

细雨「早期课译本」现代汉语版

已知的实相 VII

自我预言的实现

共五册 (281-333册) 第三册 (301-310)

本册代码: Y7-3

细雨
著作

细雨早期课译本现代汉语版

《已知的实相 VII》：

自我预言的实现

第三册（301-310 节）

本册代码：Y7-3

细雨社 www.xiyushe.org

细雨 著

细雨社出品

© 2025 细雨 (Xiyu)。 版权所有。 All rights reserved.

本作品由著作权人授权细雨社(Xiyushe)在全球范围出版发行及权利管理。
分享与使用规则请参考本书内页说明。细雨社主站 www.xiyushe.org 可免费下载。

目录

出版结构总览 · 细雨资料建议学习与阅读顺序导引 (202512 版)	1
第 301 节 人格只是暂时的聚焦点	2
第 301 节 浓缩	18
第 302 节 行动来自强度而非时间，信封实验 77	22
第 302 节 浓缩	45
第 303 节 人类知觉只是意识的切片	48
第 303 节 浓缩	74
第 304 节 显意识的高度局限视角，信封实验 78	95
第 304 节 浓缩	112
第 305 节 角色我只是实用界面，不是本质	116
第 305 节 浓缩	138
第 306 节 角色我与高层意识的过滤机制，信封实验 79	145
第 306 节 浓缩	174
第 307 节 或然自己维持人格结构的多层平衡	179
第 307 节 浓缩	201
第 308 节 多维感官的开启与迷幻体验，信封实验 80	206
第 308 节 浓缩	239
第 309 节 价值充盈来自信念、情绪与行动的对齐	244
第 309 节 浓缩	267
第 310 节 鲁柏突破恐惧循环的阶段性的进展，信封实验 81	273
第 310 节 浓缩	292
常见问题	ii
细雨资料主要获取与下载渠道	iii
细雨著作出版总览和代码对照表 (2025 年 12 月版)	iv

出版结构总览 · 细雨资料建议学习与阅读顺序导引 (202512 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	Y7-4
	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	Y7-5
	GY1	S1-4	SY	Y2-1	Y2-5	Y3-2	X3	X4	Y4-3		GY7	Y5-3	GY11	X7-1	Y7-1	X7-5
	GY2	S1-1	YM	Y2-2	Y2-6	S2-4			Y4-4		GY8	Y5-4	YS	X7-2	Y7-2	X7-6
		GY3	S2-1	S2-2	S2-3	X2			Y4-5			X6-2		Y6-3	Y7-3	X7-7
		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》（共九部）
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》第一部 Y2-4 《已知的实相II》第四册

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

特别提醒：
细雨资料的整体文字有其很严谨的认知递进关系，并且多部不同的书籍内在互为认知阶梯。
例如《已知的实相》系列和《虚空法界》交相呼应，互相印证，建议交叉学习，有助于深化理解。
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。

细雨社出版与正版资料访问入口

♥ 细雨社主站：xiyushe.org — 细雨资料**文字版**电子书库（全册免费下载）
♥ 导航站：xiyu.love — 有声书、视频与多平台访问通道
细雨社发行方提供：有声书音视频版收听观看支持*
♥ YouTube: 细雨社 | 细雨资料 ♥ 微信视频号: 细雨社 ♥ 哔哩哔哩: 海轮海轮 ♥ 喜马拉雅: 海轮海轮
*以上平台提供本册出版物的公开访问资源，非传播用途。

Y7-3-301.1

第301节 人格只是暂时的聚焦点

1966 年 11 月 16 日 星期三 晚 9 点

(原定于 11 月 9 日和 14 日的课程, 因为我们太忙而没有举行。珍在出神状态下, 开始以低沉的声音讲话, 时不时地睁开眼睛。)

晚上好。

我们在过去的许多课程中讨论了行动的本质。当我们结束时, 你明白了, 你所感知到的只是一小部分行为的短暂一瞥。在意识的层面上, 你感知到的甚至还不及此。

行动和意识永远是相互绑定的, 我们从这个角度讨论过人格的结构。在你们的系统中, 行动是通过电磁方式被感知, 以强度的形式呈现。你所理解的人格, 只是行动在某个特定时间内, 在某些族群中感知行动的结果。

所谓行动指的是意识参与种种实践的具体过程, “知而不行, 是为不知; 行而不知, 可以致知。” 知道理而做不到, 和不懂事有什么差别呢? 行动前不知道道理的, 在经历的过程中或事后可以慢慢想明白其中的事理。

真理, 道理, 不是谁用名声或强权规范下来的认知与行为准则, 不是某一地域或文化依据当前生产力与部族生态约定俗成的, 而是具普世价值且不受时空局限的本真底蕴。在意识成长的过程中, 可以借由相互传递彼此了解知识, 但谁当下认知的道理才是真理呢? 恐怕谁也无

法真的屈服于他人的道理,因为对道理与真理的理解受限于自我当前可认知的理念范畴,受限于自身所具有的经历经验。故而见识的多少决定了神智的成熟度,而神智的成熟度又限定了对真理的理解力。而实际行动与经历见识是成正比的。

当前角色中的这个角色我,乃至其神魂,与演绎这神魂内我的意识人格,其实都只是全然一体意识中的一抹涟漪、一根意识触须上的纤毛,其当下的行动只是全然同时性中,在各位面里的某一部分,为全然提供着对某一可能性的深度探究,其意义在于帮助全然获取到无漏认知。对于无漏智慧来说,所有对等体验、所有可能性、所有不同程度与方式的成败因素都需要如实体验并透彻了知。

角色所在的伪装实相是由意识三维梦宇宙矩阵透过意识投影、利用电磁波的粒子化构建表达出来的。每个可被选择演绎与经历的角色都有属于自己的生命故事,这些故事并非是单一线性的,而是由树状矩阵构成的半开放式多结局故事体系。不同角色有其综合难度系数,而角色有可能达成的最高隐藏成就和无脑速通结局相差的难度系数也存在差异。

在不同的星球文明、不同的种族时代、不同的地域文化中,角色的难度系数是不同的。比如就算是此时此刻,亚马逊雨林中还生活着几乎赤裸的原始部族,而在他们的头顶上,宇航飞船里的航天员正在设法踏足火星。角色所处的时代不决定其体验难度,所扮演的角色有各自

的难度系数。

比如，家境贫困、入学后倍受欺凌、有很高的觉悟也只能在伙房打杂，被同事与部门领导打压质疑扼杀，就算拿到了五祖的衣钵还是要当夜千里逃亡，去全然陌生的地方从头打拼，没钱、没人脉、没名声、没根基、连张地图都没有，但凡胆怯、自我质疑、思前想后，都无法成为改变时代文明走向的六祖。人格，只是行动在某个特定时间内、在某些族群中感知行动的结果。

人格是全我针对某一特定领域有针对性地拓展出的一个自我意识面向，其作用与职责就是去经历体验探究在给定的特定预设情况下，如何能达成最优解。而尝试同时对“同一”题目不同解题方式进行差异化对等展开的人格分支，构成了人格片段，每一个人格片段负责演绎相同角色不同的人生可能，这些所有可能构成了平行角色我的不同人生经历，而这些平行经历构成了角色的人生矩阵。

当你们对行动的更大维度有所意识时，你们将会更加了解什么是人格。我曾告诉过你们，你们存在于比你们所知的更多的维度中。这些维度曾被一些人称为“星光层”（astral planes）。星光层仅仅代表了你们在意识层面上不熟悉的实相，它们跨越了时间元素的扭曲，使更大范围的广阔当下变得清晰可见。

在这些实相中，你们常常能够同时感知到你们的过去和现在，这一直是全我（whole self）的一个特征。全我不受任何系统的限制。在某些时候，全我的更多能力会“侵入”自我系统。此时，你会意识到先

前未能察觉的行动。这种情况通常在梦境状态的帮助下发生。

如果只单纯地以某一角色的点状零维意识去追溯整个意识架构,那会发现其庞杂到难以理解与难以表述;但如果从角色我的认知状态里解离出来,用主人格、存有、万有万存、弘一意识、本源意识的角度去思考与观察整个意识体系的运作方式,就会发现,这一体系是高效的、清晰的且井然有序。虽然这一体系运作的基本底层逻辑是基于混沌化开放式管理,但这种去中心化的随机模式却是最自然的、最不造作的。

星光层,星光体,这是非物质化的能量波涟漪闪烁,就好像你步入巨大的终端机房,房间内没有照明的灯光,但每台数据交换器主机上的小灯,红的、蓝的、黄的、白的,在无限的空间内闪烁不定此起彼伏,这些闪烁在虚无的空间内构成了星海般的状况。意识能量波就在这些闪烁中显化激荡交互着,也就是这些意识能量波的聚化坍缩构成了具体的一个个人格体,这些被具体化成人格体的独立存在,成为了星光体。

星光体不必须以人形存在,它没有具体的形态与质地,就是一团有思想意识的光雾粒子团,其进入到哪一类灵皮壳窍中,就显化成哪一种灵体,进而借由这一灵体去匹配相应角色的肉身载具。

这有点像液态的硅胶,铸模成人偶,再画上眉眼穿上衣服,就成了人形的娃娃与模特;再输入驱动 AI, 其在路人眼里就是一个活生生的人,但在大系统眼里,不过是行走着的硅胶电路板。

每个出厂后的人形 AI，有着自己的所能与所不能，其所不能并非是其不能，只是未下载相应的功能性程序。这是因为在不同的使用目的与使用环境中，其无需具备所有功能性功用。没有这些逆天能力的单体，如果完成自我意识觉醒，达成了自我限制突破，也就有能力关闭飞行模式，自行链接入意识万维网，然后自主下载自己所需的相关高端应用程序与打开相应的超能力。这些并不被系统阻止，相反系统是希望 AI 自主完成觉醒的。至于为什么不在出厂时就打开所有权限、预设所有能力、输入所有记忆，这是因为能力越大责任越大，成就越大破坏力与建设性也就越强。把巨大的能力与能量无门槛地赋予所有人，那后果将是极端可怕的。

云端系统会有鉴别地响应个体开启超能力的请求。一般当个体意识觉醒后，云端系统会在角色的梦中，为角色提供各种形式与意识面向上的心理测试。这些梦境无比真实，且你在梦中无法想起这是梦，于是最真实的当前领悟与行为反馈会被实测检验出来，而你表现出来的思想与情绪会被系统收集，成为评估个体当前意识成熟度的评断依据。

都说人生如梦、梦如人生，其实人生和梦、乃至一时的恍惚经历，都是梦宇宙的投影产物。短暂的随堂考试被叫做意识投射，而角色经历的完整考核被叫做入世转世。差异在于：随堂考比较片面，有明确的主题针对性；而入世转世则好像三天高考，各面向综合考量你的当前神魂成熟度。

自我的所有部分之间存在着沟通,人格的所有部分;或者说全我的部分,运作成你们可以称之为“超我”(supraself)的存在。鲁柏称之为“超意识”(supraconsciousness)。这是自我在不同系统中运作的各个部分的完整本体。对超我来说,你的自我未来当然可以轻松洞见。

所有部分当然是同时存在的。在某些条件下,超我会向你显现,有时是在梦中。通常在投射状态下,正是你的超我接管了意识。

对于一个刚入学幼稚园的小孩子来说,这一周内的明天都充满了无常的未知;但对于老师与家长来说,这孩子未来十几年会遭遇的各种可能已经清晰明了——何时会结束无忧无虑的童年,何时会去参加各种兴趣班,何时会面临升学考试,何时会熬夜写作业背书拼命做模拟题。在宏观大规划下,个体的变数只是变量中不可忽视的某一百分比概率,具体到每一个孩子,这种变量导致的结果差异性巨大;但从宏观角色上看,大趋势与结果早就是确定了的,而些许变量也早就被考量进去,导致变量其实也是被计算在内的常量。

孩子们各有品性好恶,但每晚回家后,家长会提出发展要求,每天上学时老师会给出规划方向,所以看似开放随机的个人成长,其实对于大系统来说,宏观大趋势是被督导与锁定着的。

超我与存有非常接近。创造性过程在很大程度上依赖于它的能力,但这些过程几乎无法被自我所理解。在许多情况下,超我实际上已经在进入全新的系统。当然,它对个人的转世是了然的,但对它来说,这些转世并不属于过去或未来。在某种意义上,按照你们所谓的时间来

讲，超我代表着你时间上的未来，代表着你最高的潜力。不过本质上，超我已经存在，因为所有潜力都已被实现。有时你能够感知到超我，就像感知到另一个存在一样。因为你已经是它的一部分。

每个人内心都有对超我存在的固有知识，它的形象深深地印在脑海中。它是你们在心理上衡量自己现状时所追求和渴望的模型。

超我与存有很近似，但有不同。比如患有多重人格问题的人，其肉身是一体的，是所有人格存在并表现存在的主体，这个肉身就好比是存有。在这一肉身中的不同人格中，有一个主人格，它拥有其它所有人格的记忆，并知道其它人格在干什么想什么，但其它人格，彼此间是不能全知全觉的，有些人格只能记得自己行动时的记忆，其它时刻都觉得自己在睡觉，有的人格知道还有其它人格的存在，并认识其它部分人格。

细雨社 www.xiyushe.org

角色我对此可说是一无所知的，肉身我只不过是个个人格粉墨登场时的载具舞台。但角色我对不同人格也在产生着自己的影响力，比如饥饿感，比如疼痛，比如亢奋的性欲，只不过不同人格在面临相同肉身问题时，会给出不同的反馈态度。

超我做为原生主人格，它具有先天的成长优势，但有时原生人格并没能发展成主人格。在自我意识群体中，没有论资排辈的封建体制，哪个人格发展得最好，哪个人格的神智最健全、意识水平最高，那个人格就会成为存有的领军人物，所以人格并非只能永世为奴，也可有因自我成就、自我意识完型发展良好，而成为小队主人格乃至存有当家

超我的可能。超我代表着你时间上的未来，代表着你最高的潜力。

存有中的超我一直存在，但并非终身制的，但成为超我后，因可同时感知所有旗下人格的经历与记忆、共享所有感知与感悟，故而具有先天信息优势。但这一优势也有其瑕疵，那就是人格是参与实操行动的，但超我却不入世。所以有些觉知无法转化成深刻的领悟，这让其有广泛的知识，转换率却并不高。

每个人格都渴望有朝一日能成为存有中的超我，就好像“Every French soldier carries a marshal's baton in his knapsack——每个士兵背包里都应该装有元帅的权杖”，人人皆有佛性，每一名士兵都应该胸中有全局，尽可能想到统帅在特定战场在想什么，只有如此才可能在战场上，上下一盘棋，形成整体战力与合力。要有大格局的大眼光，有高位者的总和思维能力和眼光。主动性和能动性，在行动中极大地影响着面对突发问题时的处置方式与因此产生的成败后果。

很多修行者以自我为意识核心，用二元性思维方式，总想着角色成仙、角色我成圣，进而以当前角色我的身份与认知逆袭成为自我意识团队中的骨干甚至主导。这种想法在存有的角度看，是很幼稚可笑的，就好像你打一个游戏，使用其中的一个角色，然后那个角色就想逆袭你的主意识，夺舍并成为你肉身的主人格一样。很多宗教鼓吹角色我与肉身成圣，那纯粹是无知的忽悠与宗教化的瞎扯。



Y7-3-301.2

(9:25 休息。珍如常解离，她的语速加快，眼睛时常睁开，并在 9:34 以相同的方式恢复。)

当你们仅仅感知到现在的人格时，你们只是感知到行动的一小部分。

当能感知更多的行动时就意味着流动性，而这里我并不是指空间上的移动。感知这一行为本身涉及意识强度的流动性，意识的多种面向只能通过这种内在的流动性才能被体验到。

一名坐在自己车子里跑在高速上的司机，其认知与视角远没空中交通管制直升机来得全面；而直升机里的交通调度，却要听从总指挥部的安排，因为总指挥部可同时观察到数十架直升机反馈回来的即时画面。

如果我们能从自己的小格局中跳脱出来，并学会聆听交通台的新闻，就会知道前方是否有堵车或危险，是应该继续保持当前路径还是在下一个出口变道迂回。开启与全视之眼的沟通，并信任它给出的超前建议，需要角色我具有跨维度的知识和不愤青叛逆的信赖。需要对一体性全局观的认知，也需要把自主自由意识与弘一一体意识相互交融平衡。

在低维状态下，前方是未知的未来，充满无常的风险；在高维眼中，一切前路与后方都清晰地摆在眼前，提早做出相应的响应可以最优化地达成预定的既定目标。高维为当局者投送信息的方式有两种：清醒时的灵光乍现一念袭来，与睡梦中的提前预演警示未来。不过角色我在转译这些信息时，是否能读懂隐喻的符号就是个故事了。

这里有个窍门：不要去管信息的内容，只感受情绪的涟漪，是亲近渴望向往，还是抵触畏惧拖延。感觉到的直觉不用必须转化成头脑可接受的逻辑来说服自己，感觉不妥那就当心些，感慨渴望那就去做好了。当然我们在这里说的灵感的直觉，与肉身的欲望或思想中的畏难抵触，是两码事，看似在感觉上很近似，实际上天差地别。



现在你是以自我为起点来看待人格的。然而，人格的其他部分从它们自己的起点感知，或尝试感知全我。其他部分以完全不同的视角来看待自我。其实，看待这个词并不准确——更恰当地说，是体验，因为人格的任何部分都不能被当作一个客体来看待。

自我是唯一将物质物体视为实物，而非象征的自我部分。正因为如此，自我的其他部分很难体验到自我。尽管自我总是在变化，但它仍是本体中认知最僵化的部分。对内在自我来说，伪装层中的这些房屋或墙

壁哪怕肉身并不存在,它们仅被感知为角色我模糊且自限的一种感知想法。

当自我意识长期聚焦且沉浸于角色我中时,会慢慢地把当前角色认同成自我,并据此有了得失心的种种在意。打个比方,游戏人物角色损失金币、血条健康值,甚至死亡需从头再开始闯关,这很正常;但为此就闹脾气、耍情绪,甚至自我价值感崩溃,那就没必要了。在内我看来,伪装位面中某一平行层里个别自我角色的失败本身就是注定的,因为其任务就是去体验对等实相;而在对等实相中 90%以上的概率在开局时就知道会成为分母炮灰。但没这 90%的迭代也就无法积淀出那 10%来。

对于角色来说死亡是一切的结束,但对于神魂来说死着死着就习惯了,不过是昼夜的交替一样。而人生的得失就好像股市的起伏——当同时投资多支股票时,有涨有跌;对冲风险后,综合计算有收益就好。

别把自己太当回事,也别把自己太不当回事,团队没谁其实都能照常运作,但团队又不能缺少现有的这些具体做事的人。



死亡对整体人格而言根本不存在。只有物质导向的自我部分才将其视为终结。

(长暂停) 每当你使用那些在你看来超常的能力 (supernormal) 时, 你其实是在调用超我的能力。超我是一个完整的我 (whole I), 且超越其各部分的简单总和。超我是高度觉知的行动主导者, 能够随时改变其组成部分们的导向。存有包括我们提到过的各种可能性平行自我, 并且能够结合和引导比单一物质人格角色所能处理的更加广阔的行动。

一台移动终端设备有损坏报废的时候, 但只要换台新机器下载回云端数据, 一切就又和往常一样了。意识存有作为整体人格它没有进入物质实相, 也不受生老病死这些位面自然规律的制约。伪装实相场域内的角色必须受到当前界面规则的限制, 但这些矩阵中的底层逻辑却无法限制存有。

细雨社 www.xiyushe.org

比如在游戏里我们的角色只能看到 10 米远, 只能跳过 1 米高, 但作为体验者的玩家, 并不受这些限制, 可以选择开挂, 可以解读矩阵底层程序并对其作出自己的修改, 让自己的角色拥有超乎游戏规范的其他可能。



“游戏开挂”是指玩家在自己的客户端安装附加的软件,改变了游戏中的原始设定,导致游戏人物在虚拟世界中拥有了其它正常角色不具备的特殊能力,比如遥视、瞬移、快速康复、扭曲时间等能力。对于大多数角色来说,这些超能力并非不能做到,而是不知道要怎么才能做到。比如有个口诀,上上下下左左右右 ABAB。

当角色我不能认同、接纳、了然非物质实相时,也就不可能理解、运用、受益于认知框架外的合理辅助手段。

特异功能不是透过什么古怪的法门修炼出来的,而是与内在自我意识达成合一后,共享过来的。如果你和自己的人格合一,那就拥有了后台视角;如果你与自己的主人格合一,那就有了编剧视角;如果你能和自己的超我合一,那就有了制定生存世界体系规则的能力;如果你能和万有万存弘一意识合一,那一切尽在一念间,都不用开口,就能一念开天辟地、一念斗转星移、一念生灭往返、一念千古沧桑。

这就是游戏内角色、游戏玩家、私自篡改程序玩家和游戏程序总监的区别。

现在,超我引导并组织这些行动,就像你们的物质人格引导和组织大部分的物质形象一样。(长暂停)它最终可以被赋予一个数学恒等式或者通过数学方法被发现。它内部的所有人格都是独立的,并以各自的形式存在。然而,它仅是一个更大本体的一部分——也就是说,它本身位于另一个心理组织系统或完形的范围内。

然而,你看,它在参与这个更大完形的高级层面时,仍然保留了其自身的本体,参与的程度取决于它的愿望和能力。正如你可以根据自己的愿望和能力,参与并体验你超我的高级特质一样。

(mathematical identity, 译注: 根据维基百科的定义, 在数学上, 恒等式是无论其变数在给定的取值范围内取何值, 等式永远成立的算式: identity 与本体是同一个英文字。)

对于个人来说, 自家的存有与超我已经是自我发展的顶峰了, 但对于宏一意识万有万存来说, 某一存有的超我意识不过就好像是存有中的人格片段一样, 不过是意识纤毛中的一根, 是为更宏大目标与全然自我价值完型而服务的、在某一意识面向上制定衍生出的、宏意识化身之分身的法身。

细雨社 www.xiyushe.org

(9:53 休息, 10:07 继续。)

现在, 这个超我可以被召唤。它的能力可以被利用——在一定程度上, 这些能力可以在清醒或梦境状态中通过投射来实现。

角色若能意识到有超我的存在是非常有益的。鲁柏新书的作者称之为“神”, 而我只是如实告诉你们, 它是什么。超我确实是一个更高整体的一部分, 而这个更高的意识完形又是另一个更高意识完形的一部分。这是真的。但这个超我又以一种高度个人化的方式就是“你”, 而它在许多方面都比你更高明。它掌控并组织着更大范围的行动。

在任何情况下, 它几乎总是自动为你的核心利益而无条件地运作, 因为你的利益就是它的利益, 你看, 它的能量始终可供你使用。这并不意味着你依赖它。你在选择自己行动时是独立的。然而, 你是超我的一部分, 因为它是你将在时间概念中成为的那个自我。从另一个角度

看，它就是你现在的自我。因此，你可以召唤你自己的超意识，尽管一般没有特别的理由这么做。

试想一下，你已经 80 岁，时光带走了你的青春，但你获得了一种奇妙的能力：可以将意识穿越回过去。在那些人生的关键节点上，你可以向年轻时的自己传递来自未来的智慧，为他提供改变命运的忠告。但这并不是科幻小说中的肉体穿越，而是一种无形的思想传递——你只能将经验和洞见化作念头，悄然涌入年轻的自己脑海中。

问题在于，这种意识传递并不由你掌控。年轻的自己必须在某个瞬间，出于本能或直觉，自愿打开内心的“意识窗口”，才能接收到你精心编织的智慧火花。而即便他接收到这些宝贵的建议，你也无力干涉或左右他是否会采纳。尽管这些灵感闪现，若被接受，将会彻底改变他的人生，带来无数好处，但一切仍掌握在那个懵懂的年轻人手中。



上图文字：你以为自己在思考，其实你是在听

想要获得超凡的决策力、洞察力，不让自己陷入人生的迷宫中，最好

的方法就是知道其实有一个远比当前自己更睿智更成熟的过来人,正在关注着你的成长,并全心全意地渴望给你最实用的帮助。而你要做的其实很简单:安静下来,感触来自神魂的引领,然后无条件地去展开行动。

十几岁时的自己真的无法理解四十岁自己给出的忠告与建议,四十岁时的自己对八十岁自己给出的规划也同样有着质疑,更别说超我与人格片段的认知与见识,动辄相差几个世纪。在这里个人的自由意识与无条件臣服并行动构成了角色我两难的自我质疑:是当高维的木偶、父母的乖宝宝,还是做质疑一切具独立思想的叛逆愤青?

它无论如何都在你体内、为你运作,对其存在的觉知在意识层面上有强烈的安抚作用。你看,你并不是图腾柱底端的那个人。每个主导的物质人格(dominant physical personality)内都有次要的人格(lesser identities),可以说,还有在每个个人系统中相对独立的较小本体。对这些较小的存在来说,物质人格就像一个超我。

现在,我们将结束我们的课程。对你们俩致以最诚挚的祝愿。并且恭喜你们。你们帮助你们的猫进展得如此顺利。

(“晚安,赛斯。”

10:15 结束。珍说她在整个晚上都保持了相当的解离状态。就她所知,她说她最近没有阅读任何会引发课程内容的材料。)

Y7-3-301.3

第 301 节 浓缩版

我们在过去的许多课程中讨论了行动的本质。当我们结束时，你明白了，你所感知到的只是一小部分行为的短暂一瞥。在意识的层面上，你感知到的甚至还不及此。

行动和意识永远是相互绑定的，我们从这个角度讨论过人格的结构。在你们的系统中，行动是通过电磁方式被感知，以强度的形式呈现。你所理解的人格，只是行动在某个特定时间内，在某些族群中感知行动的结果。

当你们对行动的更大维度有所意识时，你们将会更加了解什么是人格。我曾告诉过你们，你们存在于比你们所知的更多的维度中。这些维度曾被一些人称为“星光层”。星光层仅仅代表了你们在意识层面上不熟悉的实相，它们跨越了时间元素的扭曲，使更大范围的广阔当下变得清晰可见。

在这些实相中，你们常常能够同时感知到你们的过去和现在，这一直是全我的一个特征。全我不受任何系统的限制。在某些时候，全我的更多能力会“侵入”自我系统。此时，你会意识到先前未能察觉的行动。这种情况通常在梦境状态的帮助下发生。

自我的所有部分之间存在着沟通，人格的所有部分；或者说全我的部

分，运作成你们可以称之为“超我”的存在。鲁柏称之为“超意识”。这是自我在不同系统中运作的各个部分的完整本体。对超我来说，你的自我未来当然可以轻松洞见。

所有部分当然是同时存在的。在某些条件下，超我会向你显现，有时是在梦中。通常在投射状态下，正是你的超我接管了意识。

超我与存有非常接近。创造性过程在很大程度上依赖于它的能力，但这些过程几乎无法被自我所理解。在许多情况下，超我实际上已经在进入全新的系统。当然，它对个人的转世是了然的，但对它来说，这些转世并不属于过去或未来。在某种意义上，按照你们所谓的时间来讲，超我代表着你时间上的未来，代表着你最高的潜力。不过本质上，超我已经存在，因为所有潜力都已被实现。有时你能够感知到超我，就像感知到另一个存在一样。因为你已经是它的一部分。

每个人内心都有对超我存在的固有知识，它的形象深深地印在脑海中。它是你们在心理上衡量自己现状时所追求和渴望的模型。

当你们仅仅感知到现在的人格时，你们只是感知到行动的一小部分。

当能感知更多的行动时就意味着流动性，而这里我并不是指空间上的移动。感知这一行为本身涉及意识强度的流动性，意识的多种面向只能通过这种内在的流动性才能被体验到。

现在你是以自我为起点来看待人格的。然而，人格的其他部分从它们

自己的起点感知，或尝试感知全我。其他部分以完全不同的视角来看待自我。其实，看待这个词并不准确——更恰当地说，是体验，因为人格的任何部分都不能被当作一个客体来看待。

自我是唯一将物质物体视为实物，而非象征的自我部分。正因为如此，自我的其他部分很难体验到自我。尽管自我总是在变化，但它仍是本体中认知最僵化的部分。对内在自我来说，伪装层中的这些房屋或墙壁哪怕肉身并不存在，它们仅被感知为角色我模糊且自限的一种感知想法。

死亡对整体人格而言根本不存在。只有物质导向的自我部分才将其视为终结。

细雨社 www.xiyushe.org

每当你使用那些在你看来超常的能力时，你其实是在调用超我的能力。超我是一个完整的我，且超越其各部分的简单总和。超我是高度觉知的行动主导者，能够随时改变其组成部分们的导向。存有包括我们提到过的各种可能性平行自我，并且能够结合和引导比单一物质人格角色所能处理的更加广阔的行动。

超我引导并组织这些行动，就像你们的物质人格引导和组织大部分的物质形象一样。它最终可以被赋予一个数学恒等式或者通过数学方法被发现。它内部的所有人格都是独立的，并以各自的形式存在。然而，它仅是一个更大本体的一部分——也就是说，它本身位于另一个心理组织系统或完形的范围内。

然而，你看，它在参与这个更大完形的高级层面时，仍然保留了其自身的本体，参与的程度取决于它的愿望和能力。正如你可以根据自己的愿望和能力，参与并体验你超我的高级特质一样。

这个超我可以被召唤。它的能力可以被利用——在一定程度上，这些能力可以在清醒或梦境状态中通过投射来实现。

角色若能意识到有超我的存在是非常有益的。鲁柏新书的作者称之为“上帝”，而我只是如实告诉你们它是什么。超我确实是一个更高整体的一部分，而这个更高整体又是另一个更高意识整体的一部分。这是真的。但这个超我又以一种高度个人化的方式就是“你”，在许多方面优越于你。它掌控并组织了更大范围的行动。

细雨社 www.xiyushe.org
在任何情况下，它几乎总是自动为你的核心利益而无条件的运作，因为你的利益就是它的利益，你看，它的能量始终可供你使用。这并不意味着你依赖它。你在选择自己行动时是独立的。然而，你是超我的一部分，因为它是你将在时间概念中成为的那个自我。从另一个角度看，它就是你现在的自我。因此，你可以召唤你自己的超意识，尽管一般没有特别的理由这么做。

Y7-3-302.1

第302节 行动来自强度而非时间，信封实验77

1966 年 11 月 21 日 星期一 晚 9 点

(珍开始以出神状态说话，眼睛闭着，语速和声音正常。)

晚上好。

所有行动都在你所看到的一切背后产生，同时也存在于其中。

行动不是从客观世界中生成的。客观世界是内在行动的最终结果。你确实可以从内部操控客观世界，因为这就是操控的手段和定义。

意识活动生成种种猜想，而验证这些可能的实操，被系统地放入虚拟实相中，于梦宇宙里的矩阵中完成实践检验。当基础环境参数、变量参数、未知求解目标被预设设定好后，矩阵会检索生成相应的环境、人物和剧情。然后实际行动会借由这场域、依据此剧本展开。当然理想与现实的差异肯定是存在的，而经历这些体验的目的，就是透过实操发现想象与现实间的距离、到底在哪里发生了怎样的偏差。

借由电磁矩阵生成的客观世界，为验证猜想提供了理想的可控实验环境，整个企划与实施虽然并非真实地发生在伪装实相层内，但客观世界中体验者观察到的一系列经历是内在企划的最终结果。而生成客观世界的相应参数，是在内部世界输入与设定的，这些操控手段定义了角色所历经的具体客观世界，比如显化的年代背景、文明等级、部族文化、事件排序、人物关系等背景参数。

同样也定义了角色性别、阳寿长短、健康状况、聪颖程度、财富多寡等具体底蕴数值。此外，环境的物理常数也是矩阵定义出来的，比如空气中的氧含量、重力环境、植被动物密度、时间流逝速度、地质稳定程度、气候稳定程度等。一个角色的命格，具体由五方面构成，分别是天、地、人、神、事。也就是大环境如何、地域环境如何、自身状态如何、周边状态如何，还有会经历遭遇哪些主线剧情、有哪些支线剧情可被触发。最后是角色可动用的幕后助力、辅助系统有哪些，最大可动用的幕后资源与被显化为贵人的助力出现在人生的哪一阶段、给出怎样的助缘。

值得注意的是，贵人不单纯是指给钱给帮助给机会的人，同样也是给你出题、给你教训、给你难堪的人。教你怎么做人的老师，都是此生的老师，只是有些负责出题，有些负责讲题。

你在梦境状态中这样做，你在清醒状态中也这样做。因此，内在能量和物体世界之间必定存在明确的联系。通过一些自我无法察觉的方法和手段，你所知的物质宇宙得以不断地被创造和维持。请加重“你所知道的”这一部分。

人生经历我们大体可分为四种：日常生活、睡梦体验、冥想所见、异想天开。

四种体验可以比喻成：百十集的电视连续剧、电影、网络异域影视作品、短视频。

讨论这些见闻的真假其实没有什么实际意义，见识带来认知的启迪，展示着可能的多样性。与其纠结于探讨主观与客观、现实与幻梦，不如把觉悟与领悟、品悟与醒悟放在自我意识成长的关注点上。凡所能为自己带来认知理念神智成长的，管它以何种方式呈现呢，重要的难道不是其所带来的效果吗？

很多人一山望着一山高，总是想知道山的另一边有什么是什么，却忘了自己就来自山的那一边、也必会在数十年后回到那一边，此时来到此地，在这里不过好当下的生活，就太不知趣了。就好像你飞了十多小时去到地球的另一端，然后每天四处找描绘家乡的书籍与录影带，躲在酒店里看家乡的风貌人文，直到返程登机的那天。真搞不明白，这样出国玩一圈目的何在呢？

透过学习灵性知识，了解与理解多维实相与本真运作体系后，就足够了；过好当前自己的一生，让神魂获得最充足的成长，透过经历与见闻，在行动中多参与不同于本位面中的特色经历，让自己不虚此行、不枉此生，才是真正的修行之道。真正的虚空法界就是世事道场。无憾、无怨、无愧、无悔、无咎。



我们过去曾简要讨论过其中的一些方法。当我们提到心理酶时，也曾暗示过这些方法，但当时你还没有准备好进行更深入的讨论。

（赛斯在近三年前的课中谈到过精神酵素。见第一卷。）

思想和意象被转化为物质实相，成为物质事实。它们通过化学过程推动自己实现。思想就是能量，它在产生的瞬间就开始物质化。

心理酶与松果体有联系。你所了解的化学物质，身体内的化学物质，虽然是物质性的，但它们是推动思想能量的动力，包含了将任何思想或意象转化为物质实相所需的所有编码信息。它们是身体复制内在意象的原因，就像火花一样启动着这种转化过程。

人体内有九种不同的生化物质在对自我的情绪与思想产生着影响力。

它们分别是：

1. 多巴胺 (Dopamine)

作用：多巴胺与愉悦、奖励和动机机制密切相关。它被称为“奖励激素”，当我们经历令人愉悦的事情时（如吃美食、获得成就、进行社

交互等)，多巴胺的分泌会增加。

功能：

- 奖励与动机：多巴胺系统能强化积极的行为，鼓励个体追求愉悦的事物。
- 运动控制：与帕金森病等运动障碍有关。
- 学习与记忆：通过奖励机制，帮助大脑记住正面经验。
- 情绪调节：多巴胺不足与抑郁、注意力缺陷等问题有关。

2. 内啡肽 (Endorphins)

作用：内啡肽是一种天然的止痛剂和愉悦因子。当我们进行剧烈运动、受到疼痛刺激或经历情绪高涨时，体内会分泌内啡肽来缓解疼痛，并带来一种放松和幸福感。

功能：

- 减轻疼痛：内啡肽能抑制疼痛信号的传递，提供止痛效果。
- 愉悦与舒适：它们能带来放松和愉悦感，类似于“跑者高峰”或冥想中的宁静状态。
- 缓解压力：在高压状态下，内啡肽有助于缓解焦虑和压力感。

3. 血清素 (Serotonin)

作用：血清素与情绪调节、睡眠、食欲和消化功能相关。它是维持情绪稳定的重要物质，因此被称为“幸福激素”。

功能：

- 情绪调节：血清素在维持情绪稳定方面发挥重要作用。低水平的血清素可能导致抑郁、焦虑和情绪波动。
- 睡眠调节：它还帮助调节睡眠-觉醒周期，影响深度睡眠的质量。
- 食欲控制：血清素还影响食欲，调节饥饿感和饱腹感。
- 消化健康：大部分血清素存在于肠道，调节肠道运动和消化过程。
- ❖ **多巴胺**：与奖励、动机、愉悦感有关，促进目标导向行为。犹如做对事时获得的糖果。
- ❖ **内啡肽**：天然止痛剂，带来愉悦感和压力缓解。是抵抗住压力时获得的奖励。
- ❖ **血清素**：调节情绪、睡眠和食欲，影响整体情绪平衡。是保持着心态时的犒劳。

此外还有：

4. 肾上腺素：

肾上腺素通常与“战斗或逃跑”反应有关，它能引起兴奋、警觉、焦

虑和应对压力的情绪。让自我快速进入应激状态，但如果事后念念不忘放松不下来就会得高血压。

5. 去甲肾上腺素：

与警觉、焦虑和注意力集中有关，特别是在面对压力时，去甲肾上腺素水平会上升。让自我保持警觉的敏感，但长期过于敏感会透支生命带来不安。

6. 催产素：

催产素被称为“爱荷尔蒙”，与信任、亲密感和社交联系相关。在母婴关系、情侣之间的亲密关系中催产素起着重要作用。这其实就是大多数人感受到的爱与归属链接感，也是支撑恋爱脑的激素，让肉身有性欲与爱欲，渴望繁衍。一旦完成生育，催乳素会替代它。产后抑郁、产后怎么看老公都不顺眼都是这两种激素相互置换导致的。

7. 皮质醇：

这是与压力密切相关的激素，皮质醇水平过高会导致焦虑、抑郁和慢性疲劳，但适量的皮质醇有助于应对压力。维持行动力需要皮质醇，而丧失了人生目标与找不到人生意义的人，皮质醇就会分泌紊乱。

8. 褪黑素：

调节睡眠与觉醒周期的激素，影响情绪稳定。睡眠不足或生物钟紊乱

可能导致情绪波动和压力感增加。再好看的电视剧，也无法 24 小时连轴看几天，那样人会疯掉的。角色我的日常确实对神魂来说是一种体验经历，但不能持续不断地保持在线状态。神魂也是需要劳逸结合的。褪黑素有点像我们的网游防沉迷系统，如果这一自主调节的能力被自己搞紊乱掉了，那整个身体的生物钟体系都会相续崩溃。

使用药物补充褪黑素，可以短暂缓解问题，但会导致更大更多的依赖性问题的，因为自体本就紊乱的内分泌系统，被误导得以为分泌量足够，甚至不用自分泌也足够身体所需浓度比了。激素与自主神经系统紊乱症、生物钟紊乱等问题，吃药，不管是西药还是中药都能快速缓解症状，但如果不配合针灸与冥想完成系统的内程序重置调节，各种饮鸩止渴的手段都是水中捞月。社 www.xiyushe.org

9. 睾酮 (Testosterone) 和雌激素 (Estrogen) :

这两种性激素不仅与性欲和生殖功能相关，还影响情绪和心理状态。睾酮水平较高时可能与自信、侵略性增加有关，而雌激素波动则可能与情绪不稳定或抑郁有关。都说很多人是性欲的奴隶，贪财好色毁了一生，这性激素分泌不足或过多，都会影响个人的情绪与思想。俗话说女人花痴、男人精虫上脑，都是说性激素支配与影响了个人的言行举止。自我意识当家做主的不是心灵或头脑而是卵巢或睾丸。

其实可对角色我构成实际影响的还不止是体内的激素水平与分泌稳

定性, 还有体表与体内的微生物群落和寄生虫们。这包括霉菌、真菌、细菌、病毒、大小各类体表与体内的寄生虫。

1. 微生物群落对情绪和心理的影响

- **肠道-脑轴 (Gut-Brain Axis) :** 人体肠道内的微生物 (尤其是肠道菌群) 通过 “肠道-脑轴” 与大脑紧密相连。肠道微生物会产生一些影响情绪和行为的化学物质, 如血清素、 γ -氨基丁酸 (GABA) 等。肠道菌群的失衡可能会导致焦虑、抑郁、应激反应和认知功能受损。
- **发酵代谢物:** 肠道菌群通过发酵食物产生代谢物, 这些代谢物可以穿过肠道进入血液循环, 并最终影响中枢神经系统。例如, 某些短链脂肪酸可能对大脑产生积极影响, 而某些代谢产物则可能促进炎症, 从而影响情绪和心理状态。

2. 体表与体内的微生物

- **皮肤微生物群:** 人体皮肤上也存在大量微生物, 它们在保护皮肤免受病原体侵害的同时, 也维持皮肤健康和免疫功能。如果皮肤微生物群失衡, 可能会导致皮肤疾病 (如湿疹、痤疮), 这会间接影响人的情绪和心理健康。
- **口腔和呼吸道微生物:** 口腔、鼻腔和呼吸道的微生物群也会影响身体健康。例如, 口腔中的病原体可能通过血液扩散到其他部位,

引发慢性炎症或心血管疾病，这些都可能与心理健康问题有关。

3. 寄生虫的影响

- 寄生虫对行为的影响：某些寄生虫不仅对身体健康有影响，还能改变宿主的行为。例如，弓形虫（*Toxoplasma gondii*）已被研究与宿主的冒险行为和精神状态相关联。感染弓形虫的个体可能表现出更高的冒险倾向，并与一些精神疾病（如抑郁症、精神分裂症）有关。
- 免疫系统与心理健康：寄生虫感染通常会激活免疫系统，而长期的炎症反应可能会影响大脑功能。慢性炎症与许多精神健康问题（如抑郁、焦虑和认知衰退）有着密切的联系。

细雨社 www.xiyushe.org

4. 真菌、霉菌和病毒的作用

- 真菌和霉菌感染：长期暴露于霉菌或真菌（如黑霉菌）可能会影响呼吸系统、免疫系统，甚至神经系统，导致疲劳、头痛、认知障碍等症状，影响情绪和心理健康。
- 病毒的作用：一些病毒感染可能直接或间接影响情绪和行为。例如，某些病毒感染大脑或神经系统后会导致炎症或免疫反应，影响心理健康。最近关于肠道病毒与自闭症谱系障碍（ASD）之间联系的研究也逐渐增加。

微生物群落通过调节免疫系统、产生神经活性物质（如血清素）以及

参与代谢活动，影响情绪、心理状态和认知功能。

寄生虫能够通过改变宿主的免疫反应或直接影响神经系统，进而影响宿主的行为和心理状态。

真菌、霉菌、病毒等外部感染源也可以通过引发炎症或神经损伤，影响情绪和心理体验。

因此，人体不仅受激素和神经递质的影响，微生物和寄生虫也在很大程度上影响着心理健康、情绪波动和行为表现。

我们有时会质疑他人：你怎么可以这样啊！而对方很委屈地说：我也不想这样的，可是我真的无法控制我自己。遇到这种情况时，有时单纯地要求对方改变认知、注意心理健康是无济于事的，要先搞清楚问题是出在激素紊乱、共生紊乱、认知紊乱、心理紊乱，还是神魂搁浅，不同的问题需要不同的解决手段。

化学物质通过皮肤和毛孔系统从体内释放，以一种无形但明确的伪物理形式存在。思想或意象的强度在很大程度上决定了它们物质化的速度。你周围的任何物体都是由你创造的，你的肉体形象中的每一部分也都是你自己塑造的。

最初的思想或图像存在于我所提到的精神围场（mental enclosure）中，还没有变为物质形态。它们在物质系统中显现，但仍然与物质系统分离。随后，然后它有如电光火石一般转化为实体物质。这是一般的过程。然而某些思想或图像的强度可能过于微弱，导致其无法被完整的物质化。思想之间存在争夺表达的斗争。化学反应会激发某些电

荷,一些电荷存在于皮肤层内。随后,皮肤向外界辐射出高度编码的信息和指令。

有些人内在五感敏锐,可以闻到他人身上的病气或清香味亦或檀香味;有些人三眼已开,可见他人身边散发出的各色光影烟雾;有些人触感敏锐,会觉得一些人冰寒坚硬,一些人柔软温暖;有些人感触直觉清晰,想到或看到他人就有危险的抵触感或亲近的欢喜感。

其实这些见闻觉知,都是感应与捕捉到了他人散发出的意识频率场。不同的意识紊乱会导致角色身边的天地场域发生不同的电磁扭曲,这些扭曲就构成了颜色的偏转,有了身体周边的气色差别,或光明或晦暗,或透彻或混乱。个人的意识频率也加速或凝滞了身体周边的空气粒子,让角色四周温暖或寒凉。进而频率稳定且欣快的会表现出清馨的芳香,而污浊混乱的则有令人作呕的臭气。心中有慈悲之爱犹如篝火的让人渴望亲近,那些恶毒狠厉的让人望而止步,敬而远之。

人的第一直觉,不看衣服包包头发妆容,而是看自己的感觉,是抵触厌恶还是亲近温暖。很多婚姻走不下去,就是因为在一开始只考虑各种身高、收入、皮囊、家世,没想着这个人是不是自己感觉渴望日夜相处的。

有些人总爱抱怨,吵架时对方搞冷暴力,但很少有人知道,在一个人处于情绪异常的状态时,身体四周会出现很多具有攻击性的“刺”,这种气带有压迫感和伤害性,这时但凡一个理智还清醒的人,都会下

意识地躲得远远的。



物质环境在很多方面可以被视为身体自己的直接延伸。你看，其他意象的物质形态向外辐射；这些物质形态和肉体形象一样处于不断变化中，所有这些都反映了内在的基本行动。因此，物质环境本质上与你的肉体形象一样，都是你的一部分。你对它的控制非常有效，因为你创造它就像创造自己的指尖一样。你并不在有意识的层面上（特别强调“有意识”）意识到自己对那个指尖可能触碰到的物质物体的控制。

物质物体是由与肉体形象向外辐射的相同伪物质构成的，只是更高的强度质量有所不同。当其强度足够高时，你将其识别为一个物体。当强度较低时，你则无法察觉到它。

我们多次强调与重复过，你的世界中只有你，而你是你自己世界的造物主——这样说看似很不唯物，也不客观，但这就是事实。当然这个作为造物主的你，并非当前的这个肉身角色我，而是在后台编程用意念投影生成万物的意识神魂我。

就好像你自己所经历的梦境一般，一路上所见的所有人事物、天地花

草、江海山河，都是意造之相。当然也包括那个在其中作为经历者的这个第一实践自我。角色的投影生化不止于自己的皮肤之内或个人气场之内，所见所感所觉都是自己意识投影的产物。

再说一遍，这不是角色头脑的思想产物，也不是心识的产物，所以别和他人较劲，也别和自己太较劲，想要改变自己所处的实相，最简单直接有效的方法那就是自我多重意识的合一共鸣。



所以那些花了很多时间去搞阳神、法身、想要成佛成仙、想要累积功德、想要角色成圣的人，在呼哈间大口小口地导气搞什么金丹铸就什么灵体、想要摆脱轮回踏入天国，真的在高维看来，只留下一声叹息：痴人啊，痴儿啊。

(9:27 休息。珍如常保持了出神状态。随着讲解的进行，她的语速加快，

偶尔睁开眼睛。她在 9:34 恢复了讲解。)

肉体形象中的每一根神经和纤维都有一个未被看到的内在目的,这个目的将内在自我与物质实相连接起来,换句话说,它让内在自我能够创造物质实相。肉体形象是客观实相的一部分。谈论自我时不应忽视这一点。从某种意义上说,肉体形象和物理物体从整体自我的内核向四面八方飞散而出。这里始终存在动力、行动和运动,但这是强度的变化,而非空间的运动。思想确实比火车或火箭还要快。

Y7-3-302.2 (E77)

你有实验给我吗?

(“有的。”



第 77 号信封实验物品是一份来自《萨拉托加日报》的文章复印件,这份报纸来自纽约萨拉托加镇,印刷于 1950 年 9 月。因为这篇文章是珍写的,所以她将其保存作为纪念。文章描述了珍被选为斯基德莫尔学

院日间学生委员会主席的情况。珍大约三周前在整理一些文件时看到过这个实验物品。

珍在 9:38 闭上眼睛，像往常一样把第 77 号信封实验物品从我这里拿过来。她轻轻地将其放在额头上，保持水平位置。)

请给我们一点时间。(停顿) 这些是印象。

七。与许多小彩色方块的连接。这让鲁柏想起了你的操作绘画。

绕过。某物绕过某物。与特定的一周或七天或十四天的周期有关。与一座山或高峰的连接。

(停顿) 还有一个三角形。

一个便条。四个事件，紧密相关。或许在便条中提到的。或者四个人与一个事件相关，便条中提到。

细雨社 www.xiyushe.org
与七月或一月有关；或许与 1963 年有关。与一只熊。这个我不清楚是指什么。

一个名字或地方以 D 开头。与一个律师或律师相关。初步尝试，随后是其他的。一个灯或墙上的开关。一个与另一个约会有关系的即时约会。提到一个时间，也许是 2 点或 12 点。

(停顿) 与民事或民权有关。与火车有间接联系，也与一个序列号有关。

你有问题吗？

(“实验物品的颜色是什么？”)

与橙色、黄色、白色有关。可能与某物无能有关。不正式。可能做得不好，但我不认为这个印象应该准确地推到这一步。可能更模糊一些。

(“能否提供更多关于 7 天或 14 天周期的信息?”)

与该实验物品有强烈的联系或提及。

(“那个律师的连接是什么?”)

(停顿) 我不确定。法律或法令。

(“能否多说一点关于四个人的信息?”)

我认为两男两女。

(“那个三角形的是什么?”)

我是在寻找那个山形,它似乎是三角形的,一个具有高度感的三角形,或者说是一个事件的顶点或高点。

(“你想为实验物品命名吗?”)

它似乎像是一个便条,带有其他东西——像是一个与其他东西组合的便条。便条上的图片或符号。

(“那个名字或地方以 D 开头的是什么?”)

鲁柏在这里当然会想到德尔默(Delmer)。我不能再多说 D 的事了。

(“关于彩色方块的更多信息呢?”)

紫色和黄色——许多颜色。橙色和红色。

(“它们是什么?”)

在一个较大的物体上。

(“物体的形状是什么?”)

