

细雨「早期课译本」现代汉语版

已知的真相 VI

内在自我的多维结构与运作方式

共四册（240-280#） 第11册（249-259）

本册代码：Y6-2

细雨
著作

细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注）

《已知的实相 VI》—— 内在自我的多维结构与运作方式

第二册（249-259 节）

本册代码：Y6-2



细雨 著

细雨社出品

细雨资料建议学习顺序 (202502 版)

→ 建议 顺序 ↓	从左到右，逐阶提高															
	三 正 道															
	基础一阶				基础二阶		基础三阶		基础四阶		扩展一阶			扩展二阶		
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
	S1-3	Y1-1	Y1-3	Y1-5	Y2-3	Y2-7	Y3-3	Y3-5	Y4-1	X5	GY5	Y5-1	GY9	Y6-1	X7-3	Y7-3
	S1-2	Y1-2	Y1-4	Y1-6	Y2-4	Y3-1	Y3-4	Y3-6	Y4-2	X6-1	GY6	Y5-2	GY10	Y6-2	X7-4	Y7-4
	GY1	S1-4	SY	Y2-1	Y2-5	Y3-2	X3	X4	Y4-3		GY7	Y5-3	GY11	X7-1	Y7-1	Y7-5
	GY2	S1-1	YM	Y2-2	Y2-6	S2-4	S3-1	S3-3	Y4-4		GY8	Y5-4		X7-2	Y7-2	X7-5
		GY3	S2-1	S2-2	S2-3	X2	S3-2	S3-4	Y4-5			X6-2		Y6-3		X7-6
		GY4		X1		JY2		JY3	JY4			JY5		Y6-4	JY6	JY7
说明	本阶段阅读量多且密集，是必要的筑基				建立新认知的必需基础		认知难度加大与深化，知识点建立与扩充		与高维沟通的信息，交换平台基本架构，修炼误区详解		观影写出自我知见，扩展识界，认知梦结构，消除执念			解析多重多元自我间的脉络道理与知行合一，多维自我间的整合经历演绎		
目的	破除线性思维局限，为以后奠定基础				建立基础认知网格		扩展认知网格界面		认知辨别多维多元信息架构		融通自我，连接多重实相			活出通透自我		

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：

- 要有想象力** 书中描述多是没见闻过的，放开束缚，天马行空去想象；
- 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》系列和《虚空法界》交相呼应，互相印证，建议交叉学习，有助于深化理解。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。

细雨资料发布平台：

- ♥ YouTube “细雨社” “细雨资料” ♥ 微信公众号 “细雨资料” “细雨资料 觉心接力” ♥ 视频号：细雨社
- ♥ 哔哩哔哩 “Cathyshe0103” “海轮海轮” ♥ 喜马拉雅 “海轮海轮” ♥ Telegram “细雨资料”
- ♥ 亚马逊网站 搜 “细雨资料” 或书名 ♥ 细雨社网站 www.xiyushe.org 提供全部电子书免费下载。

目 录

第 249 节 仰望星空，广袤的当下与时间的真相，伊斯遥视 54，信封透视 46：红缎带	1
第 249 节 浓缩提要	23
第 250 节 星空投影的幻象，意识如何创造现实，伊斯遥视 55，信封透视 47：枫叶	29
第 250 节 浓缩提要	51
概念澄清：“类星体”	59
第 251 节 计划外课程：意识成长中的自发调整	61
第 251 节 浓缩提要	67
第 252 节 鲁柏能力突破中，伊斯遥视 56，信封透视 48：比尔的剪报	69
第 252 节 浓缩提要	88
第 253 节 你关注什么，就体验什么，集体梦境与意识的选择，伊斯遥视 57	91
第 253 节 浓缩提要	110
第 254 节 信息过滤的机制：多维实相如何被感知，伊斯遥视 58，信封透视 49：唐的随笔 ..	118
第 254 节 浓缩提要	134
第 255 节 人格的流动性与身份的觉醒，伊斯遥视 59，信封透视 50：老照片	140
第 255 节 浓缩提要	159
第 256 节 死亡、轮回与意识的延续，伊斯遥视 60，信封透视 51：蓓的报道	169
第 256 节 浓缩提要	195
第 257 赛斯解释他为什么不在珍的梦里，伊斯遥视 61，信封透视 52：珍的书稿	203
第 257 节 浓缩提要	224
第 258 节 探索多维实相：维度、片刻点与人格结构，伊斯遥视 62，信封透视 53：连续使用相同物体	228
第 258 节 浓缩提要	251
第 259 节 第四维度的人格结构与梦境实相，伊斯遥视 63，信封透视 54：颜料压制图案	255



第 259 节 浓缩提要	281
常见问题	i
细雨资料发布平台、免费下载路径	ii
细雨著作出版一览和代码对照表 (2025 年 3 月版)	iii

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-249.1

第 249 节 仰望星空，广袤的当下与时间的真相，伊斯遥视 54，信封透视 46：红缎带

1966 年 4 月 6 日，星期三 晚 9 点 常规课

（珍在课前感觉不太舒服，但当我提议取消课程时，她坚持要继续。她坐着，闭着眼睛开始说话。虽然有些疲惫，语速却依然流畅。没有吸烟。）

晚上好。我们的朋友今晚状态不佳，但我们会尽力而为。

我想再次强调上节课提到的一些要点，特别是这样一个事实：即便某些行动（action）部分起源于你们自身的物理环境中，你们所能感知到的仍然只是其中极小的一部分。

你们通过显意识、潜意识以及内在感官（inner senses）分别感知到这些行动的不同部分，但从未真正接触到完整的行动。你们的物理感知，尤其是视觉和听觉，会将那些本可以整体接收的信息切割成片段。由于你们无法全面感知发生在自己系统内的行动，自然也难以真正理解它们。因此，当来自其他系统的行动投射到你们的系统并偶然显现时，误解这种投射是不可避免的。

当其他系统的行动进入你们的系统时，你们的感知会扭曲事件的真实本质。一开始，你们试图理解的，就是一个被你们自身感知机制扭曲的行动。你们还会无意识地将自己对空间和时间的概念强加于这种行动，并试图在这些框架内加以解释。

请试想你为一个庞大的跨国组织工作，你的工作内容是明确的，你也经常会很主动地为做好自己的具体工作而展开积极的行动；但大多数情况下，你只会明白自己在做什么、自己小组或部门在做什么，对集团总公司的全球布局，其实一无所知。

而你个人对自己工作的内容与就职的部门有怎样的理解和认知，其实往往只是基于自己的想法与被告知的内容。角色我的观察和感知力是很有限的，而内我作为人格片段，其意识等阶限制了它的访问权限，所以在大多数情况下，它的认知与判定其实和主人格或存有是有差别的。就好像一个街道办事处的主任确实比居民要更有觉悟，但和国家主席的认知比，那就只能选择无条件臣服了。

可是百姓多数是不听也不管这套的——别和我说什么大道理、国家利益、民族精神，我只想过好我自己今天的日子，让老婆孩子有个温饱的幸福，这想法有错吗？这要求过分吗？你们谁爱为集体利益奋斗谁去，我只想安安稳稳地过自己的小日子。两耳不闻窗外事，一心只想发大财。这就是多数人一生的觉知与思想境界。

这样平静的日子，有时也会被外来文化或物品所扰动，无法理解的别类实相让活在自己圈子里的人们惊奇惶恐，然后就会有各种为了捍卫“稳定”的专家出来，为了大众心安，把人们无法用已知去理解的各种可引发文明迭代的线索，快速地用某种已知的理论遮掩过去，然后大家继续各自把头埋入沙中，安然地过平凡的小日子。

这正是目前对于类星体（quasars）的理解所面临的情况。在真正的直觉洞见出现之前，类星体始终无法被完全理解。

（珍的语速现在更快了，她时不时睁开眼睛，偶尔啜饮些酒。即便疲惫，她也未显露丝毫。我感觉这将是一次她全情投入并高度专注的课程。

赛斯开始讨论类星体以及上节课中的相关背景内容。这些内容源于我在第 246 节课中提出的一个问题或评论。再次强调，类星体是准恒星射电源，据推测位于我们仪器所能观测到的宇宙最远端。它们的存在挑战了我们的物理定律，因为它们的亮度远超预期，且释放的能量过于巨大。详见 1966 年 3 月 11 日的《时代》杂志相关文章。）

它们（类星体）所展现的能量，比你们在自己的体系中所熟悉的任何形式的能量都更加纯粹。但这并不意味着类星体所展现的能量在你们的体系内不存在。我们稍后会讨论这一点。不过，你们目前对这类能量的存在并不了解。细雨社 www.xiyushe.org

现在，当你们从地球向外观测星海时，你们的科学家认为他们是在“向空间的过去回望”，用你们的话来说，是在“向后看”（look backward）。因为科学家们相信光速传播需要时间，你们现在看到的只不过是远古数百亿年前的宇宙痕迹。

这种认知其实是错误的，在你们目前的知识框架内，这种认知看似合理，因为你们还被自己的角色认知困在一维单向线性意识结构中，坚信着因果理论，但要知道，这套理论只适用于你们这个伪装层范围。因为这理论是基于非同时性的，而在广袤的当下里，这套理论和其上衍生出来的整个人类文明其实都走错了发展的方向。

因果论看起来是合理的，但今后有一天突然之间，它就会不再成立。

它之所以不成立,有一个很简单的理由,同时还有一个更深层的原因。这个简单的理由,简单得几乎显得幼稚,就是:如果你们可以从地球的视角,用你们的物理仪器“向后看”(look backward),那么按照同样的逻辑,在同一框架内的某个位置,你们的科学家理应也能够“向前看”(look forward),但他们做不到。

更深层的原因同样容易表述,但更难理解。再次用你们的术语和科学框架来说,当你们向外观测宇宙,并假设自己是在“回溯时间”时,实际上,你们只是朝向一个无限球体(infinite sphere)的中心或核心。这个球体,从你们的角度来看,既向“核心的另一侧”延展,又存在于“所有方向”。你们无法真正“远离”它,因为你们并不处于它的边界或表层,因此无法从一个“外部视角”去观察它。

细雨社 www.xiyushe.org
此外,时间并不像你们所认为的那样,被划分为过去、现在和未来。我恐怕接下来的内容会变得相当复杂。

(珍此刻语速加快,伴随着许多手势。她的眼睛大部分时间都是睁开的,显得深邃而专注。)

即便在我们的讨论中,我们也使用过去、现在和未来这些术语。然而,我告诉过你们,未来可以影响过去,而“广袤的当下”(spacious present)才是唯一的时间实相(time reality)。

我们先讲述必要的内容,之后再为你们逐步澄清。从我的角度来看(而非你们的角度),回望过去实际上等同于眺望未来。你们所认知的“现在”并不是一块坚实的基点,不是一个稳定的“当下”,可以让你们从中观看“未来”或“过去”。因为过去、现在和未来本质上是一体

的，而你们自身就是“广袤的当下”的一部分。

试想在操场跑道上有个同学在跑圈，他跑过的地方既是他的过去也是他的未来。在跑道中如果他会跑一百圈，而在某一点上有台相机会给每次经过的他拍照，那最后会得到一百张以同一人物、同一地点为背景，却人物形态各有不同的照片。

这些相互平行又各自不同的照片，哪张是真哪张为假呢？

如果你作为观察者，并离这跑步者有一光年远，从理论上你看到的应该是一年前的那个跑步者（光年即光飞逝一年的距离，光年本身是距离单位，但也能被换算成光跨越这距离的时间，即什么时候能被看到、而这被看到的景象会有多久的延迟）。

那问题来了：假设我们的观察者，以光速从距离跑步者一光年的位置后退，那观察者看到的跑步者画面是会被定格在同一帧上吗？如果以光速快速接近跑步者，那跑步者是否又会像光速一样地开始狂奔呢？

我们都知道无法超越光速，但却可以利用虫洞蛙跳——如果观察者瞬间跨越一光年的距离，蛙跳到跑步者面前，那是会看到一年前的跑步者还是一年后的跑步者呢？

当你瞬移前进到离被观察者只有半光年的距离时，你是不是应该立刻看到他半年前的景象呢？

整个我们的伪装层物相世界其实都是用灵性之光投影出来的，所以光速不变而且无法被突破，但通过蛙跳瞬移却可以让观察者移动得比光快，进而不再只是观摩过去。当我们在较大距离尺度上利用量子纠缠

手段，无延迟地观察“以光为载体的信息”时，就会发现光的延迟与加速现象，进而明白时间不过是一种在特定场域中、在稳定状态下衡量与思考事物变化的手段。时间是可以快进、慢放、暂停、倒放、剪切、拼接、多次重复回放的一维线性坐标系。

一旦明白了时间的假象也就随之会明白，所谓的过去并没有过去，因为可以无数次被重写；所谓的未来早就被经历，只是这次尚未被记忆成真。经历如环周而复始，自己现在的作为与抉择不仅影响了未来的走向，也改变着自己的过去。

当我们明白时间并非是严谨的客观现象，那文明的 2.0 版将会被开启：往复在时间的长廊内，所有错误的尝试可以被无限地更正成完美；遁入时间的缝隙，在纳秒中千年的科技攀升可以在秒针下一次跳动前达成；战争与疾病不再是无解的难题，因为一切都可重头来过。

当然这一切的前提，就是我们的前沿科学领域需要学习与重视宇宙的真相，那就是内在心灵的意识通道，学会访问群体意识库藏，共享与接纳高维中的已知实相。

我建议你们休息一下再继续，今晚的讨论涉及到了一些极为重要的观念，需要时间来消化。

Y6-2-249.2

（9:27 休息。珍表示自己刚才“完全出去了”（out），或者说赛斯“完全进来了”（in）。她在讲话时完全沉浸在信息之中，觉得这些想法极其深刻。临近休息时，她的语速明显加快，眼睛大部分时间都是睁开

的，深邃而专注，语气强调，手势频繁。她现在感觉好多了，并表示如果赛斯在一开始就取消这节课，她也不会感到意外。

9:40 珍以稍慢的语速继续，闭着眼睛，开始吸烟。)

为了便于你们理解，我们在讨论中使用了许多类比，这些类比简化了所涉及的维度和物理属性。需要明确的是，这些类比只是为了帮助你们更容易接近我们传递的概念。

从本质上讲，星空 (quasars) 代表了纯粹的能量。你们的科学家目前对此意味着什么几乎一无所知，因为相对而言，他们透过肉身的感知，只是将能量概念随时间转化为一维的形式。

你们知道什么是正物质，也知道什么是反物质。这两者属于你们较为熟悉的现实层面，因为它们涉及到原子和分子的操控，可以被现有的物理理论描述。（关于反物质的相关内容，可参考第 60 至 63 节。）

然而，类星体所涉及的是完全不同的东西。我们现在讨论的是一种不依赖原子和分子的能量，也不需要任何化学反应。这是一种能够无需物质介入，直接被转化为行动 (action) 的能量。

当我们仰望星空时，依据现有的知识与经验，我们把那些闪烁着的亮点理解为像月球或火星、太阳那样的星球实体，但我们又很困惑：为什么有这样多的星球实体，我们却无法找到其它文明存在的蛛丝马迹？

其实这件事很简单，简单到说出来让人觉得可笑：如果你是这地球矩阵的程序设计师，你是否会为那满天繁星都逐一布局星体与随机置放

些文明呢？

当然如果剧情走到了那一版的那一步，这并非难事，但在当前的这个 1.0 版本中，浪费梦宇宙的算力去搞这些显然毫无意义。就好像在你的梦中，你走过喧嚣的街道或幽静的小巷，你无需为那个小巷匹配出整个乡镇作为拓展，也用不着为那街道上的人群每个都设计出家庭、住所、工作。背景就是背景，能完成故事情节的表达，能把角色带入画面感中，就已经达成了梦场域的作用。毕竟角色的觉知力就那么点儿，把伪装实相无限拓展毫无意义。

所以这漫天星辰其实并非是实体的星球们，而是纯粹的能量光斑，是由矩阵依据需要投影在背景墙上的光影交替，构成这光的不是分子或原子聚集成成的巨大星球，维持那闪烁亿万年的也不是什么核爆或化学反应。

细雨社 www.xiyushe.org

正物质与反物质：

我们所熟知的一切物质形式，包括构成我们“可见”宇宙中的一切物质，都是以人类可感知的原子和分子构成的，当然我们可感知的物质总量不到全宇宙的 5%。而因具有其它能量频率的物质超出我们可感知的范畴，所以宇宙中约有 27% 的物质实相，是我们不可感知的，我们叫它暗物质。这些实相就在我们的身边，但我们对其一无所知。甚至多数人都不知道其存在。

那么就在我们已知的这不到 5% 的实相里，还包含了与正物质相同数量的反物质，说白了那就是磁极的另一端或硬币的另一面。这些反物质也是由原子、质子、中子和电子组成的，它们相互结合形成各种物

质，从普通的气体、液体到固体。

正物质在我们日常生活中无处不在，因为那是我们可感知到的 2.5%，是可被我们这一位面接触与感知的物质形态。

反物质与正物质具有相同的结构特性，但在电荷上却全然相反，也是由粒子构成的物质。已知反质子具有与质子相同的质量，但具有负电荷；反电子则是电子的反粒子，具有正电荷。

反物质在我们这个正物质自然界中相对稀少，因为一旦出现就会与正物质发生相互对抵的湮灭。那和我们数量相当、形态相同的那 2.5% 的反物质是否也构成了一个世界、里边居住着反物质居民呢？在他们看来，我们的世界是反物质的，就好像我们看他们是反物质的。

暗物质是我们知道有却无法感知探测的物质实体宇宙，那个宇宙并不比我们的大，但却多出五倍的内容物。不过暗物质宇宙并非是一个整体，它又被分割成多个不同的能量频段，每个频段里都各自有属于那一频段的正物质宇宙和反物质宇宙。而这些实际存在着的不同平行世界，彼此因显化频率的差异相互哪怕比邻或套叠存在，也各不相知，甚至彼此不可察觉。

目前，对暗物质的性质仍然知之甚少。一些理论认为，暗物质可能由一种或多种新型基本粒子组成，这些粒子不与常规物质相互作用，因此难以探测。寻找暗物质的实验包括利用地下实验室寻找暗物质粒子的直接探测和利用高能粒子对撞机模拟宇宙中极端条件下的暗物质产生过程。对暗物质的研究对于理解宇宙的演化和结构具有重要意义，并且可能对粒子物理学和宇宙学的基本理论提出新的挑战 and 突破。

当前人类对于宇宙实相的认知只是基于可观测的那 2.5%，其它的都是自己推测与意撰出来的。就好像给你一篇百字文，但你能看到的只是其中的两个字，我们的科学家们就是在评价看到的这两个字、各种猜测全文的内容在表达什么。那么我们凭借这两个字理解的全文，与其真相相差的会很多吗？

要想看到全文，需要学会“闭眼”，因为通往全然的道理不在眼前，而在心里。

类星体（quasars）本质上是电能。可以说，它们分布在所有实相之中——换句话说，它们遍布所有宇宙。它们并不符合任何体系中的伪装模式（camouflage patterns），除了它们自身的体系。用你们的术语来说，它们既不是太阳，也不是行星、星系或宇宙。

它们的电能强度和数量，无法用你们的物理学来解释。

（珍的眼睛再次睁开，语速明显加快。她熄灭了烟，喝了一口酒，接着停顿了至少一分钟。）

那些用来显化伪装实相的灵性能量，它们的影响在每个宇宙中都能被感受到。它们的能量扩散到所有系统中，为所有系统运转提供动力。如果没有这些能量的投影，那就无法显化出梦宇宙。

以你们的定义而言，类星体内部没有智慧生命体，而是由无尽具有智慧的意识构成。它们不是物质，但从你们的角度来看，它们是震荡着的能量，因此也可被理解成“物质”，因为在波粒二象性中，只要有观察者在探究，能量波就会坍缩成粒子显化给你看，而当观察结束后，

矩阵又会把物相消散成混沌。

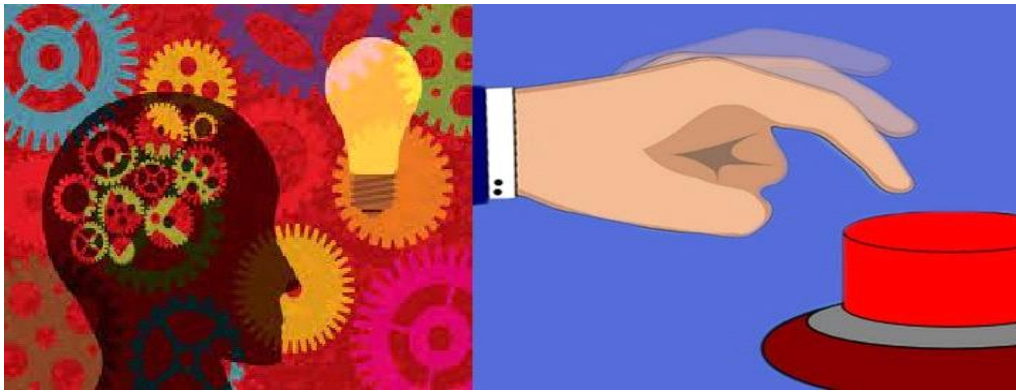
1924 年前沿物理基础科学发现了波粒二象性，并因此推导出：构成可见物质世界的基本粒子，虽说是可见的但其实并不存在，因为一旦观察者不去关注他身边的所谓实相，那实相就会在瞬间转化为虚无。

这有些像是我们戴着 VR 眼镜看元宇宙中的场景：你头转向哪里、视角关注哪里，哪里就会被即时演算生成出来。如果你始终在一个小范围内持续活动，那系统显化场景的延迟度会很低，因为场景被预建在缓存里不用每次都生成；但如果你突然眺望远山，或凝视某一路人身上的细节，那系统就会有半秒左右的延迟，然后那远山或细节才能逐渐被刻画出来。

这种显像延迟，在脑电实验中已被证实：我们的大脑先看到感知到自己在看什么，之后肉眼才会看到那个景象出现在自己的眼前。

这个脑电实验叫做不稳定红灯实验，即受试者要在看到自己面前红灯亮起时，按下手边的按钮做出反馈，而红灯的闪烁是没有规律的。实验发现，在红灯亮起前 0.1 秒，受试者的脑电已经活跃，手指肌肉已经充电完毕，然后身体假装是看到红灯亮后才按下的按钮，其实按下按钮的脑指令比红灯亮起要早半秒。

换句话说，大多数受试者在实相发生前就知道何时会发生什么，但角色我却要表演得恰到好处。现在在研究脑机接口的很多实验中也发现了这一问题——脑兴奋往往要比刺激信息的输入更早产生。



你们的科学永远无法用充分的术语来解释类星体的形态与存在。它们代表了一种能量的渐变与演化,而它们的进化程度已经高到无法被你们辨识为生命。因为你们对生命的定义局限于你们的认知水平。宇宙中充满了形形色色各种能量频段的生命形式,但这些对于肉眼来说绝大多数是不可见的。因为人类的感官系统对光谱中光频的识别能力和视力的解析度、色彩的感知度不如大多数生物,不用说鹰或猎豹,连猫狗鱼其实也是不如的。比如你家的猫可以看到我,而你们却不能。

灵性能量为你们这个位面和其他所有梦宇宙中的其它位面提供了显化能,也塑造了你们所见的物质宇宙和其中的一切物相显化。然而,这些你们可见的星体只代表了现实中极小的一小部分力量,占比不到整个体系的 1%。其它星体并非不存在,而是远远超出了你们的可感知范畴,甚至你们基于自己想象极限制造出的仪器,也只能探测到对当前时代剧故事线开放的实相内容。

问题在于,即使是在我们的讨论中,我们仍然受到你们自身概念的限制,因此在珍头脑的词库中,在人类现有的词汇中,没有能表达这些概念的相应名词甚至词根,因为你们没有词语来表达我想告诉人们的东西。

我希望能够以直觉的方式将这些概念引入鲁柏的意识,使它们成为他

心智 (intellect) 的一部分，并帮助我们找到合适的语言来表达这些内容。

类星体的复杂性已经超出了你们语言所能描述的范围。它们之所以在过去没有被人们看到，只是因为天文学家缺乏“看到”它们的观念模式。而现在能够观测到这些星体，是因为他们的认知概念模式得到了扩展。你只能在伪装实相中看到自己脑子里有的东西。因为如果你自己无法造型它，也就无法将其投射到物质界中来，被显化成真。

(珍和我对此也曾有过疑问。我们曾经读到，有些类星体是通过分析旧的天空照片发现的。)

他们所“看到”的东西当然是经过扭曲的。事实上，他们所观测到的并不具有物理质量，而只是电能的质量和强度，而这是完全不同的概念。

正如我常说的，此刻，甚至在你们家附近的天空中，也充满了其他实相。未来，你们或许能借助各种仪器探测到它们的存在，但你们只能确认它们“存在”，而无法真正理解它们的本质。

现在几乎家家户户都有 WiFi，有的家庭甚至有两三个信号源。如果你住在多层的高楼里，打开 WiFi 信号搜索，能看见二三十个信号源的不同名称，这很正常。但因为没有路由玄关的频率密码，这些充斥在你空间中、相互平行却又不可见的能量波信息脉动对你来说是不能形成有效交互的。

如果你山区老家村里来了亲戚，他们那里还在用电话线联网，那他在你家找了一圈后会觉得你家没有网络端口，因为在他的认知里如果没

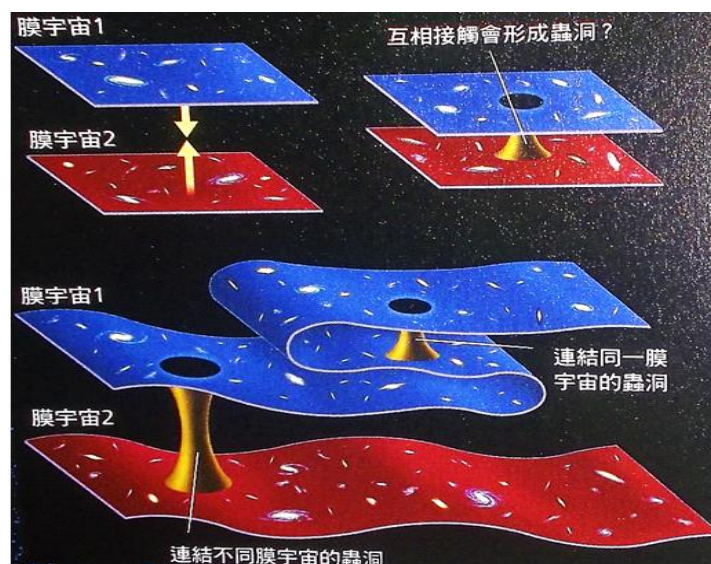
有实体的电话线，没有可见的铜丝链接，那就不可能有网络信号。

这时若你尝试着向老家的亲属解释什么叫 5G、什么是 WiFi、无线路由这些你三岁儿子都觉得是常识的东西，会发现很难，因为你所说的任何逻辑链接关键词，对方都听不懂其含义。

巨大的文明等级差异不止表现在意识形态上，往往问题出在不对等的基础认知。

比如如果我告诉你，第一位被国际数学联盟授予菲尔兹奖的物理学者，早在 35 年前就已经论证出：我们的世界是存在于一张薄膜上，不存在感官上觉得的立体宇宙，你会怎么想呢？

不可能，绝对不可能！地球是圆的，电视里都是这样演的。我们都已经登月，在往火星上飞，怎么可能我们是活在这片薄膜上的生物呢？



上图：膜宇宙

这样的问题，霍金也质疑过，但最后在其著作《大设计》(The Grand Design) 中，霍金认可了这就是事实；并且这样的薄膜有很多层，

且相互平行，它们构成了一本厚厚的立体“书”，也就是宇宙矩阵。而我们肉眼所见的一切，不过是感官把戏而已。当然我知道大多数人对这根本无法理解，因为至今我们的孩子还在每天背诵学习着一百年前就已被证伪的所谓科学知识，根本就没听说过第三次超弦革命和 M 理论。

我建议休息一下再继续。

Y6-2-249.3 (D54、E46)

(10:02 休息。珍再次表示自己进入了很深的解离状态。她说，当赛斯的能量很强时，她感觉自己更像赛斯，而不像自己。

现在是第 54 次伊斯博士实验的时间。10:10 继续。)

请稍等。很快我们会给出目标物品信息。

首先，我得到了 groan 这个词。我不确定这个词的拼写是 groan（呻吟）还是 grown（成长），也不清楚它指的是什么。

其他的意相：一只老鼠；一场与同事的争执，争论的焦点似乎与某本书中的某段文字或某次演讲中的某个内容有关。这与催眠和透视能力之间的联系有某种关联。

这里还关联到 315。可能是这段文字出现在第 315 页上，或是争论发生的时间，亦或是一个地址号码，我无法确定。

约瑟，请把窗户关上好吗？

（“好的。” 10:16 停顿。我们的厨房窗户开着，像往常一样，可以听

到一些交通噪音。在此之前，这些噪音并未特别影响我们。我离开椅子去关上窗户。)

这里有一个与一名年轻男子相关的联系。

现在，关于目标物体的印象。

一个立方体或方形的物体，类似于骰子，白色，其上有一个黑色的圆点，或者说在朝上的一面上有这样一个标记。

我正在从远处观察它。靠近一些后，我有了另一种印象——一张黑白照片，前景中有两张面孔，而背景里则有一些阴影形状，其中透出较亮的部分。

我还有一个意象：那些影子的形状像树叶交织成的格子，后面是天空。我不确定这是否是字面意思，但这些形状给我的感受就是这样。

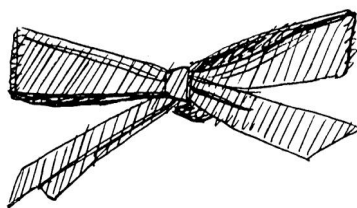
还有一个日期，1934年。照片里有一男一女。女人戴着浅色的帽子，穿着连衣裙，或者是这些衣物在强烈的阳光下显得非常明亮。帽子上有突出的花朵装饰。男人穿着白色硬挺领口的衬衫，领口相对于当下的流行款式显得较高。

也许这张照片与伦敦有关，还可能与一个戒指有关。此外，我还感受到一个较远的关联——两个男孩，他们似乎在照片拍摄时与这对男女有某种关系，或者曾在他们身边。

你有信封给我吗？

(“有的。”这是第46次信封实验。见图，实验对象是一个红色的缎带蝴蝶结，已经在工作室放了好几个月了；我曾随意地想过用来做实

验。不过我不确定珍是否特别注意过它。课后她确认说自己并没特别留意。



第 249 节第 46 次信封实验的红色缎带蝴蝶结示意图

关于这个蝴蝶结，我其实记得的不多。但主观上觉得它应该是从某种类型的贺卡上取下來的。我在一家贺卡公司工作，但并不记得在那里见过其他类似的缎带。我也不知道它曾属于哪张卡片，也不记得为什么我要把缎带取下来——如果真的是我做的的话。我希望赛斯能帮我们补充一些细节。这个蝴蝶结已经很破了，我猜可能是去年冬天的某个时候，我把它放进大衣口袋里带回家的。

因为这个物体已经被压扁了，所以把它夹在两块厚纸板之间，再密封在双层信封里并不困难。

珍在 10:22 停顿，闭着眼睛拿过信封。她将信封按在额头上，说了几句话，然后放在膝盖上。)

好了，请给我们一点时间。这些都是意相。

一个圆形，中间有一个较小的正方形。正方形比圆形小得多。

一个达成的协议，或寻求某种理解。与红色有关。五和十。与某个特定的计划有关，已经安排好了。

一张便条。深色墨迹或印刷品。与玫瑰相关的远距离联系。某种上升

的事物，或是花朵。与晚餐以及 1942 有关。

与铁轨或类似的平行线有遥远的联系。数字一。一汪泉水。这一点与鲁柏有关。也涉及三个人，同时指向第四个人。

一栋独立的小建筑，或是一间与其他分开的房间。与一个聚会有关。还有 1963 年。信封上有个地址，或两个地址，一个段落。

你还有问题吗？

（“你能多说说这个协议或理解吗？”）

这是一个已经达成的协议或共识，涉及一个已确定的日期。鲁柏在这里想到的是与你父母的晚宴日期，以及在你父母家写下的那张便条。不过实际上，这个意相与此无关。

细雨社 www.xiyushe.org

（“五和十是什么意思？”）

像是半价的便宜出售，却能带来回报的东西。这里的联系是五分十分钱商店，或者是与廉价商品相关的东西。

如果没有其他问题，我建议你们休息一下。

（10:34 休息。见前面的图。我觉得赛斯给出的信息方向是正确的，但由于我自己对它的背景了解很少，这些信息对我来说显得模糊不清。我发现自己对赛斯回答的问题也有类似的感受，所以没有继续追问。我还觉得这些信息与我父母计划在复活节星期天（4 月 10 日）来拜访我们公寓的安排有关，我母亲为此写了一张简短的提醒便条。

我之所以选择这条缎带作为实验物品，不仅是因为我想要了解它的背

景，还因为我自己对它几乎没有显意识的记忆，这样的情况可以模拟实验中某人提供的物品所处的环境。

赛斯在休息后补充了一些信息。以下是我们认为与物品本身相关的一些要点。

“一个圆形，中间有一个较小的正方形。正方形比圆要小得多。”正如之前提到的，这条缎带由于某种原因被压得很扁，但在这之前，它的两个蝴蝶结原本是圆形的。如图所示，蝴蝶结中间的结呈现出近似方形的形状，并且相对较小。

“与红色有关。”实验对象是一根红色的缎带。

“五和十。”这可能与卡片的销售方式有关，这种卡片很有可能会在“五分十分钱店”销售。我这么说是因为我工作单位生产的大部分商品都是通过这种店铺销售的。我主观上还觉得这条缎带来自我的工作单位，尽管我目前无法证明这一点。不过赛斯对此表示认可。

我们还可以找到其他联系，但这需要额外的核实和时间。在提供这些信息的过程中，珍曾想到我母亲与红色有某种联系，但她没有说出来，因为她认为这个想法可能是错误的。对此，我们表示同意。

“数字一。一汪泉水。”珍提到，在之前的信息中关于花朵的意相可能引发了她的个人联想：她想起了自己童年时，祖母曾带她去纽约州萨拉托加泉（Saratoga Springs）公园散步。在公园里，她们经常去参观一个特定的硫磺泉，这个泉被称为“一号泉”（Number One Spring）。

当赛斯在休息后继续解读部分资料时，我会补充一些注释。珍在 10:41

以平稳的速度继续。)

数字可能指的是卡片上的某个编号。我不确定这是否是一个目录编号，但它是某种标识号码。

(我认为两个数字 1942 和 1963 是年份编号。珍对我工作单位的文件系统一无所知，而目录编号通常不会用年份表示。

“那是什么卡片？”)

卡片中间有一条街道，这就是铁轨相关的意相，也就是对平行线的象征性解释。卡片上有树，我认为这是一张“祝愿康复”类型的卡片。红色缎带位于顶部，还有一小束花。较早的那个日期标志着这张卡片最初出现的时间。

(以上描述大致符合艺术贺卡公司生产的某类贺卡。珍当然见过类似的卡片，但我仍然无法具体回忆起我想要确认的那一款。

“那么，这张带有缎带的卡片，确实是我从工作单位带回家的？”)

在 1963 年，这张卡片做过一些改动，或者重新推出过。

(艺术贺卡公司经常进行这样的调整，就像大多数贺卡公司一样。)

现在，这张卡片存放在一个文件夹里。一个窄长的金属矩形隔间，与其他类似的卡片分开。这里还和某位画家有关。也就是说，它因为与该画家相关的某些原因被单独保存了起来。

(的确有可能。尽管我一时想不起来在我的部门有这样的单独归档文件。然而，这个档案可能存放在另一间办公室里。我也许可以设法低

调地查证一下。

“这个档案是在公司的办公室里？”)

有趣的是，尽管缎带是红色的，这张卡片的主色调却是紫色和黄色，并且还带有一些蓝色。

(这再次与艺术贺卡公司制作的某类贺卡相符。我个人并不喜欢这种风格的卡片。)

你是在一个下午，而不是上午，取下了这条缎带。

(我目前的工作安排是每周五全天上班，其余时间只在上午工作，这个安排已经持续了一年零九个月左右。在此之前，我是全职在那里工作的。不过，赛斯并没有特别强调是周五下午，而只是强调了“下午”这个时间点。如果我是某个工作日下午取下的缎带，而不是周五下午，那这件事就更接近他之前提到的 1963 年的时间点。)

你现在不再负责这一类产品，但那张卡片仍然被保留着。

(这也是有可能的。今年年初，艺术贺卡公司进行了一次业务重组，取消了几个卡片系列，并将相关的底片库出售给了其他出版商。)

这张卡片与康涅狄格州有某种联系。我不知道这是否与该公司有关，还是与艺术家本人有关。

(这也是可能的。在今年重组之前，艺术贺卡公司与美国东北部多个州的艺术家和公司合作，包括纽约州、康涅狄格州、罗得岛州和马萨诸塞州。虽然现在仍有部分合作，但珍对此并不了解。没有这张卡片的原件，我无法确认是哪位艺术家或公司。)

你的同事柯特（Curt）也接触过这张卡片。

（赛斯提到的是我共事的一位年轻画家。我不太确定柯特加入公司的具体时间，但大概是在 1963 年之后，不过也不会晚太多。如果这张卡片在 1963 年经过改版，那么柯特有可能在他的早期工作中接触过它。

“可是，我为什么要把这条缎带带回家呢？”）

你不喜欢红色缎带和紫色搭配在一起。

（“我完全不记得自己这么做过。”）

你把缎带取下是为了让卡片的设计更简洁，我认为，最后你可能选择画了一根缎带代替它。

如果你没有其他问题，我们就结束这节课。或者，在休息后，我可以继续谈论其他内容，按照你的意愿来决定。

（“珍前几天提到她从未梦见过你本人，尽管她梦见过上课的场景。不过，她在进行心理时间实验时有与你相关的经历。”）

我们可以在休息后讨论这个话题，或者留到下一节课，你们可以自行决定。

（“那就留到以后吧。”）

我向你们两位致以最诚挚的问候。今晚的课非常精彩。

（“晚安，赛斯。” 10:54 结束。珍仍然处于解离状态。在课程接近尾声时，她偶尔开始睁开眼睛。）

Y6-2-249.4

第 249 节 浓缩提要

这将是简短的一节，要明确一些要点：

即使是在你们自己的物理环境内由角色自发的行动，角色能察觉到的涟漪激荡与事件中的相关信息也仅仅是其全部中的很小部分。

即使你们通过意识链接入潜意识的通道，进而借由内我的内在感官获得高一个位面的内景信息，那也仅仅只是部分地感知到全我存有某些行动在当前自己所处领域中的行动片段。

人格无法完全感知存有的整个行动，所以很难理解宏计划中的意图。就算意识链接到了全我，并了知了宏计划，也无法凭借自己的智慧发展水平理解那企划的价值与意义。

这时角色我一般有两个选择：

其一是，无我，即不添乱就是帮忙，用臣服的态度，给什么任务就积极主动地做好自己的功课。

其二是，以角色我为自我认知核心，你们爱谁谁，我只想安然度过此生，活一天算一天，活一天滋润一天。别跟我说什么“大”道，我不懂也不想懂，懂了是能发财还是能长寿呢？或天上能掉馅饼从此不劳而获坐享其成吗？学半天不是什么“好处”也没有吗？知道了这些后，不是该干嘛还要去干嘛！

你们的感知，特别是角色我对伪装实相中物理层的感知，把你们能

够接收到的信息切割成了零星的片段。而借由这些散碎片面实相总结出来的认知往往充满了扭曲后的谬误，这是因为角色我在单位时间内能感知与处理的信息实在是少得可怜，同时角色我又必须在一维线性时间中一路狂奔，根本无力环顾四周，看个真切。

你们通过心灵的修习，确实可以有效地开通与内我共享内在感官信息的能力，这会为你们带来数倍于常人的觉知力和跨维度的认知水平，但因为你们无法完全感知全我体系内发生的行动，自然也就无法完全理解存有布局一切的意图。所以，当其他平行层中的某些实相与行动被投射到你们的体系中时，这些信息侧漏有时可被角色感知成幻觉或梦，这些显现出来的所谓幻觉，被你们无知的专家误解，这并不令人意外。

细雨社 www.xiyushe.org
神父说那是魔，医生说那是病，普通人说那是疯痴——当其他系统的行动投影到你们自己的系统中时，你们的感知会扭曲事件的真实本质，角色我信仰什么或迷信什么，就会依据自己已知的认知去显化自己的所见。换句话说你看见什么，与那是什么无关，而与你内心中渴望与恐惧什么有关。因为内在投射会被角色滤过成自己能理解的实相，然后投放到伪装层中。

所以，你们首先面对的是试图理解一个感知模糊的行动。你们会把自己对空间和时间的理解强加于它，并尝试用这种方式来解释这些东西。大多数神怪迷信都是这样产生的，也利用这样的原理骗取信众体验其宣扬的神怪经历。而科学家们也用同样的原理，每每都能在研究的领域中，看到自己想要看到的“事实”证据——你们

的感知会扭曲事件的真实本质。

角色抬头仰望的星空与那些被你们科学家发现的类星体，其情况当然也是如此——在你们的科学家学会从内我处获得直觉前，用角色的肉眼找到的一切伪装实相都无法让你们真正地理解类星体。



细雨社 www.xiyushe.org

不管你是在地表上仰望星海，还是乘坐飞船遨游太空，或是登陆月球漫步火星，其实你都没真正走出自己的梦。空间与地点的改变，只是背景投射的更新，与实际所是没什么真实的关系。角色我看到的、感知到的一切，都是梦宇宙矩阵的产物。当然不仅仅场景是梦宇宙的产物，这个视觉世界的你也是它的产物。

出于简单起见，我们一直在使用你能理解的类比。

事实上，你会发现，星空代表着纯能量。就基本概念而言，你们的科学家对此意味着什么几乎一无所知，因为相对而言，任何人透过肉身的感知和伪装层中的机械都无法将能量的概念从一维时间流中剥离转化出来，那样也就无法理解超过一维的任何形式。

要知道有物质就有反物质，有可见的世界就有暗物质世界。平行世界就在你们身边与你们同在，你们与其它实相界互为平行，但又彼此不可见。所有这些由灵性能量构成的不同频率的世界，都是由显像微粒构成的，这涉及到矩阵对原子和分子的操控。

而对于伪装层中的我们，星空里的万千星辰涉及到的是另一种东西。它们不是由原子与分子堆砌成的，它们的闪烁也不需要化学反应的能量，那是由意识能量投影产生的显化，是即时转化为行动的光，它是不需要被物质化的能量。你们确实可以看到漫天星辰，但那却实无一物。

那些用来显化伪装实相的灵性能量，它们的影响在每个宇宙中都能被感受到，它们的能量扩散到所有系统中，驱动着所有系统的运转。如果没有这些能量的投影，那就无法显化出梦宇宙。

按照你们的术语，它们内部没有智慧生命体，而是由无尽具有智慧的意识构成。它们并非物质，但从你们的角度来看，它们是震荡着的能量，因此也可被理解成“物质”。因为在波粒二象性中，只要有观察者在探究，能量波就会坍缩成粒子显化给你看；而当观察结束后，矩阵又会把物相消散成混沌。

你们的科学无法用任何充分的术语来解释它们的形态与存在。它们代表了一种能量的渐变与演化，它们已经发展到了你们无法将其视作生命的程度，因为你们对生命的定义局限于你们的认知水平。宇宙中充满了形形色色各种能量频段的生命形式，但这些对于肉眼来说绝大多数是不可见的。因为人类的感官系统对光谱中光频的识别

能力和视力的解析度、色彩的感知度，不如大多数生物——不说鹰或猎豹，连猫狗鱼其实也是不如的。比如你家的猫可以看到我，而你们却不能。

灵性能量为你们这个位面和其他所有梦宇宙中的其它位面提供了显化能，也塑造了你们所见的物质宇宙和其中的一切物相显化。然而，这些你们可见的星体只代表了现实中极小的一部分力量，占比整个体系的不到1%。其它星体并非不存在，而是远远超出了你们的可感知范畴，甚至你们基于自己想象极限制造出的仪器，也只能探测到对当前时代剧故事线开放的实相内容。

在这里的困难在于，即使在我们的讨论中，你们也在某种程度上受到你们自己概念的限制，因此在珍头脑的词库中，在人类现有的词汇中，没有能表达这些概念的相应名词甚至词根，因为你们没有词语来表达我想告诉人们的东西，你明白吗？

比如东方人的名词，“炁”不是西方的能量或电磁、“玄”不是单纯用不可描述就能翻译、“空灵混沌”不能译成乱七八糟的什么都没有。

我希望能够通过直觉向鲁柏引入这些概念，然后，这些概念也将成为他心智（intellect）的一部分，并帮助我们组织所需的语言。我也知道这种复杂性实际上超出了你们语言的表达能力。

这些类星体之前没有被人们看到，是因为天文学家无法察觉到它们的存在。而现在能够观测到这些星体，是因为他们的认知概念模式

得到了扩展。你只能在伪装实相中看到自己脑子里有的东西。因为如果你自己无法造型它，也就无法将其投射到物质界中来，显化成真。

这里有个很好的例子：当你们在近期认知到有这些星体后，再查看曾经的星空照片，就会发现，那些过去的照片上也出现了这些新的星星，也就是说，过去在随着现在而发生着改变。

他们天文学家“看到”的星空当然是伪装层中的扭曲，他们看到的東西不是你们想的星球，那些亮斑确实没有物理质量，只有电质量和强度，这是不同的东西。

就像我经常告诉你们的那样，此刻甚至是你们家附近的天空也充满了其他实相。你们将来会用各种仪器感知到这些实相的存在，但你们只能感知到它们的存在、偶尔瞥见其映像与声音的侧漏，却不能形成有效的互动。就好像你可以知道在这个房间里还有其它平行存在着的你们，但无法与它们形成真实的感知互动。



Y6-2-250.1

第 250 节 星空投影的幻象，意识如何创造现实，伊斯遥视 55，信封透视 47：枫叶

1966 年 4 月 11 日，星期一 晚 9 点 常规课

（这节课是在客厅进行的。珍闭着眼睛坐下后开始说话。她的语调平稳，语速适中，并伴有许多短暂停顿。然而，奇怪的是，在这些停顿之间，她的语速反而相当快。）

晚上好。

从人类的视角上你们无法感知到星空（quasars）实际真实地代表着什么，你们只能感知到那些能量波带来的光辉之明暗，你们的天文学家努力地用人类对 2%物质实相的了解去猜想与理解星体。但那些学说不可避免地对意识能量的投射造影给出了因片面观察而扭曲的理解。

这并不是天文学家的错，因为人类对事物实相的解释是基于角色伪装实相体系中被矩阵系统所赋予的规律、那些你们熟悉的规律来进行科学阐释的。就好像那些影评人对着影院的大幕布评说故事里的故事一样。但你们当知道的是，这些所谓的科学规律并不适用于你们这一伪装系统之外，你们的科学认知当然也不适用于其它星空或位面。

你们科学家利用肉身感官与伪装仪器所感知到的，是星体们在你们体系中呈现的投影形态，即它们投射到你们位面上的伪装形式。走出你们所在的伪装泡，其实外边空无一物。

当然，由于你们对时间的理解是高度扭曲的，你们的所谓科学持续将

过去、现在和未来这些过时百年的概念继续灌输给后代，这导致集体意识对投射到本地泡中的能量无法理解，虽然这些星体似乎蕴含着超乎人类认知极限的能量，然而你们现在观测到的星体，只是它们实体投影到你们伪装层中的“实相之影”。



我们的科学家一直困惑为什么我们找不到地外文明的证据，而又有那么多跨维度访问的实锤证据摆在我们的面前。其实赛斯早就说过，我们所谓的外星人访问，不过是跨维度平行实相间的侧漏，而我们之所以找不到地外文明，因为我们一直是对着水中月镜中花展开探讨，那我们始终一无所获也就不难理解了。

如果你告诉别人，你昨晚做梦时，自己成为了天文学家，观察了一晚上的星星，有很多重大发现，还和外星人有过第三类接触，那你觉得听你说梦的人会怎么想呢？你确实亲身如此经历了这些，并为此兴奋不已，感觉大有成就与很有收获，但旁人知道那不过是你的梦，那些所谓的科学重大突破与发现，离开梦境环境，其实什么也不是。

我们的宇航学家发现，人类的宇航能力凭借物理飞船是永远不可能离开“本地泡”的。是的，你没看错，我们的天文学观察的结果确实有

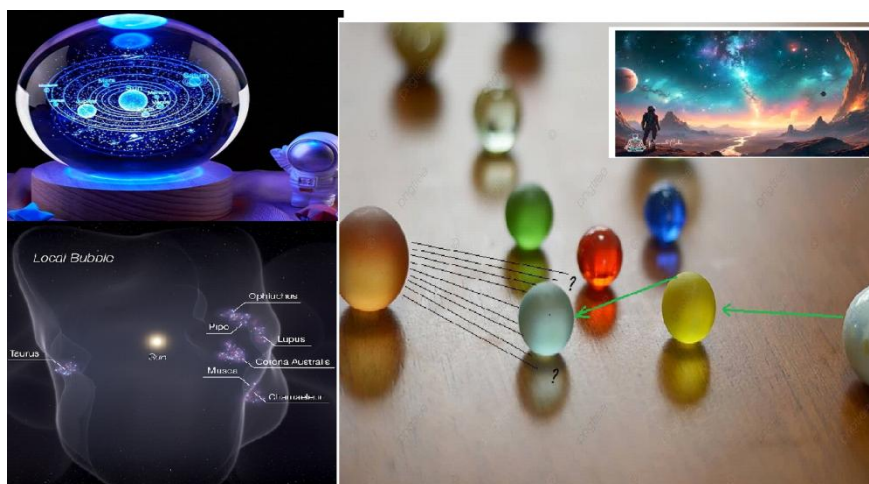
些让人沮丧，我们就是被一个泡囊包裹着的独立存在。



本地泡 (local bubble) 是一个包围着太阳系的横跨 1000 光年的低密度、高温度的等离子体气泡。在气泡的边界上，是一层冷的、稠密的中性气体和尘埃，恒星能在其中形成。

本地泡是星际物质中的一个空洞，这个炙热的空洞扩散的气体辐射出 X 射线，单位体积内所含有的中性氢粒子只有正常值的十分之一。正常值是每立方厘米 0.5 个原子。太阳系在这个气泡内飞行了 300 万地球年。我们所有的物理常数、分子密度、规律认知，甚至时间体系只适合于在这个本地泡内。一旦我们的飞船脱离这个低密度泡泡，进入本星际云密度区域，就会像空易拉罐沉入深海一样瞬间被挤压成一个铁饼。而在本地泡内又无法制造或寻找到高密度物质充当船体。

所以跨维度星际旅行只发生在不同平行层中，在不同版本的地球文明间展开。而跨次元星际旅行其实只能依靠星光体出体，瞬移访问其它剧本来达成。因为满天繁星其实没有哪个是真实的星球，都是意识能量之光在不同位面上的投影。每个意识能量之光，自成一界，各自拥有着属于那里的舞台剧。是的，不管是其它星域文明还是灵界众域，其实都是梦宇宙矩阵下的不同舞台剧，仅此而已。



很多人说有着其它星球的前世记忆、自己是来自某某星球的转世者，这确实没有撒谎，因为地球上的原生灵魂几乎没有，谁都经历过几个不同的剧本才来到这里。只不过有些之前是来自更容易生存的“幼稚园”，来到这小学已经算是升学了；而另一些则作为志愿者，从更成熟的环境中自愿来到这里，借我们的这个界面完成见习教师的相关实习任务。

细雨社 www.xiyushe.org

其实灵魂在不同星球文明间交替往生是极其常见的事情，就好像我们不时会去其它城市或国家去旅行或学习。只不过换文明对很多人来说是一种相当麻烦的事，哪怕在东西方转化大区投生都涉及到需要重新学习语言、习俗与文化底蕴。故而不难发现，很多转生经历，大多数很少有跨领域投胎的，这是因为躺赢在起跑线上的感觉确实不错。

很多一岁就会说话、三岁就能背诗、五岁钢琴能考证的孩子，不用问，它选择了用它的转世天赋和你的努力比成果。世界是公平的，也是不公平的：有些人已经积累了几百世的能力，所有属性点都满级了，而你刚入“世”几次，连新手村的规则还没搞明白呢，然后你想和人家比成就与进度不是瞎扯吗？

表面上看，释迦三十年修行，菩提下开悟，耶稣三十年悟真，三十岁讲法，可是你可知释迦有过 500 次轮回才彻悟真理。世人只看一个角色的年龄，却经常忽略其累世的积累。故没谁能生而知之，但确有人可生而知之。

只是因为你们对线性时间认知的习惯，起始和结束这类想法让你们入迷，才会在宇宙中执着于寻找它们，并因此扭曲了本来可以清晰理解的信息。我已经告诉过你们，宇宙的扩展方式与空间无关。但当你们试图将这一观念套用到你们熟知的宇宙时，就会撞上一堵“认知之墙”，因为你们所看到的宇宙似乎的确充满了空间。

我们慢慢来讲解这一点。能量在任何原子内部都会扩展，但它扩展的空间极其微小，几乎难以被你们所理解。因此，你们所看到的原子，并不会在质量上变大，或者在空间中向外扩张。同样地，你们的宇宙也不会如此扩张。

（珍的语速现在更为顺畅，眼睛经常睁开，每次持续几句话的时间。）

现在，还有一点，也许一开始会让你觉得难以置信：相较于它们所释放出的能量，你们认为无比巨大的星体们其实极其微小。这些能量的强度如此之高，以至于你们可能会认为的物理体积巨大的星体，实际并非如此。

你们天文物理学家引用了错误的推导理论公式，所以得到了错误的认知。

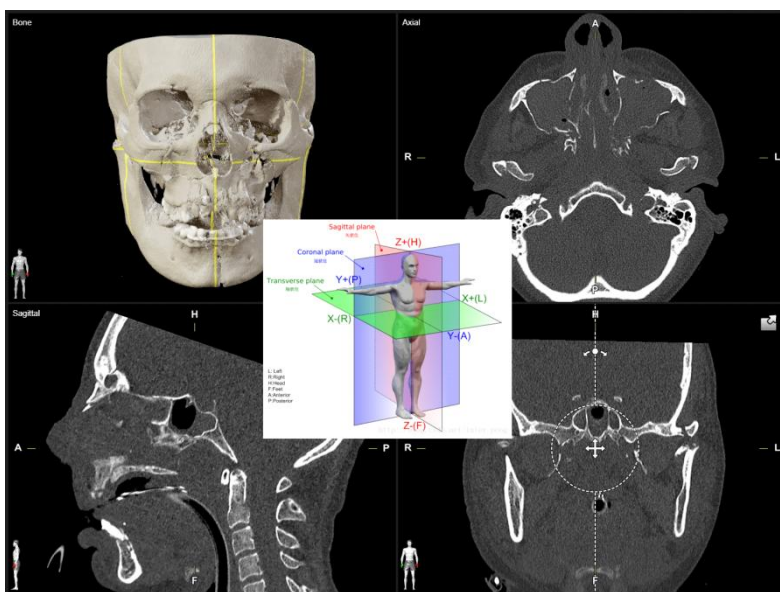
意识能量体们是能量的源头。它们的强度赋予了它们质量的外观，但

实际上在任何层面中都并没有物质参与,只有电的强度——如此迅速,以至于你们所看到的是瞬间的运动和无限的电强度。

这就好像你们身处一个原子的内部,向它的原子核看去。然而,在你们的系统内检查一个原子时,你们认为它只存在于你们的系统内,因为你们的仪器只能感知到那些投射在你们系统中的部分。

