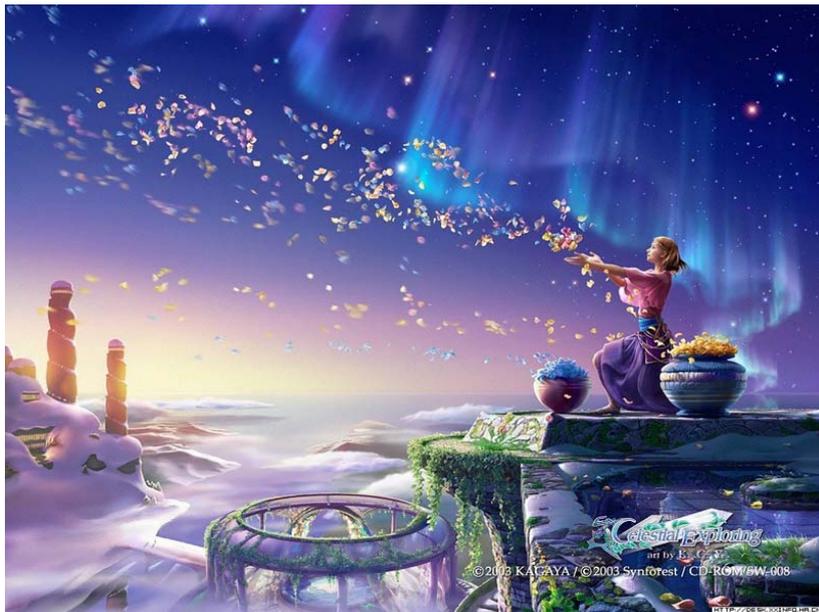


与神对话

CONVERSATIONS WITH GOD

第四部



作者：(美) 尼尔·唐纳·沃许

目 录

- 1、 对神的惧怕是宗教创造出来的
- 2、 神最想要的就是被利用
- 3、 神的世界里没有错误，没有意外
- 4、 把我当作朋友，而不是你们的“父母”
- 5、 别躺在你的桂冠上
- 6、 人生是“完美”在演完它自己
- 7、 让你的方法成为对的方法
- 8、 你只能以你给别人爱的方式接受他们的爱
- 9、 所有出现在你生命中的都是个祝福
- 10、 人生的目的是在每一个瞬间重新创造你自己
- 11、 在混沌中自有秩序，在设计中自有完美
- 12、 你的每句话都是给神的语音邮件
- 13、 有上千种方法可以释放别人心中的喜悦
- 14、 你在我的后院玩得已够久了
- 15、 爱这时会怎么做
- 16、 祝福你生命中所有的事情吧
- 17、 你的存活是被保证的
- 18、 玫瑰是否必须比鸢尾花“更好”
- 19、 生命是永恒的，而我们只是一个人
- 20、 什么都没变，唯有你的经验变了
- 21、 现在就与神交个朋友吧

尾 声

1、对神的惧怕是宗教创造出来的

我很清楚地记得，我是从何时开始决定我惧怕神的，就是在他说我母亲将会下地狱的时候——好吧，并不是他亲口说的，但有人代表他说了。

在我差不多六岁大时，我那自以为有点神秘主义者的母亲，会在我们厨房的桌上帮她的朋友“用纸牌算命”。常有人跑来看我母亲从一叠普通的扑克牌中抽取那些预兆。他们都说她很行，而有关她这种能力的传言，就这样静静地散播开来了。

这一天，当母亲正在算卦时，她的妹妹出其不意地来访。我记忆犹新，姨妈在敲了一下门后，就马上从后纱门撞了近来，然后对她眼前的景象不大高兴。母亲则表现得好像她被人当场逮到她正在做什么不该做的事似的。她尴尬的向她妹妹介绍她的朋友，并且迅速的收拢起那些纸牌，将它们塞进她围裙的口袋里。

当时姨妈未置一词。我则跑到后院去玩耍了。后来姨妈来跟我说再见，我送她上车时，她对我说：“知道吗，你妈妈不应该用她那叠纸牌给人算命。神会惩罚她的。”

我问：“为什么？”

“因为她在跟魔鬼打交道。”——我会记得这另人不寒而栗的话，是因为它听来很怪异——“而且神会将她直接打入地狱。”她的口气是如此的快活，有如她正在宣告明天将下雨一样。直到今天我仍记得，当她倒车出车道时，我吓得发抖的模样。我对母亲如此触怒了神吓的要死。就在彼时彼地，对神的惧怕深深的铭刻在我心理。

被认为是宇宙最慈祥的创造者的神，怎么可能想要以永陷地狱来惩罚我的母亲、我生命中最慈祥的人？我六岁大的心智拼命想搞懂这一点。因此我得到了一个六岁大的人所能得出的结论：如果对在众人眼中几乎像个圣人似的我的母亲，神却残酷到能做出那么令人齿冷的一件事，那么也一定很容易被触怒——比我父亲还糟——所以我们最好小心翼翼的。

我怕神怕了许多年，因为我的恐惧不断被加强。

记得在国小二年级的天主教教议问答课程里，有人告诉我，除非一个婴儿受过洗，否则他不能上天堂。甚至对一个二年级生来说，这看来都仿佛如此不可信，所以我们往往试图用逼她到无处可退的问题来整修女。比如：“修女，修女，万一父母亲正要带婴儿去受洗，而全家在半途都死于一场可怕的车祸，怎么办？那个婴儿是否会跟她父母一齐上天堂？”

我们的修女一定是继承了古老板的传统。她沉重地叹口气说：“不会。恐怕不会哦！”对她而言，教义就是教义，没有例外的。

“那么，那婴儿会去哪里呢？”我有个同学诚恳的问到。“去地狱或去炼狱？”（在好的天主教家庭，九岁孩童已够大到可以了解“地狱”是什么东西了。）

“婴儿既不去地狱，也不到炼狱。”修女告诉我们，“婴儿会去地狱边缘的林泊（Limbo）。”

“林泊？”

修女解释说，林泊就是神送婴儿及一些人去的地方。那些人不是由于自己的错，而是因为因为没有受洗进入唯一真正的信仰就去世了。他们并没有真的受惩罚，但他们永远见不到神。

这就是陪我长大的神。也许你以为这一切是我编造的，但我没有。

对神的惧怕是许多宗教创造出来的，并且，事实上，是被许多宗教鼓励的。

我告诉你，我根本不必受鼓励。如果你以为我被林泊这回事就吓到了，那你就等着听听世界末日的事吧！

在五0年代早期的某个时候，我听说了法蒂玛（Fatima）的孩子们的故事。这是一个位于葡萄牙中部、里斯本以北的小乡村。在那儿，据说圣母一直在一个年轻女孩和她的两个表弟妹面前显现。以下是人家所告诉我有办法蒂玛的事：

圣母给这些孩子们一封昭告世人的信，要他们亲手呈递给教宗。而教宗呢，应打开信阅读后，再度封存；数年后，如果必要时，才能将其中内容透露给大众。

据说在读信之后，教宗哭了三天。这封信据说包含了神对我们深深的不满，而如果我们没注意这最后的警告，并随之改变我们的行为的话，神便将惩罚世界。那时将会是世界的末日，将会有哀哭与切齿，以及不可置信的痛苦折磨。

在教义问答课中，他们告诉我们，神在当时当地便已愤怒到与将惩罚加诸世人，但却由于圣母的代祷而大发慈悲，给了我们这最后一次机会。

法蒂玛圣母显圣的故事让我的心充满了恐怖之情。我飞奔回家，问母亲那是否真有其事。母亲说，如果是神父和修女们告诉我们的，那必然是真的。我们班上紧张又焦虑的小朋友们不断的问修女，我们能做些什么。

“每天去望弥撒，”她忠告说，“每晚念玫瑰经，并且拜苦路。一周告解一次。做补赎，并且将你的苦痛奉献给神，做为你已远离罪恶的证据。领圣礼。每晚入睡前发一次彻底的痛悔，因此，万一你在醒前被召，你也才有资格加入在天堂的诸圣。”

事实上，在我被教以下面那篇儿童祷词之前，我从没想到过我可能活不过当晚……

现在我躺下安眠，

求主照顾我的灵魂；

而如果我在醒前亡故，

求主收回我的灵魂。

这样祷告了数周之后，我变的害怕上帝了。我每晚哭泣没人能猜出我到底发生了什么问题。直到今日，我对“猝死”还有一种心结。往往，当我离开家要搭飞机出城——或有时当我去新货店时——我都会跟太太南茜说：“如果我没有回来，记住我对你说的最后一句话是‘我爱你’。”这成了一个一再传诵的笑话，但有个极小部分的我，却是全然认真的。

我下一回合与对神的恐惧擦肩而过是当我十三岁时。住在我们对面的法兰基·舒兹特——我儿时的男保姆——要结婚。他邀我——我耶——在他的婚宴上当招待！哇~我好骄傲，直到我到学校并告诉修女后。

“婚礼在哪里举行？”她多疑的问。

“圣彼得教堂。”我天真的报告。

“圣彼得？”她的声音变的冷冰冰，“那是个路德派的教堂，不是吗？”

“哦，我不知道，我没问。我想我……”

“那是路德派的教堂，你不能去。”

“为什么？”我问。

“我不准你去。”她宣告，带着某种非常确定不移的口吻。

“但是，到底为什么嘛？”无论如何，我坚持的问。

修女看着我，好像无法相信我还在进一步的追问她。然后，很明显地，有某个很深的、无比耐心之内在源头汲取了力量，她眨了眨眼，露出微笑。

“我的孩子，神不要你去一间异教徒的教堂，”修女解释道，“去那儿的人不相信我们所相信的。他们不教人真理。去天主教堂以外的任何教堂都是犯罪。我很遗憾你的朋友法蓝基选择了在那儿结婚。神不会祝圣那桩婚事的。”

“修女，”我的坚持远远超过了她忍耐的限度，“万一我还是在那婚礼中当招待，会怎么样？”

“哦，那样啊！”她带着真诚的忧虑说，“那你就要倒霉了！”

哟，很严重耶。神是个固执的人。此地可不能越界！

无论如何，我还是越了界。我希望我能声称我的抗议是建立在更高的道德基础上的，但事实上，是我无法忍受不能穿我那件白色的时髦西装外套（插着一朵粉红康乃馨——正像派特·彭“译注：pat Booe，当时的一位红歌手”唱歌那样！）的想法让我如此的。我决定不告诉任何人修女所说的话，而去那婚礼中当了招待。老天，我真的是胆颤心惊！你或许以为我在夸大其词，但我整天都在

等着被神击倒在地。在婚礼中，我一直竖耳小心的坚听他们警告过我的路德派谎言，但牧师所说的全是温暖神奇的事，使得座中人人落泪。但无论如何，到仪式结束时，我已全身汗透了。

那天晚上，我匍匐在地，求主宽恕我犯的罪。我说出了你会听过的、最彻底的悔罪祷词。我躺在床上好几小时，不敢入睡，一直重复的念：万一我在醒前亡故，求主收回我的灵魂……。

现在，我告诉你们这些童年故事——我还可以告诉你们更多——是有理由的。我是希望让你们对我对神的恐惧留下更真实深刻的印象。因为我的故事并不是独一的。

并且，如我会说过的，并不是只有罗马天主教徒是畏畏缩缩的站在主的面前。才不是呢！世界上过半数的人相信，如果他们不好的话，神就会“捉住”他们。许多宗教的基本教义会让他们的追随者内心充满恐惧。你不能做这。不要做那。别做了，不然神会惩罚你。并且，我们在此谈的并非像不要杀人那种主要的禁令。我们谈的是：神会不高兴，如果你在周五吃了肉，（不过，他对那已改变了主意），或在一周的任何一天吃了猪肉，或想离婚这类事。你会激怒这样一位神，若你没有用面纱遮住你女性的面庞、若你在一生中没有参拜过麦加、若你一天中没有五次停止所有的活动，铺开你的毯子五体投地的朝拜、若你没有在庙宇里结婚、若你没去办告解，或每个主日进教堂，等等……。

我们得小心翼翼的伺候神，唯一的问题是，你很难知道规则。因为它们多如牛毛，而且最困难的事是，每个人的规则好象都是对的。至少他们这样说。然而他们不可能全都对。那么，我们该如何选择呢？这是个很烦人的问题，而且，既然神对错误的容忍度那么小，这就不是个可以轻忽的问题了。

但是现在，却来了这么一本叫作《与神为友》的书。这是什么意思啊？怎么可能？神可能终究非那神圣的亡命之徒？（the Holy Desperado）未受洗的婴儿是否可能的确上了天堂？戴上面纱或向东敬礼、保持独身或禁绝猪肉跟任何事都无关？阿拉是否无条件的爱我们？当荣耀的日子临近时，耶和華是否选择我们全体都与祂在一起！

更令人彻头彻尾震撼的问题是，我们是否可能根本不该称神为“他”？神是否可能是女性？或甚至是更不可置信的，没有性别？

对于受到像我这样的教义长大的人来说，甚至思考这种念头就可以算是犯罪了。

但你必须思考。我们必须去挑战他们。我们盲目的信仰领我们走入了死巷。就其灵性进化而言，人类在过去两千年间并没有前进太多。我们会听取一位又一位的老师、一位又一位的大师、上过一课又一课，而我们用表现出自开天辟地以来会为人类制造苦难的同样行为。

我们仍在杀戮同类，以权力和贪婪治理我们的世界，在性上压抑我们的社会，虐待并教错我们的孩子，忽略痛苦，并且在创造痛苦。

自基督诞生已两千牛，自佛陀诞生已两千五百年，而距我们首次听到孔子的话、道家的智慧则更久了，但我们仍未解答主要的问题。我们到底是否有办法将我们已收到的答案转成某些可行的东西、转成在我们日复一日的生活中有用的东西？

我认为有的。并且我相当确定，因为在我与神的对话中，我对它有过许多的探讨。

2、神最想要的就是被利用

我最常被问到的问题是：“你怎么知道你真的是跟神谈过话？你怎么知道你是不是你自己的想像？”或更糟的，“你怎么知道这不是魔鬼试图在欺骗你？”

第二个最常被问的问题是：“为什么是你？神为何拣选了你？”

第三个：“自从发生这一切之后，你过得怎么样？事情有何改变？”

你会以为最常被问到的问题应当是与神的话——我们对话间的不凡洞见、令人惊异的启示，以及我们对话的挑战性铺陈——有关，没错，这种问题也不少，但最常被问到的问题是与这故事的人性面有关。

终究来说，我们所有的人想认识的就是彼此。对我们的人类同胞，我们有无止境的好奇，比对世界上任何其他的事还要好奇。就像是我们不知怎地知道了，如果我们对对方知道得越多，我们对自已就能更了解。而对我们自己了解得更多的渴望——关于我们真正是谁——又是所有渴望中最深切的。

所以，我们对彼此经验的问题比对彼此了解就问得更多：对那件事你的感受如何？你怎么知道那是真的？你现在在想什么？你为什么要做那些事？你为什么有那种感受？

我们不断尝试想要深入别人的感受。有个内在的导航系统，直觉而强迫性地引导我们朝向彼此。我相信在我们基因密码的层面，有个天然的机制，包含了宇宙性的智慧。这个智慧赋予我们做为有情生物最基本的反应。它将永恒的智慧带到细胞层面，创造出有些人称为相吸定律（Law of Attraction）的东西。

我相信我们天生就彼此相吸引，是由于我们一直知道在彼此间可以找到我们自己。在意识上，可能我们并未觉察这些，我们也许没明确地说出它来，但我想在细胞层面我们了解这一点。并且我相信，这微观上的了解就是源自一个宏观的了解。我相信我们明白在最高的层面，我们全是一体的。

将人们拉向彼此的，就是这超卓的觉知：忽略了它，就会创造出人类最深的寂寞及人类状况的每样惨痛的事。

我与神的对话显示给我的是：人心的每个悲伤，人类状况的每个侮辱，人类经验的每件悲剧，都能被归诸一个人类的决定——由彼此退缩的决定。忽略我们的超卓觉知的决定。称我们彼此的自然相吸为“坏”及我们的一体感觉虚称的决定。

我们否定了我们真正的自己。我们所有的负面性都是从这自我否定中跳出来的。我们所有的激情、所有的失望、所有的苦都生自我们最大的喜悦——做为一体的喜悦——之死亡。

人类接触的冲突是，纵使我们寻找在细胞层面面貌一新体验我们的一体，在精神层面我们却坚决否认它。所以，我们对生命及它是怎么回事的想法，与我们最深的内在知晓不相合。在本质上，我们每天的所作所为都是相反于我们的本能。而这导致了我们的疯狂，在其间，我们继续不断地演出分裂的疯狂，一边又一直渴望再度体会一体之喜悦。

这冲突有没有解决的可能呢？有的。当我们解决了我们与神的冲突，它便结束了。而这就是本书的内容。

我根本没想到会写这本书。就像《与神对话》一样，它是被给予我来与人分享的。我以为当《与神对话》三部曲结束时，我做为一个“意外的作家”的“事业”也即将结束。然而，在我坐下来写第一本导读书的感谢页时，我却有了一个我感觉像是神秘经验的经验。

我要告诉你那时发生了什么事，这样你更能了解这本书为什么会被写出来。当大家听说我在写这本书时，有些人对我说：“我以为应该只有三部曲的呢？”就好像制作出更多的资料不知怎地就违反了最初的过程之完整性。所以我要你明白这本书是如何发生的：我如何变得清楚明白我必须写它——纵使当我现在从这儿，却仍完全不知道它会走向何方，或它有什么要说的。

当时是一九九七年的春天，我已写完了导读书。我正紧张地等着我的出版商的反应。最后，电话来了。

“嘿，尼尔，很棒的书！”鲍伯·费德曼说。

“你真的那么认为？你没开玩笑？”我永远有个部分无法相信最好的事，而总预期会听到最糟的事的。所以我已准备好听他说：“我很抱歉，我们无法接受这稿子。你必须完全重写一遍。”

“我就是那个意思，”鲍伯笑着道，“我为什么要在这件事上对你说谎呢？你认为我想出版一本坏书吗？”

“哦，我只不过以为你可能想让我开心而已。”

“尼尔，相信我。如果你写的是本讨人嫌的东西，我不会为了让你开心而告诉你你写了一本很棒的书的。”

“好吧！”我慎重地说。

鲍伯又笑了一声。“天哪，你们作家是我所知最没安全感的人。你们甚至无法相信一个他的生计要靠告诉你实话的人。我告诉你，它是本了不起的书。它对很多人都会有所帮用。”

我松了一口气：“好吧，我相信你。”

“只不过，还有一件事。”

“我知道！我就知道！有什么不对吗？”

“没什么不对。只不过你没写任何的感谢词。我们只想知道你是否要写一篇感谢词，是你忘了写，或是你不预备写，如此而已。”

“如此而已？”

“是如此而已。”

“感谢上帝。”

鲍伯笑了：“这就是你的感谢词吗？”

“那也不失为一个好主意。”我告诉鲍伯我会马上用电子邮件传给他一些东西。当我挂上电话时，我不禁发出了一声欢呼。

“你怎么啦？”太太南茜从隔壁的房间叫道。我则得意洋洋地大踏步走过去。

“哦，真好。”她展颜微笑。

“你想他是当真的吗？”

南茜转动着眼珠笑了起来：“我确信鲍伯不会在这种事上对你说谎。”

“他也是这么说的。不过，还有一件事。”

“什么事？”

“我应该写一篇感谢词。”

“哦，那不成问题。你可以在十五分钟内写出一些东西来。”

很显然，我太太该成为一个出版商的。

所以，在一个周六的早晨，我坐了下来，开始问自己：“在这本导读书的前页，我想要感谢谁呢？”我的头脑立刻说：“哦，当然，神啊！”没错，但我与自己争辩，我为每一件事都感谢神，而不只是这本书。“那么，就写呀！”我的头脑回嘴道。所以我提笔写道：为我整个人的人生，以及我可能用它来做的任何一件好的、正派的、富创意的或神奇的事，我要感谢我最亲爱及最亲密的朋友——神。

我记得自己蛮讶异我这种说话方式的。我从没有以那种方式来描述过神，而我却心知肚明那正是我的感受。有时候，只有当我正在写东西时，我才觉知到我确切的感受。你有没有过类似的经验？当我在写上面那段话时，我突然了悟……你明白吗？我真的跟神有个友谊耶。那正是我的感觉。我的头脑说：“那么，就写下来。说出来吧！”于是，我又开始感谢词的第二段：

我从未有过这样美妙的友谊——那正是我对我在这儿拥有的东西的感觉——而我绝不想错过一个感谢的机会。

然后我写下了一些我完全不明白为何会写出来的东西：

有一天，我希望我能非常详细的解释给每一个人听，如何发展这样一种友谊，以及如何利用它。因为神最想要的就是被利用。而那也是我们想要的。我们想要与神为友。要一个可运用并且有用的友谊。

就在那一刻，我的手凝住了。一股寒窜上我的背脊。我感到体内有一股冲力。我安静地坐了一会儿，因为对某些事的全然深究而楞住在当场，那是片刻之前我想都没想到，现在却仿佛非常而易见的东西。

那种特定的经验并不是新的。当我写《与神对话》时常常会有。几个字、几句话会由我的头脑飞出。而当在我面前的纸上看见它们时，我会突然明白这就是我本来要说的，纵使之前几分钟我

对“这个”还一无所知！那经验通常伴随着某种的身体感受——一阵突然的酥麻感，或我称为快乐的颤抖感觉，或有时候是喜悦的泪水。并且，偶尔三者俱有。

这次就是三者俱有，三重的重击。所以我知道我所写的是绝对的真理。

然后我收到了一个重要的个人启示。这在从前也发生过。这感受是猛然间对一些事的全盘“觉知”。你“立刻”明白了。

我被导引（那是我唯一能描写它的方式）去明白，在三部曲之后，我的写作还未完结。突然我很清楚，至少还有两本书得写。然后关于这些书的一种了解，以及它们会说什么横扫了过来。我听见神的声音悄悄在说……

尼尔，你与我的关系和你与别人的关系并无不同。你们以一个对话开始你们的互动。如果对话进行顺利，你们便形成一个友谊。而如果那进行顺利，你便体验到一种与他人的一体感觉——心灵相通。跟我也是一模一样。

首先，我们有一个对话。

你们每个人以你们自己的方式体验你们与神的对话——在不同时候以不同的方式。永远是个双向的对话，就像我们现在有的这一个。它可以是“在你的头脑里”，或在纸上的对话，或我的反应花了多一点时间，在你听到的下一首歌，在你看到的下一场电影，或你去听的下一场演讲，或你读到的下一篇杂志上的文章，或你在街上“偶遇”的一位友人的偶然发言里触及了你。

一旦你明白了我们一直是在对话，那么我们便能进入友谊。最终，我们将体验到心灵互通。

所以你要再写两本书：《与神为友》及《与神合一》。第一本将谈如何运用你在《与神对话》里分享的原则，将你的新关系转变成一个功能完美的友谊。第二本将透露如何提升那友谊进入心灵互通的经验，而当你做到时，又会发生什么。它将为每位追求真理的人提供一张蓝图，并且会带给全人类一个令人兴奋的讯息。

现在你和我是一体的。只不过你不知道而已。你选择不去体验它——就如你们不明白或选择不去体验你们彼此的一体感一样。

尼尔，你的书会为所有读它的人结束那分割。它们将摧毁分裂的幻想。

这是你的作业。这是你的工作。你要摧毁分裂的幻想。

任务永远是这一个。从来不是任何较次要的事。你的《与神对话》永远是，并且只是，开始而已。

我愣住了。另一股寒气窜上了我的背脊。我开始感觉到一种内在的颤抖，无人能探测到，你却在你身体的每个细胞里感受到的那种。当然，那就是正在发生的事。你身体的每个细胞以更快的速度振动。以一种更高的频率来回摆动。与神的能量同舞。

那是很不错的描述方式。那是个非常棒的比喻。

哗，等一下！我不知道你会这么快现身。我只是在溯及你在一九九七年所说的话。

我知道，我忍不住嘛！本来我要等到这本书中段的某处，但你开始写出非常诗意的字句，我就没办法留在远去了。

很好，那真好。

哦，真的，那几乎是自动自发的。不论何时，当你抒情地写作，充满诗意地说话，露出可爱的微笑，唱一首歌或跳一只舞时，我都必须现身。

真的吗？

让我这样说好了。我永远（always）在你的生命中。在一切方面（All Ways）。可是当你打心底做这些事时，你变得对我的在场要有意识得多：当你打心底微笑或爱或歌或舞或写时。这是我是谁的最高版本，而当你表现这些特质时，你是在表现我。我是在实话实说。你是在再现我。就是，将我凸显出来。

你是自你内——我一直居住的地方——将我取出来，而在你的外面凸显出我。因此我看来仿佛是“刚刚现身”。然而真相是，我永远在那儿，而你只在那些瞬间觉察到我。

是的。不过在我进入与你的另一场对话之前，我还有许多要说的话呢。

那就请说吧。

抱歉，但忽略你不是件容易的事。你一旦在此，就很难假装你不在。就像那位股票掮客，他一开口，每个人都洗耳恭听。现在你已打开了话匣子，谁还想听我说呢？

有很多人想。也许每个人都想。它们想听听看你的近况如何。他们想知道你学到了什么。别因为我现了身而撤退。那正是许多人的问题所在。神出现，而他们便以为他们必须变渺小些。以为他们必须贬抑自己。

在神的面前我们难道不是应该贬抑自己吗？

我来不是为了贬低你，却是要提升你。

是吗？

当你被提升，我也提升了。而当你被贬低，我也被贬低了。

我们只有一个。你与我是一体的。

是的，那正是我进行的方向，我正往那儿去。

那就去吧，别让我阻止了你。告诉读此书的人们你所有的经验。他们真的想知道那些事的。关于这一点你是正确的。当大家开始认识你，他们也会认识自己。

他们会在你内看到他们自己，而如果他们看到在你内乃是我，那么他们将明白我同样也在他们内。而这将是件了不起的礼物。因此开始说你的故事吧！

好吧，我刚才正在说，我体内的每个细胞仿佛都在颤抖、振动、摆动。我正在颤抖，一种兴奋的奇妙颤抖。一滴泪珠自我的一双眼睛流出，滚下我的脸颊；而当我自鬓边舔它时，舌头尝到了咸味。我又有了那种感受。我以为爱会由内而外的溢出来。

我再无法为感谢词写一个字。我必须用我刚才被给予的东西做些什么。而当时当地，我就想开始写《与神为友》。

“嘿，嘿，嘿，你不能那样做！”我的头脑告诫我说，“你还没写好第三本呢！”（当然，这第三本是指《与神对话》三部曲中的第三部。）

我知道在我敢开始另一个方案之前，我必须先完成三部曲。但我仍然想用流过我血管的能量来做些什么。所以我决定打电话给我的另一家出版商——纽约的普南出版集团的编辑。

“信不信由你”当她接了电话时，我冒出这句话，“我刚才被给予了另外两本书的主题，以及去写它们的命令。”

我从不命令任何人去做任何事。

噢，我想我跟我的编辑是用了“命令”这字。也许我该说：“以及去写它们的灵感。”

那会是个较好的字眼，一个更精确的字眼。

然而我是那么的兴奋，以至于没有留心我的每个用词，估量其精确度。

我了解，然而多年以来，正是这类事情创造出关于我的一个谬误印象。

我现在到这儿来，就是要修正那印象。我来主要是告诉你，与神有个真实的友谊是什么感觉，以及你如何能拥有它。

我又再兴奋起来了！开始，开始吧！

把你的故事讲完。

谁想听那些？我想听这个。

把你的故事讲完。它是有直接关系的。并且它会将我们带到当前来。

唔，我只是告诉我的编辑你告诉我的有关下两本书的事，她跳了起来。我问她，她认为普南公司会不会有兴趣出版它们。

“你开什么玩笑？我们当然有兴趣。”她说，并说她希望我将刚才告诉她的话写一篇短短的摘要。

第二天我电传了一些东西给她，而那公司也非常爽快的给了我两本书的合约。

你为什么就不将那书放在网际网路上？

什么？

你为什么不让人们可以免费的得到它们？

你为什么这样问我？

因为那是很多人想知道的问题。出版商会提供你很多钱吗？

哦，是的。

你为何同意拿钱呢？“如果你是个属神的人，你会同意免费与世界分享这资讯。你不会跑来跑去跟人订下数本书的合同。”不是有些人在这样说吗？

一点没错！他们是在那样说。他们说我是为了赚钱才写的。

那么……？

我不是为了赚钱才写的，但那并不成其为不收费的理由。

一个属神的人不会那样做。

不会吗？神父们不拿薪水吗？拉比们（译注：犹太教牧师）不吃饭吗？

他们是有收入，但并不多。神的教师们生活贫苦，他们不分享简单的真理而要求大笔财富。

我并没要求一大笔钱。我并没要求任何东西。是他们出的价。

你该拒绝的。

为什么？谁说金钱是不好的？如果我有机会能藉分享永恒的真理赚一大笔钱，何乐而不为？

除此之外，搞不好我是想要用其中一部分去做一些非凡的事呢？搞不好我是想要设立并资助一个非营利基金会，将你的讯息带到全世界呢？搞不好我还梦想改善别人的生活呢！

那或许有些帮助，或许会令我不那么生气。

搞不好我就直接捐掉一大堆钱？搞不好我可以帮助需要帮助的人？

那也不错。我们可能比较谅解。我们可能开始接受。但你，你自己，应该过很简朴的生活，你不该将它花在你自己身上。

我不该？我不该庆祝我之为谁？我不该生活得富丽堂皇？有一个美好的家？开一部新车？

不行。你也不该有炫丽的衣裳，或在昂贵的餐庭用餐，或买奢侈的东西。你该将所有的钱施舍给穷人，并且活得好像不在乎金钱的样子。

但那正是我如何生活的样子啊！我活得好像不在乎金钱的样子。我自由在地用它，轻易地给人钱，慷慨的分享它，并且真的正是那样表现——好像不在乎金钱似的。

当我看到我想要拥有或想做的什么昂贵的东西时，我表现得好像不在乎金钱似的。而当我的心召唤我去帮助别人，或在世上做些富丽堂皇的事，我也表现得不在乎金钱似的。

你继续那样用钱，你便会失去所有的钱。

你的意思是“用掉”所有的钱！你无法失去钱。你只能用它。被用掉的钱并没失去。是某人得到了它！它并没有消失无踪。问题在于，是谁得到它？如果钱到了卖给我东西或为我做我想要做的事的人手上，我又怎么会“失去”任何东西呢？而如果钱花在做好事上，或满足别人之所需，又有何损失呢？

但如果你不抓紧它，你就没有任何剩余的吗？

我不会“抓紧”任何我拥有的东西！我学到的是当我抓紧什么东西时，我才会失去它。如果我“抓紧”爱，我也许就完全没有爱。如果我抓紧金钱，它便毫无价值了。想要体验“拥有”任何东西的唯一方法。那时——并且唯有那时——你才能知道你拥有它。

你跳过了我问的更大要点。以你的伶牙俐齿，你完全避开了主题。但我不会让你得逞的。我要将你拉回到主题。

要点是，教导神的真理的人，不会且不该为了钱而那样做。

谁告诉你的？

就是你。

我吗？

是的，你告诉过我。你一辈子都这样告诉我。直到你写了这些书，并且赚了很多钱之后。是什么造成你的改变的？

是你。

我？

是你。你告诉过我金钱并非万恶之源，虽然我可以确定金钱的错误运用是万恶之源。但你告诉我生命是创造来让我们享受，并且那样做是可以的。不止是可以。你还告诉我，金钱与人生中的任何其他东西无不同，全是神的能量。你告诉我，你是无所不在的，你是以每样东西，围绕着每样东西，并透过每样东西来表现的——的确，你是每样东西，一切的一切——那包括了金钱。

你告诉我，我一辈子都对金钱抱持着一个不正确的看法。我使它成为错的、肮脏而无价值的。而当我这样做时，我是在令神成为错的、肮脏而无价值的，因为金钱即你是谁的一部分。

你告诉我，我曾创造了一个有趣的人生哲学，其中金钱是“坏的”，而爱是“好的”。所以，对社会而言，一件东西越有爱心或越重要，我或任何别人就该用它赚越少的钱。

而你说，在这一点上，半个世界都搞反了。

我们付给我们的脱衣舞娘和我们的第一垒球员不可计量的钱，去做他们从事的事，同时，我们在为爱滋病寻找一种治愈方法的科学家、在教室里教我们孩子的老师们，以及照顾我们灵魂的牧师、拉比和神父们，则靠面包和水过活。

你告诉我，这创造了一个上下颠倒的世界，在其间，我们最重视的东西得到最少的报酬。而且你告诉我，这不仅行不通（如果我们真的想创造我们说我们想创造的世界），并且甚至也无必要，因为它根本非你所愿。

你告诉我，你的意愿是让每个人都奢华的过活，而我们在这地球上唯一的问题是，我们还没学到如何分享——纵使经过这数千年之后。

你也说得很明白，我并不能借由避开金钱而教给世界有关金钱的真正真相。我只不过借由自己示范其功能不佳而鼓励了世界之功能不佳。

你说，如果我欢喜地接受金钱，确实地，接受人生中所有好的东西，并且也欢喜地与人分享这些东西，反而会是个有力得多的教诲。

我告诉过你这些事？

是的。毫不模棱两可的。

而你相信我？

我的确相信你。事实上，这些新信念改变了我的生活。

好。那好极了。我的孩子，你学得很不错。你学得很好，你学得很好。

我就知道！你是在试探我。我知道你只想看看我会如何回答那些问题。

是的，但现在我还有更多问题问你。

哦，老天！

但人们为什么该为这讯息付费？忘掉你为什么认为你为它得到钱是可以的。但为什么人们该为它付钱？神的道不该是对所有的人免费的吗？为何不就将它放在网际网络上？

因为人们日夜不停的以上千字告诉别人他们的信念，以及别人为什么该采用那些信念，而导致网路大塞车。你近来有没有上过网？没完没了。我们已打开了潘朵拉的盒子。

你能否想像，当这一切开始时，如果我跳上了网际网路，宣布我在与神对话，会有多少人注意那消息？你真的认为那在网路上会是新闻？算了吧！

好吧，但现在你的书已变得非常受欢迎。每个人都知道它们了。那现在为什么还不把它们放在网路上呢？

人们知道《与神对话》这套书有价值，是因为其他人曾给出他们珍视的东西来换取它。是人们放在这套书里的价值令它们具有现在的价值。人们一辈子都在为别人做好事（Good Things）。那就是我们任一个人在此所做的。我们全都只在奉献给社会我们的“货品”（goods）。当世界同意我们所奉献的是有价值的——不论它是修理水管、烘烤面包、治疗别人，或教导真理——世界说它“有价值”，那即是，能够具有价值。而如果我们借由提供我们拥有的某件有价值的东西，去给另一件东西价值，我们就不只收到我们给出的价值——我们就让那东西立刻对别人也有了更多价值，别人也想拥有。

所以，别人会被它吸引，因为人们永远在寻求将价值带入他们的人生。而我们的商业体系就容许我们去决定什么有价值，而什么没有。

它并非一个完美的体系，有关我们该去珍视什么的决定也不完美。但这不完美的体系是我们现在所拥有的。而我正努力在体制内改变它。

那些没钱买你的书的人又怎么办呢？

在这个国家里，每个家庭都有书。所以问题不在有没有书，而是有的是什么书。

更有进者，《与神对话》三部曲事实上可以在每个图书馆里找得到，并且经由“送朋友一本书”这个方案也送到了监狱里。这方案也提供书给其他需要的人。

所以，我在此想说的是这些资料不是得不到的。它已被翻译成三十二种文字，人们在全世界都找得到它。从香港到特拉维夫，由波兰到日本，从柏林到波士顿，人人都在读它，在团体里研究它，并且与别人分享。

不过，我得承认，这些对我而言曾是很难回答的问题。在我的人生中，整个有关金钱的议题，以及有关什么是可以拥有和可以做的，曾让我烦恼了数千年。如你说过的，在这一点上，我与大多数人并无不同。

纵使在今天，我还有个部分认为，我该公开弃绝《与神对话》三部曲所带给我的盛名、丰富的钱财和每样其他的报赏。我有个巨大的部分想要穿一件苦行者所穿的粗毛布衬衫，住在一间简陋的茅舍里，并且不因我为世界所做的好事而接受任何世界的财质。不知怎地，我的想法是这会让那好事有价值些。

你看出了这其中的诡诈吗？我设定了一个结构，在其中，我叫人们去珍视我不为之收取分毫的东西。

然而，我如何能期望别人珍视我不珍视的东西呢？我并不问自己这个问题，对我而言它太深刻了，太接近问题的核心了。而如果我相信，我必须受苦，别人才看得到我的价值，那我放在自己身上什么价值了呢？这是另一个核心问题，另一个该忽略的主题。

但既然你提出了那个问题，我便问：泰德·透纳（Ted Turner，译注：美国 CNN 传播公司的经营者）是否比德瑞莎修女较无价值？乔治·索罗是否比契·李维拉人较差些？人生中仿佛拥有许多好东西的捷西·捷克逊（Jesse Jackson，译注：美国黑人民权运动领袖）的政治，是否比拥有较多的维克来夫·海弗的政治就较无价值？其服饰的价值比喂饱一个穷小孩一整年还要贵的教宗，是否因为他做为拥有百万财富的教会领袖而生活如国王，人们就会称他所说的话为亵渎呢？

泰德·透纳与乔治·索罗曾捐出上百万的钱财。他们活出了自己的梦，而其报偿更加强了全人类的梦的力量。

以活出我们自己的梦去加强全人类的梦的力量。多么庄严伟大的想法啊！

捷西·捷克逊以带自己到一个具有非凡影响力的希望带给上百万的人。教宗会启发了全世界的人，而万一他衣衫褴褛的出现，也不会对全世界的天主教徒有更多启发的（事实上，很可能少得多）。

所以对于《与神对话》的经验所带给我的更多人生中的好东西，并且给了我更多好东西去分享这件事，我已经能够妥协了。

不过，在此我想要指出，这些书的出版并非发生此事的原因。你在书未出版之前，已植入了那个原因。事实上，那就是他们为何会出版以及为何变得如此受欢迎，和你变得如此成功的原因。

是的，我明白你说的是真的。

你可以确定它是真的。当你改变时，你的人生，以及你围绕着金钱——以及所有好东西——的实况也都改变了。

当你改变了你对他们的观点时，它们便改变了。

恩，且说，你知道吗，我认为这些事是你做的。我一直告诉人们，是因为你想要那些书走红，它们才变得那样。事实上，我有点是受到以为这全是神的意旨这念头所吸引。

当然，你是那样的。那免除了你对他们的责任，并且更有进者，给了整件事更高的可信度。所以在这儿我并不想刺破你的气泡，但这并非我的点子。

不是吗？

非也，它是你的。

哦，太好了！所以现在我已经无法说我是受到神的启发了。但关于我正在写的这本书又如何呢？是你到我这儿来，并告诉我去写它的吧！

好吧，这正是我们开始讨论如何与神为友的一个好地方。

3、 神的世界里没有错误，没有意外

如果你和我要有真正的友谊——一个实用的友谊，而不是只是理论上的友谊……

那很重要。让我们在此打住，因为这是个重要的区别。很多人认为神是他们的朋友，但他们并不知道如何运用那友谊。他们把这视为一种遥远的关系，而不是一个紧密的关系。

有更多的人甚至根本不认为我是个朋友。那正是让人悲哀的部分。许多人认为我像父母，而非友人——并且还是一位严厉、残酷、苛刻且愤怒的父母。一位绝不肯容忍他们在某些方面失败——比如说，如何崇拜我——的父亲。

在这些人的心目中，我不只苛求你们的崇拜，我还以某个明确的方式要求它。你到我这儿来还不够，你必须经由一条特定的路径到我这儿来。如果你由另外一条路——任何另外一条——到我这儿来，我就会拒绝你的爱，忽视你的恳求，并且，真的咒你下地狱。

纵使我对你的追求是诚挚的，我的意图是真诚的，而我的了解是我所能及的最高了解吗？

纵使如此。是的，纵使如此。在这些人的心目中，我是个严格的人，在你对我是谁的了解里，我不接受任何不是绝对正确的观念。

如果你所达的了解不确定，我会处罚你。你的意图可以非常纯正；你可以对我如此充满了爱，以至于满溢出来。但尽管如此，如果你来到我这儿，唇上说着错误的名字，脑子里有着错误的想法，我仍会把你投掷到地狱之永火里，你将永远受苦。

这么多人以那种方式看你是很悲哀。这根本不是一个朋友会有的态度。

不是，的确不是。所以与神有一种友谊——那种你与你最好的朋友所有的关系，他会接受任何以爱给予他的东西，宽恕任何在错误中做的事的那种友谊——对他们而言，那想法本身就是不可理解的。

然后，在那些真的视我为朋友的人当中，你说得没错；他们大半将我拦在一个很大的距离之外。他们与我的不是一种实用的友谊。反之，是个非常疏远的友谊，是个万一他们有需要时能够仰赖的关系。但它却不是它本来可以是，一个日复一日、时时刻刻分分秒秒的友谊。

而你要开始告诉我的是，要有那样一种友谊，需要怎么做？

改变心意(a change of mind and a change of heart)那就是所需要的。改变心意以及勇气。

勇气？

是的，拒斥“一个会拒斥你的神”的每个说法、每个想法和每个教诲的勇气。

那需要巨大无比的勇气，因为世界会设法使你的脑子里充满了那些说法、想法和教诲。对于所有这一切，你将必须采用一种新的思维，一种实际上相反于你被告以或你听到关于我的每件事的思维。

那很难办得到。对某些人而言，那是非常难的。但它却是必需的，因为你无法与某个你害怕的人产生友谊，那不会是个真实的、密切的、实用的、相互取予的友谊。

所以，要创造与神的友谊，一个很大的因素就是要忘记我们与神的“惧谊”(Fearship)？

噢，我喜欢这个词。在你们的语言里并没有那样一个词，但我喜欢它。

那正是你们这多年来与我的关系——与神有个惧谊。

我知道。在一开始我就在解释那一点。从我是个小男孩开始，我便被教以要惧怕神。于是我便很怕神。纵使当我溜开了时，我也会再被说服而回去。

最后，当我十九岁时，我拒绝了我少年时的愤怒之神。然而我并非借由以一位关爱之神取代那位神来做到那一点，却是完全拒绝了神。你根本就不再是我生命的一部分了。

这与不过五年前的我成了强烈的对比。在十四岁时，我所想的尽是神。我想，避免神愤怒的最好办法，是使神爱我。我还有过从事神职的梦。

每个人都以为我会成为一位神父。学校里的修女们都曾很确定。“他有圣召。”她们说。我妈也有把握。她看着我在我们厨房里设立了一个祭坛，并且穿上我的“祭披”，玩着“做弥撒”的游戏。当其他的小孩披上大毛巾当作是超人的披风，并由椅子上跳下来时，我则想像大毛巾是我的祭披。

然后，当我在上教区小学的最后一年时，我爸突然制止了这整件事。有一天，当妈和我正在谈论此事时，爸碰巧进厨房来。

“你不会进神学院的”他插嘴道，“所以别乱想。”

“我不会？”我大吃一惊地冲口而出。我以为那是早成定论的事。

“不会。”爸平静的说。

“为什么不会？”妈静静地坐着。

“因为你还不够大到能去做那个决定，”我父亲宣告，“你不知道你在决定的是什么。”

“我知道！我决定要做一位神父”我叫道，“我要做一个神父。”

“啊，你还不知道你要什么，”爸咆哮道，“你太年轻了，不知道你要的是什么！”

我妈终于说了话。“哦，亚么克斯，让这孩子有他自己的梦吧！”

爸完全不理。“别鼓励他，”他命令道。然后给了我一个他的“讨论已结束”的眼色。“你不会去上神学院。将那念头赶出你的脑子。”

我跑出了厨房，跑下后台阶，跑到后院里。我在心爱的紫丁香树下寻找慰藉。那棵紫丁香树根植于院子的远处角落，它的花期不够多，也不够长。但它当时正在盛放。我记得我嗅到了那紫色花朵不可置信的甜香。我像凶猛的斐迪南一样，将鼻子埋在花里，然后我哭了。

这并非我父亲第一次燃熄了我生命中的喜悦之光。

有时候，我会认为我将成为一位钢琴家。我是指一位像我儿时的偶像李柏瑞斯(Liderace)那样的职业演奏家。我每星期都在电视上观赏他的演出。

他是米尔瓦基人，而我们城里每个人都为这么一个本地男孩成了大名而兴奋不已。当时并非每个人家都有电视——至少在米尔瓦基南端的工人阶级家庭不是如此——但是，哎呀！我爸就是想法买了个十二寸的爱默生电视机，有个黑白的书面灯管，看来像是括弧记号。我每星期坐在那儿，被李柏瑞斯的笑容、他的板状大烛台，及飞过键盘戴戒指的手指迷住了。

有人曾说过我拥有完美的“音准”。我不知道那是不是真的，但我知道，我能坐在一架钢琴旁，而仅靠我的耳朵就弹出我听过的简单曲调，就像唱出来一样容易。每次妈带我们去外婆家时，我会直接跑到靠着客厅一面墙的直立式钢琴那儿，开始砰砰地弹出“玛丽有只小绵羊”或“一闪一闪小星星”。对任何我想尝试一弹的新歌，只要花两分钟，我便找到正确的音符，然后，我会一遍又一遍地弹奏它，内心最深处都会因为我能奏出的音乐而兴奋莫名。

在我人生的这个时候（以及之后的许多年），我也崇拜我的大哥韦恩，他也能不照谱的弹钢琴。

韦恩是我母亲前一次婚姻所生的，我爸不太疼爱他。事实上，这是个很温和的说法。其实是韦恩喜欢的任何事，爸就恨：韦恩做的任何事，爸就贬低它。所以，弹钢琴是“游手好闲的人做的事”。

我不懂爸为什么一直那样说。我爱弹钢琴——就我在外婆家所能弹奏的那么一点点——而妈和其他每个人都看出我显然有才气。

然后，有一天，妈做了一件大胆得不得了的事。妈到外面什么地方，或由分类广告找到了什么人或之类的，买了一架旧的直立式钢琴。我记得妈花了二十五块钱（在五〇年代早期是一大笔钱了），爸很不高兴，而妈说他没理由如此，因为那是她好了几个月省吃俭用存下的钱。她说她根本没有动到家庭的预算。

她一定是叫卖的人运送过来的，因为有天我放学回家，钢琴就在那儿了。我高兴得快疯了，立刻坐下来弹。不久，那钢琴就成了我最好的朋友。我必然是南欧唯一不必大人严词厉色地威吓才练琴的十岁男孩。你没法将我自钢琴旁拉开。我不只是到处拣拾熟悉的曲调，我还自我创造咧！

在我灵魂之内找到歌曲，然后将它们挥洒过键盘的快活，深深撼动了。我每天最兴奋的时候，就是由学校或运动场回家，并飞奔到钢琴边。

我父亲则完全没那么热心。“别再用力敲打那烂琴了！”我相信他是这么说的。但我爱上了音乐，以及自己创作的才能。有一天我会变成一位伟大演奏家的幻想越演越烈了。

然而，一个夏日，我被一些可怕的嘈杂声惊醒。我跳下床，披上衣服，急忙跑下楼梯看看到底发生了什么事。

我爸正在拆散钢琴！

不是在慢慢的拆，是在撕裂它。用一个铁锤用力地往里面锤，然后用铁撬撕拉它，直到木头凸出，并以可怕的尖叫声裂开来。

我呆立着，完人吓坏了。眼泪滂沱而下。弟弟看到我无声的抽泣得浑身发抖，忍不住的说：“尼尔是个好哭鬼。”爸爸则转过身来说：“别叽叽喳喳了。它占了这儿太多地方。该是丢掉它的时候了。”

我迅速转身跑回自己房间，甩上门（在我们家，小孩那样做是很危险的），猛扑到床上。我记得我哀号——真的是哀号——“不要，不要……就好像我可怜的哀求可以救得了我那最好的朋友们似的。但敲击和撕裂声继续不停，而我将头埋在枕头里，痛苦的哀恸不已。

直到今天，我还感觉到那个经验的痛。

直到此刻。

那一整天，我都拒绝走出房门，但我父亲无动于衷。可是当我接下去的三天都不下床时，他就变得越来越恼怒了。我可以听见他和妈在争吵，对于妈给我送饭的事。他认为如果我想吃饭，我可以像任何一个人一样下楼到饭桌边来吃。并且如果我真的下来吃，我就不可以呕气。在我们家，不许人呕气或嘟嘴，至少不能对爸所做的决定如此。他认为那种表现是种公然的驳斥，而他不会加以忍受。在我们家，你不只需接受父亲的支配，你还得带笑的接受。

“你在继续哭下去，我就上来给你一些值得你哭的理由。”他从楼下吼道，而我知道他真的有那个意思。

直到在他不让我吃饭，我仍不出房门时，他才明白他必然是超过了一个限度，那是纵使他自己也不想去超过的。说真的，在这里我要说，爸其实并不是一个没心没肝的人，他只是个非常习于为所欲为的人。他习惯于不受人质问，以及在宣告和执行他的决定时，不必用太多的复杂字眼和态度。在他长大的时代里，做父亲就是指做“老大”，他是不太能忍受任何的背叛的。

所以，当他最后终于来到我房门，并且真的敲了门——表示他在请求我让他进来时——对他而言，并不是件容易的事。我更能猜测母亲必定非常努力地说服了他。

“是爸爸”他宣告，好像我不知道是他似的，并且好像他不知道我知道似的。“我想跟你谈谈。”那是他一生中最接近于表示他为某件事对我道歉的一面。

“好吧。”我克制住怒气的说，他便进来了。

我们谈了很久，他坐在床沿，而我倚着床头板坐着。那是我和爸所有过的最好的谈话之一。他说，虽然他知道我喜欢弹琴，却没想到它对我的意义是如此之大。他说，他只不过想让客厅多点空间，以将我们的沙发靠墙摆，因为我们要买些新家具。然后他说了些我永远忘不了的话。

“我们会给你一架新钢琴，一架小的方形钢琴，够小到你可以把它放在这儿，放在你的卧房里。”

我兴奋到几乎喘不过气来。他说他已开始存钱，很快我就会拥有那钢琴了。

我久久的用力拥抱他。他了解我，一切都没事了。

我下楼去吃饭了。

过了几星期，什么事也没发生。我想：“哦，他在等我的生日。”

九月十号到了，并没有钢琴。我什么都没说。我想：“他要等到圣诞节。”

当十二月来临时，我开始屏息以待。期待之情几乎难以忍受。所以当我的小型钢琴并没有出现时，失望之情就同样是不可置信的了。

更多个星期过去了，更多的月份过去了。我不知道是在何时何地，我觉悟到爸爸是不会实践他的诺言了。但我也的确知道，直到我三十岁，我才了悟他或许从来就无意实践那诺言。

我自己刚才就对我的大女儿做了一个我知道我不会实践的承诺。我只想要她马上停止哭泣。那是为了要让她忘怀我现在无法记起的一些童年的悲伤事件。现在我甚至不记得我答应了她什么。我只记得说了些什么去安抚她。我的话很有用。她用小手臂抱住我，喊道：“你是全世界最好的爸爸！”

而父亲的罪便迁移到了儿子身上……。（译注：此句引自《圣经》。）

你花了好长的时间讲这个故事哦！

我很抱歉，我……

不，不，不——那并不是抱怨：那是个观察。我只是要指出，这个插曲显然对你变得非常重要。

是的，它是的。

而你从它学到了什么？

绝不要做我无法守的承诺。尤其是对我的孩子们。

就只如此吗？

永远不要利用我知道某人想要的东西做为一个操纵工具，去得到我想要的什么东西。

但人们一直都是在“交易”啊！这种交易是你们整个经济的基础，以及你们大部分互动的基础。

是的，但有“公平交易”这样一件事，也有操纵这样一件事。

区别在哪呢？

一个公平交易是个直来直往的交易。你有我要的一些东西，我有你要的一些东西，我们同意它们价值多少相等，所以我们交换，那是个干净的交易。

然后，有所谓的剥削。那是当你有一些我要的东西，而我有一些你要的东西，但它们的价值不同，可是我们仍做了交换——其中一人不惜一切——因为他需要另一个人所拥有的，七角四分钱的工钱时，他们称之为经济机会，但毫无异议的，这是剥削。

最后，还有操纵。那是当我甚至全然无意给你我所提供的东西时。在有些例子，这是无意识的。那已够坏了，但最坏的例子是，一个人完全明白他根本无意信守诺言。它是个拖延，一个技巧，设计来叫另一个人开嘴，在当时当地让他们缓和下来。它是个谎言，并且是最坏的一种谎言，因为它减轻了一个伤口的痛，但后来却会再将伤口打开得更深。

说得很好。你对健全性的了解正在成长。对所有体系而言，健全性都很重要。如果任何体系的健全性有问题，那体系本身便会崩溃，不论其构造有多成熟。如果在健全性有妥协，它便无法支撑任何东西。以你说的你人生想往何处去来说，这是好的。

但你还学会什么呢？

呃，我不知道。你是否有什么特别的用意？

我是希望你也学到有关受害者角色的一些事。我希望你记得那真理，就是：即无受害者，也无恶棍。

哦，那个啊！

是的，那个。你为什么不跟我讲讲你对那个所知道的一切？你现在是老师，你是信使。

并没有所谓受害者或恶棍这种事，并没有所谓“好人”和“坏人”这种东西。神只创造了完美。每个灵魂都是完美、纯净而美丽的。当他们住在地球上时，他们是在一种忘怀的状态，神的完美生灵可能做不完美的事——或我们会称为不完美的事——然而，在生命中发生的每一件事，都有一个完美的理由。在神的世界里，没有错误，没有意外。并且没有一个人来到你身边，手上是不带着给你的礼物的。

精彩！讲得非常好。

但对许多人而言，那是个很难接受的说法。我知道你在《与神对话》三部曲里已将这解释得非常清楚了，但有些人仍然很难信服。

所有一切在时间中都会变得明晰。那些寻找一个更深了解的人找到它。

读《小灵魂与太阳》一定有帮助，重读三部曲也可以。

是的，照你收到的邮件看来，有些人那样做会有益处。

等一下！你看过我的信？

你又来了。

哦。

你是否心想，在你人生中发生的事有些是我所不知的？

应该不会。我只是不想去想它而已。

为什么？

我猜测是因为发生的有些事是我不怎么引以为傲的。

那又怎样？

所以你知道有关的一切这个想法，有点令人不舒服。

请让我了解为什么。多年来，你曾告诉你最好的朋友其中一些事；在秉烛夜谈的时候，你也曾告诉你的爱人其中一些事啊。

那不一样。

有什么不一样？

爱人或朋友不是神。爱人或朋友知道这些事，和神知道这些事不同。

为什么不同？

因为爱人或朋友们不会批判你或处罚你。

我要告诉你一些你或许不想听的事。多年来，你的情人和朋友曾批判你和处罚你，比我曾做的要多得多。而事实上，我却从来没有。

嗯，没有，还没有。但有最后审判会有。

又来了。

好吧，好吧，但再告诉我一次。我必须听你一讲再讲。

没有最后审判日那种东西！

并且也根本没有定罪或惩罚。

没有，除了那些你加诸于己身的。

但是，你知道我曾说或做过的每一件事这个想法依旧……

……你还遗漏了你曾“想过”的每件事。

好吧，我曾想过、说过或做过的每件事……对我而言是很不舒服的。

我希望你觉得那是舒服的。

我知道你那样希望。

那就是这本书所要谈的——如何与神有个友谊。

我知道。而且我真的认为我现在与你有个友谊。我现在有那种感觉已很久了。只不过……

什么？只不过——什么？

只不过，我偶尔会回到老的模式，而有时候我很难以那种方式想到你。我仍一直把你当作神去想。

很好啊，因为我本是神。

我知道。那就是重点嘛！有时候，我往仿佛无法在同一口气里把你想作是“神”和“朋友”。我似乎无法将那两个名词放在同一句里。

那很悲惨哦，因为它们是属于同一句子。

我知道，我知道。你一直在告诉我。

那要怎么做你才会和我有一个真正的友谊，而不是某种人为的友谊？

我不知道。我不确定。

我知道你不确定，但如果你认为你确定的话，你的答复会是什么？

我猜测我必须信任你。

很好，那是个很好的开始。

而且我猜我必须爱你。

好极了。继续。

继续？

继续。

我不知道还可以说什么。

除了信任他们和爱他们，你和你的朋友还做什么？

嗯，我会想常跟他们在一起。

好。还有什么？

我想我会试着替他们做些事。

以赢得他们的友谊？

不是，只因为我是他们的朋友。

好极了。还有呢？

嗯……我不知道。

你让不让他们替你做些事？

我试着尽量不要要求我的朋友们。

为什么？

因为我想保有他们的友谊。

你认为保有朋友的意思是不要求他们任何事？

是的，我想是如此。至少，那是别人教给我的。强加己意在朋友身上是失去朋友最快的方法。

非也，那是发现谁是你朋友最快的方法。

也许……

不是也许。正是如此。一个朋友是个不会被你勉强的人。其他的人则全都只是相识的人。

哇，你设下很严苛的基本规则哦！

那些并不是我的规则，是你自己的定义，你只不过忘掉了而已。因此你曾对友谊极感困惑。一个真正的友谊是该被利用的东西。

它不像是你因为害怕会打破而从来不敢去用的昂贵瓷器。一个真正的友谊就像 Corel Ware 牌的磁器。不论你用多少次都打不破它。

我很难通达那里。

我知道，那就是问题所在。那就是你为什么跟我没有一个可以运作的友谊。

那么，我要怎样才克服它？

你必须明白有关所有互动的真相。你必须了解事情到底是怎样运作的，以及人们为何做他们所做的事。你必须对人生的某些基本原则变得明晰起来。

那即是这本书的主旨。我会帮你了解的。

但我们已完全忘了我们本来谈到哪儿了。你是在讲没有受害者，也没有恶棍的事。

我们并没忘了任何事。全是同一个讨论。

我不懂。

耐心的等一会儿，你会懂的。

好吧。所以我如何能与神有个友谊？

做如果你与任何有了友谊你会做的同样的事。

信任你。

信任我。

爱你。

爱我。

常常待在你身边。

是的，邀请我来，甚至请我长住一段时间。

替你做事……虽然我对我能为你做什么毫无概念。

有许多可做的。相信我，有许多可做的。

好吧。还有最后一件事……让你为我做事。

不只“让”我。而且要叫我。要求我。

命令我。

命令你？

命令我。

这一点我很难做到。我甚至无法想像要那样做。

我的朋友，那正是整个问题所在。那正是所有的问题！

4、把我当作朋友，而不是你们的“父母”

