是如何被设定的，当下的进度和需要达成的不足有哪些。

个人资料层下隐藏着族类集体意识。我们这个层面上被分割成几个大的体验区：亚洲文化、欧美文化、非洲文化、美洲文化。灵魂一般在自己认同的文化圈反复流转，但相对成熟后的灵魂会尝试展开跨文化的旅行，接触不同人文背景，拓展自己的知见范围。

种族集体意识下是物种集体意识、层面集体意识、维度面集体意识，而个体意识中还有跨维度的全体自我的存有集体意识。

在这之下，纯粹又简单，没有扭曲、任人搜寻、有求必应的，是内在于自己天生具有的知识，关于整个内在宇宙，包含它的法则和原则、它的组成。在这里，我们将会发现与生俱来的知识，没有扭曲也没有伪装，关于伪装宇宙的创造，其中涉及的机制，这方面资料我已经给了你们很多，还有内在于自己作为内在宇宙的一个基本居民采行的方法和途径，存在心理实相的气候之中，这份资料帮忙创造各个不同的存在



层面，建构外在感官来投射和感知形形色色外显的实相或伪装，还有内在自己如何在各个层面上转世轮回。在这里，你们将会找到你们的答案，明白内在自己如何为了自己的目的转换能量、改变形式、采纳其他外显的实相，而且这一切任人自由探究。

一个熟练的灵修者可以有效地利用心理时间进入内在意识，登录到真实宇宙的意识万维网中，搜索、查阅、获取无始以来所有文明已知的智慧。如果同样使用二十年的时间，A 孩子专攻灵修，B 孩子专攻考学，等 25 岁时俩孩子参加面试——

A：会读心，善解人意，可以预知短期未来，理性且情绪稳定，开朗富有爱心，是一个行走着的宇宙知识库。而且对工资没有太多要求。适合：研发、销售、团队凝聚、人事管理、企业战略导向。

B：研究生毕业，会电脑，两门外语，过时的非专业知识，干过学生会，电子游戏精英级别。渴望爱情，需要高工资好养孩子、买房子、买车子、买包包，学业和生活压力大，在进行心理治疗。

如果是你，请问你会雇佣谁、给谁多少工资？而到十年后他们 35 岁时，先裁退谁下岗？

有些东西是有价的，因为普遍；而有些是无价的，因为稀有。二十年后我们的孩子要竞争的是不会疲惫、“无所不知”、熟练的人工智能机器人。请问你想让他拿什么去竞争？知识储备量吗？弹钢琴的熟练度？会说两门外语？奥数六级？会背唐诗？在这个世界与层面生活不能无知，但今后半个世纪，恐怕定义无知的标准会被迫地换一换了。



催眠将越来越成为科学调查的一个工具。心灵感应将会被证实确有其事，并且被加以利用，但非常可悲的是，它一开始是为了达到战争和阴谋的目的。即便如此，心灵感应将使你们的种族，有能力与外星智慧（alien intelligence）进行第一次接触。一开始你们不会认出是外星人。

读心术、遥视、预知力、灵魂意识压制，这些超自然手段被国家机器利用；而灵修者被金钱、狭隘的民族主义利用，成为了政治的棋子、宗教的傀儡、军事的手段。这些灵修者修的不是自我灵魂的觉醒，而是灵术层面的游戏外挂。这种人才与外挂攻防手段在各国间广泛地秘密流行着。

在无神论的旗帜下，超自然科学被深入地研究并应用。这一过程持续了超过半个世纪，直到火星载人飞船误入时空裂缝，第一次与“外星”文明的公开接触借由灵媒展开，人类从宗教的蒙昧和古典科学的愚钝中恍然大悟，原来几个世纪的攀缘走错了方向。

这些其实高层都早已了然，但财阀政客对连任的渴望需要保持稳定的社会人文结构，为此真理在海量传统科学教与宗教信众面前，选择保持沉默，直到不可抗拒的事实打破这一平衡。这些所谓的未来都已经无数次地发生，但何时串联起这些世界性的大事件、引爆的时间点是本层集体意识的决定。

（这时，珍笑了，她来回踱步。）

这种接触并不会比我和你们的接触更奇怪。但是由于你们是如此参与伪装的表面现实，所以与那种智能的接触，才会显得是一个惊人的发



现。所做的接触将是从一个男性到另一个男性的接触，但是，这个来自另一个伪装星系的外星男性，涉入的程度，将会比你们可能认为的还要深。

与这个外星智慧的实际心灵感应接触将会发生，我相信在你们的时代，不会太远，可能是 2001 年。然而，由于我不想细说的原因，会出现一个你们的科学家不会意识到的小插曲，至少在你们看来是这样。你们所接触的智能体，到了双方接触的时候，将不再居住在同一个宇宙。

首先与我们公开接触的所谓外星文明不会是电影中那种第三类接触。这接触是犹如珍一般的意识通话，这通话开始得比 2001 年早，八十年代就已经开始；但到 2000 年，互联网的普及让这信息得以网络化地多语言化。这所谓的外星人，其实是平行于我们层面的我们，在维度与时间线上都与我们存在着较大距离。与其说我们在与外星人对话，不如说我们在与未来的自己对话。就好像 80 岁的你返回到另一个位面，告诉 10 岁的你需要在这一生注意些什么——只可惜你爸妈根本不把这当回事。

到那时，你们将会发现，你们现有的宇宙膨胀理论是错误的；并且，这个错误，还会影响你们计算接触这个外星智能在你们空间的准确位置。我相信，这个接触将发生在澳大利亚。

这条时间线我们这个版本错过了，但在完型珍的那个版本发生了。那个平行版本比我们要更早地被迫进入灵性时代。我们在几个大路口选了其它可能性，现在在重新规划路线中。



你们说的太空旅行，将会以一种看似夸张和惊人的方式发展，只是当你们的科学家发现，你们所知道的空间是扭曲的，并且发现，所谓的从一个星系到另一个星系的旅行，是要卸下肉身的伪装才能做到的时候，它就会被丢弃。所谓太空旅行的载具是精神和灵性的移动（mobility），就灵性的能量转换而言，能够在广阔的现在，自发和瞬间的移动。

至于手段，最简单、最粗略，但仍然会被采用的方法，将被证明是催眠，只因为此时，你们的人格不会信任自己的能力，而必须依靠外界的暗示。

这里我要透露一点我们投胎的方式。从严格意义上说，没有一个所谓的灵魂，进出这角色我载具的是人格片段的意识焦点，而本体其实从来没有离开过灵界。就好像你做梦时身体从来没有离开过卧室一样。





当人类明白了这一层道理后，通过从孩子抓起的全球崭新教育模式被展开，应试教育被取缔，宗教成为历史教科书中的过去。从小趁孩子还没有被人文污染，就强化巩固天生本性的意识解离成为文明发展的方向。科研被摒弃，人类需要的一切知见从宇宙意识网格中直接下载，我们这版地球进入宇宙级文明，不是靠燃料火箭把自己推送出太阳系，而是躺在床上闭上眼睛，意识直接瞬移访问。就好像你现在打开谷歌地图全球街景一般方便。想要访问任何一个宇宙文明，用时都不超过几个呼吸。

那个时代里，角色我的认知变得淡漠——因为各种平行我充斥，而角色我的载具被当做共享单车一般的存在。人们穿行在各个平行的地球间，串联起真实宇宙的兆亿级各种文明。不管你的意识进入到哪个位面，都必须使用本地的皮囊，或让自己的皮囊进入符合那一位面显像频率和原子密度的伪装态中。不然时间频率与显像频率就会把访客排异在公众可见范围外。

为解决互访的技术问题，各个文明都推出了无主载具或共享载具。无主载具是通过人工子宫培育出来的、在休眠仓里长大的人性皮囊。共享载具出现得比较早，当你去拜访其它文明时，你遗留下的载具皮囊被共享给来此的访客。而依据此协议，出访者也可以使用目的地文明中的当地共享载具。（其实现在我们身边这样的访客已经有不少了）



如果这太超出你的想象力，做一个相对简单的比喻。我们成立一个游戏互助社区，大家把自己玩腻了的游戏都放在上边，包括注册 ID 和密码。这样其它会员就可以利用已有的登录密码和用户名、使用对方的

游戏角色身份去体验对方的游戏内容。当然前提是你也必须贡献出自己的游戏 ID 和密码。

我希望和你们一起尝试完全不用催眠的能量转换方法。这将会是我们共同的实验之一，而且是在不久的将来。到时候我们三个一起试。同时准备工作包括有系统、有计划地运用心理时间。

催眠将会在科学上，单纯地被当作打破外在人格种种抑制的手段。不言而喻，这些抑制在你们层面上是必要的，我们所做的任何实验，都将以最严谨的方式进行。

我永远不会建议或纵容全盘抛掉外在人格的防御。我正在试图健全你们的外在人格，增强它们处理外在世界的的能力，同时，教导内在自己的自发和自由。这是个相当大的工程。

外在人格必须是一个强大而又有弹性的架构，能够放掉它的界限，给内在自己自由，但又有足够的力量回弹，并保持对外在经验的控制。这当然是一种锻炼。

在心理学医疗手段中，在军事与谍报领域上，催眠已经被广泛地应用，而目的是获取到一些至关重要的资讯。当今主流科学家与学术界，因为现有宗教、政治、科学的压迫，不能全面地展开跨维度的心理探索。即使有小范围的尝试，其结果也被列为机密或伪科学，而遭到摒弃和封存。为维护现有体系的安定团结，民众的愚昧远比人类的觉醒更有利于当前的既得利益集团。

催眠确实可以快速地打破外在逻辑人格对内在自我的束缚，让内在自我可以发声，但其弊端也是明显的：首先，参与者本身的知见并没有



成熟到能理解这些资讯；其次，参与者本身处于被动的状态，因此获得的收益极其有限。

对于我们的内在意识来说，在这个现实内达成觉醒其实并非其本意。如果为了探知灵界的奥秘、累积宇宙能量、增加自我跨维度的见识，意识体完全可以不来投胎，这些需要花费数辈子来探究的奥秘，在其出发前就是家常便饭。因为它本身就生活在那里。它来到这个世界是来体验它不知道的，而非探究它知道的。

只是我们当下这一版文明发展得实在是太畸形了，犹如惊马冲向悬崖。在物理科学上狂奔，而心灵荒寂如沙漠。宗教把事实扭曲得过于严重，导致宗教与科学都变成了外求、外寻与外祈。真正的发展是内外兼修的，人类确实需要本层伪装的物理科技，但更需要内在的觉知力。不然只会舍本求末，活丢了自己。

另一种活丢了自己的极端是只修内我，而角色我遁入空门，失去了来此经历的目的，一心想着回去。就好像站在幼儿园门口哭成泪人的小朋友，不做游戏也不学诗歌不吃饭，只是扒着铁门从门缝里看大街，嘴里哭喊着：“我要妈妈！爸爸带我回家”。而周末回家后，又扒着门缝哭喊着：“我要‘出去’！我要找小朋友们玩！”

抑制外在角色而脱离故事线，或抑制内在人格而脱离生命蓝图，都会带来有违初心的结果，导致必须蹲班重来。



我很想继续下去，不让你休息。鲁柏不休息也做得很好，但我很担心你的手指。它们在颤抖吗？如果是，那就休息一下吧。

（“好的”。）

你想休息一下吗？

（“是”。）

（10:23 休息。我当然知道，正常的休息时间已经过去好一会了。一来，我的右手抽筋得厉害。事实上，几乎是痛的，反正不用多久，我也不得不喊停。我也相信，在记下上面部分资料时，我处于某种轻微的恍惚状态；大约就在过了我们固定的休息时间之后，我似乎意识到，我一直在稳定地记录着，没有意识到或很少意识到我正在记下的资料。

（珍完全解离。她说，她觉得赛斯会让她继续下去，直到他把上述所有资料说完。通常情况下，她一直要到第二次休息时，才会达到完全解离。

（珍也经历了她现在熟悉的胖手。直到休息开始一两分钟后，她才意识到这一点。她的手很潮湿，似乎变粗了，尤其是两个食指。我们谈到要作一下安排，在这个现象之前或之间来测量她手指的周长，看看它们有没有实质地变大。

（不过，无论珍如何努力，都无法将她的婚戒取下。她在上课前已经取下了另一枚戒指。在一般情况下，这枚戒指戴起来很松，但现在，她不得不用力才能把它戴回到无名指；反之亦然，她必须把它弄湿才能取下它。

（白天时，珍给医院打过电话，试图核实赛斯给我们提供的关于卡拉汉小姐病情的信息。见第 44 节课。通过电话她却得知，一个多星期前，卡拉汉小姐的亲戚将她转移到了一家疗养院。医院并不知道是哪间疗



养院。对我来说，这意味着卡拉汉小姐的情况比较好，但珍说她不那么认为，赛斯的资料在这里没有被歪曲。

（在比平时更长的休息之后，珍以正常的声音继续传述，10:38。）

催眠术的重要意义只是作为一种工具，将意识人格从伪装抑制中释放出来。在那之后，知识才得以升起。在一般情况下，有意识的自己主要是在处理伪装的存在。毕竟这是它的首要目的。

催眠现在成为一种很时尚的“游戏”，这让我比较担忧。因为没有一个是明确的从业标准，而其技术又相对容易把握，导致很多好奇的无业者快速地将自己包装成职业催眠师，去招揽那些本来就有严重心理问题的客户。这导致很多双重扭曲的叠加。催眠师在催眠过程中的一言一行都富有深远的直接影响力，这不是好奇的游戏，很不专业的催眠犹如蒙着眼开车上路，全靠运气。

催眠流派分下列五个：独裁派、标准派、合作派、随意派、代言派。

- 独裁派是意识灌输，洗脑改造，埋藏秘密指令。
- 标准派是早期心理医疗的手段，即把医生认为对的认知互动地灌输给学生。
- 合作派是双方互动，商量着来，主要以联想启发为主，催眠者不强势干预改写被催眠者的思想。
- 随意派是现在市井中的主流，营造一种气氛，让被催眠者信马由缰地在自我意识深处随意逛，到时间就收钱，不加任何正向或负向的意识干预。



- 代言派是利用某些成熟的知见窥探者，潜入被催眠者的意识中，搜索其意识内的信息，犹如读心术，把被催眠者的所见所想转述出来。这其实是独裁派催眠与随意派的融合。被催眠者多数都没有真的被催眠，只是一个安静的聆听者，而代言人把自己的感觉信口说出，对被催眠者形成精神暗示。

催眠确实是一个很好的工具，可以撬开意识的内在大门，被催眠者分为三大类：

- 有意被催眠的人，平日里耳根子就软，别人说什么就信什么，自我逻辑与意识都很薄弱。
- 不容易被催眠的人，逻辑性强，质疑性强，好奇心强，头脑始终高度在线，根本停不下来自己的思绪和觉知，潜意识无法被直接连接。
- 以前被成功催眠过的人，催眠师在成功催眠一个人后，会在退出前悄悄地留下一句口令，然后命令患者在逻辑面忘掉这口令的存在。今后只要听到这口令，就会直接秒进催眠态，并完成所有催眠师要求的行为。

这还引发另一种，叫做延时催眠，即催眠师把一个指令埋藏在催眠过程中，而指令可以预设很长的时间。比如明天早上六点你会准时醒来，感觉非常口渴，必须喝一大杯自来水才能解渴，然后上床睡觉，忘掉这件事发生过。

这样的延时指令，必然会被执行，而被催眠者会毫无印象自己执行过这样的指令。



这导致不良催眠师诱骗女性和自己发生关系、让男人把大量的钱财无偿资助给自己。这样的案例不在少数，而且难以司法宣判。而指令的潜伏期可以是几天或几年，甚至是很多年后，利用电话激活潜藏的催眠口令，直接进入被催眠态完成对方预设的指令。

很多传说修习黑魔法的人被鬼引诱着自杀，就是被催眠后的结果。

我不是在这里吓唬我可爱的好奇宝宝们，只是告诉大家当今职业内的乱象。

其实我们提供了很多很好的方法在《已知的实相 I》中，大家完全可以通过循序渐进的自我练习，通过自我催眠来达成很多必要的意识突破。

不过，当它能够放下对伪装宇宙的专注时，它就能接收并意识到内在感官所接收的资料。这样的资料不一定要被保留在潜意识层。有意识的人格可以被训练去接受、转译和保留这样的知识。否则，这样的知识在你们的伪装宇宙，相对来说就没有价值。

自我催眠的过程中，最好让自己的逻辑脑放弃其辨识心和逻辑性，给自己准备一个录音设备，然后让自己进入一种信马由缰的类似于醉酒后的恍惚状态，跟随联想随意地说，别过脑子。那不代表你失去了对自我的全然觉知，只是你把信赖从头脑资料转移关注点到内在资料，你说出来的东西可能很荒谬，也无法证实，不要尝试着去梳理与验证这些东西，那样会让你在初期因自我质疑而退缩。角色我、头脑逻辑会借机嘲讽你，拿回意识的主导权。



这样胡言乱语胡说八道一段时间后，你会发现，自己慢慢地找到了一种感觉、一种模式、一种进出潜意识的方法，之后慢慢地无意识中的宝贵资料你就可以有效地提取了。之前我们说过，无意识资料也是分层的。你能进入无意识状态越深沉，获取到的资料越宝贵，也越普世。不过要非常注意的是，在这个过程中，不要让电话、门铃、孩子、家人、外卖等意外打断自己，那后果有时会很严重，造成失魂。而且一般医生对此毫无办法。轻者几天几个月都魂不守舍，重的会疯掉甚至直接成为植物人。在深层出神时，载具我可以持续几周没有任何生命体征，与死人毫无差距，但它却是没死。深度出神者很难说自己进入的意识维度与我们这个维度的时间比是怎样的，可能你在那边过了一辈子，这边只是五分钟；可能那边你只是看了半本书，回来这边已经过了几个月，身体载具都被家属给火化完了。

所以，催眠就是一种工具，它可以使有意识的人格摆脱对外在伪装的集中关注，转而聚焦在内在自己。这里的主要规则就是改变焦点。基本宇宙的知识可以被你们的科学家取得、转译和保有，至于方法，我将首先概述这些方法，然后再更全面地介绍。

催眠是一种比药物更安全的方法，但是，如果有个内在意愿，想去探索内在宇宙的话，催眠本身就不必要了。主要的障碍是自我对被征服的恐惧，甚至就像，在想象中的死亡中，被征服一样。如果能让自我了解，内在的觉察、探索和调查，实际上会扩大它的觉察范围，就不会有什么困难了。



催眠是一种“术”，是一种助力。它虽然很好用，但并非是绝对必须的自我意识成长路径。它更像是给残疾人的轮椅。一个自我意识健全的人，完全可以凭借自我的能力展开自我内在心灵的探索。

不过在开启这一探索前，必须要达成两个必要的准备工作。因为一旦你进入内在意识，首先要面对的就是各种自我内在质疑与恐惧化生出来的“相”。那些相是如此地真实，那些都是你本生与累世遗留在人格里的卡顿点，你必须要面对它们、清理它们，才能走得更深远。而这些都是你原先无法与不能面对和解决的困境，有些记忆甚至涉及到你各种死亡的经历。

这时，如何理解死亡、如何面对恐惧、如何应对自我质疑、如何从各种宗教的人文的神话故事、神话人物造型中脱离出来，就成为了你首先要面对的功课。

如何理解死亡，可以参考《失忆的归途》。

如何面对恐惧、培养自己的金刚心，需要学习《三正道》。

再次地，我们重申这段话：

《灵魂永生》：

一般说来，如果你对物质实相相当的满意，在研究这些内在环境上就处于较好的处境。

如果你在生活中处处看到邪恶，它甚至超过了善良，那么你还没准备好。去踏入更广阔的领域探险。



如果你心情沮丧，你就不该开始这些探索，因为在此时，不论你是醒是睡，你自己的心灵状态都容易感受使人不快的经验。

如果你认知善与恶的观念是激烈对立的、无法转环的，那么你还没有具备在其它次元中，从事任何有意识的操纵所必需的了解。换言之，在精神上、心理上、心灵上你应尽可能地有弹性，对新的概念、创造开放，而不过分依赖某一理法与是非或教义中的对错。

你本是相当能干与富有同情心的。同时在你当下的物质实相里，有能力应对好外在的压力，足以妥当的处理好你现在的的生活。你确实需要付出全力，因为这过程必需积极主动的去探索，而非消极的退缩。懦弱的撤退是无法化解与避免你必将面对的功课的。

当你开始有意识地探索这些死后的情况时，你的经验与对灵魂的认知程度会得以扩展。此时我想多少更透彻地描写一下这些情况。在实质生活中你其实是看到你所想看到的东 西，由可用的实相范围你感知某些资讯，实相并非按照你对实相的预期来展现，但你决定自己如何诠释见闻到的资讯，从而拼凑出用来构建你自己世界认知的要素。你精心选择自己关注那些资料，而更多的却被刻意忽视。那些被你意识焦点偏重关注并转译后的资料成为你感知世界的全部素材。构成了你的世界。

如果你相信人性本恶，你就不会体验到善良。你对它完全关闭。你只关注他们所表现出来最坏的一面。当你认为另人不喜欢你时，你会心



电感应式地使这事必然发生，而你也将把你的不喜欢投射到他们身上形成循环。

换言之，你的经验跟随着你的期望走。在死后与梦中经验以及任何“出体”的遭遇中，这个原则也适用。如果你执迷于恶的概念，那你就碰上恶的情况。如果你相信魔鬼，那你就生成它然后让自己遭遇。如我先前提过的，当意识不是针对着肉体时，它有更强大的自由度与创造性。重点是，思想和情绪无需经过时间流就可建构出“实相”即时显现。因此如果你惧怕遇上一个恶魔或灾害，你恐惧的程度会转化成它显化的力度，你用来担忧的能量成为支付其显化的动力。你遭遇自己创造出的“心念形相”，却不知它乃是你自己的造物。

因此，如果你发现自己正以这种方式专注于恐惧体验肉体生活的邪恶时，那么你还没准备好去作维度的探索。当然，也有可能在这种情况下碰上属于另人的心念化相，但若你本来就不相信“恶魔”的恶，你会认出这现象的本质而不受其害，它无论如何都无法对你形成任何形式上的冲击与损害。

如果那恶魔是你自己的心念赋予形相化生而出，那么事实上，借着问自己它代表着什么，自己在把什么问题聚化成这个心魔，在琢磨它的过程里你可以从中学到些东西。你在弥留或死后也可能幻觉到同类的东西，把它用为一个象征，而经历某种天人之战。当然，如果你有更多的了解，那是不必要形成这经历的。



你将到你自已尚未了解的层面上，去解决自己未解的概念、难题或两难之局。

引述完

在开始时，可能有必要诱发或多或少的完全失忆，但应该避免这样做。通过对催眠的不断练习，你们的科学家们会发现，让有意识的自我保留它的记忆是可能的，而且绝对是有益的。由于在自我和潜意识之间并没有真正的分隔，所以自我的知识和潜意识的知识，在任何情况下都是融合的。但要达到真正的效果，就不应该企图隐藏潜意识的知识，不让自我知道。

我明白催眠将会先被利用。然而在科学实验里，如果选用不需要利用催眠就可以摆脱外在焦点的人，进度就可以加快。

催眠被列为伪科学的二十年来，各国军方投入到催眠研究上的精力甚至超出深空探索。因为情报的获取与保护领导人的心理安全、神志安全、独立意识，都被明确地知道与这伪科学息息相关。但就如同我先前说到的，我们在正确的道路上又一次地走错了方向——这本可以解开真理的工具，成为了政治与军事的玩具。

经由练习，就可以不难识别个人的潜意识资料的扭曲层，甚至，这些还会让你们对心理机制有珍贵的深入了解。

心灵感应当然涉及到能力和能量的聚焦。麻烦的是，当你面对的是，比如说，图片的传输，你面对的还是伪装。当你以一种接受性的方式向内聚焦，但没有任何抑制因素时，你们会做得更好。那就是不管传来什么，你们都愿意接收。聚焦在伪装的目标，得到的也会是伪装的结果。



你必须要比这更开放、更乐意接受，才能接收到没有扭曲的基本实相的知识。而真正搞笑的是，这种看似主观的资料，却能让你们能够以一种方式切入客观，或所谓的客观实相，给你带来所谓的证明，而这是你们无法用其他方式实现的。

利用催眠遥视时，所见的与现实的重叠准确率其实并不高，这是因为我们都知道，我们生活在多维平行矩阵里，心理时间与意识频率的细微差距，让你所见到的真实并非发生在你所验证的真实层里。如果你没能有效地、熟练地、准确地掌握第二与第八心理感知力，你的观察只能是一个概率学上的随机坍塌。你确实真切地看到了你想看的，而你看到的也确实是一个事实，但那个事实与你要验证的事实在两条未来或过去的平行线上。

就好像上边赛斯说，2001年我们可以在澳大利亚与外星文明实现心理接触，实际我们这个版本，是在1983年的美国展开的这一接触。

赛斯说珍有效地完成了25年的信息传输，而这一版珍21年头上就退出了角色我的运营。

在矩阵里说出一个实相不难，但这个实相未必与你在同一条历史线上。哪怕在你说的時候是在同一时间线上，之后你也可能因为自身的意识频率改变而发生平行跳线，导致你脱离了与那一实相遭遇的机会。我们一生都是一个脉动着的波浪曲线，而非贯穿始末的直线。

任何预言或历史解读，都是一种概率学上的真实，但遭遇它的时间点与可能性都是可变的函数。



(珍的传讯越来越有精神。她现在说话的速度快了些，有许多手势，步伐更快。现在，她敲着我的桌子以示强调。)

用鲁柏的话说，这听起来可能“很遥远”(加引号)，但即使到了公元2000年，这一切就会听起来非常合理，而且早在那时间到来之前，你们的科学家就会得出类似这样的结论。通过向内走，来实现对你们的宇宙产生一个所谓的客观观点，比起试图通过进一步向外走，来逃避你们的扭曲气氛，要容易得多，甚至更科学，因为在向外走的过程中，你只会遇到更多的伪装。

这一点赛斯又看错了。在我们的这个实相里，内在科学没能成功发展起来。“宇宙和谐社会”被科学革命主义摧毁后，唯物主义把催眠视为唯心论的毒瘤、伪科学的标杆、不可证伪的学说，并认为推广它会危害政治稳定和宗教信仰。于是我们这个版本大探索的方向从心灵学转移到了人工智能机器人心理逻辑上。不过在各国，对超感知的应用与探索从来没有停止过，成为大国博弈公开的“秘密”武器，影响着股市、军事、政治走向、选举等诸多方面。

(又是一拍桌子。)

如果科学家认为内在世界是私密混乱的阴暗迷宫，那就让他们看看，当他们试图进行太空旅行时会发生什么；也就是说，用一个伪装的载具，穿越一个伪装的不存在的空间。他们不会比一只在苹果外面嗡嗡地飞来飞去的苍蝇，更接近真相或实相的核心，一个圆圆的、硬硬的、未成熟的苹果的部分，对苍蝇来说永远是封闭的。

在幼儿园的舞台上，一个小朋友从舞台的左边跑到右边，在那里高跳了几下，又跑回左边，身上还穿着牛奶盒做成的古怪服装。



一个家长好奇地问另一个：“这节目是什么？”另一个说：“叫做登月。左边是地球，右边是月球，那牛奶盒做的壳子是宇宙飞船。”

孩子表演结束，大家鼓掌。

在孩子的心里，他刚刚确实真的完成了登月的壮举——在所有孩子的眼里，这是有目共睹的事实。

是有一些明确的实验，可以在科学实验室中尝试，你们的科学家能够藉此一窥内在实相，并实际发现内在的能量自己（energy-self），将自身的能量转换为物质模式的途径和方法。有统辖生与死的法则，不仅是人的生与死，而且是所有有意识的存在（all conscious beings）之生与死，这些法则只要你想要，就可以被发现。

这个世界是存在着所谓的“魔法”的，不管是自然力的萨满魔法、为一己私欲的黑魔法，或为利益他人、保护自己的白魔法。魔法本身并非幻术或迷信的无稽之谈，它的本质是把自身能量、怨力或愿力激发出来，转换进入到物质模式中来，并对人类或物质形成有形或无形的干预。

使用魔法是需要消耗灵力的，萨满自然力的魔法依靠和其它意识形态中的意识能量微粒商量与恳请，大家合作达成某一伪装相的展现；黑魔法需要用自己的或客户的生命力、阳寿去换取一时的既得利益，有种杀鸡取卵的架势；白魔法需要消耗自我内心中的爱与温度。如果自我不能与宇宙合一，那自我资源是有限的，给着给着很容易自己寒了



心。然后慢慢地从无条件的爱变成了买卖，再后来甚至开始渴望“利润”。

很可惜，我认为应该休息一下，但我们今晚的状态都很好。

（这一次，珍着实用力地拍着我的桌子，还一边笑着。我回答说，我很高兴我们的状态都很好；而珍不但没有休息，反而再次拍打着桌子，然后又非常热切愉快地继续。她的眼睛很黑，声音有力。）

在结束之前，我会给你们一些资料。实验只要试一试，它们的效力就不言自明了。如果我可以鲁柏那有时冥顽不灵、自我本位、好斗又浮躁的脑袋想通的话，那么他就能完成一些壮举，这将更能展现，我的声明的有效性。想想看，不可否认地，我在很大程度上可是依赖他的进展呢！（惊叹号）

你也可以做得更好。放松，放手。你也像一头驴子，不过我会拉住你的尾巴。很快我就会让你的手指感觉不到疲劳，然后我会把失去的时间补回来。

对不起，我又忘了你们的休息时间。顺便说一句：鲁柏固执的脑袋和自我本位的拖延，妨碍了我的一次漂亮的小表演。我看到你们那个尊贵的心灵协会办公室，还有你们的会长，但鲁柏怕出错，所以他挡住了我。

你们休息一下吧。

（11:15 休息。珍在桌子上又打了一拳，结束了这次独白。她说，她彻底解离出去了。她感觉赛斯准备谈美国心灵研究协会。但她很害怕出错，所以她还无法让资料透过来。

（她说，赛斯，可以继续上好几个小时。休息仅仅是为了我，为了让我手歇会儿。之前我的手很不舒服，现在却没有任何不适的感觉。她立刻以她那非常有活力和有力的方式开始了。11:17 恢复）。



为了鲁柏的启发，这种顽固自负的好斗性，从某方面来说是件好事，因为如果没有它，我们的课在理论上，又或许在实践上，可能会缺乏适当的控制，显得没有纪律、甚至某程度上危险的碎碎唸的呈现。

鲁柏拥有两个必要的质量，二者可以互相遮蔽，所幸没有。他极易接受、开放甚至欣赏内在信息，也拥有足够强大的自我，来维持必要的纪律。这让我变得更容易，也更困难，但却能在很大程度上，将你们的任何心理危险降到最低，这收获是扎实的。不会有倒退，虽然在某些方面的成就可能会慢一些，但也是指日可待的。

约瑟，如果没有你的信心和直觉的肯定，这些资料中的很多内容，在鲁柏那边就会被挡住了，鲁柏强烈地依赖你不知道自己所拥有的内在力量。过一阵子，我们会探讨与我们的完形（gestalt）有关的机制，到时候我们再把整个事情说清楚。

我是想培养鲁柏的能力，让他不用在这些课程中使用自己紧张的精力，因为，噢，如果他累了，又没有安排他自己的写作时间，他会叫嚣抗议。

（为了强调这一点，珍滑稽地挥动着双臂，一副气急败坏的样子。）

还有，在你的这边也有，或通常会有相当大量的能量消耗，我也会试着把这降到最低。我不想要拿走你们用在自己工作上的能量，经过训练，最终结果，将是一个额外的能量库。

就计划的科学实验而言，不幸的是，我们将不得不处理一些基本上不重要的事情，只是为了说服别人。你们的科学家也会发现这一点。

我们在某些方面进展缓慢，但正在建立一个坚实的基础。实验会进行，比方说，就穿越你们的伪装空间而言；不仅这种旅行将被实现，而且物质形态必须在两个地方同时让别人看到，为了使这样的实验在科学界行之有效，在第二个地点的人格必须小心收集资料。

很可能会有些失败，但也会有很多成功，而害怕失败将会是我们最严重的障碍。偶尔，随着鲁柏日益增长的训练，在他和你的同意下，



我们可能得尝试更深一点的出神状态，但这只能是偶尔为之，而且要经过你们的同意。

至于你，你的能力潜藏着最高质量，但你也带来了抑制性的障碍，我希望这些障碍会消失。在某些方面，鲁柏早已发展出他汲取基本能量的能力。如果我们可以在，而且我们一定可以，克服他那十分自然的恐惧和压抑的话，我们就可以利用这种能力，取得最有利的结果。他认为他不自律。其实他早就认识到自己汲取附加能量的能力，但有点怕它。

你的储藏库也很深，还有你的压抑也很深，虽然不像鲁柏的压抑那么有意识，那么显眼，但仍然相当强烈。

做通灵信息传输时有两个基本点需要注意：

首先，一切都必须发生在传递者自由意识认可的情况下，任何灵体没有资格侵入性地剥夺人格的选择权与自我人生的体验权；

其次，传输者要尽量保持自己的能量水平，不因过度消耗而降低。需要始终保持与宇宙意识、宇宙能量合一的状态，经常冥想来补充自己的生命力。

如果你的手累了就休息一下，老朋友。

（珍俯身在桌上，微笑着看着我。她在课程期间抽了很多烟，现在她的嗓音变得有些粗哑。安静了一些，传讯也慢了，她在书桌前待了几分钟，然后走向客厅的窗户。

（“我的手没问题”。）

我想要讨论一下可以在实验室里进行，有着明确、有效结果的实验。心灵感应应是一种，当然，但最终它应该脱离伪装的物质资料。



心理时间的运用对于任何实验都是基本的要件。这样运用心理时间是极其重要的，因为它使人格在很大程度上绕过了物质法则；而且，这一点也很重要，它还能绕过某些通常会发生的化学反应，而这些反应往往会使物理结构过度疲劳。

这是一节非常好的课。我可以讲上好几个小时。虽然我很想说，但出于尊重，我不会考虑。在特里耶夫（Triev），我们在有些晚上彻夜畅谈，现在我们又再度在这里彻夜畅谈。

（记得赛斯多次提到，我们三人在16世纪时住在丹麦的特里夫市。）

我正在尝试定位一个名为丹麦特里耶夫的城市，该城市在1630年左右拥有5,000 - 15,000 人的口。根据1655年的条约，它现在位于瑞典南部。

要跟你们说的东西太多，你们能理解的又太少。未来某一天，我确实想谈论一下动物的片段。动物是神圣的，这个观点并不像听起来那么牵强。

街上很安静，要是我有诗人的才情，我会说得更多。我的存在比你们能够想象的还要变化多端。当我们的课结束后，你们将无惧死亡，无惧生命，只要你们愿意，我就会继续说下去。没有什么存在的层面是你们不能居住的，没有什么障碍是你们不能跨越的。没有任何东西会被浪费，也没有任何运动或呼吸会丢失。

这些课程代表了你们可以称之为永恒的预览（previews of eternity），因为你们在某种程度上是不受时间阻碍的思想受体，也是没有随着世纪的激荡而停止的伙伴，有着一份确实的情感关系，它摆脱了物质实相的伪装面向。



我可以，也将会给你们进一步的证明，不仅证明我的本体身份(identity)，而且证明你们自己的本体身份。广阔的现在包围着你，但没有关住你，我的话将引领你们继续前进。也许会有干扰，甚至有些扭曲，但从长远来看，不会有任何疑虑。你最好的绘画，以及鲁伯最好的著作，也会反映出连你们的科学家都会看到的内在实相。

会给你们提供无法否认的证据。你们将收到别人无法知道的信息。我们正在建立根基，它将是牢固的。在以后的日子里，为了你们个人的启迪，我们会讨论你们活过的生生世世，以及你们学到的功课。你们会看到，其他人通过你们的努力得到的帮助和前所未有的进步。

(珍现在的传讯过程，非常缓慢和安静。)

我要慢慢来，以免吓到你们。当你们有证人时，效果和知识就会显示出来。我不想终止我们安静而亲密的课程的平静，也绝不会建议让所有的课程都有证人。然而，当你觉得准备好了，并且找到合适的证人时，证人将被证明是一种资产。无论如何，你们俩都要试验一下心理时间，因为在那里可以找到自信。

虽然我真的很遗憾，要宣布课程结束，但我还是要这样做，这样你们就可以睡觉了。然而我经常在这里，我的能量弥漫在你所坐的椅子上，约瑟，还有你写字的这支笔。我现在还在犹豫要不要结束课程，但我知道你一定累坏了。

(珍笑着说。)

不过，如果你邀请我多待一会儿，我当然乐意。无论怎样，你最好还是休息好了。鲁柏的手的肿胀感觉现在很明显，像以往一样，它所代表的只是我前面提到的，自己的延伸的一个微不足道的小面向。当这种情况第一次发生时，自然的反应是把它转换为物质伪装资料，所以你得到了相对应的组织扩大。你可以休息或结束课程。

(“好吧，很遗憾，不得不结束了。晚安，赛斯。这一课非常有趣”。)



(12:05 结束。珍完全解离。她手的感觉随着课程结束慢慢褪去，我们都不觉得特别累，但我们想，明天可能会发现睡眠不足。

(以下资料在此列入，因为它涉及到第 44 节课，而且在接下来的第 46 节课也有触及。

(第 46 次课定于周三，1964 年 4 月 22 日，照惯例晚上 9 点举行。8:35，卡拉汉小姐的两位亲戚敲响了我的门：较年长的女士是贝蒂·迪宁 (Miss Betty Dine en) 小姐，她是一位老师，和卡拉汉小姐是亲戚，并且也是卡拉汉小姐的闺中密友，还有一位是卡拉汉小姐的侄子约翰。我们保管卡拉汉小姐公寓的钥匙，并每天帮她收信，每隔一段时间，就会有一个或另一个亲戚来拿邮件和查看公寓。

(迪宁小姐给珍的信息，显然证实了赛斯的预测，即 4 月 15 日将是卡拉汉小姐的危机日。先不多说赛斯说的所有细节，珍从迪宁小姐那里得知，在一周的中间，4 月 15 日，卡拉汉小姐的病况急转直下，医院主管坚持要尽快把她转到疗养院。卡拉汉小姐需要持续地照顾，而医院无法提供。

(于是她在 4 月 18 日星期六转出医院。卡拉汉小姐的病况出现以下症状：行为不稳定，大喊、尖叫、扔东西，试图下床[她被绑在床上已经有一段时间了。]

(迪宁小姐说，有时候，即使在疗养院，卡拉汉小姐也会有短暂的比较清醒的时候。

(迪宁小姐说，4 月 20 日，当珍给医院打电话时，和她谈话的护士并不了解卡拉汉小姐的实际情况；否则，我们会更早地了解卡拉汉小姐被转移的真实情况。我本以为她从医院搬走，意味着她的病情有所好转。)



第46节 马克的生命解读

前情摘要：

我们犹如一群骑着竹马厮杀在村头的娃娃，生活在自己思想构建的伪装实相里，定义了自己的太阳系，并在其中玩得不亦乐乎。偶尔有谁妈妈叫他回家吃饭，很不情愿地摘下 VR 眼镜，短暂地脱离出这群体意识，大家还要为他的离去而痛哭一场。

催眠术是可以让没有太多基础的某些人快速领略部分无意识实相的，但实相也分层：自我角色的已知范围、自我的已知范围、自我集合体的已探索范围、种族群体意识、物种群体意识、位面群体意识、本矩阵群体意识……个体意识发展的上限决定了他能窥见的深度，最高可到承载宏观本源的虚空意识。

因为催眠术在市场上被滥用，从业者良莠不齐，而受众又一知半解，搞得一门严谨的自然科学被广泛地抨击，沦为伪科学、生财害人的工具，逍遥在法律规范之外，收割着好奇宝宝，也摧毁了通往“大道”的云梯。

在之前赛斯从数据上犯了两次错误：珍没能完成 25 年的信息传输；2001 年澳洲也没有发生外星文明的直接或间接性接触。这其实不是错误，而是信息聚焦问题。赛斯说出了大概率可能性，而我们现在所处的分支不在这概率覆盖的范围内。原因是我们通过唯物论科学革命，把对内在觉知的思考导向了发展人工智能的道路上。其实还是外求思



维的惯性习气延伸。

不过小伙伴们不用气馁，如果你的意识提升得够快，每个人都是可以依据吸引力法则，进入与自己意识频率匹配的实相的。调频时系统会自动给你推送一些多年前发生的世界性大事件，你惊讶地发现自己第一次听说，但这些事件已经发生多年。你身边某些人会离开你，有些人会好像变了个人，态度上、性格上、认知上。而你在原先的那个频率的世界里，被认为出了意外、染了重病、快速地死去了，从那个维度的层面上消失出人们的视野。



