

荷光者 Bringers of the Light

Written By Neale Donald Walsch. Digested & translated by Terry Hsu.

* 这本电子书 为免费流传以促进大众利益. 请勿作为营利用途 所有商业应用行为 必须获得原作者同意.
本篇译文仅为节译版; 完整版请参考以下书目.

Bringers of Light, Hampton Roads Publishing Company, ISBN0-9678755-0-1 中文版: 荷光者 [方智出版商]

目录 *

前言:

第一步: 搞清楚你生命的目的

原则 1: 生命没有意义... 这是上帝最伟大的礼物.

指令: 搞清楚你生命的目的

第二步: 将你的目标从'做'转变为'是' ,

原则 2: 你是人类存有 而不是人类行为 *

第三步: 采纳你已描述的存在状态 不管你现在做什么

原则 3: 你所是的每一件事物 都是因为你选择如是 *

第四步: 静观对立, 视为机会.

原则 4: 一旦你决定你是谁 一切与之不符的事情都会发生*

第五步: 允许形式自我创造*.

原则 5: 存在成为形式*

前言

世界现在需要你的光 不是明天, 是现在. 当然 你知道的 所以你会看到这本书. 这本书将会告诉你如何发出你的光彩 一本很简单的书, 叙述一个简单的程序. 虽然简单 却不见得容易 所以注意听 专心看 用点心.

听听这本书要说什么 观察它在你生命中产生的结果 留意它是如何汇聚到一块儿(fall together). 虽然看起来不像 但确实如此. 通常 当你的生命看起来是四分五裂 其实是汇聚到一块. 这是有原因的 跟一个很健全的形而上原则有关 简单地说: **当你决定你是谁的时候 所有与目标不符合的事物都会出现.**

如果你想成为**带来光的人** 了解这个原则就很重要 你必须了解 否则你别期望能从事这工作. 无论如何 你应该被感谢 因为你想要读这本书 你不知道这件事对于这个世界有多重要. 除非你了解.

世界有许多苦痛 有许多黑暗, 世界现在需要你的光 真的是这样.

所以... 很高兴你的出现 现在有趣的旅程开始了.

挑战很热心地朝你航行而来 治疗开始.

你如同医者(healer)一般. 这就是你在这里的目的 假设你不知道.

这是为什么你来到地球 在这个身体中 在此时 此地.

奇迹课程用很直接的方式说:

你在这个房间里 医疗这房间

你在这个空间里 医疗这空间

你为何在此 再无其它理由.

第一步: 搞清楚你生命的目的

如果你跟大多数人一样 你可能对于**生命的目的**没有想太多. 结果, 你可能花很多时间在

做些使你生命微不足道的事. 使你的生命 对于别人 对于自己 都没有任何意义.

如果你真的想快速进化 请将每一个黄金时刻用在最高 最佳的用途上.

你无法了解那是什么 除非你决定一个**目的** 也就是说, 你无法决定如何到某处 除非你决定了某处的确切地址.

有一天 一个人开车迷路了 他找了一个友善的人问路 他说“对不起 我好像迷路了 你可以指点我方向吗?” 友善的路人回答“没问题 你想去哪里?” 他说“我不知道。” 路人说“先生 你必须先告诉我要去哪里 我才能告诉你如何去那里。”

如果你的生命漫无方向 那是因为你没有设定一个方向. 如果你的生命没有成就是因为你不知道自己成就什么. 如果你的生命不得要领(pointless) 是因为你没有善用生命这个工具来制作一个要领.

以上叙述将我们带到第一个原则:

原则 1: 生命没有意义... 这是上帝最伟大的礼物.

许多人可能会觉得震惊 他们认为生命有个重点的 我们的工作就是去寻找它 揭发它 学习它 或解开它 直到某一天 某一处 终于发现它 – 然后遵循它而生活.

对于其它人也可能是个打击 他们认为自己已经发现生命的重点 并且据此生活了好一阵子. (其中还**有多数人 并不是真的‘发现’生命的目的 而是被教导生命的目的 然后接受它.**)

然而这些都没有意义 生命没有重点 如果生命有个重点 那么谁来指定? 如果你说是上帝 为什么上帝要创造一个重点 然后要我们大家寻找50年? (对人类社会而言 是5万年) 如果说上帝没有要我们寻找 祂已经把答案给我们了 为什么祂不用我们可以轻易理解的方式告诉我们? 或是给我们一个大家都能同意的公式? 如果说上帝已经这样做了 那么你最近没有注视这个世界.

不 上帝不曾这样做 上帝不告诉我们生命重点的原因是 生命本无重点 生命是没有重点的.

这是上帝最伟大的礼物. 想一想.

上帝没有用祂的画笔在生命册上描绘祂的目的 因为生命本身是本开放的书(Open Book). 一本由我们来写的书 我们自己决定要选择怎样的目的.

