

愛與光之圖書館 選集 15



L/L Research

www.llresearch.org

<http://loo.soul.tw>

—Contents—

愛與光之圖書館 選集 15.....	1
面對阻力.....	3
愛與光早期資料 #41.....	12
道路的故事.....	17
巧合.....	26
成爲造物者.....	36
新生的嬰兒.....	46
得到與失去.....	51
愛與光早期資料 #42.....	59
愛的思想能量.....	63
誘惑 2009.....	70
愛與光早期資料 #43.....	79
接受指引.....	85
開啓心輪.....	94
愛與光早期資料 #44.....	103
保持正面能量.....	108
服務或冒犯.....	118
愛與光早期資料 #45.....	126
渴望與意志.....	131
外部工作.....	139
Gary 的難題.....	145
愛與光早期資料 #46.....	154
感激的力量.....	159
全書完.....	163

面對阻力

Copyright © 2010 L/L Research

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 3

週六冥想

2009 年十二月 5 日

Jim：當我們尋求認識自己和真理時，尋求者在這個旅程上經常會遭遇到一種對抗的力量，要嘛是一個負面實體，要嘛是一種負面菁華。我們想知道，當我們嘗試去理解這種負面性的時候，Q'uo 會如何建議我們呢？無論是一個菁華還是一個實體，如何去向它致意，如何面對它，如何回應它？

（Carla 傳訊）

我們是你們所知曉的 Q'uo 原則。我們在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，我們今晚來到你們中間。感謝你們呼喚我們加入這次的工作集會，你們創造了這個尋求的圈子，有時還是在非常困難的環境中拿出時間和能量來尋求真理，我們為此而感謝你們。如同這個器皿會說的，你們真是太棒了！當你們共享彼此的靈光並創造了一個神聖空間時，你們共同持守的美是令人震驚的。我們非常榮幸能成為這個冥想的一部分。

一如既往，我們請你們每一個聽到或者讀到這些言語的人，在你們從那些我們已經討論過的思想的途徑中選擇你們希望去追尋的部分時，請使用你們的分辨力與洞察力。我們感謝你們這方面的考慮，因為在你們挑選出哪些是你們需要的，哪些是你們不需要的過程中，你們的謹慎讓我們能夠在和你們分享我們卑微的觀點時不用擔心我們可能侵犯你們的自由意志。

我的朋友，今晚你們詢問關於那些阻擋、反對或干擾的經驗，有時這些經驗似乎擋在一個人尋求的道路前並說：「不准繼續前進」。在我們的經驗裡，你們的問題的性質是獨特的，這種獨特性是在於這個尋求圈裡的每一個人都面對著一條有極大深度的靈性道路。對於很多入門者而言，在尋求的道路上他們而僅只看到尋求上的水平面向，而看不到尋求的垂直面向，如果我們可以使用這樣的圖形來表達的話。

這樣的表述並不精確，但它是有效的，因為我們可以說，以一種水平的方式來追尋一條尋求的道路，這是有可能的，這種追尋的方式將尋求的道路視為是一

段從 A 到 B 到 C 等等的歷程，就好像是橫跨一片堅實的土地或乘船駛過海面一樣。對於那些人的問題，我們會用(另)一種方式來回答。

然而今晚，我們感覺與我們談話的人們是那些正在體驗邊界的崩塌並同時釋放邊界的人，所以，在一個方式上，看起來造物所有的層面已經匯聚成爲一個焦點，而從其他角度來看，造物所有的層次似乎正在如孔雀開屏一般伸展它們自己，並表達越來越多的細節、令人難以置信的可能的細微差別、以及各式各樣的意識點，這些覺察點以一種同時性的方式被保持在造物者的一個脆弱的器皿中，就好比你們每個人一般。

因此，我們會用一種不同的方式來回答你們的問題，在這種方式中我們會嘗試去幫助你們不僅僅去觀察那些可能反對你、使你分心、或給你阻力的事物，你還可以看到你是誰，你的感知點可能是什麼，造成這樣或那樣一個限制、一個阻力或由於你的短視而在表面上分心。

我們對那些心靈純淨的人說話，其意願已經安置在朝聖者的道路上。我們個別地和集體地向你們行禮致意，因爲你們已經突破了那些屬於這個世界的事物並用那尋求愛、希望給予愛、能夠認識愛的眼睛去看這個世界，而這愛就是愛的大造物中的每一個菁華和實體的心與魂。

我們現在將這個通訊轉到 S 實體上。我們是 Q'uo。

(S 傳訊)

我是 Q'uo，我現在與這個器皿在一起了。我們繼續關於愛的主題，你們就是愛，我們請你們回顧那個簡單的觀點，一切的愛都是一種延伸，在這個能力中，愛已經表現出了接納的基礎特性。於是，當你發現你自己正在遭遇到那些被視爲無法接受的、醜陋的、可怕經歷的時候，這些經歷會對一個人以一顆開放的心去擁抱他周圍的人們的持久的渴望造成極大的傷害，你也許會問，這些經歷是如何發生的呢？

每一個尋求者的道路上確實都會發現這樣的絆腳石。每一個尋求者也確實會在他自己內在發現那些並未帶上愛的氣味的經驗，那些經驗潛在地是如此令人恐懼的，以致於一個人會感到他所立足的尋求之路不再安全了，所以，這個人會轉而在眾多分心物構成的個人經驗中尋求安全與避難所。「這些可怕的事情從何而來？」一個人會問，「面對這些可怕的事情時 一個人可以做什麼來找到一條途徑而允許在他在尋求的道路上繼續前進呢？」

做為第一步，我們建議一個人可以檢查他自己的渴望。因為，我的朋友，渴望就是生命，渴望是尋求，渴望是愛。渴望最初通過一種非常單純的方式攜帶著它的能量進入到一個日常經驗的世界中。但是一個人的渴望經常會遭遇障礙、阻力與挫折。

很多時候，這些障礙是通過[自己所愛的]其他人的期待而施加的，同時他也感覺要回饋那份愛。一個人接著會發現，通過某個渴望指引他所跟隨的道路是不被接受的。因此，一個人會從很年輕的時候就認識到，渴望本身可能是一個有風險的冒險，而一個人也絕不應該全心全意地、羽翼豐滿地投入於渴望之中。一個人於是會很容易地學會在他自己渴望的結構中加入一種抵抗，阻止該渴望用很多不同的方式來表達。

那麼，如果渴望本身並沒有被完全地滿足，而是找到了替代性的、秘密的、地下化的表達生命能量的途徑，而那些能量也已經投入替代性的途徑時，會發生什麼事情呢？我的朋友，這是**造物者**的能量，永遠永遠不要輕視它。然而，如此頻繁地，一個人發現(該能量)被輕視正是它的命運；甚至它最親密的主人也輕視它。大多數人生活在你們現在所享受的第三密度的某種經驗中，他們都非常的熟悉這種情境。大多數人必須在他們的日常生活中對該情況以這種或那種方式來調節適應。

然而，在有一些情況的經驗中，一些被拒絕的渴望或者能量有一種如此強烈的性質 以致於它好像獲得了一種屬於自己的生命，於是作用在擁有這個渴望的人上頭，把該渴望轉變為某種超越想像力的形態[就想像力的範圍和類別所代表的方面而言]。這些轉變後的形態經常如夢一般，並佔有看起來相當險惡的比例，對於被這些形態重重包圍的人而言，他與這些形態是格格不入的。

因此，我們請你們首先認識到，所有這樣的能量都是你自己的，也是**造物者**的能量，它是真實的，最終它能夠被重新整合。帶著這個想法，我們現在轉移這個通訊，我是 Q'uo。

(L1 傳訊)

我們是 Q'uo，我們現在與這個器皿在一起了。重新整合的練習是尋求者回到與**造物者**的一體性的道路上的根本練習之一，在這個練習中，被感知為外在的事物即是你可以感知為內在的事物。從另一方面，被感知為內在的事物和被感知為外在的事物都是非常非常真實的。黑夜裡的怪獸是存在的。它們存在是因為你們與它們在互動。它們存在是因為它們給予了感知者一個存在的確定感。你用你的身體的眼睛或者心智的眼睛看到他們，因此它們在你們的生命中呈現出

一種真實性。從另一份方面，這些黑夜的怪獸僅僅只是心智的空洞觀念，並不擁有任何的真實的形態或者最終的真實性。僅僅因為它們的衝擊而變得真實。

你將自己感知為真實。在這個尋求的圈子中的每一個人都將他或她看成是一個具有心智和個體性的「我」。當你感知到一個自我時，那麼感知到其他-自我就很容易了。你們每個人都持有一個自我的身份，並宣稱那些你相信歸屬於自己的事物都是你存有的特質，於是你的存有就混合了來自你稱為自己的存有的那些思想、回憶、特殊習性。而那些你不希望整合到你對自我的感知中的事物經常就被忽略或拒絕。這就彷彿你選擇了那些將組成你自己的事物，你也選擇了組成其他自我的事物，並加以拒絕。

但是，既然這種(分離的)觀念在造物中最終是不可能的，當你走得更深，超越存有表面的層次，當你開始沿著一個尋求者的道路旅行並希望去徹底地知曉你自己的時候，那些被你選擇為不屬於你自己的事物就會開始向你揭露它們自己了。陽光所無法照耀到的高山的陰影的位置開始在山頂的四周出現了。你會看到峭壁與石林從包圍你的黑暗中升起，於是你會說，「在我的一側出現的是什麼?它不是我的一部分呀。」但是 瞧，你已經深入山中並開始意識到這些岩石和裂縫的的每一塊都是相同山岳的一部分，它們是自我的部分。雪花會相似地落在山的每一個角落。

那位 L2 實體之前曾談到過，要去愛那個被感知為其他自我的實體，首先需要去愛自己。這個概念在你們的文化中的許多方面已經談論過了。一個人在愛其他人之前必須愛自己。當一個人在這樣的背景下看其他自我，其他自我會顯得特別的真實，因為那個被感知為其他自我的人也是自我。當一個人全然地愛自己時，愛涓細地，越來越深地，流入自我的根部，在那裡一個人會察覺到愛接著會向外擴散到那些你以前認為是其他自我的事物中，而它們實際上也是相同自我的一部分。

當尋求者沿著我們之前已經描述過的垂直的方向更深地穿透其中時，表面上遙遠的事物會變得更近。再一次，我們使用山來說明我們的觀點。從一座山的一個尖峰的位置一個人可以看到一個山脈中其他座山的位置。也許從這個遠景的角度看 在這些山之間會有一些雲，於是一個站在一個座山的頂峰上的人可以看到這些山之間的其他的山與雲，一個人可以將尋求者所站立的那座山考慮為一座山，而將遠處的一座山考慮為另一座不同的山。但是，但當一個人越來越深地穿透到自我與所有其他自我連接的根部時，一座山和另一座山之間的距離看上去似乎比較少分離程度，而是與該山脈中所有其他座山之間有更多的連續性。

再一次，讓我們轉一圈回到愛的概念並將其應用在這個說明上，尋求者將愛帶

入到他或她自己的自我根部，越來越深地在自我的全體性中愛自己。當一個人到達位於雲層下面的山岳底部時，他會看到它和所有其他座山的連接，他會看到愛在擴展並向所有其他的山岳生長，直到它圍繞了整個星球，如果我們可以用這個圖像做為對造物中的一切之比喻的話，我們確實會這樣說。

Carla 早些時候曾經談到一種痛苦的感覺是如此地強烈 以致於她竟可以將所有其他人的痛苦都包含進來，並治療所有其他人的痛苦。她使用自己的苦難做為工具來穿透她自己的根部，這樣她就能夠看到自己與所有其他自我的整體性之連接了。在這個情況下，她被賦予了自我與所有其他自我連接的一體性禮物。當遭遇那些怪獸時，不管牠們是痛苦、噩夢或床底下的怪獸，這經常是給予我們的機會，去更深地進入表面自我底下，進入該存有[一個人在鏡子看到的]裡內，到達造物中心的太一存有。

現在我們希望將這個通訊轉移到叫做 L2 的實體上。我們是 Q'uo。

(L2 傳訊)

我們是 Q'uo，現在我們與這個器皿在一起。我們在愛與光中向你們致意。我們希望將注意力轉移到一個事實上，那即是在合一的造物中有很多被創造的不同的層次將我們全體連接在一起。存有們會自己沿著各個層次的台階向下走以獲得生命的全部經驗。

有很多**造物者**的碎片，實質上 你自己的碎片，在這個樓梯的不同頻率的台階上運轉。全部這些樓梯都通向一個點。然而一個人會發現他們可以在台階與各種碎片之間移動，從更高處的樓梯的台階向下旅行，並進入到一個與你所熟悉的振動如此不同的一個振動中，以致於在你常常不會將這些碎片視為在這個當前密度中你的同胞造物。

在你自己中有一些部分，它們離你自己是如此之遠以致於，用你們知道的詞語，它可以被視為一個分離的實體，對於這些有著不同振動的實體，在與一個實體的當前的潛意識設置的阻力不同的層次上，它們確實可能與你的振動互動與往來的。

亙古以來，負面實體被視為惡魔、怪獸的可能性存在於各種層次的存有中，在一個十分令人困擾和令人分心的層面上，它們都能夠與這個密度中的個體互動。

(磁帶第一面結束)

(L2 傳訊)

如果我們將造物比作一個身體，如果這個身體的一部分被傷害或正在體驗變遷，所有對這個身體的關心就會被聚集到那個體驗特定扭曲的區域，所有的注意力也會被放置在上述的區域。當一個人不清理當前的多個自我層次[目的是開放心輪]，而他在自己心中接受恐懼想法時，這就是會發生的事情。它們接著就會吸引注意力。

如果你持續地思考關於你所害怕的事情，你所擔心的事情，如果你持續地擔憂你將遭遇的阻力，它就會來臨。這是你的內在造物者在工作，一個並不知道自己如此無限力量的造物者，而這個造物者卻擁有非常真實的能力去在你心智中固著的事物上創造情緒。若一個存有持續不斷地聚焦在外部恐懼 而不是首先關照自己的心，他會創造出一種呼喚— 顯化他所有的恐懼。

當你開啓心輪並發出對愛的呼喚，你會發現你不僅僅會收到一份愛的回應，那份愛還會刺穿那令你如此恐懼的黑暗，而這份愛在池塘中創造陣陣漣漪 擴散到比這個密度中大多數人能夠想像到的位置更遠的地方。

現在我們希望將這個通訊轉到叫做 Jim 的實體身上。我們是 Q'uo。

(Jim 傳訊)

我是 Q'uo，我現在與這個器皿在一起。在愛與光中，我們再次向你們致意。當尋求者進入這些敵對、混淆和困難的地帶時，經常會有的誘惑 要嘛停止旅程，要嘛變得灰心並感覺到一種失敗。我的朋友，這些都是正常的反應。感受到它們沒有什麼需要羞恥的。但是，容我們說，這是你的鍛造過程的一部分，做為一個靈性的容器，尋求去容納最高的振動並向你周圍的造物映射這些振動，因為你與一切萬有是相互作用的。你會如何與之相互作用是你自己選擇的結果。最終，每一個尋求者都將發現，在與造物的每一個部分[包括那些看似涉及自我的負面部分]共享由衷之愛的過程中，尤其是與自我的互動，都對自我有著極大的益處。

然而，為了獲得暫時的休息和安慰，去與負面導向的實體分享開放的心和在那心中發現的無條件的愛，只是需要去完成的旅程的一半。另一半，我們會建議，是用你已從心中散發出來的愛一樣多的熱誠，去建造你自己周圍的光之盔甲，因為當你遭遇由外而來的困難時，這副光之盔甲將為自我提供一個安全的避風港。

雖然，我們可以說，自我內在包含一個完整的宇宙，其中同時有正面和負面的經驗和實體，然而，也有人曾說，「如在其上，如在其下，如在裡面，如在外面」[1]。當這個光之盔甲被構建完成時，那個渴望去擺脫負面來源的反對的尋求者也會同時從內在和外獲自由，因為這就是尋求者所意願的。

知曉你的內在擁有**造物者**的力量，所有的事物都在你的裡內。因此，你的創造能力的力量是全面的，在尋求者的心、意、魂中所相信的事物就是對他真實的事物。因此，當你在心、意、魂中尋找自我之內那些吸引或排斥任何其他能量來源或反對的部分時，你同樣會發現安全地保護自我並遠離任何有害的能量來源或實體的能力。

現在我們將轉移這個通訊到 Carla 實體上。我們是 Q'uo。

(Carla 傳訊)

我們是 Q'uo，現在與這個器皿在一起。我們在愛與光中再一次向你們每一位致意。我的朋友，也許你已注意到，就好像這個圈子裡的各個器皿都說過的，他們經常重複「愛」與「光」這些詞語。當你走鋼索橫越混亂的深淵[你在這個變貌中感知到的全部]，每一個自我都有一根平衡桿，那就是愛與光。

當實體尋求靈性的道路時，他們開始發現他們有很多的可以從中去感知的點。事實上，鮮少有尋求者是從感官處理的事物中能夠在各種振動範圍的樓梯上提升，所有被包裹或嵌入你的感知之網中事物或多或少都被整合到了一個清醒時的人格中。

一個人會發現如果在一個台階上掉落下來，向下掉落很多個台階，並完全地掉落到感知的另一個樓層。另一個人會發現在夢境中有突然地提升或掉落。還有一些人會發現那些被如此深深地渴望的，比那些日復一日的幻象更真實的異像，當一個人更接近它的時候，它會變得更難以穿透。

所有這些範例都是說明那些似乎會阻礙你的道路的那些菁華、能量、實體。將你自己視為比清醒的人格更大的存在，並意識到你的邊界不僅僅是你的人格或理解，這是一個巨大的挑戰。從一個人感知的角度上看，發覺水平的感知不必然有連續性，對尋求的實體不一定有幫助，也不一定是好消息。

今天的問題的第二個部分是：「我們可以如何處理這些擋在尋求的自我前面的分心物、菁華和實體[它們對你說：不准繼續前進]呢？」

因為我們呼求合一的原則，這個問題遠比(第一部份)容易回答。我們會請每個人，當你面對這些幻影、要素、實體和分心物時，請你們停止動作，就好像一個在

深水中的人停止向四面用力擊水來游向那個無法看見的海岸，他只是安靜下來，漂浮在水面，隨著一個人經歷到的[無論什麼的]水流輕柔地隨波而去，該水流代表振動的各種類型。當一個人停止努力將自己從挑戰性的時刻搭救出來時，當一個人清空自己並且不再反抗時，一個人接著開始與愛接觸，愛在那個振動中，在那個當下中，在那鏈結[2]之中。

這在兩個方面是重要的。首先，尋求者會沉迷於心智。與直覺和認知相比較，心智的功能通常受到抹黑。然而，當一個尋求者遭遇了一個情境，當對阻力的反抗停止時，當持續感知的自我中有平安時，即使在面對挑戰時，一個人可以使用他的心智去請求在那一刻中找到愛。

一個人甚至可以用這個問題做為一句真言。他可以用自己的方式，創造一種渴望去知曉：「此刻，愛在哪裡？」他停止了恐懼的動量。他靜止下來。他因此能夠創立一種新的動量並創造一種渴望，在那一刻的振動中看見愛。

其次，在那一刻讓自己成為愛，這是每一個尋求者的光榮和真理。在挑戰中讓自己對愛的意識開放就是讓自己對愛的宇宙開放。一個人如果要向他正在面對的那個可怕的實體提供愛，這不是通過意願的行動，也不是用一種燃燒著狂熱火焰的心智態度，這些都會讓他遠離他本可以品嚐和感受到的平靜。一個渴望去知曉自己的人會有一種對所有的感知層次的釋放感。在那裡，問題變成了一個入口的位置，接著尋求者可以允許愛湧入自我，於是他也會被浸泡在愛中，被愛浸濕，被愛滲入並被愛充滿，當一個人感覺自我就是愛，從這個感知的位置，去愛那個不惹人愛的人，去擁抱那會咬人的狼變成一種本自單純的行動。

有很多人在他們的投生中曾經多次地損害他們的光體，也就是這個器皿所說的能量體，因此他們已經創造的那些入口的位置也必然是無防備的。要與這些實體和菁華[它們似乎是一種路障或一個分心點或恐懼點]帶來的挑戰一起工作，你可以呼求某種特定的幫助。

我的朋友，你能想像有無以計數的從未離開過太一無限造物者的愛與光的實體進入這個幻象嗎？很多人稱他們為天使或耶洛因(Elohim)。無論他們如何稱呼，他們都會作為創造原則的一個部分而發揮作用，當他們被請求時，他們能夠加入對光體的療愈中。因此，我們請你們每一位，在挑戰的時刻呼喚幫助吧，然後知曉療愈正在發生。

獻上那些時刻做為日常的練習吧，請求幫助並獻上感激之情。

雖然大造物是奧秘的，超越一切傳講，它的實質是愛。而造物相互作用的各個

部分也全都由愛組成。讓這點成爲你面對那些挑戰與抵抗的時刻的基礎吧，你的確會一次又一次地遇到這些時刻，無論你是誰，無論你的道路是什麼。這是穿越**選擇之密度**[動態對立的密度]的運動過程中 固有的一部分。唯有在你自己裡內，束緊那一切都好的信心(腰帶)，你才能向愛敞開自己。

我們感謝每一位器皿和這個圈子裡的每個實體，感謝你們呼喚我們加入你們。可以通過每一個器皿談話並探討這個問題，這是一種榮幸與快樂。因爲這個團隊的能量正在衰減，我們無法請求後續的問題了。如果你們希望進一步地在這些想法上工作，我們歡迎在另一次尋求的集會上 進一步提出問題。現在，我們在太一無限造物者的愛與光中離開這個器皿和這個團體。我們是你們知曉的 Q'uo 原則。

Adonai vasu borragus 。

原註

[1]這是歸屬於赫耳墨斯(Hermes Tresmegistus)的一致對應原則。完整的原則是:「在上即是在下，在下即是在上，在內即是在外，在外即是在內。」

(As above so below; as below so above; as within so without; as without so within.)

[2]一個鏈結(nexus)在 www.dictionary.com 的定義是，「一種連接的方式，繫結，連結。」

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

愛與光早期資料 #41

Copyright © 2005 L/L Research

譯者聲明：這份資料來自於美國愛/光研究中心(L/L Research)。

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編。

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊，請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

(編註：以下的 ??? 代表原文中的‘聽不見’)

週四冥想

1974 年五月 2 日

(Carla 傳訊)

我是 Hatonn。朋友們，我在無限造物者的愛與光中歡迎你們。很高興今天傍晚與你們同在。我的朋友，在我們把資訊給予你們團體的過程中，現在我們察覺特定的困難有強化的現象。這段困難的時期是有原因的，我的朋友，這原因非常簡單。我們服務無限造物者的星球聯邦來此的整個任務就是單純地警醒你們地球上願意獲得這個靈性尋求[真實途徑]知識的實體。我的朋友，一旦妳已經警醒，妳知道這個物理環境是妳選擇學習的地方，接著，你將開始經驗一段測驗的週期。當你學到更多關於靈性途徑的東西，你將選擇示範這個知識，或避免去示範該知識。

當我們已經警醒你們知曉加速靈性進展的可能性，那麼妳就有機會在有意識的層次上迎接這些測驗，要知道那是你的高我出的考題。你們團體的每位成員都正在誠實地尋求，你們現在處於一個尋求的階段，那就是靈性的學習達到某種程度，新知識的測驗就在這種環境中自然發生。事實上，這是值得歡慶的場合，因為每一次展現天父之道都提升你的振動— 更加靠近妳起初的完美振動。

我們恐怕我們學到關於自己的知識也適用於你們每一位。我們發現對於每一個在物理幻象中尋求智慧的實體，他都要面對一個來偷竊所有真理、進度和覺知的大惡棍。我的朋友，誰是這個惡棍呢？

你們可以四處找尋這個惡棍，但我必須告訴你們，不用走很遠去找到他，因為這個惡棍就是你自己。有一種特定的幻象名為人格(personality)，它和這個物理幻像有關，由天父賜予創造的力量。接著，這個所謂的人格創造許多、許多點子和概

念，以及虛假的實相；有時候非常有效地阻撓靈性和太一[即是一切]的聯繫。

辨識這個虛幻自我的作品並不困難，要抑制這個人格的行動卻有些困難。恆常地嘗試 在某個程度上 保持在冥想狀態，這將對於你們面臨這些測驗大有幫助。只需要繼續去尋求，它似乎是困難的，的確，它是困難的。不過，我的朋友，不管你選擇哪條路都是困難的。然而，靈性尋求的賞報多少比較值得(承受)困難。

做為造物主之愛的管道，我們傳送愛給你們。我們是祂的，你們是祂的，我們全是一，我們是一個心智、一個存有。不要讓妳和自己分離了。有許多可以歡慶的，我們為能夠在此時服務你們歡慶。我現在調節你們每個人，我將以直接的方式和你們溝通。此時 我要離開這個器皿，我是 Hatonn。

週日冥想

1974 年五月 5 日

(無名氏傳訊)

我是 Hatonn，我和這個器皿同在。我是你們認識的 Hatonn，我在無限造物者的愛與光中歡迎你們。我覺察器皿 Carla 對於她傳導的思想源頭有些想法。這次是個人訊息。我們服務無限造物者的**星球聯邦**來此服務你們，我們將內在產生的特定想法給予你們，我的朋友，這些想法也從妳的內在產生。

如果你認為你所生產的這些據說來自(星際)**聯邦**的訊息源頭位於你的內在，那麼你是正確的。不過，如果你認為這些訊息的源頭是服務無限造物者的**星球聯邦**，你也是正確的。在你們的星球上，那些擔任管道[傳遞我們帶給地球人的訊息]的人有些困惑。我們是真實的，如同你們一般真實。我們和你們地球人的通訊方式各有不同；在某些案例中，從我們這裡給予你一些想法。不過，因為你獲得與保存這些想法，這些想法就是你的了。它們是你給予自己的東西，因為我們是你們，你們是我們。只有一個意識，沒有分隔。

我們在你們星球上面，我們是你們的意識的部分，因為我們是**大造物**之意識的一部分。不可能在這個造物中分離任何東西，除了以一種虛幻的方式。因此，如果一個器皿在傳訊時 相信他自己生成這些想法，那麼 他是正確的。如果他相信是我們生成這些想法，他也是正確的。但 我的朋友，這兩者都由相同的意識生成。那麼，哪一個想法是有根據的？是該器皿生成的想法或我們生成的想法或其他來源生成的想法？

我的朋友，所有想法都是有根據的。唯一的問題是：妳正在覺察的這個想法，妳是否想用它來啓發自己？

每個傳訊**造物者**想法的管道有很多可以學習的；聆聽這些想法的實體有很多可以學習的。因為這些想法不僅攜帶表面的意義，還有許多其他意義；每個覺察到這些想法的實體為自己覺知一種意義，每個實體都以他自己獨特的方式使用每個想法。然而，每個實體和他們的想法都是相同事物的部份。

所以，我們知道的情況是：一個無限的實體透過祂的各部份和各部份溝通，並透過這個過程進化；不過在許多例子中，**祂**的一些部份並不有意識地覺察實相——那就是他們和所有其他部分都適合一的——因此有意識地創造不真實的分離。

我們星球**聯邦**在這裡，因為我們像你們一樣，無法在任何其他地方，因為這裡是**大造物**——它是完全統合的。我的朋友，這裡即是所有地方，就在所有時間中。只需要開始覺察你們的真正本質和身分，你們就可以融入實相；那不是你們目前的理解狀態設想的樣子。它是所有地方 和 一個地方；它是所有事物和一個事物；它是所有時間 和 一個時間。沒有分離，只有單一的意識，所有分離都是虛幻的。如果我們述說自己來自(宇宙)其他地方，我們使用的辭彙對於你們幻像是恰當的。沒有可能分離我們的想法和你們的想法，除了以虛幻的方式——在這個特殊的地球上 許多人實行這種方式。

此時 我要離開這個器皿。我希望自己有所服務，我是 Hatonn。
Adonai。

週三冥想
1974 年五月 8 日

(Carla 傳訊)

我是 Hatonn。我的朋友，我在無限**造物者**的愛與光中歡迎你們。今天 很高興再次和你們說話。我的朋友，我想要在我們的能力範圍內，給予你們一些安慰。

我們覺察你們的心智上頭持續有些問題，你們想要問那些問題。我們將嘗試回答其中一些問題。

首先 我們想要談論面對物理幻象的技巧，它被稱為冥想。我們曾述說過許多次，

然而 總有另一個面向 ...

[一通電話鈴聲打斷該集會]

(Carla 傳訊)

如我剛才說的，總有另一個可以探索的面向，並以一種新的方式散發光照在你的尋求的烏雲區域上。

我的朋友，冥想是一種比你們所想的 更為基本和一般的技巧。我的朋友，它不是日常生活的一部分，它是一個完全嶄新生活的開端。這兩種生活，也就是冥想中 和 不在冥想中，是兩種完全不同的振動。原因是通常的肉體生活方式完全地位於幻像之中；冥想是接觸你的起初身分[即全體的意識]的一種嘗試。這個意識為一種相當不同的實相，對你們的幻象而言，它是超越的實相。我們甚至會叫它(唯一)實相，如果不是因為我們知道對於任何實相都有更超越的狀態，直到那個時候— 我們真正地覺知與一切萬有的合一。那是我們尚未達成的更高狀態，我們仍在朝向它尋求。

我的朋友，居住在較高實相的經驗超越你們的幻象，當你們返回這個幻象，它在你們的生活中散發其光芒。當你們面對這個幻象，避免在該幻象中辨別你自己的渴望；重要的是把問題帶入冥想中，因為你的人生有個目標是無法在該幻象中辨別，而唯有當你接觸到你真正的實相[在全體之內]，才能辦到。

在冥想中轉向你真實的意識；當你感到壓力、疑慮，碰到困難，轉向冥想。持續地冥想，在適當時機，一個簡單的覺知將會來臨，在那個時候，你將有能力和工具去做必需的事。

造物主，以及祂的那個部分[也就是你的真實形態]，已經提供你每一天，沿著你想要前往的途徑，每一個需求都被照顧到。信賴這點，並透過冥想尋求去知曉 <??>，我的朋友。

此時 我將轉移這個通訊到另一個器皿那兒，我是 Hatonn。

(Don 傳訊)

我是 Hatonn，我和這個器皿同在，我將使用這個器皿說話。

[停頓]

我將繼續，我對於延遲感到抱歉，我剛才談到冥想的主題。

[停頓]

我的朋友，冥想帶來一個簡單的結果，它帶來一份覺知。

[停頓]

抱歉，又有延遲，我們正碰到某種困難。我將試圖轉移這個通訊到另一個器皿那兒。

(Carla 傳訊)

我的朋友，我們發現在這個時候難以溝通有益的知識，無論如何，我們要說這點：通往前方知識途徑的鑰匙就是關於你自己的知識。

你們的**神聖書本**說：不是所有被呼叫的人都是救世者。我們在該器皿的心智中發現這句話。但我們不認為這句話被正確地理解。事實上，我的朋友，每一個被呼叫的人都是被揀選的。你所感受的呼叫是真實的。但 我的朋友，你自己將 <??>你的服務，不只是在你出生前的狀態，那時你覺察你渴望的真正實相；此外 在這個幻象中，你必須開始覺察，觀看<??>，然後你必須選擇，必須認識自己，然後你將看見該選擇就是去尋求；你們早已這麼做了。

在那個選擇之後，我的朋友，很快地 你總是清楚你的道路就是**服務之道**；然後你的選擇開始受到烏雲遮蔽，因為要知道你真實的服務是很困難的。不過，我的朋友，不用害怕，因為只要有此渴望，就必將有所服務。你們已經被呼叫，接下來就看你們選擇如何在每一步之上提供服務。你們每個人都有自己的天分，和各自從事服務的方式。這些方式就和人群的數目一樣多。

[錄音帶結束]

(V)2012 Digested, adapted, and translated by c.T.

道路的故事

Copyright © 2010 L/L Research

Channeling Intensive 1 - Session 2 - Channeling Circle 1

週日冥想

2009 年十月 25 日

(Carla 傳訊)

(Carla 做為這次會議的資深通道)

我們是你們知曉的 Laitos。我們在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們。我們感謝你們呼喚我們加入你們尋求的圈子，我們感謝你們與我們一同合作為太一服務。我們非常高興能與這個團隊的新的管道一同工作，我們將沿著順時針方向訓練每一個人。

一如既往，在我們開始之前，我們會請你們每一位在注視我們這個下午一起完成的工作時 使用你們的分辨力。你們可以拿取任何吸引你們並與你們共鳴的觀點，接著使用它們，但是請將其他的留在後面。我們感謝你們這方面的考慮，因為這將允許我們維護你們每一位的自由意志。

在我們開始這個故事之前，我們會稍稍反思一下通靈的訓練，因為我們將與你們在這個下午一同工作來完成它。我們鼓勵你們放鬆並跟隨你們的印象。如果沒有什麼印象，這個器皿會過一段時間簡單地拾起故事的線索並繼續前進。我們希望在這次會議中繞著這個圈子進行兩次。因此，你可以理解並不需要你們去清晰地表述一大段句子，而是簡單地在我們講一個小故事的時候允許我們訓練你們的器皿。

我們已發現講故事是一個很好的方式來幫助新的器皿識別出我們的通訊。當傳遞一個主題時，一個人可能會有些擔心他會犯錯。然而，在講述一個故事的時候你們是不可能犯錯的，既然當每一個實體為故事添加內容時 故事就會彎曲，就好像河流因為深度和流動的需要而不用筆直前進一樣，那麼在故事中的任何的彎曲或轉向也會正如我們有意如此一般地去起作用。因此，即使你所給出的內容和我們本來打算的有點不同，這僅僅意味著這個故事的形狀有點不一樣而已。

因此，我們請你們在輪到你的時候大膽一些，說出進入你心智的事物而不用琢磨或評估那些已經被說出來的東西。在這樣一次集會後有大量的時間來為你們每個人評估究竟發生了什麼事情，並幫助我們調整與你們之間的通訊。

再一次，我們重申，在任何時候如果你發現你自己正經受到沉重的調節作用以至於你不想去體驗了，你只要在心智中提出要求讓調節作用減輕，這個要求就會被接受。

我們想要感謝這個圈子裡的每一位實體。能與你們每一位共同工作是一種榮幸。我們就開始吧。

從前有一戶人家住在靠近一條路的地方。村子裡有很多關於那條路的迷信，因為它不是一條通向另一個城鎮的路，它也不是一條通向湖泊或者山頂的路。的確，走過那條路的實體經常很多年都再也看不見了。當他們從那條路回來，他們可能從任何方向回來。而且他們變了。他們眼中的光不同了。他們嘴唇上的微笑更深了。雖然他們最多只會說這一次強有力的正面的經驗，他們卻不會解釋這條路帶他們去了什麼地方。

能量似乎沿著這條道路上咚咚作響，無法看見但卻可以察覺的到，小男孩越來越被吸引到那條路上。在他的父母的同意下，他打包了背包，走上一條神奇的旅程。

我們現在將這個通訊轉移到 L 實體上。我們是 Laitos。

(L1 傳訊)

我們是 Laitos。當太陽升起，男孩走在那條路上，他的心裡沒有恐懼，只有一種巨大的好奇與熱望。當他越來越遠地離開他過去居住的家的時候，他卻感覺越來越自在。雖然他並沒有辨識出肉眼能看見的景象，他領悟到一切都是熟悉的，包括所有通過不同雙眼睛[也是他自己的眼睛]看見的事物。

我們現在將通訊轉移到叫做 L2 的實體上。

(L2 傳訊)

我們是 Laitos，我們現在與這個器皿在一起。年輕的男孩著迷於他現在以一種獨特方式看到的世界。看起來似乎樹木的顏色多了一個維度，天空多了一個深

度。當他繼續前進時，他接近路上的另一棟房子，從那個房子裡出來了一個和他年紀相近的年輕女孩。

她從自己的家沿著一條小徑走下來，走到那條路上，當他看到她時，上前去向她致意。這個女孩看上去與他自己家鄉的人、他的家人有一些不同，她的頭髮更短，膚色更深，臉蛋更圓，她同時散發出一種強烈的色彩，就好像他先前用自己的眼睛看到的周圍環境一樣。

我們現在將這個通訊轉移到 A 實體上，我們是 Laitos。

(A 傳訊)

我們是 Laitos。

(暫停)

(Carla 傳訊)

我們是 Laitos，我們再一次與這個器皿在一起，在愛與光中 再一次向你們每一位致意。我們感謝 A 實體，我們非常高興能夠與這個器皿建立聯繫並讓這個器皿識別我們的振動。我們會繼續與這個器皿之間的連接工作，好讓連接的能量受到保護 不受小型突波(surge)的影響，這些突波會實質上阻隔新的器皿保持通訊的能力。

我的朋友，我們希望你們瞭解這是極為普通的情況，對於 A 實體，我們能夠單純地被他識別出來 就是一個巨大的進步了。

我們現在通過將這個通訊轉移到 G 實體上 來繼續這次會議。

(G 傳訊)

我們是 Laitos。年輕的男孩告別(該處)。道路為他的離去而生輝。一切都在愛的閃耀中微微發光。他的背包也閃爍著光芒。他沿著道路向更遠的地方旅行，希望看見更多滿足他的好奇心的東西。當道路變得更加明亮的時候，愛的感覺淹沒了他。

我們是 Laitos，我們現在轉移通訊到名為 (聽不見)。

(無名氏傳訊)

我們是 Laitos。年輕的男孩和他的同伴在心中懷著全然的信心，懷著對旅程將帶給他們各種奇觀=的期待，繼續他們的旅程。他們就這樣一直走。一天又一天，一月又一個月。(聽不見)

我們現在將通訊轉移到 J。

(J 傳訊)

我們是 Laitos。當旅程繼續時，男孩開始通過他的眼睛去看這世界，不再用他的父母的眼睛去看了。在晚上 他會回顧白天看到的和體驗到的東西，並懷著對第二天的期待入睡。他吃的很少，喝的很少，因為他仰賴空氣與陽光為生。

我們將移動到名為 R 的實體。

(R 傳訊)

我們是 Laitos，我們現在與這個器皿在一起。男孩和女孩繼續旅程，他們走入了一片森林。光……

這個器皿無法拾起線頭。我們傳遞通訊到我們的左邊。

(無名氏傳訊)

我們是 Laitos。他們穿過森林。

這個器皿有調頻上的困難，我們將傳遞連接到他的左邊。

(Carla 傳訊)

我們是 Laitos，我們再一次與這個器皿在一起，在愛與光中向每一個人致意。我們將進一步與 J 實體和叫做(聽不見)的實體一起工作。我們嘗試確保與你們每個人的一個輕鬆和舒適的通訊。

我們現在將轉移通訊到 Jim 實體上。

(Jim 傳訊)

我們是 Laitos，我們現在與這個器皿在一起了。當男孩和女孩繼續他們穿越森

林的旅程時，天黑了，夜幕馬上就要降臨了。他們很擔心是否能找到一個地方過夜。在一條小路的轉彎處，他們找到一個小洞穴，他們開始著手查看這個洞穴是否可能做為一個睡覺和度過夜晚的地方。當他們進入洞穴，他們發現在洞穴裡已經有一個上了年紀的人在那裡休息了，臉上似乎有一種笑容、眼睛裡有某種光輝的老人。他歡迎他們並吩咐他們坐在他剛剛坐過的地方，他們照辦了。

現在我們將轉移通訊到叫做（聽不見）的人身上。我們是 Laitos。

（無名氏傳訊）

我們是 Laitos，我們現在與這個器皿在一起了。孩子們看著那個人，他們發現他正在告訴他們很多的事情。而他並沒有用他們所知道的說話舉動向他們說話。他們發現他說的越多，他們在心中的也越發地知道他所說的是真實的，也越發知道他所說的 是他們一直都是知曉的，不過 看起來他們好像是第一次學到它。

我們是 Laitos。我們將這個通訊轉移到叫做 L2 的實體上。

（L2 傳訊）

我們是 Laitos，我們現在與這個器皿在一起。當知識從老師傳遞給學生，男孩和女孩的心也開始被打開了，當心開放時，一個連接在老師和學生之間以及學生和學生之間建立起來了，於是男孩和女孩覺得他們認識這個老人，認識這個坐在他們面前的假想的陌生人，他們彼此都是認識的。於是他們不再感覺他們來自不同的家庭、不同的背景、不同的人群，感覺他們是朋友，在出生之前就相互認識的朋友。

當他們獲得了這個領悟，感覺就好像洞穴、火堆、洞外的樹木似乎消散並融化了，彷彿實相本身重新詮釋它自己。他們曾以為是真實和堅固的事物看上去不再是那樣真實和堅固，但 在一個非常深刻的方式上卻是柔軟的和可知曉的。當這情況發生時，老人站了起來，向他的學生彎彎其手指，要求他們跟著他進入更深的洞穴中，進入黑暗中。

我們是 Laitos，我們將這個通訊轉移到 A 實體上。

（A 傳訊）

（暫停）

(Carla 傳訊)

我們是 Laitos，我們再一次和這個器皿在一起了。我們感謝 A 實體並向她保證我們會繼續盡力訓練他的器皿，並創造一個比她這一次體驗到的更良好的通訊，更舒適、更清晰的通訊。

我們會轉移這個通訊到（聽不見）實體上。我們是 Laitos。

(無名氏傳訊)

我們是 Laitos。這個老人和兩個小孩在洞穴的更深處爬上了一個斜坡。它座落於高丘上的一個美麗的地方，就好像洞穴中又出現了一個森林一樣。老人的鬍鬚飄起，長長的，銀灰色的。孩子們在樹木之間舞蹈與玩耍，他們全都是喜悅的。

我們是 Laitos。我們將這個連接轉移到 C 實體上。

(C 傳訊)

我們是 Laitos，我們繼續這個故事。他們繼續走呀走。當他們繼續這個旅程，孩子們在心裡開始明白，他們是認識這座森林的，這不是他們第一次來到這裡。於是他們開始玩一個遊戲，預測下一次道路的轉彎的地方是在哪裡。當他們行走時，他們能越來越多地，更加具體而精確地預測道路上 即將到來的下一次轉彎有什麼東西。這是他們自然而然就知道的。他們當它為一個遊戲。(聽不見)

我們是 Laitos。我們將轉移通訊到叫做 K1 的實體上。

(K1 傳訊)

我們是 Laitos。男孩開始看著他來的地方和他將要去的地方。他將洞穴視之為一個類比，一個中間點，介於他前來的地方和將要去的地方之間，他開始想知道道路為他保留的東西，旅程會花多長時間和其餘的旅程會如何繼續。

我們將這個通訊轉移到 R 實體上。

(R 傳訊)

我們是 Laitos，我們和這個器皿在一起了。旅程繼續直到……

(長時間暫停)

我們是 Laitos，我們將通訊傳遞到這個器皿的左邊。

(Carla 傳訊)

我們是 Laitos，我們再一次與這個器皿在一起了，在愛與光中向你們致意。你們每個人可以體驗到我們的通訊，至少體驗到了通訊的初始階段，我們無法告訴你們這讓我們多麼地快樂。比起一個人第一次參與通靈訓練圈[如這個器皿對這些尋求的集會的稱呼] 所能夠期望的，這個尋求的圈子的進展是多得多的。

我們現在嘗試訓練叫做 J 的器皿。我們是 Laitos。

(J 傳訊)

(長時間暫停)

(Carla 傳訊)

我們是 Laitos，我們再一次與這個器皿在一起。我們感謝 J 實體向我們的通訊提供自己，我們現在訓練與 K2 實體的通訊。我們是 Laitos。

(K2 傳訊)

我們是 Laitos。男孩繼續他的旅程直到他成年的歲月。看起來那些時刻都變成了一生的至福與知曉。他走了比他能夠知道的時間更長的一段時間。他希望通過新的眼睛來看這個世界。

我們是 Laitos。我們轉移這個通訊到左邊。

(Carla 傳訊)

我們是 Laitos，我們再一次與這個器皿在一起，在愛與光中歡迎你們每一位。我們現在將我們的通訊轉移到 Jim 實體上。我們是 Laitos。

(Jim 傳訊)

我們是 Laitos，我們現在與這個器皿在一起。當男孩和女孩在他們的旅程上行走了似乎已經很多年的時候，他們終於感到渴望要返回他們的家鄉，回到他們的家庭和村莊，分享他們在旅程上所學到的和感受到的東西。