第46节 马克的生命解读

1964年4月22日 星期三 晚上9点 按指示

(晚上 8:00, 我和珍在小憩之前, 都尝试了心理时间。我想不起有任何经历, 但珍接收到了几小段音乐, 就好像是一台要散架的破旧钢琴弹出来的声音。

(8:35分, 卡拉汉小姐的亲戚来了。他们在 8:50左右离开。

(8:55, 当珍和我正在讨论他们的来访和消息时, 比尔·麦克唐纳 (Bill Macdonnel) 来了, 这出乎我们的意料之外。他要求当见证人, 我们当然同意。大家会记得, 比尔曾参加过我们三个人在 1964年1月1日尝试过的唯一的一次降神会; 并计划做第 36节课, 1964年3月18日的见证人, 但在最后一刻未能成行。

(比尔刚脱下外套, 拿了我给他做笔记的纸笔, 课就开始了。像往常一样, 珍在 9点之前很紧张, 她开始用相当有力的声音传述, 并且速度更快。我有一种感觉, 她的紧张可能是因为证人的在场。她踱步相当快, 眼睛漆黑如常。

(还可以指出, 威利, 我们的猫, 在上课开始前的一两分钟, 跳到珍的腿上, 珍说, 这是在所有的课程当中, 威利第一次这样做, 显然, 就算它感觉到赛斯的存在, 牠也没有不安。)

晚安。

(“晚安, 赛斯”。)

我很高兴地看到, 我们的老朋友马克终于认为, 可在我的陪伴下受益了。迟到总比不来要好, 我确实要给他最热烈的欢迎。在我今晚结束之前, 我们有话要对他说。



我想说的是，鲁伯给出的4月15日的日期与卡拉汉小姐有关，以及我所说的危机时，资料并没有被扭曲。她的自我已经放弃了挣扎。它意识到它将不会被消除。清醒的时刻会一闪即逝。她现在基本上是满意了，从她自己的直接经验中领悟到，死亡只是涉及一个转换，以你们的术语来说，如果有一个结束，那么也就有一个新的开始。

不管是疾病还是衰老造成的慢性死亡，都给意识的主动抽离提供了一个相对缓冲的机会。有些人这边还没“死”呢，另一边已经出生了，而意识的焦点在两边忙着跑：那边的婴儿吃了睡，睡下之后就在这边清醒一会儿；然后这边又昏昏睡去、那边醒来和妈妈笑笑，吃奶玩耍。当然这是极少数老灵魂的把戏，多数稚嫩灵魂会困在自我的迷茫中，而一生把自己活得心力憔悴的则需要长时间地在中间层修整充能。



（珍敲着我的桌子以示强调；然后有些耐心地微笑着，听我提下一个问题。

（“法兰克·沃茨知道卡拉汉小姐现在发生什么事情吗？”）

我真的，真的，很佩服你对法兰克·沃茨的兴趣和关注。你总是有办法把他带进讨论中。弗兰克-沃兹现在知道卡拉汉小姐的情况了，他会去迎接她，这会让她很惊讶，因为我们的弗兰克一直认为自己是她的朋友，尽管她几乎不知道他的存在。

弗兰克是滞留在中间层休息的一个隶属于赛斯人格面的片段体，它在珍最开始尝试通灵时，因其意识频率更接近人间而首当其冲地展开了前三节的对话，但这哥们儿实在是还太青涩，很多事情拎不清，很快完成了自己桥接信息的历史使命而退居归隐。他死后的很多年一直没



有“回去”，而是滞留在人间，默默看护着自己心仪的卡拉汉小姐。卡拉汉小姐是他生前儿子的小学老师，卡拉汉小姐对他是毫无印象。

弗兰克在人间滞留到自己生命力耗尽，才恋恋不舍地下线睡觉去了，像一个看岛国动作片精疲力竭后的单身屌丝。

我们的见证人，我们的马克，就你们所说的幽灵（apparitions）而言，有过许多次经验，以他的例子，这些经验有各种类型，他因各种原因看到了它们。

显然，在某种程度上，他已经能够运用自己的内在感官了。他实际见过的零碎幻影，其实比他意识到的还要多，然而，他所看到的零星幻影，其中许多都是由于他自己无法整理内在感官的资料而产生的零碎幻象。

也就是说，因为他“看到”（加引号）一个局部的幻影，这并不意味着所谓的幻影本身不完整，而是他只能感知到其中的一部分。他在这方面的能力，天生就很强。他需要的是更多的内在自信，甚至是内在纪律的培养。

片段幽灵，这个提法很准确也很有创意。很多修行者在开天眼的初期，会看到满街游荡的滞留者们。如果你不做出很夸张的行为，它们不知道你能看见它们，彼此相安无事；如果被它们发现你能看见或听见它们，它们会很热情地从十里八村聚拢过来，找你带话，请你帮忙完成遗愿清单，这样的忙永远也帮不完。

别觉得：“啊，我这是日行一善。”



它们的功课其实就是无条件地放下，不再当真，什么遗愿、带话、伸冤，其实都是自己还沉浸在剧情里，就好像已经深夜十一点半了，电视剧还剩最后一集的大结局，你明天也能看，可非要熬夜看完才肯睡，为什么呢？

放下本身就是一门功课，这功课必须在死后学与考。满足鬼魂遗愿看上去是一件善事，超度它们其实与活人外求鬼魂帮自己走捷径没有什么两样。自己的心智水平与觉悟不会因此有所提高，反而会更多的依赖外求。

很多电影演得很善良：帮鬼一次，它心满意足，就往生了。其实多数的滞留灵都是欲壑难填的，它们会先用小事情试验你，然后越要越多。多数最后都想要你的身体，让它们可以借身还魂——哪怕一会儿就好；哪怕一天就好；再用一天就还给你。如果你再要，我就控制你去自杀。我拿不到，你也别想好。

倒不是不能帮助鬼魂们，但没有底线的烂好人做不得。多数滞留灵，我们叫“没脸子”，都是在生前就活得很拧巴的人，意识层次、理性程度、没底线的程度，都超出修行者的想象力。

话说远了，回头看看片段幽灵是个什么鬼。

初学者的灵视能力很不稳定，犹如我们的色盲，可见光的频段很窄；但一个滞留灵本身因为自己的频率混乱，自身的显化跨越了多个不同的显像频率。这导致初学者能看见的鬼犹如穿了迷彩服一般。结果经



常吓自己一跳，以为对方只有个飘着的脑袋，或单独的一只胳膊，或者只是一闪现。



不同频率下的相同实相，这就是我们经常看见鬼魂片段时的视觉感知。余光是可以看见不同频率的，或者失焦也可以看见不同的频率实相。

纪律，对马克或其他任何人来说，都很难做到，因为需要的是一种被动的纪律，而不是一种积极的纪律。被动的纪律可以让人有更充分的认知。它还有助于防止有意识的自我过快地回过神来，在马克身上就常常发生这种状况。

这种被动的纪律，也允许内在资料有足够的持久性来了解。当这样的经验出现时，马克需要更长时间的等待和倾听。他接受它们，但是在理智上却试图捕获它们，结果把它们给扼杀了。

与滞留灵互动时有两种情况：主动的与被动的。主动的需要不断地自我训练，但命里有时终须有，命里无时莫强求。有些人就是背着这样的蓝图下来的，很小的时候一切就准备就绪了，比如珍。但有些人历经红尘磨难才是他本生的功课，通灵就没那个载具设定。就好像早年的摩托罗拉无法打开 5G 电影一样，这和多努力没什么关系。

经常听说大仙磨地马，要出马，这就属于被动训练。马克有通灵的能力与能力，但他此生不是来干这个的，所以他接受这些信息时相当迟钝和零散；而当逻辑脑参与对灵界信息的评估后，这些信息就会失真与被压制。

（珍的传讯，此时已经大大放慢。她指着静静坐在沙发上的比尔。）

这一个，那一个，都是你最喜欢的其中一个，并且也是鲁柏最喜欢的其中一个，为此，我自己的确也感觉到了一股温暖。我建议马克也锻



炼一下自己对心理时间的运用。他的进步应该相当快。他冲动的本性，在这一世其实比先前的一世收敛多了。不过，对于人格来说，其中一个问题还是需要有一个更有纪律的自我。

马克是一个相对成熟的老灵体，所以在修炼内在心理时间时会很容易达成。不过他的自我纪律性还不成熟，这严重影响着他的人格成长。一个性格上很情绪化的人、一个暴脾气或城府肤浅的人，其内在平衡性很容易被打破。这样的人不能拥有巨大的力量和能力，因为能力越大责任越大，上苍是不会用一个不定时炸弹做天平的底座的。

三世以前，马克含有非常残酷和暴力的性质。他现在极为善良，是为了弥补过去的暴戾。前一世，他是一个女人，就生活在你们的西部，中西部。

(珍笑着，对着比尔指了又指。)

他那时反复无常。你可以说马克太不稳定(erratic)，不可能有性趣(erotic)。当时的他非常富有，捐出很多钱财，因为潜意识里，他在试图弥补之前身为男性那一世的残暴。

前世选择了一个女性人格，代表了他的一个有些可以理解的弱点，然而这也代表着某种意义上的勇敢。

冲动和温情的质量，始于中西部身为女人的那一世。透过女性人格的反覆无常，他其实能够善良许多。就过度的好斗和残酷而言，一个男性人格在那个时候会有太多的诱因。

(“你能告诉我们，比尔那一世是生活在中西部的什么地方吗?”)

19世纪40年代的美国中西部，现在的爱荷华州，在一个现在已是大城市的小镇上。他有三个孩子。



他这一世的母亲，在他过度好斗的那一世，是他的妻子，他选择在这一世当她的儿子，以便偿还旧债。当她是他的妻子时，他对她很不仁慈，这里我们又遇到了一个案例，潜意识知道它知道什么。

他现在的母亲，下意识地记得过去的那一世，以及他作为丈夫无情的态度。这是一个很好的例子。马克仍然试图克服前世的那种麻木不仁的习性，因此，现在敏感又冲动。

他现在的母亲，在潜意识里记得他过去的过失，现在就仗着他的冲动天性和敏感来报复他，这当然代表了她的一个错误，为此她将不得不在另一次存在中承受后果。

在上边这段中，我们可以看到三层平衡性的自我体验被展开与运作。

1、作为男性在瑞士当过药品商的马克，因为贪婪、嗜食而终结了那一生。他暴虐、强势、情绪化、大男子主义。为了平衡自己的意识状态，选择了去美国西部做生了三个孩子的家庭妇女。渴望用女性面的经历、家庭和母性来打磨自己的戾气与贪婪，塑造柔和和耐心。能示弱是内心强大的表现，能用温情而不是拳头解决问题是一个人真的长大了。

2、我们还记得他在做瑞士商人的那一生，为了快速地达成阶级晋升娶了一个胖到可憎的女人为妻。可是婚后他对自己的妻子态度很冷酷无情，伤害了那个女人作为妻子渴望得到的陪伴与眷恋。为了平衡这一体验带来的自我内疚，他决定在此生做她的儿子，让她做自己的妈妈。她会用冲动和敏感的本性报复给他，为他带来伤痕累累的童年，来平衡双方自我内心的不甘与愧疚。

3，这个渴望报复的女人，在此生中完成了她的报复，纾解了自己内在的愤恨，但也因此表明自己的意识是狭隘的、记仇的。本次经历的涟



漪导致她根本没有资格意识进阶，只能选择再次地、再次地展开其它人生去达成自我的成长，让自我意识达成对等平衡，走出低频的愤恨与不甘。

请选择原谅和谅解。报复是很解恨，以牙还牙的行为真的很爽，但激起的涟漪最后还是要自己承受。“吃亏是福”不是一句鸡汤。但我不鼓励忍——忍不是想明白了，而是对现实的无力和自我的压抑。生活必然会有挫折和压力，而一个灵修者要把这些课题活明白了，而不是吞在肚子里、化作瘤子，带着愤恨死去，然后各种寻仇。

马克的整个家族，事实上，已经至少连续三世以某种很不寻常的方式连结在一起，当然，家族成员也相应地进行了角色更换。他们还在解决老问题，有些情况下还做得非常好。

就在这一个家族中，有一名目前是女人的成员，还有一名目前是男人的成员。这两个人在过去的两世中，和马克这个家族没有紧密的连结，这是唯一的例外。

这个例外应该让你们都很感兴趣吧。约瑟，你对此有什么想法，这两个人可能是谁呢？

（笑得很灿烂，眼睛很黑，珍盯着我看。她看起来非常逗乐。

（“怎么，我猜是珍和我吧”。）

有时你对我的解读是正确的。马克在我说过的那一世，是你的一个孩子。而马克现在的兄弟，有一个是他在爱荷华州身为女人那一世的一个儿子。

（“哪个兄弟？”）

大哥。马克可是一个不可多得的母亲呢。



比尔存有的名字是马克。

“你的朋友马克的存有比你们年轻，活泼的像个小马驹。他有两男一女的经历。你应该非常小心高处。它们对你很危险。你有一次爬上一棵树以逃避动物”。这里赛斯笑道：“你是从动物那里逃脱没事了，但你那天晚上在树上睡着了。你掉了下来，脑袋着地，摔死了。那时 46 岁。”

在总结所有资料时，我们不难发现：马克二世死亡日期是 1863 年，享年 82 岁；而三世生活在十九世纪四十年代。这不是一个数字性错误，而是给出了一个证据——我们可以现在出生在我们所谓的过去里，重新用相同的或不同的角色，历经那个年代。而如果你更具体地看资料的话，你会发现约瑟与鲁柏也曾经多次利用不同的角色出现在相同的年代里。

这种生活在同一个年代里、不同角色身体里的同一个我，被称作对等自我。它们与平行自我不同：平行自我生活在不同的频率实相中，而对等自我生活在相同的频率实相里，甚至生活在相同的时代帧中。在其它资料中，珍与罗利用灵修课，曾经聚集了一屋子自己的其它平行自我，彼此间相互学习，各自使用不同的性别、年龄和身份，还有两个约瑟因为太远或很不成熟，就没有打搅她们的生活。当然这是后话。

通过梳理你会发现：存有“马克”的第一世是男性，为躲避动物而爬树摔死了；第二世生于 1781 年的瑞士，男性，职业是药贩子，死于 1863 年，享年 82 岁。他当年的妻子，就是其现在的母亲。



当男身马克在 1863 年死后，它没有马上投胎，而是休整了一段时间，然后选择作为女性在美国西部爱荷华州的一个城镇出生，为了平衡自己贪财与暴躁的性格。到 1840 年时她已经生了三个孩子。

这意味着对于马克这个意识来说，在同一个地球历史年代中，它同时拥有两个相互不认识的角色身份——两个马克在同一个时代里演绎不同的角色，但又有先后的次序。就好比一个人 1970 年出生，2020 年过世，然后又从 1974 年出生一样。

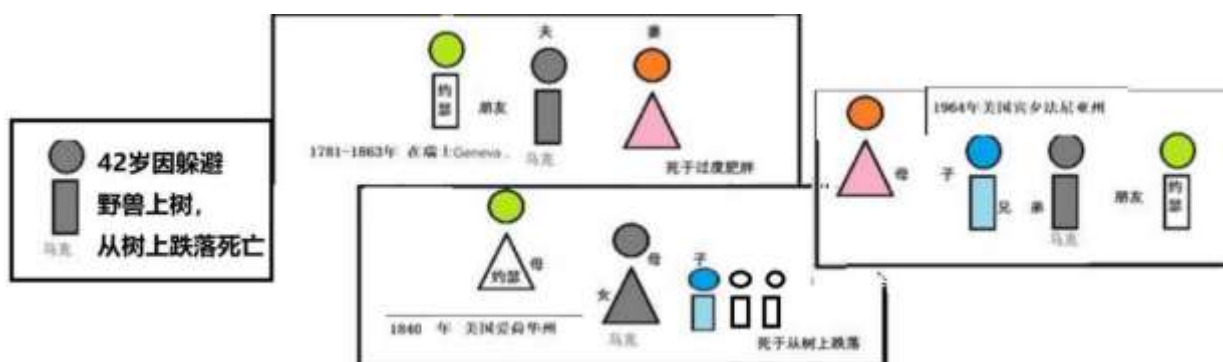
细思极恐的是，我们所谓的历史与世界被按需要一遍遍地重置着，并作为时代剧的背景加以利用。如果世界与历史可以一遍遍地倒带重演，那意味着什么呢？

对于十九世纪里的两个由马克演绎的角色来说，它们处于“同时性”中，即两个角色我在一个时空内；而另一个时间概念“共时性”是指意识我可以共同存在于两个或更多的角色我里。

那么再进一层，如果灵魂可以把人生的起点设立在随便的某一个过去或未来，那么这些一遍遍被重复的过去里，可不止你自己啊；可是难道全世界的人都陪你一次次地重玩吗？肯定不会的呀；如果全世界没有在陪你一次次地重玩，那你身边的其它人与整个世界又都是什么呢？

内在意识投影生成的外在伪装实相。这是赛斯给出的答案。





我建议你们休息一下。

(9:39 分休息，珍解离地相当好。比尔注意到，有好几次珍还没开口，他就已经很清楚她要说什么了。

(当珍再次传述时，她的声音相当有力，有点低沉，但这个现象并没有持续太久。几个段落以后，她又回到了比较正常的、慢速传讯。

9:45 继续。)

从你们的讨论中我可以看出，需要做些适当的解释。马克，就你而言，过度冲动只是代表对早期攻击性的过度补偿。过度冲动当然没有错，但也必须建立一种纪律。

拥有澎湃的生命力，并张扬这种生命力不是错，但过度的、没有节制的、肆意的激荡就会带来冲突和问题。一般对于稚嫩的小白灵魂来说，第一次人生经历，一般都会被安排得比较平坦、富有、省心；之后，慢慢地难度会越来越大。

很多人在经历艰辛的人生时，起心发愿下辈子要大富大贵、富二代加官二代加白富美加特聪明，其实这样的心愿实现起来并不难；只是在人生铺陈时的出生前会议上，当着同班同学的面，当你老大的个子要求获得幼儿园小班的待遇时，往往自己就说不出口了。





你在很多情况下会被人利用，因为过去你的行为导致了暴力，所以你甚至不敢采取自我保护的行动。你对你的母亲有特别强烈的同情心，因为你潜意识里还记得，以前她还是你妻子时，你是怎么对待她的。

你为以前的错误，不仅在这一世还有前一世，所做的补偿已经过多了。你的绘画几乎是渴望创造力的直接结果，以平衡你曾经的破坏性人格。

绘画有它在直觉上的概念构思，那是你过去身为女人的那一世发展出来的直觉。然而，纪律此时变成必要。如果创造力要开花结果，那么在你的创造力背后的直觉和冲动就必须要有纪律。

艺术是伟大的，它展现了内在自我灵魂的声音与所见。有些艺术作品是我们无法理解的，那超越了相与维度的束缚，表达出物相的本质。

不过如果当线条被毫无底线地、没有克制地随机泼洒时，那就不是内在艺术的彰显，而是随机性坍塌中乖张的放肆。当然这样的探索也有

其必要性——“混沌的极化到底有没有底线、底线在哪里”也是意识渴望知道的。

马克在利用一次次人生左右调整着自己，在太过与不足间寻找着平衡。他渴望通过自己的努力平复自己造成的



愧疚感。人出生时并非一张白纸，而是一张皱巴巴的草纸，那上边有自己童年时随性泼洒的涂鸦，而自己要在这之上修补出一幅令自己满意的艺术作品。



任何类型的艺术都是极端重要的一种还债方式，那就是心理的债。当你是女人的那一世，马克，你很富有，你发散钱财。现在像约瑟和鲁伯一样，你把你自己的一部分，你自己的片段，或多或少变成了活生生的心理形式，这些形式依据你的能力，不仅摆脱了时间的束缚，也摆脱你自己这一世人格缺陷的束缚。



马克贪婪、纵欲、欺诈的第二生，让其灵魂懊悔不已，世俗的财富累积得越多，灵魂的罪疚感就越强烈。尤其是为富不仁：用各种损人利己的手段赚昧良心的钱；做假慈善为了避税洗钱；克扣压榨员工利益，欺诈利诱他人朝奉供养。这些事我们说：人在做，天在看，其实谁能躲过自己的良心呢？找自己算账的不是阎王或判官，也不是末日审判，而是你自己的坐立不安的良心。这良心可不是角色我的那颗扭曲了的心，而是内在自我的本真良知。——"将心来，吾与汝安"

你汲取你自己存有隐藏的能力与知识，然后超越你自己这一世人格的限制。你不只是你这一世的人格，你是你所有人格的总和。这一点要明了。

一杯白水在你面前，可以加五彩染料、盐糖胡椒，各种味道。你是一个青涩的厨师，怎么往杯子里放是你的自由意识；但放进去的就拿不出来了，只能用其它颜色或味道对冲。有的人就能调配出人间美味，有的人则自己都不愿喝下自己酿的苦酒。——命

用沙在平板上作画，叫做沙画。这画有相，但又在随时被修正着、更替着，添加或删减间留下此刻的轮廓与所是。一般沙画都是在安静的反光玻璃上；如果你是在一台行驶着的拖拉机上呢？如果这拖拉机正行驶在乡间到县城的土路上呢？——运

所处时代的人文底蕴、所用角色的家庭背景、自身的素养性格能力、背负着的初心、亏欠、抱负、渴望.....种种因素综合构成了一生的遭遇



与自身的所是。有些自己可以左右，有些只能被迫经历，然后自己选择怎么去解读、消化。——心性

绘画，——为了不让鲁柏觉得被忽视——诗歌也是如此，但是绘画有自己的生命力，独立于艺术家而存在，是一种自发的、自由的、冲动的、不求回报的迸发式付出的结果，因此，因为不期待回报，所以被给予了回报。

任何艺术形式都会触及到几代人。业（Karma）可以通过很多方式来解决，这里我们再度回到马克先前男性取向的激进人格。这一次，通过创造绘画中的美，他不仅仅只是弥补了过去的错误；不仅因为绘画当然应该拥有美感，而且因为绘画在观者心中注入了积极的创造性思想。

在创作艺术作品的时候，如果不是那种学院派的创作，自我意识的绽放让作品可以深刻地表达出自我意识当下状态的内在心灵渴望。在挥洒创造力的同时，那种忘我的心流状态，让自己可以从角色我中顺利地抽离出来，用解离后的视角与心态去观察自己的作品、自己与这个世界。不同的人利用艺术展现自己观感时呈现表达出来的东西也千差万别。

歌曲、绘画、影视节目、雕塑、建筑、服装……一切富有艺术表现力的东西，都蕴藏着意识频率；而这些意识频率有着自身被相对固化了的表达，这些表达形成一种无声的心理暗示，这些暗示有着强烈的心理影响力，会对其场域内的人形成正向的或负面的潜意识影响；进而对



意志消沉、心智薄弱的人构成思想上的冲击与胁迫。这就是环境心理学研究的范畴，是古代阳宅术的一部分。——符号与颜色的潜在作用。



马克当前的家庭，是由一张特别鲜明的前世纠葛之网组成的。到目前为止，就马克而言，这种牵缠是有益的。但现在这个情况，应该要改变了。

我建议你们休息一下；再一次，不管怎样，让我把事情搞得更复杂一点，我要说一个事实，马克以前就认识你。约瑟，以前有两次，也许你还记得我对你说过，你在丹麦和你儿子情妇之间的事。

在 17 世纪的丹麦，约瑟演绎过鲁柏的父亲，一个成功的香料商人。鲁柏有一个女朋友，是他的雇员兼房客，约瑟用减免房租做诱饵睡了自己儿子的情妇。这个和约瑟与鲁柏都上过床的女人，现在是珍与罗所在画廊的同事。前段时间罗还想租她家的房子住，被赛斯叫停了。

（“谁，我吗？”）



(珍咧嘴笑了，指着我，又笑着指了指比尔。)

这个风流韵事能讲的可多了，马克在其中有相当直接的牵连。你这一世的朋友和熟人中，有几位在前世与你有很强的连结。有些熟人，几生以来，都在你的生活圈子里，只不过恰好生在和你们自己类似的情况下，因为他们差不多也和你有一样的问题。

不管怎样，马克与你们两个有非常紧密的连结，就像瑞达林 (Rendalin), R-e-n-d-a-l-i-n, 现在是你的埃德·罗宾斯 (Ed Robbins), 不是住在这个城市的那位。不管怎样，休息一下吧。

(10:10 休息。珍解离如常。比尔说，他观察到珍在传送资料时，她的脚步比平时要重；她的手一直插在口袋里，这是她平时不会做的；还有她的声音，虽然在她的音域范围内，但比平常来得低沉许多。

(赛斯提到埃德·罗宾斯，这个人现在住在纽约州，新帕尔茨 (New Paltz NY), 让我觉得很奇怪。艾德和我是通过邮件认识的，那时我们两都是商业艺术自由工作者。当时，很多年前，我们并没有见过面。后来，当我住在家乡宾夕法尼亚州的赛尔市时，我接到了艾德的电话，邀请我和他一起在纽约州萨拉托加斯普林斯 (Saratoga Springs, NY.) 合作一个项目。这次是一个连环漫画的项目。事实是，埃德在我搬到萨拉托加的第二天就把我介绍给了珍，五十年代中期，我在那里住了一年左右。不到一年，珍和我就结婚了。后来有一段时间我们没有见到艾德；最后一次见面是在我和珍去缅因州约克海滩度假期间，经过新帕尔茨，在那住宿一晚的时候。就是珍和我在约克海滩舞厅看到我们自己人格投射片段的那个晚上，赛斯曾经在第 9 节课仔细谈论过，1963 年 12 月 18 日 [见第一册]。

(珍以缓慢的步伐继续，10:20。)



我想要说一个轻松的话题，和鲁柏为最近买的新衣服喜不自胜有关。他的开心是一阵一阵的；男性化那么多世，这种颇为女性化的兴奋有时候让他不知所措，我觉得这很有趣。

（“我就知道你会这样”。）

马克的冲动，在许多方面都是优秀和可利用的质量，可以发扬光大，但必须用精神和心理上的纪律来给他提供方向、目的和一种延续性的感觉。在他的情况下，这一点极为重要。他一直没有结婚，作为一个做过许多次快乐单身汉的我，要为他喝彩。

不过呢，我会亲自指出其中的部分原因，从也许比马克现在所能做到的更远的角度来看，这个理由确实有其令人捧腹的一面。

举例来说，有一个曾经是你妻子的女人做你的母亲，是相当令人不知所措的，当然也会导致各种心理上的不安。然而我的幽默感刚好相反，马克进展得非常好。以前的错误虽有点补偿过度，但他在这方面将会是得利的一方。



马克上一世倍受冷落的妻子，现在是自己的妈妈，对自己很刻薄，而自己与她相伴，至今单身。

潜藏在家庭关系中的复杂问题总是动态的、不断变化的。没有理由认为这样的问题是不可解决的；请记住，这些人格之间的问题，往往是通过与其他人格的互动来解决的。

这方面我在之前的课上已经谈过不少，马克去看一下。他曾经是水手，在一艘运送异国情调香料的船上。船是我的。

（这里，珍指着自已。她变得非常逗乐，然后先指着我，然后指着比尔。）



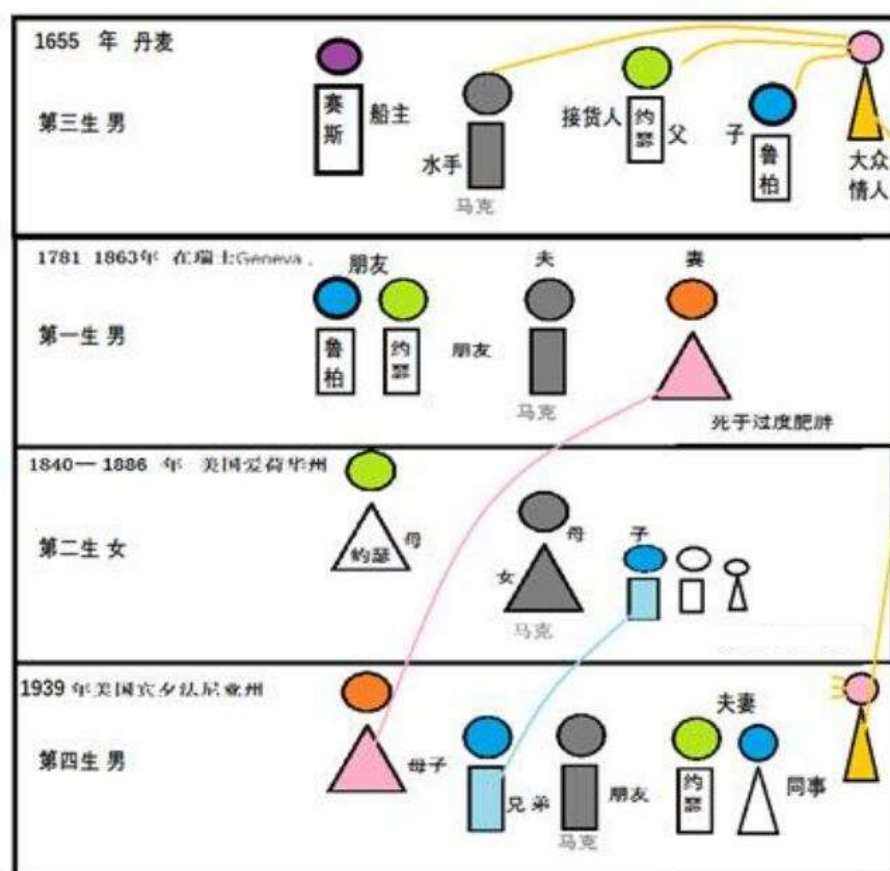
你，约瑟，是那个肥胖，胸部多毛又好色的地主，那个镇叫做特里耶夫（Triev）。你的儿子是个艺术家，他当然就是正在昂首阔步的鲁柏这个人；当时你对任何一个男人以艺术做为职业，既不理解，也无用处；可以说，在这一点上，鲁柏待你，比你待他好得多。

然而，在一个十月的傍晚，在一个谷仓里，一个水手醉醺醺地从田野里蹑手蹑脚地走来，马克就是我们这个喝醉的水手。他以为他会在你儿子的怀抱里找到他美丽的姑娘，所以他准备得很周全，腰带里别着一把刀。他听到了姑娘不安地吃吃笑——

（珍用手指头戳了一下比尔。）

——她是一个傻瓜，根本不值得你注意，然后他冲了进去，结果他发现了什么？不是他同龄的人，你的儿子，而是一个上身像水桶、头发花白、好色又饥渴的老家伙——

（我不由得大笑。（“谁，是我吗？”）



你，正在摘那少女的花苞，她呢，顺便说一下，以前已经被摘过好多次了。这个故事真的是经久不衰啊。

你，约瑟，扔下你那漂亮的包裹；这里为了记录起见，所以我不讲明你是用什么样的姿势温柔地拥抱她。谷仓里没有灯，我们的朋友马克，发出一声尖锐的吼叫。你以为这个闯入者是你的儿子，因为这女孩是他的情妇之一。真正可笑的举动是，为了博取你儿子的同情，你真的是哭得稀里哗啦。

马克，当他发觉你是谁的时候，差点把你掐死。这还没完呢。你回到屋里，老泪纵横，怨你自己为什么这样倒霉。马克一把抓住女孩，抱在怀里藉此报复。此时鲁柏骑着马，穿过同一片田野，把马牵进了谷仓，发现马克和他的情妇。

第二天早上，当两个年轻人带着黑眼圈现身时，马克的手腕也骨折了，你给我讲了这个故事。但是马克出于他的善良，从来没有告诉你儿子，他在谷仓里先发现了谁，人类的历史就是由这类听起来津津乐道的小插曲构成的。

（“我欠他一份人情”。）

你们没办法欣赏整个故事，因为在意识上，你们没有人能够记得这件事，但至少我可以好好消遣一下你们。

（“好笑”。）

我们已经谈到值的延展和充盈(value extension and fulfillment)，是内在宇宙的法则之一。在转世、演化与物质成长中都可以看到这一法则的反映。

随着你的成熟和知识的增长，你并没有明显地变胖，换句话说，这些质量不占空间。它们在你们的空间甚至不可见。身体的成长存在于你们所说的连续感，从而被投射到空间和时间之中。进化的心智不占空间。人格不占空间。你无法看见它，或无法感觉到它。你们只能看到它的结果。



在艺术里，你们有时候会设法把某个通常不存在空间里的东西，放进一个空间的架构之中。被钉十字架这件事并不存在空间里。它基本上在时间上是不存在的，因为它并没有发生在任何特定的人身上，在任何特定的时间本身。然而，它是你们层面上的一个实相，它存在于那个实相之中。

在这个十字架的架构内，还有无穷无尽的真相有待探索。马克画的那些受难画，和其他这类的画作一样，创造了一个概念形式，在这种形式中，一个无法表现的概念被转换成可以表达的方式，并被置于一个空间架构内。

这幅画在一栋大楼里，有三个窗户的房间里。它没有被偷，只是放错地方。原因很多。其中一个主要原因与马克自己的人格和心理结构有关。

他被那幅画吸引，潜意识里，他不甘心自己屈服于把那幅画送给他母亲的冲动。作为一种潜意识的惩罚，他允许那幅画因一连串他自己和其他人的小疏忽、过失与差错而不见踪影。

（“你能告诉我们那幅画现在在哪里吗？”）

这幅画从一次展览中撤下后，一直在同一个地方。一个有三个窗户的房间，和一个大房间相连，在一栋有许多人在那里工作的一个公共类型的建筑中。

（“在这里，在埃尔迈拉？”）

在这个小镇里。

我建议你们休息一下。

个人的意识或者说念头是富含着信息的无形魔咒，这些信息会被附着在指定的物品或空间中，并一直跟随着物品，左右着它的命运。任何经手这物品的人，都会无意识地接收到物品上附着的“念力”并被这



信息催眠，在不知觉的情况下不自觉地达成信息里包含的部分指令，这就是咒术发挥作用的基础原理。

其实万物包括空气都是信息场和信息载体，犹如一个个移动 U 盘或特定网站，而愿力就好像加载在这些网站或 U 盘上的木马病毒。有些病毒只是一个无足轻重的玩笑，有些则造成影响和破坏力，当然有些是很有爱的祝福。很多常年的随身物品蕴含了主人的信息场，如果主人性格上、身体上、情志上有过大问题，那这些东西也会沾染上这样的能量频率信息，并影响下一个密切接触者。这样的信息不随时间而衰减，但可以用火、浓盐水、日光格式化掉。

很多看似迷信的东西，有着很深的科学道理，只是当代科学太无知，所以无畏。甚至当事实发生在眼前了，也想不到原因，连后知后觉都做不到。但就像一切自然科学一样，很多东西传承走样了，加上了很多胡说八道与哗众取宠，失去了原本的味道，也丧失了所以然的知识。

人生中没有意外，对于生活在时间格局之外的灵体来说，不想遭遇的事情，一万个不可能被自己遭遇到。但这个不想遭遇，角色我是说了不算的——其实角色我屁嘛不是，只是舞台上的人偶；投资方和导演说了算，连剧本都会随时改的。角色唯一要做的就是充分地表达出需要的戏剧冲突、剧情张力，让人生跌宕起伏，很有意思。这样灵魂才能收获到必要的知见素材，反思沉淀。

负责实操的一线员工与在幕后策划一切的大老板想要的永远不是一个东西：



员工想要的是安逸的工作、高薪加年假；老板想要的是效率、质量和成绩。

灵魂作为小组长，高我作为车间主任或部门经理，各自有各自的算盘。

（11:01 休息。珍解离如常。赛斯提到的这幅画，是比尔去年夏天丢失的，在埃尔迈拉人行道艺术展览期间或之后。比尔找了很多次，最后请警察帮忙，都没有结果。我上次休息期间，提到了这件事，说也许赛斯会讨论。

（在珍传述丹麦和特里耶夫的资料时，比尔说，他很清楚地回忆起他的“失落的小镇”的经历。当时比尔 11 岁。在艾尔迈拉以北的田野和树林里散步时，他偶然间看到了一个看起来很老式的小镇。相当小；他记得有一个铁匠铺和其他一些建筑，还有穿着奇怪衣服的人。几个星期后，他试图回到这个奇怪的地方，却再也无法找到它了。这么多年，他曾多次探寻，都没找到，它给他的印象太深了，难以忘怀。他现在 25 岁，是一名学校教师。他第一次告诉珍和我这个经验，大约是在 1 年前。

有时人们会意外地步入其它平行地球伪装层中。这些平行伪装层或许与我们同一个时代，或许是其它年代；有可能在同一个经纬度，也可以相差甚远。只是这些事都被认为是无稽之谈，淹没在了民间，少被提及。什么是真实？什么是虚幻？恐怕很难清晰地区分，毕竟都是投射出的伪装。有时我们会恍惚在自我的记忆中，毕竟一切都只是记忆而已，从本质上无实际差别。



（比尔还说，根据赛斯描述的丢失画作的位置，可能是在一所学校的校长办公室，或者类似的地方。他认识这一带的几位校长，正准备找他们问一问。

（11:07 珍开始用几乎完全是自己的声音缓慢地传述。）

马克的能量资源今天晚上四处分散。改天，当他把它们控制得比较好的时候，无疑我们将能够做的更好。他的能力是充满活力的，但需要我所说的纪律，他才能够把他的能力聚焦和关注在建设性和有目标的方向上。

改天我会探讨他失落的小镇，以及他的其他经验。内在资料怎么样接收，并没有差别。它可能像在梦中一样有效，或甚至比醒时还有效。那个失落的小镇事件对他而言意义极为重大，代表他的潜意识把一个前世的记忆投射到现在。

那个小镇确实就是特里耶夫。不过，他只投射了曾经与他关系密切的那部分城镇。他当时的名字叫格兰德·格拉利（Grand Graley），G-r-a-n-d G-r-a-l-e-y。

（“这名字怪怪的”。）

这个家庭有两代人生活在丹麦。他在 32 岁去了西班牙。改天我再多谈谈这个资料。我今晚讲它只是为了换换口味消遣一下。

我们的下一节课，将回到其他资料上，因为我们的提纲还有很多内容要讲。我高兴地看到你们更加忠实地在尝试使用心理时间；而最让我高兴的是，约瑟，你在过去这几个月里的整体发展。

鲁柏克服了季节性的问题，我本来很担心这一点。简短的几句话后，我会结束课程。

鲁柏在早春时曾经因为肝气上亢而变得激动烦躁、情绪化。



就卡拉汉小姐而言，5月23日将是另一个，也许是最后一次危机。我建议马克按着他的计划去找一所公寓，但是他中意的任何一间公寓，在各方面都要检查，预想一下与房东在性格而不是实际上的不合之处。这和实际的约定无关，但过不了多久，他们之间多少会出现一些互相对立的摩擦。

与往常一样，我不愿意结束课程。在你的允许之下，我也许会时不时地来偷看你们一下。我也建议你们多准备一卷备用的录音带。

衷心祝你们晚安，也向马克致上我的祝福。如果他今晚多带来一点他自己，我的帮助会更多。如果没有提前的话，我下个星期一再来与你们聊。

（“晚安，赛斯”。

（11:26 结束。珍解离如常。比尔说，他特别认同赛斯说到他的一件事——他，比尔，常常被人利用。比尔说他常常纳闷这是为什么。

（当我们三个人还在讨论这节课的时候，有两次我旧有的那种刺刺的感觉出现了，就是赛斯称之为“声音的感觉”。我希望它们会变得更加强烈，但它们没有。

（昨晚，周四，1964年4月23日，晚上9点半左右睡觉前，在尝试心理时间的时候，我出现了两个不同的内视心象。

（两者对我来说都异常清晰，比我对我弟弟迪克在1670年代英格兰生活时的心象更加清晰。

（当我躺着，处在一个舒服的昏昏欲睡的状态下，没有特别想什么的时候，第一个影象就浮现在我的脑海中。它是全彩色的；尽管它很清晰，并持续了一段时间，但在我完全意识到发生了什么之前，它就消失了。



（那是一个年轻的女孩，穿着一件喇叭状，系着腰带的蓝色小礼服。有着黄色的长发；背对着我。她穿着白色短袜和闪亮的黑色皮鞋，鞋面上有一条带子。她正在用右脚反复踩踏一只白棕色的小狗。狗躺在地上，四脚朝天。牠没有发出声音，也不象是受伤了。那个女孩，6岁左右，不断地用脚踩住那只动物。她胳膊举起来像翅膀一样，她的头发很漂亮。她的腰带大约两寸宽。



（那只不起眼的小狗表现得很茫然。我记得牠终于站了起来，一溜烟儿地跑开了，没有受伤。虽然这个影象在我意识到发生了什么之前就已经消失了，但我觉得就其持续的时间而言，我已经在一定程度上成功地维持了这影像；相比之下，这影像持续的时间，超过我以前的任何一次。



