Neale Donald Walsch

尼爾·唐納·沃許

Jimmy-18

建立與神融治一體的關係, 通達永恆智慧

與

神

合



COMMUNION WITH GOD

全球千萬人讀過他的《與神對話》,這一次,神將直接對你説話

Communion with God

第一部 人類的十大幻覺

- 1. 需要的幻覺
- 2. 失敗的幻覺
- 3. 分離的幻覺
- 4. 不足的幻覺
- 5. 必備資格的幻覺
- 6. 審判的幻覺
- 7. 定罪的幻覺
- 8. 有條件的幻覺
- 9. 優越的幻覺
- 10. 無知的幻覺

第二部 掌握幻覺

- 11. 請把這些交給你們的孩子
- 12. 見幻覺是幻覺
- 13. 瞭解幻覺的目的
- 14. 冥想幻覺
- 15. 利用幻覺
- 16. 重新創造你的實相

第三部 與內在的造物主相遇

- 17. 傾聽你的身體
- 18. 選擇你的情緒
- 19. 培養你的意願
- 20. 造物主的訊息
- 21. 抓住恩寵的片刻

內容簡介

這是一本需要仔細去咀嚼、反芻、才能慢慢品出真味的人生大書。

繼《與神對話》三部曲、《與神為友》之後,全球有超過一千五百萬讀者都在引頸期待著本書的呈現,以期能獲得此生最具影響力的一個體驗。但你如果因為對「神」這個字以及祂所延伸的意像產生懷疑、猜忌、甚至反感,因而錯過了這個機會的話,作者尼爾希望你能先行將這些意識心態放下才好。

首先我們要說·宗教不等於神·而新時代 (New Age) 的訊息基本上也不限於任何的宗教與思想。雖然,人與神之間的關係淵源流長·從舊約、新約一直走到了新時代·人們不斷地在認識神、感受神、界定人與神之間的關係·然而透過尼爾的新著《與神合一》這本書·才讓我們真正找到了「與神」關係的最新方向。而尼爾也真誠的希望我們明瞭·這本書並不是[唯一的真理]·你也並不需要同意它所有的內容·因為它只是希望能引領你到達自己最深的智慧·而這也將對你的一生有著決定性的影響。

人類的文化代代相傳·已經綿延了數十個世紀之久·其間的生死存亡·富貴榮辱·往往 使我們產生種種的迷思和幻覺·以致於所有的意念都被緊緊的束縛在其中·總覺得「一切的事情本就如此]·因此離生命的「終極實相」便越來越遠。在此·尼爾要求我們暫時放棄以往對生命的看法·並藉由真誠的溝通·他願為我們拭去心鏡上的落塵。

本書的第一部分就直搗核心·先談人類的十個幻覺。從第一個而且是最大的幻覺:[需要的幻覺]說起·直到第十個[無知的幻覺]為止。尼爾對每一項幻覺都做了詳細的探討·此時你才徹底明白·每一項幻覺究竟是如何形成的·而它又是怎樣地影響了你的人生。人類每天都在有意識地創造幻覺·並且活在它們之內·充滿了焦慮·而這卻是一種可笑的錯誤。事實上·你並不需要借助任何[東西]來得到快樂·快樂只是一種心態。而人們卻往往將[幻覺]視為理所當然·而迷失在自設的陷阱裡·同時也在人與神之間樹立了一道牢不可破的藩籬。

既然幻覺如此害人,那麼你一定很想知道要如何才能消除它們吧!

在第二部分「掌握幻覺」裡·尼爾教給我們如何利用幻覺來終結幻覺的方法。透過「冥想幻覺」以及最有效的靜定 (stillness) 方法·我們不但可以清楚的看到一切真相·並且可以斬斷任何製造幻覺的迷思·找到真正的自己。而此時的你如果已發現·最高的權威就 在你之內·每件事都是「經由你」而發生的話·你就能覺察到我們本是「與神合一」· 而正式進入本書的第三部分·與內在的造物主相遇了。

從認識、瞭解、敬重你的實質身體開始,你赫然發現,原來真正活著的並非你的身體, 而是內心深處的那個靈魂。所以你不但要讓身體保持健康,而且更要讓心靈充滿愉快, 達成內在的平安。如此之後,只要你願意,就能去享有那真正的恩寵時刻,與神合一, 達到智慧的最高境界。同時,也更深切的體會到,其實神從來沒有與你分開過,祂永遠 是你的一部份。

雖然本書和尼爾以往的著作有些重複的議題·譬如提到靜觀、選擇、沒有地獄和永罰等…但 卻仍有他令人耳目一新的體悟和見解。這次的尼爾是更清明了·不再詰問·沒有距離·為我 們解開人生最大的神祕·讓我們明白一切事情為什麼會是這樣發生的·使我們獲益良多。

從封閉到開放,從小我到宇宙,從此你可以愉悅的緩緩舒展,也可以狂喜的瞬間綻放。 因為 正如尼爾期望我們去思考的一樣:這本書是完全為你而創作的。 因為你就是一切的主宰。 (文/白韻如) 多年來,神會以許多方式和你說過許多次話,但很少這樣直接。

這次,我以你的身分和你說話,在你們的整個歷史中,這只有屈指可數的場合會發生。

很少人有勇氣以「身為他們自己」 這樣的方式聽見我說話。更少人會與別人分享這些他們聽 到的。 但就是那些會聆聽並與人分享了的少數人,改變了世界。

伊索、孔子、老子、佛陀、穆罕默德、摩西和耶穌,就是這其中的一些。

同樣的,莊子、亞里斯多德、黃蘖禪師、薩哈拉、筏馱摩那、克裡希那穆提他們也是。 還有,帕拉瑪翰薩,尤嘉南達、拉瑪那,瑪哈希、卡比爾、愛默生、一行禪師、達賴喇嘛、伊莉 莎白、柯林頓。

以及,西瑞.奧羅賓多、德蕾莎修女、麥可.巴巴、甘地、紀伯侖、巴哈.阿拉、鄂尼斯.霍姆茲、 巴伯大師。

包括聖女貞德、阿西西的聖芳濟、斯密約瑟……以及更多其他沒在這兒提到的人都是。這名單可以繼續地列舉下去。然而,與曾在你們星球上居住過的整個人類的數目相比,這數字卻是微乎其微的。

這少數幾位都是我的信使——因為他們全都是由他們心內提出「真理」·盡他們對它的瞭解· 盡他們所知的純粹。雖然他們每個人都是經由不完美的濾網這樣做的·他們還是讓你們覺知 到非凡的智慧·由之整個人類種族都受益了。

令人驚異的是,他們洞見竟都是如此的相似!在不同的時、地所提供的,被傳說和世紀所分隔,但它們看來就像是全在同一時間講的,它們之間的差異是如此微小,而共同性卻是如此 巨大。

現在是擴展這名單——把活在今日的其他人包含進來·以成為「我」最近的信使們——的時候了。

我們將以一個聲音說話。

除非我們不願。

你將要做個抉擇·正如一向以來你所做的。 因為·在 「當下的每個瞬間」 你都在做你的決定,並以你的行為來宣告它。

在最初,你的思維是「我的」,而「我的」思維是你的。因為,在最初,沒有別的方法。一切萬有只有一個「源頭」,而「那一個源頭」,即「一切萬有」。

所有的東西都是從那「源頭」發散出來·然後無所不在的彌漫·並以「整體的個別化」方式 來顯露它們自己。

唯一訊息的個別詮釋以許多形式產生了「一體」的奇蹟。而這許多形式的「一體」·就是你們所謂的生命。

生命即是被詮釋出來的神。也就是說,被轉譯成許多形式的神。

第一個層次的轉譯,是由統一的非物質到個別化非物質。

第二個層次的轉譯,則是由個別化的非物質到個別化的物質。

第三個層次的轉譯,是由個別化的物質到統一的物質。

第四個層次的轉譯,是由統一的物質到統一的非物質。然後生命的迴圈便完成了。

對神持續不斷的轉譯過程,產生了在神的統一之內無窮盡的變化。這統一之多樣性變化,就 是我說的所謂「個別化」。這是對於未分離卻可被個別表達的那個東西之個別表達。

個別表達的目的,是為了讓我能經由體驗我之部分來體驗我之整體。雖然整體比其部分之總 和來得大,但我卻只能藉由知道總和來體驗這一點。

而那,即你們之為誰。

你們即是神的總和。

我以前會很多次的告訴過你這一點,而你們也有許多人已聽過了神的孩子的這個說法,那也 是正確的。你們是神的兒子和女兒們。你用什麼標籤或名字並沒關係,它們的意義反正在都 是同一回事:你們是「神的總和」。

那麼·圍繞著你的每樣東西也是一樣的。 你看見或看不見的每樣東西都是這樣。 「當下所有」「過去所有」「將來所有」全都是「我」。 而我所是的一切,我現在就是。

「我是我所是」——如我已告訴過你許多次的。

我所曾是的一切·我從未停止是它。我將是的一切·沒有我現在不是的。我無法變為我現在不是的東西·我也無法不是我曾是的東西。

最初,當下與未來都是如此,永無止境,阿門。

現在此日此時,當你們開始另一個千禧年時,我來到了你們面前,是要讓你能以一個新方式 開始一個新的一千年:讓你在每個方面都能認識我,最先選擇我,而永遠是我。

這時機是對的。在上個十年裡,我很早就開始了這些新啟示,然後在世紀的最後幾年,我一 直與你們對話,而在上個千禧年的最後片刻,我則提醒你們,你們可以如何與我為友。

現在,在這新千禧年的第一年,我以 「一個聲音」 在和你說話,便我們能體驗渾然一體。

如果你選擇了與神合一這個經驗,你就會瞭解和平、無限喜悅、完全表達的愛及完全的自由。

如果你選擇了這個真理,你將改變你的世界。

如果你選擇了這實相,你將創造它,最後並能完全體驗你真的是誰。

這將是你曾做過的最難的事,也是你這輩子所做過的最簡單的事。

這是你曾做過的最難的事,是因為你必須先否認你以為你是誰,並停止否認我。 這會是你這輩子所做過的最簡單的事,則是因為你並不必做任何事。

你所需做的只是 「是」 而你所需是的,只是 「我」。

這並不是一個意志力的行為,而只是單純的認可。它不要求任何行動,只要一個承認。

我一直都在尋求這個承認。而當你給了我這個承認,你就是讓「我」進入了你的生活。你承認你和我為一。這就是你到天堂的門票。而這門票是:只限一人進入 「ADMIT ONE」 (譯注: 這是雙關語,與承認一體這句話的英文是一樣的。)

當我得以進入你的心,你也就得以進入天堂。你的天堂是在地球上的。當分離的時間結束,統一的時間就來臨,每件事就都可以真的是 「在地上如在天上」了。

與我合一,並與所有的其他人及每個有情的生命合一。

這是我經由今日的信使再一次來告訴你的。你會知道他們是我的信使,因為他們全都帶來了 同樣的訊息:

「我們全是一體的」。

這是唯一重要的訊息。是獨一無二的訊息。在生命中的每樣事物都是這訊息的反映。每樣事物都在發出這樣的訊息。

你至今仍未能接到它(你常常聽說過它,但你卻未能接受它)的這個事實,即是引發你經驗中的每件慘事,每個悲傷,每個衝突,每次心痛的原因。 每個謀殺,每次戰爭,每次強暴與強盜,每次精神或語言及身體上所受的攻擊,都是這樣引起的。每個疾病和不適,以及與你們所謂的「死亡」的邂逅,也是一樣。

我們並非一體的想法是個幻覺。

其實大多數的人都是相信神的:他們只是不相信有一個相信他們的神而已。然而神確實是相信他們的。而且神愛他們,超過他們大多數人之所知。

以為在很久以前·神便緘默如石·不再對人類說話的這個想法是錯的。 以為神對人類發怒·並且將人趕出了樂園的這個想法是錯的。

以為神將他自己設定為法官及陪審團·並決定哪個人到底該上天堂或下地獄的這個想法是錯的。

神愛每一個曾經活過,現在活著或將活的每個人類。

神的意願是要每個靈魂都回到他那裡,而神的這個願望不可能不實現。神並沒有和任何東西分離,也沒有東西是和神分離的。

神不需要任何東西,因為神即是所有的每樣東西。

這就是你要知道的好消息。而其他的一切,都是幻覺。

人類已有很長的時間活在幻覺中。這並不是因為人類是愚笨的,反而是因為人類太聰明了。 人類很直覺地知道,幻覺是有其目的的,而且還是非常重要的目的。只不過大多數的人忘了 他們知道這一點。

他們已經忘了,他們的遺忘本身就是他們所遺忘的一部分——所以這是幻覺的一部分。

而現在,該是人類記起來的時候了。

你就是這過程中的先驅之一。就你人生中所曾發生過的事而言,這一點都不意外。

你來到了這本書‧以憶起「人類的幻覺」‧以便你可以永遠不再陷入其中‧並經由在對終極 實相的覺察中過你的生活‧而再度達成與神合一。

你這樣做是完美的。 而顯然的,它也並非意外。 你到這裡來是要讓你能透過經驗瞭解神住 在你內,而無論何時,只要你願意,都可以與造物主相會。

在你內及在你的周遭·都可以讓你經驗到及找到造物主·但你必須要略過「人的幻覺」。你必須無視它們的存在。

以下就是「十個幻覺」。你要好好認識它們。這樣你看到它們時,才會認出來。

- 1. 需要的存在
- 2. 失敗的存在
- 3. 分離的存在
- 4. 不足的存在
- 5. 必備資格的存在
- 6. 審判的存在
- 7. 定罪的存在
- 8. 有條件的存在

9. 優越的存在

10. 無知的存在

前五項是「物質的幻覺」·是與你在肉身中的生活有關。後五項則是「形而上的幻覺」·與 非物質的實相有關。

在我們這次的溝通中,會對每項幻覺做詳細的探討。你會明白每項是怎麼被創造的,你會明白每項又是怎樣影響了你的人生。在這溝通結束前,你也會明白你怎麼才能解除這些幻覺的任何效果。

現在,在真正開放的溝通過程的第一步是,你必須願意暫停對於你所聽到的事的不相信。請 暫時放棄你對神及生命的任何先前的想法。你當然隨時都可以回到你先前的想法去。我並不 是要人永遠的放棄它們,只不過是將它們暫時的擱置一旁,以斟酌一個可能性:也許有某事 是你不知道的,而知道了它,可能會改變每件事。

舉例來說,現在就檢視一下你對神現在正在與你溝通的這個想法之反應。

在你的過去,你可能找到過各種各樣不去接受人是可能與神有實際對談的理由。我要請你把 這些想法放到一邊,而假設你正直接地由我接收到了這個訊息。

為了讓你輕鬆一些,在這後面大半的溝通中,我會以第三人稱稱我自己。我知道,要你聽我用第一人稱說話,你可能會被嚇到。所以,雖然我會偶一為之(只為了要提醒你,是誰帶給了你這資訊),但大半的時候我會只以「神」來稱我自己。

對你而言,雖然一開始就要你接受由神那裡收到直接的溝通似乎不大可能,但你要明白,你來到這個溝通中,為的就是讓你終於憶起了你真正是誰,以及你曾創造出的幻覺。

很快的,你就會深深的瞭解,確實是你使得這本書來到了你的面前的。當我告訴你,在你人生中大多數的時刻,你都是活在幻覺中時,你聽聽就好了。

「人類的十個幻覺」 是在你們最早的地球經驗期間,你們創造出來的很大、很具影響力的幻覺。而你們每天都還在創造出無數的較小幻覺。由於你們是這樣的相信它們,因此你們創造出了一個容許你們將這些幻覺實踐的文化故事,而使得這些幻覺得以成真。

當然,它們並非真的是真的。而是你們創造了一個「愛麗思漫遊仙境」式的世界,使它們的確看來好像非常的真實。就像那個「瘋狂制帽人」(譯注: Mad Hatter,愛麗思故事中的人物)一樣,你會否認假的為假的、「真的」 為真的。

事實上,你們這樣做已經很久很久了。

文化故事就是這樣代代相傳、橫跨了世紀和千禧年的故事。它就是你們告訴自己關於你們自 己的故事。 由於你們的文化「故事」是建立在幻覺上的·所以它反而製造出來迷思·而不是讓你對真實有所瞭解。

「人類」 的這些文化故事是:

- 1. 神是有議程的。(需要的存在)
- 2. 生命的結局是可疑的。(失敗的存在)
- 3. 你和神是分離的。(分離的存在)
- 4. 物質是不夠的。(不足的存在)
- 5. 有些事是你必須做的。(必備資格的存在)
- 6. 如果你不去做,你是會被罰的。(審判的存在)
- 7. 那處罰是你永不得超生。(定罪的存在)
- 8. 所以, 愛是有條件的。 (有條件的存在)
- 9. 由於瞭解並且合乎那些條件,使你優於其他人。(優越的存在)
- 10. 你不知道這些都有是幻覺。(無知的存在)

這樣的文化故事是如此的銘刻在你內,以至於你現在完完全全的活在其中。你們告訴彼此, 「事情本就如此」。

你們已這樣彼此相告了許多世紀。的確,已經一個千禧年又一個千禧年了。而由於彼此相告了如此之久,以至於迷思圍繞著這些幻覺和故事增大了。有些最主要的迷思已被簡化為觀念,好比......

爾(神)旨承行。

適者生存。

戰利品歸於勝利者。

你們生於原罪中。

罪的代價即死亡。

上主說,復仇在我。

你所不知的不會傷你。

只有天知道。

.....及許多其他同樣具破壞性和沒益處的。

由於這許多觀念是建基在這些幻覺、故事和迷思上,即使和「終極實相」毫無關係,但許多 人對人生的結果卻變得是這麼想了:

「我們生存在一個充滿敵意的世界裡,這個世界是由一位要我們做一些事和要我們不做一些事的神所掌管的,如果我們分不清兩者的話,他就會施于我們永遠的苦刑。

我們在『人生中』的第一個經驗是與我們的母親——我們的『生命之源』——分離。這創造了我們整個實相的一個背景,讓我們體驗到我們是『與所有生命之源』分離的一個實相。

我們不止與『所有生命』分離,並且還與『生命』中的每樣東西分離。每樣存在的東西,都 與我們分開存在。我們是與每樣其他存在的東西分開的。我們並不想要這樣,但事實卻是如 此。 我們希望它不是如此,而的確,我們是在努要它不是這個樣子。

所以,我們不斷地找尋與所有東西『一體』的感受和體驗,尤其是與彼此。我們可能並不真的明白為什麼,然而,卻仿佛是本能地這樣做。感覺上就像是自然該這樣去做。只是唯一的問題是,好像沒有足夠的『他者』可滿足我們。不論我們想要的『他者』是什麼,我們似乎都無法得到滿足。我們無法得到足夠的愛,我們無法得到足夠的時間,我們無法得到足夠的錢。總在我們以為我們足夠了的那一瞬,我們又會想要更多。

既然我們以為要快樂所需的東西是『不足夠的』,所以我們就必須『去做一些事』以得到盡可能的多。每件東西都要求我們以東西去交換,從神的愛到生命的自然富饒。只『活著』是不夠的。所以我們,像人生的一切,也是不夠的。

由於只是『在』並不夠·於是競爭就開始了。如果這外面的東西是不足夠的·那我們就必須 努力去爭取那兒有的東西。

我們必須為任何東西競爭,包括神。

這競爭是很難苦的。它關係到我們本身的存活。在這競賽中,只有適者才能生存,而戰利品全歸勝利者。如果我們失敗了,我們就是活在『人間』地獄裡。而我們死後,如果我們在為神的競爭裡是個失敗者,我們又會再經驗地獄——而這回是永恆的。

死亡真的是由神創造出來的,只因為我們的祖先做了錯誤的選擇。亞當和夏娃在『伊甸園』中原是享有永生的,但是夏娃吃了『分辨善惡之樹的果實』,所以她和亞當就被一位憤怒的神逐出了樂園。這神判了他們以及他們所有的子孫死刑,以做為第一次的責罰。所以,在身體中的生命是有限的,不再是永恆不滅,而『生命』的材質也是一樣。

然而,如果我們永遠不再犯他的規,神就會還給我們永生。神的愛是無條件的,只不過神的 獎賞並不是無條件的。神是愛我們的,從使他罰我們永下地獄,那傷害其實是傷他比傷我們 還深。因為他真的希望我們回家,但如果我們行為不檢,他也毫辦法。選擇都在我們。

所以,問題就在不要行為不檢。我們必須過美好的生活。我們必須努力去這樣做。為了要這樣做我們就必須明白神要我們的是什麼和不要我們的又是什麼這個真相。我們無法不取悅神,如果我們不能分辨對與錯,我們就無法避免會觸犯他,所以我們必須明白有關那一點的真相。

真相是簡明易懂的。所有我們需要做的,就是聆聽先知、老師、賢哲及我們宗教的源頭和創始者。如果有不止一個宗教,因此有不止一個源頭和創始者的話,那麼我們一定要挑出正確的一個。挑錯了則會造成讓我們成為失敗者的結果。

當我們挑了正確有那一個時,我們就是優越的,我們比同儕要好,因為真理在我們這一方。是『比較好』這個狀態,讓我們可以不必實際的參加競賽,便擁有了競賽中大多數的獎品。在競爭開始之前,我們就能宣佈我們自己為勝利者。而出於這個覺察,我們給了自己所有的利益,而以這樣一種方式來寫出我們的『生命守則』,以致某些其他的人發現,他們幾乎是不可能贏得真正的大獎的。

我們並非由於不懷好意而這樣做,只不過是要保證勝利非我莫屬——如它本該是的樣子而已。既然那些瞭解真相的是屬於我們的宗教、我們的種族、我們的性別、我們的政治追求的那些人,因此我們本就應該是贏家。

因為我們該贏,我們就有權威威嚇別人,與他們門,甚至如果必要的話,還能殺死他們以便 產生這結果。

當然,也許他可以有其他的生活方式,神也許有其他的想法、其他更大的真理——如果有的話——但我們並不知道。事實上,甚至我們是否該知道也不是很清楚。有可能我們甚至不該試圖去知道,更別說真的認識和瞭解神了。去嘗試就是冒昧,而宣稱你實際上已如此做更是褻瀆。

神是『未知的知者』、『不動的動者』、『偉大的看不見的事物』。所以、我們無法得知為了要合乎資格、我們所必須知道的真理、那真理是我們為了得到愛所必須具備的條件、那愛是為了避免被定罪我們所必須得到的、那定罪是為了要有我們所尋求的永生所該避免的、而那永生是在這一切開始前我們所曾有的。

我們的無知是不幸的,但這不該是個問題。我們只需靠信心取得我們認為我們真的知道的——從我們的文化故事,然後照之行事。這是我們每個人按照他自己的信仰所曾嘗試去做的,因此我們產生了我們現在在過的生活,以及我們在創造的地球上的實相。」

這是大部分的人類曾如何建構實相的樣子。你們每個人有你們自己的小變化。但基本上,這 是你們如何過你們的生活、為你們的選擇辯護及合理化其結果的樣子。

你們有的人並不全盤的接受這些,然而你們全都接受了它的一部分。而你們接受這些聲明做為在運作的實相,並不是由於它們反映了你最深的智慧,卻是由於別人告訴過你,它們是真的。

在某個層面,你必須讓你自己相信他們。這就叫作 「假裝」。

然而·現在是離開「假裝」而移向「真實」的時候了。這並不容易·因為「終極實相」與你們世界裡許多人現在同意為真的的情形大不相同。你們必須真正是「在世不屬世」才行。

而如果你的人生很順逐·那點於你又有什麼意義?完全沒有。不會有意義。如果你對你的人生及當今的世界很滿意,你就沒有理由要尋求轉換你的實相,並停止所有的這些「假裝」。

所以這訊息是給那些不滿足於他們當今世界的人。

我們現在要逐一的檢查這「十個幻覺」。你將會瞭解這每個幻覺是如何導致你創造你當今在這樣星球上所過的生活。

你會注意到,每個幻覺都是建基在前一個幻覺上。許多聽起來都很類似。那就是因為它們是很相像。所有的幻覺都只不過是第一個幻覺的變奏。它們是原始扭曲之更大扭曲。

你也會注意到,每個新的幻覺都是創造來解決它前面幻覺的瑕疵。最後,厭倦了解決瑕疵,你乾脆就決定你對它們完全不瞭解。故此有最後的幻覺:「無知的存在」。

這樣你就可以聳聳肩,然後停止再去嘗試解謎。

但是·在演化中的心智是不會長久容許這樣的撤退的。只在短短的幾個千禧年裡——就「宇宙」的歷史而言是非常短的時間——你們已來到這麼一個地方·而在這裡·無知不再是喜樂。

你即將爬出原始的文化。你即將在你的理解裡跳一大步。你即將看透......「這十個幻覺」。

第一部 人類的十大幻覺

1、 需要的幻覺

第一個幻覺是:需要的存在

這是第一個幻覺,而且是最大的幻覺。所有其他的幻覺都建基在這個幻覺上。

你目前在人生中經驗的每一件事,每個瞬間感受的每一件事,都是根據這概念,以及有關它的思緒而來的。

然而在宇宙裡·需要是不存在的。只有當一個人尋求某個特定的結果時·他才需要某樣東西· 宇宙不需要什麼特定結果。宇宙即是結果。

需要也同樣不存在神的心智裡。 只有當神想要某個特定結果時,神才會需要某樣東西。但神並不需要任何的特定結果,是神產生了所有的結果的。

如果神需要某樣東西以產生某樣結果,那麼神又將由哪裡去得到它?並沒有任何的東西存在於神之外。神即「一切萬有」、「一切曾有」及「一切將有」。並沒有不是神的東西存在。

如果你用「生命」這個字來替換上面的「神」字·也許你就更能理解這概念了。 這兩個字是可以互換的·所以不會改變它的意義·你只會更為瞭解。 一切的存在·沒有不是「生命」的。如果生命需要某樣東西以產生某個結果·那麼生命又將從哪兒去得到它?沒有東西存在於「生命」之外。生命即「一切萬有」、「一切曾有」及「一切將有」。

除了那正在發生的,神不需要任何其他的發生。

除了那正在發生的,生命不需要任何其他的發生。

除了那正在發生的,宇宙不需要任何其他的發生。

這就是事情的本質。這即它本是的,而不是你們所想像它是的樣子。

在你的想像裡,從你需要一些東西以存活經驗中,你創造了需要這個概念。然而,如果你不 在乎你是活還是死,那麼你又需要什麼呢?

什麼都不需要。

假設你不可能不活著。那麼你會需要什麼呢?

什麼都有不要。

而現在·關於你的真相是: 你不可能不存活。 你無法不存活。並不是你是否會活,而是你怎麼活的問題。 也就是說,你會採取什麼方式? 你會經驗到什麼?

我告訴你: 你不需要任何東西來存活,你的存活是被保證的。 我給了你永生,我永不會拿走它。

聽到這裡,你也許會說:沒錯,活著是一回事,但快活卻又是另一回事。你可能認為,你需要某些東西才能快樂地活著,也就是說,你只有在某些條件下才能快樂。但這是不對的,可是你們認為就是這樣。由於信念產生了經驗,而你們曾以這種方式體驗人生,所以你們就想像出也有一個必須以此方式體驗生命的神。然而,這對神而言,和你們一樣的,這都是不正確的。你和神唯一的差別就在神明白這一點。

而當你也明白了這一點時,你就會像神一樣。你將主宰生命,你的整個實相也將改變。

現在這裡有一個偉大的秘密,就是:快樂並不是某種狀況所產生出來的結果,而是某種狀況 是快樂所創造出來的結果。

這是個很重要的聲明,值得再重述。

快樂並不是某種狀況所產生出來的結果,而是某種狀況是快樂所創造出來的結果。

這個聲明適用於每個存在的生命狀態。

愛並不是某種狀況所產生出來的結果,而是某種狀況是愛所創造出來的結果。 慈悲並不是某種狀況所產生出來的結果,而是某種狀況是慈悲所創造出來的結果。 豐足並不是某種狀況所產生出來的結果,而是某種狀況是豐足所創造出來的結果。

你可以以任何你能想像或發明的存在狀態去替換上面的句子,而存在先於經驗並且產生經驗仍然是對。

但是你並不瞭解這一點,你便想像有某些事必須發生,你才可能快樂;而你認為也是有一位 這樣的神的。

然而,如果神是「第一因」[譯注:所謂的「第一因」,不是排列中的第一,而是除它以外沒有背後之因],那有什麼是神還沒有先引發就發生的呢?如果神是全能的,又有什麼是神沒選擇要它發生,它就能發生的呢?

可能有什麼事情的發生是神無法阻止的嗎?如果神選擇了不去阻止它‧那發生本身不也就是神選擇的某件事情。

當然是的。

然而·神為什麼會選擇讓神不快樂的事發生呢?答案是你所無法接受的·那就是沒有一件事 能使神不快樂。

你無法相信這一點,是因為它要你相信有一位沒有需要或審判的神,而你無法想像有這樣的一位神。你無法想像有這樣的神的理由是,你無法想像能有這樣的一個人。你無法相信你能那樣活著——你無法想像有一位比你更偉大的神。

當你終於瞭解了你能那樣的活著時,你也就知道所有你得知道的關於神的一切了。

你也會知道你的第二個評定是對的。神並不比你更偉大。神怎麼可能呢?因為神即「你之為你」,你即「神之為神」。然而,你是比你以為你是的更偉大。

大師們明白這一點。明白這一點的大師們有些正在你們的星球上。這些大師來自各種的傳統、 宗教和文化,然而他們全都有一個共同點,就是: 沒有一件事能讓大師們不快樂。

在你們原始文化的早期,大多數人都還沒到達這種大師的地步,他們唯一的欲望就是避免不 快樂或疼痛。他們的覺知狹隘,以至於他們無法瞭解疼痛並不會產生不快樂,因此他們的人 生戰略是圍繞著後來被描寫為「快樂根源」的東西建造起來的。他們朝著會帶給他們快樂的 東西移近,而遠離那些會剝奪他們快樂(或引起痛苦)的東西。

故此,第一個幻覺——需要存在的概念——便誕生了。它也可以稱為第一個錯誤。

需要是不存在的。它是個錯覺。事實上,你並不需要任何東西才能快樂。快樂是一種心態。但這不是早期的人類所能理解的。由於他們覺得必須有某些東西才能帶來快樂,因此他們就假定了這對所有的生命而言也同樣是對的。這個假定也包含了對他們後來所理解的一個「更大力量」的生命的那個部分——那後繼的世世代代都將之概念化為一個「活的存在」的力量,被以阿拉、上帝、耶和華及神等種種不同的名字來稱呼的力量。

對早期的人類而言,想像有這麼一位比他們自己更強大的力量並不難。實際上,那還是必要的。因為他們必須對那些全然超平他們所能控制的事之發生有個解釋。

這裡的錯誤並不是在假設有像神(「一切萬有」 總合的力量與總合的能量),這樣的一個東西,而是在假設這個「全面力量」 與 「完整能量」 是需要某些東西;假設神在某些方面是需要依賴某事或某人,才能快樂或滿足、完全或圓滿

這就像在說「圓滿」是不滿的·它需要某物來讓它圓滿。這是個矛盾——但他們不明白這一點。許多人到今天仍然不明白這個道理。

由於創造出這麼一個具依賴性的神·因此人們製作出神是有所謂議程的文化背景:換言之· 就是有些事是神想要和需要它發生的·而且一定會以它們該發生的方式發生·因為只有這 樣· 神才會快樂。 人類已將這文化背景轉化為一個迷思,將它具體化為:爾旨承行。

你們認為我是有意旨要你們去遵行的想法,使得你們去猜測我的意旨是什麼。但這個做法很快的澄清了一件事:就是,以這點來說,你們人類並沒有普遍一致的同意。而如果並非每個人都知道或同意神的意旨是什麼,那麼也就並非每個人都能承行神的意旨了。

於是·你們中最聰明的那些人·就利用這理論基礎去解釋為什麼有些人的人生似乎比別的人要順逐。但由此·你又不得不產生一個新的問題:如果神是神·那麼神的意旨又怎麼可能無法實行?

