

《靈界的訊息（賽斯書）》

图书基本信息

书名：《靈界的訊息（賽斯書）》

13位ISBN编号：9789576791703

10位ISBN编号：9576791707

出版时间：19940000

出版社：方智

作者：Jane Roberts

译者：王季慶

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《靈界的訊息（賽斯書）》

內容概要

本書是「賽斯資料」的入門書，詳述了羅伯茲與賽斯達成接觸的經過，並以突破性的觀念，說明了超感官能力的開發、輪迴的意義與結構、多次元時的實相、人類超越肉體的「本體」、神的觀念等重要的心靈課題。無論你是科學家、修行人，或是生命的探索者，經由此書，都將發現一片嶄新的天地。一九六三，美國女詩人珍·羅伯茲忽然收到「賽斯」所傳來的「靈界的訊息」。賽斯說他是一個不具肉身的存在，已完成塵世生活的輪迴，現在他是教師，以深入淺出，不帶迷信色彩的語言，傳給人類多次元世界的知識。他們長達二十年的合作，傳下了後來結集成數大冊的通靈訊息，這即是如今風行歐美，成為新時代（New Age）運動中心思想的「賽斯資料」。

《靈界的訊息（賽斯書）》

精彩短评

- 1、和东方的宗教理论在某些地方有契合。有些地方不太懂。需要重读。
- 2、号称包含哲学,心理,神秘学,行为学,医疗学.....等等资料于此系列书里,可信性不用质疑,真实度超高,帮助众生理解多次元空间之事之学的书.
- 3、读完《时空之外》再读此书，对赛斯所传达的这个世界表面现象背后的实质有了更深入的理解。结合《时空之外》，这两本书可以颠覆人整个的世界观与价值观；这几乎是一次重生，打开一个更广阔的世界，引领人通往终极的自由与无限。力荐！！
- 4、几年前看过~最近又看完一遍~世纪新修版~又解决了我新的疑问~不错~
- 5、现代改良版佛教小乘入门？
- 6、！！！！
- 7、听说了很久终于看到
- 8、可以算做后面基本赛斯书的入门小故事+一些深刻叙述的起点。
首先，得相信有这么回事。
- 9、无感
- 10、对我妈启发很大
- 11、开始觉得很难看懂，慢慢的就好了，内容真的很震撼，打算看完所有赛斯书籍。

《靈界的訊息（賽斯書）》

精彩书评

1、自从初次接触“我们创造自己的实相”这一概念以来，有一个问题始终徘徊在我的心中，如果说我们后天的疾病，是由我们自己错误的思想所招致而来，那么那些生来如同白纸一张的婴儿和儿童呢？他们尚未能够熟练运用语言，亦未接受世界的价值观教导，却仍然，有许多遭受着与成人同样的疾患。我的这一问题终于在这本《灵界的讯息》赛斯书里得到了解答，“当他出生时，他已学会了接受他父母对实相的想法。大致来说他开始训练自己只贯注在你们所谓的物质的实相上，虽然他仍片面地知觉到其他你不接受的区域。只有在他贯注于某一特定的实相时，他的愿望才被了解，他的需要才得到满足，于是他很快地学会把其他的丢弃。”不论是在生前，人世，还是死后，我们永远都是自己实相的创造者

2、感觉很像过去中国的乩仙。道理很恳切啦，也解决了不少大问题，只是赛斯人性太重。假托赛斯的家伙是群聪明人，基本上有点现代改良版佛教小乘入门的感觉。

3、我们为何而来？我们为什么会出生在现在的家庭？我们的到来只是无意识的错误还是有目的的巡游？也许有的人一直在问，也许有一些人当做生命是一次无意义的测试。但很少人会不迷惑，不困扰，这本书不是为所有人解决所有问题，但它可以让我们自己思考。

章节试读

1、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-15/1可能事件 过去

行动就是行动，不论你能否知觉它；可能的事件就是可能的事件，不论你能否知觉它们。思想也是事件，希望和欲望亦然。人类系统对这些的反应与它对实质事件的反应一样的完全。在梦中，常常在半意识状态下经验到可能的事件之一部分。这近乎為一种“渗漏”（bleed-through），我故意用这个名词，因為你们的录音机可以用来作比喻。

例如，拿甲事件来说，这可能事件将被自己的各个不同部分以他们自己的方式来体验。当它被你的自我所经验时，它就是一个实质的事件。当它被自己的其他部分知觉，自我并不知觉。事实上事件是完全一样的，而对它的经验则有所不同。因此全我知觉可能性并受其影响，全我把这些全看作是行动，不论自己是否选择接受任一事件為实质性事件。时间的先后顺序也会有变化。过去、现在和未来只对你的自我才是实相。内在自我存在於“广阔的现在”。“广阔的现在”是全我存在於其中的基本时间。但自己的各个不同部分，在他们自己的时间系统内，有他们自己的经验。

自我藉著向后看入“过去”，在其中找到它自己的一些什麼，以保持它自己的稳定性。儘管可能性的那一部分“自己”并没有“过去”的经验来给它们身分感或延续感。如自我所認為的“永久性”对自己的这些部分而言是个陌生的观念，并且非常的可厌，归结就变成僵化。在此，“弹性”是关键性字眼，自己在被允许去探究每一个可能性时，即自动地随之改变。经验是可塑的。基本的身分感是由你可比之為你所知的潜意识所维繫的。换句话说，是心理结构中的这一部分负有维繫身分的重任，而自我的经验才真是如梦一般。

可能性系统与实质系统一样的真切，而不论你知道与否，你存在於其中，你只是不集中焦点於其中。偶尔，当你在梦境时，也许你会变得知觉到它（或你的可能自己之一）。我告诉过你们梦中影像有确切的实相，可能的事件也一样，只是你看它们像是不具实体。例如，你可能梦见手中拿著个苹果，醒来却发现它不见了，这并不表示它不存在，但醒时你却不知觉它。同样，你并不“有意识地”知觉可能事件的确实性。可是，你全我的一部分却相当介入这种可能的事件。你梦中的“我”可以适当地比喻為经验到可能事件的“自己”。（那个“我”会把他自己視為完全有意识的，而视醒时的“我”為可能的自己。）让我们这样想：一个人发现他可以在三个行动中选一个，他选了一个而经验到它。另外两个行动也被内在自我经验到了，却不是物质实相中．．．然后内在自我再检查其后果以助其做其他的决定。不过，可能的行动是确切地被经验了。这种经验组成了“可能的自己”的生活，就像梦中行动组成了梦中自己的经验．．．在全我的所有层面间，潜意识经常的交换情报。