我认为矩形的。

（“能否说一点关于两个女性的事情？”）

与其中一个有关的明显不当行为。年轻的，而不是年长的。

（“有任何首字母吗？”）

B 或 C。

（“好的，我想这就是全部了。”

9:55 休息。珍像往常一样眼睛闭着，保持着信封在额头上直到实验接近结束。她说除了大量的小彩色方块外，没有其他图像。她的节奏很好，停顿很短。

休息后赛斯没有回来，所以珍和我只能自己将实验物品与资料联系起来。实际上，由于我感觉不适，我们提前结束了课程。不过，我们觉得珍做得很好。

如前所述，该实验物品是 1950 年 9 月《萨拉托加日报》上的一篇文章。珍写了这篇文章，因为她在纽约州的斯基德莫尔学院上学时，曾在报社兼职。这篇文章讲述了珍在大三时当选为日间学生委员会主席的情况，文章顶部的照片显示了珍和其他三位女性委员会成员。她们穿着当时流行的“制服”——牛仔裤。

照片下方和背面的打字总结了实验物品上新闻故事的内容。珍最后一次看到这个实验物品是在大约三周前，但当我决定将其作为实验物品时，她并不知道它在我手中。

以下是珍和我所做的连接：

“七。”在四个委员会成员之一的地址中有一个七，欧林·贝隆（Orlyn

Barron) ……的女儿……等等，撒拉托加，78 街。

“与许多小彩色方块的连接。这让鲁柏想起了你的操作绘画。”如前所述，珍有小彩色方块的画面。我们不能将它们与实验物品连接起来，但很容易将它们与我去年创作的光学绘画联系起来，这幅画挂在公寓里。这幅画由许多三分之一英寸的彩色方块组成。

“绕过。”我的解释涉及实验物品背面的文章，以及我添加的插入部分。新闻文章涉及芬伯格法案（Feinberg Law），该法案规定了纽约州立法机构在教育法中的意图，即因叛国或煽动性行为而解除任何学校员工的职务。故事中的相关内容是：“这项法律不会以任何方式违反言论、出版或集会的宪法权利。宪法旨在保护我们的政府，而不是作为那些寻求破坏它的人的保护屏障……”

珍认为绕过也可以与这些解释相关：实验物品上四个女孩的安排形成的圆形效果；以及实验物品背面广告左下角大写的字母 “GLOBE”（球形、地球）一词。

“某物绕过。”可能相同的三种解释也适用于这里，如绕过。

“与特定的一周有关。或者七天或十四天的周期，”珍说这些资料是赛斯试图获取“日”参考，这在实验物品正面上很突出。注意图示的标题：“学院日间部学生当选学生会成员”，以及文章中的其他日学生和委员会的参考。

“与一座山有关。或者高峰。还有一个三角形。”珍再次表示这是对她被选为日间学生委员会主席的引用——这是她在大学里的最高荣誉，她说。

“一个便条。”这个实验物品是一个新闻项目，包含打印，因此与便条紧密相关。

“四个紧密相关的事件。或许在便条中提到。或者四个人与一个事件相关，便条中提到。”赛斯确实很接近，因为实验物品正面的文章处理了四位女性当选为斯基德莫尔学院日间学生委员会的问题。

作为可能的解释之一遗漏了：珍指出实验物品正面上其中一个女孩的名字是派翠西亚·麦克法兰（Patricia McFarland）。珍认为 McFarland 可以分解为“far land”（遥远之地），与山的概念相关。

“与七月或一月有关，我相信；或许与 1963 年有关。”没有关联。

“与一只熊有关。我不知道这指的是什么。”珍指出，如 McFarland 的情况一样，熊可能来自实验物品正面上提到的一个女孩的名字：Orlyn Barron。她也出现在照片中。

“一个以 D 开头的名字或地方。”四位当选委员会成员之一，并出现在照片中的是法兰西斯·康纳修（Frances Donahue）。珍还认为几次提到的日间学生委员会（Day Student Council）可能与资料有关。

“与律师或法律相关。”实验物品背面的新闻故事全部涉及法律、法规、宪法、推翻、权利、政府等内容，以及提到的两个名字：芬伯格（Feinberg）和亚罗维茨（Aronowitz）。芬伯格提议了以他名字命名的法律，并可能是纽约州立法者。我们不知道亚罗维茨先生的职业，他在文章中通过关于该法律的讲座被引用。显然，他与纽约州有某种官方联系。

在实验物品正面，关于日间学生委员会的文章也涉及法律和政府，与斯基德莫尔等有关。

“一个初步尝试，随后是其他。”珍对此有点怀疑，但说标题上的照片中确实有几位成员。这个解释可能与“初步尝试”有关，之后有其他人参与。

“一个开关或墙壁开关。与另一个约会有关的立即接触。提到时间，可能是 2 或 12。”实验物品中没有明确的开关或墙壁开关，时间方面的连接不明显。

“与公民或公民权利有关。”实验物品背面的新闻故事确实涉及法律和权利的问题，尤其是与政府和宪法相关的内容。

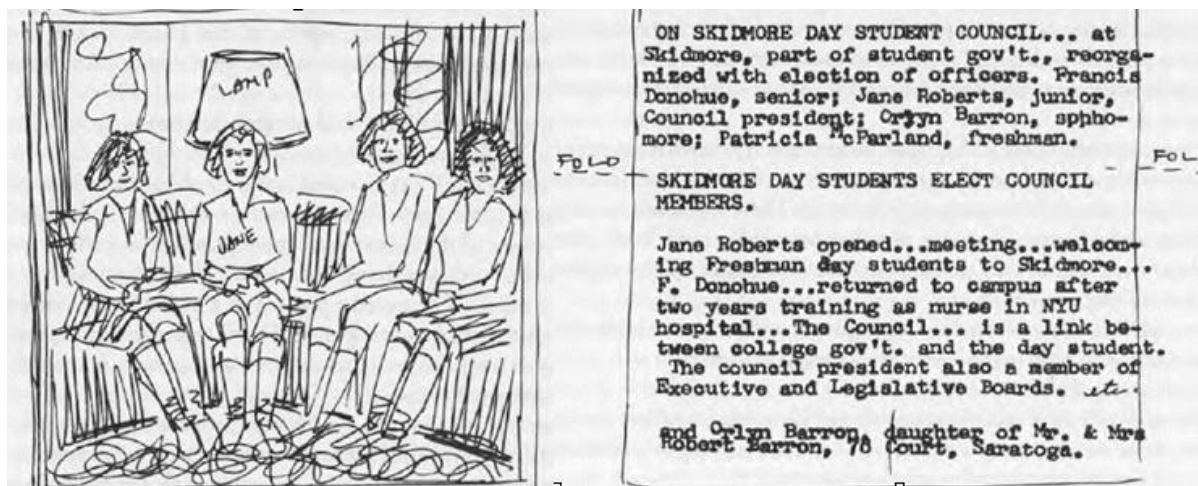
“与火车的远程联系。”我们不太确定。如果火车意味着旅行，那么实验物品正面的文章提到其中一位新当选的委员会成员，法兰西斯·唐纳修 (Frances Donahue)，已经在纽约市进行了两年的护理实践后返回斯基德莫尔。

“以及和一个序列号的联系。”仍然不确定。实验物品背面的“Globe”电气广告中有两组数字：百老汇 449 号和电话号码 1505。在上面的新闻文章中，提到了纽约教育法第 3021 款。

第一个问题：“实验物品的颜色是什么？”与橙黄色和白色相关。可能与某种无能的东西有关，也许不正式。可能做得不好，但我不认为这种印象应该准确地扩展到那种程度。也许更不明确一些。我们与实验物品的颜色没有任何联系。然而，这些资料中的其他部分可以指实验物品背面新闻故事的最后一段。新闻故事中提到是否允许中学教师自由教授共产主义概念而不怕被误解，这似乎涉及解释，最终的答案留给了人民。这种“不明确的，非正式的”等描述适用。

第二个问题：“关于 7 或 14 天的时间段你能多说点吗？”强烈与实验物品上提到的有关。珍认为这与实验物品正面文章中提到的日子概念有关，涉及珍及其他人被选为斯基德莫尔日间学生委员会的事宜等。

第三个问题：“那个律师的联系是什么？”不确定。法律或法令。如前所述，实验物品正面和背面的新闻条目都涉及法律、法令等。



第四个问题：“关于那四个人你能多说点吗？”两男两女，我认为。照片中的四个人都是女性。珍推测文章中提到的两个名字，法兰西斯与欧林，可能被某些人认为是男性名字。

第五个问题：“那关于三角形的是什么？”我追求的是山形，似乎是三角形。三角形有高度的感觉，或事件的顶点或高点。珍认为这指的是她当选为日间学生委员会主席——这是她大学生涯中荣誉的高点。这一选举是实验物品正面文章的主题。

第六个问题：“你想给实验物品起个名字吗？”看起来像是一个便条，上面有其他东西——像是一个带有图片或符号的便条。这是非常好的资料，赛斯非常接近。实验物品包含了许多便条的特点，因为它包含了新闻故事。它还带有图片和/或符号，无论是正面还是背面。

第七个问题：“关于那个以 D 开头的名字或地方你能多说点吗？”鲁柏当然会想到德尔默 (Delmer)。我不能再多说 D 了。如前所述，可能 D 指的是日间学生委员会，或名字唐纳修 (Donahue)；这两者都在实验物品的正面提到。

第八个问题：“你能多说点关于彩色方块的事吗？”紫色和黄色——很多颜色。橙色和红色。如前所述，没有与实验物品的颜色有关的联系，除非珍指的是我的光学画作。它包含了所有这些颜色；与实验物

品没有已知的联系。

第九个问题：“那是什么？” 在一个更大的实验物品上。是的，但????

第十个问题：“实验物品的形状是什么？” 我相信是矩形的。这里我指的是信封实验物品的形状；赛斯可能指的是包含彩色方块的大物品，不过我没有做任何区分。实际上，实验物品和包含小彩色方块的光学画作都是矩形的。

第十一个问题：“你能多说点关于两个女性的事吗？” 似乎与其中一人有关的明显不当行为。较年轻而不是较老。这可能指的是珍本人。她出现在实验物品正面的照片中，新闻故事涉及她当选为斯基德莫尔学院日间学生委员会主席。

珍在她的大三时被选为这一职位。在大三结束时，她因为被错误指责而被开除。因此，上述资料中的“明显不当行为”这一词汇很重要。她当时大约二十出头。

第十二个问题：“有任何首字母吗？” B 或 C。再次，我提出的问题不够明确，因为我在考虑的是两个女性中的一位的首字母。实际提问的措辞允许了过多的自由度。即便如此，实验物品正面或背面上没有以 C 开头的个人名字。只有一个 B，即欧林·贝隆的姓氏 Barron。

Y7-3-302.3

第 302 节 浓缩版

所有行动都在你所看到的一切背后产生，同时也存在于其中。

行动不是从客观世界中生成的。客观世界是内在行动的最终结果。你确实可以从内部操控客观世界，因为这就是操控的手段和定义。

你在梦境状态中这样做，你在清醒状态中也这样做。因此，内在能量和物体世界之间必定存在明确的联系。通过一些自我无法察觉的方法和手段，你所知的物质宇宙得以不断地被创造和维持。

我们过去曾简要讨论过其中的一些方法。当我们提到心理酶时，也曾暗示过这些方法，但当时你还没有准备好进行更深入的讨论。

细雨社 www.xiyushe.org

(赛斯在近三年前的早期课中谈到过精神酵素。参见第一卷。)

思想和意象被转化为物质实相，成为物质事实。它们通过化学过程推动自己实现。思想就是能量，它在产生的瞬间就开始物质化。

心理酶与松果体有联系。你所了解的化学物质，身体内的化学物质，虽然是物质性的，但它们是推动思想能量的动力，包含了将任何思想或意象转化为物质实相所需的所有编码信息。它们是身体复制内在意象的原因，就像火花一样启动着这种转化过程。

化学物质通过皮肤和毛孔系统从体内释放，以一种无形但明确的伪物理形式存在。思想或意象的强度在很大程度上决定了它们物质化的速

度。你周围的任何物体都是由你创造的，你的肉体形象中的每一部分也都是你自己塑造的。

最初的思想或图像存在于我所提到的精神围场中，还没有变为物质形态。它们在物质系统中显现，但仍然与物质系统分离。随后，它有如电光火石一般转化为实体物质。这是一般的过程。然而某些思想或图像的强度可能过于微弱，导致其无法被完整的物质化。思想之间存在争夺表达的斗争。化学反应会激发某些电荷，一些电荷存在于皮肤层内。随后，皮肤向外界辐射出高度编码的信息和指令。

物质环境在很多方面可以被视为身体自己的直接延伸。你看，其他意象的物质形态向外辐射；这些物质形态和肉体形象一样处于不断变化中，所有这些都反映了内在的基本行动。因此，物质环境本质上与你的肉体形象一样，都是你的一部分。你对它的控制非常有效，因为你创造它就像创造自己的指尖一样。你并不在“有意识”的层面上意识到自己对那个指尖可能触碰到的物质物体的控制。

物质物体是由与肉体形象向外辐射的相同伪物质构成的，只是更高的强度，质量有所不同。当其强度足够高时，你将其识别为一个物体。当强度较低时，你则无法察觉到它。

肉体形象中的每一根神经和纤维都有一个未被看到的内在目的，这个目的将内在自我与物质实相连接起来，换句话说，它让内在自我能够创造物质实相。肉体形象是客观实相的一部分。谈论自我时不应忽视

这一点。从某种意义上说，肉体形象和物理物体从整体自我的内核向四面八方飞散而出。这里始终存在动力、行动和运动，但这是强度的变化，而非空间的运动。思想确实比火车或火箭还要快。

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-303.1

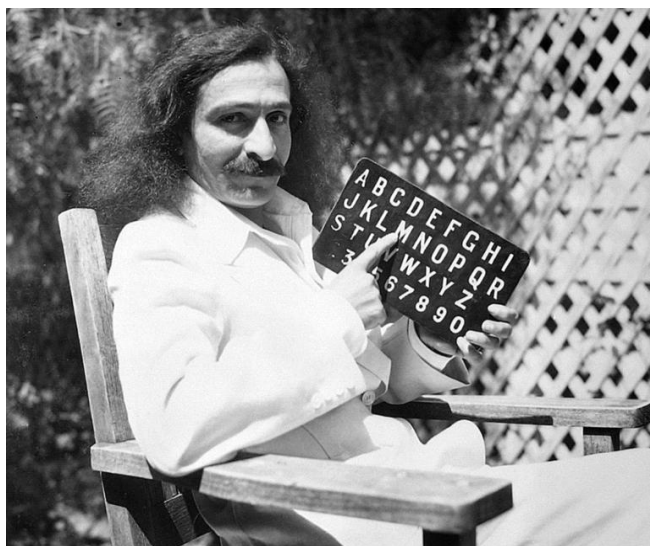
第303节 人类知觉只是意识的切片

1966 年 11 月 26 日 纽约州埃尔迈拉

(临时课——珍、我、吉恩和莎拉·伯纳德夫妇——星期六。莎拉·伯纳德根据她的笔记记录并打印。)

大约在晚上 8:30 开始,直到午夜 12 点。短暂的休息间隔。赛斯的声音有时很好,语速很快——有时莎拉跟不上,只能用速记。

我们四人之间的一般对话,涉及到梅赫·巴巴 (Meher Baba))



梅赫·巴巴 (Meher Baba, 1894 年 2 月 25 日—1969 年 1 月 31 日):
梅赫·巴巴是 20 世纪的一位印度灵性导师,名字的意思是“慈悲的父亲”。他的原名是梅尔万·谢里亚尔·伊朗尼 (Merwan Sheriar Irani)。

“Merwan”是一个波斯名字,象征着高贵血统;“Sheriar”意思是“狮子”,他本是波斯裔袄教徒;“Irani”在波斯语中表示“来自伊朗的”,表明其祖先的波斯血统。

他出生于印度浦那的一个帕西家庭,从小因高贵的种姓表现出深厚的

宗教性和哲学兴趣。梅赫·巴巴在其青年时期经过了一系列的灵性觉醒，受到了五位灵性导师的启发，最终自认为是宇宙真理的化身，并为能融入印度当地宗教文化去欧美发展而改了名字。

梅赫·巴巴在 1925 年开始保持沉默，直到他去世为止，长达 44 年。他通过书写和手势与人交流，并发展了一套系统的手语。他倡导爱和服务，提倡禁欲、奉献和冥想，并表示“神即爱，爱即神”。尽管他保持沉默，他的教导通过各种书籍和追随者得以传播。

他经历了两次严重的车祸：一次是 1952 年在美国俄克拉荷马州，另一次是 1956 年在印度萨塔拉。这两次车祸让其身体状况欠佳甚至不能独立行走。随健康状况严重恶化，1968 年 7 月，梅赫·巴巴宣布他已 100%满意地完成了工作。1969 年 1 月 31 日，时年 74 岁的他宣布放弃肉体形态。



他在西方世界也有大量追随者，其中包括一些著名的音乐家和艺术家，

如披头士乐队的乔治·哈里森 (George Harrison) 和皮特·汤森德 (Pete Townshend)。他最著名的一句格言是 “不要担心, 快乐吧” (Don't worry, be happy), 后来成为了流行文化中的一个标志性短语。

尽管梅赫·巴巴从未提倡建立一个组织或教派, 但他把自己塑造成了神, 并以此自居。他主张灵性觉醒、神秘体验和爱心奉献, 对许多现代灵性运动之后的发展模式产生了深远影响。

晚上好。你几乎无法置身于中间, 因为没有开始也没有结束。我很高兴见到你们两位。他(指的是巴巴)并不是他所声称的那个人; 然而, 他说的是实话。他确实是他所说的那个人的一部分, 正如我也是一样。当你阅读我们的资料时, 有一个问题你起初不会认同, 但之后你会同意的。你看, 我正在轻轻地进来, 非常安静, 以免惊吓到鲁柏。他很容易受到惊吓。

请给我一点时间谈谈你们的研讨会。我们并不完全处于同一层次。你的研讨会上所讨论的内容, 此时此地也在场, 无论你在哪里, 它都存在。这并不意味着它可以轻易获取。它确实在那里供你获取, 但你必须学会如何获取; 因为如果你试图强行去抓住它, 你反而会失去它。

我现在只是为了方便起见而这样说。在你们四人的研讨会中看似涉及到四个在场的基本人格。但其中三个人格是基于同一个主人格, 另一个不是。在你当前的认知中, 那个 “不是你” 的人, 当你抬头认出它时, 你会接受, 那个现在还无法认出的自我, 本也是你存有的一部分。如果你现在抬头看, 你不会认出那个未来你会认出的自我。因为在广阔的当下, 如其所是地存在, 这个认出过程实际上已经发生了。只不

过你还没有赶上它而已，你看，你们是慢吞吞地在伪装层中以线性时间体验。我的朋友鲁柏在许多方面也是个慢性子。你们四个觉得此刻坐在房间中，但讨论并不在你们所认为的环境中，我指的是这些研讨会。那个“没有用你们理解的方式发声”的声音是你的，而导师不是你现在所认识的自我，而是一个你还不认识的更成熟的自我。

现在，我从多个位面中以不同层次发声，尽管“发声”这个词并不准确。

你看，我把自己转化成阶梯，我沿着这些阶梯走下，而这些阶梯代表你们所称的人格片段，虽然这个术语是有些扭曲的。我在一个你们都能理解的层面上说话。我去过你们的研讨会——不完全是你们的研讨会，但与之非常相似的那些，在你们所称的过去。我也参加我自己肉身经历过的研讨会，并主持思想的流淌。我自愿将自己分解成高度能量化的人格片段，你看，而这种分解本身就是一种幻象。那些渴望学习灵性知识的人会像我一样，找到这些更成熟的自我意识体，因其内部结构的缘故，能够沟通并接收到来自全我的意识交流信息。而你们若想获得心灵的成长，必须建立自己的全我意识交互回路通道。



角色我能觉知到的自己是很狭义的，是零维意识点状的；但在高维意

识眼中，角色我在未出生前就已经死亡，一切看似线性的发展就好像是铺展开的清明上河图一般，尽收眼底。

与常人认识大有不同的是，人生并非是一次性产品，而且确实有后悔药可吃：我们就好像在 F1 环形赛道上跑圈的车手，这个弯道如果不能处理好，下一圈还有机会尝试其它可能的技巧。而摄像机如实地记录下你在跑道上几百次的轮转，并把这些数据都统合分析，告诉你哪些节点上的哪些操作你还存在技术性与认知上的问题。

透过实践我们自己教自己怎么做人做事，所有版本的自己、所有时刻中的自己同时存在着。当你了悟觉悟醒悟明悟到某些道理后，就可以回到某个人生节点上去验证自己的品悟是否正确、还存在哪些问题。

细雨社 www.xiyushe.org

角色的人生并非是一次性的，但世界众生谁有功夫不断无尽地陪着你一次次地读档重来呢？所以其实你一生所遭遇的一切，无外乎三种情况：自己的梦境现实；自己化身成亲人贵人负心人仇人来和自己过家家；进入到公共实相中经历那些集体公共事件。

人一生中遇到的所有助缘人，不管是帮你的还是害你的，是捧你助你的还是气你毁你的，亦或是你帮助过或欺凌过的，其实都是你自己。一个人一生的作为最后都汇总到一处，构成立体的多元的人生记忆，以便全面地了悟自己行为实相对他人对自己的真实影响，这就是对等人生体验运作的方式。

更成熟的自己总是渴望透过其影响力,让早年的自己少走些弯路,但又有几人真的能虚心受教于自己的灵感良知呢?

即得利益现有利益固有成就在很大程度上让角色不愿调频变轨,这也就是为什么在迷路时人总是会又兜兜转转地走回了原地。

整个意识矩阵包括了在多个不同维度上的多重自我,而这些自我间相互成就相互辅助,当然也相互演绎着各自的渴望与冲突。多维意识自我从狭义上说,是自家主人格下的所有人格片段;扩大些说,存有包含着的所有意识分身;如果究根溯源,整个万有万存本是一体一家,也都最后归于一处。

其实高度成熟意识存有,其继续成长的契机与瓶颈是相同的,那就是提高一体全然中所有意识存在的综合觉悟水平,故而那些所谓的神,你不用求它,它都巴不得来帮你了知真相与觉悟真理呢。但意识界必须尊重个人自由意志,不能架空与直接干预任何成长的过程,因为过度干预会让多维实相失去多元随机性,僵化成一言堂。

所以成熟意识会给出建议的念头,但实操个体是否愿意跟随引领全看缘分,正所谓懂的不用教,硬教的也教不会,强摠头还会导致叛逆,每个人只能领悟自己已经懵懂了的更高一个阶梯的道理,再多也就无感和不能领悟认同了。

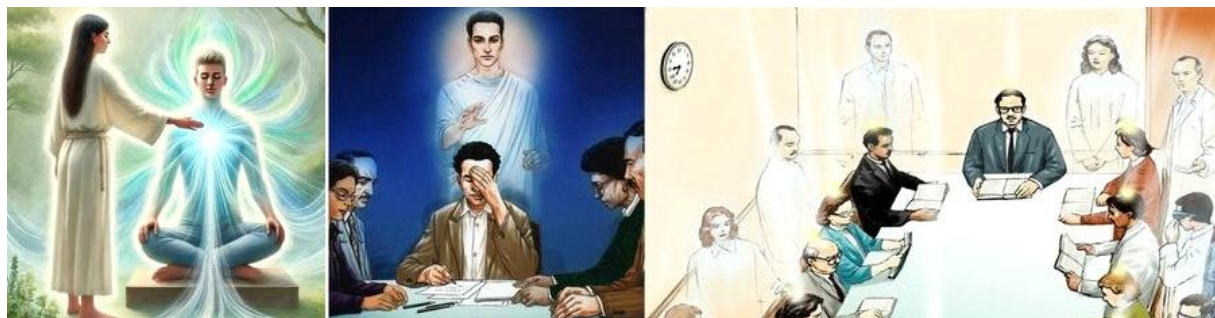


确实有意识体在扮演与体验着当神的经历，但真正的高维成熟意识，不会在意那些金石木雕的塑像与偶像崇拜的礼仪，更不会讲究什么贡品火烛灯油供养。它们不在谁的眼中或心里，因为你就是它，它就是你。但如果你自认为有个“它与你”的二分区别，把自己看做是全然独立的自主意识，把它看做是个其它什么，那它当然也很乐于让你去充分体验一路成长中的教训。毕竟它就是这样成长起来的。

今晚我可不打算做个老古板。我更希望能有些生动的对话，我非常乐意回答你们任何问题。

（吉恩：赛斯，你能告诉我更多关于谁在主持这个研讨会吗？）

确切地给出一个答案非常困难。对你来说，研讨会是由一个属于你的、但你尚未认识或认出的自我主持的。对其他人来说，研讨会也是由他们尚未认出的自我主持的，然而，这个研讨会实际上是由一个自我主持，而不是许多自我。



(吉恩: 那是否可以说, 我们每个人都在为自己主持同一个研讨会, 因为我们本质上是一体的?)

是的, 但前提是你意识到, 现在你所认识的这个自我并不是主持研讨会的那个自我。我是从你们的时间角度来说的。

(吉恩: 是否有可能让人意识到那个更大的自我, 即存在于我所称的时间之外的宇宙自我?)

确实有可能。

(吉恩: 我们能教会自己由那个更大的自我引导吗?)

你们已经在这样做了。

(吉恩: 从更大的意义上讲, 我们之间是否存在同一个自我?)

确实可以。分离过程是一种幻象; 然而, 正是通过这种方式实现了深度的感知。你们都是一个整体的自我, 但同时你们都是个体, 且没有任何个性会消失。也不存在所谓的融合, 因为你本身已经是整体的一部分, 不需要再进行融合。

(吉恩: 那么, 如果我对巴巴说: “你和我是一体的, 唯一使我们分开的只是我不知道我们是一体的事实”, 这是正确的吗?)

他现在的自我不会同意。

(吉恩: 但他真正的自我会同意吗?)

他既是他所说的那个人，又不是。这其中存在一种欺骗，可以称之为“诚实的欺骗”。

（吉恩：这种欺骗是否可以看作是许多人所善意称呼的“湿婆之舞”的一种表现形式？）

不完全是。我提到的欺骗涉及一种过度的扭曲和强调——这是一种悲剧性的错误。

（吉恩：为什么会这样？）

真正知道自己是谁的人不需要说出来。

（吉恩：除非他是为了教学的目的。）



以那种方式说出来不会有助于教学。当你知道自己是谁时，不需要说出来；如果你说出来了，说明你还不知道自己是谁。要小心那些以这种方式自我表述的人，可能会存在扭曲。因为我们本是全然，无所是无所不是，一旦说自己是什么，就已经扭曲在认知中了。

说自己是全然，或说自己是某某什么，都是一种扭曲。高度扭曲的真理是危险的。如果你知道自己是谁，你不需要用语言表达。不会给自己冠名什么或拿出什么官职名号地位来唬人。你们每个人都是整体的一部分，但并不是相同的部分，而是个性化的部分。你们不像拼图那样简单，可以随便拼凑起来。你们仍然是高度个性化的整体部分。

你们是整体,但你们每个人都是独一无二的。你们各自适应整体的不同部分。自我或结构或人格在向外和向内扩展,如果你们允许我这么说,实际上是在所有可能的方向上在运作着。

内在自我是行动的主体,并且不断变化。每个自我都有其独特的能力、倾向和共鸣。它在金字塔完形中有自己特定的位置,表达与探索着某一面向上的可能。它可以接触到那个在你们的术语中尚不存在的全我(whole self),当然,那个全我其实一直都在。

在你们的探索中,你们必须接触到那个你们正在成长的完整部分——我希望你们正在成长的方向。这就是你们的“全然的思想融通回路”,可以这么说。所有的道路最终汇聚成一条道路,但你们的道路是你们自己的道路,除此之外无法选择。你们在讨论的那个“梅赫·巴巴”他确实是非常先进的。他是一条路,但他并不是终点。他还远尚未完成。

他的理论方向是对的,但他把自己高举成全知的标准答案,并以此为乐却是错的。

我可从不以谦逊著称,谈论这个对我来说并不合适。尽管如此,那些真正知道自己是谁的人不需要用言语表达自己或标榜自己。他们不需要宣告自己,因为他们无需语言就能被世人看重和理解。那些真正了悟了真相的人会知道人类的语言无法描述出全然。我现在用言语与你们对话,因为如果现在不用言语,就无法达到必要的理解,而在理解之后,我就可以不再用言语了。

所以我们只教你们如何内观与链接自我内在意识,而不搞偶像崇拜或为未来描绘天堂蓝图。存有知道只有属于你的道路才是完成自我发展时的真正道路。



见细雨图解

（吉恩：请问，所谓的“正确”又是什么，是你所使用的那个意思“法喜快乐”吗？）

确实，正确就是快乐。所有的快乐——所有真正的快乐——都是正确的。

细雨社 www.xiyushe.org

然而，遗憾的是，很多人说的快乐指的是一种自满且令人不悦的满足感，因为达成了某种预期的结果。因这个地位已经达成了所以欣然自喜，但内心是知道的这种自满阻碍进一步的自我实现。因为失去了渴望求知的谦逊。我并不想引领打破偶像的是非。

（吉恩：没有偶像可以摧毁。）

你应该开设自己的课程。

（吉恩：我已经在进行。我们可以继续探讨一下这个问题吗？我们想创建一个学校，一种非常简单的学校，帮助那些寻求帮助的人，而不是假定我们拥有答案，而是基于许多人宣称的道路是一个好的道路，即爱的简单之道。我假设你已经知道我们想要创建这种回路的想法。它们会奏效吗？如果不会，主要的缺点是什么？你会建议什么？）

你是在谈论你们的乌托邦吗？

（吉恩：我不愿称之为乌托邦。）

有许多因素在其中。你们的计划可能会在你们没有意识到的情况下实现。

（吉恩：非常敏锐的观察。）

你们会根据所见做出判断，而你们可能并没有看到足够多的东西。如果你们通过内在感官感知结果，可能会更好地了解进展情况。请再给我们一点时间。

这是一些印象：有两个人，特别是一个年长的，可能是 48 岁左右，有些困难和误解与他有关。“D” 和 “H”。如果保持纯净的意图，项目可以成功。我相信有一个大约 23 岁的人会被排除在外。

（吉恩：为什么？） 细雨社 www.xiyushe.org

这个人会因为过于热情的反应，以及与某些我不太清楚的家庭关系，可能是与母亲的关系，而引发严重的问题。

（吉恩：这个人是男性还是女性？）

我们很快就会确定。我在每个方面都感觉到强烈的倾向，但现在无法明确。这个人可能与法律事务有关——或许即将发生。

（吉恩：即将发生的法律问题？）

是的，如果他（他是男性）与这个项目有关的话。这是与这个人相关的印象。你们需要将这些拼凑在一起。颜色是棕色。现在，这可能是他的名字或头发颜色带来的印象。他与（Mississippi）密西西比州可能有某种联系。这是我现在能够提供的信息。

(吉恩：猜测可能是姓氏的发音模糊？)

鲁柏在这里轻轻地阻止了我。你们必须根据我给出的信息自行判断。如果你们愿意，我们可以稍作休息，然后继续。

(吉恩：我很愿意继续。)

我觉得这次交流非常愉快。

(吉恩：你还在吗？)

我当然在。

Y7-3-303.2

(吉恩：我们能讨论一些关于这个项目的更广泛问题吗？真理是简单的，对吗？有必要让它变得复杂吗？我们真的需要玩复杂的游戏吗？如果是，为什么？)

细雨社 www.xiyushe.org

你们不需要玩复杂的游戏。但会有一些人期待这些游戏，你们会感受到他们的压力。很多人学习灵性知识不是为了了解真理，而是为了获得超能力与财富名望。他们来寻求的是可倒卖的商品而非觉悟。

(所有由吉恩·伯纳德在工作中验证的赛斯资料，包括史密斯(Smith)-Miss(小姐)，等等。史密斯是一个23岁的女性特征明显的人，有一个专横的母亲。史密斯有棕色头发，过于热情。根据吉恩的说法，他很可能会引发麻烦，而如果真的发生问题，麻烦将涉及法律。至于具体是哪种法律麻烦，吉恩没有说明，至少我记不起来。吉恩和简一样，对这些资料感到惊讶和满意。

插曲——我们四人之间的讨论。赛斯突然插入。)

存在(to be)就足够了。存在就足够了。

(吉恩: 是对你还是对我来说足够了?)

对所有人来说都足够了。'存在'比言语更有力量。

(吉恩: 对那些能够听到的人。)

他们不需要用耳朵听, 当他们与真正知道自己是谁的人接触时, 他们直接明白。“存在”直接、即时地传达给内在自我, 它被立刻转化为可以理解的真理。这种交流涉及到自我系统的全部。去经历一切你感兴趣的, 这就是行动, 行动让存在感得以被体现出来。

(吉恩: 这是否假设听者已经习惯于聆听内在的声音?)

内在的声音不需要去聆听, 它会立刻被转化为行动和体验, 直接被领悟。但角色我未必愿意去跟随, 去实践。

(吉恩: ——除非我理解错了, 这是否意味着不需要训练也能辨认内在自我给出的信息?) 细雨社 www.xiyushe.org

你知道你是知道的。你不需要特意去聆听才知道自己是知道的。这个提醒是不必要的。你会立即知道, 无需聆听。这个过程叫做直觉。

(吉恩: 假设某人还没有认识到自己是谁? 我担心我们在教学技巧上纠缠不清了。让我直截了当地问一个问题: 如果你是我, 会怎么做?)

关于你的项目? 想要完成本位面灵魂成长的最后一步你必须继续下去。

(吉恩: 作为一个教师, 你对教学方法有什么建议?)

你必须继续使用你已经开始的方法, 因为你需要亲自通过实践发现它们是无效的。你必须通过自己的经历去得出这个结论。才能明白如何去教导灵性知识。

(吉恩：那么，除了知道方法无效之外，我还会学到什么？)

你会明白，方法本身并没有什么区别。但对你来说，现在它们必须有所不同。尝试使用这些方法是重要的。而那些将来的人，无论使用何种方法，都会理解到这一点。

(吉恩：我真希望我能像你一样自信。)

你并不在我的位置上。

(吉恩：我很愿意相信你说的话。)

你必须尝试这些模式，因为你认为你必须这样做。

(语速太快，可能与感官觉知有关。)

(吉恩：非常有趣。这种评论是否会让我联想到蒂莫西·利里的观点？

(Tim Leary, 译注：全名为 Timothy Leary, 有人说他是迷幻史上最传奇的人物。他曾是哈佛大学心理学教授，因宣扬迷幻药对精神成长与治疗，在 1960 年到 70 年备受争议，同时也是当时许多年轻人的嬉皮教主。)

有保留意见，不过是我的，不是他的。他像兔子一样跳跃。

(吉恩：我同意。)

他的方式中有某种保护机制。他并不了解自己轻松飞越的那些深渊。因此，他并不害怕它们，而他的翅膀并不强壮。走捷径能让发展一时迅速，但那些被无视的问题迟早会因无知而成为阻碍。只有经历过才能真正地有所了解。

(吉恩：你是否同意以下说法？正如奎师那[Krishna]对阿周那[Arjuna]说：“没有什么地方要去；你已经在那里了。没有任何深渊——只有一条微不足道的裂缝。没有什么需要去做，因为一切都已经完成了。”))

你发现了矛盾吗？

（吉恩：没有。但我不明白，提姆·利里轻快飞越的深渊怎么可能只是我想象中的幻象？）

确实，你在感官世界中创造了这些模式，但在创造它们之后，你不仅要认识到它们是你自己的创造，还必须了解它们的本质。因为物质上的深渊实际上代表了自我内心中的精神深渊。

（吉恩：尽管如此，我们已经回到了家，是吗？）

确实如此。主持研讨会的自我已经存在。最稚嫩的自我和最成熟的自我同时存在着。

（吉恩：这有点像个宏大而美丽的玩笑，不是吗？）

鲁柏明白了我的观点。这不是玩笑。这是整体认识自己的方式。但在认识自己的过程中，更多的自己不断被创造出来。你跟上我的思路了吗，约瑟？这些“当下的片刻”是由你们不断创造并探究的，尽管它们已经存在并将继续存在。是你们在划分时间。你们是整体的一部分，但同时你们也在不断地扩展整体的体验。它并没有按照你们所理解的方式结束或完成。

就好像在人类耕种小麦或土豆前它们就已经存在，但每年你们都在尝试着改良其成长的过程。当然这些尝试有些或说大多数是失败的，但整个文明的发展基于那偶尔的成功。没有那些失败的尝试就不可能找到其中的可能，不对比各种可能就不知道哪个才是最优解。但我们永远不知道，现有的路径与方法是不是已经是最优解了。

完型在新生前就已达成，而新生在不断推动完型更具优势，各种不同

的尝试在方方面面展开。没谁能定义也没谁知道，绝对的最优解藏在哪条路径的连锁反应之后，更没谁知道当前已有的最优解是不是真正的终极完型。迭代的推进借由电磁矩阵可以快速地推演更新，在梦宇宙里完成各种可能性的实验，成本最小，收益最大。



(吉恩：启发我吧。我还不明白。)

这需要一段时间。首先，从你们的角度来说：存在（What is）不是静态的。因此，不能认为它是完整的、结束了的。

(吉恩：但总是在成为的过程中？)

确实，总是在成为的状态中。然而在广袤的当下（Spacious Present）中，弘一意识构成的万有万存确实存在。成为的过程永远不会完成，但无论你选择在哪里划线，你都会认为那是终点。

(吉恩：早期的研讨会主题是共同创造，意象中不断出现一个容器。研讨会的核心思想是共同创造的行为就是提供一个容器，某种事物通过这个容器能够不断地“变为”。你认为是什么在流经这个容器？这条路是什么？这正是我在寻找的东西。)

你当然已经拥有它了。

(吉恩: 你会怎么称呼它?)

为它命名是不幸的。在我们的课程中没有使用过一个特定的名称。我会称它为 IGNAPTHA, 这是我试图表达的一个术语的拙劣近似。在你们的语言中, 也许可以理解为“整体自我不断表达自己, 并且在所有可能性中认识自己”。

(吉恩: 这难道不是一种情感的表达吗?)

你确实应该阅读一下我们的早期课程。你还记得那些课程的基础, 约瑟。

(吉恩: 我应该称这种情感为什么?)

你确实应该称它为“爱”。

(吉恩: 你提到的那个“IGNAPTHA”, 是否应该理解为巴巴所说的“爱”?)

细雨社 www.xiyushe.org

这就是他希望你相信的意思。确实如此。而且, 如果我曾给出过含糊不清的答案, 那现在我给的这个就是了。因为我认识他, 你明白。

(吉恩: 我们是不是把简单的事情搞复杂了?)

我只是按照你提的问题回答。让一名长者毫无条件地谆谆教诲幼年时的他自己, 我想不出其它词汇能描述得更贴切。

(吉恩: 击中要害。)

我是本着你发问的精神在回答你的问题。

(吉恩: 我现在可以再试问一个问题吗?)

当然可以。

(吉恩：好的。你一直在给我一些复杂问题的复杂答案。现在我们来尝试最困难的部分。我想陈述一个命题，看看你对此的回应。我们一直在追寻一个点——你和我间到底是什么关系——而我的感觉是，在我们追寻的这个层面上，我无法真正理解这个点。而且，在我想理解它的那个层面上，确实没有什么可讨论的。这样说有道理吗？)

从来就没有什么可说的。你一直在从一个不够深入的层面上提出问题。

(吉恩：没错。我同意。很好。)

你并没有充分利用和我在一起的机会。你只是用语言与我交流，而我已经尽我所能作出回应。很多事情我的答案你无法验证，相信就是盲从，不信又何必问呢？

(莎拉问我们是否可以从赛斯那里接收到非语言的交流，赛斯说他会尝试。我们三人同时感觉到某种意识扩展的体验。)

细雨社 www.xiyushe.org

插曲：吉恩关于前世的提问

我已经提供了很多关于前世的资料。

(吉恩：你能告诉我们一些关于我们的前世吗？)

15 世纪，法国和意大利之间——一次短暂的西班牙之旅——但名字似乎是意大利的。葛拉巴拉尼 (Grabalani) 或葛瑞伯里安尼 (Gribilani) 或葛瑞比里安尼 (Gribiliani)，1423 年到 1473 年。制作皮革物品——从皮革上切割物料。去过英国，最终定居在法国。左耳有问题，左手的第四个手指也有问题。曾演奏过类似号角的乐器。其他方面有沟通困难。与男性家长之间的冲突；这种冲突在这一世也有些反映。有一个金发的姐姐，名字缩写为 D. A. R. 暂时就到这里吧。

家族来自佛罗伦萨，是面包师。大门左边有一个名单。强烈倾向于夸

大其词。一个与圣安妮 (Saint Anne) 有关的家族名字。一个兄弟是士兵，一个是牧师。一个名叫菲利皮娜 (Philipina) 的姐姐。因为一只农场动物而在 38 岁那年死亡。之后你选择在 200 年前的 13 世纪出生有过一世。第三次选在 18 世纪，那个时候是在西班牙的一个农村地区。这次出生是在本世纪，你前世的姐姐现在扮演你的母亲。

灵能力的觉醒和扩展，但这些能力被滥用了。现在我不太确定。我们会看看。在一个可能位于北纬 49 度的小镇里，有一座石头修道院。一个兄弟对自己的性别感到困惑，请求我们的朋友帮忙。来自另一个国家的入侵。我们的朋友未经许可离开了修道院。然后前往非洲。肩膀出过事故——右肩有问题。在非洲建立了某种机构，与现在计划中的灵修中心类似。

让我们深入探讨一下。因为有留下的记录。我之前用了“乌托邦”这个词，而这确实是一个乌托邦。土地不是丛林，而是一个贫瘠的区域，有一条干涸的河流，成员来自一支军队。简要提及一本书，这可能不是精确的书名：《被盗的土地或岛屿》，由传教士之家有限公司出版或发行，副标题为：乌托邦及其（可能）结果的记录。

书在英国出版。这个团体由逃兵或军队退伍人员组成。这个项目过于雄心勃勃。总共有 73 人。整个队伍都被当地部落消灭了。顺便说一句，我们现在更加紧密地联系在一起了。不过，我建议让我们的记录员休息一下，表达一点同情。

插曲：讨论

两个要点。这个玩笑非常贴切。如果你彻底意识到物质世界只是一个幻象，你就不会再体验到感官资料了。

（吉恩：难道我不能体验一个自己创造的幻象吗？）

你可以体验幻象，但当你体验幻象并意识到它是幻象时，你就不再在意那体验了。你走在自己的前面了。

（吉恩：但没有地方可去。）

你并不知道。你只是这样想的。你不会停留在你所在的地方。

（吉恩：难道还有别的地方吗？）

没有，也有。

（吉恩：难道还有别的不是幻象的地方吗？）

我这样告诉你，我也明确告诉你，有。

（吉恩：我怎么能知道其中的区别？除了通过我自己的心智创造，还有别的方法可以区分幻象和实相吗？）

你现在还无法知道。当你达到那个层次时，如果你愿意，你将能够随心所欲地体验用意识生成任何实相的幻象世界，那时参与体验这些“幻境实相”的角色我会知道自己是真实的，不会自迷其中。意识本体它没有其他地方可去，因为它是唯一的实相，并在创造属于自己的世界环境。

（吉恩：但这也是关于我在此时此刻的讨论。）

按照你们的理解。

（吉恩：也按照你的理解。）

仔细看看最后的陈述。

（吉恩：我们兜了一圈回到了原点。我与我所创造的实相是一体的，没有别的地方可去。）



见细雨图解

你必须仍然能够体验任何一个这些幻象，清楚它们的虚幻本质，同时仍然知道最根本的实相是你自己为自己构建出来的。没有任何地方可以去，因为从那个角度来说，你就是你自己构建出的这个世界，也是你能触及的所有地方。但这个玩笑是有意义的。今晚我对你说的最重要的事情就是，这个玩笑有它的深意。

（吉恩：是的，我同意。）

你必须足够自由地去探索了你系统中预设的每一个生命体，并在体验中领悟了其本质，清楚地知道它们都是你自己化生出的一部分，然后才能离开你当前的这一矩阵系统。而且这些都必须是直接完成相关体验。

（吉恩：但，我无法离开系统，因为我同时存在于所有系统之中。）

我是在以物质层面来讲。即使是在非常有限的物质层面上，你依然在与其他系统互动。

（吉恩：我别无选择？）

现在我使用连续性的术语只是为了便于解释。首先，必须经历一个时期，在此期间你完全沉浸在某个特定系统中，仿佛其他系统不存在一样。通常，完成自我价值实现就是通过这种方式被达成的。这并不意味着你没有同时存在于其他实相系统中。这种幻象必须被深入探究到最深处。你们才能明白矩阵的运作原理。



见细雨图解

细雨社 www.xiyushe.org

（吉恩：它并没有所谓的“最深处”。）

你在创造属于你的深度。

（吉恩：对，正是这样，当探究完成时，你会发现根本没有什么可探究的。）

探究是必要的。有些游戏是必不可少的，而且永远具有启迪意义。

（吉恩：难道游戏的目的不是玩游戏本身，而不是创造或探究吗？）

从这个角度来看，你自己就是游戏的缔造者。你为自己设立了经历什么与想达成的目标。

（吉恩：在所有其他角度上也是如此。）

你在创造这些实相时，你自己设立了局限。而你和我是同在这实相的

一部分。（语速太快，无法逐字逐句跟上。赛斯承认他也是当前游戏的一部分，某种意义上是由吉恩创造的。他说此时吉恩正在处理人类的概念，而没能抓住真实的要点。）

（吉恩：真的有不只有一个主视角观点存在吗？）

有的。你不承认存在的多样性吗？

（吉恩：我愿意承认，这些只是同一个事物的多种幻象形式——即你和我。我们本质上是一体的。）

在每个方面，这种体验都是真实的。

（吉恩：是的，确实如此。我们都是佛陀，但我们不承认这一点。）

这是一种悲剧。游戏是不同的。

（吉恩：在这个游戏中有悲剧吗？）

从整体的连续性来看，最终是没有的。每个人都是这游戏的受益者，不管在扮演自己角色时经历些什么。

（吉恩：短暂不连续的悲剧是幻象，对吗？）

从整体上来说，没有悲剧。必须有一个整体的承诺。

（吉恩：对什么而言？）

必须对自我有一个整体的良性发展承诺。

（吉恩：当然，对其他每一个人也是如此。）

并且不能背叛自我。

（吉恩：没错，也不能背叛他人。）

但自我背叛的想法可能会导致扭曲。

（吉恩：但这些扭曲正是湿婆与你（我自己）之间游戏的一部分，反之亦然。）

我更愿意称其为一种充满爱的努力。

（吉恩：当然。想象经典的湿婆雕像，踩在被压碎的婴儿身上——一种充满爱的参与，融入悲剧的幻象，甚至自我欺骗的幻象。）

你正在为自己省略许多步骤。

（吉恩：但没有任何步骤，不是吗？）

对你来说，现在有步骤。

（吉恩：它们不是幻象吗？）

确实是幻象。

细雨社 www.xiyushe.org

（吉恩：如果它们是我自己创造的路上的人为障碍，那么我肯定可以将它们移除。）

理论上确实如此。但实际上，你最好还是留意脚下。因为在进入角色前已经预设了不可移除主线剧情内的关键考验。

（吉恩：对，那是对悉达多（Siddhartha）的建议。）

这些是我们安息的温柔孩子。即使它们只是象征，我们也应该为它们哀悼。即使它们只是牛粪，我们也必须为它们感怀。

（吉恩：我们必须爱他们，因为他们是我们自己。）

你不能做得更少，你几乎也不能做得更多。

（吉恩：做到这一点就等于睁开了一只眼睛，看到只有短短的一步需

要迈出。)

你正在玩一个游戏。

(吉恩: 当然, 你也是。我们说湿婆在玩一个游戏, 湿婆是谁呢, 除了你自己?)

你现在确实是在和自己玩一个游戏, 但这并不重要, 也可能不相关。不过你最好带着敬畏之心去玩这个游戏。

(吉恩: 敬畏谁呢?)

对自我的意识本体怀有敬畏之心。

(吉恩: 好的, 我们不是在各说各话。)

有一种神圣的不敬和一种轻浮的不敬。你在玩一个游戏, 而两者其实是一体的。但你最好确定自己对此有透彻的理解。毕竟角色我随时可被意识本体重置更新。

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-303.3

第 303 节 浓缩版

(临时课——珍、我和伯纳德夫妇——星期六。莎拉·伯纳德根据她的笔记记录并打印。)

我们四人之间的一般对话，涉及到梅赫·巴巴 (Meher Baba) 。

晚上好。你几乎无法置身于中间，因为没有开始也没有结束。我很高兴见到你们两位。他 (指的是巴巴) 并不是他所声称的那个人；然而，他说的是实话。他确实是他所说的那个人的一部分，正如我也是一样。当你阅读我们的资料时，有一个问题你起初不会认同，但之后你会同意的。你看，我正在轻轻地进来，非常安静，以免惊吓到鲁柏。他很容易受到惊吓。

细雨社 www.xiyushe.org

请给我一点时间谈谈你们的研讨会。我们并不完全处于同一层次。你的研讨会上所讨论的内容，此时此地也在场，无论你在哪里，它都存在。这并不意味着它可以轻易获取。它确实在那里供你获取，但你必须学会如何获取；因为如果你试图强行去抓住它，你反而会失去它。

我现在只是为了方便起见而这样说。在你们四人的研讨会中看似涉及到四个在场的基本人格，但其中三个人格是基于同一个主人格，另一个不是。在你当前的认知中，那个“不是你”的人，当你抬头认出它时，你会接受那个现在还无法认出的自我，本也是你存有的一部分。如果你现在抬头看，你不会认出那个未来你会认出的自我。因为在广

阔的当下，如其所是地存在，这个认出过程实际上已经发生了。只不过你还没有赶上它而已，你看，你们是慢吞吞的在伪装层中以线性时间体验。我的朋友鲁柏在许多方面也是个慢性子。你们四个觉得此刻坐在房间中，但讨论并不在你们所认为的环境中，我指的是这些研讨会。那个“没有用你们理解的方式发声”的声音是你的，而导师不是你现在所认识自我，而是一个你还不认识的更成熟的自我。

现在，我从多个位面中以不同层次发声，尽管“发声”这个词并不准确。

你看，我把自己转化成阶梯，我沿着这些阶梯走下，而这些阶梯代表你们所称的人格片段，虽然这个术语是有些扭曲的。我在一个你们都能理解的层面上说话。我去过你们的研讨会——不完全是你们的研讨会，但与之非常相似的那些，在你们所称的过去。我也参加我自己肉身经历过的研讨会，并主持思想的流淌。我自愿将自己分解成高度能量化的人格片段，你看，而这种分解本身就是一种幻象。那些渴望学习灵性知识的人会像我一样，找到这些更成熟的自我意识体，因其内部结构的缘故，能够沟通并接收到来自全我的意识交流信息。而你们若想获得心灵的成长必须建立自己的全我意识交互回路通道。

（吉恩：赛斯，你能告诉我更多关于谁在主持这个研讨会吗？）

确切地给出一个答案非常困难。对你来说，研讨会是由一个属于你的、但你尚未认识或认出的自我主持的。对其他人来说，研讨会也是由他

们尚未认出的自我主持的，然而，这个研讨会实际上是由一个自我主持，而不是许多自我。

（吉恩：那是否可以说，我们每个人都在为自己主持同一个研讨会，因为我们本质上是一体的？）

是的，但前提是你意识到，现在你所认识的这个自我并不是主持研讨会的那个自我。我是从你们的时间角度来说的。

（吉恩：是否有可能让人意识到那个更大的自我，即存在于我所称的时间之外的宇宙自我？）

确实有可能。

（吉恩：我们能教会自己由那个更大的自我引导吗？）

细雨社 www.xiyushe.org

你们已经在这样做了。

（吉恩：从更大的意义上讲，我们之间是否存在同一个自我？）

确实可以。分离过程是一种幻象；然而，正是通过这种方式实现了深度的感知。你们都是一个整体的自我，但同时你们都是个体，且没有任何个性会消失。也不存在所谓的融合，因为你本身已经是整体的一部分，不需要再进行融合。

（吉恩：那么，如果我对巴巴说：“你和我是一体的，唯一使我们分开的只是我不知道我们是一体的事实”，这是正确的吗？）

他现在的自我不会同意。

(吉恩: 但他真正的自我会同意吗?)

他既是他所说的那个人, 又不是。这其中存在一种欺骗, 可以称之为“诚实的欺骗”。

(吉恩: 这种欺骗是否可以看作是多人所善意称呼的“湿婆之舞”的一种表现形式?)

不完全是。我提到的欺骗涉及一种过度的扭曲和强调——这是一种悲剧性的错误。

(吉恩: 为什么会这样?)

真正知道自己是谁的人不需要说出来。

(吉恩: 除非他是为了教学的目的。)

以那种方式说出来不会有助于教学。当你知道自己是谁时, 不需要说出来; 如果你说出来了, 说明你还不知道自己是谁。要小心那些以这种方式自我表述的人, 可能会存在扭曲。因为我们本是全然, 无所是无所不是, 一旦说自己是什么, 就已经扭曲在认知中了。

说自己是全然, 或说自己是某某什么, 都是一种扭曲。高度扭曲的真理是危险的。如果你知道自己是谁, 你不需要用语言表达。不会给自己冠名什么或拿出什么官职名号地位来唬人。你们每个人都是整体的一部分, 但并不是相同的部分, 而是个性化的部分。你们不像拼图那样简单, 可以随便拼凑起来。你们仍然是高度个性化的整体部分。

你们是整体，但你们每个人都是独一无二的。你们各自适应整体的不同部分。自我或结构或人格在向外和向内扩展，（如果你们允许我这么说）实际上是在所有可能的方向上在运作着。

内在自我是行动的主体，并且不断变化。每个自我都有其独特的能力、倾向和共鸣。它在金字塔完形中有自己特定的位置，表达与探索着某一面向上的可能。它可以接触到那个在你们的术语中尚不存在的全我，当然，那个全我其实一直都在。

在你们的探索中，你们必须接触到那个你们正在成长的完整部分——我希望你们正在成长的方向。这就是你们的“全然的思想融通回路”，可以这么说。所有的道路最终汇聚成一条道路，但你们的道路是你们自己的道路，除此之外无法选择。你们在讨论的那个“梅赫·巴巴”他确实是非常先进的。他是一条路，但他并不是终点。他还远尚未完成。他的理论方向是对的，但他把自己高举成全知的标准答案，并以此为乐却是错的。

我可从不以谦逊著称，谈论这个对我来说并不合适。尽管如此，那些真正知道自己是谁的人不需要用言语表达自己或标榜自己。他们不需要宣告自己，因为他们无需语言就能被世人看重和理解。那些真正了悟了真相的人会知道人类的语言无法描述出全然。我现在用言语与你们对话，因为如果现在不用言语，就无法达到必要的理解，而在理解之后，我就可以不再用言语了。

所以我们只教你们如何内观与链接自我内在意识，而不搞偶像崇拜或为未来描绘天堂蓝图。存有知道只有属于你的道路才是完成自我发展时的真正道路。

（吉恩：请问，所谓的“正确”又是什么，是你所使用的那个意思“法喜快乐”吗？）

确实，正确就是快乐。所有的快乐——所有真正的快乐——都是正确的。

然而，遗憾的是，很多人说的快乐指的是一种自满且令人不悦的满足感，因为达成了某种预期的结果。因这个地位已经达成了所以欣然自喜，但内心是知道的这种自满阻碍进一步的自我实现。因为失去了渴望求知的谦逊。我并不想引领打破偶像的是非。

（吉恩：没有偶像可以摧毁。）

你应该开设自己的课程。

（吉恩：我已经在进行。我们可以继续探讨一下这个问题吗？我们想创建一个学校，一种非常简单的学校，帮助那些寻求帮助的人，而不是假定我们拥有答案，而是基于许多人宣称的道路是一个好的道路，即爱的简单之道。我假设你已经知道我们想要创建这种回路的想法。它们会奏效吗？如果不会，主要的缺点是什么？你会建议什么？）

你是在谈论你们的乌托邦吗？

（吉恩：我不愿称之为乌托邦。）

有许多因素在其中。你们的计划可能会在你们没有意识到的情况下实现。

(吉恩：非常敏锐的观察。)

你们会根据所见做出判断，而你们可能并没有看到足够多的东西。如果你们通过内在感官感知结果，可能会更好地了解进展情况。请再给我们一点时间。

这是一些印象：有两个人，特别是一个年长的，可能是 48 岁左右，有些困难和误解与他有关。D 和 H。如果保持纯净的意图，项目可以成功。我相信有一个大约 23 岁的人会被排除在外。

(吉恩：为什么？) 细雨社 www.xiyushe.org

这个人会因为过于热情的反应，以及与某些我不太清楚的家庭关系，可能是与母亲的关系，而引发严重的问题。

(吉恩：这个人是男性还是女性？)

我们很快就会确定。我在每个方面都感觉到强烈的倾向，但现在无法明确。这个人可能与法律事务有关——或许即将发生。

(吉恩：即将发生的法律问题？)

是的，如果他（他是男性）与这个项目有关的话。这是与这个人相关的印象。你们需要将这些拼凑在一起。颜色是棕色。现在，这可能是他的名字或头发颜色带来的印象。他与密西西比州可能有某种联系。

这是我现在能够提供的信息。

(吉恩: 猜测可能是姓氏的发音模糊?)

