

新世紀 揚昇之光

開啟高次元宇宙奧祕與揚昇之鑰

地球上的我們，已受到大宇宙中可觸及的十二道光束中的七道光束影響，
現在正向一個更高光頻——第八道光束的影響敞開。
光之主庫爾卡——第八道光束的揚昇大師，
這個偉大的聖靈現能同時與超過一百萬的人接觸與連結，
透過許多在地球上的光之工作者傳遞訊息與能量，並觸動他們的心。
本書是庫爾卡給出最新的揚昇訊息，獻給有心提升自己的朋友。

A New Light on Ascension

黛安娜·庫柏 (Diana Cooper) 著 鄧婷玟 (Roshani) 譯

新世纪纪扬升之光

作者简介

黛安娜·库柏（ Diane Cooper ）

是一位临床医学家、治疗者，自从许多年前的一次生命转折时期，天使第一次与她联系并帮助她之后，开启了她对灵性指引的兴趣，不断学习如何与扬升大师及天使对话，因而具有更高的灵视能力，进入高次元的扬升旅程。她透过创作的书籍、占卜卡、工作坊与治疗工作等，帮助了无数的人们实现他们最高的灵性渴求与生命目的。

黛安娜 持续跟随内在指引及信念而生活，至世界各地推广工作坊，创作 丰富与大量的作品，经常出现在电视节目中，并于所到之处分享她的天使灵启经验，是一位真正的世界服务者。著作包括《灵性法则之光》（ *A Little Light on the Spiritual Laws* ）、《天使激励语》（ *Angel Inspiration* ）、《天使光卡》（ *Angel s of Light Cards* ）等书。

目录

出版序

库弥卡的新讯息

库弥卡的介绍

1 扬升之道

2 静心

3 净化自身 （一） （二）

4 真实的自由

5 内在的安宁

- 6 回归单纯
- 7 丰盛之道
- 8 显化
- 9 识别力
- 10 保护力
- 11 实现你的人生使命
- 12 神的单子体——灵魂家族
- 13 第三与第四次元的脉轮
- 14 较高层次脉轮
- 15 脉轮的较高目的
- 16 光的水平
- 17 默哈玛能量
- 18 灵气与灵疗
- 19 起床讯号
- 20 深度清理
- 21 银河系的工作
- 22 释放因果业力的祈请
- 23 咒语真言
- 24 指导灵
- 25 天使
- 26 大天使
- 27 新灵性层级
- 28 较高层次的扬升大师
- 29 第一至第七道光束的扬升大师
- 30 第八至第十二道光束的扬升大师
- 31 水晶宝石光束
- 32 灵性层级的直达专线
- 33 更多伟大的大师
- 34 扬升密室
- 35 召请
- 36 命令法则
- 37 名字的力量
- 38 安达卡拉那
- 39 仪式与典礼
- 40 善恶的决战
- 41 启蒙的十二个考验

- 42 合一
- 43 密码与钥匙
- 44 扬升要诀

出版序

在我们收到出自于黛安娜·库柏的第一份手稿——《天使之光》(A Little Light on Angels)一年后，一九九七年她寄给我们《新世纪扬升之光》一书的原始手稿。因在前书抵达与出版后所伴随而来的不寻常经验，我感到急切渴望想要尽快看完这本新书。该晚我将手稿带上床，那是个在七年之后仍让我记忆犹新的夜晚。因我的先生患了感冒及鼾声大作，我移身至另一个我们作为静心与圣室的房间（我猜想是天使运用任何事物去吸引我们的注意力，并引领我们至合适与正确的处所）。

我舒适地蜷曲着身体躺在床上开始阅读。几个小时过后，接近黎明时分，我已读完整本书。身为一位出版商，我接过数百或可能数千计的手稿，在交给其它读者寻求意见前，我大部分只阅读书的摘录或奇数页。在《新世纪扬升之光》一书的例子，我立即且毫不犹豫地知道它必须立刻被我们出版。我所阅读的内容着实让我惊讶地倒抽一口气，它是崭新、令人兴奋与启发性的书，然而我也知道它与我内在深处已知的事物相互共鸣着。

那本书已被出版，我相信世界各地数以千计的人与我有相同的体验，也许你是其中的一位。经过许多年，我已成长与改变，学习到许多新的生存方式，经常受到生活的挑战，并寻求更深入个人灵魂的工作与目标。

黛安娜·库柏也已成长与进化为力量更强大的管道与光的工作者。天使与扬升大师们已指引她去分享她所学习的知识，能帮助我们个人与集体迈入光的合一中。当黛安娜，库柏告诉我她有一些新的扬升增补讯息，并询问我是否想要发行一个新的版本时，我立即给与「是」的答案。

这里所呈现的是「新世纪扬升之光」，有着新的介绍与十二个新章节。阅读新的章节时，我意识到我想要重新阅读整本书。我知道天使再度与我对话，我所阅读的讯息，对我的个人生活及我对协助行星转化的承诺，是重要与举足轻重的。或许当你阅读本书时，将发现类似的体验发生在你的身上。

凯伦·博格里奥罗 (Karin Bogliolo)

库弥卡的新讯息

公元二〇〇三年十二月三十一日，正值库弥卡 (Kumeka) 向我们自我介绍后的第九周年，莎朗·赫顿 (Shaaron) 与我安排共度除夕夜晚。在那时我们才意识到，自我们第一次会面后，已经历了许多的改变与发展。

随着你即将阅读的《新世纪扬升之光》更新版，第九道至第十二道光束现已栽植于地球上，第八道光束亦已降临地球，库弥卡正是这道光束的霍汗 (Chohan) / 扬升大师。这个伟大的圣灵现能同时与超过一百万的人接触与连结，透过许多在地球上的光的工作者传递讯息与能量，并触动他们的心。令我讶异的是，他说莎朗·赫顿与我仍然是他主要的讯息管道。

莎朗·赫顿的灵视力与其它通灵能力，是我所认识的通灵管道中，已精炼至最清晰、精确与谦逊的程度。同时，她仍保有自主权，而且鲜少为个人需求请求库弥卡的帮助。她对与库弥卡的连结有全然的信任，并经由他的指引，现已透过灵魂阅读来帮助与引导许多人迈向他们的最高生命道路 (www.shaaronhutton.co.uk)。

经由库弥卡与天使的协助，继此书之后，我已另外完成了五本书。意识之流频繁地透过我而流动，但当我询问为何自己无法随时处于此状态中，库弥卡响应我，因为我不是个速记员。在让我自己向神圣铭感 (讯息或影像感知) 敞开的同时，我还必须去探索、旅行、阅读与研究。我将不会改变这种情况，因为这能使我保有自由度。

二〇〇二年时，我带着帮助人们散播天使之光、扬升与宇宙神圣奥秘知识的远见，创办了「黛安娜·库柏天使与扬升学院」。我们现已拥有超过一百位老师，正于各地散布着光，而且我依据宝瓶世纪的原理原则，将这些精华传授给老师去做进一步的发展与深入研究。那曾经是个很棒与令人兴奋的执行计划。库弥卡现在希望莎朗与我去成立与发展「亚特兰提斯神秘学院」，将纯粹的亚特兰提斯智能与知识统合为一，并教授给那些已准备好的人。你们即将可在我的网站上取得这些讯息。（www.dianacoper.com）。

库弥卡现在希望与更多的人连结，他请求我找到某位能制作出彰显他的音乐的人，使那些听到音乐的人更容易连结他。安德鲁·布瑞尔（Andrew Brel）已创作出一件美妙的唱片作品，并以库弥卡命名，能使你感觉到他的伟大、荣光与影响力，以及他的仁心、慈悲、清晰与力量。我诚挚的希望你能享受这本更新版的《新世纪扬升之光》，并让它帮助你在光的道路上前进。

书写于二〇〇四年一月

库弥卡的介绍

一九九四年十二月三十一日的除夕夜，形形色色的朋友来到我家静心，同时为即将到来的一年拟订目标。之后他们相继离去直至剩下莎朗与我，当时我与莎朗并不熟识，相较于其它朋友关系，对我而言她比较像是位旧识，但我确知她变得愈来愈具灵通能力。

在该晚的晚课中，库弥卡开始与我们沟通。他告诉我们，他一直在等待我们准备好的时候。当我们处于个别状态时，他无法与我们直接联系，但当我们合在一起时，振动频率的高度足以让他接近我们。有时当我进行个案与写作时，他会以讯息方式让我铭感他的临在，以及在莎朗进行塔罗牌阅读时示现于她。我真的无法忆起太多有关该晚发生的情况，我并没有写下他告诉我们的话。我所知的是，那是我经历过最棒的除夕夜，它改变了我的生命。

我后来得知库弥卡早在二十年前已第一次注意到我的光，当时我

住在委内瑞拉海岸的小岛上。我十分惊讶，并响应我不认为在当时我已具有光，但他说我的确有，且自那时刻起，他一直在等待我准备好去接收他的指引。为此，在适当的时机来临时，他必须促使我与莎朗从世界的两端相聚在一起。

他说与我一起工作的人必须是莎朗，因为我们是来自同一个神的单子体（Monand）或神的神圣火光（Divine Spark），指在每个人内在都拥有一个神圣火光，即一个神性的微小粒子。而人类最高的灵性经验，就是与从神而来的火光、粒子再一次结合），所以我们是灵性的亲戚。

自那时起，莎朗与我一起成长与进步。她一直都是非常具灵通力的，在许多前世中是极具有力量的巫师。她现在能看见与听见库弥卡的清晰程度，已如同他是个与我们一起坐在房间内实际存在、具肉体的人形。有长久的时间，她对此十分怀疑并舍弃所有的经历，包括所有库弥卡带给我们自身成长及给他人的讯息。现在的她更能接受这一切，但并未特别投入。

库弥卡说莎朗的超心灵能力发展远超过于我，然而我在灵性上的发展则较多。为了将光遍照我，他必须使我们相聚在一起，因为我无法单独与他联系。有将近一年的时间，为了与他联系，莎朗和我必须待在一起一整年。在那之后，他认为已没有如此的必要，我们可各自独立地与他联系。然而如果我有向他取得特定讯息的必要时，我们仍会在一起工作。

现在库弥卡经常「笼罩」我，换句话说就是将他的意识与我的融合，并透过我来传述。有时我会感到疲倦或耗损，而无法维持足以让他进入我的振动频率，我感觉自己又滑落回那个受局限的小我。

莎朗与我逐渐意识到，库弥卡是远比我们所认知的更加重要与伟大的圣灵。那么这位令人惊讶与不可置信的光之灵到底是谁呢？

库弥卡从未投生转世于地球，但已从其它的行星扬升。直至今日，他已在其它十二个宇宙的两个宇宙中进行工作，现在他已开始与我们连结。在地球上的我们，已受到大宇宙中可触及的十二道光束中的七道光束影响。我们现在正向一个属于更高光频 I 第八道光束的影响敞

开。库弥卡正是第八道光束的霍汗/扬升大师。

地球终于获得库弥卡的关注与莅临。

第八道光束是更高层次的净化。库弥卡掌管行星的清理净化，特别是掌管地球与其它星球上的力量点(power point)。他监督与管理光的出入口与地磁线(ley lines)他与大天使群及瑟拉芬(Seraphim, 是旧约圣经中所指的六翼天使、炽天使)一起运作，并将喜悦的质量带来这个星球。他在以太层中的扬升密室——或光的密室，是位于委内瑞拉首都卡拉卡斯的上方。

库弥卡帮助人类移除非较高等光与爱的外星植入芯片或物体、精灵、负面的灵体及无帮助的固有思维模式。当你祈请他的帮助时，你也可同时召唤依瓦马斯(Vywamus, 高灵名)，大天使麦可与迪瓦库(Djwbal Khual)。他们的组合形成了一个力量强大的团队。

他鲜少提供神秘学的知识。我必须设计一个问题，如果答案是被允许的，他就会回答。我发现一件令人惊讶的讯息，当我问他耶稣基督是否确实是神唯一的儿子时，库弥卡回答道，耶稣是神唯一曾经投生转世在地球上的儿女。他解释神的儿女是神的能量经过一度稀释后的神圣存在体，神有十二位儿女，在宇宙之间工作，圣主库弥卡是其中之一。阿梵达(Avatars, 指神的化身)，例如圣母梅拉(Mother、Meera)是神儿子的儿子，换言之是神能量二度稀释后的神圣存在体。

他是圣主库弥卡，光之主，第八道光束的扬升大师与霍汗。他是神的子女且永远与他的天父直接的联系，肩负的责任亦伴随之而来。

库弥卡在与我们不同的星系中工作着。他告诉我们尚有许多我们未知的事物，并未包含在我们所能理解的时间框架中。这些星系也需要进化。

因为我们的星球正在提升它的振动频率速度，我们能容纳新的更高光频，因而获得库弥卡亲临地球的机会。他说当我们的行星更加接近扬升层级时，就会有更多与他类似的圣灵来到并提供协助。

宇宙之道即为人之心之映照与显相(意即人类生命与宇宙是息息相关的)。虽然高等中的最高等频率总会与其它相似的频率共振，是个完美的逻辑，我仍对发现扬升大师有特定的朋友而感到惊讶。白鹰

(White Eagle) (他的美好教导广为人知) 及梅林 (Merlin)，是库弥卡在宇宙间工作的两位特定朋友。

当客户来找我或参加我的工作坊时，库弥卡通常会与他们一起运作，并在个案结束后继续帮助他们。库弥卡想与我联系的事情已超过我所能理解的范围，与他共事让我倍感光荣、恩典与谦逊。这本书蕴含着他的能量，能使你与他连结。

练习：与圣主库弥卡会面的冥想

1. 放松，让自己回到宁静的状态。
2. 观想自己步上纯净白色的阶梯，向上登至一座巨大的神殿。
3. 推开巨大的门，进入一个神圣的空间，那里只有库弥卡，别无他人。
4. 走到祭坛前并点燃蜡烛。
5. 在圣主库弥卡旁坐下，向他介绍你自己，并告诉他你想要什么。
6. 向他询问任何问题或请求你需要的帮助。
7. 感谢他并离开神殿。

1 扬升之道

「扬升」(Ascension)意指将我们的振动频率提升至光的层次，因为每个思想、言语、情绪与行为都是一种振动，将创造出我们的气场。为达「扬升」层次，需要净化我们的思想，清理我们的情绪，并为最高的善选择采取爱的行动，直至我们散发出更高，次的光芒为止。届时我们将生活在喜悦与自由之中。

那些生活在纯粹物质理解层次上的人们，只相信他们亲眼所见、所听闻与所能感觉到的事物，犹如以汽车第三排档在生命道路上行驶，轧轧作响的前进。他们紧抓着方向盘，极度恐惧将有事情发生庄他们身上。他们依循人类法则而生活，诅咒与责怪其它的驾驶人，且通常因害怕结果而恐惧去变换车道。他们经常相信驶的是唯一的车道，每一个人都应该待在那上面。

当我们变得更向灵性事物敞开时，特别是对无条件的爱，我们即转换至第四排档或第四次元。这意谓着以更放松与信任的方式驾驭着生命道路，荣耀所有其它同在道路上的驾驶人，并跟随我们的直觉。我们知道每一个人的旅程，皆是一个独一无二与特别的使命。

当我们能先接受我们是属灵的人，且是神圣合一的一部分时，我们就能精炼我们的天命。承认我们是神性的共同创造者，并带着力量与责任，这将使我们转换至第五排档、第五次元。继而我们能平稳的随顺生命道路旅行，并沿途帮助其它在道路上的人。我们放掉我们的较低自我意志，并将我们的旅程贡献给更高的目的，当我们决定去放松及享受这个旅程时，有如将天窗打开让光洋溢进来，这就是扬升之道。

许多人对于扬升有恐惧与误解。有些人认为它意谓着必须使他们的肉体升起，但事实上并非如此。在两千年前或许是这种情况，因为当时人类的振动程度尚无法承受光的频率，但我们现已进化了，毋庸担心会有必须远离家庭的情形发生。没有人要求你漂浮出天窗。在扬升的过程中，你会稳固及快乐安适地坐在驾驶座上，任由宇宙源头、神、造物主或任何能代表宇宙力量的存有来导引你。

曾经有一度，提升你的频率与安住在你的肉体中，似乎是不可能

同时存在的，但现在正是如此。有大部分现已扬升的人选择留在地球上及服务全人类。

如果你选择留在你们的肉体中扬升，你将会如同过去般生活着，但你将容光焕发与闪耀动人、并在更高的振动频率上散发光芒。在该层次中，能感受无上喜悦、无条件的爱及与每个人合而为一，你将为自己在地球上创造出天堂。

你将为星系奉献与服务，故你的个人需求与欲望，不再比你想要服务全体人类的渴望来得重要。

当你成为一位扬升大师时，仅使用你的思想与言语即能创造事物，因此你将具有不可思议的强大力量。

为了扬升，你需要去平衡你在所有先前转世经验中的因果业力。因果业力是你累生累世善与恶的思想、言语与行为所形成的资产负债表。在第三次元中，低振动行为所产生的结果效应，会有在现世可能不需立即偿还直到来世才显报的情形，故在你的生活方式与你所经验的命运之间似乎无绝对的关联性。

在更高度的次元中，你必须偿还业力债务的速度会更加快速。当你的因果业力达到最终的平衡时，你会得到立即显现的因果业力。这意谓着如果你有一个负面的念头或做了一个拙劣的行为，结果将会立即回到自己身上。如果你有似乎不曾逃脱生命中所做过的任何事情的经验，应予以感谢。你已达到即显业报的程度，并有机会让你的账册保持平衡。

每一个思想、情绪、言语或行为皆是振动频率，会吸引相同波频的人、事件与情境。因此所有你发送出的，都会回归至你身上。确定的是，在你生活中的外在环境，会精确的反映出你的内在状况。我们有必要去看这些在生活中显现我们自身的镜子，并改变我们自己，而不是去反映这些显像。

对于此部分有三种例外的情况：

一、你可能有吸引低振动频率的人或事件的前世契约，这些契约需要被兑现。

二、你可能必须去面对困难的情境与人，以实现你所选择的使命或天命。这是为什么伟大的灵性老师似乎会去吸引极度的创伤；在许多伟大过往圣者的生平事迹中，包括耶稣，得以验证此情形。

三、你可能会接受启蒙的考验。许多在「扬升道路」的人，必须去终结他们的因果业力，并接受这些由灵性上师为你设定的考验，去强化你较弱的部分，可能会以倍受挑战的情感关系、财务状况或工作上的困难面貌，呈现在我们面前。

为了扬升，我们必须完成我们此生在地球上承担的使命：有此人的内在已能觉察到他们正进行着此生来到地球的目的与使命，其它人可能需要在静心过程中去获悉他们的生命蓝图。如果你尚未走在真实的生命道路上，去做一些能让你上路的决定是很重要的。有时我们必须做出一些困难的决定，以确保我们进行着来到地球前已约定履行的事。

许多年前我广博地经历着我的道路，但后来我意识到需要做些调整，而且必须到我改变了许多不同的制约时，才有可能达成我的使命。在我改变不久之后，我被告知在累世经验中，在我的脉轮中尚有特定颜色未发展。这些脉轮颜色的发展，涉及自我改变的容易度及处理财务的能力。我被建议在未来的二至三年中，把握每一个能发展这些脉轮颜色的机会，如此我才能完全地准备好去进行我的使命。

我发现那真是个绝佳的帮助，它意味着当我面对为数可观与持续性的挑战时，我不会去想：「救命啊，请帮助我，我要如何去应付此种状况呢？」相反的我会作如是思维：「啊哈！这是另一个强化自我的机会，能促使我更加前进。」我的整个态度顿时改观，且变得益发强壮。

人们通常告诉我，我知道我并未做着此生为何而来应做的事，但我必须维持这个工作久一点，以获得一些能支持我的金钱。我经常听见：「我知道这不是合适的关系，但我不认为自己能妥善处理。」我也曾经处于那样的情境中，且十分了解那些恐惧。然而延迟耽搁得愈久，我们在自己道路上的行进速度就会更慢了。偶尔我会问那些人：「你已有多少困在同样考验的累世经验了？」通常他们会回答已有六世甚至有十世之久了！

在扬升层次上，全身将幻化为光，甚至包括所穿着的衣物。届时你可选择回到你的肉体中，在一个更高的层次上服务全人类，或选择脱离肉体服务。

此刻在地球上，有一个前所未有将自身提升至光中的额机会，因由许多扬升的光流正来参与运作中。有许多的高灵，大天使与天使，及神赐予的灵性力量来帮助我们全体人类。

扬升之道的其中一个本质就是「合作」，仅少数人是在与世隔绝状态中晋级扬升层次的。我们被要求与我们的同胞携手一齐向前迈进。

你可能比自己认为的更接近扬升层次。如果你希望从这个有助于你灵魂灵性发展的绝佳机会中获益，请专注在你的意图与渴望上，并自最高与最纯粹的动机，去言谈、思维与从事每一件事。

圣主库弥卡，这位已扬升的大师曾说道：「但愿那些拥有纯净的心与意识的人，知道他们是多么地靠近扬升层次了。」

我们生活在不可置当的时代。在人类的历史上，从未出现过如此般灵性成长的机会。

这本书能带给你讯息与启示，帮助你在此生能乘着扬升的光流，化现为永恒不朽。你即能自轮回转世之轮中解脱。你能化现为光之主——一位扬升大师。

2 静心

当我们被挑选进入地球学院，在宇宙条约中，我们被视为特别幸运。有许多的申请者，但仅少数能一次就被接受申请。因为我们正处于一个具有极大成长机会的时代，现有数以百万计的灵魂想要投生转世于地球。然而一个极度困难的使命在我们来到地球时亦伴随而来，确信的是如果我们无法成就使命，可能必须反复再来。如果我们成功了，奖赏将远超过我们最深的冀望。

这种情形更像是被送入丛林中，你被示以地图及精确的简报，继而地图被拿走，但你受到提醒你拥有无线电通联工具，且必须与总部保持每日联系。随着持续的通讯联系，你将一路受到指引，并获得所有你需要的建议与帮助。然而你将必须成功穿越丛林中的重重困难与危险，并为自己做出许多重要的决定。

有些人进入丛林生活后忘记保持通讯联系，有些人则缺乏耐性去学习如何使用通讯系统！另有些人会倾听但却忽视所取得的建议，甚有更多人持续请求甚至尖叫请求帮助，且不厌其烦的等候回应。

这种无线电通联系统当然就是祈祷与静心」。祈祷是我们的通讯联系部分，我们向总部解释我们的情况，并请求给与我们所需要的。你现在如果处于棘手难解的情况，并请求总部帮助与指引，你期待得到且的确会得到。然而，大部分的人、多以一种机械式的方式祈求帮助，而对响应不带有任何真实的期待较有帮助的方式是，当你在丛林中向宇宙源头确切表达发生的情况与需要的协助，再请求建议时，则必定会有回应。

假想你的求助或请求指引已得到了响应，并如同你所需的帮助已来到般，去付诸行动。

静心是去倾听来自宇宙源头的响应，它能使受干扰的心识沉淀下来，故可帮助你到达最佳的清晰状态。所有静心技巧的目的在于，使心识回复平静状态。对大部分的人而言，在静心中所得到的响应并非以言语指示形态出现，虽然那是有可能的，如果我们有足够清晰的调频校准能力。有时候是经由静心中将一颗种子植入我们的心识，继而这颗蕴含我们所需讯息的种子成长，并将讯息带入我们的意识之中。

在其它时候，回应是藉由书或电视节目来传达。有些人会在某些时候说出我们需要听的话，或为我们所请求的问题稍来讯息。偶尔则会在我们的心识中出现一把钥匙，让我们能接近与取得封锁在自己的意识中，未觉察到的加密资讯。我们的任务是去处在全然具接受性的状态中。

如果你身处丛林中，无法记得你的指示且未使用你的无线电通联系统，那可真会是个令人提心吊胆的地方。

在我们来到地球前，我们曾谨慎地讨论过我们的使命，如果我们无法完成它，我们必须回来再试一次，至少再进行我们未能顺利完成的部分。如果我们生命目的的某部分是去处理特定的情绪，当我们退出使命，并遗留下尚未解决的关系课题与压抑，或未能控制的情绪时，我们将会再度遇到这些人与情境：如果我们不去处理自身的恐惧，我们就必须再次面对它们。有些人在丛林中，必须通过许多充满凶恶鳄鱼的水池。

有些人已为许多使命反复来到地球，拥有十足的地球经验。其它人可能已在沙漠中艰苦跋涉多回，但从未着手对付丛林内的情况。尽管他们具有其它伟大的经验，但对他们而言，在丛林中的生活可能是极度艰困的。另有些人已攀越过高山，航行过海洋，乘雪橇至北极，但却仍迷失在丛林之中。

换言之，在我们之间有一些高度进化的存在体，拥有在其它行星、银河系及其它宇宙生活的经验。然而不论何等的高度进化，身为一个灵魂，如果你只曾有过少许的地球经验，你在生活中可能会有陌生与迷失的感觉。你所精通的其它次元存在的经验，可能无法提供如同地球上的两性关系、情绪与财物经验。物质的空间有如攀登群山中的圣母峰顶点般，具有挑许多现已转世的人尚有未了结的事件或业力有待完成，这是在此生的开端时已许下的承诺。当他们达成时，他们可能必须为迈入新的道路而另行接受其它的训练。

我感觉许多人正处于中间的阶段，他们对进入新的道路倍感压力，且不知如何行进才能抵达终点。答案当然是将你的天线调频校准至更高的波频并聆听指示，继而加以行动与付诸实现。

只要你已完全了结你的因果业力，你的使命将会展现。

简单的静心练习

进行这些练习没有必要去内观任何事情，只要纯然的去感知、观想或觉受，你将会发现自己变得更归于中心，并能获取为你最高的善而存在的信息。

练习一

1. 舒服的坐着且闭上你的双眼。
2. 轮流集中注意力在身体的每一侧，让身体变得柔软，有意识地放松下来。
3. 观想自己缓慢与舒适地将光吸入你的脐轮中。
4. 将你的顶轮中心打开，让金色的光涌进与充满你的意识。
5. 观想你的眼睛上升至眉心轮的位置，并舒适地呼吸。

练习二

1. 舒服的坐着，闭上你的双眼。
2. 感觉每一次的吐气都敲击着你的身体，直至身体完全放松下来。
3. 观想走上一条位于翠绿乡间沿途两旁都是充满花的道路。
4. 在一个美丽澄澈的湖畔坐下来。
5. 安静地观照着平静的湖水，并感觉太阳温暖地照耀在你身上。
6. 在每一次吐气中，使自己平静下来。

3 净化自身

为了准备好进入扬升层次，我们需要极尽可能地——在心智、情绪与身体层面上——净化、纯净。

我们尚未处理的负面情绪，会遗留残渣在我们的身体细胞与气场上，并吸引负面的情境与人们到来。如果我们有一个未能宽恕或释放的情绪或事件时，现在去做必要的处理是很重要的。

如果你是面带微笑而将憎恨或伤害埋藏在深处时，停止这种伪装。

灵性不是有关去成为甜美可人或具有教养的，它关乎成为真诚与诚实的。

只有在那个时候，我们才能辨认出潜藏负面情绪的阴郁深潭，并加以消融。

如果你感觉自己的情绪是波涛汹涌或冻结的，让自己回归宁静与和平的中心，并请求揭示潜藏的核心信念给你。在情绪失衡的底层，总有一个源自情感面所产生的信念。一旦你揭露了自己情绪底层潜藏的信念时，你可以使用肯定语句来改变它。

例如，你的愤怒是来自一个潜藏的信念——「去相信软弱的男人是不安全的」浮现出来，你可以使用自我肯定语「现在去相信我自己与他人是安全的。」如果你发现一个深层紧抓的信念「我一直会将事情做错。」去肯定自己「我永远能把事情做对。」

透过我们的智慧与成熟的成人内在部分，情绪得以自由的流动。

当情绪堵塞或失控时，可能是反应出我们内在的某部分仍困在孩童时代所受的限制上）例如，有一位女士来找我，每当她的老板开始紧张时，她总是感到身体不舒服。她在工作上是极为胜任的，且知道如何安抚老板。然而在老板发送出愤怒的振动波频时，她仍感觉到身体不舒服。她对于老板的状态是极度敏感的，并了解到他总是以特定的方式呈现紧张，她无意识地恐惧他会做出如同她父亲曾做过具侵略性的行为。她自动地感觉自己像个软弱无助的小孩，在过去常被掌掴、赶上床睡觉或当众羞辱。这个仍旧卡在她胃部的旧有情绪，使她觉得

厌恶，因为在她的孩童时期曾有过相同的经验。

因与这个男人的共处经验，她开始学习去照顾自己受困的内在孩童，去疗愈及重新取回力量。藉由观想自己内在有力量的成人部分，勇敢的面对她的父亲，并告诉他没有权力以那样的方式对待一个小孩。她也观想父亲正向童年的她道歉，并告诉她，他并没有对她生气。

她想象并感觉她父亲抚育及疼爱这个小孩的画面。她持续地进行这个方式，直至那个受困的她感到安全自在。在那之后，当她老板生气时，她能够以自己内在智慧与成熟的成人部分面对他。

之后立刻有两位具有相同愤怒能量的人，被吸引至她的生活中，她很高兴能平静与坚定地应付他们，而未感到不舒服。那时她知道自己已学习到一个生命功课，并净化了旧有受困的能量。我们需要去治疗我们被困住的部分，那些部分对应了旧的限制，不妨尝试进行本章末页的练习。

情绪是透过身体的液体——眼泪、淋巴、尿液与唾液在身体中快速地传递着。在你的身体中，这些流动是否是自由与健康的，或在某程度上流动受到阻碍？

你的身体是你的神圣殿堂。缺乏弹性与不合理的固有思维模式，将会反应在身体肌肉的紧绷上。如果你是紧张的，去跳舞与摆动身体，将你的紧张甩掉，做一些能帮助放松的运动与冥想，在大自然中散步、欢笑与唱歌，做任何能帮助你放掉执着的事情，直至你的头脑开始放松下来。

身体的净化程度也会影响你的灵性，库弥卡——我的指导上师告诉我，巧克力与糖、所有的乳制品，及任何加上添加物的制成品，会降低我们的光的水平。使用杀虫剂的蔬菜亦同。为了净化自身，有必要让我们的身体殿堂保持洁净、持续的运动与进行净化。

当我们离开宇宙源头时，我们关闭了与祂的连结管道，且随着我们与祂的距离愈遥远，会有更多的紧张深植在我们的细胞层次上。当我们体内的细胞呈现紧张状态时，就会出现稠密厚重的情形。

想象细胞像是一个灯泡，在细胞的中心是一个电灯泡的灯丝，是我们真实的十二对双股 DNA（是一个仿科学的名词，为治疗师与能量

工作者所使用，来表示藉由启动灵魂的基因密码，而超越它的双股DNA螺旋结构，使灵魂进化至更高的频率)。如果灯泡能与电源连结，灯丝就会发光发热。然而大部分的人让灰尘覆盖与阻碍了这个连结。而且在每一个灯泡的外部包裹着层层污泥，或来自累世生活经验的恐惧。去清洗灯泡并清洁与电源之间的连结线，灯泡将会再度散发出光芒。

你身体中的细胞正像是一个具百万兆赫兹的灯泡。当放松、净化及与宇宙源头连结时，你就是一个座光的发电所。

圣哲曼 (St. Germain) 这位扬升大师，一位绝佳的光的存在体，最近为我们带来净化的紫色火焰。这是另一个来自宇宙光源的神圣恩赐，能加速我们进入光中的过程。当我们祈请紫色火焰并观想它时，将在我们允许的层面上产生净化作用。

如果你因身边的某些人而感到沮丧或气恼时——召唤紫色火焰并想象将自己与其它人带入紫色火焰之中，它能帮助你净化所有的关系。

如果感觉想要清理某些事情，可请求圣哲曼帮助，观想紫色火焰并进入其中。如果你处于一个困难及负面的情况之中，将它放在紫色火焰之中。在我的经验里，运用这个方式后，我总感觉到有极大不同，情况与关系都会产生微妙的改变。

去净化你的生活，将每一个与你有过节的人，不论是自己或别人的错误所造成的，都置于紫色火焰之中。

「我是紫色火焰」是一句非常有力量的肯定语句，这个会连结到你内在中的伟大力量——「我是紫色火焰的临在。」在许多灵性法则中，「我是临在」(I AM Presence) 被视为是天堂的万有之父或神的单子体。

我将在之后的章节中，谈及更多有关「大天使的避静」讯息。然而，如果我们需要进行净化，我们能请求被带领至位于美国加州雪士达山以太层中的大天使加百列避静处。我们能在静心中或在晚上运用这个方式。在我们带着相关的梦境醒来时，我们会知道有些净化的工作已经发生了。

我第一次请求进入大天使加百列的以太层避静处后，梦见在我婚姻中的某个旧情境。在梦中我躺在地板上抽搐与痉挛，许多旧的情绪结晶体自我身体拔除。

在接下来的夜晚，我再度为净化目的而请求进入，这次在我的梦境中显现，一位年轻女士走下楼梯进入一个充满火的地方，突然有一道金色闪光出现，当我冲过去看时，只见一小堆烟灰，很明显地许多变化已发生。

火是一个重要的净化剂。无益与僵化的固有思维模式，使我们担忧许多事情，在我们周围形成灰色的能量。将你受限制的信念写在一张纸上并将它烧掉。

如果你对某人有愤怒的念头，写下你的感觉，或画一幅此人的画像，并烧掉它。如不可能使用火，则将纸撕成细小碎片，并将它们冲入马桶中或埋在花园中。带着能量与释放一切的意图去做，持续进行直至你感觉到负面情绪已被转化了。后续观察你对同一事件的想法，你将知道自己已净化了多少。

那些感知别人问题的治疗师、谘商师及那些敏感的灵魂，需要持续地净化。观想倾泻而下的大雨或瀑布冲刷着你，能帮助净化。其它方式如在洗澡或沐浴时，想象水冲洗掉所有的负面能量。在进行时如能加入观想，则会相当具有力量。

请记住，黑暗是为服务光而存在，恐惧是为服务爱而存在。

我一度曾遭受超心灵力的攻击，库弥卡指示我烧掉旧的照片，并藉由持续地写下我的感觉及烧掉它们，来释放我的愤怒与挫折。他告诉我画下攻击我的人的图像并将它烧掉。在他的指示下我清理我的家，清除杂乱的旧物，重新装饰，并在每个房间内喷洒圣水。在我的书架上只摆放着灵性的书籍，因为它们能散发着光，并持续地点燃蜡烛与黄檀香，经常拨放着永恒的「嗡」(OM)梵唱。

我梦见有人将沸腾的水摊向宠罩着我家的金色巨蛋，但无法穿透它。当我以此方式净化我自己及整个房屋时，我作了一个活生生的梦，一个攻击我许久的、在找寻我，但无法发现我在何处。净化使我能化于无形，不易被察觉到。

库弥卡以他的智慧提醒我：「看看他是如何为你效力的，他迫使你净化自己。」

我们可以祝福黑暗，它在我们登入扬升的道路上服务我们。

净化的练习

释放你受困的部分

你的聪慧、金色、无限制与成人的自我部分，永远是自由的。所有的负面情绪出自于你的内在孩童部分，受困在旧的感觉中。

1. 闭上你的眼睛，并做几个呼吸使自己放松下来。
2. 回想最后一次你感到愤怒、受伤及其它负面情绪的时候，并让那个感觉浮现。
3. 在那个时刻询问你自己：「这个受困的内在小孩有多大年纪？」
4. 承认它的恐惧与痛苦，并让你的成人自我给他任何能感到安全、快乐与自由所需要的东西。
5. 提醒你的孩童部分，从现在开始你会照顾它。
6. 将金色智慧随着呼吸吸入身体，并让它充满你的气场。