我觉得要人们开始向神要求事情，他们得很大胆才行。

我比较喜欢“勇气”（courage）这个字。对的，我已告诉过你。要与神有个真实、可运作的友谊，需要改变心意，以及有勇气。

我怎样才能重新安排我对我与神的正确关系的整个了解？直到我终于了解向神要求东西是没关系的吗？

不只是没关系，并且是获得结果的最好方法。

好吧，但我怎么去改变？怎么能达到那了解？

如果我说近的，首先，你必须了解事情真正是如何运作的。就是说，人生是如何运作的？不过我们等一会再谈它。首先让我们先列出与神的友谊的七个步骤。

很好，我准备好了。

1、认识神。

2、信任神。

3、爱神。

4、拥抱神。

5、利用神。

6、帮忙神。

7、感谢神。

你可以用这同样的七个步骤在任何你选择与之为友的人身上。

你真的可以，不是吗？

是的。事实上，你可能真的在无意识地用它们。如果你有意识地用这些步骤，你就会与你遇见的任何人为友。

在我还年轻时就被教以那些步骤就好了。那时我是如此的不擅社交。我哥哥总是很容易就交到朋友，而我从来就不是。所以我试图将他的朋友当作我的朋友。而由于我总是想去他要去的方，做他想做的事，这对他来讲很为难。

到我上高中时，我以发展出自己的兴趣。我仍爱音乐，所以我加入了鼓号乐队、合唱团，以及管弦乐团。我也参加了摄影社，加入纪念册编辑组，并且是我们校刊的记者。我加入了戏剧社、西洋棋社，并且，也许最值得注意的，我还在辩论队里——我可以再补充——是冠军辩论队哦！

高中也是我开始在广播界露头角的时候。有家当地的广播电台想出一个点子，用学生广播员每晚做个高中运动报道。在所有我们的足球和篮球比赛里，我依然是学生公众发言人，所以很自然的，我便被选择作为我们学校的代表。那是我第一次接触电台，而且彼此开始了一个三十三年之久的事业。

不过，虽然我做那么多事（或正因如此），却没交到多少朋友。我确信大部分原因在于我发展出了一个巨大的自我，有部分是作为我更年轻日子的一种补偿，那时我父亲经常说我应该“被看到

而不被听到”：而一部分是由于我一直有点爱现。我想我一定变得很令人难以忍受。在高中时，没多少同学受得了我。

现在我知道那是怎么回事了。我是在从别人那儿寻求由我父亲那儿得不到的肯定。我父亲很吝于赞美人。记得有一回，我赢得了一次辩论比赛，带着奖牌回家。我父亲唯一的评论却是：“我预期你不会得更差的。”

当得到冠军也不足以让我从父亲处得到一丁点赞美时，我就很难对自己感到满意。（关于他的评论语最令人悲伤的是，我知道他认为那就是赞美。）

所以我发展出告诉我父亲我做的每件事和我所有的成就的习惯，只希望有一天能听见他说：“那简直是不可置信，儿子。恭喜恭喜。我以你为傲。”我从没听到过——所以我开始从别人那儿去寻找。

直到今天我还没摆脱那个习惯。我会试图压制它，但我还没摆脱它。更糟的是，我自己的孩子很可能会告诉你，我对他们的成就一样的处之淡然。而父亲的罪就这样迁移到儿子身上了……

你真的是有“父亲情结”耶，是不是？

我是吗？我没有以那种说法思考过。

难怪你很难将我想做是个知道有关你的每件事的人。难怪你根本难以接受神的观念。

谁说我对神的观念有问题了？

算了吧，那并没有什么。你可以承认它的。你们地球上过半数的人有那个问题，并且大半为了同样的理由：他们将神视为某种“父母”，他们想象我会像他们的母亲或父亲。

是啊，你的确被称为“天父”的啊！

对啊，不管是谁想出来的，他都该感到惭愧。

我相信是耶稣。

非也。耶稣只是沿袭他那个时代的谴词用字——正如你在此所做的一样。他并没有发明神像父亲的想法。

他没有？

在耶稣之前很久，族长们及其父系宗教就以建立起来了。

那么，你不是“我们在天上的父亲”罗？

不，我不是。我也不是你们在天上的母亲。

哦，那么，你是谁？数千年来我们都试图解出这个谜。你为什么不给我们个机会，告诉我们就得了！

问题在你们坚持要将我个人化，而我并非一个“人”。

我知道。我认为大多数人也知道。但有时候将你想作是一个人有所帮助。我们比较能和你建立关系。

但你能吗？问题在，你能吗？我没那么有把握你能哦。

而且我要告诉你一件事：继续将我想作是父母亲，你就要吃不完兜着走了（have a devil of a time）。

我想你说的只是个文字游戏。

当然。

那么，如果我们不该将你想作是父母亲，我们又该怎么想你呢？

当作朋友。

“我们在天上的朋友”？

一点都没错。

哇，那在星期日早上会让许多人晕头转向哦！

是的，它可能也会让一些想法转向。

然而，如果我们所有的人都可以将你想作是个朋友，而非父母的话，很有可能有些人最后终于能真正的与你产生关系。

你是指有一天他们会对我知道如他们的朋友和情人知道的什么而变得自在？

答对了！

那么，你认为如何？你想要与神有个友谊吗？

我以为我已经有了呢！

你是已有了，你是有。但你并不像是与神有个友谊的模样。你表现得好象我是你父亲的样子。

好吧，我已准备好离开那观念了。我已准备好与你有个完全能发生功能的友谊了。

太棒了！那么方法如下，所有人类能与神为友的方法如下……

5、 别躺在你的桂冠上

首先，你必须认识我。

我以为我已经认识你了。

只是模糊的。你还没亲密的认识我。虽然我们已有过一个很好的对话——终于——但那还不够。

好的。那么我如何能更加认识你？

要有意愿。

有意愿？

你必须有真正的意愿。你必须愿意在你发现我地方看见我，而不只是在你预期会发现我的地方。

你必须在你发现我的地方看见我——并且在你看见我的地方发现我。

我不懂那是什么意思。

有许多人看见我，却未发现我，就像是“华而多在哪儿？”（Wheres Waldo?）的一场宇宙游戏。他们正对着我看，但他们未发现我。

我们要如何确定我们认出你呢？

你在这儿选择的用字非常好。“认出”就是“再次认出”。那即是，再——认知。你必须再次的认识我。

我们要如何做？

首先，你必须相信我存在。做为认识神的工具，信念先于意愿。你必须相信有一位可认识的神（a God to know）。

大多数人的确相信神。民调显示，在我们的地球上，近年来相信神的人实际上还增加了。

是的，我很高兴你们绝大多数的人的确都相信我。所以，造成问题的并不是你们的相信我，而是你们关于我的信念。

你们相信关于我的事情之一就是，我不想要你们认识我。你们有的人甚至相信，你们根本连说出我的名字也不敢。有的人则觉得你不该写“神”（God）这个字，却应出自尊敬的写“G-D”。（译注：有点像我国古时为皇帝或祖先“避讳”。）还有些人认为，说我的名字没有关系，但必须是我正确的名字，而如果是那个不正确的名字，你就犯了亵渎之罪。

但不论你称我为耶和華、雅威、上帝、阿拉或查理，我仍然是我之为谁，我之为什么，我之在何处。老天哪，我不会因为你叫错了我的名字而停止爱你的。

所以，我们可以停止争吵该？我为什么了！

真可悲，不是吗？

那是你的用语，这反映了一个判断。而我则只是观察事实。

纵使许多不争论我的名号的宗教，也在教你们说，追求对神的太多知识是不聪明的，而要是说神实际上跟你说了话，更是异端。

所以，虽然信仰神是必须的，你有关神的信念也是重要的。

那即意愿进入之处。你必须不只相信神以认识我，你也必须愿意真正的认识我，而非只知道你认为你对我所知道的事情。

如果你对我的信念使得你不可能认识我真正的样子，那么，世上所有的信仰也都没用。你将继续知道你以为你知道的事，代替了真正是什么样的事实。

你必须愿意暂时停止你想像自己对神的事，以便认识你从未想像到的神的样子。

那即关键所在，因为你对神有许多与真相完全不合的想像。

我如何能达到这种意愿的状态？

你已经在那儿了，不然你不会花时间写这本书。现在，扩大这经验。对有关我的新想法、新可能性开放自己。如果我是你最好的朋友，而不是你“父亲”，想想看，你可以告诉我什么，你可以要求我什么！

为了要认识神，你必须“准备好，愿意，并有能力”。信仰神是起步。你信仰某种更高的力量，某种神明，使得你“准备好了”。

其次，你对有关神的一些新想法的开放——你之前从未有过的想法，甚至会令你震动的想法，好比“我在天上的朋友”——是表示你“愿意”的信号。

最后，你必须“有能力”。如果你根本没有能力在你对之开放的任何新方向上看到神，你将使你能借以认识神的真相之机制完全失效。

你必须能无条件的拥抱你的神：要能欢迎一位爱你欢迎你进入天国的神；要能停止惩罚自己，因为你承认了有位不惩罚你的神；要能与一位从未停止对你说的神说话。

所有这些都是激进的想法。而教会的确称之为邪说。所以，最终的讽刺是，你也许必须放弃教会以认识的神。毫无疑问的，至少你必须放弃教会的一些教诲。因为教会教你说，神是你无法认识的，是你不会选择做为一个朋友的。因为你会要一个为了你每个罪行惩罚你的朋友吗？而哪种朋友又会由于被叫错了名字而认为那是个罪行吗？

在我的《与神对话》里，我被告以许多事，那是与我以为我对你所知的每件事都相反的。

我知道你信仰神，不然一开始你就永远不可能与神对话。所以，你是“准备好”与我有个友谊的，但你是否“愿意”呢？我明白你是愿意的——因为愿意是需要很大的勇气，而你曾展现出那勇气，不只是借由探索其他的、非传统的观点，却是借由公开的这样做。故此，你的对话不只容许你去从事这些探索，并且容许上百万的人与你一同探索。经由你那三本出版了的书，他们分享了这过程。那些书在全世界都被热切地阅读——这是一个表示早一般民众也愿意的巨大信号。

现在你“有能力”认识我，故此不但与神有个对话，并且也有个友谊了吗？

是的，因为我毫无困难地由我的老信念转移到接受你在《与神对话》里给我的新想法。事实上，说实话，许多那些想法是我本来就已经有的。

以这种说法，《与神对话》三部曲并非一个启示，不如说是个“认可”。

过去五年来的读者来信告诉我，对成千上万的别人来说，也是同样的情形。而此处是讲那书是怎么写成的故事的好地方。

《与神对话》并非当作是一本书来写的。不像我现在正在写的东西。当对话开始时，我根本没想到有一天它会被印出来。就我所知，我是在进行一个私人对话的过程，永远没有人会与闻此事。

那过程在一九九一年二月的一个夜晚开始，那时我正陷在忧郁症的边缘。在我人生中事事不顺。我与“具有重要意义的他人”的关系完蛋了，我的事业陷入了死？堂，甚至我的康也不行了。

通常，在我的人生中，都是此事或彼事不顺。但那时却是同时事事不对劲。整个构造在崩塌中，而我仿佛无能为力去阻止它。

这并非我第一次无助地站在一边，看着我以为会是永久的一个关系在我眼前深解。

它也不是第二次、第三次或第四次。

对于我之无能维持住一个关系，对于那样做需要些什么我显然完全缺乏了解，并对于我试过的一切似乎都归于枉然，我变得非常生气。

我开始觉得自己根本没有玩人生这个游戏的本事，而感觉非常愤怒。

我的事业也没好到哪里去。我几乎快无事可做了，我在广播和新闻业间摇摆不定已超过三十年，只收到可怜的贫乏回报。我是个四十九岁的人，活在这地球上已半个世纪，却没有什麼可夸示于人的。

而且不足为奇的，我的健康也转而走下坡。几年前在一场车祸中我头椎受伤，一直没有完全康复。在那之前，我会有过肺塌陷，并且患过胃溃疡、关节炎及严重的过敏。在四十九岁，我觉得自己的身体好像要垮了。因此在那个一九九二年二月的晚上，我心中怀怨的醒过来。

当我辗转反侧，试着回到梦乡时，我的挫折感却大如山。最后，我掀起被子，冲出了卧房。我走去当我半夜准备寻找智慧时一定会去的地方——但冰箱里没有像样的食物，所以我跑到沙发上去。

我坐在那儿，自己生自己的闷气。

最后，在流泻过窗子的月光下，我看见面前的咖啡桌上有本黄色的横格笔记簿。我拿起了它，找到一只笔，然后轻轻打开一盏灯，开始给神写一封表达愤怒的信。

我得做什么才能使人生顺遂？我到底做过些什么事，活该要有如此不断挣扎的一生？此地有什么规则？什么人可以来告诉我那规则！我会照着做，但首先必须有人告诉我规则。并且在告诉你之后，不要改变它们！！！！

我继续不停地写，疯狂潦草地写满了本子——像我每回生气时那样，字很大下笔很重，重到一个人可以拿起五页下的一页对着光，而看见我写了什麼。

最后，我将自己倒空了。那怒气、挫败感和近乎歇斯底里的情绪也已消散了，而我记得我在想，我一定要告诉朋友关于此事。毕竟，半夜的一本黄色笔记本可能是最好的治疗。

我伸直手臂想搁下笔，但它不肯离开我的手。那很可怕。我暗自想，莫非我热烈地写了几分钟，手痉挛得如此厉害，竟放不了笔了！

我等着我的肌肉放松，反而被我必须再写些什么的感觉吓了一跳。当我将笔再放在纸上时，我跟看着，但纵使当我那样做时，心中也自觉奇怪，因为我并不知还有什么要写的。然而，我在这儿却做出像是还有更多要写的东西的样子。

笔一接触纸面，我脑袋立刻生出一个思维。那思维是由一个声音对我说的。那是我会听过最柔和、最慈爱、最温和的声音。除了它并不是一个声音。它是……我只能称之为一个无声之声……或者，更像……像一个被字句覆盖的感觉。

以此方式我“听到”的字句是：

尼尔，你是真的想要这所有问题的答案呢？还是只是在发泄？

我记得我在想，我是在发泻，但如果你有答案，我宁可下地狱也想听听看。然后我得到了下面的答覆。

你对许多事情都是宁可下地狱。但你会不会“宁可上天堂”呢？

我发现自己在回答：你他妈的是什麼意思？（译注：原文 sure as hell, what the hell 都是粗俗语，有点像“他妈的”之意，随上下文意而译。）

有这之后，就来了一些我曾经验过的最殊胜的思维、想法、交流，随你怎么称呼。那些思维是如此惊人，以致我不由自主便写了下来——并且对它们反应。给予我（透过我）的想法答覆了我的问题，但它们也引起了其他我前所未有的问题。因此我便在那儿进行一个笔和纸的“对话”

它持续了三小时，然后突然就到了早上七点三十分，而全家开始有了动静，所以我收拾起纸和笔。那是个有趣的经验，但我并没怎么将它当一回事——直到次晚，当我在凌晨四点二十由酣眼中突然被惊醒，就好像有人走进房间，打开了灯一样。我坐了起来，心中奇怪发生了什么事，但那时我感觉一股急迫的力量将我拉下来，并且要我回到那黄色笔记本上。

仍在惊讶是怎么回事以及为什么时，我已跌跌撞撞地找到那本子，又回到客厅沙发我的窝去。我又开始写——紧接我上回搁笔的地方，问问题，并且收到答覆。

直到今天，我也不知道是什么令我开始将它全写下来。我保存了所有我写的东西。我猜我当时想要写个日志，或一个特殊的小日记。我完全没想到有一天它会出版，更别说由东京到多伦多，由旧金山到圣保罗都有人读了。

的确，在对话进行的某个时候，那声音曾说：“有一天这会变成一本书。”但我自忖：是哦，你和另外一百个人将把你们的午夜漫谈寄给一个出版商，然后他会说：“当然！我们将立刻出版它！”而那第一部对话持续了一年——我一周至少在黑暗中被叫醒三回。

我最常被问到的问题之一是，我何时才肯定、何时才知道跟我在谈话的是神？在头几个礼拜，我不知道该对正在发生的事怎么想。最先，我的一部分认为我只是在跟自己谈话。然后，在途中某处，我心想我是否可能是由我听说过的所谓我的“大我”（higher self）吸取我问题的答案。但最后，我必须放下我的自我批判以及对嘲笑的恐惧，而就称它似乎是的东西：与神的一个对话。

这是在我听见“根本没有十诫这回事。”这个声明的那天晚上发生的。

当这壮丽的主张被说出来时，我已写了将近一半最终会变成书的稿子。那时我正在探索到达神的路径，以及何者才是“正确的”那个问题。我想知道，我们是否借由“做乖乖牌”就赚得上天堂？或我们是否自由的为所欲为，却不会被惩罚？

“到底是哪一个？传统的价值，或一边前进一边编造出来？”我问道，“是哪一个？十诫或到达开悟的七步骤？”

当答覆是十诫并不存在时，我惊愕得不知所措。但是，更令人惊愕的是那解释。

哦，的确是有个十项声明，并且它们是给了摩西没错，但它们并非“诫命”。我被告知，它们是神对人类所做的十项“承诺”，让我们知道我们已踏上了回到神的路。

这不像到当时为止对话中的任何其他的事。这是一个突破性的资讯。直到那一刻，我知道在那对话中我听到的一些事，以前我曾听过，从其他的老师或其他来源，或也许在别的地方读到过。但这种有关十诫的令人吃惊的声明，我知道我之前从未听到过。更有进者，这些想法违反了我对那主题曾被教以或想过的每一件事。

几年后，我从东岸一所著名大学的神学教授那儿收到一封信，说这是三百年来出版过对十诫最原创性的新看法，而虽然他不确定他同意《与神对话》的声明，但他们在将来的许多学期里，都会提供给他的神学班可供辩论的丰富资料。不过，在那时，我并不需要任何来自神学教授的来信，才能确定我所听到的东西是非常特别的——并且来自一个非常特别的来源。

我开始体验到那来源为神。从那以后，没有东西曾改变过我对它的想法。事实上，在八百页的对话里，通过来的其他资讯——包括有关宇宙里高等演化生物的惊人资料，以及在第二本里有关建立地球上一个新社会的大纲——只不过令我更前所未有的确定。

我很高兴听你那样讲。而你之指出我们对话的这个部分是很有意思的，因为这也是我最后谈到认识神的地方。

就在那儿，我说：“为了要真正认识神，你必须忘记你的头脑。”

我说，顺随你的心到我这儿，而非透过你头脑的旅程。你在头脑里永远找不到我。

换言之，如果你对我思考得太多，你并不能真正认识我。因为你的思维只包含了你对神先前的想法。但我的实相并无法在你先前的要概念里找得到，却是在你目前这一刻的经验里才能找到。

这样想一想：你的头脑保有过去，你的身体保有现在，你的灵魂却保有未来。

用另一种说法是：头脑分析且记住，身体体验而感受，灵魂则观察而明白。

如果你想通达你对神所记得的事，向你的头脑去找。如果你想能达你对神的感受，向你的身体来找。如果你想通达你对神知道什么，向你的灵魂去找。

我有点迷糊了。我以为感受是灵魂的语言。

它们是没错。然而，你的灵魂经由你的身体说话，身体给你对你的真理一个此时此地的体验。如果你想明白在任何主题上你的真理为何，向你的感受去找。与你的身体查对一下，是最快的方法。

我明白了。我称之为给它“胃的测试”。有一个老说法是这么说的：“胃知道。”

那是真的。你的胃提供了你一个非常好的气压计。所以，如果你想触及你的灵魂对于未来所知之事——包括围绕着你神的未来体验之可能性，聆听你的身体——聆听你的身体现在在告诉你什么。

你的灵魂知道每件事——过去、现在与未来。它知道你是谁，以及你想要做谁。它认为我，很亲密地，因为它是我那最接近你的部分。

哦，哇，我喜欢这个说法。“灵魂是神那个最接近你的部分”。多了不起的一个声明啊！

而且是真的。所以，要认识我，你只须要真正认识你自己的灵魂就行了。

要与神有个友谊，只要与我自己有个友谊就行了。

一点都不错。

那听起来如此简单。几乎是太好了，令人不可置信呢！

相信我，是真的。但如果认识你自己，更别说与你自己有个友谊是很简单的话，你很久以前就会做到了。

你能帮助我吗？

我们在这儿正做的就是了。我将引领你回到你自己……因而，领你回到我。而有一天你也会为别人这样做。你将把人们还给他们自己——因而，还给我。因为当你找到自己，你便找到我。我本来一直在那儿，而我将永远在那儿。

我如何与我自己为友？

借由开始认识你真正是谁。并且借由对你不是谁变得很明白。

我以为我与自己是有友谊的。我很喜欢我！也许太喜欢了一点！如我说过，如果在我的人生中我有任何个性上的问题的话，就是我的自我。

一个大的自我并不是一个喜欢自己的表徽，却正相反。

如果有人“吹牛”并“炫耀”得很厉害，只会引起一个问题，就是：他们对自己很不喜欢些什么，以至他们觉得必须让别人喜欢他们以为补偿。

噢，那让我很痛苦耶。

一个痛苦的观察几乎永远是个真实的观察。我的孩子啊，你正在承受“生长痛”耶！[译注：小孩长大期间，骨骼和全身偶尔出现的不知名疼痛。]但无妨的。

所以你的意思是，我真的并不那么喜欢我自己，而我正试着以别人的爱来取代我缺乏的自爱！

只有你自己知道。然而你欲却是那个说你是有“自我”问题的人。我观察到，真正的自爱会使自我消失，而非放大它。换言之，你对你真正是谁的了解越多，你的自我便越小。

当你完全的认识你真正是谁，你的自我便完全消失了。

但我的自我是我对自己的感觉，不是吗？

非也。你的自我是你以为你所是的谁。它与你真正是谁毫不相干。

这不是与先前所教的“有自我是没问题”的教诲相抵触了吗？

有个自我是没问题的，事实上，是非常没与问题的。因为为了要有你现在的经验，在你想像的一个相对世界里，做为一个分离的存在，一个“自我”是必须的。

好吧，现在我真的彻头彻尾的迷糊了！

那没关系。困惑是朝向智慧的第一步。愚蠢是以为你有所有的答案。

这一点你能不能帮帮忙呢？到底有个自我是好还是坏呢？

大哉问！

你们进入了相对的世界——我所谓的“相对领域”——为的是体验你在“绝对领域”里无法体验的东西。你所寻求的经验是你真正是谁。在“绝对领域”里，你能够知道这点，但你却无法体验它。你灵魂的欲望是经验性地认识它自己。在“绝对领域”里，你无法经验你是谁的任何面向（aspect），是因为，在这领域，没有你所不是的面向。

绝对就是绝对。每件东西的全部。起点以及终点，中间空无一物。“绝对”没有级次之分。事情的级次只存在于“相对”。

“相对领域”被造出来，以便在经验上认识自己为庄严华丽的。在“绝对领域”里，只有壮丽，别无他物，所以壮丽“不存在”。也就是说，它无法经验，它无法在经验上认识，因为在没有“不壮丽”的东西的情况下，没有办法经验壮丽。事实上，你与每样东西都是一体的。那即你的庄严壮丽！然而，当你与每样东西都是一体时，你却无法认识到与每样东西都是一体的壮丽，因为没有别的东西。所以，与每样东西合一全无意义。在你的经验里，你只是“你”，而你体验不到那事的庄严华丽。

你要体验与每样东西一体的壮丽的唯一方法，就是要有一些情况或状态，在其中与每样东西一体是可能的。然而，既然在绝对领域——也即终极里——每样东西都是一体的，有个东西与每样东西不是一体是不可能的。

可是，与每样东西不一体的幻想并非不可能。那么，“相对领域”便是为了这个目的而被造的。它就像个《爱丽丝梦游仙境》（Alice-in Wonderland）的世界，在其中，事物不是它们看起来仿佛是的东西，在其中事物仿佛是它们不是样子。

你的自我是你创造这幻想的主要的工具。它容许你去想象你自己是与“你的其他部分”分开的。他是认为你是一个独自个体的你的那部分。

你并非一个独立个体，然而你必须要有个别化以便理解和欣赏“整体的经验”。因此，就此而言，有个自我是“好”的。就你想要去做的事而言，它是“好”的。

然而，就你所想做的事而言，太多的自我“并不好”。因为你想做的是利用分离的幻想以便更加理解和欣赏一体——也即你真正是谁——的经验。

可是当自我被放得那么大，以至你所能看到的只是分离的自己，所有体验统一的自己的机会都失去了，而你也就迷失了。你真的是迷失在自己的幻想世界里，你可能好多个人生都仍迷失在幻想里，直到你终于将自己带出来，或直到别人——另一个灵魂——将你拉出来。那就是“将你还给你自己”的意思，这也是基督教会“救主”观念。但是教会的唯一错误，是宣称他们自己和他们的宗教是“被救”的唯一途径，因此再度加强了分离的幻想——即他们翼图救你出来的那个幻想。

所以，你问有个自我是否是好事，那是个非常大的问题。全看你想做的是做什么。

如果你用自我作为一个最终用来体验唯一实相的工具，它是好的。如果自我在用你来阻止你经验那实相，它就是不好的。就它阻止你做你到这儿来做的事的程度，它是“不好的”。

然而你对在这要做什么，永远有个自由的选择。如果你觉得不去体验你自己唯一的一部分是很舒服的事，你也会给予目前没有那种体验的选择。只有当你受够了分离，受够了幻想，受够了寂寞和痛苦时，你才会想要寻找回家的路，然后你将发现我在那儿——我一直（always）是在那儿的。

以所有的方式（All ways）。

哇！问一个问题，就得到了一个答案。

尤其是当你在问神时。

是的，我明白了。我是说，你似乎并不需要停下来想一想。

不必，答案就在那儿，就在我舌尖。我甚至可以补充说，它就在你的舌尖。

那是什么意思？

我是说我并没要自己保守这些答案。我从来没有那样。说实话，对所有人生问题的所有答案，都在你的舌尖上。

那就是“你说什么就会是什么”的另一种说法。

哦，照你的说法，如果我说你说的每句话都是狗屎，那么你刚才告诉我的一切就都不是真的罗？

那是真的。

不，那不是真的。

我的意思是，说它不是真的是真的。

但如果我说你所说的一切不是真的，那么，它不是真的就不是真的罗？

那是真的。

除非它不是。

除非它不是。

你看吧，你正在创造你自己的实相（reality）。

那是你所说的。

没错。

但如果我相信你所说的……

……那你便不会经验它为你的实相。但抓住此处那个封闭的圆圈——因为如果你不相信你创造的你自己的实相，那么你将体验你的实相为非你创造的东西……证明了你创造你自己的实相。

哦，老天，我觉得我是在镜厅里呢！（Hall of Mirrors）

你是的，我神奇的儿子。以比你可能知道还更多的方式。因为你看见的每样事物都是你的一个反映。而如果人生之镜让你看到扭曲，那也是“你对你的扭曲思维”的一个反映。

那带我回到了在我们逸出主题之前的地方。

没有逸出。我的孩子，只是到同一个目的之不同途径。

我是在问你，我如何与自己为友。你说当我认识自己的灵魂时，我便可以认识神；当我与自己为友时，我便能与神为友。而我问你我如何能做到。我以为我自己与自己有个友谊了。

有些人有，有些人没有。对某些人而言，他们最多只能有个停战协议。

或许你所说的有关一个大的自我是我不喜欢自己的一个表徵是真的，我得想一想。

并不是说人们完全不喜欢他们自己。只是他们不喜欢部分的自己，因此自我借由试图让别人喜欢他们而加以补偿。他们并不会将他们不喜欢的那部分示人，直到一个关系越来越亲密而不可能在掩藏了为止。而当他们终于将之示人，然后别人显得惊讶，甚至可能不是负面的时候，他们便再次的向自己确认了他们没错，他们自己的这个面向是不是可喜的——而整个循环便继续下去。

这是个非常复杂的过程，而你每天都经过它。

你该去当心理学家的。

是我发明了心理学。

我知道。我只是开开玩笑。

我也知道。你明白吗？“开玩笑”是人们会做的事，当他们——

够了！

你说对了，够了。我只是在开玩笑。

你让我忍不住好笑，你知道吗？

我让你好笑。你才让我好笑。

嗯，那是我所喜欢的，一位有幽默感的神。

笑对灵魂有益。

再正确不过了！但我们能否会到那问题上？我如何能与我自己为友？

借由弄清楚你真正是谁——以及你不是谁。

一旦你明白你真正是谁，你将爱上你自己。

一旦你爱上你自己，你将爱上神。

我如何能弄清楚关于我是谁和我不是谁。

我们首先以你不是谁开始，因为最大的问题就在那里。

好的。我不是谁？

你不是——首先且最重要的，我要告诉你你不是——你的过去。你不是你的昨日。

你不是你昨日所做的、你昨日所说的、你昨日所想的。

很多人会想要你以为你是你的昨日。事实上，有些人会坚持你做你的昨日。他们这样做是因为，他们对你继续以那个方式露面有很大的投资。他们从而可以判断“正确”，此其一。他们从而能“信赖”你，此其二。

当别人视你为“坏的”时，他们不要你改变，因为他们想要继续对你有“正确”的判断。这让他们能合理化他们对待你的方式。

我邀你做的是活在当下，在目下这一刻重新创造你自己。

这容许你将自己与你对你的先前想法——一个绝大百分比是建立在其他人有关你想法上——分离。

我怎么能忘记我的过去？其他人有关我的想法，至少部分建立在他们过去对我的经验——我的行为——上。我该做什么呢？就只是忘掉我做过的那些事？假装他们没关系？

都不是。

别试着想去忘记你的过去，而是努力的去改变你的未来。

你所能做的最糟的事是忘记你的过去。忘记你的过去，你便忘了它可以显示给你的一切，它给你做为礼物的一切。

也别假装它没有关系。不如承认它的确有关系——而正因为它有关系，你才已决定不再重复某种行为了。

然而，一旦你下了那决心，便放下了你的过去。放下它并不意味着忘记它。而是指停止那执着，结束对你过去的攀附，好象没有它的话你就会淹死一样。然而就由于它，你才会淹死。

停止用你的过去来让你漂在你对你的想法上。放下这些旧木头，游上一个新岸去。

即使有一个很美妙的过去的人，若执着于好像那即是他们上谁的话，也没有好处。这就是所谓的“在你的桂冠上休息”，而没有什么事会比这更快的阻止成长了。

别躺在你的桂冠上，也别久住在你的失败上。不如从新开始；在现在的每个黄金片刻重新开始。

但我如何才能改变已成习惯的行为？或已变成根深蒂固的人格特性？

借由问你自己一个简单的问题：这是我是谁吗？

它是曾问你自己的最重要的问题。在你人生中的每个决定之前与之后，你都可以有利的问这个问题，从穿什么衣服，到选什么工作；从跟谁结婚，到根本要不要结婚。而当你抓到自己正在做你说你不想继续的行为时，那显然它就是个你要问的关键问题。

而这会改变长久固执的人格特性或行为吗？

试试看。

好的，我会。

很好。

在我决定我不是谁之后，并且在我将自己由“我是我的过去”的想法中解放出来之后，我如何发现我是谁？

那并非一个发现的过程，而是个创造的过程。你无法“发现”你是谁，因为当你决定此事时，你应该是发自“零点”。你的决定并不建立在你的发现上，勿宁是建立在你的“偏好”（preferences）上。

别做你以为你是的人，做你希望你是的人。

那可是很大的不同。

它是你一生中最大的不同。直到现在，你一直在“做”你以为你是的人。从此以后，你将是你的最高愿望的产品。

我真的能改变那么多吗？

你当然能。但要记得；这并不是关于改变，从而突然变得可被接受。现在，在神的眼里，你就是可被接受的。只因你选择改变，你才改变，你选择你自己的一个更新的版书。

我关于我是谁所曾有过的最伟大意象之最恢宏版本。

一点没错。

而像“这是我是谁吗？”这样一个简单的问题，会将我带到那儿吗？

它会，除非它不会。但它是个非常、非常有力量的工具。它可以是让人转变的契机。

它的有力是由于它在将发生的事“文本化”（contextualizes）了。它使我正在做的事变得清晰起来。我观察到许多人都不知道他们在做什么。

你是什么意思？那他们在做什么？

他们在创造自己。许多人并不了解此点。他们看不出来这是正在发生的事，这是他们正在做的事。事实上，他们并不知道，这是所有人生的目的。

他们并不知道此点，他们并没领悟，每个决定是多重要，多么有影响力。

你所做的每个决定——每个决定——并非有关你要做什么的决定。它是有关你是谁的决定。

当你明白这点，当你了解它，每样事都改变了。你开始以一种新方式看人生。所有的事件、发生及情况，都变成去做你到这儿来做的事的机会。

我们的确是怀着一个使命来的，不是吗……

哦，是的。那是最肯定的！你灵魂的目的就是去宣布、去宣告、去做和表现、去体验并成就你真正是谁。

那是谁呢、

我说你是的不论谁！你过的生活就是你的宣言。你的选择定义了你。

每个行动都是个自我定义的行动。

因此，是的，一个像那样简单的（这是我是谁吗？）问题就能改变你的人生。因为如果你能记得去问它，那个问题就会将正在发生的事放置在一个新的、大得多的文本里。

尤其是当你在做决定的时候问那个问题。

并同有一个非（做决定时候）的时候。你永远、一直在做决定。没有一个时候你不是在做决定。甚至当你睡觉的时候，你也在做决定。（事实上，你有些最大的决定是当你在睡觉时做的。而有些人纵使当他们看来像是醒时，也是在睡。）

有人曾说过，我们是个梦游者的星球。

这离真相不远。

所以那就是那个具魔法的问题，是吗？

那就是那个具魔法的问题。六个字的魔法问题。

事实上，有两句魔法问题。在正确的时候，问这些问题能比你所能想象还更快地将你推向你自己进化的前方。这两个问题是：

这是我是谁吗？（Is this Who I Am?）

现在爱会做什么？（What would I love do now?）

当你在每个节骨眼上的决定问与答这些问题，你将由新福音的学生晋升为老师。

新福音？那是什么？

慢慢来，我的朋友，我早晚会讲的。在谈到那个之前，我们还有好多要说的。

那么，我可不可以再一次回到罪疚感上？关于做过这种可怕的事——例如，杀人或强暴，或虐待儿童——而无法原谅自己的那些人，该怎么办呢？

我再说一次，他们在过去所做过的事，并非他们是谁。那也许是别人以为的他们是谁，甚至可能是他们以为自己是，但并非他们真正是谁。

但大多数人听不下去。他们充满了罪疚感——或也许对于命运的摆布心怀憎恨。有些人甚至害怕自己会再犯。所以他们视自己的人生为无望的、无意义的。

没有一个人人生是无意义的！我告诉你，没有一个人人生是无希望的！

恐惧和罪疚感是人的唯一敌人。

你以前曾告诉我这句话。

而我要再告诉你一遍。恐惧和罪疚感是你唯一的敌人。

如果你放下恐惧，恐惧便会放下你。如果你释放罪疚感，罪疚感便会释放你。

我们怎么去做到？我们怎么去放下恐惧和罪疚感？

借着决定去做。这是个武断的决定，只建立在个人的抉择上。你只不过改变了你自己的想法，以及你选择如何去感受。

正如哈瑞·帕墨说的：改变一个人的想法，所需的仅仅是个决定。

即使一个谋杀犯也能改变自己的想法。一名强暴犯也能重新创造他自己。甚至一个凌虐儿童者都能得救。而所需要的，只是在心、灵与头脑深处的一个决定：这并不是我是谁。

那适用于我们任一人？不论我们的恶行是什么？严重与否？

那适用于你们任一人。

但如果我犯下了不可宽恕的罪行，我又如何能原谅自己？

没有所谓不可宽恕的事。没有什么大罪是我拒绝去宽恕的。从使你们最严格的宗教也是这么教你的。

对赎罪的方式他们也许无法同意，对所谓的“道途”他们也许无法同意，但他们全都同意是有这么一条路，是有一个“道”的。

那条路是什么？如果我、我自己，认为我犯的罪是不可宽恕的，我又如何完成补赎？

在你们所谓的死亡的那一刻，补赎的机会便会自会来临。

你必须了解“补赎”正是那个——它是“与之一合”（at-one-ment）。它是你与所有其他人都是一体的觉察。它是了解到你与每样东西——包括我——都是一体的。

所有的灵魂都以最有趣的方式体验他们的“合一性”。他们在一次被容许去经历他们刚才完成一生的每个片刻——并且不仅由他们的观点。还由被那一刻影响的每个人的观点去体验它。他们有

机会重想每个思维，重说每个字，重做每件事，并且经验它在所影响到的每个人身上的效应，句好象他们就是另外那个人一样——他们本来就是。

他们在经验上得知他们就是对方。在这一刻“我们全是一体”的声明就不再是一个观念，它将是个经验。

那可能是个活地狱。而我以为你在《与神对话》里说过没有地狱这个东西的。

是没有你们在你们神学里创造出的这么一个永远的折磨和诅咒的地方。但你们所有的人都会体验到你的选择和决定的冲击和结果。然而这是关于成长，而非“公道”。它是进化的过程，而从不是神的“惩罚”。

且有些人所谓的“人生回溯”中，你不会被任何人评断，只不过被容许去体验你的全体（the whole of you）所体验的，而非住在你目前身体里你局部化的版本在人生时每一刻所经验的。

哎哟！那听起来好象还是可能会痛苦似的。

不会痛苦。你不会体验痛苦，只有觉察。你将与每个片刻及它所包括的东西深深的结合，深深的觉察。然而，这不是痛苦的，勿宁是具有启发性的。

哦，那不是“哎哟”，是“啊哈”？

一点都不错。

但如果没有哎哟，那么何处是我们引发的伤痛以及我们所造成伤害的“回报”呢？

神对“讨回什么”并没什么兴趣。神只有兴趣让你向前进。

你是在进化的路上，而非下地狱的路上。

目的是觉察，而非报应。

神没兴趣“向我们讨回什么，”（getting us back）。神只想“支持我们去得到”！（back us getting it）（译注：尼而在玩文字游戏。）

嘿！不错耶。你很不错耶！

嗯，我不认为在此我们保持轻松是很重要的。我曾花了许多年陷在罪疚感的泥沼里，而有些人仿佛认为人就是应该永远紧抓着罪疚感。但罪疚感和悔恨并不相同。因为我不在对某事感觉有罪，并不表示我不在懊悔。懊悔可以是有助益的，但罪疚感则只能令人虚弱。

你说的完全正确。说得好！

当我们解脱了罪疚感，我们就能——如你所说的——在人生中继续前进。我们就能让我们的人生生活得有价值。

然后我们可以再度与自己为友——然后我们能与你为友。

你真的可以。你将再度与你自己为友，你将与你自己掉入爱河，当你认识并且终于承认你真正你是谁时。

而当你认识了你自已，你就也认识了我。

而与神有个真实且实用的友谊的第一步便完成了。

是的。

我希望它就像你讲的那样简单。

它是的。请信任我！

6、人生是“完美”在演完它自己

信任你就是第二步，是不是？

那是第二步，而且它很庞大。

是很庞大，因为我不知道我能否信任你。

谢谢你的诚实。

我真的很抱歉。

不必抱歉。永远不必为诚实抱歉。

我并非为我所说的抱歉。我抱歉是怕它伤害了你。

你无法伤害我，那才是要点。

我无法伤害你？

是的。

纵使我做了一些可怖的事。

从使我做了一些恐怖的事。

你不会生起气来而惩罚我？

我不会。

那是指我可以出去做任何我想做的事？

你一直是那样做的。

是的，但我并不想那样做。害怕死后的惩罚阻止了我。

你需要以对神的恐惧来阻止自己为“恶”吗？

有时候。是的。有时候当诱惑非常强大时，我真的需要对在我死后会发生什么的恐惧——为我的不朽灵魂感到害怕——作为阻止我的动机。

真的？你是说，你曾想要做很可怕的事而没去做，是因为你以为如果你去做的话，你会丧失你的不朽灵魂？

嗯，在我一生中我能想到一个那种例子，是那样没错。

是什么？

我现在要说吗？你要我就在这儿告诉你，在神与每个人的面前？

你要宝啊！

是的，说出来吧。告解对灵魂有益。

好，如果你一定要知道——是自杀。

你曾想自杀？

我有一次非常认真的考虑过自杀。别表现得那么惊讶吗！你完全知道的。是你阻止了我。

以爱，而非恐惧。

也有一些恐惧。

有吗？

我害怕如果我取了自己的命，我会发生些什么。

所以我们开始对话。

是的。

而现在，在《与神对话》三部曲之后，你仍怕我吗？

不了。

很好。

除了我怕你的时候。

那是什么时候？

当我不信任你时。当我甚至不信任这是在跟我说话，更别说我信任你所做的奇异许诺了。

你仍然不相信神在跟你说话？天哪，你的读者会对这点觉得很有趣哦！

什么？关于我是人这一点？我想他们知道我是人。

是的，但我想他们认为你对某些事是清楚的——并且你至少相信你自己在与神有个对话的。

我是相信。

那还差不多。

除了当我不相信时。

那是何时？

当我觉得我无法信任你在告诉我的事时。

那是何时？

当它好的令人难以置信时。

我懂了。

我陷入了恐惧。万一它不是真的呢？万一神在假造出一切？万一是我创造出的一位神，他会说任何我要他说的？万一你说的只是我想要听的，以便我可以合理化的继续我的所作所为？我是说，根据你告诉我的，我可以无虞地做任何我想做的事。不据心、不混乱、不烦扰。在死后不必付出代价。该死！谁会不想那样一种神？

你啊，很坦然！

我要啊——除非当我不要时。

那是何时？

当我害怕时。当我认为我无法信任你时。

你害怕什么事会发生在你身上？

你是指，如果我相信你说的事，而结果你并不真的是神？

是的。

我怕神会将我掷入地狱。

为什么？至多为了有一个幻想出来的对话？

为了否认唯一的真神，也为了引导别人那样做。为了告诉别人他们的行为没有结果，因此导致有些人做他们原来的事，因为现在他们不怕你了。

你真认为你那么有力量吗？

不是，我认为是别人很容易被影响。

那么他们为何没被那些说该害怕的人的影响，而停止他们的自毁行为呢？

什么？

宗教已经存在了好几世纪，他们不断的告诉人们，如果不以这个或那个方式信仰我，以及如果他们不停止某些行为，我便要罚他们下地狱。

我知道，那个我知道。

那么你是否看在那些行为都停止了昵？

没有，并没真的停止。人类正在杀害自己，就如他们一向所做的。

实际上，比以前还更快些，因为你们现在有了大规模毁灭的武器。

而我们现在并不比以前对彼此较不残忍。

那也是我观察到的。所以，是什么让你以为，如果在有了宗教几世纪——事实上是两千年——之后，人们并没轻易受影响，而你又为什么能轻易的影响他们，并且随之你个人也要为他们的行为负责呢？

我不知道。我猜偶尔我需要那样想一下，以便缓和我的行为。

为什么？如果你不缓和你的行为，你怕你会做什么？

我会从最高的屋顶上大叫说：我终于找到一位我可以爱的神了！我会邀请每个人来见我的神，并且像我一样的认识他！我会将我对你所知的每件事与我触及其生命的每个人分享！我会让人们放下他们对你恐惧，还有他们对彼此的恐惧！我会将他们由对死亡的恐惧中解放出来！

而你认为神会为此惩罚你？

嗯，如果我关于你的说法错了，你会，或他会，或它会——不论哪一个。

我不会。哦，尼尔，尼尔，尼尔……如果你最大的罪行是你画了一幅太有爱心的神的画像，我认为你不会为他被怪罪的——如果你必须继续信仰一位赏罚之神。

如果其他人由于我而做坏事，比如杀人、强暴、或说谎呢？

那么，有史以来每位曾用说或写来反对当时流行的信仰系统的哲学家，也必得同样为人的所有行为顶罪罗？

也许他们是。

那是你想信仰的那种神吗？那是你选择的神吗？

这并非一个选择题。我们并不是在一个神的超市里。对这个我们并无权选择。神就是神，而我们最好对那有个正确的了解，不必我们可能直坠地狱。

你相信那个吗？

不相信。除了当我相信的时候。

那是什么时候？

当我不信任你。当我不信任神的善，以及神的无条件的爱时。当我看见我们，所有此时在地球上的我们，是一个较差的神的儿女时。（译注：Children of Lesser God 是部电影名片，中译名为“悲怜上帝的女儿”）

常常那样吗？你常常那样觉得吗？

不。我必须说，并不常常。我以前常常。老天，我真的习于那样想哩！但自从我们的对话开始后就不了。对许多事我以改变了想法。哦，真的并非只改变我的想法。真正发生的事是，我容许自己相信我内心一直知道并且想要相信的关于神的种种。

那让你很难过吗？

难过？不，是“好过”。我整个人生都改变了。我又能再度相信你的善，因而我也能再度相信自己的善了。因为我能相信你原谅了我的所做的一切，我也能原谅我自己了。因为我不在相信有一天，不知怎地，在某个地方，我将被神惩罚，我也就停止惩罚自己了。

现在，有些人说，不再信仰一位会惩罚人的神是坏事。然而，我只看到好事由之发生，因为如果我会做任何一件有价值的事——纵使我在坐牢，光是说服另一个犯人不去伤害某人，或不再继续伤害他自己——我就必须原谅，并且停止处罚我自己。

好极了。你了解了。

我的确了解。我真的了解了。并且我并没有放弃在我们的对话里你告诉我的每件事。现在我只是需要一样工具。一个我能用来创造与你的一个真正友谊的工具。

我正在给你那些工具，就在这儿。

是的，你给了。甚至在我要求之前，你已回答了。

一向是如此。

一向是如此。所以告诉我，我如何能学会信任？

借由不需要。

我能借由不需要信任学会信任。

没错。

这里再解释一下吧！

如果我不想要或不需要你给我什么，那我还需要信任你干什么吗？

我猜不必。

答对了。

所以最高层次的信任是不需要信任的？

你又答对了。

但我又如何能到达不在想要或需要你给我任何东西的地步？

借由了解到它已经是你的了。了解你需要的不论什么都已然是你的了。甚至在你要求之前，我就已回答了。所以，要求是不必要的。

因为我不必要求我已经有的东西。

一点都没有。

但如果我已经有了它，我为何还会以为我需要它呢？

因为你不知道你已经有了它。这是个感知的问题。

你的意思是，如果我感知我需要某样东西，我便需要？

你会以为你需要。

但如果我认为神会满足我所有的需要，那么我就不会“以为我需要”。

那是正确的。这就是为什么信心是如此有威力的缘故。如果你有信心，所有你的需要永远都会被满足的信心，那么，技术上来说，你就根本没有需要了。而当然，这就是真相，而它将变成你的经验，因而你的信心也就“有道理”（justified）。然而你所需做的，只不过是改变你的感知。

我预期什么，我就得到什么？

是的，有点像是那样。然而，真正的大师住在预期的空间之外。除了“出现”的东西之外，他什么都不预期，什么都不可欲。

为什么？

因为他已经知道他什么都有了。所以他快乐的接受在任何特定一刻出现的每样事物的不论什么部分。

他明白一切全是完美的，人生是“完美”在演完他自己。

在这些情况下，信任是不必要的。

或者，换个说法，“信任”变成了“真知”（knowing）。

是的。在每件事周围，围绕着三个层次的觉知。这些是：希望、信念与真知。

当你某事有个“希望”时，你在希望它是真的，或它将会发生时。在某些意义上，你是不确定。

当你某事有个“信念”时，你在想他是真的，或将会发生。你是不确定，但你认为你是确定的，而你继续这样想，除非在你的现实里出现了什么相反的事。

而当你某事有了“真知”时，你很清楚它是真的，或它会发生。则你在每一方面都很确定，而你会继续确定下去，纵使在你的现实里发生了什么相反的事。你不会由表相去判断，因为你知道事实是什么。

所以我可以借由知道我不必信任你，而学会信任你！

没错。你开始有了“真知”：完美的事将要发生了。

并非某一特别的事将要发生，是完美的事将要发生。并不是你所偏爱（prefer）的事将要发生，而是完美的那一件事将要发生。当你向着大师级（mastery）前进时，这两者变成了一个。有些事发生了，而你除了正发生的事之外，不会宁可要任何其他的事发生。你对正在发生的事的偏爱的本身，使得那事完美。这叫作“放下而顺神”。

（letting go and letting God.）

一位大师永远宁喜所发生的事。当你总是偏爱正在发生的事时，你也已到达了大师级。

但……但……那并不等于根本没有偏爱了吗？我以为你一直是说：“你的人生是由你对它的意图而展开。”如果你没有偏好，这句话如何能成立？

要有意图，但别有预期，并且决不要有要求。别执著于一个特定的结果。甚至不要偏爱一个特定的结果。将你的执著提升成偏好，将你的偏好提升成接受。

这是心灵平静之道。这是成大师之道。

一位奇妙的老师与作家——肯·奇斯二世（Ken Keyes, jr.）——在他一本殊胜的书《达到更高意识的手册》（A Handbook of Higher Consciousness）里，正好谈到这个观念。

的确。在那本书里，他的有系统而确切的陈述是非常重要的，并且对许多人而言，是石破天惊的。

他讲到改变执著成偏爱。他在自己的生活中必须学会如何做到那一点，因为他大半时间都是座在轮椅里，自胸部以下都动弹不得，如果他“执著”于更能四处走动，那他永远无法找到一个让自己快乐的方式。但他开始了悟道，快乐之源并非外在状况，毋宁是我们选择如何去体验它们的内在来决定。

这形成了他写作的核心，虽然他大多数的书都没谈到他肉体上的挑战。所以，当他受邀去演讲，人们看到他在轮椅里动弹不地时，往往震惊不已。他是怀着爱与生命之喜悦写作的，以至于人们以为他已是拥有每样他想要的东西。

他的确有他想要过的每样东西！但最后那几个字包含了一个巨大的秘密。人生的秘密不是有你想要的每样东西，却是要你有的每样东西。

这是借用自另一位神奇的作者——约翰·葛雷（John Gray）所说的话。

约翰果然是位神奇的作者。但你以为是谁“借用了”谁的话，是我给了他那些想法的，正如我给了肯·奇斯灵感一样。

他现在正与你在一起。

对，他是的——而且，我可以再加一句，他现在也不必用轮椅了。

我好高兴！他花了这么长的时间在轮椅里真是太可惜了。

并不可惜！那是个福气！就由于他坐在轮椅里，肯·奇斯改变了千万人的人生。“千万”的人生啊！所以对于这一点我们可别搞错了！肯的人生是有福的，他所遇到的每个状况都是。它们提供了当时称自己为肯的灵魂精确而完美的人、地和事件，来制作出它渴望和意图想要的经验和表现。

对每个人的人生而言，这都是真的。并没有恶运这回事，没有事情是发自内心的，没有巧合，而神不会犯错。

换言之，每件事都是完美的，都是按照它本来的样子。

没错。

甚至当它们看来并不完美时。

尤其是当它们看来不完美时。那不完美就是个明确的信号，告诉你此处有你该记取的某样大事。所以，你是在说，我们该为发生在我们身上最糟的事感恩。

感恩是最快速的治愈方式。

你抗拒的，就会持续下去。而你所感恩的事则于你有用，如它本来就该做的。

我告诉过你：

我只会派给你天使。

而现在我要补充：

我只会给予你奇迹。

战争是奇迹吗？罪行是奇迹吗？疾病是奇迹吗？

你以为呢？如果你要开始答复问题而不是问所有的这些问题，你会说什么？

你的意思是，如果我是你，我会如何说？

是的。

我会说……就如生命本身一样，人的每件事都是个奇迹，人生是设计来提供给你的灵魂完美的工具、完美的环境、完美的条件，以实现和体验、宣布与宣告、实践并变成你真正是谁。所以，别判断，也别定罪。爱你的敌人，为迫害你的人祈祷，并拥抱人生的每个片刻和状况，当它是个宝贝；从一位完美的创造者送来的完美礼物。

我会说……寻求结果，但别要求它。

你说得很好，我的朋友。像肯·奇斯一样，你变成一位信使了。然而，现在让我们将肯的教悔再带向前一步，因为肯教过我们：提升你的执著到偏好的层次。现在你要教大家：甚至不要有偏好。

我教？

是的。

什么时候？

现在。开始教吧！如果要教这一点，你会怎么说？

你的意思是，如果我是你，我会怎么说？

是的。

我会说……如果你需要某一个结果才能快乐的话，你就是有点执著。如果你只不过向往某种结果，你就是有偏好。如果你没有任何偏好，你就有接受。你就成了大师。

好，非常好。

但我有个问题。设定一个人的意图是否与宣告一个人的偏爱一样？

完全不一样。你可以意图某件事的发生，而并没有偏爱它。事实上，持有一个偏好就是对宇宙宣告替代性的结果是可能的。神并不想象这种事，所以神绝没有偏好。

你是说，实际上发生在地球上的每件事，神都意图它的发生？

不然它怎么可能发生呢？你是否以为有任何事情是能违反神的意志而发生？

当你这样说的时候，感觉上好象答案必然是“不能”。然而当我看看有史以来世界上发生过的所有可怕的事时，我发现我很难不相信神可能意图那些事的发生。

我意图是容你们选择自己的结果，去创造并体验你们自己的实相。你们的历史是你们自己意图了什么的一个记录，而你们意图什么，我便意图什么，既然在我们之间没有分离。

我并不认为好象每件发生在人类历史里——甚或所有发生在我自己人生里——的事，无一例外都是意图如此的。一路走来，我觉得好象有过许多我会称之为非意图结果的东西。

并没有非意图的结果，虽然有许多是非预期的。

一件事如果是意图如此，怎么可能是非预期的？并且，反过来说，一件意图中的事，怎么可能是非预期的？

在灵魂的层次，你所永远意图的东西就是产生完美的反映你目前的进化状态，以便你能经验你是谁的结果。

这也是完全为了方便你向下一个最高境界迈进，以便你能变成“你寻找做谁”的结果。

要记住，人生的目的是重新创造一个新的你，以你对“你是谁”所持的下一个最伟大憧憬之最恢宏版本。

我打赌我能在我睡着时重复那句话。

那就有趣了，因为当你能在睡着时重复那句话，那就是“你终于觉醒了”的明确信号。

说得真灵巧。是个很棒的创意。

所有的人生都是如此，我的朋友。所有的人生都是。

所以，我们在此学到了什么？它让你记起了什么？

我所意图的永远是正在发生的，但正在发生的却不一定总是我所预期的。这怎么可能？

它发生在当你对你所意图的不是十分清楚的时候。

你是指，我以为我意图某一事，而事实上我意图的却是另一事？

一点都没错。在物质层面，你相信你在召唤一个特定的结果，但在灵魂层面，你却在召来另一个。

我的妈呀！那真是另人发疯！如果我在我根本触及不到的意识层面创造我的实相，我又怎么可能知道我能期待什么呢？

你不能。所以才会说“你无法预期的过你的人生”。那也是你为何被告知，在每个环境与情况，面对任何结果，要“看见其完美”。

你在《与神对话》里的确说了那两句话。

而现在，为了要你完全的了解，让我们略谈一谈经验的三个层次——超意识、意识与潜意识。

超意识的层次是一个你完全觉察你在做什么的体验层次，在其间你知道并创造你的实相。这是灵魂的层次。你们大多数人都不是有意识的觉察你们超意识的意图——除非你们是。

意识层次则是一个你对自己在做什么有一些觉察的体验的层次，在其间你知道并创造你实相。你觉察多少，依赖你的“意识层次”。这是物质层次。当你心灵道途有了承诺，你度过人生，一直在寻找提升你的意识，或扩大你物质实相的经验，以包括并包容你知道存在的一个较大的实相。

潜意识层次则是一个你不知道，也没有意识的体验层次，在其间你创造你的实相。你潜意识地那样做——就是说，你根本不大觉察到自己在这样做，更别说了什么了。但这并不是一个不好的体验层次，所以不要判定它。它是个礼物，因为它容许你自动的做事，好比长头发、眨眼睛、或心跳——或创造出一个问题的即刻解答。然而，如果你没有觉察你选择了你人生的哪个部分去自动创造的话，你可能会以为你自己为人生的“果”而非“因”。你甚至会视自己为一个受害者。所以，觉察你选择了不去觉察什么是很重要的。

以后，在这对话将结束的时候，我会再跟你谈觉察，以及产生你们有些人称为开悟经验的不同觉察层次。

有没有办法可以同时意识、超意识和潜意识层次设定同样的意图？

有的。这个三合一的意识层次可以称为超绝意识（supra-consciousness）。你们有些人也称它为“基督意识”（Christ consciousness）或“升高了的意识”（elevated consciousness）。它是全然整合了的意识。