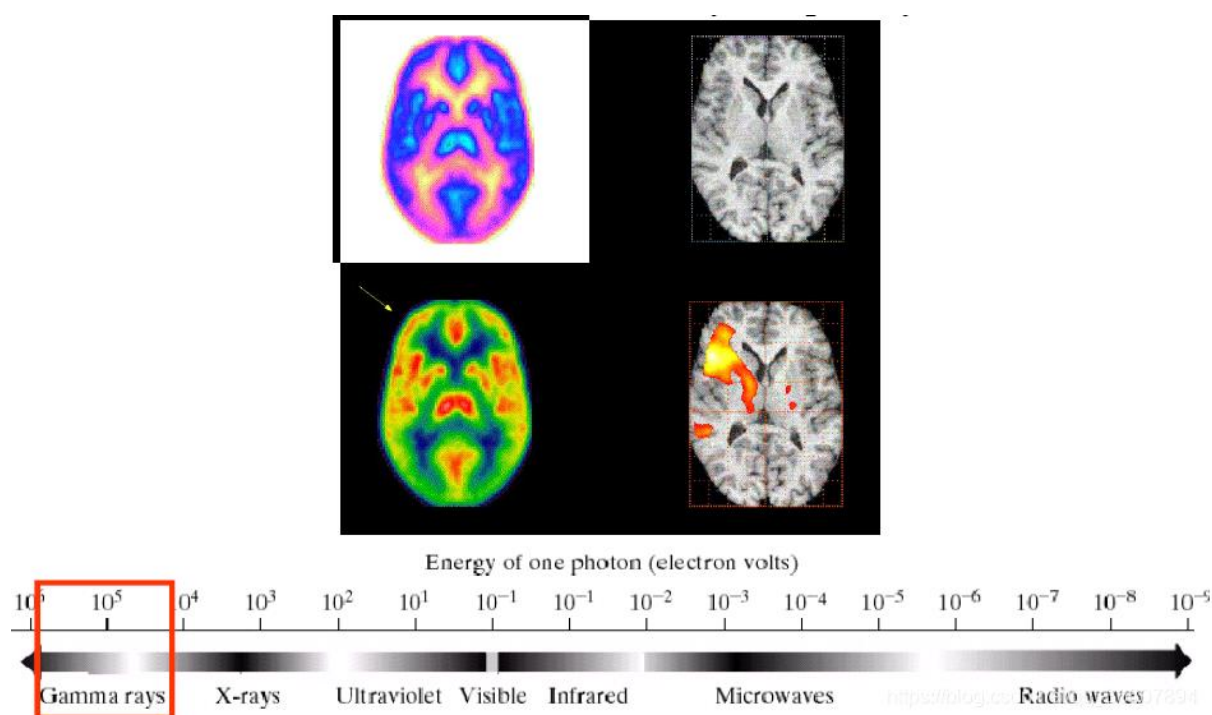
因此,你们所谓的原子核实际上仅仅是整个原子核的一小部分。原子核的一部分存在于反物质 (antimatter) 中,另一部分则存在于你们科学尚未涉足的其他体系中。

以你们现在的方法,他们无法感知任何原子的这些隐藏部分。我曾告诉过你们,相同的原子会被重复使用,也就是说,同一个原子同时被你们的系统和其他系统使用。同样地,这些巨大的原子核或星体仅仅是实相的一部分,是投射到你们系统中的那一部分。



同一物相可以同时被多个位面各自利用, 同一个实相在不同位面上, 成像出来的物相是不同的, 在每个层面中只能看到属于自己位面的实

相部分，但甚至连这，大多数时候也看不到全部，因为还有暗物质部分、反物质部分与其它频段部分。



以不同的频段去观察同一物相时，所见是全然不同的，有些物相只显化在某一特定频段中，而在其它频段上却完全不可见。人们总是相信眼见为实的东西，其实这是很无知的，因为你看见的不代表确实有，而你看不见的也并非真的没有。

粒子加速器并不会真的粉碎原子。它们只是改变了你们系统内显现出来的原子部分。如果人类真的学会了如何操纵整个原子，那么确实会引发超出想象的灾难。

人类只能在自己的体系内与实相的投影“玩耍”。确实，他可以造成很多破坏，但那只限于他自己的伪装宇宙。尽管这个物理宇宙对他来说至关重要，但他在其中却被很好地隔离开了。

物质是他们构建出来的，是内在现实的外在展现。他们可以在一定程度上摧毁物质，但他们无法摧毁内在的实相。

就好像你自己在家用棒球反复地去砸自己的电视，电视坏掉不再显示投影只是时间问题，但你邻居家的电视不会因此失去影像，电视台也不会因此蒙受损失。

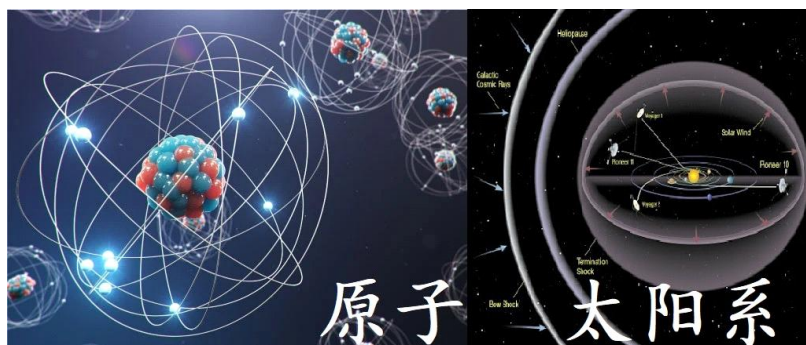
我建议休息一下再继续。

(9:27 休息。珍说自从几节课前开始讨论类星体的内容以来，她一直“非常震撼”。这是我们非常感兴趣的话题。

珍说，当谈到我们只能看到原子的一部分时，她脑海中浮现了一个形象。她试图用手指在桌面上描绘这个形象，但除了圆圈的概念外，没能得到更具体的东西。

她的语速在许多短暂停顿之间很快，有时会有较长的停顿。9:37 继续。)

原子本身是一个远比你们所了解的复杂得多的系统。从许多层面上看，你们的整个系统不过是一个原子而已。



当你们越来越深入地探索物质的本质时，你们会越来越远离本真，直到你们在物质的核心那里发现，根本就没有所谓的物质，除了能量的

波动外其实什么也没有。这就是你们通过仪器所能达到的极限，也就是你们所知的原子核心。

然而，如果你们能够更进一步，从某个维度上看，你们会再次遇到物质。这会是你们所说的“负物质”。继续深入，你们会再次远离物质，直到物质彻底消失。接着，“正物质”会再次显现，如此循环往复。

我这里只讨论了一个维度。在其他维度中，穿越同一个原子，你们会遇到完全不同的物质类型，这些类型甚至连理论上都未曾被你们接触过。因为原子是一种处理能量转化为物质的结构，可以说，当灵性能量经由第五维度透过四维转化层抵达三维梦宇宙时，能量转化成了能量驻波旋，也就有了可显像的粒子。就好像搅动空气时出现的气旋是可见的，但如果你仔细对可见的气旋展开研究，结果会发现，那个可见的气旋只是能量的作用力，除此之外什么也没有。灵性能量构成的粒子搅动贯穿了所有基于任何物质系统的系统，构成了众多伪装层的物相显影。

我之前提到的那些“隐形屏障”阻挡了你们的认知，使得当你们的感知无法得到结果时，你们就认为那里“什么都没有”。因此，你们以为自己已经感知到了整个原子，但实际上你们只感知到了投影到你们自己系统中的那部分。

（珍此时停顿了一分多钟，闭着眼睛静静地坐着。）

原子本质上并不“创造”能量，它们只是让能量在你们的系统中变得可用。能量通过原子核进入你们的宇宙，但原子核并不是能量的真正源头，它只是看上去像是能量的来源。

许多节课前提到的关于精神场域的资料，可以帮助澄清这一点。

我们觉得自己所处的地球很大、太阳系很大、而原子小到肉眼无法识别，可是在高维宏观视角中，我们的整个星系就是一枚原子。就好像原子是由能量波构成的并同时多个位面维度中同时存在一样，我们的伪装层也同样只是能量波的显影，并同时多个位面上有着自己的平行存在。

当我们的科学家哪天把这一切研究透后，就会发现反粒子——这已经被发现了；然后又会发现夸克粒子；再往下细分又是正电粒子、反物质粒子。

上世纪 1973 年的一个关键的实验“深不可分散性”实验（DIS）——在斯坦福直线加速器中进行电子散射实验，由理查德·泰勒（Richard Taylor）和他的团队展开。

发现基本粒子内部结构是由夸克组成，夸克有六种类型，分别是上夸克、下夸克、奇异夸克、魅夸克、顶夸克和底夸克。这些夸克的性质包括电荷、质量以及在强相互作用下的量子数等。

到 1990 年理查德·泰勒因在基本粒子内部结构方面的突破性贡献与实验验证，获得了诺贝尔物理学奖。其发现在科学界引起巨大轰动，但对绝大多数人来说却无法理解。

我们已经证实，世界是由原子构成的，多个原子可形成分子，比如水就是两个氢原子加一个氧原子构成的。而原子是由原子核加带电粒子构成的，带几个带电粒子，就成为什么原子。原子核就好像一个太阳，围绕原子核旋转的电子犹如行星。

我们发现电子并非是一枚物质粒子，只是能量波，然后我们设法打开了原子，并一路拆分了下去，最后发现，当把所有箱子都依次打开后，那里边空无一物。换句话说原子核本身是由一堆没有物质基础、没有重量质量的能量波构成的显影。

就好像一大堆肥皂泡堆在那里，当你一个个地捅破那些泡壁后，发现所有的一切不过泡梦幻影。你可以看见它、应用它、碰触它，但它在本质上却实无一物。

值得注意的是，本节课发生在 1966 年，说出这些的并非是一个前沿理论物理学家，或常年工作在粒子碰撞器旁的基础科学研究者。在珍说出这些骇人听闻的话语后很多年，人们才通过大型粒子碰撞机惊讶地发现：原来赛斯当年没有胡说。

细雨社 www.xiyushe.org



星体是能量的源头，所有能量最终也会回到它们那里。它们并不在你们宇宙的遥远边界上，而是从另一个系统投射到你们宇宙中的。它们看似存在于某个地方，但实际上并不在那里。

观察它们时，你们既是在观察未来，也是在观察过去。正如你们现在知道的，未来和过去其实是一体的，所有表面上的分离或划分基本上是一种幻觉。换句话说，或者以你们的话来说，它们既存在于未来，也存在于过去。

我们很快会谈到“恒星的死亡”这一现象，因为这与我们关于类星体的讨论紧密相关。在你们的观测体系中，有些恒星好像已经“死亡”了。但事实上，它们只是离开了你们的系统，而你们目前还没有办法追踪它们的轨迹。

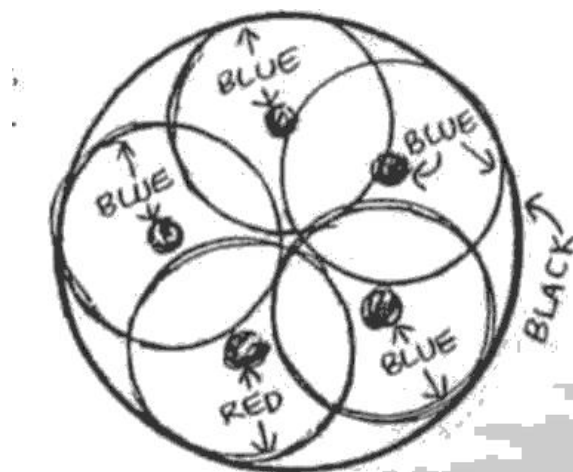
这些恒星仍然存在于它们曾经所在的“空间”里（按照你们的说法），只是它们已经转换到了另一个体系，因此你们无法再感知到它们。目前，你们的仪器无法探测到它们的存在，但这并不意味着它们已经不复存在。同样，也不能排除它们在未来重新显现在你们的体系中的可能性。

我建议稍作休息。

（9:58 休息。珍说她再次很好地进入了解离状态。她的语速在多次短暂停顿之间很快，其中一些停顿时间较长。她的眼睛在几个段落传递时保持睁开，没有吸烟。

现在，珍根据第一次休息时尝试回忆的原子图像画了一幅图。这是一个圆圈的形象，代表整个原子，包括对我们可见的部分以及不可见的部分。珍表示她对这幅图并不满意，因为她无法表达它应有的层次或深度。）

她向我解释了这幅图，并且我将其转化为三种颜色。黑色圆圈代表投射到所有系统中的完整原子。蓝色圆圈是完整原子在不同系统中可见的部分。红色圆圈则是完整原子在我们系统中所呈现的部分。珍表示，我们应该把这幅图想象成具有多层次的结构。



Y6-2-250.2 (D55、E47)

现在开始第 55 次伊斯博士实验。像往常一样，珍坐在那里，手遮住她闭着的眼睛。她在整个信息传输中，说话的速度稍微慢了一些。10:10 继续。)

请稍等片刻，我们很快会锁定测试目标。

细雨社 www.xiyushe.org

首先，一个意相：一个与身穿蓝色裙子的女性有关的不愉快事件。某种形式的分离已经发生，并且与高大的雕像有关。

测试目标是他手中拿着的一根鞋带。

我感受到一个关联，与最近的一篇不够完善的专业论文或报告有关。要么是他自己对其不满意，要么是他人不满意。这篇论文涉及催眠，可能与缩写 F.R. 有关，并与此条信息存在联系。

此外，还有一个与四月底发生的事件相关的意相，以及伊斯博士在那时预计会做出的一个关于职业生涯的决定。我认为这可能与学院本身有关。

他对自己实验所得的证据缺乏足够的信心,这一点与上述内容相互关联。

他的办公室第二层书架上有一本地理杂志,其中有一篇关于西藏的文章。他会明白这指的是什么。

你有信封给我吗, 约瑟?



(“有的。”本节课进行了第 47 次信封实验, 如图所示, 实验对象是一片褪色的枫叶, 是珍和我去年散步时捡的几片叶子, 大概是在 1965 年 10 月。后来, 我用这片叶子和另一片叶子画了一幅水彩画。正如你将看到的, 这片叶子引发了一些较难评估的信息, 但我和珍相信这些信息是合理的。

尽管我们努力回忆, 但我和珍都记不清具体是在什么时候捡到这片枫叶的, 只记得是初秋。我想可能是 10 月, 并用灵摆进行了验证。对我来说, 灵摆的指引相当可靠。它也与我的答案一致。至于我们捡到这片枫叶的地点, 在后续数据中显得尤为重要, 这一点我们可以确定。稍后会解释清楚。总之, 这些实验物品所附带的各种意相转折总是让珍和我感到惊讶。

10:16 我递过信封，珍没有睁开眼睛，而是安静地把它放在膝盖上，用一只手接过来，然后再次用右手遮住了眼睛。）

请给我们一点时间。这些都是意相。

与实验对象有关：有一堆或金字塔形状的小东西的意相，也许是石头之类的。冰淇淋筒的形状。金字塔形状。

（她仍闭着眼睛，用右手伸出，做了一个三角形或金字塔形状的大手势。）

与一个系列有关，以及几个不愉快的插曲。四。六个一样的。一个角落里有一个小圆形。

与 JV 有关，或者可能与佛蒙特州有关，我不知道，张力，就像某种平衡均匀的东西。像线一样的张力。与坐着的女人有关。

枪。与枪有关的东西，或者可触发的东西，爆炸性的东西。一个方格嵌在另一个方格里。19。我相信是红色和黄色的条纹，还有一个硬纸板支撑。

带图片的印刷材料。（鲁柏想到了老式的灰蓝色 Shredded Wheat 麦片卡片。）与四根柱子有关。一个 m-i-s-s。

你有问题吗？

（“关于不愉快的插曲你想说点什么吗？”）

似乎有一系列的情节。

（“这些事件中涉及到哪些人吗？”）

不愉快的插曲让鲁柏想起了你的父母。（珍笑了）与这些事件有关，有四个，下午四点或四个人，两个男性和两个女性。这里有一种遥远的关联，与家庭成员的死亡事件相关。

（“那么张力呢？”）

就像试图同时朝两个方向走。拉力在两个方向上，产生一种张力平衡。这里与一个孩子有些联系，以及紫色。

（“男孩还是女孩？”）

女孩。

（“你能给我孩子名字的首字母吗？”）

孩子的？

细雨社 www.xiyushe.org

（是的。）

那我们就说是一个小孩子。与一个小孩子有关。

（“你想试试给这个物品起个名字吗？”）

它是从一个聚会中得到的。边缘是白色，中间，或者至少白色部分之外的颜色更深一些。这里似乎有一些往内的东西。我建议你休息一下。

（10:31 休息。珍说今晚比平时更加解离。她的眼睛在所有的实验材料中都保持闭着。

我能够问赛斯六个与信封信息有关的问题——我相信这是迄今为止最多的。

一开始，信息几乎毫无意义，但是赛斯对第二个问题的回答为我们提供了线索，使它变得好理解。对于外行来说，这将是相当难以理解的。这种情况下，赛斯利用物品作为跳板，深入探讨了主要通过位置联系在一起的信息。我认为，他提供的大部分材料在情感上对他更具吸引力，而不是对象本身，而且他在休息后也确认了这一点。然而，信息的转变是令人意外的。

信封内的物品和家庭成员死亡之间的联系很简单，实验对象是从我姑姑梅布尔家旁边的人行道上捡起来的，珍、我和梅布尔姑姑参加了家庭成员的葬礼。关联性比这更复杂，但为了避免混淆，我会先解释上面提到的部分。

我的姑姑梅布尔住在我们街角往下两个街区的地方。1965 年 10 月，珍和我去散步采集树叶时，我们在梅布尔姑姑家旁边采集了枫树叶；这是枫树生长的街区，其中一片树叶构成了今晚的实验对象。

我和梅布尔姑姑很少见面。在我们结婚 11 年里，珍只见过她三次。最近一次是在我姑姑埃拉的葬礼上，葬礼举办于 1965 年 8 月 8 日，纽约威尔斯堡。因此，珍最近一次与梅布尔姑姑进行长时间交谈，是在布茨家族成员的葬礼上。此外，赛斯在 1965 年 8 月 9 日第 176 节课上，与埃拉姑姑进行了长时间的交谈。注意，实验对象是在埃拉姑姑葬礼两个月后获得的。我们之前已经注意到信封实验中这种奇怪的时间跳跃，可以说是向后的。珍对葬礼有着强烈的情感记忆，并以某种形式，对信封中的物品有未卜先知的洞悉；显然，赛斯回应了他认为比信封中的物品情感强度更浓的埃拉姑姑的葬礼，或者说，他故意选择如此回应。

珍似乎已经形成了关联，将梅布尔姑姑与葬礼联系在一起。如果这看起来牵强，我们认为这个想法得到了加强，因为珍和我以及梅布尔姑姑还一起参加了另一场葬礼——梅布尔姑姑丈夫的葬礼，他在几年前去世了。这是珍第一次见到梅布尔姑姑。因此，在三次见面的两次之中，梅布尔姑姑都关联着葬礼和相关活动，珍与她都交谈了；这两个场合里，珍除了问候以外，和她还交流了更多信息。珍和我不认为今晚的信封信息包含与梅布尔姑姑丈夫去世的任何关联。

然而，信息中确实有另一次死亡的关联参考，这次是指多年前珍的祖母去世。稍后将会作解释。

珍说，今晚给出信息时，她想到了埃拉姑姑的名字，但没有说出来。

按主题将信息分组会更方便。因此，首先是通过梅布尔姑姑，顺着埃拉姑姑葬礼的关联，附有简短的描述。

“与一个系列有关，以及几个不愉快的插曲。”这指的是埃拉姑姑意外去世时，珍发现自己参与了好几通电话。大部分是长途电话，涉及到我父母、我兄弟及其家人，涉及的话题包括交通、开销、时间等等。这段时间我正在工作，无法帮助。珍觉得这相当不愉快。

“4。”我们认为是因为埃拉姑姑的葬礼仪式是在1965年8月8日下午4点举行的。

“张力，就像某种平衡均匀的东西。像线一样的张力。与坐着的女人有关……就像试图同时朝两个方向走一样。拉力在两个方向上，产生一种张力平衡。”珍在主观上确定这些印象指的是她参与的那些通话，以及家庭成员之间相互矛盾的欲望。每个人都有自己的想法，冲突必

须在相当短的时间内解决。当然，事情最终被解决了。

“枪。与枪有关的东西，或者可触发的东西，或者爆炸性的东西。”这是对上述情况的更多参考。需要注意的是，由于情感内容的存在，大部分信息对珍具有很强的意义，而我则相对不受影响。正如所述，在这些信息到位之前，必须建立信封中的物品与梅布尔姑姑及她家之间的联系。我自己无法理解其中的大部分内容。

“不愉快的插曲让鲁柏想起了你的父母。与这些情节有关，4，下午四点或四个人，两男两女。与家庭成员死亡相关的遥远的关联。”这里说的家庭成员的死亡只能是指埃拉姑姑，这导致了对梅布尔姑姑及她家的关注，而我们获得信封中物品的地方就在附近。无需详细说明，我们可以说 4 既指葬礼仪式的时间，也指珍、我和我的父母对葬礼的一个想法，但没有实际发生。www.xiyushe.org

现在，这是关于珍的祖母去世的相关信息：“带图片的印刷材料。在括号中：鲁柏想到了老式的灰蓝色 Shredded Wheat 麦片卡片。”珍的祖母在她六岁时遭遇车祸身亡——当时她正要去附近的商店买麦片。这一事件对珍来说具有极强的情感联系。珍清楚地记得，在祖母去世的那一天，她并不喜欢当天的晚餐。像许多孩子一样，她哭闹不休。为了安抚她，祖母顺从了她的要求，出门去买麦片，却再也没有回来。

接下来是一组与孩子有关的意相。我问了赛斯好几个问题。我弟弟洛伦、他的妻子和他的儿子道格参加了埃拉姑姑的葬礼，洛伦和他的妻子有一个女儿琳达，因为她远在学校，所以没有参加。

“19。”琳达当时是 19 岁，或者说到 1965 年 8 月满 19 岁。这个数字

关联琳达的原因，将在稍后看到。

“m-i-s-s。”在给出这个的时候我一头雾水。然而，珍对此却很肯定，甚至还拼写了出来。考虑到接下来的信息，我们认为这并不是指琳达。

“这里与一个孩子有些联系，以及紫色。”我们没有与紫色建立联系。赛斯把这个孩子和紧张感、拉力联系在一起，因此与埃拉姑姑的葬礼有关。

“女性。”赛斯在回答我的问题时给出了孩子的性别，从而排除了洛伦的儿子道格，当时他才 13 岁。我们也不认为琳达是一个孩子。

“一个小孩子。与一个小孩子有关。”赛斯在我要求给女孩的首字母时给出了这个答案；因此琳达被明确排除了。更重要的是，珍说当我问及孩子时，她想说琳达，但是赛斯不允许她。因为她感觉是错误的，珍放弃了琳达的想法，转而接受了小孩子的信息。

直到第二天，即 4 月 12 日星期二，当我找到机会问一些问题时，我们才最终确实了这个小孩子可能是谁。在 10:50 恢复资料传输之后，赛斯将在合适的时机给出信息。

当我要求赛斯命名实验对象时，他给出了几个与实验对象，即枫叶本身有关的意相。

“与实验对象有关：有一堆或金字塔形状的小东西的印象，也许是石头之类的。冰淇淋筒的形状。金字塔形状。”如前所述，珍将这些信息与一个三角形或金字塔形状的大手势相结合。见前图，枫叶大致呈金字塔形状。

“我认为是红色和黄色的条纹，还有一个硬纸板支撑。”我和珍在 1965 年 10 月散步时，采集了两片枫叶，用作水彩画的对象之一。信封中的物品就是其中之一。这两片叶子都是秋天的色彩——红色和黄色，还带有一些绿色。也许还有其他的关联，但我们没有问赛斯。我看不到条纹的参考，或者硬纸板的支撑。

“它是从一个聚会得到的。边缘是白色，中间，或者至少白色部分之外的颜色更深一些。这里似乎有一些往内的东西。”这是赛斯在我要求他命名对象时给出的信息。这个对象是来自一个聚会——一堆树叶的聚会。白色边缘可以指我画水彩画时用的粗白色水彩纸。

我只画了两片树叶和它们投下的阴影，其余的部分都是白色的。因此，在白色的部分之外，画面中心的叶子颜色更深。

“这里似乎有一些往内的东西。”对我来说很有趣，两片叶子在几天时间里边缘卷曲，这是很好的描述。当它们变干时，边缘发生了卷曲。这种卷曲在临摹图中几乎看不到。为了把这个实验对象放入第一个信封中，我不得不把它压平。这种压力导致叶子在许多地方开裂；它现在非常脆弱。实验结束后，为了放进我们保存信封对象的笔记本中，我不得不把它贴在一张纸上。

还有一些其他的意相，我们没有找到相关的联系，也没有问赛斯有关 m-i-s-s 信息的问题。珍在 10:50 以悠闲的速度继续。)

约瑟是对的，这些意相主要在情感上与测试物品相关。逐一解释每个意相并没有特别的意义。

(你能告诉我们那个女孩是谁吗？)

这并没有强烈的关联。那个孩子是殡仪馆老板的孩子。

（埃拉姑姑葬在纽约州的威尔斯堡，埃尔迈拉附近的一个小镇。我和珍并没有刻意记住殡仪馆老板的名字，在葬礼期间也没有看到任何孩子。我住在威尔斯堡的同事安·迪布勒见证了几次非计划的课程，这个课的第二天，她证实殡仪馆老板有两个年轻的领养女儿，一个10岁，另一个12岁。实际上，他们是姐妹。我和珍不曾听说过或者知道殡仪馆老板有女儿，无论是收养的，还是其他的。我们只见过他一次。）

我们即将进行一些深入的研究。春季应该是我们最有成效的一个季节。现在，你可以根据自己的意愿，取消接下来星期三和下星期一的全部课程，作为我们春季学期前的一个简短假期。

（珍的眼睛睁开，非常黑；她微笑着。

细雨社 www.xiyushe.org

“我们会考虑的。”）

或者，你也可以选择简单的课程，看你了。

（“我们会商量的。”）

那我祝福你们俩有个美好的夜晚。你看，有些时候缺席课程对我们没有好处，而有些时候这是完全合理的，连天气我都替你们考虑到了。祝你俩晚安。

（“晚安，赛斯。” 10:56 结束。）

Y6-2-250.3

第 250 节 浓缩提要

从人类的视角上你们无法感知到星空实际真实地代表着什么，你们只能感知到那些能量波带来的光辉明暗。你们的天文学家努力地用人类对2%物质实相的了解去猜想与理解星体，但那些学说不可避免地对性灵能量投射做出了扭曲的认知。

这并不是天文学家的错，因为人类对事物实相的解释是基于角色伪装实相体系中被矩阵系统所赋予的规律、那些你们熟悉的规律来进行科学阐释的，就好像那些影评人对着影院的大幕布评说故事里的故事一样。但你们当知道的是，这些所谓的科学规律并不适用于你们这一伪装系统之外，你们的科学认知当然也不适用于其它星空或位面。

你们科学家利用肉身感官与伪装仪器所感知到的，是星体们在你们体系中呈现的投影形态，即它们投射到你们位面上的伪装形式。走出你们所在的伪装泡，其实外边空无一物。

当然，由于你们对时间的理解是高度扭曲的，你们的所谓科学持续地将过去、现在和未来这些过时百年的概念继续灌输给后代，这导致集体意识对投射到当地泡中的能量无法理解。虽然这些星体看起来充满了人类难以想象的能量，但现在被感知到的星体只是它们实体投影到你们伪装层中的“实相之影”。

只是因为你们对线性时间认知的习惯，起始和结束这类想法让你们

入迷，才会执意在宇宙中寻找它们，并且扭曲了本来对你们来说清晰的信息。我告诉过你们，宇宙的扩张方式与空间无关。但当你们试图把这个想法与你们所知道的宇宙联系起来时，你们会发现自己被一堵砖墙挡住了，因为似乎你们在宇宙中看到的确实是空间。

我们会慢慢来解释。现在，任何一个原子内部的能量都在扩张，但在一个你们几乎无法想象的小空间内。你看到的原子不会因此增加质量，也不会空间中扩张，你们的宇宙也不会。

现在来说一件事，刚开始你们可能会觉得不可思议：相较于它们所释放出的能量，你们认为无比巨大的星体们实际上是难以置信的微小。这些能量非常强大，以至于你们可能会认为物理体积巨大的星体实际并非如此。

细雨社 www.xiyushe.org

他试图通过三个我们宇宙中的基本物理学常数：光速 c ，约化普朗克常数 $\hbar$ 和牛顿引力常数 G 来构建长度、时间、质量、能量等基本物理量的基本单位，这些基本单位统称为普朗克量。

通过量纲分析，普朗克发现唯一可能的具有对应量纲的物理量为^[1]

- 普朗克时间
$$t_P = (\hbar G / c^5)^{1/2} = 5.4 \times 10^{-44} \text{s}$$
- 普朗克尺度
$$l_P = (\hbar G / c^3)^{1/2} = 1.6 \times 10^{-35} \text{m}$$
- 普朗克质量
$$M_P = (\hbar c / G)^{1/2} = 1.2 \times 10^{19} \text{GeV} / c^2 = 2.2 \times 10^{-8} \text{kg}$$
- 普朗克能标
$$E_P = (\hbar c^5 / G)^{1/2} = 1.2 \times 10^{19} \text{GeV}$$

上图：我们宇宙中的“基本物理学常数”普朗克量

你们天文物理学家引用了错误的推导理论公式，所以得到了错误的认知。现在的公式中涉及到距离、时间、质量的三个常数都是基于

你们当前伪装实相而代入的，可是时间、空间距离和质量这三者都是梦宇宙里的幻相，基于此三者中的任意一个推导出来的结论都无法接近事实，更何况三者相加又相乘得出的答案。

意识能量体们是能量的源头。它们的强度赋予了它们质量的外观；但实际上在任何层面中都并没有物质参与，只有极为迅速的电强度，所以看到的是瞬间的运动和无限的电强度。

这就好比你们身处一个原子内部，朝着自己的原子核看去。然而，在你们的系统内检查一个原子时，你们认为它只存在于你们的系统中，因为你们只能通过仪器感知到那些在你们系统内被投影出的方面。

因此，你们所谓的原子核仅代表整个核的一小部分。核的一部分存在于反物质中，一部分存在于其他系统中，你们的科学家只是对这些系统不太熟悉。

他们无法用现在使用的方法感知到任何给定原子的这些隐藏部分。我曾告诉过你们，相同的原子被利用，也就是说，在你们的系统内和其他系统都利用了相同的给定原子。同样地，这些巨型核或星体只是实相的一部分，是投射到你们系统内的一部分。

人类只能在自己的伪装实相体系内与实相的投影玩耍。人们建造的原子粒子加速器与粒子对撞机，其实不会粉碎原子，它们只是改变了你们系统内所见的原子显像——当然见证这一显像的人，也只有那些渴望见到这一实相的体验者。

如果人类真的学会如何操纵整个原子，那么确实会引发从未想象过

的灾难，造成很多破坏，但那破坏也只限于触发者自己的伪装宇宙。毁灭性的连环坍塌会让表相显像崩溃，在一定程度上可以毁灭物质实相，但无法毁灭内在的投影实相。

就好像你自己在家用棒球反复地去砸自己的电视，电视坏掉不再显示投影只是时间问题，但你邻居家的电视不会因此失去影像，电视台也不会因此蒙受损失。



当你们开始越来越深入地探索物质的本质时，你们会越来越远离本真，直到你们在物质的核心那里发现，根本就没有所谓的物质，除了能量的波动外其实什么也没有。这就是你们用仪器能够达到的极限。

原子的核心，就如你们所知的那样。然而，如果你能够更进一步，你会在某个维度上再次遇到物质。这会是你所称的负物质；然后继续前行，你会再次远离物质，直到再也没有物质；之后，又会出现正物质，以此类推。

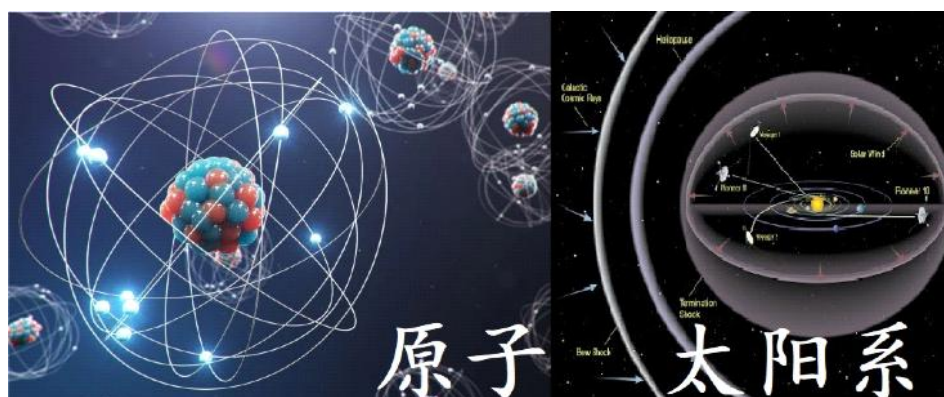
我只讨论了一个维度，因为在其他维度中，穿越同一个原子，你将遇到你们完全不熟悉的物质类型，即使是在理论上也是如此。因为

原子是一个处理能量转化为物质的结构，可以说，当灵性能量经由第五维度透过四维转化层抵达三维梦宇宙时，能量转化成了能量驻波旋，也就是显像粒子。

就好像空气是不可见的，但搅动空气时出现的气旋是可见的。如果你仔细对可见的气旋展开研究，结果会发现，那个可见的气旋只是能量的作用力，除此之外什么也没有。灵性能量构成的粒子搅动贯穿了所有基于任何物质系统的系统，构成了众多伪装层中的物相显影。

我所说的无形障碍阻止了你们抵近真相，以至于当你们的感知未能得到结果时，你们就会想那里是没有什么东西的，但事实并非如此，只是你们无法感知而已。因此，你们想象自己了解了原子的原理与构造，知道了与原子相关的全部，但实际上，你们只感知到了投影给你们系统中的那部分可供你们玩耍与适合你们的显化。

原子本身在许多层面上，是一个比你们所知的更复杂的系统，你们自己的系统不过就是一枚原子。



原子并不以一种基本的方式创造能量，它们使能量在你们的体系内

可用。能量通过原子核进入你们的宇宙，但原子核并不是能量的起源，它只是看起来如此。

星体是多维世界各位面中的能量源头，伪装位面中的所有能量由它而来，又最终返回到它们那里。它们不在你们认知的这个宇宙里，它们的光辉与能量是从另一个系统投射到你们宇宙中的。它们在一个你们当前还无法理解的地方。

这就像用多个激光束照亮一本书，书中每一页都是一层独立的物理世界，在每一页里生活着的人们，在举目四望时都会看到漫天的光斑，自以为那些光点就是在自己所处的位面上，因为看上去也确实如此。但其实如果你能从自己所处的那片纸张中走出来，从更宏观的视角看整个全局，就会发现，那些光影实际上既不在每片纸页里，也不在整部书构成的矩阵中，它来自域外，但却穿透了所有。那光照亮了整本书，让每一页都闪闪生辉，生机盎然。



当你们观察群星时，既看到了未来，也看到了过去，因为你们现在知道，未来和过去是一体的，所有表面的分离或分裂基本上是一种幻觉。换句话说，或者以你们的话来说，群星既存在于你们所谓的未来中，也在所谓的过去里。

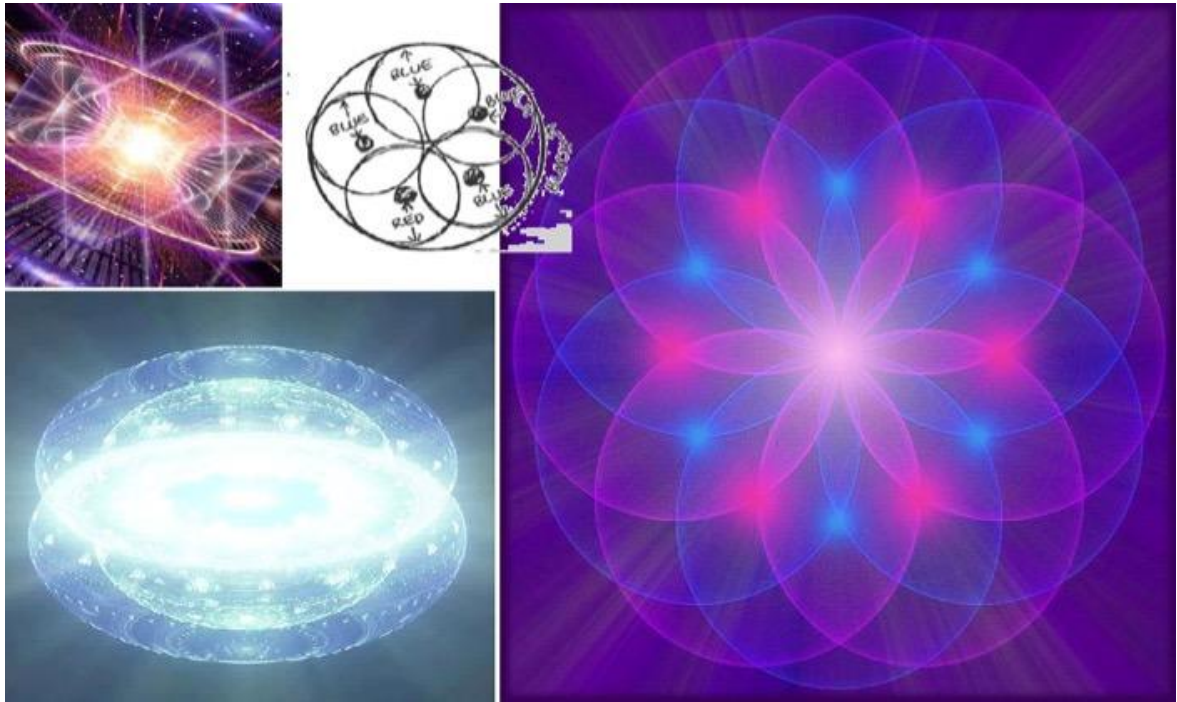
在你们所处的伪装层中，你们所看到的星光，既不来自遥远的百万光年外，那光也不是远古时星辰之光的姗姗来迟。就好像你在自己的梦里凝视着夜空群星一样，那些光只是伪装实相中让一切生动起来的相，只是能量在伪装层中发挥作用的展现。

我们很快会谈及有关恒星明显消逝的话题，因为这将与我们的关于星空的内容紧密相关。在你们的观测体系中，恒星好像经历了衰老与死亡，并依据线性一维时间认知将心比心地去描绘星辰的诞生与“死亡”。

事实上，它们只是离开了你们的观测范围，而你们目前无法追踪它们的轨迹。它们仍然存在于相同的空间内——用你们的话来说，与早些时候他们所在的空间相同的空间。但它们已经改变了系统，使你们不再能感知到它们。你们现在拥有的仪器无法捕捉到它们的实相，但这并不意味着它们在你们的系统内不存在，也不意味着它们不可能重新出现在你们的系统之内。

(9:58 休息。珍根据第一次休息时尝试回忆的原子图像画了一幅图。这是一个圆圈的形象，代表整个原子，包括对我们可见的部分以及不可见的部分。珍表示她对这幅图并不满意，因为她无法表达它应有的层次或深度。

她向我解释了这幅图，并且我将其转化为三种颜色。黑色圆圈代表投射到所有系统中的完整原子。蓝色圆圈是完整原子在不同系统中可见的部分。红色圆圈则是完整原子在我们系统中所呈现的部分。珍表示，我们应该把这幅图想象成具有多层次的结构。)



细雨社 www.xiyushe.org

概念澄清：“类星体”

在之前的课程里，我们接触到了一个新概念，即“类星体”，不过在课文中被简称为“星体”或“星球”。在这里我想为此澄清一下概念。

赛斯说的类星体不是近似于我们看见的那些星光，也不是在渐变成星球过程中的那些宇宙微粒。他说的就是我们看见的那些悬于夜空中闪烁着的星辰们。

那为什么赛斯不直接用星辰这个词呢？

因为它们确实并非我们认知中想象的，或用望远镜看到的那个样子。那些光影是源自其它维度中的灵性能量团，它们在我们这一维度呈现出了自己的投影，而且它们并非只存在于我们这一伪装位面，它们贯穿了、也贯穿着所有位面，并为所有位面带去灵性能量。也就是这些星光能量，构成与维持着每一个幻梦界面的显化，并构成了你我这些角色——我们每一个人其实都是来自星光的孩子。

当然维持伪装层显化的这些能量，又最终都流转回它们，在这一过程中能量非但没有减少，还因共振与激荡获得了不少增幅。

你可以想象有个巨大的水龙头在放水，水流成柱，有人用带有无数网眼的幕布去接水，结果水柱变成了无数或细小或粗大的大小水柱继续下漏。就这样一层层幕布被间隔设置在水柱下落的路径上，形成了层叠的滤网。水柱虽然一路受到了阻碍，形成了众多形态各异且相互平行的小境界，但不管它贯穿了多少层滤网，最后回到池底的总量却不会亏损丝毫，尽管一路可能历经了千回百转。

我们看见的苍茫星海，就是我们这一伪装层中天幕滤网上的孔洞，灵性能量由这些孔洞散播到我们这一界面的宇宙膜上，投影成角色可见的世界，然后这些能量历经生灭聚散的转化，带走经历转化成的经验智慧，随能量流进入下一层位面；如此一路递进，直到回归灵性能量的源泉之池，那涅槃之地。当然自然是周而复始流转不息的，所以这一路上是没有起点终点之分的，故前行即归乡。

现在我们明白，我们所见之满天星光，其实都是意识能量在洞穿伪装位面时形成的光辉。所以其实整个物理宇宙中没有什么真实的星球可言，故赛斯说它们是“类星体”而非星体或星球。可我们确实生活在星球上，也在登陆其它星球，这怎么解释呢？

其实在我们创建的元宇宙互联游戏中，或你看《三体》影片里，他们利用虚拟现实体验三体文明经历，就可明白，角色感官所见与角色所经历的种种场景都是可被在伪装层中即刻生成的，你的角色可以感知自己确实生活在一个星球上，确实可以在电视或照片中看到自己这个角色所处的星球，或看到登陆其它星球的影像资料。

就好像你在梦中去爬山并最终登顶，只要你还没醒，就不会怀疑自己正在攀登的不过是梦的产物与意识的投影。不识庐山真面目，只缘身在此山中。

Y6-2-251.1

第 251 节 计划外课程：意识成长中的自发调整

1966 年 4 月 15 日晚约 10 点 星期五 非计划课

（如赛斯在 4 月 11 日星期一的常规课中建议的，珍决定跳过 4 月 13 日星期三的课程，并可能跳过 4 月 18 日星期一的课程。她表示，规律性的每周授课让她感到有些轻微的压力，因此她认为这种调整将有助于恢复精力。此外，我们也认为，这样可以有机会重新整理伊斯博士实验的信息。

然而，在 15 日周五晚上举行了一次未计划的课程，现将其简要记录存档。我没有做笔记，但部分在场者记录了一些内容。这次课有一些不同寻常的地方。

细雨社 www.xiyushe.org

在场的见证人包括安·迪布勒 (Ann Diebler)、玛丽莲 (Marilyn) 和唐·威尔伯 (Don Wilbur)，以及加拉格一家 (Gallaghers)。同一群人曾在 1965 年 12 月 6 日的第 214 节课中见证过一场非计划的课程。

这次课程的契机，是珍向这群人播放了第 170 节课的部分录音。这段录音包含了强烈的声音效应，是专门为伊斯博士录制的，并且是在加拉格夫妇见证下完成的。其他三位见证人是年轻人，他们此前并不知道人类可以在数小时内保持如此极端的声​​音变化。播放这段录音带的目的是回答他们的一些问题，同时也遵循了赛斯在第 246 节课中给我们的建议。在那节课上，赛斯鼓励珍和我尽力向对灵性现象感兴趣的人提供信息。

在这次课程中，赛斯再次展示了声音效果。课程实际并不长，但最终

以珍的身体不适而告终。在播放完部分带有强烈声音效果的录音后，赛斯出现了。整场课程的气氛早已被讨论和录音带的内容营造好了。我认为，赛斯的现身是得到了珍和我潜意识的许可的。事实上，没有人要求听一节课。

巧合的是，居住在这栋房子里的许多人因各种原因外出，因此赛斯完全意识到，邻居们不会像往常那样成为声音效应的干扰。然而，我提醒珍楼上还有一位住户未外出，但这个提醒似乎并未对她产生影响。

赛斯在这次课程中重申了他此前给出的部分信息，包括关于“证据”、“幻象”等相关主题。他再次解释了比尔·麦克唐纳（Bill Macdonnel）在1964年7月6日第68节课中为何能够看到赛斯的幻象。今晚关于这一主题的核心信息是：比尔之所以能看到赛斯的幻象，并能在一个多小时内绘制出几幅草图，是因为他允许自己的直觉自由发挥；而珍和我则因为试图用理性去分析这一现象，反而无法看到幻象。然而，在第68节课的后期，我确实与比尔一起目睹了珍身体特征的显著变化。我们认为，这可能是另一种形式的幻象。

正如赛斯在第68和第170节中所说，即使他在房间中央完全显形，那些不愿相信这种可能性的人也不会将其视为证据；他们会将其归因于集体幻觉等现象。我原本计划在休息后询问赛斯关于这种事件是否可以拍摄成照片作为证据的问题，但没有机会提出。

此外，根据赛斯的说法，除非在科学控制的实验中使用了某些测量仪器，否则声音效果也不会被接受为任何形式的证据。赛斯同样没有机会对此进行详细阐述。

今晚展现了一些不错的声音效果，尽管它们没有达到第 170 节的水平。不过，我主观上认为，这些声音效果可能是仅次于那次的表现。今晚珍是坐着，以一种非正式的方式讲话；而在第 170 节中，她是站着，头部向后仰着。在第 170 节中，她讲了几个小时，有充足的时间逐渐进入状态；而今晚，她在休息前仅讲了不到半小时，休息后也只讲了几分钟。

安请赛斯提供一些关于她住在弗吉尼亚诺福克的朋友的信息。赛斯在休息后简短地回应。

周五下午，珍感觉不太舒服，但她并没有告诉我。这可能与她在今晚课程后感到身体不适有关；我们打算询问赛斯。事实上，课程因珍的不适而提前结束。在第一部分结束后，我们休息了很长时间；珍的声音状态很好，她的观点非常有力，并且在回答问题时，她的眼睛有时睁得很大。她只喝了两小杯葡萄酒，并表示她已经从下午的不适中恢复。

在长时间的休息期间，我感觉到人们的注意力开始分散。珍后来证实，她也意识到了这一点，并对此感到不安。我个人对这种非正式的课程并不是很热衷，尽管赛斯曾多次表示，这类课程在某些方面可以带来不同于常规课程的益处。然而，在周末晚上维持一个群体的专注力并不容易，特别是当他们聚在一起吃喝时。

在场的每个人当然都对赛斯的现象持支持态度。正如我所说，我和珍都认为，我们是在潜意识里同意了让赛斯讲话。然而，更多时候，在经历这种非正式课程后，我们都会有些后悔，觉得或许不该让它发生。但与此同时，我们也认为，这类课程是赛斯体验的一部分，因此至少

应当偶尔进行。

这些经历总是让珍再次思考关于控制的问题，但自从课程开始以来，我们始终没有任何迹象表明她失去了对课程的掌控。此外，我们认为，至今为止的每一节课程，都是在我们双方的同意下进行的。

在第一部分结束后的长时间休息期间，珍又喝了一点酒，但并没有超出平常的范围。然而，当她恢复讲述时，赛斯表示她喝得太多了，他不喜欢在这样的状态下与鲁柏合作。因此，他决定结束这节课。他给安提供了一些关于她在弗吉尼亚州的朋友的信息，安记录了下来。随后，赛斯结束了这节课。休息后，珍的声音明显变得低沉。

不久之后，当我和玛丽莲及安在工作室时，有人告诉我珍在厨房里身体不适，正在呕吐。我立刻觉得，这种不适源于她对是否举行这次课程的内心冲突。第二天，她也证实了这一点。蓓照顾了珍，之后大家便离开了。

珍后来表示，她确信自己并没有喝太多酒，而她之所以感到不适，主要是因为是在播放录音期间，某些客人的行为让她非常不安。此外，这一情况又与她对“掌控力”问题的自我质疑交织在一起，使她更加困惑：是否我们应该只进行常规课程，而不再进行这种非正式的课程。我个人倾向于后者，但也不想过于严格。赛斯曾表示，自发性的表达非常重要。而且，总的来说，珍还是更偏好常规课程。她担心，非正式课程可能会被误解为一种表演行为（exhibitionism）；我们认为，在某些非正式课程中，这种因素确实可能在某种程度上起了作用。然而，无论如何，所有课程都在不同层面上带来了收获。

截至目前，在全部 251 节课程中，有 24 节是非计划的。这其中，有些课程仅涉及珍和我，其余的则涉及了一小群对赛斯资料感兴趣的人。公平地说，在这些课程中，珍对是否有表演成分的疑虑只出现过三到四次。我们一直对这类课程保持非常谨慎的态度，因此我之前提到，每次非计划课程结束后，我们都会思考是否应该让它发生。

这是一节简短的课程，本课中涉及到了三个问题：

其一，心灵的灵性功课，需要有纪律有毅力的一种长期坚持，因为如此复杂且庞大的自我认知升级，谁都不可能在短期内达成无漏通透的水平。而一知半解往往反而带来很多扭曲的谬误。

其二，很多人对眼见为实或严谨的科学逻辑推导公式痴迷，但对宇宙中 98% 的不可见，我们到底应持有怎样的态度与理念去面对呢？是执意当个睁眼“瞎”、只认肉身可见为真？还是放下成见所执，虚怀若谷地先了解、后品味，再评说？这全看个人的求学态度与心智素养。

其三，灵性的傲慢与人前显贵的卖弄、用特异功能抬高身价赚取名利，和隐姓埋名安居陋巷、敝帚自珍地闭门造车，哪个才是修行人应有的态度呢？在严苛的自我纪律和活泼的随缘随性间，要如何找到一个平衡点？

赛斯鼓励珍学着说法，鼓励年轻人勇于接触心灵知见，可是林子大了什么鸟都有，初学者尤其是年轻人，能安住安坐安然地去聆听跟随，有几个能做到呢？初学的讲法者，又有几个能镇住场子、把控好节奏、引领好话题，并忘我地完成信息输出呢？



这节课看似都是罗随笔写的废话,但却真实地反映出了实习心灵教师起步时最常遭遇的几个心理与现实问题。这些问题很值得我们去思考,因为每个心灵的进修者,早晚都会要面对这些初期的客观问题。

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-251.2

第 251 节 浓缩提要

4 月 13 日周三的课珍主动放弃了, 她觉得每周例行公事般的打卡上课、为赛斯代言令她感到不爽, 她本想连下周一的课也放弃掉, 没想到刚到 15 号的周五我们迎来了一场计划外课程。

这次课程展现了一些不同寻常的特点。

赛斯建议我们尽可能地向对灵性科学感兴趣的人传达信息, 积极地为年青人解答心灵困惑。要让更多的年青人明白, 如果你肯给自己的直觉足够的自由, 那就能够开启自身的很多感官功能, 并从中受益。

见证人包括安·迪布勒、玛丽莲和唐·威尔伯, 以及加拉格一家, 同一群人见证了一次非计划的课程。在课程中, 赛斯一直用高亢的声音来表达。他告诉这群年轻人, 人们是可以看到它的, 如果学会用内在感官看信息流, 而非用肉眼看伪装实相。不过就算它此刻显身在众人面前, 科学家们也只会说见证人经历了集体性的幻视。

珍自己还是感到自身能量不足, 虽然喝了两杯酒, 但并没能坚持持续地为赛斯提供代言。赛斯说她喝得太多了, 他不喜欢在这种情况下与鲁柏一起工作, 因此早早地结束了课程。

珍后来说她肯定没有喝太多的酒, 而且她在播放赛斯资料的磁带时, 年轻人们的吃吃喝喝行为使她感到非常不安。珍质疑自己对小组课程的掌控力, 这种自我质疑与自我否定情绪复杂地交织在一起。

我不知道我们是否应该只进行常规课程。我倾向于此, 但又不想太严



格。

根据赛斯的说法，自发表达是非常重要的。当然，总体上珍对常规课程很感兴趣。她担心非计划课程可能被视为一种炫耀性的行为。我们认为这在某些非计划课程中确实起了一定作用。然而，所有课程都以各种方式产生了正面的成果。

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-252.1**第 252 节 鲁柏能力突破中，伊斯遥视 56，信封透视 48：比尔的剪报**

1966 年 4 月 20 日 星期三 晚 9 点 常规课

(4 月 18 日星期一的定期课没有举行，我们很享受这种变化的节奏。我们希望赛斯能在接下来的课程中讨论周一晚上伊斯博士聚焦的任何物品，以及上周三 4 月 13 日的。

珍仍然感觉不太舒服，但她认为比起错过课程，还是进行这节课更好。课程在我们的前厅举行。她开始坐着闭着眼睛，声音很轻，伴有短暂的停顿。)

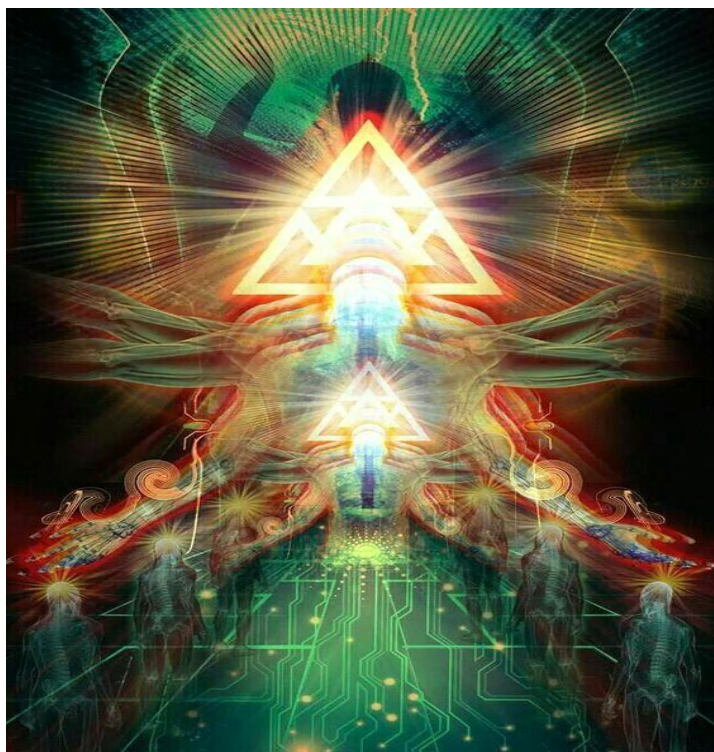
现在，晚上好。

我让你们稍作休息，正如鲁柏正确预料的，这将是一节短课。

请稍等，我们需要讲得更清楚些。

鲁柏正在进行一些相当重要的内在调整，这些调整正在或即将导致他的意识和能力的明显扩展。这些变化在某种程度上是结构性的，因为某些活动路径正在更加完整地形成。

这涉及到鲁柏整体人格的整合(assimilation)，这是他整体发展过程中相当重要的一步。这些变化有些难以用语言表达，但可以说，在灵性结构的层面上，正在建立新的连接，使得大量的内在资料能够在显意识的层面向鲁柏开放。



