

▼ 赛斯资料中关于行动(action)的横向摘录

▼ *行动的定义

- 围场内的精神酵素是引发行动的元素，并且也是行动本身
- 感觉就是行动

▼ 行动的本质（重点）

- 行动的本质
- 行动的本质就是创造新的行动
- 意识是感知自身的行动
- 存有的定义，自己，自我与行动（重点）
- 暗示的本质，暗示与行动之间的关系(重要)
- 回到暗示的主题,阻碍性的行动

▼ 行动的分类

- ▼ mental actions --精神行动
 - 所有物质都是客体化的精神行动
- ▼ psychic actions --灵性行动
 - 没有任何灵性行动是无效的
- ▼ electrical actions --电性行动
 - 思想和情绪都是作为电性运动存在的(重点)

- 物质客体是连续的行动
- 本体可以被称为对它自身有意识的行动(难点)
- 思想，行动，意念
- 时间和行动的关系
- 没有暗示，任何行动都无法发生

▼ *行动的特性

- 外在自我被迫进入连续的行动，内在自己没有这样的限制
- 每一个行动都会影响其他每一个行动
- *行动的转化
- 常常错误的把这种感觉投射到别人的言论或者行动上
- 爱,恨和行动的关系
- 行为和因果的关系
- 各种可能性都要付诸行动

▼ 课程中的真实例子

- 马克不敢采取自我保护的行动，在很多情况下会被利用。
- 珍应该立刻采取行动并进行肢体活动
- 再谈比尔的溃疡
- 把情绪能力引导到你想要的行动上
- 建议的行动看起来不实际也不可能

赛斯资料中关于行动(action)的横向摘录

本文章为横向搜索含有关键词的段落，文章只增加简单的分类，尽量保证文章的连续性，减少作者的本人理解和扭曲，文章的分类如果是作者本人思考的会在前面加一个*，如果是原文内容则没有。文章只作为一个索引，对段落的摘录会失去上下文信息，无法代替原文理解。

action通常被翻译为，行动，行为

在赛斯资料中，行动不仅是指世俗意义上的行动，更多的是内在行动，精神行动，灵性行动等。

*行动的定义

围场内的精神酵素是引发行动的元素，并且也是行动本身

早期课1(#D#34) 第 13 节 叶绿素是精神酵素 34段

围场内的精神酵素，是引发行动(action)*的元素 - 请仔细听好 - 并且也是行动本身。(*注:此处行动 action 是那本能的，自发的，动的状态) 换句话说，精神酵素不仅在物质世界引起行动，并且成为行动本身。从这里开始，我会一直把物化称为行动，因为你们现在都知道没有什么是静止的。如果你能读完以上三、四段，你就会越来越清楚地看到精神和物质成为一体的地方。

► 点击查看英文

在这里，赛斯把materialization(具体化，实体化，物质化)称为行动。

感觉就是行动

早期课1(#D#34) 第 14 节 人际关系, 固化, 生命力 67段

从某种意义上说，与你们相会，我的能量消耗很少，这是事实。但另一方面，沟通解释的这份努力，确实涉及非常真实的努力。因此，你们并不是唯一在这方面感到疲累的人。就像我说过的，感觉就是行动，而在我与你们的交流中，感觉起到了强而有力的作用。

► 点击查看英文

行动的本质（重点）

行动的本质

早期课3(#D#212) 第137节行动的本质 13段

显然，本体有很多种。在我们的上一节课中，我告诉你们，我们的假想发送者“A”并没有发送一个给定的思想。他甚至没有发送一个精确的复制。行动，传输的行动本身，就改变了思想的本质，改变了思想本身的电性实相。这是极其重要的一点。

► 点击查看英文

行动永远不能脱离那看似的行动对象来考虑，因为行动成为了结构的一部分。行动从内部开始，是一切实相中固有的内在生命力的结果。一些行动总是存在的。行动本身不是一个单独的东西。它不是本体。行动是存在的维度。

► 点击查看英文

没有分开的外在本体或力量(force)，诸如“力”(force)；这里的两个字(force)是被用于不同的含义。没有独立的力量引起行动。所有这些要点都是极其重要的，如果我讲得慢，那是为了确保词语尽可能地正确。行动在某些情况下是可以感知的，而在其他情况下则不能。

► 点击查看英文

行动更像是成长，而不是力量。它是任何实相的副-产品，也是所有实相的一部分。当你把这个资料读过一遍的时候，你应该能够看到这里的许多含义。同样，行动涉及的不仅仅是运动，如你认为的那种运动，因为值的充盈就是行动。梦涉及到行动。不仅是梦中的行动，而且是作梦的行动本身。在这里，你可能会对某些类型的行动和距离之间的连结有些许了解，我已经简单地提到过。行动之内总是有行动，任何实相或任何经验都是即时的行动。运动是你们最熟悉的行动类型，但运动在物质场域内有它的的重要性，只是因为你们特有的外在感官。因为很多行动是完全不被你们感知的，特别是在意识层次上。

► 点击查看英文

你的身体的继续存在是由行动决定的，虽然在意识上，你大部分时间都没有知觉到这一点。行动可能看起来没有任何去处。行动，就其本质而言，虽然是每一个实相的一部分，但它必然会改变那个实相，并从中形成一个新的实相。这应该是显而易见的。

► 点击查看英文

这份资料将引领出未来的一些讨论，而行动的本质将是最重要的。无论行动是有意识的、自愿的，还是发生在梦中或思想中，行动都是有效的。无论哪种方式，它都是实相。同样，它也不是外在的力量。它来自构成所有伪装的内在生命力之内。在某种程度上，它是内在生命力试图在物质化中完全表达自己的结果，以及它无法做到这一点的结果。

► 点击查看英文

目前，你们的科学家和物理学家对行动的概念还很有限。他们关于行动和力的法则只适用于物质场域之内。

► 点击查看英文

行动基本上是电性的，但在你们的场域内，只有最明显的电性行动形态被察觉。在这一点上，你们的技术让你们失望了，但我所说的电性具体化，在你们的物质场域内甚至无从搜索起，也无法被预料到，直到人类灵性本质的实相开始为人所知。这一点直到现在才开始显现出来。

► 点击查看英文

以后，我们必须要研究梦中出现的颜色，但现在不是讨论这种问题的时候。本本身分也存在于梦中，在这里，身分的本质，如前面提到的，同样适用于梦中。行动的法则也适用于这里的梦实相。

► 点击查看英文

行动不受你所知的时间影响。行动也发生在广阔的现在。然而，在你的时间分解中，你可能只感知到行动的一部分。理想的情况是，心理时间经验会让你更清楚和直接地感知行动。自我企图站在行动之外来控制行动。任何这样的划分都是任意的，丝毫不会影响行动自身的本质。所改变的只是你对它的认知。

► 点击查看英文

心理时间经验会让你更清楚和直接的感知行动

通过放慢对行动的感知，人类以为他延长了时间。当然，事实并非如此。他只是成功地把行动看成是零碎的，并抗拒它的流动。一方面，行动确实是同时发生的，然而在其内，包含着所有的行动，因为它发生在无限广阔的当下。在梦中，行动被赋予了更多的自由，得以更少受阻的方式流动。

► 点击查看英文

其结果是一种更多而不是更少的时间的效应，在许多情况下，是视角的深化。行动并不完全沿着任何给定的路线或方向发生，尽管你可能只在一个方向上感知它的运动。它是其他维度的一部

分。这里再从行动的角度考虑梦，应该可以相当清楚地说明这一点。

► [点击查看英文](#)

在梦中也是如此，在梦中，没有你所知道的空间存在，你有完全的空间自由。当自我放弃它所认为的对行动的控制时，那么就像在梦中一样，几乎任何行动都是可能的。而当我在梦中放弃它对空间的主张时，所有的空间都是可用的。

► [点击查看英文](#)

同样，它可能不涉及你通常所指的运动。例如，有许多种类的运动，你不认为是物质场域内的运动。行动会扰乱本体，然而如果不是行动，本本身分就不可能存在。在这里，这听起来可能有点矛盾；但为了保持本本身分，本体必须完全更新自己，而每一次更新确实是一个终止。然而，没有终止，本本身分就不可能有新的行动。而没有行动，任何本体都不可能意识到自己的存在。

► [点击查看英文](#)

然而，这里要记住，我们所说的行动不一定是指你所感知的运动。行动是内在生命力的呼吸，任何形态的具体化都是由它组成的。它再次代表了未被表达的内在生命力和具体化生命力之间的关系。

► [点击查看英文](#)

这里总有一种不平衡，它本身可以称为行动。它无法被感知为任何一样东西，因为它是一种关系也是一个维度。在梦的状态中，它可以被最直接地感知，而且扭曲较少。因为在这里，它可以有它自己的自由。在这里，你有没在物质伪装的领域内被物质化的内在生命力。你有这股内在生命力想要物质化的倾向，以及它没法完全这么做的无能为力。在梦的状态中，这股生命力想要物质化的倾向几乎不会遇到什么阻力。行动中的行动产生了，没有物理空间。距离就是这样出现和经验的。行动的限制要少得多。确切地说，行动本身的限制并没有减少，但你可以体验到较少限制的行动，因为树立这种限制的自我放下了它的警惕。

► [点击查看英文](#)

行动的本质就是创造新的行动

早期课3(#D#212) 第139节行动的本质就是创造新的行动 8段

行动本身不能被直接感知。它既看不见也摸不着。它的本质永远无法从客观的角度来检视。客观的观点充其量只能提供一些暗示和迹象。行动，如果用这种方式检视，就会被迫停止。你不能干扰行动，不能篡改行动的基本本质，因为任何这种搅动都会使行动发生变化。

► 点击查看英文

然而，行动可以直接体验，但只有在不努力篡改它的情况下。必须纵身投入其中。再次，行动不是结构的功能。行动与结构是不可分割的。结构就是行动。本体就是行动，我已经解释过了。你对发生在梦中的行动的想法，比你对肌肉力量的想法，更接近行动的真实本质。因为在梦中，自我几乎没有试图阻碍行动。虽然在梦中，你看到或感觉到你的手臂在动，你的腿在跑，但肉体的手臂和腿仍然可能不动。

► 点击查看英文

你无法碰触行动。你碰触不到自己手臂的行动，现在，在你写字时。你看到的是行动的结果。你能感觉到行动的效应，但你无法直接感知行动本身。既然本体身分是依附于行动，那么就应该看到，本体是不可能达到稳定的，因为完全的稳定会毁掉它。

► 点击查看英文

除了我们在过去讲过的那些原因之外，我们在这里还谈到梦的其他成因之一。心智，与自我是分开的，本身必须仍然是行动，因此永远不会静止。既然任何行动都是由内在生命力组成的，它必须寻求具体化，梦就成了那个梦宇宙的建构，这些，我们已经谈过了。但行动永远不可能完成自己。梦一旦开始，就会继续下去，而梦宇宙本身也会形成新的其他建构。