返回的渴望幾乎馬上就將他們帶到了一個看起來熟悉的地方。當他們繼續在他們的道路上前進時，他們開始認出從他們年輕時就認識的房子和地方，當他們從他們來的地方進入村子，他們吃驚地看著那些人，因為他們似乎認識村子裡的人們，但是(印象)模糊。

我們現在將轉移這個通訊到 Carla 實體上。

(Carla 傳訊)

我們是 Laitos，我們現在與這個器皿在一起。兩個村子裡 所有歡迎那兩位年輕人回家的人們都提出問題，年輕人的眼睛裡有一種奇異的光彩，笑容裡充滿了喜悅。人們問道:「你們看見了什麼?你們去了哪裡?什麼事情發生在你們身上了?」問題來得又多又快，而男孩和女孩很少用言語來回答，因為他們已經體驗了不渴望飲食，不渴望睡眠，僅僅在這個光芒閃耀的世界中 從一個地方到另一個地方再到另一個地方的經驗，在那世界中每一個岩層，每一棵樹木都看起來有一種特殊的能量，當進入這些能量時，它就會講述自己的故事。

(磁帶第一面結束)

(Carla 傳訊)

在這條道路上有著巨大的智慧和蛻變。而它就好像這兩個實體不知怎的離開了物質意義上的道路並登上一個光的住所。於是，他們沒有說很多，但是他們微笑，帶著如此充滿喜悅和智慧的笑容，以致於在場很多人對自己說:「也許有一天 我也會走上這條不通向城鎮 不通向海濱 也不通向山頂的道路，去看看我能看到什麼。」

我們是 Laitos，我們希望感謝這個尋求圈。能與你們每個人一同工作，訓練你們的器皿，這是一種巨大的快樂和榮幸。我們感謝你們調頻時所帶有的謹慎。我們感謝你們渴望有所服務，我們和你們保證，我們的渴望同樣是對那些尋求光的人們有所服務。我的兄弟姐妹們，沒有你們學習成為服務太一無限造物者的天使與星球聯邦的通靈管道，我們就不可能執行來到這裡要從事的服務，我們也不可能和你們現在的世界分享那些事物，那些事物可以帶著你們每個人去看到一種可能性，那可能性就是有一種愛的典範能夠取代恐懼的典型，一種合

一的典範能夠取代分離的典型。

通常現在我們會有一個問答時段。然而這個器皿告訴我們(今天)有一些時間的限制。所以，我們現在再一次感謝你們每一位，我們在太一無限造物者的愛與光中離開這個美麗的尋求圈。我們是你們知曉的 Laitos。

Adonai，我的朋友。

Adonai Vasu。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

巧合

Copyright © 2010 L/L Research

Saturday Channeling Circle - Channeling Circle 2

週六冥想

2009 年十一月 7 日

團隊問題：今天晚上的問題和尋求者的特性有關，尋求者會在生命中需要某個特定的事情、特定的人物或者特定的經驗，接下來沒有任何真正的計劃，它似乎就發生了，他們的需求也被滿足了。我們想詢問這些發生在真理的尋求者身上的同時性的偶然事件。我們可以用什麼方式來與它們協調一致嗎？是否有某種價值是我們應該覺察到的？

（Carla 擔任這次會議的資深通道）

我們是你們知曉的 Q'uo 原則。在太一無限**造物者**的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，今晚我們來到你們中間。我們為能被要求加入你們尋求的圈子並分享我們卑微的觀點的榮幸而感謝你們。

一如既往，在我們開始談論同時性和意外發現以及創造這些經驗的靈性能量之前，我們想請你們每一位在聽到我們所說的內容的時候使用你們的洞察力和分辨力，選取那些看起來對你有益的想法。如果它們看起來並不是你們的個人真理，請將它們留在後面。這會讓我們能夠在分享我們的觀點的時候不必感覺到可能會侵犯你們的自由意志或打攪你們靈性過程的適當速率。我們感謝你們這方面的考慮。

你們今晚詢問：當尋求者持續地去探求真理時，他的生命中的某個特性似乎獲得了越來越多的優勢。我們確定地會確認並證實那種特性。你注意到它或倚賴它都沒有錯誤。當一個人最終了解那些無形且無法衡量的事物擁有非常強有力的實相，而該實相從底層支撐所有可見的和可衡量的事物；那麼該特性就是他的人生中的可靠的一部分。

當一個人覺醒於靈的呼喚並選擇如何去服務於**造物者**時，一個人的生命就會成為一個生命的網絡的組成部分，在其中每一個尋求者就好像被一個愛和支持的網絡所支撐和包圍著一樣。當尋求者對尋求的過程知曉的更多，當尋求者不僅

僅在禮拜天去教堂[如這個器皿會說的]，而是在每一天的每一刻都在作為一個尋求者的生活中變得更加負責的時候，在他的經驗中 這個愛的網絡機能會變得越來越卓越。

你看，你們每個人都仔細地為你目前的人生做好了準備。從一個幾乎無限的數量的之前的轉世和在這些轉世中所收穫的關係與天賦中，你為這次人生打包了一個非常輕的旅行包。在這個旅行包中你打包了你的關係，在這些關係中你同意參與到一個人對另一個人提供的幫助，和他們的相互幫助。你僅僅打包了你需要去提供的天賦，這些天賦是你希望在這次人生中獻給這個地球部落，你的人類同胞。容我們說，你甚至在那個隔夜的旅行包中打包了一些挑戰、限制和故障保護措施，當它們被啟動時，將會使你在心智中回憶起手邊的服務。

你被很多、很多無形的幫助者所包圍，從你的指導靈系統或者高我，到內在層面的大師、天使和那些以某種方式和你渴望去服務的振動協調一致地振動的那些人。這個團體中的一些人已經吸引了自然精靈和提婆(devas)、**地球**母親的強有力的原初能量，它們已經認識到並感激你們與他們的振動和諧共振，所有這些無形的能量都在一個幾乎無法想像的程度愛著你，我的朋友，因為在你們的人群中間，愛經常是可以衡量的、有條件的與平淡的，如果我們可以用一個詞語來表示那太一無限**造物者**的原初思想，就是無條件的愛，當你從對**造物者**的愛轉向對你的配偶、孩子或朋友的愛、對某一盤你喜歡吃的菜的愛的時候，無條件的愛就會在它的力量中一階一階地降下來。因此，在你所習慣的愛中，在你每天日常生活經驗的愛中，在這些愛中只有平淡無趣。我們和你們說的那些菁華、實體和能量，它們從未離開過無限造物者的無條件的廣大深遠的創造性之愛。

我們現在將這個通訊轉移到叫做 R 的實體上。我們是 Q'uo。

(R 傳訊)

我們是 Q'uo，我們現在與這個器皿在一起。我們在器皿的頭腦中搜索繼續的言語。這個器皿不確定如何組織我們的概念，所以，我們轉移到 L1 實體上。我們是 Q'uo。

(L1 傳訊)

我們是 Q'uo，我們現在與這個器皿在一起了。繼續這個你們每個人為這次人生打包的那個旅行箱的類比，讓我們帶著這個旅行箱到你的目的地：你所居住的身體，你所居住的家。這就好像去一個朋友的房子。你打包了那些你需要的東

西，那些你覺得會讓你舒適的東西。但是，你的朋友房子裡有什麼呢？你有一整棟房子和在你周圍可以依賴的親愛的人們。這些親愛的人們，這些朋友，好比你的高我、你的指導靈和其他的自然精靈等等居住在你周圍的存有。當你安住於他們的房子裡，他們都希望做好主人。當你待在他們的住所的時候，當你對他們對你的歡迎表示欣賞與感激時，他們會非常高興地將那些你最需要的東西送給你。在這條道路上，你們沒有人是孤單的。

那些你需要的東西就在那兒。你不用（事先）打包毛巾。毛巾已經在浴室裡為你準備好了。你不需要食物，因為你的東道主會為你提供食物。你與周圍的那些人，那些周圍的無形的存有的關係越親密，它們的家也就越發地成為你的家，它們的東西也越發地成為你的東西，於是你不再需要去請求一杯水。你可以自己去拿你的一杯水。你擁有了進入廚房拿自己的東西的特權了。房子的主人們覺得無所謂，你也會覺得很平常。在這個離你自己家有些遠的家裡，這僅僅就一個讓你享受的物質舒適罷了。

現在讓我們談談感激。缺乏感激，在一定程度上屬於分離。它是一種充滿小我的依賴，它會說：「我會照顧自己。我已經打包了所有我需要的東西，我不需要你們那裡的任何東西。」而當它發生的時候，你的東道主也會同意並且感到他們不需要向你提供任何你想要的東西了。

當你放下小我並說，「感謝你讓我在你的家裡！我很感激你與我分享你擁有的東西。」就是在這種感激中一種在你自己和周圍的力量之間的連接就被建立起來了。這種連接越有力，你的感激越強烈，一種在你與那些無形的力量之間的就會形成更多的合一狀態。

你所需要的總是會出現在你的生活中。這就好像你在自己的四周看看並伸手去拿那些你需要的東西一樣，不是用一種驕傲[就這個詞語的高傲意義]的方式，而是用一種認可光的方式。

這個器皿正感受到一種極大的親密感[如果你願意這麼稱呼的話]，於是空間被壓縮了，而在她外面的那些事物離她如此接近以致於它們都緊緊地挨著她的皮膚了。就是這種空間的塌陷解釋了那種親密性與合一性，在其中你所需要的離你如此之近以至於它幾乎就是你的一個部分了，而在你與其他事物之間也不再分離。如果我們再一次說萬物都是一體，這聽起來都是老生常談了，但是它卻是真理。造物者服務於造物者。當造物者意識到這一點時，我們會說，要在一個人內在成為造物者即是去知曉內在的自己與外在其他部分的自己是一體的。

那麼，被需要的事物就已經是自我的一個部分了，在你和那些你所依賴的其他

事物之間也不再有了分離了。當[內在的]造物者意識到這一點時，那麼被需要的事物就已經是自我的一部分了。

現在我們希望將我們的通訊傳遞給 L2 實體。我們是 Q'uo。

(L2 傳訊)

我們是 Q'uo。我們是 Q'uo 原則。我們現在與這個器皿在一起了。我們再一次在愛與光中向你們致意。

我親愛的兄弟姐妹，我們重申在自我的內在看見造物者的話題。你觀察到更高密度的奇觀，那些更高密度的人能夠具體顯化任何他們需要的東西。而這個(次元)平面上的很多人會非常頻繁地感覺到物質限制的負擔。我們想讓你們瞭解，不僅僅只是在下一次人生中，這次人生中 如果你想要顯化任何你需要的事物，這是有很大的可能性的。既然你已經選擇投生進入到這個密度中，經常會有一些限制對你似乎是一個障礙。而你的永恆的靈魂卻會繼續前進，永遠不受阻礙，與你一同工作，用一種你的智力不總是了解的方式在你的內在在工作。

如果你願意，考慮你有一幅地圖，爲了在這裡投生你已經將這幅地圖交給了自己。你的靈魂依據這幅地圖而指引你。你跟隨著在這次人生之前 你已經安排好的各種道路和路標。雖然這個世界的重擔無法允許你總是能看到這幅地圖，這幅地圖卻在你的內在，你的靈魂也持續地在用這種方式指引著你。

我們會對你們說，你們需要做的僅僅就是去請求幫助。有一大群天使*會集結在你的身邊，雖然很多在這個肉身中的人都覺得自己配不上去呼喚那些他們幾乎無法領略的事物的幫助。而我們希望你們瞭解，即使是一個靈魂最微弱的閃光伸出觸角到那光中並希望走出那一步時，每一個你們無法理解的事物都會回應造物者本身，並在一種難以置信的喜悅去歡慶。有成千上萬無數的無形幫助者會放下他們正在做的任何事情來爲你帶來你所需要的事物。來自你內在的這種指引與來自你外在的指引完美地連接在一起。而那內在的地圖也不再是二維的地圖，而成爲三維的地圖。你擁有去創造你所需要的事物的力量。

(*編註: 這裡的原文是 hosts, 一般翻譯爲主人或東道主)

我們現在將這個通訊傳遞到 Jim 實體那兒。我們是 Q'uo。

(Jim 傳訊)

我是 Q'uo。我現在與這個器皿在一起了。你們每個人在無形的世界或者無法看

見的平面上都有充足的幫助者和朋友，他們非常樂於幫助你實現你靈性上的渴望。因為你進入到這次投生是來追尋你在過去轉世的土地上種下的種子。這些土地裡的種子已經發芽了，它們正處於茂盛的時期，在現在這一次人生中 它們將達到它們的頂點。

當你經驗[那些真理的尋求者可以獲得的]多種多樣的渴望、指引、偏好、學習與服務時，你會發展出特定的需求，這些需求將協助你完成這些經驗。**造物**是一個整體。你在**造物者**之內行動。**造物者**各種其他的部分與你聯繫在一起，它們與你一同和諧地移動，並在這個過程中給予你幫助。你可能並未有意識地察覺到你某個特定的需要，如果你願意也可以稱之為拼圖中特定的一塊，這些需要會提升你的學習與服務。並不能完全說是你的老師、指導靈和朋友給你帶來這些需要；重點是你的內在有一個開口，它過去被堵住了，你現在把它打開了，它就會允許那些對你有吸引力的事物以及領悟進入你的生活中，它們都是你需要的。

我們現在將通訊轉移到叫做 Carla 的實體上。我們是 Q'uo。

(Carla 傳訊)

我們是 Q'uo，現在我們再一次與這個器皿在一起，在愛與光中向你們致意。你可以將你在形而上層面的生活的經驗考慮為彷彿你是一個能量鏈結(nexus)，就你的能量場的意義，它帶有清晰的邊界，而它與你周圍的能量有很多一致性的位置。這給予你一個關於所有生命振動的生活方式(metier*)，不管這生命是你自己、周圍的擁有人類特性的實體、第二密度的實體，或諸如你們的結晶化岩石這類的第二密度的實體，在這些生命振動中，以及樹木、位置、元素還有諸如風、土、水、火之類，它們有大量的存在性。

(*編註: 這個字源於法文, 也可以翻為職業或聖召或靈性工作, 感謝 Gary 的協助)

你們的物質幻象的外部領域在其自身就可以被詮釋為一個夢境。因為你們能量場的媒介對於你周圍的能量是如此地敏感，那些圍繞著你的能量與你彼此之間也是同樣地敏感，在你們周圍世界的每一個一致性的位置都有著一種脈動的、振動的、閃耀的生命之光輝，而你們周圍那些一致性的位置大多數雖然是無形的，卻離你們非常近。**內部流動(instreamings)**是有可能的，這些內部流動是如此的精細，它們是由光組成的。因此，當你看到那些越來越多地成為你生命的實質一部分的意外驚喜和靈性上有趣的巧合時，你就可以越來越意識到思想難以置信的錯綜複雜而又全然和諧的工作。

有人會說，你在思考什麼無關緊要。而我們會對你們說，你思考什麼 非常地要

緊，你擁有的每一個思想都是進入力量的一個旅程。你會如何使用你存有的力量呢？你會如何使用內在的造物者，在每一個思想中出席的造物者呢？

我們現在將這個通訊轉移到 R 實體。我們是 Q'uo。

(暫停)

(R 傳訊)

我們是 Q'uo。我們現在與這個器皿在一起。我們將移動到 L1 實體，感謝這個器皿。我們是 Q'uo。

(L1 傳訊)

我們是你們知曉的 Q'uo 原則，我們現在與這個器皿在一起了。你究竟會如何使用內在的造物者的實質呢？你會如何使用你呈獻給這個地球的禮物呢？你會用什麼方式來利用你被賦予的這次珍貴的人類的投生並在其中找到內在靈性的覺知呢？在你們地球上，很多人在日常生活中處於沉睡。他們起床，為一天做準備，用忙碌將自己塞滿。他們吃飯、交配，使用他們的工具，與朋友一起喝啤酒。然而他們處在沉睡中，在他們清醒的時候他們仍是沉睡的。在沉睡時，他們無法記住做過的那些[可以幫助喚醒他們的]夢。

在你們每個人[來到這裡形成這個圈子]生活的某個點，你們會被輕推。該鬧鐘是有效的，你們從那窗口流入的光流中喚醒自己，睜開疲倦的眼睛，你會四處張望。現在就是說「哦，我的上帝呀，謝謝你！謝謝禱喚醒我！」的時候了。

現在你醒來了，你會用什麼來填充你的生活呢？你會如何使用這個機會呢？你會用什麼方法來使用內在造物者呢？

內在造物者的第一個方法是簡單地將自己填滿光。打開你自己吧！仰望天空，張開你的雙臂，站起來，於是光就可以充滿你。這是首要的服務，簡單地允許光流過你。

這個服務的第二部分是依照光對你的指引而行動。當光給你一個脈衝用這樣或那樣的方式而行動時，服從這光並向它指引的方向行動是會有幫助的。讓這光充滿你，接著認出光讓你行動的方向，這個行動的方向也就是我們所稱的服務；在服務中與所有其他人的光[即是造物者]混合在一起，於是你的意願同樣是造物者的意願。

這個器皿經常發現她自己在做一些空虛的事情，例如她在睡覺前會躺在床上幻想這種或那種使她覺得心情舒暢的事情。接著她會讓自己轉身擺脫幻想並告訴她自己，「這對我有什麼幫助嗎？這並不會服務與我在這次投生的目標。這是對我的時間的一種浪費。」於是她會起床，進入冥想或者讓心智歇息以便進入睡眠，這樣她就可以進行那些晚上的課程了，那些課程會讓我們在清醒時狀態更好，於是她得以覺醒。你會用什麼來填充你的生活呢，會是那些對你沒有幫助的事情嗎，是那些也許會浪費你的時間的事情嗎？

我們想要說的是，肯定不是所有瑣屑的事情都是在浪費時間。**造物者**在快樂中行動。聽著一首優美的歌曲舞蹈的快樂，與朋友進行一場談話的快樂，所有這些都是讓光充滿你自己的機會。單純地存在，你就是在服務了。然而，我們還是會提醒，你們每個人有很多的時候都會在那些並不重要的事情中陷入泥沼[如果你願意如此描述]。你在如此多不重要的事情上面放置了如此多的重要性！我們自己也這樣做過，因為我們曾經生活在該密度的所有部分。在你靈性向上演化的過程中，你會繼續這樣做。它是行星地球上所有人類都會體驗的事情。它是你此生的一部分。

但是，在這次投生中，你們也是被祝福的，在祝福中你會了悟到你有機會去選擇是否繼續去做一些對你沒有幫助或靈性上缺乏技巧的事情，你們也可以去尋求那些對你投生的目的更有技巧或靈性上更有幫助的事情。當你們將那些對你們的人生有幫助的事情付諸實行時，那些你們需要的工具接著就會出現在你們的手邊來幫助你們實踐在這次人生的目的。當你們在**造物者**的光中行動時，祂會指引你們進入一些場合和情境中，它們是你們在目標未實現時所需要的。你們會稱這些為巧合。了悟到巧合並不真的是碰巧的，而是在光中更進一步。

我們現在轉移我們的通訊到 L2 實體。我們是 Q'uo。

(L2 傳訊)

我們是 Q'uo，我們現在與這個器皿在一起。我們再一次在愛與光中向你們致意。我們希望和你們談論關於機遇的概念以及如何理解你遇到的機遇。就好像叫做 L1 的實體說過的，這個世界中有很多人是在沉睡中的，他們簡單地無法看見擺在他們面前的機遇。你經常會太忙碌以致於無法觀察那些你周圍的事情。然而它們一直都在那裡。很多人會認為這些徵兆、輕推必須用一種戲劇化的方式發生。而我們告訴你們的是，機遇會通過很多形式到來。

這個器皿對夢境有很大的尊敬。我們會說夢境是強有力的機遇，因為在你的夢

境狀態中你不會被這個世界的鎖鏈所阻礙，而在你的睡夢中你比任何時候都更加清醒。你所娛樂的幻想、想像的世界、描繪的圖畫、撰寫的故事，在大自然中那些吸引你注意力的簡單事物— 我的朋友，這些都是等待著你去擁抱的機會。你必須簡單地去尋求、擁抱、觀察，於是每一個時刻與細節都會成爲一個非同尋常的巧合。因爲當那些沉睡著的人們清醒的時候，他們曾遭遇卻沒有注意的那些事情，就會看起來是新鮮而令人驚訝的。它看起來就好像是奇跡降臨到了你身上一樣。

而我們會對你們說，當你在靈性演化的道路上前進時，你不會將這些巧合視爲運氣快樂轉向的機會，而是看見存在本身就是一個宏偉的機遇，在此生中流逝的每一刻中都蘊含一個能夠移動群山的奇跡。

我們現在將這個通訊轉移到叫做 Jim 的實體上。

（Jim 傳訊）

我是 Q'uo，再一次通過這個器皿在愛與光中向你們致意。當你們與更大的自我重新聯繫在一起的時候，這個更大的自我的資源也適合於你去尋求。它們會以一種或者另一種形態出現，因爲你周圍的造物是富於多樣性和可能性的。與你的渴望一同和諧的工作吧，當你能夠接觸到你自己存在中先前一直沉睡的部分時，你會遇到一個看上去似乎是新的環境，容我們說，一個新的遊戲場，在其中你會有更大的機遇，你的需求是顯而易見的，而滿足它們也是理所當然的事情。你整體的發展也會被加快。

每一個實體在生命的奧秘中尋求他自己存有的奧秘答案，都是一個走在真理和服務道路上的熱誠朝聖者，他前進的步伐是更加地確信的，也提供了更大的成長。

我們現在將通訊轉移到 Carla 實體，我們是 Q'uo。

（Carla 傳訊）

我們是 Q'uo。我們再一次與這個器皿在一起，在愛與光中向你們致意。你看，我的朋友，各種巧合，實際上就是天佑，就是經驗，當你進入聚焦時，當你的思想與高我、天使、第一密度與第二密度的實體，有知覺的動植物不可思議的壯麗陳列、還有那些支持著你們每個人的親愛的生命一同和諧振動的時候，巧合就會發生。所以，你可以理解對每一個同時性最佳的使用方式就是進一步向你自己的內在聚焦。

你的渴望是什麼呢？你來到這裡就是來探索那個問題並體驗所有被渴望的事情的。而當你找到方法貫穿你的一整天都能更清晰地讓你自己聚焦於你更深的渴望時，這個愛的網絡也會開始更多地對你說話。

我們非常享受透過各個器皿在這個圈子中工作，我們感謝每一位器皿提供自己給這個通訊使用。能與你們每一位工作是我們的快樂與榮幸。

在我們離開之前，請問是否有有任何後續的短期詢問，就在我們離開這個器皿和這個團隊之前。我們是 Q'uo。

L1: 做為一個通靈的學生，我想利用這個機會詢問關於今晚第一次通靈的時候我體驗到的一個感受。能量到來，我的身體裡的感覺是極其強烈的。我感覺到非常沉重，這個房間在我周圍擠進來 以致於我感覺就好像一個魚罐頭裡的沙丁魚。我和其他人之間沒有分離。我感覺非常的沉重和劇烈。我所通靈的概念似乎是完全重複的。唯一從那個概念泡泡中揭露它自己的事情就是：一切為一 (all is one)，一切為一，一切為一，一切為一。我無法感覺到概念之間的足夠細微差別來從中產生出任何事物。第二次能量到來，沒有那麼劇烈了。它更加讓人放鬆了。我能夠形成完整的句子和想法了。我想知道區別是什麼。[區別在於我的身體或這個圈子或你們的能量上嗎？]

我們是 Q'uo。我們瞭解了你的問題，我的姐妹。我們確實可以評論，也樂於這樣做。

進入一個器皿的心智和身體本身就是我們練習許久的一個技巧。而我們也覺察到使之完美要花費的時間是無窮無盡的。如同這個器皿，一些實體的特性就是極其敏感的。因此，有一些時候我們嘗試提供給你們的概念 就體形特徵這方面是非常有效的，或者至少帶來強烈的感覺，這些概念與一種更放鬆的概念泡泡的能量是相反的，後者更少地觸及感官，而更多地觸及抽象(概念)。

在未來 我們會努力緩和從感官供給的強度來為[做為一個器皿的]你創造更多的舒適。然而，經常一個概念是超越簡單的詞彙的。在第一次遭遇能量向你的移動的時候，我們所提供的概念的負擔確實與邊界的塌陷有關，這是從包圍你的愛的網絡的意義上而言的。對於我們在那個精確的時刻所提供的內容而言，找到一個方式在通靈中創造更加明亮和生動的感知是極為重要的，那感知就是，在該概念中沒有真正的空間，只有完全的合一。我們發現你用極好的語言對那個概念進行了表述。沒有錯誤。這個過程單純地就是將無限的概念轉化為到你一直在研讀的有限語言，就好像這個圈子裡的其他人也已經研讀了一段時間。

有很多時候我們會發現我們所希望提供的是太過於微妙了，以致於我們必須超越語言並提供圖像和感覺。當那種情況發生的時候，這個器皿將會說，「我正在感覺到這一點；我正在體驗到這一點」，但願如此。一旦表述感覺的最初的語言被說出來了，它就是第一個從瓶子裡掉出來的橄欖，接下來，該概念泡泡的其他部分就會用一種令人滿意的方式繼續前進。

我們並不總是能夠為每個器皿找到最舒適的地方。甚至只要這個器皿還在與我們一起工作，我們就會繼續更多地學習如何與她一同合作來為尋求者創造並提供一個資源，滿懷希望地。

因此，在今晚你第一次和第二次經歷之間到的體驗的差別是一種機能，重點不是你自己身上或這個圈子有什麼顯著的變化，而是在於信息本身的變化。包圍著思想的一個進程的能量在那些思想的能量中的確會發生變化。通靈的管道的工作就是透過她所有的感官或者非感覺[沒有感官能量]的概念，拿取那些他們接收到的東西，並單純地用最佳的能力來表達正在發生的事情。

我的姐妹，我們為你能夠在通靈中與這種強度一同工作而祝賀你，這種類型的通靈對於一些人確實太過於強烈了。然而，當通靈管道能在無論發生什麼的時候都能放鬆進入到一個去維持調音並允許我們與你們建立聯繫的單純目標時，這是很好的。

從那個意義上來看，我們希望和你們說，與你們每個人一同工作的是多麼開心的事情呀。單純地能夠建立那個通訊就是出色的事情了。我們祝賀 R 實體*，他能夠感覺到我們的存在，他開放自己以獲得從我們這裡接收印象的可能性。做到這一點的能力位於你們每個人的內在，而對於一些人，尤其是那些生計仰賴維持數量和計量高度精確性的人們，他們會有更大的一種阻力圍繞著未知的事物。然而，我們感覺 R 實體非常令人滿意地持續進步，我們會為他的勇氣和堅持不懈而祝賀他。我們感謝每位在這一天提供他們自己的人。能與你們每位一同工作是一種榮幸與歡喜。

(*編註: R 實體目前是位電腦工程師, 定期幫 L/L 中心維護電腦)

我們也同時時感謝這整個尋求圈。你們每一位坐在這裡的人都是一個珍貴、珍貴的存有，你們給出時間和能量[你們地球上寶貴的商品]，僅僅去尋求真理。你們一同閃耀的光是明亮的，我的朋友，我們為你們所是的燈塔而感謝你們。

如同我們發現你們時一樣，現在我們將在太一無限造物者的愛與光中離開你們。我們是你們所知曉的 Q'uo 原則。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

成爲造物者

Copyright © 2010 L/L Research

週六冥想

2009 年十月 17 日

Jim：今天晚上的問題，Q'uo，是關於我們如何更多地在生命中找到我們自己，並成爲生命中更大的一個部分。Ra 建議對於一個希望這樣做的尋求者，有三件事情是重要的：第一是去知曉自己，第二是接納自己，第三是成爲造物者[1]。你們能簡要地論及知曉我們自己和接納我們自己，以及接著我們如何成爲造物者？成爲造物者是什麼意思呢？

（Carla 傳訊）

我們是你們知曉的 Q'uo 原則。在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在爲祂的服務中，我們來到你們中間。感謝你們呼喚我們來到你們的尋求圈。被呼喚到你們的圈子是一種榮幸與榮耀。我們很高興能在今晚與你們談論關於知曉自己，接納自己以及成爲造物者。我們爲這個問題感謝叫做 Jim 的實體。

一如既往，在我們開始前，我們請求你們每一位聽到或讀到這些言語的人使用你的洞察力和分辨力，從我們提供的想法中拿取那些與你們內在共鳴的內容，並將其他的想法留在後面。因爲，我的朋友，我們怎麼可能每一次都爲你們每個人正中紅心呢？這是不可能的。因此，請使用你們的分辨力來決定哪一個是你們要拿走的。這樣我們就會對涉及自由意志的問題覺得放心了，因爲我們不願意成爲你們道路上一個絆腳石。我們感謝你們這方面的考慮。

你們今晚的問題有三個部分，我們會努力觸及每一個問題，並將更多的部分聚焦在成爲造物者這個問題上。

這三個部分的第一個是知曉自己。當然，我的朋友，知曉自己需要很長的時間，因爲作爲一個在投生中的非常年輕的實體，你的父母和你的老師會開始向你解釋事物的存在的方式，慢慢地你會變得適應文化了，你對很多事情充滿了覺知，它們是被很多人們說過的，而其中有一些對你完全沒有任何的意義，但是所有

這些覺知都是你被期望去學習並在穿越人生過程中 做為一種社會機制的潤滑劑而使用它。

在這個圈子裡的你們每個人都已經注意到很多經歷人生的實體是睡著的，除了關心那些餵飽自我、有房可住、付賬單以及[每個人以自己選擇的方式]享受閒暇之類的事，他們不會深入地思考自己、思考社會問題或思考任何事情。這些事情對一些人是足夠的，但是對於這個圈子裡的每一個人並不夠，你們已經從一場行星之夢醒來了。

在某些方面，過一種清醒的生活是非常不方便的。它不像享受行星的夢境一般舒適。然而，一旦醒來，你們就不會回去睡覺了。你知道世界比你以前被告知的世界更大，你感覺到你自己也更大了，比你以前被告知的自己更大。所以你會想知道你是誰，為什麼你在這裡。這就是你的靈性探索的開端了。

首先，知曉自我大部分的問題經常是在於找到你所不是的事物，並允許那些你所不是的事物從你身上脫落，於是你就能夠成為你自己了。當你在你自己之中歇息時，你會開始知曉你自己了，也許探索你是誰的最快的方式是在每一天結束時在冥想中歇息並回顧你的一天，一個經驗接著一個經驗，一個情緒接著一個情緒，一個催化劑接著一個催化劑。當你看到將你拉出平衡狀態的情緒時，你可以注視這個情緒並問，「我是如何開始感覺到它的呢？在表面之下有什麼觸發物被觸發了並導致這個情緒的突然爆發？」

當你看著這些困擾你的事情時，你發現了躲藏在你的情緒反應下面的那些已被埋藏起來的痛苦晶體。當你將這些痛苦晶體移到陽光中，在那裡你可以檢查它們，在檢查這個通常來自於你的幼兒時期的痛苦起源的過程中，你開始理解你曾經是如何受傷的。當你釋放這個傷口並寬恕它時，你也恢復了完整的自我的一部分。

當你持續地進行你的檢查，一天接一天，一年接一年，你開始覺察到在你的生命中有一些反覆再三困擾你的事情。它們對你為什麼在這裡(的命題)出線索。每一個實體進入此生中都帶有一個投生計劃。它不是一個命中注定的計劃。它是一個靈活的，為提高可靠性而重複的計劃。

你們每個人在投生之前，在你的指導靈的陪伴下，你們會一起真正仔細地查看你之所是的靈魂光流，你會想：「我想要變得更加平衡。我想要更多的智慧來平衡我心中的愛。」或者也許你會想：「我有相當的智慧，但是我希望我的心更加開放。我想在愛與智慧之間獲得平衡。」或者你會凝視你自己並看到在很多次轉世中 你已經是一個強有力的人了，你想要去學習正確的使用力量。無論你的

投生課程是什麼，他可以確信兩件事情：它關於平衡；它對於你是獨一無二的。

當你更多的發現你生命的主題和你在這所生命的學校[你可以這麼稱呼行星地球的第三密度] 中學習的課程時，沒有任何人陪伴在你周圍，也沒有需要打動任何人，甚至不用打動自己，你就會開始有點懂你是誰，你到底是誰。當你清空所有的驕傲或虛偽，或者一個並不適合於你的故事[而你卻一直努力去與之適應]，你最終會意識到在你的人格底下的一些事物。那就是我們所稱的意識。

你看，我的朋友，你既屬於這個世界，又不屬於這個世界。你在一個物理身體中，你的肉與骨證明你是行星地球的公民，從塵埃而來並預期在未來回歸於塵埃。而同時你是一個無限、永恆的實體。你進入到生命中，將你的能量體和現在所享受的物理身體結合起來。當你在你物理生命的盡頭扔掉這個物理身體時，你會向前移動並再一次進入到你的能量體的新的經驗中。但是，在這一次生命的過程中，你同時擁有兩個身體，它們是無法分離並且相互纏繞的，它們一同工作創造了你做為一個人和一個靈魂的體驗。不僅僅物理身體會對發生在你身上的那些事情起反應，處於一種持續的流動狀態的能量體也會根據自我感覺安全和可靠的能力打開和關閉。

當自我感覺不到安全或可靠時 能量體就會發生緊縮，它會減少來自造物者在極大的慷慨中提供的愛/光的無限流動，有時還會完全地切斷它。因此，在知曉你是誰的方面，為你自己找到一個安息所是非常好的，如果它不在你自己的外在，那麼就在你自己內在找到一個安全的地方，你可以在那個地方休息，你的能量體可以流動、打開，並在無限造物者的愛/光中呼吸，那愛/光會經過脈輪流動，向上穿過心輪、穿過較高的脈輪，流出並再次進入天父的造物中。你越多的在內在的安全之處歇息，你就會越多地找到你是誰。

當你在你自己的內在進行這個工作[作為內在在工作]的時候，你會發現當外在的生命在你面前展現它自己時，多少有些不同了。因為，你越發地在你是誰的問題上感到安全和平靜，其他人會如何考量你 對於你也越來越不重要了。在涉及你與他人的關係和如此之類的問題上 你的緊張越少，你也越來越能夠將你的注意力聚焦在為你周圍的那些人以任何可能的方式提供支持和照顧。於是，一點一點地，當你開始更加地知曉你自己，當你對你是誰和為什麼在這裡感到輕鬆的時候，你就會開始能夠喜愛這所靈魂學校裡面的教室了。

自然，任何一個班級都會有臨時測試。那些測試就是當困難發生在你身上 而你必須承受那些混亂和孤立的情緒的時刻，當你不知道發生了什麼或者如何去應對時，那些情緒就會出現。當你觀察並與這混亂、孤立、靈魂的暗夜合作時，讓那些機會教導你：你是誰。就好像它是一個禮物一樣地進入它，並向它致謝。

因為這樣的禮物是在它們手中 帶著極大的祝福來到你的生活中。過一段時間之後，當你回顧你生命中的這些曾經充滿混亂和轉變的時刻，你會看到你投生計劃的光輝。你會看到你學會了多少，拿走了多少，從這靈性的禮物中獲得了多少。

因此，在知曉自己的過程中，我們請你們相信這個過程。它不總是令人舒適。你來到這裡實際上也不是為了感到舒適。你來這裡是為了改善你的人格的平衡，並改善你作為光之僕人的堅定性。最重要的，你來到這裡為了服務光。你們在這個行星地球的課堂中服務光的方式是允許光流過你。因此，如果你們願意，你們可以將你的生命視為一個樂器演奏家的生命，他會為他的樂器調音，這樣他的樂器就可以演奏出悅耳的旋律和美妙的和諧。

現在，你也許會問，什麼是調音呢？我的朋友，因為這是**理則**的造物，**理則**的名字是無條件的愛。你根據那**理則**而被調音。你正在調音以成為愛的器皿。你是獨一無二的，就好像我們之前說過的，每一個人都在光流動經過他的時候 拿取光並讓光從她身上照耀出來，就好像一個彩色玻璃窗一樣。你的玻璃窗的顏色就是你的情緒、想法、理想、那些你珍愛的事物和你最深之所是的事物的顏色。當你視你自己為一個器皿並以極大的尊敬和榮耀來對待你自己的時候，你就會開始感覺到你是一個器皿了。就好像叫做聖方濟^[2]實體所說的，你是**祂**的平安的一個器皿。你來到這裡並維持一個空間，通過這個空間，光可以流動通過你，並流出進入這個世界，照亮此刻行星地球的意識。因為這是一個非常強烈的時刻，一個收割的時刻，一個你們星球轉變的時刻。

你們選擇當下在這裡並持有光，你們是非常勇敢的。但是，在投生之前，你並不知道這次投生會有多麼的困難。請知曉你們不是孤單的。你的指導靈離你和呼吸一樣近。你們可以通過在心中念我們的名字而呼喚我們，如果你們願意，我們將幫助你們穩定你們的冥想；該幫助不是我們有任何要說的話，我們單純地與你們在一起，愛你們並給你們一種安全的感覺。

知曉自我建構在自身之上。當你首先開始知曉你自己的時候，你通常是通過其他人的鏡子，你會衡量什麼使你困擾，什麼使你高興，如果你將所有那些事情帶入到沉思中，你會為你所發現的感到不安。因為你有一個陰影面。我們請你仔細地查看那陰影面，並知曉既然萬物都是一體的，你就是萬物，那麼你有一個完整範圍的自我。

自然地，你會強調你的個性中那些似乎對你有益的部分。然而，你的人格中似乎黑暗的那些部分同樣有價值，容我們說，同樣值得尊敬。它們是你的一部分，它們需要被愛和被榮耀。而這就是你開始接納自己的位置了。它經常要花很長

一段時間來徹底地查看你自己：那個自己是殺人犯、強姦犯、小偷、說謊者，以及所有你永遠不願意是，永遠不會演出來的東西。然而，你通過其他人的眼睛、行動、想法看到它們來到你身邊。於是你會說：「那不可能是我。那非常令人不安。」然而，我的朋友，你的內在擁有那些面向。它們需要被承認，被愛和被接納。接著它們需要從日光的一面被給與指令，因為它們對於你在這裡的服務中都有它們可扮演的角色。

如果你接納了那小偷、強姦犯、殺人犯記憶所有那些胡作非為的元素，它們所共有的部分是一種力量，這種力量有時是那些更加甜美和善良的方面所缺少的。你需要有那份剛毅、堅持不懈、頑固堅持的能力，為了美好的事物，堅守你的陣地，來維持光並保持你自己。那些個性的陰影面就是關鍵元素 賦予你深度能力好堅守你的領地。它們使你的理想強而有力。它們給與你一種你從其他方面無法獲得的韌性。這些都是好事。

因此，當你查看自己時，當你知曉自己時，當你找到在你的陰影面中尚未整合的部分時，我們請你們用你們的雙臂抱起它們，愛它們，把它們放在你的搖籃中說：「來和我一起為光而工作。和我一起進入光吧。」

現在我們來討論成為造物者。我們之前說過你有兩個部分，塵世的部分和永恆的部分。在你內在也有兩種心智，你的智力和意識，而意識也可以稱為心之頭腦。你的智力居住於空間/時間中，居住於物質實相中。它是有限的。它是一個解決問題的電腦。它把它的工作幹的好極了。它對於你是獨一無二的，容我們說，每一個智力是它自身的野獸。它是你的一部分，那個動物，那個不再長毛並開始使用工具的類人猿的一部分。

而另一方面，意識居住於無限和永恆之中。它是你們所有人所共有的，因為它是無限造物者的能量、意識、存在性。當你在一個夏天走入一片森林，所有的文明的裝飾都脫落了，只有鳥兒的歌唱和樹葉間微風的呢喃在對你說話。你可以從表面的智力沉入意識中，於是你就與那鳥兒的歌唱和樹葉間微風的呢喃合而為一。智力安靜了，從你身上脫落，而你也歇息於無限太一的心智之中。

無限太一之歌是一首愛之歌。你會發現你的吸氣就是在愛中吸氣，你的呼出就是用愛回答愛。你是一切萬有之舞蹈的一部分。如果你不能走入森林，你可以在你的椅子上這樣做。你可以在一個教堂或一個寺廟或一個道場這樣做。真的，你可以在任何地方這樣做，因為你的每一吋包含的意識就和你的智力一樣（多），你的每一吋包含的永恆靈魂就如同塵埃之子一樣（真實）。

成為造物者就是一個允許意識取代智力的過程。除了造物者，你不可能是是任

何其他的東西。這是一個已知的事實，雖然你不可能證明它。你只能通過信心而知曉它。單單信心和未知就會告訴你，你是造物者的一個火花，容我們說，從某種程度上，你是神性原則的一個全像圖。你最深的自我作為造物者的一個部分 在無條件的愛中振動。因此，成為造物者就是允許這個非個人的、深深流露愛的意識成為你自己每一天存在性的越來越大的一個部分。當你越來越多地進入到對意識的察覺中，你的那個「我」將會成為越來越深沉、越來越真實的你之所是的「我」，在意識中，「我」與基督是合一的，與無條件的愛是合一的。並不是你變成無條件的愛，因為你自始至終都是無條件的愛。當你開始用你之所是的方式知曉自己並如實接受自己時，你要做的就是找到允許意識進來。

你看，在智力中有一個部分恐懼絕種。而智力擔心如果愛的意識成為你自己人格的越來越多的一個部分，你會失去你的個體性，因為意識是非個人性的。我的朋友，沒有東西比這觀點更不真實了。只要當你開始覺察到你自己最深的部分，光之僕人的那部分的時候，你發現自己能夠更自由地呼吸了，你發現自己能夠去做一些事情了，那是你會在世界中用一種新鮮的熱望和一種要做更多事情的慾望來做的事情。因為，當你在新的一天醒來時能夠同時帶著對永恆的察覺與對這個世界的有限的事物的察覺的時候，當你成為這樣一個實體的時候，生命也會變得甜蜜、美妙與充滿冒險了。

它是一個漫長的旅程；當你最後一次閉上你的塵世眼睛時就會結束的旅程。它是一個漫長的遊戲，一個策略很簡單的遊戲：知曉自己，接納自己，成為造物者。當你發現你自己更深的部分，也就是造物者的自我時，你將會發現你的眼睛是打開的 向著所有可能的情境去發現美德、愛與平安。你會發現你自己變得更加堅定，更加穩固，面對著這個世界的萬種事物[如這器皿會說的]時 也更加不受煩擾了。

為那條漫長的道路做好準備吧。它是一條美麗的道路，我的朋友。它是一條通向美好終點的道路，如果要說生命是一場遊戲，它是一場你可以贏的遊戲。你唯一要做的就是去愛並允許你自己被愛作為回報。因為，我的朋友，造物者比你可能想像得到的更加地愛你。你被愛所包圍著。在你周圍有一個愛的網絡，一部分是天使般的存在，一部分是你的指導靈，你也可以稱之為你的高我，你最高和最好的自己，它是你在第六密度的自我給你的一件禮物。

在那包圍你的愛之網絡中歇息吧，帶著無限的好奇為這次生命做見證吧。你來到這裡是根據你的渴望而創造的，那渴望就是你希望的事物。因此，根據你最深的自己來塑造你的渴望吧，根據你察覺到的最深渴望來塑造你的渴望吧。永遠尋求走得更深、學得更多、自由地專注於當下此刻吧。

因為當下此刻就是那在永恆與物質幻象之間的非凡連接點。就是在當下[如你們所領會的]之中，意識可以拓展，答案可以被發現，當你敲門時大門就會被打開。因而，就好像叫做 B 的實體所說的，嘗試去停留在當下吧。那裡有礦土、有你所尋求的、那裡有服務、有學習。讓你對自己的知識和你對自己的接納，隨著你服務的道路有機地生長吧。

現在，有一些人來到這個地方完全是來成爲的，成爲一個空間，這個空間有能力將無限的光轉化爲祝福你們的物質星球的能量。還有一些人來到這裡不僅僅是來作爲一個讓光可以流經的空間的持守者，他們同時也會提供外部的服務。內部服務和外部服務的價值沒有區別。因此我們希望向你們每個人保證，無論你現在是否參與外部的服務，你都在進行你來到這裡要進行的服務。你的任務正在進行中。你的使命正在執行，一切都很順利。讓你自己去成爲吧。那就是秘密。不要伸手去拿，不要使勁去推，僅僅設置你的意願去知曉，在每一天服務，並讓那意願爲了(你的)進步 替你安排今天需要去做的事情吧。

在我們處理另一個問題之前，現在請問關於這個問題是否有後續的詢問。我們是 Q'uo。

(長時間暫停)