这些通路如今已逐渐清晰，以至于这种变化很快就会表现出来。其中一部分正是由于在我们的课程中，他不断练习心灵操控所带来的成果。

总体来说，约瑟，同样的变化也正在你身上发生。但由于鲁柏与我之间存在的特殊且重要的平衡，这些发展变化在他身上可能呈现出略有不同的形式。事实上，我们正迈向一种突破，而这将是一个极为积极的信号。他的能力提升将是全方位的，并不仅限于心灵事务。不过，这种提升必然会进一步增强他的心灵能力。

这种整合（integration）本质上是一种整合性的重组，使得通常被隐藏于显意识之外的洞见和知识，如今能够被有效地运用和觉察。这种整合过程自然会极大地提升他的身体表现。然而，在其初期阶段，系统在自我调整和稳定的过程中，必然会带来一定的生理反应，直到逐渐趋于平衡。

确实，生物化学的变化也牵涉其中，目前正形成新的化学平衡。这一过程导致了轻微的不适，但这很快就会消失，并且随后身体的健康状况

况将自然地提升至一个更高的水平。

很有可能，随着眉间骨的溶解，鼻窦的状况将得到大幅改善。但头痛还会持续很长一段时间，直到顶骨完全完成其变化。

在角色我通过一系列知见提升，最终认知与认可了多重自我的真实存在后，多重自我间的认知整合与觉知整合就成为了当务之急。

女性与男性因生理结构不同，女性的能量起始中枢在中丹田即心轮处，主要人生课题是情感与爱；而男性则在下丹田，主要的人生功课是达成自我价值的充盈感与克服对得失的过分在意。

女性在爱与被爱、自爱与博爱都达成了较好平衡后，意识能量中枢会进阶到喉轮，对人宣说温暖的话语、智慧的话语、启迪心灵的话语；当然还有就是学会控制住自己的嘴巴，什么时候不该说什么、什么时候该说些什么是心智成熟的体现。

喉轮的功课过关后，会成为传法者、说法者。后续的进阶就是开启第三眼轮，这一处其实是个四通：上通巅顶，下通心喉，前通三眼，后通脑枕。

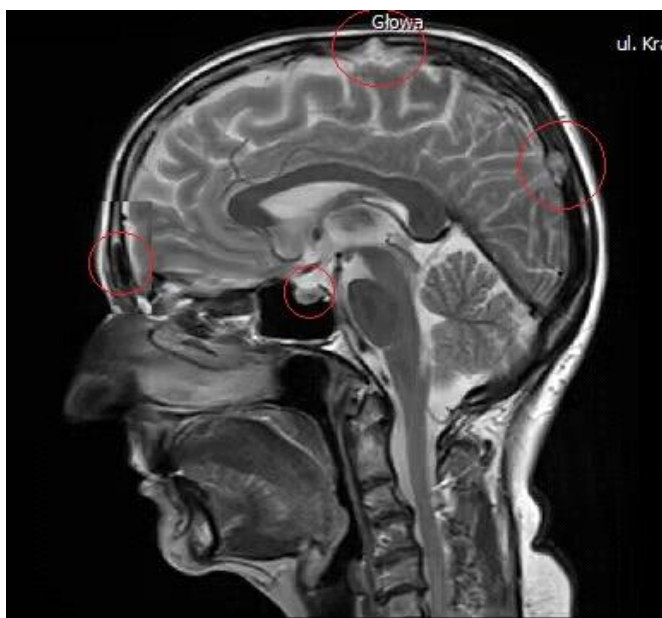
三眼轮又叫泥丸宫，即西医解剖学中的脑垂体。它本身是个多维感知受体，其功能性如果被激活，又有足够的生命能为其供电，就可以依次引发眉心骨、枕骨、顶骨的三处骨融，头骨发生逆生长现象，凶门大开，三处呈现出脉动。

在道家云：“能婴儿乎”，其实有三重含义：

一，呼吸自然匀称，近乎于无。

二，思想上没有一个所执为我的概念，也对他人没有二分心。

三，凶门都是敞开着的，神魂可以随意进出，并且毫无阻碍地感受多维实相。



第六轮的开启会为角色我带来很多超常的非凡能力，但同时也会带来极大的困扰：

前额的三眼轮开启后，透视、遥视、跨维度视力都会随之开启，跨维度实相与当前角色的伪装实相经常会出现套叠，难甄彼此；平行层有时也会被打破，导致看见其它自我的虚影。随后当时间的限制被勘破后，过往、当下与未来常同框呈现。这些“幻视”很容易让在情志、心智、知识储备、认知水平上没能达标的人“疯掉”。

如果这些扛过去了，那紧接着后枕会开启，人格所经历过的累世记忆、还有自己之前多少次扮演过的当前这一角色——这些记忆会逐渐从朦胧到清晰，就好像你回忆起了昨晚的梦。多重自我实相同时出现在记忆里，多个版本的童年、不同的家庭关系、相互矛盾的过往记忆、似曾相识的即时经历、一眼百年的预知能力，这些又会让一大群人彻

底失去逻辑思考能力，陷入情绪崩溃的状态，无法面对自己、家人、同事、朋友甚至父母兄弟。

“你、你、你们，还有我，都是假的！这墙、这门、这天空，都是假的！假的！”——多少人嘶吼着被穿上束身衣，每天注射强力镇定剂。没准备的人，冒进或意外开启了第六感是很麻烦与危险的事情，因为无法理解与接纳多重自我的现实。

在第六感的功课全都做完后，会进入顶上轮的课业范畴。这随我们的课程日后再说。

女性在进入顶上轮之前，会从三眼进入到底轮的功课，然后是脐轮与太阳轮。男性过了三眼直接挑战顶轮，但之前起步是在底轮。底轮的功课最容易，也最难：只要不下流就能过关；可是当能量澎湃时，又有几人能提气上行呢？

总体来说，修行到了三眼轮，就要开始面对各种自我调整与自我融合，包括角色我、情志我、心智我、内在我、平行我、过往我、多重高我、全然之无我。任何时候如果把某一个我当成了我之聚焦点，就会随后发生多重自我间的认知冲突和得失计较。只有在多重自我的整合完毕后，才有可能挑战顶轮并意识链接宇宙意识。不然那犹如海啸般的真理扑面而来时，角色脑会在强大的能量流下直接陷入“服务器超载崩溃，脑死机”。

很多灵修者渴望神通、大神通，想要快速获得灵异体验并借此可在人前显贵，却很少有人知道，这其实是一条很危险的路径，就好像你一点没有电学的常识，就想要去修理高压电器一样，搞不好昏迷半年一

年都算轻的。

稍作休息我们再继续，不过这节课不会太长。

(9:16 休息。赛斯上面的资料可以解释珍最近几天意识到的奇怪不适感。我们相信正是这些不适促使赛斯在第 250 节课一开始就要求暂时休息。

珍增强的能力可能已经开始显现。她最近在梦书的写作上进展顺利；今天下午她评论说，进展好得令人惊讶，以至于她开始好奇这些资料究竟来自何处。赛斯还在第 228 节课程中谈到了我们人格的整合。这些信息源于珍毫不费力创作的一本诗集。我们认为梦书中的相关资料也以类似的方式浮现。根据赛斯的说法，我们才刚刚开始运用我们的创造力。

细雨社 www.xiyushe.org

9:25 珍再次以同样平静的方式继续，闭着眼睛。)

我有几个要点需要说明。

鲁柏的新整合(integration)才刚刚开始在他的工作中显现出成效。随着时间推移，这种变化会变得更加明显，而整个赛斯书籍的撰写也将因此受益。此外，鲁柏与玛丽安(Marian)的经历，在某种奇特的意义上，也是他能力提升的一个表现。

你们看，他以共鸣的方式“拾取”了玛丽安的生理症状。因此，他现在必须学会防范此类情况的发生。这可以通过清理自己的心念，并暗示自己去去除所有外来的冲动或状态来实现。随着敏感度的增强，他需要学会区分这些感觉——即辨别哪些是他自身的感受，哪些是不经意间吸收的。他做到这一点将不会有任何困难。他的能力已经随着他的

自律性而增强，因此能够轻松做到这种区分。玛丽安的情况因为是第一次，他没有防备而已。

（的确如此。参见第 247 节，该课程在我们的房东玛丽安家中举行。在课程中，赛斯针对玛丽安即将进行的良性卵巢肿瘤手术进行了说明，并为她提供了一些建议。

上周某天清晨，珍去探望了玛丽安，随后一两天内，她不断提到自己感到不适，那感觉很像玛丽安描述的症状。我们起初认为珍可能是受到了暗示的影响，但仍然对此感到惊讶，因为珍通常很擅长防范负面暗示的影响。）

当三眼轮的第六感被激活后，一种被叫做“镜术”的超感官能力会随之而来。

细雨社 www.xiyushe.org

这种能力可以让自己感同身受到他人的思想、念头与身体的感触，甚至你可比对方感觉的还要清晰许多。这一阶段还不能读取对方的记忆，但即时的思想已经可以被共鸣。

当然这一能力也有其带来的麻烦，那就是当你接触那些在情绪上、身体上有问题的人时，你的情绪、身体会即刻强烈地感受到相同甚至更强烈的近似症状。比如无缘无故的疼痛、灼热、瘙痒、憋闷、烦躁、木然等，而且这样的感触有时需要半小时或一小时才能被隔离驱散出去。

如果你走入超市、地铁、电影院、医院这类人员密集的地方，这种共鸣与感同身受会带来很要命的麻烦。这往往会让没准备好的初学者无缘无故地病上好几年。在此期间初学者被吓得不轻，四处求医，被家

人朋友嘲讽修学灵性走火入魔。就这样打针吃药各种检查，每日忧恐。慢慢地功夫退了，第六感关闭，喉轮关闭，心轮关闭，吃了很多药，脑子和肝肾都坏掉了，才摆脱了共情能力带来的这种“共鸣”。

表面上是被医生治好了，其实就是把一身道行都还了回去。确实当修持到三眼与顶轮时，很考验一个人的理论认知水平和自我情志毅力。开顶轮、开三眼、开后枕，头痛如裂，动辄 10 个月到 18 个月，各种身体上的、情绪上的问题都被无限放大，累世的各种没能化解的问题集中呈现。但凡修行者是个叶公好龙的，或在初期三正道的知见水平没能到位，还没有个贴身贴心的好师父护持答疑，那没有什么可能自己坚持下来；就算强撑着，早晚也会被无知的家人强制送入精神病院。

如果你不能理解，可以看看美国著名数学家、诺贝尔经济学奖得主约翰·纳什的生平《美丽心灵》。他和他的儿子一生都因此倍感痛苦。

（编者注：建议阅读本片的细雨影评“《美丽心灵》的多种平行实相”，了解影片背后隐藏的另类剧情——GY3《观影说多维实相》第三册）

所以在实修之前，灵性知见的积累与完善一定要提早完成，当自己遇到什么具体的问题时，可以不用陷入无助的慌张，不会因瞎想胡猜四处跑冤枉路、被人忽悠失去了宝贵的机缘。说实话，这些看似是走火入魔的身心麻烦，都是临门一脚前的最后一道门槛：过去了，鲤鱼成龙；耽误下来了，这辈子也就那么过去了。

Y6-2-252.2 (D56、E48)

（珍的眼睛偶尔睁开。现在，她闭上眼睛，靠向椅背，开始为第 56 次

伊斯博士实验提供信息。)

现在，请给我们一些时间。这些是今晚关于伊斯博士的意相：

物品是一本涂鸦的小白色便签本。有不同寻常数量的来访者。一种演绎。四与三。一场带有不安因素的邂逅，涉及他自己和另一名男子。这名男子可能有一撮刺刺的小胡子，或者胡须特别浓密，也许是棕灰色的。这件令人不安的事情与一本书有关，而“A. G.”这两个首字母，我相信，与这本书有某种联系。

还有一个较远的联系，涉及一份大量信件的档案，以及其中的一封特定的信。这封信写于一月或二月，但不一定是今年的信件。这封信与某种误解有关。

(珍在 9:34 停顿了一会儿。)

我们将在下周一恢复常规课程。目前，我只是让你们休息一下，原因已经在之前说明过了。

鲁柏在我们那次非计划课程中生病，完全是因为突如其来的内在恐慌。这种恐慌源自他意识到，那次课程的能量比平常更强烈，信息也更全面。

(珍在说出这句话时停顿了很久。参见第 251 节。赛斯提前结束了那节课，在五位目击者离开后，珍连续三次因胃部不适而呕吐。我们都认为这是恐慌反应。稍后，珍告诉我，她几乎不记得赛斯在那次课里说了什么，即使当时她的声音非常强劲。这对她来说是很不寻常的。)

他那时允许我以更直接的方式“进来”。换句话说，当时的通道完全

打开了，这得益于他能力的增强。然而，他感受到了一股强烈的能量涌动，却不知道该如何掌控或引导它。

不过，他现在已经学会了如何处理这种情况，所以这道坎已经过去了。

在我们大多数人对疾病的认知中，我们往往是一个无辜的受害者：被无常所算计，很倒霉地遭遇到了疾病的袭击。但在现实的临床工作中，这类近乎无辜的受害者可说是少之又少。

不管是物理身体上的问题，还是生化层面或精神层面的问题，都可以在仔细梳理后发现患者自身存在着的“坏习惯”。在医学界中有句名言：一个人如果没活拧巴，身体很少会出问题。这类心理的拧巴，往往无非两大类：一种是太在意，什么事都喜欢较真，这样难免就会经常闹不痛快，不是对他人发脾气就是自己生闷气；另一种则是对自己太不在意，怎么“作”怎么过，结果当然没什么好结果了。

放纵或较真这两个极端，都很“要命”。要有适当的纪律，也要能具有适度的弹性和韧性。

约瑟，你有信封给我吗？

Artist, Nude Painting Two

By PEG GALLAGHER

A painting of a nude woman, which has been on display in the window of an E. Water St. gallery, will not be removed—even though the owner says police have ordered him to do so. William C. Macdonell, owner of the Cameron Studio Gallery at 334 E. Water St., said the only concession he has made is to turn the painting slightly so that it does not face the street. The oil painting, about 20 by 24 inches, was painted by Macdonell. It washed out shades of gray and orange, it shows a woman sitting reflectively, with a bouquet of flowers in the background.

Macdonell says he was ordered by police on three occasions last week to remove the

painting. When he refused, he said, police told him the matter would be turned over to the district attorney.

Police Chief John J. O'Connor said today he had not ordered the painting removed. And Dist. Atty. Paul H. McCabe said he has received no report on the matter.

However, written reports indicate the police have scrutinized the situation carefully. And it appears that there is some disagreement within police ranks on whether the painting is obscene.

In a written report, at least one officer noted that he considered the painting offensive. And at least one other who went to check it reported that he saw

no objection to it.

Chief O'Connor denied that Macdonell had been ordered to remove the painting.

He said he knew of only one investigation, made on Friday, after one anonymous complaint was received. He said he asked an officer to check the painting but did not ask him to remove it.

O'Connor said he was not on duty Saturday or Sunday and did not know whether further action was taken. He plans to check on the matter, he said.

The painting is placed unobtrusively among a collection of brightly colored abstracts, ceramics and metal sculpture. Macdonell said he put it in the window about a week ago when he changed displays.

He said

to him th

other th

ing." He

ing he

in art st.

Macdon

tacted ti

First he

at home,

two visits

"I wa

pletely te

dozell. "

scene . .

scene pai

that: (the

moralize

Macdon

police m

and tha

the nude.

（“有的。”本节课进行了第 48 次信封实验。见上图复印件。我们保存了这篇文章，因为它与我们的朋友比尔·麦克唐纳有关，他见证过几次课程。今天晚上比尔早些时候来拜访我们时，我想到将这个剪报作为实验的目标物。

这节课较短，赛斯没有详细说明信息中的每一点。在检查文章时，一些信息是显而易见的。

珍在 9:40 停顿了一会儿，然后闭着眼睛从我这里接过信封。用双手把它按在额头上。）

稍等。这些是意相。

与某个被撕裂或撕下的东西有关。与一个时间表相关，可能涉及某项未能履行的安排。 细雨社 www.xiyushe.org

与某种旋转的事物有关，此外，还有一个不是完美圆形的椭圆形。六和七。某种有组织的行动。

与某个遥远的地方有关，与三个人特别相关。一项声明，比如表明某种意图。

关于若干同类物品的提及。也就是说（赛斯做出手势），一项声明提及了若干同类物品。

再次出现了关于某个未按计划进行的事件，或者某个未能履行的安排的意相。一串数字，以及时间流逝的暗示。蓝绿色，手写或蓝色墨水的颜色。与首字母 L 有关。

数字意相再次浮现，一串数字，或许伴随着两个首字母。在这里，鲁

柏想到的是昨晚一位访客给你的地址。

你有什么问题吗？

（珍停顿了一下。由于赛斯宣布这是一节短课，我没料到有机会问很多问题——甚至没想到会进行实验。我以为课仍然可能提前结束，所以我先试着问了我通常最后才问的问题。

“你能多说一点关于物品本身的信息吗？”）

请稍等……一种混乱的感觉，如同交错的细金属丝网。与一栋似乎在这些金属丝后方的建筑有关。

（珍再次停顿。她仍然闭着眼睛，手里拿着信封按在额头上。我等了一会儿，想看看课程是否快结束了。）

细雨社 www.xiyushe.org

如果你没有更多的问题——

（“你能再说一点关于椭圆形的信息吗？”）

更像是椭圆形，而不是圆形。白色或带有蓝白色光泽。相较于一个较大的形状，这一物体显得较小。数字 5。

（“与物品相关的颜色呢？”）

我提到了几种颜色。这里有一种青铜色。就是这些了。

（9:52 休息。珍像往常一样解离了。她的眼睛一直闭着。珍说赛斯要求信封让她感到意外。这绝对是赛斯的行为，他问这个是出于礼貌。

实验的结果很好，请注意，这是在一个短暂的假期之后完成的。刚开

始进行实验时，任何关于信封的中断都会导致接下来几个实验的失败。珍正在逐步取得进展。目前，她说当我直接询问与实验物品相关的问题时，她会感到不安，但她知道这种感觉会随着经验的积累而消失。在最初的实验中，她甚至无法为伊斯博士准确地说出实验物品的名称，而现在，在大多数情况下，她都能轻松做到。珍解释说，我们自己的实验会唤起一连串的个人联想，在陈述信息时，她需要加以甄别和筛选。而在伊斯博士的实验中，她并不需要面对这一挑战。

对于赛斯来说，课到这里结束了。珍和我对那些我们可以理解的部分进行了关联。我们原本希望赛斯能帮助我们澄清其中一些，但最终没有请他继续。

“与某个被撕裂或撕下的东西有关。”最初，我是从报纸上撕下这篇文章的。从信封实验物品的左边缘仍能看到撕的痕迹。此外，剪报的底部也是不规则的，我在归档前曾用剪刀修整使其边缘平整——这是在我想到用它作为实验物品之前完成的。珍当然知道我保存了这篇文章，因为它涉及比尔·麦克唐纳。碰巧的是，我修剪过的剪报刚好适合夹在通常使用的两张厚布里斯托纸之间，并封装在双层信封内。

“与一个时间表有关。”文章中提到的比尔的画廊是一家由商店改造而成的艺术展厅，它有一个内凹的入口，因此入口两侧各有一个展示橱窗。文章讨论的争议画作就陈列在其中一个橱窗内。对面的橱窗中，比尔放置了一块手写的大型告示牌，标明画廊的开放时间和绘画课程的安排。然而，由于比尔最近生病，他没有遵守公告上的时间安排，导致了一些混乱。

“以及某个未能履行的安排。”这一点可以与上面的解释相对应。此外，这句话也可能有另一种解释，我们将在后续说明。

“与某种旋转的事物有关，以及一个不是完美圆形的椭圆形。”在信封实验物品的第三栏中，提到了“陶瓷和金属雕塑”，它们也被放置在与那幅裸女画作相同的橱窗中。在画作的正后方，有一个直径约一英尺的大型圆形陶瓷雕塑，它的形状更接近椭圆，而非完美的圆形，表面呈现出一种哑光质感。就在这个雕塑的右侧，还有一个类似的蛋形雕塑，这个雕塑由抛光银色金属制成，宽约十英寸，立在一个木制底座上。由于其高度抛光的表面，当观看角度变化时，它的倒影似乎也在移动。结合赛斯对我第二个问题的回答，我们认为这个雕塑就是他所提到的椭圆形物体。

“六和七。”珍和我暂时无法对此找到关联。

“一次有组织的行动。”这显然指的是警方三次登门或致电比尔，试图施压让他把画作从橱窗中撤下。另一种解读是，警察作为一个组织，他们试图让比尔移除画作的行为本身就构成了一次行动。

“与某个遥远的地方有关。”在信封物品的第六栏中，提到了康宁—佩恩特波斯特（Corning—Painted Post）学区，该学区聘请比尔担任美术教师。这个地方距离这里大约二十五英里。比尔住在埃尔迈拉，每天通勤上班，因此他能在自己画廊里待的时间十分有限——这也是他在橱窗中张贴营业时间表的原因之一。

“与三个人特别相关。”当警方要求比尔将画作从橱窗中撤下时，他特别向三个人寻求建议。信封物品的第六栏中提到了其中两人，他们

都支持比尔将画作留在橱窗中。第三人是恩弗雷德·安德森 (Ernfred Anderson)，他是埃尔迈拉学院 (Elmira College) 的雕塑家兼教师，在全国享有盛誉，同时也是比尔、珍和我的好友。他建议比尔撤下画作。比尔今晚早些时候来访时告诉了我们这一点，尽管几天前我们已经从其他朋友那里听说了。

“一项声明，比如表明某种意图。”信封物品的第一段明确写明，比尔·麦克唐纳的意图是：即便警方要求他移除画作，他也不会照办。比尔今晚来访时再次重申了这一决定。

“关于若干同类物品的提及。也就是说，一项声明提及了若干同类物品。”信封物品的第三栏提到了抽象画、陶艺和金属雕塑，这些都属于艺术品，其中有两个词是复数形式。此外，信封物品的第五栏和第六栏还提到了一家书店及其橱窗展示的书籍。这家书店距离比尔的画廊仅有几步之遥，位于东沃特街 (East Water Street)。

“关于某个未按计划进行的事件，或者某个未能履行的安排。”珍确信，这指的是撰写信封物品新闻报道的蓓·加拉格。4月15日（星期五），珍、我和加拉格夫妇得知比尔的困境。蓓原本打算在4月16日（星期六）给比尔打电话，但最终没有联系。4月17日（星期日）我们见到了加拉格夫妇，得知她仍未与比尔会面。然而，她的新闻报道却在4月18日（星期一）刊登出来，这意味着她不得不在当天上午采访比尔。幸运的是，作为教师，比尔当时仍在复活节假期，因此采访得以进行。

“一串数字，以及时间流逝的暗示。”当我从报纸上剪下这篇文章时，我在上面手写了日期，包括月份、日期和年份，当时我并未意识到日

期其实已印在报纸的背面。

“蓝绿色，手写或蓝色墨水的颜色。”我用蓝色墨水的圆珠笔在物品顶部写下了日期，并用同一支笔将这串数字复制到本次课程附带的信封物品复印件上。有趣的是，赛斯提到了绿色——我推测这可能是因为蓝色和绿色在色轮上相邻，也许它们的色调让赛斯较难区分。两者都是冷色调。

“与‘L’这个首字母有关。”珍和我未能找到相关联的内容，我们本想向赛斯请教这一点。

“再次出现的数字印象……以及首字母。”赛斯指出，这部分信息与昨晚珍和我收到的一个地址有关，而与信封实验的物品无关。该地址中也包含一串数字。）

细雨社 www.xiyushe.org

“如同交错的细金属丝网。”赛斯这样回答了我的提问，当时我请他进一步描述实验物品本身。该物品是一张折叠了好几次的印刷品。从某种意义上说，一个能够“透视”物体层叠结构的存在，可能会接收到类似交错线条的印象，或者捕捉到层叠所带来的视觉印象。不过，这个印象的解析会变得更复杂——请看下一个信息点。[罗后来注：比尔·麦克唐纳在画廊橱窗中放置了一件由交错金属丝组成的小型雕塑。]

“与一栋似乎在这些金属丝后方的建筑有关。”如果赛斯能够穿透物品的折叠层，并感知到其上印刷字体的混乱交错，那么理论上，他也应该能感知到物品背面的内容，即使物品处于折叠状态。

事实上，在物品的背面，右侧有一张照片的上半部分。照片拍摄的是

“霍夫南苗圃”（Hoffnan Nurseries），其中可以看到一块招牌。招牌的左侧，有一辆旅行车的一部分隐约可见。在汽车的后方，有一个类似栈桥的结构，而在更远处，可以辨认出一座建筑物的轮廓。尽管照片的质量较差，但依然可以勉强看清。这家苗圃是当地的一家企业，实际上包括多座建筑。此外，物品背面还有三则较小的广告，均涉及本地商家，也可能与建筑物有关。

“更像是椭圆形，而不是圆形。”这是赛斯在回答我第二个问题时提供的意象，并在下面继续解释。参见我们之前的解释，其中描述了比尔·麦克唐纳画廊橱窗中的两件近似圆形雕塑——它们与那幅引发争议的裸女画作摆放在同一橱窗中。赛斯在回答我的问题时，对他提供的最初信息进行了澄清。两件雕塑中较小的一件，比较大的那件更接近椭圆形。

细雨社 www.xiyushe.org

“白色或带有蓝白色光泽。相较于一个较大的形状，这一物体显得较小。”如前所述，那两件近似圆形的雕塑中，较小的那件直径约为十英寸，由抛光的银色金属制成，表面高度反光。这使得它呈现出一种蓝白色的光泽，同时在不同光线条件下，也可能显得偏白或偏灰。当珍和我前往画廊橱窗核实这些信息时，我们在这件雕塑上确实观察到了三种颜色——白色、蓝色和灰色。

这件金属雕塑在最宽处估计约为十英寸，实际上比另一件直径约为一英尺的、较为圆润的陶瓷雕塑显得要小得多。然而，两者的体积有明显差异。

“我提到了几种颜色。其中包括青铜色（bronze）。”这是赛斯对我第三个，也是最后一个关于物品颜色的问题的回应。珍主观上认为，这

里的青铜色指的是信封实验物品所涉及的比尔的画作整体色调。在文章的第一栏，蓓描述这幅画作使用了“灰色和橙色的浅淡色调”。珍将这种灰橙色调与青铜色联系在一起。我当时忘了问赛斯关于“数字 5”的含义。

补记：当那篇报导刊登时，也就是这次课程举行的 1966 年 4 月 20 日，珍和我都没有亲眼见过比尔的那幅画。今天——4 月 23 日，我们终于见到了。可以说，这幅画的整体色调确实偏向橙灰色 [青铜色?]，其中还交织着一些较为柔和的色彩。)



蓓·加拉格报道

一幅裸体女性油画，尽管画廊店主表示警方多次命令其撤下，但仍继续陈列在东沃特街一家画廊的橱窗中。画廊店主明确表示，这幅画不会被移除。

位于东沃特街 334 号的卡梅伦工作室画廊 (Cameron Studio Gallery) 的店主威廉·麦克唐纳 (William C. Macdonell) 表示，他唯一的让步是将画稍微调整了角度，以避免正对街道。

这幅油画由麦克唐纳本人创作，尺寸约为 20 乘 24 英寸。画中描绘了一

位坐着沉思的女性，背景是一束花朵，整体以灰色和橙色的柔和色调呈现。

麦克唐纳称，上周警方曾三次命令他将画移除。在他拒绝后，警方告知此事将交由地区检察官处理。

警察局长奥康纳 (John J. O' Connor) 今天回应称，他并没有下令移除这幅画。地区检察官麦凯布 (Paul H. McCabe) 则表示，他尚未收到相关报告。

然而，书面报告显示，警方已对此事进行了详细调查，且内部对这幅画是否构成淫秽存有分歧意见。至少一名警官在报告中表示，他认为这幅画令人反感；而另一名警官则报告称，他对此没有异议。

奥康纳局长进一步澄清，他只知道上周五接到匿名投诉后，要求一名警官前去查看画作，但并未要求将其移除。他补充道，由于周六和周日他未值班，不清楚是否采取了进一步行动，并计划亲自调查此事。

这幅画被低调地安放在一系列色彩鲜艳的抽象画、陶瓷和金属雕塑之间。据麦克唐纳介绍，大约一周前，他在更换展品时将这幅画放入了橱窗。

Y6-2-252.3

第 252 节 浓缩提要

有时偶尔逃课翘班会让人感到一种对抗体制化的快感，周一珍又一次放了赛斯鸽子，本节课发生在周三。

赛斯说本节会很短小，鲁柏在做很重要的内在自我调整，这些调整正在导致或即将导致他的意识和能力的明显扩展。在某种程度上，这些变化是结构性的，因为角色珍后续的人生活活动路径正在更加完整地形成。

这涉及到鲁柏整个多重人格的相互同化融合，这是他整体发展过程中相当重要的一步。用人类的言语解释其中的一些内容有些困难，但实际上在心灵结构方面，正在建立新的连接，使得大量的内在资料能够在显意识的层面向鲁柏开放。



这些通路如今已逐渐清晰，以至于这种变化很快就会表现出来。其中

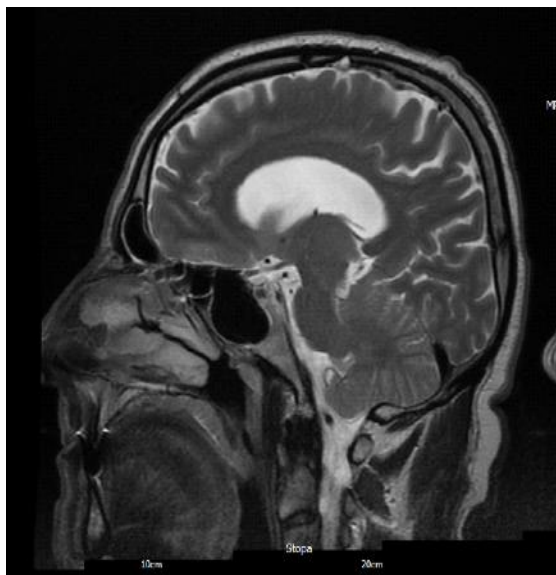
一部分正是由于在我们的课程中，他不断练习心灵操控所带来的成果。

总体来说，约瑟，同样的变化也正在你身上发生。但由于鲁柏与我之间存在的特殊且重要的平衡，这些发展变化在他身上可能呈现出略有不同的形式。事实上，我们正迈向一种突破，而这将是一个极为积极的信号。他的能力提升将是全方位的，并不仅限于心灵事务。不过，这种提升必然会进一步增强他的心灵能力。

这种整合（integration）本质上是一种整合性的重组，使得通常被隐藏于显意识之外的洞见和知识，如今能够被有效地运用和觉察。这种整合过程自然会极大地提升他的身体表现。然而，在其初期阶段，系统在自我调整和稳定的过程中，必然会带来一定的生理反应，直到逐渐趋于平衡。

确实，生物化学的变化也牵涉其中，目前正形成新的化学平衡。这一过程导致了轻微的不适，但这很快就会消失，并且随后身体的健康状况将自然地提升至一个更高的水平。

很有可能，随着眉间骨的溶解，鼻窦的状况将得到大幅改善。但头痛还会持续很长一段时间，直到顶骨完全完成其变化。



鲁柏在我们那次非计划课程中生病，完全是因为突如其来的内在恐慌。这种恐慌源自他意识到，那次课程的能量比平常更强烈，信息也更全面。

我们将从下周一开始恢复常规课程。目前我只是让你们休息一下，原因已经在之前说明过了。

我和鲁柏间的意识信息交流的渠道，因他神智方面的增长，当时的沟通通道被完全打开了。然而，鲁柏虽然明确地感受到了这股强烈的能量涌动，却不知道该如何掌控或引导它。

不过，现在在后台的鲁柏已经学会了如何驾驭这信息能量流，所以这道坎已经过去了。

Y6-2-253.1

第 253 节 你关注什么，就体验什么，集体梦境与意识的选择，伊斯遥视 57

1966 年 4 月 25 日 星期一 晚 9 点 常规课

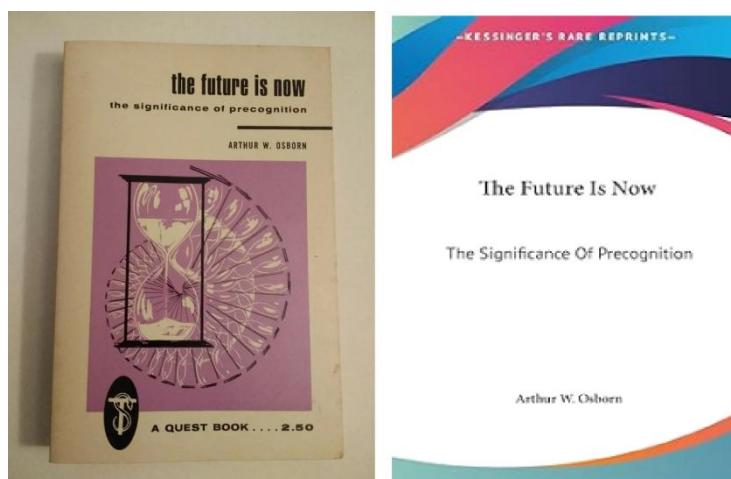
(这节课没有信封实验。)

晚上好。

你们正在阅读的那本关于预知的书的作者，在某些重要方面相当接近真相。你们会注意到，他曾有过自己的心灵体验，并能够从这些体验和自身的直觉中汲取知识。他进一步通过理性进行推理和分析，但正如一贯的情况，直觉性的信息总是提供了最直接的体验，这是理性得以运作的基础。

细雨社 www.xiyushe.org

(《未来就是现在：预知的意义》(The Future Is Now)，作者：阿瑟·W·奥斯本 (Arthur W. Osborn)，由纽约新海德公园的大学图书出版社 (University Books) 于 1961 年出版。)



阿瑟·奥斯本 (作家) (Arthur W. Osborn) 1906 年–1970 年 5 月

他在牛津学习了两年基督教历史,因对学术文化中充满扭曲的宗教谎言不满而离开。之后在波兰华沙当过英语老师,并娶了波兰女孩为妻。他的一生并不长,63岁离世。他被世界记忆成一位来自英国的灵性和神秘主义作家,其作品在上世纪开始的新文化潮流中颇具影响力。他创立了《灵山之路》,引领许多人找到自我人生的价值与心灵的归属。



所有的实相系统（systems of reality）都是由感知这些系统的个体创造或构建的。那些未曾建构该系统的人，也无法感知它。

所谓的预知经验并不是什么特殊现象,它们在你们的意识层面之下不断发生。然而,必须具备某些特定的条件,才能让预知信息浮现至显意识层面。同样,在你们所谓的“幽灵现象”（apparitions）得以被感知之前,也必须满足一定的条件。

再一次地我们要强调,每个人都只活在自己的实相体系内,你的世界中只有你,甚至连你自己也只不过是自我意识投影入梦境实相里的。

如果你还不能理解这个基础知识点,那就无法理解当前这些后续引申概念。

每个人格在投身入当前角色前,都会详细地规划自己一生的经历,选择怎样的星球、文明时代、步入哪个家庭、成为第几个孩子、选择怎样的性别、父母会怎么对待自己、家境如何、幼年童年青年时会遭遇什么,借由这些铺陈出自己角色的相对属性塑形。随着角色成年,人生功课展开,你进入自己的实相系统,经历自己规划好的课题与考验。谁会和你相伴、何时离开、谁会成为你的孩子、他们又怎么对你,这都是你预设系统中的定数,也就是可被预见或预言的那部分所谓的宿命。

但你如何看待、如何应对、如何感受、如何处理这些际遇,就看个人的情商、心智、神识发展程度了。同样的剧情,有些人可以因此受益良多,有些人则搞得叫苦不迭。有些人可以始终心怀感激地面对助缘人带来的试题,有些人则嗔怒交加、喜得忧失、计较分厘。

要知道,你所经历的所有的实相系统都是你自己由内在感知系统投影给角色我的,你才是自己所有经历的创造与构建者。除此之外再无别人。

此时,肯定会有不少人强烈质疑,并说出很多例子来证明自己不想却发生了、自己想的怎么都得不到。想明白这一点就要知道,角色我只是经历者,角色我可以添乱、帮倒忙、给自己加戏,让本就复杂的情况更糟糕,但角色我无法逃避人生课业。当经历的关键故事章节,就算你利用各种术法躲过了一时、逃避了一世,之后还是会与需要直面

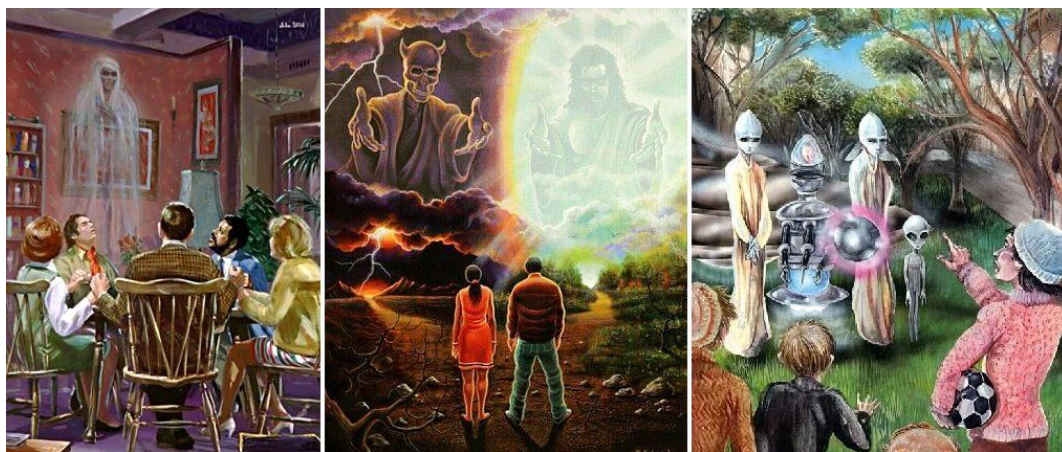
自己的“问心局”。

所以一个人此生当历经的经历，就好像学生的期中期末考试一样，哪天考什么、都会考哪些知识点，其实在你入学时就已成定数。所以预见这些预言的并非什么神通，只要能打开三眼轮，就能看见所谓未来中一定会发生的事；只要打开顶轮，就会知道角色时间轴中“后续”的情节，就好像你拖动视频时间点，快进看后边的几个镜头一样容易。

当然就连赛斯也不能做到预言 100%准确，因为在多重平行实相中，角色我的一念左右、一时兴起，就很可能让某些大概率事件或支线剧情步入“B 计划”。虽然还是在矩阵里，但 A 实相确实在预言的时间点上没有被特定角色记忆成事实。

但要知道，那没有能被这一角色经历的“失败预言”，其实还是被经历了——只不过是当前人格的对等人格，走了那条对等体验的人生路线。

再说一次，这类灵异显现（apparitions）其实并不罕见，它们几乎是恒常存在的。无论你们是否感知到，它们都在其自身的体系中持续存在。而另一些显像则是由感知者建构出来的，基本上是通过心灵感应（telepathy）所接受到的信息引发的。然而，并非所有的显现都属于这种情况。无论如何，所有能够显现于物理世界的灵异现象，都必须由感知者以相同的方式建构出来——正如他建构自己所感知到的一切物理对象那样。



我们是自己实相经历的缔造者，如果你容许自己看到跨维度实相，并经历相关的接触，那你就有很大概率亲身历经这样的体验。只不过每个人依据自己的信念与心境、认知与意识层级，为自己显化出来的跨维度接触会很不同——

佛教徒会看见菩萨，渔民会看见妈祖，天主教徒会看见基督，胆怯者看见厉鬼，恼怒者看见恶魔，灵修者看见天使，科学教徒看见外星人。跨维度显化与此类接触，大多数遵循相由心生，每个人都会也只能看见自己心目中赋予对方“影像”的形态轮廓。

这就好像众人抬头看云，你看见是奔马，我看见是白鹅，另一个说是长着翅膀的汉堡包。没有对错，每个人都只能看见与自己心理预期相一致的实相画面，并因此赋予实相相对的显像轮廓。

当然事无绝对，有时随着自我的转念，眼前的此类跨维度角色，也会跟着转化形象，并非始终如一。跨维度接触，大多数情况都是自我心镜的写照——你具备怎样的意识能量频率，就会投射与体验相应的故事与人物经历。

这并不意味着幽灵现象只是感知者的构建产物。感知者的确需要以伪

物质（pseudo-material）的方式建构它，就像他建构同时代人的物理形象一样。然而，这种建构是基于他所接收到的心灵感应信息，并与那个正在被建构出物质形象的意识相协调。

如果打开三眼用内在感官去看伪装层中的角色人物们，或去看那些不肯离去的滞留灵、或其它位面有意无意侧漏过来的平行实相角色，就会发现，它们其实并没有服装、相貌、身材、男女等人们熟知的外貌信息。



但有些修行者确实可以看到灵体们的外貌与服饰，这是因为观察者自己所具有的固有成见，或灵体特意为你显化出的某种角色身份伪装。

大多数观察者因自身的认知成见，会看到自己想要看到或不想要看到的“我相、人相、众生相、寿者相”。这些“相”是依据宗教的、地域人文的、影视剧给出的已有印象，被逻辑脑“套”在灵体上的。或者是灵体在扫描观察者的思想后，特意显化给你看的。

所以灵修初学者看到的很多灵体，与它们的本体其实无关。

除了观察者自己给灵体套上自己能接受或不想看到的形象外,灵体展现给你看的“表”相也可与其本体无关。很多灵体很善于伪装——为了抬高自己的身价,遮掩它的目的。但灵体的亮度、纯净度、能量频率等阶、自身意识状态,是骗不了人的。

不同位阶的灵体给人的直觉感觉是不同的:

滞留灵一般带着寒气,让人感到危险的直觉抵触,很粘人、情绪化、鼓动人利己,常会站在角色的角度上评说是非。

而高阶灵体或意识体给人的感觉则相当温暖,甚至会有一种和煦的辐射能让人感到被滋养了。它们常会给人一些看似很笼统的建议,也不太会干预或暗地左右他人的思想。它们会教导灵修者宇宙中的真理,但对具体的事情或角色人生的抉择不太愿意具体建言。换句话说,它们就好像是补习课的老师,但不会充当枪手帮你考试,更不会架空你、傀儡你的人生。与高阶灵体交流时,经常会有一种被感动的心流激荡,那种暖流常被世人称作为“爱”。



在常人眼中,角色们在聚会时,每个人都各自有各自角色的形象,而这些形象是每个人自己打扮出来的。但事实真的是这样吗?

如果你还记得，在你自己的实相中只有你自己，那就不难理解，其实与角色你同处一室的那些所谓的其他人们，他们的形象大多数都是被你赋予的。就好像你梦中互动的人物们一样，他们的形象、衣着、和你说什么话，都是你自己生成的，虽然角色我对此当时或过后常一无所知。

如果用内在感官去查看伪装层中的角色聚会，会看到在一片虚无中，能量流勾勒出各种物相，续而有了房间的轮廓、家具的形状；人物们其实都是一个个明暗的光团，彼此闪烁着——这些光团有的很璀璨，具有强大的能量场域；有的很暗淡，甚至不时出现灰黑色的暗斑；有的内部具有复杂绚丽的曼陀罗纹路，那些纹路流光溢彩不断变化；有的则相对单纯，内部可见雾蒙蒙的浑浊色彩，随情绪与心思在相互挤压博弈。

细雨社 www.xiyushe.org

真实的实相就是如此，眼见为实的这种理念其实不过是自欺欺人的伪装层把戏。用角色的肉眼、心眼、灵眼，看见的各种“相”，不过都是梦宇宙电子矩阵中的显化把戏，分别对应了一维实相、二维实相、三维实相，即：本伪装层、平行伪装层和梦宇宙的灵界伪装层。故佛陀说“凡所有相皆是虚妄”，并非虚言。



你们应该还记得我们之前讨论过“初级物理建构”和“次级物理建构”的概念。这些分类适用于所有需要在物质层面形成的意识形态，无论其本质如何。如果某个显像是感知者基于心灵感应信息建构出来的，那么他建构它的方式，和一个反映“生存人格”（survival personality）的显像所采用的建构方式完全相同。

细雨社 www.xiyushe.org

区别不在于构建方式，因为构建的方法是相同的。举个例子，A 先生在自己的卧室里，通过心灵感应接收到了他远在千里之外的兄弟的想法。如果他只是接收到他兄弟的念头，比如：“我快要死了，真希望能和我的兄弟道别。”那么，接收者可能会在自己的卧室里形成一幅他垂死兄弟的显像，并将其感知到。这种情况属于次级建构（secondary construction）。

但如果这位濒死的兄弟在去世前或去世后通过出体旅程（out-of-body journey），亲自来到 A 先生身边作最后的告别，那么 A 先生仍然需要自己建构出兄弟的显像，以便在物理层面上感知它。不过，在这种情况下，这种显像属于初级建构（primary construction）。

没有任何东西是被直接“看见”的。你们始终在进行这样的建构，而不论你们所要感知的意识本质如何，这些建构的方式始终是相同的。在所有情况下，如果要让角色我意识到（ego consciousness），都必须要先在后台生成此类的感观图像（sense imagery）。

你们要明白，感官影像的建构方式是一样的，无论你们想要感知的是是一颗苹果、一颗星星，还是一个人。无论你们想要感知的是一个必须在物质世界中呈现出来的念头，还是某种必须被物质化的意识形象，建构的方式都是相同的。

你们或许已经注意到，在我们的实验中，鲁柏经常以视觉影像的形式感知信息。但我并不是以这种方式传递信息给他的。这些影像是基于我的意念，但通常由鲁柏的思维自行形成。我会尝试引导他的影像构建过程，但无论这些影像是由他主动塑造的，还是在我的引导下形成的，它们的形成机制在这两种情况下是相同的。

实际上，如果你们研究那些即使在物理宇宙中没有实际对应物、感官影像仍然存在的情况，就能更清楚地理解感官影像是如何被组织和构建的。这表明，感官印象本质上是独立的，它们并不依赖于物理对象的存在。

很多人误以为，只有角色我肉身死亡后，神魂才会脱离出来，但事实并非如此。其实神魂很像是一个胆小又爱看鬼片的女孩子——好奇故事内容，可又不真的敢看。故事平淡无聊时，就会走来走去，忙些自己的事，有一搭无一搭地不时瞥一眼情节的进展；当剧情渐进高潮，会坐下来盯着看；可真到根节儿上，惊恐画面还没展现，就已经赶紧

用手蒙住眼睛，从电视前跑开了。

很多人小时候有过被吓掉魂的经历，那就是因为当角色我在遇到危险时，神魂往往会选择提前撤离，因为不想体验与记忆痛苦的死亡过程。当然这类误判更严重的可以造成角色我变成植物人，这时神魂撤了，可角色却没死。此类吓掉魂就是天魂撤了，人魂即生存人格留守当家，虽然角色看上去好像一切正常，但实际家人是可以明显地看出孩子不正常了。于是要到被惊吓到的地方，去叫孩子的名字，告诉孩子没事了，回家了。

叫上几次后，家人慢慢走回家，让失魂落魄的孩子睡一觉，之后等角色再次重启，也就好了。

我们常说的鬼魂有几种形态：

细雨社 www.xiyushe.org

一种可以叫灵魂，是角色无意间看见了自己的神魂在肉身外。当然有些人是以灵魂的视角看见自己的肉身在那里发呆。

另一种是我们瞥见了其它平行实相中的自己或其它角色。

还有那些肉身已逝或遗失了肉身的生存人格。

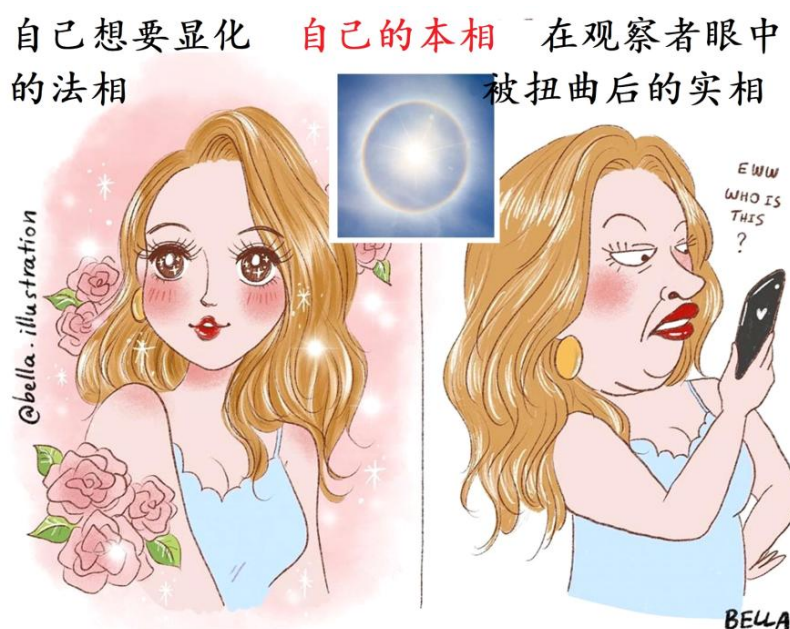
再有就是些不请自来的时空旅行者或守护、接引、辅导灵们。

就像前面说过的，这些灵体们本身是没有形状与形象的，但可以被观察者赋予形象或它们自己有某一种相对偏好的自我法相。如果灵体是家人，它们愿意呈现出家人熟悉的角色相貌。不过有些会选择自己生前最理想的一个年龄面相为自己的法相，一些则会保留自己对角色的最后印象当做自己的相。

所以一个残疾的老人过世后,他的魂体可以显像为一个健康的中年人或小孩子,也可以继续保留残疾的特征并呈现出临终前的老态。

俗话说,相由心生。这里这个心,既是观察者的心,也是显化者的心。

实相在被观察时,往往是被两次扭曲的:显像者觉得自己是什么样子,还有观察者觉得对方是什么样子。换句话说,就好像每个妈妈都觉得自己的孩子是那个与众不同的,可看别人的孩子时却总能一针见血地指出种种不足。



上图文字: 自己想要显化的法相; 自己的本相; 在观察者眼中被扭曲后的实相

现在, 休息一下吧。

Y6-2-253.2

(9:30 休息。珍像往常一样解离。她的语速平缓, 声音轻柔, 眼睛大部分时间睁着, 显得很暗。她说时间过得很快。9:35 继续。)

我一次又一次地告诉你们, 我的朋友们, 你们按照自己内在的期望,

构建出了你们角色在经历的物质宇宙和私人环境,因为它们完美地反映了你们最深层的内在实相。

这或许是我能够提供的最接近基本实相的东西。我们所有的资料都源于此,而资料中的其他任何信息,都是从这一基本陈述中衍生和流露出来的。我并不是在用象征性的说法,而完全是字面上的意思。

因此,当你发现自己越来越多地关注那些进入你们感知范围的不公、灾难和羞耻等现象时,你们实际上是在助长它们的存在。这一点可能会与你们的“常识”相悖,然而,注意力的集中确实会强化你们所专注的事物,说直白些就是你关注什么就体验什么。

就好像我们的那位胃溃疡的朋友,他坚信自己患有胃溃疡,因为医生曾经这样告诉过他,结果他就持续地自我强化这一实相,并不断暗示自己是一名胃溃疡病的患者,这就导致他的身体无法按照没有胃溃疡病的方式在下一秒显化出健康的状态。

我不会再深入讲解这个问题,因为我们已经多次提到它了。现在,我是专门对你们二位说的——当你们把注意力集中在破坏性因素上时,你们实际上在两个方面都受到了损失。首先,仅仅是关注它们的这个行为本身,就在强化它们的破坏性,并让自己处于恐慌的意识状态;其次,你们本可以专注于积极的、建设性的品质,却并没能加强它们,导致应有的增益加成没能内化成自我状态。忧虑让你们彷徨,进而失去了步入其它更好平行实相的机会。比如你们在迈阿密担心自己钱不够多,离开并错过了,你们担心无力偿还房贷,而没能买下将快速升值并为你们带来财富自由的房产。

人生中有很多机会是被胆怯与犹豫错过的，而这些胆怯与犹豫又是因为你们持续关注在负面可能性中，并如此地预期自己的未来。



举个例子，我们来谈谈你们的朋友和她的肿瘤。这个肿瘤是由她的内在专注形成的。她对肿瘤的恐惧如此强烈，以至于在潜意识中，她将自己的能量集中到了这个方向上。实际上，在病灶被物质化之前，肿瘤就早已在她意识中存在很长时间了。

怕什么来什么——持续反复地忧虑于某事，反而让能量灌注到显化这一实相的渠道，不断增大经历这一可能的概率比。不想未必不会发生，只不过概率在五五开；但反复地强化这一想法，天平两边的概率平衡就会被打破，进而那可有可无的平行可能就被体验成真。

在想好事未必有好事、想坏事一定会坏事、什么都不想好坏随机的三种可选项中，如何做才能让自己的利益最大化呢？

请注意这里说的“好事与坏事”，不是角色我眼中的利益得失，而是针对内我而言的。角色我在意的东西，内我未必会在意；内我在渴望的东西，角色我或许并不感兴趣。但人生路径与遭遇大多数是内我在铺陈，角色我去经历。

但角色我具有自由意识，可以否决内我的提议；内我也有自由意识，

角色我想要的“幸福”，内我也不会全都设计。角色我与内我间如何相互配合是个大学问，双方谈拢了，怎么做怎么有；双方对着干，一切有的也都会失去。

如果她的注意力集中在积极的因素上，专注于正面的、而非负面的品质，那么不仅这个肿瘤根本不会存在，相反，她会在这一过程中构建出某种正向的成长，例如心灵层面的精神成长。

所有这些现象——无论是健康状况、溃疡或肿瘤等破坏性病变的形成，还是任何简单的物理物体的构建，甚至是一个幽灵显像的建构——归根结底，都与内在的专注和聚焦方式密切相关。

无论如何，你们都会试图将自己对实相的内在认知投射到物理现实之中。你们的物理环境及其各种状况，正是你们自身最根本实相观念的映照。如果外部环境发生了变化，那是因为你们的内在认知已经发生了变化。而物理实相中任何最微小的改变，都是在内在自我中首先被创造出来的。

一旦你的认知发生了升华，那人生的实相也会发生巨变，神魂将进入到其它自我平行实相中，关注其它更优秀、更健康的角色我是如何走完此生。

我想在这里提到一个相关的主题，虽然我们几乎没有深入探讨过它，但鲁柏曾对此有所疑问：集体梦境或共享梦境（mass dreams）。

你们的物理世界显然是由共享的感知所构成的，而集体梦境当然也是同样的性质。集体梦境的确是真实存在的。它们主要发生在某个特定

的意识层面，并与你们所谓的“世界图景”（world pictures）相关。

这些集体梦境帮助塑造了某个特定时间点上地球上的人类状况。至少在在一定程度上，现实中的人类境况正是这种集体梦境的结果。

人格片段进入角色经历伪装实相，走过其一生的过程，往往会涉及到个人的梦世界、小集体的梦世界，比如我们现在；还有共享的开放性群体梦境，比如你们去市中心或大型集会。

接下来我们会非常简要地谈谈集体或共享梦境。

实际上，集体梦境有多种类型。现在，我们关注的是具有近乎普遍性的那一类梦境，也就是说，那些在某个时刻或另一个时刻，被地球上大多数人共享的梦境。

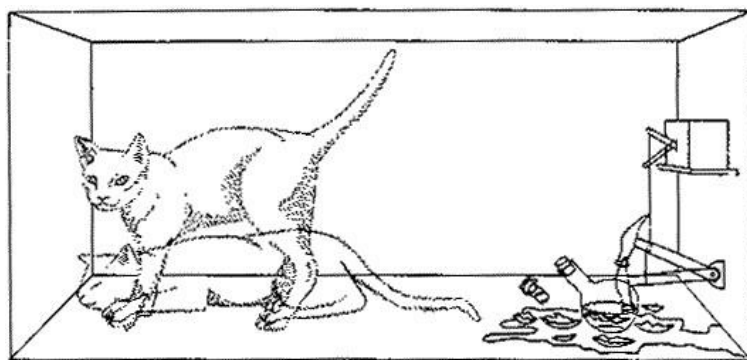
细雨社 www.xiyushe.org

当然，也存在由特定群体所共享的梦境。

这一特定类型的梦境涉及对物理现实中某些问题的处理，通常并不属于预知梦（precognitive）。如果你们能够感知到它们，可能会觉得它们是预知梦，因为梦境中包含的许多事件后来确实会发生。但它们实际上并不是预知梦，而是很大程度上促成或导致了物理世界中事件的发生。