如果上帝已经选好一个目的 祂会不告诉我们吗? 上帝会允许我们花费数年 数十年 数个世纪 寻找 寻找 不断寻找生命有什么目的?

好吧 有一些人认为他们找到了 他们知道生命的目的 只有其它人不知道.

当然 这是地球上许多主要宗教采取的态度! 这些宗教的教导是 他们知道生命的目的. 甚至有一两个宗教直接说 它们就是生命的目的. 我们只消遵循特定宗教的指示 我们就会大大地取悦上帝 – 然后被拯救.

另一方面 如果我们不跟随特定宗教的指示 我们就会被送到永火的地狱中.

上帝真的会把工作做得这么差吗?

如果上帝真的要建立一个人生的目的 你认为这就是上帝最佳的沟通方式吗?

或者 我们总不能在人生目的上达成共识 其实是因为 本来就没有目的?

确实就是这样 许多人会觉得难以接受 直到他们清楚地明白为什么没有目的.

没有目的 因为上帝要我们创造一个人生目的 如果上帝早就创造好一个目的,

祂就剥夺了我们一个最伟大的机会 最伟大的工具 好让我们执行生命的功能.

你看 虽然生命没有目的 它却有一个功能.

目的(purpose)跟功能(function)并不是同样的一件事. 一个钟的功能是滴答 滴答,

目的是报时. 一辆汽车的功能是内燃, 目的是将人从这里移动到那里. 一个微波炉

的功能是将食物分子快速振动, 目的是加热食物.

生命以特别的方式产生功能 却没有预定的目标 因为上帝创造生命的功能 就是为了
决定一个目的. 换个方式说:

你的功能就是 创造你生命的重点.

藉由这样做 你创造了你自己

你决定

你到底是誰 是什麼 ----

以及你将成为谁.

上帝处于一个恒常创造 再创造更新自身 的过程中. 上帝每一刻都在决定下一刻 上帝要成为什么. 这是上帝最令人兴奋的功能 (事实上 这是上帝唯一的功能) 这是纯粹的创造.

(想要更完整地了解这个真理 可以看 *与神对话第一册* --- 方智出版)

呈现第一个原则是为了让你们明白 上帝没有指派一个目的或重点到你的生命

上帝正等着你去做 是你必须创造一个存在的理由(raison d'être) 这是你还没有完成的
你还没创造一个存在的理由.

所以第一步就是决定并宣告生命到底是什么 – 对你而言. 什么是你生命的目的? 如果你无法回答 那就回答一个更大的问题: 一般而言 生命的目的是什么?

现在... 棘手的部分来了... 不要看别的地方寻找答案. 只要坐下来 自己决定. 不要问你自己... 告诉你自己!

先告诉自己一般性的生命目标 然后告诉自己 你的生命目标将是什么?

你可能会认为这个主题太大了 这个议题超出你的理解范围 其实没有. 是你没有允许自己真正开始思考这一点.

确实地开始思考生命的真正目的 各种点子就会来到你身边 快速地蜂涌而至 你会不知如何取舍. 如果你安住在这个过程 你将开始分辨. 也就是说 你的心智会开始把荒谬的点子丢掉 很快地 只有几个好的点子会留下来. 最后在你还不知道之前 生命的目标就会出现.

也就是说 在你知道之前 你就会知晓.

简单地说 你们具有知识 自己却不知道. 或者说, 你不知道你所知道的一半 (*you don't know the half of what you know.*)

唯一的方法就是请求自己去知晓它.

问题不在于 你不知道生命的目的是什么, 而是在于 你是否相信你知道它.

换句话说 由你自己决定生命目的是什么 这要比同意一个正确答案容易!

因为并没有”正确答案”这回事.

你生命的功能就是给问题一个答案 – 你所给的答案就是”正确答案”.

是的... 上帝已经给你这样多的权柄

是的... 上帝已经给你这样多的自由

是的... 上帝已经给你这样多的力量去创造

你们并不相信 所以你们将岁月花在搞懂生命的目的上

然而 上帝一直在等待你决定生命的目的.

从现在起 不要尝试去理解这整个过程 或 为什么 为何.. 从现在起 只要遵循指令 稍后 整个过程便会明朗化. 本书的重点是如何成为一个 *带来光的人* 而不是解释整个宇宙的形而上学. 因为篇幅有限 本书要求你凭着信心接受 单纯地遵循指令.

这个指令是:

指令: 搞清楚你生命的目的

现在就去 就是现在 写下你生命的目的

制作一个书面声明

完成以下的句子

一般的生命目的是..

我的生命目的是..

功课做完了吗? 很好 现在你可以继续看下去

什么? 还没有完成? 卡住了? 做不出来?

重读一遍 *与神对话* 这次记得做笔记

深入地观照 你所不懂的地方 或者你已经理解

却不能把它实践 深入地观照 了解为什么你不能允许自己去做

这个过程对你将会非常宝贵.

