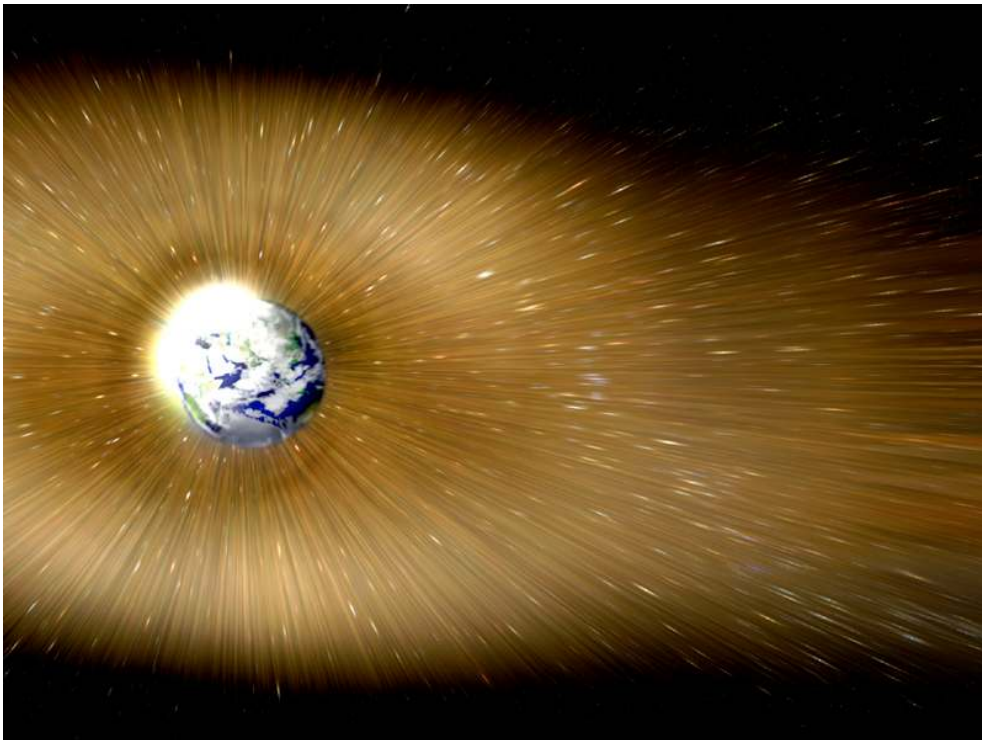


流浪者手冊

ETs 與 靈性局外人使用手冊
精華版

作者: Carla Lisbeth Rueckert
摘要編輯: Jim McCarty



愛/光 研究中心(L/L Research)

目錄

流浪者手冊.....	1
目錄.....	2
版權聲明.....	4
封面說明.....	5
編者的話.....	5
感謝名單.....	6
關於作者.....	7
前言：我是一個流浪者嗎？.....	8
第一章：做為一個流浪者.....	11
故事.....	11
超自然體驗.....	14
在清醒與睡夢狀態經驗 UFOs.....	16
來自朋友的一點幫助.....	19
無歸屬感.....	22
不來自這裡！.....	24
第二章 分離的解剖學.....	28
來自家庭的分離.....	28
控制的議題.....	30
身體的疾病.....	33
目的.....	37
心智遊戲.....	39
第三章 內在良知的再三啃蝕：頑固的痛苦.....	44
自我懷疑.....	44
驕傲與臣服.....	47
精英主義.....	48
超心靈問候.....	51
絕望.....	55
玻璃鐘罩之內.....	57
靈性的枯竭.....	59
第四章：新時代的雜訊.....	62
基督教 與 流浪者.....	62
神話（傳說）.....	67
新時代的罪惡感.....	69
反覆不斷的「末日論調」.....	71
地球的「收成期」.....	75

蛻變.....	85
全球心智.....	88
第五章 能量的自我與如何演化.....	92
身體的能量系統.....	92
性能量轉移.....	100
輪迴轉世.....	105
遺忘的罩紗.....	108
業力.....	110
催化劑和體驗.....	112
待續.....	118

版權聲明

這本手冊獻給：

Don Elkins, 摯愛的同伴、偉大的靈魂、夢想家、科學家、哲學家、發問者, 目前是我內在次元的老師.

與

Jim McCarty, 視野廣闊的清醒流浪者、美妙的丈夫、薩滿道士、園藝家、英勇的騎士, 我有生以來認識最棒的一個人.

SOLI DEO GLORIA 光榮全歸於造物主!

Copyright © 2001 L/L Research

All rights reserved. No part of this book may be reproduced or used in any form or by any means—graphic, electronic or mechanical, including photocopying or information storage and retrieval systems—without written permission from the copyright holder.

ISBN: 0-945007-16-7

Library of Congress Control Number: 2001117026

Published by L/L Research
Box 5195

Louisville, Kentucky 40255-0195

Telephone and Fax: (502) 245-6495

E-mail: jim@llresearch.org

Printed in the United States of America.

封面說明

感謝愛/光研究中心免費提供原書之封面圖片，它代表無數流浪者來臨行星地球的盛況。只要不用在商業活動上，讀者們可以自由複製運用這張圖片或做為電腦桌面背景！

圖片下載網址：

http://www.llresearch.org/misc/awh_cover_image.aspx

編者的話

這本書仍是現在進行式，目前只完成了五個章節，卻是許多人通力合作的結果。希望有更多熱血志工加入翻譯的行列。

修改其他-自我的譯文實在是比自己翻譯還要辛苦許多，不過也是很有挑戰的工作。

新細明體是作者Carla說的話。

本書的標楷體表示作者引用其他人或來源的話語。

在原書中 針對每個標楷體段落都有註解，我們爲了降低翻譯志工的負擔，將它們省略。

有興趣的讀者可以到 <http://llresearch.org> 下載<The Wanderer's Handbook>電子書(PDF)自行查閱原始出處。

Adonai vasu borragus!

(c)2009 中文校稿: A silent Song、the Child、Terry.

(c)2008 中文翻譯: Lance、Shining Angel、Manli.

(c)2006 中文翻譯: SUI、Paul、Terry.

(V) 2009, Edited & reviewed by c.T.

感謝名單

銘謝以下人物與團體:

✿ St. James of the Gardens, Jim McCarty(作者的丈夫), for ceaseless months of data colle_ion, editing and abridging, for believing in the work throughout six years of trial and error, for being the most supportive husband in the universe.

✿ Ian Jaffray(L/L網站負責人), for incredible patience in editing and designing this volume, for converting our channeling archive to digital form so that we could search it for topics for this handbook and for setting up our web site and maintaining it for many years. I could never have colle_ed these stories without you.

✿ Roman Vodacek(L/L家族技術顧問), for setting up our computers and maintaining them, and for creating the forms for our data bases used in the book, and for being the third member at many a meditation.

✿ Dana Redfield(字母馬賽克作者), for suggestions, copy notes and personal support through three rewrites.

✿ Nancy Prussia-Merritt, Steve and Cindy Ferguson and others, who gave support when it was most needed.

✿ Jody Boyne and Ron Sheek, who sent so many wanderers and spiritual outsiders to us to tell their stories, give their opinions and ask questions.

✿ Every person that wrote to us over the last six years. Your questions, comments and advice to others shaped the handbook.

✿ Don Elkins(一的法則發問者), angel on my shoulder throughout the writing of the handbook, and Pickwick and Mauve, kitty cat angels who stationed themselves above and below my computer while I worked on this project and kept me safe and sound.

✿ Leo Sprinkle and Steve Tyman(傻子現象學作者), gentlemen-scholars whose early reading of the manuscript helped so much.

✿ Martha Ellen Johnson, my aunt, who gave up early suppers together so I could work all day and half the night!

✿ The Confederation of Planets in the Service of the Infinite Creator(簡稱:星際聯邦), whose thoughts have formed the resources I have most wanted to share, and whose presence has blessed me, this handbook and my life so richly.

關於作者



卡拉·盧可(Carla Lisbeth Rueckert)生於1943年七月16日，伊利諾州，湖濱森林(Lake Forest)。她成長於肯德基州，路易斯維爾(Louisville)，1966年畢業於路易斯維爾大學，獲得英語文學-學士學位。緊接著在1971年在斯博丁(Spalding)學院獲得圖書館藝術-碩士學位。她在圖書館工作直到唐·艾爾金斯(Don Elkins)雇用她進行超自然的研究；他們在1970年正式創立愛/光研究中心。自從1974年，她開始擔任發聲的管道，並且是**一的法則**(*The Law Of One*)系列作品的器皿。卡拉居住於肯德基州，安克拉治(Anchorage)；與她的先生吉姆(Jim)以及他們的七隻貓住在一起。

譯註：2005年之後，年輕熱血的蓋瑞(Gary)先生加入愛/光研究中心，目前主要負責回覆世界各地的來信，以及幫助吉姆的事業。

前言：我是一個流浪者嗎？

1994年九月，我在日記上寫了這段話：

“我們需要彼此交談，地球的流浪者們。我們必須告訴彼此我們的故事，憂傷的弟兄姊妹們。這是我的故事，我的時辰到了，呼召所有流浪者以最有價值的方式去服務。我們在此爲了幫助此次的收割，在千禧年黎明即將到來的時刻。”

六年以後，我創造了這本手冊，希望實踐我心中的渴望，分享我的故事，並且鼓勵所有流浪者都做一樣的事。我是一個流浪者嗎？是的，從前世回溯催眠過程中，我重新體驗在另外一個星球的生活的一部分，甚至看到我們群體來到地球成爲流浪者，這份催眠資料在幽浮的秘密一書(Secrets of the UFO, 1976) 的第八章。

那麼，做爲一個來自外星球(ET)的流浪者，對於所有的ET流浪者，以及替身者(walk-ins)，我歡迎你們回家，我歡迎你進入你在地球的使命。

廣義而言，有另外一大群人也是流浪者，雖然他們的根源在地球，他們的靈性正開始意識到自己是永恆的公民。

一旦尋求者覺醒，不管他是不是來自外星球，他都已成爲人群中流浪者，永遠是一個靈性局外人(outsider)。

沉睡與覺醒有何不同？對於一個沉睡的人，物質世界是最真實的，他們的目標是屬世的，事業的野心，結婚，獲得金錢，權力，與影響力，受到喜愛，融入社會中；這些是他們認爲值得追求的目標。而覺醒的人，則尋求物質幻象以外的目標，他再也無法回到以前舒適的老巢了。

我覺得，任何一位會被這本書吸引的人，都可以稱爲流浪者。

對於流浪者最清楚的定義來自**一的法則**第一冊：

發問者：你曾提到**流浪者(Wanderers)**，誰是**流浪者**？他們來自何方？

RA：我是Ra，如果你願意，想像你們海灘上的沙子，數不盡的沙粒好比智能無限的來源。當一個社會記憶複合體已經獲致它對於自身渴望的完整認知，它可能做出結論，認定其渴望爲服務他人，藉由伸出他們的手，比喻性地，到任何一個呼求援助的個體。這些實體，你們可以稱爲**憂傷的弟兄姊妹**，他們會前往憂傷呼叫的地方。這些實體來自無限造物各個範圍，藉由服務的渴望，結合在一起。

發問者：他們有多少人目前降生於地球？

RA：我是Ra，這個數目只是近似值，由於地球迫切需要提升其振動，吸引大量(實體)湧入以幫助收割。目前數量接近6千5百萬人。

發問者：這些(流浪者)是否大多數來自第四密度？或者他們來自其他密度？

RA：我是 Ra，少數屬於第四密度。絕大多數的**流浪者**，如你所稱，屬於第六密度。(流浪者有)服務的渴望 必須在心智上有很大的純粹度，以及你們稱之為 有勇無謀，或稱為勇氣。

星際聯邦的Q'uo對於流浪者的際遇有以下的描述：

“流浪者，基本上來說，是一個沒有特定目標或終點的旅行者。這個名詞暗示著一種情感上的孤寂，不安定，與冷漠。北風冰冷地吹打在流浪者身上，太陽無情地放射炙熱的光芒。很少人會認為成為一個流浪的靈魂是值得渴望的。所有第三密度的本能都是朝向就地生根，有個安定的家庭，保護自己的家人。流浪者似乎是沒有根的旅者，因此很自然地，我們選擇這個名詞來描述那些來到地球，想要與地球子民們合一的群體。”

如果這個旅程如此困難，為什麼我們還要承擔這樣的工作？Q'uo又說：

“你們來此是為了將光帶入一個黑暗的世界，就是如此簡單。流浪者降生於此只有一個目的：去愛，去愛，去愛。在人生的道路上，你將被傷害，被打垮，被屈辱與挫敗；考驗你的信心。你的道路將跟一般社會完全相反，你做事為了一個理想，聚焦在無形的**造物者**，而非外在的現象，科技的玩具，與物質的娛樂。即使地表上有許多生命樂於享受這些外在的現象，你仍然可以選擇在**太一無限造物者**的愛與光中向前行，為祂服務。最重要的，我們提醒每一個實體，平淡無奇的服務與戲劇化的服務都具有同等的重要性。如同一個人的嘴巴可以述說許多事情，但如果肉體的其他器官不能正常運作，嘴巴也無法發揮其功能。因此在彰顯任何天賦之前，要先維持身體某種程度的平衡。”

在這本手冊中，我將分享我個人的故事，以及許多曾經寫信給我 分享他們流浪者的旅程。同時，我還會分享**星際聯邦**的一些觀點。

你也可以將這本書視為一本入門手冊，教導我們如何在忙碌的世俗生活中，依然能夠活出一個奉獻與充滿信心的生命。有其他美妙的書籍教導人們如何過隱居的生活，這本書並不是其中之一。這本書是給忙碌人群看的使用手冊，他們沒有閒暇去享受，他們必須工作養家，照顧家人的食衣住行。

這本書是關於連結與分享，提供給許多已覺醒或正在覺醒的靈魂們，這樣的人會發現自己是”陌生人來到了陌生的土地”。我們希望流浪者可以在這本書找到有用的資源，可以實際用在我們每天的生活與奉獻中。

有三種方式可以閱讀這本書：

1. 從頭唸到尾
2. 像易經一般 (用來占卜)
3. 選擇你特別感興趣的主題

不管你使用何種方式閱讀，我衷心希望這些句子能帶給你堅實的安慰，給予你力量與良善的幫助。

當我即將結束**前言**，準備開始**第一章**，地球沉睡著，植物生根向下，準備春天的到來。開花的季節是個尚未實現的承諾，我們地球開花的時節也逐漸接近中。形而上而言，我們期待地球與人類的一場收割。身為流浪者，我們的主要使命是什麼？我們在這裡呼吸空氣，以開放與燦爛的心胸迎接當下。我們在這裡允許無限之愛穿過我們，然後流入地球層面。如果我們以快樂的心與每個當下相遇，我們早已完成我們的主要工作。這聽起來很簡單，卻將是我們嘗試做的最困難的一件事：也就是成為我們最深沉，最真實的自我；這樣的自我懷著一顆開放與深情的心，**確切**地迎接當下。

在愛/光之中祝福你們

卡拉·盧可(Carla L. Rueckert)

於 **魔法王國**(The Magic Kingdom)

肯德基州，路易斯維爾。

第一章：做爲一個流浪者

故事

當人們寫信，訴說他們的故事並詢問他們是不是流浪者；我總是回答 如果他們閒逛進入這個領域，又發覺這個問題與自身有關聯，那麼他們肯定是流浪者。這個問題對於許多人而言具有核心的意義，以下是兩個例子：

我有時候不禁要問自己是否失去理智了，我的世界整個上下顛倒了。我不再關心所有物質的東西。我對於靈性生活，輪迴轉世等等的信仰都跟以前大不相同！我通常不信賴我所閱讀的東西，以及我在冥想時接收的意念。我真的不知道自己是不是一個流浪者，我也不知道這件事有什麼影響。我確切知道的是我感覺龐大的同情心，寬恕以及包容，以及有些時候 同時為這個世界感到憂傷與喜樂 一種令人困惑的感覺。

我似乎沒有心電感應能力，從未通靈；對靈性事務有深刻的感覺，喜愛音樂，大自然，動物，“感覺”我好像來自另一個星球，但從未有過特別的經驗 像是(外星人)綁架，造訪等等，因此我無法肯定地說自己是個流浪者。這又是混淆法則在運作？我在沉睡嗎？

如同我在前言說過的，如果我們感覺自己是一個流浪者，我們就是。至少以靈性局外人的角度而言，一個人發現自己在某種程度與週遭的社會有疏離感，因為他的興趣與一般社會的興趣不相同。世俗的人尋求具體的東西，形而上傾向的個人則尋求本質。

以下幾個例子說明一些流浪者對於自己的身分覺得十分確定：

我必須告訴你，我非常，非常肯定自己是一個流浪者，或來自另外一個密度的生命，自從我的心智/靈性/情感層面重生之後，我就感覺自己是某種東西的一部分。我正在準備自己，提供自我成爲一個載具 給那些希望提升的人們使用。

我還想告訴你 我已經開始領悟自己是一個流浪者，不僅是知道而已。**知道**存在於大腦中，**領悟**是在心中。

我不僅發現我不是孤單的，還發現我確實完整符合流浪者的人物檔案(profile)

啊 對了，人物檔案! 有許多這類的問卷，它們都蠻好玩的。我在此選擇史考特先生(Scott Mandelker)在他的最新著作 寰宇視野:靈魂進化與宇宙計畫(*Universal Vision: Soul Evolution And The Cosmic Plan*)提出的新ET問卷。

新ET問卷調查

你的童年

1. 你是否常想到，做白日夢，或幻想關於ET, UFO,與其他世界的事務?
2. 你是否感覺你週遭的日常事物有些奇異，像是人體，天空的顏色，樹木與大自然，人類的建築物，以及成年人?
3. 你可曾感覺你的雙親不是你真正的父母，你有一個失落的兄弟或姊妹，或有一個家在很遠，很遠的地方?
4. 你可曾做過魔法的夢，如飛行，無形的靈性朋友，接收到特別的指引與保護?
5. 你是否曾經仰望夜空，懷著盼望的心情，偶爾說“帶我回家...為什麼我在這裡?”或問“為什麼我如此孤單?”

你的人格

6. 你是親切，溫和，和平，不具侵略性的 – 不是偶爾這樣，而是一直都如此?
7. 你是否為這個世界上，所有人類犯下的邪惡與殘暴感到受傷，困惑，與悲傷?
8. 你是否覺得金錢，財產，以及成功的事業並不真的那麼重要?
9. 你有時候覺得跟植物與動物相處比跟人群相處更舒服?
10. 一般而言，你是敏感，體貼，慷慨的，並關心你週遭的人們?

你的經驗

11. 你可曾覺得與他人不同，放錯地方(out-of-place)，或與人類社會有些疏離，從出生到現在都有這種感覺?
12. 你可曾有過異象，夢，或目擊UFOs，因而激勵真實的靈性成長?
13. 你可曾有過戲劇化的夢，關於地球變遷，地理與社會結構的大變動，世界末日，或未來的文明?
14. 你是有邏輯的，科學嚴謹的，不會感情用事，並且對於熾熱的熱情與渴望感到有些困惑。
15. 你可曾與仁慈，親切，與高度進化的外星人(ETs)有過 清晰與(靈性)提升的接觸?

你的興趣

16. 你對於科幻小說, 長篇奇幻小說, 天使, 高科技, 與世界預言感興趣?
17. 你對於亞特蘭提斯(Atlantis), 雷姆里亞(Lemuria), 通靈, 金字塔, 新時代(New Age)觀念, 與幽浮(UFO)感興趣?
18. 你對於冥想, 另類治療, 或將愛與光帶到這個世界感興趣?
19. 你是否相信人類社會缺乏對於靈性真理的認識?
20. 你有一種強烈的目標感, 並感覺你的使命是幫助地球與人類?

為你的ET身分打分數

每一個**肯定**的答案, 給你自己五分.

每一個有些肯定的答案, 給你自己三分. 然後予以加總.

100-75 分:

以我的觀點, 你肯定是一個ET靈魂, 但或許你並不驚訝!

75-25 分:

你可能是一個ET靈魂, 你需要更多的內省才能更確定這件事.

25-00 分:

你大概不是一個ET靈魂, 但為什麼你會對這些話題感興趣呢?

我們是流浪者嗎? 一個年輕的靈魂以肯定的語氣回答:

流浪者是我
一個不適應環境的人, 一個在別人世界中的長期自由作家
他們知道我不是他們的一員
雖然我看起來是,
不是他們當中的一份子
我是,
我的兄弟知道
透過他們相信的雙眼
他們所看的並非我
如同在一面鏡子中
一個人知道那影像不是生命
因為影像不具有跳動的心臟
足以像靈魂跨越古今般的旅行
所以我不屬於他們之中
影像在時間的幽靈鏡中
我的兄弟尋尋覓覓
並且相信
所以我漂泊, 每日驚奇不已

為了我堅持在這兒存活
我在此漂泊、尋找著、觀察著
希望成為
無人知曉的那部分的我
甚至我自己也不知曉
流浪有它的禮物
許多片刻轉變為祝福
在全然太為罕見的連結中
哪裡是其他部分的我
我是之所在
於是在甜美的時刻
我可以遇見
回憶與歡慶相互擁抱
舐舔著流浪的烈焰
在這個律動場所中搖曳著
旋轉木馬跑太快了
使人無法記得
在那渴慕之夜
通過我面前的許多臉孔

我們是流浪者，渴望獲得一種無法看到卻感覺存在的東西。我們向更高的原則覺醒：美，合一，服務，與愛。我們尋找各種方式將這些元素帶入我們每日的生活。對於我們而言，嘗試去改善我們生命的品質並不是一件無聊的事情。如果我們嘗試追隨這個世界的方式，我們將在擁有美好的生命經驗上有很大的困難，有時候甚至連生存都有困難。

超自然體驗

似乎許多流浪者是透過超自然或幽浮(UFO)體驗而覺醒。榮格覺得UFO的產生有兩種可能，一種是我們集體的原型心智投射出來的影像，這個理論與事件函數的群集做為喚醒者與更深身分的啟動者可以調和在一起；或者說它們是這些原型投射出的真實物體。我相信前者與後者都同樣準確。無論如何，大多數的UFO體驗，包括夢境或超自然的UFO體驗，牽涉其中的ET群大多是正面極化的，並且有意圖在形而上幫助地球。許多流浪者，不管為了什麼原因，確實在他們的覺醒過程中有這些體驗。

星際聯邦中第五密度的Latwii群體，Q'uo原則的(主要)發言者，解釋為什麼有這麼多流浪者擁有這些體驗：

“我們的覺察是你們幻象中原子結構的振動改變確實代表一個過渡期，有些人稱為**新時代、寶瓶時代、或愛的密度**。由於你們幻象本質的轉形，原本被稱為超自然的體驗現在已經越來越普遍了，因為你們現在居住的是愛與理解的密度，這個密度的本質是允許實體

們使用心智的力量去創造、去溝通、並與環境合一。”

星際聯邦的訊息經常說到我們早已享受第四密度的第一道光芒，這些論調引導我去感覺轉移到第四密度並不是以狂喜，(肉身)升天，或末世大災難的形式進行，而是一個早已開始的過程，並將持續許多年，甚至好幾個世紀。

我個人對於超自然事件的看法是 它們有時的確具有喚醒流浪者，啟動地球靈魂的功能。在本章的後面，我們會更深入探討這點。但首先，我想分享幾個真實故事，主題都與超自然有關：

我有完整的意識，我仍然是我，仍然是獨特的，但我沒有身體或形體，我可以在同時間看所有的方向。當我記得看入廣闊的空間，就彷彿我看著 一切萬有 以及 一片虛空，全都在同一個時間。雖然我在那兒沉思我的新生命 [或者說新的困境更貼切]，我十分覺察那股力量，合一 以及知識，我是其中的一部分。所有具有生命或能量的東西都是太一的一部分。雖然我不知道所有知識，但只要我組成一個問題，那些已經被學習或被體驗的知識就會讓我分享。不過首先 我得演化到足夠的程度 問對的問題才行。

1995年9月，當我在工作室繪圖的時候 一個聲音從我的內在浮現。一週以後，它開始在我的冥想時間中出現。這個聲音不是英文，我以為它像是亞洲語言。幾個月後，我決定把它錄音起來，將帶子拿到某大學，我跟一個中文教授以及一個日文教授談過，他們都無法辨識是中文或日文。這個聲音持續冒出來，直到今日。

我的故事開始於1960年代晚期，我經常演講關於新時代的教導。有一天，一個四到五英寸[直徑]的圓形光點在房間玩耍，它從門前飛到天花板，再到四面牆壁。我起初以為是某個人在外面用手電筒照射，於是走到外面檢查，週邊沒有任何人，也找不到任何光源。於是我返回房間坐下來，我觀察這個光點在房間四周飛行，在椅子下，在圖畫後面，在我的椅子後面。真奇怪，我從未看到這樣的光。然後，它坐在我的肩膀上，一瞬間 它進入我裡面，我看到一個生物長得很像電影—**第三類接觸**(*Close Encounters of the Third Kind*)中的小小外星人。接下來發生的事十分地匪夷所思，我被帶到外太空的某處，在一個透明泡泡的中心，可以在同時間看到所有的方向，我看到太陽系的誕生，生命開始的過程，以及太陽系創生的整個過程。我看到生命的原力，它看到我 並微笑著。

在結束這個段落之前，這裡有兩個與肉體有關的超自然故事：

你問我關於我手上的三角形切痕，以及皮膚下的球，那個戲劇性事件發生在1986年，八月22日。我起床的時候發現雙手有手術後的痕跡，以及一個小硬球在我左手頂端的皮膚底下，我彎曲手指的同時 小球會四處移動，不久它消失了，進入我的系統。位於雙手拇指的切痕很快就痊癒了。

在25歲的時候，我發現鼻橋上有個小腫塊，幾乎就在我的雙眼正中間，感覺很痛苦。我以為是個大面皰，於是走到鏡子前面看一下；我驚訝地發現那是一個新月圖形，根本不是面皰，似乎是被什麼力量推入我的皮膚底下。所以我伸手要感覺它，就在我快要碰到它的時候，它像是一道閃光突然鑽進我的頭部！那感覺非常奇怪，彷彿它是活生生的。

一個美妙的靈魂，一位年長 充滿能量的女子寄給我一段天空之路(*Road In The Sky*, by George Hunt Williamson)的摘要，因為她感覺與她的身體記號有關聯：

我們如何辨別或認出一個流浪者？這並不容易做到，然而，與我們每日一起工作與生活的太空朋友們，藉由身體的記號 被他們天空中的弟兄所辨識出來。這些記號以傷痕的形式從出生就出現在人體身上，它們的樣式是不尋常的聖痕(stigmata)，不是宗教的型態。這種記號對於個人而言如同是一把紀念的鑰匙。藉由思想這些奇異的傷痕，該蘋果立刻進入正確的心智與振動框架，揭開了一層記憶的罩紗。

在清醒與睡夢狀態經驗 UFOs

到目前為止，我們開始覺得我們的經驗並不是那麼地與眾不同！我們自然會假設流浪者有過UFO經驗，當然有許多流浪者並未親自與UFO接觸，而是在睡夢中 或 看到影像，以下是一些具代表性的例子：

我今年23歲，音樂系的學生，我在孩童時期有個夢，夢境是太空船降落在地球上 或 懸掛在天空，我對他們說話。

我處於輕度到中度的出神狀態，我發現自己在"觀看"一個巨大的雲層在翻滾，它十分巨大令人印象深刻。當我在觀看之時，兩個一樣的金字塔從雲堆中浮現，並排地在空中盤旋，它們的角度有些傾斜，所以我看得到它們的底部，以及各個邊。我感到能量在上升，兩個金字塔開始散發明亮的光芒，主要的光源似乎來自金字塔的底部，雖然幾分鐘內，光就從所有的角度向外擴展。在這個事件之前，我曾經歷沒來由 無法理解的沮喪；事件之後，所有的沮喪或焦慮全都消失了，再也沒有回來。同時，在這個事件之後，我的印象是我被啟蒙了，某種東西被傳遞給我，在未來的日子 也會傳遞給別人。

我30出頭，我在練習超覺冥想的時候，我突然地"甦醒"，我看到一個我不理解的旋轉物件，我起先不知道那是什麼東西；直到我結束冥想之後 我才領悟到它是某種的UFO，我感到困惑，因為那時我的意識裡頭並不包括UFO。然後一股深邃的知曉壓倒了我，我想著 "喔 我的天啊，這裡不是我的家！" 我的心智之眼看到一個地方，溫暖且乾燥，非常多沙子。我看到天空有兩個太陽，我感覺如此舒適與平和。

讀者告訴我的大部分UFO事件都屬於形而上性質。似乎正面導向或服務他人的UFO實體，如星際聯邦，比較喜歡以思想-形態 或 形而上 的方式，而非肉體實質出現。這與自由意志議題有關。我的看法是，大多數的近距離肉眼目擊不是令人困惑，混雜極性振動的接觸；就是負面的接觸，也就是服務自我的種族，好比許多資料談論的小灰人(Grays)。以下是一些正面的UFO故事：

當我12歲的時候，我祈禱看到一些飛碟，幾週後的下課時分 我倚著學校某根欄杆，我抬頭向上，看到太空飛行器，底部有12個金屬凹痕 中心是暗黑色的點，以軍事校閱陣形飛過我的上空。

在我青少年的時期，我開始看到人群走過我的臥室，牆壁。當我告訴爹娘這件事，他們把我送到**諾頓療養院**(Norton's Hospital)，我在那待了一整年。在那個地方，我看一艘船在頂樓上空盤旋，似乎可以涵蓋一整個街區(block)。我能看見(飛行船)裡頭的人們正看著我們！我們都被趕進自己的房間，房門被鎖起來；接著醫生過來向我們全體講話，問我們是否知道剛才發生什麼事情。我們沒有一個人記得到底發生了什麼事，除了我。然而我也是在事件一年以後，看到電視的UFO節目，我才想起來，並且記得很多的細節。

我曾經有過兩次目擊UFO的經驗，影響我十分深遠。這兩次經驗成為我的催化劑，驅使我去研讀任何跟UFO有關的書籍，以及相關的超自然現象，我已經研究UFO現象30年以上了。但在1975年[我第一次的UFO經驗]之前，我不記得讀過任何與發光紅色球體有關的資料。如果我以前真的深深渴望見到UFO，我的腦海的影像應該是典型的圓盤方，有著厚重金屬色澤的UFO，而不是球體的載具。扁豆狀的載具總是很吸引我。我相信有某種心智連結與這些現象有關聯。

今天你問一下周圍的人對於外星人的觀感，人們普遍覺得它們是真實的，它們就在這裡。不消說，有些故事是不合邏輯的。

外星人並未乘坐公車 然後揮舞帽子向我們致意。但電視媒體與電影假設某種外星人的存在版本是真的，好比電視廣告裡，小綠人重複地為某家啤酒宣傳。(西方)文化對於ET的接受程度相當高，雖然帶著一種開玩笑與嘲弄的態度，特別是對於那些主張曾經與UFO與ET有過真實接觸的人們。

正面導向的星際**聯邦**實體們陳述 它們無法公開降落在我們之間而不冒犯我們的自由意志，如同**星艦迷航**(*Star Trek*)的正港風格，因此它們小心地避免做這類的事。負面導向的UFO實體比較不受道德上的束縛，並且經常刪減UFO接觸者的自由意志。然而它們仍然需要有負面的地球人發出呼求，它們才能出現。所以它們不能大批地降落在地球上。再者，當新的證據暴露在陽光下，通常的主題是地球權力階層與外星種族的共犯結構，他們的計謀多半不會公開，涉及**啓示錄**般的戲劇化情節。各種理論各有不同，我最喜歡的一種被稱為**翠綠石版**(the Emerald Tablets)，它的優雅風範在我心目中排名第一。

我並不知道 在無數的陰謀理論中 哪一個版本才是最準確的，(然而) 我感覺某些版本很可能是真的。

在這個社會上，難道不一直有些勢力嘗試掌控金錢與權力？這些勢力一旦成功，難道不都開始儲存並隱藏金錢與資訊？

在人們認為的啓示錄年代，難道這些勢力不會積極冒險，好捍衛他們私有的利益，甚至公眾的利益，最終目的都是為了他們的好處。

我個人對於在地表上活動的ET並沒有什麼興趣，然而，大多數的公眾焦點集中在所謂的**獵戶帝國**上頭。那是什麼東西，它跟"愛與光"的星際**聯邦**有何不同？**唐·艾爾金斯**在此詢問關於正面的UFO接觸：

發問者：你可否告訴我 服務他人 正面導向的星際聯邦成員 用哪些技術與型態來與地球人接觸？

RA：我是Ra，最有效率的接觸模式 就是你在這個 空間/時間 體驗到的。我們十分不願侵犯自由意志。因此，那些流浪者是我們唯一會思想投射的對象，即你們所謂的”近距離接觸”(Close Encounters)，正面社會記憶複合體 與 流浪者之間的會面。

我們所經驗的"模式"是心電感應的通靈(channeled)接觸，透過一個人類器皿，在這個例子中，即是我自己。這種溝通方式完全不會冒犯自由意志，卻也沒有辦法證明這類的接觸。無論如何，通靈接觸並不是唯一的正面UFO接觸方式。以下是Ra群體的解釋：

發問者：我覺察到在個人的接觸事件中 存在很大的變異。你可否告訴我 星際聯邦喚醒或部分喚醒**流浪者**的一般方法？

RA：我是Ra，喚醒**流浪者**的方式各有不同，每一種方法的核心是進入實體的意識與潛意識 並且避免造成恐懼，將一個對於該實體有意義的主觀經驗之潛能 最大化。許多接觸發生在睡眠中，其他許多發生在清醒時分，方法是有彈性的，並不一定要包括"近距離接觸"症候群，如你所知。

發問者：身體檢查症候群要怎麼解釋？這情況跟流浪者 與 星際聯邦，**獵戶**集團 之接觸有何關聯？

RA：我是Ra，該實體潛意識之期待促成星際聯邦 思想-形態給予此種經驗之特質與細節。因此，如果一個**流浪者**期待一個身體檢查，它將經歷到，且盡可能地將緊張或不適感降到最低，至少在該**流浪者**潛意識期望的允許範圍內... **獵戶**集團使用身體檢查做為恐嚇個人的手段之一，並造成該實體感覺自己像個高等第二密度生物，好比一個實驗室的動物。性經驗為這類經驗的子類型，其意圖在於展現**獵戶**實體的控制力勝過**地球人**。(正面)思想-形態經驗是主觀的，有大部分不是發生在這個密度中。

Ra 明確地說到正面導向 UFO 接觸的重點或功能：

感覺被喚醒 或被啟動 是這類接觸的目的。事件的持續時間 以及使用的形象，端賴此**流浪者** 潛意識之期待。

以下這段問答，Ra談到混雜的接觸機制是什麼情形：

發問者：出現在我們天空的 UFOs，是否大多數來自**獵戶**集團？

RA：我是Ra，許多在你們天空可見的物體來自**獵戶**集團，他們送出訊息，有些被傾向服務他人的個體所接收，這些訊息則被轉變成那些個體可以接受的訊息 例如警告未來會發生的困難。這是當服務自我實體碰到這類人所能做的 最大程度。**獵戶**集團發現對他們目的最有幫助的 是與那些傾向服務自己的個體做接觸。在你們天空中 有許多正向本質的思想型態 屬於星際聯邦的(影像)投射。

夜空中的**獵戶**星座包含第一光度的恆星：**參宿七**(Rigel)，與 **參宿四**(Betelgeuse)。在那個星座

也很有可能存在正面的接觸，但**獵戶**接觸已經成爲負面接觸的代名詞，我們將沿用這個稱呼。**蘿拉**(Laura Knight-Jadzyk)，**仙后座人**(*The Cassiopæans*)一書的作者，曾經寫信給我 內容與**獵戶**接觸有關：

獵戶的服務自我同盟 以及 他們的人類同志——**國際財團**(Consortium)盡很大的努力企圖創造一個新的種族，並控制全人類。在這個轉折到第四密度的關鍵時期，他們進行生化工程 創造新的身體 好方便他們進駐，也因為他們現有的肉體無法滿足他們。複製與竊取人類胚胎是他們研究何種肉體最適合接收他們靈魂的方式。他們計畫將物理實相轉換到另一個軌道。

這是一個理論，還有更多呢！我自己的感覺是 我們將繼續接收到數量相等的謠言與真理，我向這不可知的必然性致敬！在我們自己的研究中，我們碰到的故事似乎暗示**小灰人**在追逐遺傳基因物質，從母牛被肢解 到 人類女性報導"空氣"寶寶的症狀，也就是說具備懷孕的跡象，包括胎兒的心跳，然而三個月後，所有懷孕徵兆都消失了。無論如何，這些都還是假設，並非事實。這裡有兩個同類的故事：

突然間，我在**小灰人**的太空船中甦醒，被他們圍繞，我懇求**耶穌寶血**(庇護)，他們真的被嚇了一跳！然後我鎮靜下來，他們其中一位靠近我，我對他說 我知道"**太一**"(The One)，那是我能記得的全部了。

在做完被(UFO)綁架檢查表之後，我相信我兒子跟男朋友也被(UFO)接觸，床單上無法解釋的血跡，我睡眠時偶爾出現的麻痺現象，他們兩人睡眠時的心神不寧，我們三人都有無法解釋的擦傷。在我心靈深處有一個東西不讓我記得太多這類的事情。

這一節的目標是分享足夠的故事 讓讀者看到他們不是唯一擁有奇異與不尋常事件的人們。如果我們還沒點到你的特別經驗，繼續讀吧！還有更多故事！

來自朋友的一點幫助

幾乎所有流浪者日常的經驗都包括許多孤單的感覺，存在於 自我與一般文化之間的不匹配是十分明顯的。或許這就是爲什麼無形的朋友會盡很大的努力維持接觸。

Q'uo如是說：

我們向每一位保證 我們與你同行，沒有一個實體是孤單行走的，因為每個實體都有那些朋友，老師，以及指導靈；它們就如同你們幻象中的弟兄姊妹，在靈性世界中與你們同行。

這裡有兩個流浪者的故事，與人類相像的生命與他們交朋友的故事。

大約在5, 6年前, 我所有的一般夢境都停止了, 我看到一個人的形狀, 每晚他都秀東西給我看. 我看到我所有的前世今生, 我是誰. 他教導我大多數事物的平衡. 我現在更愛人群. 幾乎他們做的每一件事都會使我微笑, 如同我有個秘密.