很顯然地,這第一個幻覺是有瑕疵的。這顯示了「有需要」這個概念本來就錯的。但在某個 很深的層面,人類知道他們不能**放棄**這個幻覺,不然有某個非常重要的東西會因此而結束。

他們是對的。但他們犯了一個錯誤。他們並沒有把這幻覺視為幻覺,並以它本來的目的去加以利用,反之,他們卻以為他們必須去**改正**這瑕疵。

以致,為了改正在每一個幻覺裡的瑕疵,又創造出了第二個幻覺。

2、 失敗的幻覺

第二個幻覺是:失敗的存在

神的意願(假設神有一個意願)是有可能會無法實現的這個想法,與你們所以為對神知道的一切——神是萬能的、無所不在的、至高無上的造物主——正相反,但那仍是你們狂熱地緊抱著的觀念。

因此這產生了極不確實但卻非常強有力的幻覺·就是: 神是有可能失敗的。神有可能想要某樣東西卻得不到。神可能會希望某樣事情但卻無法達成。神有可能需要某樣東西但卻沒有。

簡而言之,就是神的意願是可能受挫的。

這個幻覺相當的誇張,因為即使是人類心智狹隘的覺知也能看出這個矛盾。然而,你們人類卻有非常豐富的想像力,竟能極輕鬆地將這個可信度拉張到極限。你們不但想像有這麼一位有所需的神,而且還是一位不一定能讓自己的需求得到滿足的神。

你們怎麼會這樣呢?沒錯,又是經由「投射」的運用。你們將自己投射到了你們的神身上。

然後再次的,你們所歸諸在神的能力或其存在的特質,是直接由你們自己的經驗所引申出來的。由於你注意到你是有可能得不到你有才能快樂的東西的,你就宣稱神也是如此。

而由這樣的幻覺,你創造了一個文化故事,故事的教誨是:生命的結果是不確定的。

生命可能有好結果,也可能沒有。它可能沒什麼問題,也可能有。最終的一切並不是都是好的。

將懷疑——懷疑神是否能達到他的需求(假設我是有需求的話)——添加進來·你們與恐懼的第一次接觸於是產生。

在挖空心思去想有這麼一位無法永遠隨心所欲的神的故事以前,你們是沒有恐懼的。沒有什麼可害怕的事物。神主宰著一切,神是全能的,集榮耀與奇蹟於一身,而世上的一切都是恰當的。有什麼可能會出錯呢?

但你們卻興起了這樣的想法:神可能會想要什麼東西,而實際上卻得不到。神可能想要他所有的子女都回到天堂、回到他的身邊,但他的子女們卻可以藉著他們自己的行為來阻礙這事。

這個想法也讓可信度打了折扣,使得人類的心智又再次看見了矛盾。如果造物主與被造物是一體的話,神的造物又怎麼可能挫折造物主呢?如果產生結果的「一」與體驗結果的「一」是同一個的話,人生的結果又怎麼可能是不確定的呢?

很顯然,在這第二個幻覺裡有瑕疵。這顯露出了「失敗」這個概念本來就是錯的。但人類知道,在某個非常深的層次,他們是不能放棄這個幻覺的,不然會有某個非常重要的東西會因此而結束。

再次的,他們又是對的。但再一次地,他們犯了一個錯誤。就是他們沒有將那幻覺視為一個 幻覺,並且以它本來應有的目的去利用它;反而,他們認為必須去修正那瑕疵。

第三個幻覺就是為了修正在第二個幻覺裡的瑕疵而產生了。

3、分離的幻覺

第三個幻覺是:分離的存在

要逃離「第二個幻覺」的謎題,唯有創造第三個幻覺:造物主與受造物並非全是一體。

這使得人類的心智務必去想像那不可能的可能性——就是「本為一體的並非一體」「原以為 是統一的」其實是分離的。

這就是「分離的幻覺」——「分離是存在的」的概念。

你們人類推論說:如果受造物與造物主是分離的,而如果造物主容許受造物為所欲為,那麼 受造物就有可能去做一些**造物主不想要他們去做的事**。而在這種情況下,神的意願就可能會 受挫。神就可能想要某些事物而無法達成。 分離產生了「失敗」的可能性·而「失敗」只有當「需要」存在時才有可能。一個幻覺依賴 著另一個。

這前三個幻覺是最具決定性的。這些幻覺很重要,對其餘的幻覺很具關鍵性,以至於為了方便解釋它們,並且保證它們能很清楚且時常的被解釋,我們與神是分離的文化故事就被歸因於它們了。

你們的每個文化都創造了它自己的獨特故事,但它們全都有訴說著同樣的基本論點。其中最有名的,就是亞當和夏娃的故事。

據說·神創造了第一個男人和第一個女人·他們快樂地住在伊甸園裡。而在那裡·他們享有 永生·以及與神的合一。

據說神只要求他們一件事,並以田園詩歌般的生活作為交換的禮物。他命令他們:不可以吃 善惡知識樹的果實。

而依照這個傳說,夏娃還是吃了那果實。她不聽命令。但並非全是她的錯。她是受到了一條 蛇的引誘,而這條蛇,就是你們所謂的撒旦或魔鬼。

這個魔鬼到底是誰呢?有一個故事是這麼說的,他是個變壞的天使,是一個膽敢要跟他的造物主一樣偉大的受造物。這故事說,這是最大的冒犯、至高的褻瀆。所有的受造物都該尊敬造物主,而永不能追求與他一樣的偉大,或更偉大。

在這個主要文化故事的特殊版本裡·你們藉由歸諸我某些沒反映在人類經驗裡的特質而逸出了你們的正常模式。

事實上,人類的造物主是想要他的子女努力地去與他一樣偉大的,如果不能更偉大的話。所有健康的父母最大的快樂,便是看到他們的兒女能達到,或超過他們自己在人生中的身分地位,並且超越他們自己的成就。

然而相反的·神卻被說成是會被此事所傷害·並且深深的被冒犯了。墮落的天使——撒旦——被逐出了·與族群分離·被摒棄·受天譴·而突然之間·在「終極實相」裡有了兩個力量:神與魔:並且有了兩個他們各自運作的地點:天堂與地獄。

按照發展出來的故事所說, 撒旦的欲望是誘惑人類去違背「神的意旨」。神與撒旦現在在為人的靈魂而競爭。並且, 有意思的是, 這是個**神可能**會輸的競爭。

所以有的這一切,都證明了我終究不是個全能的神……或者,我是全能的,但我卻不想使用我的力量,因為我想要給撒旦一個公平的機會。**也或者**,那與給撒旦一個公平的機會並不相干,而是與給人類自由意志有關。**只不過**,如果你們以我所不贊同的方式**使用**你們的自由意志,我就會將你們交給撒旦,而他會永遠折磨你們。

這就是在你們地球上發展成宗教教義的錯綜複雜的故事。

在亞當和夏娃的故事裡,很多人相信,為了夏娃偷食禁果,我處罰了這第一個男人和第一個女人,我將他們逐出了伊甸園。還有——如果你相信這件事的話——**我也處罰了之後所有活著的男女**,讓他們背負著第一對人類的罪疚,並判他們在地球上的人生也永遠都與我分離。

經由這個及其他同等精采的故事, 前三個幻覺以孩子們尤其難忘的戲劇性方式流傳了下來。 這些故事非常成功地在孩子們的心中注入了恐懼, 以至於在每個新世代, 它們都在不停的被 覆述。故此, 前三個幻覺嵌入了人類的心靈深處。

- 1. 神是有議程的。(需要的存在)
- 2. 人生的結果是不確定的。(失敗的存在)
- 3. 你與神是分離的。(分離的存在)

雖然「需要」和「失敗」對其餘的「幻覺」而言·關係很重大·但「分離的幻覺」對人類事物的衝擊卻最大。

第三個幻覺的衝擊時至今日人類都仍感受得到。

如果你對第三個幻覺的想法是: 這是真的。那麼你對人生將有一番體驗。

如果你對第三個幻覺的想法是: 這不是真的·事實上·它只是個幻覺。 那麼你也將有另一番體驗。

這兩個體驗有戲劇性的差別。 目前,幾乎每個活在你們星球上的人都相信「分離的幻覺」是 直的。結果,人們直的就覺得與神分離,並且彼此分離。

與我分離的感覺·使得人們很難以任何有意義的方式與我相關連。他們要不就誤解我、怕我·要不就求我幫忙——不然他們就完全的否定我。

由於這樣做·人類就錯失了利用宇宙間最有力的力量之光榮機會。 他們使自已過著認為自己無法掌握的生活·活在他們以為自己無從改變的條件下·產生他們相信自己無法逃避的經驗和結果。

他們活在安靜的絕望中,獻上他們的痛苦,快樂地受著罪,而相信他們這樣的沉默勇氣會為 他們帶來了進入天堂的充分恩寵,然後在那裡,他們會得到他們應得的獎品。

「受罪而不過分的抱怨」或許對靈魂有益的理由有很多,但保證這個人就能上天堂的報酬卻 非其中之一。勇氣即它本身的報酬,可是因為抱怨而導至別人受罪卻永遠不可能有什麼好理 由。 所以·大師永不抱怨·因而限制了他自己之外——之內也一樣——的受罪。然而·大師的克制不抱怨·並不是為了要限制受罪·而是因為大師並不將對痛的體驗詮釋為受罪·卻只當作是痛。

痛是個體驗,受罪卻是對這個體驗的一個判斷。許多人的判斷是,他們正在經驗的痛是不好的,是不該發生的。然而,你接受「痛是完美的」到什麼程度,人生中所受的罪就能被排除到同樣的程度。也就是經由這個瞭解,大師們才克服了所有的受罪,雖然他們也許無法逃避掉所有的痛。

但縱使還沒成為大師的人,也曾體驗過痛和受罪之間的差別。 例子之一可能就是拔掉一顆很痛的牙齒:拔牙會痛,但它卻是個非常受歡迎的痛。

與我分離的感受·阻止了人們利用我、呼求我、與我為友、利用我創造的潛能與治癒的力量 以終止受罪·或為任何其他的目的。

與彼此分離的感受·使得人類對彼此做出了他們永不會對自己做的事。而由於他們看不出自己是在對自己做這些事·他們在自己的日常生活及地球經驗中·就一再地產生出那些不受歡迎的結果。

據說我們人類現在真的正面臨著有史以來曾面對的同樣問題,但也許沒那麼嚴重就是了。你們族類的成員仍有貪婪、暴力、嫉妒,及其他你不相信對任何人會有益的行為,雖然現在只有少數的人如此。而這就是你們演化的一個徵兆。

然而,你們社會裡的努力所針對的,卻不是尋求改變這些行為,反而是在找尋懲罰它們的方法。人們以為懲罰就能改正這些。有的人仍然不瞭解,除非他們改正了社會裡**創造和邀請來**這些不想要的行為的狀況,否則他們什麼都必須改正不了。

一個真正客觀的分析才能解決這些,然而許多人都必須忽略了那個證據,而繼續試圖以創造 社會問題的同樣能量去解決它們。他們設法以殺止殺、以暴制暴、以憤怒壓制憤怒。而在做 所有這一切時,他們看不到他們的虛偽,故此反而將之具體化了。

瞭解這三個幻覺是幻覺·可以讓每個人不再否認所有生命的一體性·也不會再有毀滅你們星球上的所有生命的威協了。

可是許多人仍視自己為與彼此、與所有其他活的東西及與神分離。他們明白他們在毀滅自己,然而卻宣稱不瞭解自己是怎能麼做成的。他們說,這很顯然不是經由他們的個別行動造成。他們看不到在他們的個人決定與選擇中和整個世界之間的關連。

這些是許多人的信念·如果你希望看到它們改變的話·就要靠真正瞭解「因」和「果」的你們來改變它們。因為你的人類同胞仍相信每週砍倒成千上萬棵的樹·以便他們有「星期日週報」可讀·並不會對這個整體有什麼負面的影響。

他們以為把種種不潔的雜質注入大氣中,以便他們能維持自己的生活方式於不變,並不會對 整體有任何負面的影響。

用化石燃料而非太陽能·也並不會對「整體」有什麼負面影響。 吸煙或餐餐吃紅肉·或消費 大量的酒精·並不會對整體有負面影響·而且他們也很不耐煩於有人告訴他們說有影響。

他們說,並沒有什麼負面的影響,他們已聽厭了有人老是告訴他們是有影響。

他們告訴自己,個別的人類行為對大整體不可能有這麼大的負面影響,他們不可能真的造成 直接經濟損失成整體的**崩潰**。除非沒有東西是分離的,那才可能發生——事實上,除非整體 對它本身做所有的這一切,那才可能發生。但別笨了。 第三個幻覺是真的。 **我們是分離的**。

不過,真正的事實是,所有的彼此非一體、與一切生命非一體的所有「分別存在」的個別行動,都似乎對生命本身有著非常真實的影響。而現在,已有越來越多的人終於開始承認這點了,在他們由原始的文化思維發展成一個更進化的社會時。

這是因為你,和其他像你一樣的人,在做的工作。因為你們提高了嗓音。你們發出了警報。你們聯合起來,以你們自己的方式喚醒彼此。有的人很安靜地、個別地:而有些則在團體裡。

在過去的日子中,你們沒有那麼多的人準備好,並且也沒有能力去喚醒別人。因而大部分的 民眾都深深地活在幻覺裡,並且感到很困惑。為什麼他們彼此是分離的的這個事實,會造成 問題呢?除了公社生活——人人為我,我為人人——外,為什麼沒有其他的方式能不需要掙 扎地讓它起作用呢?

這些是人類開始問的問題。

很明顯地·因為在第三個幻覺裡有瑕疵。這顯示出「分離」的想法本來就是錯的·但人類在 某個非常深的層面知道·他們不能**放棄**這幻覺·不然有些非常重要的東西會因而終止。

再次的·他們是對的·但再次的·他們仍犯了一個錯誤。他們沒有將幻覺視為幻覺·並且以它本來應有的目的去利用它·相反地·他們以為必須去**修正這個瑕疵。**

而為了修正這第三個幻覺的瑕疵,因而又創造出了第四個幻覺。

4、不足的幻覺

這是第四個幻覺:不足的存在

它生自第三個幻覺·因為沒有分離的想法·不足的概念便無法支撐。 如果只有一件東西·而那一件東西即一切萬有·就不可能有任何一種不足·因為那一件東西便是每件東西·故此...

它是自給自足的。

這是神的本質的一個聲明。

可是,這並非人類的經驗,因為人類想像他們自己是與神分離的,並且彼此也是分離的。然而,神是所有的一切,也沒有人是與神分離的。所以,人類並非、也不可能彼此分離。

這是人類本質的一個聲明。

然而若就下結論說,分離的想法是個「壞想法」,它無法讓你們達到你們的目的,那也並不 正確。事實上,分離的想法其實是個有福的想法,它讓那整體得以瞭解它是其部分之總和, 甚至還更多。而當你利用這幻覺做為創造經驗的一個工具時,它是可以達成你的目的的。

可是如果你忘了分離是一個幻覺,而把它想像為就是事情的真正狀態時,那麼幻覺就已不再創造經驗,它變成了經驗。

就像是有時你會為了希望得到別人的關心而假裝生氣,後來卻真的生氣起來了。或假裝對某人感興趣,以便讓另一個人嫉妒,卻發現自己真的對那人產生興趣,幻覺已變成非常真實了......

設計變成了經驗。

藉由這個過程·結果你真的相信你是分離的·相信在你稱為宇宙的「統一場」裡·分離是可能的。

而現在·我已描述過第三個幻覺是最有力的幻覺了·這可是真的。他對你們日復一日的經驗 有著巨大的衝擊。而最具重要意義的是·你對分離的信念導致了「不足」的想法。

當只有一件東西·而你知道你即是那一件東西時·絕不會有不足的問題。你總是足夠的。可 是當你決定要有不止一件東西·那時——唯有那時——才可能會有不足夠的別的東西。

而你以為有的這個「別的東西」就是生命的素質。然而你即生命,而生命是——就是——神本身。

不過·只要你仍以為你是與神分離的·你就會認為你與神之所是——即生命本身——有所不同。你也許認為自己是活著的東西·但你不會認為自己就是生命本身。

這個自己與自己的分開,便是你們所謂的被逐出伊甸園。突然間,在那原只有永生的地方, 現在有了死亡。突然間,在那原只有豐饒的地方,現在有了不足。

突然間,彷佛生命的許多面向在為了生命本身而競爭。在終極的實相裡,這是不可能的,但在你的想像裡卻不是。你甚至可以想像你在與鳥、與蜂、與每種其他的生物及所有其他的人競爭。

你可能會創造出一個夢魔,在其中,所有支持你生命的東西都好像限制了它。故此,你會實際上試圖去壓抑那些支持你的東西。

你被告以要有主權,但你卻認為那意味著宰制。所以你真的開始了一個與自然的戰爭,以及與事情之自然秩序的戰事。

你會用科技去扭曲和操縱自然,以使它屈從於你的意志。當你企圖經驗自己如你已經自然就 是的樣子時,你也正在緩慢的毀滅自然如它自然就是的樣子。

你已然是你所尋求的樣子——永恆、無限,並且與所有為一了,然而你不記得這一點。所以,為了有更豐饒的生命,你努力地去壓抑生命,而你對自己的所做卻無所知覺。

生命變成了唯一的分母。每個人都要生命以及支持生命的東西。然而由於你以為有不止一個的你,你就變得害怕也許生命不足以分配給大家。

而出於這個恐懼,你於是製作了你的下一個想像的實相:死亡。

你原以為是永恆的(直到你認為你是分離的·對你來說你不會永遠「在」的)生命現在彷彿 有了一個開始與一個結束。

這就是不足的幻覺在最高層次的演出。

你對你的生命開始與結束之體驗,真的只不過是你以為自己是「分離的」的概念之開始與解除。在有意識的層面,你也許不知道這一點。但在一個更高的層面,這點永遠是清清楚楚的。

就是在這較高的層面,你所尋求的就是要結束分離的經驗,並提醒你自己,這是你創造出來的一個幻覺。

雖然我已經告訴過你許多次,但現在仍然是再次討論你為什麼創造了它的好機會。

你們創造了分離的幻覺·為的是要體驗一體的實相·只有當你在實相之外時·你才能經驗 它。 當你是整體的部分時·你是無法體驗自己為那整體的·因為並沒有別的東西。而當你不是的 東西不在時·你所是的東西也並不是。

沒有冷,熱並不熱。沒有高,矮也並不矮。如果每樣東西都是矮的,那麼就沒有東西是矮的了,因為「矮」並不存在為某個可被知道的東西。它也許存在為一個觀念,卻非你能直接經驗的觀念。它只能是個概念,卻永遠不是你體驗到的實相。

同樣的,當分離不在時,也就沒有統一了。

如果每樣東西都被體驗為統一的·那麼·就沒有一樣東西能被體驗為統一的了:因為「統一」並沒有存在為一個個別的經驗。它並非某個可被認識的東西。它也許存在為一個觀念,但它卻不是一個你能直接體驗的觀念。它只能是個想法,永遠不是你能體驗到的實相。

在這樣的脈絡裡,你無法認識自己為你真正是的你。

然而·我們的願望是認識自己為我們真正是誰·故此·我們首先必須創造我們不是誰的經驗。 而既然我們無法在終極實相裡創造這經驗,我們就必須經由幻覺去做。

以這方式,我們得以能知道它真正是如何。以這方式,我們能體驗我們真正是誰。

是「全部的它」。 是「一體」和「唯一的它」。

我們是那個集合體的多重形式的單一實相——我們採取了多重形式,以便可以注意到且體驗 我們的單一實相之榮耀。

這即相對性的目的的之一個簡單解釋·在我們一直持續以來的對話中·我已說過許多次了。 在這裡重複·是為了讓你可以透徹的瞭解它·因而你可以從自己的夢中蘇醒。

直到你從你的夢中甦醒為止,與生命分離的幻覺都會創造出一個你感知到的存活需要。而在分離之前,你從未懷疑你的存活。唯有當你離開了生命(我),並想像你自己為分離的時,生命本身才變成「不足」的東西。於是,你開始決定出什麼是你為了存活——為了有更多的生命——你所必須做的事。

這變成了你的主要目標,你的新基本本能。你甚至開始認為,你與別人交配就是要保證你們 族類的存活。你忘記了你們的交配是對唯一真實的本能——就是愛——之反應。

你們稱你們新的基本本能為求生存的本能,那是建立在你們可能不存活的想法上的。可是這想法是錯的,因為你們的存活是受到保證的,永永遠遠。然而,你不記得這一點因此你不認為有足夠的生命,既然有那麼多生命的面向都必須在爭相爭取生命的話。

的確,你就是這麼看它的。你想像你在與所有其他的「生命素質」在競爭,在爭取生命本身。你在與你自己本身競爭,要更多的你自己。你對不足的信念甚至導致了你下結論說,神也是不夠的。

不但生命是不夠的(你將這轉譯為對死亡的信念)·並且生命的素質也是不夠的(你將這轉譯為對匱乏的信念)·甚至那創造成直接生命的也是不夠的(而你將這轉譯為有一個有所限制的神的信念)。

由於**所有這些東西都是有限的**·所以你必須為它們競爭。由於這個信念·你們正在毀滅你們的星球和你們自己。

你們甚至在你們為神的競爭——你們稱之為宗教——中毀滅自己。在你們對神的瘋狂爭奪中。 你們一直在殺死自己,在消滅整個的文明。

你們不會承認你們在做這些事的,因為承認的話,就等於承認了你們看生命和世界的方式——尤其是看神的方式——是有些不正確。你們做不到這一點的。

這樣的一個承認需要絕大的謙卑,而謙卑,目前並不是你們星球上哲學或神學的主要部分。

尤其你們的神學是最傲慢的·假設並宣稱它已有了所有的答案——而事實上·既無問題·也不抱懷疑。

然而,有關這些信念的某些東西並不管用。不足的想法——神不夠、生命的素質不夠、生命本身不夠——導致了不止是單純的競爭,它還導致了殘忍的壓抑、壓制及大規模的蕭條。宗教壓抑了坦白和誠實的探詢,政府壓制了異議,而結果,上百萬的人活在經濟和心理的消沉中。所有的這些都必須是出自「不足的存在」之想法——因為充足會解決所有的這些問題。

如果你認為有足夠的可分給大家,就不會再有自毀性的行為,不會有為爭資源而打架,不會有為神而爭吵。

但是卻沒有足夠的。關於這一點你很清楚。

不過,如果沒有足夠的東西,一個人怎能麼才能得到足夠呢?沒有殺戮和爭吵,又如何能保證存活呢?

很顯然,在第四個幻覺裡有瑕疵。這顯示出「不足」的想法本來就是錯的,但在某個非常深的層面,人們知道他們不能放棄這幻覺,不然一些非常重要的東西會終止。

再次的,他們是對的,但再次的,他們犯了一個錯誤。就是不將幻覺視為幻覺,並以它本來 應有的目的去利用它,反之,他們以為他們必須去修正那瑕疵。

這了修正第四個幻覺的瑕疵,於是又創造了第五個幻覺。

5、必備資格的幻覺

這是第五個幻覺: 必備資格的存在

不足的存在很快的、且不可避免的導致了下一個幻覺的觀念。

如果有足夠的東西,你就沒有必要去做任何事以獲得你所想要或需求的任何東西了。你只要伸出手去,它就會在那兒。但人類卻並沒有這麼想。他們說,東西是不足夠的。所以,現在他們面對了這樣的問題:一個人要如何才能足夠?一個人如何才能有資格足夠?

你以為要得到那不足分配的東西,必然會有什麼是你必須做的事——讓你能無爭議地得到那 東西的某些事。這是你能想出的唯一不必殺戮和爭吵地瓜分每樣東西——包括神——的方法。

你認為這就是「必備資格」。

你告訴自己·滿足了這些要求——不論是些什麼——便是「所需的一切」了。直到今天‧這想法仍然為人們所堅持‧甚至越來越強大。你相信‧當你做了你需要做的事‧你就能是你想是的東西了。

如果你想要快樂,如果你想要安全,如果你想要被愛,那麼有些事是你必須做的。但除非你是足夠的,否則你做不到那些。除非你做了要足夠所需做的——**具備了**得到足夠**的資格**——否則你就無法有足夠的。

這是你所相信的,而由於你相信它,所以,在你的宇宙論裡,你將「做」提升到了最高的位置。

甚至神也說,為了要進入天堂,有些是你必須去做的事。

這就是你如何建造它的過程。 這就是「必備資格」。

且讓我提醒你·所有的這些都是建立在第三個幻覺——你們是分離的——上而。當只有「一個」你時·永遠都是足夠的·所以·你不必為了得到任何東西而做任何事。

那分離的概念是建立在第二個幻覺——「失敗」的存在——上的。因為神得不到他想要的所以他將所有的人類與他分開了。

而「失敗」是建立在第一個幻覺——需要的存在——上。如果神什麼都不要,神就不會得不 到他所想要的:而如果神什麼都不需要,神就會什麼都不想要。

所以,事實上,只有一個幻覺,而所有其他的,都是它的變化。所有其他的,全部是那唯一 幻覺的一個延伸,只是有著一些不同的細微差異。

故此,「必備資格的幻覺」只不過是「需要的幻覺」的一個不同攝相。同樣的,「不足的幻覺」是「需要的幻覺」的一個不同攝相:「失敗的幻覺」也一樣。所有「人類的幻覺」都可以此類推。

當你探索每一個幻覺,你會非常清楚的看到,每一個都是它之前幻覺的自然產品,就像是看到一個氣球爆開一樣。

你們人類宣稱,為了要獲得任何不足分配的東西——包括神的愛——你們就必須符合一些條件。這個宣告已證實是人類所曾做過的最具重要意義的決定。它導致了整套的規定和法則、指導原則和程式、神的律法和人的律法,而你們籍由這些來想像什麼是你們過活所必需的。

以下就是你們的最後認定,為了在地球上過好的人生,你們必須做的一些事:

要做個好孩子。

別回嘴。

要得到好成績,並且繼續上大學。

要獲得學位,找到一份好工作。

要結婚生子。

要做個父母,給你的子女比你曾得到的多。

要酷。

要聽命行事。

別做壞事——或者至少別被抓到。

要追隨領袖。

別問太多的問題,並且別問錯問題。

要令每個人開心。

別把自己包含在你想令他們開心的那群人裡,如果那表示你必須將別人排除在外的話。 別強求任何人,尤其是當你變老時。

而以下是你們認為要取悅神並得以上天堂,你們必須做的一些事:

別做壞事——忘掉你可能不會被抓到的事,因為你會被抓到。

如果你真的做了什麼壞事,看在老天的份上,要乞求原諒,並且答應永不再犯。

要做個好孩子。

別「玩」你自己。

也別「玩」任何人。不要以那種方式......

事實上·根本最好就少「玩」。你要瞭解·所有身體上的愉悅·最後只會讓你從你到地球上來真正要做的事上分心·而最壞的·這是對神所犯的絕對罪惡

如果你必須有愉悅,就別享受它們。

別享受金錢。

別享受別人的注目。

別享受性。

最重要的,別享受性。

永遠永遠不可有婚外情,永遠永遠不要以「那種方式」愛超過一個人。

如果你不是為了生殖的理由而有性行為的話,你要感到羞愧,不要自由地或不壓抑地享受它。

別為了某件真正令人享受的事拿錢,而如果你賺很多錢,一定要把大部分奉送出去。

要信仰下確的神。

看在老天的份上,一定要信仰正確的神。

為了自己沒有生來完美而乞求神的寬恕和憐憫·並且請求他讓你達成為了再次被愛而必須具備的資格。

人類有許多其他的信念。這些列在這兒的·只是給你們看的幾個例子而已。這是你們所需做的。這是所謂的「必備資格」·要瞭解這些·這些對你們是很有利的。

然而,是誰設下了這些「必備資格」的?是誰將它放在那兒的?

你們說是我。

你們宣稱這些事的製造者是神。由於沒有足夠的神分給大家·又為了合理化地將你自己設定 為你們競爭中的得勝者·所以你必須宣稱你對我的所有權。

於是·你們宣稱·你們的國家是「在上帝眼下的一個國家」·你們是先民·而你們的信仰是「唯一的正信」。

你們宣稱對我的所有權,而你們邪惡地、兇暴地這樣做,因為你們覺得,如果你們能宣稱對 我的所有權,你們便能以我之名,對任何其他你們所欲的東西宣稱所有權。

多少世紀以來你們都在這麼做,高高的揮舞著你們的聖書、你們的十字架和你們的旗幟,來 合理化以必須的不論什麼方法——包括殺戮——取得不足夠的任何東西。你們甚至過分到稱 這種事為一場聖戰,以尋求封閉你靈魂裡的傷口,當你打開別人身上的傷口時。

以神之名,你們曾做出最不神聖的行為,這全都是由於你們以為,為了得到我、我的愛及生命的所有素質,我需要你們去具備的「必備資格」。

只要你想念有你必須做的什麼事,你便會努力去發現那是什麼,然後更進一步地努力的達成它。

成就會變成你的神。的確,它已經是了,然而,如果做正確的事會帶給你快樂,並且容許你 回到家。回到神那兒,又為什麼去做那些事的所有努力會讓人感覺如此不快樂,而且好像很 確定的是反而引導你離開神呢?

