

临界点

THRESHOLD

作者：赫莱瑞恩

HILARION

试印版，欢迎朋友间分享、打印，但请不要以营利为目的出版。

THRESHOLD

临界点

目录

	页次
序言	1
信：赫莱瑞恩写给蜜雪儿的一封信	3
第一章：生命、死亡、和灵性	5
第二章：再生之轮	7
第三章：思维的力量	9
第四章：疾病与老化	11
第五章：病媒	13
第六章：惰性气体	15
第七章：宝瓶纪元	19
第八章：启示录	21
第九章：头脑与潜意识	27
第十章：饮食与健康	31
第十一章：死亡、不朽、和星光界	35
第十二章：象征、性、和爱	39
第十三章：讯息	43
翻译词汇对照表	46

序言

这本书是由一位高灵写给十三岁少女蜜雪儿的信件编辑而成。
它是我透过通灵过程传达的，我在几年前开展了通灵的能力，
而且藉由通灵的过程，现在已经传达并出版了四本英文书籍。
这些书籍组成了「赫莱瑞恩系列 (Hilarion Series)」。

使用书信形式的构想和讯息的起因相关。
确实有一位名为「蜜雪儿」的少女，她真的体验了许多这本书所探讨的题材，
然而，这本书真正的目的，是为了那些在某些感官意识上的「年轻」人，
而非年纪轻的人：那些尚未发现到庄严华丽、令人鼓舞的灵界的人，
以及那些直觉上明白尚有许多「等待人类去经验的领域」的人，
这些领域使得多数人认为是唯一实相的纯然世俗与现实的生活显得窄小。

这本书是针对那些对于多数人经验到的「困惑且焦虑不安的生活」不满的人，
以及那些正在追寻更高且更有目标的生存途径的人而写的。
对他们而言，这本书揭开了所谓「新世纪」的概念的简单序幕，
并且说明了为何「新世纪的黎明不仅是必要的，而且是不可避免的」。

在人类种族之间，将会有爱与再合一的时刻，
在国家与国家之间，将会有和平与友谊时刻的来临。
从目前战云汹涌的地球看来，这样的愿景或许看似幻梦。
但是，正如昼夜相随，
金色和平纪元的黎明，必定随着战争、破坏、和动乱的黑夜惊恐之后而到来。

我深切盼望阅读这本书的人们能受到鼓舞，
因而改变他们自己和周遭人们的绝望、冲突、和空虚的生活模式。
现在正是人类提升的时刻。
如果我们不从自己内在提升，
那么，必然会灭绝消失于地球。

莫瑞斯·比·库克 (Maurice B. Cooke)

加拿大，多伦多

1980年5月

临界点

赫莱瑞恩写给蜜雪儿的一封信

挚爱的蜜雪儿：

终于到了我们以简化的方式为你解说一些灵性真理的成熟时机，
如果你想要达成此生为自己所设定的一切目标，你必须了解它们。
我们选择了这个特殊的方式～透过你的朋友库克先生来传达，
我们很清楚，这些讯息将会被编成一本小书，好让更多的人也能阅读。

我们注视着你的爱与美日渐成长，
我们也看到你坚守于直觉的智慧，那是你的灵魂与生俱来的。
不要松懈了你对这光明泉源的坚持，因为它是一位忠实可靠的向导，
引领你穿越一切人生道途上所遭遇的诱惑。
如果你任何时候都能记得依循心中的内在声音，那么你将永远不会步入歧途。

有许多孩子像你一样，他们为了那些不再能领会灵性真理的弟兄们，
自愿来到地球，成为爱与智慧的灯塔。
在这本小书里，我们确实希望以简单的方式写下许多真理，
不只是为了你，因为你已经了解很多了，
也是为了其他人～他们忘了自己是从更高等的境界来到地球，
应当回归所来自的家乡。

在接下来的章节里，我们会告诉你许多以我们的意识层次所理解的事情。
但是，你对这些事情的探索和领会则取决于你自己。
真相是：你的真理被写在你「心」的卷轴里，因为「心」是上主安居的所在。
老师、向导、和书籍能够帮助你，但是，只能唤醒那早已在你心里的知识。

吸收我们在此提供给你的一切，
透过你自己觉察和理解的神奇力量，然后转化并传达给其他人。
只要记得他们也有自己的特殊观点，
而且你绝对不可坚持自己的理解是唯一的正见。
上主爱每一个人类的灵魂，是因为他们彼此相异，而非他们的相同。

最终，请记得，你被创造出来是为了：
使你能够在对待祂所创造的一切生灵时，展现上主的爱。
祂期望人类去达成银河系其他众生不愿去尝试的任务：
展现永恒的爱、宽容、和手足之情所能成就的一切。

愿你永远记得你的光是上主之光的一部分，
祂的「爱」永远透过你的「心」而诉说，
而你的身体被塑造为一座殿堂，
让祂的真理和美善能永远安居其中。

满怀着爱
赫莱瑞恩

第一章

生命、死亡、和灵性

还记得在森林里有一天，你偶然间看见路边死去的小鸟吗？
那对你稚嫩的心是一个意外的冲击，
因为你并不了解为何一只如此活跃的生物，此刻竟然会一动也不动。
那是给你学习「生命必须教导的重要课程」的一个机会，
但是，当时你还太小，因此无法完全领会这个经验的真实含义。

现在，你长大了，而且即将达到能够理解「生死奥秘」的年龄。
然而，对于了悟的心，并没有神秘可言，对于你的心，也是如此，
肉体就只是像衣服一样，可以被穿上和脱下。
真实的生命并不是在物质的层次，而是在灵性的层次。
你发现的那只小鸟并不是那只小鸟的真实本质。
它只是那只真实的小鸟丢弃在路上的披风。
那只真实的小鸟仍然像牠往常一样活跃且充满生机，
但你的眼力尚未被加速到那个可以看见牠依然在树梢雀跃飞翔的频率。

那等待人们仔细思量的「生死」真理是很简单的：
一切有形的展现～每一个物质身体、植物、树木、太阳、或宇宙中的星球～
都只是「**学习的载具**」～一件被穿上一段时间，然后被丢弃的衣服。
但是，经历这「穿和脱」的体验的本质，是灵性的，
而你就是这些灵性众生的其中一员。

你进入这肉体是为了「**认识自己**」，
这正是每一个灵性众生穿上物质披风的原因。
当你体验了在这肉体里所能学到的一切，
你会放下它，就像你放下过许多其它的形体一样。
然后，你会进入另一个层次，并且学习截然不同的事物。
但是，你的目标永远都不会变：「**了解自己**」。
这是在每一个被创造的灵性众生面前的伟大志业，
而且每一个生命的目的～无论是动物的、植物的、或宇宙的～
都是为了促进这个「**发现自我**」的重要过程。

我们想要你了解的是：在你周围所能看见的一切事物，
只不过是你的眼睛无法看见的灵性众生的外罩。
你只看见外表的披风，不是内在的本质。
但是，你能用「心」看见，如果你允许自己以这个方式去看。
当你用「心」看，所有的灵性真相都会在你面前展开。
你的心，会告诉你，谁是善良、或自私、或打算对你做出不义的行为。
你的心，能够看透任何人的真相，而且它从不传达错误的讯息。

我们曾说过，你的肉眼无法看见内在的灵性，
但是，有一个方法可以克服这限制：
因为，驻于所有动物形体里的灵性众生～包括人类～
实际上都是从眼睛的瞳孔向外看。
当你与任何人四目相望，你会立即感觉到在灵性层次上的密切接触。
这反映了「眼睛是灵魂之窗」的真理。

许多人并不想直接注视别人的眼睛，他们害怕这最亲密的接触。
有时候他们害怕别人看见他们真实的自我，
因为，他们知道那儿有黑暗的创疤，无法承受日光的照耀。
他们总是避开你注视的目光，因为，害怕你会读出真相。

但是，你绝不需要害怕别人的检视。
你的心是纯净的，而且你的灵魂璀璨光辉。
让别人看见这美好吧！
因为，在当今地球上，这已是凤毛麟角了。
如果，你能让人们深深的啜饮你美丽的眼眸流露出来的纯净和天真，
你将会发现：你的真实和美善，能够减轻人们的重担和烦忧。

第二章

再生之轮

在第一章里，我们说过，你已穿上物质的披风许多世了，
这意味着你曾经投生于地球。
和许多人一样，你自己了解这个说法的真实性，
因为，你可以忆起的过去生生世世，就潜藏在你意识思维层次的下方。
当你初次遇见一个人，却觉得似曾相识，或已经认识他很多年了，
你正是在唤起过去世的回忆。
你若不能回忆起这些过去世的细节，并不足以证明它们不存在。
即使在这一世里，要忆起几年或甚至几个月前你经历事件的细节，也是很困难的。