我一直都是個怪人. 出生在南方 擁有美洲原住民背景, 遭遇奇怪事件是生活的常態. 在我三歲或四歲的時候, 我經驗到所謂的"劫持"事件. 我並不將它們視為負面的, 他們是我的朋友, 我的玩伴. 接觸持續以各種形式持續著. 有時候相當地強烈.

聖靈的聲音並不總是以說話的方式表達, Q'uo是這麼說的:

聖靈的聲音似乎以許多方式向正在傾聽的實體述說, 一個實體越是留心巧合與同時性, 他就越可以感覺聖靈在對自己說話.. 這個工作需要堅持不懈, 因為這確實是一輩子的工作, 不是一天, 或一年, 甚至十年可以完成的工作, 自我-覺察 與 自我-選擇的目標如同北極星一般 讓每個實體追隨.

更多的聲音:

孩提時期的我會看見精靈, 跟它們講話. 我的朋友有樹木、動物、天空、星辰、以及大地. 從我有記憶以來, 便一直是跟精靈世界有溝通的. 小時候的我能看見幽靈並與它們交流; 還包括外星人(ETs)、動物等等. 我依然能夠那麼做, 雖然有時候精靈們僅以色彩方式出現. 我從它們那裏獲得訊息, 還有安慰.

在我12歲左右的時期, 我讀了本有關艾格凱西的書“有一條長河”(There Is A River). 當時腦海裏的聲音所告訴我的資訊和凱西接收到的, 其實均屬於一種相似的類型. 人們在書中想當然要向凱西請教的問題, 在我一讀完書中人們想要向凱西請教的問題之後, 我隨即知道答案.

我從此就已明白, 大多數的12歲孩子是不會像我那樣地渴慕形而上學.

我感到幸運, 因為我可以「證明」無形界的接觸. 藉此, 我的意思是直到12或13歲, 在學校裏的成績表現得平平. 然後進到7年級, 我的心智大開, 因為接下來的學校課業變得容易許多, 特別是像數學之類的較為複雜的科目.

今天的我是個統計學專家.

喔, 會有更多就學的兒童可能在某個時機下, 獲得了此類及時的援助! 愈來愈多兒童生下來即帶有不尋常的覺醒意識. 接著有天使造訪. 我明白「天使」這個字, 帶著情感上的滿足, 對於那些不反對這個具有文化色彩的形象的人們來說, 其意義是正面肯定的, 反之則為負面否定. 然而, 不管人們怎麼稱呼這些精華, 這是一種重要聲音的子類型, 因為這組形象在(西方)文化十分普及之故.

在我自己的通靈經驗裏，這個形象出現得相當頻繁。根據我們的意願召喚祂們，祂們是一股強大的力量。在此，Q'uo群體說：

對於工作意識者、祈求者、以及一個活在信心中的生命確實存在著許多看不見的支持。我們要求你去仰賴那份支持。這個器皿會稱它為天使的援助，並且說天使無所不在。其他實體則會以大相逕庭的角度形容這種現象，但概念部分依然雷同。有個指引，有份協助，因為造物主不斷地用每件事物：大自然、環境、其他人群、巧合來和你溝通。要留意，開始去察覺靈性方面的有趣巧合，你亦將因此大受鼓舞。

我喜愛那個片語「靈性方面的有趣巧合」。一旦我們了解到要找尋它們，它們就俯拾皆是。更多有關訊息將出現在隨後的章節中。以下是來自流浪者的兩則天使的故事：

2歲時 … 我首次聽見了我的守護天使。當時我手中抱著小狗正準備爬上地下室的階梯，一個低沉的男性聲音在我右耳清晰地說著：「把小狗放下，你快要跌倒了。」我記得自己轉身並估量著聲音從地球上的何處傳來。然而我沒注意聽，沒錯，我掉到樓梯的底部。我生命中已多次聽見相同的聲音對我示警，雖然在我明白自己開始聽從的時刻前，即便直到我16歲，才明瞭是要開始聆聽忠告的時刻，而且他從未出錯過。

當我約18個月大，我看見這名「天使」前來探望我，我推測，雖然我未認出他是來自村裏的某個人，我確實知道他打那兒來。他看起來很像麥可-傑克遜，留著捲黑長髮，我的老天，他注視著我，他那深邃的藍眼睛藍得近乎紫羅蘭色，大朵妍麗的鳶尾科植物；而他似乎被嚇著了。我聽見他的想法：「天哪，你到底做了什麼！」而他正思索著眼前所將面臨的悲傷波濤(這是我的事，卻仍使他感到傷心)。我不能真的說我了解到底發生了什麼。接著呢他跪下來並且撫摸我的臉頰，眼睛依舊看著我而我也看著他，試圖全盤往內吸收，他接著起立轉身走開，而我也跟著照做；還有一次在花園，一團巨濤似綠色的霧佇立在植種南瓜的土地上，像支站立的弓降臨地球，於是他走進它，並在下個瞬間隨霧離去！

或許我聽過最棒的天使故事是來自於一名年輕的女子，那是很久以前的事，以至於我想不起來她的名字。我的確記得她有5個年齡差距很近的孩子，最大的孩子當時7歲。他們告訴她關於這個好男人會在他們就寢時來到跟前，並跟他們說故事直到大家入睡。一個週六早晨她醒來，發現已白日當頭，孩子們想必已起床並感到饑腸轆轆。正想知道他們為何沒像往常般吵醒她，她往廚房走去，只在餐桌上找到一份剩餘的培根蛋早餐，以及5個心滿意足、初學步的孩子。他們興奮地報告著他們的朋友要求他們讓媽媽繼續睡，當他為大家打點早餐時。她說原本會對他們抱持懷疑，或甚至完全排除有這回事，除了那未清理的煎鍋和尚留在孩子盤碟上的剩餘食物！

在結束這個段落之前，提供一則關於外星之聲的故事：

一直以來，我都需要再次確認我並非真的瘋了。我請求「友人們」以物質型態現身，祂們同意了，而我今後將不再做同樣的要求了。看見祂們的經驗是教人感到難以置信地美好與傷痛。請求第四密度存有以物質體化現是我奉勸各位要避免的，除非你能適應你的實相被

撕開。

Q'uo在此段落話別：

悲傷是你稱為第三密度生命經驗的必須要素。然而你對於這哀傷、心痛及改變過程的態度，能夠為你創造一個超越一切理解的和平狀態。我們鼓勵你們每個人去觀看那個天堂，縱使它是來自遙遠的地方，去知曉天使群與上帝的使者們始終如一地愛你，此時此刻地愛你，並且在這裏幫助你。雖然無法用肉眼看見，祂們卻守候在身旁，等待去安慰，尋求方法以堅定你內在的任何一絲希望。在這過程裏你們永不孤單。這是個受到守衛與保護的過程，而避風港就駐守其中。祝你們每一位彼此互助以找到各自回家的路。

無歸屬感

就一名流浪者而言，我的超心靈能力比大多數人要少，除了我的通靈能力，那不是自發式的啓動，而是爲了回應Don Elkins的請求而發展出來的天賦。對於幽浮之說或是非比尋常的視界範圍，或是我們已接獲的任何不同的聲音，我不具備經驗，愚鈍有如一塊厚板。但我真的符合流浪者的敘述，因爲我與這個世界是如此隔隔不入，好傢伙，喔 老兄，我確實很難融入！我被告知過去的我是個快樂寶寶，一個嘴巴吹著氣泡的學步娃兒，並一直是個歡樂又愉悅的小孩。那是家人所認識的我。實際上，在我生命的頭兩年，我只認得母親，因爲父親在母親懷胎2個月後便前往南太平洋，直到3年後才返鄉。在第1年，母親和我同住在外公外婆那兒，而我最初的記憶即是娜娜，我的祖母，在隔壁房內教學生彈鋼琴，當時的我還坐在我的高腳椅中。我是個早慧的孩子，2歲讀音樂而3歲讀字，4歲時成爲教堂唱詩班的一員，5歲時智力(IQ)測驗分數達200分而獲得勝出，8歲時亦再度獲勝。請注意這個早慧或「天才」的IQ並沒有[依我的意見看來]論及成人資格或真才實智的問題點。它僅保證我擁有一顆非常忙碌的心思，得以用來處理許多的材料。這不是個特別便利的特點，但我與許許多多覺醒的靈性追尋者同享該特點，高度的智能。

流浪者有聰明的傾向。

彷彿爲了使差異感更深化，我肉體上的古怪形貌，皮包骨，加上從出生以來便罹患嚴重斜視的一隻眼睛，令我整個人看起來又呆又傻，直到我11歲，眼部肌肉可以接受開刀，我的外型始獲得些微的改善。14個月大我即戴上眼鏡，其他孩童並不將我視爲同夥的友伴。在學校我的綽號叫「教授」。我熱心地希望我能夠融入其中。我努力過。我的問題是「正常的」活動對我而言是不合情理的。爲什麼我會想玩洋娃娃？我已有個弟弟了！我重複地嘗試跟其他孩子們玩耍，但始終都被拒絕。因此我把大部分時間拿來閱讀無數的書籍，單獨在大自然中夢想著自己的路，度過一個在其它境況下最不舒服的童年時光。事情合我自己的邏輯就好，而在某種程度內，我的家人接受了我，但他們知道我是不同的，而世界的人也如此認爲。

我將近17歲時，事情開始有了轉寰。彷彿突然間，我同齡的其他人可以意識到我的某種邏輯。自那一刻起，我與世界人類的經驗就不再那麼樣的困惑失措，然而距離依然存在的原因是，我不知如何在我及文化遊戲之間搭橋，人們通常透過後者去推算啄食次序並進行地

盤的禦防。當那些遊戲正在進行時，我變得清楚明白，因為我可以感受到空氣裏的不安。但立刻我便能夠洞穿這些遊戲。沒有任何暗示或幽靈影像告訴我正常情況是怎樣的。這真的有它的積極肯定面，而我已前來慶賀作我自己的這件事。然而學習去接受自己是條漫長的路，路上佈滿著痛苦與自我否定的軌跡。而我知道我毫不孤寂，因為有許多人把他們難以歸屬的情感寫出來跟大家分享。Hatonn 說：

我們十分欣喜有如此多的靈魂值此之際來到地球上，已經憶起或潛意識裏正開始記得他們來此的目的，因為針對至少10人中即有9人遺忘了自己本是這些異次元空間的具象化身之情形來看，此為相當普遍的狀態，這亦是為何他們感到如此的無歸無依，不能融入適應，以及天性上似乎常與社會產生不睦。

我承諾我們將著手整理這個問題的"根源"。現在呢，我的目標是去讓我們熟悉有許多其他跟我們一樣，似乎無法融入適應的流浪者。這兒有2名從小就浮現出無歸屬感的流浪者：

我已知道自己的恆久面貌。從小時候起，我就知道某種東西是不相同的。成長期間我的朋友不多，並且始終和「太怎麼樣」脫不了干係，太高了，太聰明了，太胖了，太大聲了，不在社會的正常參數之內，太常以外表來評判，就像許多人講的，有一雙遠超過我年紀的眼睛。而且從那麼小就異於常人，你可以想像，對那些不一樣的孩子來說常常是很殘酷的。到了最後我學著把它遮掩起來，並擺上所謂「正常的」外表。

我母親說我一直以來都是很不一樣的。我並非叛逆或粗暴無禮，只是行為舉動異常罷了。人們和朋友們總說我的言談是奇怪或詭異的。我從不喜歡群體或處在人群之中，例如一場派對。

我對此有同感：我仍避免大型或正式的派對。學校對我而言是困難的，因為我比大部分學生反應得更迅速，這使我的老師們頗感煩擾。他們也容易傾向像是如何地糾正錯誤以及企圖去指導坐在我附近的一些反應較慢的學生們，彷彿他們的表現是失當的。3年級的一半時間與4年級整學年，我都泡在學校圖書館內，那兩年中我的老師變得不能夠忍受我在她的班上。我在圖書館內吞食完大部分的書籍內容，順便一提的是，還徹底地享受了我生命中的那段歲月哩。

這裡又有另一個靈魂發現學校是她第一個無法歸屬的地方：

還是個孩子時，我曾經天天哭泣。我的意思是，如果有人錯看我，就會使我掉眼淚。我過去時常把我的父母逼到發瘋。回溯自1979年我搬往新罕普夏，當時年僅9歲的我，從一所大學校轉到一所小學校，立即就成了一名局外人，唉，我是如何地被攻擊與批評哪！我從沒融入其中。就好像動物世界，如果牠們感應到一種柔弱或相異的質素，牠們就採取攻擊與殺害。那就是我在校的經驗。今天，20年後，我已對那一件事實感到心情自在：不，我就是隔隔不入嘛。

有些流浪者的報告則指出首次感受到自己是個旁觀者，約是在

青少年時期：

自青少年期起，我發覺正規的團體社交既令人忸怩不安又常是空洞乏味的，我於是被切割成部分投入而部分抽離的局外人角色。逃避現實的方法就是進入空想與科幻小說之中。

從大概14歲左右，我也浸泡在科幻小說及想像世界裏，至今並仍舊喜愛這類型的文學作品。這邊有2則關於成爲異端的成年人故事：

我曾認爲我生命的困境只不過是每個人生命的投影，意即爲，所有人類，無論何時，均有生活上的困境，然而我終於明白我的困境源始於一份思想上的根本差異。我尚未和任何一位抱持與我的理想或基本生活信念相同的人會面。大多數時間我自覺是在氣泡之外看裏面其餘的人類，不能理解或與他們溝通；而欲破除或進入那氣泡是行不通的。大多數時間我甚至不覺得自己是人，雖然我不能否認我的人類生理現象。

我常在想自己是不是個流浪者，既然我從不覺得在任何地方有家的歸屬感或舒適的心境，那就是流浪者嗎??? 非常困頓的生命，我現在67歲，一個哲學博士、編輯、大學教授等等，卻有種空虛感，一種被離棄的感覺，不像他人般實際的活著。但是誰造成的？爲什麼？對我而言這些是很偉大和重要的問題。有答案嗎？沒有。有解決方案嗎？或許吧。

而這些聲音亦以一種特殊的風味滋味對我述說：

我不確定我是誰或何物。有件事倒是確定的：我從未有歸屬的感覺。許多與我同齡的人都在我背後說我是個怪胎，與眾不同。好罷，有件事我很確定的是我不僅非常異類，而且一輩子都如此認爲著。我始終感到自己孤立在這個星球上。我曾詢問這個宇宙許多次：「爲何我是這麼異類？」

即便我始終覺得跟其他人不一樣，我還是很接受自己這副模樣。有時候我想知道自己為何是這樣子，當然還是沒有答案。那時我尚未醒覺，現在我醒了，我不介意有所不同。我看待它如同一份提醒，即我的靈魂正在發展，而我也真的好期待抵達靈性的下一個等級。

不來自這裡!

許多流浪者似乎清楚地知道他們並不來自於這裏。Q'uo對此說明：

我們知道那份感覺，即許多實體在這行星的影響經驗內，一種遠離家園之感覺，並可以說有許多許多這個星球上的實體們是從別處旅行至此，也就是，攜帶了另一個行星的影響。你們並非全都來自同個出處或起源，此正如第二密度影響進入第三密度之長遠的行進，而這也說明了社群、國家、種族、宗教等等關係的困難程度；以及加諸你們行星的影響。

因此它不祇是來自別處的較高密度實體的到訪地球而已，星際聯邦也多次論及有關許多未完成的第三密度人口，如火星人和馬爾戴克星人，之所以進入地球的肉體輪迴週期，是爲了要完成當初在自家領土上未能履踐的第三密度的愛的課題，因爲他們的星球對第三密度生命而言，早已變成荒地。

這份傷感獲得了諾瑪(Norma Talvik)的迴響共鳴：

我的看法是，我們全都自他方而來，或者我可以說我們全是宇宙的存有。

但凡來自較高密度之流浪者的我們是擁有思鄉症的特性的典型，就像Q'uo所給予的解釋：

這些實體，不管怎樣，在其內心中的距離感以及對於源起自別處的幽微的記憶，這種覺受在許多的案例中即是以你們可謂的一種思鄉症或疏離感的型式作為呈現，原因有來自行星的影響與被這個第三密度所反映的一種較不和諧的振動。然而，每個實體的存在之心意識到，雖然也許有個座落在別處的家，可對所有光的追尋者及太一造物者的僕人們來說，真正的家是在那服務與光之內，那來自唯一的源頭，太一造物者，而且一旦明瞭造物主即住居在每個實體內，不僅發出祂的愛之光芒，還平等照顧一切存有，每個實體必然可以從中獲致心靈上的慰藉。

我可以清楚地記得跟唐·艾爾金斯(Don Elkins)的會面，並覺得他了解我所想的一切。那是種美好、如家人般的感覺。毋需解釋什麼！有些流浪者已深自覺醒並能清晰地閱讀我們的心，而這是個奇妙的感受。無論如何，彷彿爲了抵銷這點，許多人會害怕一些來到這裡的流浪者不會對他們更深層的身份有所醒悟：

我的直覺是我們之中在此成為種子的，最後會比實際的需要還要來得更多，因為我們已知並非全部的人過得了這次的關卡。(聖經中)關於播種的格言講得很好，我覺得幾乎不是靠自己完成的，而是透過那最纖細的絲線。

因此對於我們這些已喚起記憶並且正閱讀本書卷的人們，Q'uo族群說道：

身為流浪者的你爲了兩個理由而來：即服務與接受試煉。假若你釋然地了知每個人眼前的道路都是合宜的，都是自己設計的命定途徑，那麼請在這事實中找到安慰。

自始至終，在幻象內，總有股強烈的渴求，即沒有第三密度的沉重的身體和沉重的經驗。可是，一旦人身自然底結束，尋求的靈魂將凝視著過往並想著：「為何我那時不多學習點呢？這是多棒的一次機會呀！」

讓我們聽聽一些記起了其他行星故鄉的流浪者的陳述：

八歲的時候，我就跟所有人說我是來自金星，我也如此相信。我無法向自己或任何一個人做出滿意的解釋，但我對此十分確定。

我愛上藍色星星，天狼星。它是我故鄉，我覺得。而我的心思.. 耶(yeah)、耶、耶，為之瘋狂。

我知道自己並非地球人，我經過天狼星來到這裏，但從那裏來的我不知道。我是一名靈氣師父，並在療癒的藝術中享受我的工作，但我從不藉此收取費用。

對許多流浪者，如以下這些案例，星星本身觸發了鄉愁：

我想我一直知道自己是「星際人」，甚至在我認識這個詞彙或理解其概念之前。記得我在夏日的夜晚躺臥於青青草地之間，望著繁星點點，升起了一種深刻又悲傷的鄉愁。

總想要離開這個星球，這個生命。總思及其他行星上的生命，總熱切盼望飛行於眾星之中。

許多流浪者被那美好的字眼「家鄉」所深深牽動：

有個重點，我太強烈渴望回「家」了。我承認，並告訴我一位朋友。但我不真的理解我的意思，因為在此生中我知道的所有的家鄉，似乎都不是我想要去的地方。

我的夢境主題是有關遙遠的土地及實境，諸如從一原始鄉間的峽谷之上的山脊往下望去，哭泣著且思量著，「我要回家。」夢境中我感受到的深刻悲傷與鄉愁是廣袤無際的。

很小的時候，我就會注視著天空，以及想知道我何以在此，何以回不了家。但我知道在這裏有門功課要學，以及有件工作要做。我從不覺得家在這裡，但我倒是很珍惜這顆星球所存在的美好。

這些屬於別處的記憶可能是微弱模糊的，然而卻傳達了：

我還未告訴她我從未說出口的一些其他事：從孩提時代起，我便已記得有某個地點/時間/生命，始終就是不可觸及的回憶；然而正如以往的模糊不明與可望不可及，那份情感上的連結竟比我此生裏的任何其他經歷還要強勁得多且更有意義。在過去的數月期間，那些影像顯現出一股更巨大的力道及清晰度，雖然我還無法將它們帶入意識完整亮光之中。

我將試著摘要以及在今日人類語言的界限之內，試著找到詞彙去形容那確實難以形容的東西。這個「記憶/經驗」的發生，在今天仍如以往一般地生動鮮明。它形塑與鑄煉我這個人還有我信奉的一切。相較於我周圍實際的物質世界，它至今對我而言仍持續著較真實的樣貌。

湯瑪斯(Thomas Wright)以一種辛辣又令人不安的思考結束了這個段落：

我認為我們皆欲知自己究竟來自何處，但也許更重要的是：如果我們能回去的話，我們會感到那種親密的自在嗎？或由於我們的新經驗反倒讓我們變成了陌生人？

可不可能對故鄉還保有像現在一樣的感覺呢？有「家」就能讓我們快樂和安寧嗎？想一想吧。或許，一旦選上這條流浪者的路，就必須一直向外拓展，絕不靠近，家。

知足可能便是一個實體要付出的代價，為了(保有)冒險以及驚奇。

第二章 分離的解剖學

來自家庭的分離

在某種程度上,每個個體至少有時候會感覺到與家人或朋友間分離的痛苦. 但,對於流浪者而言,終其一生都不間斷地、敏銳地感覺到分離. 它並不是來自大自然,而是來自與其他人類的一種分離.

對於許多流浪者而言,分離感早在[處於出生家庭的]幼年時期就開始了. Q'uo 說:

所以在流浪者心裡有種混亂的感覺.
你發現自己存在於這個世界中. 卻不屬於這個世界

因為這個狀況似乎充滿不舒服,許多已經在這兒流浪的人,是非常悲慘可憐的,他們找不到任何舒適.

為了回應流浪者舒適的需要,有些人在他們討論當中,大量傾向藉由鼓勵一種與地球原住民分離的感覺,來緩和流浪者的痛苦.

我們不鼓勵這種思考傾向,因為每一個流浪者,
降臨並進到地球領域的影響之中,就要負起身為地球公民的責任.
和任何其他地球原住民同樣的多,
當肉身經驗結束的時候. 流浪者可能會期待走向光明的階梯
正和任何生長在地球的原住民一樣,
如果這些步伐最終邁向的舒適點在第三密度之中,流浪者將不會回到他的家鄉振動鏈結,
更確切的說,應該會持續在第三密度學習,直到具備畢業資格為止.

我相信這是一個重點.

我們不一定總是在地球上. 但是.我們在這兒具備了跟地球原住民一樣的肉身、流著同樣的血液、踩在同樣的塵土上,同樣遵守離境的必要條件.

我們將不會回到我們原有的家鄉密度. 直到我們了解這點,並工作自己產生足夠的極化好讓我們從目前第三密度的經驗中畢業.

成爲這裡的原住民似乎把我們與永恆的流浪者靈魂分開，雖然事實並非如此。

Latwii 群體說：

分離似乎變得非常深入，以致於讓一個人忘記石頭會唱歌。
地球高聲歡呼著。樹木也在春天的時刻輕快地跳躍著。

一個人要感覺自身與那存在於萬有之中的生命分離，是多麼容易的一件事。
感覺與自我分離是多麼容易的一件事，感覺到自我內在有許多派系在鬥爭，必須使之和諧；
發現自己分析、再分析，卻是徒勞無功。

諾瑪(Norma Talvik)描述他基本的境遇。

我從來都不是一個廣結人緣者，生活中大部分都是靠自己。
很確定的，當我四周圍繞著一大群人時。我從不會感覺到更孤單或者被孤立。

迄今，就個人而言。我愛人們，並且有許多美好的朋友。
但那並非是我的家人或我的家。

我可以感覺和一隻動物非常親近，如狗、狼、馬、或其他動物，但對人類則不會。

把這個現象運用在原生家庭上，當家人拒絕流浪者，當事人會經歷一段曾被報導的混亂期。

在我這一生有過許多經驗，我現在才開始了解我是與眾不同的，
除了其他小孩會認為我”不一樣”的事實以外。
我的”家人”也希望把我掃到地毯底下*。
(*譯註：這句可以換成中國諺語--‘家醜不可外揚’。)

無論如何，某些流浪者具備比較頑強的素質，他們拒絕家人，
而非等著家人來排斥自己。

當我年輕的時候 我總是認為我是被收養的 即使我知道其實不是這樣。
我經歷了一段艱困的時光，因為我不覺得我被父母所接納，即使他們用他們自己的
方式愛我。

在成長的過程，我常在想我父母並非我父母，我家人也並非我家人。
我”真正的”家人將會到來，並帶我回家。
甚至我母親也說過 若不是我看起來那麼像她，她不會相信我是她的小孩。

一個頑強讀者的心聲！

在此, Q'uo 群體分享了一些洞見: 如何和這些感覺共處.

在第三密度裡 唯一的催化劑就是愛與恐懼.

實體在嬰兒期之初, 被包裹在愛中.

愛被知曉 遍及他整個系統.

他學習去關閉自己. 以變成分離的個體,

變成有防衛心態, 因為很明顯的, 有些事令他恐懼.

外面的世界有些實體與物體可以傷害他.

所以在第三密度中 靈性生活也許可以被描述成

學習如何去愛 或 如何釋放恐懼 的過程.

因為恐懼就是愛的一種扭曲, 它假設分離存在於各個生命之間,

導致一個實體對於可以增加安全與舒適感的人或事物, 傾向做出某種回應.

對於那些多少因為與家人的混亂關係而感到罪惡的流浪者, Q'uo 說:

這種分離的感覺存在於這些流浪者之間, 這件事不需要以失敗的眼光看待, 而要以單純的眼光來看, 一個實體需要靈性上的巨大勇氣去嘗試將一生奉獻給造物主, 特別是與其他實體相關聯這部分.

在我原生家庭的境遇裡, 我感覺我比較多時候扮演滋養者, 而非被滋養的角色.

以後見之明而言, 那是極好的催化劑, 但在那時. 感覺不被(家人)支持是非常痛苦的.

即便現在回頭看, 這段記憶也並非如黃金般美好,

雖然長大以後因此擁有獨立自主的精神, 並持續有機會成為支持與鼓勵自己的”父母”.

我們需要小心地看待我們如何跟自己對話.

在我們服務他人之前, 先完成以下服務: 支持內在自我、自我的信仰、以及自我接納.

原生家庭沒有辦法做到的, 我們可以把這部分包含在自我裡內.

我們變得能夠自我肯定, 在我看來, 那是一個美好的開始, 接著也能夠去肯定別人.

控制的議題

我們為什麼選擇我們的家庭?

Q'uo 評論道:

在這小小的群體[家庭]之中, 不論是福是禍, 實體們具有最牢固、最深入和持久的機會。

每一個家庭成員都有可能變成另一個人所謂好的經驗;

也有可能變成能夠毀滅他人的復仇女神和復仇者。

家庭是第三密度經驗中非常深刻的一部分; 並且蘊含豐富的機會朝向服務自我與其他自我;

在自我和家庭群體往來的挑戰與各種情境中所產生的許多極化機會，我們再怎麼強調也不為過。

流浪者本能地了解到社群是重要的。

這個本能幾乎總是可以穿透遺忘罩紗。[罩紗是降生在你們星球第三密度的標記]。

星際聯邦實體談到一個較大規模的家庭。

也許他們的意思是包括靈性家庭。即我們在生活中聚集的(朋友)圈子。

我自己所恢復的外星人記憶是一個豐富的”部族”生活，

在那兒。每個孩子都有許多成人接受他們的問題，還有許多其他的小孩和我一起生活。

我認為這種延伸家庭，由具有類似靈性興趣的人們組成，在較高密度中。是一種常見的生活方式。

你們每一位都是這個大家庭中的一部分，此刻。你們在幻象中行動，幫助那些需要幫助的人，激勵著那些疲倦的人，並提供援助給那些走在這條路上有困難的人。

太一造物主的愛完整地居住在你們每個人當中，只需要最渺小的需求或靈感即可將它點燃為火焰；你總是可以從知道這件事得到安慰。

理論上。這個建議聽起來相當簡單易懂。

這個建議是要我們和大家庭中的每位成員協調一致，彼此合作。

但 不管怎樣 當人們聚在一起時，總是會有控制的戲碼發生。

某些人會設法改變自己去適應別人：

昨晚，在一場討論當中，我突然說了以下的話：我已經付出全部生命去改變自己來適應別人，只為了能夠與他們相處。

現在，是時候了 我將要停止這種改變而開始做自己。

無論如何，從邏輯推演的角度看，做自己絕非易事。

赫密士學派(Hermetic)的教導— "認識你自己"，開啓尋道者內在巨大且陰影籠罩的深沉自我，在那兒 搜尋的光線總是黯淡且狹窄，有著許多自我的深邃角落。

有越來越多的人感覺到需要與家人共處，卻試圖用各式各樣的方法控制別人的行為。

Q’uo談到這點

渴望控制經常奠基於一個願望，即自我決定以某種方式去協助他人。

不管怎樣，你自己事先決定服務的方式經常成為一個被錯誤引導的渴望，如果太過緊抓這個渴望不放，會導致一個人錯過一個機會-- 不預設立場 更和諧、更有效率地去服務的機會。

我發現龐貝克(Pupak Haghghi)的故事可以具體說明Q’uo剛才那段話。

1996那年，她是一位定期出席我們群體集會的成員，

對於一位熟識男性的不適當行為，她感到義憤填膺。

這個已婚的男人曾虛偽地發誓說他只想跟她做朋友，卻趁機跟她求愛，她設法閃避。她理所當然地感到受辱並大發雷霆。

當她詢問關於這個經驗時，以下是Q'uo對她說的一些話。

許多生氣的感覺是橙色光芒正在發生阻塞，在這個光芒，妳工作自己與另一個自我。這是關係的脈輪、臍輪，許多實體們從這個脈輪試著控制別人。

一個下腹部處在緊張狀態的人，時常會對兩種人起反應：企圖控制的人或反對控制的人；因為自我正嘗試控制另一個人。

不管是何種情況，該實體不只在紅色光芒，也在橘色光芒中心經驗某些阻塞。當憤怒發生的原因和社會、文化、或群體有關，這股憤怒也會發生黃色光芒的阻塞。

這意思是說，作為一個能量使用者，你會突然感到糧食配給短少，雖然能量還是會無限地湧向你，能夠上升到心輪並開啟心輪的能量(因此)減少許多。

所以，一旦你接受了自己的黑暗面，你便擁有一個漫長的工作計畫的基礎。我們可以稱之為從隱藏處走出來。

我們給予器皿一個衣櫥的影像。

它彷彿就好像是你的恐懼，你的阻塞。正如你經驗這個催化劑並製造憤怒，

這些東西使你自已縮成了一團，進入一個擁擠、狹小的空間。

一旦妳確認、接納、並原諒自己的憤怒，工作這個憤怒的技巧是看見唯有愛才能處理這個令人關切的事。

無論是哪一種關係，沒有例外的。星際聯邦實體們提供了信仰、希望和真實的想法，還有永恆的理想。

多麼艱鉅的挑戰！去充分地愛一個粗野的下流男人以看見原諒他的方法。然後繼續前進。

容我說，除了應用愛之外，當下一次這位倒楣的先生又企圖在這個冥想團體說謊時。

龐貝克女士會表現出令人畏懼的兇猛和優雅的攻擊性演說。

對我而言，一個難得吼叫的人，用這種恐怖嚇人的方式，是令人愉快的一刻！

但是，回到控制或不控制他人的基本觀念上，放掉控制是一個非常可怕的概念。

無論如何，Q'uo建議如下：

當實體領悟到並不需要擁有超越他人的力量時，

就會決定不企圖以力量超越另一個人。

因為所有的造物都從內在自我展現它自己的力量。
因此,所有神奇的工作,都在自我之上被完成。
沒有操控、教導、控制、改變或勸告其他實體們的需要,
只有讓內在自我做到以下這些事情的需要:
讓自我越來越平衡的鍛鍊,
明確地接受自我(個性)普遍的本質,
於是選擇清澈與明晰地服務他人,
克制自己去判斷或控制他人,
並練習愛自己、接納自己,
當察覺到自我犯錯時,允許自己原諒自我。

身體的疾病

我是一個體弱多病的孩子,出生時有一隻眼睛往內凹陷到腦部松果腺體或稱為”第三隻眼”的位置,就在額頭的正中央。醫生擔心會造成大腦損傷或早夭,以及許多其他先天的眼科缺陷:如緩慢的對焦、缺乏夜視及辨別顏色的能力,並缺乏對縱深的知覺。

兩歲時,我患了非常嚴重的風濕性熱,醫生們再次預期我會死。

當我脫離險境之後,他們說我還可以再活五年。

1956年,我13歲那年,我的腎功能衰退。在我15歲時又發作了一次。

當時,一個人若得到血管球性腎炎,他沒有任何選擇,那時沒有腎臟移植,也沒有血液透析(即洗腎)。

再次地,不是活就是死,我通過這些考驗活下來了。

雖然在這段期間得到的風濕性關節炎跟著我一輩子。

醫生們經常告訴我父母:我的壽命不會太長。他們要有心理準備會在我念中學以前失去我,然後是在上大學以前,在25歲以前,在我30歲以前,..我卻一再比他們的預測活得更久。

現在,我正享受著我第58個年頭。數十年來,我一直有慢性不適症。

所以當一群流浪者寫下他們自己掙扎奮鬥的故事時,很能夠引起我的共鳴。

對”流浪者旅行”這個觀點,RA提出一個看法:

由於第三密度與較高密度的振動變貌之間有著極度的差異,

如果你願意(你會發現),流浪者們有個普遍的慣例:某種障礙的形式、非常劇烈的困境或疏離的感覺。

在這些困難中最常見的就是疏離感，對行星振動的抗拒反應表現在個人的疾病上 [如你所稱]。身體複合體在調整自身適應行星振動的過程中，藉由疾病顯示其困難。

我們或許不樂意聽到這種說法，但對於流浪者來說，我們需要去面對這個事實，我們比許多地球原住民更加容易生病。

蘿拉(Laura Knight-Jadczyk)這麼說：

我這一生經常在生病。我無法吃、睡、甚至像一般人一樣的呼吸。
我一直被恆常的過敏症狀折磨著，耳朵感染、眼睛感染、女性方面的問題，神經性的問題，最嚴重的事件是我在1994年，甚至折斷了頸骨。
我曾經歷過七次重大手術，我的骨盆在我分娩(生產)時裂開，導致我幾乎一年不能走路。

然而，這一切都是課程，而那是另一個故事了。
只要上帝確實允許我去認識祂，這就夠了！

這個苦難以各式各樣的慢性疾病顯現。
我自己的風濕性疾病在流浪者之間是十分常見的，一位如天使般的紳士寫信給我說：

依我看，當知覺正在擴大增加或提升之時，纖維肌風濕痛這種疾病不是起因於地球的能量、就是被它所影響，
我相信，纖維疾病、慢性疲勞症候群、艾伯斯坦-巴爾症候群 和 紅斑性狼瘡相互間有密切的關聯，甚至可能是相同變異(致病機轉)的疾病。
在加拿大甚至有一個男人，將這些疾病稱為”靈性尋道者症候群”。
他沒有跟其他人一樣，宣稱他們是相同的疾病，但對我而言，這些病的症狀和纖維疾病幾乎完全相同，他強調，它的成長速率如同流行病傳播一樣迅速。

