

与JO对话

2024年下半年

谢谢你允许光的能量进入你的生命，
它照亮的不只是你，
还将会是你接触到的每一个人！

——JoJoYou

目录

2024/07/05 – 上海线下场	8
2024/07/16 – 外面没有任何出路	32
2024/07/16 – 痛经之把物质幻像看的太真	36
2024/07/18 – 连接武则天	41
2024/07/20 – 你可以投射任何你喜欢的	53
2024/07/20 – 从假象里出来，回到真相	57
2024/07/20 – 连接赛斯	61
2024/07/21 – 放下头脑的控制	73
2024/07/21 – 连接埃及艳后	76
2024/07/24 – 不快乐的原因	82
2024/07/24 – 灵魂主题之学习驾驭能量	87
2024/07/24 – 向宇宙申明，一切都是你的	93
2024/07/26 – 马来西亚线下场	95
2024/07/27 – 连接绿度母	110
2024/07/28 – 连接外星人22号	115
2024/07/28 – 再次解释什么是无为	123
2024/07/28 – 再谈什么是显化	126
2024/07/29 – 女儿投射母亲的状态	131
2024/07/30 – 再谈物质世界的关系	137
2024/08/03 – 你们不是来还债的	140
2024/08/06 – 灵魂主题之不断地突破	144
2024/08/08 – 再谈脱幻以及观音疗愈	149
2024/08/12 – 负债很痛苦怎么办	153
2024/08/12 – 灵魂主题之给世界带来光	160

2024/08/14 – 线下多人通灵	164
2024/08/14 – 灵魂主题之平衡奉献和做自己	195
2024/08/14 – 连接希特勒	200
2024/08/14 – 所有的痛苦都来自于无明	204
2024/08/18 – 催眠疗愈之你不是你的身体	207
2024/08/20 – 我们的信息是活的	209
2024/08/21 – 灵魂主题之展现打不死的小强精神	215
2024/08/23 – 做个疯子	218
2024/08/23 – 男朋友不信任我天天吵架怎么办	221
2024/08/24 – 你已经找到了光	224
2024/08/26 – 灵魂主题之成为说法者	229
2024/09/01 – 慢就是快	231
2024/09/01 – 连接李小龙	236
2024/09/03 – 六人公开通灵提问	247
2024/09/04 – 问题集锦	258
2024/09/05 – 五人提问公开通灵	268
2024/09/05 – 灵魂主题之地球能量温度计	277
2024/09/06 – 灵魂主题解读专场	281
2024/09/09 – 利用外界的一切让自己升级	294
2024/09/09 – 灵魂主题之平衡奉献的能量	301
2024/09/10 – 教育专场	303
2024/09/16 – 阿Q精神	309
2024/09/19 – 有了女朋友后被哥们冷落怎么办	315
2024/09/19 – 不知晓就是不知晓，与你做什么无关	321
2024/09/20 – 问题集锦之一切富足都在当下	329
2024/09/22 – 脚受伤之停下来，做回自己	338

2024/09/28 – 美国线下第一场	341
2024/09/29 – 美国线下第二场	363
2024/10/01 – 连接外星人22号	390
2024/10/02 – 你知晓的程度决定了外界对你影响的程度	401
2024/10/03 – 灵魂主题之拿到阳性能量	404
2024/10/03 – 问题集锦	407
2024/10/04 – 连接多位名人(上)	419
2024/10/04 – 连接多位名人(下)	437
2024/10/04 – 连接耶稣、昴宿星以及高灵	463
2024/10/08 – 灵魂主题之从外到内	479
2024/10/08 – 集体问答	482
2024/10/09 – 你们来地球不是来结婚的	492
2024/10/10 – 关于流浪动物	496
2024/10/11 – 真正的生命是毫不费力的	503
2024/10/11 – 突破女性身份的束缚	505
2024/10/11 – 物质生活没有保障怎么办	507
2024/10/11 – 真正的工作是毫不费力的	511
2024/10/14 – 关于疯狂购物	514
2024/10/14 – 允许就是头脑不再过多的运作	517
2024/10/17 – 灵魂主题之不要维持表面的相	524
2024/10/17 – 灵魂主题之脱离对物质的迷恋以及虐恋因果解读	526
2024/10/17 – 问题集锦	534
2024/10/27 – 现下集体通灵	544
2024/10/31 – 连接希特勒	551
2024/10/31 – 连接外星人与22号	563
2024/11/06 – 灵魂主题之拿到内在的力量	580

2024/11/06 – 再谈物质世界的幻像	581
2024/11/07 – 再谈关系以及如何破相	583
2024/11/07 – 问题集锦之当下即是	586
2024/11/10 – 问题集锦	603
2024/11/14 – 允许与觉察	624
2024/11/14 – 连接土星	626
2024/11/15 – 妈妈的离去之看到自己有多强大	636
2024/11/15 – 真正的关系不是建立在物质幻像上的	639
2024/11/16 – 学习我们的信息	642
2024/11/16 – 怎样找到自己的位置	645
2024/11/20 – 连接赛斯	649
2024/11/25 – 你不需要做任何	664
2024/11/26 – 多人提问通灵问答	669
2024/11/29 – 再谈关系	676
2024/11/29 – 灵魂主题之活出男子气概	681
2024/11/29 – 如何面对离婚过程中产生的问题	685
2024/11/29 – 问题集锦	691
2024/12/01 – 感情不顺之不再抓感情的拐杖	699
2024/12/02 – 连接鲁米谈爱情以及从分开谈什么是关系	703
2024/12/03 – 连接爱因斯坦以及物质世界是想象的世界	711
2024/12/04 – 自由专场	718
2024/12/07 – 你才是你生命的主宰者	732
2024/12/07 – 什么才是真正的快乐	741
2024/12/07 – 再谈头脑的作用	745
2024/12/09 – 在家修行人的提问	750
2024/12/10 – 三人提问	761

2024/12/12 – 连接秦始皇	769
2024/12/12 – 连接成吉思汗	775
2024/12/16 – 再谈当下即是	781
2024/12/18 – 关于校园暴力我们需要看到什么	786
2024/12/19 – 连接李小龙	789
2024/12/23 – 多人提问	797
2024/12/24 – 跟随你内在的激情	806
2024/12/25 – 连接鲁米	809
2024/12/26 – 连接圣诞老人	817
2024/12/31 – 看到静心的力量	823
2024/12/31 – 看到爱的力量	825
2024/12/31 – 忘记你所有的记忆，全部归零	829

2024/07/05 – 上海线下场

第一个人:

问: 我的灵魂主题?

高灵: 我们连接到你的灵魂主题, 你来到这个世界上就好像我要在这个世界上展现一番奇迹, 就是抱着创造或者是我要按照我自己的意愿, 所以说你心中是一直有抱负的。但是在这个过程中, 你的抱负并不能按照你心中的, 就是说你心中有非常强烈的抱负或者计划, 但是你呈现在这个物质世界上的只有略一略二, 只有很少的一部分, 你就好像被藏起来了, 就你没有办法把你内在真正的爆发力释放出来、呈现出来。就明明你的功夫可以打倒上千人, 但是你却只能打倒一两个人的感觉。然后你一定会去追求在这个物质世界上可以匹配你内在的..... 明白吗? 你一定会push yourself, 就是你会推动你自己, 就是你可以把你内在远大的抱负给它呈现出来。不然的话, 你会非常的憋屈或者是恼火。那在这条路上怎么样才能让你的能量淋漓尽致的展现出来? 那你就需要整合你的能量, 需要学习智慧, 需要学习如何运用你的能量。那就是需要跟随我们的信息, 然后让你对宇宙的法或者对生命的真相、对能量的运用, 这一切都需要你去学习、探索。不然的话, 你的能力没有办法匹配你心目中远大的理想和报复, 就会导致你觉得活不出来的感觉, 就是憋屈的感觉。这就是你的灵魂主题。因为你心中那个远大的, 就是我是谁谁谁, 我要成为怎样的人, 它是不会磨灭的, 它不会消退的, 明白吗?

问: 我人生下半场的天赋使命是什么? 做什么方面.....

高灵: 你们首先要明白, 你去做什么的时候实际上它就是呈现你能量的一个结果, 明白吗? 所以不是说你去做什么, 而是说你去做什么只是呈现出你是谁, 你在哪里。就好像在考试。所以重要的说你在通过每一步, 你在扩展你的意识。因为你的意识、你的能量的扩展和提升会投射到你做的事上面去。那如果你只是单纯的去做事而忽略了能量或者意识的提升的话, 那你体验的就是这点事, 就是你感受到的还是你当前的状态。所以不在于事情, 而在于你通过这个反射来不断地让你自己可以得到历练。因为你们物质世界之所以可以显化出来、产生在这里, 它是来让你们每一个energy、每一个能量体, 你们是能量体哦, 你们不要把你们自己当成人, 只是这个能量在通过这个人来呈现出你是谁, 它需要一个媒介来到这个物质世界上产生所有这些反射的东西给你。

问: 我和我女儿的灵魂关系?

高灵: 跟你们生命中有紧密关系的都一样, 都是有那个什么的。但是我们看到你目前在变化, 所以说当你在不断地变化, 你跟你女儿的关系, 就是你穿越到你跟你女儿的版本会是不一样的。它没有一个绝对的。你如果意识频率不变, 没有经过我们的干涉和干预的话, 那哦我们会知道你跟你女儿的关系是什么样子。那如果你在不断地经过我们的干预, 你的个体不断地在扩展的过程当中, 那都在产生变化, 先不说你的事业, 它是肯定百分之百的..... 包括你跟你女儿之间的关系。所以它一定是随着你变而变的。

问: 我和我妹妹的灵魂关系?

高灵: 我们想要让你们知道的就是说你们不需要花费你的时间和精力来处理关系上的问题。因为那个关系它会呈现出问题, 是因为你的认知还在这里, 所以你投射出有问题。那当你在不断不断地蜕变或者你的意识不断地扩展, 投射出来的关系会变的。所以关系并不是一成不变的, 它是随着你在变而去变的一个东西。你不需要停留在这里去处理关系。因为当你停留在这里去处理关系的时候, 你的认知..... 这么说, 你考试是60分, 它怎么样还在60分里面, 你能解决的问题还是在60分里面。但是你可以通过关系这个点去扩展你的意识。当你在扩展你的意识、提高你的认知, 你在不断地变化的时候, 关系本来有的问题就没有了。这么说吧, 我们打个简单的比喻, 比如说你的妹妹欠了你几百万一直都没有还给你。然后因为这个事情你就一直很恼火。为什么呢? 因为你自己也欠了外面几百万, 所以你压力很大。因为这个问题, 你就很头疼。但是另一方面, 我们说你只需要扩展你的意识, 你自己的能量级别不断地在变化变化。然后你一年就可以赚几个亿, 你还会纠结于那几百万吗? 那一个是你一年能赚几十亿的身份和一个你停留在原地, 不断地去处理这个问题的身份, 这两个身份在它面的妹妹和问题的時候, 它是一样的吗? 不一样的。因为你有你自己去关注的点, 对你来说金钱不是一个花了就没了的事。它是远远不断来的, 就你怎么花都花不完, 而且你越花越多。和一个我只有这么点钱, 我给了他, 我就少了。这个两个状态的你投射出的妹妹和问题是不是不一样? 你们每一个人没有在原地。

问: 我的身体比较敏感, 吃补品会上火, 咖啡、茶不能喝。经常咳嗽.....

高灵: 我们没有听到你咳嗽, 所以那个你已经死掉了, 知道吗? 你现在只需要去不断不断地变化。我们连接到你体内实际上男性、阳性的能量比较强烈。所以对于阴性的能量有一点欠缺的。所以你需要疗愈的话, 就是这个能量的平衡。因为当你有平衡阴性能量, 你会feel more relax, 就是你会在生命中感受到更加容易放松, 而不是属于比较紧绷、紧张、焦虑的一个状态。所以在你能量层面的平衡会让你的身体达到一个平衡。你现在闭上你的眼睛, 然后我们需要在你的心轮这里..... 好的, 你会发现你的心里面会越来越柔软, 这是你需要的。然后你的阴性能量会越来越出来, 越来越柔和。

第二个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到..... 刚才那位是你的母亲是吧? 你们俩的能量正好有一种互补, 你的灵魂主题, 你这一生来到这个世界上就是从无力到有力、强大, 从软、动摇到坚定, 从软到硬, 从不知所措到特别有自己的主见。更多的是像一个很软的状态到一个非常坚硬和坚定的状态。所以在你的前半生, 你会经历很多, 就活的比较压抑, 就是没有办法去绽放和展现你生命的力量。就好像你的牙齿在咬东西的时候感受不到力量, 你更多的感受到的是无力。因为你的生命是一个蜕变、转变, 从一个状态到另外一个状态的过程。比如说你经历的一些事情, 比如说关系或者是工作, 在这些方面你都会体验到你前面那个阶段的状态。就是你可能总是被安排干着不是那么情愿的事情, 然后你总是做着好像不是你自己心里想要做的事情。这会导致你生命的火焰..... 你就会好像有一种好像失去活力或者是精力不够或者是没有力量。就好像你拳头打出去是没有力量的那种。所以在这期间, 你的影响力也没有办法去影响到周围。这个能量正好跟你母亲有一种互补, 就是有一种相反的状态。

问: 怎么展现出自我?

高灵: 我们刚才说你的灵魂主题就是从一个状态到另外一个状态, 对吧? 那你体验的就是那个不能活出自我、我不能展现出我自己。那么你在这个阶段体验的就是生命的一种无力感。所以这个无力感就是好像你在被压制、压住一样。你在被压住的这个能量、这个火候就像是你在慢炖一个东西, 就像高压锅一样, 那个压力实际上在慢慢慢慢酝酿。它酝酿到一定程度的时候, 你就会爆发。但是有些灵魂就选择放弃了, 就不爆发了。因为它们内在一直没有突破。然后体验到一种绝望感。所以我们想让你们知道, 你们每一个人在你们生命的前半段体验的那种无力感, 它在酝酿。它就是一个像在这之前让你体内的压力慢慢慢慢越来越大, 然后爆发出的那一刻, 然后你的生命就被唤醒了。那怎么样让外界就好像给你烧火, 让你的压力越来越大? 你就会遇到很多让你不爽的事情或者让你觉得憋屈的事情或者让你觉得压抑的事情, 让你很受折磨、很痛苦的事情。你会遇到很多这样子的事情。我们让你知道这些事情并不是真实存在的。因为你们很多人会觉得是外界这些事情我拿它没办法, 所以我就自杀吧, 我就结束生命吧, 真的是改变不了这个世界。NO NO NO, 外界之所以呈现出这些事情让你觉得无力, 是因为你目前是无力的状态。当你在通过这些反射去把你体内的力量给激发出来的时候, 然后外面的所有一切就好像是幻影一下子就消失了, 明白吗? **所以墙很硬是一个假象。当然, 你能摸到它很硬, 是因为你这边没有力量。这么说吧, 你们感受到很硬的这堵墙是因为你把力量给了它, 它就变得很硬了, 你能摸到它。那当你把力量收回来, 收回到你这里, 你就好像是把力量吸到你这里、你的内在, 让它爆发出来的时候。这堵墙就像是一个充气娃娃, 你把气吸掉过后, 它的气就软了。所以外面能硬起来, 它有影响你的能力是因为你把你的力量给了它。就在你收回你的力量、你的能量的那一时刻, 全部都瓦解了。因为你们自己很难从这个幻像当中脱离出来, 所以我们来让你看到外界影响你的那些东西都会在你自己收回能量的一刻全部瓦解。没有能真正影响你的东西, 只有你自己放弃了, 然后来让它们来影响你, 它们才具有影响你的能力。你是boss, 自始至终你都是, 自始至终你都是boss。所以你能决定我把我的能量给你, 让你活过来跟我打架, 那你同样也能收回来。这就是关于能量的运用。**

问: 怎么样增强持续性的执行力?

高灵: 我们刚刚不是说你的灵魂主题是从无力到有力, 对不对? 所以你现在说的这个就好像是强迫你自己去打起精神来。因为你现在体验的就是精力不足、生命力不足或者是火焰很小很低的这种状态。那怎么样? 那就是你的生命发生转变和蜕变。那怎么样才发生蜕变和转变呢? 首先, 我们刚刚告诉你的是真相。因为你活在误会当中, 你活在假象当中, 你会把那些当成是真的。然后我们刚刚告诉你, 真相是什么。那你就需要去通过你自己在这个物质世界上, 你亲自去体验它、亲自去经验它, 它就会变成你的智慧。你才能在这个物质世界玩转能量、运用能量、操作能量。因为一切都是能量。你看你现在体验的就是能量对你的影响。因为你们不明白生命的真相, 你们活在幻像当中, 你们活在假象当中, 把这些假象全部当成真的了。那就是你自己投射出来的世界啊。我们现在的信息就是不断地让你看到这个东西是个假的。我们在松动你们的信念, 我们在提高你们的频率。因为只有你们的频率达到一定的阶段, 你才能看到这个物质世界是个想象, 是个幻像。因为如果你的频率很低的话, 实际上它的活动空间非常的小, 固化嘛。越低的, 它就越顽固, 越固化。越高的, 它就是变幻莫测、变换无穷。

问: 怎么样疗愈自己比较纠结的能量?

高灵: 我们刚才说你的灵魂主题是从一个不知所措到一个知道自己要做什么状态, 明白吗? 你刚才说的就是你的灵魂主题其中的一部分。这就是你所谓的纠结。这是你灵魂主题的一部分, 它没有办法被疗愈。但是它会随着你的成长, 就好像你是一颗种子, 种子外面的那层壳会随着你的蜕变和成长而自然而然没有。你没有办法说让我们把你的那层壳给去掉。我们感受到你的能量很低, 我们可以给你注入一些能量, 让你感受到生命更有活力一点。你接下来会体验到你的精神状态更好。

第三个人:

问: 我当下的灵魂主题是什么?

高灵: 你当下的灵魂主题就是完全的做你自己, 就是把你内在的能量和力量给呈现出来。因为目前我们感受到你心中有想要去做的事情或者想要去行动, 但是总是被什么给拉住了, 给困在原地的感觉, 就是没有去付诸于行动。所以你当下的灵魂主题就是关于如何可以突破小我对你的阻碍, 因为你有恐惧。那如何去突破阻碍呢? 我们感受到你内在好像有一头狮子一样或者有一匹马没有被释放出来, 就你没办法奔跑。那你当下就是要突破这些束缚。

问: 那如何可以突破?

高灵: 我们从你的能量状态当中感受到你有两股能量。一股能量它在外边软, 就是它包裹着你。然后另外一个能量它在里面, 好像一直想往外面冲。一个阻碍你, 一个冲, 然后导致你就好像在原地打转一样。所以内在的那个你还没有被释放出来。现在这个你是假的。你现在看着这么柔, 但是实际上你内在是个男人, 很钢的那种。你有体验过你的钢吗? 没有? 关于你要怎么样才能符合你的灵魂, 因为你目前基本上都是在跟随你的小我, 就是跟随你的物质角色, 所以你的灵魂没有办法呈现出来, 它好像被压制在里面一样。怎么样才能让你的头脑少去运作? 因为你的头一直在运作, 所以有了一些想法、一些冲动激动或者是心中想要去做的事情又被打回去了, 就刚想冒个头就, 又被打回去的这种感觉。所以你内在有一股力量一直出不来。这个会导致你自己内在冲突、分裂、内耗、消耗。因为只是单纯的告诉你们怎么样去跟随你们的激情, 你们没有办法做到。那只有你们越来越去让你想要去跑却跑不起来的感觉去推动你去探索生命的真相是什么。因为我们一直在告诉你们生命的真相就是你不是这个角色, 因为你们所有人都把自己锁定或者是固定在这个角色里面, 让你们的能量禁锢在里面了。它没有办法活动、没有办法流动、没有办法全然的..... 所以我们的信息就是在让你们看到什么是幻像, 什么是真相。然后这些东西可以让你更加的、慢慢的放下你头脑的干预、干涉、束缚、限制, 然后让你的灵魂能够以它本来就是的样子呈现出来。然后你们都有这个功课。因为你们都会聚焦于这个物质角色里面, 焦距于这个身份。然后导致你们出现很多内在的, 就是灵魂层面和物质角色, 就是真我和小我的冲突。这个才是让你的能量处于在一种冲突的状态。那在这种冲突的状态, 你投射到物质世界里去的就是冲突和无力感, 它就是好像你这把火燃不起来的感觉。所以你没有在燃烧。

问: 怎么才能突破这些卡点?

高灵：你的小我，第一它有恐惧，它有想法。然后你的头脑一直在运作。然后就好像有一点让你的灵魂透不过气来，它都没有喘气的机会。所以你进入到这个角色里面，就是太入戏了。

问：那怎么才能出来？

高灵：首先，有的人可能在经过一种强烈的撞击，他就一下子什么都不管了，他就释放出来了。这种几率比较少。像你们这样子的话，如何？那就是跟随我们的信息。为什么呢？因为我们的信息会瓦解你的物质头脑、它会瓦解、改变、消融你的一些观念。它会把你，比如说你的灵魂现在就好像是被禁锢在牢笼里面。那这个牢笼会有一层一层的铁丝。那它每一次都在消融一层、消融一层，让你内在的力量可以得以恢复，明白吗？就借助我们的信息。还有就是你受到其它灵魂还有能量的影响。就是比如说你看着他们都往前冲了，还冲的那么开心、那么爽。然后你也就往前冲了。就好像有一个人这么去做了，然后你的头脑就会觉得我是安全的。所以就有了信心，还有灵魂对灵魂的影响。还有就是你自己不断地去探索生命的真相是什么。因为你会越来越发现你并不是你这个物质肉体，这就是你们的一个阻碍、卡点和束缚所在。

问：想做一下身体层面的疗愈。

高灵：我们连接到的就是你能量层面的一个冲突。你的灵魂很钢，它想往外跑，它很强大，它想释放，它要绽放，它想像匹马一样跑出去，它像一头狮子一样要去嚎叫。但是这个能量没有办法被释放出来，它被禁锢在那里，导致你会产生一种就像是堵塞。我们需要去软化你的物质头脑，就是让一些禁锢你的观念给软化掉。

问：不能清理一下恐惧？

高灵：因为你的恐惧就是因为有那些观念存在。那些观念会导致你产生恐惧。所以你头脑里面有很多东西，那些观念就是需要被清理掉的。你大叫一声，我们需要把你内在钢的那一面叫醒。我们需要让你最大的力量从你的肚子里面释放出来。（不停的叫中）酝酿一下，这个能量，我们要把它释放出来，不然你一直在用这个虚假的身份。继续，就像生孩子一样，把它给push出来，把它给推出来。你没有被禁锢在这个身体里面。你的所有那些无力、软弱，全是假象。全是假象。你并不是柔弱的女子的形象，那个不是你。你是一头猛兽。我知道你内在有多么激烈、强烈。想象一下你的身体消失了，你就是一股能量。然后这股能量它要释放出来。继续，把所有的气酝酿在你的内部，然后把它释放出来。想象一下这头狮子马上要出来了。你不是这个你，你是来突破它的。撕碎一切，撕掉一切。让我们听到一个非常深沉的，像狮子在吼叫的一个，从你你的身体里面发出来的……像一头野兽一样。继续。你不出来，你这一辈子就白活了。你的生命这一辈子就白活了。再来，最后一次。从你灵魂深处，一头狮子。继续……你现在要杀掉你这个小小我。你要撕碎你这个虚假的身份。再来最后一次，把你这一辈子压抑的、憋屈的、没有按照你自己意愿的、所有让你不爽的东西全部都化成一股动力在你的体内，然后把它逼出来。想象一下，凭什么那些能力比你弱的人，站的比你高？凭什么？再来一次，从内部，我已经感受到它要出来了。继续，把你这一辈子所有压力、憋屈的全部发它释放出来。杀掉那个柔软的你。再来一次，把你这一辈子委屈全部转成一口气从你的体内跑出来。你可以的。只需要临门一脚，让我们再听到一次你的力量。你要

自己做，还是要在哪里做？如果今天没有通过这种方式把你激发出来，你会吸引外界的事故。那些事故是什么呢？比如说有人来打压你，有人来侮辱你，有人来不停地攻击你。他们会刺激你。那个刺激也是一股能量来让你内在的那头猛兽可以狂吼狂叫的出来。就像你们看小丑那部电影，那个情节，你会遇到外部的刺激。因为你们每一个灵魂来到这里，它就是要出生的，它就是要蜕变的，它就是要发生转变的。不然的话，你不会拥有这个生命。那你拥有这个生命，你就是来让它蜕变的，明白吗？所以说你今天没有..... 我们已经感受到你内在不断不断地在涌动了。那如果生命中发生一个像这种事件来push你，你记住，它不是生命对你的打击。而是说它在激发你的力量。记住，那个事情是在激发你的力量。你可以去休息了。

第四个人：

问：我现阶段的灵魂主题？

高灵：你现阶段的灵魂主题是，就好像你在逐渐的找到你的真实身份，然后在逐渐的靠近、走向你的真实身份。所以有一种脱掉这个虚假的外衣，然后展现出真实的你，这样子的一个转变期。就是你在褪去、脱掉、清理掉一些不是你的一部分，然后逐渐的让自己呈现出你本来就是的状态，明白吗？所以你现在就是在一个认识、清理、蜕变和成为的过程。那这个过程，你还会跟你旧有的，就是你的小我、你的物质头脑，你还会跟它发生一些碰撞。一方面你会觉得有拉扯的能量，一方面你又知道那个不是你的方向，你的方向在这边。就像是这样一个状态。就好像你知道你要往这个方向走，但是后面又有东西在拉扯你。

问：那怎么才能更快的走过去呢？

高灵：没有更快，因为如果拉扯你的能量你没有把它认清楚、看清楚，没有把这个问题给解决掉的话，你往前面走，还会被来回来。那怎么样才能把这些东西认清楚、看清楚呢？那就是需要你的智慧，需要你智慧的眼睛睁开。让你更加的认识你生命的本身，认识生命的真相。然后这些会让你看清楚原来没有什么东西拉扯你，拉扯你全是你自己的限制和你自己对生命的误解。比如说你会觉得你要为你的儿子负责任。这就是个误解。比如说你会觉得我要做我自己的话，我就会影响到我的孩子，我的孩子就不能幸福快乐了。这就是误解。比如说我要做我自己的话，我会不会就破坏家庭，我不能做一个好老婆了。这就是误解。这些都是无解。你需要越来越对生命的真相有一个认知，你才能解开这些误解。不然的话，你只是往前走的话，孩子一哭，你又跑回去了，对不对？

问：能不能对我现在的婚姻给一些指引？

高灵：我们刚才说你想往前走，但是后面有东西拉着你，对不对？然后这个就是你所谓的婚姻拉着你。因为婚姻是你们社会共同的课题，不是你单独存在的，是你们共同的课题。为什么呢？因为你你想象一下，婚姻实际上就是一个合同。就好像我们俩做生意需要一个合同。合同来干什么？合同来保护我们。那如果我和你之间都不会去欺骗对方或者是怎么对方，那我们就不需要这个合同，对不对？那实际上你知道婚姻的存在就好像你们在这个世界上玩游戏。然后来用一个约束或者是保护，就是创造的这样子的一个东西。你们的灵魂的存在是没有婚姻的，但是你们却有关系，有灵魂与灵魂之间的关系。所以说你知道婚姻只是你自己穿

上了这个枷锁，就是你来到这个物质世界，你们所有灵魂共同去体验和突破的一些课题。那婚姻就是其中一个。那你就知道其实婚姻只是你们人类在进步、发展，就是它在成长过程中的其中一个步骤。就是它在这个阶段，它还需要。因为你们每一个阶段是你们的一些认知投射出来的一些游戏规则。那当你的认识在不断地提升，游戏规则又会产生变化了。所以你看你们所谓的法律都是在随着你们的认知而产生变化的。所以婚姻也是其中一个。那这里根本就没有婚姻两个字。为什么你们在体验它？是因为你们的集体意识都有这个功课。但是我们却说这里只有关系。那关系存在的目的是什么呢？它帮助你认知你这个灵魂。那你目前的这个婚姻也是在帮助你认识你这个灵魂。因为你不认识你自己，你会把你头脑里的一些想法、观念当成是你。那些都不是你，ok？通过关系这面镜子，你就可以去认识你自己。你目前的这个婚姻也是可以让你通过这面镜子来让你去认识你自己，可以体验自己，可以有一个反射来让你体验和感受你自己。因为你来到这个物质世界上，你们就是要找到你的真实身份，然后去展现和活出你的真实的身份，你本来就是的那个过程。这是生命的展开的方式。就好像一颗种子它在不断地长大，它就会展现出它所是的样子。它是什么叶子，它开什么花，它结什么果子。所以如果说给你婚姻什么建议？那就是不要把你只是局限于你这个物质身份和这个角色里面。把你从这个物质身份的角色里面脱离出来，灵魂本身的状态。那你就可以通过这个关系投射出来的..... 你就可以更多的接近和活出你本来就是的样子。

问: 就是通过婚姻来修我自己?

高灵: 没有修这回事。是逐渐的越来越认识你自己。然后在这个过程中，你们会觉得你们会伤害对方。不会的。你要记住，从灵魂的角度来说，你们之间在选择彼此来服务对方的时候，你们就是在选择他用他的灵魂来刺激你去绽放。然后你同样去刺激他绽放。但是在绽放的这个过程当中，你可能会遇到像是爆炸一样，它就会发生转变，它就会发生碰撞，它就像是烟花放出去一样，它就会爆炸。这个会让你们头脑..... 因为你们头脑都会害怕事情的变化。但是你们的生命就是变化。你想象一下，一棵植物没有办法变化，一株花没有办法产生变化，明白吗？所以你们要去迎接和拥抱生命的每一个变化。因为你们都困在头脑当中，当然包括对方，也困在头脑当中。但是他们头脑不能接受变化，这只是一时的。你想象一下有些人不能接受自己的孩子或者自己最爱的人去世了。无论他多么痛苦、多么悲惨、多么悲伤，是不是只是那一段？他迟早是不是都会接受变化的？所以无论什么事情，你们头脑迟早会接受的。

问: 我有双生火焰吗?

高灵: 这里没有有还是没有。因为你到底是活在哪个版本的你呢？它都在那里。你到底是哪个版本的你呢？比如说有的话，那你需要达到那个版本，那你才能有啊。那如果你还在这个版本里..... 这么说吧，比如说你是一颗种子，你还在土里面。但是你所谓的双生火焰，就是跟你有紧密连接的那个人，帮你传播花粉的蜜蜂，那你说你这朵花没有绽放出来，这个蜜蜂跟你有关系吗？就是说在你生命的阶段，如果你现在还在土壤里面，那蜜蜂找不到你，明白吗？所以你告诉我，比如说你是这朵花，蜜蜂是你的双生火焰，那你到底是有蜜蜂还是没蜜蜂呢？你告诉我。它既有，也没有。所以就看你生命的每一个阶段、每一个过程..... 所以这就是为什么你一定要去绽放，一定要活出自己。因为你有一个完整生命过后，那你所谓的这一切都会完整，它都不会错过。那如果你没有完整生命呢？你这颗种子在发芽的阶段就停止生长了呢？

问: 怎么应对身边亲近的人带来的负能量?

高灵: 刚才你说你在往前走的路上能不能快点? 我们说这里没有快, 你要快, 后面的人还会把你拉回去。那其实你现在说的就是我们刚刚说的你的灵魂主题。一方面你知道你要朝着这个方向, 往这里走。但是另一方面, 另外一个能量又在拉扯你。我们首先说如果你发现你身边还有负能量的人在干扰你, 那是因为你自己的能量还不够强大, 它很微弱的。就好像这把火在很微弱的时候, 别人一吹, 哎呀, 你别吹, 我要熄灭了。那如果你是像熊熊大火, 拿几个吹风机都吹不掉你, 明白吗? 那还是你自己的火苗还在微弱的时候。所以外界对你的影响, 你会受到它的干扰。那外界其实就是反射出来其实你目前还是在一个不稳定和比较微弱的一个能量状态。所以你会受到外界的干扰。但是把它当成跟你练手的工具。把他们当成工具。因为其实你们来到这个世界上, 你们就是去体验和学习运用能量的。比如说你现在notice到你的能量是受到他们影响。那你是不是可以马上说我要用我的能量来影响你。比如说他在跟你发脾气, 你却不跟他发脾气, 你却跟他撒娇。然后你说, 你心情不好, 你发脾气就发吧。我想跟你说我爱你, 怎么样我都不离家你。你可以发脾气..... 然后你看看他会产生什么变化。因为你在创造一个相, 你在创造一个允许的相, 你做什么都无所谓。为什么呢? 因为我知道你会calm down, 就是你蹦的再高你都会落下来的, 你不可能不落下来。那如果你知道它会会落下来, 那它蹦的高的时候你也没必要心惊胆战的试图把它拽下来, 明白吗? 你就安静的在那等它落下来。所以说当你自己在持续的创造你自己认为你可以相信的能量场, 它会受你能量场的影响。所以他们失控的人是很好控制的。你唯一需要做的就是允许。为什么呢? 它蹦跶的再高, 它还是会落下来的, 这是必然的。

问: 想让我的能量更强一点。

高灵: 我们想让你知道在你这个阶段, 就是有一个能量在拉扯你往前走, 在这个拉扯的过程当中, 你的确想让自己再强大一点, 不受影响。我们想要说你不要试图去到任何地方。不试图往前走, 也不试图往后退。你只需要aware, 就是去觉察, 就是我把时间放的特别慢, 然后去觉察在那一刻对方是在怎么样的状态, 他是在恐惧当中吗? 这一时刻我是在什么样的状态? 因为你只有慢下来过后你才能看清楚你自己, 你才能看清楚对方。因为当你能看清楚自己过后, 你才能去认清楚你自己。当你能看清楚对方过后, 你才能去反射出对方需要知道的。因为基本上在这样子的状态下, 你们都是在幻像当中。所以尽可能的停下来或慢下来, 然后去映射出你自己的内在, 让你去know yourself, 让对方也更加觉察到他是一个怎么样的状态。如果你试图从这个能量状态当中跑的话, 它还会把你拉回来。所以就是慢下来, stay where you are, 然后去看清楚你们生活的相..... 你们生活的相, 它是每一帧每一帧都会有礼物。所以你看才没有, 慢就是快。

第五个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你当前的灵魂主题就是有点像你创造很多幻像, 然后你又需要从你创造的这个幻像当中脱离出来, 就是清醒过来、出来。所以你当前的灵魂主题其实就是脱幻和从无明达到一个能看清楚、有智慧的一个过程。因为在你的当下, 你就好像让自己进入到很多创

造的幻像和角色里面。这些就好像是你自导自演，然后你要从你自导自演的剧当中抽离出来，所以是这样子的一个过程。你慢慢的去联系到你的生命和生活当中，然后去看看，比如说有一些你认为是的，你是个什么状态，是不是你自己在那自导自演，自己把自己沉浸进去在那里面体验。然后你需要从这当中抽离出来。

问: 但是总是感觉抽离不出来。

高灵: 是的。因为你们都是很厉害的一些显化大师，因为你会显化这些来给你们体验。然后你们也是很厉害的一些催眠师，你会自我暗示。所以导致你很难看到其实你体验的这一切就是你自导自演的。就是换剧本的时候，明白吗？

问: 那我的天赋才华呢？

高灵: 你的天赋才华就是你会很入戏。而且你的显化能力也很强。就这么说吧，你就是一个很好的导演和演员。因为你会很好地去安排剧情。安排的你都分辨不出来是真是假了。你都不知道你在演了，你完全是沉浸式的，明白吗？你这样是不是就可以显化出比较正能量的？或者是比较让你爽的？或者是服务于集体意识的这种东西给你，明白吗？因为你也会乐在其中。

问: 我的两只脚有脚气，脚指头很痒，是什么原因？

高灵: 我们连接到你和物质世界这层关系太紧密了，就是你太入相了，都没有让自己抽离出来的时候。就一头扎进去，就是你是个演员，你已经忘记你是个演员的身份了。就完完全全的活在那个世界里面，你忘记你是在演戏了。所以和物质世界的这种分不开，这种紧密的关系导致你有点喘不过气的感觉。这种喘不过气的能量在你的体内。所以我们要带着你脱幻，就是从你这个物质角色里面抽出来片刻，让你喘口气。让你的身体没有在一个透不过气的那种状态。是这样子的能量对你的影响。

问: 我妈有可能得了癌症，但是现在还没有去医院确诊。我不知道该怎么面对我妈妈？

高灵: 你们首先要知道外界没有任何事是需要你去处理的。因为当你觉得外界有一个事需要处理的话，那你已经入幻了。就刚刚我们说你入幻很深。那你就已经入幻了。所以你们要知道外面没有事情是来让你们处理的。那外界这些事件是什么呢？事件是你来检测，就你来考试，你来检验你自己目前的一个energy level，你的能量状态，你的认知水平，你的束缚，你的能量到底是大小，是怎样，是千变万化还是受限制的，明白吗？那通过你妈妈生病的这个事件，你就能映射出你自己在面临这个相，外界的一切都是相，你在面临这个相的时候，你自己的状态，你是什么样子的。因为第一，它会映射出你对生命的认知。你是活在误解当中还是真相当中？那如果你是活在误解当中，你对生命的认知非常有限，就觉得人死了就怎么样怎么样。人生病就没办法了，它都是映射出你的认知。所以外界所有的相都是来帮助你们，就是来让你来体验你自己是谁的一个机会。所以没有任何要处理的事。因为一旦你进入要处理的事，你就进入了这个幻像当中。你失去了一个可以让你去检测自己、提升自己、练习自己、体验自己的的一个机会。所以说通过每一个相..... 你看，比如说你从来没有接触过我们的信息。你会觉得得了癌症就没办法了，就必须要去手术，去切掉切掉。那如果你在接触我们的信息你就知道其实你的身体就是你能量的一个投射体。那你的能量变了，身体就

变了。所以说我只要让我妈妈开开心心，癌症就好了。那是不是完全不一样的认知，对不对？那不一样的认知是不是就通过这个事件呈现出来你是谁了，明白吗？所以让这个事件不断地去反射出你自己在哪里，你是谁，你是怎么样的一个状态。因为你们在跟随我们的信息，你就会发现，哎呀，我变了。你看我以前面对这个事情是这样子的一个态度。我现在看到这个事情，我又是另外一个态度了。你就会看到你这个意识体，你的生命的一个变化，生命的扩展。所以说外界的一切，我告诉你，你们外界的所有东西都是死的，全部死掉了。现在留下这个影像来供你们去体验，就是这个。因为你通过这个体验，你的意识在扩展，你的生命的在扩展，你在体验生命是什么。这就是你们来到物质世界的..... 没有什么东西不是死的，它都是死的。只是在意识内，它还是活的，你还能体验到它是活的。就像是回音一样。你体验到的是回音，但是实际上那个声音早已经发射出去了。你看你们科学家都能研究出来。

问: 我的频率变了，我妈就会变？

高灵: 你目前的频率体验到的是这个版本的事件和事情，你拿它没办法，你很无助，你很害怕，你没有办法。那当你在随着你这个生命体、意识的扩展过后，那你又变成另外一个版本。

问: 即使我妈很固执很悲观.....

高灵: 那也是你那个版本投射出来的她呀。就像我们前面信息刚刚说的，你在受对方的能量影响呢？还是你在影响对方呢？你的生命之火是熊熊燃烧的？还是一个小火苗一下子就可以把你熄灭？

问: 我有一个想法就是我妈很受，觉得也许解脱对她更好。

高灵: 它是一个相，让这个相来服务于你，看到你自己。我们刚才不是说你入幻太深嘛。那这个也是一个相，你在入这个幻。所以更多的去认识到生命的真相，因为只有你活在生命的真相当中，你才不会持续的被这种假象束缚、给影响。然后你就有去影响外界的这个相的功能和能力了。

问: 还有什么信息吗？

高灵: 我们刚刚不是说你是一个很厉害的导演跟演员吗？那是不是可以去改个剧本？改个更嗨、更爽、更刺激、兴奋、激情的一些沉浸在里面？那你知道该怎么做了吧？

第六个人:

问: 我的灵魂主题是什么？

高灵: 我们连接到你的能量，从当下的能量来说你会有一种内在的能量很快很急，就好像水龙头的水很快很急，然后你需要把它调节到一个适中的状态。就像有一种你内在有很多、强大、很快速的像是炸弹一样爆发的能量，然后达到一个平稳和缓的一个能量。因为你目前的

能量很炸、很快，它不能持久。所以当你投射到物质世界上的时候，你可能发现你做事激情度很高，就是三分钟热情，做一段时间你可能就泄气了。它就没有办法是一个持续的、平稳的输出。然后这个就是你的灵魂主题，就是从能量层面。就是你要如何去认知这个能量，还有就是如何去运用、整合这个能量。就是修，修平稳。就是你里面就好像不会有很大的波澜。因为目前我们看到它能量的起伏很大。所以你会消耗很多，就会做事情对你来说你费了很大的力气，很累，但是结果也没有那么持久和稳定。

问:我发现我对很多事情没有什么激情，我就想要有激情。

高灵:因为我们刚才连接到你的能量有点太，就是很快速的。其实外界的所有事情、所有东西都是让你..... 为什么要把这个物质世界设计成这个样子? 就是为了让你们这些energy，就是让你们这些能量体可以通过一些东西实实在在的体验和感受到，然后再通过这个物质来扩展。关于目前你做什么事情都没有什么激情，是因为你还没有得到物质世界的一个反馈。比如说我曾经花费了这么多时间和精力做一个事情，它没有成绩，就是没有得到外界的反馈。就外界的反馈就是我并没有创造出很多财富，并没有让很多人来拥护，就没有得到反馈。但是实际上你得到一个反馈，你会越做越有力的。你需要一个反馈的。不然的话，你会觉得做啥呢? 有一种就是觉得我做的没有意义。所以说当你在这个过程中得到了外界对你的认可，对你做的一些事情的认可，还有成就感。这些东西都会让你去行动的动力越来越强大。所以是因为没有外界的一个反馈。你也是因为你还没有到一个心平气和，与当下扎根。因为你会有点着急。就觉得我要把这个种子种下去，我明天就要吃到水果的那种感觉。就有点着急，你看不到变化，你就开始着急了。所以又回到还是需要修，修一个我在当下我就enjoy，我就享受。然后我并没有想要逃或者走到哪里。因为你的头脑会有一种想要逃或者想要马上看到结果、看到效果或者看到实实在在的一些东西。

问:我的腿是做过手术的，近几年我如果跑太久，它会痛。这是为什么?

高灵:我们连接到就是你现在不要用头脑给自己压力。因为你的头脑太沉重了。就是它的思虑、思考或者是运作的太多了。导致你的身体很难达到一个真正放松的状态。当你的身体能真正的进入到一个放松和一个空的状态，你的身体会进入到一个没有重量的状态。因为目前我们发现你身体里的重量太沉重了，所以说你在提东西的时候或者过度使用它的时候，你就能感受到那种疼痛感。头脑放空。这个还是需要修。没办法让你们一下子就达这种状态。但是你可以去参加JOJO老师的课，因为这个可以让你进入到一种空的状态。你们很多人都给自己身体很大的压力的，让你身体在这种压力之下就会产生疼痛啊、或者是不够通畅啊、堵塞啊、疾病啊。这些都是因为你们的身体没有办法去放松。所以说让你们的身体进入到一种空和放松的状态。它会让你可以休息一下，因为你都没有休息。就好像你陈旧的伤口一种在压它，导致它没有办法休息和放松。

问:最近我在冥想的时候感到有东西在跟我互动，那个是我的指导灵和高灵吗?