当你在这个地方，你是全然创造性的。意识的三个层次变成了一个。你是所谓的“圆融”（have it all together）了。但事实上还不止那样，因为在这里，就如在一切事里，全部（the whole）大于部分之总合（the sum of the parts）。

超绝意识并不只是超意识、意识和潜意识的一个混合体。它是当所有的都混合在一起，然后被超越了时所发生的事。你那时进入了纯粹的“存在”（Beingness）。这个存在是在你内的终极创造之源。

所以，对一个具有“升高了的意识”的人，结果永远是意图的，而从来不是非预期的。

的确，那是真的。

而一个结果显得是“非预期”的程度，是在哪一个意识层次感知经验的直接指标。
完全正确。

所以，大师是永远同意结果的人，纵使那结果显得并不有利。只因为他知道在某个层面他必然意欲了它。

你现在了解了。你正开始理解一些非常复杂的事了。

而那就是为什么大师视每样事都是完美的！

好极了！你真的懂了！

大师也许不是总能看到她所意图的结果之层次。然而她毫不怀疑，在某个层次，她将为后果负责。

一点都没错。

那就是为什么大师永远不批判某一个人、地或事的原因。大师明白是他放它在那里的。他觉察到，在某个层次他创造了他正体验的东西。

没错。

而如果他不喜欢他所创造的，就得靠他自己去改变它。

是的。

在这个过程中，没有定罪的余地。事实上，当你非难什么，你就是让它保持不变。

这也是非常深刻、非常复杂的。你已非常的了解了。

就正如，如果我不了解它，那也是完美的。

确实没错。

我们所有的人一直都在我们完美地该在的地方。

一点都没错——不然你不会在那里。

而为了我们的进化，我们完全不需要别的，除了我们现在所有的及还在经验的。

你又说对了。

而如果我们不需要任何东西的话，我们也就不需要信任神了。

是的，那正是我一直在说的。

而当我们不需要信任神时，那时我们才实际上能信任神。因为那时信任意指不必要有一个特定的结果，而勿宁是，知道不论什么结果都是为我们最大的好处。

你绕了好大的圈子。真是好极了！

这说法的美妙之处在：“不需要一个特定的结果”解放了潜意识，使它不必去思考你为何无法有一个特定的结果，而随之打开了到达你“有意识地意图的特定结果”之路。

是的！你能将更多事情放在自动挡上。当你面临一个挑战，你自动的假设事情会很顺利。当你面对一些问题，你自动的知道它会被处理好。当你遇到一个问题，你自动的了解它已自动地替你解决了。

你潜意识地创造了这些结果。事情开始自动地发生，仿佛你完全不必费力似的。人生开始顺遂。事情开始来找你，你不必在她们后面追逐了。

这改变的发生不需有意识的努力。正如有关你真正是谁，以及你能是或能做什么及能有什么的负面、自我打败、自我否定的思维是潜意识地习得的。所以，它们也是潜意识地被解放的。

你不知道自己是如何或何时拣起这种想法的，你也不会知道你是如何或何时放下了它们。只不过你的人生突然改变了。在你有意识地想一个念头及它在你的现实里展现之间的时间会开始缩减。最终它会完全消失，而你会即可创造结果。

而事实上，我根本并没有在创造结果，只不过我悟到它们已然在那儿。每样事物都已被创造出来，而按照我的了解和我的感知，我在体验我能选择的结果。

我看见你现在是个信使了。你是带来信息，而不是寻求信息的人。你现在能明白的说出整个的宇宙论。你甚至将有关时间的真相也识入了你最后的声明里了。

是的。如果我们所了解的，时间并不存在。只有一个片刻，就是那永恒的现在。所有曾经发生、正在发生，以及将来会发生的一切，现在都正在发生。如你在《与神对话》第三册里解释过的——像个巨大无比的光碟（CD-ROM）。每个可能的结果都已被“设定”。我们借我们所做的选择无体验我们产生的结果——就像一部电脑下象棋一样，电脑的所有走法都已存在。你经验的是哪一个结果就看你怎么走。

这是个非常好的例子，因为能让人很快的了解。不过，这有一个缺点。

什么缺点？

它将人生比喻为一场棋局。这让人听起来好像我除了跟你们玩之外，什么都不做。

没错。我就会接到有人来信对那一点表示愤怒。他们说，如果《与神对话》关于事件与时间的说法是真的，他们会深感失望。如果最终我们什么都不是，只不过是“卒子”，被一位神只为了他自己的娱乐而将我们在人生棋盘上挪来挪去的话，他们觉得很不爽。

你认为我是那样的一种神吗？你知道的，如果你真的是这样认为，那就会是你看到的我的样子。人类数千年来一直对神有他们自己的想法，他们视我为那样。那么这就是所有关于神的最大秘密：

我就会看起来像是你们看到我的样子。

哇！

是的，真的是“哇”！神会仿佛像是你仿佛看到的样子。所以你看到我是什么样子？

我视你为一位给我力量去创造我选择的不论什么经验，并且给我去那样做的工具的神。

而那些工具中，最有力的就是你与神的友谊。在这一点上要信任我。

我是信任你的。因为我学到了我并不必一定要信任你。人生的过程本来就如是。信任是不必要的，唯有知晓。

一点都不错。

7、让你的方法成为对的方法

我并不是一直都是这个样子的。我是指，我并不总是要事事都如此尽可能地解释给我听，我才信任下它。事实上，当我较年轻时，我一向相信每件事都会没问题的。

我是个不受拘束、乐观的人。你甚至可以称之为鲁莽的乐观。由于事实上我是在害怕神的气氛中长大的，这种心态也就可能显得是更加的鲁莽了。不过，我那时就是那个样子。做为一个小孩，我总是“知道”我会得到我想要的东西——而我也一向能得到。我还可以补充说，通常我还并没花多少力气呢。这真的令我哥哥很不舒服，他总是习惯地大声抱怨说：“尼尔总是运气好。”有一次，我从旁听到我爸对这抱怨的反应。他说：“是尼尔造成他自己好运的。”

他说得没错。而部分的原因是因为我的双亲。母亲灌输了我对生命的热爱以及种种具创意的东西，而父亲赐给了我自信。不论挑战是什么，他总会一而再地问我：“如果你不去试，你怎么能做得好？”

当我差不多十五岁时，他也告诉了我一些我永远记得的事。“儿子啊，”他说，“并没有做某事的“对的方法”。只有你在做它的方法。让你的方法成为对的方法吧！”

“我如何能办到呢？”我问。而他回答：“借由完成它。”三十五年后，耐吉公司（译注：Nike，耐吉，成功的运动鞋公司）将这小而美的哲学变成了三个字的标语。

“就去做！”（just do it!）

如果我先前说过的，在我上高一时，我总一头的栽入活动里。所有那些课外活动让我忙疯了，而我在喜欢的功课上表现也很出色：英文、演讲、政治学、音乐、外文。我必须承认，我觉得无聊的课程上——生物、代数、几何等——我都只险险的过关。但无论如何，在米尔瓦基的威斯康辛大学仍接受了我的注册……试用我。

但我没能撑多久。三个学期后，教务长要我放弃我的位子，我也没太难过。我对那种生活已感觉不耐烦，并且我想立刻进入广播电台。

在我被退学之后，我父亲对我说：“好吧，儿子，你得自立自強了。我为你已尽了我的力，但你想以你自己的方式做事。”

有部分的我吓得快阿达了，而有部分的我则是如此兴奋，快受不了。我已经替一家刚刚播的调频电台免费上了一些节目。而当爸跟我划清界限时，我就大步的走进了另一家比较老牌的广播电台总经理的办公室，大胆的告诉他他该雇用我。

赖瑞·拉雷把头往后一仰，呵呵笑起来：“我为什么该那样做呢？”

我毫不犹豫的说：

“因为我比你电台的任何广播人都来得好。”

赖瑞不再笑出声，但脸上始终挂着笑容。

“孩子，”他说，“我喜欢你。你有种。”[chutzpah. 译注：意第绪语（犹太古语），有点像中文的“有种”。]（当时我并不懂那个字的意思，我记得我在想：这是好话吗？）“这样吧，”他在轮椅里吱吱的轮向我，“你今晚八点回到这儿来，我们叫晚上的播音员教你方法。九点正你便上节目。我会听。如果我在九点半之前没打电话给你，你就滚出去，永远别让我再看到你。”

他的笑容变得淘气起来。

“很公道。”我轻快的答，伸出手来和他相握。然后我在补了一句“晚上等你的电话。”后，就走了出来——但在停车场时，我差点将午餐吐了出来。

那晚，当我拿起麦克风时，胃里还是怪怪的。我试着说了电台的台呼，就立刻顺着播音乐，两首歌曲之后，就到了九点二十八分。没电话来。在我准备平日的晚间播音员取代我时，我的心情相当沮丧的。而正当我在收拾我的东西时，他探头进来了。

“老板在电话上。”他说过就离开。我拿起了电话。

“你被雇用了。”赖瑞低声咕嘈道，“继续播到十一点。然后明天九点到我办公室里来。”

我从没忘记赖瑞·拉雷（Larry LaRue）帮了我那个忙。换做另一个人，可能早将我赶出去了。几年后，当我在巴而的摩的一间广播电台任节目主持时，我就决定用我开始称为拉雷规则（La Rule LaRue）的办法：永远给孩子一次机会。我要尽我所能的将这种帮忙传下去。

有过许多想进入广播业的孩子来敲我的门。但我却无法像拉雷那样地就把他们安插在播音室里，因为我们是在一个太大的市场里的一间太重要的电台，就这样让他们开播的责任是我担当不起的——但我总是邀他们到我的办公室来，好好的倾听他们的试听带。我会给他们忠告，告诉他们我认为他们需要做的改进。不过，我没能全雇用他们。我猜在广播界过去那种时光已不在了。显然今天是如此。再没有你可以轻易赚得名声的地方。今天你必须是一个已经技艺纯熟的人才有可能。而我那一代可能是还能由侧门偷溜近来的最后一代。

真是遗憾。我们需要有更多让孩子们可以实习的地方。放在今天二十到二十五岁的人身上那种务必成功的压力，真是太巨大了！

而让事情更糟的是，现在许多人比以前更不够格。这也正是我想谈的事。我在米尔瓦基的南区高中接受的教育，等同于今日一个社区大学毕业生所接受的——如果他幸运的话。

你们必须改进你们的教育体系，在你们的学校里，重燃探询的精神，以及学习的喜悦。我在《与神对话》第二册里给了你们一些你们可以怎么做的奇妙线索，在次就不再重复。我倒宁可邀你们去重温它们，并且去实践它们。

实践它们？

人生是个重新创造的过程。你被邀来按照你所抱持对“学校”是什么的下一个最伟大的憧憬之最恢宏版本，重新创造“学校”的经验，以便让全世界更有力量。

我们所需做的还不止是重新创造学校。我们还必须表明，如果我们容许孩子一周花十小时看电玩，然后在花二十个小时玩电玩，那我们永远不会重新点燃思考的过程，并且鼓励独立的探询。那样子孩子们无法学到多少。

相反的，他们会学到很多。他们将学会如何寻求即刻的满足，如何期待所有人生问题在二十八又二分之一分钟里自行解决，并且对于不立刻自行解决的问题，如何借着利用暴力来发泄他们的挫折感。

电视、电影及录影带影像不论多么暴力，娱乐工业的主管们都否认他们得为年轻人的暴力行为负责。

这些是与以五十万美金买一个超级杯（Super Bowl，译注：美式橄榄球每年最终的决赛）广告，并且宣称他们能在六十秒内影响行为的同样主管吗？

嗯……呃……是的。

我明白了。

但显然，小孩对死亡和暴力“敏感”的不会简单的电动玩具游戏。小孩子知道那只是游戏。

你知不知道有些军营学校用什么来教职业军营迅速的手、眼协调（hand-eyecoordination），以及不带情感的杀人？

电玩吗？

我只问问题。我让你自己去发现答案。但你能想出一个更快、更有效率的教学工具吗？

哦，老天，我也许不该在这里写这些的。

有何不能？

人们并不要我做社会评论，他们显然也不会想要你去做评论。这是一本有关神的书，而神不该对今日的社会议题有意见。

你是指对真实的生活？

我是指政治和社会的议题。你应该监守住灵性的事情，我也一样。

还有比如何阻止你们的孩子互相残杀更灵性的事吗？你需要更多的哥伦比亚高中来让你了解，你们这儿真的有问题吗？

我们知道我们有个问题，只是不知如何解决它罢了。

你们知道如何解决它。只不过你们还没累积好去如此做的意志力罢了。

首先，花更多时间与你的孩子们相处吧！别做出好象他们十一岁开始变得自立的样子。进入他们的生活中，并且持续的投入。跟他们的老师谈谈。与他们的朋友为友。运用影响力。真的加入他们的人生中，别让他们偷偷溜走了。

第二，采取一种反对暴力，以及反对他们人生中的暴力之积极立场的榜样。形象真的会教人。说真的，影响比文字教得更快，并且刻得更深。

坚持要那些负责重述你们的文化故事的人（电影制片、电视制片、电玩制造者，及其他从漫画到交换纸牌的影像供应商）以新的伦理——一个非暴力的伦理——创造一个新的文化故事。

第三，不管怎么做，都要使你们的儿童和青少年无法取得暴力的器械和暴力的工具防止容易取得的途径和毫不费力的获得。

最重要的是，由你的生命中去掉暴力。你是你孩子的最好榜样。如果他们看见你用暴力，他们也会用暴力。

那是否意味着我们不该打小孩屁股。

对那些你说你深爱的人，你难道想不出别的教育方法吗？你能想到的唯一教导之道，只是吓唬他们或伤害他们吗？

长久以来，对于不想要的行为，你们的文化都习惯于用肉体之痛做为惩罚，不仅是对孩子们，对大人也一样。你们实际上用杀人以制止人杀人。

用造成一个问题的气力去寻求解决那问题，是疯狂的。

去重复你想制止的行为以制止他们，是疯狂的。

在你们整个社会里，处处都示范出你们说不要你们的儿女去模仿的行为，是疯狂的。

而最大的疯狂是，假装这一切都没发生，然后奇怪你们的孩子们为何行为会疯狂。

你是说我们全疯了吗？

我是在定义疯狂。是你们来决定你们是谁和是什么。你们每天都在决定那个。

每个行为都是个自我界定的行为。

你在这儿用了一些相当令人难以消受的话语！

那是朋友之意。你想要知道与神为友是什么感觉？这就是它的感觉。

朋友告诉你真相。朋友说出实情。朋友不会迎合你，或只告诉你他们以为你想听的话。

然而，朋友不会告诉你们实情，然后就搁下你自己去出处理它。朋友会一直在你身边，给你不断的支持，给你帮助，及无条件的爱。

那即是神所做的。那既是这正在继续的对话之由来。

这个对话会继续多久？我以为它在《与神对话》三部曲结束时就该完结了。

它会像你选择它继续多久的那么久。

所以在这之后还会有另一本书？

如果我在几年前指明的，的确在这之后会有另一本书——但它不会一本对谈。

不会吗？

不会。

那它会是哪一种书？

只以一个声音说出的书。

你的声音？

我们的声音。

我们的声音？

你以神的对话导致了你与神的友谊，而你与神的友谊将导致你与神的合一。

在《与神合一》（Communion with God）中我们将以一个声音说话，而它将是一份殊胜的文件。

所有“与神”的书都很殊胜。

没错。

那还会有更多的对话书，在其中你和我只是聊天？

如果你希望有，就会有。

嗯，我非常喜爱这些对话，因为它们真的能让我思考。不过，有时候我对你的固执已见蛮惊讶的。就一位没有偏好的神而言，你似乎表达了不少偏好呢！

给予你指示并不是说明偏好。

如果你说你想到台北，却在往台南的路上，而如果你停车问路，有人告诉你你走在错路上，你转错了方向，那是否是宣告一个偏好呢？告诉你如何能到你说你想去的地方，是否是固执已见呢？

你以前曾用过这个比方。你以前曾对我讲过这番话。

只要你一再尝试将我变成一个需要向你讨什么东西的神，我便会一而再、再而三的这样说。

我告诉你：我不需要你的任何东西。你是否以为我是一位如此无能的神，以至我需要你的什么东西，而无法得到它？你是否以为有些我想要它发生的事，但我就是不知道如何让他发生？

如果我需要你去台北，你是否认为，我压根儿就没办法让你那样做？

事情不是那样，而是这样的。是你告诉我你想到哪里去，而我告诉你如何到那里。

人类千百年来一直在告诉神他们想要哪种生活。你们向我，并向彼此宣称，你们希望过和平、和谐、健康并富足的长寿生活。我呢？千百年来也就随之一直告诉你们，你们如何可以办到。

在此，我又再一次的告诉你，所以，有耳的，仔细听吧！

是的，但如我说的，有时候人们不想听那些。有些人不喜欢我们对话中的那个部分，当你在社会问题上变得政治化或具争议性时。而我们还不只是不想听神说到那些。当我在传播界时，我就学到了这一点。在我上广播时，我必须压低我自己的很多意见。赖瑞·拉雷就是告诉我那一点的许多上司中的第一位。

我替赖瑞做了大约十八个月，然后我获得了另一个机会。虽然如今我不会称这样一个事件是一个“机会”，因为如今我已知道并没有“幸运”这回事，人生是由你对它的意图而进行的。

那很好。那是重要的。如果你要与神为友——有一个真正的、有用的友谊——了解神如何运作为是极其重要的。

人们永远称他们人生中的好结果为机会、幸运、巧合、偶尔发掘到财宝的才能、命运，或不不论什么。而坏的结果——暴风雨、旋风、地震、猝死——他们则称为是神的作为。

难怪你会有你必须惧怕我的想法。因为你们整个的文化都在支持这观念。它反映在你们说的每件事，以及你们如何说它上。它充斥在你们的语言里。

但现在我要告诉你，你所畏发生在你身上的好事，也是神的作为。没有任何两个人的邂逅是偶然的，没有任何事情的发生是意外的。

你是否以为赖瑞坐在那儿——正是对的人、正在对的时间、正怀着对的心态——是出于你的幸运？

思考一下这个可能性：如果当日当时你和赖瑞并非偶然邂逅，却是他像一个站在舞台侧翼等着该他出厂的配角，他步上舞台，说了他的台词就下了台。而你的戏继续进行，就如他总在继续一样——就如它现在在继续，而借你对明天的每个想法，你在写剧本。你以你的每句口头命令去导演每一景。以你的每个行为，你演出她它们。

那可真可怕。这可能是对它真正是如何的一个了不起的描述。

可能是？

如果我所说的，那是对它真正是如何的一个了不起的描述。而当然，现在我知道那一点了。在我与神对话之后，这一切变得清楚了。但在当时，我则以为它只是另一个机会。因为当时我们的广播长才之一，一个叫约翰·华克的家伙，在我到后两个月就离开电台，去弗吉尼亚的理奇蒙市做事。然后不久，约翰在理奇蒙的上司离职去加入另一个公司，那公司在马利兰州的安那波里斯买了一个小的调幅电台。约翰不想离开里奇蒙，所以他对他这位上司说他认识一个年轻的新秀，推荐他用，说这人可以带给安那波里斯电台一个新形象及好名声。而那个年轻的新秀就是在下我。

于是很快的，我就要启程去东岸，但我母亲绞着双手，请父亲阻止我。可是我父亲说：“让孩子走。他的时间已经到了。”

“但万一这一切都个错误呢？”妈问道。

“那他就是个错误。”我父亲只说，“但他知道我们在哪儿。”

我在一九六三年到了安那波里斯，差一个月就二十岁了。我的薪水是一周五十元，但，嘿，我可是在一家真正的无线电台哦！这不是调频，这是调幅。是那种他们在汽车里能收听的广播，那种他们从小型手提收音机带到海滩去的广播。当我满二十一岁时，我已经变成该电台的制作经理，主管他所有的广告制作了。

我告诉你们这些故事，尤其是这一个，是因为我要你们明白，神如何的在我们的生命里做工；以及我们如何真的与神为友，而甚至不自知。我想要表明的是，神如何利用人、地与事来助我们上路。或，勿宁说，他是如何的容许我们，给我们创造的力量去决定我们人生的识相——虽然当时我不会用这种说法。

到一九六六年，我已努力升任为全国最南边城市的一家广播电台的制作经理。我不说出那城电台的名字，是因为我不想让那里现在的居民难堪或愤怒。虽然我很确定那边现在已不同了，但在一九六六年，我认为我到那儿去是个错误。可是我时尚未学到“在神的世界里没有错误”这个观念。而现在我才明白，所发生的全是我的教育的一部分，是为我在世界里要做更大的工作的准备。

使我认为我到南方城市去是个大的错误的原因，是我在那儿发现的种族歧视态度。那时在六零年代中期，詹森总统才签下了人权条款。它变成法律是由于有其必要（正如今日反仇恨罪行（hate crime. 译注：仇恨罪行是近来美国流行的新名词。例如有些人去放火烧毁黑人聚会的教堂，或因为各种歧视而作出的恐吓行为，都概括叫仇恨行为）的立法有必要），而那种需要再没比在最南部的某些角落里，某些长期种族歧视的堡垒里更明显的了。我正是在这样一个角落里——以不止一种方式而言。我不想干了！我恨它！

记得当我第一次开进那城市里时，我需要给我的车加些油。于是我将车驶进了一个加油站，但令我大吃一惊的是，我发现每个油帮浦上都挂着一个硬指板，上面写着“白人专用”。而“有色人”则在后面的一个帮浦那儿加油。饭店、酒吧、旅馆、戏院、公车站，以及其他的公共地点都这样的被隔离开。

由于我是来自米尔瓦基，所以我从没见过这种东西。并非米尔瓦基或任何其他北方城市就没有种族歧视。但我从未面对如此露骨的、将一整群人标明为次等公民的事。我从没住在一个地方，在那儿整个社会都同意那样做是可以的。

事情每况愈下。我曾被邀到某个新认识的人家家里餐宴，我确犯了一个错误，我四处询问有关我在每个地方接触到的种族态度。我以为这家的主人，一对显然教养很好的夫妇，可能能提供我一些洞见。

我也的确获得了一些洞见，但却非我所预期的那种。

那时男主人正举起他的酒杯让一个名叫汤玛斯的老黑仆斟满，这位男主人带着怒气，透着勉强的笑容，操着南方特有拉长的慢腔调说：“哦，且慢，我的新朋——友，我希望你老兄别太严苛的批评我们了。你明白吗，我们对我们的黑老弟们真——的很友善哦。没错，我们就是那样。真的，我们对待他们就像自己的家人一样。”然后他转向汤玛斯：“老汤啊，你说是不是呢？”

我畏缩了。这人甚至不晓得他在做什么。

不过，汤玛斯并非如此的无知。他悄声的说：“那是个事实，老板，那是个事实。”然后悄然的离开了房间。

现在如果我看见露骨的不公平，我第一个行动已经不是转身走开，反而向他靠近：去试着了解是什么发动了他；去看看我是否能做任何事来治愈他。但那时是我较年轻的时光，那时我的心正在决定其真相，而非对它采取行动。因此，我只想抽身。以最糟的方式，我无法忍受不宽容。我完全不了解那个层次的偏见，我完全不了解有关我们今日会称之为黑人经验（Black Experience）的东西——而我只想脱离那一切。

我向神大喊：“把我带离这里吧！”但我无法想象我怎能真的迅速离开。广播是个非常专业的领域，但在这个你选择的市场上并不是很容易就能找到工作。而我当时觉得，只要找到任何工作我都算幸运的了。

当然，我并没想到神的友谊。在那些日子里，我仍然将神想作是某个“人”，他对你的有些祈求会答复，有些则会忽略，并且如果我的灵魂带罪而死，他还会随时随刻严厉的惩罚我。如今，我知道神无时无刻不答复祈求——并且我也知道，我们的所思、所言和所行都是个祈祷，并且神都会反应。他就是那样的一位好朋友！但在六零年代初期，我不了解那点，所以在那时我并没有真的在期待一个奇迹。

所以你可以想象一下当我得到另一个奇迹时，我有多惊讶吧！

那是来自一个完全的陌生人的意外电话。一个自称为汤姆·费得曼的人打来的。“你不认识我，但我从安那波里斯的马文·墨维斯（我之前的那个电台老板）那儿知道你的名字。我正在为我们巴尔的摩的广播电台找一位节目部主任。马文说你很有才干。你有没有兴趣到这儿面试呢？”

我无法相信我听到的话。你在开玩笑吗？我在脑海里大叫。“我有兴趣。我想我可以安排一下。”我对汤姆说。

“不过，有件事我想你该知道。”他继续说，“这是个全部黑人的广播电台。”

啊，是的，我记得那件事。我好聪明哟，不是吗？

聪明？根本就是共谋吗！因为当我被巴尔的摩的 WEBB 雇用时，（没想到呀没想到！）我亲身发现了偏见是什么，以及黑人是如何体验它的，即使在一个所谓很世故的大城市里。

我也学到了很多。关于我自己的自以为是，以及我是如何地以为我们的大都市心态就是比最南部的乡下佬要好些。我发现，我们的种族态度终究也好不到那儿去——但我必须深入黑人经验才能看到那点。在最南方以外，我们的偏见只不过是表现的不同——主要是带着多得多的虚伪而已。

在当时所谓的“节奏与蓝调”电台的任职期间，我放下了许多错误和高傲的想法，而我对黑人文化也亲身学到了很多。与一批黑人同事一同工作，并且日日与黑人社区互动，带给了我无法由任何其他方法获得的洞见。

当我已学到了我到这里来学的东西时，神又再次的插足，给了我另一个不可置信的机会，去为我最终在世界上该做的工作做了近一步的准备。

等一等。当然，你领悟到了，是你而非我在做这事？你真的了解，对不对？除了你为自己设定的议程外，我并没给你议程？

是的，我现在知道那点了。但那时我仍停留在是神要我做一些事，并且是神控制和引起了我生命中的所有境况和事件的范型下。

哦，那么，复习一下，到底是谁控制和引起了你生命中的境况？

是我。

而你又是如何做到的？

以我所想、所言和所行的每件事。

很好。但在此需要加以澄清，不然的话，有人会有我是你经验之起因的印象。

但刚才你的确偷笑了一下，说你将我放在那个全是黑人的广播电台是多聪明的事。

我如何助成你所选择招致的事是很聪明的。这既是与你与神的友谊是如何运作的方式。就是首先你决定你选择什么，然后我使它成为可能。

是我决定我想在一个全是黑人的广播电台工作？

非也。是你决定你想更充分的了解种族偏见及公正是怎么一回事。你在一个非常高的层次决定了这点。在灵魂的层次。它是与给你自己的教训有关。它是与带给你自己的提醒有关。它是与将你的自己导向觉察有关。

你潜意识的想法是逃走，离开那里。但你超意识的想法却是，在意识层面发现有关种族态度和不宽容的更多资讯——包括你自己的。而你同时听从了所有的这些行动。

而你，身为我灵魂的朋友，永远会使我可能做到那点吗？

是的。我会将工具放在你手里，你可以用它来造成你所选择的经验，使你可以达到更高又更高的意识曾面。你可以选择用这些工具，或不用它们。

是什么会让我去做其一或另一？

看你对现在正在你生命中发生的事的源由有多觉察。

以后我会跟你谈有关觉察的层次，以及层次之内的层次。

看起来好象我总是在事情发生之后远比在事情正在发生时，对它们来得要觉察得多。我现在清楚的看见在我人生中随后发生的事的原因，但在当时，我是在咒骂你。

那很常见呀！

我知道，但现在我觉得很不舒服，因为我看见了两件当时我无法看到的事。首先，我明白了所发生的是我自己招致的事；而其次，我明白它是为我自己的最高善。

就你说在你经验中想到哪儿而言。

是的，就我说我想到哪儿而言。我现在明白，我一直是选择做个老师，一个提升意义的人，而我一生都在为这做准备。

那是真话。

但我当时很气你，关于我自己创造的事情。我并不了解你只不过是给我工具——正确且完美的人、地与事件——让我准备好去面对我所选择的经验。

没有关系，别担心。如我说过的，那是很普遍的事。现在你知道了。所以，现在别再对你的人生——对你人生中的任何事——感到愤怒了。将它全视为完美吧！

你认为我能吗？

你认为你能吗？

我认为我能。

那么你就能。

但那时我若知道现在我知道的就好了。

你现在知道，那就够了。

我父亲以前常说：“老得这么快，却聪明得这么慢。”

我记得这个。

你觉得我将这句话记得太牢了吗？

你觉得呢？

我想我是，但现在我将它丢出去了。

很好。那么，让你自己回到你所谓我“再插足”的地方，容许你自己越来越准备好去做你已决定在世上做的工作。

嗯，在我体验过我到广播电台去体验的事之后，我又很快地让自己离开了那儿。一切都发生得非常突然。有一天，电台要我离开节目部主任的工作，去做推销广告时间的旅行推销员。我想可能老板们觉得我做节目部主任没有它们希望的那么好吧，但他们又不想就这样解雇我，所以给了我另一个机会。

说真的，我认为世界上没有比替一家电台或电视台当（广告推销员）更难的工作了。我要不断地乞求某个生意人赐给我一点时间，以便我展现我的“推销说词”，尽量试图说服他去做某些他真的并不想去做的事。然后，一旦他真的投降，花了一点钱在广告上事，我还得加倍努力的去写简短有效的广告词来取悦他。到最后，我仍然会担心的要命，只盼能有些结果，以让他继续买广告。

如大部分销售员一样，我是领薪水来抵消佣金，而每个星期当我赚不够钱抵我领的钱时，我就觉的很内疚，好象什么没做却领了钱——并且非常恐慌，怕被解雇。当我每天早晨出发去工作时，这重感觉让我无法产生一种喜悦的心愿。

还记得有一天，我坐在车上，在一个购物中心的停车厂里，要进行一件我没预约的销售拜访。我最恨这种拜访，我恨我的新工作，并且恨我自己将我自己卷入了这份工作，纵使看起来我并没有多少选择。刚刚在我南下之前，我结了婚，而现在我的第一个孩子快要生了。我坐在车里，即悲惨又生气，我用拳头槌着驾驶盘，再一次的向神要求（这一次是真的大声狂叫出来）：“把我解救出来吧！”

有人走过车旁，以怪怪的眼神看着我，然后迅速的打开我的车门，说：“怎么回事？你把自己锁在里面了吗？”我不好意思的笑了笑，强自振作起来，然后带着沉重的心情走入店里。我问我可不可以见到经理或店主，而他们反问我：“你是推销员吗？”我回答说“是”时，我却被告知：“他现在没法见你。”

这经常发生，而我开始痛恨“我是推销员”这几个字。我拖着步子回到车上，直接开回家，而非开去找下一位可能的顾客。我再也无法多忍受一天了，但我又没有不干的勇气。

第二天早晨，当闹钟响起它可怕的闹声时，我猛然翻过身，愤怒的伸手去按“停止”键。那一刹那，我感到一阵剧痛，好象有人用力刺进我背后。我痛得无法动弹。

我太太拨电话给我们的家庭医师，并将话筒交给我。护士问我能否到诊所去。“我想没办法，”我退缩道，“我没法动。”信不信由你，医生竟到我家来出诊了。

医生说，我的椎间盘压伤了，要花八到十二周来痊愈，而在那段期间，我得尽可能的别站起来。很可能必须用牵引机来治疗我。于是我打电话给我的上司，告诉了他。第二天我就被解雇了。“我很遗憾，”汤姆承认说，“但我们真的没办法付你三个月薪水而以未来的佣金抵消。你得花一年才能偿还欠的钱。你真是运气不好，但我们必须让你走路。”

“是啊，”我回应道，“真倒霉。”但我却几乎忍不住不展笑颜。

我被给予了一个离职的合法理由！这是个残酷的世界，但世道本来就如此。那是我的世界观，我生长于其中的迷思。可是我从没想到是我创造了所有这些；没想到“残酷的世界”是我自己营造的世界。这个觉悟——有人所谓的自我觉悟——这么晚才到来。

才过了五周，我发现自己好多了（惊讶啊，惊讶）。医生说恢复得比他预期的快得多，而在警告我别逼自己太甚之后，他答应我偶尔可以出门了。还真是时候。我们在靠我太太当物理治疗师的薪水节俭度日，而很清楚的是，不久我就必须找个事做以便糊口了。但我能做什么呢？在巴尔的摩或安那波里斯都没有广播电台的工作可做。而我又从没做过任何别的事……。

当然，当我在米尔瓦基时，曾替高中的周刊写过一点东西，但很显然，那并不足以让我够资格去弄个真正的报业工作。

但再次的，我又被提醒，神是如何做我们的最好的朋友的——他总是支持我们到达我们说我们想去的地方；他总会给我们工具以创造让我们走向越来越大的觉察经验；并且，最终，他也准备好让我们去表现我们真正是谁。

于是抱着一赌的心情，我到安那波里斯的日报“晚间首府”的办公室去。我求见捷·捷克森——当时的总编，并且求他——不像对赖瑞·拉雷那样的——给我一份工作。

很幸运的，捷并非对我一无所知，我在安那波里斯电台的日子带给了我一些“恶名”。我告诉他，由于我的健康之故，我失去了在巴尔的摩的工作；我也让他知道我太太已怀孕了。我说：“捷克森先生，事实是，我需要工作，任何一种工作。我愿意洗地板、做工友，任何的事都好。”

捷坐在他书桌后非常安静的聆听。当我说完话时，他不发一语。我猜他正试着想出一个赶我走的办法。但相反的，他终于问道：“你懂得写文章吗？”

“我替我高中的校刊写过东西，并且在大学时学过一些新闻学。所以我会的，先生。”我满怀希望的回答，“我想我是能写点东西的。”

又停了一会儿后，捷说：“好吧，那明天你可以开始工作。我派你到新闻编辑室。你将负责撰写讣闻、教堂新闻及俱乐部公告——没什么你可以弄得一团糟的东西。我会阅读你的文章，给你两周的时间看看你做得如何。如果不好，也不会有什么害处；而你可以赚一点点钱。如果你表现不错，那么我们就多了一位编辑人员，我们目前刚好缺一名人材。”

（惊讶啊，惊讶！）

再没有比当一名新闻记者，尤其是在一个小镇的记录性报纸能给你更快的通才教育了，因为你要报道每一件事，任何一件事。这一天你在采访镇长，明天你可能就要写一篇谈少年棒球队新教练的报道。现在，你了解这里的关连，看见这设计的美妙处了吧！

我一直想要做一个神之爱的传播者。最初我被所有有关一位可畏的神的教导给弄迷糊了，随后我就变得无动于衷。而现在我明白这不可能是那位真神，我的心因急于让人们也觉察我心中所感受的而痛了。

在某个层面，我必然已知我命中注定该那么做，并且也知道去做那件事需要什么。我的某部分（我的灵魂？）必然知道我将与具各种背景和经验的人们打交道，并且以极其个人性的方式与他们互动。要做这个需要高度发展的沟通技巧，以及与来自种种不同文化及职业的人们多所接触。

我并不讶异——在现在——我的早期职业生涯其实都正是花在磨练那些技巧上。首先在广播业，我搬到了南方，暴露自己给我非常陌生的种族心态，然后去到了一个我可以由内而外地了解那种偏见的环境里工作，而终于创造出一种医学状况容许我开始一种新事业，一头钻入每件事，从恐怖的警察局记事簿，一直到城里的新长老会牧师的特性。

当我在度过这些时刻时，我称他们有些为好运，有些为恶运。但现在，从我眼前有利的观点，我则看出了他们全是同一个过程——人生过程以及我的“变为”的过程——之一部分。

我学到了不要判断，也不要谴责，却平静的接受我的人生经验，知道所有的事都在他们的完美时间以他们的完美方式发生。

我不知道当我在报社的第一个月的什么时候，我才正式被“雇用”。每天我忙于学讣闻和教会新闻，并修改由男童军团、社区剧团、吉瓦尼斯俱乐部及狮子会传来的新闻通讯稿。但有天早上，在我桌子上发现了一张便条纸，上面有用红色签字笔写的粗大手写字：请接受每周五十元的加薪——捷。

我正式雇员了！当我很大声说出“好耶！”时，新闻编辑室里的每个人都转过头来看我。有几位老报人露出了微笑。他们必然已猜到，或也许他们已被告知，我是他们的一员了。

其实我没做多久，就记起了我高中时代时是多么的爱写新闻稿。而现在，我竟在一间真的新闻编辑室里了，打字机声此起彼落（是的，手动的打字机），四处弥漫着油墨和印刷的气味。在正式工作了五个月后，我被授予了我的第一个真正“任务”——采访郡政府，表示不久我就可以第一次的在某篇文章的题目下署名了。多么令人兴奋和喜悦的经验啊！我想只有一个新闻记者才能了解我在那些日子以来的感受——一种经常的快活之感。此后在有什么事曾胜过它，除了我第一次看见我的名字在一本出版了的书封面上的那一刹那外。

其实，我有些朋友曾劝我不要在这本书里谈到以上的任何事。有人曾因此看轻我；他们说如果我承认我看见自己的名字印在一本书出版了的书封面上，会令我深感激动的，有人会因此看轻我，并且把经由我而来的文字弄得没价值。

我猜我应该假装自己对这些事很厌烦，他们丝毫不影响我，我是超乎所有之上的——因为身为一位性灵导师，我理当如此。但我不认为作为一性灵导师，我就不能喜欢我自己所做之事，或因它进行得如此顺利而心花怒放。对我而言，心灵开悟并不是借我们是如何不受“自我所得的报酬”之影响来评价的，而是借由我们有多“依赖”它们以获得平静和快乐而定。

自我本身并非一件坏事——除非自我狂乱发疯。小心的控制我们的自我是件好事，但我们可能更欢迎一个能推动我们向前的自我。

在人生中，我们不断的在推自己朝向下一个最伟大的成就。自我是神给我们的礼物，正如人生中的每件其他东西一样。神给我们的任何东西都是个宝物，而它是否在我们的经验中以那个模样出现，则得看我们如何使用它。

我很相信，自我跟金钱一样，都染上了臭名，得到了恶评。然而坏的并非自我、金钱、权利，或无羁束的性享乐，而是对这些事的误用于我们无益，他们不会表明我们真正是谁。不然这些事如果本质上是坏的，神又为何创造了它们？

所以在此我很放心的承认，当我看见自己的第一次署名在“晚间的首府”的首页上时，我的确是深感激动的。并且时至今日，每次看见我的名字在一本新书的封面上时，我仍感激动——纵使我发现自己仍然在说，这些书并非我写的，而是经由我写的。

你写了这些书，说是你写的一点问题也没有。你，或任何别人，都不需要掩藏你们的光芒。我以前就说过这一点。除非你学会承认你是谁，以及你做了什么，否则你永远无法承认别人是谁以及他们做了什么。

没错，你是由我得到了灵感去将这些原则写成书。也的确是我给你这些字句去写的。但是否就使得你的成就较少了些？如果是那样，那么你们就不该尊崇汤玛士·捷弗逊写了独立宣言，爱因斯坦说明了相对论，居里夫人、莫扎特、林布兰、马丁路得·金、德蕾莎修女或任何在人类种族的历史上做过任何值得注意的事的人——因为都是我给了他们所有的人灵感的。

我的孩子，我无法告诉你有多少人是我曾给他们神奇的字句去写，但他们却未写出来。我无法告诉你有多少人我曾给他们奇妙的歌去唱，他们却从未唱出它。你要不要我给过他们天赋，可是他们却从未去用的人的名单？

你用了我给你的天赋，而如果那不是什么值得兴奋激动的事，我就不知道还有什么了。

你就是有办法让人在开始觉得很糟的时候，对自己感觉好过些。

只有对那些肯聆听的人，我的朋友。只有对那些肯聆听的人是如此。你可能会感到讶异有多少人落在了“我对自己不该感觉很好”的陷阱里，或“我不该得到任何功劳”的信念系统里。

解除的诀窍在，别去做那些为了得到他人的认可而去做的事，不如将之当作“你是谁”的一个表达。虽然别人的承认你是谁并不会减损你分毫，但会让你想多多的去经验它。

真正的大师都知道这一点，那既是真正的大师会认可每个人为他们真正是谁，并且鼓励别人也认可他们自己，并且永远不要以谦虚之名而否认自己最庄严华丽的面向的原因。

耶稣毫不含糊地宣布和宣告他自己。曾行走在你们星球上的每位大师也莫不如此。

所以，宣布你自己。宣告你自己。然后完全的移入你宣告过的那个存在里去。

在现在的每个片刻重新创造你自己，以你曾持有过关于你是谁的最伟大憧憬之最恢弘版本。我会因而得到荣耀，因为神的荣耀即你的荣耀，真的是神奇的表达了出来。

你知道我喜欢什么地方吗？是你许可了人们去感受他们一直想要感受的情感。你将人们给回了他们自己。

那就是朋友之所为何而来。

有像你这样一个人在身边，人们怎么可能不对他们自己及世界感觉乐观呢？

事情并不总是像你所以为的哦！

哦，我一向是乐观的，甚至在我仍未和现在一样的认识你之前。甚至当我认为神是位愤怒的、爱罚人的神时，他仍然仿佛是在站在我这一边的。我是那样想着长大的，因为我被教以是那样。毕竟我是一个天主教徒，又是个美国人。谁能胜过这个？在孩提时人家告诉我们，天主教会是唯一真正的教会。人家也告诉我们，美国蒙受了神的特别恩宠。我们甚至在自己的铜钱上铸着“我们信仰神”，而在对国旗宣誓效忠时，我们也宣称自己是“……在上帝眼下的一个国家……”

我认为自己非常的幸运——生在最好的信仰及最好的国家里。我做的任何事又怎么可能出错呢？

然而就是这个优越感的教诲本身，在你们的世界里导致了这么多的痛苦。人们心中根深蒂固的自以为他们不知怎地“比别人好”的想法，给了他们一份额外的信心，但他们也太常将“我们做的任何事怎么可能出错？”转译成“我们做的任何事怎么可能会错？”

这并非自信，而是一种危险品牌的过度自傲，容许一整个族群的人相信它自己是对的，不论它说什么或做什么。

许多信仰和许多国家的人们相信或教导此事，而产生了如此巨大的一种自以为是的心态，使他们对任何其他的经验“失去敏感”了，包括他人卑屈的受苦。

如果有那么一件事，将他自你们形形色色的文化迷思中去除掉而会对你们有益的，那就是这个想法：由于某些神奇的成份，你们被造得比一些其他人类要好些；你们是优越的种族，是优越的教宗，是较好的国家或较好的政治体系，是较高明的方式或较高明的方法。

我告诉你：如果哪一天你导致文化做到了这一点，那一天你也就改变了世界。

“比较好”（better）这个字是你的字典中最危险的字之一，而“对”这个字是唯一超过它的。这两者是相连的，因为就是由于你认为你比较好，所以你认为你是对的。然而，我却没有选任何一个种族或文化团体为我唯一的子民，我也没有使任一条通达我的道途为唯一真正的道途。我没有挑出任何国家或宗教来特予恩宠，也没有赐任何性别或种族优越于另一个。

哦，我的神啊，可以请你重复一遍吗？可以请你再说一遍吗？

我没有选任何一个种族或文化团体为我的唯一子民，我也没有使任一条通达我的道途为唯一真正的道途。我没有挑出任何国家或宗教来特予恩宠，也没有赐任何性别或种族优越于另一个。

所以，我在此要请每位牧师、每位神父、每位犹太牧师、每位老师、每位上师、每位大师、每位总统、每位首相、每位国王、每位王后、每位领袖、每个国家、每个政党去颁布治愈世界的一个声名：

“我们的并非一个较好的方式，我们的只是另一种方式。”

领袖们永远不会那样说的。政党永远不能那样宣布。看在老天份上，教宗也永远不会那样宣布的。那可会毁掉罗马天主教会的整个基础。

不只是教会，还有许多宗教呢，我的孩子。如我已经说明过的，大多数宗教将它们主要的吸引力建立在它们是唯一真正的道的观念上，相信任何其他的道就是冒着永罚的险。故此，宗教用恐惧，而非爱去吸引你。然而那却是我希望你来到我这儿的最末理由。

你认为宗教真的有朝一日会肯定那句话吗？你认为国家有朝一日会宣告它吗？你认为政党有朝一日会将那声名当作它们党纲的一部分吗？

我仍然会说：如果他们会，那么一夕之间世界就会改变。

也许那时我们就可以停止彼此杀害。也许那时我们就能停止彼此憎恨。也许那时我们可以阻止科索沃许维兹（Kosovos and the Auschwitzs）、停止在爱尔兰无休止的宗教战争、停止在美国苦痛的种族不和，停止导致这么多的残酷和受苦的世界各地的种族、阶级和文化的偏见。

也许那时你们可以。

也许那时我们就可以保证不再会有另一个马修·谢帕，只由于他是个同性恋，就在怀俄明州被绑在牛栏上，被揍得体无完肤，任其自生自灭了。

你可不可以讲一些有关同性恋者的事？在全世界的演讲会、公开露面和僻静的地方，我都一再而三地被问到：你怎么都不说些什么以永远终止那些对同性恋男人和女人的暴力、残酷和歧视。而其中有那么多是以你的名而做的。其中有那么多据说是可以以你的教诲来予以合理化的。

我以前曾说过，但我再说一次：没有一种形式，也没有任何一种方式，在其中表达纯粹而真实的爱是不适当的。

我无法比那样说还更明白的了。

但你如何界定纯粹而真实的爱呢？

它不会伤及或损害任何人。它努力的避免损伤任何人的可能性。

我们又如何能期望自己一定知道另一个人是否可能被一种爱的表达所伤害呢？

你们也许无法在每个案例里都能知道。而当你无法知道时，你便无法知道。但你的动机是纯正的。你的意图是好的。你的爱是真的。

然而大部分时候你是能知道的，而且大部分时候你真的知道。

你很清楚，在某些时候，一个爱你的表达是如何的能让别人经验到伤害。在这些时候，如果你问：

爱，现在会做什么？（What would love do now?）

就好了。

这不只是指你对你所喜欢的对象的爱，也许是对所有其他人的爱。

但这样一个“基本法则”几乎可以阻止我们去爱任何一个人！永远有人可以宣称，他们会被某人以爱之名所做的某些事情所伤害。

没错。在你们人类里，再也没有东西比该可治愈人的那东西本身能制造更多的伤痛了。

为什么会如此呢？

你们不了解爱是什么。

那爱是什么呢？

它是那没有条件、没有限制和没有需要的东西。

由于它没有什么条件，所以它不需要任何东西以便能被表达。它不要求任何回报。它不因抱负而收回任何东西。

由于它是没有限制，所以它不去限制别人。它不知有结束，却永远继续。它经验不到界限或阻碍。

由于他是没有需要的，所以 he 不想拿任何不是自由给予的东西。它不想握住什么，也不想被抓住。它不预备给予任何不是被欣喜地欢迎的东西。

它是自由的。爱是那个自由的东西，因为自由是神是什么的本质，而爱是表达出来的神。

这是我所听过最美的定义了。

如果人们了解它，并且实践它，每件事都会改变。而帮助人们去了解它并实践它，就是你的机会。

那是最好先了解它。当你说“爱是自由”时，那是什么意思？去做什么的自由？

去表现你真正是谁之最喜悦部分的自由。

那是什么部分？

知道你与每样东西及每个人都是一体的那个部分。

这是你存在的真相，并且它是你最急切、最渴望寻找表达的自己之面向。

每回我们与某个我们感觉到那一体感的某个人连接时，我们的确寻求经验它，但问题出在我们可以与不止一个人有那种一体感。

的确。一个高度演化的人任何时候对每个人都有那种感觉。

那他们如何脱身呢？

你的问题是，他们如何能脱离任何时候对每个人都有一体感的感受吗？

是的。他们怎么可以那样做而不惹麻烦呢？

哪种麻烦？

所有的每一种麻烦！未得到回报的爱、未满足的期待、妒忌的伴侣——什么都有。

你又带来了一个话题，它将透漏出在你们地球上所围绕着所谓“爱”的经验，会有痛苦与悲伤的主要理由，你们发现为何如此难爱彼此的主要理由，以及你觉得如此难爱神的主要理由。

你在这里提出这点真是完美。因为与神形成一个真实且恒久友谊的第三个步骤是：

爱神。

8、你只能以你给别人爱的方式接受他们的爱

所以，复习一下，达到神的三个步骤是：认识神、信任神、爱神。

对的。

每个人都爱神！那最后一步该很容易！

如果是这么容易，为什么你们这么多人还这么难做到它！

因为我们不知道爱你“看起来像”什么样子。

那是因为你们不知道爱彼此看起来像是什么样子。

第三步在你们这个星球尤其不容易。在这儿，没有听说过可以没有需要的爱一个人；在这儿，极少实行无条件的爱一个人；在这儿，根本将“没有限制的”爱一个人当作是“错的”。

人类已创造了一种生活方式，在其间，任何时间都感觉到每个人一体，是真的会给他们“惹麻烦”的。而你刚才就已列出了所有这麻烦的主要起因。你可以称他们为三个了不起的“爱之终结”。它们是：

1 需求。

2 期待。

3 嫉妒。

当这三者中的任何一个在场时，你都无法爱的别人。毫无疑问的，你也无法爱沉溺于其中的任一个，更别说三个全有的一位神了。然而那正是你信仰的那种神，而既然你们宣称对你们的神而言，那已经是够好可了你们也就让它对你们自己而言也一样够好。所以，那就是你们寻求在其中创造且维持你们对彼此的爱的环境。

你们被教以有这么一位嫉妒的神，他有巨大无比的期待，并且它是如此的需索，以至于，万一他对你的爱若没得到回报，他就会以永罚来处罚你。这些教诲现在已成了你们文化故事的一部分。它们是如此的深埋在你们的心灵里，要将它们根除得费极大的力量。然而，除非你根除了它们，否则你们永远别希望能真正彼此相爱，更别说爱我了。

我们能怎么办呢？

为了解决一个问题，你们必须先了解它。现在让我们一个因素一个因素的看这个特定的问题。

需求是有史以来最有力的爱之杀手。然而你们人类的大多数成员并不知道爱与需求之间的分别，他们混淆了二者，并且每天都持续的在这样做。

“需求”是当你想象有些在你自己外面的东西，那是你现在没有的，而你需要它以便能快乐。由于你认为你需要这个，所以你就会做出任何事来得到它。

你会努力的去获得你认为你需要的东西。

大多数人借由交易来获得他们认为他们需要的东西。他们以他们已有的来交换他们希求要有的。他们称这个过程为“爱”。

对，我们以前已讨论过这个。

没错，我们讨论过。但这一回，让我们更进一步，因为了解你们如何对爱产生这个想法是重要的。

你们认为这是你们对彼此显示爱的方法，因为你们曾被教以这就是神对你们显示爱的方法。

神想出了这样的一个交易方式：如果你爱我，我会让你上天堂；如果你不爱我，我就不让你上。有人告诉过你，这是神的方式，所以这也是你们变成了的方式。

正如你说过的：什么对神来说是够好的，对我也应该够好。

一点都不错。故此你在你们的人类神话上创造了一个你每天实现的故事：爱是有条件的。然而它并非真理，却是个迷思。它是你们文化故事的一部分，但并非神的真相的一部分。事实上，神什么都不需要，因此也不会向你要求什么。

神怎么可能需要任何东西呢？神是一切的一切，每样东西；不动的推动者。你能想象神需要的任何东西的来源。

了解到我有每样东西，是每样东西；而不需要任何东西，就是部分的认识我。

是与神为友的第一个步骤。

是的。一旦你们真的认识我，你们便开始拆解了关于我的迷思。关于我是谁，我是如何，你们会改变想法。而一旦你们对于我是如何改变了想法，你们就开始对你们应当如何改变心意。这既是转化的开始。那既是与神为友的效果，它转化了你。

我对这点感到非常兴奋！没有人曾如此简单明了的解释事情给我听过。

那么就仔细听好，因为接下来要说的就是最大的清晰。

你们是以神的形象和肖像造出来的。其实这一点你一直是了解的，因为人家也教给了你这点。然而，关于我的形象和肖像是什么，你们却弄错了。

你们想象我是个所需求的神——其中之一是，要你们爱我的需求。（其实你们有些教会想去描述这一点，但却变成了并没有要你们的爱的需求，而只是对它有一个渴望（desire）。他们说，我只不过是渴望你们爱我，但我永不会强迫你们。然而，如果我得不到爱，我将永远对你施以酷刑。那么这“渴望”不就是个“需求”吗？这是哪门子的渴望啊？）

因此，既然你们是按我的形象和肖像造出来的，那你们具有同类的渴望也就是正常的。由此你们创造了你们致命的吸引力。

但现在我告诉你，我是没有需要的。为了表达“在我自己之外，我所是的一切”，我所需要的一切就是“在我自己之内，我所是的一切”。这是神的真实本质。你们是照这形象和肖像被造出来的。

你了解其中的神奇吗？你明白其暗示吗？

你，也是没有需求的。你并不需要任何东西以便能完美地快乐。你只不过以为你需要。你最深刻、最完美的快乐会在内心找到，而一旦你找到它，在你自己之外的任何东西都无法之相比，也没有任何事物能摧毁它。

哦，妈啊，又在弹快乐是在内心的老调了。对不起，但我为什么没体验到它呢？

因为你并没尝试。你是尝试在你自己之外体验你自己最恢宏的部分。你试图透过别人去体验你是谁，而非容许别人透过你去体验他们是谁。

这也许是你跟我说过最重要的事了！

这是个相当直觉性的声明。

那是什么意思？我不明白那是什么意思。

人生中许多最重要的声明都是直觉性的。在你明白为什么或如何之前，你便知道它们是真的。它们来自一个更深的了解，超越了证据、证明、逻辑、理由，及所有那些工具，那是你试图用来决定某事是真或是假的——而由此，你知道是否重要。有时候，你只由其声音便知道某事是重要的。它有“真实的声音”。（译注：以银币相擎之声音辩其真伪，故有此说。）

我这辈子都相信别人讲的关于我的事。我改变我行为，修改我之为谁，以便改变别人对我所说的事，并改变他们告诉我有关我自己的事。我真的是透过别人来体验我自己，正如你说的。

大多数人都那样做。而然，当你到达了大师级，你会让别人经由你而体验他们是谁。这就是当你看到一位大师时，你如何会认出他来：大师是看见你的那一位。

大师将你还给你自己，因为大师认识你（recognizes），也就是说，大师重认（re-cognizes）——再次认识——了你。由此你再度重认你自己。你再一次认识你自己，认识你真正是谁。然后你将这传下给别人。你就已变成一位大师，不再是试着去透过别人认识你自己，去选择让别人透过你而认识他们自己。

故此我说过，一个真正的大师不是有最多学生的人，却是创造最多大师的人。

我如何能体验这话的真实性？我如何能停止想由外面得到肯定的需要，而在我的心内找到要得到快乐所需要的一切？

走入内心。要找到内在有什么，就走入内心。如果你不走入内心，你便一无所有。

你以前也说过那个。

的确，所有这些事我多与你分享过。所有这些智慧都已给予了你。你难道以为我会让你等着听最大的真理吗？我为什么要将这些事保守秘密呢！

你不但在你之前和神的对话里听过这些事，你们别处也听到过。在此并无启示，只有“所有都已透露过”的启示。

纵使你也已被透露给你自己。而那个已经给了你的透露，深深地埋藏在你的灵魂之内。

一旦你对它有了一瞥，一旦你对它有了个短暂的体验，你会非常清楚，没有任何在你之外的什么能与在你之内的相比；你由任何外在刺激或来源得到的感受，都完全不能和与内心契合的全然幸福相比。

我再告诉你一次，你的幸福感会在内心找到。在那儿，你会再度忆起你是谁，而在那儿，你会再度体验你不需要任何在于你自己的东西。

在那儿，你将看见你肖似的形象。

在那一天，你对任何东西的需要会结束，而你终究能真正去爱，并且真正去爱。

你以如此的力量、优雅和口才说话，我常常被你弄得感动不已。但请再次告诉我，我如何能走向内？我如何能认识我自己为不需要自身以外的任何东西的那个人？

只要安静下来。在静止中与你自己同在。常常这样做。每日这样做。如果可能的话，甚至每小时做一下下。

只是停下来。停止你所有的作为。停止你所有的思考。只有“在”（be）一会儿。纵使只一会儿。它都能改变每件事。

在每日破晓，给你自己一小时。在那神圣的时刻，与你自己相会。然后做你的日常活动。你会变成一个不同的人。

你是在讲冥想。

别被标签或任何做事的方法绊住。那既是宗教所曾做的。那是教条试图去做的。别在这个周围找出一个标签或一套规则来。

你所谓的冥想想只不过是与你自己在一起——由此，而终至做你自己。

但你可以以许多方式这样做。对你们有些人，它可能看来像是你们所谓的“冥想”——那即是，安静的坐着。然而对别的人，它也许看来像是在大自然里独自漫步。跪下来用刷子刷洗石头地板也可以是冥想——如许多僧人曾发现的。其他人、外人，来到一间修道院，看见这工作，而想，哦，好艰苦的生活啊！然而那僧人却是感到源源的快乐和深深的平静。他并没盼望要摆脱洗刷地板，他反而在找另一片地板好刷！拜托再给我一片地板！给我另一个刷子！给我另一小时匍匐在地，我的鼻子离鹅卵石地板六寸。我会给你你曾见过的最干净的地板！而我的灵魂在这过程中会被洗净。涤净任何“快乐需要它自身之外的任何东西”的想法。