我們是 Q'uo，沉默的迴響告訴我們關於今晚的主要問題已經沒有後續詢問了。因此，請問此刻在這個圈子中是否有其他的問題呢？ 我們是 Q'uo。

L：我有一個問題。

我們是 Q'uo，我們非常高興聽到你的問題，我們是 Q'uo。

L：我現在遭受的苦難是惡魔附身嗎？

我們是 Q'uo，我們並沒有聽到一個明確的問題，但是也許你是希望我們談論這個主題，是嗎？

L：是的。

我們是 Q'uo，我的姐妹，我們非常高興回答這個問題。我的姐妹，一如你們所知，這的確是一個擁擠的宇宙。大多數實體都有一個抵禦被外部實體侵犯的天然保護，因為他們都牢固地、徹底地沉睡在塵世生活的夢境中，他們並沒有那種敏感性去覺察到其他實體的存在。

當一個實體能夠打開他的察覺並在一種被緩慢而仔細地控制著的環境中增強敏感性時，對於一些實體 認識從其他地方而來那些的實體是非常有幫助的，因為他們會有機會發展[被這個器皿稱之為]調音的能力，這樣他們就能夠為自己呼喚那些與自己振動協調一致的實體了。

有些時候，一個人的能量體會被一種能量所壓制，它比該系統可以承受的更加強大。這就好像能量體是一個電性系統，一個突波(surge)通過這個系統並引爆了一個脈輪或其他脈輪。

(磁帶第一面結束)

(Carla 傳訊)

在服用了過量毒品時 或者在那些不那麼容易解釋的例子中，當這種情況突然而創傷性地發生時，它在靈光中製造了一個破洞，這是一個不在計劃中和未被請求的入口，通過這個入口 實體們就可以接觸你的能量體了。爲了用一種簡單的方式談論這個問題，我們有些簡化和一般化。

然而，這已經發生了，無論在能量體中什麼地方，它已經發生了，而在你們醫生的藥典中卻沒有藥方可以讓你能夠關閉那個入口。因此，我們鼓勵一個正在經歷這種讓不受歡迎的現象[不必要的實體通過該入口]的人，去向那些與能量體工作，而非與物理身體工作，的治療者求助。

在靈光中已經有這樣的破洞的實體可以做很多事情來修補那些洞，藉由聚焦於所愛的事物，聚焦於珍惜的事物的生活方式，並在每一天設置意願去對美好、美麗和真實的事物保持真實，這樣的想法就好像你在靈光中的破洞上，從這一邊到另一邊，從頂部到底部縫補的時候用的線一樣。

想法在形而上的世界中就是東西物。這樣，在每一天的堅定的意願中，視覺化地觀想在天使的幫助下 你正在你的能量體上「補襪子」一樣，用金色的線、銀色的線，還有所有珍貴的事物從這一邊到另一邊補那個洞，從頂部到底部一次又一次地縫補以肯定美好、真實和美麗。

它需要時間，我的姐妹，但是在你的思想中就有療癒，這是你可以控制的一件事情。很多傷害性的思想會向著美好的、真實的和美麗的事物發怒，但是這不能阻止它去成爲美好的、真實和美麗的事物。泥巴和石頭可以被扔向太陽，但是它無法阻止太陽的閃耀，也無法阻止真實的事物成爲真實的，良善的事物成

為良善，美麗的事物成為美麗。

我們能進一步的回答你嗎，我的姐妹？我們是 Q'uo。

L：謝謝你，感謝你。

我們感謝你，我的姐妹。現在請問還有最後一個問題嗎？我們是 Q'uo。

（長時間暫停）

我的朋友，我們發現沉默為它自己說話。我們已經用盡這個圈子此刻的所有問題，至少是那些你們唇邊的問題，而不是那些你們心中的問題，但是我們不會侵犯那些你們帶在身邊 而沒有被問的問題。

今晚能與你們在一起是多麼榮幸呀！我們對你們分享的振動之美而感到敬畏，我們對你們一同建造的這個神聖的地方，遠遠高於這個住所的一座光之聖殿而感到敬畏，它在天使的眼睛中是至為美麗的。感謝你們尋求真理。感謝你們呼喚我們來與你們分享我們謙卑的心。就好像我們發現你們一樣，我們在太一無限造物者的愛與光中離開你們。我們是你們所知曉的 Q'uo 原則。

Adonai，我的朋友，Adonai Vasu。

原註

[1] Ra, 1981 年 11 月 28 日，第 74 場集會。在文章中引用的部分是：

發問者：我在努力理解的是這些鍛鍊如何影響白魔法師的能量中心和力量？你能告訴我 那是如何工作的嗎？

Ra: 我是 Ra。在人格鍛鍊的核心中有三個部分。

- 一、知曉你自己。
- 二、接納你自己。
- 三、成為造物者。

[2] 聖方濟各。「聖方濟各的和平祈禱」。第一節是：

主，讓我成為你和平的器皿，
讓我在仇恨的地方看到愛，
在傷害的地方看到寬恕，

在疑惑的地方看到信心，
在絕望的地方看到希望，
在黑暗的地方看到光明，
在悲傷的地方看到喜悅！

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

新生的嬰兒

Copyright © 2002 L/L Research

譯者聲明：這份資料來自於美國愛/光研究中心(L/L Research)。

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編。

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊，請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

週日冥想

1998 年十一月 29 日

小組問題：什麼樣的靈魂正投胎到地球上？Ra 當時說來到地球的實體 有些同時啓動第三和第四密度身體，還有流浪者，以及那些想要畢業進入第四密度的實體。你們可否告訴我們關於現今誕生的靈魂的知識？

(Carla 傳訊)

我們是 Q'uo 群體，在太一無限造物者的愛與光中向你們致意；我們崇敬祂，我們自豪地為祂服務。感謝你們呼叫我們加入這個尋求圈，我們收到你們給予的祝福，感謝你們邀請我們分享一些謙卑的意見，我們送給各位感謝的祝福。一如往常，我們請求各位聆聽者辨別我們說的東西，因為每個實體都有獨特的需求，每個實體都值得高度個人化的真理，縱使大家探索的版圖是相同的，每個尋求者的旅程都有些許的不同。

所以我們請求你們探究我們的話語，好比妳只選取某些花朵放在桌上綻放，妳也只選取部分聽到的話語進入那思想之屋。

今天，你們想要知道更多關於你們地球目前人口的資料，以及誰穿越投胎過程來這裡當寶寶。此時，可以準確地說，那些希望在今生結束以前順利畢業的第三密度實體構成地球上大部分的人口。總的來說，你們仍然可以發現在目前出生的實體中，大約 2/3 比例啓動老式的肉體載具，第四密度或更高密度的身體都在潛伏狀態。當然，(他們的)希望是趁著地球即將結束第三密度週期之際，促使靈魂達到足夠的成長和成熟度，好讓靈魂健全足以迎接更充分的光。

同時，新生的嬰兒當中 有越來越多實體是第四密度的先驅，他們已啓動第三密度和第四密度的身體；通常有不尋常的成熟思想過程，並且有更有效的學習與創作能力，以及懷著喜悅細數週遭美麗的珍寶。

第三種誕生的實體有個一般稱謂——流浪者。從上個世代開始，大量的流浪者川流不息地來到你們的地球；流浪者在各種藝術方面帶來許多強健的靈性支持，你們在這些年已經注意到這個現象。這些流浪者和具備雙重啟動身體的靈魂相比，他們和第三密度地球的原生居民有更多相同處，因為遺忘的單紗完整地覆蓋他們。流浪者和第三密度希望能畢業的實體的差異在於信心和直覺的領域，流浪者擁有更多的本能的信心，更多地相信靈性巧合、萬事萬物的鮮活狀態，進而相信有一個資訊溝通架構可以橫跨所有語言和文化的界線。

這三種實體的同質性並不高，因為第三密度地球本身的歷史並不單純或容易。更確切地說，你們的地球早已歡迎許許多多不同的人群，那些先前在別處沒有畢業的實體。你們的星球上有著各種高度相異的人群。

有幾種尖銳地不同的原型結構已經透過時間/空間宇宙中[以該器皿的說法，相當於]基因密碼傳遞下來；那麼，你們的星球一個特徵是各式各樣的混淆水平；在其他第三密度的星球，不總是有這種情況。彷彿你們的存在平面是一個班級，裡頭的學生是許多老師迄今無法鼓舞的實體。

在討論你們地球人口組成的過程，我們感覺這個關注點不在於所有這些差異，甚至也不是那些共通的地方；毋寧，我們願指出你們人群之間，各式各樣的變貌激盪出非比尋常的生動和氣力。我們讚許你們人群在發現和持守理念的過程中帶有的強度和奉獻。你們星球充滿可觀的能量，充滿偉大的力量；然而這股力量經常被困在人們的困惑之內。我們的關注點是找到各種討論愛的方式，我們總是前來給予這首簡單的樂章，然而，對於地球上這些任性和調皮的人群，一種給予的方式絕對不夠，兩種、三種、一百種，甚至一千種也不夠。我們慶祝你們人群這股格外生動的能量。確實，這股能量有些脫序與混亂，然而其潛能是如此美麗和強大！有許多實體正站在覺察的門檻上，即將搖撼整個有機體，接著重新整理。你們人群懷著巨大的能量渴求這個結果。

他們渴求的東西即是他們的本質，但他們無法看見，他們正在尋找造物主，正在尋找愛。智能無限歇息，智能能量問：“還有什麼？”在那歇息和問題之間蘊含著空間和時間中的凡人世界。

我們鼓勵所有位於地球層面的靈魂聚焦在年輕的實體上頭，因為，一如往常，對於那些在天真中出生，充滿期待的實體，需要以最有愛心的方式給予資訊。無論何時，當妳有機會和週遭的孩子互動，我們鼓勵每個人以她自己的方式看入孩子的眼睛，和他的靈接觸。每一次和年輕實體的連結都強化和支持這個孩子的信心和意志之天賦。如果你不容易變得親切，那麼 讓你的親切為孩子展現，讓你

的心為年輕實體敞開，因為許多教導就以這種方式進行。

要知道，當妳和所有實體聯繫的時候，每個實體都在教導每個實體，其效用和你能夠無懼敞開心輪面對每個實體的程度成正比。雖然孩子們在成長為大人的過程失去一些信心，或許誤用了一些意志；不過，沒有一個肉身中的人靈會離理解很遠。因此，妳永遠不知道妳的臨在、話語、行動可能就是另一個人的救贖或領悟。

我們願鼓勵每個關懷孩子的實體重複地聚焦，如果可能的話，每天專注在形而上的[屬於妳和孩子的]需求上。找到各種方式虔誠地奉獻給造物主，分享這個過程如同日常生活的一部分。這將引導年輕的實體進入那些深邃無法以言語表達的方法：有些人保有一個聖壇；有些人點燃一根蠟燭 接著冥想；有些人和大自然互動，行走在花朵或樹葉或草地之間；有些人觀察鳥兒，或以各種方式拍攝位於自然棲息地的動物們。有許許多多的途徑可以教導孩子靈性事物，無須做作或沉重的方式。

最重要的，我們鼓勵每個人做自己，因為這點的教導效力超過任何其他事物。一個實體從他的核心向外移動，盡可能真實面對自己的感官和感覺，那麼 在他和孩子溝通的過程，總會有個好的開始。因為孩子們比較單純，比較不迂迴，他們看待事物也是如此。他們欣賞一個做自己的實體，遠勝過一個戴著面具的實體，不管那副面具有多麼令人興奮。

我們感覺已經來到一個自然的停止點，但在我們轉移到 Jim 那兒之前，請問各位對於這個主題是否有進一步的詢問？我們停頓一下。

[沒有進一步的詢問]

我們是 Q'uo 群體，既然對於這個主題沒有相關的請求，我們將鬆開和 Carla 實體的聯繫，轉移到 Jim 實體那兒。我們感謝這個器皿，並在愛與光中離開她。我們是 Q'uo 群體。

(Jim 傳訊)

我是 Q'uo，透過這個器皿在愛與光中間候各位。此時，我們提供自己回覆各位潛在的詢問，這是我們的榮耀。如果在座任何人有其他重要課題，我們願至為快樂地談論它。

此時，是否有另一個詢問？

J: 當一個靈魂即將投胎進入這個幻象，他們對於第三密度前方蘊含什麼有多少的了解？

我是 Q'uo，相信我們已掌握妳的詢問。我們將據此回應，隨後 如果我們尚未涵蓋你想要知道的課題，請妳進一步詢問。

現在，那些投胎進入地球的第三密度幻象的實體覺察這是畢業的時期；這個特殊的星球多少正面臨一些困難— 順利誕生第四密度人口。這些顯著的困難是：調和各種振動，在合一中尋求，認出萬事萬物之中的**造物者**。加總起來，如你相當了解的，許多的戰爭、誤解、溝通不良，和其他種種困難使得這個幻象充滿著困惑和混亂。那些等待投胎的實體看到一種混沌的能量表達，不過，這並不會嚇到他們，使他們喪失進入地球的第三密度幻象的渴望。毋寧，他們感知這些困難為進一步服務的機會，因為這些挑戰將增進他們學習愛的課程的能力，增進他們服務太一**造物者**之光的能力，最終達成畢業的要件。因為在投胎之前，每個實體都遠為覺察自身是太一**造物者**的一部分，他週遭所有實體都是如此，還有那些他將一起共度第三密度歲月的同伴，也是如此。因此，一個等待投胎的實體以清晰的雙眼觀看前方的事物，非常不容易因為這些困難而膽怯，反而很有可能去擁抱它們，視為服務與學習的機會。

是否有進一步的詢問，我的姐妹？

J: 沒有，感謝你們。

我是 Q'uo，我們感謝妳，我的姐妹。
此時，是否有另一個詢問？

Carla: 我可不可以問跟一個經驗有關的問題？

我是 Q'uo，我們樂於接受任何妳想要問的詢問。

Carla: 謝謝你，在這次會議中，當我稍早正在傳訊時，我可以感覺一股能量在結束時刻升起。如果我閉起雙眼，我感到頭暈目眩，一陣急速的風，並不混亂，只是我已經從未經驗的不同能量。關於這個經驗，你能否光照一下？是不是另一個想要講話的通訊來源？還是某個實體要給我一份能量禮物？我甚至無法命名它，感覺起來，它遍佈我的額頭頂部，以及我的心智裡面。

我是 Q'uo，覺察妳的詢問，我的姐妹。當我們掃描妳方才描述的經驗，我們覺察妳的肉體載具在這個時間有一些困難，在過去這一週[以你們的衡量方式]造成妳的擔憂。接著，服務無限**造物者**的星球聯邦當中有一群實體以他們自己的方式回

應治療的需求。妳過去就認識她們了— Nona 群體。於是，她們在妳方才描述的經驗中，提供自身嘗試增添一個能量交換到妳的靈光場，過程就如妳所感知與描述的。

是否有進一步的詢問，我的姐妹？

Carla: 如果我想要接受 Nona 的禮物，我只需要對她說：謝謝妳。是否正確？

我是 Q'uo, 這是正確的，我的姐妹。

Carla: 謝謝妳, Nona。謝謝你, Q'uo。

我是 Q'uo, 再次地 我們感謝妳，我的姐妹。

此時，是否有另一個詢問？

[沒有其他詢問]

我是 Q'uo, 今天，我們感謝在場的每一位邀請我們加入你們的尋求圈。能夠針對你們關切的主題提供我們簡陋的意見，我們為此感到滿足。關於我們今天的講話，我們請求你們只拿取那些對你響起真理鈴聲的部份，隨意地使用它；把所有其他部分都立即丟在後頭。

此時，我們即將離開這個器皿和團體，在太一無限造物者的愛與光中離開每一位。我們是你們知曉的 Q'uo 群體。

Adonai, 我的朋友。Adonai。

(V)2012 Digested, adapted, and translated by c.T.

得到與失去

Copyright © 2010 L/L Research

週六冥想

2009 年十一月 28 日

來自 J 的問題：(Jim 朗讀) 今晚的問題與尋求的道路有關。當一個尋求者努力去整合他在這一生和之前的生命中所嘗試學到的一切事物時，Ra 說，尋求者會變得越來越成為他所活出的生命，越來越成為他之所是。做為他之所是，即是太一無限造物者[1]。我們想知道，當我們成為太一造物者的時候，我們是否會放棄我們的身份呢？當我們成為太一造物者時，我們將失去什麼東西嗎？當我們越來越如造物者一般生活時，這樣的生活看起來似乎更多地是存在而不是行動。Q'uo 能否告訴我們，尋求者可以如何沿著這條演化的線路前進，沿著演化向上的螺旋線路而成為造物者呢？他會得到的是什麼？他會失去的是什麼？它會如何被完成呢？

(Carla 傳訊)

我們是你們所知曉的 Q'uo 原則。我們在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，今天我們來到你們中間。感謝你們今晚呼喚我們來到你們尋求的圈子。我們至為榮幸能加入你們的冥想並在這次工作的集會上向你們提供我們卑微的觀點。能與這個器皿合作的確是一種快樂，我們感謝你們每個人從你們擁擠而忙碌的生活中拿出時間和能量，聚集在一起並創造這個你們可以在其中尋求真理的神聖空間。

一如既往地，在我們開始之前，我們會請求你們每一個聽到或讀到這些言語的人，請你們小心地傾聽並尋找那些(與你們)共鳴的想法，而將那些沒有共鳴的想法留在後面。如果你們能使用你們的洞察力與分辨力，我們將非常感激。這將使我們能夠自由地談論而不用擔心我們可能侵犯你們的自由意志或者打攪你們的尋求道路的節奏。

今晚你們問的問題是一個至為有趣的問題，它結合了這個器皿所稱的一次投生的小小生命與在永恆的界域內的一個更大生命中生活的靈魂光流(soul stream)的生命，靈魂光流穿越所有密度的經驗，跨越八度音程，從無時的(timeless)阿爾法(alpha)到無時的奧米嘉(omega)，僅僅為了最終在下一宇宙創生的阿爾法當中醒來。

我的朋友，永遠不要懷疑你是無限和永恆的。是的，你是**造物者**的火花，是的，你就是造物者。再次地，在下次宇宙創生之際，當**造物者**再一次選擇知曉祂自己時，你將再一次成爲**造物者**的火花。

如果我們嘗試就一次轉世的範圍來回答這個問題，而不用在某個點進入更大範圍的存有，也就是對你的靈魂光流的考慮，我們的回答會更容易理解。然而該回答就會少了這個圈子中的成員要求的微妙之處。因此，當我們似乎從對一次投生的小小生命的考慮轉移到對靈魂光流的範圍的考慮時，我們請你們寬容我們一下，因爲你正是從靈魂光流中非常仔細地選擇了少數一些元素[這個器皿會稱之爲人格]，這樣你就可以在這次的小小生命中聚焦，於是你的小小生命就有了獲得一種無限的清澈度的潛在可能性，這種可能性既能實現你在這次人生中的服務和學習目標，也同時推進了你的靈魂光流[做爲一個整體]的潛能以減少扭曲，以及[如 Jim 先前引用的]活得更接近你之所是。

當一個人從萬物爲一的基本立場出發，他會創造一個永遠無法被解釋的悖論。如果所有的事物都是合一的，那麼爲什麼一個實體相比另一個又是獨一無二的呢？爲什麼他們不是太一無限**造物者**完全相同的全息圖(holograms)或影像呢？悖論就是從那裡開始的。如果一個實體屬於**造物者**，是從什麼位置一個實體不再像**造物者**一樣的活著呢？雖然這兩個悖論僅僅是個開頭，但是，它們可能已經足夠來指出，當一個人談論如何追求成爲造物者的目標的時候，他已經處於一個悖論與神秘的世界，而在其中邏輯已知的模式也不再是顯著的幫助。另一方面，如果一個人拋棄邏輯與智力的資源並完全地安歇在赤裸的信心中，一個人會很快地無法以一種有意識的方式與自我進行交流，因此 剝奪該自我所有生而爲人的[辛苦賺來的]優勢。

因此我們建議一個人即不要完全地倚靠智力和使用邏輯心智，也不要僅僅倚靠信心的能量和菁華 以及直接的見解或靈覺。毋寧，我們會建議你可以察覺到你已經將你自己放置在一個身在異鄉爲異客的情境中，而你的身體的骨與肉[這片大地的原住民]— 那個化學蒸餾廠— 如此完好地在你的物質性的投生中承載著你。

從你自身看起來，你是非常有限的。你必須呼吸而活。你必須吃東西和喝液體做爲你的滋養品。你必須照顧一個化學蒸餾廠讓它去清理那用完的殘渣，而這些東西看起來有點沒什麼靈性。用上百萬種細微的方式，物質性會拚命拉扯你來提醒你這一個或另一個局限，而你正是生活在這種局限性中爲了成爲你自己。

反之，就好像 L 實體在這個圈子的討論的早些時候在她的繪畫中所展示的，在這個局限性的網中包含著痛苦和苦難，包含著無與倫比的當下的魔法師之石，

這一個當下從小小的生命迴響到靈魂光流 直到太一無限造物者。

沒有你的物質性，沒有你在空間/時間中的位置，沒有你，一個靈魂光流，做出的驚人犧牲來將你自己投射到一個被空間和時間局限的物質幻象中，你也不會擁有能力來容納這個增效性(potentiated)空間，在其中絕對理則、無條件的愛與靈魂光流之間的所有邊界被該空間解除局限，即使在其自身形而上學的邊界中有堅固的範圍；無條件的愛與靈魂光流也因此可以向下流入這個你只有在肉身中才能保持開放的空間中。

這就好像，在一個小小的生命和一個表面上非常受限的個性與性格的極小界限中，你卻支持著造物者知曉祂自己的最高期望，這不僅僅是從空間/時間的意義上而言的，從時間/空間的意義和整個造物的意義上也是如此。你所處位置的力量從很多方式上都是令人震驚的。同樣地 一個實體從地球的夢境醒來並知曉他更大的自我 卻不知道他自己所攜帶的力量。

因為在某種方式上你們就像剛出生的小狗，你們必須發展你們的四肢、耳朵和尾巴。當你們從一個靈性上不成熟的思考者成長為一個越來越覺醒的、留意的和專注的尋求者之際，你的小狗的四肢也開始確立。容我們說，你開始發展為你自己。

為了成長為一個靈性上越來越成熟的實體，各種尋求者使用的策略是多種多樣的。J 實體提出的問題與現在你們地球上很多人的問題相似，都在使用他們之前投生的記憶來收集一種關於他們是誰的更多理解，理由是一 既然靈魂光流能收集到的賦予任何一次投生的個性是如此的少，無疑地，當一個人收集到其他的投生的越來越多的細節並能夠將這些理解整合到自我的單一概念中時，一個人就可以增進關於自我知識的質量。

有一些人，諸如叫做 S 的實體，他們會發現自己遇到有一些沒有預兆或提前計劃的意外時刻，而在其中自我意識變得洪亮且清晰。而這種自我感當中的邏輯智力內容卻幾乎為零。當一個人的強項位於直接的領悟、直覺和靈知，他沿著這條生活察覺的途徑可以走得很遠。

除了通過深入的記憶而掌握越來越多的細節以及允許一種來自直接領悟的自我感這兩種的途徑之外，還有太多其他的途徑無法被提及。為對靈性的尋求者而言，去獲得對兩條道路的任何一條或者對其他的道路的詳盡的領悟，我們並不認為這是有必要的。當我們對你們與你們討論這些道路的時候，我們希望去做的是給予你們更多的對你們的處境的一種覺知。無論是通過直接理解還是通過有意識的整合越來越多關於自我的細節，這些途徑的重要性和對於你的人性的

潛能的覺察相比 都相形失色。

你就是一切萬有。穿越超過我們[透過這個器皿]表達能力的數量級，一切萬有向下聚焦進入到一個無法想像的力量駐留位置，那力量不僅僅停留在你眼中的你自己或我們眼中的你之中，那力量也停留在超越任何層次的任何描述的你之中。

你剛才問道，當靈性意識獲得增長時，當一個人能夠越來越活得如他之所是時，他獲得什麼，他又失去什麼呢？讓我們首先看看這個過程中揭示的獲得。

你開始知曉你自己，這種知曉超越了你的偏好的細節並進入到以感覺、嗅覺和味覺的方式上去成為你。我們正嘗試推動你超越你的感官，但使用你所理解的感官以便指出你們每個人都是一朵在永恆之中開放的花朵，這朵花不僅僅在這個小小生命中是獨特的，在靈魂光流的無限的經驗與多樣性的更大的覺知中這朵花也同樣是精巧地獨一無二的。當靈魂光流通過一個接一個的密度，一次接一次的經驗而構建它自己時，我們並不知曉靈魂光流是如何以某種方式保持對它自己的真實。我們僅僅是觀察到它是如此的。

當你更多地覺察到成為你是怎樣的感覺，你會獲得什麼呢？你獲得了自由與平靜。你不再需要去防衛，不再需要去保護，不再需要去解釋。你是。無論你是誰，無論你是什麼，你都是一個擁有這般美麗、真理、價值和生命的受造物，以致於你嘗試使用任何言語或概念的容器去表達「**我是** 與 我守著你，你是太一無限**造物者**」都是不充分的。但是那無限，那造物者之性質都是你獨一無二的，也是你奉獻給無限太一的禮物。因此它是無價的。

當你獲得對你自己的本質的感覺時，你失去了什麼呢？在某個程度上，可以說你失去了很多，因為當你對最深的你自己感到更加舒適的時候，你超越了扭曲，各個扭曲開始脫落了。你會因為善於講笑話而覺得自己有價值嗎？也許那個人格的怪癖會脫落，而讓你發笑的笑話也不再能引發你周圍的人一同發笑了。

這就好像一個人問一位老人，當他變老的時候，他失去了什麼。他會說，「我失去了我的視力、牙齒、感覺、走四個小時的路而不用上洗手間的能力，」或者他會說，「我失去了我的恐懼、擔憂、憤怒、偏見、還有自我加諸的局限。」從靈性上而言，在成為一個越來越成熟的實體的過程中，事物會從你身上脫落，而你之所是將乘載更少的扭曲和更多的愛，我的朋友，這是必然的。

如果你珍視你的扭曲並說：「因為這些扭曲 我才是我，儘管這些扭曲是身體的、情緒的或人格的怪癖或者與特別的天賦或特別的限制有關」，那麼你將感覺到的失去程度和你與太一無限**造物者**[也就是**愛**]的振動和頻率逐漸靠近的程度相當！

好比這個器皿，一個秘義的基督信徒，她會說，當你開始覺察到你的聖徒身份，以及你的家位於那天堂的領域，而那裡你將與天使們和那些沒有下降到地球振動的人們同在，你就會失去獨特的個性，儘管它對你可能是珍貴的，儘管該特性可能是你在社會中的級別，你的外部能力，以及所有那些你將自己與其他人區別開的參數。

當你凝視著一次渺小的人生中的機會，去持守一個管道或空間將(個人)特質與無限連接在一起，並將無限愛與太一之光從那奧秘的炙熱之心帶入這個堅固、穩定的生命中的機會，該生命不費力氣地穿越你 卻無限和強烈的意願; 你獲得什麼，你失去了什麼呢？這是你成爲的機會，在那成爲中，你獻出了你的管道，器皿，菁華，掏出並清空天賦與人格的細枝末節，這樣你的生命和你在世界中的人生會被愛從內部點亮。

最後 你問道，我們如何如我們所是地生活？我的朋友，你們的生命的每一刻都是一個有潛能去成爲的時刻，一個有潛能去知曉你是一個存有的時刻，一個有潛能傾向服務意願的認知的時刻，每一個時刻如同一個禮物一般呈現在你面前。在這個時刻，你會拿起那個禮物嗎？你可能會分心，但是，另一個時刻馬上就會來到，接下來，另一個時刻，又接著另一個時刻。如此這般一直繼續。做爲一個在第三密度投生中實體，在你的生命中每一個時刻都全然且徹底地充滿了機會去知曉你自己，接受你自己，成爲造物者。

我的朋友，雖然我們覺察到我們僅僅只搔到這個非常有趣的問題的表面，我們感覺這是一個很好的暫停時刻並詢問關於這個問題是否有後續詢問呢？我們是 Q'uo。

L：我想請你評論我的一個理論。我會開始將不同的轉世和不同的生活視爲許多塊拼圖，而我正在將這些拼圖合適地拼起來，拼圖的每一塊歷經時間會拼在一起直到最後完整的拼圖被展現出來。而拼圖中的每一片都還在拼圖中，所以沒有什麼被體驗過的事情是會丟失的。不斷地會有收穫和成長，拼圖也不斷地被添加，添加到你之所是中，因此你是不會變小的。你會變得更大。這看起來是表述那個概念的合適方法嗎？

我們是 Q'uo, 我們覺察你的問題，我的姐妹，我們願從兩種方面來回答它。首先我們會說，確實，一次投生的經驗、另一次投生的經驗、再一次的經驗，如此等等，確實創造了一種更詳細、更清晰的自我表達，這自我也就是靈魂光流。從那個方面，我的姐妹，你是相當正確的。

(磁帶第一面結束)

(Carla 傳訊)

…在一次投生中，你需要去學習的東西和需要用你最好和最佳的方式去服務的東西都已經被給予了，因此，去收集其他投生的細節看起來似乎沒有什麼優點，在一次投生中接受上述前提是有幫助的。我們如此說是因為越來越多地成爲自己是一個對(存有的)菁華進行精煉和淨化的過程。它不是讓細枝末節倍增來告知自我最深部分的過程。毋寧，成爲自己是自我意願去開放對情緒和感覺的淨化和精煉的過程。

你之所是的自我，在投生中的自我與作爲一個靈魂光流自我，兩者都有很多很多層次，向下穿越意識的表面，穿越潛意識的上面層次，向下進入心智的根部，在那些根部之中最重要的是原型自我。

作爲一個獨特性和無限結合的器皿，你擁有能力去停留在你的表面情緒中，並以衝動與活力回應每一個感覺。你也擁有無限的能力允許情緒去穿透顯意識自我、夢境自我、那走在神秘與傳說的走廊上的自我，還有那已經找到入口的自我— 通往那巨大的組成原型心智的情緒水域。

要求自我允許情緒被精煉、被淨化，就是要求自我走入受難的烈火中。因爲如果一個人去抵抗一個情緒類型的痛苦或者一個靈性類型的痛苦，他就無法在自我的那些很多很多的層次中走到更深的地方，並進入原型心智中。的確，就是通過諸如悲傷、憤怒、嫉妒和狂怒這樣深切痛苦的情緒的重複經驗，哦，如此緩慢地，一個人會變得能夠承載純淨的情緒之美。

就如同所有靈性事物的內涵，當一個人能夠對該[更深地進入到他的情緒生活的過程的]痛苦開放他自己，他就會越來越能夠去理解、承載、支持、接納情緒的喜悅、至福與平靜。因爲在理解太一無**造物者**的所有層次與途徑中，其菁華永遠是愛。因此，憂傷之河、狂怒之河、無論什麼被淨化的情緒的所有河流，最終都被引入至福的海洋，那即是無限愛的穩定狀態。而在某種程度上，不去保衛自我是令人恐懼的。

在需要去捍衛某個東西時，我們不鼓勵(妳)保持無防衛的狀態。我們不鼓勵你超越你所能夠承受的逼迫你自己。當你們需要這樣做的時候，我們請你們設置謹慎的邊界，這樣你們可以用一個整合且健康的方式來容納你來到這次投生中所攜帶的人格外殼。保護你的心智健全和自我的感知是很好的。與要求自我超越它所能承受的範圍相比，保護你自己並更緩慢地向著情緒的淨化方向發展是

好很多的做法。

但是，當你在處理情緒上遇到困難的時候，你是可以獲得幫助的，請知曉並信賴這個事實，這樣也許你就可以在困難的情緒中稍微多打開一根頭髮那麼大的縫隙，並僅僅減少極微小的份量的恐懼，因為你能感覺到幫助是與你同在的，它正在支持你，它也會讓你能夠承擔更多。

因為當你能承擔更多的時候，當你能夠在一個更深的層次上經受磨難的時候，你也會燒掉扭曲。你正在淨化那些你來到這裡試圖去淨化的情緒。當你用這些方式來學習，你的行動受到高度的保護。你需要去承認那幫助的存在並請求幫助，而且那幫助離你比呼吸還要靠近。

我們能否進一步的回答你，我的姐妹？我們是 Q'uo。

L：不用了，謝謝你。你的言語引發我很好的共鳴。

我們是 Q'uo，我們感謝你，我的姐妹。請問現在是否有最後一個問題。我們是 Q'uo。

提問者：我對上一個問題有一個後續的問題。如果一個人能夠設法整合他所有轉世的面向，這會讓在此生中的課程學習更加有效率嗎，它也會使得極化更有效率嗎？

我們是 Q'uo，我們相信我們覺察你的問題，我的兄弟。把各種各樣的轉世的具體細節添加到你在這次投生中的時間和空間的已知體驗上，在某些情況下可以澄清那些令人費解的問題。這也許是因為對此類問題的進行澄清的一個合適時間到了，於是一個過去世的記憶就會滲透出來。因此，我們會說，和除了你現在正在體驗生命的這輩子之外的那些轉世一同工作是有一個積極層面。

然而，我的兄弟，如果你珍視其他轉世的具體細節，它會帶來一個對應的局限。這種局限的起因是每一次投生在其本身就是一個整體。就一個人格的立場，或者就如這個器皿所說的，就人格外殼的立場，你在任何其他轉世中的那個實體對於你而言是無法識別的。這就是說，在每一次投生的機會中，你都會從一個充滿性格、天賦、局限以及先前關係的無限倉庫中取出整體中的一個微小部分，並為你自己創造了一個人格面具(persona)，如果你願意，也可以稱為一個天神化身[2]。

爲了你的化身去玩一場純淨的遊戲，除了它的菁華之外，它什麼都不需要。在

此生 附加細節導致自我分心[而遠離充分尊重其菁華]的力量是變動不一的，但是在一些情況下，釋放其他轉世的細節是有幫助— 不包括你既有的轉世知識，如果它們自然來到你面前，恰當地成爲你已知的一部分。

毋寧，我們會建議妳從這種[將這些其他轉世細節塑造成一個更大存有的]嘗試的束縛中釋放它們，如同 S 實體說的，當你坐在陽光中並突然間覺察到你自己的時候，你將發現的事情比那個嘗試告訴你的事情要多的多。

我的朋友，我們帶著傷心與你們分開，因爲我們非常喜歡這次的對話，欣賞你們人靈的美麗與勇氣。你們創造的這個神聖的空間是了不起的。

感謝你們。感謝你們呼喚我們。感謝這個器皿與我們合作。感謝你們和我們一起服務的太一無限造物者，因爲在祂的愛與光中我們聚在一起的機會而感謝祂。我們是你們知曉的 Q'uo 原則。如同我們曾在太一無限造物者的愛與光中發現你們一樣，我們現在離開你們。

Adonai。

原註

[1] Ra, 《一的法則》，第 73 場會議，1981 年 10 月 21 日。在上下文中，這個引用是這樣的：

“發問者： 在我看來，對於那些走在服務他人路徑上的實體們而言，主要重要的事情爲發展一種態度，我只能描述成一種振動。 這個態度可以透過冥想、儀式來發展； 以及發展對於造物或造物者的欣賞 結果是一種心智的狀態，我只能表達爲振動的增加或增進與全體的合一性。你能否擴展與更正以上敘述？”

RA： 我是 Ra，我們不會更正這個敘述， 但可以加以擴展，（我們）建議關於你所提到的那些品質，你可以附加這段話：每一天、每一刻活出來；因爲真正的行家越來越活出它所是(的本質)。”

[2] 在 www.dictionary.com 上「天神化身(Avatar)」的定義是：「以一個化身的形態或其他的顯化的形式降臨到地球上的一個神靈，一個神的化身。」 這個詞語在網絡與電視遊戲中使用的時候，它的意思代表著一個人的形象化的圖像。看起來 Q'uo 在某種程度上同時使用這個詞語的兩種意思。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

愛與光早期資料 #42

Copyright © 2005 L/L Research

譯者聲明：這份資料來自於美國愛/光研究中心(L/L Research)。

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編。

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊，請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

週六冥想

1974 年五月 11 日

(Don 傳訊)

我是 Hatonn。朋友們，我在無限造物者的愛與光中歡迎你們。再一次同這個團體講話，這是個莫大的榮幸。我和弟兄 Laitos 都在這裡，我們將調節這個團體的每位有此渴望的成員，你們將感覺到我們的臨在。

我覺察到一個問題，我將嘗試透過這個器皿回答。有許多冥想的方式，然而，只有一個真實的冥想形式。如果冥想要用效力，就必須允許智力[心智]終止運作，因為它是一種干擾，阻礙人們去了解和理解所有生命內在具有的東西。爲了要做到這點，必須學習方法。有許多許多的技巧被運用在這個練習中，對於那些已經精通的實體，這是極度簡單的；對於那些仍在嘗試精通的實體，這似乎是非常困難的。

如果一個人想要快速地精通這個過程，確實有特定的必需步驟。首先，這個人要在一個遠離外界分心事物的氛圍中。對於剛開始學習冥想藝術的人，這將帶來很大的幫助。另外，這個人必須讓脊椎保持幾乎垂直的姿勢。身體應該是舒適的，但不要放鬆到脊椎不是垂直的狀態。或許這是精通冥想藝術的過程中最重要的面向：使脊椎保持垂直的位置。一旦確認了這個舒適的姿勢，同時脊椎保持直立，然後，你必須讓心智緩緩地中止念頭；可以藉由聚焦思想在一個客體上，或聚焦在額頭中心，或單純地允許智力想法離開心智 來達成這個目標。

當這個過程繼續，你將會慢慢地中止對肉體的覺察；這個狀態應該可以維持一段合理的時間。這段時間取決於執行該冥想的個人的渴望，無論如何，實行者將越來越清楚冥想的益處，因此 他的冥想時間長度將完全取決於他自己的渴望。

冥想過程帶來的益處很多，無法以你們的語言溝通這點，必須由個人自己去發現。

我們星球**聯邦**帶給地球人一個簡單的訊息和簡單的說明；因為在此時 地球人只需要一件事，只需要學習一個功課，那就是覺察的功課。
我們發現這個星球的人群是失明的，因為他們看不見。
我們發現他們是跛腳的，因為他們無法移動。
我們發現他們是愚昧的，因為他們不理解。

所有這些弊病都是一個疾病的結果，一個非常容易醫治的疾病；我們將一個簡單的療法帶給這個星球的人群，所有人都可以練習和執行這個療法。這個簡單的療法就是冥想，可以打開雙眼、解放人靈、解開心智的枷鎖，好讓地球人得以重獲他的正常能力。

在這個時候，我將離開你們，我在**造物主**的愛與光中離開你們。
返回接觸**造物主**要給你們的知識，任何時間、任何地方都可以取得它；你只需要伸出雙手並接受它。我的朋友，我離開你們，我是 Hatonn。
Adonai vasu。

Copyright © 2005 L/L Research

週日冥想
1974 年五月 12 日

(Don 傳訊)

我是 Hatonn。我在無限**造物者**的愛與光中歡迎你們。再一次同這個團體講話，這是個大榮幸。我們很少能夠接觸那些在這個星球的表面上尋求的實體。此時 並沒有太多人在尋求。我們曾多次對這個團體和其他團體談論尋求的重要性，但我們感覺這點沒有被充分理解；為此，我們今天傍晚談論的主題是尋求。

你們的神聖著作寫著：必須尋求才能找到。我們將要指導你們尋求的方法，以及你們可以期待找到什麼。我們已經說過，我們唯一推薦的方法就是冥想。

有很多尋求的形式，許多智力的尋求形式，許多尋求的實行者。我的朋友，透過冥想獲得的東西是其他方式無法獲得的。我們並非不贊成其他尋求的形式，例

如閱讀不同的手稿和材料，這是有益處的；然而，就我們的知識，沒有其他方式可以抵達一個真正尋求者的目標，除非他花費可觀的時間在冥想上。

你們可能認為冥想是個奇怪的現象，一開始冥想的個人似乎沒有什麼進展。我的朋友，這是不正確的，當一個人冥想時 他總是會有進度。如果一個人能夠清空顯意識心智的念頭，同時保持脊椎在垂直姿勢，他就能夠打開其心智，開闊的程度遠超過他日常的覺知。

在你們地球上，存在許多種覺察的狀態，你們地球的人口的覺察相當地多變。許多人的覺察在極低的水平，有些人的覺察在極高的水平。我所說的覺察是一種對真理的覺察。朋友們，不管是誰覺察到真理，它都是相同的。我的朋友，真理對於你我都是相同的，對於造物主也是相同的。真理是一種絕對。

對於這個絕對的理解是變動的；在你們地球上，有些人只有一種模糊或受遮蔽的理解，其他人則有比較清楚的理解。我的朋友，真理是極度簡單的 無須智力的分析，它是單純的，位於每個造物主的小孩裡面。你們地球上的人群對於這個真理的理解各有不同，主要因素只有一個——那就是他們的冥想。不管這些冥想發生在此生，或是先前的歲月 接著攜帶到目前的經驗。

造物主意願祂的孩子在每一個情況中經驗他們渴望的東西。祂並未假設祂的孩子會渴望某個他不要經驗的東西。換句話說，妳可以說，受造的個別化的意識會以智能的方式行動，接著經驗他的渴望，進而享受這個造物，如起初思維所預想的一般。

我們發現這個星球的狀態和這個計畫相當地分歧；我們發現地球人因為脫離常軌而受苦，起因是他們欠缺對於起初思維的理解。我們認為 當一個人經驗到他不要經驗的東西，都是由於一種無知。這種無知是一個人缺乏與起初思維溝通的產物；而欠缺溝通的單純原因就是缺乏冥想。換句話說，我的朋友，這個星球的許多人已經切斷這份造物主給予的理解，由於忽略維持這個通訊的必要性。

地球人已生成一個由虛假價值構成的幻象，它是如此地強大 以致於他發現幾乎不可能返回起初思維的單純。當然，你們的語言中有個字最接近這個思維，我的朋友，那就是愛。無須把你的思考弄得複雜，只要表達造物主單純的愛。許多年以來，地球人的錯誤思考生成一個虛幻的價值系統；只要妳做到以上的單純表達，透過每日冥想累積理解，這個系統就對妳沒有意義，唯一具有真實意義的東西將存留在你的意識中，那就是單純地接受造物主的愛。

我建議你們加入服務無限太一的星球聯邦的弟兄姐妹們，拒絕所有的概念除了造物主給予我們的概念。透過每日冥想，妳將知曉我們在為祂服務的過程中得著的喜樂。我的朋友，這就是造物：知曉的喜悅和表達我們造物主的愛。

今天傍晚 很榮幸對這個團體說話。此時 我和這個器皿直接通訊，維持通訊是很簡單的。只有一個必要條件，我的朋友，那就是該器皿渴望這個通訊。如果這個渴望是絕對的，這個通訊的進行將是完美地流暢。

Adonai, 我的朋友。我是 Hatonn。

Adonai vasu。

(V)2012 Digested, adapted, and translated by c.T.