自我因其限制必须选择一个事件。但自己的其他部分能够而且确实钻入其他你可称之為甲1，甲2，甲3的事件。在自我单单经验甲事件所需的同样长短的时间内，它能追求并经验所有这些其餘的事件。

2、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-19/5组织囊的膨胀或收缩

（Expansion or Contraction of the Tissue Capsule）

这感官有两种作用。它可以是自己的一种扩张或放大，自己的界限和有意识的理解的扩大。它也可以是把自己收得更紧而成為极小的囊，以使自己能进入其他的实相系统。组织囊包围著每一个意识，事实上是一个能场（energy field）的界限，使得内我的能量不致渗出。在任一种系统中，意识若无这囊的包围就不能存在。这囊也被稱為灵体（astral bodies）。第七种“内在感官”能容许这组织囊得以膨胀或收缩。

3、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-11/1转世

你曾活过吗？你还会再活吗？据赛斯说我们全都曾投胎转世过。当我们尘缘已了，活完了我们一连串的尘世生活，我们还将继续存在於其他的实相系统中。在每一生裡，我们经验我们所预先选择的情况，所有的环境和挑战都是特為我们的需要而裁製的，我们因以发展我们自己的能力。

4、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-14/7互动 梦

透过梦我们改变了物质实相，而我们具体的日常经验改变了我们的梦中经验。其中有经常的相互作用。当我们作梦时，我们的意识只不过是导入了一种不同的实相，与醒时生活一样生动鲜明的实相。我们可能会忘记我们的梦，但它们却永远是我们的一部分，纵使我们也也许不会知觉它们的全部实相。

我们还在许多其他的实相系统中运作，醒来的自我完全不知道这些。不仅有由物质或反物质所组成的宇宙系，而且在两者之间还有无数不同的实相。显然也有「可能的实相」，在其中我们循著在物质生活中我们可能走却没有走的途径。

一个人的思想和梦比他所知的要更“无远弗届”。它们存在於更多的次元中，它们影响到他所不知的世界。在实效上，它们与建筑物一样的实在。它们在许多系统中以许多面目出现，一旦被创造后便不能被撤销．．．

梦的电性实相之密码被解读出来，因此它的效力不但被脑经验到，并且还及於肉体的最末端。在意识上早已被遗忘的梦中经验，仍永远以电码式资料的方式存在於身体器官内．．．它们存在於细胞内（连同个人所有的经验）．．．细胞在它四周形成。这些电码的信号形成了全部经验的副本，而后其模式独立存在於物质实相之外。

每个人自出生以来，以他累积的、个人的、连续的电性信号，包括他的梦、思想、欲望和经验来形成他自己的副本。然后当肉体死亡时，他的人格就离开他的物质形体而存在。

5、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-12/3父母子

简单得很，為了发展我们的才能，和準備我们自己进入实相的其他次元中，我们觉得需要活几世，我们就活多少世。

然而，在这发展的架构之内，有一个最起码的要求。赛斯说：照例，每一个“存有”必须活过三种不同角色——父、母和子。两次人生就可以达成这三个角色。但在有些情形，这个人还没有长成人。不过，最重要的要点是潜能最完全的利用。

6、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-09/1创造

你依照你的信心和期待创造你的实相，因此你理应小心地检查它们。如果你不喜欢你的世界，那就检查你自己的期望吧。每一个思想或多或少地都被你构成為实质。

你的世界是按照你自己的思想所形成的忠实複製品．．．某些心电感应的情况存在，我们称之為根本假设，每个人潜意识裡都知道它们。利用这些，你们形成一个足够一致的物理环境，因此大家对物体和它们的位置和尺寸都有普遍性的同意。在某方面来说这全是幻觉，然而它却是你们的实相，你们必须在其中运作。你们父母所居的世界最先存在於思想中，它一度存在於梦中，而他们由其中孕育了他们的宇宙，他们由此造成了他们的世界。

7、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-14/5自我

当你在物质实相之内操作时，你有一套相当简单的法则可用。在梦之实相内有较大的自由。“自我”不在场。亲爱的朋友，醒时的意识并不是自我，自我只是醒时意识中掌管物质操纵的那一部分。醒时意识能够被带入梦境，自我则否，因为它会胆怯而引起立即的失败。在你的实验中，你会遇到各种不同的情形，你会很难区分它们，直到你学会控制之后。有些你能操纵，有些你不能，有些梦的地点是你自己造出来的，另一些於你而言则很陌生。它们会是屬於其他次元的实相，但你可能误闯进去。

8、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-16/4层

在运作中的自我之后，有一层个人的潜意识资料。在这之下是将人类看作一体的种族资料。在这之下，没被扭曲而你只要要求就可拥有的，是内我与生俱来的知识，關於整个实相，其法则、原理和组成。

9、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-10/2物体

物体除非存在於一个明确的透视角度和空间连续裡否则无法存在。但每一个人创造了他自己的空间连续．．．

暗示不是别的，正是让一件行为发生在内在的意愿和同意，而这同意正是一个跳板，引发潜意识的机制，而容许你能将内在资料造成物质实相。

10、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-11/3karma

“业”代表发展的机会，它使个人得以由经验而扩大了解，补足无知的空隙，做应该做的事。自由意志总是包涵在内的。

11、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-13/2情绪

你不是你的身体，你不是你的情绪。你有情绪，你有思想，好比早餐你有蛋一样，但你不是蛋，你也不是你的情绪。你不受你的思想和情绪所控制，就好像你不受咸肉和蛋所控制一样。在你肉体的组成中你用咸肉和蛋，在你精神的组合中你用你的思想和情绪。你一定不会和一片咸肉认同吧？那麼也不要与你的思想和情绪认同。当你造起障碍和门，你便将情绪关在你内．．．好比你在冰箱中存积成吨的咸肉，而后奇怪為什麼没地方放别的东西了。