净化的实体处理步骤

- 烧掉保留着人、地方或情境旧记忆的所有相关照片或对象。
- 写下所有挫折、愤怒、受伤、恐惧等的感觉，并将纸烧掉、冲掉或掩埋起来。尽可能经常重复进行。
- 画下人的图像并烧掉、掩埋或冲走。尽可能经常的重复进行。
- 清除你家中每个房间内的杂物。
- 清洁你的家，如果有必要时，适当装饰房屋的内外部分。
- 检查在你的书架上的书或墙上的图片，确保没有负面能量。让房间充满植物与高振动频率的书、图片、颜色的对象。
- 在所有的房间内喷洒圣水。

- 以鼠尾草烟熏净化室内，及/或燃烧黄檀香。
- 播放神圣的音乐，及唱诵「嗡」或圣歌。
- 在你的房间中摆放鲜花。
- 净化你的水晶并将它们献给光。
- 点上蜡烛。

净化的冥想

- 将某人或情境带进紫色火焰之中。
- 召唤扬升大师、净光兄弟成员、大天使及天使的帮助。

藉由观想，将连结你与某人或某情境的一切羁绊与约束带切断，停止连结。

- 当你准备好要接受净化时，原谅某些人或某种情境。
- 述说着肯定语：「不论我所认为的是什么，神圣的光与爱将透过我而流动。」
- 祝福这个人或情境提供了你净化的机会。

4 真实的自由

当我们执着于某个人、某件事或某种情绪时，我们像被禁锢般，如同在我们的脚安上了镣铐与炼球。

如果你看见一只鸟被困在荆棘丛中，你会毫不迟疑地去释放牠，让牠能够再度自由飞翔。如果你在荆棘丛中又看见相同的鸟，且意识到牠不是被刺针困住，而是受困于牠对飞行的恐惧时，你会感到惊讶；无疑地，你会去释放牠并尝试说服牠再度展翅飞翔。

我们是绝妙与令人惊奇的存在体，受困在重复的行为模式、僵化思维模式与情绪信念的枷锁中。现在正是让我们自己从心识与情绪的枷锁中释放出来的时候，使我们得以扬升。不像鸟一般，我们无须等候别人来释放我们，使我们自由。那把钥匙置于我们的内在之中。

大部分的人执着于朋友、爱人、家人、家、工作及数以百万计的其它事情上。从人类的角度来看是可以理解的，然而那会使我们的锚固定在较低的振动上。

觉察即是自由。当我们飞得更高时，我们能看见更宽广的总体景象，而获得更多的领悟。如果你问一只在大象背上的小蜘蛛「大象是什么？」牠会回答大象是灰色及扁平的动物。对一只只能跳得比小蜘蛛高几英尺的跳蚤而言，大象是灰色的动物，表面覆盖着如树般的毛发，及如陨石坑般的毛细孔。对一只在天空飞的鸟而言，大象是一群动物的其中之一。自宇宙飞船看出去，大象是在地球上某个国家中的一个点，而地球仅是宇宙中百万行星的其中之一。

有些人类纯粹地生活在第三次元中，他们只相信亲身所见、所听闻、触摸与证明的事情。他们就像是大象背上的小蜘蛛。任何人的世界如果只局限于物质与有形的层面，就会充满着恐惧、怀疑与幻象。以限制性的眼光与信念去看事情，只会限制造物者赋予你的力量。物质与有形世界被视为是幻象的空间。

当我们决定走入灵性的次元时，先前未见的门将开启。第四次元是无条件的爱，在那里我们接受我们是属灵的，并能觉知我们创造了自己的实相。

每一个人必须对我们所创造的实相负责。我们的思想、言语、情绪、意志力与行动，主导着我们的生活，当我们能完全接受时，我们的生活将会改变。我们会开始了解我们生活的全面性使命，继而打开封锁与监禁的大门，得以自由飞翔。

我们正逐渐进入第五次元。一九九七年，第五次元的脉轮降临至每一个人身上(详第 14 章)。当我们启动这些脉轮时，我们能与灵性完全一致，并能精炼我们的生活。我们的灵魂能量将降临至我们转世的化身中，令我们能活出喜悦与光辉，完全自囚禁的旧情绪与信念中解脱与重获自由。

扬升大师与第三次元人类的差异在于，一般人容易受到他人较强意志的震荡摇晃，如风中的叶片般摇摆晃动。因为大部分的人需要其它人的接受、认可、承认与爱，他们让自己屈从于其它人的意志。

每当我们需要外在的认同时，我们倚赖他人，因为我们赋予某些人的权威凌驾我们的灵魂：当我们持续寻求建议与帮助，而非聆听我们的直觉与自己的决心时，我们即是将自己的力量交托出去。

独立能为你带来自由。

独立意谓着倾听我们的直觉并付诸行动——不论结果是什么，它是认同、爱与承认我们自己」届时我们将散发着智慧与宁静，具有全然的群众魅力。

负面情绪的释放将带来自由。

大部分人以愤怒、受伤、欲望、贪婪、傲慢、嫉妒等方式，锚锢于第三次元中。我们无意识地说着：「我宁可保有这个旧创伤也不要晋升扬升层次。」「我宁愿保有令我自豪的冷漠与骄傲，也不愿意扬升。」或「与其扬升，我宁可选择保有我对失败的恐惧。」

莎拉与杰克是两位物质世界的美丽人士。他们是富有魅力、成功与沉浸在爱之中的人；然而他们不断地吵架与争执，因为他们处于力量的竞争中。因此即使员工的太太或伴侣受到邀请，他也从未邀请她到他的办公室。莎拉对此极为震惊。在理性层面上，她了解他的模式，因为他的前任伴侣曾在他的办公室中当众吵闹过。然而在她内在孩童部分中的所有不安全感与永远做得不够好的情结全部浮现，令她

感觉很受伤。

我问她是否仍爱杰克，她响应她的确爱他远胜过于一切，她想要使关系好转与持续下去。当我指出她说的并不是真实的时候，她看起来十分措手不及、」事实上，她想要保有她所受的伤害超过一切。我获得了她的信任，她立即同意我的看法，询问该怎么做，因为她仍陷于极度沮丧之中。我建议她对她的内在孩童再度保证与增强她的力量。只有在她的内在孩童感到安全与快乐时，她才能以不同的能量与杰克说话。她按照我的建议去做，十分钟之后他们即能像成人般的沟通。他给与真诚的认同，使她受伤的内在孩童不再与他争斗。她看起来光采四射，受伤的感觉已消散。当他们能连结到成人的层次时，他当然会想将莎拉引介至他的工作单位与成员。

达到自由的钥匙是：

- 原谅你自己与他人，发送出释放一切的意图。
- 以不可能失败的信念去做每一件事情（视成功为必然的结果，你现在就拥有极度的自由去做想做的事、
- 使自己处于宁静之中。当你在归于中心与宁静的状况时，你就能去掉执着并成为独立的，没有人能够影响你。
- 将你自己与他人放置于双赢的情况中。
- 具创意性地想象你是自由、喜悦、充满爱与成功的：
- 觉察与照顾你的内在孩童。

练习：体验成功

- 思考下列的陈述：如果现在的成功是必然的，我将去做什么呢？（这能运用在你生活中的每一个领域）
- 觉察那些阻碍达到成功或接受成功的想法、情绪与信念。
- 想象那些阻碍着你的想法、情绪、人与情境全部串连成鍊。切断每一个连结的环节。或者你可以将那些阻碍着你的事物或人画下

来，再将他们涂掉、删除或剪成碎片。

- 带着热情、能量及富创意的想象力，观想自己正享受着梦想中的生活。

5 内在的安宁

当你处在安宁的状态下，你将散发出一种振动频率，那种质量能使你周遭的人感到安全。当你处于紧张与焦虑时，你将散发出不安适的潜意识讯息，暗示着有一些恐惧的事情存在。在你周围的人会无意识地反应着这个讯息。不是他们去接受你的恐惧或增强它，就是他们会远离你，让你感觉到被孤立。紧张让你与内在的神性分离，使你无法克服问题。

当你到达了内在的宁静深潭，在你身体中的所有紧张将融解，所有的恐惧将消失。你正向光打开，对于挑战的解决方法将呈现于眼前。当门一开启，生命就开始流动了。

在平静、和平与宁静的状态中，你像个坚石般，没有人能够伤害你或对你生气，因为你不容许他们那样做。因为他们知道在这种情况下，没有人会试图去做。

每个生命的片刻皆提供了一个灵性成长的机会，这是因为我们不断地在起心动念思考事情，念头之间都会提升或降低我们的振动频率。扬升大师会观照他的思想念头，知道这些思想念头会形成他的气场。在任何时刻，如果你感觉焦虑，你可停止手边进行的事，并专注在平静的念头上，想象你所面对的挑战都呈现正向的结果。你可以观想身处于一个宁静的地方。你的头脑并不知道它是个想象空间，它相信一切都安好并能使你的身体放松下来。

言语会创造出符号，你所表达的每一句话都有形状，它可能是一个冰块、一个闹钟、一件金色斗篷或一朵玫瑰。你的话语是否会冻结、伤害或惊吓别人，或能带给别人力量、治疗与安抚别人？开始观察你送给别人的符号，因为它们会返回到你自身并停留在气场中，那正是它们吸引更多同构型的事物来到的地方，因为其它人将无意识地对它们做出反应。

沉默是深度的灵性修练。

当然，为人处事的本身，比言语更具有说服力。扬升大师身体力行己所欲则施于人的行为，故他们能培养具爱心、仁慈、慷慨、接受

性、勇气与高质量的行为风范。

人类经常做无价值的言谈，他们爱讲闲话与传播流言蜚语，他们谈论战争、疾病、憎恨与其它言不及义的事。不幸地，许多人有认为除了这些范围之外的言谈是无聊的倾向。

如果你希望成为一位扬升大师，不要认同那些负面的事物，因为仍有其它的真理存在。去谈论希望、光及宇宙的奥妙，使你的谈话充满启发性。试着去看其它人身上的优点，认同良善的行为与成就。

感受你的气场在片刻间变得更加光耀四射与宁静。

如果你希望找到内在的宁静，去祝福你的敌人。我们是「一」，我们都是神性的一部分。我们的敌人来到我们身边，且成为我们最伟大的老师。当我们停止责备并开始去祝福其他人的时候，我们的光将洋溢于四方，并能达到更深的内在宁静。

欲处于内在宁静的状态，我们必须为我们的生活全然地负起责任。如果我们赋予其它人力量去伤害我们，对我们投以愤怒，使我们受挫折或让我们感到嫉妒时，我们即无法处在内在宁静的状态中。如果我们因别人对自己生活所造成的影响而予以责难，或为我们自身的感受而怪罪他人时，我们就成为受害者，受害者居住在第三次元中。

扬升大师会说：这件事已经发生了。我为何会允许它进入我的生命？这背后的功课是什么？去为这个课题做一些事。某人的功课可能是去爱与接受某个人或情境。其它人可能是带着清晰去说出他的真理；有些人则可能必须去挑战甚至去争取自身的权利。每一个人都必须进入内在，去了解来到地球的考验是什么，并且适当地加以处理。

对一位扬升大师而言，生命中的每一种现象皆无差异，例如佝的死亡、婴儿的诞生、心爱的人受伤、房屋的烧毁、赢得大奖或工作上出状况等。第三次元的人类，以发怒、恐惧或兴高采烈的态度来反应这些现象——心随境转而举棋不定；第五次元的人类能保持归于中心的状态。

我们是人类，而人类皆拥有情绪，扬升大师也会哭泣、生气。耶稣曾经流泪，也曾对放债的人感到愤怒。我们无法期待有所不同，哀痛、悲伤或欣喜是被允许的。然而扬升大师能很快地回复平衡状态，

他们不会使能量消耗在不同极端情绪的转换之间。

恐惧是一个夺取我们内在宁静的大强盗，恐惧是一种缺乏爱与光的情况，它扮演着一位仆人，在身旁提醒我们去针对该课题提升思想的振动频率。扬升大师欢迎恐惧并面对恐惧，因为它们是成长的契机。

如果你发现恐惧正凝视着你，去唱诵真言咒语及祈祷，并让祷文充满你的心识。为你所需要的质量祈祷，为正向的结果祈祷。这样做会帮助你专注在更高的振动频率上，并告诉宇宙你已经准备好向前迈进了。

一旦你面临恐惧，去辨识出它所要提供的是什么，并提升你的振动，你将永远不会再次面对较低振动频率的挑战。

如果你开始感到紧张，这就是与神切断连结的开始，让自己的深呼吸缓和下来。深度与松缓的呼吸，能使我们得以再度连结神性，因为我们自呼吸带人身体的不只有氧气，而是「普拉那」，是神圣的生命能量，我们正吸人神的气息。

这是为什么吸入香烟的烟雾会削弱灵性、为什么住在污染的地方会破坏生命能量。如果你感到沮丧，让自己到一个美丽、干净与空气新鲜的地方。那时就能再度将神的气息吸入身体中。在经历创伤或问题后，扬升大师能在三次深呼吸中，使自己再度回复平衡，这是需要经过不断修练的能力。

6 回归单纯

当我正在写这本书时，库弥卡持续地提醒我，「单纯」是扬升的钥匙。每次当我询问他有关灵性层级或相关的复杂讯息时，他会反问我：「为何你想知道这个讯息？」我总是心怀感激地承认那个问题是头脑的兴趣，对我的灵性成长并无帮助。有时他会提供我们讯息，有时则不会。

在一个永难忘怀的晚上，莎朗与我正一起静心，并以在我们一起时能达到的更高层次与他连结。莎朗说圣主库图弥(Kuthumi)加入库弥卡一起提供咨询。圣主库弥卡再一次提醒我们：「单纯是扬升的钥匙。」

在某个论点上我问了一个有关耶稣基督的问题，库弥卡带着一如往常单纯的质量说：「你自己问他吧。」

莎朗，一位具有绝对通灵能力且习惯持怀疑态度的尺，惊讶地倒抽一口气说：「如果我说耶稣在这个房间里，与库图弥及库弥卡在一起，你能够相信吗？」那真是令人惊讶！耶稣回答我的问题，并捡拾起一朵中央为金色的巨大白色雏菊花，交到我的手中。

他继而摇手示意我们跟随在后，并引领我们进入一个不可思议的内在旅程。我们受到鼓励踏进一个通往高大的白色雏菊入口，我们必须全然信任他们会一路支持我们。库弥卡继而接手并带领我们进入一个神殿，那里是扬升大师们聚集并直接接受神的教导的地方。库弥卡告诉我，我有问一个问题的机会，且只给一个答案。

我立即知道我想询问的问题是：什么：「我如何为神提供最好的服务？」

他交给我一个卷轴，取自于一座搜藏古籍卷轴的伟大图书馆，答案内容是令人震惊的简单：「平静你的心灵」、「成为你自己」、「大门将随后为你开启」。

几天之后正值春分，在清袅的昏暗之中，我们组成一个团体站在当地的一个山丘顶端——一个力量点。我们站立在土星与英格兰巨石阵形成直线的交点上。海尔，波普(Hale-Bopp)彗星，大改变的预示，

在天空中闪烁着。随后太阳升起，那清澈、明亮与令人屏息的美丽，是我所见过最美好的日出。它像是个礼物，一个提醒，启示我们大自然以它本然的单纯带给我们难以置信的美丽。

我本来想在前一天就写下这个章节的内容，但因为事情的忙乱而耽搁。我被迫停止原来的思路，却被清晨日出的纯然寂静与美丽提醒了「单纯」的真义。所有的事皆在神所安排的时点发生，一切如是。

我在广播中曾听过一个故事，是有关一位年长的女士花了许多年试图去感受神的临在。她为了寻找神而陆续地拜访不同的具经验者，并尝试着所有不同形式的修练方法。某日她与一位年轻的教区牧师闲谈，她将自己的探寻渴望告诉他。他迟疑地说：「我真的不认为我能帮助你什么，但你何不回家并待在充满你的宝藏与过往记忆的小房间中。只要坐在那里编织，环顾四周所围绕的旧记忆，并对它们说出你的感谢。」

我会试着去做的，她回答。那倒是真的，在那个房间中有许多我所拥有的事物，它们充满了旧记忆。

她回到家中并坐在她的摇椅上编织，随着织针卡嗒作响，她注视着房间四周并忆起许多事情。她对所有的经验与曾拥有过的美好时光说出感谢。过一段时间后，她似乎感受到一股金色品质的温暖及宁静，她感觉神的临在环绕着她。

她回去告诉那位年轻的教区牧师，在经历过无数的追寻与探求，她终于能感受到神的临在，当她能安静地在家中坐着编织并处于感激之情时，单纯的感恩即能使我们向神打开。

我向库弥卡询问有关与较高疗愈力量的连结时，他的回答是极具象征性意义的，他说：「回归基本之道。」

只要诚心请求，门就会开启，人们似乎总想使非常单纯的事物变得复杂。单纯的渴望已足够了，在之后以时间与空间的承诺来付诸实行，每一件你真实渴望的事物将会来到，但你必须去请求。圣经中有许多伟大的生命教材。在这个故事的启示中，请记住那扇门是没有门把的——去敲门，门就会为你开启。

他继续说道：「许多人以极精采的复杂处事方式过着生活。那是

没有必要的。人类的智慧能以简单的方式获得，却被复杂的运用着。」

某日清晨我醒来时，发现我在床边的便条纸上写下：「如果它是复杂的，那就是出于较低自我（ego）。灵性是简单的。」

这里有一些回归单纯生活的基本态度：

- 吃得简单。
- 住得简单。
- 祝福你的食物。
- 享受你所做的每一件事。

• 成为天真与单纯的。这意谓着在你的本质之中，不要试着去成为别人，只要单纯地成为你自己就足够了。

• 请经常记得，如果某些人以非出自于爱的方式行为处事，他们其实是在要求更多的爱，请将爱带给他们。

- 处于宁静状态中。

练习：找回孩童般的单纯

1. 唱着或哼着来自你孩提时代简单的歌曲或圣歌。
2. 闭上你的眼睛并请求某位你所景仰的人来到现场——可以是一位圣者、扬升大师或任何神圣的人物。
3. 观想他们触碰你的头与祝福你。

7 丰盛之道

在第三次元，贫乏意识是地方性的。人们以犹如自己是贫穷与匮乏的态度，不断地显现在想法、言谈与行动上。他们正赋予贫乏肯定的能量。传播媒体将焦点集中在恐惧与失败上而助长了此部分，肯定在现有的集体无意识中，我们是受害者，在这糟糕的世界中感到无助的信念。因此许多在世界各地的人，正创造出一个贫乏的物质实相。

为了能居住在第五次元与扬升层次，我们必须拥抱丰盛的意识。

这意谓着如神挚爱的孩子般呼吸、思考、言谈与行动，认同我们是永远被支持的。贫乏自于愿处于贫乏的过去所生的誓言，来自无意识中所保有的无价值感，或来自社会的制约模式，然而在这些情况下，是不可能享有丰盛的。

神希望我们所有的人都能够活出丰盛。

丰盛会伴随着爱、快乐、繁荣与成功而流动，自然地产生健康的振动。繁荣并非指在银行账户中有钱，或为了恐惧金钱被拿走或不足而积聚钱财，那是为金钱所役使的情形。

富裕是一种丰足的状态，知道有更多的丰富将会到来。富裕的意识是相信永远都在丰足之中，以及以丰足为前提去思考、言谈与行动，在那时候，我们即能成为金钱的主人。

爱并非紧抓住友情与亲密关系，或操控与勒索他人，使他们与你在一起。它不是让人们去倚赖你而将不会离开你，或取悦他人使他们喜欢你。爱是对你自己真实，及享受你与伴侣、家庭、孩子与朋友的关系，让他们成为自由的，知道永远都有人爱着你。爱是无条件地关爱他人，它也与爱你自己及对自我陪伴感到舒适有关。

成功并非驱使或努力取得外在认同及物质的东西，它是一种成就与自我价值感，及宁静、喜悦与满足的感觉。

快乐并非取决于别人如何对待你，快乐是一种内在的轻快与喜悦的感受。

丰盛是你的思想与行动的结果之流。放掉匮乏的恐惧，丰足永远

为所有的人而存在。

如果你在给与他人某些东西时带着想法：「我总是在协助他摆脱困境，」或「永远都是我在付出。」你就已有所保留了。「慷慨」是第五次元的质量，它意味着发自内心的自由给与，这种发心能担保即将流入你生命的，将远比你所给出的更多。

如果你信任流入的比所付出的更多时，你会给别人更多吗？如果是，发自内心的去给与，它将会如是的发生。

「无条件的爱」当然是第五次元的质量，它意味着接受人们本然的面貌而不加以批判。它是去认同他人的良善，是慈悲、同理心与了解。真实的爱是如此的具有磁力质量，任何散发着那种光芒的人，将吸引别人来到他身边。

如果你知道将有更高振动频率的人来填满清感空窗期时，你是否会对你的任何朋友甚至是你的伴侣松手？你是否对你的工作、你的嗜好或你的家完全地满意？他们是否能带给你喜悦与成就感？如果你知道有更好的事物将流入你的生活中，有任何你想要改变的地方吗？使你紧抓旧事物的恐惧正阻碍着你连结丰盛的管道。

正如同湍流不息的河流般，「宇宙流动法则」(the Law of Flow) 确保生命中不会有空白。如果我们能放掉某些事情或是某个人，新的人与事将会出现并取而代之，虽然可能会出现等待空窗期的情形。如果你放掉某些事情且继续散发出相同的潜意识讯息波，旧的制约模式将再度回到你身上。然而，如果你能放掉较低的振动频率且发送出更高的频率时，有些新的与更好的事物将会自动地置于你门口的阶梯上。

一位年轻的女子曾经历过一连串极糟的工作，遇上难以共事与权威的老板，及许多令人气馁的亲密关系出现在生命中，来促成她个人与灵性的发展。经历两年的发展后，她所处的工作场所，老板与同事是光明与放松的，更重要的是，能珍视与尊重她。她的新男朋友是温和、聪慧与有爱心的，然而她对她的工作感到厌烦。

她告诉我她正在应征新的工作，且十分具有自信。她对我说：「我知道我已经能掌握什么是旧的模式，且吸引了如此美好的人一起工

作，我能再试一次。我感觉我现在可以向更能实现个人抱负的工作前进。」很清楚地，她知道她的振动频率已提升，且准备好吸引一个能拥有更多丰盛的工作。

丰盛是去决定我们想要什么，及完全清楚我们是值得的。

丰盛是以适当的思想、言语、情绪与行为来给与，也是以适当的思想、言语、情绪与行为来接受。因为本于「宇宙流动法则」，没有了别人，我们是无法做任何事情的，我们将丰盛的河流堵住了。

在第三次元中，我们所给出的将在某粮程廩上回到自身。

在第四次元中，我们所给出的将三倍地回到自身。

在第五次元中，我们所给出的将十倍地回到自身。

十倍回归法则

所有我们发于心心的给与，将在某种程度上回到自身。我们可能因提供某人一顿餐饭，而自其它人处获得一本书。我们可能提供某人金钱，而收到其它人招待渡假的礼物。我们可能对某人伸出援手，并自他人处得到特别的滋养。

永远不要期待自你所给与的对象身上得到回报，它会使丰盛法则的存在消失！敞开并带着自己是值得的及感恩的态度，去接受每一件来到你生命的事物。届时你就拥有钥匙，能进入远超过自己所认知的极致「丰富」之中。你就是扬升大师，因为你现在正操作着「十倍回归法则」。正如同其它的灵性法则般，这个法则是真实不虚的。

任何发于心心的给与而不计较代价时，你所给出的将以某些方式十倍地回归于你自身。

为了能生活在丰盛之中，我们必须爱自己并给与自己。如果为任何人付出却独漏了给与自己，那是去质疑我们给与的动机的时候了。我们通常因自身缺乏爱与自我价值而过度付出，且会自然地阻碍丰盛法则的流动。因此不要对别人过度付出，在施与受之间保持平衡。

如果你因支持某人而感到不愉快，停下来并深入你自己的内在。你是在拯救这个人吗？换言之，你对此人是情绪相互依存的状态吗？

或你是在兑现前世的契约或承诺吗？

例如，我确信梵谷与他的兄弟有前世契约，他的兄弟愿意在财务上支持梵谷，使他美妙的画作能呈现于世间，那些画作与基督意识的频率共振着，因此能持续地广传于世间。

在无意识中，我们可能记得我们曾经签定前世契约，在某个生命时点上去帮助某人。如果我们不遵守在此生、前世甚至是与较高自我之间的承诺与契约时，我们将会吸引挫折、失望与失败至生命中。当我们去兑现这些承诺时，我们将获得十倍的报偿。

我的一位朋友帮助某个男人度过他生命中的一个可怕创伤，她将他带回家中，支持与陪伴他。然而她不时为收留这个男人而感到非常生气，因为她恐惧自己无法提供足够二人所需的资源。她憎恨永远为他付钱，她的事业持续受到挫折。

我注意到她对他的态度逐渐开始有微妙的转变。她告诉我不再介意在财务上支持他，因为她了解到他为她带来很多情绪层面上的支持。当她念头一转，她的事业立即兴旺起来。她曾经自动地对他履行过前世的承诺，但是出发点错误。当她那样做时，她承受事业的失败与停滞。现在，当她发自于心去履行契约时，她启动了「十倍回归法则」。

观察你如何在生活中显化丰盛法则，因为它是灵性发展的钥匙。

忆起那些选择活出丰富与力量的光灵。库图弥曾经化身为毕达哥拉斯与沙·贾汗(印度蒙兀儿帝国皇帝，泰姬，玛哈陵建造者)；瑟若佩斯·贝(Pharaoh Akhenaten)；艾莫亚(EI Morya)曾经是所罗门王。当耶稣曾经是约瑟(Joseph，是马利亚的丈夫，耶稣是马利亚所生的)时，他成为埃及的统治者。

一旦他们精通了宇宙的法则时，他们选择转世在富裕与力量的地位，故他们可直接地影响上百万人。

当各地的光的工作者能掌握了金钱与力量时，这个世界将快速地转化与蜕变。

练习：丰盛的观点

1. 让自己放松下来。
2. 敞开你的心。
3. 想象你不喜欢的某人得到正是他或她最想要的事物。
4. 想象你所喜欢的人得到所有他或她想要的事物。
5. 想象你自己得到你想要的事物。
6. 提醒你自己你值得拥有及有权利去享受它。

8 显化

为了进入扬升层次，我们必须修练与精通(简称「精炼」)自身，换言之，就是指精炼我们的思想与情绪。之前已谈论过丰盛，那是以积极与正向的思想、言语、情绪与行为创造出来的。

扬升大师必须能做得更多，他\她也必须去精炼物质。当你的振动频率提升至神性的频率时，你就能够控制物质的形成与结构。

你不只在这个地球上能办得到，而且能同样地在其它的行星及宇宙中施行，并成为一位创造大师。这对那些已通过自身种种的启蒙考验，且已经预备好的人而言，是一个高度重要的工作。

大部分的人将会在这个地球上先行精炼丰盛法则，但有些人带着密码印记而来，也必须去帮助其它行星，并为那里做更多的事情。你将在宇宙伟大的计划之下接受评价及奖励。

显化的基础在于精炼心智与情绪。所有在较高层次的事物皆需回归至此基础。为至高的善臣服与奉献自己。当你修练至能控制心智与情绪，并使它们专注在清晰与目的上时，你将能以力量与智慧来显化事物。

你正像一位带有弓与箭的弓箭手。只有迷失与分散的思想念头，才能阻止你的显化之箭射中目标。如果你容易受到其它的人意见与评论的影响，你会摇摆不定。你并未坚定地设定你的志向，箭会突然中途掉落地上或完全失去它的目标箭靶。

扬升大师会设定他们的目标，他们的心智平静与清楚，情绪稳定，他们瞄准目标，没有任何人能偏移他们的箭。

箭的本身必须是正直与真实的，这就是意图，意图必须是最纯净与最高的良善。用来装饰箭的羽毛必须经过平均与适当修剪，这些羽毛就是情绪、自信、信任、正确的观感，能确保准确的射击。

一般人拥有涣散的心智，扬升大师能让他的心智保持专注在目标上，直至成果出现。

一旦你清楚地确认此生最大的渴望就是扬升，去依神的旨意行

事，离开转世之轮，与扬升大师在更高的层次上服务，生命会变得更简单。众多选择的情形会消失，你会在一个更高的意识之流中流动。

这里有一个伟大的秘密「当你想要在生活中去显化某个人、事或情境时，去专注在更高的质量上，显化的成果将呈现在你面前。想象你已经拥有了你想要显化的事物，并享受着这个更高的品质。经由「吸引法则」(Laws of Attraction)， 会吸引适合你的来到身边。

例如你若想要从事治疗的工作，去专注在喜悦与满足，及你所能提供的慈悲与恩典。突然间有某人送给你治疗水晶或教导你传导能量。因为你与神性意识之流一起流动，你知道不论显化的是什么，都是为了你最高的良善。

如果你想要显化一个假期，想象你所需要的放松、神清气爽、气定神闲的感觉，或如果你偏好兴奋与刺激，则想象冒险、探索与变化的感觉。带着一个清楚与直接的专注力，将吸引完美的假期至你的生活中。

为了在较高的次元上显化事物，你必须持有最高的良善意图，并将细节部分交托给圣灵去运作)

一位我认识多年的年迈寡妇渴望能有个男人在家中。她想要有安全感与男人的陪伴，但同时又想要维持她的自由。她并不是真的想要其它的伴侣。她十分觉知到她想要的是什么，并发送出一个纯净的通知到宇宙中。她专注在吸引安全感的质量、伙伴关系与个人自由的意图上。

几天之内一位年轻的男学生，为找寻新居所而出其不意的敲了她家的门，她从未想过要有一个房客，但她相信宇宙的智慧，所显化出来的事物证明了是个完美的解决方法。

「如同」(as if)原则是达成显化的钥匙之一，这就是信任，它意味着带着如同你已拥有显化目标的人事物般的意念去行动与实现。

一对年轻的波兰夫妇想要移民以色列及住在某个特定的市镇，在那里他们能有住宿的地方及读书的奖学金。他们已订了机位，但数据文件并未寄来。在预定航班的前几天，文件仍未送达，亲友分别自以色列及波兰打电话来关切，充满了无望的情绪。所有人都在担忧，说

道：「噢，亲爱的！你们打算怎么办？」或「真是可怕啊！他们将不会按照预定的时间抵达了。」他们制造各种负面、担忧的陈述，直至让这对年轻夫妻逐渐感到疑惑与恐惧。

后来这位年轻男子意识到他们错误的行为，负面能量阻碍了文件的到来。他变得对宇宙非常的肯定。他打电话给所有的亲戚并告诉他们一切都安好，机票已送到，他们已被提供所想要的条件。紧张消失了，每一个人都放松下来，能量向上提升。就在那个关键时刻的两天后，宇宙释出了文件。这对夫妻收到他们所请求的事物。

信心能显化一切。

你可以单独使用左脑来显化许多事情。藉由努力、驱策、推进与奋力的工作，你可以创造物质的事物，但它们无法与最高次元的质量取得平衡，例如爱、信任与服务。

将注意力集中在物质上，通常是为掩饰内在的空虚感。此外，外在的物质可能自你身边被带走，而你所赢得的质量将与你在一起，因为你每一次所赢得的质量，将提升你的频率，并扩张和谐的范围。你继而能发送你的通知波，自动地将更多你想要显化的事物吸引来到身边。在你往生后，没有人会对你所累积的物质财富有兴趣。物质财富的追求被视为是浪费能量，然而，在管理金钱时所学的课题是可赋予价值的。

你在此生中所获得的质量是你的财富，且能永远待在你的灵魂振动频率中。

在第三次元中，显化需要清晰的目标，心智、情绪与意志力的集中，再加上促成结果发生的行动，这是成就事物的基本要素。

在伟大的人类文明中，例如亚特兰提斯，那是一个拥有更高频率的地方，只要将心智、意志与情绪能量集中在目标上，即能显化事物，无须其它的行动。许多光的工作者记得这个原则，但却忽略去采取行动，将他们的洞见带进现实中。

当我们的振动频率提升得更高时，对行动的需求就更为减少。在第五次元，单单只有意志、思想念头与情绪就足以显化事物。

9 识别力

所有光的工作者与那些想要追随扬升道路的人，必须时时刻刻听从他们自己的直觉。直觉不只以灵光乍现的方式呈现，而且也伴随着热情、兴奋与正当性的感觉出现。扬升大师从不仰赖外在的建议，只依循直觉行事。

我们本能地知道某人或某情境的能量，即使我们无法准确的指出是什么事。第一个立即出现的印象，在被我们理性思维的头脑支配前，通常是正确的。如果你感觉某些事对你而言进展太快速了，可暂时喊停。如果你直觉某件事情不太对劲，去查看一下。人们通常告诉我：「我只知道他们在说谎，但我仍然按他们的意思去做。」选择去相信你的内在声音，或是去处理后果。

识别非批判

身为处女座的我，识别力与洞察力是我此生的主要功课。我带着惊讶与笑声回顾以往未遵循直觉所做的一些选择。

多年以前，在许多人曾听过灵气之前，我极度兴奋的与一位灵气师父会面，他声称是一位水电工人，我请他在家中装修一间新浴室，只因认为他是一位灵气师父，应该具有好的能量。我是否有考虑到他之前依赖失业救济金而无意愿工作（非常不好的业力）及遗弃他的妻子与幼儿，未提供他们情感与金钱上支持的情形？没有。我是否有注意到他告诉我，他以很便宜的价格取得灵气师父的资格，因为他有失业救济金的请领身分？没有。我是否有检查他的建筑工程或水电工的证书？没有。我只是想着，有一位灵气师父来装修我的浴室是多么美妙的事。

我为我的缺乏识别与洞察力而付出了经历数星期麻烦的业力。他将旧的浴缸拆除并放置在楼梯转弯处六个星期。在我打了无可计数的电话后，他才出现将它搬走，他说：「难怪这个浴缸停留在这里，我感觉到在这个地方有不好的能量？」我能指出那个不好的能量是因为挫折感而产生的，因为我们在爬楼梯时，必须为避开浴缸而压挤身体

勉强通过。如果那时候我有运用觉察力，我就会遵循我最原始的直觉，找一位广受好评的水电工。

去辨别那些你要求来家中的人是允许的。辨别力并非对任何人批判。你想要与一位小偷成为朋友吗？我们能尊重某些人走自己的道路，并能决定我们不希望与他们的能量有所连结。

许多光的工作者每回说「不」的时候，就会感觉自己是批判性的。通常，治疗师与特定疗法执行师无法拒绝前来请求帮助的人，他们会被那些消耗他们自身之光的人沉重的能量淹没。所有的能量皆有振动。一切全在个人的选择之中，你可以觉察那些在你身边的人的能量，之后辨识出哪些是你想要在一起生活、一起工作或去提供治疗的人。

膜拜团体、宗教教派与大部分的政府，规定人们应该如何去想或去做什么。这种严厉的控制与限制抑制了人们，一个女战士团体为此原因而再度转世在女人被允许投票前的英国，她们都是准备要为信仰去牺牲自己。那些女人知道对她们而言什么是对的，并准备去行动，不论结果是什么。

扬升大师必须是独立与为自己做决定的，直至我们能察觉与识别出什么对我们而言是对的之前，我们是无法精炼自身的。

这就是膜拜团体与宗教教派的危险。当我们让某人诉我们应该相信什么或做什么时，我们即成为傀儡玩偶。数年来有关集体自杀的年轻膜拜团体成员的悲剧头版新闻，是因为个人将自己的力量交给某位黑暗、与神分离的人。以宗教教派之名去从事战争、杀戮、酷刑的犯罪行为，远多过于以其它的理由来发起。在那些例子中，领导人为黑暗工作，而他们的追随者并未运用察觉与识别力。

宗教也可成为一个至善、光与灵性的来源。

有数不清通往山顶的路径，也有许多我们可选择攀登的山峰。在超越所有群峰之处，是日、月、星辰与天堂，那里才是我们向往的目的地。

耶稣基督说过：「道路只有一条。」他意指回归源头的唯一道路就是经由「基督意识」，意即指经由打开你的心，生活在无条件的爱中及接受所有的人类。基督意识就是道路。如未生活在基督意识中，我