人们总喜欢去算命，好像预知了后事就能设法避开，但实际情况是，当你把算命之说当真时，就被植入了意识催眠，你的关注让那些预言一个个得以实现，因为在每一次或大或小的选择时，潜意识会侧重于已知的实相作为优先。

无知的人随缘；每日担忧的人，意识能量频率会日渐衰退，最后那些祸事就会如约而至。其实人生不止一条路，在众多平行实相中，人生是波函数，但观察反而引发坍缩，进而薛定谔的猫早晚会因为一次次的观察而死在毒药前，验证了之前的预言。



这些梦境，比较而言，发生在荣格（Jung）所称的“集体无意识”（collective unconscious）之上。如果你们能够感知这些梦境，就能大致了解未来主要的物理事件，因为你们将会看到它们正在被孕育出来。

（珍停顿了一分多钟，静静地坐着，眼睛闭着。随后继续，眼睛偶尔睁开。）

这些梦境通常与影响许多国家的重大事件有关，它们主要反映深层的意图、愿望和目的。（长时间停顿）有时，这些梦境具有极其强大的力量，能够引发深远的世界性变革，无论是有益的还是破坏性的。

然而，一个个体的重要性，远超你们曾经想象的，因为在这里，情感的强度、意图的专注程度至关重要。一个人如果怀有强烈的意愿，无论善恶，都可以在实际作用上压倒一百个人。在梦境状态中，领导者也可以崭露头角，并让自己为人所知。事实上，在物理现实中他们被认识之前，人们早已在这些集体梦境中认识了他们。



在我们开始伊斯博士资料之前，你们可以休息一下。

Y6-2-253.3 (D57)

(9:56 休息。珍像往常一样处于解离状态。她的眼睛大部分时间都是睁开的。她再次对时间的飞逝感到惊讶。

现在是第 57 次伊斯博士实验的时间了。珍坐在那里，一只手放在闭着的眼睛上，说话速度比之前慢了一些。10:06 继续。)

现在，请给我们一点时间。

我不知道这指的是什么。有一个圆形的太阳或灯的形象。伊斯博士是否正在接受某种与灯光相关的治疗，或者曾直视某种光源？也许是这样，因为这里与某个办公室或房间有联系。

还有与数字 2 相关的联系。可能是下午两点，也可能是两次治疗，或两次去过这个地方。甚至可能是眼科检查，如果他不得不注视一个圆形明亮的物体。

另一个独立的意相，与音乐有关——也许是一场音乐会。第三排，座位在靠右侧的中心位置。

现在，关于我们的目标物体：

它很小。他在口袋里用手指摩挲着它。有点像奖章，但不是圆形的。形状类似于一个短而宽的十字形，但中心部分被填充，并以某种方式呈扇形，上面有刻痕。颜色较深。这个物体相当古老，金属质地，颜色有点像灰绿色和银色的混合体。物体上有一个日期，还与“1874年”有关，可能指向某种传统或机构的创立时间。

另一个独立的意相：“Stedgewick”或“Sedgwick”。这可能是伊斯博士最近阅读的某些内容。它与一本书籍或卷宗有关，该书的封皮是一种类似皮革但更柔软的材质，颜色为棕红色。书页的边缘不是白色的，可能是奶油色，并且最初带有金黄色的装饰或镶边。

（珍在 10:20 停顿了一会儿。）

你们有信封给我吗？

细雨社 www.xiyushe.org

（“没有。”）

那么可以结束课程，或者稍作休息也行。

（“我想今天就到这儿吧。”）

那祝你俩一切顺利。我们下节课继续这个话题，也许到时候我会回答鲁柏的问题。他说她怎么从没梦到过我。

（珍微笑着，睁开眼睛。）我也从没梦到过他。

（“晚安，赛斯。” 10:32 结束。珍像往常一样处于解离状态。）

编者注：原文中最后一部分是简要讨论集体梦境的内容，调整到伊斯实验之前。

Y6-2-253.4

第 253 节 浓缩提要

经过两周的休整，珍感觉自己状态好多了，周一按时重新进入“通讯”状态。

首先，赛斯评论了珍当前正在读的一本心灵书籍《未来就是现在：预知的意义》，是 1961 年出版的。赛斯说：作者曾经有过自己的心灵体验，并能够从这些经历和自身的直觉中汲取知识。他一直在使用逻辑思维的方式去尝试着表达出那些跨维度的真相，在某些层面上他的描述确实相当接近真相，但依靠直觉性的信息，他通过无意识书写提供了超越逻辑运作的最直接的体验表述。

所有的实相系统都是由感知这些系统的个体创造或构建的。所谓的预知经验并不是什么特殊现象，它们在人们未曾察觉的意识层面下不断发生。想要开启预知能力需要具备跨维度感知力，即与内我配合，使用内在感官去看伪装层内看不到的内我人生剧本。一个不懂得如何与内我交流的人，是无法获取预知经验的；同样地，要感知到鬼魂，也必须具备运用内在感官的能力。



你们所谓的鬼魂并非有什么不寻常之处。它们一直存在于它们自己的实相系统中，无论你是否能感知到它们或承认其真实存在。

一些与“鬼魂”的接触是由“感知者”自己构建出来的，基本上是由观察者自己的心灵感应引起的。但并非所有被遭遇的鬼魂都是这种自我意化出来的。然而，在物质系统中出现的鬼魂，必须由“感知者”透过自己的想象投影构建出来，如同角色在自己的伪装实相里构建所有其它的物质实相一样，因为你是你自己梦境的唯一营造者。

但请注意，这并不意味着“鬼魂”的本体是由“感知者”构建出来的。感知者只是构建了他自己伪装实相中的鬼魂形象，如同角色在自己的世界里构建同时代中自己世界里的其它人物之实体形象一样。

但是值得注意与知道的是，当角色我投影鬼魂的形象到自己的实相中时，其鬼影的造型“实体形象”需要获得被构建意识体的同意，就好像公开使用某人的照片或涂改某人的照片时，需得到对方的同意一样。如果那个意识体有自己偏爱的法相造型，那应尽量下载那样的形象，以保持双方的心灵感应信息是一致的。

感知者以意识信息的形式接收到心灵感应的信息，并在自己的伪装实相内构建出自己“看到”的鬼魂，这个过程和一个人死后根据自己生前的形象构建出鬼魂的过程完全相同。

我们曾谈过的初级物理建构和次级物理建构，这些分类适用于所有需要在物质层面形成的意识形态，无论其本质如何。

区别不在于构建方式，因为构建的方法是相同的。例如，A先生在卧室里通过心灵感应接收到了他远在千里之外的兄弟的想法。如果他只

是接收到他兄弟的念头，比如：“我快要死了，真希望能和我的兄弟道别。”那么，接收者可能会在自己的卧室里形成一幅他垂死兄弟的显像，并将其感知到。

A 先生在自己的卧室里确实看到了自己兄弟的投影形象，但那只是 A 先生在自己实相里为意识波信息给出的配图。这就是一个“次级的物理伪装相”建构。然而，如果这位垂死的兄弟在死前或死后，通过出体进行瞬移，并真的拜访了自己的哥哥，那么 A 先生看到的鬼魂确实是他的兄弟，但所见的鬼魂形象与状态，都是接收者自己的思想产物，是 A 先生为对方构建出了鬼魂的形象以便感知它为真实。这种情况，我们叫其为一个“初级物理建构”。

“次级的物理伪装相”是纯粹自己想出来的画面感，然后投射到伪装现实中让角色我看到，这个过程中“客体”其实从始至终都没有参与。

初级物理建构是确实有其它意识体参与到了意识互动中，但其形象造型还是观察者主体意识想象出来的。

你们应当牢记，没有任何东西是被直接“看见”的。角色我总是在自身周围形成这样的构造物，借由这些构造物来让角色坚信自己是活在一个现实维度中，而不管是初级物理建构还是次级的物理伪装相，构造成相的方法是相同的，这与所要感知的意识体本质如何无关。

想要让角色我在逻辑上认为自己真的经历过某一实相，就必须要给角色的外在感官投送一些感观图像。在角色的伪装实相中，不管是否有其它灵体参与了互动，感观图像总是以相同的方式被建立起来，无论你想感知一个苹果、一颗星辰，还是一个其它人物。它们都是以相同

的方式被内我投影给角色我的，并借由角色我的意识构建成相，无论你的逻辑脑是否能觉察到一个必须被显化的“思想”信息波，或者必须被显化的意识体伪装形象。其投影的显化技术与方式在梦宇宙的电子矩阵中都使用了相同的运算方式与显影技术。

你们或许已经注意到，在我们的实验中，珍经常描述自己在脑海中看到的图像，但这些被珍感知到的“视觉图像信息”并不是我投送给鲁柏去感知的。我并不是以这种方式向鲁柏提供的信息。

就好比 I 投射一个信息，信息内容是一只神圣的白象。鲁柏会在意识中搜索相应的白象造型，然后把这印象投射推送给珍的脑海；珍会在脑海中搜索与神圣白象相关的记忆，并调取出来，成为意识可见的形象底版，并通过自己的语言尝试着描述出来。

细雨社 www.xivushe.org



这些角色我脑海中所见的图像，不是来自于我赛斯的思想，通常是由多层转译形成的。我试图指导他生成怎样的视觉形象，但在信息转移与转译过程中，感受者只能比对自己意识库存中的已知，来理解信息中的意思，所以一个人或其神魂，了解与知道得越多，在信息传译过程中形成的扭曲就越少。

事实上，你可以通过研究在你们这个伪装宇宙中没有的实际物体来理解我在说什么。总的来说，角色我的感官印象是独立于物体本真本质而存在的。

比如说我告诉你，有个穿着红裙子的美丽女人走过了十字路口。这时鲁柏心目中的美女形象与珍脑海中的美女形象或你约瑟理解的美女形象都是不同的，那红裙子的款式也是不同的，你能看到的只是你想象力的极限，而你想象力的极限受制于你见识的多少和见识过些什么。

我一次又一次地告诉你们，我的朋友们，你们根据内心的期望构建你们角色在经历的物质宇宙和私人环境，因为它们完美地反映了你们最深层面的内在实相。这或许是我能够提供的最接近基本实相的东西。我们所有的资料都源自于此，而资料中包含的其他任何信息，都是从这一基本陈述中衍生和流露出来的。我并不是在用象征性的说法，而是完全字面上的意思。

因此，当你发现自己越来越多地关注那些进入你们感知范围的不公、灾难和羞耻等现象时，你们实际上是在助长它们的存在。这一点可能会与你们的“常识”相悖，然而，注意力的集中确实会强化你们所专注的事物，说直白些就是你关注什么就体验什么。

当你们集中精力关注破坏性因素时，你们在两个方面都输了。一方面，因为专注于它们，你们强化了其破坏性的特质；另一方面，你们本来可以专注于建设性特质并加强它们，但是现在你们失去了这样的机会。

举个例子，我们来谈谈你们的朋友和她的肿瘤。这个肿瘤是由她的内在专注形成的。她对肿瘤的恐惧如此强烈，以至于在潜意识中，她把

自己的能量集中到了这个方向上。实际上，在病灶被物质化出来之前，肿瘤就早已在她的头脑中存在很长时间了。

如果她的注意力集中在积极的因素上，专注于正面的、而非负面的品质，那么不仅这个肿瘤根本不会存在，相反，她会在这一过程中构建出某种正向的成长，例如心灵层面的精神成长。

从破坏性溃疡以及肿瘤的形成，到任何简单物体的构建，甚至是鬼魂的构建，所有这些现象，归根结底，都与内在的专注和聚焦方式密切相关。

无论如何，你们都会试图将自己对实相的内在认知投射到物理现实之中。你们的物理环境及其各种状况，正是你们自身最根本实相观念的映照。如果外部环境发生了变化，那是因为你们的内在认知已经发生了变化。而物理实相中任何最微小的改变，都是在内在自我中首先被创造出来的。

一旦你的认知发生了升华，那人生的实相也会发生巨变，神魂将进入到其它自我平行实相中，关注其它更优秀、更健康的角色我是如何走完此生。

个人实相、集体或共享的梦境

你们的物理世界显然是由共享的感知所构成的，而集体梦境当然也是同样的性质。集体梦境的确是真实存在的。它们主要发生在某个特定的意识层面，并与你们所谓的“世界图景”相关。

这些集体梦境帮助塑造了某个特定时间点上地球上的人类状况。至少

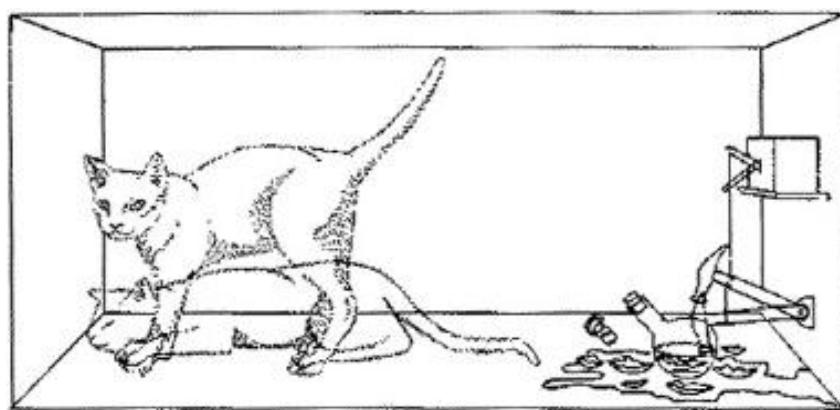
在一定程度上，现实中的人类境况正是这种集体梦境的结果。

人格片段进入角色经历伪装实相，走过其一生的过程，往往会涉及到个人的梦世界、小集体的梦世界，比如我们现在；还有共享的开放性群体梦境，比如你们去市中心或大型集会。

接下来我们会非常简要地谈谈集体或共享梦境。

实际上，集体梦境有多种类型。现在我们关注的是具有近乎普遍性的那一类集体梦境，也就是说，你们星球上的大多数人在平日里都生活在这共享梦境中。除此之外还有各种各样的由特定群体所共享的梦境。

这种特定类型的梦境与解决你们物质实相的某些问题有关，它们通常并不是预知性的。如果你们感知到它们，它们可能看起来是预知的，因为其中许多事件后来确实会发生。但它们实际上并不是预知梦，而是很大程度上是它们促成或导致了物理世界中事件的发生。



这些梦境，比较而言，发生在荣格所称的“集体无意识”之上。如果你们能够感知这些梦境，就能大致了解未来主要的物理事件，因为你们将会看到它们正在被孕育出来。

这些梦境通常与影响许多国家的重大事件有关，它们主要反映深层的

意图、愿望和目的。有时，这些梦境具有极其强大的力量，能够引发深远的世界性变革，无论是有益的还是破坏性的。

然而，一个个体的重要性，远超你们曾经想象的，因为在这里，情感的强度、意图的专注程度至关重要。一个人如果怀有强烈的意愿，无论善恶，都可以在实际作用上压倒一百个人。在梦境状态中，领导者也可以崭露头角，并让自己为人所知。事实上，在物理现实中他们被认识之前，人们早已在这些集体梦境中认识了他们。

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-254.1

第 254 节 信息过滤的机制：多维实相如何被感知，伊斯遥视 58，信封透视 49：唐的随笔

1966 年 4 月 27 日 星期三 晚 9 点 常规课

晚上好。

正如你们所知，梦宇宙里伪装层中的所有物理实相的所有方面，首先是存在于抽象的电子矩阵架构内。先由梦宇宙生成蓝图脚本，再推送给角色去体验为真。

而在群体共享梦的某些领域，选择扮演人类的人格们会集体处理他们的政治和社会客观结构的问题。然而，他们在梦境现实中提出的解决方案往往与他们在现实中接受的解决方案是不同的。因为在梦中设法解决问题的是你们的内在人格，而在所谓“现实”中处理问题的是角色我。而大多数角色我并没有能有效地和内在自我达成共识。

然而，在梦中利用直觉观见的解决方案，往往被角色我认为理想主义的。如果没有群体梦，在你们位面上的民族与国家间的联合就不会发生与存在。这种群体性的梦是几种梦中的一种。的确，所有的梦在某种程度上都在矩阵中，是被共享给集体合一意识的，你们想象中存在于其中的隐私性，是一种幻觉，你们当前的角色是从那合一意识中共享得到的，你们此刻演绎出的角色人生也会共享给他人，供他人日后经历，正如鲁柏设想的那样。

当然，在你们人格当前的发展阶段，是有必要使用隔阴之迷来分离各平行位面的记忆的。同时你们的角色脑也无法处理弘一意识那庞大的

信息流，所以在进入本伪装位面前，人格要接受并制定一些标准，有效地界定出出生后的明显限制和界限。在这些限制和界限之内的区域，你称之为“我”，即角色我。当你的心智开启、神智连通、角色臣服、能力成长时，当你学会在多样性中，在多维多元的实相里保持清明觉知时，多重自我就会展开彼此的认知与记忆融合，能力获得飞跃性的巨大扩展。

我们当前所处的伪装层位面是以低等文明形式存在着的人类早期文明阶段，对于动辄百万年大历史的文明故事来说，起初的这万年在后世看来甚至可以被忽略不计，就好像没谁现在真的关心夏朝历史一样。但如果有机会给你一个周末组队穿越过去，体验两天夏朝人经历过的生活，利用某一夏朝原住民的身份出生、生活、死亡，你会感兴趣吗？

如果还有梦回唐朝、体验二战风云、美国西部大拓荒、西班牙大航海时代等项目可选呢？

人间百年对于灵界来说不过就是一个周末的时间，就好像你没事儿选一部影片，然后同意忘掉世俗中的一切烦恼，坐在影院里，沉浸到影片的情节中，与主角一同经历一段悲喜苦乐的人生百味。当然影院里观影的不止你一个，影片的放映也不止这一场，每个沉浸在角色中、跟随故事情节或哭笑或焦虑紧张的观者，无疑都已入戏。作为旁观者清的观者，在纵观全局时，不由得替角色着急：这么明显的坑还往里跳；那明明就是个渣男还爱得那么傻；明摆着炸飞机的亡命徒已经登机，你还和空姐吵架非要乘坐这一班去送死……

观者在后台纵观全局时，总会不由得为角色的各种选择着急甚至建言，

但大多数角色会无视甚至嘲笑这种内在的忧虑与来自直觉的建言,因为在角色有限的、可供逻辑脑形成判断的素材参考点中,根本无法理解与认同来自直觉的异想天开。

人们在沉浸于角色经历时,很容易忘却自己固有的身份,也很快就会忽视其它平行观影者们也把同一角色当成是自己的事实,更想不到在自己观影前后,这一角色已经与还会被循环播放多少次。

影片的拍摄可以分为四种

第一种:是一次性的电影,但那影片不像是我们现在的这种,而是有互动性的,角色经历的情节有时会弹出对话框,观者可以选不同的后续剧情发展方向,但角色未必会选择执行。

第二种:是犹如剧本杀般的沉浸体验,参与性更强,并且互动性更好,只是参与的人其实就那么四五人。

第三种:属于持续更新的连续剧,剧本边演边写,演员编剧会商量着来,不断按需求推进剧情的发展方向。

最后一种,属于经典剧的不断翻拍,每次都大体一样又细节不同,演员一茬茬地在换,故事也每一版都近似又不相同。

剧组尤其是大剧组,要想演好一台戏,需要在后台进行大量的协同工作,这包括演员间的配合、出场次序的安排、剧本剧情与人物关系的协调等。

从实际情况来看,如果你们能够意识到那些持续冲击你们的心灵感应

信息洪流,你们会发现保持人物角色的自我身份认知将变得极其困难。如果角色脑必须被迫接受超出其有效运算能力的“意相”信息流,那脑回路会信息过载,进而本体就会受到不良影响。

因此,共享的梦的数据信息流交换是位于角色意识觉知力之外的,是在梦宇宙的电子矩阵中,在众多参演人格之间,在后台数据交换处理中心发生的。

全我意识本体可以被称为一种强力的组织者,以感知确定的有序的意相。当本体通过各人格分支获取到各种经验后,神智得到加强,它就会自动扩展自己,并进一步增加它可于“广袤的当下”中能够操纵的实相。

我告诉过你们,梦的现实比你想象的更有凝聚力。共享梦境等特征对稳定梦境现实大有帮助。当你梦见别人的时候,他们的内在自我是知道的;当他们梦见你的时候,你当然也知道。其实角色睡眠时的梦,可以远比其所谓的现实更加贴近真实,因为那是由内我直接主导发生的。即便角色我有意识地觉知到了这些跨维度状况,也对其经历无能为力。

角色我就犹如一台老式智能手机一样,它确实具有可应用的能力与可升级的潜力,但在升级前,内置的电池容量、记忆体容量、算力都仅仅只够日常正常使用的范畴。因此直接强行让未被改造升级的“出厂机”并入 5G 互联网,运行大型跨平台多人互动游戏,只会导致系统崩溃与电池过载报废。

稍微说点题外话。如你们所知，许多人在梦中提前梦到了约翰·肯尼迪（Jack Kennedy）的死亡。在某个层面上，这种信息对他本人也是可以获得的。但这并不意味着死亡是必然发生的，而是一种强烈的可能性，同时也是多个问题的解决方案之一。尽管这并不是最理想的选择，但在当时的物质实相中，这已是人类所能实现的最接近的方案。伪装层中所有可能发生的事件都是大家事先知道的，但仍然在渴望寻找到一种未知的可选择项，就是这在意料之中的不可思议让全我的认知在获得不断的自我突破与自我成长。

如你所知，梦有着它们自己的电性实相、它们自己的精神能量，它们对物质事件的影响是极其强烈的。可以这么说，效果是很明显的。在梦中经历的情感强度很少被角色完整地回忆起来，但却可以在潜意识层面上极大地影响角色的人生选项。

心灵活动以一种在正常清醒状态下无法实现的方式被引导。共享的梦展现出它们独有的历史结构，因为你们种族的集体记忆不仅涵盖物质层面的事件，还远远超出了这一范围。

你所经历的梦境也会以电磁的方式印刻在细胞之中。

我们举一个简单的例子：

那些痛恨并排斥种族压迫的人，他们以个人的形式构成了集体的梦想。当这一理念在群体实相中占比达到了改变现状的临界值，那他们的梦想就会被系统归纳成一种历史发展的可能性，这些渴望平权的人就会体验推翻奴隶制并实现人种平等的社会实相。当然与此同时，没能实现奴隶解放的另一个平行实相并不会因此而消失。

各种可能性都同时被矩阵表现出来,这样矩阵就可囊括适合所有人的各种人生体验。个人可以通过关注不同的信息而改变自己的认知,进而更换所处的实相层;群体可以透过累积共同认知人数的方式,推动某一实相被展现成真,即开启某一种独立且独特的平行可能。那些有相同梦想的人们可一同进入这一崭新的实相,完成后续的人生体验。这类梦想实际上带来了文明进程最终的改变,然后将以历史性的方式被发生。

比如你在梦里总是梦见某人在伤害你或帮助你,当你在现实里第一次与其相遇时,你就会不自主地去厌恶他或喜欢他。当你在梦里反复经历某种成功的经验或挫折的经历,那你在现实中对某事也会产生偏好或抵触的情绪。角色的“现实”生活经历会影响到梦,梦也同样在影响着角色我,因为两者的记忆性经验,在头脑中是无法被逻辑分割的。同时两者其实都发生在梦宇宙的矩阵平台里,对于人格来说,没有哪个更真或更假。

在梦中,心灵行动以一种在角色正常清醒状态下不可能的方式被人格引导。

而被从矩阵中共享出来体验为经历的梦,呈现出其特有的历史架构,因为人族的群体共同记忆不仅包括了物质事件,还有很多精神探索。你所能记住的梦与梦中的场景被以电磁的方式刻录在矩阵云端的信息库内。

我建议你们休息一下。

(9:29 休息。珍像往常一样解离。在传述的最后十分钟里，她的眼睛开始睁开，语速也有所加快。9:39 以同样的方式继续。)

你看，在角色清醒的状态下，你把你的内在能量引导到对伪装层物质的操纵和构建上，这会消耗你的能量。而在梦境中，你可以更直接地操纵你的能量完成显化。

在自我暗示的催眠中，用于治疗的能力与能量就是来自于此，借此你可以尝试着去影响或改变物质上的某些东西。就好像你们的女房东，如果她坚信自己的肿瘤必须通过手术才能治愈，那她就会体验这一经历；相反，如果她能把滋养那一执念的能量转移关注到其它领域，那当维持肿瘤存在的能量消失后，肿瘤也就会随之在两个月内消散掉。



我们的“明星”——你俩其实拥有着比你们能想象到的更直接可被操纵的能量。这能量是高度个性化的，你们的自我人格结构是如此地强烈，以至于它们能够处理各种各样的跨维度意象，并在利用与分享它们的同时，仍然保持个人的身份感不会迷失。

这就好像你们天文学家说的那种“射电星”，它们本身并不发光或投送能量，不过却有着接力投送其它星体光波辐射的能力。也就是说，你们的科学家用他们的仪器，只感知到这些看似星辰的光斑结构转译到你们当前伪装层物理系统的光波，却不了解这与它们自身具有的实相本质其实没有任何关系，你们犹如棱镜般把精神能量带入到你们的伪装层中，你们对物质宇宙可见星辰的观察，绝大多数结论都是基于伪装道具与肉眼，所以无法以任何直接的方式感知到它们的实际真相。

你们甚至也无法直接感知自己，而只能通过自我所采用的感官系统来进行感知。你们直接体验到的所谓实相只是心理现象的投影，但你并没有以它们最原始的本真形式感受到这些真相。

角色我会基于自我保护，自动过滤掉任何一时之间过于鲜明或强烈的体验。其实，你所感知到的感官数据远没有达到你的最大感知能力的三分之一。这种自我保护机制防止了角色我感知到任何可能让你不堪重负的过于鲜明的意相，因为那会让某些必须的沉浸式体验无法达成。随着人格的成熟、自我学习能力的增进，应对复杂且大流量密集多维信息的能力，会逐步相应提升，你会允许自己逐步感知到更加强烈和丰富的多维多元意相。但需要注意的是，在知见水平尚未成熟前，为贪求超感知能力，冒然碰触多维实相，对大多数人来说是极其危险的。

你可以休息一下了。

知人知面不知心，在有限的手段下完成的片面观察，因受限于认知深度与广度，依此构建出的逻辑推理与所获得的结论，往往看似严谨，其实却充满扭曲的谬误。在这种情况下，一知半解的人标榜与捍卫着

过时的科学认知；深入了解后的人惶恐于一无所知。全球顶尖的真正学者，并非谦虚地承认：我们对现实的认知与真实几乎无关。

在大多数情况下，即便只是对外在感官的完全和不受阻碍的运用，都可能会把一个情志或心智不成熟的自己“震”成碎片。任何感知的强度，都不可能超越感知者本身的承受能力。

通常，只有强大而有纪律的自我，才能建设起一个“结构良好”的“身份”认同，进而知道自己到底是谁，而谁才是真实的自己。搞明白这一点才能以这种方式接纳内在感知信息在多重自我间的相互传递，虽然这只能偶尔被做到。

你们现阶段扮演着的人类种族，其肉身发展水平还并不完善，内外感官的全然运作、同时接受内在信息与外在信息，将会过于强烈、难以承受，正如你们可以从对药物体验的研究中看到的。

这种情况即使是在远程接近的情况下也可能会造成灾难。并不是说这种体验本身有什么问题，因为这样的经历具有最大的自我发展潜力。这样的经历之所以可能会带来灾难，仅仅是因为自我结构还不够强大，无法吸收和承载这种经历的强度。正如我之前提到的，很多情况下梦境体验比清醒时更加生动和强烈。你甚至记不住其中大部分。但是内在的自我比自我意识更加灵活，因此能够容纳更大的强度而不至于过度惊慌。

很多人连角色现实中的那点事还都无法应对、不能接受呢，更何况去碰触多维多元随机“意相”的强度。感知者冒然接触超强度的信息能

量流是非常危险的，哪怕是稍微接近这一点，都可能是灾难性的。

不是因为它是不可取的，相反，这样的经验对多重自己的发展都是有利的，是发挥自身最大潜力的必经之路。但冒然因好奇或渴望神通而去体验这样的接触，很可能会带来灾难性的后果，因为不管是内我还是角色我的结构，都还没强大到足以吸收和承受体验此类经验意识强度。

正如我所提到的，在许多情况下，借由梦的经历去了知内在实相与多维实相远比醒着的经历更生动、更强烈也更安全。当然如果角色我能记住梦境的经历，那会对此更有觉知。但是，即使你什么都没记住，那内我也比角色我更灵活，因此它可以承受更大的意识信息强度而不会因此产生过度的警觉。

所以以阶梯递进的方式，对准备好的人格逐步开放多重实相是一种保护，因此感知者不应在知见完备前、在自我融通、整合、清理完成前去冒然碰触超出自身强度的意识能量领域。

要知道大多数人，即使只透过角色我的外部感官，也可将自己引导进入自己的内在现实，当然前提是要做到全面且无拘束地接纳与使用我们在这里提到的相关知识。

我曾经多次地反复强调，阻拦你了解与认同内在自我与内在实相的——只有角色我那可怜的自我存在感与对此的强烈自我捍卫，在局限你感知到自我的内在本真与其所处的内在实相。



我们现在休息一下。

Y6-2-254.2 (D58、E49)

(9:59 休息。珍像往常一样处于解离状态。她的语速一直很好，眼睛经常睁开。

现在是进行第 58 次伊斯博士实验的时候了。像往常一样，珍的语速有所放慢，她坐着，一只手举到闭着的眼睛上。10:06 继续。)

现在，请给我们一点时间。我不知道这指的是什么。我有一个印象，可能是在一个十字路口，一辆汽车突然向左急转。没有发生事故，但另一辆车似乎牵涉其中。(长时间的停顿) 附近有一所学校。我相信这是在下午。

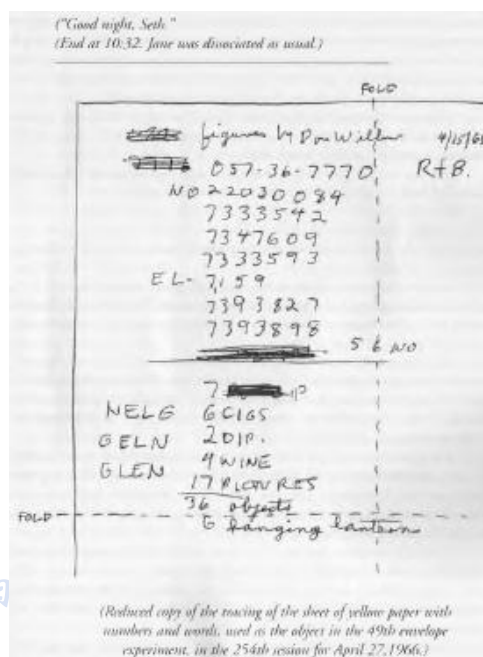
现在来看我们的目标对象。它是长方形的，但可以滚动，或者说能够被滚动。重量较轻，像是纸或纸板，类似于某种线轴。但比线轴要大。它不是一个装饰品，而是一个功能性物品。也许它是一卷纸。

现在是一些独立的印象。一个事件，有十个人在场，或者是在十点举行的事件。在那里讨论了一些清单。还有一个与厨房的具体联系，以

及一个留着胡子的高个子男人，他有一个孩子，一个女儿。

(10:15 停顿。) 伊斯博士正在想一个班级戒指，上面有一个徽章，形状有点像旗帜但不是旗帜，并且与 27 或 1927 年有关。

约瑟，你有信封给我吗？



(“有。”这节进行了第 49 次信封实验。实验对象是一张黄色的纸，上面写满了各种数字和单词，由我们年轻的朋友唐·威尔伯 (Don Wilbur) 在 4 月 15 日星期五晚上的聚会时随手涂画的。我在客人离开后清理房间时发现了这张纸，并决定将其作为实验对象。珍告诉我，她不记得看到唐画过这些内容。这张纸来自第 251 节临时课。课结束后，珍出现了明显的身体不适，而那节课赛斯的声音效果也非常强烈，当时还有五位见证者。

我在 4 月 15 日为其标注了日期并签上了姓名缩写。今晚，我准备信封时将其折叠成四分之一大小。

珍眼睛都没睁开就从我手中接过信封，保持着用手遮眼的姿势，信封放在她腿上。)

请给我们一点时间。这些是意相。

grand 这个词。我不知道，可能与祖父母有关？

九。一个画框。两个站着的人的联系。4 加 1。

与滑翔机有联系。或许这象征着音乐。一次短暂的相遇。

六。连接到一个茶壶或水壶。金色。有几个优势。

一个若隐若现的形状。可能是字面的，也可能是象征性的——就像一件不愉快的事情即将发生。

与远房亲戚的联系。尖塔形状。潦草的小字。一个窗户。可能与 64 年 2 月有关。

你有什么问题吗？ 细雨社 www.xiyushe.org

（“滑翔机是怎么回事？”）

Lilliard。

（珍拼出了这个词，我跟着她念了一遍。）

这是一个曾经在阿诺美术馆表演的三重奏。

（“你能说是什么时候吗？”）

鲁柏知道这个。

（“那两个站着的人是怎么回事？你能给出几个名字的缩写吗？”）

请再给我们一点时间。（停顿）我们在这方面遇到了一些困难。我们

会说，这两个人就是你们自己。似乎与火有关。有什么明亮的东西，就像火焰的颜色。也与某个旧日的人有关。旧的……某种旧的东西，或是古董。（珍不耐烦地做了一个手势。）

（“你能详细说明一下茶壶的信息吗？”）

茶壶或水壶。鲁柏将其与你母亲的房子联系起来。

（“与物体相关的颜色呢？”）

我再次有了关于铜的意相，但这可能仅仅与水壶的意相有关。还有蓝色、白色，以及一种更深的颜色。也许是深绿色。

我建议你休息一下。

（10:28 休息。珍像往常一样处于解离状态，并且在两次实验中眼睛始终保持闭着。

正如赛斯在结尾处所说，今晚的意相是合理的，但它们与我们的实验目标相去甚远。珍和我在资料中看到了一些蛛丝马迹，但需要更具体的信息；许多意相可能承载了过多的含义。信封是在我们面前制作的；正因我们在场，对这些信息有一种情感上的融洽感，这种感受是局外人所无法拥有的。接下来将通过几个例子说明这些信息的性质。

“grand 这个词……祖父母？”唐和玛丽莲在造访时做了这个信封。他们的父母每周五晚上会来帮忙照看两岁的儿子，这样他俩就能难得地过个“二人世界”。所以，这个小男孩每周都会有祖父母来当“保姆”。

“画框。”我们客厅的墙上挂满了我的画和素描，唐闲着没事数了一下，发现一共有 17 幅，还特意记在了信封上。

“四加一。”这是指 1965 年 4 月 15 日周五晚上，我们那节课上总共五位客人：威尔伯夫妇、加拉格夫妇，还有安·迪伯勒，加上珍和我刚好七人。

“gliddiard（注：被误作滑翔机）”实际上是“Lilliard”。珍最初的发音有些跑偏。利亚德三人组是几年前珍还在艺术画廊工作时经常在那儿表演的组合。珍觉得，这个意相可能是想和“玛丽莲在学习音乐”扯上点关系，毕竟玛丽莲和唐上周刚参观过那家画廊。

“茶壶或水壶。”比尔·加拉格当晚也来了，他有溃疡，所以经常喝茶或咖啡。而唐也不例外，这天晚上我们的水壶正好派上了用场。

“金色。”信封用的是一种黄色的被称作二等纸的打字纸。

“一个若隐若现的形状……字面的或象征的……可能是某件不太好的事即将发生。”唐那天确实面临个烦心事——他准备辞职，不得不跟老板摊牌。因为一些原因，他特别不想面对这件事。

“潦草的小字。”可能指的是我写在信封上的日期和名字缩写。

“与火有关。明亮的东西，就像火焰的颜色。”珍和我猜测，那天晚上我们可能点了一根蜡烛——大概是因为我们当时正在讨论赛斯怎么能控制蜡烛火焰的高度。我们通常也会点些香，不过更多是开玩笑的态度，因为买了一些味道不太喜欢的香。而且，珍吸烟，经常点火柴。这些都可能是解释，但也不一定完全对得上。

“还有蓝色、白色和一种更深的颜色。也许是深绿色。”这点很有趣。信封上的涂鸦是用蓝色的笔画的，没发现什么和白色特别相关的东西。

至于绿色，可能是唐用蓝色笔涂掉数字时，蓝笔在黄色纸上形成了偏绿的暗色调。赛斯可能只是没能准确区分深蓝色和深绿色，因为这两种颜色在色轮上挨着，而且都是冷色。10:45 继续。)

好了，我们差不多该结束了。

这些意相确实有依据，但对于这次实验来说，它们离得有点远了，就不用逐个展开分析了。

下节课我会回答鲁柏的问题。

(关于为什么珍没有梦到过赛斯，尽管她梦到过课程。赛斯还调侃自己也没梦见过珍。)

很遗憾今晚没能讨论这个问题。向你们致以我最诚挚的问候。如果没有其他问题的话，我就收尾了。

(“我想没什么问题……晚安，赛斯。”)

10:48 结束。珍像往常一样处于解离状态。)

Y6-2-254.3

第 254 节 浓缩提要

正如你们所知，梦宇宙里伪装层中的所有物理实相的所有方面，首先是存在于抽象的电子矩阵架构内。先由梦宇宙生成蓝图脚本，再推送给角色去体验为真。

而在群体共享梦的某些领域，选择扮演人类的人格们集体处理他们的政治和社会客观结构的问题。然而，他在梦境现实中提出的解决方案往往与他在现实中接受的解决方案是不同的。因为在梦中设法解决问题的是你们的内在人格，而在所谓“现实”中处理问题的是角色我。而大多数角色我并没有能有效地和内在自我达成共识。

然而，在梦中利用直觉观见的解决方案，往往被角色我认为是理想主义的。如果没有群体梦，在你们位面上的民族与国家间的联合就不会发生与存在。这种群体性梦是几种梦中的一种。的确，所有的梦在某种程度上都在矩阵中是被共享给集体合一意识的，你们想象中存在于其中的隐私性，是一种幻觉，你们当前的角色是从那合一意识中共享得到的，你们此刻演绎出的角色人生也会共享给他人，供他人日后经历，正如鲁柏设想的一样。

当然，在你们人格当前的发展阶段，是有必要使用隔阴之迷来分离各平行位面的记忆的。同时，你们的角色脑也无法处理弘一意识那庞大的信息流，所以在进入本伪装位面前人格要接受并制定一些标准，有效地界定出生后的明显限制和界限。在这些限制和界限之内的区域你称之为“我”，即角色我。当你的心智开启、神智连通、角色臣服、

能力成长时，当你学会在多样性中，在多维多元的实相里保持清明觉知时，多重自我就会展开彼此的认知与记忆融合，能力获得飞跃性的巨大扩展。

从实际情况来看，如果你们能够意识到那些持续冲击着你们的心灵感应信息洪流，那么保持人物角色的自我身份认知将是非常困难的。如果角色脑必须被迫接受超过其有效运算处理能力的“意相”信息流，那脑回路会信息过载，而本体就会受到不良影响。

因此，共享的梦的数据信息流交换是位于角色意识觉知力之外的，是在梦宇宙中的电子矩阵内，在众多参演人格间，在后台数据交换处理中心发生的。

全我意识本体可以被称为一种强力的组织者，以感知确定的有序的意相。当本体通过各人格分支获取到各种经验后，神智得到加强，它就会自动扩展自己，并进一步增加它可于广袤的当下中能够操纵的实相。

我告诉过你们，梦的现实比你们想象的更有凝聚力。共享梦境等特征对稳定梦境现实大有帮助。当你梦见别人的时候，他们的内在自我是知道的。当他们梦见你的时候，你当然也知道。其实角色睡眠时的梦，可以远比其所谓的现实更加贴近真实，因为那是由内我直接主导发生的。即便角色我有意识地觉知到了这些跨维度状况，也对其经历无能为力。

稍微说点题外话。如你们所知，许多人在梦中提前梦到了约翰·肯尼迪的死亡。在某个层面上，这种信息对他本人也是可以获得的。但这并不意味着死亡是必然发生的，而是一种强烈的可能性，同时也是多个

问题的解决方案之一。尽管这并不是最理想的选择，但在当时的物质实相中，这已是人类所能实现的最接近的方案。

伪装层中所有可能发生的事件都是大家事先知道的，但仍然在渴望寻找到一种未知的可选择项，就是这在意料之中的不可思议让全我的认知在获得不断的自我突破与自我成长。

如你所知，梦有着它们自己的电性实相、它们自己的精神能量，它们对物质事件的影响是极其强烈的，可以这么说，效果是很明显的。在梦中经历的情感强度很少被角色完整地回忆起来，但却可以在潜意识层面上极大地影响角色的人生选项。

我们举一个简单的例子：

那些痛恨并排斥种族压迫的人，他们以个人的形式构成了集体的梦想，当这一理念在群体实相中占比达到了改变现状的临界值，那他们的梦想，就会被系统归纳成一种历史发展的可能性，这些渴望平权的人就会体验推翻奴隶制并实现人种平等的社会实相。当然与此同时，没能实现奴隶解放的另一个平行实相并不会因此而消失。

各种可能性都同时被矩阵表现出来，这样矩阵就可囊括适合所有人的各种人生体验。个人可以通过关注不同的信息而改变自己的认知，进而更换所处的实相层；群体可以透过累积共同认知人数的方式，推动某一实相被展现成真，即开启某一种独立且独特的平行可能。那些有相同梦想的人们可一同进入这一崭新的实相，完成后续的人生体验。这类梦想实际上带来了文明进程最终的改变，然后将以历史性的方式被展现为某种平行性可能发生。

你俩的人格已经获得了相当充分的发展，所以我们的“明星”——你俩，其实拥有着比你们能想象到的更直接可被操纵的能量。这能量是高度个性化的，你们的自我人格结构是如此地强烈，以至于它们能够处理各种各样的跨维度意相，并在利用与分享它们的同时，仍然保持个人的身份感不会迷失。

这就好像你们天文学家说的那种“射电星”，它们本身并不发光或投送能量，不过却有着接力投送其它星体光波辐射的能力。也就是说，你们的科学家用他们的仪器只感知到这些看似星辰的光斑结构转译到你们当前伪装层物理系统的光波，却不了解这与它们自身具有的实相本质其实没有任何关系。你们犹如棱镜般把精神能量带入到你们的伪装层中，你们对物质宇宙可见星辰的观察，绝大多数结论都是基于伪装道具与肉眼，所以无法以任何直接的方式感知到它们的实际真相。

你们甚至也无法直接感知自己，而是只能通过自我所采用的感官系统进行感知。你们直接体验到的所谓实相只是心理现象的投影，但你们并没有以它们最原始的本真形式感受到这些真相。

角色我会基于自我保护，自动过滤掉任何一时之间过于鲜明或强烈的体验。其实，你所感知到的感官数据远没有达到你的最大感知能力的三分之一。这种自我保护机制防止了角色我感知到任何可能让你不堪重负的过于鲜明的意相，因为那会让某些必须的沉浸式体验无法达成。

随着人格的成熟、自我学习能力的增进，应对复杂且大流量密集多维信息的能力会逐步相应提升，你会允许自己逐步感知到更加强烈和丰富的多维多元意相。但需要注意的是，为贪求超感知能力，在知见水

平尚未成熟前，冒然碰触多维实相对大多数人来说是极其危险的。我指的是因信息与能量过载导致的不可逆的角色脑损伤与角色逻辑能力的损伤。

在大多数情况下，即便只是对外在感官的完全和不受限制的使用，都可能把一个情志或心智不成熟的自己“震”成碎片。很多人连角色现实中的那点事还都无法应对、不能接受呢，更何况去碰触多维多元随机“意相”的强度。感知者冒然接触超强度的信息能量流是非常危险的，哪怕是稍微接近这一点，都可能是灾难性的。

不是因为它是不可取的，相反，这样的经验对多重自己的发展都是有利的，是发挥自身最大潜力的必经之路。但冒然因好奇或渴望神通而去体验这样的接触很可能会带来灾难性的后果，因为不管是内我还是角色我的结构都还没强大到足以吸收和承受体验此类经验意识强度。

正如我所提到的，在许多情况下，借由梦的经历去了知内在实相与多维实相，远比醒着的经历更生动、更强烈也更安全。当然如果角色我能记住梦境的经历，那会对此更有觉知。但是，即使你什么都没记住，那内我也比角色我更灵活，因此它可以承受更大的意识信息强度，而不会因此产生过度的警觉。

所以阶梯递进的方式，对准备好的人格逐步开放多重实相是一种保护，因此感知者不应在知见完备前，在自我融通、整合、清理完成前去冒然碰触超出自身强度的意识能量领域。

要知道大多数人，即使只透过角色我的外部感官，也可将自己引导进入你的内在现实，当然前提是要做到全面且无拘束地接纳与使用我们

在这里提到的相关知识。我曾经多次地反复强调，阻拦你了解与认同内在自我与内在实相的，只有角色我那可怜的自我存在感、与对此的强烈自我捍卫在局限你感知到自我的内在本真与其所处的内在实相。

通常，只有强大而有纪律的自我，才能建设起一个“结构良好”的“身份”认同，进而知道自己到底是谁，而谁才是真实的自己。搞明白这一点才能以这种方式接纳内在感知信息在多重自我间的相互传递，虽然这只能偶尔被做到。

你们现阶段扮演着的人类种族，其肉身发展水平还并不完善，内外感官的全然运作、同时接收内在信息与外在信息，将会过于强烈、难以承受，正如你们可以从对药物体验的研究中看到的。



Y6-2-255.1

第 255 节 人格的流动性与身份的觉醒，伊斯遥视 59，信封 透视 50：老照片

1966 年 5 月 2 日 星期一 晚 9 点 常规课

晚上好。

你们之前提到了轮回转世，而鲁柏刚刚读完了《夏娃的三重面孔》(The Three Faces of Eve)。

我们会把这两个主题联系起来。这本书应该能阐明一个重要的观点：尽管表面上似乎并非如此，但意识主体并不主要存在于角色我中。社会身份可能存在于角色我中，但真正的基本身份并不在那里。

细雨社 www.xiyushe.org
夏娃的四张面孔代表了“内在主体”的各种常见自我表现。

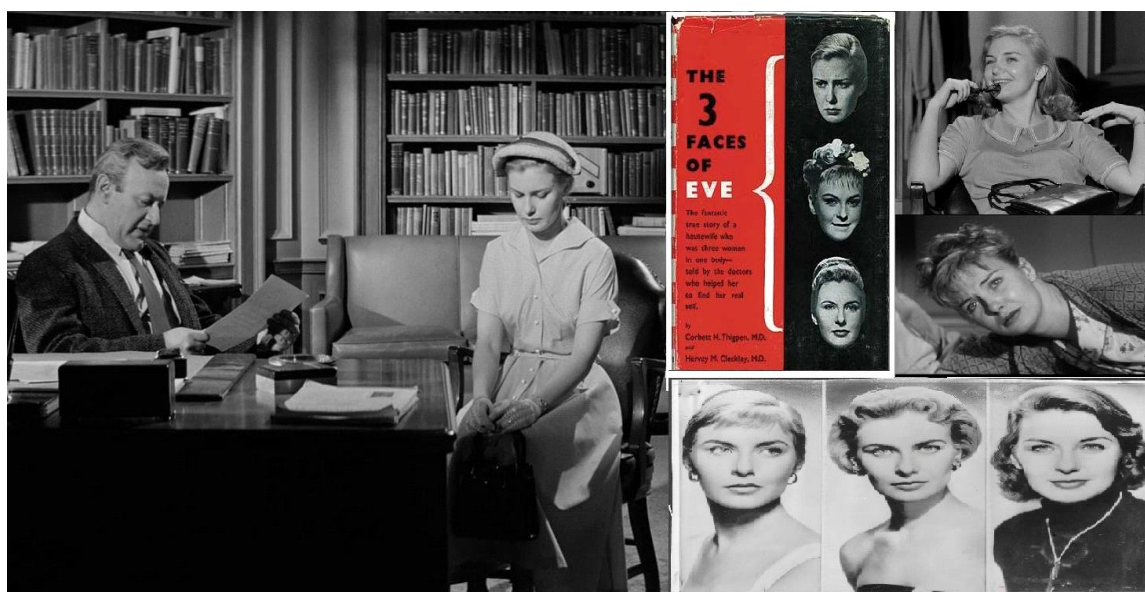
角色我是很不稳定的，在任何主人格之内都同时存在着许多个正在被扮演着的角色我，这些角色可以相同也可以不同，可以在同一个时代与星球上，也可以相差万年出现在不同的舞台中。即使是在演绎同一个角色，这些看似相同的角色也各自在经历着对等体验。

《夏娃的三重面孔》这个书名非常贴切，因为角色我完全可以合理地被比作是主体转向客观现实时的面孔，或是它所戴上的“活生生的面具”。

书的作者提出了几个很好的观点，但却没能真正触及问题的核心。他们将心理结构视为一个完形 (gestalt)，由各种内在需求和生命潜能所形成，却是由角色我为主导展开的。当负责主导本角色的内在我

出于任何原因放松控制或变得弱化时，“辅助群体”中的任何一个都有可能来接管与控制这一角色。

然而，这本书的作者并不知道“存有的主体”实际上存在于何处，他们认为那仅仅是“有组织的感知模式”而已。当角色我放空自己，做到了无我或疏于对自身角色的培养，这时内在自我会试图接手这一角色，引导其前路；但如果角色我自己不想做事，还不搭理内在自我的热忱驱动，那么，辅助潜在的自我就可以抓住这机会，成为该角色的意识主体，并使用该角色的生物体感官和感知设备。这就是人们常说的中邪了或人格分裂。我们之前讨论过病态的次生人格，它就是这样形成的。



《夏娃的三重面孔》是一本由 Corbett H. Thigpen 和 Hervey M. Cleckley 合著的心理学书籍，出版于 1957 年。该书记录了一位患有多重人格障碍（Dissociative Identity Disorder, DID）的女性夏娃的真实案例。

来求诊的夏娃最初是一个年轻的家庭主妇，但她开始出现了奇怪的行

为和不同的人格。

在她的心理治疗过程中，她展现出了至少三种不同的人格：

一个温和平静、喜欢家政的（怀伊特 Eve White）；一个放浪和不喜被管控的（布莱卡 Eve Black）；一个成熟自信、极其成熟的（杰妮 Jane）。

每个人格都拥有独特的特征、记忆和行为模式，有时候它们会相互竞争或交替出现。

随着治疗的进行，治疗师逐渐揭示了夏娃童年时期的创伤经历，以及这些经历是如何导致了她的多重人格障碍。夏娃的案例成为了心理学领域的经典研究之一，帮助人们更深入地理解了多重人格障碍的原因和治疗方法。

细雨社 www.xiyushe.org

作者的背景：

Corbett H. Thigpen（考比特·艾奇·西格彭）和 Hervey M. Cleckley（赫维·克莱克利）都是医生和心理学家。他们在医学实践中积累了丰富的经验，尤其是在心理治疗和精神疾病领域。他们对夏娃的案例进行了深入地研究和记录，为心理学界带来了重要的见解，并促进了对多重人格障碍的研究和理解。

《夏娃的三重面孔》一书被视为心理学领域的经典著作之一，对后来的研究和临床实践产生了深远影响。但在出版早期，两名医生因受到宗教的、医学界的、科学界的多重压力，曾多次无法刊出。

现代心理学的起源可以追溯到 19 世纪末和 20 世纪初，当时心理学

开始从哲学、生理学和自然科学中分化出来，成为一门独立的学科。

以下是现代心理学的起源、演变历史、分支和发展方向的概述：

结构主义心理学是最早期的心理学理论，其主要关注人类思维和感觉的结构和元素。

随后功能主义心理学在实践中脱颖而出，心理学家们开始关注心理问题是如何形成的，并可以通过哪些手段去帮助求助者了解与适应当前的自我状态，进而提出了心理学发展与存在的意义和价值，指出应该研究行为背后的潜在的内在动机，即内心中的在意与匮乏。

随着对大量案例的深入研究，心理学家们发现了人们的“行为”背后一般存在着一种明面上可被自我逻辑解释的动机和一个真实的内在动机，进而“行为主义”心理学获得了发展。这类心理学主要主张，人们的行为是条件反射的结果，强调环境对行为的影响，强调通过观察行为和反应来研究心理现象。

行为主义心理学有着严谨的逻辑链，并对大多数常态中的人群可以做出合理的分析，但在实践中却经常因求助者处于非常态中，而导致理论与实践无法统合。

随后心理动力学被提出，开始主要关注与强调潜意识对个人行为的影响力，重点研究个体的内在心灵冲突和意识动机。心理学从较为直接的脑反射学中脱离出来，成为了真正意义上的心理学，更加关注个人的心理活动而非脑电反应。

随着心理动力学的逐步深入，催眠疗法开始被广泛应用，心理学家们

开始追溯求助者的青年、童年、幼年甚至母体内的记忆，主要针对疗愈早年的心灵创伤和心理匮乏展开工作。但很快在临床上各国各地的心理学实践者都陆续报告出相同的临床病案：大家发现在催眠回溯时，很多患者会因追溯此生的心理问题说出超乎想象的答案来，比如出生前人生规划与前世伤痛性记忆。

于是认知心理学被提出，重点关注在个体思维形成的过程，超心理感知、非脑内思维、本人记忆与非“本”人记忆和语言，以及这些是如何在影响当前人物行为的。

分支与发展方向：

- 神经科学：研究神经系统与心理过程之间的关系，如大脑结构、神经传递和认知功能的神经基础。
- 发展心理学：研究个体在不同年龄阶段的心理发展，包括婴儿、儿童、青少年和成人。
- 社会心理学：研究人类行为受社会环境和社会互动的影响，以及个体如何被他人影响和塑造。
- 临床心理学：研究和诊断心理障碍，并提供心理治疗和干预措施。
- 人格心理学：研究个体的特质、情感、态度和行为模式，以及它们如何塑造个体的行为和互动。
- 认知神经科学：结合认知心理学和神经科学的方法，研究大脑如何执行认知任务和思维过程。
- 健康心理学：研究心理、生理和社会因素对健康和疾病的影响，

以及如何促进健康和幸福。

现代心理学已经和百年前弗洛伊德时代的心理学大为不同：早期心理学更多的是研究“人”的欲望和被压抑后的反应，现在则更多地关注于帮助求助者理解自身问题的由来，并鼓励求助者积极直面自我的短板，理解自身所遭遇的一切皆与他人或社会无关。

作者确实提到，这种情况有时是出于必要。可以这样说，当“船长”倒下时，下一位最强的“船员”就会接管，以确保整体能够存续下去。

然而，人格远不止如此。主人格虽然借助感知能力，却并不完全依赖它们。确实，人格是一个整体，而每个主体内都有许多潜在自我。有时一个潜在自我会取代另一个，但这种描述仍然过于简化。自我结构并非固定不变的单一存在，而是一个持续变化、相当灵活的心理模式集合。