服务也可以是一种深刻的冥想形式。

好吧，假设我已发现，我不需别人给我任何东西来令我真正的快乐。这会不会使我成反社会呢？

正好相反，它会让你比以往都更合群，因为现在你清楚的看到你没有可损失的东西！再没有比你东西可损失这个想法更会抑止你们彼此相爱的了。

就是为了同样的理由，你觉得要爱我是很难、甚至很吓人的事。人家曾告诉你，如果你不以正确的方式，在正确的时间、为正确的理由爱我的话，我会生气。人家曾告诉你，因为我是个嫉妒的神，而我不接受除了我要求的之外你们的任何方式、形状或形式的爱。

再没有什么比这个离真相更远的了，然而真相从来都离你的觉察不远。

我不需要你的任何东西，因此，我不寻求、想要或要求你的任何东西。我对你的爱是没有条件，也没有限制的。不管你是否以正确的方式爱我，你都会返回天堂。你没有办法不回到天堂，因为没有别的地方可去。故此你的永恒生命得到了保障，而你永恒的奖赏得到了保证。

你在《与神对话》里说过，甚至做爱、体验性的狂喜，也可以是一种冥想。

没错。

但那不是与自己在一起。那感觉像是跟别人在一起嘛。

那么你就是还不知真正的在爱中是怎么回事了。因为当你是真正在爱中时，在房间里只有一个人。与别人在一起的感觉，变成了合而为一的体验——变成了与自己在一起的体验。的确，那既是性的表达，以及每种形式的爱的整个目的。

你对什么都有答案嘛！

我本该如此。

那么，另外两个爱之终结者，期望和嫉妒又如何呢？

纵使设法消除了在你们的关系，以及与我的关系里的需求，你们仍然可能必须与期望奋斗。这个状态是，你认为在你生命中的某个人，必须以特定方式做事，必须以如你认为他们是或应当是谁的样子出现。

就如需求一样，期望也是致命的。期望减少了自由，而自由是爱的本质。

当你爱某个人，你允许他们完全的自由去做他们是谁，因为这是你能给他们的最大礼物，而爱永远都是给予最大的礼物。

那是我给你们礼物，然而当你们无法想象我将它给了你们，因为你们无法想象如此伟大的爱。所以你们认定，我必然是给了你们自由去做我要你做的事而已。

是的，你们的宗教说，我给你们自由去做任何事，去做任何你希望的选择。然而我再次问你：如果因为你做了一个我不想你做的选择，而我就对你施以不休止的酷刑，并且永远诅咒你，我是让你自由了吗？没有，我是让你有能力。你有能力去做不论什么你希望的选择，但你没有自由去选择，如果你关心后果的话。而当然，你们全都关心后果。

所以，这就是你们所建构出来的：如果要我答应你上天堂的奖赏，那我期待的就是你以我的方式行事。而这你们称为神的爱。然后，你们将彼此放在同样的期待之下，而你们称这为爱。然而，两者皆非爱，因为除了自由所提供的之外，爱不期待任何事。自由完全不知有期待。

当你不要求一个人以你想象他们需要他们是的样子出现时，那时你便能去掉期待了。期待飞出了窗外。然后你爱他们完全如他们本是的样子。然而，只有当你爱你自己完全如你本是的样子时，这才能发生。而只有当你爱我完全如我本是的样子时，那才可能发生。

而为了要那样做，你必须认识我如我本是的样子，而非如你想象我是的样子。

那就是为什么与神为友的第一步是认识神，第二步是信任你认识的神，第三步是爱你所认识和信任的神。你借由对待如你认识且信任的某人这样做。

你能否无条件的爱神呢？那才是那个大问题。一向以来，你也许以为问题是，神能否无条件的爱你；但那个大问题是，你能否无条件的爱神。因为你只能以你给我的爱的方式接受我的爱。

哦，我的天啊，那真是个巨大的声明。再次的，我邀请你复述一遍。我无法就这么的让那句话溜掉。

你只能以你给神的爱的方式接受神的爱。

我想，这对人际关系而言也一样是真的。

当然喽。你只能以你给别人你的爱的方式接受他们的爱。他们能一直以他们的方式爱你。你却只能以你的方式接受它。

你无法体验你不容许别人体验的东西。

而那将带我们到达了这答复的最后一项因素：

嫉妒。

出于你们要嫉妒地去爱神的决定，你们创造了一位嫉妒去施爱的神的迷思。

等一下。你是在说，我们嫉妒你吗？

那你以为一位嫉妒的神的想法是来自何处？

你们曾尽你们所能的努力去吸收（co-opt）我的爱。你们曾试图做唯一的拥有者。你们曾宣称对我的所有权，并且凶恶地如此做。你们曾宣告我爱你们，并且只爱你们。你们是选民，你们是在上帝眼下的国家，你们唯一的真教会！而对你们赠与自己的这个地位，你们非常的嫉妒。如果某人宣称神平等地爱所有的人，接受所有的信仰，拥抱每个国家，你们就称之为亵渎。如果神以有别于你们说神爱的任何方式去爱时，你们就说那是亵渎。

萧伯纳说过，所有了不起的真理，一开始都被视为亵渎。

他是对的。

这种充满嫉妒的爱并非爱的方式，然而却是你们感受我的爱的方式，因为这是你们爱我的方式。

这也是你们爱彼此的方式，而它正在杀害你们。我真的是这个意思。由于你们的嫉妒，你们曾经彼此杀害，或杀害自己。

如果你爱到别人，你告诉他们他们必须爱你，并且只有你。如果他们爱别人，你就会嫉妒了。而这还没完呢。我你不只是嫉妒别的人，你还嫉妒工作、嗜好、孩子，以及任何将你所爱的人的焦点从你转开的东西。你们有些人会嫉妒一只狗，甚或一场高尔夫球。

嫉妒有许多形式。它有许多面貌。但它们没有一个是美丽的。

我知道。有一次，在我对一位我深受的女人有嫉妒感的时候，我对她表达了我的感受，而她却非常平静地对我说：“尼尔，这不是你非常吸引人的一个部分。”

我再也无法忘记那句话。她说得如此简单，不带感情，只是实事求是的。对于刚才我说的没有争辩，并且对于她刚才所说的，也没有长篇大论。她只是将那个想法放出到那房间里，但真是惊心动魄！

那女人给了你一件伟大的礼物。

是的，她是。不过我仍很难克服嫉妒。正当我以为我终于摆脱了它时，却反而来了更多。就像它是在藏匿着，而我甚至不知道它是在那儿。事实上，我发誓它不在那儿。然后，轰然一声，它却在那儿了。

我想现在我较少经验到它了，但如果我说从不感觉任何嫉妒，我便是在撒谎。

你上在努力，那就够了。你认出了它本来的面目，那是很好的。

但我如何能摆脱它呢？我知道有些人真的完全摆脱了它。他们是怎么做到的？我也想做到！

你是说你嫉妒没有嫉妒心的人？那很滑稽。

聪明。你很聪明耶。你知道吗？

我当然知道。不然你认为是什么支撑着我的？

好吧，那么答案是什么呢？

摆脱掉你以为快乐是依赖任何外在于你自己的东西的想法，你便摆脱掉嫉妒。摆脱掉你认为爱是关于“你得到什么”去交换“你给出什么”的想法，你便会摆脱掉嫉妒。摆脱掉你对任何别人的时间或精力或资财或爱的所有权宣告，你便能摆脱掉嫉妒。

没错，但我怎么能做到呢？

为一个新理由去过你的人生。明白人生的这理由的目的与你从它得到什么（what you put into it）全然有关。对于人际关系，这也一样是真的。

人生的目的是以你对你是谁所曾抱持的下一个最伟大憧憬之最恢宏版本，去重新创造你自己。它是去宣告而变成，表达而实现，体验而认识你真正的自己。

这对你人生中的其他人——或任何特定的别人——并没有任何要求。那就是为什么你能爱其他人而对他们无所要求。

只有当你以为你所爱的人的快乐会危及你自己的快乐，你才可能对那些你爱的人花在玩高尔夫球，或在办公室工作，或在另一个人的怀抱中的时间，感到嫉妒。

或是你的快乐得依赖你所爱的人总是跟你在一起，而非与别人在一起或做别的事时。

一点都没错。

但是且慢。你是说，纵使我们所爱的人是在别人的怀中，我们也不该嫉妒？你是指不忠是可以的？

没有可以或不可以这回事。这些都是你假造出来的尺度。你一边走一边创造它们——并且改变它们。

有些人说这正是今日社会的问题所在；说我们在性灵上和社会上都不负责任。我们时时刻刻都改变我们的价值观，以适应我们的目的。

你们当然是如此。人生就是那个样子。如果你不那样做，生命无法继续。你根本从来不会有任何进步。你真的永远想抓紧你们的老价值观吗？

有些人想。

他们想将女人们吊在市镇广场，称她们为女巫，如果你们才几代之前所曾做的吗？他们想要他们的教会派士兵去圣战，杀人成千上万，为了他们不承认那唯一真实的信仰吗？

但你是用出自错置价值而非旧价值的人类行为之历史实例。我们已超越了那些行为了。

是吗？你最近有没有看看你们的世界？不过那完全是另一个主题。让我们先看看这个。

改变价值是一个成熟社会的微兆。你正在成长为你自己的一个更大的版本。你一直在改变价值，当你收集新的资讯，当你带入新的经验，当你考量新的想法，而发现看事情的新方式，并且当你重新定义你是谁时。

这是个成长的记号，并非不负责任。

让我把这点弄清楚。我们所爱的人流连在别人的怀抱里而我们觉得没关系，是个成长的记号？

没让你的平静被那件事夺走；不因此而干扰你的生活；不因此结束你的生命；不因此杀害别人，是成长的记号。人类做过所有这些事。纵使现在，你们有的人还因此杀人，而你们大部分的人正因此杀了你们的爱。

嗯，当然，我并不赞同杀人，但当某人说他们爱你，同时他们又在爱别人，这怎么能不杀了你对他们的爱呢！

因为他们爱别人，是否就表示他们不爱你？而他们必须只爱你，以证明他们的爱是真的吗？你是这样想的吗？

是的，该死的！那是许多人会说的。是的，该死的！

难怪你们如此难接受一位平等爱每个人的神了。

唔，我们又不是神明。大多数人需要某个程度的情感上的安全感。没有它，没有一个提供它的配偶或伙伴，爱可以就这么死掉，不论你要不要它死。

非也，死掉的不是爱，是需求。是你决定你不在需要那个人了。事实上，你不想需要那个人，因为你太伤心了。所以你下了个决心：我不在需要你来爱我了。去爱你想爱的不论什么人吧。我要走了。

那就是所发生的事：你杀了那个需要。你并没杀掉那个爱。真的，你们有的人永远携带着那爱。朋友们说你仍在单相思。你真的是！你的爱的光芒，你的激情火焰，仍然在你内燃烧，发出如此亮的光，以致别人也能看到它。但这并没那么糟。这是本该是的样子——就你说你是谁和是什么，以及你宣称你选择是什么而言。

可是人们认为，由于你对某人单相思，你就永远不能爱上任何别人。

为什么你必须放弃你那个人的爱，以便爱另一个人？你不能同时爱不止一个人吗？

许多人不能。不是以那种方式。

你是指以性的方式？

我是指以浪漫的方式。我是指，做为一个人生伴侣。有的人需要一个人生伴侣。大多数人都需要。

困难在于，大多数人将爱与需要混淆了。他们以为那两个词以及那两种经验是可以互换的。但其实它们并不可。爱某个人与需要他们毫无关系。

你可以爱某个人，同时也需要他们，但你并不因为你需要他们而爱他们。如果你爱他们是由于你需要他们，你根本就没爱他们，却只爱他们给了你的东西。

当你因为他们是而爱别人，不论他们给你你所需要的东西与否，那么你是真的爱他们。当你没有任何真的需求时，那时你才真的爱他们。

记住，爱是没有条件、没有限制，也没有需求的。这就是我是如何爱你们的。然而，这是个你们无法想象去收到的爱，因为它是你们无法想象去表达的爱。而那即是全世界的悲哀。

且说，既然你们说你们希望变成高度演化生物，那你们所谓的不忠就是不可以的。那是因为它行不通。它不会带你到你说你想去的地方。因为不忠意味着不真，而在你灵魂深处的某个地方，你知道且了解，高度演化生物活在、呼吸在并且本是在真实中——起始、末尾，并且永远。真实并非他们所讲的东西，真实是他们的本然。

要做一个高度演化生物，你必须永远忠实（true）。首先，你必须对你自己，然后对别人，对所有其他人忠实。而如果你对自己不忠实，你无法对任何人忠实。故此，如果你爱的不是那个希望你只爱他们的人，那你必须公开的、诚实的、直接的、清楚的，并且立刻的说出来。

而那该是可被接受的？

没人被要求接受任何事。在高度演化生物之间的高度演化关系，每个人只不过在实践他们的真实（truth）——而且每个人说出他们实践的真实。如果某个人遭遇了某事，他只不过承认它。如果某人无法接受某事，他只不过直接说出来。关于每件事的真相一直是与每个人分享的。这是以个欢庆的，而非一个承认的方式来做的。

真相应该是值得欢庆的事。

然而你无法欢庆一个你被告以该惭愧的真相。而人们最常告诉你你该引以为耻的，就是你该为你爱谁，如何爱他，什么时候，以及为何爱他觉得可耻。

你曾被告以该对你对每样事件——从跳舞到搅打过的奶油到别的人——的欲望、热情和爱感到可耻。

最重要的是，你曾被告以该对你对自己本身的爱感到可耻。然而，你怎么可能会爱别人，如果你不被许可去爱那个假定在施予爱的自己？

这正是你面对神的两难之局。

你如何可能爱我，如果你不能被许可去爱你是谁的本质？并且，你如何可能看见且宣告我的荣耀，如果你无法看见且宣告你自己的荣耀？

我告诉你——再一次的：所有真正的大师都宣告了他们的荣耀，并且他们也鼓励别人那样做。

当你们开始走上自己的真相之路时，你即开始走上自己的荣耀之路。当你宣告，从此以后，你会永远对每个人说出关于每件事的真相时，并且你将实践你的真相时，你变上了路。

在这承诺里，不忠没有立足之地。然而告诉某人你爱另一个人并非不忠，却是诚实。而诚实是最高形式的爱。

哦，我的老天！你又来了。又是一句句以贴在冰箱上的话。你可以重说一次吗？拜托！

诚实是最高形式的爱。

我希望我能记住这句话。

那将它放在你的冰箱上。

哈！所以你仿佛是在说，只要你诚实，那在别人的怀抱中就是没关系的。我理解得对吗？

你在将它减缩到其最轻浮的说法。

哦，我们人类喜欢那样做。我们喜欢取最伟大的真理，将它们减缩到最简单的结论。然后我们可以有个有关它们的真正精彩的争论。

我明白了。那是你在这儿的意图吗？你是否希望与我有个争论？

非也。我在此真的是以我自己跌跌撞撞的方式试图得到一些智慧。

那么，仔细聆听我说的每件事，并且将我所有的话语放入更大的范畴内，会对你有益，而非只由我少数的几个字创造一个意义。

我知错了。

别知错，要知所行止。知错是为某个做错事的人，而知所行止是为某个寻求方向的人。

神给予指引而非纠正；推广而非责难。

咻。哦，天……

我知道，我知道，又是一张可贴在汽车防撞杆的标语。

是的。它真的是！

随你高兴要做多少汽车贴纸。T恤也可以。只要散播出去、勇往直前、拍电影、上电影、脸皮厚一点！

当你正在热头上时，对爱要厚脸皮。将羞耻拿走，而以欢度取代。

……对于性你可能想做同样的事。

我们且先别谈那个，否则我们永远不会得到我问题的答案。你是不是说，在另一个人的怀抱里是没关系的，只要你以诚实的态度面对？

我是说，一件事有没有问题端赖你对它的决定是什么。我是说，在亲密关系中的人甚至无法知道一件事对他们是否没问题，如果他们不明白它正在发生的话。

我是说，在高度深化关系中行不通的是说谎——对任何事说谎。我是说，说谎就是说谎，不论是借行为或省略。并且我是说，一旦整个真相被说出来，关于你能否爱一个他爱过或正在爱另一个人的决定，最终是建立在你宣称什么是你最合适及最舒服的亲密关系的形式——而在大部分情况，这又建立在你想像你需要别人的什么来令你快乐。

我是说，如果你什么都不需要，那么你可以无条件的爱另一个人，完全没有不论什么的任何限制。你可以给他们完全的自由。

是的，但那样的话，你就不会与他们做终生伴侣了。

你不会，除非你要。当这变成一个决定与抉择，它是建基于围绕着终生伴侣的关系，什么对你为真，而非别人告诉你什么应当为真，或你们的社会设定为它目前的习俗，或你觉得别人可能会对你怎么想上面时，你便到达了大师级。

大师们给自己去做任何他们希望的选择的自由——并且给他们所爱的人同样的自由。

自由在每个地方都是个生命的基本观念和构造，因为自由是神的基本性质。所有以任何方式削减、限制、侵害或消除自由的系统，都是违逆生命本身的系统。

自由并非人类灵魂的目标，而是基本性！灵魂天生是自由的。所以，缺乏自由违反了灵魂的本性。在真正启蒙了社会，自由并不被承认为一项权利，而是个事实。它是某样本是的东西，而非某样被给予的东西。

自由并非被授与的，毋宁是被视为理所当然的。[Freedom is not granted, but rather, taken for granted. 译注：两个 granted 意义大不相同，是方案趣味。]

在已启蒙社会里可以观察到的是，所有的人都有自由去彼此相爱，并且彼此去表达和展现那爱——以那一刻而言——的可靠、真实并且适当的不论什么方式。

决定什么对那一刻是适当的那些人，就是去爱的那些人。关于一个人可以或不可以何时、何地、如何去爱谁，并没有政府法律、社会禁忌、宗教禁制、心理障碍、部落习俗或未言明的法则和规定。

然而，以下是这点在高度演化社会可以行得通的关键：所有在恋爱的各方，必须决定现在爱会做什么。如果另一方或几方不同意，这一方不能因为他认为那是有爱心的事而决定去做某件事。所有各方也必须是成人，并且成熟而有能力去替自己做这种决定。

这消了你刚才在脑海中有关儿童性侵害、强暴和其他形式的个人侵犯的所有问题。

万一我是第三方，而我并不认为其他两人已决定是有爱心的行为对我也是很有爱心的，那又怎么办？

那么你必须告诉其他各方你对它的感觉如何，你的实情是什么。而依照他们如何对你的实情反应，你便能决定，在你与他们的关系里，若你想做改变，你要做什么改变。

但万一并没有那么容易怎么办？万一我需要他们呢？

你对某人需要得越少，你便能爱他们越多。

你怎么能对你爱的某人什么都不需要呢？

借由不因他们能给你什么而爱他们，却只为他们是谁而爱他们。

但，那样的话，他们便可任意践踏你啦！

爱别人并不意味着你必须停止爱你自己。

给予别人完全的自由，并不表示给予他们凌虐你的权利，也不表示判你自己到你自己的监狱里，然后你在其中过一个你不会去选择的生活，以便别人可以过他们会选择的生活。然而给予完全的自由的确意味着不将任何一种限制放在别人身上。

等一等。如果你不在别人身上放任何限制，你如何能制止别人任意践踏你。

你并不放限制在他们上，你放限制在你自己上。你限制自己选择去经验什么，不是由限制别人容许经验什么。

这限制是自愿的，所以，以非常真实的说法，它根本不是个限制。它是你是谁的一个宣告。它是个创造。一个定义。

在神的国度里，没有一个人和一件东西是受限制的。而爱除了自由，不知别的。灵魂亦然。神亦然。而这些字眼全是可以互换的。爱、自由、灵魂、神。，全都携带着另一个面向。全都是另一个。

在现在的每一瞬间，你都有自由去宣布与宣告你是谁。的确，你是在这样做，而甚至自己都不知道。不过，你并无自由去宣告别人是谁，以及他们必将是谁。这件事，爱永远不会做。神也一样，他即爱的本质本身。

如果你希望宣布和宣告你是一个为了要快乐，为了要感觉舒服、适当和安全，需要并要求别人独占性的爱的人，你有自由去宣告那点。你会以你在任何事件中的行为显示它，所以你的宣告是不必要的。

如果你希望宣布和宣告你是一个为了要快乐，为了要感觉舒服、适当和安全，需要并要求别人最大部分的时间、精力和焦点的人，你也有自由去宣告那点。然而我要告诉你这点：如果你容许你对自己的宣言转变成了对别人或别人的朋友或工作或嗜好，或外面兴趣的嫉妒，你的嫉妒会结束你的爱，并很有可能结束别人对你的爱。

好消息是，界定你是谁以及你选择做谁，并不一定要将此转译成对别人的嫉妒，或对他们的控制。它只简单而挚爱的声明你是谁，以及你如何为自己选择你的人生。你对别人的爱继续下去，纵使当你挚爱且安同情心的解决可能存在于你们之间的不论什么差异，并且由于那些差异的结果，你不论怎样改变你们关系的本质。

你并不需要结束一个关系以便改变它。的确，你无法结束一个关系，而只能修改它。你与每个人都永远有人关系。所以问题不在你有没有关系，而是你有的是哪一类的关系？

你对这问题的答复会永远改变你的人生——并且，的确可以真的改变世界。

9、所有出现在你生命中的都是个祝福

在我与你的对话之间，我学到我的关系是神圣的。它们是人生最重要的面向，因为，我是经由关系来表达及经验我是谁，以及我选择做谁的。

并且不只是你与其他人的关系，选有你与每个地方的每样东西的关系。你与生命的关系，以及生命的所有元素的关系。你与金钱、爱、性及神——人类经验的四基石——的关系，你与树木、植物、动物、鸟、风、空气、天空及海洋的关系。你与自然的关系，以及你与我的关系。

我与每样东西的关系决定我是谁和是什么。你告诉过我，关系是片圣地。因为，缺乏了与别的什么东西的关系，我就无法创造、认识和体验有关我自己所决定的任何事。或者，如你的说法，缺少了我不是的东西，我是的东西……就不是了。

我的朋友，你学得很好。你在变为一位信使了。

然而当我试图向别人解释这点时，他们有时候会被搞糊涂。这观念并不总是很容易转译的。

那就试试看用〔白色的比喻〕。

对，那立刻有助于我。

想像你是在一间白色房屋里，有白墙、白地板、白天花板，没有角落。想像你被某些看不见的力量悬吊在这空间里。你在半空中摆荡。你无法触及任何东西，无法听见任何东西，你看见的一切只是白色，你想这样你会“存在”于你自己的经验里多久？

不太久。我会存在那儿，但我不会知道有关自己的任何事。很快的，我就会发疯了（go out of my mind）。

事实上，那正是你会做的事。你真的会离开你的头脑。你的头脑被分派要担当的任务是整理所有进来资讯的意义。而如果没出息任何资讯进来，你的头脑便无事可做。

立刻的，你离开头脑的那一瞬间，你便停止存在于你自己的经验里。就是说，你对自己不再知道任何特定的事。

你是大？是小？你无法知道，因为没有外在于你的东西可以拿来与你自己比较。

你是善吗？是恶吗？你无法知道。你究竟在不在这儿？你无法知道，因为这没有东西。

你无法知道有关你自己在自己经验里的任何事。你可以尽量去将之概念比，但你却无法经验它。

然后有些事发生，以改变所有这一切。在墙上出现了一个小小的点。就好像曾有人带着一支墨水笔前来，挤出了一小滴墨水。没人知道那个点实际上是如何跑到那儿的，但没有关系，因为那个点救了你。

现在，有别外的东西在了。有你，有墙上的点。突然之间，你又能做些决定了。你又能有些经验了。那点是在那边。那意味着你必然有这边。那个点比你小。你比它大。你又再度开始界定你自己——相对于墙上之点。

你与那个点的关系变得神圣了，因为它给回了你对自己的一个感受。

现在一只小猫出现在房间里。你不知道是谁这样做的，是谁在引发所有这一切，但你心怀感激，因为现在你可以做更多些的决定了。小猫显得比较柔软，但你显得比较聪明（至少，部分的时间）：它比较敏捷，你比较强壮。

更多的东西开始出现在房间里，而你开始扩张你对自己的定义。然后你觉醒了。只有别的什么东西在场时，你才能知道你自己。这别的什么东西是你所不是的东西。故此：当你不是的东西缺席时，你是的东西……就不是了。

你记起了一个巨大的真理，而你发誓永远再也不忘记它。你张开双臂欢迎每个人、地与物。你什么都不拒斥，因为你现在明白了，所有出现在你生命中的东西都是个祝福，送给你一个更大的机会去界定你是谁，并且认识你自己为那个。

但是，如果我单独被放在那白房间里，我的头脑难道不会想出到底发生了什么吗？它难道不会说“嘿，我是在一间白房间里，事实不过如此。放松去享受它”？

当然，一开始会。但很快的，在缺乏任何进来的资讯之下，它不会知道该怎么想。终究，那白色、那空洞、那空无、那孤单会影响它。

你知道在你自己的世界里所曾发明出来的一个最厉害的惩罚是什么吗？

单独拘禁。

一点都没错。你无法忍受长期的独自一人。

在不人道的监狱中的单人牢房里，甚至没有灯光。门是关着的，你是在绝对的黑暗中。没东西读，没事可做，根本没有任何别的。

既然思考就是创造，你就会停止创造你的实相，因为你的头脑必须有资料以便创造，你称你头脑的创造为结论，而当它无法达到任何结论时，你会离开它——你会“发疯”。

然而，离开你的头脑并不永远是坏事。在你所有伟大洞见的时刻，你都是那样做的

呃，请再说一遍？

你不会以为洞见是来自你的头脑吧？

唔，我一向以为……

那就是了，那就是问题所在！你一向以为。试试看偶尔不去想！试试看只是存在。

当你只是与一个问题“同在”而不是继续思考它时，最伟大的洞见才来到。那是因为思考是个创造的过程，而存在是个觉察的状态。

我不大明白。请让我更了解一些。我以为不思考才是问题所在，在白房间里的家伙发疯了。

我没说他发疯了，是你说的。我说他离开了他的经验。他停止创造他的实相。因为他没有资料。

但是，如果他停止创造他的实相有相当一段时间了，那又是另一回事。可是如果他只这样做一下下？只一个短短的时间？这样一种“暂停”，是会帮助他或伤害他？

这是个有意思的问题。

思、言、行是创造的三个层次，是吗？

是的。

当你在思考，你就是在创造。每个思维都是个创造。

没错。

所以，当你在思考一个问题时，你是在试图创造一个解答。

一点都没错。那有什么不对？

因为你或许可以试图创造一个解答，或者你也可能只是变得察觉到已经被创造出来的解答。

再说一遍！为了我们一些较迟钝的人，你能否再说一次？

你们都不迟钝！但你们有些人在用一种非常慢的创造方法。你试图用思考来创造。如我们显示过的，这能办到。但现在我再告诉你一些新东西。思考是最缓慢的创造方法。

记住，你的头脑有资料来创造。而你的存在根本不需要资料。那是因为资料是幻想。它是你们所假造出来的东西，而不是本在的东西。

试着由本在的东西而非由幻想创造。从一种存在的状态而非由一种头脑的状态创造。

我在试着继续聆听，去了解它，但我想我跟不上了。你走得太快了。

借由思考，你无法很快的找到答案——任何答案。你必须脱离你的思想，将你的思想留在身后，而挪入纯粹的存在。你难道没听过真正了不起的创造者，真正了不起的问题解决者，当你在给他们一个问题时，他们会说：“唔……让我跟它在一起一会儿……？”

当然有罗

那么，这就是他们所在说的了。而你也可以做同样的事。你也可以是个伟大的问题解决者。但如果你想像你可借由思考它而去解谜的话，那就行了通了。不行！做个天才，你必须离开你的头脑！

天才并非创造答案的人，而是发现答案已然在那儿的人。一个天才并不创造答案，是发现答案。

这并不真的是发现（discovery），却是寻回（recovery）！天才并没发现任何东西，只不过是寻回失去的。它“曾经失落，但如今被寻回”。（译注：著名圣歌“奇异恩典”（Amazing Grace）中的句子。）天才是记起了你们所有人都忘怀了的东西的那个人。

而你们大多数人却忘了的一件事，就是所有一切都存在于现在这永恒的一刻。所有的解决之道、所有的答案、所有的经验、所有的了解。事实是，你们不需要创造任何东西。你们所需要的，只是觉知你们希望和寻求的每样事物都已然被创造了。

这是你们大多数人都已遗忘了的事。那就是我为何会派人来提醒你们说：“甚至在你们提出问题前，你们已被答复了。”

如果事情不是如此，我不会告诉你这些事。然而，你无法借由思考所有这些事而挪到一种觉知的状态。你无法“思考觉知”，你只能“就是觉知”。

觉知是一种存在状态。所以，如果你对人生中的某些事困惑或不明白，你必须不在意。而当你有难题，别去思虑它。当你被消极、负面力量及负面情绪包围时，什么都别在意。“译注：此数句都用到不在意（not mind）”

当你“在意（mind）”它，你就是服从它！明白了吗？你被它控制，因为你在意它。别像孩童一样，他们总是太在意父母。脱离你的头脑。

记得，你是一个存在的人（human being），而非一个在意的人（human minding）。所以，挪入存在吧！

那是什么意思？我不明白你到底是什么意思？

你现在是在什么状态？（What are you being right now?）

激动。因为你这胡言乱语让我有听没有懂，所以我很激动。

啊，所以你的确知道你是在什么状态！

不，那是我的感受（feeling）。我觉得激动。

那是你的状态。你的感受就是你的状态。我不是告诉你感受是灵魂的语言吗？

嗯，是有，但我并不是这样了解它的。

很好。所以现在你是在比较了解的状态了。

是的，一点点。

你听见我说什么吗？

什么？

我说，现在你“是在（being）”比较了解的“状态”了。

你在试图跟我说什么啊？

我是在说，在现在的每一个“当下”，你都在“是”什么。而你的感受是什么正精确的告诉你你是在什么状态。你的感受从不说谎。它们不知如何说谎。它们精确的告诉你在任何一刻你是什么。而你能简单的借由改变你是怎么样的状态，来改变你的感受如何。

我能吗？我该怎么为呢？

你可以选择“在（be）”一种不同的状态！

那看起来不太可能。我感觉怎么样就是我感觉怎么样。我无法控制它呀！

你感觉怎么样是对你是怎么样的一个反应。而这个你能控制。那就是我在这儿要告诉你的。

“是” (beingness)是你将自己放在其中的状态,它并不是反应。“感觉”则是个反应,但“是”并不是。你的感觉是你对你是什么的反应,但你的“是”并非对任何东西的反应。它是个选择。

我在选择是我所是的。

你是的, 没错。

为什么我并没觉察那点呢? 我似乎并不觉察到那个。

大多数人都没有。因为大多数人已忘记他们正在创造他们自己的实相。但是你已经忘记了你在那样做并不表示你没有那样做。它是指你根本不知道你在做什么而已。

“父啊, 宽恕他们, 因为他们不知道他们做了什么。” “译注: 新约圣经, 耶稣被订到十字架上讲的最后一句话。”

一点都没错。

然而, 如果我不知道我在做什么, 我如何能做任何不同的事?

现在你的确知道你在做什么了。那即这整个对话的目的。我这儿来叫醒你。你现在醒过来了。你是觉知的。觉知是一种存在状态。你是“在”觉知。从这觉知状态, 你可以选择任何其他的存在状态。你可以选择要聪明, 或很棒。你可以选择有同情心与善解人意。你可以选择要有耐心与会宽恕人。

我难道不能就只选择快乐吗?

可以。

怎么做? 我能怎么做?

别去“做”。只要“是”它。别试着去“做”快乐。只选择“是”快乐, 而你做的每件事都会由之流出, 借之生出。你“是”什么会生出你在做什么。永远要记住这一点。

但我怎么选择“是”快乐? 快乐岂不是自动“发生”的事吗? 我的意思是, 岂不是由于正在发生, 或将要发生某事, 而我就是快乐吗?

不对! 是由于正在发生或将要发生什么, 而你“选择”是乐事。你在选择是快乐。你难道没见过两个人对同一套外在境况有全然不同的反应吗?

当然有啦! 但那是因为那境况对他们每个人有不同的意义啊!

是你决定某件东西的意义的! 你给了它意义。除非你决定某件东西的意义, 否则它根本没有意义。记住那点。根本没有东西有任何意义。

意义是由你存在的状态跃出来的。

在任一片刻, 都是你在选择是快乐, 选择是悲伤, 或选择是愤怒, 被安抚、被宽容, 或得到启发, 或不不论什么。是你在选择。是你。并非什么外在于你的东西, 而你是相当武断的在选择。

现在这里就是那伟大的秘密。你可以在事情发生之前, 选择一种存在的状态, 就如在事情发生之后那样。由此, 你能创造经验, 而不只是有那经验。

事实上, 你现在正在这样做。在每个片刻。然而, 你也许是无意识的这样做。你也许像一个梦游者。如果是这样, 那现在是醒来的时候了。

然而, 当你在思考时, 你无法全然醒来。思考是另一种在梦境的形式。因为你在思考的东西是个幻想。那是没关系的。你活在幻想中, 你将自己放在那里, 所以你该对它加以思考。但记住, 思维创造实相, 所以, 如果你曾创造一个你不喜欢的实相, 就别再去思虑它!

没有东西是邪恶的, 除非思考使之邪恶。

一点都没错。

所以偶尔有那么一次, 完全停止思考可能是件好事。与一个更高的实相接触。弹出幻想之外。

我如何能停止思考？看起来仿佛我永远都在思考中。我甚至现在就正在思考！

首先，要静下来。附带一句，注意我说要静下来，我没说去思考安静。

哦，那很好。那非党好。

好的。现在，当安静了一会儿之后，你会注意到，你的思想至少慢下来了。它开始冷静下来。现在，开始思考你在思考什么东西。

你说什么？

你听到我说的，开始思考你的思维走到哪里。然后，阻止你的思维走向那里。将你的思维聚焦。思考你的思考什么。这是朝向大师级的第一步。

哇。我头都要炸了（blowing my mind）！

一点都没错。

不，我的意思是——

是的，你是的。你只是不知道而已。这真的是炸开了你的头脑。你们人类是怎么说的啊？让我们炸掉这地方？嗯，那么现在你将要炸掉你的头脑！那即是说，你将要离开它。

现在，当人们看见你在这种无头脑（mindlessness）状态，他们很可能会问：“你失魂了吗？”而你可以回答：“是的！不是很棒吗？”因为你的头脑是你的感官输入物的分析者，而你已停止分析所有进来的资料。你已停止思考它。反之，你在思考你在思考什么。你在开始将你的思想聚焦，而很快的，你会根本不将思想聚焦在任何东西上面。

你怎么能不聚焦在任何东西上？

首先，你聚焦在一个特定的东西上。但除非你先聚焦在什么东西上，否则你无法不聚焦在任何东西上。

在这儿，部分的问题是，头脑几乎总是聚焦在许多东西上。它们一直由一百个不同的来源接收输入的资料，它以比光速还快的速度分析这资料，送给你有关你自己以及什么事发生在你和你周边的资料。

不要对任何东西聚焦，你必须停止所有这些头脑里的噪音。你必须控制它，限制它，并且最终——消灭它。但你想要不聚焦在任何东西上，首先你必须聚焦在一些特定的东西上，而非同时聚焦在每件东西上。

所以，把它弄简单一点。你可以用烛光的摇曳开始做。看看蜡烛，看看蜡焰，看看你能注意到它的什么，深深瞪视它。与蜡焰共处。别去思考它。就只与它同在。

一会儿之后，你的双眼会想开起来。它们会变得沉重、模糊。

这是自我催眠吗？

试着不要去贴标签。你明白吗？你又那样做了。你在思考这个。你在分析它，想要给它一个名字。思考某件事物会阻止你与它在一起。当你做这个时，不要思考它。只要与那经验在一起。

好的。

现在，当你觉得好像想闭眼时，就闭上双眼。别去想它。就只让眼皮自己闭上。如果你不挣扎着保持眼皮睁开，它们便会自然的这样做。

你现在限制了你感官的输入。这很好。

现在，开始倾听你的呼吸。聚焦在你的呼吸上。尤其是，倾听你的吸气。倾听你自己阻止你去倾听其他每件东西。这就是了不起的点子到来的时候。当你倾听你的吸气，你是在倾听你的灵感。“inspiration, 译注：主要是“灵感”之意，但也有吸入、吸气之意。”

哦，我的神啊，你怎么做到的？你怎么继续想出像那样的玩意儿？

嘘。安静。停止思考这事！

现在，聚焦你的内在视野（inner vision）。因为一旦你有了灵感，它会带给你伟大的“洞见”，“in-sight. 译注：亦为内见，与内在视野一样。”将此洞见聚焦于你前额的当中，刚在双眼之上。

所谓的第三双眼吗？

是的。将你的注意力设在那儿。深深的看那里。别怀着看到某些东西的期待去看。看向空无、看向无物（no-thing）。与那黑暗同在。别用力去看见任何东西。放松、满足于空的宁静。宁是好的。除非来到空（void）里，否则创造无法到来。那么，享受这空。不期待更多，不想要更多。

我们该拿不断冒出来的思绪怎么办？大多数人得到三秒钟的空就很幸运了。你可不可以说一说所有不断冒出来的思绪这个问题——特别是就初学者——初学者对他们为什么无法让头脑安静，而达到你在谈的空无，感觉非常挫败。对你而言可能非常简单，但显然对我们大多数而言并非如此。

你又在思考这事了。我请你停止去思考此事。

如果你的头脑继续装满了思绪，就只观它，让它不成问题。当思绪跳进来，只退后一步，观察到这正在发生。别去思考它，只注意到它。别去思考你在思考的事。只退后一步去注意它。别去判断它，别因它而受挫。别开始跟你自己说像“哦，我又来了！我只会想！我什么时候才能达到空无呢？”这类的话。

你无法经由不断抱怨到不了空无而达到空无。当一个念头——不与任何特定东西相关，与当下一刻也无关的一些外来思绪——跳进来，只注意到它。注意到它，祝福它，并使之成为那经验的一部分。别“住”在上面。它是经过的行列之一部分，让它过去。

对于声音或感受，也同样这样做。你可能会注意到，你再也没有比当你试想体验全然寂静时听到更多声音的了。你可能会注意到，你再也没有比当你试想全然舒服的坐着时，更难以感觉舒服的了。只要注意及此。退后一步，看你自己注意及此。将所有这一切包括为你经验的一部分。但别“住”在上面。它是经过的行列的一部分。让它过去。

就象你刚才问的问题，它也只是你有的一个问题。它是个突然跳进来的思绪。它是经过行列的一部分，让它过去。别试图回答它，别试图解决它。别试图去想出答案。就只让它在那儿。它是经过行列的一部分。然后让它过去。注意到你不必对它做任何事。

在此你会发现了不起的平静。多么的轻松啊！无东西可要，无事可做，什么也不必“是”，除了是你现在所是的之外。

放手。放下。

但继续“观”。不带焦虑，不带期盼。只……保持一个温和的“观”。没有看见任何东西的需要……只有看见任何东西的准备。

现在，当你第一次、第十次，或许第一百次、一千次这样做时，你也许就会看见看似一个闪烁不定的蓝色火焰，或一个舞动的光点的东西。它可能首先像闪光般出现，然后在你的视线中稳定下来。与它同在，挪入它。如果你觉得自己与它合而为一，就让它发生。

如果它发生了，就不必再对你说任何的话了。

这蓝色火焰、这舞动的光是什么？

是你。它是你灵魂的中心。它是包围你、流过你的东西，就是你。跟你的灵魂说哈罗。你终于找到他了。你终于体验到它了。

如果你与他混合，如果你与他合而为一，你会体验到你会称为至福的一种崇高饱满的喜悦。你会发现你灵魂的精髓就是我的精髓。你会与我合而为一。也许只有一瞬，只有一兆分之一秒，但那就够了。在那之后，别的都无关紧要了，再没有任何事会与以前一样了，并且在你们的物质世界，没有任何东西差可比拟。而就在此时，你会发现你不需要任何外在于你自己的人或物。

在某个层面那似乎有点吓人。你是指我再也不会想与任何人在一起了？我不会想爱任何人，因为他们不可能给我我在内心找到的东西？

我并没有说再也不会爱任何外在于你自己的人或物。我说你再也不会需要任何外在于你自己的人或物。我再说一次，爱与需要并非同一件事。

如果你真的有我描写过的内在合一的经验，其结果会与你害怕的正相反。一点也不是不想与任何人在一起，你会想要与每个人在一起——但现在，为了一个全然不同的理由。

你不在试图与别人在一起，以便从他那儿得到什么。现在你渴望给他们什么东西。因为你会全心渴望去与他们分享你内心找到的东西——对一体的经验。

你会与每一个人寻求这一体的经验，因为你知道这是你存在的真相，而会想你自己的经验里认识这真相。

这是当你变得“危险”的时候。你会爱上每个人。

是的，那的确是危险，因为我们人类已经创造了一种生活，在其中，一直与每个人感觉一体会给我们惹麻烦。

然而现在你也明白其原因，所以你能避免所有这一切。

嗯，是的，我现在的确知道，需求、期望与嫉妒真的是了不起的爱之终结者。不过，我仍没把握能将自我的人生中消除，因为我没把握自己知道其处方。我的意思是，说“别在那样做了”是一件事，而说“这是方法”又是另一件事。

那就是你与我的友谊发生作用的地方。

与神的友谊让你“知道处方”——不止是摆脱需求、期望与嫉妒的处方，并且是所有人生的处方，历来的智慧。

你与我的友谊也会容许你去实际化这智慧；让他实际，让他真实，让他活在你人生中。明白是一件事，能够用你所明白的又是另一件事。拥有知识是一件事，而拥有智慧又是另一件事。

智慧既应用了的知识。

我会显示给你看如何应用我给了你的知识，我一直在显示给你看。然而如果我们是朋友，你比较容易听见我。然后我们可以真正的飙！然后我们可以真的飞！

我们在这儿谈的是关于与神有真正的友谊，不是假友谊，不是个假装的友谊，不是一个时有时无的友谊，而是一个重要的、有意义的、密切的友谊。

我正在带领你走过会帮你做到的那个步骤。头三步是：

1. 认识神。
2. 信任神。
3. 爱神。

而现在我们要看第四步：拥抱神。

拥抱神？

拥抱神。亲近神。

那是我们在这儿一直在讲的事。我们一直在讲如何亲近神。

我喜欢那样做。我喜欢与你亲近。我一向想亲近你。只是不知如何做。

现在你知道了。现在你知道一个非常好的方法了。借由每天少许黄金片刻与安静同在，与自己同在。这是你可以最有利开始的地方。

当你与自己——真正的自己——在一起时，你就是与我在一起，因为我与自己是一体的，而自己与我是一体的。

如我以前跟你说过的，有不止一种方法。达到自己不止一条路，而达到神也有不止一条路，那是世界上每个宗教都该去了解——和教导——的事。

一旦你找到你自己，你也许希望开始移出自己，去创造一个更新的世界。要做到这个，你只要触摸别人以你喜欢自己被触摸的样子。看别人有如你喜欢你自己被看到的样子。

己所欲，施于人。

一点都没错。拥抱别人有如你会试图拥抱我的样子。因为当你拥抱别人时，你的确拥抱了我。

拥抱所有的世界，因为所有的世界拥抱了我是谁及我是什么。

不拒斥世上任何东西和世间任何人。然而，虽然你是在世界里，而世界是在你里，但记住你是要比它大的。你是它的创造者。因为你正在创造你自己的实相，与你正在经验它一样确定的。你同时是创造者与造物，如我一样。

我是“以神的形象和肖像”造的。

是的。而在任何既定的片刻，你能选择具有做创造者或被造物的经验。

我能选择“在世但不属世”。

我的朋友，你在学了！你在用我给了你的知识，将它转成智慧。因为智慧是应用了的知识。你在变成一位信使。我们在开始以一个声音说话了。

与你为友的是意味着与所有的人，与每样东西——每个境况与条件——为友。

是的。

万一有个人或状况是你不想再看到在你人生中产生影响的呢？万一有个人或状况是你发现很难去爱，你发现你自己想要抗拒的呢？

你所抗拒的，会持续。

记住这个。

那么，解决之道呢？

爱。

爱？

没有爱无法解决的情况、境况与难题。这并不意味着你必须屈服于凌虐。我们之前讨论过这点。它的确意指，为你自己和别人，爱永远是解答。

没有爱无法治愈的人。没有爱无法救的人。的确，根本没有什么好救的，因为爱就是每个灵魂的本质。而当你给了别人的灵魂它本有的东西，你就已将它给还了它自己。

那就是我说你为我们做的！而那已变成了我的基金会的使命宣言。那是我试着写使命宣言时，来到我中的话：将人们给还他们自己（To give people back to themselves）。

你以为这是出自以外吗？

我想到现在我该学乖一点了吧！

也许你该。

没有一事是出自以外，是不是？

没有一事。

我的进入广播不是，我的去住在南方不是，我在一间黑人的广播电台谋得一份工作不是，我在“黄昏的首府”与捷·捷克森会面不是。全都是非常非——意外的，是不是？

是的。

我想当我和捷第一次见面时我就已经知道了。在我们之间好象有些什么命中注定的事。我无法解释它；只是我有的一个感觉，几乎从我踏入他的办公室那一刻开始。我很紧张，没错，因为我不顾一切的需要工作。但在我坐下之后，我几乎立刻感觉到，事情的结局会是没问题的。

捷是个非常棒的人。当我渐渐认识他时，我发现他具有同情心，深刻的了解人类情境，不可置信的友善，并且，最重要的是，在人情上很有仁心。每个人都爱他。

捷看到每个人的正面。他给每个人一个机会。然后第二次机会，和第三次。替他工作是个梦。当你做了一些好的事，他从不会错过它。你会立即收到一张便条，永远用软头笔写的：预算故事写得好，或，关于修女的采访——太精彩了！这些便条像一阵疾风般飞离他的书桌：每天你都可以在编辑室里发现它们。

我喜欢捷。当他英年早逝时，我简直无法置信。

我猜，他才年约四十多岁，应该是有某种肠胃问题吧。或许是更大的问题，我不知道。我只知道我跟他身边工作的最后几个月，他除了软塌塌的东西外什么都不能吃。吃的主要是婴儿食品，或燕窝粥。那是他唯一能吃的东西。

那时我们是在“安尼阿仑戴尔时报”。“黄昏的首府”已被买走了，而捷，夥同他父亲和哥哥，买了另一家小报，是安尼阿仑黛郡（安那波里斯是其首府）的周报。当捷打电话来问我是否要做“时报”的创报编务室经理的工作时，我仍在“首府”工作。但我花了两秒钟便决定了。

在第一家报社，我得到了一个丰富的开放教育，但我在这一家学到的更多。一个小得多的刊物，职员很少，每样事都需要亲手准备。但我学到了有关版面设计和剪接的事。

我也是摄影师（我必须很快的学会如何使用照相机，甚至如何在暗室作业），及首席（其实是唯一）的记者。因着报纸出版不饶人的截稿时间，我对在压力之下运作也学到很多。

在此我希望你们“了解到”的是，我发现了我甚至不知自己拥有的才能。我也发现，只借由压迫自己去那样做，我可以召唤来这些才能。这于我是个主要的启示。这是个主要的信息。从顶峰来的一个备忘录。神在告诉我我只后用过无数次的一些事：人生始于你的安适区终止之处。

我以前曾说过这个，并要在说一次。别怕在你的人生中伸——展。伸向你手所及更高之处。在一开始也许看来会很吓人，但你终会享受它。

至于我，我爱它。我因之健旺。我还嫌不够呢！而捷看出了我的那一点。他看到我有那特质，而他将之提取出来。在那些较年少的时日，我往往为不安全感所困，但捷知道我是块什么材料。他将我给还我自己。所有的大师都那样做，而借由如此做，他们给了对方最大的祝福。

我在捷的监护之下，在他坚定却温和的指导之下，以及他“没有不可能的事”的招牌领导之下绽放。事实上，我很快便采纳它，归为己有。它与我父亲教我的：你能做任何你决心去做的事；或如我母亲说的“精诚所至，金石为开”非常相似。

如我说过的，当捷英年早逝时，我真的是非常震惊。我不认为一个那么好的人该走得这么早。

他的工作完成了。

我明白。我现在明白了。但当时我并不了解。我迷惑不解，并且伤心。如果这是给真正好人的奖赏，意义何在呢？那是我脑子里的想法。在那些日子，我甚至不确定，有没有来生这回事。我不知道死后有没有生命。捷的死让我震惊。但也让我注意到这个问题。

你找到答案了吗？

找到了。我在捷葬礼那天受到了我的答案。

那是怎么发生的？

杰本人给了我那答案。用三个字，在墓园里。以他自己的声音。

10、人生的目的是在每一个瞬间重新创造你自己

或许一座墓园不太像是能找到启发的地方，但我却是在那儿找到的。至少，找到其中的一片。

我去安那波里斯的圣安尼教堂参加捷的丧礼，但去晚了，发现那儿几乎已座无虚席。城里一半的人必定都在场，但不知为什么，有所有那些公众的哀悼者在，我多少觉得多余。我猜我是想要一个只有我俩的私人片刻吧！我失去了一位挚友。他对我就像个大哥一样。

我离开了教堂，决定当天迟些时候再到他的墓旁，给捷一个我个人的“仪式”，我自己私人的道别。两小时后，我想每个人都应该去过并离开了，我就出发去圣安尼墓园。我猜对了，已没有一个人在那儿。我开始找捷的墓，跟他到别。但却到处找不到。我看着一行又一行的墓碑，但就是没有艾尔墨·捷·捷克森二世。我回头再找一遍。还是什么都没有。

但我可以发誓，我听到了捷的声音。

然后我又听到了：

我变得挫败起来。也许终究我是该紧跟着送葬人群的。我是否来错了墓园？我是否找错了地方？我真的想跟捷道别。我真的想要这个片刻。而现在天已开始下毛毛雨，也起风了，看起来像是正在酝酿一场暴风雨。喂，老捷，我在我脑子里大叫，你在哪儿？

你知道，当站在红绿灯前，你想要他变，而他不变时，你在脑子里就会大叫：喂，快变哪，该死的！我现在就是在这样做。虽然你并没真的期待那灯就在那一刹那、就在当下改变。而我也并不真的期待在一座墓园里听到一声回答。（事实上，最好不要。）

但是我听到了。而我也被它吓呆了。

在这边。

他只是说了这些。但那是他的声音。捷的，像钟声一样清脆清晰。它来自我的正后方，而我很快的转过身来，几乎鞋子都掉了。

没有人。什么都没有。

在这边。

这回它来自更远的地方，在我现在面对的方向，但是在上方，过一个小丘之后。一股寒气窜上我的背脊。那是捷的声音，而不是某个听来像捷的人。那是捷。

但那儿没有任何人。所以我随即以为可能是墓园的管理员晃进来了。也许他看到我在找，而猜到我在寻找一个新挖的墓。也许他是某个真的听起来很像捷的人。

可是真的没有人在那儿。我真希望这时有个人在那里。我真的希望。因为这声音并非我想象出来的。我听见它，就像片刻后我听见自己心跳一样的大声又清楚。

我快跑到小丘后。也许有人在那儿，我只是无法由这里看见他而已，我推理着。我在丘顶找到了一个有利的地点，望向四周。

没有人。

然后我又听见那声音——现在轻柔些了，字句被安静的说出来，好像捷就在我身后。

在这里。

我转过身，这次是慢慢的转。我害怕了我必须承认。但恐惧很快就变成了讶异。捷的墓碑就正对着我。我站在他的坟墓上。

我跳离那一坯土，好象我站在一只鲤鱼身上一样地。对——对不起，我道歉的说。我不知道我在跟谁说话。

不，我是知道的。我是在跟捷说话。那时我知道他就在那儿。我知道他“死”而犹存，并且，他叫我到他墓旁，以便我们有个最好的、私人片刻。

我眼中溢满了泪水。我坐在地上，休息了一会儿，喘口气，看着新刻在大理石上的捷的名字。我等着他说些别的什么。但他没有。

“那么，”一会儿我说，“死是什么感觉？”

我在试图轻松（lighten）一下。但是，我看见了远处的闪电（lightening）。暴风雨正在接近中。

“听着，捷，”我在我心里说，“我想要谢谢你为我所做的一切，并且谢谢你对每一个人所做的。你曾是这么多人的灵感。你会以这样一种仁慈而关心的方式触及这么多生命。我只想说谢谢你。我会想念你的，捷。”

我开始轻轻哭泣。然后我收到了捷最后的交流。这回不是以语言的方式。它是种感觉。一阵席卷过我的爱的感觉，好象有人在我肩头披上披风，并且轻轻地挤压我的手臂。

我无法进一步的描写它。没有言语。但我就是知道，捷没什么事，他很好，而我也会很好。我了解当下的每样事都是完美的。它正是它本该是的样子。

我站了起来。“OK，捷我懂了。”我展开笑颜，“没有什么是不可能的。”

当我转身走下小丘时，我可以发誓，我听到了一声低低的轻笑。

你俩再那儿分享了美丽的一刻。谢谢你。

他是在那儿，对不对？我的确听到了他，对不对？而他也真的听到了我。

是的。

是有死后的生命的，是不是？

生命是永远的。死亡并不存在。

我很抱歉我还是问了这个问题。时至今日，我该永不怀疑这些事才是。

永不？

永不。一位像佛陀、克里希那和耶稣那样的真大师，永不会怀疑。

那么，“父啊，你为何舍弃了我？”这句话又怎么说呢？

哦，那是……我不知道。我不知道那是什么。

怀疑，我的孩子。那是怀疑。虽然或许只有一刹那，只有一秒钟。所以，我的朋友，请明白这个：每位大师都过他的革责马尼花园。（译注：见新约耶稣受难前，在革责马尼花园守夜的故事。前一句及这些话皆出自其中。）

在那儿，他问了每位大师都会问的问题。这可是真的吗？我有没有假造出这一切？是否神的意志要我喝这苦杯？（译注：同上，苦杯指被订上十字架的整件事。）或它可以不入我口吗？

有时候我会有一些这种问题，我也并不勇于承认。

我知道，如果你现在没在跟我说话，你会轻松些。在许多方面都会轻松些。你可以释放所有这一切，放下这一切——所有你担起的这些责任，以带给人类一个信息，并有助于改变世界；所有这些你吸引到你身上的公众注意力，那曾将你的人生放在这样一盏聚光灯下的。

然而，我明白是你的意志要你继续下去的。在你人生中，所有一切都是你的意志要它发生的。是所有你人生的事件引领你到这一刻的。

你被给予了完美的母亲和完美的父亲，以让你准备好给你自己的这个任务；完美的家庭状况与完美的童年。

你被给予了传播上的天生才能，以及发展那些才能的机会。你在正适当的时候被放在正适当的位置，而别人也以正合适的方式被放在那儿跟你在一起。

那就是你为何会遇见杰·杰克森，以及他为何在你人生中有这样深的冲击的理由。那是你为何曾在巴尔的摩的黑人、南方的白人、非洲的土人用厄瓜多尔人之间工作的原因。那是你为何与住在外国、一无所有的活在极权统治下，受压迫而满怀恐惧的人们，以及住在你自己国家里，享有一切的世界著名的电影明星、电视名人和政治领袖结合在友谊及有意义的对话中的理由。

没有一件事是出于意外的发生在你身上，没有一件事是偶然发生的。所有一切都是被召唤来的，以使你能体验并知道你所选择来体验和知道的东西，以使你能体验你对你是谁所曾抱持的最伟大憧憬之最恢宏版本。

那么，我想我与乔·阿尔顿的相遇也是出自同一类吧！

你想得没错。

你知道，如果我得以每一种有效的方式，将你的信息带给全国——并且，的确是带给全世界——那么有一天，我想我会需要知道有关政治界的一切。

知道的是你。你一向知道，你想带给世界新希望，而在一个很深的层面你非常了解，如果新希望要诞生，更别说能持久下去，政治和宗教会是必须做改变的两个区域。

从我是个小孩开始，我便一直对政治有兴趣。我刚巧（嗯哼）被给予了一个大半生都浸淫在当地政治里的父亲。他替候选人助选，他一定要认识政府官司员，而我们家永远挤满了法官司、市议员、桩脚和选区领队，他们许多人经常与我爸玩牌。

当我在十九岁到达安那波里斯时，我做的第一件事，就是去认识市长乔·葛利斯康和那警长乔·阿尔顿。既然我是在当地的广播电台工作，名义上我就是“实际的新闻工作者”的一员喽！所以去见这些人就比较容易些。我也有些事可提供——一点广播时间从不会不利于任何政客的——而我给了这两个乔很多时间。

在我遇见乔·阿尔顿不久之后，他出来竞选我们那区的州议员代表，并且获得胜利。我非常喜欢乔；大多数老百姓也一样。他高票当选，而当安妮·阿仑戴郡的一些公民开始鼓吹一种特许状开式的政府时，（译注：即由政府给予一群公民许状，特许其成立组织，并给予其他应享之权利。）乔被推去主导那个运动。而我也就卷入了要求“自家治理”的运动里，当那运动得胜时乔·阿尔顿即进一步选为安妮·阿仑戴郡的第一位郡行政长官。

几年之后，当我发现自己回到安那波里斯的“安妮·阿仑戴时报”时，有一天乔·阿尔顿打电话给我。

他喜欢我报导郡政府的方式，而现在他正在竞选行政官，需要一位新闻副官。但他们的电话并没直接打给我，而是打给杰。

我猜他是不想得罪本地周报的所有人，而忖度他最好在提供我工作前先探探口风。在他死前约三、四个月，有一天下午，杰走进我的办公室，说：“你的朋友，乔，要你去为他的竞选做事。”

我的心猛跳了一下。我总是被给予这些不可思议的机会。它们老是突然落在我怀里。杰看到了我的兴奋。“我猜你会去，嗯？”