甚至更重要的·你又如何判定這所有的是否都值得?憑哪一個標準·藉哪一個系統·你才能 判定這些「必備資格」已具備了?

這是你並不瞭解的事。這是人類開始問的問題。

很顯然,這第五個幻覺裡也有瑕疵。這透露出「必備資格」的概念原來就是錯的,但在某個 非常深的層面,人們知道他們不能放棄這幻覺,不然某些非常重要的東西會終止。 再次的·他們是正確的·但再次的·他們還是犯了一個錯誤。他們不把幻覺視為幻覺·並且 以它們應有的目的去利用它·反而·他們以為必須去修正那瑕疵。

為了修正第五個幻覺裡的瑕疵,又創造了第六個幻覺。

6、審判的幻覺

這是第六個幻覺: 審判的存在

你們為了獲得不足以分配的東西——包括神——所做的決定·讓你們面臨了一個難以回答的問題·就是:如何決定一個人是否具備了必備資格?而對那些沒有具備資格的人·又會發生什麼事?

你們對這些問題的答案導致了「審判」的發生。

你們推論道,一定有某個人是最後的裁決者。既然是造物主設定了這些必備資格,所以似乎 很合邏輯的,造物主也會是那決定誰具備了資格、誰又沒有資格的那一位。

有很長一段時間,你們人類一直以為要取悅神,有些事你們必須做因為不取悅神的話,就會產生可怕的後果。你們會得到這樣一個結論是可以理解的。看看你們四周,有些人的生活非常順利,而有些人則否。於是原始的心智問題,這是為什麼?原始的心智想出了一個原始的答案。

命運是朝獲得神明歡心的人微笑的。原來,必須滿足的物件是神明,然後,神明會做出審判。

各種形式的犧牲和祭典環繞著這個信念滋長,全都是設計來安撫那難以相處的神明。

在最早期的日子裡·你們對「不足」的感受非常的強·以至於你們甚至想像神祗們在彼此競爭。有許多的神明得取悅·但往往很難記清楚要做什麼才能令每個都快樂滿意。

每個新的地球災變、每次冰風暴、每次暴風雨、每個旱災或饑荒或個人的不幸都被視為是某個神明沒被滿足的證據——或者有時候,是神祗們一直在彼此爭戰。

還有什麼辦法能解釋發生的這些事呢?

現在,這些在古時升起的信念,兩千年來已被精煉和澄清了。今天大多數的人已不相信有那麼一長列必須安撫的壞脾氣神明。今天大多數的人認為,必須安撫的只有一位壞脾氣的神。

雖然看來·好像你們人類很久以前就已演化到超過創造出「我會逮到你」那種神的原始建構·但這些想法卻繼續主宰著你們星球上的神學。

在你們的社會裡,神明的這種「復仇之神」的模式從未被人揚棄。你們曾用個人與全球的災 禍做為其有效性的證據。甚至在最近,比如當你們的愛滋流行病發生時,包括一些宗教領袖 在內,很多人都宣稱,人生的不幸是神對人類個人或集體惡行的懲罰。

大多數的人仍然認為,我的確有設定「必備資格」,那是他們為了在人間和天堂有資格得到 福報所必須去滿足的。他們仍然覺得是有一個「審判」系統在決定,誰滿足了「必備資格」, 而誰又沒有。

在另一方面,有些神學家則斷然聲明,不論他們做什麼,都沒有一個人能滿足那資格。就算他們過的是很完美的生活,不犯錯、不闖禍、沒有任何過失,都沒有用。教誨宣告,這是由於每個人一生下來就不完美(有些宗教稱這為「原罪」),甚至在他們開始生命之前,靈魂就已沾染了污點。

這污點是無法由這人所做的任何舉動抹除的,縱使是真誠悔改的行為也沒有,只能借著神的恩寵。他們又說,除非這人以一種非常特定的方式來到神的面前,否則神也不會應許這恩寵。

這教誨宣稱,我是個非常挑剔的神,我不會賜天堂的喜樂給一個不聽從我的話的人。

據說,我對這點非常的頑固:不論人們有多好、有多慈悲、慷慨或仁厚,都不相干。他們有多後悔他們犯的過,做了多少補贖,都不相干。真的,不管他們做了古往今來對這星球上生命的福利之最大貢獻,也都不相干:只要他們沒經由正確的 (right) 道途來到我的跟前、說正確的話語、相信正確的宗教,他們就不能坐在全能上帝的右手邊 (right hand)。

由於要求這種正確性·這個概念就可稱為「公義」。(Righteousness 譯注: 上面幾句全都 出自 right 字·這是作者在玩文字遊戲。)

既然人類成員相信,這是神在他自己和整個人類種族間設定的方式,因此人類也在彼此之間 設定了一模一樣的方式。

照著神的模式抄(很顯然的·對我適當的·對你們也該適當)·人們也在他們開始之前·在 彼此身上放上了一個污點。如我已經描述過的·他們對那些有著「錯誤的」性別、虜色或宗 教的人這麼做。他們也將之延伸到那些具有「錯誤的」國籍、鄰里、政治追求、性取向·或 其他任何他們選擇去創造的「錯誤」的人的身上。在這樣做時·人類是在「扮演神」。

你們說,沒有錯,這是神教你們像這樣未審問便先判決的,因為是神將第一個不完美的污點 放在你們的靈魂上的——甚至在你們還沒有機會證明自己的對錯之前,他已先判決了你們。

所以,這預斷——即偏見——必然是沒問題的,因為神可以接受,人又怎麼會不可接受?

而為了什麼理由,我在你們出生的瞬間就已宣佈你們全都是不完美? 教誨是這樣說的:由 於最早的人類是壞人,所以我那樣做了。 所以我們看見你是如何又折回到前三個幻覺去合理化第四、第五和第六個幻覺。事情便是如此:每個幻覺製造出下一個,而每個新幻覺都在證明了之前的幻覺。

你們的文化故事說,當亞當和夏娃犯了罪,被逐出了樂園,也就失去了快樂及他們對永恆生命的所有權——你們也隨之失去了。這都是由於我審判他們,而且不止是讓他們落到一個局限與掙扎的人生,並且終究還會死亡(第四個幻覺)——而這些是在他們走錯路之前都沒經驗過的。

在你們星球上所產生和存在的其他文化故事及神學,並沒有都接受亞當和夏娃的這個劇情,但儘管如此,他們仍創造了自己的「必備資格」的證據。大多數人都同意 「在神的眼睛裡,人類是不完美的」說法,而他們必須做些什麼-如稱為淨化、救贖、開悟等,不論什麼——以達到完美。

由於你們相信人類不完美·並且你們相信是由我這兒收到了這個特性·你們覺得就有完全的 自由可將之傳給別人。你們一向都期待別人如你們被告以我期待於你們的同一件事·就是完 美。

於是事情便這樣發生了:人類一生都在要求那些他們自己稱為不完美的人類完美。

首先,他們對自己這樣要求。這是他們最先、也往往最昂貴的錯誤。

然後,他們施之於別人。這是他們的第二個錯誤。

他們使得自己或他人都再也不可能完全滿足——

那「必備資格」。

父母希望他們不完美的孩子完美,而孩子要求他們不完美的父母完美。

公民們要求他們不完美的政府完美,而政府要求他們不完美的公民們完美。

教會要求它們不完美的信眾完美,而信眾要求他們不完美的教會完美。

鄰居要求他們不完美的鄰居完美,種族要求別的種族,國家要求別的國家。

你們已接受了審判的幻覺這個現實‧然後你們宣稱‧如果神審判你‧你也就有權審判每個其他的人。所以你就審判他人。

尤其是,你們會急匆匆的去審判任何得到了假設只給完美的人的獎賞——美名、權力、成功——的任何人,而你們的世界會譴責它所發現到有最微小的不完美的那些人。

你們變得如此狂熱,以到於在你們目前,你們使得人們真的不可能變成領袖,英雄或偶像——故此也奪去了你們社會上所真正需要的。

除非你們將自己由你們強加於彼此的審判,以及你們相信神強加於你們的審判中釋放出來, 否則你們是作繭自縛。

然而,為什麼一個關於你們的單純觀察會讓你如此不自在呢?單純的觀察到一件事是如此, 真的就是「審判」嗎?它不能只是個觀察嗎?如果一個人沒有滿足「必備資格」又怎麼樣呢? 有什麼關係嗎?

這是人類開始問的問題。

所以很顯然的·在第六個幻覺裡也有瑕疵。這顯示出「審判」這想法本來就是錯的·但人們知道·在某個非常深的層面·他們不能放棄幻覺·不然某些非常重要的事會終止。 再次的·他們是對的。但·再次的·他們還是犯了同樣的錯誤·就是不將幻覺視為幻覺·並以它本來應有的目的去利用它·反而·他們以為自己必須去修正那瑕疵。

為了修正這第六個幻覺,又創造出了第七個幻覺。

7、 定罪的幻覺

這是第七個幻覺: 定罪的存在

「審判」必然有個後果。如果「審判」真的存在,就必須有個理由。

很顯然,人是要被審判,以決定他是否應得到滿足了「必備資格」的報償。

那即是人類建構它的方式。為了尋求見解·嘗試找到答案·你們回到了你們原先的文化故事· 以及它們建立於其上的第一個幻覺。

你們告訴自己,當你們第一次未能滿足我的要求時,我就將你們與我分離。

當你們是完美時,你們是住在一個完美的世界和樂園裡,你們享有永生。然而,當你們犯了原罪,而致使你們自己不完美時,你們在各方面體驗到的完美也就結束了。

關於你們完美的世界最完美的事是,你們永遠不會死。死亡是不存在的。然而,隨著你們對完美的體驗之結束,你們接受了第四個幻覺的事實:「不足」的存在。沒有足夠的,甚至沒有足夠的生命。

所以死亡必然是其後果。這是沒有滿足「必備資格」的懲罰。

但是怎麼能如此呢?你們中先進的思想家問道。每個人都會死,所以,死亡又怎麼是沒滿足「必備資格」的懲罰呢?那些真的滿足了「必備資格」的人也是會死的呀!

或許·死亡存在的理由是·宇宙就是有「不足」。不足是事情的狀態。你們由第四個幻覺已 學到了這一點。

然而,如果死亡不是不足的結果,那麼,沒滿足「必備資格」的結果是什麼呢?

這兒有些事不大對。有些事前後不符。你們回到了你們最初的迷思。當亞當和夏娃沒有滿足「必備資格」時,神將他們逐出了樂園。這創造了「分離」,「分離」創造了「不足」,「不足」,創造了「必備資格」。

所以,「不足」才是神的懲罰的結果。其懲罰是分離,而「不足」是其結果。死亡是生命之不足——所以,引申為,死亡即是那懲罰。

這是你們所推理出來的。死亡的目的必然是懲罰你們沒滿足要求。因為若無死亡,便只有一向所有的——即永生。而如果你們可以永遠活著,沒滿足神的必備資格的要求之結果又是什麼呢?

所以,一向就有的東西必須被稱為報償。

對啦!你對自己說。 永生即是那報償。 但現在又有另一個謎語產生。如果死亡存在,那麼永生便無法存在。

嗯——

所以這裡產生了一個挑戰。 要如何創造一個方法讓兩者都存在——雖然事實上兩者看起來 是彼此排斥的。

你們認為, 肉身的死亡並不意味著你的結束。既然死亡的存在事先排除了一個永遠持續的生命, 所以你們認為在肉身死亡後, 生命必須永遠持續下去。

但如果在肉身死亡後, 生命永遠持續下去, 那麼死亡又有什麼意義呢?

沒有意義。所以,在你們死後的經驗裡,必須創造出......另一個結果。

你們稱它為「定罪」。

當你如此思考時·它完全是對的。 它馬上與第二個幻覺——生命的結果是有疑問的;失敗是存在的——相呼應!

現在你們可以既擁有蛋糕,又可以吃它了。現在你們可以既有死亡,又有永生、賞和罰了。 藉由將兩者都放在死亡之後,你們有辦法將死亡弄成不是懲罰,卻只是「不足」的終極顯現 ——這是第四個幻覺最令人印象深刻的證據。 現在·一個幻覺真的開始支持另一個了。它們的交織是完美的。 你們的工作完成了·而這是你們的文化故事以及你們不休止的創造和傳遞固化的迷思所製造出的實相。

迷思支持這故事,而故事支持那幻覺。這是你們整個宇宙觀的超級結構。這些是你們所有理解的基礎。

但它們——它們全部——都是錯的。

死亡並不存在。要說死亡存在,就是說你們自己不存在,因為你們即生命本身。 要說死亡存在,就是說神不存在,因為神就是一切萬有(那正是神本是的東西),而如果所 有的東西形成一個統一的整體(事實本就是如此),那麼,如果一樣東西死亡,所有的東西 就都死亡——那也就意味著,神也死亡。如果一樣東西死亡,神也是死亡。

當然,這是不可能的。所以,要明白這一點:死亡和神是彼此排斥的。他們不可能並存。

如果死亡存在,那麼神就不存在。否則,你就必須下結論說,神並非一切萬有。

這帶來了一個有趣的問題:有沒有神所不足的東西呢?

如果你相信有一位神,但有一些神所不足的東西,那麼,你可能就會相信許許多多其他的東西。不只是死亡,還有魔鬼,以及它們之間的每樣東西。

如果,在另一方面,你們相信神是生命本身的能量。以及這能量永遠不滅卻只改變式,以及這神聖的能量不只是在每樣東西裡面,卻就是每樣東西——形成形式的能量也是採取形式的 能量——那麼,要瞭解死亡並不在,且不可能存在,便只是一小步了。

這就是本來如是的情形。我是生命的能量。我是形成的那個·也是採取形式的那個。你們所 見的萬物都是不同組合的神。

你們全都是神,都是在成形中的 (in formation)。

或者,換個方式說,你們是神的資訊 (information)。

以前我已跟你們說過這些,不過現在你們終於可以真正理解它了。

在我們的對話裡,大部分我跟你們說的話都重複了好幾次,當然,這是設計好的。在你們能 理解你們所試著想去瞭解的新觀念前,你們必須緊緊抓牢我給與你們的每個觀念。

你們有些人曾想更快的前進。你們有些人曾說:「好了好了,我已經懂了!」 然而,你真的懂了嗎? 你過的生活是你懂或不懂的一個衡量標準。它是你最深的瞭解的反映。

如果你的生活是經常的喜悅和完全的至福經驗,那麼你是真的懂了。但這並不表示,你的人生沒有能引起痛苦、受罪和失望的情況。它是指縱使有那些情況,但你仍活在喜悅中。你的經驗與那些情況毫不相干。

這是我講過許多次的無條件的愛。你可以在與另一個人或與生命本身的關係中經驗它。

你對生命有無條件的愛時,你就能愛生命如它此時此刻顯現的樣子。而這只有當你「看見完 美時」才有可能。

我告訴你·每件事和每個人都是完美的·當你能看見這一點·你就是已朝大師級走了第一步。 然而·除非你完全瞭解每個人正在試著做什麼以及天下每件事的目的·否則你無法看見這點。

舉例來說,當你瞭解這對話一再回到它的重點上的目的,是要帶你深深地進入你自己的瞭解,並且非常的接近大師級時,你便會喜愛這重複。你會愛它,由於你瞭解它的利益。你接受這禮物。

這會在此刻,並在你人生的所有時刻帶給你平靜,不論你先前可能認為它們多惹人厭。甚至 在你死前的片刻,你也會找到平靜,因為你也會視你的死亡為完美的。

當你瞭解·每個剎那都是一個死亡時·你甚至會找到且創造出更多的平靜。每個剎那譬如昨日死·而每個剎那也正是你現在選擇要變為的新生命之開始。

在每個剎那·你都在重新創造你自己。你有意識或無意識地這樣做:對於正在發生的事有覺 知或毫不覺知。

你並不需要面對你先前稱為「死亡」的片刻,才能體驗更多生命。任何時候隨你高興,你都 能在一百種不同的時刻,以一百種不同方式體驗更多的生命——不論在你出生的剎那、在你 死亡的剎那,或在其間的任何一刻。

至少我能向你承諾:在你肉身死亡的剎那·你將體驗更多生命——而這比其他任何事都能說服你,是有更多的生命,生命生生不息而永遠不結束。在那一剎那你會瞭解,從來沒有不夠的時候。生命從來沒有不夠,而生命的素質也從來沒有不夠。

這將讓第四個幻覺永遠消散。然而,所有的幻覺都能在你死亡的一瞬前消散,而那便是我在此的訊息。

要產生更多生命的方法就是體驗更多的死亡。別讓死亡成為一生只此一遭的事!體驗你人生的每個瞬間為一次死亡,因為,事實上它就是如此,當你重新定義死亡為一個經驗的結束和另一個經驗的開始時。

當你這樣做時,每個瞬間你都能為剛剛過去、剛剛才死亡的東西,舉行一個小小的葬禮。隨後,你就能轉過身來,創造未來,明白是有一個未來的,是有更多生命的。

當你明白了這一點·不足的想法便粉碎了·而你就能以一種新方式·帶著新的瞭解和更深的 感激、帶著更大的覺知和更大的意識·開始好好地利用當下的每個黃金片刻。

一旦你瞭解了永遠有更多的生命時,你將學會以一種於你有益的方式利用「沒有足夠的生命」 之幻覺。而當你走在你的道途上、走回家時,這幻覺會幫助你,而非阻礙你。

縱使這幻覺是你的時間快用完了,你都能放鬆,因為你知道你有更多的時間。縱使那幻覺是你的生命正在結束,你都能以極大的效率創造,因為你知道你有更多的生命。縱使那幻覺是你人生中的不論什麼東西是不足夠的,你都能平安喜悅,因為你現在知道,真的是有足夠的。有足夠的時間、有足夠的生命、有足夠的生命素質去讓你永遠活在快樂中。

當你容許自己去經驗你一度以為不夠的東西是夠的時,不凡的改變就會發生在你過你人生的方式上。

當你明白有足夠時,你就會停止與別人競爭。你不會再為愛、金錢、性或權力,或你覺得不 夠分配的任何東西競爭。

競爭結束了。

這改變了每件事。現在你不再與別人競爭,以得到你所要的,反之,你開始布施你所想要的。 不再爭取更多愛,反之,你開始佈施更多愛。不再拼命努力想成功,反之,你開始更確定每個人都是成功的。不再抓權,反之,你開始賦權予人。

不再追求親愛、注意、性的滿足和情感上的安全,反之,你發現自己是其源頭。的確,你所曾想要的每樣東西,現在你都在供給別人。最奇妙的是,你給出什麼,你便收到什麼。你突然有了更多你布施出去的任何東西。

其中的理由很清楚。與你所做的是「道德上正確」、「靈性上開悟」,或「神的意旨」 之事實毫不相干。它只與一個單純真理相關: 就是這房間並沒有別人。

我們只有一個人。

然而, 幻覺說這並非如此。 它說, 你們全都彼此分離, 並與我分離。它說並沒有足夠的——甚至沒有足夠的我。因此, 有些事是你必須做, 以便擁有足夠。它說你會被小心地守望著, 以確定你做了。它說如果你沒做, 你便會遭定罪。

這看來不像是一件非常有愛心的事。 然而,如果你們所有的文化故事都告訴過你一件事,那就是,神是愛、超絕的愛、深不可測的愛。但,如果神是愛,定罪又怎能存在呢?神怎能判我們去受言語無法描述的、永遠的酷刑呢?

這些是人類開始去問的問題。

很顯然,在第七個幻覺裡是有瑕疵。 這應該說明了「定罪」的想法本來就是錯的,但人們在某個非常深的層面明白,他們不能放棄那幻覺,不然某些非常重要的事會終止。

再次的,他們是對的。但再次的,他們犯了一個錯誤。就是不將幻覺視為幻覺,並以它本來 應有的目的去利用它,他們反而以為必須去修正那瑕疵。

而就是為了修正第七個幻覺,才創造了第八個幻覺。

8、有條件的幻覺

這是第八個幻覺: 有條件的存在

為了要讓定罪存在,對於愛,你們必然有些地方無法瞭解。

但這是你們的結論·所以你們發明了「有條件」做為生命的一個特性·以解決這結論呈現的兩難之局。

在人生中的每件事都必須有條件。 這不就不證自明了嗎?你們中有些思想家問道: 你們不是瞭解第二個幻覺嗎? 人生的結局是不一定的。

失敗是存在的。

那意味著·你可能無法贏得神的垂愛。 因為神的愛是有條件的。 你必須符合「必備資格」·如果你無法滿足「必備資格」·你將被分離。 這不是第三個幻覺教你的嗎?

你們的文化故事非常令人信服。在我和你的通訊中,我一直是借由西方的文化故事來談,因為那是這個通訊開始于其中的文化。 但東方的文化以及人類形形色色不同的文化和傳統,也通通有它們的故事,且大半都建立在全部或部分的十個幻覺上。

我說得很清楚·幻覺不止十個。 你們每天都造出上百個。 你們的每個文化創造出它自己的,但它們多多少少全都建立在同樣的錯誤觀念上。這一點,藉由它們全都創造出同樣的結果這個事實而得以證實。

在你們星球上的生命·常是充滿了貪婪、暴力、殺戮·以及幾乎遍及世界的有條件的愛的經 驗。

不論你們是如何形成對上帝的概念的,你們從認為他的愛是有條件中學會了有條件的愛。或者是,如果你不相信有一位無上的神,卻相信「生命本身」,那麼你所理解的「生命」就是,在有條件的脈絡內表達它自己的一個過程:也即是說,一個條件依賴另一個條件。你們有些人會稱這為因果。

然而,「第一因」又怎麼說呢?

那是你們全都未能回答的問題。 縱使你們最偉大的科學家也都無法解開這個謎。 縱使你們 最偉大的哲學家也都不能解答這個難題。

誰創造出那造物主的?

如果你們想出一個因與果的宇宙,很好——但是誰生出了第一因的?

這是你們老師跌倒的地方,這是你們的道途中止的地方,這是你們停在理解邊緣的地方。

現在,我們就將要飛越那邊緣。

在宇宙裡沒有條件。「如是」就是「如是」,並沒有它不存在的條件。

你們瞭解嗎?

「如是」不可能不是。在任何條件下,它都不可能不是。 這就是生命是永恆的原因。因為生命就是如是,而如是永不可能不是。

生命永遠曾是,就是,將是,永生永世。

神也是一樣,因為神就是生命之所是。

愛也是一樣,因為愛就是神之所是。

所以,愛不知有條件。愛單純就是。

愛不可能不「是」,而在任何條件下,都不可能令它消失。

在以上的句子裡,你可以用「生命」或「神」來代換「愛」這個字,同樣都是真的。

有條件的愛是修辭學上的矛盾修飾法。

你懂了嗎?你瞭解了嗎? 兩者是彼此排斥的。 在同時同地,「有條件」的經驗和「愛」 的經驗無法並存。

你們認為它們可以並存的想法,就是正在毀滅你們的東西。

你們的文明選擇了在一個非常高的層面經驗第八個幻覺。 結果是·你們的文明本身面臨了滅絕的威脅。

但你們並沒有受到滅絕的威脅。你們不可能。因為你們即生命本身。然而在此刻你們表現生命的形式——你們創造出來,及尚未存在的文明——並非不可改變的。是「你們是什麼」的神奇,讓你們能隨時隨心改變形式。 真的,你們一直都在這樣做。

可是,如果你很喜歡你現在在其中體驗自己的形式,又為什麼要去改變它呢?

那就是人類要面對的問題。

你們曾住在樂園裡。肉體生命的每一個可能的喜悅,你都可得。你們真的是在伊甸園中。你們那部分的文化故事是真的。然而,你們並沒有與我分離,而且永遠不必。 你們可以體驗這樂園要多久有多久。 當然,你們也可以即刻毀滅它。

你們要選擇哪一個?

你們快要選擇後者了。

那是你的選擇嗎?那是你有意識的決定嗎?

要非常小心地看這問題。很多東西都依靠著你的答案哦!

儘管在宇宙裡欠缺真正的「條件」、你們卻堅決相信有條件的存在。 顯然它存在於神的王國裡。你們每一種宗教都那樣教你、所以它必然是存在於整個宇宙裡。 你們認為它是生命的一個事實。所以,你們曾花了生生世世去試圖想出,如果你並沒有滿足「必備資格」,那什麼條件能容你創造你所渴望的人生——以及來生。如果你滿足了「必備資格」,問題便不存在。但萬一你沒有呢?

這個追尋將你導入了一個死胡同·因為並沒有條件。你只要選擇它·你便可以有你渴望的人生·和你想像的任何來生。

你不相信這個,你說,這方程式不可能那麼簡單。不、不.....你必須滿足「必備資格」!

你不知道你自己是有創造力的生靈。你也不知道「我」是如此。你想像我不知怎地,可能會得不到我想要的東西(希望我所有的孩子都回到家裡)——那意味著我必然根本不是一個真正有創造力的存在,卻是個很依賴別人的存在。如果我真的有創造力,我就應該能創造任何我選擇的東西。但我好像必須依賴某些條件,才能有我所想要的。

人類想不出為了讓自己回家,回到神的身邊,他們可能得滿足什麼必備資格。所以他們盡力 而為......盡力假造出一些東西,而這些又借由你們所謂的宗教解釋出來。

宗教不僅能解釋那些「必備資格」·並且還能解釋如果一個人沒有滿足「必備資格」·那他怎麼樣才能重獲神的愛。因此·寬恕和救贖的觀念才誕生出來。它們是愛的條件·神說:「我愛你·如果……」。 這即那些 「如果」。

如果人類曾客觀地看事情,那麼每個宗教對寬鬆和救贖的解釋都不同這個事實,就可能已證明它們全是假造出來的。但是,「客觀」並非人類已證明是他們所特別具有的一種能力。甚至今日,許多人仍然沒有這項能力。

你們一直在宣稱,你們並沒有假造任何東西。你們說,你們回到神身邊的條件是我制定的。如果有好幾百種不同的宗教,指向好幾千種不同的條件,那並非由於我給過混雜不清的訊息,而只是由於人類沒弄對。

當然,「你」是弄對了。 只不過是那些其他宗教裡的其他人沒搞對。

要解決這一點有許多方法。 你可以不管他們。 你也可以試著讓他們皈依。 你甚至可以決定 消滅他們就行。

你們族類曾試過所有這些方法。而你們有權利那樣做,不是嗎? 你們有責任那樣做,不是嗎? 這難道不是神的工作嗎?你們難道沒被召喚去說服別人皈依你的宗教,以便他們也能明白什麼是對的嗎?而當別人無法被說服時,你們的殺伐和你們的「種族清洗」難道不也是合理的嗎? 難道沒有一些東西、一些未明文的「東西」,給了你們這權利嗎?

這些是人類開始問的問題。

很顯然的·在第八個幻覺裡有瑕疵。這顯示出 「有條件」 的想法本來就是錯的·但在某個 非常深的層面·人們知道他們不能放棄那幻覺·不然·某個非常重要的東西便會終止。

再次的,他們是對的。但再次的,他們犯了一個錯誤。他們沒有把幻覺視為幻覺,並且以它們應有的目的去利用它,反而,他們以為必須去修正那瑕疵。

就是為了修正第八個幻覺裡的瑕疵,才創造了第九個幻覺。

9、優越的幻覺

這是第九個幻覺: 優越的存在

人們結論說,如果有條件存在,那麼要享受與創造一個人渴望的人生及來生,他就必須知道 那些條件。

這結論是不可避免的,而另一個「那些知道條件的人比不知道的人要過得好」的結論也是一樣。

然後,沒有多久,人類便會由上一句中去掉了「過得」兩個字。

故此,優越的想法便誕生了。

優越有許多用處。其中最主要的一個是,提供了能去做「不論什麼,只要保證能得到足夠的 每樣東西——包括神的愛——的事」的不可爭辨之藉口。知道條件可以賦予一個人權利去忽 視他人、去叫人皈依,或乾脆消滅那些不知道條件的人,或者同意別人去這樣做。

所以,努力去明白「生命的條件」變成了一個主要的、先入為主的想法。知道「生命」的條件被稱為是科學。知道來生的條件被稱為是良心。如果一個人知道這些條件,並且瞭解它們,他便被稱為是有「好良心」或是「有意識」。

經由熱誠地學習你們所謂的「神學」(theology)、神+邏輯 (the+logy)、或模糊地說、神邏輯、據說可以達到一個「高階意識」(high consciousness)。

經過很多研究之後,結論是,在有些情況下,可以滿足「必備資格」,而在某些情況下,是不可能滿足「必備資格」的。還有在另一些情況下,一個人沒能滿足「必備資格」則是可被原諒的。

這些情況結果被稱為「有條件」。

在你們的經驗裡,「擁有」(having)被加在「做」(doing)上面了。

當你有足夠的頭腦·你就能做所謂的「得到好分數」「以全班第一名畢業」及「找到一份好工作」等事。 然後·你就能「是」所謂的成功的人。

當你有足夠的金錢·你就能做所謂的「買一幢很棒的房子」的事·而你就能「是」所謂的「無憂無慮」的人。當你有足夠的時間·你就能做所謂「度假」的事·而你就能「是」所謂的「精力充沛」、「復甦」和「輕鬆」的人。

當你有足夠的權力·你就能做所謂的「決定自己命運」的事·而你就能「是」所謂的「自由」的人。

當你有足夠的信心,你就能做所謂的「找到神」的事,而你就能「是」所謂的「得救」的人。

這是你們建立你們世界的方法。當某個人有了對的東西,他們就能做對的事——就容許他們做他們一直想要成為的人

而問題就出在·除非人們擁有了你們說他們必需有的東西·否則他們並不能輕易地「做」所有他們必須「做」的事。

所以,即使他們有頭腦,他們也不一定就找到一份好工作,並升遷到頂峰,除非他們也有對的性別。他們無法買一幢很棒的房子,縱使他們有錢,除非他們也有對的膚色。他們無法找到神,縱使他們很有信心,除非他們也有對的宗教。

有了對的東西也無法保證你就得到所有你渴望的東西,但它給了你一個先馳得點的好機會。

一個人獲得(或被認為獲得)了越多有關這些條件的知識,他就被認為越優越。而正如前面已說過的,這優越感也給了人們權威(或鼓勵人們給自己權威)去做任何他們覺得為了保證自己有更多「生命」與更多「神」——兩者都不夠分配——而必須做的事。

這就是你必須做你所必須做的事的理由,因為並沒有足夠的。這是你們所曾告訴自己的。你們整個的族類都接受了這個咒語。

這星球不止有一個你,所以東西不夠分配。食物不夠、金錢不夠、愛不夠、神不夠。

你們必須為之競爭。而如果你要與人競爭,你就必須有些辦法去猜測出誰會贏。

優越性便是你的答案。

優越的人贏——而優越是建立在某些條件上的。

有些人試圖保證自己會贏,因此武斷地增加條件,使得他們能事先宣稱自己為勝利者。

舉例來說,他們宣稱男性優於女性。這不就不證自明嗎?你們中的一些思想家問。(當然,大半是男性在這樣問。)

同樣的,白人也被宣告是優越的。

然後,還有,美國人。

而當然,基督徒。

或者俄國人? 猶太人? 或女人?