愛的思想能量

Copyright © 2009 L/L Research

週六冥想

2009 年十月 20 日

Jim：M 寫道，「我是一個有 24 年經驗的海豹特遣隊隊員，現在做為一名安全協調員 已經在伊拉克、阿富汗、巴基斯坦以及其他世界各地的熱點地區工作了六年時間。我曾有個經驗：當我直覺地知道我的隊伍將會被火箭攻擊時，我有一種勢不可擋的感覺想要送出愛的思想。該攻擊就受到阻撓。在那一刻之後，在接下來數年間，我開始使用愛的思想能量來阻撓更多的攻擊並保障我所保護的團隊的安全。我的問題是，如何才能與其他人分享使用愛的思想能量的資訊，這樣他們就可以對改變戰爭的典型做出貢獻。」

（Carla 傳訊）

我們是你們知曉的 Q'uo 原則。我們在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，我們今晚來到你們中間。感謝你們呼喚我們加入你們尋求的圈子。能夠被你們的圈子呼喚是一種榮幸，我們樂於談論 M 實體提出的關於如何與其他人分享愛的偉大起初思維的問題。

一如既往的，在我們開始之前，我們會請求所有聽到或讀到這些言語的人們使用他們的洞察力與辨別力來選擇他們想要去與之工作的那些想法。在傾聽尋找共鳴的內容時，我們請你相信你的耳朵，並將那些不與你們共鳴的內容留在後面。我們非常感激你們這樣做，我的朋友，因為它讓我們能夠在分享我們卑微的觀點時不用擔心我們可能在某個方面侵犯到你們的自由意志或打攪你們靈性進程的節奏。我們感謝你們這方面的考慮。

與其他自我分享一個人所擁有的認識，當這個認識已經遠遠超過了你與之分享的那些人所習慣的和假定為正確的典型時，我的兄弟，這是一個挑戰。

我們會與你們分享的第一件事情是一個認識，你們軍隊中的成員所喜歡的戰士或保護者的典型，以及你已經變得非常清楚的典型，兩種典型之間有很大的一個距離。有個概念將「我們這邊」的實體和「另一邊」的實體視為具有相同的價值，該概念處於兩種典型之間的中心位置。

在一個很少被談及卻經常被暗示的層面上，戰爭的理論用一種系統化的方式輕視那些國家軍隊的士兵或維護安全的成員[如這個器皿的說法]，在其中有一種不言而喻的贊同，那就是完成任務要比一個指揮官管轄的靈魂們的生命更加重要。然而，甚至追隨該指揮官戰鬥的實體們都被如此粗暴地輕視時；推動這渴望和意圖[以形成一個新的保護典型]的全部能量會是相當可觀的。

對於一個希望去分享對無條件愛之力量的認識的人，還有一個問題對他提出挑戰。第三密度行星地球上的人們現在有時候深深地在星球的夢境中沉睡。在沉睡中經常會有一點點對太一造物者思維的本性的飢渴或察覺。然而，有一種令人舒適的麻木狀態取代之之前出現的對真理的無論什麼樣的渴望。無論是與太一無限造物者的關係需求還是對太一無限造物者的思想需求，在這種麻木狀態中都缺乏對這種需求的敏感性。

缺乏一種對太一的愛與光的直接了解，就會有一種靈性上的遲鈍特徵。在靈魂的層面，我的兄弟，無論你的每一個兄弟姐妹是如何深深地沉睡，他們都是神性原則的一個相等部分，都是愛的單一思維的一部分。每一個你希望去與之分享這個認識的兄弟姐妹，他們本質上都是永恆的公民。

在一個比顯意識和醒來的覺察深得多的層面上，每一個實體充分地察覺他們與他們的兄弟(姐妹)是一體的，他們與造物者也是一體的。在那個深入的層面他們察覺到造物者的思想的本性屬於愛。而在顯意識的層面，你很多的兄弟姐妹對愛的力量並沒有信賴或信心。這一點在其本身並不是一個悲劇，因為所有實體們都主宰他們的經驗，而當他們形成無論什麼樣的渴望並滿足那些渴望的時候，他們都是在執行無限太一的意願。在靈性的進化上並沒有時間限制。進步是無可避免的。在現在這個即將結束的周期中，那些還沒有覺醒於愛的力量的人們，那些還沒有開始去渴望服務無限太一的人們，他們會在另一個第三密度的行星再一次獲得肉體，並體驗在第三密度中的另一個偉大的學習周期。

這不僅僅是你的挑戰，我的兄弟，也是所有在此時希望去服務光的人所面對的挑戰，這個挑戰就是去發現自己能夠用這樣強有力的方式來分享一種經常會被這個器皿稱之為「鬧鐘」功能的觸發物，它是因為你所說的話，而且不僅僅如此，還更多地因為你所攜帶的能量，這能量流過你並向外流入到這個世界中，這能量就好像一個其他人從很遠的地方就能認出來的燈塔，於是他們受到吸引加入其中。

話雖如此，我們現在還是會說，如果你想要找到一些技巧，透過它們，那些你希望去分享的點子和能量可以成功地傳達給那些已經準備好被喚醒的人，這肯

定是可能的。我的兄弟，現在有很多很多睡得很淺的人。時代的不確定性創造了額外的覺醒誘因。甚至那些在他們的地球的夢境中深深沉睡的人們也會聽到接近的風暴雷鳴，在他們的睡眠中感到不安、易受傷。

對於一個希望去分享太一無**造物者**的愛與光的人，現在我們願論及分享的兩個層次。第一個層次是使用言語作為工具的智慧層次。這個器皿剛剛讀過一本你寫的書[1]，這是一個強有力的工具，一個能夠被遞給任何一個靈魂的容器，拿著這本書的人是否翻開這本書，如果他讀了這本書是否了解這本書，是否會被這本書說服，或者是否發現這本書是他自己的覺醒的一個資源，這些問題完全留給拿著這本書的人 自己的辨別力來決定。

如你知道的，語言只能到這麼遠了。不管詞句如何漂亮地被加工，不管故事如何強有力地被敘述，對比你所擁有的愛的認識，言語實在是貧乏的。雖然如此，有很多實體，在現在這個臨界點的位置，對的言語在對的時間確實會在意識中創造出改變並喚醒一個人，而他當被喚醒後，實體們將發現他們已經無法回到睡夢中了。

然而，我們意識到你希望去創造一個情境，在其中你可以提供一種對無條件愛的直接的了解而不侵犯任何人的自由意志。

印度教的古魯們(gurus)會選擇禁言並安坐於靜默中，這樣那些跟隨他們的人可以坐成一列並分享他們冥想的能量，以完全的概念化的形式，愛的知識就在其中。薩滿教的巫師帶著他們的學生進入荒野，讓他們接近死亡，他們躺在墳墓中並徹底地察覺他們的死亡，然後站起來並徹底地察覺他們生命的起始時刻。這兩種技巧都使用了菁華而非使用言語 在你的學生的意識中創造改變，這兩種技巧都有優點並且可以被老師們視為可提供的資源。

當你創造自己的策略來幫助那些希望去學習的實體變得有人性時，渴望是必須被喚醒的。渴望將被信念所推動。你自己與大天使米迦勒(Michael)的經驗的真實性與力量是在空間/時間的邊界之外操作的。你的挑戰是把你在時間/空間中經驗的完全衝擊變得可以(讓他人)取用，這樣那些不相信你所建議的可能性的人們自己用一種主觀上直覺的方式，被你經驗的真相說服。這是因為，從一個強烈且決定性的意義上來說，為了幫助實體們轉換一個典型，創造一種對新典型的渴求，創造一種純正的渴望去探索創造新典型的可能性，是必須的。

你的經驗的性質是察覺到無限**造物者**的心智，那心智即是無條件的愛。在你們的文化中，當一個人說「愛」這個詞語的時候，比起愛的真相，它是一個無精打采的、虛弱的詞語，因為你在該經驗中察覺到的愛是那創造了一切萬有的愛。

名為耶穌-基督的實體經常在他的教導中通過治癒那些身患疾病的人而徹底地改變了人們的意識，他幫助盲人看見，幫助跛腳者走路。當面對那些被看似奇跡般的事物時，地球的夢境脫落了，對在那一刻的實體，一切都變得可能了。因此，我的兄弟，該挑戰就是去創造那些揭開缺乏信念的遲鈍時刻。帶著一種足夠強烈的渴望，這個挑戰可以被你或者被任何人完成。我們請你確信無疑並毫不猶豫地相信你渴望去做的事情的正確性。我們也會對任何一個著手開始服務的靈魂建議，持續不斷 堅持不懈地請求協助吧。

你為自己設置的任務的必要條件是允許自我被清空，好讓你肉體的聖盃，你在這個塵世的神殿，可以在每一天都被**造物者**活生生的力量所充滿。不要讓你的意願變得陳舊或變得不新鮮，而是在每一次太陽升起和落下的時候都重新設置你的意願。告訴白天、告訴黑夜 你服務的渴望。請瞭解，你的渴望的本質是「魔法的」。[之所以使用這個詞語是因為它被西方白魔法傳統使用，即這個器皿所知識的白魔法]

在這個特別的學科中，魔法的定義是[一個人發展]在意識中根據意願創造改變的技藝。這就是你希望去教導的，根據意願去改變意識。如果你有一種祭司的天賦，你就可以考慮創造一個儀式，在其中**造物者**的思維，無條件愛的**理則**被祈請。然而，挑戰之處是找到希望像你鍛煉自己人格一樣地鍛煉他們塵世人格的學生。它不是一個不可克服的挑戰，然而，它是一個重大的挑戰。

請瞭解你並非從零開始。因為在你們的文化中，很多你要去教導的那些人喜歡過一種基督教、猶太教和伊斯蘭教的口惠式生活，而這些宗教都相信太一**造物者**在愛中創造了一切萬有。尤其是在基督教中，在你的學生裡你會發現一種對儀式的認識，這種儀式在本性上是完全魔法的，它們就是這個器皿所稱的「聖體禮」或「聖餐儀式」，在其中無限**造物者**以基督的形式流入麵包與酒中，接著進入每一個敬拜者的身體中，從而改變每一個敬拜者的整體振動。

在很多情況中，或者容我們說，在很多教堂中，它是一種字面上地和象徵性地稀釋過的體驗，然而即使在其稀釋過的形式上，它也有對愛的祈請的外形。因此，對於一個嘗試去幫助其他人意識到愛的力量的人，它是一個幫助與資源。如何著手處理你的探索之旅的這個面向，這由你自己來決定。

當你持續地請求幫助，你就會收到一些概念。我們鼓勵你相信它們，並允許新的途徑、想法與策略，通過一種既不為它們貼標籤，也不指揮它們，而是僅僅讓它們在一起翻滾、起伏 在你的頭腦中來回滾動，因為你向自己要求的事物是無邏輯的和自相矛盾的。這兩個因素幾乎保證了你走在正確的道路上，這是從靈性意義上而言，但是它並不意味著你智力的要求嚴格性無法適用於你的創造

性的過程。毋寧，讓這些在頭腦中升起的概念像小狗一樣打滾並允許[而非強制]你的策略呈現出來。

關於建議的力量已經談過很多了，你會發現當你把一個團隊聚集在一起的時候，有一種團隊的能量馬上就開始盛行。既然你已經有了一種智財權，它可以作為你的策略所依賴的基礎，並對一群聚集的實體採用你的策略，那個智財權、你的書、你的那些想法就可以創造一個過濾器。那些經過你的書過濾而向你進行更多學習的人就已經為一種出類拔萃的團隊體驗做好準備。請瞭解，在這樣的聚會中，你在無形的領域中有一個龐大的資源寶庫。

在你自己的指導靈以及一個團隊中的指導系統有著很大的力量。更進一步，有超靈的能量連接著團隊中的各種各樣的實體，這些能量取決於他們起源於什麼樣的行星影響圈。

（磁帶第一面結束）

（Carla 傳訊）

很多那些被吸引到你所提供的聚會中的人們已經察覺到天使的幫助。你不僅僅可以呼喚大天使米迦勒，你同樣可以呼喚所有大天使加入這樣的聚會中。最重要的是，我的兄弟，更不用說星際聯邦之群體會很榮幸地將他們的愛和光提供給任何這樣的努力，你還擁有來自無形領域的一群美妙的資源。我們鼓勵你察覺它、使用它並感謝它。

我們這麼說是因為如果不在空間/時間中請求天使的幫助，這樣的幫助就無法被給予，雖然它對於你是顯而易見的，我的兄弟，因為你有過與大天使米迦勒同在的經驗。因此，總是請求並總是感謝那一大群的天使吧，以他們自己的方式，他們是光之勇士。

在我們轉移到其他問題之前，請問 M 實體對於這個問題現在是否有後續的問題。我們是 Q'uo。

M：愛-能量的資訊同樣也能幫助那些患有創傷後壓力綜合症的人嗎？

我們是 Q'uo，我們沒有感知到一個問題，我的兄弟，你是希望我們談論愛的能量和那些患有創傷後壓力綜合症的人們之間的連結嗎？

M：是的。

我們是 Q'uo，我們樂意這樣做，我的兄弟。這種症狀的性質與那些服用了一種強力迷幻藥的人的性質非常相似，他們的電性系統[或者這個器皿所稱的能量體]發生爆炸。如你所知，我們與這個器皿和我們的討論所使用的能量體的模型一般來說是一連串能量中心的模型，這些能量中心一同創造了一個與在此生中的物理身體相互貫通的身體。一般來說，我的兄弟，它是一個電性系統，它易於受到突波(影響)並在部分或全部的電性系統中發生爆炸，所以它就會出現功能異常。

因為這種特別的能量是一種時間/空間的能量，它只能被光治癒。你們的對抗療法[2]的內科醫生的藥劑和他們廣泛的技術認為只要消除那些無法訴諸語言的恐怖經歷就可以減輕痛苦與混亂的能量。然而，它們僅僅在物理身體上起作用，但被損壞的是能量體。

更進一步，在創傷較少的情況裡，有一種靈性上的痛苦經常沒有被看到。當一個醫者希望對一個實體如此的悲痛給與幫助時，想像能量體爆炸的部分如同一個在光中的缺口，這可能是好的，這樣一個人可以想像自己用光的縫紉線在因為創傷導致的缺口上來回縫補，接著在那些編入的線上編織光來形成一個在襪子的破洞上的一個補丁，那個襪子，容我們說，就是能量體。

那些與能量工作的人，好比靈氣(Reiki)大師和那些擁有接觸治療天賦的人經常會是這種光之工作的管道。天使的幫助也可以被祈請，因為天使是極好的光之縫紉師和治癒的編織者。當進行這樣類型的治癒的意願被提供時，接著就會有需要觸碰和視覺化觀想的可能性。然而，這樣的工作需要在一種察覺的氣氛中完成，也就是說，那些放置雙手的人，那些進行視覺化觀想的人，並不是憑他們自己在做任何事情，他們只提供了一條導管，如果你願意，也可以說是一條管道，光通過這管道而進入。

我們能進一步回答你嗎，我的兄弟？我們是 Q'uo。

M：你已經回答了我所有的問題。非常感謝你。

我們感謝你，我的兄弟。在我們離開這個團隊之前，請問還有最後一個問題嗎？我們是 Q'uo。

R：謝謝你，Q'uo。

我們是 Q'uo。我的兄弟 R，我們同樣感謝你。的確，我們感謝今晚所有那些獻

出他們寶貴的時間和能量來尋求真理的人們。當你們的靈光混合在一起創造這個神聖的圈子時，看到你們靈光之美使我們感到謙卑，也給予我們巨大的快樂。在遠遠高於你們的住所屋頂的地方，這個團隊的光創造了一個巨大圓錐體，它看上去真是輝煌壯麗。感謝你們，我的兄弟姐妹。

這個器皿和這個團隊的能量開始衰微，因此我們在此刻離開這個團隊和器皿，在太一無限造物者的愛與光中離開每一位成員。我們是你們知曉的 Q'uo 原則。Adonai，Adonai vasu borragus。

原註

[1] M 關於這個主題寫了一本書，可以在 www.michaeljaco.com 網站上購得。

[2] 對抗療法(allopathic)，這個詞語被順勢療法(homeopathic)的醫者使用來表示主流的、傳統性的醫學技術，好比醫學院訓練的醫生會開的處方藥。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

誘惑 2009

Copyright © 2009 L/L Research

週六冥想

2009 年九月 26 日

Jim：Q'uo，今天傍晚的問題來自 G，問題是：「尋求者會從誘惑的角度來戲劇化並構建他們所面對的選擇，我們相信在尋求者中間 這是一個常見的經驗。是否自我創造了誘惑以便促進並測試他的成長？如果是這樣，誘惑做為一種手段 讓先前的學習結晶化並推動一個實體向著新的學習前進，如果沒有成功實現，誘惑就會重複，是這樣嗎？或者誘惑就只是一種讓焦點離開道路中央的方法？」

（Carla 傳訊）

我們是你們知曉的 Q'uo 原則。在太一無限造物者的愛與光中，我們歡迎你們，在為祂的服務中，我們今晚來到你們中間。能被你們尋求的圈子所呼喚這是我們的榮幸，我們非常高興與你們在誘惑的主題上分享我們簡陋的想法。

首先，一如既往地，我們想請求所有那些聽到或者讀到這些言語的人使用他的分辨力和洞察力，在那些我們所說的事物中尋求與你們共鳴的內容。如果我們的想法與你們產生了共鳴，請隨意使用它們。如果沒有產生共鳴，請將它們留在後面。

我們非常感激你們在保衛靈性尋求的入口上的小心謹慎。僅僅讓那些與你們共鳴的、帶著個人性的真理鈴音的想法和概念成為你用來尋求真理的材料，因為真理總是一種主觀的事情。你的需要是獨一無二的，它不會與任何其他人的需要混淆。你承擔起這個責任將使我們能夠提供我們的想法而不用擔心冒犯你們的自由意志。我們感謝你們這方面的考慮。

「誘惑」這個詞語是一個在你們的語言中帶有批判含義的詞語。這個器皿和很多你們文化中的成員被反覆灌輸(這種觀念)，而感覺到誘惑會讓一個尋求者誤入歧途。這種觀念來自於[你們稱爲的]基督教信仰的扭曲。因而，通過一種輕蔑的方式，一個實體在生活中所感覺到的誘惑被視為邪惡的事物。

我們察覺到從一個特定的角度，它對於看待那些發生在一個實體的身上催化劑

是有幫助的，那些零碎的催化劑會挑戰一個實體並試圖製造一種好像被邪惡所沾染的回應，我們並不希望貶低或者詆毀那些跟隨著耶穌-基督實體的人們的信仰。然而，從我們的角度，我們寧願將這些發生的挑戰描述為催化劑。催化劑是一個中性的詞語，它的意思是，一種被加入到一次化學反應中的物質，它會影響一次實驗的其他元素的變化，而它自身卻不會被改變。

一個磨坊的(研磨)穀物工作應該被賦予一種道德色彩嗎？我們並不這麼想。[容我們說] 有穀物、漿果被提供給磨石，這樣小麥與漿果就可以被磨碎並用於製作食物。以非常類似的方式，在形而上的層面上，以一種持續的方式並通過特定的節奏和重複的循環，催化劑被提供給每一個尋求者。尋求者的磨石就是催化劑所捲入的情緒。被催化劑加工的漿果就變成那個實體做為一個靈性存有用來滋養靈性進程的事物。話雖如此，我們可以注視該機制，藉由它，催化劑被吸引進入該尋求者的覺察。

或許可以說自我創造了他自己的催化劑或誘惑，但這僅僅是在更大意義上的說法，不是在這一次投生的意義上，而是在投生前的形而上領域中 與造物者和高我一起規劃投生的意義上。即將到來的人生會被處於中陰身的自我視為一次學習和服務的機會。在兩次投生之間，容我們說，有一次對尋求者的靈魂的狀態的回顧，一個或者更多的人生主題會被選擇作為學習的主題。因而，你會發現，只要你還在此生之中，人生的課程會不斷地循環出現。

這個過程不是一個你學習一個功課，接著你完成這個功課。相反地，我們的理解是，一直會有一種循環進入到主題的催化劑中，就好像做為一所學校裡面的學生 你會收到一次隨堂小考一樣。因為你的人生確實是在某種學校中的一個學期。它是一所靈魂的學校，它是靈魂的一個精煉廠。你正希望去努力解決這個催化劑，或者 換句話說，努力解決這些誘惑。你知道，這個催化劑或這些誘惑將會是你做為一個學生，在這生命的學校就讀，的主餐和飲料*。

(*編註: 在西方文學中, meat and drink 有支持或歡喜的源頭的意涵)

當然，一旦你投生到你的塵世生活中，遺忘的面紗會落下並橫亙於你的清醒自我和完全自我之間。你的完全自我比投生中的你知曉的多很多，也察覺的多很多; 以他認為適合的方式創造這個投生的計劃。

很多時候催化劑看起來是高度不便的，然而，如果你沒有感到不便，如果你沒有被提供機會來迎接挑戰並感到痛苦、承受考驗或，容我們說，經歷誘惑，你就不會快速進化，前提是你必須積極地欣賞並迎向每一個承受挑戰的機會，不管它是一個困難的情境或某方面讓人苦惱的關係。

正是這些挑戰，它們是你進入投生要來接受的禮物。

你問一個誘惑是否會重複 直到你學會了那個課程，或者它就是一個道路上令人分心的東西。讓我們考慮那兩個想法，一次考慮一個。

首先，我們來查看這個想法— 關於重複性的誘惑會一直被提供 直到它被克服為止。我們的建議是將誘惑視為你要去克服的事物是不明智的。這樣說的理由是基於能量的支出之道。也許你已經體驗過你自己和其他人之間的動力學。我們將用這個器皿和叫做皮克威克(Pickwick)的小貓之間的動力學作為一個範例。這隻小貓用盡它的存有的每一絲力氣來爬上這個器皿的膝蓋，同時這個器皿正在專心做其他事，讓一隻貓待在她的膝蓋上是不方便的。

因此，她伸出手去阻止那隻小動物爬上她的膝蓋，那隻小動物似乎認定爬上這個器皿的膝蓋會是一件好事情，而她也總是會對這樣一隻小動物在致力於這個認定的過程中能發出那麼大的力量而驚訝。當她不再努力去阻止那隻貓的時候，小貓居然經常會摔下去，因為它不再有一個抵抗點去使出推擠的力量。一個人越努力去反抗一個誘惑，該誘惑就會變得更加強而有力。

還有另一個感知這樣的誘惑的方式。假設當一個人正在節食的時候，有一種去吃一塊巧克力糖果的誘惑。無論多少次一個人拒絕吃巧克力的想法，巧克力會保持相同的本然的誘惑，抵抗無法損害該誘惑，事實就是這樣。

一個能夠與誘惑共處的節食者，承認誘惑的力量，並在這個特定的時刻選擇不因為吃糖果的衝動而做出行動，節食者並不是在反抗誘惑。這是榮耀並尊敬誘惑、允許那些想法和情感流過該存有，不帶有批判，僅僅帶著繼續節食的決心。當反抗被移除，誘惑就不會再如此強烈了。當一個誘惑不再被靈性尋求者需要的時候，那個誘惑就會脫落。

自然地，它需要心智保持大量的沉著來維持對誘惑的察覺並允許誘惑的影響與存在，而不是(簡單地)決定去吃一塊巧克力或驅逐所有關於巧克力的想法。然而，靈性的過程的結果將會越來越潔淨、越來越清晰，遠遠勝過(一個人)「戲劇化」該誘惑 [套用提問者的說法]。

這樣的誘惑或催化劑，如果它是人生課程的一部分，它就不是你在學會之後，獲得完全的領悟，就可以永遠地拋開的東西。相反地，在學習過程中將會有季節性的循環，於是一次又一次，在一個層次或另一層次上，你將會一次又一次地遇到人生主題的催化劑。

你也許會問，「爲什麼要重複呢？」我們向你保證 你是不會重複的。因爲你並沒有進入一個圓圈，你不會反覆地做一樣的事情，你在一個螺旋中。每一次你遇到這個催化劑或誘惑，你是在一個不同的層次遇到它。每一次你遇到他並使用它，你的過程就有進展。因此，不管你在人生的最後一天遇到那個催化劑 還是在做爲一個年輕人、孩子、甚至是一個剛學走路的嬰孩時第一次遇到那個特定的人生主題的催化劑，都是一樣合適的。因此，不要簡單地因爲催化劑是重複而不去感激催化劑。它只是表面上看起來是重複的。它只是表面上看起來是一樣的。每一次它出現在你的生命的地平線上時，它都在你所處的地方與你相遇並準備好幫助你前進。

第二個想法是，誘惑也許簡單地就是讓一個人從靈性尋求的道路上分心的事物。從一個方面，在這個想法中是有優點的，而從另外的方面，卻不是。首先，這個想法的優點是在你的生活中被你稱之爲邪惡的或負面的事物、自我的陰影和來自外部的超心靈致意，其目的之一就是讓尋求的自我從它的道路上分心。因此，當你感覺遭受超心靈致意的時候，不論它是來自你陰暗人格的內在，你還沒有和你完整的自我整合的那部分的致意，還是來自一個實體，它希望使你從尋求的道路上分心 以便奪取你的光，抽離行星**地球**的意識的方程式，那種分心的能量肯定是在那裡的。

要奪取一道明亮的光，不需要除掉物理身體。需要的僅僅是讓尋求者的注意力從它正常的平衡中偏離，並用足夠的強度來去除尋求者做爲一個管道的能力，也就是他允許太一無限**造物者**的光與愛流經它並流入這個世界的能力。因此，在這方面，我們同意那個誘惑的作用是道路的分心物。

然而，從另一個方面，這幾乎是對立性的說法，誘惑並不是道路上的分心物。這些誘惑就是道路。變得熱切的迎接催化劑或歡迎誘惑是有優點的，因爲就是在那些時刻 你能夠進行你來到這裡來做的學習工作。就是在那些挑戰的時刻，你能夠宣稱你自己是一個服務他人的實體，一個希望去服務於光並希望成爲愛與平靜的器皿的實體。沒有催化劑，沒有誘惑，那些美好的時刻就不會到來，你也不會再在投生中這麼快地獲得一種自我的意義。

因此，我們鼓勵每一個人去發展一種對催化劑或誘惑的胃口，不是因爲經歷那些人格的鍛造過程[以便讓那個人格可以成爲一個魔法人格]是有趣的，而是因爲這就是你作爲一個尋求者能夠去前進並且加速你的靈性進化之步伐的方式。

我們鼓勵每一個人在處理感覺到的催化劑時保持性情溫和。因爲困難的境遇而讓一個人感覺自我憐憫或爲自己感到難過的能量是一種有害的能量，在靈性上也是沒有幫助的。

這個器皿稍早在這次冥想前的小組循環討論中曾談到，很多次她意識到她無法足夠地聚焦於工作是因為身體的某個層次上的不舒適太過強烈了。這個器皿分享，她已經學會進入到一種存在而不是行爲的模式中，並將存在的工作和她創造性的工作或編輯性的工作視爲具有一樣的價值。

這是一個我們所鼓勵的態度。這是一個保持平衡的態度，以便你可以臨在並全神貫注地注意你內在所發生的事情。我們並不希望將你的思想、想法或者情緒強制在一個模具中。相反，在一個盡可能更深的層次上，你希望去真實地體驗自己。爲了做到這一點，自我被收集起來是必需的。因此，當自我變得分心或者心煩意亂的時候，不去聚焦於外在的事物而是聚焦於內在的事物，在開始努力進入外部世界行使責任前 允許自我再一次被收集，這是很好的。

我們意識到對一個工作的這樣的要求會導致很多時候 一個人必須這樣做是因為這就是他被要求進行的工作，即使一個人只有一半的心思放在工作上。然而，我的朋友，在所有最理想的結果中，你有能力在來到外部世界行使責任前 就收集好自己。就是因爲這個原因，認識到你並沒有以最高效率來運轉 對於你[做爲一個靈魂]而言是有幫助的。

因爲，如果你意識到收集自我並讓自我調音以便當一個人工作時他可以真正地去進行他心甘情願的工作 這是一件令人滿意的事情，那麼，即使一個人無法充分地達到這樣的工作程度的顯化，從形而上學而言，設置意願去做一個人心甘情願去做的事情，是非常非常重要的，它比你實際上能夠顯化的工作程度更加的重要。

就好像我們如此頻繁地說過的，我的朋友們，在遭遇你生命中的催化劑和誘惑時你可以獲得的最大幫助就是內在的沉默。它永遠等待著你。如果你真正地尋求靜默，花不了幾秒鐘它就會施展其魔力。當你尋求靜默時，找到集中注意力的方法吧，就好像叫做 G 的實體在這次冥想之前的循環討論中描述的一樣。這個實體報告的方法是跟隨他的呼吸，爲他的呼吸計數。這種方法提供了一種聚焦而允許他的思想的大部分停留在靜默中。

對於進入靜默並維持那內在的靜默 以便你可以接收到在靜默中被豐富給予的信息，找到類似這樣的聚焦方法是非常有幫助的。在那靜默中的是太一無限**造物者**。當你與無限**造物者**成爲一體時，你會知道所有**造物者**知道的。你會理解所有**造物者**理解的。當然，這發生在比一個人顯意識心智深得多的地方。雖然如此，當你進入了那充滿信息的靜默中，並將它交給你的心，那些信息將會在你日常的意識中浮現出來，於是你就可以被那靜默中的智慧和慈悲改變了。如果

你能夠做到的話，我們鼓勵你每一天都去體驗它。

現在請問關於這個詢問是否有後續的問題呢？我們是 Q'uo。

G：感謝你，Q'uo，關於那個問題 沒有後續的問題。

我們是 Q'uo，我們感謝你，我的兄弟。現在請問是否有另一個問題呢？我們是 Q'uo。

G：Q'uo，我從海外的讀者中收集並列印了一些問題，因為它們是通過電子郵件進來的，而我發現那個列表不在我的身邊[它應該在的]。如果我去辦公室或廚房拿回那個文件，這是容許的嗎？如果不行，也沒有什麼大不了的。

我們是 Q'uo。我的兄弟，在你那樣做時，我們會與你一起拓展這個圈子。我們是 Q'uo。

（當 G 從辦公室取回問題的列表時有一段暫停。）

G：丹尼爾寫到，「Q'uo 能確認我的妻子和我都是流浪者嗎？同時，Q'uo 能夠說說我們是從哪個密度來的嗎？」

我們是 Q'uo，我們覺察你的問題，我的兄弟。我們肯定能夠確認你早已知道的事，我的兄弟，但是我們感覺，關於你們想要獲取的你們來自什麼樣的密度的信息，向你們提供這些信息已經超越了侵權的警戒線。我們鼓勵你們了解到你們自己是帶著一個使命或者一個任務來到這裡的，你們來到這裡是來依照你特定的和獨特的振動能力和特性而保持光的。因此，我們建議你不用去關心你的來歷，這樣的關心會造成你的某種分心，而離開你的目標，相反地 你可以聚焦於當下一刻和當下之中的愛，這樣你就可以越來越充分地與光、感恩、美麗和力量的能量合作，用你最高和最佳的方式來保持你內在的意識，並因此幫助你所選擇的星球，就是行星地球，它是你現在的出生地。

我的兄弟，為這個問題，我們感謝你，我們並不想要很嚴厲，我們僅僅只是想鼓勵你聚焦在使命本身而不是聚焦於你從前的生活方式的細節。真的，當下就是你現在的競技場。它是你的機會，服務的機會，我們會在那服務中鼓勵並支持你們。

現在請問是否有另一個問題呢？我們是 Q'uo。

G：來自盧森堡的 K 問，「我可以用什麼樣的靈性原則來考慮並幫助我傳播諸如由星際聯邦提供的正面導向的信息和在網際網路上可以大量發現的負面導向提供的信息，兩者之間的內容區別呢？我這麼問是因為看起來很多人會在負面導向的信息的來源和正面導向的來源之間產生混淆，將服務自我的哲學誤認為是服務他人的哲學。」

我們是 Q'uo，我們覺察你的問題，我的兄弟。我們願肯定你的假設，很多很多的實體都被服務自我的源頭的花言巧語和詭辯所蒙騙，這些服務自我的源頭聽起來就好像是服務他人似的，除了它們會產生一種持續的和不斷增長的恐懼。

我的兄弟，涉及到幫助人們察覺到服務他人和服務自我的信息之間的區別的靈性原則叫做混淆法則或自由意志法則。

當一個人嘗試去對其他人有所服務的時候，第一變貌[1]是最重要的。如果實體沒有要求你的服務，那麼我們會問你們，做為一個希望去服務的人，是否有什麼高於一切的理由必須打攪其他實體的睡夢呢？

如果只有這一生，如果只有這次的畢業機會，那麼也許我們會同意每一個人都應該被扼住喉嚨，被用力搖動並被喚醒。然而，在宇宙造物中 一個實體有全部的時間去進展。雖然你們現在正處於一個畢業的時間、一個收割的時間，這是真實的，我們願建議將來還有其他的收割(時期)，還有其他的畢業(典禮)。如果一個尋求者需要去重複第三密度，需要去重複三年級，容我們說，在這所靈魂的學校裡，這不是一個悲劇，也不是任何需要去覺得羞恥的事情。每一個實體都會前進。每一個實體都將有這麼一天：完成每一項課程，滿足每一個渴望，返回太一無限造物者。

(磁帶第一面結束)

(Carla 傳訊)

自由意志的原則意味著每一個實體要為他進步的速度做出選擇。當一個好比你自己這樣實體，如此渴望去進步、在尋求中如此勤奮，(當你)遭遇到令人誤解和被誤會的原則時，依照你思考的方式去矯正人們是個巨大的誘惑、[或者容我們說]一個催化劑。我們並不是說你思考的方式是不正確的。我們只是說在這裡高於一切的原則是自由意志。

我們會建議兩件事情。首先，如果一個實體詢問你的意見，我們鼓勵你最大程度地利用這個機會用看起來對你有益的方式來分享太一造物者的愛與光。

其次，當實體沒有詢問你的意見或請求你的幫助，卻將你加入彼此的對話中，我們會鼓勵你，就好像我們之前通過這個器皿經常做的一樣，像撒播蘋果種子的強尼先生(Johnny Appleseed)一樣地散播靈性的思想。當你看到一個機會，就去播種一些思想的種子，在他們注意力的地面上吧。也許它們會生根發芽。也許不會。但是，當你創造機會去播撒種子的時候，你就是在為你的兄弟姐妹竭盡所能了。

我們僅僅鼓勵你不要去執著於結果。不要回頭看種子是否生根發芽或者風是否將它們吹走了。那不是你要關心的。你要關心的是停留在當下此刻，帶著一顆開放的心，做好準備 去安慰、鼓勵、支持和愛所有人類種族的兄弟姐妹，在靈魂的層次看到他們，並確認他們和你一樣都是造物者。

現在請問是否還有最後一個問題？我們是 Q'uo。

G：是的，Q'uo。首先我要說 我知道所有這些提問者將會非常地感激你的答覆。我代他們感謝你們。

B 有一個分為兩部分的問題，他的問題的焦點看起來在於問題的第二個部分。B 問道：「Q'uo 能夠對一般的瀕死體驗現象的性質做一下評論嗎？看起來最近一些年 越來越多的人有時候會在一段很長的臨床死亡階段後重新活過來。在一些情況中，看起來不管他們的願望是不是停留『在那一邊』，個體都會自願或者不自願地被送回物質層面。這種情況下 自由意志法則如何成為一個考慮因素？」

我們是 Q'uo，我們理解了你的問題，我的兄弟。在不去嘗試描述或者解釋適當的位置的動力學系統的情況下，我們可以說有很多的時候 一個實體的適當的位置還不在「那一邊」。因此，不論他們可能會多麼地希望在「那一邊」，他們的合適位置還是在行星地球上 他們的物理身體中，繼續現在的這輩子。

頻死體驗就是：當一個實體處於外在層面和內在層面之間的邊界體驗，外在層面是空間/時間的物質性和行星地球的生命，而內在層面是時間/空間的非堅固的靈性領域。並不是說 繼續向前的時間早已被寫下，而是每一次投生都會發展特定的能量模式，這些能量模式是在一個實體的合適位置轉移之前需要被實現的。

經歷過這樣的體驗的實體們給予各式各樣不同類型的描述，這是每一個尋求者理解發生在他身上的事情的個人能力之機能。

此時 我們要離開這個器皿和團隊，我們感謝你們每一位，為著你們混合的靈光

之美和你們挪出時間來尋求真理的決心。在你們的勇敢和你們的尋求面前 我們感到謙卑，我們為這個提供我們簡陋服務的機會而感謝你們。

我們在太一無**造物者**的愛與光中離開你們。我們是你們知曉的 Q'uo 原則。
Adonai， Adonai vasu borragus。

原註

[1]根據星際**聯邦**的哲學，**一的法則**的第一變貌是自由意志或混淆法則。第二變貌是**理則**(Logos)或無條件愛之起初**思維**。第三變貌是光，愛憑藉光創造了一切萬有，包括我們。在那之後，各個變貌是平等的，並在我們活出我們的生命時，創造這些變貌。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

愛與光早期資料 #43

Copyright © 2005 L/L Research

譯者聲明: 這份資料來自於美國愛/光研究中心(L/L Research).

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編.

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊, 請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

週一冥想

1974 年五月 13 日

(Don 傳訊)

我和這個器皿同在, 我正再次嘗試調節你們每一位。我也在嘗試接觸另一個新進的器皿。

[停頓]

我再一次和這個器皿同在, 我是 Hatonn。抱歉, 我們面臨一些困難, 我將嘗試使用另一個新進的器皿。請開放你自己給我的通訊, 我將把想法傳給妳, 不要害怕犯錯, 我將使用這個器皿更正任何可能出現的錯誤。我是 Hatonn。

(無名氏傳訊)

我是 Hatonn。

(Don 傳訊)

這是個非常簡單的過程, 不過, 它確實需要一些練習。這個器皿已經學會直接說出我們給予的想法; 他也已經學會幾乎 100%清空他的心智。在這個時候, 狀況相當良好, 他幾乎是逐字接收我們的想法, 由於我熟悉你們的語言, 我也能夠傳遞我想要該器皿說出的話語。

你們正在見證的情況是該器皿接收我想要他說出的話語。

在其他情況中, 我給予這個器皿一些概念, 接著允許他使用他選取的話語來表述。每一種技巧都有它自己的益處, 前者在溝通一些詳細資訊方面是極為寶貴

的。無論如何，它要求對於環境有更大的掌握度。換句話說，目前這個通訊的品質是很高的，在座的每一位都有可能達成同樣高品質的通訊。

你們只需要學習像這個器皿一樣，清理妳心智裡頭的思緒；透過每日冥想和傳訊技巧來練習，妳必須先練習之後，方能到達這個器皿的流暢度。

為此，我們推薦你們單純地放鬆，允許我們服務無限造物者的星球聯邦把想法銘印在妳的腦海中，然後當這些想法進入妳的心智，無須去分析它們，單純地重述即可。

這個器皿在接收我們的想法時很少去分析。在他剛開始傳訊時，因為他的分析造成某種困難。當他分析我們的想法時會使得我們要花大量的時間只傳遞一個想法。

此時，我要告訴你們一個小故事，允許你們聚焦思維在必要的東西上，好讓你們可以單純地接收我們的想法。這個故事跟一個小孩有關。

這個小孩聆聽他的爸媽說話，在小孩聆聽爸媽之前，他不曾說話；但在聆聽之後，他能夠相當流利地說話。無論如何，這個小孩完全不曉得他學會說話的過程，他只是單純地在那兒，單純地學會說話。這就是我們正在使用的過程。

並不是說你們是小孩子，然而，那才是問題！如果你們是小孩子，我們就能夠毫無困難地透過你們說話。問題是你們不像小孩子。

我們推薦你們把自己想成是個小孩，放鬆，什麼都不知道。以這個方式，你們將很快速地學會傳導我們的想法。

我們發現你們**地球**的某些人群比較容易學會。我們發現那些活在科技社會的人群[好比你們]有時需要很大的努力，因為他們學到謹慎地質疑每一個來到面前的東西。如果你們不質疑我們試圖要做的事，單純地放鬆，讓它發生，它就會發生。

我希望我已協助強化我們的聯繫，此時，我將試圖透過一個較新的器皿通訊。

(無名氏傳訊)

我再一次和這個器皿同在。

我們覺察你們團體的活動，如同我們覺察你們星球上所有人群的活動。我們在此

為你們服務，帶來我們的愛。

(錄音帶結束)

週二冥想

1974 年五月 14 日

團體問題：帶走巴尼·希爾及貝蒂·希爾*的 UFO 是誰 [如中斷的旅程一書中提到的]？他們是邪惡的，或我們要懼怕他們？是否有一些邪惡星球嘗試侵略地球？

(*譯註：相關 Wiki 連結 → <http://tinyurl.com/cmqv66>)

(Carla 傳訊)

我是 Hatonn，我覺察你們的問題(...)，我們有這個榮幸來回答你們的問題(...)，他們也是**造物主**的孩子，我們只想要幫助他們，如同我們只想要幫助你們。遺憾地，我們此時無法幫助他們，因此，我們安於等待 直到他們需要我們的協助的時機到來。

在這期間，懷著**造物主**的愛給予**祂**所創造的一切存有。害怕你們所謂的侵略者就是在害怕妳自己，我的朋友，不需要去害怕任何事或任何人。

我覺察這樣並未很好地滿足你們的問題，我將嘗試使用這個器皿給出更明確的答案，雖然她將發覺有些困難，因為她現在還不習慣接受更多的(肌肉)控制。

你們談論的這些實體是友善的，他們是用意良好的科學考察隊，但他們對於這個星球的生命形態所知有限。他們沒有意圖從事任何種類的冒犯，星際聯邦已經告誡他們最好避免探查人口稠密的區域。

他們只想要收集這個星球的某些區域的動物樣本，同時獲得一些關於在此地佔優勢的生命形態的資料。

當時他們並未攻擊，他們不會攻擊你們，他們的意圖是正面的，他們覺察我們的存在。他們的存在並不是任何敵人的先鋒。

至於其他的侵略性訪客，他們全是阻礙和可能性。遍及整個宇宙，有著許許多多的不同人種；有些人種是極度先進的，其中一部分不只是先進，還具有你們所謂的邪惡特質。

造物主在你們途徑的盡頭，如果妳真的領悟，妳的信心遠比任何邪惡更為強壯。我的朋友，記住這點，透過冥想，獲得造物主的愛以戰勝所有的匱乏、限制等等。但是，我的朋友，請察覺邪惡唯一真實的本質就是和造物主分離。如果妳和太一[祂是一切]維持聯繫，邪惡無法碰觸你。沒有任何外在的東西可以進來傷害，來自真理和理解的宇宙，妳可以展現愛與光給所有進入妳視野的生靈。

無須恐懼，我的朋友。除了恐懼自身，沒有什麼好恐懼的。你們星球的人曾說過這句話，這是相當真實的。絕不浪費時間在恐懼或憎恨或憤怒上，因為在這樣的時機，那只是另一個體驗和展示無限造物主的愛與光之機會。

我是 Hatonn，我希望我已經回答妳的問題，是否有任何進一步的問題？

發問者: Hatonn，你可否給我們一個具體的理由，為什麼我們不能和你們面對面？

我是 Hatonn，我和這個器皿同在，當你們進入天堂王國的那天 我將和你們面對面。你可以在任何時間這麼做，但當你還在身體之中 你願意這麼做是令人懷疑的。如果妳確實達到這個狀態，那麼 不管妳是不是在這個身體之中，你可以瞬間同我說話，在那一點 你會辨識我為你的兄弟。我的朋友，不多也不少。當你們的意識位於目前的狀態，我恐怕出現在你們的振動之中 無法避免地會影響你們的人群。

你們的反應遠遠不是負面的，我們感到高興，在這個工作中擁有你們的夥伴情誼是個榮幸。但，我的朋友，我和你是一樣的。

我們進行下一個問題。

發問者: 關於性，一個人走在靈性途徑上，當一個僧侶是否比較好？

我的朋友，物理幻象的主題一直是個困難的議題，你詢問所謂的性— 這個領域和大量的創傷關聯。

我們只能告訴妳，你是自由的代理人。你們已投胎進入肉體載具，這副肉體載具的設計用途是提供你們各式各樣的經驗，好促進你們的靈性進展。由於一個事實：每個人都是他自己的君王，做為造物主的一個自由小孩，每個人來到這個世上有一組奇特和獨特的需求，他將在這物理幻象中的短程旅行滿足這些需求。對於某些人，性慾經驗是極度重要的；對於某些人，對於這種活動只有很少或沒有需求。可能的情況有無限多種，對於每個人，只有一種答案。

我的朋友，性慾既不好也不壞，你們的肉體既不好也不壞。你們星球上的所有自然活動都是造物主計畫的一部分，若造物主沒有計畫人類應該有性慾，人類就不會有性慾，它的存有只是個機會。完全由每個人決定要怎麼使用這個機會。

在你們的平面上有個簡單的進程，我們注意到你們覺察許多地球上的大師對於在人類的渴望的範圍內獲取的經驗並不特別感興趣；這是由於一個事實：**地球**平面首先是在一個相對粗糙或物質的狀態中被經驗，這個狀態產出巨大的氣力、大量的性慾、和大量的侵略性情緒。

前往下個經驗密度的進程將會越來越多地在靈性之中經驗，並且脫離對自我的物質部分的需要。在一些極端的例子中，這意味著一個人沒有任何肉體特性的活動。

無論如何，我們必須對你指出— 這個狀態並不是一個人決定成為神聖，接著加諸各種限制給自己就可已達成。而是一個人達到一個完全超越的狀態時，自然抵達的結果。

宇宙中有許許多多的尋求者，他們來自眾多不同的地方。我們覺察到兩個人在心智、身體、靈魂三方面正確的交合可以成就許多好事。再次地，這不是一條必須的途徑。有上千條途徑可以選取，每個人找到對自己何時的一條路。為了找到一條適當的途徑，一個人可以冥想，我們已說過許多次了，單純地冥想。

我們覺察這是一個困惑的主題，但，朋友們，它是單純的。那兒有機會，而妳是一個有辨別力的實體，正在尋求理解。尋求，汝將找到；這是真實的話語，透過冥想尋求。

你們有沒有進一步的問題？

發問者：是，我還有一個，靈魂不必睡覺，當身體睡覺時，靈魂在做什麼？

我是 Hatonn，我覺察妳的問題。我的朋友，在夜晚，妳真的活起來了。在你們的星球上，許多、許多人只有在睡眠中才會意識升起。你們的星球上有著危急的飢荒狀態，這是靈性的飢荒，人們已經忘記如何接觸造物主。我的朋友，在睡眠中，妳的靈不自主地直接進入真正的宇宙，呼吸、活出、放射造物主的喜悅。

如果人靈沒有進行這個無意識的活動，許多人將無法繼續在肉體中存活。事實上，這是地球人需要特定睡眠時間的原因。有些人透過冥想已經找到一個

方法，有意識地和造物主接觸，他們可以睡得比較少，這對他們是適當的。

發問者：是，當你醒來之際，你還會記得嗎？

我的朋友，一切都被記得，沒有東西會被遺忘。當我們離開這個化學載具和厚重的幻象，我們將會記得許多過去似乎遺忘的東西。

是否還有任何問題？

發問者：沒有。

如果是這樣，我的朋友，我將離開你們。服務你們一直是我的樂事。我希望我已和你們良好溝通。我在無限造物者的愛與光中離開你們。我是 Hatonn。
Adonai。

(V)2012 Digested, adapted, and translated by c.T.