们就无法扬升。除非心是敞开的，否则在世界上的所有高等智能与知识皆是无意义的。

成为一位完全扬升的大师，你必须成为完全开悟的佛陀——属于心智的能量，及成为基督——属于心的能量与「智慧」是兄弟能量。

如果孩童与成人被允许说出他们的真理，被教导跟随自己的直觉，且此举受到尊重时，将不会有战争发生，希特勒就不可能曾获得权力。跟随内在指引的人们将成为和平、快乐与满足的人们。

运用挑战法则

我们受到各种来源的信息与通灵讯息的轰炸，有些人倾向全部的阅读或听从，并完全采信。这将造成极度的困惑。不是每一个人传递的讯息都取自于最高源头，我们可以决定去使用我们的识别力，只采信我们直觉感到是对的部分。黑暗不只是透过不够纯净的管道提供谬误或不正确的讯息，而且它通常以非常微妙的方式扭曲真理，及想要造成人心的困惑与怀疑。谨记在心，在凡夫肉身中，没有人是完全纯净的，出于最善的意图，在这个世界上，所有的通灵讯息会因我们自身编辑演绎的程序化机制，而或多或少受到扭曲与影响。

不要被某人的观点影响。停止认为某些人一定知道得比你更多，或一定是对的想法。即使某人称他们能传递宇宙源头、基督耶稣或伟大的大天使讯息，即使他们拥有两个学位，曾与外星人沟通过，曾写过成打的书籍，举办过工作坊，出现在电视上，如果你直觉地感到他们所说的对你而言不是真确的，将它放掉。

任何光的教师将会说：「如果我所说的讯息与你起了共鸣，就去接受它，它是为你而存在的。如果并未起共鸣，就将它放掉，它就不是为你而存在的。」如果在数月甚至多年以后，这个讯息与你起了共鸣，届时对你而言那就是真确的。

没有人有权利说：「这就是真理。」因为没有还在肉身之中的人，具有参透全盘现象的能力。

也可认为所有的通灵讯息管道者所陈述的，自他们的观点而言可能是正确的。想象一个巨大的水果盅。从某个角度看，你只能看见香蕉、苹果与樱桃。从其它方向，你则能看见梅子、水梨与香蕉。自

上方看去，摆在旁边较小的樱桃可能会被遮盖着。每一个人叙述着他们真实看见的部分，然而尚未有人能拥有参透全盘现象的能力。

身为光的工作者，在你来到地球之前你已接受过训练。你拥有不可置信的知识与智能贮存在你身上。去向你真实的自己敞开，并绝对地信任你自己的直觉。

有些试图与人沟通的灵体是会恶作剧或自大吹牛的，他们有许多是已死亡但未进化的灵体。如果他们没有良心上的不安或理解，他们可能突然闯入并带给你误导或不好的讯息或指引。如果你不相信仍在世时的查理叔叔，为何你只因为他已死亡而去相信他？只要他喜欢，他可以说自己是光的天使或较高的指导灵，你自己可决定是否去察觉与识别那个沟通的能量是否对劲。

你的目的是去与光的存在体连结，他是在比你的单子体更高层次上，或至少是与你的较高自我同层次的光体。如果你所连结的不是这样的存在体，你最好去听从自身的较高指引。

在我们这个充满自由意志的星球上，光明与黑暗是同时存在的。故对于与你沟通的每位光的天使，也有可能是位黑暗天使。因为每一位与你一起运作的纯净之光指导灵，也有与他相对应的黑暗存在体。一切由你来决定是否去使用觉察与识别力。

正因为这种地球上二原对立性的存在，掌管我们星球的宇宙法则之一就是「挑战法则」(Law of Challenge)。这个法则说明，如果我们去挑战任何光的存在体或灵体三次，质疑是否是以神之名存在，及是否是全然的光，之后他们就必须真实地自我声明「是的」，或者离去。更高的光的存在体欢迎挑战，它意味着我们有意识地尽己所能去识别。

如果你有任何有关你的指引是出自于何处的怀疑时，去说出或默念着：「你是以神之名而存在及属于全然的光的吗？」并等待答复。如果答案是「是」，再重复两次质疑，及等待每次的答复。

我从未有过此种经验，在有些情形如果答案是「我是」，但仔细聆听之下，他们悄悄地加上「不是」的答案，最好要求给与肯定或否定的回答。

当你收到了答复并想要进一步的联系沟通时，去询问他们与你联系的目的与意图，是非常恰当的。如果你在连结或传递讯息时感到有所怀疑，停下来且再进行挑战的过程。之后可放松及享受与较高频能量联系与沟通的过程，永远只接受你直觉性地感觉对的事情。

10 保护力

当你走在灵性的道路上，你就像是提灯的人，沿着一条公开的道路行走。好消息是这盏灯的光指引着你的道路，并照亮别人。不利的消息是，你是容易被看见且脆弱易受影响的。任何不想要你散播光的人或想要取用一些你的能量的人，会知道你在那里。

有许多人，包括在政府或宗教体系中，投入精力与时间去让人们处于恐惧与困惑之中。独裁主义政权与其统治的人民本身是充满恐惧的，他们以出自恐惧、需求与贪婪的动机，来进行控制与支配。他们对所控制的人喂养恐惧与困惑，并藉此获得权力感，他们最不愿意让个人感到放松与独立。

然而新黄金时代正开始展现，不久之后，旧作风的外观将被摧毁。当合作的能量来到，人们将不再对与他人竞争或打败他人而感到满足，生活会成为团队的努力成果。每一个人将帮助彼此带出最好的部分，故每一个人皆是赢家。然而，直到每个最至高至善的意图前，我们仍需要保护力。

我永远相信最佳的保护力就是敞开的心，但我们是身体、情绪这四种能量体上的任何一体如有任何不和谐时，将会使我们脆弱易趁虚而入。

当我们在身体、情绪、心智与灵性的层面上皆强壮的时候，我们是坚固不可侵犯与不可摧，毁的。

黑暗是由任何沉重的振动频率所组成的，例如恐惧、嫉妒、愤怒或沮丧。当徘徊不去的、恶意的、批判性或愤怒的思想念头与情绪指向你时，他们能像箭一般穿透渗入你最脆弱无助的部分。它们最常用来夺走你的清晰并使你充满困惑，继而你会开始怀疑自己无法成为扬升大师，无法在灵性的路上更前进。

镜子技巧是非常具有力量的。某人以不好的思想念头攻击你，能使你感觉到焦虑或生病，而且你可能无法知道原因是什么。将镜面朝向他们摆放，使来自于他们的投射物折返回自身。

我曾遭受某人负面心灵力的攻击，因为他想要熄灭我的光。他有

意识地以他的思想念头与能量攻击我。我在与他之间放置了一面镜子，镜面朝向他，我的一位朋友同时也发送爱给他，攻击停止了。当我询问是哪一种方式比较有效时，我被告知是镜子阻止了他的攻击。库弥卡说，那个男人已无意识地在镜中看见自己的黑暗并感到震惊。如果黑暗的人正攻击你时，观想镜面反射回他们的能量，你也可发送光给他们。光蕴含着灵性的讯息与知识，能使黑暗消失。

我所认识的一位女士经常生病。库弥卡告诉我，她的女儿恨她且不断地对她发送黑暗的思想念头。她完全无意识到此种状况，也并不想知道这个事实，仍相信女儿是爱她的。我并未将女儿以心灵力攻击她的事情告诉她，只建议她以竖立镜面的方法来保护她自己，她照做且立即感觉改善了许多。

如果你无法根植大地与落实，你会呈现出脆弱易受影响的状态，然而最大的脆弱点就是恐惧。古谚语道：「除了恐惧本身之外，没有什么可恐惧的。」这是千真万确的。某人坐在家中害怕、担忧、焦虑每一件事情，是将脆弱暴露在自己及他人的黑暗思想之中。如果你拥有脆弱的心智且极容易被影响，你在心灵上是敞开的，容易成为被麻烦击中的目标。

那些拥有坚强心智、镇静、放松与快乐的人是坚固不可侵犯的。当你跳舞、嬉戏与欢笑时，你会令任何想要以心灵力攻击你的人绝望，他们无法击中你。

如果你奉献心力走在扬升的道路上，去净化自身是非常重要的。去遵循良好的饮食、新鲜的空气、运动、休息与放松的健康法则，以确保自己处于身体强壮与健康的状态。

压抑与否定情绪会使你的脉轮堵塞，而失控的情感会让自身暴露在易受攻击与失去平衡的状况之下。故在当你感觉情绪出现时，去尊重那个感觉并表达出来，使情绪层面能够流动，这能使你的情绪体保持纯净状态。

你的心智体反应了你的思想形式与模式，故扬升大师会观察自己的思想与起心动念，在有必要时，会探寻潜藏在深处的信念并将它们移除。

最有力量的保护就是「宁静」。你与你的灵性是否处于和谐状态？你对生活是否感到满足与具有成就感？你是否有时间去放松与享受这个世界的美丽？你对在地球上的生活开心吗？为了进入扬升层次，我们必须能够放松与享受流动。

一位我所熟识的客户珍妮，她在灵性成长的道路上进展快速，她已清除了许多气场上的堵塞。然而，她的喉咙部位一直是最脆弱与容易受到感染的地方，且通常在她需要表达时却无法说出口。她开始注意到她喜欢在坐着时以手掩口，很像有语言表达上的身体障碍。

她想要探究与疗愈这个堵塞的部分，为此她使自己快速地放松下来，轻易地进入光的无意识之流中，在那里她能够进入需要被察看的记忆。她在不知不觉中进入某段前世的记忆，在那世她是一位男性的军队将领。身为指挥官，他带领所有相信他的权力教导的人去进行屠杀行动。他被活活俘虏，并被俘虏他的人辱骂与嘲笑，直到他开始怀疑自己的真理，当监狱中的他身体逐渐衰弱，他以被提供毒药方式而自尽。珍妮，当她再度经历那个男人的一生时，她的身体忍不住地痛苦扭曲，如同毒药焚烧着喉咙底层般。

她觉知到所有在那世跟随她的人，皆是她此生的家族成员，并了解到她害怕去表达的原因是恐惧自己会导致灾难的发生。

当她获得这个觉察时，我看见有一股黑色的能量在她的喉咙，看起来像是只黑色刺猬。天使立即出现并将黑色能量抽取出来，直到它变成一个智慧金球。其中一位天使对她说：「你现在可以带着智慧说话了。」

当我们准备好去看及释放在我们气场中堵塞的部分时，会加速我们扬升道路的进展。珍妮将不再感觉自己的喉轮是脆弱无力量的。

没有什么是偶然的事情，当我正在撰写这个章节的时候，有一位朋友海瑟打电话给在她是正在与她先生分手的过程中，她的先生将回到他的故乡。令人不感到惊异的是，她已有段时间感到非常的不舒服与不稳定，且在分离后又决定搭机去与她的先生待在一起一个星期，她认为这样做会有帮助。

海瑟说：「我刚接获珍——我的灵媒朋友打来的电话，她得知我

的丈夫正被黑暗力量利用，以心灵里力来攻击我。为什么会有这种情形发生？我该怎么办？」

海瑟是治疗师与光的工作者，但正如我们一般，她也有自己需要去穿越的课题。她的丈夫是迷人的，但对她感到非常愤怒。我确定他发送给她徘徊不去的愤怒思想，黑暗势力能附着在上面。这股藉由她先生集中传送来的黑暗能量，经由她气场破损的地方渗透进入。如果她不是光的工作者，黑暗不会有兴趣想要阻止她的工作。

我建议她定期地召唤基督的金色光束，并开始进行一个彻底的净化过程。当她净化了自己与她的家时，她将是坚固不可侵犯的。我提醒她，在最终极的目的上，黑暗藉由迫使她去保护与净化自身，而为她的较高目的提供服务。

我也请求她考虑黑暗力量攀附在她先生的思想念头上的情况，当他集中注意力在她身上时，黑暗力量就会趁机去制造混乱。一旦他们分开时，她先生的思想念头指向她的程度大为减少，故黑暗能量的影响作用亦将减少。如果她去拜访他，他旧有的愤怒可能会再度浮现，除非她是已净化与受到保护的，否则将再次穿透她的气场。她决定直到她感觉变得更强壮前，暂时不去拜访他。

这里有一些强而有力的保护方式，请记得保护只有在当你相信时才具有效力。如果你相信你拥有百分之一百的保护，它就真的会有。

蓝色斗篷

深蓝色是非常具保护力的颜色，是大天使麦可的颜色，他是位守护者。观想将一件深蓝色的斗篷从上至下包围你的整个气场。将风帽覆盖住你的头部，并将斗篷的拉炼由脚底下向上拉至下巴处，感觉并意识到自己是受到完全的保护。

金色光蛋

请求天使放一颗金色光的蛋包围着你，让它形成厚密的金色能量层。继而观想一层深蓝色的能量包围着它。最后，特别是在如果你常对人工作且经常感知他们的问题时，将一个紫色的光包围在外圈，这将帮助你防止受到他人负面能量的侵害。

基督的金色光束

基督的金色光束是其中一种最具有力量与保护力的方法，这个方法必须进行三次的召请。你可以自己召请或请求你的单子体或伟大的「我是临在」去召唤它，并在之后加上「这已经完成了」。

例如：「我现在请求我的单子体，召唤基督的金色光束给我完全的保护。」说这句话三次，在最后加上「这已经完成了」。

光的传输管

祈请自你伟大的「我是临在」降下一道光光的传输管来全天候的保护你，请求它维持在完整无损的与充满神圣能量的状态，非属于神与基督之光的事物不得通过它，你也可以请求神圣之光将你内在所有负面的状态转变成正向性。

你的天使

永远请求你的天使来保护你。在请求中，你将强化你与天使之间的连结。

11 实现你的人生使命

你的较高目的，换言之就是你的生命道路，能带给你极大的喜悦与满足感。如果你感觉到热情、活力，及受到启发与鼓舞，你就是走在你的道路上。当你做的事能为你带来极大的成就感，且并不准备勉强接受其它的替代事物时，你就实现了你的目的。

尚有其它的线索能帮助你发现你的人生使命。

对于那些尚未高度发展与进化的灵魂，有许多道路可供他们选择。提供幼教的场所，永远比提供博士学位养成的学院多。已进化的灵魂，将以极谨慎的态度准备及选择它的使命，且让自己预备好去等待最佳时机与环境的到来。

这意谓着在你转世之前，你将会寻求出生的时间与地点，及能提供你最重要的机会与学习课题的父母亲。

占星学能提供许多有关你所选择的生命道路的讯息。一位优秀的占星师能提供你有关前世与今生命运的洞见。更简单的说明，你对自己的出生星座有什么感觉？如果你从未想过这个问题，现在就去思考它。你对自己出生的地方有什么感觉？你对自己的生日有什么感觉？

每一个太阳星座都附带着生命课题：

- 火象星座——牡羊座、狮子座、射手座。

课题：奉献出神圣性，向外开展，及给别人全面接纳的爱。

- 土象星座——金牛座、处女座、摩羯座。

课题：脚踏实地的行事，及为他人提供服务。

- 风象星座——双子座、天秤座、水瓶座。

课题：四海皆兄弟，每个人都是兄弟姊妹。

- 水象星座——巨蟹座、天蝎座、双鱼座。

课题：无论发生什么事皆能归于中心，不受别人情绪的干扰。

名字有振动频率

生命数字命理学是有关数字的科学组合，每一个数字皆有其振动频率，你的出生日期将提供有关你生命路径的讯息。

在灵性的层次上，我们意识到即将诞生于地球的灵魂，会以心电感应力告知它的父母亲，它想要被认识的名字。名字的每一个字母皆有振动频率，名字本身也具有振动。我们住在充满振动频率的宇宙中，相似频率相互吸引。因此每当我们的名字被叫出时，就会将相似频率的经验与课题吸引到我们身边。

许多人在孩童时期会选择使用缩写的名称或昵称，故只有在成人时期才会依完全的振动频率，去吸引属于他们的生命课题。我有一个平凡的孩童经验，别人以我全名的缩写称呼我，但当大尺想要表达不满或不允许时，他们会叫出我的全名。这种习惯对于敏感的小孩而言，是去暗示他们的整体使命是困难甚至是充满危险的。

如果你不喜欢你的名字，那不必然代表着你的父母亲未听从你发送给他们的讯息，它较像意味着你不喜欢你所选择的课题。

如果你与你的名字未能起共鸣，去了解没有共鸣的原因是重要的。如果你有共鸣，它可能意味着你能自在的面对真实的自己与天命。

我的两个女儿同时决定更改基督徒的名字。我的指导灵告诉我，我的大女儿将名字改为「曙光」(Dawn)，将为她带来更多的超心灵力与灵性的天命。我的小女儿将名字自「洛林」(Lonaine) 改为「萝伦」(Lauren)，能将更多温柔的能量带进她的生命中。

我所认识的某些人已完成他们名字所带来的课题，一旦他们更改名字之后，他们的生命道路将立即出现微妙的变化。当一个女人因结婚而冠了夫姓时，一股新的振动频率将进入她的生活中。

因为小孩是非常地接近他的灵魂能量，我们在孩提时代的幻想，通常能提供一个去发现我们使命的线索。想要成为护士的小孩，可能表达出服务与治疗的渴望。一个向往成为登山家的人，可能成为一位很好的探险家，或是一个灵魂显现出想要成为先驱者或灵性领导人的渴望。想要成为火车驾驶的小男孩可能具有领导力，能指挥较大的事

物。

我的父母亲是使我们开展使命的人，他们是让我们自生命道路上出发的指挥官，即使他们抛弃我们或虐待我们，他们也是极其重要的选择。

身为一个光的存在体，你来到地球自父母亲处学习，并克服他们不良的质量及去接受他们的优点，这是你生命任务中的重要部分。

如果父母亲是软弱与不具支持性的，你的任务是去克服软弱及强化你自身，直至你成为独立自主的。

爱批判的父母亲，显示一个去尊重与展现你自己与他人的价值的课题。一个逼迫与主导性强的父母亲，暗示着你某部分的生命目的是去学习平衡。固执的父母亲，可能意味着你必须去学习容忍，但你也将会有机会发展出自我的强韧度。

虐待成癖的父母亲，暗示你的伟大使命是给与无条件的爱。孩童时期的虐待，有时候可作为发展疗愈能力的基础，它也是在轮到你时不去虐待别人的一个挑战。有些勇敢的灵魂通过以虐待与疏失为课题的启蒙测试，将提供他们必要的经验，去带领其它受虐的人突破困难进入光中。

如果你的父母亲已不存在了或是冷漠不关心的，那么他们促使你在生命道路上成为自动自发或独立自主的。

父母亲的美好质量能让你吸收融入自身与提升自己。慷慨大方的父母亲帮助你拥有开放的心，英勇的父母亲能帮助你成为强壮的人。如果你选择温暖、爱与支持性的父母亲，你将拥有好的基础，去创造稳固的关系，支持你走在生命的道路上。

因此你的父母亲会让你能胜任你的使命。什么习性是你必须去克服的？什么样的灵魂品质是你正在发展的？

那些在你生命中主要的恐惧，就像是挡在你道路上的凶猛巨龙。它们阻止你前进，障碍你的清晰度。即使你以走其它的路线来逃离它们，在未来仍有再次面对它们的情况！请记住，恐惧为爱而服务。调整自己去接收指引，并战胜你所恐惧的巨龙。

直至当下你所拥有的每一个经验，都是为了前方的道路而预做准备。

知道你是带着使命成为护士、治疗师或大企业家，或是为了唤起世界对海豚保育困境关注的使命而来到地球是件美好的事，但并非绝对必要知道你的使命是什么。只要在每日的静心中请求显示下一步，信道将会打开，直到你的天命清楚的呈现为止。

12 神的单子体——灵魂家族

「噙」是宇宙形成之初，万物创造的声音，经转译后的文字呈现。每一个文化有其著名与相似的万物创造神话，每一个神话中皆蕴含着真理的本质。

这是我所理解的宇宙万物创造的故事。造物主是纯粹的爱与光、全能与至高无上的力量、先知与全智者。然而纯粹的爱与光无从考验自身，例如，当你身边围绕着充满无条件的爱的人，你无法练习给与无条件的爱。那是个太安逸的环境，没有任何考验，没有面对挑战，你是无法成长的。如无黑暗存在，光明将失去比较的对象，因此造物主想要去扩展与经验祂的存在。

单子体的使命

祂创造出十二个宇宙，继而自祂本身的能量发送出无数的火光，为了经验祂的存在，每一个火光皆带有一个特殊的使命。

这些原始的火光称为神的单子体，它们拥有不可思议的光明与灿烂，一个美妙的爱的振动。这个计划是，当神的单子体完成了使命时，它们将会回归至整体神性中，很像孩子们返回家庭去分享智慧与经验，并为他们的家族增添丰富与价值。

然而，这些单子体为了实现他们的使命，有必要相继去经验与成长，故他们个别又放送出十二个灵魂，这些就是我们的灵魂或较高自我(简称高我)。继而灵魂决定去扩展与经验，每一个灵魂又送出十二个延伸体，使振动频率降低，让它们可以去经验稠密的物质实相。你就是这些灵魂延伸体的其中之一。

这意谓着，例如你灵魂的某一个面相可能存在于土星上，另一个位于金星，几个在昴宿星团上。你整体能量中的某部分，可能回到灵魂中休息，或停留在转世轮回之间，但你们全体能在超心灵层次上连结。

有些灵魂甚至决定派出特使进入宇宙的自由意志区，去经验稠密的物质世界，那意谓着将遗忘了它们的本源——一种真正令人惊恐与

危险的任务，附带着失败受严惩与成功受重赏的承诺。这意指派送灵魂的延伸体与面相到地球上。许多延伸体来到这里，并在稠密厚重的物质实相中愈陷愈深。有些则投胎转世上千次，想要凭自己的能力脱离黑暗困境，反而变得深层地浸透在黑暗之中。

在这次的扩展中，更接近开悟的灵魂转世，来帮助大多数人的意识觉醒。某些灵魂与单子体，正发送出它们许多不同的性格本质到这里，故现在可能有你的灵魂或单子体的其它面相，同时存在地球上。

有一段时期，没有人能在地球上遇见他们灵魂的其它面相。这将不再是真实的，我认识许多人已遇见来自同一个灵魂或单子体的其它成员。当然地，我已遇见其它来自我灵魂的其他成员，他们选择在这个特别的时期转世来到这里，协助人类意识大转变的发生与过程。我也与莎朗一起接收讯息，她与我来自相同的单子体。她是我灵性的表亲。

你拥有十一个亲密连结的兄弟姊妹，散布在银河系的某些地方，同时连同你总共有一百四十四四个灵魂的延伸出自于同一个单子体。坏消息是，因为你们具有心灵上的超级链接，其中某位或多位可能有拉扯与消耗你的能量的情形发生。好消息是你们可以彼此帮助与扶持。

灵魂群组需要合作

多年以前，在我了解有关任何这部分的知识之前，我参加一场演讲，在听众席上的一位女士说，她总是感到疲倦且不知道为什么。主讲人与她校准频率连结并说，她灵魂的其它面相在夺取她的能量，在当时这并非普遍可以被接受的情形，在那个例子中，她曾同意在较高的层面上，提供她的能量去帮助她的灵魂家族成员。这位女士完全接受这个说法，并了解她的能量在那时提供给别人。

通常让别人拿取你的能量是无法接受的事，因为那是一种相互依赖的形式。如果你怀疑某人在拉取你的能量，在睡觉前坚决但礼貌地告诉他们，你尊敬与爱他们，但你的能量是提供给自己的，你不再允许他们拿取。我得知我灵魂的某个面相拿取我的能量，且一旦我切断情感的约束，并以心电感应力告诉这个人他无法再拥有我的能量了，

顿时感觉好了许多。

当你通过你的第三度启蒙时，如果你有阅读本书，你可能会有很好的表现，你会与你的灵魂或高我连结。继而你会受到你的单子体的指引，在更高的振动频率上工作。在第四度启蒙后，你会与你的单子体结合。

单子体有时被称为「我是（神的）临在」，或「天堂的父亲」。

第五度启蒙是有关爱、平等与合作。你的灵魂群组是一起扬升的，故你无法个别自行扬升，直到所有其它的成员都准备好为止。扬升并非有关个人的奋勇前进，它是指有关灵魂家族（你的单子体的成员）及灵魂群组（具相类似振动频率的群体成员）一齐向前迈进的过程。我们并不知道谁是我们的灵魂群组，故我们鄙视或讨厌的人，可能就是影响全体前进的关键钥匙。慷慨地帮助与接受每一个人，在许多例子中，拥有较高振动频率的人将引领整个团队的人登上扬升的阶梯。「合作」是进入扬升层次的竞赛名称！

13 第三与第四次元的脉轮

第三与第四次元的脉轮

脉轮是灵性能量的中心，在身体中有七个主要的脉轮中心，他们的目的是去吸收与转化里光。

在第三次元中，七个脉轮呈现彩虹的颜色，当以协调整合的方式同步旋转时，会呈现白光。

第三次元的脉轮

第一脉轮：海底轮中心，红色，监管我们的身体与物质的生存面。它帮助我们采取行动与达成行动目标。我们的生命力或亢达里尼能量贮存在这里。

第二脉轮：脐轮中心，橘色，社交性与友善的颜色。它是我们的情绪与性能量中心，且连结集体无意识中有关「性」的信念。这是超感应力(Clairsentience)的脉轮，是一种超心灵力感知别人的身体疼痛，并吸入我们的身体加以转化。大部分的人都曾有过这种经验。当我们与正在头痛的朋友闲聊，在我们倾听他们的问题之后，他们在情况好转后离去，而我们则带着头痛回家，也有可能感知别人更深层的问题。

第三脉轮：太阳神经丛，黄色。这是有关个人的勇气、自信与意志力的区域。如果我们想要控制他人，也是使用这个脉轮。在我们感到害怕时，这个中心变成黄绿色或肝病的颜色。如拥有更多的自信、独立与智慧时，会呈现更深的黄色。我们不断地送出我们的触角去查看我们是否是安全的。例如在我们驾车时，如果我们感知心爱的人在困难与危险之中，我们的太阳神经丛天线会延伸出去搜寻讯息。大部分的人会将自我孩提时代或前世的恐惧保留在这个区域。在这个例子中，如果具有相类似的恐惧或愤怒的人靠近我们时，我们的太阳神经丛将会呈现紧绷状态。

第四脉轮：心轮中心，绿色带有玫瑰粉红色的中心。如果我们仍坚持保有旧有的拒绝或排斥时，这个脉轮会关上。当心轮中心是开放

的并充满慈悲、爱与同理心时，我们就开始成为治疗师，他人对我们的存在将感到非常安全与接纳。

第五脉轮：喉轮中心，蓝绿色。它是沟通的脉轮，是有关说出我们诚实的感受与真实的信仰。当我们害怕说出口或想要讨好别人时，这个脉轮中心会堵塞，这个堵塞可能会以喉咙痛的方式呈现。出现在脖子部位的疼痛，也可能意味着某人脖子内有疼痛存在，我们不敢将我们的感觉告诉他。在超心灵的层次，当第五脉轮开启时，我们会拥有心电感应能力，我们能接收超心灵的影像，并能听见我们的内在指引。

第六脉轮：第三眼中心，深靛蓝色。当我们的第三眼开启时，我们能拥有灵视力与通灵力，我们的治疗能力因而提升。

第七脉轮：顶轮中心，紫色，是我们与自己的高我连结之处。

第八脉轮：有时称为灵魂的座位(所在地)，蓝白色，与我们的气场有关。透过它，我们能与自己的高我或灵魂连结并取得指引。它位在头顶上方，当我们将第四次元的脉轮带下来时，它会下降至顶轮中心，暂时与原来顶轮中的脉轮重叠。

当我们自第三次元发展成第四次元的存在体时，第一层次的七个脉轮逐渐地下移至脚部。第三次元脉轮与物质实体有密切关连。我们的第四次元脉轮为实体与光的连结，它们在个人及银河系的层次上与我们连结。这意味著当我们的第四次元脉轮是开启的时候，我们拥有在银河系间沟通与工作的机会。第五度空间次元的脉轮是纯粹的光。

当第一层次的七个脉轮向下移至脚部时，下一层次的七个脉轮将一个接着一个取代位置（第九脉轮下移至海底轮位置，以此类推），继而我们进入第四次元，我们的人格（个性）自我将与灵魂融合。

当第十五个脉轮与第八脉轮位置重迭时，我们能得到我们单子体的指导与指示。

第四次元的脉轮

第九个脉轮：在海底轮中心，散发着美丽的珍珠白光芒。这是喜

悦的脉轮，当它开启时，它点燃在身体细胞中的光。当我们以喜悦与愉快根植大地与落实，而非只是侥幸存活，我们的整个态度将变得信任与温和。我们将全然地散发与洋溢着光。

在银河系层次上，这个脉轮将引领我们至地球大气层之外的空间。从那里，我们再连结回地球，成为它的守护者之一。我们是责任重大的存在体。

第十个脉轮：在脐轮中心的位置，是一个光芒四射的粉橘色。当我们的男性与女性能量达到平衡时，这个脉轮会开启，使我们保持在一个与灵魂整合与协调一致的状态。

想象一个已过时的剧本情节，戏中的男人与女人有精确与相反的角色。女人是具有创造力与艺术天分的，她爱、滋养与照顾她的男人，男人则以支持与保护她来予以回报。他在仔细考虑她所获得的灵感与点子之后采取行动，使事情能够完成与实现。他扮演供给，她扮演接受的角色。

在去除男人与女人的实体部分之后，可称呼它们为男性与女性的能量，或阴与阳的能量，较不易混淆概念。继而认同这些能量的存在，是为了让内在得到完美的平衡与支持，我们的内在生活会反映在外在的环境。

完美的平衡是当我们的阴性面以创意与直觉呈现时，以我们的阳性面来支持与行动。当我们的阳性能量保护着我们、逻辑性地审慎思考与采取行动时，我们的阴性面能给与我们滋养、关照及抚慰。

去检视我们的平衡程度是很有帮助的。

请花一些时间仔细思考下列问题：

- 你与在你生命中的男性(父亲、兄弟、叔伯辈、男性主管、男性朋友)关系如何？

- 身为男性，你对于那些加诸于你身上、需维持强壮及负担养育与照顾责任的期待感觉如何？你对于成为一个提供者的感觉如何？

- 身为女人，你对于那些期待你兼顾工作及妻子与母亲责任的感

觉如何？

• 外在的世界与工作的世界皆以男性能量为代表，你对这些世界的态度是什么？

• 你与金钱、力量及政治的关系如何？

• 你如何给与？

• 你是具权威、控制、独断与支配性的吗？

• 你是否想得太多？你是具聪明才智的人吗？你是理性主义、专事分析与规划的吗？

• 你害怕未来吗？或你是勇往直前的人？

• 你身体的右半边是放松与强壮的，或虚弱、受损或紧绷的（我们的阳性面掌管着我们的左脑，是智性、控制与外向的——任何有关这些方面的问题会反应在身体的右侧）？

• 你与在生命中的女性关系如何（母亲、姊妹、姨母、女性主管、女性友人）？

• 身为女人，你对在事业上表达慈爱与关怀的感觉如何？

• 身为男人，你对显现自己脆弱、关怀与慈爱面相的感觉如何？

• 你对滋养与治疗别人的感觉如何？你能成为温柔、慈悲与有智慧的吗？

• 你能重视你的直觉吗？你是否允许你创造性与艺术性的一面流动？

• 你是否能够倾听吗？你能够寻求帮助吗？你的接受性如何？

• 你是否仍紧抓过去，或你是否认过去的？

• 你身体的左半边是放松与强壮的，或虚弱、受损或紧绷的（我们的阴性面掌管着我们的右脑，是创造力、直觉性与关爱的——任何有关这些方面的问题会反应在身体的左侧）？

第十脉轮的活化与启动能使我们连结太阳系，故我们能取得讯息、发送爱与光，且更全然地参与疗愈行星的工作。

第十一脉轮：位于太阳神经丛位置，是纯净、闪烁与光亮的金色。金色是智慧的颜色，它表现自信与力量。在第三次元的层次，黄色的太阳神经丛是一个超心灵力的脉轮，不断地接收在我们周遭的人与情境的振动频率。如果我们仍紧抓来自此生或前世无法解决的恐惧时（大部分的人皆如此），外在的恐惧或负面情绪将攀附在我们的太阳神经丛上，且使我们感到紧张与不舒服。当第四次元金色脉轮开启时，足供外在恐惧攀附的堵塞部位将消失。振动的波即能直接通过脉轮，让我们感到放松，平静与充满智慧，不论外在的环境如何。

第十一脉轮是银河系的脉轮。当这个脉轮下降与开启时，去进行与其它银河系连结的团体静心，会开始变得重要。

第十二脉轮：在心轮中心，以太层般的淡粉紫色，它是心轮能量完全灵性化的展现，在当我们进入开悟状态时会开启。「基督意识」是锚固在这里的；当这个脉轮开启时，我们将生活在无条件的爱中，并能使我们周围的人自动地敞开心轮，这个脉轮能使我们连结宇宙的其它地方。

宝瓶世纪是有关居住在基督意识之中的生活。

第十三脉轮：在喉轮中心，深蓝紫色。当这个脉轮下降与开启时，我们能连结更多更高的超心灵能力与灵性能量。我们打开我们的治疗管道，且能治疗别人的心理与生理疾病。我们向许多超心灵礼物打开，且能够运作「物质法则」及「去物质化法则」，使用我们的思想就是使用我们的力量。我们能够与大天使及更高的存在体沟通，这个脉轮具有无比强大的力量存在。

第十四脉轮：第三眼，半透明的金白色。当这个脉轮开启时，我们的心智将自动地臣服于神圣的计划。我们的思想将呈现更高、更纯净的震动频率。我们是真实地域神的意志合一。我们能转化别人的业力，并向更高层次的灵视力与预知能力打开，且能在内在层面与扬升大师及更高的指导灵沟通。

第十五脉轮：紫白色。当这个脉轮下降至顶轮处时，我们能完全

地与我们的灵魂或高我融合，且能接受来自我们的单子体的教导与指示。

为了开启第四次元脉轮，我们必须通过第四度启蒙。对大部分的人而言，正如同耶稣钉上十字架般的人间试炼。如果你生命中曾经历钉十字架的酷刑时期，那个考验与挑战可能是烧掉就有废弃物的火焰，促使你迈入第四次元。

我被告知第五、六、七次元的启蒙将会较容易些，它是更进阶的净化，让光充满你的自身，及奉献服务于全人类的过程——或任何属于你特定天命的道路。

练习：使第四次元脉轮降临的静心

1. 放松的进入静心状态。
2. 自你的海底轮中心将红色脉轮移到你的足部。
3. 接着自你的脐轮中心将橘色脉轮移至你的脚踝。
4. 自你的太阳神经丛将黄色脉轮移到你的小腿。
5. 自你的心轮中心将绿色脉轮移至你的膝盖。
6. 自你的喉轮中心将蓝绿色脉轮移至你的膝盖上方位置。
7. 自你的眉心轮中心将靛蓝色脉轮移至你的大腿上侧。
8. 自你的顶轮中心将紫色脉轮移至你的腿部的顶端。
9. 将你的第八脉轮向下带进你的顶轮中心，与顶轮紫色脉轮位置重迭。
10. 将你的紫白色第十五脉轮向下带进你的顶轮位置。
11. 将你的金白色第十四脉轮向下带进你的眉心轮位置。
12. 将你的深紫蓝色第十三脉轮向下带进你的喉轮位置。
13. 将你的淡紫粉红色第十二脉轮向下带进你的心轮位置。
14. 将你的金色第十一脉轮向下带进你的太阳神经丛位置。