► 点击查看英文

这里有一个比喻。那么想像一下，内在生命力是某个宇宙球体，但这个球体的维度多到超过你的想像。它的运动可以称为行动，但这是欺骗性的，因为行动就是球体本身的基本本质。行动就是球体的组成部分。行动就是它行动的来源，因此它移动，它向外行动。但一切向外的行动最终都会转向向内，然后又向外，朝着各个方向行动。而每一个向内的行动都会形成一个新的维度，又必须向外推进，以供利用。

► 点击查看英文

然而每一个向外的推力又转为向内的推力；而行动本身，由于行动的本质，就是创造新的行动。

► 点击查看英文

现在，继续用我们的类比，这个我们想像中的宇宙球体将是每一个行动的模型。

► 点击查看英文

由于它自身的本质，它必须行动，然而任何行动都不可能完成自己。球体会以对它开放的各个方面行动，而每一个行动都会改变行动的对象。因此，每个行动都会创造一个新的实相。以这样的方式，所有的场域都被启动。

► 点击查看英文

如果你还记得我们上一节课所讨论的三个创造性的困境，你就会发现，我们这里有我们自己-永久延续的宇宙的原因，在这个宇宙中终止的原因，以及改变的内在必要性。如果永远持有一个思想，就不会有其他的思想，不会有行动，也不会有本本身分。在你自己密切的心理经验中，在你们人类中每一个个体的密切心理经验中，你会发现对思想的认可。

► 点击查看英文

思想是看不见摸不着的。思想就是行动。在你们的场域内，一个思想必须隐灭，被终止，消失，才能被另一个思想所取代。相同的思想不会再回来。一个非常相似的想法可能会回来，但这两个思想不会是相同的，尽管你可能感知它们是相同的。这是感知的错误。

► 点击查看英文

没有两个行动是完全相同的。我们还必须在此提及一点关于脉冲和连续性的外貌或表象。每一个行动都涉及到脉动；你会记得我们曾谈到原子和分子的脉动。

► 点击查看英文

话说。我刚刚告诉你们，一个思想必须终止，另一个思想才能出现。虽然这听起来像是我在说连续性，但我不是。我们想像的球体，在其自身和之内的行动是同时的，而且是在所有的方向上。所有的行动基本上都在广阔的现在，但所有的行动都不能意识到自己，除非它试图进一步行动，亦即具体化。

► 点击查看英文

当如此具体化的时候，行动以两种基本方式意识到自身：通过对自身的先天理解，以及通过对属于这种具体化的自己之次要的、更有限但更集中的感知。先天的理解当然涉及我们与内在的自己。属于具体化的次要自己，在你们的场域内，给了我们，自我。

► 点击查看英文

行动并不涉及你们所知的时间。行动也不涉及你们所知的空间。连续性的表象，只是从无限同时的行动中选择了某些行动的结果。

► 点击查看英文

首先我想确定，到目前为止，你们理解我们所讨论的行动。所有实相的内在生命力的行动。它力求以尽可能多的方式让自身得到利用。然而，它的行动，它向外具体化的企图，必然创造出新的内在生命力，因为这就是构成它的材料。而这股新的内在生命力又会寻求具体化，所以这个循环永远不会结束。

► 点击查看英文

现在要说明的是关于思想，因为它是所有人都熟悉的一种行动形式。在这里你可以看到，你的自我接受思想为它的身分的一部分。思想的行动被自我接受，然而自我似乎和它是分开的；而且由于自我的本质，它害怕陷入思想的行动中。因为它，自我，只是最近才刚刚脱离行动，所以现在对行动的看法，就好像行动是自我的区域范围，而不是相反。

► 点击查看英文

但自我看似不依赖行动的独立，基本上是没有意义的。因为自我也是行动，而且永远不会是其他的行动。任何这样与自身分离的行动，只会增加行动的总体，因为它增加了行动从尽可能多的观点来感知自身的能力。观点视角代表了行动对自身的行动。任何一个维度都必然导致另一个维度，因为任何一个维度内的行动都不可能完成自身，而是会继续下去。

► 点击查看英文

意识是感知自身的行动

早期课3(#D#212) 第141节行动与本体意识, 意识是感知自身的行动 10段

我们将继续讨论行动和本本身分。我说过，本体是行动的一部分，基本上与行动密不可分。本体试图从行动中形成有意义的模式和关系。意识是感知自身的行动。自我是行动试图脱离自身的企图。

► 点击查看英文

行动可能显示为运动，但它远不止是你们通常所说的运动，而且运动只是行动领域内的一个小维度。所有类型的意识都代表了能量在自身内的不同感知焦点。行动没有过去或未来。所有的行动都是同时的。本本身分，一些本本身分和某些形态的意识，特别是自我，感知过去或现在，但这只是这些本本身分和意识看待现有资料的方式的结果。

► 点击查看英文

意识的特征是，它以特定方式观察或感知现有的行动。它的特征是，它更有可能感知到的行动类型。它的特征是感知模式本身。

► 点击查看英文

既然行动并不脱离结构，而确实是结构的形成者，那么很显然，一般来说，意识的特征感知模式的类型、本质、程度和范围将决定其物质结构，而不是相反。

► 点击查看英文

意识在其对自身作为行动的感知中，并没有遵循特定的模式。人类对某些模式比较熟悉，对其他模式则相对陌生。任何行动都会改变自己。没有什么是恒定不变的。这个规则并不是某种外在媒介强加给行动的，而只是行动自身本质的一部分。

► 点击查看英文

你可以说，行动，是被自己带着走的。实相的可能性是无穷的。你熟悉的是实相中很小的一部分。你此时的感知特征，决定并限制了你所能感知到的行动面向。然而，你可以非常清晰地专注其他面向。而特定类型的意识和本本身分只是行动形成感知模式的结果，它可以用这种模式专注自身的某些面向。

► 点击查看英文

意识的维度不是任意的。它们不是泾渭分明的。它们是开放的，它们就是行动。

► 点击查看英文

它们是维度，如我提过的。意识不是一个东西，因此意识本身不是局限性的。界限可以是根据自己来设定的。自己是行动感知模式的完形，它们通过吸引而组合成形。

► 点击查看英文

自我，如果你还记得的话，是自己试图将自身与行动分开，并将行动视为一个对象。自我试图达到稳定和主宰，并且讨厌改变。它试图限制某些感知，阻挡这个自己所知晓的许多感知。这样一来，限制就变得相当僵化。

► 点击查看英文

在这方面，自我可以被比作一个小水坝。然而，行动不断地形成感知模式，在这种模式中，它可以观察自己。同样，这些模式是一个在另一个之内形成的，它们可以说是形成了我们在很多节课之前称之为第五维的想像结构。

► 点击查看英文

一个特定的意识是这些概念模式的一个完形；但没有什么可以阻止一个意识，通过体验其他概念模式，或感知模式来增长自己。这种同化会增长而不是减少任何既定的意识。我们使用文字，或者说你们使用文字，只是为了方便。因此，我们说，意识是感知模式的完形，行动通过它来认识自己。但是，感知的模式可以增长，意识也会延伸。意识已经发生了改变。它不再是同一个意识，因为它已经延伸了自己。然而另一方面，它又是同一个意识，因为它就是已经延伸了自己的那个意识。所以词语会把我们搞糊涂。

► 点击查看英文

那么，意识可以说是感知模式的完形；虽然这个定义成立，但它只能适用于任何给定意识的一瞬间，因为感知模式，作为行动，已经改变了；而我们所说的那个特定意识，我们试图限制和确定的那个特定意识，已经消失了。

► 点击查看英文

这些关于行动、本本身分和意识的资料，将大大增加你们对梦、对整体自己，以及我将很快讲到的实相的其他面向的理解。

► 点击查看英文

那么，自己，作为行动，已经把自己形成了模式感知的完形，借此来认识自己，这个自己不断地改变。在有效感知的范围内，从任何特定的点开始，都有模式中的模式。为了方便起见，我们将不得不把我们的讨论限制在某种程度上，把自己作为一个特定的完形，在一个特定的感知模式范围内，或由这个完形组成；尽管实际上，这个范围在任何既定的时间都可能更小或更大。

► 点击查看英文

我用来比喻行动的那个至深且强大维度的球体，如果你还记得的话，可以比喻为行动的任何部分；你现在确实可以进一步想像，一个由这样的行动组成的存有，有着许多自我，像许多面孔一样向外看，向四面八方看，每个自我都感知到截然不同的实相场域；向内和向外看，向后和向前看，就像这样，穿越又超越。然而每一个行动或存有，都是另一个的一部分，既在其内又在其外。没有一个是无意义的，然而在基本的方式上，所有的一切都具有你赋予它的意义。

► 点击查看英文

而你所赋予的意义，就存在那里，是它的一部分，因为投射这个意义的你，自身就是它的一部分。因此，内在自己，就是形成种种自我，以及各个自己的那行动的内在部分，通过我说过的困境。

► 点击查看英文

(她说在这一节最后，她从赛斯那里得到了一种强烈的情绪感受。它是针对我们的，大意是：“通过行动，看我现在是如何成为了你们俩的一部分，你们担心本本身分是多么傻啊，因为所有的本本身分都是如此紧密地连结在一起。”

► 点击查看英文

存有的定义，自己，自我与行动（重点）

然而，这也是事实，这种缺乏边界的情况，允许发展和扩展的可能性，这在有限的自己中是不可能的。自己不是模糊不清的。正如我们所描述的那样，行动改变它自己。因此，任何自己，从来不是同一个自己，但行动在其自身内包含着自己的理解。

► 点击查看英文

行动可能显示为运动，但它远不止是你们通常所说的运动，而且运动只是行动领域内的一个小维度。所有类型的意识都代表了能量在自身内的不同感知焦点。行动没有过去或未来。所有的行动都是同时的。本本身分，一些本本身分和某些形态的意识，特别是自我，感知过去或现在，但这只是这些本本身分和意识看待现有资料的方式的结果。

► 点击查看英文

意识的特征是，它以特定方式观察或感知现有的行动。它的特征是，它更有可能感知到的行动类型。它的特征是感知模式本身。

► 点击查看英文

既然行动并不脱离结构，而确实是结构的形成者，那么很显然，一般来说，意识的特征感知模式的类型、本质、程度和范围将决定其物质结构，而不是相反。

► 点击查看英文

意识在其对自身作为行动的认知中，并没有遵循特定的模式。人类对某些模式比较熟悉，对其他模式则相对陌生。任何行动都会改变自己。没有什么是恒定不变的。这个规则并不是某种外在媒介强加给行动的，而只是行动自身本质的一部分。

► 点击查看英文

你可以说，行动，是被自己带着走的。实相的可能性是无穷的。你熟悉的是实相中很小的一部分。你此时的感知特征，决定并限制了你所能感知到的行动面向。然而，你可以非常清晰地专注其他面向。而特定类型的意识和本本身分只是行动形成感知模式的结果，它可以用这种模式专注自身的某些面向。