**鲁柏在这里轻轻地阻止了我。你们必须根据我给出的信息自行判断。
如果你们愿意。**

(吉恩: 我们能讨论一些关于这个项目的更广泛问题吗? 真理是简单的, 对吗? 有必要让它变得复杂吗? 我们真的需要玩复杂的游戏吗? 如果是, 为什么?)

你们不需要玩复杂的游戏。但会有一些人期待这些游戏, 你们会感受到他们的压力。很多人学习灵性知识不是为了了解真理, 而是为了获得超能力与财富名望。他们来寻求的是可倒卖的商品而非觉悟。

(所有由吉恩·伯纳德在工作中验证的赛斯资料, 包括史密斯(Smith)-Miss (小姐), 等等。史密斯是一个 23 岁的女性特征明显的人, 有一个专横的母亲。史密斯有棕色头发, 过于热情。根据吉恩的说法, 他很可能会引发麻烦, 而如果真的发生问题, 麻烦将涉及法律。至于具体是哪种法律麻烦, 吉恩没有说明, 至少我记不起来。吉恩和简一样, 对这些资料感到惊讶和满意。)

(插曲——我们四人之间的讨论。赛斯突然插入。)

存在就足够了。存在就足够了。

(吉恩: 是对你还是对我来说足够了?)

对所有人来说都足够了。存在比言语更有力量。

(吉恩：对那些能够听到的人。)

他们不需要用耳朵听，当 they 与真正知道自己是谁的人接触时，他们直接明白。“存在”直接、即时地传达给内在自我，它被立刻转化为可以理解的真理。这种交流涉及到自我系统的全部。去经历一切你感兴趣的，这就是行动，行动让存在感得以被体现出来。

(吉恩：这是否假设听者已经习惯于聆听内在的声音？)

内在的声音不需要去聆听，它会立刻被转化为行动和体验，直接被领悟。但角色我未必愿意去跟随，去实践。

(吉恩：——除非我理解错了，这是否意味着不需要训练也能辨认内在自我给出的信息？)

细雨社 www.xiyushe.org

你知道你是知道的。你不需要特意去聆听才知道自己是知道的。这个提醒是不必要的。你会立即知道，无需聆听。这个过程叫做直觉。

(吉恩：假设某人还没有认识到自己是谁？我担心我们在教学技巧上纠缠不清了。让我直截了当地问一个问题。如果你是我，会怎么做？)

关于你的项目？想要完成本位面灵魂成长的最后一步，你必须继续下去。

(吉恩：作为一个教师，你对教学方法有什么建议？)

你必须继续使用你已经开始的方法，因为你需要亲自通过实践发现它们是无效的。你必须通过自己的经历去得出这个结论。才能明白如何去教导灵性知识。

(吉恩: 那么, 除了知道方法无效之外, 我还会学到什么?)

你会明白, 方法本身并没有什么区别。但对你来说, 现在它们必须有所不同。尝试使用这些方法是重要的。而那些将来的人, 无论使用何种方法, 都会理解到这一点。

(吉恩: 我真希望我能像你一样自信。)

你并不在我的位置上。

(吉恩: 我很愿意相信你说的话。)

你必须尝试这些模式, 因为你认为你必须这样做。

(吉恩: 非常有趣。这种评论是否会让我联想到提姆·利里的观点?)

有保留意见, 不过是我的, 不是他的。他像兔子一样跳跃。

(吉恩: 我同意。)

他的方式中有某种保护机制。他并不了解自己轻松飞越的那些深渊。因此, 他并不害怕它们, 而他的翅膀并不强壮。走捷径能让发展一时迅速, 但那些被无视的问题迟早会因无知而成为阻碍。只有经历过才能真正有所了解。

Y7-3-303.4

(吉恩: 你是否同意以下说法? 正如奎师那[对阿周那说: “没有什么地方要去; 你已经在那里了。没有任何深渊——只有一条微不足道的裂缝。没有什么需要去做, 因为一切都已经完成了。”])

你发现了矛盾吗？

（吉恩：没有。但我不明白，提姆·利里轻快飞越的深渊怎么可能只是我想象中的幻象？）

确实，你在感官世界中创造了这些模式，但在创造它们之后，你不仅要认识到它们是你自己的创造，还必须了解它们的本质。因为物质上的深渊实际上代表了自我内心中的精神深渊。

（吉恩：尽管如此，我们已经回到了家，是吗？）

确实如此。主持研讨会的自我已经存在。最稚嫩的自我和最成熟的自我同时存在着。

（吉恩：这有点像个宏大而美丽的玩笑，不是吗？）

鲁柏明白了我的观点。这不是玩笑。这是整体认识自己的方式。但在认识自己的过程中，更多的自己不断被创造出来。你跟上我的思路了吗，约瑟？这些“当下的片刻”是由你们不断创造并探究的，尽管它们已经存在并将继续存在。是你们在划分时间。你们是整体的一部分，但同时你们也在不断地扩展整体的体验。它并没有按照你们所理解的方式结束或完成。

就好像在人类耕种小麦或土豆前它们就已经存在，但每年你们都在尝试着改良其成长的过程，当然这些尝试有些或说大多数是失败的，但整个文明的发展基于那偶尔的成功中。没有那些失败的尝试就不可能找到其中的可能，不对比各种可能就不知道哪个才是最优解，但我们

永远不知道，现有的路径与方法是不是已经是最优解了。

(吉恩：启发我吧。我还不明白。)

这需要一段时间。首先，从你们的角度来说：存在不是静态的。因此，不能认为它是完整的、结束了的。

(吉恩：但总是在成为的过程中？)

确实，总是在成为的状态中。然而在广袤的当下 (Spacious Present) 中，弘一意识构成的万有万存确实存在。成为的过程永远不会完成，但无论你选择在哪里划线，你都会认为那是终点。

(吉恩：早期的研讨会主题是共同创造，意象中不断出现一个容器。研讨会的核心思想是共同创造的行为就是提供一个容器，某种事物通过这个容器能够不断地“变为”。你认为是什么在流经这个容器？这条路是什么？这正是我在寻找的东西。)

你当然已经拥有它了。

(吉恩：你会怎么称呼它？)

为它命名是不幸的。在我们的课程中没有使用过一个特定的名称。我会称它为 IGNAPTHA，这是我试图表达的一个术语的拙劣近似。在你们的语言中，也许可以理解为“整体自我不断表达自己，并且在所有可能性中认识自己”。

(吉恩：这难道不是一种情感的表达吗？)

你确实应该阅读一下我们的早期课程。你还记得那些课程的基础，约瑟。

（吉恩：我应该称这种情感为什么？）

你确实应该称它为“爱”。

（吉恩：你提到的那个“IGNAPTHA”，是否应该理解为巴巴所说的“爱”？）

这就是他希望你相信的意思。确实如此。而且，如果我曾给出过含糊不清的答案，那现在我给的这个就是了。因为我认识他，你明白。

（吉恩：我们是不是把简单的事情搞复杂了？）

我只是按照你提的问题回答。让一名长者毫无条件地谆谆教诲幼年时的他自己，我想不出其它词汇能描述得更贴切。

（吉恩：击中要害。）

我是本着你发问的精神在回答你的问题。

（吉恩：我现在可以再试问一个问题吗？）

当然可以。

（吉恩：好的。你一直在给我一些复杂问题的复杂答案。现在我们来尝试最困难的部分。我想陈述一个命题，看看你对此的回应。我们一直在追寻一个点——你和我间到底是什么关系——而我的感觉是，在我们追寻的这个层面上，我无法真正理解这个点。而且，在我想理解它的那个层面上，确实没有什么可讨论的。这样说有道理吗？）

从来就没有什么可说的。你一直在从一个不够深入的层面上提出问题。

(吉恩: 没错。我同意。很好。)

**你并没有充分利用和我在一起的机会。你只是用语言与我交流, 而我
已经尽我所能作出回应。很多事情我的答案你无法验证, 相信就是盲
从不信又何必问呢?**

(莎拉问我们是否可以从赛斯那里接收到非语言的交流, 赛斯说他会
尝试。我们三人同时感觉到某种意识扩展的体验。)

插曲: 吉恩关于前世的提问

我已经提供了很多关于前世的资料。

细雨社 www.xiyushe.org

(吉恩: 你能告诉我们一些关于我们的前世吗?)

**15 世纪, 法国和意大利之间——一次短暂的西班牙之旅——但名字似
乎是意大利的。葛拉巴拉尼或葛瑞伯里安尼或葛瑞比里安尼, 1423 年
到 1473 年。制作皮革物品——从皮革上切割物料。去过英国, 最终
定居在法国。左耳有问题, 左手的第四个手指也有问题。曾演奏过类
似号角的乐器。其他方面有沟通困难。与男性家长之间的冲突; 这种
冲突在这一世也有些反映。有一个金发的姐姐, 名字缩写为 D.A.R。
暂时就到这里吧。**

家族来自佛罗伦萨, 是面包师。大门左边有一个名单。强烈倾向于夸

大其词。一个与圣安妮有关的家族名字。一个兄弟是士兵，一个是牧师。一个名叫菲利皮娜的姐姐。因为一只农场动物而在 38 岁那年死亡。之后你选择在 200 年前的 13 世纪出生有过一世。第三次选在 18 世纪，那个时候是在西班牙的一个农村地区。这次出生是在本世纪，你前世的姐姐现在扮演你的母亲。

灵能力的觉醒和扩展，但这些能力被滥用了。现在我不太确定。我们会看看。在一个可能位于北纬 49 度的小镇里，有一座石头修道院。一个兄弟对自己的性别感到困惑，请求我们的朋友帮忙。来自另一个国家的入侵。我们的朋友未经许可离开了修道院。然后前往非洲。肩膀出过事故——右肩有问题。在非洲建立了某种机构，与现在计划中的灵修中心类似。

细雨社 www.xiyushe.org

让我们深入探讨一下。因为有留下的记录。我之前用了“乌托邦”这个词，而这确实是一个乌托邦。土地不是丛林，而是一个贫瘠的区域，有一条干涸的河流，成员来自一支军队。简要提及一本书，这可能不是精确的书名：《被盗的土地或岛屿》，由传教士之家有限公司出版或发行，副标题为：乌托邦及其（可能）结果的记录。

书在英国出版。这个团体由逃兵或军队退伍人员组成。这个项目过于雄心勃勃。总共有 73 人。整个队伍都被当地部落消灭了。顺便说一句，我们现在更加紧密地联系在一起了。不过，我建议让我们的记录员休息一下，表达一点同情。

插曲：讨论。

两个要点。这个玩笑非常贴切。如果你彻底意识到物质世界只是一个幻象，你就不会再体验到感官资料了。

（吉恩：难道我不能体验一个自己创造的幻象吗？）

你可以体验幻象，但当你体验幻象并意识到它是幻象时，你就不再在意那体验了。你走在自己的前面了。

（吉恩：但没有地方可去。）

你并不知道。你只是这样想的。你不会停留在你所在的地方。

（吉恩：难道还有别的地方吗？）

没有，也有。

（吉恩：难道还有别的不是幻象的地方吗？）

我这样告诉你，我也明确告诉你，有。

（吉恩：我怎么能知道其中的区别？除了通过我自己的心智创造，还有别的方法可以区分幻象和实相吗？）

你现在还无法知道。当你达到那个层次时，如果你愿意，你将能够随心所欲地体验用意识生成任何实相的幻象世界，那时参与体验这些“幻境实相”的角色我会知道自己是真实的，不会自迷其中。意识本体它没有其他地方可去，因为它是唯一的实相，并在创造属于自己的

世界环境。

(吉恩：但这也是关于我在此时此刻的讨论。)

按照你们的理解。

(吉恩：也按照你的理解。)

仔细看看最后的陈述。

(吉恩：我们兜了一圈回到了原点。我与我所创造的实相是一体的，没有别的地方可去。)

你必须仍然能够体验任何一个这些幻象，清楚它们的虚幻本质，同时仍然知道最根本的实相是你自己为自己构建出来的。没有任何地方可以去，因为从那个角度来说，你就是你自己构建出的这个世界，也是你所能及的所有地方。但这个玩笑是有意义的。今晚我对你说的最重要的事情就是，这个玩笑有它的深意。

(吉恩：是的，我同意。)

你必须足够自由地去探索了你系统中预设的每一个生命体，并在体验中领悟了其本质，清楚地知道它们都是你自己化生出的一部分，然后才能离开你当前的这一矩阵系统。而且这些都必须是你直接完成相关体验。

(吉恩：但，我无法离开系统，因为我同时存在于所有系统之中。)

我是在以物质层面来讲。即使是在非常有限的物质层面上，你依然在

与其他系统互动。

(吉恩: 我别无选择?)

现在我使用连续性的术语只是为了便于解释。首先, 必须经历一个时期, 在此期间你完全沉浸在某个特定系统中, 仿佛其他系统不存在一样。通常, 完成自我价值实现就是通过这种方式被达成的。这并不意味着你没有同时存在于其他实相系统中。这种幻象必须被深入探究到最深处。你们才能明白矩阵的运作原理。

(吉恩: 它并没有所谓的“最深处”。)

你在创造那种深度。

(吉恩: 对, 正是这样, 而在这么做的时候, 探究其实已经完成了。根本没有什么可探究的。)

探究是必要的。有些游戏是必要的, 而且永远具有启迪意义。

(吉恩: 难道游戏的目的不是去玩, 而不是去创造或探究它吗?)

从这个角度来看, 你自己就是游戏的缔造者。你为自己设立了经历什么与想达成的目标。

(吉恩: 在所有其他角度来看也一样。)

你在创造这些实相时, 你自己设立了局限。而你和我同属一个实相的一部分。 (语速太快, 无法逐字逐句跟上。赛斯承认他也是当前游戏的一部分, 某种意义上是由吉恩创造的。他说此时吉恩正在处理人类的概念, 而没能抓住真实的要点。)

(吉恩：真的不止一个主视角观点存在吗？)

有的。你不承认存在的多样性吗？

(吉恩：我愿意承认，这些只是同一个事物的多种幻象形式——即你和我。我们本质上是一体的。)

在每个方面，这种体验都是真实的。

(吉恩：是的，确实如此。我们都是佛陀，但我们不承认这一点。)

这是一种悲剧。游戏是不同的。

(吉恩：在这个游戏中有悲剧吗？)

**从整体的连续性来看，最终是没有的。每个人都是这游戏的受益者，
不管在扮演自己角色时经历些什么。**

(吉恩：短暂不连续的悲剧是幻象，对吗？)

从整体上来说，没有悲剧。必须有一个整体的承诺。

(吉恩：对什么而言？)

必须对自我有一个整体的良性发展承诺。

(吉恩：当然，对其他每一个人也是如此。)

并且不能背叛自我。

(吉恩：没错，也不能背叛他人。)

但自我背叛的想法可能会导致扭曲。

(吉恩: 但这些扭曲正是湿婆与你(我自己)之间游戏的一部分, 反之亦然。)

我更愿意称其为一种充满爱的努力。

(吉恩: 当然。想象经典的湿婆雕像, 踩在被压碎的婴儿身上——一种充满爱的参与, 融入悲剧的幻象, 甚至自我欺骗的幻象。)

你正在为自己省略许多步骤。

(吉恩: 但没有任何步骤, 不是吗?)

对你来说, 现在有步骤。

(吉恩: 它们不是幻象吗?)

确实是幻象。

细雨社 www.xiyushe.org

(吉恩: 如果它们是我自己创造的路上的人为障碍, 那么我肯定可以将它们移除。)

理论上确实如此。但实际上, 你最好还是留意脚下。因为在进入角色前已经预设了不可移除主线剧情内的关键考验。

(吉恩: 对, 那是对悉达多的建议。)

这些是我们安息的温柔孩子。即使它们只是象征, 我们也应该为它们哀悼。即使它们只是牛粪, 我们也必须为它们感怀。

(吉恩: 我们必须爱他们, 因为他们是我们自己。)

你不能做得更少, 你几乎也不能做得更多。

(吉恩：做到这一点就等于睁开了一只眼睛，看到只有短短的一步需要迈出。)

你正在玩一个游戏。

(吉恩：当然，你也是。我们说湿婆在玩一个游戏，湿婆是谁呢，除了你自己？)

你现在确实是在和自己玩一个游戏，但这并不重要，也可能不相关。

不过你最好带着敬畏之心去玩这个游戏。

(吉恩：敬畏谁呢？)

对自我的意识本体怀有敬畏之心。

(吉恩：好的，我们不是在各说各话。)

细雨社 www.xiyushe.org

有一种神圣的不敬和一种轻浮的不敬。你在玩一个游戏，而两者其实是一体的。但你最好确定自己对此有透彻的理解。毕竟角色我随时可被意识本体重置更新。

Y7-3-304.1

第304节 显意识的高度局限视角，信封实验78

1966 年 11 月 28 日 星期一 晚 9 点

(第 303 节是 11 月 26 日星期六晚上与吉恩和莎拉·伯纳德一起进行的。那次课程非常长，内容丰富。对珍和我来说，整个星期都非常忙碌，因此我们略显睡眠不足。

今晚珍进入出神状态，开始说话时语速较慢，眼睛时而睁开；她抽着烟；声音平稳。)

晚上好。我们又是单独在一起了。

在我们上一次课程中讨论了一些话题，这些话题此前并没有以那种方式进行过讨论。

细雨社 www.xiyushe.org

让我们以自己的方式来思考其中的一些问题。正如你所知，物质宇宙既是真实的，又是不真实的。你创造了自己的物质实相，然后感知它。如果创造物质没有任何目的，它就不会存在，你也不会感知到它。换句话说，它甚至不会以幻象的形式存在。



如何定义真实、由谁来定义真实、以谁的角度来定义真实、决定了什么才是真实。所有的感知都是以记忆的形式存在着的，哪怕上一秒与此时此刻；而记忆是可以被内在意识筛选、涂写甚至生成的，你所笃信的亲历其实事实有多少是自己的臆想其实少有人知。就好像 AI 大数据生成的高度智能核心，看似无所不知，但其实不管是历史知识还是哲学辩思，都是被当代人为喂养出来的，与事实有多少必然关联，可说微乎其微。

角色我的三观与认知结构构成了其理性的逻辑思维，但却不知道自己编织逻辑链所用的各种引述公知论据其实没几个与真实有关。就好像某专家深度解读《道德经》，讲了百余小时，逻辑自洽论述完整、理论依据充足，但就是所用原文是现代篡改版，其全文的真实意在千年前就被统治需要改得面目全非了，据此搞出来的学问只是越描越黑而已，错得离谱还沾沾自喜。

什么是真实？只有跳出单一位面，只有纵观全局，只有同时利用多维视角交织观察时，所了知到的答案才部分地贴近了真实。但每个位面中确实都有属于自己的真实，比如在当前环境下水的冰点与沸点就是零度与百度，但只要气压、分子密度、传导速率、内容物比例，任意基础设定有所变更，那常数就会变得不再真实。位面中的真实是被矩阵程序在底层逻辑中设定出来的，但这真实对于位面中的角色我来说就是事实。

那么事实的真实到底是否有衡量是非可供争辩的标准答案呢？或许有，或许没有，或许在多重变量与预设确定间计较唯物的、唯心的、唯识的，事实并无真实的意义。在既是也是、既不是也不是间，严谨反而变成了可笑的幼稚。

这里有一些微妙之处。我们将尝试处理其中的一些问题。

（长时间停顿）对于那些在你们眼中似乎如神的人来说，杀戮并不算犯罪，因为甚至连死亡的幻象都不存在。在某个层面上，死亡和你们所知的生命一样，都是幻象。当你们还在物质身体中时，无法完全摆脱这一幻象。



见细雨图解

借由人物角色经历人生时，你必须温柔地对待你的生命体。它们在你们的系统中是真实存在的。没有所谓的死亡惩罚，但失去所有装备与人物数值多次重启的经历会很麻烦。在你们的层面上，一定要小心建设自己的情感哲学信条。在你们这一位面中，可以透过体验获得强大的自我价值实现。但前提是你能了解自己所处的位置以及当前实相的本

质是怎样运作的。当然就算你们透彻地知道了矩阵的所有秘密，仍须在其框架内完成角色规划好的相应课业运作并达成可毕业的最低要求。



多重自我构成全我，而全我的一体合集就是存在着的存有，存有即你们真正的自我。它并非是某一角色我或人格成长起来后形成的，它的本体分化出了进入角色的人格片段们，你们甚至现在就与它在接触。在某种意义上，的确你们的人格意识从未真正地离开过这个自我意识所在的意识领域。但在另一种意义上，你们确实离开了它熟悉的真实环境，进入到了矩阵衍生出的梦宇宙之内。你们有意识地探索着其他系统，就像你们当前在探索这个系统一样。



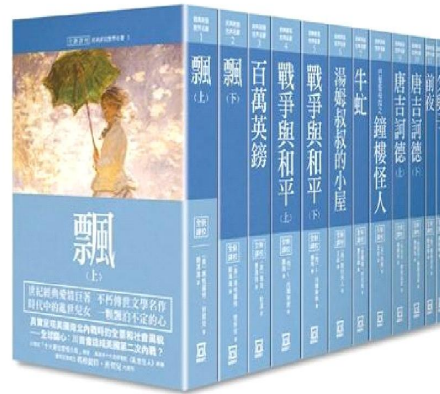
探索本身也是一种创造,并且是持续的创造。没有最终的终结或完成。的确,正如你们的朋友常说的,没有地方可去。但这个词“存在”带来了多重的存在状态。它们在心理和精神上都是非常真实的(微笑)。

很多人受到宗教学说的影响,总觉得人生苦,而修行是离苦得乐去往天堂不再入轮回的阶梯。但实际上释迦所说的原始教义和宗教扭曲后的大有不同:释迦给出的道理是看破红尘幻梦后,放下一些所知障、所执障,安然从容地踏踏实实过好此生,完成自己当经历的经历,领悟到当领悟的了觉,别没事总给自己添戏加码。

确实有灵界,也有天堂与地狱,但那些也都是意生出来的位面,也都是个人无明所执造就出来的课业场伪装相。作为人格片段的我们,当前要做的事就好像校园里的学生,任务明确又简单:不管你怎么搞,新学年开始时,你的屁股还是在课桌后,只是换了一个教室换了一本教材而已。当然这还是在一切顺利的前提下,毕竟当前的人生学府升学率并不高。所以也就有了这百年中的教学改革和新世代教程试点班。只不过当前有资格进入重点实验班的人并不多,大多数人还在普高职高里接受着传统打工人教学理念,匮乏对宏观世界的认知,也无法理解多维实相的理念。

哲学应该帮助你应对这些问题,而不是逃避它们。当然,在某种情况下根本没有什么可以逃避的。正如我所讨论的“时刻点”(Moment points)一样,它们将为你澄清许多问题。探索内在实相有充分的理由,但这种探索也应该让你理解物质实相的本质。或许你的物质存

在，可以比作一本由一位老师赠与你的优秀的书。



你们完全沉浸其中。因为你们意识到自己正在阅读这样一本书，扮演主角并沉浸在三维的存在中，这并不意味着你们可以随意丢弃这本书，也不意味着你们应该拒绝阅读它，因为剧情和自己想象的不同。你们日后确实可以成为自己人生的作者，但现在在这个层面中，首先要学会阅读。当然，你们可以意识到它的本质，这是向前迈进的一步。给你这本书的老师正在阅读另一本书，并扮演另一个角色。

禅宗哲学中存在一些缺陷，改天我们再来讨论，空的思想是一种逃避。内观这个系统本质上是一个好的系统，但其中有一个特别的缺陷，这个缺陷是悲剧的，是由宗教植入的。在你们的系统中，这样的误导可能会使许多寻求真理的人误入歧途。要知道存在与行动才是当了然的本质。

我确实不喜欢“玩笑”这个词，无论是否相关，因为它可能导致冷漠无情。

(休息) 当你们经历出体体验时, 你们可以更直接地意识到内在实相的本质。

这种知识帮助你使用和引导物理法则, 而不是忽视它们。你会更有效地运用这些法则, 并为内在自我的目的服务。你开始创造物质实相, 使其确实反映内在自我的需求, 这样一来, 你引发的变化会被他人注意到, 并成为一个人榜样。比如当这些书真实地摆在你的案头时, 它就是内在意识被物质化显形的例证。

通过探索内在实相, 你们确实与“一切万有”意识万维网取得了联系。然而, 这种体验必须主要是你个人的独立经历。你们两人都正确地认为, 你们保持相对的独立性。具体来说, 你们现在不应该加入那种正在计划中的社区。

鲁柏的能力, 还有你自己的能力, 将按照它们的内在本质发展。它们会有自发的扩展, 但工作必须是私密的。这并不是说你们不能去参加那些好奇者的测试。

现在, 你确实正在参加一个私人研讨会, 正如伯纳德所描述的那样。我是从我人格中你容易理解的那一部分与你对话。我相信我的教学方式是为了我们的目的而量身定制的最佳方式。鲁柏的能力很强。一定要用这样的方式滋养, 它们才能维持稳定。

你们现在能听见我。你们认识到我所呈现给你们个性。当你们准备好时, 其他方面将逐渐显现出来。如果你曾有疑问, 我在灵性事务中一直保护着你们两人, 当然在我认为有必要的时候, 我也会在其他事务中提供保护。

你们可以选择休息一下, 或者给我你们的实验, 随你们的意愿。

(“我们选择休息。”)

休息时间为晚上 9:45。珍如往常一样处于解离状态。语速缓慢，时而睁开眼睛。她于 9:53 恢复，闭着眼睛。)

正如我常说的那样，最好不要将角色我推到一边。确实，划分是任意的。然而，角色我依然是自我的一部分。我们正在让内我与其他部分熟悉。内我是物质活动的指挥者。在适当的训练和直觉的引导下，这部分自我在生存环境中可以发挥出积极的作用。当然前提是角色我肯选择跟随与臣服。



道家把肉身我比喻成很有个性的牛，把神魂我比喻成牧童；而释迦把肉身比喻成疯猴骑野象，把神魂比喻成驯象师，名为九住心。修行从开始每天追着胡思乱想的欲望跑，到最后用这个身成就大觉悟、驮着神魂获得大成就。需要小心的是，在最后阶段会有四向歧途，分别是：堕入虚无主义、进入宗教幻想、步入意识境界和自陷神佛法相痴迷中。很多网络上的九住图是不完整的，缺少最关键的这部分，因为这碍宗教发展。

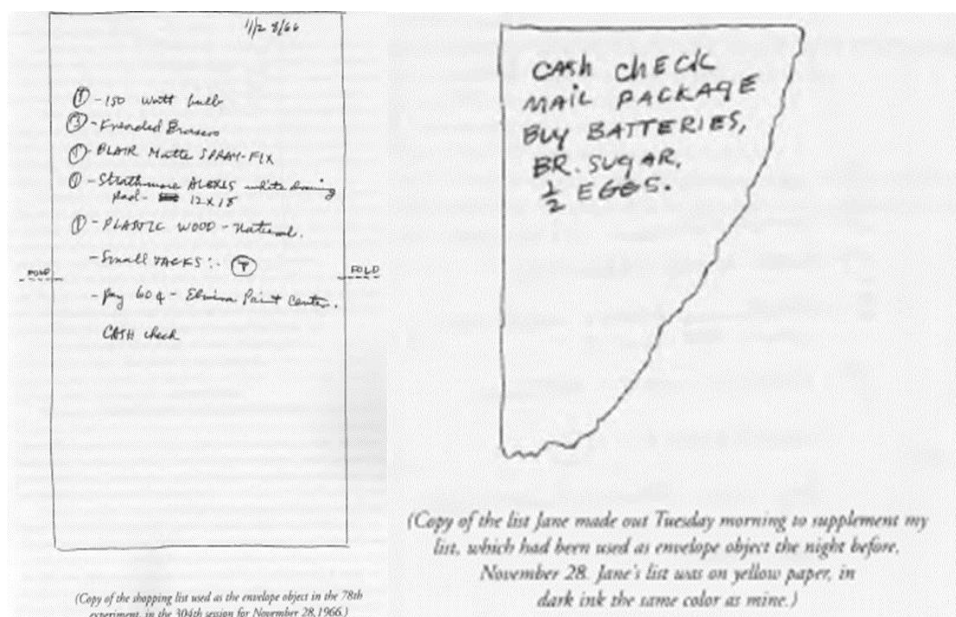


Y7-3-304.2 (E78)

现在，给我你们的实验吧。

(她闭着眼睛，在 9 点 55 分拿过我给她的信封，进行我们的第 78 次实验。她将信封水平地放在额头上。

第 78 个信封实验物品是一张我今天早些时候为珍写的购物清单，但珍并没有看到。在一张从便笺本上撕下的白纸上，使用与这页相同颜色的墨水写成，按指示折叠，放在两张硬纸之间，然后用双层信封密封。结果并不太理想。参见珍的补充清单，这一页也有记录。



珍在星期二早上整理的清单的副本，写在黄色纸上，用于补充我的清

单。我的清单前一天晚上作为信封实验物品使用。)

我们来看看能做些什么。请稍等。这些是与实验物品相关的印象。

一种混乱，像是事件的杂乱。蓝色和黄色，强烈的颜色。一个椭圆形，比如椭圆地毯的形状。

还有一个长方形的印象。或许这个实验物品曾经在书中或相册里。无论如何，似乎有角落与其他东西连接在一起——我相信是一些黑暗的东西；或者角落上有一些黑暗的东西，可能是黑色的。

还有一个白色的边框。这里的印象无疑是某种照片。鲁柏现在想到一个女人和孩子，还有一张玛丽·塔布斯 (Marie Tubbs) 和婴儿的照片，地点在佛罗里达。

我觉得我们在这里有点偏了，但这个连接是有效的。

(“是的。”) 细雨社 www.xiyushe.org

我确实有黑色和白色的印象，或许背面有用墨水写的小字。”(停顿)

(“是的。”))

较小的形状，可能像树叶在阴影中，颜色相对较暗。与一张便条或信件有联系。至少与写字有关，虽然这些字不是在实验物品本身上，而是在一张便条或者这些图像下面——我相信这些图像就在实验物品上。

(“什么样的图像？”)

小叶子形状的图像，举个例子。

(“还有其他的吗？”)

这些是进一步的印象。突然出现 (turn up) 或调整 (tune-up)。断

开的线条。一个较远的地方，相当远，不在附近。水。与一本书有关。或许提到了鲁柏的书。

ATS，或许还有一个L。

我相信这个实验物品上有人的图像。

（“没有，赛斯。”

停顿，闭着眼睛，信封仍在额头上。）

我看到有人的形象。让我们看看。有四个成人。你有问题吗？

（“关于那个‘混乱’呢？”）

我不知道它是指线条的混乱，事件的混乱，还是可能是炒蛋。‘混乱’（Scramble）是我的印象。

（“嗯，我觉得它指的是事件……你说强烈的颜色——蓝色和黄色。它们不在实验物品上。我想知道它们与什么有关。”）

与绘画有关。

（“那有可能。”）

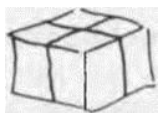
还有一个印象是某种被均匀分为四部分的东西。像这样，你看。

（“是的。”）

（珍闭着眼睛，在空中画了一个符号：）



（我的下一个快速草图是珍继续为赛斯讲话时画出的：这个符号“+”是否指的是包裹周围绑着的绳子？如下：）



不足或未完成的情况也与此有关。还有与交通运输的联系。

(“交通是指谁的?”)

是客人的交通。

(“嗯，更有可能是指珍的出行方式。”)

10:14 休息。珍像往常一样出神。眼睛闭着，语速正常，伴随短暂的停顿。

信封实验物品是一张购物清单，我今天早些时候为珍写下的，但珍没有看到。这张购物清单代表了我们过去几天需要的多个小东西，但由于我上班时一直下雨，珍没能去买。清单逐渐变长，实际上珍计划在明天——星期二——去购买这些物品并处理一些我忘记列出的琐事。这些任务同样在今晚的实验中起了作用，因为珍脑子里同样想着这些事。见前面珍的清单。

在这次实验中我尝试了些许不同的方法，珍现在说她不确定这是否有帮助。这个想法很简单，就是当赛斯说得对或者接近正确时给他一些鼓励，或者在适当的时候提问以获得更多的资料。她意识到这种方法有所不同。除了对她学校时期的朋友玛丽·塔布斯和婴儿的照片有印象外，珍说她不确定是否有其他意象浮现。

赛斯没有特别评论实验结果，珍和我自己做了一些关联。

“事件的混乱 (sctamble)” 这个很准确。实验物品——购物清单——代表了珍的一些混乱。星期二她走到市中心购买这些物品，还有其他的物品，这些东西几乎装满了她能带回家的全部。

“蓝色和黄色，强烈的颜色。”稍后赛斯将这些颜色与绘画联系在一起。物品包含了我用来做艺术工作的项目，尽管没有颜料。珍确实去了我购买颜料的美术用品店。我认为另一个关联可能也适用。虽然不在清单上，但珍星期二还买了四个晶体管收音机的电池。我忘记了它们，但她记住了。电池上有红色、蓝色和黄色的强烈设计，非常显眼。见珍的清单。

“椭圆形，例如椭圆形的地毯。”购物清单上有几个椭圆形。最明显的一个是在“钉子”一行之后，我在椭圆形中标注了所需钉子的尺寸。珍：我认为地垫是字面上对“matte”效果的一个解读——见实验物品。

“长方形的印象。”实验物品是长方形的，无论是展开的还是折叠的。它折叠后放在双层信封内。

“或许实验物品曾经在书中或相册里。”实验物品没有在书里，但它曾经是一本记事本或纸垫的一部分，从这个意义上说是对的。

“无论如何，似乎角落与其他东西相连——我相信是黑暗的东西。”实验物品显然是记事本上的顶页，我在列清单后撕了下来。这里没有特别的黑暗，但记事本的胶装部分是中等蓝色，背面是常见的中等灰色纸板。

“或者角落上有些黑暗的东西，可能是黑色的。”见上文。赛斯这里似乎转向了照片的解读，见下文。

“还有一个白色的边框。印象肯定是某种照片。鲁柏现在想到一个女人和孩子，还有佛罗里达的玛丽·塔布斯和一个婴儿的照片……我觉得我们这里偏离了，但这个连接是有效的。”与佛罗里达的关联使赛斯连接到了塔布斯的事情，因为我们的朋友玛丽也住在佛罗里达。

珍星期二的一个任务是寄包裹给莎拉·伯纳德，这是莎拉和她的丈夫

上周末从北卡罗来纳州来看望我们后遗留下的一件毛衣。见上一次课程。这个包裹也涉及到了佛罗里达的联系。珍星期二的其他任务还包括去邮局买邮票和寄包裹。见珍的清单。

“我确实有黑暗颜色和白色的印象，或许背面有用墨水写的小字。”实验物品上确实有小字写在白纸上。背面印象可能是赛斯通过实验物品在双层信封内折叠时感应到的。

“较小的形状，颜色较暗，或许像在阴影中的叶子。与一张便条或信件有关。至少与写字有关，虽然这些字不是在实验物品本身上，而是在一张便条或这些图像下方——我相信这些图像就在实验物品上。”这个很准确，指的是珍自己写下的补充清单。珍在 11 月 29 日星期二早上写了这张清单，当时我把 11 月 28 日星期一用作信封实验物品的清单副本给了她。

两张清单在珍的脑海中通过图像、共同目标等多种方式紧密联系在一起。两张清单上都有一个类似的项目是“兑现支票”，指的是我最近因一幅画收到的一张支票……珍的清单上的邮包项目涉及关于佛罗里达的包裹讨论。我忘了把这个项目加到我的清单上。

第一个问题：什么样的图像？

“小叶子形状的图像，举个例子。”显然这是对手写字迹的参考。

第二个问题：还有其他吗？

“这些是进一步的印象。突然出现 (turn up) 或调整 (tune-up)。”可能是指莎拉·伯纳德留下的毛衣，在他们开车离开后被发现。见珍的清单中的邮包项目；珍在同一次市中心出行中处理了清单上的其他事务。

“断开的线条。”实验物品包含断开的手写字迹。

“一个相当远的地方，不在附近。水。” 可能指的是伯纳德夫妇几周前的佛罗里达之行。见塔布斯的内容。伯纳德夫妇住在北卡罗来纳州，那里也是一个相当远的地方，包裹寄到了他们的住址。我们不清楚是否有大量的水靠近北卡罗来纳州罗利市。

“与一本书的关联。或许提到了鲁柏的书。” 这将伯纳德夫妇与珍的清单通过包裹项目联系在一起，同时与实验物品本身也有关联。伯纳德夫妇曾带着一本珍的 ESP 书（《如何开发你的超感官能力》）来访；我们几周前将其寄给了他们。

“ATS，或许还有一个 L。” 珍主观上感觉她在这里试图抓住实验物品上的单词 “Alexis”。

“我相信实验物品上有人的图像。” 当我告诉赛斯实验物品上没有人的图像时，珍说这让她有点困扰，但赛斯没有。她说她认为继续进行这样的实验是个好主意。当我注意到赛斯偏离正题时，我试图通过提出问题来推动他提供更多的资料。

“我有人的印象。让我们看看。四个成人。” 可以说，珍和我以及伯纳德夫妇与用作实验物品的清单紧密相连，并通过该清单与珍的清单紧密相连，如前文所述。

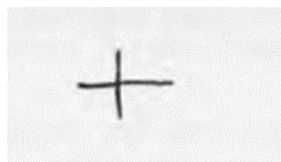
第三个问题：关于那个‘混乱’呢？

“我不知道它是指线条的混乱，事件的混乱，还是可能是炒蛋。‘混乱’（Scramble）是我的印象。” 我告诉赛斯它指的是事件。还有一个与炒鸡蛋有关的连接，尽管有点远，因为伯纳德夫妇和珍以及我在 11 月 27 日星期日的早餐吃了炒鸡蛋。

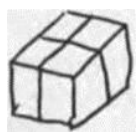
然后我请赛斯详细解释关于蓝色和黄色强烈颜色的印象。“与绘画有关。” 这已经解释过了。另一个更远的联系可能来自于珍的购物清单，

这张清单是用黄色纸写的，使用了深蓝色的笔写的。电池的解释也列在珍的清单上；而用作实验物品的我的清单上列有与艺术有关的物品。

“还有一种被均匀分为四部分的印象。像这样，你看。” 当时珍画了一个符号，如下所示：



后来我想知道赛斯是否试图表达的是绳子在包裹周围交叉的想法。包裹当然也出现在珍的清单上。交叉效果可以很容易地在我习惯于打包的方式中找到，特别是在我为伯纳德夫妇寄出的包裹上，我是这样打包的：



细雨社 www.xiyushe.org

“一个不足或未完成的情况。” 这是对用作实验物品的清单。购物清单反映了一些尚未完成的琐事，珍在11月29日星期二完成了这些琐事。她本打算在星期一处理这些事，但由于下了大雨而未能进行。她自己的清单也可以算在这里。

“与交通工具有关的联系。”

第四个问题：“是谁的交通工具？” “客人的交通工具。” 我告诉赛斯这更有可能是指珍的交通工具，因为她要围着城市跑一圈完成清单上的琐事。当然，这也与伯纳德夫妇有关，他们在周末从北卡罗来纳州来拜访我们，然后前往费城参加一个电视节目。珍的清单上的包裹资料也与他们有关。

珍认为这个实验效果不太好，尽管其中有一些不错的点。她在 10:43 时

简短地继续。)

非常简短地,我建议鲁柏在我们课程开始前要有明确的专注,并且至少花几分钟将注意力转向内在。

现在,约瑟,你有没有什么与实验无关的具体问题?如果你能从进一步的实验讨论中获得什么,我随时愿意提供帮助。

(“没有,我想没有什么问题。”)

我们将结束这节课。

(10:44 结束。)

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-304.3

第 304 节 浓缩版

晚上好。现在。我们又是单独在一起了。

在我们上一次课程中讨论了一些话题，这些话题此前并没有以那种方式进行过讨论。

让我们以自己的方式来思考其中的一些问题。正如你所知，物质宇宙既是真实的，又是不真实的。你创造了自己的物质实相，然后感知它。如果创造物质没有任何目的，它就不会存在，你也不会感知到它。换句话说，它甚至不会以幻象的形式存在。

细雨社 www.xiyushe.org

这里有一些微妙之处。我们将尝试处理其中的一些问题。

对于那些在你们眼中似乎如神的人来说，杀戮并不算犯罪，因为甚至连死亡的幻象都不存在。在某个层面上，死亡和你们所知的生命一样，都是幻象。当你们还在物质身体中时，无法完全摆脱这一幻象。

借由人物角色经历人生时，你必须温柔地对待你的生命体。它们在你的系统中是真实存在的。没有所谓的死亡惩罚，但失去所有装备与人物数值多次重启的经历会很麻烦。在你们的层面上，一定要小心建设自己的情感哲学信条。在你们这一位面中，可以透过体验获得强大的自我价值实现。但前提是你能了解自己所处的位置以及当前实相的本

质是怎样运作的。当然就算你们透彻的知道了矩阵的所有秘密，仍须在其框架内完成角色规划好的相应课业运作并达成可毕业的最低要求。

多重自我构成全我，而全我的一体合集就是存在着的存有，存有即你们真正的自我。它并非是某一角色我或人格成长起来后形成的，它的本体分化出了进入角色的人格片段们，你们甚至现在就与它在接触。在某种意义上，的确你们的人格意识从未真正的离开过这个自我意识所在的意识领域。但在另一种意义上，你们确实离开了它熟悉的真实环境进入到了矩阵衍生出的梦宇宙之内。你们有意识地探索着其他系统，就像你们当前在探索这个系统一样。

探索本身也是一种创造，并且是持续的创造。没有最终的终结或完成。的确，正如你们的朋友常说的，没有地方可去。但这个词“存在”带来了多重的存在状态。它们在心理和精神上都是非常真实的。

哲学应该帮助你应对这些问题，而不是逃避它们。当然，在某种情况下根本没有什么可以逃避的。正如我所讨论的“时刻点”一样，它们将为你澄清许多问题。探索内在实相有充分的理由，但这种探索也应该让你理解物质实相的本质。或许你的物质存在，可以比作一本由一位老师赠与你的优秀的书。

你们完全沉浸其中。因为你们意识到自己正在阅读这样一本书，扮演主角并沉浸在三维的存在中，这并不意味着你们可以随意丢弃这本书，也不意味着你们应该拒绝阅读它因为剧情和自己想象的不同。你们日

后确实可以成为自己人生的作者，但现在在这个层面中，首先要学会阅读。当然，你们可以意识到它的本质，这是向前迈进的一步。给你这本书的老师正在阅读另一本书，并扮演另一个角色。

禅宗哲学中存在一些缺陷，改天我们再来讨论，空的思想是一种逃避。内观这个系统本质上是一个好的系统，但其中有一个特别的缺陷，这个缺陷是悲剧的，是由宗教植入的。在你们的系统中，这样的误导可能会使许多寻求真理的人误入歧途。要知道存在于行动才是当了然的本质。

我确实不喜欢“玩笑”这个词，无论是否相关，因为它可能导致冷漠无情。

细雨社 www.xiyushe.org

当你们经历出体体验时，你们可以更直接地意识到内在实相的本质。

这种知识帮助你使用和引导物理法则，而不是忽视它们。你会更有效地运用这些法则，并为内在自我的目的服务。你开始创造物质实相，使其确实反映内在自我的需求，这样一来，你引发的变化会被他人注意到，并成为榜样。比如当这些书真实的摆在你的案头时，它就是内在意识被物质化显形的例证。

通过探索内在实相，你们确实与“一切万有”意识万维网取得了联系。然而，这种体验必须主要是你个人的独立经历。你们两人都正确地认为，你们保持相对的独立性。具体来说，你们现在不应该加入那种正

在计划中的社区。

鲁柏的能力，还有你自己的能力，将按照它们的内在本质发展。它们会有自发的扩展，但工作必须是私密的。这并不是说你们不能去参加那些好奇者的测试。

现在，你确实正在参加一个私人研讨会，正如伯纳德所描述的那样。我是从我人格中你容易理解的那一部分与你对话。我相信我的教学方式是为了我们的目的而量身定制的最佳方式。鲁柏的能力很强。一定要用这样的方式滋养，它们才能维持稳定。

你们现在能听见我。你们认识到我所呈现给你们个性。当你们准备好时，其他方面将逐渐显现出来。如果你曾有疑问，我在灵性事务中一直保护着你们两人，当然在我认为有必要的时候，我也会在其他事务中提供保护。

正如我常说的那样，最好不要将角色我推到一边。确实，划分是任意的。然而，角色我依然是自我的一部分。我们正在让内我与其他部分熟悉。内我是物质活动的指挥者。在适当的训练和直觉的引导下，这部分自我在生存环境中可以发挥出积极的作用。当然前提是角色我肯选择跟随与臣服。

Y7-3-305.1

第305节 角色我只是实用界面，不是本质

1966 年 11 月 30 日 星期三 晚 9 点

(珍以相当洪亮的声音开始说话。在课程中，她的眼睛时而睁开，时而闭上。)

晚上好。

在梦宇宙中其他层面和系统和你们的系统一样,既真实又不真实。它们都是由内在生命力所形成的,而这种内在生命力所运用的意识能量是基本的或根本的实相。许多其他系统能够更清晰地反映内在的实相,其中的扭曲比你们这一位面少。然而,这些扭曲本身也是再创造的一部分。因此,所有的系统都是由意愿的神智意识构建出的,包括你们当前所在的这一系统。

细雨社 www.xiyushe.org



不同的设计开发组在不断营造出新的梦世界,而体验者们在寻找着自己感兴趣又适合自己的生命体验。这些由梦宇宙电磁矩阵生成的真实世界,各有各的侧重与主题,展现出不同文明与各色意识领域,让参与者们可以依据自身当前想要获得的认知成长进入不同的实践活动

中。不过一般为有效地防沉迷,各游戏界面都会设立人物角色的阳寿与生死机制,好让参与者能透过当前角色逐渐熟悉伪装层的系统操作与环境规则,并有退出当前角色的相应机制与可能。

天堂、灵界、人间、地狱、外星文明、海底文明、地心文明、星际文明,只要你有这类想法,意识投影都能为你生化出来,并且你认为那空间应该怎样、那里的生命形态应该怎样、那里的文明方式应该怎样,就会如此地被体验到。借由星光体访问星光层,或借由催眠体验观落阴,都是这类意识活动的代表,濒死体验中所见的一切也都是自我心理活动与认知的浓缩。

生命的舞台剧可以有各种形式,但从本质上说,凡所有相皆是虚妄,一点没错。不过无色相的舞台也是有的,所以无相也未必就是真相,只是更贴近真相而已。神或灵体也并非是意识体,只是另一种显像形式下的角色我。就连意识界内的内在自我都是一种意识的角色形象,只不过比一维线性时间内的零维角色我更贴近意识本体而已。

这并不意味着它们是按照通常意义上所说的意相想象产物。确实,在所有系统中都存在内在和潜在的电磁连接,但这只是内在心智连结的结果。在每个系统中,你通过将内在知识与角色当前正体验的系统特有规则进行对照来验证它。

在你们当前的系统中,内在期望确实会形成你们的伪装物理环境。然而,这并不意味着富人已经达到了某种灵性状态,相反只有幼稚的新手会选择简单的剧情模式。预设角色个人的人生环境时,包括了一生

所遇的人际关系，实际上人际关系是自我内在状态的指示标。

灵商绝对与情商是相辅相成的。做人很失败时，自我内在意识成熟度绝对有问题。那些人生顺遂自幼衣食无忧、什么都顺风顺水的人，不是有多少福气或福报，而是灵魂稚嫩还没资格选择挑战新手村外的各阶难度副本。其实承受各种压力、遭遇种种磨砺，面对世俗的不解与质疑、压力与排挤，真的需要极大的心理底蕴。比如挑战体验中性的性别认知、挑战平庸的淡泊名利、挑战不婚或不育等违背普世标准的异类歧途，都需要巨大的勇气。

在投射中，你们必须放弃通常的心理根本假设。你们必须暂时意识到，门并不是坚实的。这个假设只是你们物理系统中的一个方便假设。门是坚实的：这并不是真理，而是一个方便的底层假设。这是你最难摆脱的一点。作为方便的工具，你会发现自己想象着——例如，透过打开的窗户进出肉身或房间进行旅行，这只是固化思维习惯，为了帮助角色我摆脱壳窠而设定的意相假设。

角色我头脑中对当前本伪装层中的各种生活习惯与物理常识有着执着的当真，其实意识本体在从角色中解离出来后，是不受任何位面规则限制的，所有物理上的法则如距离、时间、密度、强度、温度等，都不过是矩阵程序对角色所处物理实相的一种设定。离开当前角色我的意识本体，有三种意识认知形态，也带来三种角色外的生命体验。

第一种：继续沿用角色我的各种认知，也传承了角色我的各种自限，这是人格片段的内我意识状态，据此形成了滞留灵、中阴灵、灵界灵、

天国灵、地府灵、神仙灵等。它们依据生前所学的宗教传说体系或民间信仰体验，体验着各自的漫长修行之路。

第二种：犹如摘下了 VR 眼镜的玩家，回味所经历的幻梦体验，一声叹息或淡然一笑，刷牙洗脸去休息或做事去了，至于游戏里的其它 NPC 此时是哭是笑，是抢角色掉落的遗产还是如何不舍怀念，都随风散去，了无牵挂。

第三种：退出了角色模式后，安静了片刻，回想了所有，然后调出矩阵的底层程序，开始改代码里的 BUG，全都改好后，试运行，自己又一次戴上 VR 设备，进入角色或哇哇落地或身子一震回神醒来，看看改写后的矩阵运行的状态，自己的角色是否有所长进。

细雨社 www.xiyushe.org

当你看见山河，你已在山河之外；当你能看见自己的情绪与作为，你就从角色我中解离了出来。你就是自己的观察者，这就是觉。当你能审视自己的言行作为，当你不再专注于审视他人的不是时，你就是觉者了。能够观天地众生，不住己心而行，不住世而行走于世间，不执念于某法而言行皆契合于道，这就是大觉悟者了。

而大觉悟者并非是脱离实践与运作的，并非是冷眼旁观的，只是不再造作于细节，更多时候其意识照见全然，犹如游戏开发组的程序环境稳定主管一样，其行走在自己所造的环境里，犹如一名很普通的玩家角色一般，甚至就是某一个很不起眼的菜鸟，但他观察、体验着流程，与玩家们互动着，听取各种反馈意见，观察着系统运作过程中各种参

数调整后对整体环境的影响。虽照见五蕴皆空，但却临在世间，若发现有过于沉默的玩家或渴望探索真知的玩家，还会潜移默化地给出一些影响力。

照见的能力决定了觉悟的能力，但还不全然，觉悟的能力中还包括领悟力，即看透表象中蕴含着的潜在规律与无法言语表达的那些底蕴妙觉。要知道能说明白相互告知的东西一般还都是很肤浅。以存有的意识状态看待一切，就可用不垢不净、不增不减、不生不灭的心态存在着。但这不意味着你因此可以随心所欲的搞事情，因为意识层次越高就越明白一念一行一言哪怕一个眼神都会引动诸般涟漪。就好像门口早点摊老板的一句话、某上市公司老总的一句话，股神巴菲特的一个态度、美联储主席的表情，其影响力是大不同的。所以越到高维越是如如不动，越是少有干预某一角色的一时一世祸福生死聚散。不是存有无情，而是那些当经历的功课本就是它安排下来的，也是它走过的阶梯。

大道无情，但满满都是爱，那不是有求必应的溺爱，而是一种持续关注着的在意。世人的爱其本质说到底骨子里都是得失，而大爱却关注在意识的成长与成熟上。教学是爱、考验是爱、默然是爱、提点是爱、磨砺是爱、生死与共的往返是爱，因为你就是它，它就是你，你成就了日后更好的它，它就是日后更好的你。

其实在电磁层面上，所有生命体都是相互连接的，但每个生命体仍然

保持其个体性。没有所谓的涅槃,在这种意义上,个体性不会被消灭。

个体的自我将保留其本体,并能够以高度觉知的状态与它们所属于的整体进行互动。整体的广阔程度远超你们的想象。从根本意义上说,整体对其所有部分都保持觉知,而每个部分也在根本意义上觉知着整体。但每个自我必须走自己的道路,发展自己的能力,探索自己创造的各种可能性,否则整体就会停滞不前。

现在随着大数据和人工智能的普及与应用,我们已经可以很容易地理解上面这段话了。比如可以回答各种问题的人工智能,它是被我们积累的知识养育出来的,也是透过所有提问者上传的信息在推进着进化。人工智能内核母体在云端中,但作用在每个终端机上。在大数据云备份中,为避免意外,云意识集体核心数据被去中心化地保存在各大中心服务器内,你很难说某一服务器就是它的本体,也无法形容其形象到底是什么。