接受指引

Copyright © 2009 L/L Research

特別冥想

2009 年九月 22 日

Jim：今天晚上的問題來自 J，「我如何才能進入與我的高我的聯繫並從它那裡獲得如此清晰的日常指引，以致於能夠清晰地確認我正在從高我那裡接受指引，而不是來自我的想像或從任何其他的來源接受的指引呢？我可以使用什麼樣的靈性原則來幫助我接受指引？」

（Carla 傳訊）

我們是你們所知曉的 Q'uo。在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，我們今晚來到你們中間。能被你們尋求的圈子呼喚是一種榮幸和快樂。我們非常高興能在涉及從你的指導靈系統接收信息這個主題上分享我們卑微的想法。

然而 在我們開始之前，一如既往地，我們會請所有聽到或者讀到這些言語的人使用他們的分辨力與洞察力來從我們分享的想法中選擇哪些部分是可以保留下來。請在我們所說的內容中跟隨那些與你們共鳴的部分。如果一些想法與你們共鳴，請務必保留它們，因為它們對你是有用的。如果它們無法與你們共鳴，我們請你們將它們留在後面。用這個方式我們就可以確信我們不會侵犯你們的自由意志或你們靈性的過程的聖潔。我們感謝你們這方面的考慮。

從一個人的指導靈那兒接收有益的信息 這個主題是一個很好的 可以用來沉思與探索的主題，因為你們自己的指導靈所給予的信息質量是非常高的。擁有這個指導靈系統是自我給予自我的禮物。每一個實體做為一個肉與骨的生物存在於第三密度，同時也作為一個能量體而存在，這個能量體也即是在[第六密度中期的]時間/空間中的自我。它們兩者是不可改變地相連的，這個能量實體是永恆的公民並居住於無限時間中。

每一個尋求者的指導靈系統的基礎都是他自己的高我(higher self)，那個在第六密度中期的自我，該自我已經體驗了所有它所渴望的事物。當這個實體完全地意識到他無需渴望或尋求滿足任何渴望，而是改為轉向與無限造物者再次完全結合在一起的呼喚時，他會最後一次轉向你們所視為的過去並創造一個思想形態，

這個思想形態包含了之前所有的轉世，貫穿所有密度，一直到第六密度所學到的收穫。

無論一個發展中的實體在哪裡，也無論他在經歷什麼樣的投生，高我都將這個思想形態留給了該發展中的實體，所以他在任何時候都可以呼喚最高和最佳的自己並詢問如何評估事物以及要求任何他認為需要的意見。

這個高我會與至少三個天使般的實體聯合。這個器皿會稱其中兩個天使般實體為**聖靈**的男性和女性的面向。還有一些人會認為這些天使般的實體是古魯(guru)或真正的天使。一些尋求服務於光的實體會在他們周圍聚集十二個或更多的天使的存在，所有這些天使都希望支持和鼓勵尋求者在此生中承擔對光的服務。

這種服務無須是一種外部服務。很多人會在他們自己內在創造入口來支持一個空間，通過這個空間光可以從那些純粹愛的領域進入到第三密度。這個服務自身就是一個偉大的服務，一個尋求者在無論什麼樣的生命境遇中 都可以提供這樣的服務。

尋求一個人的指導靈的靈性原則涉及被稱為**信心**的原則。在你們的人群中 信心經常被誤解，因為他們將信心與信仰相弄混了。信仰總是對某個事物的信仰; 也許是一個信條或形成一個教條系統的一個教義。一個信仰者相信特定的要點或支持一個特定的信條。

在另一方面，信心沒有內容。它並不包含知識; 它是一種態度。這種態度是: 超越懷疑的知曉，不論在什麼樣的情況下都知曉一切都好。信心是一種假定無限造物者、高我以及那個在投胎之前計劃這次人生的自我，一起為自己提供豐富的學習和服務的機遇的態度。

有時候在學習中會涉及的是受苦。有時候會有悲傷和痛苦。然而，一個活在信心中的人知曉正在發生的事情是完美的。它恰恰是獲得靈性進展和進行服務所需要的事情。因此，這樣一個實體會與他的境遇合作並與之協調一致，允許創造性和想像力在向前流動的事件中發揮作用。

信心並不辨認那些關閉的大門。信心耐心地、信賴地、帶著無限的關注等候著。因為會有那些來自聖靈的提示、暗示和信息，它們會在當下此刻照亮一個人的處境。我的兄弟，當你學會傾聽並且與你的指導靈系統交流時，信心會很好地服務你。

沒有那種能夠沒有任何疑慮地知曉你在與你的指導靈溝通交流的事情。這種未

知是有一個原因的。在第三密度中的每一個實體都被賦予完全的自由意志來選擇那些他渴望的事情。他所渴望的事物就會被給與。在這樣的自由意志的氛圍中，從靈性成長的角度來看，有某種方式能夠檢驗並證明靈性的事件或靈性的影響，這並不是值得嚮往的。

替代判定形而上學的體驗的有效性的客觀方式，尋求者被給與了設置意願的能力，諸如與一己的指導靈進行談話的意願。一旦這個意願通過一種自我在一個深入的層次上聽到自我的方式而被仔細地、很深地設置了，需要做的僅僅就是開始與你的指導靈用一種持續的方式進行對話。

這個器皿用一部電腦與高我交流。她輸入她的問題，並允許她的頭腦被一個想法填滿。那個想法來了，她就將它輸入到電腦裡面。如果她渴望更進一步的交流，她會寫下另一個問題，然後再次等待一個想法。當它到來的時候，她會輸入它，不帶有任何對這個想法的疑問、評判或者以任何方式分析它。

這是一個簡單的程序，我的兄弟，它是一個保護性的程序，在這個程序中 你的指導靈系統居住在你的保護性靈光當中。這種交流不會被超心靈致意所破壞。不過 正是它的單純性使得邏輯心智感到阻礙和困惑。如果邏輯心智被允許運作，它馬上就會開始問，「怎麼知道這個想法不是我的想法呢？怎麼知道我是從一個正當的指導系統中收到的指引？」

我的兄弟，在你們的科學家能夠創造出儀器設備來跟蹤這種微妙的振動的類別的那一天到來之前，你永遠無法通過客觀證據的方式來知曉它的。當這一點能做到的時候，我的兄弟，那時你已經結束了你在行星地球上的學習和服務了，要嘛你已經在第四密度，要嘛你已回到你的家鄉密度了。

因此，你需要繼續並堅持你的目標，如果可能，每一天都與你的高我對話，保持紀錄，無論是通過電腦還是手寫的方式。漸漸地，你會積累起足夠數量的材料，這樣你就有能力在這種對話繼續時回顧在與高我的對話中所積累的經驗。你堅持這種訓練的時間越長，你就會開始看到更加密集的一致性和協調性的模式。漸漸地，你會在這種智能的來源中開始建立信任，並不是因為客觀的證據，而是因為在一種數量持續增加的同時性和巧合，它們的本性在靈性上是有趣的，它們會在這種對話的周圍開始成長。

最終，你會開始信任這種啓發和信息的來源，因為它經過了一段時間一直對你很有助益，因為有一種確定的能量你開始將它與這種對話關聯在一起，而這種能量不會在任何其他時刻來臨。

對於你無法通過一種邏輯智力的方式來確定這種接收指引的方法的有效性所感到的挫折，我們非常地同情。然而，好比你可以在一個商店買到一個產品，以這種經驗模式去購買指引在靈性上是沒有幫助的。對於你遠為有幫助的事情是安住在你的人性的未知中，同時尋求一種信心中的生活。

做為第三密度的人類，你居住在一個事實與數字以及度量衡的世界中，即使它們是事實，它們經常，我的兄弟，沒有述說真理。相反地，在靈性的世界中，你居住於一個神秘和悖論之地，然而從你受保護的、神聖的對話中，你能夠帶來的信息將會成長為實質性的實相，這實相比起第三密度的那些事實和數字以及度量衡 [空間/時間的實相]，對你而言會更加的真實。

我們為你喝彩，我的兄弟，因為你用這種方式來尋求你的指引。我們知道你將自己發射到半空中，因為這就是信心的方式，當你允許自己保持清空的狀態，你就會在那半空中發現堅實的站立之處，於是你也會被你的靈性的那些禮物所填滿。

我的兄弟，通過每天進入靜默之中，用任何你希望的方式，信心中的生活將獲得最佳的支持。在靜默中有你需要的一切的信息。然而，它不是通過言語，甚至也不是通過概念而提供的。相反，它流動著，在靜默的水流中流入你最深的心，在那裡它們會安心地住下，並在日常生活中、夢境中、靈視中以及那些感覺中浮現出來，它們具備諾斯底式的知識特點[1]，而非一種邏輯智力的知識。

在我們進行另一個問題之前，請問關於這個詢問是否有後續的問題呢？我們是 Q'uo。

Jim：（通過電話）你想要問一個後續問題嗎？

J：後續的問題是，「從幾個月前，我開始每天早上和晚上寫下所有的讓我覺得感激的事情。你們如何看待這個習慣？它是有用的嗎？有任何方式可以提高它嗎？有什麼靈性原則可以幫助我考慮這個情況嗎？」

我們是 Q'uo，我們覺察你的問題，我的兄弟。感激的確是一個靈性原則。感激的能量中包含了一個智慧和慈悲的世界。因為一個人不僅僅會因為所謂的好事而高興，不僅僅會因為晴朗的日子而高興，他還會因為雨天、暴風雨和海嘯的日子而高興。無論是什麼天氣，所有一切都是感激的機會。因此，這種練習有著非常高層次的優點，我們推薦你，我的兄弟，在謙卑和喜悅中與這個原則一同工作。

靈性的道路有一種樸實性，它使邏輯心智困惑。所有發生的事情都來到自我的面前，以便自我可以練習用在一種人力所及的範圍盡可能地接近太一無限**造物者**的振動，也就是無條件的愛的振動來回應。因此，一個人在他最高和最佳的振動上的回應將永遠是愛。

在自己身上儲存感恩和感激的能量會為自己創造一個調音的樂器，而這個調音就是他最深的天性，於是他會越來越能夠聽到那靈性的美妙音樂，在他呼吸時，說話時，思考時，在他行動時，那美妙的音樂就會他的管樂器中流過。這種感恩和感激的態度會創造一種恆常提升的能量，它將帶領尋求者越來越多地進入真理的領域，而那真理卻無法被訴說，只能被感覺。

我的兄弟，關於如何改進這個練習，我們不知道應該如何建議你。然而，當你已經啟動了記錄這些讓你感激的事情的練習時，當你勤勉地探索與你的指導靈系統開始並繼續一場對話時，關於你可以如何改進你的練習，我們感覺，如果有對這樣一個練習的精煉的方式或者附加的方式，它將會用一種有機的方式，在寧靜與信心中，從你的內在湧出。

你們就好像藉由水種植的樹木。當你的根飲用太一無限**造物者**的愛與光的時候，當你轉向的靈性太陽允許你茁壯成長的時候，你就會繁茂，首先會發芽，然後開花，接著長出葉子，最後結出果實。誰知道你的季節將會在什麼時候轉變或者你將會如何體驗它們呢？可以確定的是在建立了這些練習的過程中，你最大程度地開放自己，接受那些資源以提供你一條前進的道路，一步一步地，永不前傾，永不迴避，而是一直在信心中行走。

你們的神聖著作中說過：「在寧靜和信任中有你的力量」[2]。所以，我的弟兄，那些雙腳踏在國王的大道[3]的實體也是如此。

現在請問是否有另一個問題？我們是 Q'uo。

Jim：（通過電話。）你願不願意前往視覺化的問題？

J：下一個問題是：「夢境的用途是什麼，清晰的夢有什麼益處嗎？」

我們是 Q'uo，我們覺察你的問題，我的兄弟。我們之前討論過的愛與光的能量，這種能量在靜默中是如此豐富地被充滿著，它們是一種在本質上非常深的能量，這種能量與你的意識根部相互交流，而那意識是你與一切萬有所共享的。在這種意識中所包含的能量就好像河流、湖泊和大海。你因此會用你的情緒來接近它們。當你經歷你的日常生活，如果沒有情緒被感覺到，那麼你就不會傳送或

召喚這些深層流動的水上升進入顯意識的心智。

然而，我的兄弟，若一天中沒有對那些催化劑[抵達一定強度而召喚那些心智根部中的原型水域]有情緒反應，這是很少見的事情。對這些情緒和在日常生活中感覺到和看到的事件的回應會累積加強，直到在你的夢境時間中，從你內在很深的地方會有回應出現，它被稱之為一個夢。

這些夢是靈性的禮物。當一個人的情緒是混亂的時候，夢境也會同樣混亂和膚淺，然而 當一個人走在一條靈性的道路上並發展出一些類似於你已發展出的練習時，每一天的事件會有一種變得越來越清晰的趨勢，並且會用一種精煉的情緒能量向下探尋，於是夢境中信息就會用一種更加清晰和清楚的方式進入你的顯意識心智。

時常地，在夢境中 自我會試圖進入一種平衡，去平衡不管是因為喜悅或悲傷而造成的扭曲。在夢中看到的圖像經常會給一個人一些線索，關於感知中的經驗的真實性質或[有很多層次的]經驗的更深的性質，該經驗的一些層次是你可能從前並未看見過。

那麼，記錄夢境的日誌就是一個接收涉及那些議題的智能方法，那些議題就好像是你[做為一個靈性尋求者]的磨坊中的穀物。這樣一個練習為尋求者構成了一個真實的資源。

清晰夢就是在夢中 一個人察覺到他在做夢，它的優點與一個人開始覺察到他在清醒生活裡也是在做夢的優點是一樣的，他是一個真實的見證者，他有能力去形成他自己的回應。當一個人能夠，例如移動一下夢中代表自己的角色的手臂，或者當一個人能用某種方式就好像它是一個清醒景象一樣地進入夢境，這樣的清晰度會銳化一種能力：掌握並記住夢境中所包含的各種概念的無限細節。

有一種祭司般的責任伴隨著清晰夢；當一個人能夠去理解某個東西，他接著就需要為使用這個東西而負責。就好像這個器皿說的，在清晰夢中 更重要的是對夢境「言行一致」。

我們為這個問題感謝 J 實體，因為我們確實感覺，夢的活動作為一個靈性上的資源，聚焦於夢並對夢表達榮耀和尊敬將會不可避免地改進這個活動。

我們是 Q'uo，現在請問是否有另一個詢問？

Jim：（透過電話交談）你現在希望問哪個問題呢？

J：下一個問題是，「你能在出體經驗的方面給我建議嗎？如何擁有一次出體經驗？它們是安全的嗎？」

（磁帶第一面結束）

（Carla 傳訊）

我們是 Q'uo，我們覺察你的詢問，我的弟兄。對於「出體經驗是安全的嗎？」這個問題，對於每一個實體 它的答案是不同的。確實，對於一個投生中的實體，答案確實是可變的。保守一些，我們會回答說，只有當出體經驗是一個學會的經驗，並且學習的過程是在一個團體中進行的，在團體中有資深的實體，這些實體已經歷過與那些要進行出體旅行的人們一同合作，他們也瞭解如何在這樣的活動中施加保護，只有在這樣的情況下，出體旅行才是安全的。

有人也許會說，當我們提供這個意見的時候，我們是保守的，因為在很多情況裡(靈魂)出體是一件無害的事物。然而，在一些情況裡，它會被粗暴地打斷，因為這是一個擁擠的宇宙，我的兄弟，當一個人用他全部的心、魂、意和力氣來尋求光的時候，他會靠近光。而當一個人因為他服務和尋求光的意願而靠近光的時候，那光會造成該實體投下一片陰影並被服務自我的實體看到，那些實體喜歡讓該出體的實體分心，甚至摧毀那些實體。

這就好像一個人在臨近的街區散步，那裡有很多的犯罪、暴力或者是一個戰爭地帶。也許你會能夠進入你希望到達的最遠的範圍，並回到你的身體，沒有任何的意外。然而，也有可能你會被襲擊，接著你會發現回到你的物理身體會出現困難。因此，我們會建議你通過聯繫一個可以信賴的知識和經驗的來源來追尋這個興趣，例如門羅協會[4]。我們從這個器皿的記憶中獲得這個信息。

再一次，我們感覺這樣的興趣應該帶著一種有機的共鳴的感覺來追尋。如果這是一個會與你產生共鳴的行動，那麼我們會鼓勵你去跟隨這種共鳴，而不是憑藉你自己。

現在請問有最後一個詢問嗎？

Jim：（通過電話）你有最後一個詢問嗎？

J：最後一個詢問是，「視覺化(visualization)如何幫助我在生活中創造事物呢？關於改進這種活動 你有任何的推薦嗎？」

我們是 Q'uo 原則，我們覺察你的詢問。這個關於視覺化的問題是個微妙的問題，我的兄弟，在視覺化中對很多的事物進行觀想與渴望是有可能的。渴望無論什麼事情並觀想它以便將它帶入你的經驗中，這是一件正當的事情。如果你希望用這種方法使用視覺化的力量，它就會起作用。你要做的僅僅是精確地確定你希望的事物，接著花時間鍾愛地凝視那個渴望的目標。

然而，去渴望那些地球的事物[那些可以被談論和被數字列舉的東西]是有可能的。同樣有可能的是去渴望那些屬於天堂世界的事物，容我們說，諸如渴望去執行太一無限造物者的意願，渴望在每一刻看見愛，渴望在所有你遇到的人的眼中看見造物者，並渴望在太一造物者的愛與光中 將你的生命奉獻給服務。

對這些事情的渴望和對它們的視覺化是同樣強有力的，然而，吸引你的不是這個或那個東西，相反地，吸引你的是你可以與太一無限造物者聯繫在一起的那份內在的共鳴。

我們必須暫停 直到這個器皿能夠再次進入它初始的調音狀態，因為電話設備與這個器皿正在使用的麥克風停止工作了[5]。這個器皿現在已經找到了另一個設備，如同過往，使用這個設備 她可以繼續轉播我們想要分享的想法。當我們通過這個器皿說話時，我們正在恢復調音，好讓我們可以繼續回答這個關於視覺化的詢問。

我的兄弟，我們會推薦你對任何目標的事物進行視覺化時 保持小心與謹慎。當然，我們會鼓勵你對你最高和最深的服務渴望去創造視覺化，簡單地要求自己成爲一個樂器，好讓造物者可以根據祂自己的意願彈奏，這樣你就可以真正地被鼓舞，成爲一個與太一無限造物者的愛與光一同振動的生物。

如果你的渴望和觀想是這樣的，那麼接著你的學習和服務所需的事物就會來到你的身邊，無需伸手拿取，無需憂慮或擔心，你會發現你的生命會以一種比任何你選擇的視覺化更有回報和，就好像這個器皿會說的，更棒的方式而進展。

無論如何，我們要說，有一些爲人類的利益的視覺化，諸如地球和平，全人類心中的和平、心中的愛，以及類似這樣的關注，它們都是那些可以在意識中工作的人的合適關注。這些爲了人類種族的視覺化的確是被祝福的。

我們發現這個器皿和這個團體的能量開始衰微，因此現在，儘管我們必須承認自己是不情願的，我們將離開這個器皿和團體，在太一無限造物者的愛與光中離開你們每一位。我們是你們知曉的 Q'uo 原則。

Adonai ◦ Adonai Vasu ◦

原註

[1] 諾斯底(Gnostic)知識來自對真理和一個人的直覺的直接理解，反之邏輯智力的知識來自於學習的事實和對這些事實以邏輯次序來安排。

[2] 《聖經》《以賽亞書》30:15，「主耶和華 以色列的聖者曾如此說，你們得救在乎歸回安息。你們得力在平靜安穩之中。」

[3] 這個短語在好幾首現代流行的歌曲中都可以看到，但是這個器皿引用的是 E.A. Cummins 在 1922 年創作的讚美詩。這首讚美詩的第一節是這樣的，「我不知道這條我每天跟隨的道路通向何方，也不知道它在哪裡結束，我只知道我走在國王的大道上。」

[4] 門羅(Monroe)機構的網站是 www.monroeinstitute.org

[5] 這個器皿的耳麥電話，它使得一個人可以通過電話參加一次集會並聽到通靈的內容，它選擇在這個對話集會中永久失效。器皿嘗試亂動這具電話使它恢復工作，但卻失敗了。Jim 接著遞給她另一具手提式電話，她在剩下的集會時間中用手握著它。她很快恢復了她的調音。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

開啓心輪

Copyright © 2009 L/L Research

特別冥想

2009 年十月 13 日

Jim：今晚的問題是：「在剛剛過去的幾年裡，工作對於我一直是一個巨大催化劑的源頭。看起來自從我開始這份工作，人們就一個接一個地試圖把我開除。此外，就在去年十一月或十二月我有了一次重要的心輪開啓之後，催化劑的程度也劇烈地升高了。與自我的催化劑和業力相比較，這種情況有多少是因為外在力量引起的呢？關於這個問題我可以用什麼樣的靈性原則來思考呢？」

（Carla 傳訊）

我們是你們所知曉的 Q'uo 原則。我們在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，我們今晚來到這個圈子中。能被你們的尋求圈呼喚是一種榮幸和快樂。我們為這個榮耀而感謝你們，我們非常高興對 D 實體談話。

然而，一如既往地，我們請所有那些聽到和讀到這些言語的人運用他們的分辨力，從那些我們所分享的想法中選取那些與你們共鳴並且看起來有幫助的想法，而將其他的毫不猶豫地留在後面。因為用這種方式，你們就可以守衛你們自己的進化過程了。也由於知曉我們不會以任何方式侵犯到你們的自由意志，我們感到安慰。我們感謝你們這方面的考慮。

我的兄弟，在靈性的生命中，在一個成熟和收穫的季節之後經常會跟隨著其他的季節的進程。

我們會一般性地談一會兒我們看你的能量體的方式和我們理解的你們能量體的運行方式。你的能量體就好像物質身體一樣，它是一個身體，它與你的物理身體相互貫穿，沿著你的脊椎一直向上到你的頭頂。和你的物質身體一樣，你的能量體是處於一種持續流動的狀態中。我們強調能量體的這個特別的方面是因為你的問題涉及到在你體驗到一種強烈的心輪開放之後發生在你身上的事情。

當一個人學會了騎自行車時，他永遠不會真的忘記怎麼騎車，但是一個人會變得非常的遲鈍。用同樣的方式，一旦一個人體驗到了開放的心的喜悅和平靜，他就已經能夠理解一切萬有是相互連結的，它是無法被忘記的。然而，它既不

會被約束，也不會保持在一種開放的設置中。相反，能量體對於到來的催化劑是極其敏感的。這就是為什麼如此頻繁地一個人會在感覺到一種美妙的心靈的開放後，又莫名其妙地會接著遭遇到一連串傾向於關閉心靈的事件。這既不是環境的作用也不是意外事件。

我的兄弟，當一個人擁有了類似於你已經擁有的那種深刻的領悟後，他就會有一些需要去承擔的責任，這種責任是作為一種光的爆發的結果而產生的。有一種自動的節奏會緊緊跟隨在這樣一個顯著的光之經驗之後。這就好像在這個靈魂的精煉廠中，在這個生命的學校中，你已經學到了大量的東西。與你的靈性上的進展一同舞蹈的能量，隨著時間的推移 給你等同於一次小測驗的經歷。催化劑進入你的能量體，於是你會有一種傾向去關閉你的心靈，壓縮和收窄通過你的能量體的能量道路。它就好像造物者或者神性原則的靈性能量的一部分提供給機會來讓你檢查自己是否真正地掌握實踐合一的內容。

這個器皿所說的隨堂小考的用途並不是讓你悲痛，而是幫助你精煉、擦亮並磨光你保持愛的雙眼的的能力，它是你的領悟送來的禮物。你們的神聖著作[這個器皿所珍視的]中說過，愛那些可愛之人是容易的，挑戰永遠是去愛那些不可愛的人和面對即將來臨的來自於一個實體的催化劑時，能夠持續地去視那個實體為造物者，視之為你的兄弟或姐妹，並將其真正地視之為你自己[1]。在那些看似健康、強有力和永恆的時刻發現你對於合一與愛所擁有的領悟是怎樣地脆弱，這經常是令人震驚的。

我的兄弟，在某種程度上，全部就是那些事了。除了失去了愛的充實感覺的表面舒適，你不會失去任何事情。如果你不是在這個帶著沉重的能量和遺忘面紗的第三密度的化學身體中，如果你不是在這個第三密度中，而是在中陰身之間，你會毫無懷疑的陰影而知曉，所有你的催化劑的衍生物以及愛的真理都位於你真實開放的心中。然而，因為你不在肉身中也沒有(遺忘)面紗，你超越懷疑的陰影而知曉這些事情，就服務他人的極化方向的意義上而言，這份知識只有很少的價值。

因此，你選擇進入此生中。你選擇讓面紗落下。你選擇失去看見事物在這個幻象之外的存在方式的確切知識。你想要將你自己放置在一個競技場中，在那裡知識，只能通過信心而來，在那裡，你的選擇是徹底自由的。

我的兄弟，我們會說當一個人在投生之中時，他會感覺到非常孤單，他會感覺被孤立於他的骨與肉中。在我們看來，真實的靈性真相是你永遠都不會孤單。的確，你活在一個鏡子的世界中。每一個你遇到的人都將你自己從一個或者另一個方面映射回來。看到你自己的各種不吸引人的方面是多麼讓人為難呀。而

它卻會幫助你認識到，即使是最令人煩惱的或者最困難的關係也在向你提供一個看到你自己的那個部分的機會，而你自己的那個部分是你沒有看到過的，至少在那種方式上是沒有看過的。

當一些事情觸發或逮住你，那就是你自己還沒有被治癒的一部分，那就是觸發物的源頭。因此，你的同事，就好像你在你的問題中解釋的，那個試圖對你造成傷害的人，實際上是在給你禮物。他們讓你看到你自己的一部分，就好像在鏡子中看到的一樣，而那個部分就是你需要去發現的。有時候那是最困難的事情，因為一個人並不希望在他的性格中有那樣不吸引人的特性。你在這裡的機會是去直接看入那鏡子並說，「謝謝你。我會追尋自己的那個陰影的部分，那個看上去是陰影的自己，我將愛它，接納它，在心中保留它，直到它被我的愛所救贖。」

你看，催化劑與其他人沒有多少關係，它更多地與你有關。你在靈性上進行的工作與其他人也沒有多少關係，它更多地與你自己有關。當你能夠帶著感激和感恩凝視這樣的催化劑，你就不會再經歷那些會關閉你的心的恐懼、憤怒以及其他的負面情緒。當你愛你自己內在的陰影時，你會發現你第一次能夠去凝視這樣那樣一個試圖去傷害你的實體，你接下來也能夠通過鏡面效應看到你和其他自我以及**造物者**之間的合一。

你問你可以使用什麼靈性原則在在在這個特別的議題上工作，我們會審視合一與極化的原則。

經常會遇到的情況是，當實體談到以開放的心生活時，他們會被認為是理想主義的，天真的，也許是愚蠢的。容我們說，從特定的世俗和憤世嫉俗的視角來看，在那個陳述中有事實。但是從一個在意識中工作的人的角度，開放的心是為那些勇敢的人和做好準備[以耐心和堅持不懈超越所有的路障和阻礙]的人而設的。因為你正在尋求去成為，就好像這個器皿會說的一個「不屈不撓的餅乾」。你正在尋求去成為一個可信賴的、靈活、留心的實體，每一時每一刻，當無限太一盤繞與旋轉並創造出生命的舞蹈時，你都為無限太一的愛和光作見證。所有那些進入到你的視野的人都在用一種或另一種方式與你舞蹈。

我們幾乎會將其描繪為一種靈性運動員的舞蹈，因為有些時候，類似在你的工作場所的嚴酷考驗中，在其中不是一次，而是一次又一次，那波動會衝擊你並試圖使你摔倒、使你失去平衡。你尋求的不是去站在你的土地上，而是與那些波浪合作，去起伏、潛下、躍起並與能量舞蹈，拋開所有的恐懼，不再擔心你的心靈是否還開放，而是單純地在每一時、每一刻留心。因為**造物者**就在那一刻中，在你和那些與你一同共舞的實體之中。

因此，無須審判你自己，無須考驗自己，無須擔心你的心看起來似乎有一段時間並不是那麼的開放。我的兄弟，在舞蹈中有時動作是那麼的快速。有時你仍舊在學習舞步。因此，看起來會好像你已經失去了那種領悟。我們可以向你保證—並沒有。甚至是現在，當我們與你談話時，感覺你的心的開放。感覺那此刻的愛吧。愛流動經過你。你不負責去製造愛。你負責的僅僅是，當你位於一個觸發器的附近、痛苦的附近、在苦難的附近 而感到你的緊縮時，你要耐心地、一次又一次地重新開始那憶起的工作並釋放恐懼，於是你就會憶起你是誰和爲什麼你在這裡。你是太一無限造物者的孩子，你來到這裡是爲了創造一個空間，通過這個空間 光可以流經它，於是你可以幫助照亮行星地球的意識。

我們爲你的服務感謝你，我們向你保證，短暫的小失誤、無限流動的催化劑與對它的回應都不會阻止你的工作。你在使命中，你在任務中，你可以對自己有信心。另一次完整的潮汐將會到來，你的心會再一次被全然的愛所沖洗。接下來，再一次，那些考試的季節 甚至靈魂的暗夜將會到來。所有這些都是鍛造、磨光並讓內在的靈性更靈活的過程的一部分。

每一次你解除了一個觸發器並凝視那個嘗試用傷害你來祝福你的人的內在造物者時，你會變得更加平靜，更加強壯，更加能夠超越如此扭曲、陰暗的鏡子中的幻象而看見真理。

我們是 Q'uo，我的兄弟，在我們向前推進之前，請問現在是否有那個詢問的後續問題呢？

Jim：(D 正在通過電話轉送他的問題) 後續的問題是，「有可能從最初的覺醒開始提供一系列靈性上的里程碑嗎？」

我們是 Q'uo，相信我們已經覺察你的問題，我的兄弟。正如我們已經暗示過的，爲靈性生活描繪一個簡單的秘訣或議程幾乎是不可能的。我們會說，你可以把它認爲是一個循環。在投生之前，根據在面紗之外 一個人擁有的清晰視野，自我與高我一起計劃了一次投生的基礎主題。一個人會傾向於去找到平衡。尤其是那些流浪者，他們經常會去尋求在愛與智慧之間的平衡。也許你的心過於開放了，於是你會尋求用智慧來平衡它。或者，也許已經有了偉大的智慧，然而自我的要求就是用開放的心更多地與偉大的智慧相平衡，於是智慧就變成了慈悲，這在第五密度的流浪者的身上很常見。還有力量和正確使用力量的動力學。每一個實體都是獨一無二的。沒有兩個實體會尋求完全一樣的平衡。他們在投生之前共同點就是投生的主題已經計劃好了。投生的課程已經計劃好了，於是它們就會一次又一次地循環進入到你的生命中。

當你用你的偉大的智慧平衡開放的心的過程中，我們不知道也無法說，這個對你的開放之心的挑戰是否為你的人生課程的一部分。我們只是建議，在這種性質，這種深度的層次中，有一些事情將會一次又一次地在你的生命的過程中給你帶來這樣的催化劑。

因為在投生之前你會視此生為在學校裡的一個學期，「是的，我將學會這個，我將研讀這個課程，我將學習這個主題。」你知道，當一個人實際上已經在人生中並正在處理人生課程的時候，即使會有一種在新兵訓練營的感覺，你在面紗中能夠取得的進步是你不在第三密度的肉身時 你能在靈魂深處所取得的變化量的幾千倍。第三密度的人生真的是精煉的火焰。

因此，遺憾地，對於你的生活和你的心智的平靜而言，你無法首先打開紅色脈輪、接著橙色脈輪，接著黃色脈輪、接著綠色脈輪，然後工作喉輪並在溝通上工作，然後進入意識內的工作。通常來說，那會是你的靈性生活的大方向。然而，每一天，你必須總是回到紅色脈輪並重新再次開始，因為在你一天的範圍中，你會很有可能在前三個脈輪中碰到一些觸發器。

當妳對工作有一些擔心時，被觸發的能量通常自於黃色脈輪。而一個人也無法那樣假設。一個人必須打掃整個身體，從紅色脈輪到靛藍色脈輪，每一天清理、清理，將它清理乾淨。

然而，我們可以向你保證，當你變得更加習慣於從一個特定的視角看你的經歷時，在其中，你幾乎就在玩一場大我人生遊戲[如這個器皿的說法]，你將會發現你的見證中 自我會變得更加強壯，當你的同事故意使你遭受到痛苦的時候，你去承擔這樣的經歷的熱望會變得如此強烈以至於你會發現你自己手中就擁有那基列的乳香，你也不會被周圍施加在你身上的 令人痛苦的行為的負面感覺所控制，相反，你正在與那將會保持你心靈開放的能量一同舞蹈，你會視他為**造物者**，視她為你的一部分，視你為他或她的一部分，即使表面上 這看起來幾乎是不可能的。

當你在智能無限的大門前取得平衡，並視你的生命為一個完整的東西，一個整合好的全體時，作為神性原則的一部分，在投生中會有一個時刻，它會來到你面前並對你說：「這也是好的。」珍惜那些時刻，記住它們，因為它們是真理。接著你會再一次躍入並回到那循環中。

我們真的希望我們可以給你好消息，一個人的工作是艱難的，不過 它現在終於完成了。然而，在此生中，你的議題會一直是致力於當下此刻，並帶著愛與當

下共舞。

我們是 Q'uo，請問關於那個詢問是否有後續問題，或者你們是否希望向前推進。

Jim：「我做了一些關於第八脈輪的夢，一個比頂輪更高的脈輪。我最近的夢告訴我第八脈輪是關於將我的意願與造物者的意願校準，隨著第八脈輪的開放，我們可以更好地理解造物者的意願，這樣我們就可以更容易地做出與造物者的意志一致的清晰選擇。」

「在去年的一個夢中，我的理解是我的第八脈輪將在我一月訪問羅斯林教堂[2]時開放。在這個理解中是否有任何的真相呢？我可以使用什麼方法來更好地與造物者的意識調頻呢？在不侵犯我的自由意志的情況下，如任何信息都是令人感激的。」

我們是 Q'uo，相信我們掌握你的問題了。如果我們回答的不夠充分，我們請你再次提問，我的兄弟。

專有名詞是至關重要的，而要確定等價物卻非常的困難。我們做出這個觀察是因為，與其將我們相信你要表達稱之為「第八脈輪」，我們寧願稱之為「通向智能無限的大門」。

這扇大門是一個點：在那兒 做為一個投生中的個體 你能夠在和諧中振動，有時能與太一無限造物者的能量一致地振動。就是通過這個通向智能無限的大門 你能夠與智能無限接觸並將你需要的啓發和信息帶入到你的感官意識中。然而，這種能量卻與邏輯智力沒有任何關係。我們所說的信息是指那種這個器皿會稱之為靈知或直接理解的知曉。

當一個人能讓自我安靜下來並讓能量體的的能量以它最大的限度流動時，於是心輪就會打開，接著一個人就能夠在意識中工作，移動穿過絕對誠實的藍色脈輪和存在的靛藍色脈輪。當一個人安坐於開放的能量體中並設置他的尋求進入智能無限的大門意願，該大門就會用這樣或那樣方式 因為你的意願而打開。

因此，我的兄弟，我們會對你說，隨著你接近在那神聖的場所中尋求的時刻，你明確地設置意願，帶著你完全的心，使用你全部的意念，用盡你所有的氣力，於是通向智能無限大門的通道就是你會想望的。智能無限大門的禮物有很多。有一些人打開了它是為了變成治療的管道。有一些人他們打開它是要成為太一無限造物者的愛與光之通道。

(磁帶第一面結束)

(Carla 傳訊)

有一些人希望去教導。有一些人希望去創作、跳舞或者唱歌。無論你在與這個大門的工作中希望什麼，用與你根據渴望而調音的存有的每一根纖維來著手處理它，這是很好的。

你的提問中有一些區域我們不能穿透 因為它有可能會侵犯到你的自由意志。你可以預料到我們會說，這些情況與其是永久的，不如說它們是造物的神奇時刻或事件的機會。你將不能保留這個機會。你只能夠去體驗這個機會，然後記住這個機會。

有一些屬於瑜伽和印度教的道路的人，它們相信獲致證悟是有可能的，然後絕不再有任何的世俗的思想打擾你的平靜的進程。有一些在**基督教**教派中的人同樣創造這個圖像或景像來描述靈性領域中事物存在的方式。

我的兄弟，在一百萬個人裡面也只有一個人會有一種如此深刻的領悟以至於他的餘生被難以言喻地改變了。而我們寧願提向你提供的卑微觀點是：會有一些體驗的波浪在一瞬間向你提供所有你希望的事物，接著那波浪就會退去。你的振動的層次會有一些變化，僅僅是因為在你的自然能量中有很多情緒的潮起潮落與對很多經歷的回應，它們都會讓你遠離那個時刻。

我的兄弟，我們認為這是一件好事情。因為當你被留在一個較不平靜的環境中的時候，你也會處於一種虛空與謙卑之中，它打開你朝向下一次體驗、下一次波浪、下一次收穫 並收割你渴望的果實。我們寧願鼓勵你為靈性生活的很多(不同)季節而歡慶，正如你慶祝你的每一次生日一般。

我們是 Q'uo，現在請問關於這個詢問是否有後續問題，或者有最後一個詢問。

Jim：「我正在設法取得與地外生命形式更加協調的通訊。我有了一些有限的成功。至今為之，我的方法一直是讓我的思想安靜並進入塞塔(theta)腦波，並努力去保持一種穩定的聚焦與頻率，並將我的意識投射出去進入一種對通訊的呼喚中。我感覺我缺乏能力去保持一種穩定的聚焦和頻率而阻礙了我的成功。這是真的嗎？不管怎樣考，我可以有什麼方法以便使我的通訊工作變得更為成功？」

我們是 Q'uo，我們覺察你的問題，我的兄弟。關於你嘗試去聯繫來自其他地方

的實體，我們會肯定你所做出的那些觀察。當嘗試向一個宇宙性的通訊提供你自己時，我們同樣會肯定你對於關於獨立工作中的局限性所涉及到的情境所做出的判斷。

我們的回覆會有兩個部分。首先，獲得來自靈性的世界的通訊的安全可靠的區域是與你的高我的聯繫，它是完全有可能的，它總是可以在不用擔心你的人格外殼的完整性的情況下獲得。為了聯繫你的高我或超靈或[如這個器皿所稱呼的]「聖靈」，我們會推薦寫日誌的方法，因為它是最富於成效和有效率的。

用這種方法你可以簡單的坐在你的電腦前 或者坐下來用一張紙和一支筆寫下你的問題，接下來一產生下一個想法，就寫下那個想法而不去問這個想法是否來自於你。

這種日誌的準備工作，正如你說的，是清空你的思想。我們並不鼓勵你在意識中找到一個特殊的狀態，類似塞塔腦波，我們寧願鼓勵你就好像你是一個樂器一樣 對你自己進行調音。對你有效的調音無論是唱歌、唸咒、祈禱或者在靜默冥想中簡單地坐著，我們不知道也不能說。然而，這樣的調音會將你帶到你最好和最佳的自我那裡 並為一次優良的通訊清理道路，你也會在進行這樣的調音中感到滿足。

我們的回答的第二個部分與嘗試去接收來自智能無限大門之外的信息或啟發有關。這是我們的慣例：在教導那些希望成為星際**聯邦**的器皿的人們的過程中，該團隊中要有一個資深的管道，這個管道已經有足夠的經驗來為那個圈子中的成員「看守背後」[就好像這個器皿會說的]。

因為你看，我的兄弟，問題是這是一個擁擠的宇宙，在無形的領域中擠滿了實體，有些是有害的，有些是正面的，有一些如天使一般的，有些希望讓你從光偏離、欺騙你甚至擊碎你塵世的人格外殼 這樣他們就可以收割你的苦難和痛苦。在沒有一個團隊支持下 進行宇宙性的通訊就好像嘗試去用錯誤種類的電池來點亮一個手電筒一樣，有時電池太小，有時電池不合用。通訊能夠被完成，但是它不是可靠的，從這些通訊所獲得的信息也不可靠。

因此，如果你希望去成為一個宇宙性源頭的器皿，我們會鼓勵你去找一個你信賴的團隊，你信賴這個團隊的資深管道，並讓你自己開始著手學習如何接收概念的緩慢過程。來自宇宙的概念非常類似來自你的意識根部的原型心智中的概念。它不會用語言對你說話。它將向你提供概念。這些概念是無限的。如果你希望使用他們並提供你自己作為一個管道，它們必須被轉譯為語言。因此作為一個器皿你基本上是被要求去成為一個翻譯者，將各個概念轉譯為你們日常使

用的語言。

就好像這個器皿已經多次說過的，在從無限的概念到有限的語言的轉譯過程中，很多東西都遺失了。有很多人他們更喜歡將概念保留在它們無限的形式中，並在那無限中休息而不嘗試進行轉譯。很多實體聚集到那些神秘家周圍，他們只希望坐在那持有那些無限概念的能量的旁邊。

請允許我們說，我們能感受到你們尋求和服務於太一無限造物者的渴望，這是多麼美妙呀。當你們持續地去尋求時，我們祝願你們永遠喜悅，永遠成功，並獲得所有你們想望的東西。

這個器皿的能量正在衰微，這個團隊的能量也在衰微，所以我們現在開始退出了，我們鼓勵你們規律性地尋求靜默，我們也是如此做的，因為在那靜默中，所有造物者自身無意識的信息都在其中了，即使你的靜默是神智清醒的。然而你可以進入那靜默的聖殿，我們鼓勵這樣的練習。因為伴隨著冥想會到來一種覺知，這種覺知是無法被表達的，它只能被領會。

我們是你們知曉的 Q'uo 原則。如同我們發現你們時一樣，我們在太一無限造物者的愛與光中離開你們。為能夠分享我們的想法的榮耀而感謝你們。

Adonai。Adonai vasu。

原註

[1]這個觀點在《聖經》《新約》中出現了很多次，但《馬太福音》5:43-48 是一個很好的版本：「你們聽見有話說，當愛你的鄰舍，恨你的仇敵。只是我告訴你們，要愛你們的仇敵。為那逼迫你們的禱告。這樣，就可以做你們天父的兒子。因為他叫日頭照好人，也照歹人，降雨給義人，也給不義的人。你們若單愛那愛你們的人。有什麼賞賜呢。就是稅吏不也這樣行嗎。你們若單請你弟兄的安，比他人有什麼長處呢。就是外邦人不也是這樣行嗎。所以你們要完全，像你們的天父一樣完全。」

[2]羅斯林教堂，在蘇格蘭的愛丁堡附近，1446 年為威廉·聖克萊爾，奧克尼王公三世所建造。它與蘇格蘭石匠工會的聯繫能追溯到 16 世紀。它是一個令人震驚地美麗的神聖場所，它在最近的小說《達芬奇密碼》中被描繪過。這個教堂目前正在進行大規模的修復工程。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

愛與光早期資料 #44

Copyright © 2005 L/L Research

譯者聲明: 這份資料來自於美國愛/光研究中心(L/L Research).