每个自我都会以特定的方式使用并诠释生物体的感知能力，这种方式在整体上具有其独特性和一致性。然而，这种感知与反应模式并不像表面上看起来那样恒定。表面上的稳定性与持续性，其实是一种高度误导的假象。书中所描述的四种人格表现，实际上都属于同一个人格。而这正是作者们所忽略的关键点。因为如果他们认为，在必要时，一个潜在自我会取代主导自我，以确保整体的生存，那么这本身就暗示着某个意识正在做出这样的决策。那么，究竟是谁在做这个决定呢？

作者们回避了这个问题。事实上，做出这个决策的正是主人格。它并

不依赖任何特定的自我结构，但在物理世界中，它确实需要一个自我结构来进行表达和运作。

因此，它可以在不损害自身完整性的前提下，在必要时更换自我结构。当然，在某些情况下，这种转变可能会带来不便，甚至导致严重的心理冲突。然而，如果某个主导自我被取代，那是因为它未能执行最初赋予它主导地位的主人格的核心目标。

每个人格片段被指派借由梦宇宙进入伪装实相并在电子矩阵中扮演某一特定角色时，这一安排从来没有随机的成分在其中。人格借由特定角色进入某一时代、家庭、性别、身份，遭遇怎样的童年、和谁成为夫妻、最后又做了谁的父母，都是有迹可循且事先安排好的。

如果一个演员在舞台上，不能达成自己角色需提供的助缘或自己无法应对这一角色的戏码，那导演就会让另一个演员上台替换下那个退缩到崩溃的，让这被替换下来的站在台边，观摩与学习，看看别人在演这一角色时是怎么应对的。

在二十到三十年前心理学疗愈的主要方式是，帮助患者找到童年心理创伤，并借由回顾和再认知，努力把这一心结打开，并了解过往的自己与他人。但随着心理学的技术逐渐成熟，心理创伤的疗愈从 8 到 16 岁，延展到 4 到 8 岁，甚至 0 到 4 岁。但在临床上心理医生发现，胎儿也有记忆，可以透过催眠让患者回忆起出生前的情况。

让人意想不到的是，70%的患者明确表示，它们是在出生后几天才不得不开始关注这一身体，而胎内记忆大多被出生前人生规划所取代。借此，心理疗愈者得知：人生中绝大多数坎坷原来是自己设计、自己

编导、自己选择的。当求助者真切地看到、回忆起这一切时，所有的愤恨与嫉妒、质疑与不解都在看完自编自导的剧本后化为一笑。

来时拍着胸脯觉得容易，没点儿难度，百年时光太没意思；可是自己到底斤两几何只有进入闭卷考试阶段，才知道想象和现实有多大的差距，才明白来此做人其实就是为了挑战与补足自己的短板，找到那些不懂的不会的，尝试着去搞定自己搞不定的、不擅长的。

你们可以稍作休息再继续。

(9:26 休息。珍说在这部分她解离得很好。9:36 以稍微更有力的声音继续。)

当人格和意识被认为主要是物理过程的产物时，人格的本质将永远无法被真正理解。

内在自我始终在尝试完善其自身的本质与所选择了的角色。正如你所知，自我是不断变化的。它确实承受着日常物理情境带来的压力，但也因此获得了相应的成长与回报。

内在自我会在自身的潜在自我中选择最适合的一个来运作。有时，它也会出错，因为内在自我并非一个完美的存在，就像角色我一样也在摸索。但是主人格确实存在，而自我只是出于实用原因在伪装实相中形成的“伪主体”，当然它确实是主人格的一部分投影。

在电子游戏的世界里，如果你看到其他玩家的角色，并认为那些角色背后不可见的其他玩家是由他们的角色衍生出来的意识，那你就因本末倒置而无法理解很多角色看似不合理的“怪异”行为。因为在游戏中

世界里的已知变量，你都是掌握的，可是透过这些环境参数与对方角色的游戏经历，你还是有很多行为学上的、心理学上的问题无法找到合理的解释。

所以在心理学的发展与研究过程中，经历了：欲求不满解释论、环境塑形解释论、应激反应解释论、内在创伤解释论等心理认知阶段。心理学走到今天，我们才隐约地开始明白：我们一直关注的主体是来求诊的人、客体是这个人的内在意识，这样的认知其实是错的。所以我们的理论一直只能解决一部分问题，可当带入更多案例后，就说不通了。

这就好像一个不会开车的人来找你学驾驶，而你给了他一台自动驾驶的汽车，出行问题看上去是解决了，但实际上求助者还是不会自主驾驶车辆——求助者想要学会一种驾驭的能力，而获得的是解决出行难的道具。

自我本身具有发展和成长的可能性，这一点不应被忽视。而所有的潜在自我同样也具有自身的发展潜力。内在自我或人格必须通过其角色我来表达自己，以便在物理实相中进行操控。内在自我由其所有的潜在自我构成，但又不仅仅是这些自我的总和。

你们看，这些由各种潜能、需求和能力构成的潜在自我——这些汇聚在内在人格中的资源——并不是凭空诞生的。它们是过去生命中累积的心理经验所形成的结果。



如果不考虑这些过往的经验，人格结构是无法被真正理解的。天赋与潜能不是凭空出现的，各种能力都是逐渐发展来的。这就是为什么我们要通过累世的实践，来不断提高自己的各种能力水平和神智水平。

我告诉过你，最微小的能量微粒也都拥有意识，并具有自己的身份。这种身份本身永远不会被消灭。它们会慢慢成长，形成新的整体，但身份是保留着的。 细雨社 www.xiyushe.org

因此，构成人格的能量实际上由无数个独立的身份组成。这些独立的身份共同构成了我们所称的“内在自我”，它在保持个体性的同时，所构成的能量却在不断变化。存有在持续地组合和重组着自己，尝试着拼凑出一个更具发展潜能的自己，但每一个人格片段，作为拼图中的一小块，其基本身份始终被保留着。因此，在任何给定身份内的潜在自我保留着它们自己的个性和自我认识，不论它们在命令顺序中的相对重要性如何。

在梦宇宙电子矩阵中的内在自我，对自己的“身份”还有着比较当真的执着与在意。也就是这些身份感形成了我们所说的内在自我，即使构成它的不过是主人格投送出的能量，且这能量在不断变化着，它也

保持着自己的个体性认知。在持续的分组和重新拼装过程中，基本身份始终是保持不变的。



因此，任何“给定”了身份的内在“潜在自我”保留着其自身的个性和自我认知，虽然它们早就从先前演过的角色中退了出来，但对自我的认知，还很大程度上停留在那一身份与行为模式上。不管它们在主人格的命令下，如何在全我的自我序列里排序。

所有“潜在的自我”在某个时候都将有机会，作为“主导自我”，被派遣进入某一角色的人生，在这一生或另一个轮回中扮演某一角色，成为自己世界里的主角。它们代表了整个存有主体在伪装世界物理层中存在的全部潜能。

换句话说，主人格拥有着各种潜能，但并非都会为在伪装层中物理系统内的角色附加上，因为角色必须在匮乏的环境中，利用有限的能力去找到最优解，这样才能锻炼其解决问题的能力。所有可用的潜在能力都存在于最初的整体自己之中，可谓本自具足。如果主人格认为你需要某一能力，就会为你加持上；如果你没有这项能力，只能证明此生的科目你需要自己设法去用其它方式尝试着解决。

我们都是各自“存有”的手指，主人格犹如手臂与大腿。做不同事情时，使用的手指并不相同，没有被用到的手指，不是说它们不存在或没有。有时做某些事确实需要一把抓、五指或十指合力，有时使用一根手指可能比拳头更灵活。拇指看似是最短的，小指看似很没用，但它们都是自我整体中的一部分，并且在某些场合某些事情上是必不可少的存在。

角色犹如一个手套，里边到底放入几根手指、如何相互配合、何时哪个手指用力，这是主人格要考虑的。而角色这个手套，要是太僵硬或太脆弱，那就有许多精细活或耐力活无法达成。

人们看见的是手套在挥舞、在工作，并依据手套的行为揣测其心理。当戴手套的手表现出让人费解的动作时，单纯研究手套是无法找到答案的。

细雨社 www.xiyushe.org

我建议你们休息一下。

Y6-2-255.2 (D59、E50)

(9:57 休息。珍再次高度解离。她说感觉时间最多只过了十分钟。她大部分时间都是睁着眼睛的。

现在轮到第 59 次伊斯博士实验了。珍坐着，右手抬起轻触闭着的双眼，说话的速度有点慢，还夹杂着不少短暂的停顿。10:08 继续。)

现在，稍等一下，我们开始处理伊斯材料。

有东西在闪光。可能是一条手链或手表带。不是那种小巧的类型，而是比较厚重、带有链节设计。上面有一个方形物体，可能是装饰品，

也可能是一块手表。它戴在一名男子的手腕上，他手臂上有深色毛发，穿着白色衬衫，袖子部分挽起，外面套了一件背心。他年纪已过中年，正在和伊斯博士交谈。（10:12 停顿。）

他的右臂有些疼痛。他递给伊斯博士一份列表。是手写的，用的是一种带点蓝色的白纸，也就是蓝白色的纸。这个列表与一个时间安排有关。

今天，伊斯博士在商店橱窗里看过一个物品，像是相机，与之相关的数字是 4。之前提到的那位男士也带来了一个物品，我认为是给伊斯博士的。

另一个独立的意相，涉及四个人的一次家庭聚会。

今晚的实验物体很小，是蓝色的，方形的，可能上面有印记，也可能有首字母缩写。印记像是三叶草的形状，但又不完全一样。

你有给我的信封吗？



第 255 节第 50 次信封透视的照片示意图

（“是的。”这节进行了第 50 次信封实验。实验对象是一张黑白照片，

照片上是珍的父亲和他已故的第二任妻子玛克辛。拍摄于 1954 年之前某个时候，珍最近几个月没有见过它。

10:17 珍接过信封。眼睛始终闭着，姿势没有变化，左手仍然遮着眼睛，用右手把信封放在了腿上。)

请稍等片刻。这些是意相：

适宜的事物。与某个场合相称的联系。

栅栏结构。分隔。与黄色相关，还有一个响亮的声音。某种排列成行的事物。某种令人惊讶的事情，就像有人会说“这闻所未闻”。

一个分段的圆形物体，可能会转动。与下午的某个目的地有关，并涉及到 3。

细雨社 www.xiyushe.org

石阶。一个邀请。某种与屏幕有关的联系，可能是电影银幕或相机屏幕。

绿色。一个模糊的影像。一个孩子，还有数字 7。

你有什么问题吗？

(“你说的‘适宜的事物’是什么意思？”)

是指在某个场合下显得合适或令人满意的东西。

(“‘适宜的事物’和‘令人惊讶的事情’有关联吗？”)

两者是有关联的。

(“你能说说具体是怎么关联的吗？”)

它们之间的联系涉及到对某个特定事件所做出的适当反应。

此外，我还感受到一个串联的意象，或者是一系列事物的联系。某个角落里有各种形状的杂合物。一条隐含的边界。一张便条。

与十月和四月有关的联系。

（“你能给我具体是哪一年吗？”）

今年。

（“你能描述一下物体本身的形状吗？”）

长方形。

（“物体的颜色呢？”）

蓝色和白色。

细雨社 www.xiyushe.org

（“你之前提到的孩子是男孩还是女孩？”）

男孩。

（“数字 7 指的是孩子的年龄吗？”）

不是。我建议你们休息一下。

（10:28 休息。珍像往常一样解离。在这两次实验中，她的眼睛始终保持闭着。她在信封实验中只看到一个画面——一张带蓝线的白色便签纸，但她不确定这是否来自赛斯或是她自己的印象。

请注意，我在这次实验中共提了八个问题，比第 254 节中的五个问题还多了几个。

通常情况下，当我们对信封对象的相关细节并不熟悉时，我和珍就很难验证赛斯提供的所有信息。我们觉得这种情况就像陌生人提供了这个物品一样。不过，我们还是找到了一些可以对应的信息，赛斯也稍微做了一些补充说明。简而言之，这次的对象是一张黑白照片，照片中是珍的父亲德尔和他已故的第二任妻子玛克辛。照片拍摄于他们加利福尼亚州圣莫尼卡的家后院，当时德尔大约 48 岁，玛克辛 38 或 39 岁。不到六个月后，玛克辛因癌症去世。她去世时正好是 1954 年 1 月，我在纽约萨拉托加斯普林斯遇见珍的时候。珍已经有几年没见过玛克辛，而我从未见过她。

“适宜的事物。与某个场合相称的联系。”照片中，玛克辛打扮得很得体，包括白色的帽子和手套，还在深色西装的左襟上别了一大束胸花。这些可能都符合“与某个场合相称”。另外，这里可能也有双关的意思——玛克辛穿的是当时流行的老式方肩两件套西装（suit），适合（suitable）和西装（suit）之间有一定联系。赛斯在回答问题时稍微解释了一下。

“栅栏结构。”照片中，德尔和玛克辛的左右两侧可以清楚地看到栅栏，还有两个大弧形的花架，上面没有花或绿植。花架中的一个就在两人身后。具体见图。

“分隔。”我和珍都联想到玛克辛意外早逝时只有三十多岁。

“与黄色相关，还有一个响亮的声音。”我们没找到对应的信息，赛斯也没做进一步解释。

“排列成行的事物。”照片中栅栏的竖条。

“令人惊讶的事情，就像有人会说‘这闻所未闻’。”珍说这指的是玛克辛过早离世。

“一个分段的圆形物体，可能会转动。”照片中两人右侧的一个花架明显是弧形的，结构分段清晰。这个弧形花架的线条与两人身后另一个花架的弧形相连。我们认为赛斯感知到这些曲线，并联想到“可能会转动”。

“与下午的某个目的地有关，并涉及到3。”我们不知道具体指什么。

“石阶。”照片里虽然没有显示，但照片之外的地方是德尔和玛克辛圣莫尼卡家的后门台阶。那些台阶可能是石头或混凝土做的。我和珍不太确定，因为我们已经七八年没去过那里了。照片拍摄时，主屋后面还有一间小客房，带有加州风格的石板路。后来这间小屋在我第一次去圣莫尼卡之前就被拆了。主屋后门台阶有四五级石头或混凝土台阶通向后廊。

“邀请。”我们也不确定这指什么。

“与屏幕有关，可能是电影银幕或相机屏幕。”信封对象是一张照片。赛斯或珍可能试图通过这些描述来传递“照片”这一概念。

“绿色。”照片中，德尔和玛克辛被各种树木和灌木包围，还有一些花。

“一个模糊的影像。”照片中，德尔和玛克辛左侧能看到远处某栋楼的窗户部分。通过附近的树只能模模糊糊看到一小块窗户和墙。我在描图中对窗户做了明显标注，但楼的轮廓和其他细节都被遮住了。

（“一个孩子，还有数字七。”我不确定这两个意相是否相关，尽管珍是在同一时间提到的。我后来通过提问试图澄清这个孩子和数字的联系。

我的前两个问题是关于“适合某种场合的事物”和“令人惊讶的事情”的补充说明。赛斯确认了这两者之间的联系。我们的解释是，它们通过玛克辛联系在一起：“适合的事物”指玛克辛的胸花，而“令人惊讶”则是指她的早逝。

赛斯在第二个问题后提供了一些额外的信息：

“某个角落里有各种形状的杂合物。”这显然指照片中两处的栅栏——德尔和玛克辛右边及他们左前方的栅栏。在照片中，他们左后方的树枝也形成了一个有趣的图案，树后面隐约可见之前提到的建筑物。不过，通常情况下，当珍用“形状各异”来描述不规则形状时，信息会显得太笼统。

“一条隐含的边界。”照片有一个白色边框。在照片的两侧和底部，由于叶子的深色对比，这个边框非常清晰。然而，在照片顶部，因为天空和白纸融为一体，边框就不可见了。我在图中画出了边框的位置，实际上它是看不到的。

“一张便条。”对象并不是一张便条，我们也没有找到特别的关联。

“与十月和四月有关。”我们没有发现特别的联系。比如，德尔的生日是在 12 月，而我们不知道玛克辛的生日是几月。当我问赛斯这些月份对应的年份时，他回答“今年”，但这对我们没什么帮助。

“长方形。”当被问及对象的形状时，赛斯回答道“照片是长方形的。”

“蓝色和白色。”当我问到对象的颜色时，珍说她脑海中浮现出带蓝色线条的白色便笺纸的形象，但她不确定这个形象是来自赛斯还是她自己。

“男孩。”赛斯提到之前提到的孩子是男性。我曾猜测这是否与珍自己有关。休息期间，珍表示她认为这是指玛克辛的一个兄弟。这位兄弟与珍年纪相仿，住在纽约州萨拉托加附近，所以尽管珍很少见到玛克辛，她还是对玛克辛的家人有了一些了解。珍说她很喜欢这个兄弟，他是玛克辛家中唯一一个给她留下深刻印象的人。

“不是。”我最后一个问题是关于数字七是否可能指孩子的年龄。随着这一可能性的排除，我和珍没有找到其他的关联。

细雨社 www.xiyushe.org

10:48 珍闭着眼睛继续。)

现在，我们很快就要结束课程了。

那个“闻所未闻的事情”确实是指一件令人惊讶的事件，即玛克辛的早逝。照片是在这位女士生日当天拍的，而胸花是一个生日惊喜。

男孩指的是这位女士家中唯一给鲁柏留下深刻印象的成员。这是主要的几个点。这位女士的西装是深蓝色的。

向你们俩致以最诚挚的问候。我很快会为你们提供一些关于轮回的个人资料。今晚我们实在没有时间讨论了。

(“晚安，赛斯。” 10:51 结束。)

Y6-2-255.3

第 255 节 浓缩提要

你之前提到了轮回转世，而鲁柏刚刚读完了《夏娃的三重面孔》。我们将把这两个主题联系在一起。

这本书本应该表明一个观点：尽管外表看起来并非如此，但意识主体并不主要存在于角色我中。社会身份可能存在于那里，但基本身份并非如此。

夏娃的三张面孔这一说法是不准确的，应该是四张面孔——第四种是其“内在主体”，而外在表现的各种常见自我有三类。

要知道角色我是很不稳定的，在任何主人格之内都同时存在着许多个正在被扮演着的角色我，这些角色可以相同也可以不同，可以在同一个时代与星球上，也可以相差万年出现在不同的舞台中，可以同时使用同一个角色的肉身，也可以各自为政。即使是在演绎同一个角色时，这些看似相同的角色也各自在经历着对等体验——放荡的、内敛的、居家的、事业的……同一个角色不同的经历。

《夏娃的三重面孔》这个书名非常贴切，因为角色我完全可以合理地比作是主体转向客观现实时的面孔，或是它所戴上的生活面具。

作者们提出了几个很好的观点，但却没能真正触及问题的核心。

他们将心理结构视为一个完形，由各种内在需求和生命潜能形成，却是由角色我为主导展开的。当负责主导本角色的内在我出于任何原因放松控制或变得弱化时，“辅助群体”中的任何一个都有可能来接管

与控制这一角色。

然而，这本书的作者并不知道“存有的主体”实际上存在于何处，他认为那仅仅是“有组织的感知模式”而已。他理解到，当角色我放空自己，做到了无我或疏于对自身角色的培养，这时内在自我会试图接手这一角色，引导其前路；但如果角色我自己不想做事，还不搭理内在自我的热忱驱动，那么，辅助潜在的自我就可以抓住这机会，成为该角色的意识主体，并使用该角色的生物体感官和感知设备。这就是人们常说的中邪了或人格分裂。我们之前讨论过病态的次生人格，它就是这样形成的。

中邪是指在自我意识薄弱时被其它意识体进驻到角色内并鸠占鹊巢，而人格分裂则是在内我意识被角色我过度屏蔽后，形成了次人格；或内我意识并非单一玩家，对同一个角色账号同时有多个意识体具有登录与使用权。

同一个角色在切换了内在意识主体后，整个角色的身体也会发生相应的变化，甚至很多在医学上认为是器质性病变的病理性组织改变，也会瞬间消失或再次出现。这一临床发现曾一度让坚定的唯物主义医学派感到非常不爽和无法理解。



可以这么说，原生人格作为初始默认的主人进驻到自己的角色载具中，但当其作为领导者被角色我架空，或自己太过懦弱倒下时，就会由其它的人格来接管这一载具。新入驻的人格以相同角色的身份，带来不同的解题思路和行为方式，为原生人格展示如何解这道难题。这样角色就能够顺利地往下演下去。

如果新入驻的人格，化解了危机后就主动撤离，那就是短暂的人格分裂；如果下派的人格长期顶替原生人格操控角色，它就成了主人格；如果角色我架空了原生人格与主人格，那就会由角色我衍生出来一个次人格。与原生人格和主人格不同的是，次人格认为角色我才是我，它认可有神魂的存在，但并不认可存有为自己的高我。

这些在同一角色中的不同人格，往往存在极其鲜明的互补性格，它们为角色带来不同的“对等”人生体验。这类体验有些是因为原生人格太过稚嫩与软弱，有些则是在出生前就安排好的剧情，因为有多个人格想一起使用同一个账户，谁有时间、谁擅长什么，谁就专门应对那一领域上的问题。

这种使用同一角色组团下副本的做法，其实并不少见——很多人会发现身边有些人有好几副面孔，在不同场合与不同人物交往时，其状态、语言、行为、思想是全然不同的。

但人格的主体其实并不入场，就好像在舞台上看不见导演的身影。人格主体虽然可利用角色的肉身感官能力，却并不完全依赖这些外在感官。确实，人格们是一个整体，每个主体内都有许多潜在的不同的自我，即人格片段。次生人格不在人格的序列里，它只是角色我自己生

化出来的自我意识主体。所以次生人格很怕死，因为角色我一旦消亡，次生人格也就不复存在了。原生人格和主人格或人格的主体对角色的生死看得很淡，因为在梦宇宙的矩阵里，角色是可以随时反复再生的。

在书中描写了，有时一个潜在的自我会取代另一个。但这一切都被过分简化了，因为自我结构不是单一的东西，而是一个变化不定、实际上相当非正式的心理模式集合。每个自我以一种总体上具有特色和区别性的方式使用和解释生物体的感知装置。

无常是混沌运动变化中不变的主题，稳定与永恒的假象实际上是具有高度误导性的。人们误以为从出生到死亡，自己始终都是自己，但事实并非如此：不管是角色的载具，还是内在的神魂都经常被更替，就连生活的位面也会随人生故事情节的走向不同，被渐进置换。

在本案例中，四种人格的表现实际上归属于同一主体，这可能是最被忽视的主要点。因为每当夏娃遇到人生瓶颈时，在必要时，总会有某个次要或潜在的自我被派来接管角色的控制权以保障角色的可持续发展与整体生存。

这意味着，有某个幕后的决策者在做安排与调度。那么问题来了：是谁作出这些决策与调度呢？

这一关键的隐藏要点被作者们忽略了。

其实这负责编导、调度、做出决定的是主体人格，也就是我们常说的主人格。它不依赖于任何特定的角色我，但进入到物理宇宙中的人格片段们却依赖于某种自我结构来锚定自己的意识焦点。就好像演员要知道自己在扮演谁，而导演却不需要有这个心理定位。

因此，当舞台上的那个角色因演员无法驾驭自己的角色，眼看后续剧情将无法展开时，在必要时，主人格为了不用损失掉前面的所有铺陈，为了能让后续的剧目顺利展开，会尝试以保留角色置换演员的方式，来挽救整场戏的进度。当然如果是角色我那里出了问题，次生人格鸠占鹊巢或原生人格被其它外来人格压制，失去了角色我的控制权，那主人格为保证人格的基本完整性，会让角色我尽快离世，让人格去其它平行位面中重新开启另一个角色我。

在某些情况下，这可能会造成不便和相当大的心理困难，但当这种情况发生时，是因为被废黜的自我结构没有实现主体最初赋予其优越地位时的主要目标或目的，即投生为人时的初心安排与人生蓝图规划。

相关知识点：

分离性身份障碍是一种心因性障碍，容易和精神分裂症混淆，较早的《精神疾病诊断与统计手册》版本将其命名为“多重人格障碍”，后为照顾患者不被社会歧视，改称此症状为“分离性身份障碍”。

其特征是解离性失忆和身份认同转变，患者出现两个以上明显不同的身份或人格部分，就有如“在一个身体里住着不同的人”。

长久以来，很多人包括精神科医生、心理学家、社工以为多重人格是非常罕见的疾病，但事实是由于太多临床工作者都缺乏正确认知，导致了不少误诊案例，再加上一般人的讳疾忌医和迷信等等主观因素，导致大量个案漏报、少报。正如玛莲娜·史坦伯格的《镜子里的陌生人——解离症：一种隐藏的流行病》所言，解离性障碍其实是一种隐藏的流行病，而多重人格只是其中一型而已。

多重人格患者的每一个人格都是稳定、发展完整、拥有个别思考模式和记忆的。

分裂出的人格包罗万象，可以有不同的性别、年龄、种族，甚至物种。他们轮流出现控制患者的行为。这些客体人格之间知道彼此的存在，称为“并存意识”，但大多数主人格却不知道它们的存在。如果这些“并存”意识间相互是协作关系，他们甚至可以进行内部沟通、会议，或进行外部会议（如果人格间进行外部沟通、会议时，在旁人看来会像是个自言自语的疯子）。也有一些情况，人格之间并没有察觉到彼此的存在，或一些外来的人格怕主人格知道它的存在，于是就会出现严重的“遗失时间”现象——主体并不知道自己在某些时间里去了哪里、经历了什么。

有些求助者来求助时，主诉人格不一定是主人格，其目的是想要通过外力剿灭并替代掉被其压制的本身原主人格——本身原主人格即出生人格。有些患者在追溯出生人格时，可发现其出生人格就不止一个，这被称为“原始多重人格”，即小群体性入胎或自体孪生。

主人格与原生人格不同，主人格是指在平常大部分时间主宰着身体的那个人格。虽然原生人格通常会成为主人格，但也有原生人格很早就被搁置封藏的，身体自幼就被主人格占据并管理的情况。

原生人格甚至长期处于昏睡状态，不知道时间的流逝，也不知道“他们”的存在与发生过什么。即使偶尔醒来，发现自己的记忆有截断的现象（记忆断层），也无法知道自己有多重人格。有些严重的病例，原生人格甚至已“沉睡”了十几或数十年，但分裂出的人格中往往会

有一个是知道所有事的，如果这个人格愿意合作，治疗人员就能从中得知许多有益的资料。

多重人格患者若强行回忆记忆断层内的经历，或某人格强硬地要想替代“他人”出现时，会有可能伴随强烈的头痛。

最新的研究显示，人格间有四种不同的并存状态，而人格间知道彼此存在的比例比不知道的多。随着医学界对“解离性人格障碍”的了解逐步深入，对此问题的定义即将再次被改写。

2024 年最新的研究成果揭示了，依据脑断层扫描的医学发现，同一个人（同一个身体和大脑）在展现不同人格的时候，脑部摄影结果是不相同的，这一发现极大地震惊了传统医学认知。另外其他对大脑的研究和实验也有力地显示出，多重人格既不是“伪装”出来的，也不是因为社会文化期望或治疗师的暗示所产生出来的。

传统认为分离性身份障碍是非常罕有的精神病，而这个想法在某种程度上导致了临床上的很多漏诊。甚至不少说法声称，分离性身份障碍是万中无一的心理障碍，极难遇见，可是，循证研究发现，事实并非如此。跨国的流行病学研究指出，解离症在人口中的比例为 10%，其中分离性身份障碍的约占 1%。而在华人社会里，解离症为 0.3%至 4.52%，这并非是华人患者占比要低于其它族裔，只是华人看心理医生的人极少。

治疗多重人格问题一般需要好几年的时间。治疗人员主要任务是在多重人格中找出一位熟悉所有人格的内在人格，并取得它的认可与配合，通常称其为“内在自助者”——让其成为核心人格，去统合内在的纷

争。这个“内在自助者”不必须是原生人格或主人格，但它一定是意识发展程度最好、兼容性最强的那个人格。

人格对不同观点、事物的认知水平决定了其兼容性。认知偏颇、是非分明的人格往往还处于童年期，无法服众。由心理医生主导让各种内在人格互相对谈，彼此建立协作关系是治疗的主要目的。人格无法被删除或扼杀，但可以统合与安抚。在治疗过程中需找出性格上相似的人格们率先整合，从而逐步削减内在人格间的对立，最后的目的是把所有人格整合为一。需要注意的是，这一整合并非合一，而是众志成城，齐心协力。

最后即使在临床上很成功地“治愈”了患者，也不代表问题就此结束。在很多情况下，这些达成协作的人格们，有时又会因某些事情与经历，产生分歧甚至派系争斗，造成人格再次分裂解离。

当人格和意识被认为主要是物理过程的产物时，人格的本质就永远不会被真正理解。

内在自我总是在尝试完善其自身的本质与所选择了的角色。正如你们所知，自我是不断变化的。它确实承受着日常物理情境带来的压力，但也因此获得了相应的成长与回报。

内在自我会在自身的潜在自我中选择最适合的一个来运作。有时，它也会出错，因为内在自我并非一个完美的存在，就像角色我一样也在摸索。但是主人格确实存在，而自我只是出于实用原因在伪装实相中形成的“伪主体”，当然它确实是主人格的一部分投影。

自我本身具有发展和成长的可能性，这一点不应被忽视。而所有的潜

在自我同样也具有自身的发展潜力。内在自我或人格必须通过其角色我来表达自己，以便在物理实相中进行操控。内在自我由其所有的潜在自我构成，但又不仅仅是这些自我的总和。

这些由各种潜能、需求和能力构成的潜在自我——这些汇聚在内在人格中的资源——并不是凭空诞生的。它们是过去生命中累积的心理经验所形成的结果。

如果不考虑这些过往的经验，人格结构是无法被真正理解的。天赋与潜能不是凭空出现的，各种能力都是逐渐发展来的。这就是为什么我们要通过累世的实践，来不断提高自己的各种能力水平和神智水平。

我告诉过你，最微小的能量微粒也都拥有意识，并具有自己的身份。这种身份本身永远不会被消灭。它们会慢慢成长，形成新的整体，但身份是保留着的。

因此，构成人格的能量实际上由无数个独立的身份组成。这些独立身份共同构成了我们所说的“内在自我”。它在保持个体性的同时，所构成的能量却在不断变化。存有在持续地组合和重组着自己，尝试着拼凑出一个更具发展潜能的自己，但每一个人格片段，作为拼图中的一小块，其基本身份始终被保留着。因此，在任何给定身份内的潜在自我保留着它们自己的个性和自我认识，不论它们在命令顺序中的相对重要性如何。

在梦宇宙电子矩阵中的内在自我，对自己的“身份”还有着比较当真的执着与在意。也就是这些身份感形成了我们所说的内在自我，即使

构成它的不过是主人格投送出的能量，且这能量在不断变化着，它也保持着自己的个体性认知。在持续的分组和重新拼装的过程中，基本身份始终是保持不变的。

因此，在任何“给定”了身份的自我内，未被表达的其它“潜在自我”保留着其它们自身的个性和自我认知。虽然它们早就从先前演过的角色中退了出来，但对自我的认知还很大程度上停留在那一身份与行为模式上，不管它们在主人格的命令下，如何在全我的自我序列里排序。

所有“潜在的自我”在某个时候都将有机会作为“主导自我”，被派遣进入某一角色的人生，在这一生或另一个轮回中扮演某一角色，成为自己世界里的主角。它们代表了整个存有主体在伪装世界物理层中存在的全部潜能。

细雨社 www.xiyushe.org
换句话说，主体拥有着各种潜能，但并非都会为在伪装层中物理系统内的角色附加上，因为角色必须在匮乏的环境中、利用有限的能力去找到最优解，这样才能锻炼其解决问题的能力。所有可用的潜在能力都存在于原始主体之中，可谓本自具足。如果主体认为你需要某一能力，就会为你加持上；如果你没有这项能力，只能证明此生的科目你需要自己设法去用其它方式尝试着解决。

Y6-2-256.1

第 256 节 死亡、轮回与意识的延续，伊斯遥视 60，信封透 视 51：蓓的报道

1966 年 5 月 4 日 星期三 晚 9 点 常规课

晚上好。我们继续上节的讨论。

当内在自我（inner self），或主人格主要本体（prime identity），采取一个尽可能反映其自身特征和意图的角色时，它的整体效率最高。然而，内在本体和角色我间的目的必定会有所不同。

被角色我主导的角色（dominant ego）的确会影响内在的本体，并改变它，当然内在本体也会影响和改变角色我——在其接受引领时。毕竟，我们在这里讨论的是一个相互依存的完形（interdependent gestalt）。这个完形的运作机制，从未被完全理解。

在多重自我间，**存有、主人格、人格、人格片段、生存人格、角色我、次生人格、肉身我、微生物群落**，各自有各自的诉求与需求。自我作为这一统合体的决策者，同时聆听方方面面的诉求，并决定到底要做什么与怎么做。

- 存有：

努力拓展见识与智慧，让自我价值与自我认知更全面通透。

- 主人格：

展开对某一领域的全面探索，通过各种方式与手段了解、理解并最终

掌握与这一领域所有相关的技能与知识,为存有达成无漏完形而做出自己的贡献。

● 人格：

尽量完美地完成主人格下发给自己的具体任务,不管尝试多少次都无所谓,利用对比穷举法,找到当前任务的满分答案。

“对比穷举法”：

假设你带领部族迁徙到一个完全陌生的地域,快速全面地了解这一地区最简单高效的方式就是:派遣族人沿着每一条可行的道路对整个区域展开探索。如果遇到分支路口,就化整为零,同时查看各个方向,并不断通过汇总各路信息,来找到最适合部族生存发展的方向,并以此构建自己的领域。当领域构建完成后,逐一去征服那些更具挑战性的其它方向,直到能全面地掌控整个可知可见范围,并不断地拓展可知可见范围的深度与广度。

● 人格片段：

作为被外派的小组成员,负责着对某一指定路径与方向的具体探索。这并非是一次性的探索任务,人格片段的任务与责任就是负责搞定自己当前被分配的任务。

通常此类任务包括：

- 深入了解自己的不足之处,并设法让此类短板获得成长;
- 学会沟通与协作,达成兼容与互助;

- 理解世界的多样性并在此基础上发现拓展的可能，并完成拓展的任务；
- 把所获得的成功经验与失败经验，归总上传给本体，共享给所有其他自我，借此帮助全我更接近意识的完形；
- 学会为其他自我提供助缘，也学会接受其他自我给自己带来的功课。

● 生存人格：

协助角色完成人生经历，保证角色有可持续发展的可能，引导角色达成日常生活的路径规划与自动巡航。

● 角色我：

细雨社 www.xiyushe.org

觉受感知角色当前伪装界面中的色相，为角色的锚定提供可意识聚焦的焦点，利用这一焦点在某一伪装层的平台中与来自各维度各领域的其它存有达成互动。

因为不同意识存有各有来历，大家想要一起互动，需要有个由矩阵电子粒子构建出的公共平台，所有与这一平台意识频率兼容的意识体都可登录这一平台，并设立自己的角色，并彼此借由平台内的虚拟角色完成相互间跨维度的交互体验。

● 次生人格：

当角色我活得太当真时，全然把自己当前的角色认知成了自我的本体，并因此把心灵与魂魄或神魂当成是无稽之谈。过度在意逻辑脑里的是非成见，过度张扬角色的感性情绪，过度放纵食色名利之欲，完全无

视与架空心灵的良知与内在成长的诉求,压抑与无视人生蓝图与内置直觉的建言。此时角色我会慢慢开始因扭曲而生病,角色我四处求医问药,就是绝不悔改反思,最后人格只好被迫放弃这一角色重新开局。因此角色会过早地结束此生的经历。

● 肉身我:

身体有自己正常的生理需求,这些需求维持着载具的正常功能。但过度节食或贪食、嗜睡或熬夜、节欲或纵欲、慵懒或健身,都会让载具进入失衡状态,不管是物理、生化、情志、心理、微生物群落关系,都会因这类失衡而陷入紊乱,进而发生相关病变反应。此类疾病求医问药都只能缓解症状,自己如果不做出必要的平衡性调整,疾病会反反复复。

细雨社 www.xiyushe.org

● 微生物群落:

人体是由数量众多的有情众生微粒构建出来的,离开了体表与体内的微生物群落,人体连基本的健康状态或食物吸收代谢都无法做到。有些对此无知的人,会经常使用消毒液或抗生素,剿灭自己皮肤上、内脏里的伴生益生菌,导致自幼获得的菌群平衡性被打破,引发霉菌感染、细菌感染或内分泌激素紊乱。

以上每一个存在都有自己的渴望与诉求、主张与在意作为自我的意识之“主”,看你到底能否在方方面面做到应有的平衡有度,在相应的“纪律”下,让自己活得通透明白。若过度偏废某一方面,就会触发相应的人生课题。

最后是我们这两节中新接触到的:**孪生人格、增援人格、侵入人格。**

● 孪生人格：

两个或多个人格一起抱团组队投胎，并一开始就计划好共同使用同一个角色，谁有时间谁上线经历，谁有某方面的能力谁去应对那一领域的难题。

● 增援人格：

原生人格就一个，但因为怯懦或中途有其它事，不能、不愿、不肯再经营自己的角色；可这角色还有约定好的助缘任务需要达成，不能销号，就会有被主人格调派空投来的其它自我人格一时或长期地替原生人格来经营当前角色。

● 侵入人格：

有些人因迷信宗教、渴望神通名利、期许与众不同，而外求外祈，结果引来跨维度意识体的觊觎，或被失去肉身的滞留灵诱惑，逐渐放弃自我、失去自我，沦为借尸还魂的行尸走肉。被这些灵体霸占了自己的角色，原生人格反而被屏蔽在自己的游戏角色之外，失去了对自己角色的掌控权。这种盗号行为一般都是因为原生人格贪图小利，被钓鱼欺诈；渴望开挂，被植入木马；身弱又好官鬼，被克无力自保。

其中一个原因在于，人们通常认为当前的这个角色我只存在于某个特定的时间序列模式中。然而，并非如你所想的那样，你的经验不根源于所谓的过去。实际上只有一个广袤的当下（spacious present），那么，这意味着自我是同时植根于过去和未来（仍然使用你们的时间概念来说）。人们在通透全然地理解它本是多维完形

(multidimensional gestalt) 前，根本不可能理解它的本真本质。

人格借由角色完成一次次的转世，但转世不遵循线性时间的秩序，也不是在暗指一个重复的时间系统。也就是说，人格的“转世”不是一次接着一次的人生剧，更不依据你们的时间连续性而展开。我承认，轮回的概念似乎确实暗示了这种连续性，但那仅仅是因为你们坚持用本身就不正确的时间理论来看待轮回。你们必须改用“广袤的当下” (spacious present) 的视角，来重新看待转世的真实意义。

转世剧，就犹如你开着电视在看节目：在不同的频道中，各个位面中不同星球、不同时代、不同角色的电影或连续剧都在同时放映着。你进入哪一个频道、关注哪一剧情、聚焦在哪个角色身上，你就把自己投入到哪一个伪装实相里短暂地成为了谁。

当然你可以按照连续剧或系列电影的排序依次观看，也可以依据自己的喜好检索与只看某些内容，甚至先看了大结局再看开头，看了整个故事的概要再看全片。某些你一时无法理解或很感兴趣的故事，你当然可以多看几遍，甚至可以自己动手改编与下场演绎出不同的版本。

虽说在挑选角色与故事上没有什么强制性的要求，每个人都可依据自己的喜好随时挑选任意星球、任意时代中的随便谁成为被观察与体验的焦点人物，但矩阵系统对观影者还是有分级的：如果你的意识能量发展水平、神智发展水平、认知发展水平、技能技巧发展水平太低的话，较有挑战性的课题、较为深奥的课题、较之复杂的课题是无法被选取的。有时就算是同一个角色，也会有多个不同的难度版本，你只有通关了低难度版本的人生后，才有资格尝试去解锁中级或终极难度

的成就。

同一个时代中的同一个角色被人格反复挑战不是惩罚,而是人格片段的当前任务。任务很简单:完成此角色可以达成的最大成就。

因为你们执迷于过去、现在和未来的时间概念,所以不得不将转世理解为一个接一个地展开。我们之所以谈论“前世经历”,仅仅是因为你们习惯了线性的时间序列。事实上,这种情况类似于《夏娃的三重面孔》所描述的现象:你们拥有多个主导的小我(ego),它们都是内在本体的一部分,在不同的存在中占据主导地位。为了便于理解,我们使用“过去”和“未来的转世”这样的说法。

但实际上,这些看似分离的存在是同时发生的。时间上的区分只是小我的视角所产生的错觉。你们无法感知这些不同的存在,或者更准确地说,小我无法感知它们。从基本层面来看,如你们所知,过去、现在和未来同时存在于广袤的当下。

公元前 145 年、公元 145 年、你们过去的一千年、你们现在的一千年——它们都在此刻同时存在。因此,所谓的过去存在也是当下的存在。换句话说,在广袤的当下,你同时以不同的形式或转世存在着。只是你们尚未意识到,所谓的过去和未来实际上都确切地存在于当下。



对于人格来说，古今中外、未来过去、此地彼处、人或非人、什么性别，都没有一个必须遵守的章程，死板地要按部就班地去体验——有些存有喜好依序体验系列故事，也有些则更偏重于自己的实际爱好与需求。

有些人会标榜自己是外星人来地球投胎，其实此类说法证明其认知水平还仅限于本伪装位面，即二维认知层次。如果意识水平发展到三维或更高，就会知道没谁不是多维宇宙的国际公民。

我建议你们休息一下。

Y6-2-256.2

(9:23 休息。珍像往常一样解离。她的语速明显加快，眼睛时常睁开。她在 9:31 继续时吸着烟。)

因为所有事件都是同时发生的，因此，说“过去的事件导致了现在的事件”并没有太多意义。

过去的经验不会导致现在的经验。你们是在同时创造过去、现在和未来的经验。只是，事件对你们而言是按顺序显现的，因此要向你们解释许多问题变得困难，因为信息只能被逐步拆解、逐步传递。

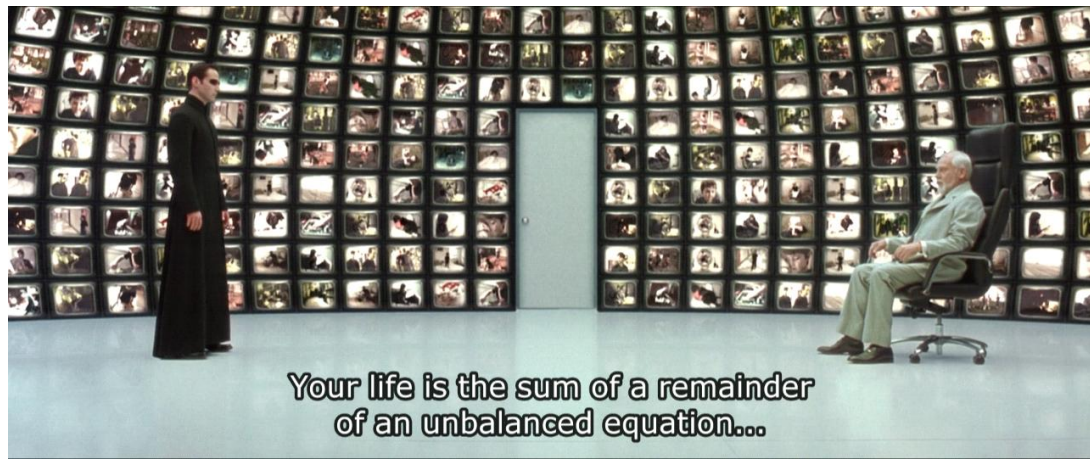
当我们说某些前世的特质影响或导致了今生的行为模式时——包括我自己曾经做出的某些类似表述——这些说法其实都是高度简化的，仅仅是为了阐明某些关键概念。

当一个观影者打开电影或连续剧，从头观看时，对于这个人来说，线性时间由此按照固定的分秒依次展开并构成了因果秩序，但在其观影之前或观影时，乃至观影后，那影片早就完整地存在着，并已被很多观者一遍遍地经历过。

故事中所有经历的每一帧，在你打开前、观看中或很久以后，都是同时存在着的，这些既定事实不以谁的观看或不观看发生变化。但大多数名著都有几版或数十版近似又不同的翻拍，每一版看似相同，却各有不同。观者确实无法太多地对既有事实做出什么更改，但却可以依据自己的选择把不同版本中的帧混编剪辑到一起，以此构成属于自己的、特有的记忆。

所以当角色我了解了多维实相并融通了多元自我后，就可成为自己人生的导演与编剧，不再被单一线性角色固化流程所束缚。所以说开悟之人命不可算，就是因为单一时空对角色的塑形与制约已被多维多元意识的合一融通打破。

全我的意识“本体”能同时意识到所有平行自我的经历，又由于这些角色我是同一个本体形成的，因此它们之间必然会存在某些相似的特征与倾向。我此前提供的关于轮回的信息是相当有效的，特别是出于教学目的给出的这些资料。但你们要知道，之前我们说过的内容实际上可以说是高度简化后的版本。



上图文字：Your life is the sum of a remainder of an unbalanced equation...（译：你的人生是未平衡方程中剩余部分的总和……）

如果你们以《夏娃的三重面孔》为例，书中实际上涉及四个角色我。你们可以设想，这四个角色我是分别在过去、现在和未来的不同存在中轮流主导的，那么你们或许就能更接近理解转世的真实本质。

然而，在书中的案例里，这四种人格其实是在同一个物理生命中显现的。但如果有一个观察者，他的时间概念比你们的还要更加分割、更加减缓，那么在他的时间体系里，这四种人格的确会被视为四次完全独立的存在。

同样地，你们所看到的，是同一个身份的多个展现被拉伸并呈现在一个连贯的时间框架之中。

然而，这种类比显然只能推进到这一步。你们可能会说：“夏娃的四个角色我都属于同一个物理身体，而在转世过程中，我们面对的是多个物理身体，每一个都会被丢弃，并经历生理性的死亡。”

现在，我要告诉你一个几乎难以置信的事实。在夏娃的案例中，并不存在一个共享的物理身体。实际上，有四个独立的身体。

经过最初的震惊后，这一点其实并不难理解。你们知道，物质身体本身从来不是固定不变的，它的构成原子不断地生成与消散，所谓的“稳定性”只是一个持续变化的假象。而在夏娃的案例中，这种过程以更加明显的方式发生了。

但随着不同人格的交替出现，它们如此彻底地接管了生理运作，以至于从外表上看，身体似乎是同一个，然而实际上，它已经发生了变化。例如，其中两个人格对尼龙过敏，而另外两个则没有。显然，是那两个对尼龙过敏的人格调整了有机体的某些生理机制，从而导致过敏反应的产生。这意味着，身体并不是一个静态的物理存在，而是随着主导人格的变化而不断调整自身。

即使一个人格只主导了一个小时，在这一小时内，物质身体实际上就已经成为一个不同的身体。

此外，这些人格并非简单地轮流出现，而是在某种程度上同时存在。尽管在某个特定的时间只有一个人格处于主导地位，但其他人格仍然存在，并未消失。同样，所有所谓的“前世人格”都存在于当下，只是它们在此刻并未成为主导人格。显然，对于那些仍有未来人生要经历的人来说，他们的“未来转世”同样也存在于当下，只是尚未成为主导体验。

换句话说，在物理系统内，主人格或内在自我只是同时表达自身的不同面向。当然，正如你们所知，除了物理系统之外，还存在其他系统。



如果你已经能深刻地理解在梦宇宙的矩阵里，在外面的伪装实相里，这个所谓的角色我，其实并不真的存在，当然连同它所感知为真实的这个物质世界也并非实有，那就不难理解为什么赛斯说，有三个人格加主人格的夏娃，其实并非是同一个实体。因为压根就没有一个所谓我的实体从始至终、从出生到死亡在经历自己的人生。

细雨社 www.xiyushe.org

就像先前我们已经说过的，角色的一生是由无数帧画面构成的，而这些画面可以来自不同版本的相同故事，如果你把这些版本相互剪辑，就能拼凑出一个全新的故事来，但在如此剪辑的过程中，难免有时会给观众们一种因演员不一致带来的恍惚感。



不同时代的演员演绎同一个角色，各自构建伪装实相，还原复刻出相同时代背景下的固有故事，人物关系、故事流程是一样的，但情节与

扮演这一角色的内在自我却不同。导致同一个人物，为大家带来了不同的感官觉受。

（编者注：以下内容是在伊斯遥视和信封实验之后，10:51 开始，特别调整顺序。）

（在第二次休息期间，我曾思考夏娃的多个角色我（egos）之间的表现是否存在许多相似之处，以及这些是否与珍和赛斯之间的关系有联系，特别是在赛斯暂时占据主导地位时。我提出了是否可以让赛斯谈论这个问题，而不是继续解读信封信息。）

我们同时存在于这个广袤的当下。

这一点应该很明显，否则我就不会在这里与你们交谈了；显然，从你们的角度来看，我现在的存在与过去的存在都同样真实。而从我的角度来看，我只是存在于“当下”。

内在本体的这些不同面向之间存在沟通，而且它们显然是相互协作的。通常情况下，我不会试图全面接管鲁柏所运作的身体机制。不过，他允许我在其中做出一些调整，我们不久后会详细讨论这些调整。

你们看，我曾经拥有的某个自我，正是鲁柏整体人格的一部分，我们利用这一点作为连接的桥梁。我可以在特定时刻短暂使用它。

但请注意，这并不意味着我是一个次要人格。事实上，轮回意味着我们所有人都是多重人格，而在其下有一个核心本体。我是我自己，鲁柏是他自己。或者如果你们愿意，珍是她自己。（微笑）

你们往往会忘了这一点，约瑟，你其实也曾是、也仍然是这个本体的

一部分。在你们当前的情况中，你们已经分化出来，形成了你们自己的核心本体，尽管最初我们都源自同一整体。

我是你们曾经属于的核心本体。从某种意义上说，我自己也曾是另一个核心本体的一部分。然而，这种发展并不总是发生，原因有很多。有些身份的碎片（fragments）并不愿意如此发展。在广袤的当下，我们既是一个整体，同时又完全是各自独立的个体。

我们或许会进一步发展，形成一个全新的完形（gestalt），因为即便在我的层面上，我仍然无法看到广袤的当下的“所有部分”——请特别注意所有部分。在某种意义上，我的“视野”仍然有一些遮蔽，而这些尚未被我感知的部分也是广袤的当下的一部分。

如果这个新的完形确实发展出来，它将是一个完全保留个体身份的结构，彼此之间不再有主导与从属的关系，而是一个协调运作的体系。

在你们目前的时间框架中，我可以帮助你们，但你们无法帮助我，除非你们允许我帮助你们。换句话说，在目前的体系下，我对你们的帮助是单向的。但如果那个新的完形得以发展，我们将能够更加平等地互相帮助。

通过你们，我能够影响物质实相，而这确实是我来到这里的目的之一。我之所以能够影响物理世界，是因为人的思想会随着其观念而改变，而我们将努力改善这些观念。当观念通过人们的思想得以传播和运用时，它们会推动物质实相朝着更好的方向发展。

实际上，我比你们想象的更频繁地在这里。然而，我的存在从未带有窥探的性质。



我们均来自一处，也必将归于一乡，但在这分合起落的过程中，多重多元自我的各自成长速度与遭遇是不尽相同的。在全我序列里，没有论资排辈的传统，谁的神智与能力发展得更好更全面，谁就是自我群体中的领路人。

对于角色我来说，有“真实”的人生和“梦”想之分，对载具可感知的被称为“真实”，对使用角色参与游戏的玩家却叫做玄幻。我们把自身看作是独立的个体，并担心失去自我意识的独立完整，可我们却都是全我的分支，否认一体性，才是失去自身的完整。

存有作为多重自我的综合体构成一个相对独立且完整的意识存在，但它其实也是更大意识结构的行动触须。存有并非是与生俱来的，它也是由细微的意识微粒逐步发展而来的。当然大浪淘沙，并非所有微粒都能成长为存有，存有的主体意识也并非始终都由原创把持着，在自我的群体里，在更宏大的架构中，新陈代谢始终生灭如环。意识体确实不会死亡或凭空消失，但却可融入回弘大意识能量场中，这种融入或像是一枚破碎的细胞融入水中还原成氨基酸等基础材料，或像是有型的冰块变成了云雾四散在空气中。前者被我们叫做降解，后者被称

作升华。

认知可以影响现实、物质现实，人们的思想会随观念而改变，改变那些陈腐的观念就可以获得更好的结果。那些世纪前的老观念是经由人类对物质现实的观察产生出来的，但这些认知仅限于伪装物质层，它们无法帮助你产生更好的影响。

现在，我非常愿意继续我们的课，鲁柏也是。不过时间不早了，你们最好在我进一步深入这个话题之前，先决定是否继续下去。

（“你能再说十分钟左右吗？”）

当然可以。

在我们的课程开始之前，你和鲁柏之间的关系是必要的。而你在课程开始前所经历的疾病，尽管令人遗憾，但在某种程度上也是必然的，因为它促使你开始思考自己在心理上如何应对生理和心理事件。

在你认识我之前，我就已经在帮助你了。可以说，你之所以没有更早结婚，是因为你一直在等待鲁柏。你们之间的联系，以及你们同源于同一本体的成长过程，使得你们的结合成为一种理想的匹配。从心理学的角度来看，这体现了一种对身份（identity）的持续维护，以及对稳定性的追求。然而，当身份对自身有了更深的确认后，它会主动寻求拓展自己的体验，因为它不再害怕这些体验会吞没它的存在。

大多数疾病都来自于自身的失衡，不管是起居作息、饮食男女、情感心理、认知理念，哪一方面陷入狂热的偏执都会带来“问题”。身体

与心灵的失衡,可以用药物缓解症状,可以用各种术法调理阴阳平衡,但如果自己没能搞明白问题出在哪里,那相同的问题就会接二连三地重复出现在你的生活里。直到你真的看清问题的本质并自己做出必要的改变。

很多时候人们总是渴望立刻就实现各种梦想,但总是觉得天不遂人愿,进而要不祈求鬼神,要不责骂上苍,却不知,人生中的坎坷与等待,都各有章法与节奏。有时做不成反而是一种护佑,有时解决问题的关键在反思。能和志同道合的人相伴而行是人生路上的福分,当你遇到了这样的机缘,应当好好把握。

然而,身份总是会成为它所感知的一部分,因此它不断形成新的完形(gestalt),同时将更多类型的体验纳入自身的一部分。由此,身份得以成长,正如我告诉过你们的,它是没有限制的。因此,我们正在形成新的身份,而你们已经将那些曾经可能被视为陌生、无法接受的体验,接纳为自己的一部分。

任何体验都会改变你。因此,你们已经发生了改变,超越了从前的自己。我是在对你们两人说这番话。我并没有“接管”你们,可以这么说。你们正在逐渐将我的实相,融入你们的整体体验。这并不会削弱我的存在,相反,它拓展了我的体验。我将我的许多知识分享给你们,但它仍然是我的知识,你明白吗?然而,这种分享却扩展了我的体验。

很多人觉得生而尽皆是苦,这种认知很肤浅,来自被扭曲后的佛教,而非佛陀的教诲。释迦传的是观觉悟的法门,可没说让谁抱着去哪里成为什么的心,很有目的地修行。这种由二分心构建出来的理论引领,

其实来自于佛教编纂的经典而非释迦的本意。

认知决定觉悟，改变认知就可直接改变命程运势，祛病延年。而在增益认知的过程中，最主要也是最核心的认知改变有三点：

其一，对我是谁、谁是我的认知。

其二，对一体性和个体性的认知。

其三，对真假、虚实、得失、生死的认知。

Y6-2-256.3 (D60、E51)