► 点击查看英文

意识的维度不是任意的。它们不是泾渭分明的。它们是开放的，它们就是行动。

► 点击查看英文

它们是维度，如我提过的。意识不是一个东西，因此意识本身不是局限性的。界限可以是根据自己来设定的。自己是行动感知模式的完形，它们通过吸引而组合成形。

► 点击查看英文

自我，如果你还记得的话，是自己试图将自身与行动分开，并将行动视为一个对象。自我试图达到稳定和主宰，并且讨厌改变。它试图限制某些感知，阻挡这个自己所知晓的许多感知。这样一来，限制就变得相当僵化。

► 点击查看英文

在这方面，自我可以被比作一个小水坝。然而，行动不断地形成感知模式，在这种模式中，它可以观察自己。同样，这些模式是一个在另一个之内形成的，它们可以说是形成了我们在很多节课之前称之为第五维的想像结构。

► 点击查看英文

一个特定的意识是这些概念模式的一个完形；但没有什么可以阻止一个意识，通过体验其他概念模式，或感知模式来增长自己。这种同化会增长而不是减少任何既定的意识。我们使用文字，或者说你们使用文字，只是为了方便。因此，我们说，意识是感知模式的完形，行动通过它来认识自己。但是，感知的模式可以增长，意识也会延伸。意识已经发生了改变。它不再是同一个意识，因为它已经延伸了自己。然而另一方面，它又是同一个意识，因为它就是已经延伸了自己的那个意识。所以词语会把我们搞糊涂。

► 点击查看英文

那么，意识可以说是感知模式的完形；虽然这个定义成立，但它只能适用于任何给定意识的一瞬间，因为感知模式，作为行动，已经改变了；而我们所说的那个特定意识，我们试图限制和确定的那个特定意识，已经消失了。

► 点击查看英文

这些关于行动、本本身分和意识的资料，将大大增加你们对梦、对整体自己，以及我将很快讲到的实相的其他面向的理解。

► 点击查看英文

那么，自己，作为行动，已经把自己形成了模式感知的完形，借此来认识自己，这个自己不断地改变。在有效感知的范围内，从任何特定的点开始，都有模式中的模式。为了方便起见，我们将不得不把我们的讨论限制在某种程度上，把自己作为一个特定的完形，在一个特定的感知模式范围内，或由这个完形组成；尽管实际上，这个范围在任何既定的时间都可能更小或更大。

► 点击查看英文

我用来比喻行动的那个至深且强大维度的球体，如果你还记得的话，可以比喻为行动的任何部分；你现在确实可以进一步想像，一个由这样的行动组成的存有，有着许多自我，像许多面孔一样向外看，向四面八方看，每个自我都感知到截然不同的实相场域；向内和向外看，向后和向前

看，就像这样，穿越又超越。然而每一个行动或存有，都是另一个的一部分，既在其内又在其外。没有一个是无意义的，然而在基本的方式上，所有的一切都具有你赋予它的意义。

► 点击查看英文

而你所赋予的意义，就存在那里，是它的一部分，因为投射这个意义的你，自身就是它的一部分。因此，内在自己，就是形成种种自我，以及各个自己的那行动的内在部分，通过我说过的困境。

► 点击查看英文

(她说在这一节最后，她从赛斯那里得到了一种强烈的情绪感受。它是针对我们的，大意是：“通过行动，看我现在是如何成为了你们俩的一部分，你们担心本本身分是多么傻啊，因为所有的本本身分都是如此紧密地连结在一起。”

► 点击查看英文

因为没有时间，没有你们所认为的时间，所以我们不会说，行动保留着它之前所有行动或自己的记忆，因为这会是误导。行动在其所有自发和同时的运作中都能觉察自己。从基本意义上来说，你所是的自己，是你过去存在的实例中的自己，是现在，在这个存在中的自己，是以前，在物质场域中存在的自己，或一系列的自己，也是你现在，在自我所未知的各种感知经验中的无数的自己。

► 点击查看英文

作为行动，它作用于自身。内在的自己也在改变，但改变自己的也是内在自己。我们现在终于接近于对存有的定义了，存有不能真正地被定义，因为在你们的术语中，定义无法真正界定它。然而，存有可以被部分地定义为，在特定的行动范围内的所有自己的总和，这个同时存在的总体，在一方面还不能存在，因为行动永远不能完成自己，但却代表着行动方面要实现完全具体化，却永远受挫的那股动力。

► 点击查看英文

蓝图是行动的意图。自己就是朝着这个蓝图进行的行动。

► 点击查看英文

在自己之内还有自己。每一个自己都与其他所有的自己交织在一起，然而，每一个自己，都是由行动组成的，在它之内有行动的力量，向着改变、发展、扩展和走向实现的动力。

► 点击查看英文

每一个自己的自由也在于此：不被限制。我们过去曾讲过囊理解力。它确实是行动的一个特征，与行动不可分割，同样交织在行动之内。

► 点击查看英文

因此，行动的每一部分都觉察到它在所有层次中的同时经验。同样，行动带着自己走。因此每一个自己都觉察到它先前的完形关联。现在。本本身分可能有自我，也可能没有自我。原子是一个本体——

► 点击查看英文

它是一个以物质形态具体化的自己。它对于它自己属于行动是有意识的。它可能是一个更大完形自己的一部分，这个事实，绝不会贬低它自己的本本身分。它对自己是其一部分的完形是有意识的。

► 点击查看英文

它是具体化的行动，一个自己，是其他自己的一部分，正如你是其他自己的一部分。这里的强度是不同的。你，任何一个人，都代表着一种能力，一种吸引力，一种强度很大的电性场域，能够在物质场域中有效地作为一个单元。

► 点击查看英文

那么，内在的自己可以被称为核心，是行动的原点，所有其他构成整体自己的散发都是从这里开始的。在这里，你可以看到，对行动可能移动的方向没有任何限制，对行动可能创造的维度也没有任何限制。

► 点击查看英文

那么，内在的自己将是任何给定的最初行动向外的外推力，如之前解释的那样。这个外推力会因为它的本质，立即为它向尽可能多的方向发出进一步的外推力。而且因为它是行动，因为没有行动可以完成自己，也没有行动可以完全具体化，那么每一个外推力或具体化都会导致一个内推力；不是进入它所来自的最初行动，而是进入它自己。

► 点击查看英文

同样，我们没有理由认为个体是微不足道，只因为他是众多个体中的一员。行动根据值的充盈而发展，而值的充盈与大小和数量关系不大，行动会转为意识。行动作用于自身就变成了意识，在谈到意识时，我说的意识不一定是你说的那个词的意思。

► 点击查看英文

然而在另一种意义上，所有的自己都是一个自己，因为所有的自己都是行动。

► 点击查看英文

但是，行动必须试图把自己具体化，完全实现自己。它无法这样做，其结果是形成许多自己，这些自己是行动的一部分，由行动形成；因此，每个自己必须继续创造其他自己。

► 点击查看英文

自己没有被摧毁。它们变成其他的自己，但仍然是它们自己，因为每一个新的自己也是先前的自己，它通过对自身的作用而改变。在这些方面，不会有巨大的收缩行动回到它自身。每一个自己很可能会有意识地了解到，它是最初行动的自己的一部分。

► 点击查看英文

我们别忘了，行动是内在生命力的另一个词。自己也是有效的理解范围形成的，这些理解范围可以扩展。它们不能被收缩，因为行动不能抹去对自身的理解。我们所说的电性编码资料不能被删除，因为一个行动不能撤回先前的行动。

► 点击查看英文

你明白，我在说的时候，我并不是在说过去和现在的连续性存在。我用这些术语只是为了方便你们。一个行动永远不能否定自己。可能会有反作用，但任何行动都不可能被抹灭。

► 点击查看英文

暗示的本质，暗示与行动之间的关系(重要)

早期课4(#D#279) 第159节 比尔的溃疡 影响疾病的因素 47段

我们将花点时间，关注一下暗示的本质，以及暗示与行动之间的关系。实际上来说，这部分的资料相当有用，也会增加你们的知识，并让我们的讨论朝着我心中某些特定方向前进。

► 点击查看英文

如果我们更加彻底探讨行动的本质，那你们就能使用这类的知识达成相当实际的目的，并获得助益。因为如你们所知，无论你们用什么方法，都不能感知到行动的所有面向，但就某种程度来讲，的确可以由你们来选择哪些是你们想关注的行动面向，而哪些又是想忽略的面向。

► 点击查看英文

这不会影响到你忽略的那些行动本质。实际上来讲，它改变了你们所关注的行动。因此这当中隐含着你们自己的选择，至于选择方式你们目前并不喜欢。因为你们可以选择去感知有益的行动，而那些不管基于什么理由你们决定忽略的行动，也可以选择不去感知。

► 点击查看英文

举例来说，你们会以好暗示和坏暗示的观点来思考，而我自己为了把观念解说清楚，有时也会使用这样的用语。不过，如果单独来看，你们所谓的暗示是属于内在行动冲力的一部分，可以向外转化到所有的意识领域中。

► 点击查看英文

因此，负面暗示是内在能量与冲力阻塞显现出来的症状，它们代表已经有裂缝产生。这一点很重要，所以我要理清。不用多说，你们所谓的负面暗示，其本身就是行动，不过它们代表的是死漩涡，是死水里空无的动作，阻挡了行动。

► 点击查看英文

因此，负面暗示是内在能量与冲力阻塞显现出来的症状，它们代表已经有裂缝产生。这一点很重要，所以我要理清。不用多说，你们所谓的负面暗示，其本身就是行动，不过它们代表的是死漩涡，是死水里空无的动作，阻挡了行动。

► 点击查看英文

在很多很多的情况下，行动本来可能会遭到这么严重的阻碍，却得以幸免。

► 点击查看英文

除非内在能量已经发生阻塞，否则你们所谓的负面暗示不会表现出来。就我的了解，暗示就是内在声音的最高点，催促行动要呈现出更多变化、更富创意的型态。

► 点击查看英文

关于阻断的问题我们还有很多要谈；另外，阻断就是你们所称的负面暗示。还有，要记住这些阻断本身就是行动。

► 点击查看英文

你们选择称之为暗示的东西，不断在行动的所有面向中起作用。

► 点击查看英文

这种情形让身体能够以物质方式呈现，这种情形让一切变化得以发生。就某层面来说，可以称为本能，在其他层面来说，可以称呼的就多得多了。当暗示以最高效率运作时，它实际上就是内在肯定。没有自我，就不会有你们所谓的负面暗示，因为只要行动不受干扰，流动就不会被阻断，会以无数种未受阻断的方式，寻求价值完成。

► 点击查看英文

你们做的心理时间练习，某种程度已让你们在自己里面，体验这种未受阻断的行动。你们现在也知道，自我出于本性，会试图让自己与行动脱离，但它显然无法做到。自我身为行动的一部分，