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編.

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊, 請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

週三冥想

1974 年五月 15 日

(Carla 傳訊)

我是 Hatonn。朋友們, 我在無限造物者的愛與光中歡迎你們。今天傍晚可以同你們說話真是快樂, 我在這裡, 位於你們的高空正上方。我的朋友, 你們無法看見我們, 因為距離太遠了。

我們在這裡, 我們與你們同在, 因為, 朋友們, 我們是你們的兄弟, 我們想要和你們分享我們的理解。今天傍晚, 我們想要敦促你們更為專心地尋求那份理解, 勝過你們最近思量和表達的程度。

我的朋友, 當我們參予你們私密的靈性對話, 我們聆聽許多你們的話語; 當你們敞開自我接收我們的想法, 你們聆聽我們要說的東西。我們希望這個交流對你們有益, 也對我們有益。

我的朋友, 你們的心智太過、太過強烈地停留在那些屬於頭腦的虛幻目標, 而你們清醒的覺知把智力當作是個如此先進的同伴。朋友們, 這些智力的做作要求並不是什麼先進的同伴, 它們集體的名字是複雜。然而, 我的朋友, 理解是單純的。

讓我們檢驗這個概念, 我的朋友, 理解是單純, 它是統一的。它不是邏輯的, 不是智力的。妳不必去理解這個理解。你週遭的人也不必去理解你正在理解的東西。

你們只需要去尋求內在真實造物的理解, 我們嘗試以簡單的方式把它給予你們; 朋友們, 憑藉智力和話語, 我們只能給予你概略的理解。若你們只在智力的水平上檢驗它, 結果只會是一種託詞、偽裝、錯誤的方向。你們必定不要依賴物理幻象的工具來建造通往永恆的橋樑, 因為那屬於幻象的東西將會消失, 在你能夠

跨越那座橋之前，它就不復存在了。

放掉那些深植在妳的智力心智中的種種先入之見。允許妳自己單純地尋求，然後在這尋求過程中抱持信心。妳所尋求的東西是單純的，這個造物是單純的。

我們只能提供一種理解，朋友們，那就是整個造物是一個偉大的**存有**。這個造物是你；這個造物是我；整個造物是從所有曾經存在到所有將會存在的總和。我的朋友，整個造物是**造物者**。當你看入另一個人的眼睛，你正注視著**造物者**。當她注視著你，她也正在注視**造物者**。

如果妳可以達成這個單純的理解，也唯有如此，妳方能帶著**造物者**的理解活在和諧中；**造物主**創造了**祂**的造物的每一個部份，為的是讓宇宙造物的每個部份可以服務所有其他部分。

這是我們的理解，我們單純的理解：一切為一。我們無法以任何複雜的方式對你談論，因為我們沒有複雜的陳述。我們真誠地希望你們可以留心我們的告誡，允許妳自己的那個部份[儲存著所有造物的知識]在妳裡面活過來，方法是透過冥想，讓它直接接觸**造物主**的愛與光。

我的朋友，尋求理解，透過冥想，你們將獲得理解。

此時，我將調節每一個渴望該效應的實體，接著我將試圖轉移這個通訊到某個新器皿那兒，繼續這個訊息。我現在要離開這個器皿，同時調節每一個有此渴望的實體。我是 Hatonn。

(T 傳訊)

[聽不見...]

週四冥想

1974 年五月 16 日

(Carla 傳訊)

朋友們，我在無限**造物者**的愛與光中歡迎你們。我是你們認識的 Hatonn。我和 Laitos 兄弟在此服務你們，我們和你們同在這個房間內。在我們傳遞訊息的同時，我的兄弟將給予調節效應給每個有此渴望的成員。今天傍晚，我們至為榮幸地

和你們講話。

我們想要給予你們一個關於靈性途徑之特質的想法。我的朋友，考量你們自己的內部宇宙的特質。妳的思考有多少涉及在物理幻象中努力、獲得、抓取事物？什麼樣的火燄正在吞噬妳？妳已允許什麼樣的貪婪、忌妒、惡劣的渴望繼續擁有力量，主宰你的思考？然後，我的朋友，妳的思考有哪個部份是清楚的、沈著的、如如不動、謙卑、不出風頭的、甘願滿足的？

不需要我來告訴你們，在你的內部宇宙中 哪一個部份比較適合稱為靈性的一部分。這個宇宙的真理是非常單純的，當你正確地理解並練習它，即可消弭在物理幻象中為自我身份努力的需要，因為宇宙真理沿著靈性途徑提供一個更令人滿足的實相。

我的朋友，你們尚未完整地與靈性途徑合而為一並非因為你們沒有嘗試過，不要使你自己焦慮，朋友們，你們在其中勞動的這個幻象在你們星球上是極端強壯的；需要恆常的、信實的冥想和鍛鍊方能達到最後的突破，然後你可以在這個幻象中解放你的自我身分。

我的朋友，沒有那個自我身分，沒有那個你們稱為小我(ego)的東西，你們可以達成所有事情，以造物主之名。因為沒有小我的限制，你可以為全人類給予，並且對全人類給予。

當你們經歷每日的生活，我們建議你們在適當的時候沉思被稱為水的物質。我的朋友，水是所有物質中最卑微和柔弱的物質，它逗留在最低的地方，恆常地尋求一個水平，若它哪裡都去不了，它會感到難為情，所以它跟隨每個機會流動。我的朋友，水可以磨損最堅硬的物質，它的柔弱遠比任何堅固的物質還要強大。

我的朋友，成為水一般的存在，在靈性途徑上，你們尋求有所遵循，尋求水的本質。我現在轉移通訊到 R 器皿那兒，我是 Hatonn。

(R 傳訊)

我現在和這個器皿同在。我的朋友，尋求成為水——靜止和純淨。有人說生命如同一片廣大的海洋，而我們經常透過行動和思想造成波浪。藉由自我鍛鍊，有可能磨掉那些不受歡迎的自我之品質；反之，當你無法管制自己的行動和思想，巨大的風暴將會興起。看待妳的思想如同波浪，妳創造的波浪對於水域有著廣大的效應。

這些波浪可以淨化與沖刷，同樣可以侵蝕；透過導引[妳的思想，妳導引]這些波浪— 成爲你所尋求的樣子。

我的朋友，把水看作你自己；把你的思想視爲波浪，那導引[水的東西]。

(聽不見...)

(E 傳訊)

如我剛才說的，如人靈一般，水靜靜地沿著它的途徑流動，直到它碰到一個障礙，然後它必須繞過或覆蓋該障礙；在這個過程中 它將侵蝕該障礙。最後，那個障礙不復存在，於是人靈或水免除了那個障礙。

我將憑藉另一個器皿繼續這個通訊，我是 Hatonn。

(Carla 傳訊)

我再次和這個器皿同在。我是 Hatonn。我和 Laitos 弟兄至爲榮幸地在這個傍晚服務你們，我們希望能夠協助你們的尋求過程。

我覺察到現場有個問題，使用這個器皿回答該問題會有些困難。因此，我們寧可等待另一個機會使用不同的器皿回答這個特殊問題。請問發問者是否滿意這個安排？

發問者：等待是 OK 的，但你們能否嘗試透過這個器皿回答一部份，然後我將來對另一個器皿再問一次？我想知道使用毒品(drugs)是有害或有益的，特別是針對智力的目標？

我是 Hatonn，我們將透過這個器皿通訊這個問題。

使用任何外在或外來的刺激物對於你的內在人靈不會有可察覺的效應。

問題的中心並不在於這些外來物質會不會轉移妳的部分振動組成進入新奇的空間；不同的外在影響有不同的效應。

使用這些物質得到的覺察，一個人同樣可以透過冥想來達成。困難點在於這些物質是外來的，它們並不在你[一個尋求者]的意志範圍內。

或許它是個有療效的措施，增進一個人對於靈性途徑的實相的信心，藉由外在的次機會經驗這樣的狀態。無論如何，使用內化的效應，好比冥想與服務，妳在這方面將和造物主和(宇宙)造物接觸，這是遠爲切實可行的方式。

極端重要的是：妳得活在自己內在的中心。

(門鈴響起，停頓片刻)

(Carla 傳訊)

對於剛才的困難，我感到抱歉，我們繼續。

我們剛才說到——為了讓妳經驗天父造物的實相，從你自己的內在靈性出發去達成對該造物的覺察，這是很重要的。使用外在的媒介物只會把你放在一個你尚未準備好去了解的地方；真實的尋求是內在的尋求。

為了能夠給予，最好避免拿取。

使用任何毒品不會比使用其他物質帶來更多的傷害，我們只是觀察到，它們都位於妳的內在自我管轄的範圍之外，因此它們不是妳的靈性世界的一部分。

我們覺察這個器皿正開始疲倦，她並不習慣這麼多的(肌肉)控制。所以，如果你將再次問這個問題；我們將在稍後的時間，使用另一個器皿答覆。

我們可否進一步回答妳？

(沒有進一步的詢問)

我的朋友，我現在要離開你們。很高興透過一些新進器皿講話。我和 Laitos 弟兄和你們團體一起工作感到很歡喜。祝福你們，我在無限造物者的愛與光中離開你們。我是 Hatonn。

Adonai。

(V)2012 Digested, adapted, and translated by c.T.

保持正面能量

Copyright © 2009 L/L Research

L/L Research 2009 回家系列

特別冥想

2009 年九月 6 日

Jim：今天的問題是關於我們如何保持我們這個週末在這裡生成的正面能量，並帶回到我們家中。我們如何保持在正面並且與我們周圍的人分享我們的愛與光？

（Carla 傳訊）

我們是你們所知曉的 Q'uo 原則。在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，今天我們來到你們中間。我們感謝你們呼喚我們加入到你們尋求的圈子中。關於保持並記住你們在剛剛過去幾天的集會中[1]所獲得的調音的方法，我們非常高興與你們分享我們卑微的觀點。

一如既往，我們請你們每個聽到或者讀到這些言語的人使用你們的分辨力從我們的想法中挑選你們要去追尋的部分。我們請你們使用那些與你們共鳴的想法作為你們的資源並將我們的觀點中其他的部分留在後面。我們感謝你們這方面的考慮。它將讓我們可以隨意分享我們的想法而不用擔心我們會打攪你們的進程或者違反你們的自由意志。

這個器皿知道一首歌叫做「讓好時光繼續」[2]。如你們在這個週末已經體驗到的這樣一個聚會，它為你們每一位尋求太一的人提供機會來探索與這個特別的圈子中的其他人相互協調與合作。當你們在談話中和身體上相互靠近並調和你們的靈光時，你們每個人的能量就與這個圈子裡的所有人的能量調和在一起了。

這種能量在很大程度上受挫，因為你們很多人並沒有找到機會與你周圍的家庭環境中的那些人自由地分享你的想法和觀點。接下來，對於你們中的一些人會比其他的人更多地感覺到，似乎當你離開這裡並返回你的家，你實際上是離開你的家並返回一個陌生的地方，在那裡你是一個陌生人。

當你離開這裡時，你將會離開被這個器皿稱之為 Camelot*的物理場所，你將離開在這裡出席的人們，這些人鼓勵你、支持你並在一些情況下會挑戰你，為你

創造正面的催化劑，創造視野的銳利度和敏銳的洞察力。在很多情況下，你返回的地方並沒有向你提供類似的資源。如何去保持並保存你現在感覺到的這種調音狀態[在其中 你用一種增強的方式察覺到你所尋求的神秘]，這個問題是一個很好的問題。

（*譯註：英國傳說中亞瑟王的宮殿所在之地，這裡是指 Carla 與 Jim 的住家）

首先，讓我們考慮鄰近性。物理的鄰近性是什麼呢？明顯地，它是一個肉體與另一個互相靠近。然而，你們每個人在你們心中之心都知道，你們完全地有能力來通過一種積極的方式並在一個強有力的層面上，不管物理的鄰近性而保持鄰近性，甚至是親密關係。

你們的科學家已經使用你們第二密度的植物完成了一些實驗[3]。科學家會拿起一株植物，這株植物已經與實驗的成員中的一個人綁在在一起並分享物理的鄰近性了。他們接著會將這株植物從與它的一 [這個器皿會說]「所有者」身邊，我們會說是這個植物的夥伴— 的鄰近性中移開，然後該植物的夥伴會思考特定的想法，同時儀器會連接到植物的葉片的表面以記錄電流的反應。

這個實驗一次又一次地證明了植物和它的夥伴之間有多少距離並不重要。植物會即時地對它的夥伴所思考的想法發生反應，無論是正面的想法還是負面的想法。

在你的第二密度的肉體中，你擁有同樣的感知能力，通過一種積極的方式，你能夠感知到那些你愛的人和你已經與之有過物理的鄰近性的人的想法。你可以通過簡單的步驟讓你自己察覺到那些你希望與之保持聯繫實體，並維持那種你在這裡已經體驗到的支持、鼓勵和無條件愛的來源。

名為 M 的實體要求每一位實體將泥土帶到這個圈子中。那泥土會被混合起來，然後它的一個部分會交還給每一位實體。這的確能夠做為一個「特徵線索」[4]、一個提醒或觸發物而被保留下來，以便聚焦於並喚起對這個時刻的回憶，在這一個時刻 你被周圍的人支持、愛護和鼓勵，並珍愛地放在搖籃中養育。

被這次聚會中每一個人所提供的無條件愛的振動放在搖籃中輕輕搖動，我的朋友，這的確是一個美妙的事情。甚至你們的歡笑和有時看起來是嚴厲且直言不諱的對話，對於那些聽到的人們和那些一同探索以尋求真理、洞見以及進入[由每一個人向他周圍的人提供的]那個神秘與未知的大門的人們，這些都是跨越他們彼此的賦能性空間的最熱切探尋。這也許就是讓那些好時光繼續，記住並保留這個集會在你的意識中留下美妙印象的 最直接和最邏輯性的方式了。

然而，如果你從邏輯性和物質性後退，甚至從那種能量式的物質性後退，你就會處於一個拓展的環境中，你拓展到了當下此刻中。你已經成爲了物質性和無限之間的一個連接，空間/時間與時間/空間之間的一個連接，你也已經成爲特定性[一個身體、一個名字等等]和奧秘太一，你無可避免地[5]是其中的一部分，之間的一個連接。

在當下此刻中，你不僅僅與那些在你當下的環境中有著物質的身體、跳動的心臟和呼吸的肺部的人們連接在一起，同時還與你的指導靈系統連接在一起。你的指導靈系統包含了在所有的情況中被我們稱之爲高我以及被這個器皿稱之爲聖靈的存在。你可以隨意使用這兩個詞語中的任何一個。牽涉其中的實體是相同的。

萬物是一體的，所有存在的事物都是你的一個部分，你是一切萬有的一部分。然而，你的高我是相當實在的你自己，但是高我是一個被第六密度中期的你自己做爲一個資源給予在第三密度的現在的自己，在第六密度你做爲一個已經了悟到 你已經體驗過了所有渴望的事情的實體，你現在會希望轉向太一無限造物者並開始返回無限太一的旅程，拋下你的人格以及所有你在第三密度的轉世中對你如此珍貴的那些事物。

當你第六密度的自我領會了這個永遠地離開過去並轉變尋求型態：從尋求那可能來自問題的答案到釋放所有問題、所有答案以及一切無論什麼事情；在那一刻 你的自我獲得最大程度的知曉並形成你的最高和最佳的自我。

這是你被賦予的禮物，它是你的指導靈系統的基礎。這個實體對於你在所有的時刻都是可用的，它構成了一個最高水準的安慰者和陪伴者。它同時也構成了一個極好的源頭，當你遇到問題、混淆與困難的時候可以尋求它的幫助。

除了你的指導靈系統這座靠山之外，你們很多人都有超靈(oversoul)，或者也可以被稱爲團體靈魂，當你們決定作爲一個團體來到這個星球，做爲流浪者 進入遺忘的面紗中，成爲第三密度的凡人，並加入到人類種族來服務光的的時候，超靈就是這樣一個團體的靈魂。它同樣也是一個可以給予強有力的幫助的實體。

再者，如果你希望請天使進入到你的生命中，他們一直都在等待著要加入那些尋求太一無限造物者的愛與光的人們當中。

正如你所看到的，你正在開始累積一個錯綜複雜而有益的指導靈系統，這是一個你可以去提出要求的系統：永遠在那裡，永遠充滿愛，永遠做好準備用任何可能的方式來幫助你。

我們已經和你們星球上的天使力量以及所有參與星際聯邦*的行星實體結合在一起。你們同樣可以呼喚我們。我們會一直準備好向你提供冥想的一個載波。我們會一直準備好將你包裹在愛中，這樣你就永遠都不會感覺到沒有被愛或感到孤單。任何時候只要你在心裡呼喚我們，我們就會在那裡。

(*編註: Q'uo 用的全文是服務於太一無限造物者的天使與星球聯邦)

我們在這個器皿的心智中看到一個故事，一個實體呼喚了星際聯邦的一些實體，他感覺到了一種驚人的回應，接下來他卻困惑了。他不知道是他呼喚的哪一個星際聯邦的實體給出了回應。因此，我們建議你呼喚你感覺與你最默契的星際聯邦的實體。這些幫助者能夠幫助你保留在這次集會中人們在相互之間所獲得的心境。

爲了從這個指導靈系統獲得幫助，你需要去做的事情就是放下你心智和身體上的負擔一段足夠長的時間以便你能夠接觸到你的心，開放它並尋求幫助。進入靜默中，即使只有三十秒或一分鐘，對於實現你所渴望的結果也是足夠的，你所渴望的結果就是那股能量的脈動，攜帶著在此刻你所體驗到的喜悅、平安與力量。

最後我們會提醒你，你在所有的時刻都擁有力量，轉入內在並通過無論什麼你渴望的方式將自己與這個覺知的層次進行調音。

當你在一個團體中的時候，它會更容易，團體的能量會增強你自己的能量。在你的指導靈系統的幫助下保持高的振動頻率同樣也會比沒有指導靈系統的幫助要更容易。

然而，在這個時點 我們要聚焦在你身上，赤裸裸的，沒有幫助者的協助，你唯一的裝備就是你自己。你是勝任的。你是足夠的。你是一切萬有。喜悅在你心中舞蹈。你尋求的答案就好像種子一樣在中心之心萌芽。這些年來你一直耕種著那片收到這些靈感的種子的犁溝，當你在一切都好的信心中開放你的心時，你允許那些種子在陽光和清水中長大。

在你的內在擁有肥沃的土壤。這些種子能夠成長、繁茂、興旺並結果。因此，讓每一粒種子、每一刻、每一個體驗都落入你的心中。給它一個成熟的機會吧。

我們會請你們每個人在此刻擴寬你們的意識去將所有這個圈子裡的人都包含在內，並感覺你們調和的靈光之間的連接，一個緊挨著一個緊挨著另一個。如果你們願意，感覺那些連接中的力量並允許觀想爲那能量的溪流染色，那能量的溪流就好像一個電流的迴路，它在你們所有人中間都已經被開放了。當能量用

一種順時針的方式循環時，我們會問你們，「你在這迴路中看到了什麼樣的顏色呢？你感覺到什麼樣的能量呢？」

用你剛剛感覺到的豐盛感覺 將這一刻銘記在你的記憶中，為你自己設置一個詞語，通過它你可以接觸到這個察覺的珍寶。這個詞語可以是「愛」。這個詞語可以是「Camelot」。選擇你自己的詞語並觀想這個詞語觸發了這個結晶的記憶的珍寶吧。將它吸入你的心中並知曉它將保留在那裡，在你渴望時 可以取用。

因此，每一次你進入冥想中，即使只有一會兒，如果你希望你就能夠喚起這一串回憶，它聞起來就好像草地上剛剛落下的雨滴，身體相互之間的微妙的香味，風的呢喃，穿過葉子時的颯颯響動，還有在你的覺察圓周的動物與人們的輕微聲響。

這是一個可以無限延伸的時刻，你用你的覺察的薄紗將它蓋上並捲起來。你可以經常如你所願地展開它。它將永遠不會變舊。

我們感謝名為 E 的實體提出了這個問題，現在請問 E 實體關於這個問題是否有後續的問題呢？我們是 Q'uo。

E：沒有了。我很感激這個答案。

我們是 Q'uo，我的兄弟，我們非常地感激這個問題。現在請問是否有另一個問題。我們是 Q'uo。

T：是的，Q'uo，我有一個問題。在這個第三密度中我們可以如何通過那些新生但又非常古老的靈魂來獲得最佳的覺醒並促進第三密度的心智的尋求呢？你可以提供什麼樣的靈性原則給那些孩子呢？

我們是 Q'uo，我的姐妹，我們覺察你的問題。我的姐妹，如妳所知，妳身體裡的孩子已經醒來，她正在與你交流[6]。在任何人格中，我的姐妹，有很多很多事情佔據了該心智，要嘛是短暫的一瞬間，要嘛是很長的一段時間。思想有很多很多的層次。妳身體裡的孩子將從妳那裡獲得暗示，同樣也從被她稱之為父親的人那裡獲得暗示。

然而，在懷孕期間，這個新靈魂會向你尋求指引。有很多方式影響子宮中的孩子往好的方向發展。最親密最直接的方式就是為你的想法調音，這樣你身體裡的孩子就會體驗到一個平安、滿意、感恩和喜悅的環境。

不可避免地 會有很多事情讓你從位於自己的完整性中心的愉快心情、泰然自若的位置發生動搖。你的孩子會感覺到對那些催化劑的時刻的評估與回應的，那些催化劑將你從你偏愛的調音狀態中拉出來的，而當你鍛鍊你的人格擺脫激怒、憤怒、失望和其他負面情緒，並重新確立一切都好的覺知的時候，你的孩子也將會體驗到你。

我們現在談談單純的信心，信心無法被解釋或者證明是合理的，因為信心不是對任何事物有信心。它單純地就是信心。當你知道一切都好而且你接收到的一切事物都是來自於無限造物者的禮物的時候，你就可以聚焦於如何打開那個禮物，無論這禮物是什麼，無論它看起來會有多麼的負面。當你全神貫注於打開那個禮物時，你的激怒就會變為思慮。你的憤怒就會變為沉思。當你回應這個催化劑時，你改變了你的小小世界。你的孩子將感覺到所有你的反應，這個過程也將持續地強化她的安全感和安定感。

既然在子宮中的孩子和嬰兒一樣都是完全無助和完全不受控制的，安全感和安定感是非常重要的，很明顯，我的姐妹，你對這個孩子的愛用襁褓包裹著她並讓她安心，但是，比那更重要的是，你鍛鍊你的人格的能力會在你的信心中 越來越堅定，越來越沉著，它同樣將大大地讓你的嬰兒安心。

我的姐妹，如果這吸引你的話，妳可以向妳尚未出生的孩子朗讀，就好像對待一個你能將她放在床上的孩子一樣，妳可以選擇那些對妳意味著愛與光的信息。於是妳創造了一個兩人的團隊，兩人一起用你們自己的方式禮拜太一無限造物者。那些時刻對於妳和在妳體內的靈魂感覺起來將會是多麼美妙呀，一旦妳的孩子呼吸了你們行星地球的氧氣並開始了她在子宮外的投生時，我的姐妹，這將繼續是有效的。

對著一個小孩讀那個小孩還不可能理解的那些哲理與啟發性的文字，這也許看起來有點唐吉訶德[7]式。然而，當妳分享那些妳喜愛的文字時，孩子對於妳所流露的情感是不會弄錯的，那情感將同樣深化她的安全感、安定感與愛的感覺。

嘗試無時無刻地記住，我的姐妹，不僅僅只有妳對孩子說的話進入了她的心，妳的感覺也同樣進入了她的心。知道妳對於妳的孩子是多麼重要，知曉妳的孩子對於妳的本性是多麼的敏感，了解妳的每一次心跳對於孩子是多麼重要，也許這會讓妳感覺有點不安心。然而，這是在母親與孩子之間的天生的繫結，同樣是父親和孩子之間的繫結，不過是在較小的程度上。因此，如果妳發現自己並沒有給予妳認為最好的部分，不用擔心。用那一刻的覺察離開那個設置並選擇另一個設置。

你聽到風在升起嗎？那麼當你呼喚太一無限造物者的時候，讓你心中的靈性升起，敲門，你就會被接納。提問，你就會被回答。不用在那些不充足的時刻感覺到沒有人幫助你。你要做的僅僅是請求，天使們就會圍繞你並舉起你。

我們能進一步的回答你嗎，我的姐妹？我們是 Q'uo。

T：不用了，非常感謝你。

我們感謝妳，我的姐妹。請問現在還有另一個問題嗎？

A：在這個團體中有什麼樣的可能性我們可以一起為未來任何具體的計劃與產品而工作呢？

我們是 Q'uo，我們瞭解了妳的問題，我的姐妹。在這個團體中用一種特定的方式合作來完成共同的目標的可能性/或然率的漩渦是多重的。我們並不知道這個團體中的人們之間的哪一個連接將會被跟隨，這些連接是在這次集會中被製造出來的，它們可以通過的設置意願如此去做而被跟隨。如我們說過的，當我們看著你們每個人之間的連接的網絡，我們會清楚地看到多重的可能性。它完全由這次集會中的人們選擇是否繼續前進與這個圈子中的一個人或其他人進行合作來決定。

這一個問題涉及所有在場的實體 設置他們的意願並通過思想和行動工作那個目標。我們鼓勵你們每個人在你們的心中搜尋並在相互之間討論那些你們也許會有的合作的想法。你們在內在層面中已經在合作了。你們問的問題是，「是否有可能用一種有幫助的方式來顯化這些能量呢？」我們會對你們說，可能性就在那裡。但是一如既往地，那是你們的選擇。你在你的造物中所追尋的，就會在你的造物中顯化。你在你的造物中所釋放的就會被釋放。

我們能進一步的回答你嗎，我的姐妹？

A：非常感謝你們。

我們感謝妳，我的姐妹。現在還有另外一個問題嗎？我們是 Q'uo。

N：我有一個問題，Q'uo。它是關於在 Ra 資料中提到的第五密度的負面實體。我想知道那個實體的狀態。同時，為什麼我會感覺到防禦那個敵人的力量呢？

我們是 Q'uo，我們覺察這個問題，我的兄弟。這個(負面)實體已經再一次和這個團體在一起有一段時間了。這個實體，和以前一樣，一直無法改變這個團體的調音和尋求真理與服務光的渴望純度，哪怕只有一分一毫。

因此，再一次，這個實體因為接近一段危機時期而面臨抉擇，這個實體要嘛成功地讓這個團體從它的目標中分心，要嘛落回休息狀態並重獲它的極性。

名為 N 的實體對這個團體提供的服務有著巨大的感受性與愛，他有一種強烈的渴望去幫助消除對這個團體的成員超心靈致意，尤其是對這個器皿的超心靈致意。

我們為這個關心而感謝 N 實體。對於我們這些能夠通過這個器皿說話的實體，這肯定是一個我們關心的事情，同時這也是這個圈子裡的所有人所關心的事情。

然而，超心靈致意的本性就是如此，它會發生在這個實體和 Jim 實體身上，在較小程度上，它也會發生在所有那些支持這個團體工作的人的身上，這樣他們就無法在服務與太一無限造物者的意願中保持穩定不變。假如這種渴望保持純淨，你們談到的那個第五密度的實體就不可能實現任何他希望去做的事情。

雖然並不知道這一階段的超心靈致意會在什麼時候停止，有非常高的或然率/可能性 它會在這個實體無法保持它的極性時停止。

我們為這個問題感謝那位 N 實體，請問是否有後續的問題？我們是 Q'uo。

N：在這樣的相互作用中 有任何我需要去查看的靈性原則嗎？

我們是 Q'uo，我們理解了你的問題，我的兄弟。涉及到的靈性原則，我的兄弟，是萬物一體的原則。這個第五密度的負面實體是你的一部分，就好像它也是叫做 Jim 的實體、叫做 Carla 的實體以及這個圈子裡的所有人的一部分一樣。它不是一個敵人。它是一個影子。你可以視它為鏡子中的自己。你可以在你自己內在發現它，就好像一個想要別人的玩具的兩歲大的小男孩，或者就好像當你在學校時，和你最好的朋友一樣希望去和同一個吸引人的女孩說話的一個人。

無論另一個人是否希望被奪取和被控制，那個想要去奪取和控制的陰影的自己，它是所有在地球上呼吸著空氣的人的陰影面的一個部分。在你自己內在發現它吧。愛它，抱緊它，用你全部的心擁抱它並說：「謝謝你。既然我理解你並且愛你，請問你是否願意在為光的服務中加入我呢？」當你帶著那個陰影進入你對自我的完全察覺，你就在用自己的方式釋放這個團體承受的那些超心靈致意的壓力了。

現在請問是否有最後一個詢問，我們是 Q'uo。

提問者：你能告訴我們麥田圈的意義嗎？

我們是 Q'uo，我們覺察你的問題，我的姐妹。就好像這個團體中的一些人已經預測到的，我們會通過一些方式避免給與你們完全的答覆，因為麥田圈的意圖是去引起你們人群中沉睡的那些人覺醒於一種可能性，那就是比起那些人在其中沉睡的一個物質實相的有限「盒子」，在生命和宇宙中有更多的東西。

然而，我們會這樣說。天使和星球聯邦曾經詳細說明守護者群體[也就是你們這個特定的行星的守護者]創造那些符號(glyph)的過程，那些符號進入到潛意識中，並提供觸發物，隱藏於表面心智之下，但對於潛意識心智卻是可取用的。因此，如果你希望去利用這樣一個符號的轉變性的力量，那麼我們會建議你們在冥想中 握著那個與你個人共鳴的麥田圈符號。

我們發現這個器皿的能量開始衰微了，這個團體的能量也是如此，因此，在太一無限造物者的愛、光、力量與平安中，我們將離開你們，如同我們發現你們時一樣。我們是你們知曉的 Q'uo 原則。

Adonai，Adonai vasu borragus。

原註

[1] 這次通靈會議是愛與光研究機構 2009 回家集會的正式閉幕活動，這次集會於 2009 年 9 月 4 日至 7 日在肯塔基州路易斯維爾的卡米洛特舉行。

[2] 這首歌有好幾個版本。這個器皿預計知道的一個版本是雷·查爾斯的版本。歌詞中的一部分是：

Hey everybody, let's have some fun!
You only live but once and when you're dead you're done,
So let the good times roll.

嘿，每一個人，讓我們做一些有趣的事情吧！
你只會活一次，當你死掉的時候你就完成了，
所以讓好時光繼續吧！

[3]關於這些實驗的數據可以在 Peter Tompkins 和 Christopher Bird 的一本書中找到，《植物的秘密生活》紐約，Harper and Row 出版社，1973 年出版。

(編註: 這本書的中文版由台灣商務印書館股份有限公司出版, 非常值得一讀!)

[4] tells: 在撲克牌遊戲中,「特徵線索」是關於一個玩家動作、言語行為和身體語言上的怪癖或者可讀性的方面,它會洩露玩家所持有的牌的信息。

[5] ineluctable: 形容這件事是無法逃避的或不可能避免的。

[6] T 正懷著小孩,她將在 2009 年聖誕季迎接她的新生女兒。

[7] 如果某件事是唐吉訶德式的,它就是過分狹義的,或者浪漫化的、空想的、不切實際的或奇異古怪的。

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

服務或冒犯

Copyright © 2009 L/L Research

週六冥想

2009 年九月 12 日

團隊問題：今天晚上的問題是：在提供智慧或愛，或嘗試對其他人有所服務的過程中，我們理解如果他們沒有做好準備去接收這一類信息，就可能會侵犯另一個人的自由意志。我們有興趣知道是否這會製造在第五脈輪上的一個不平衡，如果是這樣，一個人應該如何平衡它呢？

（Carla 傳訊）

我們是你們所知曉的 Q'uo 原則。我們在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，我們今晚來到你們中間。我們感謝這個團體呼喚我們加入到你們尋求的圈子中。能回應你們的呼喚是我們的榮幸和我們的快樂。我們非常高興在服務他人*的主題上與你們分享我們卑微的想法。

(*編註: 服務他人原文是 service to others, 泛指所有眾生)

然而，在我們開始之前，我們會提供兩個想法。首先，就好像這個器皿在冥想開始之前說過的一樣，今晚實際在講話的是 Hatonn 群體而不是我們的 Latwii 兄弟姐妹們。這是由於你們圈子的能量決定的，它重度地偏向對愛的支持。為了支持和鼓勵那樣的振動，Hatonn 群體，屬於愛的密度，非常高興在今晚被選為代表整個 Q'uo 群體的適當聲音。

其次，一如既往地，我的朋友，我們請你們在聽到或者讀到這些言語時使用分辨力和洞察力，不要對我們的想法不經思考地囫圇吞棗，而是去傾聽對你個人有吸引力的真理的回聲。因為某些思想，而不是所有的思想，將會不可避免地觸動你們每個人。因此，如果你們願意擔負起責任將在我們的那些想法中發現到沒有幫助的部分放在一邊，這將會讓我們自由，不用擔心會干擾你們的自由意志。我們感謝你們這方面的考慮。

服務他人的概念位於極化的非常核心的位置，作為一個努力去學習愛之道的尋求者，極化是你們每個人的基本目標。就是因為這是一個如此主要的概念，花時間去沉思服務他人是很好的，就好比 C 和 D 和 R 實體共同提供給這個學習團體的東西。我們感謝你們每一位今晚在這個問題上的合作。

有很多時候，尋求者所扮演的角色會導致他們感覺到需要冒犯他人的自由意志。

當我們這樣說的時候，我們正在思考孩子和父母。用這個星球的習慣的方式來指導嬰兒，這肯定是一種對嬰兒的自由意志的冒犯。而它卻必須進行。就好像一匹小馬在它能被騎乘之前必須習慣於韁轡，一個年輕尋求者的物理身體也必須用另一種方式習慣於韁轡。必須學習禮節，必須被灌輸社會行為的規範，孩子必須被教導去知曉如何成為人類種族的一個起作用的和有效的部分。

毫無疑問，每一位父母都會為要將他或者她的意願強加在一個孩子身上的需要而感到十分苦惱。然而，當問題涉及到幫助孩子做好準備去成為一個能夠在社會中生存的獨立成年人，一位父母又有什麼選擇呢？確實，若父母退縮不去干擾孩子的自由意志，只會對孩子造成損傷。因為如果一個孩子不具備所有基本必須的工具去適應他生活其中的社會，他會在為自己付賬單或維持人際關係等方面遇到困難。

然而，不可否認的是在這樣的情況下，當父母教育子女如何守規矩與如何為他人著想的時候，父母所扮演的角色最終將父母置於似乎是一系列的服務自我*的行動的情境中。

(*編註：在此，服務自我的完整意涵是竭力操控其他人來服務自己)

除非父母喜歡將他的意願強加到一個孩子身上，他們這樣做的目的不是為了去幫助那個孩子，目的是去恐嚇這個孩子並讓他感到渺小；只要父母的意願是給予孩子一個良性的、有益和親切的教育，就不會導致業力的債務或者在脈輪中不平衡的結果。

同樣地，當一個人管理一個團體，好比一個老師或者一個教授必須做的一樣，他再一次扮演了一個角色，在其中他必須要求學生去學習特定的事情。再一次，只要老師沒有使用他的權威去貶低或羞辱他的一個學生或讓那個學生感覺到愚蠢或渺小，就不會因為這個角色而產生任何業力上的不平衡。

一個人也許會想到某些實體必須扮演的其他角色使得一個人的意志似乎施加在另一個人身上。在所有這類的情況中，對於向另外一個實體強加意志力的實體而言，關鍵之處不是該實體做了什麼，而是他的意願是什麼。例如，如果老師的意願是去分享知識並為他的學生創造機會去思考新的點子，那麼他必須要求學生們去學習特定的事實並通過一個考試讓學生們向他重複這些事實，這就是一件良性且有益的事情。

當一個人衡量服務另一個人的成功程度時，他總是要去檢查意願。因為，為你們地球上的其他人的服務是同等地涉及形而上世界和物質世界，所以當判斷一個服務他人的行為時，一個人要檢查意願。

你的身體位於物質幻象的空間/時間中。你的意識位於時間/空間，你能量身體的領域中。時間/空間同樣是一個幻象，但它是一個不同種類的幻象，在這個幻象中，思想就是事物。

因此，如果一個人用從意願所獲得的顯化來與意願進行平衡，一個空間/時間的判斷會完全地偏愛顯化。然而，從時間/空間或者形而上學的角度看，服務的意願的形狀和品質遠比顯化更為重要。這一點對於許多人會是一個安慰，他們再三反覆地努力進行服務，而根據他們自己的判斷，發現自己缺乏這樣或那樣的方式來顯化他們對服務的努力。

從形而上學的角度看，我的朋友，如果你的意願是純淨的，你的成功就是輝煌的。

讓別人去擔憂一個顯化是完美的還是不完美的吧。那不是你要去關心的，你關心的僅僅是在目前這一刻，努力根據你為自己設置的為他人服務的意願而行動。這一點，應該是你作為一個尋求者所唯一關心的。

當然，當一個服務被感激時，當感謝被表達時，它是令人滿意的。然而，在你的心中你之所是的那個實體，位於核心的那個「我」，你深處的那個「我」僅僅關心用最大的努力去設置一個純淨的意願，接著在物質世界表達那個意願。因此，當你嘗試去進行服務的時候，不要去聚焦於你所呈現的結果是否良好，而是僅僅聚焦於你意願的純淨度。

你的問題的一部分，我的朋友，是關於嘗試去分享你覺得非常有幫助的想法和哲理的情況。當你嘗試去與其他人分享這種信息時，你會有一種可能會侵犯他們的自由意志的擔憂，因為他們也許並沒有向你要求這個特定的服務。你擔心在能量身體中可能會有阻塞。

現在，我們不能給予一般性的回答，因為當每一個實體尋求去分享他所深深地喜愛的事物時，他都會用獨一無二的方式來進行。因此，我們只能說那些比較傾向於正確的事情。如果信息沒有被要求，富於悲憫心的行為是去避免提供這個信息，這是比較正確的。當你有這樣的珍寶要去提供給人們時，感覺到如此的隔絕是非常難過的。當你因為發現這個新的已經給你帶來了幫助的信息而非非常熱火的時候，你單純地想要給周圍每一個人與你已經擁有的經驗一樣美好的東西。如果你發現在你的家庭和朋友的圈子裡，實際上沒有人目前對分享你所知道的事情感興趣，這會是一次沉重的打擊。

如果你堅持不懈地[就好像這個器皿說的]「拉住他人」，把你的信息塞給他們，那

麼你就肯定地牽涉到服務自我而不是服務他人了。這是因為自由意志的首要性質。

然而，如果你不是從個人對個人的層面，而是從靈魂對靈魂的層面來行動，你就擁有一個機會去分享你發現有用的關鍵概念或原則，如果你能分享這個信息而不擔心或執著於這個行動的結果，你就免於不平衡的結果。

在一種場合中，當你正在拉住某個人的袖口的時候，當你正在逼迫那個實體的時候，你的確在黃色脈輪製造了一個阻塞。你並不是在藍色脈輪製造了一個阻塞。如果藍色脈輪有阻塞，它就不會工作了。而當你被阻塞時，你總是會在前三個脈輪受到阻塞，或者有可能是前四個脈輪。當你將你的意志強加到其他人身上的時候，這是一個黃色脈輪的阻塞。

然而，如果你簡單地看到一個機會，去撒下一顆思想的種子，你就不會對這個思想是否被很好的接受有什麼興趣了，那麼，它是恰當的。然後，在能量身體的平靜中不會有漣漪，沒有平衡被打破，一切是好的。

這個器皿經常說他喜歡像催醒鬧鐘一樣地工作。作為一個真理的發言者，她用她所掌握的全部的熱情和技巧來提供她的光輝真理，她意識到在她所扮演的角色中，她是負有責任的。她渴望去幫助你們地球上那些睡得很淺並且已經做好準備醒來的人們，她渴望幫助他們覺醒。然而，一旦她能夠引起他們的注意，一旦她的催醒鬧鐘把他們搖醒了一會兒，她就會謹慎小心地克制她自己不去關心他們是否翻了個身就接著回去睡覺了，或者他們會坐起來並說「現在，那就是我想要去考慮的事情！」

當沒有對結果的擔心，小我就不會被牽扯進來了。黃色脈輪是未被打擾的，在分享真理中也沒有不平衡了。因此，當你想要去分享一些讓你激動的哲理時，或者當你想要用任何方式幫助另外一個人時，獲得一種平靜沉著的感覺是很好。持續停留在靈魂的層面，你所尋求的是去幫助實體們獲得他們所渴望的事物。

如果你的能量能夠與一個渴望某個結果的人的能量連接在一起，如果你能夠幫助這個實體靠近他的目標，你就已經服務了。

如果你回答了另一個人問的問題，你已經服務了。

如果你回應了一個(花費)時間的要求，(他人)要求使用你的天賦或金錢，你給予回應，你已經服務了。

一次又一次地，實體們變得憂慮，因為在他們服務之後，他們看到他們已給予的東西並沒有如它被提供的那樣地被接受。然而，我們會對你們說，那不是你要去關心的事情。作為一個光的僕人，你感興趣的是看見實體們真正所是的样子— 由愛組成的生物，當造物者自己從另一雙眼睛中回向看著你。當你從靈魂對靈魂的層面給予回應，在那一刻擴大愛、反射妳接收到的愛的時候，你就在盡你所能地極化了，而在這樣做的過程中，你正在加速自己靈性進化的步伐。

當你希望去幫助的時候，當你希望去用某種特定方式來幫助的時候，這是很好的，因此，向你自己和你的指導靈系統徵求意見吧。在你服務他人的渴望中搜尋任何的雜質並理解這些雜質。

今天的早些時候，這個器皿參加了 Bring4th 的靈性社區的「線上聊天」[1]，她被問到關於服務他人和服務自我的問題。因為既然服務他人就是服務自己，既然一切都是一，一切都是造物者，因此當你服務他人的時候你幾乎是不可避免地會服務到自己。

這個器皿的回答是，再一次，它與意願有關。例如，如果某個人來到你面前並給你一杯水，因為他希望你認為他是服務他人為導向的，他實際上並不屬於服務他人。相反地，他是在操縱(他人)，這樣你就可以對他有好感，這就是一個服務他人的失敗嘗試。

然而，如果一個實體看著相同的人並想著：「哦，那個人也許需要一杯飲料，讓我給他一杯吧，」於是他自發地靠近那個實體並說：「我可以給你一杯茶嗎？」該意圖是純淨的，服務是誠懇的，這個實體已經向著服務他人而極化。在一個平衡的宇宙中，服務他人的結果是否一定要從他人那裡接收到服務，這並不重要。就好像你們的聖經的說法：「將你的麵包撒在水面，它將十倍、百倍地返回。」[2]

我們鼓勵你進入到服務他人變成服務自己的所在之處的自相矛盾中，帶著確信的知曉，它僅只是一個邏輯心智中的自相矛盾，該心智無法擁有萬物一體和宇宙性的視野，就好像你現在將行星地球視為一個具有無限多個鏡子的系統，於是你周圍的一切事物都在對你說話，你也轉而提供自己為一面鏡子— 向其他人反射他們自己。

在對話中叫做 R 的實體在這個問題上添加了一個附加的部分，我們會對那個附加部分進行發言。該詢問的那個部分並沒有成為你們開場問題的一部分，因此它你的錄音帶上也沒有被記錄，它是關於如果一個實體努力去有所服務，而他

在表面上沒有獲得成功，那麼該實體如何才能感覺到一切都是完美的，一切都是好的呢？當然，當每一次去進行的服務的嘗試都被拒絕的時候，那不會是顯化在能量體和各種情緒中的感覺。

從我們的觀點來看，那個情況，如同所有的情況，都是完美的，因為它正在給予你，如 Ram Dass 實體所說的：「你的磨坊裡的穀物」。[3]

你們每個人的生命中都有一個靈性的進程在進行著。它是無限地複雜、難解和微妙的。外在的催化劑會進入你的能量場，並根據你的各種偏好衝擊它，給你帶來不適、悲傷和憤怒的感覺以及其他表面看起來負面的情緒。

對於你的思考的世俗部分來說，這些情緒似乎是不幸的，令人不快的。然而，對於你內在的那個尋求者，我們會說，這樣的情緒是禮物。它們是一種特定類型的禮物。它們是向你展示你的痛苦在哪裡的禮物，不僅如此，它們更向你顯現了那些痛苦所隱藏的事物。因此，你可以拿取那些表面的情緒並與它們坐在一起，允許它們在你的冥想中成熟，並繼續帶著尊重和感激考慮那些情緒。

讓它們成熟，你做得很好，因為甚至是最不和諧的表面情緒，當它通過成熟的過程精煉時，它將會深化你的本性並將你清空，於是你就可以攜帶更多的愛，好比像一個承載葡萄酒的聖盃。所有種類的苦難都會清空你塵世的個性，如果你允許它。它不必然使你受苦或讓你變得憤世嫉俗。

如果你尊重自己的情緒並帶著喜愛和不批判來考慮它們，如果你堅持不懈地允許自己感覺那些情緒並讓它們進入更深的地方，當你感覺自己的內在變得更加的寬敞，對那些較深的情緒更為敏感的時候，你將會發現那情緒的禮物開始結出果實。你將發現自己是一個煉金師，將不和諧變為和諧，將恐懼變為愛，將黑暗變為光。這是一個自然的過程，它會從不和諧開始，從黑暗開始。如此即是靈性之道。

這就是為什麼我們說事物無時無刻都是完美的，儘管它們也許會令人不舒服。不要從你的受苦中畏縮，而是把你自己放在搖籃裡就好像你在忍耐經歷一個煉金術的自然過程一樣，那是轉變能量的煉金術，你開放之心的愛的煉金術。

在我們離開這個主題之前，我們會提醒，在這種類型的工作中，將你寶貴的時間投入靜坐，或者用某種方式進入靜默，這是非常有幫助的。對於顯意識心智來說，去思考各式各樣的事物是很容易的，而它們當中有些是矛盾的。關於你希望去做的事情 很容易變得混淆。甚至關於你自己真實的身份，也會很容易變得混淆。

當你進入靜默時，你就進入太一無限造物者的領域。你就進入了永恆與無限。最重要的是，你進入了當下此刻，它在形而上學的宇宙中與所有時刻相互交會。在所有時刻 你離智能無限的大門僅僅只有一個心跳的距離。你僅僅需要去從邏輯和智力的束縛中釋放自己並進入靜默。對於嘗試去服務他人的鍛煉而言，這是一個有益的輔助，我們願鼓勵你進入靜默。

我們並不知道你會希望如何去進入靜默。每一個人的選擇都將是獨一無二的，也本應如此。我們只能敦促你去嘗試，因為我們感覺在你的尋求中 你會不可避免地發現它是一個有幫助的練習。

關於這個詢問 請問有後續的問題嗎？我們是 Q'uo。

Jim：沒有了，我這裡沒有問題了。Q'uo。

我們是 Q'uo，因為沒有後續的問題了，現在請問這個團體是否有另一個問題呢？我們是 Q'uo。

R：我沒有另一個詢問，但是我想說 Hatonn 所提供的言語是鼓舞人心的，至少對於我是如此的。我真的很感激能有這個機會聽到一個不同的觀點，那是我以前所沒有的。謝謝你們。

我們是 Q'uo，我們感謝你，我的兄弟。很榮幸能夠和你在此時分享能量。

既然在這個團體中沒有更多的問題了，我們會在此刻道別(Adieu)今晚，我們必須承認我們是不情願的，因為我們非常喜歡與你們在一起並欣賞你們融合的靈光之美。我們是 Q'uo。就好像我們發現你們時一樣，我們在太一無限造物者的愛與光中離開你們。

Adonai，Adonai vasu。

原註

[1] 目前，與 Carla L. Rueckert 的現場聊天(Live Chat)的聚會從五月到九月的星期六，東部時間下午三點到五點，在www.bring4th.org 上進行。請查看網站的通告並確認現場聊天會在每一個週六舉行，因為偶爾會有一些時間的衝突，於是沒有舉行現場聊天。

[2] 《聖經》《傳道書》11:1 「當將你的麵包撒在水面上，因為日久必能得著。」

[3] 這個詞語與 Baba Ram Dass 和 Stephen Levine 寫的一本書的標題很相近，《磨坊裡的穀物：甘美成熟的戲劇-死亡：一次覺醒的機會，解放心智，Karmupance、神、以及更多》(Santa Cruz，加州，Unity Press，1997)

Translated by T.S.