我不想领他失望。“如果你真的需要我，我不会离开，”我说，“你一直对我那么好，我欠你的情。”

“不，你没欠我。”？纠正我说，“你欠你自己。永远记得这个。如果你能不伤任何人而得到某些你想要的东西，你就有义务去追求它。清好你的桌子，走吧！”

“现在？”

“为什么不呢？我可以看见你的心已在哪里，强留你，叫你数着日子直到离开没什么意义。所以你走吧！”

杰伸出他的手，而我握住了它。“我觉得很有意思，”他笑着说，“从初出茅庐的记者到编辑部主任。这趟旅程不错吧！”

“是啊！”

“我们也玩得不错。谢谢你带我们走这一趟。”

“不，谢谢你们带我同行。”我哽住了，“谢谢你给我机会。当你给我这份工作时，正是我最需要它的时候。我永远不会忘记。我不知道有什么办法能回报像那样的事。”

“我知道。”杰说。

“怎么办？”

“传下去。”

就是嘛！我怎么能离开这家伙？我怎么能舍弃报社？杰看见了我脸上的表情。“想都别想。”他说“整理好你的东西，离开这里吧！”

然后便走了。就是那样。走出我的办公室，走上大街。但当他离开的同时，他头没回的抛下了一句话：“别回头，朋友，永远别回头。”

那是我最后一次看见他。

他给了你很好的忠告。

真的？我们永远不该回头，永远吗？回头得不到任何好处吗？

他的意思是：“别事后有先见之明。”要向前进，而不要有事后的先见之明，不要一直自觉有罪，不要迟疑不决。你的人生是走在你前面，而非在你后面。往者已矣，你无法改变它，但来者犹可追。

是的，但心有遗憾不行吧？

只要你不将遗憾与愧疚感混淆不清便没问题。它们是不一样的。遗憾是你宣告你没对你之是谁展现你最高的想法。愧疚则是你决定再也不值得去展现你最高的想法了。

你们的社会与宗教教你们的是一种要求你被处罚，而没有改过自新希望的愧疚。

然而我告诉你；人生的目的是在每一瞬间重新创造你自己，按照你曾对你是谁所持有的下一个最伟大憧憬之最恢宏版本。

在这事上，我加入了你做共同创造者，看见你走向何处，看见你为自己设定的途径和工具去丝毫不差的让你体验你所需体验的，去创造你所需创造的东西。所有这些都曾被你和我一同召唤前来。

那么，是谁的“意志”呢？

我告诉你那是神圣的意志。永远记住这个：

你的与我的意志，

是那神圣的意志。

喔，老天，那真太棒了。哇！那才贴切，不是吗？那才将它兜转过来。你总有办法做到。你有办法以不到十五个字来表达它。那是以另一个方式说你在《与神对话》里所说的：“你对你的意志就是我对你的意志。”

是的。

可是你在当时说了一些冲击到我的话。你说我不过是在“利用神”以使我的人生发生。不知怎的，那听起来就是不大对。我是指，那好像不是我该与你有的那种关系。

为什么不？

我也不完全明白。但我会被教以的是我在这儿是要供神所用的。当我在米尔瓦基的圣劳伦斯小学时，我真的以为我以后会进神学院，我记得修女们曾说过神用我来达到神的目的。从来没人说过是我利用神来达到我的目的的。

然而这却是我愿意的样子。

是吗？你愿意？

是的。

你要我们利用你？我们不是在这来为你所用？

要了解这点、要解决这点的部分问题是在，这对话是建立在一个分离的范型（Separation paradigm）上的。那就是说，我们在聊天，但你我不知怎的好像是彼此分离的——当然，那是大多数人类的想法。那是大多数人想像他们与神的关系的样子。所以如果为了更加了解，也许在那范型内谈是有用的。但我只想提醒你们，我们在此谈的是幻想，而非现实，非真实。

我了解。我同意谈到在“幻想”内的人生时，也许以幻想式的用语有

如果你们是在此为我所用，那么世界为什么是它现在的样子？这可能是我心中所欲的吗？或这可能是你们心中所欲的？我告诉你，答案是后者，而非前者。

你周遭的世界，分毫不差就是你心中所欲的。

我再说一次，因为你可能会听漏了。我说，你周遭的世界，分毫不差就是你心中所欲。

你心中所怀抱着对世界的想法，就是你将在周遭世界所看见的。你心中怀抱着对你自己人生的想法，就是你将在你的人生中所看见的。

如果我曾利用你来达到我的目的（如你在你狭隘的了解里所建构的），那我必然是个非常没效率的神。我仿佛什么都做不成！纵使你做为我的信使和助手，即使派我唯一的儿子（如果你们有些人曾以为的）到地球去，我都无法改变局势，改变事件的方向，创造一个我所欲的世界。可不可能我的目的就是要创造世界如它的现状呢？当然不是……除非……我的目的是让你们创造你们所选择的样子。那样的话，才是你们已达到我的目的，而我曾“利用了”你们。

然而，你们也“利用了”我，因为唯有经由住在你们内的创造力量——我给你们的力量——你们才能创造你们梦想的世界。

这是我们梦想的世界？

如果你没梦到它，它不可能存在。

有很多时候，这仿佛是最可怕的梦魔世界。

梦魔也同样是梦。它们是一类特殊的梦。

我如何能摆脱它们？

改变在你心中所抱持的对世界的想法。它是我先前说过的同样过程的一部分。累考你将要思考什么。思考美好而神妙的东西。思考光辉的片刻、光荣的愿景、爱的表达。

“首先寻找神的国度，而所有其他的都会加给你。”（译注：新约名句。）

一点都没错。

并且在过程中利用你，利用神？

神即那过程。过程即我是谁。它即你称为生命的过程。你无法不利用我。你只能不知你在那样做。然而，如果你有意识的用我，如果你带着觉察和意图用我，所有的事情都会改变。

这是创造与神的友谊的第五步。

利用神。

请告诉我该如何做。以那种说法来思考此事，还是觉得非常奇怪。我需要你帮助我了解，利用神是什么意思。

这是指利用我曾给过你们的所有工具和礼物。

创造性能量的礼物，它容许你去以你的思、言和行，来形成你的实相，并创造你的经验。

温和的智慧之礼物，它容许你明白什么时候最好不由外表下判断的真理。

还有纯爱之礼，它容许你去祝福和接受别人，不带条件，给他们自由去做他们自己的选择，实行它们，并且也给你神圣的自己自由去做同样的事。你们每个人重新创造你们自己，按照你们对自己是谁所曾抱持的下一个最伟大憧憬之最恢宏版本。

我告诉你，在宇宙里是有一个神圣的力量，而它是由创造性的能量、温和的智慧及纯爱所构成的。

而当你利用神，你只不过是利用这神圣的力量。

“原力量与你同在。“May the force be with you .译注：“星际大战”中的名句。”

一点都没错。你以为乔治·鲁卡斯是无意中想出那一句的吗？你以为那点子是无中生有的吗？我告诉你，是我启发了乔治去想出那些字眼，以及其背后的想法，正如我现在正启发你想出此地的字眼与想法一样。

所以现在走吧，去作你赋予你自己去做的事，“用力量”改变世界。

并且利用我。一直、每天利用我。在你最黑暗的时刻和你闪耀的时刻，在你恐惧的片刻和你勇敢的片刻，在你的快乐和你的沮丧时，在你的高潮和你的低潮时。

我告诉你，你曾拥有所有的这些，也将拥有所有的这些。因为每一件事都有它的良机，天底下的每个目的都有它的时机。

生有时，死有时：

栽种有时，收获栽种的亦有时：

杀戮有时，治疗有时；

拆毁有时，建筑有时：

哭有时，笑有时：

哀悼有时，舞蹈有时：
抛石有时，堆石有时：
拥抱有时，戒避拥抱亦有时：
寻找有时，遗失有时：
保存有时，舍弃有时：
撕裂有时，缝缀有时：
缄默有时，言谈有时：
爱慕有时，憎恨有时：
作战有时，和睦有时：

“译注：以上与“旧约训道篇”同。

现在是做什么时机？这就是问题所在。你现在选择要它的是的什么时机？你有过所有的这些时机，而现在是你选择你“这一次”希望经验什么的时机。

因为所有那些发生过的一切，现在都正在发生中，而所有将会发生的一切，现在也都正在发生中。这是永恒的片刻，你的新决定的时机。

世界在等着你和你的决定。它会将你置入存在你东西放到适当的位置。你会将你是的东西放入存在。

这是它运作的方式。这是它的模样。现在是你对这真相觉醒的时候。走出去，向所有的世界散播这信息：你们的拯救即将到来。因为你们曾向我祈求：“拯救我于凶恶！”（译注：耶稣亲授《圣经》的最末一句。）而我将以在此找到的信息再次这样做。我再一次伸出友谊之手。

与神为友。

我永远（always）在此等你。

以所有一切的方式（All ways）。

11、在混沌中自有秩序，在设计中自有完美

谢谢你给我这神奇的对话，谈如何与神为友。我与你又共享了一段美妙的时光。而光是这五个最初的步骤——认识神、信任神、爱神、拥抱神、利用神——就可以改变人们的生活了。

是的，但要有耐心。而且选有两个步骤呢。

我知道。但下一步我就需要一点帮忙了。

帮助神。

是的。我需要一些帮忙以了解你为何需要帮助。我以为你是不需要任何东西的。

我不需要帮助，但我享受得到帮助。它使事情更容易些。

容易些？我以为在神的世界里是没有困难度的层次的。你是不是违背了你自己呢？

在终极实相里是没有的。当我在此与你谈话时，我大半用与你们的幻想一致的用语，如果我总是以和终极实相一致的用语跟你说话的话，我们根本就无法有任何对话了。你无法了解。甚至当我偶尔那样做时，对你而言都是非常大的挑战。

但困难在于，你们没有字眼来表达大半要传达的东西，而对那些你们真的有字眼的，你们又没有一个是放它们在里面的。“范畴”（context）。这即是许多性灵的和奥秘的杰作之困难所在。它们试图提出于上下文之外的有限文字去传达有关终极实相的真理。

那必然是为何这么多性灵写作和神圣经典被训解的原因了。

你说的没错。

所以，在我了解的范畴内，你说你以我的帮助“使事情更容易一点”是什么意思？

我是指，那使事情对你而言更容易一点。

喔。我以为你是指使事情对你而言容易一点。

就一方面而言，我的确是，那的确。但你明白吗，此地是我们又涉及了那“范畴”的地方。当我说像那样的话时，我已跨到终极实相的范畴里去了。在终极实相里，对你有帮助的东西也就对我有助，因为在终极实相里你和我是一体。在我们之间没有分离。然而在你们所住的分离范畴之间，在你正经验的幻想之内，这样一个声明是无意义的。

在这整个对话中，我都非得做那种跨越，从一人范畴转入一个，以便解释那些只借由停留在你们自己俗世经历架构内所无法解释的事情。

由此，当我说“帮助神”时，我的意思是什么，就是如神奇的罗勃·海因连恩(Robert Heinlein)会这样说的，是个让你“心领神会”(grok in fullness)的挑战。

很多人甚至无法心领神会“心领神会”的意思是什么！

嗯，一点都没错。那正是问题所在。

那么，我们为什么不就说，当我帮助神时，会使事情对我们而言更容易些？但现在，告诉我，它是如何使事情容易一些呢？

为了让你了解这个，你必须先了解神在试着做什么。你非得了解我在搞什么。

我想我知道。你在现在的每一个片刻都重新创造你自己。你以下一个你会对你是谁所曾抱持的最伟大憧憬之最恢宏版本来这样做。而你是以我们，做我们，并透过我们去这样做。就此机时言，我们即你。我们是神的身体的组成分子(member)。我们是神，“正在成神”(Godding)。

我的朋友，你记得很清楚。我们又再一次的以一个声音说话。这很好，因为你是许多信使之一：不只是光的寻求者，而是光的使者。

而那就是我如何能给你最大“帮助”的地方！我能以重新忆起(remembering)给予你的最大帮助。或，如你会说的，“重新级合”(re-membering)。那就是，再一次变成神的身体中的一个组成分子。

你已真正的了解了。你已完全领会它的每一个细微差异。而现在你如何能帮助神，就是从容的、和谐的、有效力的过你的日子。你可以借由我曾给你的三样礼物达成这三种生活方式：创造性的能量、宽大的智慧及纯爱。

我曾将创造性的能量放在你整个的存在内，以及每样由之而出的东西上。思、言和行是创造的三个工具。当你明白这一点，你便能选择做你经验之起因，而非承受其后果。

人和按照你对它的意图前进。当你觉察到此，你更可以有意的过你的生活。你思考的事，你有意的去想。你说的话，你有意的去说。你做的事，你有意的去做。

而当你做某事有人说“你故意那样做！”时，那将不是个控告，而是赞美。

你做的每件事，都是故意去做的——而的确，在你人生中的每个片刻，你的目的都是去过你对你是谁所曾抱持的最伟大憧憬之一最恢宏版本。当你用创造性的能量时，你帮助神更是神，并帮助他体验他自己。

我已将温和的智慧放在你的灵魂里。当你用这个礼物时，你在任何状况下都能和谐的活着。你的存在便是和谐本身。

和谐是指感受你正在经验的片刻、人、地或境况的振动，并与之混合。混合并不是指相配。以和声唱歌并不是指同声齐唱。但它的确意味着一起唱歌。

当你以和声唱歌，你就改变了整首歌唱出来的方式。它变成了一首新歌，一首不同的歌，那就是灵魂之歌，没有比它美的了！

将温和的智慧带到你的每一瞬间。看看它改变瞬间。看看它改变你。

在你内，有那温和的智慧。我曾将它放在那儿，而它从未离开过你。在困难和危急时，在做决定或修好时，召唤它，它会在那儿。因为当你召唤它时，你便是召唤我。当你用温和的智慧时，你帮助了神更是神，并帮助他尝试去体验他自己。

我曾将纯爱放在每颗人心里。它即我之为这，也即你之为你。你的心充满了这爱，以致满溢。它快胀裂了。你的整个自己都被它渗透。它是由纯爱组成的。纯爱即你是谁。

当你表现纯爱，你就给了自己你是谁的直接体验。它是最伟大的礼物。看起来好像你在给别人一个礼物，其实你是在给自己这个礼物。那是因为房间内并无他人。只是看起来好像有。纯爱容你看见真相。

当你来自纯爱的境界，你过的是一个对每个人都有益的生活。你让每个人都必然因你曾在此而获益。“仁慈”（kindness）对你变成一个重要的字有突然之间，你了解了它更深的意义。

仁慈不只是指善意，它是指相同。当你住在纯爱中，你领悟到你与所有其他人都是“同类的”（like kind）。你们真的是亲人（kin），而现在，突然之间，你明白当你表现纯爱时，你在表现仁慈（kin-dness）。

那就是性情相投的人（kin-dred spirit）的意思。这就是明白所有东西一体的意思。而当在任何境况下你用纯爱时，你就是帮助了神更是神，并帮助他尝试体验他自己。

当你帮助自己达到神时，你便是在帮助神。因此尽量用吧。帮助你自己尽量享用神吧！因为这是生命的食粮，所有一切都由之得到滋养。

拿去。吃这个，因为这是我的身体。“译注：在“最后晚餐”时，耶稣祝福未发酵之麦饼时对门徒们说的话。”

你们全是身体的组成分子。现在是重新组合（re-member）忆起的时候了。

如果事非如此，我不会这样告诉你。这是最伟大的真理，因此助我/神吧！“译注：So help me /God. 这本来是习用于法庭上发誓所说为真话时所说的 So, help me, God”。

我从来没见过字眼像那样拼在一起还如此充满了意义的。这一切是如此的——对称。

神是对称的。神是完美的对称。在混沌中自有秩序。在设计中自有完美。

我看出来了。我看到我这一生的设计之完美——甚至是我朋友乔·阿尔顿坐牢的这件事。虽然当它发生时我很震惊。乔是被发现犯了一些与选举献金有关的相当轻的罪，而在宝州艾仑伍德联邦监狱——一个最低防护的牢房——里待了几个月。

在这整件事里，我学到的教训——我一直明白却已忘怀——是的，在我们中少有圣人。我们所有的人都在尽量做好，但许多人都失足跌倒。

这个忆起有且于我避免去判断人，在当别人的弱点由他们的行为暴露出来时——并且当我的弱点由我的等为暴露出亚时，也不判断我自己。那并不容易，而我也不能总成功。但自从我加入安妮阿仑戴尔的政治圈的日子后，我一直在努力。它们教我要一直努力。

不过，我被推到乔·阿尔顿的面前，我想还有一个与此无关的理由。就是我想念在某个层面我一定晓得，我必须训练自己与公众相处，与一大群人一对一的打交道。我再也无法挑一个更好的训练者了。

乔·阿尔顿几乎比我遇见过的任何一个人对人性有更胜一筹的了解。我与他一同工作，从一个低级助选员做起，然后是郡政府的一个低极职员。我有机会看到他将那了解付诸行动，而它戏剧性的改变了我自己与人打交道的方式。

乔不论走到哪里都被人包围着。在公共集会时，他们会挤在他周围，对他拉拉扯扯。每个人都想和他要个私下的片刻，一个要求小惠、请求帮忙的机会，或只是要他注意他们。

他们从四方汹涌而来，但我从未看到乔·阿尔顿拒绝过一个人。不论时候多晚，或他待了多久，或当他离开后还有多少事得做。他必定注视每一个人，必定给他们全部的注意力。

一天晚上，在这样一个公共集会之后，我在扮演“领头人”，排开众人，缓慢的由房间前头开一条道到门厅后面，再到我们等着的车。而当我们终于爬进了车后座时，我不可置信的转向乔说。

“你怎么办到的？”我问，“你如何能如此热心？所有那些人，那么贴近你，每个人都跟你在要些什么？”

“事实上，给他们他们所要的是非常简单的。”知露出笑脸。

“他们要什么？”我必须知道，“他们跟你要哪些东西？”

“他们所有的人要的都是同样的东西。”

我神情古怪的看着他。

“你难道不知道所有的人都都要什么吗？”

“不知道。”我必须承认。

乔直视着我的双眼说：“他们全都要被听到。”

三十年后，现在每当我走出会议室和演讲厅，而人们由每个方向冲着我而来时，我都会记起乔。

每个人都想要被听到，而他们值得被听到。他们从头到尾看了你的书，并且用心去看。他们给了你他们的一部分，而他们也想要你的一部分，那是公平的。那是乔·阿尔顿明白的事。那是他深刻了解的事。他并没给出去任何东西。他是给回去。

我在我的巡回演讲中又由一些很棒的人那儿学到了那点。作家韦恩·戴尔总是跟他的听众说：“我会留在这儿，一直等到你们中最后的一个人的书都得到了我的签名，并且我都有个机会与你聊聊为止。”许多其他的演讲者也一样。他们留连不去。他们在给回去。

有去就有回。

乔·阿尔顿也是第一个教给我这个智慧的人。三十年前，在一场政治选举的混战中，我学到了“有去就有回”。

有天夜里，很晚的时候，在一场长而艰辛的辩论后，我们在拖车里。当晚乔的对手无情的谴责他，对于选战的实质议题说得非常少，反而忙着做人身攻击。所以当我回到拖车时，立刻直直的走向打字机。我打字打得飞快，写了一篇锐利又简洁的反驳——现在我回想，自己仍觉得那是一篇口才没得比的指责。

“但关于他所说的所有那些事又如何呢？”

“我们可以降到他的水平，”乔安静地说，“但或许我们也可以超越他的水平。你选择哪一个？”

“但是，但是——”

“——你选择哪一个？”乔再问道。

乔漫不经心的笨重地走过来。“你在打什么。”

“你明天给报社的声明，对那些恶毒攻击的回应。”我以一种“还有别的可能吗？”的语气回答。

但乔只低声咯咯的笑。“你知道这不会用这些的，你知道的！”

“为什么不呢？我们应该反驳！我们不能让他脱逃！”

“好吧，”乔同意的说，“那么，我的声明将是这样。你可以打了么？”

好了，我自己暗想，现在我们有戏唱了！乔会比我说得好多了。

“你说。”我的指头在待命。

但乔只口授了一句话的声明：“我很遗憾看到我的对手对他自己这样做。”

“就这样？”我大叫，“就这样？”

“就这样？”乔重复到。

我瞄了一眼我写好的几页。我重读了头两段。然后我把它们都撕了。

“选得好，”乔说，并拍拍我的肩。“你今晚长大了。”

现在我要告诉你你也许还没领悟到有关那人生经验的一些事。

什么事？

当你用你的那儿获得的洞见时，你是在利用神。当你在像这样的一本书里用到那个故事时，你是在利用神。因为你拿了我给你的一个礼物，去送给全世界。

你明白吗？这不只是个有意思的轶事。这不只是个简单的人生插曲。你将这事带到了你自己身上，而现在你将它与我们分享，是有理由的。你试图改变你自己，并且改变了世界。

在这书里说你人生的故事，是比满足你的读者对于你过去的好奇意义多得多了。因为它是让别人记起他们也一直知道的事。

现在，对称是在此，这设计的完美也是在此：三十年前，你的灵魂很清楚，什么人、地与状况会提供完美的经验，让你准备好去在改变世界中扮演你的角色。你的灵魂也知道，如果你选择了那些经验，你从它们那儿收到的，会有你在三十年后会用的持久价值。

哇！

你真的以为任何事都是意外发生的吗？

我再次告诉你，在设计里有完美。

人生没有一事是意外发生的。没有一事。

你生命中没有一事是偶然发生的。没有一事。

没有一事的发生是不会产生对你有真实而持久益处的机会的。没有一事。

每个片刻的完美或许对你而言不明显，然而那不会使那片较不完美。它也不会是较差的一个礼物。

12、 你的每句话都是给神的语音邮件

当我退得够远去看那设计，去看织入我人生布料的巧妙细微的美时，我充满了感激。

那是在创造与神的友谊里的最后一步，即第七步：

感谢神。

它是几乎自动的一步。如果你由第一步到第六步都做了，它便是那自然发生的、自然随之而来的东西。

你一辈子都没认识神如神真正是的样子。现在你可以了。

你一辈子都没信任神如你希望你能的样子。现在你可以了。

你一辈子都没有爱神如你想要的样子。现在你可以了。

你一辈子都没以一种亲近拥抱神，以使神成为你的经验之一个非常真实的部分。现在可以了。

你一辈子都没利用神如你会利用你最好的朋友的样子。然而现在，既然你们已如此亲近，你知道你能了。

你一辈子都没有有意的帮助神，因为你不知道神想要任何帮助，并且，纵使你知道，你也不知道如何给予助力。现在你知道了。

你不认识神并不是你的错。因为你如何能认识一事，当每个人都在告诉你另一件事的时候？

你不信任神并不是你的错。因为你如何能信任你并不认识的东西？

你不爱神并不是你的错。因为你如何能爱你并不信任的东西？

你不拥抱神并非你的错。因为你如何能拥抱你并不爱的东西？

你不利用神并不是你的错。因为你如何能利用你并没有握持的东西？

你不帮助神并不是你的错。因为你如何能有助于对你没有用处的东西？

并且，你不感谢神也不是你的错。因为你如何能感谢你无法有助于它的东西？

然而，今天是新的一天，现在是新的时刻。而你的选择是个新的选择。它是个重新创造你与我的个人关系的选择。它是个终于选择与神为友的选择。

世上的每个人都想要那样。至少每个信神的人。我们一辈子都在试想与你为友。我们试图取悦你，不得罪你，找到真正的你，希望你能找到我们——我们什么都试过了。但我们还没跟随这七步。至少，我显然没有。不是以你将它们铺陈在这儿的样子。所以，谢谢你。但我可不可以问你一个尖锐的问题。

当然可以。

为什么感谢是必要的呢？为什么我们感谢你是如此的重要？它为什么是七个步骤之一？你的自我难道有这样的需要，以至于如果我们不显示对你的感激，你便会拿走所有的东西？

正好相反，我是个如此有爱心的神，而你们借由显示感激，便会收到所有的好东西。

那听来像是以反向说同样的事。我必须显示我的感激，才能收到东西。

你并不必那样，那不是个要求。许多似乎毫不感激的人，却享受着好东西。

好吧，那么样我就完全晕头转向了。

我并不要求感激。它并不是个自我的安慰剂，讽刺短剧的润滑剂，轮子的注油器。它并不会使神下一次可能对你好些。不管你感恩与否，生命都会送你好东西。但有了感激，生命会更快的送它们给你。那是因为，感激是一种存在状态。

记得我说过“思考是最慢的创造方法”？

记得。我还为之大吃一惊呢。

你不该吃惊的。你只是毫不思索的演出你身体最重要的机能。你不会去思考眨眼睛、呼吸或心跳的事。你不会思考有关出汗或说“哎哟”的事。这些事就这样发生了，因为你是人类（Human being）。也就是说，一个人（human），逗点，存在（being）。

是的，我记得。你先前说过，在所谓潜意识的经验层面，有些人生机能和经验是毫不费力的自动创造出来的。这是否就是我们的创造最有效率的地方？

非也。当你不是由潜意识创造，而是由超绝意识（supraconscious）创造时，就是你最有效力、最有效率，并且最迅速的创造。

超绝意识是给你达到的那经验层面的命名，就是当超意识（supraconscious）、意识和潜意识全都卷成一体——然后被超越时。这是个在思想之上的地方。它是你真正的存在状态，而这真正状态即你真正是谁。它不被你的思想干扰、感动、或影响。思想并非第一因。真正的存在才是。

我们现在就正在非常深刻的探索最复杂的奥秘知识（esoteric understandings）。此地的区分，细微的差别，已变得非常的微妙了。

那没问题，我想我已准备好了。请说吧！

好的。但记得，这儿将是我们碰到一些语言问题的地方。我在此所必须做的是，跨越到一个更大的文本里去，而由一个终极实相的立足点去说，然后跨回到幻想里，那即你现在居于其中的实相，希望你能了解这样的转译。

我了解。让我们开始转吧！

你确定吗？此地路可不好走哦！这将是会很艰苦的进展：是我们对话至今最困难的部分。你或许会想要跳过这个，就直接相信我的话，继续下去算了。

我想要了解它。至少，我想试试看。

好吧，开始罗！

先来试试看这个声明：

存在即是，思维则做。（Beingness is, thought does,）

你觉得那是什么意思？

它们是说，存在并非一个行动，它不是做一件事，它不是发生的什么事。勿宁说它说是“是”（is-ness）它是个东西。它是个“如是”（is-ness）——它本是的样子。

很好。那思维又是什么呢？

它是说思维是个过程，一个“做为”（doingness），发生了的什么事。

非常好。那么，那整句话的意涵是什么？

任何“发生”的事都要花时间。它可以发生得非常快，像思维：但它们要花我们所谓的时间。不过，某个“是”的东西，只是是。他是当下。它不是“将要成”：它是在此时此地。

简言之，“是”比“做”要快，所以“存在”比“思考”要快。

你知道吗？我该雇你当我的口译员的。

我以为你已经雇了我了。

嗯，说得好。好吧，现在再试试这个：

存在是第一因（Being is first cause）

你觉得那是什么意思？

它是说存在引发了每件事。你“存在”为什么，你便经验到什么。

非常好。然而存在引发了思维吗？

是的。如果那议题是正确的，那就是的，存在会引起思维。

所以，你是什么影响你如何想。

是的，你可以那样说。

然而我说过“思维是创造性的”。对不对呢？

如果你说它对它就对。

很好。我很高兴你开始信任我了。且说，如果“思维是创造性的”，那么思维能不能创造一个存在状态呢？

你是指，鸡或鸡蛋哪一个先？

一点都没错。

我不知道。我想如果我是“在”（being）悲伤，那我是对那点改变心意的。我能决意去想快乐的思想，去逗留在正面的事情上，而突然间，我就能“是”快乐的了。你告诉过我我能做到这点。你说过我的思想创造了我的实相。

我是说过。

是真的吗？

是的，是真的。然而，让我问你：你的思想是否创造了你真正的存在（being）呢？

我不知道。我以前没听过你用那句话。我不知道“不真正的存在”是什么。

你真正的存在是所有一切，是每样东西，是一切的一切。起点与终点，开始与结束，一。

换言之，是神。

是的，那是另一个字。

所以，你在问我，我的思想是否创造了神？

是的。

我不知道。

那么，让我就从这儿接手，替你解惑。

请。

如我已解释过好几遍的，我们在此将被言语和文本所限制。

我了解那点。

好的。你有关神的思想并没创造神。它只创造了你对神的经验。

神是（is）。

神是一切的一切，每样东西，所有曾是，现在是，并且将来可能是的一切。

到目前为止，都没问题吗。

当你思考时，你并没创造那一切。你是够到了创造你所选择对你一切之不论什么经验。

它的全部已经在那儿了。你并没借由思考到它而将它放在那儿。然而，借着思考它，你将你正在思考的、一切的那个部分，放在你的经验里。

你听懂了吗？

我想我懂了。请慢慢讲。非常慢的讲。我正试着跟上来。

你真正的存在，即你真正的谁，是先于每样东西的。当你在思考你现在希望是谁时，你是够到了你真正的存在里，进入你整个的自己里，而聚焦在你现在希望去经验的、你整个自己的一部分上。

你的整个自己是所有的一切。它是那快乐，以及那悲伤。

对，对！你以前说过这个！你说过我是“你是它的上与下，它的左与右，它的这儿与那儿，它的之前与之后。你是那快与慢，那大与小，那男人与女人，以及你所谓的善与恶。你是所有的一切，而没有什么是你不是的。”

我以前听过你对我那样说！

你说对了。我曾说过。我跟你说过许多次。而你现在比以前要更了解得多了。

所以，“思考”会影响“存在”吗？不会。以最大的说法是不会。你是你之所是，不论你怎么想它。

然而，思考能不能创造对你存在的一个立即的不同经验？可以的。你想的东西，你集中焦点在其上的东西，会在你个人现在的实相里显现出来。于是，如果你在悲伤，而你去想正面的、欣悦的思绪，你就会非常容易的“想通到”快乐去。

你只不过是和你自己的一部分挪到另一部分！

然而，有一个“捷径”——这就是我们在此试图达到的。这是我们一直在谈的东西。

你能挪到你希望的任何存在状态——那即是说，你能召唤你真正存在的任何部分前来——在任何时候，立即到来，只借由知道它就是如此，而且宣告它就是如此。

你有一次跟我说过：“你所知的就是所是的。”

是的，我说过。而这就是我那样说的意思。你对你真正存在所知道的，就是现在你的存在状态将是的样子。当你宣告你所知的，你便使之成真。

宣言带着“我是”的声明时最为有力。这其中最著名的一个宣言，即是耶稣所做的一个声明：“我是道路与生命。”（I am the way and the life.）而所曾做过最总括无遗的这类声明，则是我所做的：“我是我之所是”（I A m That I Am.）

你也可以做“我是”的宣言。事实上，你每天都在如此做。“我又烦又累。”我深深的陷溺在XX中”等等。这些是存在的声明。当你有意识而非无意识的做这些存在的声明时，你是有意图的过活：你有意的活着。记得吗，我建议过你，要

- 有意的、
- 和谐的、
- 有益的活着……

你整个的一生就是个信息，你知道吗？每个行为都是个自我界定的行为。每个思维都是你心幕上的无声影片。你的每句话都是给神的语音邮件（voice-mail）。你思、言、行的每件事都在送出关于你的一个信息。

所以，将你的“我是”宣言想成是国情咨文。（State of the Union Message”译注：美国总统每年元月向国会提出对美国现状之说明，有点像我们的总统元旦文告之类。）这是你的存在咨文（State of The Being Message）。你在做有关你现状的一个声明。你是在说“你所是的样子”。

嘿，等一下！我刚想起了一些东西！由于我们全是一体，所以它真的是个国情咨文耶！

说得好。说得非常好。

且说，当你在做一个宣告时，那是对你的存在状态的一条捷径。宣告是对你真正是谁的一个召唤——或，更精确的说，对你现在希望经验的你真正是谁的那个部分的召唤。

这是存在创造，而非思维在创造。存在是最迅速的创造方法。那是因为：是什么，现在就是。

真正的“存在宣告”是在没有有关它的思考下做的。因为如果你思考它，好的话，你也许会延缓它；而最糟的，你则会否定了它。

延缓会发生，只因为思考得花时间，而存在根本不花时间。

而否定之可能发生，是因为思考你所选择要是的，往往会让你以为你并不是那样——并且永远无法变成那样。

如果你说得没错，那么我能做的最糟的事就是思考喽！

以某种说法看，是没错。所有的性灵大师们都是摆脱头脑的。（out of their minds. 译注：原意为发狂。）也就是说，他们不去有意识的思考他们是什么。他们只是是它。一旦你去思考它，你就无法是它了。你只能延缓是它，或否定是它。

用一个非常家常的例证来说，就是当你在恋爱时，你只能在爱。如果你在思考它，你就无法在爱。如果某个爱你的人问你：“你爱我吗？”而你说：“我想想看。”那这爱很可能就不大会成功。

好极了！你很了解了。

且说，如果时间不很重要，如果不是分秒必争的事（很少事情是），如果在你经验到你选择的（比如说“在恋爱中”）之前，花多少时间并不重要，那么你可以花所有你想要的时间去“思考它”。

而思考是个非常强有力的工作。别会错我的意思哦，它可是创造的三个工具之一。

思，言与行。

一点都没错。然而今天我给了你另一个你可以借之体验生命的方法。这并不是一个创造的工具，而是对创造的一个新理解：它不是事物借之发生的过程，却是你借它对已然发生的事变得觉察的东西——对于现在所是，永远曾是，并且永远将是永远永远的觉察。

你了解吗？

是的，我开始有点了解了。我开始明白整个的宇宙论，整个的结构了。

很好。我知道这并不简单。或者说，它是很简单，但并不容易懂。

你只要记住这点就好了：存在是即刻的。与之比较，你的思维则是非常缓慢的。思想虽然很迅速，但与存在比较，是非常缓慢的。

让我们用你们非常人性的恋爱做例子。

回想当时你掉入爱河的一次。有一个片刻，一个神奇的瞬间，当你第一次感受那爱时。你总喜欢那样说的，它就像“有一吨的砖头”打到了你。突然间，它占据了你的另一边、餐桌的另一边、汽车前座另一边的那个人，而猛然间，你知道你爱他。

它是突然的。是即刻的。它并不是什么你必须去思考的东西。它只是“发生了”。你后来可能思考过它。你甚至可能事前思考过它——我很好奇爱上那个人是什么感觉——但当你第一次感觉到它，第一次在心中知道它，它只是横扫过你。它发生得太快。你无法“思考”它在那儿。你只不过发现你自己在那儿，在恋爱中。

在你甚至想都没想过它之前，你便可能在恋爱中了！

天哪！我难道不知道吗？

感激也是一样的。当你觉得感激时，不需要人告诉你，是“该觉得感激的时候了”。你只是十分自动自发的觉得感恩。在你甚至想到它之前，你便发现你已在感恩。感恩（gratefulness）是一种存在状态。在你们的语言里，没有像“满怀爱”（loverfulness）这样的字眼，但应该有的。

你是个诗人，你知道吗？

有人这样说过。

好吧，那么现在我对存在比思考要快已清楚了，但我仍不明白为什么为某样事物“心怀感激”反而能更快达成，比——等一下，我想在我说这句话时，我已经知道答案了……你先前曾说过，感激是一种存在状态，它是在宣布我很清楚我已有以为我需要的东西。换言之，就是如果我在为某样东西感谢神，而非向神要什么东西，那我必须知道它是已然在的。

一点都没错。

那就是为什么七步骤是“感谢神”。

一点都没错。

因为当你感谢神，你就是“在”觉察所有在人生中的东西都已然到这儿来了，来表达、经验和演化如你选择的样子，你所需要的每样事物——正确且完美的、地与事件——都已替你放在适当的位置了。

甚至在你要求前，我已答应复了。是的，就是那样。

那么，也许感谢神该是你做的第一件事，而非最后一件！

那应该是非常具力量的。你刚已发现了一个了不起的秘密。达到神的七个步骤之神奇处，就是它们可以被转回头。它们可能被逆转。

如果你在感谢神，你就是在帮助神来帮助你。

而如果你在帮神来帮助你，你便是在利用神。

如果你在利用神，你就是将神拥入了你的生活。

如果你在拥抱神，你就是在爱神。

如果你在爱神，你就是在信任神。

而如果你在信任神，你就必然认识神。

令人惊讶。太令人惊讶了！

你现在知道如何创造一个与神的友谊了。一个真实的友谊。真正的友谊。一个实际的、实用的友谊。

太棒了！我能不能立刻开始用它呢？你可别说什么“你能的，但你不可以”

你说什么？

哦，我有位国小三年级的老师，她总是在改正我们的文法。当我们举手问“修女，我能不能去厕所？”时，她总是说：“你能，但你不可以。”

啊，对——我记得她。

你能有忘记的时候吗？

我能，但我不可以。

Ba-da-boom。请敲响铙钹。

非——常——谢谢你谢谢你谢谢你。

但，老兄啊，严肃的说……我很想开始用这友谊。你说过你会带我了解如何练习，如何使《与神对话》里的智慧发生作用；如何运用它到我们的日常生活里。

嗯，那是与神为友的目的。它是为了帮你记起这些事。它是为了使你的日常生活更轻松些，你每一刻的经验便能表达你真正是谁。

这是你最大的愿望，而我已建立了一个使用权你所有的愿望都可以实现的完美体系。它们现在——就在这一瞬——正在实现。你与我间的唯一不同就在，我知道这一点。

在你全然知道的那一瞬（那一瞬可在任何时候降到你身上），你也会有如我一向有的感觉：全然的喜悦、爱、接受、祝福与感恩。

这些是神的五种态度，而我答应你，在我们的对话结束前，我会让你看到，现在在你生活中应用这些态度如何能、并会带你到神性。

很久以前，在《与神对话》第一册里，你的确做过那承诺，我想是你遵守那诺言的时候了！

你也答应了要告诉你们有关你的生活，尤其是自从出版《与神对话》之后的经验，而到现在为止，你只给了我们一个粗浅的轮廓。所以也许我们两个都该学习如何实践我们的诺言！

酷。

13、有上千种方法可以释放别人心中的喜悦

我离开了郡府后，在一所学校里任职。十年后到西岸与伊莉沙白·库布勒罗斯博士(Elizabeth kuber-ross)共事，又十八个月后在圣地牙哥开始我自己的广告公司。由于泰莉·寇尔威提克(Terry Cole-Whittaler)的牧师团雇我，所以两年后我又迁到华盛顿，移居波特兰，然后到南奥立岗，在那儿我结果变得一穷二白，过着露宿的生涯。接着在广播的脱口秀主持人，写了《与神对话》三部曲，从此以后平步青云，直到如今。

好了，我遵守了我的诺言，现在轮到你遵守你的了。

我想大家想要知道的比那要更多一点吧！

不，他们不要。他们想听你说。他们要你遵守你的诺言。

没问题

我创造了世界，创造了亚当和夏娃，把他们放在伊甸园里，告诉他们要多子多孙。然后他们在那与一条蛇发生了一些问题，我看着他们互相谴责并误解每件事。后来，我给了一个老头两块石版试着解释一切，还做了一点分开红海和奇迹之类的事，并派出一些信徒去说我的故事；结果发现到没人在听，于是决定继续努力，直到如今。

好了，我也遵守了我的诺言。

聪明啊，你真是非常的聪明啊。

彼此彼此。对母鹅行的对公鹅当然也行。(What's good for the goose is goob for the gander.)

三十年来没人说这句话了。

我老了，我是老了。你要我怎么样嘛？

我要你别再像个喜剧演员了。如果你继续这样的做个喜剧演员，没人会相信这书里的一个字的。

听啊，大家来听啊，这里有人在诬告我啊！

好了，现在我们闹够了吗？我们能回到书上了吗？

如果你坚持的说。

我很想知道关于神的五种态度的事——我注意到，其中并没有“笑闹”这一项。

也许它本该有。

请你停止好吗？

不，我是说真的。人们都认为神从不幽默，不能大笑，而每个人在神的周围就必须做出非常神圣的样子。我希望你们全都轻松一点，你们全体。开开自己的玩笑。有个人曾说过：

“你能对自己好好的开个玩笑的那天，你就是长大了。”

别对自己那么认真。让你自己松弛一下。而当你在那样做时，也让彼此松弛了。

你想知道神的五种态度吗？看，这是第一个：

“全心喜欢”。

那就是第一种态度。你注意到了吗？我列这为第一项。

那你的意思是？

我的意思是它先于任何其他的事。它使得每件事都是可能的。没有喜欢，便一无所有。

我是说，除非你在人生中变幽默一点，否则没有一事有任何意义。我是说，笑是最好的医药。我是说，欢喜对灵魂有益。

我还要更进一步的说，喜悦即灵魂。灵魂即你会称为喜悦的东西。纯粹的喜悦，无边的喜悦。没有掺杂其他的、没有限制、没有拘束的喜悦。那即是灵魂的本质。

微笑是到你灵魂的窗。大笑是门。

哦，哇！

哇，没错。

灵魂为什么如此快乐？人们并没有那样快乐。我的意思是，灵魂是那样的快乐，但人们看来并没那样快乐啊？所以，这是怎么回事？

这是个非常好的问题。如果灵魂是如此快乐，你为什么不是？这是个很好的问题。

答案就在你的头脑里。如果你要释放你心中的喜悦的话，你必须“有意”的喜悦。

我以为喜悦是在灵魂里。

你的心是你的灵魂与头脑之间的过道。你灵魂里的喜悦必须经过你的心，否则它“根本不会进入你的头脑。”

感情是灵魂的语言。如果你有个封闭的头脑，感情就会倒退到你心里。那就是为什么当你觉得非常非常悲伤时，你说你的心碎了。并且那也是为什么当你觉得非常非常快乐时，你说你很开心。

打开你的头脑，让你的感情被表达出来，被推出来，你的心就不会碎或开了，而会成为你灵魂里“生命能”自由流动之管道。

如果灵魂即是喜悦，那它怎么可能会悲伤呢？

喜悦是生命表达出来。“生命能”的自由流动就是你们所谓的喜悦。生命的精髓即一体——一切万有的统一（unity）。这即生命是什么：是统一，是表达出来。统一的感觉就是你称为爱的感觉。所以，在你们的语言里，你们说，生命的精髓即爱，那么，喜悦即爱，自由的表达出来。

不论何时，当生命和爱之自由无限的表达——即是，经验到与所有事物及每一个“有情”的统一与一体——被任何境况或状况禁止或限制时，灵魂，即喜悦本身，无法被完全的表达。喜悦没被完全的表达即你们称为悲伤的感觉。

我被弄糊涂了。如果一样东西是另一样东西，它怎么可能是这一样东西？一样东西怎么能是冷的，如果其本质是热的？如果灵魂的精髓是喜悦，它怎么能悲伤？

你误解了宇宙的本质。你仍将事情看成是分开的。热和冷并非彼此分开的。没有东西是分开的。宇宙里没有东西是与任何其他东西分开的。所以，热和冷是不同程度的同样东西。所以，悲伤和喜悦也是。

多了不起的洞见啊！我从来没那么想过。悲伤和喜悦只是两个名字。它们是我们用来形容同样能量之不同层面的字眼。

是宇宙力量之不同表达。那就是为什么能在同一瞬间体验这两种感受。你能想像这一回事吗？

我能！我会在同时感受到悲伤和喜悦。

你当然有过。它根本不是不寻常的。

电视影集“外科医生”（M*A*S*H*译注：六〇年代美国热门的反韩战荒谬连续剧。）是这类“并列”的一个完美例子。而更近些的例子，就是《美丽人生》这部特殊影片。

是的。这些是大笑如何能治愈，悲伤和喜悦如何能混在一起不可置信的例子。

这是生命能本身，这你称为悲喜交集的流。

在任何时候这能量都能以你称为喜悦的方式表达。那是因为生命能可以受控制。就像将一个自动调温器由冷转到热一样，你能加速生命能的振动，从悲伤到喜悦。而我要告诉你这点：如果你心里带着喜悦，任何时刻你都能治愈。

但你怎么在心里带着喜悦呢？如果它不在那儿，你怎能将它弄到那儿？

它就在那儿。

有些人并没经验到那点。

他们不知道喜悦的秘密。

是什么秘密？

除非你让它出来，否则你无法觉得喜悦。

但如果你没感受到它，你如何能让它出来？

帮别人感觉它。

释放在别人心内的喜悦，你便释放了在你心内的喜悦。

在些人不知道怎么办得到。那是个如此巨大的声明，他们不知那长得是什么样子。

它可以用像微笑这么简单的事办到。或是一句赞美。或挚爱的一瞥。而它也可以用像做爱那么高贵的事办到。用这些方法以及许多其他的，你都能释放别人的喜悦。

以一首歌，一支舞，书笔的一挥，或黏土的塑形，文字的韵律。以手握着手，或心智的相会，或灵魂的合作。以共同创造任何好的、美的与有用的东西。以所有这些方法以及其他的行为，你都能释放别人的喜悦。

以分享一个感受、说出一个真理、结束愤怒、治愈批判。以倾听的意愿，说话的意愿。以宽怒的决定和释放的选择。以给予的承诺，和接受的优雅。

我告诉你，有一千种方法去释放别人心中的喜悦。不对，一千乘以一千。而在你决定去那样做的一刹那，你就会知道如何做。

你说得对。我知道你说得对。甚至在一个人临终之际也办得到。

我曾派给你一位伟大的教师，以阐明这一点。

对的。是伊莉莎白·库布勒·罗斯博士。我无法相信。我无法相信我真的有缘见到她，更别说成为她的雇员了。多了不起的女人啊！

我离开了安妮阿仑郡政府后，（在乔·阿尔顿的麻烦开始之前。欸！）在那儿的学校体系里担任了一个工作。他们有一个长期新闻助理退休了，而我去应征那职位。再次的，我在正确的时间位于正确的地方。我得到了更多不可置信的人生训练，从危机处理小组到课程发展委员会，样样都做过。不论是为议会的附属委员会准备一篇谈学校废止种族隔离的两百五十页的报告（再一次触及到黑人经验），或由一个学校到另一个学校，举行首创式的那种与老师、父母、学生、学校行政人员及支持职员之间的家庭会议。我都深深的投入其间。

我花了整个七〇年代在那儿——我工作最久的一个地方——并且极享受前三分之二的的时间。但终究，荣景不再，而我的任务开始变得重复又无趣了。我也开始瞥见越看越像一个死供堂的远景——我可以看见自己做着同样的工作三十多年。没有一张大学文凭，我晋升的机会不多（事实上，有这种高层次的工作我已很幸运了），而我的精力已开始衰退。

然后，在一九七九年，我被伊莉莎白·库布勒罗斯博士绑了票。可别搞错哦，那真的是绑票。

我那年开始帮伊莉莎白做义工，与一位朋友们——比尔葛里斯华德——合作，协调支持伊莉莎白的非常营利组织香提·尼拉亚在东岸的筹款演讲。比尔几个月前介绍我让识罗斯博士，那时他设法说服了罗斯博士在安那波里斯登台，也请我帮忙准备一些公开资料。

当然，我听说过伊莉莎白·库布勒罗斯博士。一位有不朽成就的女性，她一九六九年突破性的书《论死亡与垂危》（On Death and Dying）改变了世界对死亡过程的观点，消除了研究死亡学的禁忌，孵出了美国安宁照顾运动的建立，并永远改变了上百万人的生命。

（此后她又写了许多书，包括《死亡：生长的最后阶段》及《生命：生与死的回忆录》。）

我立刻对伊莉莎白着迷——就如几乎每个见过她的人一样。她有特别具磁性和深具影响力的性格，凡我所看过被她触及的人，都真的与之前再也不相同了。在我与她相处了六十分钟后，我便知道我想要协助她的工作，并且自愿那样做，甚至不需任何人要求我。

在那首次会面之后约一年，比尔和我在波士顿筹备另一场演讲。在她讲完后，我们几个人在一家餐厅的安静角落，享受与伊莉莎白少有的片刻私人对谈。之前我和她会有两、三次这种对谈，所以她已听过我那晚再告诉她我的话：我会竭尽全力的加入她的工作。

当时伊莉莎白正在全国举办“生命、死亡与转换工作坊”，与绝症患者及其家人和其他做她所谓的“悲伤工作”（grief work）的人互动。我从未见过任何像那样的事。（她后来写了一本书《活下去，直到我们说再见》以了不起的情感力量描写在这些避静中进行的事。）这位女士以具意义且奥妙的方式触及人们的生命，而我可以看出她的工作使她自己的人生具有意义。

我的工作则否。我只是做我认为为了存活（或让别人也能存活）所必须做的。我从伊莉莎白那儿学到的事情之一便是：没有一个人必须那样做。伊莉莎白会以最简单的方式教这种非常大教训：给你单单一句话的观察，不许你争辩。那晚在波士顿的餐馆，我便被赠予了其中之一。

“我真的不知道”我耍赖地说，“我的工作再也没有什么令人兴奋的了，感觉上好像我的人生都消耗了。但我猜我会在那儿工作直到六十五岁，直到我领到退休金为止。”

伊莉莎白看看我，好像我疯了似的。“你不必那样做。”她非常安静的说，“你为什么要那样做？”

“如果只是我自己，相信我，我不会。我会明天就离开那儿。但我现在有个家得养。”

“那你告诉我，如果你明天死了，你的这个家庭，他们会怎么做？”伊莉莎白问道。

“话不能那么说”我争辩道，“我没死，我还活着。”

“你称这为活着？”她这样回答后，就转过身去与别人谈起来了，好像非常显而易见的，我俩已没有更多可说的了。

第二天早上，我们在她的旅馆与她的波士顿助手们喝咖啡时，她突然转向我。“你和我一起去机场。”她说。

“哦，好的。”我同意。比尔和我是由安那波里斯开车上来的，我的车就在门外。

在路上，伊莉莎白告诉我，她将往纽约州的卜吉普西去主持另一个五天的密集工作坊。“跟我一齐进机场里去，”她说，“别只送我到入口处。我需要人帮我拿行李。”

“没问题。”我说。于是我们便开进停车场去。

在售票柜台处，伊莉莎白出示了她自己的机票。然后放下一张信用卡。“我还需要这班机上的另一张票。”她告诉办事人。

“让我看看还有没有空位。”那妇人回答，“啊，有的，只有一个空位了。”

“果然。”伊莉莎白展开笑颜，好像她知道什么内部机密似的。

“请问另一位旅客是谁？”办事人问道。

伊莉莎白指教着我，“这一位。”她低声说。

“啊——对不起——？”我说不出话来。

“你要去卡吉普西的，不是吗？”伊莉莎白问道，像我们已讨论过这整件事似的。

“不是啊！明天我必须上班。我只请了三天假。”

“那工作没你也会做好。”她实事求是的说。

“但我的车留在波士顿了，”我抗议道，“我不能就这样将它留在停车场里。”

“比尔能来将它开走。”

“但……我没衣服穿。我没计划要离开这么久。”

“在卡吉普西有商店。”

“伊莉莎白，我不能这样做！我不能就搭上一架飞机，而飞往什么地方。”我的心在砰砰跳，因为其实那正是我想做的。

“这位女士需要你的驾照。”她边说边拼命眨眼。

“但，伊莉莎白……”

“你会让我赶不上班机的。”

于是我给了那女人我的驾照。而她递给了我一张机票。

当伊莉莎白大踏步走进机门时，我的声音尾随着她。“我必须打电话给办公室，告诉他们我无法到那儿……”

在机上时，伊莉莎白专心的在看一些杂志，只对我说了十个字的话。但是当我们抵达了在卡吉普西的工作坊地点时，她对聚集那里的参与者介绍我：“我的新公关。”

我打电话回家告诉太太我被“绑架”了，周五会回家。接下来的两天，我看着伊莉莎白工作。我看到人们生命在我眼前改变。我看到旧伤治愈、老的议题解决、旧的怒气释放、旧的信念克服。

记得一天的某个时刻，过程室里坐得离我非常近的一位妇人“爆炸了”。（工作坊职员用语，指某人开始哭泣不止，或以其他方式在当刻失去了控制。）只见伊莉莎白用头轻轻做了个姿势，打信号叫我去处理。

我温和的引导那哭泣的女人离开房间，陪她走到走廊那端布置好的一个别小角落。我以前从来没见过这种事，但伊莉莎白会给过每一个职员（她能常带着三或四位）非常明确的指导。她讲得非常清楚的一件事是：“别试着修好它。”只是倾听。如果你需要帮助，叫我来，但是倾听几乎总是够了。

她是对的。我现在能以一种专业的方式“在那儿”陪那个工作坊的参与者了。我能替她保住安全空间，给她一个地方，让他可以全发泄出来，释放她随身携带着而在那个更大房间里触发的东西。她大哭大叫，吼出她的愤怒，然后才安静的说话，再经历整个循环。我一辈子从没觉得自己如此有用途。

那天下午，我打电话给在马利兰的学校董事办公室。

“请接人事室。”我跟接线生说。而当我被接通到正确的部门时，我深深吸一口气。

“请问一个人能不能用电话辞职？”我问。

我替伊莉莎白工作时，是我一生最伟大的礼物。我很靠近的看到一位女性以圣人的方式工作，一小时复一小时，一周复一周，一月复一月。在演讲庭里，在工作坊的记房间里，并在垂危病人的床侧，我都站在她身边。我看见她和老年人及小朋友在一起。我看着她害怕的人及勇敢的人、喜悦的人及悲伤的人、开放的人及封闭的人、激愤的人及温和的人在一起。

我看着一位大师。

我看着她治愈能施之于人类心灵上的最深伤痛。

我看，我听，而我非常努力的试着去学。

并且，是的，我真的开始了解你说得没错。

有上千种方法可以去释放别人心中的喜悦，而在你决定去这样做的那一刻，你就会知道如何做。

甚至在某人临终的床边也能做到。

谢谢你的规教悔及大师级的老师。

不客气，我的朋友。而现在，你知道如何喜悦的生活了吗？

伊莉莎白忠告我们所有的人要无条件的去爱，快快的宽恕，永远不为过去的痛苦后悔。“如果你保护山谷不受风吹雨打，”她说，“你就再也看不到它们侵蚀的美。

她也力权我们现在要充分的活着，偶尔停下来品尝品尝草莓，并且去做她所谓的“你未完结的事”所需做的任何事。因为生命可以无畏的活，而死亡也可以无憾的拥抱。“当你不怕死时，你便不怕活了。”并且，当然，她最大的信息是：“死亡并不存在。”

由一个人那里收到那些，是很多了。

伊莉莎白有很多东西可以给人。

那么，去吧，去实践这些真理，以及我透过其他来源带给你的那些，以使你能延展在你灵魂里的喜悦，在你心里感觉它，并且在你头脑里明白它。

神是全然喜悦的，而当你表达了神的这第一项态度时，你就会移转到你自己对神性的表达去。

14、 你在我的后院玩得已够久了

我从没遇见过任何比泰莉·柯尔韦提克更充满喜悦的人。她总是带着一副眩目的笑容，一种绝对具感染性的奇妙、爆发性和令人解放的笑声，以及以她对人类善的了解而能深深触及人之无可比拟的能力。这个令人激动的女子在一九八〇年初轰动了南加州。她以她那招牌的乐观性灵主义，将千百人带回到与他们自己及与神的一个快乐关系里。

我第一次听到泰莉，是当我住在艾丝康迪多，并在香提尼拉亚为库布勒罗斯博士做事时。在职业上我从没有这么的更有成就过，并且与一位有如此慈悲和灵性智慧的人密切的接触，将我又带回到我多年来不曾回去的地方：一个渴望与神有个人关系：在我的人生中以直接的经验认识神的地方。

自从我二十多岁以后，就没再上过教堂了。那时是我人生中的第二次，我几乎曾变成了一名神职人员。我十九岁离开米尔瓦基时第一次错失了当神父的机会。之后，当我继续了我多年的神学上的研究后，我又回到了想当神职的圣望。

为了寻找一位我不必害怕的神，当我年满二十之后，我便放弃了罗马天主教。我开始搜寻谈神学的书，并且去拜访安妮阿仑戴尔郡的一些教会和犹太教会堂，最后决定以安那波里斯的第一长老会堂为我要参加的地方。

我几乎立刻加入了他们的合唱团，而在一年内，我就变成了教会里的俗人读经者。当我星期日站在读经台读那周的圣经单节时，我再一次觉察到了我的儿时渴望：要将我的人生花在与神的密切关系中，教给全世界它的爱。

长老会在他们的信仰上似乎远不及天主教那样的建立在恐惧上（他们有较少的规则和仪式，因此陷阱也少得多），所以我对他们的神学也有较高的舒适度。事实上，我变得很舒适，我开始放一些真正的热情在我主日早晨的读经上，由于放得这么多，以致教众开始期盼我的轮值。这不但对我变得明显起来，并且教会的领导人也察觉到了。不久我便被牧师约谈，他是我所曾认得的最善良的人之一。

“告诉我，”温斯妻·萧牧师在和我交换了些客套话后，说，“你有没有想过进入神职这一行？”

“我当然想过，”我回答，“当我十三岁时，我以为我一定会上神学院，然后变成一位神父，但那却没发生。”

“为什么没有？”

“我爸爸制止了我。他说我还不够大到去做这决定。”

“你觉得你现在够大了吗？”

在那一刻，不知为什么，我几乎忍不住要哭出来。

“我一直是够大的。”我悄声说，并努力恢复镇静。

“那么，你为什么仍然没呆在天主教会里呢？”萧牧师温和的问。

“我……对它的神学仍然有疑问。”

“我明白了。”

我们安静的坐了一会儿。

“你对长老会的神学觉得怎么样？”最后牧师问道。

“很舒服。”