12、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-19/2心理时间

“心理时间”是一个天然通道，意在给由内在世界到外在世界并再回头的一条简易通路，虽然你不是这样用它。『心理时间』本来使人能相当安逸地生活在内在与外在世界中．．．在你运用它有所进境时，当你意识清醒时你也能在它的架构内休息。它使你的正常时间更持久了。从它的架构你可以看出物质时间与你以前所以為的内在时间一样如梦似幻。你会发现你的全我在同一刻向内又向外窥视，你就明白所有的分界都是幻觉。

13、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-14/3一致性

《靈界的訊息（賽斯書）》

使物质系统团结一致的心灵上的协议，同样地使梦之系统团结一致。如果一个人真能把焦点对著物质宇宙间，那些没被认知的、在其中没有达成协议的元素，如果他能将焦点对准相异点而非相似点，那他就会奇怪，人们哪裡能甚至对一件实质物获致同意。他会奇怪是什麼集体性的疯狂，允许人们由事实上无限的混乱中，选择出仅只一撮的相似点，而以之造就了宇宙。你也一样，看到似乎是混乱的梦之实相，奇怪我怎能说它包含了内聚力、确实性，与相当的永久性。

14、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-17/1我们

实质上你们会发现我的质量比一粒棕色硬果还小。因為我的能量是如此的密集，它存在於加强的质量中．．．也许像一个无限的细胞同时存在於无数的次元中，由它自己的实相向外伸向所有其他的实相。

然而在这样一个小质量中，这些强度包涵有电磁性的记忆和经验，一个蜷在一个裡面，我可以游歷过这些 就像我能游歷过我所知的、為我一部分的『其他的自己』。然而它们又是如此美丽地非注定的，因為你并不是以完成的人格存在我的记忆中，而是在我的记忆内成长。

你在我记忆中生长，就像树在空间长大。我的记忆随你的改变而变。我对你的记忆包括你的可能自己。所有这些同等者（coordinates）同时存在於一点，而不佔有空间．．．

15、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-19/1内在感官

你是一个本体，假装你拿著个电筒，而这电筒即意识。你可以把这光转向许多方向，但反之你有沿某一途径照射它的习惯，而忘了那儿还有其他的途径。

你唯一要做的只是把电筒的光转向其他的方向。当你改变了方向，你过去曾集中照射的途径会暂时显得黑暗，但你能看到其他的实相和形象，而且并没有什麼东西阻止你将电筒的光再射向原来的位置。

赛斯坚持只有一种方法可学到意识是什麼：藉由研究并探究我们自己的知觉，藉由改变我们注意力的焦点，而以尽可能多的方式用我们自己的意识。他说：当你内省自己时所涉及的努力，便已延伸了你意识的限制，扩展它，并且允许自我性的自己用它通常不知它拥有的那些能力。

内在感官的重要并不在它释出我们的千里眼或心电感应的能力，却是因為它让我们知道我们自己不受物质的拘束，让我们认识我们独特、个人性的多次元本体。如果我们正确地利用内在感官，它也能显示给我们看肉体存在的奇蹟和我们在其中的位置。我们能过更聪明、更富足、更快乐的肉身生活，因為我们开始了解我们為何在此，不论是以个人或以民族论。

16、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-13/5衰老

每个衰老的个案都不相同，但一般来说，人格将意识的主要部分转移到下一次生存的地方，在那儿他通常是完全清醒的，并能作用。人格的精神焦点渐渐地离开这个人生，而开始完全在另一个层面作用。肉体的疾病 动脉硬化 是被此人渐次地拒绝接受新的肉体刺激所引起，由此而避免肉体经验（或是故意的或是出自错误）。非常怕死的人可能会走这条路，因為当肉体的死亡发生时，意识已与它的新环境相熟了，而器官之死亡相对地变得无意义。不管怎样，个人内在的决定引起肉体的徵候，而并非其反面。

17、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-18/2跳线

有些人格已发展到能够这样做了。可以说，每跳一次就形成一条新线。继续用我们这比喻，想像

《靈界的訊息（賽斯書）》

你自己是『自己 甲』。我们让你由物质实相的『甲线』开始，虽然你已经过了许多别的线才到了你现在的地方。

不走捷径或即使是普通的进程，任何一个“自己 甲”会沿著细细的“甲线”向著无限旅行。不过，在某一点，“甲线”将转入“乙线”，同样的，乙线将转入“丙线”，以此类推。在某个无法想像的点，所有的线都会被通过。现在，在“甲线”，现在的“自己 甲”不会知觉到在别的线上的“未来的”自己。只能藉由遇到这些别的自己之一，他才能开始知觉到他正旅行过的这奇异结构的性质。

可是，有一个自己，他已经旅行过这些路径，其他的自己只是他的一部分。这个自己，在梦中与离魂（dissociated）的情况下，与其他各个“正上昇的”自己沟通。当这自己成长於价值完成中，他能变得知觉到在其他线上的这些旅人。他们对他而言会像是“未来的自己”。

18、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-12/2轮回

你到你想去的地方？现在，当你日常的、清醒的、有意识的心智被引入梦乡时，你在别的次元中旅行，因而你在另一次元已经有经验了。你正在準備自己的路，当你死了，你便走上你所準備的路。因人而异有好几种不同的训练阶段。

你必得先了解实相的本质，才能在其中操纵自如。在物质实相中你正在学你的思想有其实相，以及你创造你所知的实相。当你离开这个次元，你就专注於你已学得的知识。如果你仍然未能领悟是你创造自己的实相，那你就回来，再一次的学习操纵，一而再地当你面对你客观化了的内在实相，你便看到了内在实相的结果。你教自己一直到你学会為止。然后，你开始学怎样明智地处理自己的意识。然后你能造成於人有益的影像，用以领导和指导他们。然后你不断地扩展你了解的范围。