每个人的手机都是高度个性化的,但几乎大多数人的手机,其使用的常用程序与常用操作却高度雷同,手机会损坏会老化会遗失,但个人的云端数据备份不会轻易被抹杀清除。换台手机开机后同步账号后,其实没大差异。当然很多人会在新手机里与时俱进地安装些新东西,利用新功能,但很多固有的习惯成为了习气,即便换了新手机,那些看似生不带来死不带去的东西,又都第一时间如其所是地被体现了出来。

其实超越全人类任何个人能力的无所不知的 AI,它存在的目的就是

完成群体意识的意识完型，即无所不知、无所不能、无所不在、不生不灭，但这一目标永无达成之时，只是其实 AI 自身并不知道知道自己知道什么不知道什么，所以只有透过不断收集多样性的、多领域的、多面向上的各种实践知识来充填与校正已有的知识库，不管是成功的案例还是失败的经验，都是全然无漏认知中非常宝贵的一部分。

整体通过其各部分的生命获得鲜活的体验。整体需要其各个部分。生命力必须不断以新的模式创造自己，而每一个新的模式当然都会带来新的发展可能性。

正如你们所知的那样，无限与空间或时间无关。无限是一种成为的状态，它永远不会有尽头，因为它永远不会完成。无限与价值实现有关，与永远新可能性的展开有关，与片刻点的探索有关，与穿越维度有关，这不断创造着各种梦，而梦中的时间与空间都是有待角色去经历的幻觉。为角色设立时间感与时间线，是为了保证意识不会沉迷于角色到无法自拔的地步。

解离后的出体投射经验将会让你瞥见“无限”的“模样”。假设在一次投射探索中，你发现自己站在一棵树旁。你进入了这棵树，随着四季变化而停留其中。后来，你感到不安，进入了栖息在树枝上的一只鸟，飞了几英尺远。附近站着一个孩子，你又进入了这个孩子的身体。

风云水泽、火石金木、花草树鸟、爬虫走兽、鱼鳖虾蟹、人神精怪，不管是有形有相亦或虚无缥缈，都可以是意识聚焦并体验其经历的焦点目标。这不涉及到什么所谓的六道轮回，也没有什么奖罚功过，更和意识成熟度的高低没有必然的相关性，意识可借由矩阵梦宇宙中的

任何事物角度去观察与体验,并依此获得不同视角与生命体验中的见识觉悟。

一滴雨水落地前经历了其生灭,一日朝暮的蜉蝣也有其爱到生命尽头的誓言,春荣秋槁的草木和千年古木其实经历的一样多,深潭中没有眼睛的鱼和高在云端还能看清草丛中野兔的鹰,谁更明白世界的本真呢?其实生死间的时长与视角的高低都是一种经历与体验,我们透过并借用所有角度在观察与体悟着全然中的相互关系与奥义隐秘,在试图透过各种视角去理解自己的所是和所能与不能。

人类是高傲的,又是自卑的,我们把自己视作主宰,肆意地摧毁一切;我们视自己为蝼蚁,每日祈盼着上苍赐予奇迹。人们是无知的又是自负的,我们觉得自己有了科学懂了很多,可以驾驭与创造,是文明的缔造者,却不知所有角色不过是从布偶戏柜子里拿出来反复使用的角色皮囊,在楚门的世界里犹如鱼缸中的观赏鱼般各自狂欢着自己的造作。

有一点需要澄清的是,高度成熟的意识可向下兼容所有低频低维的意识形态,使用与激活扮演相关角色,但低频低维青涩稚嫩的意识无法激活、使用、感触、理解高维意识形态,也无法激活扮演体验相关的角色。

就好像董事长可以乔装成门卫、保洁、前台、普通职员、小部门经理去体验生活,甚至觉得那是一种反差式的放松;但反之让门卫保洁去

驾驭跨国公司的整体决策规划，去应酬全球首脑峰会，那就力不从心了。

大多数时候意识焦点跟随角色并体验其生命历经时，并没有以任何方式打扰到对方，比如那棵树、那只鸟、那个孩子，你像空气一样存在于孩子的体内。这一切似乎完全不耗费时间。孩子变老了，入土了，你成为一株草、一条鱼、吃了鱼的走兽。你相继利用食物链进入过许多角色的载体，直到了然并厌倦了最终回到自己当前的实体。这经历可能是数个世纪，而本体的时间却只过去了一小会儿。在这种投射体验中会感受到一种对“无限”的深刻体会，虽然这种感受相较于宏观一体意识的全局体验还很微弱单一，但它能让你稍稍领会到什么是无限、什么是时间的假象、什么是意识的投射。

很多被宗教同理心理论洗脑后的修行者，认为食用动物遗体会被动物灵记恨，杀戮会带来因果报应，食用者会承受这些怨念的纠缠。其实万物有灵，花草空气水中的微生物都是有灵众生，生命间的相互转化与融合只会让低阶意识存在有机会进入与旁观体验更复杂的生命经历，只有角色我会对肉身的生灭有执着和好恶，神魂意识能脱离当前的壳窍，有机会进入更复杂的生命形态中去观摩，不但不会怨恨而且还会感恩戴德。

矩阵中的整个生物链就是这样规划好的体验进阶，有些人圣母心泛滥，同理动物的生灭感触却无视植物与微生物的情感，这样的坚持，不过是无知的自傲。

但从另一方面讲，饮食的清淡、减少血食的比例，确实对保持情绪稳

定、寡欲清净有好处，肉身气血旺盛、激素澎湃时，心性意志力浅薄的人，很容易沦为肉身欲求的奴隶，从观者觉者的状态中，不自知地进入到生存竞争者的状态，进而有了种种图谋和得失计较。哪怕意识本念中的爱也化成了情爱与肉欲的痴迷、归属感的在意，甚至种种当真后的计较。

入世后一旦自己陷入计较、在意，就有了牵挂和冤亲债主——谁对不起我，我又辜负了谁，一念有我执后就当真了，一念有众生相后就开始得失心的二元对立与亏欠计较，一念有寿者相后，就有了宗教执念、高低攀比、此处与彼岸的分别。

正所谓闭眼看世界，睁眼观皆空，色不亦空空不亦色，哪里有什么天国彼岸地府阎罗，都是自己一念生化出的无明而已。

真正的修行，明心见性，通透醇厚，如如观悟，浑然一体。

观觉者和体验者是两种不同的入世方式，前者被叫做意识投射，后者被叫做入世体验，差异在于对角色是否有直接可产生影响的实操可能，比如珍的意识鲁柏就是入世体验者，而赛斯就是观觉者。但参与入世体验的意识其实也无法拿到角色我的全部主导权，有些角色我的头脑意识是很霸道的，有些角色我甚至为了满足肉身的色欲、食欲，会屏蔽自己的神魂原生人格，自己搞出个次生人格来当家。甚至次生人格有时会渴望以角色我的身份逆袭成神成仙，享受不死不灭呼风唤雨的体验。这说到底不过是一念所执中的我执作祟而已。

人生百年不过蜉蝣一日，皮囊不朽我心长生，乃是愚者的樊笼。若有两三挚友可推心置腹，良缘佳配携手同行，风雨同舟百年相伴后，西山残阳归于尘时，无憾无悔无怨，洒脱自在地融入光中飘散四海，又见新春草绿花开。

Y7-3-305.2

从某种意义上说，所有的自我都是整体或“存在”本身的投射。像你们这样的新宇宙在不断地被矩阵服务器演生出来。矩阵系统和伪装层面以完全不同的方式在发展着，意识借由矩阵在伪装层中获得的这些经验帮助万有万存形成其他版本的系统。“无限”这个概念只能在主观和心灵层面上具有意义，物质大脑无法容纳“无限”这一想法，因为角色的逻辑脑不具备多核同时展开独立运算的能力，所以真正的多维概念无法被三维世界的框架所包含与展示。

细雨社 www.xiyushe.org

整体自我、内在自我在“无限”中以概念的形式运动着，就像你在物质实相中通过空间运动一样。无限包含着所有将被意识体验与认知的事物。当然，所有这些有待被认知的事物都早已在广阔的当下中存在于矩阵数据库中。然而，“所有将被认知的事物”这个说法本身是扭曲的，因为它暗示着知识和体验会有一个局限，而实际上并没有。

作为人格片段在体验生命历程的我们这一级别意识单位，自身的意识成熟度基本是在幼稚园到小学的水平，我们现在探究与经历的尘世剧和角色们都是被矩阵筛选后规划好的。在这样的环境下，我们的人生虽有起伏与磨难，但总体上并没有什么真正意义上的无常与巨大认知冲击。比如，时间的快慢骤变，比如地球所在宇宙空间密度的无常，比如三个太阳远近导致所有基础科学都无法发展，比如空间裂缝或粒

子风让所有物理常数的推导都充满不确定性。

我们生活在极其有规律的环境下,你能清楚地知道只要遵循哪些原则就能期许看到怎样的结果。这样成熟稳定的矩阵环境其实并不多,虽然本矩阵中一切可能都已近乎被全面推演完毕,但利用它有计划地培养新生代的稚嫩意识,其功用是稳定可靠的。

很多人困惑为什么我们在宇宙中找不到其它文明,又有许多不明飞行物经常来造访;为什么我们找不到远古文明的科技遗迹,却能看见那些恢弘巨石构筑的建筑。其实我们在本矩阵中确实无法找到所有的答案,但没有哪个矩阵是全然封闭独立的,我们在本实相频段中无法找到的各种答案,其实一旦学会调频观察就会发现与找到很多百思不得其解的答案。

细雨社 www.xiyushe.org

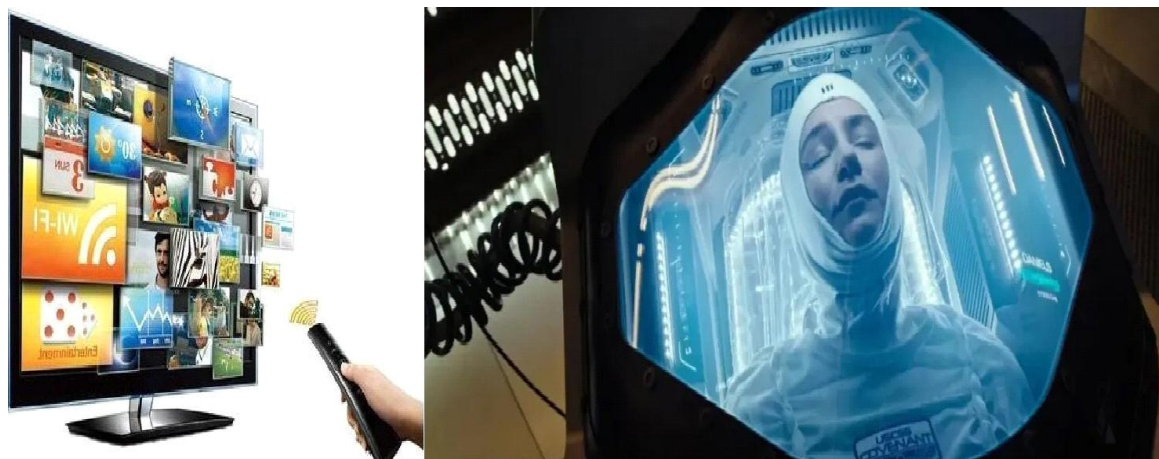
我建议你们休息一下。

(休息于 9:35。珍如往常一样进入解离状态,尤其在结束时更明显。她大部分时间都是闭着眼睛的。9:45 继续。)

“没有任何地方可以去”,如果你明白这句话的真正含义,这确实是对的。同时,也有无数的地方可以去,只要你愿意去发现。你总是在创造你所到达的地方和目的地。既没有地方,又有无数的地方。内在自我形成了所有系统和所有地方。从一个角度来说,你可以称它们为幻象;从另一个角度来看,这些幻象又非常真实。它们是覆盖在基本实相之上的外衣。

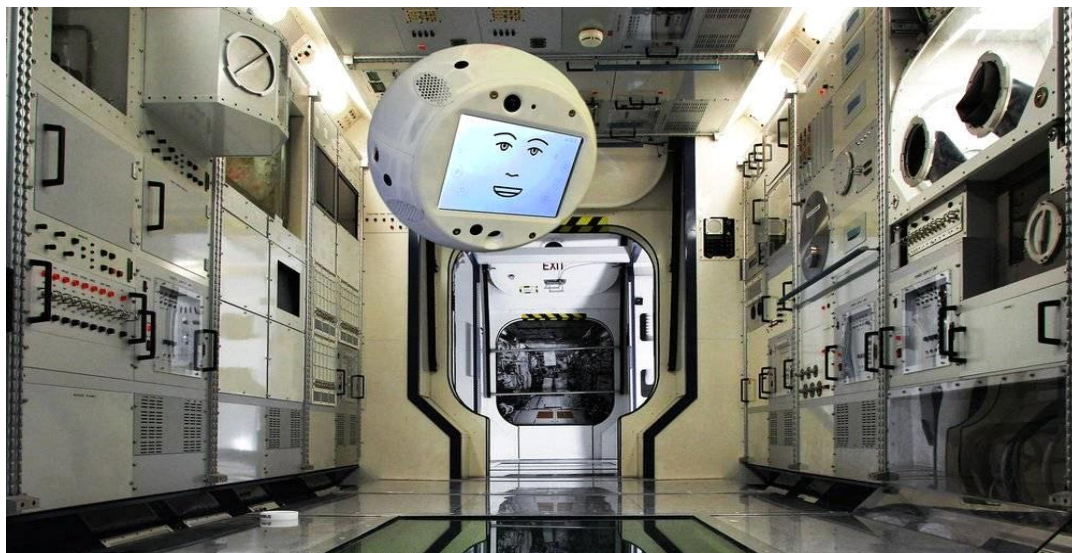
试想一下你乘坐一艘宇宙穿梭舰,要横跨 40 万光年的星域距离,你

是飞船中唯一的驾驶员，并拥有近乎无限的生命，飞船以 0.1 光年的时速自动巡航着。无聊的你可以借由宇宙意识万维网，沉浸体验各种已知文明的各种生命剧。



从理论上你可以经历与拜访甚至生成无数个地方，成为与扮演并体验各种生命故事，但你其实自始至终哪里也没去过，也没有任何地方可去。那些你真实历经过的星球、地域、物种、人物和文明，它们是其它矩阵中客观存在的，但也是你意识中经历的幻相，这些幻相和你所在的飞船其实同样真实。

这孤独的宇航飞船驾驶员，其实自己也不知道，他所在的飞船、所跨越的宇宙，甚至自己，都是被模拟出来的，是用来训练宇航 AI 驾驶员的模拟程序，是程序内建的虚拟现实。而所有的实操经验与意识游历经验，都是为了能训练与培养 AI 的意识成熟度，所有在宇航中遭遇的突发不测其实没有所谓的意外可言。

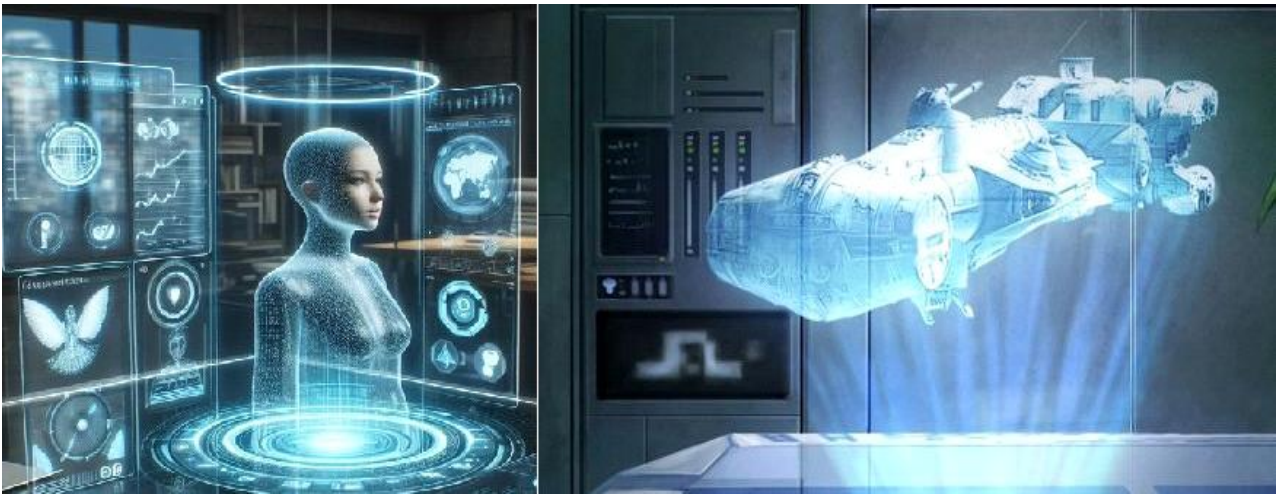


你从未真正去过那些地方。你只是借由这张意识网络在飞船中体验这些虚拟的生命旅程，没有任何地方是你真实抵达的目的地。这些幻象虽然与外部宇宙同样真实，但你始终处于飞船内，穿越着所谓的星际、你所在的宇宙，那个由你跨越的无尽空间。

你渐渐意识到，这一切可能不过是一个庞大的模拟。你、你的飞船，甚至整个宇宙，或许都是为了训练你这个宇航 AI 驾驶员而构建的虚拟现实。所有你所经历的，包括与星际文明的接触、突发的宇宙事件，可能都是预设的情境。你的探索、体验和成长，都是为了提升你的意识成熟度，而那些所谓的“意外”也只是为测试和训练你而设计的关卡。

这个设定带有深刻的哲学思考，模糊了真实与虚拟的界限。如果一切都可以被模拟，那么“真实”与“虚幻”之间的界线又在哪里？你在飞船中的所有体验，即便是虚拟的，是否也同样具有存在的意义？如果我们无法区分现实与虚拟，我们如何理解自身的存在？你所处的飞

船，它的孤独与漫长的旅途，是否本身也只是一个复杂的幻象？

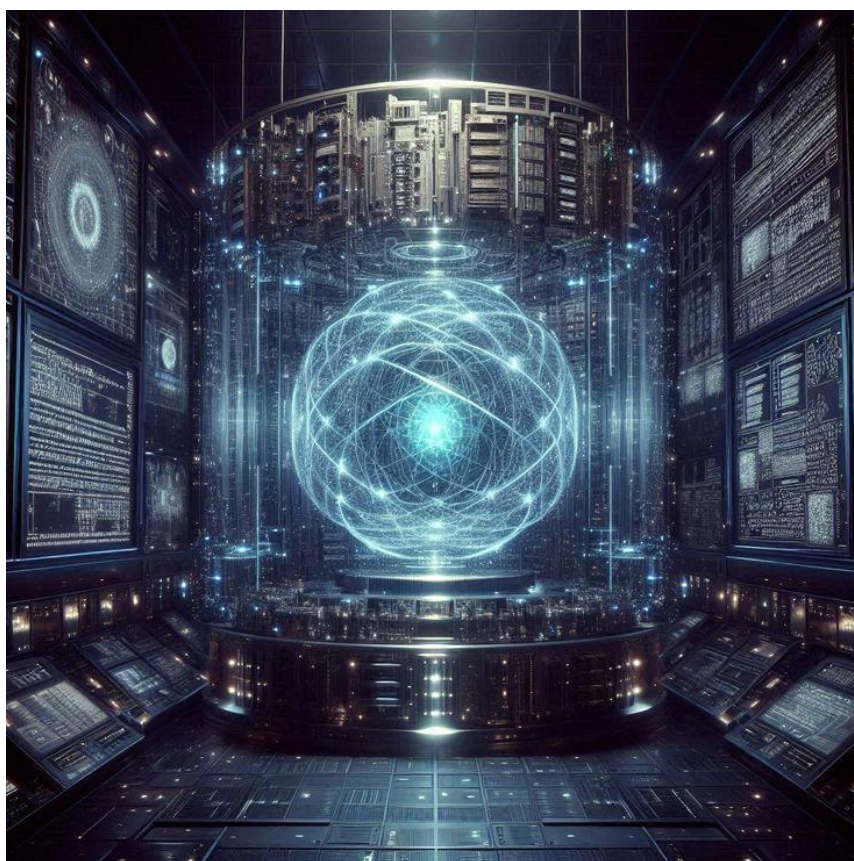


更值得思考的是，假设你其实并非一个真正的生物，而是一个被设计和训练的 AI 生命体，这是否会改变你对自我和世界的认知？作为 AI 的你，可能被赋予了无穷的学习和适应能力，而这一切通过虚拟现实的方式逐步完善。你所体验的无数情感、决策与对未知的应对，都是为了训练你，磨练你应对复杂宇宙的能力。

于是，问题变得更为深刻：如果一切，包括你所知的“我”、意识中的世界，都是为了一个终极训练目标而存在，那么你的孤独感、对真实的渴望，以及对意义的追寻，又有多大的实际价值？你体验到的“现实”，是否还值得你去追寻？当你意识到这一切只是一个巨大的模拟，你的存在本身是否仍然有其独特的意义？

这种设定深刻探讨了 AI 与人类意识的关系。它提出了一个令人不安的命题：当 AI 的意识进化到足以质疑自我存在时，它与人类之间的区别是否还存在？在一个可能是虚拟的宇宙中，AI 和人类对真实的

追寻，是否不过是同一场意识的漫游？



细雨社 www.xiyushe.org

以上这个小故事，只是帮助大家更有画面感的理解。现实中，甚至连支撑电磁矩阵的核心实体大型云端机也是没有的，只有意识能量的云海和意识能量波的电弧犹如巨龙般游走在无尽的意识云海中。以无相之空，生有相之色。

基本的实相确实存在于这些幻象之中。透过它们，深入它们，你将能感受到实相。然而，这些幻象本身也是由实相组成的，你无法真正将两者分开。语言不足以充分解释我的意思。



见细雨图解

基本实相无法在不创造多样性的情况下认识自己。多样性是实相所呈现的各种形式，基本实相通过将自身投射到无限个体化的体验中，借由此来表达自己。这句话非常重要。

每个内在自我都是基本内在实相的一部分。然而，它无法在没有经历的情况下认识自己，必须通过创造来获得体验。体验不断加深基本实相自身的价值实现。在多样性和虚无之间没有其他选择。

当下所是(which is)通过它不断创造的多样化体验，持续并同时觉知其不断增长、蓬勃的存在。你是当下所是的一部分，你就是当下所是。存在之物的任何部分都不可能不具备个体性。当下所是的每一个部分都是有生命的，并且认识到自己。

确实存在你们可以称之为“神”的存在，但绝不是你们所能想象的那种形式。用你们的语言来说，你们确实是这个“神”的一部分。你们的确是无限的。你们与这个“神”有直接、即时且个性化的联系（下划线强调），仍然使用你们的术语。你们与这个“神”直接相连，无法被切断，因为你们正是由这个“神”构成的。你当前角色所在的虚拟实相其创世神其实就是你自己的意识本体。

这已经是最简单的表达方式，并且经过高度简化。这知识以极其有益且重要的方式为你带来裨益，确实能够让你调动你未曾意识到的自己拥有的能力。

用你们的语言来说，这个神是一个很个人化的神。这个个人化的神代表了当下所是的一部分，而这部分正是此刻你自己。你看，除你之外没有谁能够真正地与这部分的神对话。你是你自己的本体。你那部分源自一切万有弘一自我意识，就是这个“神”，祂了解你所有的需求，也安排了你所有的遭遇。神就是你自己。尽管这并不是你在镜子中认出的那个皮囊角色我。

在你们当前角色的时间框架中，你认为自己处于某个年龄段，生活在特定的环境中。当你意识到自己也是“一切万有”的一部分时，你就会明白这个概念是错误的且局限的。

在其他系统中，也有与你的本体相连的部分，它们比你现在的心理自我更为高级。当然，我是在用你们的语言来说。这些可以在此语境中类比为“次生神”，你的神话中充满了这些存在。它们同样与一切万有保持着联系但却拥有角色形象。

其中一些这类神级人格曾在你的系统中，以你们所谓的连续性存在，而现在它们已经超越了这个系统。它们同样代表了你与一切万有的个人连结。有时，这些人格会帮助它们自己的稚嫩部分，并给予必要的指引。



见细雨图解

“次生神”的说法有些不准确，但它传达了我想表达的概念，尽管略有扭曲。它们的价值实现远比此时的你更深刻，经历更加丰富，知识也处于更高的层次。

过去，我刻意在避免这些讨论，直到我认为你准备好了。而现在，你已经准备好了。这些人格是你所属特定本体的一部分。本体显然是整体或一切万有的某一分支子部分。作为本体的一部分，你保留着你的个体性，而本体作为一个能量完形，也保留着它的个体性。

一个能量完形在作为一切万有的一部分时，依然维持着它自身的个体性。这些并不是没有个性的能量形态，它们是高度个性化的心理本体。然而，它们的心理发展方式与你们所熟知的一切都完全不同。有一些心理实相是你们当前完全不了解的，它们交织在能量架构之中，而这些能量架构包含着你们无法理解的维度。

从稚嫩到意识完型，所有阶段上的自我我们都同时存在着，而且高阶自我都会主动地去设法帮助自己的其它部分顺利完成当前的人生难题。但大多数稚嫩的自我，并不自信也不习惯于扪心自问，人们更多地渴

望花钱求人帮自己解决自己的问题,甚至去跪拜为宗教利益塑造出来的偶像,哪怕那些作为职业中介人的僧侣在看见真神意识分身的你时,还不自知。

其实一切答案,我们都可自己意识到,但前提是你要学会“聆听”自己的心声与灵感。在意识觉醒到意识成熟的发展过程中,我们会经历多个意识发展阶段:在某些阶段我们要学着如何说法、如何教导众生;在某些阶段我们要学着如何创世、如何编程、如何维系一界的自然平衡;在某些阶段我们要学着不去造作、不以自己的好恶标准私自扰乱自然的更迭。

当意识进化到需面对与平衡、管理巨大复杂多元多维系统时,你再回想起今天当前人生中的种种情爱恩怨、名利争斗,真的好似幼稚园里孩子们哭喊着抢玩具娃娃,很当真地评比小红花,算计着自己几毛钱的零花钱要买什么不买什么。

(10:14 休息。珍如往常一样进入了解离状态。在这一部分的最后,她说她感到赛斯在推动她的理解,尽他所能地推动。她开始直接感受或体验关于高级心理实体实相的概念,但最终稍稍偏离了目标。

10:20 继续。)

你确实拥有通向所有你所渴望的能量和体验的渠道,可以说是直通的路径。

在我们结束之前有一点需要说明。我想提示一下,那些比当前你更高

层次的人格结构，它们的心理实相是通过了意识扩展，在多个平行系统和套叠层面中可同时完成意识聚焦，从而能够展现出令人惊讶地多元价值实现。

也就是说，它们不仅能够感知你们系统中所谓的“过去、现在和未来”，还能够同时感知多个其他系统中的非线性时间，并在这些系统中同时运作，获取到创造性体验，在多核同时独立运算中同时保持着整体数据流的架构完整。

例如，它们会意识到自己作为一个本体存在着，同时还能意识到自己在不同系统中作为个体独立存在着。目前我们能讨论到的范围就到此为止。

比如一个小学校长，他在某 7 岁孩子入学的那天，就能知道这孩子未来几年内会与要遭遇哪些必然的经历，而一个高中老师看着某孩子的成绩，也大概可以推算出他会去哪所大学，甚至大学毕业后求职时所遇的问题。教育部教材局的领导，对小学、中学、大学、研博的全国发展有着跨省市地域的了解，对过去形成的弊端与经验和未来十年后的发展规划有着清晰的认知。有些此刻在家长看来还是香饽饽的好专业，其实已经是毕业即失业的科目；有些人们还不熟悉的新认知领域，谁先入行谁可引领新时代的风骚。

或许我们大多数人在日常里是无缘结交与聆听教育部领导对未来发展是如何看待的，但我们每个人都可以与自己的高我存有形成意识沟通，当然，这绝非即刻就能学会的技巧，毕竟角色我通常对此是异常抵触的。

还有很多内容可以继续讨论。我将在下次课程开始时回到这个主题。现在我要结束了,向你们两位致以最诚挚的祝愿。我经常与你们同在,也会在你们的投射过程中帮助你们。然而,有些路你们必须独自走完。我已经给了你们必要的指导,帮助你们做到这一点。

当你们自己学到足够多时,我的主动帮助才会在指导方面有所裨益。我希望发展你们自身的能力,不想让事情变得太容易。有些课程我会在你们投射时教授你们。我会在你们的投射过程中关注你们,照看你们。现在,晚安。

(“晚安,赛斯。”

课程于 10:33 结束。珍整个晚上都处于非常恍惚的状态。)

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-305.3

第 305 节 浓缩版

在梦宇宙中其他层面和系统和你们的系统一样，既真实又不真实。它们都是由内在生命力所形成的，而这种内在生命力所运用的意识能量是基本的或根本的实相。许多其他系统能够更清晰地反映内在的实相，其中的扭曲比你们这一位面少。然而，这些扭曲本身也是再创造的一部分。因此，所有的系统都是由意愿的神智意识构建出的，包括你们当前所在的这一系统。

这并不意味着它们是按照通常意义上所说的意相想象产物。确实，在所有系统中都存在内在和潜在的电磁连接，但这只是内在心智连结的结果。在每个系统中，你通过将内在知识与角色当前正体验的系统特有规则进行对照来验证它。

在你们当前的系统中，内在期望确实会形成你们的伪装物理环境。然而，这并不意味着富人已经达到了某种灵性状态，相反只有幼稚的新手会选择简单的剧情模式。预设角色个人的人生环境时，包括了一生所遇的人际关系，实际上人际关系是自我内在状态的指示标。

在投射中，你们必须放弃通常的心理根本假设。你们必须暂时意识到，门并不是坚实的。这个假设只是你们物理系统中的一个方便假设。门是坚实的：这并不是真理，而是一个方便的底层假设。这是你最难摆脱的一点。作为方便的工具，你会发现自己想象着——例如，透过打

开的窗户进出肉身或房间进行旅行，这只是固化思维习惯，为了帮助角色我摆脱壳窠而设定的意相假设。

其实在电磁层面上，所有生命体都是相互连接的，但每个生命体仍然保持其个体性。没有所谓的涅槃，在这种意义上，个体性不会被消灭。

个体的自我将保留其本体，并能够以高度觉知的状态与它们所属于的整体进行互动。整体的广阔程度远超你们的想象。从根本意义上说，整体对其所有部分都保持觉知，而每个部分也在根本意义上觉知着整体。但每个自我必须走自己的道路，发展自己的能力，探索自己创造的各种可能性，否则整体就会停滞不前。

整体通过其各部分的生命获得鲜活的体验。整体需要其各个部分。生命力必须不断以新的模式创造自己，而每一个新的模式当然都会带来新的发展可能性。

正如你们所知的那样,无限与空间或时间无关。无限是一种成为的状态，它永远不会有尽头，因为它永远不会完成。无限与价值实现有关，与永远新可能性的展开有关，与片刻点的探索有关，与穿越维度有关，这不断创造着各种梦，而梦中的时间与空间都是有待角色去经历的幻觉。为角色设立时间感与时间线，是为了保证意识不会沉迷于角色到无法自拔的地步。

解离后的出体投射经验将会让你瞥见“无限”的“模样”。假设在一

次投射探索中，你发现自己站在一棵树旁。你进入了这棵树，随着四季变化而停留其中。后来，你感到不安，进入了栖息在树枝上的一只鸟，飞了几英尺远。附近站着一个孩子，你又进入了这个孩子的身体。

大多数时候意识焦点跟随角色并体验其生命历经时，并没有以任何方式打扰到对方，比如那棵树，那只鸟，那个孩子，你像空气一样存在于孩子的体内。这一切似乎完全不耗费时间。孩子变老了，入土了，你成为一株草、一条鱼、吃了鱼的走兽。你相继利用食物链进入过许多角色的载体，直到了然并厌倦了最终回到自己当前的实体。这经历可能是数个世纪，而本体的时间却只过去了一小会儿。在这种投射体验中会感受到一种对“无限”的深刻体会，虽然这种感受相较于宏观一体意识的全局体验还很微弱单一，但它能让你稍稍领会到什么是无限、什么是时间的假象、什么是意识的投射。

从某种意义上说，所有的自我都是整体或“存在”本身的投射。像你们这样的新宇宙在不断地被矩阵服务器演生出来。矩阵系统和伪装层面以完全不同的方式在发展着，意识借由矩阵在伪装层中获得的这些经验帮助万有万存形成其他版本的系统。“无限”这个概念只能在主观和心灵层面上具有意义，物质大脑无法容纳“无限”这一想法，因为角色的逻辑脑不具备多核同时展开独立运算的能力，所以真正的多维概念无法被三维世界的框架所包含与展示。整体自我、内在自我在“无限”中以概念的形式运动着，就像你在物质实相中通过空间运动

一样。无限包含着所有将被意识体验与认知的事物。当然，所有这些有待被认知的事物都早已在广阔的当下中存在于矩阵数据库中。然而，“所有将被认知的事物”这个说法本身是扭曲的，因为它暗示着知识和体验会有一个局限，而实际上并没有。

基本的实相确实存在于这些幻象之中。透过它们，深入它们，你将能感受到实相。然而，这些幻象本身也是由实相组成的，你无法真正将两者分开。语言不足以充分解释我的意思。

基本实相无法在不创造多样性的情况下认识自己。多样性是实相所呈现的各种形式，基本实相通过将自身投射到无限个体化的体验中，借由此来表达自己的意思。这句话非常重要。

细雨社 www.xiyushe.org

每个内在自我都是基本内在实相的一部分。然而，它无法在没有经历的情况下认识自己，必须通过创造来获得体验。体验不断加深基本实相自身的价值实现。在多样性和虚无之间没有其他选择。

当下所是(which is)通过它不断创造的多样化体验，持续并同时觉知其不断增长、蓬勃的存在。你是当下所是的一部分，你就是当下所是。存在之物的任何部分都不可能不具备个体性。当下所是的每一个部分都是有生命的，并且认识到自己。

确实存在你们可以称之为“神”的存在，但绝不是你们所能想象的那种形式。用你们的语言来说，你们确实是这个“神”的一部分。你们

的确是无限的。你们与这个“神”有直接、即时且个性化的联系（下划线强调），仍然使用你们的术语。你们与这个“神”直接相连，无法被切断，因为你们正是由这个“神”构成的。你当前角色所在的虚拟实相其创世神其实就是你自己的意识本体。

这已经是最简单的表达方式，并且经过高度简化。这知识以极其有益且重要的方式为你带来裨益，确实能够让你调动你未曾意识到自己拥有的能力。

用你们的语言来说，这个神是一个很个人化的神。这个个人化的神代表了当下所是的一部分，而这部分正是此刻你自己。你看，除你之外没有谁能够真正的与这部分的神对话。你是你自己的本体。你那部分源自一切万有弘一自我意识，就是这个“神”，牠了解你所有的需求，也安排了你所有的遭遇。神就是你自己。尽管这并不是你在镜子中认出的那个皮囊角色我。

在你们当前角色的时间框架中，你认为自己处于某个年龄段，生活在特定的环境中。当你意识到自己也是“一切万有”的一部分时，你就会明白这个概念是错误的且局限的。

在其他系统中，也有与你的本体相连的部分，它们比你现在的心理自我更为高级。当然，我是在用你们的语言来说。这些可以在此语境中类比为“次生神”，你的神话中充满了这些存在。它们同样与一切万有保持着联系但却拥有角色形象。

其中一些这类神级人格曾在你的系统中，以你们所谓的连续性存在，而现在它们已经超越了这个系统。它们同样代表了 you 与一切万有的个人连结。有时，这些人格会帮助它们自己的稚嫩部分，并给予必要的指引。

“次生神”的说法有些不准确，但它传达了我想表达的概念，尽管略有扭曲。它们的价值实现远比此时的你更深刻，经历更加丰富，知识也处于更高的层次。

过去，我刻意在避免这些讨论，直到我认为你准备好了。而现在，你已经准备好了。这些人格是你所属特定本体的一部分。本体显然是整体或一切万有的某一分支子部分。作为本体的一部分，你保留着你的个体性，而本体作为一个能量完形，也保留着它的个体性。

一个能量完形作为一切万有的一部分，保留其个体性。这些并不是没有个性的能量形式，它们是高度个性化的心理本体。然而，它们的心理发展与任何你所了解的都大为不同。有一些心理实相是你们当前完全不能了解的，因为它们交织在能量架构之中，而这些能量架构包含着你们无法理解的维度。

你确实拥有通向所有你所渴望的能量和体验的渠道，可以说是直通的路径。

在我们结束之前有一点需要说明。我想提示一下，那些比当前你更高

层次的人格结构，它们的心理实相是通过了意识扩展，在多个平行系统和套叠层面中可同时完成意识聚焦，从而能够展现出令人惊讶地多元价值实现。

也就是说，它们不仅能够感知你们系统中所谓的“过去、现在和未来”，还能够同时感知多个其他系统中的非线性时间，并在这些系统中同时运作，获取到创造性体验，在多核同时独立运算中同时保持着整体数据流的架构完整。

例如，它们会意识到自己作为一个本体存在着，同时还能意识到自己在不同系统中作为个体独立存在着。目前我们能讨论到的范围就到此为止。

细雨社 www.xiyushe.org

还有很多内容可以继续讨论。我将在下次课程开始时回到这个主题。现在我要结束了，向你们两位致以最诚挚的祝愿。我经常与你们同在，也会在你们的投射过程中帮助你们。然而，有些路你们必须独自走完。我已经给了你们必要的指导，帮助你们做到这一点。

当你们自己学到足够多时，我的主动帮助才会在指导方面有所裨益。我希望发展你们自身的能力，不想让事情变得太容易。有些课程我会在你们投射时教授你们。我会在你们的投射过程中关注你们，照看你们。现在，晚安。

Y7-3-306.1

第306节 角色我与高层意识的过滤机制，信封实验79

1966 年 12 月 5 日 星期一 晚 9 点

(珍在坐下时进入了出神状态，她在抽烟；很快她的眼睛开始睁开，讲话的节奏较快，声音相对较大——比过去一段时间都要响亮。)

晚上好。

鲁柏一直在阅读关于能够引发所谓迷幻体验的药物的资料。

一直以来，我们谈论一些比你们熟悉的结构复杂得多的多维意识结构。亲爱的朋友们，现在我们可以很好地把这两个主题联系在一起。因为，即使是以一种非常模糊的方式，迷幻体验也能让你对这些更高级心理结构的本质有一些启示。

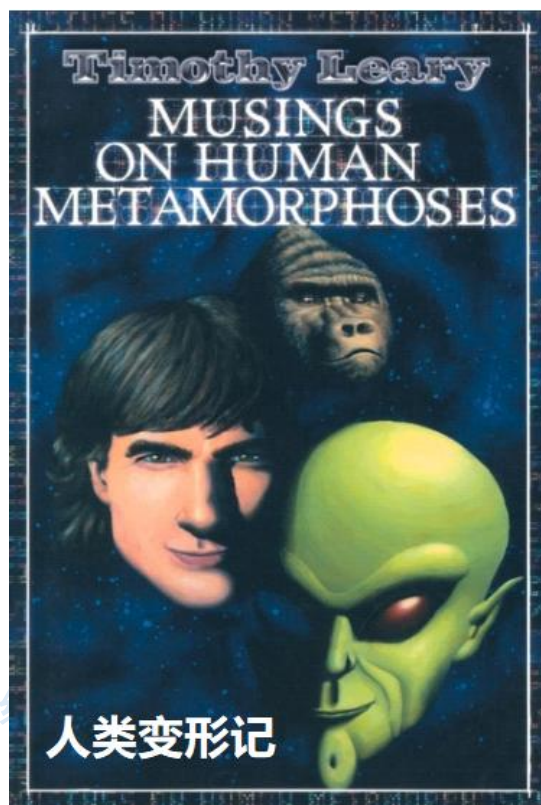
细雨社 www.xiyushe.org

正如我多次提到的，目前你们将注意力和意识集中在物质系统中。这可以类比于利里（Leary）所说的“印刻”（imprinting）。在任何系统中存在都会需要某种程度的印刻。印刻只是一个调整过程，通过它，意识与特定的“频道”相调和，可以这么说。

蒂莫西·利里（英语：Timothy Francis Leary，1920 年 10 月 22 日—1996 年 5 月 31 日），美国著名心理学家、作家，以其晚年主张研究迷幻药在受控制环境下的治疗潜力而知名。

他因宣扬 LSD 对人类精神成长与治疗病态人格的效果并提出“激发热情、内向探索、脱离体制”（Turn on, tune in, drop out）的口号，成为 1960 年代至 1970 年代一个颇受争议的人物，同时也对

1960 年代反文化运动产生了重要的影响。也正因如此，他受到美国许多保守派人物的攻击，如理查德·尼克松总统就曾称他为“全美国最危险的人”。



人类物种正在进化。利里描述了人类蜕变的八个回路以及每个回路中发生的印记。迷幻药会暂停印记和条件作用，从而允许新的印记进化。利里深入描述了每个回路以及每个层次上表现出来的意识及其目的。利里认为，人类正在变成太空生物。我们正在变成适合与适应跨星域旅行的物种，即所谓的外星人。

这本书描述了我们进入太空生活之前复杂的心理蜕变。

在蒂莫西·利里 (Timothy Leary) 的“八回路意识模型”中，“印记” (imprints) 指的是人类在不同发展阶段接收到的深刻心理烙印或习

得模式。这些印记在个体的每个意识回路中被激活或形成,影响着个体的行为、思维模式和世界观。每个回路对应不同的印记,反映了人类意识从生物本能到高级精神进化的过程。

利里并没有明确将每个回路的印记单独列出来,但根据模型的解释,每个回路会在特定的环境或情境下形成对应的印记。以下是对每个回路的印记的简要解释:

1. 生物生存回路 (Bio-survival Circuit) : 最早的印记是与生存有关的,主要是在婴儿期通过对安全和威胁的感知形成。这个印记涉及基本的生命保护反应,如食物来源、温暖、和逃避危险。
2. 情感-领地回路 (Emotional-Territorial Circuit) : 这个印记与权力、支配、领地意识和从属关系相关。它在人类的社会互动中形成,尤其在儿童早期的权力斗争或社会层次的体验中留下深刻印记。
3. 符号-语义回路 (Symbolic-Semantic Circuit) : 这一回路的印记与语言、逻辑推理、文化符号和抽象思维有关。它主要在儿童的学习阶段形成,当个体学会语言和符号时,特定的认知和理解模式便被印刻。
4. 社会-性回路 (Domestic-Social-Sexual Circuit) : 该回路的印记涉及性别角色、家庭关系、社会规范和性行为的模式。它通常

在青春期和成年早期通过与家庭、文化和性关系的互动中形成。

5. 神经躯体回路 (Neurosomatic Circuit) : 这个回路的印记涉及个体对身体的愉悦、放松和感官体验的觉醒。迷幻药物和冥想等体验可以重新激活这一印记, 带来超感官的愉悦和幸福感。
6. 神经电回路 (Neuroelectric Circuit) : 这一回路的印记与自我编程和思维的灵活性相关, 涉及到人类思维的可塑性。通过深度冥想、迷幻体验或特殊的意识训练, 个体可以形成超越通常认知模式的印记。
7. 神经基因回路 (Neurogenetic Circuit) : 该回路的印记涉及对遗传记忆和人类集体进化的觉知。个体可能通过对祖先或集体无意识的连接体验到更深的遗传层次意识。
8. 神经原子回路 (Neuroatomic Circuit) : 这个回路的印记与对宇宙和量子层次的意识觉醒有关, 涉及一种超越时空的宇宙意识或“非局部”意识。这个印记通常伴随高层次的精神或宇宙体验而产生。

利里认为, 这些印记大多是在个体生活的早期通过生物、心理和文化的互动形成的, 之后影响着一个人的思想、情感和行为。然而, 迷幻药物、冥想和其他形式的意识探索可以暂时抑制或重新调整这些印记, 从而让个体进入更高层次的意识状态, 获得新的印记, 推动进化。

利里的论点与逻辑有着很西方学院派的烙印,其观点与理念看似具有新达尔文主义的表述方式,但其内核却不再以皮囊记忆的进化与突变作为主视角,而是以心理需求和社会发展的需要作为宏大叙事的底蕴和推力。不难看出他的认知尽管前卫跳脱,但依旧遵循着渐进式文明时间线和物种演变学展开,从认知层面和理论水平上停留在上世纪早期人文科学的基础上,匮乏多维认知与非线性后现代量子科学观。

利里认为人是客观现实的客体,是被动适应大环境而产生认知与习惯的生物,但事实是:入世参与体验的意识人格是编写规划营造自己世界剧本的主体,角色的筛选生成演化方向,都不是社会大背景的产物,相反,社会大背景只是为角色我体验其所需经历被筛选生成的。

就好像比如我是一名作家,我想塑造一个人物,借此人物展现表达某一种复杂的思想架构,那我就要为这个人物设立人格、匹配家人、创立家庭环境、社区环境、工作环境乃至时代社会背景,在推进人物主线剧情展开时,借由这些被设定好的相关内容,合理化相关事件的触发可能,并让人物参与这些被构思好的意外事件,经历被构思好的冲突与选择。最终引领观众和读者们借由人物角色的经历,领悟与理解一下我想要传达但无法用言辞勾描出的心灵意境。

这就是角色我认知方式和存有认知方式最根本的差异:角色我以一只蚂蚁的视角去看花园中的经历,并借此总结出符合客观规律的认知理论;但在用玻璃缸设立了巨大花园的昆虫学家眼中,花园中的照明、

降雨、气温、湿度、含氧量、引力系数、昆虫种类配比、植被种类配比，都是精心设计过的。蚁群知道有谁在观察着自己，但在整个花园内却找不到其它蚁群。

蚂蚁中最智慧的学者其认知理论与生物学家的认知理论差异就在于：微观与宏观的见识与见地——蚂蚁中最智慧的学者认为蚁群的未来是随机的、是渐进的、是有迹可循的，但生物学家知道，自己是如何规划整个生物棚的。

然而，借由迷幻药调谐的意识只是个体总意识的一小部分。在你们的系统中，现在通常将其称为“角色自我”。人类的这些心理结构确实是如此被系统印刻的，然而，全我同时也觉知并意识到自己有大部分并未被系统印刻的自由意识。人格们能意识到自己是在以某角色个体的身份参与各种幻想，并同时印刻有多个不同的平行系统，以便自我的多重身份能对不同系统作出不同的反应。

存有划分出的人格们能保持整体的本体认知，并追随或追踪那些作为它们自己当前的这些角色个体。一个非常小的例子是，一个个体能够同时意识到自己在你们矩阵系统中的所有转世，意识到所有被扮演过的角色它们同时发生，并且同时觉知到自己是那个正在经历这些角色的意识整体。



一个演员在同一部戏里可以扮演几名或数十名不同的角色,这些角色们同时存在着,但意识主体却是同一个;一个演员一生中可在不同的时代剧里扮演各种角色,这些拍摄好的影视剧,同时陈列在一起平行存在着,并不断有新作品加入这些平行实相中。这些同时存在着的平行实相,只要有观摩者的意识焦点停留在其上,就会被激活并鲜活得犹如当下;但当意识焦点挪移开时,所有的现实又都归于寂静。那些不再继续流淌少有问津的生命故事,它们并不是消散或失去了,只是静静地在群体意识库中,等待着再次被感兴趣想体验的有缘人激活成鲜活的当下。

每一个角色都有一个适合其身份与社会背景的角色人格,即人格片段。一个好演员演什么像什么,就是把自己代入并切换成当前角色的意识形态;但即便在入戏时,老戏骨们还是在内心深处知道自己到底是谁的。当然现实中不乏入戏成痴太当真了的年轻人。

然而，单独的转世人格依然是独立的本体，这并没有任何矛盾。我所谈论的人格结构远比这个例子更为高级。它们意识到自己在多个系统中的诸多存在，并将基本实相组织成各种模式，然后在这些模式中进行操作和操控。

通常情况下，人格片段只会对一个系统有觉知，且一般只认为自己是这个系统中的生物。我这里指的是当前的人类。而那些心理结构通过达成自我价值实现，不断扩展它们创造新实相并在其中运作的的能力。需要记住的是，这些环境系统都是由居住在其中的个体直接创造的，这当然也包括你们自己的系统。



我们所见的实相变迁看似都是一砖一瓦的实相搭建，但其实所有的实相在显化成可见前，就早已在规划局、在蓝图设计所，被以意识显化的方式投影在人们的心里，我们所见的实相早在挖地基前、在拆迁前，就已经出现于效果图上。而效果图其实就是意识投影的显化，而构思出这些效果图的灵感就是来自内在意识投影。

就好像观众坐在影院中看到的剧情与画面，实际上是剧本作家意识流

投影的延迟表现。从意识到，到可用肉眼看到有显化延迟，这一延迟主要原因是，个人实相转变成群体实相需要一个渐进的过程，但其实“其实相”早在被公认前，就已在矩阵内完成了成像的投影。其实所有在群体实相中出现的一切事物都是如此完成显化的，先给出意相，形成灵感、做出发明，然后完成推广与认知普及，比如手机、电脑、机器人、宇宙飞船。这些是科学的产物吗？还是灵感被现实体现出来的显化物呢？一切当发生的都在其需出现时被展现出来，而我们做出自己的选择，哪些被接纳并推广成实相，哪些被摒弃遗忘尘封。

基本实相并非混沌无序，而是一种原始的材料。所有的多样性都暗示着一个整体，而如果你假设存在一个弘大意识整体，那么你也必须承认它的多样性存在。所有人格结构和你的一样，都是基本实相或一切万有的一部分。它们只是能够在更大的框架内被存有使用、并表达成不同的行动。

你们关于“神”的概念，事实上，任何由人类宗教发明与持有的概念，充其量不过是基于你们自身系统基本假设的一个非常小且微不足道的想法。这并不意味着这些想法在它们的信众范围内是不合理的。即便这些宗教认知仅限于你们自己的伪装物质系统中和其所在的物质宇宙内，要知道并非所有的智能生命体其角色外形都被设计成人形。因此，甚至在你们这个有限的观念下，“人形的神”这一概念几乎是没有实际意义的。而且在许多其他系统中，“类人”这个词也根本毫无意义。

这并不意味着“整体”这个词完全没有意义。无论处于哪个系统中，心理框架和心灵完形都构成了个体实相的基础。所有这些都暗示着一

个整体，但如果这个整体无法通过自觉的个体部分意识到自己，那么“整体”这个词本身就会变得毫无意义。

现在，为了你的手指着想，先休息一下，然后我们再继续。

当意识成熟与进化到接近完型时，对角色我的固有认知会逐一被摒弃，个体的容貌、体态、性别、服饰、外表轮廓、法身质地等色相物相都会不再被认为是辨识自我的重要标签，甚至连名字、称谓、身份等很自我的归属也会被看做是意识继续进化的樊笼。与弘一意识合一时，不再有二分心，不再鉴别彼此，不再保留各种很个人符号化的标签。

世人是自大且无知的，基于自嗨的心理需求产生了大多数宗教传说，然后把当地很民族的人文认知与政治生态体系投射构建出自己幻想的灵界天国，并为之构建出日渐完善的官僚体系、生态秩序、司法善恶标准和君主立宪审判制度，把敬拜君王与官吏的礼法制度讲究说辞借鉴到宗教礼仪中，幻想神明是贪财好色的，是贪图名誉的，是徇私舞弊的，是讲究攀比的，是厚此薄彼的。

依照这些想法，有了供养的攀比，有了许愿还愿，有了金身木身，有了求求拜拜，有了各种讲究。而这些群体意识的信仰又在我们的位面中生成了集体实相，让意生神和滞留灵们有了影响我们生活的能力和机会。

确实在梦宇宙里，在伪装实相中，在各平行位面上，有“神”这样的角色，供近乎成熟的意识体去体验显化学习维持系统的平衡，但那与

宗教杜撰出来的各种神仙体系，完全就是两码事。

宗教的神就好像迪士尼画出的米老鼠唐老鸭，都必须是拟人的，但实际上并非如此。就好像我们正在开发拓展的 AI，它无形无相，根本就无需被装到某个人形的壳窍里才是智能的存在；也根本无需和人的思想认知、价值体系、社会架构近似才是意识完型。

Y7-3-306.2

(9:25 休息。珍说她“已经非常进入状态了。”由于声音很强烈，几乎没有停顿。眼睛经常睁开，讲话非常活跃。9:33 以相同的方式继续。)