仍然会影响行动的本质，就像全我会有各种不同的表现一样。

► 点击查看英文

个人潜意识可以想像成自我和内我之间的一个关口；透过潜意识不仅可以隐约瞥见内我，而且自我各式各样的性格，亦可接触到个人潜意识。因此，要是自我变得太强势专断，就会企图阻断行动之流。但是它无法直接这样地阻断行动，因为形成这种阻断的行为，本身就是行动。然而这样的阻挡往往会采取一些行动，以冻结整体行动的发展趋势或动向，而整个人格正是由这些整体行动的发展趋势或动向所组成。

► 点击查看英文

你们所谓的负面暗示代表了不同调的行动。除非找出主要原因，否则扭曲的行动就会一直重复发生。多数情况下，只要一项极为简单的练习，几乎就可以立刻改善状况。你们对这些练习并不陌生，因为你们在心理时间时，自己很快就会与它更广阔的部分连结上。

► 点击查看英文

只要行动能流动，不受到阻碍，维系完形效率所需的合作关系就得以保持下去。最常见的错误是来自于自我，在很多情况下，自我会想办法否认自己对这种合作关系的依赖，因此形成了障碍，也形成某种程度上可以被视为恶性的反暗示，在其中，如果自我能为所欲为，就会封锁住整个有机体的所有其他面向，然后胡作非为。

► 点击查看英文

自我会拒绝接收某些经验，这个拒绝本身就是一个行动，它会想办法在物质层面建构自己，因为它就在物质的实相系统里。这个合作关系或多或少就遭到破坏了。就疾病来说，这就与内在资料有所冲突，而疾病其实就是这些资料冲突所造成的结果。显而易见的是，身体有能力处理许多这类扭曲的行动，但冲突也会因而产生，在这当中，建设性的能量或行动无法获得足够的支配权，系统之内就形成了各种扭曲的模式。

► 点击查看英文

如果无法全力压倒这些扭曲，它们就会被吸纳，如实地复制。在这种情况下，实际上你们可以用许多方法协助自己的系统，有效决定系统内行动的建设性本质，而且可以在这种扭曲发生前，就事先保护有机本。

► 点击查看英文

要等我们讨论行动到某种程度之后，再来讨论暗示，对你们才比较有意义。虽然这个主题会引导我们到其他部分，但我们仍会花些时间继续探讨这方面的问题。

► 点击查看英文

因为暗示持续不断地用在你们体内的每个细胞，所以问题不在于你们能不能使用暗示，而是如何更有效率地使用。这会牵涉到一个平衡的人格，因为在这样的人格当中，行动会获得表达的自由，自我在这过程中会有所得，而不是有所失，但我们的自我不会独裁专制，而是通情达理，甚至有纪律，不但明白自身的处境，还知道自身的依靠，也能深知到自身特有的孤立现象，因为这种孤立取决于它是整体完形的一部分。

► 点击查看英文

我们发现，最常发生的状况是自我以拒绝的方式阻断行动，自我会想办法维持其实是幻想出来的稳定性。如你们所知，情感就是行动，如果允许情感流动，那它们就会将人格从抗拒中解放出来，实际上允许很大的稳定性存在，因为情感得以自由表达，才能以对整体系统最具建设性的方式来落实行动。

► 点击查看英文

一旦我阻断这样的表达，那么情感就会转化为其他行动，而且会变成阻碍。只因为自我出于恐惧而阻挡了情感的自由表达，才会觉得情感实在很可怕，情感真的是被压抑了。

► 点击查看英文

我想今晚已经占用了你们太多时间，在此我要结束我们的课。送上我最深情的祝福给你们俩，在你们能掌握一些规则来辨识或忽视特定的行动前，可以一直用棉花塞住耳朵。

► 点击查看英文

回到暗示的主题，阻碍性的行动

早期课4(#D#279) 第163节 ▲ 疾病就是阻碍性行动造成的结果 暗示 17段

回到我们现在的主题，你们称为暗示的东西，只不过是资料在物质宇宙中的一种投射，暗示持续不断运作，可做为行动的基础，且在行动之内。基本上，暗示是心灵的显现，会为行动指引方向，也会为行动可能采用的各种表现形式指引方向。

► 点击查看英文

因此暗示是行动的特性之一，暗示这个词用得并不好。由于它在你们系统内运作，也在人类人格之内运作，所以称它为期望会好得多。不过，期望只是一个阶段而已，因为在所有行动的形态中，同一类的内在指引活动其实互有关联。

► 点击查看英文

你们所谓的暗示，只不过是较大的指引特征里其中一小面向，它始终是行动本身的一部分。在本质上，暗示其实是一种动力，一种隶属于行动的内在动力，并不是某种与行动分开然后作用于其上的力量。这种动力源自于行动本身内部，是一种天然且自发的举动(movement)，甚至可以叫做指引或各种自发的指引，行动就在这些指引下展开。

► 点击查看英文

这些指引不会因任何法则而被迫强加在行动上，它们只是能量自我表达后，自然形成的形式。你们通常以相当肤浅的方式，来了解这种动力或这些指引，因为自我不喜欢感知它们。这些动作(motions)仅仅是行动所采取的那股流向而已，你们所谓的负面暗示，往往是指阻碍性的行动，或是那些会阻碍住内在主要之流的行动指引。它们运作的很像是横断主流的逆流一般，设置各种障碍，从各种不同方向截断不流能量，使其窒碍难行。

► 点击查看英文

如你们所知，相当重要且必须了解的一点是，暗示只不过是内在之流及内在指引的显现而已。没有了内在之流和指引，行动必然自陷于乱无章法的境地，看不到建设性的架构或实践。相反地，行动会将自己缠在自己的能量动力之内，而无法建立起任何长久的形式或架构，就不能在其中实现理想和形成极为永久性的建构。

► 点击查看英文

当你们提到负面暗示，实际上指的是这种逆流以行动缠住自己，因而阻碍了主要的建设性动力，而这种动力原本是未受限的行动所拥有的。等到这股能量再度挣脱出来，行动就可以在逆流当中流动，但是为每个个体带来统整性与本体的主流能量，也可能因此遭到严重威胁。

► 点击查看英文

所以就任何人类人格而言，有一点很重要，就是要学习一些方法，让行动在人格之内，能随心所欲地依循正常的指引方向，如此一来，可避免这些无效的支流，阻碍了个体主要的指引方向和目标。若要将整个人格整合为一个心理个体、一个有效率的精神完形，显然得依赖自由自在未受阻断的行动之流。这里的任何阻断，都可能对人格本身的完整性构成最大的威胁，因为人格的某一面向会牺牲其他面向，而从中获益。

► 点击查看英文

如你们所知，人格本身是一个行动完形(gestalt of action)，因此在它之内的行动之流，必须跟随存有和内我全面的指引。举个例子，如果允许自我运用自身那非常严格、僵化的限制功能，则人格之内的行动自由就遭到严重的切割和阻断。

► 点击查看英文

现在。就我们的讨论来说，我们过去曾提到，无论在什么状况下，都不会有一模一样的复制品。然而，行动显然会形成各种模式，这些模式可以想像成是由行动组成的路径，行动借此路径得以流动。

► 点击查看英文

一旦这样的路径建立了，我们就有你们或许会称之为行动模式或习惯的东西。因此，当行动的逆流出现，行动就会依那些方向继续下去，除非它转到其他路径去。接着第二路径或阻碍的路径会自动被关闭，不过，所有的行动必须从它那里撤退，因为只要那条路径还在，阻碍性的行动仍有可能会再度发生。

► 点击查看英文

事实上，并没有固定不变的规则可以告诉你们，哪些行动基本上来讲是阻碍性的行动，哪些不是。因为外表看来或许像是阻碍性的行动，实际上也可能突然成为一种建设性的新指引，最后也可能代表一种更新、更强大的本体模式和完整模式，而让原来的个体全然更新，并增添其活力和力量。

► 点击查看英文

在这里，内我透过直觉领悟，通常可以辨识出一个行动对该人格的目标而言，是阻碍性或建设性的。甚至一个表面看起来像是阻碍性的行动也可能暂时变成建设性的，之后可能再变回阻碍性的行动。

► 点击查看英文

举例来说，疾病本身是一种阻碍性的行动，但随时都可能变成一种建设性的行动，因为它或许会防止人格内的某个行动，去跟随那些更具破坏性的行动。不过，等到这个破坏时机过了之后，要是疾病仍留着，就会变成实实在在的阻碍性行动；因此，不能单独判断任何看来仿佛是阻碍性的行动，而是要将其他与该人格相关的行动因素一起纳入考量，才能综合判断。

► 点击查看英文

对人类系统而言，要关闭这种阻碍性行动之流所使用的路径，实际上极其困难，但仍有可能。这个路径可能会自动消失，但行动本身从来就无法撤回。

► 点击查看英文

为了你们特别的用途，我们会以更实际的用语来讨论你们所谓的暗示。然而，必须先了解它的基本性质。一般而言，其实自我无法判断一个行动是对整个人格带来建设性，还是阻碍性。

► 点击查看英文

自我可以判断一个行动对它本身来说，是建设性或阻碍性的。许多时候自我的目的与整个人格的目的互相吻合，但也有许多时候，自我的目的与整个人格的最佳目的并不吻合。在这种情形下，自我并没有能力判断，除非这判断是为了它本身。

► 点击查看英文

其实你们大可训练自己只对建设性暗示起反应，不要回应阻碍性暗示。这意思只是说，或许你们多多少少可以在你们之内的行动中，选择想要前进的方向。这也意味说，人格的某部分会做选择，而且有能力分辨出阻碍性暗示和建设性暗示。对于建设性暗示和阻碍性暗示的本质或特征究竟有何差别，我们这里有必要更充分讨论，因为两种暗示的角色可能会互换。

► 点击查看英文

人格的任何一部分都不该阻碍能量或行动的自由流动，阻碍性的行动很容易会被认出来，因为它们对人类系统带来心理或生理上的影响。一般而言，疾病就是阻碍性行动造成的结果，不过就像其他事情一样，也有例外。

► 点击查看英文

事实上，有一些方法可以让行动之流回转，离开那条阻碍性的路径，我们会详加讨论这一部分。

► 点击查看英文

我们现在只是探讨行动的各个不同面向，由于人格本身是一种行动完形，所以在内我里面，就有一种对整体人格目标和意图的浓缩理解。这些确实就在人格本身的结构之内，包括心灵和物质上。自我，它本身就是一个独立单位，并没有这样的资料，不过它好歹也是全我的一部分，的确也可以获取这样的讯息。但如果自我是以一个单位来运作，就没有使用到这样的讯息。

► 点击查看英文

在提供这类的暗示方面，有某些方式会比其他方式有用，这部分我们会在另外的节次里详细讨论。实际上，我们至少也可以开始稍加探讨人格架构和行动的关系，因为有了暗示的相关资料，我们这样子的讨论就能顺利进行。