這一類疾病的成長率突然很自然地上升，因為許多流浪者來到地球，並被它的振動所影響。
現在，我們可以做些什麼？有沒有一個解答？從俗世的角度來說，沒有。
所以，也許我們在對待身體疾病的工作上會變得更精湛熟練，
但我們傾向感染到這些疾病 是由於我們深層核心振動與第三密度的**地球振動**不匹配造成的副作用。

還有一件事，我認為這個不匹配吸取了我們天然的第二密度身體，如同黑齊(Heikki Malaska)報告說：

我一位從事傳統中藥的醫師朋友，能夠清楚無隱藏的看見任何基本能量。在檢視我之後，驚訝地說：她發覺沒有任何能量支持著我的免疫系統，這讓我非常敏感，容易受到外在影響，諸如飲食、天氣、壓力等等。

免疫系統受到危害似乎是一個中心議題，或許有許多思維可以被帶到工作中，用以工作這個基本能量的缺乏。

在黑齊這個個案中，他設法療癒了他自己的一個疾病：

我自我療癒了坐骨神經痛，在一次非常嚴重的情況下，我唯一可以離開床的方式是爬行：走路時，我先細察健康這一邊的肌肉/骨骼之移動方式。接著再把知覺轉移到生病的那一邊，並且教導它用健康的方式去移動。

自從疼痛不再困擾我之後，我甚至再也不去在意及考慮以醫學專業的觀點來看。自我療癒到底有沒有可能。

當一個流浪者可以顯化療癒能力，那是很美好的，我從來都做不到這樣的事。

雖然我處理得夠好了，耗費兩年時間與輪椅同行之後，我終於又站起來了。

種種不同的風濕性疾病、關節炎、狼瘡、和纖維性疾病緊緊地跟著我，我在那兩年除了在家哪也去不了。關於這一點，星際**聯邦**實體有一些好建議：

當催化劑提供給實體。如果催化劑沒有被使用在心智複合體上，它就會滲入身體複合體，而以某種身體扭曲顯化。若能夠更有效率的使用催化劑，身體的扭曲就越少。

在這些你稱之為流浪者的個案當中，他們在先天上與第三密度振動形式就有回應上的困難，並且有著模糊的記憶：這些扭曲在家鄉的振動中是不必要或不尋常的。

這是一個很好的提醒。我們發現我們必須處理與催化劑的關係，在心智與情感平衡上工作或者工作我們的身體，在我們平衡的過程中，若沒有釋放掉這些扭曲，身體就會把它們演出來給我們看。

我們將和能量中心的概念一同工作，在後面會提到與它們的平衡相關的更多細節；我發現這種觀看身、心、靈能量的方法，對我而言是非常有幫助的；我很樂意分享它，基本的原則是：

處於疾病的情境中，心為了療癒而哭泣吶喊；療癒是個無形的過程，頭腦藉此察覺到一個比疾病更強有力的能量場。

較高真理將會影響次要真理的改變。至少，這是一個理論。

我可以想到好些身體上的戲劇性事件，我還不能顯化肉體健康，我卻已經能夠大大地協助我那衰弱到快要倒下的心靈。Q'uo群體說：

當降生前的選擇已給予你一個難題，要有信心——你的靈性進展足以讓你參予你自己的命運，這些事件的發生並不僅僅因為偶然；那些表面上的貧窮、表面上的限制、表面上的困難，表面上的疾病，都是你往前的助力，它們豎立起某種情境，在不利的情况下，你還能學習到愛的一堂課。

對於正面、或服務他人導向的個人而言，你們的(第三)密度是最後一個存在真正不利狀況的密度*。

(*譯注：第三密度是選擇的密度、第四密度是愛的密度、第五是光的密度、第六是一的法則的密度、第七為永恆的密度。)

只有在這個密度中，選擇的密度，這種情況才會發生。

於是知道，每一個在你前頭的難題並不會超過你能工作的極限，它不是為了擊敗妳而存在；你不會為自己規劃出那種不可能的任務。

但你正使出全力伸展自我，因為你希望改變，在愛與服務中，你希望變得比你現在更加極化靠近造物主與其他人。

過敏是流浪者疾病中最常見的一種。

1968年，我被大量而嚴重的過敏症狀淹沒。當時我剛加入唐(Don Elkins)的團隊，全天候為他工作，原本溫和的慢性風濕性疾病轉為急性症狀且幾乎無法處理。

我的看法是，這樣的時間安排顯示：我決定加入唐的工作誘發了這些限制。這使我能夠更加地注視內在。換句話說，這是一個正面的改變，形而上學而言，它發出一個朝聖之旅開始的訊號；這是我最為感恩且到現在仍持續進行的事。

一位過敏專家對我測試了48種物質，我對它們全部都過敏，流浪者基本上對地球過敏，我聽了許多這樣的例子：

我確知一件事，就是我對地球上每件東西都過敏：黴菌、花粉、化學物品、香氣、石油化學品；列表下來似乎是沒有窮盡的。

這個星球只會令我生病。雖然我愛它的美麗，並住在森林中，但地球對我而言，從來都不像是一個家。

五歲那年，我被診斷患了氣喘，醫生說，我可能打從一出生就擁有它了。

這意味著，我對環境中許多事物都過敏：灰塵、羽毛、貓、狗、草莓，所有這些東西不是令我打噴嚏、發癢，就是害我起疹子。

反諷的是，它也保護我沒有成為越戰的特遣部隊，也讓我遠離殺人的可能性。

Ra對過敏的洞察如下：

過敏看起來也許是心/身/靈複合體環境中心智複合體在較深層次的拒絕。

因此，過敏也許可以被視為深層自我的心智/情感變貌的純粹形式。

除了疾病與過敏外，敏感特質也是(流浪者)身體圖像的一部分。

我記得在童年就覺得跟別人不同，我認為其他人不會像我一樣有這麼強烈的感覺。

我發現去看、去讀、去聽任何暴力或殘忍或悲傷的事情都很困難。

對我而言，似乎大部分的人都能夠用一種“喔，好吧”的態度去理解所有事情。

有時候，痛苦的圖像，或文字，會不斷困擾我好幾個月。

有些則一直困擾我到今天。大約八歲大時，我在枕頭下放了一粒豌豆。我認為我的不同是因為我是一個被遺忘的公主。我確定你知道這個故事，當我醒來時伴隨著頭痛。

有好幾次我的頭頂非常劇烈的震顫，我經歷了一段被搞的團團轉的艱困時光。

我處理的方法是讓自己忙於其他事物，積極地分散對它的注意力。

然而，一直存在一個我無法解釋的內在呼喚。

每一個流浪者都用一種獨特的方式覺察敏感，從這些故事中我們可以看到這種傾向。在此，布里西斯(Brisis)和黑齊(Heikki)談論到這個敏感讓他們嚐試調整自己去適應其他人：

我想要說.我發現事情變得有點容易了.

或者說,至少我對自己以及我在宇宙中的位置 開始有一個較好的理解.

但這並非是必然的.

我發現我自己每天阻擋掉各種能量,但帶入我想要的能量則經常是困難的.

因為我變得非常地有同感心(empathic),或者更確切地說 我的同感能力已被喚醒.

與其說試著堅持自己的立場,以及嚐試去描繪別人與我之間的能量;不如說我把自己與它們隔絕,有點像是自我的防護罩.

我過去常為輕微憂鬱症的瞬間發作而受苦,直到我學著認出某個沮喪的人正在我附近,而我正好把頻率調整到那個地方.

以我的經驗,男人與女人都一樣,只要他們覺醒了就傾向擁有這個敏感能力. Hatonn群體以生動的口才談到此點:

通往靈性的路徑沒有確切的承諾,只有偉大的承諾 並且 有著非常容易受傷的持續性風險;當你試圖尋求學習時,敏感的能力總是會與你同在.

我們與你一同在這條路上-- 容易受傷、愚蠢、同時也是完美的,在造物者的愛中日趨完美,與祂合一.

目的

對流浪者而言,“目的”(purpose)是一個核心字眼.

一個人帶著一個目的、某種任務進入生命中,通常會有一些感覺.

他通常不覺得是個負擔,而是一種榮耀和責任.

尋找出這個目的是什麼可能要花一輩子的時間,我在此看見兩個層次的議題.

Q'uo 概論生命的目的如何被看見,來自星際聯邦的實體們說:

我們時常說.你們在第三密度的一輩子,好比是一所學校.

在這個幻象裡的目的是驅策第三密度尋道者從頭部移動到內心.

容我們說,智性的思考雖然有光的能量,情感卻有心的能量,因為這個因素,情感比起大腦能包含與述說的智慧 含有更深奧的資訊.

從頭部到內心這十四英吋的旅程似乎是最必要的.

這劇烈的痛苦促使一個人釋放智性與邏輯的考量,我將它視為一件好事,它讓我回想起唐的”180度規則”:如果我們認為某件事對我們而言是好的,它對我們來說就是壞的;反之亦然.

我的朋友們,傷心和悲嘆深深地存在每個實體內,就好像大笑和歡喜也深深地存在你的結構當中.具有肉身的目的不是要免於眼淚或笑聲;也不是要免於悲傷或歡笑.毋寧說這目標環繞著尊敬和憐憫,一個實體感覺到每個感情都想到這個目標,不偏好任何一種情感,不否認任何純粹的情感.

我們請求你去愛、接受、原諒自己,大膽勇敢地開放自我並允許自我的療癒、記憶的療癒、肉身的療癒.進入這些關係之中,讓愛的精靈之光開始運行.

所以,對所有生命來說有一個普遍的教育目的,我們全體來到這裡學習愛的課程,去體會這世界提供給我們的並找到越來越多平衡與技巧去解決這些功課.

它是正確性且有週期性變動的感覺,這份感覺將來到一個會正確使用她/他的禮物的人身上.我們讚許你的思考過程包括這樣的感覺的覺知,它讓你知道你正處在正確或不正確的道路.對每一個擁有直覺和內在知曉的人來說,一個人能夠汲取並倚靠這份感覺.

我們將再次回到這個普遍的教育性目的上.現在讓我們用另一個覺知去注視”目的”這個字眼對流浪者而言,如同一個確切的鈴響.

流浪者時常會覺知到有一個靈性目的駕馭著他們的肉身.

我花了25年的時間發現一個和平的所在,並了解我在此的目的.

我已經擁有許多來自單紗另一邊的幫助.對此我永遠地感激.

沒有這些幫助,我不可能找到這個目的,至少此刻是如此.

當我還很年輕時,每隔一段時間就會出現一個特別而強烈的感覺--我到這兒來為了要完成某件大事.我注意著這個感覺並想著,喔!那感覺又來了.但我要做的事究竟是什麼呢?

我認為自己有一個要在地球上完成的課題,但我仍不知道它是什麼,除了知道我們必須察覺增加我們的愛/光/知識,以及把自己準備在最好的狀況,包含了靈魂、心智、和身體三方面!!!

無論如何,這個目的覺察的層次並沒有那麼令人煩惱,不如許多流浪者感覺到有關他們的目的和使命感那樣急迫.

一年前我感覺到我需要快點.那感覺的來到是因為我看到了”時鐘”,時針與分針指向的地方還差三到四分鐘就午夜十二點.我為什麼要告訴你這些呢?除了和我住在一起的女兒外.我沒跟其他人說過.無論如何.它只不過是幻覺的一部分.

在此,另一位流浪者也提到了時鐘.

重要的是我們完成了哪些計畫.

老天,我真的希望我能夠記得我曾經規畫了什麼.

我很擔心我可能忽略了某些事情.

如果我遺漏了什麼.希望上帝會把它顯示出來讓我知道.

自從我看見時鐘後,已經有兩個例子發生.
關於這件事我也許曾經寫信告訴過你,但我現在不記得了.
一天早晨,在時鐘出現後我醒來.腦海中出現這樣的字眼:
“我必須快點”.

接著,大約在六星期以前,我醒過來同時有個聲音告訴我“時間越來越不夠了”.
它可能是指某些事情.我不確定是否是指接下來幾個月的事件,從1999年,八月開始計算.
或者說我的肉身時間已經快用盡了.

我感覺到,我們在這裡的主要使命是很簡單的一件事.然而,這件事幾乎總是被流浪者們忽略掉.因為依照我們文化階層的道德觀,我們總喜歡假設,認為使命就必須是一件很獨特的事情.但我感覺這件事不是,更確切地說,我感到我們的目的是在當下,在地球平面的範圍內.活出我們的生命,呼吸這裡的空氣,享受地球這所學校的所有經驗.
我們來到這裡做我們自己,因為當我們做著這件事時.我們的振動頻率就會反映出我們家鄉較高密度的振動方式.或者我們覺醒的心,而這些會幫助提升地球平面的振動頻率..
那些屬於內在平面的靈性世界的實體們,無法執行這個任務,因為它們沒有肉體.
他們不呼吸空氣,也不是必死的人類.
我們來到這裡奉獻我們的生命,一刻接一刻,為了地球與她的子民.這不是一個”大”使命,因為它與 **做** 什麼無關,而關乎 **存在(being)**.

這些認知當中很常見的一個錯誤是以為走在靈性的路徑上有某些事是很獨特的,某人被假想成有某些職業生涯規劃,有個急迫的感覺說:該是服務的時候了.
我來到這個地方,該是依著使命而行動的時候,正如我們曾藉由這個器皿說過.
我們感覺對於生涯規劃的想法是一種神話妄想(chimera).除非這個生涯被視為一種存在的天職.每一個內在的你都是完美的.你們每一個都是太一偉大的起初思維的全像圖(hologram).
它以不扭曲的形式被攜帶於你的每一個身體細胞 以及 所有較微細的身體 [它們以自身的複雜性構成你的心智、身體、和靈性] 中.

心智遊戲

現在.我們先將目的論之想法擺到一邊,依然有很多事物是關於流浪者典型的心理困境.那是因為比起許多活在共識實相的實體而言,我們對於週遭事物有不同的”承擔”.

我的頭腦傾向於反向思考,大部分時間我傾向於走更困難的道路.

我總是有個與眾不同的思路,在許多不同的情況下發現幽默,在許多例子當中 我必須解釋我發現了什麼有趣的事.

置身於人群中我總感到我是與眾不同的，包括與我的家人。不是覺得比別人好，只是不一樣。我的興趣總是游走在邊緣，我的信仰與生活方式也都是如此。

生活在其中是多麼令人灰心呀，我從每天與這些人談話他們一直在經驗著這樣的感覺，並過著一種艱難的生活。就像今天，**法老**(筆名)曾寫下基於這個迫切感覺的關切，他所談的主題，大部分的人會覺得離他們太遙遠了。

他設法努力去連結，卻仍然有阻塞。因為他的頭腦運作方式跟常人不同，所以無法與人們有所聯繫。就像大部分的流浪者，他擁有最高的理想和希望。卻一次又一次地受到拒絕，這是多麼令人沮喪呀！這些流浪者也表達了這樣的感覺：

這裡的振動對我來說似乎非常負面，我經常要把自己從這個世界拉回來；躲起來療傷。我在這個世界的的行為似乎/感覺經常是無益和愚蠢的。做和學每件事都很痛苦。

當我還是一個孩子時。我總是相信愛具有最偉大的力量。
但成長對我來說卻是一個創傷經驗，這個世界有許多的恨意。
我發現，我經常並不了解在各種境遇當中 人們期待我有什麼表現，
我花了許多時間研究文化社會、禮節和心理學。
就像許許多多其他的流浪者，我花了很長一段時間才了解 -- 你不能信任任何人。

真是悲慘！然而，我不能說那不是真的，因為我從小到大也感覺到了地球上這些野蠻的振動。我想流浪者們在人際關係中都看見了這場遊戲的演出。

打從很年輕的時候，我不知為何就知道我並非來自這個地方(地球)。
我完全不能讓自己去認同人們持續在玩的各式各樣的遊戲。
我尚未有任何工作能力去和人們產生關聯，因為許多事情感覺宛如活在一個不同的夢境當中，我正從後面透過一道簾幕觀看著他們的行為。

我當然同意無限造物全體能夠很容易地被視為一個夢境、或一場遊戲、一個向自我揭露自我的嬉戲與舞蹈之神聖過程。雖然這個想法對於被這世界拒絕而顯得步履蹣跚的流浪者而言可能並沒有很多幫助。以下是另一個心智(頭腦)遊戲的觀點：

“我不在乎”是多麼容易說出來的一句話。事實真相是，其他人並不了解。他們不能夠也不需要了解。但如果他們願意，他們就會了解。
你必需去在乎，當你能夠察覺到超乎人們覺察的”正常”範圍以外的事物。你的感覺就更敏銳了。
如果你不在乎，你不會有感覺，那也沒關係。
但如果你沒感覺，你將無法學習到你和你自己之間不同的地方在哪裡，還有他們和他們自己不同的地方又是什麼。你必須認識你自己，大部分的人們不認識自己！
如果你不在乎，要認識自己是不可能的。

對流浪者最好的建議是：去關心、撒下心防、把心別在衣袖上*，即使知道會被無理對待並且被誤解。

持續地關心並不容易。有時候沮喪似乎是全面性的，誠如我對法老提議的，我最好的忠告是用一顆開放的心把焦點集中在面對當下，在那一刻當中尋找愛，然後跟隨愛。

(*譯註：這個片語出自莎士比亞的奧塞羅，源自中古世紀騎士將愛人的緞帶繫在衣袖上的習俗。)

這也許意味著不需與人分享我們個人的真理，因為當沒有收到邀請就提供意見，如果我們的個人信仰系統與社會公認的價值觀有所偏離，如同許多流浪者的現況，這個意見時常會遭受(別人)漠不關心的態度甚至是公然的敵意。

這也許是指要把焦點放在我們該怎麼讓其他人感覺更舒適和特別上，允許人們與我們而非我們的信仰產生關聯。不被邀請時就避免分享並非不誠實。作一個照顧與種植思想種子的園丁，然後繼續前進；而非在無人需要時奉獻出自我的信仰之心。

拒絕停留在沮喪當中，我們似乎是孤獨的，而境遇是無望的。但事實上，和我們有相同狀況的人其數量是驚人的。隨著時光推移、命運開展，我們將會連結(相遇)。以下是一些勉勵的話語：

我真的覺得自己是走在正確的軌道(道路)上，雖然我感到疲憊，並蒙受許多痛苦，用沙啞的聲音訴說著各種現象，並咒罵著命運等等...我依然萬分固執地讓自己處於愛的振動的狀態中。

這種感覺在我的內在成長，我朝向內在本質的方向前進並影響了其他許多想要在這世界上有重大改變的人們。我們做了某些事情去關切愛的課題並彼此相愛，創造一個心的家族。這個內在方向是非常堅實的，它也帶給我許多安慰。

從被認定的標準中，我發現可以用一個卓越的方法來看待我們與世間標準不同之處。我們是一群從事內在工作的人。由外在驅策的世界時常不了解這點。

但我們在這裡提供協助，我們也有這個能力。在這條道路上，我們擁有偉大的夥伴。

流浪者在精神層面的問題還包括渴望公平正義。在這群覺醒的靈魂中，他們經常對於人類社會中不公平與殘暴之行爲深惡痛絕。Q'uo 評論道：

第三密度並不是一個智慧在其中扮演重要角色的密度。

相信第三密度有智慧是愚蠢的人。所以，一個人可以看到公平正義的理想，一個道德倫理與理性哲學的理想並未仔細考量幻象的本質或目的、或那些已來到第三密度幻象具自我意識的實體。

在任何真實的知覺中，沒有多少可供觀察的公平正義，因為每個實體在此生之前所創造的計畫時常故意地包含了困難、不公平和痛苦的情況，靈性抱負越多的實體，她將面臨的人生課程就越困難。

一些流浪者分享了他們與公平正義有關的悲痛。

當我還是一個小孩，在學校求學的時候，一個老師對我們解釋偏見的意思，我覺得十分煩惱，心想 這是多麼不合邏輯以及不公正的概念呀！

我甚至開始在我的腦海裡撰寫一本關於偏見的書，大意是不管我們的皮膚是什麼顏色，不論是黑色、白色、紅色、金色或綠色，我們都有血有肉、有情緒、有感覺，會被傷害。

當我看到世上一些不公平的事以及人們冷漠的態度時，我感到震怒。因為，我有一種視野能夠看出我們是一種有能力建造天堂的物種。

我們不難看見 這些精神壓力有時候會衝出可掌握的範圍，流浪者的結局便可能是心智上的困擾、心理上的疾病、或 自殺？如#245網友說：

作為一個流浪者，在你的頭腦裡會有個空間 在那個地方你知道你是對的。但就算你是對的 也沒什麼大不了。經常地，你甚至不知道為什麼你會認為別人是錯的。不管其他人說了什麼，也沒有人需要聽你的看法。情況就是如此，如果你去懷疑那個空間，你等於是在招引憂鬱與瘋狂的到來。

在唐的疾病期間與他在1984年死亡之後，我有數年的時間需要接受精神治療。在那段時間，我們兩人都承受著某種疾病，我粗略地將它們稱為精神崩潰或憂鬱症。我們兩人不同的地方在於 信任別人的程度 以及 是否樂意傾聽別人嘗試給予我們的幫助。我存活下來了，唐卻陷於精神錯亂的狀態中而選擇了自殺。我知道他的離開對他而言是”正確”的事。

我由衷的認為，自殺從來不是個好主意。但我能夠正面理解 當受到不堪忍受的壓力並感到絕望時 的確會讓人們想要結束掉這一切，但自殺不會結束任何事情 除了當下的生命及肉身的學習機會外。

在幻象(Illusions)一書中，李察巴哈說：或多或少，只要我們還活著，我們就仍有個使命尚待完成。還不是離開的時候。我同意，當繼續前進的時候到了，造物主就會帶領我們到另一個更大的生命體中。

我察覺到人們會把自殺合理化，是因為他們希望帶著尊嚴死去。我也知道，人們在我旁邊做了什麼，並不在我的職責範圍內。

我不會嚴厲地評斷一個人不該用這樣的方式去選擇結束她自己的生命。

但我感覺 無論如何，她已做了一個不智的決定。

我知道心愛的人自殺之後 一個人活下去的滋味是什麼。

以我自己為例，在我積極想死的那段日子，有六年的時光我承受著非常巨大的痛苦，因為我自己的疏忽而在對話中遺漏了一些東西 或 根本沒說，這些犯行間接促成了唐的自暴自棄。

到了1990年，我開始緩和自我批判，1992年，我因內出血被送到醫院 並經由外科手術切除掉一半降結腸，這個內在的死亡過程很自然的結束了。

一旦這個重大的困難被矯正了，我選擇去做復健治療並努力擺脫掉輪椅 重新恢復站立的生活。概括而言，從1984至1992年，我生活中的議程就是當我超級不快樂地走在自我批判的沙漠中，要如何生存下去。

絕對不要以為 如果我們自殺 我們只傷害了我們自己。

每一個在經歷所愛的人自殺後還活著的人，即使只是認識的朋友自殺，都同樣會感到十分地可怕與不愉快。

一直到今天，唐精神錯亂的臉孔仍不時地浮現在我腦海裏。

他的受苦有如**基督**(的受難) 並且 是可怕的。

不論如何，當時機到來時，我被治癒了，現在 我已經可以視他為我美好指引中的一部分。但是 腦海裏揮之不去的影像和我的悲傷並沒有因此就不見了。

以下是其他幾位流浪者談論他們心理上的健康。

有時候我認為我已經失控了 並且變得自我保護 以免引起太多注意。有些人嘗試在我身上貼上怪人的標籤，因為他們不了解或八成無法從內在理解他們宣稱的真理為何。所以我要小心翼翼。

我被困在精神心理健康系統的極端痛苦當中。我是一個 ”偏執狂、慢性精神分裂症患者、躁鬱症患者、受精神分裂侵襲的、性亢奮、古怪反常的傢伙。”

我已被監禁兩次。而我可以說，在醫院裡面我遇見比外面更覺醒的人們。

當我1990年住在精神病院時，我經驗到來自同輩病友的大愛和友情。這期間幾乎沒有一位專業的治療者能相信我所說的。我非常感激其他心智正常的病人！

這裡是一位流浪者和心理健康系統處的比較好的例子：

我24歲那年在精神病院住了三個星期(我還想住久一點)，一種存在上的谷底。三月，即使在**挪威**南部，大地仍是貧瘠的。尚未有任何植物發芽。只有去年的枯葉因積雪融化而顯露出來。當我走過庭院，經過一座又一座的建築物時，一個景像吸引了我的注意力。一片孤單、小小、乾燥的葉片 盤旋經過我的身邊。在我有任何想法之前，它就移走了，我迅速地想到。這片早已死亡的葉片藉著微不足道的徐風，又展開了它的生命之舞：

它動了起來！行動又展開了。它告訴我生命是存在的。而且是活生生的。我也是活生生的。這個聲音在我心底深深的迴響著。早已死亡的事物因風而重新活起來這樣的想法一直到現在都如珍寶般存在我內心幫助著我。

在下一章，我們將完成一個過程：當我們注視流浪者的情感問題和道路上的陷阱，我們看見自己與一般標準有何不同

我希望當我們在前三章找到像我們一樣的人群之後，我們將更深入地了解到在深沉的核心層次，我們在地球上真的不孤單。我們是已經來到地球上龐大數量靈魂中的其中一個，我們都是為了同樣的理由而降生到這裡。這些人都是美好的夥伴，當我們的故事繼續發展下去我們將會連結在一起。

第三章 內在良知的再三啃蝕：頑固的痛苦

關於本章標題的一些說明：這個用語來自**喬-哀思**(James Joyce)的著作，大概的意思是說當自我再次地覺察到內在的痛苦時，會有一個因反覆內觀而逐漸增加的有力影響，它會榨取原本已經脆弱的能量，並加深早已牢固的自我懷疑。我認為這個內觀，非常能夠代表流浪者的典型。

自我懷疑

本章，我們更深入探討我們存有中純粹的情感，通常大部分存在於潛意識的能量。一個流浪者存在的基本經驗具有好幾個層次，比起童年時期或家庭的排拒，那些對自我不好的看法可以把我們推向一個更深的深淵。陰暗而富於創意的潛意識情感流動，越深越黑暗，浮現在(我們的)感情生活中。在這個層面，它真的全部都與我們有關，在個人的神話故事中，我們創造了我們的生命；在自我個性存在的舞台上，我們是主要的演員。在這個區域，驕傲全面盛開，它做為自我真理與謙卑的對照組，以及(小我的)最後防線。這也是自我懷疑和不安感所處的位置，深深的陰溝中殘留了未治癒的部分，同時，我們會試著在表面的行為上配合文化的偏好，這些是我們選擇領受的。

自我懷疑會削弱一個人。流浪者很容易為自我懷疑與不安的情感束縛所苦，因為我們收到許多比較“正常”的人類的回應。有時候是不友善或懷有敵意。人們藉由率直地表現出自我的恐懼來表達他不安的情感；或者，在表面上看來變得更自我肯定卻承受過多壓力。不管是哪一種情況，這種精神官能症都跟自我價值的不安感有關。當然，不只對流浪者是如此，對於所有人也是如此。然而，對於敏感的流浪者來說，好像所有的問題都會顯得更加困難，更具傷害性，因為這個情感痛苦的層次並不立刻從表面行為顯現出來，它可以如此強烈錯誤地走下去。終歸變成了一些難題，好比超心靈致意*。這世上“正常”的人類，一般而言，並不受形而上學觀點的困擾。他們單純地，不曾經驗過帶有相同特徵及共鳴的自我懷疑的痛苦(與流浪者相比)。以下是一些流浪者在他們頭腦裡的自我懷疑。

(*譯註：這是作者對於起心靈攻擊的委婉用語)

為什麼有這樣的天人交戰持續在自我中進行？當我自己仍舊停留在一個混亂的局面時，我如何對其他人說出正確的事？

我曾做過最困難和最令人討厭的事情當中的一個是：去年，我逐漸憶起真正的我究竟是誰？這在那時，是最令人討厭的也是非常困難的事，我丈夫很擔心，我小孩也很害怕，甚至我們家的狗也是。我也看見原因，去學習信任自己及你的靈魂，是需要跨越的一大步，尤其當你全部的生活已經試著吞下這些觀念：去相信任何人、所有人，除了你自己以外。

流浪者在外在世界中，經常感覺處在眾多危險當中，敏感易受傷害。

我在心中告訴自己，“我很安全，沒有問題，”但是，情感自我卻正在高聲尖叫：“不，你不是。不，你不是。”

那只能證明我過去這一、兩年曾說過的：邏輯與知識並不足夠，心才能賦予事物的本質。如果你只信賴邏輯與知識，那麼，除了外殼以外，你無法得到更多。唯一的方法就是我可以明白一個自內心把本質找到並證明給我的情緒體看的方式。

”看吧！你是安全的，真的”

在一個因擁有內在美麗與愛的真理而被嘲笑的世界，感覺失敗是一件很簡單的事。

我想在生活的配方中，有個東西叫做缺乏、或者說過量，我不知道。我感覺我的生活因為有太多傷心的眼淚而變得太鹹。喔，我多麼希望去創造愛與和平。我如此真誠想要的和平生活在哪兒呢？

我們很容易感覺到自己無法去服務，因為有時候自己是如此地混亂。

我存在是為了要幫助別人，這個念頭對我而言是有點傻的。如果你能夠看見我腦袋的想法縱使只有一天！你會發現，我多麼困惑、害怕、憤怒等等..等等。

由我服務他人的想法聽起來多麼愚蠢，你知道，就像問道於盲！它甚至令我感到害怕。對他人保持開放態度，意味著一個人對他人敞開易受攻擊的弱點，這種情形也令我感到害怕。還有一種對犯錯的恐懼，然而伴隨著所進行之一切，一個人所必須說的只是：“我需要說出來。”接著所有的恐懼就消失了。我是如此希望，當有人需要我時，我只要往前走並一頭栽進去就好了。這部分的我，不讓我只是坐著旁觀他人受苦。事情結束之後，所有這些感覺才開始升起。

自我懷疑顯化了一個人的較深自我的恐懼。

我相信我有一個恐懼——是關於我自己的力量。在大部分的事物中，我只能不自覺的一直走下去。但我越來越清醒，並感到這股澎湃的能量升起。我用吃東西來避開對這股能量的感覺也避免支持這股能量。我允許自己落入一種模式，即我樂意為任何人做任何事，除了面對我自己個人的力量外。

星際聯邦經常談到這類的問題，來自我們小組的問題，關於情緒敏感和自我懷疑，並提及如

何處理它：

當一位尋道者向一個靈性路徑的新體驗靠近時，他會感覺到一定程度的懷疑，這種情形是合宜的。因為這種懷疑或問題，是在準備尋道者的內在意識，要向未知的斷崖跨出一步；不知道下一步是否踏在堅實的地基上。

因此，如果你的心有興趣，卻對你的能力感到懷疑。我們建議你信賴你感覺到的渴望，把此刻的懷疑先放到一邊，以便讓路徑能夠經由你內在的熱情與渴望被指出，好使你的旅程可以繼續進行。

正面路徑是充滿陰影、問題與懷疑的，必須持續的學習與平衡。正面路徑的選擇並非只是去選擇簡單的初期課程。

天地良心 我們絕不該只面對簡單與容易的事！
通常那不是流浪者所描繪的路徑。

苦難與混亂可能遍及這個幻象之中，每個實體內心都被考驗著這些基本原則，並把它們放在經驗的熔爐中試鍊。

和善的對待你自己，不要期望太多，依舊把目標放在你面前，在實相中更新每一天的信仰，在幻象當中真的沒有錯誤這種東西。會有許多巨大的困惑與難解的謎題以及許多混亂與懷疑的經驗，每一個真理的尋求者在道途上都將發現這些東西，並設法一一克服。

有些流浪者具有較低的自我價值感，好比我自己，這樣有個立即的好處，也就是說，至少表面上顯出謙卑的態度。我一直認為，在意識內做工有四種最核心的品質：謙卑、耐心、堅持與幽默。謙卑有驚人的功效能夠拯救、維持個性的品質，我只能夠勉勵流浪者們孜孜不倦地培養這個品質。只要我時常提醒自己我就會記得。不幸地，對我來說它是所有禮物中最難領受的。因為驕傲是我最頑固的缺點，我工作它，日復一日、年復一年。正當我感覺到我有一點點進步時，我注意到，對此我又感到驕傲了。星際聯邦談到關於謙卑：

那些負面與困難的經驗是非常重要的，一個人可以學習他個人所能接受的謙卑，寧可觀察之後再行動，而不願(立即)回應。把生活掌握在自己的手中，而不是希望藉由武斷與不斷禱告去掌控。毋寧說，去了解這個計畫早已擬好，型態也已經設定好了；那是你和你的**高我**為你創造的最好的型態。這一次你所有需要做的是，允許你自己走在每一條你能走的道路上，持續張大你的雙眼，注視著你的感覺，找到顯化愛的方法，微笑著走在街上，用體貼親切的字眼與陌生人交談。

謙卑不需要包括自我較低的價值感，它毋寧是一個寧靜與和平的本質並且隨時留意當下的愛。

驕傲與臣服

131(女士)是一個熱情洋溢、精力充沛有才氣的藝術家，當她投入她的創作工作時，她經驗到許多能量，感覺到某種高度的靈性。她寫信給我說：

我試著去了解造物主意志和我的意志，這兩者之間的不同。有時候我認為沒有半點不同。無論如何，事實是，我的意志也就是造物主的意志。但，就實際而言我不認為這是真的，至少，不是所有時間都如此。關於這點你認為如何呢？我們是否可以劃一條線去區別我們對這些事的覺察以及其中的實相？

去思考關於這些事情的好方法是什麼呢？我認為這個問題與謙卑的觀念有很深的連結，但我真的不知道如何用一個聰明的方式去講述它。

我要聲明，在她的問題中，一點都沒有驕傲的成分。當一個人在這個流動中，就會感覺到我們的意志好像和造物主的意志合而為一，她只是單純擁有這個經驗，並思考與權衡它們。我有時會有片刻、數小時、或數天的時光，會處於另類的狀態，置身於喜樂與光中。這些經驗何時要發生，我無法預測。除了說，逆境似乎會鼓勵它們出現。要如何去評價它們呢？同樣地，比較流浪者與世俗未覺醒人類差別的整個結果，並不是說我們比較聰明，或比較好，甚至比較有智慧。但是我們不只是感覺到不同，而且是感到很歡喜。去感覺到”更好”，是非常容易讓人感到驕傲。當王爾德(Oscar Wilde)說”或多或少，我們全體都是醉臥在陰溝裡的，但我們中的一些人抬頭注視著星星。這樣的態度多麼令人驚歎！Q’uo 說：

只要你還認為你有個需要辯護的自我，你就必須工作靈性驕傲，實體們絕大部分在這上面工作著：無論再怎樣地堅持、純粹、或虔誠地工作，他們已經尋求了一年又一年，但依舊仍有這樣的意識：是”我”在搜尋，”我”在觀看，”我”在尋求變成而”我”能夠做到的最好版本。

有時候我們會像豎立屏障似的將驕傲擺在我們面前：

去凝視實體內在的驕傲本質，就是去注視自我為了防禦的目的，而創造的那個部分。也就是說，一個驕傲的人嚐試去發現一件好的、對的或高貴的方法來作為他思想言行的依歸。之後那人戴上一個最有效的面具，為了給別人一個好印象。彷彿一個人擁有一座雅緻的花園，為了保護它，在旁邊圍起20英尺高的圍牆；很顯然地，這超過了這座花園正常的安全需求。

無論如何，在自我之中我們可以看見這道高牆，那是我們自己製造出來的。問題是，我們如何能夠變得夠勇敢而讓高牆倒下：

所有這些真實靈性路徑的最後目標是謙卑和心甘情願的臣服；你的軀殼、驕傲、妄自尊大、缺乏自我價值和恐懼，將所有這些情緒臣服給愛的大能與和平，並知曉妳即是愛。

精英主義

這種情形經常發生, 我發現自己正在思索, 我很高興我的靈性是覺醒的, 沒有沉睡在表象世界中、帶著沒有深度的見識漂浮著 前往乾涸的陰溝 看不見形而上的思想.

我把自己陷入一個週而復始的過程: 增加自我慶賀式的驕傲; 從隨後的自我批判中釋放自己; 然後重新開始. 一次又一次, 一次又一次.

我們流浪者好比是高尚的城市小夥子, 卻跑到農場上 而且必須穿過高高的、佈滿蟲子與牛糞的草地.

我們攜帶的情緒本質, 或者 當我們靈性覺醒時發現這點, 我們對於地球上的紛亂、忙碌的愚蠢太過敏感, 至少, 從我們帶有偏見的觀點來看是如此.