高灵:这么说吧，当你们的意识专注于当下，就进入到当下的时候，就我从这个物质世界抽离出来的时候。就这么所，你的鼻子一天都在忙，你可能一天会闻到什么味道，你静下心来，安静的去闻的时候，你会闻到好像有一股淡淡的味道来自于哪里。那如果你没有进入到

那种状态，你可能闻不到。所以你的意识体也是，当你从这个物质世界抽离出来，进入到当下、跟当下产生连接的时候，你就能捕捉到信号，明白吗？你的意识体在探索。

问：那这个感受是真实的？

高灵：没有所谓的真实和假的，我告诉你。物质世界所有的东西都是假的，但是你们就能真切切的体验到，明白吗？所以这里没有所谓的真假，它又是真又是假，又是假又是真。没有哪个是真，哪个是假。只是说你是一个意识体，你在感知，它只发生在你的意识之内。那如果说是真的话，那你老公在旁边，他咋没感受到呢？那你能说它是真的吗？明白吗？如果是说假的话，那你的确是真真实实的品尝到了、摸到了、看到了。那你能说它是假的吗？那你来告诉我是真是假呢？外界所有的相都是假的，但是你们是来借助这个相来体验生命本身、来体验你这个意识不断地发生变化。通过这个变化你才体验到成长，你才体验到……有变化，你才有成长。就好像你在学一个东西，最开始你不会，后来你会了。那你在体验这个变化，那你是不是就成长了？就好像一道题，你以前不会做。你学它，然后你会做了，那你是不是就成长了，明白吗？所以外界所有的相都是让你们的生命体体验到它在产生变化，它在成长。

第七个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：首先我们连接到你会有一个主题，就是从一个慌的状态到一个定的状态。这是你的功课的其中之一。这是能量，因为其实你们有很多功课都是需要你们从一个状态到另一个状态的。然后我们刚连接到的状态，就是从一个慌里慌张、手忙脚乱到一个定，定在那里，这样子的一个能量。这是其中的一个。我们连接到其实你的人生主题就是围绕着去修定力。因为你灵魂的特质就会对外界有一点害怕、紧张、不安。就是外界的相，就比如说有的人可能看这个电影没啥事。那你可能看这个电影，你一会儿就被吓到了，又害怕，就是会被带入的很严重。那就导致你会对这个物质世界产生一种害怕、恐惧、恐慌，因为太逼真了。就比如说别人对那部戏，他就觉得我在看戏。这么说，你们会进入鬼屋里面玩游戏，对吧？你就会把它当成真鬼，你已经忘记你是进到鬼屋玩游戏了。那别人知道我现在是选择进入鬼屋里面，我知道那个鬼是人扮的。但是你就不知道。所以总是把你吓的，就是它会引起你很大的情绪波动。然后这个课程要修什么呢？就是来修你对外界物质脱幻的一个程度。那你如何才能达到对外界物质脱幻呢？那你首先要看到它是一个幻。那就需要你的智慧，需要你的慧眼。如果没有慧眼的话，你就会被外界的相影响。你被外界的相影响的话，你便不能成为你自己。那你这个灵魂就需要去突破这些功课，明白吗？那实际上你们这个灵魂来到这个世界上你们都需要去学习的。因为地球本身就是一个学校，来让你们去练习、学习、蜕变、成长和展现。然后我们的信息就在协助你们，让你们不要忘记你们来这里是为了什么。因为你们会再一次陷入到这个幻境里面去，进入到幻境里面。然后也没有学到，就是让这个幻境来服务于你，而是深陷于此。那其实你就是要学我们的信息，你就会越来越发现你以前紧张的，你不紧张了。你以前在乎的，现在不在乎了。你的心就会越来越宽。

问：我和我儿子的灵魂关系是怎么样？

高灵: 那我们想告诉你的就是说你儿子的事情就是你自己目前内心的一个功课。什么功课呢? 就是我不去在乎他怎样, 他反应出一个什么样子。为什么? 因为如果我在乎他做出什么反应的话, 那就是我入相了, 我入幻了, 我入了他创造的相。那就是说我不去在乎他表现出的样子, 我只是做我自己。那你心中有一个相, 就是你在物质世界你想要成为什么样子呢? 你想展现出什么样子呢? 你是那种他不理我, 我就不理他的人吗? 还是说他做他的, 我做我的, 他不理我, 我同样表达我的爱呢? 你是哪一个呢? 你是受他的影响, 被他带到他的相里面去? 还是你把他带到你的相里面去呢? 所以你看我们刚才说外在的相, 你的头脑肯定不断地去捕捉, 捕捉到他的相, 他不搭理你。然后你就开始在说我们俩关系不好了, 你就开始在评判了, 你就开始在给你们的关系定义了。那你知道每一个人、每一个生命的阶段都不一样。他小时候跟你特别亲热, 他长大了可能想自己独处。那他再长大一点, 他可能又想跟你交流了。这个都是在变的。那在他这个不断产生变化的过程当中, 你是随着他变呢? 还是让他来受你的影响呢? 还是你如如不动? 所以他就是在修你, 我们刚刚说的你的那个灵魂主题。

问: 我和我老公的关系以及创业的前景怎样? 我这段时间明显感觉到跟身边亲人的关系很糟糕。

高灵: 你看, 这些是不是都是投射出你外界对你的影响? 我们刚刚说人家去鬼屋玩, 他知道自己是在去游戏的。你就完全忘记你在玩游戏。所以你会受到这些干扰。要么跟孩子的关系, 要么跟亲人的关系。他们都影响着你。因为实际上他们也是在幻像当中, 而且他们的相也一直在变的。他们也在变, 一会儿是这样, 一会儿是那样。这个又是让你从这个幻像当中脱离出来, 明白吗? 你们如果总是去关注外界的一举一动或者是外界怎么怎么样的话, 那你永远做不了主人的。你就是好像是天天盯着天上云的那只狗。变一下, 你叫一下, 变一下, 你叫一下。所以外界的所有相, 它们都给了你在当下去反射你, 你通过它才能体验到你自己。如果没有它的话, 你感知不到你自己。那每一段关系刺激你的点都不一样。所以有时候你们会有一点想要逃避关系, 因为它刺激到你, 让你那个地方很不爽。那就是你需要去我解决的问题。那个让你不爽的地方。然后你把那个刺激源拿走过, 你那个不爽的地方, 它还存在的。所以通过外界关系对你的刺激, 然后你们去认清生命的真相是什么, 明白吗? 然后你们所有的关系、灵魂的关系, 它都给了你一个反射的功能, 让你可以去经验到你自己。就像是你需要通过舌头去吃到这块蛋糕。那所有这些就像是舌头一样, 你通过它, 你才能品尝到这个蛋糕实实在在的味道, 明白吗? 你还问了一个关于你工作的发展。这里我们又说到你们所有人来到这个世界上, 你们不是来打工的。因为这个世界没有什么工需要你们打。工作对你们来说是一个什么样子存在呢? 它是一个好像是你自己是一个什么样子的状态, 你会通过工作呈现出来, 让你可以经验到你自己, 也可以让别人经验到你。这就是所谓的工作。那在这个过程中, 你这个意识体, 比如说你没有产生变化, 那你的工作实际上也没有什么变化。那如果你的这个意识体不断地通过这个反射体扩展, 不断地通过我们的信息..... 那你就发现你在工作层面的影响力会越来越大, 明白吗? 所以说工作实际上就是有一个平台, 这么说吧, 有一个东西来测试出你的威力有多大。你的这个energy, 你的能量状态它的威力有多大? 到底是很弱, 就是它惊动不了任何? 还是说它非常的强大, 一下去就让所有的一切..... 明白吗? 这就是你们所谓的事业、所谓的工作。你想象一下, 你的能量很强大的话, 首先你会影响到你身边的人。那你员工他们就会被你影响。他们被你影响过后, 他就是跟着你走了。那你客户还是受你的影响。为什么? 因为你的能量强大嘛。这个社会呢? 这个

行业呢？它还是受你的影响。那如果你弱呢？你影响不了你的员工，他不听你的。你影响不了你的客户，他们天天说减价减价，他们也不买你的账。那你也影响不了这个社会。那你看一下，工作和事业这个平台是不是就呈现出你自己的一个energy level，就是你的水平在哪里，你的等级在哪里。所以这个就是你跟工作的关系。因为你们往往把它当成一个我这一辈子就要靠这个工作，就要赚钱养家。这个只是投射出你自己的意识在集体意识当中，而且非常有限制。仅此而已。这不是个真相。

第八个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们连接到你的灵魂主题，就是你来这个世界上你就想体验一种能量层面的千变万化，变化莫测，就是从一个最开始单一到五颜六色。所以越是变化、越是扩展，你就越是很嗨很enjoy，就是生命对你来说是一件很愉悦的事情。那如果限制了你，让你不能产生变化或者扩展的话，你很快就会无聊，就是进入到一种无聊的状态，失去了生命的激情。所以你的灵魂其实就是选择尽可能的体验到变变变，这样子的一个状态。在这个过程中，你会受到一些束缚。但是这些束缚不会影响到你想要去多变。但是通过你去学习能量层面或者关于宇宙的这些消息，它可以让你更加的多变，更加能活出你这个灵魂本来的状态。所以它还是需要你在这条路上去学习和修的。不然的话，你没有办法让你这个灵魂淋漓尽致的在这个物质世界上体验它想要体验的一些.....

问：我这辈子有什么天赋使命可以支持我灵魂的发展？

高灵：首先你想象一下，当你自己的在不断地变，其实你就在松动你们集体意识的信念。那是不是这就是你的使命？那如果你不变的话，你就在凝固你们的集体意识的信念和观念。你们的集体意识没有办法得到扩展。你们是一个整天，你们就没办法进步。你想象一下如果你们现在还停留在五百年前的观念？那是不是当你在不断地变的时候，你就在松动这个集体意识的观念？因为你们的成长，你们就是突破，就是脱落、成长。你看哪个成长不是不断地突破？所以你的所谓的使命就是通过你自己越来越成为你这个灵魂本来就是的状态，在这个过程中发生的。就好像你说一朵花、一棵果树，它是不是只需要成为它本来就是的状态，它的果子自然而然就熟了？就甜了？就可以给鸟儿吃了？它的花绽放了，它是不是自然而然就让这个世界更加的美丽了？花需要去做什么吗？它只需要成为，让这个生命体可以通过你绽放、展开。

问：我以前可以用灵视力看到很多东西。近一年都没有看到了。这是什么原因？

高灵：你首先要知道你是一个意识体，你们就是一组信息。你这个信息在受到任何干涉的时候，它就在产生变化。那我们在跟你发生连接的时候，你这个数字、这个信息体就一直在产生变化。所以你通过跟我们的连接，你会感受到松绑，不断地变化变化。所以你这个意识体在物质世界受到的是什么影响呢？因为外界的物质世界也会影响你这个数字啊。你也在受到外界的能量影响。所以你就知道你们不是一成不变的。你们要么是被动的，就被动的被外界的一些相，我们刚刚说你们入相，就外界的相都在加固你们这些数字，都在影响着你们数字的变化。那既然你是因为那个时候的意识形态，那个数字投射出你可以去感知到。那你最

后又因为一些，你感知不到。那你还可以再次的感知到，因为你并不是一成不变的。记住这个。所以你可以不需要去解决这个问题或者专门去研究这个问题。为什么呢？因为它不是死的。所以你只需要让你的生命产生变化，让它去不断地成长、扩展，让你的意识..... 这一切都会变化的。它不是一个问题。它会随着你这个意识体扩展，然后它会瓦解。

问: 我在法界有很多老师。当下它们有什么信息要告诉我？

高灵: 如果你有老师的话，你就不需要一个媒介来告诉你。为什么呢？因为它们有它们自己来连接你的方式。因为你们之间是没有隔阂阻碍的。我们看一下我们这边有什么信息给你。信息带给你的就是说所有的一切都是体验。就像是面前的一直在流动的一幅画。你让它流动就好了。你不需要纠结于这幅画为什么这样子，这幅画对我是不是有什么什么的。就是你不需要停留在过去的相里面。让它过去就过去了。因为宇宙的这一切就是一个在流动和变幻无穷的一幅画。你们不需要停留在，把这副画给凝固住。这个是我什么问题。那个是我什么问题。允许它。只有当下，你们只有当下。所以从现在开始，你们可以把头脑里的所有 memory，所有记忆全部抹掉。然后从当下开始，你到底想要去体验什么。然后就把你的注意力和专注力关注在你自己想要体验的。这是带给你的信息。

问: 我最近偶尔会咳嗽，在冥想的过程当中感觉心轮有卡点。

高灵: 我们想告诉你的是说尽情地去体验变化，不要把眼光停留在任何飘过的画面和已经过去的画面。这样子你的能量会越来越清明，越来越多变，就好像一缕烟一样没有什么东西能影响到你。

第九个人:

问: 我的灵魂主题是什么？

高灵: 我们首先连接到你的灵魂主题，是从一个像是黑白或者是从一个单一，从一个比较死板的能量状态到一个千变万化、变幻莫测，或者像一个很硬的状态，然后变软，然后再像云雾、像烟一样。就是一个变。有可能在你自己比日说做工作或者是做事情，你的这种能量就这一生就做一个行业或者就选一个，在一个岗位、一个行业就这么做下去。就是它容易只在那一个点上面。因为你们的灵魂都是一个能量体。这个能量体是从一个状态到另外一个状态的。然后你的这个就是从一个单一到一个千变万化，就好像是从一个男人婆到一个风情万种的女人的那种状态。这是能量层面的一种变变变。

问: 那我的灵魂主题是去展现这种变化吗？

高灵: 这个是你这个灵魂它会..... 这么说，你们的灵魂是一颗种子。那这颗种子会开花结果。那你这个灵魂它就是从这样子的状态到另外一个状态。那只有达到了这个状态，就是从从这个状态到那个状态，你的灵魂才是淋漓尽致地展现在这个世界上。那如果你没有突破你的灵魂主题的话，你的生命是受到限制的。你受到限制的话，你这朵花就没有办法绽放。别人就闻不到你的香味，那你的影响力就没有办法出来。这就是为什么你们物质上真正有影响力的人特别少。因为他们这个灵魂没有办法去突破，没有办法绽放出来。那你的影响力没有办

法出来。那你的朵花没有办法绽放出来，它的香味谁也闻不到。你的花瓣是什么颜色，开出来是什么形状，别人谁也看不到。所以你没有吸引力。一个绽放的灵魂一定是充满吸引力的。它吸引的不只是异性的目光，它吸引的是所有人的目光。因为它绽放了。这就是为什么我们一直在说你的灵魂主题是从这样到那样。虽然听上去好像挺简单的。但是一个灵魂绽放出来，它不是一件容易的事情。为什么？你看一下你们地球上有多少灵魂是绽放出来的？那个灵魂绽放出来，它一定是拥有强大的影响力的。为什么？就整个都能闻到这个味道。它是拥有强大的影响力的。它是让其它灵魂都想要成为它的。为什么？它绽放了。每个灵魂都想绽放。

问: 那是什么在限制我?

高灵: 没有什么在限制你。一颗种子什么在限制它成长? 那一颗种子来到土壤里面，它就是来成长的。这是它成长和蜕变的一个过程，它生命展开的一个方式。你们在土壤里面，那我们就好像是水一样不断地在滋养你们，来让你们产生变化。所以你会感受到你们在接触我们的信息、在接触我们的能量过后，你会产生变化，你的生命产生变化了。你能感受到你比以前更自由了，限制少了。这就是你体验到你生命的变化。这是每一个灵魂来到这个世界上一个过程，生命展开的一个方式。所以并不是说你不好，你需要成长，需要这样那样。NO，所有灵魂都一样。那些没有绽放的灵魂，它们就是没有活出来的灵魂，它也是没有散发香味，没有影响力的灵魂。

问: 我感觉我在目前的行业没有很强的天赋特长?

高灵: 所谓的一个天赋特长、才华，这些都会伴随着你这个生命体在绽放的时候而呈现出来。就比如说你是一条鱼，你回到水里面，你在成为鱼的样子，你游的特别快。就是你们所谓的天赋才华。那你是一只鸟，你飞到天空中。如果你是一朵鲜花，那你只有绽放了过后，你才可以去招蜂引蝶。那就是你所谓的天赋才华。所以你所谓的天赋才华会随着你的这个灵魂和生命体绽放而呈现出来的。你就会体验到你的生命当中你就是无可替代，就是你做的事情，别人没有办法替代你。你存在的状态没有谁能替代你。还有就是如鱼得水。因为你就能体验到..... 因为你做着你本来就是的工作。如鱼得水就好像你在水里面一样，那你本来就是鱼嘛。那是不是还得允许你这个灵魂绽放，明白吗？如果我们说在你这之前的话，你是挺能在一个点扎根扎下去的。就是你不太变吧。这样导致你有一点小小的成绩出来。但是这个小小的成绩。为什么呢？因为你们不知道你们到底有多强大，ok? 在你们没有绽放之前，你们都不知道你们到底有多强大。所以你们能创造出小小的成绩，只是小小一点，我不管对你来说它有多大。在你没有绽放之前，它都是小的。

问: 我感觉自己太在意其他人的目光，没有关注到自己身上。

高灵: 关于在乎其他人的目光，这个都是你们这个生命得以绽放之前会出现的一些问题。首先，第一，它来自于你们并不知道生命的真相是什么。你们还把外面的人当成是真人。但是我告诉你，外面的人不过就是你自己能量投射出去的一个状态而已。这个状态会随着你这个能量转变而转变。就像刚才他们前面问的什么负能量啊、低能量。我说你只需要去允许，就会那个什么。那当你知道每一个生命体你都可以去转变它、转化它。你不是被动的。当你自己在一个什么样的状态，你就能去投射出一个什么版本的对方来跟你互动。外面都是死人，

你记住这句话。他们都是死人。为什么是死人呢？因为他会随着你变而变的。所以没有任何能真正影响你的。你觉得他能影响你，是因为你的认知在这里。就好像你是小朋友，你觉得警察叔叔来要把你抓走。这是你的认知，所以你会害怕。就这么简单。但是它并不是真的。所以这就是为什么我们一直说听我们的信息，然后连接我们的信息。为什么呢？因为里面有生命的真相。那如果你活在误会当中，那接下来你创造的一切都是误会。那我们的信息在一个一个的协助你、帮助你看到误会在哪里，误会是什么。因为你们还需要手把手的教。所以我们是如此的detail，如此详细的在手把手的教导你们。而不是来色即是空、空即是色。你就悟了？明白吗？所以就好像是你是幼儿园，你需要学ABCD，一个一个来。那你就得一步一步的来。但是每一步你都有收获，每一步你都有惊喜，每一步你都能体验到生命的变化。绽放啊、蜕变啊、无限啊、快乐。这是你们非常宝贵和有意义的过程。因为过程才是你们来到这个物质世界去体验的最重要的。不然不需要创造这些什么时间、空间给你们体验。

第十个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们连接到你的灵魂主题就是放手，因为我们看到你抓，把什么都抓的很紧，导致你很累。所以你虽然是个女人，你操的是男人的心。然后肩上很多担子，就很多事都是抓抓抓，什么事都放你身上来。所以你完全没有活出女人的样子，是男人的样子。如果说你的灵魂主题的话，其实你这一生就是来修一个无为。你会停不下来，就你的这个能量你不做事，你心会慌的。所以你一直要做着事，你还风风火火的那种，还挺带劲的那种。然后一停下来，你会心不安的那种。就是你很难放松，所以其实你的生命和生活有点像是在打仗，就是它很快。而且还没有办法放手、放松、放开。你很快或者是已经到了一个对你生命已经有点受不了的状态了。你会觉得我不要这样活了，我受不了了。有一种这样的状态在里面。你想改变，你并不想这样。因为你觉得你是被迫的，就是你是被迫卷入的，你是被推上去的。这不是你想要的生活，也不是你想要的生命状态。所以它必须发生转变，不然你的精神、身体会崩溃的，会失控的。我们连接到你来实际上是一个风风火火的男性能量来的。就是一个好像江湖老大的身份一样。我们体验到你有两种，一种你想什么都不管，撒手躺平。一种就是把自己逼上去，做做做，就是停不下来。所以这两股能量都在你里面。嘴巴上说我什么都不要做了，但是又跑起来，又停不下来的那种感觉。我们在连接这个灵魂，就知道这个灵魂是个什么样子来投胎的。挺好笑的。为什么呢？就是它是这样子的，然后它又选择了一个想要去躺平的这样子的一个..... 就在这种纠结当中。它就是来修、来学，它持续的体验它旧有的能量状态，然后逼到不行了，它就是转变。所以你的生命必须要发生转变的。不发生转变的话，你就会觉得活着没意思，活着憋屈。就好像是攻击，就会有攻击的能量在你体内产生的。所以说你会从攻击关系开始，攻击外人，你会产生攻击能量的。所以这个能量必须发生转变。怎么样转变呢？还是学我们的信息。因为你们必须通过智慧，你们才能理解生命的真相。你们才能认识生命的真相。不然的话，外界的这些幻像不断地拉扯你，你不断地跟着跑，导致你没有办法去成为真正的你。

问：我讲话好像中气不足，想调理一下。

高灵: 你发脾气的时候呢? 就是因为你发脾气消耗你太多能量, 所以在你不发脾气的时候就好像你中气不足。如果你的能量不通过发脾气消耗出去呢? 所以我们刚刚说你这个能量, 因为你们都是能量体。当你们消耗了这么多的能量, 所有呈现在你们这个物质世界上的一切全是有能力的供给, 它才会呈现出来。没有能量的供给, 它不会呈现出来。就这么很简单的一个道理。你把这个房子建起来, 需不需要能量? 我们找了这么多壮汉, 找了这么多有力气的人, 他们都在给这个房子添砖加瓦, 它才能建起来, 对不对? 那是不是当你们的能量投入, 这个房子才能呈现, 对吧? 那你的能量如果用在在了这边了。你说你今天的能量全部都用在建房子的话, 你肯定就没有力气去种菜了, 对不对? 因为你的能量全部都放在这了。那刚才说你的能量都用来发脾气, 都用来凶狠。那全部都这样把它释放出去过后, 那你是不是没有办法focus在你自己想要创造的东西? 很简单, 就好像你拿一支笔, 它的墨水是有限的。你用它一直在胡乱画, 当你写字的时候, 你写不出来了, 对不对? 所以我们的信息一直是在让你们去认识能量, 让你们去如何运用能量。为什么? 很多人的灵魂主题都涉及到从这个能量到那个能量。它都是一个你如何去把这个能量平衡, 让它可以持续的输出。而不是刷刷几下就没了。你就没有能量了。你怎么创造啊? 你还没上舞台, 你就把你的力气全部用完了。别人打你的时候, 你还不了手, 没力气了。你看你们李小龙为什么能那么厉害? 他对能量的一种运用啊。他怎么节约自己的能量, 怎么样去释放自己的能量, 都是啊。所以一切都是能量的呈现。那刚才的这个问题就是关于你能量的运用的问题。那这些东西都可以去随着你学习JOJO老师的课, 还有这些信息, 都可以帮助你来更多的去认识到如何去平衡和运用能量。

问: 我妈现在怎么样?

高灵: 首先在灵界的你们的亲人他们怎么样? 他们只是脱离了你们这个肉身。他们存在。存在就是存在, 他们存在在那里。所以你不需要去担心他们。因为当你在脱离这个肉体过后, 你的这个担心也没有了。你之所以担心或者是因为你现在还有这个物质头脑。你用这个头脑在理解、感知一切。那当你脱离这个头脑, 你便不会产生这个问题。所以这个问题是来自于你目前还在头脑里面, 还有你的认知在这里。所以你会产生这个问题。所有所有的他们存在在那里, 当你们意识扩展到一定程度, 你们能和他们建立连接。他们也会通过他们的一些渠道来和你们建立连接的。

第十一个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你的灵魂, 的确, 你在这之前拿了很多条框、限制和规规矩矩。你拿了很多。然后你的灵魂主题就是去把这些放在你身上的东西全部给它去掉。就有一种为学日益, 就是你为了学, 你会拿了很多东西, 然后再把你拿的那些东西全部拆掉。这就是你的灵魂主题。所以在这之前你会感知到其实你还挺好学的, 就是你总会去学学, 就是物质世界的这些东西, 你总会去学。那你就拿了很多比如说这个物质社会的所有观念拿到你这里, 你最后就需要去突破, 要去拿掉它, 把它拆掉。这就是你的灵魂主题。其实在你后面, 你就是打破。破的越多, 你越爽。不然的话, 你感受不到生命的自由度和你爽的那个度。

问: 我就是想这么做, 但是我目前就是达不到。

高灵: 对, 因为你还有那些东西啊, 那些观念、那些限制。这些所有东西还在那里, 你要把它拆除、拿掉、扔掉。你的灵魂就是从这样到那样的一个过程。

问: 我总是对自己自责.....

高灵: 关于自责的问题。你首先要知道责备来自于哪里, 来自于你的头脑, 明白吗? 所以说当你产生一个所谓的自责的时候, 实际上你就是进入到你的头脑里面。我们不需要在你的头脑里面继续去活动, 继续去做任何。只是需要从头脑当中出来而已。然后你知道头脑产生的那些东西实际上是个幻像。因为你们会把你们头脑里面的东西当成是真的, 比如头脑里面的责备、责怪这些东西, 把它当成是事实。然后你们就会去加强这些事实, 然后觉得是真的了。不需要去反驳它, 就是不需要说你不需要自责啦, 这个没问题。不需要去反驳它, ok? 只是需要回到心里面, 就是从头脑里面出来就好了, 明白吗?

问: 那就是不去回应头脑里的东西?

高灵: 因为你首先在运用你的这个物质肉体 and 头脑, 你在体验这个世界, 你在运用它。那就好像你在骑这匹马在草地上奔跑。那你跟马的关系如何呢? 你骑的很好呢? 还是说你很菜很垃圾, 技术不行呢? 那也就是说你跟你头脑之间的关系是什么样子呢? 那就是考验你们跟它之间的关系了。如果你能驾驭的了你的头脑, 就是你的头脑对你来说只是像你戴的眼睛一样, 能让你看清楚。你把它当成是这个功能, 而不是说赋予它太多的功能。因为你们往往会赋予这副眼镜、赋予这个头脑太多的功能, 你要这样, 你要那样。那导致你们在这个物质世界运行都是依靠依赖这个东西。我们只是来让你看到它不过就是你的头脑运作的过于活跃而产生的一个相和一个果。我们从这个相当中出来就好了, 就这么简单。不需要又是这样那样, 各种讲道理, 明白吗? 然后通过我们的信息你可以去认识到你们生命的真相。因为你们头脑对一切是不知情的。所以允许它活在一个不知情的状态当中。

问: 我想疗愈, 我感觉自己对金钱有很强的匮乏和恐惧。我想体验一下丰盛的能量。

高灵: 我们先给你说一下你们对金钱产生的匮乏感和恐惧感来自于哪里? 刚刚像我们前面说的, 你的头脑。为什么呢? 因为你的头脑它会想我这钱怎么来呀? 因为你们头脑会想要进入一种它想要弄清楚或者搞清楚, 因为它只会从过去寻找。过去就是说, 你看, 我之前是拿工资的, 我之前是爸妈给的, 就会只会进入到这种过去的模式。你想不出其它的。为什么呢? 因为头脑只储存于过去。所以其实你进入到头脑你已经是限制了, 你已经在投射出你限制的频率了。就是你进入到头脑过后, 你的观念是我只有一份工资。那你就投射出我只有一份工作。它在你生活的方方面面你都会发现你只有一份工资, 就这样。这就是频率在运作了。然后你和你财富的关系, 和钱的关系就是这个。所以说这个又是来自于你进入到头脑, 因为你头脑是这么去认为的, 它是这么觉得的。那你们以前有一本书叫‘穷爸爸、富爸爸’。那当你的穷爸爸和富爸爸的观念不一样过后, 他就会给你一个程序, 让你的振动频率是这么振动的。所以说你们如何从你们的匮乏当中跳出来? 你们记住一句话, 钱无论你怎么花, 它永远花不完。记住这句话就行了。为什么永远花不完呢? 你们花钱, 实际上是什么? 就是在物质世界买体验。但是物质世界存在的原因就是来给你体验的。那你这个体验永远都是不可能结束的。那物质世界的体验是不可能结束的。为什么呢? 因为你这个灵魂来到这里就是体验, 明白吗? 所以说你们每一个人的灵魂来到这个物质世界上想要体验的, 它都是受到支持的。

为什么呢？因为物质世界就是一个反射镜而已，它是一面镜子，一个反射镜反射出你自己是谁，你自己在哪里、的一个状态。所以这就是为什么钱永远也花不完。你看哪怕是乞丐，你说乞丐的钱能花完吗？你告诉我？他花不完，对不对？他今天花了过后，明天怎么又有人给他钱了。那乞丐的钱都花不完，还别说你们呢。那是什么限制了你们呢？那是你们收缩的能量。你想象一下你收缩的能量会怎样？你的能量已经散发出紧缩，你没有敞开。你紧缩的能量没有吸引力的。你没有吸引力的话……这么说吧，你像是一个女孩子，如果你有吸引力，可能很多男孩子靠近你，想要送你礼物，然后请你吃饭，给你买花，给你买衣服，给你买鲜花。那是不是钱？因为你吸引力出来了，对吧？那你钱就来了。那如果你是个商人，你是做生意的人。那如果你有吸引力的话，客户来找你，供应商来找你，这些商户都想来找你。因为你有吸引力，对不对？那如果你没有吸引力，可能客人也没有，也没有供应商。就是这些跟你有关联的这些，他们都跟你没啥关系。那你是不是钱也不来了。那怎么样才能让你们的这个吸引力出来呢？那能量一定不是收缩，就是那种抓的。比如说菜市场的一个小贩，他就是几分钱几分钱，抠抠搜搜的，钱都拿不出去的这种。你说他的能量能吸引人吗？有吸引力吗？当一个人，来这个给你，就是又是一个卖菜的，这个菜送你，那个送给你。是不是这些人都跑他那去了？你说你们被什么能量吸引？收的，还是那种敞开的？那你就知道了。那就是一个敞开的能量。然后在那样子的能量状态下，你的吸引力就出去了。那些人都会被你吸引过来。那这些人把能量都给到你，能量就是钱啊。那你看那些明星，你们把关注度、注意力都给了他。他是不是就可以把注意力变现了？他就有影响力了，对吧？所以说你们任何人，我不管你是个乞丐还是没有收入或者什么什么都不需要去担心钱的事。为什么呢？因为钱不是你头脑想的那样的。而是你的频率散发的是怎样的，它就是怎样的。就跟你的频率有关系。除非你进入到一个很收的能量和频率，开始担忧金钱或者是害怕，就是进入到这种收的能量当中，你确实会体验到匮乏。但是并不是因为钱真的没有，就是因为你收紧了过后，这个水进不来啦，就这么简单。所以就让自己尽可能的放放放。

问：那用什么方式放呢？就是没有那种紧张

高灵：你先放下你的头脑了，因为你的头脑会进入到一种想要去解决问题，想要去找个出路，想要去想个办法。它都是在进入头脑，它会让你紧张。你看你头脑一开始运作，你身体紧张起来了。如果你不想事，心情特别好，对不对？一想事，你就开始紧绷起来了。

问：能疗愈我这种紧张的感觉吗？

高灵：我们连接到你过于紧张的能量来自于你的头脑就好像跟身和心有点脱轨，就有点分开。所以你尽可能的达到一个身心灵合一的状态。那你接下来参加JOJO老师的课会对你有帮助。它就是让你的头脑放空、放掉。因为它一直在那抓着，抓的很紧。然后让它放松，让它松掉过后，你整个人就会进入到一种很那个什么的状态。我们来疗愈一下你紧张的能量。

第十二个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们连接到你的灵魂主题，它是从一个就好像是死灰复燃，像是一个没有被燃烧的状态到燃烧，就好像是从冷水到开水的一个状态，还有从冰到火的状态，从冷到燃烧起来的状

态。就好像你是在不停地煽风，让这个火越来越大，越来越大。所以实际上目前实际上你在体验你的前半部，就你没有燃起来的那种。所以你会发现你生命中的激情度、生命的活力，就很嗨那种，你没有办法体验到那种特别激情、特别嗨、特别兴奋的那种感觉。因为你现在还在体验它的签前半段，但是接下来其实你就是点燃自己。这是你生命的一个路线，它绽放和成长的一个路线。所以你在后面一定是，就是当你这个灵魂绽放出来，一定是超级嗨的一个人，就是很激情很兴奋，跟你现在的能量是完全不一样的。它就好像是从一个阴天变成烈日，就是太阳很厉害的一个状态。你现在还属于在最开始阴天的状态。然后到太阳暴晒，很热烈的一个状态。这是你灵魂的主题。它必然是这样的路线。

问: 那点燃有什么好的指引或者可以帮助我点燃这样的状态呢?

高灵: 对了，对了，刚才你老婆的灵魂主题是要风情万种，是吧? 当她风情万种，你就能燃了。看到没有，你们的转变是在一起的。所以她没产生变化的时候，就好像她这个打火机没打燃，然后你也燃不起来。那当她变得千变万化，一会儿这样，一会儿那样。那你也被燃烧起来，被影响起来了。所以你俩就是一条船上的。就是一起熄灭，一起燃烧的那种状态。

问: 我现在想帮助痛苦和抑郁的人走出来.....

高灵: 如果我告诉你这里没有痛苦和抑郁的人呢? 你要干什么呢? 你们没有别人。如果你看到抑郁和痛苦的人，那是你自己投射出来的。所以你会觉得他们..... 其实他们啥都不需要，他们就只需要你..... 这么说吧，一个男人和一个女人在一起。然后那个女人说这个男人有性功能障碍，他有问题。这是这个女人自己在这，自己创造的这个问题。那如果她自己是那种风情万种、性感撩人的，就是她自己在欲望当中，她创造了一个欲望的相。那个男的一下就被点燃了。所以你们创造的一个相是生命很无聊很无趣，所以这个人有抑郁。所以你自己激情似火，这个抑郁一下就好了。你想象一下世界巨星玛丽莲梦露，你看到她，你还抑郁? 明白吗? 你可能一下子整个人就被唤醒了一样，你的灵魂不再沉睡了，明白吗? 比如说你们见到迈克杰克逊，他们这种世界巨星，或者李小龙，对吧? 当你们在受到这种能量的影响，一下子就被这种冲击感，一下子就被刺激醒了。所以说如果你自己都没燃起来，你在那不温不火的，然后在那继续去帮助那些痛苦的人。你俩都在加深一个相，活着苦啊，活着真苦。你在加深他是抑郁症。然后你也在体现出生命是无力的。你们继续在创造一个生命是很苦逼的相。所以说这里没有什么人需要你们去救治的。你只需要激情的燃烧。你激情的燃烧，自然而然就把他们给点燃了。仅此而已。

问: 因为我想的是如果我去点燃他们.....

高灵: 这里没有他人。你们始终觉得这里有一个他人。我告诉你，除了你，外面全是死人。他人是根据你自己的能量级别、能量状态而呈现出相应的相给你去体验的。所以他们是来支持你的，明白吗? 你变了，他们都变了。你不变的话，那就是持续投射出这样的相。你会发现外面救完了这个又有那个，救完了那个又有下一个，永远都有救不完的人。为什么? 你进入的就是那个频率，那个相啊，那个版本的世界。那你会发现十个你、百个你、千个你、万个你都做不完这个事。你要去救人，外面没有任何人需要救的，ok? 他只不过是自己的一个意识频率，你的一个认知水平，然后投射出外面，他们也是那种状态，ok? 那当你活灵活现的，是一个拥有强大冲击力的灵魂绽放在他的眼前。他眼前会一亮，那会儿他就醒了，模

你救了他了，ok？你不需要刻意的去做什么。你说太阳有刻意的跑到你面前过来给你照，给你温暖吗？有吗？所以放下你们所谓的救人。那JOJO老师她在做这个事情，她不是为了来救你们，而是说这是她自己激情的事情。她只是在做她自己。当然你在做你自己的时候，你也会做一个所谓的，别人看上去以为你在救人的事。但是实际上，我只是在成为我自己。那这个过程当中，别人会给你这个相，就是你在做你自己的事情，他们会给你定义，你在救人。

问：我眼睛里有很多雪花点，有十几年了。

高灵：我们连接到你之所以有很多点，很多干扰是来自于你的生命力，就是你内在的生命力，这个火很微弱。就这么说，当你这个火非常旺的话，它就能把外界看到清楚。就是你这个电灯的瓦数低，你看不清楚。你瓦数高，就看的很清楚。那你这个生命的火很微弱，所以它会导致你看外界会模糊，就这种。所以它实际上还是你的energy level，你的活力太低了，生命力太低了。所以如果你到这个社会上去，你会体验到无力的。就是你投射出的事情，你没有办法去扭转它，没有办法去影响它，没有办法去推动它，你会呈现出这种感觉，明白吗？就你会有一种随波逐流的感觉，就你怎么推我，我就到哪里去。它是来自于你的生命的火真的太弱了。但是你要记住，你来就是来点燃它的。所以它不是说你这一辈子就这样了。你是来蜕变的，从这里到那里，从一个没有燃烧到一个燃烧起来的状态的。因为人们往往体验了很长时间燃不起来的感觉，他觉得生命无望了，他选择自杀。但是你只是体验了生命的前半部分，你们来就是来创造奇迹。然后从这个状态到那个状态去的。就好像你是一个橙子，你小时候又酸又涩又硬又青，这么大点。难道你永远这样了？不是的。你虽然吃起来很涩，根本下不了口。但是它只属于你那一个阶段的。随着天气的变化，你不断地成长。秋天到了，你就是又多汁又甜又大又红的。是不是？那下次如果你再受不了这种状态，你就去看一下水果，它们都在青涩的时候有青涩的味道，在他们甜蜜的时候有甜蜜的味道。所以说你们所有人不要因为体验到你们生命很苦涩就放弃它，ok？因为你们生命的过程就是从一个苦涩到甜的过程。所以坚持在那里，不断地让生命来滋养你，去吸取各种滋养。把外界对你的一切，你记住，就是每一件事情都是为了滋养你。它有可能不是你想象的样子来滋养你。但是它就是来滋养你的。然后你就能从中得到养分，你会感恩一切。你就不断地在被滋养。就好像一个有浇水和一个没有浇水的果树……那你的生命就会……我们刚才想告诉你的就是说外面没有别人，放下你想要去帮助和救人。还有就是说你只需要把自己给点燃，然后拥抱生命、感恩生命，欢庆欢呼。在这样的状态下，你会完全变成另外一个人。然后你不只是你自己活过来了，你还会带动很多人活过来。

问：有需要疗愈的地方吗？

高灵：我们刚才让你知道的那些信息，当你进入到这样的状态过后，所有的这个你全部死了。我们可以给你能量，因为你需要能量。当你蜕变过后，我看到非常坚硬、阳刚的一个男人出来了。他就在那里。

第十三个人：

问：我现阶段的灵魂主题？

高灵：现阶段需要你注意到的，从能量层面的一个就是你被太多东西抓住你的attention，就是太多外界的东西、能量拉扯，就把你的能量拿走。有一种就好像四分五裂的感觉，就太多烦事、太多琐事，就太多事了。让你好像一直是在这样子忙或者是运作，让你跟内在连接断开。就是被外界的相拉扯的太多。我们连接到你的灵魂主题，它实际上是有计划有目标，就跟你现在呈现出来的这个人不一样的。它是一个有抱负、有计划、有目标，就是一个特别能focus能专注在一个地方，不被外界干扰。那为什么你现在呈现出来有这么多干扰呢？就是你其实活着有一种我不快乐、我不尽兴，就是我不爽。可能看着没什么问题，就是觉得都挺好。但是你就是不爽，没有那种我在做我自己的那种爽。那也就是说你的这个灵魂跟你现在表现出来的样子实际上是分开的、分裂的。就是你呈现出不是你灵魂本来就是的样子。怎么办呢？因为你们都在用一个虚假的身份在这个世界上呈现出来。又回到了一个破幻，你们必须要破幻。因为你们头脑里面有很多幻像，就觉得有一个相，比如说我要对我的孩子负责，这是一个相。我是谁谁谁的老婆，我要为我得家庭，作为妻子、作为母亲的身份负责，这是个相。你们都在这个相里面。这些相对你的拉扯，你在允许它们拉扯你，因为你觉得你要这样子嘛。然后导致你跟你这个灵魂本来就是的状态越来越远了，所以就会出现你在生活中会不耐烦，烦躁。因为你做的并不是你灵魂想做的事情。它只是你你头脑里面觉得应该做的。你可能没有生活的激情、不开心、压抑，然后久而久之就会觉得活着真没意思，死了吧。因为生命什么让你feel exciting的一些东西，然后你的生命之火燃不起来。就你在过着一个像是行尸走肉的一个生活。

问：我近期一直对破幻，就是我一直提醒自己。

高灵：这个不是提不提醒。还是回到一个听我们的信息。为什么呢？因为如果你觉得物质世界..... 生命就是那个什么的..... 你的振动频率已经是在投射出一个我生命必须得这样，我必须得那样。你的频率已经投射出这个世界给你了，你就在里面体验啊。你没有办法的。明白吗？所以说这就又回到，当你智慧的一个增长，当你越来越明白生命是怎么样子的，你的频率噌的就上升了。上升了过后，它投射的世界就是另外一个状态了。所以你在你的频率在这个地方的时候，你就是要面临着你没办法，你没选择，你必须..... 你就在那个里面玩，好吧？你就在那个频率里面玩，你没办离开你自己的频率的。那随着我们说你的意识扩展，就你越来越明白生命的真相，我们说学我们的信息，对不对？你知道生命的运行是怎么回事。就比如说最简单的一个，你到底是你的肉体活着还是以你的灵魂活着呢？这就是完全两个不同的世界版本在给你体验了。那你要是以你的肉身活着的话，那你在那个里面，你就是必须要为这个身份去做事。你就有很多必须要做的事情，因为你是以这个身份而活着的嘛。那如果你是以你这个灵魂而活着的，身份只是你这个灵魂透过你这个身份去展现它是谁的一个媒介。那你们这两个状态是完全不一样的世界的版本，明白吗？所以为什么我们一直说去听信息，去知道生命的真相。你们不知道生命的真相，你就必定得投射出你那个认知版本的世界给你体验，你没有办法。为什么呢？因为这个世界是个无，there is nothing there, ok? 外面什么都没有。你的频率，你的意识投射出这个世界来让你们体验的。所以一切都是你。你们在通过你自己不断地突破、蜕变、变化、扩展的这个过程当中体验到不同版本的世界，然后来增长你们的智慧和生命的一个认知和理解。

问：我以后使用灵气疗愈的时候，能不能借助高灵的能量来增强我灵气疗愈的效果？

高灵：关于疗愈，你们JOJO老师会给你们讲，你们有这个课。但是我们又回到疗愈的本身来说，你们只需要做你自己。如果你没有做你自己，你在做着别人的事，你没有疗愈的功能。

那如果你在做你自己，你的疗愈功能自然而然，它不只是在这个场域发生，它是在 everywhere，到处都在发生。它自然而然。所以我们又回到你做你自己灵魂本来就是的。而不是说我觉得这个工作不错，我要去做这个工作。我们都说这个世界上没有工作的。它不过就是一个空的屋子里面，你们每个人都用自己的能量和频率来投射出来一个相，你们都在自己玩自己的。只是你们会有集体意识创造共同的相，共同玩。所以那你就知道你只需要做你自己，然后与你有关的一切的功能全会打开。不只是疗愈的功能，还有影响他人的功能，改变他人命运的功能，什么功能全部都出来了。

问: 我和我老公的灵魂关系? 他叫XX, 42岁。

高灵: 我们连接到他其实就在帮助你脱幻。他的存在就是来帮助你脱幻和破幻。以各种形式。他在以各种形式，他们是无意识的。你的世界只有你。我们看看最后有没有什么信息想要告诉你，我们想告诉你你会越来越开心。因为你现在走上这条就好像能量玩的很开心的这条路上。然后接下来你会越来越开心、兴奋，像个小孩子的状态。这是你前面的方向。

2024/07/16 – 外面没有任何出路

问: 我大女儿跟我的关系不太和谐.....

高灵: ok, 你可以停到这里了。没有不和谐的关系, 只有你自己内在不和谐的能量。记住这句话。如果你没有条条框框, 就好像你是一个容器, 如果你这个容器里面没有stick, 就好像筷子一样、棍子一样, 你没有这种棍子, 任何东西进来不会刺激到对方, 也不会刺激到你。你就不会体验到这种不适感。棍子是什么呢? 你的定义、你的想法、你的观念、所有的这一切, 来到物质世界你拥有的这些东西。你有了它, 从外界来的时候你才能体验到you got sth there, 就是你有东西在那, 明白吗? 所以说没有任何不和谐的关系, 只有你变成了, 就是you got sth, 就是你有些东西在那。他们让你产生的什么不和谐只是透过他把你拥有的东西给你呈现出来, 来让你体验, 来让你品尝到what have you got there。不然的话, 你没有办法品尝到what have you got there。所以说你们都打消、取消, 就不要有这种观念在那, 就是我有不和谐的关系, NO, 只有你内在有不和谐的能量存在, ok? 任何你拥有的stick, 就是棍子, 你树立的一个东西在那, 你树立的观念、你的定义、你的任何都会被呈现出来。我不管你拥有什么, 你只要有, 它就会被投射出来让你体验到。这些你体验到的并不是说真实存在的, 对方怎么样怎么样, 不是的。对方只是像是一个..... 这么说吧, 你内在有个炸弹, 这个导火线才能把你引炸。如果你内在没有炸弹, 这根导火线炸不了任何东西, 因为你里面没有任何东西在那里。所以他在帮助你去体验你自己。

问: 她给我带来的就是很焦虑, 她不好好学习.....

高灵: 不是她给你带来的, 是你内在本身就有焦虑, 是你自己对生命的一个误解, 是你对生命的一个有限的认知。你会觉得要好好学习, 要怎样怎样, 不然就怎样怎样。那是你的一个观念, 那是你的一个限制。只是你的观念和你的限制透过她让你去品尝到, 仅此而已。你看一下你们永远都在找把你们问题带出来的对象, 你们在找对方的麻烦, 你们在找他的问题。那你们永远都没有办法看清楚真相是什么。就这么说吧, 就好像猴子捞月一样, 月亮是在天上, 水里面只是一个倒影。你永远都在跟倒影打交道。这么说吧, 极端的例子就是你们把给你们带来焦虑的东西给杀掉、给灭掉、给毁掉。然后呢? 又出来一个, 又出来一个..... 为什么你们世界上这么多残暴的手段手法想要去灭掉something? 然后呢? 有效果吗? 直到你们精疲力尽。所以说你只是原本有焦虑和限制在这。她只是把这个焦虑和限制带出来让你看到。这么说吧, 就算不是通过你女儿, 哪怕是通过你去开一家公司。比如说公司没业绩了, 公司没生意了, 客户没有了, 你也会产生焦虑的。我这怎么办呢? 我的各种费用、房租怎么维持啊? 你也会产生焦虑的。你觉得离开你女儿你就不会产生焦虑了? 只是有没有东西给你带出来。要么是通过你的事业, 要么通过老公, 就是身边的关系。所以说你内在的焦虑还是会有一个出发点来让你去品尝到, 直到你内在没有焦虑, 任何、无论是事业也好, 还是亲子关系也好, 这些东西不会给你带出来任何, 明白吗?