► 点击查看英文

必须了解的是，人格其实是行动中的行动，因此它从来就不是固定不动的。事实上，暗示是行动向前进行的指引，代表着一股动力，借此持续改变每个人格的行动。不必多说，所有这些名称又暗含了一种实际上不存在的区隔，也意味了一些看不见的确切界限。

► 点击查看英文

所有行动都会与其他行动融合在一起，没有任何一个行动是真正独立的；所有的单位都会与其他单位融合在一起，所有的界限都会变动，而且划分的方式很武断。界限是感知的限制造成的结

果，因为对于一个单位的感知停止之处，似乎就是它结束的地方。

► 点击查看英文

早期课4(#D#279) 第164节 ▲ 疾病、统合法则、统合系统、暗示感受性 8段

阻碍性的行动代表了能量上或行动上实际的阻塞，是一种没有出口的累积。不过，换个方式说，这也不是指行动就此终止。

► 点击查看英文

真正的意思是说，行动转到对整体人格并不是最有利的路线去。这些能量集结在一起，转而向内，影响了整个系统。它们代表一种分支，本身不见得有害，但唯有从形成人格架构的其他行动这样的观点来看，才会有害。

► 点击查看英文

一般来说，这样的行动自然具有行动的所有特质，因此也会寻求其他方式来实体化和表达。这时就会产生加以规范的意图。这个结构，也就是阻碍性的结构，似乎会将它本身维持住。虽然理想上来说，整体人格的能量是无限的，但由于本身天性和特质的关系，使得整体人格无论在何时，实际上都只能拥有一小部分可用的能量。

► 点击查看英文

不过，此时人格又得从这些实际可用的能量中，耗费一部分去支撑阻碍性的行动。因此，若人格想为整个人格采取更有利的行动，此时可用的能量显然更少了。

► 点击查看英文

这种情况的严重程度不一，端视阻碍性行动背后原始成因的动力与强度而定。假如这个动力很有力量，那么阻碍性行动在本质上会比较严重，会为了它本身的目的，阻塞了很多能量库存。它显然会变成人格——心理结构、物质结构、电子与化学结构的一部分，而且甚至或多或少会侵犯到梦宇宙。

► 点击查看英文

它确实会被人格暂时接受，成为自己的一部分，而这里就埋下了危机。它不是被象征性地接受而已，而我现在也不是以象征性的用语在说。举例来说，就像在疾病上所看到的一样，阻碍性行动确确实实被人格结构所接受，也被所有相对应的系统所接受，并当成自己的一部分。一旦这种情形发生，立刻会产生冲突，自己并不想放弃本身的一部分，即使那一部分或许是痛苦或不利的。在这种心理事实背后，有着许多心理上的原因。

► 点击查看英文

甚至是快速且自动地拒绝或抽离这类刺激的做法，本身都可以让意识用来认识它自己。自我也许会设法忽略或逃避这样的经验，但行动本身的基本性质，就是要熟知本身所有的面向；以一种基本方式，一种非常基本又深奥的方式，行动不会区分愉悦、痛苦或快乐的行动。

► 点击查看英文

这些区分要过了很久才会出现，而且是出现在另一个层面上、在之后的进化发展中。但是因为人格是由行动组成，所以人格之内也包含了行动的这个特性，原因在于它接受了所有的感觉就是它本身的表达，而不是辨别各种刺激。

► 点击查看英文

行动以肯定的态度接受所有的刺激。只有在意识高度分化的发展中，行动变得区隔开来，此时这样精确的区分才会产生。我现在不是说，比较缺乏自我意识的生物，对于令人不悦的刺激会觉得不愉快，也不会有反应。我是说，比较缺乏自我意识的生物，即使对于这类刺激的自动反应，也会满心欢喜，因为任何刺激和反应都代表感觉，而感觉则是这种行动了解和表达自己的另一种方法。

► 点击查看英文

在非常基本的层级上，就像带有自己(self)的意识上(在最精细的意识划分当中，有意识的“我”[]并不存在)，立刻会自动乐意接受所有的行动、感觉和刺激，不管它们的本质为何。在这个层级上，没有威胁的问题存在。

► 点击查看英文

这个层次的行动可以意识到它本身，但“我”这个区块的分化尚不明确，不足以到害怕具毁灭性或痛苦的刺激这样的程度。这里我们只有一个对自身有所了解的行动，了解自身指的是，了解它基本上不会毁灭，了解它本身的一体性(oneness)，所以不会害怕毁灭，因为它也是毁灭的一部分，会从毁灭发展出进一步的行动。

► 点击查看英文

人类人格是复杂的生物，拥有肉体结构，也伴随着许多其他结构，已经发展出高度分化的“我”意识，“我”意识的本质就是设法维护本体的明显界限。为此，它会从多个行动中去做选择，因为这个选择、或是说选择的行为，以及做选择的能力，代表着本体的本质。不过在这个精密复杂的完形之下，就是较为单纯的存在基础，以及对所有刺激的那份认可，少了这些，就不可能有本体。

► 点击查看英文

如果没有接受任何痛苦的刺激，这个结构就永远无法维持它自己，因为结构里的原子和分子一直不断接受痛苦的刺激，甚至愉快地忍受它们自己的毁灭；由于它们了解自己在行动之内有自己的

独立性，也了解它们在所有行动里的实相，而且没有复杂的“我”结构要支撑，就没有害怕毁灭的理由。

► 点击查看英文

它们知道本身就是行动的一部分，因此透过我们之前讨论过的浓缩理解，这些简单的原子与分子知道自己基本上不会毁灭。一旦你们能了解，即使自我抗拒痛苦，但人格仍然愿意接受阻碍性行动、痛苦或疾病，而且将其视为本身的一部分，那么上述这些都是基本知识了。

► 点击查看英文

你们现在知道，为什么连阻碍性行动都会被人格确实接受，且视为自己的一部分，也了解为什么必须努力劝诱人格，若要有所发展，就要放弃它本身的任何一部分。一旦人格能明白，疾病已被接受，且视为自己的一部分，那么甚至连自我都会成为一种助力。

► 点击查看英文

人格的几个特性这时也帮助了我们，因为人格永远在变，它的灵活性很有帮助。我们只想改变人格移动的方向，更确切地说，是改变人格的某些能量移动的方向。人格必须了解阻碍性行动是整体结构的一种困境，而自己的这个特殊部分，并不属于基本的原始人格结构，它只是被接纳而已。

► 点击查看英文

将阻碍性行动接受为自己一部分的时间越长，造成的问题会越严重。无论如何，阻碍性行动或疾病毕竟不是基本人格结构或行动完形的一部分，事实上，人格结构是由出生时就形成的行动模式所组成。每个原子与分子的记忆，所形成的结果实在是惊人的结构，对比之下，这种阻碍性行动就相对不重要，因此一旦用对方法，不难将其去除。

► 点击查看英文

障碍性行动或疾病的这种特殊本质，与它持续的时间大有关系。人格的全部焦点可以从建设性的区域，转到主要能量集中在阻碍性行动或疾病的区域。在这种情况下，疾病实际上代表了一套新的统合系统(unifying system)。现在，如果人格旧有的统合系统崩解，疾病就充当一种临时替代的紧急措施，以维持人格的完整性，直到有一套新的建设性统合法则(unifying principle)取代原本那一套为止。

► 点击查看英文

在这种情形下，疾病不能叫做阻碍性行动，除非它达成目标后，还迟迟不肯离开。尽管如此，如果不知道人格周遭的所有现实情况，你们便无法判断，因为疾病仍然可以作为长备型的紧急装置，借由随时随地给予人格安全感，以防新的统合法则失败。

► 点击查看英文

因此，我们不可能只单独考虑某个阻碍性行动，例如疾病，而不考虑到特定结构-统合的方法、潜意识和意识的人格倾向。

► 点击查看英文

换句话说，如果没有充分了解其他那些形成人格结构的行动，就不能断定某个行动是阻碍性的，这一点极为重要。要是忽略了这一点，人格就有罹患另一个更严重疾病的危险。

► 点击查看英文

统合法则是指好几组的行动，整个人格借此可以随时形成它自己。只要行动得以流动无疑，这些统合法则可以改变，而且也确实会改变，改变的方式往往相当顺畅。

► 点击查看英文

要是行动无法流动无疑，再加上人格为了表达行动而发展出来的模式或管道，那么各种能量阻塞的现象就会发生。一旦行动遭到这样的压抑与阻碍，又会常常形成一些小阻塞，你们一定要把这些阻塞或阻碍本身，视为改变中的人格之一部分，而不能把它们当成与人格毫无瓜葛。

► 点击查看英文

事实上，这些阻塞或阻碍通常可以维持整体心理系统的完整性，并指出内在问题之所在。它们往往具有一些临时性的功能，可以引导人格远离其他更严峻的困难区域。我这里的意思并不是说所有的疾病都是好的，我说的是疾病是行动的一部分，而任何人格都是由行动组成，因此疾病有其目的，不能把它看成是一种会攻击人格的外来力量。

► 点击查看英文

这个研究领域极富吸引力，我们会相当积极来追根究底。整个人格必须接受引导，以选择那些整体而言对它自己最有利的行动，而且它的个体完整性，也取决于这件事的选择结果。

► 点击查看英文

我会利用各种不同时间，举你朋友的溃疡为例，只因为这个溃疡是阻碍性行动或疾病的绝佳例子。阻碍性的疾病是人格本身的创造物，这一点必须了解清楚。人格的效能和本质、人格的健康，就取决于它是否能掌握好自己的能力，从各种不同的行动中做出抉择。

► 点击查看英文

没有了选择，就没有人格。人格究竟是欢欣鼓舞、胜利成功，还是疾病缠身、多灾多难，端视它能否善用从行动中做选择的能力。在绝大多数的情况下，阻碍性行动是由于拒绝让行动循着特定方向顺畅流动，行动只好寻求其他出口，而这些出口则是出于恐惧。

► 点击查看英文

现在，人格由行动组成，它的觉察和本体是行动的结果，这些基本上都没错——

► 点击查看英文

——这意思并不是要否定心理或心灵上的价值，虽然这些也都是行动。

► 点击查看英文

人格结构可以从很多观点来探讨，我们现在探讨的是关于它本身也是行动这个基本实相。虽然人格看起来好像是一系列行动的结果，但基本上不是这样。人格实际上是同时性的行动，由行动中的行动所组成。人格当中有某些部分觉察到自己是一部分，也有某些部分企图与行动撇清关系。

► 点击查看英文

这个企图形成了自我，而且它本身也是一种行动。如果硬把疾病强加于行动上，或将疾病从外面强加于人格上，那么这个人格就会受到外力的摆布。

► 点击查看英文

现在。每件事物基本上都是行动，就此而言，人格会受到外力的影响，但它以最基本的方式，选择要接受或拒绝哪些行动。

► 点击查看英文

人格可以拒绝疾病，疾病的习惯可以被拒绝。不过整体来说，疾病有时候带来好处，换句话说，得到任何疾病可能都是有益的。如果行动得以自由流动，那么神经性的拒绝行动就不会发生；而不必要的疾病之所以会产生，往往就是因为神经性的拒绝行动。