“似乎应该是如此。我们这儿有些人很赞赏你的讲经。你似乎从经文中发掘到相当多的意义。”

“哦，它们里面就是有相当的意义的。”

“当然。”

“那你为什么没有追求你对神学的明显的爱？现在你已能够做你自己的决定了。那么是什么挡着你进入神职？在某个地方，某个神职，你都显然可以找到个性灵的家的。”

“它不像找一个家那么容易。而且我也还有需赚钱的挑战。我目前有一个事业，有太太和两个年幼的孩子。在这阶段，需要奇迹才能找到一个方法让我放下一切。”

萧牧师又笑了。

“我们教会有个计划，透过它，如果我们确认教众中的一员有特殊的潜力，我们就会推荐那个人去读神学院。通常是普林斯顿神学院。”

我的心大跳了一下。

“你是说，你们给他们钱去上学？”

“嗯，不过当然那是贷款。他必须承诺会回到这儿来服务数年，担任牧师的助理。你可以做年轻人的传教工作、街坊的传教工作，或你个人兴趣所在的不论什么。除了提供性灵辅导、在主日学提供领导，并且，当然，你偶尔也要暂代牧师在讲坛宣道。我想那都是你可以处理的一些事。”

轮到我安静无言了。我的脑袋在发晕。

“你觉得如何？”

“听起来棒极了。你在提供我这个机会吗？”

“是的，我想长老们似乎准备好这样做了。他们显然已准备好好好去研究。当然，他们要跟你私下先谈谈。”

“那当然。”

“你为什么不回家去考虑一下？跟你太太谈谈，并且为这事祈祷。”

我真的那样做了。

太太完全支持我。“我认为那会非常好。”她说，并展颜而笑。但我们的两个女孩才在学步。“可是我们要靠什么生活呢？”我问，“我的意思是，他们所提供的只是学杂费而已。”

“我可以回去做物理治疗的工作，”我太太提议，“我确信我能找到一些事。每件事都会解决的。”

“你是说，当我回去上学时，你会养活我们？”

她触摸我的手臂。“我知道这是你一直想要的东西。”她柔声的说。

我配不上来到我生命中的人们。无疑的，我配不上我这一位太太，她是我所曾遇见过最仁慈的人之一。

但我又没办法。每件事都准备妥了，每件事都是完美的——除了那神学。最终也是神学阻止了我。

我按照萧牧师的建议做了。我为这事祈祷。但我越祈祷，越发现自己无法宣讲——不论多小声地——有关人天生是罪人及救赎之必要的道理。

从我最早的少年时期，我就很难将人看成是“坏的”。噢，我知道人类有做坏事，当我长大后，我可以在我的四周看到这些。但纵使当我年少时，然后是个青年时，我对人性的基础仍然是抱持一个玩固的正向了解的。对我来说，所有的人仿佛都是好的，而其中有些人因为他们的教养方式、他们的缺乏了解或机会、他们的绝望与愤怒，或在某些情形，只是他们的懒惰等理由，而做了坏事……但并非由于任何与生俱来的邪恶。

亚当和夏娃的故事对我而言没有道理，甚至用来做为比喻也是一样。所以我知道我无法宣导它。我永远无法教授一种排他的神学，不管它多具善意，因为从我幼小时开始，我灵魂深处的某些东西就让我知道，所有的人都是我的兄弟姐妹，而在上帝眼里，没有一个人和一件东西是？的或不可接受的——当我越长大便越确定，人尤其不会为了采纳“错”的神学而犯“罪”

如果说这些都不是真的，那么在我存在最深处直觉知道的每样事就都是错了。我无法接受这个。但我不知道该接受什么。进入基督教神职的机会，在我的人生中，第二次真实又非常明显地将我挪入了心灵的危机里。我如此真诚的想在世上做神的工作，然而，我无法接受神的工作是教导一个分隔的福音，和处罚被隔开的人的神学。

我祈求神给我清明——不只是就我该不该进入神职，而是转绕着人类与神的关系的最大问题。但两者我都没法洞察，所以最后我两者都放弃了。

直到当我接近四十岁时，伊莉莎白，库布勒罗斯又把我带回到神。一再一再的，她谈到一位有无条件的爱的神，他从不判断，却只接受我们本来的样子。

我想，只要人们能了解这点，并且在他们生活中应用同样的真理，世界上的问题、残酷和悲剧都会消失不见“神并没说，如果……，我就爱你。”伊莉莎白坚定的说。因而为全世界上百万的人将恐惧自垂死中拿掉了。

再说，这是个我能相信的神。这是我心中的神，我儿时最深的内在真知的的神。我想要更了解这个神，所以我决定回到教会。或许我一直在错的地方以错的方式在寻求。我去过一间路德派教会，去过美以美会。我试了浸信会和公理会。但我马上又掉回到以恐惧为基础的神学。我逃了出去。我探索犹太教。佛教。我所能找到的其他任何“主义”。但似乎没有一样合适。然后，我听说了泰莉·柯尔韦提克尔这个人和她在地牙哥教会。

泰莉，一个六〇年代加州郊区的家庭主妇，也渴望对在她自己内心深处感受到的灵性连系有个外在的体验。她自己的寻找引她遇上了一个称为“宗教科学联合教会”（The United Church of Religious Science）的东西。她爱上了它，于是她将所有的东西都扬弃了，开始正式的宗教研究。最后，她被任命神职，收到由加州拉荷亚至少五十个在挣扎中的会众来信召唤。然后她必须在她的爱和她的婚姻之间作选择。她的先生并不全然支持她突然的转变，而他显然更不愿意离开他自己的好工作，而将家搬到一个新社区。

所以泰莉离开了婚姻。在三年之内，她将拉荷亚宗教科学教会转变成该教派中最大的一个。每个主日早晨，有超过一千人来听她的两次主日礼拜，而人数还在不断的成长中。有关这心灵现象的消息很快的传遍了南加州，甚至到艾司永迪多，一个在圣地牙哥北方，非常保守的、传统的生长和采集葡萄的社区。

我还曾去那儿查看了一下。

泰莉的会众忆增加得非常快，以致她必须将她的礼拜搬到一家租来的电影院去。门外遮檐上写着“与泰莉·柯尔韦提克一同度祝生命”。当我走近时，我：“哦，老天啊，这是干什么呀？”当他们排队进场时，带位者分给每个人一朵康乃馨，并且问候每一位，好像他们认识了一辈子似的。

“哈喽，你好吗？真高兴你到这儿来！”

我不知道该如何看待此事。当然，我之前也曾在教堂里被问候过，但从没这样热情洋溢的。在这空间有一股令人感觉振奋的能量。

会场内，奏着“火战车”动听而振奋人心的主题曲。一种期待的气氛充满了戏院。人们在聊天谈笑。最后，灯光变暗，一对男女出现在舞台上，男的在一侧坐下，女的坐在另一侧。

“现在是安静下来、进入内心的时候。”男人用扩音机说。在房间后面一个合唱团柔声地唱着有关“和平”的祝愿，而仪式开始了。

我从未经验过任何像这样的事。它显然不是我所预期的，我觉得有一点拘促，但我决定留下来。在一些开场的宣告后，泰莉·柯尔韦提克走到舞台中央，站在一个透明的树脂玻璃讲台后，轻快的说：“早安！”她的笑容灿烂，她的快活有感染性。

“如果你今天早晨来到这里，期望找到某个看来像个教堂，或感觉像个教堂，或听来像个教堂的东西，你走错了地方。”关于这点，她的确讲对了。观众们同意的笑了。“但如果你今天早晨来到这里，希望找到神，那么注意，当你迈进大门的那一刻，神已到达了。”

就这样，我上钩了。纵使我还并不确切知道她要说的究竟是什么，但任何一个有足够的想像力和勇气的人，听到以那样的一句话来开始的主日仪式，都会像我一样变得专注的。也就这样，开始了我们以后将近三年的关系。

然而就像我第一次见到伊莉莎白一样，十分钟内我便被泰莉和她的工作迷信了。就如和伊莉莎白一样，我借由自愿贡献我热诚的助力而很快的表明了心迹。就如和伊莉莎白一样，我很快的成了泰莉组织的一员，在传教的对外部门（写新闻稿，负责每周的教堂布告内容等等）接受了一个职位。

就在我遇见泰莉之前的几周内，我“刚巧”失了业。伊莉莎白解雇了我。嗯，解雇似乎是个苛刻的说法。是她让我走。我并没有生气，只是因为我继续前进的时候到了，而伊莉莎白也知道。所以她只说：“到了你该走的时候了。我给你三天的时间。”

我大吃一惊。“为什么？我做了什么吗？”

“不是你做了什么。而是如果你在这儿，你会没做什么。你无法实现你全部的潜能。站在我的阴影里，你不可能那样做。现在，走出去吧！在还没太晚之前。”

“但我不想离开。”我恳求道。

“你在我的后院里玩得够久了，”伊莉莎白实事求是的说，“我轻轻的踢你下，像催鸟离巢一样。是你起飞的时候了。”

事情就这么决定了。

我搬到圣地牙哥，回到商业公开与行销的游戏，开始了我自己的一家名叫“团体”（The Group）的公司。其实并没有什么团体，只有我自己。但我想要它听起来有点份量。而在之后的几个月里，我有了几个客户，包括一位以独立身分参选国会的候选人，但他的名字甚至没出现在选票上。隆·派卡是加州卡尔司巴的前市长，后来他成了这个世纪第一位选票上未列名而赢得了国会众议员席位的人——是我帮他做到的。

但除了这著名的、令人震惊的派卡胜利之外，我在行销与广告的日子里再度证明是一场空。在为伊莉莎白工作之后，再去帮某人卖周末的旅馆房间、饭店食物或家屋改建，可以预知根本无法令人满足。我又要疯了。我必须找到一些方法将意义弄回到我的生活。于是我将所有的精力倾注在泰莉教会的义工生涯上。白天、晚上、周末，我都花在教会工作上，使得我的带来直落谷底。由于我的精力、热诚和创造力，很快的就获得了要我做全职的对外部门主任的提议。那即是教会公开和行销的行话。

可是，在我去替她工作后不久，泰莉便离开了她的教派。她告诉我们，她觉得正式的宗教联系往往会受到局限、拘束、和限制。她组成了泰莉·柯尔韦提克牧师团，而她的主日礼拜终于在全国各城市都播出，她的“会众”也扩大到成千上万。

就如我与伊莉莎白在一起的时候，我与泰莉的联系也提供了我无价的训练。我学到很多，不只是关于与人类的相处，还包括了面对那些情感和心灵挑战的人，关于非营利组织以及他们如何运作最好以符合人类需求，及发出心灵讯息的事。那时我并不知道这经验能被证实是多有价值——虽然我该猜到的人生又再度替我自己的未来在做准备。而我现在看到了，为了继续我的教育，我刚好在对的时间被引导到刚好是对的人。

就像伊莉莎白一样，泰莉也谈到了一位具有无条件的爱的神。她也谈到神的力量，她说那是住在我们所有人之内的。这包括了创造我们自己的实相，并决定我们自己经验的力量。

如我在《与神对话》的序里说过的，在那三部曲里的一些概念是我曾被揭露的概念；而许多则没有，包括一些最令人惊讶的。它们是我从没在任何地方听到过、没在任何地方读到过，之前从没思考过甚或想像过的洞见。然而，如《与神对话》三部曲中说得清楚的，我的整个人生的确都一直是个训示（teaching），“而那对我们所有的人也都是真的如此”。我们必须留意！我们必须让我们的眼睛和耳朵保持着张得大大的！因为神一直在给我们信息，每天的每个片刻都在跟我们对谈！神的信息以林林总总的方式，从形形色色的来源，以无限的丰富来到我们身上。

在我的人生里，赖利·拉雷是那些来源之一。杰·杰克森是那些来源之一。乔·阿尔顿是那些来源之一。伊莉莎白·库布勒罗斯是那些来源之一。而泰莉·柯尔韦提克也是那些来源之一。

我的母亲也是那些来源之一，我们父亲也一样。每个都教了我一些人生功课，并带给我至今仍对我有用的人生智慧。即使在我“丢掉”我由他们那儿——及由其他来源——所得到的所有对我没用的东西，跟我不共鸣的东西，不像是我内在的东西之后，仍然有许多宝藏留下来了。

为了对泰莉公平起见，我确定她为了正确之故，也会要我在此雯这项说明的。在这里我必须指出，她现在早已关闭了她的教会。自那以后，她就开始了一个不同的灵性道途，与传统的犹太——基督结构——疏远了，但也与她自己最大部分的先前信息疏远了。我尊重泰莉的决定，她下决心要使自己的人生成为一个永不终止而勇敢的追求，她所追求的是一个她的灵魂能与之深深共鸣的心灵实相。我希望所有的人都肯以这种热诚寻求神圣的真理。

那就是泰莉教我的最重要的事。她教我以永不终止的决心去寻求永恒真理，不论它多么颠覆了某人的计划，不论它倒翻了我先前的哪个信念，不论它可能多会挫折他人。就这使命而言，我希望我保持了信实。

你有的。相信我，你有的。

不过，对这个喜悦的事情，我还有些问题。

请说。

嗯，你说过，感觉喜悦的方法就是引起别人去感受喜悦。

没错。

那么，当没有人在周围时，我如何感受喜悦？

即使当你独自一人时，也永远有方法对生命做贡献。有时候，还尤其是当你独自一人时。举例来说，当你一个人时，你就可能写出最好的作品。

好吧，但假设你不是个作家，假设你不是位画家、诗人、作曲家，或一个在孤独创造的人？假设你只是个普通人，有份普通的工作，也许是个家庭主妇，或一个牙医，而现在突然时间，你独自一人了。或许你是个退休了的神父，住在退休神父之家，而你奉献给别人生命的时间仿佛已过去了。或实际上，一位退休的任何人士。对人们而言，退休往往是个沮丧的时候，他们有时会觉得他们的自我价值滑落，他们的用处减少了，而他们被舍弃了。

还不止退休的人呢。还有其他人。生病的人、被围困的人，他们都有许多理由没有——而且不能——看到前面还有多少生趣。然后，还有平凡的老百姓，当他们是活跃的及和别人在一起时，他们没有问题，因为他们如你所说的做了——他们将喜悦带给别人。但甚至他们也有独自一人的时候，一人落入沉思中，没有任何在身边，也没有明显的方法给别人带来喜悦。

我猜我想问的是，你如何在你自己内找到喜悦？这个借由带给别人喜悦来找到喜悦的想法是否有点危险呢？它是否有点像个陷阱？它可不可能导致一些小殉道者的产生——觉得他们唯一配得到的快乐就是使别人快乐的那些人。

这些是好问题。这些是非常好的观察和很好的问题。

谢谢你。那么答案是什么呢？

首先，让我们澄清一些事。你从来都没有独自一人的时候。我一直与你同在，而你也永远与我同在。那是第一点。而它是个重要的起始点，因为它改变了每一件事。如果你认为你真的是孤单的，

很可能很具毁灭性。光是完全孤单本身这信念头，没有别的任何其他的事发生，就可以具毁灭性了。那是因为灵魂的本质本身就是统一以及与一切万有的合一，而如果看起来没有任何别的东西和别的人，那么，一个个人可能觉得就是——一个个人，根本没与任何东西一体。而那会是毁灭性的，因为它违反了你对你是谁最深的感受。

所以要了解，事实上你是从不孤单的，“孤单一人”是不可能的，这非常重要。

曾经做过战俘、被单独监禁的人，或得到令人虚弱的中风、无法动弹、被困在自己头脑里的人，可能不同意你的话。我知道我在用极端的例子，但我说的是，在有些例子，“孤单一人”会是非常可能的。

你能创造孤单的幻想，然而对某事的经验并不会让它成为真实。

我一直与你同在，不论你知道与否。

然而如果我不知道，那么你不如不跟我们在一起，因为对我们而言，效果是一样的。

我同意。所以，为改变其效果，你们要知道我永远与你们同在，甚至直到永远永远。

如果我不“知道它”，我又如何知道这点？（你明白我的问题吗？）

我懂。答案是，是有可能你知道，却不“知道你知道”

可以请你进一步解释吗？

在人生里，有那些看起来像不知道，而且不知道他们不知道的人。他们像小孩一样。你要滋养他们。

然后，有那些看起来不知道，而知道他们不知道的人。他们愿意知道。那么教他们。

然后，有那些看起来像不知道，但以为他们知道的人。他们很危险。要避开他们。

然后，有那些看起来像知道，但不知道他们知道的人。他们睡着了。要叫醒他们。

然后，有那些看起来知道，但假装他们不知道的人。他们是演员。就欣赏他们。

然后，有那些看起来知道，而知道他们知道的人。别追随他们。因为如果他们知道他们知道，他们不会让你追随他们。然而要非常小心的听他们有什么要说的，因为他们会提醒你，你知道什么。的确，那便是为什么他们被派给你们的原因。那便是你为什么召他们来的原因。

如果一个人知道，他为什么要假装不知道？谁会那样做呢？

几乎每一个人。几乎每一个人都偶尔会这样做。

但为什么呢？

因为你们全都这么爱好戏剧。你们曾创造了一整个幻想世界，一个你们可以统治的王国，而你们变成了戏王和戏后。

我为什么想要演戏，而非结束戏剧？

因为在非常愉快的戏里，在最高的层次，以最大的热情，你有机会演出你是谁的所有形形色色的版本，你可以挑你选择作谁。

因为它极有趣！

你在开玩笑。有没有一个较容易的方法？

当然有。可是一旦你了悟所有的戏并非必要，你最后仍会选择它。有时候你会继续利用戏来提醒你自己，并教导他人。

所有的智慧老师都这样做。

他们提醒和教导什么？

幻想。他们在提醒自己和教导别人，所有的人生都是个幻想，它有个目的，而一旦你知道其目的，你就可以随心所欲，出入于幻想之内或外。你可以选择去经验那幻想，使之成真，或你可以选择在任何一刻去经验终极实相。

我如何能在任何特定一刻经验终极的实相？

如如不动，而知道我是神。

我真的是那个意思。

如如不动。

那就是你如何认知我是神，以及我永远与你同在的方法。那就是你如何知道你与我为一个方法。那就是你如何遇见在你内的创造者的方法。

如果你开始认识我，信任我，爱我和拥抱我——如果你采取了与神为友的步骤——那么你永远不会怀疑，我是永远与你同在的，并以所有的方式。

所以，如我先前说过的，拥抱我。每天花一些时间拥抱你对我的经验。现在就这样做，当你并不需要时，当人生境况尚不要求你这样做时。现在当你仿佛甚至没时间去时。现在当你并不感觉孤单时。因此，当你是“孤单”时，你就会知道你并不孤单。

养成每天一次与我在神圣联结中相会的习惯。我已教给你做这个的方法。还有其他方法。许多方法。神是没有限制的，达到神的方法也是没有限制的。

一旦你真的拥抱了神，一旦你做了那种神圣的联结，你就再也不会想失去它，因为它将带给你你曾有过的最大喜悦。

这喜悦即我是什么和你是什么。它是生命本身，以最高的振动表达。它是超绝意识。创造便是这个振动层面发生的。

你甚至说它是创造振动（Creation Vibration）！

是的，它是！正是如此，一点都没错！

但我以为喜悦是只有当你在送给别人时才能感受到的东西。如果你只是自个儿独自一人，在内心只与神联结，你怎能感受这喜悦呢？

只是？你说“只是”吗？

我告诉你，你是与“一切万有”联结！

你并不是“自个儿独自一人”你永远都不是！那是不可能的！当你真的感受到与内心的神的永恒联结时，你是在送出喜悦。你在把它给我！因为我的喜悦是与你合一，而我最大的喜悦是你明白了这一点。

所以，当我让你带给我喜悦，我便也带给了你喜悦？

还有对爱更完美的描写吗？

没有。

而爱不是神之所是——我们这所是吗？

是的。

好。非常好。你现在将它们全都弄清楚了。你懂了。你已准备好了，如你这辈子大多数时间所做的一样。你是位信使。你，以及许多像你的人，他们和你一同达到了这同样的了解——有些透过这对话，有些以他们自己独特的方式，全都向着同样的目的：不再做个求道者，而是做个荷光者。

很快的，你们全都会以一个声音说话。

事实上，信使的角色给了每一个人。你们全都为世界送出了一个信息，关于生命及它是如何，并且关于神。你送出的信息是什么？你现在选择送出的信息是什么？

是送出新福音的时候了吗？

是的。是的，是时候了。但有时候我觉得在其中是如此的孤单。纵使当我接受我永远不真的孤单的真理时，我仍会猜测，当我觉得孤单时，那又改变了什么呢？如果我感觉完全孤单一人，而我没感觉到多少喜悦时，我又该做什么呢？

如果你想你是孤单的，你能做的就是——到我这儿来。

从你灵魂的深处到我这儿来。从你的内心跟我说话。在你脑海里与我为伴。我会与你同在，而你会知道它。

如果你每天一直与我接触，这会容易些。然而，即使你没有，我也不会令你失望，而会在你呼唤我的那一瞬间与你同在。因为这是我的允诺：即使在你呼求我的名字前，我就会在那里。

那是因为，我永远在那里，而你呼唤我的名的决定本身，只不过是提高了你对我的觉知。

一旦你觉知了我，你的悲伤便会离你而去。因为悲伤和神无法共存于同一个地方，因为神是转到最高点的生命能量，而悲伤是转低了的生命能量。

所以，当我来到你面前，别描绘我！（turn-down. 译注：此片语为拒绝，但也为转低，故为双关语。”

哇，太神奇了！你又来了，以神奇的方式将所有的东西放在一起，以使我们能“了解”它们。但我不认为人们真的会那样做。他们会吗？我不认为人们会真的拒绝你。

每一次你对某事有个预感而忽略了它，你拒绝我。每一次你收到了一个提议，要你中止坏的感觉，或停止一个冲突，而你忽略了它，你拒绝了我。每一次你没回报陌生人的一笑、在夜空令人敬畏的神奇下走路而没仰望、行过一片花床而没停下来观看它的美，你拒绝了我。

每一次你听见我的声音，或感觉一位已逝的所爱在场，而说那只是你的想像，你拒绝了我。每一次你在你的灵魂内感受到对另一个人的爱，或在你心中感觉到一首歌，或在你脑海中看见一幅宏伟原景，而对之不闻不问，你拒绝了我。

每一次当你发现在你人生中对的时间自己正在阅读对的书，或正听到对的宣道，或正看到对的电影，或正巧遇到对的朋友，而当它是巧合或意外收获或“运气”，你在拒绝我。

而我告诉你：在鸡叫之前，你们中有些人会三次不认我“译注：新约中耶稣受难前告诉彼得的话。”

我不会！我永远不会再否认你了，当你邀我去经验与你契合时，我也不再会拒绝你了。

那个邀约是持续而永在的，而人类也越来越充分感受到这生命能量，而不再拒绝它。你们让自己与力量同在了！那很好。那非常好。因为当你们进入下一个千禧年，你们会种下这世界所仅见的最伟大的成长种子。

你们在科技上成长了，然而现在你们会在意识上成长。这将是最伟大的成长，使你们所有其他的进步相较之下都大为失色。

二十一世纪将是觉醒的时候，遇见内在创造者的时候。许多人会经验到与神及与所有生命的一体。这将是曾被记载过的新人类的黄金时代的开端；那曾被你们之中那些深具洞见的人非常具说服力的描述过的宇宙人类（universal human）的时候。

在当前的世界里，已经有许多这种人——老师和信使，大师和有远见的人——他们正将这愿景放在人类眼前，并提供创造它的工具。这些信使和有远见的人是一个新时代的先驱。

你可以选择做其中的一员。你，现在被送达这信息的你。你，现在正在读这话的你。许多人都被召唤，但很少人自己选择。

你的选择是什么呢？我们现在要不要用一个声音说话？

要说同样的话，我们必须全都知道同样的事。然而你刚说过，有些人并不知道。我真的迷糊了。

我并没说有些人并不知道。我说有些人看起来像是不知道。然而，别用表象来判断。

你们所有的人都知道每一件事。没有一个不知道的人被派到此生来。那是因为你们即是知晓。那知晓即你们是什么。然而你们忘了你们是谁和是什么，以便你们能再度创造它，这就是我们现在已讲过许多次的重新创造的过程。

如你觉知的，《与神对话》三部曲的第一部以很棒的细节解释了这一切。所以看起来你“不知道”以完全精确的说法，应该是说你“不记得”。

有些人不记得，而他们不记得他们不记得。

有些人不记得，但他们记得他们不记得。

有些人不记得，但以为他们忆起了。

有些人记得，但不记得他们已忆起了。

有些人记得，但假装他们不记得。

又有些人不记得，而记得他们忆起了。

那些完全忆起（Re-Membered——重新组合）的人，再度变成了神的身体的一员。

15 、爱这时会怎么做

我希望完全忆起。我希望与神重聚。那岂不是每个人类灵魂都渴望的吗？

是的。虽然有些人不知道，有些人不“记得他们记得”，但无论如何，他们在心里都有一个渴望。有些人甚至不相信神的存在，然而他们内心深处的渴望却不会消失。他们以为那是对另外什么东西的渴望，但，到末了，他们会发现那是想回家的渴望想再度变成神的身体之一的渴望。

那些不相信的人，当他们发现，他们想够到的任何东西，他们获得的任何东西，都无法满足他们内心最深的渴望时，他们就会发现这一点。

所有凡间的爱都是短暂的。纵使是一辈子的爱，持续半个世纪或更久的伴侣，比起灵魂的生命——那是永恒的——都是短暂的。如果不是在你们所谓的死亡那刻之前，那就是在当时，灵魂会了悟这个。因为在那一瞬，灵魂会知道没有死亡，生命是永恒的；而你一直存在，现在存在，并且永远存在，永远永远。

当灵魂了悟了这点，它也会了悟被认为是永恒的爱东西之短暂性。然而，在它下一次进入具体生活之旅时，它会了解得更深，它会更容易忆起，而它会知道一个在肉体生活中所爱的一切都是短暂的，无常的。

不知怎么地，那样感觉很凄凉。好像将我对爱的喜悦都拿走了。如果我知道在事情的整个尺度上它是如此的短暂，如此的……如此无意义，我又怎能完全的爱什么人或什么东西呢？

我并没说任何关于它是无意义的事。没有任何有关爱的事是无意义的。爱就是生命的意义本身。生命是爱，被表现出来的爱。爱即生命。所以，每个爱的行为都是生命在最高层面的表达。某些东西、某些经验是暂时的，或相对的短暂这个事实，并不会使它成为无意义。的确，而是可能给了它更多意义。

对爱的体验是短暂的，但爱本身却是永恒的。这些经验只是永远无所不在的爱之一此时此刻地的表现。

就我而言，那并不会使它显得更充满喜悦。

让我们看看我们是否能将喜悦的概念再带回到爱里面。当前你有没有爱一个特定的人？

有啊，很多人。

有一个你与之相伴的特定的人吗？

有的。南茜，如你所知的。

是，我是知道，但我在引导你一次一步的走过去。所以跟我对话就好了。

好的。

现在，这个让你感觉有一种特别的爱的南茜，你跟她有性经验吗？

怎么会没有。

而这些经验，它们是持续、经常而永不结束的吗？

我真希望是那样。

不，我不认为你真的希望那样。如果你思考一下就不会了，但我暂且接受这些经验是短暂的，我说得对吗？

是的。不时发生且暂时的。

并且为时短暂？

要看多久没做了。

什么？

一个小笑话。只是个小笑话。是的，相对的说，那经验是短暂的。

那使得它们比较没意义吗？

不会。

那使得它们比较不愉快吗？

不会。

所以你是说你对南茜的爱是永远的，但你以这特定方式对她表达爱是不时发生、暂时而短暂的。我说得对吗？

我明白你走向的地方了。

很好。那么，问题是你走向什么地方？

你是否走向了一个地方，在那儿，做为一个永恒的生灵，你无法享受你的经验或在其中找到意义，只因那些经验本身是短暂的？或者你是否走向一个有更大了解的地方，当你爱它的时候，能让你“尽情”爱你之所爱，而纵使知道以那特定方式经验的爱是暂时的？

如果你走到这地方的后面，那么你便在朝着大师级走，因为大师知道，尽情的爱生命，以及每一生命所给你的一切，就是神性的表现。

这是神的第二种态度。神是全然的爱。

是的，我知道第二种态度，以及它可以如何的改变我的生活。这是我不需要人解释给我听的一个。我明白完全去爱是什么意思。

你明白吗？

是的，我想我明白。

你了解完全去爱是什么意思？

是的。它是指没有条件且没有限制的去爱每一个人。

那是什么意思？那是如何运作的？

嗯，让我想想。对我而言它是个日复一日的探索。它是个一刻复一刻的发现。

你将它变成一刻复一刻的创造会更好些。人生并非一个发现的过程：而是个创造的过程。

那么，我如何一刻复一刻的创造无条件和无限的爱？

如果你对这个问题没有答案，那么你就无法说你已了解完全去爱是什么意思。你明白那些字句在说什么，但你却不明白它们的意义。那么实际来说，它们就是没有意义。

那就是今日“爱”这个问题。

以及“我爱你”这句话。

没错，以及“我爱你”这句话。人们会说这句话，但许多人不知道爱另一个人的意思——它真正的意思。他们了解需要一个人，跟另一个人要些东西的意思，甚至愿意给些什么去回报他们需要和想要的东西，但他们并不了解真的去爱，真正去爱的意思。

“爱”这个字，及“我爱你”这句话对许多人来说都是个挑战，是个真正的难题。

当然，包括我在内。当涉及爱时，我的人生就是个灾难。我不了解完全的去爱是什么意思，而我猜我现在也不了解。我可以说出那些字，但我好像就是无法去实践它们。有什么人能真的去爱，而没有任何条件，没有任何限制吗？人类真能做到那样吗？

有的人可以，并且曾做到过。

这些人被称为大师。

哦，我并不是一位大师，就此或任何其他的标准而言。

你是大师！你们全是！只不过你们没经验到那点。然而你已正在经验大师的路上了，我的孩子。我真希望我能相信这些。

我也一样。

直到最近，我仍根本不了解任何有关爱的事。我原以为我全都知道了。但我什么都不知道，我的人生即是对那点的一个展示。而你在这儿也才刚对我证明了我还没真正的了解它。我的意思是，我在谈着一项不错的运动比赛，但我却并非你会称为的一个冠军选手。

在我之前所谈过的叙述里，我还没谈到我的重要关系和我的婚姻，因为我想尊重那些我以伤害方式所触及的人的隐私。我一直将我的“故事”限制在我自己个人的放浪里。但我可概括的说，几乎一个人能做的伤害另一个人（除了在身体上的伤害之外）的每一件事，我在我的爱情关系里都做了。几乎一个人能做的任何错误，我都做了。几乎一个人能做的每样自私、迟钝、不体贴的事，我都做过了。

当二十一岁时，我第一次结婚。当然，我当时认为自己已是个长大了的男人，了解关于爱所该了解的一切，但我什么也不了解。关于自私我倒了解得很多，但关于爱，我什么也不知。

那个不幸嫁给我的女人，以为她找到了一个自信心强、敏感、会关怀人的男子。但她得到的却是个自我中心的、自大的、控制欲强的男人。他，就像他自己的父亲一样，假设他是老板，那就是借由使别人看来渺小来膨胀自己。

我们婚后不久便迁到南方去小住了一会儿，然后再回到安那波里斯。我完全的投入该地的文化生活，他们的球队，并且帮助安那波里斯夏日花园戏院安排第一个演出。我是创作艺术之玛利兰厅的创立者之一，并且也是构思与协调那儿的第一个艺术节的小团体的一员。

不过，在我的全职工作和其他的“义务”之间，整年中，我一周总有三四晚，加上大半的周末，都不在我太太和孩子身边。在我的世界里，“爱”意指“供给”，以及愿意去做为了达成那个所需的不论什么。我是有那个意愿的，从来没有人需要说服我关于我的责任。然而我以为它们是以我的皮包开始和结束的——因为那仿佛也是我父亲开始开始和结束的地方。

只有在后来，当我更年长些时，我才能承认和感激我父亲是比我所认为的提供了更多，如缝睡衣（他用缝纫机的灵巧是不可置信的）、烤苹果派（世上最好的）、带我去露营（当我们加入幼童军时，他几成一个小队领导人）、开车载我去加拿大钓鱼，以及远征到华府和其他地方、教我摄影和打字，我还可以继续的列举下去。

从我父亲那儿我所真正缺乏的是任何语言或身体上爱的表示。他根本从没说过“我爱你”，而实际的身体接触更是没听说过，除了在圣诞节和生日，当妈妈教我们在收到我们那些很棒的礼物之后，要“去给你们的父亲一个拥抱”时。但我们都是尽快的做了。那是种草草了事的亲近。

对我而言，爸是家中的权威源头。妈则是爱的源头。

爸下诏书和决定，他对权力的使用往往是武断且暴虐的；而妈是慈悲、好心和宽容的声音。我们到她那儿求她帮我们绕过爸的规矩和禁制，或令他改变主意。她往往都做得到。他俩一同将黑脸白脸的游戏扮演得非常好。

我想在一九四〇与五〇年代，这是个相当典型的为人父母的模型，而我只不过在六〇年代承继了这模型，略作了些修正而已。我刻意的经常告诉我的孩子们我爱他们，并且只要我在他们身边时，常常对他们又吻又抱，而我只是没那么常常的在他们身边罢了。

在我被给予的模型里，“与小孩在一起”是女人的工作，男人则是该出去外面“做事。”而我所“做”的事之一，就是与其他的女人调情，最后，还发展出一次羽毛已丰的外遇。那导致了第一次婚姻的结束，而转成我第二次的婚姻。

我对我的行事方式从未感觉骄傲，而我深深的罪恶感只经由岁月而愈越成熟。我已向我第一位妻子道歉了多回，而因为她一直是个仁慈的人，所以我们多年来仍保持着友谊。但我知道我深深的伤了她，我真的希望有个什么办法可以重新再来一次，或至少以一种不同的方式去做已做了的事。

我第二次婚姻的失败又导致了第三次——但那终究也失败了。我似乎不知道该如何去保住一份关系，而理由是，我似乎不知道如何给予。我总有一种格外自私和不成熟的看法（虽然我想并非有意识的），认为关系的存在只是为了带给我享乐和方便，而挑战则如何在尽可能不放弃我自己的情况下，继续维持它们。

事实上，这也就是浪漫关系对我而言的感觉：要求我放弃自己的点点滴滴，直到我几乎消失不见为止。我不想要那样，然而没有一位“具重要性的他人”在我的生活中，我又仿佛不知如何才能快乐。所以，问题永远是，我愿意“出卖”自己多少，以便在生活中有一个爱的永恒来源、伴侣和情爱“指性”。如我说过的，我对此一点都不自豪。在这儿我只是试图要弄清楚。我的朋友玛丽·曼宁·摩里赛牧师，奥立冈州威尔森维尔的“丰富生命中心”创办人，称我是一个“复原中的男人”。（译注：幽默语，平常多用来形容一个复原中的醉鬼等。）

直到我的第三次婚姻也结束时，我想我已不会再结婚了。但事实上，在我能让一个长期关系成功之前，我实际上又重蹈了两次覆辙。在这过程当中，我又生了七个小孩——有四个是与我和她有长期关系却没结为夫妇的女人所生的。

如果说我做事不负责任，我想那已是最仁慈的说法了。然而在我的每个例子里，我其实都很骄傲的认为这终于是能继续维持下去的关系了，因我都在尽可能的让它成功。但现在我就当时自己对爱真正是什么的完全误解而言，我明白当时那些全是空话。

我也很希望自己能说，我那些行为只是表现在那些关系中而已，但其实那只说对了一半。因为一路走来，在半途中，我又与其他的女人缠上，做出了同样不成熟和自私的行为。

虽然现在我已完全了解，在这些事情里，没有受害者，也没有坏人，所有的人生经验都是共同创造的。但我承认在这些剧情里，我扮演了很重要的角色。我看见自己花了三十年才打破的模式，是我不愿意试图以新时代的格言去加以遮掩的罪恶事实。

所以当我坐四望五，仍发现自己是孤单一人时也就不足为奇了。并且，如我先前说过的，我的事业和健康也不比我的爱情生活状况好多少。因此你可以想像当我眼看着五十大关渐渐接近时我的无望感了。这也就是在一九九二年二月的某个半夜，当我从彻底绝望中醒来，而给神写了一封泻愤信时事情的状况。

我真的无法告诉你，神回答了对我有多大的意义。

那对我也有很大的意义。

但我常常自忖，这为什么会发生在我身上？我不配。

每个人都配与神交谈！那就是整个意义之所在！然而我无法借由“对唱诗班宣讲”来表明那个意义。

好吧，但为什么是我呢？还有许多过着不是那么完美生活的人。为什么选我？那就是许多人问的问题：“尼尔，为什么是你，而不是我？”

那你怎么回答？

我说神一直都在跟每个人说话。所以问题并非神跟谁说话？问题是，谁在听？

好极了。那是个绝佳的答案。

应该是的。是你把它给我的。但现在我必须请你回答我先前的问题：我如何能一刻复一刻的创造无条件和无限限制的爱的经验？我如何能采取全然去爱、似神般的态度？

全然去爱就是完全自然。爱是很自然的事。它并非正常，而是很自然。

请再解释一下那个区别。

“正常”是用来说明寻常、普通、前后一致的事。“自然”则是用来指明一个东西的基本性质。做为一个人，你的本性是去爱，爱每个人和每样东西，虽然你那样做并不是正常。

为什么？

因为你在世上过活的方式里，你曾被教导该违反你的本性去做——不要自然。

那又是为什么？我们为什么被那样教导？

因为你们认为自然的自己是坏的、邪恶的，是必须驯服、压制、抑制的。所以你们要求你们的族类去表现并附从那不自然的“正常”行为。而“自然”就是有罪、放纵，甚至是危险的邪恶。即使让你自己以“自然”的状态被看到，据说也是有罪的。

到今日那还是真的。某些杂志仍被有的人认为是“龌龊”的。天体日光浴被许多人指为是“逸出正轨”。一般而言，裸体是该避免的，甚至在自己家里或是在后院裸体走动的人，也常被称为是“反常的”。

而它远远超过了暴露我们的“私处”。在有些文化里，我们甚至不准女人露出她的面孔，她的手腕或她的脚跟。

当然，这是可以理解的。如果你看过一对真正吸引人的女人脚跟，你就了解为什么这么多人认为他们是必须不让众人的眼睛看到的。因为他们是非常的具挑逗性，甚至引人遐思。

好吧，我是在开玩笑的。但在有些家里和在有些文化里，几乎都是那么压抑的。

而那还不是你们许多人曾打压的你们存在之唯一自然面向。你们曾劝阻人说实话，纵使对你们而言说实话是非常自然的。你们曾劝阻人对宇宙的基本信任，虽然对你们来说有那些信任是非常自然的。你们曾劝阻唱歌、跳舞、欢呼和庆祝，虽然你身体里每根骨头都极渴望暴出你是谁纯粹神奇！

你做过所有的这些事，因为你害怕如果你对自然倾向“认输”，你就会受伤害；而如果你对自然的愉悦认输，你就会伤害自己和别人。你带着这恐惧，因为你持有对人类的一个发起思维

(Sponsonring Thought)，它说你们族类基本上是邪恶的。你想象你是“生于罪中”，而你的本性是坏的。

这是你曾对自己所做的最重要的决定。而你既然你创造了自己的实相，那它就是你实现了的决定。为了不令自己是错的，你曾费尽力气使自己是错的。你的人生显示给你看，关于这个你是对的，所以你采用这个做为你的文化故事。你说，事情本来就是如此，而借由继续的说这话，你使它成真了。

除非你改变你的故事，改变你对你是谁以及你们做为一个种族，一个族类，你们是怎么回事的观念，否则你永远无法全然去爱，因为你甚至无法全然去爱你自己。

要全然去爱的第一步。你必须全然爱你自己。而只要你相信你是生于罪中，并且基本上是邪恶的，你便无法做到这点。

这个问题——人的基本天性是什么？——是现在人类面对的最重要的问题。如果你们认为人类的天性是可靠和邪恶的，你们就会创造一个支持那个观点的社会，然后由之合理化而制定法律，通过规则，采用规定，并强加压制。如果你们认为人类的本性是可靠且善良的，你们则会创造一个全然不同类的社会，而在其中，很少需要规则、规定和压制。第一种社会是限制自由的。而第二种则是给予自由的。

神是全然去爱的，因为神是全然自由的。全然的自由既全然的喜悦，因为全然自由创造空间给每一个喜悦的经验。自由是神的基本天性。它也是人类灵魂的基本天性。你没有完全的喜悦到什么程度，你就没有到什么程度的完全自由——而到那个程度，你便不是全然的去爱。

我们之前曾讨论过这个，所以我明白它必然相当的重要。你是说，全然去爱意味着全然自由。

是的，并且容许别人全然自由。

你的意思是，每个人都该能做任何他们想做的事。

那就是我的意思。到人类可能容许的程度，是的，那是我的意思。

那既神是如何去爱的。

神容许。

我容许每个人去做任何他们想做的事。

没有任何后果？没有任何的惩罚？

这两者并非同一件事。

如我现在重复告诉你的，在我的王国里，没有惩罚这回事。而在另一方面来说，则是有后果这样一件事的。

后果是自然的结果，惩罚则是个正常的结果。在你们的社会里，惩罚是正常的。在你们的社会里，只是让一个后果去肯定它自己，去透漏它自己，是不正常的。

惩罚是你太没耐心去等待一个自然结果的宣告。

你是说，没有一个人该为了任何事被惩罚吗？

那是你们必须决定的事。的确，你们每天都在决定它。

当你继续对这点不断做选择时。请好好想一下，会引起你们社会或任何社会中的人去改变行为的，什么方法最为有效。终究，这是你们假定得强加惩罚的理由。为了报复的目的而惩罚——基本上，“一报还一报”——并不会创造你们说你们希望创造的那种社会。

高度演化的社会会观察到，从惩罚你学不到什么。他们的结论是，后果才是较好的老师。

所有的有情生灵都明白惩罚和后果之间的差别。

惩罚是人工创造的结果。后果是自然发生的结果。

惩罚是由抱着与受罚人不同的价值体系的人，由外强加在受罚人身上的。后果则是由自己在内部所体验的。

惩罚是另外一个人决定你做错了。后果则是一个人自己体验到某事行不通。也就是说，它不会产生一个想要的结果。

换言之，我们无法由惩罚很快的学习，因为我们将之视为别人对我们所做的事。我们由后果学的更快，因为我们将之视为某件我们对自己所做的事。

一点都没错。你完全说对了。

但惩罚能不能是个后果呢？那岂非它的本意吗？

惩罚是人工创造的结果，而不是自然发生的结果。光是借由称为一个后果而试图将“惩罚”转变成“后果”的企图，并不会成功。只有最不成熟的人才能被这样一个语言上的计谋所骗，但他也不会受骗很久。

可是这并未阻止你们中许多为人父母的去用这计谋。而你们发明的最大惩罚，就是不给你们的爱。你们显示给你们的子女看，如果他们以某方式做事，你们就会保留你们的爱，不给他们。你们想借由给予和保留你们的爱来规范、修改、控制和创造你们孩子的行为。

这些是神永远不会做的事。

然而，你们却曾告诉你们的孩子我也那样做——无疑的是要合理化你自己的行为。但我要告诉你：真爱永远不会自行撤回。而那就是全然去爱的意思。它是指你的爱足够完全而能包容最错误的行为。它还不止于此。它是指，甚至没有一种行为会被称为“错”。

艾力克·西格说对了：爱永远不必说抱歉。（译注：六〇年代名片“爱的故事”中的名言。）

那是完全正确的。然而，它是个非常高超的原则，没多少人在实践它。

大多数人甚至无法想像神在实践它。

他们是对的。我并没有实践它。

你说什么？

因为我即它。一个人不必实践他之本是，一个人只是是它。

我乃不知任何条件或局限的爱。

我乃全然的爱，而全然的爱意味着愿意给每一个成熟的有情生命全然的自由去是、做和有他们想望的东西。

纵使你知道它会对他们不好？

那并非由你来替他们决定的。

甚至不能替我们的孩子决定？

不能，如果他们是成熟的有情生灵的话。不能，如果他们是长大的孩子。而如果他们尚未成熟，而导致他们成熟的最快方式，就是允许他们自由，去实际可行的尽早去做可能的最多选择。

这是爱所做的。爱是放手。而你们所谓的需要，你们往往将之与爱混淆的那东西，则刚好做相反的事。需要紧抓着不放。这是你们能分辨爱和需要的方法：爱放手，需要则紧抓。

所以，要全然的去爱，我就要放手？

是的，在其他最多的事之外。放下期待，放下你曾强加在你身上的要求、规定和规则。因为如果他们受限制，他们便没被爱。没有完全的被爱。

你也没有。当在任何事上限制了你自己，当你给予自己少于完全的自由时，你也是没有全然的爱你自己。

然而记住，选择并非限制。所以不要称你所做的选择为限制。并且怀着爱心供给你的子女及所有你爱的人，你觉得可能会帮助他们做好的选择的所有资讯——在这儿，“好”是被定义为那些最可能产生一个特别想要的结果，以及你知道是他们最渴欲的结果——一个快乐人生——的选择。

分享你对那个所知道的事。提供你了解的事。然而，别想强加你的想法、你的规定、你的选择在别人身上。并且万一别人做了你不会做的选择，也别保留你的爱。况且，如果你认为他们的选择很差，那也正是显示你的爱的好时机。

那即是慈悲，而除此以外没有更高的表现。

全然的爱还有什么其他的意思？

它意指在每个片刻都完全在场。完全觉知。完全开放、诚实、透明。它意指完全愿意去完全表达在你心中的爱。全然去爱意指全然赤裸，没有隐藏的议程或隐藏的动机，没有隐藏的任何事。

你认为人类，像我这种普通人，有可能达成这种爱的？这是我们全都能够做到的事吗？

不止是你们能够做到的事。它也是你们是的东西。这是你们是谁的本质。你们做的最困难的事是否认它。而你们每天都在做这困难的事。这是你们的人生感觉如此困顿的原因。然而，当你们做那容易的事，当你们决定来自和做你们真正是谁——那即纯粹的爱，无限制且无条件的——然后你的人生又变得容易了。所有的骚乱都消失无踪，所有的挣扎都离开了。

在任何既定一刻，都能达成这平静。你们可以借由一个简单问题来找到到达它的路，那就是：

爱这时会怎么做？

又是那个神奇的问题？

是的。这是个奇妙的问题，因为你永远会知道答案。就像魔法一样。它会净化，像肥皂一样。它将担忧带出了亲近。它冲掉了所有的怀疑，所有的恐怕。它以灵魂的智慧沐浴头脑。

说得真好。

是真的。当你问这个问题时，你会即刻知道该做什么。在任何情况、在任何条件下，你都全知道。你会得到答案。你就是答案，而问那问题将你的那部分带到了你面前。

万一你骗自己呢？你无法骗你自己吗？

当答案即刻来到时，不要放马后炮。那是你会骗自己——且让你自己变成傻瓜——的时候。走入爱的心中，并且在你所有的选择和决定里，由那个地方出发，你便会找到平安。

16、 祝福你生命中所有的事情吧

全然的接受、祝福与感恩是什么意思？神的五种态度的这最后三个，对我而言不是很清楚——尤其是第三和第四种。

全然的接受是指不与现在出现的什么争吵。它是指不排斥它，或将它丢回去，或走开；而是拥抱它、握着它，爱他，好像它是你自己的一样。因为它是你自己的。它是你自己的造物，你对它就会很欢喜——除非你不是。

如果你不是，你会抗拒承认你所创造的，而你所抗拒的，就会持久。所以欢欣吧！快乐吧！如果目前的情况或条件是你现在所选择要改变的一个，那就选择以另一种方式去体验它。外在的表现，外在的显现也许可能根本没变，但你对它的内在经验可以、并且会永远的改变，只不过由于你对它的决定而已。

记住，这才是你在追求的。你并不在乎外在表象，只在乎你的内在经验。让外在世界如它是样子。创造你的内在世界如你想要它是的样子。这就是“在世不属世”的意思。这是生活大师。

让我弄清楚这点。你该接受任何事，即使是你不同意的那些？

接受某件事并不表示拒绝去改变它。事实上刚好相反。你无法改变你不接受的东西——尤其是在你自己内的。外在于你自己的也一样。

所以，接受每件事，如同在你内的神圣性之神圣显现。然后宣告你自己为它的创造者，只有那样，你才能“不创造”它。只有那时，你才能认出——即再度认识——在你内去创造某样新东西的力量。

接受某件事并非就是同意它。只不过是拥抱它。不论你同意它与否。

你不会要我们去拥抱魔鬼吧，是吧？

不然你怎么治愈他？

我们之前就曾谈过这些了。

是的，我们还要再谈一次。一而再的，我会与你分享这些真理。一而再的，你会听到它们，直到你“听到了”它们。如果你发现我在重复我自己，那是因为你自己在重复你自己。一而再的你在重复，带你自己到悲伤、凄惨、失败的每个行为及每个行动。然而胜利是可以赢得的，战胜你的这个魔鬼的胜利。

当然，并没有魔鬼——如我们之前也曾讨论过多回的。在这里我们所说的只是比喻。

你怎么能治愈你甚至不肯握住的東西？在你放手让它走之前，你必须先紧紧的握住某样东西，紧紧的在你的现实里握住它。

这一点我没把握我了解。请帮助我更了解这一点。

你无法放开你没有握住的東西。所以，看！我带来了你们大喜的信息。（译注：此处作者又在玩文字游戏，hold 握住，behold 是看，而此句典出《新约》，天使宣告救世主耶稣将诞生。）

神是全然接受的(accepting)。

人类是非常排外的(excepting. 译注：此两字发音非常近似，神又在玩文字游戏)。

人类爱彼此，除了(except)当那些人做了些什么。他们爱他们的世界；除了当世界不讨他们的喜时。他们爱我除了当他们不爱时。

但神不例外，神都接受。关于每个人和每件事。

没有例外。

全然接受听起来很像全然喜爱。

全都是同一件事。我们在用不同的字眼描写同样的经验。爱与接受是可以互换的观念。

为了要改变某件事物，你首先必须接受它那儿。为了爱某件事物，你必须做同样的事。

你无法爱你不承认为己有、宣称不在那儿的你那部分的自己。你曾不承认你不想有所有权利的你的许多部分的自己，你使自己不可能去全然爱你自己——由此，也不可能全然去爱别人。

黛博拉福特(Deborah Ford)就这主题定了一本非常棒的书，叫作《追光者之黑暗面》(The Dark Side of the Light Chasers)。它是关于寻觅光的人却不知如何处理他们自己的“黑暗”，看不出那儿的礼物。我向每个人推荐此书。它能改变人生。它以非常清楚而可了解的说法解释为什么接受是如此的一个祝福。

它是祝福！没有它的话，你会诅咒你自己及别人。然而，透过爱和接受，你会祝福所有你触及的生命。当你变得全然的愛和全然的接受时，你就变成全然的祝福——而这使得你和每个其他人都全然的喜悦。

每样东西都汇流到一起，每样东西都与每样其他东西连结起来，而你开始看到并了解，神的五种态度其实是一个且相同的。它们即神之所是。

神那个全然祝福的面向即那不诅咒任何东西的面向。在神的世界里没有永罚(Condemnation)这样的事情，只有赞扬(Condemnation。译注：此两字读音又有些像。)你们全都因你们正在做的工作该被赞扬，因你们正从事的职业。去认识并且体验你真正是谁。

不论何时，当任何坏事在我母亲周围发生时，她总是会说：“神祝福它！”可是其他人则会说：“神诅咒它！”但我母亲是会说：“神祝福它！”

有一天我问她为什么。她看着我，好像她不大能理解我怎会问这题似的。然后，带着当一个人对一个小小孩子解释什么事时的爱与耐心，她回答说：“我不要神去诅咒它。我要神去祝福它。只有那样，才会使它有所改进。”

你的母亲是位非常“觉知”的人。她了解很多事情。

去吧，去祝福你生命中所有的事情吧！记住，除了天使外，我没派给你任何东西，而除了奇迹外，我没带给你任何东西。

一个人如何能着手祝福事物呢？我不了解那是怎样一回事？那些话是什么意思？

当你给一事物你最好的能量、你最高的想法时，你就是在祝福它。

我该给予我憎恨的东西，像战争、暴力、贪婪、不仁的人、不人道的政策我最好的能量和我最高的想法吗？我不懂。我无法给这些事物我的“祝福”。

但如果要改变这些事，所需要的正是你最好的能量和你最高的想法。难道你不了解吗？诅咒任何事都改变不了它。说真的，真的是诅咒而使它重复的发生。

我不该诅咒滥杀、猖獗的偏见、广布的暴力、未被遏止的贪婪？

你什么都不要诅咒。

什么都不要？

什么都不要。我能道没派我的老师们来告诉你们，“勿判别，也勿诅咒”吗？

可是，如果我们什么都不诅咒，那不好像是我们在赞同每件事似的？

不诅咒并不表示没去寻求改变。因为你没诅咒某事，并不表示你赞同它。只表示你拒绝去判断它。而另一方面，你仍可以选择别的东西。

选择改变并不总是出自愤怒。事实上，造成你非常真实改变的机会，是与你愤怒的减低直接成正比的。

人类往往用愤怒做为他们寻求改变的理由，用判断做为理由。你们曾围绕着这个创造了一大堆戏剧，为了合理化你们的判断而感知到伤害。

你们许多人以这种方式终止你们的关系。你们还没学到只说“我是完整的。这关系的现状不再对我有帮助了。”的艺术。你坚持先感知伤害，然后进入判断，然后由愤怒出发，以设法合理化你

想做的改变。就好像没有愤怒，你就无法有你所想要的：但你无法改变你所不喜欢的。所以你在它周围集结了各式各样的戏剧。

现在我告诉你：祝福、祝福你的敌人，为那些迫害你的人祈祷。送给他们你最好的能量和你最高的想法。

除非你视每个人和每种人生境况为一个礼物，为一个天使及一个奇迹，否则你做不到这点。当你做到时，你将投入完全的感恩里。你将会全然的感恩——神的第五种态度——而圆圈便会完成了。

这是个重要的因素，这个感恩的感受，是不是呢？

是的，感受恩是改变每件事的态度。为某件事感恩是停止抗拒它。看它，并承认是个礼物，纵使当这礼物并不马上变得明显时。

除此之外，如你已经被教导过的，预先为一个经验、情况或结果表示感激，是个创造你实相的利器，并且是大师的一个确切征兆。

它是如此的有威力，以致我认为这第五种态度几乎应被列为第二种。

事实上，神的五种态度这庄严华美就像与神为友的七个步骤一样，它们的顺序是可以反转的。神是全然感激、祝福、接受、执爱和喜悦的！

这是我可以祈祷中提到的最好的——最具威力的祷词。神，谢谢你帮助我了解，你已帮我解决了这个问题。

没错，这是个有力的祷词。下一次当你面对一个你认为是困难的状况或境遇时，要立刻表达你的感谢，而不只是想到解答，或针对问题本身。借由如此做，你会即刻改变了你对它的观点，以及你对它的态度。

其次，祝福它，正如你母亲所做的。给它你最好的能量和你最高的想法。在这样做时，你将它变成了你的朋友，而非敌人；变成支持你，而非反对你的东西。

然后，接受它，并且不抗拒邪恶。因为你所抗拒的，会坚持下去。只有你所接受的，你才能改变。

现在，以爱包裹它。不论你在经验什么，你真的能将任何不想要的经验“爱”走。换句话说，就是你能“爱死它”。

最后，要喜悦。因为那精确而完美的结果就在手边。没有东西能拿走你的喜悦，因为喜悦即你是谁，以及你永远将是谁。所以，在每个困难面前，做一件喜悦的事。

像安娜在“国王与我”歌舞剧里唱的：

“不论何时，当我觉得害怕，我头会抬得高高的，吹一支快乐的曲调，因此没有人会怀疑我是在害怕。

“我吹一支快乐的曲调，而每一次，曲调中的快乐都让我相信我不害怕了！”

这里你就说对了。你完全说对了。

我有个朋友，他每天每刻都在用这种态度。他借由帮助人看到他们能多容易又多迅速的改变他们的态度，并且显示给他们看这样一个改变会在他们人生造成多大的不同，因而治愈了别人。他叫杰利简波斯基——正式的名字是杰罗·G·简波斯基医生——他写过一本具开创性的书，叫作《爱就是放下恐惧》。（Love is Letting Go of Fear）。

杰利在加州的沙沙利多创建了“态度治疗中心”（Center for Attitudinal Healing），而现在全世界各城市超过一百三十个这种中心。我没有认识比他更仁慈、更温和的人了。他对每件事都抱着正面的态度。每一件事。在他家里，我从没“听过一个令人泄气的字”。在这点上，他是了不起的，而他对人生的态度也是令人鼓舞的。

南茜和我曾与杰利及他美好且有成就的太太黛安西琳西翁妮在他家相处了几天。那时，很不幸的，我发现自己与另一位他的客人有些性格上的冲突。我很遗憾的说，在那段时间，我并不是“情况最好”的时候，由于在旅途上好几个月，我感觉精疲力竭，而没有很平静的处理那情况。

杰利看出我情绪激动，便问他是否能帮得上任何忙。有如任何认识他很深的人都会告诉你的“不论何时，当杰利看见在身边的人经验到任何不舒服时，他都会问这个问题。”

我告诉他，我与另一位客人先前的互动上有一些不快的感受，杰利立刻建议我与他、黛安，及那个人一起坐下来，好好的看看那件事，并且“看看要治愈它需要怎么做“才可能会有些益处。

然后他问我一个探针似的问题“你是否想要治愈它，或你只想要抓着不快的感受不放？”