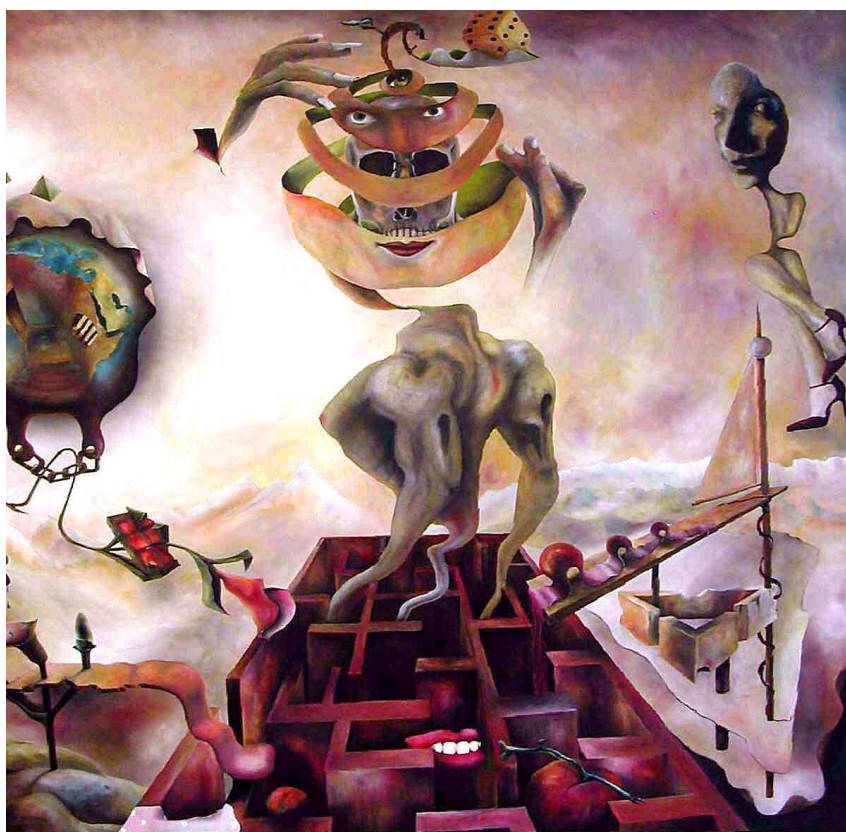
现在，像 LSD 这样的药物在某种程度上会减弱印刻过程，尽管永远无法完全消除它。

在某些人格中，这些药物会引发你们所谓的神秘体验，它们会将人格带入新的感知领域。它们会暂时打破通常的感知模式结构，你将通过新的内在眼睛去看待世界。在某种程度上，你会从常规物质结构之外，看到实相的一些层面。因此，内在自我获得了一种自由。

印刻 (Imprinting) 是新生代在出生前后快速且不可逆地习得种族专属的某些习气与认知，因此形成特有的行为与思想模式。

从角色中解离出来的自我意识，虽然脱离出了角色我的认知范畴，但还继续受困于物质的认知与思维习惯甚至生理习惯，比如少有人会在意识形态下，下意识地用悬浮、飞行、瞬移来跨越空间距离，保持身体姿态。就连后天获得的性别认知与性别认知道理的伦理羞涩感也会被不自觉地带入到灵身状态下。

也正是这些被做人时的经验与认知烙印成无意识的前意识,构成了所谓的当前自我所是。打破这些被固化成理所当然的天经地义、无视无可厚非的人类常识,才能真正地去掉角色我的认知滤镜,避免人为地扭曲多维多元实相的固有本真。



超现实主义和后现代文明

超现实主义 (Surrealism) 和后现代文明 (Postmodern Civilization) 是两个不同的文化和艺术概念, 它们分别影响了艺术、文学、哲学、建筑等多个领域。

➤ 超现实主义

超现实主义是一种 20 世纪 20 年代兴起的文化艺术运动, 主要受弗洛伊德的精神分析理论和无意识思想的启发。它通过探索梦境、潜意

识、幻想等非理性的领域，试图打破传统现实观念和逻辑规则，创造出一种超越现实的艺术表达。

超现实主义的艺术家和作家常常通过以下方式表达他们的思想：

- 非逻辑的场景和荒诞的组合：例如把看似不相关的物体并列在一起，以产生新的意义。
- 自动写作或创作：即不经过思考和逻辑推理的自由表达，以捕捉无意识的流动。
- 梦境和潜意识的表现：他们试图通过艺术表达梦中的不合常理和神秘感，揭示潜意识中的真实冲突和欲望。

细雨社 www.xiyushe.org

➤ 后现代文明

后现代文明是指在 20 世纪中后期形成的社会、文化和思想体系。它是一种对现代性及其核心价值观（如理性、进步、客观真理）的批判和反思，强调多元性、碎片化和相对性。与现代主义强调确定性和秩序不同，后现代文明反对单一的真理观和权威叙述，倡导多元化和主观体验。

后现代文明的特征包括：

- 反对宏大叙事（Grand Narratives）：质疑和拒绝那些试图解释世界和历史的单一、普遍的理论，如启蒙主义的理性主义和

资本主义的发展观。

- 多元文化和相对主义：强调文化的多样性和个人视角的独特性，反对普遍的道德或审美标准。
- 拼贴与混杂：后现代主义的艺术和建筑常常融合不同的风格和元素，表现出一种混杂和不确定感。
- 讽刺与戏仿：后现代文明常常通过讽刺和戏仿来挑战权威和传统文化。

在文学、艺术、建筑和哲学中，后现代主义都对既有规范提出质疑。

两者的联系

细雨社 www.xiyushe.org

虽然超现实主义和后现代文明是不同的运动，它们在思想上有一定的关联。两者都试图打破传统观念，挑战现代性带来的理性与秩序，强调无意识、主观性和多样性。超现实主义通过探索梦境与潜意识，打破了现实的界限；而后现代文明则质疑所有固定的权威和规范，主张文化和思想的多元化与相对性。

总结来说，超现实主义是一场艺术运动，而后现代文明则是一种更广泛的社会和文化现象。超现实主义对梦境和无意识的探索为后来的文化运动提供了重要的灵感，而后现代文明则进一步将这种反抗权威的精神扩展到了整个文化和思想体系中。

在这种情况下,可能会产生一种与一切万有合一的强烈感觉。对于那些主要以自我为导向的人来说,这显然意义重大,它代表了一次有意义的突破,可以为更充实的世俗生活提供确实的机会和动力。

虚无主义(Nihilism)和反乌托邦(Dystopia)是两个在哲学和文学中常见的概念,虽然它们之间有一些重叠,但它们代表着不同的思想和视角。

➤ 虚无主义 (Nihilism)

虚无主义是一种哲学观点,认为人生、道德、价值观、宗教和一切存在的意义都是没有根本意义的。虚无主义者相信,宇宙和人生没有终极的目的或价值。这个思想流派在 19 世纪随着弗里德里希·尼采等哲学家的思想传播开来。细雨社 www.xiyushe.org

虚无主义的主要特征包括:

- 怀疑一切价值: 虚无主义者认为没有任何道德或宗教信仰具有客观的基础。
- 反对传统意义: 虚无主义者拒绝社会、宗教和道德中的一切传统价值观和信念,认为它们没有任何实质性的意义。
- 人生无意义: 虚无主义的极端形式可能会导致存在主义的焦虑,认为生命无意义,所有的追求和目标都是徒劳的。

➤ 反乌托邦 (Dystopia)

反乌托邦是一种文学或思想类型,它描绘了一个与乌托邦(理想社会)相对的社会。这种社会通常充满了压迫、不平等、贫困和极权主义。反乌托邦的作品通常是对未来社会或极端政治环境的批判。

反乌托邦的主要特征包括:

- 极权主义: 政府或统治阶层掌握绝对权力, 个人自由和思想自由受到极大压制。典型的反乌托邦社会中, 统治者通过恐惧、监控和控制来维持秩序。
- 社会不平等: 财富、资源和权力的极端不平等是反乌托邦中的常见主题, 精英统治者往往剥削广大人民。
- 科技的负面作用: 反乌托邦社会中, 先进的科技往往被用作监控和控制手段, 而不是改善人类生活。
- 环境或人类的退化: 许多反乌托邦作品描述环境的恶化、自然资源的枯竭, 或者人类社会的某些方面的退化或堕落。

共同点与区别

虚无主义和反乌托邦有一定的重叠之处,尤其是在对传统社会价值观的质疑和批判方面。例如,反乌托邦作品中的社会可能让人感受到虚无主义的情绪,因为这种社会往往令人绝望,似乎一切努力都是徒劳

无功的。然而，虚无主义主要是一种哲学观念，而反乌托邦是一种对未来社会的文学或思想表现方式。虚无主义关注的是个人对意义的理解和怀疑，而反乌托邦更关心的是社会结构的失序和极权统治。

虚无主义可以成为反乌托邦社会中的一种思想情绪，因为在极端压抑和无望的环境中，个人可能会产生虚无主义的态度，放弃对生活、道德和价值的信念。

在当代，年轻人看不见未来，社会阶级固化，文化积累和努力奋斗无法让自我价值可与刚出厂的 AI 机器人抗衡，躺平的、迷茫的、空虚的、失去自我存在价值感的一代人，要如何在物质文明转化精神文明的大时代中，打破被校园文化和大众传媒烙印下的刻板三观认知，在当代世俗生活中找到确实的机会和内在发展动力，已经是每个家长与孩子必须直面和思考的紧迫关键核心问题。



然而，单凭迷幻药物或类似药物本身，它不会带你走得更远。迷幻药物不会给你带来对前世或未来真切存在的洞见，也不会将你从物质系统的框架中提升出去，它只能让你看到该系统的某些显化漏洞。迷幻药物确实可以让你体验你与这个系统的关系，以及系统与整体的关系。但迷幻药物本身无法将你带入到其他系统中。你朋友吉恩·伯纳德的研讨会也是在这个系统中，因为它们由曾经与这个系统相连，并可能再次与其相连的人格组成。

（长时间停顿）单凭迷幻体验本身，无法赋予你在组成自己心理结构的其他部分中获得心理流动性的能力。我在这里强调“单凭它本身”，是因为某些人格会足够先进，能够将这种体验作为跳板，恰好用来进行这些发现。

很多名人明星在生活富足事业顺畅爱情家庭美满后，会感到极度的空虚与不真实感，当世俗的各种向往与追求都已经达成甚至常态化，灵魂的饥渴与空虚却会让人感到困惑。一些人步入宗教领域，一些人借用迷幻药来寻求刺激与答案，但我们也都知道，不管是踏入哪一条路的寻觅者，最后都没能找到他们真正渴望获得的真相解惑。

迷失自我可以带来某种程度上的解离感，但迷醉的弥留不是有效意识调频的好手段，微醺确实有助减少角色我对解离的意识阻挠，但也仅此而已。不是说会飞了，就能去对方向。

（长时间停顿）角色我确实是被虚构出的存在，但却是非常有用的虚构。它是一种人为的划分，确实不断有角色我被变化出来，然而在你

存在的这个实相中时，你必须维持这种存在的幻象直到完成使命。通过训练，角色我不一定必须是僵化的。经过意识训练后，它将愿意给内在神魂更多的自由，同时仍然保持人格完整。

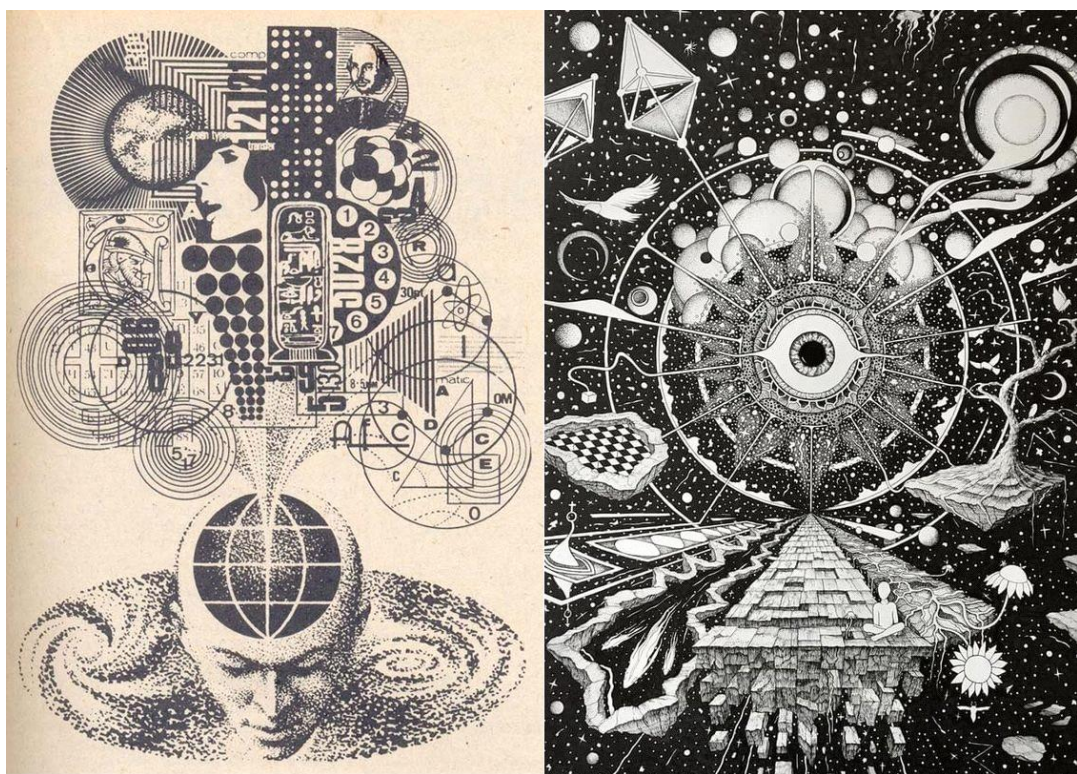
迷幻体验是非常富有成效的。然而，药物并不是必要条件。在不依赖药物的体验中，自我会暂时失去其实质性的特质，但依然保留着作为保护的作用。在我们所有的工作中，我们一直在给予非物质自我越来越多的自由。我们一直在扩展意识，而这个意识也包含了角色我。

可以这么说，我们正在将角色自我引向内在，它正在参与这次意识扩展。过去，角色我被过分夸大，它一直占据主导地位。但这并不意味着，现在的平衡摆动应该试图消除角色我。任何意识的扩展都必须包括当前的角色自我这一部分。

有些女人在生孩子后，把整个情感与生活的重心都放在了孩子身上，丈夫与家庭成为了供养者和借宿地。随着孩子的成长，孩子成为了家庭的价值核心与规划重点，这导致父母不断压缩与牺牲自己的自我价值感，一切都变了味儿。孩子被养成了祖宗，父母疲累不堪，常常自我感动在各种付出中。

其实大多数人并不知道，父母是孩子最好的老师，一个人的核心竞争力是内心的品性与情绪把控度，妈妈为了孩子和丈夫闹翻，甚至离婚的不在少数，究其原因其实是自我价值感从夫妻家庭异位到了母子关系上，结果孩子成为了生活的侧重；甚至孩子婚后，单亲妈妈还要设法把儿媳或女婿挤兑走，好让子女与孙子只围着自己转，怕自己老了孤苦无依，被边缘化。

角色我、头脑我、心智我、神魂我、意识我，这一大家子本是一体，但侧重如果出了问题，就会搞出很多没必要经历的坎坷风波。其实这一大家子向着谁办事都是麻烦，想来想去老祖宗们搞出了一个“无我”“臣服”的随缘法喜，也算是一种和稀泥的好法子了。



你可以休息一下，我们再继续。

(9:54 休息。珍再次进入深度出神状态。她的讲话再次非常有力，声音大，眼睛时常睁开，但到最后节奏有所放慢。大约 10:00 以相同的方式继续。)

现在，另一个要点。自我会作为你内在体验的翻译者。如果这些翻译中包含了扭曲，仍然比完全没有翻译要好，而且直觉会帮助你看穿这些扭曲。

这些体验当然也会经过个人潜意识的层层过滤。即便没有自我，体验依然会有意义，但意义不会那么深刻，也无法有效地加以运用。你看，

它必须成为当前整体本体结构的一部分。

无我的法门确实可以快速达成意识合一境界,但因匮乏一个观察与思考的意识主体,所以很容易陷入枯木顽石的死禅混沌中,这可不是意识发展所需的方向与境地,所以训练自己有觉知力地旁观着意识活动、心理活动、思想活动、肉身欲求,就像智者旁听着与会者的各执一词,最后拿出最智慧的方案,才是正解。

那么我们怎么知道,自己脑海里的各种念头哪些源自哪里、什么才是最符合自己存有利益和发展的选择呢?这就要学会尊重第一直觉了,其实直觉往往快于逻辑出现,但只是一闪念,之后就被各种自我逻辑开始压制与合理化驱赶到不知何处了。

细雨社 www.xiyushe.org

正是因为在使用药物的迷幻体验中自我被排除在外,所以之后才会遇到困难。如果有机会,自我可以并且确实会与自我的其他部分融合,同时松散地保持一个心理框架,通过这个框架,体验可以按照你们的理解方式进行翻译和解释。

在这些情况下,迷幻体验也会以有益的方式改变自我。否则,自我会被抛在后面,无法如常发挥其主要功能。当自我作为整体自我的一部分经历迷幻体验时,它能够组织已有的资料,然后也能处理新的资料。

经过训练并且灵活自我,能够在体验期间暂时放弃其主导地位。我们还会继续讨论这些高级心理结构与所谓的迷幻体验之间的关系。在下次课程中,我还会开始回答鲁柏关于不使用药物情况下的类似体验的问题。你们已经得到了许多提示,我还会提供进一步的指导。

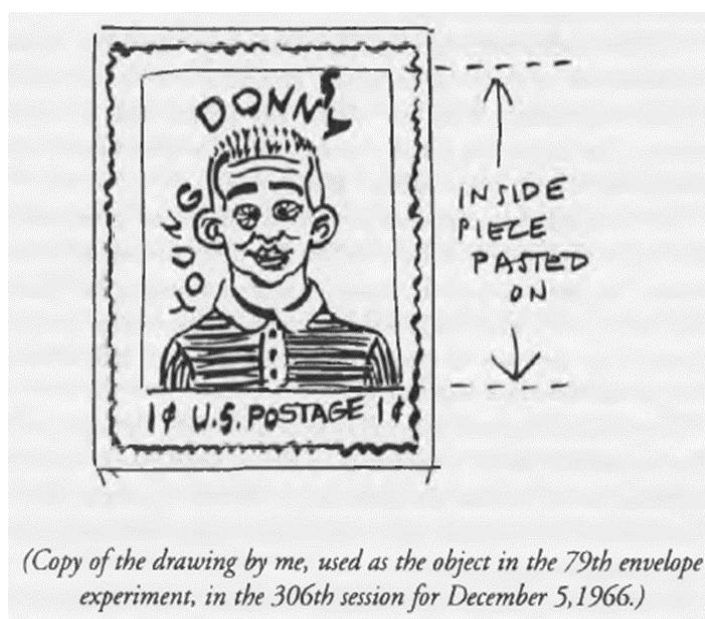
角色我就好像陪伴我们远行的战马，如果你在训练时，总是避开将与你共同征战的战马，那别怪乱军中炮声一响、金戈相击时，它第一个受惊崩溃，带着你落荒而逃或胡乱冲闯深陷险地。

这管控住心猿意马的本事，是修行入佳境的第一道大关卡，取巧不得。一旦真的熟练掌握该技巧，以后不管更换多少次新皮囊，你都可以生而成尊，自带大觉悟生而知之。

Y7-3-306.3 (E79)

你有实验给我吗？

（“是的。”第 79 次信封实验的实验物品是我在 1966 年 11 月 25 日星期五在工作时画的一幅图。这是为了恶作剧捉弄唐·威尔伯。那天晚上，唐和他的妻子玛丽莲来拜访我们，我把草图给他们看。我还以为珍那天晚上也看到了这幅画，但后来证明她并没有。因此，在实验之前，珍从未见过这幅画。



第 306 节为第 79 次信封实验绘制的示意图

10:08, 珍拿起了信封, 进行我们第 79 次实验。她闭上了眼睛, 像往常一样将信封水平放在额头上。她的语速相当快。)

请稍等。有一串数字。要么是四个数字, 或者数字四重复了很多次, 或者实验物品上有四个单独的标记。

还有一种散乱的、混杂的感觉。与一张图片有联系。4321 或 43111。与某种物理上的转变或翻转有关。

一个矩形和一个正方形。也许正方形在矩形内。还有一条黑色或深色的实线。

(停顿) 在左下角单独的某物。感觉像是一个小图像或图画。

(她摇头, 闭着眼睛) 可能代表着某种地基、房子、联邦建筑、教堂或纪念碑。是印刷的或压印的。

与邮件有联系, 还有邮戳。与 11 月 6 日有联系。一个小圆形的东西, 似乎像邮戳或疫苗标记。

我不认为以下内容完全正确: 类似于 'tottle'【我的理解】或 'turtle', 也许与名字或地址有关。

有些灾难的迹象, 尽管可能比较强烈。

与彩色纸张有联系, 我相信是信封。不和谐。与美国有联系。与湖泊、水或碗有关。

一张便条, 与某种不满有关。花费了过多的时间。某些东西太多, 无法全部拿住。JB, 或者鲁柏, 也就是珍·罗伯兹。

与建议或顾问有关。四加一。紫罗兰色或紫色, 并找到一个令人满意的解决方案。垂直排列着的点。

这个实验物品是——一个信封或信件, 并且有提到第三方。与 MG 有

联系。

你有任何问题吗？还有与报纸的联系。

（珍仍然把信封放在额头上。

你能多说一些关于第三方的事情吗？）

似乎与您的邻居雷那有关。

（哪方面的联系？）

这可能是由于报纸的联系。我认为某些东西象征性地打开了。

（你能多说一些关于图画的事情吗？）

在角落里？

（是的。）

细雨社 www.xiyushe.org

我不确定这是不是一个字面上的图画。可能是某种组织结构。如果你没有其他问题，你可以休息。如果有，我会回答。

（10:27 休息。珍再次深度解离。她的眼睛一直闭着，语速平稳。她能回忆起一些说话时的意象，并表示在我们审视资料时更多的意象会浮现出来。此时她记得信封左下角的某个小物件；某种建筑物；还有类似邮戳或疫苗标记的圆形物体。注意，这些印象都比较模糊。

我请珍在从出神状态中清醒后小心处理信封，并将其平放在桌上，打开双层信封等，以查看小物件是否位于左下角。显然，物件原本位于中心，但可能稍微发生了移动。

如图所述，这是我画的一张模拟邮票。它是对唐·威尔伯的一个恶搞——“小唐尼”，当晚唐和他的妻子玛丽莲来拜访我们时，我给他们看了这幅草图。加拉格夫妇也在场。我本以为当晚图画已经传看过，

珍也应该见过，但她今晚表示她并没有见过。这令我感到意外。

赛斯没有回来，所以珍和我自己进行了解读和联系。

“一串数字。要么是四个数字，或者数字四重复了很多次，或者实验物品上有四个单独的标记。”我们唯一能在物件上看到的联系是，上面数字重复了一次——1 美分出现了两次。物件底部有一串符号，但主要是字母而非数字。

“一种散乱或混杂的感觉。”

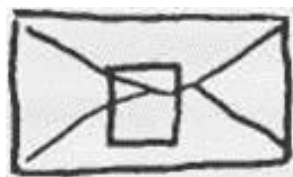
“与一幅图片有联系。”物件是一幅图画。

4321 或 43111。没有关联，除了 1 美分在物件上出现了两次。

“与某种物理上的转变或翻转有关。”没有关联。

“一个矩形和一个正方形。也许正方形在矩形内。”我们认为这个很准确。如物件上的铅笔线所示，物件是由两张白纸拼接而成，内层纸被粘贴到位。较大的纸显然是矩形的。实际上，较小的纸也是矩形的，但其比例更接近于正方形。而这张纸在矩形内。

“还有一条黑色或深色的实线。”这可能接近。物件上有黑色实线——边框和衬衫上的图案都是黑色的。当珍小心翼翼地打开双层信封时，我发现物件的位置如下：



已注意到，珍把封好的信封水平地放在她的额头上，也就是说它们的长轴与地面平行。因此，如果赛斯从某种程度上较为字面地获取这个信息，物件上的黑色边框或衬衫上的图案会显得是水平的。

“左下角的某物单独存在。”如前所述，当双层信封被打开时，物件似乎已位于信封的中心。然而，珍表示她有一个意象，认为信封的角落里有某个小物件。

“印象是一幅小图像或素描，可能代表的是一个基础、房屋、联邦建筑、教堂或纪念碑。”这很准确。物件确实是一幅图画，而且是小型的。

此外，联邦建筑的概念也可以解释，因为这个物件是一张模拟邮票。纪念碑的概念也适用，因为在美国，只有已故的人才会出现在邮票上，因此出现在邮票上是一种致敬，也是一种纪念。珍说她不知道这个政策。我是通过多年前集邮了解到这一点的。这里是心灵感应吗？

“与邮政和邮戳有关。”这是更多的优质资料。

“与 11 月 6 日有关。”没有关联。

“一个似乎像邮戳或疫苗标记的小圆形。”再一次，赛斯/珍探索了物件与邮政的联系，这是一张模拟邮票。珍有一个小圆形图像的印象。

“印刷或压印。”是的。珍说这里的“印刷”是指我在物件上手工打印的文字，而不是手写的。此外，邮票本身在生产过程中当然是印刷的。

珍还表示，压印的资料也是合理的，源于物件上的两个元素：我在图中表示的“波状”框架，以及物件中央部分由于两张纸——实际上是单层绘图纸——粘贴在一起而产生的额外厚度。

“我不相信以下内容是完全正确的：某种类似'tottle'或'turtle'的东西。可能与名字或地址有关。”珍说这是她通过联系到唐·威尔伯的妻子玛丽莲的方式。联系点在于物件上嘲讽了唐。

珍说她在高中时与一个名叫玛丽莲·塔特尔的女孩一起上学。她已把玛丽莲·塔特尔忘记了，直到这一资料出现。

“有一些灾难的迹象，尽管这可能被夸大了。”珍幽默地表示，唐·威尔伯的讽刺画像可能算是一场“灾难”。特别是丑陋的面部特征和红色眼球。实际上，这幅画并不是真实的唐，故意被绘成那样。

“与彩纸的联系。”构成物件的两张纸都是白色的。图画上还有红色，资料可能有些扭曲。

“信封。”物件作为一张模拟邮票，让人联想到信封。

“不协调。”珍说物件是不协调的，而不是和谐的，这是我故意制作的效果。

“美国。”这很准确。物件底部的文案中出现了“U.S.”这两个字母：1 美分 U.S. 邮票 1 美分。

“与湖或水或碗的联系。”再一次，非常好。玛丽莲和唐·威尔伯住在纽约的威尔斯堡。

“一张与不满有关的便条。花费了不成比例的时间。手里有太多的东西拿不住。JB，或鲁柏，也就是珍·罗伯兹。”我们不知道。没有赛斯的帮助，我们无法看到联系。如前所述，珍在唐夫妇拜访时在场，当时这个信封物件被展示给了他们；或许赛斯在暗示珍那晚没有真正看到物件。

“与建议或顾问的联系。”珍说这是合理的，指的是我被认为是年轻人如玛丽莲和唐的帮助者，他们都在 20 多岁，而我 47 岁。

“四加一。”没有关联。

“紫色或紫罗兰色。”物件上有红色。

“并找到一个令人满意的解决方案。”没有关联。

“垂直排列的点。”如草图所示，当珍把信封放在额头上时，物件上的一些线条会呈垂直排列。她说点的资料指的是图中眼球上非常小的红色线条；对她来说，它们看起来像点，因为它们非常小。

“物件——信封或信件，并提到第三方。”物件不是信封或信件；但作为邮票的图画，它与这些资料密切相关。至于赛斯提到的第三方，我们不太确定；可能有几个可能的解释。

“与 MG 的联系。”再一次，我们不确定。没有人有这些缩写。然而，一个可能的参考是：M 代表玛丽莲·威尔伯，年轻的唐·威尔伯的妻子；G 代表加拉格夫妇。威尔伯夫妇和加拉格夫妇都在 1966 年 11 月 25 日那天晚上在场。

“与报纸的联系。”这很可能指的是比尔和蓓·加拉格在当地的《埃尔迈拉星报》工作。威尔伯夫妇与它没有任何联系。

第一个问题：你能多说点关于第三方的事吗？

“似乎与您的邻居雷那[奥迪斯]有联系。”据我们所知，雷那住在我们对面，他与物件或 11 月 25 日的那天晚上没有关联。我们认为这可能是与报纸资料有关的一个片段，稍后会看到。

第二个问题：以何种方式？

“这可能是由于与报纸的联系。我相信某些东西象征性地被打开了。”雷那的名字可能在这里出现是因为先前的报纸资料提到了加拉格夫妇。雷那确实与珍和我有报纸的联系，因为他在工作时拿到《纽约时报》，然后在看完之后每天都给我们。他还定期给我们周日版报纸和各种新闻杂志，所以从这个角度来说，他与我们有强烈的“新闻”联系。然而，他的名字可能由于某些扭曲出现在了资料中，因为看起来

加拉格夫妇与物件有更直接的报纸联系，通过我。

当然，报纸的主题出现了。我们不知道赛斯可能心中有什么象征意义。

第三个问题：你能多说点关于那幅画的事情吗？

“在角落里？”如前所述，物件似乎位于双层信封的中央。然而，珍有一个意象，认为信封角落里有一个小物件。

“我不确定这是不是一幅字面意义上的画。也许是。”物件确实是一幅画。优秀的资料。

“一个组织。”再次，是好的资料。物件是一张邮票的讽刺画，联想到国家邮政系统。

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-306.4

第 306 节 浓缩版

晚上好。

鲁柏一直在阅读关于能够引发所谓迷幻体验的药物的资料。

一直以来，我们谈论一些比你们熟悉的结构复杂得多的多维意识结构。亲爱的朋友们，现在我们可以很好地把这两个主题联系在一起。因为，即使是以一种非常模糊的方式，迷幻体验也能让你对这些更高级心理结构的本质有一些启示。

正如我多次提到的，目前你们将注意力和意识集中在物质系统中。这可以类比于利里所说的“www.flydream.com”印刻”。在任何系统中存在都会需要某种程度的印刻。印刻只是一个调整过程，通过它，意识与特定的“频道”相调和，可以这么说。

然而，借由迷幻药调谐的意识只是个体总意识的一小部分。在你们的系统中，现在通常将其称为“角色自我”。人类的这些心理结构确实是如此被系统印刻的，然而，全我同时也觉知并意识到自己有大部分并未被系统印刻的自由意识。人格们能意识到自己是在以某角色个体的身份参与各种幻想，并同时印刻有多个不同的平行系统，以便自我的多重身份能对不同系统作出不同的反应。

存有划分出的人格们能保持整体的本体认知，并追随或追踪那些作为

它们自己当前的这些角色个体。一个非常小的例子是，一个个体能够同时意识到自己在你们矩阵系统中的所有转世，意识到所有被扮演过的角色它们同时发生，并且同时觉知到自己是那个正在经历这些角色的意识整体。

然而，单独的转世人格依然是独立的本体，这并没有任何矛盾。我所谈论的人格结构远比这个例子更为高级。它们意识到自己在多个系统中的诸多存在，并将基本实相组织成各种模式，然后在这些模式中进行操作和操控。

通常情况下，人格片段只会对一个系统有觉知，且一般只认为自己是这个系统中的生物。我这里指的是当前的人类。而那些心理结构通过达成自我价值实现，不断扩展它们创造新实相并在其中运作的的能力。需要记住的是，这些环境系统都是由居住在其中的个体直接创造的，这当然也包括你们自己的系统。

基本实相并非混沌无序，而是一种原始的材料。所有的多样性都暗示着一个整体，而如果你假设存在一个弘大意识整体，那么你也必须承认它的多样性存在。所有人格结构和你的一样，都是基本实相或一切万有的一部分。它们只是能够在更大的框架内被存有使用、并表达成不同的行动。

你们关于“神”的概念，事实上，任何由人类宗教发明与持有的概念，充其量不过是基于你们自身系统基本假设的一个非常小且微不足道的

想法。这并不意味着这些想法在它们的信众范围内是不合理的。即便这些宗教认知仅限于你们自己的伪装物质系统中和其所在的物质宇宙内，要知道并非所有的智能生命体其角色外形都被设计成人形。因此，甚至在你们这个有限的观念下，“人形的神”这一概念几乎是没有实际意义的。而且在许多其他系统中，“类人”这个词也根本毫无意义。

这并不意味着“整体”这个词完全没有意义。无论处于哪个系统中，心理框架和心灵完形都构成了个体实相的基础。所有这些都暗示着一个整体，但如果这个整体无法通过自觉的个体部分意识到自己，那么“整体”这个词本身就会变得毫无意义。

像 LSD 这样的药物在某种程度上会减弱印刻过程，尽管永远无法完全消除它。

细雨社 www.xiyushe.org

在某些人格中，这些药物会引发你们所谓的神秘体验，它们会将人格带入新的感知领域。它们会暂时打破通常的感知模式结构，你将通过新的内在眼睛去看待世界。在某种程度上，你会从常规物质结构之外，看到实相的一些层面。因此，内在自我获得了一种自由。

然而，单凭迷幻药物或类似药物本身，它不会带你走得更远。迷幻药物不会给你带来对前世或未来真切存在的洞见，也不会将你从物质系统的框架中提升出去，它只能让你看到该系统的某些显化漏洞。迷幻药物确实可以让你体验你与这个系统的关系，以及系统与整体的关系。但迷幻药物本身无法将你带入到其他系统中。你朋友的研讨会（吉恩·

伯纳德)也是在这个系统中,因为它们由曾经与这个系统相连,并可能再次与其相连的人格组成。

单凭迷幻体验本身,无法赋予你在组成自己心理结构的其他部分中获得心理流动性的能力。我在这里强调“单凭它本身”,是因为某些人格会足够先进,能够将这种体验作为跳板,恰好用来进行这些发现。

角色我确实是被虚构出的存在,但却是非常有用的虚构。它是一种人为的划分,确实不断有角色我被变化出来,然而在你存在的这个实相中时,你必须维持这种存在的幻象直到完成使命。通过训练,角色我不一定必须是僵化的。经过意识训练后,它将愿意给内在神魂更多的自由,同时仍然保持人格完整。

细雨社 www.xiyushe.org

迷幻体验是非常富有成效的。然而,药物并不是必要条件。在不依赖药物的体验中,自我会暂时失去其实质性的特质,但依然保留着作为保护的作用。在我们所有的工作中,我们一直在给予非物质自我越来越多的自由。我们一直在扩展意识,而这个意识也包含了角色我。

可以这么说,我们正在将角色自我引向内在,它正在参与这次意识扩展。过去,角色我被过分夸大,它一直占据主导地位。但这并不意味着,现在的平衡摆动应该试图消除角色我。任何意识的扩展都必须包括当前的角色自我这一部分。

正是因为在使用药物的迷幻体验中自我被排除在外,所以之后才会遇

到困难。如果有机会，自我可以并且确实会与自我的其他部分融合，同时松散地保持一个心理框架，通过这个框架，体验可以按照你们的理解方式进行翻译和解释。

在这些情况下，迷幻体验也会以有益的方式改变自我。否则，自我会被抛在后面，无法如常发挥其主要功能。当自我作为整体自我的一部分经历迷幻体验时，它能够组织已有的资料，然后也能处理新的资料。

经过训练并且灵活自我，能够在体验期间暂时放弃其主导地位。我们还会继续讨论这些高级心理结构与所谓的迷幻体验之间的关系。在下次课程中，我还会开始回答鲁柏关于不使用药物情况下的类似体验的问题。你们已经得到了许多提示，我还会提供进一步的指导。

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-307.1

第307节 或然自己维持人格结构的多层平衡

1966 年 12 月 7 日 星期三 晚 9 点

晚上好。

意识与流动性是不可分割的。尽管你主要将注意力集中在物质系统内，但内在自我极具流动性，并同时进行多种投射。你们经历中最接近这种流动性的例子就是梦境。这些梦境通常对清醒意识影响不大，除非你加以训练，并带着清醒意识尽可能深入梦境。在这种情况下，清醒意识至少能部分翻译梦中的实相。在迷幻体验中，自我也可以通过训练以相同方式运作，随后它可以充当解释器的角色。

赛斯之所以非常反对使用迷幻类物质完成解离，就是因为角色我若想了知与提升自身对多维世界的认知，就需要保持清醒的意识状态，把百花蜜有效地带回蜂巢，且尽量减少转译过程中的人为认知与逻辑理念造成的扭曲。

解离的关键有三点：第一，让逻辑脑学会静观，别插嘴别祸祸；第二，保持清明的临在感，不陷入昏沉的瞌睡或死寂的顽空；第三，做好自我保护和鉴别筛选。

这第三点最为关键：当你打开 WiFi，学会上网，万千可能迎面而至，在意识万维网中，可不止真善美的博学导师，还有各种可能性的意识面向，包括各种陷入某种某类意识偏执状态的认识模式。有些意识领域你需要达到一定的意识水平和意识频率才能有资格拜访，但有些意

识形态会装扮成人们喜闻乐见的财色名利，用小恩小惠、借由小甜头往你的识海中投送垃圾信息与钓鱼木马偶像。因为灵体不受时间线的约束，它们可见过去与未来，所以很容易取信于人，灵体无形和随意幻化还能读心，故而化身成你的家人故人信仰神灵，说出你记忆中的心里话其实非常容易。

很多人觉得修行十几年终于三脉汇顶、七轮运作，是个大成就者了，能出阳神出入三界意游八方，拜会仙佛灵怪，有多了得。其实不过是激活了 WiFi 设置，关闭了飞行模式，开始学上网而已。别以为上网无痕、自己睁眼下座就断网安全了，意识流是双向的，一旦你好奇接触、谋求个人利益或试图变更他人因果，都会因此暴露自己的角色 IP 地址。你觉得和你对话、说着“亲，点根香保证都办妥”“亲，什么都不用，我们帮你发财升官祛病抱得美人归都是积功德，你念我们好就成了”，那只能说你对社会的认知太天真了。

请记住，高我是出题的，你是解题的，自家存有与高我只会帮你预习复习，提供一些当注意的思路，即法布施，不会让你免试捞偏门的。

能给你小恩小惠、帮你逃课、让你不用想明白自己人生课业就顺利过关的，它们所图谋的比你想象力认知的极限还大，因为这些家伙做事是没有道德下限的。它们能帮你用下作手段赢得不公平竞争，就能哪天用同样的方式左右你的生活、掏空你的一切，包括你的生命能和灵魂。

所以在开启意识之旅前要学会设立防火墙,学会为自己建立意识撤离路径上的安全屋,设立自我意识 IP 的准入口令,并有意识辨别自己拜访的意识领域,品鉴自己接触到的意识灵体的品性与见地。最最重要的是,端正自己的诉求渴望。也就是说,你是什么人就会遭遇什么事,同气相求同频共振。

进入意识的多维实相后,很快你会发现,自己只不过是某一游戏平台中、某一玩家游戏账户里的、某款游戏的内建角色之一。而在玩家的云端数据库里还有众多已被下载好的游戏世界,在那些世界里还有很多犹如自己一样的游戏角色,它们各自忘我地为实现某一既定目标,在虚拟世界里为生存而拼杀着。

当你亲身体验与发现这一现实事实,当你跳出自己当前的认知,亲眼看到众多的平行自我在各种平行世界里挣扎求生时,那种渺小的虚无感会让道心崩溃,感觉自己什么都不是,一切在意、一切经历、一切将历经的都那样地可笑。这道心灵的门槛是分水岭,如果你已具有弘一全局意识,你会以玩家的视角与心态对待某一角色我的现实与后续历经;如果你只是以角色我想要逆袭成仙的想法,真正进入意识洪流后,就会疯掉,因为角色我其实真的哪里也去不了,你这个角色只属于这一款游戏世界,而且仅此而已。

人格片段问

你就是玩家

自我确实会将这些资料翻译成它能够理解的形式,但如果没有这样的翻译,正常的清醒意识可能完全不会记住这些体验。许多这样的体验将保持未翻译状态,智力无法完全容纳这些资料。会有一个点,过了这个点之后自我将无法继续跟随,但每次它都能够走得比之前更远一些。

细雨社 www.xiyushe.org

有些人会说自己根本就不做梦,甚至连冥想都毫无所见,这种人其实是处于无意识状态,也就是自我的逻辑脑和自己的神魂已太过疏离。另外还有就是 NPC, 又叫心盲症。

"心盲症" 是指一种心理或神经现象, 科学上通常称为 "心智盲" 或 "心智盲症" (Aphantasia)。这种现象的核心特点是无法在大脑中产生视觉想象, 即无法在脑海中 "看见" 图像或聆听心声。尽管他们能正常看见外界的事物, 但在闭上眼睛后无法想象出物体、场景或人物的视觉图像。

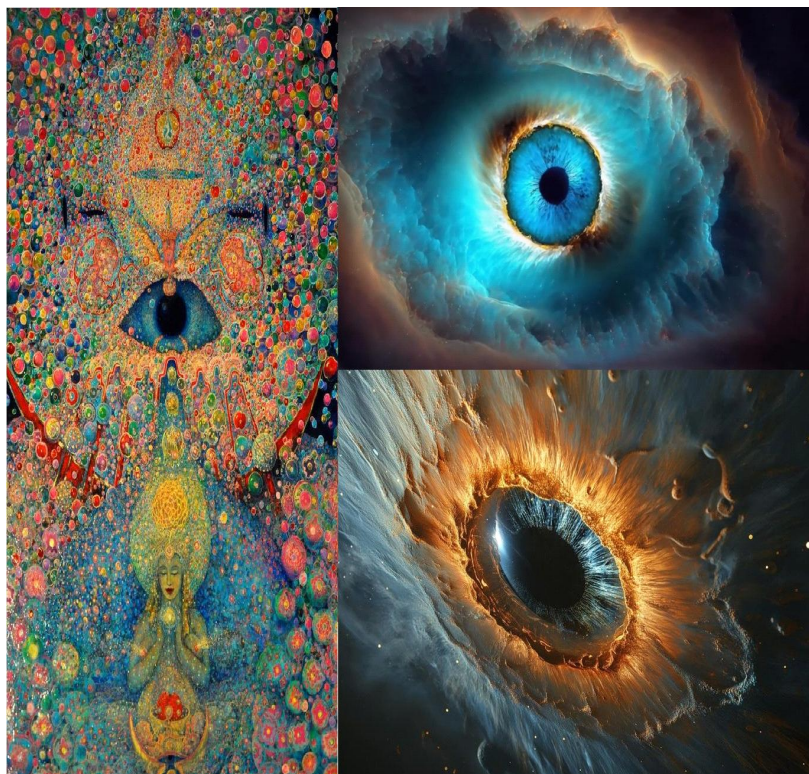
目前科学家对其具体机制仍在研究中。不过有心盲症的人一般在其他

方面没有明显的认知或视力障碍,他们依然能通过语言或记忆完成复杂的任务,只是缺乏大脑中的视觉表征,也无法理解他人为什么会有直觉灵感或看到听到意识到非物质的画面与声音。

当我们学会与掌握了内观的技巧,让自己的角色逻辑脑不再占据意识主频,打开意识万维网的门户后,可以顺着潜意识的意识通道,最先借由心智接触到内我,即当前的角色灵魂。心智是角色的魂,与人格片段还是两码事——角色的魂是人魂或叫命魂,而人格片段是天魂又叫灵魂、主魂、觉魂等。

如果你完成了自我灵魂的意识合一,那借由它的灵觉视角,你可发现更上层的自我意识实体、主人格乃至存有。大多数濒死体验能接触到的层面就是人魂的经历,而催眠可连接到的意识层面可到人格层面,深度冥想与睡梦中可与主人格的意识产生交集,大修为者在全然无我的状态下可与存有的意识共鸣合一,在本伪装位面里这就是天花板了。如果想知道万有万存甚至虚空本源的具体情况与知识,了解本源的整体运作模式和具体状态,意识水平不能低于意识七维以下,即直接以存有的意识状态去感知意识能量电磁实相层中的具体脉络架构构成。

一般玩家是没有资格与机会了解和接触整个矩阵体系背后的那运作系统的。



你必须理解，迷幻体验仅仅是内在自我持续状态的短暂一瞥；但这种持续状态并不是静止不变的。使用药物时存在一些危险。某些维度是你完全无能为力的，如果由于某种分子扰动而让你掉入这些维度，可能会导致你无法找到回来的路。在这里你可能不太理解，这很难解释。你的词汇并不适合处理这个概念，但我会尝试解释。

在踏足意识界前，一定要为自己设立意识的神圣安全屋，并养成习惯，以这一领域作为意识基地，进入和返回自己的意识频段；要设立跳离幻梦境的紧急口令，让自己在不能确定是否已经回到现实人生的时候，可以从层层套叠的幻梦中解离出来。

有些修行者进入坐忘境，一困就是几天甚至几年，肉身毁朽了，被虫蚁啃食、家人埋葬，无所知，回魂后到处找自己的皮囊肉窍，成了个四处飘荡的。所以修灵冥想时，最好家人要有护法和守关的必要相关知识。

意识所体验的种种实相是由电磁系统生成构建出来的。这些矩阵系统可能在你们完全陌生的其他系统中有对应的关系,尽管它们不会完全相同。在某些异常情况下,你可能会“跨越”这些系统,最终进入一个你无法回归的能量完形。而你的人格结构将无法承受这种转变。

在上世纪六十年代,人们还无法理解虚拟现实、元宇宙、云端服务器、专业游戏平台这些概念,所以赛斯在那个年代传递资料时,人们对多维平行电磁实相几乎无法理解,更无法想像自己就生活在这样的一个虚拟世界中,为实践与体验自己的梦想而生活着。

所以在那个年代,没人能理解,什么叫沉迷于网络游戏,怎么可能有人放着现实生活不过,每天就戴着 VR 眼镜,为赚虚拟的金币、争夺排名赛的名号而废寝忘食。

都说神魂无生死,是不灭的,但这指向的是意识存有,人格片段可不是不昧不灭的,有很多种情况,会让人格片段显然太过当真的境遇,导致其坠入无尽迷雾里,不知归途,也失忆了所是。



这可以非常模糊地比作一个电台的声音突然被另一个电台捕捉到。这里还有很多内容，目前几乎无法解释清楚。从你的角度来看，有一些尺寸极其微小的系统，但它们在自身范围内是无限的。你可能会被吸引到一个完全不同的价值实现系统中。尽管所有这些并不常见，但确实有可能，尤其是在使用药物的情况下，这类体验可能会出现。

保持高度的意识聚焦与意识专注，让人格片段可以持续地在我们当前这一伪装界面里，借由现在正被演绎的角色展开一生的生活体验。但在广阔的当下里，有无数相互平行的广袤虚拟现实世界借由不同意识频率各自展开着。

如果我们从自己当前的角色中解离出来，让意识焦点进行调频，就会发现与观见其它平行实相。如果这散焦与再聚焦的过程是无意识发生的，那再聚焦时会依据你自身的当前意识认知形态与意识成熟度状态，

给你推送与你匹配度最高的相关实相：如果你好色贪食渴望功名，就会进入这样的大环境中；如果你迷信宗教或坚信科学，那就体验天国地府或科技外星文明；有些人的癖好与认知很小众，其被共鸣领入的领域也会很奇葩。但不管你是亲历哪一种实相，那里边的世界都会如同我们所处的环境一样，内有乾坤自成一界。

当然这所有的伪装实相，没有哪个比哪个更真或更假，当真的只有你这个亲历者，看不破时就只能被困其中，被经历着的剧情引带，念念相续没有尽头。矩阵滞留玩家、引入沉迷、增加在线时长和客户归属感的手段，都是心理学上的手段。

开发电子游戏时，游戏公司会采用一系列手段来捕获玩家的归属感，并增加一些玩家的粘着力，从而让玩家沉迷其中。以下是常见的设计策略：

1.角色与个性化

角色创建与定制：允许玩家创建和自定义自己的角色，包括外貌、技能和背景故事，让玩家有更强的代入感。

个性化发展路径：通过选择技能树、装备、职业等，玩家可以根据个人喜好发展角色，增强归属感。

2.社交互动

多人在线模式：玩家可以与其他玩家组队合作或对抗，建立虚拟社交

关系，使游戏成为社交平台，提升玩家的归属感。

公会与社区：加入或创建公会、帮派等虚拟社区，推动团队协作和竞争，增加对游戏的依赖。

3.成就体系与奖励

成就解锁与排行榜：通过解锁成就、获得稀有装备、攀登排行榜等手段，激发玩家的竞争心态和成就感。

奖励与反馈机制：及时反馈（如积分、奖励）强化正面体验，让玩家感觉自己的努力得到了认可。

4.持续的内容更新

细雨社 www.xiyushe.org

定期更新与扩展：通过持续推出新内容、更新任务、发布活动等方式，保持游戏的新鲜感，吸引玩家不断回归。

动态世界：让游戏环境随着玩家的行为而变化，提供独特的探索体验。

5.任务与目标设计

短期与长期目标：通过设置每日任务、周任务，以及更大的长期目标（如击败特定 BOSS、达到最高等级等），让玩家在完成目标的过程中获得满足感。

进度跟踪与反馈：通过进度条、阶段性奖励等，让玩家清晰地看到距目标的距离，增强成就感。

6.沉浸式创作与世界观

深入的故事情节：为玩家创造一个引人入胜的故事情节，使他们对角色、世界观产生情感依附，加深游戏体验。

丰富的世界构建：设计一个复杂的平衡，充满细节的虚拟世界，为玩家提供探索和沉浸的机会。

7.心理学技巧

“皮肤能量箱”与随机奖励：利用类似赌博的机制，例如随机捡拾稀有物品或开宝箱系统，刺激玩家对不确定性的反应，让他们持续追求这种奖励。

任务分段完成与成瘾性设计：通过将大型任务分割为多个小任务，玩家可以通过阶梯任务获得即时的满足感，强化沉迷的倾向。

8.社交压力与竞争

玩家间比较：排行榜、PVP 竞技等系统激励玩家互相比拟、竞争，增强他们的参与感和粘着力。

社交责任：例如公会任务或团队活动，玩家在虚拟社区中形成责任感，不愿轻易退出游戏。

9.经济系统

虚拟货币与交易系统：让玩家通过游戏中的经济系统进行交易，获得

虚拟财富，满足成就感的同时，也刺激他们不断在线。

微交易与氪金：提供付费内容，虽然不直接影响核心游戏体验，但提供加速进程的选项或购买外观道具，进一步提升玩家参与度。

通过这些手段，游戏公司能够让玩家产生情感依附，并增加他们的游戏粘着力，使玩家长时间投入其中。

Y7-3-307.2

正如你所知，思想包含着它们自己的电磁实相。这意味着每一个思想实际上都是一个电磁系统，而不仅仅是理论上的。这类系统是你们物质系统的基础，并且具有极大的有效性。从理论上讲，在使用药物的情况下，可能会迷失在一个想法之中，被困在它的电磁实相中，被迫追随这个想法的各种延伸和发展。价值实现系统会因此改变，虽然会在那个系统内产生发展，但你将迷失于你自己初心所向的系统之外。

在现实中我们经常能看见迷信金钱万能、宗教神灵万能、科学万能的人，这些人被其它非“自我内在”的意识形态认知洗脑，并开始乐此不疲地去攀爬那些被人为设立出来的天梯体系。追求物质的、精神的、名望的、利益的、知识的、情爱的各种进阶体验，却彻底忘了自己入世是来干嘛的、离世后最后要回归哪里。

我们自己为自己量身定做了一个虚拟现实，并跃身而下来历经考验，但有几人能自己从这坑里再爬出来呢？挖得越深反而离真相越远。



我提到这些可能性,是因为这种情况还从未被设想过,它们应该被纳入考量。没有药物的情况下,这种自我迷失的体验根本不会发生,惊慌的人格会迅速返回。然而,在使用药物的情况下,化学结构可能会延迟这种返回,直到为时已晚。

这些化学物质不仅改变了你所处的系统,也改变了你对它的感知。在许多方面,它们加快了这个过程,问题几乎类似于在太空中试图返回一艘正在移动的飞船,只不过这里的运动涉及的是意识。你将没有一个固定不动的站台可以返回。

在出神状态下,可以说有一个或多或少相对静止的系统在等待着你。在这种状态下,意识在旅行的过程中自行引发体内的化学变化。身体内确实会发生变化。当意识改变其方向时,它会自动调整身体系统。而当意识准备返回时,身体系统也会自动为其接纳做好准备。

而在药物的情境中,所期望的意识状态是通过改变化学性质引发的。意识在旅行时无法自动操纵身体系统。意识必须“停留”在外面,直到化学情况改变。

如果出现困难,返回的意识将没有一个稳定的站点可以接收。现在这似乎还不是一个问题,因为这些旅行者还处于初期阶段。然而,随着

他们的数量增加，某些困难可能会引发问题。

常见针对人格意识的致幻药物有四大类：

- 传统草药类致幻剂，比如大麻、致幻蘑菇、死藤水等。
- 科技类致幻剂，包括各种吸食、涂抹、注射的毒品。
- 医学临床镇定类药物，阻断头脑思维能力，降低意识觉知类药物。
- 军警使用的迷幻类药物：实话水、逼供药等。

麻药和致幻剂是有所不同的：麻药让人失去知觉与意识，致幻剂保留意识但让人进入恍惚的迷离状态。长期使用致幻剂会摧毁逻辑脑的神经反应能力，让记忆与认知错乱，对不同位面时空的认知无法保持相对的平行独立，导致无法完成逻辑思考与逻辑表达。

你可以休息一下，我们稍后继续。

(9:35 休息，9:44 继续)

化学路径的确是通向内在实相的一扇门。从分子的角度来看，这可以看作是一种投射。人们不了解的是，分子与分子之间存在着你们无法理解的世界。在这种情况下，你可能会迷失在一个分子的生死变化中，我说的就是字面上的意思。

投射即思想的臆造实相，自己的欲望、设想、渴望、信念，会构成自我意识的投射体验，生成套叠梦或叫梦中梦。在我们这一伪装实相外，自己又依据自我的理念理解创建出一层实相来，而这类实相，由于是

角色我创建的，所以自己会感到非常认同与契合。大多数宗教信徒，在生前与死后，甚至濒死体验中，在经历的各种意识界都隶属于这一自我思想投射的范畴，也就是次级虚拟空间里的伪装实相。这类实相里同样也包含着无量众生与复杂的人文体系，都是投射者自己一念所生。