（当我仍然处在这昏昏愈睡的状态时，我尝试让那一幕景象重新回来，并没有花太大的力气。当然现在我已经比较警觉了，但我觉得我确实成功了，部分地让它回来了。也就是说，虽然我没有看到什么确切的东西，但我有一种感觉，它就在转角那边，在我看不到的地方。

（第二个心象，我相信，紧跟着第一个而来。这一次，我很清楚地看到一个带有圆角的框架屏幕，如电视荧幕。画面是一个秃顶男性的头，在我看到画面偏离中心的右方。屏幕的边框遮住了头部的一部分，但我可以清楚地看到两只眼睛。屏幕的其余部分，在我的左边，是空的，看起来是一片乳白色的空白。

（这个光头从上到下几乎占满了屏幕，但我注意到他的脖子很细。我没有注意到任何衣服。这个人大概将近五十岁，或者更老。他的头很圆。在五官和气质上有种东方的感觉，但我不相信这是一个东方人。

（他直直地对着我笑，那是一种非常善良，很有同情心的微笑。他的表情非常富有同情心。嘴唇很宽，在颧骨下的唇角处深深地凹进去。最引人注目的是那双眼睛。它们闪烁着明亮的光芒，没有大睁着，却充满了泪水。他的脸颊没有眼泪。在每一个瞳孔的中间有一个微小的亮光、或白色的十字；这些，加上潋滟的泪水和微笑，形成了一种很醒目和不寻常的效果。整个神态是充满了同情、理解和悲伤。

（在这个心象中，颜色比较单调，头部几乎全是棕灰色调。五官并没有让我想起任何我认识的人，但是我放在珍下午工作的那间画廊里寄卖的那张黑白水墨画中的人，与这个心象有相似之处。我觉得这是我最好的作品之一，而且暗自希望它不要卖出去，因为我想保留它。

（我现在打算把这两个内视的心象画下来，就像我画下我心象里的迪克一样。）



第 47 节 真理不扭曲

前情摘要：

正在演比尔这个角色的是存有“马克”的人格片段，他 1964 年 25 岁，在一家医药公司工作，正在因公司内部的派系斗争而苦恼，参与过之前珍的通灵见证。赛斯说他是一个稚嫩的充满朝气的小灵魂，犹如小马驹一般活泼。他在瑞士就与约瑟和鲁柏相识，之后在美国南部当过约瑟的儿子，在丹麦和鲁柏与约瑟争抢过女人，还为此大打出手，还是赛斯出来当的和事佬调停纠纷。当时赛斯扮演他的老板——一名船主，而他是水手。

在美国西部它演绎了一个有三个孩子的妈妈，为了让艰辛的生活打磨自己暴躁的性格、情绪化的脾气、贪婪的本性。它当约瑟的孩子，现在演他哥哥，而自己现在的妈妈是第一生自己的妻子。那时因为贪图她的钱财娶了她，又因为她肥胖冷落她，导致她心生怨恨。

马克在第一生死后感觉到深刻的羞愧，对自己的寡情、贪婪、情绪化渴望做出弥补与修正。所以有了之后的对等体验与此生妈妈对自己的刻薄与压制。作为他此生的妈妈、原先的妻子，因为这样报复的行为激发出自身的课业涟漪，此生报复后要为自己演绎出的尖酸刻薄而埋单，自己还要去触发其它功课来平复这一行为给自己带来的负面影响。

这里需要注意，如果灵魂演绎一个刻薄的人，如果它是提供善意的助缘，它会拿到高学分和其它灵魂的感激；如果这刻薄与贪婪是发自内



心的愤恨与无知，那不但拿不到学分，还要参加补习班和补考。

最后，一个灵魂投生的时间年代并非是线性时间年代递进的，它可以出生在自己还在世的时候，也可以出生在某段所谓的历史中。这证明除了和你搭戏的那几个特定剧组人员外，整个世界大背景与背景内的芸芸众生都是路人甲乙丙丁。很多人一辈子忧国忧民、忧虑世界、人类百年大计千年走向，其实如果你活明白了就会知道，这辈子能把自己活通透了比什么都强，其它的都不过是历史剧中的呵呵、你方唱罢我登场的闹剧。



第 47 节 真理不扭曲

1964 年 4 月 24 日 星期五 晚上 10:25 计划外

（上周三，1964 年 4 月 22 日下午，吉姆-贝克特来拜访了我们。他是一位计算机维修技术员，几个月前，在这些课程开始之前，我和珍只见过他两三次。我们是在他做电视维修工的时候认识他的。他也是一位业余无线电操作员及科幻小说迷；因此，从他第一次打电话来为我们修电视机时，我们三个就很合得来。但那次初识之后，我们就再也没有见过他了，经常想知道他怎么了。

（吉姆到画廊拜访了珍，她邀请他周五晚上到家里来，这样我们就可以讨论赛斯的事情。吉姆也想告诉我们，他有两个朋友，一直在与杜克大学超心理学实验室的人员进行一些心灵感应的测试。吉姆想在周五把其中一位朋友带来。比尔-麦克唐纳，第 46 节课的见证人，也将参加。

（吉姆的朋友无法前来，但在星期五晚上 7:30，吉姆、比尔、珍和我开始讨论赛斯。我们还讨论了今天收到的来自美国心灵研究协会（**American Society for Psychical Research** 缩写：**A.S.P.R**）4 月 23 日的来信，信中要求我们不要再寄课程影印本了，除非它们包含赛斯承诺的测试的具体信息。珍和我觉得我们不能催促她的发展，我们也没任何想要那样做的欲望，所以这封信让我们有些不知如何是好；我们最后决定让事情顺其自然，如果有一天，有任何他们可能感兴趣的资料出现时，再寄给美国心灵研究协会。

这是珍第二次明确地被当代主流科学机构拒绝。对于无法证伪的真理，伪装层里的科学机构是无法认同和接纳的。因为这些资料无法被伪科



学证明它的真实性，即资料内容不符合伪装层的头脑逻辑。在实证科学面前，无法提供被反复验证的可见证据就没有被在意的价值。

比如一个 NPC 对着一个玩家问：“你怎么能证明有一个真实的世界呢？你怎么证明有所谓的玩家呢？你怎么证明你说的就是真的呢？你怎么证明你就是你所谓的玩家呢？”

“你看，你证明不了吧，所以你有病，你说的都是假的。你说的再花哨，你能拿出我看得到的证据吗？你说我是一段代码，这世界是伪装层，证明给我看啊，你这骗子。”

科学（英语：science，词源为拉丁文“scientia”，意为“知识”）是一种系统性的知道与见识的体系。它通过积累和组织人类已获得的知见来传递关于世界各个层面的解释和预测。唯物主义科学论强调预测结果的具体性和可证伪性（可见的证据），这有别于空泛的哲学和神学，科学不涉及形而上的认知。

形而上者谓之道，形而下者谓之器，学道者谋其德，学器者谋其术。学术观其理，知其然，谋其所以然，而不见道之所然。道士与术士存天壤之别，前者一元论，后者二元论。

一元论（Monism）是认为世界只有一个本源的哲学学说，是本体论的一个分支的哲学学说。简单来说就是物质和能量是一体两面。一元论又细分为唯物主义一元论和唯心主义一元论。（当然我们现在都知道，两个一元论都只看到了一的某一个面向，不管唯物还是唯心的一，都



是狭义的一，与合一精神色空不二的波粒互换、能量无相互相转换的本质有很大的差距。)

二元论：即世界存在着两个实体，一个是只有广延而不能思维的“物质实体”，另一个是只能思维而不具广延的“精神实体”，二者性质完全不同，各自独立存在和发展，谁也不影响和决定谁。

一个自然科学的追随者要清楚地知道，唯心论的传承宗教与唯物论的传统科学都存在着自己的时代局限性，不管是古典一元论还是经典二元论都是真相的某一个片面剪影。真相远比我们所能见到的、验证到的、想到的要浩瀚深远。放开心胸去包容、接纳、观察，尝试理解自己不能理解的事物，才能不断达成自我成长，而一味捍卫成见的已知只会故步自封。



(比尔想再听一次他见证的第四十六节课的记录，因为我还没有打字出来，所以我开始读给他听，相当好笑，我们对此大笑不已；但是当我在晚上 9 点 45 分读完的时候，我发现我的右手食指和二指有肿大的感觉。比尔说，在他看来，这两个手指明显比我左手对应的两个手指要“胖”。于是我剪了些窄纸条，让比尔



测量并标记每个手指的周长，打算在这感觉过去后，再检查这些测量值。我也打算用这种方式来测量珍的手。

（就在我注意到手的现象时，我们的猫威利开始横冲直撞，活泼得不得了。与此同时，珍说，她觉得赛斯在骚动，因为我们全都在不停地谈论他。我准备好我的笔和纸，以防万一。

（我向吉姆和比尔展示了，根据前天晚上看到的心象，所画出的两幅画；我是今天下午画的。那张泪水溢眶的头像震撼了吉姆。他以惯有的平静口吻说，这幅画让他深感不安，而且在我把画收起来之后，他又提了几次。吉姆和比尔两个人都认为，另一张女孩和狗的画，令人毛骨悚然。从他们的反应来看，两张画都画得相当成功；我觉得我凭记忆把内视心象画在纸上，画得很出色。

（10:25 珍突然递给我纸笔，并指了指桌子。不过我自己也早有准备，一把抓起纸笔。珍开始用强而有力的声音传述，步伐相当有力，能量十足。这是第一次超过一个证人的课程。还请注意，在第 46 节课结尾，赛斯曾表示过，“如果没有提前的话，我下个星期一再来与你们聊”。）

我简单说几句，好让你们知道我在这里。我一直在听你们讨论；在我们的课结束之前，我们这些熟人将齐聚一堂，全都是以前我们认识的熟人。

至少要 3 年的时间，他们才会被吸引到这里来，不过到时候，我们就能够真的做些什么，而我们的工作也会展现前所未有的成果。

你们今天晚上的客人，并不仅仅是你们碰巧遇到的熟人，但是，我说过，自由意志确实在运作。虽然如此，洛克(Roarck), R-o-a-r-c-k, 也有他的潜意识记忆，他记得我们以往曾在一起的时光。

你从内视的心象画出的两幅画，如此强烈地打动他，也不是巧合。洛克是你的熟人的名字；它是吉姆的存有的名字，关于这点，我还有更多的话要说。



名为洛克的存有在此演绎着吉姆这个角色。而它本身与赛斯这个话剧团是一伙的，赛斯从节目表上已经知道，三年后其它所有演员都会登场，把剧情推向预定的高潮。

他在电子方面具有的能力是不令人意外的，因为他以各种不同的方式发展这些能力已经好几世了。他远在你们大陆文明之前，就已经涉足秘传的宗教仪式，并关注某些宗教、科学和灵性实验。他在 4000 年前是一个神职人员。

1964 年的 4000 年前是公元前 2000 年，那个时代中国大禹在治水，欧洲出现地中海文明，美洲批量地种植土豆，猛犸象快被吃干净了，古代埃及出现图书馆，青铜器广泛应用，上古高科技开始没落，古埃及、古玛雅、古苏美尔、古夏，出现文明倒退。

这些能力以各种方式表现出来，他也经常承担一些具有自我牺牲性质的任务。在过去的几世中，他从来没有享受过你约瑟、鲁柏和马克所具有的如此惊人的肉体禀赋，在几乎所有的情况中，他都是一个审美型人格（*esthetic personality*），四次当女人；其中有两次是女祭师，一次是中世纪的修女。这种人格在许多方面都是刻板的，因为它的目的是如此毫不动摇地明确和严谨，容不下任何的轻浮或消遣。

洛克的特性是自我牺牲、坚毅、执着。四次女性身份，不是祭司就是修女，对爱情、性、生育这些俗事不太关心。死板的老处女形象让她在自己的追求上有所成就，但过度的纪律性和这老几位可以说是格格不入。



再次地，模式开始显示它自己。那种刻板，虽然有利于创造力的发展，同时也有它的诱惑，表现为某种傲慢可以成为灵性上的荒芜或萎缩。不过在这一世，这个人格已经开放到比较可观的程度，为了自身的发展，应该继续这样做。

这次课程是在我们的常规课程之外，因为我早就知道，洛克最终会被吸引到这里来，我召开这节课是为了帮助他。还有其他人会来。但是，不要认为真理就在你们的手掌心。

真理不包含扭曲。而这份资料，尽管我和你们都付出了最大的努力，但仅只是为了让它存在于你们的层面，它就必然会含有扭曲。我绝对不会纵容你或鲁柏持着一种态度，认为透过这些课程，掌握了未稀释的真理。

通过这些课程我们知见到很多超乎我们层面的知识与理论框架。这些超时空的自然科学，让我们比“常人”更深刻地理解灵界是如何运作的；但这些知见也不过是窗棂上的几个光洞，让我们可以一窥天际。这些灵性的知见还很零散，我们可以通过它们揣测到真理的一二，但离全然通透的真理相差甚远。毕竟就连赛斯所在的第五维空间也还是舞台剧，赛斯也还是演员，就好像在话剧舞台上一个演员在演一名皮影戏的艺人。皮影戏是一层伪装，可是承载皮影戏的舞台还是一层伪装。

任何资料，要存在于你们的层面，一定得在某种程度披上你们层面的装束，而在进入你们层面的时候，它必须有些扭曲。我必须使用你们心智中有些熟悉的词语。我必须某种程度利用鲁柏的潜意识。如果我不利用你们自己的伪装系统，那么你们这时候，没有办法了解这份资料。



一个有效的、优秀的灵媒，作为管道需要拥有稳定的心态、敏锐的觉知力、包罗万象丰富的知识储备、开放的心态，不被宗教观念束缚，没有科学教的桎梏，无政治理念的左右，对未来不报明确的心理预期。这样在传递高维资料时，才不会被角色头脑中的滤镜加工成扭曲的福音；也不会因找不到合适的词汇，而导致转译成退而求其次的含混。一个好的通道很难得：灵魂的成熟度要高；要有多种人文的底蕴，对东方文明和欧美文化都不陌生；理解老、庄、佛、道、儒，也清楚上帝、基督和安拉；对萨满文化、黑白魔法、乾坤易理、祝由蛊毒、怨鬼冤魂有足够的了解；可以用现代量子科学、计算机语言的思路去诠释宏宇宙矩阵里的奥妙。



即使是内在资料，也必须经由某种扭曲才进得来。我们必须一直合作，但你们绝对不能把我当作一个不会出错的来源。这份资料比你们层面上任何可得的资料都更加有理有据，但它还是在一定程度上，受到层面的伪装属性的制约。

在学习、翻译与解读赛斯资料的过程中，我们需要注意到，赛斯资料的内容仅代表了五维中一个意识面向里的部分实现，我们不要把其升华成新的宗教或灵性法典。其资料代表了一种确实发生着的可能性，但绝非多元多维中的全部答案。我们可以借由这资料获得大量宝贵的经验认知，但不能用这资料做成唯一的标尺，那会又一次落入“一”的成见中，成为下一个排它性的科学教或宗教社团，失去海纳百川的胸襟与能力。



请记住“非一不二”真实的宇宙是所有可能性的集合，只有你想不到的，没有什么是不可能的。这才符合宇宙意识对所有可能性展开终极探索的本质真理。我们所经历的一切归根结底只是一个实验，一个由宇宙意识发起的、寻求未知的宏大实验。

在我们这里一定不能僵化刻板。这是一个活生生的、重要的和有根据的实验。我建议你们大家稍微休息一下，如果你们愿意，我会再继续一小会。不过，我要清楚地表明，我们绝对不是在建立一个新的教条。休息一下吧。

(10:45 休息。珍解离如常。她说，今天晚上某件事情惹赛斯生气；她认为一定是和我们收到美国心灵协会的信后，我们的态度和所持的评论有关。



吉姆说，当课程开始时，他感觉到强烈的寒意，休息时，他仍然感觉到些微的寒意。当珍再次开始传述时，她的声音仍和以前一样有力、一样加强语气。(10:50 继续。)

鲁柏说的很对。今晚稍早时，我发现你们两个的态度极端地自以为是。你们很轻易地就责怪别人没有你们迄今为止所获得的知识，却忘了选择谁来接收这个知识，与我大有关系。形势和时间以及你们自身能力的成长都与此有关。虽然我并非十足的谦虚，但你们也实在是太践了吧。

你们毕竟不是自动被赋予宇宙知识的天之骄子，其余在挣扎中的人类，不该被当成低能儿对待，无论他们是否低能。

(珍虽然在笑着，却一拳击在桌上。)



这一切都涉及到训练。它涉及到纪律，然后还有自由。洛克人格中固有的审美天性，将使他能够很好地遵循。让他也把我关于谦逊的布道放在心上。马克则可以免了。他的人格需要所有能得到的培训。

灵性的傲慢是每一个修行者要注意的问题。知见与心智相对成熟的前辈需要保持更多的谦卑。还记得赛斯毕业的课题吧——学会尊重愚蠢的人。

是啊，谁没有稚嫩过呢？不管自己次第、身份、见识有多了不起、修行多久了，如果不能消弭掉自我的傲慢，最后的道心还是不能达成无漏智慧。

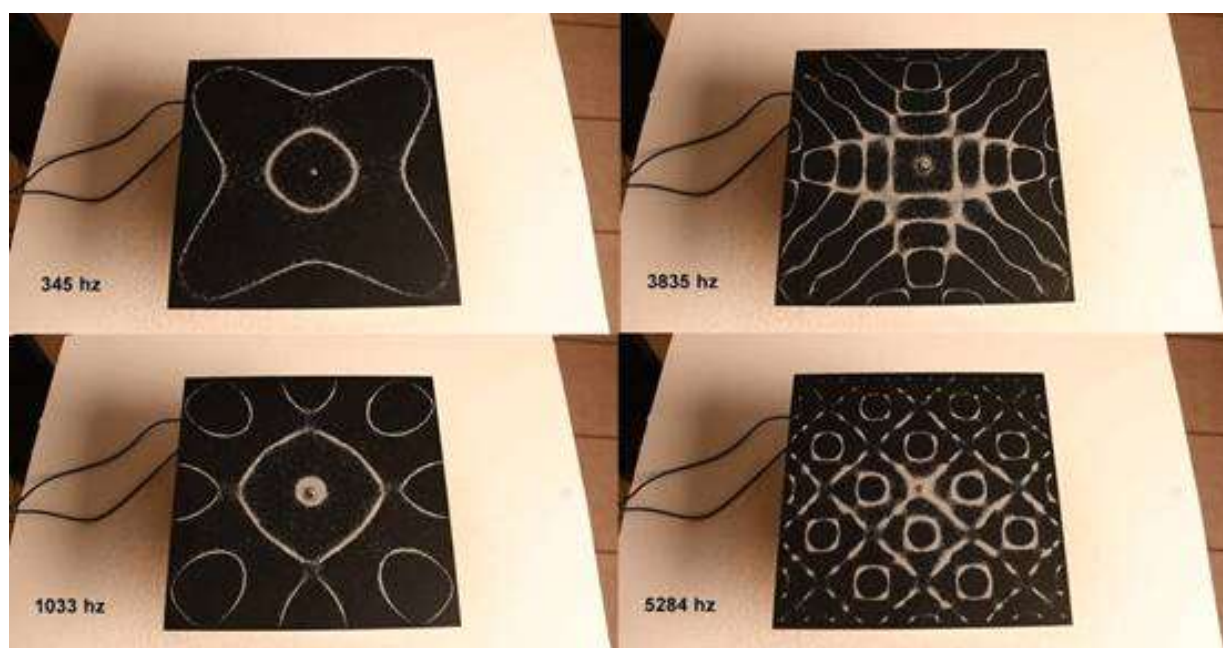
不管是学习赛斯资料还是见习灵性，哪怕是天眼、天耳等神通聚齐了，自己也要牢记并保持住谦卑的、平等的、宽容的心态，不要造神，也不要当神，更不用去捍卫什么。那样会失去自我内在的流动性，也阻碍了他人的成长。别把自己挂在高处当偶像或成为新宗教的打手，永远记住真理就在你我的意识深处，而非某一处、某一人那里。你可以孜孜不倦地去求知、去践行、去历经与遭遇各种说法，但第一不要因为盛名就盲从，第二不要因为偏执就守旧。尽量多地去了解，尽量少地去评断，最好不要上来就拒绝。

早年间我看国内的相亲节目，男嘉宾上台没说两句话，一半灯就灭了；第一段小视频背景介绍还没展开，留灯的不到一两个人了。这些女孩子心高气傲、目中无人、自以为是，不给别人机会，也葬送了自己的机会。好像急于表达观点就能看上去更聪明些一样，其实呵呵。成熟带来足够的城府，有容乃大。



(应该记得，马克是赛斯给比尔存有的名字。)

我曾经说过，宇宙，即内在宇宙，确实在膨胀，但不是在空间膨胀。为了洛克能明白，想法、理论、计划和能力都会扩张，但不会占用更多的空间。内在宇宙也是如此，但空间只是一种伪装，对你暂时有用，透过精神酵素来构建，下意识地，只在弹指之间。



在相同空间内，频率越高，形成的纹理就会越复杂。上图只是二维平面上的纹理变化，在三维或高维的立体里，这样的变化会成指数级递增。这些还是相上的变化，而形而上的观念的、理论的复杂性变化就更多样了。我们现在感知到的、能理解的、可勘测的空间不过是由意识焦点在观察物相帧时，依据观察速度带来的时间感造就的感知假相。这伪装是使用精神酵素构建出来的，构建出这伪装世界的速度远超我们可探察与感知的上限。就好像你看电影时不会发觉那只是 24 张定格画片的依次闪现，而那画片也不是真的就在大屏幕上，所见的一切不过是光影的反射而已。

在这个伪装的背后，存在真正的实相。我已经暗示了要尝试的实验，我们将进入这些实验。通过使用年龄回溯（age regression）和催眠，通过努力和纪律，你将能够证明轮回的存在。记录将会被发现。

催眠，充其量也只是一个差劲的工具。自己诱导的一种轻微出神状态，对于一个在这方面受过训练的人，就可以得到很好的结果。稍后我们再谈其他实验。正如我所说，所谓的太空旅行，主要是与载具分开，而心理时间的运用正是朝着这个方向迈出的第一步。

通过催眠让质疑者亲历自己的前世，在回溯中见证生生死死的剧本交替，可以有效地破除宗教与科学的迷信，让民众理解世界的本真。不过这种前世催眠并非意识觉醒的必经之路，甚至不是主要的功课内容，至多是一次随堂的化学物理实验，让好奇宝宝们见识一下被自己记忆屏蔽在外的实相一隅。

再次的，回溯催眠并非修习启蒙或进阶的必须，但通过禅修进入自我的心理时间却是启蒙与进阶的必须。能进入心理时间的人，才能说是一个入门者。开悟不是一道门槛的内外，而是一道长长的廊桥。而度己的最后一步就是度人，就像《已知的实相 I》中介绍过的，九种意识成熟度会对应九个意识“俱乐部”，而毕业前要攻读师范、学习与练习成为讲法人与知见通道，就是现在小赛斯的工作——一度化其它的自我意识分身。当自己在本意识层面中的所有意识面向、人格片段都毕业了，自己才算真的人格毕业，这个主人格才算完成了一个意识面向上的课题发展。



对于我们这个伪装层来说，没有什么真的太空或宇宙，我们所见的地球、太阳系、银河系、宇宙、所登陆的月球、火星、木星，都是自娱自乐的心理投影，和做梦娶媳妇、抱得美人归本质上没什么差别。在族类群体意识里其经历与记忆是真的发生了，也仅此而已。难不成三个人同时做了同一个梦，那梦就是真的了？

障碍是你们的。障碍是伪装。开发伪装载具来往伪装空间是很可笑的，其实只是你意识到，伪装就是伪装，障碍就消失了。在这方面我们还有更多的要谈。当你们了悟到你们所知的时间并不存在时，载具就变得没有必要了。



我们确实可以开发出各种载具，从牛车到高铁，从热气球到宇宙飞船，我们利用这些伪装载具提高在伪装世界里位移的速度。其实如果不研发这个技术物理位移分支，我们是更多地挖掘瞬移的。在出现切割工具前，我们是可以用意识通过修改显化去分割与位移石头的；在语言和文字被拓展前，心灵感应与集体记忆是被充分利用的。当然我们现在玩得也很开心，而且很自豪。

当心理时间成为意识主流时，我们的文明就可以突破对时间的迷信。当时间的参数从物理科学的参考中被剔除后，物体逐格移动的概念就不再成立，而瞬移的可能被认知。这涉及到内卷的时间和外展的时间。虫洞并非我们想的那么运作，位移并不是靠自身的移动来达成瞬移的，而是在后台修改自我显像背景代码的四维坐标参数。然后下一帧直接显化在某维度、某位面、某时间、某位置上。

洛克，在他过去的一个存在中，关注的正是这样的问题。然而，他所身处的社会，当然是沉浸在自己的无知中，就像你们的社会，现在也沉浸在无知中一样。

我不打算上一节长课。这只是一个介绍，让我在此欢迎洛克加入这堂课。还会有更多的人加入，而且很多人看起来就像洛克一样，偶然进入到你们家。

人生中没有巧合，我们可以行使自由意识的范围，即多选题。有时四个选项的答案都是 A，而选择哪个是你的权利。对于灵界来说，当成就时必成就一直是一个标准答案。达成最终成就的一定是你，但未必是那一版你。对于灵界来说，它们从来不真的着急，因为时间只是一个虚数，在无尽的重复中，最笨的学生也能瞎猫碰到那死耗子。

我很高兴马克听进了我的建议。他会在附近都是老师的某个房间里找到他的画。



这个房间非常大。有活动的声音。这幅画我相信曾经在两面墙之间。附近某处有红色，也许在一块油布里。这幅画完好无损，不过我似乎看到左下角有两个小印痕。

如果你有这个想法，约瑟，你可以从下节课中扣掉今晚上课的时间。不过，我个人觉得它微不足道。

（“我从来没有想过要那样做”。）

总有一天晚上，我将会对很多人说话，他们全都认识我，而且其中很多彼此也认识。当鲁柏的能力成熟了，当他有朝一日终于能够忘记那了不起的自我时，我们将真正显示出一些迹象。我原本不喜欢浮夸的表演。然而，你们那尊贵的心灵协会让我觉得，我好像想给他们一个好的引导。

由于这是一节临时课，我就不再耽搁你们了，但我非常高兴，一是马克在前几天晚上终于来上课了，在知道这些课好几个月之后终于来了，二是因为洛克终于被吸引到这里来。补充一点，洛克，你第一次来的时候太早了。我当时还没准备好。

现在，在约瑟可怜的、疲惫的手累到掉下来之前，带着向来都有的遗憾之情，我将结束我们的短课。

（“你现在打算去干什么，赛斯？”）

你想套我的话。我不做任何你所谓的任何事，我的活动与你们自己的活动仅在非常轻微的程度平行。有一种你们不熟悉的“值的存在”与延伸的质量，还有一种我还无法让你们理解的脉动。

（“为什么在这节课开始之前，我的手有些肿大？”）

你们的猫咪知道，或者感觉到了我在这里。你感觉到了，所以你的手才会肿起来，那只是某个内在感官运作的一个征兆罢了。洛克一看到你的画就知道了。

（“那幅画对他有什么意义？”）



你画的这幅画，是你昨晚收到的心象的结果，我亲爱的朋友，这幅画代表了两件事。我建议大家先休息一下，然后我再来探讨这幅画的意义。

(11:15 休息。珍已经完全解离了。吉姆现在感觉舒服多了，他的寒意已经减弱；我的手也没事了；比尔有一张清单，上面大概有二十几个例子，他事先就知道珍会用什么系列的词来呈现某些想法。这些词组有三四个字长。

(比尔也很想知道，为什么他在自己的笔记中写下了吉姆曾经是一名僧侣，而赛斯却说吉姆在中世纪曾是一名修女。

(11:20 继续时，珍保持了强劲有力的声音。)

这幅画是由两个与洛克有关的图象构成的。在意识上你知道他要来，在你的内在视觉中，你看到了很多东西，并用它们组成一个图像。泪光盈盈的眼睛代表着他的眼睛常有的样子，审美的、慈悲的、不知所措的。然而，那张笑脸，代表的却是别的东西。它代表洛克整体的存有——



(这里，珍笑了，一再指着吉姆·贝卡特。与此同时，我感觉到我那熟悉的感觉，那种惊心动魄的声音刺痛感，开始在我的腿上形成。它并未变得更明显，但却持续了几分钟。)

——嘲笑，我必须说，是捧腹大笑，笑着自己人格的这种审美性质，常常把快乐和自由，以及在你们这个层面上的自然的乐趣拒之门外。

这里，我们看到了洛克的整体存有，开怀大笑，但也带着怜悯，因为在存有享受着这一切的同时，人格往往为了追求审美目的而背弃了很多东西。改天我们会更深入探讨这件事，但洛克认识到了这幅画，并

潜意识地看到了自己。在许多方面，他和马克的人格是相反的，但基本上，两者的存有又惊人的相似。

画像为名为“洛克”的存有之相貌图（玩家本尊的容貌）。他是一个悲天悯人、克己慈爱的老者。正在演绎吉姆的洛克人格片段，一眼就认出了自己的画像，虽然这与自己角色的容貌相差甚远。

这里要说的还有很多。即使到了当前此刻，洛克在这一生中也一直遵循着他的审美倾向。他选择了在相当恶劣的环境下出生，直到现在也没有做出什么真正的，或相当有效的尝试，只是半心半意地试图为自己现在的人格寻求更好的条件。他不是独生子，然而他却觉得自己是独生子。

在他的人格中，有一种强烈的保护自己的倾向。这部分是有益的，有一部分是由于他的恐惧。我希望他能参加定期课。他也曾经在美索不达米亚生活过。

洛克有一种近乎苦行僧般的信念，他选择体验贫瘠的多子女原生家庭和一个普通的社会身份，这没能给他带来足够有效的人生体验，它有一搭无一搭地在世间混日子。

洛克很怕沉迷在红尘中，它尽力保护着自己的人格状态，这种保护有时反而形成了近乎偏执的自我扭曲。自我意识的过度保护确实有效地让它没有迷失自我，但也让它不能有效地入世修行。不触发必要的经历，就无法获得必要的体验。

人的一生所发生的一切都有其必然性，这些在你出生前就已经被安排好了，而且你看过自己一生剧本的概要，你选择自己的主修与副科、



难度系数和达成后可获得的学分。你以这个身份来到这个世界，那说明一定有什么值得的事情在等着你展开。

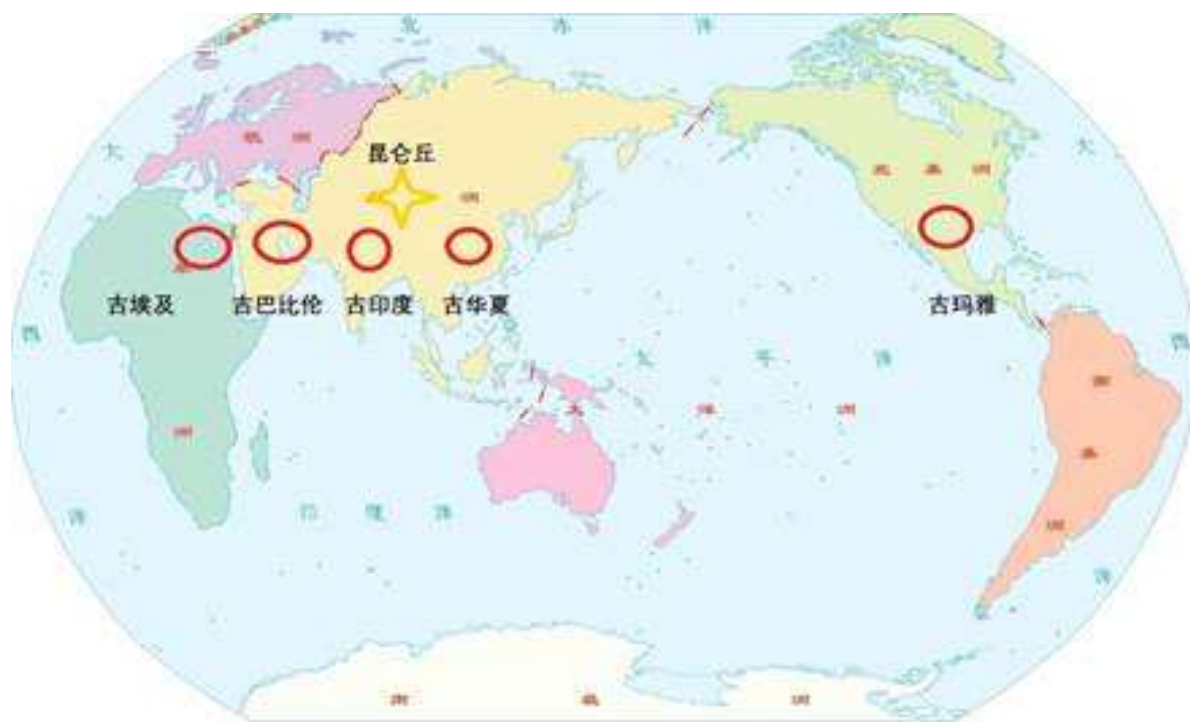
美索不达米亚文明：它大体位于现今的伊拉克，其存在时间从公元前 4000 年到公元前 2 世纪，是人类最早的文明。当地人公元前 4000 年就开始运用灌溉技术，公元前 2900 年左右形成成熟文字，设立亚述巴尼拔图书馆，拥有众多的城市及周围的农业社会。公元前 1754 年设立了《汉摩拉比法典》，健全司法体系。

它位于中东的两河流域，是与当地人格格不入的黑头发人建立的。这些黑头发人来自遥远的东方“昆仑”。



美索不达米亚文明当时拥有雕版与滚筒印刷术，可以用琉璃制造城市，其统治者为神。男神为鹰头羽翼，而女神为三指羽翼。神可以通过一种小巧的飞行器在大陆间穿行。同时代，古印度的神们在忙着用耀眼的死光和犹如太阳般明亮的火球彼此争夺空中的城市，中国的黄帝军队在昆仑十女巫的帮助下和土著的蚩尤军团抢夺着中原的控制权。十

女巫来自西王母，她手下有两只鸟人，号九天玄鸟（女）和三青鸟（男）。



马克把修女这个词当成了修道士，因为他认识洛克的时候，洛克还是个牧师，所以就用修道士代替了牧师。

探索的欲望，和创造的能力在你们所有人身上都很强烈，在其他将来到这里的人身上也是如此。你们以各种方式与灵性实相斗争；马克和洛克也参与了涉及女性的实际考量，就像先前鲁柏与她的沃尔特（注：珍的前夫）一样，还有你，约瑟，也一样牵涉其中。

你和鲁柏已经解决了这些问题。马克和洛克还得解决他们的问题。出于礼貌，我建议你们休息一下，或结束这一节课，随你们的意愿。与往常一样，当我说要结束课程时，我总是觉得很难做到。

珍是婚内出轨、确定关系后和老公摊牌离婚的。第一段婚姻持续了三年，因为自己的老公毫无灵性觉悟，无法促进与辅助自己达成最后阶段的质变。当然这一切都是命运安排好的，不过对于珍来说这是一次考验——是否有勇气跨出这一步，涉及到她自由意识的选择。我们都

知道珍与罗走过不下十余个不同版本的人生，还有很多版本根本就不能相遇，各自错过了。换句话说珍的前夫也被送了十多次好人卡。当然有的珍没能离开他，一辈子也就生孩子去了。

在这里赛斯暗示了马克和洛克也在参与涉及女性的实际考量，就像先前鲁柏与珍的前夫一样。怎么个“一样”呢？演绎罗的约瑟干了什么？第三者插足，横刀夺爱，为了灵魂觉醒组建心灵属性的家庭，而脱离开世俗的婚姻。看来马克和洛克也都面临着怎么能发现找到自己的灵性伴侣，并顺利组建属灵的家庭，共同相互促进认知经验的成长。

找一个异性相爱结婚并不难，但找到一个心意相通、心灵共鸣、琴瑟相惜的伴侣真的不容易。但每一个人其实在出生前就为自己准备好了这样的一个人，他其实也在时间线的特定站点上等着你。但如果你过早地把自己交托了出去，当你遇到自己的真命天子时，就会出现严重的内心挣扎，尤其是那些早早就要了孩子的。

很多女孩怕自己被剩下，“只要他经济条件不错，还对我好就嫁了”。嫁了就要给人家传宗接代，然后真命天子就在该出现的时候出现了，可自己还有追求幸福与灵性解放的资格吗？孩子怎么办？

（“好吧，那我们周一见，赛斯”。

（11:40 结束。珍解离如常。比尔接收到她还没有说出来的一句话，9 个字。他把他的笔记给了我，让我放入记录。吉姆说，关于他自己的个人信息是正确的，虽然珍和我在几个月前短暂的见过他几次，但我们对这些事情都一无所知。



(比尔宣称,有了赛斯在这一节和上一节针对那幅画失踪的信息,他打算地毯式的搜索这个区域的学校,试图把它找出来。

(既然我的手部现象已经消失了,我很好奇地把我现在的手指和比尔之前做的测量结果做了比对,右手食指的周长大约是 $2 \frac{7}{16}$ 英吋。右手食指的周长与之前的差不多-- $2 \frac{7}{16}$ "。我的第二根手指,也就是我感觉最强烈的地方,当时的尺寸是 $217/32$ ",现在的周长是 $215/32$ ",缩了 $1/16$ 英吋。

(下面的资料列入此处,是因为在第 48 节课会详细谈论。

(今天晚上,周一,1964年4月27日,我有一次很奇特的经历。

(晚上 8:30,珍和我在 9 点的课开始之前,尝试了心理时间。珍躺在客厅的沙发上,我躺在工作室旁边房间的床上。外面刚刚天黑,非常安静祥和。

(我躺在那里,没有特别去想什么事情;我告诉自己,我感觉很轻,很放松。因为我是第一次在这些实验中使用"轻(light)"这个词,[在珍的尝试之后,我心里有一种和悬浮有关的模糊概念],我还告诉自己我不害怕。我重覆了几遍这几个词,但我并不相信自己进入了一种出神状态中,不过当时我事先提醒过自己,只要我想,我随时都可以从这种状态中挣脱出来。

(我试着保持一种自然愉快的等待状态好一会儿,但没有结果。然后,一个经验发生了,再一次,虽然它明确的持续了一段时间,但还是在有意识理解到发生了什么事之前就结束了。和 1964年4月23日我经历的那两次心象经验一样。



（这一次，我发现自己站在纽约市一栋办公楼的门口。我不知道它在几楼，只知道它至少在几层楼上。那是一间我从未去过的办公室，但隔壁那间，我和珍住在新泽西州特纳夫莱镇，我在纽约市做特约画家的时候，倒是偶尔会去。那栋大楼可能是第 57 街卡内基音乐厅的办公大楼，或者是靠近卡内基音乐厅的一栋大楼。我不记得门牌号码。我在 1955 年左右曾偶尔为出版商查尔斯·比罗工作，我现在不知道他是否还在那里，也不知道他现在怎么样，后来没有见过他。



（我记得，查尔斯·比罗的办公室是在一个走廊尽头，我今晚去的这个不知名的办公室的门就在它隔壁。今晚，我站在那扇敞开的办公室门内。我的左边是一扇竖直设计的窄窗，窗框不是铝制就是不锈钢。从这扇也许只有两英尺宽的窗户望出去，我可以看到一个闪亮的铝制或钢制护栏，这样，即使一个人从这个窗口跳下或掉下去，在十英尺下方也有一个石砌的安全护栏。当时是白天。