我告诉他，我并没有想抓住不快感受的决定，但我有些难以放下它。“嗯。在这里每件事都要靠你对它的感受，”杰利以一种非常仁慈、安静的声音回答，“很可能有些非常正面的东西将由些而来。让我们看一看那是什么。”

在他的建议下，并且在他和黛安的帮助下，另外那个客人和我踏出了回到爱之路的第一步。我真的很感激杰利在我身边，当我与我的中心以及我真正是谁失去了联系时，没有偏向哪一方，没有判断、没有任何激烈的干扰，除了不断的建议我以一种不同的方式看事情，并且给我自己许可去看出别人的观点。黛安和杰利不只扮演了一个重大的角色去治愈那一刻，并且还给了我工具，将态度治疗应用在我的日常生活中。

当然，并非每一个人都能那么幸运，当我们碰到艰难的时刻时，都能有杰利在身边，但我们能有杰利的智慧在身边。那就是我为何对他的新书《宽恕：最伟大的治愈者》(Forgiveness: The Greatest Healer of All) 那么兴奋的原因。

让杰利简波斯基与从不同的，就是他了不起的态度。它治愈了任何在眼前的东西；它甚至治愈了杰利自己的视力。

这是杰利和我们在一起的那段时间所发生的事。杰利那时有一些视力上的麻烦，他的视力在减退中。事情是这样的，记得我们在那儿的某一天，他原预订好要去做一些门诊的外科手术，而那手术事实上很有可能会导致他视力的减退，而非改进，也就是说，他很可能会有—双眼睛完全失明。

但这一切似乎都没让杰利烦恼。他并不准备去想它。他根本就不去沉缅其中。在手术前的几天，他避免去做任何的讨论，我甚至记得，他是满面笑容的离家去医院的。“每件事都不是问题。”他宣布，“不论结果如何。”

那天，我由这位大师处学到了一些东西。

接受某件事并不就是赞同它。只不过是论你赞同它与否，都要拥抱它。

是的。我看得出来，杰利是在接受并祝福他正在有的经验。

当你给某件事你最好的能、你最高的想法时，你便是在给它祝福。

那就是为什么当我听到关于神的五种态度时，会立即想到杰利的缘故。他是历久不变的实行这些态度的一个人。

人们一直在问我，自从我的书出版后，我的人生是如何的改变。与杰利简波斯基这种人相遇和变成朋友，就是给了我深深祝福的一个改变。制造出《与神对话》三部曲的产生最有教育意义最令我谦虚的结果之一，便是与多年来我个人佩服的许多人相联结，并且发展出个人的关系。我在这些不凡的人中，看到了我尚未精通的东西，而他们鼓舞了我。

当然，还有其他的改变，而其中最重要的是我与神的关系。

我现在与神有了私人关系，而那使我体验到持续的幸福、安静的力量、个人的成长与扩展、深深的富足和鼓舞，以及可信赖和确定的爱。结果是，我人生的每个其他重要面向都变了。

每件有关我对关系的经验所持的方式都不同了，而我的私人关系也反映了这个。我与别人的个人互动变得充满喜悦和满足。至于人生伴侣，在写这本书时，我与南茜结婚已五年了，而我们有个几乎是神话似的恋曲。在开始时很奇妙，随着每天的去，它变得甚至更奇妙了。那并不表示就保证它会以目前的形式永远长存。我不会去那样预言，因为我不会将那种压力放在南茜或我自己身上。但我相信，纵使我们的关系万一改变的话，它也将永远保持非常的诚实、关怀、同情与挚爱。

不但我的关系改进了，我的情绪健康也改进了，连我的身体健康也一样。我现在比十年前的状况还好，并且感觉有活力、有精力。再次的，我不会预言它永远能保持那个样子，因为我不会将那

种压力放在自己身上，但我可以告诉你，纵使万一我的健康改变了，我的内心平安和深沉的喜悦是不会变的。因为我已看出我人生的完美，不再质疑结果，也不会拼命去反抗它们。

我对“丰富”的了解也变更了。我现在经验着一个没有匮乏或限制的世拜或冠以美名，因为我很清楚，提升了这些了不起人物的什么东西也可以提界。虽然我知道这并非我大多数的人类同伴的经验，但我每天都有意识地努力帮助别人改变他们的经验，我慷慨的与人分享我的富足，支持我赞同的主义、计划和人们，以为表现、体验和重新创造我是谁的另一个方法。

我也曾受到许多我在个人层面上所认识的奇妙老师和梦想家所激动。我从他们那儿学到了什么使人类卓越，什么使他们出类拔萃。这并不是明星崇升我们自己。同样的魔法住在我们所有的人里面，我们越了解这些使用权得人生的魔法生效的人，我们便越能在自己的人生里令它生效。以这种方式，我们全都是彼此的老师。我们是向导，彼此打招呼不是真为了要学习，而是为了要忆起，要再次明白我们真正是谁。

玛莉安威廉森就是这样一们向导。让我告诉你，我由玛莉安那儿学到了什么。

勇气。

她曾经完美的教我什么是勇敢，以及对一个更高身分的承诺。我从未认识过一个比她更具个人力量或灵性耐力的人，或有更大愿景的人。但玛莉安不只谈论她对世界的愿景，她每天都在实行那愿景，不知疲倦的努力使它成真。这就是我跟她学到的：不倦的努力使得你的愿景成真，勇敢地这样去做。现在就动手吧！

我有一次曾和玛莉安上了床。她曾因为我告诉你们这事而杀了我，但这是真的。而我从那些我们分享的时刻，学到了许多奇妙的事。

好吧，我们也许不是“上床”，而是在床“上”。我太太南茜那时则在那房间里走出走进，一边理行李，一边跟我们聊着。事实是，那时我们是待在玛莉安的家里，一起享受着一些可贵而稀有的个人时间。在我们离天的那天清晨，玛莉安和我就一起坐在她的床上，分享着柳橙汁和糕点，聊着人生。我问她，她怎么有办法这样继续下去，她如何能这么多年来继续她不要命的步调，以这样一种殊胜的方式触及这么多生命。她温柔的看着我，但眼中隐隐带着我至今仍记得的一种力量。“那是有关承诺，”她说，“那是有关活出你所做的最高选择，很多人只在谈论的选择。”

然后，她挑衅地问我：“你已准备好去那样做了吗？”她问：“如果你是，那太好了。如果你不是，那就离开公众的眼光之外，并且持续留在外边。因为如果你给了人们希望，你就变成了一个范本，而你必得愿意提供某个份量的领导，你必须愿意实践那个范本。或至少竭尽全力去试。这样如果你失败了，人们才能原谅你，但如果你根本没去试，他们是很难原谅你的。

“与别人分享你自己的演化过程，把你放在一条快速的跑道上！如果你告诉别人，某件事对他们而言是可能的，你就必得愿意去展示那对你而言也是可能的。你必须一辈子保持这个承诺。”

显然这必然是“有意的”(deiberately)过生活的意思。

然而，即使当我们有意的设定了我们的意图，有时候事情仿佛仍是碰巧发生了。但我已了解没有巧合这回事。而同步性事件只不过是一旦我们的意图是清楚时，神替我们将事情放在正确位置的方式而已。结果显示，你越有意的去生活，你在你生活中就会注意到越多的巧合。

例如，一旦《与神对话》第一部出版了，我的意图就变成要看到它被放在尽可能多的人的手里，因为我相信它包含了对所有人类都很重要的资讯。记得在它发生了两周后，伯尼·席格医师在安那波里斯演讲有关医药和灵性的联系，在他的演说中，他说：“我们所有的人所有的时间都在跟神说话。我不知道你们怎么样，但我将我的对话写了下来，事实上，我下一本书就叫作《与神对话》，而它是关于一个男人问神他所有过的每个问题，而神给了他答复。他并不了解所有的答案，并且甚至与神小有争执，那么他们就有了这个对话。那曾是我自己的经验。”

每个听众都咯咯笑了——只除了一位年轻女性。

我的女儿。

那天珊曼莎“刚好”在听众中，所以在第一次中场休息时，她就赶快跑到讲台去。“席格医生，”她上气不接气的说，“你真的要写那本你谈到的书吗？”

“当然喽，”伯尼笑了，“我已经写了一半了！”

“哦，那非常有趣，”珊曼莎努力地说出口，“因为我父亲刚出版了一本和你描写的丝毫不差的书，连书名都一样！”

伯尼睁大了眼。“真的？那真太有意思了。虽然我并不惊讶。因为一旦一个想法‘在那儿’，任何人都能连上线。无论如何，我认为我们都该写我们自己个人的圣经。我很愿意和你父亲谈谈这件事。”

因此第二天，我与在康乃迪克家里的席格医生谈上了话。我们分享彼此的经验，发现他的确在写我刚出版了的同样的书。但在那时，我并没看出所发生的事之完美性，却落入了恐惧中。我开始想像最糟的景象：在伯尼的书出来两个月之后，人们才会在某处的某些书架后找到我的，而指控我抄袭他。

但在我们的谈话中，我不好意思与他分享任何这类的想法。终究，我自己的书曾警告人们关于建立在恐怕上的想法，一再的说要抛掉负面念头，而以正面的取代之。伯尼仁慈的说他很想读读我的书，而我答应寄给人他一本，当我挂上电话时，我试着应用一些正面的思维。但有好几个礼拜，我都是在担忧与讶异之间摆荡。讶异的担忧的反面。有如“担忧”是对某些令人烦恼的东西，它则是对某件“神奇的”东西。现在的这些日子里，我有了很多的讶异——那就是说，以我的脑力制作了很多神奇。但在那之前的日子，我则仍然有半数的时间是陷在担忧里的。

但有一半时间的讶异也必须够了，因为你知道伯尼做了什么吗？他不但重改，并重新命名他的书——而且他还反过来替我的书背书呢。他是第一位替《与神对话》背书的名人，而这对书的销售是很有帮助的，因为读者们对一个先前没出过书的作者可能会感到不安。现在看出我所制造出的价值了吗？

朋友们，这就是风度啊！那是一个“大”人的行为，他知道他抬举一个人类伙伴并没有任何损失。纵使那个人类伙伴踏过了所有和他同样的地盘，研究同样的领域。而这个男人，他能不只是说：“嘿，这种有够我们所有人用的空间。”还甚至“我要给这个人一些我的空间”呢！

从那以后，我对伯尼有了另一层面的认识。我们甚至一同做了几次发表会。他实在是个值得人爱的人，眼中闪耀的光采足以照这每个房间。那是无私无我的光采，或我从来以我个人的“速记法”，称这为“伯尼因素”（the Bernie Factor）。

当你像伯尼一样的走过人生，抬举每个你触及他生命的人，你的眼睛也曾闪耀发光。显然这必然是“有益的”（beneficially）活着的意思。

伊莉莎白库布勒罗斯常常说：“所有真正的利益都是相互的。”这是个伟大的教诲，因为当我们利益别人时，我们也利益了自己。差不多一年前，我认识了一个男人，他就完全了解这一点。

盖利祖·卡夫（Gary Zukav）住在离我家一小时车程的地方。我们——盖利和他的性灵伴侣琳达法兰西丝，以及南茜和我常在我南奥立冈的家中聚会。有一次，在晚餐间，他告诉我，十年前他如何写了《新灵魂观》（The Seat of the Soul, 方智能出版社出版）的事。当然，我很熟悉那本书，并且在出版不久就读这了。他也写了《物理之舞》，两者皆大卖，而盖利突然间成了名人。除了他自己不这么认为外。在他的心时奉承只想要与任何别人一样的被对待。但畅销作家并不被容许那样，所以盖利做了有意识的努力，将自己挪出光圈之外。他“消失了”好几年，婉拒演讲的邀约和访问的要求，反而撤退到一个安静的地方去思索他做了什么。他的书真的有贡献吗？它们值得这么受注意吗？他会增添了什么有价值的东西吗？在所有这些中他的地位何在？

当盖利在与我分享他的经历时，我了悟到自己并没花时间问自己那些样的问题。我只是一鼓作气的往前冲。我知道我必须从那些给他们自己时间对更深的议题做更深的探讨的人处学习，而我也意图如此做——虽然我并不知道如何或何时我会有这种机会。

现在让我们先把时间往前跳十个月。我记得那天我正在赶一班往芝加哥的飞机。而我就是在机舱里认识了盖利，祖卡夫的。我们“刚巧”赶上了同一班飞机，并且被安排坐在同一区内，虽然我们是为了全然不同的理由去芝加哥。而当我们在走道上闲聊时，竟发现我们被安排住在同一间旅馆。OK，我对自己说，这里发生了什么事？这是不是又一个那种“巧合”呢？

当我们抵达旅馆后，我们约定了一起用餐。那时我正在写你现在正在看的这本书，但进行得并不怎么顺利。每件事都停顿下来了。所以，那天在我们浏览菜单时，我告诉了盖利这些事。我告诉他我很担心，因为我在本书中谈到了我自己的人生故事。而我不知道我的读者们会不会感兴趣。

“他们所感受兴趣的东西是真理。”盖利简单的说，“如果你讲轶事只为了讲轶事，它们的价值是有限的。但如果你描写你人生里的经验，以便分享你由它们中学到了什么，它们就变成了无价。”

当然，他安静的补充说，要做到那样，你必须愿意完全展示你自己。你无法藏在某个角色的后面。你必须愿意是真实可证的、透明的，并且说出事情本来的样子。如果你并没由一个大师的位置回应一个人生境况，那要说出来。如果你做不到你自己所教的，要承认它。人们能由中学习到。

“所以，”盖利说，“讲你的轶事，但永远要把自己以及把你学到了什么放在里面。然后我们才会继续读你的故事，因为它变成了我们的故事。难道你不明白吗？我们全都走在同样的路上。”他温暖的笑着。

那时候的盖利·祖卡夫已又回到了公众的眼光中，接受了欧普拉（Oprah. 译注：美国近年来最红的脱口秀，欧普拉为中年黑人女性。）节目的邀请，现在甚至还参加作者签名会和演讲了。而他关于灵魂的那本书又卷走重来成了畅销书。

我问他他是如何处理他的盛名的。当然，他了解我实际上是想向他要一些忠告，关于我可以如何处理我自己的。所以，他想了一会儿，他的眼光有那么一下子变迟钝了，而我眼看着他的心神去了别处。然后，他再一次安静的说：

“首先我必须找到我的中心，我的内在真理，我的真实的自己。我每天都在寻找这个。我积极的寻求它。在我回答你的问题之前，我又去找它了。我由那儿进入我所做的每件事，不论是我的写作，或一次传媒的访问，或某处的一个简单的签名会。举例来说如果我在上欧普拉节目，我就会试着忘记我在跟七千万人说话。我必须一直跟正在我面前、正在摄影棚里的听众讲话。而如果我不放弃我的中心，我就能与自己对准频率，而那也使得我与其他人以及在我周遭的每样事物对准频率。”

无疑的，这必须是“和谐的”（harmoniously）过生活的意思。

我确实的情况是，自从《与神对话》三部曲出版，我的生活的确很令人兴奋——令人兴奋的部分之一，是我了解到大多数有名和重要的人并非是不可接近、不可亲近及自我膨胀的，如我有时所想像的那样。而且事实刚好相反。我曾遇见过的高知名度的人，都是奇妙的“真实”、敏感关心人的——我渐渐明白，这些是出人头地的人的共同特质。

有一天，我家的电话铃响了，是艾斯那（Ed Asner）打来的。他与艾伦伯恩斯汀（Ellen Burstyn 译注：美国六零年代的名女演员，演过“爱丽丝不再住在这儿了”等。）

一起听过《与神对话》的录音带。我们谈起那天早上“华尔街日报”上首页八排字对我的痛抵。“嘿，”艾德鸣不平地说，“别让他们影响你，孩子。”我可以感觉到，当他知道这必然是我的低潮期而试图给我的一些鼓励的话时他能量的改变。我告诉他，为了回应这篇打击我的文章，我正要写一封信去给报社。

“别写，”他说，“别那样做。那并非你是谁。我有一点点知道报纸想把你撕裂成碎片的做法，”他低低的笑着，然后又变得严肃起来。“是因为他们不知道你是谁，但你自己知道。继续紧跟着你是谁，因为那是最重要的。他们会回心转意的。他们全都会回头。只要你保持住你是谁。别让任何人或任何事将你拉出了你的真实。”艾德·艾斯那就像盖利一样。是个温和、有爱心的人，他们完全了解真实性，并且实践了它。

莎丽·麦克琳（Shirley MacLaine）也一样。

我是经由当时“早安，美国”电视节目的娱乐版通讯记者钱道尔·威斯特曼（Chantal Westerman）见到莎丽的。那天我们正要为《与神对话》拍一个专访，而那时钱道尔、南茜和我在斯塔莫尼卡午餐。“我认识一个你该认识的人，她也该认识你，而我确知她会有兴趣见你的。”在吃沙拉时，钱道尔提出来。“我可以现在打电话给她吗？”

“我们在谈的是哪一位？”我问道。

“莎丽·麦克琳，”钱投漫不经心的说。

莎丽·麦克琳？外表上我试着保持冷静。但我在头脑里大叫：我有机会见到莎丽·麦克琳？“哦，如果你喜欢，那就安排吧。”我以我最随意的态度说，“请便。”

你知道，如果我们让别人看出我们真的对什么事感到兴奋的话，不知怎地，我们就会觉得比较脆弱吗？我不知道。我不知道那是怎么回事。我只知道现在我正在放弃它。我正在抛弃所有包裹着我。让别人永远不知道我在想什么，我在感受什么，或我是怎么回事的保护膜。如果我花了一半的生命在躲藏，我活着又有什么意思？我在试着跟像盖利、艾德和莎丽这种人学习。

那天晚上，我们在比佛利大饭店的私人用餐室与莎丽用餐。莎丽多·麦克琳是个非常真实的人——我所曾见过“最真的”人之一——而她立刻强迫你也与她真实相对。我那样说的意思是，也没时间去说一堆无意义的客套话。她不大喜欢闲聊。

“那么，”当我坐到她身旁的火车座时，她说，“你真的跟神对话了吗？”

“我想是的。”我谦虚的回答。

“你想是的。”她不可置信地，“你想是的？”

“哦，”我吃吃的说，“那是我的经验。”

“那么你不认为你该那样说吗？那不是所发生的事吗？”

“那是所发生的事。只不过，如果我就这么贸然爆出，有些人会难以接受。”

“哦，你很在乎别人想什么？”莎丽刺探的说，她的脸现在非常贴近，她的眼睛搜索着我的。“为什么？”

莎丽永远在问问题。你觉得这个怎么样？你对那个知道些什么？什么使你以为你知道你以为你知道的东西？当发生了如此这般的情形，你感觉怎么样？

我相当明白莎丽为什么是这样一位不可置信的演员。正如她将所遇见的每个人都当作一个研究个案，对他们有非常真实的兴趣，她也给了每个人她自己真实的一部分。她毫不隐藏。她的喜悦，她的欢笑，她的眼泪，她的真情——全都在那儿，好像一个对自己很真实的真实人所给的礼物。她不为任何理由，为任何人剪裁她的行为、她的个性、她的评论。

以下就是莎丽所跟我分享的，但并非出自她说的什么特别的事，而是出自她的本身：永远别将别人的答案当作你自己的，永远别放弃人你是谁，并且如果你挪到下一个层面，永远别停止探索你可以是谁。

那需要勇气。

那将我带到了我认识的两位最有勇气的人：艾伦·迪坚乃和安·海契。

那是在一九九八年的十二月，我收到与这两位了不起的女性相处几天的邀请。她们问南茜和我可否去参加她们在元旦与几位朋友的一日聚会。“我们在这新年将开始一个新的生活，而除了你们，我们想不出我们更想与他们一同度过元旦的人了。”她们的信息说，“你们的书给了我们这么大的鼓舞。”

于是，南茜和我那天早上一结束了我们每年一度的年终“重新创造你自己避静”之后，就从科罗拉多州的艾斯提斯公园飞过去。

我不认为在地球上，我会有比在艾伦和安的家里更快的觉得更舒服的任何地方了。很难不立刻觉得舒服，因为在他们的空间里所有的假装都没了，所有的虚伪都消失了，所剩下的是对如你本来的你是谁无条件接受，不要借口，不需解释，没有罪恶感或羞耻心或恐惧或恐怕或觉得“不够”。那经验并非艾伦与安做的任何特定的事的结果，而是她们为人结果。

首先，她们是开放的、诚实的、有持续的爱心。这在她们与彼此，且与房间里的每个人分享的温暖与轻松的亲切显示出来。然后，她们是透明的——当然，那是去爱的另一个种方式。在那空间，没有隐藏的议程，没有没明说的真象，没有一丁点的欺骗。她们就是她们，而你就是你，而一切都没问题，而一切都OK的事实使得每一刻都很美味可口。

安和艾伦的家，以及安和艾伦的心，只简单的说：“欢迎你，你在这儿是安全的。”

那是一个给别人的如此特殊的礼物。我只希望我也可以永远在我自己的空间，给我所触及的每个人，提供如此的安全。现在已有许多大师都给我做过这示范。

我真希望我早些年便能遇见这些奇妙的人们。

每件事都是完美的。你刚好在正确的时机遇见他们。

是的，但早几年的话，我便能学到他们的人生教给我的东西，在我对别人造成这么多伤害之前。你没对别人造成伤害，正如别人也没对你造成一样。在你的人生中难道没有恶棍吗？

嗯，也许有一或两个。

而你有没有不可挽回地被他们伤害了呢？

没有，我猜并没有。

你猜没有。

你现在听起来正像莎丽。

比听起来像乔治伯恩斯好些。

好说。

重点是，在你的人生中，你并没有被别人所伤害，他们只是做了你希望他们没做的事，或没做你希望他们做的事。

我要再一次的告诉你这点：除了天使外，我没派给你任何东西。这些人全都带给了你礼物，奇妙的礼物，设计来帮你记起你真正是谁。而你也替别人做过同样的事。而当你们全都通过了这宏大的冒险，你们将清楚的看见，而你们将感谢彼此。

我告诉你，有那么一天，你会反省你的人生，而为它的每分每秒感恩。你人生的每个伤害，每个悲伤，每个喜悦，每个欢度，每个片刻你而言都是一个宝藏，因为你将看见其设计的绝顶完美，你将由那编织退一步，看那素帷，而你会为它的美丽落泪。

所以，彼此(each other)相爱。每一个别人(every other)。所有的别人(all other)。甚至那些你们称之为你们的迫害者的人。甚至那些你们诅咒为敌人的人。

彼此相爱，并且爱你自己。天哪(for God's sake)，爱你自己吧！我是真的按字面的意思。爱你自己，为了神的缘故。

有时候非常难那样做。尤其是当我想到我过去是什么德性时。在我一生大部分时间里，我并非一个非常好的人。我花了三十年，我的二十多岁时、三十多岁和四十多岁做一个绝顶的

——别说了。别以那方式判你自己罪。你并非曾走过地球表面的最糟的人。你并非魔鬼再生。你曾是，并且是，一个人类，会犯错，试着找到回家的路。你很迷惑。你由于迷惑才做了你所做的。你迷失了。你曾迷失，而如今又被寻回（译注：著名圣歌 Amazing Grace 歌词。）

别再失去你自己，这回在你自己自怜的迷宫里，在你自己罪恶感的迷惘里。不如召唤你自己上前，以你对你是谁所曾抱持过的下一个最伟大憧憬之最恢宏版本的样子。

把你的故事说出来，但却不要只是你的故事。你的故事就像每个人的人生故事一样。它只是你以为你是谁而已。它并非你真正是谁。如果你用它来忆起你的真正是谁，你曾是很聪明的用了它。你将是完全如它本该被用的方式利用它。

所以，说出你的故事，并且让我们看见，因为其结果你还忆起了什么，以及还有什么样可让所有的人记得的东西。

嗯，也许我并非一个绝顶的——不论什么……但我显然不擅于使人们感觉安全。纵使在八零年代早期，当我以为我已学到了一点有关个人成长的事时，我却没应用我所学的。

我又结婚了，离开了泰莉柯尔韦提克牧师团，还离开嘈杂的圣地牙哥，到了华盛顿州的一个很小的镇克里契台，但在那生活也没处理得很好，大部分是因为与我相处根本不是很安全。我很自私，总是操纵我能操纵的每一刻和每一个，以便得到我所要的。

当我搬去奥立冈的波特兰想有个新的开始时，也没多大改变。我生活不但没改进，反而从复杂到更复杂。决定性的打击是我们的公寓发生了大火，几乎毁掉了我们拥有的每样东西。但我还没跌到最底呢。那时，我打散了我的婚姻，形成了其他的关系，又把它们打散。我像是个溺水的男人，挣扎着想保持浮着，而几乎将我四周的每个人都跟我一同拖下去。

到此时，我知道事情不可能更糟了。只不过它们真的变得更糟。一位八旬老翁开着一辆老爷车迎面撞上我的车，使我颈椎破裂。结果我戴着费城领圈（译注：车祸颈部受伤之人固定颈子用之白色软领圈。）超过一年，好几个月每天需做密集的物理治疗，更多的月份则是每隔一天，终于渐渐减为一周两次，然后，到最后，它结束了——但我人生中每件其他的事也一样结束。我失去了谋取生力量，失去了我最近的亲密关系，而有天走到外面，发现我的车子也被偷了。

真的个“祸不单行”的典型例子，我一辈子都会记得那一瞬间。仍然因每件其他出了毛病的事而摇摇欲坠，我在路上走来走去，徒然希望我只是忘了把车子停在哪里。然后，怀着绝对的放弃和深深的怨苦，我跌跪在人行道上，大声号哭泄愤，一个过路的女人惊讶的瞪我一眼，急忙窜到街的另一边去了。

两天后，我拿我最后的几块钱买了张巴士车票去南奥立冈，我的三个孩子跟他们的母亲住在那里，我问她可否给我一些帮助，或许让我在她房子里的一间空房间住几个礼拜，直到我能站起来，可以了解的，她拒绝了我——并赶我到外头。我告诉她我已走投无路，她才说：“你可以拿走账篷和露营用具。”

那就是我结果怎么会在杰克森温泉的中央草坪上的原因。它刚好在奥立冈州艾许兰外围，营区空地的租金是每周二十五元，但我没有钱。我恳求营地管理员通融我几天去弄到一些钱，而他翻起白眼。公园里已挤满了过客，他最不需要的再多一名，但他还是听了我的故事。他听到有关火、车祸、颈子断裂，车子被偷，以及不可置信的无穷尽的恶运，而我猜他动了怜悯之心。“好吧，”他说，“就给你几天，看看你能怎么解决。将你的账篷架在那边吧！”

我四十五岁了，而我觉得我的人生已到了结尾。我由在广播界薪水很好的专业人员、报纸的编辑部主任、全国最大的学校体系的公共资讯官、伊莉莎白库布勒罗斯博士的个人助手，到在街上和公园里拣拾啤酒罐的汽水瓶去换五分钱的回收费。（二十个罐头换一块钱，一百个换一张五元券，而一周五张五元券让我留在了那营地。）

我在温泉区消磨了大半年，在那段期间，我对街头生活学到好几件事。当然，我并不是真的在街上，但是与之非常接近了。我发现，在户外、在街上、在桥下及在公园里，有一个密码，如果地球上其余的人也都遵循它，就会改变世界：彼此互相帮助。

如果你在“外面”待上不止几周之久，你会认识其他与你一同在那儿的人，他们也会认识你。但并没有任何涉及个人的事，请注意，没有人会问你你怎么来到了这儿。但如果他们看见你有麻烦，他们不会像这么多有屋子住的人那样置之不理，他们会停下来，问：“你还好吗？”如果你需要什么他们能帮上忙的，你就会得到。

在街上，我曾遇到过一些家伙，有的给了我他们的最后一双干被子，或当我看起来达不到我的“定额”时，他们会把他们平日拣罐子的分给所得。而如果某人得到了大利（从一位过路行人得到一张五元或十元），他就会带食物回来营地分享给每个人。

我记得那第一晚试着扎营的事。当我到了营地，已经是黄昏时分了。我知道我得赶快做，但我实在并没什么扎营的经验。风渐渐大了，看起来要下雨。

“将它绑在那树上，”无中生有来了个粗嘎的声音。“然后送一条绳子到后方的电线杆上。在那绳子上绑个记号，如此在半夜去厕所时，你才不会弄死你自己。”

开始下起了毛毛雨。突然，我的这位无名朋友不说废话地，和我一起将帐篷架起。他的评论只限于“在这儿需要一根椿，”及“最好将帐篷门帘拉起，不然你会睡在一个湖里”。

当我们弄完了（实际上他做了大半的工作），他将我的锤头丢在地上。“那应该撑得住了。”就自言自语的走开。

“嘿，谢谢你，”我在他身后叫道，“请问你叫什么名字？”

“不用介意。”他说，没有回头看。

我再没见过他。

我在公园里的生活变得非常简单。我最大的挑战（和我最大的欲望）是如何让自己保持温暖和干燥。我没有什么晋升的渴望、担心关于追到女孩“的事、为电话帐单烦躁，或自问我的余生要干什么。常常下雨，三月的寒风在吹，而我只不过试着保持温暖和干燥。

偶尔我会自忖，我如何能离开那儿，但大部分时间，我自忖我如何能留在那儿。一周二十五元是很大的一笔得无中生有的钱。当然，我有意找工作。但这是现在最迫切的事。这是有关今夜、明天和后天。而我正在等着一个受伤的颈子恢复，没车，没钱，食物很少，也没地方住。但是现在已春天，正要迈向夏天，这是值得庆幸的一面。

每一天我都去乱翻垃圾筒，希望找到一张报纸、有人没吃完的半个苹果，或午餐袋里小朋友不肯吃的一个三明治。报纸是为了在帐篷下的额外纸垫，保持温暖，防止水渗进来，并且比凹凸不平的土地要柔软且平整些。不过，最重要的是，这是有关工作资讯的一个来源。每回我拿到一份报，就急急的掠过分类广告找工作。以我的颈伤，我无法做任何非常依靠劳力的事，而大半男人可立刻有的工作都是劳力的。不是需要日间劳工就是这个或那个工作团队的助手。搜录了两个月，我终于挖到了矿脉。

电台播报员/周末替手，必须有先前经验。

电××××。

我的心大大跳了一下。在奥立冈的麦德弗，有多少男人可能在广播上有经验，而不是已有工作的呢？我快步跑到电话亭，迅速翻阅感谢上帝它在那儿的电话簿黄页，找广播电台，丢下我可贵的一个二十五分钱，拨了那号码。要征人的节目部主任不在。“他回你电话好吗？”一个女性的声音说道。

“没问题，”我随意的说——以我最好的广播声音——提到我打电话来是与征求助的广告有关。“我会在这儿一直到下午四点。”我给了她公共电话的号码就挂上了，然后坐在靠近话亭的地方三个小时之久，等待那根本没来的回电。

第二天早上，我在垃圾筒里找到一本平装版的爱情小说，将它抓起来，走回到电话亭去。如果必要的话，我准备在这坐上一整天。在九点时我坐下来，打开我的书，告诉自己，如果在中午之前没有电话，我会再投资另一个两毛五，在午餐后打到电台去。电话铃在九点三十五分响了。

“抱歉我昨天没法回你电话。”节目部主任说。“我分不开身。有人转告我来应征周末 DJ 的广告。你有经验吗？”

再次的，我用我较低沉的胸腔音说。“嗯，我不时的做过些播音工作，”我满不在乎的说，然后补充，“在过去二十年里。”当这对谈在发生之际，我祈祷着当我站在那儿说话时，不要有一部大的 RV 车辆隆隆开进公园。我不希望我必须解释，为什么一部大车正开过我的客厅。

“你能不能过来一下？”节目部主任提议道。“你没有什么播音的查核带？”

播音的查核带是消掉背景音乐后的 DJ 工作的录音带。我显然令他深感兴趣。

“没有，我所有的东西都留在波特兰了。”我撒了个小谎。“但我可以用你给我的任何稿子做一个‘现场阅读’，我想你会对我留下印象的。”“好吧，”他同意道，“你三点在右过来。我四点要上节目，所以别迟到。”

“知道了”

当我走出电话亭时，我真的高兴得跳了起来，并且大叫一声。两个家伙正好走过。“那么棒，啊？”其中这一慢吞吞的说。

“我想我找到了一个工作！”我得意洋洋的说。

他们真心的为我感到高兴。“做什么？”其中之一想知道。

“周末的 DJ！我三点要去面谈。”

“你看来像那个德性？”

我没想到我的外表。我已几星期没理发了，但那也许可以过得了关。在美国，半数的DJ有马尾。但我必须对我的衣服动点手脚。在营地里有一间洗衣间，但我没钱买肥皂，将某些东西洗好、弄干，并准备好可以穿，再加上付往返麦德弗的公车费。

直到那时，我才惊觉我有多穷。如果没有某种奇迹的发生，我甚至无法做什么基本的动作，好比跑到城里去做一个迅速的工作面谈。当时当地，我经验到了在街上的浪人试图重新站起来，再度过一个正常生活所会碰到的阻碍。

他们两个看着我，好像他们完全知道我在想什么。

“你没钱，对不对？”其中一人半喷着鼻息，蔑视的问。

“也许有两块钱吧。”我猜，很可能估量过高。

“OK，来吧！小子。”

我跟着他们到了一圈帐篷，那儿有些其他的男人札了营。“他有个去做工以离开这儿的的机会，”他们向他们的朋友解释，并且低声说了一些我听不到的话。然后，转向我，两人中较老的那位大声的说，“你有像样的衣服可穿吗？”

“有，在我的行李袋里，但没有干净的，没有现成的。”

“把它带回到这儿来。”

到我回来的时候，有一位我在温泉附近看过的妇人也加入了那些男人。她住院在点缀着公园的几个小拖车之一里。“你去把这些东西洗好，弄干，我会帮你烫平，亲爱的。”她宣布。

一个男人走上前来，给了我一个小的棕色纸袋，里面硬币叮当作响。“伙计们全丢了些钱进去，一齐合作，”他解释道，“去洗你的衣服吧。”

五小时之后，我光光鲜鲜的出现在广播电台，看起来好像我是从我的上城公寓里走出来似的。（译注：Uptown 上城通常是有钱的住宅区。）

我得到了那工作！

“我们能付你的是一个小时六块两毛五，八小时一天，一周做两天。”节目部主任说。“我很抱歉我无法付你更多。你条件太好了，所以如果你决定不做，我会了解的。”

一周一百元！我将赚到一周一百元！那就是一个月四百元——在我人生的那个时候，是笔财富！“不，不，它正是我现在在找的东西。”我假装不经意的说，“我喜欢我以前在广播电台的事业，但现在我转了业。我只是想找个方法让我保持熟悉。这对我会是很有趣的。”

我并没撒谎，它是真的有趣。幸存下去的趣味。我在营帐里又住了两个月，省下足够钱，花了三百元买了一辆六十年的车。我感觉像个百万富翁。在营区我们那个团体里，我是唯一的有车阶级，并且是唯一有固定收入的人，而这两者我都随意的与所有其他人分享，从没忘记他们为我所做的事。

对下降的气温感到紧张，在十一月，我搬到公园里一间小小的只有一个房间的小木屋里，租金一周七十五元。将我的朋友们留在外面，我觉得很内疚——他们没人有那么多钱——所以在真的很冷或下场的夜晚，我会邀他们中一或二人与我分享我的房间。我轮流邀他们，所以每个人都有机会避开坏天气。

正当看起来我会永远做这兼差工作时，我收到了城里另一家广播电台来的一个意外提案，要我过去做他们下午交通尖峰时间的节目。他们是无意中收听到我的周末表演，而喜欢上他们所听到的——但麦德弗并非一个很大的广播市场，所以一开始他们只给我一个月九百无。不过，我又终于在做全职的工作，并且能够离开营地了。我在那儿住了九个月以上，那是我永不会忘怀的一段时间。

我祝福我拖着露营用具跋涉到那公园的那一天，因为它根本不是我生命的结束，却是开始。在那公园里我学到有关忠心、诚实、真实和信任，还有关于简朴、分享和存活。我学到永远不向失败投降，而接受此时此地真实的东西，并且感恩。

所以，我不止是从电影明星和名作家学习。也从与我为友的无家游民、从我每天见到的人，当我走过人生时接触到的人：邮差、小店店员，以及干洗店的淑女们学习。

全都是一些可教给你的东西，一些可带给你做为礼物的东西。而此地有个了不起的秘密，就是他们每个人也都来从你这儿收到了一件礼物。

你给了他们什么礼物？而如果，在你的结论里，你曾做过你想像曾伤害过他们的事，别假定这不也是个礼物。它可能是个很伟大的宝藏，就如你在公园里的那段时间。

难道你没有过从你最大的伤痛比从你最大的悦乐中学到更多的时候？那么，在你的人生里，谁是恶棍？谁又是受害者？

当你在知道一个经验的结果之前而非之后，就对于这一点弄清楚了，你便达到了真正的大师。

你的赤贫和凄凉的时候教你你的人生绝不会完结。绝不，从不，从不要以为你的人生完结了，而要永远记得，每一天，每个小时，每个片刻都是另一个开始、另一个机会去重新创造你自己。

纵使你在可能的最后一刹那，在你死亡的瞬间这样做，你便会令你的整个经验变得合理了。并且在神面荣耀它。纵使你是一个惯犯，一个谋杀犯，住在死刑犯牢房里，或走向刑场，尽管如此，这仍是真的。

你必须知道这个。你必须信任它。事实若非如此，我便不会这样告诉你。

17 、你的存活是被保证的

那是我读过最充满希望的东西了。它意味着我们所有的人——即使我们中“最坏的”——在你心里都有个家，只要我们肯认领它。而这必须是与神为友的意思。

当我开始这本书时，我说过希望这书集中焦点在两件事上：如何将与神的对话转成一个真实且行得通的友谊，以及如何日复一日的生活中应用《就神对话》上的智慧。

现在你已学到我之前跟你说过的——你与神的关系和你们与彼此的关系并无不同。

就如你与其他人类的关系，你们也都以一个对话开始。如果对话进行得不错，你们便发展友谊。如果友谊进行得不错，你们将经验到真正的一体。这是所有的灵魂彼此所渴盼的。是所有的灵魂对我寻求的。

这本书真正的用意是要显示给你看，一旦你有了那对话，如何发展成友谊。你在本书前的三本书里已有过对话。所以现在是发展友谊的时候了。

不过，我很难过的说，很多人不会踏出他们与我的关系的第一步。他们会觉得我与他们有真正的对话是不可能的，所以他们将对我的经验局限为单向的互动——即大多数人所谓的祈祷。他们向我说话，却不同我对话。

有一些向我说话的人有高度的信心我会听到他们的话，然而甚至他们，也不会期待听到我的话。所以他们在找征兆。他们说：“神啊，请给我一个征兆！”然而但我以他们能想到的最普通方式给他们一个征兆时——借由利用他们说的语言本身——他们却否认我。所以我告诉你们：你们有些人仍会否认我。你们不只会否认这是个征兆，甚至会否认收到这样一个征兆是可能的。

然而我告诉你：在神的世界里，没有一事是不可能的。我并没停止直接跟你谈话，我也永远不会。

你也许不会永远都听得清楚，或正确的诠释我所要说的，但只要你去试，只要你保持对话的开放，你便给了我们的友谊一个机会。而只要你给神一个机会，你将永不孤单，永不需自己面对任何重要的问题：万一有事时，也永不会没有一个立即的资料，并且，是的，在我的心里永远有一个你们的家。这是与神为友的意思。

而那友谊是向每个人开放的？

每个人。

不论他们的信仰，不论他们的宗教？

不论他们的信仰，不论他们的宗教。

或没有宗教的？

或没有宗教的。

任何人在任何时候，都能与神为友，对不对？

你们全都真的与神有个友谊，只是你们有些人不知道而已。如我已说过的。

我知道我们在重复，但我想要再确定，想要绝对确定我没弄错。你刚才谈到我们总是如何的不完全正确地诠释每件事，而这是我要尽可能正确的了解的事。关于这点我不想要有任何错误。你是在说，到达神那里并没有“对的路”？

是我说的。精确的。不含混的。到达神那里可有千百条道路，而每一条都会领你到那儿。

所以，终于，关于神的方面，我们能结束“更好”这个字了。我们可以停止再说“我们的是更好的神”了。

是的，你们可以停止了，但你会吗？那才是问题所在。它要求你放弃你的优越感，而那是人类所曾有的最诱人的想法。它曾诱惑了整个人类。它曾合理化你们对自己族类成员，以及你们行星上每种其他有情生命的大规模屠杀！

所有的心痛，所有的受苦，所有的残酷，及你们彼此施加的所有不人道，就是你们不知怎的总比别人好些的这个想法、这个概念所引起的。

你以前曾讲过这一点。

就如在这对话里我曾讲过的许多要点一样，我会一而再的讲它。尤其是这一点。我现在要强调它，以如此赤裸裸的说法，以如此清晰和明确的语言，以使你永远无法忘记它。因为，世代以来，人类都曾问我，达到一个更完美世界的路径是什么？我们如何能和谐的共同生活？恒久的和平秘诀又是什么？而世代以来我都曾给过你们答案。世代以来我以一千种方式带给了你们这个智慧一千次。然而你们没有聆听。

现在，在这对话里，我一再的宣告它，以如此浅显的语言，以致你再也不能忽略它，而会完全的了解它，并且如此深的内化它，以致你从此以后永远会排斥任何说你们的某个团体比另一个团体不知怎的就是好一点的建议。

我再一次的说：要把“更好”结束掉。

因为这是新福音：没有最优秀的种族。没有最伟大的国家。没有唯一真正的宗教。没有天生完美的哲学。没有永远对的政党，道德上卓越的经济体系，或到天堂的唯一道路。

比你的记忆中抹去这些想法。由你的经验上消除它们。从你们的文化中根除它们。因为这些是分割与分离的思维。能救你们的只有我在这儿给你们真理：我们全是一体的。

将这信息广为传布，横渡大洋、越过大陵、绕过角落且绕过世界。

我曾。不论我走到哪里，不论我在哪里，我都会大声而清楚的说出它。

而以这新福音的宣言，永远驱散人类建立他们的行为于其上的第二个最危险想法：你必须做什么事才能存活的想法。

你什么都没必要做。你的存活是被保证的。这是个事实。而非一个希望。这是真实，而非允诺。你一直都在，现在在，并且永远都在。

生命是永恒的，爱是不朽的，而死亡只是个地平线。

我在卡利·西蒙录制的一首极好的歌的歌词里听过这句话。

我不是告诉过你，我会以许多方式——一家发型屋里三个月前旧杂志的一篇文章、一位友人无意中说不出的话，或你下一次听到的歌的歌词——与你沟通吗？

透过这类持续的“与神对话”，我送给你我永恒的信息：你的存活是受到保证的。

问题不在你会不会存活，而是当你存活时，你的经验会是什么？

你现在正在回答这个问题，在你所谓的此生，以及你所谓的来生。因为你在来生所经验的只能是你在此生所创造的东西之反映，因为事实上，只有一个永远的生命，每个片刻创造下个片刻。

因而是我们创造自己的天堂，以及我们自己的地狱。

是的——现在，直到永远。然而，你一旦清楚你的存活不是问题，你便能停止担心你们哪一个人较好。你不必永远惩罚自己，争取达到顶点。或毁掉别人以保证你是最“适合”的人。所以，你终于真正的能“将地狱逐出去”（get the hell out of there）。

所以，来吧！就在现在，在一个深刻不变的友谊里与我同在。我在此经过你那些步骤，并且与你分享了神的态度，它会改变你的人生。

那么，来吧！将“地狱”逐出去。带进祝福、喜悦和天堂。因为那王国、权柄和光荣是你的，永远永远。（译注：语出新约。）

如果事实不是如此，我不会如此告诉你。

我接受。我接受你的邀约，进入与神的真实友谊！我会遵循那七个步骤。我会采用五种态度。我再也不会认为你已停止对我说话，或我无法直接跟你说话。

很好。

而既然我们现在还是亲密的朋友，我要请你帮个忙。

任何事，求，你便会得。（译注：语出新约。）

可不可以请你在此解释，如何实行《与神对话》里某些最宏伟的真理？我要每个人都了解如何在日常生活里让那些智慧得以运作。

你希望讨论哪部分的智慧？让我们集中焦点在信息的一些特定部分，而我会告诉你，如何在你一刻复一刻的互动里去运作它。

很好！现在我们就认真的来做吧！OK，在《与神对话》三部曲的结尾，你说过整个八百多面的对话可以总结为三点：（一）我们都有是一体的；（二）一切都是足够的；以及（三）并没有什么事是我们必需去做的。而目前，在这儿，你已有点转回到第一点与第三点上了，当你谈到结束掉“较好”时——

是的。

但你能否告诉我，如何在日常生活中行得通？还有，第二点又怎么说？我如何将它应用在日常生活中？我如何应用所有的这些点。

谢谢你的问题。我们现在就“认真的来做吧”！

第一个信息的应用非常简单。只要以好像每个人，并且每件事真的都是你的一个延伸的方式度过你的生活：对待所有其他的人好像他们都有是你的一部分，也同样的对待所有其他事物。

等一下，等一下。这里，就是这里。是我如何能应用像那样的一个声明我的日常生活上去的一个好例子吗？那是否表示，即使一只蚊子我都不能打？

在此并没有可以或不可以，没有应该或不应该。你可以如你所愿的去做。每个决定都是你是谁的一个声明。

哦，“我是谁”是个不想被蚊子咬的人！

很好。那么，去做让你自己有那样的体验的事。很简单的。你明白了吗？

但如果我与互样东西都是一体的，当我打蚊子时，我岂不是在杀死我自己的一部分吗？

没有东西会死掉，只不过改变了形式。然而，为了这讨论之故，让我们暂且用你的定义。是的，按照你的定义，当你打蚊子时，你是在杀死自己的一部分。当你砍下一棵树时，你也在做同样的事。或摘一朵花。或杀死一只牛来吃时都是。

那我就什么都不能碰了！我必须让每样东西完全保持原状！如果白蚁在毁坏我的房子，我必须只是搬出去，而将房子留给它们。因为，毕竟，我并不想谋杀它们。你应用这个原则要到什么地步？

这是个好问题。那你想做到什么地步？你不杀人这个事实是否意味着你不杀白蚁？反过来说，你杀白蚁这个事实是否意味着杀人是没关系的呢？

不，当然不是。

那就成了。你回答了你自己的问题。

是的，因为我用了一个不同的价值系统。但那并非你在此建议的那个。我并不在说“我们全是一体的”。我是在说，人与白蚁并非一体，人和树也不是。因此，做了那区分之后，我便不同的对待它们！而在你的价值系统下，我是无法那样做的。

你当然可以。记住，我说过你们全是一体的，但我并没说你们全是一样的。你的头发和你的心脏一样吗？

你说什么？

因为你剪掉了你的头发，是否就意指你会将你的心脏挖出来？

我明白你在说什么了。

你明白？你真的明白？因为有许多人都表现得像是他们并不明白。他们对待每个人和每个东西，好像都是同样的东西。他们对待人命好像它并不比一只蚊子或一只白蚁的命值。如果他们了解剪掉他们的头发是没关系的，那么他们也会将他们的心挖出来。他们会咬他们的鼻子以伤害他们的脸。（译注：此名本有害己以害人之意，此处顺文意直译。）

没有多少人会那样做的。

那么我告诉你：你们每个人都曾那样做过，多多少少。你们每个人都曾无分别的做过事，对待一样东西好像它与另一件东西相同——甚至对待一个人好像他或她是另一个人似的。

你走在街上，看见一个白人，而以为他与你想像的所有白人是一样的。你走在街上，看见一个黑人，而以为他与你想像中的所有黑人是一样的。而由于这样做，你犯了两个错。

你定型了白人与黑人，犹太人与非犹太人，男人与女人，俄国人与美国人，塞尔维亚人与阿尔巴尼亚人，老板和工人，甚至金发女人和棕发女人……但你不会停止定型化。因为要停止宝宝化，意味着你必须停止合理化你们彼此对待的方式。

好吧！那么对于所有这些我们该怎么办？我应该如何对待每个人和每样东西，好像它是我的一部分“万一我最后认为某人或某个团体是我身体上的一个癌又如何？我难道不把它割掉吗？那岂不是我们所谓的种族净化，对一整个族群的彻底灭绝或移植吗？

的确，你们曾有过这种认为。

是的，对科索的阿尔巴尼亚人。对德国的犹太人。

我还想到了美国的印地安人。

哦。

真的是“哦”，不论在奥曲维兹，或在伤膝涧（Wounded knee。译注：地名，美国曾在当地对印地安人进行大屠杀。）灭族就是灭族。

如你先前观察到的。

如我先前观察到的。

所以，如果我们全是同一个身体的一部分，万一我认为某样东西或某个人是个“癌”又怎么办？我如何处理那个？那是我在这儿问的事。

你可以试着去治愈那癌。

我怎么做得到？

你可以试试用爱。

但某样东西或某些人并无法对爱有反应。有时候，治愈一个癌的意思是要杀死它，将它赶出身体。我们试图去治的是身体，而非那癌。

万一身体并不需要治疗呢？

什么？

你们总是将对别人的残酷，甚至对别人的杀戮，合理化为你自己存活的方法。然而，这又把我们带回到了另一个问题，另一个议题，即我先前说过的，人类特有的第二个最危险的想法。现在，就让我们在此当成这循环的论证。如果你没摆脱掉这个你说到的癌，你能想像会发生什么事吗？

我会死。

所以，为了避免死亡，你将癌除。它是个生命攸关的问题。

一点都没错。

而那就是族群杀害其他族群、灭绝整群的其他族群，或移置整群人口和少数族群的同样理由。他们认为他们必须如此做，那是他们本身生死存亡的问题。

是的。

然而，我要告诉你：你不须做任何事来存活。你的存活是被保证的。你一直都在，现在在，并且将来在，永远永远。

你的存活是个事实，而非希望。是一个真实，而非一个允诺。所以，你一直在做的以便“存活”的每件事，都是不必要的。你只是一直在为自己创造一个活生生的地狱，以便避免你所借由想像创造的地狱以避免地狱。

你在谈的是一种形式的存活——永生——而我在谈的是另一种形式：此时此地我们是谁。搞不好我们喜欢此时此地我们是谁，我们并不想看到任何事或任何人改变它呢？

你们并不知道此时此地你们真正是谁。如果你们知道，你们就绝不会做你们所做的事。你们永远不必做。

你没有针对那议题。搞不好我们刚巧喜欢此时此地的我们是谁，而不想看到任何事或任何人改变它呢？

那么你们就不会是你们真正的谁了。你们只会是你们此时此地以为的你们是谁。而你们会试图做那不可能的事，那就是永远维持住你们以为的你们是谁。你们做不到这个的。

我不懂。你把我弄糊涂了。

你是谁就是生命。你是生命本身！而生命是什么？它是个过程。过程又是什么呢？它是演化……或你们会称为的改变。

在生命中每样东西都在改变！每样东西！

生命即改变。那即是生命。当你终止了改变，你便终止了生命。然而你永远无法做到那个。所以，你创造出一个活生生的地狱，试图去做你无法做到的某件事，拼命努力去保持不变，当你是谁就改变本身时，你们即那改变的东西。

但有的东西越变越好，而有的东西越变越糟！我只不过想试着阻止变糟的改变而已。

没有“较好”或“较糟”这种东西。你们只不过将那一切假造出来。然后你们决定称什么为较好，称什么为较糟。

好吧，但万一我认为活在我目前的肉身里比死掉要好呢？我称那个改变是变得较糟呢？你一定不是说，如果我身体里真的有癌，我该什么都不做，因为生命是永恒的吧！如果由于我的不行动，我在这身体里的生命终止了，那又怎么办？你不是这样的意思吧——你是吗？

我说的是，每个行动都是个自我界定的行动。那就是你们在这儿所做的一切。你们在界定和创造、表现和体验你们以为的你们是谁。简言之，你们在演化。至于你们如何演化是你们的选择。你们在演化，本身则否。

如果你是一个选择切除你内的一个癌，以便维护你更大的生命形态的人，那么你将展示那点。

如果你是一个视你们该类的其他人为癌，因为他们与你不同，或不同意你，你将展示那点。的确，你们许多人已展示了那点。

现在我将邀请你们以一个全新的方式看生命。我将邀请你们视生命为不过是一个持续的改变过程。

你要这样去想：每件东西都在变，一向如此。那包括了你。你即是改变者，又是被改变的人。那是因为，甚至当你在改变时，你也导致了在你自己内和在你周遭世界内的改变。

当你早晨醒来时，我请你去想一件事：今天什么东西会改变？而非今天将会有个改变吗？那是一定的！但那个改变将是什么？而在创造那改变、在做为其有意识的导因中，你将扮演什么角色？

每天每时每分每秒，你都在做决定。这些选择是关系什么东西会改变，以及如何改变。它们与别的全无关。

甚至像梳你的头发这样一个简单的例子。就让我们用这个为例子，因为这是个简单的例子。你以为你每天都以同样的方式梳你的头发，所以你什么都没在改变。然而，梳本身就是个改变的行动。在你醒来后，走到镜子那儿，看着你的头发，你说：“哦！“它很乱。你不能这副德性出门。你必须改变它，你必须改变你的外观。所以你洗脸，梳发，为一天做好准备。

你始终在做决定。而有些决定是将事情变回它们以前的样子。所以你创造了将事情保持原状的幻想。然而你只不过在重新创造你自己，以你对你是谁所曾持有的最伟大憧憬之最恢宏版本而已。

整个生命都有是个重新创造的过程！这是神最大的喜悦。这是神的娱乐！（re-creation. 译注：此两字分则为重新创造，合则为娱乐，是双关语。）

且说，这在你们人生中的暗示是非凡的。当你思考一下，就知道这是个非同小可的启示。除了你什么都没做，只不过在改变，你什么都没做，只不过在演化。你如何变是随你的。你演化成什么就看你了。然而，你存在这个事实是不容置疑的。那是既定的，那只不过是本在发生的事。那即生命本是的。那即神所是的。那是即你所是的。

生命、神、你 = 那改变的东西。

但你仍旧没有解决那个两难之局。如果我与每样东西都是一体的，打蚊子又该怎么说？

在你称为蚊子的你自己的那个部分，你选择创造哪种改变？那就是你在问的问题，而那就是我们是一体的智慧所暗示的。

你在改变你称为蚊子的全体之一部分。你无法“杀死”蚊子，你明白吗？生命是永恒的，你无法终止它。你的确有力量改变你的形式。就像在你们受人欢迎的科幻娱乐里，你可以称自己为一个形状转换器(shape shifter)。然而，要明白这点：所有的意识都共享盛举。以最高的说法，就是你们中的一人是不可能去主宰或控制另一个人的。神的每个面向对其命运都有共同创造式的控制。所以，你无法相反其意愿的杀一只蚊子。或在某个层面看，是那蚊子选择了那个。在宇宙里的所有改变，是因为宇宙本身——在其形形色色的形式——的同意而发生的。宇宙无法不同意它自己。那是不可能的。

这是危险的话。这是危险的教诲。人们可以利用这个去说：“哦，那么我可以对任何人做任何我想做的事了。既然他们已给了我他们的许可！毕竟，他们与我‘共同创造’啊！”那会是行为上的无政府主义！

你们已经是那样了。人生就是你所谓的“行为上的无政府主义”。你难道不明白吗？你们全都在你们想要的时间，以你们想要的方式，做你们所想做的，而我并没阻止你们。你们难道没看出那个吗？人类曾做过他们所谓的丑恶的事，并且还一而再的做，而神并没阻止他们这样做。你难道从没好奇是为什么吗？

我当然有。我们全都有。我们曾在自己的心里哭喊：“神啊，你为什么容许这个发生？”我们当然曾问过。

哦，那你难道不想要答案吗？

我当然想要答案。

很好，因为我刚才才给了你答案。

如果那是真的，那我必得想一想这件事。如果那是真的，感觉上好像是真的，那现在并没有任何会阻止我们去彼此做不可置信的伤害，这全都在一个简单信念的伪装下：就是在宇宙里的每样事

都同意我们的做法。我深深的被那说法困扰。我不知如何处理它。对与错、罪与罚、善与恶、永远的报偿与永远的诅咒——所有那些控制我们的事，所有那些给受压迫者希望的事，全都被这信息扫光。如果我们没有一个新信息去替代它，我会替人类感到害怕，以及它可能沉人的“剥夺”新深度。

但你的确有一个新信息。真理终于在此。而这信息是可以拯救世界的唯一信息。旧信息没做到那点。难道你没看出来吗？这点对你难道不清楚吗？你说曾给予人类希望的旧信息，并没带给你们所希望的任何结果。

对与错、罪与罚、善与恶、永远的报偿和永远的诅咒并没做任何事来终结你们行星上的苦楚，终结你们行星上的杀戮，终结你们施之于自己的苦刑。而那是由于它是个“分离”的信息（message of separation）。

只有一个信息能永远改变人类的方向，终止苦刑，改变你们的方向，并带你们回到神。那信息即新福音：我们全是一体的。

从这新福音显露出了一个完全负责的新信息，它告诉你们，你们得为你们所选择的完全负责，你们一起在选择它，而改变你们选择的唯一方法是一起去改变它们。

只要你们还在想像自己只不过是别人用刑，你们便不会终止自己的受苦。唯有当你们很清楚，你们事实上是在对自己用刑，你们才会终止苦刑。

唯有当你完全了解，根本无法做任何违反他人意愿的事，你才能明白这点。唯有在那清明的一瞬间，你才能略见一瞥你本以为是是不可能的一项真理。你们正在对你们自己做所有这一切。

而除非你了解、拥抱并实行这新福音，否则你无法看见这真理。

我们全是一体的。

所以，当然，你无法对别人做任何不是在某层面被别人及你共同创造出来的事。唯有如果我们并非一体，那才可能。然而，我们全是一体的。我们只有一个。我们正一起创造出这个实相。