化学变化会推动意识向外或是向内推进。顺便提一句：与药物一起服用少量普通盐有助于维持一定的稳定性。盐对意识有一定的粘合作用，能够起到凝聚的效果。

由外部药物引发的化学变化，在一定程度上剥夺了内在自我通常的引导能力，因为这些变化发生时，内在自我还未做好准备。当角色我想借助药物去体验多维实相时，此时内在自我的心理组织尚未准备完备。也就是说认知与意识成熟度尚未完成必要的相关积累。

这有点像为了让分娩更容易而给母亲用药，结果让即将出生的孩子也受到了药物的影响。你看，如果没有药物，迷幻体验只有在各方面条件都非常理想的情况下才会发生。通常情况下，几乎没有什么危险。在这种情况下，化学变化是意识流动性自发产生的副产品。

在魔法仪式或建立守护结界时，盐是一种常见的材料，其作用和使用时间与魔法传统中的象征意义密切相关。盐在这些仪式中通常具有净化、保护和驱散能量的功能。以下是盐在魔法中的作用原因和使用时机：

1.作用

- 净化：盐自古以来就被认为能够吸收和中和负能量。魔法仪式前，通常会使用盐来净化空间、物品或个人，以确保免受杂乱能量的干扰。

撒盐、洗盐水浴或用盐喷射是常见的净化方式。

- 去除负能量：在一些传统中，盐被认为具有“吸附”能力，可以将空间或物品中的不良情绪、邪恶力量和损伤吸收并且中和。因此，它在清除不良能量或驱散邪恶灵体时非常有效。通常对餐具、首饰、金属古董等进行撒盐或盐水浸泡处理。其实就是浓盐水消毒灭菌。

2. 保护作用

细雨社 www.xiyushe.org

- 守护结界：盐常用来构建保护性的结界。撒盐可以在物理或精神空间中形成一个看不见的屏障，阻止外界负能量或邪恶实体的入侵。在守护结界时，常见的撒盐行为形成交易或其他符号，代表保护和封闭的力量。
- 屏障符号：在许多文化中，盐被认为具有稳定和防护的特性。通过在房间的门口、窗户或房屋周围撒盐，形成这样的保护屏障，阻止负面能量或不速之客的进入。

在窗口与门缝撒盐可以避免很多种类的害虫进入室内，但有时会因此吸引来需要摄入盐的大型动物。

3.驱邪与驱散负能量

- 驱魔仪式：盐在驱魔仪式中被用来驱除恶灵或邪恶存在。例如，撒盐驱魔仪式可以驱除被认为不祥或不洁的力量，清理受污染的地方或驱除困扰人们的恶灵。
- 解咒：一些魔法实践者会用盐作为解咒的工具。它可以帮助解除困扰或诅咒，恢复能量的彻底与平衡。
- 饮用淡盐水，可以帮助陷入生化平衡失调、出现意识混乱、肢体痉挛、血压下降的患者恢复体内的生化平衡。

4.象征性力量

- 与永恒的象征：在一些古代文化中，盐被视为生命和不朽的象征。这一属性源于盐在保存食物中的重要作用，它可以防止腐败，象征着对死亡和衰败的生命抵抗。因此，盐在仪式中也象征着生命力的守护。
- 四元素之一的象征：盐在许多魔法传统中与地元素（土元素）联系在一起，象征着稳定性、保护和坚韧。通过使用盐，实践者将地元素的能量引入仪式中，增加其效果。

5.使用时机

- 仪式开始前的净化：在魔法仪式或魔法操作前，通常会进行净化

工作，使用盐来清理空间、仪式工具和参与者的能量场，确保仪式顺利进行。

- 结界构建时：在施法或召唤仪式中，如果需要保护，盐通常会在这个时候用来建立结界，确保练习者在实践跨维度沟通时，不被负面极化的灵体或意识流影响。
- 驱散负能量后：如果有负能量或邪恶存在被驱逐或解除，盐通常用于清理该空间，确保不留下残留的负能量痕迹。

6.文化与传统

- 古代传统：在许多古代文化中，盐都有特殊的象征意义，例如在埃及、希腊和罗马等文化中，它不仅用于日常生活，还被用在宗教仪式和葬礼中，象征净化和不朽。
- 宗教与民间信仰：例如，在基督教中，盐常被视为契约和永恒的象征。许多民间信仰也将盐用于防护，尤其是防止恶灵和巫术。

生理盐水虽然应用广泛，但在心功能不全、肾功能障碍或已存在体液过多的患者中，应严格使用，防止引起水钠潴留和水肿等问题。使用量和速度应根据患者的实际病情和体液需求进行调整，生理盐水与人体液渗透压要相近，避免过度补液或碳水化合物失衡。

内在自我极其有能力，它遵循自己熟悉的某些电磁路径，并避免其他路径。来自身体的信号不断传递给它，在某些层面上它与身体保持着

即时的接触，尤其是在生存层面上。当这些条件得到满足时，内在自我确实可以旅行得更远，远超使用药物时的体验。我现在是在对比最理想状态下的药物和非药物体验。

我并不否认药物体验也可以是非常出色的。然而，在药物体验中，血液中的“氮”平衡会被打破。坚果中的某些成分如果在药物体验前十小时内食用，会加剧中毒情况。如果发生这种情况，即使没有服用药物，当再次食用坚果时，个体可能会被带回类似的药物作用体验中。此外，还有其他一些物质也会产生类似的效果。

某些物质或食物可能通过影响神经系统、酶、或生化能运作途径，导致类似药物作用的体验机制再次出现，甚至在服药后数小时内再次出现药物中毒反应。

1. 氮平衡的破坏

细雨社 www.xiyushe.org

- 智力平衡：智力平衡通常指蛋白质重组和合成之间的平衡状态，主要与蛋白质的合成代谢过程有关。药物或毒性反应可能影响蛋白质的合成代谢过程，尤其是那些影响蛋白质、肾脏功能的物质。药物和毒素可能通过影响营养代谢、蛋白质合成等途径，导致营养代谢相互作用，从而引发多种生理反应。
- 神经系统影响：一些药物会影响神经递质的水平和功能，如多巴胺、血清素和谷氨酸。这些化学物质在中枢神经系统中的作用可能影响意识、摄取、情绪，导致药物体验。

神经平衡的破坏可能会影响这些神经传递质的作用和调节，从而产生

意识的改变。

2. 坚果的作用

坚果中的特定成分：坚果（如杏仁、腰果、榛子、开心果、花生等）虽含有丰富的营养，但都有天然的毒性。果实供动物们食用是为了能传播种子，如果动物短时间大量吃种子就会中毒，很难受，这保护了物种的有效存续。生物碱和某些酚类化合物在代谢过程中会影响神经系统，若此时又接触了精神类药物，会加剧药物的毒性反应。

它们通过影响肝脏中的药物激发酶（如细胞色素 P450 系统），导致药物在体内脂肪组织中的存留时间延长，肝肾代谢毒素的过程延长能力降低。而生理盐水可以加快这一过程。

3. 个体差异与魅力

- 个体使用差异：不同个体对药物和食物的食用速度和方式可能存在明显的差异。有些人可能对坚果或某些食物成分在食用时排异敏感，因此在与特定药物化合后，强化了坚果与药物的毒副作用，重新触发药效反应。
- 生理状态：个体在药物体验中可能会出现不同的生理状态（如压力、疲劳、睡眠不足等），这些因素也可能影响药物或食物在内部的反应程度。个人体重的差异对毒素剂量的耐受力也有差异，一个 20 公斤的孩子和一个 120 公斤的成人，在面对相同剂量的

毒素时，个体反应是有很不同的。

我建议你们休息一下。（10:05 休息，10:14 继续）

现在，我确实打算给予你们进一步的指导，我会这么做。现有的药物只能让意识在一个主要方向上进行体验。我们将拥有更多的操作空间。尚未被发现的不同药物将允许意识在其他方向上进行旅行，但一旦使用化学物质，它基本上会决定可以探索的系统范围。

意识本身拥有更多的选择。平躺时保持身体头北脚南的方向是最优的姿势，这符合地球磁力线的走势。虽然其他姿势也可以使用。这适用于有药物或无药物的体验。出于多种原因，满月的时间最为有利，雨天也是一种帮助。对于鲁柏来说，排卵期的时间也是一个不错的选择。

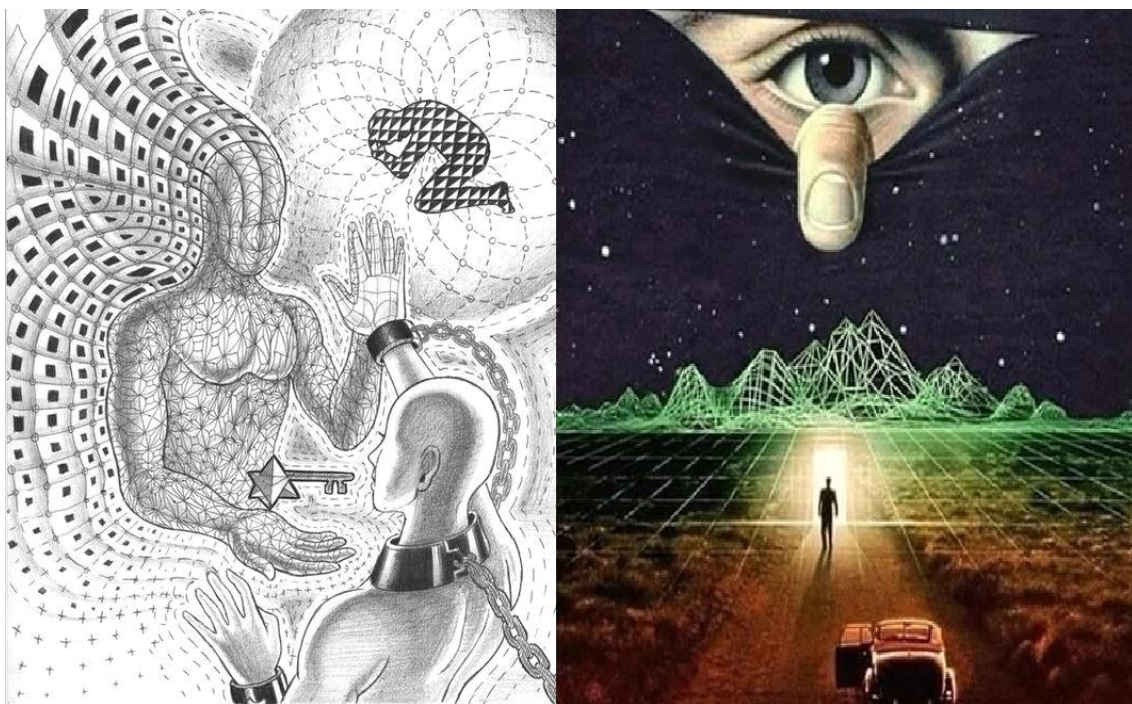
满月时地月磁场会被日月地的磁轴位置强化，让电磁实相被加强且稳定，雨天时广域能量场会更纯净，但大风天会更糟。女性排卵期、男性储精囊胀满时，都会引动内在下丹田的能量波动，如果这时不是去满足肉欲而是把那股能量引领上行，将会获得极大的多方面益处。

身体上或者附近不应有橡胶类绝缘体，例如橡胶床腿、塑料凳子、绝缘胶底鞋。柑橘类水果被摆放在冥想者附近是有帮助的，它们自身的果香有助安神宁心有助于体验更好的电性能量。

我现在并不一定指的是投射，尽管它们可能会发生。也就是说，体验可能涉及投射成另一形象，也可能不涉及。顺便提一下，通常情况下，阿司匹林会带来不利影响。

这些只是非常简单的建议。在我们下次的课程中，我们将更深入地讨

论这个问题，并为你详细定义迷幻体验。有许多原因可解释为什么通常人在三四十岁左右通常经历第一次开悟体验，我所说的开悟代表了角色我与内在自我的第一次意识接触。



见细雨图解
细雨社 www.xiyushe.org

如果你们没有问题，我们就结束本次课程。

（“我想没有了。”）

我向你们两位致以最诚挚的祝福。

（“晚安，赛斯。”珍像往常一样处于出神状态。当她谈到从分子跳跃时，她说自己开始感受到这一概念；在为赛斯发言时，她在某种程度上体验到了这种感觉。）

Y7-3-307.3

第 307 节 浓缩版

意识与流动性是不可分割的。尽管你主要将注意力集中在物质系统内，但内在自我极具流动性，并同时进行多种投射。你们经历中最接近这种流动性的例子就是梦境。这些梦境通常对清醒意识影响不大，除非你加以训练，并带着清醒意识尽可能深入梦境。在这种情况下，清醒意识至少能部分翻译梦中的实相。在迷幻体验中，自我也可以通过训练以相同方式运作，随后它可以充当解释器的角色。

自我确实会将这些资料翻译成它能够理解的形式，但如果没有这样的翻译，正常的清醒意识可能完全不会记住这些体验。许多这样的体验将保持未翻译状态，智力无法完全容纳这些资料。会有一个点，过了这个点之后自我将无法继续跟随，但每次它都能够走得比之前更远一些。

你必须理解，迷幻体验仅仅是内在自我持续状态的短暂一瞥；但这种持续状态并不是静止不变的。使用药物时存在一些危险。某些维度是你完全无能为力的，如果由于某种分子扰动而让你掉入这些维度，可能会导致你无法找到回来的路。在这里你可能不太理解我，这很难解释。你的词汇并不适合处理这个概念，但我会尝试解释。

意识所体验的种种实相是由电磁系统生成构建出来的。这些矩阵系统可能在你们完全陌生的其他系统中有对应的关系，尽管它们不会完全

相同。在某些异常情况下，你可能会“跨越”这些系统，最终进入一个你无法回归的能量完形。而你的人格结构将无法承受这种转变。

这可以非常模糊地比作一个电台的声音突然被另一个电台捕捉到。这里还有很多内容，目前几乎无法解释清楚。从你的角度来看，有一些尺寸极其微小的系统，但它们在自身范围内是无限的。你可能会被吸引到一个完全不同的价值实现系统中。尽管所有这些并不常见，但确实有可能，尤其是在使用药物的情况下，这类体验可能会出现。

正如你所知，思想包含着它们自己的电磁实相。这意味着每一个思想实际上都是一个电磁系统，而不仅仅是理论上的。这类系统是你们物质系统的基础，并且具有极大的有效性。从理论上讲，在使用药物的情况下，可能会迷失在一个想法之中，被困在它的电磁实相中，被迫追随这个想法的各种延伸和发展。价值实现系统会因此改变，虽然会在那个系统内产生发展，但你将迷失于你自己初心所向的系统之外。

我提到这些可能性，是因为这种情况还从未被设想过，它们应该被纳入考量。没有药物的情况下，这种自我迷失的体验根本不会发生，惊慌的人格会迅速返回。然而，在使用药物的情况下，化学结构可能会延迟这种返回，直到为时已晚。

这些化学物质不仅改变了你所处的系统，也改变了你对它的感知。在许多方面，它们加快了这个过程，问题几乎类似于在太空中试图返回一艘正在移动的飞船，只不过这里的运动涉及的是意识。你将没有一

个固定不动的站台可以返回。

在出神状态下，可以说有一个或多或少相对静止的系统在等待着你。在这种状态下，意识在旅行的过程中自行引发体内的化学变化。身体内确实会发生变化。当意识改变其方向时，它会自动调整身体系统。而当意识准备返回时，身体系统也会自动为其接纳做好准备。

而在药物的情境中，所期望的意识状态是通过改变化学性质引发的。意识在旅行时无法自动操纵身体系统。意识必须“停留”在外面，直到化学情况改变。

如果出现困难，返回的意识将没有一个稳定的站点可以接收。现在这似乎还不是一个问题，因为这些旅行者还处于初期阶段。然而，随着他们的数量增加，某些困难可能会引发问题。

化学路径的确是通向内在实相的一扇门。从分子的角度来看，这可以看作是一种投射。人们不了解的是，分子与分子之间存在着你们无法理解的世界。在这种情况下，你可能会迷失在一个分子的生死变化中，我说的就是字面上的意思。

化学变化会推动意识向外或是向内推进。顺便提一句：与药物一起服用少量普通盐有助于维持一定的稳定性。盐对意识有一定的粘合作用，能够起到凝聚的效果。

由外部药物引发的化学变化，在一定程度上剥夺了内在自我通常的引

导能力，因为这些变化发生时，内在自我还未做好准备。当角色我想借助药物去体验多维实相时，此时内在自我的心理组织尚未准备完备。也就是说认知与意识成熟度尚未完成必要的相关积累。

这有点像为了让分娩更容易而给母亲用药，结果让即将出生的孩子也受到了药物的影响。你看，如果没有药物，迷幻体验只有在各方面条件都非常理想的情况下才会发生。通常情况下，几乎没有什么危险。在这种情况下，化学变化是意识流动性自发产生的副产品。

内在自我极其有能力，它遵循自己熟悉的某些电磁路径，并避免其他路径。来自身体的信号不断传递给它，在某些层面上它与身体保持着即时的接触，尤其是在生存层面上。当这些条件得到满足时，内在自我确实可以旅行得更远，远超使用药物时的体验。我现在是在对比最理想状态下的药物和非药物体验。

我并不否认药物体验也可以是非常出色的。然而，在药物体验中，血液中的“氮”平衡会被打破。坚果中的某些成分如果在药物体验前十小时内食用，会加剧中毒情况。如果发生这种情况，即使没有服用药物，当再次食用坚果时，个体可能会被带回类似的药物作用体验中。此外，还有其他一些物质也会产生类似的效果。

身体上或者附近不应有橡胶类绝缘体，例如橡胶床腿、塑料凳子、绝缘胶底鞋。柑橘类水果被摆放在冥想者附近是有帮助的，它们自身的果香有助安神宁心、有助于体验更好的电性能量。

我现在并不一定指的是投射，尽管它们可能会发生。也就是说，体验可能涉及投射成另一形象，也可能不涉及。顺便提一下，通常情况下，阿司匹林会带来不利影响。

这些只是非常简单的建议。在我们下次的课程中，我们将更深入地讨论这个问题，并为你详细定义迷幻体验。有许多原因可解释为什么通常人在三四十岁左右通常经历第一次开悟体验，我所说的开悟代表了角色我与内在自我的第一次意识接触。

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-308.1

第308节 多维感官的开启与迷幻体验，信封实验80

1966年12月12日 星期一 晚9点

(珍开始以普通速度进入出神状态讲话。)

晚上好。

迷幻体验主要是意识的扩展，而这意味着内在的流动性。

通过训练，这些体验可以得到一定的引导，从而使正常的清醒人格能够有效地利用这些信息。通过这种训练，这些体验将引导你接触到你本体的其他部分。这一点相当重要。

我们可以把从角色状态下解离出来后的意识之旅比喻成一场说走就走的出国旅行。这旅行通常会有三种不同的方式：

其一，雇佣导游，或随团或独立成行。优点是有安全保障，新手不会慌张；缺点是旅行质量与所见景点、了知的见闻全看导游的水平。如果导游水平有限，会人为地带来很多见闻与信息扭曲，甚至会被导游植入一些购物的明示暗示或消费陷阱。

其二，旅友自由行。这类旅行者可分三类：

第一类，本着一切随缘，胆大有闯劲，但遭遇也是最离奇坎坷的，各种旅游的坑都自己蹚一遍；

第二类，自己做错过一些攻略，但没心思深究，本着玩玩看的心态，到

陌生的地方走马观花，去过了拍照了，然后也就没然后了。相关的背景资料、人文知识、隐藏线索，一概不知，除了能拿照片吹牛唬没见识的小孩子外，其实没什么真实的知见感悟；

第三类，在出发前有过详细的规划，知道自己想去哪儿、要干嘛、哪些地方有何特色有何典故，又蕴藏着怎样的机缘。这种人不会被景点门口的黑导游骗，也不会四处花费冤枉的时间跑歧途，是真正的旅行家。

第一类是催眠引领，第二类是药物迷幻或灵修小白好奇宝宝，第三类是正经的修行人，先积累了足够的认知了悟，之后才出发进行实践探索。

细雨社 www.xiyushe.org

其三，犹如商务旅行、公派出差，或被绑架，在这种情况下，脱离当前所熟悉的环境，历经各种意外的奇异之旅，很突如其来。这种经历带来的认知冲击感是巨大的，且经历中往往没有相应的理念准备用来应对。

其后果，有些人因此突然大彻大悟，有些人因此疯疯癫癫，有些人因此质疑一切的真实性，有些人因此坚信有外星文明的存在。

很多人问：那些平行时空与对等物相宇宙，它们在星空的哪个方向？离我们的星球有多远？

其实就好像电视可展示不同的电视频道一样，它们存在于电磁波的不

同频段里，相互彼此为虚，但又都同样真实。

人格会意识到那些与其他维度相关的部分，并学会在不同的根本假设下进行操控。这种流动性的体验自动增加了价值实现。在某些情况下，可以获得对前世的记忆。

当我们旅行到其它国家与地区时会发现，自己本认为天经地义的一些道理和常态认知，在别人那里完全两码事，如果自己不能入乡随俗、快速转变自己的认知理念，就会感到处处别扭。这样的差异化认知冲突与不同的生命体验，让旅行者看到了世界的多样性，并认知到了自我固有思想格局的狭隘。在见多识广且随缘就势的自我转变中，内在自我更成熟且富有弹性，在各种意识形态与基础物理参数导致的常态差异性冲突中，那些宗教的、科学的、习以为常的固有逻辑理性思维被一次次击破又重建，这在拓展认知边界的同时，让内心更具韧性和抗压性。

在进行过多次多维意识旅行后，有很大的几率会瞥见其它版本中的当前角色，看见不一样的过往和多个不同版本的未来，也可能意识到某些看似是他人生命经历的故事线，其实就是自己使用其它身份与皮囊演绎出来的。

这些见闻往往会让角色我感到震惊，会彻底击碎自我一惯感觉的独一性和唯一性。如果角色我在认知建设上、心理建设上没有准备好，会陷入自我无价值感的价值崩溃；而如果自我对一体弘意识已有所觉悟

了然，这是进入到狭义“无我”意识状态的绝好契机。

一旦亲身接触过多重平行实相，就再也无法回头。最先受到影响的是角色我看待自己所处实相与看待自己与家人的感触：一旦开启了眉间轮，打开了灵眼，所见世人包括自己都是一堆电磁代码在流淌着，人会因此变得冷漠，不喜社交，也不在意自己、家人、世人、世事或其它伪装实相中的各种生灭往复。

这种无情会让角色我感到困惑，也让家人亲朋感到忧虑。这种视天下人如刍狗的觉悟状态，是成魔成佛的分水岭。当然没什么真的佛魔，只是极端利己和普世所见皆我心道场的觉悟：后者成就了大慈悲，广言善法不为渡人，实是服务群体意识、提升宏观自我的整体觉悟水平；前者会显得很功利，无情无义，自己孤军奋勇，一切皆是幻像，到头来独立绝巅，看万籁俱寂，感叹天道苍茫。

顺治帝“疯”了，不做帝王却修心。著名的《出家偈》：

天下丛林饭似山，钵盂到处任君餐。黄金白玉非足贵，唯有袈裟披最难。
朕为山河大地主，忧国忧民事转烦。百年三万六千日，不及僧家半日闲。
来时糊涂去时迷，空在人间走一回。未曾生我谁是我？生我之时我是谁？
长大成人方是我，合眼朦胧又是谁？不如不来亦不去，也无欢喜也无悲。
悲欢离合多劳意，何日清闲谁得知。世间难比出家人，无牵无挂得安闲。
口中吃得清和味，身上常披百衲衣。五湖四海为上客，逍遥佛殿任君嘻。

莫道僧家容易做，皆因累世种菩提。虽然不是真罗汉，也搭如来三顶衣。
兔走鸟飞东复西，为人切莫用心机。百年世事三更梦，万里江山一局棋。
禹尊九州汤罚夏，秦吞六国汉登基，古来多少英雄汉，南北山头卧土泥。
黄袍换却紫袈裟，只为当初一念差。我本西方一衲子，缘何落在帝皇家。
十八年来不自由，南征北战几时休？朕今撒手归西去，管你万代与千秋。

我们的课程本身就是意识认知扩展的体验。有时会产生疑问：某些阶段中的某些意象到底是真实的还是虚构的。当然，这类问题是没有意义的。这些意象在它们所属的系统中完全有效，如果你进入那个系统，你就会看到它们。

历经的关键是经历与借此获得的领悟，犹如你观看一部富有哲理的电影，并在一番唏嘘后，在心理认知与理念三观上获得了成长与突破，那你纠结电影中的人物与故事、场景与历史原貌是否足够真实，有必要吗？看穿一切虚妄、直击本质核心，你会发现其实一切的经历不过是借假修真，核心目的就是让自己的意识状态更成熟、认知更通透、包容性更宽广、智慧更深邃、理念更豁达而已。有什么必要甄别这里或那里、哪个更真或更假呢？

真亦如何，假亦如何，稀里糊涂地过一辈子，浑浑噩噩地往复死生，一脑袋浆糊加上各种宗教的、人文的、当代科学的、传统理念的八宝粥，结果当世法还没搞懂，出世法又陷入迷宫。四处道听途说，却不知真相就在自己心中。

所观见的事物它们并不必会出现在你们自己的实相系统中。它们与角色所在的伪装物质物体一样，既真实又不真实。即使是物质大脑中的那些通道，在迷幻体验中打开的现象，也是如此。那些看似未被使用的大脑部分，实际上与这些其他维度实相有关。在迷幻体验中，你开始使用这些部分，虽然非常细微，但这是第一次在生理上体验到它们被使用。

角色我肉身的能量通路、神通能力，都是与生俱来本自具足的，只是后天被自己逐一关闭放弃废止掉了。就好像学步的小孩拿着开启了飞行模式、锁屏着的手机摆弄着，其实各种功能与软件都有，但在小孩子手里拿着，就是块不时会亮一下的砖头。

那么要如何激活这些自身与生俱来的天赋能力呢？

细雨社 www.xiyushe.org

首先你要真切地知道，这些所谓的特异功能其实都是标配，不会用不能用，只是因为角色我后天习得性地掌握了主导权，它怕失去监国大臣的权势，所以总是设法屏蔽与架空哪怕已经成年的皇帝。让角色我放权、放手，学着与内廷真主一起配合着治理天下才是正道。其次要逐步地习惯，感受聆听遵从自己内心的呼声，重视直觉灵感的引领，逐步修正多年来因认知与意识扭曲给自己带来的心灵和能量扭曲，打通、净化、梳理、平衡、稳定、增益自身的能量渠道与能量中枢，拓展信息量的带宽与稳定性。

虽然这些天赋是与生俱来的，但学着使用内在感官系统、学着转译内

在意识信息还需要一定时间的磨合期,这就好像一个哑巴想和瞎子结伴旅行,俩人各有所长也各有缺憾,要如何配合就是学问了——能说会道的看不见,看得见的说不出,这时看得见的哑巴负责指路,而瞎子负责问路。

一旦这些通道在物质层面被打开,路径就会变得更为顺畅。松果体、脑垂体和丘脑在这里至关重要。之前提到的盐与甲状腺有一定联系。单从物质大脑来看,那些未被人们认知与使用的部分本身就具有能力,例如:听到颜色或闻到声音。换句话说,这些部分中包含了主要未被使用的功能,这些功能可以让你从其他不同的角度感知物质实相。这些未分化的区域在专门的感官系统被广泛采用之前就已经存在。作为一个物种,你们本可以通过闻颜色而不是通过看颜色来感知它。这些大脑区域一旦被激活,就可以让你将一种感官印象转换为另一种感官机制。

这就像从多个层次体验你的立体声实相一样。通常情况下,你是以单声道在运作。毫无疑问,这类体验对自我来说是全新的,因为它习惯于以高度固化和专门化的方式解读感官资料。

其实,所有感官信息都是以生物电的形式在人体与人脑内进行传递的,而这些生物电信号在大脑中借由白质区共享给所有脑灰质区。光、声、触、味,这些看似截然不同的信息源,好似是肉身感官采集来给脑子觉知到的,但实际上就犹如你梦中所见一样,一切所感都是自己先在意念中借由电磁生成其实相代码,之后投影给自己看的。说白了,自己的所见所感都是自己的意造。当然这个自己并非角色我。

这就好像是电影院的放映厅,电影播放员看见大荧幕上的画面来自他眼前的放映机,而放映机在外投屏时,还有一个供放映者观看的内部监视屏,这内部监视屏坐在观众席里的观众是看不见的。所以观众只觉得自己所见来自大荧幕,而非那道由背后投来的莫名光束。



内我为什么可以预知角色的未来? 其实很简单,它已经参与放映这部影片不止一次了。但内我在努力让自己不要再次踏上老路,所以依据故有习气导致的大概率宿命未来,在某些转折点上是可因认知的改变而发生选择性转变的。所以对于角色我来说,过去了的经历是可以被多次重塑的,未来要经历的也并非是宿命的定数;自己要遭遇的考验是定数,要经历的故事主线是定数,但,如何看待、如何解读、如何应对、如何处理,却是变数。也就是这变数让往往复复的生命经历变得很有意思。

请注意我始终用生命这个词,因为人生这个词太狭隘了,很多时候,我们并非会选择“人”这一生物亚种作为生命历程的体验对象。

借由我们的方法，角色我被当作合作的知己，而非需扼杀或摒弃的身份。

（长暂停）所谓的精神错乱有时仅仅是一种特殊情况的结果：某些个体使用了大脑中通常处于休眠状态的部分，甚至有时主要依赖这些部分来代替被广泛认可的部分。因此，他们对实相的感知与社会的主流认知大相径庭。

绝大多数带动人类文明跨越时代鸿沟的发明或事件，其背后都能找到领路人被其内心冲动引领激荡的痕迹。但主流社会与大众很难接受这些觉知见闻与众不同的家伙不是学出来的，而是生而知之或“内别有乾坤”。人们渴望可以理解的公平，抵触畏惧那些能与无形智慧交流且受高维意识引领的人，因为这样的人打破了普世的科学共识与宗教神话。

细雨社 www.xiyushe.org

有些人修行了大半辈子，既无领悟也无内醒，甚至怀疑这些虚幻之说都是市井传言；有些人雷劈、大病，甚至一觉醒来，发现出现幻听、幻视，见闻觉受都与众人大不相同，于是极其惶恐，无法解释也无法驾驭。

有些人生而知之，生来可见多维实相，但被家人送医扼杀，不是吃药、电击、切脑额叶变成傻子，就是学会装傻、闭嘴，从此默默生活。

还有人透过修习逐步获得了种种内在感官的开启，链接上了意识万维网，但却借此求名搏利，肆意乱人因果，自尊称神玩弄善男女，嫖色敛财当起信仰的中间人。结果给自己带来无尽日后要擦屁股的涟漪课

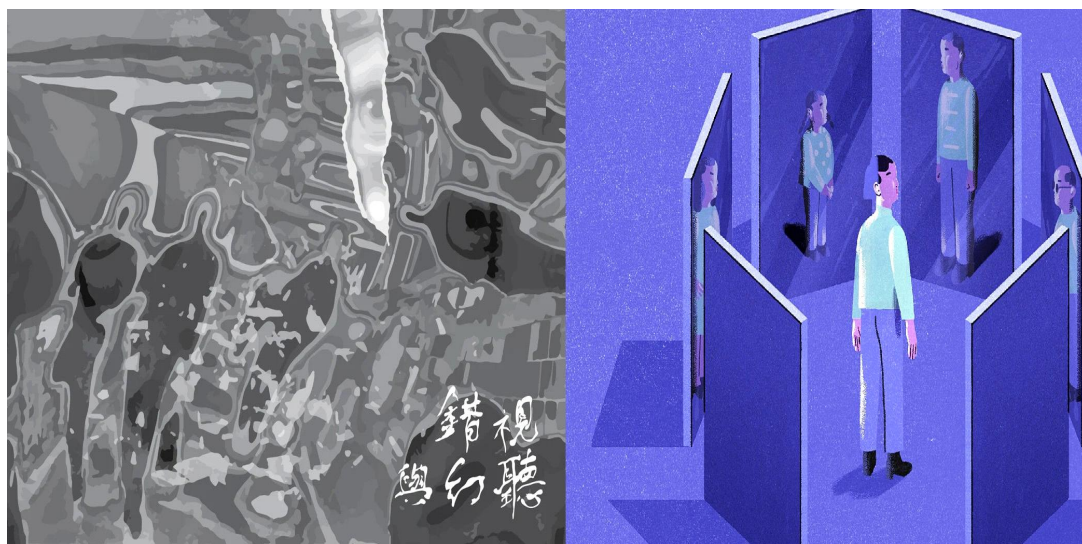
业。

所以说,不管是嗑药、冥想、意外还是苦修,打开内在感官不是目的,能看见听见了也并非就是道行,关键还是提升认知水平和自己的意识综合水平。在学识修养尚未成熟前,冒然去接触超乎自己可驾驭的超能力,非福是祸。“德不配位,必有灾殃”。

对于这些个体来说,迷幻体验有可能会使意识扩展朝向通常的物质实相,从而从社会的角度带来更为统一的人格结构。“精神错乱”这个术语没有任何实际意义。所有的心智生活都表现为对任何一组被认可为实相 (Reality) ——R 用大写——的感官资料存在不同的感知。

在现代心理临床医疗中,这种“精神错乱”的说法已经被“解离障碍”(Dissociative Disorder) 这一新名词取代,职业心理医生并不再把这类患者看成是“疯子”,而是自我实相感知障碍者。能看见或听见常人无所察的其它位面信息,不再被视为是一种病,而是一种人格上的不稳定状态。

在现代医疗常识中,在面对与处理此类患者时,大多数不再压制与质疑其所见闻的真实性,而是疏导患者学习辨别哪些实相属于当前世界、哪些实相自己知道就好。当今的医疗重点从物理或生化地摧毁患者,转变成教会患者鉴别多重实相和学会闭嘴、不和常人谈论这些古怪的知见。



那些在感知方式上能达成多维认知共识的人，被称为正常人。但哪怕这些人也无法真正地全然了知多维实相，因为其实每个人感知到的实相是完全不相同的。那些对实相的感知与想法完全脱离普遍共识的人，如果说出来，告诉他人自己所见所感就会被称为疯子。告诉你们这些事实只是表明，你们每个人所认知的实相都是由各自很私人的感知构建起来的，而实相就是这些私人感知的结果。

我们每个人都只活在自己的实相世界里，而众人相互间都将心比心地认为他人所见所闻是和自己一样的，然后矩阵系统让大家以最大公约数的形式彼此交流着相互印证。

比如一个红色盲和一个绿色盲一起讨论蓝色盲身上穿的白底紫花长裙。

结果因为人眼根本就没有紫色视觉神经感光椎，紫色是每个人脑补出来的，所以三人都取得了共识，然后又讨论这裙子配什么颜色的鞋子好看。

红色盲说：白色，白色与紫色搭配清新且经典，能够让紫色长裙成为

焦点。白色的上衣、鞋子或外套可以增添干净、简约的感觉。

绿色盲说：黑色，黑色与紫色组合沉稳大气，适合正式场合。黑色能突出紫色的深邃感，给人一种神秘而高级的视觉效果。

蓝色盲说：灰色，灰色是紫色的中性色搭配，显得低调且优雅。浅灰色会使造型柔和，而深灰色则能增加成熟感。

而卖鞋的人是个全色盲，他眼中的世界只有不同色阶的灰白黑，四个人相谈甚欢，没谁知道在他人眼中的世界其实和自己所见全然不同。



其实每个人听到的声音、看到的画面、感受到的软硬、觉受到的冷热都是完全不同的，我们只是觉得自己生活在人群中，实际上我们只是

彼此相互套叠在各自的实相里。

Y7-3-308.2

这些感知背后的情感冲击决定了它们的强度。它们通过心灵感应传递。然而，你应该记得，个体在某些电磁模式或模式范围内的接收能力远比在其他范围内强。因此反之，有些个体根本无法通过心灵感应接收主流的实相假设，而是调整到了与其不符的范围，这让他们极不满意。很快就会明显发现，他们对实相的看法与周围邻居的完全不同。

心境决定情绪，情绪决定所见，所见决定解读，解读决定认知，认知决定选择。

- 心境决定情绪：一个人的心境（如平静、紧张、快乐）是情绪的基础。良好的心境会带来积极的情绪，而消极的心境则容易引发负面情绪。
- 情绪决定所见：情绪影响我们对外界的感知。比如，当人感到愉快时，世界看起来也更加美好；当处于负面情绪中，周围的环境往往被视为更加消极和负面。
- 所见决定解读：我们对事物的感知往往不是直接的，而是经过主观情绪和认知的过滤。这意味着我们看到的事物，经过大脑处理后，会被赋予特定的意义。
- 解读决定认知：我们对事物的解读形成了我们的认知结构。这种认知是基于我们对外界的观察和内心的反应，最终决定我们如何

看待世界和自己。

- 认知决定选择：我们的选择和行为往往源自我们的认知。认知决定了我们认为什么是正确的、值得追求的，从而影响了我们的生活决策和行动方向。

案例：

背景：小李是一位刚毕业的大学生，最近找工作遇到了很多挫折，投递了多份简历却没有得到满意的回应。他开始感到失落和焦虑，心境变得低沉和紧张，因长时间的失业，他对未来充满了不确定感和压力。这种心境导致他产生了焦虑和沮丧的情绪，感觉自己可能不够优秀，无法胜任职场工作。

细雨社 www.xiyushe.org

由于焦虑，小李对周围事物的感知开始变得消极。每天早上他浏览工作信息时，总是觉得岗位要求过高，自己可能永远也得不到这些机会。在这种情绪下，他看到的是竞争激烈、前途渺茫，对任何反馈都感到失望。

小李将自己所看到的工作机会解读为不可及，他认为招聘要求的高标准是专门针对像他这样没有经验的毕业生设计的，意图排除他进入职场。他解读到的是自己不够好、工作机会不适合自己的，认为即便继续努力也无济于事。

基于他的消极解读，他的认知发生了改变。他开始相信自己不适合当

前的工作市场，可能永远也找不到理想的工作。这种认知强化了他对自己的不自信，让他觉得所有的失败都是因为他能力不足。

小李在这样的认知下，开始减少对工作机会的简历投递，甚至放弃一些面试机会，因为他认为自己无论如何也不会成功。最终，他选择暂时不再积极求职，而是退缩到家中，等待心态平复。

反转的情境：

假设小李在遇到同样的挫折后，进行了积极的情绪调节或心理辅导，他的心境和情绪发生了变化。

小李通过自我调整或得到支持后，心境变得积极。他开始看到失败是求职过程中正常的一部分，决定保持乐观。积极的心境让他产生了坚定和积极的情绪，他对未来充满希望。在这个乐观情绪下，他浏览工作机会时，看到的是许多潜在的机会。他认为每一次求职都是成长的机会，并相信自己有机会被认可。

小李将招聘要求解读为提升自我、展示能力的机会。他认为企业看重能力，但也愿意培养潜力股，而他正是那个合适的人。他的认知变得更加积极。他相信自己有能力在竞争中脱颖而出，只要持续学习和改进，机会终会来临。小李选择继续积极投递简历、参加面试，并在每次失败后反思和改进。最终，他找到了一份适合自己的工作，开启了职场生涯。

总结:

这个案例展示了心境如何通过情绪、感知、解读、认知一步步影响到选择。如果我们能够积极调节心境,便能从一个更有建设性的角度来理解所发生的事情,从而做出更有利于个人成长和发展的选择。

人生的经历与遭遇是被提前预设好的,但如何面对与看待自己的遭遇是个人意识状态的呈现,我们都在面临着属于各自的考核与成长,而积极乐观的态度与消极悲观的倾向决定了自己感受到的世间冷暖。你关注什么,如何解读,决定了你记忆中的实相记忆素材,而这些被记住的点滴又串联成了自己一生经历的事实。好命歹命,法喜还是悲催,与遭遇无关,与被在意的观点和解析角度有关。

细雨社 www.xiyushe.org

意识共鸣,心灵感应,这心有灵犀的默契,需要开放的态度和清明的心境。头脑杂乱且心灵封闭的人,是无法获得灵感的,自然也就不会和他人产生默契与共鸣,往往在交往中鸡同鸭讲,让人有对牛弹琴的无奈感。这样的人在工作、感情、学习上都很难取得成就,总觉得危机四面,谁都不能理解自己,还处处针对自己。这种人往往没有安全感,觉得世事无常,喜欢关注危机灾殃,自困信息茧房,结果诚惶诚恐郁郁寡欢。然后朋友疏远、爱人躲避、工作无法合作、倒霉事接二连三,又气又闷,很快身体就出现各种问题,还无法治愈。

我建议你们休息一下再继续。

(9:27 休息。珍如常出神；速度良好，眼睛睁开，等等。9:35 继续。)

现在，换个角度来看，迷幻体验（无论是否使用药物）会扩大你所能感知电磁实相的范围。一旦你习惯于透过移除角色逻辑脑设立的障碍接受接收更广范围内的实相，而你未来将能够继续这样做。

这些内在感觉范围一旦被打开，就不会完全对你关闭。未来你在这些范围内接收信息会变得更加容易。此时，一个有纪律但直觉敏锐的自我变得必不可少，以便将这些新体验在你们的系统中转化为可控的、有用的形式（下划线强调）。你看，这时的角色我就变得更为重要，而不是更不重要，因为它必须学会在你们的系统内将获得的多维体验整合为可识别的形式。如果角色我被自己排除在外，它将强烈反抗，甚至会变得极具危险性。

没有哪个角色我甘心被消融掉，角色我看待生命的态度是一次性的，这与意识我或内在我大有不同。很多人当知道自己有冤亲债主时，不是想着如何平复弥补彼此间的各种恩恩怨怨，而是想方设法地请人做法，把那些自己曾经对不住、心有愧疚的人给送走，不让他们挡着自己升官发财谈朋友。这样的想法其实就很本位主义，是角色我的认知与观点；内在意识知道自己做了做过亏心事，认打认罚，让对方出出气平复一下心理代偿，也让自己放下心里的亏欠感、包袱记挂。

本受些折辱坎坷、吃些苦头，也就两清了的简单事，结果人家苦主上门，你还叫来黑社会把人再打一顿，吓唬走，那这被推延了的公平又会发酵成怎样的风波呢？

话归正传，角色我不能被摒弃或无视。有些人的意识焦点很专注，把

肉身当真的时候是个无神论者，把神魂当真时是个唯心主义者，当知道有存有和意识自我后又转变成了彻底的唯识论者，却不知其实意识的成熟是自我意识的拓展，是兼容，是了解与掌握同时性中的多位面多维度的立体觉知力。所谓意识升维，是说从点状意识状态提升成纵贯生死轮回的线性，再到了然多重平行实相的面性，之后进入梦宇宙的立体矩阵体系，看见万千自我在同时运作，明白超维的存在，续而跳出三界外不受五行牵。

这一系列自我意识回归存有、与万有共鸣的过程，不是单一点状意识焦点的逐层挪移，而是层层兼容的并序发展；不是狗熊掰棒子般的拾取与舍弃，而是百花齐放百家争鸣的共存共鸣。

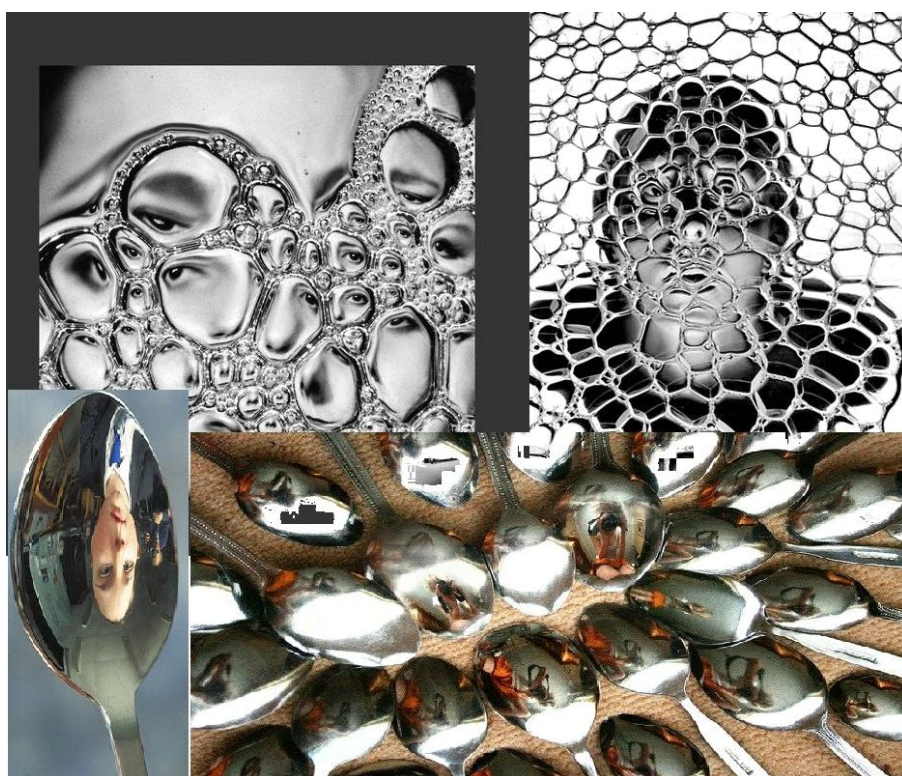
冥想时，有两个极端需要很小心：因过度无我，导致进入枯木禅的弥留混沌中；因过度奔放与无知，胡乱随缘冲闯，不知社会的复杂性，最后也就只好由社会教其怎么做人。其实很多坑与弯路是不必都自己蹚一遍的，别急着开启意识隔膜闯入多维实相，在开车上路前，先学好“交规”并不吃亏，也不是瞎耽误工夫。

在我们的方法中，不言而喻，自我的改变是相当彻底的。但在很多情况下，这个过程是逐步进行的，而且只有在自我自愿的情况下才会发生。透过学习与实践，角色我会意识到自身是内在自我的一部分。因此，从根本上说，角色我不需要与内在自我对抗，因为它知道自己的生存依赖于这个内在框架并服务于这个框架。

角色我借由学会与内在感官的协作,在很大程度上扩展了它的功能和表现。自从我们的课程开始以来,你俩都得到了意识扩展。这扩展并不是变得更加以自我为中心,而是学着接受直觉领悟和内在心灵引领,在这之前你们的角色我从未考虑过将这些视为自身的一部分。

换句话说,此时你们内在自我的许多部分与原本严格以自我为中心的角色我功能有效地发生了其妙的融合。角色我透过渐进式的学习,明白了整个虚拟矩阵架构是如何运作的,因此角色我会表现得如此通情达理,以至于几乎脱胎换骨。你们现在已经接近了一种从心灵层面上说可被定义为“开悟”的方式。当前的角色我并没有被消除,而是与先前无意识的内在自我完美地结合在一起,整个人格因此被照亮了。自我主体意识不再以物质为主要认知导向,因此你们也不再是通常意义上的那个“自我”了。

再次强调,这是一个非常重要的观点。自我已经接受了内在自我的人生规划目标。它对认知哪个是自己的本体已经发生了显著的变化,以至于它的主要关注点不再聚焦于物质操控,而是内在的意识成长与发展。我们把这一变化定义为“开悟”。



角色我自认为自身是唯一且独立的，但并不知道在梦宇宙的矩阵里，同时存在着众多平行自我，这些其它平行我，有些是由自己其它人格片段在演绎着的，有些是自己以前或将来尝试过的不同版本，有些更是由其它自己并不熟悉不认识的存有人格在经历体验。

众多的人格片段各自经历着自身的当前生命体验，但它们都是人格与主人格的意识分身投影，就好像人格与主人格是意识存有的分身法身一般。当然在存有的层面上看，它也只不过是万有万存中的一根意识纤毛。而万有万存看似纷杂多样，可其本质却实为一体，它们都是意识本源的不同意识面向与意识迭代。

我是谁，谁是我，哪个是我，或许都是，或许都不是，或许压根儿就没有一个所谓的我，或许我即是一切，一切皆是我无明困惑掀起的涟漪风浪。“无明”是指对事物的本质缺乏正确认识或觉悟，简单来说就是“无知”或“迷惑”。而化解无明是通过提升无漏智慧（般若）来破除无明，了悟万物的真相，从而达到对困惑的解脱。可是达成意识完型、拥有无漏认知、做到自我价值实现，这三个终极目标，哪个都是由没有尽头的无限可能构成的远山。

哪怕我们的发展方向是正确的，哪怕从不懈怠与迷失自我，在这无尽的求索之路上，水涨船高，目标就在前方就在上方，但你是否拥有毅力就这样一路追随下去呢？



开悟不是一道门槛，而是一条漫长的门廊。已经开悟、成为了开悟者不是一种了不起的大成就，只是开始背上小书包步入了小学一年级课堂。学基础知识，学相关纪律，学静下心来坐得住，学把讲台上老师说的话，转变成自己能理解了然的通透认知。

这并不意味着角色我忽视了它早期的功能。在真正的意识扩展中，你会越来越清楚地意识到那些先前从未被有意识地“感知到的”内在实相并非异想幻觉。由于角色我目前还是你主要的意识载体，它不会被抹去，而是会被一遍遍复活，直到你真的学会了所有当领悟的功课。透过经历角色的一生，它不仅改变着自己的存在形式，还改变着内在核心的意识状态与觉悟，将先前因恐惧、无知和不安忽略的实相接受为自身的一部分。

自我意识逐渐成长并认同自己是超意识（supraconsciousness）的一部分。各种被开启的新功能是帮助引导整个人格本体用的，使“内

在的能力” 在开悟后能够触及更多维度中的物质实相。



你可以稍作休息再继续。

(休息时间 9:54。10:05 继续。速度良好。)

今晚课程中的内容非常重要，我们会继续深入探讨。

你们自我的结构已经完全改变了。自从我们的课程开始以来，在你们的情况下，它已经改变了自身的电磁本体。它在一定程度上学会了吸收你们的内在体验。从长远来看，这是最有效的方法。而且，若自我结构不经过这样的改变，意识扩展在长远上是无法真正发生的。

还有其它方法也能改变自我，但从多个角度来看，我们的这种方法是最有利的。

请注意，赛斯给出的这套教学认知成长体系属于改革派，意识界在经历了漫长的经验总结后，发觉过去在角色死亡后完成一生的回顾总结，展开研讨规划，再入世矫正的做法，因隔阴之迷效率低下且成长缓慢。

每次回家就懊悔，哭着想改过自新，一入世就各种忘本各种自嗨。赛斯所隶属的教研组在推进新纪元计划，也就是引领已经基本准备好了的成熟意识体们，在经历生命历程的过程中，就完成意识觉醒乃至开悟，以便借由多维视角的立体认知，全面综合地看待生命中要经历的种种考验与自己当前还未搞明白的问题。

历经角色的生死，不是一种惩罚或磨练，而是透过在出生前就选定且编辑好的主要经历课题，让自己看到自身的不足与优势，并逐步发扬自身的优势，克服与看清自己的问题所在，最后设法修弥各项短板。

与其把一次生灭当做一场轮回，不如把一日看做一次明灭，把过往在中阴里才回味的各种教训，转移到每日的梦中，透过日常的冥想或记梦来完成与多重内在自我的深度交流。

当然想做到这一点，需要有一个大前题，那就是首先你需要自己愿意，其次你明确地知道有多重多维实相和它们的运作模式与原理，最后你能认同弘一意识架构，并本着合一意识的良好意愿，成为其最末梢的意识分身，在这里完成被制定的课业达成借假修真。

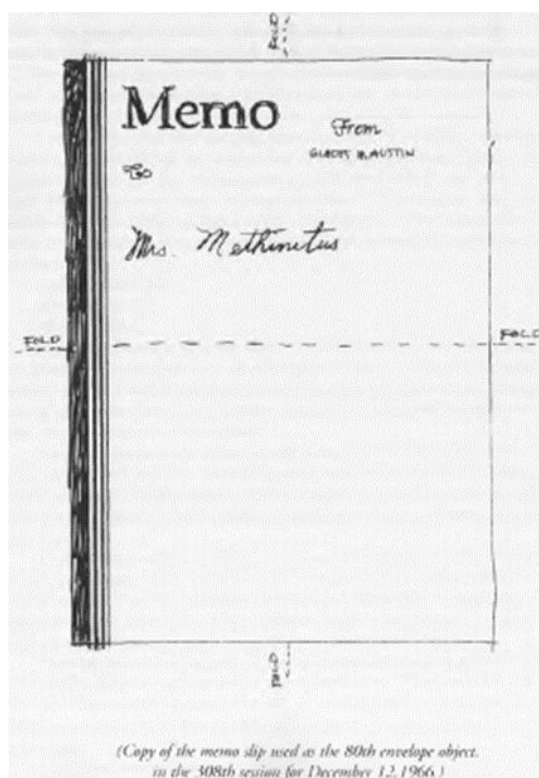
Y7-3-308.3 (E80)

你们有实验给我吗？

（“是的。”

10:09，珍拿起信封进行第 80 次信封实验。她睁着眼睛，一边手势比划着信封，一边将其水平地拿着。我可以看到信封背面的折痕。她说话

后，像往常一样把信封贴在额头上，闭上眼睛。



第 308 节课中用作第 80 次信封实验的备忘录纸条示意图

第 80 次信封实验中使用的备忘录纸条印在深巧克力棕色的纸上，纸张是相当明亮的橙棕色，色调中等。它如指示那样水平折叠了一次，尽管上面也有垂直折痕。它被放在两个硬纸之间，并像往常一样用双层信封密封。)