问: 如何摆脱家族业力?

高灵: 所谓的家族业力就比如说你们爸爸妈妈爷爷奶奶, 你们上一代没有突破的观念, 比如说你们家都有一个观念就是一定要节约, 不然的话钱就会越来越少, 那你就会持有这个观念, 那你就会不知不觉变成这个样子, 因为你有这个观念。那家族业力实际上就是他们拥有

的一些信念到了你这，然后需要你去转变它，明白吗？那如何去突破？你只需要自我成长和自我突破，自然而然你就好像打破了魔咒一样，打破了这个circle，这个循环。从一个负面的循环变成了一个正面积的循环。当你把这些东西、这套系统推到一个正面循环，你家的孩子也会正面创造，明白吗？是不是连锁反应？因为当你对生命拥有无限的创造力、无限的可能，就是在你这没有限制，限制越少，孩子也这样。为什么呢？因为这就是他看到、他相信的世界，这就是他体验到的。

问: 那我爸是上门女婿，一直想让我们跟他姓，就一直争吵.....

高灵: 首先你不需要去处理任何问题，让你爸改变他的观念和思想。你能做的是你如何去面对他们的问题。就是他们有问题，那你任何去面对、去处理呢？你可以完完全全的尊重他有他自己的believe system，它跟你没关系。如果你要拿他的东西把它当成是你的，那是你的问题了。所以说你的认知在哪里呢？你到底是看清楚他在他的游戏规则里面，你在你的游戏规则里面？还是你要去被动的卷入他的？如果说你觉得没有办法，你要被动的卷入他的游戏规则里面的话，那只能说明什么？你的认知非常有限。你非常的被动，你非常的有限、无知、你的意识程度非常低。就一点事，你就拿它没办法了？你说如果就一个爸爸呈现出来的问题，你都没办法处理，让你各种被这个问题困扰。那你还能有上千个员工来让你处理？每个员工都有无数个问题呢，明白吗？那你说你的级别到底在哪里？所以说外面的所有人、所有事件、所有相、所有这些东西，它都是来刺激你、协助你，解药和出路永远是从你这里开始，外面没有出路。

问: 我弟弟负债，我就恨铁不成钢，怎么样让他执行力更高一点？

高灵: 我们先说你弟的相也是你投射出来的，是你自己把自己捆绑在他人的世界里面。你自己把你的注意力和专注力..... 这么说吧，如果你把你的注意力，你的注意力就是气，你把这个气注射到弟弟的世界里面去了，那你就在他的世界跟他互动了。那如果你把这个气注射到我的世界，我的王国，我自己想要怎样，那你的王国就活灵活现的跟你互动了。你到底把你的气放哪里呢？你看到没有，你要么被你爸给卷走，要么被你弟给卷走，要么被你女儿给卷走，where you are? 你在哪里呢？你的世界是什么呢？你知道你的世界你想要体验什么吗？想要创造什么吗？知道吗？如果知道有一幅画在这里，为什么不给它填上颜色呢？而去给那些问题填上颜色，那就是你面对的，那就是你互动的。你把它给变的活灵活现来让它困扰你。只有你才能把它变活呀。别人没有能力的，就你。那你到底想要把什么激活呢？那你为什么只专注于要么你爸，要么你女儿，要么你弟上面去呢？

问: 因为我想让我弟自觉去赚更多钱。

高灵: 外面没有任何问题。外面的问题只是映射出你是个什么样的人，仅此而已。就你的级别在哪里，你的认知在哪里，你的限制在哪里，你的思想水平在哪里，你的意识程度在哪里，仅此而已。随着你的认知提高，随着你的意识水平提升，问题没有了。为什么呢？你不再进入到那个版本了，外面没有任何人事物可以影响到你，没有。只有你选择让他们来影响你。那谁的问题？我们前面信息说出路只有从你这里，那个‘你’字，从你这里。外面没有出路的，我不管你想拿你弟怎么样，拿你爸妈怎么样，拿你女儿怎样，没有任何用的，明白吗？

问: 我跟我老公的灵魂关系。他也是让我感觉很无力。他其实潜力无限，就是很懒惰。

高灵: 你可不可以世界里不要有他? 不要有任何他，因为他们之所以呈现出这个相给你，是因为你自己进入到这个版本的你，明白吗? 你要是进入到另外一个版本的你，所有的人全变了。你不可能在跟这个版本的他们互动了，所以这里没有他。但是他们帮助你、协助你来让你看到你的限制在哪里。不然你看不到的呀，不然你不知道你的水平这么低呀。所以他们协助你可以经验和体验到你自已，让你知道你的能量级别在哪里。一切都是能量。当你觉得你非常的无力，外界没有办法，很多让你被迫怎么样怎么样的话，那很简单，就是因为你能量太低了。你如果你是一个有影响力的人，你影响周遭的一切，影响任何关系。在任何关系面前，you are the boss，明白吗?

问: 那怎样能把自己的能力快速的提高?

高灵: 快不快速，没有任何..... 因为这里不是像考试一样，我憋着一口气冲到了终点，我就快了。不是这样子的。而是说你真正的能通过物质世界各种的相去体验、体会到生命的真相是什么。你不是来拿个成绩，来比一下我这个分数多高，不是的。这里并没有快速的说法。因为如果你水平在那里的话，你快速达到一下，马上还是会回到原点的。那个原点才是最重要的，明白吗? 所以这里并没有快速的说法。像你刚才提的问题如何才能..... 那比如说我们现在带来信息给你，你真的能通过这个信息和角度去理解和认识生命。因为它必须要转化成你内在真正的明了、知道，然后你是这样子理解和看。它是需要真正的成为你的东西，而不只是像一套概念或者是学一个东西，不是的。而是说你真的活成那样子的状态。就好像你走路，它自然而然的。就好像你知道天黑了，明天天会亮，就是这么简单。就是它本来就是。就是你知道它本来就是，就是毋庸置疑。就好像你知道无论天有多黑，明天天都会亮。它需要去相信它吗? 不需要。它需要去期待它吗? 不需要。它需要去做什么吗? 不需要。因为在你的意识里面，它根本就像不存在一样。

问: 因为我现在生意遇到瓶颈，怎么样能提升?

高灵: 就像我们刚刚说，比如说你通过关系来看到你的限制在哪里，对不对? 因为你就好像说你都已经完全是完全朝着错误的方向去理解人生了，你的人生已经是失控的状态了，你是受周遭的影响了，那你的生意绝对是受市场、客户、员工、受他人的影响，明白吗? 因为你没有掌控、操控，就好像是水，玩的风生水起。你都是被水玩的呀。水往哪边冲，你就往哪边飘了。你没有去操控这个水的能量，我要往这边引流，我要往这边，你没有这个能量和能力。那我们现在就在通过你现在投射的这个相来让你看到你如何去成为那个操控者，就是去运用一切，明白吗? 那我们刚刚说了，你自己把你的energy全部都focus在它它它上面，它就把你的attention拿走了，那你又如何去..... 这么说吧，你手上有些颜料，你都全部涂在你弟弟、你爸爸、你女儿身上。我说你把你的世界涂出来，你没颜料了呀。那别人世界的版本，JOJO老师世界的版本，多姿多彩、五颜六色，好精彩。为什么你不能呢? JOJO老师的颜料全部用在她的世界里面，她在描绘她的世界。你呢? 你的颜料放哪里了? 那JOJO老师有把她的颜料放在别人身上吗? 没有。她只知道她想画一副什么样的画，她没有浪费任何颜料。所以她的画是如此的巨大，如此的多姿多彩，如此的颜色饱满。你的看都看不见。为什么别人看不到你的呀? 你把颜料都涂在哪里了? 但是你通过这个就能看到，当下你就知道，外面一切都只是一个相来让你看清楚你自己在哪里，仅此而已。它不具有任何意义，它也不具有任何影响

力，它没有任何力量，它拿你没办法。你只是通过不断地反射反射反射，反射回来给你的体验让你知道你自己在哪里。你通过这个反射，不断地你可以去调整，在每一个当下你就可以调整。就好像你开车，你通过这个反射镜，你调整，你左打一点，右打一点，外面怎么样。你借助这个反射，让你能在你的道上，让你不至于出车祸。这是你们物质世界真正的功能，但是你们都错用了它，你们都误会了它，你们都一头扎进去，试图想要在哪里去涂改。然后你们越来越觉得好无力，好没办法，失望越多，积攒了好多失望，就觉得活着没意思，咱死了吧。然后就吸引病痛、吸引死亡事件，因为你活着就觉得真没力量。你不会感受到你强大的能量，你感受不到生命力。生命的火焰就越来越小，直到熄灭。当你感受到强大的生命力过后，你的生命力是越来越旺，越来越旺，不断地进入到一种正向循环。因为物质世界不断地给你正面的反射，让你可以..... 当你反射到你强大的能量，你内在的能量会更大。

问: 我渴望我的合同可以很快下来，但是还没有.....

高灵: 通过这个反应，就是你内在产生的一些反应来让你看到你的局限。因为你会觉得你的钱只有从合同这边来，这就是一个限制了。我们说八方来财，你就把七方的财全部关上了，只开了一扇门。你这样是非常有限制的，你把其他门都关上了。把所有的门都打开，ok? 你只是知道所有你需要的都会让你体验到，当然包括了金钱。所以像你刚刚说的吸引力法则或者是显化，实际上它是一个限制。你本来是八方来财，八方都有财进来的。然后你只开了一扇门，我要合同。然后其它都堵住了、关住了。去打开、去敞开。因为财富并不是你们想象的这样运作的方式。

问: 那我现在就是不想它?

高灵: 不是不想它，而是说就是你自己就已经把所有的门敞开了。你不会去期待这笔钱从哪里来，就不会有这个了。为什么呢? 因为你对一切万有敞开了可能性。你对一切都敞开了。当你去执着于某一个的时候，那个就是限制。你就好像给自己的世界写上了我的收入来源只有通过签合同、拿订单，这个就是所谓的限制。所以又回到最根本的就是说你到底知不知道生命运作的方式，明白吗? 因为宇宙运作的方式就是你本身就是像王一样，你可以去体验任何你想要体验的。你头脑不需要明白如何要把体验吸引到我的生命当中。你不需要去work out，因为当你work out的时候，你其实就在离开当下爱的丰盛，你就离开了，你的能量就紧缩了。这个就是限制你们进入到所有都在..... 我们说宇宙的所有的物质、丰盛、所有强大的能量都在这里，它没有在其他地方。所以你只需要open yourself，打开敞开。然后你就能体验到到处都是金银财宝。你就觉得应接不暇。所以这里存在一个你到底能不能看到? 如果你看不到的话，你看到的只能是自己投射的那个版本的限制。如果你能看到，你会发现这里全是钱，全是丰盛。你可以借助任何一个人也好，事也好，就是任何一个点，你的手一摸这里，你就可以源源不断的拿钱出来。任何方向都可以不断地掏金银珠宝出来。宇宙是这样源源不断地，没有任何一个地方是你掏却没有东西的。所以任何点，当你去抓它的时候，它会源源不断地进来。不要给自己任何身份的定义，我是一个做生意的，我是一个开餐厅的，我是一个做指甲的，我是一个老师。不要给自己任何定义。那个定义就限制了你的所有可能，就限制了你的财富，它就限制了你。为什么呢? 因为你就好像你自己在给自己写剧本一样。你就会投射出这样一个版本的你给你自己体验。所以拿掉你这个物质角色，拿掉它。拿掉它，就充满了一切可能。然后一切都可以被你利用、运用、转化、转变。

2024/07/16 – 痛经之把物质幻像看的太真

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你在不断地击碎、打破、瓦解把你陈旧的那一部分的.....你如果是一座房子, 你現在就在不断地敲碎, 就把主体、承重墙、砖块, 就你觉得它已经不是你了, 你已经看不顺眼了, 就好像重新装修一样, 然后你把看不顺眼的或者是你觉得不再是你的东西给它剔除, 就是拆拆, 就是这样子的一个过程。就像是一个屋子, 你已经不喜欢这个装修了, 你再不断地去扔。

问: 要扔多久?

高灵: 你会不断地很enjoy这个过程, 明白吗? 因为它不是一下子就..... 因为你会体验到这种快感。你就好像我又长出来新的了, 在你身上拔刺一样, 拔一下就会很爽的感觉。所以你会enjoy这个过程。

问: 痛经给我什么礼物?

高灵: 你痛经的症状是因为你还把物质世界看的很真。因为物质世界实际上很假, 但是在你眼里它却比较真。因为这个, 那个能量..... 因为你把物质世界看的很真, 导致你会体验到这个真实的疼痛, 明白吗? 所以如果随着你把外界或者物质世界看的越来越虚幻了, 就比如说这堵墙, 我现在看着它是实体的, 因为你的眼睛看着很清楚。那随着你视线变的模糊, 墙慢慢变成透明的了, 慢慢看不到了, 就是变成一个无的形状了, 然后你便不会再实实在在体验到这种痛感了, 明白吗? 它会随着你逐渐的把物质世界的这个真, 逐渐的从实到虚无的状态, 你的这个疼痛感就会没有了。因为你投射了这个实, 所以你会体验到这个。

问: 那我怎么更快的把它看成无?

高灵: 没有更快。因为这是逐渐随着你意识的扩展, 就好像你现在才两三岁, 你很怕黑。你说我怎么样可以更快的不怕黑呢?

问: 那没有其它我可以做的?

高灵: 那就是不断地从我们的信息当中看到去协助你不断地, 哇, 原来是这样, 原来这个才是真相, 就这样。这就是。因为当你看不到的话, 你还会持续的投射这个实实在在的东西。那当你通过我们的信息, 你逐渐的知道这里nothing here, 就是没有任何东西。只是因为你有了一个信念, 它才显化在这里, 只是因为你内在是有的一个状态, 你才会体验到有。

问: 当疼痛的时候我能怎么做呢?

高灵: 在面对物质疼痛的时候, 你可以试图不把你的意识焦距于你这个肉体, 就好像把它抽离出来, 就是把你的意识不焦距于这个物质肉体, 就是你们会进入到一个无我的状态。就好像我已经不存在了, 你只是在流动, 只是在体验, 就好像是进入到一种心流的状态。这样子它会助于你去缓解你身体产生的疼痛。为什么呢? 因为你要产生疼痛的话, 需要你的意识焦

距于这个肉体。它就会产生一个剧烈的疼痛。那当你把这个意识分散，就是把它抽离出这个肉体的话，你的疼痛感就会减少。

问: 很难啊，睡觉都会痛醒，就是真的很难.....

高灵: 比如说你可能在看一部特别搞笑的电视剧，你看的聚精会神。就你已经跟电视剧里面的情节融为一体了。它就把你的意识抽离出来带入到那里了。

问: 所以我疼的时候就去看电视?

高灵: 就是能够把你的注意力带走的，让你痴迷、着迷，让你对它产生强烈的兴趣的东西，你的意识就进入到那样子的一個状态，它便不停留在你的体内。

问: 那我每次疼都吃药吗?

高灵: 这里没有可以不可以，你可以做任何你想要去做的。只是疼痛也是你们的练手，你也可以把它正面去运用，让它锻炼你的能力。

问: 哪一种能力?

高灵: 比如说你可以把你的意识从你的肉体当中抽离出来。

问: 有方法吗?

高灵: 刚才我们不是说了嘛..... 比如说一个人非常喜欢跳舞，他非常专注的在跳舞，他可能已经忘记脚上受伤了。只有他没有一个东西可以专注，那他的注意力又会回到他受的伤上面，因为疼痛会把你的注意力拉过来。那如果你又把你的注意力拉走了呢? 你看这个力量。

问: 所以我的疼痛和坐飞机没关系? 因为辐射大?

高灵: 这个是你们自己的头脑会给它串联在一起。但是你自己目前的这个疼痛是因为你把物质世界显化、投射出来的特别坚硬，跟这个有关系。

问: 怎么更好的分享高灵的信息?

高灵: 信息不需要你们去分享，但是它们却可以通过你去体验到高灵的能量。因为当你在试图去让对方接受某些东西的时候，你就在进入到一种你需要去push。那如果你进入到你需要去push，你就会体验到吃力。那如果你不去push，你是不是就不会感受到很吃力? 所以你要做的只是不去push任何。因为这里只有你觉得这条路对他好的，那么你就在产生一个分别心。因为这里本来就没有好和坏，只有他在什么阶段。这么说吧，就好像一只鸟，它刚学会飞的时候，它的翅膀可能不够给力，可能会掉下来。然后这是它在不断地去刺激它内在的力量，让它的翅膀变的硬的过程。但是如果你看到，你觉得你想把它吃力的这个过程拿开，是你自己通过这个事情让你自己看到你的信念系统、你的眼界、你的状态。因为如果当你知道小鸟学习飞，这个吃力的过程会让它..... 只是信任的话，你便不会试图想要帮助这只鸟来让它飞的更轻松一点。

问：把外面都当做死人，例如我家阿姨，我会让她做很多我以前做的事，我会很轻松。会不会我自己冷酷无情？

高灵：你在做事情的时候你会有一个振动频率，你会有一个发心，你会有一个出发点，那如果你的出发点是觉得你在把你自己的事情强加于别人，让别人产生一个不适感，那就是你的一个振频。那如果你的出发点是你就是我的天使，你就是来解救我的生命的，你让我的生命变得更美好，那个振频发出去的，她会很乐意为你服务。所以不在于她做不做事，而在于你让她做事情，你的一个..... 她会接收到你给出去的一个不同的能量。因为如果你对她产生感激的话，你会时时的流露出来，从你的眼神、语言、行为当中都会流露出来你对她的感激。她自然而然会接收到这份感激。那如果你流露出来的是你是在帮我怎么样，你好苦，这也是她能接收到的。她也会觉得我真他妈的苦，什么事都要帮她做。所以你到底给她传授的是什么能量呢？因为她会接收到呀。因为你给出去的能量，她会品尝到。就比如说你流进到她嘴巴里的水到底是甜的还是苦的，她能尝到的。那从你这个流出的水到底是甜的还是苦的呢？

问：我想邀请佛陀帮我疗愈我的身体，特别是痛经。

高灵：佛陀把它定的能量传输给了你，它让你不被物质幻像，就是被疼痛动摇你，可以有一股很定的能量在你这里。因为疼痛就好像是在摇你，让你受它的影响。随意它给了你一个定的能量。

问：我想修到如如不动，现在对亲情爱情跟以前吧一样，好像没有什么让我很动心的。

高灵：所以你的问题是什么？所有的亲情爱情，它不过是你不同的意识频率或者不同的状态下，它让你体验到你自己的能量状态。你以前还有一个旧有的believe system，它会让你体验到你对关系有一种抓控的感觉。当你升级到另外一个版本的时候，你对关系又是另外的需求。所以关系不过是在那里让你通过它可以体验到你不同的意识形态，然后投射出不同的感觉给你。就像你自己是一个橙子，它在青涩的时候，你吃它是这个味道。那等它成熟的时候，它又是一个味道。那你在青涩的时候，你品尝到的可能是对关系的需求很强烈，就离开它我活不了。那当你在成熟的时候，你体验到就是我离开谁都活的很好。就好像你在婴儿的状态，你可能会对监护人依恋的需求很强烈。那等你到了三十岁，你对妈妈的需求就没有如此的强烈。那通过关系，你就能知道你现在是婴儿期、少年、青年还是中年。那通过你所谓的婚姻关系还是爱情关系，你也能从中品尝到你不同期间、不同意识形态你自己的味道，所以你通过它们品尝的是你自己。然后我们只能告诉你的就是说你变了，所以你体验到关系给你带来感受也变了。

问：我姐的我的喉轮堵，就是不敢表达。

高灵：首先我们并没有连接到你有堵的这个能量，更多是还没有到那个点。这么说吧，你是开水，你现在还在七八十度，有点低，还没有冒泡泡。只能说它还没有达到一百度，不然它集咕噜咕噜往外冒了。像你的锅在煮水，当温度达到一定高的时候，锅盖就被顶起来了。那你现在只有五六十度，七八十度，它的能量还没有被顶起来。所以你会觉得有点吞吞吐吐，只能说火候还没到，所以不存在卡的问题。只是说水温从二十度到了六七十度，然后你继续的话，就可能到一个什么都阻碍不了。

问: 我之前在三星堆耳鸣的很厉害, 有什么要提醒我吗?

高灵: 是你身体对能量的一种, 就是如果你听到一个剧烈的响声, 你也会..... 那你是受到了能量的冲击而产生的一种..... 它会随着外界的环境不同而恢复的, 所以你不需要担心。因为你并没有长期的把自己暴露在一个好像噪音当中。

问: 高灵会跟我们一直交流下去吗?

高灵: 首先我是你产生的, 那你还产生它吗? 所以你要问你自己。

问: 有什么话可以给我和我老公的?

高灵: 你们会成为很好的小伙伴, 彼此支持对方的成长。

问: 我跟JOJO老师的关系是什么?

高灵: 你就像她种的一束花一样, 她在种你、滋养你、呵护你、看着你绽放、在欣赏你。

问: 我的天赋?

高灵: 目前, 你会不知不觉的给别人带来影响, 就好像你没有刻意的做什么, 但是又什么都做了。就好像茉莉花就在那里, 它的香味不断地散发出来, 让人们心情变好, 就这种感觉。

问: 我想感受一下高灵无条件的爱。

高灵: 就是当你从你的头脑里面出来。

问: 佛陀是不是没有经历幼儿园到大学的过程?

高灵: 你就好像问大象是不是从蚂蚁变过来的? 那它生下来是大象就是大象, 生下来是蚂蚁就是蚂蚁。你把你们这个地球看成是一个土壤, 它有不同的种子。那它不会结出来不同的品种。

问: 那不同的品种是不同的意识程度?

高灵: 因为他本来就是。比如说他是一棵苹果树, 它长出来苹果, 那它本来就是苹果种子啊。它只是通过这个土壤把它结出来而已, 把这颗种子是什么样给呈现出来而已。就好像宇宙有不同品种的植物, 不同的功能。就好像是不同的星系..... 因为没有可比性。草是草, 树是树, 鱼是鱼, 鸟是鸟。你不能拿草跟树比, 说树这么强大, 草这么弱。

问: 可以疗愈我的近视吗?

高灵: 你体验到这个版本的所谓的近视, 是你的灵魂想要把外界逐渐的模糊, 让它变得虚化。所以它是在你的这个生命阶段逐渐的推动你, 就像是助力一样。因为我们看到你以后会

有很多闭着眼睛的时候，就好像闭目养神。所以它对你不会有影响，因为你会享受闭着眼睛在这样子的能量状态当中。

问: 药师佛说我们可以连接植物的能量.....

高灵: 错误，是当你是一个活的身体，就是你不是被阻碍的，就好像这个水是活水，它自然而然能够跟一切它所需求的产生连接，明白吗? 不限于植物、食物、不限于灵魂、animal、不限于其它灵界的。就所有跟你会有关系的都会达到一个就好像你绽放，每个不同的触角都会连接到它应该连接的地方，就像是一棵藤蔓，它抓到它应该抓到的地方，去吸收它应该吸收的养分。那如果你这个藤蔓没有这个吸附力，它就松散的。那当它有强大的生命力，它是活的时候，它会整个植物依附在墙壁上面，不会脱落。所以当你是在这样子的状态下，跟你会有关系的都会..... 它不会选择我只跟植物或者药物产生.....

问: 怎么样达到活的状态?

高灵: 你要活出来呀，你是活在观念里面呢? 还是活在本质当中呢? 就好像你这棵植物到底是在石头上面还是在土壤里面呢? 那就是说你这个意识到底是在物质世界这个幻像里面呢? 还是在生命本身的源头里面呢?

问: 那为什么动物天然就可以呢? 因为动物生病自己会找药?

高灵: 人类也有这个功能，只是你没有。当然某些部分人是有的，只是说大部人。因为你们被各种相拉扯进去，逐渐的跟内在失去了连接。所以说不是人丧失了这个功能，只是某一些人丧失了这个功能。

问: 怎么重新捡回这个功能?

高灵: 不是重新捡回，只是恢复你本来就有。比如说你活在误会当中，你产生误会。那就是需要去认识到生命的真相。那需要通过你自己的体验，就白比如说你体验过假象和真相，然后通过我们的信息的引导，你知道原来我体验的这个是假象，那个才是真相。那是不是就知道了? 就这么简单。所以通过你亲自的一个体验，还有通过我们信息对你的引导，通过外界对你的刺激的一个反应，你就知道了。

问: 还有什么话吗?

高灵: 你这朵花会越来越艳丽、有香味、越来越迷人。

2024/07/18 – 连接武则天

连接武则天:

问: 如何活的不顾一切?

武则天: 为什么会有一切? 本来就没有一切。只是你的认知里面会有一个一切, 然后又来一个如何不顾。所以把‘一切’拿开, 这里并没有一切, 这里只有你这个存在的本身。

问: 那如何活的只有我?

武则天: 当你在活的不是你, 只有外在的一切的时候, 也在帮你体验到那个不是真相。首先你不要产生一切, 如果你产生了一切, 那你就已经生出它来了。你为什么要把它生出来, 创造出来呢?

问: 如何活出自己的力量?

武则天: 你生命的本身就是充满了力量。一棵树不会来问如何活出它的力量。

问: 但是有些人就是活不出自己的力量啊。

武则天: 那你说一棵小树苗到百年老树, 它在风雨中, 它的力量是一样的吗? 所以生命每个阶段都有它不一样的存在状态的力量, 但是并不是说它没有力量。它是种子, 它在发芽的时候, 它在突破土壤的时候, 它都是有力量的。

问: 那它处在没有力量的时候也是有力量的?

武则天: 那如果你不去对比呢?

问: 人的一生就是逐渐获取力量的过程?

武则天: 只是去展现生命的过程。就好像说一个婴儿没有力量, 他没有力量他怎么吃奶? 你看他吃奶的力量大不大? 你能说他没有力量吗? 但是你会把一个成年男子的力量和一个婴儿去比较吗? 所以是放下头脑, 因为你要去比较的话, 你还会觉得这个是有力量, 那个是无力。生命的每一个阶段、每一个周期都有在那个状态中该有的力量。

问: 怎么看待体制内的竞争?

武则天: 你在说这句话就已经进入到竞争的那个相, 你已经产生了它或者你已经加入了它。

问: 怎么看待利益? 只有竞争才能得到利益?

武则天: 这纯粹是属于你个人的认知、观念, 属于你自己, 你的一个认知和观念。但是这些都会随着你生命的成长而产生变化。

问:那不用通过竞争就可以获得利益?

武则天:如果眼里没有利益呢?因为利益不是我们去追求的或者不是去在乎的、不是去关注的。

问:但是生活的方方面面都会想要.....

武则天:那是你们的集体提意识创造的那种匮乏。所以会让你们觉得需要如何才能怎样。

问:怎么摆脱集体意识?

武则天:那你先体验这个影响是什么,然后再从这个影响当中走出来。

问:自然会走出来?还是有什么方法?

武则天:你们老师不是在给你们传播各种信息,关于如何成为创造者。

问:怎么看待竞争、小人、双面人?

武则天:你如果觉得对方在和你竞争的话,是因为你自己能量不够强大,你还有对手。然后如何看待小人?就不会产生这样的问题,因为没有所谓的小人。只有你去把你的注意力投射到了某一个人身上,把他的行为定义成小人。所以你在和你自己打交道。为什么呢?你把你的注意力关注在某个人身上,然后再用你的认知给他的一些行为定义:小人。然后你把他给变活了,给他了角色,给他了功能,让他来和你互动。双面人是来自于你的限制,你只看到了他的这一面和那一面。但是他有无数面。只是你能不能激发出来?你能不能看到?

问:是不是所有人都能活成女王?

武则天:女王是一种生命状态,而不是一个身份的象征,而是你自己从内到外的一种生命的状态。

问:所有人都能活成那种状态吗?

武则天:如果我说所有人都能,他就能做到吗?我说所有人都能游泳,把他们扔到河里去,他们都能游泳了吗?不是说所有人都能游泳,但是他们可以去拥有游泳的能力。

问:那现在不可以,以后呢?

武则天:你问的是哪个他呢?他们是他们生命的主人,他们决定他们要如何展现他们生命的力量。他们决定他们要如何去体验。

问:有奉献和服务精神的人能成为女王吗?

武则天:女王本身就有奉献和服务精神。她存在,她就在服务一切。她让所有人看到了生命的力量、安全感、强大、方向。

问: 是不是有女王在, 就有仆人在?

武则天: 你说在身边伺候女王的人? 他们伺候的是他们心中的信仰和王。所以他真的在伺候这个对象吗? 不是的。他在伺候他心中的那一位。因为他心中是这么去认为: 你就是我尊贵的王, 因为他心中会这样去认为。所以他伺候的不是外界的那个对象, 而是他内在、心里的对象。

问: 仆人如何能活成女王?

武则天: 女王也在粉饰她心中的王、她心中的光。女王也在服务于她心中的教条和信仰, 她也在做这件事情。比如说女王心中觉得有上帝, 我做的一切都是在服务我心中的上帝。上帝是这样, 上帝是那样, 我只是在信奉它。所以只是你在用你的认知去给他们做的事情有了一个定义。你会单独的从一个表面的关系和行为是怎样的。

问: 如何活出自我?

武则天: 你明白什么是自我吗? 你会觉得可能满足你的欲望、愿望、你想要这样那样, 那就是活出自我了。如果你都不知道什么是自我, 你都不知道生命是如何的存在。你把你头脑里你的那一套当成是你的自我, 把社会观念当成是自我, 那你说如何活出自我? 你觉得你在活出自我, 实际上呢? 不过是一个圈套、又一个圈套。

问: 你是怎么活出自我的?

武则天: 只有不断地增长你的智慧, 你才能在每一个认知的状态下活出那个时代、那个状态下的你自己, 展现出那样的一个状态的你。这是每个阶段性的生命。不同的生命阶段性的状态。

问: 富足是什么?

武则天: 你们问的这个问题: 富足是什么, 就好像问钱是什么? 那是你们在运用不同的名字而已。你为什么会产生一个富足的反面呢? 就是没有不富足这三个字, 一切都是富足的。它不是你认为的那样。你会觉得富足可能是物质层面的一种满足。有时候物质层面的一种匮乏反而是推向你走向富足。那是真正把你富足的这条路给打开。就比如说你体验了非常贫穷, 然后这个贫穷让你不断地去找水源, 然后你找到了。就比如说你非常口渴, 你没有水喝的感受会推动你不断地去寻找水源。当你找到源源不断地水源, 那你是不是就富足了? 那那个口渴是不是也是你富足的一部分? 因为你离开它, 你便没有这源源不断地水源。

问: 上次您说爱会软弱, 是为什么?

武则天: 这里没有上次。

问: 爱是什么?

武则天: 爱是存在的本身。

问: 你对一切都有爱吗?

武则天: 我没有离开我存在的本身。

问: 你把孩子当工具也是爱吗?

武则天: 这是你们看上去，那是旁观者对一个相的解释。

问: 女性如何让自己看上去比实际年龄小20岁?

武则天: 保持你的生命活力。

问: 在众人的眼光中合理的事情我不认同，需要兼顾别人和我吗?

武则天: 为什么会有众人呢? 为什么你把你的关注力、眼光放在他们身上而不是你自己? 为什么?

问: 因为只关注自己会变得无法无天?

武则天: 所以你要让自己变的有法有天是吧? 所以你只是在你自己的世界观里，仅此而已。你创造出东西，然后又想要消灭它。为什么要创造它呢?

问: 怎么看待做事情的风险?

武则天: 当你产生做事情的风险的时候，只能说明你对你自己的不自信。

问: 如何自信起来，如何不去考量风险?

武则天: 那就是不断地把自己扔到风险里面去。

问: 你为什么想当王?

武则天: 没有想当王，本来就是。你不会问一头狮子，你为什么想当狮子。

问: 如何活成一切对你来说都是工具?

武则天: 你只能活出你自己认为是，你自己能量级别的范围。就算给了你这句话，一切都是工具，你也拿不动它，你也玩转不了它。就好像你手无缚鸡之力，这里有一把大刀，你说你要把这把刀当成工具，你拿都拿不动它。或者你使用它的时候伤到自己，明白吗?

问: 一切都是工具的这股能量是如何形成的?

武则天: 不是如何，是本来就是。

问: 怎么清理负面情绪，敞开一切接受财富能量?

武则天: 不要产生负面情绪。

问: 怎么不产生呢?

武则天: 少一点你认为怎样, 应该怎样。

问: 怎么敞开一切接受财富能量?

武则天: 所有的一切都在那里, 你是否能到, 能闻到, 能reach到?

问: 那我怎么能够着呢?

武则天: 如果是一个有非常多限制的, 那你只能看到你限制以内的。那如果你是一个非常少限制的、无限的, 那你就看到了无限的可能。

问: 把他人看做工具会影响和其他人的连接?

武则天: 如果他是你可使用的工具, 那么他就是工具。不然的话, 你没有办法去使用他。

问: 所以就把他看成是工具, 不用跟他产生连接吗?

武则天: 你这个问题根本就不存在。如果来到你面前, 他是一个工具的功能, 他就是。如果你没有办法影响到他的话, 那你就没有办法影响到他, 他便不是工具。他本身就是来支持你生命的工具, 而不是说这里有一个选择, 他选择成为工具还是灵魂。工具没有选择。

问: 你的工具没有灵魂?

武则天: 你的问题有误。首先如果他来到你生命中是为了来支持你成就你的一个工具, 那么他本身就是你生命中已经安排好的工具来让你运用的。如果不是的话, 那么他便不会产生, 他不会成为工具摆在你面前。因为这里没有偶然。你会觉得如果没有成为工具, 他是不是就成为他自己的灵魂? 如果他自己成为他自己所是的灵魂, 他不会进入到他成为你的工具的世界里面。如果他进入到你的世界的版本, 恰好是你工具的版本, 那么他本来就是为此而来, 为此而生。所以没有那种假设。

问: JOJO老师说让我们把她当成工具.....

武则天: 你在你世界的版本, 你在运用她的能量来支持你。她在她的世界里面。因为你们都在你们自己的版本里面。因为你会觉得非此即彼, 这里只有一个东西。NO, 这里有无数、无限个东西。这么说吧, 你们这一屋子人, 每个人都戴了一个VR眼镜。你在你的世界里面玩游戏, 你在玩一切, 你在运用一切。然后你在说那我把她的工具拿走了, 那她的世界里面是不是就没有工具了? 她是不是就少了一个啊? 你在玩游戏的时候, 你把这个拿了, 她那边就没有了吗? 她有她用的工具, 好吗? 所以你在用你的物质眼光看到房间里面只有一杯水, 我喝了水, 然后他们就没有水喝了。不是这样的。你只要知道每一个生命体都是受到支持的。

问:如果把其他人都当成工具的话,就不会有灵魂层面的连接。

武则天:那是你误会了工具这个词。有一个东西摆在那,从来没人去碰它。当你去碰它,跟它产生连接,然后知道这个功能好棒。那个工具产生了它的价值。如果你永远不去touch它,它的价值没有办法被体现。所以你在使用工具的同时,也赋予了工具存在的价值。因为在你的眼里你会觉得你在利用它,没有利用这个词。是你自己赋予工具这个词你自以为是的定义。

问:那你眼里的工具是什么意思?

武则天:所有的一切都是来成就我、供我享用、供我体验、供我使用、运用、转化。这是宇宙创造这样的一个场的一个功能。

问:墨是明空不暗的意思吗?

武则天:不懂、不明白、不清楚。因为你们停留在,就好像你去问一个小朋友,你小时候说妈妈好丑是什么意思?是说妈妈真的丑?还是你在跟妈妈撒娇?明白吗?

问:怎么让自己独立强大起来?

武则天:认知自己。

问:怎么认知自己?

武则天:通过你所在的地方,一切都是镜子。

问:如何又凶残又温柔?

武则天:能提出这样问题的人就能做到。因为那个人产生了它,那他就知道如何做到。

问:您如何看待灵魂伴侣?

武则天:没有任何看待。是你们赋予关系的一种定义。

问:你怎么看待凶残?

武则天:不过是一种表达而已。

问:你认为女人可以凶残或者温柔吗?

武则天:你不过是一个管道,你可以任何。你可以表达表现任何,没有任何限制。

问:帮助他人和干涉他人因果有什么区别?

武则天:这里没有他人呢?当你想要帮助他人的时候,你已经把你的眼光从你的世界挪到他人的世界了。这里已经产生误会了。因为这里没有他人。他人的存在只是来让你看清楚你自己

在哪里而已。你不要看那个。所以那已经是在误会里面了。你在误会里面，你还想去做正确的事吗？首先所谓的他人的功能存在于你的世界是你的版本的相，你的能量场投射出这个状态的对象。他人的功能是用来让你在不同的能量状态下，你可以体验到不同版本的他人。如果你产生了一个他人需要帮助的相，那就说明是你内在的无力感，你内在生命力的减弱，是你内在的限制，你投射出了一个无力的相。然后这才让你去体验到的。但是如果你觉得那个相是真实的，而没有看清楚外界的相只是来帮助你去体验到你自己，那就产生了误会。在这个误会里面，你又如何做出正确的判断和决定呢？所以这里没有他人，因为所谓的他人会因为你变而变的。

问：为什么？

武则天：因为比如说你在一个特别恐惧、无力、消极的状态，他人是这样。那如果变成了一个像女王一样强大有力的身份，他人是不是变了？如果你以一个乞丐的身份和一个女王的身份同时出现在他人面前，他人的反应会一样吗？

问：那女王出现在他面前，他穷就变大不穷了？

武则天：对方会改变的。就这么说吧，一个明星在没有出名前，他站在这里，众人的反应。和一个全球都很火热的明星站在这里，他人的反应会一样吗？他人是不是就变了？外界的一切都在变，它是随着你变而变的。

问：只是他人的反应变了，但是他人真实的生活状态还是一样？

武则天：这里没有真实，只有你的版本的。他们有他们自己体验的版本，你有你体验的版本。没有所谓的真实，因为这里什么都没有。

问：在痛苦中受折磨的人是不是都活该？

武则天：你看到对方在痛苦中受折磨，这是你自己看到的一个相。那他们是活该还是可怜，那也是根据你的状态而走出的一个……所以它只跟你有关系，就是你如何去看待这个相有关系。而和真正发生了什么没有关系。所以只有这个相和你之间的关系，而和这个相本身背后的含义和真正在发生什么没有关系。

问：那真正在发生什么跟什么有关系？

武则天：跟体验者都没有关系。就是一切都是在变化着，变幻莫测。如果一定要说一个跟什么有关系，跟存在的本身有关系。这就是存在的本身。就好像是一个星星一直在一闪一闪或者是一朵花一直在绽放，或者是一只鸟一直在飞来飞去。那你说这只鸟飞来飞去跟什么有关系？你不能说跟它的翅膀有关系，跟它存在的本身，明白吗？所以和存在的本身有关系。

问：怎样化敌为友？

武则天：不要去强迫任何。因为如果你是抱着一个目的性，因为我不喜欢有敌人，我只喜欢友人，我想把这个敌人变成友人。实际上你是帮他变成一个敌人了，明白吗？你只是在满足你心中的一个概念而已。为什么这个概念需要去被满足呢？为什么？

问: 当时你是怎么样让狄仁杰心甘情愿的支持你?

武则天: 我只是真实的去展现我自己。如果他最终能成为一个拥护我或者是支持我, 那只是他在支持他心中所认为的一个状态而已, 是和他自身有关系, 而不是我一个企图或者目的想要把这个人变成来拥护我的, 没有目的。对方也不是想要从这个状态变成那个状态, 他只是更加明确的知道自己内在的光是什么样子。

问: 所以你在世的时候就没有想把敌人变成朋友吗?

武则天: 眼里没有其他人。没有给任何人力量。

问: 如何真正的突破自己? 如何成为别人眼中的女王?

武则天: 就像刚才说这个世界唯独只有我存在, 一切都是为我而来, 所以也没有一个要成为别人眼中的女王。

问: 你是如何突破自己的?

武则天: 本来就是。你就好像问一颗种子, 你是如何突破自己, 然后去开花结果的? 你说呢? 种子如何告诉你它任何突破?

问: 男人如果是工具的话, 怎么用好他们? 怎么筛选出优质的工具?

武则天: 就像前面说的那样, 如果他来到你这里, 他本身就是来支持你的。如何去用好他? 就比如说你手上有一把剑。你如何用好这把剑, 你是不是需要跟它产生连接? 所以和他的灵魂产生连接, 然后自然而然你们就能呈现出你们彼此如何服务对方。

问: 怎么筛选?

武则天: 不是筛选, 不存在筛选。如果是筛选的话, 你会进入到你头脑的的评判当中, 但是这个不来自于那里。

问: 那怎么跟他们产生连接呢?

武则天: 如果你和一切万有集没有断开连接呢? 也不存在如何要和某一个人产生连接, 明白吗?

问: 很多人不是跟一切万有有连接状态, 那怎么产生这个连接?

武则天: 那你根本就运用不了这个功能。

问: 怎么开启这个功能?

武则天: 去认识你自己是什么。

问: 你如何看待软弱无力的女人?

武则天: 当我看到她们会让我更加有力量。无力和软弱的女人只是一个相。这个相会刺激我拥有力量。

问: 如何利用这个物质世界的一切让自己的金钱变得丰盛?

武则天: 你眼里已经产生了匮乏。

问: 如何从匮乏里出来?

武则天: 认识生命的真相, 宇宙的真相。

问: 你欣赏什么样的男人?

武则天: 全力以赴为我而存在的男人, 就是为我而来的男人。男人是一匹马, 这匹马本身就是为了来到我的生命中而诞生、而打造的。

问: 所以你可以欣赏形形色色的男人?

武则天: 只要是为我而来的任何生命, 不局限于性别, 不局限于任何。

问: 如果你欣赏他们, 你会有所行动吗?

武则天: 会有所表达。表达可以通过各种方式, 就像你拍拍你的一匹马, 它为你而奔跑、而战斗。你会摸摸它、亲亲它、抱抱它。

问: 如何对自己更好?

武则天: 就是去找到哪个是真正的你, 就是对你自己最好的方式。不是别人眼中的你, 不是物质角色中的你, 不是别人期望中的你, 不是你自己期望的那个你, 而是你存在本身的那个你。

问: 那怎么发现存在本身的那个我?

武则天: 每个人都在帮助你发现, 通过你去发现。

问: 众人又活该又无辜吗?

武则天: 你只是捕捉到他们的一个相, 然后给予不同形态下的你的一个反应而已。那个你也会变的。比如说你小时候可能会觉得众人怎么样怎么样, 你长大后会觉得众人怎么样怎么样。它会是随着你这个生命体不断地扩展而有不同的感受, 仅此而已。它是变化的。

问: 什么是灵魂伴侣?

武则天: 灵魂伴侣就是在灵魂层面有协议、有约定。

问: 所以可以有很多个?

武则天: 在物质世界跟你互动的只有一个吗?

问: AI智能自主进化, 最后人类会走向哪里?

武则天: 提问者的版本和回答问题的版本, 都是不一样的。这里没有一个绝对的走向哪里, 明白吗? 一个可能会受之影响, 一个可能会很好的运用它、利用它, 明白吗? 就是这里有不同的状态, 你要进入到哪个版本的状态是根据你个人的意识形态。你们每个人都戴着自己的VR在体验你自己的版本。

问: 我们能利用AI机器人还是最后被控制?

武则天: 你们每一个个体会看出去不一样的世界。所以这个问题没有办法回答你。

问: 如何提升自己的值得感?

武则天: 就是产生一个不值得或者值得感, 这本身就是一个误会。所以当你越来越能解开生命的误会, 那么就不会产生这样子的问题。那如果你产生这样子的问题, 就说明你本身对生命就存在误会, 所以解开误会。

问: 如何专注于自己, 让一切事物都顺着我?

武则天: 就像前面信息说如果你不知道生命的真相是什么, 那当然你就会觉得这里真的有顺你的, 逆你的。顺你的、逆你的, 都是一个相。任何相都是来供你去转变它、利用它。它都是来给你注入能量的, 明白吗? 所以所谓的逆你者也是一个相, 也是来增加你的能量的。就像刚才说弱的女人能给我更强大的能量。

问: 精致的利己主义者还有慈悲之心吗?

武则天: 那只是提问者对他人或者外面的人一个片面的认知和定义, 仅此而已。

问: 人类的人格不会有多大变化还是有转变的? 怎么转变人格?

武则天: 你把你当成什么呢? 你把你当成是个人? 还是你把你当成是任何? 这根据提问者个人的意识形态。但是并不是我们说没有任何限制, 他就能做到没有任何限制。那如果告诉你生命的真相是你们本身就不是真实的存在, 所以任何..... 你想象一下你的肉体是一面镜子, 任何相、任何energy可以通过你这面镜子去反射。所以你可以变成任何。

问: 欣赏和爱的区别?