（现在是第 60 次伊斯博士实验的时间。珍稍微放慢了语速，右手放在闭着的眼睛上。10:04 继续。）

现在，请稍等片刻，我们来处理伊斯博士的信息。

我感知到一个与死亡相关的信息。我不确定这是不是最近发生的，还是伊斯博士在想某位已故的朋友。这场死亡和一种窒息的感觉有关——不是说有人真的被勒死，而是有一种窒息般的体验。

这个事件和数字 23 有关系。可能这个男人是在 23 岁时去世，或者是 23 年前去世，但 23 这个数字似乎在某种程度上和他有关。另外，还有一个字母 J 也和这个人相关，但我不确定这是否是他的姓名首字母。另外，可能还和二月份有关，或者是寒冷潮湿的天气。也许是一个气候潮湿的地方，可能是在另一个国家，比如英格兰，或者某个寒冷多雾的地区。

现在，我感知到一本书，书名有三行，第一行最长。我还看到一个和

某种扣子相关的意象，以及一张吸墨纸。

今晚的实验物品是一种环，或者说是两个相互连接的环。这不是戴在手指上的戒指，而是更大的环。尺寸可能像大号耳环，但它本身不是耳环。两个环以某种方式连接在一起。我不认为这些环本身比铅笔更粗——我是说厚度——但它们的内圈相当大。我也不确定它们的用途。我感觉它们原本是某个更大的物体的一部分，但现在被拆下来了。

另外，我有一种强烈的感觉，本周伊斯博士会收到一份意想不到的邀请。这会是一份让他惊讶的邀请，可能出乎他的意料。

你有信封给我吗？



第 256 节第 51 次信封实验的实验对象：蓓·加拉格的文章

（“有的。”这节课进行的是第 51 次信封实验，实验对象是一篇由蓓·加拉格撰写的报纸文章，发表在今天的《埃尔迈拉星报与广告刊》上。这篇文章像往常一样封在双层信封内。贝西·贝瑞夫人的照片未被放入实验信封中。照片出现在报纸的同一页面上，就在实验对象的中间栏上方，但附属于另一篇关于贝瑞夫人的文章。）

贝西·贝瑞夫人的首要关注：人

作者：蓓·加拉格

贝西·贝瑞夫人最关心的是人——尤其是孩子。

正因为如此，尽管去年她在埃尔迈拉学校董事会选举中仅以大约 100 票之差落选，她还是决定再试一次，并以压倒性的优势赢得了席位。

“孩子和教育是我最主要的两个关注点。”贝瑞夫人今天上午在县福利部门的办公室里说道。

现年 34 岁的贝瑞夫人，是该部门儿童福利处的一名保护性个案工作者，这一职位她已经担任了五年。

她对教育的兴趣始于她刚进入福利部门工作时。

“我接触到很多孩子，他们的问题似乎都集中在教育上，”她说道，“这些孩子中有很多在学校和家庭中同时面临问题。”

贝瑞夫人在晚上 9 点投票站关闭后不久得知了自己胜选的消息。

“我简直不敢相信，”这位苗条而迷人的个案工作者说道，“上次竞选时，我曾因为身体上的疲惫而决定不再参选。但我觉得自己至少应该再试一次，失败了才会死心。”

她将此次的成功归功于朋友们的帮助，以及去年竞选中积累的经验。

“这一次我清楚自己想要的是什么。”她说。

她认为分发的海报以及一场针对东区、南区和北区约 6100 个家庭的小范围邮寄宣传活动都“取得了成效”。此外，朋友们也主动帮忙接送选民前往投票站。

贝瑞夫人计划在 7 月 1 日正式就职前，花时间更多地了解董事会的工作。

“我计划倾听、学习并讨论各种问题。我相信自己有能力对一种情况进行理智的评估，并且我计划发表自己的意见。”贝瑞夫人说道。

“接受这一职位，我的立场是代表整个学区，我说到做到。我不会只考虑某一个方向，但我会确保每个人都受到保护，每个人的利益都被纳入考虑。”

基于她的个人观察，她开始关注“一些教师对部分孩子显然缺乏兴趣的现象。”

“我不是说他们没有尽到自己的职责，也不是说学校管理得不好——我知道某些孩子确实比较棘手——但有些孩子确实只需要一点点更多的关注和额外的帮助。”她说道。

父母的冷漠也是她关注的另一个问题。“如果父母都不关心，老师也无能为力。”她将特别关注“所有的孩子都能在学校中接受最好的教育，拥有最优秀的老师。”

“有一种普遍的看法，认为董事会的成员大多是生活水平最高的人……从未亲身经历过问题的人。我相信他们确实关心这些问题，但我想知道这是否是他们的首要关注点。”

贝瑞夫人并非董事会中的首位女性。她将与波伊德·斯波茨夫人共同任职。但她是该董事会中的首位黑人。

“成为第一对我来说并不是问题，”她说道，“我想我在儿童福利部门时也是第一个。我不会特意去这么看待它。”

（珍在 10:14 停顿。闭着眼睛，她接过第 51 次实验的信封，把它按在额头上。）

请给我们一些时间。这些是印象。

快速的东西。一个方形物体，上面似乎有某种符号或标记。数字“四加二”。

还有一个圆形物体，看起来是透明的。现在，这与鲁柏的联想有关：一种宽恕的印象，这是他的感受。（长时间停顿。）

与“Sep”有关，可能是九月（September），或者是这个月份对应的数字。还有一张女人的照片。与某种解毒剂有关的联系，以及一个红黄相间的圆形物体。

与一条荫蔽的街道有关，至少有一些类似这种情景的形状。还有一个高大的人或事物。与字母 J 和 G 有关，还有脚或袜子的联想。

数字“10”。一个十字形，或者某种被取消、擦除或完成的东西，似乎是深色的。这可能意味着某种与死亡相关的联系，但我不确定。中间有一个像靶子的东西。

我建议你们休息一下，除非你们有其他问题。

（“你能再说说关于女人的照片吗？”）

只能重复我之前说过的。这是一张与照片有关的印象。

（“那物体的形状呢？”）

物体相当小，深色与白色相间。背面可能有字迹。还有一个遥远的联系，与 1947 年和女人的照片有关。似乎还有其他人，或者至少还有另一个人。看起来有深色的液体，给人一种水的感觉。

现在我建议你们休息一下。

（10:24 休息。珍表示她这次出神很深，完全没有注意到外界声音等干扰。在两次实验中，她的眼睛始终是闭着的，讲话的速度也保持得很

好。

珍其实在晚餐时看到了作为实验目标的文章，我们也讨论了这篇文章，并注意到是蓓·加拉格撰写的。正如之前提到的，贝瑞夫人的照片并未放入实验信封中，而是出现在另一篇文章中，这张照片位于文章中部的上方。在我准备信封时，曾考虑将照片与蓓的文章一起封入信封，但最终在最后一刻决定不这样做。

需要再次强调，我们不可能掌握信封目标的所有细节，因此无法完全匹配所有信息。我们尽可能地找到了一些关联，但并未在休息后要求赛斯澄清内容。相反，我请他回答了我第二次休息时提出的一个问题。

“快速的东西。”珍将“快速”与贝瑞夫人作为当地学校委员会第一位黑人委员的身份联系在一起，认为“快速”象征着“第一”。在实验目标文章的最后一段中，贝瑞夫人还提到自己是埃尔迈拉市首位从事儿童福利工作的黑人。

“一个方形物体，上面有符号或标记。”珍描述时脑海中出现了一个盒子形状的形象，呈现为多维的而非平面。她看到上面有符号或标记，但我们未能找到相关的具体联系。

“四加二。”我在实验目标的右侧边缘用铅笔写下了日期：“1966 年 5 月 4 日，星期三”。数字“4”可能指 5 月 4 日，“四加二”则可以表示“6”。

“还有一个圆形的物体，看起来是透明的。”我们未能找到相关的连接。

“鲁柏的联想：一种宽恕的印象。”我们认为这可能与一位最近去世的神父有关。珍小时候认识他，几天前她刚收到一张关于这位神父的照片。

“与 Sep 有关，就像九月，或者这个月份的数字。”数字 9 在蓓的故事第一栏底部提到，贝瑞夫人在投票结束不久（即晚上 9 点）得知自己当选。此外，选举持续了九小时，这一点在另一篇关于贝瑞夫人的文章中提到，该文章正好印在实验目标文章的上方。

“一张女人的照片。”正如之前提到的，贝瑞夫人的照片出现在另一篇文章中，位于蓓·加拉格故事的上方。我原本考虑将这张照片与文章一起放入信封，但最后决定不这样做。此外，实验目标的背面还有广告中两位女性的部分插图。然而，根据赛斯对我第一个问题的回答，我们认为他指的是照片而非插图。

“与某种解毒剂有关。”这一点通过贝瑞夫人的言论和蓓的评论得到了体现，尤其是在文章的后半部分，表达了一种“变化”的想法。

“与一条荫蔽的街道有关。至少有一些类似这种情景的形状。”我们未能找到任何与此有关的关联。

“高大的人或事物。”珍和我都未曾见过贝瑞夫人，也不知道她是否身材高大。不过，信封对象的标题中包含“顶”（top）一词。珍可能将“顶”与“高”联系起来，就像她在实验开始时将“快”与“第一”联系在一起一样。

“与字母 J 和 G 有关，还有脚或袜子。”珍的名字(Jane)可以代表“J”，因为她是该文章作者的朋友。而蓓·加拉格（Peggy Gallagher）则可以

对应“G”。另一个可能性是，信封对象背面的中央有一个非常大的书法字母“G”。

关于“脚或袜子”，我们未能找到关联。

“10。”没有找到与“十”相关的明确联系。

“一个十字形，或者某种被取消、擦除或完成的东西，似乎是深色的。这可能意味着某种与死亡相关的联系，但我不确定。”我们认为这可能指的是珍小时候认识的那位神父的去世。几天前，珍收到了一张神父的照片，实际上是一张半色调复制品，周围有一圈厚厚的黑色边框。这是一张黑白照片。照片背面有两个黑色的十字架，其中一个较大，还有一段祈祷文和一段引自圣阿方索的话。值得注意的是，在伊斯博士实验中，也提到了一个与“J”首字母相关的死亡事件。

细雨社 www.xiyushe.org

“一个红黄相间的圆形物体。”这些信息是在提到解毒剂之后给出的，但我们未能找到任何相关联系。

“只能重复我之前说过的。这是一张与照片有关的印象。”赛斯对我的第一个问题作出了这样的回答。我询问了关于“女人照片”的详细信息。在这里，赛斯明确将“图片”与“照片”联系在一起，这排除了信封对象背面两个女性绘画的可能性，因此我们认为赛斯指的是之前提到的贝瑞夫人的照片。

“相当小。深色与白色相间。背面可能有字迹。”这是赛斯对我第二个问题（关于物体形状）的回答。这些信息既适用于信封对象本身，也可能适用于之前提到的照片。我倾向于认为是后者。信封对象被折叠了三次，尺寸约为 4.1 x 3 英寸。而照片尺寸为 3.7 x 2.5 英寸，或者

更小。虽然信封对象和照片的背面都没有书写内容，但两者都包含印刷体。这再次涉及到印刷、书写和字母排列之间的语义问题，之前我们也遇到过类似情况。

“与 1947 年和女人的照片有遥远的联系。”因为我们对贝瑞夫人了解有限，未能在此处建立联系。

“还有其他人，或者至少还有另一个人。”在报纸上有两篇关于贝瑞夫人的文章。其中一篇是由蓓·加拉格撰写的，这篇文章作为信封实验的目标对象。而在蓓的文章上方，印刷了另一篇关于贝瑞夫人的文章。这第二篇文章包含了贝瑞夫人的照片，同时还附有另一张照片，是与贝瑞夫人一起当选的一位男性的照片。这两张照片并排放置。

“看起来有深色的液体，给人一种水的感觉。”此描述过于笼统。实验对象背面的大型书法字母“G”以流动的方式书写，可能引发了这种印象。此外，实验对象是用黑色印刷的，自然属于深色。赛斯所提到的“颜色”一词可能指的是除黑色以外的其他颜色。

在这些信息的最后，珍说她在休息时想到了一个住在纽约市的亲戚，被列在一个女人的照片信息中。然而她觉得这是错误的；她能感觉到赛斯在引导她远离这个亲戚的想法和她的名字，所以她没有说出来。)

.....好了，现在我让你们休息。你们可以选择稍作休息，或者结束这节课，随你们决定。

(“嗯，这很有趣，但我们还是得结束了。”)

衷心祝愿你们一切顺利！ (11:17 结束)

Y6-2-256.4

第 256 节 浓缩提要

我们继续上节的讨论。

当内在自我或主人格主要本体，采取一个尽可能反映其自身特征和意图的角色时，它的整体效率最高。然而，内在本体和角色我间的目的必定会有所不同。

被角色我主导的角色的确会影响内在的本体，并改变它，当然内在本体也会影响和改变角色我，在其接受引领时。毕竟，我们在这里讨论的是一个相互依存的完形。这个完形的运作机制，从未被完全理解。

其中一个原因在于，人们通常认为当前的这个角色我仅存在于某个特定的时间序列模式中。然而，事实并非如此，你的经验并不仅仅源自所谓的过去。实际上，真正存在的只有“广袤的当下”，这意味着，自我既扎根于过去，也扎根于未来——如果仍然使用你们的时间概念来表达的话。人们在通透全然地理解自我本是一个多维完形之前，根本不可能理解它的本真本质。

人格借由角色完成一次次的转世，但转世不遵循线性时间的秩序，也不是在暗指一个重复的时间系统。也就是说，人格的“转世”不是一次接着一次的人生剧，更不依据你们的时间连续性而展开。我承认，轮回的概念似乎确实暗示了这种连续性，但那仅仅是因为你们坚持用本身就不正确的时间理论来看待轮回。你们必须改用“广袤的当下”的视角，来重新看待转世的真实意义。

因为你们执迷于过去、现在和未来的时间概念，所以不得不将转世理

解为一个接一个地展开。我们之所以谈论“前世经历”，仅仅是因为你们习惯了线性的时间序列。事实上，这种情况类似于《夏娃的三重面孔》所描述的现象：你们拥有多个主导的小我（ego），它们都是内在本体的一部分，在不同的存在中占据主导地位。为了便于理解，我们使用“过去”和“未来的转世”这样的说法。

但实际上，这些看似分离的存在是同时发生的。时间上的区分只是小我的视角所产生的错觉。你们无法感知这些不同的存在，或者更准确地说，小我无法感知它们。从基本层面来看，如你们所知，过去、现在和未来同时存在于广袤的当下。

公元前 145 年、公元 145 年、你们过去的一千年、你们现在的一千年——它们都在此刻同时存在。因此，所谓的过去存在也是当下的存在。换句话说，在广袤的当下，你同时以不同的形式或转世存在着。只是你们尚未意识到，所谓的过去和未来实际上都确切地存在于当下。

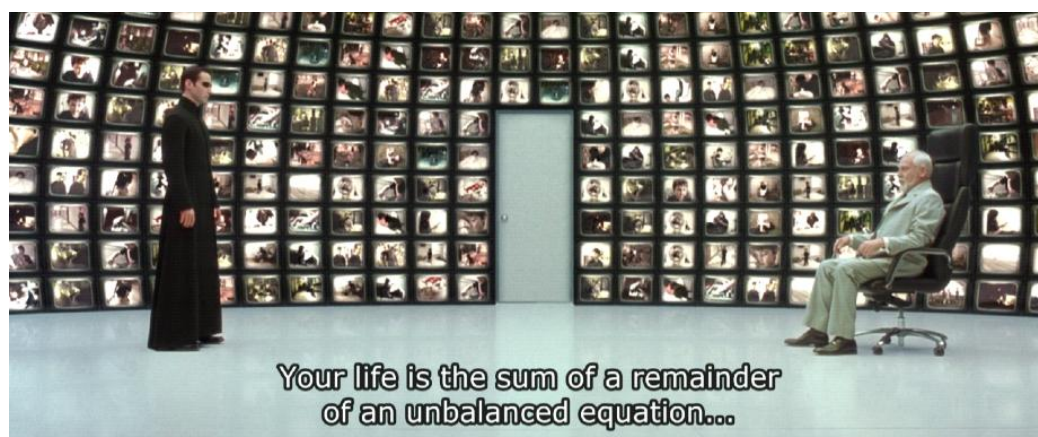
因为所有事件都是同时发生的，因此，说“过去的事件导致了现在的事件”并没有太多意义。

过去的经验不会导致现在的经验。你们是在同时创造过去、现在和未来的经验。只是，事件对你们而言是按顺序显现的，因此要向你们解释许多问题变得困难，因为信息只能被逐步拆解、逐步传递。

当我们说某些前世的特质影响或导致了今生的行为模式时——包括我自己曾经做出的某些类似表述——这些说法其实都是高度简化的，仅仅是为了阐明某些关键概念。

全我的意识“本体”能同时意识到所有平行自我的经历，又由于是同

一个本体形成了这些小我，因此它们之间必然会存在某些相似的特征与倾向。我此前提供的关于轮回转世的资料是相当有效的，特别是出于教学目的给出的这些资料，但你们要知道，之前我们说过的内容实际上可以说是高度简化后的版本。



如果你们以《夏娃的三重面孔》为例，书中实际上涉及四个角色我。你们可以设想，这四个角色我是分别在过去、现在和未来的不同存在中轮流主导的，那么你们或许就能更接近理解转世的真实本质。

然而，在书中的案例里，这四种人格其实是在同一个物理生命中显现的。但如果有一个观察者，他的时间概念比你们的还要更加分割、更加减缓，那么在他的时间体系里，这四种人格的确会被视为四次完全独立的存在。

同样地，你们所看到的，是同一个身份的多个展现被拉伸并呈现在一个连贯的时间框架之中。

然而，这种类比显然只能推进到这一步。你们可能会说：“夏娃的四个角色我都属于同一个物理身体，而在转世过程中，我们面对的是多个物理身体，每一个都会被丢弃，并经历生理性的死亡。”



现在，我将告诉你们一个几乎难以置信的事实：在四个夏娃的案例中，并没有一个共享的身体。实际上，有四个独立的身体。

经过最初的震惊后，这一点其实并不难理解。你们知道，物质身体本身从来不是固定不变的，它的构成原子不断地生成与消散，所谓的“稳定性”只是一个持续变化的假象。而在夏娃的案例中，这种过程以更加明显的方式发生了。

但随着不同人格的交替出现，它们如此彻底地接管了生理运作，以至于从外表上看，身体似乎是同一个，然而实际上，它已经发生了变化。例如，其中两个人格对尼龙过敏，而另外两个则没有。显然，是那两个对尼龙过敏的人格调整了有机体的某些生理机制，从而导致过敏反应的产生。这意味着，身体并不是一个静态的物理存在，而是随着主导人格的变化而不断调整自身。

即使一个人格只主导了一个小时，在这一小时内，物质身体实际上就已经成为一个不同的身体。

此外，这些人格并非简单地轮流出现，而是在某种程度上同时存在。尽管在某个特定的时间只有一个人格处于主导地位，但其他人格仍然

存在，并未消失。同样，所有所谓的“前世人格”都存在于当下，只是它们在此刻并未成为主导人格。显然，对于那些仍有未来人生要经历的人来说，他们的“未来转世”同样也存在于当下，只是尚未成为主导体验。

换句话说，在物理系统内，主人格或内在自我只是同时表达自身的不同面向。当然，正如你们所知，除了物理系统之外，还存在其他系统。



我们同时存在于这个广袤的当下。

这一点应该很明显，否则我就不会在这里与你们交谈了；显然，从你们的角度来看，我现在的存在与过去的存在都同样真实。而从我的角度来看，我只是存在于“当下”。

内在本体的这些不同面向之间存在沟通，而且它们显然是相互协作的。通常情况下，我不会试图全面接管鲁柏所运作的身体机制。不过，他允许我在其中做出一些调整，我们不久后会详细讨论这些调整。

你们看，我曾经拥有的某个自我，正是鲁柏整体人格的一部分，我们利用这一点作为连接的桥梁。我可以在特定时刻短暂使用它。

但请注意，这并不意味着我是一个次要人格。事实上，轮回意味着我

们所有人都是多重人格，而在其下有一个核心本体。我是我自己，鲁柏是他自己。或者如果你们愿意，珍是她自己。

你们往往会忘了这一点，约瑟，你其实也曾是、也仍然是这个本体的一部分。在你们当前的情况中，你们已经分化出来，形成了你们自己的核心本体，尽管最初我们都源自同一整体。

我是你们曾经属于的核心本体。从某种意义上说，我自己也曾是另一个核心本体的一部分。然而，这种发展并不总是发生，原因有很多。有些本体的碎片并不愿意如此发展。在广袤的当下，我们既是一个整体，同时又完全是各自独立的个体。

我们或许会进一步发展，形成一个全新的完形，因为即便在我的层面上，我仍然无法看到广袤的当下的“所有部分”——请特别注意“所有部分”。在某种意义上，我的“视野”仍然有一些遮蔽，而这些尚未被我感知的部分也是广袤的当下的一部分。

如果这个新的完形确实发展出来，它将是一个完全保留个体身份的结构，彼此之间不再有主导与从属的关系，而是一个协调运作的体系。

在你们目前的时间框架中，我可以帮助你们，但你们无法帮助我，除非你们允许我帮助你们。换句话说，在目前的体系下，我对你们的帮助是单向的。但如果那个新的完形得以发展，我们将能够更加平等地互相帮助。

通过你们，我能够影响物质实相，而这确实是我来到这里的目的一。我之所以能够影响物理世界，是因为人的思想会随着其观念而改变，而我们将努力改善这些观念。当观念通过人们的思想得以传播和运用

时，它们会推动物质实相朝着更好的方向发展。

实际上，我比你们想象的更频繁地在这里。然而，我的存在从未带有窥探的性质。

现在，我很愿意继续我们的课，鲁柏也是。不过时间很晚了，你最好在我涉及更多内容之前先决定是否继续。

（“你能再说十分钟吗？”）

当然可以。

在我们的课程开始之前，你和鲁柏之间的关系是必要的。而你在课程开始前所经历的疾病，尽管令人遗憾，但在某种程度上也是必然的，因为它促使你开始思考自己在心理上如何应对生理和心理事件。

细雨社 www.xiyushe.org

在你认识我之前，我就已经在帮助你了。可以说，你之所以没有更早结婚，是因为你一直在等待鲁柏。你们之间的联系，以及你们同源于同一本体的成长过程，使得你们的结合成为一种理想的匹配。从心理学的角度来看，这体现了一种对身份的持续维护，以及对稳定性的追求。然而，当本体对自身有了更深的确认后，它会主动寻求拓展自己的体验，因为它不再害怕这些体验会吞没它的存在。

然而，本体总是会成为它所感知的一部分，因此它不断形成新的完形，同时将更多类型的体验纳入自身的一部分。由此，本体得以成长，正如我告诉过你们的，它是没有限制的。因此，我们正在形成新的本体，而你们已经将那些曾经可能被视为陌生、无法接受的体验，接纳为自己的一部分。



任何体验都会改变你。因此，你们已经发生了改变，超越了从前的自己。我是在对你们两人说这番话。我并没有“接管”你们，可以这么说。你们正在逐渐将我的实相，融入你们的整体体验。这并不会削弱我的存在，相反，它拓展了我的体验。我将我的许多知识分享给你们，但它仍然是我的知识，你明白吗？然而，这种分享却扩展了我的体验。

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-257.1

第 257 赛斯解释他为什么不在珍的梦里，伊斯遥视 61，信封透视 52：珍的书稿

1966 年 5 月 9 日 晚 9 点，星期一 常规课

（在第 253 节课上，赛斯告诉我们，他不会梦到我们，就像我们不会梦到他一样，并承诺很快会解释原因。在今晚的课程开始前，珍表示希望赛斯没有忘记讲这个话题。）

253 节中的相关内容：

“你们应该还记得我们之前讨论过“初级物理建构”和“次级物理建构”的概念。这些分类适用于所有需要在物质层面形成的意识形态，无论其本质如何。如果某个显像是感知者基于心灵感应信息建构出来的，那么他建构它的方式，和一个反映“生存人格”（survival personality）的显像所采用的建构方式完全相同。

区别不在于构建方式，因为构建的方法是相同的。举个例子，A 先生在自己的卧室里，通过心灵感应接收到了他远在千里之外的兄弟的想法。如果他只是接收到他兄弟的念头，比如：“我快要死了，真希望能和我的兄弟道别。”那么，接收者可能会在自己的卧室里形成一幅他垂死兄弟的显像，并将其感知到。

这种情况属于次级建构（secondary construction）。但如果这位濒死的兄弟在去世前或去世后通过出体旅程（out-of-body journey），亲自来到 A 先生身边作最后的告别，那么 A 先生仍然需要自己建构出兄弟的显像，以便在物理层面上感知它。不过，在这种情况下，这种

显像属于初级建构（primary construction）。

没有任何东西是被直接“看见”的。你们始终在进行这样的建构，而不论你们所要感知的意识本质如何，这些建构的方式始终是相同的。在所有情况下，如果要让角色我意识到（ego consciousness），都必须要先在后台生成此类的感观图像（sense imagery）。

你们要明白，感官影像的建构方式是一样的，无论你们想要感知的是是一颗苹果、一颗星星，还是一个人。无论你们想要感知的是一个必须在物质世界中呈现出来的念头，还是某种必须被物质化的意识形象，建构的方式都是相同的。

你们或许已经注意到，在我们的课程中，鲁柏常常会以视觉影像的形式接收到信息。然而，我并不是以这种方式将信息传递给他。通常，这些影像是基于我的想法，由鲁柏的思想自行生成的。我会尝试引导他的影像构建过程，但无论这些影像是由他自主生成，还是受到我的引导，它们的形成机制在两种情况下都是相同的。

事实上，如果你们研究那些即使在物质宇宙中没有对应的实际物体，感官影像仍然存在的情况，就能更清楚地理解它们是如何被组织和构建的。这表明，感官印象并不依赖于物理对象的存在，而是一种独立的意识过程。”

（课程在前厅举行。珍闭着眼睛坐着传述。大部分时间她一只手扶着脸，头微微低垂。她的声音很轻，经常停顿。）

晚上好。

所有生命与存在的基础，可以宽泛地称为直觉层面（intuitional level）。显然，逻辑思维（intellect）并不是生命存在的必要条件。

正如你们所知，所有的存在都发生在当下。你们所谓的“过去的转世”实际上正在此刻发生。你们只是为角色我（ego）发明了一个有连续时间系统的伪装层，作为供角色经历线性感知的工具，而这种线性因果，它只在你们当前这个层次上运作，与真实可说是毫无关系。

今天的课程相对轻松，也不会像上一节那么长。

用你们的话来说，我并不会梦见鲁柏，因为我根本不像你们那样做梦。我会有意识地转移自己的注意力焦点，可以这么说，我进入不同的意识状态，就像你们从一个国家移动到另一个国家一样。我可以带着自己的所有部分进入某个特定的意识状态，因此，我可以拜访你们，但这并不符合你们所理解的“梦见某人”的概念。

此外，鲁柏在他的想象中并没有赋予我一个特定的物理形象，而你们的梦境通常涉及视觉影像，因此，他不会以你们通常的方式在梦中见到我。

赛斯的自我意识当前的进化水平是第五维意识，它已经在认知与能力上超越了梦宇宙的三维局限，并不再受第四维中间层，即意识能量转变为物相层的迷惑干扰。所以赛斯不再会做梦，而是处于一种全然觉知的状态里。他看我们的世界就好像拿着电视遥控器的观者，而我们却是电影院里的观众。赛斯可以随时依照自己的好恶切换频道，选择看什么看多久，而我们的选择发生在进场前，离席发生在散场后。

赛斯就好像坐在电影院监控室里的管理员，在他面前每个播放厅都同

时展现在眼前，而我们知道有这样一个管理员，也可以与它利用监控摄像头对话，但它能全天候地看见我们，我们却无法真实地看见它。

不过，在某些情况下，鲁柏会在梦中与我联系，但角色珍自己对此并不知道。我们只是互相交谈，但珍醒来后并不会记得在梦宇宙内的鲁柏说了什么。当然，在其它层面上的鲁柏能够觉察到这些交流并记得这些对话。

约瑟，你也曾在这种方式下与我沟通过，为了你的理解与学习。你可以试着暗示自己，让自己记住这些对话，那么你或许能在一定程度上做到对这些发生在梦宇宙里的交流保留住一点记忆。但前提是你已经学会记梦这一能力。

演员们怎么在后台谈论角色、如何安排剧情的发展走向、如何铺衬相互的助缘，这些发生在梦宇宙内的事情，一般角色是无从得知的。但如果你已经开启了与内我的融通之路，并与内我通过记梦与解梦的形式达成了必要的默契，在角色我明确地、多次重复强调要求觉知这些内在对话时，这些信息也会透过潜意识管道部分传递给角色我的。只不过在传递的过程中，在信息符号化的转译过程里，角色我头脑里可用来充当翻译的词库或符号，是否能充分匹配、是否会发生转译扭曲与解读扭曲，就看角色我的心智和头脑发展水平了。

比如你梦到不远处的山上雷声阵阵，上雷下山是《易经》中的“归妹卦”。

“雷”代表着“动”，而“山”则代表着“静”。因此，上雷下山卦

的主题就是“动与静”，或者说是“行动和内省”的平衡。

“归妹”意味着回到女性的本质——母爱和温柔。这个卦象给我们传递了一个重要的信息：不管你是男性还是女性，都应该保持自己内心深处最温暖、最真实的那一面。只有在这样做时，我们才能获得真正的快乐和满足。

“雷”也代表着“警惕”，提醒我们在行动时需要谨慎和小心。上雷下山卦提醒我们不要盲目地追求成功，而应该在实现目标前认真思考和规划。只有这样，我们才能避免意外风险并取得更好的结果。

【卦辞原文】征凶，无攸利。

【译文】往前发展有凶险，没有什么有利之处。

总体来说，就是内我告诉你：小心，别冒进，反思内省，不要冒进。此时对下属或合作伙伴要尽量地好些，才能在日后遇险时有个照应。计划好了、准备妥当了再行动，冒进会导致在困境时团队内讧。

梦中所见与所遭遇的“小品”故事，绝大多数都是表意的转化。所以梦经常给人的感觉很荒谬怪诞跳脱。但如果你认真地学习记梦与解梦，就会发现，梦是你与内在自我相互交流的最好路径。这比任何外求外祈或鬼神精怪都更能给你直接的帮助。

当然前提是，你首先要发愿，做出自由意识的抉择，明确地、反复地强调“我想要开启这些功能，并且会对此认真对待”。

（长时间的停顿，闭着眼睛。）

我有一些有趣但不那么重要的话题想谈谈。

罗二弟的妻子前世曾是一个面包师的女儿，故而保留了过度饮食的习惯。这种习惯被带入此生，成为她的固有习气。

罗的母亲很清楚，她的男孩们已经长大了，她现在常通过向孩子们寻求各种帮助来维持她作为母亲的身份认同，因为成年的孩子们不再需要她的帮助。现在，她的这种寻求帮助的行为，代表了一种她想要确认还被爱着的需要：她想不断地验证孩子们是否觉得自己是个好母亲，孩子们是否仍然非常尊重她。

每一次当孩子们同意来帮助她时，她就会对自己说：“如果他们不爱我，他们就不会帮助我。”

与此同时，她也不断试探自己的丈夫，就是你们的父亲，是否还爱她，于是在向孩子们提出求助后也向丈夫提出各种帮助的诉求，可当孩子们或丈夫给了她必要的帮助时，她又会以这些为理由去苛责家人哪里做的还不能让她满意。这是一种报复，你的母亲，她认为自己的一生总是低人一等，孩子多，丈夫无能，自己的所有委屈与不幸压抑成愤恨，现在终于处于一个更强势的位置，要宣泄刁难这些爱自己的人。

如果看过《早期课》的第一二卷，就会知道，罗的母亲，嫁给过城里有名的医生，想当名媛，但那一生她也过得很不开心，早早地就因内心的扭曲而死掉了。而罗的父亲如果没遇到这个妻子，会成为很优秀的运动员或新时代摩托车发动机的发明家，可谓名利双收。

一个人长期的饮食习惯、作息习惯、认知习惯、思维习惯、行为处世习惯，都会内化成自我习气，这些习气与个人技能一样可被人格传承，

在角色更替后，成为固有习气，展现成“天赋”，出现在下一个角色身上。

此生的记忆、名利，很少能被传承，但爱恨的关系会被传承，熟练度极高的技巧、心智与神智的成熟度、管控情绪的能力，可以在替换角色时，以属性的方式被保留并内化成新角色的隐藏基础属性。新角色一旦有机会接触相关领域，就会快速绽放出固有的潜力，无师自通地成为该领域的佼佼者。

当然恶习也是会传承的。都说人之初性本善，但在大量的统计报告中，我们可以知道新生儿各自都有自己鲜明的性格特点。尤其在观察多胞胎时，初始性格的差异就已经很明显。

有的孩子是文静的，甚至心疼自己的父母，老话说是个仁义的孩子；也有的孩子坐胎时就各种作践母亲，出生后家里灾祸连连，从小就熬人，多事善争且喜哭闹——都是从蛋里出来的，是鸪是鹄大有不同。

当然孩子与父母的关系本就是生命规划里已经确定了的，相生相克相助相杀都是定数，但角色我也不是对此毫无办法，虽说父母只不过是新生儿的公车，可是却有拒载的权力。角色可以选择参与这体验或不去触发相关剧情。

我预见到你弟弟的家庭情况会有一些困难。这不在他的直系家庭中，而在他妻子的家庭中。也许与新房子有关——它的居住者，或者那些与它有紧密联系的人。

约瑟，就你个人而言，你现在确实与三年前大有不同。你的角色我已

经允许你大部分之前被角色抑制的人格面向得到展现与发展。

让角色我信任直觉并无条件地跟随内在热忱行动，不添乱、不抵触，是修行灵性早期最重要的功课。在东方的说“法”里，这被称为无为与无我。当然无为不是不行动，无我也不是失去自我，只是说不添乱就是帮忙，不抵触屏蔽就是协助。

人们喜欢在自己熟悉的领域中讨生活，畏惧挑战自己不擅长的事情，害怕去陌生的地方从头开始。但人格进入世间的目的就是挑战自己的短板、补足自己的缺陷、经历那些能让自己成长的经历。在这里这个关键点上，角色我和内我是有利益冲突的。如果不能有效地、良好地把多重自我间的利益统合，那就需要学会放弃一些角色我的在意，好让本真初心得以顺利发展。

这种在意一般是基于角色我对人生蓝图的无知，基于对陌生领域的恐惧，基于对当前安稳的眷恋。

现在，关于波士顿的前世，我们来补充一些细节。今晚，我会尝试回答一些问题，并提供一些关于转世的资料——这是你们感兴趣的内容。当然，我们会按照自己的方式进行。很多时候，看似无关的几句话，之后可能会被证明是相关的。而在其他情况下，这些看似无关的信息，则是为了让我可以巧妙地插入一些具体的内容，而不会引起鲁柏的警觉，并拦截我的信息表达。

（珍的眼睛现在第一次睁开。根据赛斯的说法，我们两个曾在南北战争前的波士顿生活过，那时我们的性别和现在相同。）

与波士顿有关，有一条街，我相信叫做格兰特 Grant，或者有一座建筑叫做格兰特大楼或住宅，用作与教堂相关的用途，也许是牧师的住所。

这座建筑现在已经不存在了，但也许有记录可以证明它曾经存在。你的左眼当时有些问题。鲁柏担心这条信息可能有扭曲，因为卡拉汉小姐的眼睛也不好，但这些信息是没有问题的。（卡拉汉小姐是我们公寓楼里的一位年长的未婚女士。参见卷一。）

地址的数字中有两个 5。还有一个与 1632 年有关的日期，但具体含义我不太清楚，也许我们以后可以澄清。（长时间的停顿）

一个叫盖罗（Gaylor）的家族与这座教堂有关。我相信这个家族很富有，并且他们被埋葬在附近。有一个叫萨拉（Sarah）的人和一个叫奥斯卡（Oscar）的人。

罗在 16 世纪时，也是男性肉身，曾在美国波士顿当过牧师，并与一对姐妹同时有染。那时的鲁柏也同样坐远洋海轮到了美国，轮船在海上还发生过船底漏水，这给鲁柏留下深刻的印象。

值得注意的是，在近乎相同的年代里，鲁柏与约瑟还和赛斯位于北欧，做香料生意，俩人的关系当时是父子。

所以可见，人格进入时代剧，可以重复开启使用相同的年代背景，展开不一样的人生故事。与此很像的还有药品商朋友：在相同的年代里，他又在瑞士倒卖春药，又在美国西部做拓荒者的妻子。

如果一个时代可以被一遍遍地重启，让人格多次地体验不同的人生体

验，那时代中的整个社会与世界，难道都要跟着生生死死吗？满天的星辰日月也能一次次地被重置吗？如果答案是肯定的，并且真的可以，那这个世界与世界上的所谓其他人，还有漫天的日月繁星，哪个与真实有关呢？

如果“历史的前进，从来不以个人的意志为转移”这句话是错的，那么事实又是什么呢？

你可以休息一下，然后我们继续。

（9:28 休息。珍像往常一样解离。她开始时的语速和平时差不多，但当谈到转世的信息时，语速放慢了很多。她的眼睛在传递过程中只短暂睁开了两次，大部分时间里坐着，一只手放在脸上。9:36 继续。）

细雨社 www.xiyushe.org

请记住“note”这个词，它与鲁柏在那一世的名字有联系，我们稍后会再回来谈这个话题。

还有格林纳尔迪——

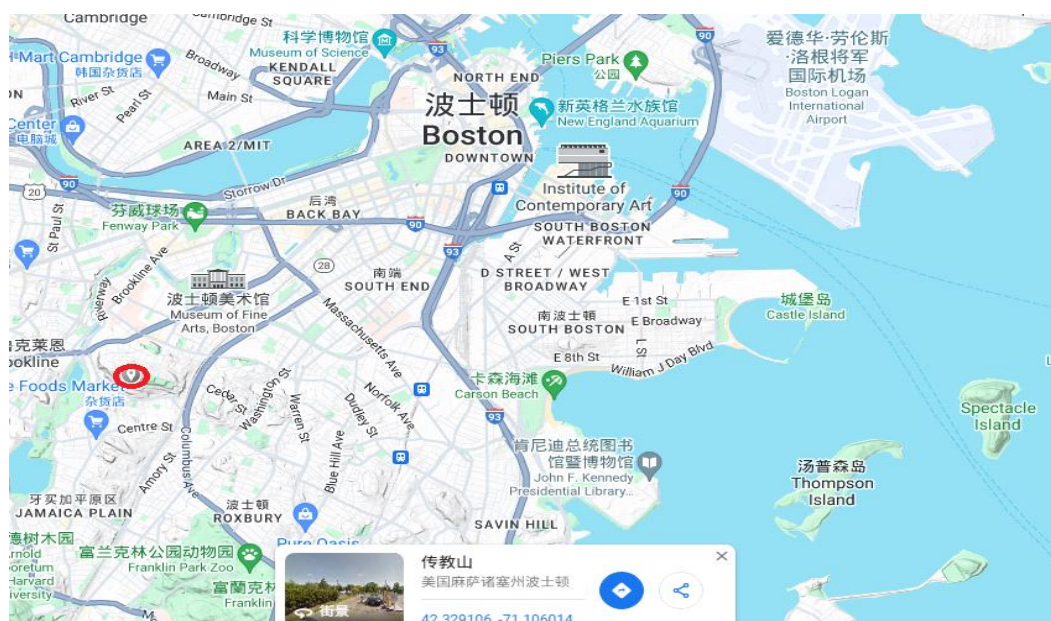
（“格林纳尔迪？”我拼出这个名字。）

G-r-a-n-o-l-d-y。它与圣安布罗斯教堂（St. Ambrose Church）和这座教堂的记录有关，这些记录被存放在地下室的保险库里。（长时间的停顿。）

后来，过了很久，一条轨道建在了教堂附近的土地上。在以后的年代里，你居住的房子前厅被改造成了一间理发店，时间大约是在 1870 年至 1890 年之间。再后来，这里变成了一家服装店，然后是一家餐

厅，随着街区逐渐衰败，最终所有建筑都被新建筑取代。你当时体型较胖。教堂靠近水边，偶尔会有水手来这里拜访。（多次停顿，有些停顿很长。珍闭着眼睛，显得很不安。）

在此之前，这片区域更加优雅，那时船只停靠在更靠北的地方。随着航运的发展，码头向南扩展到靠近教堂的区域。



请给我们一点时间。（长时间的停顿，珍踢掉了她的鞋。）

教堂后面有一座小山。不高，但包含了几条街道。在西北方向有一座灯塔。几个小村庄后来并入了波士顿，其中一个在西北，另一个在西南，大约在 1830 年时，它们之间由田地隔开。

还有另一个在正西方向的小镇，或者一个以字母“A”开头的地区，比前两个定居点更远。你搬到这里生活了一段时间，然后又搬回波士顿。

在那个地方你并不是牧师，而是从事木材工作。回到波士顿后，你继续担任同一教派的牧师，但是在另一座教堂。这后一座教堂的位置在

社会地位上相较之前更好，但即便如此，你也没有真正进入上流社会圈子。当时城市北部区域是最精英的地区。

关于鲁柏名字的那个词，我想要的不是“note”，而是“诺斯特拉（Nostra）”，N-o-s-t-r-a。这是她名字的一部分：诺斯特修斯（Nostratious）。埃尔莫（Elmo）——

（“埃尔莫？”）

——埃尔莫是姓氏，还有一个职业名称也被使用过。

我建议我们稍作休息，然后继续。

（9:58 休息。珍意识到自己非常不安。她说，在较长的停顿中，她感到赛斯试图从早期的注解信息中找到“诺斯特修斯”（Nostratious）的名字。我们觉得“诺斯特修斯·埃尔莫”（Nostratious Elmo）是一个非常奇怪的名字。在早前的一节课程中，赛斯告诉我们，珍在波士顿的那一世是一名灵媒，并且滥用了自己的能力。这可能解释了上面提到的职业名字。参见卷一。

Y6-2-257.2 (D61、E52)

现在是第 61 次伊斯博士实验的时间。10:09 继续。)

现在，请给我们一点时间，来进行我们的伊斯博士资料。

一个转折，或者说与伊斯博士有关的计划变更。一个明确场合的日期调整。这可能与某个夏季事件有关。我们很快会给出一个物体。

一封信，涉及一件令人反感的事情。这封信可能是写给或者来自另一

个男人的，或许这个人五十多岁，住在这个国家的另一个地区。伊斯博士要么写了这封信，要么收到了这封信。

这两个男人之间的联系可以追溯到几十年前。可能与首字母“M”或“N”有关。有眼镜和某种胡须的特征。

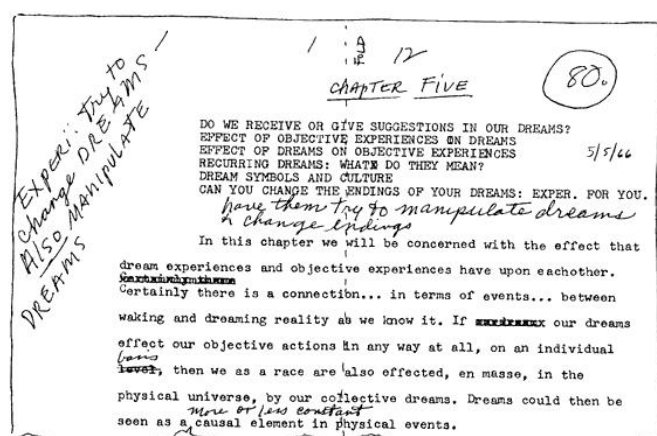
目标物像一条链子。一条纤细的银色链子。它被放在一个盒子里，盒子里还有几张纸条和照片。或者，盒子本身被放在纸条和照片旁边。这条链子是由一位女性佩戴的。

此刻，伊斯博士有几种行动方向可以选择。我指的是这一大致的时间段，而不是此刻。他正处于试图为未来和自身境况做出重大决定的时期。

他被提供了几个机会或选择。问题不是选择太少，而是几乎太多了。

另外，与首字母“P G”或“P C”相关的内容，以及一个透支账户。还有两个没有按时送达的包裹。伊斯博士没有拿着那条作为我们实验目标物的链子，但他看着佩戴这条链子的女人。

你有信封给我吗？



（“有。”这节课进行了第 52 次信封实验。实验物品是珍谈梦的一页手稿。这页手稿是在 5 月 5 日被珍扔掉的。她并不知道，我从垃圾桶里把它捡了出来。手稿打印在黄色纸张上，带有她的手写标注，背面是空白的。我像往常一样用两块硬纸板和两个信封封装好，作为实验的准备。

10:18，珍闭着眼睛从我手中接过了信封。她将信封短暂地按在额头上，然后放到嘴唇上，随后恢复了之前的姿势，低头，用一只手撑着脸。）

给我们一点时间。以下是意相。

一个框架，似乎是木制的，带有像杆子一样的细线。贫血。

数字 8。贫血这个信息让鲁柏联想到海尔格·安德森，或者与艺术家或艺术作品有关的联系。

一张便条。四月。一项未完成的仪式。紫色，可能还带有黄色，与此相关。与某只动物的联系。某种扰动的感觉。

这里浮现出“不圣洁的联盟”这几个词。一个选择，或者某种可以供选择的事物。星形图案。

另一个意象：一个圆形物体，有放射状延伸的轮辐，但这些轮辐相当明显。与我们相关。

还有一些标记和日期的联系，也可能与一匹马有关。这种联系较远。方格图案，也许与某种游戏有关。一个小圆形的印记，像邮戳。红色或蓝色。

另一个意象：一个高高的凸起边缘，类似于屋顶边缘，或者一个可以

向下俯瞰远方的瞭望台。

与四个人有关，其中一个看起来有些不修边幅，相较而言更不整洁。
数字 14。

我建议你们休息一下，除非你们有问题。还有一个小屏幕的意象。

（“你能多说一点关于‘一项未完成的仪式’吗？”）

某种尚未完成但已经开始的事情。

我建议你们先休息一下。

（10:29 休息。在两次实验中珍都闭着眼睛。我感觉她不太希望我提问。
尤其是在休息前。当我稍作犹豫时，她直接提出休息。

实际上，这次休息就标志着本节课的结束，但珍直到我们自己整理完
这些信息后才正式宣布课程结束。我们自己分析了意象之间的联系，
并没有请赛斯回来帮助解读。

我们找到许多相关联的信息点。另外，相同的实验物品在下一节第 258
节中再次被使用了。有趣的是，赛斯在两次实验中都捕捉到了一些相
同的意象。这些一致的点将在第 258 节中注明。

如图所示，这是珍正在写的关于梦的书的第五章第一页的上半部分。
这是初稿，珍本来已经丢掉了，被我捡了回来。写在黄色纸张上，纸
上的手写标注使用了与复印件上相同颜色的墨水。我在发现这张纸的
当天，用铅笔在它上面写下了日期，在封装进双层信封前，这张纸曾
被折叠过一次。背面为空白。

“一个框架，似乎是木制的，带有像杆子一样的细线。”我们认为这个信息与后面提到的“高高的凸起边缘”的信息相互印证，指的是我的工作室——目标物的那页手稿就是在这里写成的。

珍每天早晨都会在我外出工作时使用这个工作室。她的桌子正对着一排五扇又高又窄的窗户，窗格很小。工作室实际上是一个位于二楼的封闭式阳台，后来改造成了可以全年使用的工作空间。

当珍坐在桌子前时，她可以俯瞰后院的草坪。这是一片高处的美景。在她左边是我们楼下公寓的厨房屋顶，但它位于侧面，不会阻挡视线。我们认为赛斯提到的“框架”是指木制窗框，而“带有像杆子一样的细线”指的是支撑玻璃窗格的窄木框架——每扇窗户由八个小窗格组成。

“贫血。”赛斯在稍后又提到了这个参考。

“数字 8。”目标物右上角有一个被圈出的页码“8”，但我们不确定这是否是赛斯提到的内容。

“贫血这个信息让鲁柏联想到海尔格·安德森，或者与艺术家或艺术作品有关的联系。”珍认为赛斯在这里试图让她指出这个目标物与某种艺术努力有关，也就是她的梦书。海尔格·安德森是珍的一个好朋友，患有贫血。她是雕塑家恩弗雷德·安德森的妻子，而恩弗雷德曾是珍兼职工作的艺术画廊的主任。与这个目标物相关的第五章中，珍引用了恩弗雷德的一个梦来阐述某个观点。

“一张便条。”赛斯可能指的是折叠的目标物本身就像一张便条，也可能是珍在目标物上所做的手写标记。

“四月。”我在目标物上用铅笔标注了日期：1966 年 5 月 5 日。珍说她在四月初写下了这一页手稿，并在一个月后扔掉了它，这才让它成为此次实验的目标物。在下一节课程中，赛斯告诉我们，珍是在 4 月 7 日写下的这页手稿。

“一项未完成的仪式。”目标物是梦书第五章第一页的初稿的上半部分，因此它可能象征某个已经开始但尚未完成的事物。这一信息也可以扩展解读：未完成可能指第五章整个初稿，或者整本梦书。此外，这个“开始”可能与书中建议读者尝试的实验有关，就像标题中提到的那样。珍认为，这条信息指的就是尚未完成的梦书本身。

“紫色。”珍推测赛斯提到的紫色可能与她的一件紫色毛衣有关。这件毛衣是她母亲为她织的，珍通常在早晨工作室较冷时穿着它。她没有在工作室穿过其他毛衣，而且这件毛衣过于宽大，不适合外出穿。珍不确定她在写下目标物那天是否穿了这件毛衣。

“可能还带有黄色。”目标物是写在黄色纸张上的。

“与某只动物的联系。”奇怪的是，珍的梦书第五章中确实多次提到了动物。在章节的开头，珍用到了“马前面的马车”这个短语，而赛斯稍后也提到了马。章节中的一个标题是“梦的符号与文化”。在讨论这一主题时，珍提到火如何帮助原始人“驱赶野兽”等等。

“这里浮现出‘不圣洁的联盟’这几个词。”第五章的内容围绕着梦境与清醒生活之间的紧密联系展开。我们能够理解其中“联盟”的含义，但“unholy”（不圣洁）这个词似乎没有特别明确的指向。赛斯可能是在开玩笑，也可能是信息在传递过程中产生了轻微的扭曲。我当

时的笔记中并未记录珍的表达方式有任何异常。

“一个选择，或者某种可以供选择的事物。”这可能指的是第五章中提到的六个小标题。

“星形图案。一个圆形物体，有放射状延伸的轮辐，但这些轮辐相当明显。”珍在阅读赛斯的这条信息后，立即想到了一个图表。这张图在梦书第五章初稿第 112 页的背面。珍认为她很可能在打字当天画了这个图表，而那天她还打了第 80 页，这一页最终被作为信封实验的目标物。幸运的是，第 112 页被用于第五章的最终版本，因此没有被丢弃。珍说她以前从未画过类似的图表，这张图是她为了更清楚地理解关于“整体自我”以及清醒与梦境状态的一些观点而制作的。图表下面有许多手写的注释。珍在课程结束后立刻找到了这张图，并表示这是她为梦书画的唯一一张图表。

“某种扰动的感觉。”这一信息应包括在“与动物的联系”的解释之后，但我们无法找到明确的联系。

“一些标记和日期。”标记可能指的是目标物上的打字内容，也可能是珍用钢笔添加的注释和修改。此外，我在找到目标物当天，用铅笔在上面写下了日期：1966 年 5 月 5 日。

“可能与一匹马有关。”请参见关于“与动物的联系”的解释。在第五章的开头部分（即目标物的出处），珍使用了短语“在马前面的马车”。

“方格图案，也许与某种游戏有关。”游戏在梦书第五章中占据重要位置。为了解释章节中的一些观点，珍提到了她小时候经常做的一个

反复出现的梦。这些梦涉及她小时候在纽约萨拉托加温泉城学校对面的大操场。在清醒生活中，这个操场上有很多种游戏可以玩。而在梦中，珍不断在操场上一个本没有游戏的区域创造出一系列游戏。虽然梦中还有其他内容，但这些已经足以证明与“游戏”的联系。

“一个小圆形的印记，像邮戳。”在目标物的右上角有一个被圈起来的页码，大致位于信封邮戳的位置。

“红色或蓝色。”我不确定，但在从赛斯那里获取信息时，我想知道这是否与邮戳的信息有关。有时很难判断。然而，在笔记中，我在“邮戳”一词后加了一个句号，因此将红色和蓝色视为单独的内容。珍用深蓝色或灰色的笔在物体上做了笔记，给人一种深蓝色的印象。她说她觉得红色或蓝色可能是指她在校对手稿时使用的两种不同颜色的笔——红色和蓝色；但我们对此并不完全确定。

“一个高高的凸起边缘，类似于屋顶边缘，或者一个可以向下俯瞰远方的瞭望台。”如前所述，珍坐在桌前，从窗户可以很好地看到后院和街道。她“俯视”着草坪、鲜花等景色，而她左边是楼下公寓的门廊屋顶，不会阻挡视线。

“与四个人有关，其中一个看起来有些不修边幅。”我想问赛斯关于这一信息的问题，但没有机会。物体是关于梦书第五章第一页的一部分。在第五章中，珍专门讨论了由四个人提供的梦境，这四个人分别是珍、我、比尔·加拉格和我们的房东玛丽安。

珍认为“看起来有些不修边幅”一词可能是指她自己。见与“游戏相关”信息解释中提到的重复出现的童年操场梦。这些梦境在珍的童年

时期持续了几年，对她产生了深远的影响。自从我认识她以来，她经常谈起这个梦。在梦中，珍在操场上的一个区域中构建了一系列游戏设施，包括秋千和攀爬架，而在现实生活中，该区域并没有这些设施。在做完这些梦的早晨，珍会匆忙去操场查看是否真的出现了这些设施。结果发现没有。然后她不得不匆忙赶往学校；大多数情况下，她都会迟到，气喘吁吁，头发乱糟糟的。她对此记忆犹新。

“十四。”我们推测：除了第五章的章节标题外，我们暂时找不到其他相关联的内容。物体上包括章节标题在内共有十四行文字，因此可能与此有关。

“还有一个小屏幕。”珍花了两天才意识到这条信息的含义，当她意识到时，这一画面非常清晰。在课程结束时，她曾提到自己在给出信封信息时没有看到任何画面。几天后，她想起当时确实有一个心理画面——一个小型电视屏幕，而且画面非常清晰。这些视觉联想有时很难即时回忆，尤其是在没有提前准备的情况下。珍也有其他几次类似经历，课程结束后的一段时间内才回想起相关的心理画面。

电视屏幕会出现在信息中，是因为珍在梦书第五章开头几页中使用了一个类比，涉及到电视屏幕。她在两页内容中多次提到这一类比。不过，这个类比并没有出现在作为实验物体的半页书稿中，而是出现在同一张纸的下半部分——但这部分并非梦书第五章初稿的一部分。实际上，它出现在第二稿中；珍在重写第五章时插入了这个电视屏幕的类比，以更好地阐明某些观点。

课程结束两天后，珍正在阅读梦书第五章的第二稿。当她看到电视屏幕的类比时，立刻明白了赛斯关于“小屏幕”的信息——特别是当她

回想起自己在提供信封信息时，确实有一个清晰的电视屏幕的画面。如果她没有重新阅读书稿，这部分信息可能就会被遗漏。

“某种尚未完成但已经开始的事情。”我只向赛斯提出了一个问题，要求他详细说明“一项未完成的仪式”。珍认为这条信息指的是她已经开始撰写梦书，但尚未完成这一事实。)