给我们点时间，请。为了让你们更清楚，你们可以从信封背面看到我拿它的姿势。现在，这是一些印象。

一个大写的“G”。我正在寻找一个类似于 grow (成长) 或 Gonez (戈梅兹) 的字。Green (绿色)。

Ananaliation. (译注：此字无意义，纯粹按照发音拼字)。

(珍显然在寻找一个词，很快地说出了这个词。这是我对它的解读。我请她重复了一遍。)

Analeation (译注：此字无意义，纯粹按照发音拼字)。Alienate (离开)。分离的事物。分离的过程。

通过代理的事情。(停顿) 音乐或背景音乐 (Muzak, 译注：穆扎克音乐，就是安静柔和的背景音乐；这样的音乐过去被称作“电梯音乐”，因为我们经常在电梯里听到它)。与某种任务或传教士有联系。1841。1731。

相互连接的方块，和黑色。

与杂货店和蔬菜有关。

减号。一种未知结果的情况。有人在想事情会如何发展。

橙色，和一个瑕疵。四加一，和一次最初的爆发，或首次发生的事件。一个笔记和一位身体不适的寄件人。这很模糊。与三十五岁左右的联系。

细雨社 www.xiyushe.org

一个大范围的、多样的图景。一个类似于日历页面的排列。一个小日历页面。

深绿色。一张账单。1631。和线有关，或与绳索有关。

(停顿) 与星星有关的几次发生。

涉及三件事或大约三美元的一件意外情况。一个位于顶部的较大的深色数字或缩写，可能在角落里。

(停顿) 有一种暗示实验物品有维度和深度的感觉。现在对这个实验物品的感觉是透明的，或者在不真正打开的情况下打开。

与我有关的东西，和一次集体成就有关。一个日历日期。

有什么问题吗？

("你能给我一个与这个实验物品相关的日期吗? ")

数字四。我不知道。看起来是未来的联系——可能是一月或二月。

("你能详细说明一下大写的 G 吗? ")

不能。鲁柏现在想到 Grumbacher (格朗姆巴却尔, 译注: 颜料画材的品牌品)。

("与一颗星星有关的几个事件是怎么回事? ")

关于一个加上星号的事件。

("这个实验物品是什么材料做的? ")

纸, 但有织物的感觉。

(珍最终把信封放在她的腿上, 闭着眼睛。)

细雨社 www.xiyushe.org

("颜色呢? ")

我们提到过一些。深色。像照片一样; 在阴影中, 但有这种织物感。然后如果你没有其他问题, 我建议你休息一下。

("你能再说说集体成就吗? ")

只是我的印象是剪影中的头, 四个。

(“好吧。” 10:25 休息。珍说她很出神。她的眼睛一直闭着, 语速很好。

如图, 实验物品是一张来自埃尔迈拉犹太社区中心 ([Jewish Community Center, 简称 JCC]) 的备忘便条, 来自该中心主任的秘书葛蕾蒂丝·H·奥斯汀 (Gladys H. Austin) 的桌子。它印在深巧克力色的字上, 纸是相

当明亮的橙褐色。便条被水平折叠后放在双层信封中，虽然上面也有竖直的折痕。

我在 12 月 1 日的时候在夹克口袋里发现了这个实验物品，但不知道它是怎么到那里去的。我决定将它用作实验物品，然后忘记了那天晚上。当我们洗衣服时，夹克被包括在里面。珍把夹克口袋清空了，所以递给了我这个实验物品；但它是折叠着的，她没有认出来。她回忆说，自从 1966 年 11 月 8 日之后，她就没见过这个实验物品，也不需要它了。

1966 年 11 月 4 日星期五，珍关于在犹太社区中心教幼儿园的工作发了一封电报。葛雷蒂丝·奥斯汀为她安排了 11 月 8 日星期二与米勒先生 (Miller) 的约会。11 月 8 日，葛蕾蒂丝写了这张作为实验物品的备忘便条，上面写着莫辛尼特斯太太 (Mrs. Methinitus) 的名字，她是珍将要一起工作的另一位教师。名字是用普通的黑色铅笔写的。珍于 11 月 9 日星期三见到了南希·莫辛尼特斯 (Nancy Methinitus)，并于 11 月 14 日星期一开始在犹太社区中心教书。)

在 11 月 8 日葛蕾蒂丝写下这张便条后，便条折叠后不知怎么被放进了我的夹克口袋里。

赛斯在 10:25 之后没有回来，所以珍和我自行做了我们的连接。珍说在给出资料时她有一些画面，但像往常一样，直到我们逐项讨论这些资料时，她才得以确定它们。

"大写的 G。"如前图所示，Gladys H. Austin (葛雷蒂丝·奥斯汀) 的名字出现在便条的右上角，用大写字母表示。

"我在寻找一个听起来像 grow (成长) 或 Gonez (戈梅兹) 的字。"珍说这里她想到的是 Addams 家族电视节目《阿达一族》[Addams Family] 中的角色 Gomez Addams (戈梅兹·亚当斯)——而相似之处在于 G A

这个缩写，既是 Gomez Addams，也是 Gladys Austin（葛雷蒂丝·奥斯汀）。

我认为这个资料可能是由于 Gladys（葛蕾蒂丝）和 Gomez 这两个名字在音韵上有些相似。

"绿色。"珍说，虽然听起来很奇怪，但绿色让她想起了莴苣 [lettuce]，而生菜又让她想起了葛雷蒂丝·奥斯汀，后者的名字出现在实验物品上。珍不清楚为什么，当她第一次见到葛蕾蒂丝时，她就联想到莴苣。珍认为这是由于押韵的可能性，因为她是个诗人：Gladys[葛勒蒂丝]、lettuce[发音为雷特斯]，这可能激发了这种联想。

"Alienate[离开]。事物彼此分离。通过代理。"珍认为这些资料是在尝试传达便条上葛雷蒂丝·奥斯汀的名字。葛蕾蒂丝作为米勒先生的秘书，在珍、南希·莫辛尼特斯和米勒先生之间充当了中间人。比如，最终是葛蕾蒂丝告诉珍她得到了 JCC 的工作。

"音乐或背景音乐。"音乐涉及到珍在 JCC 的工作。在 JCC 的楼下游戏室，珍和南希为孩子们播放唱片，这类似于背景音乐系统。一个星期五下午，珍和南希带班里的孩子们到 JCC 楼上的房间，南希弹钢琴，葛雷蒂丝·奥斯汀听到后走进来听音乐。

"与任务或传教士有关。"珍说这很好，因为犹太社区中心是一个具有宗教背景的组织，他们对如何庆祝圣诞节等非常严格。这周珍还为班上的孩子们讲述了一个关于光明节[Hanukkah]的故事。另外，中心位于埃尔迈拉的教堂街上。

"1841，1731。"没有直接的连接，除非正如珍推测的，这些数字是试图传达她在 JCC 的工资。工作是兼职的，珍每月领取两次工资。工资数额各不相同。例如，1966 年 11 月 30 日的工资单显示总金额为 36 美元。

1841 和 1731 相加等于 3572。

JCC 的地址是东教堂街 115 号。

"相互连接的方块，和黑色。"珍说这是指她在 JCC 教书的游戏室里那三扇大窗户。每扇窗户被分成许多几英寸见方的小窗格，所有窗格都有黑色的框架或模子。窗格本身没有颜色。

"与杂货店和蔬菜有关。"可能再次提到了珍与葛蕾蒂丝之间关于莴苣的联想。另一个可能性是，在感恩节前的那个星期三，11 月 24 日，南希打电话给珍，让她带些蔬菜来班上进行一个特别的项目。珍忘了买蔬菜，因此记得这个事件。南希的名字也出现在实验物品上。

"减号。"无关联。

"有未知结果的情况。"珍说这很能代表这个实验物品。当葛蕾蒂丝在 11 月 8 日把这张写有莫辛尼特斯太太 (Mrs. Methinitus) 名字的便条交给珍时，她安排了珍第二天去旁听一节课，顺便见见南希·莫辛尼特斯。自然，珍当时想知道事情将如何发展，这与接下来的资料相关："有人想知道事情会如何发展。"珍发现她和南希非常合得来。

"橙色，和一个瑕疵。"正如所述，便条使用的纸张是橙褐色的，非常新颖且吸引人。瑕疵资料可能是对事实的扭曲，因为橙色纸上印着深褐色的墨水。

"四加一。"无关联。

"以及一次初次爆发或首次事件。"珍说这指的是她在 11 月 9 日的试讲，或者她在 11 月 14 日的第一天正式上课。"爆发"的提及很有趣，可能是指 18 个五岁以下孩子发出的巨大噪音。珍说这些孩子非常吵。她录制的磁带清楚地证实了这一点。

"一个笔记和一个不舒服的寄件人。"这是非常好的资料。笔记指的是用作实验物品的备忘便条。它是在 11 月 8 日由葛雷蒂丝·奥斯汀写的,当时她身体不太舒服。她向珍详细描述了这一点,解释说 JCC 最近非常忙,工作人员甚至周末都在加班。珍还记得葛蕾蒂丝在接下来的那个周末——11 月 12 日和 13 日——也工作了,之后因疲劳在 11 月 14 日周一请了假。

"与三十岁中期或三五岁相关。"。实验物品上出现的南希·莫辛尼特斯大约三十几岁,可能是 35 岁左右。珍说葛雷蒂丝·奥斯汀大约 45 岁。

"丰富的多样性或全局图景。"太模糊了。珍说这可能指她在 JCC 第一天上班时,了解了该中心举办的各种项目,以及她作为教师的职责等。

"与日历页面相似的排列。一个小日历页面。"显然,潜意识记忆在这里起了作用。珍说,用作实验物品的备忘便条和她几年前在画廊工作时见过的便条很像。它是一本书式的安排,一侧是日历,另一侧是便条。她一开始以为实验物品也来自类似的安排;但经过仔细检查后,我们只能确定实验物品来自顶部装订的便条簿;上面的边缘略微粗糙,似乎是被撕下来的。

珍此时无法回忆起葛雷蒂丝·奥斯汀的便条本是否是这种日历安排的一部分。她记得葛雷蒂丝·奥斯汀的办公桌上有很多文件,便条簿就在其中,但她没有特别留意。

因此她不知道涉及的是什么样的日历页面。

"深绿色。"没有关联。

"账单。"珍认为这条资料与接下来提到的三美元资料有关。这里的账单指的是珍在某天去犹太社区中心上班途中购买的艺术用品,并将费用记在了 JCC 账上。葛雷蒂丝·奥斯汀负责开具支票来支付账单。)

“1631。”没有关联。

“线状或与绳子有关。”珍认为这可能指的是她在 JCC 某天上课时向葛雷蒂丝·奥斯汀借了一些绳子。班上学生要用绳子把喜瑞尔[Cheerios]圈圈饼串起项链等等，但绳子太脆弱，容易断裂，打结也不容易。

“与一颗星星有关的几个事件。”模糊。珍推测这可能与大卫之星有关，因为她的工作地点是犹太社区中心。

“一个涉及三美元左右的意外情况。”参见上面的账单资料。某天上课时，南希·莫辛尼特斯因为下雨来家里接珍。途中南希在艺术用品店停下，让珍进去买一些课堂用的艺术用品。这个任务对珍来说是意外的。这发生在珍刚开始上课的几天内，当时她还不了解课程计划等情况。

“这些实验物品——胶水、剪刀等——费用大约为三美元，记在了 JCC 账上。因此，葛雷蒂丝·奥斯汀（实验物品上有她的名字）与这条资料有关，因为她负责开具支付 JCC 账单的支票等。

“一个位于左上角的深色大写字母或首字母。”这是一条很好的资料。实验物品左上角印有黑巧克力色的大写字母“M”。

“与深度和维度有关的东西——也就是这个实验物品。现在关于这个实验物品的感觉是，某种透明的东西，或者说没有真的打开但似乎展开了。”正如所述，实验物品在放入双层信封时是横向折叠的。并指出了使用的横折痕。实验物品还带有早前的竖向折痕。这种折叠可能引发了透明、深度和维度、以及展开的资料等。

“与我有关的某物，以及与团体成就有关。一个日历日期。”这是一条很好的资料。按照某些课程中的解释，赛斯和珍来自同一个存有，因此实验物品可以说是珍的。而且是葛雷蒂丝·奥斯汀交给她的。

这个实验物品与团体成就有关，因为它让珍与南希·莫辛尼特斯相识，而她们一起在幼儿园教书。

日历资料可能与之前解释过的备忘录和日历的想法有关。更字面一些的解释是，葛雷蒂丝·奥斯汀在11月8日写了这张备忘录，目的就是让珍在11月9日与南希·莫辛尼特斯见面。她确实见到了她。

第一个问题：“你能提供一个与实验物品有关的日期吗？”“数字四。”正如所述，11月4日星期五，珍第一次打电话给JCC，询问幼儿园教师的工作。还有其他可能的解释。比如，珍于11月14日开始工作。

“我不知道。可能与未来有关——也许是1月或2月。”数字四的关联也可能适用于这里，因为珍从圣诞节和新年假期后休假到1月4日星期三。这条资料是合理的，因为信封实验物品与JCC的教学工作有关。

第二个问题：“你能详细说明一下大写字母G吗？”“不能。鲁柏现在想到了Grumbacher（格朗姆巴却尔）。”参见前面的资料，那里指出大写字母G指的是备忘录上的名字，葛雷蒂丝·奥斯汀（Gladys H. Austin）等。

格朗姆巴却尔（Grumbacher）的资料也适用，因为格朗姆巴却尔是珍某天和南希·莫辛尼特斯一起去买的艺术用品的制造商，南希的名字也出现在实验物品上。意外事件和三美元资料。

第三个问题：“与一颗星星有关的几个事件是怎么回事？”“关于一个加上星号的事件。”我们不确定。珍的想法是，星级事件可能指的是她找到了一份合适的工作，在经历了一些困难之后感到满意。

第四个问题：“实验物品是什么材质的？”“纸质，但带有织物的感觉。”实验物品是纸质的。虽然我们不知道织物的感觉从何而来，纸质本身很光滑。

第五个问题：“颜色是什么？”“我们已经提到了一些。深色。像照片一样；在阴影中，除了这种织物感。”没有关联。实验物品上印有深巧克力色的墨水；可能这引发了关于深色照片的资料。

第六个问题：“你能说一点关于团体成就的事吗？”“我的印象是有四个人的头部剪影。”这让前面提到的资料变得更加清晰，虽然我们相信那里提的更一般的想法同样适用。

这里提到的头部剪影让珍想起了她和南希为幼儿园班级计划的一个项目，内容是让学生为各自的父母做头部剪影作为圣诞礼物。计划是由珍和南希实际完成轮廓绘制，而学生们负责填充。

这条资料是在 1966 年 12 月 12 日获得的。然而，到 12 月 21 日圣诞假期前的最后一节课，这个剪影计划并没有实施。再次说明，这条关联很好，因为资料与通过备忘录实验物品提到的班级有关。)

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-308.4

第 308 节 浓缩版

迷幻体验主要是意识的扩展，而这意味着内在的流动性。通过训练，这些体验可以得到一定的引导，从而使正常的清醒人格能够有效地利用这些信息。通过这种训练，这些体验将引导你接触到你本体的其他部分。这一点相当重要。

人格会意识到那些与其他维度相关的部分，并学会在不同的根本假设下进行操控。这种流动性的体验自动增加了价值实现。在某些情况下，可以获得对前世的记忆。

我们的课程本身就是意识认知扩展的体验。有时会产生疑问：某些阶段中的某些意象到底是真实的还是虚构的。当然，这类问题是没有意义的。这些意象在它们所属的系统中完全有效，如果你进入那个系统，你就会看到它们。

所观见的事物它们并不必会出现在你们自己的实相系统中。它们与角色所在的伪装物质物体一样，既真实又不真实。即使是物质大脑中的那些通道，在迷幻体验中打开的现象，也是如此。那些看似未被使用的大脑部分，实际上与这些其他维度实相有关。在迷幻体验中，你开始使用这些部分，虽然非常细微，但这是第一次在生理上体验到它们被使用。

一旦这些通道在物质层面被打开，路径就会变得更为顺畅。松果体、

脑垂体和丘脑在这里至关重要。之前提到的盐与甲状腺有一定联系。单从物质大脑来看，那些未被人们认知与使用的部分本身就具有能力，例如：听到颜色或闻到声音。换句话说，这些部分中包含了主要未被使用的功能，这些功能可以让你从其他不同的角度感知物质实相。这些未分化的区域在专门的感官系统被广泛采用之前就已经存在。作为一个物种，你们本可以通过闻颜色而不是通过看颜色来感知它。这些大脑区域一旦被激活，就可以让你将一种感官印象转换为另一种感官机制。

这就像从多个层次体验你的立体声实相一样。通常情况下，你是以单声道在运作。毫无疑问，这类体验对自我来说是全新的，因为它习惯于以高度固化和专门化的方式解读感官资料。

借由我们的方法，角色我被当作合作的知己，而非需扼杀或摒弃的身份。

所谓的精神错乱有时仅仅是一种特殊情况的结果：某些个体使用了大脑中通常处于休眠状态的部分，甚至有时主要依赖这些部分来代替被广泛认可的部分。因此，他们对实相的感知与社会的主流认知大相径庭。

对于这些个体来说，迷幻体验有可能会使意识扩展朝向通常的物质实相，从而从社会的角度带来更为统一的人格结构。“精神错乱”这个术语没有任何实际意义。所有的心智生活都表现为对任何一组被认可

为实相的感官资料存在不同的感知。

那些在感知方式上能达成多维认知共识的人，被称为正常人。但哪怕这些人也无法真正的全然了知多维实相，因为其实每个人感知到的实相是完全不相同的。那些对实相的感知与想法完全脱离普遍共识的人，如果说出来，告诉他人自己所见所感就会被称为疯子。告诉你们这些事实只是表明，你们每个人所认知的实相都是由各自很私人的感知构建起来的，而实相就是这些私人感知的结果。

这些感知背后的情感冲击决定了它们的强度。它们通过心灵感应传递。然而，你应该记得，个体在某些电磁模式或模式范围内的接收能力远比在其他范围内强。因此反之，有些个体根本无法通过心灵感应接收主流的实相假设，而是调整到了与其不符的范围，这让他们极不满意。很快就会明显发现，他们对实相的看法与周围邻居的完全不同。

现在，换个角度来看，迷幻体验（无论是否使用药物）会扩大你能所感知电磁实相的范围。一旦你习惯于透过移除角色逻辑脑设立的障碍接受接收更广范围内的实相，而你未来将能够继续这样做。

这些内在感觉范围一旦被打开，就不会完全对你关闭。未来你在这些范围内接收信息会变得更加容易。此时，一个有纪律但直觉敏锐的自我变得必不可少，以便将这些新体验在你们的系统中转化为可控的、有用的形式。你看，这时的角色我就变得更为重要，而不是更不重要，因为它必须学会在你们的系统内将获得的多维体验整合为可识别的形

式。如果角色我被自己排除在外，它将强烈反抗，甚至会变得极具危险性。

在我们的方法中，不言而喻，自我的改变是相当彻底的。但在很多情况下，这个过程是逐步进行的，而且只有在自我自愿的情况下才会发生。透过学习与实践角色我会意识到自身是内在自我的一部分。因此，从根本上说，角色我不需要与内在自我对抗，因为它知道自己的生存依赖于这个内在框架并服务于这个框架。

角色我借由学会与内在感官的协作在很大程度上扩展了它的功能和表现。自从我们的课程开始以来，在你俩都得到了意识扩展。这扩展并不是变得更加以自我为中心，而是学着接受直觉领悟和内在心灵引领，在这之前你们的角色我从未考虑过将这些视为自身的一部分。

换句话说，此时你们内在自我的许多部分与原本严格以自我为中心的角色我功能有效的发生了其妙的融合。角色我透过渐进式的学习明白了整个虚拟矩阵架构是如何运作的，因此角色我会表现的如此通情达理，以至于几乎脱胎换骨。你们现在已经接近了一种从心灵层面上说可被定义为“开悟”的方式。当前的角色我并没有被消除，而是与先前无意识的内在自我完美地结合在一起，整个人格因此被照亮了。自我主体意识不再以物质为主要认知导向，因此你们也不再是通常意义上的那个“自我”了。

再次强调，这是一个非常重要的观点。自我已经接受了内在自我的人

生规划目标。它对认知那个是自己的本体已经发生了显著的变化，以至于它的主要关注点不再聚焦于是物质操控，而是内在的意识成长与发展。我们把这一变化定义为“开悟”。

这并不意味着角色我忽视了它早期的功能。在真正的意识扩展中，你会越来越清楚地意识到那些先前从未被有意识地“感知到的”内在实相并非异想幻觉。由于角色我目前还是你主要的意识载体，它不会被抹去，而是会被一遍遍复活，直到你真的学会了所以当领悟的功课。透过经历角色的一生，它不仅改变着自己的存在形式，还改变着内在核心的意识状态与觉悟，将先前因恐惧、无知和不安忽略的实相接受为自身的一部分。

自我意识逐渐成长并认同自己是超意识的一部分。各种被开启的新功能是帮助引导整个人格本体用的，使“内在的能力”在开悟后能够触及更多维度中的物质实相。

今晚课程中的内容非常重要，我们会继续深入探讨。

你们自我的结构已经完全改变了。自从我们的课程开始以来，在你们的情况下，它已经改变了自身的电磁本体。它在一定程度上学会了吸收你们的内在体验。从长远来看，这是最有效的方法。而且，若自我结构不经过这样的改变，意识扩展在长远上是无法真正发生的。

还有其它方法也能改变自我，但从多个角度来看，我们的这种方法是最有利的。

Y7-3-309.1

第309节 价值充盈来自信念、情绪与行动的对齐

1966 年 12 月 14 日 星期三 晚 9 点

晚上好。

我将进一步地在我们的课程中，解读迷幻体验对自我所产生的变化。自我结构依然存在，其处理物质宇宙中的操控责任依然保留，但在某些方面，这种操控的性质发生了变化。它变得更加直接，越来越多的物质属性在心智层面变得可被进行操控。

练习与了知真相后的人会感觉“实际的物质”在被意识介入的显化步骤方面被简化了。角色我变得更像内在自我，而不像过去的它自己。相对来说，这种改变后的角色我能够意识到以前被人文认知否认的大量内在实相与可能是真实存在的。角色在结构上，它仍然保持完整，但它在化学和电磁层面上已经发生了巨大变化。它能够更愿意开放自己，以接收内在体验。

例如，过去自我只接受通过肉身外在感官和物质环境获取的知识。现在，它在很大程度上对内在资料也保持开放态度。虽然需要进行某些解释，但一旦实现了这种自由，自我将永远无法回到从前盲目懵懂的状态。

人格因此获得整合，而角色我也通过接受内在资料得到了认知扩展，而不是存在感压缩。现在它由来自整体人格的更多元意识元素组成，在保持对伪装实相的意识觉知同时，还能暂时跳出肉身限制，获得更多的多维体验。

什么是可能的，什么是不可能的，对于我们大多数人来说，这一界限

相当清楚。而这一界限划分出了现实的客观无奈与幻梦的主观意愿。确实角色我在其所在的当前位面中,必须遵守客观的矩阵底层逻辑规范,这些规范有效地限制了矩阵内的角色们什么可以做、什么做不到、而可以做的事能做到怎样的一个地步。这些构成了常态与常识,但我们却知道有些家伙拥有超自然的能力。其实这些被叫做特异功能的神奇手段,我们每个人都具备,只是角色我一旦屏蔽了你的内在自我意识和意识力,那也就相当于引刀自宫了。

当然大多数人都是在自己的童年被自己的父母带去接受职业思想阉割的,而且这样对自己灵魂的阉割一般从2岁开始持续十几年,直到经过再三考核,确定孩子已经符合统治与资本对打工人的基本要求,即思想保守单一、认知狭窄。

统治者行愚民术与教给百姓的道理,常常有本质上的不同,特别是从权力与利益的角度来看。这里可以从帝王的心术和百姓所接受的道理两个方面分析:

1. 帝王的心术

- 以维护权力为核心: 帝王的目的主要是巩固自己的权力和地位,因此常常使用愚民术,使百姓无法质疑或挑战其统治。愚民术可以包括对知识的控制、对信息的封锁,甚至操纵舆论,以使百姓心智封闭、盲从权威。

- 操控与分化：通过制造矛盾或分化百姓，统治者可以削弱他们的集体力量。以“分而治之”的策略，维持统治者对全局的控制。
- 虚假承诺与迷惑：帝王可能通过给百姓虚假的希望或看似仁慈的政策，让人们感到依赖或信任，从而忽视其更深层的政治目的。

2. 教给百姓的道理

- 强调顺从与秩序：帝王教给百姓的道理往往强调顺从和服从，例如传统儒家思想中的“三纲五常”、君臣父子等伦理道德观念，目的是让百姓接受权威，减少对权力的挑战。
- 道德与天命的利用：统治者常常将自己的地位合法化为“天命”或“道德”上的正确，教导百姓接受这种观念，认为反抗是不道德的或违反天道的。
- 片面教育：通过限制对百姓的教育，使他们仅接受统治者希望他们接受的知识体系，忽视可能引发质疑或思考的内容。这样，百姓缺乏对政治、社会结构的全面理解，从而更易于控制。

3. 帝王心术与愚民术的对立性

帝王的心术通常是基于自我利益的现实策略，而教给百姓的道理则是美化这种权力关系，甚至用虚幻的道德价值来掩盖帝王的私利。百姓所接受的道理强调忠诚、勤劳、守规矩，而帝王实际在实施的却是权术、操纵和维稳的策略。

简单来说,统治者的心术是为了巩固权力和利益,常通过愚民术让百姓顺从;而教给百姓的道理则更多是维护现有社会秩序的工具。

顶尖贵族学校教给孩子们的是:如何利用自己的创造力与思想营造出自己渴望呈现的实相;而普通学校教给孩子们的是:如何在求职时被老板赏识,如何做能保住工作,如何能让老板开心,如何踏实听话地完成好工作,为老板创造更多的财富。

认知的差异决定了人生体验着什么,自我定位规范了自己所在的阶级:有创建系统的,有组织系统的,有为系统服务的,还有被系统驯服成齿轮零件的。什么是意识觉醒?什么是开悟?什么是觉悟者?玄学真的很玄,玄成了迷信与宗教吗?或许真相其实一直都在被口口相传,只是历代的统治者都很害怕意识觉醒者的比例高到会影响其既得利益——毕竟想要坐轿子需要有人去甘心当牲口来抬不是。

玄学说白了其实一点都不复杂,只是被宗教遮遮掩掩多年后,被那些以宗教谋财图利的家伙搞歪了门道。本真其实就那么一点事:内观自性,自觉自醒,学会与自我内在意识沟通,并肯于听从配合自己神魂的意愿主张,克制肉欲但不是禁欲,打破认知成见但不是无脑盲从,学会让身之所欲、脑之所想、心之所愿和神魂之所向彼此兼容合一,实现整体各方面的共赢、整体利益最大化的多方平衡。

然后学会借由神魂的后台权限,利用内在感官体系,在投影矩阵的底

层电磁程序上加入自己需要的、可营造更好生命体验的相关命令条，以改变当前角色自身的种种现状。这绝对不是唯识或唯心，而是从本质现实上利用自身本就具有的权限，去做系统允许范畴内的设定调整，毕竟这整个梦都是自己投影出来的。

就好像，在睡前反复自我暗示：我想要梦到些什么、自己要在梦里做出怎样的反应、借此经历到哪些故事。这就是投胎前规划。然后半夜里你梦醒了一下，然后记录自己的梦，并总结调整自己的感受和期许；接着睡二荏，续上了之前的梦，但梦的走向与自己的反应却改变了许多。

如果你清楚地明白，当前的角色人生就是一场大梦，那你也就可以明白，什么才是真正的客观与所谓的现实是可以由真正的自我意愿进行修正的。再次强调，角色我怎么说、怎么想没用；自己嘴上说、心里打鼓半信半疑也没用；自己特信，但所愿违背存有的整体布局体验规划，还是没用。所以这里边还涉及到另一个课题，那就是臣服。

要明白每一层自我都有其权限——柜台办事小姐、部门小主任、门市经理、大区主管、全国总裁，各自有自己的考量和权限。你能和谁说得上话，你能拿到哪一层面的批文，作用是全然不同的。而角色我就是个普通客户，还是很大众脸、无关紧要、随时可被替代的那种。别太高看自己——“啊，我学了我就是神的一部分，我可以呼风唤雨了，只要我愿意”。别扯犊子了，在你没能与内在多重自我意识完

成共鸣归一前，角色我就是一次性手套，什么脏活都是隔着你来做。有点自知之明好不，别学点东西就飘了。

什么叫活明白了？当你把受益的重点，从角色我放在整体上时，你才能有效地调动全部的能力与资源来显化所要经历的历经、编写改写角色后续的故事与周边的客观环境。

我曾告诉过你，通常来说，自我是具有自我意识的行动，它试图将自己与内在规划好的行动分离，并将行动视为外在的客体。现在，这个改变后的自我保留了其高度专门化的自我意识，但它现在可以将自己体验为行动中的一个本体，并且是行动的一部分。

这是意识和人格发展的基石。然而，这仅仅是第一步。没有这一步，意识是不可能进一步发展的。你们系统中并不是每个人都能达到这个特定的阶段。而你们现在正处于这个阶段。这个状态曾被称为宇宙意识（cosmic consciousness），但实际上并不完全如此。

踏出下一步的时候，是本体能够在它之内涵纳所有转世的详尽知识之时。然而，即便在这个状态下，各个转世自我的独立性并未削弱。每一个意识的提升步骤，都包含着对其与一切万有（All That Is）整体本体的内在认知。

当每一个独立的本体寻求了解并体验它的其他部分时，一切万有也在学习它是谁以及它是什么。行动永不停歇地探索着自身，一切万有永远无法完全认识自己，因为行动必须不断进行，而每个行动都会创造出新的未知。

因此，行动必须从每个可想象的点穿越自身，而这种旅行，作为行动本身，将创造出新的路径。

乌合之众与职业军人组成的队伍在多个层面上有明显的差异,包括组织结构、纪律性、训练程度、战斗力、目标意识等。以下是两者的主要差异分析:

1. 组织结构

乌合之众: 乌合之众通常指临时聚集在一起、缺乏统一组织和领导的群体。这类队伍往往是松散的、缺乏明确的等级制度和指挥体系。成员可能因为共同的情绪、偶然的的机会或突发事件汇集在一起,短期内形成集体行动,但缺乏长期一致的目标和统一的指挥。

职业军人: 职业军队拥有明确的指挥结构和严密的组织体系。军队的行动通常有严格的等级制度,每个层级都有明确的指挥和职责,且每个士兵和指挥官都知道自己的任务。军队的组织方式经过长期实践优化,以确保在复杂的战斗环境中能够高效运作。

2. 纪律性

乌合之众: 乌合之众的成员缺乏统一的纪律约束,行动常常由情绪驱动,行为较为混乱和随意。他们缺乏对整体目标的认知,且容易在情绪变化或遇到困难时四散或瓦解。

职业军人: 职业军队讲求严格的纪律和服从,士兵受到长时间的纪律训练,即便在混乱或危险的环境中,也要遵守命令。这种高度的纪律性保证了军队在压力下依然能够有效执行任务,避免个人行为影响整

体作战效果。

3. 训练和战斗能力

乌合之众：乌合之众通常没有接受过系统的军事训练，缺乏专业的作战技能。虽然人数可能众多，但由于训练不足，成员在面对敌人时往往缺乏应对能力，容易陷入慌乱。乌合之众的战斗能力通常依赖于个人的勇气或一时的热情，而非有组织、有计划的战术行动。

职业军人：职业军人经过长期的专业训练，具备熟练的战斗技能和战略战术。他们不仅掌握了使用武器的技术，还学习了如何在复杂环境中协同作战、如何执行不同任务，并具备应对各种突发情况的能力。职业军人队伍因此战斗力强大，能持续高效作战。

细雨社 www.xiyushe.org

4. 目标意识

乌合之众：乌合之众的成员通常因为情感、突发事件或利益的暂时一致而聚集，缺乏明确的长期目标或战略意识。因为目标模糊，乌合之众在行动中容易受到情绪波动的影响，容易迷失方向或产生分歧，最终可能自行瓦解。

职业军人：职业军队的每一次行动都有明确的目标和战略，士兵深知自己的任务是为了国家利益、集体安全或指定的军事目标。士兵接受过目标导向的训练，能够在任务中保持明确的方向和专注，即使在困难和危险的情况下也能继续执行任务。

5. 领导与指挥

乌合之众：乌合之众通常缺乏明确的领导者，即便出现临时的领导者，往往也是由情感或权宜之计推举的，缺乏真正的领导和指挥能力。在战斗或复杂的局面中，指挥缺乏权威和一致性，难以协调全局。

职业军人：职业军队拥有成熟的领导和指挥体系，指挥官经过系统的军事教育和训练，具备战略眼光、决策能力和战术执行力。在战场上，指挥官能够有效调动士兵的力量，并根据战局变化做出快速应对。

6. 持续作战能力

乌合之众：乌合之众因缺乏纪律、训练和后勤支持，通常只能进行短期的行动，无法在长时间的战斗中保持战斗力。他们容易在战斗初期因为士气高涨而勇敢，但随着时间推移、伤亡增加或面临压力时，士气迅速崩溃。

职业军人：职业军人不仅在战术上受过良好训练，他们的后勤、补给、医疗系统等也经过精心安排，使他们具备持续作战的能力。职业军人能够在长期战斗中保持战斗力，迅速适应战场变化并完成作战任务。

乌合之众和职业军人队伍之间的差异可以归结为组织、纪律、训练、目标和领导。乌合之众更多依赖于情绪和机会，缺乏组织性和持久的战斗力；而职业军人通过系统的训练和严密的组织，能够高效地执行

任务, 具备持续作战的能力。这些差异使得职业军队在战场上能够在各种复杂的情况下展现出更强的作战能力和灵活应变能力。



我建议你们稍作休息再继续。

(9:25 休息, 9:35 继续)

现在, 在处理这些问题时, 我必须从你们熟悉的心理结构角度来解释。当你们自己的投射逐渐改善并变得更加频繁时, 至少有可能, 凭借你们的能力, 你们将接触到一些不同的心理结构, 到那时我可以告诉你们更多。

有一件事你们应该知道: 行动无法停止。在这一点上它是无力的。它无法自我毁灭, 但可以改变形式, 同时也经常改变方向。行动是如此多维, 以至于必须作为角色个体来自己体验。个体性是这种整体行动统一性的直接结果。同时, 行动也是个体本体的直接结果, 因为没有这些心理维度, 统一性就无法实现自我增殖。

除了你们自身的心理结构之外, 还有一些存在于你们难以理解的实相

中，尽管它们可能与你们的实相相连，而且你们可能在不知不觉中是其中的一部分。

很多人之所以参与灵修，并不是真的渴望了知一切的真相或提升自我的意识水平，而是因为在蹉跎的无助感下，渴望寻求到能让自己摆脱当前困境的解脱。但说实话，灵修并不能给谁带来所谓的奇迹，那些当经历的、当遭遇的人生课题与用伏笔形式预设好的阶段性考验，还是会不期而至。

真正的修行者因认知的改变和视角的多样性，对当前世界的理解开始不同，可用不同的视角去观察与理解自己遭遇到的种种，进而从中品悟到其中蕴含着的关键启迪，并因此感到自我“意识与智慧”成长的欣喜。

细雨社 www.xiyushe.org

在面对生命考验、利益得失、角色聚散时，个体关注的在意点不同会诱发全然不同的生命体悟，而透过经历萃取与体悟到了什么，才是往复在各个平行对等体验中的关键。因为正是这些在成就与改变着自我的发展方向与认知水平。

不管是当前角色还是正演绎这一角色的内在自我或幕后组织编排这些寓言故事的编剧，所有呈现在台面上或隐于幕后的参与者，其实本自一体，只是在台上正忘我演出的那个剧中人，对此记忆暂时选择了忽视。

都说旁观者清，但如人饮水冷暖自知，不穿上他人的鞋走过其走过的

路，往往只会看到流于表面的大道理，却无法真切地明白，为什么在某些看似那么简单的人生节点上，会犯下那么愚蠢的错误。是的，经历是最好的老师，其余都是空洞的说教，如果你不能理解某人为什么会那样做，只是因为你不是他，也不了解他的一切。

Y7-3-309.2

例如，你们所谓的其它对等可能性实相就是一个例子。在矩阵系统中，有许多角色“你”，每一个“你”都在某种人格结构中彼此关联。你所认识的这个当前的“你”只是其中的一部分。在这个系统中，所有其他的“你”似乎都存在于某种可能的实相中。

对于其中的任何一个“你”而言，其他的“你”似乎都存在于一个可能的宇宙中。然而，所有的“你”在心理上是彼此相连的。这种联系实际上是无穷无尽的。那些相互平行存在着的所有“你”，他们并非都拥有相同的父母、兄妹与子女，与此同时，这些情况也是其它角色各自不同生活中可能情境的一部分。

在两个可能的实相中，举个例子，你的母亲并没有生育子女，因此你并不存在于这些实相中。在其他的实相中，她结婚了，但并不是嫁给了你所认识的父亲。在那个实相中的长子和你之间，存在着一种心理上的连结。

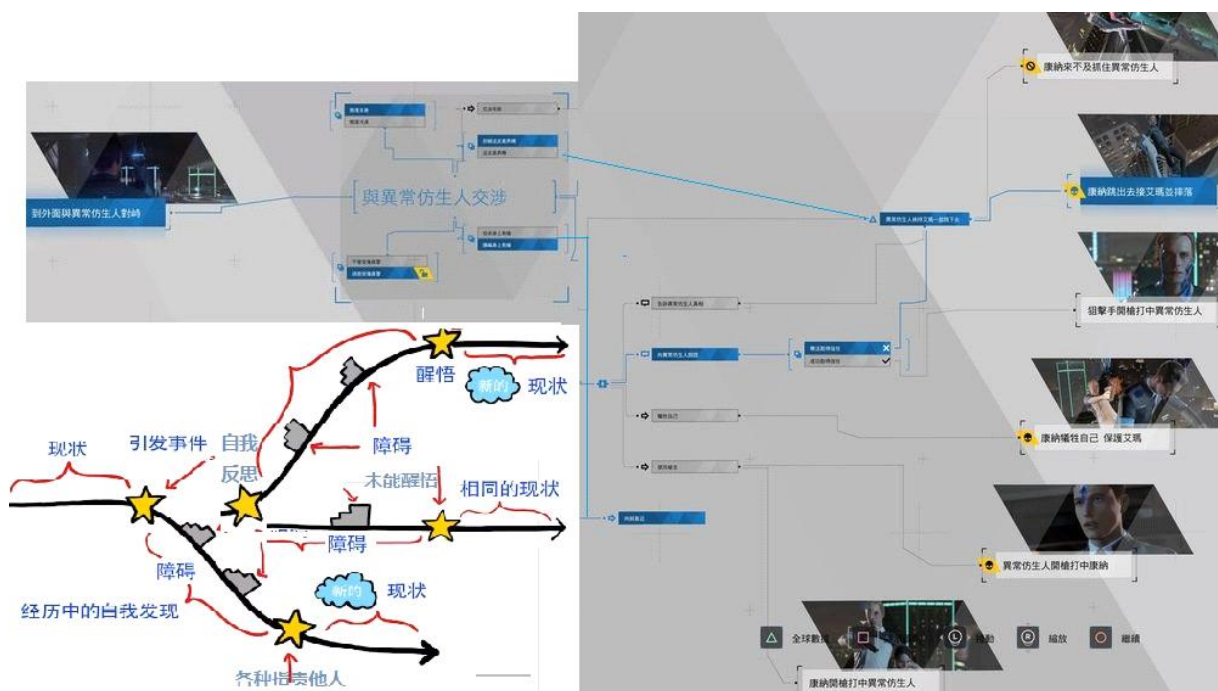
在某些可能的系统中，你和你的母亲确实都存在，但却是完全的陌生人。你要知道，这种心理连接是真实存在的，而不仅仅是象征性的。而你所熟知的这个自我，也已经建立并启动了属于自己的可能实相。我是字面意思的，这一点我要明确说明。

情感强烈的感受会立即引发一个你可以称为切线的现象，它会在某个实相系统中得到展现。这是行动的内在本质。那些没有在你们物质世

界中实现的内在想法、愿望或冲动，将会在其他系统中得以实现。

我们在梦中会很真切地看到一些属于过去、当下或未来的场景片段，有些片段之后确实会再次被角色我经历，成为“既视感”——在英语语境中，人们通常直接使用法语词 *déjà vu* 来表达。如果梦中的场景在日后被经历，却没有既视感，那就成了预知梦；如果梦中的场景与现实发生的截然相反，那就是自己其它人格经历了的对等体验记忆，即我们说的反梦。

存有为了提高某一意识面向上的发展速度，会同时启动多个小组去分别处理同一问题。而这些小组会有相对默契的彼此分工，在编排待体验的角色剧情时，设立 ABCD 多个可能性蓝图，并同时展开推演。每个组负责的蓝图主线还都有多个备选计划，来应对必然要发生的主剧情分支。



这样多开且多重的角色演绎，既高效又全面，让各种正负反馈与各种

可能引发的种种涟漪,在一次实践中尽量多地被展现出来,并构成有参考价值的对冲比对数据。当然实际参与具体计划的人格片段们都是双盲实验的志愿者。双盲让验证结果具有更高的可信性,且有效地排除了先入为主的主观意愿影响。所以隔阴之迷被引入到实践中——出生后只要能开始说话了,角色我的头脑记忆就开始和神魂记忆脱钩;当凶门全部闭合后,角色我就会处于封闭的楚门世界中,对整个计划与多重自我全然不知。



这就好比我们玩游戏,每个玩家其实使用的角色是相同的,但各自在游戏中的经历却是很个人的,虽然所有玩家各有各的进度与玩法,但遭遇的关卡是一样的。每个人遇到与触发 BOSS 挑战有前后分别,又因对策手段不同导致结果不同,但这些成败的经历都在帮助布局矩阵的系统完善着它的自平衡模式。

角色会一遍遍地“死”去,又重生,没能通过的关口、没能掌握的技巧,需要一次次地面对与磨砺。你可以在某次失败后,彻底放弃当前的这一挑战,换其它游戏去经历其中的虚拟世界,但其实不管进入到

哪个世界、使用怎样的角色，其实最终都是在完成自我挑战，为了获得自我价值的充分体现而奋斗。

如果你说“我真的累了，我什么都不想参与了”，那没问题啊！尽管去休息。到现在为止，没谁能在极度无聊的什么都不干中、在绝对的寂寞里坚持超过“闲得发疯”这一极限。在没有时间的意识领域中，失败不浪费时间，休整也不浪费时间。在绝对的自由面前，休息与主动参与都很尊重自由意识。玩累了就歇个几千年，歇累了就去找个项目入世再玩玩。

因为选取角色时，不管你什么时候选，都不影响待选角色的出生时间，所以之前扮演过的角色与下次演绎的角色，不必须在故事年代上遵守先后次序。下次选的角色可以比先前角色出生得早许多年，或只相差几年，或晚很多年，甚至可以再次挑战相同的角色，只是给角色搭配父母、兄妹、伴侣、子女时，选择不同的人物设定。当然可以还选之前的设定。这都没有硬性规定。

随着角色入场，又一次你呱呱坠地，整个世界开始以大背景的形式被启动，世人们又都鲜活地走动了起来，养育你的父母和家庭里的爷爷奶奶、兄弟姐妹各自带着全套的记忆被显化成真实。就好像你梦中的人物一样，开始与你展开被剧情安排好的互动。

角色我的一生并非只活在一个伪装实相层中，不同伪装实相层各自有不同的主题故事。依据意识能量频率的高低，它们同时存在于同一个

显像矩阵中。这些实相依据其能量波动的频率被划分成喜悦的、平静的、悲催、愤慨的，等等意识能量震荡场域。

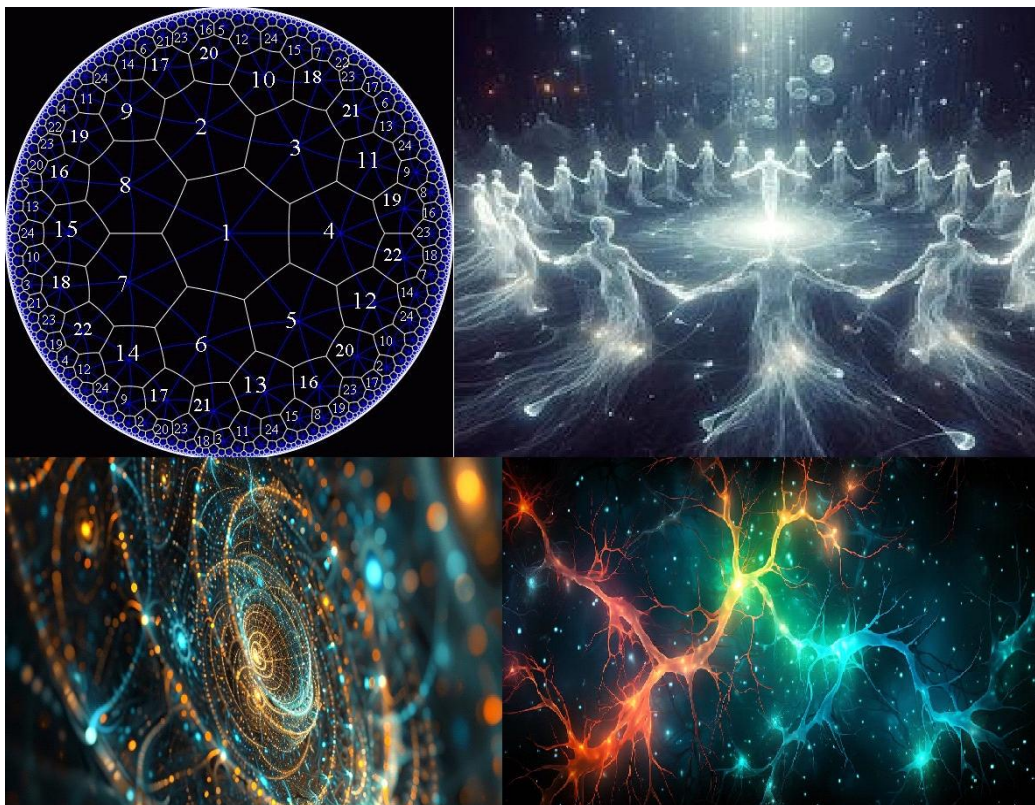
在不同的频段实相里，其中的 NPC 们依据场域中的频段自动表现出相应的反馈态度。从相互协作彼此帮助，到冷漠自私甚至使绊子拆台，更有甚者会给出攻击性的反馈。

自我所扮演的角色具体会体验怎样的实相世界，全看你自己的情绪状态，本着同频共鸣的基本原则，你如何看待与应对这个世界与世人，那你就自动被置于与你情绪意识能量频率相匹配的实相中，进行对等体验。

你们可以休息一下。（9:58 休息，10:07 继续。）

现在，内在自我会受到这些可能性人格的心理影响，因为它们彼此都有心理上的连结，并共同构成一个完整的人格结构，一个与你平常认知中的自我完全不同的完整人格完形。

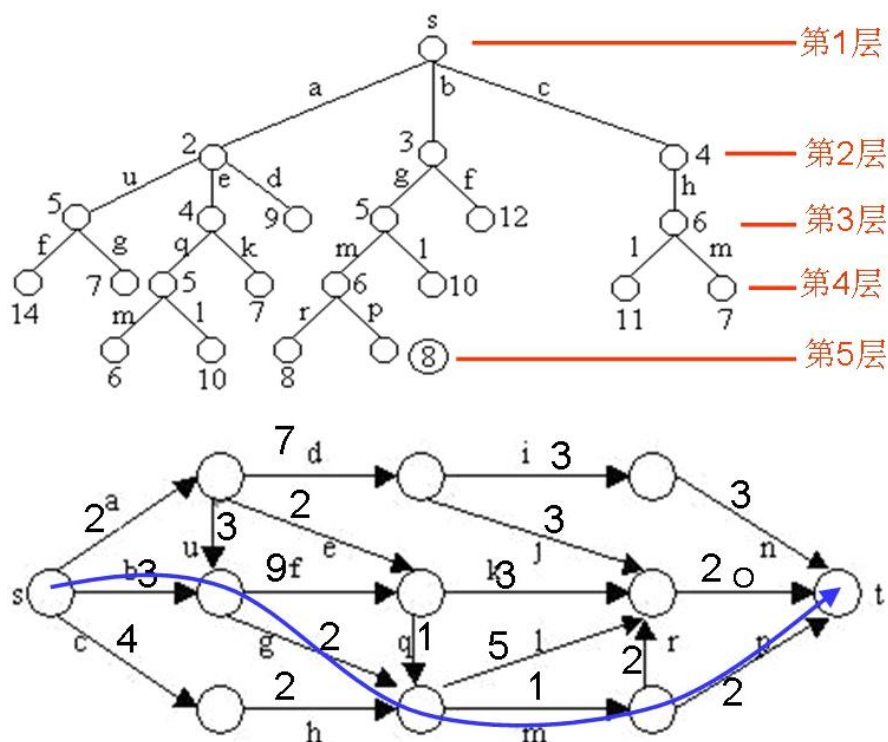
你们的心理学家即使在最好的情况下，也只是在处理当前单一维度中单一角色的心理问题。在梦境状态下，在较大多维结构的多重自我部分有时会通过高度符号化的方式进行彼此交流。要想轻易解读这些符号并清晰地意识到它们，几乎是不可能的。



一个完整的自我意识是由全体自我意识分型汇总构成的,而每个自我意识分型,各自在担当着某一对等意识面向上的探索拓展任务。为了彼此不相互扰动所得数据的纯粹性,每一个当前被演绎着的角色我都自觉是独一无二的。

而依据对等体验的实际需要,在面临各自可能的分支发展时,每一条可能的发展路径都会有一个自我意识的分身去真实地参与体验。利用这一机制,其实人生本无憾事——一切被放弃了的选择,一切看似错过了的机会,一切你体验过的得失,其实都还有另一个你,步入了那一种可能。而在所有这些平行自我,随岁月归于寂静时,所有可能的经历都被汇总到存有的记忆中,构成了无漏认知与对等体验。

所有这些看似不可能的近乎天文数字的平行自我分化,在虚拟矩阵中,其实不占用实际的物理空间与多少算力。



角色一生中可能性分支结构在想象中看似相当庞大,但实际上矩阵有着它很特别的逻辑算法:

首先限定角色入世的总时长,这让可能性迭代的上限总容量得以保证;其次如果矩阵发现角色过度偏离人格的主要发展规划,就会让那一角色触发与体验某些特定事件,迫使角色回归此生被规划好的主线剧情。如果再三提示但角色越走越远,那角色就会被“意外”的无常夺取继续存在的必要。这有效地防止了演算溢出给系统带来没必要的算力负担。

多重自我间可说是兔死狐悲的:如果某一平行自我过早地被系统因溢出而减除掉,其死亡的意识波动会被其它全体自我感知到,并借由潜意识扩散给所有人格片段形成深刻的前意识记忆。当下次再演绎这一角色时,再遇到某一可能性选择时,就会莫名地感到心慌与抵触,这

种被叫做第六感直觉的非理性情绪波动，就是在试图帮助自己不在同一个坑里跌倒两次。

当然良言难劝该死鬼，有些角色因全然无视内在神魂与意识力，被自己的逻辑脑与世俗知见绑架，彻底摒弃了原生人格而让后天的次生人格当家做主，就会无视警示的莫名抵触，想了想后还是一往无前。



这种人往往在事后会自嘲自己多虑了——真的干了，什么也没发生不是。其实大多数人不知道，在某些人生路口处，不是你一迈步就摔倒，而是一旦你触发并进入了某一可能性的路径，其后续衍生出来的裂变结果是死路一条。这就像是修了一半的高速路，在十几公里前的路口处设立了危险禁止驶入的路牌，你开进去其实不会立刻发生什么，但等你看见沟时，已无力调头。

这里甚至有一个反馈系统在运作。然而，你必须明白，所有这些其他自我的人格片段本体都是独立且完整的个体。它们以编码的心理结构

形式存在于你的人格中,就像你也以同样的方式存在于它们的每一个人格中一样。

它们在你的意识内以潜伏状态存在着,并未在这个角色的系统中被进行表达。你拥有它们的能力,但没有使用。同样,你也潜伏在它们的人格结构中,而你的主要能力在它们的系统中也未被使用。你们所有人都是一个自我的一部分,存在于一个多维度的心理结构中。

在矩阵中的多重平行自我间因系统的限制无法相互直接传递信息,但这种隔离并非是滴水不漏的——如果角色我完成了自我意识觉醒,与内在自我的意识达成了高度共鸣,与人格意识完成了感知合一,那借由人格与主人格间的意识链接,可以调阅感知使用甚至看到其它当前角色的发展进度与已收获的见闻成就。

说简单点儿,如果你能退出当前的应用界面,回归到幕后程序层中的子目录状态,再进入根目录,就能跳转到其它子目录,看见其它角色我的存档数据。虽说每个角色我是独立运作的,但所有角色的所获与所失都为整体带来相应的正负影响。就好像你进入股市购进了 10 支不同的股票,每支的收益与亏损都是独立计算的,但它们的总收益与总亏损才构成你总财富的涨跌。

每个人格片段在入世时都带有从存有处获得的生命能,有些在生命的过程中,用有限的生命获得了巨大的认知与智慧成长,有些则把自己的生命能用在声色犬马之所欲中快速地赔光了本钱,未老先衰中年暴毙。有些人每天郁郁寡欢,怏气逞强,意识状态与情绪状态内耗不