► 点击查看英文

至于疾病何时有益、何时有害，这里我们将会明确地分类，这一点极为重要，疾病几乎都是另一种无法贯彻完成的行动所造成的结果。

► 点击查看英文

只要原始行动的路线打开，管道也开放，疾病就会消失。不过，你瞧，在某些情况下，受阻的行动可能会带来重大灾难，而疾病或许可以预防这个灾难的发生，人格有自己的逻辑。我们会花许多节课来探讨这些问题，因为这些问题有基本的价值与实际的价值。至于疾病带来益处还是危害严重，我们后面会讨论如何区分两者的方式。我们将会了解，为了让疾病充当临时紧急手段，仍然得留住，此时如何大幅舒缓这个临时需要的疾病，并减轻症状，等到不需要疾病的存在了，如何让它逐渐消失。

► 点击查看英文

我现在就要结束这节课，但这节课的内容，的确在行动、暗示、人格、疾病和健康之间的关系方面，提供我们许多讨论的基础。

► 点击查看英文

行动的分类

mental actions -- 精神行动

所有物质都是客体化的精神行动

早期课3(#D#212) 第112节精神行动与时间概念, 周年日 19段

既然你知道了一些关于物质本质的事，就会明白所有的物质都是客体化的精神行动，基本上这样的行动同时发生在广阔的现在，由个体化的能量透过形成精神围场而形成。

► 点击查看英文

这些同时发生的行动，同时出现在众多的活动场域中。从这些场域之内来看，似乎你所知道的时间也涉入其中。然而你知道，时间并未涉入，时间的出现是由于行动在进入任何给定的伪装场域时的明显变化或转变所造成的。

► 点击查看英文

当行动在特定场域中采用该场域的伪装色彩时，它才是明显或可见的。基本上，行动并没有改变。伪装扭曲就像水的反射对跨越水面的影像造成的效果一样。

► 点击查看英文

这接下来就会发生。行动，精神行动，不断试图重新创造自己。它在生成的那一瞬间重建自己，并带有无数细微的变化和差异；在这样做的同时，自动把自己投入或投射到那些吸引特定差异范围的场域中。

► 点击查看英文

这里还有一些其他的东西，关于时间的出现，我不能在早些时候跟你们讨论，因为你们不会理解它。这是很重要的一点，也是我们今晚要讨论的最后一个要点。

► 点击查看英文

psychic actions -- 灵性行动

早期课1(#D#34) 第14节 人际关系, 固化, 生命力 31段

在你们层面，感官对美的感知，是后续内在感知的触发点。这两者是如此紧密相连。例如，只能经由感官来欣赏的音乐，随后导致个人发生超越感官的灵性行动。这里要说的太多了。这里有一个短语 - 内在感官 - 我以后会解释，你会发现它非常有趣。我的意思是感官内的感官。我也可以用背后的感官，但我认为这会 导致混乱。

► [点击查看英文](#)

没有任何灵性行动是无效的

早期课2(#D#24) 第57节自己, 非自己, 次要人格 38段

这些被心理学家所熟知的次要人格，在现实中的份量比人们所猜想的要重要得多。没有任何灵性行动(psychicaction)是无效的。每一个灵性行动都存在着，就值的充盈(valuefulfillment)而言，有它的效应和持久性。每一个灵性行动，灵性行动是指任何灵性事件，如梦境，或思想，在空间和时间上可能不存在，每一个灵性行动都包含了值的充盈，转移，甚至能量转换的潜在性。

► [点击查看英文](#)

没有任何灵性行动是静态的。这些次要人格不能被称为全面的自己(fullselves)，但它们当然也不能被当作所谓的非自己搁一边。它们透过梦境，透过诱使主要人格有时采用通常不会采纳的有意识或无意识的想法，因此，而有时会改变主要人格的历程，而变得有些突显和充实。

► [点击查看英文](#)

现在再说一次，没有一个灵性行动是静态的。它也不是无生机的。梦世界也许在你们的层面没有物质实相，然而它的存在，在许多方面并不亚于你们认为的实相。区别只在于你们聚焦的能量有多少，以及你们聚焦的方向。

► [点击查看英文](#)

早期课2(#D#24) 第59节灵摆, 内在宇宙法则11, 罗的波士顿经历 14段

这是真正的移动，或灵性动态的例子。现在，这个品质，可以说代替了你们的空间和时间，这个品质- 深度(Quality-depth)，代表了这种灵性移动(psychictraveling)或灵性动态(psychicmotion)，或任何灵性行动(psychicaction)发生的前景展望(perspective)；它的深度可以不从向下行动的角度

来理解，但如果你们把深度出神，比方说，想成肯定有动静，但身体可能一动也不动，也许你们就能理解了。

► 点击查看英文

但是在一个出神的深度里，就像在品质-深度中，动态有它的方向，但不能用上下、南北、东西的方向来想。这个动态是透过品质，或值的维度(valuedimension)的行动。我一直想谈谈这个题目。它大可以被称为你们心理时间的内在延伸，这样你们就会看到它的重要性。

► 点击查看英文

因此，品质-深度就是所有发生的灵性行动、所有理念及宇宙扩张的一种展望。这个扩展发生在无限的维度里，也许可以说成一个苹果围绕其核心发展；而这也许不是一个好的比喻。

► 点击查看英文

electrical actions -- 电性行动

早期课3(#D#212) 第122节电性场, 神经脉冲, 思想是电性实相 13段

在物质存在之处，能量的集中形成你所认为的身体形态，身体意味着质量，但它不是你们所说的物质。在电性场中的这种显化，就每一质量单位的强度而言，比你们知道的任何东西都要强大得多。这是非常重要的一点，将来我们还会提到。现在再说一遍：不管现在的科学思想如何，至少有三种不同的电力是你们的科学家们还没有发现的，其中一种电力与思想的强度有很大关系，因为它们是在无形的心智中形成的，然后转化到物质的头脑中，然后再转化为行动，视情况而定。

► 点击查看英文

因此，情绪也是整个电性系统中的实相，不是作为感觉的表征而存在，而是作为明确的带电行动而存在。可能的话，我想让大家明白，这个系统涉及到直接体验和生动的种种实相，而且在某些方面，情绪和思想在这个场域比你们的物质场域更直接地被感知。它们更容易显现，背后有更多的力量直接作用于电性环境，没有任何中间步骤；也就是说，它们、情绪和感觉以及思想，立即以该系统中的电力形式存在于该环境中。在你们的系统中，它们需要通过一种相互关系的方法来被转换和赋予实相。你们的场域只有在许多其他独立系统合作合并的结果下，才能达到它的实际现实。

► 点击查看英文

物质在电性系统内影响不大，但电性系统对实质物质的影响却很大。现在。思想，人的思想，有一个电的实相；人的思想是作为独立的电性行动而存在，因此，在离开它的起源点后的很长一段时间内，思想仍然存在于电性系统内。这是另一个重要的信息，后面还会提到。

► 点击查看英文

思想，作为一个电性实相，不受制于肉身形体之物质法则的束缚。作为一个电性行动的思想，其持久性由它的初始电荷决定。作为电性行动，这种电荷可以推动思想，穿过你们物理时间的表面维度，以一种它可以同时存在于你们的过去和现在的方式。因为思想，作为电性行动，可以同时存在于你们的过去和现在，这并不是说它变成了两个电性行动，一个存在于过去，一个存在于未来。而是说，一个电性行动或思想是同时投射的，透过它轴心的特异性，使它出现在你们的场域内，不是同时出现在两个地方，而是同时出现在两个时间。

► 点击查看英文

所有的思想，作为精神或电性行动，未必以任何方式表现出来。我希望在我们的下一节课能更深入地讨论这些问题。我也没有忘记我说过要上一节非正式的课；等你们的录音机修好了，我们就开一次这样的课，到时你就可以自由，不必再记笔记了，约瑟。我甚至会留出空档让你问问题。

► 点击查看英文

思想和情绪都是作为电性运动存在的(重点)

早期课3(#D#212) 第123 节续谈同类相吸, 情绪气候- 身体状况的最佳指标 8段

我想要谈谈我们上一节讨论到的一些话题。如果你们还记得，我说过，思想和情绪都是作为电性行动存在的，一旦启动，它们就独立存在。也就是说，它们是独立于主观起源点之外的实际现实。

► 点击查看英文

思想和情绪以一种主观的方式被带入存在，但随后就是独立的行动，因此，它们可以按照它们原有的电势，在物质场域内持续存在一段时间。反过来，这些思想或情绪，作为电性行动，可以影响其他行动；可以建立影响模式，也建立了影响模式。个人的主观习惯，在很大程度上决定了自己对各种类型的这种电性行动的吸引力，这里，的确是同类相吸。

► 点击查看英文

每个人格内部的各种情绪因素造成了我们可以称之为特征性的情绪气候。某些类型的思想和情绪在其中被接受。由于这些都是电性的行动，它们在人格内设置了强大的吸引电场，容易的电通路。那么，非此特征的思想或情绪就必定会遇到些阻力。因此，习惯，不仅是心理上的，而且有电性和心理上的本质和含义。

► 点击查看英文

人格也是如此，通过负电荷，给自己的情绪系统设置了界限。它会最容易接受那些吸引它的思想和情绪，或电性行动，这些思想和情绪与它自己带电的情绪气候有相似之处；而对那些有最大差异性的思想和情绪，它会有着更大的抗拒力。因此，好好研究那些被任何特定人格所习惯接受的思想和情绪是最有利的。

► 点击查看英文

情绪气候，虽然无形，但每个个体都很清楚，因为它存在他自己之内，它是他身体状况的最佳指标，因为思想和情绪作为独立的电性行动，直接对身体机制有很大的影响；它确实像电风暴一样闪过整个神经系统；或者像很好的稳定器，视情况而定，当然还有许多介于两者中间的多种影响。

► 点击查看英文

因此，思想和情绪不仅一般来说与物质机制有关，而且作为电性行动，思想和情绪直接作用于系统。然而，在这里你再次看到，是个体自己启动了自己的情绪气候，然后忍受或享受其结果。

► 点击查看英文

很多心理的无形事物，包括梦，都有这样的电性实相，而且确实是以电的行动存在。它们是值得重视的。情绪气候与身体健康之间的连结从未被清楚地理解过，因为人们不知道情绪有这样的电性实相。人们不知道它会直接影响系统。就这里的化学关系而言，人们了解的比较多。

► 点击查看英文

每一个思想或情绪都是作为心智内的电性行动而存在。这个行动被转化和转译，并被送到头脑，在那里直接感受它的影响，然后头脑开始种种反应。然而，思想和情绪是独立的，并不受身体的束缚，也不在身体内。例如，皮肤的物质屏障，那个结构的物质限制，不存在，也不被思想和情绪所识别。它们只认识电性系统。