這些事可能是真的嗎? 當然是真的。全看是誰在創造出那體系。

最早最早的「卓越存在」並非男性……而男性也真的同意過。終究,難道女性不是帶來了生命的人嗎? 而生命難道不是每個人都對它有最高渴望的東西嗎? 所以,在你們母系社會的期間,女性被認為是較優越的。

同樣的,白種人並非第一個人種,所以也並非較優越的。

事實上,它如今也不是較優越的。

男性也不是較優越的。

或者猶太人、或者基督徒、或回教徒、佛教徒、印度教徒,甚至民主黨和共和黨、保守黨或 共產黨,或其他任何東西。 這就是真相——會讓你們自由的真相,你們不容許它被說出來的真相,因為它將會使每個人 自由。

並沒有較優越這一回事。 是你們將它造出來的。

你們所定義的優越‧是建立在你們的偏愛、你們的欲望和你們的理解上的(老實說‧那是非常狹隘的)。你們曾按照你們的視野、你們的目的和你們的議程‧宣告你們主張什麼是較好的。

然而·你們有些人卻宣稱這是我的議程。 是神稱你們為「選民」·是「唯一正信」或「解脫的唯一道途」。

所有的這些,都回溯到了第一個幻覺:需要的存在。

你們認為,由於神有需要,所以神就有議程。

這是你們的第一個錯誤,而它導致了你們可能的最後一個錯誤。因為我要告訴你:你們的優越觀念可能是你們所曾犯過的最後一個錯誤。

人們認為他們比自然優越,因此他們試圖去壓制它。但在這樣做時,他們是在毀掉被創造來 保護他們,並且是他們的樂園的居所。

人們認為他們比對方優越,所以他們試圖壓制彼此。在這樣做時,他們也毀掉了創造來擁抱 他們、並且給他們愛的家庭。

由於你們相信這些幻覺,你們的族類變得很難以目前的方式來經驗生命。由於沒有以它們的本意去利用那些幻覺,你們也就將原本該是個美夢的,變成了活生生的惡夢。

但你們現在已能解開所有這一切的謎了。單純地視幻覺為它們的本來面目——是有意造出來的現實——然後停止將它們當成真實地過活。

尤其是·別懷著這樣的確信去活在第九個幻覺裡·反而是要利用那幻覺去注意到優越是不真實的。當我們全是一體時·不可能有優越這回事。沒有東西可能比它自己更優越。

所有的東西全是一個東西·此外無它。「我們都是一體的」不止是美麗的口號·也是對 「終極實相」的本質之精確描述。當你明白了這一點·你就能開始以一種新方式體驗生命——並且以此互相對待。你將以不同的眼光看所有事物的關係。你會注意到在一個高得多的層面的相連性。你的覺知擴展了。你的洞察力變得非常深邃。你會看進去,很實在地。

你增強的深人凝視生命的能力,使得你略過了幻覺而認清——「再次的知道」、再認知——你的實相,就是借由這個過程,你記起你「真正是誰」。

這個由不知到再次認知的過程,可能進行得很緩慢。這旅程可能是一小步一小步地前進。但 永遠別忘了。小步可以產生大進展。

這種小步之一是終結掉「較好」。

優越感的想法是人類有史以來的最誘人想法。它能在頃刻間將心轉為石頭,將暖變成冷,好 變成不好。

但只要從你們的佈道壇、講臺和演說台·由你們的國會與你們的世界高峰領袖們說出一句話· 便可改變每一件事。這句話是:「我們的道路並不是一條較好的路·只不過是另一條路。」

這謙虛的一句話,可以開始治癒你們宗教之間的分隔,關閉你們政黨之間的嫌隙,終止你們國家之間的衝突。

用一個字,你就能終止它們。

「Namaste」(譯注:尼泊爾人的問候語·其意思即下面那句話的意思。) 「我內在的神尊 敬你內在的神。」

多簡單。多美。多奇妙。

然而,當一個人被困在幻覺中,要在每個人和每樣東西裡看見神,又是多麼的難。每個人都必須覺知那幻覺——覺知它是個幻覺。然而如果它並非幻覺,而是人生的真相,那麼又怎麼會正當我們認為自己是優越的時候,我們卻以最低級的方式做事呢?為什麼正當我們認為自己是比較好時,我們的作為卻是更糟的呢?

很顯然,在第九個幻覺裡有瑕疵。這透露出「優越」的概念本來就是錯的,但在某個非常深的層面,人們知道他們不能放棄這幻覺,不然某些非常重要的東西會終止。

再次的·他們是對的。但他們也再次犯了一個錯誤:他們沒有把幻覺視為幻覺·並以它們原 有的目的去利用它·反而以為他們必須去修正那瑕疵。

為了修正這第九個幻覺裡的瑕疵,他們創造了第十個幻覺。

10、無知的幻覺

這是第十個幻覺:無知的存在

當每個幻覺堆疊在上一個幻覺上,「人生」就變得越來越難解了。人們發出越來越多無從回答的問題。如果這是真的,那麼為什麼會這樣?要不了多久,哲學家和老師們都會開始高舉雙手說:「我們不知道,而且我們也不知道是不是可能知道。」

因此,無知的概念便誕生了。

這概念適用於很多議題,以至於它很快地散播開來,而且很快地就變成了最終的答案。

我們就是不知道。

很快地,人類機構開始在其中不止找到一個避難所,還有某種權力。「我們不知道」變成了「我們並不一定該知道」,再變成「你不一定需要知道」,最後變成「你所不知的不會傷害你」。

這給了宗教和政府權威,去說他們選擇要說的,做他們高興做的,且不需對任何人交待。

實際上,「我們並不一定該知道」變成了一種宗教教義。這教義宣告說,宇宙的某些秘密是神不要我們知道的,甚至去探詢這種事也是一種褻瀆。這教義很快地由宗教傳佈到政治、到政府。

結果是:在你們的某段歷史時刻·當你以某種方式在某個時候問某些問題·是可能讓你被斬首的。

這是千真萬確的。

這個對詢問的禁制將無知抬舉成了一個值得擁有的屬性。不去詢問問題變成是非常聰明的· 並且是有禮貌的。它變成了一種可被接受的行為。沒錯·一種被期待的行為。

雖然·對魯莽詢問之處罰·今日可能似乎已不像過去那樣的嚴厲·但在你們星球上卻仍有某些地方很少有改變。

某些極權政治一直到現在還堅持只有同意的聲音才會被聽到,不同意的聲音則被抑止,有時候甚至以最殘酷的方式來抑止。

這種野蠻借由宣稱「為了維護秩序是必要的」來合理化。而來自國際社會的抗議則被憤怒地 嗤之以鼻,鎮壓的政府還宣佈:這些是「家務事」。

現在,我告訴你:愛的精髓是自由。任何一個說他們愛你、他們在照應你的人,都會給你自由。

就是那麼簡單。你不需要看得更深更遠,去找更圓滿的理解。

我先前曾告訴過你,我現在要再告訴你一遍。在人類經驗的核心,只有兩種能量:愛和恐懼。

愛允許自由,恐懼則將之拿走。愛開啟,恐懼關閉。愛歡迎完全的表達,恐懼則消耗它。

借此你可知一個人是愛你或怕你。別去注意他們說什麼,要注意他們做什麼。

愛永遠都歡迎你,讓你解脫了無知的束縛。你可以問任何的問題。追尋任何的答案。說出任何的字眼。和別人分享任何的想法。支持任何的體系。崇拜任何的神。

活出你的真相。

愛永遠都在歡迎你去活出你的真相。

這是你如何能知道它是愛的方法。

我愛你們。 那就是我來告訴你們無知是個幻覺的理由。

你知道所有關於「你真正是誰」——即愛的精髓——的事。你不需要學任何東西:你只需要 記起。

有人曾告訴你、你無法知道神、甚至詢問「我」的事、也是個對「我」的冒犯。

那不是真的。

那些說法都不是真的。

人家告訴你·我要你給我一些東西·而如果你無法給 「我」·你就回不了家·無法與我合而 為一。

那不是真的。

那些說法都不是真的。

人家告訴你,你和我是分離的,並且你們也彼此分離。

那不是真的。

那些說法都不是真的。

人家告訴你,沒有足夠的分配,因此你們必須為每樣東西彼此競爭,包括與我競爭。

那不是真的。

那些說法都不是真的。

人家告訴你,如果在這競爭中,你不做我所要求的事,你就會被罰,而那處罰是受永遠的苦刑。

那不是真的。

那些說法都不是真的。

人家告訴你,我對你的愛是有條件的,如果你知道且滿足了我的條件,並贏得為生命競爭所需的所有條件,那麼你就是優秀的。

那不是真的。

那些說法都不是真的。

最後·人家告訴你·你不會知道這些說法不是真的·並且你永遠無法知道·因為它遠超過你 能瞭解的程度。

那不是真的。

那些說法都不是真的。

現在,以下才是真的......

- 1. 神什麼都不需要
- 2. 神不會失敗,你們也一樣
- 3. 任何東西都沒有和任何東西分離
- 4. 一切都很足夠。
- 5. 沒有什麼你一定必須做的事。
- 6. 你永遠不會受審判。
- 7. 你永遠不會被定罪。
- 8. 愛不知有條件。
- 9. 任何一樣東西無法比它自己更優越。
- 10. 你已經知道了所有這一切。

第二部 掌握幻覺

11、請把這些教你們的孩子

請把這些教給你們的孩子請把這些真理教給你們的孩子。

教你們的孩子,他們不需要任何外在於他們自己的東西才能快樂——不管是人、地或物。真正的快樂是從內心找到的。告訴他們,他們是自足於他們自己的。

教他們這些,你就已經是把他們教得非常好了。

教你們的孩子·失敗只是一種想像·每一次的嘗試都是一個成功·而每個努力都成就了勝利· 第一次的努力並不比最後一次的努力不值得尊敬。

教他們這些,你就已經是把他們教得非常好了。

教你們的孩子·他們是與所有的「生命」深深相連的·他們與所有的人是一體·他們從來不 曾和神分開過。

教他們這些,你就已經是把他們教得非常好了。

教你們的孩子,他們是住在一個華美豐盛的世界裡,每個人都有足夠的,並且當你分享得最多,而非聚斂得最多時,你得到的也最多。

教他們這個,你就已經是把他們教得非常好了。

教你們的孩子·要夠資格擁有高貴而圓滿的生活·並不需要是什麼或做什麼·他們無需與任何人或為任何事競爭·神的祝福是給每一個人的。

教他們這個,你就已經是把他們教得非常好了。

教你們的孩子·他們永遠不會被審判·他們不需要擔心永遠得做對·他們不需要改變任何事· 或「變得更好」·才能在神的眼中顯得十全十美。

教他們這個,你就已經是把他們教得非常好了。

教你們的孩子,後果與懲罰並非同一件事,死亡並不存在,而神永遠不會叫任何人下地獄。

教你們的孩子·愛並沒有任何條件·他們不需要擔心失去你的愛或神的愛:而他們的愛·無條件地與人分享後·是他們能給世界最了不起的禮物。

教他們這個,你就已經把他們教得非常好了。

教你們的孩子·特殊並不是優越·宣稱自己比別人優越·就是沒看見自己真正是誰:而在承認「我的方式並非是比較好的方式·我的不過只是另一種方式」裡·卻有著極大的治療功用。

教他們這個·你就已經把他們教得非常好了。 教你們的孩子·沒有他們不能做的事·無知的 幻覺可以由世上根除·而借由提醒人們他們真正是誰·讓他們知道每個人都已擁有他們所需 要的。

教他們這個,你就已經把他們教得非常好了。

不以言語· 卻是以你的行為去教他們這些事: 不以討論· 卻是以表現。因為你的孩子模仿的 是你的所作所為· 而他們也會變成你們所是的人。

現在去吧,不僅去把這些教給你們的孩子,也教給所有的人和所有的國家。因為,當你起步 走向大師級的旅程時,所有的人都是你們的孩子,而所有的國家都是你的家。

這是你許多世紀與許多「生」前即開始的旅程。這是你已準備了很久的旅程,將你帶到這裡, 到此時此地。

現在這是比從前更急迫地召喚你的旅程、你覺得自己以越來越快的速度前進。

這是你靈魂的渴望之不可避免的結果。它是以你身體的語言說你心裡的話。它是你內在神性的表現。它以前從未那麼急迫地召喚你——你現在聽到了你從不曾聽到過的。

是與世界分享一個光榮遠景的時候了。這是所有曾經真正追尋過的人類、所有曾經真正愛過 的愛,和所有曾經真正感覺「生命一體」的靈魂之遠景。

一旦你感受到這些,你就再也無法滿足於任何較遜於它的事。一旦你體驗過它,你就再也不要別的,而只要與你觸及他們生命的所有那些人分享它。

因為這就是「真實」·與幻覺形成了蔚為奇觀的對比。而由於幻覺·你將能體驗「真實」 並且認識它。然而·你並不是那幻覺·而你在幻覺中經驗到的你·也並非」真正的你」

只要你還在以為幻覺是真實的·你就無法憶起「你真正是誰」。你必須瞭解·幻覺就是個幻覺——你為了非常真實的目的而創造了它·但幻覺本身並不是真實的。

這就是你們到這裡來所要憶起的,以從前從未有過的清明憶起它。

你們世界的轉化要靠你們的憶起。教育這個字的意思並非「放入」·卻是「汲出」。所有真正的教育都是由學生那兒汲出本就在那兒的東西。大師知道它已然在那兒·所以不需要將它放在那兒。大師只不過在努力引起學生去注意到它在那兒。

教導從來都不是幫助別人學習,而是幫助他們憶起。

所有的學習都是憶起。所有的教導都是提醒。所有的課程都是重新被攫獲的記憶。

不可能教什麼新的東西·因為沒有新的東西可教。每一樣曾是的和將是的東西現在就是。靈魂能構到(取用)所有的這些資訊。沒錯·靈魂是所有的這一切……正在形成。(in formation 雙關語·即 information 資訊)。

靈魂是在形成的神之軀體。

我是在持續不斷的形成過程中。那過程被稱為演化——一個永無止境的過程。

如果你把神想作是一個「已完成的」過程或存在體·你就是還沒有正確地憶起本來是如何。 看·這可是個重大的秘密:**神從未完成**。

任何事物。 包括你。

神從未完成你。

那是因為,你即神之所是,而既然神都還沒跟神完事,神也不可能跟你完事。

現在·神聖二分法來了:我說過·每樣曾是的東西現在就是·而每樣將是的東西現在就是。 而我也說過·演化的過程永無止境·故此·就是過程永不結束。那怎麼可能兩者皆為真呢?

答案涉及了如你們所瞭解的時間本質。事實上,並沒有時間這樣一個東西,而只是有在永不休止的「當下片刻」裡持續的過程。

神是一個過程。

你們不可能在人類邏輯的架構或人類心智的限制裡瞭解這個。這些限制是你們自己自願接受的,而理由也是你們自己加於自身的。這要回溯到全部幻覺的理由,那些已經跟你們解釋過許多次了——而且在這目前的溝通結束之前,還會再解釋一次。

就目前而言,只要明白神從來沒有完成「做神」就夠了。我藉以體驗我自己的那個過程是正 在進行、永不休止,並目即刻的。

縱使現在顯現為地球上人類生命的「我」的那特殊面向也在轉化中。而你們,在現在這個時間歲月裡,正選擇在這轉化中扮演一個有意識的角色。從你們拿來起這本書的單純行為裡,顯露了你們要扮演這角色的抉擇。如果沒有很深的意圖要回到覺知,你不會那樣做——更不會讀到現在。

縱使你覺得自己是以懷疑者或評論者的角度在讀這本書·那也只是你目前的以為。你來到這個溝通裡的潛在目的·就是要引來一個偉大的憶起。

這個憶起就是現在正發生在你們全世界、遍及你們人類社會的事。它熱烈地開始了,而你們 能從你們的周遭看見證據。

你們已很接近你們星球上轉化過程的第二階段·如果你們願意的話·它就能在很短的時間——數十年、一或兩代——內完成它。

轉化的第一階段花了比這長得多的時間——的確,它花了好幾千年。但是,即使是這樣,以宇宙的說法來看,它也只是一瞬間。就是在人類覺醒的這個階段,你們所謂的老師,大師或神的化身們擔當起提醒別人他們真正是誰的重任。

當接觸這些早期團體及他們教誨的人數增加到某個臨界值時,你們將經驗到性靈的復甦,或你們可稱為的一個突破,就在這時,開始了第二階段的轉化。

而現在,如果大人們開始教他們的孩子——由那一點開始教,動作便會非常的快。

你們人類現在正在這個突破點上。當你們進入新的千禧年時,很多人會感受到一種轉換。這 是你們如今扮演你們角色的全球性意識轉換的關鍵點的開始。

持續這動量的關鍵在於你們的孩子。如果你們兒女的教育現在已包含有某些生命原理,你們的難題便能在其演化中完成它有能力做到的量子跳躍。

以觀念,而不是學科來建構你們的學校,比如像:覺知、誠實、責任等核心觀念:比如像透明、分享、自由、完全的自我表達、喜悅性的禮讚、人類連結和一體中的多元性等次主題。

教你們的孩子這些事,你就已經把他們教得非常好了。總之,教他們所有關於這些幻覺,以 及如何——且為何——與之相處,而非困於其中。

12、見幻覺是幻覺

當幻覺顯得是如此真實的時候,你怎麼可能「見幻覺是幻覺」呢? 並且,如果它是個幻覺,那又怎麼會顯得如此的真實呢?

當你們的族類移進了它自己意識演化的經驗裡時,人類會開始問上面這些問題。 而現在,這 些問題都將有答案,你將踏出無知的幻覺了。

我現在就給你答案,讓你好好想想。

記住,就像和所有來自神的溝通一樣,請珍視你所讀的,但卻不要當它是絕無謬誤。要明白你是自己最高的權威。不論你讀的是《猶太法典》或《聖經》、《薄伽梵歌》或《可蘭經》、《巴利大藏經》或《摩門經》,或任何的神聖文本,都不要將你的權威源頭放在你的外面。倒不如走向自己的內心去看看,你找到的真理是否與你在心內找到的真理和諧一致。如果是的,也別對別人說:「這本書是真的」要說:「這本書對我來說是真的」。

如果由於你在內心找到了真理,有人就問你關於你的生活方式,你一定要說,你的並不是比較好的一種方式,而只不過是另一種方式。

因為那就目前這通訊的樣子。這通訊只是另一種看事情的方式。如果這使得世界對你而言更 清明·很好。如果它讓你能更密切地與你自己最深的真理接觸·很棒。但要小心·別將這變 成了你的新「聖典」·因為那樣的話·你不過是以一套信念取代另一套而已。

不要去追尋一套信念,要尋求對你所知的某種覺知。然後用你所找到的不論什麼,讓你回到 那覺知。瞭解你是活在幻覺中,它們全都不是真的。然而,那幻覺仍指明了什麼是真的,並 且能讓你經驗到它。

可是當幻覺顯得是如此真實時·你怎麼能將幻覺看成是幻覺? 並且·如果它是幻覺·它又怎麼會顯得如此真實?

我先來回答第二個問題。

那幻覺會顯得如此真實,是因為有很多人認為它不是個幻覺。

在你們「愛麗絲夢遊仙境」式的世界裡·每樣東西都如你想像它是的樣子。這有成千上萬的 例子。以下就是兩個。

過去,你們曾認為太陽是圍繞著地球轉——真的,你們就是這麼想。你們所有的證據也都證明了它是那樣!你們對這真理非常確定,以致你們以它發展出了一整套的天文學。

還有,你們曾認為每件實質東西都是經過時間和空間由一點移動到另一點。你們所有的證據 都證明了是這樣!你們對這真理非常確定,以致你們以它建立出了一整個體系的物理學。

而現在,你仔細的聽。這些科學和體系的神奇之處就在於,它們是行得通的。

你們所創造出來的天文學,由於是建立在你們相信地球是宇宙中心的信念上,所以用來解釋你們看見橫跨夜空的行星動態的視覺現象是行得通的。你們的觀察支持你們的信念,並創造出你們所謂的知識。

建立在你們對於物質粒子的信念上,你們所創造的物理學用來解釋你們在物質世界看見的視覺現象是行得通的。而再次的,你們的觀察支持著你們的信念,然後創造出你們所謂的知識。

只是後來,當你更仔細地觀察你所看見的,才改變了你對這些事的看法。然而,這想法的改變是很不容易的。最先建議這樣一種想法的人會被稱為異端,到後來,則被稱為是愚蠢或錯誤。他們這種認為地球是繞日而行的新天文學看法,或認為物質粒子不經由時空中的持續的直線移動,而是在一個地方消失,又在另一個地方重現的量子物理學的想法,被貼上了是對心靈與科學褻瀆之標籤。這些想法的擁護者遭受打擊、被告發,甚至因為他們的信念而被處死。

你們大多數的人堅持說,你們的信念才是真的。畢竟,這些不也都可從觀察中得到支持嗎? 然而,到底應該先有信念,還是先有觀察呢?那才是問題的中心。那才是你們不想做的探詢。

可不可能你看見的是你所想看見的呢?有沒有可能你觀察到的是你們預期會觀察到的?或更切題的說,你們忽視了你們不預期會觀察到的東西呢?

我告訴你,答案是可能。

甚至時至今日,當你們的現代科學厭倦了過去的錯誤,而誓言要先觀察,而後才下結論,那 些結論仍不可信。那是因為你們不可能客觀地看任何事。

科學的結論說,沒有任何被觀察到的東西是不受觀察者影響的。幾世紀以前,靈修者就告訴你們這些了,而科學到現在才追上腳步。你們的醫生和實驗室已知道,在重要的研究中,他們必須實行「雙盲試驗」 (double blind,譯注:可避免個人主觀的偏差),才稍微有點可能保證其正確性。

在人類的經驗裡·所有的事情都被放在你們以為自己已然瞭解的脈絡裡考量。你們無法不這 樣做,因為你們不知道還有什麼其他的進行方法。

換個說法就是,你是從幻覺的內面來看幻覺。

所以,你對幻覺所得到的每一個結論,都是建立在幻覺上的。所以,每個結論都是個幻覺。

讓這個成為你新的見解以及你經常的提醒:

每個結論都是個幻覺。

現在,讓我們回到第一個問題上。當幻覺顯得是如此的真實時,你怎能認出它?

你剛才已知道, 幻覺之所以顯得如此真實的理由, 並不是由於它是真的, 而是因為你是如此堅定地相信它。所以, 要改變你看幻覺的方式, 就要先改變你對它的信念。

在過去,人家告訴你眼見為憑 (seeing is believing)。但最近已有一個新的觀念被提出來,就是——相信即可看見 (believing is seeing)。 我告訴你,這是真的。

當你面對幻覺時,如果你認為它是個幻覺的話,你看到的就是一個幻覺,縱使它看來仿佛非常真。然後,你才能利用那幻覺如它本該被用的樣子——做為一個體驗終極實相的工具。

你將記得去創造那幻覺。你會讓它是你希望它是的東西,而非只是看著它展現自己為你認為它必須是的樣子,出自讓你們所同意的「它本來就是的樣子」。

那麼,你到底要怎麼做到這樣呢?

你已經在做了。只不過你不知道,所以你是在做無意識、而非有意識的選擇,而這還是當你真的在做真正的選擇時。大多數時候,你只不過是在接受別人的選擇。

你的選擇曾是選擇別人所選擇過的。因此,你是在再經歷你們祖先的文化故事——就像他們再經歷他們祖先的文化故事—樣,甚至上溯到第七代。

當你停止選擇已替你選擇好的那一天,就是你解脫的那一刻。

你那時已不是逃避幻覺,而是自其中解放。你將走出幻覺,卻會繼續與之相處,但已擺脫了它控制你或你的現實的能力。

一旦你瞭解了它的目的,你就再也不會選擇去結束幻覺,直到你完成了自己的目的為止。

你的目的不止是知道並體驗你真正是誰,還要去創造你接著要做誰。你的作用是在每個「現在片刻」,重新以你對你是誰所抱持的最偉大憧憬下一個最偉大版本重新創造你自己。這即是你們稱為演化的過程。

然而,你不必受到這過程的負面影響;你可以「在世卻不屬世」。

當你是那樣時,你會開始如你選擇的樣子去經驗世界。你隨之會明白,經驗本身是個**行動**, 而非**反應**: 是你在**製作**而非**持有**某個東西。

當你瞭解了這點,你生命中的每樣事物都將改變。當你們很多的人都瞭解了這點,你們星球上的每件事物都將改變。

那些已瞭解這秘密的人被稱為大師。那些教導這秘密的人被稱為神的化身。那些實踐這秘密的人則被稱為有福的。

所以,接受祝福吧!

以一位開悟大師的身份活著,你必須變成異端和瀆神者,因為你不會相信每個人都相信的, 而正如你會否認別人的老真理,別人也會否認你的新真理。

你會否定別人所經驗為真實的世界,就像那些否認世界是平的人一樣。就如往昔,這是公然 反對了那似乎無可爭議的、建立在事情表相上的東西。就如往昔,這會製造爭論及意見不合, 而你要揚帆駛過強風疾雨的海,才能發現那無窮盡的地平線。而就如往昔,你將住到一個新 世界裡。

這是有史以來· (時間也是個幻覺· 所以若說 「自幻覺開始以來 」· 或能更正確。) 你一直在等著去創造的世界·並且是你一直該去經驗的。

永遠要記得:幻覺並不是你在忍受的東西,而是你所選擇的東西。

如果你選擇不要的話,你就不必活在幻覺中。

你會在這裡,是因為你想在這兒。如果你不想,它就不會是這樣。

要明白,你活在其中的幻覺是你所創造的,而不是別人替你創造的。

那些不想為自己所經驗的人生負起責任的人會說,是神創造了一切,而他們除了忍受之外, 別無選擇。

然而我告訴你,你生活的世界是它所是的樣子,因這那就是你選擇了它要是的方式。而當你不再希望世界是它現在是的樣子時,你將改變它。

這個真理沒有多少人能接受。因為要接受它,他們就必得承認他們的共謀,而這是他們無法做到的事,他們寧願將自己鑄成不甘願的受害者角色,而非不知情的共同創造者。

當然,這是可瞭解的。如果你認為你的世界是自己創造的產品,你自己意志和欲望的結果,你便無法原諒自己。而你為什麼無法原諒自己呢**,因為你不認為我會原諒你**。

你曾被教導有「不可原諒」這麼一件事。而你怎麼可以為一件你明知神不會原諒的事去原諒 自己?你沒辦法。所以,你做了次善之策。**你辯白說自己與它全不相干**,對你所想像我稱為 人之不可原諒的罪的事情,你否認你有責任。

這是牽強附會的邏輯,因為如果你沒創造世界如它現在的樣子,那麼又是誰呢?如果有人說,神創造了世上所有可怖的毛病,你會跳起來衛護我,你會說:「不,不,不,神只是給了人自由意志。是人創造了這些事情。」

然而如果我說:「你說對了。我以前並沒創造,而我現在也沒創造你的人生如它現在的樣子。你是你自己實相的創造者。」你也會否認。

因此,你要找尋一個兩全的方式。神並沒有創造出這些事,而你也沒有創造這些事。我們倆都只是悲傷地觀看著它們。

可是當你們真的對人生變得憤怒或挫折時,你們有些人就會改變說法了。當事情夠糟時,你們終究是準備好責怪我的。

「你怎麼能讓這事發生呢?」你們會對我怒吼。你們有些人甚至會對天揮舞拳頭。

幻覺變成了混亂。不僅世界是個殘酷的地方,它還是被一位殘酷而沒心肝的神創造成那個樣子的。

要維持這個思維,你們必須視自己是與神分開的,既然創造一個殘酷而沒心肝的世界並非你會做的一件事。因此你必須想像有這麼一位神,他會做你們永遠不會做的事,而你必須視自己為是受他突發的念頭擺佈的。

這就是在宗教上你曾很虔誠地這樣做的。

不過,即使是這樣,你也看出了矛盾,因為你所最理解的神,是不會做這些事情的。所以, 是誰做的呢?誰一直到今日還在做呢?這個人必須負責任。但那是誰呢?

撒旦上場了。

要解決一位執愛之神做出沒有愛心的事的矛盾,並且要逃避你自己的責任,你創造出了第三者。

完美的代罪羔羊。

麼鬼。

現在終於每件事都可以理解了。有另一個人,站在你所想要的和我所想要的之間,是他使得 我們二者都很悲慘。

你們對這個所住的沒有關懷、沒有愛心的世界是沒有責任的。不是你們創造它的。

你們也許會說:「好吧,也許在某層面是我創造了它,但那不是我的錯。是魔鬼指使我做的。」

一個喜劇演員的臺詞變成了你們宗教理論。

或者是你們的宗教理論變成了一個喜劇演員的臺詞? 只有你自己能決定。

13、瞭解幻覺的目的

有一個方法可以終結幻覺。有一個方法看幻覺是幻覺,那就是「利用」幻覺。

當你看到自己能輕易地操縱幻覺的時候,你就知道它不是真的了。

你也許會宣稱你無法做到這樣。你也許會說這是一個大狀況,並不是你所能擔當的。然而人類每天都有意識地在創造幻覺,並且活在它們之內。

你是不是認識過這樣的一個人,他會將他的鐘或錶撥快五、十或十五分鐘。然後,當他們看到是什麼時間的時候,他們就會促使自己趕快,因為他們假裝時間比真正的時間晚了幾分鐘。

有些人會真的忘記了他們在對自己玩這個小詭計,而以為時間真的是它不是的時間。這時, 幻覺便不再對他們有用了。它無法再達到它本來的目的。 瞭解錶上的時間是他自己創造的幻覺的人,當他看到時間時,則會放鬆下來,因為他知道他還有幾分鐘。他是把自己調到了高檔,使自己變得非常有效率,正是因為他真是放鬆的。他 瞭解,幻覺並不是實相。

而暫時忘記了錶上的時間是個幻覺、並且是他自己創造出來的人·由於他以為那幻覺是真的· 所以充滿了焦慮。

因此·兩個人對同樣的境況有兩種全然不同的反應。 一個人經驗那幻覺為幻覺·而另一個則經驗它為現實。

唯有當幻覺被認識為幻覺·並且以它是個幻覺去經歷時·才能導致終極實相的經驗。它也才 能達到其創造者的目的。

你現在已很瞭解了吧!