15. 将你的粉橘色第十脉轮向下带进你的脐轮位置。
16. 将你的珍珠白色第九脉轮向下带进你的海底轮位置。
17. 安静地坐着，自身散发出新的高频振动颜色。
18. 在静心结束后关闭你的脉轮。

14 较高层脉轮

以下是第五、第六与第七次元的脉轮，带着它们的颜色、目的与肯定句来帮助每一个脉轮的整合。

「我是」的肯定句

「我是」的肯定句是非常具有力量，对光的工作者是最重要的。

「我是」起源于你的「单子体」或「神性本我」(God Self，它意味着我的神性本我现在与这个质量或存在体成为一致或融合为一。

「我是宇宙的心」意味着我的「神性本我」现在与宇宙的心融合为一。

「我是喜悦」意味着我的「神性本我」现在与喜悦完全一致。

「我是圣哲曼」意味着，我的「神性本我」现在正接收与进入圣哲曼的质量。

第五次元脉轮

有七个第五次元脉轮，为第十六至第二十二脉轮。库弥卡曾说它们现在正为了每一个人而降临。

第十六脉轮：海底轮，白金色，「我是」根植与落实在地球上的纯净灵魂。

第十七脉轮：脐轮，紫红色，「我是」神圣女性（阴性）的力量。

第十八脉轮：太阳神经丛，带有彩虹光的金色，「我是」银河系的扬升大师。

第十九脉轮：心轮，纯白色，「我是」宇宙之爱。

第二十脉轮：喉轮，宝蓝色，「我是」神的共同创造者。

第二十一脉轮：眉心轮，水晶光，「我是自有永有的」(I AM THAT I AM，绝对自有永恒存在的，不受任何外界的任何力量影响，超越时间与空间的)。

第二十二脉轮：顶轮，水晶光。

第十六脉轮：海底轮中心，白金色，能与智能的海豚光束调频连结。当你带入你的第五次元海底轮时，你将步入扬升的道路，且本于稳固的灵性基础来提供服务。你现在可以寻求那些你能对他们传授你的神圣知识的人。

第十七脉轮：脐轮，第五次元的脐轮中心，是闪烁发光的紫红色，是神圣女性（阴性）或女神的能量。当我们感觉到与万物存有、植物界、矿物界、人类社会的四海兄弟姊妹真实合一时，这个脉轮会开启，在当你准备将智能、慈悲与慷慨整合并带入你的生命中时，它将会启动。

第十八脉轮：第五次元的太阳神经丛中心，带有闪烁彩虹光的金色，你现在准备接收你所有的前世智能，及与其它银河系连结。通常在这个层次上，在意识或无意识间，你会扮演着地球使节的角色，为地球与其它行星的连系而工作。

第十九脉轮：第五次元的心轮中心，是与伟大的宇宙心意校准与协调一致。它是纯白色，并能带入基督意识——是全然无执着的爱，及对万物众生的接纳。

第二十脉轮：第五次元的喉轮中心，宝蓝色。当你准备好去承担与神性共同治理的所有责任时，这个脉轮将会降临与进入你。到这个阶段时，某部分的你可能会希望将神放在自身之外的台座上供众人颂扬，而非仅于内在认同神的智慧、力量与伟大。

第二十一脉轮：第五次元的眉心轮中心，将呈现透明的水晶光，它将进化成先知、魔术师、目睹一切万象而不批判的全知者的水晶球。

第二十二脉轮：第五次元的顶轮中心，当你与自身的单子体完全融合为一，且开始期待进入天使国度时，这个中心会呈现透明的水晶光。

第六次元脉轮

有七个第六次元脉轮，为第一一十三至第一一十九脉轮？这些

具有浅的以太色彩的脉轮散发出银色光芒。

第二十三脉轮：海底轮，银光玫瑰色，「我是」在爱中根植与落实。

第二十四脉轮：脐轮，银光桃色，「我是」完美平衡的爱与智慧。

第二十五脉轮：太阳神经丛，银光金色，「我是」宇宙的智慧。

第二十六脉轮：心轮，银光白色，「我是」宇宙的心。

第二十七脉轮：喉轮，银光宝蓝色，「我是」宇宙的声音。

第二十八脉轮：眉心轮，银光淡紫色，「我是」与宇宙合而为一。

第二十九脉轮：顶轮，银色水晶光。

第七次元脉轮

有七个第七次元脉轮，为第三十至第三十六脉轮。这些脉轮具有浅的以太色彩，并散发出金色光芒。

第三十脉轮：海底轮，金光乳白色，「我」支持。

第三十一脉轮：脐轮，金光淡紫红色，「我」拥抱。

第三十二脉轮：太阳神经丛，金光淡红宝石色，「我」赋予。

第三十三脉轮：心轮，金光紫白色，「我」爱。

第三十四脉轮：喉轮，金光宝蓝色，「我」命令。

第三十五脉轮：眉心轮，金光金白色，「我」见证。

第三十六脉轮：顶轮，金色水晶光。

一旦你走在扬升的道路上并与你的高我融合时，你能够开始发展在以太层的第六与第七次元的脉轮，这意谓着观想与冥想他们的光，来准备迎接它们的能量。这些脉轮更高层次的颜色尚非人类肉眼所可见，只能以内在之眼（视觉）来观看。

在第六次元，所有的脉轮皆放射着银珍珠光泽。

直到最近，尚无可能性去拥有第六次元脉轮的频率，及同时维持

肉体状态。然而对于那些已准备好的人，能够接引较高脉轮，又能同时继续维持肉体的存在，是地球所期待的事。

在第七次元，所有的脉轮皆散放着金珍珠光(天使光束)。在第七次元中，人类能回归真正的家，当你能接引这些较高层次脉轮时，即便只有片刻的时间，你使每个人都能更靠近接引进入的时刻。

人类是全体相互连结的，像轮子的齿轮般。如某个齿轮转动过快，它必须促使其它齿轮与它一致。然而进化的新人类，将能够超越大部分的人类而自由流动。其它的人则能感受到这个伟大的光，且被鼓励去提升至更高的层次。

15 脉轮的较高目的

每一位大天使为全体人类照顾每个脉轮的发展，大天使的目的在于，促进每个脉轮中心传送着更高次元的频率。

大天使加百列负责海底轮与脐轮，它们最初是连结在一起的，因人类的演化而分异成两个不同的脉轮。

大天使所负责的脉轮

海底轮：大天使加百列（Gabriel）

脐轮：大天使加百列

太阳神经丛：大天使乌列尔（Uriel）

心轮：大天使夏弥尔（Chamuel）

喉轮：大天使麦可（Michale）

眉心轮：大天使拉斐尔（Raohael）

顶轮：大天使约菲尔（Jophiel）

第八脉轮（灵魂的座位）：大天使萨基尔（Zadkiel）

每一个脉轮掌管着一个腺体的能量，腺体对于维持我们每个层面的健康是很重要的，然而它们也提供一个最重要的灵性功能。每一个腺体透过一位大天使与一个巨大与集中的宇宙力量中心连结，这个力量中心散发着一个高频的灵性能量。例如，心轮的腺体——胸腺，与宇宙的心连结。当我们接收更多这种更高频的能量时，我们的身体、心智、情绪与灵性生活则必会改变。

海底轮：肾上腺

肾上腺会分泌肾上腺素，帮助身体面对危险时做出作战或逃跑的反应机制，它们也能排除废弃物。它们支持肾脏，那正是为什么在我们受到压力时，会保留身体的水分。虽然肾上腺是位在肾脏的上方，它们亦与海底轮中心连结，因为它们是人类在子宫中第一个发育形成宇宙的海底轮散放出高频灵性开悟的神圣能——卵巢与睪丸）

这些腺体掌管着身体的性与生殖器官。睪丸制造精虫、男性荷尔蒙与睪丸素。卵巢每个月排放卵细胞（卵子）及制造性荷尔蒙雌激素与黄体激素。在更年期之后，卵巢开始减少性荷尔蒙雌激素的分泌，这个脉轮负责创造力与情绪的产生。

宇宙的脐轮散发着高频平衡的能量，最终将引领我们进入神圣女性的智慧之中。

太阳神经丛：胰腺

胰腺处理血糖与营养，它分泌胰岛素与消化酶。在其它层面上，它使我们能品尝与吸收情绪与心智的甜美，这是第一个显现身体疾病的腺体。

宇宙的太阳神经丛脉轮散发着伟大的力量与智慧。

心轮：胸腺

胸腺掌管免疫系统，在孩童时期依年龄等比例地长大，在青春期达到最大，以后开始逐渐退化。当胸腺过度刺激时，可能会引发关节炎。如果胸腺功能不足，我们容易患有免疫缺陷病症，以爱滋病与癌症等最为严重。

喉轮：甲状腺

位于这个脉轮中的甲状腺掌管着新陈代谢与抗体的分泌，当它分泌过度时，眼睛会外突，当分泌不足时，我们可能会声音沙哑或变粗，易感疲倦，皮肤坚韧。副甲状腺帮助我们吸收钙质，及维持钙在体内的平衡，使我们的骨骼保持强壮与健康。

宇宙的喉轮传递伟大的力量与领导力的质量。

眉心轮：脑下垂体

脑下垂体是腺体之王；它控制所有内分泌腺体的活动，例如尿液的制造及分泌乳汁等。

这是腺体的永恒生态，如果我们按此程序运作着，它会分泌老化

的荷尔蒙，故我们的任务是去重组运作程序，让它分泌回春荷尔蒙。当这个脉轮是平衡时，我们会处于平衡状态，但此脉轮也会因压力而关闭。位于松果腺与脑下垂体之间的丘脑下部控制着脑下垂体。

宇宙的眉心轮传递着精炼的光。

顶轮：松果腺

位于这个脉轮的松果腺发送光与吸收光，使我们保持在神圣的和谐中。它负责制造褪黑激素。

广大的宇宙顶轮放射着闪耀灿烂的光。

练习：充电与平衡腺体的观想。（详 17 章练习）

16 光的水平

当有更多的光在我们的细胞中时，我们将更接近扬升层次。

为通过第三度启蒙，我们必须拥有百分之五十的光的水平，继而我们得以与我们的及单子体融合。

为通过第四度启蒙的光的水平是百分之六十二。在达到这水平之后，我们即能脱离转世之轮。为通过第五度启蒙，光的水平需到达百分之七十五。为通过第六度启蒙与扬我们需要百分之八十至八十三的光的水平。为通过第七度启蒙及成为完全扬升的大师时们需要拥有百分之九十二的光的水平，届时我们不可能再维持肉身状态。

我曾问库弥卡什么是决定扬升的标准，他回答，我们必须要在外在的世界中维持四星期始终如一的光的水平。故离群索居于灵修僻静处所是没有帮助的，因为在那里保持纯净容易的。

我发现光的水平是相当令人感到困惑的。库弥卡解释，上述的百分比是指当我们还待在肉体中的光之水平。他说以下的说明可能比较容易了解，如身为光灵、你可以达到百分之两百的光水平。例如你离开肉体后的光之水平是百分之九十八，在肉体中的光之水平可能仅有一半的数值(百分之四十九)。附带提及，你在肉体状态中必须达到百分之五十的光之水平，才能在夜晚睡梦中进入灵性的空间次元中。

有一些情况会降低我们的光之水平：爱传播流言蜚语、贪婪、负面思想、拒绝作决定、懒散怠惰、过度工作、刻薄的、迷惑的、执着于受过的伤害、紧张、愤怒、处在喧闹吵杂的城市中、贫穷意识等。有意识地去切断，并让这些情况远离我们的生活。

提升光的频率

有一些情况能提升我们的光之频率：慷慨与丰盛、歌唱、欢笑、待在美丽与大自然的环境、宁静、爱、清晰、放松，发自内心的拥抱、静心、喜悦、下定决心、体察别人的优点。有意识地将更多这类的事物，带入你的日常生活之中。

在改变与净化你的生命时，请务必保持平衡。如果你在黑暗的房

间中穿着白袍，白袍看起来是纯白与干净的。当你让光照耀在白袍上，上面的污点与垢染将显现。如将更亮与更强烈的光集中照射时，更多污渍将现形。如果你在自己身上做了许多蜕变转化的工作，很多事情可能会浮现出来。这不代表你是个不好的人，你只是让更多的光照耀你的灵魂。

当我们的振动充满更多的光时，许多尚未解决的事情将浮现并吸引我们的注意力。孩童时期的问题、旧有的模式、否认的情感及前世的创伤都会出现，如同污点与垢染般，促使我们去检视与面对。

许多在扬升道路上的人，决定去做任何能使他们的振动更加光亮的事情，但并未觉知突然的改变会带来的冲击。他们不只练习本书中的所有技巧，而且探索他们的前世经验，并未意识到他们会引动多少事情。

一位女士在濒临崩溃的状态下来找我，她决定尽可能快速地去清理与净化自身，她在短期之内，接受一星期一次的大肠疗法、一星期两次的灵气治疗、重生治疗、前世治疗及身体治疗工作。她也超时练习静心、瑜伽及与她的指导灵沟通。除此之外，她阅读许多灵性成长的书籍。她处在过度负荷的状态，且无法应付与处理每一件发生与冲击她的事情，她必须接受长时间的休息。

长远来看，平衡的道路会较快抵达终点。

当你进入更高的意识层次时，你的业力将会被转化。继而你的单子体会发送出启蒙的考验，来强化任何需要被考验的部分。面临考验时，你容易感到泄气，并感觉自己仍然受到业力的牵绊。事实上并非如此。没有人是会被惩罚的。

所有的挑战与困难是未完成的事件，属于业力的层面，或是在你达到更高频率之前必须彻底学习的课题，你能以内在去感知个中不同之处。

去提升你的光之水平及成为扬升大师，你必须见证与追踪所有的情绪、思想、感觉、言语及行动。当你观察到如何响应挑战时，你可能会感到很惊讶，甚至会对你自己感到失望一阵子。然而确定的是，考验将会以不同形式回到身边，故带着觉知，你就能选择采用一个较

高频率层次的新响应方式。每当你这样做时，就能提升自身全面性的光之水平，你即是走在精练与扬升的道路上。

在我依库弥卡的指引进行许多内在工作，释放与净化旧的事物，及短暂的身体排毒后，他告知我已经能够将旧有的自我部分释放掉。我想要与你们分享他引领我进入的内在旅程。这对我而言是个非常有力量的观想，你可能也想亲身体验一下。

练习：阴影的溶解

1. 放松并使自己的整个身体处在舒适的状态。
2. 走上阶梯，进入一座宏伟的教堂或其它你感觉合适的灵性处所。
3. 安静的坐着并吸收着这里的神圣气息与能量。
4. 观想你自己点燃一盏蜡烛。
5. 让你准备好要释放的阴影离开你的身体。
6. 捡拾起你的阴影，并放入圣水器或纯净流动的水中溶解。
7. 感受自身闪闪发亮并散放着灿烂的光芒。

17 默哈玛能量

据我的了解，遍布于宇宙中，有许多可供我们连结的能量或圣灵，如果我们知道如何去做。例如，许多这种能量藉由灵气点化来连结，或在大多数的情况是，去忆起如何调频连结这个重要疗愈力量的方式。

其中一种重要的能量是默哈玛 (Mahatma) 能量，也称为「综合的阿梵达」(以下称「神的综合化身」, Avatar of Synthesis)，据说如果能规律地祈请它，能使我们扬升的道路加速千倍。当我第一次听到这个能量，一股兴奋之情油然而起，我知道它将成为极度重要的能量，让你的灵性成长加速千倍是令人惊讶的！

明显地，「神的综合化身」在亚特兰提斯时代已与地球连结，并宣说当我们准备好去接收这股能量时，它将重返地球。在每年的「和谐会聚」(Harmonic Convergence, 每年的世界和平祈祷日)，许多世界各地的人为和平与灵性成长祈祷与静心，因此神为响应这些善举，允许「神的综合化身」再度与我们连结。

默哈玛能量是一个群体意识，是来自宇宙的十二道光束与一些拥有巨大力量的高灵所提供，去创造一个伟大的能量池，让人类现在能接通与取用。「圣雄」这个称谓对那些景仰甘地的人是很熟悉的，意指「伟大的灵魂」。每个人都能接近这个能量，无人例外。因此如果你想要祈请这个能量并与它静心，对你而言是唾手可得的。

当然，根据灵性法则，如果你想要接近与连结它或自它获得其它的帮助，你必须去邀请它来到。

默哈玛能量是我们在地球上可接收的最高频能量。

(补充解释：「mahatma」是指已处于神性之中，不受物质定律的管辖的伟大灵魂。「mahatma」一般汉译为「圣雄」，源于梵语的敬语 mahatma，原意为「伟大的灵魂」，意即为结合圣人与英雄于一身)。

尽管它具有伟大的力量，但它无法将我们烧毁，因为它经由伟大的高灵传递下来，之后透过我们的单子体与灵魂向下传递至我们转世化成的人身。它像个宇宙电能发电所，直接触摸可能导致身亡的巨辐

电压，在它传达至我们之前，会经过变电所，使电压转变成较低的伏特。它扮演着我们与神之间连结的环节，许多人相信他们能与宇宙源头直接连结，这的确是可能发生的事。然而悲哀的是，依照库弥卡所说，在这个地球上只有少数的人能确实地与宇宙源头连结。大部分宣称自己可以的人，事实上是连结大天使或他们自身的单子体。

在转世的人格化身与灵魂之间，有许多阶段或启蒙，更上至单子体层次时，在单子体与神之间有数百个阶段或启蒙。默哈玛能量在我们与宇宙源头之间建立起一道光之桥——或安达卡拉那(彩虹桥)。这是第一次我们能拥有高频的宇宙力量，帮助我们筑起通往终极目的地的安达卡拉那。

因为它的高频率特质，默哈玛能量能帮助我们提升我们的频率到光的层次，帮助加速我们的扬升过程。默哈玛能量是金白色，暗示着它是一个非常精致与高频的振动。当我们祈请它进入时，它流经我们的身体、情绪、心智与灵性体，继而进入地球。它温和的经过与振动我们的系统，直到使我们的能量变得更加精致，它帮助我们打破坚硬与结晶的思想形式及情绪模式。

运用默哈玛能量是去平衡与补充腺体能量最有效的方式。我们的腺体帮助我们保持青春与性的活力，维持我们免疫系统的健康，及新陈代谢的平衡。脑下垂体分泌荷尔蒙，使我们保持年轻活力，如果我们认同老化的集体意识信念，将会使我们真的变老。当我们请求默哈玛能量来平衡与补充我们的脑下垂体，去请求腺体分泌生命与回复青春荷尔蒙，并停止分泌死亡荷尔蒙。

身为灵魂转世化身的我们，如能祈请更多的默哈玛能量下来时，地球将变得更加光明，因为金白色的振动频率透过我们流动，去治疗这个星球及提升它的灵性。当我们接近这个能量时，我们即是使用我们的力量去帮助地球加速扬升。当有更多的人认识「神的综合化身」并召唤它时，全体的意识将更快速提升。

我已告诉许多人有关这个令人惊奇的能量，并引导数百人在静心中去连结它。许多人有与我相同的经验，他们形容第一次连结时有如全身着火般的感觉，其它时候则感到非常温和，如同流动的电流般，但它一直都是强而有力的能量！在一天中可祈请这个能量三次。相较

于从前，这不可思议的能量帮助我们更速、更具有力量与效力地建构我们的光体，因为它们是如此的高频，能使我们的光体变成一个宇宙或单子体的身体。

我们可请求默哈玛能量来协助我们处理个人的问题。我们能够以心智力将能量引导向任何需要解决的问题上，也可以将能量传送给需要治疗的人。

使用祈祷、静心、观想与肯定句去召唤默哈玛能量。确实的去召唤它，并告诉每一个人有关这个能量的事情。

这里有一个简单的方式，邀请默哈玛能量与你一起运作。「我现在召唤『默哈玛能量』流经我的身体与气场，进入地球，允许我将生命运用在对神性的服务上。」你可以将它观想成一道金白色的光来到，并流遍与包围着你，继而将它导引至你想要运用的层面上。

根据乔舒亚，史东的《扬升手册》(The Ascension Manual，因为「和谐会聚」而带来默哈玛能量的神圣安排，理论上，人类能在一世的时间内，自第二级启蒙进化成为银河系的阿梵达(神的化身)！

他建议采用依瓦马斯(Vywamus，高灵名称)给他的祈请文来召唤默哈玛能量：「我选择接受与祈求默哈玛能量，深层穿透我的整个能量场，现在就让我的内在神性完全开启与散发光芒，去服务一切万物存有。」

练习：补充与平衡腺体能量的观想

1. 放松。
2. 祈请默哈玛能量。
3. 感觉或观想金白色的光束自宇宙进入你的顶轮，请求它放松、平衡、补充能量与治疗你的松果体。你可以将松果体观想成一个小球体，或以你喜欢的方式为之，感觉它正被默哈玛能量握住与抚慰着。
4. 向下移至你的眉心轮位置，以默哈玛能量充满脑下垂体。告诉脑下垂体只分泌回复青春的荷尔蒙，使你保持年轻、柔软、心

胸宽阔、健康与活力。

5. 向下移至喉轮中心，感觉甲状腺正被默哈玛能量抚慰与治疗重复在心轮位置的胸腺运作。
6. 重复在太阳神经丛位置的胰腺运作。
7. 重复在脐轮位置的生殖腺（卵巢与睪丸）运作。
8. 重复在海底轮位置的肾上腺运作。
9. 让金白色的默哈玛能量经由你的脚向下流入地球，使地球充满灵性的能量。
10. 将默哈玛能量传送给需要的人。
11. 结束后关闭你的脉轮。

18 灵气与灵疗

在宇宙中有一个神圣能量池，当我们连结它时，能将它的能量用来治疗身体、心智、情绪与灵性的堵塞之处。那些能与它的频率校准连结的人，能将它的能量传送给其它的人、动物、植物、情境与他们自身。它能穿越时空被传送至过去与未来，去疗愈过去及强化未来。

这就是灵气治疗的能量，重新在我们的意识中唤醒它的力量，故有愈来愈多的人被点化去接收它的能量，然而有少数的人天生就能有自行校准频率连结的能力。故现在这个能量的开启及供应我们接近与取用，并非偶然。

「灵」，意指「宇宙」，是较高的灵性意识，遍知与无所不在的神性力量，能流入问题的源头中。它能回复和谐状态并使我们充满光，无形中自动地提升了我们的频率。

即中文的「气」(Chi)，梵文的「普拉那」(Prana)，亦称为 Mana「玛那」(超自然力量)，或金色光液 (Gold Liquid Light)，是流经万物存有的神圣能量神圣礼物，源自亚特兰提斯时期，只有当时的祭司与女祭司才能获得与这个能量连结的符号，他们之中的许多人现已再度投生转世于地球：在数千年前，西藏佛教的喇嘛也曾运用过这个能量，之后在公元一千八百年时，由臼井瓮男再度发现。

除了某些人天生就能与灵气频率校准或能自发性地发现能量通道的情形；经过一位灵气师父的点化，使他们与确切的频率连系。如同我们是电视机般调整频道，才能接收这个特定的电台。

以爱与慈悲传递灵气

在灵气点化过程中，身体及以太体会被调频校准至更高的频率上。这将形成一个清澈的管道，让高频的灵气能量电流经由管道而流动。每当灵气治疗师接通这股电源时，电流将流经与净化治疗师的传递管道，继而流入欲导向的地方、情境或个人身上。

当然，灵气治疗从事着相同的事情，但过程与振动频率则不尽相同。在灵气治疗中，是以符号来点化人们，灵气师父在他们的顶轮、

心轮与手的脉轮画上符号。在之后的点化过程中，他们会被教导及给与符号，使他们能连结更深的能量层次。故校准连系这个能量源头的钥匙就是特定的符号。灵气治疗传导下来的能量以紫色光呈现，这是肉眼可见的最高频振动，是净化的光束。

我的一位客户感到非常沮丧，因为她看见许多不同的朋友接受了灵气点化，甚至成为能点化别人的灵气师父，而尚未拥有治疗技巧的深入知识，及未带着臣服与奉献的心去使用这个伟大的疗愈力量。

我询问库弥卡有关这个问题，他回答，有些知道如何接通灵气能量的人，只是位灵气施行技术者。尚有一些人则是真正的治疗师。那些灵气施行技术者会吸引需要技术者来点化他们的人。那些具治疗师质量的人，则需要真正的灵气治疗师来为他们点化。这是十分符合逻辑的，因为万事万物皆依循着宇宙法则，物以类聚。

然而，库弥卡强调真正的治疗师拥有更强大的力量。你可以想象成如同一位技术者依操作守则调整电视机，照做后，将电视开关打开就能收看节目了。如果是由一位真正关心电视是否妥善调整的人来做这个工作，他会花时间及不怕麻烦地尽力去做，运用直觉与个人的承诺，去确保工作成果呈现完美的协调整合与连结。

如果某人决定接受点化成为灵气治疗师，运用直觉去选择为你进行点化的灵气师父。如果你想接受灵气治疗，也明智的运用直觉挑选灵气治疗师。

如同所有已知的灵性讯息与知识，灵气已扩展与延伸了许多世纪，新的符号已被接收。去保持疗愈振动频率的纯粹与在连结时的至高至善意图，是很重要的。

一位真正的治疗师是以爱与慈悲传递灵气能量，只为纯净与最高的善传导能量，并运用观想来集中治疗的力量。

在我接受灵气二阶点化不久之后，有一天我正安静地进行早晨的瑜伽练习，一股意识之流进入我的脑海中。有一个声音说道：「我是臼井先生。此刻对每一个人而言，去提升他们的意识是非常重要的，灵气点化是一个提升的方式。请注意许多人在无意识中记得他们前世曾经是灵气治疗师，或受到灵气的吸引。人们或许会争论着有关是

否只为具治疗师质量的人点化，或也为技术者点化的问题。但确定的是，灵气点化能利益所有的人，总会有一些需要技术者存在与帮助的时刻。赛巴巴、宇宙性的基督（Cosmic Christ，指基督的爱遍满了整个宇宙）及许多其它的圣灵一同协助这个意识提升的工作。经过特别训练的灵气天使也来帮助这个过程。灵气在人类意识提升上占有重要的地位。」

那个出其不意的声音与讯息让我颇为震惊，但我仍循记忆尽可能精确的描述。

灵气能量，正像所有的灵性能量般，能清理与净化身体、心智与情绪的信念。它能让旧有、根深柢固的心智信念去芜存菁，故僵化的思维模式与无益的信念与态度会被消融。灵气符号会在无意识中运作，消除潜藏的负面部分。

灵气治疗是透过接受治疗者的较高自我而运作的。

灵气的近代史

臼井瓮男于十八世纪中期出生于日本。他因佛陀帮助众生的愿力而深受感动，并注意到佛陀据说能治疗疾病，他的弟子因遵循他的教导而获得治疗的力量。他开始探寻有关治疗的学习与知识。

每当他拜访日本的寺院时，总是被告知灵性层面远比身体层面来得重要，及当我们专汰在治疗灵性上时，就会得到治疗身体的能力。

臼井先生与一个禅寺的注持成为好友。他在那里研读佛教经典与经文。他为了能阅读原文经典而学习中文，继而学习梵文，因此他可以无须透过翻译而直接阅读佛教文献。那是一种承诺。在西藏经文的梵文咒语中，他发现佛陀自身曾使用来连系更高力量的奥秘方法。

在七年的探索之后，臼井先生拥有他需要的信息，但仍无治疗的能力。故他决定去证盲这个奥秘方法，来到日本的鞍马山进行二十一天的断食与禅修。在第二十天，他看见天上一道金色光束正射向他。他意识到这道光可能击中他，虽然可能会让他丧命，但为获得治疗的力量，仍值得冒险一试。这道金色光击中他的前额，使他进入无意识状态中。

在恍惚之中，他看见炫烂的七彩光球浮现，中间出现金色的符号。他接受了每个符号的调频连结与知识，及灵气治疗的启蒙点化。

当他下山时，他撞伤了脚拇趾。他用手握住脚拇趾，下到几分钟的时间，疼痛与流血停止了。他为了二十一天后的第一次进食而停驻于山下的客栈。虽然客栈的主人叮咛在断食之后不要吃太多，他仍吃掉正常量的餐食而无任何不适。客栈主人女儿的脸因牙痛而肿胀，他使用灵气来为她治疗。

在那之后臼井先生花了七年的时间在京都的贫民窟为人治疗疾病。当那些乞丐病情好转时，他送他们离开贫民窟去找工作，但他们再度回到贫民窟，宣称行乞比工作容易。他了解到他一直在做拯救者而非治疗者，因此他毅然离去并寻找那些真正渴望被治疗的人。当他发现真正的求道者时，他教导他们治疗自己，并立下灵气守则，去治疗他们的生命与思想。

他给与十六个人师父级的点化，其中包括林忠次郎先生，是位退役海军军官，在臼井先生逝世之后，受命负责保持灵气的原有精髓与完整性：林忠次郎先生在东京设立灵气诊所，并依照更进阶的研究结果，他创立了手位法，三阶的灵气训练系统与点化的程序。为了保存这些精华，林忠次郎先生将完整的灵气治疗传授给高田•哈瓦优。

高田•哈瓦优是日本人的后代，移民定居在夏威夷，她回到日本进行肿瘤外科手术。当她在医院中准备动手术时，听见一个声音告诉她不需要开刀。她在最后的关键时刻拒绝了手术，并被带往林忠次郎的诊所接受治疗。四个月之后她完全康复，并请求学习灵气。她与林忠次郎家人同住一年后便返回夏威夷。

林忠次郎来夏威夷拜访她，协助在当地建立灵气学习系统，并点化她成为第十三位与最后一位灵气师父。她将灵气引进美国。因有感于日本的尊敬与奉献的观念难被西方人的接受，她决定对灵气师父的点化与训练收取高额的费用，来表达对灵气的尊重与感激。

她点化了二十二位灵气师父，包括她的孙女菲莉丝•古本，成为继高田•瓦优之后的灵气继承者。林忠次郎先生与高田•哈瓦优女士，加入了原本的灵气系统来确保灵气的发展与溥承。

臼井先生以下列这些准则作为生活的基础：

- 就在今天，我心存感激；
- 就在今天，我不烦恼）
- 就在今天，我不生气。
- 在每日工作中，对自己诚实。
- 就在今天，我善待万物并予以尊重。

灵疗

当我们的心轮开始开启时，我们会有帮助别人疗愈的渴望，之后我们开始提升我们意识及学习向宇宙源头敞开，我们因而得以传递疗愈能量。随着我们经历过渐次清理管道程后，流经我们的疗愈能量将益发强大与纯净。我们透过自身的脉轮系统降低所接引的神圣疗愈能量频率，故被治疗者所接收的是最適切与完美的能量。

这种振动频率与灵气治疗明显地不同；故有些人会受到灵疗的吸引，有些人则喜欢灵气治疗。一切都是最完美的，每一个人吸引对他最合适的，有更多样性的选择与机会现在正被供应着。

许多灵疗师在气场上工作，治疗的效果能显现在灵性、心智、情绪与身体层面上。双手接触的灵疗倾向于只运用在身体层面上。

天使治疗

当你召唤天使透过你来进行治疗时，会发生令人惊讶的事，他们将帮助治疗者与被治疗者的意识提升至神识的层次。

19 起床讯号

玛吉过着极传统的生活，嫁给一位平凡且时而带着控制欲的男人，拥有三个已成年的孩子。她在医院担任物理治疗师的工作，然而因为她尚无灵性的知识与经验，故总是机械式地在别人身体上工作，如同他们是车辆般，她开始出现了工作的无聊与倦怠感。

灵性尚未进入她的生活中。她甚至从未听过灵疗。然而当苏醒的时刻来临时，较高的力量会用它们的方式去唤起我们的注意力。公元一九九一年，一个命中注定的周末来到玛吉的生命中。

她的先生与儿子赴他们拥有的农舍小屋渡假。她自工作处返家，发现家中遭受盗匪入侵与偷窃，整个房屋显得相当凌乱。在惊魂未定之际，她打电话给她的女儿与警察。她感觉必须告诉她的先生，但她不想透过电话告知他，故与女儿跳进车中驶往渡假小屋。

另一个惊吓正等待着她。在还未来得及开口叙述前，她的先生对她咆哮怒骂，称她侵犯他的隐私。她与女儿尚未能将家中遭窃的情况告知就立即仓皇驾车返家。

隔天，在极度沮丧之中，她与女儿漫无目的地徘徊在格拉斯顿伯里（英国灵性小镇名），愁眉不展。她的目光被一个写着「灵疗」的招牌吸引。在那之前，她可能会嘲笑这种念头，但出乎意料的是，她发现自己将手提包塞到她女儿手中，说道：「我想要接受一些治疗。」她女儿惊讶地倒抽一口气说：「妈，你不可以去。」但玛吉立即转身走进灵疗中心。

命运安排了一切，最后的四点个案时段刚好有空档，她发现自己坐在一位男士对面，当她感觉到一股自男士身上散发出来的平静与安详时，她立即放松下来。她将那些未告诉她先生家中被窃的事情告诉那位男士。

这位治疗师握住她的双手并凝视着她的双眼，立即让她感受到一股美好的感受。他散发出如阵雨般的光芒流遍了她的全身。他们两人笼罩在一片无法言喻的光中。她说：「我们如何在光的核心中，光正旋绕着我们。这个光像似纯然的慈悲，我已忘了时间。」

玛吉离开灵疗中心后感到极为震撼，并感到一股冲动想要购买一本圣经，开始阅读圣经及其它各种灵性书籍。从那时起，她停止阅读新闻报纸及看电视节。感觉自己已进入另一同的世界，并不断地想起美好的事物，亿起身处于光中的觉受。

当她终于告诉她先生有关光的事情时，他说她已被催眠巨必须立即摆脱此种状态！

她极度渴望知道更多有关光的事隋，她去见当地的教区牧师，但他说自己非常忙碌，她应该去见精神科医师！她于是隐居并阅读更多的书籍。

自黑暗的牢笼释放

在她经历过这些事情后，玛吉在医院的病人立即以倍数成长。病人都指明找她施行物理治疗，不想要其它人为他们服务。她洋溢与散发着光与疗愈的力量。

一年后她去拜访居住于国外的弟弟，一位无神论者。因为她改变甚多，他询问是什么力量让她改变这么多。她告诉他有关发生在一九九一年十月二十九日的一次灵性经验。玛吉预期这个话题会成为一个谈话的终结，的确如此发生，他们的对话突然地终止。

出乎她意料之外的是，隔天当他们独处时，她的弟弟靠近她并说：「我想知道你发生了什么事。」她告诉他整个故事，及有关被包围在不可置信的光中的情形。

接着他告诉她在故事发生的同一天中，他坐在公寓的床上，将枪置于腿上，他想要结束自己的生命。在该日下午四点时，他突然想到玛吉的小孩，他的死亡将带给他们极糟的印象。他将枪放下的时刻，正是玛吉经历沐浴在光中的灵性经验的时候。

这个不可思议的故事并未就此终止。玛吉在几个星期之后遇见了她的灵魂伴侣。他是一位脚踏实地的水电工人，未曾有过任何心灵或灵性经验。他们不顾一切地坠入爱河，并进入一段充满激情的秘密恋情。他告诉她一件在他们相遇时所发生的非比寻常的事件。他看见一个光芒四射的女人站在玛吉背后将她推向他。

有四年的时间，他们在喜悦与热情之中彼此相爱着。玛吉真正感到自己像是花朵般盛开绽放的女人。后来，突然间他倒下来并死在她的怀中，令她陷入全然的孤寂与悲痛。

因为她已婚的身分，她无法向任何人倾诉，只好独自一尺外出渡假一周。在绝望与沮丧中，某个晚上她独自走在阴暗的街道上。突然间看见一道光，之后整个街道光亮了起来。她独自站在这光中想着：「这是象征死而复生的景象。」当光离开时，她感觉到无比的轻松愉快。她头一回单独进入酒吧，一位站在吧台的男人告诉她，他终其一生都是个无神论者，但当她走进酒吧时，他觉得神走了进来。他们彼此交换着地址，他经常写信给她，并描述他如何在每一件事物上看见神。