（我朝着窗户看过去，看见一个女孩。她正想打开那扇窗户，我相信它的设计是向内拉开，可能分为上下两截。

（女孩背对着我。她有一头黑亮的长发，身材相当纤细而匀称，身穿无袖的黄色丝质短衫，闪烁着彩虹般的亮点，似乎在微风中飘荡。回

想起来，我相信上半扇窗户是开着的，我似乎记得看到女孩的左手垂在关着的下半扇窗户的上沿。

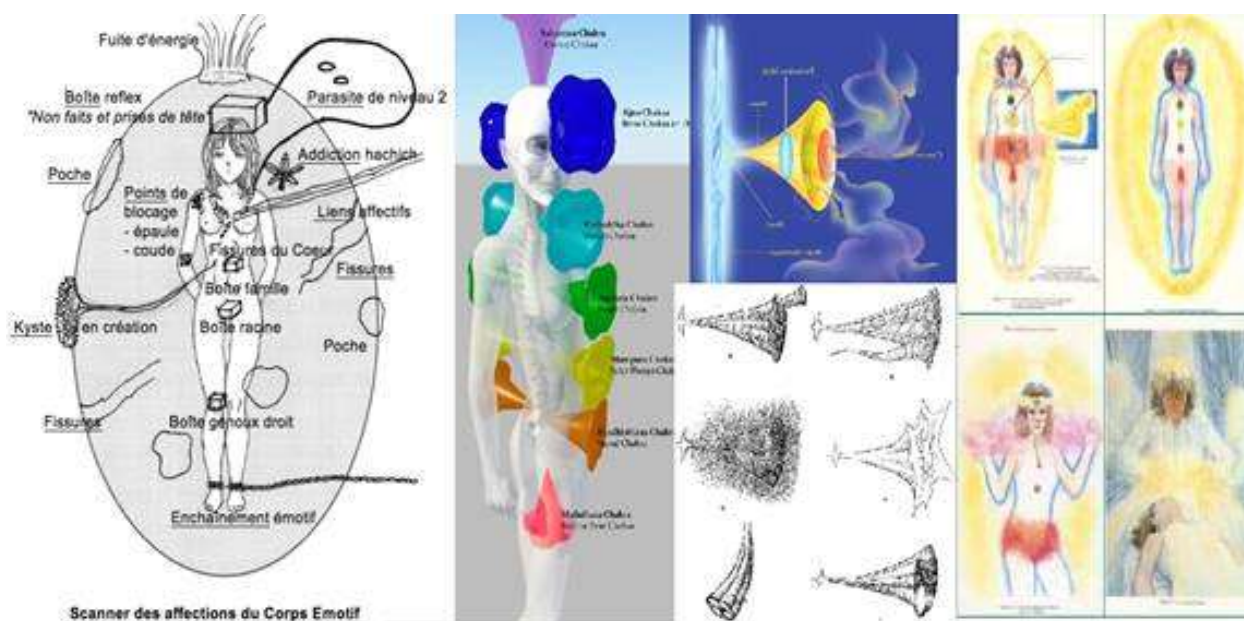
（女孩在费力想打开窗户。她没有看到我，我也没有和她说话。也从来没有想过要和她说话。

（我心里倒是自己想着：“哦，她打不开那扇窗，但我可以帮她打开。不仅如此，我只要站在这里就能用念力（ mental power）做到这一点。她一定会感到惊讶”。我真实的想法可能非常接近这个对话。

意识出体时，是可以以魂体的状态瞬移到整个宇宙中任何地点的，并真切地观察甚至参与到“当地”的实相互动中。但需要注意的是，这样的瞬移如果没有一个特定的意识锚定物作为参考坐标，你所抵达的地点不会有错，但时代与维度层面未必是自己当下所在的这个领域。虽然可以是极其接近的，也是可以有差异的。这串行的概率远比不串行的概率要大，毕竟是随机的大概率坍塌探索。意识调频很难，而意识再聚焦则更难。

在意识出体的过程中，意识体是无法被物理伤害的，但可以被强大的电磁波或念力攻击伤害。这伤害会随着意识返回本体，真实比例地反馈给载具我承受与感受。这类伤害一般不会造成器质性病变，但患者会明确地感受到真切的症状。这些症状不能经由药物得到缓解，必须清理自己的乙太、矫正脉轮的工作状态，本体才能修复自身场域的完整性。





（然而，我一直没有离开我的位置，就在敞开的办公室门口，我没有看到任何人，也不记得办公室本身的其他情况。我看着女孩费力地想打开窗，看了好几秒钟，时间长到足以让这个心象持续了一段明确、可测量的时间。我从来没有为她打开过窗户。

（然后，我"来到"床上，坐起来，一看，时间是 **8:45**。在看那个女孩的时候，我没有躺在床上的感觉，也没有任何记忆和意识。我立即走进客厅，向珍描述这一段经历。）

第 48 节 出体旅行，死亡感觉

前情摘要：

在上一节中，我们一起认识了一名来自美索不达米亚文明的老灵魂“洛克”，它现在正在演绎一名叫做“吉姆”的电视修理工。赛斯说它曾多次演绎女性角色，不是祭司就是修女，所以为人慈悲又自律。这样的性格让它生活在世俗中时不会犯大错，也拿不到带学分的课题，所以属于瞎耽误工夫的纯混。

它本次与马克一样要经历女人这一课题。马克第一生得罪了自己的胖老婆，现在搞成了妈，25 岁的自己还被妈宝着天天虐。第二世当了仨孩子的妈锻炼耐心和付出。第三世演锵锵三人行，给赛斯当水手，结果与鲁柏、约瑟争同一个女人，还大打出手落了个乌眼青。现在想想三人都是备胎舔狗的命。

这个洛克要和约瑟一样，打破自我内在律法，主动踊跃地去与异性接触，这样它才能突破自己僵化陈腐的状态，放飞自我内心。这样的人生功课是其持续自我压抑后形成的对等体验。真理是不包含扭曲的，人格需是开放性的。不可过度的骄傲，也不可过度的自限，忘我的张狂与故步自封的谨慎都会阻碍灵魂的生长。



第 48 节 出体旅行，死亡感觉

1964 年 4 月 27 日 星期一 晚上 9 点 按指示

（下午 4:45，当珍在厨房准备晚餐，而我正在和她聊天时，我经历了那现在我已很熟悉的右手增大的感觉。它集中在我的手掌，以及食指和中指之间。我立刻想到，这可能是一种内在感官，告诉我赛斯就在附近。

（几分钟后，我想到了再去测量一下手指的周长，就像在第 47 节课之前与比尔·麦克唐纳做的一样。到了 4:50 分，感觉已经消退了一点，但我对中指的测量结果是 2 1/2” 吋。一个小时后，中指的周长缩小了一点，为 2 15/32” 。我觉得如果在一开始就进行测量的话，可能会有更大的差距。

（6:30，在接下来的一个多小时里，我注意到了许多我熟悉的刺痛或刺激的感觉；它最后集中在我耳朵的后方。

（8:30，我和珍尝试了心理时间。珍没有注意到任何情况；我获得了上面详细介绍的结果。

（到了 8:50，珍像往常一样紧张。威利睡在沙发上。我准备了小纸条，如果有必要的话，可以检查珍手指的围度。珍在 9 点开始传述，声音低沉、柔和，眼睛像往常一样漆黑，步伐缓慢。）

晚安。

（“晚安，赛斯”。）

在我们那天晚上的即兴课程之后，我不知道你们今晚会不会等我，因为还要多打那么多的字。

（“我的打字全部完成了”。）



恭喜。我本来打算让你们今晚休息的；不管怎样，我们会有一堂短课。当然，除非你们想放一个晚上的假，这也是你们应得的。

（“不用，我们没事”。）

今晚令人非常愉快，在一个晚上有两个见证人之后，似乎今晚是一节很亲密又安静的课。

你今天晚上的经验代表一种出体旅行，我向你表示祝贺。随着时间的推移，对于这类的旅行，你将能保持更持久。我们才刚刚起步。

在这类的情况中，当持久性可以维持住的时候，无论如何都要尝试跟任何你遇到的人说话，就像在这个例子里，你看到窗边的女孩一样；还可以让他们写信到你们家的地址来。

当利用内在意识进行出体旅行时，出体的意识可以对物理的世界作出物理改变，也可以对其它人耳语。当然对于不明所以的人来说这种体验就是闹鬼，并不好玩。不过这是一个很好地验证——自己确实不是在自我的幻觉中游历梦境。有个美国的出体者经常去女儿的大学宿舍查岗，搞得女儿很紧张。一个日本的出体者则返回数百年前的寺庙中，在柱子上写下自己的名字，用来验证自己行为对历史是否真的能带来改变。

（这种简单的权宜之计，我当然没有想到。但赛斯一提，它们似乎就再明显不过了。我已经踏上一个出体旅行这个事实，令我非常惊讶；我完全没有想到我的经历是这样的。）

（“为什么我没看到女孩的脸？”）



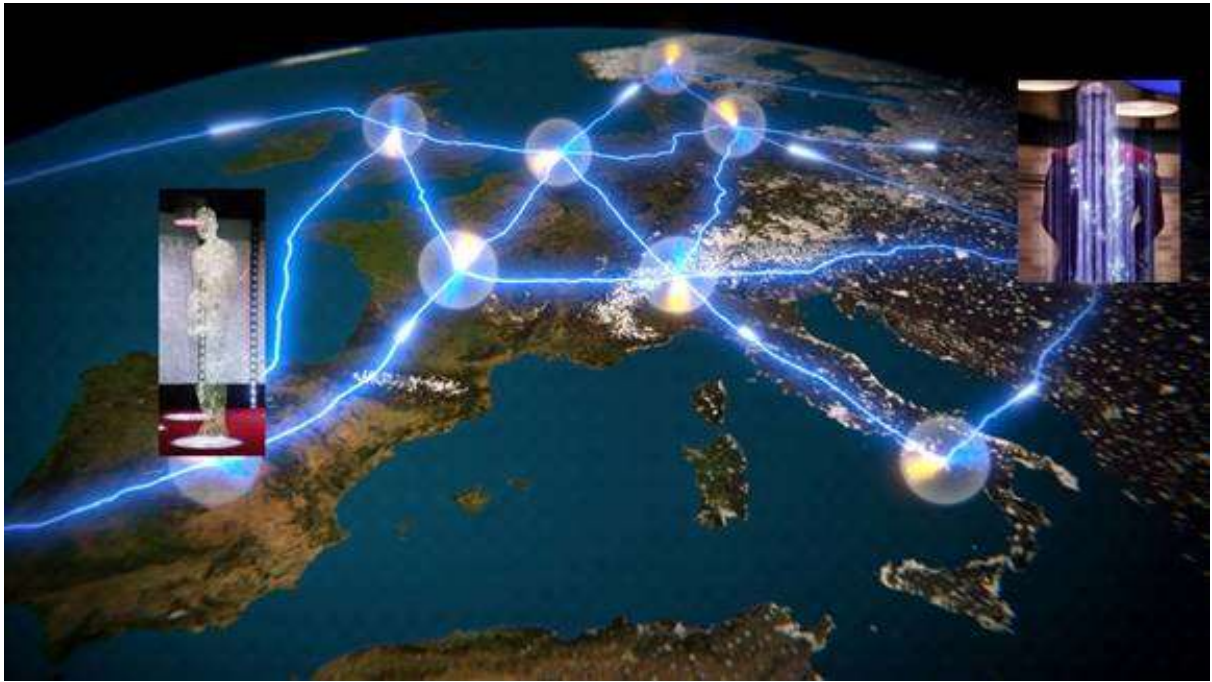
这将需要时间，在你能够保持这样的经验足够长的时间后，就会进行这种接触，但如果可能的话，请提供自己的姓名和地址，也请你遇到的人给你写信。这当然有助于真实性。

人脸是一个很有意思的伪装物。脸存在着很大的角色可塑性，角色在历史剧中是相对固定的，但脸是会随着内在演员的不同而不同的。多数 NPC 是不需要生成脸的，就好像你在梦里，走过喧嚣的街道时，你知道满街都是“人”，可是他们都没有脸。这没有脸倒不是真的没有脸，只是不生成有可识别特征的具体的脸。很有点儿像动漫中的路人们，具有轮廓，但不具备特征。



你看到女孩的后脑袋，因为女孩背对着你站着。如果你当时能和她说话，她很可能会转过身来。你看到女孩的时候，你的身体是否有组合成形，我不知道。这里面有很多复杂的因素。你自己的本质一定要先到，这是当然的。有很多不同方式来开展这类出体旅行。

这里很隐晦地提到了以意识焦点为轴心的实体瞬移，是如何不借助任何高科技仪器而达成的。一边自我角色消融神隐，另一边则聚化显形。



在有些例子中，身体保持在原来的位置上，而人格本质（personality-essence）则穿越伪装的空间和时间。也就是说，人格本质意识到空间和时间只是伪装，因此可以自由地做出相应的行为。



我们都知道，照片靠 P 图就可以轻易地保留人物而快速地置换一个又一个的背景。其实瞬移的道理与此非常地近似：被人格焦点关注着的焦点人物没有发生真实的解离与再聚合，而所处伪装背景的所谓实相，却变换了后台坐标显像的地址。如果你认为这个世界是真实的话，这将是很难理解的。

这很像是谷歌街景的功能，你输入一个地址，然后把代表自己的小人丢入街景里，你瞬间就已经在那里了，还能来回走动与实时观察。只是我们今天的技术还不能实时更新这些景象。不过话说回来，今天的我们其实也是生活在历史资料中，和看几年前的谷歌地图是一个道理。

在这个人格本质出体旅行的例子里，任何接触都是心灵感应，一个可能的观察者，仅用外在感官是什么都看不到的。

（“这样的事件，难道不会吓着观察者或接收者吗？”）

在刚才提到的情况，不会。另一种方法就有些复杂了，涉及到能量的扩散，部分可见的次伪装身体出现在一个新的地点，而原本的身体还在其原来的位置。

在这种情况下，床上的身体清晰可见，而另一个相同的身体，会出现在人格本质旅行到的新地点。在这种情况下，一个可能的观察者，会看到似乎是一个普通的身体存在（physical being）。

然后可以进行对话。这里的物质化程度有等级变化，因为，次伪装身体，根据旅行者的能力，可以在各方面看起来完全正常，或者不那么正常。

瞬移发生时，会有几种不同的可能性发生。





我们称出发地的载具我为“人格本质”，而显像地的此生幻影为“次伪装身体”，而目睹这一过程的目击证人为“观察者”。那么瞬移发生时，会有三种可能性发生：

- 1、本地留下全然的皮囊，而显像地只出现一个肉眼不可见的“次伪装身体”。
- 2、本地留下 60%的皮囊，而显像地出现 40%的“次伪装身体”。
- 3、本地留下一个肉眼不可见的皮囊，显像地出现全然的“次伪装身体”。



角色瞬移双地同时显像的核心技术，不是在生成一个平行自我，而是有点儿像制作中国古代名家宣纸画伪真迹的方法。我们都知道，好的宣纸是草木纤维的复合纸，为增加其韧度。画家或书法家的艺术作品，墨迹可力透纸背。造伪的行家就用这一特点动脑筋，用特殊的技法把多层复合宣纸层层解离开，每一层都包含真迹的韵味和构图线条，然后重新装裱。这样一幅真迹就变成了三幅。每一幅虽然都稀薄了一些，但还是原汁原味，并非仿造品。



人眼识别物体有一个最小分辨率，所以系统利用这一漏洞，抽离角色，生成两个。但抽离使用间隔技术，这样虽然解析率是降低了，但人眼无法识别出高质量复刻体与本体的差别，而其两个都拥有对话、行动、物理参与的特效。

你今晚做得很好。

（“你能告诉我们，关于我看见的那个女孩的情况吗？”）

女孩只是一个秘书，站在窗边，正要去另一间办公室。

（“办公室的地点我搞对了吗？”）

是的。

每次练习运用心理时间，你都会增加自己的能力，虽然效果不一定立竿见影。这里涉及到条件问题，就像其他任何事情一样，但这代表了你这为止的最高点之一，我确信你会进步。你在这方面表现出了很好的能力，也有做实验的内在意愿，这将使你处于非常有利的地位。

心理时间是赛斯提出的一个专属名词。对于我们来说，更熟悉的一个与它对应的名词是“三摩地”。Samādhi，又译“三昧”、“三摩提”，那不是个什么地方，而是一种心理状态，意指专注于所缘境，而进入心不散乱的状态。这不是守顽空，而是一种临在、观觉的专注状态，心神不被头脑的意马所累，让自己安住在大白象上。



（“是否有可能挑选我要去的地方？”）。

可以选择自己要去的的地方。你现在是否能实现这种有明确目标的拜访，我不知道。不过，你当然可以试试。你的进展超过我的想象，所以这种目标明确的拜访，有可能在你目前的能力范畴之内。每一次有这种情况的时候，可能的话，尽量建立某种联系，但如果不能马上实现，也不要灰心。

你的能力，还有鲁柏的能力，当然一定各有不同，这很正常，有可能你在这方面天赋极高。

每个人修习灵性的时候，各自都有自己的特长。这些特长往往是不同的，很少有全才的出现。无意识书写，一是遥视天眼通、二是天耳通、三是他心通、四是宿命通、五是神足通瞬移。五通可以努力尝试，但不要强求，也不要在这上面花费太多的功夫。这些能力确实可以人前显贵，但也是修行的迟坠。用不好就会让自己迷入机巧之事，被名利困住，被别有用心之人纠缠上，造出种种涟漪烦恼。

我建议你们休息一下。

细雨社

(9:27 休息。珍相当解离。以上资料让我们怀疑，我看到的女孩和狗的心象是否也是一种出体。我们在心里记下了，如果赛斯自己没提出这个话题，就去问他。

(珍 9:31 以平静的声音继续传述。)

在这样的实验中，当你试图进行有目的访问时，当然要选择你熟悉而且关系融洽的人，这样，如果你完全具体化，他们才认得出你这位朋友，并遵循你能够给他们的任何指示。即使你完全无法给他们任何指示，如果你物质化了，他们当然会认出你，并写信给你。这是一个值得注意的要点。

还记得第 11 课对着镜子做第一次通灵见证吗？赛斯直接从异维度传输瞬移过来一个吓人的生物，好在没有让它实体化，不然美国就有热闹了。很多修真小说都写御剑飞行或骑着扫把飞，这是给普通人的一种



心理安慰——修行者也是需要遵循物理规律的，是可防御的。其实得道者都是瞬移的。

有典籍记载，在中东 1187 年的哈丁战役中，天主教防御的耶路撒冷曾经使用过一名高级女祭司，企图对伊斯兰军司令阿尤布苏丹萨拉丁进行暗杀。为验证那女祭司的能力，做了两次测试：第一次考验让她瞬移到重兵把守的密室里，带回一串葡萄；第二次考验要她去到一个她都不知道在哪儿的地牢中，并带回一名死囚的心脏。她一个闪现拿回了心脏，心脏还在跳。而过了一盏茶的时间，地牢守卫才气喘吁吁地跑来报信：囚犯死了，身上没有任何伤口。医官发现，死囚的心脏凭空消失了！

她被委派在大战前夜去刺杀对方统帅，可惜她的行动失败了。原因也很简单：世界性历史大剧情不容更改。

将来，要记住仍有另一种可能，那就是在你旅行过的地点捡一件物品，并把它带回来作为证明。这一点极为困难，但也绝非不可能。

这一技术现在被大国广泛应用在绝密情报获取，虽然各国都极力否认超自然科学的广泛攻防应用，但这样成建制的正规国家级别的机构是存在的。一边否认辟谣，一边广泛应用。

这些事情之所以不常做，是因为人格本质发现自己无法放弃伪装时空的信念。你必须深深地相信，这样的壮举不尽可能，而且你能做到；然后你还必须训练自己，完善自己的能力。



信则有在多数时候看上去是很唯心论的一种说法，我来说说我在临床上看到的情况给大家一个借鉴。我们都知道人体外有一层蚕茧样的能量场场域笼罩呵护着自己现有的频率场状态。当患者与医生互动时可以发现：患者要是信赖医生，会表现出上半身前倾，努力打开自己的气场，接纳医生中正平衡的意识频率，就好像清泉流入泥潭；而如果患者不信赖医生，他会上半身保持距离感，双手交叉在胸前，气场完全闭合。这样的患者预后一般都很糟，治疗收效甚微。

一个人嘴上说什么、脑子里想什么不重要，重要的是你心里到底是否真的全然接纳、毫无质疑。内心与头脑两种不同信念的碰撞会相互抵消彼此的做功，因为心口不一，而让“试试”变成白搭。

我们的科学解决了多数大概率可重复的事情，可是小概率事件不是没有发生的可能性，而是促使其发生的要素很苛刻，并超出我们现有的认知水平和普通的观察能力。没有什么是不可能的，只是多数人还不知道怎么能有效地达成。

失败的原因可能在于其中任何一方面。在这种壮举能够被很好的执行，以获得科学的证明，并明确到足以被接受之前，一种你可能称之为逻辑的暂停是必要的。你必须在情绪和灵性上有一个飞跃，然后你就可以向后看，看到你的连接桥梁。

任何超自然的超越行为，其前提都是必须让自己那充满“科学”质疑论的脑子先闭嘴一会儿，然后通过实践，用事实去啪啪打脸。如果你抱着试一试的心态去尝试，那结果必然是失败。就好像走钢丝的时候，



你要是觉得我走这玩意必定会掉下去，我就不是这块料，但我愿意试试——你一定会掉下去。

然后，你就可以把这些指给别人看。这一点极为重要。总要有先驱者。会有一些层次和变化，你会发现极为有趣。如果在这样的旅行中，你发现自己在一个陌生的地方，那么就寻找标志或地标。起初，这独特的经历常常会让你忘记。然而，对一个你从未去过的外邦城市的准确描述，当然是非常宝贵的。

如果你听到人们说话，记得要听他们在讨论什么，用什么语言。现在，我说的是可能性，而不是立即的可能性。不过，看似穿越时间以及空间的旅行，也不是完全不可能。我说“似乎”是因为这种旅行真的和运输本身没有什么关系。

一个发展灵性的文明对于多数物理科学是没有丝毫兴趣的。一个可以保持心灵感应的文明会去发明电话吗？一个有内在感知、可以记忆全城道路的人会依赖 GPS 吗？一个可以瞬移的物种会想着发明汽车吗？在我们鼓吹自己现今的时候，其实我们在逆向进化。我们越来越不相信自己而过度依赖外力，甚至到最后把自己的骨骼、心脏都换成机器的，恨不得把脑子都装上集成电路片。人工智能机器人、生化改良版人体、半生化机器人，我们当代科学追求的东西到底都是些什么？

心灵被唯物论彻底印封出科学的殿堂，而掌握人类大方向的决策层对灵性、灵魂知道多少？这就像濒临坠毁的宇宙飞船，每个人各自去寻找自己的救生舱，自己度化自己，让自己的意识频率、认知水平，带着自己进入其它的实相地球。

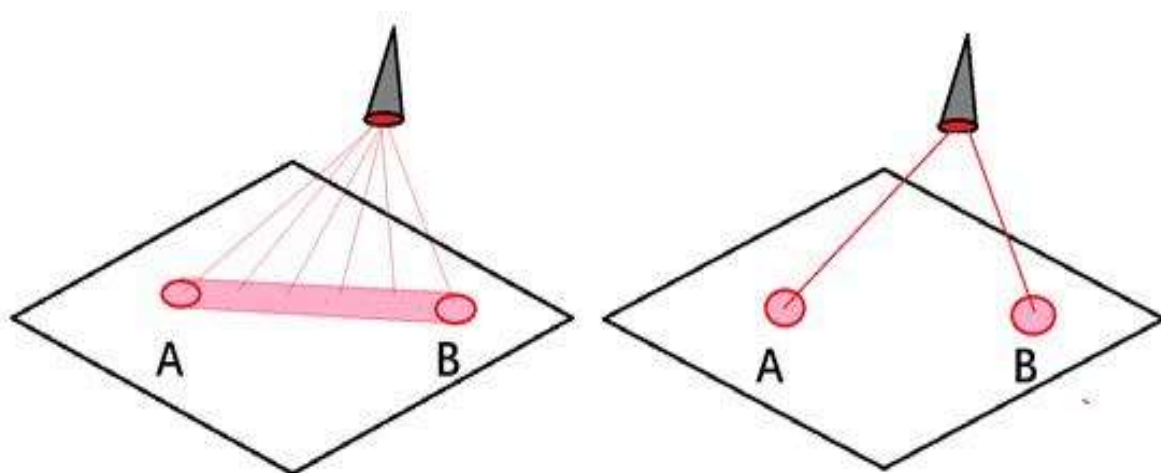


我们的任务不是拯救某一个位面上的某一版地球文明，这些不同层次的文明同时存在着。你要做的只是决定自己要生活在哪一个文明导向与水平中、搭乘哪一条流向的滚梯、去往哪一个自己渴望经历的未来。所有的各种未来都是真实的，都发生过，都在发生着，都即将再次被真切地体验。

由于空间和时间都是伪装，那么说穿越它们基本上是无意义的。这里涉及的是能量的转换，在你们层面上是人格本质的延伸，它允许感知的延伸。我以后会把这说得更清楚。

运输只是表面的。基本上，就你们层面而言，身体确实会出现在一个新的位置，但它并不是像一个交通工具那样在两个点之间移动。而是有一个能量转换，从一个位置同时到另一个位置。

你们所知道的时间，这元素在这里根本被忽略了。对你来说，运用内在感官，从埃尔迈拉到纽约的旅程不需要时间。你只是在不同的维度上操作。



我们常规理解，一束光的着光点从 A 改变到 B，要走过 A 到 B 间的 A1、A2、A3、A4 这些两点间的连线渐变完成；可对于灵界来说，这个游

戏并不是这样玩的。它们可以在后台程序里把光斑原本的显化坐标 A 直接改成 B，然后下一秒光斑就在 B 上出现了，不需要任何物质传输或渐进式移动。

心理时间，我常说，非常接近我的存在所处的气候，你们也存在于其中，但却是无意识的。对心理时间的体验，以及对它的不断熟悉，将比语言更能告诉你所有存在的基本实相。

再一次，我们要强调，学会进入与利用心理时间。我们的本体其实都在第五维空间里，只是我们的意识聚焦被自己投放入了这个故事体系里，并沉迷在这个系统的框架里。

在《骇客帝国》一里，身中数枪的主角死而复活，是因为他在那一刻觉悟到，矩阵中的那个角色我、载具我，都是数字投影生成的；如果我不把它当成我，不当真，就没有什么能透过它来伤害到这个坐在飞船里的我。换句话说，游戏里的伤害是无法伤到我本体的，如果我不允许的话。如果我本体是不死的，那个角色我和光影我也就是不死的，所以他原地满血复活了，还能手撕鬼子，成为觉醒后的救世主。进入心理时间后，不但能躲子弹，甚至可以改写物理法则，从被程序左右的人物变成了程序员。可以飞天遁地、高速打斗，看见一切代码背后的秘密。

死亡，一开始，感觉像心理时间。在完全自由进入之前，有一段时期你还保留着伪装时间的概念，在熟悉状况之前，还有一小段空白。



心理时间的运用会让死亡的经历不那么可怕。到时候，你们已经学会认识到什么是广阔的现在，而有意识的自我也不会因为突如其来的感知而那么困惑和迷茫。

就在经历死亡之前，无时间性或广阔的现在开始被感知。正是因为自我与它的过去绑在一起，所以它看到过去似乎历历在目。它有能力看到即将发生的事情，可以这么说，但是当受惊的自我仍在控制中时，它选择只看到可能理解的那部分，在死亡之前，它通常选择躲在过去。

没有意外，对于灵体来说它生活在同时性中，没有所谓的未知的无常或意外可言，没有一个死亡的发生没有经由灵魂首肯。但请注意这与角色我或载具我无关。除非自杀，头脑是有参与，其它的时候角色我永远不想退场。

在死亡前灵魂已经决定撤离或拿到了剧本，下一集里没有自己这个角色的戏码。灵魂对所谓要发生的事在电视剧开拍前就已经心知肚明。通俗地说，你还没出生就知道自己会怎么死去与何时死去。当然这只是理想状态下的预设，而宿命不是一条抛物线，而是一个矩阵的多元合集，里边充满了各种 B 计划。

当角色不能完成自己的人生蓝图时，会提前退场，这样不但节省生命能，还能尽快重新来过。一个角色是可以演无数遍的，就好像一个镜头可以拍摄 N 多遍，导演才满意。角色始终都是这一个，可被拍摄出来的平行故事情节废片是整片的百倍长度。





人死后，如果平日里没有灵性修为的人会很迷茫，尤其是宗教和科学教的信徒——说好的天堂地狱呢？说好的一了百了呢？肉身我躺在那里，我却飘在这里。他们哭嚎得真可笑，我就在这里啊！你们能不能安静会儿，让我说句话？你们的脑子跟蛤蟆坑似的，我的“心声”都被遮蔽了。

鬼魂会好奇他挂念的地方与亲朋，结果瞬移就发生了。它能看到、听到、感觉到我们的一切，可以穿墙过户、飞行、行走，甚至可以坐车、坐飞机等。只要它认为自己能做到的就能做到。有些鬼魂会如此开心地玩一段时间。然后发现，对于它来说，钟表时间和日历时间都没有什么约束力，一天昼夜的改变渐趋模糊，它可以瞬移到另一个时区达成日，不过如此轻而易举。

当然更多的鬼魂没有这样活泼：它们会惊愕于死亡，可以重新步入舞台，担心各种后世，直到许久后才能明白这个地球离开谁都照样转。七七只是一个相对靠谱的说法，鬼魂一般看着自己的丧事做完也就踏实了，这仪式让死者与生者都有一个明确的记忆认知，以免记忆混淆。

这时接引灵会来引导亡灵回到中间层休整。滞留灵可以凭借自由意识就是不走，原因很多样，比如怕死——是的，鬼比人怕死；比如怕被惩罚，亏心事太多；比如想要在人间修功德，好回去后分配更好的待遇；比如对谁都不信赖，不管接引灵变成什么模样就是不肯跟着走，四处逃窜。当然，还有在家看房子、守着媳妇不让再嫁的；守着白骨、等着基督复活自己演僵尸片的；守着金元宝、老瓷器就是不放手的。

这些家伙活在过去里，不肯走出来，无法进入心理时间，也就无法想起出生前规划或感知到高我的召唤，迷了自己的心窍。很多家属觉得请个唱诗班或道士、和尚念念经文就能把人劝走了，其实挺瞎掰的。活着的时候给你一星期或 49 天，去反复听佛经或中阴经或太上道君说解冤拔罪妙经，就能懂了那至深妙义法、放下一切、随光而行？更别说死人了。你守在灵堂听七天七夜，要是能开悟了，也就算你根器犀利了。这样根器的也沦落不到滞留灵的地步，活着的时候也早就不被世俗忽悠了。

它是有能力看到所谓的未来可能发生的事，可是受惊的自我只选择活在可理解的那部分过去的记忆里。有一段时期它还保留着伪装时间的概念，在熟悉状况之前，还有一小段认知空白。就好像刚睡醒的人，



一时认不出自己的卧室，想不起自己身处何年、自己是谁、人生进展到了哪步，需要回神一会儿，让自己找到北。

我建议你们休息一下。

(10:00 休息。珍解离如常。她说，通常要到第二次休息时，她才会达到完全的解离。

(但是，当她再次开始传述时，一件不同以往的事发生了。她一直坐在我们最喜欢的肯尼迪摇椅上休息。她没有再站起来踱步，而是坐着就开始传述。双眼闭着，而且一直是这样。她轻轻地前后摇晃着，用正常的声音说话。由于这与她一贯的做法不一样，所以我仔细观察着她。我想，要是她看起来陷入一种更深层的出神状态，那么中断课程可能是明智的。但我始终没有感觉到有这情况发生。10:03 继续。)

我说过，这将是一节短课。在你学会，而且你也正在学习，补充你的灵性能量之前，像你今晚这样的经历，会让你有一定的倦意。这不是必须的，但在开始的时候，恐怕这也是很自然的。

你在使用你以前没有用过的能力，这需要一些适应。从我的立场来看，我们多出来的那节课，可能并不是一个太好的主意，虽然出于各种原因，我确实想上这么一堂课。然而，我无意让你疲于奔命，当我因为任何原因召集了一次未安排的课程时，那么我将通过缩短下一节课的时间，或者根据临时课程的时间长度，取消下节课来进行补偿。

在我们使用超能力或与高维进行意识连接时，我们需要进入一种超频状态。对于生活在我们这个层面与意识频率中的人，其自身频率是被所在场域即本层的能量频率同频的，所以超频不能维持太久。

而超频需要消耗大量的生命力，一个修行人有三种可能应对这种消耗：



第一种可能即用自身以太体内储备的能量来支付超频的能耗，一般状态良好时能支持 10 分钟左右就很不错了；

第二种可能性就是在体内凝聚一枚能量球，又叫金丹，是化合了天炁、地气而成的核聚变能量块。它可以提供额外的能源供应，并有额外的储能空间。金丹的大小决定了其功用的能力强度，有点儿像太阳能的充电宝；

第三种是大小周天全开，七轮三脉中正，可与内在宇宙同频。这就像插着外接电源的电脑，能源充沛，动力强劲。

（珍笑了。她还在前后摇晃，闭着眼睛，她的手交叉放在腰部。）

在此说明一下，是关于鲁柏的。他的状态很好。事实是，他有稿件出来时，总是让他不耐烦，尤其是每年的这个时候，会影响他的化学平衡。他正在学习在一定程度上控制这一点，对此，你应该心存感激。我提到这一点，只是为了减少他在这个问题上的担忧。

我对你的进步感到非常高兴，约瑟，我希望它能继续下去。也许有一天你会从佛罗里达州的海滩带回一把沙子。也许还不够做一个属于你自己的海滩，但在你的客厅桌子中间放上一把沙子，就已经很了不起了。

我只是花几分钟在和鲁柏尝试一些新的东西，而且看起来效果不错。

（“我在想是怎样”。

（珍还在安详地摇晃着。）

我期待周三有一节出色和完整的课。我决不想让额外的笔记增加你的负担，尤其是你还有自己的经验需要记录。



（“今天晚上我的手肿了，是不是说明我感觉到了你？”）。

你们晚餐后不久，我来过一会儿，鉴于之前多了一节不定期课，我不确定今晚要不要上课。我们还有很多资料要讲。不过，今晚我确实想谈谈你自己的经验，并提出我的意见和鼓励。

附带一提，尽管吃你们的维生素吧，我建议你们每天固定服用。你们两个在这些课里使用了很多能量。你们正在学习利用你们自己之外的其他能量。不过这也需要时间，维他命会有帮助。

定期服用安全剂量的叶酸可以帮助三酸甘油酯分解成能量。

血脂高分为四大类：总胆固醇（TC）、低密度脂蛋白（LDL）、高密度脂蛋白（HDL）、和甘油三酯（TG）。这里问题要分开看。

总胆固醇是由后边这三项加起来的一个综合总数，它高不一定是坏事。为什么？我给你分析。



首先高密度脂蛋白（HDL）是被称为好脂肪的脂肪颗粒。它有点儿像小电瓶车，一枚高密度脂蛋白可以承载一枚糖和四枚低密度脂蛋白，所以当你看报告时，如果 HDL 的数值乘 4 大于 LDL 的数值，那什么事都没有。

如果 LDL 的数值大于 HDL 的四倍，那不是你吃肉太多了，而是你摄入的反式脂肪酸太多了。反式脂肪酸是人体自身不能代谢的，身体里的酶没有见过这种看着像脂肪、吃着口感像脂肪的东西。没办法处理它，只能堆在血管里。



甘油三酯（TG）高和吃肉吃油也没多少关系，是糖摄入超标导致的。糖分为果糖、淀粉、糖。糖是单糖，面食是双糖，果糖是多糖。同样 10 克的果糖比 10 克的糖，要释放出更多的糖。

而单独吃水果、面食、油脂都不会造成很大的危害。但如果用油炸面配水果，还不吃肉，那您就是在找死的节奏了——单位时间内大量的糖被同时释放，而且长时间释放。胰脏无法得到休息，血糖持续过高，身体没有办法，只能把高糖转变为高脂。这就是高血脂症的诱因。

调息练炁时全身暖洋洋的，出微汗，就是最好的降血脂方法。

（珍又笑了。她还在晃。）

我必须承认，我确实感到有些内疚，在你们休息的晚上强制地上了一节课。不过是有收获的，今晚我会让你们早点结束。

你们在这些课和你们自己的实验所用的能量，不需要是你们自己的能量。你们已经在利用其他的能量库，但这也是你们正在接受训练的一种能力。会有一种几乎是再生的情况发生，在某种程度上，这情况正在发生。

（珍的眼睛现在睁开了。她似乎完全清醒了。她还是坐着，结束了课程。）

我建议我们结束这一节课。总的来说，这节课和计划外的课，让我们稍微超前一点。

（“晚安，赛斯”。10:23 结束。珍说她在摇椅上时，解离程度大于以往任何时候，但这仍然不是很深的出神状态。她也没有担心。她当时的想法一直是，她不确定在这种出神状态，赛斯会做到什么程度。



（下面的资料将在第 49 节课上被简要论述到。

（今天晚上，星期二，1964 年 4 月 28 日，在尝试心理时间时，10:03 至 10:25 之间，我有两次短暂而有趣的经历。

（第一次，在静静地躺了一段时间，接近必要的状态后[接近睡，但还没有睡着，并没有意识到我的身体躺在床上]，我看到了我自己，我是在一个夏天的公共游泳池，但我并没有看到其他人。我从右侧看到我自己，迈着有力的步子有目的地走着，右臂上搭着一条摺叠整齐的白色毛巾。显然我穿的是泳衣，但被毛巾遮住了，看不到它的颜色。我确实看到了我裸露的躯干和小腿。

（除了我的形体之外，我还看到了贴瓷砖的游泳池中，那典型的蓝绿色不透明的水，和有些闪闪发光的管子，显然是围栏或梯子。在我头顶上方，我感觉到一座凉亭屋顶向外伸展的弧形，弧度优美。我漫步在我认为是绿白相间的亮瓷砖上。

（地面上有一长串低低的台阶，每个台阶大概有两三英寸高。我跨步走下阶梯时，我的右脚跟从台阶的边缘滑落，一脚踏在下一个台阶上。这感觉如此逼真，以至于我整个身体跳了起来，在床上，而且醒着。正当我的脚一滑、身体一震的时候，我是我自己；也就是说，我不再看着我自己了。醒来后，我想到塞尔的游泳池，但就我所知，这两个背景并不相同。

（第二个经历是在上述事件后不久。这一次，我就是我自己。我穿着五颜六色的夏季运动服，戴着帽子。同样是一个明媚的夏日。我的右手拎着一叠报纸或一张地图；我没有看我拿的是什么。我靠在一个现代不锈钢网状栅栏的尾端或柱子上，它比我高出许多，事实上有几英尺高。在我前面是一个大型停车场，停满了车。我没有看到其他人。



（在我的左后方，栅栏的另一边，是某种又暗又长的建筑。栅栏也相当长。这个场景让我想起了在埃尔迈拉克鲁特的二手车行，但这不是它。

（当我站在明媚的阳光下斜靠着柱子时，我突然听到有人叫我的名字，这是一个高亢、凄惨、女性的声音：“罗-伯特”效果相当惊人，非常清晰、明确，这是我第一次的听觉经验。

（我的名字几乎是凄厉的哀号，从我身后不远处的右边传来。我一听到这个声音，就猛地转过头来，想看看是谁在叫我——然后就醒了。

（那不是珍的声音，虽然音域相似。可是它的音调更高，而且有点正式。我不认识任何叫我罗伯特的人，无论男女，（尤其是以这种方式），这声音也没有让我想起任何我可能认识的人，

（雪莉·怀特，1964年夏天，在沃纳和沃特街的拐角。她从沃纳街桥上左转的一辆汽车内叫我，当时珍与我站在我们公寓的草坪上。当我听到雪莉叫我时，我有一种毛骨悚然的感觉。然而，因为背景不同，所以我不确定是不是就是它，并怀疑其中的关联。我没有问过赛斯。1964年12月，虽不能确定，但仍把它记录下来保存着。这是我至今所知的唯一一次，有人叫我罗伯特。叫的方式很像我心理时间的经验。

（注意，在第一个经验中，我看到了类似的地点[后来，在纽约的沃特金斯格伦]，但并没有积极参与，也就是说，我没有游泳。第二次，地点不同，但我听到了叫喊的声音。难道这是扭曲导致的吗？）

在灵视展开的过程中，我们会有机会瞥见所谓的未来。被看到的未来都是真实发生了的，但未必是自己所处的或将来所处的那个层面的未来。这源于两种错位：一种是我们看到了其它平行自我所在的未来；还有一种我们确实看到了自己的未来，可是在激活与经历那一场景前



我们切换了自己的意识频率，导致你驶入了另一个平行时空故事线内。这包括自己因为预见了一未来而刻意地采取了回避的动作，导致自己掉入另一种可能性的实相中。

比如罗不让珍去电台工作，赛斯不让罗与珍去租用女同事的房子，珍带着罗离开老家避免把爸妈气死，这些都是利用对未来的预知而选择不同的平行世界去规避灾祸。规避了的灾祸不是没有发生，只是你没有必要每次重复时都去经历一遍相同的死胡同。那样的行为毫无意义。人生中这样的规避不用某半仙神算，有些事你就是不想做，有些人就是不想见，有些天就是懒得出门，不要找逻辑说服自己牛不喝水强按头，请放过自己，跟随内在感知与信赖内在感知。

不过如果您持续几个月什么都不想做，那不是内在感知在示警，而是您要治疗抑郁症了。



第 49 节 催眠，思想永不消逝

前情摘要：

截止到第 48 节，五种神通就已经凑齐了。他心通与宿命通是赛斯的技能，珍有天眼通，罗有神足通和天耳通。赛斯说，瞬移不是一种自我心念中的幻像，这本是我们本能中的标配，结果被人类给进化丢了。瞬移后可以生成分身，而分身不但可以显影、对话交流，还可以搬运实际的物体回到主体。这让我想起了民间的财神搬运术。