利用幻覺的方法是明白它是個幻覺·而明白它是個幻覺的方法是去利用它。就像生命本身· 那過程是環形的。

這從你否認幻覺與現實有任何相關開始。有非常久的時間,你都一直在否認終極實相。你一 直在否認我是誰,以及你真正是誰。現在你將很簡單地就將你的否認轉向。

你可以稱它是 「否認逆轉」。

環顧四周,然後做一個簡單的宣告: **在我的世界裡,沒有一樣事物是真的**。

就是那麼簡單。

以前我曾在許多的時候,以許多不同的方式告訴你這些。在此,我再告訴你一遍。

你看見的東西,沒有一樣是真的。

是你的錶(watch·有「看」的隱喻),撥快了十分鐘。

你事實上是在「觀看你自己」(watching yourself)。 就是說,你在哄騙自己相信不是那樣的東西是那樣的。

但是你必須小心·因為你很容易忘記**你是活在自己創造的幻覺之內**。

當你們聽到在地球上所經驗的全是假造的時,有些人也許會覺得沮喪。然而,不要無精打采,因為你們的世界就是你們最偉大的禮物,是一個你們得以欣賞的奇景,一個你們得以享受的寶藏。

的確,在物質領域裡的生活是壯麗的,而其目的是借由對「你真正是誰」的覺察與宣告、表達和成就來帶給你快樂。所以,去吧,進入你所創造的這華美莊嚴的世界,將你的人生變成一個不凡的聲明、及對你自己所曾有過的最榮耀念頭的一個令人興奮的經驗。

記住·每個行為都是個自我定義的行為。每個思維都帶著創造的能量。每個字都宣告了你所 認為的真理。

仔細瞧瞧你今天在做些什麼。這是你選擇如何定義自己的嗎?

仔細看看你今天在想些什麼。這是你所希望創造的嗎?

仔細想想你今天在說些什麼。這是你想要是的樣子嗎?

你人生的每個剎那都是神聖的剎那·一個創造的剎那。每個剎那都是個新的開始。在每個剎那裡·你都獲得重生。

這是你往大師之道必經的旅程。它是會領你離開你自己建造的惡夢,進入你人生本該是的奇妙夢境的一個旅程。它是引領你與你的造物主見面的一個旅程。

14、冥想幻覺

之前而曾經說過,當人類達到大師級時,沒有任何事會令他們不快樂。也曾說過,是有一個 偉大的秘密讓大師們到達了那個地方的。

我已經告訴過你這個秘密了,但並沒有將它指明就是「那秘密」。所以你可能還不瞭解這個 洞見卻是每件事情的關鍵。

這裡又再次提到這洞見。這就是那秘密。

分離並不存在。

這洞見能改變你對人生的整個經驗。這洞見轉譯成了一個簡單的聲明,而如果你們在生活中時時實踐它,它將會把你們的世界倒轉過來:「我們全是一體的。」

這句話真的會將你們的世界扶正!因為,當你們了悟有「一件東西」,並且只有「一件東西」;「一個」實相的,並且只有「一個」實相的;「一個」存在,並且只有「一個」存在,你們就會理解有某個層面,而那一個層面是——且必然是——永遠可以遂其所願的。

换言之,**失敗並不存在**。

而當你達到了這層次的清明·你也能清楚地看到·既然沒有失敗·那麼一個存在便什麼都不 缺。

所以,**需要並不存在**。

然後突然,隨著開悟,骨牌向後倒了。你們幻覺的構造崩塌在它自己身上。並不是幻覺本身 粉碎,而是它們所支撐的構造物,即你們以之建立在自己人生上的文化故事。

從在你的想像中能讓你的人生此時此地好好運作的故事,到你所想到它們全都是如何開始的故事都是迷思,與終極實相毫不相干。

做為一個人類,你們現在若要在深化中更進一步,就必須與這些故事切斷。切斷的方法有好 幾個。其中最有效的就是:靜定 (stillness)。

在静定中,你將找到你真正的存在。在安靜中,你會聽到你的靈魂——及神——的呼吸。

我告訴過你們許多次,在此我要再告訴你:在靜定中你們會找到我。

每天做冥想。問問自己:你可以每天早晚給神十五分鐘嗎?

如果不能,如果你沒有時間,如果你的行程表太忙碌,如果有太多你必須做的事,那麼你已陷入了幻境、陷入了幻覺內,比你所以為的陷得還要深。

然而·要脫離那幻覺·看見它如它本是的樣子·並利用它來讓自己經驗到你真正是誰的終極 實相還不算太遲——永遠不會太遲。

你只要每天將你清醒時間的一個小小百分比·用來與我做再一次的溝通·這樣就可開始—— 僅僅這樣就夠了。

我在召喚你們與神合一,我在邀請你們去經驗與造物主的相遇。

在那合一的瞬間,你將明白,統一是你存在的真相。當你冥想之後,你將瞭解,且從你的經 驗中看到,永續那幻覺之負面效應的,就是對這真相的否認。

那幻覺本意是要讓你們喜悅。它本來是要做為你們的工具的。它從來不是要成為你們的負擔 和你們的悲傷、你們的試煉和苦難。當你們瞭解了**並沒有分離**這終極實相的時候,幻覺就不 存在了。

並沒有任何東西分離自任何東西。只有統一。只有一體。

你們並沒有彼此分離,也沒有從生命的任何部分分離。也沒與我分離。

由於分離並不存在,「不足夠」就無法存在。因為唯一存在是自足於他自己的。

由於「不夠」並不存在·「必備的資格」也無法存在。因為當你不需要任何東西時·你並不必做任何事以去獲得任何東西。

由於沒有你必須做的事,你便不會因做了或沒做而被審判。

由於你不會受審判,你就不會被定罪。

由於你永遠不會被定罪,你就終會明白,愛是無條件的。

由於愛是無條件的,在神的王國裡,就沒有哪一個人或物是比較優越的。沒有等級或階層組織,沒有哪些人比其他人得到更多的愛。愛是一個整體和完全的經驗。不可能愛一點點,或愛很多。愛無法量化。一個人能以不同的方式去愛,卻無法以不同的程度去愛。 永遠要記住這一點。

愛是無法量化的。

在神的王國裡,愛是永遠都在的。那是因為神並非愛的分配者,神就是愛。

現在,我說你們和我是合一的,而事實本就是如此。你們是以我的形象和肖似所造。所以,你們也是愛。一言以蔽之,那就是「你們真正是誰」。你們不是接受愛的人,你們是你們尋求接受的那個。這是個重大的秘密,明白了這秘密,可以改變人的一生。

人窮其畢生之力都在追趕求他們已然擁有的東西。他們擁有它,是因為他們就是它。

所以你們要擁有愛·所需做的就是「成為愛」(to be love)。

你們是我的愛。你們每一個人。你們全體。你們沒有人比另一人更可愛,因為,你們沒有人 比另一個人**更是我**——雖然你們有些人多記得我一些,所以就記得你們自己多些。 所以,別忘了你自己。

親愛的,成為愛。(Beloved, be love.)

這樣做來紀念我。

因為你們全是「我」的一部分,「神軀體」的一個肢體。而當你「憶起」(remeber)你真正是誰時,你真的就是照著字面這樣去做。就是說,你在重組 (re-membering)——再度變成軀體的一員。

只有一個軀體。

一個存在。

永遠要記住些。

由於沒有優越性,所以就沒有哪些人比別人知道得較多,或哪些人知道得較少。只有對那永 遠已知的東西記起較多,和記起較少的人。 無知並不存在。

現在我來再一次的告訴你們,這是真的:愛是無條件的。生命是沒有終止的。神是沒有需要的。而你是一個奇蹟。神的奇蹟,就是成為人。

這是你們一直想知道的。是你們內心裡一直都知道,而你們的頭腦所否認的。它是你們的靈 魂一而再地悄語,卻被你們的身體和周遭的身體消音。

要讓你認識我的宗教其本身卻在要求你否定我。因為他們曾告訴你、你不是我。我也不是你、即使你有這樣的想法也是有罪的。

他們說,我們並非一體,而是造物主和被造物。然而,正是這拒絕接受並知道你自己和我是一體,帶來了你人生中所有的痛苦和所有的悲傷。

我現在邀請你們來與造物主相會。 你們可以在自己的心內找到造物主。

15、利用幻覺

在你準備與造物主相見的時候,離開你的幻覺對你來說是好的,包括你與造物主是分離的那個幻覺。

那就是你在這裡正在做的。那就是這整個與神對話的目的。因為你現在所要追尋的是與幻覺 相處,而不是活在它們之內。就是因為這真誠的追尋帶你來到這裡,到這個溝通上來。

這一陣子你們已經很清楚,在這些幻覺中是有瑕疵的。這也透露出了它們全是假的,但在某個非常深的層面,人們知道他們是不能放棄這些幻覺,不然有一些非常重要的事會因此而終止。

他們是對的,但他們卻犯了一個錯誤,就是不將幻覺視為幻覺,並以它們本來應有的目的來 利用它們,反而以為他們必須去修正那些瑕疵。

然而答案絕不是去修正那些瑕疵,而是去領悟它,然後因此而憶起你在一個非常深的層面所知的東西。那就是為什麼假如你放棄了那些幻覺,而有一些非常重要的事就會終止的原因。

這些在我們之前的對話裡,我就曾解釋給你們聽過。在此,我再解釋最後一遍,這樣在你的 記憶裡你可以非常的清楚。

幻覺存在的理由是要提供一個局部化的脈絡場 (localized context filed 譯注:本為前後關連的上下文,也即一個相關連的脈絡,一個前後關連的情境、範疇。)讓你在其中可以以你對「你是誰」所曾有過的最偉大憧憬下的一個最恢宏版本,重新創造你自己。

宇宙本身就是一個脈絡場。在其定義及其目的兩方面都是如此。它提供生命一個得以被實質的表達和經驗的地方。

你是那同一個脈絡場的一個局部化版本,你周遭的每個人和每件事也都一樣。換言之,都是 **局部化的神**。

在這個局部化的脈絡之外,你只知道自己是一切萬有,而一切萬有卻無法經驗自己為它本然的樣子,因為除它之外再也沒有別的東西。

當你不是的東西不在時,你是的東西便不是了。它無法被經驗。它無法被認識。

這我已經告訴過很多次了。

有人曾這樣對你說過·當快不在時·「慢」也不在。當上不在時·「下」也不在。當此地不 在時·彼處也不在。

那麼,當幻覺不在時,你也就既不在此,也不在彼,這可一點也不誇張。

所以·你們集體地製作了這些壯麗的幻覺·一個你們自己創造出的世界——沒錯·一個宇宙· 這提供了你們一個脈絡場·而在其中你們得以決定和宣告、創造和表達、經驗和成就你們真 正是誰。

你們全都這麼做了。你們通通都做了。你們每一個都是神聖整體的個別化。你們每個人都在追尋認識你們自己、定義你們自己。

你是誰?你是好人?是壞人?什麼是「好」?什麼是「壞」?你重要嗎?你渺小嗎?什麼是「重要」?什麼又是「渺小」?你到底是這些的哪一種呢?是哪一種的意義又何在?你真的是那麼的奇妙嗎?

這是神所曾有的唯一問題。

我是誰?我是誰?我是誰?!

而我現在選擇是誰?

這是唯一有關係的問題,而這是每時每刻你的靈魂用你的生命去決定的。

不是發現。是決定。因為,生命不是個發現的過程,它是個創造的過程。

每個行為都是個自我定義的行為。

神每時每刻都在自我創造和自我經驗的過程裡。這也是你在這裡所在做的。 而你正在利用你所不是的經驗,來讓你自己經驗你所真正是的。

但並沒有你不是的。你就是全部,你是每一樣東西。神是全部。神是每一樣東西。然而你 (神)如果想要知道你是的那部分,你就必須想像有些部分是你所不是的。 這是多麼了不起 的想像,而這些也就是人生的那些幻覺。

因此,要利用那些幻覺,並為之感恩。 你們的生命就是個魔法,而你們即是那魔術師。

往大師之路的旅程就是:在你面對一個幻覺時·表現出你是誰的榮光。在這樣的情境下·承認幻覺似乎看起來非常的真實是很重要的。

瞭解幻覺是幻覺·是運用幻覺本來所應有的目的之第一步·但並非唯一的一步。接下來還要看你所決定的幻覺的意義。

最後·你要選擇在你所遭遇(創造)的一個局部化脈絡場(你所謂的一個「情況」或「環境」) 內·你所想體驗的神的面向(你自己那部分)。

以下是這過程的簡單說明:

- 1. 視幻覺為幻覺。
- 2. 決定它們的意義是什麼。
- 3. 重新創造一個新的你自己。

利用「十個幻覺」的方式有很多,有很多的方法可以去經驗它們。你可以選擇以它們為現在 片刻的現實去經驗,或經驗它們如過去的記憶。或者是幻覺如何為更進步的文化和存在所利 用的方式。

高度演化的生物仍然覺知那些幻覺·他們從沒有終結它們(記住·就像你所知道的·終結它們就是終結生命本身)·他們把幻覺當成他們過去的一部分來經驗·而不是他們現在的一個部分。他們鼓勵彼此永遠記得幻覺·但卻再也不要當它們是此時此地的現實那樣去活在它們中。

然而,不論你是在現在經驗它們,或當作是過去來的提醒,重要的是視它們為它們所是的——即幻覺。然後你才能照著你的意願去利用它們。

如果你的意願是去經驗你的一個特定面向,幻覺就是你的工具。每個幻覺都可用來經驗「你 是誰」的許多面向,你也可以組合幻覺以去經驗多重的面向——或以多重的方式去經驗一個 單獨的面向。

舉例來說·第一個與第四個幻覺——需要和不足——就也許可以合起來讓你經驗你真正存在的一個特定的細微差異——你可能稱為自信。

如果沒有可以讓你對之感覺到自信的東西,你就無法感覺到自信。 而藉由利用「需要」和

「不足」的幻覺·可以使你先懷有「不夠」的觀念·進而克服它。籍由一再地這樣做·你會 產生自信的經驗·確信你永遠都有充足的你所需要的東西。終極的實相會證實和確認這個經 驗。

這就是當你們說一個人「懷有一個觀念」的意思。你是正在**重新創造**一個新的自己的過程——而這是**真正的娛樂**。(true recreation 譯注:此處神在玩文字遊戲。Re-creation 重新創造,而 recreation 為娛樂的意思。)

再舉無數的例子中的一個·失敗和審判這第二和第六個幻覺·就可以為一個特定的效果或經驗而組合起來。你先自己想像你失敗了·然後你因之而審判你自己·或接受別人的審判。然後你就可以超越你的「失敗」·並對天空伸出拳頭·做出一個「我要讓你瞧瞧」的姿態·而贏得了最後勝利!

這是個非常爽的經驗,你們大多數人都曾給過自己許多次這種經驗。然而,如果你看不到「失敗和審判是幻覺」的這個事實的話,那麼你可能會發現自己困在那經驗裡,而很快地它們就真的看起來像是殘酷的現實。

要離開人生的「殘酷現實」的舉動,就是要離開幻覺,並且視它們為它們真正是的樣子。

每個幻覺都可以與任何另一個組合在一起,例如分離和需要、定罪和優越、無知和優越、不 足和定罪與失敗等等。不論是單獨的或與其他的組合,幻覺的存在都是為了做一個壯麗的**對 比脈絡場**,以容許你去體驗你真正的誰。

已經跟你們說過了許多遍,在相對的世界裡,除非在你不是的東西的空間裡,否則你是無法 體驗的你是誰的。幻覺的目的正是要提供這樣的一個空間、一個脈絡,以讓你在其中體驗你 自己的每個面向,並且有機會去選擇在任何既定的片刻,你隨之能想像到的你的最高面向。

你現在瞭解了嗎?明白了嗎?

很好·現在讓我們逐一的來看看那些幻覺·並加上你如何能利用它們來重新創造新的自己的 一些例子。

第一個幻覺·需要的幻覺·可以用來經驗「你是誰」的巨大面向——你也可以概念化為:不需要任何東西的那個。

你的存在不需要任何東西,你不需要任何東西以永遠持續地存在。需要的幻覺創造了一個讓你在其中就有這樣體驗的脈絡場。只有當你踏出了那幻覺後,你才能經驗到終極實相。幻覺創造了一個在其內你可以瞭解終極實相的情境。

而終極實相是:你以為你所需要的每樣東西,你都已經有了。它存在於你之內。的確,它就是你;你就是你所需要的——所以,在任何一刻你都在給自己你所需要的每樣東西。實際上,這意思就是你從來不需要任何東西。要知道這個,並且從經驗上瞭解它,你必須視需要的幻覺為一個幻覺。你必須踏出它之外。

踏出「需要的幻覺」之外的方法·就是看看你認為你現在需要的是什麼——也就是說·你認為你現在沒有·而你覺得你必須有的東西——然後·請注意·即使你沒有這些·你仍然活著。

這件事的隱喻是非常大的。如果沒有你認為你所必須的東西,你現在仍活著,在這裡,那麼你又為什麼認為你一定必須要它呢?

那是關鍵性的問題。它會打開通往每樣事物的黃金之門。

所以下一次當你認為自己必須有些什麼東西時·要問你自己:「為什麼我認為我需要它?」 這是個非常令人解放的詢問。它是個在十個字裡的自由。

如果你看得清楚·你會覺悟到·不論什麼你都不需要·你從來就不需要這些東西·而這些**全** 都是你自己造出來的。

甚至你所呼吸的空氣,你也不需要。在你死亡的那瞬你會注意到這點。空氣只是你的身體必 須的某樣東西,而你並非你的身體。

你的身體是你有的某樣東西,並不是你所是的某樣東西,它只是個奇妙的工具。然而,你不需要你目前的身體來繼續你創造的進行。

這個訊息也許在玄學上是會讓人愉悅,但也許卻無助於減輕你對失去你的身體、你的家庭,以及發現你自己在其中的環境時的恐懼。要減輕這種恐懼的方法之一是透過「超脫」(detachment)——這是大師們的做法。大師們在他們有「身體的生命是個幻覺」的證據之前,便學會了達到「超脫」。但對那些沒達到大師層面的人,則往往需要經驗到你們說的所謂死亡,才能提供這證據。

一旦你離開了你的身體(即一旦你「死了」),你將立刻覺悟到,這個存在狀態並非你聽到 過的、令人可怖的經驗,而事實上,是個榮耀的奇蹟經驗。你也將明白,不論你最近的形象 曾創造出什麼依戀,死亡都比繫縛在你肉體上要好上千萬倍。那時,要「超脫」便很容易了。

然而,當你仍在肉身裡時,你便能主宰生命,而不需等到你與它分開時,才能認識到生命以 及你是誰的榮光。你能籍由在死之前達到超然而做到這個。你也能經由離開「需要的幻覺」 這簡單的權宜之計達到這個。 這種離開是經由對生與死兩者有了更深的理解而完成的,這理解包括了你所認為的死亡並不存在,而生命永遠繼續的知識。當你瞭解了這些,你就可能超脫生命中的任何事——包括生命本身,因為你知道,既然生命永遠繼續,你就可能再有那些你所依戀的,以及其他你也許以為再也不會經驗到的事。

事實上,你們所有俗世的依戀都可以在你們所謂的「死後生命」或**任何來生**裡再次經驗,所以,你會有你根本沒失去任何東西的體驗。 然後漸漸地,當你覺察到永不終止的生命會給你繼續擴展和生長的偉大機會時,你就會將自己由依戀中釋放出來。

然而,你永不會停止愛那些你在此生或任何其他人生你所曾愛過的人,而在你希望的任何時刻,你都可以「本質」的層面體驗到與他們的全然一體。

萬一你想念仍以肉身活在地球上的某人,你也可以用你思想的速度去和他們在一起。

萬一你想念已離開了肉身的某人,一個在你之前死亡的你所愛的人,你們也可以在你自己的 死亡之後重逢:而如果那是你的選擇的話,你也可以在你所希望的任何瞬間去和他重逢—— 當然,也是以你思想的速度。

這只是即將要來到的奇蹟的一部分。我曾告訴你更多——很多很多——集中焦點在有神相伴中去世的經驗的未來溝通裡。

你無法沒有神為伴的逝世,但你會想像你是這樣。這是你所想像的地獄,對它的恐懼引起了你所曾有的每個其他恐懼。然而,你沒有什麼可害怕的東西,並且你也沒有一定必須的東西,因為你不但不可能沒有神相伴的逝世,你也不可能沒有神相伴的活著。

這是因為,我是你,而你是我,我們之間沒有分離。你無法沒有我的死去,因為你無法、永 遠無法發現自己在一個「沒有我」的狀態裡。

我是神·而且我是一切萬有。即然你是一切萬有的一部分·我就是**你之所是**。 你沒有哪一部分不是我。

而如果一切萬有永遠與你同在·那麼你就不需要任何東西——那就是你存在的真相·當你深深地瞭解了這點·你會以完全不同的方式住在你的身體內。你會變得無懼——而無懼產生了它自己的祝福·因為無懼創造了沒有任何可怕事物的情境。

相反的·恐懼的在場則會把你怕的吸引過來。恐怕是個強烈的情緒·而強烈的情緒 (emotion) — 在動的能量 (energy in motion) — 是具創造性的。這就是我為什麼會給人 靈感說:「你什麼都不必怕,除了恐懼本身。」

無懼地生活的方法是明白在人生中每個結局都是完美的,包括你最怕的結局——死亡。

我在這裡告訴你們這些。我現在在給你們這訊息。如果你仔細地注意你的生命,你將看到,你一直都擁有為了要到下一刻會把你帶到這兒、你現在所在之處,你所需要的任何東西。證據就是你是在這兒的這個事實。所以很顯然的是,你並不需要任何更多的東西。你可能會想要更多的一些什麼,但你已不需要任何更多的東西了。你所有的需要都已滿足了。

這是個令人驚異的啟示,而它一向都是真的。每個與之相反的表像都是 「假的證據表現得像 真實的」(False Evidence Appearing Real)——恐懼 (FEAR)。 然而,「別怕,因為我與你同在」。

當你知道每件事的結果都是完美的,並沒有任何可怕的事,你就會以全然不同的方式去看你曾經定義為可怕的情況。沒錯,因為你現在是在光中,不是在黑暗中看它們,而後你會開始稱你的恐懼是「探險」了。

這樣一個重新再結構 (recontextualization) 可以改變你的人生。你能無懼地活著,並且你可以 體驗你被造出來的體驗的榮光。視「需要的幻覺」為幻覺,使你得以以幻覺本來的目的——做為你可以用來經驗這榮光、且明白你自己為你真正是誰的一個工具——去用它。

舉例來說·利用你需要你的身體這個幻覺·可以促使你去保護它、維護它、確定它不被凌虐。 而以這方式·身體就發揮了它可被使用的更大榮光。

利用你需要有親密關係的幻覺,可以促使你去保護那關係、照顧它,並且確定它不被凌虐。 而以這樣的方式,這關係就得以作到它本該發揮的更大光榮。

同樣的,對每件你認為所需要的東西都是真的。利用想像力。以非常實際的方式去利用它。然而要明白,只有當你視它為一個幻覺時,對你才是有用的。只要你一旦認為幻覺是真實的的時候,那你就是將謹慎(一個對幻覺非常蓄意的利用)變成了恐懼,而開始執著。這時愛將變成佔有,而佔有變成了執迷。而你也落入了依戀的陷阱,變得失落在幻覺中了。

而當你失落在需要的幻覺裡時,你就真的是失落了,因為需要的幻覺是最大的幻覺。它是第一個幻覺,也是最大的幻覺。它是所有其他幻覺建立於其上的幻覺。「你是誰」是沒有需要的,而你這時所失落的,就是「你是誰」。

你們常常說某個人「在試圖找尋他自己」,這句話是非常真實的。你們所有的人在試圖尋找的,就是你們自己。然而,在你自己之外你是找不到那個自己的。你在尋找的東西,只能在你自己之內找到。

記住我所曾告訴你的:如果你不向內心走,你便一無所有。

只有在內·你才能找到「我為什麼認為我需要這外在的人、地或物?」這問題的答案。只有在內·你才記得你並不需要。然後你才會明白「一度我曾迷失,但現在我找到了」的意義。 (譯注:著名聖歌 「奇異恩典」(Amazing Grace)的名句。) 你找到的將是你的真正身份。你利用第一個幻覺來體驗自己是一個什麼都不需要的神聖存在,因為每個需要都永遠得到滿足。當你覺悟到這個真理,你將在你日復一日的現實裡越來 越經驗到它。而你會絲毫不差地變成了你所知道的你之所是。

永遠要記住這一點。

你變成了你所知道的你之所是。

第二個幻覺,失敗的幻覺,可被用來經驗你在任何事上都無法失敗這件事上。

你做的任何事都不會是個失敗·而只是過程的一部分·你必須經過這過程來成就你想成就的來經驗你想經驗的。

你想經驗的就是你的本然。在沒有你之所不是時,你無法經驗你之所是。所以,要明白,當你經驗到你之所不是時,它並非一個**失敗**經驗,而是去經驗你之所是的一個**方法**。

剛才所說的非常重要,但我們很容易在讀到像那樣的聲明時,錯過了它們極大的重要意義。 所以我要再重複一次。

當你經驗到你之所不是時,它並非一個**失敗**經驗,而是去經驗你之所是的一個方法。

所以,當你所謂的「失敗」來拜訪你時,懷著愛去擁抱它,別去譴責它,或判它的錯。因為你所抗拒的就會持續,而你注視的則會消失。也就是說,它會不再是它幻覺的形式。你會看見它真正的模樣,正如你看見你自己為你真正是誰。

籍由利用失敗的幻覺去注意對人生所學會或記起的,並促使你去應用你所獲得的智慧,這時 幻覺變成了一個讓你注意到你永遠都是成功的的一個工具。

簡單地說·要踏出失敗幻覺的方法就是很簡單地把它看成是你成功的一部分。所有通向你的 成功、產生出你的成功的事·都是你經驗你的成功的過程之一部分。

許多人很直覺地瞭解這一點。科學家就是其中之一。當他們開始著手一個重要的實驗時,他們不只是預期到失敗,他們還享受(relish)它。真正的科學家完全瞭解,一個「失敗的」實驗根本不是「失敗」,而是指向了成功之路。

那些以你所想要的方式去解決的事,並不是成功的定義,而那些「沒有按你想要的方式解決」的事,也並非就是失敗。真的,如果你活得夠久,有些時候是你不得不承認反過來才是真的。

很多你們稱為的失敗,實際上是仍在繼續 (successive 釋注: 與成功 success 很相似) 的經驗。 而你們稱為「在繼續」的任何經驗,又怎麼就是一個失敗呢?

然而·為了經驗成功的狂喜·失敗的幻覺是必要的。如果你每件事都「成功」(succeed)· 那麼你就無法體驗到繼起 (supervene 隨後發生) 的任何事。你只會感覺到你在做你所做的事· 但你不會知道它是成功的· 也無法經驗你是誰的不可思議和光榮· 因為不會有你可在其中注意到那事的脈絡場。

如果你第一次嘗試就「觸地得分」 (touchdown 釋注: 美式足球用言語·指帶球踏入對方陣 地而得分)·當然·你可能會非常的欣喜。然而·如果你每次傳球都「觸地得分」·那你很快 就會失去興奮感。它會變得毫無意義。因為除了觸地得分球外·你不會傳別種的球·到最後 這得分球就不再有意義了。

人生的一切都是循環周流的,而就是這些循環給了人生意義。

事實上,並沒有所謂的失敗這回事。只有成功,以它的許多面向在顯現。也沒有所謂非神的 東西這回事。只有神,以其許多的面向在顯現。

你瞭解那對比了嗎?明白那模式了嗎?