神圣之光能进入并将我们自最黑暗的牢笼中释放。

在希腊，我曾与一位年近四十的男人谈话。在我遇见他时，我很快地知道他拥有许多智慧，并猜测他曾接受过灵性启蒙。但实际上，尽管他拥有许多智能，他仍沉迷于毒品药瘾之中、那会让他进入黑暗面。

以下是赛门告诉我的故事：

我有一位朋友叫做迪克。我们是玩在一起的嬉皮，他永远是派对上醒目的人物与灵魂。我以为这样的生活让他感到快乐，但有一天的暗夜中我走在回家的路上，看见一个人影坐在墙上啜泣。那是迪克。他告诉我他感到孤单与不快乐，我安慰他，但我很难相信这是我所认识的迪克。

我再度去旅行，但我感到迷失与痛苦，大部分的时间都在恍惚中度过。我加入了一个运用不分善恶力量的女巫集会。生命变成一个可怕的恶梦。在一个特别可怕的事情发生后，我知道必须离开。我逃离那个地方并往南方前去。

有一天，在一个夜总会的外面，我感到有些东西进入我的内心，并将我拉进夜总会。在那里有一位来自女巫集会的女巫。我试图去乎视她，但这个力量太过强大。我落入这个陷阱网并再度跌入地狱中。在那里没有爱的存在。我在地狱中过了另外两年的生活。

有一天我无意中碰见迪克，他已经是贵格会的教徒，我们一起喝咖啡叙旧。当他知道我处于深度压力时，他告诉我：「你必须记得爱是最至上解脱之道——莫克夏(Mokasha，解脱生死轮回，融入自性之中，自性实即宇宙的本体，而与此本体合而为一。)」

我问道：「什么是莫克夏？」他说：「它就是灵性道路。」

我感觉仿佛有一把斧头自我的头至心劈成两半，那种疼痛相当剧烈，我觉得快死掉了。

我告诉他我的感觉且哭喊着：「究竟发生了什么事？」

他笑着回答：「你这个笨蛋，那就是爱。」我陷在惊吓中，但已经离开了地狱。我已待在那里七年了。最后我感到快乐与平静。

数月之后我再度沉溺于毒品。隔天有一个不知从何而来的声音对我说：「飞得愈高，跌得愈深。」我再度陷入地狱之中。

两年之后我仍然觉得很糟糕。在某个夜晚，我经历过了濒死经验。我的守护天使站在我的面前说：「你现在在这里。你想待在这里或回到原处？如果你回到原处，对你而言将不是件容易的事。」

我决定回到原来的生活及与黑暗运作。我可以告诉你，那真是一段艰难的日子。

那些受过灵性启蒙的人一旦受诱惑时，会比那些从未接受过灵性道路启发的人陷入地狱与黑暗更深。因此会有那句对赛门说的话出现：「飞得愈高，跌得愈深。」

之后在希腊的蓝天下，我们为赛门做了一些工作，让他脱离黑暗的女巫集会的力量，并将他的某些内在黑暗能量体移除，然而仍更多需要处理的部分。如果赛门再度接触毒品，他将再度进入地狱境界。但如果他持续性地戒除毒品并走向他在前世中已熟悉的光的道路，他能在这世帮助他自己与许多人。

毒品并非扬升道路上的一部分。在古老神秘学院，门徒在管制的环境中会被给与特定的药物来促使他们进入更高的境界。这些药物在一个引导他们灵性向上提升的祈祷、仪式与典礼的架构中被提供使用。这就像是提供他们一根萝卜，浅尝静心的奖励滋味，它从来就不是一

个进入神圣之光的快捷方式。

不分好坏的使用药物，会使灵性投射在星光界(Astral Palnes)或较低的星光层(非物体的，称为超现实，在灵魂出体、濒死边缘、死之后到重新投胎前存在此，也称情绪界 [Emotional Plane])。这些是黑暗的情绪与思想形式所在的层次，换言之就是地狱。

过往的弟子现已转世，再度追寻与忆起药物是通往神圣愿景的快捷方式，但它们只是方法的一部分，且常造成误入歧途或堕入地狱的情形。

天使通常会在我们准备好的时候出现。我收到一位迁移至国外与男朋友住在一起的女士。不幸的是，事情的发展未能如她所期待般的美好，有部分原因是他的母亲持续地干涉与介入他们的关系，另有部分原因是她思念自己的母亲，他们的关系因而每况愈下。

某个傍晚当男友疲惫地自工作返家，她为他施行日式指压。当她站在他身旁时，他进入睡眠状态中。接着她看到站在她身后指导她应该将手放在哪些身体部位的三位天使。他们说：「不要忘记你拥有的光与你是谁。」

她结束指压并坐在沙发上，她的头脑发出吵杂的信号声，继而天使告诉她，她与她的母亲是来自相同灵魂群组的灵魂伴侣，那是为什么她如此思念母亲的原因。自那时刻起，与母亲分离的空虚感消失了，她感到新的力量与自信使她面对与应付男友的母亲。

这里有个关于一位非凡但抗拒的治疗师如何收到她的起床讯号故事。维若妮卡是一位拥有非凡力量且让许多奇迹发生的治疗师。她经常发现炙热的能量流过她的双手，当她触碰人们时，他们的问题立即消失。

在一个派对中，她与一位年迈的女士聊天，她因手指外翻而手部长久无法合拢。将手筋(腱)切除的手术证明对她并无帮助。维若妮卡听见内在的声音说：「让我握住你的双手。」当她放手时，这位年迈女士在许多年来第一次能使手开合自如。

年迈的女士很快地告诉她一位不良于行的朋友。这位朋友跛行去见维若妮卡，她乐意地握住她的脚。这位朋友在跳舞中度过该晚。

尽管有许多疗愈的事情发生，维若妮卡仍不想接受她的力量。她并未接受过治疗的训练。她不了解为何治疗的能量透过她而流动，且拒绝接受这个力量。

有一天她十五岁的儿子史帝芬待在房间内。他从未有过通灵经验，故当他开始看见闪烁的光时，他们以为是偏头痛的前兆，维若妮卡叫他躺下来并拉上窗帘，但她的儿子制止她。「你没想到看到光吗？」他在惊讶中问她。一道闪烁的光出现在她的肩膀后方，在光明中一位光辉闪耀的天使出现，告诉这个男孩不要害怕，她是他母亲的天使。天使说：「你的母亲是特别的。」她必须接受她被召唤成为治疗师的事实。告诉她记得她是谁。接着她握着一把顶部镶有宝珠的令牌，并说这是他母亲所拥有的。史帝芬说：「妈，这根棒子是实心与立体的，收下它吧。你一定能看见它的。」但维若妮卡仍无法看见或听见任何事物，然而她从此不再怀疑自己的疗愈能力。

几天之后，她受到请求去探视一位因癌症而濒临死亡且承受极度痛楚的男士。她走进房间并将她的手放在男士的胃部，突然疼痛离去，他进入熟睡中。那些跟随进入房间的家人怀疑地问着：「你对我父亲做了什么？」

维若妮卡再度听见自己说：「他很好，他只是再度经历一些他已遗忘的孩童时期的经验而已。」

当他醒来后，告诉家人他梦见一个非比寻常的孩童时经历。自那时起直至他往生的期间，也就是在她为他治疗的那一刻起，他全然地脱离了疼痛的状态。

20 深度清理

当我们发誓时，它会深深地影响我们的意识，这就是为什么从来无法轻快地承诺誓言。有位三十岁的男士告诉我，曾经有位通灵者告诉他，他在青春期早期时在沙滩上立下婚约的誓言。通灵者说，那个誓言已深植于他的无意识中，且造成他在面对关系时的怯步。

这个男士十分惊讶。他告诉我十五岁时他与一个女孩有过一段暑假恋情，在沙滩上举行一个模仿的婚礼。当时他觉得很有趣，之后也从未再想起这件事。现在他开始了解模仿的婚姻誓言所带来的冲击，并想要将它去除。

如果仅仅一个在朋友前举行的模仿婚礼，就具有这么大的影响力，一个完整婚礼仪式的力量就更胜于此了。故在累生累世中，于众人见证的神圣仪式中所立下的贫穷、贞洁与服从誓言，亦具有相当程度的力量。

前世誓言的阻碍

所有前世的誓言与此生已过时的誓言，例如已结束的婚姻关系，现已造成我们实现潜能的障碍。

佩妮是拥有灵视与通灵能力的人，并已完成许多自我成长与发展的工作。然而，她仍无法了解为何她对性不感兴趣。当我为她进行个案治疗时，很明显地发现她曾立下成为修女的贞洁誓言，并被贮存于以太体上的贞操带捆绑限制住。在个案过程中，四具贞操带自她的身上移除。

我在静心中带领她进入一座大教堂。我们召唤曾经见证她立下贞洁誓言的每一个人进入大教堂，来见证誓言的解除。当我们如此做时，教堂的座位顿时坐满了不同阶级的修女与修道士。她跪在神父的面前，并要求释放她前世立下且已不再适合现在的誓言。神父以祈祷文释放她，教堂的群众也低下头来。

之后四位修女带她至旁边的祈祷室，自她身上取下贞操带。她们带她再回到教堂的前台，她站在那里宣告她脱离了誓言。成为一位自

由的女人，她神采飞扬的走在教堂的通道上，步出教堂。

当我几天后再度看见她时，她告诉我自从治疗个案之后，她的伴侣对她的态度截然不同。在之前他一直很冷淡且不想碰她，当那天她返家时，他将她拥入怀中并亲吻她，她立即知道某些事情已转变了。

你可以进行类似的静心去释放贫穷与服从誓言。你甚至可以与许多心意相通的朋友一起创造一个仪式，去放掉所有曾立下的旧誓言。

非现实所理解的是，许多人受到非较高等光与爱的外星人植入芯片或物体，他们来自其他银河系且对人类感到好奇。他们没有机会去经验我们的生殖系统或情绪状态，故他们试图以芯片或物体追踪观察这些现象。

库弥卡告诉我，移除外星植入芯片或物体是很重要的，能使我们自由，去成就真正的自己。当一个外来的身体存在我们身上时，我们无法成为纯粹的，或无法对自己的灵魂拥有绝对的权力。

对我而言，一位高等的存在体，对人们支微末节的小问题是如此的关心与感兴趣，这是很不寻常的。然而库弥卡将帮助个人将根深柢固的心智模式拔除，他将采集与移除外星植入芯片或物体，他已为我移除许多个。

在第一次库弥卡要求我引导团体在静心中至一个地方与层次，在那里他与他的工作伙伴可为每一个人移除外星植入芯片或物体，然而我的心中充满了疑问，但之后他告诉我约百分之九十的植入芯片已被移除，许多参与者反应自己感觉变得更好。

在另一个场合，我正带领一个周末的工作坊，专注于一个截然不同的主题。我无意提及有关外星植入芯片或物体的事情，但在午餐时间，我持续想到这件事。午餐后，当我询问是否有任何人想提出问题，许多人同时举手发问。他们都想要知道有关外星植入芯片或物体的事情！因此我召唤库弥卡协助释放参与者的任何外星植入芯片或物体。

呈现的结果是另人惊讶的。有一位女士之后写信给我，提及当我说库弥卡想要释放外星植入芯片时，她感到内心的真实笃定。她说她的月经曾好几个月没来，她的胸部变得更硬，胃部膨胀起来，觉得自己很像怀孕了，但验孕呈现否定的结果。然而每次她与朋友占卜的结

果，他们都得到肯定的答案，医生说她是更年期症状。

当她进入静心状态中与库弥卡会面时，她感觉自己从椅子上被抬起，觉得有些东西从子宫中被取出与带走。隔天她出现大量的月经状况，并感到无法言喻的喜悦与自由。她相信从自己身上取出一个外星小孩的情形。我认为任何这类的外星植入体不太可能成功且诞生成为人类。他们通常遇到流产的状况。

另一位女士经验到外星植入体自她的胃部与子宫移除。在工作坊之后，她感到一股驱动力促使她去找某位专门移除外星植入体的人，且自她身上又移除了另外三个。库弥卡只可能移除人们在当下已准备好取出的部分。

如果你感觉自己的气场中可能有星际能量体的存在，或外星植入体，你可以在静心中召请库弥卡、依瓦马斯、迪瓦库与大天使麦可帮助你移除它们。

练习：释放誓言的观想

1. 深度地放松。以吐气敲击你的身体，直到你感到归于中心与平静
2. 声明你将所有不合时宜的誓言释放的意图。
3. 攀登阶梯至一座宏伟壮观的教堂或大自然中的神圣处所。
4. 观想放置着你所挑选的任何圣物的祭坛。
5. 在祭坛上点燃蜡烛。
6. 请教士或出现在你眼前那位执行原来仪式的人，你能否认出或记得这个人并不重要。
7. 召唤在原来仪式中见证的每一个人，进入这个神圣的处所来见证：
8. 去经验这个释放的过程。观想任何感觉对你重要的事物。
9. 归还任何戒指、贞操带或其它象征誓言的对象。
10. 在聚集的众人前肯定你的自由。

11. 以自由之身走出那个仪式。

如果你能在团体静心中进行这个练习，或创造一个仪式，将会更具有力量。

练习：移除负面灵体与外星植入物体

1. 放松
2. 观想自己在一个美丽的地方，也许是有着流动的水或群山的地方。
3. 当你感到深度的平静与归于中心时，召唤圣主库弥卡——光之主。
4. 召唤依瓦马斯、迪瓦库与大天使麦可。
5. 当你能看见或感觉他们靠近你时，以神及全然的光明之名，请求他们自你身上移除任何外星植入体或灵体。
6. 静默地坐着直至你感觉到工作已完成。
7. 感谢他们。
8. 记得你所收到的恩典与祝福。
9. 以观想将深蓝色的斗篷披在肩上，并将拉链至自脚至下巴拉起，风帽将头包裹起来。
10. 走出那个神圣处所。

21 银河系的工作

一旦我们致力于扬升的道路上，我们会依计划被派遣。我们将光带至任何所到之处，以致我们被派至需要光的地方。这些地方可能是在地球上，例如那次当我以为我是与一群朋友到秘鲁渡假，我们并不知是出于圣灵任务性质，派遣我们到秘鲁，因为这个地方拥有许多因战争与镇压所产生的黑暗能量。更显著的例子是马丘比丘，是地球上最重要与最具力量的空间次元转换双向出入口，已被黑暗力量渗透，使黑暗天使与较低等外星生物得以进入。我们的任务是去消融部分的黑暗并将光带入，再度邀请光驻守出入口。

当我们回去时，我被告知我们在所到之处皆留下了光的踪迹，触动了每一位邻近居民的心，且那些地方的土地吸取光的方式，如同干枯的大地欣喜感激地接受雨水的滋润。

当你是光的工作者，无论你是否有无意识去做，你会将光携带至任何所到之处。你是为奉献于提升这个星球的振动频率而存在的。相同的，在观想或静心中的思想所至之处，光就与之随行。当你进行灵魂出体的旅程时，例如在你的梦境中，你的灵魂将携带着光至游历的地方。

成为银河系的沟通者

当我们的第四次元脉轮开启时，我们准备好去进行星际间的工作，意味着我们能在静心中连结其它的行星。第九脉轮的活化启动意味着我们成为地球守护的一部分。第十脉轮的活化启动使我们能到达太阳系，并承担至其它星球工作的使命。当第十一脉轮开启时，我们成为银河系的存在体。

在一次流行性感冒中，在静心时，我十分惊吓地看见自己站在土星的顾问会议前，解释被送至地球的能量过于强烈，造成超过人类振动频率所能负荷的震撼，并为人类说情请求运用较温和的方法。

库弥卡之后告诉我，只要我愿意，我能更频繁地被派遣去执行这般重要的使命。当我们在梦境中或静心中，涉入星球与银河系间的工作。

作时，我们正从事着特别的工作。

在某个夜晚，莎朗与我正与库弥卡对谈着。突然之间他停止谈话，并告诉莎朗他想要我们去协助进行一个计划。

他告诉我们有一个行星完全地陷于困境。这个行星是荒芜贫瘠的，居住在那里的存在体，拒绝听从任何劝说或做任何改变。库弥卡说他与许多伙伴们，试图帮助那些存在体，去改善与创造一些不同事物与景况，使他们能够进化，但他们拒绝听从。

他强调这个工作是十分重要且急迫的，因为整个宇宙是以如此精致敏锐的平衡状态来维持稳定性，即便只有一个行星困住，整个行星系统也可能会崩解。

他希望我带莎朗去那个荒芜贫瘠与岩石遍布的行星，并教导居民运用他们的心智创造力，使他们的星球形成肥沃富饶与喜悦的景象。

我在静心中引导我们的频率进入更高的层次，并带着莎朗进入这个行星。库弥卡随同我们一起前往，但并未参与该项工作。那是一个美好的执行计划，因为我清楚的感受到，居住在那里的存在体们，是生活在恐惧与害怕之中的。我们非常温和地让年长者安坐下来并与他们沟通。我们以心智的力量将柔软绿茵草地的模样显像给他们看。我们帮助他们去触摸与感觉它，逐渐地我们为他们显像花草树木、池水，并鼓励他们去经验这些景物。接着我们教导他们去观想并显化出温柔的自然帷幕。

我们承诺再回去那里。

我告诉库弥卡，我感觉那里的居民惧怕他的强烈与直接的方法，他们需要温和的劝说与鼓励，而脱离他们无力与停顿的状态。在他高贵的宽容与谦逊中，他承认自己与同伴太过期望这个荒芜行星的转变，而使用过于强烈的力量与他们沟通。

我赞叹着这个不可思议的经验，我们能真实地做一些帮助扬升大师的事情。库弥卡请求我们继续在静心中去造访那个行星，并在那里带领团体，一直到居民们能够了解宇宙创造的喜悦，及生活在绿意盎然之地与丰盛之中。我们做到了，并欣喜的感知那个行星变得翠绿与肥沃，看见孩童的欢笑、嬉戏与游泳，然而我所称呼的孩童并非人

类形体的生命体。

如果你或与你一起运作的团队也想贡献你们的能量，在静心中造访那个行星，并继续教导他们创造丰饶的星球。发自内心的给与必有回馈。库弥卡保证任何帮助这个贫瘠行星脱离困顿状态的人，会感受到他们内在贫瘠匮乏之处将被丰盛填满。

地球与昴宿星有紧密的连结，许多昴宿星人(Pleiadians)在此刻投生转世于地球。有些来自遥远银河系的星际种子（Star Seeds）透过昴宿星降低他们的频率，来到我们地球。他们以慈悲心试图透过昴宿星来协助我们全体。你可以请求进入昴宿星光的密室，并获得非常具有力量的帮助与疗愈。

某位参加我课程的学员与我们分享一个多年的经验。她时常被她背部的振动与嗡嗡声吵醒。刚开始她因这种过度干扰的现象而感到不舒服，现在她已逐渐适应了。她知道这种情形是因与某种宇宙飞船连结，并为她补充能量与提供帮助。每当此种情况发生时，她会带着充满能量与生命力的感觉醒来。那是种美妙的经验，显然地她被输入能量去进行特别的工作。

如果你感觉准备好着手进行行星工作，安静地坐着静心，并发送光至你感觉需要的地方。为进行银河系工作，同样地坐着静心，并在静心中提供你的服务，继而等待影像或指示出现。

22 释放因果业力的祈请

你背负因果业力的时间长久，取决于你的意愿。因「和谐会聚」的举行，光的工作者已释放了他们的业力负担。当我第一次听见这个说法时，我想着：「这真是太棒了！我要放掉这些业力。」

我期待千斤重的担子自我身上掉落，但只有在当我们准备好时，我们的业力债务才能注销。如果我们仍有些事情有待学习，或我们希望在某些层面上偿还时，业力债务将继续，灵性法则仍持续适用。我们必须请求释放业力。

许多阅读本书的读者，将清偿此生所带来的业力累积债务，故容易遇见即显业力的情形。这意谓着任何新累积的债务必须立即还清，故你将无法逃脱任何曾造成的事。因为每一个思想、语言或行动，都可能产生更多新业力的结果，除非你时常观照与觉察自己。这表示如果你在早上草率地批评某人的行动，你可能发现自己在下午发生与此人相类似的情境！

我们有必要对自己在每个当下所创造出的一切，抱持谨慎的态度。那些愤怒、伤痛、不正直的行为、嫉妒、负面与绝望的时光，对我们并无帮助，只会使我们容易再度负债，而且当我们愈接近开悟层次时，犯错的处罚将更加严厉。

信念也会制造业力的结果。如果某人带着自己不值得与不配拥有的信念转世投生，他将吸引抑制贬损或虐待的情境来到生命中。当他们以愤怒、憎恨或恐惧的思想念头响应时，就制造了业力。

我认识某位极度爱她的猫的人。当她的猫受重伤时，她对决定是否让牠安乐死感到十分痛苦，最后仍决定如此做。该行为的本身并无造成业力，因为动机是好的，然而她的罪恶感与自我怀疑却制造了业力。

许多人问我性或手淫是否会造成业力，答案是否定的。但业力通常会在该过程的观想与思想念头中产生。较低等的感觉，例如欲望、罪恶感或匮乏感，将形成并累计在业力债务上。以爱的思想环绕性的过程能增加账面余额。

能将业力消融的永远都是恩典本身。爱是启动「恩典法则」的有效要件，故每当我们能出自纯粹的爱与慈悲为他人做些什么时，我们即提供了恩典。

疾病或意外是信念、思想与行动的业力结果，不论是在此生或前世。如果有小孩生病，他的母亲出于爱与慈悲带他去治疗师或医生那里。她爱的行为与治疗师或医生的爱心照护即是恩典，将消融小孩的业力。

如果某人即将溺水，一位陌生人潜入水中抢救他，这个陌生人提供了恩典。一位治疗师帮助某人以不同观点看事情，使客户在心中找到爱来取代恨，是协助去启动恩典。

当今有许多人想成为治疗师，因为在觉醒的人心中的爱与慈悲正大量的滋长着。现今较容易找到灵疗、灵气治疗、水晶治疗与许多其它心理与身体的治疗师来提供协助，因存在于那些敞开心的人内在的神性，提供了恩典给其它的人类与动物。

大部分的人正学习着关系的课题。任何专注于自身内在工作的人，会出现与父母亲、伴侣分开的状况及在关系上的困难，且将会观照自己的内在孩童及他们试着想要解决关系问题的人。有时纵然我们已尽一切努力而问题仍旧存在。这里有一个新的神赐的赦免方法来帮助你。

如果你已尝试过任何方法来疗愈或情境，并且已尽己所能去了解与解决，你可祈请神为你释放业力。

我曾提供一位客户治疗个案，许多年来她尽最大的努力来治疗与她母亲的关系。最后我建议她请求神赐的赦免。在静心中我带她进入一个更高的层次，在那里与业力之神相会。她告诉他们她已完成的内在工作，及有极大的渴望去治疗她与母亲的关系。他们商议着，之后她看到其中一位将她的阿卡莎纪录(Akasic records)中的某页擦掉，这个纪录是保存着我们累生累世的业力资产与负债。最后她被允许去看那一页，发现它已呈现空白，当时她知道自己的业力债务已被释放。

在我的理解中，在我们地球的历史上，从未有如此般的机会去请求神的恩典。我感觉对那些已准备好受惠的人，现在有一种神的赦免

力量可取得。

肯定句

- 神圣的爱与光流经过我，现在就释放所有限制的模式与信念。
- 每当我想起_____，神圣的爱流经过我。

观想——释放与原谅某个情境

1. 放松且闭上双眼。
2. 请求你需要解决的情境，及任何涉入的人出现在你面前。
3. 从情境中脱离并从一个爱的观点来看待它。
4. 试想你能为这个人或情境做些什么？
5. 观想此人收到所有他们所想要的，或以一个完美的方法呈现情境。
6. 感谢这个人或情境为你服务。
7. 请求原谅自己在此情境中所扮演的部分。
8. 敞开心去原谅任何人。
9. 让神圣的爱流经你的身体与气场。

观想——祈请神释放业力

（当你对每一件事皆感到厌倦时）

1. 将你对宇宙源头请愿的事项书写下来。
2. 闭上你的眼睛并放松下来。
3. 观想自己步上阶梯并进入纯白的神殿。
4. 穿越鲜花满布的庭院，通过美丽的喷泉。
5. 请求天使将你的请愿书带至宇宙源头。

6. 等待回复。
7. 去敲业力之神的大门，与那位回复的业力之神碰面。
8. 接受他们的讯息或响应并予以感谢。
9. 返回庭院。
10. 对所发生的一切静心。

23 咒语真言

咒语真言(以下简称「咒语」)是一个古老的方式去提升你光的层次。咒语是神圣的语言或表达,每当以意念或口语大声念诵或唱诵时,将吸引光来到我们身上,且形成一股灵性力量。

咒语是进入宇宙的钥匙。每一个音律会创造一个模式,本身即是一个符号或一把钥匙去开启某部分的宇宙真理。毕达哥拉斯,现在是上师库图弥,首度介绍行星音乐的概念,揭露在宇宙中的每一个行星、恒星、植物、海洋与岩石,都能对应至一个特定的音律,且与一个特定的振动频率共振。许多是储存古老智慧的宝库,被弥封在咒语及曼达拉中。

音乐、音调与咒语有特定的振动。当我们调音调或弹奏某些特定的音乐或唱诵特定的咒语时,就会创造出一种模式或符号。每一种都是打开心智与身体,并进入宇宙知识的钥匙。

故咒语是进入神性的金色钥匙,促使进入更高的觉悟状态。

唱诵咒语取用宇宙知识

许多实验已完成对不同物质所显现的不同声音效果的研究,例如金属锉刀与沙的实验。当发出音符的声音时,金属锉刀振动并转变成形体状。在今日科学的时代运用更精密的音波振动描记器,仍出现相同的结果。当透过音波振动描记器弹奏韩德尔弥赛亚的最后和弦时,在屏幕上显现出一个完美的五芒星。咒语会形成精准的几何模式。「嗡」咒语产生完美的圆圈,内部充满同心的三角形。

当敲打一个音叉时,会造成其它在听觉可及范围的音叉,以相同的频率振动着。如果你在一个放满许多钢琴的大厅,敲击其中一座钢琴的一个音键时,其它乐器的相同音键将会共振。人类的脑波是同步化的,意识会漫延。

高频振动能消融较低的振动频律。较高意识的思想会点亮较低的心智。较高的心智因而具有更伟大的力量及影响力。光必定永远是赢家。

当我们唱诵咒语时，我们不仅只是接近与取用宇宙知识与智能，我们还能散播智慧给那些准备好接受的人。

伟大的神的名称已形成咒语。神的化身意味着神降临进入肉身。巴巴吉(Babaji)，一位基督瑜伽士，是一位玛哈阿梵达(Mahavatar，意思是伟大的神的化身。他可能是一位最为人敬爱与知名的灵性上师，且具有十分强大的力量，能以意念显现他的身体与消失，通常现身于个人或小型的弟子团体中。他以一位年约二十五岁、蓄有古铜色长发、洋溢着光辉的脸庞与身体的年轻人模样出现。自他在喜玛拉雅山的灵性僻静多年以来，他一直在帮助人类。他可随时回到神那里，但仍选择提供己身之力去救赎人类，他被称为永存的上师。

巴巴吉在许多世纪中曾经教导过许多伟大的灵性领导人。他是尤伽南达上师的上师，且是巴巴吉派遣尤伽南达去美国传递克利亚(净化)瑜伽(Kriya Yoga)，他称这是个搭乘航空器至神那里的法门。尤伽南达在极具启发性的《一个瑜伽行者的自传》中叙述了巴巴吉扬升的故事。

在上师——富有盛名的佛性瑜伽波嘎南达(Boganathar)的指导下，进行深度的瑜伽修练，巴巴吉开始寻找伟大的上师阿葛斯塔。当他在印度南方的追寻期间，巴巴吉向神圣之母立下一个严正的誓言，他会一直在祈祷与静心中，绝不移动，一直到阿葛斯塔愿意点化与指导他进入克利亚瑜伽传承。有四十八天的时间他坐着且不间断地祈祷，经历风吹日晒雨淋及蚊虫的叮咬，日渐消瘦。在濒临死亡之际，当他不断地重复念着阿葛斯塔的名号时，阿葛斯塔带着食物与水出现在他面前。继而他点化与导引他进入净化灵能调息法。他花了十八个月的时间在喜玛拉雅山修练这些技巧，直到他成为一位完美的上师与进入扬升层次为止。

他持续地与基督交流，这两位完全幻化为光明的大师，正一起为我们的星球工作。

唱诵圣者的名号

曾有人说过，当你带着崇高的敬意呼喊巴巴吉的名号时，也召唤了神圣的祝福。

有一首赛巴巴的拜赞歌(唱诵或圣歌)，是由神圣的名号后加上「哈利路亚」所组成的！你可以任何你喜欢的方式采用，去召唤圣者的能量，例如赛巴巴哈利路亚！圣母梅拉哈利路亚！巴巴吉哈利路亚！佛陀哈利路亚！穆罕默德哈利路亚！阿拉哈利路亚！梅翠亚(Maitriya，弥勒佛)哈利路亚！库图弥哈利路亚！耶稣基督哈利路亚！梅翠亚哈利路亚！瑟若佩斯·贝哈利路亚！圣塔库玛拉哈利路亚！

所有的扬升大师都是光之主，故你可依音韵而决定在他们的名号前是否加上「圣主」的尊称。我通常夜晚躺在床上在我的脑海中唱诵咒语，可以逐渐地感觉到我的身体充满了光。

或者你也可简单地持诵着一个神的名号。你可以在排队、开车、游泳、走路或任何头脑空闲时重复持诵着，这是一种静心的形式。当你唱诵圣师的名号时，你将邀请他们来到。

例如，你唱诵着赛巴巴或赛然，你将会吸引赛巴巴，宇宙的基督，在此时转世投生在印度南部布达巴底村(我们生活在不可思议的时代)。

唱诵哈瑞奎师那名号将吸引圣主奎师那，唱诵耶稣基督将为你带来基督。耶稣基督的名号或咒语拥有强大的力量。当有意识地去念诵这个名号，而非在不自觉状态下，将吸引光的能量漩涡来到。

藉由唱诵圣者的名号，你也将吸引他们的质量。如果你唱诵着圣方济的名号，你将召唤谦逊、奉献无条件的爱的品质来到。唱诵耶稣基督名号将吸引无条件的爱。甘地名号将召唤起非暴力、谦逊与智慧。耶洛因(希伯来文「上帝」、圣母马利亚、圣母梅拉、圣女贞德、大天使麦可将带来勇气。

神会回应任何神圣的名号或咒语的形式，故唱诵咒语能使你与宇宙源头的连结更强烈。

你复诵的任何字句会形成一个咒语。人们通常重复有关匮乏的陈述，这些会形成负面的咒语，使你充满沉重与黑暗。发誓的语句是黑色咒语，因此持续不断地重复如「恨」的字句亦同。

正向的肯定句，特别是那些带有节奏与押韵的肯定语句，容易形

成光的咒语。复诵如和平、宁静、爱、平静、安宁等字句，将为你带来那样的能量。

思想具有创造的力量，故当有咒语在你的脑海中流动时，它会进入你的无意识之中，并为你的生活创造出一个好的基础。

每一个咒语会在以太体中创造出一个符号，当有足够的人持诵咒语，无论是在静默中、低声或尺声念诵或唱诵，都会为宇宙中的神圣符号或汇聚神圣智能之池增添力量。当你持续地复诵一句咒语，会将咒语形成的符号铭印在你的气场上，故使你更容易接近神。

那些持续以念珠计数持诵圣母名号的人，在他们的气场中会有神圣之母的符号。他们更容易吸引神圣之母的能量，并能增添神圣之母的力量。

喻南嘛湿婆耶能唤起与宇宙源头的连结。喻香提是和平的咒语。卡都依希，卡都依希，卡都依希，阿多耐，赛巴悠思（意指神圣，神圣，神圣的圣体之主）！可说是！种最具力量的咒语。

梭翰被数以百万计的人使用。吸气时将 So 带入身体，吐气时吐出 Ham 。它曾是一种最具何力量的咒语，且被许多法门提倡运用，但库弥长告诉我地球现在正向前迈进，故此咒语已不如以往重要。

如果你在反复持诵咒语时握着一件水晶，将会有更深刻的体验。你也可以观想自己在一座金字塔中，并将花与蜡烛摆放在自己的周围来持诵咒语。

这里有一些知名与力量强大的咒语：

大祈愿文

——透过爱丽斯，贝利 (Alice Bailey) 传递

祈请来自神心智中的光明

愿此光明普照人们的心智

愿此光明降临世间

祈请来自神心中的爱

愿此爱流入人们的心中

愿基督重返世间

祈请揭示神意旨(意志)的中心

愿神意旨指引人们渺小的意志

此意旨是众圣师所体悟与力行的

祈请我们所称人类族群的中心

愿光和爱的计划在那里得以实践

愿它弥封罪恶渊藪的门户

愿神的光、爱与大能得以在世间复兴此计划

主祷文

基督徒所使用：

我们在天上的父，愿人都尊祢的名为圣，愿祢的国降临，愿祢的旨意行在地上，如同行在天上。我们日用的饮食，今日赐给我们，免我们的债，如同我们免了人的债，不叫我们遇见试探，救我们脱离凶恶。阿们！

净光兄弟的咒语

(净光兄弟是由已在物质世界精炼与开悟的存在体所组成，现献身于服务人类。)

我是神的单子体(或灵魂)

我是神圣的光

我是神的爱

我是神的意志

我是神的固有计划

当我一听见这个咒语时就爱上它如同我已自远古前就认识它。它唤起你伟大的「我是临在」。「我是神的固有计划」此句话，涉及对你的单子体的原始使命的陈述。它与你的使命共振，如果你尚未走在你回归单子体的道路上时，它会引领你更靠近它。如果你走在对的路上，我相信它会加速你的旅程。

24 指导灵

每一个人都有一位指导灵，因为没有人是单独走在地球旅程上的。在我们的守护天使在此生时间与我们在一起的同时，我们会依照自身光的层级吸引指导灵的陪伴，随着我们的进化，会吸引新的指导灵来到。那些对灵性生活不感兴趣的人，可能会在一生中维持相同的指导灵。他们的指导灵会比他们自身更进化，但不一定是最高层级的。史帝芬，那位看见他母亲维若妮卡的天使，且带给她起床讯号的男孩，有一天与母亲在车站一起等待一位朋友。他开始去看每一个经过他们前面的人的背后移动的光，每个人的光具有不同颜色与强度，但每个人皆有。他接着看见每个光都是一位指导灵。

当指导灵知道他可看见他们时，他们有不同的反应。有些并不喜欢被看见，并给他一个冷漠的凝视，有些走向他并打招呼，有些看起来是沮丧的并谴责道：「这个人是不会听我建议的。我将很快就会离他而去并继续前进，与他在一起是浪费我的能量。」如果人们能理解就好了！

当我们自灵魂沉睡中苏醒，并开使变得更纯净、更明亮与更专注在灵性生活时，我们会依自身的振动频率，吸引更高的指导灵来到。现有非常高度进化的存在体被吸引靠近我们地球，等待与观察人们去提升他们的光频，使他们得以与其连结。这些较高的指导灵，希望透过地球上的人传递指引、智能与讯息。

与指导灵相会

指导灵能将他们的频率，下降至特定的程度来与我们相会，但我们必须更加敞开与净化自己，以让最高振动的指导灵能与我们连结。当我们变得更明亮，更高频率的指引与讯息透过我们传递，不论我们是否意识到。