再生之轮的目的，就其字面意义，是很容易了解的。
我们已经为你说明过，每一个灵性众生物下来人世取得肉体之前的志愿，
都是为了试图更完整的了解自己。
如果能够增进对自我的了解，那么就可以将灵魂粗糙的棱角消除，
并且可以抚平那些它尚未平息的冲突。
但是，这份平衡和安定不可能在一世里就达成。
在一个人能够去圆满这些品质，解决所有过去的问题，
并且最终达到一个对自我、万物、和上主的平衡观点之前，
他必须在这地球上拥有丰富的经验。

我们曾提到过去的问题需要解决。
投生于地球上的每一个灵魂都带着许多过去的问题。
大致而言，这些是与他人之间的问题，
透过前世的竞争、怨恨、或恐惧而引起的。
每当你容许自己感受这类对抗他人的情绪，
你就制造了一种人我之间的束缚，总有一天它必须被松绑，
因为，这束缚和情绪的本质相同：
竞争制造了争夺的束缚；
怨恨制造了厌恶的束缚；
而恐惧则制造了懦弱的束缚。用这些情绪将两个人绑在一起，并不值得。

在上主的眼中，「爱」是唯一真实的结合，
因为只有「爱」能够释放一切束缚，
而且只有「爱」能够让两个灵魂永远聚合，一起成长和展现。

对于轮回转世的过程，还有更多、更多可以谈的，
但是，我们在此所谈到的，在当下对你是最佳的入门，
使你能了解个体灵魂所经验到的宏伟的「再生之轮」，以及它背后的目的。

第三章

思维的力量

了解我们在前一章所谈到的「灵魂间的束缚」，对你而言是很重要的，因为，虽然它们不是以有形的物质(像是：锁链或绳索)打造而成，但它们却是一样的真实且强而有力。人类用他的思维所创造的无形力量，通常甚至比他以科学所研究的有形物力，更难以掌控或避免。

让我们为你举一个例子来说明「思维的力量」。
或许，我们应当从「观想(visualization)」这个词开始，
因为，这真的是你用自己的「思维」创造我们所讨论的那些力量的方式。
想象一个朋友将十二英尺长的木板平放在地上。
他要你从木板的一端走到另一端，这对你是易如反掌的事。
这木板约一英尺宽，要走在上面而不跌倒并不难。

现在，你的朋友将那块木板拿到两栋十五层楼高的大楼顶部。
这两栋大楼紧密相邻，所以他能将那块木板放在它们之间，
以便从一栋大楼跨越至另一栋。
两栋大楼之间的距离只有十英尺，
但是，木板下方是十五层楼高的空间，而底部是坚硬的人行道。
他再一次要求你走过那块木板。
那里没有风，而且那块木板相当稳固的被安置着。
然而，无论你多么努力的说服自己，你就是无法勉强自己走过去。
原因在于你自己的观想能力：
你从自己的脑海里看见，如果你滑倒或掉下去，将会发生什么事，
而这个思想的画面是如此的强烈，
以致于无论你多么想去做，它就是阻碍你去接受朋友的要求。

多不可思议啊！
当那块木板在地上时，你可以走在它上面，
但是，当它在十五层楼高时，你就不敢了。
你的平衡感与稳定性是相同的～它们并没有改变，
而是你脑海里的「思想画面」改变了。

这证明了「观想的力量」远胜于人类的意志力。

在以后的章节里，我们会为你说明：如何驾驭这巨大的观想力量，

好让你可以用它来使自己的生活方式更顺利，

获取你想拥有的能力，并得到你应得的幸福。

它是一种美妙的工具，上主希望你拥有它，并运用它，

利用这工具，你就可以成为「与神同工」的创造者～你的天命注定如此。

第四章

疾病与老化

我们已经和你谈过「怨恨与恐惧」会经由思维的力量将两人束缚在一起。
这个力量对人类造成严重的损害，
不仅破坏人际关系，也导致疾病，甚至死亡。
在此，我们要提到一个真理，我们希望你特别将它铭记在心。那就是：
「人所承受的疾病与身体的缺陷，只是他自己经由思维的力量所造成的。」

各种类型的疾病都有一种无形但非常有力的过程在运作，
这使得一个人能够因为他的「思维」而造成自己「身体」的疾病。
你或许曾经听说过「心想事成(*thoughts are things*)」，
而你可能会想知道这代表什么意思。
这个谚语蕴含一个重要的真理，
因为它指出：思维的力量就在于它「创造事物」的能力
～即便这创造力并不在你能够用自己的肉眼看见的层面。
这创造力的层面存在于我们所谓的「乙太(*aetheric*)」层面。
乙太(*aether*)是一种精细、无形的物质，遍布于你所处的宇宙的每一个角落，
这也包括原子和分子的内部～科学上认为的空间。
但是，空间并不是空无一物，
因为它与更高等造化世界的相关位置，是由这精细乙太的位置所定义的。

这乙太最奇妙的特性是：它「**回应思维**」。
每当你在脑海里想象任何东西，
你周围的乙太立即接收那画面，并且详细的依样画葫芦。
只要思维所投射的是正面的事物，这过程是相当有益的。
但是，地球上的许多人现在都习惯制造负面及有害的想法。
他们想着别人的弊病，也想着自己的弊病。
最终，他们真的生病了，这有什么值得大惊小怪的？

这过程可以被解释得更精准：你不只是一个肉体，
你也有一个由我们刚刚描述的「乙太」所形成的「乙太体」。
你的乙太体里的乙太，比其它空间的更紧密一点，但它是一样的物质。