当你觉得可以清晰地叙述一般的生命目标 跟你个人的生命目标时
继续前进.

第二步: 将你的目标从‘做’转变为‘是’

有些人可能早已这样做 如果你是这样的情况 请直接跳往第三步.

对于还没有做这种转变的人 或根本不知道我在说什么的人 请继续读.

要成为一个 *带来光的人* 我们必须理解‘做’与‘是’(be)的差异

‘做’(do)是身体的功能

‘存在’(be)是灵魂的功能

正确的生活很少是透过‘做’来达成.

透过‘是’的决定 正确的生活就很容易

要通往正确的生活 一个人必须决定他想**成为**(be)什么 而不是想**做**(do)什么

‘做’必须从‘是’当中迸出来 反之则行不通

为了理解这两者的不同 请仔细看**原则#2**

原则 2: 你是人类存有 而不是人类行为 *

*(*You are a Human Being, not a Human Doing.)*

确实 每一分钟 你都在做某件事情.

每一件你有意识去做的事 都是为了达到某种存在的状态... 你知道没有其它方式可以达成. 花一分钟想一想.

你的身体进行吃的动作 你下令它吃东西 你使它去‘做’ – 因为你想要它被滋养.
你寻求的存在状态称为 *健康*.

你睡眠 因为你想成为休息 - 通往同样的状态 .. 健康.

你坐下 因为你想成为舒适 你站起来 因为你想成为机动(*mobile*)

你聆听 因为你想成为 *同理心*

这个列表可以一直继续下去，但原理是不会改变的

所有你的‘行为’(doing)都指向‘存在’(being).

每一件你有意识下令身体去做的事 都是为了协助你达到一个 *存在状态*。

做以下的练习 写下你身体最近做过的事情 然而指出你所寻求的存在状态。

我们已经写好一个范例 好让你知道如何完成列表

这是一个极佳的练习 帮助你定义 澄清你所有行为背后的动机。

行为	希望达成的存在状态
1. 在公共场合大声喧哗	希望成为安静、有教养的人
2. 经常迟到	希望成为守时、有责任感的人
3. 沉迷于手机游戏	希望成为自律、有目标的人
4. 与朋友发生争执	希望成为友善、有同理心的人
5. 拖延完成任务	希望成为高效、有条理的人
6. 在公共场合吸烟	希望成为遵守规则、有公德心的人
7. 经常熬夜	希望成为作息规律、有健康意识的人
8. 在公共场合乱扔垃圾	希望成为爱干净、有环保意识的人
9. 经常发脾气	希望成为情绪稳定、有耐心的人
10. 在公共场合吃东西	希望成为举止得体、有教养的人

读书 智慧 明晰 理解

写信给作者 分享 连结 表达

清洗盘子 (自己填空)

...

当然 有些事情 你并不是有意识地要身体这么做 身体就*自动地*去做

身体的自动性反应是反映或宣告已获致的存在状态。

你跟得上吗？你清楚这一点吗？让我们来看一些例子。

当你笑的时候 身体自动反应你内心的状态: 快乐 愉悦, 或在某些情况下, 紧张.

当你哭的时候，身体自动反应出：忧伤 难过，或在某些情况下，快乐。

当你心跳急速增加, 身体自动反应出 **兴奋** 的状态, 或在某些情况下, **害怕**,

当你心跳减慢，心律缓慢且稳定，身体自动反应出 **平和、宁静** 的状态。

所以我们看到 *心智使用身体的自动反应* 来反映一个存在状态.

心智使用有意识的行为机能 来获致一个存在状态.

如果你还不是很清楚 *自动* 与 *有意识* 两种模式之间的差别 找任何一个演员谈谈.

对于一个演员来说 被告知要 “放声大笑” 或 “在某一句台词开始哭” 通常是如恶梦般的恐怖经验... 除非一个演员学会如何 *成为* 那东西以产生导演需求的 *自动反应*.

当然 也有所谓的‘技术型’演员 能够根据指令产生适当的身体动作... 但是近年来 一些‘方法派’(method)演员 – 如达斯汀.霍夫曼 爱尔.帕西诺 梅丽.史翠普 – 获得人们最大的尊敬. 许多人说 他们的演出似乎更为‘真实’. 那是因为他们不是‘演得像’, 他们是 *成为*(being). 在‘方法派演出’中 演员藉由想起一件事 或回忆起某个时间 来产生某种情绪反应 与台词所需的情境相吻合. 藉由这种机制 演员的心智欺骗了身体, 促使它哭泣, 微笑, 或突然大笑. 当心智送给身体一个讯号 身体并不知道心智正在经历‘真的’东西 或只是在回忆. 对身体而言 都是一样的.