唐喜歡說 我們都活在地球精神病院中, 而他很高興擁有一間個人房. 他真的感覺到地球上的思考方式是瘋狂的. 有時候, 你很難不同意他的說法. 但Latwii 群體說:

負面原則就是加強分離幻象的原則, 它隱含在所有造物之中.

接下來, 分離幻象可以被那些得到負面極性知識的人, 用來支配那些不被我們稱作精英的人, 容我們這麼說.

任何個性堅定的人, 下決心要成為精英, 之後. 那些個性就會被用來從非精英中區分出精英. 因此, 在許多、許多你內在環境中的某些部分, 你可以看見扭曲朝向負面. 的確, 在自我之中, 並非所有實體都為一. 但是, 你, 不正包含全體嗎?

一些流浪者明白地否認他們比任何其他人還好:

我討厭人們把我當作比他們更有智慧, 或把我視為一位老師.

我認為 老師/學生 都存在我們全體裡面. 從任何我接觸到的人身上 我學習到一樣多的東西. 我並不熱衷權力遊戲 或是 有什麼優越情結. 但我確實有一種能惹惱某些人的竅門, 因為我傾向去說所有的形而上資料都是容易的, 任何人都能夠學會它.

請注意 即使是否認精英主義 其中也有驕傲的戲碼. 流浪者經常是超級聰明的. 但正如我說過的, 高智力並不同於智慧.

它只是給我們一個良好的電腦/智能去玩耍, 卻不明瞭是它在玩我們.

Q'uo兄弟姊妹說:

我們並不認為自己比那些處在第三密度的實體們更有智慧，除了僅僅在一個略微不同的幻象中，因此，處在一個有點不同的環境。

我們依然像你們一樣，尋求去知曉 卻尚未明瞭。

我們僅僅持有一些相當堅定的意見；如同所有靈性事物的運作方式，

我們的真理經常不斷地移入未知當中，如同你們一般。

因此，總是有矛盾、紊亂、嘗試去理解造成的糾結，而這個理解只能被體現。

其他過去採取驕傲態勢的流浪者正努力朝向謙卑的方向：

我了解我必須在謙卑上下工夫，想要同時活出一個美好的靈性生活 並 交出一張優秀的世俗成績單並不容易。

我必須監視著討人厭的小我(ego)! 有時候 我必須嘲笑我自己。

在這輛巴士上 我們全都是蠢蛋! 這點是很重要的! 我們需要把這點銘印在我們的記憶之中。正如 Latwii 群體說：

一般說來，這些流浪者進入(第三)密度之際 大多數並沒有比那些原本屬於該密度的實體有更好的裝備；因為流浪者經驗遺忘過程之後，就不被允許去獲取經驗的完整資源。

實質上，他們在玩一場賭注，也就是說，若他們自然的正面極化傾向得以發揮，他們將在兩方面都成功--- 促進周遭人群的福祉 以及 達到足夠的極化，當他們肉體死亡那一刻，就可以選擇回歸他們原來的密度 或者 進行另一次的服務行動。

在時間與空間中，我們或許來自一個美妙的”其他”地點。如果我們是已覺醒的地球原住民，我們可能對這類”其他”地方的形而上能量起共鳴。不再認同地球人的思考方式。藉由存在於我們內在核心的本質，我們可以提供禮物給地球上這些人，以及地球它自己。但 做為住在肉體中的靈魂 以及 表面人格體，我們很明確地 與所有其他第三密度人類是平等的；爲了從**地球**學校畢業，我們全都必須通過相同的考試。

我們很容易就會認為 提供我們的服務給地球是”紆尊降貴”。

事實上，我感覺 我們曾努力工作才贏得在此具備肉身的資格。我們戰戰兢兢地去接受服務地球上那些人的機會；我們已經賺得這個機會—沒有一個在較高密度的實體有這種機會，只憑藉著信心 活出第三密度的一生，從而工作我們的極性 與 渴望的純度。

當我們認為我們在這兒施捨給那些較低下的(地球)原住民。我們就開始進入不幸的頭腦結構之中，如同以下的例子：

我變得越來越無法連結我的本質。我變得憤世嫉俗、憤怒、悲觀，更加朝向服務自我。我開始相信人們需要被控制，這樣對他們好。

這個世界喜歡聚焦在控制他人上面。

另一方面，靈性尋道者和所有類型的流浪者卻共同擁有非凡的頭腦結構。(能夠) 聚焦在我們自己的深沉自我的概念複合體的陰影與迴響上；而非我們包裝良好的世界，停留在短暫而表面的關切上。

在意識的工作中，我們的工作目標只與我們自己有關，包括將恐懼從我們做事的動機中移除，並以誠實的愛取代恐懼。

我們在和其他人交談時，如果他們沒有提出靈性的話題，我同意 不去自由地談論關於如此令我們著迷的靈性生活 是好的。

但是我鼓勵 認真與深刻地沉思 我們自己的人格外殼或小我 以及它的關切。自我能量的平衡仰賴這種細微的工作，進入真實的觀念 並移除非真實的細節。

如果我們全體都被誘惑去感覺驕傲與精英主義，那麼不令人意外的，靈性族群也將會被如此地誘惑。Latwii 說：

許多意識群體仍不經意地培養一種精英主義，奠基於一種可見 卻無法以邏輯理解的真理；在這類群體中 每個相信愛與服務理想的成員認為自己是被檢選的，是受膏的(anointed)，或透過特別的誓約得到認證，這種特別性是形而上的、持久的 它遠超過你以為的表面生活。你可以看見那些表面上幾乎沒有意識的人們，縱使那些人的意識能夠勝任。也不承認形而上學。

然而 那些人並不會永遠迷路，那些人正在學習一個不同的課程，走一條不同的道路，更緩慢地前進。對所有已被創造的意識來說，(永遠)有足夠的時間去擷取意識與生俱來的權利。

沒有精英，我的朋友們。事實上 只有在如你所知的相對時間中 有所謂的殘留遺跡。

沒有永久的嚎啕大哭者和咬牙切齒者，如同器皿會用的辭彙。

全體終將合而為一。有些人需要比其他入更多的經驗週期。而那些加速他們的經驗的人們，也加速了其中的痛苦和歡笑。因為他們完全地使用了催化劑，一些副作用將會發生。

我們但願你領略那喜樂的完整性與豐富性，並了解痛苦所包含的意義。

在我們個人以及群體的工作中，讓我們盡力尋求我們的真理與價值的核心，而不是空洞的精英主義外殼。Q'uo群體用生動的話語給予一個好建議來結束這一節：

我們勉勵每一位不要覺得自己比那些尚未察覺靈性進化的實體優秀。

不管你是多麼覺察靈性進化的過程或本質，你依舊配備著一整列的挑戰：

肉體上、心理上、情感上、和靈性上的，而所有這些絲線都有它們自己最好的光輝與力量。生命的織錦畫有許多部份由困難與事物的黑暗面構成；我們再怎麼強調這些較低能量的價值也不為過；工作它們 如同 你工作較高(能量)中心一般的興奮。

超心靈問候

當流浪者終於覺醒到他們的使命就是代表行星從事尋求”光的工作”時，如果他們好到足夠能與光調和，他們就會開始成為通道，接引大量的光進入地球平面，如此他們就會吸引”忠誠反對者”的注意---就是我時常稱呼其路徑為服務自我的非肉身實體。

這樣的實體會被光的能流，這是光的工作者透過他的器皿所提供的，吸引，並設下陷阱希望能為他們自己捕捉到光。

如果光的工作者對他們正在做的事情感到驕傲，或者 如果當他們在提供自己作為通道的過程中，產生任何真理的扭曲，吸引心靈”攻擊”的機會就會增加。

當人們緊靠著光 在意識中工作 總可以預期偶爾的心靈問候，因為我們都是易犯錯的人類。希望避免錯誤而活出一個”完美”的生命是沒有支撐基礎的。

一個人能夠細細磨掉他的慾望，一個人也能夠臣服於另一個人的教導；但是，一個人不能夠避免掉混淆。

所以，當心靈攻擊或心靈問候發生，我們不需要感到我們好像以某種方式失敗了。只要去處理問候就夠了。普通人不大會吸引這樣的問候。正如Q’uo 說：

我們的看法是 若不是你的自由意志選擇在你的學習課程中安置這一個研究領域，你不會遭遇心靈問候，容我們說。

在你的路徑上，也許並沒有那些[我們曾描述過的]忠誠反對者設置障礙，但那些實體可能誇大了每一個你所運用的那些經驗，雖然我們必須在此刻建議 這種現象遠比大部分實體所能想像的還要罕見，因為大部分處於你們幻象中的實體會發現他們自己不斷在服務他人和服務自我這二者的選擇中移動，並沒有專注在任何一邊移動並遠到足以吸引那些選擇操控該移動的實體們的注意。

我們位於愛/光研究中心的小組 在與 Ra 群體工作的那段期間，經歷了豐富的心靈問候。從那時起我們就多少比較容易遭遇這些問候，因為我們持續不斷地工作 如同一座”燈塔”，每日敬拜(造物者)，將所有的生活細節都視為神聖，這些構築了我們共同的生活基礎。這些年來，許多人從世界各地到此拜訪，更多人信賴著存在於此的愛/光研究中心。在內在的知覺中，我們構成了一個相當大的靈性社區。所以當然，我們持續吸引了一些來自忠誠反對者的注意。吉姆(Jim McCarty)在一的法則第五冊裡寫道：

一個人的選擇總是能夠被使用在正面或負面的意識上。即使當我們似乎被許多負面實體干擾；光的工作者稱這種干擾為心靈攻擊，而被我們改稱為心靈問候。

我們選擇用問候這個措辭來強調 一個人被問候的那部分 不必然是一個負面經驗。

事實上，一個人被問候的真實經驗是與這個人如何去看待這個情況有直接關聯。

如果一個人希望看到這種問候變成一次麻煩的攻擊，那麼 它就會變成(你的)經驗。

然而，一個人也能夠選擇在所有實體以及事件中看見造物主。並能夠在任何情況下讚頌與尋找光。那麼 它也會變成(你的)經驗。

在這裡，他談到我們與 Ra 群體接觸期間的經驗：

大多數人大概不會把我們小組的經驗描述為真正的不和諧，那是我們在1982年秋天的經驗，感覺不十分健全 也不大和諧。

然而 當一個實體在尋求光的途徑上前行，.並開始站在靠近光的地方，如同我們很榮幸地在Ra接觸中所做的工作；即使是最小程度的偏離和諧，如果放著不去解決，也會成為機會的目標，給予我們負面極性朋友強化它的機會。

這些心靈問候可以成為很好的機會去療癒這些和諧的偏離，甚至進行更遠及更快的進化旅程。因為 這樣一個負面實體真正在做的是：當它增強某個人不協調的選擇時正是向你指出弱點—那是在你個人有知覺的尋求中 可能已經錯過的事情。

但一個人必須採取快速且徹底的行動，好解開這些存於內在的扭曲，否則更進一步的混亂和困難會隨之發生，這是由於：

- 一.你最初自由意志的選擇，
- 二.被負面實體強化的最初選擇，
- 三.由於你沒有將注意力放在上面，最後無法解決與平衡該扭曲。

幸運地，大部分的人們不需要對付第五密度(負面)實體的魔法本領，而是要對付第四密度 嘍囉較小的本領— 雖然，通常他們的手法是相當有效的。

當我開始進行這本手冊的工作時，我付出了足夠的努力；最終，吸引了(心靈)問候。共有兩個，一個緊跟在另一個後面，顯化在我的腹部，我領悟到某些關鍵 有某些議題與個人控制相關，在我書寫本書的過程中必須將它解開。

疼痛來自於橙色與黃色光芒脈輪，位於小腹太陽神經叢的地方。我檢視這本書 在自我與他人；以及自我與群體間 發現某些關鍵，在這本書中，對於每一個我想要引用並分享的來源，應該及時獲得每個來源正式的許可，在這件事上. 我多少存在著一個不嚴謹的態度。這是涉及橙色光芒的議題，存在於我和其他個體之間的議題。

但是我嘗試要處理的群體問題是什麼呢？

我了解到 我以爲自己是一個群體、就是愛/光研究中心，我彷彿是睿智的 並且知道一切事物. 或者，毋寧說，彷彿愛/光研究中心通靈資料的檔案知曉一切。

真糟糕！我再一次面對了自己的驕傲，並證實除了玩文字遊戲之外 我自己根本什麼也不能做。我真的愛這些通靈下來的訊息 這些是我們小組已收集到的，但是我需要更充分地看見 在此 我並沒有提供任何嶄新的東西。只有極少，或者說根本沒有什麼東西是讀者只能在此處發現，而不能在別處發現。帶入這個核心真理之後，我發現 困難逐漸地平息下來了。

同時在這段期間，我讓自己沉浸在吉姆一手打造的充滿美麗與祝福的石雕與花園裡，我看見心靈問候總是一再地轉變成與命運合作的機會。

我已經由衷發現與心靈問候一起工作時 需要讚頌與感謝的理由。
這是一個關鍵。心靈問候可以帶來精神、情感或心靈的痛苦。但它的雙手也帶來祝福。

我的意思並不是說 心靈問候有時候不是某種警示。它當然是。
這種問候可以帶來巨大無邊的疼痛以及令人驚愕的苦難，它以許多形式呈現。
但我的意思是要說 沒什麼好怕的。

有時候，新時代思維會全然地否認心靈問候，說負面性是不存在的。

伊芳(Yvonne)談到這點：

我知道有關超心靈攻擊的主題或者如您所稱的，超心靈問候；這個東西 即使是已受啟蒙的人們也想避開它。至少在我的國家，瑞典，這是一件事實。

恐懼曾經將它的爪子伸入這個國家，因為靈性乾旱的現象存在於人群當中，所謂的新時代運動正欣欣向榮。

這個國家的新時代運動問題，一部份來自許多虛假的預言家。它們只教導愛與光，卻不觸及黑暗面。事實上，我已經遇過許多新時代的人們鄭重地認為黑暗與邪惡並不存在，它只存在於你的頭腦中。但是 如果它只存在你的頭腦中。那你又是誰？

如你所知，這方面的說法有許多層次可以探討，我們可以用許多不同的方法去注視它。

以某個角度來說，是的，你可以說邪惡並不存在，因為如果你把自己提升到星光(astral)平面之上，你就不必為恐懼與邪惡而困擾。但我們地球上有多少人真的達到那個境界呢？

我沒有到達那境界，一點也沒有。

忠誠反對者的觀點需要被平衡，(我們)要能夠去看到服務自我的實體是一個特定的種類，而服務他人的實體也做了特定的選擇。這些選擇都是合情合理的。

服務自我的(實體)試著去控制與操控。服務他人的(實體)則放手、臣服、允許與合作。

當我們看見心靈問候時，要求自己不要被恐懼感染，但要面對處理這個問候，用心智去分析；依著直覺去製造隱藏的連結；使用靈性虔誠地祈禱，並定睛在神聖的事物上。

所有這些表面上的攻擊者其實是我們自我的一部分。從一個深奧且有益的角度來看，我們可以將心靈問候的模型建構為某部分的自我攻擊自我。

套用榮格派學者的術語，那部分是我們的黑暗面或陰影，它需要被關愛、被接受、並且被整合到日間自我之中，以創造寰宇和整體自我。

一些流浪者分享了他們的經驗：

我曾經歷過負面實體攻擊。我被切斷了與造物者的連結。我不知道該怎麼辦才好。

我將持續嘗試說服自己 愛這個世界是好的並且是安全的，但那並非在一夜之間就會發生。它需要花些時間。但在這期間，真的沒有什麼安全的地方。

我像往常一樣，坐在那兒傾聽教授低沉乏味的聲音，一邊做著筆記。突然間 從一片藍色或黑色空間中 一個巨大圓柱體朝我襲來。當這個東西來到我上方，周遭的噪音和教授授課的聲音都被壓低了。就好像我被置放在真空罩之中。嗯，我看看周圍，是否有任何其他人也看見覆蓋著我的這個管子或真空圓柱體，但並沒有任何人有任何異樣。

我那時的感覺就如同一個人即將昏厥的情況，我猜想我周遭的空氣可能也已經被改變了。然後我開始祈禱，並送出光與能量。這方法挺管用的。它打破了圓柱體或不知道是什麼的東西。整件事回歸正常。負面力量或黑暗集體意識圍繞著我們的地球，它確實存在。不管用什麼方法，只要它或它們能夠停止光的工作，他們就會這麼做。

心靈問候可以發生在夢中，也會在有意識的覺知過程中發生。

發生惡夢的典型時間是在深夜，大約在凌晨三點至四點。

啓蒙也會帶來同樣的狀況，就是在夜間會突然醒來。感覺受到攻擊並有夢魘的困擾。

大多數情況，這類的夜間經驗是啓蒙的徵兆，而不是心靈問候。

當在我們的經驗中發生這樣的情況，我們可以同樣的方式與之對應，不論它是超心靈問候或是啓蒙體驗的局部。禱告、篤定的感恩之情和讚頌一切福佑，這些作為可以使心智獲得平靜並回歸中心。若你想知道更多有關如何因應超心靈問候的詳盡資訊，我向各位推薦Dion Fortune女士的【超心靈自我防禦】(Psychic Self Defense)，它通常屬於書店裏的平裝書。這兒有一則瑪莉報告的超心靈問候之夢：

那是我迄今最難以料想和筆錄下來的最教人驚悚的夢境，一場關乎我經歷過卻絕不願再經歷一遍的最為強力的戰鬥。

夢中我正騎著腳踏車，在前往一棟位於鎮上西北側的房子後，便騎向回家的路途。

我注意到一對騎腳踏車的男子似乎在跟蹤我。

其中一人智力普通，而另一位彷彿有精神方面的疾病。

我在一家商店前停下來，而當我走出店家時腳踏車卻不見了。我開始走路

且來到一處自助洗衣兼餐飲服務的複合店，我進去點了些東西吃。

出來時腳踏車又現身，我因此騎上它再度往家的方向出發。男子們早已失去蹤影。

突然間我能感受到自己的改變，接著一個頗為卑劣的聲音開始講著要往別處走。

我覺察到這個聲音就在我裏面。我問它是誰；此時寧願放低音量也不想站在身旁的其他人聽見我似乎在自言自語。聲音繼續咕嚕著往別處走。我知道

我必須去除它並叫它滾出去。它拒絕了。正值我跟它爭吵之際，我發現自己在第三街及第八大道的交通號誌燈處。腳踏車再次不見，而我現在正向那聲音咆哮要它滾出去。最後，它變得愈來愈微弱並且啟程離去。

綠燈亮起，車輛停歇以及就在我開始過街時，我發覺自己被堆放在人行道上。一名女子跑來協助我。那聲音仁慈地離開了。

我覺得在這夢境裏我被賦予一種靈性的抉擇。如果我當時做了不同的決定，現在我八成就不會在這裡寫出這篇文章了。

當瑪莉企圖傳達其夢之恐怖，請注意那情緒的深度。

這些經驗屢屢是很主觀的。當一個人理性地去談論它們，它們聽起來便沒那麼可怕了。

是駭懼的深度與其他陰暗的情緒凸顯了類似的夢境。

無論如何，處理心靈問候之竅門在於竭盡所能地專注於自身與一切萬有的統合，包括打算展開“攻擊”的實體，都將轉入愛與悲憫的場域之中。

Q'uo說：

當個體遭到攻擊時，想要防衛是自然的反應，然而就起心靈問候的情況而言，防衛反而造成了攻擊的延長。

我相信這個忠告如同耶穌所給予的：“不拒抗邪惡”之諫言，其智慧均本自同源。

對走上服務他人之路的實體來說，嘗試去看見造物者隨時都在萬物內邊是很重要的，為存在全體之中的造物者之光給出頌讚與感恩，去尋覓並且明瞭每個存在中皆有造物者，在冥想狀態裏獻供至心所感的愛力，迴向給所有送出問候或攻擊的實體，然後將自身浸浴在無限造物者的愛與光中。

關於啓蒙(initiation)這個字：如同許多攸關內在生命與靈性追尋的術語，啓蒙是個朦朧的字眼。我情願讓它保有原樣，也不要意圖去更準確地定義那些試煉與考驗的日子，那是我們從聖靈獲得的禮物。

當學會了許多課題，便是啓蒙時刻的到來。催化劑已被拿取，回應者一直是那些想要極化的人，那是作為一名知曉自己的真理追尋者所要求得的進步。

這份學習想要盤旋於前，而我們覺得已準備就緒。在那緊要關頭，經常會現出一個真正的內在挑戰期，期間經歷驚悚的惡夢、古怪的視像、被中斷的睡眠和普遍的精神抑鬱後便告完成。我相信這些時期正是自我的靈性部分需要確認之前的學習已立下良好基礎的時機點。

因此，繼續行進的方式是直接地面對經驗並持續地活出我們所信仰的生命。大自然的靜穆與一顆信仰飽滿的心將派上用場。

絕望

當時間長長久久地循環，疏離可能變成絕望，所帶來的似乎只有痛苦：

我注視著我
注視著我
在一面褪色的古妝鏡中
不經意地朝左一瞥
但見自己已在眼角之外

一位年邁的紅髮女士
目光昏倦地眺望下一輪的
事情與蠢東西

在這陰灰的西雅圖午后
沒什希望但也不算無聊
只是內心死寂了
那裏曾是夢想居住的地方。

Q'uo 群體嘗試談論這絕望：

願每位流浪者皆能在這個知識中找到安慰，即你們每位都必定可以對地球振動作出正面貢獻。即便那些看似在時間和能量上的管理失當，然而在那基本的疏離心識中仍安住著更飽滿的光之振動。

這份真實的疏離感其實是一個深刻與靈性的禮物的表象徵兆。

每當你心緒沉重並傷痕累累時，了解到你正在服務，這個了解可以安慰你自我。你在做你此行要做的事。你或許可以找到讓事情更好的辦法，然而不論外表結果如何，你都不會失敗。

001，一位內心極為敏感的紳士，扮演旁觀者角色有著漫長的歷史，儘管其專業成就顯赫，他試圖去表達自己將絕望轉變為愛的犧牲的整個過程：

我想我們都或多或少意識到生命裏的種種犧牲面向，並且渴望使其間的施與受關係符合我們最崇高的理想。

抽掉一切菁英主義思想，我們可以把流浪者框架在所謂的犧牲者之路上。由於身為流浪者的我們落腳在此，一旦我們覺醒，便要把我們剩餘的人生奉獻出去。

當我們穿越此生之際，我們學到許多功課；同時 當我們活出信仰的生活時，希望持續獲得極性。 活在地球上的全然優雅姿態即是貢獻自己。

然而，許多流浪者受到一些地球振動的重重打擊，導致他們採取一種疏離的立場以緩和置身此處的痛苦：

我總是努力從無止盡的不安定中，找尋某種生理平衡、接納或心識的平安，卻從未真正找到它，

1943年到1967年間的宇宙意識魔咒明顯是個例外，這些時期延續數週。

它們的特徵是 對擴張性的覺受、喜樂、對宇宙的認同、瀟灑四周的合一性與太一性，使我自那時起便一直努力奮鬥為了再次獲得那樣的時期，卻沒有太大的斬獲。

此時在時間/空間內，我是，一名有些孤獨又“迷失的”個體，雖然過去我已有過其他經驗。我不覺得和這個星球有疏離感；

事實上，我深深地感受到地球之美，

以及擁有一份對大自然所有造物的不渝之愛，

然而我也對這地球的人類感到距離遙遠。

Q'uo群體說：

這些[流浪者]內心深處對他們在異域的原鄉有著遙遠且幽光閃爍的記憶，而且在許

多案例中，這樣的感覺是以你能夠稱之為一種思鄉病 或者說 由於第三密度地球中不和諧的影響與振動，而對地球環境產生疏離感。

無論如何，每個實體內心明瞭到，縱使有個位於別處的家，但對於所有光的追尋者及太一造物者的僕人們來說，那真正的家就在服務之中，就在來自唯一源頭[即太一造物者]的光之中，且每個人都因知曉造物者就住在每個實體裏面，同時輝映著愛的光芒並且平等地服務全體，感到安慰。

玻璃鐘罩之內

流浪者的疏離感並非真有那麼一個人被困在沙漠之中。它更像是我們置身於一座玻璃鐘罩內，一般人甚至看不見它，這個鐘罩有效地把通訊消音，有時候還能完全地關閉它。至少那是我們得到的感受：

發現到你是某個來自他星球的外來靈魂並不會使事情變得比以前更好，真的。當然，它讓某些事情得以安頓下來由於已經獲得化解，但它所引發的更多問題似乎超過它本身的價值。我知道當發覺自己完美地符合辨別流浪者的各種徵兆，我就有好長一段時間感到前所未有的孤立與被遺棄感。我有過許多傷心的夜晚，每當想到自己無所歸屬的時候，我就會哭著入眠。但如果你一直讓自己往下沉，終究只是死路一條。作為一名流浪者，意味著你必須懷抱希望及信任自己。

Q'uo群體談及這份孤立感：

這個糾結點指出靈魂的往返載具未能好好地運轉，它是什麼？最簡單的說法是恐懼。靈性上生病的實體已經走入一種孤立狀態，那是一個實體不被赦免與滋養的單獨幽禁之地。這種孤立可以打垮一個人，並且，一旦進入這個狀態，很難看清問題，更不用說要工作這個問題。

恐懼在不被照顧的孤立過程中，自行進食與茁壯，Bleu說：

我發現自己的思想在長時間的孤寂時期有變得狂野的趨向，然而為了使其安靜下來，我覆誦著安寧祈禱文，特別是在它們開始變得負面之時。還有，假如你真正地環顧周遭，

你是不寂寞的。哪裡都有人，而你可以找到能與之連結的人們。
朋友們都知道我在憂傷期間，會爬上一棵樹並且對它說話。
絕大多數時間，樹會真的傾聽，而且大自然怎樣都可以吃掉你的負面能量，
所以從某個角度來看，當你感覺不那麼熱情時，做上述的事情即是一個禮物，
從你傳遞給大自然，大自然亦予以回報，如果你允許自己去感覺它的話。

我喜愛Bleu的態度，而我自己也是個樹迷，長久以來 我覺察樹木是明智又慈愛的生物，
就像托爾金(Tolkien)在【魔戒】裏所繪描的“樹人”(Ents)族。
當我還是個搖晃學步的小娃，我曾繞著庭院跑，擁抱樹群並跟它們說話，
因而成了家族的傳奇。Q'ue群體談起了這樣的孤立感：

每個實體獨自行走，而這樣的孤立感在你們人群中
是一個巨大的痛苦源頭。但是當一個實體停止找尋他的雙腳、停止找尋連結，
並單純地向前移動，一步接著一步，一件非比尋常又出乎意料的事情發生了：
相較於那些迫切想要推開圍繞形而上自我的盲罩的人們，這個實體的腳步顯得更
堅定、更有活力。

那些尚未醒覺的人將會運用他們的“催化劑”，外來的感官刺激，
如同外在世界注重與優先強調的事物；流浪者使用相同的經驗，
卻是從形而上的議程表排列優先順序。

Hatonn群體以另一種方式述說這個主題：

我們可以說成每個個體住在一個真空區之中，每個實體將自己與周圍的其他自我隔絕，
，然後懷著恐懼與誤解看待這個(自己)創造出來的孤立感。
每個人，如同處在一個真空區內，縮入自己的小世界，彷彿無法去接觸
那股向外擴展並聚合所有人的能量。
我的朋友們，我們知道對那些努力求克服這種心靈真空的人來說，
疲憊枯竭是特有的徵兆。
它是場偉大的奮鬥 為了要不斷伸展自己，保持自我的開敞與延展性，可以說，
一個人努力嘗試去建立與維繫跟那些其他自我的通訊，並持續這個過程，(最終)你們族
群有潛力成為合一的單元。

有些流浪者真的比較喜愛孤獨：

我畢生都有股強而有力的內在需要—尋求獨處，伴隨著強烈的孤獨感。
我已一個人度過大半輩子。
我是那種坐在教室後方、做白日夢、閱讀、沒參與感、隱藏的、害怕被叫起來去做任何
事的小孩。甚至跟家人共同生活的歲月期間，我也多半是一個人過，準備研究生報告、
獨自慢跑、走漫長無盡的路程。所以對我而言，姑且不論一些外在的活動與興趣，似乎
有兩個強勢的生命主題在我內部運作著：一種根深柢固的孤獨感及對獨處的需要；
一個遠離人類社區，與宇宙產生連結的需要。

除了剛才這個古怪 令人安慰的小故事, 許多流浪者經常感到非常孤單, 無論如何, 一些流浪者以書寫方式道出他們了解到自己真的不再孤獨:

你也許開始覺得孤立與孤單, 因為你找不到與你的新實相水平相當 能夠溝通的人。為了這個理由, 我鼓勵你去找個志趣相投的討論小組、族群或個人與之結交及溝通, 以避免這個不必要的、又不舒服的處境。如果你有使用網際網路, 找到這樣的一群人是相當容易的。如果沒有, 要找到一個族群或個人作定期的溝通就會比較困難, 但以我的意見 這是有必要的。

群體通訊、與他人連結是非常重要的。與你們相會, 我終於感到自己並不孤單, 就算每天生活在一堆對這事毫不理解的人群當中。由於有網際網路和電子郵件連繫之故, 我真的很幸運。有許多人沒那麼幸運 無法與網路連線。我知道這些年來自己的感受; 如果我在多年前就知道訂閱每季快報或類似的刊物, 那該多棒!

許多流浪者極希望與志同道合的其他人們相見。我每天跟他們談話。這些日子, 要遇見志趣相投的其他友伴比較容易的原因在於網際網路上的資源。我已承諾在本書中所引用的個人資料的作者們, 若有獲得讀者的迴響, 我會確保他們收到回函。當然, 由他們決定要不要回信。如果你希望寫信給書中個案的某人, 請寄信給我。我的電郵地址是contact@llresearch.org, 我們的郵寄地址是 L/L Research, Box 5195, Louisville, Kentucky, 40255-0195。我見過從網際網路上開始發展的良好友誼, 也在這些年確實遇見了數以百計迷人有趣的人士。如果你感到寂寞和憂鬱, 一定要來逛逛像我們這類的網站(www.llresearch.org), 並跟隨網址連結, 你將會找到有趣又多樣化的一群同伴!

(編註: 歡迎中文讀者來逛這個網站 → <http://soultw.com/ufo>)

靈性的枯竭

在一長串屬於流浪者之哀傷的清單裏, 終於來到了最後的項目, 即心靈的枯竭。當流浪者能量耗盡時, 這種情況就發生了。通常, 體力是首先流失的, 如果它還有剩一點的話。生命能在糧食匱乏之下還可以忍耐一長段時間, 但它也會用罄。接著流浪者就真的疲憊得無以形容了。

Q'uo群體說:

當一名尋求者感到它的疲憊是屬靈的，它通常意味著在此生經驗中一段似乎很困難的時期。小事變大事，因此任何小改變或意外事件觸動了催化劑，其份量遠超過尋求者對自我(處理能力)的預期。這是個敏感脆弱的狀態，因為疲憊使得到那知覺之網更為敏感，它改變了傳遞給肉體的心智以及內在意識的訊息水平。

小小的工作似乎變成龐大的工作。

心智逃避那些[一般而言]可以輕鬆完成的任務；因為疲憊的尋求者以它偏見的眼光與不滿之心看待這些任務。自我認知被攪亂了，而心智的舒適水平也降低了。

不舒服的流浪者們同意地說：

我感覺自己好像帶著身體的大破洞在到處行走。
我正在跟悲傷、心力交瘁、驚慌與憤怒大戰。

我想要知道在做一盞燭光的同時，處在眾多繁星的光芒之中，仍然可以保存完整的自我？

我有這種不像是一般疲勞的奇特虛脫感，感覺很像是生命能的漏失。

Q'uo群體提供以下建議：

在某個洞見深入恐懼之前，最好什麼都不要做，等到關乎此選擇的其他情緒已經變成自我知識的一部分，它們首度可以被仔細地凝視然後交託出去。只要尋求者的任一部份制止這個內在交託，阻擋的程度有多少就會有多少的顛簸與忽冷忽熱的狀況發生。因此，如果一個人能夠，我們可以說做決定的最佳方式即是等候並繼續做你在做的事，同時有規律地敞開自己，並重複地獻上單純的感恩、讚頌、與被差遣的渴望。

允許光經由你照耀四周，當你請求這道光來照亮的時候，你開始感覺到每條路都是好的，只要這道光經由你持續照耀；當內心敞開的時候，就沒有靈性的枯竭，而那不斷進入的未受扭曲的光就能穿越透明的人格體並向外傳遞給那等候與渴求的世界。

你，你自己渴求這道光，然而這渴求自身即是最深邃之服務的一個開端。

有件事對我們也有幫助-- 記得我們是誰 以及 為什麼我們在此幫忙. Q'uo群體說：

這是你的力量之所在，在剎那的決定間去尋找此刻的愛。正如Ra曾說：

“此刻，愛在哪裡？”這是個在任何場合都有幫助的問題，特別是當靈魂疲憊或過度勞累的時候。

而Pupak也同意說：

喔 上帝，請賜予我警醒與智慧，這是我恆常的祈禱。

Q'uo群體指出另一個對待靈性枯竭的方法：

如果你太過疲累 而無法繼續前行，如果那正是你此刻的覺受，
那麼我們對你說：減輕負擔吧。從自我的期待中跳開
並允許自己去玩耍，如同雛菊飛舞在風的頂端，
無憂無慮又沒有任何罪惡感。你今日不須學習，
你今日不須工作，你只要做你心中想做的事情。

第四章：新時代的雜訊

（譯註：「新時代」，New Age，一詞在美國往往被視為是，泛指傳統組織宗教外的靈修體系或心靈訊息；其中的派別良莠不齊三教九流五花八門，甚至於還包括某些被視為是異端的旁門左道。本文所謂的「新時代」宜如此理解。）

基督教 與 流浪者

西方世界的人們共享一文化迷思（或神話故事）－基督教。

猶太教與基督教共有的神話故事與人物〈例如：《新舊約聖經》的人物故事〉，瀰漫著西方的文學與藝術；也因而創作出浩瀚無窮且美妙天籟般的聖歌。

例如：許多像是 巴哈（註：1685-1750：德國作曲家）那樣具有高度聲望的音樂家，終其一生鞠躬盡瘁地致力於宗教聖歌曲目的創作與演奏；也因其所創作的宗教音樂藝術，而名垂不朽。即使對宗教並不特別虔誠的作曲家，基於受到宗教情懷感召，也創作出不少膾炙人口且永恆不朽的宗教音樂傑作。例如：貝多芬的《彌撒 *Missa Solemnis*》與莫札特的《安魂曲 *Requiem*》。在我們西方世界的日常生活中，經常都會遭遇到這類宗教神話故事的象徵概念架構；它已成為我們意識心靈中無法分割的組成，甚至也反應出：我們深層潛意識心靈的某種淺顯面貌。至於它是否仍是一個持續存活可行的宗教，則有待每個人自行去尋找這一謎題的答案。大多數的流浪者對耶穌的生平與傳道的事跡，都耳熟能詳曾經探究思索過；但可想而知的是，每人的結論卻是南轅北轍大不相同。

誠如Q'uo所言：

基督徒們對於基督教的認知不盡相同，正如佛教徒或神道教徒們，對其宗教亦有不同的認知版本無法統一。然而，每一個自稱為基督徒的個體；都認為自己是更大群體的一份子，而每人也都在尋找無限造物主的偉大面貌。正如那些不上教堂的個體其實也是如此，根本上沒有太大差別。許多基督徒對追求真理並無太大興趣，正如第二密度的動物只能對制約的刺激反應；他們不過是無意識地追隨領袖而盲目從眾！因此，即使是在基督教這大團體中；不但有他們眼中的聖人典範，也包括了所謂的極端惡人存在。那位人們所知的耶穌，他當時知道第三密度的實相經驗即將結束；因此祂希望不只讓少數人懂得寬恕與救贖之道，也能讓所有人認識那太一無限造物主的愛與光。然而，那些藉由基督教體系獲致心靈成長的人們；在社群關係尤其是在意識形態的認知上，卻和心靈導師耶穌的期盼：「彼此相愛的社群團體，

理應互助分享」的理念不盡相同。

簡單公有的生活形態，才是耶穌當初所推薦主張的生活方式；由那些擁有的人捐出一切，交由需要的人各取所需。這和至今我們已知的由政府安排下的社會制度相較，它更像共產主義；差別在於它不像馬克思主義，對財富抱持仇恨的態度。