并非每一个指导灵都曾有过肉身经验。如果他们从未转世投生在我们的星球上，他们会发现，有时难以理解我们的情绪或我们肉体的限制。永远是由我们决定是否为自己负起责任。

较高的指导灵曾经过自我宽恕层面的进化，是高等纯净的存在体。他们接受训练来帮助人类实现他们的使命。

当你进化的程度更高时，你更可能同时拥有许多指导灵来帮助你。他们在你不同的生活面相上提供帮助。尚未进化的人可能只有一位指导灵或助手。当我们的频率带有更多的光时，我们会吸引更多的帮助，你可能会感觉到或被告知有关靠近你的不同指导灵的讯息。在灵性世界中，你可能拥有如一整个军队般的助手群。

一九八二年，当一位天使带领我环绕宇宙的第一次灵性经验之后，很快地我了解到我有一位指导灵，但不知如何与他联系甚至不知他的名字为何。

在那个时候，如同大部分刚觉醒的人，我急切渴望与我的指导灵连结，或至少能得知他的名字，因为我觉察到名字的振动频率，有助于拉近指导灵与我的距离。我被告知在每晚睡前做一种静心，在静心中我必须爬至山的悬崖边缘，并坐在那里，询问我的指导灵的名字，并接受我收到的任何影像。

在该晚，我充满着期待的坐着静心，并询问我的指导灵的名字。一个强烈的念头进入我的脑海中，「菲林卓」。继而突然一个微小声音尖声的说「那思比」。

「多么无聊的想法。」我想着，感到很失望。

大约有两星期的时间，我满怀信心地坐着静心，并询问我的指导灵的名字。每次都听见相同的答案。那时的情况很像音乐喜剧，一播放就令我感到厌恶。

我回去找那位教我这个静心的人，她与我调频连结并说：「你目前有两位指导灵与你一起运作。」他们称为「菲林卓」与「那思比」。

即便今日，我仍频繁地被告知去接受我所收到的铭感！怀疑通常会使我们错过机会。当我变得更加认同灵性道路，与奉献我的生命去实践我的真理时，有更多的指导灵接近我」当我开始撰写《点亮你的生命》一书时，一位新的指导灵出现来协助我完成。他让我知道他的名字是巴托罗姆，他是一位美妙、温暖、和善的教师，《点亮你的生命》与它的续集《蜕变时刻》按时地出版。我并未谈论巴托罗姆或

他传达讯息给我的方式。接着在一星期的时间内，我收到两封来自朋友的信，提到：「你必须阅读巴托罗姆的书，这些书是由玛丽，玛格莉特·摩尔·通灵传递讯息的。它们的能量是非常美好的。」几天后我接获某人电话，她主办玛丽在英格兰的巴托罗姆通灵讯息传递的会议。询问我是否想去呢？我毫不迟疑地说：「是的。」

一直到出发前去西南部乡村时，我一直撰写着我准备教授的新课程计划细节部分。在前去参加工作坊的车上，我请求证明该工作坊的巴托罗姆与透过我工作的巴托罗姆是同一位。在玛丽开始通灵传递时，她所引述的字句正是我曾经撰写的。我明白那是我收到的证明。

我从未看见巴托罗姆，但我会观想或睡梦中，偶尔瞥见三位美洲印第安原住民。其中两位戴着具大的头饰，一位是年轻与运动员体态的样貌，带着一根羽毛与厚脸皮的微笑。

有一天我走在家里附近浓雾弥漫的山丘上，感到完全被白色浓雾紧紧包住，且进入非常深的静心状态。我对灵性世界小声的说：「我看见的那三位指导灵是谁？」「哪一位是巴托罗姆？」突然间我看见一位壮硕的美洲印第安原住民，戴着具大的羽毛头饰。

接着我说：「谁是那位年轻且穿戴着白色鹿皮软鞋及一根羽毛的人？」他现身在我面前，咧着嘴对我笑并说道：「我是红云。」

我问道：「喔，那我常看见的另一位印第安酋长是谁？」

突然间感觉好像有一把光箭射穿我的脑袋，一位壮硕的印第安酋长站在我面前，并以低沉的嗓音说：「我是白鹰。」

我因惊讶而倒抽一口气，感到自己不配且结巴地说：「我无法做那些在白鹰集会可以做到的事，我不是灵媒。」

他说：「但你可以铭感影像或讯息。」之后他消失于浓雾中。我在全然震惊的状态中步行回家。当我把这件事告诉一位是白鹰集会治疗师的朋友，她回答道：「如果我是你，我将不会告诉任何人。」有很长一段时间，我未曾说出这件事。

有好几年的时间，我带着服务神的目的与意图，继续专注在我的个人成长与灵性发展上。之后某一年的除夕夜，库弥卡与莎朗及我连

结。他是我的指导灵，一位扬升大师，我与他的能量一起工作是真正受到祝福的。

25 天使

天使正围绕着我们，不仅是来启发与鼓励我们，亦是来帮助我们及使我们的扬升道路更顺利。长久以来一直有天使来指引及对我们耳语提醒，现今又比往昔更多。在神的命令下，他们来到地球协助扬升光流的发生。

因为他们的较高振动层次，大多数的人无法看见他们。故他们以降下飘浮的细小羽毛至我们身上，来吸引人们的注意，羽毛是他们的电话卡。有一天我独自漫步在森林中，深思着一些问题，那是少数让我感到感觉被切断，且无法感受到任何周围的帮助的时候。我停下脚步来说：「有任何天使来帮助我这个情况吗？」我低头看见我的脚，在鞋边的地上有一根细小的白色羽毛！我知道我一直被照顾着。

之后不久有一位女士来找我，她极度渴望与天使工作。她是非常紧张的，且尽管她十分渴望天使来帮助她，但仍充满了怀疑。我从未见过任何人在每一句话中表达那么多的怀疑与希望。

在她应该放松下来及邀请天使到来的时刻，我为她挑选了一件我通常用来裹住客人身体的柔软小毯子，并盖在她身上，在毯子的中间平放着一根细小的白羽毛，较早之前未曾见过。她全然地震惊，不用说也知道，许多天使来到及帮助她开启心轮中心，她因而能接受帮助解决她的问题。

我在某个演讲中说出这两个故事。每个人分享有关他们曾在出其不意的时间与地点，看见羽毛的故事。隔日某人打电话给我，提到在演讲后她与朋友到咖啡厅去吃东西。在他们用餐后准备起身离开时，看见桌子中央有一根细小的白羽毛。她告诉我那是一张擦拭干净的桌子，当他们坐下来时，桌面是空无一物的。他们为天使这么快就示现存在而感到兴奋。

邀请天使到来

在另外一个演讲中，有位女士说她的父亲曾经与天使非常亲近。他经常与他们说话。他在一次车祸中身亡，之后一位目击者告诉她，

他以为是一只天鹅被撞到了，因为在当时有许多白色羽毛在空中飘浮！她现在已能理解是天使围绕着她的父亲。

天使能在实际层面的事情提供帮助，他们也有很好的幽默感。

一位来参加工作坊的男士说：「感谢你的天使书，它在上星期帮助了我。」他告诉我他曾与一个阻塞且顽固地拒绝被打开的水龙头奋战。当他正想放弃及打电话给水电工人时，他想起天使。「我很好奇是否有修理水电的天使存在？」他如此想着，大声的说：「如果有修理水电的天使，请帮助我。」

他回到水龙头的地方，用力一转，水竟能再度流出了。当我们的振动频率提升时，天使会来帮助恢复与归还依神权所赋予我们的本然事物与面貌。

在一位朋友带我至位于伦敦北部尼斯登的美妙印度神庙时，我将这个修理水电天使的故事告诉她。三十三年前，她襁褓中的儿子被别人领养。自那时起她每天都为他祈祷。最近十年中，她一直透过委托机构寻找他。

在我们拜访神庙后，当她返家时，发现有一封来自委托机构的信件，信上说搜寻结果是令人灰心的。他们已无法再多做些什么了，且很遗憾地必须结束这个案子。当她坐下来消化这个不幸的消息时，心想着：「如果有一位修理水电的天使，则必定有一位协寻失踪儿童的天使，我的儿子在三十三年前是个失踪的儿童。」

她安静的坐着，并祈请协寻失踪儿童的天使找到她的儿子。七十二小时之后，委托机构打电话来说，不仅他们在找他，而且她儿子也持续地寻找她，且急切地想要与她相见。十天之内，他们再度团圆，这么多年以来，她第一次感觉到完整。她知道天使已将儿子归还给她。

我们可以请求天使去帮助其它的人，但需时时刻刻留意我们的动机。

一位美丽的古铜肤色女士告诉我，她刚与家人渡假回来。他们待在一个充满阳光的独栋别墅，在那里唯一的娱乐就是游泳池。她五岁大的女儿整日在水中泼溅着水花及嬉戏，而她八岁大的儿子则十分害怕并拒绝靠近游泳池。在假期的十天中，她开始阅读《天使之光》。

阅读几个章节之后，她了解到天使所能提供的帮助是何其多。她暂停阅读并请求天使帮助她的儿子克服对水的恐惧。那个早晨之后，她的先生用手肘轻推她并低语：「看！」让她惊讶的是，那个男孩正在水中开心地玩耍。

天使透过心，带着慈悲来工作。

我曾在一个「内在和平」工作坊解释，如果我们的身体出现疼痛或受伤时，是我们的内在小孩正尝试给我们一个被自己忽略的讯息，当我们否认我们的身体讯息时，我们就无法经验到和平。

有一位参与者，我称呼他为詹姆士，是一位充满愤怒的男人。在工作坊之后，他抓住我并告诉我，他背部曾受伤且带给他相当大的疼痛。他所解释的例子是特别的，因为他被别人伤害且该伤害案仍在法院审理中。

我十分同情并解释，那些攻击他的人正是他攻击与伤害自己的方式反映在外的显像。这个解释让他很震撼，但他有足够的觉知力去理解。我提醒他是有选择的，他可选择停留在他受伤、疼痛与丧失内在和平的感觉中，或选择释放它们。我建议他放手。

他并不想听这个解释，且回家后感到十分气恼。因为他的太太外出，他独自拥有整个房子的空间，他坐在舒适的椅子上思考这些事，陷入沉思之中，直至天色变暗。突然间令他极度惊讶的是，一道光束出现在房间内，一位美丽、闪耀与金色的天使，站在他的面前。天使播放有关他生平故事的电影，再度放映他与暴力及酗酒的父亲相处的可怕童年经历。他看见身为小男孩的自己，奋力去保护他的母亲且遭到殴打。他回顾在十岁时的骨折敷上石膏的景象。他喝醉酒的父亲试图以棍棒打他腿上的石膏。

当他看着往昔的可怕情境，他感到天使的力量、温暖与爱。她对他说：「放下吧，詹姆士，让它全部离去。」

虽然他没有预先报名隔日的「天使治疗」的课程，但他知道他必须来参加并在我之前先抵达。在早上的课程中，当他告诉我们与天使的经验时，他开始啜泣。之后他有始以来，第一次与虐待成性的父亲分享他童年时期的痛苦。

他整天都能感受到天使在他身上运作，协助他穿越释放的过程。感谢这些天使，在课程结束后，返家的是一位温暖、充满爱与光辉且背痛消除的男士。

人类现正提升我们的振动，且迈入更高的次元，我们的以太体翅膀正开始自我们的肩膀生长与展现。有些灵视者可看见这些现象。许多人在肩膀部位感到异常的疼痛与紧张，现能理解可能是他们的翅膀正在生长。

藉由感觉你的翅膀与将注意力集中在它们上面，你能够加速展开翅膀的过程。去感受你的翅膀是很美好的。有些人的是小翅膀，有些则拥有巨大的翅膀。有些人是白色的，其它人可能是金色、粉红色、彩虹色或透明的，皆不尽相同。

当人们在工作坊中与自己的翅膀连结时，有位男士兴奋的说，这正是在他孩童时期所感受到的，他能在他的梦与想象世界中飞翔。他忆起有关自己且被遗忘的事情，再度认出他的天使自我。

你无须去相信天使就能得到他们的帮助与指引。只要请求，他们将会靠近并帮助事情进行顺利。

宇宙之道即为人之心之映照与显相。如果有一个小孩失去自信，父母对小孩的信心能支持他并帮助他成功。天使对我们的信心能支持我们。

你不需去相信天使，他们相信你。

26 大天使

大天使是多么美丽与光明灿烂，他们的能量已超越了我们的理解。他们有庞大的身形、无限的慈悲、伟大的力量，然而难以置信的是，他们真实地与人类个别运作。

永远不要害怕或害羞去召唤他们的帮助，虽然他们是伟大的灵性存在体，负责伟大的计画，如果你祈请他们，他们的能量将前来帮助你。

大天使麦可喜欢去完成事情，他能切断使我们停滞不前的阻碍事物，在我的个案中真实地呈现这种说法。

我曾为一位女士进行个案，她告诉我她在某段期间内曾有过外遇，她的爱人是唯一能提供她滋养与爱的来源。她又说她的先生是爱她的好男人，他并不知道她外遇的事情。

她与我预约个案，是因为希望她的家庭生活能更美满，而又能同时拥有她的爱人！她声称她的先生并不知道她的外遇，故无论如何都不会影响到他。我提醒她，他可能在意识上尚未觉察到，但在能量层面上，我们全部都是相互连结与彼此回应着，他当然会知道。她毫不犹豫的同意并说：「无论如何，他其实是非常超心灵的。」

但是，她坚持的说：「我不会离开我的爱人，我以前曾一度尝试过着没有他的生活，但感到身心交瘁。我不准备再去冒险一次。」她坚决的认为，切断与爱人的心灵羁绊束缚不是一个好的选择。

她处在一个根深柢固的位置，且无意愿改变她的观点，故我引导她透过放松与静心来提升她的意识。建议她向内探索，看看她是否能找到另一个选择。她闭上眼睛，立刻看见自己与先生及小孩在一起。他们一家四口是黯淡无光的，但有光自她的爱人处照射到她的身上。

她能看见使他们束缚在一起的绳索，但却说如果她切断它，光将自她的生命中离去。

当我建议邀请一位天使来帮忙时，她急切地响应她想邀请大天使麦可来到！当大天使麦可带着他的剑进来时，立刻涌入强大的能量。他一挥剑就切断了存在他们之间的束缚绳索，继而倾注大量的温暖、光与爱到她的身上，并扩散至先生及小孩身上。

当她睁开眼睛时，她看起来有些恍惚并笑着说：「我简直无法相信。我感到如此的不同。」她带着绝对清晰的感觉离开，知道此后自己不再需要她的爱人，甚至不会想要再见到他。

大约一个月后我与她见面，她看起来光芒四射，并告诉我她在工作场合中遇见那个曾是爱人的男人，对他有全然不同的感觉。她意识到他只是一位朋友而已，且自从大天使麦可切断他们的束缚后，他们之间已无爱的火花存在。她告诉我她的家庭所产生的结果，是令人不可置信的。「他们全部都看起来非常快乐，」她笑着说，「我的先生与我变得更亲密，小孩也笑逐颜开。」

我们能在任何时刻召唤天使与大天使，我们也可请求带我们去位于以太层中的僻静处，无论是在静心中或在睡梦中皆可，如果我们这样做，他们将会在我们身上运作，无须我们有意识的参与。

大天使麦可帮助我们，强化我们的神圣意志与信心。他为我们注入勇气、力量与权力，并守护我们。他通常被描绘成手中握有一把剑的样貌。

有位女士，我称呼她为丽兹，意识到她的父亲虽然年纪很大了，仍于夜晚在星光界中性虐待她、她的小孩及所有家族中的女性成员。换句话说，他的灵魂出体去接触家族的女性，而获得性满足。他这样做已有好几年的时间了，且对她们造成相当大的影响，特别是对那些年纪小的女孩，因为我们会将睡梦中所发生的事情，带入我们清醒时的生活中，它在无意识中影响了我们。

毋庸置疑的，那位父亲在他的日常生活中是一位社会的栋梁，且是非常性压抑的。如果我们否认自己的情绪及我们性欲，我们会在某方面发泄出来。我强烈地感到这种情形必须被制止；不仅这些女人必

须保护自身与她们的小孩，而且必须以她们的力量观想他在一个笼子中，使他无法再伤害任何人。

我和她一起观想她年长的父亲待在一个坚固的笼子中，我担心这样做会引起任何业力结果，故我们附注条件，这个观想只在恩典之下及只为最高的善而进行。

在那天晚上，有一位青春期的孙女，她对我们所使用的超心灵保护方式一无所知，她当晚做了一个活生生的梦境。梦境的第一个部分，她自一位胁迫者处逃离。接着当她以为已安全时，突然有一只巨型的老虎自牠的笼子冲出来，她立即醒来。

那位父亲是个拥有强大意志力的男人。他的灵魂，在她的梦中以老虎来描绘，已自我们放置他的牢笼中逃脱。自那时起，在睡觉前我们也会请求大天使麦可守卫着他，如果他试图逃出，也无法伤害任何人。

来自星星中的祝福

我拥有与其它人创立一个光的中心的远见。那些与我共同拥有此远见的人被告知，在一九九七年四月六日举办一个和平晚会，那天正是距离千禧年的倒数一千天。那天下午结束时，数以百计的人为祈求和平而排成一个星星形状，且在我们摇摆身体跳起和平舞时，手上皆握着黄色的汽球。

之后有一位通灵能力很好且曾参加我的工作坊的女士，靠近我且说：「你看见巨大的金色大天使站在星星的中央吗？」我并未看见他，但每个人都感到那种不寻常的临在。即使其中有些人并非光的工作者，也称赞待在星星之中的美好感受，且没有人想离开。

那个晚上我被天使叫醒，他们告诉我站在星星中央的每个人都收到了祝福，我们的工作已完成。我们已发送出足够的光，在那个中央点形成一个光的入口。光的入口是一个通道，天使能透过通道更轻易地进入地球。在隔天晚上，我收到我所送出问题的回复答案，我被告知站在星星中央的是大天使麦可！

每一位大天使皆在我们星球的以太层中拥有一个僻静处。如果你

曾经拜访其中一个僻静处，或你感觉受到它的吸引，可能表示你与该地方联系的天使特别有连结。

大天使加百列的僻静处，是位于美国加州雪士达山上方的以太层中，你可以请求至该处净化自身。我曾在某个工作坊中谈论有关以太层中的僻静处。

几个星期之后，有位名叫玛格莉的参与者告诉我她的经验。在睡前她请求被带领至大天使加百列的僻静处。第一天晚上，有两位上师，一男一女进来，并将她此生与前世的旧记忆呈现在她面前，接着自她的气场清除这些旧记忆。

第二个晚上，她知道她必须在床上躺得非常直，虽然她并未被告知要这样做。大量的能量流经她，且她在过去曾经受伤的身体部位开始疼痛，她知道这是净化的过程。

第三天晚上，她感觉她的结肠被取出，且有三分之一的部分被注入光。自那时起，她已能吃色拉与其它在之前无法消化吸收的食物。

绝对不要低估你能获得帮助的程度。大天使麦可的僻静处，是在加拿大靠近露意丝湖的班夫。他与第一道光束（蓝色）运作，星期二是他的日子。你也可以在死亡时召唤他，请他安全地带领你至属于你最好的地方。

大天使麦达昶大部分是在其它宇宙中工作，故他的以太层僻静处不在这里。他经由芬虹进入地球，那里的能量一直在增强，且将逐渐形成一个光的入口。如果你想在处理对自己诚实的课题，召唤大天使麦达昶来协助你。他处理各种形态的诚实，将能帮助你对自己与别人诚实。依库弥卡所说的，人类最大的祸害就是我们欺骗自己的能力。

大天使的僻静处

大天使	僻静处	光束	目的
麦可	班夫 靠近路意丝湖	保护的蓝色光束 (星期二)，喉轮	约束邪恶与邪恶的灵体，保护免于受到攻击，赋予力量及勇气，强化神圣意志与信仰。

约菲尔	中国万里长城的南方	智慧的黄色光束（星期日），顶轮	帮助人们对信念或动机有信心，去克服无知、骄傲与气量狭小。召唤他来帮助教导与学习。
夏弥尔	圣路易，美国密苏里州	爱的粉红色光束（星期一），心轮	扩展爱的火焰，以爱、慈悲与宽恕来运作，召唤他来帮助放掉与转化旧有信念。
加百列	美国加州学士达山	净化白色的光束（星期五），海底轮	清晰、纯净、秩序与纪律，他带来喜悦与恩典。位于芬虹的僻静处提供觉醒的净化工作。
拉斐尔	法蒂玛，葡萄牙	平衡的绿色光束（星期三），眉心轮	帮助旅行者与治疗师，带来丰盛、健康与治疗，支持远见与真理
乌列尔	塔特拉山，波兰	智慧的紫色与金色光束（星期四），太阳神经丛	提供和平及带来宁静、兄弟姐妹同盟情谊，协助人们藉由释放恐惧及放掉欲望而获得自由。
萨基尔	古巴	转化的紫色光束（星期六），灵魂的座位	转化较低能量，帮助宽恕、圆滑与容忍。透过圣哲曼将紫色火焰带来给我们，使我们能离开地球进入扬升。萨基尔与紫色火焰一起工作。
麦达旭	经由苏格兰芬虹进入地球		真理：对自己及他人诚实。

27 新灵性层级

扬升大师是我们的年长的灵性弟兄，高度进化的灵魂，也称为光之灵或神所挑选的人。有数以千计的扬升大师，他们大部分都曾转世投生于地球上，并在地球学校中习得所有提供的功课。

香巴拉的扬升大师在位于戈壁沙漠上方的以太层僻静处会面，这些特定的光之灵拥有在人类肉体中的所有生命经验，已通过考验并精炼了所有在地球上的课题。然而据说即便是最高等的光之灵，仍有些微的个性自我需要处理。

有些来自其它宇宙的扬升大师，尚未经验过肉体所遇见的挑战，然而他们是通过其它次元的考验而扬升的光之灵，且奉献自己去提供高频振动的指引给那些已经准备好的人。这里面的某些光之灵是如此进化，他们的工作横跨了数个宇宙。

由这些光之灵所组成的团队，以合作的方式引导这个星球向前迈进。这个团队为地球成立了灵性层级。现今我们已完全进入宝瓶世纪，一个新的团队已形成。某些先前的领导者，例如圣塔库玛拉长久以来贡献自身于地球的进展，已返回所来自的星球工作。有些光之灵已精炼了他们所带领的光束，且现在开始传授有关该光束的教导，他们已迈入成为其它不同光束的霍汗\扬升大师的阶段。尚有其它的光灵晋升至更高阶层的地位。

在我们刚离开的双鱼世纪中，是由男性主宰的时代，现在则强调平衡的状态。有一个重要且已被认同的真理，男性与女性是平等但不相同的。为了将这个理解带入人类的意识中，已指派了新的扬升大师。这些扬升大师在最近的转世经验中皆成为女性，他们的任务是再度赋予女性力量，及启发男性内在的神圣女性力量。

这是二〇〇三年十二月更新的列举，然而在最近的未来可能会有更多改变。在接下来的几个章节中，我们将与在此刻为我们工作的扬升大师会面。

28 较高层次的扬升大师

圣主梅翠亚 (Lord Maitreya , 弥勒佛)

是世界性的扬升大师，代表人身分且隶属于圣塔库玛拉大师已有两千五百年。圣塔库玛拉现已返回金星。

一九五六年梅翠亚接任世界之主的位置，所负责的范围不仅只有地球，亦包括其它星系。他是净光兄弟团与默基瑟德天使圣团的首领。

身为整个太阳系的最高统治者，他在这里带领我们穿越宝瓶世纪。他的工作是将天堂带入地球，他正试图去提升人类的意识并对宇宙神的心智敞开。

他与纯净的白光运作，白光蕴含所有的颜色，他将这个光散发至地球的大气层。我们透过我们的灵性体吸收这个能量，当我们准备好时，最终将为我们心智、情绪与身体所吸收。

当他继续透过扬升大师们集中能量时，他所关心的并非个人意识，除非你在他的团队中工作。他的责任在于人类全体及地球的矿物与植物界。

他影响任何涉入物理与科学研究(包括灵性层面)的人，且正启动世界的疗愈。

他携带着佛的能量来到地球，帮助人们得以进入第五、六、七次元；他也携带着耶稣撒南达，即基督的灵光；他也曾转世为奎师那。

如同其它的扬升大师，梅翠亚在地球上拥有一些他感觉特别有连结的地方。他特别以靠近中国敦煌的千佛洞、兰州的丝路及台湾的孔庙作为僻静处。

尊主库图弥 (Lord Kuthumi)

仍与撒南达共同分担内在层面的世界导师角色，然而他即将要承担这个伟大任务的所有责任。身为学习学院的院长，他对所有正教导灵性真理的人十分感兴趣。他的其中一个任务是，转化宗教的教条式

思想，而使无条件的爱得以显化。

有一万两千个存在体在灵魂或身体层次中与他一起运作，实现这些任务。

他的生平事迹展现了对众生的爱，他是圣殿骑士团的创立者，持有古老奥秘的秘密知识，并守护虔诚的朝圣者。当毕达哥拉斯将神圣几何、命理数字学(生命灵数)、数学与行星音乐介绍至这个世界时，也同时为净光兄弟团成立神秘学院。在化身为诞生于阿西斯圣城的圣方济时，他展现了不伤害与爱所有众生的品质在。化身为沙·贾汗(印度蒙兀儿帝国皇帝：1628~1658) 时，他建造了泰姬·玛哈陵，展现他对妻子的完美之爱。他曾是耶稣的使徒约翰；巴萨扎是《新约》中的东方三博士之一，到伯利恒拜访刚出生的耶稣并献上礼物：埃及的特摩斯三世法老王。

这位伟大的存在体是古老神秘学的看守者，因我们的星球向扬升之路前进，故现将奥秘知识带给能接受的光的工作者。

他是第二道「爱与智慧」的光束的启蒙者，与握有圣杯的大天使麦可合作，代表着为自我了解与自我精炼的神秘追寻。他正逐渐为人类带来更多灵性法则的领悟。

他是「金袍兄弟圣团」的主教，承担这个世界的负担。六芒大卫星是他的符号，带来心智、身体与关系上的平衡。

耶稣\撒南达 (Jesus Sananda)

是第六道光束的霍汗\扬升大师，在责任交替的期间，仍与库图弥分担世界导师的角色。他也在身为世界最高统治者的梅翠亚旁边工作。在内在层面上，他被称为撒南达，是最知名与为人喜爱的光灵。

他是神的十二位子女之一，且是唯一曾投生于地球的一位。在化身为耶稣的那一世，他是古犹太苦修的神秘教派厄色尼教徒，且成为默基瑟德天使圣团的大祭司。他特别在出生前预备及在以他那一世的时间去成为世纪性的基督。当他准备好接收宇宙性基督的能量时，梅翠亚开始透过他工作。

他来自金星，未带着任何需要解决的业力。

他的前几次转世包括了亚当(Adam)、以诺(Enoch)、耶书亚(Jeshua)、约舒亚(Joshua)、伊莱贾(Elijah)、约瑟(Joseph)。提亚纳的阿波罗尼奥斯，一位教导神圣法则的伟大扬升大师。他化身为耶稣的那一世，是唯一一次将他灵魂的整个能量带进地球。

圣哲曼(St. Germain)

是第七道光束的霍汗，紫色光束，为我们带来净化的紫色火焰。他转世化身的拉克兹，最近已接管了精炼第十一道光束的责任。

圣哲曼先前的转世包括撒慕尔，一位先知；老子，中国的哲学家；拿撒勒人约瑟；圣奥尔本；帕基娜；默林魔法师；哥伦布；弗朗西斯·培根；拉克兹。在转世成为基督徒罗森克鲁兹时，他创立玫瑰十字团体，后来形成蔷薇十字会。

迪瓦库

仍与尊主库弥卡密切的合作，是他的代理人。他透过许多道光束影响人们。他被称为扬升大师的传达者，且着手教导许多光灵的追随弟子。他与治疗天使一起工作来促进世界的健康，并帮助那些传递疗愈讯息与能量的人。

他是「金袍兄弟圣团」的成员，是一位西藏的扬升大师，透过爱丽斯·贝利与布拉瓦斯基夫人传递讯息。他曾是盖兹朴，东方三博士之一，参与耶稣的出生，他的前世是约翰·塞巴斯蒂安·巴哈。

圣母马利亚(Mother Mary)

被称为天使之后，与大天使拉斐尔是灵魂双生火焰。

在列木里亚时代，她转世化身为玛拉，意思是「太阳之母女神」。她是首位为人们启蒙那个文明知识的人，并发展了列木里亚神秘学校。她是第一位自地球扬升的列木里亚人。

在亚特兰提斯时代，她是艾西丝女神，亚特兰提斯的大祭司，以处女之身产下霍鲁斯——太阳神，代表着太阳系宇宙法则(solar logos)(在埃及，霍鲁斯被称为狮子王)。

在双鱼时代的开端，她由身为古犹太苦修的神秘教派厄色尼教徒

的双亲产下，她为了在下一世以处女之身产下耶稣，使世界进入基督世纪，而让自己为成为贞洁处女而做准备。

她现在与光灵的团队一起工作，赋予女性力量，并将神圣女性的智慧带入地球。

圣德兰·亚维拉(大德兰)

已经验了许多转世且结集了一个光的工作者的团队，以在肉体中或出体方式与她工作。

她的角色是以与宇宙源头或造物主合一为基础，使人类觉知到接受一个新的非教条式宗教的必要性。她致力于为宗教理论带来新形式与新的理解。

圣·凯瑟琳

生于锡耶纳的圣·凯瑟琳，与光灵一起运作，去激发人内在的灵性之光。在先前的轮回中，她是圣女贞德与海伦娜·博拉瓦茨基，将神智学带入世间。

圣·嘉勒

将伟大的灵性觉知带给人类。在她的任期之中，她将再度回到地球，向尊者库图弥回报灵性觉知的进展，及灵性世界如何调整方式来帮助我们。

她是贫穷嘉勒隐修会的创立者，是由那些致力于过着非物质性生活及服务穷困的人所组成的。

29 第一至第七道光束的扬升大师

第一道光束：这是力量、意志力或决心的光束，是有关运用我们的神圣意志，而非较低自我意志及不让别人影响我们的课题。去显示这个部分，我们必须以身作则来领导，而非操控。是有关启蒙的光束，那些通过这道光束考验的人，必须采取行动去实现神圣意志。

艾莫亚(EI Morya)仍然是第一道光束的霍汗。他与大天使麦可密切地工作着。

在化身为亚伯拉罕的转世中，他领导闪米特族（犹太人、阿拉伯人等），且继而影响他们的演进。他将帮助他们与其它的族群整合，因为他们在地球上的学习与工作已完成了。

在亚特兰提斯毁灭时，他携带着亚特兰提斯的智能与知识至幼发拉底河，且对建立美索不达米亚文明相当有贡献。他监督他们文献的发展，故他们能将纪录保存在泥板上，他也帮助发展伊斯兰的信仰与文化。

艾莫亚是第一位认可水拥有转化的宇宙力量，他提倡受洗礼的概念。与尊主库图弥在一起工作，他影响了布拉瓦斯基夫人讯息的书写，并促使她去发展神智学学会。

艾莫亚与地球紧密的工作，来帮助我们度过这个大量改变发生的时期。他是净光兄弟团的成员，来自于水星。他将会短暂地担任一个重要的角色，成为马努(Manu)，意思是完美的男人。马努所代表的质量与特色是新人类种族——第六种族，将会落地生根。

他的转世经验包括麦乔尔(Melchior)，是《新约》中到伯利恒拜访刚出生的耶稣的东方三博士之一；亚伯拉罕，犹太教的创立者；阿克巴大帝(Akbar the Great)：所罗门王及亚瑟王。

第二道光束：这是爱与智慧的光束，属于这道光束的人追求带着智慧与机智，无私地传递真理。

蓝道(Lanto)，伟大的中国哲学家，已成为这道光束的扬升大师。他生于公元前四百年，且据说所成就的绩业较其它在地球上的扬升大师多。在那世中，他发展了无条件的爱，修练的程度已臻至心轮中心

能放射出金色的光。在近代，直至他接管第二道光束之前，他监督地球的双胞胎星球——梅特崇（Metatron），该星球比我们更进化。

第三光束：这是智慧与创意活动的光束。与这道光束运作的人，藉由创造持续利益人类的事物，在地球上协助执行神圣计划。

威尼斯的保罗，称为保罗大师，已接管成为这道光束的霍汗。他与拉克兹大师（圣哲曼）及大天使萨基尔密切合作，一起发展我们的艺术性、创意与乐观的能量。他也帮助去启发科学、智能与实用的知识。

为了进行这些任务，他带来更浅淡优美色彩的光，它们携带着更高的频率。他大部分与金黄色光束工作，来帮助音乐家与艺术家。他启发音乐家肖邦去创作能提升灵魂的音乐，及 5 乐家马勒去创作解放灵魂的音乐「他也连结紫色与桥色光。

在帕罗·委罗奈斯的转世中，正值意大利文艺复兴时期，他是位聪明杰出的画家，透过缤纷的色彩将神圣能量带入世间。

他经由纽约的太阳神庙二作，仍透过自由女神雕像为世界注入神圣的能量频率。

直至一九六二年前，他主要的以太层僻静处是位于法国南部，靠近马赛的地方。

第四道光束：这是和谐与平衡的光束。在这个光束运作的人，通常会挣扎于与自身相互矛盾与冲突的能量中，直到他们能与自己的较高自我融合，而达到和谐与平衡。

瑟若佩斯·贝启动了第三道光束，且已进入第四道光束（和谐与平衡）的霍汗地位。他来自金星，是唯一与瑟拉芬炽天使为他们的天使与精灵界的演化而工作的扬升大师。他以紫水晶与紫色光束运作，是属于宝瓶世纪的光束。

他在埃及路克索拥有一个扬升密室，因为他与天使一起影响金字塔的建造，据说他的教导都藏在那里。

他的新角色是在医疗上发展更高的治疗技术，包括使用声波与雷射。他也将促进宝瓶世纪的思想与学习。

在先前的转世经验中，他是亚特兰提斯的大祭司阿梵达及白色火焰的持有者。他也曾是琐罗亚斯德（琐罗亚斯德教的创始人）。在埃及的转世中，他是阿克纳唐四世，埃及法老王，保护与重整净光兄弟会，并为它建立新的规则。在当时，他尝试终止令教士腐败堕落的规则，并带回一神论的理解。他也是埃及法老王阿蒙诺菲斯，建造了底比斯神殿。

第五道光束：这是科学、智能与知识的光束。这道光束与实用科学、科技及神秘学知识有关。提供给地球上万物存有的答案，将显现或隐藏于大自然中。那些与这道光束运作的人，必须追寻这些答案，并以能帮助人类全体的方示呈现。

希拉灵仍维持担任第五道光束的霍汗，是橘色光。他亦与黄色工作，去启发对新世纪实用与神秘科学的理解。

他传导他的能量，去帮助那些希望成为更高等的管道及灵视者的人。

他之前的转世是在亚特兰提斯，他在希腊的真理神殿中工作，建立了戴尔菲的神谕。他也曾是基督十二使徒之一的保罗。

他与代表太阳系最高银河系联盟的马可大师密切地工作着。太阳系的首都是在土星上。他也是土星协调会议的地球协商者，使我们能维持与灵性旅程的连结。

第六道光束：这是理想主义与奉献的光束。它是双鱼世纪的光束，在该世纪中，奉献自己珍爱的事物给上师或圣者是能被接受的。现今那些与此道光束运作的人，来到地球转化宗教体系中教条式的思想，使无条件的爱能显现，并使所有人的心与意识回归于神。

抹大拉的马莉亚，已成为这道光束的大师，是在地球上过去两千年的主要光束，现在它的影响力已逐渐撤回。她曾在内层界 (Inner Planes，原始能量及原始物质元素界) 中接受训练，从事治疗工作。在她与耶稣的转世经验中，她是他的灵性伴侣，他们一起走过地球的脉轮栈道，是一条由圣殿骑士团所建造的神圣大教堂通道。