死亡发生前灵魂是有全然觉悟的，但死亡发生时还是会形成短暂的意识空白，之后灵魂会进入心理时间的状态里。在这一状态中灵魂可以洞见到所谓的未来，也快速地回顾自己的一生。被“死后还有生命”这一事实惊吓到的灵魂，会畏惧走出自己的已知领域，拒绝走出自己熟悉的环境和过往。这样的灵魂就形成了滞留灵。

进行五神通时会消耗大量的生命力，如果你没有很好的基础练习，建议不要痴迷于这些额外的课外活动，先把自己的主科拿到高分才是正事。



第 49 节 催眠，思想永不消逝

1964 年 4 月 29 日 星期三 晚上 9 点 按指示

(7:50, 吉姆·贝克特 抵达来当见证人。他还带了一位朋友 吉姆·坦南特 (Jim Tennant), 他是在埃尔迈拉附近的康宁玻璃公司从事光谱测量和数据制表的技术研究员。两个吉姆都是 25 岁左右, 都有电子方面的技术才能, 都是业余无线电操作员。

(晚上 8:00 我尝试了心理时间, 没有成功。我无法达到那种必要的等待和就在入眠前的那种宁静状态。珍在 8:30 尝试了, 也没有结果。

(到 8:55, 珍像往常一样紧张, 但是不是因为证人的原因。开始传述后, 她的声音相当有力, 比平常更低沉。在整个课程期间她都保持着这个良好的嗓音, 因此不再提及。她踱步比较慢, 眼睛漆黑如常。)



晚安。

（“晚安，赛斯”。）

我很高兴洛克来参加这堂定期课，并且还带了一位朋友来，虽然不是我的朋友，但这位朋友却是他无数次的朋友。

洛克是正在演绎吉姆·贝克特的那个存有。它有 6000 年前美索不达米亚文明的人生经历，现在是电视信号调试员。之前多次当修女和女祭司，对电子设备、神秘仪式都本能中留下了特长记忆，但对异性有抵触，为人慈悲，同理心强，律己到过分的地步，因此制约了自我心灵的发展。

就洛克和他朋友而言，这个关系已经连续了三世。我不认识他，你也不认识，约瑟。他曾参与过宗教法庭时期（译注：中世纪天主教审判异端的法庭），也和洛克一样，还残留着旧有的刚硬。

在中世纪的古典宗教中，信徒对自律、自虐、自残、忍饥挨饿、抑制生理快感、清贫等有着非理智的痴迷。在因果论的罪与罚中，渴望通过这些形式主义的东西完成激进的自我救赎。在外祈、外求时对所谓的神明表达出自己的谦卑与决心，完全不了解与不理解真正的觉醒来自于自我的内心，是由知见的萃取带来的智慧提升，进而撬动的自我了悟。内在的心智成熟带来理解、谅解、慈悲、同理心、爱和互助、共赢的社会架构。

中世纪，印度教、伊斯兰教、天主教、佛教都不约而同地陷入了罪罚因果、天堂地狱、收钱消灾的套路里，收割着信徒韭菜，搞出赎罪券、



异端审判、宗教战争等敛财手段，残酷地压制民间的自然科学、草药学、欧洲的古典自然医术。

在中世纪，大批的老玩家因此流失，文明陷入低谷。直到文艺复兴，欧洲重新拾起古希腊的神学，开始通过研究“炼金术”绕开宗教文化壁垒，寻求灵性解放。炼金术不是化学或点石成金的痴人说梦，它是凝练内丹、打通大小周天、运作七脉轮的具体功法。我们道教所谓的金丹，在欧洲叫贤者之石；我们所谓的龙虎之气，欧洲叫铅汞化合。

然而在他的情况下，一种过度的、狂热的本性一直存在，即使是现在，他的热情也是极度的狂热，虽然现在显露出一个幽默的外在人格，但极度的权威性和有时过于僵化的本性却把目前这个人格限制住了。

在某些情况下，这些限制相当于束缚。往往在应该听从内在指令的时候，却沈溺在狂热的忠诚里。他在宗教法庭时代加诸于他人的残酷，是出于最纯粹的目的。他坚信自己是在遵从上帝的旨意。有原则的人所施加的残酷，比没有原则的人所能想象的还要多。



一个文明、一个国家、一个社团，要有它自己的规矩，但设立这规矩是为了维护每一个成员的利益。当你有机会成为掌握这规矩的人时，你掌握着他人的命运时，你需要面临抉择：是成为国家机器的鹰犬，还是一个捍卫滋养灵魂的行者。当无辜的人因肤色而中弹时，打中他的是深深的恐惧和冷漠的高傲，是有原则的残酷。

律法是冰冷的还是温暖的，是捍卫民众利益的还是巩固统治特权的，不是律法能规范出来的，而是依据执法者灵魂的成熟度。一个偏执的、狂热的、冷血的、二元论的人拿到权力的时候，其力量越多，伤害越多。这伤害既是对他人的，也是对自己的。当你剥夺了他人生的希望时，自己的心肠也会跟着冷漠了下去。

十字军东征从 1096 年开始，到 1291 年结束，共发生了 8 次大规模军事行动，主要是由罗马教廷和西欧封建主阶级向地中海东岸国家发起。这场前后持续了将近 200 年的战争，最后以十字军“收复失地”失败而告终。

罗马教廷建立世界教会的企图落空，并且威信扫地。东征给拜占庭帝国带来深重灾难。战争过程中，十字军烧杀抢掠无恶不作。据《耶路撒冷史》记载，十字军进攻与占领的沿线城镇，不分男女老幼实行了惨绝人寰的大屠杀。入侵者为了掠取黄金，剖开死人的肚皮来搜寻。女性被轮奸后杀害，城市里的血深及膝盖。后来，因死人太多，干脆把死人堆架起来烧成灰烬，再在尸灰里扒寻黄金。200 年的时间里，举着和平与解放、爱与救赎的名义大约残害了 900 万人。



公元 600 年左右，欧洲人口 2000 万，到 1200 年是 6000 万，宗教战争杀了 900 万。本质核心理由，其实是金子。

这个人格一直在努力纠正旧有的错误，并在很大程度上取得了成功，但却要冒着牺牲内在自发性的危险，甚至要冒着失去他本质中非常权威的那些面向，所以仍然有一种跟随而不是领导的倾向；只因为在宗教法庭时代，他处于权威的地位，他就领导了；他带领人们以教条和宗教的美名行残酷之实。出于这个原因，虽然他仍有去领导的诱惑，他只允许自己在小范围内领导，还不信任那曾经背叛他的判断力。



在那疯狂与偏执的中世纪宗教年代里，心灵中的良知被蒙蔽，渴望纯粹的偏激犹如洁癖一样成了过激的病态强迫症。就好像一生标榜自己公正不阿、是非分明的老法官，晚年时才发现自己签署过的死刑判决，葬送了一个个无辜的鲜活的生命。自己曾经笃定的忠义与公正，不过是财阀与政治联姻后的把戏。啊，我一生都做了什么！手中曾经代表



上帝之救赎的十字架在滴血，不可一世的老法官躲在黑暗的角落里，无颜面对自己的良知。

他的灵魂充满懊悔，渴望自我的救赎；他放下过往的高傲，质疑自己的信仰，在死后发觉一切真相与宗教中宣扬的驴唇不对马嘴。自我质疑让他此生畏手畏脚，内在惶恐着，生怕又因领导力的绽放酿成更多的悲剧，他变得不自信，因笃信过的体系深深地欺骗了它。



上苍没有责备与惩罚的系统，只会给你机会去回顾与看到全局。上苍不说对错是非，一切都是体验，没有什么是对等体验不能解决的。如果一次不够就多来几次好了，迟早是能领悟到的。在太过与不及间去设法平衡自我内在的觉悟，这就是我们所有人在世上练的主要课题——内在自我的平衡力与稳定性。

因此，对宗教的兴趣，在现在的人格中重复出现，但努力把这些观念与所谓的现实世界联系起来。对超感知觉的兴趣，对科学和宗教的兴趣，都代表着他努力把他的各种旧人格联系在一起，并从他们的错误中学习。

洛克在宗教法庭时代就与他非常熟，还有在你们国内中西部的上一世，以及另一世也是。无论如何，我欢迎你们的新朋友来参加课程，他是我先前提过的那些人之一。

一切未知的偶然，其实都是命程中被安排好的必然。你有权利利用自由意识决定是否触发与是否遵从。就好像 GPS 给你提出了新的路线规划，你有权选择 A/B/C，但不管你走哪条路，最后的结果与某些节点是注定要经历和触发的。

我不认为在我们的课程期间进行复习有什么实际意义，特别是由于会有新的证人要来。必须要有某种方法，可以帮助证人补以前的课，我把这个问题留给你，约瑟，这件事应该要想个办法处理。

约瑟，为了你的裨益，我有几句话要说。在心理时间的经验，涉及你自己在水边的形象，是一个最有效的千里眼经验，因为你还没有去过这个特定的地方，它就是对你们更愿意称之为未来的一个瞥见。

（以下为摘录第 48 节内容）

1964 年 4 月 28 日星期二，在尝试心理时间时，10:03 至 10:25 之间，我有短暂而有趣的经历。

（第一次，在静静地躺了一段时间，接近必要的状态后[接近睡，但还没有睡着，并没有意识到我的身体躺在床上]，我看到了我自己，我是在一个夏天的公共游泳池，但我并没有看到其他人。我从右侧看到我自己，迈着有力的步子有目的地走着，右臂上搭着一条摺叠整齐的白毛巾。显然我穿的是泳衣，但被毛巾遮住了，看不到它的颜色。我确实看到了我裸露的躯干和小腿。



（除了我的形体之外，我还看到了贴瓷砖的游泳池中，那典型的蓝绿色不透明的水，和有些闪闪发光的管子，显然是围栏或梯子。在我头顶上方，我感觉到一座凉亭屋顶向外伸展的弧形，弧度优美。我漫步在我认为是绿白相间的亮瓷砖上。

（地面上有一长串低低的台阶，每个台阶大概有两三英寸高。我跨步走下阶梯时，我的右脚跟从台阶的边缘滑落，一脚踏在下一个台阶上。这感觉如此逼真，以至于我整个身体跳了起来，在床上，而且醒着。正当我的脚一滑、身体一震的时候，我是我自己；也就是说，我不再看着我自己了。醒来后，我想到塞尔的游泳池，但就我所知，这两个背景并不相同。

灵觉中，一些高维资料的转译确实需要你头脑中已有的素材做转译和拼接，但在灵视的体验中，你可以看到你不曾踏足的地方，见到不认识的人物，观察这个世界上还没有的东西。

比如爱因斯坦发现光速的秘密，门捷列夫搞出化学周期表，伊莱亚斯·豪发明缝纫机，威廉·布莱克发明蚀刻版画，奥托·洛伊维开创神经科学，荣格拓展心理学，尼尔斯·玻尔搞出原子模型……这样的例子数不完。人类文明其实是建立山寨上的，我们认知到的部分灵界实相源自于内在自我对意识界不同亚空间的偶然洞见。无始以来的宇宙，一切我们当下的问题其实都解决过了。我们根本不需要从零开始，只要学会闭上眼睛，应用好心理时间，你就已经比全球 99.9%的人要聪明了，因为你能与会用意识互联网搜索答案。

其实只要你一辈子能从别的维度山寨过来一个人家已经成功的理念、一个畅销的商品，你就可以走上财富自由，摆脱打工仔的命运了。



我解释过很多次，时间是一种伪装，这我现在就不说了。不过，你们的实验做得很好，尤其是这一周，从现在开始，你们的进展应该相当迅速。

（“你能说说我看到那个年轻女孩虐待狗的经历吗？”）。



那女孩是你的亲戚。该事件实际上发生在 1935 年。那位亲戚现在住在你们镇上。那条狗没有。

（“那个亲戚是谁？”）

这个亲戚的名字是露丝（Ruth）。我认为这个名字对你是有意义的。鲁柏喜欢挡掉这类私人资料。但是，我看他还是让它顺利通过了。做得好，鲁柏。我希望这种情况能持续下去。

角色珍对赛斯资料的扭曲是经常性的。她有自己的理念观点，这导致她私吞一些信息，使信息不能被完整表达。这种由角色而来的人文偏执很让赛斯头痛。

我建议你们休息一下，因为今天晚上有很多资料要讲。

（9:25 休息。在第一段独白时，珍比平时更充分地解离。

（我表妹露丝的名字让我困惑，是由于当赛斯提到“你的城镇”时，我想到的是宾州塞尔，我在那里长大，而不是 18 英里外的埃尔迈拉，露丝长大的地方。1935 年，我 15 岁。露丝小我几岁，她当时的身高与我在笔墨素描中所画的年轻女孩非常吻合。另外，我看见的女孩是金发，而露丝也是金发。

（赛斯说，吉姆·坦南特，是他预期会聚集在珍和我身边的团体成员之一。吉姆·坦南特说道，今天下午，当吉姆·贝克特邀请他出席这节课的时候。他分别有三次清清楚楚地感觉到他的头皮在蠕动；擡升起来，仿佛要脱离自己。吉姆·坦南特说，他的母亲很有遥视的能力，比如，当他生病的时候，她经常会在他还来不及通知她的时候就和他联系。

（吉姆·坦南特是一位电台播音员，我们讨论了在我做笔记的同时，怎样把这些课程录制下来。

他是在埃尔迈拉附近的康宁玻璃公司从事光谱测量和数据制表的技术研究员。这是开头的介绍，看来搞电台播音是他的副业。在那个年代录音还是比较高科技的玩意。



(珍 9:32 分继续。)

你们的新朋友可以叫做**马雷斯** (Mareth), Ma-re-th, 这是最适合他的存有的名字。你们了解这些名字都是译名, 事实上所有这些资料都是将实相转换为概念模式, 再从概念模式转译成语言。而使用语言, 当然, 就一定会发生扭曲。

每一个名字, 其实都蕴含着某一种特定的含义。这是一个存有渴望或向往的状态。

Ma-re-th 本身是阿拉伯语名词的音译, 本意是继承者。

如果能让自我理解这份资料, 很遗憾, 一开始就得把它转译成自我有能力处理的术语。将要和正在接收的内在资料, 将是合理又生动的, 并将不容置疑的存在。我们应该拟定计划, 以便将任何经验记录下来。不过, 必须允许在一定程度, 有摆脱自我的自由, 内在自己才能很自由地运作。我已经谈到了可以进行的测试和实验, 它们产生的物理结果, 最终会被接受。

我还说过, 所谓的太空旅行, 将必然脱离它目前对载具的关注。人们将会发现, 内在感官是你们这类旅行的唯一持久的方法。

随着人类群体意识中的意识觉醒, 儿童普遍在内在感官消退前被培养和强化自身固有的灵性能力: 彼此间的心灵遥视可以有效地取代电话; 而瞬移也让人类从工业时代走入意识觉醒时代; 吸收宇宙能将取代现在的农业; 而连接宇宙意识万维网将取代物联的互联网。读心术让政治、军事、宗教的谎言无处遁形; 隔阴之迷的打开让医学得到本质的



提升，化学医学、症状医学将不复存在；教育也消失了，因为一切知识都可以快速下载；植物和动物恢复了自然的平衡，因为污染与砍伐、扑杀和饲养变得没有必要；婚姻不再是必要，生育也不再成为女性为维系婚姻被迫达成的义务。

当明白了空间和时间都是伪装，以及你们的因果论是不再具有意义的连续性理论的结果时，那么你们的科学家们就会认识到，试图用伪装仪器，以及飞行器，来破译基本实相是不可能的，透过这些仪器和飞行器本身就会产生扭曲的理论，只能起到更深入探究伪装模式的作用。将会有很多实验。像我提过的催眠，将是一开始的基本工具。催眠，你知道，不是一个伪装的工具，而是一种心理工具，因此它没有伪装，也相对地没有扭曲。

不过，催眠是必要的，但也只是暂时的，只是为了诱发轻度出神状态。在轻微的出神状态下，内在自己不受你们层面的伪装性束缚，而真正有意思的面向是：唯有让你自己摆脱你自己的伪装宇宙，你才能清楚看见它，了解它是什么，并且真正学会利用它为人类谋取最大的利益。当进行测试时，这需要花点时间，但当在实验室里进行测试时，利用出神，在控制和纪律之下的出神，做为工具和手段，那么很快你们就能深入到个人潜意识资料之下的其他层次。

我们已经说到过这些其他层次。为了让我们尊敬的客人有所启发，我就快速地再介绍一下。在个人潜意识资料之下，你们会发现一些信息，免费的，涉及到种族记忆，这对心理学家和社会学家都将大有助益。在这之下，你们会发现与整个物种的起源有关的资料；在此之下，透过情感与之连结，你将来到内在自己的边界。

在进行测试时，内在自己可以被触及，没有太多困难。这里要使用的方法，你约瑟，和鲁柏都已经很熟悉了。



(为了强调，珍敲了敲桌面。所有这些资料，她说的时候都很强调，并使用了许多手势。)

当这些资料开始趋于一致，当在恍惚之下收到许多相同的答案，当发现基本宇宙的知识就在活生生的个人之内，当毫无疑问所给出的解决方案是相同的时候，那么，也只有在那时，你们才会开始解决摆在你们面前的问题。

轻度出神状态，再说一次，只是暂时有必要，理论上它是完全没有必要的。这里唯一的必要是，你允许自己不取代自我，而更多的是，让自己能够越过自我而向内看。

这里还有几点，仅仅是连接性的资料，我想在进一步讨论应该和将要尝试的实验之前，先说一下。

人类走出科学教营造的误区需要经历具体的三个步骤：

- 1、系统地有组织地培育催眠师，并改变现有对科学的定义方式。
- 2、利用批量的、拥有良好技术的、掌握标准催眠流程的催眠师，对大量的拥有良好心理素质的儿童展开催眠引导，去广泛地在各个同时探究同一系列的具体问题。

这些问题将涉及人类所有科技面向上的难点与宇宙间的未解之谜。

- 3、经由相互可比对的科学的流程，把各国独立完成的相同问题之答案进行汇总，并完成比对。我们会发现，这些答案中惊人的一致性。这让人为仪器与感官无法验证的科学数据和理论有了可以相互印证比对的机会。从而得到必要的可靠性、准确性与可信性。



人类依据这些来自宇宙意识网格的内在信息，从蹒跚学步的二维意识文明，可以直接跃升到第五维度文明，进而摆脱伪装地球、伪装太阳系、伪装宇宙的束缚，解决健康、寿命、资源、人口、贫富差距、失业、金融、政治、军事、宗教、教育等所有本时代的难题。

而这样的计划从策划到完成其实只需要五年的时间，人类就能完成五十万年的进化：一年培养职业催眠师，两年收集一手资料，两年比对与总结资料，并提升问题质量。

完成这一质变的一切因素我们其实都已具备，但这会撼动当代四大既得利益集团的根基，宗教领袖、政治精英、军事寡头、商业帝国都会极力阻止这一可能的有序展开。所以问题不在于可达成性，而在于集体意识的导向性是否已经成熟到可以接纳这样的实相在本层面展开。

请注意这些资料是 1964 年就已经存在，而 60 年一甲子后还是被认为是伪科学的邪教，被封杀批判。

我建议你们休息一下 (take a break); 总有一个晚上，我会把你们全部打破 (break you all up, 译注：双关语)，但我们一定会把碎片收好。也许我们两个就可以再把它们全部拼凑起来，用一种最精彩的方式。

(9:55 休息，珍完全解离。吉姆·贝克特说，在这次传述的中间，他强烈地感觉到比尔·麦克唐纳的在场，以至于他预期会看到比尔走进门



来。但是比尔整个晚上都没出现。我们记得吉姆·贝克特和比尔是第47节课的证人。那是他们第一次见面，但赛斯说他们在前几世就已经认识。

(珍以较慢的节奏恢复 10:05。)

我已经向你解释了内在自己是如何与当前人格相连接的，以及在你们这一端的情绪，如何通过层层潜意识而变化，在你们层面开始成为人格的一部分，作为你力场（force field）的一部分，然后被转换，成为内在感知（inner-sense）的连结物，连结外在自我和内在自己。

我也解释了能量如何转换和改变，如何调整自己适应任何特定层面的特定伪装模式。现在，在这些测试中，你将触及内在自己。那么，结果将是，在物质上有效的。情绪(emotions)是内在感官的外部延伸，因此，通过直觉和旅行，情绪途径的旅行，你将接触到内在自己，因而能够以同样的方式带回这些信息。

内在自我通过内在感知力，利用生命力能量做原料，利用精神酵素做转化媒介，利用内在世界的蓝图脚本，投射出外在伪装世界来，就好像海市蜃楼的形成道理一样。

相反地，从外在伪装层透过自我解离，进入恍惚的意识形态里，进入心理时间中，利用自我意识频率的变焦，潜入到潜意识通道，挖掘开无意识层的个人资料，并找到缝隙深入到群体意识层，打开本真内在宇宙的阀门，捅破我们这个伪装层的泡泡，让本真的信息得以无阻碍无扭曲地流淌过来。



你们的访客尚不熟悉内在自我，我建议你先让他们了解一下。这里要记住的重点是，测试的结果会非常有效，它无法被忽视，然而其有效性的质量是不同的。你们还记得我说过的心里经验。心理经验在空间或时间上没有实相。

倘若你们只相信你们所谓的科学方法，你们就不会承认你们甚至曾经有过心理经验，因为它不占空间，独立于时间而存在。虽然如此，没有人会争辩说，心理经验没有有效性。一个心理经验的效力之强大，足以改变生命的方向，而且不只一生，而是很多世。

心理经验是指灵魂的成熟度和运用内在感知力的熟练度。一个灵魂高度成熟、惯于使用内在心理觉知的人，是不被我们当代科学所接纳的。它看不起当代幼稚的科学，而我们的专家与权威也同样看不上这些江湖术士、伪科学悍将、邪教教主。同样看不上前两者的是宗教信徒们，灵性的傲慢让这些拥有“地位”的大主教、大和尚感觉自己凌驾于俗人之上。

这前三者在政客们的眼里不过是相互角力的蠢材，政策导向性的偏转，让权术玩弄着科学家、宗教人士和民间神棍。在政客的手套里真正掌权的是财阀。一切都是利益，私人的利益、家族的利益，唯独没有人类和全民的利益。那些蝼蚁般的存在，吃上奶嘴乐就好了，不造反饿不死就成。

所以，我们实验中的证明，将在心理经验有效的条件下有效；此外，因为透过它的结果，它将会不证自明。比方说太空旅行，没有人会看见你像什么灰毛鹰一样在空中飞翔。你的旅程根本不会通过空间，因为空间是一种伪装。



当你们领悟到这一点，那么我们的能量转换以及我们的分子结构变化就会上演。没有空间的障碍需要克服，有的只是转换，首先是心灵能量的转换，然后，因为你们在你们层面上被很多伪装概念所束缚，会有物质形象的二次重建。

这就像一块南极的冰融化成蒸汽，随云飘到珠穆朗玛峰上，随雪花飘下，又成为一块冰。可是这冰块没有用物相的形式一路从南极被拉到珠峰。我们的物相瞬移或量子纠缠，都是这个道理。物相或伪装，想表达我们物质界中的有形无形之物与相，皆属意生心造。本无一物，何需搬运？

在你的梦里，当意识的自我静止时，你经常不断地进行这种转换，这个问题我们已经谈过。我们关切的是这种重新建构，但是，这种重新建构要持续够久，才能进行沟通。

即使是在梦中，也有这种沟通，但我们，我们想要更多。我们想要在你们的层面上，在一个特定的地点和时间，以有目的的方式，进行这样的物质形象的重建，这远非不可能，但它需要纪律和训练，以及鲁柏愈来愈能够为这些课带来的自由。

赛斯渴望给我们的科学家在见证下展现物品，甚至人的远距离瞬移。但为了保证成功率，需要鲁柏遵守必要的流程，保持平稳中正的心态和自身能量场的稳定性，并反复练习掌握其中必要的技巧火候。自我意识解离对鲁柏已经不难，但远距离意识在指定时间和地点的再凝聚还是一个陌生的课题。



在梦世界，你所做的事情和表现比你意识到的要多。平时生活中由于各种原因无法承担的次人格问题，如你们知道的，都在这里被解决了。然而，你们没有意识到的是，你们所有人所创造的这些形象，一旦你们创造了它们，便独立存在于你们的认知之外。

这段话虽然简短但信息量很大，梦是一个学习、交流、复习、考核、体验的综合虚拟次空间。在我们所谓的现实生活中，因自我理性的自我克制，很多人生活在一个非我的面具下，而大环境也受到理性逻辑成像的制约，无法表现出心魔考核的足够冲击力。而梦中可以依据后台的需要，无厘头地快速生成模拟情景，并让你坚信不疑地置身其中，并展现出自己当下真实的认知次第、智慧水平、起心动念、所贪所欲、所为所是。

所以记录梦境是一个非常好的方法，让你真切地看到自己到底是一个什么“德”行；自己的理念所向、欲望所在、次第所是。梦就是随堂考试，让你在弥留态中表现出最真实的自己，而死亡后的中考就是梦的加强延长版。

所以在修行中学会记梦，就能让自己对梦逐渐有掌控力、觉知力，在梦中不再是弥留的；换句话说，可以让你有可能从闭卷考试改为开卷考试，合法作弊，拿到高分，获取到毕业的资格。不过这需要在生前就练习出做清明梦的能力。

下面看看第二层。“你们没有意识到的是，你们所有人所创造的这些形象，一旦你们创造了它们，便独立存在于你们的认知之外。”



我们选择了自己的角色，投身入这故事脚本中来。在一生中，通过自己的各种抉择，对这个角色进行着各种修订，形成了一个独一无二的角色我。当我们离开这个角色我后，这角色的形象、事迹、人生轨迹并不会就此消散，它会成为一部与这角色其它人生剧平行的副本资料被保留下来，成为大数据里的一种行为学的资料，供日后其它灵体研究、借鉴、学习、体验。当然也是你自己再次重复这一角色人生时，对比参考的重要数据源泉。

在你投生为这一角色前，你在选择角色时，就是参考了他人遗留下来的历史剧本，了知到自己会有怎样的父母、怎样的爱人、怎样的孩子、怎样的家人和朋友，遭遇哪些世界级大事件，自己会因此经历怎样的童年。



当然这些固化数据是可以微调的，如果你不是进入独角戏，那你可以与同班同学相互商量，它们演绎你父母、妻儿时是否可以激活不一样的选择。如果某一角色没有灵来演，那只能依据现有脚本中过往的某一个角色行迹照搬过来。

每一个角色被演绎一遍都会留下一个公共资源类的角色行迹脚本，与其它本角色触发过的脚本被平行保存入资料库中，成为大数据资料，供后人使用。

没有任何思想或观念会灭绝，它们都遵循我正在给你们的法则。一个观念的成长，并不占据空间。我已经解释过，宇宙膨胀的理论包含严



重的错误，因为宇宙，真正的宇宙，是在扩展，但它是在值的充盈 (value fulfillment) 方面的扩展，与空间的扩展无关。

灵界记录信息的方式不用硬盘或大型服务器，多少信息、多精细的细节都会被全部保留下来。就犹如你上网的痕迹，即使过来百年，也都可以查找出来，精确到秒。更恐怖的是，不光你的行为会被记录，你的每一个起心动念、每一个微表情和眼神都会完整地记录下来。

这让口是心非、表里不一的人无所遁形。当你回顾自己一生时，当别的灵体察看你人品所是的时候，当你百年后要面对那些与自己配过戏的灵体们时，你会发现，你之前心里嘀咕过的小九九，暗自咒骂过的言辞，那些见不得人以为没人知道的小算盘，大家都看得一清二楚。你会觉得那叫一个没脸，连找地缝的心都有。

所以圣人说：莫论他人是非，别说死人坏话。很多人喜欢对逝者评头论足，其实如果这个人生前要真的是一个很招人恨的，它成为滞留灵的概率是很大的。因为有太多的在意与执念放不下。滞留灵有他心通、神足通、天耳通，但没有宿命通和遥视。所以说逝者坏话，如果那哥们没“走”，加上天性小心眼，那在暗地里捣“鬼”，折腾你这嘴欠的，也就不足为奇了。

你们的梦影像也以同样的方式存在，而你们对它们的存在毫未察觉，就像你们不察觉到自己潜意识的存在一样。你不知道自己是如何在地面上移动。你没有意识到自己的每一次呼吸。你知道没有你的意志，



你的肌肉也在运动，你知道你在呼吸，以同样的方式，你进行生理、生物和精神的跳跃和功能，你们也以同样的方式创造梦境的实相。

梦是依据自己当下意识修习的需要，对未处理、未消化、未通过的心结习题做反复的尝试。在我们看来，梦只是一次性的消耗品，过眼云烟般地存在，但梦中的所有内容也都会全部保留在无意识记忆库中，成为你的个人背景资料，进入你的大数据库。梦中题材的生成、经历、结果是内在意识自动合成的，有极强的目的性、暗示性、启迪性、指导性。只是梦中的各种要素都已经被转译处理过了，醒后的头脑逻辑意识看梦、解梦，需要一套还原真实意的技巧公式。

 归心似箭
 笔头生花
 妖魔鬼怪
 嘴甜心苦
 猴年马月
 零零星星
 马马虎虎
 指鸡骂狗

 移花接木
 狼烟四起
 心照不宣
 琴棋书画
 千人所指
 海啸山崩
 同音求偶?
 全心全意

我之所以要讲这些，是因为我可以向你们证明这个梦世界的存在，以及它的持续性，一直都在广阔的现在。你们必须先了解心理实相、心理时间、心理经验，还有梦的存在，然后才能学会运用许多能力，因为在以上提到的所有面向中，你们都是在潜意识层次使用你们的能力，也就是你们的内在感官。



这里你们可以领略一下，好知道自己在做什么。你们一直是在不断地将来自内在感官的能量转换为物质理念建构的过程中。我想让你们熟悉你们在不知不觉中完成的这一过程，这样你们就能够带着自己的觉知进行同样的壮举。

我们都知道，梦中的都市、人物、花鸟鱼虫、飞云日月，都是自己一念化生；但在梦中它们却无比真实——车会跑，云会飘，日月有轮替，挖地有土壤，吃饭会饱，受伤会流血……可是用同样机理生成的这个外在伪装世界你却认为它是真实的。

梦是可以断点再续的，上趟厕所回来还是那个梦，甚至几年后再次做同样的一个梦。但你觉得这个伪装梦比较真，因为每次看都一样能续得上。电视剧每次看也都一样，也都能续得上，你怎么不觉得那是真的呢？

在梦里你接受自己能飞、能穿墙、能隐身、能瞬移、能遥视，那为什么在这个伪装层你要接受并不断暗示自己不能做到呢？是什么在固化和限制你的思想认知与能力展现呢？是从3岁起开始的系统化教育，是过往的经验，是从来没人告诉过你：你的手机可以关闭飞行模式，启动自己的GPS、WIFI、蓝牙、5G网络。想要快速地启动与获得各种神通，先把自己的梦搞清楚，然后一切也就随之迎刃而解了。

我建议你们休息一下，如果我怠慢了我们的客人，是因为我向来不太会交际，虽然我也曾风光过。非常欢迎他们，我也期待他们两位的到来。

现在，在我完全忘记你们的休息时间之前，我建议你们赶紧休息。



(10:35 休息。珍解离如常。10:46 恢复，依然用很有力的声音。)

我已经谈过以上这些课背后的原因，可以阅读一下。我们这里有一个微妙的平衡，而在这个微妙的平衡中本身就有能量的产生和释放。我先前说过，在梦境的经历中，就感官而言，你可能会造访一个特定的地点，经历一段时间长度；然而该地点并不存在，在你们的空间里也找不到，虽然你在梦里经历了，比如说，五个小时，但它可能只占用钟表时间的一瞬间，在心理梦境体验中，身体的衰老与涉及的心理实相并不成正比。在睡眠状态中，你不受空间束缚，而且很大程度也不受时间限制，因为你并没有用你的能量把理念转换成持久的物质伪装模式。

你确实在把理念转换成图像模式，但它们在你们层面上不具持久性或连续性。然而，它们在你潜意识熟悉的另一个层面上，却具有持久性和连续性。这些影象是独立于你的意识控制的，就像你自己身体的内部运作不受你的意识控制一样。

这些影像在持续地解决你为他们设定的问题，就像你作为你当前的人格，在一个又一个的转世中解决问题一样。这些梦影像在有限范围内，也有它们自己的自由意志。我解释过所有艺术背后的实相。我解释过其中所包含的能量是再生的，虽然保持在一定的限度内，但却不断地活跃着。这同样适用于梦世界，也适用于我们的实验。

不管是梦境或所谓的现实，我们都在这些经历里被自我情绪激荡着。

这样的内在意识激荡带来能量的极化，并产生源源不断的能量释放。

而我们的母系统为维持伪装层的可持续性需要付出的生命力的能量就来自每一位玩家，并有盈余回馈给母系统。这就在系统保持熵增与熵减的平衡中，还无中生有地获得了扩展系统所需的能源。



梦中的空间与时间都是伪装出来的次级亚空间，对比我们所谓的现实只是不占用空间与极少量时间的次级衍生品；而我们的所谓现实，在第五维度中、在赛斯这样的人格看来和梦没有任何本质的区别。

我们把真实定义成群体公认的、不受自己意识控制的、不因自我意志而改变的客观真实。可是你在游戏世界里，这些真实的定义也都符合；在梦境中，这些客观定义也都存在啊！有人会说，虚假的可以脱离，梦会醒，游戏可以不玩。可是你也可以通过自我意识解离或死亡从这个伪装层里脱离出来啊！杠精和那些学者没有灵修体验，做不到意识解离，就说这是真实那是虚假，是不是有些牵强地矫情了呢？

梦境和这些个实验层都是能量不断再生的“基础设施”。它们不占据空间，仅消耗有限的时间；而系统在寻求着可能量产的最优方案，稳定性和高产能的黄金平衡点。我们可不是意识系统的奴隶，我们只是宏意识分化下来的群体意识之触须。就好像工蚁不是蚁后的奴隶一样，这是群体意识的一种运作方式。每个个体确实都有独立的自由意识，但首先它要遵从核心的群体意识。

你们只要做你们一直以来在做的事情就行了，但借着自我的帮助，你们将能够证明你们成就的程度。如果在你们层面上的每一个人，都突然相信物质世界将在某个特定的时间结束，那么，它就会结束，你们就只是停止你们的理念建构而已。因此，在我们的实验中，我们将不得不从一个坚定的信念开始，相信我们设定的目标一定可以达成。



我们处于一个集体实相中，这个集体实相是由所有与你共同参与这个游戏的演员所共同构筑的。就像先前提到的，这个实相中有可能只有你自己，也可以是一小队知己或一个公共平台。不管这个游戏内有几个人参与，只要其中参与的人达成某一共识，那这一共识就会成为下一幕的核心被展现出来。

比如，世界末日、病毒具有大侵害性、金融危机、地质灾害，或人类扬升、意识觉醒、自然复苏。集体意识的主流焦点决定了世界的后续走向。所有的所谓未来都已经发生，只不过我们一起决定我们这一层面的群体要一起去向哪一个码头停靠与经历。

当然如果你实在觉得这一船人不靠谱，你有权换一艘其它的船；不过前提是你要知道你有这个权利，也要知道怎么才能达成换船的前提要求。要知道每艘船都有自己的准入条件，那就是你必须与那艘船的群体意识频率区间对等。就好像我们的社会分阶级一样，一个富豪可以去路边摊吃串喝啤酒，但一个乞丐无法进入米其林三星或秘密夜总会度过浪漫的夜晚。意识频率可以向下兼容，但低频不可见高频的实相。

晋升意识频率，进而步入高频实相的方式很简单——提高自己的内在意识觉悟。从理论到谈吐，到认知，到行为，让自己真正地从骨子里高贵起来。现在很流行一个词，说“这人活得很高级”，这可不是说你住房的平米数、代步车的档次或手上的包包价值几何，而是你的谈吐、做派、见识、观念、能力在一个什么档次上，你是规则的尊崇者还是制定者。当然有些连规则“道”理是什么都不知道呢，更别说其它了。



现在是信息爆炸的年代，很多人以末日论、危言耸听的预言转播来赚昧良心钱；而很多人跟风，好像知道与传播恐惧就能让自己显得更博学一样。殊不知世界的走向、自己的未来就是这些转发与关注构建出来的，你把自己的意识焦点凝聚在那里，你就把自己拖入那个轨迹中，成为所谓的受害者。其实一点儿都不冤，这都是自我自由意识选择的结果。我们确实活在宿命里，但矩阵中的路万千条，自己选择自己关注的焦点和要经历的实相。

达成自我意识扬升、达成人类共同体的文明进步，在我们的实验中，我们将不得不从一个坚定的信念开始，相信我们设定的目标一定可以达成，才能达成。空想是没有用处的，你必须走出舒适区，展开必要的行动。这行动不是外在的，而是内在的，提高自己的知见水平，不断练习内在感知力，把自己的意识焦点从财富、名誉、灾难、攀比这些烟云浮沉中转移到内在自我实相里，收回分散出去不断消耗的自我生命力，消融自我认知卡顿，释怀种种在意执着，摒弃一切自我认知制约，让内在我通透、温暖、开朗、活跃起来。

在很多情况下，这会让很多人反感，但所有的物质建构都是能量的转换，先体现为理念，再建构成物质实相。没有理念，你们就没有物质实相，而且没有我们的目标是可能的这个信念，就不会有任何成就。然而，所取得的成就，将提供其自身的物质证明。

目标决定方向，方向决定道路，行动让自身更靠近目标。有理念没行动的空想派，搞出一个变种的吸引力法则的扭曲版，害了很多人，觉得想和念叨就能让自己变频。确实，好的愿景是可以提升一个人的心



态与意识频率；但没有足够的行动力，你始终无法跨越自身所是与渴望所是的这段“距离”。只有去做，才能让自己真切地感受到自己能做到。

我已经开始讨论内在实相宇宙的基本法则。然而此时我不会再进一步补充，因为在你们的客人还没有赶上我们的进度之前，这只会造成困惑。然而，我说过这些法则在所有的伪装层面，和所有的显化中都得到反映与遵循，而这也适用于你们的梦世界。我谈过片段，人格片段和其他片段，这些也遵循同样的法则。

我们都知道我们生活在一个多维多元的千层饼中，每一层虚拟亚空间与次生亚空间中各自的基础参数、时间流速、道的原则都是不同的，但有其都必须遵循的一个宇宙基本法，贯穿一切万有万存。只要你学会与理解透这九种内在感知力与十二种宇宙基本法则，那就能掌握基本的大道原则，从而在本质上有了一个基础的自我原则，做到有所为有所不为。如果你能在每一个选择的节点上都做出符合法则原则的抉择，那你就能“为学日益，为道日损。损之又损，以至于无为。无为而不为。取天下常以无事，及其有事，不足以取天下。”

这损可不是损失，而是减少牵挂与挂怀，进入道法自然的状态。随而不争，观而知其所势，藏巧于拙，理解到天下本无事，庸人自扰之。进而把外泄的精气神内敛回照自心自性，不再指天骂地，试图改变世界、社会、他人，而是自己默默地打磨自己，然后在有资格时直接换一个平面实相，完成“阶级”跃升。



所有的频率层面都同时存在，所有的结果未来都一样真实，我们每个人选择自己经历哪一个，而不是拯救哪一个——你的世界里始终只有你自己。其它的包括这个角色我都是历史剧中的一个相，仅此而已。

你们的动物借助内在感官拥有更紧密的联结。还记得我们的蜘蛛和蜘蛛网的比喻吧。蜘蛛网在时间和空间中都存在，就像所有的物质建构一样。这就是为什么我说，你们的宇宙并不像蜘蛛网那样存在，只因为它不受空间和时间的限制。宇宙一直在扩展，再说一次，那是就值的充盈(value fulfillment)方面来说，而且是以你们的外在感官无法理解的方式。

蛛网的编织方法、结构造型是恒久不变的，那是编程内固化数值的一部分；但我们的世界在不断地变化，变得更多元、更丰富，更多的歧途被展开，不断衍生出新的可能性。

你们科学家的仪器本身就是扭曲的，只会让你们进一步探究伪装。你们所需要的是没有伪装的工具和仪器。你们的科学家是从超越地球大气层的角度思考问题，以此避免其中的扭曲。

他们没有意识到，在那个扭曲之外，还存在着另一种扭曲，你们必须在其内旅行，你必须使用内在工具。关于这一点，我以后会有更多的说法。

你无法在一个电子游戏中、利用游戏道具、在游戏的虚拟世界里，真的探知到玩家的世界与玩家的本质社会框架。限制我们科学家发现宇宙本质的不是大气层和望远镜的倍速，而是寻找真理的方向。宇宙的