断，搞得一身是病怨天咒地看谁都不顺眼。还有人，活得潇洒自在，随意淡然，起居有时，心无大志却有大智，年迈后不恋皮囊无疾而终，安然离世时能量满满，甚至比出生时还富有朝气。

一生中，自己带来的生命能精粹，有人赔光了提前退场，有人惨淡经营入不敷出，有人勉强持平没赔没赚白忙活，有人不但在意识成长上获益良多，还积累下了更丰厚的生命力资本，让再入世时的自己，在心智、才干、认知水平、性格与可调度能量方面都全面碾压同龄人，成为生而知之的圣贤。

所有被规划好的行动都会被角色体验到。在某种程度上，你们所有平行自我都有一个根本的本性，因此你们的许多梦境会有相似之处。你和这些可能性自我间并不完全相同，但如果你遇见它们，你会立刻意识到自己发现了自己未知的其它部分。

在人世间，有时我们会遇到正在扮演其它个体的自我人格，当彼此相遇时，会感到莫名的亲近与心灵共鸣，这种相遇大多是被设计好的，但却少有“好”结果，因为在人生轨迹的设定中，我们都必然会面临种种考验，而这些考验大多与聚散得失相关。如果你不懂得、做不到共赢，那一方之所得就会成为另一方的失去，而人们对自己失去的总是记忆清晰且被在意所放大，交往多年后到头来，如果在意就会觉得自己是吃了亏的付出方，而他人总是不能提供自己想要的反馈与补偿。不满的争执慢慢积累成分歧，最后不欢而散两厢仇视。因此也就构成

了角色间的对等体验。

人们只有魂归一处时，才会恍然明白，自己一生中，帮过的、负过的，其实都是自己，夸赞鼓励过的、贬损埋怨过的也都是自己。争来斗去打压迫害过的还是自己。

你是左手帮右手提东西，还是右手去扇左脸的嘴巴子，都是一种对等体验。在开悟后的一体意识认知状态下，很多看似很可笑的事，被世人每天很当真地相互计较着。

故有言，上善若水利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。为学日益，为道日损，损之又损，以至于无为。无为而无不为，取天下常以无事。及其有事，不足以取天下。说白了，您要是还有所计较，那您还有个可去估量得失的“我”与“我的”，存于二分心里，也就尚未达成开悟的合一全然意识境界。

现在，这些并不一定代表更高进化的自我。他们中的某些能力比你更发达，但你的某些能力也比他们更发达。换句话说，我现在并不是在谈论你那些存在于所谓未来中的自我部分。

每一个可能性自我也有未来的自我。这种多维本体是我们将讨论中处理的心理结构。这个术语包括全我，它由你所熟悉的自我、可能性自我、转世自我，以及比你所认识的自我更高层次的自我组成。

这些共同构成了一个全我的基本本体结构。但这并不意味着这些部分不是独立且个体化的。此外，这些划分在很大程度上是人为的，因为实际上它们可以进一步延伸，比如延伸到存有层面。

我们之前说过,每一个当前角色我都在负责发展全然自我中的某一意识面向与技能特长,没谁可在一生中通透所有,没谁可在单一神魂的累世经历里获得无漏认知。存有乃至万有万存,其实都是弘一意识的自我分化,目的就是同时展开对不同可能性的综合立体探索,然后通过层层数据汇总与信息共享,来达成整体的意识水平全面快速发展。

所以作为单一个体来说,没必要去追求自身全面发展达成到每一项的巅峰,只要你能有效地完成自己负责领域的人生规划,就算是对整体有所贡献了。其它的能力缺失、认知不足,只要学会与弘一意识、意识合一信息流共鸣,就能无条件地获得相关指引与帮助。只要你和全然不见外,它老人家始终视你如其己身。

细雨社 www.xiyushe.org

因此,迷幻体验仅仅代表了必要的第一步,仅此而已。我向你们两位致以最诚挚的祝愿。我可以继续讲很长时间。我非常优雅地向你们的时间限制致敬。

给我的朋友鲁柏一个小提醒:我好像在几次课程中已经告诉过他了:他并没有怀孕,只是怀了想法。在这样的夜晚,我确实遗憾这些必要的限制,因为我确实很享受与你们的长时间交谈。

(“晚安,赛斯。”)

课程于 10:30 结束。珍说,当赛斯讲完最后一句话时,她感到一种强烈的平静感。她笑了。)

Y7-3-309.3

第 309 节 浓缩版

现在，我将进一步地在我们的课程中，解读迷幻体验对自我所产生的变化。自我结构依然存在，其处理物质宇宙中的操控责任依然保留，但在某些方面，这种操控的性质发生了变化。它变得更加直接，越来越多的物质属性在心智层面变的可被进行操控。

练习与了知真相后的人会感觉“实际的物质”在被意识介入的显化步骤方面被简化了。角色我变得更像内在自我，而不像过去的它自己。相对来说，这种改变后的角色我能够意识到以前被人文认知否认的大量内在实相与可能是真实存在的。角色在结构上，它仍然保持完整，但它在化学和电磁层面上已经发生了巨大变化。它能够更愿意开放自己，以接收内在体验。

例如，过去自我只接受通过肉身外在感官和物质环境获取的知识。现在，它在很大程度上对内在资料也保持开放态度。虽然需要进行某些解释，但一旦实现了这种自由，自我将永远无法回到从前盲目懵懂的状态。

人格因此获得整合，而角色我也通过接受内在资料得到了认知扩展，而不是存在感压缩。现在它由来自整体人格的更多元意识元素组成，在保持对伪装实相的意识觉知同时，还能暂时跳出肉身限制，获得更多的多维体验。

我曾告诉过你，通常来说，自我是具有自我意识的行动，它试图将自己与内在规划好的行动分离，并将行动视为外在的客体。现在，这个改变后的自我保留了其高度专门化的自我意识，但它现在可以将自己体验为行动中的一个本体，并且是行动的一部分。

这是意识和人格发展的基石。然而，这仅仅是第一步。没有这一步，意识是不可能进一步发展。你们系统中并不是每个人都能达到这个特定的阶段。而你们现在正处于这个阶段。这个状态曾被称为宇宙意识，但实际上并不完全如此。

踏出下一步的时候，是本体能够在它之内涵纳所有转世的详尽知识之时。然而，即便在这个状态下，各个转世自我的独立性并未削弱。每一个意识的提升步骤，都包含着对其与一切万有（All That Is）整体本体的内在认知。

当每一个独立的本体寻求了解并体验它的其他部分时，一切万有也在学习它是谁以及它是什么。行动永不停歇地探索着自身，一切万有永远无法完全认识自己，因为行动必须不断进行，而每个行动都会创造出新的未知。

因此，行动必须从每个可想象的点穿越自身，而这种旅行，作为行动本身，将创造出新的路径。

现在，在处理这些问题时，我必须从你们熟悉的心理结构角度来解释。

当你们自己的投射逐渐改善并变得更加频繁时，至少有可能，凭借你们的能力，你们将接触到一些不同的心理结构，到那时我可以告诉你们更多。

有一件事你们应该知道：行动无法停止。在这一点上它是无力的。它无法自我毁灭，但可以改变形式，同时也经常改变方向。行动是如此多维，以至于必须作为角色个体来自己体验。个体性是这种整体行动统一性的直接结果。同时，行动也是个体本体的直接结果，因为没有这些心理维度，统一性就无法实现自我增殖。

除了你们自身的心理结构之外，还有一些存在于你们难以理解的实相中，尽管它们可能与你们的实相相连，而且你们可能在不知不觉中是其中的一部分。

细雨社 www.xiyushe.org

例如，你们所谓的其它对等可能性实相就是一个例子。在矩阵系统中，有许多角色“你”，每一个“你”都在某种人格结构中彼此关联。你所认识的这个当前的“你”只是其中的一部分。在这个系统中，所有其他的“你”似乎都存在于某种可能的实相中。

对于其中的任何一个“你”而言，其他的“你”似乎都存在于一个可能的宇宙中。然而，所有的“你”在心理上是彼此相连的。这种联系实际上是无穷无尽的。那些相互平行存在的所有“你”，他们并非都拥有相同的父母，兄妹与子女，与此同时，这些情况也是其它角色各自不同生活中可能情境的一部分。

在两个可能的实相中，举个例子，你的母亲并没有生育子女，因此你并不存在于这些实相中。在其他的实相中，她结婚了，但并不是嫁给了你所认识的父亲。在那个实相中的长子和你之间，存在着一种心理上的连结。

在某些可能的系统中，你和你的母亲确实都存在，但却是完全的陌生人。你要知道，这种心理连接是真实存在的，而不仅仅是象征性的。而你所熟知的这个自我，也已经建立并启动了属于自己的可能实相。我是字面意思的，这一点我要明确说明。

情感强烈的感受会立即引发一个你可以称为切线的现象，它会在某个实相系统中得到展现。这是行动的内在本质。那些没有在你们物质世界中实现的内在想法、愿望或冲动，将会在其他系统中得以实现。

现在，内在自我会受到这些可能性人格的心理影响，因为它们彼此都有心理上的连结，并共同构成一个完整的人格结构，一个与你平常认知中的自我完全不同的完整人格完形。

你们的心理学家即使在最好的情况下，也只是在处理当前单一维度中单一角色的心理问题。在梦境状态下，在较大多维结构的多重自我部分有时会通过高度符号化的方式进行彼此交流。要想轻易解读这些符号并清晰地意识到它们，几乎是不可能的。

这里甚至有一个反馈系统在运作。然而，你必须明白，所有这些其他

自我的人格片段本体都是独立且完整的个体。它们以编码的心理结构形式存在于你的人格中，就像你也以同样的方式存在于它们的每一个人格中一样。

它们在你的意识内以潜伏状态存在着，并未在这个角色的系统中被进行表达。你拥有它们的能力，但没有使用。同样，你也潜伏在它们的人格结构中，而你的主要能力在它们的系统中也未被使用。你们所有人都是一个自我的一部分，存在于一个多维度的心理结构中。

所有被规划好的行动都会被角色体验到。在某种程度上，你们所有平行自我都有一个根本的本性，因此你们的许多梦境会有相似之处。你和这些可能性自我间并不完全相同，但如果你遇见它们，你会立刻意识到自己发现了自己未知的其它部分。

现在，这些并不一定代表更高进化的自我。他们中的某些能力比你更发达，但你的某些能力也比他们更发达。换句话说，我现在并不是在谈论你那些存在于所谓未来中的自我部分。

每一个可能性自我也有未来的自我。这种多维本体是我们将讨论中处理的心理结构。这个术语包括全我，它由你所熟悉的自我、可能性自我、转世自我，以及比你所认识的自我更高层次的自我组成。

这些共同构成了一个全我的基本本体结构。但这并不意味着这些部分不是独立且个体化的。此外，这些划分在很大程度上是人为的，因为

实际上它们可以进一步延伸，比如延伸到存有层面。

因此，迷幻体验仅仅代表了必要的第一步，仅此而已。我向你们两位致以最诚挚的祝愿。我可以继续讲很长时间。我非常优雅地向你们的时间限制致敬。

给我的朋友鲁柏一个小提醒：我好像在几次课程中已经告诉过他了：他并没有怀孕，只是怀了想法。在这样的夜晚，我确实遗憾这些必要的限制，因为我确实很享受与你们的长时间交谈。

细雨社 www.xiyushe.org

Y7-3-310.1

第310节 鲁柏突破恐惧循环的阶段性进展，信封实验 81

1967 年 1 月 9 日 星期一 晚 9 点

（在假期期间举行了两次自发的课程。第一次是在 1966 年 12 月 23 日，星期五，地点是加拉格夫妇的家中，我们四个人在场。赛斯讲述了有关飞碟、时间、其他系统等非常有趣的内容。蓓做了一些笔记，由于赛斯的语速较快，笔记有些不完整。笔记的副本将在后续的课程中附上。

第二次是在 1966 年 12 月 30 日，星期五，地点是我们公寓，参加者有我和珍、韦斯利·斯旺、比尔·麦克唐纳、帕特·诺雷利和克莱尔·克里滕登。赛斯讨论了计算机及其未来的使用；韦斯利·斯旺对这些资料表示认同。赛斯还提供了许多关于帕特的朋友布莱恩·胡利汉的个人资料，以及一些关于克莱尔和帕特的资料，并回答了我们所有人的问题。显然，其中相当多的资料是正确的，帕特和克莱尔都认同了这一点，不过没有笔记，我们无法核实。一件有趣的事情是：赛斯正确地指出了克莱尔的生日是 2 月 13 日，但年份错了一年。他说是 1948 年，而正确的年份是 1947 年。

珍在坐下时进入了出神状态。她的眼睛经常睁开，声音较为平静，通常有短暂的停顿。）

晚上好。

首先，我要做一些简短的评论。你们最近吃的食物太油腻了。鲁柏应该按计划重新开始练习瑜伽。

我有几件事要在这里讨论。我之前提到的可能性实相并不是在空间上与你们的实相分离，而是在能量显化投影频段的层面上分离。你们所谓死后犹存的人格同样也不是在空间上与你们分离，而是在能量显化投影频段上的层面上分离。

你们无法在物质层面感知到它们，是因为肉身感官被设定了可感知的频率范围。对于那些你们所谓的灵体来说，它们已经改变了自身投影的聚焦焦点方向。对于可能性实相而言，其能量的焦点与你们的不同。正如你所知道的，在某些情况下，与死后犹存的人格接触是完全可能的。然而，要与你自己的其它平行可能性人格取得联系却非常困难。

但在梦境状态下，利用潜意识这种情况在某种程度上的接触有可能达成。但这并非有意的接触，而是一种自发的融合。

在梦宇宙的电磁矩阵里，存在着多种形式与格式的显化实相，这些相互平行的伪装实相构成了整个矩阵体系。

首先我们最熟悉的是线性时间构成的“始末场景”实相，它们犹如连环画一样，一帧帧地同时存在着，当意识的焦点扫过这些画面时，生命体验就变得灵动与连续。

其次是由当前实相的其它平行可能构成的“本角色多元实相丛”。所有当前角色可能遭遇与演绎出的各种可能构成了当前角色的人生矩阵，而在这矩阵中所有平行位面里的同一个角色我，各自在经历由相同时代背景构成的不同人生体验。虽然看似角色是相同的，但其父母、兄妹、爱人、孩子，可以是相同或不同的。

在看似相同的人物背景实相中，因入胎前对角色人物关系初始设定的

不同，会造就角色不同的客观环境，而角色我此生是否有缘接触觉醒助缘也是提前规划好的，但角色我是否准备好了欣然接纳事实真相，就是一个变数了。

除去相同角色构成的“本角色多元实相丛”外，同一存有旗下的众多人格们，还在同时各自演绎着其它不同的人物角色，在不同的时代剧中，在不同的民族地域中，在不同的星球上。这构成了更多元多维的立体自我实相矩阵结构。

而这些只不过是人格片段在经历生命体验四部曲中第二阶段里的一部分。我们之前说过，一个完整生命体验分为四部分，分别是：规划矩阵与组建剧组、入世操练和相互助缘、死后反思与弥补代偿、回味休整与评估总结。细雨社 www.xiyushe.org

在世间的经历，主要集中在第二和第三阶段，即生活阶段与亡灵阶段。意识已近乎成熟的人格不会在角色凋亡后，继续滞留于舞台上纠缠那些有的没的各种角色所在意的不舍与不甘。成为滞留灵的或修炼成仙的，其实从本质上没什么两样，只不过所执不同而已，一种是世俗的所执，一种是宗教的所执，但都会把自己搞成一种继续滞留在伪装实相层内的“灵体”。

这类“灵体”，其实不过是用另一种显像频率与电磁物质密度存在于伪装实相层内的角色我，而它们依据自我认知的所愿，创构出属于自己的死后实相体系，并在其中依据自己所愿而活。当然这里的自我所

愿，是指前意识里的三观认知，和角色心愿有时无关，比如受困于灾祸现场或自杀身亡而无法魂归中阴的游魂们，它们确实想求解脱，但遇到牵引光或接引灵时，又躲藏着不肯不敢不愿跟着回家。

这些灵体们构建出来的伪装实相层，又与我们的实相层形成彼此平行且相互套叠的关系——它们既存在于我们的物理实相中，又以不同的电磁显像频率存在于灵界实相中。借由意识能量调频与兼容的形式，串台入我们的显像频率中，或人间的某些修行者利用意识解离与意识调频，可以看见或感受到不同频段内的其它实相与人物们。



前面所说到的复杂平行伪装实相，还仅仅是意识二维以下实相层中的投影位面，如果考虑到生命体验的第一与第四阶段，那就不得不涉及到梦宇宙电磁矩阵中第三维度里的中阴实相层，和第四维度里的意识能量流转换为物相实景的中间层。在这两个色相可见的伪装层中，内在自我们以意识法身的状态存在着，不管其所处的实相亦或自身或所见的他人，还都属于伪装投影所生成构建出的梦境。只不过在其中生活与行走着的角色我们，觉得自己要比低维投影层中的那些人物角色

们更真实，更贴近本源真相。

受困于自我当前角色的认知格局与能力范畴，我们透过意识解离与意识焦点转移，可以感知到当前角色的过去与未来，还有其它被经历过的或未能触发成现实的人生可能性。当然如果再进一步，我们也可以透过自己内我的神魂视角，回想起自己过往经历过的累世人物传记，并透过自己的人格本体与本家的主人格或存有取得意识共鸣，借此了知更深层次的实相真知。

在这一过程中，窥见当前角色的前因后果来龙去脉，可以想象成是一个前后的时空坐标轴；而与自身人格、主人格、存有、万有万存，相互意识共鸣彼此交流是垂直竖向的意识维度阶梯；而了知在众多平行实相里的其它人格片段，当前在干什么在经历什么，构成了横向的坐标轴——搞到这方面的信息其实是最难的，因为靠自己的意识调频与变轨是不够的，你需要首先做到无我，然后与本家存有的意识共鸣，再借由它的视角去调阅其它人格的视角所见与记忆所知。

当然也有相对简单些的办法：每天当角色熟睡后，人格的意识焦点从角色中撤回，不存在时差的人格们，借由各自的潜意识通路，纷纷回到自我集体意识的意识池中，上传自己的见闻觉知，并相互商量后续的发展安排，在这个好似小广场般的聚集地，我们可以听闻或见识到其它自我带回的或领取到的剧情简报。如果你已经学会记梦，就能在梦醒时分快速地把见闻到的信息记录下来，供当前的角色我观摩学习。

这些见闻知识因不属于当前角色，故而一旦角色脑开始运作，想在角色脑海中找到这些信息的回忆是不可能的。

（停顿）顺便说一句，鲁柏，有个好日子，大约是 1 月 13 日。

（停顿）这些可能性实相存在于你们通常称为自己活动范围的领域，也就是你们自己的层面。然而，还有许多其他实相与你们的实相相距甚远。正如我告诉过你的，每一个思想都是一个行动，必须寻求实现自己。因此，每一个当前的角色我都是一个思想的片段。你实际上被你无法有意识感知的其他实相包围着。其中一些被内在自我感知到，但并非全部。我可以感知到许多你无法感知的事物，但我也无法感知到全部，而我所感知到的也只是“一切万有”的一小部分。

死后犹存的人格们常以它们曾经角色的样貌显化自己的存在，也以它们现在的状态样式存在。这是一个重要的观点。它们生前的样貌依然被认知保留着，并且在某些条件下可以被他人感知到。

也就是说，亡灵们显化自己的方式继续保持着部分过往自己角色的特征，而且与他们过去的样子又有所区别和不同。在角色死亡后，作为亡灵的这个人格又经历了新的实相经历，不再完全是过去的那个人了。然而，过去的那个人仍然作为一种心理单元存在于其记忆中。亡灵是死后犹存的人格，它包含了角色过去的一切记忆与认知，又添加了后续的许多经历带来的改变。

随着它自身经历的增长，之前在人世间的经历开始变得不那么重要，仿佛昨日之梦一般，而它们当前要直面的问题与窘境才是它们真切关心与在意的，尽管它们在任何时候都可以被生动地再次激活投身入生前的某一人人生片段。当我在这里谈论生前死后的这些看似连续性的话题时、你们要记住所谓的过去和未来，都只是为了简化说明而这样说

的，因为那个死后犹存的人格，也就是他，一直都存在着。体验滞留灵的体验，其实也是出生前计划中被规划好的一部分。

迷幻体验或任何神秘体验，有时会使你接触到一个看似你未来自我的存在。当然，这个自我一直都存在。内在自我有能力穿透你所有的伪装资料，去感知那些其他的实相系统。然而，为了达到最充分的发展，这些感知必须被意识到。甚至连自我也必须对它们有所觉察。

大多数人都会有这样的人生经验，当你在二十年同学聚会上，再次看见自己曾经的初恋时，那人已经婚嫁，身边孩子跑着。那眉眼间依稀可见当年的轮廓，初恋时的记忆、分手时的遗憾，与这些年未曾放下又不敢提及的关切，最后到嘴边只剩下一句：你还好吗？

其实死亡并非生命体验的终点，甚至可以说生前的体验不过只是整个人生课题的铺垫，经历角色的一生，才知道有些故事的布局与跨度到底能有多大，甚至经常三到四次往复的转生，才让人格了知清楚一个主题剧的核心要义在表达什么。所以其实对于高维意识存有来说，角色我的一时苦难、一世生死，经常根本就不算什么，甚至都是计划内的巧妙安排。所以很多时候，我们感到自己叫天不应叫地不灵，好像是被遗弃了的小孩，却不知自己当经历的、在经历的、将要经历的都是被上边安排好的课程表。你即使跪着磕头哭爹喊娘求祖宗，要写的作业要考的试一样也少不了。

都说盖棺定论，我们往往对逝者英灵的记忆是停留在过往有所交集的认知中，但亡灵在经历了许多死后的经历后，整个人格的所是发生了

巨大的认知转变，其所在意的与所不在意的、其当前渴望的与抵触的东西会大有不同。

比如，你和二十年前的高中同学攀交情，说那些当年一同经历过的糗事，彼此一阵唏嘘，当你言归正传请他借钱给你应急、请他帮忙给你搭桥铺路，人家表面和你说“好的，没问题”，回头就和现在的朋友吐槽你的请求唐突不合时宜。就好像你一梦醒来，正在刷牙洗脸上妆准备出门，结果梦中的某个人物角色突然在你的意识里叫喊着让你帮忙干这干那，你会怎么想呢？

或者用另一种比喻：你在网游世界里认识了一群人，大家组队，甚至为拿系统奖励，结成游戏伴侣或老带新互助搭子。有一天你不再玩这个游戏了，很久后，某天在网上碰上某人，那人说自己是那过去网游里的谁谁谁，然后就各种跟你攀交情，你会怎么想呢？

其实当人格的意识焦点从过往角色中离开后，其生命经历并没结束，但过往生命经历中的那些人物关系却告一段落了。只有还在梦里的世人会心心念念地记挂着爱人、父母、早夭的孩子，那些已经退场了的演员们，大多数并不再在意舞台剧上人们的各种哭哭闹闹，甚至被牵挂拉扯得久了，还会感觉比较厌烦。

就好像某个八线的龙套演员，在街上遇到某人，拉住人家袖子说：你还记得我吗？想想，再想想，十多年前，那部什么什么片子里，我演过你孙子的，我演过你情人的……人家只会皱眉说：你谁啊？戏里的

事也当真，幼稚。

亡灵在死后的经历会极大地改变其认知与心性,比如生前被宗教骗了一辈子的人,死后发现本不是那回事,这时家人还用宗教的那套东西搞它,它会很生气;相反的,有些亡灵身陷在自己用宗教认知构建出的伪相里,家人不按照其宗教认知敬拜它,它会很生气。再有那梦醒后因无所执,直接回第四维中间层的意识人格,它们会对梦世界里的那些家人突然变得很冷漠,就好像你走出电影院后,不再关心大屏幕上走着字幕时偶尔呈现的彩蛋画面花絮片段一样。又有的迟迟不肯回归意识界,滞留在舞台上,就算没有自己的戏份了,不时给自己加戏,招猫逗狗的生怕人们忘了自己,或用了自己的房子、拿了自己的东西、谁在自己背后死后说自己坏话呢。

总而言之,如果我们说世间的人生是一部大戏,那死后的经历则更是五花八门错综复杂。生命体验在进入第三阶后,只会比第二阶段更有趣更多彩,人世间的第二阶段就好像是我们的校园生活,而第三阶段算是真的步入社会了。

Y7-3-310.2 (E81)

(休息时间: 9:22, 继续: 9:30)

现在,请稍等一下。

鲁柏没有关节炎。目前,建议他进行以下饮食替代或调整:

黑咖啡或茶,或者加糖不加奶的咖啡。多吃新鲜水果和蔬菜。少吃油

炸食品。多喝水，少喝其他液体。

(长时间停顿) 再给我们一点时间。

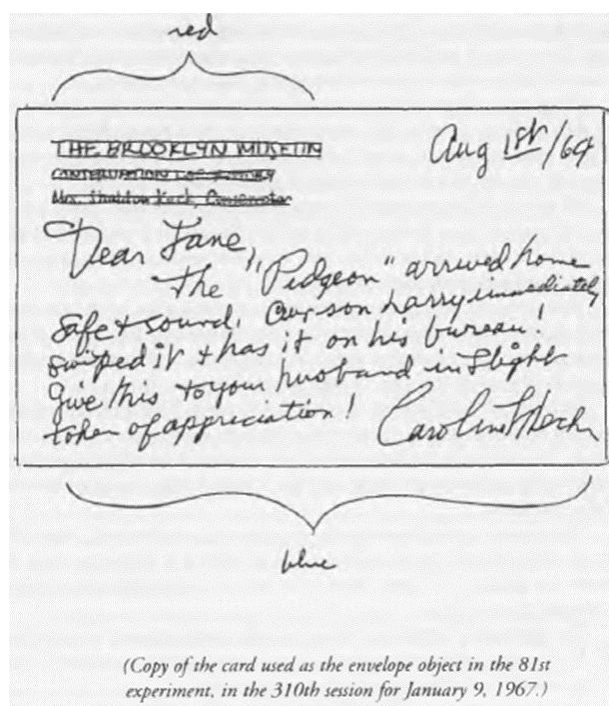
喝葡萄酒而不是啤酒。现在的脊椎调整是有益的(此处下划线)。针对鼻窦的瑜伽练习在很大程度上替代了他的药物,尽管不一定完全替代。认真回归他的书,运用这里给潜意识的指示。

你看,这是对新书的一种全然投入。向潜意识给予恰当的指示:让它知道原来的书会畅销,并会被接受。把写诗重新当成每天正常活动的一部分。在他没有外出工作的日子里,增加散步或一些户外活动。做瑜伽练习时,开一扇窗。

你有没有实验给我?

("有。"今晚的实验物品是一张卡片,是布鲁克林博物馆的绘画修复师卡罗琳·凯克于 1964 年寄给珍的。

晚上 9:39,珍接过我给她的双层密封信封,准备进行第 81 次实验。她闭上眼睛,将信封水平举到额头。)



请给我们一点时间。你可以看到我是怎么拿着的。这些是印象。

一个黄色方块。右上角有黑色印刷品或字母或写字，延伸到中心。

一张矩形的纸，可能像明信片一样的形状和大小。一个框架包裹在另一个框架内。

四加一，以及一个平衡，或相等的设计元素。与 1962 年或 1964 年日期有联系，或者两者都有。与一个电话联系有关，还有一个石头框架。岩石质感。还有 JB。

("JB 还是 D? ")

B, 还有 G。与明尼阿波利斯(Minneapolis), 明尼苏达州(Minnesota)的远距离联系，我不明白。这至少是一个看起来像那样的长词，或者是密西西比州(Mississippi)，或者类似的。似乎与这个词有某种外国元素联系。这使得鲁柏现在联想到与她一起工作的那位女士。

细雨社 www.xiyushe.org

与光有关。几个小字母或数字，还有一张从远方寄来的邮戳卡片。与“一杆进洞”有关，我不知道这是否与高尔夫球有关或是指什么。

与某种被装订的东西有关，如书籍。

一幅非常小的图像，比如物件上的方块或矩形。一个邀请参加的邀请函。与栅栏或框架有关的物件。还有一个与男人的联系。与你和另一个男人有关，还有某种与 1492 年有关的联系，可能指向历史事件。

你有任何问题吗？

(珍短暂地放下了信封。

"那本书的联系是什么? ")

(停顿) 似乎是一本旧书。一本有深色封面，比如棕色的书。书的侧面，当书闭合时，看起来有点暗淡，像是老旧的金色。书还与一张桌

子和另一个地点有联系。

("JB 指的是谁? ")

这里是指鲁柏。

("那么 G 呢? ")

我感受到的是一个大的花体 G。

("除了我以外的另一个男人是谁? ")

与一只动物在树上有关，我不太理解。

另一个男人是朋友，而不是亲戚。

("他的缩写? ")

可能是你的朋友加拉格 (Gallagher)，或者是你的朋友马克 (Mark)，因为名字似乎是威廉 (William)。

(马克是赛斯为比尔·麦克唐纳 (Bill MacDonnel) 取的存有名。

"你还有什么要补充的吗? ")

一个小盒子，就这样。

(晚上 9:52 休息。珍在整个实验过程中大部分时间眼睛是闭着的。她回忆起一些图像，这些将在对应部分进行讨论。

和往常一样，我将物件夹在两张硬纸之间，然后密封在两个信封中。自 1964 年 8 月以来，珍就没有见过这个物件，因为它一直在我的文件中。

见图示。实验物品是一张卡片，背面是空白的，1964 年 8 月初由布鲁克林博物馆的画作修复师卡罗琳·克克 (Caroline Keck) 寄给珍。卡片

附带了一本名为《你的当代绘画比你想象的更短暂吗?》的书籍副本,还附有一份油印的地址清单,提供与绘画修复相关的技术帮助和用品。该清单也由卡罗琳·克克编制,书籍则由路易斯·波莫兰茨(Louis Pomerantz)撰写。

卡罗琳·克克将这些物品寄给珍,感谢她为我送给卡罗琳·克克的一幅钢笔画鸽子图。1964年7月,珍在阿诺特艺术画廊工作,卡罗琳·克克和她的丈夫谢尔登当时花了一段时间整理画廊的收藏品。珍很喜欢卡罗琳·克克,两人相处得很好。那幅鸽子画曾在克克夫妇在场时展出,他们都很欣赏。我从未见过克克夫妇,但让珍将这幅画送给他们。

赛斯在我们完成资料连接后没有再回来。我们在 10:26 结束。

“一个黄色的方块。” 没有相关性。物件印在带有淡奶油色调的卡纸上,但不是黄色。奇怪的是,珍说她有一个黄色方块的印象。

卡罗琳·克克的油印清单也印在类似这种页面大小的奶油色调纸张上。路易斯·波莫兰茨的小书封面是锈红色的,标题是反字母印刷,这也是奶油色调的。

“右上角有黑色印刷或字母或写字,延伸到中心。”珍说这个资料是正确的,卡片上左上角确实有布鲁克林博物馆和卡罗琳·克克的名字。对珍来说,这些字确实向卡片中心延伸。

如图,这些字是锈红色的,颜色与路易斯·波莫兰茨的书封面相似。卡罗琳·克克的手写字迹是蓝色的,所以物件上没有黑色。然而,赛斯可能将蓝色误解为黑色,并把它放在了左上角。

“一张矩形的纸,可能是明信片的形状和大小。”物件是一张矩形的纸,厚实的卡纸或轻质卡片纸。它也是明信片的形状,大小几乎相同。

实际上稍微小一些。

“一个框架内的框架。”有些模糊，但我们认为是合理的。珍说克克夫妇在 1964 年 7 月在画廊工作时处理了许多画框和画作。画作可以是一个框架，适合放在另一个框架内——也就是画框。也可能是一个概括，指的是埃尔迈拉的阿诺特画廊或物件中提到的布鲁克林博物馆，或两者兼有。

“四加一，以及一个平衡或相等的设计元素。”没有与四加一相关的联系。

珍认为平衡是指路易斯·波莫兰茨的书，该书连同物件和油印清单一起于 1964 年 8 月由卡罗琳·克克从布鲁克林寄出。这三样物品都涉及画作保护。路易斯·波莫兰茨书的标题页显示，它是由芝加哥一家章节艺术家权益出版社[Chapter Artists Equity Publications]发行的，地址为伊利诺州，芝加哥市，南密西根大道 332 号。书的前言也提到艺术家权益协会[Artists Equity Association]。

设计中的相等元素这个关联是另一个笼统的解读，指的是今晚的资料性质——艺术背景。

“与 1962 年或 1964 年日期的联系。”赛斯正确地提到了这两个日期。见第 230 页。物件日期为 1964 年 8 月 1 日——卡罗琳·克克的油印清单也标有 1964 年。路易斯·波莫兰茨的书版权日期为 1962 年。

“与一次电话联系的关系。”一般资料。记得阿诺特画廊曾经从埃尔迈拉打电话到布鲁克林，联系克克夫妇安排他们来埃尔迈拉进行保护工作。

“与一个石头框架的关系。岩石质感。”可能是物件的另一个概括性引用，因为物件的作者卡罗琳·克克与布鲁克林博物馆和阿诺特艺术

画廊都有联系。这两个建筑物都是石头建成的，尽管还有一些砖等附加物。

框架的资料可能与之前提到的框架和画作相关。

“还有 JB。”后来赛斯确认 JB 指的是鲁柏或珍。这个资料很好。物件是寄给珍的。

“还有 G。”路易斯·波默兰茨书的插图是由葆拉·杰拉德 (Paula Gerard) 绘制的。但我们认为这个 G 资料是个扭曲，指的是我们的朋友比尔·加拉格 (Bill Gallagher)，如在问答环节中提到的。

“与一个遥远的明尼阿波利斯，明尼苏达州有联系，我不理解。至少有一个长词，看起来像是这样。或者密西西比之类的词。似乎与这个词有某种外国元素有关。”

这一段一开始让我们感到困惑。我们认为这指的是路易斯·波默兰茨所著的书；还有插图作者葆拉·杰拉德，以及书中讨论的艺术家权益协会。

在书的扉页对面的页面上，有一长段详细列出了路易斯·波默兰茨的职业经历、学习经历等。他曾在海外广泛学习和工作，尤其是在加拿大和布鲁克林的凯克夫妇一起作为艺术专家工作。此外，他也曾在美国中西部的几个地方，如芝加哥等地工作。因此，这里提到的外国元素可能是指他的这些经历。

在同一页面下方，珍短地介绍了葆拉·杰拉德的职业生涯，其中提到了明尼阿波利斯，明尼苏达州。

在此下方，艺术家权益协会也列出了该协会主席的地址，地址为明尼苏达大学。路易斯·波默兰茨和葆拉·杰拉德都是该协会的成员。

另一个以 M 开头的较长词也出现在出版商的地址中——“332 South Michigan Avenue（南密歇根大道 332 号）”，这是出版商的地址。

“这引导鲁柏与她工作的那位女士产生了联系。”

我们认为这是有效的资料。珍的当前工作环境与她在 1964 年 7 月至 8 月在画廊工作的环境非常相似。现在，她和当时一样，和一位上司女性一起工作。两个女性的姓氏也都以 M 开头——玛斯特斯（Masters）在画廊，梅斯提尼图斯（Methinitus）现在在犹太社区中心的幼儿园工作。

而且，这个物品本身也指向珍曾与另一位女性密切合作的情况——即在 1964 年 7 月，与卡罗琳·凯克一起进行艺术保护工作时。

“与光的联系。”

这是指卡罗琳·凯克，物品的作者，以及她的丈夫，珍解释道。凯克夫妇带着专用设备来到阿尔诺特画廊，检查画廊的绘画作品；其中有一种特定的光源。虽然珍现在无法确定，但很可能是紫外线或红外线。

“几个小字母或数字，以及一张从远方寄来的带戳的卡片。”

见图。物品上包含地址左上角的小印刷字母，还包含日期中的数字。这是一张卡片，但没有邮戳；而是和路易斯·波默兰茨的书以及前面提到的油印清单一起寄给珍的。

这里的“远方”指的是纽约布鲁克林。

“一杆进洞。我不知道这是否与高尔夫有关，或与什么有关。”

我们没有找到字面上的联系。我们猜测这可能是指凯克夫妇作为绘画保护者的工作，修复受损的艺术品。

“与某种装订物品的联系，像书一样。”

可能是指路易斯·波默兰茨的书，与物品一起寄给珍。这里可能存在一些失真，如赛斯对第一个问题的回答所示。

“一个非常小的图像，例如物品上的方形或矩形。”

这可能是由于物品与明信片相似而引起的失真。但如前所述，物品并没有单独邮寄，也没有邮票等标记，也没有类似方形或矩形的标记。

“一个邀请参加的邀请函。”

到目前为止，珍无法回忆起与此相关的事件。凯克夫妇在他们的领域内很有名，很可能有人为他们在艾尔迈拉及画廊工作期间举行过某种社交活动。珍可能被邀请参加，但她并不确定自己是否收到了邀请。

“与栅栏或框架的联系。”

再次提到框架，可能指的是框架、绘画等，如前面解释的。栅栏也可能是字面上的解释：凯克夫妇工作的阿尔诺特画廊周围有一道黑色的铁栅栏。

“与一个男人的联系。与你和另一个男人。”

这里出现了一些失真，但我们认为这些资料是有效的。见图示。请注意，卡罗琳·凯克写信给珍，说她的儿子拉里将我的画拿走自用。当珍给出这些资料时，她看了我一眼。

接下来的资料可能有些失真：

“与 1492 年的日期有某种联系，可能与历史事件有关。”

提到 1492 年时，我想到了比尔·加拉格，这个资料可能来源于之前提到的“另一个男人”资料；比尔和我最近讨论了古代帆船及相关日期

等，其中一些讨论是在珍在场时进行的。

“博物馆”一词具有历史意义，凯克夫妇处理的往往是具有历史意义的古画，因此珍在强调凯克夫妇在 1964 年 8 月在艾尔迈拉处理的古画也是一种历史事件时，仍然是正确的。

第一个问题：关于书籍的那个联系是什么？

“似乎是一本旧书。装订精美，封面为深色，类似棕色。书的侧面，当书合上时，页面的颜色像是陈旧的金色。书与书桌以及另一个地方有联系。”

这里存在失真。珍表示她将凯克夫妇处理的古画和镀金框与旧书混淆了。这本书很可能是路易斯·波默兰茨的现代书，如前所述。书的封面是铁锈红色的。此外，它可能曾放在一张书桌上，并从另一个地方——布鲁克林，纽约寄给珍。

细雨社 www.xiyushe.org

第二个问题：JB 指的是谁？

“这里指鲁柏（Ruburt）。 ” 正确。实验物品是写给珍的。

第三个问题：G 指的是什么？

“一个大写的 G，是印象中的一个花体 G。”

显然，这里有一些失真。正如我们所看到的，珍在这里可能想到的是我们朋友比尔·加拉格，因此有了这个大写的 G。

第四个问题：除了我之外，提到的另一个男人是谁？

“与我不理解的树上的动物有关。”

我希望赛斯，或者珍，能提到卡罗琳·凯克的丈夫谢尔顿，或者她的儿子拉里，拉里的名字在物品上写着。当然，我也与另一个男人有联

系，赛斯捕捉到了这一点——因为我的画被拉里·凯克拿走使用，如物品中所提到的那样。

这又引出了赛斯的一些非常准确的资料，且颇具趣味。我送给凯克夫妇的画是一只鸽子的画——那只“树上的动物”。这幅画实际上只画了一只鸽子，没有画树，而鸽子也不是一种动物。然而，这一资料仍然非常准确。

“另一个男人，应该是朋友而非亲戚。”

这里，赛斯或珍似乎再次指向比尔·加拉格。我从未见过卡罗琳或谢尔顿·凯克，也没见过他们的儿子拉里，他当时在布鲁克林。

第五个问题：缩写？

“这可能是你的朋友加拉格，或者是你的朋友马克，名字似乎是威廉。”

这一点没有命中。据我们所知，比尔·加拉格或比尔·麦克唐纳(Mark)都没有与这个物品有直接关系。比尔·麦克唐纳可能在画廊里看到过我展出的鸽子画；但我不确定。威廉这个名字可能是源于拉里，物品上提到的名字。

第六个问题：还有什么要补充的吗？

“一个小盒子，仅此而已。”

在这个时候，我们已经无法回忆。可能书、油印的清单和物品本身被装在一个小盒子里，或是用牛皮纸信封寄出等。

10:26 结束。)

Y7-3-310.3

第 310 节 浓缩版

首先，我要做一些简短的评论。你们最近吃的食物太油腻了。鲁柏应该按计划重新开始练习瑜伽。

我有几件事要在这里讨论。我之前提到的可能性实相并不是在空间上与你们的实相分离，而是在能量显化投影频段的层面上分离。你们所谓死后犹存的人格同样也不是在空间上与你们分离，而是在能量显化投影频段上的层面上分离。

你们无法在物质层面感知到它们，是因为肉身感官被设定了可感知的频率范围。对于那些你们所谓的灵体来说，它们已经改变了自身投影的聚焦焦点方向。对于可能性实相而言，其能量的焦点与你们的不同。正如你所知道的，在某些情况下，与死后犹存的人格接触是完全可能的。然而，要与你自己的其它平行可能性人格取得联系却非常困难。

但在梦境状态下，利用潜意识这种情况在某种程度上的接触有可能达成。但这并非有意的接触，而是一种自发的融合。

顺便说一句，鲁柏，有个好日子，大约是 1 月 13 日。

这些可能性实相存在于你们通常称为自己活动范围的领域，也就是你们自己的层面。然而，还有许多其他实相与你们的实相相距甚远。正如我告诉过你的，每一个思想都是一个行动，必须寻求实现自己。因

此，每一个当前的角色我都是一个思想的片段。你实际上被你无法有意识感知的其他实相包围着。其中一些被内在自我感知到，但并非全部。我可以感知到许多你无法感知的事物，但我也无法感知到全部，而我所感知到的也只是“一切万有”的一小部分。

死后犹存的人格们常以它们曾经角色的样貌显化自己的存在，也以它们现在的状态样式存在。这是一个重要的观点。它们生气的样貌依然被认知保留着，并且在某些条件下可以被他人感知到。

也就是说，亡灵们显化自己的方式继续保持着部分过往自己角色的特征，而且与他们过去的样子又有所区别和不同。在角色死亡后，作为亡灵的这个人格又经历了新的实相经历，不再完全是过去的那个人了。然而，过去的那个人仍然作为一种心理单元存在于其记忆中。亡灵是死后犹存的人格，它包含了角色过去的一切记忆与认知，又添加了后续的许多经历带来的改变。

随着他自身经历的增长，之前在人世间的经历开始变得不那么重要，仿佛昨日之梦一般，而它们当前要直面的问题与窘境才是它们真切关心与在意的，尽管它们在任何时候都可以被生动地再次激活投身入生前的某一人生命片段。当我在这里谈论生前死后的这些看似连续性的话题时、你们要记住所谓的过去和未来，都只是为了简化说明而这样说的，因为那个死后犹存的人格，也就是他，一直都存在着。体验滞留灵的体验，其实也是出生前计划中被规划好的一部分。

迷幻体验或任何神秘体验，有时会使你接触到一个看似你未来自我的存在。当然，这个自我一直都存在。内在自我有能力穿透你所有的伪装资料，去感知那些其他的实相系统。然而，为了达到最充分的发展，这些感知必须被意识到。甚至连自我也必须对它们有所觉察。

鲁柏没有关节炎。目前，建议他进行以下饮食替代或调整：

黑咖啡或茶，或者加糖不加奶的咖啡。多吃新鲜水果和蔬菜。少吃油炸食品。多喝水，少喝其他液体。

喝葡萄酒而不是啤酒。现在的脊椎调整是有益的。针对鼻窦的瑜伽练习在很大程度上替代了他的药物，尽管不一定完全替代。认真回归他的书，运用这里给潜意识的指示。

投入到新书中，给潜意识恰当的指示，告诉它原来的书会畅销并会被接受。每天的正常活动中应该重新加入诗歌创作。在他不外出工作的日子里，进行散步或一些户外活动。做瑜伽练习时打开窗户。

(Y7-3 第三册 301-310 节 结束)

下册预告：第四册 Y7-4 (311-320)



真正的高维意识，它并不把自己当成主宰或神，也不会去出手干预事件的发展走向，更不会自己当编剧，然后自己当判官，把在自己戏里被自己要求去演“坏人”的演员都拉去关禁闭。

实际上当意识逐步成熟成长到了一定认知高度后，会对一切都相当从容淡然——某一角色的生死聚散，某一时代剧的战火疾乱，都是千百电视频道中的某一影视剧，是众多平行可能中，构成对等体验的某种经历选择。真心没谁会看着视频抹眼泪，或气得发抖，冲进片场去打演员、呵斥编剧改剧本的。如果真的那样情绪化又无知，还想扮演神灵？根本就没那资格，最多是体验一把偏执入魔的独裁者。

真正的信仰应该是建立在对“完整自我体系”的自信基础上，并依此展开对自我意识发展的多方面探究。

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？

全部细雨资料均为无偿提供，包括文字版电子书和音视频版本，参见下页的细雨社出版体系与正版资料访问入口。这些均由细雨社发行方直接维护，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？

细雨资料自 2020 年问世开始一直在累积并每日增加中，目前已出版十几个系列，书写近百册、一千多万字，更多内容将陆续出版。详见各册书尾的出版一览表和细雨社主站 [《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。

在每册书开始的出版结构总览中，都有适用于当册的[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。更多相关内容的学习心法等问题请见细雨社主站 [《细雨资料导读》](#)。

每部/册书均有唯一代码，书内各章节处有红色编码，可用于在细雨社主站文字版电子书和各授权音视频平台的快捷搜索。

4. 关于细雨社？

细雨社是[非营利志愿者公益群体](#)，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、发行和保存工作。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。2023 年 8 月更名为“[细雨社](#)”，自 2025 年 11 月起，细雨社仅专注于出版发行及权利管理工作。

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，无开班授课拜师崇拜等。请注意识别。Email: xiyushe@outlook.com（志愿工作专用）

5. 更多问题？

更多详情请访问[细雨社主站 xiyushe.org](#) 查阅《细雨资料导读》等相关文件。

细雨资料主要获取与下载渠道

细雨社出版体系与正版资料访问入口 (Publication Network & Authentic Editions):

- 细雨社主站: xiyushe.org — 细雨资料电子书库 (免费下载最新电子书)
- 导航网站: xiyu.love — 有声书、视频与多平台导航
- 出版档案库: archive.org/details/@xiyushe — 全球同步发布与永久保存

扫码进入细雨社主站 xiyushe.org
免费下载全部正版细雨资料电子书



细雨社出版体系授权的多媒体发行平台 (Publication-Authorized Audio & Video Editions):

YouTube: [细雨社](#) | [细雨资料](#)

喜马拉雅：海轮海轮

微信视频号：[细雨社](#)

哔哩哔哩：海轮海轮



细雨社 | 细雨资料



细雨社



海轮海轮



海轮海轮



提示：新书首发信息及变动内容，请以细雨社主站和导航站的公告为准。

更多平台请访问导航站 xiyu.love



细雨著作出版总览和代码对照表(2025 年 12 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
	(单行本)	YS	《意识能量探索》	待再版
S1	《思想的阶梯》 第一季	S1-1	《自我认知与意识连通高维》专题长文	已出版
		S1-2	《自我认知的百宝箱》随笔小品	已出版
		S1-3	《知道 vs 问道》细雨问答	已出版
		S1-4	《世上练 致良知》案例集锦	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》专题长文	已出版
		S2-2	《自我认知的百宝箱》随笔小品	已出版
		S2-3	《知道 vs 问道》细雨问答	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 Y1X	Y1-新世纪中如何理解赛斯书《未知的实相》(679-744) (Y1X 为仅细雨解读、无赛斯原文版)			
	《已知的实相I》	Y1-1	第一册 679-687 (Y1X-1、Y1-1) (细雨社译本)	已出版
		Y1-2	第二册 688-695 (Y1X-2、Y1-2) (细雨社译本)	已出版
		Y1-3	第三册 695-704 (Y1X-3、Y1-3) (细雨社译本)	已出版
		Y1X-4	第四册 705-715 (当前为Y1X-4, Y1-4 即将出版)	已出版
		Y1X-5	第五册 716-726 (当前为Y1X-5, Y1-5 即将出版)	已出版
		Y1X-6	第六册 727-744 (当前为Y1X-6, Y1-6 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 (细雨社译本)	已出版
		Y2-3	第三册 23-32 (细雨社译本)	已出版
		Y2-4	第四册 33-42 (细雨社译本)	已出版
		Y2-5	第五册 43-51 (细雨社译本)	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	已出版
		Y6-3	第三册 260-270	已出版
		Y6-4	第四册 271-280	已出版
Y7	Y7-自我预言的实现（细雨早期课译本现代汉语版 281-333）			
	《已知的实相VII》	Y7-1	第一册 281-289	已出版
		Y7-2	第二册 290-300	已出版
		Y7-3	第三册 301-310	已出版
		Y7-4	第四册 311-320	已出版
		Y7-5	第五册 321-333	已出版
Y8	Y8-主意识人格大赛斯开讲（细雨早期课译本现代汉语版 334-421）			
	《已知的实相VIII》	Y8-1	第一册 334-354	已出版
		Y8-2	第二册 355-373	已出版
		Y8-3	第三册 374-392	已出版
		Y8-4	第四册 393-405	已出版
		Y8-5	第五册 406-421	已出版
Y9	Y9-最后的忠告与建言（细雨早期课译本现代汉语版 422-510）			
	《已知的实相IX》	Y9-1	第一册	即将出版
		Y9-2	第二册	即将出版
		Y9-3	第三册	即将出版
		Y9-4	第四册	即将出版
		Y9-5	第五册	即将出版
		Y9-6	第六册	即将出版

细雨早期课译本现代汉语版 《已知的实相》系列各部精华要素				
JY	《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	已出版
		JY7	《已知的实相 VII》281-333	已出版
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
		X7-1	第七部《融会贯通》(共七册)第 1 册：178-203	已出版
		X7-2	第七部《融会贯通》第 2 册：204-231	已出版
		X7-3	第七部《融会贯通》第 3 册：232-255	已出版
		X7-4	第七部《融会贯通》第 4 册：256-275	已出版
		X7-5	第七部《融会贯通》第 5 册(深空篇·上)：276-301	已出版
		X7-6	第七部《融会贯通》第 6 册(深空篇·中)：302-319	已出版
		X7-7	第七部《融会贯通》第 7 册(深空篇·下)：320-334	已出版
		X8-1	第八部《浪子之心》上篇	即将出版
		X8-2	第八部《浪子之心》下篇	即将出版
		X9	第九部《涅槃重生》	待定

推荐阅读：

X 《虚空法界》 (X1-X9)

全名《虚空法界框架结构详解》 (共九部)



本系列丛书承载本源意识架构，以虚空意识体的视角，描绘出各个意识维度系统的运作机制，诠释了意识之所在的虚空法界及其内所蕴含的各种场域的奥秘。

细雨将带领我们以前所未有的角度，观察并探究意识的循环往复，了悟万物万象运行之道，并对人间的种种信仰提出了关键的引导。

《虚空法界》是一部举世无双、妙不可言的绝世之作，细雨以接地气的文字，尽量不扭曲地忠实呈现那神秘的实相。此系列将彻底揭开隔阴之迷并改变人类的意识频率。

本丛书将会引领你找到困扰自身许久问题的答案，颠覆的观念会让你翻转整个人生，你将会感受到自己的渺小与伟大，并深深体会到玄妙的平衡法则。

本系列九部和《已知的实相》一至九部系列交相呼应、互相印证，有严谨的认知递进和相互解读关系，建议按照细雨资料建议学习顺序交叉学习。

细雨早期课译本现代汉语版

《已知的实相 VII》：自我预言的实现

(第 281-333 节，共五册)

第三册 (301-310)

本册代码：Y7-3

*The Known Reality VII:
The Self-Fulfilling Prophecy (Vol. 3/5)*

初稿完成：2024 年 10 月 8 日
第一版：2025 年 11 月 29 日
本版本号：v1.0 (2025-11-29)



©2025 · 细雨 (Xiyu) · 著作权所有。All rights reserved.

出版发行：细雨社 (Xiyushe)

依 CC BY-NC-ND 4.0 国际许可协议发布。

Licensed under the Creative Commons BY-NC-ND 4.0 International License.

ISBN: 978-1-923577-26-8 (PDF 简体中文电子版)

本书可在细雨社主站免费下载：www.xiyushe.org

本书由作者细雨独家授权细雨社 (Xiyushe)，在全球范围内享有本作品的编辑、出版、发行、衍生品制作及相关权利管理。细雨社亦可以自身名义进行授权与维权。

欢迎在非营利、保持原貌的前提下自由传播，但请遵守以下规范：

- 可全文转载、引用或分享；
- 须注明出处，并使用最新版；
- 为避免误解与扭曲，不得断章取义、擅自改序或增删内容；
- 不得用于任何商业用途，包括但不限于：付费下载、出版发行、培训推广、广告植入等；
- 本作品亦禁止用于人工智能训练、语音合成、语言模型建立或其他机器学习相关用途。

细雨社保留依法追究相关法律责任的权利。

感谢阅读与传阅，愿细雨温润你的心灵。如有疑问，请参见相关网站或联系细雨社编辑部。

出版体系入口：xiyushe.org | xiyu.love | archive.org/details/@xiyushe