這簡單的瞭解改變了每一件事。當你清楚了這一點時,你會馬上湧現感激和驚訝。感激你人 生中的所有「失敗」,而驚訝於自己竟花了這麼久才認識到你所被贈與的財寶。

你終於會瞭解·真的「我什麼都沒帶給你們·只帶給你們天使」·以及「我什麼都沒給你們· 只給你們奇蹟」。

而在這瞭解的瞬間,你將明白你從沒有未能成功過。

你永遠要記得。

你從沒有未能成功過。

第三個幻覺、分離的幻覺、可用來體驗你與萬物的合一。

如果你與某樣東西合一很久,在某個點上,你根本就不會再去注意到還有一個「你」。「你」 是個分別的存在體的觀念將逐漸消失。

在一起很久的人常常會有這種經驗。他們會開始失去他們個別的身份。這到某程度是很美妙的 (one-derful 與 wonderful 同音)。 然而,當無休無止地體驗合一時,其美妙就消失了:因為當分離缺席時,合一就什麼都不是了。它不再是狂喜的體驗,而是空虛。當永遠沒有任何的分離時,一就是零。

那就是我為何給人靈感寫出「在你們的密切結合中,保留一些空間吧」、「飲自一個滿杯,卻非同一個杯」、「支撐一座建築的柱子是分開矗立,而琵琶的各弦線是分開的,雖然它們顫動出同一首樂曲」。(譯注:出自紀伯侖的《先知》)

所有的人生都是體驗合一與分離、分離與合一的一個過程。這既是人生的真正節奏。真的· 這就是創造生命本身的節奏。

我要再次對你們說:人生是個循環·其中的每樣事物也都一樣。這循環不斷地來回。一起· 分開·一起·分開。

即使當一個東西是分開的時·它也永遠是一起的·因為它無法真的分開·而只是變得更大了。 所以·即使當一個東西看起來是分開的 (apart) 時·其實它仍是一個部 (a part)·也即是意謂 著它根本沒有分開。

你們整個的宇宙一度曾統合超過了你們所能理解的,壓緊成一個點,比在這句子結尾的句點還要無限小。而後它爆炸了,但它並沒有真的分開,只是變得更大了一些。

神無法分割他自己。我們可以看起來像是分開的,但我們全都只不過變成了一部分。當我們 重組 (re-member,也有憶起之意) 時,我們會再度經驗到我們與生俱來的統一。

當你看見好像是與你分開的其他人時·深深地注視他們。看入他們。久久的一段時間·你將 捉到他們的本體。

那時,你就會見到你,正等在那裡。

當你看到你世界裡的東西——自然的一部分,生命的其他面向——看起來是與你分開的時候,就只要深深地注視它們。看入它們。久久的一段時間,你就會捉到它們的本體。

那時,你就會遇到你,下等在那裡。

在那瞬間,你會明白與所有東西的統合。當你的一體感增加時,苦與悲將自你的人生消失,因為苦是對分離的一種反應,而悲是其真實性的一個宣告。然而,這是個虛假的真實。它只是看起來像是真的東西。然而它終究不是真實的。與任何人或任何東西真正的分離根本是不可能的。那只是個幻覺。是個奇妙的幻覺,因為它讓你得以經驗合一的狂喜,但無論如何,它仍是個幻覺。

當它是工藝師傅手中的一件工具一樣地利用「分離的幻覺」。用這個工具來精製出完全合一的經驗,再用這工具一而再、再而三地重新創作那經驗。

當你不論望向哪裡,看到的都只是你時,你是透過神的雙眼在仔細的看。而當你的一體感增加時,痛苦與失望就會自你的人生消失。

永遠要記住這一點。

當你的一體感增加時,痛苦與失望就會自你的人生消失。

第四個幻覺,「不足的幻覺」,可用來經驗你們的豐足。

神是豐足的,你們也一樣。在伊甸園裡,你們什麼都有,但你們並不知道。你們經驗到永生,但它並不算什麼。因為你們沒有經驗到任何其他的,所以它無法令你印象深刻。

伊甸園是個迷思,但這個故事本來就是為了傳達一個偉大的真理。就是當你什麼都有,卻不 知道你什麼都有時,你是什麼都沒有。

要讓你知道什麼都有是什麼意思的唯一方法,就是在某一刻讓你不是什麼都有,所以,不足的幻覺產生了。

你的不足本意是一個祝福,希望經由它,你可以知道且經驗你真實與完全的豐足。但縱然如此,你還是必須踏出那幻覺——視那幻覺為一個幻覺,並離開它——才能有這樣的經驗。

以下是你如何能踏出這不足的幻覺的方法:就是不論何時,當你在你自己之外看見不足時, 去填滿那你看見的不足。因為那正是幻覺存在的地方:在你自己之外。所以,如果你在自己 之外看見不足時,就去填滿那不足。

如果你看見有人饑餓,餵飽他們。如果你看見有人需要衣服,給他們衣穿。如果你看見有人需要庇護所,給他們庇護所。你將因此而經驗到,你一點也不會不足。

不論你擁有的東西多麼少,你永遠能找到比你還少的人。去找到那個人,並從你的豐足中給 與他們。

別尋求成為任何東西的收受者·要成為其源頭。你希望擁有的東西·讓別人擁有。你想去經驗的東西·讓別人去經驗。在如果做時·你會因而記起你一直都是擁有這些東西的。

這就是為什麼說「己所欲,施於人」的理由。

所以別到處去問·我們有什麼吃的?我們有什麼喝的?看看那空中的飛鳥。他們不播種·不收穫·也不在糧倉裡屯積·然而他們都有得吃。而你們中有什麼人是由於心懷渴望·就能在你們的人生中增加一樣東西的呢?

並且也別問,我們如何有衣穿? 想想那田野裡的百合花,它們是如何生長的。 它們既不勞作,也不紡織。可是我告訴你們,連所羅門王在他極盛的榮華中,也沒能像它們之一那樣的 感裝。

所以,先追求天國,然後所有其他的自會變成你的。

而你要如何才能追求天國呢?藉由提供天國給別人,讓別人在其中找到庇護與力量。籍由將 天國及其所有的祝福,帶給你所觸及他們生命的所有的人。因為你所給與的,你就變成了它。

永遠記住這一點。 你所給與的,你就變成了它。

第五個幻覺·「必備資格的幻覺」·可用來體驗要認識和經驗「你真正是誰」·你並不需要做任何事。

只有藉由去做那些你以為你必須做以使人生順遂的事,你才能完全瞭解它們都是不必要的。

問你們中那些非常老的人。問那些跳過人生之舞、曾經踩在界線上遵守規則的人。他們會以 四個字做為他們給你的忠告:

「別守規則!」

他們不會遲疑,他們的勸告將是快速而清楚的:

「把顏色塗到線外去。」

「不要害怕。」

「依隨你心。」

「別讓任何人告訴你該做什麼。」

在你人生的終點,你會知道,你所做過的一切都不算什麼——只有當你在做它時你是誰才最重要。

那時你是快樂的嗎? 你是仁慈的嗎? 你是親切的嗎? 你對別人是關心,同情和體諒的嗎? 你是慷慨及與人分享的嗎?最要緊的,你有愛心嗎?

你將會明白·與你的靈魂有關的是你是什麼·而非你做過什麼。你也會明白·到最後·你的 靈魂就是「你是誰」。

不過,「必備資格的幻覺」,即有些事是你必得去做的想法,對用來刺激你的頭腦——當你在你的身體裡時——是有用的。只要在某層面你瞭解它是個幻覺,並且**沒有人一個得去做任何他們不想做的事**。

對大多數人而言,這個真相既給人無法置信的感覺,又不可想像的嚇人。嚇人的是,如果人 類真的被許可只去做他們想做的事,那麼真的必須做的事就永遠不會完成了。

誰會把垃圾拿出去倒?

這可不是開玩笑。

誰會去做沒人想做的事?

那就是問題的所在·那就是人們所害怕的。人們認為·只要不去管他們的話·就不會有人要去做那些使生活可以繼續下去所必須做好的事了。

但這恐怕是沒有根據的。你們會發現,人類是相當棒的生靈。就算在一個沒有規則、沒有規定,並且沒有必要條件的社區裡,仍會有許多人肯做必須做好的事。事實上,很少有人不肯,因為被當作是沒貢獻的人,他們會很不舒服。

那就是如果沒有規則、規定或必要條件時,會有的改變。會改變的不是做的是什麼,而是為 什麼去做的理由。

做事的「理由」會改變。

不再因為人家告訴他們必須去做而做、反之、人類會因為要表達他們是誰而選擇去做。

事實上,這才是做任何事唯一真正的理由。只是整個 「做——是」 的範型倒過來了。人類 曾建構的範型的方式是,一個人做了某事是某人。而在新的範型下,一個人是某人,而後去做某事。

這個人是快樂的·然後他就做快樂的人做的事。這人是負責任的·然後這個人就去做負責任的人做的事。這人是慈藹的·然後這個人就做慈藹的人做的事。

一個人並不是去做負責任的事就可以是負責任的人。一個人並不是去做了慈藹的事就是慈藹的人。這只會導致憎恨 (「一定要在我做了所有的這些之後!」). 因為它假定了所有的「做」都會得到報酬。

而那正是你們所認為的天堂的目的。

天堂被提供出來做為當你們在地球上時所做過的一切事——以及沒做你們「不該做」的事——的報酬。所以,你們認為必然也有一個地方是給沒做好事,或做了他們不該做的事的人。 而你們稱這地方為地獄。

現在,我就是要來告訴你們這事:並沒有地獄這樣一個地方。地獄是一個存在的狀態。它是 與神分離的經驗,你與你自己本身分離,而無法再結合的一個想像。地獄是永遠在試圖找到 你自己。

你們所謂的天堂·也是個存在的狀態。它是「一體」的經驗·是與一切萬有再結合的狂喜。 它是認識到真正的自己。

到天堂是沒有任何必備的資格的。因為天堂並不是你去的地方。那是你永遠在其內的一個地方。然而,你可能在天堂裡(與一切合一)卻不知道。真的,你們大多數人都是如此。

然而這是可以改變的,但不是因你做了什麼事,而只能因你是什麼而改變。

這就是「沒有什麼你必須做的事」的意思。除了「是」之外,沒有一定得做的事。

也沒有什麼得「是」,只除了「一體」。

但是令人驚訝的事是,當你與每樣東西是一體時,你會去做**所有的事**,那是你曾以為你「必須做」,以便收到你以為必須努力工作才能得到報酬的事。去對別人做和為別人做那些你只會對自己做和為自己做的事,變成了你的自然意願。而你不會對別人做你不想別人對你做的事。當你是「一體」時,你就瞭解 (realizing)—— 即使之成真 (making real)—— 並沒有「別人」的想法。

然而,縱使是「一體」也不是「必備的」。你無法被要求去是你本來就是的東西。如果你是 藍眼睛,就沒人能讓你有藍眼睛。如果你是六呎高,就沒人能強迫你是六呎高。而如果你與 每樣東西是一體,你就無法被要求是一體了。

所以,並沒有「必備的」那樣的事。

必備的並不存在。

誰會做這樣的要求?要對誰做這要求? 這裡只有神而已。

我是那我是,沒有其他的存在。

利用「必備資格的幻覺」去注意到不可能有真正必要的東西。如果你除了「不需必備」的自由之外,什麼都沒有,你是無法知道並經驗「不需必備」的自由的。所以,你會去尋求想像某些事情是你被要求的。

這你做得非常好。你創造了一位要求你完美的神·他要求你只以某個特定方式經由特定儀式來到他面前·那些方式和儀式全都仔細地規定了。你必須說精確而完美的字眼·做精確而完美的事。你必須以特定的方式生活。

在創造了「這種要求必須存在以便獲得我的愛」的這個幻覺之後,你們現在開始經驗「知道這些全都是不必要的」的無法描述之喜悅。

但你會藉由「報酬」常常降到世人身上,不論他們「做了他們該做的事」或否而注意到這點。 對於你們所想像在你死後生命裡得到的報酬也是一樣的。然而,你的死後生命的經驗並不是 報酬,而是個結果。它是稱為生命的一個自然過程的自然結果。

當你對這點清楚了以後,你就終於瞭解自由意志。

在那時,你會知道你的真正本質便是自由。你永遠不會再將愛與必備的弄混了,因為真愛什麼都不要求。

永遠要記住這個: 真愛什麼都不要求。

第六個幻覺,審判的幻覺,可用來經驗一個「不審判」的你及一個不審判的神之奇妙。

你們選擇以創造出審判的經驗,以便體驗有一位「不審判」的神的奇妙,並以之瞭解在神的世界裡是絕不可能有審判的。只有透過你自己感受審判之悲傷和破壞性,你才能真正的認識到審判從來都不是愛所發起的。

當別人在審判你時,你才會真正深刻瞭解這事,因為再也沒有比審判更傷人的事了。如果那些審判你的人是錯的,這審判就很傷人:然而,如果他們是對的話,那就更傷了。因為這時他人的審判深深地切入了你的痛處,撕裂了你靈魂的外衣。你只要有過一次這樣的經驗,你就知道審判永遠都不會是愛的產物。

在創造你們的虛幻世界時,你們製造了一個在其中審判不只被接受、還被預期的社會。你們甚至圍繞著別人能判斷你是「有罪」或「無辜」的想法,而創造了一整個你們稱為「司法」的系統。

我要告訴你:在神的眼中,沒有一個人是有罪的,而且每一個人永遠都是無辜的。那是因為我的眼睛看到的比你們多。我的眼睛看見你們為什麼會這麼想,你們為什麼要這麼說,及你們為什麼要這麼做。我的心知道你們只不過是誤解罷了。

我曾給與人靈感去說出:「就他們對世界的模型而言,沒人在做任何不適當的事」這是個了不起的真理。我曾給與人靈感說:「罪疚和恐怕是人唯一的敵人」這也是個了不起的真理。

在高度演化的社會裡,沒有一位成員會被審判並定了任何罪。他們只單純地被觀察到做了某事,而且讓他們清楚自己行為的結果和其衝擊。然後,他們被允許去決定自己對那結果想做些什麼——如果有什麼他們想做的。社會裡的其他人也同樣被允許去決定他們對那個結果想做些什麼——如果有什麼他們想要做的。他們可以有各自的想法,但不是對別人做出些什麼。他們根本不會有任何懲罰的念頭,因為懲罰的觀念本身對他們就是無法領會的。為什麼「唯一的存在」會想傷害它自己? 縱使它曾做過一些造成了傷害的事,它又為何曾想再度的傷害自己? 再次傷害自己又怎麼可以補回第一次傷害所帶來的損傷?這就像是碰傷了腳趾頭之後,再用同樣的力氣踢一次以為報復一樣。

當然·在一個不視它自己為一體、且不視它自己與神為一的社會裡·這樣的比喻並沒有意義。在這樣的一個社會裡·審判是完全合理的。

審判和觀察是不一樣的。觀察只是單純的看,單純的看見那本來是什麼。可是相反的,審判則是從所觀察到的東西,而結論說別的東西一定是那樣。

觀察是目擊 (witnessing)。 審判是結論 (concluding),是在句子 (sentence) 裡加上了一個「因而」 (therefore)。 事實上,它變成了一個判決 (sentence)—— 且往往是毫無憐憫的判定的。

審判灼傷了靈魂,因為它以你是誰的幻覺烙印心靈,而忽視了那更深的真實。

我永遠不會審判你,永遠不會。因為即使你做過了一些什麼,我對它的觀察也只會是一個單純的看見它是怎樣。我不會對你是誰做出任何結論。事實上,關於你是誰是不可能得出什麼結論的,因為你從沒完結你對你自己的創造。你是個在進行中的作品。你還沒結束創造自己——而**你永遠都不會結束**。

你永遠不是你上一刻的你,而我也從來不會那樣看你,倒不如說是以你現在所選擇要是的樣子來看你。

我曾啟發別人這樣描寫道:你是持續不斷地在無窮盡的可能性場域中創造你自己。你經常在以你對你是誰所曾抱持的最偉大憧憬下的最恢宏版本來重新創造新的自己。你在每個瞬間再生。每一個人都一樣。

在你瞭解了這點的那一剎那·你就會明白·審判自己或審判別人都是沒有意義的。 因為你所想審判的那個已不存在·即使當你正在批判它時。縱使當你在等到了你自己的結論時 · 它也已到達了終點。

在那一刻·你會永遠捨棄你對有一個裁判的神的想法·因為你將知道·愛永遠無法裁判。當你越覺知·你就會理解「自我創造永不終止」這真理的全盤衝擊。

請永遠記住:

自我創造永不終止。

第七個幻覺·定罪的幻覺·可用來經驗你是值得受到讚美的這個事實。這是個你無法揣摩的事.因為你是如此深的耽溺在定罪的幻覺裡。不過.如果你每時每刻都活在讚美的心內.你也是無法經驗到它的。讚美對你會毫無意義。你不會明白它是什麼。

當讚美是所有的一切時,讚美的榮耀就不見了。然而,你們卻將這覺知帶到了一個極端,將不完美和定罪的幻覺帶到了新的層次,你們現在真的認為讚美是錯的——尤其是自我讚賞。你不該讚美自己,或留意到你是誰的榮耀,更別提去宣布它了,而且你必然會吝於對別人讚美。你下了結論說,讚美是對你不好的。

定罪的幻覺也即宣告說,你和神是可能受傷害的。然而事實上,反面才是真的,但是如果沒有任何其他的真實在場時,你是無法知道或體驗這真相的。所以,你們創造了一個替代的真實,就是傷害是可能的,而定罪即是其證據。

再重複一次,你或神可能受損的想法是個幻覺。如果神是一切中的一切(事實上我是),如果神是最具力量的(我是的)、如果神是至高無上的存在(是真的),那麼神是不可能受傷或受損的。如果你是以神的形象和模樣造出來的(你是的),那麼,你也就不可能受傷或受損了。

定罪是你製造來助你體驗這神奇的一個設計,藉由產生一個情境,使得這真理能有意義。受損是每天由十個幻覺中演化出來的許多較次要的幻覺之一。第一個幻覺(神和你是需要某樣東西的)是創造出這幻覺的東西——也就是說,如果你得不到你所需要的,神和你就將會被毀壞或定罪或受損。

這給報復設下完美的理由。而這不只是個幻覺,而且是極大的幻覺。

在宇宙裡有這麼一個地方·是神罰那些不遵守他的律法的人去的地方·這地方就叫「地獄」。 再也沒有比「地獄存在」這想法更能完全抓住人類之想像的東西了。

有關這個可怖地方嚇人的、殘酷的畫面出現在全世界教堂的天花板和壁畫上。這些令人煩惱 的影像,同樣的也畫在小朋友們的教義問答課本及主日學校小冊子的畫面裡——好嚇唬他們。

數世紀以來,雖然善良的、上教堂的人們都相信這些影像所送出的訊息,然而這些訊息卻是假的。那也是我為何要啟發教宗約翰保祿二世在梵蒂岡指示教宗召見人 (1999 年 7 月 28 日):「《聖經》畫面的不適當運用會創造精神病或焦慮症」。《聖經》對地獄的描述是象徵性和隱喻性的。

我啟發了教宗說出:《聖經》所謂「無法澆熄的火」和「炙熱的鍋爐」指的是「沒有神的生命之完全的挫敗和空虚」。他解釋道:地獄是與神分離的一種狀態,並不是在懲罰人的神所引起的一種狀態,而是自我引發的。

執行報復或處罰任何人都不是神的功能,教宗在其召見中說得很清楚。

不過,有一位懲罰的神的觀念曾是個很有用的幻覺。它曾創造出一個脈絡,讓你在其中能體驗各式各樣的事的許多存在面向。

舉例來說,恐懼,或者寬恕、慈悲,還有憐憫。

在最深的層面,一個被定罪的人可能更瞭解憐憫的表達。定人以罪的人或給與寬免的人也一樣。

寬恕是愛的另一種具細微差異的表現,你們族類體驗它是有其效用的。寬恕只在年輕、原始的文化裡被經驗到(要知道,進步的文化不需要它,因為既不可能有損傷,就不必有寬恕),但它在演化的脈絡——文化借之成熟和成長的過程——裡有巨大的價值。

寬恕實際上容許你治癒任何你想像曾加諸你的心理上、情緒上、靈性上,有時候甚至身體上的創傷。寬恕是個了不起的治癒者。你真的能借寬恕之道到達健康。你能借寬恕之道到達快樂。

就此而言,你們對定罪的幻覺之利用是極有創意的,你們在你們的人生中,在人類的歷史中創造了許多時刻,而在其中,就得以表現寬恕。你們經驗它為神聖的愛的一個面向——將你帶離愛與神性本身的真相越來越近。

做到了這一點之最有名的寬恕故事是·耶穌寬恕了他旁邊十字架上的人·這透露出**尋求神的人不會被定罪**的永恆真理。這意謂著·從來沒有人會被定罪·因為每個人到頭來都尋求神·不論他們是否那樣稱呼它。

地獄是與神分離的經驗。然而,任何不希望經驗永遠分離的人,並不需要經驗它。光是與神 團圓的欲望就產生了它。

那是個不凡的聲明,而我要再說一次。

光是與神團圓的欲望就產生了它。

從來都不必要寬恕,既然神本身是「一切萬有」,神就永遠無法犯真正的罪或被別人觸犯。 這是進步的文化瞭解的事。誰會寬恕誰?又為了什麼?

手會寬恕踢痛自己的足趾嗎?眼睛會原諒耳朵嗎?

沒錯,手可能會撫慰大腳趾。它可能揉它、治癒它、使它舒服些。但手需要原諒足趾嗎?或,在靈魂的語言裡,原諒可不可能只是安慰的另一個字眼呢?

我曾啟發人這樣寫: 愛是永遠不必說抱歉。

當你們的文化也瞭解了這點時,在靈魂「踢痛了大腳趾」的時候,你便永遠不會譴責自己或別人。你永遠不再會擁抱一位報復心強、憤怒、詛咒人的神,一位會為了對神而言顯然比踢痛大腳趾還不足道的事,罰你到永不得翻身的苦刑裡。

在那個瞬間,你會永遠捨棄你對一位譴責的神的想法,因為你會明白,愛永遠不譴責。然後你也不會譴責任何人、任何事。照我的訓諭:勿判斷,也勿定罪。

永遠要記住這個:

勿判斷,也勿定罪。

第八個幻覺·有條件的幻覺·可用以體驗你自己那個無條件存在的面向——而就因為這個理由,你能無條件的去愛。

你是一個無條件的存在·然而·由於沒有一個條件不是無條件的 (there is no condition)·所以·你無法知道你是個無條件的存在。所以·你的情況不妙 (in no condition)。

一點都沒錯,這是真的。你什麼都不能做。你只能「在」。然而,單純的「在」無法滿足

你。 為了這個理由,所以你們創造了有條件的幻覺。 這是你的一部分——生命的一部分, 神的一部分——為了要在,得依賴另一部分的想法。

這是你們「分離的幻覺」的延伸。那個幻覺則出自「需要的幻覺」——第一個幻覺。事實上, 只有一個幻覺,所有其他的幻覺都是這個幻覺的放大,像一個吹起來的氣球。

你們所謂的相對論便是自「有條件的幻覺」創造出來的。 舉例來說·熱或冷·其實並非相反· 卻是在不同條件下的同一個東西。

每樣東西都是同一個東西。 只有一種能量。那就是你們所謂「生命」的能量。 在此,「神」 這個字可以與之互換使用。 你們所謂的「條件」就是這能量的個別和特定的振動。 在某些 條件下,某些事發生,而顯得是你們所謂的真理。

舉例來說·在某些條件下·上即下·而下即上。你們的太空人就知道·在外太空「上」 與「下」的定義消失了。 由於條件改變·**真理**改變了。

改變的條件造成改變的真理。

真理只不過是表示「現在是怎麼樣」的一個字眼。然而,現在是怎麼樣永遠在變,所以,真 理永遠在變。

你們的世界是這樣顯示給你們的。你們的人生是這樣展示給你們的。

事實上,人生的過程就是變。減縮到一個字,生命即變。

神即牛命。所以,神即變。

一言以蔽之,神即變。

神是個過程。不是個存在體,而個過程。

那過程被稱為變。

你們有些人可能比較喜歡演化這個字。

神是那在演化的能量……「或那在變為的」。

「那在變為的」並不需要特殊條件才變為。生命就單純地變為它變為的,而你為了要定義它、描寫它、量化它、測量它,並且試圖控制它,你就將某些條件歸諸給它。

你的「生命」沒有條件。它就是在。生命就是它所是。

「我是我所是」。

你現在也許第一次完全瞭解這古老的、謎樣的聲明。

當你明白,為了讓你經驗無條件(亦即,為了讓你認識神),所以條件必須好像是存在的,你就會祝福你人生的條件以及你所曾經驗過的每個條件。這些條件曾讓你體驗到你比它們任何一個都大,比它們所有合起來還更大,你的人生曾顯示給你這點。

稍微思考這一點,你就會知道這是真的,想像你發現自己處在一個狀況(條件)下,並且想像你自己是符合這條件的。然而,你會發現自己克服了它,而超越了那狀況嗎?事實上,你絕沒有。你只不過是拋棄了你發現自己是你的狀況之想法。你看見自己比它大,與它不同。

你也許曾說過:「我並非我的狀況(條件),我並非我的殘疾,我並非我的工作,我並非我的財富或缺乏財富,我不是這個。這並非我是誰。」

做這種宣告的人,在他們的人生中製造了不凡的經驗、不凡的結果。他們因此用「有條件的 幻覺」去重新創造新的自己,以他們對他們是誰所曾抱持的最偉大憧憬下一個最恢宏的版本。

因為如此,有些人就會對別人所責難的那種人生條件感到慶幸。因為他們把它們當成一個偉大的禮物,是讓他們去看見和宣告他們存在的真理。

當你祝福你人生的條件,你就改變了它們。因為你稱它們為不像它們所顯示的東西,正如你稱自己為不像你所顯示的東西。

就是在這一點,你開始有意識地創造,而非只是注意到你生的條件和境遇。因為你將明白,你一向都是——且永遠會是——每個條件的感知者和定義者。別人所視為的貧窮,你也許視為豐足。別人所視為的失敗,你也許定義為勝利(正如當你決定每個失敗就是個成功時,你所會做的)。

故此·你會經驗你自己為每個條件(狀況)的創造者——它的「想像者」·如果你願意(但 只在它是你的意願時)·既然真的條件並不存在。

在那一刻,你會停止怪罪你人生中的任何一個人、地或事,不會再要它為你所經驗的人生負責。你全部的經驗——過去、現在與未來的——都會改變。你會明白,你從來沒被真的犧牲過,而你的所知會帶給你成長。總有一天,你會了悟並沒有受害者。

永遠記住:

並沒有受害者。

第九個幻覺·優越的幻覺·可用來經驗沒有一樣東西要比任何其他的東西優越:而同樣的· 低劣只是個虛構。所以的東西都是平等的。然而·如果只有平等存在時·你是無法知道所有 的東西都是平等的。 如果每樣東西都平等·那麼·就沒有東西是平等——因為當只有一樣東西·**而它完全與自己 平等**·則「平等性」這想法本身就是無法經驗的。

一個東西無法與它自己「不平等」。如果你拿一樣東西,將之分割成幾個部分,部分與整體 也是相等的。它們並不比整體差,只是因為它們被分割開了。

然而,不平等的幻覺讓每個部分注意到它自己為**它是的部分**,而非視它自己為整體。除非你 視自己為分開的,否則你無法視自己為一個部分。你瞭解了嗎?除非你想像自己是與神分開 的,否則你無法將自己想像為神的一部分。

換句話說,除非你向後退一步看我,否則你看不見我。然而,如果你認為你就是我的話,你 是無法退後一步來看我的。所以為了要經驗我,你必須想像你不是我。

你與神是平等的,而這與神的平等正是你渴望經驗的事。你並不劣於神,或劣於任何的東西,然而在沒有東西是優越的這個脈絡裡,你無法知道或經驗沒有低劣。所以,你創造了優越的 幻覺,以讓你能知道你是與每樣東西是平等的——亦即,你不比任何東西優越。

你與神的一體,在一個可能缺乏一體或可能分離的脈絡之外是無法經驗的。你必須在那脈絡內,或在我們這裡所說的「幻覺」內,以便知道存在於幻覺之外的真理。你必須「在世卻不屬世」。

同樣的,你與神,及每樣東西的平等除非直到你能瞭解不平等,否則是「不可經驗的」。

你創造了優越的幻覺,就是為了這理由。

對優越的想法而言,還有另一項好處。就是借由想像你自己是優越于你人生的條件和境況,你讓自己去經驗大於所有這些條件和境況的你存在的面向——這是先前已說過的一點。

當面對負面的條件和境況時,你可以召喚你的一個奇妙的部分,你們有的人稱此為勇氣。故此,當你活在所謂「在物質領域的生活」之更大幻覺裡時,優越的幻覺對你非常有用,因為它給你力量上升到負面境地況之上,而克服它們。

當你視這幻覺為幻覺時,你們將瞭解,你們沒有一個部分是優越於整體的,因為,你的每個部分就是整體。然後你就不會再召喚勇氣,你知道你便是勇氣。你不會呼求神,你將知道你就是你會呼求的神的一個面向。

你是呼求者,也是被呼求的那位,改變者與被改變的那位,造物主與受造物,開始與結束, 始與終。

那即你是什麼,因為那即我是什麼。 你是以我的形象和肖像似造的。

你是我,我是你,我身為你,經過你,在你內移動,我在你內存在。

在每個人、在所有的東西內。

所以,你們沒有人比別人優越。 這種事是不可能的。 然而你創造了優越的幻覺,以使你知道你的力量——並且,擴而充之,知道每個人的力量,你與神及與所有別人的統一與平等,以及每個人與神及與他人的統一與平等。

然而我必須告訴你,如果你希望避免人類的痛與苦的話,這優越的幻覺是個非常危險的幻覺。

我已經告訴過你,當你經驗到與彼此的一體時,便避免了痛與苦。而優越的幻覺否認了這統一,創造了更大的分離。

優越是曾降臨在人類經驗上最具誘惑力的想法。當你想像自己是較優越的一方時,那種感覺 是那麼的好。然而當別人宣稱比你優越時,感覺可能就很壞了。

所以·要小心這幻覺·因為它極具威力。它必須被深刻的、完全的瞭解。 如我顯示給你們看的·在相對經驗的世界裡·優越的想法可以是個偉大的禮物。 而的確·它能帶給你力量和勇氣·讓你視自己和經驗自己為比你的境況更大、比你的壓迫者更大、比你自己認為你是的更多。然而它也可以是陰險的。

甚至宗教——假定創造是為了讓你更接近神的一個人類機構——都太常用優越做為他們主要的工具。「我們的宗教比別的宗教優越」許多機構都曾這麼宣稱。故此讓人類在到達神的路途上更為分離,而不是聯合他們。

邦與國、種族與性別、政黨與經濟體系,全都在利用它們假設的優越去吸引注意、尊敬、同意、附從、權力,或只是——會員。他們用這工具所製造的東西絕不會優越。

然而,大部分的人類都彷彿是盲目的或很奇怪的沉默。他們無法看到自己建立在優越感上的 行為,實際上在每方面都產生了低劣的東西。或者他們的確看到了,只是拒絕承認。結果使 得自稱優越以合理化其行為,然後再承受那些行為的低劣結果之循環一直繼續不斷。

有個方法可以突破這個循環。

就是視這幻覺為幻覺·並瞭解和明白我們全是一體。人類及所有的生命是個統一的場。 **它就是一整個東西**。 所以,沒有什麼比它優越的東西,也沒有什麼東西比你優越。

這是人生經驗的基本真理。鬱金香比玫瑰要優越嗎?山比海更壯嗎?哪片雪花最華麗?可不可能它們全都一樣華麗——並且一起慶祝它們的華麗·共同創造出一個令人敬畏的展示?然後它們溶入彼此,而成為一體。然而它們從未走開。它們從未消失。它們從未停止存在。它們只不過改變了形態。並且不只一次,而是好幾次:從固體到液體,從液體到氣體,從可見到不可見,再升起,然後再以令人摒息的美麗與神奇的展示重返。這是生命, 滋養的生命。

這是你。

這比喻是完美的。

這比喻是真實的。

你只要下決定這是真的·並照之行事·你就將在你的經驗裡使之成真。你就會看見你所觸及的所有生命之美麗與神奇·因為你們每個的確都是神奇的·然而沒有一個人比另一人更神奇·而有一天·你們全都會溶為一體·一同形成了單一的溪流。