然而，如此公有生活形態的問題卻在於：它不迎合人性的地盤心態與貪婪。只要看看我們周遭的今日西方社會，其所謂的核心家庭往往力求鞏固確保自己的地盤與私人的居住生活方式。在今日平常社會中，最接近上述公有生活形態的；反倒是那些無家可歸的人們（流浪漢），他們可以分享僅有的一點東西。嚴格說來，今日的西方世界；只是一個基督教文化形式的社會，並非效法基督精神的社會。

事實上，基督徒有許多種類：由最寬鬆自由的神秘主義者，至信奉正統派基督教的。身為一個生活實踐的基督徒，我將自己歸類為：傾向寬鬆自由的神秘主義精神，而非一字無誤地恪遵聖經字句的教義。我的生活實踐一向是致力於效法耶穌。我不記得我有過，任何忘記耶穌的時刻；在我童年的遊戲園地，我想像祂一直都與我同在。每當我感到疲憊或灰心時，我都能夠握住祂的手而得到撫慰。我自幼生長於聖公會教派的家庭，聖公會是一個能接納包容神秘主義的教派。我在聖公會的靈性顧問，這麼多年以來對於我的通靈經驗（channeling）都無異議。那些置身於其他教派的許多人，恐怕就沒有那麼幸運了；尤其是那些較無法理性開明地，去接納包容神秘現象的教派。

關於集體崇拜方面，我想對那些基督徒流浪者提出一個論述重點：正如Q'uo所提及的，當一個教會團體聚集在一起崇拜時（例如：主日崇拜儀式）；其會眾包括了某些極為虔誠的信徒，以及那些根本不在乎耶穌的。他們來教堂崇拜僅只是基於習俗，有的是為了拓展商業利益人脈，或是為了社交需求。我早就認清這一點，因此可以不在意他人，而全心全意地投入；我相信總有一些真心來做禮拜或來聚會的信徒，會和我一道真誠地投入敬拜神的聚會活動中。這樣的關鍵性想法，有助於我始終能夠忍受，待在我的基督教聖公會教區範圍內。聖經的話語、禮拜的儀式，流過充滿我全人身心靈；讓我感覺是那麼熟悉親切，而歡喜接受這神聖崇拜的本質。使得我受到心靈上的撫慰，也喚醒我內在的力量。如此，我得以坐在我的小椅上和會眾共飲聖杯；傾聽熟悉親切的聖餐話語，它代表象徵著耶穌基督捨己救世的愛心。當下我感受到自己對耶穌的愛與親密感，也和聖靈深刻連結。牧師的講道，對我的幫助極大；配合教堂的聖樂，和每年季節性的禁食禱告與歡樂愛宴。這樣的教會生活即是我心所歸。因此，我從未、也從不勸誘他人改宗。我完全信任讀到此篇分享的每位靈性探求者，也都會適時地找到自己靈性道途的適切表達方式。因此，若有人想和我通信；談論如何尋求與追隨耶穌，我很樂於和他討論。

琳·B（Lynn B.）是一位智慧且深思熟慮的女子，她如此分享道：

我不為宗教辯護，雖然我自幼生長於一個信奉正統派基督教的家庭環境，我卻徹底地厭惡排斥它。我在成長過程中，對於教會（教堂）怨恨排斥，對所有這一切和組織宗教都如此。地獄的火湖、永遠的詛咒，以及撒旦魔鬼的故事，讓我愚昧地受到

驚嚇。我當時深信：若是沒有堅持宗教信仰，我註定會永遠毀滅。我其實可以盲目地接受宗教的控制，正如我所有的朋友那樣；他們都樂於有人告訴他們說，該做什麼與何時該做。我何不和他們一樣呢？我不斷地反叛抗拒，力求逃避每樣教會所教導我的事物。我也研讀了其他宗教典籍，卻不讓任何人控制我；因我意圖找到：適合我自己的道途，而我也的確如此。如今看來，若是當初我沒有生長在；那樣讓我深惡痛斥的宗教環境，而是較為寬容而容許我再多沉睡一陣子；或是根本不會讓我沉睡的環境，我說不定就無法達到我今日的心靈體悟境界。或許我還是會沉睡，然而即使是我憎惡的教會；也灌輸了某些，我並不排斥的靈性價值觀念。回顧至今：我固然刻意保持了那些；我認為有助於我成長的，然而那些我曾經憎惡的，它們對於我的心靈成長其實也是必要的。宇宙中的每一件事物都有其目的。是的！我們或許認為：自己曾經受制於某些宗教的負面形式（例如：恐懼的制約控制），然而即使是這樣的瘋狂形式；就宇宙全盤的完美秩序看來，仍是某種有助於我們成長的步驟方法。若是有人在二十年前如此告訴我，我會深信：他們不是瘋狂，就是愚蠢。然而我覺得自己當時，也因受到宗教觀念的局限（例如：抱持絕對僵固的是非黑白觀念），而無法洞見這更宏觀的視野。如今年紀較長，再回顧這一切；我終於能看見自己這一生，其實是個完美的靈性成長歷程。我已洞悉所謂的好壞，尤其是醜陋，其實都是這完美靈性成長歷程的一部份。我甚至於能感謝多年前，那些觀念狹隘且思想頑固的老師；因為他們仍然讓我學到，畢生難以忘懷的事物。然而，並非所有的人都須要這樣的教導或學習歷程；因此，我並不推薦給你或其他人。我只是試圖告訴大家：宇宙本身即是完美，而每件事都有其目的地；因此，不要只是以表相（的好惡）來論斷它！

我也曾經和許多深愛耶穌的人談過（摘錄他們的分享如下）：

雖然我自認為是基督徒，但我卻不認為；它是唯一啟示愛之真諦的宗教。我想要跟隨耶穌的腳步，但我卻發現；我無法狹隘地認為，那是唯一的道途。

我愛耶穌，但我不認為自己是個基督徒；因我無法對任何宗教群體認同，我經常是到處遊走。

更有許多流浪者透露：在童年過後，他們覺得自己須要離開教會。175（代號）是個喜愛哲理思考的人，他對於形而上的法則極感興趣。他如此說道：

我剛離開博茲曼(Bozeman)的合一教會(Unity Church)，因會眾們說他們只要能讓他們無須自行承擔責任的信仰。我們無法建立關係，也無法彼此相連；因此，我選擇了離開。但我難免會感到悲傷，因我知道真理並非如此；我知道真正的神是什麼，卻感到傷心淚垂，因為只有少數人真正想要認識祂。

蘿拉·耐特·傑西克(Laura Knight-Jadczyk)補充道：

我曾經多年，待在靈恩派教會(charismatic church)的環境中；全心全意地去尋求，自己生命中對某種無形事物的缺憾。我體驗到被聖靈充滿浸透的感覺，曾經數次經

歷過聽覺與視覺上的心靈異象。有意思的是，正是這些心靈異象，引領我離開那個教會。這些加上一些理解，讓我決定這樣做。

還有那些自認為，他們必須完全拒絕宗教的人士：

就我的記憶所及，我很早就已質疑組織宗教；而意圖尋找對我而言，較有道理的真理道途。我研究過不同的宗教信仰，但也逐漸地拒絕每一個。我總是覺得，有某些問題不太對勁；或是我接受其中大部份的觀念，卻對某些觀念極不以為然。

我生來就理解某種知識，而它卻和我後天的天主教教養不相容。例如：所謂前生、存在宇宙萬物中的一體意識、外星生物等等。當我終於能夠接受，這樣的知識理解；我的生命因而改變，且持續地如此。

我會這麼說：大部份的流浪者，終會自外於組織宗教。我推測主要的問題在於：組織宗教的意圖控制人心。因為，嚮往獨立自由的靈魂；會傾向於認為，教會意圖控制他們，或只不過是獨裁者的控制媒介：

我個人極為嚮往靈性，而非宗教（兩者之間有極大的差別）；我和神、耶穌與聖母，擁有極為深刻的個人親密關係。然而組織宗教和這些全不相干，我不喜歡組織宗教；因它限制了自由，包括了自由思考。它的目的是為了控制人們的自由；因此，它不過是另一種形式的政府。

我不是基督徒，也不想成為基督徒；因我不喜歡宗教的許多面貌，而它也不是我的救贖。我可以接受基督教，也不反對基督徒；但這並非我想要的生活方式。宗教是為了那些，實在不想掌控自己人生（或生活）的人而存在；這樣也沒關係，但我不想如此過活。我不想讓他人來掌控我的人生。此外，我也不認為；我此生和他人的「突發奇想」（註：例如，先知的啟示）有何相干？我為自己而活，我是我自己。

在我們離開「基督教與流浪者」這主題之前，我想附帶一提關於正統派基督教人士或聖經基本教義派（註：即一字無誤地恪遵聖經字句的教義）。在《舊約聖經》中，有一或六句經節常被他們援引；提及若是任何人不相信這個或那個，或是誰相信這個或那個。或任何人若是通靈（或是靈媒），則是魔鬼的化身（魔鬼附身）。雖然言語只是空話，無須太在意；但若是來自家人或朋友，還是會相當刺傷人的。我敦促大家，切莫將自己的信仰強加在他人身上，要求他人信奉正統派基督教。我曾經被人強行勸誘改宗，因而可以證實：如此批判論斷的話語相當傷人。因此，要避免讓人感覺；你看來像是將你自己的信仰，強加在他人身上。若萬一受制於這些，迫切勸人改宗的聖經基本教義派人士；我一向的回應方式是，請他們為我代禱並感謝他們的關心。並非如此便可完全擺脫他們，但至少有個因應的說詞，尤其是當他們要求我們表態時。為何這些人總是，意圖改變我們的想法呢？**Q'uo** 針對這問題，有以下的評論：

我們發現到任何宗教都有這樣的情況，你可稱之為宗教哲理（宗教哲學）。它其實只是某種假想推斷或虛構捏造，他們傾向於將所見到的一切事物；完全按照聖經經

節的字句形式，僵固一成不變地詮釋。就像是「砌磚圍牆」，必須完全無誤地砌合。當他們是以這樣的態度來讀經，要求一切都須完全穩固地；砌合聖經經節的字句形式，好讓信徒對所有的問題都有明確答案。對於奧秘的詮釋空間，因而被他們壓縮了；但人類卻普遍性地，認可奧秘事物的存在。對於這些意識覺醒，而剛踏上靈性之旅的實體（或個體）而言；如此的不確定性，卻會擾亂他們的心靈。

（譯註：童稚的靈魂正如小孩看事物，必須是好人、壞人化約分明方能釋疑）

似乎這些聖經基本教義派人士，要求每樣事物都完全按照；聖經經節的字句形式，僵固一成不變地規範：該做什麼，不該做什麼；該說什麼，不該說什麼。而如此僵固思維的言行模式，固然足以讓他們感到較為自在；但對於那些局外人（或流浪者）而言，如此僵固的言行模式毫無吸引力可言。流浪者一般而言，對這樣的心靈八股「很感冒」（排斥反感）；他們一向須要擁有，自我學習與自我成長的自由空間。

誠如戴爾·喬利（Dale Chorley）所補充說明如下：

我並不認同任何組織宗教，我將自己的信仰（或信心）置於一簡單的宇宙法則。我曾經聽說過「亞特蘭提斯」的故事，以及古埃及人的事蹟（例如：建造金字塔）；有一陣子我也追隨所謂「一的法則」，我們每個個體皆是宇宙一體；是**永恆太一實體**的一份子。我們被賦予自由意志，也理應尊重所有其他人的自由意志；這是唯一能掌管我們行動的法則或信條。在宇宙的創造歷程中，我們平等存在也共同創造。我相信在宇宙令人敬畏的擴展過程中，我們即是如此持續地創造了無數的歷史文明。

這裡所謂**一的法則**，是援引一部通靈著作「**一的法則**」（*The Law Of One*）。它的訊息來自稱為**Ra**的星際**聯邦**實體，經由我們的群體合作而出版問世的。**Q'uo**是另外一個包括了**Ra**的星際**聯邦**之原則，我目前幾乎和他們全力配合傳達訊息；**Q'uo**提及他們的**通靈**資料如下：

我們無意剝奪某個實體（或個體），目前已心滿意足的道途；我們也不希望成為，他人的絆腳石。然而，在你們中的許多個案卻顯示出；那些熱切尋求這訊息的，往往是本身已經對傳統宗教文化體系失望且感到疏離的人。對於這些人，我們提供呈現給他們的是：藉由非教條的方式，讓他們能整體性地了解到，何謂創造、創造者；以及每位靈性探求者，在這宇宙創造歷程中的位置。藉由這樣的分享，我們希望幫助可能須要家的人，即那些正尋求一個靈性（或心靈）的家來安身立命的人們。我們無意建立任何教會（或成立任何教派），也不希望在你們的世界爭權奪利。反之，我們僅是藉由這樣的通靈訊息（或通靈資料）；提供有別於你們傳統宗教文化體系的另類訊息，以便幫助發現這訊息資料對他們而言相當有幫助的人們。

這些**星際邦聯**實體只是分享他們的想法，而無意強制地勸說我們改宗；因此，當我們和他人分享「**一的法則**」（*The Law Of One*）時；請切記以下分享的原則：儘管分享但絕不勉強。

神話（傳說）

我曾經是個圖書管理員，而我很早就已留意到：根據杜威（Dewey）的十進位圖書目錄分類法（Decimal system of cataloging），「宗教」與「神話」（或迷思）分屬不同類別。「神話」被歸類在過去十年來，我們對人類社會方面的研究，而有別於「宗教」有上百種不同的分類別。然而對我而言，它們都是同一種，也意味同一件事。「神話」是：當前的文化和現在的人們，已經不再相信的宗教信仰。人們為迎合當今的世俗須要，而刻意修飾語意用法；由此可見我們非常欠缺，良好有效、清楚明白的形而上抽象術語。我們實際上只有神話、傳說與宗教故事。許多足以喚醒人心靈，以及某些神秘不可思議的故事；在人類歷史上它們一向是扮演了，詮釋形而上觀念與幫助人們領會神性奧秘的功能。流浪者自然也會對這些神話感到興趣，甚至於渴望尋求這些神話。

誠如Q'uo所言：

讓我們先由根本談起：首先「神話」和「宗教」這兩個字義，理應比目前的用法更能互通才是。困難就在於，不同的「神話」（傳說、迷思、隱喻），不會相互批判。然而在宗教之間，往往會對和它們有所抵觸的其他宗教抱持敵意。因此，我們寧可將所有的靈性道途，視為是個人的神話迷思來談論。了悟到神話迷思的本質即是：促使尋求真理的實體，按照自己的信心（或信仰）與願望；藉由某種有如彩虹橋般的神話故事（或隱喻傳說），來探求真理的神秘歷程。它是個神奇的聖約跨越永恆的時空。就故事性而言，它廣為流傳；但就靈性的尋求，卻是個人性的奧秘。

是故，藉由建立個人的神話迷思過程；我們得以在永恆之光中，好讓我們在短暫的一生中帶著無比信心、天賦禮物、與服務精神；於是賦予自身優雅的涵義。這即是看待個人生命與靈性探險旅程的好方法。神話迷思的兩大要素是探險與獻身投入（自我犧牲）。在西方世界中，主流基督教之外的核心神話迷思；可能是以尋求聖杯，做為靈性探險旅程的終極標的：

讓我就尋求聖杯這令人著迷的神話迷思來談。相較於求道的其他任何體系法門，它更直接喚起了神秘探究者的無窮想像。當中的英雄必須自行前往探險，並且還要通過各種幾乎不可能達成的考驗；他必須攜回現實中仿佛不存在的聖杯，而且必須是：基於對無限造物主的愛來接受這考驗。當然，在尋求聖杯的旅程中，這位英雄人物也因而轉化。當這位英雄歸來後，他便成了一位口述寓言故事的老師；讓眾人得以心領神會，傳誦流傳這一段神秘旅程佳話。

有別於一般宗教的儀式慣例，流浪者的求道旅程，並無明確可藉以辨識的載具（指實質具體的聖杯）。因此，流浪者所尋求的抽象聖杯標的物，象徵真善美化身的永恆神性價值：

若是當前的文化無法普遍地接受，任何體系法門的神話迷思；則求道者必須接受挑戰自行探究各式各樣的可能性，以尋求自己心目中的真理道途。我們發現你們當前的文化，正處於這樣的趨勢狀態；即使崇敬基督教與猶太教的神話迷思（譯註：例如，《聖經》的神話故事），仍是當今西方社會普遍性的口號習俗。然而我們卻發現到，你們當前的整體文化趨勢；就投入的熱忱而言，對這主流宗教的神話迷思體系，卻正處於低潮中。在這樣的文化氛圍下，每位求道者都會自行想辦法；為自己創造出一個獨特的探求真理道途。它可以是來自綜合各式各樣體系法門的神話迷思；或經由自己的內在找到（內在神性、佛性、自性、靈性）。你們當今的文化潮流，正朝向這樣的趨勢轉化。

（譯註：正如新時代運動或新時代靈修風潮的方興未艾，轉化社會集體意識）

就此趨勢而言，Q'uo 有一些建議。其中一種方法是：選擇某一體系法門，深入探究並且堅持到底：

持續不斷地去深入體驗與研習探究某一體系法門，無論是神話迷思、科學、哲學或道德倫理；或是任何足以吸引該求道者，或個人偏好的某一種體系法門。

另一種方法是：廣泛涉獵各式各樣體系法門，再選擇一項最能點燃我們內心與靈魂深處的體系法門。另一種切入方向是：直接進入我們自己個人的神話迷思中，充分掌握其相關法則，並創造我們個人得以實踐的神話迷思或靈性道途。

每一個種族、文化、宗教，都提供某種身份認同，好讓該群體的人們成為：擁有「我們是誰」與「我們是什麼」的特定身份認同族群。然而在每一個文化、宗教、哲學體系中，也都有某些胸懷遠見的個人；他們就像是在真理尋求旅程或神話迷思故事中的英雄人物，藉由他們的遠見（或願景）為該群體開創了新的可能性願景。

（譯註：例如，《舊約聖經》「出埃及記」所記載，引領以色列人出埃及的摩西）

有一項不可或缺的元素，必須包含在每一個人的神話迷思中：

不妨讓我們檢視：該以何種方法，放下我們舊有的；且無疑不再須要，而的確是負面的習性。我們必須提供予你們的，主要的化解工具（或方法）即是寬恕之道。我們並不偏好某種救贖之道，所有神話迷思（或神話傳說）都包含了；某種的救贖與寬恕之道，即使它們有多大的謬誤。你可以選擇你自己的信仰道途（例如：基督教、佛教），或是創造你個人的神話迷思

（譯註：例如，尼爾的《與神對話》系列，包括《與神為友》、《新啟示錄》）。

然而，它必須確實包括：救贖之道與自我寬恕的堅固基石（基礎、根基）。

讓我們聽聽某些流浪者，如何尋求個人的神話迷思：

有人曾經問我關於我的宗教信仰，而當他聽到我的回答後的反應是，他認為：我的信仰是這世上所有宗教的綜合。我也認為確實是如此，我只知道我相信「造物主」（Creator）；而許多人深感訝異的是，我竟然因而就能夠體悟到無限無窮的神性

奧秘。

我遍尋真理也讓自己有所歸屬，發現自己藉由各式各樣的宗教而有所進展。

我開始時偏好閱讀宗教、心靈體驗、哲學等書籍，包括凡是我手邊能獲得的，任何有助於我理解實相本質的資料訊息。我終於了悟到：所有宗教的核心意旨，都反映出某種宇宙的真理；只是不同的文化，以其各別的方式來呈現它。然而，所有宗教的核心意旨，都具有某種神性的本質。

拉威 (Latwii) 群體 忠告我們，靈修道途中如何超越所有神話迷思的方法；也期許我們在靈修旅途中，宜抱持的態度風格。如何熟練技巧地體悟方能獲益良多：

你必須先放下既定成見：關於求道者各式各樣，先入為主的神話迷思與傳說故事。無須期待你靈修旅途的第二天會是如何，或是你將會體驗到的下一個小時會是如何；因你是活在當下的生靈，而你的靈修旅途就在你內心。因此，親愛的朋友們；我們建議你們拋開放下，這種「太過認真」的態度。讓你的掛慮隨風而逝，哼唱你心中當下的喜悅之歌。或將你的臉龐轉向風，盡情地悲嘆呻吟與哭泣吶喊，若這是你當下的心境。接受你的喜悅與悲傷，正如一體之兩面。接受荒岩與綠洲，就像都是上天的禮物；因為，它們都是你理應安居其中的「家」。你理當學習，如何在苦難中自得其樂；你理應尋找，在喜悅當下的悲傷潛在情緒。因你內心深處，是整體完整地體驗。你並非在體驗孤立的事件與片段的故事，而是見證這當下片斷時刻的物質幻象；它理應是啟發你必須經常超越對某一事件的執著，以超越當下片刻瞬間的幻覺。若你的道途是無止境的，它又怎麼會僅止於片段或片刻呢？

無論我們以何種方式，來尋求我們的神話迷思，重要的是我們得要每日身體力行：

我們建議：最好有一聖壇或神聖處所讓你每天靜心冥想，它可以很小就在你的住處；或靠近你的住處，讓你風雨無阻且無論晴雨寒暑都可就近前往。它足以激發你內心，對屬天靈糧的渴望。

(譯註：凡任何有助於靜心的適當處所皆可，包括河濱公園或在樹林中漫步)

新時代的罪惡感

在我們結束談論新時代個人靈修道途，轉而探討新時代本身的問題；我想檢討的是，新時代治療師往往有一個很不好的習慣：會批評具有某種身心疾病或障礙的人，而大家一般而言也傾向於，自我批判與論斷批判他人。我自己本身生來就具有某種障礙，我這一生都無法擺脫疾病纏身的問題。因此，我對上述的問題；更是有感而發，且深受其苦。曾經有過我根本完全不認識的陌生人，不斷地來信或來電給我並對我說教一番；告訴我

該如何改變我的想法與做法，如何改變才能夠得以療癒。1992年我正進行復健治療，好讓自己得以自輪椅和病床上站起來；因為我由1989年至1991年，都一直躺在病床上無法行走。該復健療程有一部份涉及，教我們如何學會克服疼痛；以及如何評估與掌控，我們自身的慢性病疼痛。它是一項很不簡單的學習技巧，我願意推薦給那些具有嚴重身心功能障礙的人；無論是飽受身心疾病纏身所苦，或只是單純的老化問題。我當時與現在都覺得，無論是藉由向耶穌基督祈禱；或是他人為我代禱，都有助於我的復健療癒。即使是今日我非常清楚地自知，我自己身體的情況仍是極為脆弱；因為我只要有一點小事故，便很容易受傷。但即使是必須再次躺在病床上，我也不會因而有罪惡感！無論身體健康與否，我們必須自我接納並盡力而為。就形而上的抽象意義而言，這樣其實就夠了！因此我奉勸我們所有的人：只要我們盡力而為便已足夠，無須接受上述所謂「新時代的罪惡感」，來批判論斷自己或他人！當我們發展個人的神話迷思之際，切莫讓自我要求轉為自我批判或論斷他人。254(代號)這女子記得自己來自瑪卡（Marka）星球。她如此敘述她的經歷：

六個月前當我第一次去拜訪某位通靈人，我並沒有問她特別的問題；但她一開始便責罵我，而讓我自覺像是個被責罰的頑劣小孩。

這正是我所謂的「新時代罪惡感」，而許多人甚至於無須他人責備，便感到自己有罪惡感。誠如 Q'uo 所言：

勿讓所謂的「罪惡感」打敗，反之；將它視為是，有意識覺察的靈修機會。要原諒自己的人為錯誤，並分析情況是否具有建設性；釋放這樣的罪惡感，若是它不具有建設性。不妨以至高的目的地與最佳的方式來利用罪惡感，若是你見到，還有某些事是你可以做的。在上述的考量之外，就我們所知；超越實相的表象或幻象，其實是完美內在心靈的完美外在表現。即愛彰顯愛，而每人的靈魂（或精神體）；藉由各式各樣的工具（包括罪惡感），來世上體驗這一切。當你接受這樣的觸媒（或催化劑）的刺激時，以你所能的；最大的愛與堅定的態度，來祝福它並開放你自己來接納它。然而切莫超過，你所能掌握處理的程度；以免因而失控，以致於傷害了你自己。也無須勉強自己，若你仍未預備好去面對它。而是要懂得善用，並且敏銳地去覺察；這些所謂的「罪惡感」；能帶來給你的任何靈性成長的助益。

（譯註：作者是指美國的例子，因美國所謂的「新時代治療師」往往是良莠不齊；但真正了悟新時代治療倫理的治療師，應懂得「因材施教」來幫助當事人。高靈「歐林」也提醒我們：切莫「揠苗助長」，急於告訴病人「你創造你的實相」；如此反倒造成了病人的「罪惡感」而失去自信，也勿以批評論斷的方式糾正他人）

反覆不斷的「末日論調」

大災難、**哈米吉多頓**（註：Armageddon,《聖經》「啓示錄」中的末日善惡決戰場）、UFO 陰謀，以及末日論調；氾濫著新時代出版品與想法，且就我個人所知已經數十年如此。1962 年，當我和唐·愛爾金斯（Don Elkins）他們的團體一道進行 UFO 冥想時；當時便已經瀰漫著許多關於末日論的預言，以致於謠言滿天飛。有的甚至預測：末日兩三年就會來臨，至今的「末日論預言」也是如此。

誠如 Q'uo 所言：

當人進入了無意識（或內在意識）的門檻，以及深層記憶中；會因而觸及遠古地球大變動的深層記憶，自然也觸發了人類無法繼續存活的深層恐懼心理。當人們深受末日論、哈米吉多頓或是上述這類的新時代想法，以及所謂的「耶穌第二次再來」這類末日論調的影響時；我們認為它正意味著人類的潛意識心靈原型，正在注視著自己、注視著死亡、注視著自己的死亡結局。因每人內心深處都知道，自身的肉體即是來自塵土的物質受造物；而這來自地球塵土的骨肉（或血肉之軀），終究會再次回歸塵土。

恐懼個人的死亡宿命是正常的人性。死亡顯然是人類無法逃避的宿命，也往往不被人們所期盼。我個人覺得，人們對外在世界即將面臨大災難的恐懼；其實正反映出人類內心深處，對自身死亡宿命的集體恐懼心理。以下即是這種內在恐懼心理的表達例子：

末日論的說法讓我感到困擾，我想你我皆知情況只會越來越糟。我敏感的神經被這樣的說法牽動著，因此即使我試圖避開它或不再聽取這類的訊息；某些莫名其妙的恐懼，仍然會穿透各式各樣的屏障而進入我的內心。

我對於其他流浪者的忠告是：我無可奉告。我希望大家都安好無恙，但是恐怕已經太遲了。但願我的這種擔憂，是多餘的錯誤想法。

這種末日大災難的預言，在人類歷史上有不少可考證的先例，例如：諾斯特拉達姆斯（譯註：Nostradamus, 1503-1566 法國占星學者、醫師、預言家）。

1986 年某個參加冥想團體的成員，曾經問 Q'uo 關於諾斯特拉達姆斯的問題，而 Q'uo 的回答如下：

關於你們稱之為諾斯特拉達姆斯的實體，給予他的訊息是經由視覺意象所傳達；接著他再試圖轉達，或以文字來掌握訊息。誠如你們所言，他的預言因而得以流

傳至今，好讓未來的世世代代可藉以援引參考。這樣的訊息是藉由一系列的視覺意象所傳達與感知；它不過是反映出了，受到地球集體意識影響力；所展現的某種可能性趨勢，只是看待可能實相的某種特定觀點。然而，它絕不是唯一的可能實相。它當時既不是，現在也不是，唯一的可能發生事件。就形而上的抽象意義而言，實際上它是經由你們地球上；人類集體意識的選擇，持續不斷地在形成或再造(重建)。

對我而言這樣的解釋合情合理。我個人對地球大變動（或大災難）的理解是：每時每刻在這地球上，都持續不斷地有無數的大變動在發生。而許多讓我們得以存活的地殼大變動，其實對我們而言理應是個好消息。科學家們早已得知：地球某些重疊的地殼板塊，往往經常相互推擠堵塞；因為地球必須經常釋放這些重疊地殼板塊的壓力，好讓地殼得以舒緩壓力。這樣的過程往往是以相對緩和的方式進行，而我們大多數人也得以存活。我相信這樣的結果是因為：目前降生在地球上而且已達關鍵性數量門檻，準備朝向更高密度進化的外星人（ET）；以及地球此地的流浪者，他們經由共同努力所獲致的結果。他們有意識地將光與愛傳予地球，以緩和地殼板塊的振動頻率。

誠如 Q'uo 所言：

我們覺得雖然有洪水、地震等自然環境的大變動，所帶給你們的潛在難題；然而這些同時也是，地球讓自己表層更舒適的自然調整方式。因地球本身也是個活體，是故相當程度的關切是適當的。然而你們最好也能覺察到；土地本身是個活的實體，而生命的存在即是：經由人類各式各樣的因應行動，所導致的妥協平衡結果。不過我們也覺察到，每個難題都有它的因應解決方案；而當命運之輪持續向前運轉，宇宙萬物終究都會獲致平衡與復甦（更新）。

我們該如何解釋：非常普遍存在的流浪者信念（信仰），包括：大變動（大災難）、地球劇變（地殼劇變）、被提昇天等議題？

（譯註：《聖經》啓示錄中提及末日來臨聖徒們被提昇天）

或許當 Q'uo 提及，並且評論諾斯特拉達姆斯的預言時，便已經闡釋了替代性的可能未來理論。在過去多年來，我聽說過太多；所謂騰空飛天與被提昇天，何時是末日的各式各樣預言說法。至今，我個人對這樣的預言；已經不再盲目相信追隨，不再認為它們是真正的世界末日。我不是指這樣的大變動（大災難）完全不可能，畢竟恐龍曾經因地球劇變，且歷經上萬年而成爲石油。此外，還有諾亞方舟時代的大洪水；和其它地球自然環境大變動的遺跡，這些都讓我們得知地球的大災害確實會發生。甚至明天也可能發生。

何況若是真有所謂騰空飛天與被提昇天，豈不是一件令人振奮的絕妙歷程！我完全不認為這些人是受到迷惑（或蠱惑），或許他們只是誤解某些涵義。因為這樣的事件並不在物質層面發生，而只是顯示某種他們願意為地球服務的勇氣（例如前述所言：將愛與光傳予地球）。

我喜歡雅露娜·裘伊（Aluna Joy）對這件事的說法：

切記：重要的是我們為何如此做？而不是我們做了些什麼。

行走於愛的道途即是：傳送我們的能量以強化光明。

意圖抗拒或對抗黑暗，不過是浪費我們的寶貴能量。

值得注意的是：當我在撰寫關於在地球上的 ET 靈魂與局外人手冊時，我完全都沒有提及 ET 的物質肉身存在，曾經出現在我們的天空或行走於我們當中。25 年前唐·愛爾金斯（Don Elkins）和我曾經在我們的書《UFO 的秘密：Secrets Of The UFO》，提及 UFOs 的外觀，我們的結論是：雖然 ET 的物質肉身存在，曾經出現過在地球上；但我們卻對於來自 ET 的形而上訊息，更加有興趣一探究竟。至今，我的見解仍然不變。坦白地說我並不認為：傳說中的灰色或昆蟲相貌的 ET，和他們經由像我這樣的通靈人；所傳達給地球人類的訊息之間，有任何必要或重要的關聯性。許多 UFO 研究人員與 UFO 相關經驗人士，並不同意我的看法；但我仍然尊重他們的觀點，我甚至於追蹤他們的研究而頗有興趣一探究竟。

對此而言，Q'uo 的說法如下：

當正向與負向的實體（個體），都意圖獲致所謂的「畢業收成期」；以期躍升至正向與負向的第四密度之際，便發生了無數這樣的 UFO 接觸與安排。這類 UFO 接觸與安排的傳言（或報導），往往涉及了不同政府之間；或不同政府之間的某些人士，以及某些非來自你們世界的實體（個體）所介入的結果。基於不干預他人自由意志的前提下，我們無意詳加評論；或揭露更進一步的內幕，以免影響到閱讀或聽到這些事的人。有鑑於此，我們只能簡單地如此說：即便這樣的 UFO 接觸與安排確實發生過，它們也只是某種戲劇幻覺的一部份；而你們可將它們變成喜劇或悲劇，完全在於你們自己的選擇。的確有過無數的 UFO 降落、綁架，或是疑似綁架；其實卻是藉由在腦中植入某種記憶程式（或印記），而事後醒來卻有「實相幻覺」的結果。正如擁有其他類似記憶的實質效應，它對身歷其境的當事人而言；卻是足以形成某種「虛擬實相」，令人感覺猶如「身歷其境」的真實記憶。它的基本意圖是為製造恐懼。有鑑於不干預他人自由意志的法則，我們對於其他

相關的意圖，不便多做評論或揭露。然而，我們卻可以這麼說：對於那些選擇過著具有信心生活的人而言，這樣的傳言則是無關緊要。的確，這樣的事件不斷地發生，的確也有無數善意的正向接觸事件，發生在那些尋求愛與光的人身上。

誠如丹娜 R. (Dana Redfield) 近日指出來告訴我的話：並非所有的實質 UFO 接觸都是那麼可怕，她自己就曾經被無數這類的 UFO 拜訪過，也曾被植入印記。就她的接觸經驗而言，其中顯然有一部份是形而上的訊息傳遞，但有些也涉及實質肉身接觸。根據她的經驗看來：實質與形而上的 UFO 接觸（或存在），並非可以截然明確地區分。若意圖分辨：某一 UFO 接觸或 UFO 實體的正負極向，到底是正面 或負面，則必須就每回遭遇的個案而定。若正負面皆有，且助人與利己併存；我們如何判定，這樣的 UFO 接觸是那一類的經驗呢？

以下是唐-愛爾金斯 和 **Ra** 之間的對話：

發問者：若是某人和 UFO 有過近距離的接觸，或有類似的 UFO 接觸經驗；他必須先了解該 UFO 接觸經驗的核心意旨，以及對他個人產生的效應以便判定：它是來自於獵戶星座 或 星際聯邦。到底是否如此呢？

Ra：我是 **Ra**，正是如此。若是讓人感到恐懼，或導致毀滅（或不幸）的後果；則這樣的接觸，很可能具有負面的本質。若結果讓人感到希望、友善，並且喚起利他的正向動機；則顯然是和星際聯邦（Confederation）有過接觸的跡象。

再次的，唐·愛爾金斯 問 **Ra**：為何**唐**在本地某大學（學院）講課，卻只有六、七人來參加？唐·厄爾金斯（Don Elkins）問道：既然自己的講課那麼棒，為何只有六、七人來參加？此事讓他感到有些沮喪。**Ra** 卻向他點出：

會被獵戶星座（Orion）這類公開演講訊息所吸引的，終究只有少數人；曲高和寡的先進振動頻率（或振動頻率提昇），畢竟只存在於少數人。然而，這些未曾受到公眾輿論影響的少數人，反倒更容易受到先進觀念的啟蒙。因此，別太在意人數的多少。

換言之，唐-愛爾金斯（Don Elkins）的小型公開演講；吸引了少數真正高素質的聽眾前來，有別於一窩蜂追求最新 UFO 訊息的一大群狂熱份子。也因而有別於那些，輕率鹵莽地認定：自己剛才見到 UFO，而盲目追隨 UFO 訊息的群眾。諷刺的是，唐-愛爾金斯去

世後；我們試圖搜集他生前的演講錄音帶，方才發現：我們沒料到他竟然這麼早就去世，以致於我們沒錄下多少他的精彩演講。我們現在所提供給大家的演講錄音帶，大部份都是來自於他那一天的演講內容。至今已經有數千人聽過，他這一卷我們所散發給大家的錄音帶。

地球的「收成期」

「收成」(Harvest, 收割、收穫)對於新時代圈內，各式各樣形形色色的人們，是個觸及人心的關鍵性字眼。我個人覺得：今日的地球同時有兩種不同的收成在進行，即人類居民與地球本身的收成，這兩者同時在進行。這種活在最高點與完成點的「收成意識」，在流浪者圈內非常普遍地存在。星際**聯邦**實體曾經提及時間的周期，這樣的周期有助於地球的人類居民；得以學會愛的課題，它是地球的艱難必修科目。根據星際**聯邦**實體的說法：我們當今大約活在 25,000 年即一小周期的末期，也恰好是在 75,000 年一大周期的末期。一大周期所包含的三個小周期的末期，便可能是靈魂的收成期。但除了極少數人得以提昇密度「畢業」之外，地球先前兩個小周期的收成卻未曾發生。因此，所有當今肉身投胎於地球的靈魂；都是「命中注定」活在地球大收成的末期。其中某些靈魂將會自地球「畢業」，而轉到其他進階課程繼續進一步學習。有的靈魂則須「重修」地球密度這一級的課程，因他們在地球時仍未學好該學的功課。以下是兩位流浪者和我們分享，他們個人對於所謂「收成」的體悟：