第七道光束：这是仪式、典礼与魔法的光束，这道光束将在宝瓶世纪中占主导地位，且将使灵性与肉体能融合。

娜达女士，据说是耶稣的灵魂双生火焰。她已接管第七道光束，是宝瓶世纪的主导光束。娜达女士仍在业力之主的会议中占有一席位，然而这仍在观察中。

在这道光束下，娜达女士激发古老治疗智能技术的记忆，并唤醒神圣的知识。她帮助拥有高度正直的人，去发展直觉与更高的超心灵能量。

有人相信她的前世是依莉莎白，浸信会的约翰之母。她也在先知穆罕默德时代促进伊斯兰艺术的发展。

30 第八至第十二道光束的提升大师

新的大师光束已重回地球。大师光束是神力量的各个组成能量部分，每秒超过八千五百周波。它们过去曾高达每秒两万两千周波，但这个力量曾被滥用与误用。因为人类现已到达成熟的层次，光的工作者能连结更高的光束，故神已开始允许某些大师光束的能量再度通过，为利益众生而使用。

第八道光束：这是深度转变的光束，将为新世纪带来伟大的改变。去了解与清楚这个改变是很重要的。直至现在，我们一直透过不透明眼镜来观看改变。现在我们必须透过透明眼镜来看，将能使个人与行星的改变更加显著。这道光束的颜色是蓝色拓帕石的颜色。

库弥卡——光之主，是这道光束的大师。他从其它的宇宙来到这里，他原来的传递管道只有我与来自相同神的单子体的莎朗。虽然他主要是与我们工作，但他能一次透过百万人来工作。

第九道光束：这是和谐的黄色光束，在二〇〇一年时进入地球，它的目的是平衡人类的心智与灵性。这个世界的其中一个瑕疵是，我们永远无法使灵性与聪明才智处于和谐的状态。在过去，我们一旦发展了我们的聪明才智，也会发展出太多的自我。

沃斯洛是这道光束的大师，已着手带来适当的平衡。他了解且知道发生了什么错误，并致力于确保这回我们不再泛相同的错误。

第十道光束：这道光束在二〇〇一年底进入地球。它让人们以落实的方式找到生活的实际目标。这道光束携带着佛陀的能量，它的颜色是黄水晶色。

释迦牟尼，一位极致纯净的男子，后成为佛陀，是这道光束的大师。悉达多是国王之子，他声明放弃所有的财富去追寻他的真理。公元前五百四十四年，在一个满月夜晚的深度静心中，他开悟成为佛陀，现在称之为威萨克(Wesak)满月日，他成为智慧的化身，并教导中道。

在先前的转世经验中，他曾是奥菲斯，是希腊神秘学校的创立者。他也是图特，埃及学习之神及亚特兰提斯的大祭司。

第十一道光束：这是清晰、神秘主义与治疗的光束，它在二〇

○一年底进入地球，它的光是明亮、色彩鲜明的深翠绿色。

拉克兹是这道光束的大师，是圣哲曼的转世。拉克兹为改善国际事务而工作。他也致力消弭宗教的盲从与偏执。他的其中一个任务是，使人类的身体适应与应付地球日渐增加的污染，并接受现已降临的更高能量。他自心轮中散发出巨大的能量。

第十二道光束：无条件的爱的光束，在二〇〇三年进入地球，它的颜色是粉桃红色。

观音是圣母马利亚的东方化身，是这道光束的大师，携带着神圣女性的能量。与圣母马利亚一起，她的任务是再度赋予新世纪的女性力量，并将女性的智慧带入男性的内在。她目前代表第六道光束列席业力会议，但仍在评估状态中。她是慈悲的女神与度母的化身。她在中国拥有一千年的转世，以女神之尊受供奉与敬拜。

31 水晶宝石光束

更高光束的能量，包含特定讯息、钥匙与密码，能帮助人类向更高的理解敞开，现正提供人类取用。你可以藉由召唤它们且让它们注满你的能量系统，来取用这些光束。每一道光束的能量都有独特的觉受，你对每一道光束可能会有不同的反应。

银色、金色与白金色光束是美好的光，大师们希望我们去召唤这些光束并固定它们，使我们能携带着它们所代表的能量，这能将这光束散播至许多在地球上的人。

红宝石、绿宝石、钻石与蓝宝石，将使你能够更容易地与大天使乌列尔、拉斐尔、加百列与麦可连结。花些时间放松下来，并祈请这些光束，将强化你与更高次元的连结，加速你扬升的速度。

这些光束现在正进入地球，且找寻那些能使它们所代表的能量固定与传遽的人。

银色光束：带来慈悲与和谐至情境中。它现已与代表转变的紫色光束融合，将宽容与释放带给人们与地球。

金色光束：是天使光束。当你以金色光环绕你自己，它能平静你的气场，提升你的频率，使天使能更容易地与你连结。

基督的金色光束是非常具有保护力的，它是较高的疗愈光束，带来智慧与爱。

白金色光束：是喜悦的光束，且现在正开始锚面于那些准备好进入扬升道路的人们身上。

在亚特兰提斯灭亡时，特定的海豚成为神圣智慧的守护者，并保存着它千万年的时间，直至人类准备好再度承担保有它的责任。现在正是时候了。许多在亚特兰提斯时代高度进化的人已再度转世。亚特兰提斯的天使，正寻找拥有纯净心灵且有足够进化程度的人，为地球的利益将奥秘智慧带回来。

那些携带着白金光束的人成为地球的守护者。

红宝石光束：是由紫色（红色与宝蓝色混合）与金色所组成，当

你与它连结时，你就是大天使乌列尔与奥罗拉(曙光女神)的管道。宝蓝色带来沟通与传达深度智能与知识的力量。大天使乌列尔与奥罗拉能透过这个颜色，带着力量及以能消化吸收的方式，将他们的光传给其它人。

柔和的金色包含古代的智能，是来自和平与宁静中心。红色提供肉体能量与力量，去携带与传达这个层面的力量。它带来行动的能量。

红宝石是这道光束物质形式的呈现。

绿宝石光束：是由绿色、蓝色、柔和金色与半透明紫罗兰色所组成，它是平衡、信任、治疗与智能的光束，紫色的振动频率，具有将人们带至更高的灵性层次的力量，它是与大自然连结的光束。

马利亚的蓝色光带来治疗与慈悲。

当你与绿宝石光束连结时，你是大天使拉斐尔与马利亚的管道，绿宝石是这道光束具体形式的呈现。

蓝宝石光束：包含蓝色、柔金黄色、紫红与柔蓝绿色，当你与它连结时，你成为大天使麦可及信心的管道。

蓝色带来在高层次沟通的力量与治疗。柔金黄色持有古老知识与讯息。紫红色是与神圣女性能量的接触。信心带来平衡的柔蓝绿色。

蓝宝石是这道光束物质形式的呈现。

钻石光束：当你与它连结时，你成为加百列大天使与希望的管道，它是由冰蓝色及闪耀的水晶白光力量所组成。

这是纯净、永恒与清晰的光束，它携带着真理、荣耀及神圣的目的，它是反射的光束，能带领人们进入更高的空间次元。

钻石包含大天使加百列与希望的能量。

32 灵性层级的直达专线

这是一个新的灵性层级，是在宝瓶世纪中引导地球向前迈进的团队。

如果你将特定的水晶放在彩色的天然材质布上，你将创建一个到达想要连结的大师的直达专线。例如，当你将一个透明白水晶与火玛瑙放在黄布上，它会散发出大师库图弥与他的团队能接收的能量，使你更容易连结。

如果这位大师曾转世投生于地球，必须使用一个透明水晶及另一个不透明水晶。这会帮助大师能量的再度降临与落实于地球。然而如果这位大师从未有地球的转世经验，例如库弥卡——第八道光束的大师，则必须使用两个透明的水晶。不透明的矿石会束缚它进入地球能量。

梅翠亚(弥勒佛)——将透明白水晶（石英）与捷克陨石置于黄色的布上。

耶稣撒南达——将黄水晶与坦桑石置于黄色的布上。

圣主库图弥——将透明白水晶与火玛瑙置于黄色的布上。

圣哲曼——将紫水晶与绿色的玉置于黄色的布上。

迪瓦库——将蓝石英与绿宝石(哪一个透明的并不重要)置于黄色的布上。

圣母马利亚——将海蓝宝与西瓜（彩色）碧玺置于蓝色的布上。

圣德兰·亚维拉(大德兰)——将透明白水晶与特级黄宝石(金色、不透明)置于深翠绿色的布上。

锡耶纳的圣凯瑟琳——将紫黄晶与不透明的蓝宝石置于橘色的布上。

圣嘉勒——将透明白水晶与紫色云母，置于黄色的布上。

第一至第十二道光束

艾莫亚——将蓝宝石与日长石（橘色与棕色）置于白色的布上。

蓝道——将海蓝宝与黄色拉长石放在橘色的布上。

威尼斯的保罗——紫水晶与方钠石置于紫色的布上。

瑟若佩斯·贝——将透明白水晶与混色碧玺置于紫色的布上。

希拉灵——将透明白水晶与玻璃石置于电光蓝色的布上。

抹大拉的马利亚——将透明白水晶与蓝绿柱石置于电光蓝的布上。

娜达女士——将紫水晶与绿色玉石置于玫瑰粉红色的布上。

库弥卡——将透明黄宝石与白水晶置于艳蓝绿(孔雀)色的布上。

沃斯洛——将硅铍石与蓝铜矿置于深蓝色的布上。

释迦牟尼——将赛黄晶与绿松石(不透明)置于白色的布上。

拉克兹——将透明白水晶与绿帘石花岗岩置于靛蓝色的布上。

观音——将红宝石与金色方解石置于鲜翠绿色的布上。

33 更多伟大的大师

除引领地球前进的团队大师们，尚有许多上师与光的高灵，正在地球上协助我们。这里介绍一些你可以请求协助的上师。

圣塔库玛拉：是行星宇宙法则，掌管地球的发展已数千万。据说当光灵对地球失望且即将终止在第三次元的生活实验时，他自愿离开他的母星球金星，引领我们前进。他也是伟大的阿梵达(神的化身)。他监督通往扬升的道路，许多光的工作者与他连结。他现已将这个工作交给尊主梅翠亚，并接受在金星上的新的责任。如果你仍与圣塔库玛拉有连结，我确信他仍会透过你一起工作。他巨大到足以容纳所有的事物。

依瓦马斯：是圣塔库玛拉的较高自我，宇宙的法则，掌管宇宙，一位无法想象的伟大高灵。与迪瓦库一起工作时，他成立西藏基金会，再度揭露神秘学的真理。他对地球的部分工作是，帮助我们消融所有的心智误解与信念。

你可以召唤他，让他的光之手通过你的身体与你的家，去清理任何无益的能量。他将仍会这样做，或进行你所要求的事。

阿多尼斯：是圣塔库玛拉的教师，给与他所有不可思议的启蒙。这个伟大的高灵观望着宇宙，且即使是现在，我们仍可召唤他。

帕拉斯，阿西娜(在业力会议中列席，代表穿越冲突的和谐的第四道光束。她为地球的全体人类带来着正直的质量，并帮助那些提倡真理的人。

她在亚特兰提斯时是一位大祭司，在列木里亚时期是一位首席顾问。

马可大师：是一位亚特兰提斯的神祇，之后成为印加文明的首领。

穆罕默德：是伊斯兰教派教导的创始者，这些教导为大天使加百列所给与的，而撰写了可兰经。可兰经教导一神论，与基督徒及犹太教徒相同的神。苏非是伊斯兰教奥秘与神秘主义分支。

默基瑟德：是默基瑟德圣团全体祭司的领导人，透过适当的人传

递有关如何运用光的讯息。他是创立犹太教的亚伯拉罕的灵性教师。据说耶稣基督曾是默基瑟德圣团的大祭司。当某人在祭司任期内已成就光明化身时，他就会被称为默基瑟德。

巴巴吉：被称为永恒不朽的阿梵达，因为他仍旧会现身于人们面前，看似二十五岁的样貌。据说他是如此的纯净与力量强大，故只要以尊敬称呼他的名号，就能获得祝福。尤伽南达是他的传承弟子。

阿西达指挥官（是星际舰队的指挥官，部署于地球附近来帮助我们。这些是高度进化的存在体，为光工作，且在他的指挥之下，大量的光自他的飞行船发射给人类。他也是一位地球的守护者，工作的范围遍及宇宙。阿西达指挥官属于中央大日的灵现有许多人通报看见他所指挥的飞行船，我已与一些曾被带至他的飞行船的，皆在半睡半醒状态中接受教导与指引。

34 扬升密室

在地球的以太层中，换言之即在实体地球之上的以太中，且遍及整个银河系的范围，有一个扬升密室——或称光的密室，我们能在静心或睡梦中请求进入。当我们在那里，我们将置身于掌管大师的能量中。我们光的水平将会增加，我们的身体、心智、情绪与灵性体将被强化与协调整合。

藉由在我们的静心或睡梦中去拜访这些密室，我们能大幅地加速我们的灵性成长速率。

当我偶然在乔舒亚·史的《扬升手册》一书中第一次接触扬升密室概念时，是非常兴奋的，以致我在每涸夜晚请求造访那些吸引我的密室。

当我与库弥卡谈及此事，他建议我去造访尊主库图弥在马丘比丘上方以太层的密室，因为他最靠近地球，因此较容易接近。他是增强理解的光的密室。

尊主库图弥在克什米尔也拥有一个教学道场，是针对在转世中真正需要启发的人而存在的。当我在夜晚开始请求进入库图弥在马丘比丘以太层的道场时，就在该清晨时分带着梦与铭感醒来。

库图弥告诉我，唯有你带着梦醒来，才真正已造访扬升密室并学习或经验那里的一切。

这表示你内在的新生。

这里有一些我造访密室后在夜晚时分写下的零星片断讯息。

「再度带着喜悦与和平醒来，时间是具有平等价值的，没有人是比其它的人更有价值的。」

有许多年的时间，我一直期望创办一个灵性生态小区。在某个夜晚的梦中，我被告知：

「将你自己与那些较低的意识分离，不要与它们走在一起，让它们自你的光中学习。你将创建一个村小区，且村小区的座右铭是：『我们在服务中成长』。当我们在第五次元时，天堂与我们同在地球上。」

夜复一夜，我带着喜悦的感觉与有关小区的指引、再度保证与讯息醒来。以下是我数夜之后写下的讯息：

「在我的脑海中，我画着一颗星星或一朵花的轮廓，并在两边吸气与吐气。这是显化过程的一部分。尊主库图弥亲自来教导我们。」

我们决定称它为星际中心，在日后将变成星际村。

在次日清晨两点，我写下：

「我带着一个发出嗡嗡信号与明亮闪光的中央星系形状醒来。已置身于第五次元星际村的大师，赋予我力量及启发。我感觉他们正教授符号。符号将是一个非常重要的传授讯息方式，同样地，鼓舞人心的文字海报，一定会画上象征性的符号，特别让许多观赏者看见。红色花朵能为符号补充活动力与能量。每一个象征性符号的讯息，将有一个能为其补充能量的颜色，且这些颜色可能来自于花朵的启发。创意在星际村中是非常重要的。一个阵容坚强的团队正被组成与启动中，但有些人尚不愿意觉醒。」

两晚后，我带着脑海中浮现的神圣几何图形及天使歌唱的声音醒来。

另一个进入的状态：

我带着大部分的事已完成的念头且开始蒙生退意，被一阵刺耳的口哨声吵醒。他们说：「你不可以后退，那会使你迷失方向。」我仍然保有天堂美丽的景象，一个布满星星的天蓬。我们在金字塔进行了一场演讲。这个晚上的工作是很重要的，我必须早点就寝。

某晚在我的梦境中，我被告知一些令我惊讶的事：

「经营小区的十二个会议，即能将一起使光频提升至个人光频的五十万倍，如果由整体小区一起进行，可将光频提生至个人光频的一百万倍。你是在创造一个新光能漩涡。你们所有的人会被给与进入扬升的钥匙。我们所给与你们的是一把大师钥匙，去帮助许多人扬升。」

有一天库弥卡告诉我，旅行至尊主库图弥在马丘比丘以太层中扬升密室，对提升我光的水平有帮助，但对我而言更重要的是，为净化自身而旅行至大天使加百列的以太层僻静处。因此，那些小区的梦与

讯息，因我进行其它工作而停止。

尊主库弥卡在委内瑞拉首都卡拉卡斯的上方以太层中，拥有一个僻静处，他在那里帮助求道者释放心智模式的限制，经验更高层的净化及获得喜悦。他具有不可置信的强大力量，他的能量终于能够穿透地球的黑暗，那是一件非常棒的事。

在英国有两个扬升密室，一个位于芬虹湍急的河流上方，由大天使加百列照顾，另一个则在埃夫伯里。

如果你曾实际亲临某个地方，或想要去那里，它可能表示你与该处的扬升席位与掌管的扬升大师有连结。在库弥卡建议我可以去造访库图弥在马丘比丘的席次的几个月前，我已前往秘鲁渡假并造访印加圣地。

这里有一些可能会吸引你的其它扬升密室：

- 圣塔库玛拉在香巴拉有一个扬升密室。
- 瑟若佩斯•贝在路克索有一个扬升密室。
- 有一个扬升席位在吉萨大金字塔内的国王墓穴。
- 有一个扬升席位在美国加州雪士达山。

• 阿西达指挥官的飞行船舰是一个扬升席位，且有一个扬升席位在非洲的秘密外星太空船上。

在你尝试旅游至银河系的扬升密室前，先试着进入与地球有连结的扬升密室。

35 召请

一个能将神圣能量带入的最具力量方式是去召请。如果带着正当的态度与确信去做，你将会感觉到你所召唤的每一位存有的光温柔地包围着你。

当你召唤更多光灵与天使时，你将经验更不寻常的振动频率。

如果你想要从事静心或服务工作，去设定一种高能量状态，并确保最纯净质量的结果，是一种很美妙的方式。

如果你即将执行一个疗愈的仪式，可召唤马利亚、大天使拉斐尔、瑟若佩斯，贝、娜达女士与迪瓦库，他们都特别与治疗光束有连结。

如果你高要制作或表演音乐，或画一幅美好的图画，可召请威尼斯的保罗。

练习：造访扬升密室

1. 在你造访的前一天，以纯净的思想、运动、轻淡的食物来让自己准备好。
2. 将纸笔放在你的床边，准备好将任何铭感或讯息写下来。
3. 当你上床并带着造访你所选择的扬升密室的意念，并请求被带领至该处。你可以请求在静心中造访扬升密室。

或者你可能想要安静地坐着，并召请每一位你可想到的大师与天使的能量。如果你以适当的意图去做，你可能会对结果感到惊讶。在团体中进行这个方法，每个人点燃一盏蜡烛，并召请伟大的存有，将会是一个光明普照的经验。你所需要带着意图去说的是：「我召请……」

我与一位年轻人聊天，他告诉我他与女友曾经召请「神授权的高等权力存有」（出自圣经罗马书第十三之一章：在上有权柄的、人人当顺服他。因为没有权柄不是出于神的。凡掌权的都是神所命的。）的祝福。他们穿越树林，每人轮流召请一位大师或天使。他们感到不可思议的力量正在发生。当他们完成召请时，仰头看见天空有一片天

使形状的云，他们知道自己已收到祝福。这里有一个美丽与具保护力的召请文，将帮助你校准连结大天使的能量，并带入你的气场中。

大天使的召请与静心

「我现在召请伟大的大天使麦可站在我的右方，请求他为我注入勇气与力量，并为我的努力带来正向的结果。我现在请求他用他的剑切断我所有负面的束缚带与执着。我请求保护的深蓝色斗篷罩住我，只有最高等与最纯净的光才可进入我的气场中。」

暂停片刻的时间，让大天使麦可能完成他的工作与传达他想要给与的。

「我现在召请伟大的大天使加百列，在他的纯净白光中站在我的左方，请求他为我将他的纯净白色能量注入我的气场中，并为我指引下一步或道路。我请求象征我生命使命的符号，现在被照亮与启动，请将喜悦、恩典、清晰、理解、慷慨与秩序带进我的生命。」

暂停片刻的时间，让大天使加百列能完成他的工作与传达他想要给与的。

「我现在召请伟大的大天使乌列尔站在我的前方，并以他的紫色与金色的智能与和平光束充满我的气场。帮助我抚平所有在我生命中的冲突，并以宁静及四海皆兄弟的质量来取代。请求打破我所有的心智与情绪的枷锁，及使我免于所有内心的恐惧。」

暂停片刻的时间，让大天使乌列尔能完成他的工作与传达他想要给与的。

「我现在召请翠绿色光束伟大的大天使拉斐尔站在我身边，请求他将疗愈与丰盛注入我。我请求守护我的生命旅程，并让正义、真理与远见深植于我。」

暂停片刻的时间，让大天使拉斐尔能完成他的工作与传达他想要给与的。

「我现在召请粉红色光束伟大的大天使夏弥尔，在我心中扩展爱的火焰，请帮助我对自己及每一位我曾伤害过、认识或不认识的人拥

有慈悲与宽恕。我请求让我的心在个人及宇宙的层次上保持敞开。」

暂停片刻的时间，让大天使夏弥尔能完成他的工作与传达他想要给与的。

「我现在召请伟大的大天使约菲尔，将金色光的智慧与光明经由我的顶轮注入我，我请求他的智慧点亮与启发我的心智，帮助我在最高的层次上学习与教导。我请求象征我累世智能的符号现在被点亮与启动。」

暂停片刻的时间，让大天使约菲尔能完成他的工作与传达他想要给与的。

「我现在召请，慈悲、喜悦与转变的紫色光束的伟大大天使萨基尔，将紫色火焰注入我的气场，请求释放与消融我所有的 I 面，并以喜悦、圆融与宽容取代。」

暂停片刻的时间，让大天使萨基尔能完成他的工作与传达他想要给与的。

你的气场已充满了大天使们的能量，你与你伟大的「我是临在」相连结，已受到祝福。

36 命令法则

宇宙能量是全然客观的，它会百分之百回馈于你。如果你选择抱怨不止，且只有少许期待，那将会在你的生命中与你一起共创匮乏。如果你是强壮、明智的、热忱及期待美好的事，宇宙源头将与你相伴，打开门户并提供创造美好事物的机会。

宇宙之道即为人之心之映照与显相。如果孩童向父母要求某些东西，并带着他们会说不的想法时，他将无法达到目的，这就是许多人所认为的祈祷——带着会被拒绝的潜藏信念与期待，去请求神实现某些事情：祈祷暗示着请求会被拒绝的可能性：那绝对不是真正的祈祷，它只是希望或盼望而已。

如果某人清楚地决定他所想要的，制作第一流的企画书并向他的赞助者报告，期待获得完全的同意与支持，他将接获实现计划所需的事物与帮助。神以相同的方式响应你的能量，你共同创造你的人生。祈祷是去告诉神你所需要的事物，并期待神圣的恩赐。

另一个祈祷的面相。当你在等待祈祷被应允的时候，你被期待如同已被应允般去行动，这就是信心。想象你向商店订购新的窗帘。在你等待它们被送达的同时，你粉刷油漆及清洁备将新的窗帘挂上。你以如同窗帘即将到来般的态度去行动。

法则与祈祷法则相似，但与其下订单订购某个东西及等待它的到来，你可以如同大师般下命令，直接打电话给经理，你的订单就会被立即处理。当你下命令时，你即指挥宇宙你工作。另一个类似的说明是：一位士兵带着良好的企画案及准备能取得同意盖章去见他的长官，那就是祈祷。一位指挥官下达命令，只有国王本身有权力宣布撤退，这就是命令。

当我们选择转世投生于地球，我们与力量达成协议，我们藉由拥有命令的权利而得以指挥生活。当你启动了命令法则，你就使伟大的力量开始运行。伟大的存有为你而工作，坚固的山也能被迁移。那是个自光的力量获得帮助的快速且力量强大的方式。

因它是如此的具有力量，你被告诫要小心运用。只能为那些符合

你最高的善及每个人最事物下达命令。当你下达一个命令，事情将开始在你的生活中运行。毕竟，如果山要被移走，则必须先清理在路上
的小丘陵。

我有时会问人们是否愿意去下达命令：「愿祢(神)的旨意被完成。」他们因顾虑这个命令是否可能造成的悲伤结果，而对此感到恐惧。然而，如果我们的意志无法与神圣的意志校准一致，我们为何要以扬升为目标？

有位女士告诉我，她与母亲已在许多前世中处于力量抗争的情形，现在正是停止它的最佳时机，不论结果是什么。她命令她与母亲的关系能被疗愈。之后她写信给我，她有两次在世界游历时遇见她的母亲，无疑地当她下达命令时，那并非她的意图。她感到喜悦的是，她与母亲最终能变得十分亲密及彼此了解。

某位男士下达命令，让他能重获所有本身具有的超心灵与灵性礼物。他开始像朵花般的敞开自身。某部分的我想要下达相似的命令，但我有些担忧。我询问库弥卡，他建议在下达这类的命令时，先进行下列练习。

清净第三眼的练习

1. 让双掌成杯状，并观想它们被金色的光充满。
2. 让成杯状的手掌覆盖在双眼上，如进行眼部沐浴般。
3. 当你让双眼沐浴在金色的能量中，去肯定所有贮存在第三眼的负面能量现已在光中被释放与消融。
4. 观想眼球的水晶体被风干与擦亮，故你可以看得清楚。

当你准备好时，宇宙支持着你并将你向前推进。在我的某个工作坊中，一位女士命令让她能在媒体前使用她的礼物与天赋。在几个星期内，电视公司打电话通知她，并请她在他们的节目中呈现她的才能。

因为命令本身的力量，及因为我们仅能看见全盘景象的一部分，故本于「恩典法则」来下达命令是明智的做法。你的意图可能是纯净的，但我们在地球上只能看见蓝图全貌的一小部分。恩典法则确保无

论发生什么事，皆是为了整体最高的善，并在如果有其它更好的事发生时，允许光的力量去撤销你的命令，它是你的「脱身条款」。

如果你为了订购某物而直接打电话给经理，并坚持要那件品项，你将会得到你所订购的物品。而恩典会确保如果经理发觉有其它更适合你的物品即将上市，你将会收到更好的物品，即便会有一些迟延。运用恩典能确保你与每一个人皆能得到最好的。相同地，身为指挥官，你可能准备下令部队采取行动，但国王可能知道即将会签定协议，另一个处理方法会更好。故在恩典法则之下下达命令。

如果你打经理的热线电话，哽咽的说你想要某些东西，你将会一无所获。如果你下一个命令却怀疑自己的智慧时，你的部队将无法信任你，你的话语必须带着权威与命令。

根据灵性法则，下达你的命令三次。

练习：

•依据以神之名的神圣命令，在恩典法则之下，我请求……故去进行它。（复述三次）

•依据以光与爱之名的神圣命令，在恩典法则之下，我命令……它已完成。（复述三次）

当你完成下达命令时，将它完全放掉，你不需重复进行。如果所下的命令是为了整体最高的善，灵性国度会实现它，你必须观察是否有信号，同时放松与享受生活。

练习：

去命令「神圣的意志在你生命中被完成」，这个练习不需要运用恩典法则。

1. 站在朋友面前，如能在一群人面前则更佳。
2. 确实让你的头向上抬及你的肩膀向后仰，你正指挥着宇宙。
3. 带着权威大声陈述：以神与所有的光之名，我现在命令神的意

志（旨意）被完成。再重复两次。

4. 接着再进行你已准备好下达的其它命令。

37 名字的力量

每个声音皆有一个振动，能活化你的身体与周围的事物及环境，它也称之为来自灵性国度的回应。

前世的选择

在你出生之前，你的灵魂会与你的指导灵及守护天使会面。也可能有一位扬升大师与大天使参加会议，取决于你进化的层次。这个会议的目的是，讨论你的灵魂希望在地球上学习的课题。如果你是位光的工作者，你也会讨论到你会去教导什么，及你如何带着意愿去从事服务。

为了携带恰当的振动频率，你的名字会在会议中谨慎地被挑选出来。届时会以心电感应能力通知你的父母，因为他们能为你命名适合你的使命的名字。有些人只能处理他们部分的课题，并使用绰号或名字的缩写，特别是在孩童时期。通常在成人期时，因使用他们的全名，他们将会承担他们全部的灵魂使命。你的姓氏也会引来一些经验。每次更改名字之后，你的生命将会改变。

当以意念或言语说出你的名字，它的振动包含了你的课题、使命与命运的本质。每当你的名字发声时，它会将你的灵魂所选择的课题吸引来。这是为什么以爱及愉悦的语调称呼别人的名字，是很重要的。如果你的名字以执拗的声音说出，你可能会莫名的感到气馁——因为这会让你感到你的命运是艰困的。为了这个理由，以愉悦且充满爱的语调说出小孩的名字，是特别重要的。

请朋友以爱及愉悦的音调唱诵你的名字，是一个具有很好疗愈及释放效果的练习。

这里有一些不同字母的音韵所代表的意义。未能大声发出的元音与子音字母，也会吸引人们与情境到来，但仅达较低的程度。为了解你的名字所带来的课题，按照语音学发声念出你的名字。

英文名字字母的音韵

	灵魂品质的表达	灵魂的课题
a	纯净	维持纯净
aye	灵魂的纯净	转变所有较低的思想与感觉
ah	敞开胸怀	对别人的感觉敞开心
b	实际	成为稳固与落实的
c	活力	照顾你的健康
d	慷慨的	成为愿意给与的
e	在关系中诚实	透过关系而学习
ee	在关系中的爱	允许关系绽放
f	带着智慧的爱	正确的使用力量
g	支持	支持自己与他人的身、心、情绪与 灵性
h	滋养	庇护及滋养你自己与他人
i	自我觉察	去了解你自己
iye	灵性	探索超越物质实相的世界
j	统治者的地位	表达你的权威
k	智慧的教导	带着智慧去教导知识
l	心智的强化	成为有强烈意向的
m	智慧	自较高的观点看待情境
n	归于中心的	让生命自由的流动及保持平衡
o	正道	带着正直行动

oh	真实	真实的面对自己的本质
oo	与神连结	与神保持连结
p	坚固、才能	成为有能力的
q	敞开	成为敞开与诚实的
r	诚实的沟通	与你的真理沟通
s	值得信赖的	成为值得信赖的
t	满足的	成为满足的
ewe	个人的正直	维持你的正直，同时保护你的心
uh	脆弱易受伤害的	照顾你脆弱的心
v	真实的力量	带着谨慎使用你的力量
w	慈悲/敞开胸怀	让你敞开的心去发光发亮
x	有智慧的教师	教导神圣知识
y	明亮/纯净	表达天使的本质
z	智慧	去保持内在的觉知
ch	保护	保护与尊敬你自己与他人
sh	内在美	表达你的内在美
th	坚持目的维持纯净	坚持重要的事务

练习

- 以爱与愉悦唱或唱诵你的全名，大声的进行，并尽可能的投入关怀。
- 当在镜前凝视镜中的双眼时，以爱与愉悦唱或唱诵你的全名。
- 有一个更好的方式，让某人以爱与愉悦对着你唱或唱诵你的全名。保持双方眼睛的接触，并让自己尽可能的敞开。

38 安达卡拉那

想象大陆为海洋所隔离。某个大陆是弟子的人格，紧邻的另一个是灵魂或较高自我。如果人格对灵性生活不感兴趣，他就会漫无目的的游荡在被孤立的大陆上。然而当它听见起床讯号，它兴起与灵魂连结的动机，继而开始建造跨越海洋的灵性修练之桥。它设定了一个电话联机，去传达它即将到来的讯息。

灵魂倾听且观察着，去评估弟子是否真正渴望，及它的造桥工程何时才会真正有进展，灵魂开始自桥的终点建构桥梁，如此两人才能合并起来。

当灵魂与人格相遇时，它们会与神的单子体连结，去传达它们的意愿。之后开始建造通往单子体的桥梁。相同的事再度发生了。一旦它们为灵性意愿而奉献己力，并开始建造新桥梁时，单子体或天父，带着爱自它所位居的终点处开始建造，去与它们相遇。它们首先相遇面，继之就会融合为一，这就是扬升。

之后，理所当然的，扬升大师会开始建造通往神的桥梁。

安达卡拉那是一个彩虹桥，建筑在人格、灵魂与单子体之间，继而在通往神的道路上。这座桥是以祈祷、心智的纪律、观想、静心与其它灵性的修练所建构的。召请默哈玛圣雄能量，能加速这个建造的过程。

当弟子开始强化通往灵魂的丝线，这个工作的灵性振动，能让丝线更厚实。首先身体、情绪、心智与灵性体必须整合。换言之，我们不再迷恋纯粹的身体与物质层面的满足，及感官的享乐。我们开始控制我们的情绪，将自身的意志力运用在自我的纪律上，而非与他人的权力斗争，我们开始对获得灵性知识有兴趣。

当我们对实现神的渴望，更远胜于生活事物的诱惑时，当我们不再被别人左右或阻挡我们的灵性道路时，我们就走在属于自己的道路上，桥梁就会被设计成通往灵魂的方向建造。

灵魂永远以细绳与弟子的松果体连结，能因知识与适当的运用心智而被强化，这个细绳就是心智与灵性的连结。

正如同自灵魂至弟子之间永远有一条丝线连结，在我们的单子体与我们的核心之间，有银色细绳连结着。银色细绳能以灵性之爱的能量被启动与强化。通灵者通常谈论的死亡，是发生在当银色细绳断掉时，灵魂能重返神的光中，即单子体。

在第四度启蒙时，灵魂会与人格融合，在之后单子体会开始给与指引。在第五度启蒙时，三条筑桥的绳索将融合在一起，形成一道光之桥，注入灵魂的人格、较高自我及单子体相会了。在第六度启蒙时，它们会完全地整合，身体将幻化成光形。最初进行此工作的人现已成为扬升大师，能开始建造通往神的桥梁。

安达卡拉那就是光之桥，让我们能通行前往单子体之处。它是解脱的唯一道路。在此刻，有许多绝佳的机会与灵性的帮助出现，使我们能完成工作并与我们的单子体结合，一切都在加速中。

根据爱丽斯·贝利的讯息，建造安达卡拉那需要进行六个步骤。

1. 意图

你必须专注在「实现神」的意图上。毕竟，这是你地球旅程的唯一目的；你必须保持坚定及奉献于你的任务。各种事物将会试图引诱你或阻止你的道路，但完成这座桥梁的报偿实在是太重要了，以致于不能让自己受到左右而转向。如果你正建造着你的安达卡拉那，你就是在进行一个特别的使命。如果你受到挫败而沮丧，再努力多试几次。

2. 观想

你最伟大的力量就是你的想象力，将你的想象力专注于你的光之桥上。在本书及其它书籍的观想方法，将能帮助你强化自己与神的连结。

3. 投射

为了实现你的目标，你需要使用意志力。这意谓着无论如何，你必须描绘与想象你的目标，并朝向它前进。这能帮助你与在桥梁另一端的力量保持连结。维持电话线的通畅与开放，并时常告诉它们你即将要来到了。带着专注的意图与观想，运用神圣的咒语，是一个进行此步骤很好的方式。

弟子持续地进行召请、祈祷与灵性工作，将会吸引来自单子体的回应。请记得你并不孤独，你不是独自一人进行工作的。你每朝向单子体一步，天父就会迈向你两步。当你处于缓慢吃力地上坡、克服考验与障碍，并感觉自己将永远无法抵达道路的终点时，请记得光的力量正快马加鞭地向着你奔驰而来，它们正在来临的道路上。

5. 稳定度

安达卡拉那在刚开始时是有如一根细线般脆弱的。逐渐地，透过灵性生活与纪律，你将以光之线来编织，直至桥梁已呈现宽广、强固及坚不可摧的状态。

6. 重生

当人格朝向灵性生活前进时，有三种分别的意识层次。在人格与灵魂融合之后，为二元性的意识层次。当灵魂与单子体融合时，为合一的意识层次。这就是当我们放掉所有的分别心并成为光的阶段时，我们将成为永恒不朽的存有。当你建造你的光的道路时，持续地在意识中保有这种概念。