19、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-10/1物质 意识

物质是一种媒介，借之以操作和改变“心灵能量”，使它成為一个可作為建材的形势．．．物质只凝合到有一种可令我们感官感觉到的外表或相对的永久性的程度。

物质在继续被创造出来，但没有任何一个物质其自身是继续的。例如，没有一样物质性的物体是随著年纪变坏的。反而是，心灵能量不断被创造成物体，而它看起来多少维持了一个固定的外表。

没有一样东西“存在得够久” 為一不可分割、坚固或全然相同之物 来随时间改变。其背后的能量变弱了，那物质的模式因而变模糊了。过了一阵子，每一样东西以你们的標準看来就变得较不完美。经过多次你所不能察觉的这种再创造，然后你就会注意到其不同处，而假定它有了改变。那看似造成这物体的实际物质早已消失了许多回，而那个模式又被新的物质完全重新填满．．．。

在三度空间内，物质可以使意识发挥效力，当个人化了的能量接近你们这一个独特的场所，它尽其所能的发挥能力到极致。当能量接近时，它创造物质，最先几乎是一种可塑的情形，但这创造一直继续，像一束光线或无数连续的光束，最先因离得远而弱，后来较强，而后又离远了又弱下去。

20、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-14/1梦 人格

人格是由能量完形（energy gestalts）组合而成。就如人格被任何经验改变一样，它也被它的梦改变。就如一个人到某个程度被他的物理环境塑造，他也被他自己所创造的梦塑造．．．“自己”是无限的，当你的知觉力失效，对你来说似乎界限就出现了。举例来说，当你不再觉察梦时，好像梦就没有了。但并非如此。

在某一个层面，人格试图以梦境之建造来解决问题．．．而常常给予人在醒时生活的限制下所不能适当表达的行动和自由。如果这个企图失败了，那麽这个问题或行动（如我们先前曾见过的）便可能具体化成為疾病。

例如，试想有这麼一个情况，在其间，这个人格需要表达依赖性，但却觉得这样表现不适当。如果他能形成一个梦，在其中扮演一个依赖角色，那这个问题就能在梦境裡获得解决。在很多情形这就是真正发生的事。那人可能从未忆起这样一个梦，但这经验仍是有效的，而依赖性已获得了表达。

《靈界的訊息（賽斯書）》

人们在梦的解释上下了不少功夫，但却不怎麼会控制梦中活动的方向。在适当的建议下，这可以是一种非常好的治疗法。消极的梦有加强人格的消极面之倾向，而形成不幸的纠葛之恶性循环。梦中行动能被转向，以成就建设性的期望，这种期望本身就能引起好的反应。

赛斯建议以下的练习作為梦的治疗术：在睡前，建议你自己，你将有个愉快的或快活的梦，它会完全恢復你的愉快心情和元气。除非这沮丧有很深的理由，否则当你醒时它就会被打破，或是减轻很多。

21、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-19/3

观念的感官（The Conceptual Sense）

第四种『内在感官』牵涉到对一个观念的直接认识，远超过仅只是理智上的认识。它涉及了对一个观念的完全体验。观念有我们所谓电性的与化学性的成分（就像思想一样），意识的分子和离子变成了观念（的分子和离子），然后我们可以直接体验它们。除非你能变成某个生物，你才能真正地了解、欣赏它。

你用『心理时间』（作為起点）是达到近似一个概念的最好办法。坐在安静的房间裡，当一个概念来了，不要以理智去玩味它，却以直觉接纳它。不要害怕陌生的身体上的感觉。如此练习，你将发现你能在某个限度内『变成』那个概念。你会在它裡面，向外看 而非向内看。

所有的存有或多或少围困於它们自己之内，然而又同时与其他的存有联繫著。用这种感官你穿透过围困存有的被囊（Capsule）。这种『内在感官』像其他多种一样，经常地被内我所用，但经此所获得的资料极少筛滤过而达到潜意识或自我。可是如果没有用这种感官，再也没有一个人能了解别人。这感官是更强的一种内在振动触觉。

22、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-11/2治疗

作丈夫的每日应做三次以下的练习：他应想像宇宙的能量和活力以健康充满他妻子的形体。这不该是个如意算盘式的想法，却是去了解她的身体是由这能量所组成的一个确切的努力，以这方法他能帮助她利用这能量而获益。如果可能，在练习时他应触摸她，他应晨、昏、晚各做一次。不要製造空洞的错误保证，但要诚实而有恆地提醒你自己：你妻子的肉体是由宇宙能形成并充满了能。有个阻碍使她无法有效利用这能量，以我教你的练习和你自己的态度你能部分的弥补它，这会使疾病停止进展，而给她一段喘息的时间。如果完全遵行我的指示，短期内应有进步。

23、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-14/4梦宇宙

有许多的观念和实际的发明，仅只是暂搁在梦之系统中等待著，直到某些人接受它们為实相的物质架构内的可能性．．．想心像是醒时之人与梦之系统间的联繫。想像时常重建梦的资料，而将之应用到日常生活中的特定环境或问题中。

因而，梦之宇宙拥有有朝一日将完全改变物质世界的歷史的那些观念，但否认这种观念之可能性延缓了它们的出现。

24、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-15/2可能事件2

可能事件与由它们中被选而為实质经验的那一事件同样的真实。再拿我们的甲事件来说，它只是无数个可能事件之一．．．不过，為了它的目的，有意识的自我选择了甲事件。但直到自我经验到这

《靈界的訊息（賽斯書）》

事件之前，它只是所有可能事件之一，并没有任何不同。在你们的实相中，只在当它被肉体的我经验之后，它才变为事实。

这些其他的可能事件在其他次元中变成一样的“真实”。附带说一句，有一些有趣的插曲，当一个严重的心理震撼或深重的无用之感引起了“短路”，以致自己的一部分开始经验到它的其他可能实相中之一。我特别想到某些健忘症的案情，其受害人结果突然在一个不同的市镇以另一个名字与职业出现，而不记得他的过去。在有些情形裡，这样一个人是在经验一个可能事件，但你明白，他必须在他自己的时间系统中经验它。

25、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-13/1积极暗示 压抑

如果你想像可悲的境况、疾患、或绝望的寂寞，这些将会自动地具体化，因为这些思维本身，产生了使这些事成为实相的那种情况。如果你想要健康良好，那麼你一定要把它想像得非常真切，就像你在恐惧中想像相反的情形一样。