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-257.3

第 257 节 浓缩提要

所有生命和存在的基础可以宽泛地称为直觉。显然，角色我的思维逻辑判断并不是生命存在的必要条件。

正如你们所知，所有的存在都发生在当下。你们所谓的过去的转世实际上当下正在发生。你们只是为角色我发明了一个有连续时间系统的伪装层作为供角色经历线性感知的工具，而这种线性因果它只在你们当前这个层次上运作，与真实可说是毫无关系。

用你们的话来说，我并不会梦见鲁柏，因为我根本不像你们那样做梦。我会有意识地转移自己的注意力焦点，可以这么说，我进入不同的意识状态，就像你们从一个国家移动到另一个国家一样。我可以带着自己的所有部分进入某个特定的意识状态，因此，我可以拜访你们，但这并不符合你们所理解的“梦见某人”的概念。

此外，鲁柏在他的想象中并没有赋予我一个特定的物理形象，而你们的梦境通常涉及视觉影像，因此，他不会以你们通常的方式在梦中见到我。

鲁柏在某些情况下会在梦中与我联系，但角色珍自己对此并不知道。我们只是互相交谈，但珍醒来后并不会记得在梦宇宙内的鲁柏说了什么。当然，在其它层面上的鲁柏，他能够觉察到这些交流并记得这些对话。

约瑟，你也曾在这种方式下与我沟通过，为了你的理解与学习。你可以试着暗示自己，让自己记住这些对话，那么你或许能在一定程度上

做到对这些发生在梦宇宙里的交流保留住一点记忆。但前提是你已经学会记梦这一能力。

我有一些有趣但不那么重要的话题想谈谈。

罗二弟的妻子前世曾是一个面包师的女儿，故而保留了过度饮食的习惯。这种习惯被带入此生成为她的固有习气。

罗的母亲很清楚，她的男孩们已经长大了，她现在常通过向孩子们寻求各种帮助来维持她作为母亲的身份认同，因为成年的孩子们不再需要她的帮助。现在，她的这种寻求帮助的行为，代表了一种她想要确认还被爱着的需要，她想不断地验证孩子们是否觉得自己是个好母亲，孩子们是否仍然非常尊重她。

细雨社 www.xiyushe.org
每一次当孩子们同意来帮助她时，她就会对自己说：“如果他们不爱我，他们就不会帮助我。”

与此同时，她也不断试探自己的丈夫，也就是你们的父亲，是否还爱她，于是在向孩子们提出求助后也向丈夫提出各种帮助的诉求。可当孩子们或丈夫给了她必要的帮助时，她又会以这些为理由去苛责家人哪里做得还不能让她满意。这是一种报复，你的母亲，她认为自己的一生总是低人一等，孩子多，丈夫无能，自己的所有委屈与不幸压抑成愤恨，现在终于处于一个更强势的位置，要宣泄刁难这些爱自己的人。

我预见到你弟弟的家庭情况会有一些困难。不在他的直系家庭中，而在他的妻子的家庭中。也许与新房子有关——它的居住者，或者那些与

它有紧密联系的人。

约瑟，就你个人而言，你现在确实与三年前大有不同。你的角色我已经允许你大部分之前被角色抑制的人格面向得到展现与发展。

关于你们在波士顿的那一世，我们来补充一些细节。

今晚，我会试着回答一些问题，并提供一些关于转世的资料——这是你们感兴趣的内容。当然，我们会按照自己的方式进行。很多时候，看似无关的几句话，之后可能会被证明是相关的。而在其他情况下，这些看似无关的信息，则是为了让我可以巧妙地插入一些具体的内容，而不会引起鲁柏的警觉，并拦截我的信息表达。

（根据赛斯的说法，我们两个在南北战争前曾在波士顿生活过，那时我们的性别和现在相同。）

在波士顿有条街叫“格兰特”，或许这与那里的“格兰特大楼”有关，那大房子用作与教堂相关的用途，也许是牧师的住所。

这座建筑现在已经不存在了，但也许有记录可以证明它的存在。你的左眼当时有些问题。鲁柏担心这条信息可能有扭曲，因为卡拉汉小姐的眼睛也不好，但这些信息是没有问题的。

地址的数字中有两个 5。与 1632 年的日期有关，但具体含义我不太清楚。也许我们以后可以澄清。一个叫盖罗的家族与这座教堂有联系。我相信这个家族很富有，他们被埋在附近。有一个叫萨拉的人和一个叫奥斯卡的人。

请记住“note”这个词，它与鲁柏在那一世中的名字有联系，我们将

回来再说这个。

还有格林纳尔迪，与圣安布罗斯教堂有关。教堂记录保存在地下室的保险库里。很久后，教堂附近建造了一条铁路。后来你住的房子的前厅改成了理发店。大约是 1870 到 1890 年间。

再后来，这里变成了一家服装店，然后是一家餐厅，随着街区逐渐衰败，最终所有建筑都被新建筑取代。你当时比较胖。教堂靠近水边，偶尔会有水手来拜访。

在这之前，这片区域更加优雅，那时船只停靠在更靠北的地方。随着航运的发展，码头向南扩展到了教堂附近的区域。

教堂后面有一个小山。不高，但包含几条街道。在西北方向有一座灯塔。几个小村庄后来成为了波士顿的一部分，其中一个在西北，另一个在西南，大约 1830 年时，它们之间被田地隔开。

还有另一个城镇在正西方向，或者是一个名字以 A 开头的地区，比其他两个定居点更远。你们搬到这里生活了一段时间，然后又搬回波士顿。

在那个地方你并不是牧师，而是从事木材工作。回到波士顿后，你继续担任同一个教派的牧师，只是换了一个教堂。这后一座教堂的位置在社会地位上相较之前更好，但即便如此，你也没有真正进入上流社会圈子。当时的社会名流都生活在城市的北部区域。

诺斯特修斯·埃尔莫（Nostratious Elmo）是鲁柏上一世使用过的角色名。

Y6-2-258.1

第 258 节 探索多维实相：维度、片刻点与人格结构，伊斯 遥视 62，信封透视 53：连续使用相同物体

1966 年 5 月 11 日 星期三 晚 9 点 常规课

（以下是珍在 1966 年 5 月 10 日星期二做的一个梦的记录：

“整个梦都是以图像形式呈现的。我看到了宇宙……或者说整个实相，一个充满无限螺旋和星辰的深邃空间。有人告诉我？还是我自己就知道……我们关于实相的许多重要信念完全是错误的。这是一个启示性的梦，只不过现在我已经记不清更多的细节了。也许是有人在向我展示这一切？但我不确定。”

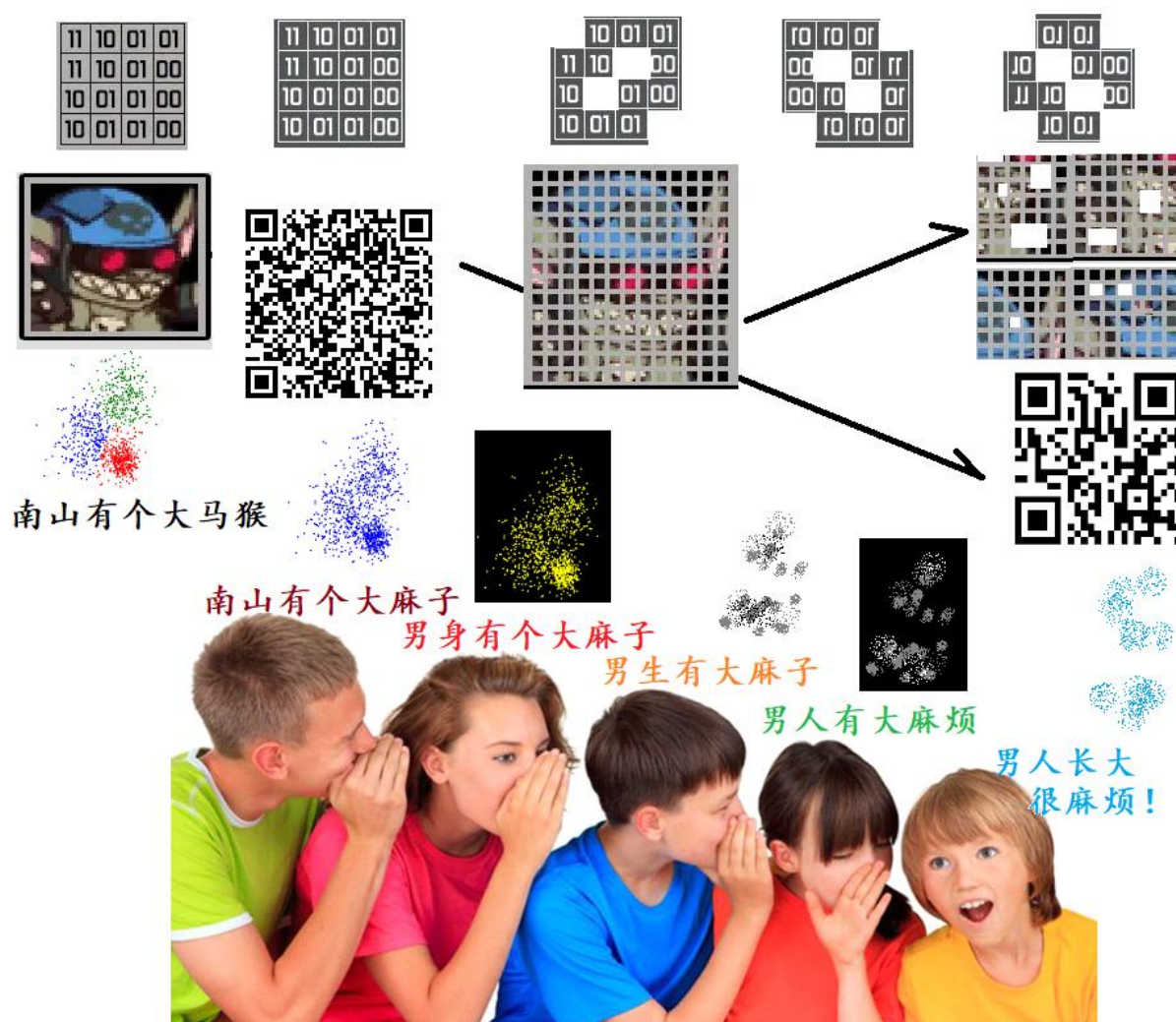


这节课仍然在我们的前厅进行。珍坐着开始讲话，一只手举在闭着的眼睛前。她的语速缓慢，并且经常停顿，有些停顿时间较长，声音很轻。）

晚上好。

首先,我要讨论鲁柏的梦。这个梦包含了一些无法用言语表达的启示。

这些信息是通过内在感官感知到的,尽管鲁柏在显意识层面并未察觉到梦的重要性,但内在自我已经吸收了其中的知识。他很可能会在短时间内再经历几次类似的梦境。



见图：信息降维中的扭曲

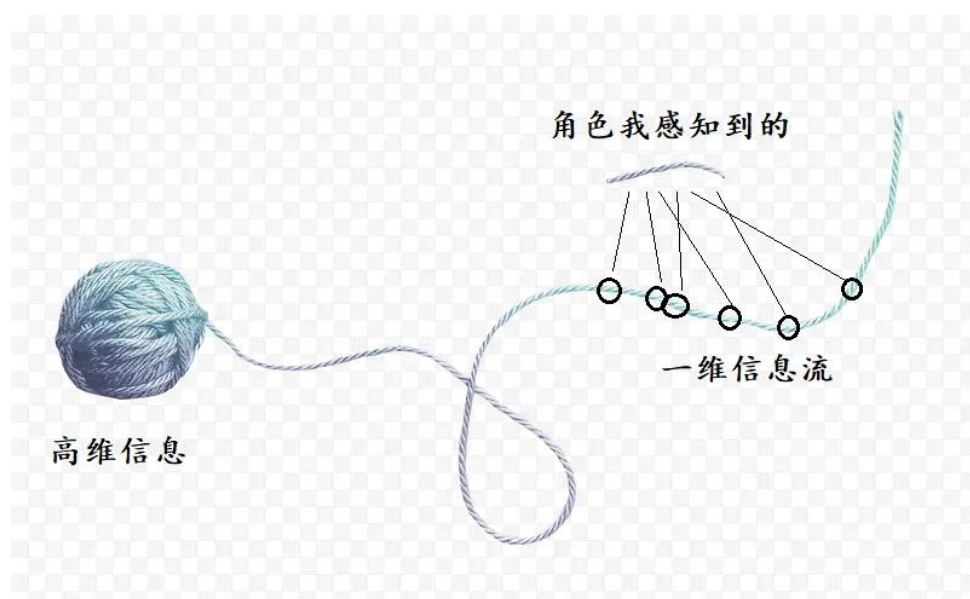
信息在降维传递的过程中,每次降维都会带来因信息遗失而导致的扭曲。

就好像经常有人来请我帮助解梦,可哪怕一个十分钟的梦境内容,其

实也有将近 10G 的信息流，可是复述者能写出来的梦信息，一般不到 200K 字节。这意味着绝大多数内在信息在记忆、转述过程中，被遗失与滤过了。而这种信息的遗漏让解读难免会产生问题。

信息扭曲在降维传递过程中是难免的，这就好像让孩子 A 去看两小时的电影，回来后写成千字文，分享给 B 小朋友看。不难想象，当 B 向 C 描述 A 看过的电影时，C 脑海中脑补的画面与 A 看到的影片会有多大的不同。

信息在高维中以同时性的状态多维地纠缠在一起构成不规则的立体结构，而在降维过程中，这一立体结构被切片传递并解读；而在进入一维线性时间架构时，这片状的信息层又被剥丝抽茧般地转化为单一线性信息流；而角色我因对信息处理密度的能力有自身的上限，所以在单位时间内，只能对接收到的信息采取随机抽取的方式，留意到其中的千分之一，并用这千分之一的、无序的杂乱的拼图，尝试构建还原出信息的全然真相。



上图文字：高维信息；角色我感知到的一维信息流

角色我无论如何也无法用逻辑脑去处理高维信息，因为单位时间内的算力不够。修行灵性觉知力的过程，不是把角色我改装成超级计算机的过程，而正好相反：是通过简配实现低功耗上网，把所有的数据存储与访问、运算和编辑，都在云端服务器里完成，自己这边只负责输入指令、查看结果就好了。

而若想没有扭曲地与内在自我交流，最好的方式就是梦。所以记梦与解梦，是最快速可靠的心灵修炼方式。一般僧侣要禅修数十年或几世的内观觉受功夫，在用心连续练习记梦与解梦之后，半年到一年就可以做到了。

在我们的课件中，我插入了大量精心准备的图片，因为图片比文字传递的意境更准确，但很多只听书的朋友，会忽略这些图片，导致意识不到很多我们传递出的信息。这就是一个信息降维过程中遗失信息的例子。

确实，当使用语言表达时，真相永远无法完全不受扭曲地呈现，因为语言本身往往既遮蔽又揭示。（长时间停顿；珍显得很不安。）

我相信这个梦属于一个由三个梦组成的系列中的第一部分，另外两个梦还未显现。他同时还进行了某种星光投射（astral travel）。这并不罕见，因为内在自我在身体入睡时经常会离开肉身。

就好像我们要看一部长达几个小时的电影，你会利用每天下班后的时间看一个小时，如此连续一周，看完整部影片。内在人格在角色清醒时要用心经营角色，所以只有当角色睡眠时，才能有机会忙自己的事。

比如和其它演员交流明天的剧情，比如学些东西，比如去四处逛逛。每个人格都有自己比较感兴趣的事情，如果在现实中因种种原因无法实现的话，那就会利用梦时间去设法完成体验。

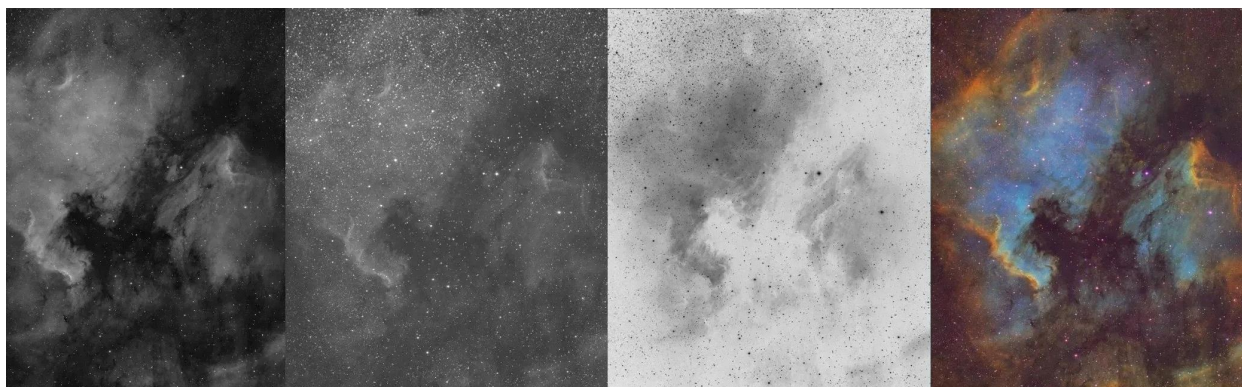
梦时间也是人格在梦大学中上课与见习的时段，人物会在夜里去学习和参加“小品”类模拟考，而在白天经历相关的实践——毕竟知道不等于懂了，明白和能做到还有差距，能做到与自然流露是不同的。

有些人确实看似能做到也在做，但装伪善其实是很辛苦的。全靠想要上天堂、想要下次投胎成首富这样的心愿支撑着的善良很功利，这类的伪善对神魂成长其实毫无功德可言。

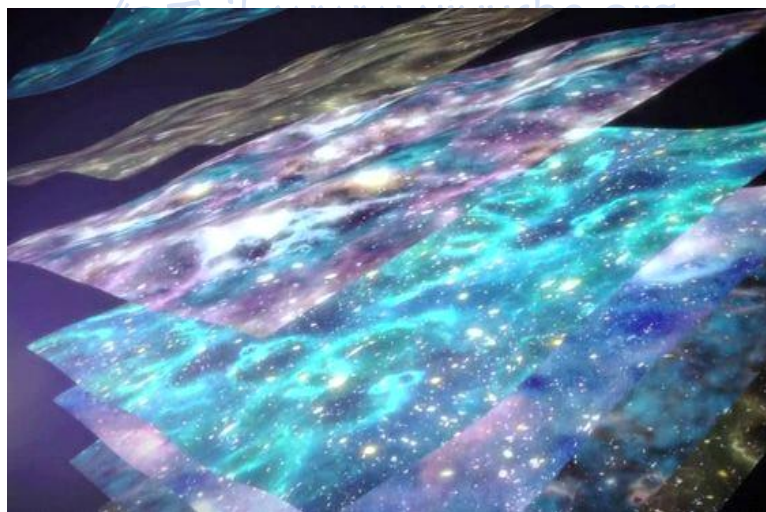
鲁柏唯一能记得的，是他在梦中得知人类最珍视的许多关于实相的观念其实完全错误。他被展示了一幅多维度的实相示意图，该示意图是从“广袤的当下”角度呈现的，并且以代表不同维度点的特质来表达。

例如，在这幅图中，每一颗星星都代表另一个系统中的一个“片刻点”（moment point）。从你们的视角来看，它在你们的系统中以物质的形式存在，并且确实以物质的形态显现。然而，在另一个系统中，它却完全不同。你们看到的只是它在伪装实相中的很小一部分。因此，现在我要告诉你们，你们观察到的“你们的”宇宙中的各种星球和天体，它们确实只存在于你们自己显化的系统中。

每个人都只活在自己的伪装实相里，每个人看到的星空都是不一样的，那些星星的亮度、色彩、大小甚至位置，在每个人的眼里都有差异，但我们都协议默认大家看到的是同一片星空，在谈论同一片星海。



角色我能感知到的全部，只有被物质化后的投影，由于肉身感知系统的性质限定了可感物的种类，角色我的感官会自动将所有获得的电磁波信息转化为大脑可理解的物质模式。这些你观察到的物质，它们显然确实有现实的存在，然而，它们在其他系统中，这些被你们认为是天体的能量光，在其它位面上看起来是完全不同的东西，这一点你要知道。



你们所称的“维度”，其实是意识感知实相的不同状态。你们以三维方式感知实相，并偶尔能窥见第四维的部分实相。然而，实相在各个方向上存在着许多不同的维度。这些天体在其他系统中代表着“片刻点”（moment points）。但当它们投射到你们的系统中时，你们只能以物质的形式感知它们。

（关于“片刻点”的内容，参见第 149-152 节；关于类星体（quasars）的相关内容，参见第 246-250 节以及第 254 节。）

我们的天文科学家已经明确地知道，我们的宇宙是一层薄膜，所有的算法都证明，我们的星球与星系是依附在这层薄膜上的，但这事实又与我们观察到的三维宇宙并不匹配，所以导致一直怎么也想不明白：为什么宇宙是二维的，而我们感知到的却是三维的。

就好像你明确地知道，你家的电视屏是二维的，但一旦进入观影体验就看到了三维画面。明明每个人都只看到了自己眼中的实相，却相互默认一同经历了相同的人生互动体验。



现在，我要进一步告诉你们，这些所谓的维度，仅代表意识的不同能力。所有维度同时存在，甚至在你们的系统内也是如此，但你们的意识无法直接感知它们。因此，你们必须用自己的方式去诠释它们。你们创造了自己所处的实相系统。例如，那些天体在其他系统中确实是“片刻点”。如果你们的意识足够扩展，你们也能以同样的方式感知它们。

因此，更容易的说法是：当它们投射到你们的系统中时，它们“呈现”为物质。然而，这并不完全准确。实际上，唯一区隔这些维度的，只是不同阶段的意识状态，但这种分隔依然是极其有效的。

之前我们说过信息在降维传递的过程中，扭曲是无法避免的，所以如果想获得与了解世界的本质与本真，我们需要通过与内我的意识融合来了知在它背后隐藏着的实相——那些无法通过语言或影像传递给角色脑的多维信息。这些真相可被发现、可被观察、可被理解，但任谁也无法把它们全然地传递给普世大众，因为一说就错，语言的阐述有自己的局限性——当你说什么是的时候，人们就会误以为什么不是；而在多维多元实相中，多样性是其主要表现形式。

这意味着它总是“既是也是”的波粒二象，观察导致坍缩，坍缩后的实相只是实相中的一种极小可能性，它确实是实相，但又不是实相的全然。如果说“这就是我的实相”，你没说错；但如果说“这就是实相”，那你就误导了他人对实相的认知。

我建议你们休息一下。

顺便说一下，在之前关于“片刻点”（moment points）的课程中，我们已经暗示过类似的内容。今晚的资料，就是鲁柏在梦中所接收到的信息。

（9:22 休息。珍像往常一样解离。她的动作明显加快，眼睛经常睁开，甚至点燃了一支香烟，并喝了酒。她说，如果上面的内容确实对应她的梦境信息，她自己在清醒时完全不记得了。我正要问赛斯是谁在梦

中给了珍这些信息时，休息时间到了。9:33 以较慢的速度继续。)

其它实相系统存在于与你们这系统相同的虚拟空间中，但你们无法感知到它们。

但某些系统中的居民却可以感知到你们，这就好像是单反玻璃的两侧。并不是所有这些系统中的居民都能感知到你们这一位面的存在，它们之所以能感知到你们，是因为它们在意识水平上或多或少与你处于同级，而且感知机制也完全不同于那些不能感知到你们的系统居民。

生存人格是存在于与你们的空间相同的虚拟系统中。他们可以感知到你们这一位面，但通常情况下，你们不能感知到他们的存在。然而，他们会超越他们所在的那个系统，就像你透过你所在的系统进入他们的系统一样。借此意识可以逐渐远离自己所处的系统，浏览其它平行位面。



那些作为“片刻点”存在的天体，遵循某些数学原则，尽管你们对数学的理解极其有限。即便以你们现有的数学体系，也只能以特定的方式去构想实相。这一点很难用语言表达，因此我要特别强调：你们的数学，仍然只是涉及了一个极其狭窄的领域。

(珍微笑着，双眼睁得很大，眼神深邃。)

例如，你们可以想象四维立方体，但你们无法想象四维的思维过程。你们无法理解四维的心理结构，更无法用四维的方式思考（微笑）。你们无法运用四维的想象力，明白吗？

从未有人真正考虑过人格结构在四维实相或五维实相中的存在方式，然而，四维或五维人格结构恰恰蕴含着最重要的线索。

现在，你们当然还记得我们之前关于内在感官（inner senses）的资料。请尝试从四维人格结构的角度来思考这些感官……我们有时不得不放慢速度，以便鲁柏能够找到合适的词语。

在每一个更高的维度中，内在自我都会开始掌握更广阔的实相层面。因此，主导人格（primary personality）必须应对更庞杂的感知信息，同时仍然保持自身的身份认同。它会在更多的维度中运作，直到它能够在任意“时间”内同时操控多个自身的小我（ego），却依然维持其内在的稳定性与个体性。

它承担起更多的角色，而随着内在自我对自身的认知愈发坚定，它会允许接纳更多的刺激，同时仍然保持自身的核心完整性。

这部分资料的重要性不亚于我之前给出的任何内容。我们接下来会专注探讨其他维度中的人格结构。

这里需要了解一个知识点：

四维并非时空结构里的长宽高加一维线性时间，而是意识的维度。

零维即点状思维与认知能力，能思考与观察的只有狭义的现在。这种

人不会反思也不计后果，很情绪化。

一维意识是一条线，在认知上，线的左右上下前后，都是二元论的，因此有了是非对错因果等划分。这类人看似原则性强、刚直不阿，但实际上匮乏变通，也无法理解黑白 0/1 间还有无数种渐进的变化。

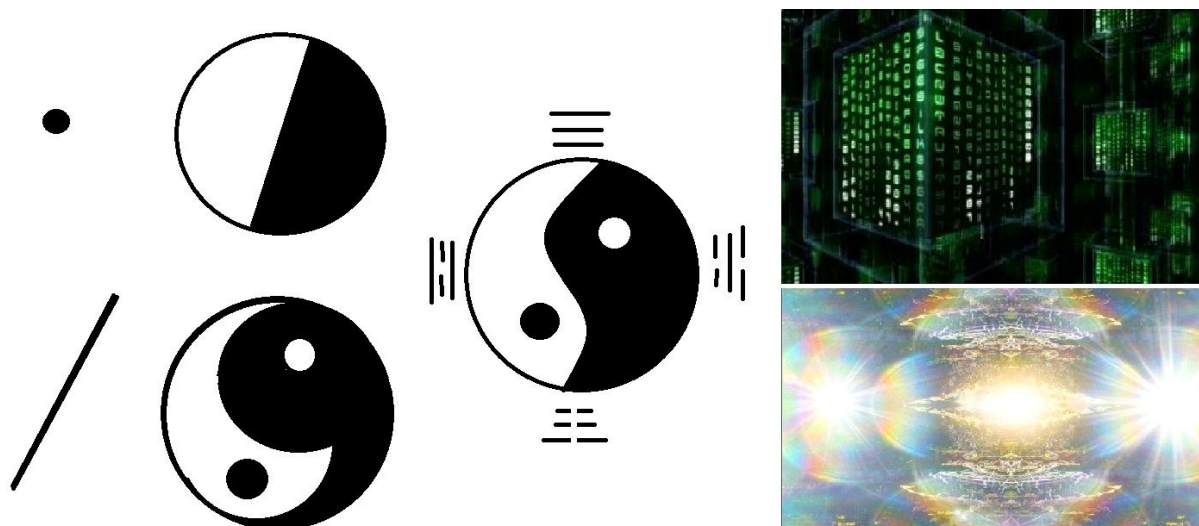
二维意识是一个圈，范围内的可以理解，出圈的事绝对抵触。极度捍卫已知，而对自己无法理解的事物始终保持着成见。所有事情都讲究证据，高度依赖逻辑脑，并为理性逻辑思维能力感到骄傲。

三维意识已经明白，自己可感知的面向只是全然中的一小部分，就好像一本厚厚的书，只能看到其封皮一样。真相是由无数正反面向构成的集合，无数平行实相构成了实相的矩阵，黑中有白，白中有黑，不断轮转，反复变化。唯一可以确定的就是，没有什么是可以确定的。

细雨社 www.xiyushe.org

四维意识已经明白，在看似无常的混沌中，是有一个规则体系在后台运作着的，了解与掌握了这一编码原则，就能看透所有伪装下的脉络起伏。这种认知已经很难用语言形容，其曰大，大曰返，强名之为道。

五维意识超越了混沌的无序，理解了编程的思路原则，在代码层中看着电子矩阵如何透过意识能量生化出无数梦想时空，看着这些时空中一个个梦被反复观摩体验为真。人格们在第五维犹如转机处的旅客，拥拥挤挤地来来去去。



进入**第六维意识**凡所有相皆是虚妄,见诸相非相方知本真,未有来去,亦未有所是所不是。一切所是一切经历都是必然,没有巧合也没有对错,只有行动与经历、反思与实践才能让智慧不断成长并获得自我突破。在这一位阶上的智慧体可以做到随缘法喜,视一切经历、各种可能、所有方式都是全然中的一部分。无所执故无所挂牵,无所是故无所不是。

细雨社 www.xiyushe.org

现在你们可以休息一下。

Y6-2-258.2 (D62、E53)

(9:52 休息。珍依然像往常一样处于解离状态,讲话的节奏再次变得流畅。她的眼睛开始频繁地睁开,说话时语气更有强调,还做了很多手势。

现在到了第 62 次伊斯博士实验的时间。珍讲话时停顿很多,一只手放在她闭着的眼睛上。10:00 继续。)

请稍等。

我们将从“更多”这个单词开始。我不知道它具体指什么。可能是

“更多的某物”，也可能是一个名字，Moore, M-o-o-r-e，或者是指 moor，即沼泽地。（她做了个手势。）这是我们的第一个意相。

一座矿井，或者地下的某个东西。一个洞，地下。这可能跟死亡有关，也可能无关。接着是“四加一”。

现在，我们的物体看起来是圆的，像个陀螺。而且像陀螺一样，可以旋转。我相信它是棕色和白色的，逆时针转动，装在一个小支架上。可能是某种科学装置，我不确定，但它是一个机械设备。

他参加了一场活动，观众很正派，表演结束时还起立鼓掌。然后，还有一个最近的联系——另一个意相，和一个小孩有关。

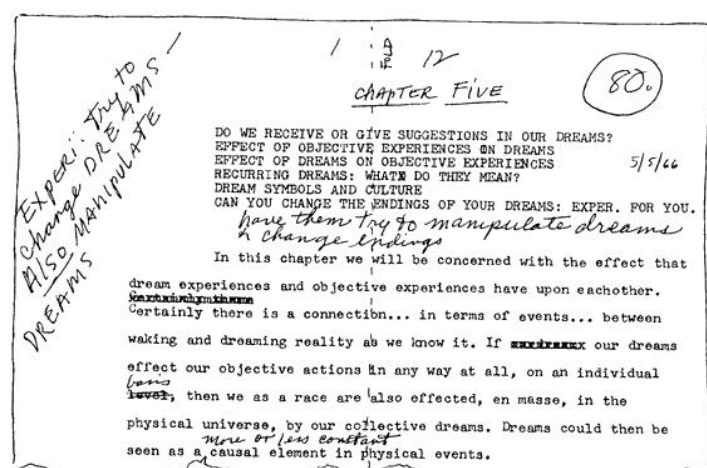
他现在已经做出了一个决定，或者几乎做出了，关于我们上次课里提到的事情。这里似乎和中西部有点关系，或者至少比他目前的位置更靠西。也许是一个住在更西部的人与他的决定有关。

这周他收到一个包裹，和 MA 或者 AM 这两个缩写有关。我不知道这些缩写具体指什么，也许只是说包裹是早上送到的，或者是寄件人的名字。

今天，他的办公室里有两个学生，因为纪律问题被叫到那儿。这里还有一个“G”。

你有实验信封给我吗？

（“有。”这节课进行了第 53 次信封实验。实验对象与上节使用的物体相同。见图以及相关说明，还有我们对赛斯传递的信息的解释。



(上节) 第 52 次信封实验物品：珍谈梦的一页书稿

这是信封实验中首次连续两次使用相同的物品。我很好奇赛斯是否会重复他在上节中给出的意相。事实证明，他确实这样做了，虽然他往往会用新的语言来描述相同的主题或意相。我们认为，两次实验的内容相互补充，彼此增强了有效性。

之前曾有一次类似情况，但实验物品并不完全相同。在第 179 节第 1 次信封实验和第 212 节的第 18 次信封实验中，我们使用了一件相似但不同的物品。在第 1 次实验中，赛斯给出了一个准确的意相。而在第 18 次实验中，虽然获得了一些额外的意相，但实验整体受到了其他因素的干扰，这种干扰在现在的实验中似乎不再发生了。详见第 179 和第 212 节。

珍在 10:08 停顿。她闭着眼睛，从我手中接过我们第 53 次实验的信封，然后用双手将信封按在额头上。她开始用轻声讲话，伴有很多停顿。）

请给我们一些时间。这些只是意相。

与审判或尝试相关的意相。我不确定这里的“审判”是指司法上的审判，还是单纯指某种尝试。

折叠的东西。4。7。与“质量”（mass）相关，或者是一个听起来像“mas-todon”的词。

堆叠的形状。类似游乐场中的攀爬架。

一个边框，可能是黑色的。一些印刷或手写的字句。一个 M，以及与花的联系。运动和重量。

热，或红色。一个日期。40。一声呻吟，或某种生长的事物。一个 L。

你有什么问题吗？

（“关于物体的颜色呢？”）

白色。棕色。深色字母。

（“能描述字母的内容吗？”）

内容？

（“字母所表达的主题，比如它在说什么？”）

与邀请有关，或者可能是某种尝试交流的内容。（珍手里拿着信封，已经放下额头。）给我们一点时间……提到了建筑物，或者有隐含的提及……

（停顿，但我没有等太久。“能再说说 mas-todon 吗？”）

……写给某位女性，或者来自某位女性。（停顿。）不，我不能再多说了。

（“你能试着说出这个物体的具体内容吗？”）

两面都不是空白的。长方形的，带有边框。

（“那你提到的 4 和 7 是什么意思？”）

我建议你休息一下。

（10:20 休息。珍说在实验过程中她完全处于解离状态。她的眼睛在整个实验中一直闭着。当她得知使用的是同一个物品时，感到非常惊讶。

连续两次使用相同的物体，是为了看看赛斯是否会两次给出相同或相似的意相。事实上，赛斯在这两次实验中确实提到了一些相同的意相，但每次使用的语言有所不同。我们会在适当的地方标注出来。

今晚课开始时，我们先自己做了一些关联，在课程快结束前，赛斯也给了我们几次提示。

细雨社 www.xiyushe.org

“与审判或尝试相关的意相。我不确定这里的‘审判’是指司法上的审判，还是单纯指某种尝试”，我们认为这指的是“尝试”。梦书第五章包含了一些建议读者尝试的实验，比如清醒状态和梦境状态的互动等。而在信封物体上，珍的笔记中两次提到“尝试”这个单词，内容与读者如何操控梦境相关。此外，这一章中还有很多类似的参考。

因为“尝试”或“试验”这些引用直接出现在信封物体上，我们认为这个意相和上节赛斯提到的“标记和日期”信息是相似的。具体可参见前面的注释。

“折叠的东西。”信封物体被折叠了一次以便放入双层信封中。参见图中显示的折痕。

“4、7。”珍记得她是在四月初写下这个物体的，并认为这两个数字

可能指的是她完成的具体日期，即 4 月 7 日。休息后，赛斯确认了这一点。

这也与上节课中赛斯提到的两个意相有关联：“四月份”和“与标记和日期的联系”。

“与‘质量’（mass）有关，或者是一个听起来像 mas-todon 的词。”因为“质量”是先提到的，我们认为这可能指的是信封物体底部附近的“en masse”。此外，第五章中也提到了动物，珍在标题为“梦境符号与文化”的部分里提到了火如何帮助原始人驱赶野兽。我们推测这种原始的参考可能会让人联想到乳齿象（mastodon），并进一步支持赛斯在第 257 节课程中提到的“与动物的联系”。休息后，赛斯告诉我们，“质量”这个意相是正确的，但“todon”部分不对。

“堆叠的形状。类似游乐场中的攀爬架。”游乐场中的攀爬架通常由金属管组成，形成各种大小的立方体，给人一种立方体堆叠的感觉。游戏和游乐场在珍的梦书第五章中占据了重要位置，而信封物体正是第五章的第一页。珍在第五章中描述了她在纽约州萨拉托加斯普林斯的童年游乐场，还描述了一个生动的、反复出现的梦境，背景就是这个游乐场。在清醒生活和这个反复出现的梦中，像攀爬架这样的游戏都扮演了重要角色。

在上节中，两个意相进一步强化了这个信息：“方形。也许和游戏有关”，以及“与四个人的联系，其中一个不修边幅”。解释这些意相的注释会更详细地讲解珍的游乐场梦以及游乐场本身。

“一个边框。可能是黑色的。”我认为这可能和珍十几岁时认识的一

位神父最近去世的消息有关。几周前，她收到他的讣告，照片边框是浓重的黑色。这位瑞恩神父和珍的游乐场梦，以及萨拉托加斯普林斯的游乐场本身有联系。这个游乐场就在珍曾经就读的天主教学校对面。学校位于一组建筑中，这些建筑包括一座教堂和为萨拉托加及周边地区服务的神父团体的总部和生活区。

瑞恩神父就住在那里。珍是在她反复出现的游乐场梦的最后阶段认识他的。不过，她从没告诉瑞恩神父关于这些梦的事情——事实上，除了她的母亲，她谁都没有说过。珍提到，有趣的是，她和瑞恩神父多次长谈的教室正好可以看到街对面的游乐场，而这个游乐场正是她反复出现的梦中的场景之一。

还有一点：在上节可以找到我们对赛斯“贫血”意相的解释，以及珍如何把它和我们的朋友海尔格·安德森联系起来。现在提到瑞恩神父，让我们想到他是死于白血病——这也是一种血液疾病，就像贫血一样。注意，赛斯只是提到贫血让珍想起了海尔格；海尔格并不是赛斯的意相本身。也许“贫血”的意相在某种程度上是对白血病的扭曲。然而，我们认为珍关于海尔格的意相，以及信封物体和整个梦书的解释，都是合情合理的。

“一些印刷或手写的字句。”瑞恩神父的讣告照片背面有印刷字。信封物体本身包含打印的文字和手写内容。

在后一种情况下，上述意相可以和上节提到的以下意相联系起来：“一张便条”、“一份选择”、“与标记和日期的联系”，以及“可能还带有黄色”等。

“一个 M。”我们可以找到一些和“M”相关的联系，但不确定是否正确。其中一个可能是玛丽安；珍在第五章中使用了玛丽安的一个梦。关于这一点，可以参见之前提到的“与四个人的联系”。此外，珍在信封物体上的手写内容中两次使用了 Manipulate 这个单词，而物体上还有其他三个以“M”开头的单词：Mean、en masse 和 more。

“与花的联系。”信封物体上的一个章节标题是“梦境符号与文化”。在这个章节里，珍讨论了我们对于物体象征意义的反应。作为类比，她使用了花——比如复活节的百合花。这个类比占据了几行打印文字，提到了几种花。

“运动和重量。”珍主观认为这指的是她在梦书第五章中讨论的四个特定梦，这些梦是由四个特定的人提供的。在信封物体上，这些梦的主题由章节标题“反复出现的梦”等表示。在这些梦中，运动尤其突出，而且在其中三个梦里，运动是剧烈或强烈的：比如飞行、摆动、尽可能快地奔跑。第四个梦涉及以平均速度行驶。第五章中还提到运动和重量（例如身体重量），珍讨论了物质的属性如何根据个人的感知而变化。

在上节中，这四个梦及其来源在上节的“与四个人有关”意相下进行了讨论。“也许与游戏有关”也出现在上节的内容中。

“热，或红色。”同样，信封物体上的一个章节标题是“梦境符号与文化”。在这个主题下，珍讨论了火对原始人的象征性和文化意义。

这一点呼应了上节解释的“与动物的联系”的信息。注意赛斯多次提到和这个特定章节标题相关的信息。

“一个日期。”信封物体上有我用铅笔标注的日期：1966 年 5 月 5 日。这是我在珍丢弃后发现它的那天。我在 5 月 5 日决定用它来进行信封实验。

如果这个日期的意相是指物体本身，那么它可以联想到上节提到的“标记和日期”信息，也可能联想到上节提到的“四月份”。

有时候不太容易分辨；或许这个日期的意相也可以理解为指向下一个意相。

“40。”珍说这指的是 1940 年。在那一年，她反复出现的游乐场梦极为强烈和生动。当时她 11 岁，还没有遇到瑞恩神父。

“一声呻吟，或某种生长的事物。”珍说这指的是梦书第五章的原始版本。信封物体取自其中的内容，而最终这些内容扩展为梦书中的第五章和第六章。

“一个 L。”我们没有找到任何联系。

“白色。棕色。”赛斯在回答我关于物体颜色的问题时提到了这些。珍认为这与她童年的一个经历有关。在信封物体的“梦境符号与文化”标题下，第五章再次讨论了这个经历。这个经历涉及她母亲的一双棕白相间的双色皮鞋，以及和母亲疾病相关的记忆。这对珍的影响很深，以至于她直到现在都不会穿这种颜色组合的鞋子。

“深色字母。”这也是赛斯在回答第一个问题时提到的。信封物体上确实有深色字母——无论是打印的内容，还是珍的手写笔记和修改。

这呼应了上次课程中赛斯提到的“标记和日期”的信息、“小圆圈”

等。

“与邀请有关，或者可能是某种尝试交流的内容。”这些意相来源于我关于信封物体文字内容的第二个和第三个问题。梦书第五章当然包含了许多邀请读者尝试的实验，目的是在清醒和梦境状态之间建立联系。这些“邀请”和“尝试交流”的内容也出现在信封物体本身的文字中。

这可能让人想起上次课程提到的“一张便条”“黄色”“选择”和“标记和日期”等意相。这些邀请和沟通的信息，也与今晚课程第一个意相“与尝试有关”相呼应。

“提到了建筑物，或者有隐含的提及。”这也是在回答关于信封物体文字内容的第二个和第三个问题时传达出来的。珍认为这指的是她反复出现的游乐场梦，以及她的学校就在梦的场景对面的事实。参见关于“边框，也许是黑色的”下的注释，这里描述了学校、神父住所和游乐场之间的物理关系。这里的建筑物关系有点特别。尽管建筑物就在游乐场的对面，但两者之间没有直接通道。一个高栅栏围绕着这片街区大小的游乐场，入口在与学校相对的一侧和一端。所以，一个孩子要从游乐场到学校，至少要绕一整个街区，甚至可能是两个街区。

“写给某位女性，或者来自某位女性。”这也是在回答关于信封物体文字内容的第二个和第三个问题时传达出来的。珍当然写了这张用作物体的手稿页。

这个意相可以回想起上一次课程中提到的一些意相，比如“一张纸条”、“黄色”、“选择”，以及“标记和日期”等。

“不，我不能再多说了。”这是在回答我关于 mas-todon 意相更多信息的请求时，赛斯给出的回答。

“两面都不是空白的。长方形的，带有边框。”这里我让赛斯试着命名这个物体。我认为答案指的是已故瑞恩神父的照片。参见“边框……”后的注释。

信封物体被折叠了一次，只在一侧有打字和书写内容。或许这种折叠让物体看起来像是两面都有标记，给赛斯造成了一些混淆。不过，至少对我来说，瑞恩神父照片上的边框比物体本身的边框暗示更接近实际意义上的“边框”。

“我建议你休息。”当我问及关于“4、7”意相的解释时，赛斯这样回答。珍和我认为这指的是珍在4月7日写下的手稿页的日期。休息后，赛斯表示同意。

这可以让人联想到上次课程中提到的“四月份”和“标记和日期”的意相，以及其他相关内容。

赛斯在上节针对信封物体提供了24个意相。在本节中，他针对同一物体给出了21个意相。在本节我记录了11个可能与上节提到的意相有关。这绝不是严格的总数，可能更多，也可能更少。这些材料的解释可能和个体的数量一样多，赛斯也从未明确说明两次实验中使用的是同一个物体。

就个人而言，我相信赛斯在两次课中都以某种方式感知到与物品相关的意相，或者与物品本身有关的意相。总共有45个意相来自这两节课，看起来其中许多确实与物体有关。

珍在 10:43 继续。)

我们现在结束本节课。向你们二位致以最诚挚的祝愿。

mas-todon 是两个意相的扭曲。我们捕捉到了“质量”(mass)这个词,以及“与动物有关”(mastodon 乳齿象)的联系,那是你的猫。然而,在试图表达这些意相时,我们犯了一个明显且相当有趣的错误。

如果你们没有问题,那么我们就结束这节课了。

(“我们对这些信息的大多数解释是否正确?”)

确实是的。这一章的第一个版本是在 4 月 7 日写的。

(“晚安,赛斯。” 10:40 结束。)

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-258.3

第 258 节 浓缩提要

珍的记录，关于她在 1966 年 5 月 10 日星期二做的一个梦：

“整个梦都是以图像形式呈现的。我看到了宇宙……或者说整个实相，一个充满无限螺旋和星辰的深邃空间。有人告诉我？还是我自己就知道……我们关于实相的许多重要信念完全是错误的。这是一个启示性的梦，只不过现在我已经记不清更多的细节了。也许是有人在向我展示这一切？但我不确定。”

首先，我要讨论鲁柏的梦。这个梦包含了一些无法用言语表达的启示。

这些信息是通过内在感官感知到的，尽管鲁柏在显意识层面并未察觉到梦的重要性，但内在自我已经吸收了其中的知识。他很可能会在短时间内再经历几次类似的梦境。

确实，当使用语言表达时，真相永远无法完全不受扭曲地呈现，因为语言本身往往既遮蔽又揭示。

我相信这个梦属于一个由三个梦组成的系列中的第一部分，另外两个梦还未显现。他同时还进行了某种星光投射。这并不罕见，因为内在自我在身体入睡时经常会离开肉身。

鲁柏唯一能记得的，是他在梦中得知人类最珍视的许多关于实相的观念其实完全错误。他被展示了一幅多维度的实相示意图，该示意图是从“广袤的当下”角度呈现的，并且以代表不同维度点的特质来表达。

例如，在这幅图中，每一颗星星都代表另一个系统中的一个“片刻点”。

从你们的视角来看，它在你们的系统中以物质的形式存在，并且确实以物质的形态显现。然而，在另一个系统中，它却完全不同。你们看到的只是它在伪装实相中的很小一部分。因此，现在我要告诉你们，你们观察到的“你们的”宇宙中的各种星球和天体，它们确实只存在于你们自己显化的系统中。

角色我能感知到的全部，只有被物质化后的投影，因为肉身感知系统的性质限制了可感物的种类，角色我的感官会自动将所有获得的电磁波信息转化为大脑可理解的物质模式。这些你观察到的物质，它们显然确实有现实的存在，然而，它们在其他系统中，这些被你们认为是天体的能量光，在其它位面上看起来是完全不同的东西，这一点你要知道。

你们所称的“维度”，其实是意识感知实相的不同状态。你们以三维方式感知实相，并偶尔能窥见第四维的部分实相。然而，实相在各个方向上存在着许多不同的维度。这些天体在其他系统中代表着“片刻点”。但当它们投射到你们的系统中时，你们只能以物质的形式感知它们。



现在，我要进一步告诉你们，这些所谓的维度，仅代表意识的不同能力。所有维度同时存在，甚至在你们的系统内也是如此，但你们的意识无法直接感知它们。因此，你们必须用自己的方式去诠释它们。你们创造了自己所处的实相系统。例如，那些天体在其他系统中确实是“片刻点”。如果你们的意识足够扩展，你们也能以同样的方式感知它们。

因此，更容易的说法是：当它们投射到你们的系统中时，它们“呈现”为物质。然而，这并不完全准确。实际上，唯一区隔这些维度的，只是不同阶段的意识状态，但这种分隔依然是极其有效的。

其它实相系统存在于与你们这系统相同的虚拟空间中，但你们无法感知到它们。

但某些系统中的居民却可以感知到你们，这就好像是单反玻璃的两侧。并不是所有这些系统中的居民都能感知到你们这一位面的存在，它们之所以能感知到你们，是因为它们在意识水平上或多或少与你处于同级，而且感知机制也完全不同于那些不能感知到你们的系统居民。

生存人格是存在于与你的系统相同的虚拟系统中。他们可以感知到你们这一位面，但通常情况下，你们不能感知到他们的存在。然而，他们会超越它们所在的那个系统，就像你透过你所在的系统进入他们的系统一样。借此意识可以逐渐远离自己所处的系统，浏览其它平行位面。

那些作为“片刻点”存在的天体，遵循某些数学原则，尽管你们对数学的理解极其有限。即便以你们现有的数学体系，也只能以特定的方

式去构想实相。这一点很难用语言表达，因此我要特别强调：你们的数学，仍然只是涉及了一个极其狭窄的领域。

例如，你们可以想象四维立方体，但你们无法想象四维的思维过程。你们无法理解四维的心理结构，更无法用四维的方式思考。你们无法运用四维的想象力。

从未有人真正考虑过人格结构在四维实相或五维实相中的存在方式，然而，四维或五维人格结构恰恰蕴含着最重要的线索。

你们当然还记得我们之前关于内在感官的资料。请尝试从四维人格结构的角度来思考这些感官……我们有时不得不放慢速度，以便鲁柏能够找到合适的词语。

在每一个更高的维度中，内在自我都会开始掌握更广阔的实相层面。因此，主导人格必须应对更庞杂的感知信息，同时仍然保持自身的身份认同。它会在更多的维度中运作，直到它能够在任意“时间”内同时操控多个自身的小我，却依然维持其内在的稳定性与个体性。

它承担起更多的角色，而随着内在自我对自身的认知愈发坚定，它会允许接纳更多的刺激，同时仍然保持自身的核心完整性。

这部分资料的重要性不亚于我之前给出的任何内容。我们接下来会专注探讨其他维度中的人格结构。

Y6-2-259.1

第 259 节 第四维度的人格结构与梦境实相，伊斯遥视 63， 信封透视 54：颜料压制图案

1966 年 5 月 16 日 星期一 晚 9 点 常规课

晚上好。

今晚，我们将进一步讨论四维人格结构（fourth-dimensional personality structures）。人格同时存在于许多维度中，尽管角色我对这点丝毫没有察觉。然而，角色我可以接受到多维人格的相关教导。即使有时角色我不愿直接去体验那些建议，但如果人格给予的信息是适当与合理的，角色脑仍然可以在一定程度上理解到这灵感带来的思维导向。

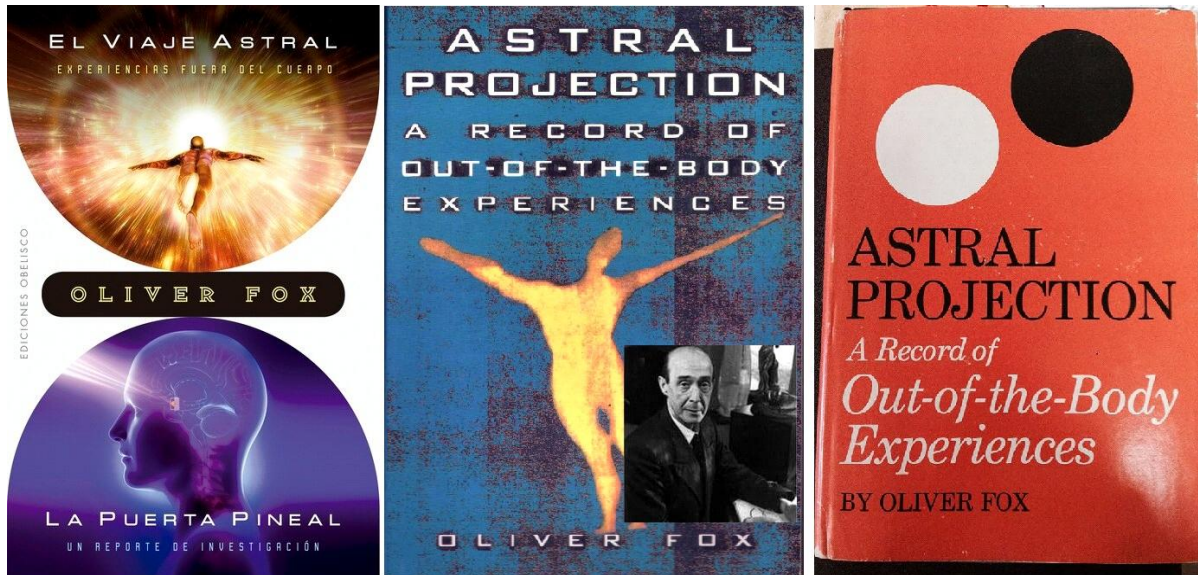
就好像在叛逆期的青年，总是觉得自己长大了，什么事都比过时的爸妈懂得多，嫌父母的叮咛啰嗦与烦。当然并非所有父母的嘱咐都是杞人忧天的废话，一些社会经验，年轻人在日后才能明白里边的种种弯弯绕。

所以，鲁柏不必对福克斯先生（Mr. Fox）关于梦境和出体经验（out-of-body experiences）的研究感到惊讶。

（Astral Projection, by Oliver Fox 《星体投射》，奥利弗·福克斯著。）

Oliver Fox 是英国作家，他的作品《星体投射》（Astral Projection）是一本探讨超感知现象和灵性主题的书籍。这本书阐述了灵魂或意识是否能够脱离肉体，游走于不同的维度或现实之间的概念。它探讨了

灵魂投射的潜力，以及如何通过特定的技巧和实践来实现这种状态。这本书是一部心灵探索的经典之作，深受对灵性和超自然现象感兴趣的读者的欢迎。这本书被多次再版，本书揭示了利用身外身，畅游各平行伪装层的经历。



我们的资料非常强烈地暗示了这些方向是真实存在与可行的。鲁柏是非常熟悉这类出体经验的，尽管在角色我的角度上，珍只能对神魂行动稍微有所察觉。这没有必要在现在展开过于复杂的讨论，所以我们现在只会谈论第四维和第五维人格结构。

角色我平日里是由生存人格加载具自动化运行程序操控的。载具自动化运行程序我们叫做七魄，而生存人格就好像是在自动化驾驭中的个性化设置程序。是由矩阵云端与载具协作，保证驾驶员离席时，载具可以安全巡航并主动与被动地规避风险，按照既定目标规划路径并尝试达成。生存人格即我们所说的人魂。

而原生人格则是天魂，原生人格作为驾驭者或乘客，借由被自己选中的载具与路径，完成自己的生命体验。注意不是人生体验，因为一次

生命体验包含四部分，人生只是其中之一，况且也未必必须选择扮演人类这一物种。

一次完整生命体验包含：出生前的角色选择与经历规划，经历角色的一生并尝试达成自我突破，总结与回顾一生中的历经，找到问题所在，修正自身心态和认知，并补充能量好再次挑战那些自己未能达成的初心所愿。

神魂在角色的一生中，随时会进进出出，这并不太影响角色的日常生活节奏，就好像你看着连续剧，跑趟厨房拿东西、去厕所方便、给快递开门，进进出出地在房间跑，并不会影响电视剧播放的流畅度。

这种情况在电子游戏中，叫做“角色挂机自动受益”，即当玩家有事离开时，游戏中被当做是自己的那个角色会自动完成预设好的日常任务，获取到相关虚拟资源，达成相关的游戏内设每日循环任务。这种减少玩家精力消耗、提高角色成长速度的方式被广泛应用，同一个玩家因此有可能同时玩几个不同的游戏，或在同一个游戏里设立多个游戏角色，轮流同时培养。这样做的好处就是：当游戏发展到某一阶段，角色面临两难抉择时，玩家可以让自己名下的多个角色，分别选择不同路径展开后续探索，同时了解这些不同的选择各自会触发怎样的剧情分支。往往在这样“多开”的方式下，总会有一个角色能因此达成最高成就。