这意谓着：你的「乙太体」也完全「回应你的思维」。

每当你以特定的方式想象或观想自己，你的乙太体立即变成你正在观想的。

每当你停止脑海里观想的画面，你的乙太体就回复正常，

而它通常与你的肉体形状相似。

如果，你想象自己是美丽的，你的乙太体就会变得美丽。

如果，你想象自己又老又憔悴，你的乙太体就会变得又老又憔悴。

不幸的是，这地球上的许多人们习惯想象自己是老的～因为他们害怕变老。

他们非常害怕老化和失去魅力，

以致把强而有力的观想能力都集中于自己的恐惧。

每当老化的影像进入他们的脑海，他们的乙太体就会变老。

而且因为身体和乙太体的连结非常密切，

一再重复的老化影像不仅影响乙太体，最终也会影响肉体。

事实上，这些人因为「恐惧」，把自己「想」老了。

这是目前需要你解说的，有关思维和它的力量对身体所带来的影响。

在下一章里我们会说明：

另一种投射如何引发「急性与慢性疾病」侵袭身体的特别部位。

第五章

病媒

在这一章里，我们会试着为你说明：

情绪所激起的思维如何引发「急性与慢性疾病」。

我们已经指出「以太体回应思维」的方式

～它立即调整自己，随着思维投射的任何影像而变化。

但是，有一些创造以太体～我们称之为「思想体(*thought-forms*)」～的方式，

没有人完全了解：这过程涉及「负面情绪」。

每当一个人执着于任何一种情绪，

他就创造了一种特别的以太体或思想体，它与这种情绪具有相同的本质。

如果是怨恨的情绪，所创造的思想体就有一样的品质。

如果是恐惧、贪婪、忧虑、或诸如此类的情绪，

所创造的思想体总是具有相似的品质和振动力。

人类的身体里有许多不同的器官和系统，

每一个器官和系统都有不同的本质和振动力。

当一个人投射出负面情绪的思想体，

这思想体自动被吸引回这个人身体里，与它的振动力最接近的部位或器官。

于是，这个思想体去到那个部位，安顿在那儿，

而且(如果它能的话，)开始改变那个身体部位的功能或架构来适应它自己。

这过程相当复杂，目前无法为你详细解说，

但是，我们认为以上的叙述，对于你的理解力会是清晰易懂的。

让我们试图经由你自己生活中的例子，来说明这个过程。

几个月前，你患了「单核白血球增多症(*mononucleosis*)」。

这个疾病是由一种思想体所引发的，许多年轻人都在投射它，

这思想体是因为「厌倦做某件事」的情绪而形成的。

通常，他们「厌倦」的是学校的活动(作业、考试、或各种学术活动)，

但是，无论这种情绪被聚焦于哪里，倦怠和疲乏的态度必然存在。

然而，身体最接近「厌倦」品质的系统是「淋巴系统」，

它包含了脾脏、淋巴管、淋巴腺、淋巴结、和扁桃腺。

这是因为「淋巴系统」是身体最懒惰的系统。

它依赖别的系统作为自己的动力来源～无论是肌肉、血液、或呼吸的系统。

因此，就和你的情况一样，

「单核白血球增多症」的思想体自然就侵袭了「淋巴系统」。

我们知道你记得当那个思想体位于你的脾脏时，你的肚子是多么痛。

当那个思想体使得脾脏发炎和肿胀时，你就开始痛。

你身体的自然防御功能迫使那个思想体上升至扁桃腺，

因此，你的喉咙也痛了。

最终，当你的朋友库克先生来探望你，

源自他惰性气体设备的能量光束，使得那个思想体瓦解，

这就是他的治疗法使你在几天之内感觉身体好多了的原因。

不幸的是，你仍然对自己生活里的特定人事物感到「厌倦」，

因此，你再次创造一个局部的思想体，它和之前被破坏的那个类似。

这就是为什么你需要更长的时间痊愈。

许多医生认为这种「单核白血球增多症」是传染性的；

也就是说，它是可以从一个人传染给另一个人。

从某个角度来说，他们是对的。

但是，他们并不完全了解两人之间的传染机制。

严格来说，传染仅仅发生在「以太」层面，因为，那是思想体存在的层面。

但是，只有当一个人本来就拥有相同的倾向，他才会被别人传染。

换句话说，在「单核白血球增多症」思想体能够控制他的淋巴系统前，

他必定也对自己生活里的某个人事物感到厌倦。

「单核白血球增多症」与「厌倦某件事」的关连性的最后一项证明是：

它起初带给你的感觉。

就像被这种疾病侵袭的每个人一样，

你们起初唯一想要做的就是：睡觉。

这是一个例子：

疾病的症状可以被用来当作线索，找出「造成疾病的思想本质」。

在下一章，我们会说明更多有关能量场的不可思议特性，

库克先生曾用它们来帮助你回复健康。

第六章

惰性气体

有许多奇妙的方法可以运用于环绕你的物质世界，为你带来福祉。
目前为止，只有很小的百分比被科学界发现，
部分原因是：人类有限的想象力，
部分原因是：只要人类继续为自己制造冲突与战端，
有一些特殊的技术是不被容许落入人类手中的。
让我们分别来讨论这两种限制吧！

「不能接受某件事物的可能性」是最能确保这事物决不会被实现的方法。
这是如此重要的真相，以致我们不可能过度的强调它。
当任何人认为某件事情是不可能的，
他就在自己的生活中设定一种能量模式，以确保他决不可能去经验它。
例如，许多人认为他们的眼睛只能看见「有形物质(*physical*)」的次元，
他们对于能看见「灵气和其它环绕人体的光晕」的人所说的一切，
都当作天方夜谭，听过就算了。
那些排除这赠礼的人，确定了自己决不可能发展这些能力。

科学上的发展也是一样的情况。
如果一个科学家不相信「永动机(*perpetual motion*)」，
或「没有燃烧某些其它形式的能量而获取能量」的可能性，
他是在确定，他决不会，也无法发现它们。
他的思维已经排除这个可能性，因此自动关闭了发现它的大门。

许多已经付出的努力，正是为了扩展人类思维中「可能性」的范畴。
各式各样的「太空」电影在这方面特别有帮助，
电视影集「星舰奇航记(*Star Trek*)」为此揭开了序幕。
这一切拓展人类思维的努力，是由高等众生们强而有力的护持着，
他们知道，除非人类能容许自己想象一个更美好的世界
～一个在灵性和科技上更进化的世界，
否则，这样的世界永远不可能实现。

库克先生运用我们给他的资讯所发展的惰性气体能量光束(*inert gas energy beams*)，是新科技并不符合人们目前所理解的「科学法则」的一个好例子。正因为如此，受过传统科学训练的人很难去接受，「惰性气体」可能有库克先生和他的同事所示范的「奇妙特性」。当这些气体被加压且放置于一个磁场里，它们完全不需要被「充电」，也不会被「耗损」，就可以释放精细能量，这种特殊功能，正是阻碍许多科学家接受这些气体可以这样运作的绊脚石。然而，正如你自己发现的，这些气体真的存在，而且拥有奇妙的能力，可以驱离引发疾病的思想体。在你自己的个案里，库克先生运用氩气(*argon*)，在你头顶正上方产生一个强而有力的能量场，而这能量场对抗着侵袭你「淋巴系统」的「单核白血球增多症」的思想体。大约暴露于这能量场三十分钟之后，那个「思想体」无法停留在你的身体里，于是自动离开了。这就是让你的身体花了大约两天自动排除许多累积的毒素之后，你开始感觉身体好多了的原因。你的朋友还发掘了这些气体的几种其它用途，包括：缓解偏头痛，以及使退化的身体组织再生的功能。我们并不想在这本书里详细的讨论这种新科技，因为我们在此的目的，只是简要的说明这些将会形成新纪元(*New Age*)的概念。在这本书的下一章里，我们会谈论更多关于这个新纪元的事情，以及它在你生活中的意义。

在这一章的开始，我们曾说过，因为人类还没学会和平相处，所以，还不被容许去开发某些更先进的技术。这是「观察者」的责任，他们来自这银河系的其它地方，为了管制这类科技新知。这些观察者还有其它职责，其中一项是：当地球现阶段生活的混乱增至濒临危险时，给予人类支持。他们临在于地球的另一个原因是：必须监控人类对于「核能」的使用或滥用。这些观察者所拥有的核能知识，是人类尚未了解的，而且他们知道，一个发生在高能量地理位置、无法控制的连锁反应的极端危险。通常这些高能量点位于大都市的地理位置，不幸的是，即将来临的战争，极可能将核子弹锁定于这些大都市。

危险就在于，爆炸性力量的连锁反应，
可能不局限于核子弹里的放射性物质，
而可能大量散布至爆炸地点附近不具放射性的其它物质。
这会引发非常强而有力的爆炸，
以致于地球的一大部分会被炸飞开来，
而太空本身的结构会被撕裂。
真相是：在这些地球表面的高能量点上，
爆炸性力量在一般非放射性物质上启动连锁反应时，
所需要的「临界点」比其它地点「低」很多。

现在你会更了解「观察者」巡逻地球的另一个主要原因：
他们想要坚守「终止危险核爆」的岗位，
因为，某些核爆将会启动散布性的连锁反应，
威胁到核弹附近地区的其它物质。
「观察者」透过他们在这方面的先进技术，有足够的力量控制核爆，
但他们必须持续的监控地球，以确保没有任何意外的发生。

我们无意用这一章所提出的概念来吓唬你。
事实上，你决不需要为了自己和所爱的人的安全而恐惧。
但是，我们想要藉这个机会说明，人类玩弄「核子力量」背后的危险性，
好让其他阅读这本书的人，能在他们的脑海里看见：人类正「如临深渊」，
以及想要保护人类免于自我毁灭的那些「来自银河的援助者」的奉献。

临界点

第七章

宝瓶纪元

前一章我们约略提到地球即将进入新纪元，
在这一章里，我们想要更完整的说明这概念。

环顾你四周，看看目前人们所过的生活。
那是一种「紧张、自我放纵、烦躁恼怒，
并且对于事倍功半的生活回报有着深度不满」的生活模式。
许多灵魂深受思想的折磨，许多人生病、提早老化、和过早死亡，
许多人认为生命本身不具任何目的或意义，这又有什么值得惊奇的？

这种空洞生活型态普及的部分原因是：
双鱼座能量在过去两千年对人类造成的影响。
地球目前(译注：1980年)正站在通往下一个纪元的大门前
(因为每一个纪元持续约2000年)，
如果你准备平和顺利的进入地球上这美妙的新纪元，
充分了解新旧两个纪元所代表的意义，
并且了解目前所经历的转换时期的混乱和险恶的原因，
对你而言是很重要的。

首先让我们看看那影响至现在且即将结束的双鱼座能量。
在古老的占星学里，
人们已经了解地球上的伟大纪元与不同的黄道宫(zodiac sign)相关，
而且那些黄道宫的基本特质，
会为纪元中重大事件的趋势带来巨大的影响。
双鱼座的特质最佳的总评是「悲伤(sorrow)」。
如果你仔细研究从耶稣行走于地球至今这段时间的历史，
你会立即了解「悲伤」确实描绘出大多数人类经验的特性。
在这之前，没有人会对他们的弟兄如此残酷无情。
在这之前，从未有人发动如此毁灭性的战争以及大屠杀。
即使在今日的「文明」国家里，
内在的悲伤和绝望仍然随处可见。

双鱼座也是代表「幻象和自欺」的黄道宫。
它的守护神是「海神，尼普顿(Neptune)」，
而且你可以轻易的理解，
海洋的形象很容易使人联想到「幻象」或「表里不一」。
如果你曾尝试在水中睁开眼睛，
你就会知道东西看起来是多么扭曲和模糊。

在双鱼座纪元里，人类在各方面蒙骗自己。
他认为自己可以不依靠上主或造物主而生活。
因此造就了「无神论」与「精神错乱」。
他认为只要他喜欢就可以对于在地表上发现的一切为所欲为。
这后果是自然资源的耗竭。
最糟的是，他认为可以怀恨与对抗其他的族群与人民。
而世界大战正是这个想法的结果。