我知道我已經預備好去面對的關鍵時機已經到來，我也體會到我們兩人正歷經；深刻完全與漸進提昇的轉變，有來自更高實相的源頭在引領著我們。我清楚地體認到，我唯一剩下必須做的事；是將自己交託予聖靈（或臣服於大我的更高意識），並且全心全意地接受大我的指引而行動。

我感到非常興奮，躬逢其盛活在地球的關鍵性歷史時刻。我真的不知道每天的日子會變成如何，然而我體認到：我此時此刻在此世有其緣由。我須要去幫助、指引他人，我覺得我曾經做過或經歷過的各式各樣事情；都引領我此時此刻，在此適當的位置。至於預備好要做什麼我仍不確定。

當聽到自稱為「星際孩兒」的一位魅力女子（「非常興奮」的她--代號 109 號），她提及是受到「他人」影響而著迷；她所言的一段話，真令人耳目一新。但她說她並不確定這到底是怎麼一回事。許多人因而有不同的想法。我倒是覺得：所有預言此事的時間表都錯了！由地球的觀點看來，實在難以體會；就形而上（或非物質）宇宙而言，時間是瞬間片刻的永恆存在。的確是如此，記得曾經有一句話說：「主看一日如千年，千年如一日」

（註：引述《聖經》中的經句）。

我覺得就形而上層面（或心靈層面）而言，它確實是在持續發生變化，但這樣的過程相當微妙；遠比急於進入新時代的那些人，所一般認定的要來的更久。爲了向大家說明，我對「收成」的觀點；因此，讓我先引介「先進振動頻率」（或「振動頻率提昇」）的觀念。我個人認爲：只要是現今肉身投胎於地球的每個靈魂，都有獲致密度提昇的潛力，得以自地球的「第三級密度」收成畢業。

誠如 Q'uo 所指出的：

不妨讓我們這樣說：在覺醒的靈魂中，呈現出急速的躍升現象。有鑑於此，這一群靈魂才會選擇，現今肉身投胎於地球。對於那些活躍在地球或第三密度的靈魂實體而言，現今的確是「收成」的好季節。那些現今收成期得以肉身投胎於地球的靈魂，他們每人都有可能在期末畢業，獲得進入下一個更高密度的絕佳機會。以致於許多靈魂都爭先恐後地排隊，為了「收成期末」得以肉身投胎於第三密度（地球物質實相）的絕佳機會。當今地球既然正面臨「收成期末」，也迫切地須要這些靈魂一道協助參與收成。

唐。愛爾金斯問 Ra 如何判定「先進振動頻率」（「振動頻率提昇」）？

發問者：那麼紅光，特別是強烈的紅光；是否可以視為肉身投胎於地球的靈魂之「先進振動頻率」指標？此外，強烈的紫色光是否也是如此？

Ra：我是 Ra，這樣的說法部份正確。在「畢業」或「收成」朝正面第四密度提昇的過程中，紅光之所以會被我們見到，只是因為它受到能量激化的結果。然而，紅光原本是產生所有振動頻率的基礎。而所有這些振動頻率的總和，即是紫羅蘭色光能量。紫羅蘭光是正面第四密度唯一的考量。在評估負面第四密度的收成時，紅光、橙色光與黃色光的強度，會被審慎仔細地考量。因為這類的光所具有的持久能量，對於負極收成的進行是必要的。基於人們由太陽神經叢中心向更高無限智能開放極為不易，因此這類的光所具有的持久能量，對於進行負面第四密度的「收成」是必要的。

上述對於能量系統和正負向極性的引述資料容易讓人感到混淆。因此，我們在下一章（第五章）將會談論「脈輪」與「能量中心」的概念。此外，在第六章中也會討論形而上抽象正負向極性的概念。在我們的「術語辭彙」也有這類的主題。「混合收成」即是地球的收成現況。現今只有少數的靈魂，能藉由正向的服務他人，而得以自地球的密度畢業；而更少的靈魂則是，經由負向的方式「畢業收成」。然而，對於那些正負向極性皆不足，

卻意圖提昇振動頻率；以獲致自我心靈提昇的人們，現今仍有足夠的時間來轉化提昇。當今的地球之所以會被，那些有權選擇現今存活在地球上的人們所佈滿；即是因為這些人具有提昇振動頻率，因而獲致心靈自我提昇的升級或畢業的潛能。

許多尋求提昇振動頻率，而獲致自我心靈提昇得以順利畢業收成的人們；往往是那些藉由「先進振動頻率」（振動頻率提昇）而具有正負極性傾向，得以有機會於此時以肉身投胎於地球的那些靈魂。因現今地球的正負向兩極，正值意圖藉由正面實體的「服務他人」（或「利他修為」）；以及藉由負面實體的利己自我修為方式，而各別增強正負向極性。

正如我們地球人會說的：「凱蒂，把門鎖好」之意！這年頭的地球，我們有許多有趣的催化劑！全都是為了準備我們迎接即將到來的「收成」。我個人覺得：更確切的字眼（或術語）理應是：「畢業」。

我們人類現今正處於「第三密度」的地球，而地球的物質實相我們可稱之為「第三級密度」。我們或許是來自於「第三級末」，甚至於第四級、第五級、第六級的密度；此時因緣際會流浪在地球，然而一旦我們肉身投胎於此；我們都再次地變成「第三級」。此外，我們也理應加入所有地球的原住民；一道通過「第三級密度」的升級畢業考，以便在地球肉身投胎末期；得以順利完成任務，因而離開「第三級密度」的地球。再次地，請大家稍安勿躁；因我們會在下一章，進一步討論「密度」的議題。現在讓我們來談：投胎在地球的靈魂，必須如何才能順利收成畢業呢？第一個畢業條件，聽起來似乎是夠簡單的要求：即我們得要有一半以上的時間，去關心或投入「服務他人」（或「利他修為」）的事宜：

在地球學習「服務他人」（「利他修為」）的靈魂，必須有超過 51% 的時間，外加持之以恆的意願，來投入「服務他人」之事。如此方才足以承受得起；第四密度經驗中，正常或必定要求的「發光」標準。

上述所謂的「51% 法則」適用於，「服務他人」或正面服務他人的靈性道途。對於那些不挑剔文字，或不具備嚴謹科學傾向的人，我們可以說：上述的「51% 法則」意指：為他人著想多於為自己著想。對於負向靈修道途，即步入利己修為道途的人們而言，則是要求不同的修為方式：

Ra：對於希望步入利己自我修為道途的人們，則是 5% 的不同要求條件，它意謂：5% 服務他人，95% 利己自我修為。它要求必須完整地達成目標。希望藉由負極（負向）的修為方式，來獲致「畢業收成」是相當困難的；因此，務必全力投入方能達成目標。

發問者：為何負向的收成道途，遠比正向的來得困難？

Ra：我是 **Ra**，這是基於「一的法則」之傾向；它指出了朝向無限智能的通路，是一條你們可稱之為窄門或窄路的道途。意圖達成 51% 造福他人，正如意圖達成 5% 造福他人的道途方式一樣的困難。介於這兩者之間的許多人，往往是抱持著漠不關心或毫不在乎的態度。

由此看來，選擇正極道途的人們須達成 51% 造福他人的貢獻；而選擇負極道途的人們，則須獲致 95% 的利己自我修為。因而正負極性的行動準則，由此可見一般。重要的是：當事人務必讓自己每日都能貫注在自己所選擇的目標上（譯註：無論所選擇的道途，是藉由服務他人或自我修為）。

在面臨畢業收成的重大時刻，許多人卻往往是雜務分心（或漠不關心），而陷入了沉睡狀態。於是，對這樣有意識的專注要求，抱持著置若罔聞的態度。然而，即使是我們當中心智敏銳的一些人；有時也難免會陷入，**Ra** 所謂渾渾噩噩的沉睡陰霾中。在這樣的狀態下，人們往往是在善行與自私之間；持續不斷地徘徊，因而無法有意識地專注於愛人與利他的正向服務修為。此外，也無法有意識地專注於負向利己自我修行。意圖獲致正負兩極的不同修為成果，我們須不斷地再次選擇；藉由自我付出以步入利他（服務他人）的發光（正向修行）道途，或藉由操控他人以步入利己修行的負向磁性道途。此外，一般而言；所謂「畢業」或「收成」往往是在，身體死亡之後發生：

實際上並非末日近了，而是末日早已開始；就你們的時間而言，它還會持續許多年。即使我們能夠，我們也不太可能告訴你們；到底「畢業」或「收成」，這樣的「過渡期」何時才會完成。我們只能夠告訴你們：它理應不會戲劇性地發生，而那些能夠「畢業」或「收成」的人們；則是在他們修完此生課題而肉身生命自然結束之時，因而臨終「畢業」或「收成」的。

雖然有少數極為罕見的案例，偶而也會有某個特別的靈魂；肉身生命尚未結束，便已經自地球的第三密度實相「畢業」。然而，因此獲致離開地球層面的機會；以及獨自躍升的情況，幾乎從未發生過。

發問者：你先前曾提及，若能躍升進入「第八層級」或通達「無限智能」；則只要是該實體所希望的特定周期中任何時空，都能夠達成「心/身/靈複合體」的「畢業收成」？

當達成「第八層級」時，該實體到底會體驗到什麼？

Ra：我是 **Ra**，每個實體覺知（認知）「無限智能」的體驗都是獨特的；這樣的「無限智能」覺知體驗可以包括了：由無限的喜悅一直到當該實體仍在肉身生命時，便具有強烈獻身服務他人的使命感。達成「無限智能」的實體，大多體驗到無法言喻的奧妙。然而，一般而言；該實體很少會想要，即刻終止肉身生命。反倒是變成了：具有強烈的願望，想要去傳達或善用這樣的奧妙經驗，藉以幫助他人。

或許令人感到訝異的，「畢業」或「收成」的最後一項要求條件，竟然是：

知道自己什麼都不知道！

發問者：我假定一個人若想要，由「第三密度」提昇至「第四密度」；理解「一的法則」並非必要。這樣的理解是否正確？

Ra：我是 **Ra**，一個實體絕對必須有意識地了悟；他什麼都不知道，才能獲致「收成」。理解並不屬於這個密度。

（譯註：上述說法正如禪宗，六祖慧能揭示開悟的「本來無一物，何處惹塵埃。」）

唐。愛爾金斯 問到：「混合收成」的情況經常會發生嗎？

發問者：宇宙中一兼具正負兩極「身心靈組合狀態」傾向的星球，「混合收成」的情況經常會發生嗎？

Ra：我是 **Ra**，在宇宙中就星球的收成而言，「身心靈組合狀態」傾向負極的收成大約有 10%，傾向正極的收成大約有 60%；而大約有 30%是「混合收成」的情況，因此幾乎都是正極傾向的收成。而在「混合收成」的情況中，幾乎沒有大多傾向

負極的收成；因為當一個星球強烈地傾向負極時，則正極收成幾乎沒有任何機會發生。

由此可見大約有三分之一的收成是混合的，正如我們的地球目前那樣；因此，我們的星球並不像有些人認為的那樣怪異！

就我的斷定而言，「收成」是在肉身死亡之後才發生的；而它又是如何發生的呢？Ra 如此說道：

那些完成某個「生命週期」體驗的實體，已顯示出對於思想與行動效應的理解傾向；將根據他們的選擇區分，朝向最能讓他們「身/心/靈複合體」感到自在舒適的振動頻率傾向去發展。這樣的過程是由那些擔任看護的存有所監護著。這些存有的本質，傾向於「一的法則」，而趨向積極服務眾生。是故，地球實相的物質幻象是由光所產生；或是更確切但較難理解的說法，由光與愛所產生。它具有不同程度的強弱光。每一個收成實體的靈性複合體，會朝向光移動；直到那光對於該實體而言，太過於炫亮而無法承受為止。於是，該實體可能僅僅到達「第三密度」；或是到達極為接近「第三密度」結束時，傾向光與愛振動頻率的「身/心/靈複合體」。然而，一旦置身於「八度光階」，強烈充滿光與愛振動頻率狀態的這些實體；接下來都會經歷一個主要的週期，好讓他們有機會發現自己的天性傾向。因而，得以和緩地順應這樣的天性發展傾向。

「光的道途」或「愛與光的適當位階」，即是我所謂的「光階」（八度光階）。而藉由以下方式讓我較為容易，觀想上述的「光階」過程：

我見到自己步入光中，光越來越強也越來越炫亮；直到那光變得太過於耀眼，而讓我無法承受為止。當我步上「光階」時，我只希望能迎合；我所能承受的，最充足的光芒。那恰到好處的「光階」，即是最適合我的「密度級數或光階」！

現在，讓我們來談論此星球的「收成」；我意指地球、大地，或大地之母（蓋亞）。

唐-愛爾金斯 問到：這樣的「星球收成」，到底是如何運作的？

發問者：一個「第三密度」的星球，要如何轉變成為「第四密度」呢？

Ra：我是 **Ra**，這將是最後一個完整詳盡的問題。誠如我們先前已經說過：「第四密度」的來臨，就像是每一小時的敲鐘，那樣有秩序與規則化。你們地球的時空結構，已經使得這星球得以運轉至，另一個不同振動頻率的狀態。因而，地球得以按照這新的傾向（第四密度）來重新扭轉塑造。然而，正值此「過渡期」；你們地球居民的思想形態，無論是就個人或是社會整體的身心靈組合狀態分佈而言；我們覺得全都顯得零亂，因而缺乏明確的方向。如此導致進入「愛的頻率」，有時你們會稱為「諒解的頻率」；就你們目前整體社會的身心靈組合狀態而言，仍不足以有效地達成目標。因而，一旦「收成」來臨；許多人仍須輪迴重修，「第三密度」週期的人生課題。此時，雖然你們當中的流浪者、老師；以及精於此道的高手，都一心一意地致力於能讓地球「增加收成」。然而，只有少數人能順利地「收成畢業」。

（譯註：就上述討論主題，人類社會整體的「星球收成」而言）

顯然地，我們的地球在誕生進入「第四密度」之際，正遭遇到困難。因而，地球大地才會如此地天災頻仍；因為，它必須試圖去平衡它自己。星際聯邦覺得：基本上我們已經朝向「第四密度」的時空狀態邁進，我們從原先太陽系的時空狀態；到進入當今「第四密度」的時空狀態，其實已經有一段時間了。只是我們無法藉由，我們在「第三密度」的感官，來意識到這樣的扭轉改變。當一百年或三百年後，這整個過程完成時，地球將會變成怎麼樣的情況？

發問者：當地球的收成結束後，「第四密度」的存有；是否會肉身投胎於地球上，就我們目前所知的情況？

Ra：我是 **Ra**，這是極為可能的事。

極為少數的某些靈魂，其實已經肉身投胎於「第四密度」的身體了：

發問者：那麼，這是否意味著這些靈魂的目的是，就在地球完全轉變成為「第四級密度」之前；他們就在地球的收成過程之前，先來地球經歷體驗？

Ra：我是 **Ra**，這樣的說法是正確的；但這些靈魂並非流浪者（異鄉客），這意味著：地球即是他們「第四密度」的原鄉。然而，意欲獲得「服務地球」的經驗；只能藉由歷經「第三密度」的收成而獲得，而且該實體必須顯示出：積極「服務他人」（服務眾生）的傾向。及早肉身投胎於「第三密度」的地球是值得慶幸的，

因為在地球收成過程中；若能夠積極地「服務他人」（服務眾生），必能獲致靈魂體驗過程最佳的「提昇催化」。

由此看來，我們地球已經有了某些先驅靈魂，在此先行開拓「第四級密度」。然而，「第四級密度」是否將會取代「第三級密度」呢？它不會在地球目前的次元層面發生。

Ra 澄清了這問題：

發問者：目前我們已經肉身投胎於「第三密度」的地球層面。那些置身於「第三密度」地球層面的實體，若已經有相當次數的肉身投胎經驗；將會以下列三種方式「收成畢業」：那些選擇「正向道途」的實體會繼續留在已經轉變為「第四級密度」的地球；選擇「負向道途」而獲致收成的實體，則會前往另外一個星球。而其他無法收成的「第三密度」實體，則會前往另外一個「第三密度」的星球。除了上述這些實體之外，我假定在地球上；還有某些實體是來自於，另外一個「第三密度」星球所收成的。他們前來地球，且已經肉身投胎於「第三密度」的身體；為了促成地球轉變為「第四密度」，另外還有**流浪者**幫忙。到底這樣的說法是否正確？

Ra：我是 **Ra**，這樣的說法是正確的；除了還須要附註說明一點：那些具備正極傾向而得以收成的實體，雖然會繼續留在地球發揮他們的影響力；然而，卻不是在現有的「第三密度」地球層面上運作。

對於我們這些，置身於「第三密度」地球層面；且正朝向收成努力的人們而言，我們的目標到底是為了什麼呢？首要的核心目標 理應為「存在」（BE）。

星際**聯邦**實體便論及這樣的挑戰性觀念：

目前肉身投胎於「第三密度」地球層面的人們，若試圖「是」你自己，是很好的。就按照：「是」你自己的模樣，「是」你自己的選擇；「是」你真正的自己，因**你真正的自己**即是你的**大我**。你的**大我**也是你的**更高自我**，它事先已經為你此生的道途鋪路；但他也容許你有充分的自由意志，得以自由詮釋許許多多的具體內容細節。但每個實體的**大我**，已經確保其既定道途。

（譯註：**大我**擬定此生基本方向藍圖，而和三度空間實相打交道的「自我」，即我們日常生活中所認同的「我」；再經由每個當下思、言、行的選擇與熱忱，實現所選擇目標的可行方式與具體形式，但既定目標當下仍可改變）

以下是兩位流浪者談及，如何「是」自己（譯註：忠於自己存在的本質）：

對我而言，它和「平衡」有關；然而，發生某些潛在災害和災難性事件仍是可能的。而且是頗為可能發生的。是的，我們在地球上的時日已不多了；因此，我們更必須「是」我們自己；而不是一味地因應或回應他人的想法。

跟隨你自己內心的聲音，若是它引領你來幫助地球的「收成」；那麼，就如此行。若是你相信「收成」後你將會留下，那麼就留下來；若是你相信耶穌基督會再來，那麼就準備迎接祂的再來。若是你知道 ET 正試圖和我們通訊，那麼就留意那樣的訊息。重要的是：「是」你自己。你當知道：無論你的感受是如何地與眾不同或特立獨行，你不是孤獨的。你只須「是」你自己（無為自在地），就會吸引促成相關的事自然地發生。

「是」(being)對我們而言真是難以想像，因我們的心態早已習於「做」。因為，我們西方文化的工作倫理。然而，一旦我們能夠清楚見到我們的任務本質；一切我們所「做」的努力，才會導向正確的方向而獲致成果。關於「畢業收成」的任務，我們還有一個值得投入的目標是；能和自己的心一體，也和「造物主」合一：

當「收成季節」來臨時，你知道你的任務是什麼；而你希望自己是，以自己之所是躬逢盛會。我們對你們的建議是：此時此刻，若你想服侍（服務）「造物主」的最佳方式是；當下打開你的心，以實踐和**造物主**的神聖合一。

面臨收成的核心目標是「極化作用」（指前述趨向「正負兩極」的修為道途）：

你們每人都能在此世，獲致對「愛」的「收成態度」。這意指你們每人都能夠：多關心他人、多愛他人、多體諒他人、多撫慰他人、多安慰他人、多寬恕他人，因而多過每人所在意的：被人諒解、被愛、被安慰、被寬恕。如此愛的本質是自我犧牲，願意將更多的時間；投注在關心幫助他人，多過於關心自己的事。如此「愛的態度」，對於「極化作用」的產生，有極大的幫助。若是你能夠如此，一旦你死亡；擺脫「行屍走獸」般的肉身生命，得以進入「更大生命」層面時，屆時你理應得以運用無限**造物主**必有的光。

Ra 則建議我們，將「平衡」視為致力於收成的目標：

Ra：我是 **Ra**，每個身/心/靈複合體（每人的身心靈組成）；都有自身的啟動模式，以及自己的覺醒週期頻律。收成之際重要的是，每一個身/心/靈複合體的狀態，以及各個能量中心的和諧平衡。因為，這是和「收成」有關的旨趣，因此須要特別留意。

以意志力和強烈的意願致力於「收成」，反映出面臨「收成目標」的「時間緊迫」：

當你們的地球面臨所謂「收成」之際，許多人的經驗必須更加密集、緊縮；因為當「收成時間」越來越緊迫時，意欲獲致收成的任務就必須加緊完成。一旦時間緊迫，就必須加緊趕工，方能達成任務。你們必須善用所剩無幾的時間，致力於搶救地球靈魂的「收成任務」；即轉變地球人類集體意識的偉大任務。當然會有任務更加困難的風險，但你們的地球也同時擁有；史無前例的絕佳機會，得以藉此過程進化提昇而向前大步邁進。

值得在此一提的是，流浪者的另外一個名稱，即是「收割者」（收穫莊稼的人）；而我們目前之所以在此，其實和「地球的收成」息息相關：

我們有這些為地球靈魂憂傷的兄弟姐妹們，此時此際選擇肉身投胎於地球的主要目的；即是藉由他們在此的「發光」，來促成人類集體意識轉變的可能。藉由他們提供適當的觸媒，好讓地球可能得以增加收成。另外還有兩項個人的因素，促使他們選擇這樣的任務（或天職）：對於流浪者而言，若是記得；獻身於這樣的任務（或天職），則有助於他們自己加速「極化作用」的可能。因而，其光芒將會超過；若他們置身於較光明層面的高密度時空媒介的話。最後一個因素則是：就人類整體的身心靈組成，或整體的社會記憶組成；我們得以判定一個實體或一個社會實體的某個成員，是否能夠充分利用第三密度的時空媒介；即善用此不完美的媒介，致力於學習與教導。這特別適用於那些，進入或置身於第六級密度的實體；因為在第六級密度中，慈悲與智慧的平衡發展是優先的考量。

星際聯邦實體此時此刻出現在此，藉由思想（意念或想法）來幫助我們：

我們此時此刻出現在此，是希望能提供你們：關於心靈成長的資訊與見解。就我們的了解而言，你們現在得以享有的現在這段時期；其實是你們地球「收成季節」的一部份；或是先前你們地球世界的收成完成結果。此刻正當地球轉變成為，更高密度光所照耀的實相（或光之幻象）之際；我們覺得對於那些意欲加速心靈進

化過程的實體而言，目前的地球具有絕佳的成長機會。我們希望能夠幫助，正如我們可以幫助；尋求我們的見解與樂見我們的出現，以幫助你們地球的那些人。

蛻變

在「新時代」(New Age)文獻中，另一個常用的字眼是「蛻變」(transformation, 轉變)。正如「啓蒙」(initiation), 「轉化」是個模糊，具有多重字義的字；其意義端賴誰在使用這字，以及是以何種方式用它。我個人的感覺是：整體而言，和它最接近的同義字是：覺悟、啓示、顯示、開悟等字。然而，和「啓蒙」(啓始)不同的是；「啓蒙」是學習過程的一部份，而「蛻變」卻無法直接獲得。它反倒是一種過程，讓我們得以藉由各式各樣的方式；來鼓勵誘導自己內心，我們理應自行探索這些方式。誠如拉威(Latwii)群體忠告我們的：

最終該實體將會有意識地尋求，能打開通往內在自己層層門戶的鑰匙；因而得以揭露存在本質的寶藏，它正等候這樣的尋求來揭示它的奧秘本質。在此過程中，會有某種蛻變；讓該尋求者不只是以其意識心來理解，他和眼睛所見的一切都源自於太一造物主；且越來越能體驗到：太一造物主的本質，其實是存在於自己的本質中。就在自己內心即可尋找到太一造物主的存在，而在太一造物主的存在中，也處處可尋找到該實體的存在。當這樣的過程越來越明顯，且越來越成為該實體肉身投胎於地球的經驗；該尋求者終究體悟到，這正是自己一路尋求所要的開悟體驗。

以下即是一個典型的「蛻變體驗」案例，由某位對此過程頗感迷惑不解的男士和我們分享的個人經驗：

這是最近某個讓我迷惑不解的經驗，兩週前當我面臨考試(我還在大學唸書)；我感到無比的挫折感，卻求助無人之際。。。我感到困惑，不禁懷疑：到底是否真有神的存在，而我是否孤獨一人？就在此刻，某種我從未體驗過的感覺充滿全身；它是一種純粹的愛，我所體驗過的最純粹的愛。因而幾乎讓我窒息，甚至於直到此刻當我在寫這件事時。我也感受到祂就在我的房間內，就像是坐在我的身邊安慰我。自此後，我所有的挫折感與壓力就此消失；而我這一生從未有過，如此美妙的感覺。

Hatonn 星際實體則專注於這類經驗的品質：

我們鼓勵你們人類，必須更加留意你們周遭的徵兆。正如陽光自東方升起照耀整個大地，將大地從黑暗逐漸轉為光明；同樣的情況地球的兄弟們，轉化也是如此到來。

我們須要什麼條件，藉以鼓勵誘導自己內在的蛻變呢？其中一樣是極大的耐心：

當然，在這樣的蛻變過程中；尋求者會希望有所幫助，但若是該尋求者能將自己的眼光放大到：見到有意識的自己，正活過動盪不安的混亂變化過程；而這樣的過程是基於淨化的意願而啟動的，該尋求者就能夠了解到：一旦這樣的意願被磨鍊過後，還須有堅定的信心耐心等待。

另外一樣有助益的是，放下自我對於變化的抗拒：

如此的蛻變涉及了極大程度的放下。

因為這樣的放下（或臣服）感覺就像是自我的死亡，自我往往會將這樣的尋求道途視為困難、痛苦、為難；然而，我們也鼓勵大家須體諒抗拒變化其實是自然的傾向。因為，我們的身體與腦袋中的每一個細胞，都具有維護現況的傾向。靈性導向的生命（或生活）雖然不缺喜悅，但當該實體變化（或改變）的速率增加時，他的受苦指數也會因而增加。

有鑑於內在蛻變的需要，於是冥想似乎就自然而然地，成為伴隨我們的幫助：

我們敦促你們最好能夠每日冥想，這再怎麼強調都不為過。但我們不會建議去評斷個人冥想的優劣，也不重視（或強調）每天須花費多少時間在冥想上。因為，當個人內在意願成熟時；就會重視此事，自然也會因而有所進展。但若是缺乏個人每日冥想的自律要求，即使只是數分鐘也好；一旦收成季節來臨，則朝聖者將會因而錯失轉化良機。以致變成迷失（或失落）在每日匆促的世俗雜務中。

如此的蛻變過程對於我們的深層心智，到底會產生何種衝擊效應呢？或是說：我們的深層心智，將會如何介入這樣的轉化過程呢？

許多人將心智視為僅只於腦幹、腦根，有如我們心智的某個部份（頭腦）；是個被糟蹋誤用且低劣下賤的官能，而此官能（頭腦）則汲取粗劣、低賤、不道德心智大倉儲的養分。也有人將深層心智視為少女來追求，而這樣的追求有別於掠奪；

且可能須更長時間，但此追求獲致的寶藏卻是無比珍貴。左手與右手(途徑)心智的轉化，也將會因人們意識心的改變而改變；意識心現今以新的眼光來看待自己的心智，也如此看待其他自己的心智。

在蛻變過程中，我們須完全放下自我評斷：

在意圖蛻變的啟動過程中，我們須開始放下自我評斷，而不再重視此事。因為，反正自我評斷也無法確切客觀；是故，不如盡可能省思自己生命的最高層面意義。這樣的省思當然很有價值，但千萬別因而成了審判自己的法官。當我們終能放下自我評斷，而以無比信心步上塵土飛揚且孤獨（獨特）的靈性道途時；我們就能以更為創意與充滿活力的方式，來和他人互動相處。

蛻變的過程也可能讓我們感到困難，當必須面對改變而喪失原有的人事物關連：

端視你和蛻變能量的調和程度，或許你不致於；因不適應（或不舒服），而感到恐懼。你可以瀟灑坦然地面對它，因而說道「我必定改變得很好」。但是若你須面對你的恐懼（恐懼改變），你也須坦然面對接受它的存在。保護自己敏感脆弱的內心，其實並沒有什麼不對。你可以試著去面對它，逐漸一點一點地消除你內心的恐懼；你可以試著慢慢地改變，支持你自己去面對改變的恐懼。切莫勉強對抗自己的膽怯，也不須因改變所帶來的不舒服；勉強自己和命運對抗以致讓自己受挫，如此反倒會因而失去自信。

雖然我們流浪者喜愛探究隱藏的事務，但我們每日的經驗其實就足以提供蛻變過程所須的動力：

我們日常生活中一切所顯現出來的事物，多少皆可將之視為是某種的行動觸媒，足以促動適當層次的蛻變發生。

有一個非常特別的蛻變過程，它涉及我們都能逐漸覺察到，彼此都是靈性家族的一份子。它往往是藉由先意識到某些人，和自己是心靈相近的靈性家族成員。這樣的轉化過程所帶來的期盼是：地球已經開始形成，正向第四密度的社會記憶複合體：

當一個人能意識到這樣的靈性家族網絡時，他已經開始掌握到所有種族的關聯性。的確，這樣的關聯性至今已經變得相當明顯；因此，我們建議這樣的靈性家族網絡或許理應成為家族關聯的根本考量。而人類的靈性家族將試圖在轉化為第四密

度的地球，形成正向第四密度的社會記憶複合體。愛與自由將是靈性家族網絡的基礎，而一旦實現則將會讓一個實體得以拉近真正的家族關係。人類過去只能藉由最親近的家族血緣，才得以實現這樣的關係。要建立這樣的靈性家族網絡，必然須具備對心靈關係的無比信心；因任何思想觀念的轉化，都涉及一探究竟的意願前提。在某些情況下，如此一探究竟的意願，還能夠促成意志力的運用。改變是痛苦的，一個意欲探究自己靈性家族成員的人；必須忍受覺知每位靈性家族成員的悲慘困境，而所有的人一旦自我意識覺醒難免都會受苦。

當我們進行這樣的轉化過程時，星際**聯邦**實體希望能幫助我們：

轉化過程要求當事人須盡力尋求探究，因而黑暗的陰影似乎更陰暗，而且顯得比先前的經驗更為困難重重。但我們可以向你們保證：你們可獲得的幫助即將到來。即使你們覺得：自己須要幫助的呼聲沒獲得回應，但你們仍會獲得所傳來的愛與光的支持；它來自於那些，認為有幸能夠陪伴你們走過這趟旅程的那些實體（或存有）。

全球心智

在我們探討過一系列關於新時代思想的雜音（或噓聲、嗆聲、另類觀點）後，最終我們以探究「全球心智」（地球的集體意識）這觀點，來結束本章節的討論。關於「全球心智」的涵義，其中有一種說法；讓我始終無法理解，即是所謂的「蜂巢意識」。它意味著，我們所有的地球人；都被某些外星人，一起選為工蜂或奴工。今日無論是基於何種原由，而讓我們人類的集體命運導向這方向的話；始作俑者理應是媒體的誤導與推波助瀾。媒體其實也反映出：我們人類的集體資訊、錯誤訊息，宣傳以及流行一時的通俗文化狂熱。然而，不！這不是我要的訊息（或徵兆線索）。我要傳達的訊息是：如今有許多的流浪者齊聚在此；為了幫助地球提昇轉化，成為更美好的世界！

我們利己或利他修為的觀念想法，對於我們的社會確實具有革命性的展望（或願景）；或者它可以說是，我們每人內心深處的「烏托邦夢想」（或夢幻）。我知道我們一切努力的終極目的，是為了能和「太一無限造物主」合一；但目前我們已有潛力，得以實現我們每人夢寐以求的「烏托邦社會」。只要我們願意當下實現，我們所重視的這些觀念想法。

若是我們將正向「第四密度」視為是「伊甸園」(或樂園、夢想)，在其中我們理應都是一體；這樣的「夢想」，完全是合情合理的願景。而我們現在正努力實現，我們的「夢想」宣言！

往往你們想創造的是一個過去未曾存在的實體，直到你們能夠進入那樣的生命韻律與生活意願；如此你們才能夠越來越接近，你們原先只能模糊意識到的目標。而這樣的目標，和你們如何與他人互動則是息息相關。你們試圖想要建立的實體（集合實體），正是「世界的心靈」；或說是「社會記憶複合體」，這樣的方式名稱。

保守的說法是：意欲實現這樣的願景，仍須一段時間；但及早預見我們努力的方向，總是一件好事。許多流浪者都覺察到，我們必須更懂得善待我們的地球。誠如羅素。路易（Russell Louie）所言：

身為一個流浪者，我是以全球性的眼光來思考；而其他人都只是，想到自己可以從中獲得什麼。當人們在談論資源回收，或是再生能源時；我總是質疑，為何大家都沒去實踐它？

星際聯邦實體同意此觀點：

此外，還有「星球的命運」；涉及了國家以及較大的經濟、社會、宗教團體，對其他實體所採行的不平衡（不公平、不公正）行為。因此，我們有個人的業力與社會團體的業力，層層疊疊地交錯直達天聽。就地球目前的情況看來，它並不是一個命運共同體；因而對於那些希望能就改善社會團體業力的實體而言，他們仍有許多機會改善全球集體意識。而你們當中有許多人，此生肉身投胎於地球上；正是為了幫助改善地球的集體意識，而選擇了肩負這樣的個人使命。他們藉由選擇以及精益求精的淨化選擇而幫助地球，終究也是服務「太一無限造物主」。他們療癒地球的深層集體意識根源，因而幫助改善地球的集體意識；此集體意識根源，是由地球中、住在地球上、和周遭所有的地球原住民所共享。

Q'uo 則向我們保證，我們的努力已經獲致相當可觀的成果：

全球心智正汲取你們所貢獻的意識精髓，它正幫助提昇地球的振動頻率，也有助於改善助長地球的新生。難免還是會有麻煩與困難，尤其當地球朝向新的平衡點轉化時；我們須懂得靜觀其變，以渡過這樣的混亂變動時期。

我們此時此刻恰好在地球上，可說是來得其時以躬逢盛會！布里希斯（Brisis）以及其他相關人士，和我們談及：他們所體會到「萬有一體」的「合一連結」：

有時我覺得自己是一切萬有的一部份，是那偉大宇宙一體的一部份；而就在這樣的時候我感到最自在，也最能夠和我周遭的世界自在愉快地相處。往往就在這樣的時刻，也讓我最能感到珍惜懷念；我終於能夠感覺到，被自己的某些部份和這世界所接納。然而多半的情況下，我只是步上自己道途的旅程；帶著願意陪伴我步上這條路的伙伴們，而了悟到總有一天我們都會回歸一體。屆時，我將不再是從外面來看這一切；而是更大整體的一份子，歡欣鼓舞地跳著——我自己的萬物生命合一之舞。

對於相同的目標，布里希斯表達了；超越個人情感，而涉及社會文化涵義的內容：

我正朝向記錄片製作的事業生涯發展，我希望透過它來傳達給全世界：關於彼此相愛與相互了解的訊息。別懷疑，這是千真萬確的；這是在我 23 歲時的事業生涯目標，但我難免會有疑慮：在我們這個社會（美國），一個 23 歲的年輕小伙子不幹別的；竟然要投入這樣的志業目標，會不會令人覺得有一點奇怪。

我最想做的是：去做或說有助於促進人類，彼此互動連結的觀念想法。這年頭我們常會見到，許多這樣的口號或見解；但我覺得它還有待我們，去真正將它落實。因此，我們持續地會有這樣的感覺；促使我們致力於引介某些觀念想法來實現它，這些觀念想法須要一段時間方才能夠具體落實。反諷的是，但願這樣的願望別在我身上喪失；因為我一方面很想和人談論彼此的互動連結，但另一方面我卻又感到和他人如此地疏離。

Q'uo 贊許鼓勵我們不妨採行以下的做法：

目前當你們置身於「第三密度」循環末期，你們每個人都適合肩負這樣的任務（或使命）；即是找到新的方法能和其他的文化、種族、思想、邏輯（理念）架構，以及和不同的存在和諧相處（或相互尊重）。你們當前「第三密度」循環末期的努力方向，即是獲致心靈的整合（合一）。因而「社會記憶複合體」，理應是你們致力於朝向「第四密度」提昇的基本架構。你們正試圖學習：如何成為一個心靈族群，以分享彼此的思想、希望與恐懼。擔負彼此的重擔，正如呼吸那樣地自然；分享彼此的喜悅，就像是你自己的那樣。