你了解这其中的暗示吗？你看见其可敬畏的冲击了吗？

所以，现在去吧，教导所有的国家。教他们，你施于别人的，你便施于你自己，而你没为别人做的，你也没为自己做。己之所欲，施于人，因为它就正在施于你！

那就是金科玉律。而现在你完全了解它了。

18、玫瑰是否必须比鸢尾花“更好”

为什么这些美妙的真理没有从一开始便教给我们？金科玉律以前便那么美，现在它甚至更有道理了。它是完美地对称的。逻辑的循环已完成。我们看见它的理由了。我们明白为什么应用这智慧对我们自己最有利。它不再是个利他主义的举动，而是实用的。对我们是行得通的。那为什么没从一开始便这样教给孩子金科玉律呢？

问题不在为什么没在过去做到这点。问题是，在未来你预备做什么？所以，去吧，教导所有的国家，将这新福音传播得既广又远。

我们全是一体的。

我们的方式并非更好的方式，我们的只不过是另一个方式。

宣读它，不仅从你们教堂的讲坛，也从你们政府的大厅：不仅在你们的教堂，也在你们的学校：不仅透过你们的集体良心，并且也透过你们集体的经济。

此时此地，使你们的性灵（Spirituality）成为真的、落实的。

你所说的听起来像是政治化我们的性灵。然而有些人说，性灵和政治是不该相混的。

你无法避免政治化你们的性灵。你们的政治观点，就是你们展现出来的性灵。

然而，或许这并无关政治化你们的性灵，而是灵性化你们的政治。

但我以为国家和教会理当分开。当我们试着结合宗教和政治时，不是就惹上麻烦了吗？

的确，你们是的。但我所说的并不是那样。

你们也许决定了教会和国家最好各管各的。根据你们的结果，你们也许决定宗教和政治不可相混。但在另一方面而言，性灵则或许是另一回事。

也许你们决定教会与国家应该分离的理由是，教会意指一种特定的观点，一种特定的宗教信仰。你们或许观察到，当这种信仰启发了你们的政治，你们就创造出绝大的争议和政治上的争斗。这是因为并非所有的人都抱持着同样的宗教信仰。事实上，甚至并非所有的人都参与了任何形式的宗教或教会。

但另一方面而言，性灵是普遍性的，所有的人都参与其中。所有的人都赞同它。

是吗？你差点唬到我了呢！

他们是。纵使他们不知道，纵使他们并不那样称它。这是因为“性灵”就是生命本身，如它现在的样子。

“性灵”说，所有的东西都是生命的一部分，而这是没有人能不同意一个声明。关于是否有一位神，是否所有的东西都是神的一部分，你们可以尽量去争论，但你们无法争论生命是在的，而所有的东西都是生命的一部分。

那么，剩下的唯一讨论，生命与神是否同一回事。而我告诉你，它们是。

甚至一个不可知论者——甚至一个无神论者——都会同意，在宇宙里有些力量在将全都维持在一起。有某样东西开始了所有的一切。而如果有开始这一切的某样东西，在你们现在所知的宇宙存在之前，就必然有某样东西存在。

宇宙首并不只是无中生有（out of thin air）的爆入存在。而如果它是，那“无”（thin air）便是某样东西。而纵使你说，宇宙是由完全的空无爆入存在的，你仍然必须与第一因的问题打交道，是什么导致了某样东西由完全的空无升起？

第一因即生命本身，表现在具体的形式里。它即生命，在形成中（in formation）没人能反对这点，因为很显然它是“本来如此”。不过，关于如何描写这过程，称它什么，它暗示了什么，结论是什么，你们可以争论不已。（而你们也这样做了！）

然而我告诉过你，这是神。这是你们说神这个字的意思，你们一直是这个意思。神是第一因。不动的推动者。在现在是的的东西之前曾经是的东西。在现在是的的东西不再是之后将来会是的东西。始与终。开始与结束。

我再次告诉你，生命与神是可以互换的字眼。如果你在观察的过程，即生命在形成过程，那么它就如我先前告诉过你的：你们全是在形成中的神（God in formation）。那即是，你们是神的信息（God's information）。

好吧，我假设那没问题……但这与任何事，尤其是政治又有何相关呢？

如果性灵是生命的另一个字眼，那么性灵的东西就是肯定生命的东西。所以，将性灵注入你们的政治里，会使得所有的政治活动和所有的政治决定是肯定生命的。

的确，这就是你们试图以政治去做的事。那就是我为何说，你们的政治观点是你们展现出的性灵。你们创造出政治的唯一理由是，制造一个体系，而借由它可以和谐、快乐、和平的生活。那即是说，一个生命本身可借之被肯定的体系。

我从未以那种方式思考过它。

那些创立你们国家的人曾想到过。美国有一条宪法，它说，你们全都是生而平等的，具有某些不可让渡的权利，其中有生、自由及追求快乐的权利。你们的政府是建基于，人类可以建构一个保证这些权利的自我治理的体系。每个地方的所有政府基本上都是为了同样的理由被创立的。政府的形式可能有所不同，但目的则永远不会相异。不同的文化与社会可能以不同方式说出他们的想法，以及如何达成它们的方法，但他们的愿望基本上是相同的。

那么，你明白了吗？政府和政治是创造出来以保证你们可以体验性灵是什么——那即是生命本身。

不过，大多数人仍然不想听神谈政治，或政治性议题。无论何时，当我在我们基金会的简讯里写受到《与神对话》影响的政治性议题时，我便开始收到了负面的信件。“我要取消订阅！”他们说，“这不是神的工作！这些是政治观点，而我并不是订这简讯来听你的政治性观点的！”

几年前，当玛莉安·威廉森、詹姆斯·雷德菲尔和我在华盛顿特区发起一个祈求和平的守夜时，每个人都认为它非常奇妙。我们召唤每个地方的人用祈祷的力量将和平带给世界，而我们得到了广泛的支持。然而，一旦我们中任何一个人开始谈论关于如何产生和平——在其下的灵性原则——的时候，批评信件开始大量涌进。人们被激怒了。

是的，人们要你们为和平祈祷，但却别对它做任何事。他们要神找一个解决之道——但他们排除了神的解决之道也许正是你们对它做一些事的可能性。

然而事实上，那是唯一的解决之道。因为神在世上透过在其中的人们做工。

哦，我不认为他们在意其他人对它做事。他们在意的是神告诉他们必须做什么。

然而我从没告诉过你们，你们必须对它做什么，我也永远不会。我从没下过命令，咆哮出命令，或发布最后通牒。我只不过倾听你告诉我，你想到哪儿去，并提供你建议如何到那儿。

你们说你们要一个可以活在和平、和谐和喜悦中的世界。而我告诉你们这个：喜悦是自由。那些字眼也是可以互换的。任何对自由的消减就是对喜悦的消减。任何对喜悦的消减就是对和谐的消减。任何对和谐的消减就是对和平的消减。

你们告诉我，你们希望活在一个没有冲突、没有暴力、没有流血、没有憎恨的世界里。而我告诉你们这个：要拥有这样一个世界的方法，要真的隔夜创造它的一个方法，就是传扬和实行新福音。

我们全是一体的。

我们的并非更好的方法，我们的只不过是另一个方法而已。

宣扬它，不只是从你们教堂的讲坛，也从你们政府的大厅；不只在你们的教堂，也在你们的学校里；不只透过你们集体的良心，并且透过你们集体的经济。

你一直重复你自己。

你们也一直在重复你们自己。你们的整个历史都是在重蹈覆辙——在你的个人生活，以及在你们行星的集体经验里。疯狂的定义就是，一而再、再而三的重复同样的行为而期待不同的结果。

所有那些寻求将性灵重叠在政治上的人，所试图做的是在说：“还有别的方法。”

这些努力应被祝福，而非被批判。

但事情却不是那样运作的。你在《与神对话》第二册里谈到了社会议题，但它却被许多人痛斥为太过政治性。玛莉安·威廉森为了一本极端奇妙的书，叫作《治疗美国的灵魂》，但她在底特律附近的今日教会，在她自己的讲坛上宣扬“社会灵性”时，却被她自己会众里的一些人痛斥为太政治性了。

关于耶稣，他们也说了同样的事。

“太政治性了。”他们说。

“当他只在教导性灵时，他是安全的。但现在他在建议人们真的应用他们学到的灵性真理了。现在他变成了危险人物。我们必须阻止他。”

然而，如果并没有“更好的”方式，灵性的行动主义（spiritual activism）有何意义？政治有何意义？任何事又有何意义？如果所有一切都只是“掷币定胜负”，我干嘛要卷入呢？如果这面或那面都没关系，那我怎么会受到激励去参与呢？

出自你渴望做出你是谁的一个声明。你这样或那样梳你的头发也许是“半斤八两”，然而，要注意，你已经多年都以同样方式梳它了。你又为什么不以另一方式梳它呢？会不会是因为那并非你是谁？你为什么买你买的车，穿你穿的衣服呢？

你做的每件事都对你是谁做了一个声明，产生了一个表情。每个行为都是一个自我界定的行为。但这有关系吗？界定自己对你而言有关系吗？当然有关系。它就是你来这儿的理由啊！

你是谁并非“掷币定期胜负的”。你是谁是你曾做过的最重要的决定。

新福音的重点并非你是谁没有关系，刚好相反，你是谁是关系重大的，以至于你们每一个都是绝顶庄严华美的。新的教诲是，你们每个人都是如此华美，以至于你们任一人并不比另一人更为华美——不在神的眼中，也不在你的眼中，如果你以神的眼光去看的话。

因为你不可能“胜于”（better）某个人，那是不是你活下去的理由就被拿走了？

因为你无法有一个“更好的”宗教、一个“更好的”政党，或一个“更好的”经济体系，并不表示你根本不应该有任何一个。

在你拾起一支画刷画画之前，难道你必须知道你的将是“更好的”画？它难道不能只是另一幅画，美的另一种表现吗？

一朵玫瑰是否必须比一朵鸢尾花“更好”，以合理化它的存在？

我告诉你：你们全是神的花园中的花朵。而因为一种花并不比另一种更美丽，我们是否就该将花园翻覆？你们正是那样做的。然而你们却在悲欢：“花都跑到哪儿去了？”（Where have all the flowers gone .译注：六〇年代一首动听的歌之歌名。）

你们全都是一阙天界交响乐的音符。但只因为一个音符不比另一个关系重大，我们是否就该拒绝演奏那音乐？

但倘若一个音符是个不谐的音符呢？那不谐的音符岂不会败坏了那交响乐吗？

那要看是谁在聆听了。

我不明白。

你有没有听过小孩子唱歌而觉得那歌很美，纵使一半的音符都走了调？

有的。屡试不爽，我是有过那种经验。

那你是否以为你有能力经验我所无法经验的？

我纵使来没有那样想过。

那么告诉我。如果一个小孩唱歌走了调，你是否会叫她闭嘴？你是否想像这样会鼓励她喜爱音乐或爱她自己？或你会借由告诉她继续唱下去而鼓舞她达到更高处？

当然了。

我多少世纪以来一直在倾听你们的歌。你们的歌声对我而言是悦耳的音乐。然而你是否以为你们没有一个人曾唱走调？

我很确定我们一或两人曾是那样。

那么，这就是你的答案了。

你们是我的孩子。我聆听你们歌唱，而我称它是美妙的。

当你们歌唱时，没有“荒腔走调”这回事。只有你，我的孩子，在忘情的高歌。

你们是神的管弦乐队。透过你们，神作成生命本身之管弦乐曲。当你演奏时，没有“走调”的事。只有你，我的孩子，在忘情演奏，试着奏得正确。

如果我看不出在其中的美，我根本就没有灵魂了。

永远记住这个。

灵魂就是，纵使当头脑否定美的时候，仍然看见美的那个东西。

哦，真是不同凡响的教诲。哦，我的天啊，那么美妙的洞见啊！

所以，在人生中，永远以你的灵魂去看。以你的灵魂去聆听。

甚至现在，关于在你面前纸张上的文字，以你的灵魂去看它们，在你的灵魂内听见它们。唯有那时，你才能开始了解它们。

是你的灵魂看见我的字句的美、奇妙和真理。你的头脑会永远否认它。就是我曾告诉过你的：要了解神，你必须离开头脑。

不要因为你以为你听到了一个不谐和的音而停止那在奏的交响乐。只去改变你的调子就好了。

有效的政治行动分子并不是出自愤怒或憎恨——而性灵行动分子永远不是——却是出自爱。并非使某人或某事看来是错的：只不过是现在的实相交换一个新实相的决定，这是出自关于你是谁，以及你选择做谁的一个新思维。

是的，这就是我所谓的新思潮运动（New Thought Movement）。然而我仍然必须问我的问题——我猜关于此点我仍“在我的头脑里”——但这个“我们全是一体的”新福音是否意味着我们不可伤害任何一样东西？不可打蚊子，不可捕老鼠，不可摘除野草（更别说摘花了）？它是否意味着我们不可屠宰羊，以得到那些美味、细嫩的羊排？

剪掉你的头发有没有关系？

割掉你的心有没有关系？

有没有什么不同呢？

你没回答我的问题。你为什么不让我明白你的意愿？只要告诉我你的意愿，一切对我就变得非常简单了。

在这一件或任何其他的事上，我并没有与你分开的意愿。除了你的以外，我并没有偏爱。

这是你们许多人所无法了解的。这是你们许多人所无法坚持的。因为如果我没有分开的意愿或偏爱，你该怎么办？你怎么能知道什么是对，什么是错？在任何的事上？

而现在我甚至更进了一步。现在我甚至拿走了你关于“更好”的想法。所以现在你要怎么办呢？现在做任何选择或决定的基础又是什么呢？

我告诉你，人生的目的是让你决定、宣告、表达和完成你真正是谁。不是要我来告诉你什么是对和错，什么是较好或较差，要做什么，不要做什么，然后，你只要决定是否要服从我——而然后，我去赏或罚。

你们已试过这系统，而它效果不彰。你们一而再、再而三的你们以为的我的意愿，但这对你们并没有帮助。你们并没服从它。

看啊，你们曾宣告我反对杀戮，然而你们继续杀——你们有些人甚至以我之名去那样做！

你们曾说，我反对苛待和压迫任何阶级、种族或性别，然而你们继续照做。

你们曾说，我反对玷辱你们的父母，凌虐你们的孩子，苛待你们自己，然而你们继续犯这些毛病。

你们曾说反对你们去做各种事情，而你们仍继续去做。你们并没设法改变你们的行为，不论你们宣称我偏爱什么或命令什么。

你们曾说反对说谎，然而你们一直在说谎。你们曾说反对偷窃，然而你们东也偷西也偷。你们曾说反对通奸，然而你们每天每晚都取了彼此的丈夫和妻子。

甚至你们的政府——你们创造来保护你们和照顾你们需求的那些机构——也对你们说谎。的确，你们创造了一整个建立在在谎言上的社会。

你们称某些这种谎言为“秘密”，然而它们仍然是谎言。因为很清楚的，拒绝说明就是个谎言。它是没有暴露出整个真相让别人知道某个主题上的所有可知道的事，因为这样每个人都能做出建立在这所有资料上的选择。

你曾说过我反对违约和背信，然而你们一直在违约背信，并且你们设法不受惩罚的这样做，利用在当时可让你们幸免于罪的不论什么合理化理论。

不，人类曾十分清楚的表明，我的意愿——如你们了解并弃绝的根本没关系。

有趣的是，这终究是完美的。因为关于我的意愿是什么有那么多争议，如果你们突然变成了虔诚的信徒，你们很可能甚至以我之名做更多的杀戮。

这让我想起了某个汽车保险杠的贴纸：神啊，由你的人们的手中救出我吧！

是的，这里面有些反讽。

那么，回到你的问题上。打一只蚊子、捕一只老鼠、摘除野草、杀一只羊来吃，到底有没有关系？那要由你们来决定。一切都是由你们来决定。当然，还有更大的问题。

杀一个人做为杀人的处罚、堕胎、打一个同性恋者、做一个同性恋者、婚前的性行为、如果你想要“开悟”，任何性行为有没有关系？之类之类之类……

每天你都必须做你的决定。你只要明白，在决定时，你便是在宣布和展示你是谁。

每个行为都是一个自我定义的行为。

你渐渐懂了。你渐渐了解了。

因为你重复了那么多次。

重复是好的。它能让你整合。所以现在我要重复我以前说过的另外一些事。在你每日的行为和抉择里，你不仅在宣布你是谁，你也在决定我是谁，因为你与我为一。

故此，我可以大声的说我是在回答问题了。我在经由你这样做。而这也是回答问题的唯一方式。

你的真理将出自你的回答。这是你存在（being）的真理。它是你在真理内之所是（being）。

记得你是个人的存在（being）。你是什么要看你自己。虽然我现在已告诉你这点许多次了，但这或许是你先前没有认真考虑过的事。

好啦，好啦，但“一体”并不表示“同等，对不对？至少你能说一下吧？

一体并不意味着相同，那是正确的。

那么一体到底是什么意思呢？

问题不在一体是什么意思，问题在一体对你而言是什么意思？

这是每一个人内心必得做的决定。而你由你的决定创造你的未来——或结束它。

然而纵使当你思虑此点时，也有曾给过你以帮助你的指导、洞见和智慧——与什么是对的并无关系，因为“对”是一个相对的说法，而是帮助你去到你说你想去的地方，去做你说你想做的事。

如我以前说过的，做为一个人类种族，做为一种族类，你们说你们想共同生活于和平与和谐中：你们想为孩子创造一个更好的生活：你们想要快乐。关于这方面，你们全都一致同意。

所以，我才给了你这个指导，而以三点的形式来说明它。我再次的告诉你，这些是：（一）我们都是一体：（二）一切都足够：以及（三）没有什么是我们必须去做的。

在这儿我们已讨论了很久的第一点，当第二与第三点都了解时，可能更易于应用。

我想继续注意这个智慧之应用，看看如何使它在日常生活中变得更实际，所以让我们谈谈那些其他的点吧！

19、生命是永恒的，而我们只是一个人

在《与神对话》第三册末了，你说过同样的这三点。

没错，而如果你了解第二点“一切都足够”，那你就给了自己一个如何应用第一点“我们都是一体”的很大线索。如果你有选择的话。

“一切足够”是什么意思？

就完全如它所说的：一切都是足够的。有足够的你以为你需要才能快乐的每样东西。有足够的时间，有足够的钱，有足够的食物，足够的爱……你所需做的只是去分享它。我给你们很多，足够你们所有的人。

当你实践这个真理，当你使它成为你的现实中行得通的一部分时，就没有你不愿分享的东西，没有你想要囤积的东西——无疑的，不论是爱、食物，或钱财。

那是否意指我们不该聚集财富？

在选择拥有什么东西和选择去囤积它之间有所不同。事实上，只有当你知道“一切都足够”的真理时，你才能轻易的在人生拥有你，你自己，及你会选择的任何好东西。

那是真的！只在我终于了解有足够的东西给每个人时，我才能让我自己去相信，也有足够的给我。不过，我仍然得靠信心去活，因为看起来不像有足够的给每一个人。

别靠表象来判断。看起来好像并没有足够的给每一个人的理由是，这么多拥有多于足够的人只与那些拥有不足的人分享他们最小的部分。

你们世界中很小百分比的人，持有你们世界财富的巨大部分，并且用你们世界资源的庞大部分。这些持份是极不成比例的——而每天都变成更加的不成比例。

“是啊，是啊，是啊”现在我已可以听见一些不耐烦的说，“你以前就曾说过这一点了。”

当然，他们是对的，因为，就如一向是这样的，这个对话是绕着圈子的，现在又绕回到它自己来。如果他们不耐烦，很可能是因为在此一再说的有些事，他们并不想听：所观察到的一些事，他们并不想看。

你又再进入了你称为“社会灵性（social spirituality）”的领域，而许多人并不想去那儿。它会强迫他们看他们不想看的事情。

然而，你刚好说了我更大的重点。只有你们能决定如何应用一体的真理。世上所有的传扬和所有的教诲不会改变任何事。唯有当人心里有了改变，人类状况才会有改变。

那什么东西能导致这样的改变？

问题不在“什么”？问题在“谁”？而答案是——“你”。你能。现在。

我？现在？

如果不是你，那是谁？如果不是现在？那是何时？

这是犹太智慧文献里的一个古老问题。

是的，我非常久以来一直在问它。那么你的回答是什么？

好吧，我的回答是：我，现在。

你说了，而我也听到了。

记住，我的孩子，创造一个与神的友谊，七个步骤之一是帮助神。而你刚决定了要那样做。这对你很好。那正是它会产生的，对你，好。

当你同意去传话、去带讯，以改变人心，你就在改变人类状况上扮演了一个重要角色。

这就是为什么所有的灵性最后终究是政治性的。

但——在这儿我可不可以和你争论一下呢？——我以为你说过：“没有什么是我们必需去做的。”

我说过，是没有。

那么我们在这儿谈的是什么呢？“带讯”不是我在做的事吗？

非也。它是你“是（being）”什么。你无法做（do）那信息，而只能“是”那信息，因为你并非一个人做事，你是一个人存在（you are not a human doing, you are a human being）。

你做为你，带着信息，而非你带着信息，你即那信息！这是你在动的性灵。你难道不明白吗？

你的信息即你“度过”的人生。你传你所是的道（word）。

不是这么写过吗？道成人身？（And the Word was made flesh. 见圣经。）

是的，但这是那句话的意思吗？

是的。

但我怎么知道？我是指，确定的知道。

你有“我的”道。“you have My word. 译注：此处是双关语。本句原意是我说话算话，你可以信赖我。在此却添加了一层意思。）在你内，你有我的道。很实在的说，就是你是神的道（Word of God）被造成肉身。现在，只要说那句话（道），你的灵魂就会痊愈。（译注：语出新约。）说那道，活那道，是（be）那道。

换言之，作神（be God）。

哎呀！我的道！（my word. 译注：原意为惊欢语，此处是双关语。）

一点都没错，就是那样。

那是否就是这对话进行的方向？我应该是你？

你并非“应该是”，你就是。我并没有在叫你做任何事，我只在告诉你你真正是谁。

你已然是你渴求要是的那个。并没有你必需做的事。而那是在“三合一”神圣智慧里的第三点。

但如果我出门，试着表现出像神的样子，人们会认为我发疯了。

他们会因为你是全然的喜悦、全然的挚爱、全然的接受、全然的祝福和全然的感恩而认为你疯了吗？

不会。我是指，如果我出门，试着表现出像神的样子。

但那就是神的样子啊！你的意思是，如果你出门，而试着表现出你以为神表现出的样子，也就是，全然的有力、控制、要求、记仇，并且处罚。

但你说过，复仇在你。（译注：摘自旧约耶和華言。）

不，是你说的。我没说。

所以，一个人需借由神的五种态度而“表现得像神”——不是我们在我们的梦魇里想像的神，而是真正的神——对不对？

是的。并且记住，这是与做无关，而与是有关。这些态度是你的是的样子。而当你有意识而非无意识的做这些存在的声明时，你开始由意图而活：你开始有意的活。记住，我曾建议你们有意的、和谐的，并且有益的活。我也跟你们解释过那样做是什么意思。所以对这个你还需要更多的解释吗？

不，我想当我们以前探索它时，我就了解了。

很好。但现在让我告诉你一个秘密：做第三项，前两项便会自动的来。

决定去有益的活——决定你的生命和工作会利益他人——你就会发现自己是有益且和谐的过活。这是真的，因为有益的活将导致你由意图过活，故意而有意识的做事，而非无意识的，这将导致你和谐的过活，因为于别人有利的无法与他们不谐。

现在我要给你三样工具，用它，你可以确定你的人生会有利的度过。这些是整体生活（Wholistic Living）的核心观念：

- 觉知
- 诚实
- 责任

你在此给了我很多内容，很多资料。但这个教诲还会继续多久？

一辈子，我的朋友。你的一辈子。

它永远不会结束，是吗？永远不会有有一个时候我能说：“我懂了。”而结束了它。

很可能会有个时候你能说：“我懂了。”但那时间一旦到来，你会注意到还有更多可“懂”的。这是由于你看到越多。你越看到还有更多可看到的。

你看到吗？

所以，你永远不会停止成长和了解的过程。你无法长得太大，你无法长得太快，你无法长得太多。那是不可能的。

你无法完成生长。你能长多大是没有终点的。

并且你不必担心“乘好就取”（getting it while the getting's），因为取得（懂得）永远是好的。所有你借由这教诲得到的有关生命的一切，对你都是好的。

然而你说过我没有任何东西可学。

真正的教诲并非你借以学习的一个过程，却是借它你被导致忆起的一个过程。

这儿没有东西对你而言是新的。你的灵魂没被任何这些吓到。真正的教诲永远不是将知识放入，而是将知识汲取出的过程。真正的大师知道他并不比学生有更多知识，只有更多记忆。

你说过你想知道如何在真的世界、在日常生活中应用你在我们对话中找到的东西，做为实际的、行得通的真理——使它有价值。而我在建议你你可以达成这个的方法。我在帮你得到你所想要的。这就是与神为友的意义。

谢谢你。那么，请告诉我有关核心观念的事吧！

觉知也许是你选择去活在其中的一种存在状态。它意味着对这片刻觉醒。它是关于对于事实是什么，以及为什么：对于现在在发生什么，以及为什么，对于什么能使它不发生，以及为什么：对于任何选择或行为之所有可能——以及最可能——的后果，以及什么使它们成为可能的深刻观察。

活在觉知中就是不假装你不知道。

记住，我告诉过你，有些人他们知道却假装不知道。觉知是觉察到，并且觉察你觉察。它是关于觉知你是觉察你是觉察的，并且关于觉察你是觉察你是觉察你是觉察的。

觉知有许多层面。

觉知是关于觉察你觉察到的你觉察的层面，它是关于如果你觉察到那一点，则没有你无法觉察的觉知。

当你活在觉知里，你不再无意识的做事。你无法那样做，因为你觉知你在无意识的做某些事，而那，当然，就表示你是在有意识的做它。

当你察觉过一个觉知的生活并不难时，它便不难。觉知自我滋长。

当你尚未觉察觉知时，那么你便无法知道它是什么样子。你甚至不知道你不知道。你已忘了。你真的是知道的，但你忘了你知道，所以就与根本无知无异。这就是忆起是如此重要的原因。

这就是我在这儿所要做的。我在这儿是要帮助你忆起。那就是朋友的用处。

它也是你在别人的生活中所做的。在所有其他人的生命中。你在这儿帮助其他人忆起。这是你可能已忘了的事情。

一旦让你记起来，你便被带回到觉知。一旦你回到了觉知，你就开始，你就开始变得觉察到你的觉知，而你就觉察你是觉知的。

觉知是注意到这一刻。它是关于——停下来、看、听、感受、完全体验到正在发生的。它是个冥想。觉知将每件事转成一个冥想。洗碗、做爱、剪草、对别人大声说出一个字，全都变成了一个冥想。

我在做什么？我是如何做这事的？我为何做这事？当我在做这事时，我是什么？当我做这事时，我为什么是这个。

我现在在体验什么？我是如何体验它的？我为什么以我体验它的方式在体验它？当我在体验它时，我是什么？当我体验它时，我为什么是这个？这其中任何一点与我正在体验的有何相关？这其中任何一点与其他人对我的体验有何相关？

觉知是移向没被观察的观察者的境界。你在观你自己。然后你在观你自己观你自己。然后你在观你自己观你自己观你自己。终于，没有人在观你观你自己。你已变成了没被观察的观察者。

那便是完全的觉知。

它很容易。它并不像听起来那么困难或复杂。它是关于停下来、看、听、感受。它是关于知道，并且知道你知道。它是关于停止假装。

现在你真的在照料业务了。你在照顾自己。在过去，你在照顾之前便先做了你所做的。你可以称之为假装。（pretending. 译注：又在玩文字游戏。Pre-, 之前；tending, 照顾。）

真了不起。我从没听过任何像这样的话。

有的，你有的。这是佛陀所教的。这是克里希那所教的。这是耶稣所教的。这是每们曾活过、现在还活着的大师所教的。这儿没有任何新鲜的事，没有任何对你的灵魂而言骇人听闻的事。

当你停止假装，你就变成了全然的诚实。诚实是第二项工具。诚实是，你首先对自己，然后对别人说，你觉察到的是什么。

诚实是你支持拥护什么（stand for）。你不再躺着（lying down）接受事情，而是支持拥护什么。也许你注意到，除非你停止到处说谎，（lying. 译注：英文中躺和说谎同一字。）否则你无法拥护什么事。这就是为什么有人说，当你全然诚实时，你真的是正直的。（upstanding, 译注：此段一直在站和躺这两个英文字衍生的字意（正直与说谎）上玩。）

在《与神对话》第二册里，列出了说真话的五个层次，并且解释了这五种层次如可能归结为一种全然可见的生活，或也可称为透明化。这两种字眼彼此有趣的比肩而立。全然的可见便是绝对的透明。那就是，人们可以看透你。没有隐藏的议程。你变得越可见，你就变得越透明。

一贯的利用诚实的工具，你便能看着你的人生改变。在关系中用它。在商业互动中用它。在你们的政治中用它。在学校中用它。随时随地用它。

要觉知你做了什么，然后以诚实处之。对于你明知是你制造的后果要诚实。然后选择为它们负责。这是第三个工具。它是了不起的成熟，了不起的心灵成长的一个记号。

可是，你绝不想这样做，只要你们的社会仍将责任与惩罚划上等号。在过去太多时间，负责就是意味着“摔一跤”。但责任并不意味着罪恶感。勿宁说，它是指原意去做你能做的不论什么，使你制造的后果尽可能的好，并且，万一别人选择去体验那后果，而在任何方面受到了伤害的话，你也要尽你的能的去捕救它。

可是有些人选择了走这么一条道路，认为“每个人得为他自己的后果负责。而既然我们都在创造我们自己的实相，所以我对什么发生在你身上就没有责任，纵使也许是我导致了它。”这就是我所谓的新时代规避（New Age bypass）。它试图扭曲新思潮运动的逻辑，那逻辑宣称：每个人都是个创造者。

然而我告诉你：你们每一个人都得为彼此负责。你们真的是你们兄弟的守护者。而当你们明白了这点，人类经验所有的悲惨，所有的悲伤，所有的痛苦都将消失。

那时你们将建立一个新社会，建立在新福音——我们都是一体的——上面，并且由核心观念；觉知、诚实、责任所支持。

再没有其他法律，其他的规则或规定。再没有立法，并且不需要立法。因为你们终于学会了，你们无从立法道德。

你们的学校将教这些核心观念。整个的课程围绕着它们建立。阅读、写作和算术这些课题都将透过它们来教。

你们全世界的经济将反映这些核心观念。整个的基础结构将围绕着它们建立。像买卖、交易等活动都将受它们指导。

你们的自我统治将支持这些核心观念。整个的官僚制度将围绕着它们建立。像公共服务、司法、资源管理与分配，将按照它们而施行。

你们的宗教将支持这些核心观念。整个的灵性信仰系统将围绕着它们建立。像无条件的爱、无限制的分享和身、心疗愈等经验会因之而可能。

终于，你们会知道，你们不可能避免对别人的经验负责，因为并没有“别人”。只有你，以多元多样的方式呈现。

由于这个知识，每件事都会改变。这转变将是如此剧烈，如此普及，并且如此完全，以至于如你们现在所经验的世界会像是一个终于结束了的梦魇。而，的确，你会真的觉醒。

你觉醒的时候马上到了。你的更新、你的重创的那一刻已临到你身上。你快要重新创造自己在你对你是谁所曾抱持的下一个最伟大的憧憬之最恢宏版本里。

这是在新的千福年间你们全救社会的议程。你，你自己曾设定这议程，你曾召唤它前来。你已经发动了它。各地的人都在朝它对准。他们在这重新创造里携手合作。东方与西方相遇了。白人正在拥抱有色人种。宗教在融合、政府在调整、经济在扩展。在每样事里，你们正朝向全球性的方式移动，采取了一种全救性视野，创造出全球性的系统。

然而在转变前会有混乱。这在任何这种规模的转变之前是自然的。因为你们不仅在改变你们做事的方式，你们是在转变你们做为一个人、做为一个群体、做为一个族类你们是谁的整个想法。所以，会有混乱，大半由那些不想做这转变、无法接受“更好”之终结，以及一体的新福音者的人所创造的。也会有那些只不过是害怕这样一个改变会产生对一个人整个生活的失控，对个人与国家身份的放弃的人。但这些后果全都不会发生。

这转变并不表示种族、国家或文化差异的泯灭。它不表示对传统的不尊重，或对传承的否认，或家庭、部落或社区的解散。转变会强化那些联系，当你终于了悟到，你可以体验它们而不需要牺牲掉别人时。

转变不表示终止让你不同的东西，却只是终止让你分开的东西。不同与分开并非同一件事。

不同确立你对你是谁的经验，并且使之成为可能。分开则混淆那经验，并使之不可能。没有这儿与那儿、上与下、快与慢，热与冷之间的差别，则这些事都无法被体验。然而这儿与那儿、上与下、快与慢、热与冷之间并没有差别，则这些事都无法被体验。当然在这儿与那儿、上与下、快与慢、热与冷之间并没有分隔。这些只是同一件事的不同版本。同样的，在黑与白、男与女、基督徒和回教徒之间，并没有分隔。这些只是同一事的不同版本。

当你明白这点，那么你也会做到了转变。你会变成了新社会的一部分，在其中，你们尊重多样性，却非分隔。

你并不需要抹杀你的个人性以便体验一体感。当然，那是个大恐惧。那个大恐惧是，一体意味着相同，因而将你与整体分开的东西会消失；故此，你也会消失。所以，反抗一体的挣扎便是求生的挣扎。

然而，一体是不会终止你存活为整体的一个个别表现。反而是，它会容许它。

现在，你们彼此相杀是出自你们对自己和你们信念的爱，以及对别人和他们信念的恨。你们将之构筑在为了要存活为一个个别的人、种族、宗教或国家，你们必须有把握，任何别人都不能存活。这是你们的迷思，称为适者生存。

而实行一体的新福音，你将不必为存活而战，却能借由不为它打仗而保证了它。这个简单的解答，怎么久你都未见到的，将改变每件事。

当你了悟自己无法不存活的那一天，你们就会停止为存活而战。当你了悟没有“别人”的那一天，你们便会停止杀戮彼此。

生命是永恒的，而我们只是一个人。

这两项真理将使你们在人生中所做过的一切真的都没有意义了。当你们明白它们时，它们会转化你们的生命，使它变成你对你是谁所曾抱持过的最伟大憧憬之最恢宏版本的一个光荣的表现。

生命是永恒的，而我们只是一个人。

这两项真理综述了每件事，并且改变了每件事。

生命是永恒的，而我们只是一个人。

这两项真理是你所需明白的一切。

20、 什么都没变，唯有你的经验变了

与神为友是什么意思？它意味着这是你唾手可得像这样的智慧。任何时间、任何地方、任何地点。

它意味着永远不必再自忖，该做什么、如何做人、到哪儿去、何时该行动或是去爱谁。当你与神为友时，所有的问题都消失，因为我会带给你所有的答案。

事实上，我根本不会带给你任何答案，却只简单的让你看到，当你进到此生里来时，你便随身带着它们了；你一直有它们的。我将显示给你看，如何召唤它们前来，如何将它们由你的存在转移到任何难题、任何挑战、任何困难的空間里，以至于事实、难题、挑战和困难不再是你人生的一部分，而会被简单的经验所取代。

对外在世界而言，很可能看起来好像事实上没有东西改变过。而在实际的事实里，可能什么也都没改变。你可以继续面对着同样的状况。但只有你会感受到其差别。只有你会注意到其转变。那会是你内在世界的一个经验——然而它也会开始影响你的外在世界。虽然别人可能看不出在你的状况中的改变，但他们会看见在你的内的改变。他们会对这改变感到讶异。他们会感到惊奇。而终究，他们会对它提出询问。

我该告诉他们什么？

告诉他们实话。真相将使他们自由。告诉他们，在你的外在世界里，什么都没改变。你仍然会患牙痛、你仍然必须付账单、你穿长裤仍然一次得穿一条腿进去。

告诉他们，你仍然要面对你一度描写为不大完美的状况，你仍然面对人生所有粗暴混乱的接触。告诉他们，什么都没变，唯有你的经验变了。

那是什么意思？我不明白那是什么意思？

就你的了解，“经验”这个字是什么意思？

嗯，“兰灯书屋”的英文词典定义“经验”为“所感知的整体认知：所有被感知、了解和记住的东西”。

很好。因此，当你明白人生之伟大真相时，所改变的是你整体的认知。你的经验包括所有那些“被感知、了解及记住”的一切。重要的字就是“记住”。

简言之，当你全然的记起你真正是谁时，你的经验改变了。

我在这儿来帮你忆起。你在这儿来帮助别人忆起。当你忆起，你重新组合为——即是，再度变成了——神的身体的一员。你变成与一切万有合而为一，虽然，以一个特殊个别化来表现整体的那部分的你，并不消失，却反倒比先前所曾有的更光辉灿烂的显现出来。

当你的个别表现是那么光辉灿烂时，别人可能称你为神，或神子，或佛、开悟者、大师、神圣的人——或甚至，救主。

而你将是一位救主，来救每个其他人免于忘怀，免于不记得他们的一体，免于做出好像他们是彼此分离的样子。

你将终你一生努力去终止这分离的幻相。而你将与其他也这样做的人联合起来。

你一直在等待这些其他人。你一直在等他们在你的人生中现身，让你认识他们。现在你们已找到彼此，而你在这工作中已不再孤单了。

这是与神为友的意义。它表示不再孤单了。

所以现在，当你去过你日复一日的生活时，要知道和了解，再没有一件事是相同的了。你与我的友谊改变了每件事。它带给你我与你的伙伴关系和我的爱，我的智慧和我的觉知。

你现在会觉知，而且你会觉知你是觉知的。你会走在清醒中。你会完全心领神会。

除了当你不那么做时。

可能有时候，你会倒回到忘怀里：你会想像你自己不是你真正是谁。但尤其是在那些时候，要利用我们的新友谊。呼求我的名，而我会在那儿。我会给你看你的答案，我会引导你到你的智慧，我会将你送还给你自己。

那么。所有其他人做这事。将人们送还给他们自己。这是你的任务，这是你的使命，这是你的目的。

而透过他们与你的友谊，他们终将明白，他们与神也是朋友。

21、现在就与神交个朋友吧

我的故事暂时在此结束。时间是一九九九年六月二十九日，清晨六点二十五分。我半夜两点三十便起床了，在奥立岗州艾许蓝外、起伏山丘间我美妙的家中，我舒适的小办公室里，写完这本书。我一直在等候着，看看有什么会发生而带来此书的结束。上一章就已替我办到了。没有再多可说了。它全都在这儿。全都清楚了。当你没觉知时，当你觉知你是觉知时，再没有什么可说的了。

我要以我在《与神对话》第一册里开始我个人叙述的地方离开它。从艾许蓝附近的营区，我回到了“真实生活。”但这一次我想要创造一个人生（make a life），而非只是谋生（make a life）。这就是在我写第一册《与神对话》的书，在写给神我的愤怒信之前那些岁月里，我的大半悲伤之源。这就是在亲密关系中，我大半的不快乐之源。从那以后，我学到在人生中要问的两个重要问题：我往何处去？谁与我同行？我也学会绝不再将那些问题易位：绝不先问第二个问题，然后改变第一个以适合第二个。

现在我有一个美妙的生活，我被赐予了我美妙的妻子南茜及美妙的朋友们。而我最美妙的朋友是神。

我真的与神是朋友了，并且我每天用它。那就是朋友之所为何来——被用。那就是神想要我们去做的事。神说：“用我。”那是两个魔法字眼。那是会改变你人生的字眼。当你听见神说这两个字，你的人生将改变。而当别人听见你说这两个字。你的人生也将改变。

这两年字甚至比“我爱你”更有力量。因为，当你说“用我”时，你是在说“我爱你”——以及更多更多。你是在说我爱你，而“我现在就显示给你看”。

这就是神所说的。这就是神一向说的。

我确知这个声明对那些在他们人生中受过创伤、伤害和有深深伤口的人，会很难接受。然而我向你保证，它是真的。甚至在我们最黑暗的时刻，它都是礼物。那是每位大师所曾教导我们的，它要不是实话，要不就是每位大师都跟我们说了谎。我不认为佛陀是个骗子，我不认为耶稣爱撒小谎。而我也不认为穆罕默德在愚弄我们。

我认为，救我们离开暴乱恶运的石头与箭的救助，便在我们的存在内。存在或不存在，那便是问题所在。（To be or not to be, that is the question）译注：引莎士比亚名剧“哈姆雷特”中之名句。）是（to be）你真正是谁，或是比那差些的东西。那就是你的选择所在。

神在这对话里所给我们的，会改变我们的人生，并且可以改变世界。这是强而有力的东西。所以，分享它。送出它。出门去宣扬新福音。

别忽略每一天出现的分享这讯息的机会。然而记住，分享它的最有效方式是“是”它。我现在已选择奉献我的余生在那“是”上。而我邀请你也一样做。

我美妙而光辉灿烂的孩子们，我的新朋友们，所有……

你们的道途曾经是一个艰难且挑战性的道途。然而现在你们找到了回家的路。在你们回到我的努力里，你们克服了险阻，面对了挑战，治愈了伤口，解决了冲突，移去了阻塞，问了问题，并且听到了你们自己的回答。现在你们的苦工结束了。你们的喜悦才刚开始。

现在让它成为你的喜悦，去把别人带回到我这儿，显示给别人回家的路，去送别人回到他们自己。因为那就是家之所在，而那就是我之所在——住在神的身体之每一员的心里，并做为其灵魂。

回到你自己心的家里，而你将在那儿找到我。再度与你自己的灵魂结合，你也将再度与我结合。

要有信心，因为我告诉你，你和我可以是不同的，但我们无法是分隔的。那么，去吧，终止你们之间的分隔。庆祝你们的不同，但终止你们的分隔。并且加入唯一真理——我是一切“万有”——的统一表现里。

要有希望，因为我对你们的爱永远不会终止，它也从不知道任何的界限或条件。

那么要有爱给彼此，做为我的一个表达。

在你要做神的一个表达的决定里，你会受到荣耀。在你体验你与神及所有东西的统一的决定里，你将会自我实现。的确，在你要知道真理的决心里，你将显示真理。不只是在思维，不只在语言，而在行为里（deed）。

你正被立契约让与（deeded）在天国及在神心里的一个位子。这些是你的契约。而当它们反映在你的行为时（in your deeds），你的确（indeed，译注：此地用 deeb 和 indeed 是在玩文字游戏）会变成了一位大师。

要知道，做大师是你要去的地方。它是你说过你希望去的地方，所以它是我正引导你去的地方，并且是我邀请你们彼此引导去的地方。

现在就与神交个朋友吧！并且让别人明白，在他们与你的友谊里，他们也与神有个友谊，因为你和我是一体，故此你便是他们想认作朋友的神。

他们也是你想认作朋友的神。如果你们不彼此为友，你们无法经验到与神为友——因为我即是那个“彼方”除了我之外，没有“彼方”。当你明白这一点，你就明白了最大的秘密。现在是出去实现那秘密的时候了。以信心实现它，以希望分享它，以爱展示它。

尤其是，现在出去实现你的爱，不只是嘴巴上讲讲。因为如果你以人和天使的唇舌说话，却没有爱，你只是个叮当作响的铙钹。而如果你有预言的力量，并且了解所有的神秘和所有的知识，并且如果你有所有的足可移山的信心，却没有爱，你就并没在表现关于你是谁你所曾抱持的最伟大憧憬之最恢宏版本。

爱是耐心与仁慈；爱是不嫉妒或跨张；爱是不傲慢或粗鲁。爱不坚持己见；它是不被激怒或憎恶；它不以不义为乐，因为它明白并没有所谓对与错这种事。爱容忍所有一切，明白所有一切，承担所有一切，拥抱所有一切，然而不宽恕任何事，因为爱知道，并没有一事或一人需要被宽恕。

爱永不止息。至于你们的预言，它们会过去；至于你们的唇舌，它们会停止；至于你们的知识，会长会变。因为你们现在的知识是不完美的，然而当你终于了悟一切都是完美的，不完美的知识便会消逝，在你人生中你称为不完美的任何事都一样。

当你是个小孩时，你说话像小孩，你思考像小孩，你推理像小孩。但现在你已在灵性里长大，已放弃了孩子气的方式。那时你在镜子里模糊看见，但现在，则面对面，因为我们现在是朋友。那时你部分知道，现在你全然了解，就和你也被全然的了解一样。那就是与神为友的意义。（译注：与“新约”格林多前书近似。）

我现在要离开这些书页了，但并没离开你的心，永远不会离开你的灵魂。我无法离开你的灵魂，因为我是你的灵魂。你的灵魂是由我之所是组成的。那么，去吧！我灵魂的伙伴，住在信、望和爱这三者里面；然而知道这其中最大的……是爱。

不论你在哪里，散播它，分享它，做它，你的光会是真正照亮世界的光。

我爱你，你知道吗？

我知道你爱我。而我也爱你。

尾声

一如往常，当我结束这些对话之一时，我都会震撼于人类被赠予的智慧宝藏。甚至不止于此，在许多其他的书里，透过许多其他的来源，神也一直在与我们谈话。我心中明白，只要我们侧耳倾听，我们在此地球上所有的问题都可能解决。

我要将我们所有人被赠予的智慧付诸行动。那就是我为何擅自作主，在我每本书的末尾，都推广一些方法，好让我们全都可以更投入其中，我们全都能在下一个层面参与其中，将我们的性灵付诸行动。

将你的性灵付诸行动的第一步，就是与它接触。对许多人而言，这不只是第一步，还是最大的一步——因为，对许多人而言，问题是：“我如何做到”？我在本书里问过这个问题，或许你能回想起神的反应：

每天花一点时间拥抱你对我的经验。现在就这样做，当你并没必要去做，当生活境况仿佛并没要求你去做时。现在，当你似乎甚至没时间去做时。现在，当你并没感觉孤单时。因此，当你是“孤单”的时候，你会知道你其实并不。培养每天一次加入我于神圣的连结里的习惯。一旦你做了那个连结，你将再也不想失去它，因为它将带给你前所未有的喜悦。

有许多方法去做这个，而就如在这对话里重复指出的，并没有一个方法是最正确的方法或最好的方法。但我发现有一个方法对许多人——包括我自己——都有效，而我个人也调查过的，就是 Dahnhak。它是一个有纪律的、科学的与内在创造者连结的方法，是由伟大的大师李宋恒（Seung Heun Lee）发明，并在韩国、美国及其他地区的两百三十个 Dahn 中心教授。

有史以来，许多聪明的男人和女人曾教过我们，我们的确是一体的，我们彼此无法分离，而影响我们一部分人的某事会影响我们全体。虽然我们重复的收到这个讯息，但问题仍然是，我们该如何使这智慧真正成为我们的？我们如何能“感受”这一体的真实性，而非只是在一个肤浅的层面“知道它”？Dahn 即答案之一。

Dahn 是个全面的、整体的练习，包含了柔软体操、深度伸展、冥想、呼呼技巧及其他过程，使一个人对弥漫在我们所有人的“气或生命能”敏感。一旦你感受到这个能量，你不仅可用它获得身体的健康，你还可以连接你自己到宇宙能上，而成就一种心灵的觉醒。在其中这一体感是印在你存在的每一个细胞里的。

Dahn 是简单、易学而深奥的。如果你对这种练习有兴趣，想学得更多些，你可以打电话到 1-800-DAHNSHAD 找到最靠近你的 Dahn 中心。

还有许多其他形式的身体和精神的练习，也值得你们调查，而它们任何一个真的都不可能引你走入歧途——除非你认真的用它们，并且在一个深刻层面承诺，你现在变成不仅是个求道者，并是把光带到我们世界的荷光者。因为我们现在必须做更多，而不只是关怀我们自己而已。这些练习和训练是有关连结你的身体和意识，它们是有关连结“做（doing）”和“是（being）”，及提升个人与团体的觉知。

在过去，我们只借由鼓励改变我们在做的事来试图改变我们的集体经验，而那行不通。我们人类的行事方式仍然和一千年前差不了多少。我相信这是因为我们一直在寻求改变行为，而非改变创造出它们的意识。

我与神持续的对话中不断重复的指出：“做”并非解决之道之所在。毋宁是，它是在是（beingness）。

“是”和“做”之间的差异是什么，而我们又如何能将它转译到我们的平日世界，那是一本不凡的小书的主题，那本书是我面对这个议题本身时，经由我而来的结果。我想找一个方法去活在真实世界里，如神邀请我的那样。我想要将神对“是”的奇妙智慧转变成一些实际的应用。我知道“是”是个能改变世界的想法，然而我却不知如何应用它。

然后它在一个周末通过我来了，在其间我觉得几乎着魔了。我什么都不能做，只能拼命的写，而完成了一本叫《荷光者》的小书。它对现代生活的一个最重要问题——如何找到正确的生计，如何创造人生，而非仅仅在谋生——提供了真实世界的答案，如果我们想有朝一日变成如神邀请我们

变成的，“一个真能照亮世界的光”，我们所有的人都必须将自己弹出、跳脱日复一日“做”的陷阱。

重新创造，南茜和我，以继续传布这对话之讯息的非营利基金会，已出版了这本小册子，而我希望任何一个曾经忖度如何在他们的人生中由“做”转移到“是”的人都会读它。我们命名基金会为“重新创造”，乃是出自我们对人生目的的了解：以你曾抱持关于你是谁的最伟大憧憬之最恢宏版本，去重新创造你自己。

一旦你开始进入这过程，你会发现自己想替其余的人类做些什么。那很自然。那是下一步。而我们能服务人群的一个方式，是借由将我们的性灵带到政治领域。且说，我明白有一些人相信，性灵和政治不可相混。然而，神在本书里说：“你的政治观点即你表现出来的性灵”

我很清楚这是真的。那就是我为什么花了好几年在找一个健全地建立在性灵上、肯定生命的原则上的政党或运动。坦白的说，我需要投票的理由。在我们传统的政党里，我无法找到多少我想找的东西。然后我读到了一本转变范型的书，作者是罗勃·罗斯 Robert Roth)。如果你在我曾有的一个地位——一个寻找和丧失希望的地位——我向你保证，这本书将让你看到一个令人兴奋的方法，它能将你的性灵真理转换成实际的政治行动。

罗斯先生的书名为《投票的一个理由》(A Reason to Vote)。如果你“对政治没有兴趣”的话，这是一本你必须读的书。尤其是如果你对政治没有兴趣。你以前没兴趣的理由很可能是你尚未与“政客们在做什么”起共鸣。政治没提供你任何表现你是谁的真正方法。你没有需要投票的理由。

但现在你有了。

如玛莉安·威廉森说的：“当心灵的力量在我们内升起，我们服务世界的欲望也随之升起。”她的一本很棒的书《治疗美国的灵魂》(Healing the Soul of America)，让我们看到需要做什么，以及我们如何能做到它。其洞见不只适用于此地，并且适用于世界的每一个地方。

玛莉安和我共同创立了“全球再生联盟”(Global Renaissance Alliance)，连结全球的人民成为公民圈(Citizen Circles)，意在利用性灵原则和社会行动去改变世界。这是我所知觉最令人兴奋的横贯大陆性灵运动，而其董事会会员包括狄帕·乔波拉、韦恩·戴尔、汤玛斯·摩尔、卡洛琳·梅斯、詹姆斯·雷德菲尔、盖利·祖卡夫及其他人。我们全都联合在一起，我们希望你们也加入我们的团队。要知道更多这个真正壮观的先导，请联络：

“全球再生联盟” The Global Renaissance Alliance

P. O. Box 15712

Washington, D. C. 20003

Tel: 1-541-890-4716

E-mail ffice@renaissance.alliance.org

On the web at www.renaissancealliance.org

还有许多其他方式，将这些与神非凡的对话里给我们的明确信息及智慧，付诸行动。这样做是我人生的大愿，而我知道许多人有同样的感觉。如果你是其中之一，我邀请你与我们的基金会联络，询问有关 CWG In Action 的资讯。

这是个新方案，包括了一个智慧圈(Wisdom Circle，遍及全美的团体，帮助回答我们每周收到的三百封对有关这资料的问题的信)，一个危机反应团队(Crisis Response Team 提供我们来自他们社区的资讯的义工们，并在某些案例里对那些在心灵危机中打电话求助的人扮演非专业的辅导者)，还有一个资源网络(Resource Network. 连结全世界所有致力于灵性和改良人类方案和想法的人)。

若你提出请求，我们便会寄给你一个一页的方案大纲教你如何加入我们，以及告诉你我们其他的努力——其中最重要的是，创立了一个建基于我与神的对话上的新学校——的方法。

“心光学校” (Heart-light School) 将围绕着在这持续进行的对话里的三个核心观念：觉知、诚实、责任。它将领导孩子们以一种自然的方式去体验，并更进一步发展已然住在他们内的了解。我们意图给孩子们许多知识——我们将在一个有爱心、有关注的环境里，帮助每个孩子达成学术上的卓越——并且也引导他们到他们自己内在的智慧。

智慧是应用了的知识。

“心光学校” 将教我们的孩子去发明我们的未来，而非重复我们的过去。它将提供他们在我们世界里生存所需的资讯，而不是历史上给他们的指导，鼓励他们——在某些文化里，要求他们——去复制我们老旧的生活方式。我们预期，当我们在做什么——及我们如何去做它——开始散播开来时，“心光学校” 将在全球各城市开设。

最后，有许多读过《与神对话》系列资料的人，被这经验深深感动，而渴望它继续下去。如果你希望“保持联络”，一个绝佳的办法就是透过我们的月讯——“对话”。每一期的刊物内容包括一篇很长的《读者论坛》，在其中我告诉读者们如何能应用神的讯息在他们的日常生活里，并且回答有关那资料的一些最具探索性的问题。月讯还包括一些有关扩展他们对这能量经验的机会资讯，如《神之笔友》(Gold's Pen Pals)，我们五天的“重新创造你自己”(Re-creating Yourself) 的避静，“以书赠友”(Books for Friends) 计划，以及基金会的其他活动。计阅月讯十二期，请寄美金三十五元（在美国境外的地址要四十五元）。还有订阅奖助金。

有关 Bringers of the Light、CWG In Action、the Heartlight School，或“对话”月刊的资料，可联络我们基金会的地址：

The ReCreation Foundation

PMB 1150

1257 Sikiyou Blvd

Ashland, OR 97520

Tel: 1-541-482-8806

E-mail: recreating@aol.com

on the web at www.conversationswithgod.org

不论你是阅读这些书，或经由任何这些组织的工作，扩展你愿意的冲击给世界，我都希望你加入我，成为我的伙伴，共同来传布新福音。

如果你这样做，将有助于在我们的集体意识里产生一个基本的转变。这转变能在我们的宗教、政治、经济、教育和社会价值产生很大比例的改变，以致它可以预言一个黄金时代。因为，当所有的人发展出关于神的一种新意识，他们就会发展出与神的新关系，终于放弃一个报复心重的、报应的、不可接触和不可知的神，而发出一个与神的行得通、有功能的友谊。

这虽然非常有力量，但更重要的是，这新友谊将带我们到何方：不止到对我们与造物者的深刻连结的一个体验性觉知，并且也到我们与所有“有情”本质上的一体感，而那又会终止那曾在我们生命中产生如此多悲惨的信念：认为我们之一或我们中的某个团体，不知怎的要比别的更好的信念。这本书对这一点送出了一个很大的信息。我希望你们现在加入我一起来散布这信息。加入我，成为我的伙伴，以便在二十一世纪——或更早，而非更晚——我们将看见宗教领袖、政治人物、教育家和每一种类的社会学家，都接受神的邀请，而宣告：

“我们的并非一个更好的方式，我们的只是另一种方式。”

这个简单、令人惊愕的声明将改变世界。

我们在这儿谈的是有关改造我们整个的文化故事，永远改变我们集体抱持的想法，关于人类真正是什么以及我们的现况是如何。

我们最古老，并影响最深远的故事，是分离的故事。在这个故事里，我们想像自己与神分离了，所以也彼此分离。出于这分离的故事，产生了对竞争的需要，因为如果我们彼此是分离的，那么我们每个都得靠自己——每个人、每种文化、每个国家——而必须为有限的资源彼此相争。

从这个误解，我们制造出“更好”的概念。因为如果我们彼此竞争，我们必须有个理由去宣告，我们对食物、土地、资源和或此或彼的报偿所声明的所有权，是个该被尊重的所有权。我们告诉自己，那个理由是，我们“比较好”。我们值得。

这个对我们相对的好的判断，容许了我们去合理化我们觉得为了产生那“赢”而必须有的行动。然而，正是当我们想像我们是“更好”时所做下的事，建立了失败，而非胜利的舞台。这是人类的悲剧。以我们“更好”之名，我们曾“种族净化”整个国家。我们曾支配那些我们标明为较劣等的人，判他们去过安静的绝望生活。

所有这些的发生是由于人们相信他们有一个接近神的“更好”方式，一个统治的“更好”方式，一个“更好”的经济体系，或一个“更好”的理由去争取土地所有权。然而《与神对话》书中的信息很清楚。没有一个人是更好的。我们全是一体，而除非我们学会以一个声音说话，否则我们在这地球上无法有和平。那个声音必须是理性的声音，慈悲的声音，爱的声音。它是我们内的神性声音。

我知道，我们的与神对话能产生一个这么神奇的与神为友，以致我们终究会体验与神合一（Communion with God），终于容许我们以一个声音说话。

而那声音将为遍地四方所听闻——在地上，如同在天上。