现在是时候了，人类应该在实相的明晰光景中睁开双眼，
看清并了解人类最终只有一种方式可以共存：
和谐、团结、和爱。

这是宝瓶纪元的主旨，

而如果人类不能掌握这真相，那么他的未来将希望渺茫。
人类不可能也不会被容许继续走向目前自我毁灭的下坡路。
未来的几年里，预计有数百万人会发现更美好的生活方式，
并且会学习戒绝所有行动和思想上的毁灭性嗜好
～这些嗜好折磨着他们的生活。

当这情况发生时，新纪元的黎明将会在他们的内心乍现。
而且当足够的人们在「团结」和「爱」的宝瓶纪元理想中觉醒，
宝瓶纪元的黎明才会真正的在地球的每一个角落绽放曙光。

第八章

启示录

你已听过许多有关地球「动乱时代(*time of trouble*)」的讯息。

「启示录(*Apocalypse*)」的思想体目前正盘旋于整个地球上空，

而且所有对这思想频率有感觉的人，都可以轻易的触及它。

这与我们在前面章节所提及的疾病思想体是不同的类型。

然而，它也是一种思想体，拥有同等的力量去引发人们的反应。

它并非疾病的反应，而是一种态度和预期。

数百万人觉察到一个非常困难的时期即将降临地球。

大多数情况下，他们仅仅在潜意识层次觉察到。

这正是许多人被有关「世界末日和终极罪恶」的书籍和电影吸引的原因。

他们不知道自己为何对这些概念如此着迷，

因为，在意识的层次里，他们并不了解自己目前所处时代的性质。

但是，在这些电影和书籍里，「潜意识」认出强烈吸引他们的那些情节，

正是地球接下来几年内的计划。

在少数个案里，有些人在意识的层次了解即将发生的事情。

这些通常是对高等真理保持觉知的人们，他们有意地探索这个时代的意义和本质。

例如，这系列的书籍是特别准备给那些

想要比别人更早了解人类面临动乱的意义的人。

我们会尝试以简单的文字为你说明造成这不可避免的动乱时期的原因。

重点在于，如果没有这类困难和考验的时期，

人类就「不能提升到下一个进化的阶梯」。

但是，许多其它的目标也是透过这动乱的历史阶段而达成的。

首先，人类思维已投射在整个地球上巨大的「仇恨与歧视」的思想体，

绝对有必要被消除。

这个思想体和引发疾病的思想体拥有不同的性质。

它导致疾病是必然的，但那是一种属于灵魂的疾病。

这种类型的思想体是由人类自己的想法所制造，并且由人类的行为所消除。

这概念非常重要，而我们会试着为你说明得更清楚。

每当你有一个强而有力的负面想法，你就会创造一个负面思想体。
每当你执行那个想法，你消耗那个思想体的力量，于是它就消失了。
假如你对一个人极端的愤怒，并且想揍他。
但是你并没有真的去揍他。
这会在你周围创造一个和想法本身同样品质的思想体：
对别人的身体施暴的思想体。
现在，如果你并没有真的配合想法去行动，那个思想体就会保留在以太层面。
在以太层面，它会跃跃欲试以求展现。
它的展现是透过使你做出某些与它的本质雷同的暴力行为。
如果你对思想体的压力让步，纵容自己的暴力行为，
思想体确实会喂养那些与暴力行为相关的肌肉，而这导致思想体消失。

「仇恨与歧视」的巨大思想体也是一样的，
人类全体所创造的这个思想体目前正盘旋于地球的上空。
过去几十年，有更多未被实现的仇恨与歧视的思想，
而这意味着那个思想体的力量在持续增强。
与这个思想体一致的「行动」是族群间的战争与暴力行为，
而这类行动是唯一能清除这蔓延于地球上的可怕病根的方法。

因此，你可以了解，就某一方面而言，
为了使地球上的这种思想体可以被清除，某种形式的大规模冲突是必要的。
这听起来就好像我们在说战争是一件好事。
再也没有什么比这更离谱的了。
我们要说的是：
是人类自己制造的情况，
不可避免的为人类招致全球性的冲突，
而即使这个冲突对人类而言是一种严峻的考验，
但它至少有消除可怕的「仇恨与歧视」的思想体的利益，
那个思想体是数百万人一起创造的。

但是，其它正面的结果也会经由这战乱与困难的时期而达成。
其中之一是以不可置疑的方式向人类展示他已养成的恶习。
我们指的是：恼怒、对抗、侵略、歧视等等...的习惯。

我们已经告诉过你，任何一个灵性众生来到这物质层面并且穿上物质身体，其中一项原因，是为了让他看清自己，并且「了解自己」。

从许多方面来说，你所处的世界就像一面镜子，反映出每一个灵魂的真实本质。

任何一个人生命里的各种情境，都精确的反映着那个人不同面向的本质，而且经由进入一个与他内在模式一致的生命，这个人就可以看见，外在的某些事实，与他的内在息息相关。

例如：一位男士与一位女士结婚之后，开始与她不断的发生冲突，他只不过是经验一种反映「他自己内在」某些品质的生活模式。他的婚姻就像一个舞台，

他自己内在的冲突可以在这舞台上被展现出来。

透过这冲突的展现，他内在的问题可以被看得更清晰。

通常，这「看见」并非有意识的，而是在潜意识的层次，但无论是在哪一个层次，课程都会被学习到。

现在，就人类全体的情况而言，

内在的怒火、仇恨、对抗、和侵略的特性，有必要被认出，否则，人类会没有动机去改变。

这正是「世界之镜」所要映照之处。

当数百万的人们，在物质世界里，开始经历「仇恨与侵略」的思想体所造成的结果，他们会比以前更能够了解，他们真的有这些缺点。

人类花费数以兆计的钱在所谓的「国防」上。

他告诉自己，他必须这样做才行，因为敌方也花费巨资在军备武器上。

但是，这花费在设计与制造毁灭性武器的想法与力量，所造成的一切后果，最终都必须展现。

而且这么做，所有的参与者将会看到自己思想的真实本质。

当枪枝被制造出来，枪枝将会被使用。

当炸弹被制造出来，炸弹将会被使用。

投入制造这些武器的能量将使战争发生。

然而，这不可避免的「展现思想」的法则是为了人类的利益和救赎。

若没有这过程，人类永远不会觉察到他内在的藏污纳垢，

而且，他永远不会被感动而去净化自己的负面思想。

地球上这个动乱时代的另一个目的，
与影响人类的伟大的「业力法则」息息相关。
这法则也是大家所熟知的「因果法则」。
当这概念应用于自然科学时，你了解，因为你在学校曾经学过。
当你将两种元素混合在一起时，会产生特定的反应。
每当相同的两种元素被放在一起，我们就会看到相同的结果。
另一个例子与疾病相关，诚如我们在前面的章节曾经为你说明过的。
当一个人创造了会产生疾病的思想体，
这思想体不可避免的侵袭他自己的身体，并且产生相应的症状。
这些例子都是业力运作的一部分，并广为人知。

但是，这伟大法则的应用，已远远超越我们刚刚提及的简单例子。
对人类而言，它最重要的运作，
与每一个人从自己过去世随身带来的业力模式有关。
「业力法则」要求一个人采取的任何行动，永远跟随着他，
就好像那个行为被冻结或「黏附」在那个人身上。
这个「黏附」的现象，会超越行动发生的那一世，
除非，这个人在那一生能够经由「现世报」来清除它。
如果这行为是基于「爱」或「帮助」，那么就不需要清除这行为的结果。
它会像一个「帮助」和「灵性」的光环，总是停留在这个人身上。
但是，当行动违反造物主的律法，并且为任何生物带来痛苦或悲伤时，
那么，这个黏附的「东西」是非常负面的，并且阻碍灵魂的进化。
每一个行为所产生的「东西」和思想体不尽相同。
它是一种更精细的物质，能够存在于你所处的第三度空间之外。
这就是它能够随着灵魂一次又一次轮回化现的原因。
而如果它是负面的，这也是它必须被清除的原因。

上主允许伤害行为所累积的负面业力可以经由一个过程被清除。
当一个人「自己」透过相同的痛苦经验对行为负起责任，
这个清除过程就会发生。
举例来说，如果你因为对另一个人说了有害的事情，造成他情感上的痛苦，
清除来自这行为的负面业力的正常方式，
是在以后的时间点，让其他人来对你说类似的话。
这时间点可能是同一世，或是以后的辈子。

与你的业力相会合的时间点并不重要。
重要的是，在某个时间点，你所有的负面业力都必须被面对和清除。
对许多人来说，还有庞大的负面业力有待清除，
而混乱时期目前降临地球的另一个目的，
是容许他们将大部分仍然需要面对的业力，从自己的肩膀上卸下。