举例来说 当我们想起一位漂亮的女人 或很棒的男人, 以及一段激情底浪漫时刻; 我们的心跳会加速 甚至冒冷汗. 然而当下什么事情也没有发生 但是 *身体并不知道*. 它从大脑收到的讯号 跟第一次亲身经历的时候一样.

恐惧也可以透过记忆 被重新创造.

不管在任何事件 你总是成为某个东西 你的身体也总是展现你所是的状态.

有些时候 这展现很细微 有时 则不会, 但是这展示永不结束.

你的身体是灵魂存在状态的鲜活展示.

为什么我们要求你宣告你‘是’什么 而不是你‘做’什么

因为这样 *你的作为会从你所是的地方流出 宣告它 而非寻求去创造它*

这样你才能集中注意力 成为带来光的人.

世界上大多数人把‘是/做’的模式弄颠倒了 人们东奔西跑 做事 做事 做事,

希望有一天能达成一种存在状态(快乐 和平 丰足 开悟...等等)

然后这一切努力都是值得的.

可悲的是 这个大多数人所遵循的模式 却是行不通的.

人们不断地做这个 做那个, 做这个 做那个, 到最后变成一大陀

”渡渡鸟”(do-do, 注: 这是一种已绝种的鸟类 由于行动非常迟缓 曾被人

用来比喻死气沉沉的状态.)

当你决定好你的人生目标 并且将它转译为’是’的叙述之后

继续... 前进.

第三步: 采纳你已描述的存在状态 不管你现在做什么

好的 你已经通过了第一步 与第二步 朝正确的生活 以及 带来光的人 迈进 .

一个’正确生活’的人 也就是 带来光的人. 因为所有正确生活的人 都做真正的自己..

而你真实的本质就是你所寻找 想要带来的光!

你明白吗? 你听到了吗? 在这个宇宙中 没有比你更亮的光了. 因此 让你的光在人前充分地闪耀 好让他们看到你美好的工作成果 光耀在天国的父 .

祂对人们说 “一根蜡烛会被放在容器底下 或床下, 而不把它放在烛台上吗?

同样地 一个人点亮了一根蜡烛 也不会把它放在容器底下 他会把它放在烛台上;

然后蜡烛可以将光带给所有在屋子里的人.”

记住你在这个房间里 医疗这房间

你在这个空间里 医疗这空间

你在这个房子里 医疗这房子

... “将光带给所有在屋子里的人.”

你为何在此 再无其它理由.

如何让你自身的光发亮? 首先进入正确的生活 – 也就是说不允许你自己做任何违反**你是谁**之最深层理念的事情

然而 你无须采取任何鲁莽的行动. 因为一但你遵循第三步 你会发现自己*自动地*走出

“错误的生活方式” 事物以正确方式 在正确时间发生. 你甚至会发现*你促使自己被开除*

因为那不是你应该有的工作 或者是不应再待下去的工作. 虽然看起来是老板把你开除 但仔细明辨 你会发现这都是你自己带来的后果 (即使是潜意识... 也是有意的)

所以 不要现在就走出去找老板 然后辞掉工作, 这不是本书推荐的方式.

然而 也不要太惊讶 当你逐渐往‘是’的本质移动 几个礼拜或数月后

你会发现你已经离开曾经填满你日子的工作.

就在此刻 你将发现

你是勇者的一份子

一个选择创造生涯 (make a life) 的人.

而非选择谋生. (make a living) 的人.

第三步通常会使人们的经验产生量子式的改变. 因为第三步本身就是量子式的运动

一种将你的焦点 从*做* 移动到 *是* 的运动.

现在让我们来做个小实验 就在此刻 你正专心地看这本书.

如果有人现在喊你 并且说 "你在做什么?"

你会说 "喔 我正在读一本很棒的小册子"

大多数时间 你都在想 你所做的事情

这也是人们对生活聚焦的方式.

现在 将焦点集中在你是什么 你现在是什么?

闭上眼睛 专心地想这个问题..

好 现在完成以下的句子

现在我是...

好 非常好! 你抓到要点了 唯有当你专注在你所是 才会带来自身行为的清晰度.

现在 看看你所描述的'我是...!' 你或许会感觉这个'存在'的状态是被引发的

比方说, 是由于你正在看这本接受书 而造成的状态.

我们常常这样看待存在状态(States of Being), 我们想象它被激发, 或引起

或由于外界的经验. 然而, 请看**原则#3**.

原则 3: 你所是的每一件事物 都是因为你选择如是 *

*(*Everything you are being, you are being because you choose to be..)*

如果在任何时刻 你正在恐惧 因为你选择如是; 如果你正在喜悦 因为你选择如是

如果你正在烦恼 因为你选择如是; 如果你正在受威胁 因为你选择如是

如果你正在被爱 因为你选择如是; 如果你正被忽略 因为你选择如是

如果你正在受伤 因为你选择如是; 如果你是睿智 因为你选择如是.

如果你感觉被误解 因为你选择如是.