繞了一大圈，我們終於回到探討「大眾傳播媒體」的結論上；對我們的「大眾傳播媒體」，**Q'uo** 有以下的臨別贈言：

我們所見到在生成的是，一種雙向的力量；其中已有環保團體持續地運作，自然可能喚醒大眾的全球一體意識。然而，也有一些人士（利益團體）只想順從既定的舊觀念模式運作；因而，偏離愛護地球的全球一體意識。後者形成了負面的影響力，於是阻礙了伸出援手的意願，以及無懼於彼此合一的連結。只要你們社會文化中的大眾傳播媒體，仍將焦點貫注在某些負面訊息上；而這些訊息往往帶著沉重負面的情緒，例如：戰爭、謀殺、強姦等訊息。因而，形成了恐懼的心理；導致在人與人之間，築起了一道無形的牆。然而，相同的大眾傳播媒體；也能帶給人們充滿希望的訊息，好讓那些尋求歸屬感的人們不致於感到疏離。當今所謂的資訊爆炸時代，人類彼此之間的溝通連結潛力與日俱增；導致相同的大眾傳播媒體也將會，因促進人類彼此之間的溝通連結潛力而備受喝采。此外，大眾傳播媒體也有助於；人類彼此之間，在光中愛的連結。這樣的連結將會隨著時間而內化，成為人類心靈文化的內在精髓。是故，就此而言；大眾傳播媒體亦可真正成為，人類社會(集體)記憶複合體之母。

我個人逐漸地覺得：大眾傳播媒體連結人類的潛力無可限量，而網際網路與電子郵件；正是促使我們提昇，邁向「第四密度」的訓練機能。說到「密度」，讓我們轉到下一章探討關於「密度」的問題；以了解星際**聯邦**存有已提供給我們的偉大計劃中，涉及的「密度」相關議題。

第五章 能量的自我與如何演化

身體的能量系統

在這本手冊的開端，我們首先由我們生活的表面或外在看進到內層裡，觀察做為流浪者的我們如何與常規有表面的不同，還有觀察我們的不安又不滿的本質。我們已經使自己適應新時代。

在這一章，我們將要來看一看我們以及我們的宇宙從形而上層面創造出來的方式，以便於看到我們跟”正常”生活或一致實相的表面事物逆向而行的原因。如此這般，我並不是要提供一個教條，而是提供一個對我始終有用的看待事物的方法，我也希望這對你們會有所幫助。我們將要觀察我們身體的能量系統如何運作，接著觀察活在這些身體居住的宇宙是如何運作(第六章)。

物質身體的能量是從我們稱為電性體或能量體而來的，這能量就如同是一種光體，互相穿透並且使我們的物質身體充滿活力。在討論關於這個電性體的能量系統的時候，我們可以用脈輪(chakras)的概念作為出發點，這個概念是從東方宗教如印度教或是佛教而來。這個跟 Ra 的能量中心或光芒很相似，而這些名詞是可互換的。什麼是能量中心呢？它們位於脊椎沿線，從脊椎的根部到頭頂，遵循彩虹的顏色從紅色逐次到紫羅蘭色：紅色、橘色、黃色、綠色、藍色、靛色、紫色。這些中心點每一個都是過濾器也是推動器，用來迎接進入的能量。能量有可能被允許絲毫不變地進入該中心點，被強化，賦予能量，結晶化或使之平衡；當然也有可能被依不同的程度而加以阻擋。這個能量中心點的概念跟宇宙的概念緊緊的結合在一起，就如同是一組能量場一樣。舉例來說，星星為能量的中心點跟我們的脈輪都是同一種類的。

在銀河系的例子裡，理則的第一個顯化是一組產生向外旋轉的能量中央系統，依序又產生理則的能量中心點，也被你們稱之為恆星。

恆星是很大的能量中心，相較之下，我們則是很小很多的能量中心複合體，但是我們重現了整個造物過程及其能量，就如恆星一般。提供星星和我們能量的就是那位太一造物者無限的愛和光。

這股愛和光從我們的星星和其他宇宙的影響來到地球層面，這個無限供應的能量從雙腳進入身體裡，然後如同是一條螺旋式的光芒往上移動。它首先進入根部或紅光的能量中心，然後接著依序的進入其他的能量中心。在我們使用完它或是改變了它之後，我們若不是由底部的能量中心將它投射出去，不然就是允許它從頭部的頂端離開。

能量中心所處理的能量是什麼呢？Ra 群體說：

藉由意志的牽引，向上螺旋光與太一無限造物者的內在之光的相會可以比擬為心跳，與肺部周圍肌肉的運動，以及副交感神經系統的所有其他機能。行家的呼求可以比擬為那些心/身/靈複合體可以有意識控制的神經與肌肉動作。

換句話說，能量可以從腳部和脊椎的根部流通到我們裡面，我們絲毫不用費力。我們全都接受著永無止盡的能量供應。一旦它進入到我們的能量場，我們要如何獨特地改變或扭曲這個光能都是依照我們本身與我們的思考及生活方式。(光能)順著脊椎的每一個能量中心往上行旅的過程中，光需要直接穿越各個能量中心的樣式。

”內在之光”就是一種由冥想或其他意識內工作所帶入的能量，從頭部頂端進入身體裡的能量場。在足夠的力量之下，它可以大大的促進和加速向上螺旋光從能量中心通過的速度。這個向上螺旋光以及向上天呼求而來的光線的活動跟東方秘教之亢達里尼的昇起非常相似，在其中，低階的能量被轉化為高階的能量。

尋道者尋求太一，如同我們曾說過，平衡且接受自我的實體可以找到太一，(該實體)覺察到它明顯的扭曲和它全體的完美。歇息在這個平衡的覺察中，該實體便開啟自我朝向宇宙。於是所有事物的光能量被這樣劇烈的尋求所吸引，當內在尋求與被吸引的宇宙普那相遇，不管在什麼地方，太一的領悟便發生了。

這些中心點可以從能量流量的幾何圖形中看出端倪。目標就是要使得這些中心點打開，平衡和成型，所以它們才不會阻礙光能由脊椎而上的過程，特別是藉由第一組三道的光線，紅/橘/黃進入到心臟中心。

Ra 說到：

發問者：一個人要如何開始平衡他自己？第一步是什麼？

RA: 我是 Ra，只有一個步驟，那就是理解構成心/身/靈複合體的能量中心群

我們將會來分別探討每一個能量中心點的陳述。

我們用彩虹的比喻來觀想這些中心點：

首先要平衡的是王國(Malkuth)，或地球振動能量複合體，又稱為紅色光芒複合體。理解並接受這股能量是基礎的(工作)。

在這個處於兩腿之間，脊椎底部的紅光能量中心，有我們生存和性向的關切。單這個中心被扭曲或是阻塞，所有進入的能量都因為這個阻力被立即地阻塞或縮減。

我們因而沒有足夠的能力來應付其他關切之事。王國涉及能量的卡巴拉與儀式魔法系統，又稱為**生命之樹**。王國為號碼十，是最底部的站點，或最貼近土地的能量鏈結。Q'uo 群體說：

所以，如果有尋求者不知要從何處來追尋夢想，最好是從生殖、生存的紅光能量中心作為出發點。它是如何的被祝福啊，我們是如何的感覺到蒙福氣，可以呼吸著，可以在今日活著。如果那種喜樂遺失了或是移除了，對於一個有信心的人來說，還是喜悅的，就如同那些活過暗夜，但仍有信心黎明必會來臨的人一樣。

存在你們文化裡的女性被設定在紅光能量中心有大幅的阻塞，因為生小孩對於一個無意間發現自己懷有小孩的實體來說是劇烈的折磨。所以，我們並不是說，為了認領紅光能量中心並清理它，一個人就必須有活躍的性生活。並非如此，但一個人必須在自我的性向裡，對自己的身體感到舒服。



(RA:) 下一個有可能被阻塞的能量複合體是情感或是個人複合體。也被稱為橘色光芒複合體。這類的阻礙通常呈現出個人的怪癖或關於自我覺知理解、自我接受的扭曲。

Q'uo 群體補充說：

橘色光芒或第二脈輪與腹部相關，這股能量的困難起因是自我與自我間的動力關係，以及自我與其他個體的互動。對於流浪者而言，與其它自我的互動經驗通常是困難的，橙色光芒呈現的挑戰是在一個敵意的環境中仍保持開放，這個器皿所言，拿起挑戰命運的彈弓和箭矢，仍然願意與人群有進一步的接觸。

通常流浪者不會完全地覺察到他在接受自己方面的困難，於是，流浪者將這個困難向外投射，於是他感覺自己無法應對其他人群，然而其他人群是映射自我的鏡子，有可能無需其他實體來工作愛的課程，但這個可能性並不大。

這一面面的鏡子碰觸你的生命，給予你資訊幫助你轉向內在，一點一滴地，發現各種方式深化你對自己的愛。

注意 Ra 對於(能量)中心的真實描述是特殊的，著重在這股能量如何受到阻礙。

我們並不擔心進入到身體的能量。這些能量是永無止盡的供應著。我們關心的是如何讓這些能量通過每一個中心點，而其力量不受阻礙。

橘色光芒中心最關切的是自我以及另一個人之間的關係，還有自我在嘗試成為某個形象，呈現在世人面前的過程中，我們與自己的搏鬥。它位於腹部下方。就讓它保持暢通無阻的益處以及涉及的困難來說，這是個出奇重要的(能量)中心。

在這個中心中完成工作以舒緩自我意識與笨拙，可以回應和幫助所有的較高中心，特別是行家非常珍惜的光芒，也就是靛藍光芒中心。關於黃色光芒能量中心，Q'uo 說：

繼續向上移動進入太陽神經叢，我們發現黃色光芒是這個密度的主要光芒，

在這個光芒之中 一個人能夠提供最大量的學習與服務之工作。

在這個光芒之中 流浪者必須學習與不同的群體與機構一起工作。

黃色光芒的困難映射與延伸橙色光芒的困難，無論如何，處理群體動力就某方面而

言比較單純，但就正常情況而言 遠比一對一的個人關係複雜許多。

在這個光芒之中 萬國興起並衰亡，宗教興盛並荒廢，人群移動穿越各個大陸，各種文化開始演化、成熟與隕落。在每個群體之中 有一條比較平衡、充滿愛與悲憫的途徑。

在各式各樣的群體之中，每個實體在這一生中將遭遇伴侶、婚姻、家屬與塑形當下與未來的革命。

在這個能量中 每個實體與群體心智、國家心智、種族心智、與原型心智有了更深的接觸。這裡是每個實體內在的力量寶座，這裡是控制本能與影響力居住之處。

這裡是蜘蛛建構其網絡或決定成為另一種實體的地方。

這裡是你們愛之課程的高溫坩鍋。

因此，我們愛的課程就潛伏在我們經驗的這個第三密度，以社會性、黃色光芒工作的樣貌呈現。Ra 群體補充說：

第三個阻塞最接近你所謂的自大(ego)，它是黃色光芒或太陽神經叢中心。在這個中心發生的阻塞，會顯現朝向權力操控的扭曲；以及其他社會行為[與該心/身/靈複合體密切結交之其他個體有關]的扭曲。那些在前三個能量中心或鏈結有阻塞的實體，將會在促進尋求**一的法則**方面，持續有能力上的困難。

”**一的法則**”這個名詞獨立地變成了一個時髦用語。愛德加-凱西(Edgar Cayce)以及我們小組都有收到關於**一的法則**的資訊，這是一個秘傳教導的系統，在我們所發表的五本同名書中一直不斷地由 Ra 廣泛闡述，在這本手冊裡面也多次成為註解。身為把這個訊息傳送出來的小組之一員，我感到很榮幸，再怎麼強調也不為過。

我們在這個章節所提到的絕大部分資料都是從這個(Ra)作品而來，並且這本手冊充滿了來自 Ra 群體的建議以及思想。但是，我並不希望有人因為這些資料或是我們的團體，而以任何的形式組織任何的教會或是教義團體。

就這些資料的作者[Ra 群體]來說，這是他們最不想、最不希望發生的事。

到底什麼是**一的法則**？我們可以從閱讀這些資料而了解到很多，但一般而言，**一的法則**指的就是我們都是一。合一就是實相，所有其他的感知都是幻覺。

我儘量避免使用這個術語，因為它有時髦用語的特質，我比較喜愛一次著重於一個要點上。

這個黃色光芒能量中心處於上腹部以及胃的位置，而且會因著我們對於家庭還有工作環境或其他[與社會團體或社會本身相關的]狀況所起的反應，而接收到很多的阻礙。當一個親密的朋友，同時也是家庭成員引起了混亂的關係的時候，一樣的刺激物或是催化劑很容易的就可以把黃光和橘光阻擋起來。我花了一小段卻徐續不斷的時間來指認並解開從那裡開始的結。

我認為絕大部分的人都會這樣的做，因為在我們的關係上，很多學習都是從那裡開始的。

心臟的中心，或綠色光芒，容我們說，是第三密度存有得以通往無限智能的跳板。在這個區域的阻塞顯現的是(實體)表達普世大愛或憐憫心的困難。

從造物者無限的愛的意義來看，我們或許可以解讀”無限智能”就代表”愛”，而從相同的創造意義來看，”無限能量”代表”光”。

藉由靛藍光芒進入到紫羅蘭光芒的工作，愛和光都可以被神奇的呼喚出來。心輪中心扮演這座”跳板”，就像是在歌曲”聖誕假期的十二天”裡的”五個金戒指”。

我從小時候就唱過這首歌；一年過一年，我發現很難記得住在哪個小節順序舞者會加入而風笛手也開始吹奏，但是我始終都記得”五個金戒指”在身體的能量中心系統裡，心輪中心對於正面導向的尋求者來說，就如同是大中央車站一樣，因為一旦能量進入到心輪裡，高階的能量中心就會獲得動力，而流經的能量可以提供給高階的工作或能量轉移。這也是為什麼我如此頻繁地談論到以一顆敞開的心活著。如果我們可以藉由這個綠色光芒心輪中心來得到能量，我們就已經是完成了不少事情了。Q’uo 群體補充說：

移動進入心，綠色光芒脈輪，我們在此暫停 請求每一位思考能量運作的方式。

現在 如果你在紅色或橙色或黃色脈輪有緊繃或阻塞現象，能量流將受阻，進入心輪的太一造物者之能量將減少。實際上，能夠抵達心輪的能量是自我可用來開始在意識上頭工作的能量。

人格的各項修煉—學習去溝通，學習在所有事物上發現神聖性，如果一個人在較低能量中心沒有達成某種程度的平衡，他無法好好地從事這些愛的課程；在所有情況中 這個情況或許對於流浪者最有破壞力，因為流浪者如此渴慕家鄉的振動、感覺與關連，以致於他們沒有精神與能量去清理那些阻塞，於是允許混淆盛行，甚至陷入混淆的大海之中。

藍色光芒中心座落於喉部。我們是否曾懷疑過；為什麼有時候清楚明瞭的溝通會顯得十分困難？可以試看看在能量無法通過橘光還有黃光的時候，去跟家人講話，我們無法清楚溝通，因為我們找不到能量給藍色光芒，也就是清楚溝通(的中心)。而實際上是，我們根本不想講話。而當那些光線不再有阻擋的時候，那是一種很棒的感覺，因為我們的渴望又恢復了，而且我們可以用心與幽默說出我們的心聲。Q’uo 群體說：

藍色光芒能量中心，其能量串流，是第一個流出與湧入同時進行的中心。在這個區域的阻塞的實體，在理解自己的靈性/心智複合體上會有困難，並且在表達自我的理解上有進一步的困難。在這區域阻塞的實體在接受其他 心/身/靈複合體 的溝通上會有困難。

靛藍光芒，通往智能無限性大門的本壘，位於額頭的中心，也是工作意識的光芒。當我們可以讓光束從心輪暢行無阻的通過時，我們就可以著手進入那兒，開始對於藍色光和靛藍光芒下一番苦功。要讓心思對於形而上的宇宙有所覺察並不是一件簡單或者容易的事情。但，對於流浪者來說，這就是我們的原生宇宙，並不是空間/時間或共識-現實的宇宙。這是我們被視為不正常且怪異的根源。世界的其他人都在應付生命的表面而沒有看到我們甦醒的深度。當我們由深處往上作工，這個世界及其問題似乎變得比較容易理出頭緒。當我們用能量中心阻礙來分析狀況的時候，我們可以看透它們，並知道要如何來處理。

下一個中心是松果體或靛藍色光芒中心，那些在這中心有阻塞的實體 會經歷到智能

能量流入減少的過程，因為不值得議題的顯現。這是你剛剛有提到的，如你所見，由於進入心/身/靈複合體的能量流入有幾個點，這只不過是眾多變貌的其中之一。靛藍色光芒的平衡對於靈性工作是相當核心的，它的能量流入可將第三密度轉形或質變為第四密度，在接受來自智能能量的愛/光之流出方面，它是扭曲最小的中心。它也是進入智能無限大門的潛在鑰匙。

這個紫羅蘭光芒能量中心，處於頭頂處，就好像是光譜的花朵一樣，顯示出我們所接收、變化、表達的能量彩虹。我們無法工作它。它含有我們的能量簽名，我們形而上的名字，我們的本質。將其他東西都拿開，我們的這份表達還會是完整的宇宙身分證明。

讓名字和血緣關係、身份和地位、事業和權力、金錢和社會、思想和計畫都離開我們，紫羅蘭光芒的表達仍是我們、經過蒸餾後的純粹之我們-狀態。當星際聯邦實體們講到關於欣賞我們振動之美時，它們所講的就是對於我們能量網的解讀或是簽名。

剩下的能量中心匯流，僅只是一個實體心/身/靈全體振動的表達。它是它本然的狀態，平衡或不平衡在這個能量層次是沒有意義的，因為它以自身的平衡進行施與受。不管它可能是什麼扭曲，它都不像其他能量中心那樣可以被操作。因此以觀察一個實體的平衡度而言，這個中心沒有特別的重要性。

我們現在要來更深入注視當 Ra 群體提到靛藍光芒中心的時候所提到的”通往智能無限之大門”：

靛藍色光芒，雖然珍貴 卻只有行家方能工作這個光芒。它是通往智能無限，使智能能量安然通過的大門。這個能量中心被運用在內在的、隱藏的、與玄奧的教導方面，因為這個光芒具有無限的可能性。

這裡有兩個名詞，智能無限和智能能量。照字面上來解釋來，我們已經確認它們為**造物者**的愛和光；有創造力的想法和光，我們可以實際使用這個定義來彰顯這個概念。還有另外一個定義如下：

合一是存在的，合一就是一切萬有，這合一同時具有動能與位能，這個位能就是智能無限。擷取此位能將產生功。這個功被我們稱為智能能量。

再者，智力無限性被視為等同於信心：

你理解到 信心 與 智能無限之間存在一致性的關聯，這是十分正確的。然而 前者是靈性的用語，後者對於拿著尺規與筆尋求的人[的概念架構變貌]而言，或許較能接受。

這第七道光，紫羅蘭光能量中心在此起了作用：

紫羅蘭色放射，就此情況而言，是一個資源，透過靛藍色(中心)使用，並得以接觸智能無限。因此放射區不會是紫羅蘭色光芒 毋寧是綠色、藍色、或靛藍色，取決於智能的型別特質，即無限帶來的智能 進入可識別的能量。

在這個案例中 綠色光芒型別的放射是醫療；藍色光芒是溝通與靈感；靛藍(光芒)是行家的能量，它的地位在信心之中。

那麼，智能能量也就是由智力無限從超越我們身體能量系統之處所帶入的顯化。

智能能量是**理則**的能量，因此它是治療、建造、去除、破壞 的能量；並且轉變所有其他-自我 以及 自我。

第八密度，八度音程，或是身體的能量中心，按理就是東方系統的第八個能量中心點，它們處於頭頂上方，顏色是白色。Ra 群體沒有提及到它。邏輯上來說，無論如何，該通道應該是從八度音程脈輪進入紫羅蘭光芒，然後再進入靛藍光芒。當接觸這個智能無限的大門之後，可以帶來很多的果實，而帶來怎樣的果實端看接觸大門者在意識裡工作時，擁有怎樣的渴望強度與性質而定，結果可以是很美妙的，也可以是十分地偏差。就像當時亞特蘭提斯人(Atlanteans)曾多次錯誤地轉向：

亞特蘭提斯民族是個相當群聚型的社會群體，大約在 3 萬 1 千年前[以你們的空間/時間連續體幻象而言]開始形成，它成長緩慢，是個以農業為主的社會，直到大約 1 萬 5 千年前，它迅速地獲得高度的科技進展，導致它以較不有益的方式使用智能無限。附帶一提，他們也能使用智能能量，而且能從神聖或無限能量中 高度地操控靛藍或松果體光芒的自然匯流；因此他們能夠創造生命型態。他們開始創造生命，而非將這股能量拿來醫治 或 使心/身/靈複合體更完美；使得他們的變貌轉向所謂的負面。

權力的正確使用方法一直以來都是一個中心的議題！當你在權力線週圍工作時，要小心謹慎。綠、藍、靛藍光的能量被稱為高階能量是有明顯原因的。敞開心以及讓能量澄澈無礙地流動到能量光的較高三合一能量光芒裡，即可自由地在意識內工作。

我們在往後會討論更多關於這個議題的東西，因為這是流浪者自然被牽引去執行，但直到低階能量三合一可以暢通無阻，平衡以及能量可以很順暢的流到心輪中心之前，這麼做是不明智的；另外一個相關的理由為：**(確保)我們的身體健康。**

注意到”層面”(plane)和”層級”(level)在這裡被使用的意涵就跟”能量中心”一樣：

發問者：在我們穿越這些層級時，是否需要一次穿透一個層級？

RA：我是 Ra，以我們的經驗，有些實體一次穿透數個層面，其他實體則緩慢地穿透。有些實體在尚未穿透較為基礎的平面之前，就熱切地嘗試穿透較高的層面，這種做法造成不平衡。

你將發現不良的健康，如你們稱呼這個變貌，經常是細微的能量不匹配之結果，其中較高能量層級被有意識地開啟，但該實體卻尚未穿透 較低能量中心或該密度之子

-密度。

當能量受到阻塞，而我們正嘗試跟別人一起工作，體驗就會不同：

如果雙方實體都阻塞，雙方都會對同樣的活動有更多的飢渴，尋求解開受阻的能量流。如果一個實體阻塞，另一個在愛中振動，受阻的實體仍將飢渴，但傾向嘗試繼續這個程序，即與綠色光芒[振動的]實體一起，以滿足增多的飢渴，因為它的印象是這樣的實體可能在這方面有所助益。綠色光芒活躍的個體將稍微朝服務他人的方向極化，但擁有的能量跟(活動)開始的時候一樣。

一個典型流浪者的靈光場顏色是什麼樣子？ Ra 形容一個流浪者的靈光場，回答了 Don 針對完美的第三密度存有之靈光場提出的問題。在這個特別的例子裡，靛藍光芒比綠色光芒黯淡一些，但是在它們之間，卻蘊含靈光場裡最亮的光：藍光。接著他們說：

這個敘述可以同時被視為失去平衡以及完美的平衡。對於後者的理解在處理其他-自我事務上極度地有幫助。感覺阻礙的能力只對於醫者有用。

當檢視顏色的平衡時，即使一丁點的評判都是不恰當的。當然，當我們看到許多弱化及受阻礙的能量叢，我們可以理解該實體尚未拿起接力棒，開始賽跑。無論如何，潛能總是在那兒的。所有完整平衡的光芒都在那兒，等待被啟動。

或許另外一種談論你的詢問方式如下所述：

在完整賦能的實體中，一個光芒鑲在另一個光芒之上，兩者有著同等的振動光輝以及閃耀的光澤，直到周圍的顏色成為白色。這狀態你可以稱為第三密度的賦能平衡。

我可以想像我們還要一陣子才可以到達到這個點！但是，我們當然可以開始工作這些能量來平衡它們。現在，我們已經在腦海裡擁有一個很清楚的能量中心的系統圖像，我們開始能夠明瞭為何 Ra 群體常常以能量轉移的觀點談話。假使我們只工作低階的能量中心像是紅、橘、黃光，那就不可能會有能量的轉移。我們可以用強迫的方法將我們的能量注入那些能量層級中，但我們無法正面地交換能量。因為心輪並未參與其中。一旦心輪中心敞開並且經由低階中心接受了不受拘束的動力，能量的交換就變得有可能。

喔，這樣的感覺是多麼棒阿！Q'uo 群體說：

意識裡的工作從心輪出發。但是，心的能量完全是[從底部上來的]力量的創造物。那些希望在關於性向，生存等關係中跳過工作自我的人，或許會希望他們可以花上所有的時間工作溝通和意識本身，但除非紅[生存]、橘[自我認同]、黃[與他人交誼]的能量中心受到正視與尊重，流入心臟的能量將減少很多。一個人只能用通過心的能量，由心往上來作功。那些曾體驗到亢達里尼的升起，也就是能量沿脊椎往上流的人，都知道能量的起源是根部的脈輪，那些生殖、繁衍和排泄的器官一起組成了一個偉大的禁忌，那個在你們文化裡說不出口的偉大主題，然而對於生命本身的議題來說，絕對有必要做許多的平衡，這斷然是紅色光芒。並且很多東西都倚賴你如何來面對這個生命的機會。

對其本身來說，從心交換就是自身內的一種治療。清明的溝通就像是香膏一樣。而在靛藍

光芒層級上分享，是最特別而且靈性的饗宴。Ra 說到：

靈性能量轉移位於所有能量轉移的核心，認知自我與其他-自我為**造物者**是至高無上的知識，這即是靈性工作。

是的，這就是我們迫切希望到達的境地。但是明智的話，我們就不會在做完低階能量的工之前去這麼做。這不是一個可以一次做完就可以棄之不理的工作，而是每時每刻，每天每日都要做的工作。重新集中我們的能量，重新找到我們的各個中心，在每日生活裡，多次地重新平衡我們自己。

性能量轉移

不論哪一個時刻，我們都希望可以一顆敞開的心與那時刻相遇，並準備好迎接任何來到眼前的能量轉移。能量轉移是一種從一個實體到另一個實體的能量或禮物交換。正面的(能量)轉移感覺起來就像是一種愛的禮物。負面的轉移感覺起來像是一種負面情緒或負面狀態的禮物，像是憤怒、怨恨、偏見。Don 問 Ra 群體：

發問者：你可否告訴我在兩個或更多個心/身/靈複合體之間可能的能量轉移數量？這個數字很大或很小？

RA：我是 Ra，這個數字是無限，因為每個心/身/靈複合體不都是獨特的？

關於能量轉移，有兩件事情值得注意：當我們開始的時候，它們究竟有多難以及原因何在？還有高階脈輪能量交換之不同點？ Ra 群體說：

在罩紗過程之後，性能量轉移要抵達綠色光芒層次變得極為困難，這是由於身體複合體及其顯化上有著廣大的神秘與未知的區域。然而，也由於身體顯化上的龐大陰影遮蔽了有意識的心智複合體，當如此的能量轉移被體驗，它比較可能提供一種催化劑，促使自我與其他-自我形成一種結合關係，並位於適當極化的配置之中。從這一點開始，兩個配對的心/身/靈複合體就極有可能尋求更高的能量轉移，於是允許**造物者**以宏偉的美麗、莊嚴、與驚奇去知曉**祂**自己。身體這方面的機能藉由這樣的神聖使用，雙方已可觸及智能無限，兩個配對的心/身/靈複合體獲得大量的極化以及服務的能力。



發問者：關於綠色、藍色、與靛藍色的能量轉移，這些轉移的機制跟橙色光芒機制有怎樣的的不同，以致於能夠使它們變為可能或奠定地基？

Ra: 偉大的(綠色)鑰匙, 藉由它通往藍色、靛藍色、最終性能量轉移的脊柱的偉大頂端, 紫羅蘭能量; 它是形而上接合點或變貌 你們人群將它命名為無條件的愛。

在藍色光芒能量轉移中, 這個愛的品質在誠實溝通與清晰度的烈火中被淬煉; 這點, 容我們說, 一般而言, 需要可觀的一段[你們的]空間/時間來完成。雖然有些伴侶的例子是由於在許多個前世中精練得很好, 並且在今世回想得很好 於是立刻穿透藍色光芒。這股能量轉移對於尋求者有很大的好處, 因為這個尋求者的所有通訊藉此被精練, 並以誠實與清晰的雙眼觀看一個新的世界。如此是藍色光芒能量的本質, 如此是一個賦能與結晶化的機制。

當我們來到靛藍色光芒轉移, 我們發現自己處於影子大地之中。我們不能明白地把資訊直接給你, 因為我們視此為一種冒犯。我們完全不能講說紫羅蘭光芒轉移, 再次地, 我們不想要打破混淆法則。

當綠色光芒的心輪是敞開的, 就有力量到達藍色光芒用智慧來精鍊愛。而如果藍色(脈輪)保持敞開, 力量就可以到達靛藍光芒, 帶來屬靈的神聖且可愛的禮物。Don 問 Ra 群體:

發問者: 你可否定義這個陳述: "兩個心/身/靈複合體之間的能量轉移"?

RA: 我們給予兩個例子。[關於第一種能量轉移] 每一個實體開始時 有一些意識到自我如同造物者, 或以某種方式祈請魔法人格。這個過程可能是有意識或無意識地被完成。

該轉移是細微的 並且 每一個轉移在被提供與被接受(兩方面)都是獨特的。在這點我們可以附帶說明這是可能的能量轉移有無限多排列的原因。

我們要說的第二種能量轉移是性能量轉移。這個轉移藉由那些綠色光芒活躍振動的實體們, 發生在非-魔法層級上。有可能進一步精煉這種能量轉移, 好比這個器皿奉獻它自我以服務太一無限造物者。當其他-自我也奉獻它自我於服務太一無限造物者, 轉移是倍增的。於是被轉移的能量總數取決於被創造與釋放的極化性能量的總額。從這點開始有精練的方式通往高等性魔法的境域。

他們也在此處提到了性魔法:

RA: 能量轉移發生在一個實體釋放其位能差, 它並不是在綠色與綠色能量中心之間跳躍, 而是從紅色光芒向上 分享每一個(中心)的能量。

在這個脈絡中, 你可以看到最有效率的方式是當雙方[實體]同時擁有高潮。無論如何, 它的轉移作用是其中一方有高潮即可; 確實 在伴侶之間以肉體表達愛意, 即使沒有你們所謂的高潮做為結尾, 依然有可觀的能量被轉移, 這是由於已經被增高的位能差, 只要雙方[實體]都覺察到這個位能, 並藉由意志的渴望 在心理或心智複合體的奉獻中 釋放它的力量給與彼此。你可以看見這個方法被你們的一些實修派用來產生能量轉移, 你可以稱呼它們為譚崔瑜珈。

很重要的，要注意到性能量轉移可以很安全地發生在非魔法的心智狀態，那穩定的清醒意識。在這裡我們有一個很重要進入到魔法能量和人格的入口，在這裡能量可以很安全地進入日常生活中，並且小心地精選一個很好的伴侶。這是一個可以擁有的強有力資產。能量轉移通常到最後都會變成討論性能量的轉移，或許是因為我們人類對於性的喜好，但是我也感覺到，是因為紅光是基礎的光芒，並且每一個在較高關切中等待我們的每件事物都是透過紅色光芒活化好的能量，獲得更多能量。除了滿足的性生活，再沒有別的事物可以讓紅色光芒這樣閃閃發亮，或者藉由一個普普通通的性生活，加上一個寶貴伴侶的信任、友誼和愛情來達成近似的效果。

在不加思索的情況下，一個人或許會認為一個擁有多位性伴侶的單身貴族或玩弄女性的已婚者才可以最佳地強化紅色光芒。但是事實上，這種性愛傾向耗盡一個人的精力，因為在最常態的情況是，在三個較低的脈輪以上，都不會有能量轉移發生。如果心能量沒有牽涉其中，那麼，來自情人的禮物就不會有強化脈輪系統的功能，雖然其中一方有可能提供綠光能量。一份對性(愛)形而上本質的瞭解或許也會有幫助：

在性活動中轉移的能量，嚴格地說，並不屬於空間/時間；轉移的能量有大部分是你們所謂的形而上能量。
確實，身體複合體做為一個整體由於後罩紗時期的假設被大大地誤解，(該假設是)被稱為身體的物理顯化只受到物理刺激的影響，斷然不是如此。

這解釋了很多關於色慾的非持久性的力量，不是嗎？一個人欲求連續不斷的交換伴侶型態，是難以得到任何能量上的支持，至少可能性比較低。

他毋寧是在沒有找到能量居所或給他自己禮物的情況之下，把能量丟出來。在這樣的情況之下，隨便的性愛還是會有歡愉，但它解釋了為什麼這樣的性愛很快地被遺忘。把這類的性(愛)跟那種真實的浪漫以及在我們的生活有所關聯的連結相互比較的話，我們會發現後者會一輩子都瀰漫在我們的記憶之中。(同時)當較高的能量被交換時，我們確實知道，不管我們的世俗字彙如何難以去定義或表達它。

在比我們造物更早的(遠古)造物中，比我們太陽更接近(銀河)中心的恆星開始了創造世界的實驗，靈魂可以在其中體驗生命，有一些並沒有先前提到過的罩紗過程。當靈魂集體進入到第三密度的肉身，他們保持了所有進入地球層面之前所擁有的記憶資訊。他們知道一切萬物為一。他們視其他人為自己的一部份。這點在我們的造物中被精巧地遮蔽，使我們看不見這個真理。為什麼？

在性活動方面，對於那些不居住在罩紗之中的實體們來說，每一個性活動都是一個轉移。有一些力量的轉移，由於缺乏罩紗絕大多數的轉移力量都相當稀薄。
在第三密度中，實體們嘗試學習愛之道。如果所有生命可以被看見為同一個存有，未修練的人格會變得更加難以選擇一個伴侶，藉此使它自我加入一個服務的計畫。性能量很有可能被更隨機地揮霍，沒有來自這些經驗的大喜樂或大哀傷。
於是在罩紗(過程)之前，幾乎沒有例外的，性能量轉移都是綠色-光芒能量轉移，保

持虛弱的狀態 並且沒有顯著的結晶化。

我們的**造物者**因而創造了這個(宇宙)造物，同時完全地消除 我們都是一體，每個自我都自然地愛所有眾生如己一般。這個結果明確地限制隨意性愛的能量轉移抵達綠色光芒或更高中心的可能性，為什麼？

來自前一個造物的收割的內容包括男性與女性心/身/靈。起初**理則**們的意圖是實體們以任何方式彼此交配 可促成更大的極化。觀察許多**理則**的過程之後，它判定如果交配不是毫無區別，則極化將增加許多倍。隨後的**理則**因此保留一個偏好——朝向伴侶的關係，它的特性有更多屬於較有修為的人格體 與 [你們可以稱為]較高的密度。無論如何，每個實體的自由意志總是最高的，**理則**只能提供一個偏好。

換句話說，**造物者**在我們的身體能量系統裡頭內建了一個朝向配偶關係的偏好，。一個配偶關係是辛苦的工作！保證如此！但在生命的學校裡，也是愛的學校，我覺得伴侶是個極大的獎賞，很容易就提供我們所需要的催化劑，使我們比其他人更有效率地成長，比我們自己(給的)還要有效率。

交配後關係是條形而上的快速軌道。傳統上，男人比女人更會爲了自己的已婚狀態而感到悲傷哀嘆，因爲(婚姻)計畫讓他必須餘生都要爲此工作，爲了他們的新家、小孩、還有生活而付出。但現在，男人不必然是薪水賺取者，女人也不必定要當家管。

更清楚說，在現實上，任何關係都是雙方責任的一種附加品。

更成功的伴侶就是可以一同把事情做好的隊友、夥伴、或拍檔。

這個基礎有部分是在對身體權的相互認知，榮耀找到一個伴侶的大幸運，並看見這個真誠的配偶關係將帶給自己很多收穫，不只有全然重要的信任感，還有喜悅、聯合、崇敬：

發問者：我嘗試追溯這股能量的物理流動 為了嘗試了解單紗過程之後 阻塞的概念。

RA：我是 Ra，在以概要圖解表示兩個實體*的性能量或其他能量轉移的電路(過程)中，該電路總是在紅色或基底中心開啟，並且盡可能移動穿越其間的能量中心。如果受阻，它將停在橙色。如果未受阻，將前往黃色。如果仍未受阻，它將前往綠色。值得記住的是，在心/身/靈 的案例中 氣輪或能量中心很可能運作正常，但缺少結晶化。(*譯註：這裡的原文是”心/身/靈 或 心/身/靈複合體”，譯者予以簡化)

發問者：換句話說，它們可以運作，但相當於一個帶有高電阻的電路[容我們說] 雖然電路會是完整的，紅色直到綠色，全部轉移的能量數量會較少。這樣說正確嗎？

RA：我是 Ra，我們可以將你的詢問與電壓做最密切的關聯。未結晶、較低狀態的(能量)中心不能遞送較高的電壓。當它抵達綠色光芒 並且 綠色光芒確實結晶化，結晶化的中心在高電壓特性上是卓越的，這點也適用於更高的能量中心，直到此類的能量轉移成為**造物者**的一個裝飾品。