► 点击查看英文

可以说，每个个体都是不断受到无数这样电性行动的冲击。他只接受那些相互吸引的，且往往不觉察它们在他自己系统之外的可能起源。思想和情绪在主观感觉之外有一个实际现实，这个事实对某些人来说可能显得骇人听闻。然而，除非接受这一事实，否则人类的身体结构将永远无法被理解。

► 点击查看英文

所有的电性行动都是以这些特征存在的。它们相当于一个整体的存在，和你们自己的存在一样有效。在很多方面可以说，物质系统就是这个电场引起的效应。这里还有很多内容要讲。有些单元，为了方便起见，从你们的系统向后运作，你的实质重量借此以电的形态存在，是你所知道的那个实质重量以外的一个实际现实。

► 点击查看英文

物质客体是连续的行动

早期课2(#D#24) 第67节物质客体是连续的行动,限制引起抗争 18段

观察视角就在这一组中，还有其他的空间指令。这些在物质宇宙中被利用，但它们并不像石头或椅子那样实际存在于其中。它们代表的是行动可以发生的媒介。物质客体其实是行动，行动是连续的，准确地说，没有具体的开始或结束。

► 点击查看英文

是你们改变了行动的表面形态，并给这形态起了个名字。是你们武断地把一个行动的一部分，认作是任何特定的物质客体。有许多行动你们不认识，是因为你们感知不到它们。

► 点击查看英文

所有的行动都以某种方式继续着。只是外在感官无法感知不属于自己领域的行动。当你们用外在感官感知到一个行动时，如果它是，或者如果它看起来是静态的，你们就称它为物质。

► 点击查看英文

如果一个行动似乎能够动(motion)，你们就说这个行动是活的。当你们的外在感官不再感知到活动，你们就说它是死的。但是在所有的情况下，行动都会继续。

► 点击查看英文

在我偏离主题之前，我正在建立的主要重点是，物质是被内在感官利用的行动，并被外在感官感知。

► 点击查看英文

看起来是你们创造了行动。为了所有的意图和目的，你们创造了行动，但实际上你们真的是在利用行动，只是把它建构为外在感官可以感知的形式而已。

► 点击查看英文

本体可以被称为对它自身有意识的行动(难点)

早期课3(#D#212) 第138节本体就是行动对自身的展开,行动内的行动,三个困境 12段

本体可以被称为对它自身有意识的行动。为了我们讨论上的目的，行动和本体这两个词必须分开。然而，基本上，不存在这样的分立，因为本体也是存在的一个维度，是行动中的行动，是行动对自身的展开；通过行动与自身的这种交织，通过这种反应，形成了本本身分。

► 点击查看英文

本体可以被称为对它自身有意识的行动。为了我们讨论上的目的，行动和本体这两个词必须分开。然而，基本上，不存在这样的分立，因为本体也是存在的一个维度，是行动中的行动，是行动对自身的展开；通过行动与自身的这种交织，通过这种反应，形成了本本身分。

► 点击查看英文

因此，这样一个本体的实相就存在于行动之中。行动的能量、行动在其自身之内和对自身的作用，形成了本本身分。这里还有其他原因，我们将在后面探讨。然而，虽然本体是由行动形成的，但行动和本体是不能分开的。你们记得我们之前对行动的定义，因为这将使今晚的讨论更容易理解。

► 点击查看英文

那么，本体就是行动对自身的效应。没有本本身分，行动将毫无意义，因为没有任何可以作为据以行动的对象。因此，行动必须基于其自身的本质，从其自身的运作创造出本本身分。同样，行动和本体是不能分开的。从最简单的到最复杂的，这都适用。

► 点击查看英文

再次，行动不是作用于物质的外在力量。相反，行动是内在宇宙的内在生命力。它是内在生命力想要完全具体化自己的欲望和动力，与它无法完全做到这一点之间的两难困境。在处理物质在物质场域内的第一次出现的课上，也简单地讨论过这个问题。

► 点击查看英文

这第一个困境的结果是行动，从行动对其自身的作用中，我们看到了本本身分的形成，而这两者是不可分割的。我们将在你们休息后讨论第二个困境。我建议你们现在就休息。

► 点击查看英文

行动，因其本质，本身就形成了本体，现在也因为它的本质而似乎会破坏本体，因为行动必然涉及改变。而任何改变似乎都会威胁到本体。

► 点击查看英文

正是这种困境，正是本体的不断企图维持稳定，和行动固有的改变驱力，导致了不平衡，这个精妙的创造性副产品，就是自己的意识。我们有一系列的创造性张力。本体必须寻求稳定，而行动

必须寻求变化，然而若没有变化，没有行动，本体就不可能存在，因为本体就是行动的结果，不是和行动分开，而是行动的一部分。

► 点击查看英文

其实在独处的片刻，你可能觉知这些其他的意识流。例如，有时你也许听到语句，或看到影像，那好像是在你自己思想脉络之外的，你可能依照你的教育、信仰和背景来做种种诠释。在那方面而言，它们可能出自几个不同的来源。可是，在许多时候，你无意中把频率转到了你其他意识流中的一个，暂时打开了一个频道，通到那些实相的其他层面——你的其他部分所居之处。

► 点击查看英文

这种对灭绝的相信，这种对本体即将在下一刻被消灭的确信，是一个严酷的心理经验，它本身就可能带来不幸的反应。结果相反的，你发现意识根本是完整的，而它的表达比以前还要不受限制得多。约瑟潜意识地选择了去干扰那种他当时正在用的表达方法，只因它们的干扰会引起应得的注意。

► 点击查看英文

你对实相的本质怀有什么概念将强烈地渲染你的经验，因为你将以你的信念来诠释经验，正如现在你以你认为什么是可能、什么是不可能的概念来诠释你的日常生活。你的意识离开身体的快慢，依据许多的变数。

► 点击查看英文

本体从来都不是恒定的，因为你们自己，有意识地或无意识地从一个时刻到另一个时刻，都不相同。每一个行动都是一个终止，如我们之前讨论的。然而，如果没有终结，本体就会停止存在，因为没有行动的意识将不再是意识。

► 点击查看英文

因此，意识本身不是一样东西。它是行动的一个维度。是一种几乎神奇的状态，是由我选择称之为一系列创造性的困境，而成为可能的。

► 点击查看英文

现在应该相当容易理解第二个困境，是如何从第一个困境演变而来的。我已经说过，第二种困境的结果是，并且是不断地导致，自己的意识。现在。自己的意识和自己自我的意识不是一回事。

► 点击查看英文

自我是第三种创造性困境所产生的一种状态，当自己的意识企图将自己从行动中分离出来时，这种困境就发生了。

► 点击查看英文

因为这显然是不可能的，因为如果没有行动，任何意识或本体都不可能存在，因为它们是不可分割的，所以我们有了第三个困境。

► 点击查看英文

自己的意识涉及到自己的意识在行动之内、处于其中，并作为行动的一部分。而自我意识，涉及到自己的意识企图使自己与行动分离的一种状态，是意识企图把行动视为对象来感知。在这里，我们看到，自我意识在这种尝试中，不仅努力把行动视为是分开的，而且以这样一种方式来感知行动，在自我看来，行动不仅与自身分离，亦即与自我分离，而且行动是始于自我，是自我自身存在的结果，而不是原因。

► 点击查看英文

这三个困境代表了内在实相，或者说内在生命力能够体验到的三个实相场域。而在这里，我们也有内生命力永远无法实现完全具体化的原因，或者说是原因之一。生命力试图实现自身具体化的行动本身，就增加了内在生命力的内在维度。

► 点击查看英文

根据，行动必然改变它所作用的对象(括号：基本上就是它自己)这一说法，那么，这些环节中涉及的行动就会改变环节的性质。

► 点击查看英文

行动存在于行动之中。有一些行动的维度，所有的多样性从中而生。因为一个行动似乎终止了另一个行动，所有的个体性似乎被扫除了。其实这样的个体性是行动之种种维度的结果。

► 点击查看英文

我将更深入地讨论这个问题。然而，目前鲁伯正在经历行动的更多维度。他正在经历行动完形。

► 点击查看英文

在某种程度上，他成为行动。像每一个其他的意识一样，他总是行动，但今天晚上他在某个程度上直接经验了行动，而没有自己通常想要与行动分离的企图。

► 点击查看英文

思想，行动，意念

早期课4(#D#279) 第162节 思想 行动 意念 74段

下列的基本主题，对于了解我们正要讨论的内容有其必要，特别是对任何实际上的应用更是如此；实体物质的建构；心理和电子完形会导致自己的形成；梦宇宙的本质；电子系统，因为它与物质宇宙和内在精神完形都相关；行动的本质；精神围场(mental enclosure)；精神基因(mental gene)；以及上述所有主题与它们的行动实相之间的关系。

► 点击查看英文

——不管你们是否能感知得到，都是行动。

► 点击查看英文

行动有其电子实相，你们的外在感官不会感知到这类的电子实相。然而，你们是电子行动的一个完形，在你们染色体的实体物质里，有电子加密的系统，这些系统并不是染色体本身，染色体是内在电子资料实质的具体化。

► 点击查看英文

行动(如果你们愿意的话，也可以使用活力这个词；我比较喜欢用行动)，行动一直不断想办法透过数不尽的形式要表达它自己，因此它以各种不同的形式将自身具体化，我把这些形式称为伪装。在你们的系统内，伪装就是实体物质，对行动来说，不可能透过任何媒介将自身完全表达出来。

► 点击查看英文

不过，这并不代表说这是唯一的实相，那只是你们用肉体感官感知到的唯一实相。为了感知其他实相，你们必须从你们的外在感官切换到内在感官，因为内在感官比较清楚，而且有足够的能力感知行动和实相，因为它不必依赖肉体感官所造成的扭曲就可以存在。

► 点击查看英文

由于你们只以一种受限的方式感知实相，这绝不会影响到实相本身的基本性质。自我试图脱离行动，而把行动视为自我的结果。不过，自我想脱离行动的企图，依旧绝对不会改变行动本身的基本性质，自我只是限制自己的感知罢了。

► 点击查看英文

对自己而言，没有所谓的限制，因为自己就是行动的一部分，除非自我将想像出来的那些界限，加诸在自己上面，否则自己并没有界限。

► 点击查看英文

自己也没受到空间或时间的限制，因为你们在梦中的实境与空间和时间都无关，这些梦中经验会改变你们的人格，因为行动一定会自己不断改变。你们只熟悉一小部分的自己，你们比你们所认识的自己还要多，你们的旅程可以延伸得更远。