这份清单可以永远列下去

真的 确实可以...

了解存在 (beingness) 是一个人所是的状态 而不是一个人所采取的行动.

你不能去做"快乐" 你只能是"快乐"

你不能做"忧伤"; 你不能做"害怕"; 你不能做"受伤" 或 "困扰"

你只能是这些事物.

是什么使你变成它们? 许多人相信是周遭的事件导致的:

是其它人或其它事情造成的 然而, 并非如此

你所做的选择决定你所是.

你曾做过许多的选择是自动的(下意识地) 基于先前的经验而自动产生

它们看起来无法被你掌控 所以看起来是 其它人的行动 或外界的经验

导致你内在的反应.

然而事实上 由你选择自我的状态

你与大师们的不同 在于大师们以不同的方式选择

(更详细的探讨 请参看 *与神对话-I*)

这里要强调的重点是 存在是种选择 而非被造成.

这选择不是被强迫产生的 通常看起来像是被强迫

但它们从未如此.

你可以单纯地选择一个存在状态 任何时间 任何地点.

存在状态是一种感觉 而非行动

你有权力去决定 你将如何感觉 以及你现在的感觉.

这是人类的伟大秘密 伟大礼物 和伟大的工具.

凭借这工具 全宇宙向你敞开

你可以享有完全自由 并体验真正的自己.

这就是**真理** 真理将使你自由.

所以选择你希望经验的存在状态 然后成为它.

如何做? 你必须集中注意力在上面

比方说 你想要选择经历平静(Peacefulness)的状态, 任何时刻 任何地方.

好 现在专心想这件事一分钟 跟它接触

了解那是什么感觉 把书本放下 放松自我一分钟

然后进入那个状态.

好 现在选择成为那状态... 选择成为平静... 在今天剩下的每一分钟

你认为你能做到吗? 如果你**坚守承诺** 你就可以.

因为如果你坚守承诺 保持聚焦在你的目标(平静)上,

你将发现你的身体 *自动地做事* 以协助并允许你体验那状态.

你的身体会促使你注意 所以你所选择的反面事物(在下一节会解释为什么)

然后 你身体会带领你到达平静 把你带出所有不平静的事物.

比方说 它会把你带离吵杂的房间 它会选择忘记夜间电视新闻.

它会突然发现 自己无法接受 特定的音乐.

它甚是会些更细微的戏法 比方说在你开车回家的路上 自动阻挡交通往来的噪音

或把刺耳的声响 吵死人的小孩 自动静音,

它会选择忽略闷热的天气 或在牙医诊所内 体会从未有的'平静'.

你们都知道 心智在物质之上 并应用在生活上.

你们都曾 '忘记'一个头痛;

或'忽略'一个短暂的挫折 以选择拥有更重要的经验

这个过程 跟**第三步**其实没有两样.

在你生命中 你一次又一次地 使用这个方法

这并不稀奇 令人惊讶的是 你们不认为 自己可以随心所欲地使用这方法.

如我们刚刚所提 你的身体 *自动做事*的程度 跟你展现的决心与承诺成正比

我们都曾在日常生活中 看到许多小例子.

如果你决心成为 '平静', 或是 '愉快', 或'成功' -- *世界上没有东西能够阻止你*.

同样地 如果你决心成为 '沮丧', '烦恼', 或'无能', 也没有任何东西能阻挡你.

你曾想尝试使一个决心忧伤的人活泼起来吗? 忘了这回事吧 你在浪费时间.

所以 如果你决心'成为'某个东西 (也就是说 去表达 经验 及实践一种你决定的存在状态)

如果你坚持你的决定 不管外面如何改变, 早晚 你的身体会自动做事 以增进你体会该存在

状态的机率.

不久 你的心智也会加入行动 终究 **你是由三部份构成的生物 -- 身(body), 心(mind), 灵(spirit) -- 如果你坚持你存在的决定(beingness decision) 你这三部份都会一起行动.**

因为存在的决定如同扳机 启动你体内的每一根纤维 启动你每一层次的功能

它是启动**创造引擎(engine of Creation)**的钥匙

做出存在的决定之后 你会发现一些自动机能开始接管身体

包含你的直觉 你的反应 以及内在的辨别.

当你 '放手 让上帝做'之后 会发生的事情.

你可能发现自己伸手想拿香烟 却突然毫无理由地把手放下... 从此再也不拿香烟;

或拿起话筒 准备打电话给某位朋友 却突然把话筒放回话机

再也不跟这位朋友来往; 或在上班途中 突然掉转回家 再也不去这家公司.

你体内的某种东西正在告诉你 '到此为止'

有些直觉的使者会简单地说 '该是退出的时候, 该是继续前进的时候, 改变的时候到了!'

所有围绕着那件主题的 恐惧 以及 所有的焦虑, 都会突然消失.