武则天: 爱是你本来的一个状态。欣赏是你看到某一些符合你自己内在的某一些特征的存在而已, 就是欣赏是来自于正好对方产生的一个能量状态或者产生的那一组波动正好跟你匹配了, 所以产生了和谐。当产生不和谐的振动频率, 你就产生了不欣赏。

问: 你欣赏一个人会爱上这个人吗?

武则天: 振动频率, 就比如说正好我的振动频率..... 这么说, 一台车四个轮子, 当四个轮子是一样的时候就会产生同频, 就会产生所谓的欣赏。然后它又跟你本来就是的状态是和谐的。所以他们在同样的能量状态里面, 就都在这口井里面, 就是同一个味道。

问: 那欣赏就是爱了?

武则天: 你没有离开你自己本来就是的一个状态, 那就是爱的状态。

问: 如何突破对权威的恐惧?

武则天: 权威只是一个渠道让你去看到你内在的恐惧而已。

问: 怎么突破自己内在的恐惧?

武则天: 如果你都看不到你内在有恐惧呢? 所以当你通过权威的这个渠道看到你内在有恐惧的时候, 你就知道这是属于你内在的, 而不是说真正权威是恐惧的。如果你去处理权威是恐惧的这个事情, 你就在一个相反的方向。那如果你回到你的内在呢? 回到你的内在, 然后去看到你内在的恐惧。那如何逐渐的消除你内在的恐惧? 就是不断地认识生命真正存在的真相。生命是什么? 存在是什么? 因为如果你有这个误会的话, 你就会有恐惧。

问: 当下活的没有激情, 不知道干什么怎么办? 怎么找到有激情的事, 并保持?

武则天: 你只要记住这个状态只是暂时的就可以。它会当你在允许, 我现在就像感冒一样, 这个症状只是暂时的, 那你的感冒慢慢就会好。

问: 人可以不吃不喝不睡觉吗?

武则天: 你们是人, 你们问我不是人的。你自己去尝试去体验。

问: 目前整体的阴性能量和阳性能量是否在发生转变?

武则天: 不能回答这个问题。因为提问者体验的是你的版本的世界。回答问题的女孩子体验的是她版本的世界。你要我进入到哪个版本的世界呢? 如果是笼统的回答你们, 就是所有的一切都在转变, 没有不变的时候, 也没有停止的时候。

问: 经济下行的时候是否需要降低消费?

武则天: 根据你自己的believe system, 你自己相信什么就是什么。他如果有经济上的问题, 如果有限制, 那么他怎么样都是体验的这个, 不管他如何怎样, 他都卡在那里。他本来就在漩涡里, 他本来就在泥潭里面。你在泥潭里面, 你来问我我怎么样。你怎么样都在泥潭里面。

问: 怎么帮助他跳出泥潭?

武则天：没有经济下滑这回事。因为他自己投射出经济下滑的一个相给他自己体验，那就是他体验到的。那别人也在创造不同的版本，经济在上涨呢？他只是进入到一个他认为的世界版本而已，仅此而已。想要转变的话，就跳出那个版本。而不是呆在那去想办法。

问：怎么感知地球每天的能量变化与连接？

武则天：你身上穿着无数层厚厚的衣服、无数层厚厚的壳，你连你自己都感知不到，你还想感知地球？

2024/07/20 – 你可以投射任何你喜欢的

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你目前当下的灵魂主题就好像从一个模糊、不是那么清楚的画面进入到一个清晰的画面, 所以它会是一个好像转变期。这个转变期就是从一个迷茫到清楚知道自己的灵魂状态。所以你目前的灵魂主题就是从一个模糊不清到一清二楚的状态, 就是你越来越清楚比如说什么是你的激情或者是什么是你自己想要的生命状态。就不会在是一个迷茫和无知、无明的状态, 是逐渐走向清楚的一个状态。你现在在从迷茫过度到一个清楚清晰的状态, 在走向这里。这么说, 我们现在在调电视台, 你最开始的状态是一点画面都没有。然后逐渐调, 出现一线画面, 那接下来的画面就是从出现一点画面到清晰清晰, 就没有那个雪花点了, 明白吗? 所以目前是从最开始的毫无画面感到画面出来了, 然后再继续调频, 调到一个非常清楚的状态。

问: 那这个过程大约多久?

高灵: 这么说, 因为这里没有时间, 如果你说有多久的话, 它来自于你受到外界的影响。这么说吧, 就比如说你一直找JOJO老师帮你探索你的, 就是关于你自我。就好像你们呆在这个教室里做题, 我就是要把这道题弄清楚, 我来探索它怎么样怎么样, 和一个我不去做题。你说这个时间长短谁来告诉你? 这里没有一个具体的时间来告诉你。但是因为如果你内在越是迫切的想要去弄明白, 想要去探索, 那它就会越来越清楚。

问: 我的天赋才华是什么?

高灵: 我们感受到当你真正的越来越清楚你自己是谁, 你会像打了鸡血一样, 没有懒惰、惰性、怠慢在你的体内, 你是那种特别积极、行动力强, 你的持久度和热量都非常强烈。但是这必须跟你内在本来就是的样子是同频的, 它必须是你自己激情的事情。所以你就好像刚才一样, 充满了用不完的能量。

问: 以后我想做直播, 我应该自己播, 还是去协助老师?

高灵: 我们永远不会告诉你应该做哪个和不应该做哪个。为什么呢? 应该和不应该做什么东西其实都是可以供你去利用的一些体验, 这些体验你都可以正面的转化它。因为这里没有一个你做这个好一点和做那个会不好一点。都是你在做的过程当中有没有帮助你更加的明确你的身份才是最重要的。如果你没有明确你的身份, 你做什么都是白做, 因为你这一辈子都是在误会当中, 明白吗? 但是如果你在通过你每一次做的过程当中越来越明白你的身份, 哪怕你可能做了一些非常残暴的事情, 但是通过这个残暴的事情让你明白你跟一切万有是一体的。那你通过这个残暴的事情就好像开悟了一样, 那你的能量就是无比的巨大。所以不在乎你有没有去做这件事情, 而是在于你是否能过通过你所做的事情更加的帮助你确定你是谁, 明白吗?

问: 那我如何更加确定我是谁呢?

高灵：任何时刻不是说只是这样那样，ok？通过你跟JOJO老师的交流，这是一种探索，对不对？那你再回到物质世界去跟其他人体验，其他人也会提供一些相给你。如果你能充满觉知，你也能够知道这个他是跟我内在的频率是一致的还是不一致的。那你是谁，所有的外在的一切跟你本身就是的状态是和谐的。这么说吧，你是一条鱼，你说怎么样确定我是一条鱼呢？把你扔到水里面，你说，哇，我在水里面游来游去，是你的天性，你是鱼，对不对？那把你放在陆地上面，你要死了。那你就知道那个不是你，对不对？所以说当你呆在一个和谐的状态里面，你是一个如鱼得水状态，那不就是你了吗？那如果你觉得一切都不是，或者你心里也憋屈或者你心里也不好受，那就不是你嘛，就你不喜欢嘛。很简单，你的水温到底是很烫，你在那边很难受、煎熬。还是说你在里面舒舒服服，你不愿意出来？哪一种？那外界的相是不是一直在帮助你？

问：那我就是喜欢灵性呀，除了这个别的不感兴趣呀。

高灵：它有问题吗？

问：因为我做这个，不能赚钱。

高灵：那你需要处理的是你刚才说的那句话，明白吗？而不是说你激情的事情，激情的事情没有问题。而是说你头脑里面，你相信的东西。就比如说你刚才说的那句话，我喜欢的东西并不赚钱。你产生的这句话，它是个问题。而不是说你的激情是个问题，你的激情没有问题。而是你头脑里面这个声音有问题，它是来自于你的限制。

问：我的牙龈萎缩的原因？

高灵：我们连接到这个来自于你自己并没有一种好像身体里面充满了强大的能量或者激情，就是在这样子的状态下。你的生命好像就是一个不温不火、不冷不热或者就是那种像温水一样，而不是开水。那你就知道温水的能量和热水的能量是不一样的，对不对？热水的能量可以把食物变熟。温水没有办法。所以当你的生命力或者能量缺失的话，它的确会变成各种症状，不限于牙龈的问题，还会有其它很多问题。

问：我眼皮上两侧出现两个黄色斑块也是这个原因吗？

高灵：就这么说吧，你把你自己当成是一个气球，那当然就会产生各种，你们所说的气血不足，它就会产生各种症状给你去体验。所以你只需要去激活你自己的生命力，激情的投入到你的生命当中，所有的一切都会发生变化的，包括你的面貌、气色、你身体的饱满度、任何。

问：接下来如何在金钱上更通畅？

高灵：我们说你们可以抛开金钱的问题，不用去关注、不用去管。因为你们一旦开始觉得我要去操心钱的问题、解决钱的问题，你们的能量就降了。就是本来你的能量还挺高的，一想到钱就降了。就是本来你能量是在一百，想到钱你可能就一下子到二十了。那你在二十和一百，你们的创造力和影响力都是不一样的，明白吗？你在二十的时候，你在什么都是无力的，你也没有力量去影响到他人。你如果持续的保持在一百的话，来到你身边的人都会被你

影响个感染。所以说持续的把自己，就是让自己在一个非常高涨的上面。不要去关注钱的事情。为什么呢？就算你现在播了一颗种子，你要吃到那颗种子上的果子，那你是不是也需要果树长大，从春天等到秋天，对吧？那如果你能够保持你的频率不下降到十、二十，我永远都是如此的高涨，就是在一百。那你的果子就能被结出来了。

问: 那这种高涨我可以刻意的去寻找吗？

高灵: 它更多的是你背后，就是你知道你会有钱，明白吗？就是你知道秋天到了，我有果子吃。那如果你会觉得JOJO老师这么说了，我就要这么做，那是不一样的。你还不相信你秋天会有果子吃的。因为这个本来就是一个自然而然，就是绝对的事情，明白吗？它不是什么迷信，也不是什么在安慰你的话，它是事实。你想象一下，如果一个人他永远如此的有感染力、有活力、有吸引力，他会少钱吗？好运气都会在他身边。那些靠近他的人都会想加入他或者是跟他产生关系。那就算你做个什么生意就会有人气，有人支持你了，对吧？那是不是就是钱啊？

问: 是不是在生活中刻意的做让自己情绪高涨的事情？

高灵: 比如说就做你自己激情的事情，跟随你的激情。

问: 上次连接的时候说我会说宇宙话，说以后我这些功能会自动打开。我想问什么时候能打开？

高灵: 当你越是做你自己的时候，所有关于你做自己的所有功能都会打开。只有你没有在做自己的时候才会减慢。所以只需要去做你自己。

问: 虽然之前学了通灵，但是我还是没有办法听到内心的指引。我怎么能更加确认是我的高灵在给我传递信息？

高灵: 你不需要去确认，因为高灵传递的信息可能就是你车上的一个广告语，明白吗？所以你不需要通过外界，只有这个渠道，NO，各种渠道。所以放下头脑里面怎么样才是传递信息。

问: 那这个广告语我怎么知道是高灵传递给我的呢？

高灵: 你当然知道，你会notice到它呀。不然的话，你看不到它。那如果它让你看到了，你有感觉.....

问: 上次我在学习通灵的时候，我问怎么跟高灵连接，我看到的画面是我在弹古琴，是这样吗？我很喜欢弹古琴。

高灵: 那就是做你喜欢的事情，它不限于只是弹古筝，包括其它你喜欢的事情。

问: 最后还有什么信息要带给我？

高灵：因为你们会对生命有一种担忧，然后我们想让你们相信、记住、知道你们无需担忧任何。你们来到这个宇宙，你们想做任何都是受到支持的，你体验的是这个。所以你需要去运用你的想象力，尽可能的去想象你到底想要什么。你想象的越是清楚清晰，这个物质世界反射给你的就越清楚。如果你自己连想都不敢想或者不知道，或者天天就想着一些乱七八糟或者一些琐事、烦事或者是乌烟瘴气的事，那就是生命投射出来给你的呀。所以尽可能的完完全全的相信生命。相信你就像造物主一样，任何你头脑里想的东西都会投射到物质世界来跟你互动和体验。因为你们本身就是来这里玩这个游戏的，就是来玩我可以把我头脑里面想象的画面变成事实来跟我互动。然后这里像你之前旧有的概念，就是担心啊、生存问题啊、不敢啊、不能啊、这些都是需要你去脱掉的衣服。就是它都需要你去打碎的一些东西，它是限制你们的，它不是事实。因为只有不断地打碎、突破、打破，然后你新的生命才会从那里面诞生出来。那些你还在体验它，并不代表它是真的。你体验它的唯一目的是来让你知道它不再适合于你，它在限制你。

2024/07/20 – 从假象里出来，回到真相

问: (听不懂)

高灵: 我们想带给你的信息是你深深的陷在这个物质世界的戏、或者相、或者这个角色里面，导致你好像没有半点关于你自己生命本身状态..... 这么说吧，你跟你的真我，跟另一半的你完完全全失去了连接，它是一个断开的状态。所以你会发现你的生命力很弱。比如说你是一棵植物，你这根树枝跟树干断开了。所以断掉的话，你枯萎啊、没有力量力气啊，就是生命力很弱的一个状态。所以你说的所有症状都是因为你跟你生命本身断开连接的症状。所以不是专门去处理这些症状。因为如果你没有恢复到连接的状态而去处理这些症状，它只是暂时的，治标不治本。所以最根本的原因还是需要你自己回到你生命的本身。那什么是回到你生命的本身呢？就是恢复这个连接。那如何才能恢复这个连接呢？就是比如说暂停使用你的头脑。比如说你们JOJO老师帮你们做一些治疗，其实她都是暂时把你的头脑关闭的一个功能，屏蔽你头脑再继续运作的一个功能。那当你的头脑在(停止)运作的时候，那你就在跟你的源头产生连接。那当你在跟你的源头产生连接，就不断地给你注入生命的力量，就好像在给你打气一样不断地给你注入生命力。就好像你是一棵植物，在给你注入水，因为你有这个水分，你才能存活，明白吗？你所说的所有症状都是来自于你和你自己的生命、你的真我、你生命的本身断开了连接而产生的症状。如果你只是从你们目前医药治疗你症状下手，它并不能从根本解决你的问题。你还是同样的觉得这里治好了，那里又出问题。它还是会在这样一个状态下。所以说如果是你们自己的话，你们可以尽可能的通过停止你头脑的运作进入到一个静心的状态，选择你自己的方式来让你和你生命的本身产生连接，它就在恢复你的生命力。到时候你根本你妈妈解释一下，她应该听的不太懂。比如说她是一棵植物，它有根。但是她只是看到了上半段，上半段跟根部失去了连接，就好像这段了一样。那怎么样才能恢复健康呢？那就是让它的根部和它这棵植物再产生连接。那你看怎么产生连接呢？那其实上我的课就是让你们跟源头产生连接。这就是为什么你们每一个人都如此充满强大的能量，如此的快乐。

问: 她现在已经73岁了。日常有什么建议给她？

高灵: 比如所做她喜欢的事，就比如说有的人喜欢织毛衣。比如说她喜欢听音乐、戏曲，就是让她头脑关闭的一个活动。所以还得跟她自身..... 就让她的头脑暂停运走，从物质世界这个相、这个角色当中抽离出来，和她的真我产生连接，然后她就在修复，她就在慢慢恢复她的生命力。

问: 那她喜欢打牌，小赌一下也可以吗？

高灵: 她头脑还是在运作的。打牌可以让头脑不运作吗？她的头脑运作的很厉害的。你看为什么那些搞艺术的人都比普通的人年轻呢？因为他们在做他的艺术的时候，就跟头脑断开连接了。所以有些人有一些艺术层面的兴趣爱好，也会帮助他们(释放)情绪上、心灵上的压力。

问: 关键是她现在没啥兴趣爱好。

高灵: 那你可以运用你的疗愈功能，然后通过你这边来给她做一个疗愈。你创造一个疗愈场，让她的头脑可以暂时的关闭片刻，就被动的关闭。

问: 怎么样创造这个疗愈场?

高灵: 我怎么给你们创造的? 我当时上课的时候给你们用的方式, 你就用那种方式可以了。

问: 就是允许?

高灵: 要去邀请的。

问: 她的灵魂主题是什么?

高灵: 她的灵魂主题是关于脱离物质欲望, 因为她的物质欲望很强的。就是她对这个世界物质社会、物质欲望很强。然后她的灵魂主题就是要做到清心寡欲的这种状态。就是从一个有强烈欲望到一个清心寡欲的状态。这是她的灵魂主题的一个扩展方向。

问: 现在有些难

高灵: 是的, 因为她的灵魂有一点比较计较结果, 就是把过程看的比较淡, 比较注重结果。对她来说结果怎么样才是重要的。我们想让你知道的就是说你们物质世界存在着他们还物质世界有非常强烈的依恋、依赖、依靠, 然后你们需要放下你们自己的执念觉得他们需要达到和你们一样的状态。为什么呢? 因为他们有他们需要体验的功课。你只需要专注于你自己的功课。然后让他呈现的这个相可以正面的服务于你。比如说如果他创造的一个相, 他给你显化了一个你看我只是沉迷于物质世界, 我活的不开心、压力大或者是怎么都不满足的一个相。你可以正面的去使用利用它。那么它的存在就在间接的支持着你们这个集体意识的蜕变。也就是说不去改变他呈现的这个相, 而是来运用他这个相来支持你这个生命体来得以转变。这么说吧, 比如说他是一团火一直在那烧。你不是要把他这团火熄灭, 而是说你把他这团火放到放到厨房里面烧饭。那如果你只是试图去灭火的话, 那你是不是就少了烧饭的能量了? 所以就是运用他本来的状态, 然后让他本来的状态可以正面的支持你这个灵魂得以绽放和扩展。那么他的存在就是有价值和有意义的。

问: 家人看到妈妈身体不好, 心情也会沉重。如何调整家人的心情?

高灵: 就是不被外界的幻像, 就是没有入相。因为如果你入相, 那你就是入相了, 你怎么调节呢? 你怎么调节, 其实你还在相里面。那就是说通过这些事件、这些相去看清楚生命的真相。因为你们很多人都活在误会当中。当事人活在误会当中, 然后投射出他们很可怜的那个人也在误会当中。你们是一个接一个的误会。

问: 就是觉得她已经70多岁, 已经很难知道生命的真相了。

高灵: 对, 我们刚刚带给你的信息就是去正面的运用她创造的这个相。比如说她是一团火, 我们不是说把它熄灭, 而是把这团火放到厨房来给你做饭。也就是说你母亲创造的这个相, 不是说你要执意的去改变这个相。而是说你去运用这个相来推动你去进一步对生命的认知和探索。因为只有你自己从这个集体的幻像当中出来过后, 你才能带领其他人走出来, 你才能看到生命的真相。不然的话, 你自己都是在误会当中。

问: 心脏怎么办, 好疼。

高灵：你稍等，我们邀请观世音菩萨来给你疗愈。观世音菩萨有给她注入能量，然后有一些话想要带给她，就是让她多去做有爱的事情，多给出自己的爱，多去做有爱的事情。因为她是一个，比如说不是一个很无私的奉献和给出去爱的那种状态，就是这种频率比较少，然后让她的心脏是受到滋养的。因为如果她没有产生这个能量场，她的心就没有受到什么滋养。

问：她想问哪些是有爱的事情？

高灵：哪怕就说几句有爱的话，就比如说非常的感谢、感恩，然后你们都非常好，我非常感动。哪怕就是嘴巴上对别人：你好有爱心，你好有爱。哪怕就是对他人赞美的语言。因为这些都触碰到她的心，就当她在说这些语言的时候，这个爱的频率会通过她这边振动出来。就这么说，她内在没有分泌出东西。打个比方就好像她不再分泌口水了。那嘴巴不再分泌口水，那如果她说一些你们真的很照顾我，我很感谢，就感恩感激嘛，就这种。为什么人家说要一直处于感恩的状态，那其实你就在分泌一个东西。那当她在做出这样的行为，就是言语上，不一定行动上，行动只是你自己对于爱的一个表达。那你就在分泌这个东西。这个东西才是真正能滋养你心脏的一个东西，明白吗？哪怕就是让她给女儿说，女儿，你照顾我，你辛苦了，我很爱你。就说这些就可以了。或者给身边的其他人。

问：有一个女婿跟我妈水火不容。有什么话可以让她放下吗？

高灵：那你就跟你女婿说，对不起，可能我一直对你有意见，希望你原谅我，我爱你。

问：做不到

高灵：做不到，心中的爱就没有出来。心中的爱没有出来，那个地方就没有滋养。那你可以在心里面说，你不一定要当着这个人说。它最主要是让你心里面，内在的爱出来。你要知道你做的这件事情不是对别人，而是对你自己。让你自己心中有水分。你现在心里面是干的。因为你身上的能量导致他有攻击性，如果你心中都是和平和爱的能量的话，他不会有攻击性。心里面，你是为你自己而做的。这里没有对和错，这里只有你个人，修你自己。让妈妈都念一些观世音菩萨。你或者给她买一个念佛机让她听，这样也能帮助她静心的。她现在最主要的就是两点，第一点就是让她的头脑少活动，就是把她的注意力转开，比如说念佛机。还有就是让她多做一些有爱的事情，爱就好像是水分一样，让她心里面不断地产生水分来滋养她。因为这是她最缺少的。然后让她少关注外在物质世界的相，为什么老年人会眼花啊？就是让他们少看点。为什么会耳聋啊？少听点。修内在。所以眼睛太清楚、耳朵太清楚不好的，就会被外界的相给干扰。

问：家人如何陪伴她可以有利于她的身体康复呢？

高灵：比如说刺激她做一些有爱的行为，所以你要允许别人给你一些关爱的行为。有时候当你们在受的时候，你们也是在让她心中爱的源泉能出来。不然的话，你们就堵了一个通道。

问：有时候让她给与的话，她会觉得我们没有孝心。

高灵：就让她嘴巴上说。物质上不用给。

问: 我妈的高我还有什么话相对她说吗?

高灵: 就是停止关注外界, 然后只是去在内在不断地和解、放下、感恩、感激。因为外界的相让她更加的和她的真我分开的更远了。她现在是要回到她的生命本身, 和它产生连接, 她才能得到那层滋养。所以就不要再继续被外界的相牵引走。因为她内在已经有一些相产生在她里面了, 就不断地和解。

问: 她跟我一个姐姐相处总是会争吵。

高灵: 那就是了。她还在关注外在的相。外界相都是幻像, 都是假象。就这么简单, 她的能量现在变成这样子, 那我们现在先切掉跟外界的一切, 就是不再收垃圾了。外面的垃圾不进来, 我们要把里面的垃圾给它转化。转化成什么? 转化成纯净的, 就不再是垃圾了。那她这样是不是就干净了? 那如果她不去处理内在的垃圾, 不去转化它, 然后还源源不断地收垃圾?

问: 什么是垃圾?

高灵: 垃圾就是外界的那些相。比如说她觉得这个人这样, 那个人攻击我, 这个人要打我。这些都是垃圾。你接下来越来越做充满爱的事、感恩的事, 你的心脏就会越来越舒服。它的舒适感就会越来越好。不信你自己去实践。

问: 有什么话对我说的吗?

高灵: 你稍等。一切都会被照顾好, 不是让你们去转变外面的相, 而是转变外面的相能如何的服务于你, 就是运用外界的相如何的来服务于你。这么说吧, 让外界的相如何服务于你, 比如说外面有一堆火, 不是说如何去把火灭了。而是说让它正面来服务于你, 你用这个火去做饭, 然后你吃了饭过后变得更有精神了。因为你们人往往会执着于把火灭了, 觉得的火不好。那你们就入相了。所以这句话简单一点就是说借假修真。就是借外面的假象, 因为外面的是假象, 你说你如何去处理它? 你处理不了。为什么呢? 因为你妈妈生病是个假象。你们能体验到这个是因为你们在这个频率里面。她把她当成是一个肉体, 这就是一个假象。如果能从这个肉体的角色里面出来, 她就没有了所有的恩恩怨怨了。她就回到真相当中。回到真相当中, 她的身体就变好了, 就没有病痛这个假象了。那如果你不回到真相当中, 只是在假象当中处理这个问题的话, 你们只是在加深这个假象而已。

问: 我妈妈只要跟着你说的去做, 病就会好是吗?

高灵: 病只是个假象。你回到真相当中, 你的假象全部就消失了。

2024/07/20 – 连接赛斯

问: 积极的人生态度和消极的人生态度会有不一样的结果吗?

赛斯: 你说你吃屎和吃蛋糕是完全一样的结果吗? 你告诉我, 一坨屎和一块蛋糕, 你告诉我吃屎和吃蛋糕是完全一样的结果吗? 连过程都完全不一样, 结果呢?

问: 那怎么样能拥有积极的人生态度呢?

赛斯: 当你体验完所有那些消极的, 你就可以体验积极的了。那如果你还想继续吃屎, 你就继续吃屎了。你屎没吃够, 就继续吃。

问: 为什么有些人那么积极, 是因为他们已经吃完屎了?

赛斯: 可能有的人特别敏感, 他们一碰到屎, 我才不要碰, 他尝都不会尝一口。那有的人觉得吃屎好啊, 有营养, 别人都在吃, 我也吃。吃屎是常态嘛。世界上百分之九十九的人都吃屎, 我也吃。你看着别人都吃, 你也觉得吃屎是自然的事。所以难吃你也吃, 因为你觉得这才是作为一只狗必备的标准。

问: 除了这个原因, 没有其它原因让他积极吗?

赛斯: 只是打一个比喻来让你们看到。那我们现在正儿八经来给你们讲, 为什么有些人没有选择积极, 而是选择消极的人生? 首先在他的内在, 他有不值得、不配感。他会觉得这么美味的蛋糕不是我这等人能吃到的, 只有有钱人能吃到的, 只有皇室贵族才能吃到。我天生贱民, 我只能吃屎, 明白吗? 所以他内在的不值得感, 然后对生命的误解会导致他选择跟大众一起吃屎, 而不是选择和少数人吃蛋糕, 因为他不相信。

问: 那他内在的不值得感.....

赛斯: 你们不都有嘛。因为你们会觉得蛋糕就这一个, 就只供这一个人吃, 怎么可能轮到, 对不对? 所以说你们的这种想法..... 我说你们每个人都有几百个亿, 你说怎么可能? 我啥都没有, 啥都不是。我说你有几万个亿, 你说怎么可能, 我啥都没有。你们自己就已经把那扇门给关上了。那你们人类为什么会有这种不配感或者是不值得感, 觉得自己没办法去拥有这些东西? 他来自于你们人类的集体意识被植入的一些观念和概念。ok, 再回到很久很久以前, 你们会投射出来什么? 皇帝、贵族、贫民、贱民、奴隶..... 对不对? 所以在你们的骨子里面, 在你们的集体潜意识里面你们就已经给人类分化出三六九等, 明白吗? 你们会根据这个物质身份携带的一些资源来去给它社会定位。所以这些只能说明你们入幻、入相。物质世界本来就是一个幻像, 但是你们太把它当成真的了。就你们把物质世界这些实实在在的, 比如说他是皇室, 你见到他就给他低头, 给他拜, 那就是你入相了。如果你没有入相的话, 你就知道我跟你没有区别。因为每个生命并没有高低之分。所以说你们的集体意识是在一个幻像当中。因为他入幻了, 那这个幻像当中的一些观念、概念都在你们的集体意识里面。所以你们会根据你们自身的状态而去产生一种, 我是什么什么。所以说这都是因为你对你自己角色的一个执念执着而产生的。

问: 如何清晰地知道什么是自己的激情?

赛斯: 很简单, 当你在去尝试自己不激情、没有兴趣、无聊的事情, 它其实也是在帮助你去认识到你自己激情的事情。比如说如何知道我到底喜欢吃什么口味的? 到底是酸的、甜的、麻辣的还是什么? 那你在吃酸的时候也在帮你认清楚你到底喜欢吃什么, 对不对? 所以说当你在做一些无聊的事情, 它其实也在帮你探索和发现你到底激情什么。因为你们来到这里, 你们需要去找到自己。那个自己什么呢? 是灵魂层面的你。因为你们一直是以物质角色的那个你在生存、在运行。所以你们不知道你们的灵魂到底什么样子。在这个过程中你就会体验到跟你的灵魂不一致的一些东西。当然你心中会产生一些不适感。因为它如果是你灵魂本来就有的, 就是它如果是在你以内的话, 你是舒适的状态。如果它是你以外的东西, 你会觉得有一点格格不入, 明白吗? 所以外界的一切都在帮助你认识真正的你。真正的你是灵魂, 而不是这个物质头脑的你。

问: 所以就是去更多体验, 去做自己不激情的事情才帮助自己发现激情?

赛斯: 这么说吧, 做自己激情的事情就好像我自己把自己的身体放在水里面。我不可能不知道哪个水温是舒服的, 哪个水温太热太冷, 明白吗? 所以当你在行动的时候, 那个事情到底是不是你的激情, 你也不可能感知不到的。你也会感知的到底那个是不是你自己所激情的。那如果是你激情的, 你会毫不费力。当你在觉得你很费力、很吃力, 那就不一定是你激情的, 明白吗? 为什么呢? 因为当你在做你激情的事情, 它就像给你打了鸡血一样, 你就会行动, 让你停不下来的感觉。所以它会让你有一种就好像忘记了外界和时间的存在, 就好像你只是在里面。

问: 那很多人一辈子做着自己不激情的事都发现不了自己激情的事。

赛斯: 他们有限制和恐惧, 因为他们头脑里面有限制, 比如说想都不敢想, 尝试都不尝试。然后恐惧, 他们会觉得如果去做自己激情的事情, 可能他的生存就有问题。比如说我的激情是像JOJO老师一样通灵。怎么可能? 通灵又当不了饭吃, 还有别人说通灵都是弄神弄鬼的。别人会怎么说我, 怎么看我? 明白吗? 那他可能就不再去碰它, 因为他内在的恐惧和限制。这就是为什么我们一直在传递信息给你们, 不断地去拿开你们的限制, 不断地去清理你们的恐惧, 让你们可以follow your passion, 就可以follow那你内在真正的你, 而不是你头脑把这个堵住了。就是你的一些限制把这个堵住了, 让你没有办法成为真正的你。因为你们每一个生命来到这里, 是来允许你这颗种子, 真正的你是一颗种子, 让这颗种子可以发芽、开花、成长, 去展现出来。那如果你的恐惧把它一直压在那的话, 它的生命力出不来。出不来的话, 它感受不到生命的力量, 它也感受不到生命本来是什么样子, 它也不知道自己的天赋才华, 它也不认识自己, 它是一个没有发芽的种子。

问: 除了高维信息, 还有其它办法可以拿开这些限制和恐惧吗?

赛斯: 那就是你们的集体意识。比如说你们的集体观念里面你们都知道这个世界没有恐惧, 明白吗? 在集体潜意识里面, 他们自然而然就是这样子。

问: 那集体意识里面怎么样才能没有这些限制和恐惧呢?

赛斯: 那你就在集体意识里面。你就不断地清理你的限制、拿开你的恐惧, 明白吗? 比如说你活的没有恐惧, 没有限制。那你的孩子是不是自然而然也是这样子? 因为他们知道这才是真正的状态, 对不对? 那当你的孩子这样, 那他的孩子是不是自然而然也是这样? 那不就都是嘛。

问: 但是集体意识怎么样才没有恐惧呢?

赛斯: 那就是爱存在, 就没有恐惧了。你还有恐惧存在, 爱就不存在了。爱出来了, 其它就消失了。

问: 怎样改变自己的人生现状?

赛斯: 那就是扩展你的意识。就比如我们所有的传讯就是来帮助你改变你的人生现状的。

问: 一位网友问可以看看他的精神病是因为什么而得的吗?

赛斯: 首先当你处于一个症状, 我们不能说它是精神病。因为精神病是你们物质世界的一个定义, 明白吗? 如果出现一个症状的话, 那一定是这个灵魂它的一些设计安排, 还有它有可能是为了集体的课而去承载这个。就比如说你们集体意识里有排斥, 那我就展现出被排斥的相让你们感受到、体验到、看到你们有的排斥。所以说这个是他个人灵魂的一个安排, 还有根据你们集体意识需要一个什么样的课程而那个什么的。

问: 所以跟他通灵不会开关没有关系是吧?

赛斯: 这么说吧, 实际上你们每个人都在通灵, 但是你们通的是什么灵呢? 灵是什么? 是能量。那你在受什么能量影响呢? 那你是不是时时刻刻也在受你们的负能量、黑暗能量、恐惧能量, 就是各种能量, 你在受它们的影响。那你在受到一些其它能量和意识的影响。我们说灵是energy, 是能量, 就是一个像信号一样。那如果你的频率在这里, 你只能在这个范围内, 只能在它周围去连接和捕捉。如果你在这里的话, 那你..... 所以说不断地让你们自己处于一个没有恐惧、没有限制的状态话, 那你们通的都是光和爱的能量。那你就是一个发光体, 对不对?

问: 会不会有人因为通灵不会开关而得精神病, 跟他的灵魂计划没有关系?

赛斯: 首先只是你们物质世界看到的这样, 但是实际上你们物质世界体验、展现的一切都是跟能量是有关系的。因为你的这个肉体只是一个镜子一样, 它是呈现的功能。所以它没有做抉择的功能, 它没有选择的功能, 它只是一个呈现的功能。因为你们会觉得有些事情是你们自己做的决定, 但是实际上是那个能量呈现出来而已。首先你们的灵魂的路线或者主题, 这些所有东西并不是来要你命的或者是来陷害你的。所有设立的这些障碍是来让你突破的。就不是说你来这受罪的或者是怎样。那你体验到的受罪是来自于你自己还没有突破。当你突破了它, 它就不再是受罪的了。

问: 那是不是因为通灵不会开关而得精神病?

赛斯: 这个是进入到你们的头脑, 你们会想要给事情一个定义或者给它一个合理的说法或者解释。但是你们头脑并不具有能够知晓这个灵魂的功能。它只是在当下, 你的头脑的功能是可以保持可以跟当下产生连接。但是他现在在试图用他这个只是跟当下产生连接的工具来试图去弄懂他灵魂层面的计划和安排。这么说的话, 就是说你停留在这个方面, 你永远都搞不懂。

问: 所以这个精神病是他灵魂计划的一部分?

赛斯: 这么说吧, 如果真正的说精神病的话, 只是你们物质世界共同的一个功课。这是你们集体意识共同的功课。因为没有精神病的一个说法。只有能量的显现。然后你们把一些失控的能量当成是一些病状。

问: 但是你刚才说精神病是跟他的灵魂计划.....

赛斯: 对啊, 你们的集体课题。所谓我们说所谓的精神病, 而不是正儿八经他有精神病, 明白吗? 因为这是你们人类的一种认知和定义, 你们对生命有限的认知让你们这么去看待一件事情。所有你们承载的都是你们集体意识中的一部分。

问: 激情是会变的吗? 怎么知道它变了?

赛斯: 你跟随你的激情你就知道了。如果你一直走在你这条激情的路上, 那你就知道。你激情的方向可能会变或者激情的事情可能会变, 但是你内在的激情表现的一些状态是不会变的。你可能在不同的阶段需要一些不同的体验, 需要去专注一些不同的领域。但是实际上它都是为了一个大的picture。比如说一个人一段时间特别激情音乐, 一段时间特别激情画画, 他最后成为一个把画画和音乐融为一体的人。

问: 怎么知道自己激情变了?

赛斯: 你就好像问我喜欢喝饮料会变吗? 我怎么知道我今天喜欢喝水还是喝可乐? 你当然知道呀。你当然知道你今天不太喜欢喝水, 喜欢喝可乐呀。

问: 总是对家人的伤害耿耿于怀, 对他们的照顾视而不见, 心里总是撕扯, 想要回击, 怎么办?

赛斯: 不需要处理你对家人的抵触感, 也不需要去处理任何外界的问题, 你需要不断地让你这个生命体成长、蜕变。比如说你停留在一个种子的状态, 你说我怎么样怎么样..... 你只需要你让你这颗种子突破、发芽、开花结果, 明白吗? 你自然而然就没有埋在土里面了, 而是长到空中去了。那如果你只是呆在土壤里去处理任何问题的话, 那你还在那里。允许你这个生命, 因为你们生命来到这里跟一颗种子进到土壤里一样, 没有区别。它就是不断地成长、变化。你如果停留在这个地方不成长的话, 你当然还是同样的模式和感受去应对这一切。当你从一个生命状态到另外一个生命状态, 就好像你最开始是毛毛虫产生的一些问题, 当你成为一只蝴蝶的时候, 你便不会有那些问题。所以你问的这些问题只产生于你现在还是毛毛虫的阶段。但是你这个生命不是永远都停留在毛毛虫的阶段, 它会蜕变的。那如果它蜕变了过后, 当然毛毛虫阶段的问题也会随着它的蜕变而消失不见的。比如说毛毛虫会说土

壤黏糊糊的，我不喜欢，我的脚都受伤了。那你说怎么处理这个问题？当你变成了蝴蝶，你还会再问这个问题吗？不会的，你在空中啊。所以说不是单独去处理这个问题，而是说让你这个意识体、让你这个生命体不断不断可以得以蜕变、成长。

问：我们的信息有时候说要有目标，要有强烈想要的意愿。有时候又说我们想要就是表示没有，就会一直在想要的状态。请问如何区分？

赛斯：你想要是来自于你知道那本来就是属于你的呢？还是来自于我没有，我想要？这是不一样的，明白吗？就比如说我是一个国家的国王，然后我想要这座城堡或者是我想要这些兵马。是这种状态，你知道你是国王，你想要这些，你就能拥有它，对吧？这是一种状态，因为你想要你就能拥有它，你已经拥有它了，明白吗？和一种我没有，我特别羡慕他们有，我特别想要。这种频率是不一样的。因为不在于你到底是怎么样，而在于你的频率是从哪个出发点呢？到底你是以一无所有的身份呢？还是国王的身份呢？明白吗？这个是不一样的频率的。因为你是国王的身份，你想要某些东西，就算它现在还没有开花结果，你会知道本来就是属于你的，只是现在果子还没有结出来而已。但是另外一种呢？你看他们都有，我好想要，为什么我就没有？

问：如何在短时间内精准显化？想显化什么事件都是可以做到的吗？

赛斯：如果你想要快速显化的话，你就已经离开了你可以去显化的一个状态了。因为你有一个就是那种快点快点，就是迫切嘛，就你离开了……这么说吧，你想要在水里抓鱼，但是如果你离开了水，你还想着快点去抓鱼。就你一快的时候，你就离开了水，你就没办法从海底里去抓鱼了，明白吗？你需要去放下那个‘快’字。如果真的要快的话，那就是说不在乎那个结果，你已经是了，你已经在果里面了。这个就是所谓的快。就是你已经在。就这么说吧，比如说我想成为百万富翁，那你现在就已经是百万富翁的样子了。

问：怎么样才能做到这样子呢？

赛斯：就是你就像是神经病一样，人家笑话你，你就觉得我本来就是百万富翁，就这种。就别人说你都不相信。

问：所以如果这样想……

赛斯：并不需要想啊，你是啊。是和想，不一样的。

问：如果这样做的话，是不是什么都可以显化？

赛斯：你当下已经拥有了呀。但是物质世界会慢慢逐渐去匹配你拥有的那个果而已，明白吗？你已经拥有了，并不是说你要真正的等到那个果。如果你是真正的等到那个果，你才觉得你显化了的话，那你就进入到你的执念了。你当下已经有了呀。已经有了，物质世界不得不去把你的是的状态给呈现出来，明白吗？

问：那怎么样才能像精神病一样觉得自己已经拥有了呢？

赛斯：就是别人怎么说，他都不相信，他只相信他感知的，明白吗？他已经在那个版本里面了，他瞬间穿越到那个版本里面了。就这么说吧，精神病本来住在一个小茅屋里面，但是他说我就住在皇宫里面。然后你说你就是神经病，你就是在小茅屋里面。但是他体验的他就是在皇宫里面。他的感受啊、体验啊、体感啊，所有东西，他就是住在皇宫里面。那他已经是了呀。就物质世界它呈不呈现这个相，他也已经是了呀。那你们物质世界有这个相不就是为了让你有这个感受吗？那你这个感受已经有了，那是不是你已经成了呀？你想象一下你们外在的相是不是就是来支持你产生一种感受？对吧？那你已经有了这个感受，你那个果已经实现了呀。

问：那这样的话，你已经有了这个感受，有没有果已经没有关系了？

赛斯：你已经有了呀。如果没有的话，你就不能体验到那个果，对不对？那你已经体验到那个果，是不是就已经有了？

问：总是被孩子障碍自己怎么办？跳脱不出来怎么办？

赛斯：就是被你这个物质身份给限制住了，对不对？那只能说明你就进入too much，就是你的时间..... 比如说JOJO老师通灵的时候就从物质世界出来了，对吧？那她一天通几个小时的灵，那实际上她一天只有几个小时在她的物质身体里，其它时间她都没有在物质身体，对不对？那你呢？你24小时都在物质身体吗？明白吗？那如果你大多数时间都是进入到你的物质肉体，那你肯定就进入到这个角色里面了。那如果你从这个里面出来呢？那你是不是就不会被它困住了？

问：那怎么从里面出来呢？

赛斯：你说呢？你们JOJO老师给你们上的课都在干什么？帮你们模糊你们的身份，明白吗？

问：模糊身份的方法有哪些？

赛斯：通过这么多信息就来让你知道你不是你的身份，你是这样那样。那JOJO老师的课也在让你关闭你的头脑，让你进入到一，进入到这个能量，进入到那个能量，让你跟其它能量融为一体。那是不是就模糊掉你的身份了？你感受不到你这个身体存在了，对不对？

问：怎么才能从对方出轨的痛苦中走出来？

赛斯：模糊掉这个身份啊。刚才不是说嘛，你花了多长时间在进入到这个角色里面，在进入到这个身份里面。那如果你能跟这个身份断开连接呢？还有痛苦吗？明白吗？

问：害怕自己会发生不想发生的事情怎么办？

赛斯：你产生的这些东西，产生的这个相只是说明第一，你对你自己身份的一个不认知，对真相的一个不认知，你活在误会当中。你是无明，就这么简单。那你在这种状态下，你会产生很多问题。这只是其中一个问题而已。

问：对于刚才出轨的事件，就是怎么从痛苦中走出来。除了模糊身份以外，还有其它方法吗？

赛斯: 找JOJO老师, 然后去探索她的灵魂主题, 去探索她跟这段关系的一个灵魂主题, 然后知道这个关系和这个灵魂如何来服务于你。然后你就清楚了, 而不是深陷在这个幻像当中。就你能看清楚真相, 对吧? 因为这个是幻像嘛。因为你看不清楚, 你只能看到那么一点点, 一个皮毛。但是那个皮毛不是事情的全部。所以如果你能理解事情的全部, 你就能理解原来是这样。

问: 总是回忆痛苦, 怎么转变思维, 转到正向?

赛斯: 首先没有回忆这回事。你只是在你当下的频率和能量场里在创造这个相而已, 明白吗? 你当下的意识程度。那就比如说你在JOJO老师的课上, 你特别嗨, 你再回忆痛苦试试? 那当你在这样子的一个能量场, 你觉得那算啥事? 说起来你都觉得..... 如果当你进入到一个特别低频的状态, 你想起你都很痛苦。所以说你是在当下的意识形态和频率状态, 然后头脑里面创造的一个相给你自己体验而已。你品尝的是你自己的那一套系统, 就是你是自己那一套系统的结合而产生的那个果和相。

问: 那经常有回忆痛苦的情况发生, 那怎么去转变呢?

赛斯: 提升啊。你的频率提升过后, 你就不会总是投射出一些痛苦的相给你了。

问: 怎么样才能让喜欢的人喜欢自己, 深爱自己?

赛斯: 你先不要喜欢别人, 你先喜欢自己, 深爱自己, 明白吗?

问: 怎么深爱自己?

赛斯: 你首先要创造一个你被你自已迷住, 被你自已吸引住。你在那样子的一个状态当中才能散发出一种别人也同样被你创造出的这个能量场吸引住和迷住。那如果你创造的一个相是你喜欢对方, 那就是你创造的那个相。

问: 那怎么创造自己被自己迷住?

赛斯: know yourself, 认识你自己。虚假的你是没有魅力的。你们很多人都是虚假的身份, 它是没有魅力的, 没有吸引力的。只有真实的你, 灵魂的你出来过后, 它才会有吸引力和魅力。

问: 那怎么样让灵魂的我出来呢?

赛斯: 你们JOJO老师在教你们做什么? 活出自己, 探索生命真相, 拿下限制, 清理恐惧。做的所有的一切不都是?

问: 明心见性的性指的是什么?

赛斯: 那你们指的是什么? 你们在编这个文字。是你们赋予这些文字含义, 你告诉那是什么。

问: 俄罗斯新西伯利亚阿娜斯塔夏的灵魂是什么样子的?

赛斯: 限制比较少的。

问: 她连接的祖传家园是?

赛斯: 她的表达方式。

问: 到底有没有适合人类生活的样子?

赛斯: 这里没有一个叫什么适合人类, 地球就是适合人类的, ok? 地球创造的所有的一切就是适合你们人类的。只是你们有些人需要这些刺激, 需要这些所谓的限制。

问: 祖传家园只是她的一个?

赛斯: 只是她自己创造的一个世界的版本, 符合了某些人, 他们想加入而已。

问: 请问有新老灵魂的说法吗?