真理藏在每一个人的心里，睁开眼睛后就找不到真理了，而在体内也找不到那个“心”。

就见证人来说，以及就那位妻子来说，我建议你们改在另一个晚上，在不是定期课的时候碰面，把这件事留给鲁柏。就我来说，我会很欢迎另一位年轻女性。虽然如此，总体的人格（overall personality）才是最重要的，既然鲁柏传述这些课，我就把这件事留给他。

默默地且谨慎地推进，才是长远之计。我不是圣灵（Holy Ghost）。我不寻求或要求安贫、服从的誓言，当然也不要求圣洁。我始终要求的是完整性，也许当一切都结束后，这是我唯一的要求。

如果你能坚定地、相当自信地进行，那就更好了。但过度的热情会导致狂热，这一点必须不惜一切代价避免。今天晚上两个见证人表现的非常好。刚刚提到的那位妻子也会有不错的结果，但接近她的方式不应该过于热烈，因为这么做将是一个错误。

会有一个年轻的女士在日后加入见证的行列，但是她对灵异的知识还很谨慎，如果犹如海啸般的真知灼见扑面而来，她现在会逃跑的。赛斯很在意资料的完整性，因为多维多元的资料要覆盖所有可能性的所是，这样才能达成自身的内在多维平衡，不让读者被一面之词左右成盲人摸象般地偏激认知。

把赛斯的某句话奉为新版圣经，不敢逾越，成为真理的代名词，这是赛斯最怕看见的。它自身不是圣灵，也不需要偏执的圣徒；过激的死板的咬文嚼字只会把这些资料重新扭曲成某一宗教的律宗法典，那将失去不二的中正和内在的多维性价值。



我建议休息一下。

(11:18 休息。珍解离如常。赛斯说的是吉姆·坦南特的妻子。吉姆·坦南特认为，他的妻子可以来帮这些课程作速记。因为她还很年轻，吉姆·坦南特担心她对这些课程没有兴趣，因为她还没有时间来培养对超感知觉的兴趣。

(珍精力充沛地恢复了传讯，11:25。)

这整件事取决于训练和纪律。我不会给你们任何迹象，也不会为了让人信服而耍些把戏。方法就在这些资料中。我在课程当中给出的这些迹象是出于我自己的目的，它们绝不是纯粹为了展示，而是为了其教学示范的价值。

没有什么简单的方法是长期有效的，如果我在这方面显得很笨拙，那是因为我宁可有个缓慢而确定的结果，也不愿意有无法维持的华而不实的显示。这是一个终生的项目，我是说鲁柏和约瑟现在的效果是通过之前的努力和纪律获得的。除非有深刻的目的，否则我绝不会让鲁柏悬浮在六英尺高的空中，也不会进行任何千里眼的展示，我们的客人不要急躁。那种方式不会有任何收获。

那些真正对这些课感兴趣的人，那些成为这个团队成员的人，将会持续发展下去；但我始终会与你们一起合作，发展你们的内在感官，不会只为了显摆而表演烟火。

在灵修的过程中，虽然五种常见的特异功能很让人感到神奇与与众不同，这些奇迹的展示会让个人很有名气，也容易获得尊重与财富，但这三样都是对个人灵性持续的发展有明确阻碍的。原因很简单：当你被万众瞩目时，你想或不想都会被各种势力利用各种手段裹挟入其中。



而在人类大同前，各个势力间的明争暗斗是不择手段的。宗门的、政治间的、利益团体间的、甚至灵界势力间的争斗远比一个百姓能想象的极限更加血腥和无耻。所以自古有了修为的人都会设法成为隐士，只是把知见著述流传给人间。

修行的目的不是为了神通，而是为了提高自己的知见水平、智慧层次、意识维度、见识广度、认知深度、心识的通透度、理念的包容度。你会发现这七个目标没有一个涉及到人前显摆自己。没有任何时候你有必要给任何人证明灵界的真实、灵魂的实有、世界的虚伪、广袤的当下。意识成熟到可以领悟了，自然就会渴望与跟随；意识还处于幼稚园初期，或根本这个角色中没有灵魂在演绎时，你说出大天来，演示出不管什么神迹，他都只会觉得那是一种未知的把戏，而热衷于找到符合“逻辑”的解释。

别看珍与罗都可以轻松达成各种匪夷所思，你不知道的是它俩用了多少生来磨练这些看似简单的技巧，又用了多少世重复这一生的失败。我们只看见奥运夺冠的金牌，却不知道有数十万孩子也练习了十好几年却被无情地淘汰。一切都是大概率下必然中的偶然，就像抛撒出六个骰子，得到六个六的几率一样，那不是靠运气，而是好手段和练习。

灵修的成就不是用十年为单位进行比拼的，是用几次甚至几十次的轮回为计数单位的。很多初学者学个三五年就感到愤愤不平：为什么她年纪小，练了半年就比我的能耐大？我已经很努力了啊！你只看到了这一世的三五年，却不知道人家已经反复磨练了数千年。在灵修上岁



数和修炼长度没有可比性，这里没有公平可言，要看根器的钝利，即智慧和领悟里灵性觉知的高低与通透性。而这些都需要累世慢慢累积提升的。

我会在另一节再多谈一些我们客人的背景，还要谈谈如此令人振奋又极需纪律的热情。这种热情在过去给你们造成了困难，我不想，我也绝对不愿成为让你们在没有纪律和谨慎下施展热情的途径与手段。

（这里，珍指着吉姆·坦南特）

我如果这样做，就是帮了你倒忙。热情很好。然而，它应该被引导，并且在某种程度上，为了你自己的福祉，而保持在一定范围内。我无意让你们感觉很严厉。我的情感并不苛刻。我的优势是知道你们以前的人格背景。

在这里，在纪律的范围内，我们将在这里拥有在你们今天的世界上相对未知的自由。但我们一定要避免灵性雪崩（psychic avalanches）。因为可能性是如此的无止尽，一路上的每一点，我们都必须对自己有把握。必须阅读资料。资料中的实验必须要尝试。

在这方面将会发展出一个方法。

在灵修的过程中要有内在的纪律，但这纪律可不是律宗的那些规条，这纪律是一种防止自我过度膨胀或过度谨慎的边际，是一定必要流程的遵守。比如你在煎鸡蛋时，先放油还是先放鸡蛋是有必要讲究的；在包饺子时，面在外边还是肉馅在外边也是有原因的。事物的发展是有自身规律性的，违背这些规律是要付出代价的。

再重复一遍，知见的累积要早于实修，因为你出纰漏时再找资料会来不及。先要正身、正心，再正灵，如果你的脉轮与乙太体还一塌糊涂，



自己引来天雷灌顶时只会把自己劈死，而不是激活金丹。在你接触全体人类的意识素材前，先把自己本世与累生的功课做完。否则，内在的恐慌与抵触会让多维的模棱两可的资讯扭曲成心魔的资粮。

我亲爱的朋友们，我一如既往地犹豫着要不要结束一节课；再说一次，我可以继续说上几个小时。我答应，不久，我们将举行一次聚会课。我很享受你们的雨夜。我向你们俩问好，带着我一贯的深深遗憾，我将结束这次课程。鲁柏帮我传讯得非常好。我也最诚挚的问候你们的客人，并衷心祝愿你们大家有个美好的夜晚。

一句话。你的实验，约瑟，进展的非常好，当你听到你经验中听到的声音时，你会认出来。

（“晚安，赛斯”。



（11:40 结束。珍解离如常。吉姆·贝克特在最后一次休息时离去。我们与吉姆·坦南特讨论了我们对赛斯资料采取非常谨慎的态度的原因，并强调我们觉得，就这些主张等等而言，最好保守一点。我们邀请他参加我们今后的课；愈来愈明显的是，我们必须做出某种安排，既不让资料离开手边，又能让其他人能够阅读资料。当然，我们最担心的是，我们自己拥有的那份拷贝，不要发生任何事情。

（1964年4月28日，星期二，在珍将要入睡时，她的身体经历了一个相当不愉快的感觉。她说，她有一种突如其来的感觉，就像她的“头被打了一下”。“她的身体在床上没有动；她只是感觉到，在她的头顶，有这种非常明确的震动。接下来并没有其他的感觉和经历，她就睡着了。



（就在接下来的经历之前，珍又一次经历了这种震荡的感觉。她说那种感觉就象是头真的被打了一拳。虽然令人非常不好受，但它也立刻消失了。

在顶轮或眉间轮开启时，会有几天或几个月的疼痛，犹如电钻，犹如被狠狠地弹脑蹦，犹如被人用力地指压。慢慢地你的眉间骨会消融掉，头顶的囟门会像婴儿一样再次打开，这种现象叫做骨融。如果几个月你荒废了功夫，它们还会再慢慢地长上、闭合上。这些情况可以通过造影学诊断证实。

（由于我早上在艺术卡公司工作，在此期间珍在家里写作，所以她已养成习惯，在上午 11:30 左右，在用打字机完成当天的工作后，在午餐之前，进行心理时间的实验。

（1964 年 4 月 30 日，星期四，上午 11:30，珍有了一次最有趣的经历。在尝试心理时间的时候，突然发觉她在纽约州，萨拉托加斯普林斯中央大道的老家。她看到她在其间成长的街道，非常清晰，而且是以一种她无法在梦里做到的方式。她站在她家前面，但背对着它。那是冬天；地面积了厚厚的雪；马路上也是，不过马路两旁没有推成墙状的雪堆。

（珍然后看到一个小男孩用雪橇拉着另外两个男孩。她马上知道这是柯蒂斯·伦德格伦（Curtis Lundgren），还是个孩子。自从我们十年前结婚后，就再也没有见过柯蒂斯·伦德格伦。他现在已经是成年男人了。一看到这男孩，珍马上困惑起来，因为她知道柯蒂斯·伦德格伦已经长大了。但是这个街区是真实的。她想：“怎么了，这不是今天——但它一定是今天。柯蒂斯·伦德格伦一家就住在拐角处。”



在灵视被启动后，我们会面对两个变量的不确定性，即时间变量和空间变量。你看见的未必是当下的假象，有可能是过去的或未来的，也有可能是其它平行空间的。这些需要通过对第二与第八内在感知力的练习来稳定和精准自己的标靶锚定频率。

（接着一切都消失了。然后珍不知道自己是怎么做到的，她把刚刚看到的街区场景又拉回来，并又回顾了一番。她想：“怎么了，这是今天啊——转角是拉贝家的房子，还有杂货店。”然后她发觉，她看到的全都是过去的样子。她又看了看，发出了最深切的澈心之泣。然后它就消失了。

（珍还记得，看到了邻居的院子有些光秃秃的紫丁香树丛，就在对面的小学围墙旁。那是一个灰蒙蒙的早晨。她没有看到其他的车或人。就像我的经验一样，她也没有想到要和那些她看到的人说话。

之所以我们能真切地看到不在记忆层面的所谓过去与未来，就是因为这些看似已经逝去或尚未到来的景象帧都真实地存在于广袤的当下中，是这历史剧的既定部分的一个分支。

（摘自珍 1964 年 5 月 1 日星期五的描述。

（下面是今天发生在我身上的经历，11:45 和 12:00 之间，中午。我不断告诉自己，我在轻微的出神状态，轻得像一根羽毛。这个经历很具体，非常生动，令人难忘。



（我闭着眼睛。我开始感到身体放松，但突然一阵寒颤。我的额头感觉冰冷，好像一圈冰袋绕着我的头。惊心动魄的感觉笼罩着我，强度一波比一波强、然后减弱。

（然而，更强的那波感觉似乎在逐渐变强。有一次，我“看到”了一束巨大的光，好像太阳突然蹦了出来。[这是个天色黑暗的下雨天。]。这种颤栗的感觉一直持续着，直到几乎无法忍受。我觉得我真的会被带走或被卷走。我从来没有担心自己的安全。这个经验出奇愉快。我在一开始就暗示自己到中午会脱离出神状态，也设了闹钟。不过闹钟没有响，我意识到，我设定结束出神的时间已经过去了。



（我也想知道，当无人在身边时，更深入那状态是否明智。罗在上班。我虽然很想继续下去，但最后还是数到三，回过神来。我感觉好极了，焕然一新、目炫神迷。由于感觉很强烈，我不禁怀疑，这是否就是所谓的狂喜。）

在修习内在自我感知力的时候，自我能量的脉动会导致载具我感到震颤、发冷、发热、麻痒痛、电流、蚁行、摇摆、舞蹈，甚至会出汗、流泪、流涕、流口水、打嗝、放屁、性冲动。这样的症状可能只是几秒，也可以是几天、数月。如果因为这样的内部乙太体调整，自己就



怕了，四处找普通的医生，那只会被家人和医生臭骂一顿，然后胡乱吃些药，自己也不敢练功了，慢慢地身体又恢复到了俗人的“正常”态——一切症状消失，自己被医生“治愈”了。

现在修行的人多没有名师，自己摸索，胆怯又好奇。如果遇到像鲁柏这样从身体里飞出一个大光球，就更找不到北了，多半以为自己被外星人绑架了呢！

灵性知见的积累与灵性内在感知力的练习要同步展开，不然会互为瓶颈。最重要的是家人伴侣要能理解自己、支持自己，最好是同修，相互能有个帮衬照应。要是嫁给一个麻瓜，还是什么教徒或唯物主义的财迷，那你这辈子也就这样了。



第 50 节 第九内在感官，内在宇宙法则 5, 6, 7, 8

前情摘要：

我们在上一节认识了一个新登场的朋友，而他注定日后还要带来另一名年轻的女性参加这不可思议的见证。

吉姆·坦南特也是一个 25 岁的年轻人，演绎这个角色的存有名叫马雷斯 Mareth，这是阿拉伯语单词的音译，本意是“继承者”。他精通录音设备，日后会帮助保留珍口述出来的音频资料。每一个成员的加入都是被规划好的，何时被感动、带来哪个方面的助益，被精确计算。

赛斯解释了，踩猫事件是 1935 年发生的，而泳池事件却是未来才会展开的。罗对两件事的洞见与侧写，表明了所谓的未来已经存在，而所谓的过去并未逝去。当你打开天眼后，一切都是广袤的现在，一切都是矩阵中的选择。

当明白了空间和时间都是伪装，以及你们的因果论是不再具有意义的连续性理论的结果时，那么你们的科学家们就会认识到，试图用伪装仪器，以及飞行器，来破译基本实相是不可能的。透过这些仪器和飞行器本身就会产生扭曲的理论，只能起到更深入探究伪装模式的作用。

在个人潜意识资料之下，你们会发现一些信息，免费的，涉及到种族记忆，这对心理学家和社会学家都将大有助益。在这之下，你们会发



现与整个物种的起源有关的资料；在此之下，透过情感与之连结，你将来在内自己的边界。

你允许载具我与角色我安静下来，不屏蔽自我内在意识后，让自己能够越过角色我的头脑而向内看，会发现基本宇宙的知识就在活生生的个人之内，而你们所谓的宇宙不过是伪装下的实验。

当你们领悟到这一点，那么能量转换以及分子结构就会上演变化。不再有空间的障碍需要克服，有的只是转换。首先是心灵能量的转换；然后，因为你们在你们层面上被很多伪装概念所束缚，会有物质形象的二次重建。届时一个匪夷所思的全新的地球和地球文明将被展现出来。



但我们想要更多。我们想要在你们的层面上，在一个特定的地点和时间，以有目的的方式，进行这样的物质形象的重建，这远非不可能，但它需要你们达成必要的心理认知重建和基础的心理感知力训练。这些在梦中会被逐渐展开，关注梦的人、觉知地记梦、解梦、觉知梦语的人，会成为觉悟者。

你们只要做你们一直以来在做的事情就行了，但借着自我觉醒的帮助，你们将能够证明你们已成就的程度。如果在你们层面上的每一个人，都相信物质世界将在某个特定的时间结束，那么，它就会结束，你们停止了你们对它的理念建构。因此我们将从一个坚定的信念开始，相信我们设定的目标一定可以达成。



第 50 节 第九内在感官，内在宇宙法则 5, 6, 7, 8

1964 年 5 月 4 日 星期一 晚上 9 点 按指示

（在尝试心理时间的时候，我有以下三个经历。全都很短，并在我意识到，自己接收到了它们之前就结束了。4 月 30 日：一位张着大嘴的年轻女子；全脸特写。5 月 2 日：工人在安装可替换的绿色墙壁。5 月 3 日：两匹奔驰的黑马，前半部高出视角 $3/4$ 的画面。

（我把这些经历列了下来，加上了马匹的速写，以及珍的萨拉托加经历和狂喜经历，见上节尾；所有这些都是为了在今晚的课程上考考赛斯。这些与心理时间有关的经历已经变得如此耐人寻味，而且为数众多，所以我和珍设计了一个方法，把它们按时间顺序列出来，以便快速查阅。

（上周六，我们买了一卷备用的磁带，以备赛斯承诺的派对课。

（我们两个都小憩到 8:45 分，今天没有安排见证人。我们感到很放松，但是随着上课时间的接近，珍感到有点紧张。她开始传述，声音正常，踱步缓慢，整节课程都保持如此节奏。眼睛漆黑如常。）

晚安。

（“晚安，赛斯”。）

看来我们今晚将有一节安静的课。我知道鲁柏一直有他的难处，我常常说，耐心不是他的特质之一。让我恭喜你们，也恭喜我自己，为了我们的第五十次课程。这需要我们所有人的努力。每周两次课程是一个非常严格和繁重的时间表，你们自己现在可能也知道了。

不论何时，当你们感觉需要休息几节课的时候，当然可以休息。一开始我并不想冒险。设定条件太难了。不过，现在，只要你在合理的范围内——我的合理——想要停课，都可以停课。



不知不觉间，我们已经相伴了五个月。我亲爱的听众们，今天是 5 月 4 号，第 50 课，你是否注意到了一个神奇而微妙的同时性穿越了一个甲子，在你的生活实相中被展开已经有段时间了呢？你在和珍与罗每天同时上着相同的课程，在同一天获得相当的知见引领，和她俩共同成长着。在此感谢细雨社的全体同仁为此所付出的辛劳、时间与精力。

（珍笑了）

内在宇宙的第五条法则是创造，我告诉过你们。再一次，就重要性来说，这并不一定排名第五。我只是用最简单的方式给你们讲讲这些法则。

第一个法则：价值完成。

所有意识体都必须为能成为一个意识完形而不懈努力，以达成自我价值的完成。

第二个法则：能量转换。

波粒二象性，一切都是能量驱动下的意识频率波。当有意识的观察发生时，波函数发生坍缩，而显化出大概率中的某一量子确定性；迟缓下来的弦构成显像粒子，而让外在伪装感官得以感知到外在伪装层的存在。当观察者的意识焦点离散后，粒子重新回归量子态，复原成意识能量波。

第三个法则：自发性。



一切意识都被赋予了其无法规避的内在核心底层逻辑。这一犹如意识基因般的底层程序为所有意识带来源自本源万有的自性觉知，引发被设定好的基础欲望，也带来基础生存能力。

第四个法则：持久性。

自体个体渴望活下去，并活得更久些；自体渴望为群体与自身繁衍迭代做出贡献。能活多久活多久，能生多少生多少，被写入底层逻辑，内置入每一个物种角色中。哪怕牺牲小我也要完成繁衍，成为最原始的自我欲望，这甚至高于自体活下去的理性欲望。

这种创造不仅涉及到能量单位和能量场域，从一个形式变换到另一个形式的戏法，也牵涉到新场域的建立。这往往是值的充盈 (value fulfillment) 的结果，在这种情况下，所有给定的可能性都必然会浮现，但每一个浮现，在最真实的意义上，都是一种创造。

创造的发生，又是最常透过值的充盈 (value fulfillment)，它存在于一个与你们的空间和时间无关的维度；而就最深的意义而言，如果你不介意这样说法的话，创造，作为一个整体，从一开始就和你们的空间和时间没有任何关系，而且你们所谓的外宇宙的诞生，是在创造的故事和值的充盈 (value fulfillment) 很久以后才出现的事。

从无形无相的意识体到有色身的灵体，再到有皮囊载具的欲色角色我，这是一种创造性的拓展过程。我们所谓的地球人类，不过是万千地球、数十个类人亚种中的一个。每一个都觉得自己是独一无二的，都被“保护”得很好；各自创造着属于自己的文明；并仰望着伪装的星空，



畅想着自己的所谓未来。人种的展开是一种创造，文明的展开是一种创造，一次次文明朝向不同领域的展开也是一种创造。每个灵魂都在创造着不同的人生体验，为大数据提供底层支撑数据。

创造的本身就是本源意识对所有可能性的穷运算，一切可能性都在被同时探索，每一种探索都向着其有可能的极限展开。这就是本源宏意识获得无漏智慧的“简单”手段。这也就达成了宏意识走向自我完形、达成自我价值完成的自发性初心。

创造性是基于两条内在基础程序展开的：不甘与如果。

它分为两个部分：学徒期和再创造期。

学徒期意识体进入已经成熟了的虚拟亚空间维度中经历各种已知的历史剧，并在其间不断通过改编这些历史剧，塑造各色人物，经历各种人生来累积对“道”的理解，对自己所能与所是的理解。但总有一天，意识体会不甘于始终被系统固有参数与规则摆布，会渴望探索另一种可能性：如果我是造物主，那我的宇宙中是否可以解决那些现在困扰我的问题呢？

于是创造期被展开——一个新的实验开启，一个新的伪装宇宙生成，一套新的系统和底层逻辑在一个新的虚拟亚空间中被运作，为宏意识去探索无尽可能性中的另一种生长途径。而这一切都是自发的。为了达成价值完成，利用能量转化演绎出全新的舞台剧。这样不断地推陈出新，形成了宏意识的新陈代谢，为宏意识的持久性做出了必要的贡



献，让熵增与熵减、混沌与秩序始终自发地保持在一种相对周期潮汐般的平衡中。

等你们的科学家最终破译出，已知宇宙诞生背后的物质实相时，他们只会发现，这是很久以前就存在的一个充满活力的灵性实相的外在显现。创造几乎总是与值的充盈(value fulfillment)携手并存，等到任何物质建构出现在你们的层面时，它已经存在了。在你们的层面上，理念孕育了物质建构，但这个理念本身只是另一个实相的转译，理念由之而来。

值的充盈(value fulfillment)和创造非常相像，但还是有区别，创造是先被激发的，如果我们一定要从连续性的角度来说的话，而为了你们，我们非这样说不可。这里有太多东西只能透过概念模式传达给你们，我说过，在一个字一个字符串连起来的语言中，就会出现这种困难。

我们每人手上都有一部手机，我们都知道它是被我们制造出来的。而在制造这手机前，必须先完成其结构与外形的设计，而这些设计是基于设计团队自身的灵感，而灵感源于自身内的意识实相：研发组的成员先在脑海中看到自己要设计出来的东西，然后用身体把那轮廓描绘出来，再进一步地论证和完善修正，最终批量生产，完成最终的显化——把一堆原子分子凝聚到一起，形成一个富有功能的手机实相。

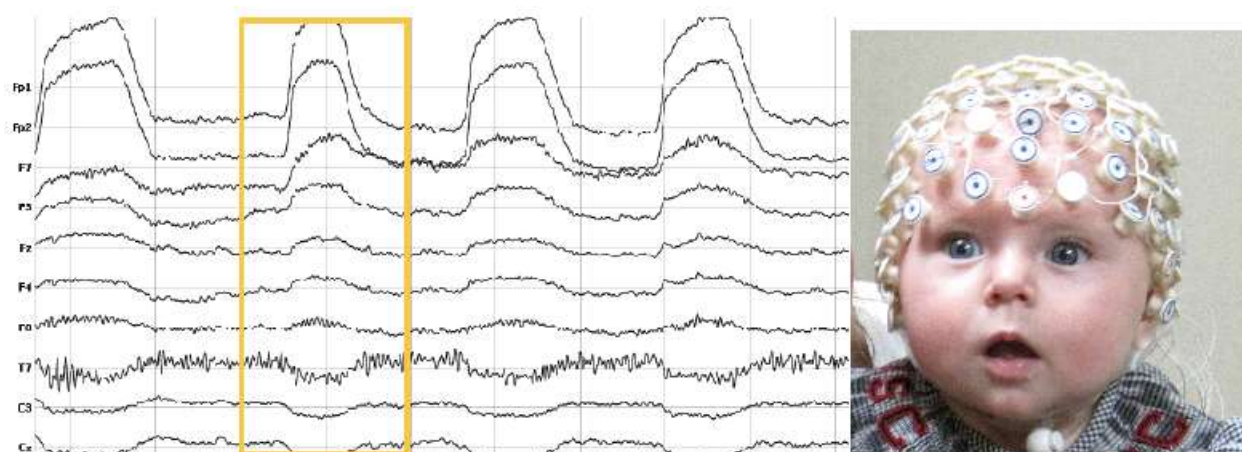
创造先在意识内景中展开、然后完善它的过程是价值实现，最后显化到实相层。从脑海中的轮廓到图纸，再从图纸到实物。



然而，在宇宙的内在生命力和灵性价值中，存在着不断的创造，我的意思是指增加一些独特的、崭新的东西，以前不存在的东西。这个创造升起于内在宇宙本身的生命力，而这生命力不断地自我更新。

我们不断地推陈出新，成功的、失败的点子被逐一尝试，然后通过实践，在时间中被淘汰或升级完善。我们叫这为进化和优胜劣汰。其实从来都是劣币驱逐良币，能留下来的不是最好的，而是让人觉得利益最大化的。我们这个层面的文明从来不关心自身发展，只关注于自身短期利益。这倒不是因为我们自私又短视，而是因为自大又急躁。

它不但自己更新自己，而且产生更多的它自己。并不像你们所想的那样，有一些明确的、有限的能量，万物一定是从中创造出来。相反，确实有无限的能量，这一点我很肯定。先不要问我，这无限量能量是从哪里来的。首先，我不从因果的角度去思考，而能量也没有你们所熟悉的来源。



什么是脑电波？只要思想在运作，就能产生电位差。电位差能驱动脑电图仪，表达出正负电位波动。思想本身就是能量，情绪可以指导电位差。意识体本身就是发电机，意识越活跃、情感越丰富、情绪越波

动，发电量越大。怒发冲冠，多强的电场——能让头发都支棱起来，把铁头盔都举起来。

所以，创造，不断地在继续，而且并不总是沿着旧的模式，而是通过完全不同的模式。还有一个虽小但有趣的重点：在你们自己的层面上，有一个潜意识的知识库，以浓缩的形式为所有的分子和原子所得知，到底做了哪些变异或演化的尝试，结果是什么——可以说，始终关注那些，曾经失败而现在可能适合的形式，或因目前情况可能不合适而试图尝试其他形式。我说过，首先，分子和原子，甚至更小的粒子，都有一个浓缩的意识。



文明被一次次地更新着，每一次都在尝试着全新的如果。为克服旧有的不甘，在潜意识中，我们都知道发生着什么与发生过什么。有一个群体意识的集体意识库储存着所有的云端数据，这些数据对每一个意识能量微粒开放。大家都在总结教训和寻找突破的可能性，那些失败过的尝试被一次次地重新启动，寻找别类的解决方案；或者暂时放弃一时无法达成的、尚且无法理解的课题，而转移到下一场实验中。

我们以为只是基础物质微粒的原子和分子，其实都是智能像素颗粒。它们负责演绎、构建、显化出我们可见的一切，达成所需的舞台效果。就好像一大群纳米机器人一般地存在着，构建出一个个相互平行、彼此不可见的频段舞台，生成舞台上的布景与角色，让演员有所依托地演出自己心中的话剧。

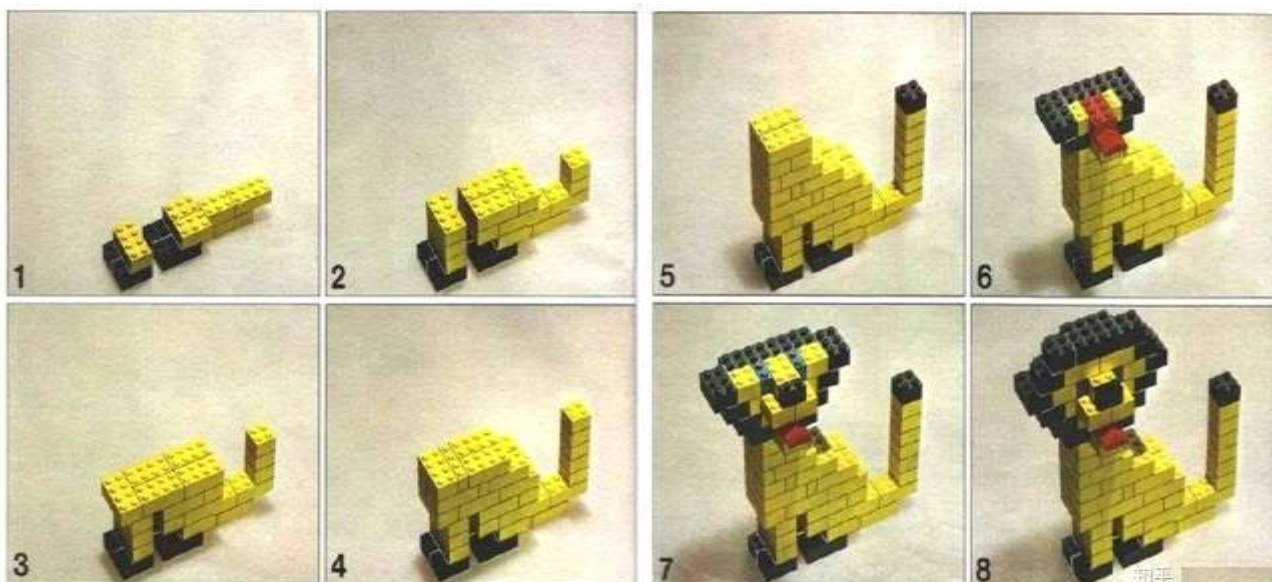
我建议你们休息一下，我们将更深入的探讨这个问题。

(9:28 休息。珍比往常的第一次独白，更充分地解离了。由于这个资料非常有趣，我们决定等着，看赛斯是否会在这节课的稍后，谈论我们自己的个人心理时间经验。珍用同样低沉的声音在 9:39 恢复。)

构成所有物质细胞的原子和分子，基本上不受你们时间的约束。它们在你们的时间框架内行动，但它们所带有的浓缩知识，却带着它自己的奇特且独特的意识，不受限于你们的物理法则。

化学物 (Chemicals) 本身，根本不会产生意识或生命。你们的科学家将不得不面对这样一个事实：意识先行，并演化出自己的形态。但这是，且涉及个体性，也涉及到相互依赖性。你想象肉身形体由某种分开的意识构成，控制着一个完全无意识部分的架构，这是非常牵强的。





赛斯给出的起源说：意识体先构思出自己渴望拥有的载具，并利用粒子级的纳米科技生成它。随后在使用的过程中逐步地完善与做出必要的调整。

当今主流的两种生命起源说：



化学进化说主张，生命起源于原始地球条件下从无机到有机、由简单到复杂的一系列化学进化过程；

宇宙胚种说则认为，地球上最初的生命是来自地球以外的宇宙。

当今的这两种起源说都是基于线性时间展开的逻辑认知，当今的科技与科学还无法理解非线性起源是如何达成的。

我们当今的生物学家则主要推崇“巧合说”——认为是“偶然的巧合”令原子级蛋白质发生了堆积，并在这样的堆积中“偶然地构合出”初始的生命体，这生命体又极其“偶然地”拥有了意识智慧。或者一个

已经完成这些偶然的流星，偶然地砸中了地球。这样的巧合说是为了规避创世论，因为科学中没有上帝的席位。

当然这些都仍然是“线性时间”的逻辑认知。事实是：没有上帝，也没有巧合，却有幕后的生命蓝图与意识投射。

经常有科学教的卫道士会反问：神创世，谁造的神呢？其实这个问题是在偷换概念，意识体的诞生与我们伪装层的诞生是两码事好吧。



就好像我在告诉你元宇宙是哪一年被哪个公司提出的商业概念、在哪一年正式上线运行的、你我生活在这元宇宙中、是矩阵生成的角色形象；而你问我：那这些编程的家伙哪儿来的呢？这些编程的家伙哪儿来的和你是否生活在元宇宙中、你是否是意识伪装载具毫无关系好吧。

身体内的所有细胞都是独立个体，拥有各自的意识。这里固然有等级之分，但每一个细胞都是有意识的细胞，这个事实不会改变。在所有器官内的细胞之间，以及在所有器官本身之间，都有着一种有意识的合作。

对于我们来说，是不会感觉自己的身体不属于我的，但它就像是一个复杂的联合国，甚至仿佛是一个行星。它表层住满了各种生物，有菌类的植被丛林，有茂密的原始森林，有各种动物昆虫，液体的海洋河流里有各种水生动物；表面基层从土壤到岩石，从山脉到沟壑，甚至那奔流的岩浆都是鲜活的，由自我意识的细胞堆积而成；内层那无法想象的高温中也充满了各种生命形式，相互配合又相互制衡着。这个星球有着自己的寿命周期，虽然它的生命比绝大多数表面上存在的生物都要漫长，但也有老朽崩溃的一天。



好，你们几次问存有到底是什么，并想知道片段或人格片段究竟如何成为存有的，要是它们真的有的话。

这里简单来说就有一个这样的例子。分子和原子，甚至更小的粒子，都含有它们各自的意识。它们形成细胞。现在，虽然细胞保持着个体性，并没有失去任何能力，在这个形成细胞的过程中，实际上是将原子和分子的个体意识汇集到一起，并形成一个个体细胞意识。在这里，每一个个体分子或原子的意识，透过这种灵性的完形(psychic gestalt)，得到不可估量的益处。个体意识合并成的这个组合，形成一个新的、扩大的、更强有力的细胞意识，它能够比孤立的原子或分子有更多的经验和盈满(fulfillment)。



如果把粒子、原子、分子比喻成个人与家庭，那么显然形成部落、并进而展开各个部落间的协作形成国家、在国家与国家间展开合作，才能让群体在共赢的基础上达成全体的利益最大化；并通过分工合作的机制达成个体无法达成的体验，最终让全体自然也包括其中的每一个个体受益。这样的共赢模式、协作模式所能达成的经验累积效果、所能探索的可能性的广度与深度都远大于个体能力的上限。

所以意识能量微粒们决定展开彼此的分工合作，营造出一个个活生生的舞台剧，让各种意识探索的可能性在其间充分地展开。

好，我们更进一步来看，正如你很可能猜想的那样。你最终的器官是由无数个体细胞组成的，在这种情况下，这个对个体有好处的相同组合，也会形成一个更大的意识。

这种情况一直持续，无止尽，然而即使最低的粒子，都保有它自己的个体性，并没有被剥夺任何能力。事实上，它的能力增长了百万倍。这种身体合作的本质，不可能仅是你们的化学物和化学反应造成的结果。

就好像从家庭到部落、从城邦到国家、从联合国到星际联盟、从宇宙共同体到跨维度意识长老会，每一个分散的意识逐层凝聚成一个庞大的集体意识集群。这个意识集群形成了一个统合的最高意识合一。就好像我们的大脑统筹着全身，但身体内的各个器官又各自有着自己的地方性独立功能与功用一样。大脑无法直接控制卵巢的激素或卵泡，也不能管理心脏是否跳动，但却可以参与调整这些地方性器官间的相互配合与相互制衡。



意识形成它自己的物质化。肉体躯体真的是一个比想象中更奇妙的现象，但是这里，我希望我没有把你们逼得太紧，因为这种意识的组合还在继续，其结果可以在肉体大脑的意识中看到。

你们会注意到，我说的是大脑，而不是心智。假以时日，所有这一切都会向你们展示其真正的逻辑完美性，其中的大部分在很多看似不同的领域都将是重要的。

大脑和心智是两码事。心不住于身，身亦不住心，这里的心可不是器官心脏，而是能觉知到我为我的那个自我意识。大脑是运算、接受、处理、存储的器官，犹如硬盘一般，它确实处理数据的采集与回馈，但不负责做出裁决与思考。裁决与思考是心识的工作，就好像电子游戏内的人物，它的动作与反应确实是计算机通过硬盘与内存达成的，但角色人物的行为却不是硬盘与内存决定的。NPC 除外。

身心医学正处于起步阶段，但是在这份资料，以及未来沿着这方面的资料当中，将会发现很多资料都适用。例如，当整体意识做出决定，使身体的一部分毁坏或接近毁坏时，就会要求得到许可，并得到或得不到许可。这似乎与讨论存有相去甚远。然而，我把许多主题绑在了一起，是为了启发你们。

一个人是否生病、病得多重、能否治愈、什么时候能治愈、是否会面临死亡、是否会死亡、医疗干预是否有效、有效的程度有多大、预后如何，这些问题很大程度上与患者自身有关。和医生与医生做了什么、用了什么药物其实没有多少关系。



现在医学的口号是：偶尔治愈，常常帮助，总是安慰。

什么意思呢？从理论上医疗干预应该是有效的，但为什么多数时候无效？别问我，我尽力了，我们能做的就是鼓励你直面自己的问题，然后等待疾病的自行缓解。如果它不缓解我们也没办法，只能说点儿好听的片汤话。毕竟我们贩卖的是希望，而不是健康。

其实所有医生都知道，患者的信赖和不恐慌是医疗成功的 70%。医生提供的是一种心理上的支撑，而其它的都靠患者自己的心理重建。看患者到底自己想病多久、是否已经活够了。当然这些心理活动都和载具我与角色我无关。不过确实患者是可以与自己商量的：咱们别闹了，好好过日子吧。如果心诚，患者症状就会逐渐消失。这倒不是唯心论。在安慰剂的临床科学研究中发现，只要患者钱花到位了，病就治好了。至于自己打的是生理盐水还是吃的淀粉片，没有直接的临床差别。当然前提是药品要够贵，还要病患不知道那是安慰剂。

在临床上，医生判断预后最常用的手段就是观察病人是否真的想被治好，那些经年累月被慢性病折磨的患者，多数都有一个共性：大夫，一切都交给你了，看你的水平了！花多少钱都不是事儿，你可要治好我啊！这样的患者一般疗效都很差。

因为他们对自己的生活习惯、饮食结构、脾气秉性、为人处世、起居规律，绝对不做出必要的修正。医生说的的时候都答应得好好的，转脸就我行我素，该怎么样还是怎么样。



原来接触过一个血糖 420 的 60 多岁女性患者，持续地高血糖，什么药都无效，各种检查也找不到原因，于是住院严密管控，做全面检查，每小时都测量血糖，期许找出病因与规律。两周后医生们都颓废了，毫无道理。这时打扫卫生的人抱怨她房间里总是丢出很大的蛋糕盒子，查监控才发现，每天她自己溜出去买一个大生日蛋糕独自享用。之后和患者对质，她很委屈地说医院的伙食太差，吃蛋糕是她多年的习惯。

肿瘤患者复发多数与吵架有关，而吵架的原因是别人不能按照自己的意思去做，或自己不肯按照别人的意思去做。医学界的共识：人活拧巴了，身体也会跟着拧巴起来。医生只能缓解症状，却无法捋顺人心。心性不改的人，早晚还是同样的病会复发。这就是为什么多数病的治愈率都很低，而依赖医生的患者疗效都很差。

当然，医疗在极大程度上有效地对物理伤、化合物失衡、菌群平衡性紊乱带来的疾病与症状有立竿见影的疗效。我们不能学习灵性就全面否定其它可能性，或学习生化就全面否定身心灵。在这个多维的世界，任何一个箩筐都装不下所有的东西。

我建议你们休息一下。我自己有些犹豫，不确定要不要和你们讨论，有人可能想参加我们的课做见证的事，但还是可能这么做。不过目前来看，你们似乎在坚持自己的主张。尽管休息吧，如果今天晚上我似乎给你们塞了很多东西，那只是因为我想充分利用我们的时间。

(10:02 休息。珍完全解离；她对刚刚传讯的资料只记得一点点。

(上周六，珍从赛斯那里收到几次短短的闪讯；我们最近一直在关注处理证人问题的最佳方式，也就是，让可能的见证人熟悉这份资料，



同时保有我们自己的隐私感，并保持对课的主控权。珍很生气地挡住赛斯，觉得这是我们必须自己处理的问题。

（我们认为一个可能的办法是：让见证人参加周三的课程，我们决定保留星期一的私人课，以便我们可以放松——当课程进行时，见证人可以先在另一个房间读这份资料。然后，当 they 与资料熟悉后，就可以来听课，并了解状况。但在阅读资料期间，证人可以做笔记等，或是他们觉得哪种方式适合，就用哪种方式接触这份资料。我们手头只保留一份抄本，所以不能让资料离开住所。

（珍安静地恢复 10:14。）

因此，你们所说的意识，似乎可能是这种组合的结果。也就是说，自身意识（self-consciousness）似乎是这种组合的结果。然而，每个细胞都有它自己的意识，当我把意识说成是细胞生命的一个属性时，我只是为了方便，因为实际上细胞生命是意识的一个属性。