(V)2012 Reviewed by cT.

愛與光早期資料 #45

Copyright © 2005 L/L Research

譯者聲明: 這份資料來自於美國愛/光研究中心(L/L Research).

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編.

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊, 請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

週五冥想

1974 年五月 17 日

(無名氏傳訊)

我是 Hatonn。朋友們, 我在無限天父的愛與光中歡迎你們。我是你們認識的 Hatonn, 我歡喜地同你們再次說話。

當我使用這個器皿說話時, 我和弟兄們將調節你們。
朋友們, 我們來到這裡協助地球上那些尋求的實體, 我們注意到關於什麼是常態, 你們人群在分佈廣泛的誤解底下勞動。

在你們的物理幻象之中, 許多你們認為相當正常的事物, 我們卻看到相當不正常的事物。當我們耐心地搜索你們星球的人群, 我們發覺只有很少人的行動是我們認為正常的。彷彿所有地球人都神秘地陷入某種廣為流傳的情緒失調症。

當我們最初來到這裡時, 因為我們不理解這現象, 導致我們最初與你們人群的溝通承受相當的損失。我們對這裡的理解越來越多, 現在我們可以看見地球上, 這個廣泛的脫離常軌現象背後的強健起因。

這個不正常的情況經過你們許多、許多世代的發展和建造; 直到真正的正常情況變成前所未聞, 取而代之的是完整的幻象。朋友們, 你們已經接受這個幻象, 你們對那個似乎是實相的東西反應。當然, 這個過錯不在妳, 至少和你這一世無關。

無論如何, 它已經發生了。但, 朋友們, 如果沒有希望重建和實相的聯繫, 如果沒有希望返回正常的[對於宇宙造物的]覺察狀態, 我們不會待在這裡。我們來這裡是因為有些人渴望我們的協助, 也有潛力使用我們的協助。我們在此服務你們,

我們在此鼓勵你們。我們在此嘗試給予你們：我們對於天父之造物的理解。

我的朋友，你們必須了解，雖然我們無法怪罪任何不理解的地球人，我們可以怪罪自己。因為，我們就是你們每個人，透過我們的自由意志，我們創造了這個幻象。我們曾創造你們的痛苦，我們很深沉地感覺這份痛苦，我們強烈地渴望協助你們，使你們能夠清楚地看見什麼是真的。

在你們的星球上，很少人看見實相，你們人群通常把這些人視為精神錯亂。朋友們，一個人必定不要嘗試在語言的水平上理解我們給予的東西。向內走，我的朋友，並且冥想。因為實相的知識只會來自內在。不要盲目地相信任何東西，但接受所有具備好名聲的東西。允許所有的矛盾維持如此，接受許多，不排斥任何東西。

向內走，我的朋友，因為實相蘊含於你的內在。

我想要轉移這個通訊到 Don 器皿那兒，我們覺察他有些保留，然而，如果他敞開自我，我們想要透過他說話。

(Don 傳訊)

我和這個器皿同在，我是 Hatonn。當我在調節該器皿的同時，請保持耐心。朋友們，獲取妳尋求的東西有很多方式。然而，你現在尋求的目標將會改變，因為這是尋求的特性。當你尋求之際，你找到；當妳找到之際，妳理解；當妳理解之際，妳持續地尋求，不過是在一個不同的水平上。

所以 不要試圖去理解那些目前似乎超越妳的東西；單純地向內走，妳將被引領到一個理解，來到一個新的高原；在那兒 妳將能夠觀看到更多更多的實相。

我的朋友，尋求並不是直接嘗試去理解每個橫跨你心智的智力問題；尋求是嘗試去認識一己的**造物主**。在你的尋求過程中將會有一個理解的開展，每一個階梯將展現它自己給妳，同時提升妳自己，好讓妳得以找到下一個階梯。

我們希望帶給地球人理解；不過我們無法講講話就促成他理解，我們無法用言語傳遞這份理解，我們只能指出一些尋求的方向。因為地球人必須改變他的觀點，為了改變，他必須理解；為了理解，他必須尋求。

在你的尋求過程中將有許多的矛盾，因為這是尋求的特性。但當你繼續下去，這些矛盾將分解，因為妳將抵達一個新的高原，一個新的理解；妳先前繞過的矛盾

將顯露它的真實之光。我的朋友，冥想是我們已知的唯一方法：允許一個人快速地形成理解的新基礎。

重新定義妳經驗的東西，透過你的尋求和逐漸增長的[對造物主和造物的]覺知，重新定義它。然後，我的朋友，妳將不會質問，因為你將知曉。

在尋求的道途上，有時候，面臨那些似乎最重要與直接的問題，卻無法找到答案，妳會感到挫折。但當你通過它們，越來越多地覺察那瀰漫在萬事萬物中的單一真理[可以回答所有問題]，這些挫折感將會逐漸消失。

我們將以任何可能的方式協助你們，但我們主要對妳指出這個宇宙造物的奇觀與喜悅。我們將試圖帶給你們一個每天增長的理解，該理解將是你的冥想的結果。

此時，我將離開你們，我希望自己有所服務。可以對你們說話是個大榮幸，我是 Hatonn。Adonai vasu。

週六冥想

1974 年五月 18 日

(Carla 傳訊)

朋友們，我在無限造物者的愛與光中歡迎你們。我是 Hatonn。
一如往常，今天傍晚可以同你們聚會真是榮幸。

我覺察到你們想要知道某個對峙事件——關於一個來自其他星球的戰士以及兩個地球人。

我們將嘗試透過這個器皿解釋，然而，我們碰到特定額度的困難，因為這個器皿抗拒必要的(發聲肌肉)控制程度[用來更密切地投射我們的資訊]，請你們保持耐心。

這個控制的額度對於這個器皿是有些難以接受的，無論如何，剛才當我們講話的同時，我們已調節她一陣子，我們相信目前的通訊有些改善。

朋友們，就我們覺察的限度，帕斯卡古拉(Pascagoula)降落事件*並非完全孤立的實例；然而它是唯一被大眾知道的實例。另一方面，雖然它不是該外星團體唯一的降落，他們的降落次數很少。

(*譯註: RA, 第八場集會也有提到這個事件)

這些人是某種戰士團體的成員，這和你們知道的戰爭或當兵的概念不同。無論如何，那是你們的語言和該器皿允許的最接近描述。這些人如同過路人，對於他們看見的現象感興趣，同時由於沒有足夠強壯的領導階層，他們決定靠近一點察看，他們沒有任何傷害他人的意圖。

這群特殊的存有和他們的飛行器很可能繼續通過這個特殊的太空區域；因此，你們可能再次發現這類接觸的證據。但我們向你們擔保，它只是一種罕見、零散、無害的接觸。

是否有進一步的問題？

發問者：那些來自太空船的存有是機器人或真人？

這些存有具備意識和個體性，然而，精確地說 他們的特性和你們人類並不完全相同。你們此時尚未覺察宇宙造物中存在這些可能性，無論如何，這些存有不是機器人。

發問者：關於你提到的戰士，你可否給予我一個說明？

要以你們文化的語言解釋另一個文化有很大的困難，特別是一個外星文化。我正嘗試給予這個器皿一個觀念，關於那些戰士來自的星球的思考結構。我剛才給予她一個名字，但她似乎不能夠理解。無論如何，和你們世界的結構相比，該結構比較全面地意識到幻象。他們所在的密度和你們相當，每一個學習計畫和困難最後結果是一系列的外顯運動——消弭這些人群對於內在恐懼和疑慮的需求。

藉由組織這個幻象，他們以高度有型的方式辨認和處理該幻象。他們使用這個技巧在靈性道途上前進，並獲得良好的紀錄。接收我們的概念之後，這個器皿可以給予的最接近解釋是：一些人的野心。於是，他們旅行遙遠的距離去參予一場遊戲，其中包含許多戰爭的心智特徵，但它是全然心理的。

這些人透過許多世代的鍛鍊獲得這類的結構，因此這場戰鬥的結果將是最終的、公正的，每一個仰賴這些戰士的不同意見的實體都完全接受這個結果。

這些人進展的途徑和你們的不同，遍及無限造物都是如此。但他們朝向相同的目標前進，那是我們全體共享的目標。

你是否有進一步的問題？

發問者：關於進度，他們的相對進度和理解和這個星球的一般進度比起來如何？

我恐怕這是極為困難的比較：一個相對穩定進展的文化對比**地球**上有些參差不齊的局面。容我們說，行星**地球**上有許多人的潛能比這個星球的基本振動水平要更為先進 ...

Carla：我搞不懂，他們告訴我一個名字，但我搞不懂。

(Carla 傳訊)

無論如何，那顆行星(居民)的平均振動遠比那些固執地沉睡的地球人的平均振動先進。我們恐怕要說，雖然有些地球人有很多的潛能，他們卻只有很少時間轉譯其潛能為現況。

兩個行星都位於相同的基本振動；而**地球**[你們在上頭享受物質生活的地方]在這個特殊振動中的週期走在前面很多的位置。

是否有另一個問題？

發問者：這些外星個體擁有何種感官？他們是否像我們一樣看見、聽到、溝通？

否。它們是覺察的，覆蓋他們身上的材料是覺察的，程度超過地球人五官的總合。

發問者：覆蓋的材料，這是什麼意思？

你們稱之為皮膚。

(原始抄本到此結束)

(V)2012 Digested, adapted, and translated by c.T.

渴望與意志

Copyright © 2009 L/L Research

特別冥想

2009 年八月 11 日

來自 G 的問題：在《一的法則》系列的第 52 場集會，Ra 說：當人格變得更加強有力時，使用意志有很大的危險，因為它甚至可能潛意識地被使用，從而以某種方式減少該實體的極性[1]。

Q'uo，看起來意志是一種原初的流動性能量，它可以被使用，可以被祈請，可以像身體的肌肉一樣通過反覆使用而變得更加強壯。Ra 的意思是不是說，意志這種運動(motion) 可以在顯意識心智的範圍之外操作？

Ra 是在說一個人沒有察覺到的渴望會控制意志的機能，並利用意志最終導致極性減少？沒有渴望的指引，單獨的意志是沒有用途的，可以這樣說嗎？

同時，我們如何才能避免這樣的情境呢？請進一步詳細描述。

(Carla 傳訊)

我們是你們知曉的 Q'uo 原則。在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中我們今晚來到你們中間。能被你們尋求的圈子呼喚，這是一種很大的快樂，在關於意志的主題上能與你們分享我們卑微的想法，我們為這樣的榮幸感謝你們。

一如既往地，在我們開始之前，請你們幫一個忙。當你們聽到我們所說的內容時，請帶著分辨力來聽，拿走那些對你們有用的想法並將其他的留在後面。我們感謝你們這方面的考慮，因為它讓我們在提供我們的想法的時候不用擔心我們可能會冒犯你們的自由意志。

叫做 G 的實體提出一個非常有趣的問題，因為**一的法則**的第一變貌就是自由意志。自由意志變貌的確正如叫做 G 的實體所描述的，一個可以被那些願意成為共同造物者的實體使用的流動的、原初的力量。因此，讓我們看看造物者是誰。

也許一個實體會說意志有三個基本的層次。第一個層次的意志是無法被其他任何實體接觸到的意志。它是吹過水面的風。當水從雨水進入含水層，進入大海，再次進入空氣時，它就是水的運動。作為第一變貌的自由意志是沒有主詞的，

也沒有受詞，它是純粹的動詞。

意志的第二個層次可以被稱為個人意志。那是創造接著維護各種偏好的意志。當一個人在一天中遭遇很多很多問題的時候，他的個人意志就開始起作用了。你早餐吃什麼呢？你喜歡讀什麼書呢？你想要看什麼電影呢？你想要聽什麼音樂呢？你希望穿什麼樣式的衣服呢？你希望住在哪裡呢？所有這些僅僅對你很重要的事情就是你的個人意志的內容。

當你自己與另一個人之間有一種關係的時候，那個人的個人意志就會開始發揮作用了，你很快會發現你的意志與該其他自我的意志並不是相同的意志。當面對你早餐吃什麼或者你要讀什麼書的問題時候，這不是一個特殊的問題，但是，如果你面對的是類似「我很想要住在哪裡」這樣的問題的時候，自我的個人意志和其他自我的個人意志之間的衝突就會變得尖銳並創造催化劑。

名為 R 的實體目前就正在體驗意志之間的衝突，這個實體能夠用眼淚和傷心來證明個人意志之間的衝突會經常是極其痛苦的，這種衝突通過將自我放置於鍛造靈魂的熾烈的熔爐中，並為進化中的靈魂構建了一個純正的挑戰。

意志的第三層是受過鍛鍊的人格的面向，這樣一個人格的格言是「不要照我的意志，但成全禱的意志」[2]。因此，一個希望去工作魔法人格的實體的目標是對究竟什麼才是**造物者**的意志越來越清晰地察覺。

這樣一個尋求者的練習首先是去確定什麼是意志，並且獲得他或她自己徹底滿意的定義，在那之後，也只有在那之後，去設置意願進入**造物者**的意志中，並將**造物者**的意志與心的渴望相結合。

這是一個驚人地微妙且冒險的計劃。它是一個微妙的事情，首先你要確定**造物者**對你的意志，第二步你要以某種方式取用**造物者**的意志 以致於與你的渴望相結合。第三步你要在你自己的內在創造環境，在其中你的意願和渴望可以在行動中顯化。

智力的道路是複雜與深入的。幾乎任何的思想路線，只要給一段時間去為它找理由，它都有可能被合理化。有多少次你會聽到一個天生的推銷員的對話然後對一些事情變得狂熱，而那些事情在仔細考慮之後卻完全不像它看起來的那樣。

當你尋求知曉你自己時，每一個實體都會很多次地愚弄自己。在一個又一個的面具、角色和合理化之間不斷地轉換 感覺起來就好像一個永無止境且沒有出路的迷宮一般。

確實，一個嘗試去用心智來確定無限太一的意志的尋求者注定要陷入混淆和愚蠢，因為心智並不是適合於尋求靈性意義上的真理。心智適合去組織那些跟隨並影響心智和身體的各種元素，好讓那個人[其心智和身體]可以感覺舒適、安全和快樂。

即使心智希望去思考靈性的事物，心智會把靈性行為或靈性態度等同於面具和角色。人類的心智並不是被創造來從事於真理的工具，因為真理超越事實並進入本質之中。

因此，一個想要使意志參與靈性層面的尋求者，每天練習將自我從心智的王國帶出並把自我帶入心輪的王國中，這對於他的目標是有益的。

這樣，轉向心輪對於一個尋求者是最有益的，行走穿越心的外院並收集他所有的人類特性，好讓他可以把它們放置在心的內部聖堂中並和無限太一同在聖幕中。在那裡 世俗之道止息了。心智的專橫得到釋放。所有表面上不完美的自我就會被一種愛所接納了，那愛是如此偉大以致於它一直在呼喚著你和造物進入存在中。

現在 讓我們看看魔法人格。你的世俗人格是你所創造的，憑藉你的文化、父母、老師以及那些你希望去模仿的同輩的幫助。

當你還是一個年幼的孩子時，你試穿這些世俗人格：「我是這個嗎？我是那個嗎？」你會發現關於世俗人格的一些事情。你會發現你的天賦。你會發現那些並不是你的天賦的事物。於是你會將那些空白填上你的文化和你選擇的途徑，而你根據那些你希望與之相似和想要模仿的人而做出那些選擇。

如果一個面具不合適，你會拋棄它，拿起另一個面具。「我過去曾經喜歡這一個，但是我現在喜歡那一個。」在一定程度上，你可以無休止地翻新你自己。因為在你的投生的自我之中有一些你們稱之為人格或小我的東西，它們是根深蒂固的，甚至是深入骨髓的。誰知道那些特性是什麼呀！但是有一些特性是在每一個實體的生命中都被賦予的。當你開始更多的察覺你自己為一個實體，你要嘛與那些特性鬥爭，要嘛與那些特性合作。一個決定去與他根深蒂固的人格特質合作的實體是被祝福的。因為成為更加有靈性的重點不是扔掉世俗的角色。毋寧說，重點是變得能夠召喚自我內在的一種非個人性的機能。

說這種能力是非個人性的並不是說這種能力並未堅定和不可逃脫地與世俗人格繫結在一起。它僅僅是說，為了彰顯一個人的魔法人格，充分地知曉自我是需要的，這樣一個人才能夠約束世俗的人格，並為了服務他人的目標暫時將它放

在一邊。

魔法師做的一切事情都導向對造物者和所有其他自我的奉獻，這種奉獻通過一種在魔法師的意識內發生改變的方式來完成的。通過靈性的意願，魔法師了悟世俗人格作用在靈性意圖上的散亂和分心的特性，因此魔法師仔細地用一種精心安排的方式創造了一個屬於品質和靈性菁華的系統，這個系統可以深入到自我的那些太深而無法看到的部分，深入到自我的原型與潛意識的部分，以便喚起那些強有力的、深厚的菁華，它為心智和心輪調音，這樣，自我做為一個整體就可以與無限價值在其永不改變的層面上迴響與共鳴。

一個實體的渴望就好像一隻螢火蟲，它四處輕快地飛過，用令人迷惑的速度停留在各種大大小小的事物上。同一個實體可以用令人迷惑的速度渴望一種特定口味的冰淇淋、[地球上]全人類的和平、剛剛空出來的那個停車位。所有的渴望以它們自己的方式都是正確與真實的。只有在那些時刻，當一個人在靜默中與無限太一同在，渴望的螢火蟲降落了一會兒，僅僅一小段時間，無限地簡短，無限地珍貴，它開始歇息於一個靜止點，那個點 向所有的無限和永恆開放。

就是在那些無時性的時刻，時間之外，一個實體能夠帶回一種不斷成長的能力去知曉他的那些渴望的本質，也能夠開始區別冰淇淋、停車位(等渴望)與和平之希望的差異。

當一個人最終知道他什麼都不知道的時候，他就會有一種飢渴，他就會有一種對鮮活造物者的臨在的飢渴。它是一種永遠無法被這個世界的萬千事物所平息的飢渴。它是一種珍貴的飢渴，它比一個人實現所有在世間的渴望的圓滿更加可貴。這種飢渴可以呼喚(一個人)奉獻，活在信心中，也就是超越所有知曉的知曉，不帶任何內容的覺知。

就是那飢渴，那渴望，為魔法師的工作供給燃料。我的兄弟，當你工作該意志的時候，當你尋求以一種與你的靈性熱望一致的方式來使用意志的時候，你正在尋找那聖盃，在這個幻象世界中 它是最真實的東西。當你超越身體與心智的渴望進入空性[被來自你內在的房間的奉獻充滿]之際，你正在準備自己成為一個強有力的人。就在你變成這樣一個強有力的人的時候，你必須對意志的使用極度地謹慎。

一個只活在物質世界的實體並不擁有力量。一個未經訓練的人格能夠聚集他的意志並擁有意志背後的力量，這是非常罕見的事情。但是對於一個已經察覺到他的力量的實體，在靈性尋求中發現自己迷失在他尚未知曉的自我迷宮之中[那些迄今逃脫他的察覺的部分自我構成該迷宮]，這是至為常見的事情。

這個器皿目前正探索她在自己內在發現的這些陰影的區域中的其中一個。她知道自己是個強有力的實體，而她關心的是她所不知道的，尚未被整合的自我的面向，那些面向可能會將批判之雨降落到無罪之人身上，而對另一個人造成無心的傷害。

最後，所有的努力必須被放在一邊而信心必須被喚起，因為人類之神秘的複雜和微妙是沒有盡頭的。在你生命的歷程中，你將不可避免地因為你之所是而讓你自己吃驚。每一個活著的實體都是一個**造物者**，包含一切事物。每一個活著的實體都創造了他自己的宇宙，他制定了統治那個宇宙的律法。

當你工作你對自己的感知、你的意願和渴望時，你在錯誤的街道上漫遊的頻率會是在正確的街道上的兩倍。因此，首先依賴於信心，對你良好的意圖有信心，對過程本身有信心，對**造物者**有信心，**祂**已賦予你所有妳需要的東西來做那些你來到這裡要做的工作。

請問關於這個問題是否有後續的問題呢？我們是 Q'uo。

G：Q'uo，對於那個主要的問題，沒有(後續問題)了。謝謝你。

我們感謝你，我的兄弟，請問現在是否有另一個詢問？我們是 Q'uo。

G: 有一個問題來自 Bring4th 論壇*。「我想請 Q'uo 談談對恐懼的態度。我們的社會瀰漫著做作的、恐懼的情節— 關於(未來)可能會發生的事，它似乎讓甚至最具靈性的行家個體都失去了平衡並需求庇護或援助。當人們圍繞著各種議題進行極化時，新聞媒體顯示出逐步升高的不和諧甚至驚恐。你能不能給我們一些建議，如何在適度地瞭解和不對創造負面現實做出貢獻之間找到一種平衡呢？保持對世界的事件的關注實際上是可取的嗎？或者你們會推薦一種『無知是福氣』的方式而僅僅迴避提及任何負面性和恐懼？你們可否再給我們一些保證— 服務自我的實體不會成功地奪走我們的自由？」

(*譯註: 網址為 <http://www.bring4th.org/>)

我們是 Q'uo，我們察覺你的問題，我們為它而感謝你。極化朝向服務自我的實體的工作重度地依賴於恐懼，的確是這樣的，因為恐懼和愛是無法共存的。吸引你的注意力的不是這一邊，就是另一邊。

首先回答你的問題的後面部分，我們向你們保證那條(惡)龍只剩下很短的時間。那些想要通過帝國來統治並奴役其他人為自己所利用的人，他們總是會有復辟

的期望。在所有你們的被記錄的歷史中，你已經看到了帝國興衰，甚至就在這個週期中 那些人的記憶裡，一個又一個的獨裁者歸於塵土，或至少從他的罪惡中撤退時，就會聽到偶像墜落的聲音。

暴政從未贏得人類的思想和心靈，它也不會成功。它能做的和它正在享受的是統治國家並在那些國家中製造恐懼的氣氛，就好像你在該詢問中已經注意到的一樣。

這樣的恐懼對靈性尋求者有什麼作用呢？在物質的層面上，那些反抗獨裁和暴政的人可能死去，或者被弄得非常不舒服。他們可以被關進監獄，可以被虐待。他們的心卻不會改變，他們的想法也不會改變。一般而言人類真實的日常生活是在這些暴政統治的雷達之下進行的。

因此，我們會建議，一個實體是否對每日新聞保持同步完全由他自己來決定。有一些實體對它並沒有巨大的好奇心，它對靈性上的健康和令人滿意的生活當然不是必需的。然而，有很多人，他們的性格確實希望去與正在發生的事情保持同步，我們發現，只要你記住你不是來這裡評判你所看到的事物，而是去愛你所看到的事物，就不會有任何的傷害。你看到的所有事物都是愛的某種變貌，妳待在這裡就是要反射愛進入你看見的東西。

因此，當你看到每日的新聞時，深深地凝視內在，請求洞見去辨別服務自我和服務他人的模式，這樣你就可以超越細節看入那些宏偉的樣式，它們活躍地和全球能量網絡一起流動。當你意識到兩種極性是如何工作以及它們是如何互補的時候，開放你的心去愛你所看見的東西，將愛送入那些困擾你的情境，當你看到那些為愛的卓越和勝利作見證的事情，為之歡慶吧；因為你將超越所有那些在[你們]外部世界中如此盛產的恐懼手段而看見。

現在請問是否有最後一個詢問？我們是 Q'uo。

G：那是一個漂亮的回答，Q'uo。最後一個問題來自印度的 K，他說，「我是一個在宗教的環境中長大的印度教徒。我屬於太一的變貌主要通過神聖的印度教人物奎師那(Sri Krishna)而體驗到的。我一直對這個人物很好奇，通過他我向太一奉獻了摯愛和磚頭[3]。我記得在 Ra 系列(叢書)中有一些問題設法弄清楚我們知道的基督的身份。我同樣地對於誰是真實的奎師那的問題感到著迷。」

「我對 Q'uo 的問題是這樣的：傳說中的人物奎師那，現在他是一個受到極大尊敬的印度教神明，他是誰？他的起源是什麼？如果他是真實的，關於一的法則，他的目標是什麼呢？」

我們是 Q'uo，我們瞭解你的問題，我的兄弟。那個被你稱之為奎師那的實體，就好像耶穌-基督一樣，是一個歷史人物。然而，你們的故事要遠比那些中東的故事古老的多 [中東地區創造了很多個基督，耶穌是其中一個] 。

你是要回到 9000 年前去尋找那個實體，奎師那？或者你接受雷同耶穌的故事，他穿上一件基督身分的斗篷而成爲基督。

更進一步，你能在你的衣服裡找到奎師那嗎？你穿上了奎師那身分的斗篷嗎？我們不會毫無理由地用近乎謎語的方式和你說話。有很多東西你需要在自己的內在發現，我們不會從你那裡拿走這個學習過程，我親愛的朋友。

我們爲這個詢問感謝你，我們與你一同在持續的冥想中歇息，你可以在任何你想望歇息並感覺被愛的時刻呼喚我們。因爲所有的實體都需要那種獲得愛和支持的鮮活感覺。

能向你提供這種感覺是(我們的)榮耀。

我們發現這個團隊和這個器皿的能量開始衰微，所以 此刻我們要離開這個器皿和這個團隊，我們在你們的美麗中歡慶，再一次感謝你們邀請我們加入這次的工作集會，我們在太一無限造物者的愛與光中離開你們。

Adonai。Adonai vasu。

原註

[1] 這個引用的上下文是這樣的：「Ra：接納自我、寬恕自我、意志的方向；這些是通往已修練人格的途徑。你們內在的意志機能是強有力的，如同共同創造者。你再怎麼強調這機能的重要也不爲過。因此，它必須被謹慎地使用，對於走正面途徑的人而言，需要將它導引到服務他人的方向。」

「當人格變得更加強有力的時候，使用意志有很大的危險，因爲它甚至可能以各種方式被潛意識地使用，從而降低該實體的極性。」

[2] 這個引用是耶穌基督在他被釘上十字架前的那個晚上在客西馬尼花園中的言語的改寫。這個引用的是，《聖經》《馬可福音》14:36，「他說，阿爸，父啊，在你凡事都能。求你將這杯撤去。然而不要照我的意思，但照禱的意思。」

[3] 當向 K 諮詢對他這個「brickbat」的解釋的時候，K 寫道，「brickbat 是一個非常直率的批評，它的意思來源於使用磚頭作為武器的類比。坦白的說，除了讚美和崇拜之外，我對無限造物者說了很多粗話。」

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

外部工作

Copyright © 2009 L/L Research

特別冥想

2009 年八月 4 日

Jim：今天傍晚的問題，Q'uo，與《活出一的法則-102：外部工作》有關，這是 Carla 正要開始工作的一本書。她想問你們是否有關於外部工作，外部的催化劑的任何的建議呢？那些外部催化劑是在我們經歷生活、日常活動、各種類型的體驗的過程中，我們每個人所經歷的，這些經歷都向我們提供了催化劑，我們很希望在處理轉化這些催化劑為經驗。

你能否給她任何適合考慮的靈性原則？沿著這些線索可以幫助她開始並繼續撰寫《活出一的法則》的第二冊。

（Carla 傳訊）

我們是你們知曉的 Q'uo 原則。在太一無限造物者的愛與光中歡迎你們，在為祂的服務中，我們今晚來到你們中間。一如既往，能被你們的團體呼喚是極大的榮幸，我們希望我們可以給 Carla 實體在外部工作的主題上提供一些想法，這些想法也許(日後)會證明是好的資源。

在我們開始之前，我們會請你們每一位聽到或者讀到這些言語的人使用他的分辨的能力，從我們所說的那些事情中拿取那些似乎有共鳴的部分，並將其他部分留在後面。這將使我們能夠提供我們的服務而又不會有侵犯你們的自由意志或者打擾你們的進程的節奏的可能性。我們感謝你們這方面的考慮。

我們欣賞這個器皿一絲不苟地設置她的意願，她的意願是，在這個工作集會中所有的概念來自於我們 而非來自這個器皿。更進一步，我們欣賞這個器皿不嘗試猜測我們會說什麼。這兩個因素都幫助我們能夠對這個主題進行論述，否則根本進行不下去，由於這個器皿也是發問者，當處於這樣的情境中的時候，傳訊資料被污染的可能性會更大一些。然而，在現在的情況下，我們感覺可以隨意地說我們能說的內容。我們感謝這個器皿用這些方式來照顧傳訊的過程 使其保持純淨而不被個人的觀念所稀釋。

這個器皿曾經好幾次向叫做 Mick[1]的實體表達她的感覺，她覺得在她有能力提

供有益的信息之前，她需要更深入地進入對外部生活的催化劑的沉思中。這是因為該器皿有個畢生的習慣，即在任何的情境中首先注意它形而上學的面向，其次才是去注意實際的情況，也就是說，即將到來的催化劑的情況。

若一個人希望保持持久而穩固的形而上調音；希望成為平安、愛、喜悅、感恩與慈悲的可靠、值得信賴的通道，這種思考方式是非常有幫助的。

然而，對於這個特殊的器血管用的東西卻與這個器皿說的「地面上」的情境很少關聯，這個器皿打算去寫的那本書全部都是關於那些發生在地面上的事情，發生在接踵而來的催化劑的濃稠部分。

我們甚至會對這個器皿說，她有一種對看起來發生在外部世界的物質性事件和情況不夠尊重或未給予充分關注的傾向。這是由於這個器皿的壓倒性的傾向，她自動地根據諸如鍾愛、傾聽等等與靈性原則有關的樣式來重新配置那些進入她的五官的事物。

再一次，如果這個器皿是在寫關於內在工作的內容，這些價值觀念是可以被談到的極好的事情。然而，這裡的努力卻是去寫關於好比婚姻、子女、父母以及關係中的困境等等的人生之核心體驗。

我們鼓勵這個器皿放下她關於外部催化劑的那些先入之見，當催化劑進入到察覺的範圍時，做為一個人，停止讓觀察的機能壓倒對催化劑的直接與瞬間的敏銳反應。走出一個實體的個人偏向不是一件容易的事情。然而，為了彌補覆蓋在這個器皿的物質性催化劑之上的重度形而上的靈光，需要做的就是：讓開。

帶著創造力和想像力進入那些強烈的情感中，進入那些尖銳的痛苦中，進入一個被外部催化劑淹沒的人的無助裡頭。那些希望去讀一本涉及婚姻、子女、父母、工作等等議題的書的實體，他們都有深入的、沒有被回答的問題。在催化劑的衝擊面前他們感覺失去了控制，我的姐妹，他們大部分沒有你的天賦，而你的天賦如此深入地根植於你之中 以致於你甚至沒有察覺到它，你能夠將物質性催化劑的細節引入到一個強調形而上面向的模式中，而這些面向正是被一種特定模式的外部催化劑所強調的。

這個器皿在今天的稍早時候曾寫到關於健康土壤的問題。她讀到了一本叫做《從土壤到胃部》書，作者是一位叫做潘妮的實體[2]，這本書說到當一個人躺下來，躺到地面上，一個人會看到所有生命的種類，它們是一個人站立與步行穿過草地時無法看到的。

當一個人將手伸入土壤去為一座花園除草時，他看到蠕蟲、甲蟲、蛭蟪以及形形色色的微小的爬行生物，它們中有一些在外表上是異乎尋常的，有如此多的生物在地面上爬行以致於這個器皿寫道，它們就好像在舉行一場派對。這是一個非常忙碌，非常活躍的環境，就是那些甲蟲、蛭蟪、微生物創造了有益、健康的土壤，使得種子能夠長成健康茁壯的植物接著提供有良好營養的果實。

正是用這樣的方法，在寫到外部催化劑的時候，必須降低你的高度並接近地面。因為只有當你對你能感受到的最沉重和最陰暗的情緒跪下來的時候，你才能夠開始創造途徑 進入並理解收到外部催化劑的經驗。

我的姐妹，誘惑在於你可能在進行的同時去解決各個催化劑，然而那是本末倒置的。進入到一個正在處理人際關係或處理工作困難的人的苦痛中，或者進入任何你希望去探討的若干主題。就這個工作的完整性而言，你從一個觀察者移動到經驗者，這是核心的過程，同時允許這些催化劑帶著你們地球人常見的那種力量與功率進入你裡面。

我的姐妹，在此刻我們會提供給你們的原則是：與身體合一、與大地合一、與沉重的催化劑[沒有被智慧、一種遠見感或更廣闊的視野所稀釋或緩解]合一。

我的姐妹，你已承受過你所需要討論的每一種催化劑。的確，在你自己的生活中，你已經有對這些催化劑的完整和強烈的體驗了。但是，我的姐妹，進入這些經驗中未經刪減與未經加工的情緒，對於你是很困難的，因為就好像我們說過的，你的天生的與固有的天賦就是帶著你的意願和存在的每一根纖維移動到更高的位置上。

這種心智轉向的優點是顯而易見的。缺點卻不是那麼明顯，因為在如此快速地将外部催化劑進行再創造並變成能被一個靈性尋求者觀察到的催化劑的過程中，那種未經思考的情緒化反應的明亮強度已經被刪除了。

這些情緒對你感覺起來就好像你處在一個會讓你感覺到幽閉恐懼症的封閉場所。於是你打破了直接經驗的劇烈痛苦的封閉。如我們說過的，在你這邊的這種偏好有很多優點。它允許你用可以各種產生服務他人的結果的方式來穿越你的人生。然而，也包含了一種損失，我們要請你去探究那種損失。

有一些人會從[G 實體在這次會議之前的討論中所稱的]「心智的臨在」的層面發揮作用，那些人已經在能夠充分使用物質界人生的方面取得了不可估量的進展。然而，容我們說，對於一個幾乎在經驗發生之前就會創造出這種心智的臨在的人，會有一種現實感的損失。這就好像通過你恆常的形而上的立場，你對生命所產

生的察覺會有一種夢的特質。

我們並不是說你沒有你的完整性。我們是說你無法在那個距離上對在物質世界中擊打一個肉身存有的催化劑進行寫作，你也無法與在處理外部催化劑的過程中尋求幫助的那些實體建立聯繫。

我的姐妹，你要求自己去做的工作並不在你的舒適區之內。你的舒適區是將生命視為一場清醒的夢、一個幻象，進而寫出各種解決方案。光是想到要跳入那種受苦的經驗[由一個自殺性的、憤怒、絕望、無助或無望的人所承受]，你就有一種輕微的厭惡感。

因此，我們會請你去調查那些未加工的與未被馴服的感覺，儘管它會使你不舒服。只有從個人的經驗上，你才能打開這份禮物[屬於靈性與妳與生俱來的能力]，和那些受苦的人連結。

你喜歡想像耶穌實體正在進行教導或他被高舉進入雲海並揚升。你不喜歡想像他在客西馬尼(Gethsemane)花園中流汗流血的樣子。當你準備(寫作)時，花些時間待在那個花園。

一如既往，我的姐妹，在你每一次準備去寫作時，我們非常鼓勵你祈禱並請求幫助。就好像你為通靈準備一樣地為你自己調音，設置你的意願並將你自己完全徹底地奉獻給你希望提供的服務。然後，當你已經做好準備的時候，帶著信心前進吧，一步一腳印，它必將帶領著你到達你的目標。

我的姐妹，我們同樣推薦，在你寫這本書的過程中 可以嘗試走到外面，進入大自然的世界，即使只是坐在你的門廊上感受一下微風。感覺大地中的你的本質是重要的。去感覺你與**地球**的子宮連接，感覺你自己是完全具體化的，這是有益的，這也會幫助你進入人類的狀況中。

幫助就在那裡。禮物就在那裡，然而，為了讓你自己成為那些受苦之人的一個真實可靠的聲音，你得要努力工作了。

我們現在將從這個主題轉到在場的人們心智中也許會出現的任何問題上。現在是否有另一個問題？我們是 Q'uo。

G：Q'uo，我有一個問題。當顯意識的注意力被帶入更高的能量中心時，當進入更穩定、更聚焦、更安靜、更微妙的意識的狀態時，在身體的呼吸模式會受到怎樣的影響？

我們是 Q'uo，我們瞭解你的問題，我的兄弟。我們會說，我的兄弟，當一個人找到途徑進入更高的意識狀態時，他的呼吸的趨勢是，呼吸在身體內的起點會越來越低，於是當一個人更加進入完整意識的狀態時，他在吸氣時不僅僅是通過肺部的頂端或者甚至通過整個肺部，而是向下深入到從紅色脈輪地吸氣，這樣當呼氣時，他的胃部甚至會發生移動。思想的狀態越發的平靜，呼吸也就越深。

然而，它卻不是某個必須要實現的目標，雖然深度呼吸，感覺吸氣一路向下進入到腹部，呼氣從腹部一路向上是有價值的，在這種呼吸總有一種微妙的物質層面和形而上層面的相互作用。就好像當你微笑時你改變了你身體的化學作用，所以當你加深你的呼吸時，就改變了你的肉體載具的感覺基調。

我們能進一步的回答你嗎？我們是 Q'uo。

G：非常感謝你 Q'uo。如果呼吸循環的頻率的減少，也許甚至會導致呼吸的中止，這表明了什麼呢？

我們是 Q'uo，我們瞭解你的問題，我的兄弟。那個停止的時刻，當氣息被呼出而不需要立即進行另一次呼吸的時刻，是一個離開物質性存在的假期。它是進入無時性、無限、永恆的一個入口。那停止並不是徹底的，在那停止中，心臟仍在跳動，脈動流過身體。但是，當那停止發生時，無論是自然地或者是通過瑜伽訓練，它是一個體驗無時性的機會。當不再需要吸入或者呼出時，有一種極大的平靜和釋放，對一個體驗到呼吸停止的嚴肅尋求者，即使它發生在一瞬間，它仍是一個珍貴和有幫助的資源。

事實上，呼吸是一種榮耀，因為生命就在呼吸之中，在呼吸之間的意識的停頓中，同樣也有一種光輝。

我們能進一步的回答你嗎，我的兄弟？我們是 Q'uo。

G：不用了，謝謝你，Q'uo。

現在請問還有另一個問題嗎？

（沒有進一步的詢問）

我們是 Q'uo，我們再一次與這個器皿同在。因為看起來我們已經用盡了這個團

體此刻的問題了，我們再一次被呼喚參予這次的工作集會感到快樂並為此感謝你們。我們為你們的美麗和對於服務的渴望的真誠而感謝你們。能與你們談話是一種榮耀。我們在太一無限造物者的愛與光中離開你們。我們是你們知曉的 Q'uo 原則。

Adonai 。 Adonai vasu borragus 。

延伸閱讀

活出一的法則(首部曲)- 博客來書店介紹

<http://tinyurl.com/274pnhw>

原註

[1] Mick 是 Carla 對她的丈夫 Jim McCarty 的暱稱。

[2] Penny Kelly, N.D., 《從泥土到胃部，理解地球與你的健康之間的連接》勞頓，密歇根州，百台山出版社，2001 年。(原文書名: From the Soil to the Stomach; Understanding the Connection between the Earth and Your Health)

Translated by T.S.

(V)2013 Reviewed by cT.