所以不要觉得惊讶 -- 如果你持续聚焦在你选择的存在状态上 -- 几天之后 或者几个月之后

你会避开某些友谊 然后被其它人吸引; 避开特定的环境 被其它环境吸引;

避开.. 甚至是你的工作 然后被其它'谋生'的方式吸引... 迟早 你会完全停止 '谋生方式' 而将所有的时间 *创造一种生活*.

这是将你带往 **正确生活** 的运动, 这是在你决定创造并表达**真我**之后 必经的过程.

你将发现, 如果你信任这过程, 你内在的存在状态 跟你外界的经验 没有任何关联.

牙医的椅子 或车子里吵闹的小孩 都改变不了这事实.

你生命中 外在的环境 不再有能力掌控你灵魂的体验.

你将轻易地 无须努力地 消除这些外在条件的影响 或保持那些你想继续体验的东西

然后 你将重新创造自我 以全新的形象 是你真正所是(who you really are)的样子.

然而 在这个过程中会发生一些事情 你必须学习去信赖它们.

带来光的人 #11

[jul 31, 2001]

第四步: 静观对立, 视为机会.

首先 在过程中会产生对立. 对立以不同的形式 (包括人, 事件, 及环境) 对你宣称你是的每一个东西制造障碍. 事实上 不只会有对立 对立的情况会持续增加 是你前所未见的情况. "事情在好转之前 必先转坏" 这或许不是很令人兴奋的新闻 但是你必须知道这事实 -- 当你了解为什么之后 你就能在事情走下坡的时候感到欣喜.

这些都跟**原则四**有关:

原则 4: 一旦你决定你是谁 一切与之不符的事情都会发生

*(*As soon as you decide who & what you are, everything unlike it will come into the space..)*

这是事情运作的方式 是必须的. 现在 让我们试着来了解为什么. 首先 你必须清楚地看到关于对立的真相. 关于对立的真相是 *它们不存在 除非在彼此的空间中*.

也就是说 '热'不存在 除非存在一个'冷'的空间; '高'不存在 除非存在一个'矮'的空间

'快'甚至不能成为一个观念 除非存在一个东西叫'慢'.

在相对的世界里 (就是你生活的这个世界), 一个东西的是 与另一个东西的非是相对的.

你了解吗? 听起来可能有点令人混乱 但你懂了吗? 你应该在这些话语中 听到巨大的真理. 这只是另一种说法 描述我们现有的存在状态 一切事物都是相对的.

这个原则运用到形而上学 产生一些很有趣的洞见 因为一个东西什么也不是 除非存在于一个相反性质的空间, 那么 你什么也不是 除非你在一个**你不是**的空间中.

所以 就在你希望你'是'什么的一刻 几乎在同时 所有'不是'的东西都会出现

你的灵魂将这些东西带给你身上. 而上帝会给予任何灵魂的呼求, 这是伟大造物者最大的礼物, 好让灵魂能实践自我, 满足它最高的渴望.

因此 灵魂感谢上帝给予的宝藏 也就是生命的各种事件. 灵魂欢迎所有的生命体验 平等地荣耀它们 不管是'好的' 或'坏的', 不带任何评判.

我们刚才说 "当你了解为什么之后 你就能在事情走下坡的时候 感到欣喜." 这是因为你了解'对立' 是一个确切的记号 -- 表示你已经在转型的旅程上; 一条光荣的道路; 更高的路径.

以形而上学的角度来看 "在隧道的尽头 有光" 这是很真实的. 我们提到的负面对立 及其效果都是暂时的 它们的目的是要永远地医疗你生命中曾有的负面感觉.

让我们再以'平静'为例 假设你已为人父母 你宣告'我是平静' 接着所有不是'平静'的东西来到你身边 小孩开始制造噪音 比以往都要吵闹. 然而现在你有选择权

因为你知道为什么会有这些现象. 你可以把这'对立'视为一个礼物 带给你一个体验 表达'平静'的机会.

或把它看做小偷 让它偷走你的平静.

假设你选择成为平静 你保持你的焦点与承诺 你不再以旧的方式响应 你不会跟小孩一样吵闹, 不再提高分贝 要求孩子们安静. 你只是单纯地, 平静地, 度过这时刻.

当你发现之前 孩子们可能已经自己安静下来 因为他们已经撷取到你的能量.

如果他们还是很吵闹 也没有关系 你已经主宰了这时刻 你已经改变了这种经验.

持续地停留在焦点中 经过几天 或几个礼拜 孩子们会发现 吵闹不再引起注意, 事实上, 适得其反. 这将产生极大的觉醒 -- 对于你 跟 孩子而言. 之后 你会发现 平静开始占上风.

你生命中的每一个领域都是这样 当你选择'是什么', 相对的事物就会出现 (或者说 变

得更明显 因为它们一直都在那儿!) 接着 你医治这幻象 就是误以为这对立的东西是你. 然后坚定地将焦点集中于自我更大的实相 曾经阻挡你的东西 不再有效果 你已经把它化为乌有.