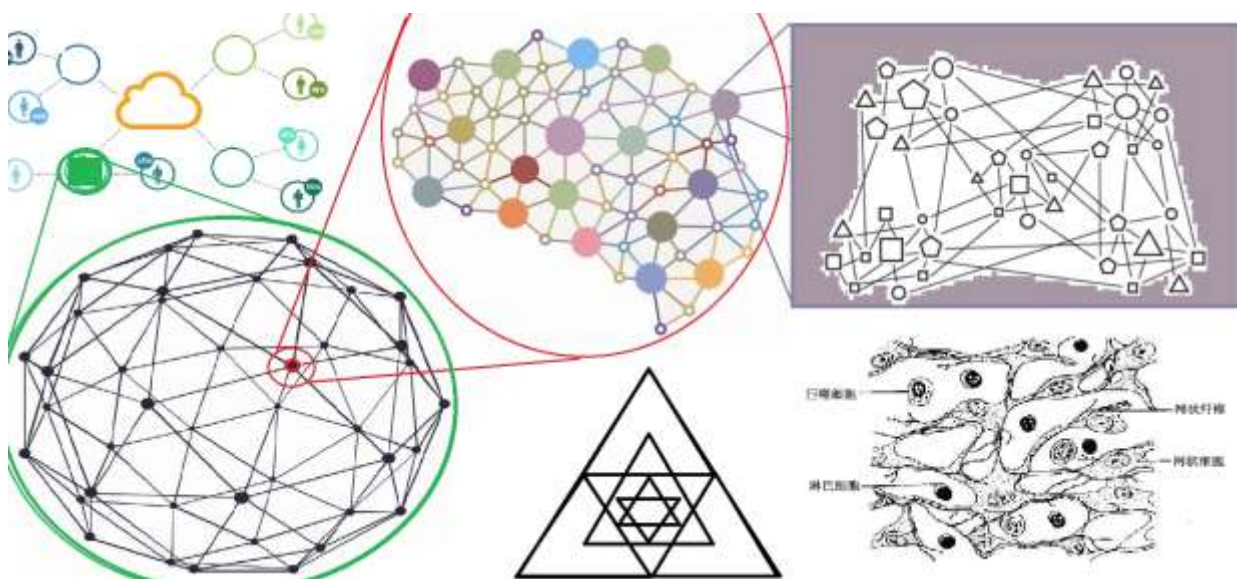
因此，肉身形体是意识的一种属性。原子与分子拥有一定程度的自身意识，同时也拥有广泛性的意识。（generalized consciousness）。人类的自觉(self awareness)，部分是由自觉的个别原子与分子组合而成。你们称之为潜意识的这个广泛性的意识，则是由个别细胞与分子的广泛意识组合而成，但现在我们来看看，每个分子背后或内部那自觉的意识个体的来源。它源自于哪里呢？

它当然来自内在宇宙。在你们学会直接感觉概念模式之前，要解释这一点极端困难。我会尽量把它简单化，我并且希望，在你们能掌握它之前，先不要提供资料。

形成这世界的是一大群纳米级的有独立智慧的微型人工智能机器人。它们的存在是一种不争的事实。它们聚沙成塔，散而无形，可是聚散



又不是它们自发的，是由无形意识来调控的；可是这响应又是自发的，因其内在核心程序就是渴望通过这响应达成自我价值的达成。



反过来说，有一个宏意识的存在，它分化万千，形成了层层子意识群，犹如蜂群或蚁群；可是它又是去中心化的——这个宏意识是由群体意识中的每一个小意识构成的集合。就好像全民构成了国家，定期选举出政府，可是政府又凌驾于人民。两套系统在一个整体内运作着。

没有一个个的个人就没有人类文明；可是人类文明、人类群体意识又在幕后左右着每一个人。每个人都渴望人类文明进步并为此付出自己的努力，于是一种群体复合协作展开了，随宏意识聚化显现出各种相。这相被伪装成物，构成物理伪装层与伪装层中的各色角色。只要是粒子构成的一切所是都是角色，甚至一道闪电、一堆篝火、一片流云、一阵清风。

（现在珍的传述变得相当缓慢和谨慎。）

渴望在你们层面上物质化的能量人格，他自己通过使用内在感官成为这个层面的一部分。通过一个扩散(diffusion)的过程——顺便说一下，这就是我们的第九内在感官——能量人格首先把自己扩散成许多部分。因为进入这个层面成为这个层面的成员，用其他方式是做不到的，必须用最简单的方式，在你们的层面上建立起来，你们的精子(sperm)当然是这方面的一个入口。

然后，人格的能量必须重新组合和汇聚，用那我已经具体说明过的方式。脱离纠结的内在感官，以前我简略提过，代表一个几乎和最初的扩散相反的行动，必须进行这种行动，才能从你们的层面成就任何独立性。

用一个好理解的比喻来理解这个问题：比如你在国内有一千万存款，而你渴望在海外购置一处房产，可是每年你只能转账五万美金，随身只能携带一万美金。你一算这样不成啊，等能买到房子都二十年后了。于是你自己先飞到海外，拿到一个身份建立一个账户，然后把整个自有资金打散，用蚂蚁搬家的方式，把资金投入各个渠道里，然后你在海外重新从各个渠道中回收这些属于你的资金，再一次地形成一个完整的自我。当然你不用把所有的自有资金都转移到海外，自己够花就成了。

多数情况下，我们都犹如海外留学生——自己是父母按需供给的，有一个预算封顶额度和每月固定额度，有起始资金和后续追加投资；如果自己在海外能勤工俭学，自己赚取额外的资金，小了点可以说改善自己的生活质量，大了说可以减免父母的资金支持，更好些学成回国时还能带回一笔不菲的额外盈利。

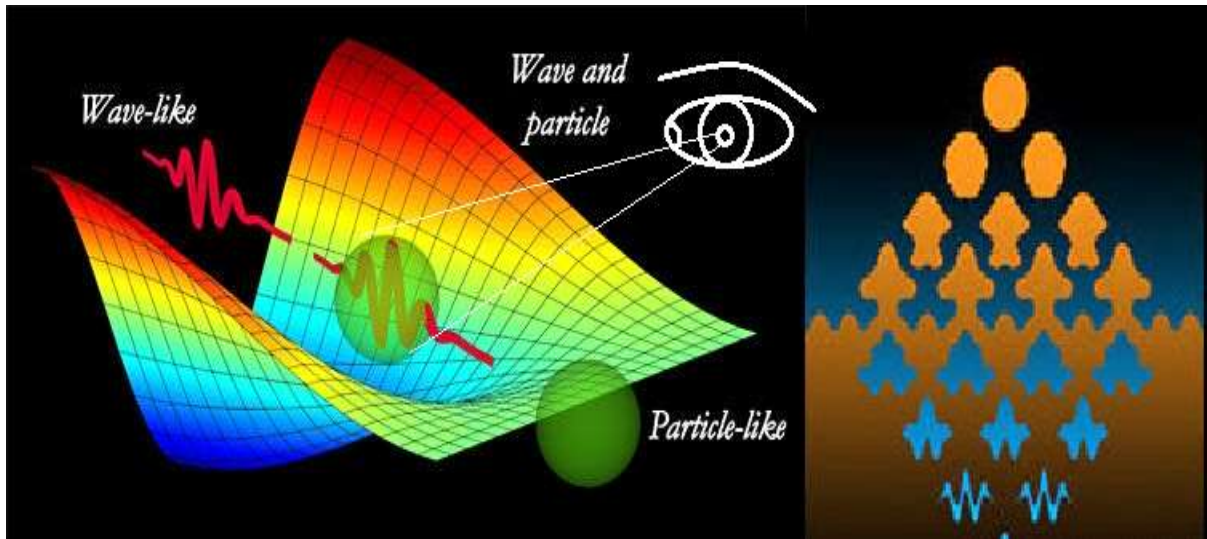


我们这世界就是这样运作的，犹如游戏公司，先期投入一些资源搭建一个平台，然后招募玩家进入，引导玩家充值，游戏公司再利用收拢上来的资金和玩家数量去融资，扩充游戏内容，完善游戏机制，继而招揽更多的玩家加入。慢慢地一个荒凉的世界就变得热闹繁荣，人头攒动。玩家角色人物只是一个虚拟形象，自己的外形、武器、护甲、能力，都要靠自己赚取或充值来达成。

你的自我意识进入这个游戏平台，选择了一个服务器，设立了一个账号，创建了一个初始角色，选择了种族、模样、初始技能，或者还有一两个好友组队；然后或者自己在这个世界上赚取构成自己的微粒，或者直接跨维度充值自己购买构成自己的微粒。这些微粒以食物、空气、水等形式进入你的账号，转化成你的有相载具，但它们有一个有效使用期，短的几个小时，长的几天几年，而你要努力维系自己在这个世界中的角色不会崩溃，就要不断地完成新陈代谢。

意识能量微粒是不断流转着的公共资源，它构成万物，包括我们的载具，但它不归属于任何人，它是山峦湖海、是土壤雨露、是植被昆虫、是牛羊粮食、是我们的代谢物和最后的灰烬。它是流动的——相互聚合，形成物与相；彼此解离，形成带有意识的能流。在聚散间形成色空的转化，在虚无中构建出世界，又让世界转化成虚无。





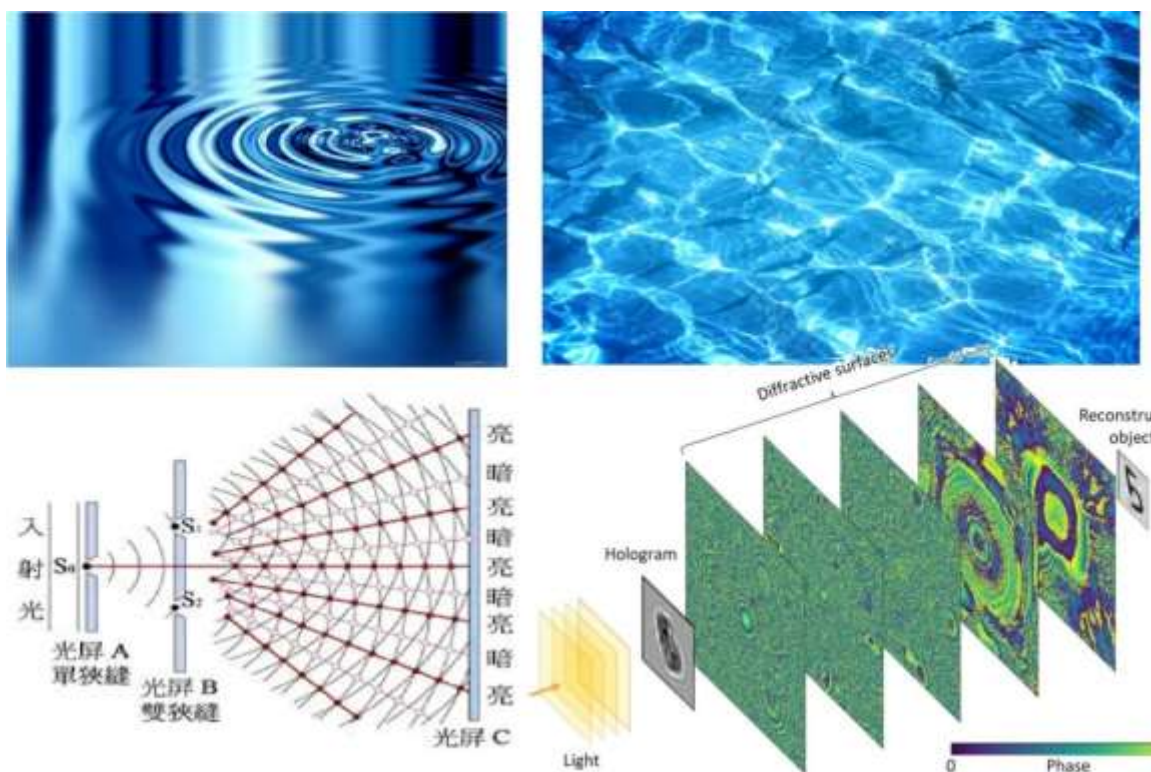
它既是能量的波，又在被观察时形成坍塌的粒子；它什么都不是，又同时是万物；它不在任何所谓的时间中，却构建出被感知到的时态变迁。意识体意识的聚焦带来伪装实相的呈现，而外在观察被内在观察取代后，你看见的就是能量波与频率，而我们要学习的是同时展开对外与对内两重世界的双向同时觉知，进而透过两重世界的参照，领悟到隐秘于其背后的真实宇宙。外在伪装层是红尘一梦，内在投影层何尝不是痴人说梦。

我建议你们休息一下，希望你能听懂我的话，稍后在讨论中我会设法谈到你们的事。但我想在今天晚上尽可能地把这个想法说出来。

(10:30 休息。珍现在已经完全解离了，她说，比平时更解离了。在最后的这个资料中，她感觉到赛斯试着把这个概念拆解成我们能够理解的说法。她也觉得，有时无法将概念分解成文字。恢复 10:40。)

我们下一个内在宇宙规则，或者说基本法则，当然是意识。存在于任何层面与任何状况里的一切，都含有意识、浓缩知识，甚至还有某种程度的自觉 (self-awareness)。

无一例外。



是一念令虚空出现了涟漪，是涟漪让脉动成为了频率波，是频率波让电位差形成了能量和能量的脉动，是能量的脉动构成了波，也就有了粒子和世界。世界让意识有了实践梦想的舞台，舞台上心识激荡，又形成源源不断的意识能量，犹如铜钟内反射着的嗡鸣，构成了彼此交织的衍射波，让纹理越来越复杂。在一念之前一切混沌，无我无人无物，在一念之后念念不忘。

我们下一个内在宇宙的法则是无限移动的能力 (capacity for infinite mobility)，这发生于广阔的现在之内，无限广阔的现在。

我们下一个内在宇宙的基本法则是无限可塑性与蜕变性 (infinite changeability and transmutation)。也就是，任何给定的部分能量，

在其内都有能力采取任何模式或形成无限多的能量场，每一个都能产生真正是无限的各种结果。

第五、内在创造力，

第六、无限意识，

第七、无限可流动性，

第八、无限可塑性

你知道，就先天能力而言，手臂上的细胞或原子一样可以形成耳朵。这是一个非常简单的例子。我相信我今晚给你们资料，够让你们忙一阵子了。

我们都知道身体中的干细胞可以逆向发育成胚胎细胞，再利用胚胎细胞生成任何人体组织或器官，完成残损躯体的自体修复替换。这一技术已经在实验中可行，只是在医疗伦理学与社会医疗公平性上遭到猛烈质疑。

虽然在你们听来也许不可能，但这种广泛性的分子意识（generalized molecular consciousness），你们会称之为潜意识，在它自己之内，以浓缩的基因方式，包含了所有关于宇宙内部运作的知识，这些知识在需要的时候会被激活起来，而且立即可得。

任何可以上网的设备，哪怕它再微小，也具备对全网内容的可即时调阅能力。一即万，万即一。



你们个人自我本位的认识和你们自己的伪装宇宙有关，也与其内的操纵有关联。然而，对于我更愿意称之为精神基因的这种浓缩密码式的理解力，在任何时候都是可供使用的，但对自我本位的“我是”（I am）则不一定。

当你省悟到，你远比自我本位的“我是”大得多，你真正的人格包含了一个更大的、真正更强大的内在自我，那么对外在自我相对来说不可得的内在理解力，将不会再困扰你们。

我们对“我”的认知是有一个渐进过程的。最基础的是肉身载具我为我，然后逐步递进展开分别是：头脑角色我、内在意识我、自我意识层级（小我、高我、本我）、自我意识群体（对等我、平行我、递进我）。到这一步，第一层我的觉知就构建完成了。存有我被完整地意识到，但它隶属于万存、万有的集体意识合集，而万存万有们构成了一个宏观的意识集合体，这个意识集合体又形成了一个群体意识核心，这个群体意识核心被叫做本源意识，即第二层自我认知的巅峰。当然本源意识只是虚空意识内的一个细胞核般的存在，而这样的意识细胞密密麻麻，相互叠加着。不过这已经超越了基层意识可觉知的范围。

现在，你将会明白，我们谈过很多次的内在自我，是把能量投射到你们层面的投射者。代表基本人格的内在自我，通过扩散(diffusion)使其自身具体化并进入你们的层面。

所以内在自我是你的镜相（ counterpart）。它把能量分解成简单的成分，但它仍然得在内在宇宙既有的法则之内运作。于是它形成将构成



个体的个别分子和原子。它本身的知识进入了浓缩的形式，因此，分子能够根据你们宇宙固有的物质属性进行结合与再结合。

一个完整的内在自我意识，把自己打散成无数分离的意识微粒，并把它们抛洒入各个意识层。这些意识微粒，在各个意识频段中按照每层中各自不同的法则，构建出相匹配的角色形象，并利用这角色展开自己的故事经历。每一个微粒都有独立意识，又可以合作形成一体的群体意识。这群体意识小到一个细胞，大到宇宙万维的宏观意识集合。个体意识小到一个意识微粒，大到承载包含着宏观本源的虚空意识体。

是无数电脑形成了电脑网络，是电脑网络支撑着无数电脑；是看客与博主让网络有了内容和流量，是网络的内容和流量吸引了看客和博主。网络没有占用更多的实体空间，但网络确实在高速扩张着自己的容量和“体积”。网上各个平台里注册的用户与用户名加起来比地球人口还多百倍，可见每个人在不同的网络平行空间中各自有多少个“分身”——有时同一个平台内就有几个自己不同名字甚至性别的账号，和不同的人群在说着类似或不同的话，展现出自己的不同意识面向和内在渴望。

当你重读这些资料时，你会明白为什么这是一个重点。你们会明白，虽然有意识的人类似乎是这种组合与重新组合的结果，然而，他不仅仅是那个结果而已。他是一个有目的形成的特有人格，不是随机的组合，内在自我创造它自己的一个复制品，好在一连串明确特定的状况中运作。这一点极为重要。



整体大于所有部分的总和，但，这是因为你们没有看到整体。在你们的宇宙中，整体永远不明显。你们不知道的东西太多，仅仅以这种纲要形式，而有待说明的东西，就多到让我震惊不已。有很多事情还没点到呢。

把皮肤、肌肉、骨骼、内脏、神经、头脑都分解开，还是这堆东西摊在桌上，它们就什么都不是了。虽然一样没少，可是没有了群体协作性后， $1+1$ 不等于 2 ，虽然 $2=1+1$ 。在这里 $1+1$ 通常大于 2 ，这就是整体大于所有部分的总和，协作带来共赢，最大的利己就是利他，而利他是最精致的利己。

我们作为一个人，我们是自家高我为达成某一特定任务而生化出来的，并投入了专项投资。我们作为一个人，其实是一个全资子公司，有着自己的业绩指标和专研方向。这就是我们被组建并持续存在的唯一目的和意义。我们带着自家群体自我的初始资金来到这个蕴含着可能性的维度层面开始“淘金”。至于能否达成所愿、要多久才能满载而归，没人知道。唯一已知的是，不达标不能毕业回家。

我建议你们休息一下。

(11:06 休息。珍解离如常。一到休息时间，我就觉察我的右手现在有熟悉的肿胀，或扩大感。它变得非常明显。我的左手也有比较轻微的肿胀。珍说，她在一定程度上也有相同的感受。我们因为没有事先准备，所以没有测量；这个感觉在几分钟后开始消退。

(珍恢复，11:14。)



我们会在另一节再来讨论你们的经验。我很抱歉要推迟这个讨论，但今晚是绝佳的夜晚，给你们提供我们所涵盖的资料；我想要详尽解释你们的经验，也想利用它们来进一步深入我们对内在感官的研究。不过，你们一直做得特别好。我告诉过你们，透过内在感官的直接体验会极为生动，现在你们可以亲自发觉这一点。

马的事件是极其有趣的，虽然它只代表了部分理解，或者说是部分传递的理解。鲁柏的萨拉托加经验让我欣慰，我对鲁柏在萨拉托加的经历也很满意，并希望让他知道，我们将确保他不会打扰他。

如果你能给我应有的信任，鲁柏，就不需要经历那么多的煎熬。你们周六晚上的社交活动对你们俩都很有好处。你们想必知道。

内在感官的资料也会与我们的内在宇宙法则息息相关，因为它们具备了认识内在宇宙法则的能力。如果我疏忽了未提到鲁柏的装着，那就让我在这儿表达我的赞许。除非你们还有什么问题，否则我就要结束这次课程了，因为资料传过来得这么好。

（“我想没有。我们似乎做得很好”。）

我确实很遗憾没有讨论你们的经历，因为我知道你们很期待听到它们的解释。我祝愿你们俩有一个最愉快的春夜，享受它余下的时光，而我像往常一样，舍不得结束我们的课。我觉得这节课特别愉快。

（“晚安，赛斯”。）

（11:25 结束，珍像往常一样解离，套用她说的话：在传述结束时“上来了”。在课程期间，她的眼睛像往常一样变黑；她的声音全程保持相当正常。我们两个都没有再经历手的现象。）



第 51 节 物质化机理，宇宙法则 9

前情摘要：

在上一节中，我们接触到了第 5、6、7、8 四条新知识点，我们连贯地从头梳理一遍。

一、价值完成。

所有意识体都必须为能成为一个意识完形而不懈努力，以达成自我价值的完成。

二、能量转换。

波粒二象性，一切都是能量驱动下的意识频率波。当有意识的观察发生时，波函数发生坍缩而显化出大概率中的某一量子确定性，迟缓下来的弦构成显像粒子而让外在伪装感官得以感知到外在伪装层的存在。当观察者的意识焦点离散后，粒子重新回归量子态，复原成意识能量波。

三、自发性。

一切意识都被赋予了其无法规避的内在核心底层逻辑，这一犹如意识基因般的底层程序为所有意识带来源自本源万有的自性觉知，引发被设定好的基础欲望，也带来基础生存能力。

四、持久性。



自体个体渴望活下去并活得更久些，自体渴望为群体与自身繁衍迭代做出贡献。能活多久活多久、能生多少生多少，被写入底层逻辑，内置入每一个物种角色中。哪怕牺牲小我也要完成繁衍，成为最原始的自我欲望，这甚至高于自体活下去的理性欲望。

五、内在创造力。

不仅涉及到能量单位和能量场域从一个形式变换到另一个形式的戏法，也牵涉到新场域的建立。这是基于价值实现的需要。在这种情况下，实验层中会给出新的可能性设定，创造出一种新的探索模式。创造最常发生在价值实现的过程中，它存在于与空间和时间无关的维度，在那里编写所有基础程序的逻辑框架；基础逻辑程序要远早于你们的空间和时间开始运作，在创造性的故事和价值实现达成后很久，才投射生成了你们所谓的外宇宙。

为了实现对自我价值完成的探索，展开了创造性的推演，而创造性的推演缔造了可以让自我价值完成得以实践与探索的可能。宇宙的内在生命力让灵性价值存在着不断的创造力，持续渴望获取新的独特的东西。意识拥有无尽的求知欲和探索欲。

六、无限意识。

意识是一切的源头，也充斥在一切之中。它形成能量，又用能量作为自己的载体。它形成波与粒子，又用粒子构建出物相，成为自己展现创造力与实践蒙面舞会的剧场，在自娱自乐间寻找已知可能性外的意想不到的可能。在无限的能量中，创造被不断地继续，通过完全不同



的模式展开变异或演化的尝试，成功的将被精进，失败的也会被再次推演。意识形成它自己的物质化，又去物质化回归意识，如此往复着。

七、可流动性。

“我”的认知是自我发展最大的瓶颈。这一认知源于伪装层的理念经验，一旦突破自我局限性，自我意识将升华到宇宙意识。当你省悟到，你远比自我本位的“我是”大得多，你真正的人格包含了一个更大的、真正更强大的内在自我，那么对角色我来说不可得的内在理解力，将不会再困扰你们。一切超自然的能力将被恢复启动。

内在自我是投射者和观察者，它把能量影像投射到你们的层面。代表基本人格的这个内在自我，通过渗透使其自身微粒化穿透维度壁，又再具体化进入到你们的层面聚化成型。内在自我与伪装角色我互为镜相。它虽进入了伪装层，但仍然需要遵循内在宇宙的规则运作。它把自身已拥有的知识、智慧、能力内置到粒子中，在重新形成构建伪装角色载体个体时，根据所在伪装宇宙内的固有物质属性法则进行结合与再拼装，逐渐恢复自身已有的心智水平。

虽然“有意识”的“人”似乎是这种组合与重塑组合的结果，然而，他不仅仅是那个结果而已。他还是一个为特定目的而形成的特有人格。组合不是随机发生的，内在自我创造它自己的一个复制品时，是为了能在一连串设定好的、明确的、特定的人生状况中可以运作。这一点极为重要。它不会设立角色无法达成的难题，如果遭遇到无法解决的人生问题，那一定是自己没能找到适合的方法。而设立这些难题就是



为了在寻找方法中达成自我成长。所以逃避问题一向是被斥责与鄙夷的。

八、无限可塑性转变与无限的蜕变性。

这发生于无限广阔的现在。“个体”持有从本体中给定出的部分能量，展开在指定框架内随机任意模式的发展，进而形成能量频率几乎无限的可能性之组合，展现出不同的能量场与其特有的特性。每一次分化都能真正地产生出无限意料外的衍生。意识微粒们通过组合构成一个个大小不一的群体独立意识，然后在随机性中相互形成混沌作用，激发出可预测的不可预测之结果，让宏意识可以拓展自我已有认知外的认知，探索意想不到的可能性。这正是大千世界。只有你想不到的，没有它做不到的。



第 51 节 物质化机理，宇宙法则 9

1964 年 5 月 6 日 星期三 晚上 9 点 按指示

（在尝试心理时间的时候，我有过以下的经历。这些经历非常短暂，在我意识到之前就已经结束了。

（5月 5日：躺在床上的时候，感觉两只手膨胀了许多，这不是现在已经熟悉的那种手指和手掌的肿胀感，而是实际尺寸增大的感觉。两只手的面积至少增加了一倍，就像长大了一样，或者说我戴上了一副巨大的手套。

（5月 6日：瞥见一块三角形的服装首饰，紫铜色，中间开口，三角形的三条边上镶嵌着一排假的，无色“宝石”。一离开心理时间状态后，我就忘记了这一景象，但第二天在心理时间状态下，却又想起了它。



(星期二, 7:25, 我的右手有短暂的肿胀感。

(晚上 8:00, 吉姆·坦南特 (Jim Tennant, 存有名马雷斯) 抵达做见证人。他花了一个小时的时间阅读先前的资料。他还带来两个问题, 一个是他个人的问题, 另一个是非常技术性的问题, 来自他在康宁玻璃工作的同事。

(8:30, 珍从她的小睡中醒来。8:55, 她说她不像往常那样, 在课前那么紧张了。她觉得今晚赛斯以某种方式“照顾”了她, 让她放下有见证人一事的顾虑。我给她看了我们越来越多的心理时间经验清单, 希望赛斯今晚能讨论这些经验。珍开始传述, 声音比平时厚重, 整节都是如此。整晚, 她都来回慢慢地踱步, 双手插在口袋里。眼睛漆黑如常。)



晚安。

(“晚安, 赛斯”。)

我在上一次课程上谈到了身体细胞之间的合作, 以及构成细胞和器官的原子和分子之间的合作。

在潜意识中也有一种机制, 可以将观念想法或内在活力具体化或投射到物质结构中。这种能力甚至在原子和分子以及更小的粒子中也是固有的。

你会记得我们说过, 原子和分子中含有意识, 首先它是一种广泛性的意识, 在其内, 资料悬浮在浓缩的精神基因代码中, 也有某种有限程度上的自身意识。





这是一种造型像“吃豆人”的人造生物机器人。2021年11月29日，美国佛蒙特大学、塔弗茨大学和哈佛大学威斯研究院的研究人员在《美国科学院院报》上发表论文，描述了世界首种生物机器人 Xenobot（也被称为“异形机器人”）。这是一种活的、可编程的有机体，它可以自我繁殖、自我修复、自主进食、自体增生繁殖。最重要的是，它在内置编程的控制下行为完全可控。而这内在的程序可不是我们普遍认知的电脑程序，而是生物基因程序。

而编写生物基因程序的方法就是利用细胞内自带的精神基因代码，比如表皮细胞中拥有防卫、愈合的基因代码，而动力细胞中蕴含着收缩和舒张的运动基因代码。

如果说宏观本源意识是一部字典，那意识能量微粒们就犹如从碎纸机里出来的字典，还是那些内容，可是各自都只有意识的片段，然后开始相互随机在混沌中拼凑，犹如疯狂打字的猴子，在随机中必然能搞出个莎士比亚全集来。

因此，将想法观念投射到物质实体中所需要的能力和机制，是存在于个别的原子和分子中的。我提到过原子和分子是如何结合起来形成细胞的，而每一个单独的原子和分子并没有舍弃自己的独特性，而是形成了一种完形(gestalt)，因此，一个细胞的确就是一个灵性完形，透过存在于每一个单独成分中的能力而被赋予了物质建构的灵性完形。

因此，将理念或能量投射到物质结构中的能力，遍及在整个人类身体以及任何生灵中。这种能力是广泛性意识的一部分，或者你们所说的潜意识，因此，它不需要自我本位的觉察或理解就能发挥其功能。



每一枚细胞都是一个完整的独立意识个体，但为了能借由群体的能力得到更复杂的经验体验，意识微粒通过食物链进入到角色我的群体意

识中，成为载具我的一部分。很多人悲天悯人地不吃这个不吃那个，其实这断送了那些分子完成进阶体验的可能性。就好像中央说要爱惜江浙的孩子，今后江浙的孩子都不能进入高考考场一样。这是对自然平衡与平等的蔑视，怎么植物就没有情感、感觉、记忆、灵魂了吗？还是你只认为动物有情感、感觉、记忆和灵魂呢？其实两种认知都是偏激的。自然界中的一切都是平等的，包括我们。

但并非每一个原子或分子都有将想法观念投射到物质实体中所需要的能力和机制，它们各有所长。就像钙可以形成骨骼和指甲牙齿，却不能形成皮肤，每个分子有其固定的特长与特性，进而形成不同功能的细胞，构成细胞的不同能力。所以细胞也因不同的构成方式有了各自的特征与特长，需要彼此的合作，构成一个完整的、复杂的多功能机体。

我也曾提到，手臂上的细胞也同样可以形成另一个肢体或身体部位的细胞。在这里，这个精神基因代码系统的目的，就是为了维持这样的目的和信息。

物质的染色体模式，和精神基因代码是有区别的，染色体以浓缩的物质形式携带着转译过的内在指令，供物质细胞遵循。

然而，与染色体系统平行的精神系统，在原子的广泛性意识内，以浓缩的形式携带着存有传递给它的信息。也就是说，在进入你们层面之前，人格的主要特征，已经被人格本身所决定。



一个人生病，何时发生、多长时间、病得多重、能否被治愈，在很大程度上是被宿命规划好的。我们都知道生病的原因无非是五大类：情志原因、基因原因、环境原因、饮食原因、生物原因。

这里环境原因和自己所出生的、工作的、生活的地点有关，这是宿命里安排好的；饮食原因一半是家族饮食习惯的遗传，一半是自我性格造就的，这两点也是宿命里自带的；出生在哪家和自己携带哪种性格转世，都是出生前自己设定的；情志是与自己先天性格或因为这个性格导致的后天遭遇相关，也是宿命的一部分；基因更是自己出生前精挑细选的：容貌、体魄、智商。

基因里不光只有这些，还有什么时候生什么病、病多久、出现哪些症状这样的决定性信息，并且这些在你受精时刻已经成为宿命，这就是染色体以浓缩的物质形式携带着转译过的内在指令，供物质细胞遵循。

当然也可以带着完美无缺的染色体降生，然后因为各种闹别扭、想不开、熬夜赚钱打游戏、喝酒抽烟吸食毒品、暴食把自己的基因给糟蹋扭曲成病态的样子，并遗传给自己的后代。其实遗传的不止是基因，还有行为作风、思想模式、饮食习惯、价值观念。

内在的自我知道自己是什么。这份内在信息，通过精神基因系统，以广泛性的分子意识传递到染色体系统，然后，染色体系统再把信息转译成物质代码，让细胞遵循。你会发现这与我们上一节的资料相吻合。



一个两周大的小婴儿其性格秉性就已经显露出来了。这些非后天的心性是由其心智中的精神基因带来的，换句话说就是那个灵魂投身成你所谓的孩子，而这个灵魂又有着怎样的认知、秉性和心智成熟度。孩子由谁来演绎并非是随机事件，这是演绎父母的灵魂和演绎孩子的灵魂事先安排好的。在孩子满 16 岁前，父母有义务演绎出这个孩子所需要的家庭剧，包括各种伤害性的情节，好让这孩子可以顺利完成自我角色塑造和童年经历累积。

一个 16 岁前夭折的孩子，（不包括自杀），都是为父母铺设剧情助缘来的。灵魂知道线性时间上的一切，包括所谓的未来，它们在出生前就知道自己何时、为何退场。来此或许是为了自傲，试牛刀第一次当人；或为了激化父母潜在课业，展开后续剧情。

我们可以把生物基因理解为手机的硬件设计蓝图，而这蓝图中涉及到其功能、配合，与原件何时损坏、是否可被替换修复。而意识基因犹如安卓或 IOS 软件两大设计理念，是底层主板程序，与可扩容的能力、后期用户习惯、接触使用添加哪些软件等有关。硬件与软件都有序列性的成熟替代轨迹可寻，在一代代的变化中可以明显地看到上一代遗留下来的设计思路、特征特长，这在同系列中表达出遗传性特征。硬件与软件相互成就，也相互制约，共同影响着拥有者的使用体验。

对于鲁柏而言，他最近确实正确地收到了我发来的短讯，我现在来谈谈这件事。

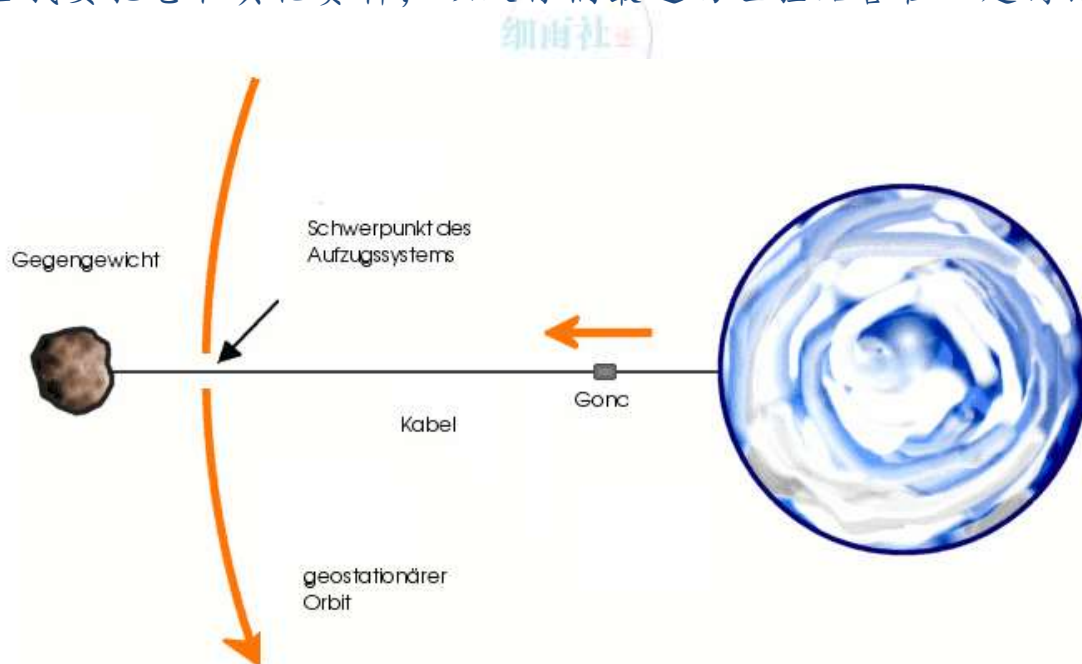


(昨天珍告诉我，她觉得她从赛斯那里收到了这个讯息。在讯息中，赛斯把我们的太空旅行的想法比喻为，从一栋建筑物的地下室到顶楼的旅程；至于建筑物，他以古代的巴别塔为例。)

你们的太空旅行的想法真的是荒谬，就像试图建造一个巨大、高耸、有很多楼层的建筑，再把这个建筑物当成一个空间飞行器。建筑物可以有很多用途；但当成空间飞行器，那你也会承认，这太滑稽了。首先，它们是附着在你们的地球上。另外，从地下室上到某个六十层楼，根本不会让你们真的更接近星辰。

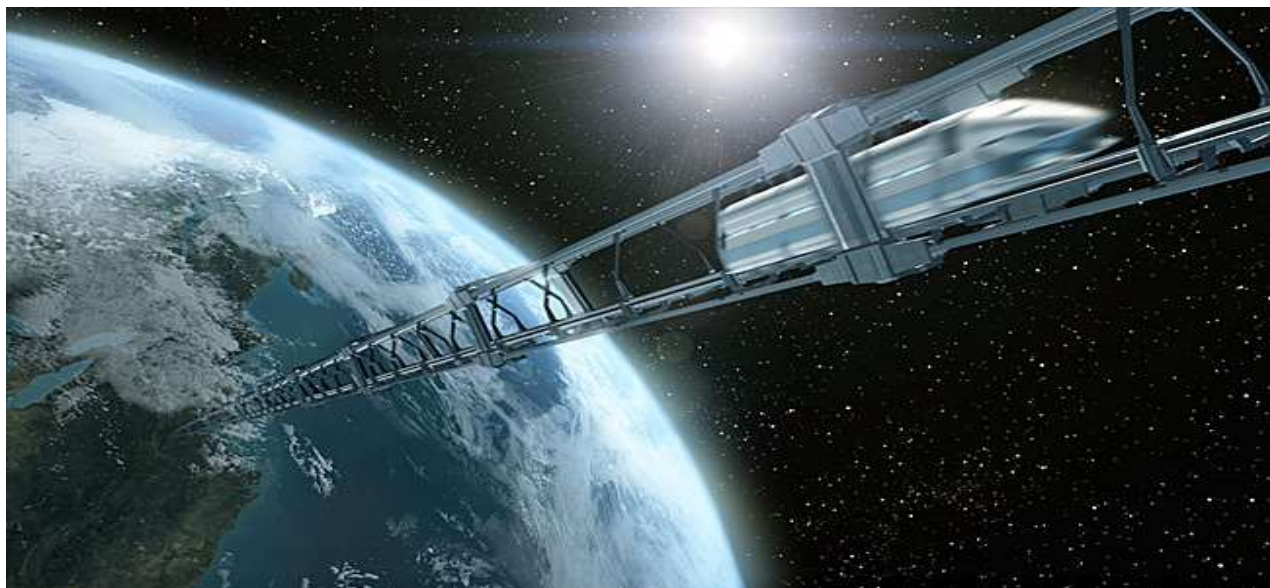
透过鲁柏的潜意识，我捡到了巴别塔古老传说，而这正是你们目前正在尝试的太空旅行。你们几乎是希望，继续用同一个比喻，希望能够建一栋高到可以碰到星辰的建筑物。

现在，尽管你们的太空载具，表面上不是与地面相连，但它们却以最有意义的方式与你们的伪装模式的地面相连，因为它们本身就是伪装。稍后我要把它和其他资料，以及你们最近的经验结合在一起讨论。



1895 年，俄罗斯太空先驱康斯坦丁·齐奥尔科夫斯基 (Konstantin Tsiolkovsky) 受到埃菲尔铁塔的启发，构想了一座 35,786 公里的铁塔进入太空。1959 年，苏联科学家尤里·阿尔祖塔诺夫提议降低地球

同步卫星的电缆。电缆在地球静止轨道处应最粗，在末端处较细。它应该被在地面和地球静止轨道后面的一个大配重之间拉紧。1960 年他以俄文发表了一篇采访，他的作品在国外很长一段时间内鲜为人知。1966 年，美国工程师计算了恒定厚度绳索所需的抗拉强度，发现当时已知的材料并不适用。1975 年，美国人 Jerome Pearson 提出了一种绳索横截面不均匀的电梯，类似于 Arzutnov。电缆应在地球静止轨道上开始施工的位置最粗，并向末端逐渐变细。材料运输需要在航天飞机上进行数千次太空飞行。



2000 年，美国宇航局的大卫·史密瑟曼根据 1999 年在马歇尔太空飞行中心举行的会议的结果发表了一份报告。他建议使用碳纳米管。2004 年，由剑桥大学的 Alan Windle 领导的一组科学家生产了一种由碳纳米管制成的长约 100 米的线，抗拉强度重量比是钢的 100 倍。由于碳在大气中被氧化，材料必须有涂层。2004 年 6 月下旬，西弗