Gary 的難題

關注自我與服務他人

Copyright © 2002 L/L Research

特別冥想

2002 年六月 14 日

(編註: 在 Gary- L/L 研究中心的秘書的同意下, 本文全部使用他的真實名稱, 而非字母縮寫。)

發問者：我在很多的時間都在坦率地流露愛這方面感覺到困難。我對我內在的愛創造了什麼阻礙物呢？我在什麼位置是如何妨礙了無限能量到達我的心輪？我能夠做什麼來更多地愛我的家庭並接納我的家庭呢？是否有任何事情是我能夠做的以便於我可以將治癒帶到這個家庭需要的地方，尤其是我的父親？看起來 我卡在涉及橙色光芒的方面，我一直將我的焦點放在自己身上。我能夠做什麼來充分地完成自己的種種過程 好讓我可以將焦點放在外部並實際地工作去服務他人？

(Carla 傳訊)

我們是你們知曉的 Q'uo 原則，我們在太一無限造物者的愛與光中向你們致意，在祂的服務中，我們來到你們中間。你們為我們創造了這個機會，好讓我們通過這個器皿與你們進行溝通交流，我們為此感謝你們。加入你們的冥想真的是一種極大的祝福，我們感謝你們每一位將生活中的關注放在一邊以便於形成一個尋求的圈子。當我們加入你們的行星的內在層面時，能夠分享你們每一位的振動的美麗並能夠在我們希望去服務的時候進行服務，這對我們是一種極大的祝福。因為被要求在諸如愛及愛的增長之類的主題上發言就是我們所希望提供的服務，因此我們對這個機會表達一種感激的謝意，我們很高興與你們分享我們謙卑的想法，一如既往 我們請你們每一位從我們所提供的那些想法中選擇看起來有效用的想法並毫不猶豫地將其他部分扔掉。

當我們來到愛的主題時，我們發現，你們的夜空中有多少星星 就有一樣多的方式來處理這個主題，不過 每一顆星星的能量的核心都位於單一偉大的原初思想之中，就是那個原初思想創造了一切萬有。Gary 實體分享的不適與緊張的表達對於那些居住在你們的星球上的人們 是很常見的一種表達。

一個反諷的事實：一個實體在從行星的夢境覺醒之前，他的心智就形而上的意

義而言 是非常有效地沉睡著，因此，由於察覺並充分地意識到一個人周圍的情況而產生的不適被共識真相的夢境消音了。

反之，當覺醒發生的時候，該實體明顯地發現，共識真相實際上是一個具有俗麗外表的幻象，只有非常少的實際內容，在此之前的舒適睡眠 變成一種太過敏感的覺察，於是看見表面上的裂縫橫互在形而上意義上的真相與日常生活的雜務、責任、[容我們說]身處人類狀況中的榮耀之間。

在過去 該實體可以不發問，就只簡單地服從那些建議，關於什麼東西是有價值的、什麼東西是沒有價值的、什麼是好的、什麼是不好的。相較而言，當一個人的覺醒發生的時候，他會開始覺察到他的痛苦狀態，以及 在識別他的本性、目標、服務與前方道路上的困難。

生活在目光的凝視下展開，日子被那缺乏真實意義和活力能量的事物所填滿。在這種情況中 有一種希望，一種呼喚，那即是愛的呼喚。

因為愛不僅僅在該存有的內在呼喚，它也從那個存有的周圍呼喚並從她身上散發出來。有一種希望：經由自我的行動不斷倍增外在世界中 現存的愛，接著 靈魂開始想知道，是否它將會穿過那條蜿蜒的道路的所有曲折和變化 而找到那條表面上神秘的道路，那條道路在當一個人沉睡時 看起來如此筆直的，而現在卻通向一個越來越錯綜複雜且表面上混亂的轉彎、盤繞和死胡同的模式。

許多靈魂獨自坐在這條蜿蜒的道路的邊緣上的一顆石頭上，感覺到如沙漠一樣的乾旱，他們深切地渴望陪伴，他們渴慕真實的目標。這就是一個人處於沙漠的感覺：在乾旱時期中 逐漸醒來並找到他的方位。經常看起來 似乎這條道路真的會永遠這樣繼續下去 而無法從每一天的景色的細枝末節中或心對於更大和更豐富的环境之熱望中 解脫。

我們在今晚帶來了一條簡單的信息來到這個團體，這條信息就是：這個乾旱的、貧瘠、困難和不適的經驗就如同自我和世界的外殼或者果殼一樣，這個世界是充滿了活力的，它被實質、意義所塞滿並填滿，它遍佈著服務於自我、造物者、自我周圍之世界的機會。然而，那如此開放且如此警覺的眼睛怎麼會在這巨大的經驗的沙漠之中錯過豐盛和舒適的綠洲呢？

我們願與你們每一位一起，在時間和心智中向後退，回到一個在出生前、進入[這個你們稱之為]第三密度的幻象之前的位置。你們每個人都經歷過一個規劃的過程同時虔誠而深思熟慮地選擇人際關係，這個過程將在產生催化劑的模式上起作用，那些催化劑的模式將會讓自我用非常精確且故意的方式從事特定的 與愛相關的關鍵課程、學習如何去愛、如何接受別人的愛、學習如何進行真實的服務以及如何接受別人向你提供的服務。在那種非常支持性的指導和計劃的環境中休息，凝視著前方的投生，容我們說，你們每個人都感覺到相當地有信心你們在即將到來的這輩子 不會忘記你的目的、你的夢想、你的目標以及你對學習和服務的渴望。從遺忘的面紗之外的視角看，即將到來的人生真的看起來就好像

是令人愉快的，而且是太過短暫的一次體驗。如這個器皿已經表述過的一樣，每個人都認為這次投生將是有趣的。接下來，那種視角在完全進入第三密度的匆忙中，在開始吸入和呼出的匆忙中，在體驗肉體載具的局限性之匆忙中被丟失了，你的肉體載具必須被餵養和穿衣服、在睡眠和休息中被安慰以便於它可以存活下來，更不用說進行服務了。

Gary 實體想知道為什麼此刻 他大部分的想法和關注圍繞著自我和人際關係。然而 我們要說 在每一個實體的人生體驗中 有一種持續不斷和永不停息的對自我的本性以及在一個人周圍的[那些在先前已經被如此小心謹慎地選擇的]人際關係進行探究的需要。

在每一次的人生體驗中，無論先前對這次體驗將會是怎樣令人愉快的期待是什麼樣的，該幻象本身會創造一種極其有效的 被經驗的海洋完全淹沒的感覺。波浪一波高過一波，在表面上經常是沒有韻律或者沒有理由的，而當一個人被衝到了這個群島中的一個海灘上的時候，那個海灘很可能是由混亂和未被回答的問題所創造的。我們僅僅能夠向你們每一位建議：這恰恰就是在投生前 你渴望去待的位置。小心謹慎地、勤奮好學地，帶著對自我的極大的愛與慈悲，你們每個人都計劃了這個進入表面上的瘋狂與混亂之降落。不是去懲罰你自己，而是給你自己在身體、心智中迷失的機會，沉浸在這個(人生)拼圖中 完全地易受傷害、完全地盲目，這個拼圖是永遠無法被完全解決的，而且它不斷在轉圈圈，如此 一旦拼圖用一種方式被解決了，拼圖的碎片會被拋到空中並落下來形成一個新的模式、一個新的迷宮、一個新的拼圖以便於人生的課程可以被再一次查看，接著再一次，然後又再一次。再一次，不是懲罰而是提供一個持續性的課堂，在其中自我開始知曉自我，開始知曉自我的心智(mind)和心靈(heart)，在那條愛與光的蜿蜒道路上進入一種新的平衡 並終於開始精煉自我。因為對於平衡的需要，這是在投生前你已經做出的判斷，恰恰就是這些課程與這些人際關係將給與靈魂一個豐富而各色各樣(精神)食糧，這些食糧即是要去做出選擇、解決各種謎題以及打開那些內在被選擇的大門的鑰匙。

對於那個導致了心智過多的關注並導致心靈在自我的那些棘手的問題中休息的情境，Gary 實體擔心在那個情境之中有一種自私性，然而，我們會說，這種擔心恰恰就是需要出現在年輕個體的頭腦中，的確，這個發現自我的核心的過程以一種週期性的方式在整个人生過程中規律地重複出現。

期待它被完成是毫無意義的，那是一個虛榮而膚淺的希望，那個希望與內在的靈魂是無關的。沒有一種課程可以讓一個人可以學習 接著結束了。毋寧說，因為只要這次的人生持續下去，就會有一種機會將一個人自己放置在[這個器皿所稱的]精煉的火焰中，允許靈魂一次又一次地在人生的蒸餾室中被蒸餾，這樣每一次循環經過了一輪的催化劑、經驗和學習之後，靈魂就會更多地為它自己所知曉，可以更多地為顯意識的心智所使用，一個人就會對於喜悅和悲傷更加的開

放與無懼，更加地不去防衛，在苦難之中更加的舒適，在快樂的時光中也是一樣。

在這種經驗的循環之中，在自我的最中心之處存在著愛的原初思想，它與從夜空的每一顆星辰中閃耀出來的愛是相同的。

每一個在肉身之中的靈魂同樣也是一顆星星。每一個在混淆的海洋中將要淹死的人同樣也是一位大師。然而，目標不是去憶起大師身份，而是開始感覺到沒有必要去理解。這個混淆的海洋的目標是去推動注意力最終從對邏輯、心智和智力的知見之信賴，進入心中，並最終釋放對生命經驗有任何特定意義的需要，以及創造那種無懼的能量狀態，最終能夠說：「我知道我不理解，然而，我知道我生活在一個完全有意義的世界中。我知道我不理解那個計劃，然而我毫不懷疑地知道有一個計劃。我知道我永遠無法理解我正在做什麼事情，但是我已經瞭解我不會犯錯。」然後，內在的靈魂終於自由地踏出[這個器皿所稱的]信心之飛躍，在那個位置，從形而上的方式來看 生命的意義和道理僅僅是當躍入半空之中的時候才會開始出現。(這個靈魂)拋棄了對道理和邏輯上整齊俐落的需求，轉而支持對那在半空中出現支撐點的完全信任。

也許你們每個人都看過郊狼追逐著走鵝衝入半空中的卡通片。最後，郊狼往下看並意識到它已經跑到懸崖外面了，一旦它意識到自己僅僅在空中奔跑，它就會像一個石頭一樣地掉下去並砸入下方的地面上。這就是人類的情況了，然而，當內在的靈性有可能不再向下看的時候，每個人都將發現半空中是一個非常堅實的支撐物。在你們的神聖著作中是這樣寫的，在加利利海的黑暗夜晚中，名為耶穌的實體在水上行走，當那些在一艘小船中的人們看到這個實體在水上行走時，在小船中的一個人動身加入他摯愛的老師，他同樣在水上行走了，一直到他意會到這就是他正在做的事情的時候，當顯意識接管的時候，信心丟失了，耶穌實體不得不伸出他的手，當他們的手相遇的時候，叫做彼得^的實體再一次能夠駕馭水，於是能夠安全地返回到他的小船。

日常生活非常像這艘小小的漁船。顯意識心智清楚地知道需要什麼東西。一種支撐物是需要的，好讓一個人不會淹水，然而，對於內在的靈魂，在水面上行走是完全有可能的，或甚至進入水中 在水裡呼吸就好像它是空氣一樣。因為內在的靈魂是永恆的一個公民，它不被那些似乎限制人類身體的事物所限制，而你們每個人現在都是從人體的內在體驗生命。對於外部的心智，一切事物都是這個或那個細節，對於內在的靈性，它是統一的經驗。水流入空氣中，流入石頭中，流入火焰中。一切事物都在質變和改變，又用一種有節奏且音樂性的方式保持和諧與連接。有一種和諧和舞蹈隱藏在每日生活的皺褶之中。

Jim 實體假設他正操縱著大型機械割草，而在形而上的意義上，這個實體正在

將他的能量存有融入那些草地、灌木、樹木和微風的自然靈，整個環境正散發著他的能量、牧草能量以及空氣能量的氣味的芬芳，所有這些能量混合在一起創造出了一種愛與喜悅的模式，那些自然靈與他的能量就以這一種方式一同舞蹈。Gary 實體曾體驗過大型機械叉車、笨重的箱子與負載，它們無止境地在倉庫中被來回移動，然而，在實相中，這個實體也在舞蹈，和木頭、灰塵、空氣、光一同跳舞，以一種和諧、有愛而喜悅的方式，氛圍被永遠的改變了。因為在形而上的世界中沒有邊界，那些從外向內看似乎非常卑微且非常平常的事物實際上單純地就是一種愛的方式，一種分享自我的方式。因此，沒有一種工作比另一種工作更好；也沒有一種服務比另一種服務更適當，然而，毋寧說，僅僅在那一個當下，在其中 所有被需要的事物都在那兒，所有需要你的實體都可被你接觸並通過你的存在受到祝福。

一個人如何找到這個內在的存在？肯定會有一些時期，在這其中 該實體幾乎被對自己的關心所淹沒 這是合適的。這個實體之前曾經談到臨界質量的概念，這就彷彿在逐漸覺醒的存有中，臨界質量的時間來臨了，在那時，過去的事物必須被放在一邊，即將發生的事物必須被拿起來， Gary 實體此刻正在體驗的 就是這樣一個季節，的確，每一個在場的人碰巧也在學習經驗的週期中經驗一個(臨界)點，在這裡 一個人得放掉舊的事物，同時不情願地或滿腔熱情地擁抱那似乎非常新穎的事物。這樣的時刻是一個人必須進入內在的時刻，對於一個希望去服務他人的人，這也許是更加適合的，然而，也許我們可以給你們電燈泡的模型，電燈泡給他人帶來光明僅僅因為它被適當地與能量來源連接起來，並用這樣一種照明設備的燈絲被啟動的方式將能源展現出來。一個實體並非單純地旨在服務他人。有一種服務的內在迴路，這是完全合適的，這個迴路不僅僅需要被創造，它同樣需要被維護，這樣內在的自我的燈絲是完整的、完美的、沒有阻塞的，它就可以憑藉太一無限造物者的愛與光而發光。無論多少能量從這樣一個燈中被展現並散發出來，燈本身需要保持足夠的能量這樣它才能繼續作為一個燈而服務。容我們說，這個內在的力量的迴路是被一個看到了自我內在的價值並承認它是真正值得的事物的自我所餵養的。每一個人都能夠看到為自我保留一些能量是完全合適的嗎？這個器皿經常談到對能量成為透明的…

(錄音帶換面)

…然而一直到這個器皿適當地被授予力量之前，它無法成為一個燈塔，它無法履行那些它已經打算進行的服務，而這個器皿就是為了履行那些服務而呼吸的。

那位於內在的愛在所有場所和情境中，全時間地等待著。永遠不會有一個時刻這種愛不在自我的心中安靜地歇息並炙熱地發光。造物者的愛居住在心之中，正是在自我的擔心中，自我經常會引領一個人離開與自我的連接，向外尋求其

他地方的光和指導來源，因此我們提供一個建議完成這個訊息的開始部分，那個建議就是，對於每一個實體，通過對靜默的使用和在信任中休息，有一個非常適宜的進入自我的方式。它是如釋放呼吸與抗爭的能量一樣簡單的事情，因此，深深地吸入和呼出，它不是緊張的呼吸，而是對空氣中為身體和靈性充能的賦予生命的養分渴求的呼吸。吸入平靜並呼出緊張，吸入光並呼出疲倦，這是可能的。這種內在工作的關鍵一直是靜默。我們會鼓勵 Gary 實體對那一直以無限的供給從萬物源頭流出的無限愛與光進行深呼吸。你們有對愛的渴望，而愛早已在場。你們有對服務的渴望，然而 藉由存在之美，每個人早已服務。

此刻 我們要將這個通訊轉移到 Jim 實體 以便於 Gary 實體可以詢問他在此刻希望提出的任何進一步的問題。我們感謝這個器皿的服務，我們在愛與光中離開這個器皿並在此刻轉移這個通訊。我們是你們知曉的 Q'uo。

（Jim 傳訊）

我是 Q'uo，再一次 通過這個器皿在愛與光中向各位致意。在此刻我們很榮幸給出自己。我們嘗試回答 Gary 實體可能向我們提出的任何進一步的 較簡短的問題。現在有另一個問題嗎？

G：是的，有問題。現在我已經有數年時間感到難以忍受的疲倦。在某些日子我簡直可以感到我的生命力從我身上被吸走了，我無法找到那種生命原力，我最近已經開始懷疑這是一種被稱為念珠菌病的感染。你們能夠告訴我這種疲倦的原因，或者告訴我一種我可以用來讓自己從這種情況中緩解的方法和一些我可以找到那種內在的生命能量的方法？

我是 Q'uo，覺察你的詢問，我的兄弟。在不侵犯自由意志的情況下 我們發現有些信息是我們可以分享的，然而，有一種冒犯的邊界是我們必須服從的，因為在這裡有催化劑，它對於你在此刻的靈性成長是有用處的。

自我站在一個突出的峭壁上 讓自己做好準備進行一次信心的飛躍進入你的命運之中，這樣的視角就是你處理的基本情況。有種對於那等待著你的冒險的渴望與期待，因為你在這次投生前已經為這輩子創造的模式就是靈魂的命運了，而你感覺到這種模式現在做好準備在你面前展開成為標誌物、路標和偉大的工作的開始了。當一個人考慮靈性上的悖論本性時，這種期待和疲倦的雙重感覺就不會那麼令人吃驚了。當一個人預先知道有一個偉大的工作要去完成，如果用日常生活以及這個密度的幻象的眼睛去看這個工作並將前方的工作的額度轉變為普通的術語，這會讓一個人感覺到一種巨大的負擔和一種壓在靈魂上的極大重量，而這種負擔會在肉體載具、情緒載具和心智載具中將自身表達出來，在

靈性載具上同樣會用一種較小的程度表達出來。

如果你選擇去將你存在的內部的這種能量配置視為這個或那個疾病，並決定你應該治療疾病，甚至是從一個淺薄的意義上治療疾病，同時包括對治療的其他詮釋與應用的層次，那麼，這樣做是好的，利用各種你可以獲得的治療手段來作為通過你的載具的完整能量流清理出一條路徑的方式。

因此，這種特殊的催化劑可以在先前提過的任何層次或所有層次上被利用來提高對你的需要的個人理解，該需要即是做出一個選擇，進行一次飛躍，開始一場旅程，用各種對你可能的的方式進行服務，學會你要去學習的東西，給予並接受你感覺到在你存在的裡內等待著被釋放的愛。這是一個你可以在各種層次上做出的選擇，它是你開始一個偉大工作的鑰匙。

有進一步的問題嗎，我的兄弟？

G：是的，我有很多重複發生在校園中的夢境，夢見忘記了家庭作業，沒有去上課，錯過了截止日期… 同樣也夢見在我所在學校樂團中練習 而我在演奏基本的歌曲上遇到困難。你們能否給予我任何洞見，關於這些夢境在嘗試告訴我什麼事情？

我是 Q'uo，我覺察你的問題，我的兄弟。我們將再一次對你引用我們之前的答覆的開頭部分，在其中 我們建議 這是一個視角的問題。在這個情況中的這個視角即是，在過去 你對各種各樣的機會和挑戰已經做出的回應，你對自己的觀點以及你是如何感覺的 而這些機會和挑戰在這個幻象中 同樣在你自己的靈性旅程上對你自己的成長是有意義的。這樣一個視角可以被增強，藉由 將自己視為**造物者**，視為一個共同**造物者**參予你在此生中所有體驗的事物。

有進一步的問題嗎，我的兄弟？

G：是的，依照一個靈性上的局外人的定義，我是一個流浪者。我想知道你能否回答我，我的靈體是否原生於這個行星。

我是 Q'uo，我理解了你的問題，我的兄弟，在這個例子中 我們可以回應，我們認為 你屬於另一個行星的起源，你屬於另一個密度的起源，的確，你就是被這個團體稱之為**流浪者**的實體，你在這個星球上有一個要去完成的任務，你現在正在尋找那個任務的本質與核心。

有進一步的問題嗎，我的兄弟？

G：是的，我現在有相當長的一段時間沒有體驗與一個女性之間有愛的人際關係，我想知道是否我，我不知道，注定要有一次這樣的關係，而她…會在哪裡呢，那個人在哪裡呢，是否有這樣一件事是等著我的？我將會體驗類似那樣的事情嗎？

我是 Q'uo，覺察你的詢問，我的兄弟。啊哈，這個傢伙想在主菜之前吃甜點。在你真的找到這個在你的旅程上的友伴之前，我的兄弟，在你面前有大量的工作，因為那些具備流浪者屬性的人經常會在一段特定的時間中非常孤獨，在這段時間中他們會發現他們希望去在其上旅行的旅程和道路的核心。當雙腳堅定地踏上這條道路的時候，那麼 也許有一天 你將會注意到另一雙腳親密地走在你身邊。

有另一個問題嗎，我的兄弟。

G：是的，如果你需要一個描述，我將給你描述，但是我相信你能夠從某種意義上讀取我的心智。我在六月 11 日的凌晨兩點 經歷的是什麼呢？

我是 Q'uo，我覺察你的詢問，我的兄弟。我們通常不傾向於對於沒有被說出來的事物發言，然而，在這個情況中我們可以清楚地建議，這是一個指示器，一個啓蒙的經驗，在即將到來的日子裡，它將會在生命模式中進一步地重複和排列。

有另一個問題嗎，我的兄弟？

G：感謝你們給與我提出我的問題的所有的這些機會。當我能夠去冥想的時候，當我不是非常疲倦的時候，我覺得自己似乎位於我的腦袋的一邊 或者我的能量不知怎麼地被扭曲了。我是歪曲的，我被扭彎了。你們可否向我提供某種解釋，關於正在發生什麼事情？

我是 Q'uo，覺察你的問題，我的兄弟。當你內在的敏感性對於在你內在正在產生的形而上經驗變得更加敏感時，這些內在感官將開始察覺到這些更精細的能量穿越你的脈輪系統時是流動或阻塞的。的確，當你感覺到自己扭曲朝一個方向或另一個方向時，這是一種對在你的形而上或時間/空間中的存在之中 能量目前是如何配置的一種相當準確的感知。這些能量是那些在你尋求你的旅程的中心之際 你現在開始與之工作的能量。平衡它們的機會將在每一天的日常活動中來到你身上，因為你被給予機會來表達對[喚醒了這些配置的]催化劑的各種層次的回應。因此，我們推薦你保持耐心並堅持不懈，每天工作那些被賜與你的東

西。

有最後的問題嗎，我的兄弟？

G：在我母親的——如果這個問題不會太長了以致於無法回答的話——在我的家庭 我母親那一邊有一場盛大的家庭聚會，我母親不和她的六個兄弟姐妹說話，我已經努力去尋找各種彌補關係的方式 卻沒有完成那個工作。我知道，我猜想任何事物都是可以被治癒的，可能性是無限的，但是治癒能夠在那個家庭中在那種情況中發生，你們覺得這是有可能的嗎，如果是這樣的，我能做什麼嗎？

我是 Q'uo，覺察你的詢問，我的兄弟。的確，總會有療癒的機會，然而在這個情況中，那些涉及到失去愛並尋求愛的許多人 缺少這樣做的渴望，對於這些與你密切相關的一些人，也許仍然需要有一個進行內在反思的時間，甚至是在潛意識層面上的沉思，在這個過程中你的部分可以單純地如你所是地提供自己，在每一刻之中保持自發性，讓你感覺到的愛與供奉來指引你，而不執著於任何特定的結果。換句話說，盡你所能地照耀你的愛之光 並讓它所產生的結果如其所是。在其自身的平衡中 它是完美的，儘管在其顯化中，它是神秘的。

此刻 我們感謝在場的每一位，爲了你們做出那些必要的犧牲來加入這個尋求圈，也爲了你們邀請我們加入到你們今天的尋求過程。

此刻 每一個朝聖的真理尋求者走在那條落滿灰塵的道路上，在偉大的選擇密度中旅行；我們一直對加入你們至爲感激。我們提醒各位 我們只是你們的兄弟姐妹，我們在這條相同的道路上也許尋求得遠一點，我們做爲過來人 已經歷過你們現在經歷的事物 並希望對你們有所服務 而向你們提供我們的觀點。請拿走我們的言語和想法中 那些對你展現出真理的部分，並將所有其他沒有對你展現出那種真理的內容都丟掉，因爲我們不願意成爲你們道路上的絆腳石。請了悟到你們走的每一步都是被完美地計劃，如果它不是在這個經驗層次上被計劃，那麼它就是在投胎前的層次上被計劃的，在投生前的層次上預期到極大的經驗範圍，它就是在這個幻象中 你的體驗了，你的內在擁有以一種成功的處理程序來面對每一個催化劑的能力以及將那些課程混合爲你的生命經驗的宏偉織錦的能力。請知曉有一些無形的實體正與你們一起前進並幫助、指引、教導你們。最後我們推薦每一位 每天爲所有的經驗對太一造物者獻上讚美與感恩，無論那經驗是被理解的、令人困惑或令人心煩意亂的。因爲一切事物都是學習愛之心的一個偉大機會。

我們是你們知曉的 Q'uo。此刻 我們將離開這個器皿和團體。我們在太一無限造物者的愛與光中離開你們每一位。Adonai，我的朋友們。Adonai。

愛與光早期資料 #46

Copyright © 2005 L/L Research

譯者聲明: 這份資料來自於美國愛/光研究中心(L/L Research).

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編.

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊, 請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

週日冥想

1974 年五月 19 日

(Carla 傳訊)

我是 Hatonn。摯愛的兄弟姐妹們, 我在無限造物者的愛與光中歡迎你們。我是你們認識的 Hatonn。我目前位於你們的上空, 距離很遠、很遠, 我坐在飛行器裡面。朋友們, 我們來到這裡協助你們達成你們尋求的目標。今天傍晚和這個團體同在是我們很大、很大的榮幸; 我們歡迎你們每一位。

我們覺察你們的腦海中有些疑問, 因此我們的開場白不會太長。無論如何, 我們想要講幾句關於服務的東西, 我的朋友。

你們每一位做了許多嘗試去服務他人, 其成功的程度超過你們的知曉。簡單地轉動自我, 從尋求刺激轉為尋求服務, 如此給予尋求者他所尋求的能力。

朋友們, 如果你想要改善和擴展你的服務, 我們只能建議你轉向內在, 遠離所有的刺激。你的外在沒有真正的力量, 任何你能夠藉由肉體嗅聞、品嚐、體驗的東西都不能造成傷害或給予協助。你所尋求的力量屬於無限造物者的愛與光之實相。走向內在, 我的朋友。冥想, 尋求你渴望的, 它將來到你身邊。

此時, 我想要轉移這個通訊到另一個器皿那兒。我是 Hatonn。

(H 傳訊)

我現在和這個器皿同在, 我剛才說到服務。我們覺察在座各位對服務的渴望, 這是個真實和值得的渴望, 我們找不到比這更偉大的渴望。我們經常說, 任何實體

提供給另一個實體的服務也是對他自身的服務。因為我們領會宇宙造物只是一，這個造物是愛，也是**造物主**的顯化。在它之內沒有分離，所以，任何提供給這個造物或其中任何部分的服務也就是給自己的服務。

我覺察在座有些人第一次參加我們的通訊，我們也覺察到他們偉大的服務，那是他們以**造物主**之名提供的服務。你們的途徑已經和我們的聯合在一起，這令我們歡喜，因為我們為相同的目標而服務。我們想望以**造物主**之名去服務，這位**造物主**只能被解釋為愛。

我們察覺現場有許多問題，我們要在此時嘗試轉移該通訊到另一個器皿那兒，他將能夠回答問題。我是 Hatonn。

[停頓]

(H 傳訊)

我是 Hatonn，我再次和這個器皿同在，原諒我的延遲。我們在接觸器皿 Don 的過程經驗某種困難，請保持耐心，因為我們感覺為了回答你們的問題，需要和 Don 實體建立聯繫。我們將再次嘗試接觸，我是 Hatonn。

[停頓]

(H 傳訊)

我們發覺無法和那個器皿建立聯繫。我們嘗試透過這個器皿回覆問題，這可能有些許的困難，並需要大量的調節。不過，我們嘗試在此時回答一個你們渴望提出的問題。

[現場簡短的對話，主要是建議發問者把問題講出來]

我是 Hatonn，我們覺察你們的思想中發出一些問題。不過由於這個器皿並未覺察該問題，而在接收我們的想法的過程面臨困難，同時有些恐懼在回答的過程中犯錯。我們建議你們嘗試以口頭髮問，我們將嘗試透過這個器皿回答。

發問者：你們位於哪個水平？你們曾經處在我們的水平？我們將來會不會到達你們的水平？你們距離最後的終點有多遠？

我們將嘗試回答這個問題，透過我們在這個造物中的經驗，我們已發現有無限的

經驗，等待著所有實體來經驗。

我們[屬於服務無限造物者的星球聯邦]曾經驗過你們正在經驗的物質幻象。你們目前所在的週期即將結束，發問的實體確實覺察到這個時機，他認為是主導師耶穌再次來臨的日子。這個時期真的來到了，這是造物主所意願的，對於那些渴望的實體，他們在這個時期畢業進入更高的靈性覺知。

容我們說，我們曾經驗相同的考驗，我們透過冥想尋求宇宙造物的真理。我們透過冥想，我們的存有抵達靈性更高的振動率；接著進化為一個更廣大的覺知。

我們真的瞭解你們遭遇的困難，因為我們也曾經驗你們的物質幻像。以你們的說法，我們的存在水平是一個屬於靈性的水平，它比你們目前所在的世界要進化許多。不過，關於到達終極源頭，或與造物主合一的問題，我們在這個時候無法回答。因為我們尚未進化到更高的領域，不過在我們從事宇宙旅行的過程，我們碰過一些實體具有更高水平的覺知，他們對我們分享這些真理，他們告訴我們：在通往與造物主全面合一的道途上，有無限多個覺知的水平。

在這個宇宙造物之中，有許多東西是我們不懂的，有許多東西是你們不懂的。不過，我們體驗過你們目前的生活方式，同時擁有對於更高覺知的理解和領悟。我們並不宣稱自己是終極的資訊來源，我們可能會犯錯。我想要說，如果你碰到任何時間宣稱他不可能犯錯，妳真的應該知道該實體的判斷有誤，因為唯有造物主可以不帶錯誤地運行。

我們此時的任務就是協助你們星球上的人群尋求和內在的造物者合一，透過冥想 ...

[錄音帶第一面結束]

(H 傳訊)

是否有更多的問題？我將嘗試轉移這通訊到另一個器皿那兒，繼續回答問題。

(Carla 傳訊)

我是 Hatonn，我和這個器皿同在。有沒有進一步的問題？

發問者：和我們的生活相比，你們星球上的生活狀態是怎樣的？

我們星球上的生活在過去一段時間和行星**地球**很相似。然而，在此時 我們全體已發展出單一的渴望，這個渴望的開端是單純地尋求理解，目前已發展為一個完全統一和聯合的能力，屬於每一個來自行星 **Hatonn** 的弟兄。這個聯合是如此強健以致於我們能夠做許多、許多事情；並感覺為一體，我們合一地尋求，當我們的尋求引領我們向前，我們的道路直接指向服務，恆常擴展的服務，對造物的所有部份服務。

以這種方式，我們發展出你們會稱為奇蹟般的能力。我們有能力超越你們認識的時間和空間。我們可以有意識地存取那些你們只能在透過冥想或潛意識方式獲得的知識。

朋友們，我們享受這些自由是因為我們開始看見我們全是一。行星**地球**和行星 **Hatonn** 之間的差異只有這個領悟。不管是在你們的星球或在我們的星球上，每一片葉子都蘊含**造物主**的知識而充滿活力，風兒歌唱對**祂**的讚美，樹林在無限**天父**的園地中發出喜悅的呼喊。如果你不能夠看見**造物者**，我的朋友，重點在於尋求、尋求、持續地尋求。然後，朋友們，你們將開始領悟並理解**天父**的造物就在你的周圍。

我的朋友，行星**地球**的確是個可愛的星球。很快地，它的振動方式將遠比現在更接近**天父**造物的體現。開始去了悟，隨著你們的星球移動，如同我們隨著我們的星球移動。在你們經驗的痛苦、匱乏、限制和我們經驗的完整自由之間，唯一的區別就在你們的心智、意識、信心之中。

是否有進一步的問題？

發問者：你們為**地球**執行的服務— 相同的服務是否延伸到其他星球？若真是如此，你們可否告訴我們有多少星球，以及他們的意識水平？

我們會協助許多其他的星球，它們都位於相同的振動水平。我們主要協助這個振動水平，因為我們就在下一個覺知的水平，最能夠對那些想要進入我們目前共享的**理解**水平的人群溝通。

我們對待過許多正開始新的振動階段的星球；我們會協助許多即將畢業的班級，我們的作為相當成功。我們也曾失敗，不只一次 而是好幾次。我們完全可能失敗，因為如果這是該星球的人群的意願，我們情願失敗。

你們人群的渴望把我們帶到這裡，我們盡可能協助那些有此想望的實體。所有實體都可以取用我們的思想，只要他們渴望。

然而，我們嘗試以某種方式做事，好讓每個人可以自由接受或拒絕我們的想法。那些在特定水平上振動的實體將會欣賞我們給予的資訊，他們肯定認得什麼是真理。

目前，關於幫助行星**地球**的計畫，我們的進度遠遠落後我們希望的目標。我們希望可以更成功地觸及這個星球的人群。有可能畢業的人數會少於我們先前希望的目標。

無論如何，我的朋友，不管人多或人少，我們至為歡喜地與你們這些尋求者共同工作。只需要尋求，靈性道途將從你背後伸展，在你面前開放，妳渴望的東西將是你的。

你們有沒有進一步的問題？

(沒有進一步的詢問)

Carla: Hatonn 說再見。

(V)2013 Digested, adapted, and translated by c.T.

感激的力量

Copyright © 2002 L/L Research

譯者聲明：這份資料來自於美國**愛/光研究中心**(L/L Research)。

這篇譯稿經過譯者的主觀篩選與改編。

有心人若渴望閱讀 100%的外星傳訊，請前往 L/L 網站依發表日期尋找原稿→

<http://www.llresearch.org>

週日冥想

1998 年四月 19 日

小組問題：本週我們的問題和感激的概念有關。就靈性或形而上意義而言，感激是如何作用的？有人說它是一股位於心中的強大原力，僅僅爲了活著、正在呼吸、服務**造物者**而感激。感激如何影響我們的靈性成長，即使在最糟的情況中？

(Carla 傳訊)

我們是你們認識的 Q'uo 原則。我們在太一無限**造物者**的愛與光中歡迎你們。我們祝福並感謝你們每一位：因爲你們在這個時間來到這個尋求圈，你們犧牲某些東西，做出選擇來到這裡；做爲真理的尋求者，你們一起坐在這裡，對彼此敞開心胸，你們是宇宙的公民，也對我們的想法敞開。你們真的給予我們一份巨大的祝福和禮物。希望我們即將分享的想法對你們有幫助，如果任何想法讓你不開心，我們單純地請求你們釋放它、忘記它；因爲我們不具有權威性，毋寧說，我們和你們一樣，都是朝聖者，前來分享我們感覺到的真理，希望它也可以成爲你們的資源。一如往常，我們鼓勵你們謹慎地分辨我們的任何意見，因爲沒有任何的權威要比你內在的那位偉大，祂知道什麼東西是你的。

你們今天詢問的主題是感激、感謝。我們了解不管在任何情況，要達成這點是特別困難的；因爲在你們經驗的人生幻象中，整個氛圍沒有充分的清晰度和照明度，毋寧說，經常充滿混淆和負面的情緒。

內在的心只渴望越來越大量的獨處、平靜、美好；但這個世界表面上提供的是許多不同的擁擠人群，他們有著許多不同的意見，當然離平靜相距甚遠。妳內在空間的橫樑與棟樑在許多混淆的力量衝擊下 顯得搖搖晃晃；並且終其一生都得面對這種力量。如同我們經常說的，沒有人投胎在這個第三密度星球會希望有個清晰和平靜的生活，毋寧，他希望全然地困惑，不過卻可以憑藉信心去記得、知曉，接著在蛻變的心中產生希望、讚美、感激。

每個實體在此生經驗中希望一次又一次地蛻變；當你們每個人回顧過去完成的模式，可以看見從似乎是無法克服的混淆中出現一些出乎意料，卻是優雅、困難、美妙的解決方法。這就是在你們**地球**世界的混淆大海[共識實相]中 領悟具有的苦樂參半的特性。

人靈是什麼，居然要留心讚美和感恩？就是在這個基本的水平，你們許多人無法抓住生命的議題。

內在的靈是什麼，它必須穿上血肉衣裳，擠入一個感官的世界，承受壯觀的混亂和混淆的過度刺激？

人靈，從他醒來進入地球層面的瞬間，直到最後一口氣離開身體的瞬間，這個實體是什麼，居然感覺到任何正面或負面的東西？

正是在面對這個身分認同的問題中，必然開始尋找真實感恩之旅。就是在這裡，當玻璃載片放在顯微鏡下，我們得到第一種關於這個太過短暫的人生的光榮與危險氣味。你們每個人從那片微小光芒開始，那是你的菁華與核心；它和造物者自身並無不同，如同所有事物，它是無限和神聖之愛。

在妳身上，沒有任何一部分可以被撿起然後說：“這就是你的菁華”。不，妳的菁華比身體更靠近你，比呼吸、心跳、血液更是你的一部分。妳是愛，正是這個身份，那是對於表達讚美與感恩的唯一解釋。當一個人即使只有瞬間的領悟，了解內在的深層身分和**理則**自身是一致的，然後該尋求者的雙腳已經站在堅固的地面上，他可以對自己和這個世界說：“我是愛，我處在全然困惑的狀態中，但我是愛，這是我的本質，我憑信心接受這點。”當一個人開始有這麼多的自信，然後他能夠移動進入一種態度：正面或服務他人的途徑。

如果一個人自己想著：“我做了這些事”或“某人對我做了這件和那件事”，那麼他開始的起點已經戴上各種面具，表演起一齣舞台劇。當一個人進入那種互動水平，持續地回應人際關係中的催化劑，他就不再具有快速捷徑通往正面的歇息處，在那兒 人人都知道：“我是愛，**我是(I Am)**就是妳，**我是**就是我。”

當一個人沒有感覺自我即是愛，他就開始看待自己被放在如此這般的位置，接著瞄準如此那般的位置。自我開始創造許多個面具，但都無法充滿心。

當你思考身分的主題，我們鼓勵妳看待自我為一個非個人、深刻真實的實體。如果人靈能夠在這最基本和深奧的身分中歇息，那麼她的情感反應就具備一種氣力和彈性，那是信心之韻律的一部分。

當人們嘗試去感激，他們很可能失敗，因為直接碰撞並不是最有效的方式；毋寧，感恩或感激是一種自然的流露，它來自於一個願意靜默並允許內在在世界找到平衡的靈魂。對於地球人，這不是件容易做到的事，因為沒有信心地生活是你們文

化的教導和慣例。你們的年輕人被教導去努力工作，追隨特定的路徑好達成更多的野心。靈魂被教導一個人的價值在於他做的事，所以每個長大的人靈都嘗試去賺錢，準備自己去追隨特定的職業，每天每日地清除工作上的各種障礙；任何能夠幫助達成自己野心的人就是值得感激的；反之，任何似乎阻擋自己野心的人就是負面的幫助、討厭的傢伙。

當我們嘗試講述靈性的事物，我們通常被一種念頭吸引：單純地講故事。因為在故事中有單獨文字無法表達的東西，當探討感激的時候，或許這個器皿最熟悉的就是浪子的故事，有幾種不同的方式去看待這個耶穌老師講的小故事。

從前有個富人，他有兩個兒子，大兒子是好孩子，從來不曾想過其他東西，只是待在家裡，為家族產業工作。不過，小兒子沒什麼耐心，想要出去享樂；於是他要求父親提早分家產。他決定到城裡享受美好時光，父親也願意給小兒子應得的財產。於是這個浪子輕快地走向大城市，毫無節制地投入各種娛樂，直到身無分文、無家可歸、孤單淒涼為止。最後，年輕的小兒子淪落到和豬一起居住，吃豬食只為了生存。有一天，這個浪子突然想到“對啦，我可以返回家鄉，回到我老爸的屋子；當然，他八成不把我當兒子了，但至少我可以做個家奴，也好過現在的樣子，因為老爸給奴隸的待遇都比這邊好！”於是他就上路了，當他父親看見小兒子，無比地歡喜，還下令準備一場盛宴迎接。現在，大兒子看到這光景感到非常妒忌，他說：“天哪，老爹！我一直跟著你，總是當個好孩子。所有你要我做的工作，我全都完成了。你卻從未殺過一隻肥牛給我吃，現在，你為了笨蛋弟弟舉行盛大的派對，他可從來沒有為這個家付出過！”

父親說：“但，難道你沒看見？我以為我失去一個兒子，現在他回家了。”

在這個故事中，看看所有人的感激。父親很感激因為他重新獲得一個他所愛的兒子。浪子只要能夠回家當奴隸就覺得感激，更不用說重回父親的懷抱。最後，看看這顆硬心肝，大兒子處在痛苦中，他感覺不到父親的愛，因為他從未做錯任何事好讓父親原諒他。

你們每個人都是浪子，都曾揮霍珍貴的東西，你們每個人熱切地、謙卑地尋求返回天父的屋子，那個潔淨與純粹的愛之住所。在那裡，感激是自然的、毫不費力地流動，你們每個人都被深深地鍾愛，不管你犯了什麼錯，造物主都歡迎你回家，並且十分感謝你。

從每天生活的自我之觀點來看，人生經驗充滿困難和憂慮，幾乎沒有任何理由去完整地、深刻地感激。不過，如果一個人可以進入浪子的角色，看見自己正在回家的路上，妳可以看見所有的經驗引發的唯一回應即是感恩與讚美。

為什麼感激如此強而有力？單純地因為它是真相。事實上，每一件發生在你身

上的事物都是禮物。每個人靈都有不同的貴賓：憂傷姐妹、痛苦兄弟、憤怒弟兄、沮喪姐妹等等；妳似乎覺得難以招待這些貴賓，不過，每一位貴賓都有偉大的禮物要送給你。人們有股自然的反叛趨勢，不想要從如此深的透視觀點去看事情。人的心智不想要移動到那個水平，看見所有事物都是禮物；它想要區分各種東西，它想要把所有東西分門別類——這個是好東西，那個完全不是。但真我的火花恆常地準備好擴展和照亮內在的靈、內在的心。

每個穿上肉身衣裳的人靈來此經驗人生，希望學習和服務。在投胎之前，這一切似乎非常簡單；然而，透過罩紗來記得所有事物並不那麼簡單，因為罩紗相當地厚重，幾乎是無法穿透的。但是，對於那些做開心輪生活的人，他們以開放的心去面對每日的各種困難，就有機會看見每一天都是一場太過短暫的舞蹈，一支韻律與恩典之舞，一支屬於生命和感覺的舞蹈，不斷地表達內在的真理。

如果你們每個人能夠停駐在心輪，並且感測每件事的韻律般的欣喜，那麼保持感激的態度將越來越容易，直到最後，妳將經驗所有的日子為一個最真實的時刻：一個片刻，一個恆常新鮮、美麗、恆常完美的當下。

願你們越來越堅定地持守這個源自於愛之火光的態度，以此來表達這份信心；因為你帶入經驗中的態度將對該經驗造成很大的差異，在每一個時刻，當你嘗試平衡自我，回歸自我的中心，總是再一次轉向愛的中心；每一刻都是一次真理的經驗。我們了解這個概念難以用文字形容，因為感恩的情感內容遠勝過文字能夠表達的範圍。一顆感恩之心的力量真是無邊無際的。願你們滋養那靈性的自我，越來越多地渴慕跳這場人生之舞，帶著韻律、恩典、美麗。

我們要在此時轉移通訊到 Jim 實體那兒。我們在愛與光中離開這個器皿。我們是 Q'uo 群體。

(Jim 傳訊)

我是 Q'uo。再次地，我在愛與光中向你們致意。此時，我們很榮幸地嘗試談論在座各位可能請求的進一步詢問。此時，有沒有我們可以談論的詢問？

Carla: 我想要問最近的一種感覺，關於我不情願工作現在這本書，可能在暗示我，它是我的天鵝之歌，也就是我在離開這個肉身的最後一件事。你們可否評論這個可能性？

我是 Q'uo，並覺察妳的詢問，我的姐妹。我們只能有限度地談論這個情況。把一個專案或一個活動視為此生最後的聲明，任何實體都可以運用這種態度，因為，

確實，沒有實體知曉自己的未來[如你們的稱謂]還有多少日子。

不管這個特殊的計畫是不是妳此生最終的謝幕曲，這點對於妳決定從事這個計畫只有很少的價值。因為不管妳原先的感知最後是否成真，以這種方式思考就是放置一個限制在妳的感知和經驗上頭。所以，我的姐妹，我們的忠告是：無需在這方面憂慮，因為你們的文化有句俗語說的好：“該來的就會來。”*

妳在這個經驗中採取的態度會塑造那個為妳而來的事物。

是否有進一步的詢問，我的姐妹？

(*譯註：原文為 “What will be will be”)

Carla: 沒有，感謝你們。

[沒有其他問題]

我是 Q’uo，我們要再次感謝在場的各位，今天邀請我們出席你們的尋求圈。你們邀請我們加入這個冥想聚會，這對我們是個很大的榮幸；因為我們在這些經驗中 能夠在你們的幻象中存在，並且能夠在每一個實體、每一個活動中看見**造物者**，觀察該幻象對於愛的效應。我們提醒每一位，在這條路上 沒有實體是單獨行走的。確實，每個地球人都有指導靈、老師、顧問、朋友陪伴各位行走這個旅程。在那些冥想、祈禱、沉思的時刻，妳退隱到那兒 和這些同伴說話；在需要的時候，它們伸出無形的雙手援助妳。

我們是你們知曉的 Q’uo 群體，我們在無限**造物者**的愛與光中離開你們每個人。
Adonai，我的朋友，Adonai。

(V)2013 Digested, adapted, and translated by c.T.

全書完