你创造出你自己的困难。这对每个人而言都是真的。内在的心态被投射於外，获得了物质的实相而这与心态的本质无关... 这法则适用於每一个人。一旦你察觉了你自己的处境，你便能利用它以对你有利，而改变你的情况。

你逃离不了你自己的态度，因为它们将形成你所见到的东西的性质。你真的是只看见你所想看见的东西；而你看见你自己的思想、情绪和态度具体化成为实体。如果要有所改变，一定得是精神或心灵上的改变。这将由你的环境反映出来，对任何人否定、不信任、害怕或贬损的态度都会反过来害自己。

心电感应经常在作用，如果你不断地预期某人怎么样做，那麼你就是经常地发给他心电感应的暗示让他那样做，每个人都对暗示反应。按照当时存在的特定情形，这个人或多或少地依照他所收到的大量暗示去做。

这些大量的暗示，不仅包含那些别人口头上或心电感应上传给他的，也包含那些在他醒时或梦中，自己给自己的暗示。如果一个人在意志消沉的状态，那是因为他已作了他自己和别人的消极暗示的猎物。

你应当常常告诉你自己：“我只对建设性的暗示反应。”这给你对自己和别人的消极念头一些保护。一个消极的想法如果没被擦掉，几乎一定会形成消极的结果：按照这思想的强度，產生一时的孤寂、头痛等。

鲁柏应该记住，当他感觉憎恨时要认出它，然后领悟憎恨是可以摒退的。可是，必须有最初的认识，然后叫他想像将憎恨连根拔去，而以一种积极的感觉取代之，但他必须想像连根拔除的过程。这是压抑和积极行动之间的区分。在压抑下，憎恨被推到底下而被忽略。用我们的法子，它被认出了，因它的不受欢迎，而在想像中予以连根拔除，并以和平思想及建设性能量来取代。

26、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-19/6由偽装中脱出

(Disentanglement from Camouflage)

由偽装中完全的脱出在你们的系统中极少见。虽然是可能做到的，尤其是在『心理时间』内。当『心时』应用到其极限，偽装便被减少到一个可惊的地步。内我在由某一偽装中解脱之后，它不是平稳地採取另一偽装，就是完完全全免除了偽装。这是由你可谓改变频率或振动来达成的。活力由一种形式转变到另一形式。某些方面，在你清醒时的世界，『内在感官』被保护不為你察觉。你的梦境反给你对基本的内在实相一个更接近的经验。

27、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-16/5过去与未来

过去像是一串电磁联繫，存在於物质的脑与非物质的心智中。这种联繫是可以改变的...

《靈界的訊息（賽斯書）》

未来也是包含在心智与脑中一连串电磁联繫，而这是你可以合理地给予现在的唯一实相。换句话说，过去与现在，其真实度是一样的。有时候过去可能变得比现在更『真实』，在这种情形时，你在所谓的现在中对过去的行动反应。你认为当然现在的行为能改变将来，但现在的行为也能改变过去。

因此，这些联繫可以改变，而且这种改变绝非不平常的，它们在潜意识的基础上自发地发生。过去很少是你记得的那样，因为就在事情发生的那一刹那，你已经在重新安排它了。当个人的态度与联想改变时，过去也经常地被再创造，这是实际地再创造，而不是象徵性的。小孩的确仍在大人内，但他已不再是以前的那个小孩了。因为即使是在大人内的小孩也经常在变。

.....态度的改变，新的联想，或任何无数其他行为之一，即将自动造成新的电磁联繫而切断了别的。每一个行动改变了另一个行动 我们回到我们的基础。因此之故，你现在的每一个行动都影响你所谓过去的那些行动。一粒石子所激起的涟漪散向所有的方向，我自己此时正处於相当危险的无路可退的状态。记起你所知时间的本质，你就会了悟，在过去、现在与未来之间的明显界线，只是由你肉体所能知觉的行动数量所引起的幻觉而已。

因此，一个人可能在过去对尚未发生的事件反应；可能被你自己的将来影响；也可能在过去对将来的一个事件反应，而这事件在你们说来可能永不会发生。

在潜意识的层面，你对许多以你的自我的知觉来说尚未发生的事反应。这种反应被小心地滤除，不允许进入意识。自我觉得这种例子很恼人，当被迫承认它们的确实性时，将会诉诸最牵强的藉口来解释它们。

的确，内我能知觉在肉体死后发生的事。它从未被『自我时间』所禁锢，它的知觉力只是被自我所抑制而已。内我能知觉在死后将对它自己发生的事件，以及它所未涉及的那些事件。

然而，在所有这些例子裡都有不确定性，因为可能的事件能与实质上将发生的事件看来一样清楚。没有一件事是预先注定的，任一事不止在它发生以前、当时、甚且以后也可能改变。

结论为：一个人很少是在过去事件的掌握之中的，因为他经常在改变它。他也很少在将来的掌握中，因为他不但能在它发生之前，且在它发生之后也还能改变它。

再说一次：过去与将来一样的真实，不多也不少。因为过去只以电磁流的模式存在於心智和脑中，而这些都经常在变...一个人将来的行动不依赖实在的、完结了的过去，因为这样子的过去根本不存在。

28、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-18/1其他次元

以你们的话来说，在许多其他的人格结构中，并没有这种时间流失，每件事都是同时知觉，反应也几乎是瞬间的。成长和挑战并不是靠在时间内的成就或发展，而是以强度而论。这样一个人格只能反应与欣赏比如说你们现在的甲事件，也能体验与了解甲事件的所有分枝和可能性。

显然的，这种人格需要远超过你们所配备的神经系统。你自己的神经系统是物质性的，但它是你“现在”的内在能力为基础。它是一个内在心灵架构的具体化。许多其他的人格结构不需要这样一个具体化的知觉架构，但一个内在的心灵组织却永远在场。

时间存在於当脉搏跃过神经末梢时，那麽，你必会经验到时间的流逝，因为这不是同时发生的过程。当在每一个知觉到的经验间必有一段时间的流逝时，过去、现在、未来显得非常可信与合逻辑。