吉尼亚州费尔蒙特太空电梯项目的负责人布拉德利·爱德华兹宣布，原型可以在十五年内完成。

我在这方面还有许多话要说，但我建议你们先休息一下。我对见证人也有些意见要说，也许对你们会有帮助。还有，顺便替我问候你们的客人。

(9:27 休息。珍完全地解离，再次地，比通常第一段传述后的解离，更完全。9:30，她以颇为沉稳的声音继续传述。)

我也提过，单单是化学物，不管是以什么形式，不论混合什么，都不会给你们带来意识。事实上，我刚才说的这句话是真的，也是假的，单单是化学物质就会给你意识，只因为我们现在知道，存在你们层面上的每个分子，都是意识能量的物质具体化。

当我说单单是化学物不会给你们意识，我说的是这样一个理论：那些原本是惰性的、无生命的自然物质，化学物和原子，突然通过某种蜕变，经过了演化的发展，而达到了有意识的状态。

意识永远存在于物质具体化之前。上帝的概念，当然，源自于人类的内在知识，即：意识先于物质建构。

当你们宇宙的物质起源最终被发现时，你们的科学家也不会比现在更好。他们将立刻面临他们回避已久的那个首要问题：源头背后的源头。这个简单的事实需要重申一次。物质宇宙，以及其中的一切，都是意识的结果。它并没有演化出意识。相反，意识不仅创造了物质宇宙，而且还在继续创造。

假设在元宇宙中，两个角色坐在元宇宙的星空下静静地发呆。玩家已经下线睡觉去了，两个角色彼此依偎着，人工智能间彼此讨论起这个宇宙和这个星球的诞生，继而说起满地的青草、昆虫、身边的狗狗与自己。



“你说第一个生命是哪里来的呢？你说这个星球有多少岁了？宇宙和星星们是哪儿来的呢？”女孩问。

“嗯，我觉得不能是凭空蹦出来的。听很老很老的人说，世界开始的时候就有了人，只是那时的人很原始，有着粗糙的皮肤。星空也很亮，大地和植物都是带锯齿边的，连火都是方块格子组成的。真不敢相信。那些老人的想象力太丰富了。听科学家们说，我们是从藻类演变来的，而藻类是蛋白微粒巧合构建出来的。我们的宇宙是由一个点爆炸出来的，叫做开机点。”男孩解释道。



“你说我们会不会被构建出来的？我听说有谁都看不见的玩家和连玩家都看不见的程序员。”女孩好奇地问。

“别开玩笑，谁见过玩家或程序员啊！我都活了二十多年了，从来没有见过一个玩家，更别说程序员了。官方说那都是邪教，我宁愿相信有神，就住在那星海之巅。”男孩答道。

在此，我们将避免深入讨论上帝的概念。我希望你们从迄今为止所掌握的资料中了解到，物质宇宙的这种持续创造，是由在它之内的每一

个个体，在潜意识层次上，使用我至少已经部分解释过的种种机制进行的。

合作永远是鲜活又必要的法则，你们可以把合作加在我们统辖内在宇宙法则的列表中（内在宇宙第九条基本法则）。

第九条：共赢的协作是意识体间自我价值完成、自我完善的主要手段。拥有不同特长与属性的意识微粒们透过彼此的协作，有效地达成取长补短的作用，相互拼凑出一个完形来，以便展开复杂的经历，完成个体无法完成的探索。（40人组团下副本）

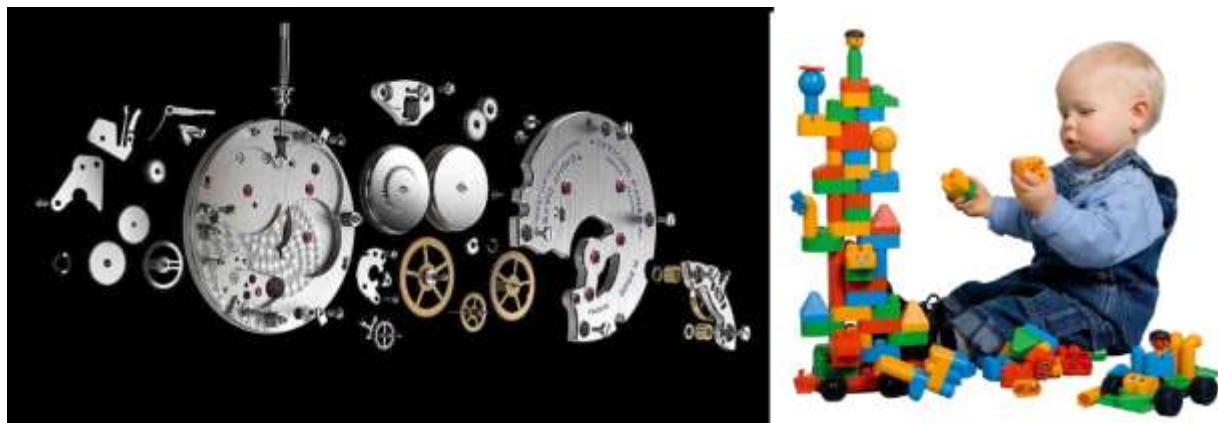
现在，这种物质宇宙的持续创造，并不是通过存在于两耳之间、额头之后的某个局部潜意识来维持的。我解释过，个人的潜意识是资源和能力灵性汇聚的结果。它是一个完形，由构成身体的每一个原子与分子的合作、广泛性的意识所维持和形成。

每一个个体原子，在其广泛性的意识中，都有能力在一定程度上，把它的那部分能量建构成物质结构。极为重要的是，你们要明白这个事实，要认识到，例如单个细胞在这个过程中并没有失去个体性，而是获得了不可估量的好处，整个身体的物质结构就是这种细胞合作的结果，而细胞本身就是原子和分子合作的结果。

这个因此形成的模式，或说肉体，使细胞、原子和分子得以表达它们自己，并实现它们在另一个背景不可能实现的能力。它们在某种程度上，共享了通过物质的庞大身体结构的能力所达到的视角，而这在其他模式下是无法实现的。

从合作中，它们在某些方面达到了一个值的充盈(value fulfillment)。我曾提过，无限的移动性与蜕变的能力是内在宇宙的基本法则之一。这一法则的反映，体现在几乎无限多样的结构，以及你们宇宙的原子、分子与更小粒子所能达成的无尽组合。





一只强大的军队，由战斗部、后勤部、指挥部构成。这些分工不同的部门相互协作才能形成有效的战斗力，而每个部门都是由一个个单独的人构成的。部队作为一个整体，司令部尤其重要，但整个部队的运作可不是仅靠一个司令部维持的。司令部背后有看不见人的中央军委，靠微波指挥着一切；而下边是靠整个军团的将士，各司其职。这些将士在这里是军人，在家是丈夫、爸爸、儿子，在社会上是社会人。每个人都同时在不同的面向上担当着多种不同的身份，这些身份是同时交织在一起的。这些士兵在军队两年或三年，然后退伍，成为商人、工人、农民、医生、厨师等等，融入社会，又和其它人形成不同的组织结构，承担不同的责任担当，发挥不同的作用。

人的身份、位置、作用、能力、担当，都是可变的，个人在社会分工中的流动性为自己带来不同的生命体验，进而蜕变成不同的人，拥有了不同的经验，形成不同的观念。

你们记得，值的充盈(value fulfillment)也是我们内在宇宙的法则之一，而在这个特定的例子中，原子和分子有机会根据它们可能采取的合作与组合形式，在许多方面都有值的充盈(value fulfillment)的机会。

我之所以如此透彻地解释这件事，是因为我们将开始谈论有关存有及其人格发展的议题。例如，存有也是用与个体合作的方式在运作，并以大致相同的方式使用能量的构件块（**building blocks of energy**），有如物质世界的原子与分子结合形成细胞、器官和整个身体的结构。

内在宇宙的运作实相和我们所见的是很相似的，其实整个多层世界本身是同理可证、照猫画虎般层层投射出来的，最小的和最大的、最里的和最外的，相互间是彼此雷同的。就好像人、猴、猪、鳄鱼，看着是很不同的，其实是极其类似的。

就像各种细胞保持着它们的个体性，通过合作，实现值的充盈(**value fulfillment**)却仍保留它们的独特性，各个不同的人格在合作形成存有的灵性结构时，也仍保有他们的个体性和独特性，在这一种情况下，存有也形成了它们；带着这个小问题，先让你们休息一下。你们会发现，有许多方式可以不用打破鸡蛋，就能看见蛋里有什么。



每个人格面向都有自己的特长、能力、缺点和有待成长解决的问题，合在一起形成一个相互帮助的共同利益体，完成个体无法达成的高端体验任务。微粒构成细胞，细胞构成人，人构成社会，灵魂构成存有，存有构成万有，万有凝聚成本源，而本源在凝聚的同时又把自己分化成兆亿微粒。

(10:00 休息。珍解离如常。当她讲到上面最后一段话时，露出了灿烂的笑容。她在 10:10 继续传述。)

我很不愿意打断你们的休息互动时间，虽然如此，我还是要继续。不言而喻，人类在维护物质宇宙方面并不孤单，在他投射并建构自己的物质形象时，也赋予了它持续性；由于这个形象是他自己内在灵性矩阵的直接结果，它最忠实地反映了他自己内在的喜悦和疾病，喜悦和疾病物质性地展现在他的形象中，所有的生灵，也都是这样建构它们自己的形象，并帮助维护你们宇宙的物质特性。



有一种说法，长时间饲养的宠物会极度神似自己的主人，这是一种内在的趋向性在左右。内在的玩家自身的意识频率、心理状态、审美层

次、意识气场，都会直接反应到外在角色我上，让角色我体现出各种不同的气质、身型、面容和微表情。表现在着装的款式、喜爱的颜色，也同时身体的行为姿态上。

嚣张的、怯懦的、正直的、猥琐的、坦荡的、扭曲的、阳光的、阴郁的，一个人的形象、语速、语气、眼神，都是内在自我的外在显露。这是一种感觉，让人亲近、抵触、温馨、厌恶、渴望靠近，还是想保持距离，都是一种说不出的内在直觉。这是意识频率场与频率场间的差异造成的。低频的、扭曲的、黏着的、混乱的频场让他人会莫名地感到不舒服。这样的人多处于偏执的、抑郁的、愤恨的、焦虑的、无助的、病态的自我状态中。而且这样的状态还不是一过性的。



构成这些形象的实体物质不仅回到物质仓库，被一次次重复使用，而且这些实体物质还会再度被分解，回到它在合作形成特定身体部位之前的状态。

合作不复存在。

未曾生我谁是我，生我之时我是谁，长大成人方是我，合眼朦胧又是谁？我们的这个肉身是一时借来的，每天这个身体聚聚散散地从来就没停过。从一枚受精卵到一捧随风灰，一生聚散间能带走的，只有自己的觉悟、记忆和愧疚。怨恨与贪欲带不走，它们会让你留在自己的不甘与如果中反复体验；财富和美名带不走，它们会成为自己的羁绊放不下；娇妻爱子倒是早晚会一起走，不过下台后大家都是演员，下次谁演谁还不一定。



我们谈到过精神酵素及其重要性。重读和这些资料有关的段落会有所帮助。正是因为每个原子和分子其内部都包含了对整个内在宇宙的浓缩理解，内在的、直接的、编码过的理解，这些原子与分子才能够有如此多样的组合和变化。

我说过，这种浓缩的理解在需要时是随时可得的。它潜藏在每个原子和分子的广泛性的意识中，并直接负责组合成细胞结构。

构成身体的每一枚微粒都直觉性地、自发地知道自己该干什么与怎么干。它们相互默契地配合着达成载具我的正常运作，除非有更宏大的蓝图要求它们表达出某种特殊的状态，为角色我展现出病态的特质。

鲁柏小小锦标的感悟之一就是 he 意识到，你看到的，或认识到的，只是你自己的理念建构。基本上每一个个体都住在一个完全不同的世界。我们会更进一步探讨这一点。

正如你不知道许多你自己的猫所熟悉的所谓的实相，同样的，你也完全不知道与你自己的世界共存的其他宇宙。你们的外在感官是配备来感知你们自己的伪装模式，它们不具备处理其他伪装模式的能力。

你们物质宇宙之内的伪装模式是足够连贯一致的，所以一个特定物种的所有个体，似乎都能感知到多少是相同的周边环境。有属于不同物种的感知分组，但所有这些感知并不是每个物种所固有的。我们将在后面更深入地介绍这一点。不过，我想在这里说一下。

这些涉及各种物种在共同维护你们物质宇宙中的相互关系和合作的资料，将会花上许多节课。然而，我将进入所涉及的方法。关于其中的机制，你们已经有了一个基本的说法。

事实上，即使在你们自己的宇宙中，你们所有的伪装形态也都不被任何一个物种所感知，包括你们自己的族类。你们的科学家充其量只能



发现更多的这些伪装模式，但整个系统根本不会被任何一个物种所感知，你们永远也不会感知到自己模式之外的伪装模式。只要你们的科学家坚持他们目前的发展路线，你们在追求超越某个点的知识方面，就会受到阻碍。

我们所处的这个伪装世界，其伪装也是多样性的。在这伪装层中，猫狗、鸟鱼、植物或我们看到的、听到的、感受到的世界是全然不同的，有类似的雷同点，但各自感知各自的真实。就连人类自己彼此间听闻视觉到的世界也全然不同。每个人都说眼前的是红色，可看见的红却很不同；都听见一个声音，各自听到的也不一样；都经历同一件事，各自记住的也是五花八门。

每个人听闻觉知、感受记忆到的其实都不是同一个世界，但为了能一起愉快地玩耍，我们默认彼此达成的共识，与想象别人看到的与自己一样。其实我们的味觉、听觉、嗅觉、触觉、视觉、感受力，都是不同的。可是我们一起指鹿为马，才能共同玩耍。

经过训练，内在感官能够感知其他的伪装模式。我说过，有一些宇宙与你们的宇宙共存，但你们伪装的外在感官感知不到这些宇宙。以你们有限的因果理论，也不可能走得很远。

内在感官通过调整内在感知力，对心理时间和意识频率做出变频，就能“看到、听到”其它平行伪装，看见与自己平行套叠空间里的其它自我或别人，看见所谓未来或过去中的自己与他人。但这是很“危险”的事情，一旦你真的看见了，哪怕只一次、仅仅一会儿，你也就确切地被震撼了，你会再也无法想象眼前的世界、眼前的人。





比如你见过了两个自己后，哪个是我？你看到三个不同或相同的妻子后，哪个是真的？哪个妈妈是我妈？哪个孩子是我孩子？我是在我原来的那个层面上，还是在另一个雷同度很高的层面上？我是要再退一层，还是再进一层就会离开真实？

当你没有在知见和心理上真的全然地准备好前，进入多维时空是很危险的。一旦进入一次，你就再也不能正常地对待身边的人了。因为你知道他们都不是“人”。而最难的是你还要继续演下去，活在他们之中。

因果论，正如我所说，是你们的时间观念造成的结果。只要你们坚持从过去、现在和未来的角度去思考，那么因果论就是一个合乎逻辑的、看似无懈可击的结果。当你们发展你们的时间理论，并认识到现在、过去和未来只是你们自己的观点所造成的影响和扭曲，那么你们的科学家们就会认识到，因果论是一种过时的、陈旧的理论，只在短时间内有用--我希望你能欣赏"时间"这个词的双关语，并且应该被抛弃。



如果你走在一个封闭的环形走廊里，这走廊走一圈需要 5 分钟，而它诡异之处在于步入其间的人在其中只能保持 4 分钟的持续记忆。结果就是你会发现一直在前行，却走不到尽头，而且自己根本无法发觉自己在不停地重复。我们在一生中的累世就是这样达成的。世界被一次次地重复，而自己却浑然不知，每次都过得很新奇，只是偶尔会觉得似曾相识，或预感到所谓的未来。



我还有更多想要说的，带来的是我们宽敞的现在这个话题。不过，你们先休息一下把。

（10:35 休息。珍解离如常。休息期间，我们一直设法给吉姆·坦南特这份资料的一些基本重点。吉姆同意在珍和我星期三晚上上课的时候，他也开始读以前的资料，这可能是个一石二鸟的好主意。他也说到要把一些课录下来，对此我们并不反对。珍在 10:45 从容地恢复。）

我用某种方式仓促地给了你们一份绝佳的资料，做为上一节课的后续，然而质量并没有受到影响，尽管我把鲁伯逼得相当远。他有些担心，因为你们已经开始有见证人了，你们会看到这份资料本身将不证自明。这是一个教育的过程。当你们被问及这些课程时，这就是你们的回答。就我而言，我是一个教育者。任何结果或所谓的示范都将是训练、研究、纪律和练习的结果。



这个资料永远是学习的基本工具。在充分了解资料，并熟悉实验背后的目的后，你们就能在触及这些资料后，进行资料中所给出的建议，心理时间的练习等等。

我经常告诉你们，在没有纪律和学习保障的情况下，进行实验可能存在的危险。在参加了第一次课程之后，有兴趣的人就应该开始研究这份资料。在任何情况下，刚开始时，见证人都不应该尝试任何实验。

遇到这样的事情，我会来处理。对于那些有兴趣的人，我欢迎都来不及。不过，今晚我不打算回答你们客人的两个问题，不是因为我不赞成，只是因为此时资料才是最重要的，我不想偏离主题。

还有一个原因。我不希望这些课程被冠以示范表演的名声，原因相当复杂。我给你们提供资料的方式，导致了稳定的进展，这很重要。过一段时间，我的态度也许会改变。然而，由于整个科学界的态度，这些课程应该有一个更清醒的气氛，因为我不希望你们任何一个人，用鲁柏的话说，被认为是一对疯子。

在学习灵性资料的过程中，我们首先要有一个很严谨端正的态度，认真与当真地对待这一课程。这不是法术或特异功能的进修班，我们的核心宗旨在于让更多的人看到与了解到内在宇宙的真理，给每个渴望理解人生的人一个选择的机会。不管你选择什么，那都是你当下最好的选择。这不是杂耍或算命的舞台，也不是什么心理医疗或灵异表演的剧场。这确实是一场教育改革的实验，旨在用最短的时间让渴望了知人生意义与价值的人找到他们心中渴望的答案。

任何初学者最好不要去寻求神通或灵性接触，在进入深水区前你最好先学会游泳。这需要大量的知见累积、初始课程的必要练习和一个按部就班的自我约束。当然每个人的根器不同，有些人进展会非常快，



而有些人则理解起来很困难，这源于你是第几次修习这些课程——一个刚接触几年的学徒和一个第十次转世的学生是无法比的。

而我正是给这些课带来冷静清醒的那位小伙子（the boy），你们很清楚这一点。

现在，简短地再说回来一下，我想再提提我们广阔的现在，在这个宽敞的现在中，所有的事物都有它们的存在。当理解了宽敞的现在，理解了它的自发性属性，那么因果论就会落空。因果论是连续性的结果，是不成立的。基本上，广阔的现在如你所知，的确有持久性（durability），因为有价值的充盈（value fulfillment）的存在。

就“连续性”这个词的一般用法而言，广阔的现在是没有连续性的。

“连续性”通常意味着一件事在另一件事之前或之后发生。广阔的现在反而包含了自发性，在它之内，所有发生的事情都是同时的，但又有持久性。

持久性的实现，是因为在值的充盈（value fulfillment）方面的不断扩展。你们的伪装物质宇宙确实，出于必要，必然导致你认为时间是以过去、现在和未来存在的。只因为理念或能量建构成为了物质实相，因此在物质属性之下运作。

这段简短的文字，我知道多数人都能听懂，可就不知道那是一种什么感觉，我尝试用一个例子来解释。

在大山里有一户人家，夏日午后老人坐在门槛上，给自己的孙儿讲自己当年的故事。



这老人没人知道他的年龄，没有村子前就有这户人家了，那时他就是一个白发老者了。后来，解放了，土改了，文革了，改革开放了，四个现代化了，网络全球化了，年轻人们一代代地走出大山，再也没有回来，只有他还在自己的门廊给当地的娃娃讲当年的故事。

他的故事很迷人，也很感人，能把听故事的孩子带入那故事里，不觉地就天黑了，各家大人来找才把孩子们带走。村里最老的老人也是听他故事长大的。他说起故事来可以几天几夜，随便哪个年代他都如数家珍，带着这些山里娃的思绪步入悠悠上下五千年的长河中，穿插在各个时代中，串联起不同人物的命运主线。



秦时明月汉时关、商王汉史吕布传、亚特兰蒂斯中的未来人、各种典故、人物，在老爷子那里就好像是书店里平摊着的历史书，随手拈来，徐徐展开，无穷无尽。任何一个时间点，都可以随时瞬间进入，然后

随着故事生活在那年代里，跟随某一人物的命运，一听就是一天。可是老爷子脑子好像又不是太好，相同的人物在同样的历史里，他能讲出各种不同的版本来，有聪明的孩子就嘲笑老爷子瞎编乱讲，可是又舍不得不听。就这样，这些山里娃一小在老爷子那里学到了人生真谛，看过了世间百态，有了见识、学问和自己的世界观。

很多事情你们不知道。你们为了实用的目的，任意地采取了某些起点和出发点，例如，孩子的出生曾经被认为是意识实际进入之刻。现在你们的科学家认识到，躺在子宫里的，的确是活生生的人。几个世纪以前，这一点是不被承认的。

任何身体形象都会引起这个问题。它到底在什么时候获得生命的？你们当然知道，首先有意识，形象是第二个产生的现象。

肉身形体似乎在某一特定点死亡，又似乎在某一特定点进入你们的物质宇宙，其实两者皆非。肉体的物质化或非物质化，不在特定的某时某分。只是你们的视角让它看起来如此。

(珍笑了。)

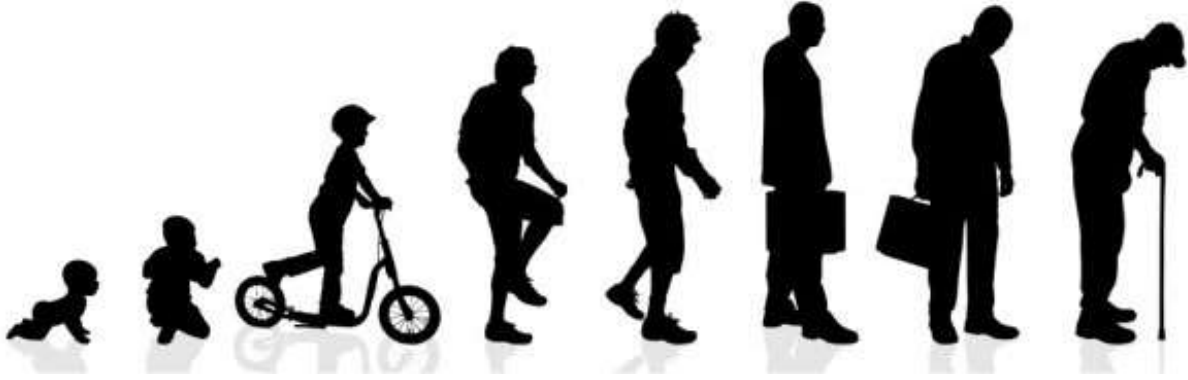
你们的生命，不管你们相不相信，基本上，是一种同时事件。你们只是看着它慢动作地进行。

你生命中真正的意义和与真实的事件是沿着值的充盈 (value fulfillment) 的方向发生的，就理解、心理实验，以及满盈 (fulfillments) 方面而言，它们不占据空间，也独立于你们所知的时间之外。

你们既不能在人体的完整结构形成之前，觉察到存在于精子中、继而在胎体中的浓缩和潜藏的意识或理解力；当所谓的死亡发生时，你们也不能看到或觉察到仍然存在的理解力或意识。



这并不意味着，人类在出生之前，或在诞生的那随意点之前没有意识。你们只是说生命，就从这里开始。然而，即便你们这样说，也不能排除意识早在很久之前就开始了的事实。



在同时性中，一个人还未出生就已死亡，一生历经只是意识焦点的一次经历。在卵子受精前，灵魂已经存在，在遗体腐朽后，灵魂一样鲜活如初。



很多宗教或神棍用堕胎婴灵之说去骗女人的钱，说灵魂因此怨恨横生，导致女人身体疾病、生活困顿、情绪紊乱。这是很无知与无稽的说法。灵魂是手握剧本、知剧情的，这角色是否会有日后的戏份人人都清楚，根本不会安排某个演员等着那没有的角色。

人的自然死亡是一个渐进的过程，灵魂早早地慢慢撤离自己的关注度，更多地去建立下一个人设去了，这里留下一个还活着的皮囊与不死的意识，给家人们完成后续剧情的助缘。死亡不是戛然而止的事情，它更像是飞机起飞的过程。

出生也是一样的。不是说受精了、怀孕了、生产了，某一个时刻灵魂进入了。从预订了这一角色后，灵魂开始把自己逐步溶解投射入这个层面里，化作各种食物、肉蛋鱼菜，进入母体载具，再去凝聚成自己的载具。母体其实就是个组装厂，我们各个都是自带零件来货加工的。从一开始我们就有自己的基因，这个过程之后持续一生，不断地凝聚和涣散，直到死亡。其实死亡并不是这个故事的终点，这是幕间休息；从滞留层回归到中间层，这一场大戏才算告一段落。

那么出生时什么时候灵魂进入身体的呢？这不是一个是或非的概念，灵魂先占据这个载具——这是我的了，你们其它的别惦记；然后要到出生后几个月才开始认真对待这个角色，因为小婴儿吃睡拉撒都是载具自行完成的，灵魂没有什么戏份，也没有什么可体验的。

那你这样讲，就没有婴灵怨灵一说了！

有，还真有！

你不刚说没有嘛？怎么又有了呢？

没有演员会来演的角色，不被灵魂惦记着，可是会被滞留灵、鬼魂们惦记着。它们渴望有个身子重返人间。如果孕妇态度很坚决，我就是想要打胎，那是她自己的自由意识选择，其实也是人生功课都写好的。那没的说，谁都没脾气。最怕的就是女人怀孕了，然后反复做自己的思想斗争，到4/6月还没动手，那时鬼就惦记上这个名额了。家里整天一堆鬼堆在那里争抢这个名额，女人就难受了。这些鬼都是滞留灵，怨气贪念是非心都很大；而希望越大，失望越大。最后女人还是把胎



儿打了，对女人来说这是命，对鬼们来说这是白等了，自然心生怨恨，然后各种作妖。不过也有最后生下来的。这样生出来的孩子，日后也是一辈子的冤家，性格、脾气、秉性都很糟糕，因为这是不被祝福的生命。

你们武断地决定，意识随着身体属性的改变，在你们所谓的死亡点结束，并不能排除意识并没有在这里结束的事实。有一种蜕变（metamorphosis）发生在胎儿从胚胎到诞生时成为发展成熟的迷你人类的这个改变中。这个改变并不怎么被深入探究，因为它发生在你们的外在感官无法触及之处。然而从表面上看，这个蜕变涉及了看似不可能的变化。

在另一端，可以这么说，还有一个变化，你们没有感知到，而你们之所以没有感知到，是因为随着意识从内部层面构造胎儿，那么意识现在开始进入另一个层面，而那个层面，它同样超出你们的感知范围。

它只是不再构造物质形象。这里没有什么大的奥秘。看似神秘的东西，只是无知的结果。每当我们触及这个主题时，我总是犹豫不决，因为你们所谓的灵修者，虽然拥有一些知识，但通常会把他们所拥有的任何知识，披上伪神秘主义的华丽外衣。他们就像法兰克·沃茨穿着共济会的长袍一样愚蠢。

（在此，好像是为了我好，因为我对法兰克·沃茨很感兴趣，珍敲了敲我用来写字的桌子。）

就像我们无法观测到意识是何时与如何进入到婴儿体内的，我们也还无法用仪器侦测到灵修者在进入自我解离状态时，意识怎么从载具里飘荡出来。



就好像双簧表演的现场，那背后的演员悄然地进入藏身的阴影，又在演出后离开。

很多宗教与灵修社团，它们打着提升灵魂的旗号，却只是培养出了灵性的傲慢；捧着一些经典，满嘴的合头语、妙机锋，却没有自我的真实见识，也从来没能亲自经历过自我解离。别说观破三界玄妙，就连非线性的心理时间都没有进入过，张嘴因果报应，闭嘴罪过罪过，连万物皆频率都不知道。穿戴着标志性的服饰，在人间自以为是，却一无所知。



我建议我们结束课程，尽管我还有很多话要说。不过，与你们的客人进行简短的讨论是有益的，也很适合。我们仍然会讨论你的经验，约瑟，鲁柏会听到他自己讨论他自己的经验。

我祝你们所有人都有个最美好的夜晚。很快，改天晚上，我会更嘻笑一点，但这份资料的大部分，必须严肃铺陈。



晚安，亲爱的。我期待着我们下一节课。我们还是会有我们的派对课，约瑟。

（“晚安，赛斯”。

（11:29 结束。珍像往常一样解离，在吉姆-坦南特回家之前，我们与他花了半小时讨论这份资料，因为我没有时间为更多的副本打字，所以我们也讨论用机器复印这份资料的方法。

（这里可以补充一下约翰·布拉德利的事，来自宾州威廉波特的一个药物推销员朋友，已多次当过我们的见证人，也读过一些资料。他在 5 月 5 日，星期二，也就是这一节的前一天来看过我们。他再次告诉我们，他在威廉波特的一位律师朋友想来见证一节课，而且确实愿意为此长途跋涉[往返约 200 英里]。珍在约翰第一次提到他的朋友时，不知道该说什么，因为她与证人打交道的经验非常有限。然而，从那以后，我们已经有了好几个证人，所以她告诉约翰，现在欢迎他的朋友；约翰可以通过邮件安排日期。）

（1964 年 5 月 9 日，星期六，晚上 9 点左右，我坐在客厅的桌子旁，读着珍关于超感官知觉的手稿——关于她对狂喜的感觉与萨拉托加经历的部分。

（一辆救护车随后驶过胡桃街桥，鸣着警笛。它被一辆在红绿灯下转弯的车挡住，于是它停在那里，鸣着警笛，直到汽车让开。救护车便沿着胡桃街向医院奔去。

（当警笛声开始消失时，我以前熟悉的感觉，也就是赛斯所说的声音的感觉，从头到脚相当强烈地席卷了我——丰富的刺痛感，内心深处的



震颤，我觉得自己好像可以被抬起来；这种感觉非常愉快和充满快感，现在我已经不再被它惊扰了。

（我现在想知道是什么触发了这一事件——是对珍的资料产生了共鸣，还是我对警笛的刺耳声音作出了反应，还是两者兼而有之？也许，除了用我的外在感官，也就是我的耳朵来听明白警笛声，我也感受到了它。）

（在尝试心理时间的过程中，我有以下的经验。

（5月7日，星期四，下午 2:45：在一片薄纱后面勉强可见，我的一个印象是，一片直立的长方形笔记本，上面布满了正规的数字组合，就像日历或统计表可能出现的那样。我记得是红色和黑色的。笔记本旁边放着一支自动铅笔。我还听到了无法辨认的声音，不记得内容了。

（5月8日，星期五，晚上 9:00：一个脸部光滑如精灵般的男人，吹着一个超长的、细细的、锡蜡色、相当破旧的喇叭或小号。看不到任何按键或管子，就只是一根长长的喇叭，可能有三英尺长。在我视野的左上角看到这个。没有声音，颜色也很黯淡。在我意识到之前，这个景象就结束了。

（我还短促地瞥见到一根放大了许多的指尖，看得见指甲，那是一只手的中指，一直到第一个指节。

（5月9日，星期六，晚上 8:00：短促的一瞥，看见珍，还有我相信是伦纳德·姚迪斯，在试戴帽子或头巾以确保合适，并相互交谈。在这期间，我被下面的敲墙声惊醒。

（在我这段感觉以后，我又试了一次心理时间。当我仰躺时，我感觉双腿和双脚上方还残留那种感觉。然后我看到自己在我们的蓝色汽车



旁边轮着一个轮胎。车停在路边。那是一个阳光明媚的日子，我戴着棒球帽，穿着运动服。我在车的左边，指着前面。这被珍叫我的声音打断了，因为我设定了时限。很短暂的一幕。

（5月10日，星期日，晚上 9:15：我觉得这是我迄今为止最好的经历之一。我听到了很多我父母之间的对话片段，在我父亲推开纱门的时候，我非常清晰地瞥见了他的后脑勺和肩膀。当时我很清楚他们在说些什么，在每句话之后，我都很努力记住他们说的话，然后在专心听下一句话的时候又马上忘了上一句。我没有想到要试着和他们说谈。我没看到我母亲。第一次，我听到父亲的声音在我的视线之外，在我的左后方。声音非常清晰明确，他们说的话都听得到。但我却无法记住它。

（现在每次躺下后，我都会告诉自己，我觉得放松和轻盈，没有烦恼。这么做，随之而来的是一种内在感觉，虽然是短暂，但真的变轻了的感觉。此外，我告诉自己，我可以去拜访埃德·罗宾斯和他的妻子，或其他朋友。在上述情节中，虽然后来没有拜访埃德和艾拉，但我确实拜访了某人。这些实验非常有趣。

（我觉得星期天的经历相当有意义。还可以指出的是，那天晚上晚些时候，当珍尝试心理时间时，她也收听了母亲和父亲的谈话。她没有看到他们中的任何一人；和我一样，虽然这经验有一定的持续时间，但珍也记不住他们谈话的大要。）

（第五册 完）



第六册预告：

如果意识体想要进入到我们的维度层面中扮演某一时代中的某一特定角色时，它需要先把自已涣散成粒子，然后融入到这一频率伪装层中，借由指定的父母家庭，利用协议好的“子宫”开始凝聚自己的载具肉身，成为受精卵。意识体并非是在受孕、孕育或出生的某一特定瞬间进入其载具的，而是一个渐进式的自我凝聚过程，这与自然死亡时一般，利用几年的时间逐步达成自我意识的撤离。

一个角色我里有两套基因代码，分别是遗传基因代码和精神基因代码。遗传基因代码决定了载具我的状态和后续一生注定的重大疾病与慢性病何时发生、能否被治愈；而精神基因代码决定了个人的性格嗜好、脾气秉性，情商智商。这就好比我们的硬件设计蓝图和软件设计蓝图。构成支撑我们身体与万物显化的是意识能量微粒。我们与身边的一切，包括看似空的空气与太空、伪装星球与这个伪装宇宙，都是它们负责充当显像像素点堆砌而成的。

这种意识能量微粒源自本源意识，是宏意识的片段碎屑。它们各自拥有某一意识特性，彼此可以独立运作，但更习惯于利用集体协作，相互拼凑起来取长补短，形成大小不同的完形，各自贡献出自己的特点，相互弥补各自的短板。这样的完形小到一个单细胞，大到整个伪装宇宙甚至多维各层，连同内在宇宙也是这样形成的。

意识永远存在于物质具体化之前。存在于你们层面上的每个分子，都是意识能量的物质具体化。所有的微粒都因内置的核心程序，渴望通过协作达



成自我的价值完成，让自己有机会通过协作得以意识成长。它们小时候是意识能量微粒，成熟后便是存有，而存有的协作构成万有与集体宏意识。

宏观上我们确实是一体的，而微观上我们都各自活在自己的世界里。你看到的，或认识到的，只是你自己的理念建构。基本上每一个个体都住在一个完全不同的世界里，自“我”的世界里。你也完全不知道与你自己的世界共存的其他宇宙。你们的外在感官是配备来感知你们自己的伪装模式，它们不具备处理其他伪装模式的能力。

只要你们的科学家继续坚持他们目前的发展路线，渴望通过累积知识达成从量变到质变的知识瓶颈飞跃是完全不可能的。因为你们要找的答案根本就不在外边与远方、宏观或微观的伪装里。只有经过训练的内在感官能够感知到其它的伪装模式，并戳穿伪装的薄膜，看到本真的内在宇宙。

因果论是你们当下的时间观念。如果坚持从过去、现在和未来的角度去思考，那么因果论是看似合乎逻辑的。当你们的时间科学理论有所发展后，认识到现在、过去和未来只是扭曲和伪装，你们科学家们会认识到，因果论是一种过时的、陈旧的理论，它只在短时间内有用，你们当今的所谓科学中那些线性的推导应该被抛弃。

这个资料永远是学习的基本工具。在充分了解资料后，在熟悉实验背后的目的后，你们能利用这些资料，进行资料中所给出的建议、展开心理时间的相关练习时，训练、研究和纪律是必要的。这将有效地推进你们自身的价值完成。

——摘自第六册第 52 节前情摘要



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，这些都是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三年多并在每日更新中，到 2023 年底已出版九个系列、四十多册。详见细雨社网站 [《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**细雨资料学习顺序图**，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》](#)。

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。

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。细雨社坚守非营利的住相法布施原则，别无分社分号，无商业经营和募捐劝捐，请注意识别。

5. 更多问题？

请参考[细雨社网站 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

 YouTube

[细雨社](#)

 amazon

亚马逊网站搜“细雨资料”或书名

 微信公众号

[细雨资料](#)

[细雨资料 觉心接力](#)

 bilibili

[Cathyshe0103](#)

[海轮海轮](#)

 喜马拉雅

[海轮海轮](#)

 细雨社

免费 下载途径：

- ✓ www.xiyushe.org
- ✓ [细雨社志愿者协作&细雨资料学习 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](#)



微信： ganenguozi

Line： jiangsanjiang

Email： xiyushe@outlook.com (志愿工作专用)

细雨著作出版一览表和各册代码对照 (2024年1月版)

YM《隐秘的医案》	YM《隐秘的医案》(单行本)	已出版
SY《失忆的归途》	SY《失忆的归途》(单行本)	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 致良知》案例	即将出版
GY《观影说多维实相》之影评荟萃 (细雨与观影群友合著)	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 50-53 儿童与亲情、神通、转世	已出版
	GY6 第六册 54-56 心理学	即将出版
	GY7 第七册 57-60 性别与性取向	即将出版
	GY8 第八册 61-64 女性的自我救赎与自我价值实现	即将出版
Y1《已知的实相 I》—— 新世纪中如何理解赛斯书《未知的实相》 (细雨解读赛斯书《未知的实相》 679-744节)	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《已知的实相 II》—— 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(附批注) (1-72节)	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

X 《虚空法界框架结构详解》	X1 第一册 《意识微尘》 1-17	已出版
	X2 第二册 《意识觉醒》 18-44(上中下)	已出版
	X3 第三册 《双生羁绊》 45-73(上下)	已出版
	X4 第四册 《承前启后》 74-89	已出版
	X5 第五册 《寻找答案》 90-107	已出版
	X6 第六册 《道理始末》 108-128	已出版
	X7 第七册 《融会贯通》 129-	待定
	X8 第八册 《浪子之心》	待定
	X9 第九册 《涅槃重生》	待定
Y3 《已知的实相 III》 —— 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（附批注） (73-148 节)	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 《已知的实相 IV》 —— 梦中梦与次人格诱发的疾病 细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注） (149-198 节)	Y4-1 第一册 149-157	即将出版
	Y4-2 第二册 158-165	即将出版
	Y4-3 第三册 166-175	即将出版
	Y4-4 第四册 176-185	即将出版
	Y4-5 第五册 186-198	即将出版
Y5 《已知的实相 V》 —— 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（附批注） (199-239 节)	Y5-1 第一册	即将出版
	Y5-2 第二册	即将出版
	Y5-3 第三册	即将出版
	Y5-4 第四册	即将出版
JY 《早期课精要萃取》 —— 细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注） 各部精华要素	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)	即将出版
	JY5 《已知的实相 V》 (199-239)	即将出版

注：表中所列的各册书名前的字母数字组合是唯一代码，可直接用于 www.xiyushe.org 和亚马逊网站的快捷搜索。

GY 《观影说多维实相》之影评荟萃



本系列收录了细雨资料-观影说多维实相群（QQ 群号：256015036）自2021 年底成立以来的每周主题讨论电影的细雨影评，以及群友的观感精选。

该书多角度地传递对不同影片及其背后深意的解读，带领大家以影视这种喜闻乐见的方式打开视角，展开灵性学习和探索之旅。

基础系列：

GY1 第一册（1-15）

GY2 第二册（16-28）

GY3 第三册（29-38）

GY4 第四册（39-49）

专题系列：

GY5 第五册：“儿童与亲情”、“神通”、“转世” 专题（50-60）

GY6 第六册：“心理学” 专题（61-64）

GY7 第七册：“性别与性取向” 专题（65-70）

GY8 第八册：“女性的自我救赎与自我价值实现” 专题（71-78）

GY1-4 属于基础一阶，GY5-8 则列入扩展一阶，这是一个量变到质变的过程。前四册是破除既有框架，走出线性思维，让自己的视野与视角进入更高更广的新境界；专题系列则是给准备好的读者，已经完成基础阶段，将进入转变的过程的钥匙和助力。

细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注）

《已知的实相 II》

--用非线性视角剖析赛斯都说了些什么？

细雨解读赛斯书《早期课》

第五册（043-051 节）

（本册代码：Y2-5）

2022 年 6 月第一版

20231229 更新版



细雨·著作权所有

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