环顾自己所处的世界，你可能会感到纳闷，
当数百万的人似乎运气不好的出生在贫穷、疾苦、和战争的环境里，
为何你会如此幸运，出生在一个安全且富裕的国家。

这与运气无关。
每一个灵魂都出生于恰好应得的环境，
好让他可以卸下自己所带来的大部分业力重担。
许多人造成别人如此巨大的痛苦，
除非他们自己遭遇到似乎非常残酷的环境，
否则无法卸下这些因果业力。
然而，对于这些灵魂而言，
这种人生「**实在是唯一的机会**」。
出生于一个自由且和平的国家，就卸下业力重担而言，不会有任何进展。
而且除非这重担可以被卸下，
否则，当人类迈向宝瓶纪元的灵性与光明时，
他们将不能与其余的人类一起进化。

这就是目前我们对于动乱时代想要说的一切。

临界点

第九章

头脑与潜意识

现在我们想谈谈头脑(*mind*)的本质。

人类对头脑的大概了解是，它的组成有一部分是「有意识的」，而更大的一部分是所谓「无意识的」或「潜意识的(*subconscious*)」。

大致来说，这样的分类与事实相符，但是它可能还不如预期的完整。

我们会尝试在此正确的说明人类头脑的不同部分，希望读者对于人类家族的一些行为与思想因素能够有更深的了解。

有意识的头脑可以被理解为冰山的顶端～突出水面的那部分。

无意识的部分就像水面下的冰山，它比有意识的或突出的那部分大好几倍。

在这比喻里，水就像宇宙思维的大海，

有一位著名的作家称之为「集体潜意识(*the collective unconscious*)」。

「集体潜意识」像是「思维素质」的大海，所有人类的头脑都可以触及。

但实际上，这思维之海是灵性的海洋。

大多数人不了解的是：头脑～理性与思想的能力～

是自然界的人类所拥有最接近纯净灵性的事物。

这灵性素质的海洋浩瀚延伸，超越你所处的三度空间，而且不受限于它。

事实上，从灵性角度来看，思维的力量是你拥有的最高等品质当中的一项，而且当你终止「进入物质或地球层面的轮回经验」的需求之后，

在航向更高等领域的绝大部分旅程里，它仍然会是你的一部分品质。

(最终，连这品质都会被升华，但是，这本书还不能教导你那遥远的目标。)

让我们回到这冰山的比喻吧！

那突出水面的顶端与其它更深邃的部分坚实的连结在一起。

你的有意识头脑和你平时没有觉察到的更大部分的思考能力，

以同样的方式连结在一起。

这更大的部分或潜意识在许多方面就好像一部电脑，

可以储存资讯，也可以解决线性思考的问题。

它也拥有能力一再的重复来自有意识头脑的事物。

对于你的「潜意识」要记得的重点是：**它是跟随者，不是领导者。**

它总是从有意识头脑取得暗示。

然而，许多人内在都有一个过程在运作，使得潜意识的重复能力，以一种产生破坏甚至使肉体生病的方式，深深的影响有意识头脑的思维。

让我们更深入探讨这概念吧！

你还记得小时候，学会母亲朗读给你听的小诗，

然后一再的唱诵它们，是多么有趣吗？

或许你甚至可以忆起发现「押韵(rhyme)」的兴奋。

许多成人距离他们的童年是如此的久远，

以致忘记了，发现有些字的发音和别的字相似，是多么奇妙；

但是，对一个孩童而言，第一次发现时，是非常兴奋的。

这发现会如此令人愉悦是因为：

它代表了沉睡的潜意识第一次真正的苏醒。

在此之前，潜意识对意识头脑的投入非常少，仅仅收集资料 and 记忆而已。

但是，押韵的发现使潜意识适得其所。

因为潜意识主要的作用是帮助你记忆，

如果其中包含了押韵，就更容易记得了。

潜意识运作的另一个重要因素是「重复性」的观念。

即便没有押韵的协助，

当事物被一再重复，潜意识可以更容易记起它们。

这就是为什么在许多孩童教育的体系里，非常强调背诵的方式。

因为人们了解，如果孩童背诵足够的次数，内容就会被记起来。

这是一个非常重要的概念，

因为，如果有一个人，小时候再三的被告知某些事情，

使他认为自己不好，而造成情绪上的压迫，

这学习上的优势，反而会变成明显的不利。

这种伤害几乎总是因为父母的过失。

许多父母认为使孩子变「好」的唯一方法，

是告诉孩子他是「不好」的，或至少强调孩子使父母生气的次数，

但是，当孩子表现良好时，却不发一语。

如果，父母从不称赞孩子的好，而只是在他表现不好的时候指责他，

那么，孩子在潜意识层次所得到的讯息将只有：他是「不好」的。

最严重的伤害是在「负面批评」再三发生的经验中造成的。
如果在孩子的生活中，伤害的言语重复性的发生，
那么它们确实会在孩子的潜意识里，变成一种重复性的模式。
和孩子学习九九表完全一样的方式，
他也学会在潜意识里接受父母所告诉他的一切～无论是经由言语或「行为」。
「身教」的概念也是极为重要的。
举例来说：如果，一个孩子没有透过父母的行为感受到爱，
孩子内心的痛苦和寂寞，也会变成他潜意识里一种重复性的模式，
而且这会像跳针的唱片一样，不断的向他重复这模式。

你或许认为，自己并不会听取潜意识对意识头脑重复播放的一切，但这并非事实。
意识总是听得到，虽然它时常拒绝去注意。
但是，在疏于警觉的时刻，像是当你在作白日梦或入睡的时候，
潜意识的讯息就会被意识头脑滴水不漏的接受。
你曾对于那些似乎无法在自己耳中停止的歌曲感到纳闷吗？
那只是你的潜意识在对它自己哼歌罢了。

如果一个人知道如何去修正的话，
被植入潜意识的负面概念所造成的伤害就可以被修正。
最简单的修正方式是，
首先，精准的认出潜意识重复对它自己播放的破坏性思想的本质，
然后开始一个肯定语的程序，将正面的思想强迫输入潜意识里。
这样做的话，潜意识可以被说服去复诵有益且正面的语句，
而非有害且令人沮丧的语句。
想要达成这个计划最有效的方式是利用「押韵」。
一旦你发现自己想改变的思想的本质，你就可以设计两行押韵的对句，
诉说你想要拥有的潜意识重复模式。

例如：在年少时，你经常被批评，
因此觉得「自己永远不会真的成为一名美丽的女子，
而且脸上的一些弱点，会使你注定终生相貌平平。」
首先，这个想法是可笑的，因为你已经是地球上最可爱的灵魂之一，
而且，是「灵魂」决定别人看你是美或是丑。

但是，「如果你不相信自己」，
仅仅由我们告诉你「你是美丽的」，并没有用。
因此，为了你自己思想上的安宁和快乐，
重新训练你的潜意识，对你而言是很重要的，
这样它就会告诉你，你在长相上的优点，而不是告诉你，你不漂亮。
简单的设计一个韵文，以简洁易懂的词汇告诉自己，
你是美丽的、迷人的、或是你希望自己成为的样子。
晚上睡觉前，复诵这韵文二十次，醒来时，也复诵二十次。
执行这计划一星期后，
你的潜意识会开始像鹦鹉般的模仿同样的思想，回馈你的意识头脑，
当这情况开始时，你就不需要继续这有意识的肯定语了。
如果这方法可以被人类广泛的采用，
那么，就可以避免许多压力、痛苦、怀疑、和羞愧。

继续沿着这条思路：
在这本书的第四章，我们说明了乙太体如何回应观想所投射的思想画面。
潜意识也在这过程中扮演一个角色，
因为如果思维或画面由意识头脑重复的投射，
潜意识最终将会接受这模式，并且「无止境」的持续投射。
如果这是一个老化的影像，而且如果这个思维被重复的次数够多，
潜意识就会接受它，而结果会是乙太体变成且「保持」衰老的常态。
当这情况发生，肉体随着乙太体而老化，就只是时间上的问题。

我们刚刚的说明，是目前地球上大约一半人口的老化和肉体衰退的「起因」。
另一半人口的老化过程更加复杂，涉及长时期的饮食和抱持有害情绪的问题。
我们已经说明了负面情绪会产生有害的思想体，
以及这些乙太能量对肉体所造成的损害。
我们还没说明的是，
有些食物种类如何导致老化以及人身的过早死亡。
我们会在下一章说明这个主题。