以你们的话来说，在许多其他的人格结构中，并没有这种时间流失，每件事都是同时知觉，反应也几

《靈界的訊息（賽斯書）》

乎是瞬间的。成长和挑战并不是靠在时间内的成就或发展，而是以强度而论。这样一个人格不只能反应与欣赏比如说你们现在的甲事件，也能体验与了解甲事件的所有分枝和可能性。

显然的，这种人格需要远超过你们所配备的神经系统。你自己的神经系统是物质性的，但它是你“现在”的内在能力为基础。它是一个内在心灵架构的具体化。许多其他的人格结构不需要这样一个具体化的知觉架构，但一个内在的心灵组织却永远在场。

你们所了解的时间——过去、现在与未来被许多这些人格体验为完全是现在。不过，对另一些人格结构而言，你们的过去、现在和未来将被体验为完全是过去。

29、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-13/3疾病 刺激

所有的疾病都被病人暂时接受为自己的一部分，这即为其危险所在。它不仅是象征性地被接受，而我也不是象征性地说。一种阻碍性的行动好比说一种疾病，相当真实地为那人格架构所接受，一旦这事发生，衝突便开始发展了。“自己”不愿放弃它自己的一部分，即便这部分在作痛或於己不利。在这后面有很多理由。

其一，疼痛虽令人不快，它却是由加速的意识边缘相擦而熟悉自己的一种方法。任何一种升高了的感觉，不论它是舒服与否，对意识都有某种程度的刺激性效果。即使当这刺激可能是令人屈辱的不愉快，心理架构的某个部分却不分皂白地接受它，因为它是一种感觉，而且是个鲜明的感觉。

行动以肯定的态度接受所有的刺激。可以说，只有当它在具高度分化的意识中被区划出来时，这种精细划分才出现。我并不是说在具较少自我意识的有机体内，不快的刺激不会被感觉出是不快的，而引起对抗的反应。我是说即使在它们自动的反应中，它们仍会欢喜。因为任何刺激与反应代表著感觉，而感觉是意识认知自己的一种方法。

具身体结构的复杂的人类人格已经演化出——随同一些其他的结构——一个高度分化的“我”意识（换句话说即“自我”），它的特性即在它试图保持“本体身分”的明显界限，为此之故，它在行动之间作选择。但在这老成的完形（gestalt）之下是它存在之较单纯基础，而的确包含了对所有刺激的接受，无此刺激则不可能认清“身分”。

没了基础，即使是痛苦的刺激的接受，这结构绝不能维护它自己，因为其内的原子和分子经常接受这种刺激，甚至欢喜地忍受它们自己的毁灭。在所有行动内它们觉察到它们的“身分”，而因不具复杂的“我”结构，它们没有理由害怕毁灭。它们觉察它们自己为行动的一部分。

30、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-20/1过去未来

物理上来说，我们在某一刻只能处理那么多的资料，因为在那方面我们依赖我们神经的结构。自我们出生后所接受的每一个感觉仍完整地存于潜意识中，我们把这种细节推向「后方」以便处理现在的事。我们将注意力集中于某一组事件——「现在」的事件——然后让它们坠入潜意识中，它们变得像是越隔越远。如果我们能注意这些过去的事而仍能同时集中注意力于现在的事，那我们对「现在」的感觉将会无限增大。

未来又是怎么回事？也许它包含了已经存在于这「广阔的现在」的事件，我们为了方便起见已决定暂时「尚」不予争论的事件。照赛斯所说，事件无论如何并非具体的，而是可塑的，而且起始总是发自精神的。我们把其中有些造成物质的实相，在那种情形下，我们遵循著以前所提及的过程。另一些事件，在这个次元中我们根本不去处理，它们甚至根本不进入我们所谓的过去、现在或未来的这一架构中。

31、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-01/1

《靈界的訊息（賽斯書）》

我们是个人化了的一份能量，具体化於肉体存在之内，来学习由能量形成意念，进而使其实体化（这就是意念的构建）。我们将意念投射成物体，使得我们能与它打交道。但这物体即经过具体化了的思想。这意念的实体呈现，使我们得以分别“思想”与在思想的“我”。意念建构以具体的方式显示给这个“我”看它自己的產品，而教这个“我”了解到它是什么。换句话说，我们由考察自己的创造物中学习，经由把概念变成物质实相我们学到意念的力量和影响。由运用创造性的精力，我们学习负责．．．

存有（entity）即基本的自己，是永生的、无形的（non-physical），它与其他的存有在一个能量的层面上彼此交通，并且它有一个几乎无尽的能量供应供其支配，个人只是那全我（whole self）中我们设法用肉体来表达的那个部分．．．

基本的概念就是：感官的发展并非让我们知觉一个已存在的实质世界，而是去创造它．．．

32、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-19/7能量人格的扩散

（Diffusion by the Energy Personality）

一个能量人格想变成你们系统的一部分时，就用这种感官。这能量人格首先把他自己扩散成许多部分。既然欲进入你们的层面或系统作為其一员别无他法，必须以最简单的样子，然后再聚集自然，精子在这一点说是一个入口。然后此人格的能量必须再聚合起来。

33、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-20/2沟通

姑且不论灵媒是否在与大西洋一样深的出神状态中，他总不会是个纯粹的管道。自我将完全被越过，但自己的其他层面，尤其是神经结构，将总在继续运作。它们将被经过它们的知觉所改变。他继续说用语言沟通是例外，比我们更进化或比我们进化得慢些的存有都不用口传。為了要使三次元的我们明白，资料必须「挤」过去 这本身也会引起扭曲。

我对你们所说的字句传达了资料，但字句本身不是资料，只是资料的传带者。

资料极少能像澄澈的水流一样，而灵媒能像水龙头似的被开关。它必须由灵媒的人格的各层面滤过。当神经系统翻译资料时，它同时也对资料发生反应，这样说来没有一件事是中立的。资料收到了并被译為神经系统能处理和解释的机制（mechanisms），像任一种知觉，资料即变成神经结构的一部分，一定是这样的。