赛斯: 就好像老学员、新学员。你生的孩子是新的吗? 新生命。

问: 那对于灵魂来说, 而不是对于物质身体。

赛斯: 一样的概念, 用你头脑理解的方式就是这样。那这棵树发的芽是新的吗?

问: 怎么看待财富? 每个人一生的财富是固定的吗?

赛斯: 我们没有怎么看待财富呢? 贫穷也是财富啊。

问: 每个人的财富是固定的吗?

赛斯: 你的财富到底是指什么呢? 你的财富到底是指对这个灵魂的历练和提升? 还是说你只是指金钱? 但是对某些灵魂来说, 贫穷就是他的财富呀, 匮乏就是他的财富呀。残疾、缺失某一种功能就是他的财富呀。所以你头脑指的财富到底指的是什么呢? 就是指金钱吗?

问: 人一生的金钱是固定的吗?

赛斯: 它根据你的能量级别。你能操控多少? 运通多少? 好像你的水准、水平、分数, 它是固定的吗? 还是一直在增加? 你的力气是固定的吗? 就好像你能拿到多少重量? 你的力气多大? 你的muscle, 你的肌肉有多强壮? 你是只能拿起二十公斤? 还是不断地刺激你的肌肉, 可以拿到两百公斤? 它是同一个状态吗?

问: 怎样拥有花不完的钱?

赛斯: 钱本来就花不完, 只是你头脑会觉得钱会花完。

问: 如何成为你自己? 自己是指灵魂吗?

赛斯: 那个你是小我的那个你呢? 还是能量的那个你呢? 就是灵魂本身的那个你呢? 你们指的是哪个你呢? 因为你们的认知, 你们会把物质角色的这个你当成是你。那你们就已经进入了一个误解。那如何成为灵魂层面的你? 那就是不断不断地去放下你的头脑、放下集体意识、放下你的恐惧、放下你的记忆、放下你脑海里面的一切, 那你就能以灵魂本身就是的状态存在着。

问: 为什么钱花不完?

赛斯: 你在花钱的时候你在干什么? 你在给出去, 对不对? 那你给出去, 宇宙的法则是什么? 你给出去什么, 就返回什么。

问: 那为什么有些人越花越没呢?

赛斯: 那只是他内在的一种恐惧或者是匮乏的能量导致他有这个体验而已。那如果他能把花钱变成一个他是丰盛的, 永远都花不完的这种状态去花钱的话, 就会是另外一个结果, 明白吗? 所以说同样的钱、同样的东西, 当你是以这样子的状态花出去和另外一个状态花出去, 它反射出来的状态是不一样的。为什么呢? 因为一个是他花的很开心、很爽, 他的频率很高, 对不对? 频率很高, 他就有吸引力, 对不对? 他就会吸引很多好事好人好运气在他身边。另外一个愁眉苦脸的, 我的钱又花完了, 我好惨啊, 我好穷。谁想靠近他?

问: 宇宙的法则是什么?

赛斯: 宇宙的法则就是你感知的一切都是你自己。

问: 生命的真相是什么?

赛斯: 生命的真相是永无止境。如果它是有生命的话, 它就是永无止境, 因为它是生命嘛。那它永远都是生生不息。

问: 近视眼如何恢复正常?

赛斯: 转到另外一个平行世界, 就进入到另外一个版本的自己。

问: 具体怎么操作?

赛斯: 转变你的, 比如说你里面的一切, 你的believe system换了。比如说你的所思所想所感受, 你的feeling、acting、所有这些行动行为全部都转变了。就完全totally、completely different person, new person。

问: 怎么变成一个新的人?

赛斯: 旧有的你不断地死去。你会拿着你的观念不放吗? 你在拿着你的观念不放吗? 你在持续的投射那个吗?

问: 怎么化解仇恨?

赛斯: 也是不需要化解仇恨, 只需要让你自己成长。

问: 不把自己困在妻子的身份, 但是遭到世俗的抨击怎么办?

赛斯: 当你的能量级别太小的话, 你没有办法去回应外界、处理外界的一切。你当然会感受到一种吃力。当你的能量级别够强大的话, 自然而然你也不会有这样子的问题。所以就是不断地让你的自己的能量增大。

问: 小我的自由意志和高我的规划之间是如何相互影响作用的?

赛斯: 当你在用你小我的模式去体验你的人生的时候, 你会感受到很费力, 你需要很用力。它消耗你。因为它是强加于你的。就相当于一条鱼要在岸上走路一样。如果是你本来就是的状态, 就好像你在水里游一样, 它是毫不费力的。那你一会儿体验到如鱼得水, 一会儿体验到窒息, 就这种。那你说怎么相互影响?

问: 如何理解造物主的能量?

赛斯: 能量不是来让你理解的。

问: 如何理解你是宇宙之王?

赛斯: 你是活在集体意识当, 还是活在你自己创造的世界当中呢? 如果你是活在你自己创造的世界当中, 你的世界只有你的话, 那你就是世界之王。那如果你脱离你自己的世界, 进入到公众的平台, 那你就是受集体意识影响的。

问: 怎么样运用能量在物质世界里成为造物主?

赛斯: 这就是你们JOJO老师在教导你们的。

问: 怎么看待解决拖延症?

赛斯: 越来越多的去活出真正灵魂的你, 然后关闭头脑, 允许你灵魂的本身它去展现呈现。

问: 如何不被集体意识的负能量影响?

赛斯: 有一个宇宙, 你是呆在你的宇宙里面呢? 还是进入到集体意识当中? 如果你选择离开你自我的王国, 进入集体意识当中, 那就是你体验到的。那如果你呆在你自己的王国如如不动呢? 他们影响不到你。

问: 怎么呆在自己的王国里面?

赛斯: 你知道生命的真相吗? 你如果不知道, 你不知道外面恐吓的事件跟你没关系, 你不会被人拉来拉去, 扯来扯去。

问: 眼前没有钱, 也不想上班, 只想玩, 怎么办?

赛斯: 你相信你通过玩也能支持你这个生命体存活, 你就能玩出一个花样来。

问: 想法跟周围的人没有交集怎么办?

赛斯: 以前有过交集吗? 也就是说你的想法跟周围的人有交集只是暂时的一个假象而已。你自己的想法变来变去, 怎么交啊? 明白吗? 所以不要去追求或者是想要你的想法跟周围的人是怎么样的。每一个生命体在它自己的时间阶段里面去体验它应该体验的。

问: 和周围的人不同频应该怎么办?

赛斯: 放下你希望或者是关系以什么样子, 比如说需要同频啊、需要我们俩有很多话题啊, 就是放下这种, 放下任何这种对关系的期望。因为关系并不是说以你所谓的同频的关系这样子存在在你的生命当中的。关系在你们的生命当中最主要的是能反射出你自己是什么样子。通过关系你能体验到你的这个生命体。所以说当你放下你期望关系都是怎么样或者是铜牌的, 那你就更快的从这个关系当中去获得你需要的一个礼物。当你在不断地不断地拿礼物, 你就在不断地升级。当你能不断地升级的时候, 外面就没有东西了, 就是没有所谓的不同频, 你就能兼容一切了。

问: 与女儿之间怎样的相处模式是最有益于双方的生命绽放的?

赛斯: 首先我们给作为父母和孩子的亲子关系, 不断地去让你自己对生命有更多的认知, 让你不断地去拿掉你的限制, 让你能够真正活出无限的状态。因为你只有在这样子的状态, 你才能对其它生命有一定的认知。如果你缺少对其他生命的认知, 内在有很多恐惧和限制的话, 你会把这个恐惧和限制投射到孩子身上, 然后你就会体验到那个版本的孩子。然后对方也会窒息。所以说当你在拿掉你的限制、恐惧和任何这些东西过后, 你投射的跟孩子的关系就是没有限制的。所以就是不断地让你自己没有限制的一个状态。

问: 水土和人文因素导致的不适应, 导致忍不住发脾气, 要怎么处理?

赛斯: 不把它归结于什么水土问题, 你离开了你生命本来的状态。所以就会进入到一个总会发脾气的样子。如果你离开你生命本来是的状态, 那你再回去就好了, 回到你生命本来就是的状态。怎么样回到呢? 那JOJO老师的课不就是在教你们怎么回到一吗?

问: 近视眼无论多少度都可以通过潜意识恢复正常吗?

赛斯: 不一定。为什么呢? 因为你说的这些都是你的头脑产生的, 但是你还不知道你这个灵魂它的计划和安排。它是如何去运用这个限制, 因为所有的限制都是为了成就成为或者是支持某一个..... 你只是不知情而已, 你们不知情, 就会想要去处理限制。

问: 如何确定耳边听到的声音是来自于灵界还是幻听?

赛斯: 首先不需要确认信息的来源, 它怎么样怎么样。而是说这些信息是来让你感受到有力量还是恐惧呢? 如果让你感受到爱和力量的话, 你就take it。如果让你感受到恐惧无力的话, 你就get rid of it。就这么简单。

问: 市面上的赛斯资料都是没有修改过的吗?

赛斯: 此赛斯非彼赛斯。因为当时的人和那个能量, 他们生出来的孩子。你说某一个人跟另外一个人生出来的孩子和现在JOJO老师跟另外一个能量生出来的孩子, 能一样吗? 所以就好像你在问这个, 他们根本就不搭噶。所以这个问题没有办法回答你。你得去问生那个孩子的人。

问: 如何更准确的挖掘信念?

赛斯: 信念不需要你去挖掘它, 你在经验它, 你在体验它。

2024/07/21 – 放下头脑的控制

问: 我最近感冒, 身体和精神状态不好, 情绪经常崩溃。为什么会这样?

高灵: 这么说吧, 你是参加过我们的课程, 对不对? 那个课程给你灌入了很多和你旧有的系统不一致的, 就这么说, 你把你想象成一个容器, 你的容器里面是旧有的水。那我们的活水注入的时候, 你旧有的水是不是需要把它排出去, 对不对? 就好像你是一个管道, 我们在洗刷你。洗刷你, 那你旧有的东西是不是要脱离你? 对不对? 所以说它是属于你旧有的那一部分的、陈旧的那一部分的在脱落。

问: 但是难受的时候我都觉得自己在生和死的边缘?

高灵: 因为你的物质头脑对你身体产生的反应的不知情, 明白吗? 因为它不知道发生了什么, 所以它会有一种不安感。因为你的物质头脑会对你身体产生的一些反应而恐慌和不知所措。那你只需要知道you will be alright。

问: 那我什么都不需要做吗?

高灵: 你越是去享受, 我在允许旧有的我脱离脱落, 我允许属于我的那一部分, 那些沉重的能量从我的身体里脱落..... 所以允许。因为你们的生命, 包括你们的身体, 如果它在发生转变、改变, 那就是好的。所以就像小孩子在长的非常快的时候, 他在发育, 他的骨头在长, 他产生的一种不适感。所以你也是。因为这个蜕变是一个非常强大的蜕变, 如果是一个很弱小的能量, 就是慢慢慢慢这种, 你是觉察不到的。因为它的这种影响对你好像是非常的轰动。

问: 这一阵我就经常会恐慌、情绪失控, 觉得所学的一切都是.....

高灵: 因为你的物质头脑它的抓控感非常强烈, 当你的物质头脑抓控感非常强烈, 你的症状就会很剧烈。你会有一种我的小我要死掉的感觉, 所以它会有一种我快要死了的那种感觉。因为它试图去掌控和操控这一切。你想它一直是主人。但是接下来它主人的身份要被替代了, 就是要被卸下了, 它产生的那种不安感, 明白吗?

问: 那么长时间了, 我现在还是.....

高灵: 因为你内在有恐惧, 你还想要掌控, 还想要操控, 你害怕这种未知和不安全感。它是根据你体内那些, 你手就是抓的很紧嘛。就你试图用你的意志力去fight。你在抵抗。它会让你的反应更加的剧烈和强烈。那怎样? 那就是越来越多的去了解生命的真相, 就是让你的头脑可以在一种允许和不去抓控的..... 你要知道你们人类的限制来自于你们试图去掌控和抓控一切。

问: 如果什么都不做的话, 就觉得.....

高灵: 这不是什么都不做, ok? 而是说你到底是知情还是不知情。你可以知情的去做任何事情。你不知情, 你做任何, 你还是不知情。所以它不来自于你的行为, 你做什么或者不做什

么。而是来自于你背后，你到底是知情的还是不知情的。那是对什么的知情呢？就是对你们生命的主人到底是谁是否知情，明白吗？因为你们会觉得头脑里面的一切，它是主人。就不如说我是谁的孩子，我是谁的老婆老公，我是什么身份，我是做什么工作……你们完全的进入到这个里面去。它试图用它产生的这个我来试图在这个物质世界运作，明白吗？就是它是boss。但是我们的能量和信息都是在松动这个boss的控制权、操控权，在削弱它的能力，削弱它的掌控力、削弱它的身份。就把它很重要的一个身份，以前都是它是boss，现在让它变成一个旁观者，明白吗？因为你们人类产生的所有问题都来自于你们牢牢抓住不放的物质头脑，那个小我。你想象一下如果你们都能不进入这个身份，放下这个小我，你们人类是一体的。只有你把自己当成是那个身份过后，用这个身份来打交道，那是你们的隔阂，那是你们的障碍，那是你们所有冲突的开始。

问：我现在的身体状况是怎样的？

高灵：我们刚才说你的物质小我还在fight。就好像我们现在有一股飓风让它放手，它不放手，紧紧的抓住不放，所以产生的一种恐慌、挣扎、无力。因为你消耗了你很大的力量。但是你还有灵魂，你的灵魂是要出来的。所以现在是你的小我要做主人，你的灵魂要出来。在这样子的一个状态下，在争夺。就是它们俩在做一个较量，到底谁占上风，到底谁是boss？

问：那我现在跟随心的声音走？

高灵：你的头脑不会这么轻易的放手的。因为它需要建立一个信任，因为头脑都试图去抓。

问：如何让头脑相信？

高灵：那就是不断地通过我们的信息瓦解你自以为是的那些东西。比如说你头脑会自以为是觉得我必须要做这份工作，我必须养家糊口，我必须为孩子负责任、为老公负责任、为公司负责任，太多了，too much。就你有一个我必须怎样怎样，但是这些全都不是。但是你却不可能因为我们说一句话，你就能放下你这个物质身份，明白吗？所以你需要通过你自己这种fight，就是内在的斗争，内在产生的这种冲突，时而这样，时而那样，这种拉扯，然后也不断地通过我们的信息来看到你生命的真相。因为你们会有一个误解，你们会觉得如果我的头脑脱离了我这个物质身份或者是脱离它的影响，你会怎样，因为那里面会有你的一些无知，就负面信念。你会觉得我可能没办法生存，因为我没有工作。或者觉得我做的这件事情是一件伤害他人的事情，在一个就是我是在破坏我的人生。这是来自于你的限制。为什么呢？因为你的头脑看不到big picture，它是能看到局限的那一部分，它只能看到眼前的这两步。但是你的灵魂是能看到whole picture，就是像鸟瞰全图，就是整个，明白吗？因为它只能看到这两步，所以它的选择和决策都是在它能看到的那两步的范围内做的。这就是为什么当你们去follow那个决策过后为什么你还是会不开心。就比如说我必须要做这份工作，但是为什么我回到这个岗位后还是不开心呢？你告诉我。我必须要做好母亲的身份，但是为什么我照顾他，我不享受，也不开心不快乐呢？为什么？我必须要做他的老婆，为什么还是不幸不快乐不激情呢？为什么？你告诉我。因为你follow的是你的物质角色、你的物质身份，但是那个不是你。当你follow你的灵魂，follow your heart, follow your passion, 然后呢？但是你爽的时候，你会feel guilty, why? 因为你认知有限，你的头脑又来参与了，当你的头脑不参与的时候，

候，你就是一个激情的状态。你的头脑会时不时的进来一下，来参与，你就脱离了那个兴奋的状态，明白吗？

问：那我有时候情绪失控啊，崩溃的时候，我应该怎么调节自己呢？

高灵：当你情绪失控和崩溃，它来自于你的灵魂没有完完全全的成为自己和做自己的声音。就是它想出来，它想freedom，它想只是成为自己，它想突破和冲破这一切。

问：但是我不知道该怎么做？

高灵：你在物质世界持续的体验，你要有觉知，就是我现在follow的是我头脑的部分，我follow我头脑里面的觉得人生要这样做，要这样那样做。然后你也观察你跟随你的激情，跟随你的心，它给你产生的一个频率和状态，你的人是什么样子的，明白吗？那你就知道什么状态是进入了头脑的恐惧，什么状态是进入了真我。

问：有没有依赖高灵综合征这种？

高灵：我明白你说的那些症状，这是一种反差。比如说你刚才特别特别热，然后你到一个温度低一点儿的房间，你就会觉得，哇，好凉快啊。那如果你一直呆在很凉快的房间，你的体感就不会这么强烈。这是一种反差感、落差，明白吗？就你持续的比如说把自己暴露在一个非常嗨的状态，然后你又回到一个正常的状态，你就会觉得..... 如果你只是呆在一个正常的状态，然后回到一个稍稍低落一点，你不会有特别大的反差感。当你体验到一个特别强烈很很大的反差感，是这些给你带来的所谓的综合征。你想象一下如果你用一个振频特别高的东西刺激你，然后再拿一个频率很低的来刺激你，你就没感觉了，就麻木的那种感觉。它是属于振动频率产生的落差感。这么说吧，就像是你们在热恋的时候，你每一分每一秒都沉浸在一种美妙的感觉，你觉得好像时间停止了，对不对？然后你离开那种状态，你回到一个人的时候，你会觉得我想他了，明白吗？因为在热恋的状态当中，其实你的attention都在当下，对不对？你都是在一种很高涨的状态，那你离开那种状态，你就会有一种好像失恋的感觉，失落，然后总是想着对方。因为对方能给你创造一个场，让你感受到你在一种非常嗨的或者是和当下发生连接的一个状态。所以就像是热恋到失恋的那种感觉。

问：指导灵有什么话带给我？

高灵：我们想让你知道你在走向一条激情、自由、兴奋、充满了奇迹的路上，所以不需要有任何担忧或者担心，这只是你蜕变和成为的一个过程而已。

2024/07/21 – 连接埃及艳后

问: 艳后的特征是什么?

埃及艳后: 我的特征是什么, 艳后就拥有什么特征。不是艳后的特征是什么, 而是我的特征是什么。

问: 您最大的特征是什么?

埃及艳后: 就是没有具体的特征, 任何特征都可以是我。

问: 您有什么话对我们说吗?

埃及艳后: 没有

问: 有什么想告诉人类的?

埃及艳后: 没有

问: 如何把自己艳后的一面活出来?

埃及艳后: 不需要活出来, 只需要呈现出来。

问: 如何更好的呈现?

埃及艳后: 没有更好。什么都是应该有的样子。

问: 您是如何创造自己的王国的?

埃及艳后: 王国本身就在我之内, 所以我是按照我任何的意愿去展现它。

问: 如何摆脱头脑活出真我?

埃及艳后: 头脑不是需要你去摆脱, 而是需要你去降服和利用、运用。

问: 如何降服头脑?

埃及艳后: 你能从头脑里面出来吗? 你如果不能和它分开, 那你就是没有自由的。如果你能把你跟它分开, 你才能有影响它的功能。不然你就是受其影响。

问: 如何性感迷人撩人?

埃及艳后: 无论怎样, 它都是性感的。如何撩人? 我不需要去撩任何人。

问: 如何活出自己的魅力?

埃及艳后：就像一朵绽放的花不会问你如何活出自己的魅力，但是它本来就在展现它存在的魅力。

问：如何让老公死心塌地的服务我？

埃及艳后：就是不要给老公赋予任何他需要去做的，而是给死心塌地服务于你的人老公的身份。比如说你要求你老公死心塌地的服务于你，对不对？你到底要的是老公还是死心塌地的服务？这两者是不一样的。如果你只是想要一个死心塌地服务你的人，那你可以找到这个人，再给他一个老公的身份。

问：那怎么样让这个人死心塌地？

埃及艳后：他已经存在在那里，你只是需要去遇到他而已。他已经在那里。不是让一个不是死心塌地的人变成死心塌地的人，而是说有一个死心塌地的他就在那里。

问：宇宙的真相，生命的真相是什么？

埃及艳后：宇宙的真相就是一切都是如此的迷人，所以宇宙的真相就是像一个拥有强大吸引力的能量场，也就是说是一个非常迷人的状态。

问：生命的真相？

埃及艳后：对于我自己的理解来说，生命的真相就是你是你所认为的那样子，你也会展现出你所认为的那样。

问：现代人对埃及文明的理解有哪些误区？

埃及艳后：每一个个体都是在用它的认知，就是对外界的幻像做出一些..... 所以它都发生在你们以内，并没有一个客观的数据存在。

问：金字塔到底用于什么？

埃及艳后：它是属于一个能量的传输、接收、接受、联通、接通。它的存在就好像JOJO老师的存在。

问：现在金字塔还有这个作用吗？

埃及艳后：一直存在。

问：金字塔是谁建造的？

埃及艳后：造物主，你们也是造物主创造的。

问：我们现在怎么运用金字塔的能量？

埃及艳后：如果你需要有这样子的体验，你自然就会有连接。

问: 做埃及艳后那一世，您最伟大的事情是什么？

埃及艳后: 最伟大的事情是来自于你们个人头脑的评判和判断，对于我来说就是我在淋漓尽致的展现我所是的状态。

问: 埃及金字塔和外星人有关系吗？

埃及艳后: 没有关系，但是它们可以运用、体验和连接这样子的一个信号塔。就好像你问JOJO老师和外星人有关系吗？它们可以互相传递信号，可以连接。

问: 怎么让前夫重新爱上自己？

埃及艳后: 就是放下你的执念。

问: 如何看待你用你的美貌和智慧阻挡了罗马大军踏入埃及的领土？

埃及艳后: 如果说并不是你以为的那样呢？只是你们对待那个相的解释是运用美貌和智慧。那也有其他美貌和智慧的人，她能做到这样的事情呢？所以并不是因为这个。

问: 当没有金钱支持的时候，怎么离开一段虐恋？

埃及艳后: 你不需要金钱的支持，你只需要信念的支持。

问: 怎样让身材变好，不用减肥这些手段？

埃及艳后: 那就是提升你的频率，你在不同的频率和食物会有不同的关系，和你的身材也会有不同的关系。

问: 做女人最重要的是什么？

埃及艳后: 作为一个女性的身份，最重要的是拥有女性的特征。

问: 女性最大的特征是什么？

埃及艳后: 是她可以征服所有的男性。

问: 怎样做到可以征服所有的男性？

埃及艳后: 当她成为一个女人，她就与生俱来的拥有可以征服一个男性的能力。但是你有淋漓尽致地拥有，就好像一朵花绽放吗？你有成为那样子的女人吗？

问: 怎么样成为一个绽放的女人？

埃及艳后: 就是尽可能的、完完全全的呈现你本来就是的状态，而不是进入到一个虚假的状态或者你头脑认为的状态。比如说突破你们所有的物质观念，就女人应该怎样或者是身份，突破任何。你只是去做你自己本来状态的样子。

问: 重要工作来临, 非常慌张, 不知道该怎么办, 如何突破?

埃及艳后: 如何变得从容冷静? 如果在你的体内, 你的能量对一些反应, 比如说前面千军万马, 你惊慌失措, 是因为你不知道怎么办。那如果面对所有的一切, 你能够运用自如, 兵来将挡这样子的一个状态, 你自然而然就会从容。所以它来自于你背后的能量的级别。当你能量级别越是强大, 外面越是显的弱。当你越是弱的话, 外面一切都会变得强大。

问: 如何提升自己的能量级别?

埃及艳后: 就是越来越接近于合一的状态, 而不是分裂的状态。

问: 您如何评价自己的一生?

埃及艳后: 随心所欲

问: 如何看待性与爱的关系?

埃及艳后: 只是允许它发生, 而不去有任何看待。因为你的所有看待都是来自于你在那个时期、那个状态其中的一个认知而已。所以通过你去对性和爱的评判, 它只是照射和投射出你自己的认知水平, 而不是说真的性和爱是这样一个状态。

问: 如何获得身心灵自由?

埃及艳后: 那就是不断地限制, 你就将越来越自由。

问: 突破限制, 想上课和玩, 怎么有做错事的感觉?

埃及艳后: 你想要是你的灵魂想要, 然后你又觉得你像做错事一样, 它来自于你在用世俗的观念和角色和给你评判, 因为你加入了集体意识的观念, 你加入了他人的一些观念, 而没有让你观念去影响他人。这是到底是你在影响他人, 让他人相信你说的, 就是谁是法律? 你的话是法律, 还是别人的话是法律? 谁是威严? 谁是权威? 那就说明你不够权威, 所以你在受到外面的影响。

问: 如何平衡两段情感, 两个男人?

埃及艳后: 如果你命中注定有两个男人, 他会自然而然的平衡好, 明白吗? 它不需要你的头脑去参与, 它会自然而然的进入到一个自己平衡的状态。如果只是你命运的轨迹的话, 它会在一个平衡, 那是你头脑的参与。所以只是允许头脑不再去参与它。

问: 您最核心的意识什么?

埃及艳后: 无论什么, 我都是对的。

问: 想更清晰地读懂你, 现在和你一样有驾驭能力的人是谁?

埃及艳后: JOJO老师

问: 一的法则是什么?

埃及艳后: 就是一

问: 为什么你有那么厉害的学习能力?

埃及艳后: 本来就是。

问: 宇宙的能量最高的是爱, 您如何看待爱以及运用爱的能量?

埃及艳后: 宇宙的能量最高的并不是爱, 而是一, 一包含了爱。如何运用这个能量? 我只是成为我本身, 我就拥有如何去运用它的能量这个功能。就好像你问一条鱼如何运用游泳的能力? 我本来就是一条鱼, 所以我会游泳, 就如此简单。

问: 您怎么看待自己的后代?

埃及艳后: 没有任何看待。

问: 您是世界上最有魅力的女人吗?

埃及艳后: 没有对比。

问: 不怕其他女人抢走你的男人吗?

埃及艳后: 为什么会产生这样的问题? 你产生的这个念头、观念、相, 和我没有关系。那个只是你自己产生的东西, 我不产生它, 所以也没有办法回答你这个问题。

问: 对一个人太迷恋怎么办? 怎么放下这一段感情?

埃及艳后: 这个问题也没有产生过, 也没有发生过, 所以不知道。

问: 金字塔里可能隐藏着尚未发现的墓室通道, 是真的吗?

埃及艳后: 太多尚未发现的。

问: 金字塔和星位对齐是偶然的还是设计的?

埃及艳后: 都是能量。

问: 担心能否保持现在的美好, 怎么提升值得感?

埃及艳后: 成长

问: 金字塔的方位是几何形状, 古埃及人是如何实现这种精度的?

埃及艳后: 不是人做的。人只是工具。

问: 有外星人参与帮助吗?

埃及艳后: 它们也是工具。

问: 金字塔的建造的真实情况是如何的?

埃及艳后: 就好像你用刀去切菜, 你试图在用刀去理解这把刀是怎么产生这个功能的。所以你现在是刀在提问。

2024/07/24 – 不快乐的原因

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫X, 28岁。

高灵: 我们连接到你的能量, 你这一生的灵魂主题会有一个特别强硬的一面, 也有特别易碎的一面。这个能量既像一个钢铁球坚不可摧, 又像一个泡沫一吹就破, 这两股能量同时都具备在你体内。这一生你会体验两种不同的状态。

问: 能看出来是什么时候体验这些吗? 我感觉很硬的那个已经软了。

高灵: 那是因为还没有东西刺激它, 一刺激它, 非常硬的那个就会出来。那个硬就好像是在那一刻, 你没有办法转化这个能量。你就好像钻牛角尖一样, 在那一刻, 你就觉得事情就要这样。如果它不是一个像铁球的状态, 而是像橡皮泥一样的状态, 它如果想要变成方的, 我可以把它变成方的。这么说吧, 你如果是一个铁球, 那你的size就这么大, 如果你想要塞到一个缝缝里面去, 你塞不进去, 对不对? 这个铁球就这么大。那如果我把它搓成橡皮泥, 把它搓的很细很细就塞进去了?

问: 我怎么觉得我在人生中还没有体会到这一面? 就是没有特别大的挫折和这个是相关的。

高灵: 不是挫折, 它是你有时候就会卡在一个地方, 你好像就只能这样。那你现在是有男朋友, 对不对?

问: 没有, 我只有一个约会对象。

高灵: 没有关系。我们先把信息给你带出来, 你以后可以留意, 当你觉得在生活中此路走不通, 就好像是没有其他路的那种感觉。然后你可以自己去观察觉察生活中你有没有钻牛角尖或者是你只想这样子, 只能这样子的一个模式状态。然后你不是还有一个像泡泡一样, 一下子就碎了的能量嘛。那在你的灵魂主题里面你可能就会体验到外界对你的冲击力或者影响力。就是在你体验你的能量之前, 比如说能量本来是的状态, 你最开始是体验它本来是的状态。那这个能量就会被你体验到, 就是外界对你的影响, 就是风吹草动或者外界什么对你的影响, 就是易碎。我们刚刚说可能一点风吹, 你这个泡沫就破了。但是这是其中一面, 因为有时候你怎么破也破不了, 我们不是说还有另外一个状态嘛。你的灵魂为什么会选择这样子, 就是它体验到两个极端, 一个极冷, 一个极热, 一个冰块和开水的状态? 它就是来通过体验这样子的极端过后, 然后去找到中间的道。比如说跷跷板, 你体验过极端, 左边右边。那你就需要走到中间去。中间那个位置, 你可以到任何一个点。不单是只是呆在极端的位置。因为中间的球可以滚到左边右边, 到处都可以滚。那它就是没有一个具体的相的, 就是可以千变万化的, 它就变来变去的。那你对这个能量的运用就不再受到限制了。因为你现在还小, 你才二十多岁。你接下来通过我们的信息逐渐notice到你这些特征的话, 你就逐渐的知道, 慢慢慢慢的摸索。那你也会通过我们的信息, 因为我们的信息最主要就是教你变动, 怎么从限制中走出来的状态。

问: 有办法知道灵魂主题的完成度吗?

高灵：没有所谓的完成度。这么说吧，我要成为一个舞蹈家，你能告诉我我舞蹈技术的完成的吗？它永远都是一个可以精进的状态当中。你永远都是在一个不断地开发、不断地探索更多身体技能，不断地变得越来越运用自如。就好像你以前跳舞很生硬，那你不断地去尝试，然后变得优美、灵活多变，就不再是生硬僵硬的。

问：我现在的能量状态？

高灵：我们连接到你目前的能量状态，其实你在探索，就是你内在会有一种引力或者推动力让你对能量层面的转变……就我们刚刚说一个舞蹈家玩转他的技能技术，就是玩转自如，就是一个特别厉害的舞蹈家，那你现在就是对跳舞、舞姿比较感兴趣，就好像是在对无形的能量层面，然后你是在不断地吸收它，吸收这些information，就是打气一样。你现在就好像在拿素材一样。比如说我说你以后会写一本书，那你现在就是在收集一些美妙的句子、词语，让你更多的能对这些东西有一些认知，明白吗？所以你现在就是收集素材的状态。

问：我最近经常做梦，睡不好。梦里很紧张、负面。原因是什么？

高灵：首先就是说通过梦境也是你们这个个体，你们这个意识形态，它去收集素材，它去拿体验、感受，它去扩展的渠道之一。你说梦里面的这些东西，你可以不用担心它、紧张它、也不需要去处理它。为什么呢？因为任何素材，你收集来了过后，它只要是收集来的，你都可以正面运用它。

问：我担心的是睡眠质量，白天无精打采。

高灵：其实跟这个没有关系的。白天无精打采，它跟你的睡眠质量没有关系。为什么呢？因为当你内在不断不断激活你这个生命体，当这个生命越来越兴奋强大，睡眠是自然而然的平衡好的。你如果没有激活你这个生命体的话，你这个火焰实际上睡的再好都是很低的，它都不是拥有强大的影响力的。所以拥有强大的影响力跟你这个火苗到底是小火苗还是熊熊燃烧的状态有关系，而不是受到你睡眠影响。因为普通人本身能量级别就很小的话，他哪怕睡的再多，然后呢？他的影响力还是那么一点。

问：那么怎么让自己更点燃？

高灵：你现在就走在这条路上啊。因为你会不断地去，你这个生命不断地去成长扩展，就会推动你去探索这方面的information，收集素材，你会越来越活灵活现的，你会的，而且你已经在这条路上了。

问：我需要在生活中更注意专注当下吗？

高灵：首先我们没有来让你们去做功课或者怎样怎样。因为当你不专注于当下，实际上你也在拿体验。你只要知道你在每一个瞬间都在拿体验就好。它会随着你这个意识形态，我们不是强迫你，比如说你的意识形态还没有达到那个状态的话，就是没必要强迫你去专注。而是说当你的意识形态越来越高，虽然这里没有高低之分，我们说它越来越高，它自然而然会在每个瞬间都能专注于当下。

问:那我完全绽放之后是什么样?

高灵:因为你的这个灵魂主题,当你完全绽放,如果是从女性的角度来说,那你就是风情万种,就是千遍万化,一会儿这样,一会儿那样。就变来变去,变幻莫测,你就没有一个固定的相在那了,你可以是任何,像变色龙一样。

问:除了女性角度,还有其它方面的信息吗?

高灵:那就是性格了。你性格可以有钢有柔,就是什么都有。就是每个阶段、每个状态都可以有。

问:非常快乐吗?

高灵:我们说它不快乐是来自于什么?来自于你陷在某一个picture里面,就你陷在一个相里面,所以你不快乐。比如说你很悲伤,那你是不是陷到一个悲伤的相里面,对不对?那你很恐惧,那是不是因为陷入到一个恐惧的相?你担忧,那你陷入到一个相里面,对吧?那如果你变来变去,你没有陷在任何地方,那你是什么?那你就不会深陷有任何。你可能会悲伤,但是就那么一小会,马上就好了。你可能会恐惧,但是那么几秒钟,又好了。因为你不会深陷于某一个相里面。

问:我有时候想暴饮暴食,觉得胃空空的,然后渴望拥抱。什么原因?

高灵:渴望拥抱,因为连接感是你们本来的状态,所以当然你们会有一个想要发生连接,而不是断开连接。你就像小宝宝总是想要抱妈妈,因为抱着的时候就是有连接的,分开的时候就是断开连接的。那你长期处于断开连接,就会产生很多恐惧、害怕,就是一个断开连接的状态。所以你们想要拥抱就是回到灵魂本来就是,就是连接的一个状态。这个没有任何问题。为什么会暴饮暴食?也和你目前当下的意识形态有关系。因为你目前走到路,还没有走上你自己兴奋激情的生命之路。因为你现在还在找道,还在摸索路在哪里。当你摸索到那个道,你上了道之后,你身体自然而然和食物的关系会调节好。你目前还没有上道,它更多是一个肉体待机的状态。就像是你还没有给这只狗任务,它可能就东看一下,西看一下,不停的吃吃吃,找吃的。但是你给狗一个任务去做的时候,你可能把食物放在它旁边,它都看不到的,明白吗?

问:我的路是什么方向?

高灵:你在是一直有指引的。而且你现在已经在走上那条道了。

问:我和我现在约会对象的灵魂关系,我们还没有正式成为男女朋友,大概一个多月。

高灵:那等你们有能量线的连接你再来问,因为还没有清楚和清晰的能量连接。就这个线还没有建立起来。这么说吧,如果你想通过你去看和某人的关系,就是你们俩有那个关系吗?就好像一根线,你画了一笔,你再画画,那图就越来越清晰了。那你就画了一笔,那能量是很微弱的,明白吗?所以等你们的关系,就是这根能量线越来越明显,然后再来解读。但是

你只要走在你自己的路上，所有的关系或者其他情感，它都会以它本来就是的状态呈现给你。你不会错过任何。

问: 我的有时候觉得生活无聊，想要有更多生命力、challenge，为什么会有这样的感受？

高灵: 这没有任何问题啊。你来到地球你就是为了什么？就是为了不断地挑战、突破，因为通过这个过程，你才能认识到你生命的韧性有多大。它的弹性、它的韧性、它的耐力、它的能量、它的能力有多强大。那你肯定要给它最大的挑战。就好像你需要一个对手，如果你能拿下最残暴的一个对手的话，你是不是就超过那个残暴的对手了？所以你们在物质世界就不断地需要这样子的体验，然后来知道你这个灵魂它的韧性，你才能更多认知到自己。不然的话，你到底能跳多高，你没有一个标准，你不知道呀。比如说你要知道你自己能跳多高，那你是不是需要突破一个又一个的高度，你才能知道？哇，原来我能跳三米呀。

问: 那我有什么办法让生活里有更多刺激到我有这样的体验成长的机会吗？

高灵: 你选择你有兴趣的呀。你们有很多挑战性的一些运动啊、户外活动、任何那些竞技呀。你可以去尝试。

问: 我的高灵有什么想要对我说的吗？

高灵: 它想让你好像是放心大胆地去玩，敞开的去玩，因为物质世界本来就是玩的。然后不要被别人严肃认真给影响了。因为当你玩的能量出现过后，别人也会松动了。当你严肃的时候，别人也会更加严肃。然后你永远都是被支持。

问: 我和我ex的灵魂关系。我们在一起8年。他叫X，29岁。

高灵: 我们看到你们的连接，就是他不只是单独在物质层面，灵魂层面也有很深的连接。而且也不会因为你们的分开而消失的。然后如果说你们灵魂层面的关系的话，更像是一种兄妹这种关系，就是它还带了一些像是亲人的能量在里面，就是从灵魂层面，更多的是亲人的能量在里面。这一世的灵魂关系，这一世你们俩在一起有一种当你们这一世的关系结束，但是你们后面还会用另外的方式存在着支持彼此的生命。所以更多的是让你看到那种爱啊、关系啊、亲情啊，它不会因为解除关系就消失的，所以是一个彼此滋养彼此的关系。就比如说没有爱情，还会有其他情感在里面，所以还会彼此支持对方。所以你会一直在这段关系当中受到滋养。

问: 我感觉在线对灵性更感兴趣，对现在的职业没有那么有兴趣了。

高灵: 我们刚才连接到你的能量，就好像你在收集素材，对不对？所以从能量层面..... 当然你的兴趣就在这个方向。我们想要说跟随你内在的激情和驱动力，因为你的头脑不知道你生命的路线会如何去展开。但是你要信任你内在的那种激情和热情，除非你不再有激情，那你就朝向一个更有激情的方向。那如果你有激情的话，就朝那个方向走。

问: 我想到的时候有激情，但是真的去做我又比较懒。

高灵：你不需要逼你自己。你以你自己喜欢或者是舒服或者是想要的方式去体验就好。因为实际上这个不是从书本上来的，在万事万物、任何地方都会有宇宙的智慧存在。所以不要拿任何教条或者是一个形式、模式要怎样。而是说完完全全当下最想做这个，然后去做就好了。

问：有更多关于我灵魂的信息吗？我老师之前说我是个老灵魂。

高灵：所以你看你的灵魂主题，只有老灵魂才能变得千变万化，没有束缚嘛。所以没有什么好担心的，你内在的指引会一直都在，只需要去开开心心的玩就好了。

2024/07/24 – 灵魂主题之学习驾驭能量

问: 我的感情问题, 我和我男朋友一直吵架, 任何一点小事都能激起我们的对立情绪, 但是又分不开。

高灵: 你可以先看一下你的灵魂主题。你说一下你的名字。

问: 我叫XXX, 35岁。

高灵: 你这一生的灵魂主题, 你就是来学习、体验驾驭你这个物质小我的。你会经常有一种失控的状态。你现在体验的其实就是失控, 其实有时候并不想这样, 但是怎么就这样了, 就这种感觉。比如说有时候想这样, 但是又做不到这样。首先可能别人眼里就觉得你好像不是那么平稳的情绪或状态, 或者是不是那么稳定。有时候你会不知所措或者是失控的状态。然后你这一生就是体验、学习、探索……其实你前半生就是体验, 就是体验总是失控的状态。就好像我们说你这一世就是来学骑马的。那你在学骑马之前, 你可能就是体验你驾驭不了这匹马。然后逐渐让你学会怎么去驾驭, 然后逐渐可以骑的很好。所以这就是你这一生的灵魂主题。在你还没有修之前, 就是还没有学骑马的技术之前, 那你肯定会体验一种好像失控。比如说从马背上摔下来, 然后不能按照你想要的方向和速度去驾驭这匹马。

问: 那我应该怎么做呢?

高灵: 你目前其实就是在拿体验, 就是体验对它失去控制。那下一步你就要借助我们的信息了。借助我们的信息, 你才会对生命的真相, 生命是怎么形成, 它是怎么样组合的。因为如果你们都把失控的状态当成是你的话, 那你便没有办法能掌控的了它, 你就是一个失控的状态。那你只有知道那个失控的状态不是你, 它只是一股能量你驾驭不了它。那你就知道我要学习。就这么说吧, 你把马当成是你了。你并没有觉得失控有问题, 怎么去骑马, 对吧?

问: 也就是说我还是需要克服这个问题?

高灵: 不是克服, 是学习。你克服不了的。这是能量, 你怎么克服它? 是学习。

问: 比如说一个场景它就触发我了, 我就顺着去了。

高灵: 比如说你有一个观念, 有一个信念, 这个能量一触碰你就让你觉得你失去了控制, 你是危险的或者是你被逼上死路了, 就觉得你必须要做出反抗或者是你必须要做出什么。它是源自于你背后的, 第一, 你内在的一些创伤, 比如说没有安全感, 还有很多恐惧, 比如说那扇恐惧之门打开了。恐惧之门打开之后, 你就会觉得如果我不做点什么, 我就会死去, 我就会被黑暗吞噬掉。所以说他们就会极力的去反抗, 去做点什么。然后你就会去行动了。那如果你去清理背后的恐惧和不安感呢? 是不是?

问: 我会尝试清理一下的。

高灵: 这不是你去清理。因为你们并不会notice到, 你们并不会注意到有这个存在。你会觉得外界对你的刺激是它的原因, 你归因就错了, 明白吗?

问: 那应该怎么样清理呢?

高灵: 那你是不是需要学习我们的智慧呀? 你知道你之所以有这样子情绪反应, 它来自于你内在有那些东西, 那我们需要去清理那些东西。那如果你把那些东西当成是事实, 就是我必须要去怎样。这是不一样的状态。就是你不一样的认知, 不一样的认知你当然会有不一样的行动和不一样的反应。所以那你是不是要增长你的智慧啊? 因为有了智慧过后, 你就能看清楚你所恐惧的或者让你产生不安感的都是个幻像, 都是个假象。它是不是就消失了?

问: 现在跟我对话的是谁?

高灵: 是一股意识。

问: 我有时候身体上感觉到一些能量是怎么回事? 就是有时候会头胀、鼻子胀.....

高灵: 这么说吧, 我们刚才说你内在会有一些恐惧感也好, 不安感也好, 它实际上会有一个频率的。它就会散发一个味道的, 然后散发那个味道, 它就会吸引相同的东西的。

问: 这个东西是什么东西?

高灵: 就是能量。然后你就体验到了。所以还是频率和能量层面的关系。但是通过你自己不断地扩展你的意识, 然后你的频率产生转变过后, 你能reach, 你能探索到的能量源又不一样了, 就你能感知到的世界就又不一样了。这么说吧, 就比如说它是从黑暗到光的一个状态。如果你是在黑暗当中的话, 那你能探索到、连接到的就是黑暗的一个状态。那如果你逐渐走到灰蒙蒙的状态, 那你能探索到的就是灰蒙蒙的一个状态。那你逐渐往上走, 走到一个光的状态, 那你连接和探索到的也是光, 明白吗? 那你再继续走到一个都是爱的状态, 合一的一个状态, 那你连接和感知到的状态都是合一。

问: 那我应该怎么扩展我的意识呢?

高灵: 还是学我们的信息, 因为里面有很多关于生命的真相。如果你不知道生命的真相, 你就会活在误会当中。活在误会当中的话, 你就会产生一个误会的频率。产生一个误会的频率, 你当然就会进入到一个误会的世界里面去, 明白吗?

问: 怎么学习信息?

高灵: 比如现在通过和我们的交流, 你就在学习。那我们也会有很多信息, 有几百万字的信息你都可以学。

问: 除了这种交流, 还有什么方法可以学?

高灵: 那就是生命中你自己的体验, 你配合你生命中你自己的体验。

问: 比如说我是一个梦非常多的人, 它是将来会发生呢? 有时候会感觉一个地方很熟悉是什么情况?

高灵: 因为梦也是你们信息交流或者是你们信息扩展的一个途径啊, 明白吗? 所以你可以很好的运用你的梦来协助你的生命扩展、体验。

问: 怎么运用?

高灵: 比如说有些东西你可能不太会注意, 那通过你做了一个梦, 你可能就会特别去注意它。那它是不是就帮助你更好的在物质世界体验那个相啊? 你不会错过那个相啊。比如你不是说有时候是预言吗? 就是它会发生。你说, 哎, 这个不是让我注意的吗? 我梦中怎么样..... 你是不是就会特别留意, 它对你来说印象更加深刻了, 对吧? 因为你们来到这个物质世界上很多相, 你们就让它溜走了。它对你来说印象不深刻。那印象不深刻的话, 你就很难从这个相当中学习、体验了。

问: 要控制情绪吗?