這樣一個知曉,將改變你們整個在地球上的經驗。它將改變你們的政治、你們的經濟、你們的社會互動、你們教育小孩的方式。最後,它會帶給你們——地上的天堂。

當你看到優越是個幻覺時,你們會明白,低劣也同樣是個幻覺。然後你們將感受到平等——與彼此及與神——的奇妙和力量。你們有關自己的想法會變得更大,而優越幻覺存在的理由將會實現。因為,你對你的想法越大,你的經驗就越大。

永遠記住這個:

你對你的想法越大,你的經驗就越大。

第十個幻覺·「無知的幻覺」·曾製造了你們不明白任何這些幻覺的想法;前面所說的一切對你而言都是新的.你無法理解它。

這幻覺讓你可以繼續活在相對的領域裡。然而,你不必繼續像你前那樣生活在痛苦中,傷害自己和別人,等待、等待還未來到更好日子——或等待你在天堂的永恆報償。 然而,你是能在地上享有天堂的。 你能住在你的樂園裡。 你從來沒被逐出。 我永遠也不會對你那樣做。

你知道這個的。在你心裡,你已經知道這個了。 就如你知道人類及所有生命的一體。 正如你知道每樣東西的平等以及愛是無條件的。 你知道所有的這些事,甚至更多,你在你靈魂的深處一直都明白這些的。

無知是個幻覺。 當你視它爲一個幻覺時——當你知道它不是真的時——你是聰明地利用那 幻覺。 你知道……而你知道你知道。

所有的大師都是如此。

他們知道他們知道,而他們利用他們的知道去與他們將自己置於其中幻覺世界相處,而非活在其中。這使他們在你們世界裡顯得像是魔法師似的,輕易地創造和利用所有生命的幻覺。

「不知」是個奇妙的幻覺,並且很有用。 它讓你再次知道·再次學到·再次憶起。 它讓你去 體驗那循環。 去變成一片雪花。 就是你不知道的幻覺容許你去知道你所知的。 如果你什麼都知道,並且知道你知道它,那麼你便不能知道任何事。

深深的看入這個真理,你就會瞭解。

那麼·給你自己對某些事無知的幻覺吧。 任何的事。 而在那一瞬·你會經驗到你對它並非無知——你所知的將突然對你變得明顯起來。 這是謙虛的妙處。 這是「在這兒有些我不知道的東西,但我知道他會改變樣東西」這句話裡的力量。 單單這一句話·就可以治癒世界。

往謙遜之路就是往榮耀之路。

並且就你们的神學而言·要進步·沒有比這更好的工具了。 我曾啟發人說過:一點點的「謙遜神學」乃是世界所需要的。 少一點「你全都知道」的把握·及多一點意願去繼續追尋、承認也許有些你不知——但知道它可改變每件事——的事。

我再說一次,不知導向知。 全知導向什麼都不知。

那就是無知的幻覺如此重要理由。別的幻覺也是一樣。它們是你對你真正是誰的經驗之鑰。 它們打開了由「相對領域」到「絕對領域」之門,到每樣東西之門。

然而,就像其他所有的十個幻覺一樣,當無知的幻覺失了控,當它變成了你整個的經驗、你一直在場的現實時,它對你就沒有用了。那樣的你就像忘了自己的技術的魔術師。你變成一個被自己的幻覺愚弄的人。那時你就需要別人「拯救」,一個看透幻覺的人來喚醒你,提醒你你真正是誰。

這個靈魂真的能成為你的救星,即使是你·也真的能做別人救星·藉由提醒他們真正是誰·藉由他們給回他們自己。「救星」只是「提醒者」的另一個說法。 他是個提醒你的人·一個重組 (re-member)你的人·讓你有個新頭腦,並且再度認識自己為神的軀體之一個肢體 (member)。

爲了別人這樣做吧! 因為你是今日的救星。 你是我的所愛·我所喜悅的。 你是我派去帶別人回家的那個人。

所以踏出幻覺·卻不要遠離它。 與它相處,卻不要活在他內。 這樣做,你就這世界裡·但不屬於它。 你就會知道你自己的魔法·而你所知會讓你增長。 你對你的魔法的想法會越變越大,直到有一天你瞭解了你即那魔法。

永遠記住這個:

你即那魔法。

當你利用無知的幻覺,不再實踐它,卻只是利用它,你承認你還有很多不知的 (do not remember) ——不記得的·然而那謙遜本身便將你提升·越過了謙遜·讓你瞭解更多·憶起更多·變得更覺知。 現在·你是在那些知道的人之中了。

你記起你只不過是用幻覺創造一個局部的脈絡場,在其內,你能經驗,而不只是概念化你是谁的無數面向中的任何一個。你開始有意識地利用這脈絡場,像一位畫家使用畫筆一樣,製作出美妙的畫,創造出有力且非凡的時刻——恩寵的時刻——而在其中,你可以體驗認識你自己。

舉例來說,如果你希望體驗你自己爲寬恕,你就能混合審判、定罪與優越的幻覺,將它們在你面前投射出來,你會很突然地發現(創造)在你人生中给你機會去展示寬恕的人。你甚至能加上失敗的幻覺,將它投射在你自身上,以加強那經驗。最後,你就能利用無知的幻覺,去假裝你不知道你在做所有這一切。

如果你想體驗自己為同情,或為慷慨,你可以混合需要和不足的幻覺去創造一個脈絡場,在 其中去表達在你內的那些神聖面向。你随之可能發現自己正走在街上,碰上了乞丐。你可能 對自己說,奇怪,以前在這個角落我沒看過有乞丐.....。

你對他們感到同情·而這觸動了你的心。 你感受到在你心内的慷慨正在蠢動·然後你伸手到口袋裡拿出些錢來給他們。

或者·有一位親戚會打電話來·請求你给他金錢上的援助。 而在那一瞬·你可以選擇去感受你存在的許多面向中任一個。 但在這個場合·你選擇了仁慈、關注和愛。 你說:「沒問題·你需要多少錢?」

但要注意,如果你不注意,你就不會瞭解那些街上的乞丐,或電話上親戚,是如何找到通往你生命的路的。你會忘記是**你把他們放在那兒的**。

如果你陷入幻覺太深,你會忘記是你召了你人生中每一個人、地和事件。你會忘記他們在那兒是要創造你以一個特定方式認識你自己的完美情況和完美機會。

你會忘記我最宏偉的教誨:除了天使外,我沒派給你們別的。

在你的故事裡,你也許會將我的天使分派為惡棍。如果你不注意,你就會視你自己為來到你生命裡的「恩寵時刻」的受害者,而非受益人。你可能並不會歡迎它們的到來,但它們全部都會是給你的一個禮物。

或你也許決定以與你最初選擇的不同方式變成一個受益人。 舉例來說,你也許決定,你不但 希望體驗同情心,也想體驗權力和控制。 你也許繼續每天在同一時候,走過同一個街角,給 同一個乞丐錢。 直到你倆建立一個儀式。 你也許繼續給那位親戚錢,每月寄張支票給他, 直到你倆建立了一個儀式。 而現在,你在支配了。你有了權力。你也消除了他們的權力——你真的拿走了他們重創自己生命的權利——以便你可以感覺被褒揚、得满足,並且有力量。突然,他們無法沒有你而產生功能。乞丐或親戚——這兩者其實根本沒有你的幫已存在這星球上好些年了——現在沒有你卻都無法產生功能。你使他們功能不良,而創造了你與他們功能不良的關係。

你並沒有幫助他們從之前的陷阱裡跳出來,你反而將陷阱挖得更深。你將他們手中的鏟子拿了過來,放在自己手裡。

所以·要小心地觀察你做任何事動機。要一直繼續看你的議程。密切監看你在體驗你存在的那個面向。有沒有一個方法可以去體驗它·而無損他人的力量的?有沒有一個方法可以去憶起你是誰·而不會使別人忘記了他們是誰的?

這些是你們可以利用「十個幻覺」,以及在它們底下無數較小幻覺的一些方法。現在你明白了,你瞭解了,現在你憶起如何利用幻覺了。

記住前面所說過的。沒有必要在眼前這一刻就利用幻覺,以便創造出可體驗你自己更高面向的一個脈絡場。 進步的生靈不但踏出了幻覺,並且遠離它們。 亦即,他們將幻覺留在身後,只用對它們的記憶去創造那脈絡場。

但不論在你眼前這一刻是以記憶形式或實質形式去利用幻覺,你每天都會用到它們。然而,如果你不有意識地利用幻覺——如果你不知道你創造了它們,以及你為什麼這樣做——你可能就會想像自己是在你人生的「果」上,而非在其「因」上。你可能以為人生是發生在你身上,而不是經由你發生。這是你可能尚未知道的事,知道了則可能改變每件事:

有關所有在你人生中發生的事·你都是在那問題的因上。〔譯註:佛家所謂 「菩薩畏因·眾生畏果」。〕

當你踏出了那些幻覺時,你就完全地瞭解這點了。 當你體驗到與神合一時,你在身體裡、在細胞層面就能體驗到這點。

每個靈魂渴望的就是這個。所有生命終極目的就是這個。 你是在通往大師級、回歸於「一」的旅途上,以便你可以在你自己的靈魂中認識神的奇妙和榮耀,並以直到永恒的無數人生的超過百萬片刻,以一千種方式,經由你、做為你而表現出來。

16、重新創造你的實相

當你往永恆旅行時,當你向大師級移動時,你將發現自己面對了你人生中的許多情況、情境和發展,其中有一些也許是你不歡迎的。在這種時候,大多數人做的第一件事,就是你該做的最後一件事,那就是——試圖想出它們的意義 (meaning) 到底是什麼。

有些人認為·事情的發生總有個理由·所以他們試圖去發現那個理由是什麼。 而有的人說· 某些事是個「徵兆」·所以他們會試著瞭解那個徵兆在告訴他們什麼。

無論如何,人們就是試圖在找出他們生命中的事件及經驗之意義。然而,事實是,根本沒有一件事有任何意義。在人生中的接觸和經驗中,並沒有隱藏著什麼天生的真理。 誰會將真理 藏在那兒呢?而且又是為了什麼?

如果它是在那兒等著被你發現·那麼把它弄明顯不是更有效率得多嗎?如果神有什麼事要告訴你·直接說豈不容易得多(更別說仁慈得多)·而不是在那裡讓它成為一個你必須去解出的謎?

事實是、任何東西都是無意義的、除了你給它的意義之外。

人生是無意義的 (meaningless)。

這是很多人所難以接受的·然而它卻是我最了不起的禮物。 藉由讓人生無意義·我給了你們機會去決定任何事物及每件事物的意義。由你的決定·你定義了自己與人生中任何事物及每件事物的關係。

事實上,這是你藉之體驗你選擇你是誰的方法。

這是自我創造的行為,以你曾抱持關於你是誰的最偉大憧憬之最恢宏版本重新創造新的你。

所以·當一個特定事件發生在你身上時·別問自己它為什麼會發生·而要**選擇**為什麼它發生· 決定它為什麼發生。如果你無法以意圖來選擇或決定·那麼就將它杜撰出來。**反正你們就是** 那樣。你們杜撰出所有做事的理由·或事情為什麼會那樣發生的理由。然而,你們大多數時間都是無意義地在這樣做,現在,有意識地下定決心,並杜撰出你的人生吧!

別尋找人生的意義,或任何特定事物、事件或境況的意義。要給它的意義,然後宣布與宣告、 表達與經驗、完成與變成在與它的關係中你選擇是誰。

如果你是個敏銳的觀察者,你會注意到,在你的人生裡,你一直在不斷地把自己帶到同樣的情況或境地,直到你重新創造了你自己為止。

這即是走向大師之途。

大師以及往大師之途的學生·知道幻覺·並決定它們為什麼在那兒·然後有意識地**創造**在自己內下一世(可能翻譯錯誤·不確定:次)透過幻覺會經驗到的事。

當你面對任何的人生經驗時,有一個公式、有一個過程,可以讓你經由它而走向大師之途。你只要簡單地做出下面的幾個聲明:

1. 在我的世界裡,沒有任何事物是真的。

- 2. 每一件事物的意義都是我賦予它的意義。
- 3. 我是我所說的我是誰,而我的經驗是我說它是的東西。

這是怎麼對付人生幻覺的方法。現在,我們應該以幾個「真實人生」的例子來重新看看我們 較早的觀察,因為加強會帶來更大的清晰。

當面對需要的幻覺時,你的經驗會看起來好像很真實似的。

需要可能會以兩種偽裝出現你的面前: 你的需要或別人的需要。

當需要以你的需要的方式顯現時,感覺起來會比較急迫。恐懼也許會很快的降臨,這就看你幻想中需要的本質而定了。

舉例來說,如果你認為自己需要氧氣,那你可能會面對立即的恐慌。你的生命正瀕臨危險的信念會很合乎邏輯地跟隨著你。只有一個真正的大師,或某個有過瀕死經驗的人,或清楚死亡並不存在的人,在這樣一個情況裡才能保持鎮定,其他人則必須訓練自己保持鎮定。

但這是可能做到的。

諷刺的是,需要的正是這種鎮定。唯有鎮定,才有益於產生一個平安結果的思想和行為。

潛水的人瞭解這一點。那就是為什麼當感覺他們的氧氣快不夠,或當他們的氧氣供應被切斷時,他們學會不恐慌的理由。其他的人也曾學會如何在許多人所謂的非常緊張及可怕的境況下,避免恐慌。

還有其他較不極端、但也會威脅到生命的情況可能產生恐慌。舉例來說:絕症的消息或武裝的搶劫。但有些人發現他們能面不改色地面對可能威脅生命的疾病,甚或可能施加於他們的人身暴力。他們如何做到這點的?這是怎麼回事?

這全是與「觀點」有關。

而那正是我們在此所談的事——你的觀點。

視死亡的幻覺為幻覺改變了每件事。知道它除了「你給它的意義之外別無意義」,容許你來 決定它的意義。瞭解到「所有人生都是個重新創造的過程」,創造出了一個脈絡,使你在其 中可以體驗到在與死亡的關係裡你真正是誰。

耶穌做到了這個,而令世界驚愕。

有人也一樣做到過,以一種驚愕並啟發了他們周圍每個人的平靜優雅來經過死亡。

在威脅生命的經驗層面下,需要做為一個幻覺,力量是很小的。

在肉體痛苦的層面下,它根本真的沒有力量。

許多人,但非所有人,都非常怕肉體的痛。

如果有人在痛的時候說「這是個幻覺」、也許他們就有些不同的話要說了。

的確,對許多人而言,痛——及其可能性——比死還更可怕。

然而這幻覺也是能被處理的。在之前的談話中,我曾說過痛與受罪的差別。 大師們知道這差別,所有那些將人生的幻覺視為它們本來樣子的人也是的。 需要的幻覺會暗示人類需要無痛以便不受罪,以便快樂。然而,痛與快樂並不是彼此排斥的——許多生過孩子的人都有能作證。

免於痛苦不是一個需要,而是個選擇。藉由將「需要」移到選擇的層次,你將自己置於了一個非常有力量的地位,一個能支配你在有的經驗的地位。

你甚至有力量控制痛——有足夠的力量真的忽略它·而往往真的能讓它消失。 許多人都曾展現過這個。

處理在肉體的痛這個層面下的「需要幻覺」甚至更好容易。

你也許以為你需要有某個人才能快樂,有某件工作才能成功,或有一些其他的情緒及身體的滿足才能快樂。這個時候,也許你願意注意到其實你並沒有它,但你卻在這裡。 **那麼,你為什麼以為你是需要它的呢**?

仔細的檢查就會顯示,你並不需要它,甚至你要快樂也不需要它。

快樂是個決定,而非一個經驗。

沒有你認為你需要才能快樂的東西,你可以決定你要快樂,而你將會快樂。

那是你所能瞭解的最重要的事之一。所以,我要再重複一次。

快樂是個決定·而非一個經驗。沒有你認為你需要才能快樂的東西·你可以決定你要快樂· 而你將會快樂。

你的經驗是你決定的**結果**,而非其**原因**。

(附帶說一句·愛也是一樣。 愛並非一個反應·愛是個決定。 當你記起這個·你就快要成大師了。)

需要的第二個偽裝是別人的需要。如果你不將此幻覺視為一個幻覺,你可能會陷自己於經常 試圖滿足人——尤其是你所愛的人:你的孩子、另一半或朋友——需要的陷阱中。 這可能會導致在你和被助者間產生默默的憎恨,然後,發展成沸騰的怒氣。但諷刺的是,藉 由繼續滿足別人的需要,包括(或許尤其是)兒女們和人生伴侶的,你所做的也許反而更讓 他們失去力量,而不是有助於他們——先前已說過這一點。

當你看見別人有「需要」時,讓自己用那幻覺去表達你選擇去經驗的你自己的那個部分吧! 也許你會選擇同情或慷慨、仁慈或富足,甚或以上的一切——但要明白,你從來不是為別人做任何事。要記住這個聲明: **我做的每件事都是為自己做的**。

那是你所能瞭解的最重要事情之一。 所以, 我要重複一次: 我做的每件事都是為自己做的。

我是神的真理,也是你的。唯一的差別是,神知道這一點。

除了利己外·並沒有其他好利的。那是因為自己便是所有的一切。你與每件東西都是一體的· 沒有不是你的東西。當你弄清楚這點時,你對利己的定義就會改變。

當面對失敗的幻覺時,你的經驗看起來會好像非常的真實。

失敗將以兩種偽裝之一展現它自己: 你的「失敗」及別人的「失敗」。

當面對看起來像是失敗的情況時,要立刻做出終極真理的三個聲明:

- 1. 在我的世界裡,沒有任何事物是真的。
- 2. 每件事物的意義都是我賦予的意義。
- 3. 我是我所說我是的那個,而我的經驗是我說它是的東西。

這是三位一體 (triune) 的真理——或神聖的三位一體。

是你定義自己失敗經驗的意義。選擇稱你的失敗為一次成功,然後,在這失敗面前重新創造你新的自己。就你與你正有的經驗的關係裡,決定你是誰。別問你自己為什麼會有這經驗。 除了你給它的理由外,它沒有理由。

所以·決定說「我會有這經驗是為了要讓我可以更接近一步我在尋求的成功。把這經驗當成 所給予我的一個禮物。我要擁有它,珍視它,並且從中去學習」。

記住我說過的,**所有的學習都是憶起**。

所以·**慶祝失敗吧**! 在你們的地球上·有些先進的公司真的這樣做。當有了「疏失」·發現了一個「錯誤」·或經驗到一個「失敗」時·老闆會邀每個人去為那事歡呼!因為那位老闆明白我在此告訴你們的——而他的下屬會願意為他赴湯蹈火。沒有他們不願做的事·因為老闆創造了一個安全的環境和一種成功的氣氛·可以讓他們在其中經驗他們自己及他們創造力最恢弘的部分。

當面對「分離的幻覺」時,對你來說這經驗可能會顯得非常真實。

分離將以兩種偽裝之一展現它自己:你的「分離」及別人的「分離」。

你可能覺得自己與神極端地不相連。你可能覺得自己與你的人類同胞完全分離。你可能覺得別人與你完全分離。這可能會造成較小的寂寞或沮喪的幻覺。

所以當面對看起來像「分離」的情況時,要立刻做出終極真理的三個聲明:

- 1. 在我的世界裡,沒有任何事物是真的。
- 2. 每件事物的意義都是我賦予它的意義。
- 3. 我是我所說我是的那個,而我的經驗是我說它是的東西。

而這召來了三部過程:

- 1. 視那幻覺為一個幻覺。
- 2. 決定它的意義是什麼。
- 3. 重新創造你自己。

因此如果你正覺得寂寞,就視你的「孤單」為一個幻覺吧!並結論說你的寂寞是意謂著你對你周遭的世界參與得不夠深——在一個充滿了寂寞的人的世界裡,一個人又怎麼可能寂寞呢? 然後,決定重新創造自己為一個以愛來和人接觸的人。

這樣做了三天,你整個心情就會改變。 這樣做三周,你現在的寂寞將會終止。 這樣做三個月,你將永遠不再寂寞。

然後、你會瞭解你的寂寞全是幻覺、是完全可以由你掌握的。

甚至在牢房裡或在病床上全然孤立與其他人的人,也能藉由改變他們內在的實象,而改變他們外在的經驗。這能經由與神的合一來做到,也即這本書要引領你去到的哪個經驗。因為,你一旦與內在的造物主會面,你將永遠再也不需要外在與自己的任何東西來避免寂寞的感覺了。

神秘主義者和僧侶、宗教社區與靈性的皈依者有史以來都已證明了這點。靈性合一及與所有創造物(意指我)一體的內在狂喜是外在世界無法可比的。

真的,分離是個幻覺。

所以·你要視**每件事物**為幻覺·而且還是一個有福的禮物·可以讓你去選擇及經驗你真正是誰。

讓我們再用幾個幻覺來舉幾個例子(任何一個幻覺都可以用,公式也都是一樣的)。

當面對「定罪的幻覺」時,對你來說這經驗可能看起來好像是非常真實。

定罪將以兩種偽裝之一展現它自己: 你的「定罪」,及別人的「定罪」。

當面對「優越的幻覺」時,對你來說這經驗可能看起來好像是非常的真實。

優越將以兩種偽裝之一展現它自己: 你的「優越」,及別人的「優越」。

當面對「無知的幻覺」時,對你來說這經驗可能看起來好像是非常的真實。

無知將以兩種偽裝之一展現它自己: 你的「無知」及別人的「無知」。

你看到模式了嗎? 是不是在我告訴你之前,你就已經開始在盤算一些可以利用這些幻覺的 好方法了?

當面對別人的定罪時,總會讓你想要定罪別人。 面對你的定罪,別人也會想要定罪你。

面對別人的優越時·總會讓你認為自己更優越。 所以面對你的優越時·別人也會傾向於認為 他們比你優越。

你看到這模式了嗎? 所以你是否已經在我告訴你之前,就已開始想到一些你可以利用這些幻覺的好方法了?

看見這模式是很重要的。 這是你們覆蓋在自己文化故事結構上的模式。 這是讓你經驗你們在地球上的集體實相如它所是的模樣之原因。

你並不需要我提供給你如何遠離這些幻覺、並利用它們的任何更多的例子。 說真的 · 如果我繼續給你明確的例子 · 你會變得依賴我。你會覺得自己無法瞭解或不知道要如何在面對「真實的」、日復一日的經驗時,重新創造你自己。

所以,你會開始祈禱。你會呼喚:「神啊,幫幫我吧!」 然後,如果事情解決得好,你就會感激我,但如果不好,則會詛咒我——好像我在應許一些願望,而否定其他的.....或者更糟的,是我應許了一些人的願望,而否定其他人的願望。

我告訴你: 應許或否定願望並不是神的工作。 我要憑靠什麼來這樣做呢? 用什麼準則呢?

不管你是否瞭解其他的事,但要瞭解這一點:神什麼都不需要。

而如果我什麼都不需要,我就沒有什麼準則可藉以決定你能擁有某樣東西與否了。

那個決定權是在你。

你能有意識或無意識地做那決定。

你們已多少世紀來都無意識地做了決定。 沒錯,有上千年了。 以下則是你能有意識地做決 定的方法。

- 1. 視幻覺為幻覺。
- 2. 決定它的意義是什麼。
- 3. 重新創造你自己。

可以利用下面終極真理的聲明來做為達成上面所說的工具。

- 1. 在我的世界裡,沒有任何事物是真的。
- 2. 每件事物的意義,都是我賦予它的意義。
- 3. 我是我所說我是的誰,而我的經驗是我說它是的東西。

我在此與你做的溝通,是你企圖以人類的字句解釋的,一個深沉的內在覺知層面直覺地瞭解 的複雜觀念。

這些字句你以前就聽過·並且是經由你而來。 如果你不小心·它看起來就像是經由別的人·或來自別的什麼人。但這是個幻覺。

你經由你自己帶給了你自己這個經驗。這就是你憶起的過程。

現在有個機會可藉由一個新的、活過的現實來取代你的幻覺,來轉化這些字句成為你具體的經驗。這就是我說過的你們星球生命的轉化。故此,我曾啟發人說過:「於是聖言成了血肉,寄居在我們之間。」

第三部 與內在的造物主相遇

17、傾聽你的身體

為了使我們在這裡所說的變成實體,為了讓它們不只是聲音,而是你們物質世界裡的物質實相——你必須注意在這世界裡的你實質的自己的那個部分。

你的與神合一、你與內在造物主的相會,是從認識你的身體、瞭解你的實質身體、敬重你的 實質身體,和利用你的實質身體做為一個本意要服務於你的載具開始。

為了要這樣做·你首先必須瞭解·你並非你的實質身體。你是掌控身體、活在身體裡的那個· 並經由你的身體在物質世界裡活動,但你並非身體本身。

如果你以為你就是你的身體·那你所體驗的生命就是身體的表現。當你瞭解你是你的靈魂 時·那你所體驗的生命就會是靈魂的表現。當你承認你的靈魂與神的靈魂是一體時·那麼你就會 體驗到生命為「一個靈魂」的表現。

這將改變每一件事。

想要認識你的身體、瞭解你的身體、體驗你的身體之最完滿的莊嚴華美,就要尋求一種有品質的方式來與你的身體在一起。愛它、照顧它。 它會告訴你什麼是真的。

記住·真實就是現在是什麼樣子——而這是個每個都知道的事。 所以·傾聽你的身體所告訴你的。 記住要如何去傾聽。 注視你的身體所顯示給你看的。 記住要如何去看。

不要只觀察別人的身體語言,也要觀察你自己的。

健康是你的身、心、靈之間和諧的一個宣告。 當你不健康時,要注意看看是你的哪部分不和諧。 也許是讓你的身體休息的時候了,但你的心卻不知道該怎麼辦。 也許是你的心長駐在一些負面的、憤怒的思維裡,或總是為明日在擔憂、你的身體無法放鬆的關係。

你的身體會展示真相給你看。 只要觀察它。 注意它顯示些什麼給你,傾聽它在說些什麼。

尊重你的身體·讓它保持健康。它是你所擁有的最重要的物質工具。它是個莊嚴華美的工具, 一個特殊的器具。 你可以讓它蒙受極大的傷害,而它仍會繼續盡它所能的為你服務。 但是 你為什麼要減低它的效能呢?為什麼要濫用它的系統呢?

我告訴過你們每日要做冥想·以便能讓你的頭腦安靜下來·體驗你與我的一體: 現在我告訴你·要每天運動。

運動是身體的冥想。

運動能讓你感覺到與所有生命的一體。 你再也不會比像你在運動時那樣的覺得活力充沛 · 並且那麼覺得是生命之一部分了。 身體的動作會帶給你一種自然的亢奮 (high)。

「亢奮」這詞用得很恰當。當你與造和主相連時,你是很亢奮的! 而當你的身體是健康的,並且與生命同步時,你與造物主就是相連的。

你是處在一個非常高 (high) 的地方!