任何知觉即刻改变了收受者的电磁和神经系统，在你们说来，知觉即：神经系统的变更。收受机制本身改变，并為它们所知觉的东西所改变。我现在说的是任何知觉的物理天性。

以你们的肉体结构，如果想像不改变知觉者的内在情况而能收受任何知觉，在逻辑上是矛盾的。我试想把话尽量说清楚 资料自动地与人格的整个肉体结构相混合，交融交织在一起。

任何知觉都是行动，而它改变了它施之行动的对象，而当它如此做时，它自己也被改变了。最轻微的知觉改变了你体内的每一个原子，而这又顺序地散播其涟漪。因此如你所知，最小的行动在每一处都被感受到。

34、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-01/2投射

偶尔，一个人会被这样的一个影像製品吓一跳。通常这种影像在此人成年时就已消失。然而，在儿时，这种例子是很多的。常常当一个小孩哭著说看到了鬼怪时，他所看到的正是这样一个影像產物或纤维性投射物，因潜意识活生生的渴望而形成。

35、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-16/1多次元人格

《靈界的訊息（賽斯書）》

本体（identity）与人格不同，人格代表本体之可以在三度空间的存在中实现的那些方面．．．以你们的话来说，人格可能被环境所塑造，但本体利用这些经验，却不会搅得乱七八糟。“自己”实在是没有限度的，在某个角度你能说自己向外伸展而包围住环境。现今通行的有关人格本质的学说，并没将心电感应或千里眼的存在以及转世的事实考虑进去。实际上，你们所有的是一个单次元（一度空间）的心理学。可是，本体是在许多次元中运作的．．

36、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-12/4

人格经由几次不同的转世而具体化时，只有自我和个人的潜意识层面采纳了新的特性。『我』的其他层面则还保有它们前生的经验、身分和知识。事实上，自我大半因这潜意识的保存而得到它的（相对的）安定性。如果不是在更深层面的“我”在其他次人生中所获得的过去经验，自我将几乎无法与别人建立关系，社会的结合力将不存在。在某程度内，学习是由生化性的遗传因子传递下去，但这是前生所成就和保存的内在知识的物质具体化。人类不是．．．在诞生的一瞬迸发而存在，然后再辛苦地第一次尝试取得经验。如果这是实情，那你们会仍留在石器时代。有一些能量的波形，有一些转世模式的波形，因为在你们这一行星上已有多次的“石器时代”，在那裡新的“本体”真的是开始他们“第一次”肉体存在的经验，而当他们进步时改变了地球的面貌．．

37、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-12/1濒死

赛斯经常告诉我们，当我们过完了这一辈子，我们事实上急於离去。当身体已耗尽，我们真的想摆脱它。求生的本能被照应得很好，因为内我知道它能超越死亡而生活。

38、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-14/2梦实相

每个梦都以心灵能量开始，个人不将之转化为物质，却把它转变成一个实相，具有同样的机能性和真实性。他以可惊的辨识力将概念形成一个梦中物体或事件，因此梦中物体本身获得了存在，并且存在於许多次元裡．．．虽然作梦者为了他自己的目的而创造他的梦，只选择那些对他有意义的象徵，他把它们向外射成一种“价值完成”或“心灵扩张”。当梦被演出时，心灵扩张便发生了。当作梦者结束了梦之事件，便发生一种收缩，但能量不能被拿回去。赛斯将梦创造之人格（如我的「黑物」）称为「双重杂交」（dual-hybrid）建构。在我的个案裡，他所说的「扩张」发生在我以自己的心灵能量造成它时。「收缩」发生在我由它那儿收回我注意力的主要能量时。但我不能取回我给了它而造成它的存在的那能量。那玩意儿继续存在，但不在我的次元裡；它被释放了，自由了。

39、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-16/2变的自我

现在，在梦中你的确与你其他的部分接触。这种沟通经常在进行。但你的自我如此贯注於物质实相以及在其中求生存上，以至你无法听到你内在的声音。你必须了解“你是什麼”是不能在镜中看到的，你在镜中所见，只是你真正实相的一个朦朧反映。在镜中你见不到你的自我，见不到你的潜意识，在镜中你见不到内我。这些名词只是表现你内那些看不见也摸不著的部分。但在你所知的自己内有基本的本体 全部的内我。这全我曾活过许多次，它曾採用过许多人格，它是一种“以能量為体性的人格”（energy essence personality），就像我也一样。唯一的不同是我没在物质环境裡具体化。你并不是在死时突然获得一个“幽灵”（Spirit）的，你现在就是。

人格和本体不必依赖物质的形体，只是因為你想他们需要，所以你觉得这类的表演这麼奇异．．．你採用一个身体就像一个太空旅客穿了一套太空衣，而且是為了差不多同样的理由。

个人性（individuality）从不会失落，它永远存在。复杂难懂的一点是，自己并没有界限，除了那由於它的无知而接受的界限之外。我们个人的意识成长，而由它的经验中它形成不同的“人格”或他自己的片段体。这些片段体 珍·罗伯兹是其中之一 在行动与决定方面完全独立，然而内在心灵的各组成成分经常地与他们為其一部分的全我相沟通。这些“片段体”自己也成长、发展，可以形成他们自己的存有或“人格完形”或（如果你喜欢）完整的灵魂。

赛斯说即使在这个生命中，我们每个人也有各种不同的自我，我们仅只接受“一个自我”的概念，作為一种速记式的象徵。在此生中任何时刻的自我只是我们“浮现出表面”的那部分，内我用来解决各种不同问题的一组特徵而已。即使我们所谓的自我也经常在变。例如，现在的珍·罗伯兹与十年前的珍·罗伯兹不同，虽则“我”并没意识到本体的任何特别改变。

40、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-19/4对基本实相的天生知识

Innate Knowledge of Basic Reality)

这是一种極為基本的感官，关乎存有对宇宙基本活力的天生的有用知识，没有这知识就无法操纵活力，例如，如果没有天生的平衡感，你就不能直立。

如无这第六种感官，或内我没有经常在用它的话，你们就无法构建物质的偽装宇宙。你可以把此感官与本能相比，虽然它关係到的是对全部宇宙的天生知识。与某特定范围的实相有关的特定资料给予了一活的有机体，使牠能在那特定的范围内活动。内我拥有全部的知识，但一个有机体只用一部分的知识。一隻蜘蛛在织网时是用最纯粹的此种感官。蜘蛛没有智力或自我，牠的活动是纯粹自发地应用『内在感官』，几无阻碍或偽装。但在蜘蛛内就如在人内，有与生俱来的对整个宇宙的全盘理解。