如同所有大师一样 你再也不会诅咒所谓邪恶的事物 因为你知道: **你所抗拒的会持续, 你所注视的 会消失** 也就是说 它会停止产生目前的效果.

你将会被黑暗所笼罩 然而 无须诅咒它, 然后 你与所有大师一样 成为 **带来光的人!**

带来光的人 #12

[Aug 01, 2001]

第五步: 允许形式自我创造*.

*(*Allow form to create itself.)*

终于我们来到形式的议题 你的服务要采取什么形式?

好比成为 **带来光的人** 会是什么样子?

有两种方式 可以把你内心最深的渴望转变成具体的形式

你可以寻求把你的欲望套入一个预定的形式 或是允许形式自我创造.

我们强烈建议你采用后者的方式 当我们坚持欲望以特定的形式显化

我们 实际上 在限制上帝. 然而 当我们对每一种可能开放 我们就为

惊奇的创造留下空间.

有服务渴望的人们 通常会问 "我要做什么 已成为 *带来光的人* ?"

其实 这应该摆到后面才问.

首先前往 *带来光的人* 存在的状态 然后允许你生命的"作为"自然流露出来.

你们体内都有个东西在燃烧 你知道如果将它完全释放 完全表现 将使别人的生命更美好.

那是什么? 那是怎样的感觉?

记住 那不是你所做的事情 而是你所'是'的某个东西.

是"爱意"吗? "关心"? "医治"? 你可以是更多 *不管你在做什么*.

神奇的是 你越是你自己 你所做的事情 就越能完美地就位 允许你更加地'是'!

信赖这个过程 很管用.

你将发现形式-- 具体地'成为'一个东西 -- 会突然地'显现出来'.

或许举一个故事为例 可以把我們想说的 表达地更清楚.

从前有个男人 想'成为'一个东西 叫做'医治'. 他内心深深地感觉到这种状态 他想要表达出这状态.

但是在真实世界中 他找不到一个'工作'让他可以那样做.

他找遍了'征人启事' 没有看到多少相关的广告 如 "大型国家医院征求医师"

或 "地方医院征求医师 待遇优渥".

他觉得很泄气 但是他不畏惧 他决定自己开创生意 开始'行医'.

他创造了一个形式 他感觉应该会行得通 一切都如计划进行

除了..几乎没有客人上门 即使是少数上门的顾客 也觉得效果不好.

所以他什么也没得到 同时 他感觉跟人收费 似乎不大对.

因为他发明这整个游戏 他觉得有些难为情 甚至有点罪恶感 去跟人家

要他觉得不值的价码.

所以他几乎快饿死 他的生命到这里 已经变成果冻(Jell-O) 他的老婆离开他

宣告他'疯了' 由于'中年危机'而做出疯狂的举动, 他的老朋友 也认为他神经失常.

因为他曾经是个 很能照顾自己的人, 现在他住在乡下 靠着政府失业救济金过活.

他自己是愿意做这样的牺牲, 因为, 终究, 他是在"做他真正想做的事."

然而 在他内心深处 有个东西告诉他 刚才的说法是个'谎言' 不是真理.

有个公式 他不知道 没有人告诉他的秘密 服侍上帝或众人 不应该是那么困难的

他有点酸楚地告诉自己 真的不该这么难...

带来光的人 #13

[Aug 02, 2001]

这故事把我们带到**原则五**.

原则 5: 存在成为形式*

(**Beingness becomes form.*)

这是一个宇宙的事实 你是一个存在体 你无须带入任何其它'信息'到生命的历程

除了宣告'你是谁' 好让 '你所是' 能够显化成形 你只需允许这成形的过程以它自己的方式发展即可.

什么是 "它自己的方式"? 这就是整本书要解释的 让我们在此做个重点整理:

存在成为形式的过程, 首先, 透过自我的观念 也就是说 存在思索他下一步希望

‘是’什么.(第一, 第二步) 然后立刻地进入存在的状态 不管外界的环境有何变化 (第三步)

或者 确实地说 对环境有所响应 (第四步) 最后 环绕着自我的观念 存在逐渐塑造自己
用各种有形有体的方式来体验.(第五步)

直到这五个步骤完成之前 你对会觉得自己是无知的 因为你还不知道你自己是谁>

你的自我还没有完全成形(in -formation). 当足够的你成形 你就会了解并体验

你是谁, 以具体的形式呈现.

换句话说 你外在的生命将开始反应你内在的实相 关于你是谁 以及你选择是谁.

记住 一切都从一个存在状态开始 你可以独立选择 随意选择; 只为了你喜欢它

而选择一个存在状态. 然而 在你想去任何地方之前 必须先做出这个选择.