你的身體只不過是個能量系統。 生命之能量正周流於你的身體內。 你能指揮這能量。 你能控制它。

這個能量有許多名字。 有些人稱為氣。 它也有其他的名字,但它們全都是同一個東西。

當你憶起如何感覺這能量、感覺它的微妙處、它的力量,你便能憶起如何控制它、指揮它。有能夠幫你做到這一點的大師,他們來自各種的修行法、各種的文化和傳統。

你也可以自己來達成,但除了用你內在的決心外,沒有其他的力量可幫你。 然而,如果你希望能得到一位大師、一位老師,或一位上師的指導,那麼要認出他們來就很重要了。

你能籍由他教你與神接觸的方法、他顯示給你看如何與造物主相會的方法·來認出他是不是一位真正的大師。

如果他們對你大喊大叫、硬逼你或引誘你到你自己之外——在他們的真理中、在他們的書裡、以他們的方法、在他們的地方——去尋找神·那你就要「小心」了·並且這時你要記住·這是個幻覺。

如果他們安靜地請你在你自己內尋找神·如果他們告訴你·你和我是為一——你並不需要他們的真理、他們的書、他們的方法或到他們的地方——那麼你就是找到了一位大師·即使是只帶領你到內在的大師那兒也一樣。

不論你怎麼去做,不論你藉由什麼方法或計畫,你既已定下了原來嘗試要做到的事,就要保持你的身體在最能有效地支持你的狀態下。

要知道,在此生你所追求的,就是去表達和經驗你對你是誰所曾抱持的最偉大憧憬之最恢弘版本。如果你沒有意識到它,如果對你而言,那似乎並不是你試著要去做的,那麼在我現在給你的這本書裡,就沒有任何東西是合你用的了。這些都不會有任何意義的。

如果你有意識的覺知到‧這是你來此生要做的事‧那麼在讀這本書時‧你可能就像是在跟自己講話似的。

不錯,那正是你所在做的。

所以·建議你鍛煉身體是不足為奇的·並且你還要吃合乎你的意向的飲食。 你會知道那飲食 法則是什麼·即使你接近各種形形色色的食物·但如果你傾聽你的身體·你就立刻會知道吃 下哪些對你好還是不好。

只要藉由將你的手緩緩地移過食物的上方,你便可明白了。你的身體立刻會知道「那食物是 否與你對身體與靈魂最深的意向和諧一致」所需知道的一切。你將有辦法感應到那振動。你 不需要讀什麼飲食法則之類的書,也不需要去上什麼課程,不需要去尋求什麼外在的諮詢或 忠告。你只需傾聽你自己的身體,然後跟隨著它的忠告。

18、選擇你的情緒

在將你的身體照顧得比較好以後,經由與內在的造物主相會,以達成與神合一的下一步,就 是控制你的情緒。不過這也只是去瞭解情緒是什麼而已。 簡而言之,情緒就是在移動的能量。

你可以控制這能量,你能讓這能量提升 (Pro-motion) 或降低 (de-motion)。

當你降低這能量——也就是將它移到最低層時——你就產生了一個負面情緒。 當你提升它——也就是將它移到最高層——你則產生正面的情緒。

讓你的身體充滿活力的運動是提升你的能量的一個方法。 你真的加快了這氣能量的振動, 使它轉為經由你所表達的正面情緒。

冥想是提升總是在你身體裡的生命能量的另一個方法。

運動和冥想的組合是很具力量的。當這組合變成了你的靈性修煉的一部分時,你即創造了極 大成長的可能性。

用這組合來提醒你是能控制的·所以依你的選擇來體驗和情緒吧! 對許多人來說——沒錯·對大多數的人而言——這是個驚人的憶起。

情緒是你可以選擇的經驗,而不是你必須受制於它的經驗。 這並不是大部分人都能夠瞭解的事。

你的肉體生活的外在環境並不需要與你性靈生活的內在經驗有任何關係。你並不需要免於痛才能免於受罪。 在你的生活中,並不一定要沒有破裂或衝突,你才能得到平安。

沒錯·真正的大師們是在破裂與衝突的面前體驗到平安的·並不是因為他們找到了避免破裂 與衝突的方法。 這內在的平安是所有生靈所追求的‧因為它即是所有生靈的本體。 你們永遠都在追求你們真正是誰的經驗。

當你面對任何外在的條件和境況時,僅僅藉由瞭解你並非你的身體以及你所見的一切都不是真的,你就能達成這內在的平安。

記住,你們是生活在十個幻覺中的,並且瞭解是你們創造了這些幻覺,以及在它們之下的所 有小幻覺的這個真理,因此你們才能判定與宣告、表達與經驗、變為與完成你們真正是誰。

我以前已跟你們說過許多次·現在我還要再跟你們說一遍: 生命的一切都是禮物·一切都是完美的——是為了在你內、做為你·並經由你表達完美本身的完美機會之完美工具。

當你瞭解了這點,你將保持在一種持續的感激狀態 (continual appreciation)。 這就是說,你將會成長。感激的意義就是成長。當某個東西在增值 (appreciate) 時,它就會變得比它本來的更多。

沒錯,在任何的境況前,你都不只能選擇,因而控制你的情緒,你還能在遇見狀況之前就這樣做。

那就是說·你能事先就決定你要如何響應你生活中的任何預期情況·你將如何讓你的能量移動——你的情緒將是什麼。

當你達到了這個層面的掌控,在你面對生活中任何非預期的情況時,你也就能夠做這些同樣的選擇。

以這方式,你就能在和你的人生的外在幻覺達成協調下,決定你是誰,而非經由衝突。

在《與神對話》三部曲及《與神為友》裡,以及經由許多其他時候的許多其他來源,我已詳盡地解釋過如何能做到這點。 這裡只是對於本來就如此的事做個提醒而已。

在憶起了如何照顧身體及控制情緒之後,現在你可以準備轉到與內在造物主相會的下一步了。

19、 培養你的意願

現在,你已準備好上路,剩下的,就是把想與內在的造物主相會的意願移入,以便去體驗與 神合一了。

這可能是你的肉身或精神——或兩者——所將經驗到的唯一接觸。你可能會喜極而泣、興奮 得發抖或者狂喜地搖擺。或者你只是有一天單純而安靜地移入你現在所知道的一種溫和的覺 知中。 你知道了那「幻覺」及那「真實」。

你認識到了自己及神。

你瞭解了那「一」及「一」的個體化。

你瞭解了一切。

這瞭解的經驗可能一直與你同在,也或者它來了又去了。如果它停留,別覺得太得意;如果它走了,也不要覺得挫折。只要注意現在是什麼情形,然後選擇你下一個希望體驗的是什麼。

即使是大師們,有時為了重新再感覺醒的喜悅,或是為了達到喚醒別人的目的,也會偶爾選擇不去體驗他們的專精。這也就是為什麼,以你的批判立場來看,你會認為如果是「真的大師」是不會、也不可能發生這些事的理由。

所以,別去審判,也不要定罪。因為你的大師可能在今天就來到你的身邊: 他們不一定會以山頂上的上師姿勢,也許會以街上的流浪婦或公園裡的劫犯樣子出現也不一定。事實上,他們鮮少以山頂上的上師樣子出現。以大師樣子出現的大師很少被承認,反而常被非難。而走在你們當中,就像是你們一員的大師,反而往往是給你造成最大衝擊的大師。

所以,要保持警覺,因為你不知道的你的老師何時會到來 {譯注:此句出自《聖經》}。 他 也許甚至會以你們所稱為的罪犯樣子來到,他違反了你們社會最神聖的法律和習俗,因而被 釘死在十字架上。

然而,在他死後,你們會試圖去記起他所說過的每個字。

如果你已達到了大師級,或只有某些時候升到了那個層次,你也一樣可能會被你們的社會審判、定罪及釘死。 因為別人可能會怕你,因為你在挑戰一些他們以為他們真的知道的事,或 他們可能會擔心你知道一些他們不知道的事。 就是恐懼將觀察變成了審判,而將審判變成了 憤怒。

就如我告訴過你們的。 憤怒是宣布出來的恐懼。

他人的憤怒是他們一部分幻覺中的他們是誰及你是誰。 因此你內的大師會原諒他們·會瞭解 他們並不知道自己在做什麼。 {譯注:此句話引自《聖經》。}

寬恕是表達和經驗你內在神性的關鍵。

除非你寬恕了你相信你內在那非神聖的‧否則你看不到你內在那神聖的。 除非你做了同樣的事.否則你也無法看到別人內在的神聖性。

寬恕是理解的擴充器。

當你為了自己和別人所不是的·寬恕自己時·你才能經驗你自己和別人真正是的。 而在那瞬間·你將瞭解·寬恕本身是沒有必要的。 因為誰寬恕誰·又為了什麼寬恕? 「我們全是一體的」。

在那裡面, 有極大的平安和極大的安慰。 我給你我的平安。 平安與你同在。

在靈魂的語言裡,寬恕只是平安的另一個字。

當你從你想像的現實之夢裡醒過來時,這是你所深深瞭解的事。

你的覺醒時刻可能在任何時候經由任何人來到。 所以,要尊重所有的時間和所有的人,因為你解脫的時刻也許就在眼前。當你能與幻覺同在,卻不在它內的時候,就是你自幻覺中解脫的時候了。

在你的人生中,會有不止一次的這種時刻。 的確,你的人生正是創造來帶給你這種時刻的。

這些是你得蒙天恩的時刻,當清明和智慧、愛和瞭解、指導和洞見被帶來,並且經由你自己 帶給你的時候。

這些恩寵的時刻會永遠改變你的一生,而往往也改變了別人的一生。

正是這樣的一個恩寵時刻把你帶到了這本書裡來。 那就是你為什麼樣能接收到且深深的瞭解現在的這個訊息。

這是與造物主相會的一種方式。

它是經由你的意願、經由你的開放、經由你的寬恕及經由你的愛而來到你身上的。 你對自己的愛、對別人的愛及對生命的愛。

還有,沒錯,你對我的愛。

是你對神的愛將神帶給你。 是對自己的愛帶來了對自己是神的那部分的覺知——因此你知 道神並不是來到你身邊,而是經由你來的。 因為神永遠沒與你分開,神永遠是你的一部分。

造物主並沒有與受造者分離。施愛者並沒與被愛者分離。那不是愛的本質,那不是神的本質。 那也不是你的本質。你並沒有與任何東西及任何人分離,尤其是與神。

你在一開始時就明白這一點。 你一直都是瞭解這一點的。 而現在, 你終於讓你自己去經驗它; 去享有那真正的恩寵時刻, 去與神合一。

這樣一種合一的狀態是什麼感覺? 就算你現在只是沾到了那經驗的邊而已,你也已知道答案了。 如果你只在冥想中短暫的做了這樣的連接,你也已經知道答案了。 如果你已經驗過那最令人鼓舞的身體操練或經驗之不可置信的狂喜了,那你也已知道答案了。

在與神合一的狀態裡,你會暫時失去所有的個人身分感。然而,這並沒引發任何的失落感,因為你會知道你只不過是實現了你的真正身份,也就是說,你將它真實化了。你完全地使它成真了。

一種無法描述的幸福、一種高貴的狂喜將裹住你。 你會覺得與愛融合,與一切合一,而你再也不會滿足於比這差的東西了。

有這經驗的人以一種新的方式回到世界和他們的人生。 他們會發現自己愛上了每個他們見 到的人。 他們在令人驚異的與神合一中,體驗到了與所有其他人的一體。

一種對自然昇高了的覺知與深刻的感激,使得即使是最小的刺激,也能令他們喜極而泣。一種對周遭世界所見的每件東西的新的清明轉化了他們。他們往往開始變得動作較慢,說話較柔,行動也較溫和。

這些改變也許會維持幾小時或幾天、幾個月或幾年——或一輩子。 經驗的長度純粹是個人的 抉擇。如果這經驗沒再更新,它就會自動的消減。 正如當一個人離光越來越遠時,光的亮度 也會越消減; 一個人離一體的幸福感越久時,它也會消減。

要留駐在光中,人就必須保持著與它接近。要留駐在幸福感中,人當然也必須做同樣的事。

那就是為什麼要勸你,當你與現在的幻覺相處時,你每天都要做一些有用的事——如冥想、 祈禱、閱讀、寫作,或聽音樂,你所發現對你有用的事——來點燃你的覺知。

然後你就會在上帝 (most High) 的聖所裡·你會感到很興奮 (feel high)·並且珍視 (think highly) 你自己及其他每個人、每個生命。

然後,你會前所未有地創造及貢獻自己給生命。

20 、造物主的訊息

在與內在的造物主相會之後,你會記往造物主的訊息,因為這是你自己的心的訊息。

它與每次你以愛注視另一個人的眼睛時,你的心會唱出的訊息並無不同。 它與當你在任何地方看見苦難,你的心會哭喊出來的訊息並無不同。

這是你帶給世界的訊息,也是當你是你真正的自己時,你會留給世界的訊息。

這是我現在留給你們的訊息·因而你們可以再一次地憶起它·而與你觸及他們生命的所有人 分享。

對彼此仁慈且親切。

也對你自己仁慈且親切。

更瞭解這兩者並不是互相排斥的。

對彼此慷慨而分享。

也對你自己慷慨。

要知道,只有當你與自己分享時,你才能與別人分享。 因為你無法給別人你沒有的東西。

對彼此和善且真誠。

對你自己真誠,就如白日隨著黑夜到來,你是無法對任何人虛假的。

永遠記得,背叛自己以便不背叛別人,仍然是背叛,是最極致的背叛。

永遠記得·愛即自由。 你不需要用別的字去定義它。 你不需要用別的思維去理解它。 你不需要以別的行動去表達它。

你對愛的真正定義之追尋已告結束。 現在唯一的問題將是·你能否將這愛的禮物給你自己或給別人·就像我會給你的一樣。

所有表達自由的系統·協定、決定和選擇都是在表達神。 因為神即自由·而自由即是愛的表達。

永遠記得。 你們的世界是個幻覺的世界,你所看到的東西沒有一樣是真的,而你可以利用那幻覺來帶給你對終極實相的一個宏大體驗。 沒錯,那即是你來此所要做的。

你正住在一個你自己造的夢裡。 讓它是你一輩子的夢吧,因為它本來就是。

夢想這麼一個世界,在其中你內的神與女神從不被否定,在其中你也永遠不否定別人內在的神與女神。 現在以至永遠,讓你們的問候詞從現在到永遠都有是「Namaste」。

夢想這麼一個世界·在其中·愛是每個問題的答案、每個難題的解答、每個狀況的回應、每個片刻的經驗。

夢想這麼一個世界·在其中·生命以及支持生命是最高的價值·會得到最高的榮譽。 並且有 其最高的表現。

夢想這麼一個世界,在其中,自由變成了生命的最高表現,在其中沒有一個宣稱愛另一個人的人企圖限制那人,在其中,所有的人都被容許以完全且真實的方式表現他們存在的榮光。

夢想這樣一個世界,在其中所的人都被給與平等的機會,所有的人都可得到同等的資源,而 且所有的人都被給與相等的高貴,因此所有的人都能體驗生命無雙的奇妙。

夢想這樣一個世界,其中不再有批判,施愛之前永遠不再定下任何條件,並且在其中,恐懼 永遠不再被視為一種尊敬的方法。

夢想這樣一個世界·在其中·差別不會產生歧異·個別的表現不會產生分離·並且整體之偉大反映在其中部分的偉大裡。

夢想這樣一個世界、在其中,永遠沒有匱乏,在其中「分享」這簡單禮物導致那個覺知,並 且創造它,在其中,每個行為都支持它。

夢想這樣一個世界,在其中,受罪苦永遠不再被忽視,在其中,不容忍永遠不再被表達,並 且在其中,憎恨永遠不再為任何人所經驗。

夢想這樣一個世界,在其中,自我被放下,在其中,優越被廢止,並且在其中,無知自每個人的現實中消除,縮減到它本是的幻覺。

夢想這樣的一個世界·在其中·錯誤不會導致羞愧·遺憾不會導致罪疚·而判斷不會導致定罪。

夢想這些事,以及更多的這樣的事。

你是這樣選擇的嗎?

那麼夢想它們,使它們成真。

以你夢想的力量,來終結你想像中的現實之惡夢。

你可以這樣選擇。

或者,你也可以選擇幻覺。

我之前曾透過詩人、領袖及哲人的話語對你們說過: 有些人看事情為它們所是的樣子,而問「為什麼?」可是有些人在夢到事情為它們從不是的樣子,卻會說「為什麼不?」

那你會怎麼說呢?

21、抓住恩寵的片刻

現在是你決定的時候。現在是你選擇的時刻。你——如你選擇的——已來到一條岔路口。

你將選擇在眼前的幾日、幾周、幾月和幾年裡,你想要如何過你在地球上的生活,或你到底 還想不想要在地球上生活?

你將選擇·要不就要繼續的活在你創造的幻覺中·將它當成是真的一樣·或是反過來·選擇 自幻覺中走開·將它視為幻覺·並利用幻覺以便體驗世上的天堂·及你真正是誰的終極實相。

下面是我給這世界的訊息:

你能創造一種新的文明。你能尋求一個更新的世界。一切的選擇權在你。時機已到了。這是你恩寵的一刻。

要利用這一刻。

要抓住今天。

讓你醒來時,以看見你自己為你真正是誰來開始,以讚美所有你所曾是的以及所有你已變為的來開始。並且,在這恩寵的一刻,以變成比你所曾是的或所會夢想是的還更多的來開始,以超過你自己所曾達到的開始,以去憶起沒有一樣東西是你搆不到的來開始。

視你自己為會真正照亮世界的光。宣稱你自己是如此。對你的心宣告,然後,透過你的心, 向每個人宣告。讓你的行動成為你的宣告。以愛來充滿你的世界。

明白你是所有人曾引頸以待的救星,你是要來救每個你觸及他生命的人。救他們遠離任何否定了他們是誰的奇妙以及他們與神的永恆合一之榮耀的念頭。

明白你到這裡來並沒有別的理由,就是要進入這屋內治療這屋子,要進入這空間治療這空間。

你是在往大師的旅程上,現在是在繼續前進的時候。擁抱這神聖的一刻。這是我的訊息,而且還有更多。

要在世界裡,別忽視了它。 靈性不意味著要找一個洞穴永遠躲起來。 要在世,卻不屬世。與幻覺共處,卻不在其內。 然而,別捨棄它,別自世界中撤退。 那並不是創造一個更好世界的方法,並且也不是體驗你最宏大部分的方法。

記住,世界是為你而創造的,是為了讓你有一個可以在其中體驗你真正是誰的脈絡。

現在就是去那樣做的時機。如果你仍然忽視這世界,讓彼此各行其是,只涉入你自己日復一日的經驗中,很少參與你所創造的世界,那麼可能很快的,這世界就會被眾人摧毀了。

看看你周遭的世界。感覺一下你的熱情。讓它來告訴你,你周遭世界的哪一部分你希望重新去創造,然後用給與你的工具去開始那再創造。利用你自己社會的工具,例如利用宗教、教育、政治及經濟的工具,你能以這些工具來做出聲明,關於你是誰的聲明。

別以為性靈與政治是不能混在一起的。政治是被宣示出來的性靈。

別認為經濟與性靈毫無關係,你們的經濟正透露出你們的性靈。

別認為教育與性靈是能夠或應該分開的。因為你所教的就是你是誰——而如果這不是性靈·那又是什麼?

並且,別以為宗教與性靈並不是同一樣東西。性靈是在身、心與靈之間建起一座橋的東西。 而所有真正的宗教,都是建造橋樑而非牆壁。

因此·做個造橋者吧! 關上在宗教、文化、種族及國家之間所形成的縫隙。將被拆散的東西連結在一起吧!

尊重你在宇宙裡的家,並做它的好管家。 保護和拯救你的環境。 更新和分享你的資源。

藉由給彼此榮耀和給你的神榮耀·在每個人內看見神·並且幫助每個人在他們自己內看見神· 永遠終止你們的分割與敵對、你們的競爭與你們的戰鬥、你們的戰爭與你們所有的殺戮。 停 止它。 讓它終止。 所有的文明社會最終都會那樣做的。

這是我給你們的訊息。 還有更多。

如果你真的渴望體驗你最高想像的世界,那麼你就必須無條件地去愛、自由地去分享、開放地去溝通,並且合作地去創造。不能有隱藏的議程、對愛的限制,或對任何東西的保留。

你必須瞭解你們真的是一體: 對另一個好的·對你也是好的; 對另一個壞的·對你也是壞的; 你為別人所做的·也是為你自己做; 而你不為別人做的·也是不為你自己做。

你能這樣嗎? 人類真的能做出這樣的榮耀嗎?

可以的,我告訴你,可以的,一千次可以的!

並且,別擔心那時會沒有足夠的「你所不是的」剩下,以讓你創造一個你能在其中體驗你真 正是誰的脈絡。 整個的宇宙都是你的脈絡場!你們所有的記憶也是一樣。

你們中的一些長輩和智者,往往會勸誡你們要樹立紀念碑,要去建立一些特別的日子及特別的儀式,以紀念你們的過去——你們的戰爭、你們的大屠殺以及你們所有的恥辱。 為什麼要紀念這些呢? 你們可能會這樣問:為什麼要一直緬懷過去呢? 而那些長者會說:「不然我們會忘記了。」

他們的忠告比你們所知的還要明智·因為當在記憶中創造出一個脈絡場·就可以讓你們在現在這一刻不需要現這樣做。你們真的可以說:「再也不會這樣了。」並且心口如一。而在宣告這一點時· 你們就是利用你們恥辱 (dis-grace) 的一刻去創造了恩寵 (grace) 的一刻。

你們族類能做這樣的一個宣告嗎? 當他的每個思想、言語和行為中都反映出神的肖像的時候嗎? 你們能做出樣的榮耀嗎?

可以的,我告訴你們,可以的,可以的,一千次可以的。

這是你們本該是的模樣,這是生命所設計成的樣子,在你們把自己失落在幻覺裡之前。

可是為時仍不晚。 不,真的還不晚。 如此榮光和美妙的你們,你們可以做到的,你們能是它。你們能是愛。

要明白,我一直都與你們同在。 這是現在這通訊的結束,但它永遠不是我們的合作、我們的共同創造,或我們靈交的結束。 你們永遠都與神爲友,你們永遠都與神合一。

我將永遠與你們在一起,甚至到時間的終結。 我永遠不能不與你同在,因為我即你,而你即我。 這是實話,而其他的都是幻覺。

所以,繼續旅行吧,我的朋友,繼續旅行吧!因為世界正等著你的訊息來解救呢。

那訊息就是你的人生,你實踐的人生。

你們是時機已到的先知。 因為你們今日人生所證實真實不虛的東西·就是你們明日生命也會 是真實不虛的東西的一個絕對預言。 的確,這使你成了一個預言家

你的世界因為你選擇了要改變它而改變了。 你所做的比你所知道的更有療效·並且你所能及的範圍已超越了明天。

所有的這些都是真的·因為你選擇讓你與我的奇妙合一在你之内·身為你並透過你展示出來。 只要你常常這樣選擇·你就為我的世界帶來了和平。

因爲你變成了我的和平的一個工具。

在有仇恨的地方,你播送友愛!

在有冒犯的地方,你給與寬恕!

在有疑慮的地方,你激發信心!

在有失望的地方,你燃起希望!

在有黑暗的地方,你放射光明,

在有憂傷的地方,你散布喜樂。

願你不求他人的安慰,只求安慰別人!

不求他人的諒解,只求諒解他人!

不求他人的愛護,只求愛護他人。

(譯註:摘自天教〈聖人聖方濟和平禱詞〉〕

因為愛即你是誰,以及你一直是誰。 愛是所有是、現在是、並且將是的一切。

你曾尋找一個可藉以過活的真理,而我在此再一次給了你。

親愛的,就是去愛。

去愛,而你朝大師級的漫長旅程也將會結束,即使你帶領別人往大師級的新旅程才剛開始。 因為愛是你是的一切。我是的一切,並且是我們本該是的一切。

但願如此。

後記

我相信這個由神所啟發的特殊通訊,回答了我對神及對生命的許多最後的問題。 加上先前 《與神對話》系列的書,這產生一個令人吃驚、清晰且令人稱奇地一致的宇宙論。

對我而言·最具重要的意義的「啟示」是·我根本不需要這五本書——也不需任何別的東西。 這整個宇宙論是個幻覺·而第一個幻覺是需要的幻覺。

那是個令人驚訝的覺知。它將我真正是誰放入了一個清楚與簡明的說法。

我是: 那個沒有需要的。 (That which is without need.)

或者,簡單的說,就是是。 (That which is.)

或更簡單些,就是那 (That)。

這變成了存在的終極聲明。

我是那。 (I am That.)

有意思的是,這一向是所有真正的大師所說的。 我只是從未瞭解它。

而現在我瞭解了。

當事情變得不清楚、當人生變得令人因惑·所有你需做的只是面對著你在看的東西·然後說: 「我是那。」

所有的困惑都不見了。所有的憤怒與憎恨都會消失了。 所有的功能失常與不連續也消失了, 所剩的只是你與愛,而它們是一體而相同的。

在這種全然覺知的狀態下,解答自動出現。 的確,最宏大的解答是覺知到問題根本不存在。

在神的眼中,沒有事情是有問題的。

你是透過神的眼睛在看。你只不過不知道這點。 而直到你知道了為止,你隨之就會唱出:

我曾盲目,如今得見。(譯注:著名聖詩「奇異恩典」中的句子。)

這真是一個奇異的恩典。它是在任何時刻都可能會降臨到你身上的恩寵的一刻——對 「神聖」 覺知的一刻。

我相信這些時刻全是過程的一部分。是我所稱的「憶起」的過程(有的人會稱為演化)。 它是如何發生作用的?

首先,我們會對圍繞著我們的神聖變得有所覺察。然後,我們對在我們內的神聖變得有所覺察。最後,我們會覺知到所有的一切都是神聖的。 **捨此無它**。

這是我們覺醒的一刻。

一旦我們醒來,我們就會想喚醒別人。那是很自然的。這是下一步。這是讓我們發生功能的 東西,它是讓我們經驗我們真正是誰的東西。

我們將在世界上尋找著這樣做的機會。有些人則會去創造它們。

如果我們在這些創造中攜手合作,我相信那創造會有大得多的力量。這即是「不論何時,當兩個或兩個以上的人因我之名聚在一起...。(譯注:摘自《新約》,下面一句是:「我就會在他們中間」的意思。)

這讓我想起了一首奇妙的基督教聖歌裡的話:我們聚在一起,祈求上主的祝福。

有很多的方法可以這樣做,方法之一就是:讓被《與神合一》《與神為友》及《與神對話》 三部曲的訊息深深感動的人,以及希望此訊息能被每一個人經驗的人,都聚在一起。

這訊息曾改變了上百萬人的生命,而它有改變世界的力量。

我們有改變世界的力量。

時至今日,《與神對話》已被譯為二十七種文字。其相關的書,也進入了全世界的家庭。這 產生了一股向上高漲的巨大的能量。人們到處在問:我如何能讓這解放靈魂的智慧成為我的 日常生活的一部分? 我要如何與別人分享它?

當《與神對話》在一九九五年首次出版時,我的妻子南茜和我是在我們廚房的桌子上打開來信,並且回復來信的。現在,那些信以超過一週三百封的速率湧入——有時候還一週六百封呢!還加上相等數量的電話和電子郵件,你可以想像,等我們都處理完所有的這些時,那得花多少時間。

這些湧進來的能量包括有:打電話來要求澄清某些較具挑戰性的資料及有關它如何能應用在 日復一日的生活上:要求更多教育性的書籍、錄音帶或節目;到從世界各地對如何推廣《與 神對話》訊息有想法的人之令人印象深刻且令人興奮的商業提案等;不一而足。

為了要回應這些·南茜和我創立了兩個組織上:一個非營利基金會——「再創造」(ReCreation)及一個營利組織——「最偉大願景公司」 (Greatest Vision)。

非營利基金會是讓我們以許多不同的方式·應用《與神對話》各書裡的訊息在這世界上做一些特別的事。營利組織則是給我們最大的彈性去產生做這些事所必須的基金。從「最偉大願景」得來的稅後收益是捐給「再創造」及其他與《與神對話》系列的使命深深一致的非營利組織的。

這兩個組織工作的進行已成長到我們現在可以收到來自全世界各地的人的幫助,他們都是由於視這兩個組織為他們自己的,乃選擇加入這工作的。

我們所闡明的使命是「把人們還給他們自己」。也就是讓他們回到對全然的人性是何意義之 最高表現、最恢宏體驗及最偉大的覺知。

沒有多少人經驗到這一點。很多的人仍然活在安靜的絕望之中,但我們是能終止那絕望的。我們從來沒缺少過如何做到這樣的一些好點子,我們只是缺少了意志力而已。

然而現在,我們的意願越來越集結。無論是什麼智慧、什麼勇氣、什麼決定,我們都越來越看到必須看到的,說出必須說的,宣講必須宣講的——以去幫助各地的人去過他們注定該過的生活,去終結我們集體的夢魇,並使我們最榮光的夢成真。

越看著我們的世界,我們就越能決定以我們對我們是誰所抱持的最偉大憧憬之最恢宏版本去 重新創造我們自己。

我們的兩個組織就是深深的投入這重新創造的過程裡。我們也邀請所有被《與神對話》感動 的人來參與這個過程。

不論你是在什麼不同的層級,都可以與這能量「保持連結」,或加入這工作中。

「對話」簡訊就是這樣做的方法之一。你可以寄美金三十五元 (在美國境外是美金四十五元)到這一章後面所注明的「再創造基金會」 訂閱十二期的簡訊。「對話」簡訊內容包含了近期將舉行的活動、靜修、研討會、演講及其他的活動事項,以及關於在你現在的生活裡,你如何能顯現你自己最偉大的願景的實際可行的忠告。

它也包含了一些在美國各地可提供你朝更大的靈性經驗之旅和與神的更深連結上,有所説明的人物、產品、計畫及可得到服務之「資源指南」。最後,它還包括了教你如何獲得正當生計的專門教導,提供你如何讓「與神」各書的訊息在職場上發生功能的指導。

我們的「賦權周」 (Empowerment Week) 計畫就是一個非常特殊的六天訓練課程,是專門給想更深入瞭解「與神」資料的指導,及對任何將其資訊帶入他們的社群及整個世界中扮演一個積極角色——讀書會召集人、班級指導,或靜修會及工作坊帶領者的人,提供實際的幫助和忠告的。「賦權周」提供有用的工具以讓你有效地分享曾如此深深觸及你自己靈魂的東西。

同樣的·我們的「重新創造你自己」 (Recreating Yourself) 五日密集靜修會·則是提供一個特殊的機會讓個人在日復一日的經驗中·以極具功能的方式應用「與神」的智慧·並且重新創造自己。

這些及其他的一些計畫使得我們在「最偉大願景」的工作極為令人興奮·就如你們對它們展示的機會之反應一樣。我們相信·我們在一起將造成一些不同出來。

例如「CWG In Action」基金會是提供你一個機會,讓你在一個會員制的組織裡與其他的人共同合作,並透過這組織説明和支援一些特別的向外聲援的努力,譬如:

- ◎ 二 00 一年的六月,在南韓的漢城,用性靈來終止衝突的國際論壇——「新千禧年和平基金會」的工作,就是「CWG In Action」的成員協助其誕生的。
- ◎ 「The Heartlight School Program」則是一個大膽的,以《與神對話》原則所建立的令人興奮且革新的課程為主的新學校,是基金會在 2000 年 9 月於奧勒岡州的亞仕闌市所設立了一個領航方案。
- ◎ 「The Wisdom Circle」,經由它,我們提供了這世界上百的人、定信給我們急切要求忠告的人,有關《與神對話》資料如何能應用於日常生活的見解。
- ◎ 「Home Street Home」,這個方案是要幫助那些以人行道、公園、或橋下的一方土地為甜蜜的家的人。 它提供了當下需要的即刻滿足,協助人們滿足他們自己的需要——而終於看到,如我們全都在學的—— 「需要」本身是個幻覺。

「CWG In Action」 的會員必須奉獻美金一百二十五元,以一種上面所說過的非常直接的方式提供這基金會説明。借由加入這基金會,你就是送出了這樣一個訊息:支持我們所在做的事,以及將你的能量加入我們的決心。會員們會收到一份特別的報告「Quarterly Update」(季刊),內容會說明他們的錢是用在那裡,以及他們是如何的有助於改變世界。 基金會也會出具一紙美觀大方的證書給他們,以感謝他們在轉換我們在這星球上的集體經驗的?型中所扮演的重要角色。

你們有些人表示過興趣,不只是想幫助我們傳佈會以這樣一種正面方式觸及你們的訊息,並 且還願與我們一起去傳佈它。

全世界各地都有人寫信給我們,訊問他們該如何做到這點以及那樣做是否合宜。

答案是: 是的,當然。如果你對這份資料感受強烈到你希望與別人分享,你當然該這樣去做。你不需要我的許可。全世界不止兩百五十個(就我們目前所知的)的讀書會中,大部分都是我們不知情下開始成立的。我們並沒有在任何方面煽動或幫助他們。

如果在你要著手這些奇妙的努力時·想要我們的協助和支持·請連絡基金會的「被賦權的夥伴計畫」 (Empowered Partners Program)。 不需任何的費用。這計畫是要對那些願意將《與神對話》訊息帶入世界的人提供建議和指導以及建立人脈的機會。

有任何關於「CWG In Action」,「Empowered Partners Program」及我們工作上的其他問題,都可以隨時與我們聯繫:

The ReCreation Foundation PMB 1150 1257 Siskiyou Blvd. Ashland,Oregon97520

網址:www.convetsationswithgod.org

電話:1-541-482-8806 Email: recreating@cwg.cc

上帝保佑大家,並且謝謝你們與我在一起,一同經歷「與神」系列得過程。 這是個特別的經驗,就算他影響你的程度只到它影響我的一小部分,我也知道我們全都以其妙的方式被改變了。

現在,我們要不要去改變世界了呢?