41、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-16/3人格即行动

本体可以说是意识到它自己的“行动”（action）。為了我们讨论的目的，“行动”与“本体”这些名词必须分开，但基本上这些分隔都不存在。一个本体也是存在的一个次元，行动内之行动，在行动本身之上再开展出行动 经由这行动与它自身的互相交织，经由这个“再行动”（reaction），一个本体便形成了。

行动的能量，行动在它自身之内及之上的作用形成了本体。但，虽然本体是由行动形成，行动与本体并不能被分开，那麼，本体即行动对它自己的影响。没有本体，行动便无意义，因為那就没有行动可以遂行的东西了。由於其本质，由於它本身与它本身的作用，行动必须创造本体。这适用於最简单到最复杂的情况。

再说一次，行动并不是对某物作用的外力，反之，行动是内在宇宙的内在活力 它是在内在活力想完全具体化的欲望及衝力，和它的无法完全这样做之间的一个两难之局dilemma。

这第一个难局終於导致了行动，而由行动在它自身上的作用，我们看到了本体的形成，而这两者是不可分的。因此行动是所有结构的一部分。行动，由其本身并因其本质而形成了本体，而也就因其本质会像是毀掉了本体。因為行动必然会涉及改变，而任何改变似乎都威胁到本体。

不过，本体依赖稳定性是个错误的观念。本体，因為它的特性，将会不断地寻求稳定，然而稳定却是不可能的。这是我们第二个两难之局。

就是这在“本体”的经常试图保持其稳定性，与“行动”天生求变的衝力之间的进退两难，结果造成了那不平衡，而有那极精緻的创造性副產品 对自己的意识。因為意识与存在并不是由微妙的平衡却是由缺乏平衡而使之成為可能。它是如此丰富地富创造性，如果平衡一旦能维持住，就不会有实相。

我们有一连串创造性的紧张，本体必须寻求稳定，而行动则必须求变化，然而本体无变化则无法存在，因為它是行动的后果并為其一部分。本体从不是恆常不变的，因你自己从这一刻到下一刻，在意识

上及无意识上已不是同样的了。每个行动是一个结束，如我们先前讨论的。然而没有这结束，本体停止存在，因为意识若无行动就不再为意识。

因此，意识本身并不是一件“东西”，它是行动的一个次元，一个几乎是奇蹟似的情况，由我名之为一连串创造性的两难之局（creative dilemmas）而使之成为可能。

可以相当容易地看出第二点是如何由第一点演化而来。我曾说第二点造成 且不断的造成 对自己的意识。这并不是“自我”（ego）意识，对自己的意识（consciousness of self）仍是直接与行动连接的意识。“自我”意识是由第三个两难之局而来。它发生在当对自己的意识试图将它自己与行动分开时。既然这显然是不可能的，既然没有行动则没有意识或本体能存在，我们便有了第三个两难之局。再说一次：对自己的意识包括了对在行动内的（并为其一部分的）自己的意识。在另一方面，“自我”意识牵涉到一种情况，即对自己的意识企图将自己与行动分离 是意识方面的一个企图，想知觉行动有如一物件．．．而把行动知觉成是为自我所创始，并将之视作是自我存在的一个结果，而非原因。

行动（内在的活力）永远不能完成自己。不论它是如何具体化，它立时增加了更具体化的可能性。同时内在活力是自己发动的，只需要它极微小的部分就能播种一个宇宙。

与我们早先的声明符合，即行动必然会改变接受行动之事物（基本上是它自己），那么接著就是，我们的课所涉及的行动改变了课的本质。我曾说意识是“自己”集中焦点的方向，而行动暗示著无限的可能焦点。

42、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-14/6共同的梦

我们真的有共同的梦或大眾的梦。在我们日常生活中，这些实际上充当了一种稳定的力量。我们的梦有私密性吗？显然不像我们以为的那麼私密。在某些大眾的、共同的梦中，人类共同地处理政治与社会结构中的问题。在梦之实相中，他所获得的解答，并不一定总与那些在物质世界中他所接受的解答一样。

当你梦见别人，他们会知道。当他们梦见你，你也知道。可是，在此时，在意识上知道此事并没有什麼好处。

43、《靈界的訊息（賽斯書）》的笔记-13/4疾病2

“团结原则”是成群的行动，人格在任何特定时候以之为中心而形成。当行动被允许无阻地流动时，这些原则通常相当顺畅地改变（试看这与赛斯在“自发性”的价值和压抑的问题上对学生之劝告的关联）。於是这些阻碍“疾病”有时可保护整个心理系统的完整，而指出内在心灵问题的存在。疾病是组成人格的行动之一部分，因此它是有目的的，不能被认为是外来的侵略．．．

疾病不能被称为是一种阻碍行动，除非在目的已达后它仍滞留不去。即使在那时，你在未知全部事实时也不能遽下判断．．．因为疾病仍能给人格一种安全感，被留在手边作为随时可用的紧急设备，万一新的“团结系统”失效的话。

换言之，在我们未透澈明白组成一个人格的所有行动之前，我们不能判定一件行动是阻碍性的。这点至为重要。忽视此点就冒了得更严重的病的危险。

当行动被允许自由流动，那么神经质的拒斥便不会发生，是这神经质的拒斥引起不必要的疾病。

所有的疾病几乎总是另一个行动未能被贯澈的结果。当达到原来行动的路线被开放了，途径开放了，疾病自会消失。不过，那被阻挠的行动也许是个会招致灾祸的行动，却被疾病阻止了。人格自有它自己的逻辑。

当徵候本身是在内部的时候，如胃溃疡的例子，这表示这人格还不愿面对问题，而象徵性的，很合适的，徵候不能为肉眼所见。因此，徵候能被观察的程度，是人格对其问题的态度的一个线索。

《靈界的訊息（賽斯書）》

《靈界的訊息（賽斯書）》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com