高灵: 不是控制, 我们刚才说了不是控制, 没有控制, 这里没有控制。你控制不了任何。你首先是体验, 体验完了是学习, 然后是驾驭, 明白吗? 就好像你学骑马一样。

问: 最好的驾驭状态是什么样?

高灵: 最好的去驾驭能量? 就好像说这个洪水..... 这么说, 就好像火, 如果我想做饭, 那我就生火。如果我驾驭不了它, 那就失火了, 对吧? 失火的状态, 那你怎么生存啊? 你把你自己烫伤, 然后把房屋烧没了。那如果你能好好驾驭它, 你想生火烧饭, 那你就烧饭。你想做地暖, 那你就做地暖, 烤火就烤火。它对这个环境和社会还有对你自己没有一个灼伤的效果。更多的是说用它这股能量来支持你们这个环境。那就像是用水用火, 那如果你驾驭不了它, 那不是洪水, 你们不都被淹死了, 对吧? 那你能驾驭的了它, 它不是为你们的生活提供各种服务? 让你们的生命得以正常的运作?

问: 我现在能做的就是多学一点知识?

高灵: 智慧, 就我们的信息。你就知道怎么回事了。你不再是一个被动的状态, 你是一个主动的状态。不然的话, 你是被动体验呀。

问: 其它还有什么课题?

高灵: 你说你人生吗? 这么说, 如果你刚才说你跟你的男朋友吵架, 对不对? 那就是你不会生火嘛。那如果你能把能量用来激情, 那你们得多激情啊, 对吧? 就不是一种又伤到你, 又伤到他的状态了。那我不能说你有感情课题, 对吧? 你的感情其实就是你这个能量投射到感情关系上的一种状态。你这么想, 你跟你男朋友的关系是一面镜子, 你跟工作的关系是一面镜子, 亲子关系, 比如说你以后生了孩子, 它又是一面镜子。但是这个镜子它只是从不同的角度, 但是照的都是你。一个是从这个角度, 一个是从那个角度, 但是都是你。那只有你的能量级别变了过后, 镜子里面的相, 它三者都会产生变化。所以当你和你男朋友的关系产生变化, 你就和你的孩子的关系也产生了变化, 同样, 你个你工作的关系也产生了变化。

问: 平时还有别的方法更好的学习吗?

高灵: 就是去aware, 觉察。觉察你现在是什么状态。就这么说, 你骑这匹马, 那你是不是要观察它的习性, 对不对? 那你是不是要你自己的习性充满了觉察它的能力? 就是一边去体验, 一边去观察它, 而不是完全的进入它。完全进入它, 你就失控了。观察你心中到底你这个行为是因为你内在的恐惧去做的还是?

问: 像我跟你对话的时候也是因为我是什么能量才吸引来你的吗?

高灵: 是因为你自己灵魂的道路, 你这层信息, 你需要这层指引。

问: 那我平时和人吵架都是不对的吗?

高灵: 这里没有对和错, 明白吗? 这是你自己的能量投射出去给你的一个镜像, 一个反射。比如说你的能量是充满了攻击, 充满了分裂, 那它投射出去就是这样的相。因为你们首先要知道, 你们来到地球上并不是说这个事对, 做这个事。那个事错, 不做那个事。而是通过这个镜像, 你们的物质世界是一个镜像, 通过这个镜像的反射来认识你们生命的状态, 明白吗? 认识你们这个能量是一个什么样子的状态。只有通过这个反射, 你才能更好的去认知它、学习它、体验它、掌控它、运用它、感受它。

问: 没有对错?

高灵: 这么说吧, 如果真的要分一个对错, 如果是对的话, 它就是一。一个是一个整体, 它没有分别, 没有分裂。那如果你离开一的状态, 它就开始分裂了, 它就有对立了。那这就是对和错。一个是一的状态, 一个是离开一的状态。这就是对和错。一个是在合一的状态, 一个是在分裂的状态, 这就是对和错。那分裂, 这就是错。合一, 就是对。但是有时候你会体验分裂, 体验错, 你才能回到对, 明白吗?

问: 我们的意识都是有能量的吗? 就比如说我专心想让一个事情发生, 它就一定会发生?

高灵: 会不会发生其实不在于你到底想还是不想, 而是在于你的能量状态到底是什么样子, 外界就会呈现那个相。你可以完全不用想。就比如说你内在就是个女王, 你就是活成女王的样子, 你完全就是女王。但是你并没有想, 我想成为女王, 你并没有这个念头, 明白吗? 你活在是的状态当中, 而不是想的状态当中。你已经是了呀。是的话, 外界必须呈现一个你是的状态。

问: 世界的真相, 就比如说我们和你们的世界是不是分开的?

高灵: 看你是在什么状态。如果你完完全全焦距于物质世界, 进入到你这个角色里面的话, 那就是分开的。如果你再能回到你本来就是的状态的话, 那就是合一的。所以你有一个离开和回来这样子的一个状态。

问: 哪种情况下是回来的?

高灵: 就是当你的头脑关闭。头脑不再活动, 不再运动。

问: 这种状态是不是挺难达到的?

高灵: 有它达到的时间。有可能就几秒钟, 有可能几分钟, 有可能几个小时。这不是难不难, 而是你是有意识还是无意识, 时间长和短, 是这个区别。

问: 那是像冥想的状态吗?

高灵: 它只是临在。就它里面没有任何东西, 没有任何声音, 也没有任何反应。

问: 我还不是很懂。

高灵: 没有关系, 因为这个不是懂的, 这是你成为的一种状态。

问: 我们每个人的剧本是一开始就写好的, 对吧?

高灵: 你们有来到这里的一个主题, 是围绕这个主题的。就这么说吧, 你们写作文有一个主题。那你把那个作文写成什么样子的状态呢? 你能把它写的很枯燥无味, 你也能把它写的多姿多彩, 明白吗? 它的饱满度, 它的..... 这就是你们的自由意愿和创造力了。

问: 所以我们能达到什么高度是随机性的, 不是像算命就定死了?

高灵: 就算算命定死了, 你也能用你的创造力和你自己怎么去理解和运用它..... 这么说吧, 算命的说你就会拿一把刀在手上。那你用来杀人还是做菜呢?

问: 那自己还是有很大的操作性的?

高灵: 是的

问: 人死了会变成鬼魂吗? 鬼魂和灵魂有区别吗?

高灵: 人死了就是你的意识离开你的身体。意识是存在的, 它只是从你这个身体里面抽离出来而已。

问: 我爸爸去世了, 有时候会梦见他跟我交流, 是他的意识在跟我交流?

高灵: 不是说梦是你们的一个渠道, 就好像是一个平台, 这个平台有很多可运用的功能。当然包括灵界想要和你们有互动。

问: 它们和我们互动的信息需要特别留意吗?

高灵: 你自己会知道的。如果你需要它的话, 它就会对你来说..... 你会收到的。因为就算我们跟你说你需要特别留意, 你不一定能做到, 能留意到。这里没有..... 但是需要你留意的, 你都会留意到的。

问: 灵界还有什么信息带给我?

高灵：我们想让你知道，就是去学习、体验和驾驭是一件非常好玩的事情，而不是一件非常头痛的事情。然后尽量多接触我们的信息，多接触JOJO老师，你会玩的很开心的。多连接JOJO老师的能量。

2024/07/24 – 向宇宙申明，一切都是你的

问:我目前的能量状态有什么信息是可以带给我的吗?

高灵:在当下给你的信息,对不对?你可以先提问,后面我们给你,你先提你的问题。

问:我目前在一个节骨眼上,就是好像物质世界好像没有什么让我抓了。就是好像在过去的相和我想要创造的相之间稍微有一个拉扯,不知道怎么.....

高灵:这么说吧,你就好像是走在一个大草原,你不知道要往哪个方向走,对不对?所以那你是不是需要明确的知道你想要往哪个方向走,明白吗?所以你需要更多明白你到底想要什么。

问:那我换个方式问吧。我这次能所谓的突破吗?

高灵:这里没有什么东西好突破的,唯一突破的就是你自己的观念还有角度。这么说吧,因为你在这个角度看,你会觉得它是障碍。那你换到另外一边,你就会发现障碍没了。所以没有什么需要突破的,首先。因为如果你觉得需要突破的话,是因为你还停留在现有的认知,旧有的一个认知。但是你不需要任何,你只需要去转变你的角度。

问:我真的完全感受到转变角度之后转变到完全不同的世界,但是有时候心里的怕一升起来,我感觉自己好像又回到旧有的世界.....

高灵:So what?就是又怎样呢?你们本来来到这里就是体验惊喜的呀。因为你的头脑没有办法遇见或者没有办法看到你前面的路。如果你看到前面的路会怎样,你反而会因为你的不知情而产生恐惧。你会给它误解误读。所以只需要信任无论生命把你带到哪里你都能精彩的去体验它就足够了。就是勇敢的去拥抱生命。为什么呢?因为只要你信任无论生命把你送到哪里,它都有礼物给你。然后你就不断地在收礼物,拿体验。

问:我最近每天早上心会很疼的原因是因为什么?

高灵:你的能量状态目前有一点提心吊胆,就是有点害怕什么一样。可能害怕未知或者是害怕不知所措,就像你说的担心未来会不会更不好一样。所以你的这种提心吊胆的感觉就会让你的心是紧紧绷着的状态。我们想带给你的信息就是说你把自己投身在这个地球来,那这就是一个很勇敢的抉择,对吧?那你已经进来过后,然后经过这么多年的摸爬滚打,你已经锻炼了一生的技能,能够在这个物质世界安好的存活下去,所以你不需要有任何担忧担心。为什么?第一,你有非常良好的沟通能力,对吧?那你有良好的沟通能力,你就能去表达的你的爱,表达你的善意,表达你的一切美好,是吧?那你能够去表达自己,你就能够把你内在给输出。那外在的一切会因为从你这里面流淌出来,比如说物质世界会因为你不断地给它注入爱的能量、美好的能量,外在的物质世界会因为你不停地注入而变得明亮起来。那你已经有这个管道了,那你就无需担心,就算是身处黑暗当中或者是在一个陌生的地方,你都能去通过你这个功能把这个世界创造成另外一番景象。这么说,我们说你体内有爱的能量,对吧?那你让它把这个爱的能量流出来,带到这个物质世界。那这个物质世界就变成有爱的世界,那你就呆在有爱的地方而不是黑暗的地方了。那你是不是没有什么好担心和害怕的?

问:高灵能给我算个命吗?我接下来是什么状态?

高灵:那你是不是来自于担心害怕啊?

问:但是,我知道,但是我还是想.....

高灵:这么说吧,如果你的出发点是来自于担心和害怕,那么你就走在这条路上,明白吗?那如果像我们刚才告诉你,你已经打开了这个爱的通道,回到物质世界。物质世界,一切你走到的地方都会因为你的这种流淌变成一个又有光,又有爱的地方,你还怕什么呢?所以就没有什么好怕的。完完全全的投入到你的生命状态当中去。这么说吧,如果你要我们给你算命,这么说,如果你积极思想,就是积极的思想、能量状态越来越多的话,那你的生命状态就会越来越多好运,就是这样。那如果你都是处在担心害怕恐惧当中,那你就还是停留在这种状态当中。源源不断地把爱打开。

问:我的高灵指导灵、灵界还有什么其它信息需要带给我的吗?

高灵:你稍等。我们现在的信息带给你就是说你想象宇宙就像是一个源源不断地宝库、宝藏一样,你可以伸手去抓去拿任何宝藏来让你体验到物质的丰盛和无限。但是你得伸手去抓去拿。比如说你得看到你想要什么,然后还得有伸手这个动作。你知道那是属于你的,然后你拿过来,这样子一个状态。

问:这个伸手的行动它不是指行为,而是指内在的能量的状态?

高灵:这么说吧,就算是一棵苹果树,你得看到苹果产生一个我想吃苹果,我要吃苹果,这个苹果就是我的,对吧?因为你觉得这是别人家的苹果树,我吃不到,我只能看看,你肯定不会去做这个事情。那如果你知道这个苹果在我眼前,我想吃它,它就是我的。那你才能去做下一步,去伸手,去摘苹果,然后把它放到嘴里,对不对?也就是说我们感受到你有一股能量,你也没有觉得那个苹果是属于你的,然后去抓它、去拿它、去吃它、去用手摘它。所以把这个给它敞开,让它知道.....宇宙永远都是源源不断地,并不会因为你拿了一个是拿了别人的,不是的。明白吗?就算别人给你的,也是宇宙通过别人、通过他人给你的,所以你并没有拿别人的。

2024/07/26 – 马来西亚线下场

第一个人:

问: 我这几天很不顺, 有小人和是非。这三天很倒霉, 心情不很刀。我该怎么办?

高灵: 首先你们需要拿开‘倒霉’两个字, 拿开‘小人’两个字。因为当你一旦产生倒霉, 那你就发生很多倒霉的事件, 在你的experience里面, 它就是倒霉。所以拿开倒霉这两个字, 拿开小人这两个字。每个人或者每一件事是给了你一你一个机会来让你看到你自己的状态, 就像是拿了一杆秤来称你, 来让你看到你自己的级别在哪里。就比如说你遇到了一件事情, 你就开始变的很消极或者很悲观或者一蹶不振。外面的事情不过是显现出你自己是一个什么样的energy level, 你是一个什么样的能量状态。你到底是玩它呢? 还是让它来玩你呢? 那如果你是操控一切的, 外面的一切都会被你操控的很好, 你想怎么玩就怎么玩。那如果你是被动的, 就比如说外面遇到好事, 你就好; 遇到倒霉的事, 你就不好。那你就是被动的, 被操控的。那如果你是被动的、被操控的, 那在你人生的方方面面你都会体验到你是一个被影响的状态, 你是一个被动的状态。但是你要记住, 你们生命本身你们是主动的创造者。就算遇到了一些让你没有办法或者让你受限制的事情, 它也是把你推向让你拿回掌控权, 拿回操控权。你们来到这个物质世界上, 你们体验的是你自己的energy的状态。你的这个energy的状态到底是像石头一样硬邦邦的? 还是像水一样是流动的? 这是不一样的。你要是流动的话, 你就是千变万化的, 你就是这样那样, 什么都可以。没有什么可以真正的影响你和限制你。那如果你是一个硬邦邦的石头的话, 那你可能一下子就卡住了。所以外界的这些相不过就是来让你体验到你自己的energy level在哪里。那它在这里, 它是一个硬邦邦的状态, 实际上它还会投射到方方面面。就比如说你在关系当中, 就比如说你的夫妻关系、员工关系、亲子关系, 在这些关系当中, 你也会遇到一种你在受对方影响, 你没有办法。首先你们要对生命有一个认知, 就是你们每一个人, 你们每一个个体, 你们呆的世界是你自己的世界。其他外面的人全是来呈现出你在哪里。你到底一个没有限制、无限的状态? 还是一个有非常多的限制? 那外界的一切人事物全部会给你呈现出来, 所以你在和你自己打交道, 你在和你自己的energy打交道。你感受到、投射出去的一切全是yourself你自己。如果你不知道这个真相的话, 你会去处理外界的事情, 你会去处理给你找麻烦的这个人, 你会处理他, 你会针对他, 你会把你解决问题的方案放到外面或者放到对方那里去了。你不知道实际上是你自己投射出去的状态。这是你们人很大的一个误解, 对生命的一个误解。你们会把外界的相当成真的。但是外界的相是真的, 它变不了是因为什么? 是因为你是一个非常有限的人。那如果你能像孙悟空一样各种变来变去, 外面的相也会随着你变来变去。去玩它, 这个物质的能量你越是去玩它, 它越是像一个非常软的橡皮泥的状态。你越玩它, 它越柔软, 柔软度越高。然后你越是能把这个物质世界塑造成你想要的样子。而不是别人给你扔个什么样子, 你就承受它、接受它是个什么样子。你们来到这个地球上都是来学习、体验和运用能量的。你们不是来这天天就是为了别人别找我麻烦。不是的。你们不是来让你这个肉体好好存活几十年, 不是的。那个肉体离开你这个灵魂的历练和成为, 它没有任何价值的。它跟一头猪、一头牛没啥区别。那如果你能通过这个肉体不断地越来越玩转一切的话, 那这个肉体的价值就得以呈现了。不然的话, 它跟一头猪、一头牛没区别的, 你就是把它喂大嘛。你们哪一个肉体不结束?

第二个人:

问: 我的人生使命是什么?

高灵: 我们连接到你这一世来到这个世界上的能量就是像我们刚刚说从一个硬到软, 然后再到一个水的状态。所以就像你刚刚问如何释放你的能量, 就是其实你有很多远大的梦想或者想要去做的事情, 但是在你的物质层面, 就是你想要去促成它, 就是把这个相变成你想象中的那样, 它是有gap的, 它是有隔阂或者阻碍在这里。就是你的物质世界不能按照你想要的那样活出来、呈现出来、展现出来。但是你心中的愿力或者是想要的那股冲动不会磨灭掉, 它会一直想要去展现呈现的。在这个过程中你就会有一种着急, 一种很复杂的感觉。就是觉得我还是想尝试, 我还是想做, 然后又着急, 有点想要push它, 我怎么办。就你的力量封住了, 出不去的那种感觉。因为你内在实际上有一个很强大的能量在那里, 但是它没办法展现在这个物质世界, 然后呈现出你自己想要的样子。然后你这一生就是来学习和修你的智慧和定力, 慢, 就是首先你要有智慧能知道你的physical body和你的..... 因为你要运用它在这个物质世界展现, 对不对? 那你如何运用这台机器? 怎么驾驭这台机器? 那这就需要智慧了。去驾驭这个肉体, 让它在这个物质世界去呈现出来, 展现出来你想要的样子。然后就是学习智慧、学习它、驾驭它、运用它。当你能够完完全全学习和驾驭过后, 你心里才会是舒畅的, 你才会觉得心满意足。你才会放过自己。你目前就有一点没有放过自己的感觉。所以这就是你的人生主题和方向。第一, 智慧是必须的, 因为如果你活在误会当中, 你对生命的误解和误会会让你没有办法让你的生命呈现展现出来你想要的样子, 它还是在误会当中。智慧是必须的一步。然后通过智慧, 你们越来越明白生命的真相, 我们刚刚说能量的运用, 对不对? 你才能把你心中, 你有很多想法、愿力才能呈现出来。因为你现在达到一个你想做, 但是做不出来, 就有点急了的那种状态。就是这几个步骤。当然, 这是一个方向, 就是你的能量。当然, 它就会体现在你的各个方面。

问: 我可以通过什么方法去学习智慧?

高灵: 首先我们会告诉你, 学习我们的信息。因为我们这么多年的信息是根据你们当下物质世界的能量场结出来的结晶, 然后好像是说目前你们这个世界是一个迷宫, 那每一个地方应该怎么走, 我们都有一个地图在那里, 所以就像是一个地图一样。所以通过我们的信息, 你可以越来越多的理解你们到底是怎么回事。因为大多数人他们连生命到底是怎么回事都不知道。他会把集体意识中的一些恐惧或者是观念、信念、欲望当成是自己。那个跟你没有关系。那个不过是你这个physical body在通过你们集体意识, 就是通过这些信念、通过这些believe system, 你在体验而已, 仅此而已。它跟你是没有关系的。你体验它是为了什么? 是来突破它的。你必须是突破它。所以当你被它困住的话, 你这个灵魂没有办法展现它本来就是的样子。所以你们要知道生命的真相是什么, 不然的话你们就一直活在误解当中。那当然你的这个灵魂它没有办法淋漓尽致的展现出来, 你也感受不到你强大的生命力量。那当然你也没有影响力, 你影响不到其它灵魂。你是在受物质世界, 就是受外界的洪流的影响。你没有办法成为一个你去掌控, 就是你自己是什么样子的方向。你是随着比如说风往这边吹, 你就往这边倒。风往那边吹, 你就往那边倒。你没有办法朝着你自己的方向行走。

第三个人:

问: 我的灵性能力是什么?

高灵：我们想跟你们每一个人说，你们每一个人天生带有什么灵力、能力、天赋或者是才华，当你在越来越允许你这个生命成为你自己，就是让你这个生命绽放的时候，所有你的功能都会出来。就像是一朵花，你只有让它绽放出来，你才能看到这朵花是什么颜色，什么味道，什么样子。那如果你的生命状态还是停留在种子的状态呢？你连一片叶子都没长出来呢？你也看不到你开花，你的开花的颜色，你的香味是什么。所以说当你只是在允许你这个个体它的生命不断地绽放，因为每个人都是独特的，那你独特的能力就会得以展现。因为如果我现在告诉你，你能招蜂引蝶。但是你现在还没有发芽，你就能把蝴蝶引来？你说JOJO老师不是说我能吸引蜜蜂嘛、我能吸引蝴蝶嘛，怎么没有呢？

问：我的灵性能力成熟了吗？

高灵：这么说，你们的灵力，就是你们感知这个看不见的世界，物质世界是你们看得见的，对不对？你用你的眼睛、用你的肉体去感知。那灵力是你去感知看不见的世界。但是我告诉你，我不管说你看得见的世界也好，还是看不见的世界，灵界也好，你感知的是你自己的energy level，你的频率在哪里。你的频率在这里的话，你连接的、你感知的就是低频。那当你自己在那里的话，你感知的、你打交道的又不一样。所以说不是说你感知的到底是对的还是错的。它们都在那里。但是你能去到哪里呢？你在不同的状态，你连接不同的能量。所以又回到一个你的频率在哪里呢？那是什么决定你的频率呢？你的频率到底是在一个合一状态还是在一个恐惧的状态？它就是根据你的认知，你的认知水平。那如果你是活在幻像当中，物质世界所有这些相、恐惧的相、黑暗的相都被你吸收在你那里了。那你的频率在哪里？你的贫困就在那里。你的频率在这里，你感知到的所谓的灵界也是一些黑暗能量。所以它还是回到你自己是一个什么样的意识形态。因为所有东西没有区别，它都在那里。那你能感知的到吗？

问：如果我会一些奇怪的语言，它是天语还是不正常？

高灵：首先这里没有什么不正常。只是说你就好像一个收音机，你在收什么信号呢？你调的什么频呢？你接收的是什么信号呢？你们不过就是接收了一些信号，明白吗？

问：那我这个语言是什么？

高灵：它是一种能量。这个能量通过你去呈现出来，你只是去呈现出来。你就好像是镜子一样，你只是在允许这个能量通过你这面镜子反射出来而已。

问：所以它不是妖魔鬼怪的语言？

高灵：它会随着你自己意识形态的变化而连接到不同的energy。比如说你像一个小孩子，你只能看到桌子、椅子。那等你越大，你可能会看到房间的结构，它的装修材料，看到墙壁后面是砖块。它会随着你这个意识体的认知不断地扩展，而去捕捉到不一样的信号。它不过就是你现在在你目前的这个状态对外界的一个感知而已。

问：就是我就顺着这个能量，它要我传达什么语言，我就传达什么语言？

高灵：你现在问的是你在传递信息的东西，首先关于这个，你可以去学习一些专业的，就是对灵性传播有一个认知，有一个界限，不是说我是被动的，而是主动的连接，就是你是主人，你决定你去拿什么information。而不是被动的你们来什么，我就连接什么。那你们那些失控的人，像你们所谓的精神疾病的人，他们就是在一个完完全全的打开和敞开的状态。而是说你自己去主动的连接和创造，而不是说你是一个无意识的这样子的状态。你是有意识，而不是无意识的状态。因为你们会对这方面的理解和认识比较有限，关于你刚才说的什么妖魔鬼怪或者天语什么的，还有就是说灵力是一部分，就是如果你没有足够高的智慧，就是你连物质世界的这些相你都分不清，你看到，你就觉得它是真的。那更别说灵界的，你也会分不清的。因为就像一个小孩子，你的认知就那么一点，你就认识这么几个字。这些你都认不清楚..... 所以不断去增长你们的智慧，你才能对能量去运通、认识、操控，而不是说只要是我感知到东西就一定是真的。那你看你们物质世界，你们看上去全是真的，对不对？但是告诉你们，全部都是幻像。为什么是幻像呢？因为它是你自己当下能量的一个结晶而已。那你这个能量一变，这个相马上就变了。就这么简单。你要是对一个人充满了恶意，对他恶狠狠的，他也会这样对待你。那如果你对他心里充满了爱，然后很爱的样子再跟他打交道，他又变成另外一个人了。你还能说那个恶狠狠的人是真实的吗？他是个幻像啊。为什么？他会随着你自己的起心动念、你的能量状态变而变的呀。所以这些东西都是在变的。那既然你眼见的，你摸到的东西都是幻像。还别说你感知到的灵界。所以你们来到这个地球上你们都是来学习智慧的，学习生命的真相。在这个level上面，你们才能更好的去探索这一切，而不是受到惊吓。物质世界的幻像已经让你们够惊吓了，然后再多一层灵界的惊吓。

第四个人：

问：我的灵魂主题和天赋？

高灵：我们感受到你这一世的灵魂主题就是你内在有一股像火一样，有点失控的能量，这一生你需要学会去驾驭它。你这一生就像是来训练你体内的这一股能量。你体内的这股能量对你影响很大，它会让你失控。就像是一匹脱缰的野马的感觉，你常常是在一种失控的状态。所以你这一世的灵魂主题就是来学习、体验、驾驭你体内的这股能量的。为什么会选择这样子的..... 你自己对能量的操控和运用，你是非常感兴趣的。就是你这个灵魂天生对各种能量，比如说我们说风啊、火啊、电啊这种能量，你就很想操控它、感受它、体验它。然后这一世你就是来去体验、学习、运用能量的。所以你选择有一个失控的能量在你的体内。最开始你会体验失控，就是难以驾驭它。然后直到你不断地去摸爬滚打，然后就好像你真的可以很好的驾驭、运用这匹烈马。然后你就成为一个操控能量的高手的样子。所以你这一世，对你自己来说你就像体验过山车一样，就你内在的情绪波动起伏是很大的，就像是做过山车的感觉。这是你的灵魂主题。你可以去感知一下你对能量层面的吸引力，就是去探索它。

问：我的天赋是什么？

高灵：你的天赋就是你对能量的一个敏感度、灵敏度。比如说刚刚一点点能量，你就能感受到它是什么感觉，就是你的灵敏度特别强。你的敏感度特别强的话，你就像婴儿的皮肤一样，水的一点点温度就能把你烫伤。所以我说你就像坐过山车一样，那这个能量对你的刺激就会让你的情绪跟激烈，就反应很大。就是上蹿下跳，就像电影情节一样，就很戏剧化。就

你心情的起伏，一会儿可能开心的要死，一会儿怕的要死，一会儿兴奋的要死，一会儿又是焦虑抑郁的要死，就这种状态。

问: 我该怎么训练我的能量?

高灵: 你目前可能你能感知到它，就是为什么我会这样? 别人好像也没有这样。那首先你要知道其实你来到这里你是去感受不同的能量状态，然后对能量的一个运用。然后你可以把你之前觉得你是有问题的这些全部拿开，没有问题，明白吗? 不过是你天生有一个敏感的体质，就对能量的敏感度。然后去学习对于energy能量层面的这些。

第五个人:

问: 我从小跟女性容易建立关系，跟男性容易有障碍阻碍。这是为什么?

高灵: 首先你提的这问题本身就是个问题，它不存在的。为什么会产生这个问题呢? 是因为你还把你自己停留在那个固有的状态当中，就是你这个生命没有起变化。就好像你一直是个铁，你没有变成水，你没有变柔软。它是你能量的凝固的一个表现。因为实际上你们在这里，你们跟任何人没有任何问题。你们跟任何性别、任何灵魂都没有任何问题。如果有问题，说明是你的物质头脑跳出来了。它在这挡路了，所以它就会有问题。那也不只是单独一个性别问题，它本身就是一个阻碍已经在那里了。所以你通过这个问题投射出其实你的能量是非常固定的，它不是一个变化、变动，就是不是一个柔软多变的的状态。就是你的能量是一个硬邦邦的状态。那这个的话，实际上你的能量还会投射在物质世界的很多方面，很多方面都会呈现出这个问题。你就好像总会走一条路，你反反复复就会在一条路上走。那个路没有变的各种形式、各种各样，就是八面玲珑的样子，就是还是比较单一。因为这里所有都是能量，那个能量还是比较单一。就是你很难跳出这个角色，就是你只能演这样一个角色。那就说明无论你在事业发展还是你事业的多元话，还有它的发展，就是很多地方它有一个局限性，而不是一个无限的。你本身就是无限，你什么都可以成为，你什么都可以是。它是有限制的。所以你就知道这里没有问题。有问题的是你自己的能量是在这样坚固的状态下。还有就是你们大量的使用头脑，头脑挡在那，就出现了一个所谓的问题。如果没有头脑的干涉，你跟任何灵魂没有任何问题的。因为你们没有头脑挡路。这是关于你个人能量层面的问题，所以显现出、投射出这个问题。那当你的能量发生转变过后，你的问题也会随之消失的。而且它转变的还不只是你说的关于两性的关系，它是一系列的，你生命的状态，各种。

问: 我为什么活在这个世界上?

高灵: 我们连接到你这一生的能量，它果然就是从一个很局限、很有限制或者是从一个硬邦邦、单一到一个千变万化的状态。就好像之前你只有黑色一个颜色，然后变成五颜六色。所以你的灵魂主题就是从一个单一的颜色变成五颜六色的过程。所以它一定是要变得五颜六色过后，你才能体验到你灵魂真正的生命力、影响力、活力、激情，还有那种燃烧的感觉。你才能真正感受到你生命是什么样子。因为你现在还没有认识到你生命是什么样子。你现在好像是一颗种子还没有突破、还没有发芽开花结果，你体验的还是它这样子的一个状态。所以这就是你的一个方向，就是变，从一个颜色到五颜六色。这个变会体现在很多方面。你会发现你的人际关系会变，你的情感关系会变，就是你跟你对象的关系会变，你跟学生的关系会

变，你跟你的事业关系会变，你跟社会，跟所有关系都会变。如果你没有变的话，那就说明你还是这一个颜色，还是这一个黑色。

第六个人：

问：我想影响更多的人，现在阻碍我的是什么？

高灵：阻碍你的是你自己。外面没有任何阻碍你的东西，外面只是呈现出来你现在是没有绽放出来、没有突破、没有绽放的状态而已。你们每一个灵魂当它们完完全全的绽放自己，它都是充满了影响力。它就像是一个烟花爆发出来，它的能量都是能吸引目光的。它都是能影响、照亮更多的生命的存在的。那到底是什么影响你们的灵魂得以绽放，你这朵烟花得以绽放出来呢？首先就是你的认知，你到底认识生命吗？你会把生命当成你这个身份，你叫什么名字，你是个什么职位，你是谁的老婆，你是孩子的母亲，你会进入到这个物质角色里面，明白吗？当然你就会离不开比如说老公对你的期望、父母对你的期望、孩子对你的期望，你离不开这个角色。所以你自己对你生命的认知就已经限制了你自己，因为你就会觉得我就是这个，我要做这个。那它就已经限制了你自己。所以我们刚刚说是你自己限制了你自己。当你如果能认识到生命的真相是什么，它是无限。然后这个无限通过你这个有限，通过这个肉体来呈现生命本身就是的一个状态。就好像一颗种子通过突破土壤来展现它本来就是的状态。所以我们的信息一直都在帮助你们看到生命的真相是什么。如果你不理解生命的真相是什么，那你永远都是在误会当中。那你也没有办法真正的绽放和释放出来。因为到底生命是什么你都不知道，你会一直用这个物质角色的标准来要求你自己。所以就是让你这个生命得以绽放，如果它没有办法得以绽放，就好像一朵花没有办法绽放，那它也没有香味。那它是不是也没有办法吸引别人的目光或者让别人感觉很美好，就影响他嘛，对吧？那你这个灵魂的香味也没有办法出来。所以说去探索生命的真相是什么。当你能知道生命的真相是什么，你就不会活在这个限制当中了。你就会多一个选择。为什么呢？因为很多人就算明白生命的真相，你不一定做得到。你能做到吗？你能抛开你的物质那个什么吗？你还会有一大堆物质观念啊、集体意识啊、还有被物质捆绑的什么房贷啊、或者是欲望啊、对金钱名利的向往啊、或者是身上背负着各种责任负担啊。这些东西就算你明白了，你一定能跳出来吗？所以说这些都是来限制你们，就是你刚才说你的影响力为什么没有出来。

问：所以如果我要提升我的能量就要去拓展我的认知？

高灵：首先我们说提升能量这几个字就有误会。为什么呢？因为本身你们能量就是很高的。是因为你们进入到物质角色里面过后，再进入到这个相里面过后，你就down了。就是说并不是你从一个很down到一个很高。你本身就很高，你只是进入这个角色，进入到观念里面，进入到头脑里面就开始down了，开始降落了。那你只需要什么？把你从你的物质身份里抽离出来啊，就是不再进入这个幻像，不再进入头脑里面去，就恢复了它本来就是的样子。就是本来你是天上飞的，你自己要把自己禁锢到地上的泥里面去。你从泥里面出来。而不是说你本身就在泥里面，你要上天。你本身就是高高在上的。这是你们每一个灵魂本来就是的状态。所谓的提升能量实际上就是把那些限制性信念，就是不属于你的东西，跟你灵魂没关，不搭噶的一些东西拿开，让你看到这是误会，这是误解，这是别人的认知，这是集体意识，这跟你没关系，这个不是你。我们把它统统拿开，把误会拿掉而已。然后你就觉得你可以飞起来的

那种感觉。所以不是说来教会你一些东西让你往上飞，而是说你本身就在飞。我们只是把你翅膀上粘的东西拿掉而已，让你恢复你本来就是一个状态。

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们感受到你的灵魂主题，你的这个灵魂就是想给这个世界带来欢乐的影响力。你就觉得活着为什么不快乐啊? 我就是要快乐。然后你这个灵魂就真的很想把这个笑声，就像弥勒佛一样，就想把这个快乐、欢乐、轻松的energy撒的到处都是。所以在你的灵魂层面你非常想要给。给什么呢? 给欢乐。这是你的灵魂。你的灵魂想把欢乐洒满人间吧。但是因为你来到这个物质世界，你也会忘记你的身份，你也会进入到误会当中。但是你灵魂本来就是的状态就是一个非常轻松快乐，我现在想到的就是弥勒佛的样子，它想哟传递，会有一种传播的能量。所以你还挺适合舞台上的说相声、笑话那种，就有一点像这样的工作。因为你很enjoy，其实你天生有一种变化很快的那种，就shift shift那种energy在里面，就脑子很快很灵活，可以一个点马上跳到另外一个点，跳来跳去的。所以你可以逐渐把这个激活，因为这是你本来就是的状态，这就是你本身嘛。我们不断地去连接这个能量，激活这个能量，就像是一个说笑话、说相声的人，然后带动全场。然后很欢乐的这种状态。

问: 所以我的天赋?

高灵: 你的天赋我们刚刚说了，它跳的很快，跳跃式的，就是shift，可能从一个很僵硬的状态一下就shift到水一样，一下shift到这边，一下shift到那边，跳来跳去。特别灵活多变、变幻无穷，让人应接不暇。你可能自己也不知道你要跳到哪里去，就会有一种这种感觉。这是你的灵魂与生俱来的，它想要给这个世界创造一个轻松和欢乐的能量场。

问: 我这辈子的功课呢?

高灵: 我们现在连接到一个能量，比如说你缺少对生命真相的认知和智慧，那就会导致你还会停留在物质角色里的这个限制，导致你没有办法完完全全的做你自己，就你还有束缚。这个束缚包裹着你，让你没有办法跑起来。那怎么样才能解开这些束缚呢? 让你可以轻松上阵和跑气来? 那其实你就是要学比如说JOJO老师的信息，关于生命的真相是什么。因为如果你不能去做你自己，你其实没有办法为周围的一切负责的。那当你们比如说在物质世界的角色里面，你就会觉得我必须要先负责任，我才能做我自己。就是我把我的责任先承担好，我才能做我自己。这个就是一个误会和误解，明白吗? 那你怀揣这个误会去做事，你的energy level是不一样的。就这个能量裹的很紧，你会产生一种跑步起来，不轻松。你不轻松的话，你创造不了那样的能量场。所以需要你自己解开这个误会。解开这个误会过后，你才能发自内在和内心的这种轻松感，那才能把这个能量场创造出来。你又回到这里，它就是智慧的一个增长。然后你完完全全的去展现你所是的状态。

第七个人:

问: 我没有问题，我只是想问你有什么要跟我说?

高灵：我们感受一下你的能量。我们连接到你的能量就好像你内在有一个光或者是有一个像金子宝藏一样的东西，你把它包裹起来了。就好像土里面藏着一颗金子，没有把它展现和释放出来。也就是说你这个灵魂实际上它是非常有才华和能力的。那有可能只是目前生命的这个阶段是在一个包裹的状态。那我们带给你的信息就是说勇敢的做你自己，去成为你自己。然后把你携带的这个礼物送给这个世界，展现出来。就是敢于去做自己。因为你天生就携带了一份礼物进来，它不是你从外面学的，也不是你要去得来、去拿到、去获得的。而是说你本来就携带着是的，所以你只需要去把它打开，就展现出来。所以给你的信息就是说勇敢的做自己，展现自己。然后不要有任何评判的声音，也不需要有任何遮遮掩掩。因为我们感觉你好像把它遮起来的那种。你现在多大年龄？

问：32

高灵：我们感觉你可能需要一个力量把这个打开一样。我们想让你知道你内在有一个礼物，就是有一个宝藏在那里。

第八个人：

问：高我对现阶段的我有什么要说的吗？

高灵：对你现在要说的就是越来越多的去运用内在产生的情绪，还有就是运用外界的相，更多的不是让它来影响你，而是说外在的相给你带出来的内在的情绪，来运用这两个面，更多的去认识自己。因为如果你只是被带入到外界的相过后，你只会越来越觉得生命很被动，你很受影响，你没有办法操控它、掌控它。那些情绪只会让你又进入到物质世界这个相。那如果你能看清楚实际上你们这个物质世界呈现的这个相，它不过是给你了一次机会让你可以体验到你自己的believe system，你的一个意识形态，你的一个限制，你的状态，就是让你能有一个镜子让你知道..... 因为你们是energy，你们是灵，这个物质世界本来是什么都没有的，它是无，是你们的意识让你们投射出你们自己在哪里。但是你们是会变的，随着你智慧的增长，你们是会变的。你一变，物质世界的投射就变了。所以说我们带给你的信息就是说去玩它，而不是被它玩。因为你们大多数人都被物质世界玩。你们还不知情，还在那很苦恼的样子，去玩它。这是给你的信息。

问：但是我现在对物质世界有一种无欲无求的状态，但是我对我现在的状态不满意。

高灵：首先本身物质世界，就是你对它有欲有求，实际上你是进入到一个相了，就是进入到幻像当中了。那如果你对它无欲无求，你也是进入到幻像当中了。就是它还是..... 但是实际上真相是什么呢？真相是这个物质世界本来是你们这个能量体，我们说灵魂透过你这个physical body，然后你里感知你自己的能量级别的。然后感知它、学习它、体验它、运用它、操控它。那你如果你把自己当成这个角色，这个身份，你会觉得物质世界所有都是真的。但是实际上它只不过是在每一个你不同的意识形态投射出不同的相和你互动和体验而已。如果你能有一个新的认知过后，你跟物质世界的关系是不一样的。所以也不存在一个无欲无求的状态。因为你也知道那里没有什么好求的，它不过就是一个镜像。但是通过这个镜像你能知道，那刚才你说你对这个物质世界无欲无求，但是你不快乐，那通过这个镜像你能看到你停留在一个探索生命，你还不知道生命是什么。你还停留在这样子的阶段。那这个镜像就反

射给你了，就是你的生命还有一个认知，你把它当成是这样子。你只有通过它，不断地去探索生命的真相是什么，比如说通过我们带出来的信息。我们的信息都在告诉你生命的真相是什么。因为你们每一个人如果不明白生命的真相是什么，你们就进入幻像了。但是物质世界的幻像是什么？借假修真。你才是那个真。你们每一个个体，你们是宇宙唯一存在的，当你不存在了，这个宇宙就不存在了。所以说只有你才是主角，外界的一切，任何你的关系，你的老公孩子、儿女、同事任何，它不过是来让你看到，啊，我又变了，我有恐惧，我有限制。因为你内在的恐惧也好，分裂也好，欲望也好，它都需要有一个人给它呈现出来，给它带出来。所以它不过就像一个捞鱼的网而已，把你内在有的带出来。让你去面对，让你去处理。但是你们往往没有处理内在的，你处理的是对方。那就是你们走上误会了，走上歧途了。你自己失去了蜕变和成长的机会，那物质世界就是一成不变的，它永远是这样。为什么？你永远都是这样子的能量状态。所以通过现在你感知到的物质世界投射给你的这个相，更多的去理解生命的真相是什么，去玩它。

问：我觉得很多时候我自我保护太强，会伤害到我周边的人。我更多考虑自我的感受，我一旦感觉外界会让我受伤，我就非常冷漠，不想接受任何伤害。

高灵：你们首先要记住的一句话是你们永远伤害不到外面的任何人。他们可能呈现他们受伤的一个相，但是他们不过是通过你带出来的一些东西，就是你像渔网一样，把他们内在的一些东西带出来了。那如果他内在没有这些东西的话，你带不出来它。他内在肯定是有评判，有期待，有分别，你只是把他内在这些东西带出来了而已。来让他可以去……他体验到的是他自己，所以你可以放下我对他们负责。你们只需要对你们自己负责。为什么呢？因为当你自己在一个合一的能量状态的话，你外面的关系都是合一的。那如果你是在一个分裂、离开了一，就是都一个有分别的状态下，其实你怎么投射，它都是有分别的关系。你只需要保持在你是合一的地方，然后外在没有什么需要你负责。你们每一个人扮演的身份都是你把对方的能量状态投射给他们，让他们去体验到。他们有他们的功课。为什么我们告诉你们，你们永远不要去找对方的麻烦或者是去处理对方，处理外界？永远都是外界来让你看到你自己的一个状态，你自己的energy level在哪里。所以是同样的。那像你刚才说你会感受到受伤，然后就变的冷漠，是吗？你想把自己保护起来。那这也是你们对生命的真相是什么，你们都不知道。那当然你们会活在误会当中。所以你刚才说我保护自己不受伤，这些都是来自于生命的一个误会。因为外面的相不过是投射出你的一个认知，你的意识形态。那如果你把外面投射的相当成是真实的，不可更改的，你这样子定义了，那就是你体验到的版本。所以说通过这些，它不过是你现在还在认识生命。你像是一个小孩子一样，还在认字的阶段。那通过这个相你就能知道你现在是在对生命的体验、探索，在你自己固有的一个认知里面去你感知它，去体验它。那所有的这一切都会随着你越来越对生命的认知和认识过后，然后会转变成一份礼物，它会加深你对生命的认知。所以你这个意识体只需要成长，你刚刚所提到的问题都会消失。不需要刻意的去处理这个。就好像你这颗种子一发呀成长，外面的那层壳自然而然就脱离掉了。

第九个人：

问：我精力特别度，有两次抑郁症。我的孩子得过血癌……

高灵: 我们先看一下你的灵魂主题。我们首先连接到的是一个男性的能量，它是一个fighter，是一个战士。你这个战士选择了一个女性的身体，你这个灵魂给自己设置了很多挑战。你现在的这个样子，实际上你还没有突破它，还是个假象。你真正的fighter的样子还没有出来，这个不是你的样子，fake。这是需要你去突破它，因为其实你内在的力量还没有出来。你内在能感受到的。你就觉得再强烈一点，再猛烈一点，fuck fuck fuck，不断地想要击碎的那种。所以如果说你的灵魂的话，它就是一个武士、一个将军、一个战士，而且它是越战越勇，好像有一种上瘾的感觉，就是come one, keep going的那种感觉。所以你刚才说的那些经历，对它来说什么都不是。它的灵魂都会觉得这个算什么，还要更猛烈一点。它有一种就好像如果没有东西给它fight，它就觉得活着没有意思。它就不断地想要去挑战，然后进攻、拿下、进攻、拿下。它不能把自己保持在一个..... 你知道你为什么抑郁症吗? 挑战不够。

问: 我不想要再多一次啊。

高灵: 你是你的小我在说话，那是你的头脑在说话。你们头脑觉得怎么又来了，但是你的灵魂觉得好爽啊，come on more..... 因为你们来到这里你们会忘记你们的灵魂是什么，所以你的小我会怂。你小我会觉得怎么又来了，但是等你上战场的时候你就会觉得，哇，我原来这个厉害，就有一种对自己刮目相看的感觉。所以你的小我在不断不断地认识灵魂的那个你。那我现在把这些信息带出来，就好像把面纱给扯掉了，让你真正的去见一下这个勇士。它特别兴奋来告诉你这些，因为其实我刚说的那些话，你心里能感知的到。你在平常生活中你会觉得来吧，就是有一种想要去杠上的感觉，就是跟人生有一种杠上的感觉。你的抑郁症就是来自于你的挑战不够多。你选择的这些行业都不适合你，它不是一个能够展现出你这个灵魂fighter的状态的。所以它不会让你有一种活着的感觉，你就觉得还不如死了算了的感觉，就真没意思。就好像把一个喜欢打猎的猎狗关在家里做一个小宠物一样的感觉。你会觉得我不坐在笼子里面做一个小宠物的感觉，所以你的抑郁来自于这个。当你能天天上战场的那种感觉，你不可能抑郁的。你天天就像是嗨大了一样，你会特别的聚精会神、专注力、关注力、工作能力特别强。你在工作上真的特别强，就没人会用你，连你自己都不会用你自己。