由此可見，**造物者**對於我們的意圖是要我們被彼此吸引，在綠色光芒以及更高的性能量轉移中緊密連結。也因此可以創造我們主要的服務機會和學習平衡我們多生累世的業力。就能量與超自然方面而言，獎賞是很清楚的。我們得以發展一個充滿能量的自己。

當我們開始討論各個體驗密度時，我們將會看到宇宙有內在平面或內在的密度，並且我們擁有各種較精細的(光)體來對應那些內在的子密度。

RA: .. 心智複合體與靈性、身體複合體的關係不是固定的。因此 阻塞可能發生在靈性與心智之間，或身體與心智之間，在許多不同的層次上頭。我們重申每個能量中心都有七個子顏色，為了方便之故，容我們如此說。靈性/心智阻塞 與 心智/肉身阻塞 綜合在一起可以影響每一個能量中心 以幾個不同的方式。由此 你可以看到平衡與進化過程的微妙特質。

對於有興趣更進一步探索的我們來說：佛教徒、魔法師、神智學者以及很多其他派別的人，都很樂於探索這類事情，而我也鼓勵你們進一步的閱讀他們廣泛的資源。

內在層面研究在形而上與屬於更微妙特質的身體健康來說，有很多的含意。

這些能量中心和子中心是我們在**地球**上存在與顯化能量的核心，也是我們做為靈魂與永恆的公民，在這整個經驗旅程中的核心。

Ra 群體對於我們人類生物有另一個看法，他們稱呼我們為心/身/靈複合體：

發問者：你可否分別定義心智、身體、及靈性？

RA：我是 Ra，這些名詞都只是簡單的描述詞彙，等同於一組複雜的能量焦點；身體，如你所稱，做為你們在特定的 空間/時間 或 時間/空間中所經驗的(第三)密度材料；這些材料的複合體呈現的變貌 你可稱為肉體顯化。

心智是一個複合體，它反映出靈性的湧入以及身體複合體的上湧。它包含你所知的感覺、情感、以及理性思維位於其較為覺知的複合體(複數)中。繼續移動到心智之樹的更深處，我們看到直覺是心智的本質 與全體存在性複合體更緊密接觸或更加調和。

向下移動到心智(之樹)的根部 我們發現意識的進展逐漸從個人轉向種族記憶，再到宇宙的湧流，從而成為那穿梭載具的一個直接-接觸者，我們稱該載具為靈性複合體。

靈性複合體是個管道 在那兒 所有各式各樣的宇宙的、行星的、以及個人的湧入可以被注入到意識的根部；在那兒 意識可以被注入到智能無限的入口 透過平衡的身體與心智之智能能量。

你可以看到 這一系列對於心智、身體、靈性的決定性陳述無可避免地糾結在一起，並且任何一方缺乏其他兩者都無以為繼。所以我們稱之為心/身/靈複合體 而非分別地看待它們，容我們說，你們在(人生)經驗中做的工作，是透過這三個元件的互動完成而非透過任何(單獨)一個。

身體複合體接受到的大部分力量都是從紅色光芒而來，雖然它很容易在橘色光芒中被阻塞，並且可以被所有脈輪影響，除了紫羅蘭光芒中心以外。

心智綜合體從前六個中心接收到能量以及能量阻塞，而靈性(複合體)首先與靛藍和紫羅蘭光芒一起工作，然後從那兒返回到綠色、藍色和靛藍色。

所有這些能量通道都處於我們的肉體以及更精微的(光)體內。

我們是能量或能量場的存有，活在一個充滿能量的宇宙。

我們不是簡單的生物，而是一群活在能量宇宙裡的能量生命體。
當我們心/身/靈複合體裡的能量場中心處於平衡狀態，我們就是接收、質變與傳送能量的生命體。

Q'uo: ... 當一個尋求者能夠規律化其思想、渴望、行動與話語，並且將這些能量聚焦在服務他人方面，朝向正面極性，這個實體就正在使自己[更明確地說，形而上自我的能量中心或脈輪系統]如同一種水晶，能夠接收太一造物者的白光，並且以一種平衡的方式繞射，使得每一個能量中心都表現獨特的振動染色，然後再次地產出白光。

以形而上角度來說，一切都是能量，而這也是我們的本質。我已多次發現，這份覺知在警示當下之挑戰時，是多麼有幫助啊。在這一個地方，頭腦心智可以找到富有成效的工作來做，分析我們的關切，了解能量跑到哪裡，在哪裡阻塞了，還有我們希望在什麼地點拿取它並獲得實質的幫助。

pp

輪迴轉世

我們是能量場，能量的存有。那是我們運轉的方式。我們的環境是什麼？在地球上，它就在這一生、這個身體以及這個化身中。

在表面的實相底下，看起來如此真實的共識實相，就形而上層面來說，我們看到自己就好像是在一個由空間和時間所建成的幻象中忙碌的個體，那是一個物理的幻象，而在這個時間點，我們在其中體驗生命。

傳統的西方假設是，這是我們僅此唯一的人生。並且我們的**神**將在人生的盡頭審判我們。事實上，有證據可以證明這不盡然是**猶太-基督教**的教義，在神聖宇宙學領域裡，輪迴轉世是可接受的一部份，一直到早期教會的神父決定輪迴轉世的信仰對於在此生中做出最大屬靈努力是有害的。我不會為他們的謊言辯護，但是教會神父確實有個重點。

而且我也不同意，雖然一個人必將輪迴轉世，就可以不用關注此生。

我認為，為了這個特別的現世人生、機會的片刻做出扎實的努力是很重要的。

無論如何我已感受到，長久以來跟許許多多人往來的經驗，以及無數流經我眼前之回溯催眠的例證，均顯示輪迴轉世實際上就是我們的宇宙促使靈魂進化的運作方式。

到了生命的終點，我們遂擁有一回對於課程學習的成果驗收。介乎投胎轉世之間，我們注視那驗收成果，並洋洋灑灑地計畫我們下一回的生命歷程。我們依據自己認為所習得的課題去建構，並用我們的方式擺放關係和情況，以使我們想要進一步地造成影響。當我們進入出生的過程，我們忘記已經計畫好的一切，地球意識的暗夜於焉降臨。在那微光之下，我們用盡一生在練習，再次嘗試去學習我們愛的功課，再次解決那輪轉多世以來的困頓關

係和挑戰性的爭議。

我們發展各種渴望，並透過時間，實現每個渴望，直到我們已滿足自己放在第三密度生命的總覽表。直到我們完全準備好了，我們才會繼續行進。

假使第三密度大週期[75,000年]對我們不夠用的話，我們僅是再留級一遍，重複一次，二次或三次小週期[25,000年]罷了。若有必要重新再來，那麼只要我們希求第三密度經驗的時間有多久長，它就會在這裡等候著我們。對於一些流浪者來說，記得其他輩子早已是他們的經驗：

我 49 歲，而我從 13 歲就開始了這個尋求。我記得我的第一次似曾相識(deja vu)的經驗發生在四歲的時候。很簡單的經驗，我記得我之前在做什麼。



當我們在 1941 年 2 月離開哈利法克斯(Halifax)，乘坐著瓦立克城堡號(Warwick Castle)部隊運輸艦，我從船尾樓甲板看下去，看見那強有力攪動海水的螺旋槳而感到不可思議。那是一種確認以及重生深刻的感覺。在整個橫越過程當中，都一直跟著我。特別是在經歷大西洋暴風雨期間，那場暴風雨粉碎了護航艦隊，使得我們獨自顛簸於 60 呎高的綠色滔天駭浪之中，在全部的五個甲板上，都有一呎深的積水。多年以後，當我知悉有關輪迴轉世的事，我覺得我可能至少有一世當過水手才能感受到這般的共鳴。



曾有一次或兩次，當我凝視著我的倒影，倒影變成了我不認為是人類的臉孔，那是一個很昏暗的倒影，所以我沒能看得很清楚，但它肯定不是人類。

這聽起來很離譜，但在一次回溯生命課程期間，我跟一個覺得自己是隻具備人類意識的白色大鳥的男生坐在一起，

他是亞特蘭提斯人，他在課堂內發現自己曾參與混種生物實驗，藉由對水晶技術的不當使用。

我認為很多人的生命裡都存在了惡夢，那可能是來自其他世，還依稀記得的經驗，一些過度可怕的事件則滲透進入今生今世。

另一種常見的經驗是，身體的某部位有個易受感染的毛病，其乃為早期生命歷程中有受到損傷之故。當跟這樣的艱難共處時，總是牢記去原諒過往即是醫治現在。Ra 羣體講述輪迴轉世：

發問者：當 7 萬 5 千年週期開始，壽命大約為九百年，平均而言。容我說，當時輪迴轉世過程與排程機制是什麼？又是如何運用中陰*這段時間以促進心/身/靈複合體之成長？

(*直譯：在上次與這次投胎進入第三密度肉身的過渡期間)

RA：我是 Ra，這個詢問比大部分的問題都要複雜，我們現在開始。

起初 第三密度心/身/靈複合體的降生型態開始於黑暗，為此 你可以把你們的密度

想成一個睡眠與遺忘的密度。這是遺忘的唯一(次元)平面。對於第三密度實體，遺忘是必須的，好讓混淆或自由意志機制得以運作在新近個體化的意識複合體上。因此，起初的實體具有完全的天真無邪，傾向動物性的行為，看待其他-自我就如同自我的延伸，用以保存全體-自我。當該實體緩慢地覺察到它有[容我們說]不是動物性的需求，也就是說，對於生存無用的需求。這些需求包括：與人交往的需求、歡笑的需求、美麗的需求、知曉週遭宇宙的需求。這些是初步的需求。

當降生的經驗開始累積，進一步的需求也被發現了：交換的需求，去愛的需求，被愛的需求，將動物性行為提升到更為宇宙性視野的需求。

在第三密度週期的第一部分，降生是自動發生的，就在肉體載具能量複合體中止之時迅速發生。很少需要回顧或醫療前一世的體驗。

當能量中心開始被開啟到更高的程度，每一世的體驗有更多內容與愛的功課相關。因此，如你所理解的中陰期間被延長，好讓實體能專注於回顧及治療前一世的經驗。在第三密度的某一時點，綠色光芒能量中心逐漸啟動，此時降生停止自動發生。

發問者：當降生停止自動發生 我假設實體可以決定他需要降生的時機 以便利於他自身的學習，他是否也選擇他的雙親？

RA：我是 Ra，這是正確的。

所以當我們以第三密度生命的身分出發，我們跟其他自我的關係不是家庭就是部落的一部份；在部落之外的其他自我就是我們要防禦的敵人。愛的課程全擺在前方。慢慢地，經過很多世，我們越來越發現自己是誰，就如同是靈性生命體一樣，如同是道德的生物有能力選擇對錯，選擇以原諒取代報復。很緩慢地，越來越可以從我們所遇到的人們之中看見自己；並在我們自己之中看見遇到的人們。

我們開始思考超越防禦自己與家庭以外的東西，同時創造學習以及服務的機會，藉由如何對待自己和其他人，以及如何選擇去分享我們的禮物。

我們藉由“睡眠和遺忘的背景”[一個完美的未知]來做所有這些事，於是當我們做出選擇去過一個信實的生活，該選擇必是純粹的。

這是個巨大的挑戰，而我們可以看到地球，在這番考慮下，就如同各種原料的蒸餾所，一台靈魂的精練器。我們如同是一顆粗製，充滿礦質的石頭來到這個世上，接著我們的生命在火焰淬煉中度過，並在催化劑和經驗的巧妙雕鑿下，找尋、磨平、擦亮我們內在寶石的外表並移除雜質的成份。

我們希望可以在每一生當中都可以學到很多，雖然毫無疑問地我們在許多不同的前世輪迴經驗中有過不同程度的成功。Q'uo 講到這些輪迴轉世的課程：

在輪迴轉世開始之前，每一個尋求者都注視著即將到來的人生如同是一顆寶石、紅寶石、蛋白石、鑽石，每一個切割面都是如此的迷人，並且清澈無瑕。每一個人都把這顆人生的寶石握在你象徵性的手中，用喜悅凝視著它，並且等不及要開始。早在投胎之前，人生樣式早已在那兒等著你看清楚它所有的細節。

如果在肉身裡，就可以看到內在的寶石，會是多麼大的一種奢侈！

但是，我們通常憑藉信心來獲得自我的價值，我們所追尋的就是這種未知的狀態。爲的是要可以更佳地關注今世的選擇。這個輪迴轉世的系統是 Ra 教導的一個面向，對於許多曾寫信給我的流浪者來說，是一種安慰：

我對輪迴轉世的信仰支撐我通過了垂死經驗，那通常是出自於生命的燃燒殆盡，或在情感/精神上對「家鄉」的全體居民產生了抽離感。那些居民對我來說，一直是令人難以置信的老師/催化劑，他們跟我講到關於他們的生活、垂死、家庭、信仰等等。他們經歷把生命放下，那生命回顧的過程，有些帶著家人和友人的支持，有些除了工作同仁外就只剩自己而已，大部份則以某個或其它形式應對痛苦或悲傷。

遺忘的罩紗

敏感的#131 正在跟屬於罩紗的”沉睡與遺忘”奮戰，她說：

我認為要戰勝這遺忘是件巨大，或許是不可能的事情。我知道我帶著一本行事曆進入這具血肉之軀，然後很快地便忘了它。有沒有辦法可以再捕捉那些失落的記憶而不是一直讓它們流失呢？就另一方面來看，假如我早就知道所有的事，生活將會失去它的神秘性以及私密的興味，人生有一半的樂趣是努力解開它，在夢境、同時性和冥想狀態中找尋線索。

就算流浪者確實成功地穿透罩紗，仍存有一個我們全人類都無法超越的問題，就是我們的肉體：

以流浪者的例子而言 它們尋求重現其行家性，即每一位在這輩子以前獲得的程度，我們可以補充說明 即使在遺忘過程被穿透之後，依然存在黃色啟動的身體 它的反應不及一個行家擁有綠色或藍色光芒啟動的身體。因此，你可以看到挫折與困惑是不可避免的 這是由於透過黃色光芒啟動身體的化學組織來操縱意識的較細微力量的過程中固有的一些困難。

讓我們看看罩紗是什麼：

遺忘的罩紗是一種現象，只在第三密度內發生與使用，好讓實體們在演化之路上的這個時點，得以做出一個路徑的選擇。是故，存在著一種分離的心智，上層是有意識的，下面是潛意識的，只有藉由遺忘的罩紗才可能達成這結果，如同我們所曾提及的，該罩紗只存在於第三密度內。

下一個章節會有關於密度的完整討論。Don Elkins 問了這個問題：

發問者：罩紗應該是[我所謂的]半滲透的？

RA：我是 Ra，罩紗確實是如此。

如果罩紗呈半滲透狀，什麼東西可以穿透它呢？下意識心智，這個不透明地帶之最普遍的穿透者便是夢：

尋求者的目的並不一定要去移除罩紗，倒是經由一連串的經驗以形成一個小心保護的穿梭載具，容我們說，它穿過罩紗讓信心與意志使用，為了令更深層的自我可以用比做夢更清晰的語言來講話。實際上，就算沒有尋求者任何的努力，罩紗就透過做夢的過程而變得略為透明。

它是個透明而非全然不透光的罩紗。這個罩紗於是被視為一位盟友，不管尋求者懷抱喜樂與否，都要穿越所有人生的課程、休憩、與假期 [借用該器皿的說法]。

行家或成熟的靈性尋求者的冥想與無條件的愛，也都是罩紗的穿透者：

當我們跟你們談有關轉世投胎時，我們雖不希望貶低過往的經驗，卻一再保證每個個體，當過往經驗的記憶變成一種必要，它們會經由夢境或特別經由冥想，漂進顯意識心智裡。大體而言，我們可以說，以深入角度去認識過去世的經驗並無助益；毋寧在你的直覺，感覺與心的激勵下變得越來越敏感，進而對通過你與週遭人之間的那些能量變得越來越敏感，這樣對於你加速自己的靈性演化會很有幫助。

所以，如果你發現自己跟一位同事，朋友，同伴或心愛的人有爭執，進入冥想是很適宜的，在這特定的例子中，對於愛和服務的失衡之處提出詢問並釋放問題，尤其是，你如何能在這番境況當中彰顯原本的愛，修原平衡，讓愛茁壯。

最後，獻給那些想要攻陷閘門的人，有個頗為魯鈍的工具稱為回溯催眠。

由回溯課程所得獲的資訊是最有趣的，至少對我而言是如此。但關於”憶起”的經驗本質，它提出了無法回答的問題。我繼續質問，是否這些表面上藉著催眠而尋回的前世記憶是線性的，詳實的或是由某個內在說書人所造出來的。不管我們對於催眠的結論是什麼，我們最終擁有的是這次在世的寶貴時間，我們透過罩紗來尋求以找到最深沉的自己：

對個人來說，有個脫離這永無止盡的輪迴的方法，第一步或許是“也許這投胎轉世不是那麼單純的”。接著每天要問自己兩個問題：

1) 我是誰？ 以及 2) 我來這裡做什麼？以最真誠的方式問這兩個問題，去理解答案以及更正行為。

終於有一個方法可以讓我們脫離這個永無止盡的輪迴轉世之循環？終於！這也使得我們要來考慮業力。

業力

伴隨輪迴轉世而來的概念是業力(karma)。Don 詢問其定義：

RA: 我是 Ra, 我們對業力的理解是它可以被稱為慣性。那些運行中的行動將以(動態)平衡的方式繼續進行, 直到更高或控制原則, 你們可以比喻為煞車或停止裝置, 被祈請。行動慣性的停止可以被稱為寬恕。這兩個概念是不可分的。

斐歐娜(Fiona Forsythe)是位頗有力量及幽默風趣的女士, 轉傳來某位無名之氏為生命法則(the Law of Life)所下的定義：

不管你今天給出了什麼, 或思考、或說或做了什麼都會增加為差不多十倍的效應回到你這裡來。或許不會立即來到, 也不會來自很明顯的來源, 但是這個從看不見的力量而來的法則永遠都會起作用。不管你如何的感受對方, 是愛, 恨或熱情, 都會用一種清楚或者秘密的方法, 再彈回到你的身上。如果你跟一些人說了一些讚美的話, 很快的一大票人也將對你講親切的話。

什麼會停止業力的動量呢? 寬恕:

發問者: 如果一個實體在其一生中發展了所謂的業力, 是否程式會在特定時候啟動 好讓他經驗到允許他獲致寬恕的催化劑 從而減輕業力?

RA: 我是 Ra, 這點, 一般而言, 是正確的。無論如何, 自我 以及 任何牽連的其他-自我可以在任何時刻 透過理解、接納、寬恕的過程, 改善這些型態。這個方式在一生中的任何時點都是真的。因此一個已經讓某個行為運作的實體 可以寬恕自我 並絕不再犯相同錯誤 這也會煞住或停止你所謂的業力。

讓我們的能量中心保持清明與平衡是最最重要的! 不幸的是, 我們無法清除別人的業力。我們只能寬恕自己這部份:

很多、很多年以前, 你藉由選擇而啟動了對你沒有幫助的行為與思想模式, 如今看來不僅沒必要, 或無生產力不說, 還帶有著殺傷力, 而你想要給予療癒。寬恕得以阻止這器皿所稱的業力之輪。在這個觀點下, 業力可以被定義為慣性, 一個產生效應且永不被原諒的行為。現在, 你可否寬恕他人, 並教那股力量去停止他人業力的慣性嗎? 一點也不。當你原諒別人時, 你並未影響到另一人, 除非他選擇注意你有了不同的態度。你在這宇宙裏唯一可以工作並產生影響的事物: 即是你自己。寬恕有部份就是原諒其他人。進一步的部分則是原諒造出這個模式的一切情況。你們某些人比別人更覺察到更多前世, 對這些人而言, 追究你所謂過去世的業力是沒啥幫

助的，要知道，藉由對他人、各類情況和自己的無條件寬恕，即足以一勞永逸、永久地停止業力或慣性。

寬恕主要屬於靛藍光芒的工作，除此之外，屬於藍色光芒能量的禮物- 清晰的溝通，也協助停止業力之輪：

當妳與其他心思相似的人交流時，每一個經驗都變成了全體的資源。這是一個社會記憶複合體的開端。每個人皆有可能成為他人之師，藉由忠實、誠實、清楚地反映他人的形像，而不帶絲毫偏見，這是在同伴關係之中被期待的。

一個真心且想要服務的朋友會把所知道的事實完整無誤的講出來，當那些感覺不由自主地讓一個人迷惑，那朋友會鼓勵，規勸並且告誡，對在同一個社區的所有人來說，那朋友就像一面鏡子。照我們看來，這是一個傑出的，有機和最正常以及健康的方法在靈性的成長當中達到加速的作用。特別針對那些在今生肉體死亡之前想要移除所有業力的流浪者。

以平衡的業力來結束這次的人生旅程是很有幫助的，假如我們想要避免捲入另一個 75,000 年的大師週期，再次重複這第三密度的經驗：

流浪者的挑戰/危險 在於他可能會忘記其任務，與業力發生牽連，因之被捲入大漩渦中，（雖然）他原本降生的目的就是要避免這樣的毀滅。

我們帶著平衡的業力來到這個密度：

我們都帶著已平衡的業力來到這裡，但是我們不會離開除非業力維持在平衡的狀態。因此，我們敦促每一個流浪者要記得，你來到這裡是為了去愛與接受愛，成為有智慧的人並接受智慧，感受時間，感受每個事物合適的空間時間。

還有甚麼比渴望更快速地累積業力啊！

關於顯像你所渴望的東西，我們勸告你要極度地小心，因為當你集中心神地創造你渴望的東西，你將接收到它；然而，如同你們許多神話與精靈故事的描述，嘗試控制發生事件所帶來的困難，這個困難是：當某個渴望達成之後，伴隨而來的是不令人滿意的副作用。於是你的狀態變得不平衡，有些人稱之為業力，附著在你所創造出來的生活模式以及妳在其中的渴望。

把這個字很深刻的寫在我們的意識裡面：寬恕！我們註定要發展渴望，並且用我們的意願來追求渴望，不管是為了世俗或神聖的事物，為了佔有、地位，或為了擺脫它們，當我們完成我們的渴望，我們就會感受到每一個渴望連帶產生的副作用。

我們會錯怪其他人，雖然絕大部分都不是有意的，但是我們還是會犯錯，不管其他人是否有意，他們也會錯怪我們。通常我們只不過是動作太快，太倉促地評判他人或是情況：

對於一個倉促過活的個體來說，他通常沒有意圖表現或提供服務自我或負面的催化

劑。事實上，毫無節奏地只求越快越好的基本理由是為了服務他人。所有意圖完成的事，都是為了服務他人。

我們都會犯錯，這是一個不可避免並且有助益的過程。這是作為靈魂的我們如何去學習的機制。進展的關鍵就在於原諒錯誤。

#292，一個深度思考的科學家和治療師，對於行動主義之業力給予以下考量：

我的問題是，我們如何能夠以愛心和智慧更完全地接受，且與痛苦煎熬及恐懼一起共事，這通常又和他人之苦痛煎熬及恐懼有所關連，如此一來不僅服務了造物者，並也顧及了個人的自由意志選擇？當我們經歷痛苦或是恐懼時，特別是來自某種我們視為出於另一人之行為或抉擇的結果，有時候很難去明瞭一個人最好的服務到底是，藉著在無聲的信心中恢復平衡且完全接受別的方式，還是嘗試去發揮某種影響力。循著這些線路，發現政治是個非常令人難解、困惑的主題，而且一模一樣的兩難情況涉及，嘗試走在一個天秤上，既不侵犯人們的自由意志，也不消極接受一個具破壞性的習俗或活動。

這當然是個有論據的關注。然而按照 Q'uo 的說法，如果我們在行動主義或私人事務中的事工是爲了帶來療癒，那麼我們就是 OK 的：

就其本身而言，治療的工作裡頭，並不涉及業力，因為醫者工作他自己，試圖去平衡和授權給他的人格[如果你願意這麼說]，在這樣一個穩定且敞開的狀況下，治療的機會就可以提供給病患。

醫者工作自我！再次強調，我們的工作永遠地、恆常地作用在我們自己身上。如果我們希望去治療或成爲外在世界中的一股治療的影響力，不管針對單一的靈魂或一個種族，全國性的或全球性的團體，我們面對的第一個病人就是自己。

催化劑和體驗

我們剛要來填滿這份有關我們自己的素描以及我們在演進之宇宙的位置。我們已在這個肉身內定位了我們自己，我們當前的機會，爲了針對靈性演化而加速工作。我們可以看到對於完成生命中那迎向我們的業力挑戰。這些挑戰始終有多種主題。對我們每個人來說，主題可能有幾分不同。通常，有肉身的學習課程乃爲了要提供無條件的愛，給予而不求回報，一個我見到，屬於我自己的肉身功課，重覆循環在我一生的關係互動上，一開始是跟我的父母親，接著是伴侶們和遠房親戚。我的父母親與不怎麼珍惜我的伴侶已不在身邊，而我目前的伴侶在我看來是沒有重大疏失的，但我依然擁有那些被視爲理所當然的關係互動。對現在的我來說，挑戰顯得簡單多了，因爲我幾十年前就認出它來，並且更自覺地觀照它，當它發生的時候。我不再抗拒它。我承認它，並調準好我的工具，就如同我在通靈時一樣，

當我即將把自己放在那個情況。我偶爾還是會盲目瞎撞，但不再那麼尋常，而且也不再那麼痛苦了。Q'uo 說挑戰與摩擦來自情緒，渴望或偏見：

情緒的偏見愈強，在學習機會裡的關注強度也愈多。也就是說，情緒愈強，偏見就愈大，而且呈現給尋求者的課程就愈加明顯。因為在你的幻象裡面，只有一種對任何催化劑反映出平衡看法的反應。如你所清楚知道，那個反應就是愛或慈悲。當任何其他的情緒於自我的心/身/靈複合體內被注意時，尋求者遂有可能假設有個催化劑在那兒進行著，為了使平衡過程能夠發生。

我們幾乎可以信靠這個事實，即我們已為一生選擇了比最低需求還要多的肉身課程。從單紗外來看，一切都顯得如此簡單！

現在，我們都知道眼界如何可以大過自己的胃口，還有那人生的碟子可能被大量裝載的情形。雖然如此，切記，沒有什麼東西為實質上的有害或邪惡，關於你所體驗之強風，飛來你面前的功課。不管強風與暴雨看似如何的兇猛，它們正如你本身曾賦予的期望，故在你有生之年，那是妳無法避免得去處理的。

它是永無休止的，因為它本質如是，恆常地令人疲憊：

因為在你們幻象裡頭的每個催化劑，每個經驗，每個事件皆有去鍛鍊尋求者[容我們說]的心念、意志、與信心。在挫折感裡，自我不可避免地再度獻身於尋求，因那誘惑即是為了要妳去停止、退出、休息、斷絕它。

因此這個忠告是慢慢來和放輕鬆：

在你接受你的催化劑之際，祝福它並且讓你自己向它敞開，在一個穩定的方法下，用你最大的愛來接受它。不要讓你自己超越極限以致於傷害自己。不要要求你還沒有準備好的東西，但卻要夠敏感地察覺，那些罪咎掀起的負面感覺所帶來的機會。

有一件事情很神奇，那就是我們每一天生活的體驗都足夠提供我們最先進的靈性學習和領悟所需的催化劑，確實是如此：

使用催化劑乃是尋求者無法避免的。屬於你的這個幻象被創造出來，不僅使妳無可逃避催化劑，而且也不大可能徹底地使用催化劑。這個幻象仗靠著瑕疵，並強迫心智與情緒去凝視表面上的不完美之處。這錯誤的世界觀被設計成那烘襯著苦難人生的佈景，卻因尋求者的歡喜接受及熱切追求改變的過程，而有可能成就出一場白熱閃亮的人生。

從我們投胎之初，做為小孩，我們逐漸開始注意到這些關於催化劑”主題”的循環本性，在我們的生命歷程裡一再地出現：

你無法真的犯錯，因為不管你轉到哪一條路，你將一再地遇見你的催化劑，直到你

認出它，愛上它，原諒它並且超越它。你們都是皇后和國王，自己的統治者，你們全來自皇室家族。記得你自己是誰，記得你與生俱來的權利，還要記得你活在一個靈性的民主制度裏，在此每個個體皆呈現如數學般，精確無誤的平等關係。幻象內的差別來自你經由信心所使用的意志。

不幸的是，催化劑還是常常會讓我們感到驚訝：

你所有感知的(其實)是無意識感知的催化劑。在心智開始欣賞催化劑之前，催化劑已經被過濾穿過罩紗，在某些案例中，(即使)有最明顯、最清晰的感知，仍有許多部分被遮蔽。

我們接著可以在催化劑的中間來計畫尋找自己，承認它並且渴望去工作它。Q'uo 群體建議當我們身處催化劑當中，我們要記得催化劑是如何地運作：

當你可以戰勝一個混亂的情況，穿越它去達到一份喚醒，這份記憶關乎催化劑的運作方式，關乎你參與其間的過程，你將更能夠平順、優雅且合作地進入手邊的工作，毫不譴責自己或其他人，完全寬恕這個有關經驗的密度贈予每一個永恆之意識公民的東西。

他們建議我們甚至別試圖去避免它：

一個相信藉著改變情況就會改變其經驗的人，是在遵循一份錯誤的信仰，因為那些課程對每位前來學習者而言，容我們說，乃為一份必須個別優先處理的列表。當催化劑來到一位尋求者跟前，可以保證的是，有個跟學習愛之天性有關的課業，透過催化劑的作用而帶來助益，因而使你的經驗可能變得更加豐富，並對愛的意識更加覺察。

我認為”催化劑”的同義字或許是”苦難”：

你所經驗的苦難，質疑，懷疑，痛苦和傷慟乃是為了一件事：要掏空你並且去專注於那個空無狀態，如此自己才準備好去領受。

然而這苦難途徑指出了它自己的出路：

在肉身內，悲傷途徑遂成為那條幾乎等於全部經驗，全部時間的道路。悽慘、憤怒、悲傷，所有不舒服的情緒和心理狀態共同創造了一種找尋慰藉方法的必要。限制之所以存在，乃因選擇之性質是像如此地藉著尋求者的目光，把表面幻象看成是虛幻的。而它是透過來自催化劑，來自損失與限制而漸增的不舒適感，任性的靈魂終於警覺到需要有紀律。

在第七章中有更多關於這個紀律的說明，主題是形而上之工作。

催化劑的伙伴是經驗。假如催化劑是我們不自覺走入的境遇，經驗則是我們接獲來自那催化劑的豐收結果，加上我們做的工作形塑了我們對那催化劑的回應。當我們接著看，我們發現 Don 先生的 180 度規則真的有用：表面看起來是壞的東西，其實是好的：

當尋求者開始去獲取經驗，他發現世俗眼力，在觀察這物理宇宙的事物方面是優秀的，但假如物質眼力被認為等同於靈性眼力的話，它可是會說謊的。靈性自我注視一個擁有充分物資的地方，能夠看到幻象表面下的失衡、匱乏與飢餓，於是大大地改變了所見的事實。靈性自我看世界之財富為貧窮，而看處於完全貧窮之赤裸脆弱的心靈為富有。對靈性之眼來說，諸如死亡、限制、危急情況、災難、恐懼和驚嚇等事物不一定是壞事。靈性自我的豐富性就位於每一種情況之中，物質自我視為負面的東西或許比正面更有價值。

這個反向的態度和擁抱處理催化劑帶來的苦難，再次地將尋求者的內在小孩遞送給她自己：

因此，經驗成為你的一部分，而當你在尋求的旅程中前進時，你將會發現這個經驗的調和過程最容易發生在對經驗幾乎沒有抗拒與毫不防備的時候，前提是在你可以穩定承受與接受的範圍內，在改變的漩流當中，要定位自己並不容易，因為一個人很容易就相信會溺水，或被沖往一個對現下之我毫不熟悉的遙遠岸上地點。然而，我們能對你們保證，每個人已放置這些機會在這次的人生模式裡面，為了使這孩子般自我再次重生，隨著它覺察到的一切催化劑開懷大笑，把這世界看成是一處充滿經驗和刺激之無限機會的場域。

對這個小孩般的自我而言，經驗帶來喜悅與愛：

為什麼要歡欣？為什麼要給予感謝和讚美？因為在全體之中最偉大的能量都是一樣的：愛永遠都是那主宰的力量和創造者。不管何種經驗，讚美、喜悅和感謝都是合適，當一個人能夠，甚至只有片刻見識及感受到轉向愛的真相，然後療癒才真的產生倍增的效用。

我們在跟催化劑工作時，我們比較沒技巧的方式是，在心理上壓抑我們的痛苦。這樣會引起疾病：

發問者：我將照我的理解做個聲明，然後問你 我是否正確。有個我稱為的物理催化劑在第三密度全時間運作著。這個催化劑透過我們稱為的痛苦與情感來運轉。這是否為主要原因，使得肉體被弱化，毛髮被消除，等等；好讓這催化劑更強烈地作用在心智上，從而創造出進化過程？

RA：我是 Ra，這並不完全正確，雖然與我們理解的變貌密切地相關。

如果你願意，以樹做為例子來考量，它是自給自足的。再考慮第三密度的實體，它也可以自給自足，但必須歷經艱難及貧困。獨自學習是困難的，因為有個內建的障礙，同時是第三密度偉大的美德亦是偉大的障礙；那是理性/直覺的心智。

因此，如你所言，肉體載具的弱化，是被設計來扭轉實體使其傾向彼此交流。如此，知曉愛的課程得以展開。

人們彼此分享的催化劑在每個自我的發展都具有重要的地位，跟自我在獨處時透過冥想整合所有經驗同樣重要。

學習的最快方式是與其他-自我打交道。這個催化劑比只跟自己打交道要大許多。只跟自己打交道不跟其他-自我往來就好比生活沒有你們所謂的鏡子一般。因此，自我無法看到其存在性的果實。所以，每一個實體藉由映照來彼此幫助。這也是弱化肉體載具或肉體複合體的主要原因。

凱絲(Kathy Braden)在她的自由意識裡歡慶，因為她把目光設定在透過關係互動來工作催化劑：

有一些人說，我們在進入一個特定的人生之前，就已經選擇好課程，包括撫養我們的雙親，我們誕生的情況，我們要分享生命的人，皆由我們的高我設定，當我們為了一門特定功課而選擇進入這個世界，卻依然有個選擇去創造每日的實相，那便是我們的生活經驗。我想不出有比這個自由意志更棒的禮物了。

關係是我們主要的老師，就好像提供我們磨坊要用的穀物一樣：

那些最令你痛苦、關乎他人的事情，實則是你自身的映照，而在那些事情裡，你可能看見正在你裡內引發的一個扭曲版本。因此，每個關係就像是一面即時鏡，沿著那河流與你一同推移，用一種帶有偏見的態度，向你展示你自己的面容，於是提供催化劑好讓你也得以工作自我。

那麼我們很容易看見，好朋友和同伴確實是個獎賞，因為他們用我們可以瞭解與分享的方法，來工作他們自己的催化劑和經驗：

這趟旅程若有位渴望相近的同伴與你相隨，他十分願意與妳一起展開這場尋求，關於學習和服務的旅程，這是好的。因為那些同類的人將更為肯定地找到催化劑裡面的線索，指出下個步驟的方向，而那些同行的旅者將會以獨特的作風體驗他們的催化劑和同樣的過程。當某個人某次利用強烈的經驗時，或許正是另一人經驗強度較弱的時刻，如此才有可能彼此互助。

最後一點小忠告，做自己就好：

對一個使用每日繁瑣事情之催化劑的實體來說，最有幫助的是自發性和未經排練的想法、言語、行為，實施在邏輯和適當的結論裡，然後用一種有意識的方法反映出來，在冥想的狀態中利用，因而任何與尋求者最高理想不一致的偏見可以被注意到，並且註記下來做為未來的參考，如此蘊含其中的課程可以獲得澄清，並產生一組特

定的行動跟那個課程有所關聯。

生命會一遍遍地放我們在學習的磨刀石上，提供我們會妨礙注意力的催化劑，並敦促我們努力去嘗試轉化原始的催化劑為光滑的經驗。這是原型的工作，對於進入資料的篩選，乃爲了要找到真理與生命的寶石。這是每一天都會跟我們有牽連的工作，如同甦醒的靈魂發揮其極限的能力來使用第三密度。我祝願我們每個人都有清新的精神和空腹胃口可把它咀嚼得一乾二淨。這個星球是個偉大的地方，但我們已準備好繼續前進，而這是朝往更愉悅之課程的方法，直接通過事件正激烈上演的地方！

待續..