第十章

饮食与健康

你摄取的食物对你的健康、思想的平衡、和情绪的安宁极为重要。

当你吃任何食物，你不仅是吃它里面的分子和原子。

你同时也吃了食物的星光体(*astral*) 和乙太体(*aetheric*)。

如果食物的星光体充满毒素，那么这些毒素就会进驻你的星光体。

如果食物的乙太体被污染了，你的乙太体同样会受到不利的影响。

我们刚刚为你引进一个新的概念～那就是：星光体(*astral body*)～

我们想用简短的篇幅来为你更完整的说明它的性质。

你知道自己拥有肉体 and 乙太体。

肉体是物质感官及愉悦的承受体(*seat*)，而乙太体主要的功能是回应思维。

即便是情绪所激起的「思维」，仍然是「思维」在塑造反映它的乙太体。

但是，情绪本身也有一个独立的形体，那就是「星光体」，

它是你感觉情绪的承受体，非常容易受到「情绪」的影响。

除了爱和友谊之外的任何情绪，都很容易削弱星光体，

那些让「憎恨、愤怒、恐惧、和担忧」的情绪盘据他们的人，

对于上天赐予他们的美妙星光体，造成了无法言喻的损伤。

这影响非常重大，因为星光体是人在死亡并放下肉体之后，所穿戴的形体。

这意味着那些持续怀着有害情绪的人，最终得到的是虚弱和残缺的星光体，

而且在死亡之后，他们必须栖息于这已损坏的载具。

首先，目前人类所吃的食物，有两种基本分类：动物性和植物性。

动物性食物包括：肉类、蛋、奶、和其它乳制品。

植物性食物包括：大家所熟知的所有水果、谷类、和蔬菜。

当水果从树上被采摘，或蔬菜从田里被拔起时，它们会产生一种抗拒感。

这种抗拒是一种情绪，但是在振动力和强度上，与人类的情绪相差甚远，

因此，这发生在水果和蔬菜的星光体里的轻微污染，

并不致于明显的伤害吃它们的人类的星光体。

但是，被宰杀的动物的星光体，则激起了非常大量的负面情绪，

就像对动物下了毒一样，当然，也对吃那动物的肉的人下了毒。

这毒素来自动物死亡之前的恐惧。

许多人认为牛或羊不知道牠正被带往屠宰场就死，但事实并非如此。

动物的预感极强，而且牠们非常清楚自己正被带去宰杀。

这会在牠们内在激起恐惧和绝望，因此，先是污染了动物自己的星光体，其次，是污染吃这些被宰动物的肉的人的星光体。

经过多年吃进大量包含动物星光体毒素的肉类之后，人的肉体就开始恶化。

这是因为那个人的星光体已经先恶化且损耗了。

最终，肉体开始随着星光体衰弱，结果是老化和早死。

「早死」是指，比没有这些毒素时，死得更早。

有句名言大家都很熟悉，那就是「人吃什么，就成什么(*man is what he eats*)」。

人们并不是那么充分的了解这句话，

如果「人吃什么，就成什么」，那么，无疑的，吃死尸必然与死亡更接近。

我们的说明，是确实在发生的事。

在前几章里，我们已说明了业力的概念。

你或许可以察觉到，由于动物被宰杀作为食物所引发的痛苦和恐惧，

庞大的业力笼罩着全人类。

所有的人类都依不同的程度在分摊这业力，

但是，吃肉的人比不吃肉的人负担更多，

而饲养动物作为食物、或经营屠宰场的人，则有巨大的业力负担要清偿。

当一个人只有吃肉，但是没有进一步参与屠杀，

和大多数人一样，他通常是透过「疾病」来抵销业力，

而这些疾病则来自吃肉所引起的虚弱体质。

当然，有一些肉食者似乎从未生病，

这是因为他们所继承的基因「新陈代谢」的功能非常强。

在这类情况里，肉食产生的业力仍是不可避免，

这些人通常是透过比没有吃肉的情况更「早死」而清偿。

与「持续肉食逐渐对星光体造成损害」相关的有利事实是：

如果停止肉食九个月，星光体就能回复至接近完美的状态。

只要没有一再的被动动物死亡前因为恐惧产生的毒素所削弱，星光体的再生能力非常强。

你现在可以了解，
基本上只有三件事可以使你生病：你的思想、你的情绪、和你吃的食物。
为了在抵达人生的终点前，可以保持健康的巅峰状态，
人所需要的不外乎：快乐的思维、充满爱的心、以及纯净的饮食。
不幸的是，许多人的坏习惯是如此根深蒂固，
即使用智慧说服他们，也无法期待他们在一夕之间改变。
此书的根本目的是要说服许多人，
他们应该考虑改变思想、情绪、和饮食习惯，
因为使自己更快乐、更有爱心、饮食更纯净，只会让他们得到好处。

关于肉食的问题，我们想要谈的最后一点，与温血和冷血动物的差异有关。
「温血」的意义在于，这种动物在情绪品质的发展上，比较完整且精细。
例如，牛、羊、猪，比鱼(冷血动物)拥有更敏感的情绪。
事实上，因为鱼是冷血的，牠们的星光体和人类的振动力并不接近，
因此，鱼的星光体所产生的毒素，对人类星光体的损害较小。
当然，还是有污染，只是程度相当小。

任何人想要依这里所建议的方向改变饮食，
先停止红肉，然后再停止鱼肉(还有家禽～也是白肉)，会比较容易做到。
这样可以持续大约六个月，同时逐渐用其它蛋白质来取代鱼肉和禽肉，
例如，蛋、奶酪、牛奶、等等类似的制品。
大约八个月之后，这个人会注意到，他不想吃和以前一样多的蛋白质，
因为，吃蛋白质带给他一种饱涨感，就好像他吃太多了。
这是来自身体的讯息，提醒他可以减少蛋白质的食量了。

许多人并不了解，他们对于蛋白质的需求主要是习惯使然。
肉体(尤其是肝脏)具有非常好的能力，几乎可以回收全身的蛋白质，
并不需要外在多余的补给，
但是，大多数人都养成一种吃蛋白质的习惯，这使肝脏变得懒惰，
因此不再为「回收肉体本身的蛋白质」而工作。
肝脏知道，每天或每周都会有大量外来的蛋白质补充进来，
因此，它不想耗费能量在回收蛋白质的工作上，
因为这对于存活并非必要。

当「肝脏回收体内蛋白质」的能力再次被唤醒，
努力修正饮食的人会发现，「定期禁食」可以加速这改变的过程。
当肉体禁食，新陈代谢功能的改变会因此更加迅速，
而且在相当短暂的时间内，饮食上的改变会大幅的跃进。
最好的禁食方式是：喝果汁，或吃整颗多汁的水果，不吃蛋白质或油脂。
禁食期间，连蔬菜都应该避免。
有许多介绍禁食方法的优良书籍，
我们推荐「艾罗拉(Airola)」博士的书，作为禁食基本观念的入门好书。

我们想再提起一个有关吃肉的问题。
这与「地球层面是映照人类内在状态的镜子」的概念相关，
这概念我们已为你说明过。
如果「外在世界」是被计划好的，为了反映人类的「内在状态」，
只要人类继续吃动物的死尸，将死亡放进自己的「内在」，
他将永远无法停止环绕着自己的死亡与杀戮，这不是很明显吗？
这个宇宙的镜子法则使得「屠宰动物」和「屠杀人类」必然会持续「相映」，
而其中一项无法被停止，除非另一项同时被停止。