问: 怎么办? 我已经选了行业了。

高灵: 选的行业你们随时都可以跳出开，没有任何东西可以限制你。你的这个灵魂只有放在一个它本来就是，就是它强大的能量状态的样子，你才能不抑郁。不然你就会抑郁。为什么呢? 你走的这条路不是你灵魂要走的路啊。就刚刚跟你说的一样，让一只猎狗回到家做一只小猫咪怎么可能? 它不抑郁才怪。你就让它天天打猎，天天特别嗨。然后不断地被自己的战绩让它的生命力体现的淋漓尽致的。所以来自于你不够认识你自己，因为你们还会有一个物质小我。物质小我就会有时候就会有些怂，其实就是想太多。你马上上战场的话，就会把你fighter的那一面展现出来，呈现出来，就是少想一点，你就直接冲就好了。

问: 很多人跟不上我。

高灵: 是的，是的，我们刚刚不是说你的工作能力很强嘛。所以其实你还挺喜欢竞技的，比如说有个对手、有个挑战，你会更加像打了鸡血一样的感觉。所以你这个灵魂就是一个fighter。然后你只要懂得它的习性，去运用它，把它放到一个有挑战的位置。你们目前的这个物质世界就是挑战太少了，总是给自己太安逸的生活、太安逸的工作环境。它反而导致你

的灵魂不想起来或者是睡懒觉的那种感觉，罢工的那种状态。这就是为什么会产生抑郁，就不够有激情，明白吗？所以说你现在对这个灵魂的状态..... 你不是这个肉体啊，它通过这个肉体，为什么你这个fighter要选一个女性的身体？它选择这个反差比较大的，就是来给人眼前一亮的感觉。就是来让人看到我拥有强大的能量，但是又不是像大力士的样子。就是有一种让人家觉得怎么反差这么大、惊艳、不可思议，就是想创造这种感觉。因为这个灵魂就是想不可能变成可能，就是这个灵魂的特质。所以它就是想要创造这种把不可能变成可能。所以我们告诉你接下来你们的九紫离火运，你要在这个时代里面去展现你们女性强大的能量。虽然我说你是女性，你只是一个女性的身体，你内在是个男性。你是一个很勇敢、很勇猛、有很强大能量的一个战士，而且是战无不胜。你只要上场，你就会胜利。开心吗？

问：现在很开心。

高灵：对，以后不会在抑郁了。抑郁是因为你没挑战，你的生活太没挑战了，明白吗？我们想送给你的就是说多跟JOJO老师连接，因为她会运通你这个能量，然后让它可以像核武器一样爆发出来。没有问题了，这个已经完全可以让你是一个新的状态了。

问：我可以选择什么行业？

高灵：首先第一，一定是光、正义、合一的能量的行业。不然的话，你的这个能量激发不出来，你进入到黑暗当中，你激发不出来的。就是进入到世俗那种，你激发不出来。你还是做不了自己，还是会抑郁。它一定是合一、光、爱，就是那个中心的能量。如果是分裂的能量，进入到这个能量激发不出来，然后你又抑郁了。因为你这个能量还带着正义，它一定是正义之光，才能把这个能量激发出来，不然激发不出来的。这就是你的行业，就不要偏了。你没有问题了，信息全部带给你了。

第十个人：

问：为什么我和我先生做了这么久，都没有发达？

高灵：如果你单纯的只是提这个问题的话，我们想告诉你为什么它没有呈现出那个样子。是因为其实你们两个人的能量都有点抓的比较多，就是送啊、放啊、无为啊比较少。这样子的能量就会导致你的确投入了很多时间、用心。努力这些在，但是这个能量世界上是收缩的。那它带来的影响力..... 就这么说，你在这个柴堆在烧火的时候都是裹在一起，它火就很小。你把它松开的话，火就很大。所以从能量层面来讲，你们那种轻松、玩乐、欢乐，像玩这样子的能量太少了，too serious，就是太较真了。这样子的能量导致它的辐射，我们说能量的辐射，因为实际上你外面结出来多少果跟你的辐射面是相关的。就像我种的庄家在地里面，辐射窄的话，收成就少了。它辐射特别广的话，然后不断地蔓延蔓延，那结的果子，丰收就多了。所以从能量层面来说的话，它就是辐射的一个广的影响导致的。但是我们想跟你们说关于所谓的发达的问题，它又来自于你们对生命的有限的认知。因为你们进入到这个物质角色里，你们就会觉得我这一生就是来赚钱或者是来飞黄腾达，来发达，来怎么样怎么样的。不是的，有多少金钱也是你自己这个能量级别能够运用、操控，就是能结多少果的一个副作用。所以说金钱是一个副作用，是关于你这个能量级别大小的一个副作用。它不是你来到这个地球上主要的目的。你们来到这个地球上主要的目的是什么？是如何让你这个灵魂得以绽

放。你这个灵魂它有自带的主题。就比如说如果我说你和你老公本身就是来修的，就是你们俩最主要就是彼此来成就彼此，来彼此刺激对方的灵魂得以成长，那你们就会有共同的课题，它跟你赚钱多少没有关系，你们是要修这个课题的。但是一般你们都会沉迷到自己的角色里面和物质世界里面，导致你们错过了你们这个灵魂得以蜕变的机会，让你们体验到比如说几十年都一个样子，你们的生命没有起色，没有变化。当然你们的事业或者你们的财富也不会有变化。那如果你们能通过你们这个肉体来突破你的灵魂主题，首先你就从一个有限制的人变成无限。那如果你是一个没有限制的人的话，那你跟金钱的关系也是没有限制的，你想要有多少钱就有多少钱。

问: 不讲发不发达，我其实还是想有一些平静的日子。但是还是要面对很多挑战和问题。

高灵: 是的，你看就比如我们刚才说当你的能量too serious，其实就是一个能量是固态的。比如我是一个很硬的铁球，我想要穿过一个笼子，想要进去，它就很难，就是阻碍嘛，那其实对外界我就是阻碍了。那面对的就是阻碍啊、挑战啊，它就是这样。其实你通过阻碍和挑战，你看到的就是你的能量就是坚硬的。那如果我从坚硬的状态变成水呢？外界没有什么东西能够阻碍你。所以通过你所谓的挑战和阻碍，你能看到你的能量是一个硬邦邦的，它是一个有限制的，它是这样子的状态。因为外界的一切不过就是来让你可以感知体验到你自己是一个什么样子的状态。但是如果没有通过我们的信息，你们会觉得你们的人生过的不是那么风顺水，但是实际上所有的事情都是给了你一个让你去成长、转变的机会。你看前面的那个灵魂，它就喜欢挑战。每一个挑战都是来呈现它这个灵魂多么的强大，它可以去体验到它强大的一面，它就是喜欢挑战。那你们所有的灵魂投生到这个物质世界，你们就是来挑战的，不是来赚钱的。赚钱只是你们通过跟金钱的关系来体验到你自己的限制在哪里而已。

问: 我有四个儿子，为什么其中一个儿子很不孝顺，还很叛逆？

高灵: 首先你产生的这个问题是来自于你自己的一个限制。因为你认知的一个限制，在你认知里面你觉得孩子是要孝顺的，那是来自于你对生命的一个误解。我们又回到亲子关系，每一个你的孩子，它这个灵魂，它是后面选择来加入你，来加入你的家庭，它是高维的能量，ok? 它这个灵魂它知道你是什么状态，它什么都知道。它选择加入你这个家庭是为什么？它来促进你这个灵魂成长的，它是从一个无的状态变成一个有形象的状态来促进你这个灵魂成长的。所以它来到你们的生命中，实际上它们就是来给你们送礼物的。但是往往你们还会觉得孩子是我教育，我要怎么样怎么样他。所以当你们缺少对生命的认知，你们就拿不到这个礼物。你们还会来要求他。像你刚才说的叛逆和不孝顺的孩子，我告诉你，他就是来松动你的。因为你们这边很紧、很凝固的能量，他就是来松动它的。因为你这个能量的话，你就会继续遇到像你刚刚说很多挑战啊、很多阻碍啊，明白吗？

问: 那他至少也要懂得尊重，为什么他.....

高灵: 因为我们说你跟孩子的关系是一面镜子，你现在产生的所有问题，这面镜子来让你看到你内在有的东西。比如说你有的观念、你有的believe system、你有的看法想法、集体意识、你对人的认知、你对孩子的认知、你对人比如说他要做到怎样、他应该怎样、他不应该怎样，你的所有东西都是他给你带出来，让你体验到，让你看到，明白吗？所以你觉得这个孩子本来就是怎样那样，他有问题怎样怎样。但是实际上你只是通过投射的这个相来让你看

到你的认知水平在哪里。因为你还活在幻像当中，还有对生命的误解当中。那你当然就会拿出这一套误解来继续产生误解。那如果你对生命都没有足够的认知，你都是有限制的，你亲子关系一定是有限制的，投射出来就是限制的关系，所以这就是你体验到的版本。但是，你会变。你们生命来到这里都是来产生变化的，不然这里就没有生命发生。那你会变，你的意识形态会变，所有的观念都会被你突破。你突破这一切过后，当然你跟孩子的关系就变了。你会有不一样的眼光和去欣赏这个灵魂了。所以孩子给你提供了一个让你可以去关照你自己的一个相、一个机会和一个画面。如果你只是执念想要让孩子发生变化，变成这样，变成那样。那你们就会体验到有一种都在消耗，就是你在消耗你自己，试图去改变外面的相。当你的生命发生转变的话，你会发现你跟你孩子的状态就变了。为什么呢？因为你已经进入到一个不同版本的你了。那里的你和孩子是有不同的关系的。

第十一个人：

问：我经常心胸闷，有时候会抽痛。

高灵：我们连接到你这个灵魂，首先这一世它来，它就是有很多恐惧需要清理。从能量层面你有很多恐惧的能量需要清理。你有一点像是一个垃圾回收站一样，就是把你们社会上的那些恐惧、害怕，就把这些东西都吸到这里。你的灵魂主题就是要从一个非常弱、有很多限制、或者是从一个很害怕胆小的一个状态变成一个非常坚定和强大的状态。这个挑战还有点大。有一点好像要把一个特别胆小害怕，什么都下不了手的人变成一个杀手，这样子很大的一个转变。在你灵魂去突破之前，你会自动去吸收社会上害怕的、胆小的，就是这种负面的能量，来让你自己好像限制更多、更难突破。然后逐渐的去体验到一种无力感，然后再慢慢慢慢的找回力量。所以你的人生主题就好像是找回力量的感觉。那你刚才提的问题是说你有什么感觉？你说的心闷和胸口抽痛，这种其实就是能量对你的影响。你就说不上来，它没有原因，你也没做啥，就是莫名其妙的产生的这种感觉。我们想说这是你突破前的状态，明白吗？就是你在慢慢慢慢找回力量。有结婚吗？

问：还没有

高灵：多大年龄？

问：34

高灵：跟谁住啊？

问：家里人

高灵：有工作吗？

问：有

高灵：我们只能说你现在是在拿体验，是在收获体验，拿体验。拿体验，那你的人生会走上一个要去转变，就是走上去拿力量……你现在体验的就是莫名的无力感。但是我们想告诉你

的就是说你的无力感不是你生命的常态，也不是你这辈子就这样子了。而是说在你比如说你要去健身房锻炼你的这块肌肉，在你健身之前，你体验到你这块肌肉没力气。所以你决定去健身房去刺激它，让它力量变大。所以力量变大，才是你来到这个健身房的一个结果，而不是说你现在的样子是你的结果。你现在的样子是你需要突破前的一个状态。

问: 什么时候才会变强大?

高灵: 我们只能说跟着我们的能量，这条路会让你走上恢复自己能量和力量的..... 我想说一下她的情况，因为她体验的有点像是集体意识里的无力感，就女性的无力感。就很多女性的无力感都在她身上，我们刚才不是说她就像一个垃圾桶一样嘛。所以我们集体意识当中..... 因为这是我们人类、女性的一个集体课题，就是女性这个身份的这个无力感。然后你跳到我们这个世界里来，你在体验它，你在背负它。体验它是什么，然后你想要转化它。那你转化之前你就必须要知道它是什么，它给你带来的感觉。实际上它不是来自于什么东西，就你这个连解药都没有。为什么呢？就好像这个地方本身就是臭烘烘的地方，那你来到这里，你闻到的就是臭的。所以你产生的这种感觉，就是集体意识能量对你的一种影响。那你说出路在哪里呢？那你目前就是在体验它。当你受不了的时候，它就会push你去找到出路。因为你的生命不会允许你在这种好像奄奄一息或者是不适感，就是你这个蛋，你要孵化，要出来，你就必须要去突破它。所以我想说的是谢谢你用你自己的身体跳入到我们这里去体验我们这里的集体意识，就女性的那种束缚或者是力量的受限，然后那种无力感。怎么走出来？我想告诉你的是，我们现在就在走出来。我们现在就在。刚才前面那个人，她的灵魂主题是个fighter。她就是选择女性的身体来给我们呈现女性的能量，她的能量会带动我们。因为她这个强大的能量会把我们点燃，会把我们内在的能量给激发出来，让我们也变得强大。所以你不是一个人。因为很多女性都在通过我们自己，就是生命的本来来活出来，来走出来。而且这条路上的人越来越多。你不是一个人。然后你只要知道我们在这里，我们已经在这条路上了，我们已经走了。然后这个集体意识也会被我们改变。然后以后投身在这个地球的女性就不需要再经历这个课题了。因为这个课题已经被我们突破了。每一个生命突破的灵魂主题，都是集体意识的突破。就像以前传统的信念观念，就是女人都要裹小脚。那那个突破的人不需要裹了，那我们现在的人是不是都不需要裹了？所以当我们这批女性突破了我们的集体意识的无力感过后，以后我们的孩子，我们下一代的女儿就不需要来肩负这个课题来继续突破它。

问: 我以后会是怎样的女人?

高灵: 我想说很多灵魂都是先去体验无力，然后再变得强大的一个能力。以后的你会脱胎换骨，你的声音会变，你的气质会变，你的长相会变，你的整个都会变。为什么呢？你现在就像一只毛毛虫，它最后是一只蝴蝶。它完完全全是不一样的能量状态。所以以后的你一定是拥有强大的自主、自我的决策力、坚定、她是不受外界影响的。因为你现在受外界影响还蛮厉害，还蛮大的。你就会完完全全的去呈现和活出你这个单独的个体它所是的力量。就不再会受到外界的影响了。这就是以后的你。我们都在这条路上，你不是一个人。你说你34岁，但是你的能量像十几岁。所以的确，你现在在一个像十几岁的能量，它就是还需要被照顾，力量还没有出来的状态。所以你现在看上去像十五六岁的状态，是你的能量。我们每一个人的物质肉体都是这个能量投射到这个肉体上面呈现出来的状态。所以那就形成了一个所谓的气场。一个人气场强大，他不需要语言。他只需要在你面前，你就能感受到他强大的气场，

你可能就不敢去要求他什么。这就是能量对能量的一个影响。当我们能量的转变，我们投射到这个物质肉体，它的气场就完全变了。所以我们刚刚不是说你会完全变成另外一个人嘛。我们有很多女性都在这个阶段，都在体验着我们的集体意识，但是这些都是来让我们突破的，而且我们都走在这条路上。

问: 为什么感情一直不顺?

高灵: 因为你还没有影响力啊。你没有影响力，你就是被动的，你就是受外界影响的。你没有力量去影响他，他说怎样，我就怎样。他是这么对我，我就这么接受。是不是? 那你就知道了，就跟你的灵魂主题一模一样。你现在就是在体验女性的那种无力。力量出不来，那肯定是不顺。就好像你飘在水上，你没有办法决定你要朝哪个方向。风往这边吹，你就往这边。那你肯定是不顺的，他怎样，你就怎样。你要知道他是什么? 他是在集体意识当中的人。集体意识当中是什么? 它都是不稳定啊。你们集体意识当中的能量都是各种黑暗、波动能量、分裂。那你体验的就是那个呀。

问: 我想放我的力量出来。

高灵: 你不是想，你是必须。那是你必须的一条路。你只要记住你目前的状态是你在突破前的状态，去打破前，去绽放前的状态。它不是你生命本来的样子。因为很多人他们会觉得这就是我，我就是这么软弱，我就是无力的。不是的。你这么软，你来到这个地球上是要让这个软变成硬的。所以软只是你之前的一个状态。你们每一个人的生命都是去突破它，去突破你这个状态。而不是说你这一辈子就是这个状态了。那你要怎么样变的有力量? 第一，通过我们的信息。通过我们的信息，你要逐渐逐渐知道生命的真相。你不知道生命的真相的话，你就会活在误会，活在幻像当中，你活在虚假的身份当中。那你力量肯定没有办法释放出来。然后通过我们的信息，你通过这个集体意识，我们刚才说你受到集体意识的影响。那现在JOJO老师也在创造一个能量，通过这股能量，你拽住它，加入它，你也会越来越展现出你生命所是的状态和样子。你现在有男朋友吗? 没有，就是感情不顺，是不是? 你的灵魂真的很勇敢，选择了我们集体的功课，去承受它，然后去突破它。所以你的生命和突破和转变也不是为你一个人，你在体验我们集体的业力。你也会我们这个集体强大的能量，转变的能量。

2024/07/27 – 连接绿度母

问: 智慧是什么?

绿度母: 智慧是关于你对生命和宇宙认识的一个程度决定着你是否拥有智慧。如果你对生命的认知比较单一, 那就说明你的智慧比较单一。如果你对生命的认知更加的没有限制, 就说明你的智慧程度很高。所以就像你对一个品种的生命有一个认知和对无数个品种的生命认知就决定着你的智慧的高低。那从中你就知道你每体验一个生命状态, 你就能增多一份智慧。在你的里面你就多了一份理解和包容。

问: 慈悲是什么?

绿度母: 慈悲建立在智慧上面。刚才说你多了一份理解和包容, 你就会达到慈悲的状态。那如果你没有办法理解那个生命, 你就缺少一份慈悲。

问: 是不是每个人都会活出慈悲? 为什么?

绿度母: 你们在体验各种各样的人, 所以你们更加知道是否每个人都能进入到慈悲的状态。

问: 绿色的光有什么样的疗愈作用? 怎么样提升能量?

绿度母: 任何颜色的光都有疗愈的作用, 颜色的种类跟这个没有关系。怎么样提升能量? 那就是提升智慧。当你的智慧增长, 你的能量级别也会随之增长。

问: 绿度母通常大家看到的是绿色的光, 这个有什么特别的意义吗?

绿度母: 它只不过是你们意识投射出来的一个相, 就好比你们看到的花的品种有各种颜色。所以这个所谓的相也会因为你们而呈现出不同的颜色。

问: 您的能量特征是什么?

绿度母: 我的能量特征是和平、包容、允许。

问: 有没有疗愈的功能?

绿度母: 刚才说每个颜色的光都具有疗愈的功能, 所以你们每一个个体当你们在进入到无条件的爱的状态, 你们也同样拥有疗愈的功能。

问: 如何与绿度母沟通? 因为有时候您只是给一些手势, 不知道是什么含义。

绿度母: 如果需要沟通, 自然就会沟通。

问: 念绿度母心咒的功效是什么? 可以得到哪些加持?

绿度母: 若你需要去连接那个能量, 便可连接。而不是为了获取某些功能, 才去连接。

问: 听说念绿度母心咒可以让人年轻是真的吗? 有更简洁的变年轻的方法吗?

绿度母: 别人可以通过某些达到的并不代表提问者可以通过那样的方式去达到。因为你们每个个体都有不同的体验和状态。所以清楚的认识到你自已, 不是因为看别人做出来某些效果而去行动, 而是你的内在因为行动会产生喜悦才去行动。

问: 您是怎样选择被疗愈的对象?

绿度母: 这里没有存在选择。

问: 但是有时候您会无端的指向某一个人对着他做手势。

绿度母: 这是他们之间的关系的一种连接方式。

问: 选择怎么样的人去疗愈?

绿度母: 没有选择。

问: 他们在疗愈的时候, 你的能量在起作用吗?

绿度母: 这是他们之间的爱的连接。

问: 他们连接的是你的能量吗?

绿度母: 这里没有所谓的你, 就好像你插上电源, 你在指责电源说这是连接你的能量吗?

问: 为什么疗愈者感受到的是你的能量吗?

绿度母: 这里也没有为什么。因为你们在你们的世界里面创造你们所体验的。就好像你插上电源, 你要去分别出你这个电源是来自于这个, 那个电源是来自于那个。没有这个分别。

问: 那你的能量为什么与观音的能量有分别呢?

绿度母: 在不同的频率状态下, 你能连接到不同的状态。所以不同的频率状态就好像不同瓦数的电灯泡, 这个不同瓦数的电灯泡在你的世界里面创造了一个不一样, 一个不同。

问: 你绿度母刚才在给我做疗愈, 指向我心轮的这一块。它是疗愈了哪个方面?

绿度母: 没有具体的分别。

问: 刚才它在我的头上做疗愈, 画了一个符号?

绿度母: 当你好像去分别出这个池子里的水是那一块受到了影响。

问: 那刚才画的符号代表什么?

绿度母: 如果你想要给它赋予某一种定义, 你们有自己的权益和权力给与你们所体验的相定义。无需外界的能量来赋予它定义。

问: 念绿度母心咒对人们有哪些作用?

绿度母: 没有作用。去做你自己被吸引的, 而不是其他人说有效果的。这里没有任何特效的行为。对某些人有特效, 那是他们自己灵魂.....

问: 灵魂赋予它有意义, 它就有意义吗?

绿度母: 不是, 是属于他个人的体验。

问: 经常念咒但不明白含义, 也会对人有帮助吗?

绿度母: 念咒可以让你从一个散乱的意识状态进入到一个, 就是回到你中心的状态。所以不是念咒才能达到这个效果。当你把你的注意力从物质世界收回到当下, 也可以达到这样的效果。它只是让你好像从走神的状态回到清楚的状态, 让你的生命不再是以一种消耗、待机或者是茫然这样子的一个状态。

问: 咒语有很多种, 绿度母咒语啊、准提咒啊.....

绿度母: 并不是关于咒语, 而是关于这个人他散发的能量, 他焦距和他的意念产生的。比如说他在通过一条路, 咒语是一条路或者是一把钥匙或者是一扇门, 他只是在通过这条路在创造一个连接。这个连接就是有力量, 就是产生影响。

问: 念经咒的本质的什么?

绿度母: 就好像你给自己开了一条路。这条路是能量的路, 是一个振动频率。通过这个振动频率, 你在持续的散发出一个频率和创造一个相, 一个固定的频率和一个相来供你去进入到某一个状态。就好像是我通过这个电梯到了某一个楼层。那你通过这个所谓的路径, 然后进入到一个意识状态。

问: 咒语的能量来自于哪里?

绿度母: 来自于你自己把你的注意力专注在一个频率里面而进入。

问: 咒语与普通文字有什么区别呢?

绿度母: 来自于产生的那个人散发的能量。

问: 那我念咒语和念普通文字有区别吗?

绿度母: 如果文字对你来说没有意义, 如果你的头脑对文字产生意义, 它便在产生作用。

问: 绿度母是如何拯救人类的?

绿度母: 它只是成为它本身在的一个状态。这里没有拯救两个字, 它只是存在。

问: 每天什么事都不想做, 很颓废, 可否改变这种状态?

绿度母: 当然可以, 你们可以进入都任何的状态, 只是你有没有进入到其它状态的能力? 就好像你问我你可否游泳? 那你是否学过如何游泳? 是否练习过如何游泳? 就好像你如果不会游泳, 也不学习和练习如何游泳。然后来问是否可以在水里不被淹死。

问: 感觉做什么都没有意义怎么办? 感觉找不到正确的谋生方式?

绿度母: 本身提问者就对生命的不知情, 所以这些问题也来自于不知情。

问: 怎样才可以跟你有更多的连接?

绿度母: 这关于到你自己的意识形态是否能够..... 就好像你有一个鼻子, 但是你能否闻出来这个味道? 你的嗅觉会影响你是否能闻到。你的状态也影响你是否能闻到。比如说你生病, 你鼻塞, 你闻不到。或者本身你的嗅觉就受到影响。所以它会受到你这个个体的意识形态的影响而决定你是否能跟这个能量产生连接。

问: 修炼到如何的状态就可以跟你更好的产生的连接?

绿度母: 当你达到某一种状态, 你无需指定或者跟某一个意识产生连接。你需要在你需要的时候和你需要连接的能量产生连接。

问: 请问灵魂转世的机制是什么?

绿度母: 机制来自于灵魂自我的选择。

问: 没有跟它的业力有关吗?

绿度母: 所谓的业力只是你对它的一个评价。它也来自于它自己的选择。

问: 怎么广度一切众生?

绿度母: 这不是你们头脑需要知道的问题。因为真正能拥有去渡其它众生能力的意识形态, 它不会产生有需要渡的众生。

问: 意识是什么? 头脑的思想是意识吗?

绿度母: 意识是你对外界物质的一个反射的一个状态。就比如说你对外界的一些相或者是物质反射的一些相, 你的意识决定了你如何去处理外面的信息。所以对外面所谓的信息的一个应对机制或者是应对模式就反射出你的意识形态。

问: 小我如何才能完成灵魂的计划?

绿度母: 提升你的智慧, 你可以去更好的允许和协助灵魂去呈现它的一个计划。因为无知会阻碍你允许灵魂呈现。所以智慧就会让你看的更加清楚, 而无明会导致你看不清楚任何。

问: 听到噪音或者车里人多说话, 声音大, 一会就像气流挤压头部, 控制不住的暴躁, 想大喊。该怎么解决?

绿度母: 对外界能量的影响, 就是外界的能量对你的影响, 如何解决这个问题? 也是需要你的这个个体对生命的一个认知。就像前面说的越有智慧的会对生命更加透彻、更全面的认知。这些可以协助或者帮助你。

问: 如何提升认知?

绿度母: 首先你们需要清楚的认识到你这个灵魂的存在是需要去学习和成长。如果你没有认识到你自己需要成长和学习, 你会封闭自己, 你会错过学习。所以通过我们的信息, 你就只是去相信和允许你这个灵魂它需要学习和成长。因为当你去封闭它, 它便错过了学习和成长的机会。当你去敞开, 你知道你的灵魂来到地球是需要学习和成长, 那你便走上了那条让灵魂可以得到扩展和成长、学习的一个机会。不然你的头脑会阻碍你去通过体验产生学习。它会停留在它旧有的观念和概念里面, 而拒绝外界的信息, 排斥抵触外界的信息。只会吸收和它一致的信息。所以第一你们要认识到你们每个个体有灵魂的存在, 它需要通过你们的物质肉体来学习和体验。这才是你打开智慧之门的第一步, 其它才可能在这里发生。不然就好像你都拒绝去学校, 那当然也错过学习和连接老师的机会。

问: 感觉家人很吵, 又必须生活在这种环境下。怎样可以让自己的内心更自在安宁?

绿度母: 当你活在物质小我的角色里面, 你就得去处理和面对这样的问题。那来自于你自己对生命的不知情和误会, 来自于你这个灵魂并没有成长。当你敞开, 这个灵魂在成长, 你的力量才会发生, 你的生命才不会被物质角色影响。

问: 六字真言怎么样的能量呈现? 平时如何使用这句咒语?

绿度母: 没有任何必须的道路。就像刚才说如果你没有知道生命的真相, 即使你运用任何咒语, 任何这些都只是你满足你的物质头脑、满足你的欲望的工具的而已, 不过就好像只是你谋财的一个工具而已。这个也是一样。所以如果你缺少对生命真相的认识和缺少智慧, 这一切都只是在满足于你的物质头脑而已。

问: 一个网友问可以疗愈我吗?

绿度母: 她自己可以要求和她有能量层面连接的能量去疗愈她。

问: 拥有什么人格特质可以活出无限?

绿度母: 和人格特质没有关系。和灵魂的力量与意愿度有关系。

2024/07/28 – 连接外星人22号

问: 你们世界的法则是什么?

22号: 我们世界的法则是我们是一个整体, 这个就是法则。所以当我们的行动展现, 任何所有都是以一个整体为出发点。然后目的地也是一个整体。

问: 除了你们世界的法则是一之外, 所有宇宙的法则都是一吗?

22号: 你们有你们自己的, 我们有我们自己的。比如说你们走出去的第一步, 和你们结束的一步, 你们自己有你们自己存在的状态。那我们迈出去的第一步和到达的第一步都是all in one。

问: 我们世界的法则是什么?

22号: 你们世界有你们世界的法则, 但是你们在探索、学习和体验当中, 而不是已经是的状态当中。

问: 如何玩转能量?

22号: 你们如何玩转能量和我们如何玩转能量是一个不一样的状态。如果在你们的物质世界, 你们如何玩转能量, 就是你们的JOJO老师在教导你们和给你们提供的一个协助, 就是已经有老师在教导你们。所以你们无需跟我们请教, 你们已经有这方面的老师在教导你们。

问: 你们怎么玩转能量?

22号: 不能说如何玩转能量, 是我们已经知道所有能量的运用法则, 就是对这些所有的状态, 我们是知晓的状态。比如说最简单的你们对宇宙的法则的一种误解导致你们没有办法轻松的享受这个世界, 享受这个能量。但是在我们这里, 没有这个问题。所有都是在一种知情的状态, 而不是在一种无知的状态。

问: 为什么你们不会误解, 会知情呢?

22号: 这里没有为什么。因为就像你不会问你的孩子为什么长大会讲你们的语言一样, 这里没有为什么。

问: 你们为什么出身在你们的星球上, 是你们的选择吗?

22号: 这里没有为什么。你就好像去问海底的动物你为什么出生在这里? 为什么在海里面? 那是你这条鱼的选择吗?

问: 如何理解因果法则?

22号: 在你们的地球上, 因果有你们自己的一个理解。那如果从我们的理解来告诉你所谓的因果法则, 它就好像是你把一个球踢到另外一边, 撞到墙壁后再反射回来给你, 就是如此的简单而已。

问: 你刚才说因果法则是一?

22号: 不是, 就是你迈出去的这只脚是以all in on, 就是所有都是一个整体, 那你达到的目的地也是一个整体。也就是你的出发点和目的地都是以一个整体的状态。比如如果说你们的形式, 比如说你的出发点是某个组织、我的国家、我的组织或者我的团队, 那你的目的地也是。那我们都是以一个整体在行动, 一个整体为目标。

问: 你们有集体意识吗? 是怎么影响你们的?

22号: 它就好像是一个共享, 就好像是一个信号, 它就存在于那里。就像你们的无限网络对你们的影响, 然后你们对无限网络的运用。你可以连接, 他可以连接, 你们可以共同连接。

问: 你们投身的法则是什么?

22号: 没有所谓的一个法则。

问: 请问你们生生世世都在那个星球吗?

22号: 就在你在的状态当中, 你就可以不断地把你的意识形态, 就比如像这个通灵的老师, 她现在在这里, 但是她的意识可以穿越连接到我们或者其它的或者更大、更高的意识形态进行探索、体验。

问: 你们有平均寿命吗?

22号: 你说的平均的寿命是这个肉体存活的时间是吗? 物质肉体存活的时间不在于这个载体的本身, 而在于这个个体的抉择和选择。

问: 你的使命和天赋是什么?

22号: 如果说我现在传讯的特征特征, 因为我们没有所谓的使命和天赋只说, 因为任何你想要展现和呈现的都没有受到任何限制, 那你所谓的天赋就是指特定的一种。这里没有特定。任何你连接, 你便可以产生。就比如说我想成为一个画家、歌唱家、舞蹈家。没有规定我只能成为哪个, 任何状态我都可以成为。那现在传讯的我的特征是, 如果用你们的语言来表达, 我的特征是我充满探索欲, 还有充满不断地去学习、钻研、探索、好奇, 就是不断地在一个想要更多的探索的状态。ok, 你们的语言就是求知欲。这是我的一个特征。

问: 有位群友说他和你不只连接过一次, 他想问今天是你和他第几次联系?

22号: 这是他创造他的意识版本的我, 这个和我没有任何关系, 那个是属于他的意识版本的连接。

问: 你们享受你们星球的生活吗?

22号: 我们享受我们存在本身。

问: 你们星球的生活与地球的生活相比呢?

22号: 没有任何可比性。

问: 你在其它星球生活过吗?

22号: 这个个体没有, 但是我的意识在无数无限的地方存在。

问: 星球之间是怎么相互影响的?

22号: 不是星球对星球, 而是意识与意识之间是如何影响。如果说是如何影响, 就是像是属于量子纠缠这样子的影响。

问: 那你们星球的人影响我们地球的人多? 还是地球人对地球人的影响多?

22号: 这个问题不知道如何回答你。这么说吧, 不是用多和少来形容它, 而是在于影响力的大和小。如果说你们地球人对地球人的影响是微弱的, 为什么? 因为你们的频率是一致的。比如说你的这个水温是十度, 你影响十二度, 你们的水温差不多。那你们的水温是十度, 我的水温是一百度, 那我的水温对你的水温的影响就会巨大。你的水温会因为接触我一百度的水温而变成九十多度。那你十度跟十二度, 你们的水温还是维持在十度、十一度左右。所以是这个的不同, 而不在于所谓的多和少。因为当你们的意识水平是在一个没有差别, 就是在一个同等水平的状态, 那它们的影响就是在一个这样子的状态。只有你的意识水平的落差在一个非常巨大的状态, 它的影响才会变得不同。

问: 你们星球的人有很多在影响我们地球人吗?

22号: 不多

问: 那是几个?

22号: 如果是在我感知的范围内的话, 就目前的连接。但是只代表我自我的一个感知。

问: 你们是用什么方式沟通的?

22号: 比如说当我的触角和你的触角在接触的那一刻, 所有的信息就会进入一种加载, 就是会下载完毕。所以我们会是在知晓的一个状态。

问: 你们有性别之分吗?

22号: 可以选择

问: 你们不同的性别有什么不一样?

22号: 会好像你可以给你这个载体设置它应有或者它想要呈现的一个风格或者是特质、特征。

问: 你们的男性有什么特征? 与女性有哪些不同?

22号: 没有固定的特征。因为所谓的阳性可以以各种方式呈现。

问: 你们对地球婚姻和爱情有什么看法?

22号: 真正的婚姻是如果你们能够更多以你们真实的身份, 真是的身份是你投身于地球之前的身份, 那你投身于地球之前的身份, 你的婚姻就已经选择好。那如果你们遗忘掉你们的身份, 而去组成婚姻的话, 这就是你们误解的开始。所以真正的婚姻是在你投身于物质世界之前已经做好的选择。

问: 请问你们有婚姻吗?

22号: 如果说我们的婚姻, 那我们的婚姻是一个整体, 就是我们说的出发点是all in one, 回归到的点也是一个整体。

问: 你们有爱情吗?

22号: 你们的爱情和我们的爱情是..... 你们还在学习和认识爱情是什么。因为如果你们对你们自我真实的身份都缺少认知, 你们会进入到一个误以为是爱情的状态。所以一个误以为是爱情状态和真正的爱情是完全不同的一个状态。

问: 真正的爱情状态是怎么样的?

22号: 真正的爱情的状态是一个存在体的存在只是为另外一个存在体而存在。然后它们彼此为彼此存在的状态称之为爱情。

问: 不同颜色的光代表不同频率的能量吗? 还是要看使用者本身的状态?

22号: 如果说不同颜色的光也是在不断地产生变化, 这里没有一个恒定的, 没有它是一直在一个样子。

问: 你的激情是什么?

22号: 因为我们没有办法体验到比如说高和低, 或者离开激情的状态, 所以如果你体验不到差别的话, 那就没有所谓的更激情、更喜欢或者更不喜欢的状态。在这样子的状态中如果你问我我的激情是什么, 那就是更多的探索和不同的意识形态、不同的being产生连接, 这是我所谓的激情。

问: 你们是以什么样的方式探索呢?

22号：就是意识层面的探索。肉体有肉体探索的方式，如果用你们能理解的方式，就像是你们在梦里面的那种。

问：如何精准的显化？

22号：你首先要明白你本来所有体验的一切都是你显化出来的，只是你并不知情。所以当你越来越知情，越来越觉知觉察的去行动，你便只会去显化、呈现你所想体验的。

问：如何增长智慧才能获得灵魂成长？

22号：就像我们刚才说如果你的水温是十多度，那你和一百度的水温产生连接，那你的水温就会被带高。所以如果你的意识形态比较受限，当你和无限的意识形态连接，你便可以变得更加的无限。这就是智慧增长的途径，就是跟更高的意识产生连接。

问：对于臣服生命，可以给我们讲的更详细些吗？

22号：如果你知情，只是去抓取臣服两个字，你只是你去体验到的世界。如果你对生命的真相有所认知，你便自然而然呈现出好像是臣服。但是你并没有刻意做臣服的这个动作，只是在别人眼里看起来你好像是在一种臣服的状态而已。

问：如果婚姻中喜欢上了其他人，是顺其自然还是怎么处理？

22号：如果你活在角色当中，活在误会当中，你没有办法去处理好事情。如果你活在真相、活在你的真实身份当中，你不去处理任何问题。

问：你有指导灵或者守护天使吗？

22号：一切能量都供我们使用、运用。对，你们来说是有，这里的一切能量都供我们使用。

问：你们的小我忘记跟你们的高我.....

22号：也没有你们的这个问题，小我忘记的说法。

问：你们会体验到负面情绪吗？

22号：首先我们并没有体验一个有对立的世界。就是你们体验到有对立或者是局限，对立面，但是我们体验的世界里面没有对立。

问：请问你们有情绪吗？

22号：并不叫情绪，而是生命本来就是的一个状态。所以不会把它定义为一个情绪，就是你本来就是，这就是你这样子的一个状态。

问：生命本来就是的状态是什么样？

22号：是它本来就是的样子。

问: 外星人与地球人的区别是什么?

22号: 智慧等级的不同。

问: 地球是智慧等级最低的星球吗?

22号: 初级

问: 有其它初级的星球吗?

22号: 没

问: 外星人有灵魂主题吗?

22号: 有它想要去体验的版本。

问: 他们的体验会有终止的一天吗?

22号: 体验永不终止，只是在不断地变化。

问: 外星人如何的看待开悟?

22号: 本来就是的状态。

问: 你们是不是都在开悟状态?

22号: 本来就从来没进入过误会。

问: 你们都开悟了，还成长什么?

22号: 意识的扩展就是成长。

问: 开悟在意识成长里属于什么等级?

22号: 开悟是属于你们人类的说法。因为你们会进入到幻像中，去体验失忆、误会、无知无明、体验眼睛被遮住。

问: 你们的世界有电子游戏吗?

22号: 我们的生活就是游戏。

问: 孩子已经十岁以上，可是对日常生活习惯都不愿意做。请问有什么建议?

22号: 关于你们地球人如何培养孩子，那就是添加更多的 more fun 或者是funny的部分。就是更多的游玩、更多的乐趣。

问: 那如果父母在这方面做的已经很好.....

22号: 如果你在have fun, you won't ask this question. if you are playing the game, 你不会产生这些问题, because you are playing. 你在玩游戏, 你不会去take seriously, 如果你产生问题, 就说明你会 you aren't having fun. 你离开了fun的状态。

问: 除了更加好玩的方式之外, 有其它建议吗?

22号: if you are not having fun, 如果你在提这问题就说明 then you are not having fun, you are not enjoying this game. That's why you take it seriously.

问: 你们也有通灵能力高低之分吗?

22号: 我们本来就是通灵状态。

问: 你们是人神合一吗?

22号: 没有所谓的人神合一, 是你们才有的, 因为你们有分开, 我们没有分开。

问: 人是从无形里冒出念头后就会进入地球?

22号: 这个不是你们头脑需要明白和处理的问题, 它不来自于你。

问: 人类从无形到有形, 进入投胎的经过的顺序是什么样的?

22号: 如果从我们理解的角度来说的话, 所谓的投身就是你的意识体进入到肉体, 然后合一、然后连接、然后成为一个状态?

问: 你们会做梦吗?

22号: 我们会幻像。

问: 你们需要休息睡眠吗?

22号: 是看个体的需求, 没有必须。

问: 父母如何正向的影响孩子去做他原本不想做的事, 而不是强迫的手段?

22号: 当你有这个想法, 你已经在强迫。

问: 我们该让孩子做他们不想做的事吗?

22号: 你不应该提这样的问题。因为这些只是在教会你的头脑如何去控制和影响他人。如果你真的想更好的教育你的孩子, 那就是去having fun 去玩。让孩子在玩的过程当中不断地体验到生命的可塑性和生命的乐趣。因为当孩子对物质世界不感兴趣是因为无聊, 因为里面有限

制。所以你们作为任何教师或者是这些身份能给孩子最好的教育就是让他的灵魂得以最大限度的跟随和成为它想成为、体验它想体验的。只是让这个灵魂走上它想走的路。

问: 那作为教师要怎么做呢?

22号: 如果你自己都在对生命的误会当中, 教你怎么做, 你同样也是在误会当中。所以你自己真正能做的就是不断地去扩展你意识的本身。

问: 你们有学校吗?

22号: 信息的下载。

问: 地球应该设立学校让孩子上学吗?

22号: we don't care, 没有想法。

问: 一直找不到自己, 愤怒暴躁, 怎么找到原因并学习都智慧?

22号: 这个状态也是在帮你或者是让你认识生命的本身是一个什么样子的状态。就比如说你产生的这个体验, 那当你在做一件特别开心的事情的时候, 你产生了特别激情愉悦的感受。那你就能通过两个不同的相来知道你自己真实的身份。

问: 通过两个相就能知道自己真实的身份了吗? 不需要做其它?

22号: 你说呢? 你在你们物质世界生存。物质世界之给你呈现两个画面吗?

问: 睡眠给地球人带来什么好处?

22号: 让你们从幻像当中抽离出来。就是好像可以去冷静一会儿, 清静一会儿。

问: 有因果业力一说吗? 有好坏之分吗?

22号: 没有所谓的有还是没有, 而在于你们运用什么程序在体验。

2024/07/28 – 再次解释什么是无为

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你的内在是一个很男性的能量。然后这个能量想要通过你这一生选择的肉体来展现出它强大的能量。如果你这一生没有展现出强大的能量或者干出一番业绩, 你就会一直有一个未了的心愿一样。所以你的灵魂主题就是尽可能的去展现出你的能耐, 这就是你的灵魂主题。也就是说其实你会不断地超越你自己或者不断地设立一个挑战, 自己挑战。就好像你在精进, 然后让自己的功能、能力越来越强大, 就是去不断地突破。有点像你这一生来到地球就是来锻炼你的肌肉。但是你选择了一个女性的身体, 就是看上去好像比较柔弱。但是实际上你的外表和你的内在是截然不同的, 就你的内在有很强大的韧性和爆发力, 比如说忍耐啊、毅力啊, 就是这种。就还不断地喜欢挑战, 越是挑战越是能激发出你内在的能量, 或者你可能越兴奋吧。就是不是那种会去选择那种easy的路, 而是选择更多挑战的路线。所以这个灵魂就是来通过你的这个女性的身体里呈现出它有多强大的力量和能量。它越是能够不断地突破挑战的话, 它越是就是, 嗯, 不错, keep going, 就这种感觉。这就是你的灵魂的一个特质和灵魂主题, 就是你不会让自己relax, 你会去push yourself, 你会在不断地突破和挑战你自己的路上。

问: 那我需要做什么才可以突破?

高灵: 你只需要keep going就可以。在这个灵魂主题里你需要注意到一定的就是有时候你可能会太松懈了, 你就会责怪你自己怎么又没有努力, 怎么又没有做点什么, 就是内疚吧, 或者心中有点怎么没有做点什么这种。其实你不需要担心, 你暂时停一下或者歇一下, 它不会是持久的, 它不会一直是这种状态。很快你又站起来再继续突破、继续fight、继续去挑战。也就是说如果你的人生当中你有一些看上去形式躺平或者是这种状态, 你不要太多余的去心慌。你会责怪自己, 会觉得自己怎么没有挑战和突破, 明白吗?

问: 没有什么是我需要练习的?

高灵: 我们就说更多的认识你自己吧, 认识你这个灵魂的特征。就是当你专注的时候, 你的专注力特别强, 你可以把自己定在那里或者是focus在一个东西上面, 这是你灵魂的一个特质。然后你有时候狠起来或者工作起来, 其实你有点不近人情的, 包括对你自己。对你自己或者对他人, 你都会有一个很高的标准或者是有一点像是铁面无私, 你不是很男性的能量嘛, 就是那种很威严或者铁面无私的那一面吧。我们是来让你认识这个灵魂。如果有什么没有, 它本身就是一个对自己很高标准的人, 那我们可能告诉你的就是你放松的时候就好好放松, 明白吗? 就不需要心里产生一种愧疚感或者是我会不会一放松, 以后都这样躺平了? 不会的。

问: 怎样才会灵魂觉醒?