所以选择你生命的目的 让那生命目的成为一种存在状态 然后进入那状态

观察你的身体 从你不是的地方离开 不要抵抗那些与你对立的东西

单纯地 聚焦在中心点 停留在你所是的中心 等着看奇迹的发生.

存在会产生形体 迟早的事, 因为这是存在的机能 也是上帝做的事.

或者更精确地说 这个过程就是上帝.

上帝是存在; 变成形体.

你们也是如此

所以 你没有什么事要去做, 真的, 做越少 越好.

单纯地是

只要... 是.

现在让我们来看看 能否把这样的智慧 运用在刚才的故事中.

我们假设这个男人 没有花任何时间 或能量 把他的存在转变成形式,

相反地，他允许形式自我创造，透过他自身的存在。

如果他已经这样做 他只要单纯地移动到他所是之处 停留在那儿

不论发生什么事 – 即使发生了一些与他所是相反的事件。

他可以是”医治” 无论在什么地方 在教堂 跟朋友相聚，无论何时

他都可以’是’那样。

于是 他放弃想藉由’水晶医者’，或’按摩师’等工作来’谋生’的企图。

换言之 他不再想去做个’医者’，他决定单纯地是’医治’。

他回到他原本的工作岗位 他的收入开始稳定。

他的老婆回到他身边 那是他很重要的快乐泉源。

甚至他的健康也恢复正常。

现在的问题是，他要如何忍受目前的工作 因为他真正想要做的工作是’医者’？

答案很简单 他把旧有的工作以全新的方式看待 正如他将生命的全部以新的方式

看待 从今起 他看每一刻 每一情境 都是成为’医治’的机会。在主宰生命的道路上

他将对立视为机会。

这个观念改变了他整个生命 之前 他在工作里看到冲突 想要逃跑 而今

他安住其中 带来医治。在几个月间 他的声名远播 人们知道他乐于助人 医治别人。

接着 他的老板将他调职 问他是否愿意担任提升员工士气的工作。

在教堂中 他成为健康(Well Being)小组的领导。在家中 他的伴侣跟小孩 发现

一个家里变得舒适喜悦，取代过去的困惑 冲突 与绝望。

这个男人从未有过如此丰富 美妙的经验 经历他真正之所是。

故事还没结束 很快地 小区居民从当地教堂与公司 听到他的消息。有一天 他的

朋友问他 是否有意愿 在地方疗养院担任义工。他直觉地知道 这是他能够表达自我

的机会 是他所渴望更丰富开展的机会。他的老婆鼓励他 牧师也认为是个很棒的机会

他的老板甚至每个月给他固定的时间从事义工 只要他偶尔让疗养院的人知道 他是代表公司从事义工. 很快底 他在这家疗养院的工作 成为公司对这慈善机构的一大贡献.

不出数月 疗养院上下员工 都知道这个男人是他们当中很珍贵的资产.

好比‘幸运之神’降临 他成为病患与家庭健康机构的总裁 – 与主治医师(chief medical officer)

前往另一个城镇接受新的机会...

今天 他巡回全国 向各地的医疗人员与义工演讲. 他写了一本书 接受电视采访

在全美各大学与教会演说 在一次演讲场合 主持人的介绍吸引他的注意: “我很高兴跟大家

介绍一个男人 他深知‘医者’的意义...”

假使这个男人 一开始就尝试成为疗养院的倡导者 作者 或从事医疗活动,

他可能永远不会成功 ...

然而 他现在却是一个 医者.

做跟随是 就如同夜跟随日一般确切. 因为**是**无法被否认 永远不会

在我们方才的故事中 这个男人知道自己是‘医治’ 早在他‘出现’在疗养院之前.

然而 你可能会说 这个故事像小说一般 事情真是这样运作的吗?

你真的能”成为你所是” 创造一个生涯 而非谋生?

我只能再对你说个故事 从前有个男人 深深地渴望成为 “智慧” 跟 “清晰”

这是个很厚颜无耻的愿望 近乎褻渎 然而他看到自己的这一部份

他想去经历它.

他到处寻找 却找不到一个职位叫做 ‘智慧与清晰公司总裁’

他想要创立自己的公司 但是没有人支持他的想法.

于是 他停止强迫自己把‘是’转变成‘做’ 他决定单纯地‘是’ 不管做什么.

为了挣钱 他搞营销与广告 他写了一些东西 他成为电台脱口秀的主持人

然后 有一天 一件不寻常的事发生了 他与上帝展开一场非常有趣的对话.

[译注: 这就是与神对话作者的故事.]

[全书完]

《与神对话 I》《与神对话 II》《与神对话III》《与神为友》《与神对话青春版》《与神合一》《与神对话问答录》《荷光者》《创造丰足》《体验全相》《分享关系》《再创造自己》《小灵魂与太阳》《明日之神》(以上皆由方智出版)。

《与神对话青春版》《与神对话问答录》《创造丰足》《体验全相》《分享关系》《再创造自己》