我们已尽我们所能告诉你有关饮食的问题。
下一章，我们会把注意力转向那迷人的主题：死亡，
「死亡」之所以迷人，是因为这个词的观念，全然是个幻象。

第十一章

死亡、不朽、和星光界

自从开始了抛弃肉体的演进过程，人类向来都对死亡的问题感到困惑和恐惧。然而，死亡的过程并非人类一直都在使用的。

有一段时间并没有死亡这回事，

最初被放在地球上的人类，透过一种再生的程序，

让身体持续修复受损的组织，轻易的维持生命与活力。

这种「身体组织的持续修复」在目前是不可能的，有两项原因。

第一，是缺乏大气(atmosphere)里的一种组成要素：氙气(Xenon)。

第二，是与人类的思维和情绪相关。

就算是大气里氙气的数量，回复到最初死亡经验之前的水平，

人类透过负面的想法和情绪，对自己造成的毁损，

也超过了氙气提供的再生帮助，因此，人类还是会死。

我们想简要的提及氙气的品质，氙气持续促进身体所有受损组织的再生。

在前几章里，我们谈到惰性气体(包括氙气)透过压力和磁场的运用，

可以被提升至一种激发状态。

在这种激发状态里，惰性气体可以产生能量光柱，它具有惊人的医疗效果。

你已经受惠于其中一种气体的功用了。

然而，在这激发的能量场里，氙气有一种特殊的属性，

让身体暴露于氙气，触及那具有疗效的能量，它就可以重建各种组织。

能量场本身并不包含重建组织的模型。

身体会运用星光体作为重建工作的模型，甚至长出新的手指，或新的四肢。

但是，在目前地球环境的低能量状态里，

身体并没有多余的力量来执行这类计划，

因此，不会试着对自己做任何主要的重建工作。

如果，大气再次包含了三百万年前所具有的高量氙气，

那么人类就可以像以前一样运用这激发的能量。

此外，如果所有的负面想法和情绪都可以被根除，

死亡会再次成为罕见的事例。

这概念对于本书大多数的读者而言，是难以置信的。

但是我们向你保证，

只要给予充足的氩气能量，并断绝有害的想法和情绪，

身体持续的再生它所有的组织，确实是可能的。

氩气只需要若干压力和磁场就可以产生能量。

既然大气本来就有微量的压力，地球也有它自己的磁场(虽然是微弱的)，

因此，大气里的氩气会自动创造我们所详述的这种能量。

这能量在许多方面都很像「光」，

然而，它的穿透力很强，而且可以轻松的通过任何物质。

为了对那些有机会阅读这本书的科学家有所助益，

我们想要介绍一种非常强而有力的氩气能量光柱~更强大的治疗力量，

它的取得方式为：小心的收集一些纯氩气，放在无磁力的容器里，

再把它放在至少「300 psi 的压力、200 高斯的磁场」里。

(译注：psi，每平方英寸上的压力磅数；高斯 Gauss，磁感应强度的单位)。

每周两回，将身体受损的部位暴露于氩气产生的能量场，

在大多数的情况下，足够让身体迅速的开始重建组织。

我们岔开了这一章的主题，是为了说明身体重建自己的组织的能力。

但是，现在我们想回到死亡的主题，以便为你揭示：

死亡完全是个幻象，个体的真实本质，没有一丁点儿会在死亡时丧失。

死亡时，你只是脱下你出生时穿上的那件肉体披风，

就像你在森林里的路边发现的那只小鸟一样。

你有另一层形体~星光体~你的意识会立即转移至星光体。

对意识而言，肉体 and 星光体几乎没有什么差别，

因此，许多人刚死的时候，不知道或不相信自己「死」了。

活着的感觉与脱下肉体披风前一样的强烈。

有些人刚离开人世时，使劲的想让别人看到或听见他，看起来甚至有点滑稽。

当然，在大多数情况下，这是不可能的，而逐渐的，死者放弃了这项尝试，

并且接受自己的处境显然有所「不同」，即便他觉得和以前完全一样。

当一个死去的人接受他的新处境(许多人是立即接受的)，

他可以接触或被带领到，最适合他的下一个体验阶段的星光界(*astral plane*)。

我们可以这么说，星光界只是星光体的家。

这里大部分是快乐的层次，
灵魂在此被鼓励，放下一切旧有的虚伪和压抑，
并且去除所有执着的思想、情绪、和行为习惯，
那是他们在地球上生活时所养成的。
例如，有人一生都是家庭主妇，却总是想要成为著名的作家，
在星光界里，她会被赐予机会去实现她的愿望。
如此安排的目的，并非真的为了训练她成为一名作家，
而是让她能除去「成为不属于自己的本质」的强烈渴望。
如此强烈的渴望可能阻碍灵魂的进步，
旅居星光界的目的就是消除这些障碍。
经过一段时间致力于发展写作技巧之后，
这个人会逐渐在这种经验上获得满足，也会准备好接受其它的事情。
届时，她会清除那将她束缚于地球层次的强烈渴望，
并且准备好接受她在灵界的另一个层次的经验。

另一个层次通常是更高等的生命层次，
在那里，她会与生生世世帮助她的指导灵及天使接触，
一起安排她的生命蓝图，好让她在每一世，可以学到最多东西，
并且尽可能的放下最多的业力。
她会与他们讨论未来最适合自己的地球生活、应该学习的课程种类、
以及清偿业力负担的最佳方式。
决定好了下一世的经验之后，许多的准备都是为了使她与新的肉身连结，
而这大约会发生在诞生时新的肉体第一次呼吸的刹那。

我们在此的说明是非常简化的。
我们的另一本书「灵性的季节」里，有更广泛且更详细的讨论，
希望有一天你也会想去阅读那本书。
但是就目前而言，刚刚提到的那些概念已是足够。

然而，我们应当更详细的讨论另一件事。
这与新的肉体在母亲的子宫里形成的过程有关。
通常，当灵魂决定居住于正在子宫里形成的崭新肉体，
这个灵魂的能量已开始帮助胎儿成长。
灵魂的能量有不同的种类，
每一种能量适合去促进与它的品质或振动力最接近的器官成长。

例如，你知道自己拥有「感性的 / 爱的」方面的品质。

这方面的品质属于我们所谓的灵魂的「心」的面向。

灵魂的这部分产生的能量，被用来建立心脏器官的组织结构。

当灵魂提供的「心」的能量不足时，

心脏的结构在某些方面会不稳定或衰弱，

结果是灵魂所居住的肉体，和灵魂在相同的官能上，低于一般标准。

换句话说，一个在「心」的能量上有缺陷的灵魂，

会居住在一个心脏结构衰弱的肉体里。

用这样的方式，是希望会有持续的提醒～至少是在潜意识的层次里～

这个灵魂在「心 / 爱」的能量上，需要更多的平衡或改善。

因为这些能量可燃起友谊和情爱，又因为人类在这面向的发展极为重要，
你可以看出这种持续的内在提醒的价值。

肉体 and 灵魂各种品质之间的一致性，精准的发生于所有主要的器官，

然而，这关系的细节过于复杂，以致于我们无法在此谈论它。

虽然，肉体镜子所反映的面向，是灵魂更高等的品质，

但我们要求你记得的是：肉体是「实相镜子」的最佳范例。

在下一章，我们会更详细的讨论，

你所有的生活模式都是「反映你内在」的镜子，

这镜子反映出你的意识可能忽略的关系和意义，

并提醒你：你并非孤单的，也不是被抛弃在地球上的孤儿。

第十二章

象征、性、和爱

实相的各种呈现方式是非常奇妙的，
而且只要人能让他自己相信「一切事物都有意义」时，就会看见这些奇妙之处。
你的掌纹、鼻型、心脏的结构～这一切都在诉说真实的你，永恒的你。
然而，环绕着你的事件和情境，也具有重要性。

例如，你试着打电话给朋友，却发现她外出，或者电话总是忙线中，
你得到的讯息是：这样的联系，在那时并不恰当。
实相正在告诉你：「不要在这方面浪费你的时间；
去做别的事情；把它留待另一个时机。」

许多人拒绝去观察实相持续呈现给他们的迹象与含义。
他们一直在吃闭门羹，却想象老天会赐给他们，他们所想要的一切。
但是，从生活模式当中解读讯息的人，发现一切都变得更加顺利了。
任何人若能够相信，几乎生活中的所有事件都在提醒他们其它层次上的事情，
就可以学会与生命和谐的相处。
快乐将会是不可避免的结果。

让我们为你举另一个例子吧！
假设有一人开快车，因为「超速」，被警察拦下来。
此时，许多人只会认为自己当时运气不好，
喃喃自语的抱怨一会儿，然后就忘了这件事。
但是，知道如何解读生活讯息的人，会立即了解，这件事是在告诉他，
他的生活中有「另一件」他操之过急的事情，
他不仅仅是在驾驶的层次上超速，在其它经验领域里也超速。
因此，这个人可以重新评估他在其它层次的努力，
或许做个改变会有帮助。

这类例子非常多，若要详细列举，会占用许多篇幅。

但是，对于生活中看似「偶然」的事件，

我们认为你会明白应该如何看待：

不要把它们看成是偶然的，

它们被安排好出现在你的道途上，是为了「告诉你」一些事情。

在我们的「象征与符号」这本书里，

有许多例子在说明，实相持续对每一个有肉体的灵魂诉说的方式。

有一天，我们希望你会阅读那本书。

在进入最后一章之前，

我们必须谈及一个（比起我们已经讨论过的主题）你更需要了解的领域。

这与「性方面」的经验有关。

你目前才刚达到性成熟的年龄，

我们希望在此即将说明的概念，能让这份成熟以最美好和愉悦的方式发生。

地球上有许多人对于「性观念」非常困惑。

有些人将它视为私人的寻欢，只为了自己的娱乐而沉迷与放纵。

有些人则认为它是肮脏齷齪的，对自己内在的欲望，隐隐约约感到羞愧。

还有一些人被「热情或性，才是唯一真实的爱」的概念所困住，

而他们总是因为「性」而分心，无法去经验单纯的爱。

「爱」有许多面向。

爱可以透过言语或书写，表达于「思维」层次；

爱可以透过爱慕和钟爱的感觉，表达于「情感」层次；

爱可以透过拥抱、亲吻脸颊、或性行为的相拥，表达于「身体」层次。

因为，人拥有这三种面向的品质，

只有当这三个层面都临在时，爱的经验才会完整。

然而，「性的层面」在所有的人际关系里并非必要，

因为，性行为只是身体用来表达情爱冲动的众多方式之一。

但是，爱的完整展现，则需要三个层次都有一些表示和交流。

只有情感层次却没有思维交流的关系，在一段时间后，就不再富启发性。
同样的，几乎感受不到真实爱情，仅止于肉体层次的关系，最终会倦腻和凋零。
任何一种结合，若没有同时包含组成人类的三个面向，都是一样的结局。