► 点击查看英文

我要向你们大家致上我最高的敬意和祝福。我再补充一下，这节课本身就是行动，因为它是行动，所以改变了那些参与者，改变了传述资料的鲁柏，也改变了提供资料的我。

► 点击查看英文

时间和行动的关系

早期课1(#D#34) 第 14 节 人际关系, 固化, 生命力 40 段

在你们层面上，没有任何行动是真正的同步发生，因此时间立刻加入了。约瑟，你自己说过-瞧，你什么都瞒不了我 - 您刚才说 - 真抱歉，鲁伯需要休息片刻。就一下下，鲁伯，应该就够了。

► 点击查看英文

虽然我在你们的层面上没有受到时间的影响，但我在我的层面上却受到类似时间 的影响。没有障碍，时间就没有意义。换一种说法，如果没有抵制其他行动的需要，时间就没有意义。

► 点击查看英文

行动和反作用是时间的触发。对你们来说，这几乎是不可思议的，但在其他一些 层面上，运动是同步的，时间是未知的。对我来说，时间可以被操纵，可以随意 使用和检查。对我来说，你们的时间是一个载体，是我可以进入你们意识的几个 载体之一。因此，时间对我来说，仍然是某种实相。否则，我将无法以任何方式 利用它。为了表示我的好意，我将结束本节课。

► 点击查看英文

没有暗示，任何行动都无法发生

早期课2(#D#24) 第68 节 赛斯的模样, 暗示: 建构背后的意愿 10 段

在我们之前的讨论中，还有一点必须加进来。那就是关于更清晰明确的定义，你们根据相当武断的命名，将物质称为活(living)的或死(dead)的。我们这里要再进一步。在我们上一节中，我提到，你们认为活的物质是动态的行动。

► 点击查看英文

实际上，你们认为那些看起来，至少是部分自己指导(self-directive)的行动，是活的物质。看起来具有静态性质(staticnature)的行动，你们把它称为惰性物质(inertmatter)。不言而喻，所有的行动在某种程度上都是自己指导的行动，因此都应该被称为有生命的物质。

► 点击查看英文

然而，一般来说，如果没有你们乐意称之为的暗示(suggestion)，任何实物都无法被建构，任何行动都无法发生。如果没有内在的同意和意愿，任何行动和任何物质客体都无法被感知。在每一个行动和每一个建构背后，确实存在着你们喜称的暗示。

► 点击查看英文

暗示不外乎是一种内在的意愿和同意，它让特定的行动发生；而这种同意是触发器，它启动了潜意识机制，让你们把内在的资料建构为物质实相。

► 点击查看英文

*行动的特性

外在自我被迫进入连续的行动，内在自我没有这样的限制

早期课1(#D#34) 第36节 我的方法,自由意志 53段

比如说，虽然有人从第一页开始阅读这些资料，但这并不意味着第四百页尚未存在。你的外在自我被迫进入可称为连续的行动中，但内在自我却没有这样的束缚。这应该能让这一点更加清楚了。我在前面提到，因与果以各种方式运作，看似因果的事情，往往只是你以相续的方式看待行动，而产生的必须处置的结果。

► 点击查看英文

因为你此时被迫以一种个别的、连续的方式来感知行动，你多少会理所当然地认为，一件事引起另一件事，或者说，本该随着事件之后才发生的行动，不可能发生在事件之前。当然事实并非如此，这只是一个例子，说明当你只依赖外在感官时，才会有扭曲。

► 点击查看英文

每一个行动都会影响其他每一个行动

早期课3(#D#212) 第116节启动新的传递程序 36段

每一个行动都会影响其他每一个行动。精神围场是能量单元，具有我以前给你们的这类单元的所有特征。你知道，所有的行动基本上都是精神行动，因为场域互相补充。由于没有行动是没有意义的，所以梦宇宙和物质宇宙不断地互相补充，精神行动在这两个宇宙中进行，是内在行动的伪装行动符号。

► [点击查看英文](#)

各个场域的行动相互影响。这些行动几乎就像在不同世界里燃烧的双生火，但它们照亮了迥然不同的风景。虽然它们的本质基本相同，但你注意到的总是差异。作为一个开始，我们进展顺利。我建议你休息(break)一下，而不是变成碎片；鲁伯现在回过神来。

► [点击查看英文](#)

*行动的转化

早期课3(#D#212) 第122节电性场,神经脉冲,思想是电性实相 13段

在物质存在之处，能量的集中形成你所认为的身体形态，身体意味着质量，但它不是你们所说的物质。在电性场中的这种显化，就每一质量单位的强度而言，比你们知道的任何东西都要强大得多。这是非常重要的一点，将来我们还会提到。现在再说一遍：不管现在的科学思想如何，至少有三种不同的电力是你们的科学家们还没有发现的，其中一种电力与思想的强度有很大关系，因为它们是在无形的心智中形成的，然后转化到物质的头脑中，然后再转化为行动，视情况而定。

► [点击查看英文](#)

常常错误的把这种感觉投射到别人的言论或者行动上

早期课1(#D#34) 第40节 囊,星光体,飞碟 89段

如果有，也确实是有，愚昧、无知和白痴的妄自尊大和企图合理化，但至少偶尔也有善意和欣赏。我知道你知道把自己的恐惧和恼怒投射到别人身上的危险。人们总是而且经常有一种理所当然的倾向，觉得自己不被欣赏，因此寻找机会来证明这种不被欣赏的感觉，所以常常错误地把这

种感觉投射到别人的言论或行动上。很多时候，这种言行是对方自己无知的结果，其实并不是针对你个人的。

► 点击查看英文

爱,恨和行动的关系

早期课1(#D#34) 第 13 节 叶绿素是精神酵素 35段

你们都知道什么是爱和恨，但正如我之前告诉你们的那样，试着用新的方式思考。例如，爱和恨都是行动。它们都是行动，它们都意味着在肉体中的行动，甚至就思想而言也是如此。在你们的层面上，行动(action)是最重要的词。

► 点击查看英文

在你们的层面上，行动是最重要的词

行为和因果的关系

早期课1(#D#34) 第 41 节 广阔现在, 因果关系 30段

没有你们在字面上所理解的因果关系。也没有一个接着一个的连串片刻；如果没有一个接着一个的时刻，你可以看到，因果的观念变得毫无意义。在一个不存在过去与未来的基本实相中，当下的行动不能基于或由于过去的行动，当下的行动也不能成为未来行动的肇因。

► 点击查看英文

各种可能性都要付诸行动

早期课2(#D#24) 第54节存有的建构,鲁柏曾经是赛斯 23段

我明白这有点难理解，但你们重读最后这两节，就会完全理解这些资料。鲁柏现在是我曾经所的那个赛斯的结果，因为从那之后，我就已经改变了。鲁柏代表，而且也是，那个曾经是我自己

的赛斯，通过专注和使用一套特殊的属性与能力而形成的人格。简而言之，也许就是，我们分裂了，这种分裂始终是必要的，以便各种可能性都能被付诸行动。

► 点击查看英文

课程中的真实例子

马克不敢采取自我保护的行动，在很多情况下会被利用。

早期课2(#D#24) 第46节马克的生命解读,罗在丹麦的风流事件 44段

你在很多情况下会被人利用，因为过去你的行为导致了暴力，所以你甚至不敢采取自我保护的行动。你对你的母亲有特别强烈的同情心，因为你潜意识里还记得，以前她还是你妻子时，你是怎么对待她的。

► 点击查看英文

珍应该立刻采取行动并进行肢体活动

早期课2(#D#24) 第76节期待的力量 36段

在公寓里立刻喧闹会更好。他已经准备好采取行动并进行肢体活动。发顿脾气，比如扔盘子，会比没有行动更有效，虽然不是最好的解决办法。

► 点击查看英文

再谈比尔的溃疡

早期课4(#D#279) 第161节 再次谈比尔的溃疡 13段

之前我们已经充分讨论过实体物质形成的方式，还探讨了自我，如果我们的朋友去读有关自我，以及自我与行动之间关系的上课资料，身体状况也会改善。目前遭遇的困难有个基本原因，就是在场这个人格的自我确实极力想办法与行动脱钩，只要不是出于自我本身想法的行动，自我会想办法压制和打击。

► 点击查看英文

这时我们就出现了阻塞现象。这个人格，在场的这个自我，并不会默认行动，不会把自己当成行动的一部分，与它好好相处，而是想办法逼行动跟随自己的方向。这部分如果阅读行动和自我的相关章节，就会比较清楚。

► 点击查看英文

会有一种看来好像是，好像是，热切投入的现象，自我显得极为热切，但这很可能是场骗局，因为这个热切是来自于自我试图让自己不要投入行动，除非自我可以主宰行动。对内我没有基本的信任。基本上，这个人格并不承认或信任内我的能力，而这也导致了挥之不去的强烈恐惧。

► 点击查看英文

换句话说，自我表面上的激烈反应只是一个骗术而已，为的是要掩盖它拒绝涉入整体行动的事实，因为担心耐久性不保。一旦自我了解，而它也会了解，它是全我的一部分，也是行动的一部分，此时真的就不会担心自身的耐久性，因为它会了悟到，身为行动的一部分时，它的本性就建立在改变、活力与价值完成上面。

► 点击查看英文

我建议你们休息一下，事实上我自己还真的蛮喜欢你们夏日舒适的夜晚。不过在这里我有一点要解释清楚，就表象的心理层面来说，这个人格一头栽进行动里，目前我们必须处理的就是这部分的人格。然而在这之下，还有拒绝涉入，以及强烈渴望耐久性，这两者都受到压抑，自我越尽力压抑这些意向，这些意向就越会爆发出不适当的刺激。于是自我会过度反应，以做为拒绝涉入更深层次的补偿。

► 点击查看英文

它开始拒绝刺激，因为刺激一定会引起回应，它也拒绝行动，因为行动一定会引起回应。所以它选定拒绝的范围，至于所选定的拒绝范围为何，则视每个自我独特的个性而定。

► 点击查看英文

由于觉察问题需要高度宁静和节制，人格的那些反应就会采取行动，由这些行动自行解决问题；我们也将发现人格会得到一些暗示，非常重要的暗示，尽管自我会出于担心而想限制暗示，但人格还是会透过暗示，有系统地努力扩大行动范围，而这种做法似乎会创造出奇迹。

► 点击查看英文

把情绪能力引导到你想要的行动上

虽然你们的许多期待是在童年时期形成的，但没有一个开关是真正卡在一个位置上，把你的情绪能量引导到你想要的任何行动模式上，是你的特权。探究和发现你目前的期待到底是什么，即使很困难，也是极其重要的。不是你的欲望，而是你的期待，因为你只会在物质上建构你认为你有能力构建的环境。有人说，人们的期待常常高过他们的能力，但其实是，期待形成能力；如果期待更高，能力也会更兴旺发达。

► 点击查看英文

期待

建议的行动看起来不实际也不可能

[早期课2\(#D#24\) 第85节这个资料不是新圣经 17段](#)

的确，当我建议在现实世界中采取行动，你们很难相信我的话，特别是当这种建议的行动看起来既不实际也不可能时。我知道这一点。我应该更体谅一点。

► 点击查看英文