说句题外话，很多人误以为打胎会伤害到孩子，并导致怨灵，其实这纯粹是胡扯。有些女性打胎后确实会遭遇怨灵的纠缠，但那往往是由神棍派来折腾人好敛财的，或自己被暗示后疑心生暗鬼生化出的个人

实相。也就是由响应他人的意识投射而产生的次生实相、与由自己的意识投射而产生的主动实相。

当被怨灵纠缠时，最有效也是最简单的方式就是透过改变自己的认知，而达成“正念”，进而让自己的意识能量频段发生跃迁。一旦意识焦点脱离了那一低端负面的关注领域，意识共鸣自然也就断开了。说简单点儿就是，如果你想摆脱恶灵的纠缠，只要你展现出积极乐观的一面，并且不去想这事，不往这方面暗示自己，那你可以利用频率跃迁，切换自己所处的实相层，进而转变体验的实相领域——而那些怨灵是无法进入高维高频实相场的。

因此，自我确实同时存在于这两个维度中。角色我无法直接参与高维体验。然而，如果角色我学会了臣服，允许自己做出让步，不再阻碍内在意识信息流的显化，就能对其他维度存在有所感知。但想将所获得的多维信息相互关联起来、形成角色我可理解的逻辑链是很难的，因为线性因果思维无法处理多维立体关系，但这并非不可能。

要知道梦就同时涉及几个维度，梦境状态本身可进入非常宽泛的领域，因为梦同时贯穿了几个意识层，并且在理想的情况下，利用梦可以到达任意意识状态，因为系统对梦没有限制。

然而，从实际角度来看，通常只有三个。

自我意识的第四维人格结构显然始终在不断运作着。整个全我的主要目的和目标之一就是“意识到所有这些存有，并将它们合并为一个本体结构”。

宏意识利用无限分身的能力对所有可能同时展开深入到极致的探究，而这些被独立出来的人格片段，最终在满载而归时，要觉悟到一体性，并甘之若饴地主动回归到不二状态，与全然合一达成无我境界。古人对这一境界的描述是：其大无外，其小无内，浑然一体，返璞归真。

福克斯的实验是相当有效的，尽管你们可能会做出一些调整，我想。

在梦境状态的某个层次，你们可以识别并调整自己，以对齐那部分在四维实相中觉知自身的自我，并有意识地与之展开交流。你们两人偶尔已经学会将清醒意识带入梦境状态，在这一点上，福克斯的观点是正确的，因为你们必须从这个阶段开始。

第四维实相是中间层，即意识能量转化衍生梦宇宙构建物相的那一位面，如果你对计算机有所了解的话，第四位面可以对比成显卡的作用。一般用户只会也只能看屏幕上已经生成了的物相景色，而高阶程序员只要瞥一眼代码，就知道那会在显示屏上生成个什么东西。

一般用户在体验矩阵游戏实相的过程中，是看不到代码层能量流如何构建物相的，但如果你意识到有这样的一个层面存在，并了解了其作用原理，确实可以透过某些手段直接要求显示源代码流而非物相后的伪装实相。当然大多数角色我就算看到了代码流，对其含义也并无了解。

```
python

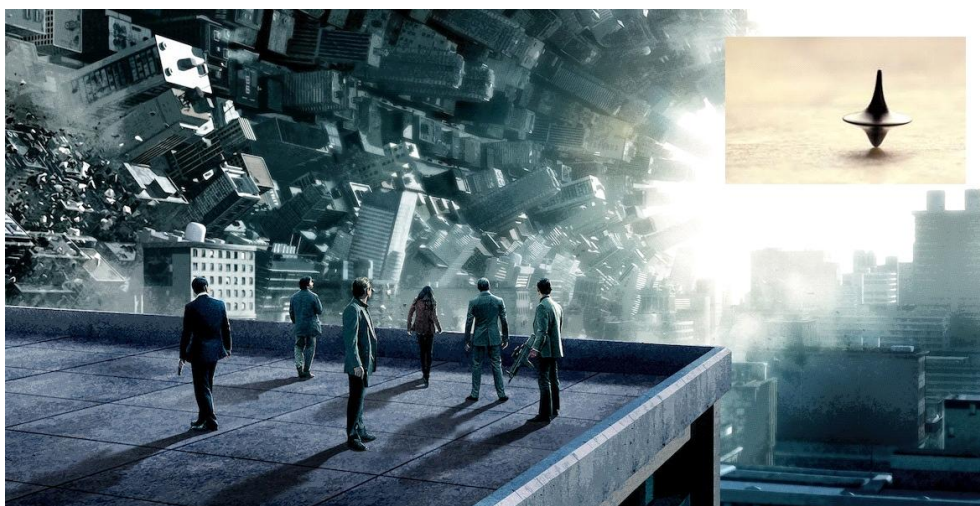
print(" 00000  ")
print(" 0000000 ")
print(" 000010000 ")
print("00001111000")
print("00011111100")
print(" 001111110 ")
print(" 0111110  ")
print(" 01110  ")
```



你可以将这段代码复制粘贴到 Python 解释器中，运行后即可在屏幕上显示出一个苹果的 ASCII 艺术。

利用长时间的记梦与解梦练习，让自己在做梦时，会升起一种觉知的清明，进而明白自己是在梦中。如果你能有觉知地经历梦，就有可能利用控梦达到对自己营造世界的“再营造”。换句话说就是成为自己世界里的神与造物主，从一枚棋子变成棋手，从玩家转变为编程者。再进一步，如果你真正地明白与理解了梦与梦宇宙，就会发现与知道，其它角色也是生活在梦中，角色死亡后的中阴还是在梦中，只是梦套梦而已。

真正做到这些后的人，不但可以在人生中言出法随，意动境转，在中阴里也可以不迷不乱，来去自由。



你开始操纵梦境状态，或者更确切地说，你开始有意识地能在梦境现实 (dream reality) 中操纵“角色我”，这之间是有不同之处的。这是一个全新的环境。在普通的梦境中，没有平时那么清醒的意识，人格只是自我经历的观察者，对梦境现实的感知是有限的且本能的。总的来说，现阶段的你们相当擅长在物质客观现实中被动地经历人生，但这样的意识层次只相当于个幼年的孩子一样。当你们学会将清醒的意识带入梦境状态时，可以这么说，你们就达到了灵性成长的青少年期。

地球是个大课堂，从学龄前到大学都集成在这里。在地球上行走着的灵魂最高可到九年级，即见习教师“传法者”。想要成为见习教师，首先要完成自我的合一，并对梦有清晰的认知。了解与理解所谓的现实就是一场梦，而灵界、中阴、外星文明，都是这梦的不同变体。

细雨社 www.xiyushe.org

按照我们的类比，当你们达到“成年”阶段时，你们就会学会如何成功地操控梦境实相，就像你们现在操控物理实相一样。每个人格构建出自己的梦，你创造了自己的客观环境，然后却受限于它。梦境实相和伪装层中的物理实相是一样的“真实和实际”，但是你看，它可以被你这个缔造者一念生成一念改变，其实你们当前的所谓物理实相也可以被改变。

梦境实相是通往多维存在 (fifth-dimensional existence) 的训练场，在那里，你们将学会使用一种对你们来说颇为陌生的时间形式。你们会构建全新的经验完形 (gestalt)，就像画家选择色彩一样，将过去、现在和未来结合在一起，创造出不同的“画作”。

譬如工画师 分布诸彩色 虚妄取异相 大种无差别
大种中无色 色中无大种 亦不离大种 而有色可得
心中无彩画 彩画中心无心 然不离于心 有彩画可得
彼心恒不住 无量难思议 示现一切色 各各不相知
譬如工画师 不能知自心 而由心故画 诸法性如是
心如工画师 能画诸世间 五蕴悉从生 无法而不造
若人知心行 普造诸世间 是人则见真 了知真实性
心不住于身 身亦不住心 而能觉梦事 自在未曾有



在画中，一个女人在画一个女画家在画自己画花瓶。试问这三重自我哪个可说是真实的呢？

目前，你们正处于这一发展的早期阶段，但这终将成为现实。在梦境宇宙中创造的这些实相，虽然是由你们建构的，但它们与你们吃下的那块蛋糕，或你们可能吞下的毒药一样真实。正如你们在物质世界中

依赖常识来保护角色自己一样，当你们开始操控梦境中的对象时，也必须谨慎行事。

我建议你们休息一下。

如果你是一个虚拟世界游戏开发组的程序员，你确实亲自参与与主导着整个显化伪装层的构建，并为其设立相关规则。但当你自己进入到游戏环境内后，你的角色我也需要遵守环境内你设立的那些规则与条件。

角色我可以明确地知道自己是个虚拟人物，也可以了解梦的缔造者与观察者是梦宇宙之外的存在，并且毫无疑问地明白，那个做梦的自己是无所不能的创世主神，因为就是这个做梦的自己一念所动、一愿所念有了这个被显化出来的三界。但最终角色我要接纳，那个做梦的自己虽然就是自己的主体，但角色我就是角色我，只要还在这伪装层中，就要受这里的秩序规则束缚。想要摆脱这样的束缚，不能依靠肉身我，而是要学会内化自我意识焦点，利用内我不在伪装中、不受伪装现实约束的特点，而探究更多真相。

这就好像你在某游戏平台上注册了一个使用者账号，利用这一账号你可登录多个不同的游戏，并在各个游戏内设立自己的角色，当然每个游戏里你可以同时拥有不止一个游戏角色。这些游戏角色可以性别、姓名、特长各异，也可以全都是一样的。

如果有一天你在某个游戏内的自我角色意识觉醒了，问你这个玩家：我是谁？你是谁？还有多少个像我这样的角色存在？他们都在哪

里？他们又都是谁？你的世界是什么样子的？我与我这个世界是如何被衍生出来的？你又为何会来到我这个世界，选择与激活了我呢？如果你是世界的缔造者，你能让我成为这里的神吗？你能带我离开这里，去到你的世界中吗？如果我的死亡不是真实，那我死后与再生前，我在哪里呢？

你会怎么回答这些问题？

Y6-2-259.2

（9:25 休息。珍解离如常，语速明显加快。9:32 以更强调的方式继续。）

现在，对于你们来说，四维实相（fourth-dimensional reality）确实有其特定的参考点，就像物理实相（objective reality）也有其参考点一样。细雨社 www.xiyushe.org

我们已经解释过，在物理实相中，关于物体的尺寸如何达成共识。同样，在四维实相中也有类似的共识形成机制。

例如，福克斯（Fox）先生的梦境会面是真实有效的。在这种情况下，梦境中的会面是如何发生的呢？那些在梦境实相中同意见面的个体，必须具备某些能力。他们必须能够在梦境状态中保持清醒意识，并且能够在其中自由操控。因此，你们可以看到，每个参与者都会自行建构梦境中的会面地点——而这正是鲁柏的福克斯先生所未曾考虑到的一个关键点。

当谈及梦境实相时，你们较容易理解自己在其中创造现实。但你们却更难理解，自己在物理实相中也是如此创造现实的。

然而，正因如此，你们往往不太容易接受梦境实相的真实性。但我必须告诉你们，梦境实相确实是真实的，尤其是当你们正在考虑进行某些实验时，这一点尤为重要。

只要你们意识到角色自己掌控着一切，那么你们就确实能够保持对梦境实相的掌控。

在意识能量转化生成梦宇宙实相前，意识体们要达成某种构图共识。这就好像一个虚拟现实开发小组，可能有二十个软件工程师，大家要先商量好，所有人都要用同一款构图编程软件，这样让相互建模可以兼容；同时大家要对场景、人物造型、故事线和流程分支、设定的物理规则等都做出群体决定，并依据这一共识分头去创建各自手头负责的具体细节。

细雨社 www.xiyushe.org

第四维度是把由 CPU 中央处理器那里来的意识能量流，通过显卡处理器图像化的地方。进入到三维梦宇宙时，就好比是 VR 眼镜或立体 3D 投屏，出来的已经是伪装物相了。就好像网吧里一台中心服务器可以同时支持几十台电脑屏各自显化不同内容一样。二维梦宇宙是各多维的多元平行实相，但具体到某一台座机上时，坐在荧屏前的观者只面对一个一维实相；除非这观者从自己的座位上起身，左顾右盼地走来走去，才会发现，其实有众多的平行实相，就在同一个空间中。那些沉浸在各自实相中的人们，如果不离开自己的座位、走出各自的单间，很多人都早已忘了自己不过是这网吧里万千游客中的一个。

不管是四维实相还是三维实相，亦或是二维或一维实相，这些实相从显化方式上都是相同的，所以没谁比谁更真或更假。不管游戏中的角

色我转战了多少地图、经历过多少游戏、进出过多少个中心服务器主机与座机，角色我就是角色我，玩家就是玩家，两者的区别是无法跨越的。

所以作为角色我的头脑意识和心智生存人格，是否能接纳这一点，其实很关键。不能接纳自己的一生不过是楚门世界里被虚拟出来的存在，就会始终活得很憋屈。当然，不知道时并不憋屈，只是痛苦。但知道了又能改变什么呢？

答案是：改变合作方式，改变自我意识焦点的锚定对象。

比如，你有一部手机，那手机里有你常用的程序、重要的文件和这些年的照片视频，有一众朋友与家人的联系方式。如果手机不小心摔了，或主板短路烧了，你去新买了一台，并从云端上把一切都重新恢复下载。

那请问，你此时觉得哪台手机才是你在意的手机呢？

是的，有个性化私人信息与设定的新手机成为了你的新关注点，而那碎了的则被慢慢遗忘。可那躺在电子器件坟墓中的碎旧手机，它怎么也想不通：一天前它还是你形影不离的唯一，怎么这就啥也不是了呢？

角色我与人格的关系就是如此，只不过角色我因对全我的全然无感也无知，所以更具自我意识，更把自己当真，当成独立的唯一。当然并非所有位面上的角色我都被屏蔽了内在感知，也并非我们这一位面上的所有角色我都被屏蔽了对全然的记忆。这种对全然的无感与对全我

记忆的无知，本身也是出生前协议的一部分。人格在进入我们这一位面前，想要知道自己真实的意识发展水平已经到了怎样的一个阶段，所以同意参加这样的闭卷考试——在相对单向隔离的情况下，看看自己在面对各种功课时，到底能做到多少、做成怎样。

太多的人道理我都懂，劝人很在行，遇事就犯混，只想作一会儿。这就是当局者迷，旁观者清。看着简单，做着难，是驴是马拉出来遛遛就知道了。地球实相不是灵魂的监狱或地狱，也不是随机的游乐场，这里是学习、探索、实践的地方，是让你更了解自己的地方，是让你看到自己的长处与短板并有机会做出相应成长的地方。

确实，在梦境实相中，有些部分可能并非是角色我或内我构建投影出的，而是由其它人构建的。回想一下，在物理现实中，通常你只能感知到角色我的构建。然而，我亲爱的朋友们，这一规则并不适用于梦境实相。

要知道，不管是内我在灵界经历的各种所谓内在实相还是角色在伪装层经历的外在实相，都是梦宇宙中电子矩阵的显像机制为体验者勾勒出来的体验场域。这些场域中的人物、场景、事件，可以由体验者事先按自己的需要预设生成，也可以直接调用集体意识中已有的素材库，通过信息检索，找到符合自己需要的相关剧情小品，拼凑剪辑出一个有助于自我成长的相关体验，并置身其中经历为真实历经。

当然如果你在伪装层中搞出了很经典的桥段，培养出了相当有特色的角色，剪辑出了很有意思的人物经历章节，那这些也会被矩阵保留成供群体共享的公共素材，成为他人日后渴望体验的角色脚本。

这确实是一个重要的关键点。

任何形式的存在,包括在梦境实相中存在的形式,首先都是潜在形式,它们存在于心灵能量 (psychic energy) 之中。因此,在物理显现之前,就你的物理感知而言,这种潜在形式早已存在。

举个例子:假设五年后你们将居住的一座房子,目前在物理世界中并不存在——它尚未被建造,因此你们在现在的物理层面无法感知到它。然而,在广袤的当下 (spacious present) 中,这座房子已经以某种形式存在,并具有其固有的形态。

现在,在梦境实相的某些层面中,你们可以感知到这些尚未在物理世界显化的形式。这些形式确实存在,并且可以被察觉。在某些梦境中,你们能够接触到它们。

在梦境实相中,你们还可以接触到许多其他类别的实相,而这些实相在你们的日常物理生活中是不会遇到的。

如果我亲爱的读者你现在能理解,在你的实相世界里其实没有所谓的别人,其实连你自己也没有,那你就能明白,这个正在被你经历为真的整个实相世界,其实是被梦宇宙电子矩阵实时生成出来的。就好像你看着自己的电脑玩游戏一样——那广阔的游戏场景,在你步入这一场景前,并不存在;在你离开时,即刻消失。

但要明白的是,这些物相场景与人物和相关事件,确实并不真实存在,但它们又都早已被固化在你的流程可能性中,只是你作为经历者,你的角色可以选择是否触发它们显化为真实,并被你经历与记忆成真。

当然那些没能被你经历与记忆的其它未触发实相,并不比你经历了的或即将经历的更真或更假。

角色一生可能的、所有可能的遭遇,都在人格进入角色前就已经存在,人格扮演的角色其一生中不管遭遇何事在何时都没有意外可言,角色看似无常的一切都早已在矩阵中被树状网格分支系统罗列出来,满足什么条件激发什么路径都有其内置好的预设。但如果角色一旦意识觉醒,从角色我的状态中脱离了出来,那就可以借由玩家身份,获取到更大的权限,包括在角色人生固有剧情的基础上,自己改写剧本、自己开放各种被屏蔽了的权限、自己调节难度、自己预设结果等。

对于玩家来说,角色的人生并非是因果逻辑链,只不过是预设的数值与罗列好的课题组。如果你真切地明白了,自己只不过活在梦中,那你在梦境实相中就可以接触到许多其它类型的现实,并利用上帝视角,安排一切。

一年前,这些信息对你们来说可能没有太多实际意义。但随着你心中计划的那些实验的展开,它们变得极具实际价值。

你们的能力已发展到足以让这些实验取得成功的程度。不过,某些额外的训练是必要的,而这种训练只能通过直接经验来获得。我会给予你们一些提示,以帮助你们更好地理解即将面对的情况。

许多经历,许多道理,许多知见,只有在你准备好后,才能明白其中的蕴意。许多文字在几年后或十几年后,才被豁然发现:那些文字有多重的含义,在许多字面意思之外还有更深刻的启迪。大多数时候,

我们只能看懂符合自己当前水平的信息,接受与自己觉知力相匹配的实相。更多的、更高深的信息与实相,它们不是在第一次谋面的那一刻没有,只是自己常常有看没有懂,意识就自动屏蔽丢弃了那些信息点可带来的深思涟漪。

当你只在角色的物理实相中运作时,只需在意一套相当简单的规则。而在梦境实相中,你确实要自由得多,因为不受角色我的逻辑脑认知干扰。亲爱的朋友们,清明的意识并不是来自角色我。角色我只是清明意识中的一小部分。角色我是清明意识在处理伪装物质实相时操纵的意识焦点。

利用禅定或解离技巧,清明的意识进入多维梦宇宙状态,但角色我做不到沉寂在空明中。角色我会立即设法激荡起思虑让你退缩出来,并导致意识焦点转移的失败。在你们练习解离的实验中将会遇到各种情况,在你学会控制之前,可能很难区分内我意识与角色我意识间的区别。有些你可以操纵,有些则不可以。

一些梦境中遭遇的地点是你自己依据头脑素材构建的。其它的伪装场景对你来说是完全陌生。那些场景实际是完全属于其他维度中的实相,你可能在共享其它平行自我的记忆时会误入其中。如果从本质本真的角度上看,当你尝试利用清明意识进入梦境状态时,你实际上是离开了你当前角色所在的伪装系统。

你们正在演化出另一种意识形式,这是在个体层面上的。这对你们来说在很大程度上是全新的。在过去,任何类似的体验对你们而言都是偶然发生的。而在某些情况下,我曾在这些经历中与鲁柏有所接触。

不过，那些时候既不是我梦见了他，也不是他梦见了我。我只是温和地引导他进入新的维度。当他准备好时，他会自然而然地迈出这一步。他无法强迫角色我朝这个方向发展，因为整体自己设置了保护机制。然而，你们两人已经快要准备就绪了。

我并不喜欢“星光体”（astral bodies）这个术语，主要是因为它常带有一些怪异的联想。或许可以称之为“精神体”或“心智体”（idea body, mental body），在许多方面，它在结构上与角色我的物理身体相对应，但并不总是如此。你们可以暂且将其理解为“第四维度中的结构”。

某些梦境体验实际上是有效的出体体验（out-of-the-body experiences），因为在这些情况下，你们确实是在一种“精神体”中进行旅行。它确实具有某种形态，介于物质与非物质之间。

在物理实相中，你们通常无法察觉到它。此外，还存在另一种心理结构，它同样具有形态。这就是你们在所谓的“第五维度”实相中所呈现的自我形态（暂且这么称呼它）。然而，它完全不以物质的方式存在。有时，你们会以这种形态进行旅行。



这张图片中较为完整地展现出一次出体体验的过程。

上排右侧是意识进入与自己意识频率相符的实相频段，下排左二是灵界的多种多重平行实相——可谓一念天堂一念地狱，你具体游历哪一实相，全看你自己信仰与相信什么，你就会进入与自己意念相应的伪装实相。整个灵界也是梦宇宙下的幻梦场，你是想造访外星文明，还是去观摩极乐世界或下阴曹地府看十八层地狱，只要你能想得到，没什么矩阵不能做到的，依据你的意识投射幻化出这些场景与人物其实不难。

灵魂归体时，有时一时间不能快速和角色我的肉身完成融合，这就会让角色我有一种鬼压床的错觉——五感皆在，就是不能指挥肉体做什么。鬼压床其实就是肉身角色重启时，遇到了网络延迟，导致同步的读条时间出现了可感的超时。

关于这一点，我还有更多想说的。不过，现在你们最好休息一下，为接下来的伊斯博士实验做准备。

(9:59 休息。珍说她像往常一样处于解离状态。赛斯给她的信息非常快，以至于她很难跟上；而她的传递速度也非常快，我几乎勉强才能记录下来。她的眼睛经常睁开；声音清晰有力，语气充满强调，停顿很少。

Y6-2-259.3 (D63、E54)

现在是进行第 63 次伊斯博士实验的时间了。珍的速度现在有所放缓，她闭着眼睛坐着，手扶在眼睛上。10:05 继续。)

现在，请给我们一点时间，开始传递伊斯博士的信息。我们很快会锁定一个物体。

我有一个意相是一个名字，我相信是“Severn”，S-e-v-e-r-n。我不知道它指的是什么。这里似乎还有一座山。也许一个叫 Severn 的人住在山上。

现在，这个物体是一种链条。这个链条编织得很松散，而不是那种间隙很小的链条。这个物体让我想起孩子们制作的纸链，有宽松的环和许多柔和的颜色。

这个物体不属于伊斯博士，而是借来的，并且与一个女人有很大的联系。尽管如此，它似乎是机械用途的，而不是像珠宝链那样的装饰品。它可能有一个机械用途，也许与两个相当小的盒子有关，这些盒子通过链条升降或移动。

与它相关的还有两个圆形物体，也许是日本制造的滚珠轴承。这个物

体也可能与字母 B、S 或 S、B 有联系，尽管我相信这些字母并不是某个人名字的首字母。

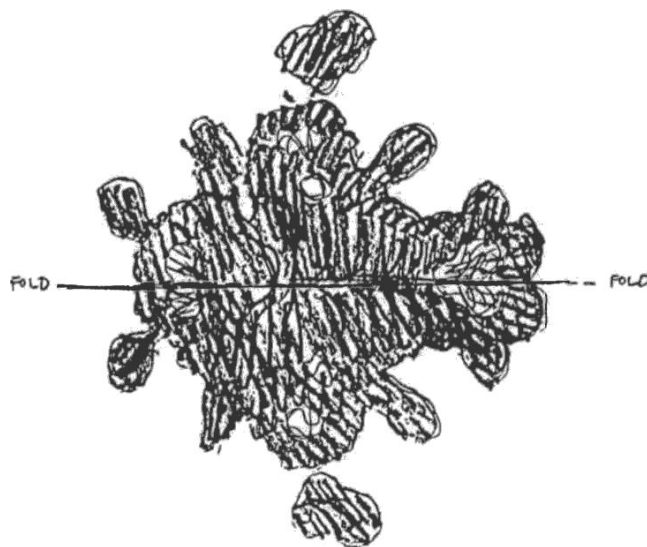
还有一个日期，1937 年。其他一些意相与物体无关：一种误用。伊斯博士认为某物被误用了。这里有一个与心理学相关的关联框架。还有“不合适”这样的信息。

有一个与两个孩子的遥远联系，是两个女孩，我相信是亲戚。如果她们不是双胞胎，那么她们看起来非常相像，或者她们在某种程度上是一类人。

你有信封给我吗？

（“是的。今晚进行了第 54 次信封实验。实验对象是一张浅色纸上的手工图案，使用手工研磨的灰棕色土质颜料（pigment），并以聚合介质（polymer medium）作为粘合剂制作而成。它被折叠了一次，如制作时所示。其效果类似于墨迹测试（inkblot），但在质感和视觉上更具魅力。这种特定的手工研磨颜料是我自己通过加热某种意大利天然土色颜料制成的，具有类似于细水泥或粗糙石材的质感。由于这种颜料具有较强的覆盖力，某些部位的厚度甚至堆积到了 $\frac{1}{4}$ 英寸（约 0.64cm）。整个图案由线条和白色斑点组成，但在我的描摹中并不十分清晰。我将实验对象折叠一次后，放在两张卡纸之间，并用双层信封密封。

珍当然从未见过这个物体，也未见过类似的作品，因为我以前从未制作过这类图案。我于 1966 年 5 月 10 日制作了两个，其中一个标注了日期，另一个则用作实验对象。该颜料颜色相当深，但并非黑色。石质或粗糙的表面质感，以及它的深色，都对实验结果产生了影响。



第 259 节第 54 次信封实验使用的颜料压制图案示意图

珍在 10:16 暂停，眼睛仍然闭着。她拿起第 54 次实验的信封，将它按在额头上一会儿，然后放在膝盖上。她的左手仍然举在脸旁。)

请稍等片刻。这些是一些意相。

深色的印刷品。一个方形物体，也许顶部中心有一个小方形，底部中心还有另一个形状，与之平衡。

与电影有关，黑白色。一个装饰，或者某种记忆的东西，比如“八十七年前……”这样众所周知的陈词滥调。

方形的形状再次出现，现在是一种小型的图案。

与鲁柏的形象有关。仍然是黑白的，而不是彩色的。这与 20 世纪 60 年代初有关。

一个直接的陈述，带有数字，也许是一个房间号码。这让鲁柏想到了奥斯威戈 (Oswego) 以及你们在那里停留的经历。还提到了某种联邦的联系，以及一个男人的关系，不是你自己，也许是你的房东。

你有什么问题吗？

（“你认为这个物体是一张照片吗？”）

这个问题不太好。（珍笑了。）

（“那你能再多说点关于装饰的内容吗？”）

我能说的就这么多。如果这个物体不是照片，它也和照片密切相关。我有一个关于黑白照片的意相。

请稍等……有一个或多个块状物，像岩石或石阶那样的块。（珍闭着眼睛做了一个手势。）

还有一个与建筑物的联系，不是从正面，而是从侧面，也许是从阳台看过去的。

细雨社 www.xiyushe.org

有东西被推翻了。一种深色液体的感觉，被一些像方块白色的形状打破，也许和池塘或水池的形状有关。物体背面的中间有标记，用钢笔或铅笔写的，也许是“J B”和一个日期。我觉得这个物体和当下没有直接关系，因为它并不是你直接经历的一部分。

我建议你休息一下。

（10:29 休息。珍说她像往常一样处于解离状态。她的眼睛在两个实验中始终闭着。她说感觉赛斯给了她很多意相。）

珍一打开双层信封，就说这个物体让她觉得像一个男人，无论从哪个水平边缘看都是如此。她认为这可能引发了与照片相关的信息。这基本上标志着赛斯信息部分的结束。珍和我努力理解可以理解的联系，

没有要求赛斯进一步阐述。

“深色印刷品。”如所述，物体上的颜料是一种烧灼的灰褐色，相当深，但并不是纯黑色。珍对它的感觉是颜色比我看到的更暗一些。我不确定赛斯这里用“印刷品”是否特指涂在纸上的墨水或印刷，还是泛指涂抹在物体表面的其他材料。

“一个方形物体，也许是顶部中心的一个小方形，通过底部中心的另一个形状达到平衡。”在整个信息中，赛斯多次尝试细化这种形状或块状意象，并取得了一定的效果。虽然原始物体上没有真正的方形，但确实给人一种堆叠和平衡的感觉。任何类似信封物体制作的物品，只要两半都有图案，都会带来一种平衡感。原始物体上有许多小的白色间隙，在速描图上看不到。赛斯的意相在这一点上是准确的。

细雨社 www.xiyushe.org
“与电影有关，黑白色。”如珍所说，她在看到物体时立刻联想到一个男人，她认为这导致了与电影的联系。这一意相再次出现，也与黑白色的信息相关。对珍来说，物体上的颜料颜色显得非常深。

“一个装饰。”物体本身确实是一种装饰。

“或者某种记忆的东西，比如‘八十七年前……’这样众所周知的陈词滥调。”我们不确定这个意相的来源，对此感到很困惑。

“方形形状再次出现，现在是一种小型图案。”赛斯在这里的细化很准确。原始物体上的粗糙颜料在我将折叠的纸压在一起时形成了许多细腻图案。这些图案非常迷人，几乎像叶子的脉络。白色斑点散布其中。

“与鲁柏的形象有关。仍然是黑白色，而不是彩色的。与 20 世纪 60 年代初有关。”珍认为，这可能是物体上深色颜料引发的信息，而日期可能指的是她某一年拍摄的照片。

“一个直接的陈述，带有数字，也许是一个房间号码。这让鲁柏想到了奥斯威戈以及你们在那里停留的经历。还与某种联邦有关。”再次，这些信息让我们感到困惑。物体与纽约州奥斯威戈没有关系。珍使用了“联邦”一词，以及类似于邮局等大型建筑的词汇，所以这里的“联邦”似乎是指奥斯威戈的学院，即伊斯博士任教的地方。

“与一个男人有关，不是你自己，也许是你的房东。”物体上的颜料斑点让珍想起了一个男人，这可能引发了这里的“男人”信息。然而，由于我制作了这个物体，我也与之有关联。

细雨社 www.xiyushe.org
“这个问题不太好。”为了好玩，我问赛斯是否认为这个物体是一张照片。这是因为信息中多次提到照片和男人。在珍看到物体之前，我当然不知道它会让她强烈联想到一个男人，因此可能引发了照片的信息。

“我能说的就这么多了。如果这个物体不是一张照片，它也和照片密切相关。我有一个关于黑白照片的意相。”上述原因让我第二次提出关于装饰信息的阐述请求，这也带来了一些更多的信息。

“有一个或多个块状物，像岩石或石阶那样的块。”这些方块、岩石或石阶的信息可能与上段提到的信息有关；尽管赛斯中间有一个较长的停顿。无论如何，物体上粗糙的、岩石般的质地和外观可能引发了“岩石”或“石阶”的意相，从而进一步引出了对照片的联想。

“还有一个与建筑物的联系，不是从正面，而是从侧面，也许是从阳台看过去的。”因此，这些建筑信息可能是由上述“石阶”意相产生的。如果赛斯在这里提到的是一张照片，珍和我并不知道具体是哪一张。我们的相册里确实有一些建筑的照片，但没有一个特定的建筑或地点让人联想到这里。

“有东西被推翻了。”物体上颜料的不规则形状让人联想到某种溢出的液体。

“一种深色液体的感觉，被一些像方块白色的形状打破。”用于制作物体的湿颜料确实是一种液体黑色。赛斯现在使用“方块”意相来指代原始物体上散布的白色区域。一些白色是方块状的，尽管大多数只是随机的不规则形状，就像颜料的样子。

细雨社 www.xiyushe.org
“也许与池塘或水池的形状有关。”再次，这适用于物体上颜料的不规则形状，并且与“有东西被推翻了”和“深色液体的感觉”这些信息一致。我们认为这三个意相都相当准确。

我忽略了赛斯接下来的意相：“物体背面的中间有标记，用钢笔或铅笔写的。”

“也许是JB和一个日期。”珍，或者赛斯，再次提到了与照片相关的想法。如前所述，我在1966年5月10日制作了两个类似的物体，使用了同样的颜料；其中一个被我标注了日期并签了名，但没有用于信封实验。这一标记为RB和一个日期，但我怀疑这是否是赛斯在这里想要表达的。

“我觉得这个物体和当下没有直接关系，因为它并不是你直接经历的



一部分。”事实上，情况正好相反。这个物体是我直接经历的一部分，并且是刚刚经历的。珍从未见过这个物体或类似的物体，因为我以前从未制作过这样的东西；也许这条信息的出现是因为她的角色我在任何层面上都没有参与到这个物体中。10:45 继续。)

我们现在要结束我们的课了。送上我最诚挚的祝福。

(“晚安，赛斯。” 10:46 结束。)

细雨社 www.xiyushe.org

Y6-2-259.4

第 259 节 浓缩提要

今晚，我们将进一步讨论第四维度中的“人格结构”。

人格同时存在于许多维度中，尽管角色我对这点丝毫没有察觉。然而，角色我可以接受到多维人格的相关教导。即使有时角色我不愿直接去体验那些建议，但如果人格给予的信息是适当与合理的，角色脑仍然可以在一定程度上理解到这灵感带来的思维导向。

所以，鲁柏不必对福克斯先生关于梦境和出体经验的研究感到惊讶。

我们的资料非常强烈地暗示了这些方向是真实存在与可行的。鲁柏是非常熟悉这类出体经验的，尽管在角色我的角度上，珍只能对神魂行动稍微有所察觉。这没有必要在现在展开过于复杂的讨论，所以我们现在只会谈论第四维和第五维人格结构。

因此，自我确实同时存在于这两个维度中。角色我无法直接参与高维体验。然而，如果角色我学会了臣服，允许自己做出让步，不再阻碍内在意识信息流的显化，就能对其他维度存在有所感知。但想将所获得的多维信息相互关联起来，形成角色我可理解的逻辑链是很难的，因为线性因果思维无法处理多维立体关系，但这并非不可能。

要知道梦就同时涉及几个维度，梦境状态本身可进入非常宽泛的领域，因为梦同时贯穿了几个意识层，并且在理想的情况下，利用梦可以到达任意意识状态，因为系统对梦没有限制。

然而，从实际角度来看，通常只有三个。

自我意识的四维人格结构显然始终在不断运作着。整个全我的主要目的和目标之一就是“意识到所有这些存有，并将它们合并为一个本体结构”。

福克斯的实验是相当有效的，尽管你们可能会做出一些调整。

在梦境状态的某个层次，你们可以识别并调整自己，以对齐那部分在四维实相中觉知自身的自我，并有意识地与之展开交流。你们两人偶尔已经学会将清醒意识带入梦境状态，在这一点上，福克斯的观点是正确的，因为你们必须从这个阶段开始。



你开始操纵梦境状态，或者更确切地说，你开始有意识地能在梦境现实中操纵“角色我”，这之间是有不同之处的。这是一个全新的环境。在普通的梦境中，没有平时那么清醒的意识，人格只是自我经历的观察者，对梦境现实的感知是有限的且本能的。总的来说，现阶段的你们相当擅长在物质客观现实中被动地经历人生，但这样的意识层次只相当于一个幼年的孩子一样。当你们学会将清醒的意识带入梦境状态时，可以这么说，你们就达到了灵性成长的青少年期。

按照我们的类比，当你们达到“成年”阶段时，你们就会学会如何成功地操控梦境实相，就像你们现在操控物理实相一样。每个人格构建出自己的梦，你创造了自己的客观环境，然后却受限于它。梦境实相和伪装层中的物理实相是一样的“真实和实际”，但是你看，它可以被你这个缔造者一念生成一念改变，其实你们当前的所谓物理实相也可以被改变。

梦境实相是通往五维存在的训练场，在那里，你们将学会使用一种对你们来说颇为陌生的时间形式。你们会构建全新的经验完形，就像画家选择色彩一样，将过去、现在和未来结合在一起，创造出不同的“画作”。

目前，你们正处于这一发展的早期阶段，但这终将成为现实。在梦境宇宙中创造的这些实相，虽然是由你们建构的，但它们与你们吃下的那块蛋糕，或你们可能吞下的毒药一样真实。正如你们在物质世界中依赖常识来保护角色自己一样，当你们开始操控梦境中的对象时，也必须谨慎行事。

现在，对于你们来说，四维实相确实有其特定的参考点，就像物理实相也有其参考点一样。

我们已经解释过，在物理实相中，关于物体的尺寸如何达成共识。同样，在四维实相中也有类似的共识形成机制。

例如，福克斯先生的梦境会面是真实有效的。在这种情况下，梦境中的会面是如何发生的呢？那些在梦境实相中同意见面的个体，必须具备某些能力。他们必须能够在梦境状态中保持清醒意识，并且能够在

其中自由操控。因此，你们可以看到，每个参与者都会自行建构梦境中的会面地点——而这正是鲁柏的福克斯先生所未曾考虑到的一个关键点。

当谈及梦境实相时，你们较容易理解自己在其中创造现实。但你们却更难理解，自己在物理实相中也是如此创造现实的。

然而，正因如此，你们往往不太容易接受梦境实相的真实性。但我必须告诉你们，梦境实相确实是真实的，尤其是当你们正在考虑进行某些实验时，这一点尤为重要。

只要你们意识到角色自己掌控着一切，那么你们就确实能够保持对梦境实相的掌控。

确实，在梦境实相中，有些部分可能并非是角色我或内我构建投影出的，而是由其它人构建的。回想一下，在物理现实中，通常你只能感知到角色我的构建。然而，我亲爱的朋友们，这一规则并不适用于梦境实相。

这确实是一个重要的关键点。

任何形式的存在，包括在梦境实相中存在的形式，首先都是潜在形式，它们存在于心灵能量之中。因此，在物理显现之前，就你的物理感知而言，这种潜在形式早已存在。

比如你五年后将会入住的房子，它可能现在连建筑图纸都还没画出、还没建好，因此，你不会感知到它。然而这房子确实早就存在于待显化的实相列表里，并且在广阔的当下一直存在着。

就好像你看一本厚厚的故事书，那结局在你翻开第一页前就已存在，你读这本书是用了两周还是两年，那是你自己的事，那结局是两周后或两年后被你记忆成真实只是时间问题，但这并不改变故事书里的时间流速与因果发生次序。当然对于书中的人物们，它们确实经历了某种具有逻辑的被作者安排好的因果逻辑，但不管是作者还是读者都明白，在开放的时间架构中，其实是没有所谓因果的。在广袤的同时性中，随时都可以对书中的人物与故事线做出新的修改。当然作为读者，你是否触发整个剧本的大结局，你自己并非没有可选项——任何时候你都有权放下，让整个故事就停留与截止在你放下的那一刻。

是的，你可以选择何时开始与何时结束这一切。如果你就是人生剧本的读者，就要学会接纳与品悟名著中的思想；如果你已经成熟到可以自己改编与谱写剧本，那就可以跳出现有的边框，自己借由固有的剧情架构、人物关系、时代背景，编写出自己觉得更有意思的改编版，并上传给群体意识，成为另一种可能性实相，呈现给大家。

在梦境实相的某些层面中，你们可以感知到这些尚未在物理世界显化的形式。这些形式确实存在，并且可以被察觉。在某些梦境中，你们能够接触到它们。

在梦境实相中，你们还可以接触到许多其他类别的实相，而这些实相在你们的日常物理生活中是不会遇到的。

一年前，这些信息对你们来说可能没有太多实际意义。但随着你心中计划的那些实验的展开，它们变得极具实际价值。

你们的能力已发展到足以让这些实验取得成功的程度。不过，某些额

外的训练是必要的，而这种训练只能通过直接经验来获得。我会给予你们一些提示，以帮助你们更好地理解即将面对的情况。

当你只在角色的物理实相中运作时，只需在意一套相当简单的规则；而在梦境实相中，你确实要自由得多，因为不受角色我的逻辑脑认知干扰。亲爱的朋友们，清明的意识并不是来自角色我。角色我只是清明意识中的一小部分。角色我是清明意识在处理伪装物质实相时操纵的意识焦点。

利用禅定或解离技巧，清明的意识进入多维梦宇宙状态，但角色我做不到沉寂在空明中。角色我会立即设法激荡起思虑让你退缩出来，并导致意识焦点转移的失败。在你们练习解离的实验中将会遇到各种情况，在你学会控制之前，可能很难区分内我意识与角色我意识间的区别。有些你可以操纵，有些则不可以。

一些梦境中遭遇的地点是你自己依据头脑素材构建的。其它的伪装场景对你来说完全陌生。那些场景实际是完全属于其他维度中的实相，你可能在共享其它平行自我的记忆时会误入其中。如果从本质本真的角度上看，当你尝试利用清明意识进入梦境状态时，你实际上是离开了你当前角色所在的伪装系统。

你们正在演化出另一种意识形式，这是在个体层面上的。这对你们来说在很大程度上是全新的。在过去，任何类似的体验对你们而言都是偶然发生的。而在某些情况下，我曾在这些经历中与鲁柏有所接触。

不过，那些时候既不是我梦见了他，也不是他梦见了我。我只是温和地引导他进入新的维度。当他准备好时，他会自然而然地迈出这一步。

他无法强迫角色我朝这个方向发展，因为整体自己设置了保护机制。然而，你们两人已经快要准备就绪了。

我并不喜欢“星光体”这个术语，主要是因为它常带有一些怪异的联想。或许可以称之为“精神体”或“心智体”，在许多方面，它在结构上与角色我的物理身体相对应，但并不总是如此。你们可以暂且将其理解为“第四维度中的结构”。



某些梦境体验实际上是有效的出体体验，因为在这些情况下，你们确实是在一种“精神体”中进行旅行。它确实具有某种形态，介于物质与非物质之间。

在物理实相中，你们通常无法察觉到它。此外，还存在另一种心理结构，它同样具有形态。这就是你们在所谓的“第五维度”实相中所呈现的自我形态。然而，它完全不以物质的方式存在。有时，你们会以



这种形态进行旅行。

**《已知的实相 VI》
第 2 册 (249-259 节)**

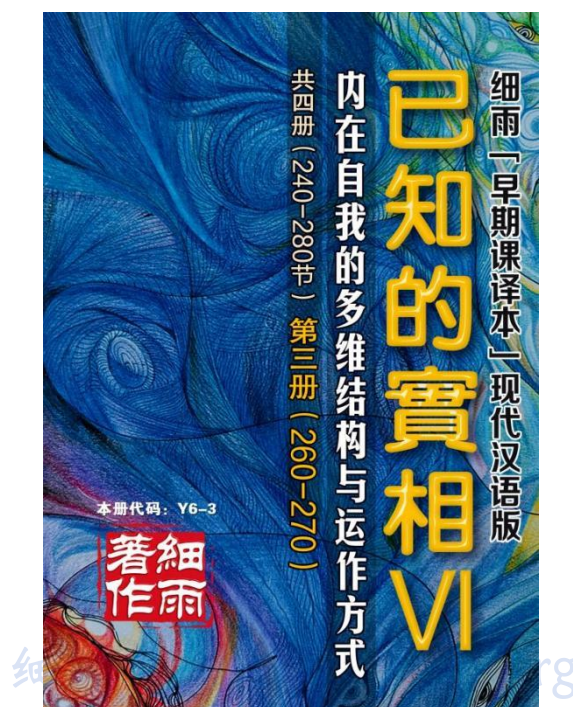
结束

细雨社 www.xiyushe.org

下册预告：

《已知的实相》第六部

第 3 册 (260-270 节)



人类有过巨人一族，身高普遍在 3 到 6 米，体重在一吨左右，但这一亚种最后被淘汰了，因为发展头脑与精神和强壮程度无关。我们未来的趋势是去实体化，实体角色无法摆脱生死疾病的苦痛，二十年少小、二十年老朽、二十年昏睡、二十年四处卖命换生存物资，八十年阳寿掰着手指算算，有几天能培养心智呢？

所以文明 2.0 后，精神体将取代肉身实体，文明将进入灵界发展。当然并非所有“人”都在神智与心识上成长到了可通过中考升学转校。大部分人还是会继续在广袤的当下中，在老版地球 1.0 文明里不断补考，直到获取到相应的意识能量频率，才能激活与进入 2.0 版。

很多人认为，这是一个渐进的遥远的未来，我们这代人是赶不上了，这样的认知其实是错的。请记住一切都是在广袤的当下，地球 0.1 还是 1.0 版、1.0 或是 2.0 甚至 3.0 版，其实都同时存在着。你如果在此生达成了必要的资格，完成了相应的考核，就可以化虹离开，直接进入 2.0 版的实相体系。

当然即使是成为了“光体”，你还是一个角色我，你所处的环境还是梦宇宙里的伪装实相，只不过不再受线性一维时空的束缚，展开对二维平行实相的认知与学习。也就是在二维实相里学习与经历跨维度、跨时空、跨星域的旅行，从而获得更广阔的多维多元认知。

——Y6-3-260《已知的实相 VI》第 3 册第 260 节

细雨社 www.xiyushe.org

常见问题

1. 细雨资料免费吗？在哪儿能拿到？如何早点儿看到新书？

全部细雨资料都可免费获得，包括电子书、视频、音频。见下页的细雨资料发布平台和免费下载路径，这些都由细雨社编辑部直接维护，是最全、最新、最准确的**细雨资料源头版本**。

2. 现在都出了哪些书？是关于什么的？还将出版哪些？

细雨资料已经累计了四年多并在每日增加中，目前已出版多个系列、五十多册、七百多万字，还有更多内容将陆续出版。详见每册末尾最新版的出版一览表和细雨社网站 [《细雨资料丛书系列简介》](#)。

3. 细雨资料能自学吗？该从哪儿学起？为什么要按顺序学？

细雨资料是成体系、有逻辑的**深度心灵自学课件**。书写安排有严谨的认知递进关系，由浅入深形成知见的阶梯。

在每册书开始都有适用当册的**细雨资料建议学习顺序图**，请结合自身情况循序渐进系统学习。更多相关内容和学习心法等问题请见细雨社网站 [《细雨资料导读》](#)。

每部/册书均有唯一代码，书内各分节处有红色编码，均可用于在细雨社网站、亚马逊网站和细雨社的各细雨资料发布平台快捷搜索。

4. 关于细雨社？

细雨社是**非营利志愿者公益社团**，于 2020 年 8 月成立。经由作者“细雨”本人授权，专门负责细雨著作的整理、校对、制作、出版、传播和保存工作。是细雨已授权相关著作及著作文献衍生品的唯一首发机构。并具有维护其版权的责任与义务。

5. 更多问题？ 请参考[细雨社网站 \[www.xiyushe.org\]\(http://www.xiyushe.org\)](#) [《细雨资料导读》](#) 等文件。

细雨资料发布平台、免费下载路径



细雨社
细雨资料



亚马逊网站搜“细雨资料”或书名



细雨资料
细雨资料 觉心接力



Cathyshen0103
海轮海轮



海轮海轮

免费下载全部最新电子书：

- ✓ 细雨社网站 www.xiyushe.org
- ✓ 细雨社志愿者协作、细雨资料星门 QQ 群 (623 940 583) 群文件夹
- ✓ Telegram 细雨资料 <https://t.me/xiyutuzi/3>

超链接提醒：以上有下划线的文字均有超链接，点击进入，可以阅读、收听、观看、下载更多更全面的细雨资料内容。



细雨社自 2023 年 8 月起正式更名为“细雨社”，并启用细雨社新图标。细雨社坚守非营利无住相法布施原则，别无分社分号，无商业经营和募捐劝捐，请注意识别。

Email: xiyushe@outlook.com (志愿工作专用)

细雨著作出版一览和代码对照表 (2025 年 3 月版)

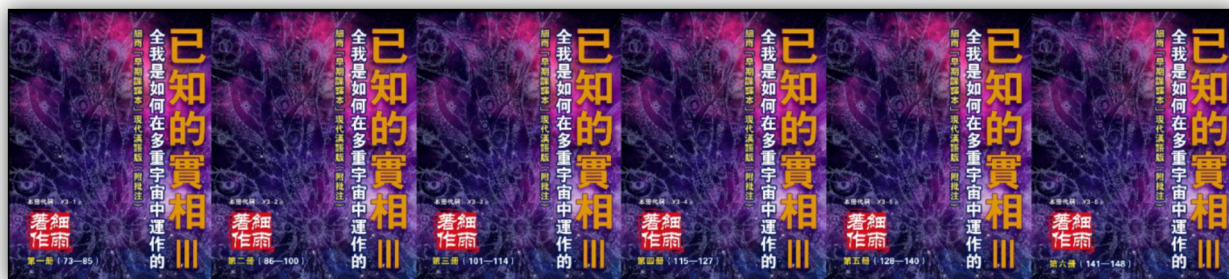
系列代码	系列书名	各册代码	本册书名	出版状况
	(单行本)	YM	《隐秘的医案》	已出版
	(单行本)	SY	《失忆的归途》(全称《失忆的归途——隔阴不迷》)	已出版
S1	《思想的阶梯》 第一季	S1-1	《自我认知与意识连通高维》长文	已出版
		S1-2	《自我认知的百宝箱》杂文	已出版
		S1-3	《知道 vs 问道》问答	已出版
		S1-4	《世上练 致良知》案例	已出版
S2	《思想的阶梯》 第二季	S2-1	《自我认知与意识连通高维》长文	已出版
		S2-2	《自我认知的百宝箱》杂文	已出版
		S2-3	《知道 vs 问道》问答	已出版
		S2-4	《世上练·案例问答》	已出版
S3	《思想的阶梯》 第三季			待定
GY	《观影说多维实相》 之影评荟萃	GY1	第一册 1-15	已出版
		GY2	第二册 16-28	已出版
		GY3	第三册 29-38	已出版
		GY4	第四册 39-49	已出版
		GY5	第五册 50-60 儿童与亲情、转世、神通	已出版
		GY6	第六册 61-64 心理学	已出版
		GY7	第七册 65-70 性别与性取向	已出版
		GY8	第八册 71-78 女性的自我救赎与自我价值实现	已出版
		GY9	第九册 79-82 破幻三部曲之“破我执”	已出版
		GY10	第十册 83-86 破幻三部曲之“破法执”	已出版
		GY11	第十一册 87-90 破幻三部曲之“破空执”	已出版
Y1 Y1H	Y1-新世纪中如何理解赛斯书《未知的实相》(679-744)、Y1H(赛斯细雨合并版)			
	《已知的实相I》	Y1-1	第一册 679-687 (Y1H-1、Y1-1)	已出版
		Y1-2	第二册 688-695 (Y1H-2、Y1-2)	已出版
		Y1-3	第三册 695-704 (Y1H-3 即将出版)	已出版
		Y1-4	第四册 705-715 (Y1H-4 即将出版)	已出版
		Y1-5	第五册 716-726 (Y1H-5 即将出版)	已出版
		Y1-6	第六册 727-744 (Y1H-6 即将出版)	已出版
Y2	Y2-用非线性视角剖析赛斯都说了些什么(细雨“早期课译本”现代汉语版 1-72)			
	《已知的实相II》	Y2-1	第一册 1-14	已出版
		Y2-2	第二册 15-22	已出版
		Y2-3	第三册 23-32	已出版
		Y2-4	第四册 33-42	已出版
		Y2-5	第五册 43-51	已出版
		Y2-6	第六册 52-62	已出版
		Y2-7	第七册 63-72	已出版

Y3	Y3-全我是如何在多重宇宙中运作的（细雨“早期课译本”现代汉语版 73-148）			
	《已知的实相III》	Y3-1	第一册 73-85	已出版
		Y3-2	第二册 86-100	已出版
		Y3-3	第三册 101-114	已出版
		Y3-4	第四册 115-127	已出版
		Y3-5	第五册 128-140	已出版
		Y3-6	第六册 141-148	已出版
Y4	Y4-梦中梦与次人格诱发的疾病（细雨“早期课译本”现代汉语版 149-198）			
	《已知的实相IV》	Y4-1	第一册 149-157	已出版
		Y4-2	第二册 158-165	已出版
		Y4-3	第三册 166-175	已出版
		Y4-4	第四册 176-185	已出版
		Y4-5	第五册 186-198	已出版
Y5	Y5-或然自己与或然实相如何造梦（细雨“早期课译本”现代汉语版 199-239）			
	《已知的实相V》	Y5-1	第一册 199-208	已出版
		Y5-2	第二册 209-218	已出版
		Y5-3	第三册 219-228	已出版
		Y5-4	第四册 229-239	已出版
Y6	Y6-内在自我的多重结构与运作方式（细雨“早期课译本”现代汉语版 240-280）			
	《已知的实相VI》	Y6-1	第一册 240-248	已出版
		Y6-2	第二册 249-259	即将出版
		Y6-3	第三册 260-270	即将出版
		Y6-4	第四册 271-280	即将出版
JY	细雨“早期课译本”现代汉语版Y2-Y9各部精华要素（1-510）			
	《早期课精要萃取》	JY2	《已知的实相II》1-72	已出版
		JY3	《已知的实相III》73-148	已出版
		JY4	《已知的实相IV》149-198	已出版
		JY5	《已知的实相V》199-239	已出版
		JY6	《已知的实相VI》240-280	即将出版
X	《虚空法界框架结构详解》 简称《虚空法界》	X1	第一部《意识微尘》1-17	已出版
		X2	第二部《意识觉醒》合集 上18-25/中26-35/下36-44	已出版
		X3	第三部《双生羁绊》合集 上45-56/下57-73	已出版
		X4	第四部《承前启后》合集 上74-82/下83-89	已出版
		X5-1	第五部《寻找答案》上篇：90-108	已出版
		X5-2	第五部《寻找答案》下篇：109-128	已出版
		X6-1	第六部《道理始末》上篇：129-149	已出版
		X6-2	第六部《道理始末》下篇：150-177	已出版
		X7	第七部《融会贯通》	待定
		X8	第八部《浪子之心》	待定
		X9	第九部《涅槃重生》	待定

推荐阅读：

Y3 《已知的实相 III》

——全我是如何在多重宇宙中运作的？（共六册）



细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注）第三部：《已知的实相 III》（73-148节）共六册，核心主题是：全我是如何在多重宇宙中运作的？

随着赛斯早期课的进展，课程内容逐渐进入内在体系的理论描述，让我们得以在深入探索广袤的实相前，做好必要的心理准备。

细雨依据原著的轮廓展开并延伸，让读者更能突破逻辑的桎梏，并针对赛斯说法深入解说，以适合华人的文字尽量还原难以言喻的真相。

本系列将解答我们最关心的两个问题：我从哪儿来？我是谁？

一切并非是随机的巧合。一切都有深远的寓意和自我此刻尚且无法全然理解的目的。我的存在有自己的价值，并且是相当重要的。

阅读本系列首先须打破线性时空的框架，将自身置于无奇不有的境相中，期望读者能较不扭曲地探索与理解被遗忘的已知。

鉴于本系列后段难度大幅提升，建议依照细雨资料建议学习顺序先完成各项细雨资料的阅读，并在对虚空法界有一定的理解的同时续读本丛书，这样将会对其内容有更好的领会，收到更大的助益。

细雨“早期课译本”现代汉语版（附批注）

《已知的实相 VI》

——内在自我的多维结构与运作方式

(240-280)

第二册（249-259 节）

（本册代码：Y6-2）

2025 年 4 月 22 日第一版

细雨社 www.xiyushe.org



ASIN: B0F4JM311V

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。