我们要强调的是：男性与女性之间，
在「思维、情感、和身体」三种层次皆保持交流，是极为重要的。
当然，在你自己的情况里，可能有好几年不会有完整的性经验。
但是，不要忽略了发展「情感流露」面向的必要性。
当你喜欢某些人，拥抱他们，或亲一下他们的脸颊。
也不要忽略了「思维」的面向。
人们需要你告诉他们，你喜欢他们，或是你爱他们。
说出「爱」这个字，会有一股你无法想象的力量。
它真的会开启那隐密深锁的心房，并且使得灵魂的春天百花齐放。
最重要的是，每当你感觉到微妙的吸引，显示「爱」就在身边时，
允许你的「心」去感受爱的「情感」面向。
「爱」不只是对男朋友或对父母。
每一个投生于地球的灵魂都值得你的爱。
你只需要让爱自然流过，你的心会随着爱的潮水荡漾。

许多人认为他们无法控制自己内心的「爱」。
他们认为「心」在命令，而他们只能听从。
但是，就像每一种人类的质量一样，「爱」也可以响应意愿。
你真的可以「决定」自己要去爱一个人，而且你能够做到。
这就是耶稣基督曾对他的听众说的，你们应当爱自己的敌人。
当然，他们并不相信，而且无法了解，
如果他们有意愿去爱，那么，爱的过程是在自己的掌控中。

如果你愿意练习「爱」，你会使自己成为治愈能量的泉源，
你的弟兄们将得以畅饮那治愈灵魂伤痛的甘泉。
因为，是「爱」，唯有「爱」，能治愈人类的所有层面
～无论是身体、星光体、以太体、或灵魂本身。

最后一件事：记得「地球」也需要你的爱。

许多人把「地球是一个活生生的生命」这句话经常挂在嘴边，

却不了解在最真实的意义上，这是真的。

地球不仅仅像你一样，是一个活的、有思想的、有感情的个体，

在这黑暗时代里，她还需要人类的爱和关注，虽然之前她从未要求过什么。

她感到孤单。

她觉得人类遗弃了她。

人类使她美丽的披风伤痕累累，并在她的地表下，引发毁灭性的炸弹。

人类以化学物品和仇恨污染她的大气。

她会感到孤单，这有什么好奇怪的？

你可以是少数了解「大地之母正在受苦」的人们之一，

你们能以行动来减轻地球的苦难。

当你们祈祷时，当你们静心时，送出你们的爱和关注。

任何人带着「爱」关注她时，她都会知道，

而她黑暗的日子可以经由人类的爱而升华，

人类从开始就是被她滋养的。

在本书的下一章也是最后一章里，

我们想要直接对本书的读者们说话，

我们有一个讯息，并希望它能引导你的弟兄们进入爱、升华、和喜悦之道。

除非数百万的人类能像你一样，

对于他们在这个地球上的目的，有崭新和更高层次的了解，

否则，目前的黑暗时代能够被免除的希望，非常渺茫。

第十三章

讯息

“你是上主之子，
甚至于天使、宇宙的星辰与太阳、或栖生劲风袭击的岩石上的小花也是。
万有之主对于祂的每一个创造物有着无比丰盛的爱，
没有一个人的概念能够涵盖它。

祂赐给你，
祂的「天思」的一小部分，好让你能推理和思考，
祂的「天爱」的一小部分，好让你能回归于祂，
至少微微的反映，祂充满于一切造化包罗万象和全然宽容的爱，
而最终，从祂的「天体」～你自己的身体，赐给你创造的权利。

你仔细周密的，依据你在大我层次的形象，创造自己的肉体。
你肉体上的每一个瑕疵，都反映了你灵魂的瑕疵。
希望～这是你的希望，无论你是否认知～
以「肉体的瑕疵」这样的象征方式，
激励你，努力去修正在你更高层次里的瑕疵。

你来到地球层面，完全明白它是你自己的思想、情感、和行为的一面镜子。
在最深的层次里，你了解生命里环绕着自己的一切情境，
都只是反映「你内在生命状态」的镜子。

你也是为了减轻自己灵魂的业力负担而来，
你知道每一次肉体生病、每一段情感伤痛、和每一回思想受创，
都是在消除自己过去所造成的债务，那真的是你亏欠自己的。

在这美丽的星球上，经历了亘古的成长进程，你已走过无数的道途。
有时候，你提升至灵性觉醒和成就的光辉璀璨巅峰。
有时候，你陷入罪恶的困境深渊，
并且尝尽了地球上所容许的背离上主的体验。

但是透过这一切体验，
你的灵魂坚定的保持他的目标：
成功的探索灵性之光、
清理生生世世所累积的负面习惯和个性，
最终，清除过去所带来的、沉重的因果业力负担，
就像书中的朝圣者，见证了迷途的羔羊回归造物主的完美律法。

这本书会落在你的手上绝非偶然。
永远爱护你的指导灵和协助者历尽千辛万苦，
以确保这本书所包含的概念和观点，能呈现给你有意识的头脑。
真的，你生命中鲜少有盲目的意外。
为了避免任何一种帮助人类的可能性被忽略，
这地球上所有的生命都是被尽可能的仔细计划过的。

在你未来的岁月里，会有许多帮助别人和学习提升灵性的机会。
不要回避这些机会，因为它们决不会再以同样的方式来到。
对于这本书的许多读者而言，这可能是他们被赐予的最后机会了。
当我们说，目前地球上的许多灵魂真的是站在「**最终**」的岔路口，
我们并非危言耸听。
如果他们做了违背造物主律法的选择，那么，他们就丧失了机会。
那机会将永远不会再来了。

永远都要记得，你生命的展现是在你自己的掌握之中。
没有一种救赎可以由别人的受苦来买单。
耶稣基督死于十字架上，象征你再次尝试「弥补过去错误」的权利。
但是「你」必须去做；你必须靠自己的力量，去攀登灵性成就的巅峰；
「你」必须回归上主
～因为即使祂的手臂总是伸向你，
这也不足以将你从自己的邪恶中拯救出来。

最终，请记得宇宙是因为「爱」而被创造出来的。
万有的上主渴望创造灵魂，好让祂可以更强烈的感受自己的天爱。
当祂的造物，以他们所能达到的最高层次，「回归」祂的爱，
这渴望才能圆满的实现。

此刻，当巨大试炼的阴影笼罩着这个星球，
这讯息来源层次的所有灵魂与个体，深深的感受到他们弟兄的伤痛。
我们知道考验就在前面；我们知道即将到来的危险；
我们知道必定会造访人类的悲伤和痛苦。

我们送给你，我们的爱、我们的关注、我们的力量。
祈求这些涌向地球的振动力的帮助，你就能受益。
无论你是对你的天使、耶稣、上主、或其他个体祈祷，都没有关系。
所有的受造物，不分大小，都是从唯一的造物主发散出来的。
当你祈求援助，上主知道，你在向祂祈求。

坚定你自己所相信的一切。
保持你自己对于真理的信念，胜过其它的来源，
无论它是来自通灵者、灵媒、经典、或这本书。
真相是：你的真理被写在你「心」的卷轴里，因为「心」也是上主安居的所在。
只寻求「活」出那真理，提升你自己的光明，
好让那些在黑暗中摸索的人得以看见，
并且踏上你相信你自己的生命为你备妥的道途。

如果你保有自己的真实，如果你相信正义，
而且，如果你把自己的手安放于上主的手心里，
那么，将没有邪恶、没有持续的悲伤、也没有永久的痛苦能降临于你。

愿所有关心人类奋斗的高等众生的和平与至福，永远与你们同在！

嗡嘛呢呗咪吽
(OM MANI PADME HUM)

翻译词汇对照表

aether	乙太
aetheric body	乙太体
astral body	星光体
clairvoyance	第三眼
devas	仙子
God	上主
introduction	序言
karma	业力
life-Streams	生命之流
manifest	展现
mind	思维(偏正面)，
	头脑(偏负面)，脑海，心智
New Age	新纪元
physical body	肉体
reality	实相 / 事实 / 世界 / 事情
spirit	灵性
signal	讯息
symbol	符号、象征
The Universal Laws	宇宙法则
thought	思维;想法
thought-form	思想体
visualize / visualization	观想
副词后的结构助词	的
properly	正确的
根据教育部的国语辞典：“的”同“地”，可置于副词后。	
例如：「静静的想」、「轻轻的说」、「默默的耕耘」。	