当每人建造着个人专属的安达卡拉那光之桥时，我们为行星的安达卡拉那提供了一条细线，能使地球与万物的宇宙计划连结。

练习：连结彩虹桥

1. 放松你的整个身体。
2. 想象一条接地绳索，以 8 字形为直径，如同导管般地伸入地底中心，这是你的桥梁的基础。
3. 将导管——你的管道，经过脉轮向上延伸至你头顶上方的灵魂之星，将这个灵魂之星视为在你上方的伟大的光。
4. 向你的灵魂叙述，你透过灵性工作去建造安达卡拉那桥的意图。
5. 观想你的导管或管道，经过位于你上方的脉轮，向上延伸至灵魂处。

6. 你现在正建造通往单子体的管道。将你的灵性启发、意图与去服务的渴望通知你的单子体。
7. 描绘与想象安达卡拉那——一座光的彩虹桥，延伸至你的单子体及宇宙源头。
8. 召唤扬升大师、整个灵性层级、天使来协助你。
9. 透过管道发送咒语。

39 仪式与典礼

人们并非总是能了解仪式的力量，然而试想打破一个简单的习惯是多么困难的事。因为习惯是如此根深柢固地深植于潜意识之中，我们身体中的每个细胞都会抗拒改变。相同地，当我们建立了一个正向的习惯或纪律，我们生活的领域将变得更容易。

仪式是一种惯例或习惯，以意图与专注力来执行，会铭印在无意识及宇宙中。当人们执行仪式时，他们会创造出能量，该能量能将更伟大的力量带入他们的洞见中。

以具有例行程序的仪式为例，如果你每天在相同的时间与餐桌享用你的午餐，在该时段中，你的身体将发送饥饿讯息，你将发现你的脚带着你走向该餐桌。你的胃将预备好及准备去接受食物，那就是惯例与习惯的效力。

当你每天在相同的时间与地点静心，较在不同时间与地点静心进行更具有效果。当你以固定的方式坐下来，你的身体与呼吸将和缓下来，你的脑波将自动地开始进入静心模式。

我曾经询问库弥卡，对我在扬升道路上最有帮助的事情是什么。他的回应令我惊讶。他说：「养成一个惯例(例行程序)。」我们偶尔会低估为使我们的灵性工作拥有一个良好基本惯例的重要性，之后能以仪式来为惯例补充能量。

将仪式变成典礼

当你以一个奉献的仪式来作为一天的开始，你就是在告诉宇宙你所想要的，并让它更有可能达成。许多年来，我的早晨仪式随着我个人的进展而有些许的改变，以下是我现在所进行的。

我挺身站立着并抬起双手向上伸展身体，之后我说道：「我以具整体性的命令，请求我的单子体与宇宙源头接管我的今天。我是光，我是爱，我是纯净的疗愈管道。」将手放下来吸收积聚地球能量，并再度向上举的动作，此动作重复四次。之后我请求我的单子体，为完全的保护我，帮助我取得基督的金色光束，进行三次。在这之后，我

会做一些瑜伽与静心。

我曾经请求让我自己成为光、爱与治疗的管道，但现在的我更精进，并与全能且更有力量的「我是临在」认同。

如果你持续三个星期做某件事情，它会成为一个惯例或习惯，并可加入仪式或典礼。几年前，我试着改变根深柢固的习惯，将每日早晨必喝的一杯茶改成一杯热开水。有一阵子，无论如何，我以喝半杯热开水开始我的一天。这个习惯现已变成一整杯。不久以后，早晨除了热开水外，我不想喝任何东西，之后我很快地完全放弃了茶与咖啡，且不再想念它们。

现在我以每日的第一杯热开水进行一个简单的仪式。我将水杯握在手中，并召唤圣哲曼的紫色火焰注入开水中，每啜饮一口就能够净化我身体的细胞。当你祝福你的食物时，食物就会发光，任何在食物送达餐桌前，已进入的负面能量会被转化。如果你在自超市、健康食品店或任何商店采购完返家的路上，去祝福食物，它将以干净与纯净的能量进入你家。毕竟，我们不希望搬运或处理食物者的能量残留在我们的食物中。

克瑞安摄影显现自受祝福的食物所散发出来的气场，较未受祝福的食物更加清澈与明亮。有一个简单的祝福是：「我请求这个食物受到祝福，故地球的产物能喂养我的身体与祝福我的灵性体。」以喻的唱诵声音，遍及与充满我的食物永远是好的。

每一位业务员都知道他们的态度会影响业绩。业务员未带有热忱或乐观的态度，连珠炮地推销，正如同国王以例行公式般含糊地祈祷，两者的结果是相同的。

言语具有能量，包括我们的遣词用字及说话的方式，这是为什么用在任何仪式的言语是非常重要的。避免使用「不」的字眼，并且只使用正向的语词。使用言语的力量(例如咒语)及召唤光的较高存有，来创造出一个仪典。

仪式会形成能量的形式。人们可制造一个睡眠时间的惯例，让他们的脑波平静下来进入睡眠状态。去创立一个特定的夜晚仪式也是很好的。在晚上祈祷是非常好的。首先感谢你的这一天，及你收到的所

有祝福。继而为其它人祈祷，最后再为自己祈祷。

在典礼中运用祈祷，会使典礼的力量更强大，且能召唤伟大的力量——光明或黑暗，取决于所使用的意图。

藉由使用特定的音乐、蜡烛、香、圣水、活动、跳舞、歌唱、唱诵、击鼓及水晶等，使仪式变成典礼，穿上特定的衣服是很常见的方式。典礼通常包括一种特定形式的用语，这些用语有它们自己的能量，能启动许多力量，所有的唱诵、咒语、神圣用语能提升典礼的质量。

地(土)、水、火、风四大元素被广泛地运用在各种典礼中。例如水被用于受洗礼及命名典礼中，火在许多文化中被用在临终服务中，地(土)被用于殡葬仪式中。风代表着说话。在许多传统中，人们以跳舞来提升能量，增强典礼的力量。

仪式能增加行动的力量，典礼能增加仪式的力量，也能控制团体的能量。特别的日子有特别的力量。每个文化中的神圣节日拥有它们自己的能量，在那段时间举办的典礼会更具有力量。在满月时分所进行的灵性工作，会较在其它时间所进行的工作更具有力量。

在特殊日所进行的团体静心，能使你扬升过程的进度，等同于在其它时间进行静心三个月的进度。

当你将仪几变成典礼时，你召唤伟大的力量，而不知你打开了什么力量；

因为典礼具有极其强大的力量，务必去确保拥有最高等与最纯净的意图与发心。

40 善恶的决战

有些正阅读本书的人，即将进入或已完全进入第四次元之中，且将会觉察到善恶决战的战役即将展开。我们曾被告知，在光明与黑暗的力量之间有七个战役，黑暗的力量将会在前三个战役中获胜。

在地球上有一些非常低频的振动——见证贪婪与贪污腐败、吸毒、贫穷意识与暴力，及电视与其它媒体所输入的能量。黑暗力量已赢得了前三个战役。剩余的四个战役必须且将由光明的力量获胜，这是必然的结果。形势已经扭转了，天使已经聚集在此，取得进入地球的权利与认同。开悟的古老灵魂现已存在于我们之间，并正苏醒中。有关个人与灵性发展的书很受欢迎。人们寻求谘商与治疗，以了解与释放他们的痛苦。星际种子自这个或其它宇宙直接来到地球，并化身为人类。高频振动的人现在出现在地球上。

你为提升光频而所做的每一件小事情，都将会促成胜利的结果。

谁是星际种子？

地球上百分之九十九的人属于俗世人，换言之，他们所有的转世经验，皆发生在这个第三次元实相中，且仍旧在学习光与爱的过程中。他们大部分透过数千次转世来经历演化过程，那是条艰难的道路。他们现在拥有不可思议的机会，让自己从第三次元的拘禁中解放，并朝向扬升之道前进。

剩余的百分之一的人是星际种子，以参访者的身分自其它行星或银河系来到地球提供协助。许多星际种子以前曾转世于地球，在变迁的时代中提供帮助，但因为他们在地球是位参访者，并未深入于地球的黑暗中，且相对地只有较少的业力有待处理。我说「相对地」，是因为在黑暗的水中是非常容易变脏污的。

如同我所提及的，莎朗与我来自相同的单子体，因此是来自于同一个家。虽然我们并非源自于这个宇宙，莎朗已六度来到地球，我已拜访地球二十六次。我们两人来到这里是为了进化，在地球充满挑战的环境中学习，去处理业力，最重要的是帮助地球。所有的人，同样

包括俗世人及星际种子，皆是光的工作者。所有人都渴望回归于神。

许多阅读本书的人可能是星际种子，他们现在转世的目的是成为别人的光。星际种子在有意识或无意识中皆能与扬升大师连结。在进入地球之前，他们被指派与同意他们将扮演的特殊角色；换言之，他们签署了以太契约。所有的星际种子藉由实现他们投生前的契约来帮助地球。

地球有点像是一所有危机的跨国公司。俗世人为公司工作且被期待能有同舟共济的工作态度，但他们从未对某件特定的工作有契约协议。星际种子是技术纯熟的特约工作者与麻烦解决者，为特殊的契约而受聘雇。如同所有的契约般，违约的罚则是严重的，且在这种情形是没有「返出条款」的约定的。

为了撼动旧的命运、困住的信念与创伤，较高存有正发送高频的光能电流至地球。当然，经常会有另外的神性意识之流出现，但过去一向是偶尔为特殊情形才会出现，现在它们大约每六个星期会脉冲通过地球。

这些光的急冲电流，如同所有的普拉那(能量)，蕴含符号与密码，去开启在我们意识中特殊的记忆与讯息。

许多人以为他们得了流行性感冒或出现精疲力竭、莫名的身体虚弱的情形，这是抗拒某种能量流动的反应。如果你感觉到不寻常的过敏、晕眩、脸部潮红或失眠，给自己一些时间与空间休息，并让蕴含新符号的光，净化你及开启你的意识，进入更高的真理。

如果这些急冲电流与满月现象同时产生，它们的力量当然会更强大。

这是如高电压般的神圣能量所从事的工作，它将你的阿卡莎纪录中的每一件未能解决的事，带到表面来。陈年压抑的情绪、根深柢固的信念与遥远的前世记忆，都在浮现中。你可能发现自己有难以理解的渴望去某些地方旅行，或与新的人会面，却让你感到令人昏厥的熟悉，在身体上可能出现莫名的疼痛。放松地进入它们，并去感受浮现的影像。

这些全部都需要面对与解决。

那些具有困难的人，进入你的生命中，可能会提供你一个黄金机会，去清理你的阿卡莎纪录，故以爱、勇气、慈悲、宽恕与理解来面对他们。

光能电流将需要被清理与净化的所有细胞记忆带到表层，尽可能地回溯至你在母体中受胎的时候。我们对压抑与否认都非常在行。然而这些都必须浮出表面——所有的愤怒、伤害、挫折、嫉妒与自卑感等。旧有与无预期的疼痛出现在身体上。你认为多年前已经处理的感觉再度出现，在更深的层次上去面对。当它们浮现于表面时，轻快地穿越旧有的道路，并自宇宙的观点来看这些事情。

如果你不愿面对呈现在你面前的事情，它将会快速地以十倍挑战的方式，再度呈现于你面前。

处理前世的业力

某位女士与我分享，她有一位极度权威、自我中心及独裁主义的父亲。她认知他是巨大、拥有无上权力的，那经常让她感到害怕。她告诉我他带给她虚弱、颤抖的畏惧感。她生命的挑战之一，是去处理权威的男性，她经常地吸引他们进入生命中。为此，她进行了一些个人成长的工作，去创造一个坚强、有力量、对子女关切保护的父亲，并且发现这是非常有效果与帮助的。因此，她已有许多年不曾再吸引任何愤怒的权威男性，来到她的生命中。但现在，最后的考验来临了。

正当她认为她已谈妥一个合约，突然间一通电话响起，是与她谈论合约的男人打来的。他从一位讨人喜欢与迷人的男士，变成一头盛怒的野兽。她辨识出课题正急速面向她而来，并尽可能以平静与清晰的态度去处理。时间将说明她是否已通过了考验。如果她无法通过，几个月内，其它像这样的人将会突然地出现。

此时，还有一些事情是我们被召唤去清理的。我们现在被召唤去疗愈我们家庭的基因记忆。这是一个主要机会，为个人、家庭与行星提供解决之道。这是去净化贮存在基因中七个世代的基因记忆的时候了。父亲的罪恶确实已遗传至后代，现在正是终结它的时候。

你可能再度转世投生在相同的家庭，且对犯相同的旧错误感到极

度厌烦。因此，你为此所做的任何工作，将会全面地解除你灵魂的负担。

或者，你可能请求进入一个充满问题的家庭，来为他们提供一个伟大的服务。如果你的家族带有麻痹瘫痪的遗传性瘴毒、精神异常、堕胎、暴力、谋杀、虐待、疾病广癌症、性病、结核病、失明等）、孩童死亡，或任何百万种问题的任一种，你就拥有一个美妙的服务机会，且你的奖励将是很有价值的。你将能使过去世代与未来世代的人解脱。

由于常见的宇宙同步性效应，当我撰写这个章节时，一位客户来到，我称呼她为潘，她是一位同类疗法的医生，献身于治疗工作。她是优雅、迷人与世故的，但患有严重的家族性遗传瘴毒需处理。她深受返化性疾病之苦，该疾病引起渐进性麻痹。她告诉我她的母亲曾经中风过，且慢慢地变成瘫痪直到过世。这个回忆带有沉重的感觉。我召唤天使来协助，他们说她的心需要被净化，因此我们去看是什么阻塞了她的心，之后显现出来的是，她在许多年前曾经堕过胎。她不想堕胎，但强势的母亲逼迫她去做手术，她的心充满了痛苦与狂怒。

这个小孩的灵魂从未离去，在疗程中，他进来与他的母亲连结，母亲最后说出所有她想说但却从无机会说的事情。最后潘释放小孩，让他完全离去，小孩最后愉快地离去了。

天使说她的心仍然尚未准备好被净化与接受祝福。接着潘告诉我，她发现她的母亲也曾经堕过胎。我请求所有家族中被堕胎且未离去的小孩前来至此。突然间大量涌现的幼儿来到。他们全徘徊在潘的身边，干扰她的生活，他们想要被释放并在闪光中离开，如同一位亲人从另一边来接引他们。

我再度请求天使净化她的心，但这回他们指出她的心前方是干净的，但后方是黑暗的。他们说必须释放某段前世经验。

潘很快地进入某段前世，她曾是位衣衫褴褛的士兵，带领着暴民进入村庄。在那里他用剑冷酷残忍地杀害了一位怀孕的妇女，并抢劫与掠夺整个村庄。

在这之后，他感到生病与空白，因为他了解那样做并未解决任何

事。他曾爱上了那位怀孕的妇女，但她为了另一个男人而离开他，腹中的胎儿就是那个男人的。他所做的一切已造成业力。

在另一个层次上，他遇见那个女人与小孩的灵魂，并且卑微地请求原谅，最后终于得到应允。

这次当我请求天使净化潘的心并给与祝福，他们同意了。我在疗程的几个星期后看见潘。她看起来光芒四射，并回报她的身体状态有极大的改善。她所做的上述工作，也将对整个家族族谱造成反应与回响，并疗愈了过去与未来的世代。

这个故事有一个事后花絮。我接到一封潘寄来的信，说她刚参与她的第一次同类疗法的生产过程：

我自她怀孕起就持续治疗与照护这位母亲的怀孕过程。她的第一个小孩是用人工方法催生的，那是一次创痛的经验，她决定不要再重来一次。这位母亲在星期三早晨打电话给我，说她已在医院中，胎儿欠缺活动力的情形使她担忧，故他们将用徒手法去打破羊水。我带着一位助产士去找她，发现并无医生在场，一台监视器的线路黏贴在她身上，我为她做紧急处理，助产士非常感兴趣并听从我的嘱咐，询问我所给与的是什么及为什么。一小时二十分后，婴儿在无紧张与压力的情况下诞生了。我的占星师制作了婴儿的出生图，并与我的出生图合盘，他的命运北交点是在我的月亮相位上，故我是命中注定要出现在那里的。

我们强烈地感觉到，这个婴儿是因为潘的前世行为而无法出生的灵魂。故业力已经完全地补偿了，为世界增加了更多的光与爱。

我们在每个片刻之间都被提供去支持及与光同在的机会。

41 启蒙的十二个考验

在你转世投胎前，你与你的指导灵及天使讨论你在地球生活的使命。随着你的进化，你将承担更多的责任。

然而，如果你意图成为一位光的工作者，你在投生前将会与一位大天使及扬升大师进行讨论，他们将会监督你在地球的进展。

有一个回报系统，在每一次转世中会运作十至十二次。你的灵性进展会以下列问题来接受评估与衡量，并将依照你的发展与成就指派光的工作给你。当你成为羽翼完全丰满的光的工作者，你将会被归属于一个团队，为光灵在身体或灵魂层次上工作。

你的灵魂在地球上的进展

1. 你是否将世界视为你自身的延展？

你是否在宇宙所提供的镜子中照见自己？

你是否为了那些发生在自己身上的事而责怪他人？

2. 你是否已克服了你的自我（我执）？

你是自我中心的或是关怀别人的？

3. 你会挑选谁作为同伴？

4. 你与你的目标的整合程度为何？

你是否召唤灵性的国度来协助？

5. 你是否走在更高真理的道路上，对神承诺并与地球责任整合？

6. 你是否采取行动去追随更高的真理，并与其它人谈论这些真理？

7. 什么是你的承诺，去强化你的意志力及寻求对灵性法则的理解？

8. 你是否听从你的内在声音？

9. 当关系受到挑战时，你是否试图去了解原因为何？

你是否追求无条件的爱？

你与父\母\神的关系如何？

10. 你如何为人类服务？

11. 你如何使心智平静下来？

12. 你是否启动了你的较高灵魂自我？

你是否在多空间次元间旅行，并将获益传递给其他人？

你已开悟了吗？

你正在进行精致化的灵性修练吗？

我们都是神圣合一的一部分。神渗透与充满了每个细胞与原子。矿石、植物与动物、人类或天使等，皆蕴含着相同的神性本质。「一」(One)是整体不可分割的。因此当你在伤害一棵树、一只昆虫或另一个人时，也会反射与触及每一个人，包括自己。

直到我们能认同自身是宇宙意识的所有组成部分，并认同在能量层次上我们存在于万有之中，万有存在于我们之内以前，我们是无法扬升的。

植物是有感觉与振动的。你是否只在有维持生命必要的情况下，才会截断某人的四肢？你会在未告知某人的情况下就考虑将他的手臂截断吗？当然不会。可是我们却截去美丽、鲜活、有知觉的树与灌木的树枝，而未事先告知要对它们进行的事。它们疼痛的尖叫声划破了以太层，敏感的人能感觉与听见它。最终，加害者在此生或来世将会承受相似的痛楚。

万物皆是合一

一位敏感的人告诉我，地方官员如何在她家附近的一个美丽景点，放七公告通知每一个人，他们将树砍掉是因为有些树染上疾病，有些需要被修剪，有些则因挡住太多的光而被切断。地方官员做了完美告知人们发生了何事的工作，但并未曾在触碰树之前告知它们，故在该美丽景点中充满了痛苦的氛围。

如果某人能在进行较剧烈工程的前一天，在进行轻微程度工作之前的一点时间，发送心电感应讯息给树群们，告知他们的意图，树的灵魂则能预做准备。如果树知道即将发生什么事，它的灵魂能在枝干被砍倒前撤离，或能实时抽回被修剪树枝的能量。

我的一位朋友极富有同情心，因而常自别人与环境处感应疼痛，她买了一个捷克陨石，来帮助自己与其它人生活在平衡与和谐之中，不再感应与捡拾他人的事物。她想要以黄金镶嵌捷克陨石做成一条项链，使她能配戴在脖子上。

她比较了不同的珠宝商，直到发现感觉合适的那一位。那位珠宝商说明他会在矿石的中央以钻石钻头凿洞，我的朋友对他说：「在你进行之前，请务必事先告知矿石，它才能明白你即将要对它做什么事。」那位珠宝商与他的助手完全接受这个意见。当她回去取件时，他对她十分严肃的说：「我们与你的矿石对话，但它对我们要在它上面钻一个洞感到不开心，故我们找到另一种方式来镶嵌它。」她非常地高兴，我确信矿石会为了她对它的关照，而提供更好的服务。

所有伟大的工匠皆珍爱用来呈现创作的材料，否则他们只是技术者而已，对于以爱来创作的作品，该作品将在某些层次上散发出神圣的能量。

米开朗基罗创造出如此美丽的雕塑品的原因，是在于他对大理石材的珍爱，他爱的能量使石材中散发出最好的质量。

因为万物存有皆是「合一」的一部分，如果一种动物的物种绝迹，它所代表的质量亦将离开地球。古代巨鸟代表着信任的质量，当牠们消声匿迹时，信任也随之离我们远去，继而所有的宇宙创造物变得难以信任。

每一件矿石、水晶、植物、树、动物、鱼或人皆有存在的理由，皆是地球的荣誉贵宾。眼前，我们虐待与折磨母牛。什么样的人会对草食动物喂食垃圾？这些美丽与敏感的生物，正逐渐被毒害与驱逐出地球。当一个生物物种离去时，黑暗的力量将入侵与占据牠的位置。

动物是人类的年轻兄弟，最终将会演化并成为人类。我的某位朋友拥有一只苏格兰柯利牧羊犬。有人告诉她这只狗曾是位治疗师，且曾为她的伴侣做过灵魂回溯的治疗工作。我问库弥卡这是否是真实的，他确认是真并说这只狗曾是一位大师，在下次转世中将再度投生为人类。

当我驾驶在爱尔兰沿途两旁绿意盎然的车道上时，有人告诉我以下的故事。我的朋友曾参加过一个课程，在课程中教授这个与动物沟通及治疗动物的技巧。他们被教导去观想一间治疗室，在那里有他们去帮助动物所需要的最适当对象，那可能是间有外科医生的手术室、花药、精油或药剂等任何感觉适当的对象。

一位参加课程的男士有一只生病的黄金猎犬。他们的家规之一是狗不准登上客厅的沙发。这位男士適切地观想着一间治疗室，唯一的问题是狗拒绝进入治疗室。最后他告诉狗说：「好吧！如果你进去并让我治疗你的话，我就让你后半辈子都可待在沙发上。」在他的观想中，狗在他说完之后立即进入治疗室接受治疗。

在接下来的数个周末课程中，这位男士急切渴望地去分享他的故事。在下午三点十五分，是他在前一个周日进行观想的时刻，他的太太正在家中的厨房。令她惊讶的是，他们的狗突然自牠的篮子中跃身直奔客厅的沙发上、」她花了整个下午的时间试图让牠下来，但牠固执地不肯让步！协议就是协议，无论是在哪个层次上做出的。

植物与矿物也是「合一」的一部分。拥有最浓密的振动频率是矿石，随着它的振动变得益发轻盈时，它能经验成为植物，继而成为动物的感觉。

如果你伤害或仅只是对周围的任何事物发出不好的念头时，你正在伤害自己。这些情形能以文字轻描淡写来叙述，但现实却是依因果业力法则来进行

如果你对某人或某情境怀有不好的念头，你就像是在内心中持有一颗低振动能量的球，低振动的行为将会重复地作乱直至你释放了愤怒并获得爱的观点。

创造的钥匙

随时随地祝福外观丑陋的建筑物、狂吠的狗、贪婪的物主，被你拔除的野草，这些祝福最终将返回你身上，且因而回归于万物存有。

有意识地祝福万物存有，不要机械式地去做。在你的心中带着慈悲，祝福那些障碍你道路的人。以安慰与鼓励的触碰来祝福生病的人，带着同理心祝福那些较低的意识。

「合一」意谓着我们皆是彼此的镜子，相似的频率互相吸引。如果我们不喜欢被我们吸引进入生活中的人事物，我们需要诚实地检视这面镜子。继之必须提升我们的振动。较高的振动必须藉由提升我们的意识来获得，一旦获得与精炼化后，我们将永远不再吸引相同的低

振动考验、环境或人物。

「合一意识」被认知为普拉那或气。在这条生命意识或力量场的河流中，存在着许多象征符号。当我们能获得及使用这些符号时，我们就拥有进入共同创造与显化的钥匙，共同创造与显化是第五次元与扬升的固有部分。

为了获得这些进入创造的钥匙与密码，我们必须能够保持宁静、平衡与归于中心，无视于外在的动荡与不安，故我们必须有能力掌控我们的思想与情绪。

宁静、平衡与镇定能赋予伟大的力量，因为它们能使你全然地充满神圣的能量。

我们对成年子女的爱不会超过对襁褓中孙儿的爱。神对扬升大师或瑟拉芬(六翼天使炽天使)的爱，不会超过对一只动物或一个较低等灵魂的爱。祂对万物存有的爱是平等的。

视万物存有如同神一般，是进入扬升的钥匙。

43 密码与钥匙

意识流自于神的心识，这种意识蕴含着能揭露真理与讯息给我们的符号。如果我们的心智是混乱，或情绪是不平衡的，我们无法接收任何密码，或接收了扭曲的讯息。扬升大师总是能平静他们的心智，及接收直接来自神心识的高频真理与智慧。

再者，因为我们是合一的一部分，且生活在神的力量场中，我们的意识亦流自于我们自身的心智头脑。这种意识也具有频率，并继而显化于外在现象中。当然，低振动的思想显化了低振动的环境，高振动的思想创造高振动的事件。

为了扬升，我们必须时时刻刻释出高振动的意识恒流。

在这个时代，宇宙奥秘的神秘知识正被开启中。曾被掩埋与封锁的古老智能、知识与神圣真理，正被解开与释出给人类。然而，是否能够寻获及使用那些进入的钥匙，仍取决于我们本身。如果当我们拥有超越所能理解的被开启讯息时，我们有任务去实践它，尊敬它，并在头脑与心平静的状态下，向它所蕴藏的真理的振动敞开。

密码经常被封锁在一个无意识的层次。神秘麦田圈就是一个例子，它是由通讯天使所形成的，是能开启在人类意识中封锁隐藏的讯息的钥匙。去观看一个麦田圈或它的照片，就是去拥有开启我们心智的一把钥匙。许多人发现当他们进入一个麦田圈时，他们感到平静。有些人则感到焦虑。有些人感觉灵魂的震颤或有较高的振动流经过他们。当然，仍有些人并无任何感觉或感应到任何事物。然而，在麦田圈中的振动，将为那些准备好的人开启特定的宇宙讯息。

有些开启宇宙讯息的钥匙出现在古代手稿中，现正被发现与带出来。

打开封印的讯息

古代遗迹，例如金字塔、狮身人面像、英格兰巨石阵、复活节岛的巨石像，皆被输入加密码封印(简称加密)的讯息。立石群与特定的水晶亦同。甚至古老的树亦蕴含宇宙的智慧，等待着被连结与接通。

有许多这类的知识、智能、神秘学信息，被封印在曼达拉、符号、誓言与誓约、仪式与典礼中。在这个使地球提升至光中的时代，正在发生中的另一件事就是，释放这类的更高等古代的智者、亚特兰提斯的祭司与女祭司、伟大文明的圣者，在他们脉轮系统中仍保存着能解开封印讯息的密码，现正转世投生于地球，以回应遍及宇宙的呼求。在这些人中，有许多人天生就已具有开悟的质量。在目前这些人是高振动频率的婴儿、孩童与青少年，将散布较高的意识，并确保地球的第七度黄金时期的发展。

我们当中的某些人是火炬持有者，为他们预备道路，并肩负着养育子女、孙子女，及培养、教导或为他们清理道路及使道路顺畅无阻的责任。我所认识的某位友人最近生了一个小孩。她与他的先生二人皆是长期的素食者，只信任食用有机食品，并只让最纯净的部分进入身体。她为小孩做了一个通灵讯息的阅读，且被告知这个小孩是位先智者，转世投生为一位未来的领导人。他选择他们作为父母，因为他的振动是如此的精致，他无法摄取肉类或非天然的人工食品，在他身体周围的每一件东西都必须是纯净的。

珍·史莱德住在英国苏赛克斯郡，她发现自己在给与治疗时会快速地移动手与手指。她对自己的行为与原因十分地无意识，只能觉察这种现象的发生。我感觉她可能是在快速地画出符号。一位灵视者观察她对不同的人进行治疗工作的过程，并描述她如何进行超心灵手术，清除发炎与感染、整脊，及去除身体中所有的不平衡，让身体能接受疗愈。那是非常具有力量的治疗。我相信她已进入及取得一个古代治疗符号的记忆，并自动地运用它们去消融与瓦解她的客户的问题。她的女儿也具有相似的力量。

对光的工作者而言，现在正是去唤醒他们目标的时刻。其中有些人仍不太愿意去进行，这意谓着其它光的工作者必须承担他们所应负担的部分，直到他们能承担与实践他们在伟大的计划中被分派的部分。

有些特定的声音是唤醒人们的振动钥匙，它们也能粉碎阻塞的部分，使心敞开，释放情绪，治疗与释出讯息。近来，突然间似乎世界各地的人们正风行着以特定音调发声、咒语唱诵、迪吉里杜管（澳大

利亚土著使用的一种乐器)吹奏、铜锣敲击、颂钵运用等。每一个音调皆能开启一个综合锁的某部分。

在所有光的工作者身上已设定了闹钟装置,现在正是闹铃响起的时候了。它是为新时代存在而持续不懈与从未失误的起床讯号。

在我们的脉轮中皆有已加密的讯息,特别是较高进化的人。声音能帮助释出这些讯息。如果你以前额倚靠着一棵树或一个古老的石头站立,并发出嗡(om)或阿(aah)的声音,你将无意识地唤醒更多你真实的神性。集体以嗡或阿的音调发声与唱诵是非常具有力量的。

光与黑暗的对立

这个能使地球提升至光的振动频率的古老、奥秘与神圣的智能,不会出现在意外发现的书面文件典籍中。它们将显现在提升至光频的人们身上,在当他们解开还原自己是谁的密码时,他们将揭露这些较高等的智能与讯息,故较低振动的生活方式将不再吸引他们。当他们全体聚集时,将会发出更高振动频率的音调,唤起每一个人进入第五次元的振动。

我能理解一个为进入第五次元生活方式的极大幅意识转换,这必须在公元二〇一二年前发生,该年度是马雅年历的结束,基督的再度重返,梵天气息吐纳之间的中间点。即将发生的事显然远超过我们的想象,因为神性之流将遍布与流经整个宇宙,并将我们提升至光的层次。这是在我们的灵魂成长经验中,所遇见过最重要的机会。当我们准备愈充足,愈容易度过转变时期,及成为愈明亮的光。故我们个人的净化与地球的净化,必须在该年度前完成。

我们已赢得如同库弥卡般的光灵们的关注与帮助,当我们能提升至更高的光频时,其它伟大的高灵存有将前来协助。

我们确实生活在奇妙的时代。在我们之中,每位调整至更高振动频率及奉献自己帮助地球重新出生至第五次元与扬升层次的人,所收到的回馈将远超过想象与理解。在这里有一句忠告与提醒:光与黑暗两极的对立正在发生。不要轻视黑暗的力量,它将会对光遍满各处的现象做出反应。宗教与政治的教条与限制必将会摧毁,许多灵魂将酬

蹑不前，在困惑中迷失。务必与其它光的工作者集结来防卫保护自身，并更一致性地散发你的光，故能为别人示现与指引道路。

请记得地球正像是一幅织锦画，只有扬升大师才有全面性的计划，在我们当中，每一位致力于协助实践的人，各有被指派的任务去进行。我们的任务是去完成我们份内的工作。请勿与他人做比较，切勿说：「那个人有更多的客户、赚了更多的钱、经营救济院、做更重要的工作、在国会有一次席位且能影响更多的人。」把那些都忘掉吧！

一旦你致力于扬升之道，并协助实现地球扬升的神圣计划时，你将会被安置于能实现你天赋的完美位置。你将会吸引最适合的人来到身边，由你来给与指引及启发。你会在最适当的时刻，处于最适当的位置。在你的世界中，一切都是最好的安排与发生。

44 扬升要诀

你能够晋升扬升层次，而对本书所提及的任何讯息或事物一无所知。你可能练习了所有本书所提及的讯息或事物，而仍旧无法扬升。

原因在于，为了进入扬升层次，我们必须在内心中活出孩童般的质量。许多人想要扬升，但在他们的头脑中充满了逻辑与理性。头脑阻碍了心的运作，为了扬升，必须由心来引导头脑。

孩童拥有纯真的奇妙质量，纯真意味着活在我们的本质中，真实的面对自己的感觉。头脑会抑制与降低我们真实自我的热忱、喜悦与天真。

为了扬升，我们必须精炼我们所有生活的层面。

简单的扬升指引与检核表

基本层面

1. 成为你自己。不要装腔作势或假装为不像你的人。
2. 做你应该做的。
3. 在万物存有中看见与体现神。

物质层面

4. 清理你的房子，丢掉凌乱的物件。物质的脏污垢染所在之处，即心灵垢染之所在。
5. 尽可能食用充满光、有机与素食食品。
6. 有规律地运动。
7. 有意识与清明地睡眠。
8. 保有休闲娱乐的时间。
9. 在你的生活中养成有益身心健康的日常生活习惯与律动。

情绪层面

10. 关照你的内在孩童。
11. 强化你的情绪面，那么将没有人能扰乱你的心绪或影响你。
12. 创造宇宙智慧父母来培养、保护及鼓励你。
13. 进行你的应办事项程序，并让别人依他们自己的程序进度进行。
14. 理解其它人的观点。
15. 列出与你敌对的人的美好质量。
16. 容易去宽恕。
17. 让心保持敞开、慷慨与宽宏。
18. 化以倾听你的心去了解，而非以头脑去响应。

心智层面

19. 让你的心智充满咒语真言。
20. 进行每日的肯定句复诵。
21. 时时刻刻保持平静与归于中心。
22. 脱离物质与情绪的欲望。
23. 为你的生活负起全部责任。
24. 注意提供你在地球个人旅程的讯号与指引标示。

选择

25. 谨慎选择你的朋友与伙伴。
26. 以责任来选择你的思想、言语与行动。
27. 只阅读与观看那些能提升你频率的事物。
28. 对所有的事物保持中庸之道，修练你的成瘾与过度的习性。
29. 培养与建立较高的质量，如仁慈、慷慨宽宏与富有爱心。

备忘录

30. 接受每个人与每件事物都有神性。神存在于树与蟑螂中，和谐地对待它们。

31. 如同祝福你的朋友般祝福你的敌人，因为他们是神圣合一的一部分。

32. 将你的负担交托给神，且当你交托之后，不要再去抓取。

33. 请记得挑战是成长的机会，它们不会在你尚未准备好的时候提供给你。

保护

34. 请求天使前来帮助与保护你。

35. 以本书所提供的方法或任何与你相应及共振的方法，来保护你自己。

创造性的观想

36. 请记得创造性的观想是建构你未来的基石。

37. 观想心中的障碍与界限掉落了。

38. 观想你想要创造的事物。

39. 观想其它的人接收到他们需要的事物。

灵性修练

40. 笑口常开，以轻松的态度过生活。

41. 每日固定静心，并找到安静的时段做每日的反省。

42. 经常地给与感谢与祝福。

43. 经常及有意识地祈祷，与天使，指导灵及扬升大师连结。

44. 阅读灵性的书籍。

45. 沉默是金。如果你无法口出善言时，就保持缄默。

服务

46. 帮助地球与其它的人。

- 47. 记得其它人的受苦最终将成为你自己的受苦，随时提供他人帮助。
- 48. 以感恩之心来做例行杂务与无趣的工作。
- 49. 赛巴巴说：「提供协助的手比用来祈祷的手更为神圣。」

最后的检视

- 50. 询问自己：「扬升大师将会如是思维、言谈或行为吗？」