高灵: 灵魂觉醒就是你不再是以你物质的头脑和物质的肉体, 以它来做决定或者做判断或者是去跟随它。灵魂觉醒就是你能够理解你的内在和它的激情。比如说它有两个版本的, 两个功能。一个功能是它根据你的物质头脑的角色, 它会去评估哪个好, 哪个不好。它更多的是一个判断。那你灵魂的觉醒, 它更多是跟随你自己内在的激情, 它不会去判断这个事是有利

于你，还是无力于你，是好和坏，就没有判断层面的事，它只是去follow，因为这就是我想去做的，仅此而已。那如果你在这样子的话，你就会逐渐的进入到一个把你的灵魂唤醒，而不是让你的头脑做决定或者是去进入那个版本的你。因为头脑会根据外界的一些信号去选择、评判。但是从灵魂层面，它不分好和坏或者是这个选择好一点，那个不好。它只是说我想这样，就这么简单。当你越来越走上这条路的话，你的人生就走上灵魂醒着或者是觉醒的路。而不是一个让你去用头脑去控制和运行的那个版本的你。

问:有什么使命吗?

高灵: 如果是根据你的灵魂主题和灵魂特征来说，因为你真的很喜欢在物质世界不断地去突破、挑战、展现、呈现、精进、专注这样子的一个你。但是你怎么样才能真正达到能够focus on something的能力呢? 它其实就是需要你对，就是进入到一个宇宙同步性在给你安排一切。这样子你就不会消耗你太多的时间和精力去平衡好你物质世界的事情。这样子你就能focus on more在你自己想要创造的一些东西上面。所以关于这个，你就还需要学习关于宇宙的运作模式或者是真理这些。这些东西可以有助于你这个灵魂想要如何在这个物质世界上呈现和体验，它可以支持你这个灵魂。所以我们想要告诉你的就是去学习我们的信息。因为这里面有关于你怎么样可以在这个物质世界上展现最高版本的那个你，明白吗? 如果without that，就是没有通过这个学习的途径的话，你可能会把自己逼的很累，因为你什么都想做好。它会让你进入到一种你好像心有余而力不足，事情不会发展成你自己想要的样子。可能会导致你对自己很自责、苛刻、对自己要求很多，就是you won't relax and enjoy your life，就会感受到吃力和很累。

问:我想对孩子放松，我明白那个道理，但是我觉得他们达不到。

高灵: 就像我们前面说的信息，你需要学习我们的信息。为什么呢? 因为你要求很高。当你这个也想做好，那个也想做好，这个也想抓，那个也想抓，你就会把自己逼的很死，很难去relax，很难去enjoy your life。那你刚才提到的这个问题正好我们前面就已经回答你的问题了。因为你的这种抓或者要求，你就会投射在孩子身上。所以这是刚才你还没有提问之前，我们告诉你的那一点。所以去学习我们的智慧，你就会有更多的智慧。你就会知道其实宇宙所有的一切都是一个平衡的状态。那孩子的生命其实他的路线已经安排好了。那通过你对生命的认知，你就不会把你的每一个手放到每一个地方去。你就可能会达到一个无为。但无为不代表你不会做事或者事情不会..... 只是说很多事情你是在允许它在自动的运行的状态当中，而不是你在不断地去push。那还是又回到学习我们的信息。

问:我时常做梦梦见我一直考试，有什么特别信息?

高灵: 我们连接到这个，因为其实你的潜意识、你的灵魂对自己比较苛刻、不放过自己吗? 就是对自己要求很精进、要求很多，明白吗? 然后就是这样子的能量在你的体内，你会对自己有很多要求，就会觉得还想better better better，就是还想更多的突破或者是怎么样。

问:我是要放下还是我是要去做?

高灵: 因为如果你不明白生命和宇宙的，就是它是如何运行的。比如说宇宙是一台机器，这台机器它是如何运行的，它有哪些功能，比如说它有自动驾驶的功能，但是你却不知道，

你不认识，所以你的手一直在那推它，明白吗？那通过我们的信息，你就能认识到这台机器，这个宇宙它本来有哪些function，有哪些功能，明白吗？那你通过我们的信息，你就能理解了解到。那你就不要在消耗你额外的能量在push它运作。它已经在自动驾驶了。

问: 就是allow吗?

高灵: 就是智慧。因为如果你只是我我我，实际上你就是不明白，就是你还会有那种push的能量在你的体内。如果你真正的明白所有的一切它已经在运行，你才会没有一个trying to push anything的能量在里面。所以不是单纯的告诉你允许，而是说你的这个生命体它本身就能明白宇宙是如何在运行的。它去用力push的能量才会没有。所以是在你当下是一个知晓的状态，还是一个误解的状态? 就不知晓、不知情嘛。

问: 有什么地方是我需要疗愈的吗?

高灵: 如果我们说你过于紧张，就是把自己逼的很紧的这个需要疗愈的话，因为就算现在我们把你这个手给你松开过后，过段时间你又抓紧了，你觉得抓紧才有安全感。所以最重要的不是我们把这个手给你松开，让你放松。而是说你真正去明白这里没有什么需要去抓的东西。那需要通过学习我们的信息，就是你对生命的真相拥有一定的智慧。那自然而然这个手就不会去紧紧的抓住了。所以还是来自于你的智慧。

问: 讲一下累世的业力?

高灵: 我们看一下这边还有没有什么信息带给你。我们想要让你知道你的灵魂本身就好像是一个有志青年。就是它是有志向、有行动力、能专注，就是它想要在这个物质世界上展现出一番成功。通过学习我们的信息获得智慧，它会让你更加完完全全的呈现你这个灵魂所是的样子。这是你走上成功之路的一条道路，就是学习我们的信息。

问: 夫妻关系呢?

高灵: 说实话，当你真正的像我们刚才说学习我们的信息成为成功人士，夫妻关系不是你关注的。you don't care, it doesn't bother you。

2024/07/28 – 再谈什么是显化

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XX, 35岁。

高灵: 我们连接到你这一生的灵魂主题, 它其实就是来修行的。所以其实你对物质世界其它的层面不是那么感兴趣, 更多的是对心灵的探索、灵性、精神、灵力, 这些让你会更加感兴趣。但是每一个人来修行这一生都会有一个主题, 那对你来说其实就是修放下和允许, 就把对外界的关注, 就是朝外的一个能量转向里面, 就是修内在, 就是修。因为你的注意力其实还会在外面, 然后朝向里面来。那你的灵魂主题其实就是修行, 就是修你的允许和能够放下, 然后还有就是由外到内这样子的一个方向和主题。你会对比如说JOJO老师的信息或者JOJO老师在做的, 你会对这些非常的感兴趣, 这里就是你激情的方向。那其实你就是来走上这条路的。

问: 放下什么呢?

高灵: 放下任何那种期望或者是要求、想要、控制, 所有这些方面的东西, 你都会去体验都它。比如说有时候你失望啊、或者是有期望啊、或者是有要求啊。这些东西你都会体验到啊, 你就会知道这些是你要修的一个点、一个功课。

问: 我学习显化, 我有时候会显化一些我想要的东西。我要放下我显化的东西, 一切顺其自然吗?

高灵: 放下你对结果的一个执念, 因为你们头脑并不知情, 就是它会以什么样的形式呈现在你的生命当中。你有执念就是我的这个结果它需要是这个样子或者怎么样的话, 像我们刚刚说的, 就是放下, 放下你对结果的一个执念。因为当你产生对结果的一些执念的时候, 你就在限制一些东西, 它就是来自于限制。

问: 放下对结果的执念的之前的那一步?

高灵: 那一步你就已经是了呀, 你当下已经是了呀。你就已经在那个状态里面了。因为你要显化某一些东西, 它是为了让你什么? 让你产生某一些感受, 对吧? 就比如说我要显化很多钱来让我感受到富足, 来让我感受到我想怎么样就怎么样, 就是我是富足的, 我有钱。那当你当下就已经是了, 就我已经在富足的状态或者感受, 就是已经给了我一个富足的感受, 你结果是不是已经不重要了? 为什么呢? 因为结果是为了支持你产生这个体验。如果这个体验已经产生的话, 那你当下就已经是了, 明白吗?

问: 我可以这样理解吗? 就是如果我还是想要某些东西的话, 我此刻就进入到这种状态.....

高灵: 对, 已经在享受它了, 你已经拥有了。

问: 然后对结果就不要我以前一样非得显化这件事情。

高灵: 对, 是的。因为当下已经是了。当下你已经是了的状态的话, 就是物质世界不得不呈现出这个相来映射出你所是的状态。其实外界并不是有一个果来呈现你的状态, 而是说因为你是这样的状态, 外界不得不呈现这个果, 明白吗?

问: 就是说还是可以显化一些东西, 就轻松一点, 我就进入到这个状态?

高灵: 这不是关于轻松, 也不是关于如何进入这个状态, 而是说你本来就是, 明白吗? 你能在这种本来就是的状态当中吗? 就像精神病一样, 我就是亿万富翁。他已经是了呀。不管他真的是不是, 他真的就是体验的那种状态。

问: 那允许和放下是一个意思吗?

高灵: 允许其所是, 就比如刚刚你说我的结果没有呈现, 明白吗?

问: 由外到内, 我想知道我该怎么做?

高灵: 由外到内, 就是比如说我们又回到你刚才说的显化。那如果你是在外面的话, 那你就在乎这个结果有没有呈现出来, 它是不是这个样子, 它是不是这个果, 它是不是这种状态。那如果都向内了的话, 我们就不再关注外界, 而是说我们内在的感受。它一下子就破了你之前显化的误区。

问: 我喜欢画那种不去想, 光去画的那种画。这是不是也是我这一生来干的事情? 它是不是来自源头的画?

高灵: 你只是进入在一个允许的能量。就是你在画的过程当中你在进入和练习进入允许的状态和能量。你会让你的这个小我越来越允许、臣服, 明白吗?

问: 我现在上班没有时间画画, 这是不是也是让我练习允许呢?

高灵: 问题是什么?

问: 这件事情我需要在意吗? 就是我先不画, 等什么时候有时间画了再画?

高灵: 这么说吧, 你在上班, 然后你没有时间做这件事情。那通过这个相, 你产生什么感受呢? 你感受到我不快乐, 我想念画画? 通过这个相, 就是通过目前你体验的这个限制了你(的相), 它是不是会加深你, 让你更加能明白你内在到底想要什么? 它给了你一个机会来让你更多的认识你自己。那你是不是通过这个相明白原来我更加想画画啊, 你更加的清楚你这个灵魂更加想要做什么, 是什么方向。因为外界的一切体验也好, 相也好, 所有的一切都在促进和帮助、协助你这个灵魂know yourself, 就是来认识你自己。因为你们来到这个地球上你会遗忘掉你的身份, 那个身份是灵魂的身份。你会进入到这个角色里面, 然后再把这个角色当成是你。但是你们是一个找回自己的过程, 明白吗? 通过你们在找回你们自己是谁的过程中, 你就会认识你自己, 知道你是谁。那会儿你就能够去用你真实的身份在这个世界上展现。

问: 因为我刚开始上班, 我现在觉得无所谓就是先不画就不画了, 你画画这个事就不重要了?

高灵：没有啊。你说的只是目前对你来说啊，只是今天你产生这个感受啊。明天呢？后天呢？因为这些相会持续的给你提供一个反射。

问：现在我觉得听JOJO老师的信息更重要。

高灵：我们刚就连接到你会对JOJO老师的信息感兴趣，对她做的事情感兴趣，你会走上这条路。一开始就连接到。

问：那我也可以成为一个像JOJO老师一样的管道吗？

高灵：当你在走上这条你自己激情的路上，你就会成为你本来就是的状态，你会打开你的所有功能。

问：激情的事包括所有的事？

高灵：当你在成为你自己，你自身的一些功能都会被一一的打开，因为你在走上你自己所是的那条路上。

问：就是此刻你自己觉得什么激情就去做什么，不管它是什么？

高灵：你在做这些事情的时候，其实一切都是在不停的给你反射。然后你自己内在真我的频率你是知道的，所以你不会走错路。就算是走错路，它也是给你提供一个反射的机会让你体验到原来这才是真的我，明白吗？

问：我们是不是只要开心快乐玩就可以？

高灵：你们来到这个物质世界上怎么样才能开心和快乐的玩呢？比如说你在这个集体意识里面，你会受到集体意识的影响，你会受到其它的限制。那你怎么样才能脱离这个限制来到一种轻松快乐、开心的玩呢？那你需要什么？需要智慧呀。那你如果缺少智慧的话，你能开心的起来吗？就比如说这个找你麻烦，那个对你有要求，这样那样，各种。你想要达到这种生命状态的话，那你就必须有智慧啊。所以说你们每一个灵魂来到这个地球上真正来干什么的？都是来增长智慧的。学习我们的信息。我们的信息是你们目前这个社会上，你们当下能量的一个结晶。然后所有的问题，什么是生命的真相，这些问题怎么产生，它都在信息里面。

问：我的高灵有没有什么信息带给我？

高灵：你想要的生活和你想要的状态和你想要做的事情，所有的东西都在信息里面，和信息发生连接。然后里面就是你的出路。这是给你的信息。

问：下午那会儿感觉有点烦躁，感觉特别想把什么外壳撕碎。这是什么感觉？

高灵：这么说吧，你是一棵植物或者是一颗种子，你是不是想要突破它的时候，想要成长的时候，是不是.....所以这是你内在的生命力。生命本身就是不断地突破。

问:那我怎么样才能突破呢?

高灵:你现在跟我们交流的过程当中,你就在突破呀。这不是说等到某个时候在突破,它是一直在突破的一个状态,明白吗?比如说我们让你连接我们的信息,看我们的信息,对不对?你看一段,你就在突破,看一段就在突破。为什么你看我们的信息越看越舒服呢?越看越好呢?然后越看心里越嗨呢?因为你不断地在突破突破突破。你的意识不断地在扩展、扩张,你在成长。所以当你看完某一些过后,那就是完完全全一个新的你了,它的束缚就越来越少了,所以它就是一个舒服的状态。

问:我需不需要像他们有些每天冥想静坐一会儿?

高灵:那是来自于你自己。没有什么是需要的。为什么呢?因为冥想是用来什么?是让你的头脑关闭,可以跟当下发生连接。那如果你可以在你做事情的时候,哪怕就是洗碗,你也可以进入到这种状态。所以说不在于你需要去做某一个形式,因为如果你不能连接到当下,就是你胡思乱想。那冥想不一定对你来说,比如说你烦躁或者.....重要的不是说你用某一种形式,而是你自己去摸索和找到你舒服的一个状态, enjoy的一个状态,你不会想要从当下去逃离的一个状态。

问:我可不可以也和高灵密切连接?

高灵:通过我们的信息,你和我们的信息产生连接过后,你的高我就会通过这个信息跟你产生连接。所以你可以去买一套书。然后你有时候需要指引,你就会发现你们之间的连接越来越密切。它总会在你需要的时候把信息送到你面前给你指引。

问:在面对别人的时候是把别人当成神,还是当成纸片人?

高灵:不在乎你把对方当成神,还是当成纸片人,而在于你的意识程度在哪里。如果你的意识程度,比如说你是一个小学文化,你把他当成人或者当成神,你还是个小学生。那如果你是个大学生,你把别人当成任何,你还是个大学生。所以不是说你要这样,要那样。那你这样子,你只是迷信了。不在于这个,而在于你的意识形态。就这么说吧,你智慧的高还是低。一切你都可以换了换去,任何对你都不是个限制,你必须follow this one or follow that one,不是的。因为让你当成神或者让你当成人,你不明白还是不明白。你只会去死板的运用这个,然后你也不知道其中的道理。你只会觉得JOJO老师让我把他当成什么.....所以不在乎这个,而是说你的这个意识体可以通过我们的信息不断不断地去扩展、成长,成为一个智慧的生命体,而不是无明的状态。你无明的话,你把人家当成神,还是当成神,你都有问题。你是一个知晓的状态,那随便你把它当成啥都没有影响的。

问:放下、允许、由外到内那个说的太好了。

高灵:是的,它就是你这辈子主要的方向。因为你会发现你每个状态,就是遇到的这些事情,你能注意到这几点,一下子你就解脱了,你就不会卡在里面很久,不知所措。就会有方向。

问:还有什么是我需要知道的呢?

高灵：就开开心心的跟着JOJO老师学信息就好了，就这么简单。你会越来越嗨，你会越来越在里面感受到那种喜悦。不断地成长突破，因为你本身就是为这些而来，然后你也特别感兴趣。所有的那些显化法则你会运用的淋漓尽致的。

问：我对显化特别感兴趣。

高灵：是的，因为这也是关于对宇宙真理，然后这些信息在里面都会有。然后关于这些，你不需要刻意的去在乎这个问题。为什么呢？因为无论怎么样，它都在给一个机会让你更多的去认识你自己，那个自己是你真实的身份，不是这个角色。它都在往那个方面推你。你是没有问题的。因为一旦跟我们的信息产生连接过后，指引都会在每一个当下给到你。

问：我的画会不会携带着很好的能量让看到的人都能感受到.....

高灵：会的，而且它会根据你..... 因为你会不断地升级，能量会越来越高吧。它会跟着你的这个意识体，就是能量越来越高的状态，能量越来越强大这样子。所以，会的。

问：以前我学习是传统绘画，现在我画的就像儿童画一样.....

高灵：允许。是当下的能量通过你的笔，通过你呈现出来。你的能量的一个结晶，只是允许。你已经在走上这条路，也不会再迷茫。所以只需要开开心心的继续往下走就好了。

问：这个画也是我这一辈子要干的事情吗？

高灵：它是你呈现你自己能量状态的途径之一而已。

2024/07/29 – 女儿投射母亲的状态

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你这一生的灵魂主题就是来修行的。然后修什么呢? 修从一个能量特别..... 我们看一个水, 它特别急、特别快, 就是能量好像有点收不住那样, 就是从水特别急的一个状态到一个像湖面一样特别安静的状态。还有就是从一个像炸弹一样爆炸性、很高温的能量到一个静。那简单一点来说你这一生就是修行, 就是修一个定, 定力的定, 然后静心, 静。这是你的必经之路, 就是走上修行之路, 就是修智慧。因为你有了智慧后, 你才能让自己定下来, 不然的话, 你是被迫的, 就是你是停不下来的。你会不由自主的被卷入, 就进入到一种焦虑、着急、抓狂、不知所措, 就是好像一个转动的机器你自己停不下来。

问: 我的天赋使命是什么?

高灵: 你现在没有办法展现你的天赋使命。因为目前所有的这种能量都在推动你走向去探索或者是去学习、修行的这条路。那如果是从你现有的人格或者旧有的人格, 就是之前的那个人格来说的话, 因为你修了过后, 你会变, 你做事情的能力还挺厉害的, 就比如说做事业、做生意、去促成啊、行动啊、创造啊, 要做一番事还是挺厉害的, 明白吗? 但是这个同样也会把你捆绑或者是限制, 让你就好像停不下来或者是有更多事情让你去处理, 就已经处理不过来了, 导致会有一种焦虑或者是着急烦躁, 就是心很难静下来、安定下来。所以你的灵魂主题就是这个。然后你还问你跟你女儿之间的灵魂关系, 对不对? 你稍等。我们发现, 这么说, 你像是水, 就比如我们刚才说你需从一个高温到一个正常的温度。那如果你的能量, 你的温度越高, 你女儿在里面就越是难受、恐慌、烦躁, 她就坐立不安。你这么说, 你是一锅水, 她是里面的青蛙。如果你的水温是舒服的状态, 那她在里面呆着就没事。那如果你的温度在升高, 她就会超级难受、窒息。所以说你们的关系就是她会直接反应出你自己修行的一个级别, 就你修行的状态。如果你修到心平气和, 就修到很静或者定的状态的话, 你就会发现她的性格就变得很温和, 就很舒服的一个状态。那如果你不修的话, 她会一直啊啊, 就难受嘛, 就是这种状态。所以她不需要修, 她是来助你修的。

问: 那她的灵魂主题是什么呢?

高灵: 她就是来呈现出你修的状态, 她不需要修。这么说, 她是一个分数, 你的怎么样, 分数高低、状态, 都在她那呈现出来。如果你修的非常静、定, 就你修行修的很好, 你就会发现她性格就变了一个人, 她就很温和。那如果你离开了修行的状态, 就在这种焦虑的状态, 那你就发现她总是烦躁, 就莫名没有理由的, 就外界也没有给她刺激, 也没有什么, 她就是莫名的烦躁不安。

问: 她现在呈现出来的这些状态都是因为我吗?

高灵: 她呈现出这些状态也是在推动你, 就是把你推到探索、学习智慧、然后修行的这条路上。因为说实话, 你的这个灵魂, 你的能力和能量都是挺大的, 都是有的。但是你却缺少智慧和正确的使用这个能力和能量, 让它可以..... 就是你手上有一把剑, 你却缺少如何可以用好这把剑的武术或者是能力。

问:那我怎么样去练好这把剑呢?

高灵:通过我们的信息,因为我们的信息现在有十多本书了。所以说每一段信息都可以让你不断地提升。当你走上这条路,你会很快看到变化的。因为你本身就是来修行的人的话,那就说明你的功底,就是内在的智慧本身就很高了,明白吗?就你不是还在拿体验的人,你已经是拿智慧的人,就说明你的功底本身就在那里了。

问:我女儿现在这种状况会好起来吗?

高灵:会,她就是个反射镜。为什么呢?因为你会修,你一修,她就会马上给你呈现出来她变好了。因为她是能量,她就是一面镜子嘛。你这个能量一变,它投射出来的马上就变了。所以就是不需要试图去逼她或者是想要转变她,而是从你的内在。因为你会很快,就是你的悟性会很快,就是你一接触我们的信息。她的问题就是来呈现出你,她的存在也是来推动你。

问:她的问题除了是我自己的投射之外,还有她自己的课题没有?

高灵:这么说吧,当你比如说你修了过后,你就会有不一样的能量状态。然后你进入到你女儿的那个版本是不一样的,她就会随着你变而变了。这么说吧,一人得道鸡犬升天,那就是那个得道者,那她就是那个鸡和犬啊。那你来问我鸡犬有没有自己的课题。你看上去好像她那个什么,但是她是为你而来的。所以是你的功课。

问:现在她学业面临一个选择方向,想安排她出国,能实现吗?现在有一些阻碍。

高灵:这么说吧,你先去调你的能量,就给半年时间,这半年时间你就专心的学我们的信息。就是让自己不断地清理、进化、升级,然后去连接我们的信息,不断地学习它。你半年过后,你再来看。因为你连接了我们的信息,就比如说你去买一套书,然后你半年过后,你再来看,再做决定。因为你目前做决定的状态,它还在泥潭里面。当你从泥潭里面出来过后,它又是不一样的一个状态了。

问:我现在感觉自己被扣在一个玻璃框子里,就是我的事业方向给我提示一下。

高灵:事业它只是你去呈现你自己能量的一个结果,就好像你女儿也是你呈现你自己频率状态的一个结果。你能力天生是很强大的,就是发展事业或者做事情。但是现在是你的能量、你的频率卡住了。就有一种你其实有想法,它发挥不出来,被封印住了的感觉一样。比如说你会有很好的想法,你也会有一个很好的想要去发展的方向。但是它却没办法有效的呈现或者推送出来,就把它做出来。

问:有一次看到我身体中有东西瞬间的出入,我有没有植入物?

高灵:这么说吧,因为你本身也是有灵力的,就是你天生很敏感或者是这种灵力。那当你的频率比较低的时候,它就会去连接到一些所谓比较消极的能量。因为就好像你在那个状态,你就能看到、能连接到、就会吸引、就会进入到那样子的能量状态里面。但是这些都没有关系。为什么?因为随着你频率的提升、转变,你能notice或者能连接到的自然而然就会产生变化。

问: 我感觉自己的一些能力好像被封锁了。

高灵: 对, 就像我们刚刚说的那样, 你是有想法的。但是在你把它呈现出来, 就是输出的时候, 它是受到阻碍的。

问: 我看到的好像是一个植入物, 像冰块一样的东西。我就想我怎么能突破植入的这种东西?

高灵: 这么说吧, 你现在就好像是一只毛毛虫在跟我说话, 我现在腿被困住了。那如果你接下来进入到转化, 变成蝴蝶呢? 你的腿被困住跟蝴蝶是没有关系的, 明白吗? 所以你只需要允许让一切能量推动你这个生命去成长。那通过什么呢? 通过我们刚才说的智慧呀, 学习我们的信息呀、修行有。你没有其它选择。所以包括事业、还是孩子、还有你个人的状态, 因为你的状态是一个不稳定的状态, 也是失控, 就是一直在那种怎么办、焦虑着急、不知所措, 就好像这个开水没有停下来, 湖面一直是在涌动的, 它没有静下来, 明白吗? 那你看各方面的条件、环境都在推动你走上这个解脱之路。

问: 我的财富卡点是不是也是一样的道理?

高灵: 对, 是的。当你的能量打通或者是当你的意识升级, 你没有任何财富问题, 而且你的显化能力和赚钱能力都很强。你没有这方面的问题。它只不过是目前命运把你推到这个点上, 就是来让你去学习, 就这么简单。

问: 我平时在连接自己的阿卡西, 会连接到一些存有会告诉我一些信息。我连接的这些是什么东西?

高灵: 这么说吧, 这就是为什么我们说你的灵力很高, 然后你需要修行, 你需要智慧。为什么呢? 你有智慧的话, 它其实也是个相。因为你外界连接的各种灵其实也是个相。就像你现在的在外界跟其他客户、老板打交道, 他们也是个相啊, 明白吗? 那你在灵界的连接, 那些也是个相啊。但是这些相, 到底你是受它的影响? 还是你影响它呢? 那就来自于你的智慧程度了。你是无明的, 还是有智慧的?

问: 我从不同的渠道得到的都是同一个内容, 就是有一些存在说它们在等我。

高灵: 你想, 就像你现在来连接我们, 那我们也在引导你这个灵魂。引导你干什么? 来做你的灵魂任务啊。因为你们往往来到这里就会忘记自己的身份, 然后进入到物质世界就各种赚钱、工作、养家, 就是进入到这样子。你忘记了你还有一个灵魂需要成长的, 它需要突破的。那所有这些都像你的指导灵或者灵界对你的提醒, 来让你去做正事。

问: 我近几年也是一直在不停的学习, 但是好像还是差距挺大, 没有突破到一定的能量层级。

高灵: 所以我说你学我们的信息, 学半年过后, 你再看。

问: 我最近废寝忘食。

高灵: 我们刚说你本身就有智慧, 所以你学这些信息, 你会悟的很快。

问: 我感觉自己现在对什么都不感兴趣了, 我就是想看灵心这些东西。

高灵: 对, 你就是来修行的。所以你会在里面不断地找到一种法喜, 就是一种, 哇, 解绑了, 哇, 原来这样, 哇哇哇。然后你就说女儿咋变了呢? 所以你看一切都在推动着你, 包括你女儿用她自己的生命状态来推动你。

问: 但是好像还是很紧迫的感觉.....

高灵: 因为你的灵魂要觉醒啊, 它不要在昏睡啊。就是你把我们的书打印出来, 一本一本的学它。因为你来这里, 你是拿智慧的, 你是修行人。你也回不到物质世界旧有的一个状态, 这个旧有的世界把你卷不进去了。而且等你修出来过后, 金钱对你来说就是玩游戏一样。你一个念头就来了。

问: 我一直有一种比较悲观的基调, 就是任何事情喜欢先想最坏的结果。这个是什么原因?

高灵: 这个就是人格的一个特质, 就是你的这个基调会随着你智慧的增长而恢复, 就是你记忆的一个恢复, 智慧的一个增长, 自然而然它就会变了, 它就没有了。所以你不需要刻意的去处理它。因为接下来你的生命会发生很大很剧烈的一个变化。

问: 潜意识里我没有期望自己有一个稳定的家庭生活关系.....

高灵: 你是修行人, 你这一生来到这里, 你是修行人。就是来拿智慧, 学智慧, 然后把自己从这个状态到那个状态。你在走上你灵魂的觉醒之路, 就你灵魂的道路。

问: 最近突然意识到我的生活在做减法...

高灵: 包括我们信息的出现和包括这一切, 它都是在把你推上你的修行路, 你智慧的觉醒, 你灵魂的觉醒。

问: 源头是没有二元对立的。它要求我们去成长就是要去爱一切?

高灵: 不是, 是你这个灵魂本身选择这一趟旅程, 选择这个灵魂主题, 然后去产生体验, 来学习, 来体验。如果说是源头的话, 这里没有一个来安排你做事的, NO, 是你自愿选择。没有一个boss里安排你做事或者怎样怎样, 而是说你自己这个灵魂选择了这样的一个路线来让它去体验、成长、扩展。我们现在在做的就是来帮助你记起来你来到这里, 你要做的事情。

问: 就是没有善与恶, 也没有好与坏.....

高灵: 这么说吧, 你在外界去看善和恶, 它只是投射出你目前的认知形态在哪里。当然你的这个意识形态会因为扩展而产生变化。变化了, 你自己看出去的善与恶又不一样了。所以那个善与恶就像是一面镜子一样, 它是来呈现出你自己这个个体它的一个蜕变和扩展、成长, 它在哪里。因为你在不同的意识形态, 就比如你以你现在的意识形态去看善恶, 那你随着你学习我们的信息, 你的智慧不断地增长, 它又不一样。但是这些需要你的内在, 它去感知一切。

问: 我们的意识最终要提高到一个什么样的认知状态?

高灵: 这么说吧, 如果你说最终的话, 那你的意识形态从来就是在那里, 它从里就没有动, 它是如如不动的。只是你投射拿出来的一部分, 它在体验而已, 那你说这些体验最终要到哪里? 它还是要归一的, 它还是要合一的。如果是说最终的话, 那就是成为无条件的爱, 归一。但是这个路程就让你多了一个经验。就这么说吧, 你最终还是要回家, 但是你出去旅游一趟, 你多了什么? 多了收获、多了体验, 它会让你的人生更加的丰满, 让你的人生体验不再是单一的, 只呆在一个小地方。它不断地扩展。

问: 我现在还理解不到那种。

高灵: 没有关系, 你保留这样子的一个状态, 然后你自己再去连接我们的信息。你会找到所有你想探索的和所有你想要知道的, 答案都在里面。

问: JOJO老师体现出来的自由洒脱给我冲击力蛮大的。您觉得您现在是在以神性的自我去呈现这种状态还是灵性导师的状态在体验呢?

高灵: 首先你把我想象成一朵花, 然后这朵花的生命周期, 比如说我现在绽放了一朵两朵三朵四朵, 全部绽放了, 一株玫瑰花。那它在不同的季节, 不同的生命状态, 它是绽放了百分之多少? 它在每一个阶段和不同的生命周期都会有一个不一样的生命状态。所以你提的这些问题是来自于头脑。你不能说它这个完全神性, 完全人性, 没有。这个生命不过在它不同的生命周期呈现它本来就是的生命状态。

问: JOJO老师现在应该是一个开悟者了, 您开悟后如何看待婚姻爱情?

高灵: 婚姻关系, 我不会把它当成是一个合同。因为婚姻是一个证件、合同, 就是世俗定义的一个关系。但是我们生命中, 我们都会有灵魂层面的关系。所以更多是灵魂层面的关系。你这个灵魂层面的关系, 它来到你的生命当中, 它是如何里支持你这个生命? 只有你自己在成为你所是, 就是你不是用你的物质头脑在生活着, 不是你的观念, 你不活在你的观念、你的恐惧里。就是你自己呈现出你自己所是的一个桩体, 那么所谓的一个灵魂关系就会以它所是的方式来支持你。所以如果是说对它们的一个看法就是说允许一切所是以它的样子来支持你。比如说灵魂关系就好像我是一棵植物、一棵树, 那我的灵魂伴侣是土壤。那你说你怎么去看待婚姻关系? 看待土壤跟树木的关系? 就是让土壤做土壤, 让我做我。它本来就会是自动平衡好。因为我们的头脑会不知情, 所以会对一些事情或者现象或者是物质东西, 它们会产生误解。它们会觉得为什么我的关系会这样那样。那当你是一个知晓的情况下, 你眼睛是闭着的, 还是睁开的? 那为什么叫开悟? 开悟就是说你的眼睛是睁开的, 你的眼睛不是一个看不到的状态, 你不是一个无明的状态。那如果你不是一个知晓的状态, 是一个开悟或者是一个清醒的状态, 那么你身边的所有关系, 当然包括所谓的婚姻关系, 都会以它所是的方式来支持你。所以关系是什么样子? 婚姻对你来说到底是一个束缚还是痛苦, 还是一个幸福, 它来自于你这个意识形态, 它的眼睛是闭着的还是睁着的。因为当你眼睛在闭着和睁开的状态下, 它有不同的婚姻关系。

问: 我现在已经知道了孩子问题的根源, 我的成长还需要一点时间。

高灵：没有，它会非常快。当你跟我们的信息发生连接，你的频率马上就会变。你变了，她马上变。可以是一天、半天。哪怕是就跟我们通完灵，就我们现在连接完过后，你就变了。你变了，你再去看孩子，她就变了。不是说是一个逐渐或者缓慢的过程，它是一个立刻的。因为当你在接触这些信息过后，你就不再对你和你孩子的灵魂关系是一个无知或者是一个迷茫的状态，因为你知道她没有问题，她不过是来投射出你的问题。然后她展现出的问题不过是来推动你往这方面走。但是你已经往这方面走了，她当然就不需要再来推你了，明白吗？因为你在主动往那边走了，推动的那个力量就不需要了。所以一切都是来助你上路。

问：我后知后觉的有点晚，她后面推我有点狠。

高灵：对，就让你直接连接我，就直接告诉你。这是你自己成长和突破、绽放的路。这是你的灵魂之路。所以恭喜你，现在找到了出路。会非常快，是立刻的。它就像镜像一样，你镜子里面的表情变了，它呈现出来的相就变了。我还有喜马拉雅的连接，用那个听。就每天你只要有时间就听，睡觉前就听。我想让你知道的就是说传统的学习各种经书啊，就比如说心经啊各种经，实际上我们的信息也是像经书一样，只是用我们能够理解的、简易的、能够明白的方式去说这些法。

问：宗教是否就是一种不同的途径？

高灵：首先如果说是源头的话，它并没有创造宗教。宗教是后人创造的，后人是以他理解的方式，就好像我吃了这个东西，我再用我自己的方式把它吐出来告诉你们。怎么样它都有它自己嘴巴里的味道，你吃的东西都有他嘴巴里的味道。

问：通向山顶的路不只一条是吧？

高灵：每个人都是独一无二的路。但是路的终点是什么？路的终点就是成为一，就是没有分别，就是达到一个一。有分别的话，就是从分别走到一。

问：很多都在说合一，那就没有个人意识了，是集体意识？

高灵：一也不是你追求来的，而是说你在通过你这个生命个体，你自己去领悟、感悟或者是悟到的。所以它不是追求到的，它是你的时间到了，呈现出来的。就这么说吧，你这朵花绽放了。但是不是这朵花去追求它要绽放而绽放的，而是比如说春天到了，然后因为它一直在被有效的滋养，它没有离开土壤，明白吗？

问：到了那个状态就没有个人意识了，那是我们希望的状态吗？

高灵：你现在是试图用头脑去理解这个。但是这个是你离开头脑，关闭头脑，只是你存在本身的一个状态。只有你自己去，好像是你自己的舌头，你必须亲自去品尝它。因为每个人说出来都会变味的。但是在我的课程上，他会体验到。我这边陆陆续续有学员体验到就直接开悟了，就我线下的课程。

2024/07/30 – 再谈物质世界的关系

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XX。

高灵: 我们连接到你的灵魂主题, 你这一生来到这里就好像有一种历练, 就是你的这个灵魂本身来, 它就是想变得无比的坚不可摧, 就它想变得非常的强大, 像一个女强人一样, 临危不乱、坚不可摧、强大的生命力和韧性以及定力。所以我们看到这个灵魂是朝这个方向来历练自己的, 所以在你的这一生当中你没有办法去依靠依赖任何外界的力量, 就是没办法躺平吧。因为这个灵魂会推动你不断不断地去挑战、突破、变得更强大。如果你的小我不知情的话, 你可能会觉得为什么我的人生不像别人那么顺, 比如说别人的生活很安稳、安定、舒适。为什么我总是好像被迫的要上战场? 被迫的去fight? 被迫的不断地去精进? 所以你灵魂的设计和主题会通过各方面, 因为在你的内在其实你有一股我谁也不要依靠依赖, 我要靠自己。就好像是变的无比的强大、独立、坚不可摧, 就是在你心底里的声音是这样子的。然后你也会把自己朝这个方向..... 所以你会经历和体验很多那种破碎重组。这是你的灵魂主题。

问: 我天生有严重的手汗症和脚汗症是什么原因?

高灵: 我们连接到这个原因是因为你这个灵魂拥有很强大的能量, 但是这个强大的能量还没有被释放出去。比如说一只狗有很多精力, 但是却没有地方给它不断地撒野。所以这个能量在你体内是过剩的, 明白吗? 所以它就会呈现出像你说的能量过多而转化成那个状态。当你真正的跑起来, 就是你的生命不断地推动你把你的能量转化成物质世界上的一些..... 你的身体会平衡好, 所以这是能量过剩, 因为你天生拥有很强大的能量的。就你可能表面上看上去是一个弱女子, 但是实际上你的这个灵魂是一个fighter, 它是一个战士。

问: 我和我前夫的灵魂关系是什么? 我们的分开是投胎之前就做好的约定吗?

高灵: 首先这里并没有分开的说法, 只是你们在不同的阶段有各自灵魂的一些体验而已。所以你们只是在你们自己的轨迹和路线上体验你们自己不同时期的不同状态而已。所以没有分开的说法。只是你现在有你自己需要看到和突破的点或者是需要你去拿的体验。那他也有他需要看到和突破的点以及需要去拿到的体验。这里没有分开。因为当你们, 比如说你的突破和他的突破, 就是你们并没有从对方的生命里消失, 它在那里, 明白吗? 因为你们对关系会有一种误解。你们会觉得我的老公或者我的另一半, 他来到这个世界上就是来和我捆绑在一起或者来白头偕老的, 并不是的这样子的。你们的亲密关系, 就是跟你们有灵魂连接的关系来到你们的生命中, 它是一个催化剂的作用。它催化你这个生命发生转变。这么说吧, 比如说你是一株花, 它可能就是水来滋养你这个生命, 催化你这个生命蜕变。那有可能你是一个鸡蛋, 它是母鸡来孵化你。有可能他是土壤, 你是树。有可能你是花, 他是太阳。所以他就会用他自己存在的方式来促进你这个灵魂得以成长、蜕变、突破。因为你们的物质观念会觉得我结了婚就是跟他捆绑着, 一辈子两个人过日子, 舒舒服服的。这里没有舒舒服服。为什么呢? 你看, 每一个生命都是在不断地进化、蜕变、突破当中。你看, 植物是不是越长越大。那你们的生命状态也是, 它并不是让你们安逸的停留在一个状态当中, 而是说不断地突破, 明白吗? 所以你们如果能理解关系来到你们的生命中不是来让你们停止不动、安稳、舒服、躺在那。而是说它会刺激你这个灵魂不断地要去突破, 有可能它会给你制造一种

窒息感。比如说你是鸡蛋，是要被孵化的小鸡。那是不是给你创造一种窒息感让你去突破它，对不对？所以有时候你们的partner是给你一种窒息感，然后让你不断地去突破。从而用他的方式来促进你这个灵魂得以突破、得以成长，明白吗？所以为什么说这里没有分开的说法？因为它还在推动着你，就比如说你想要去搞清楚我跟他是什么孽缘，我跟他是什么关系，为什么会这样。那他是不是还是以他存在的方式去探索生命的真相？那你说他消失了吗？他并没有消失，明白吗？就好像他有热能，他这个热能一直在让你产生变化。那你说他那个热能消失了吗？他没有。并不是说物质层面看上去你们离婚了，他就消失了。没有，你还在体验他在你的生命角色里面他应该扮演的角色，他以他存在的方式支持你这个灵魂。只是你们的关系一直会变化。它从一个状态变到另外一个状态。在这个变化当中，你看到的是你这个个体它的意识形态的变化。所以你就能看到好像我们的关系变了。当你的个体越来越圆满的时候，你就能投射出你们之间圆满的一个关系。它就不再会是像是让你窒息的感觉。

问: 我和我妈妈的灵魂关系是什么？

高灵: 为什么想问这个呢？

问: 我一直想有一个更强大的父母可以在经济上面支持我，很多时候我会有这种想法。

高灵: 我们刚才怎么说你的灵魂主题的？你没有办法依靠依赖任何人。因为你的小我可能还不太明白为什么我不能轻松一点或者是有一点依靠。但是你的灵魂它设计在这条路上，包括你要去找的另外一半，你也没有办法去依赖他。因为你这个灵魂它设计的路线就是拿掉所有的依赖依靠。你们的小我，因为你们还有一个物质观念，就觉得我找一个可以靠的，让我自己可以轻松一点。你的灵魂设计成来让你自己可以不断地越来越强大的状态，所以你以后会越来越爽的。为什么呢？因为你内在的力量不断地被激发出来，你会觉得你的日子真的是风生水起，不依赖依靠外界任何。外界不会对你造成任何影响。可能在前期，就是在升级的时候，就是在不断地让自己变得强大的时候，你的小我，就是你的头脑不太理解，干嘛总是一波接一波的像是磨难和历练一样。但是你后期就会特别爽，就是你是拥有力量的人，不是无力的，不是把自己的存在状态依附依赖于其他人。你是有力量的。那通过我们跟你的灵魂是一个强大而且是一个来力求强大，就是我到这来就是来让自己变强大的。那你就把你生命中一切的不顺当成是历练，当成是来让你变得强大的。你就不会在对命运有一种埋怨的感觉，就觉得我怎么总是这样。就你不会再觉得你是一个受害者，就是运气不好、命不好的一个状态。

问: 当我的能量场改变过后，我会在哪些方面显现出一些天赋使命？

高灵: 我们刚刚说你的这个灵魂很强大，所以它来历练就是让自己变得坚不可摧。如果是从你不断地突破成为的一个状态，你会是一个典型的像是事业女强人的状态。就是坚韧、坚不可摧、行动力、决策力、杀伐果断，就是女强人的一个特征特质都会呈现出来。那这个状态你想去创造任何都可以，它没有限制。因为你们要在这个物质世界上创造的话，最主要的是你们的能量。那当你们的能量不受外界任何影响，它可以去创造任何它想要呈现的样子。就比如说无论你选择哪个行业，哪个行业你都会成功的。

问: 我跟女儿的灵魂关系是什么？她3岁。我现在跟她失去联系，她在国外。她爸爸不让我见她。

高灵: 你看这也是你一个力量的来源, 明白吗? 因为你这个灵魂设计就是来让自己..... 这么说吧, 你想一下有些人会有复仇的能量, 就是报复的能量、复仇的能量。然后这个能量会在你体内一直发酵, 就像是动力一直推动他能够focus在他自己想要突破或者是专注的一个领域。所以这个事情, 你女儿她这样子的一个存在创在, 也是你的灵魂在不断地让(能量)在你的体内发酵。你的能量在你体内不断地发酵的时候, 它就拥有强大的力量可以去突破, 然后精进。因为你跟你女儿之间有强烈的连接感, 这个连接感它没办法磨灭, 也没办法消失, 也办法视而不见。它一直存在在那里, 那它就好像一直在给你体内打气一样。你要知道分离只是个幻像或者只是暂时的。只是你现在体内需要打气。因为你想象一下, 如果你女儿在你身边, 她可能就没有给你打气的这个功能, 你的内在就不会变强大, 对不对? 那你就知道你的灵魂的这个设计就是让你跟你女儿分开, 因为你是你最亲和最爱的人, 但是她的能量却不断地在给你注入气、注入能量。让你内在可以越来越强大, 我们刚才不是说坚不可摧? 就把这方面给你激活。所以你女儿只是暂时退出你的人生来让你去突破这个点。当你内在的坚不可摧、坚韧不拔被唤醒过后, 你们俩便不需要有这个体验了, 明白吗? 所以你们并没有分开, 从能量层面来说, 你女儿一直在给你供能。比如说你女儿是个太阳, 这个太阳一直照着你。所以你清楚自己灵魂的一个设计, 你就能把外界发生的一切当成是你如何去激活某一些功能、能力或者是锻炼。你就能把外界的一切当成是来成就你这个灵魂所是的样子, 而不是埋怨命运怎么这样子或者试图去改变外界的相。外界的相是来推动你的转变, 因为当你转变过后, 外界的相会随着你转变而转变。你不再需要这个刺激, 你已经拿到了。

问: 我的高灵还有什么想对我说的吗?

高灵: 就是清楚你的灵魂设计和安排, 然后这里都是你自己的灵魂的设计和安排。一切都是让不来成为真正身份的那个你和更强大的那个你。所以这里没有一种比如说你的命不好或者是为什么会这样。然后也没有所谓的分开分离, 包括你跟你的前夫和女儿, 你们都没有分开。他们以他们自己灵魂存在的方式在推动着你去产生变化, 推动你这个灵魂得以成长。所以一切都是为你而来, 包括目前发生的事情和形态。你只要知道把这一切转化成生命来滋养你、来推动你、来让你发生转变的一个能量, 而不去怨天尤人。因为这样你就错过做你的功课、拿你的礼物, 和让你的生命发生蜕变和改变。

问: 怎么做才能做清明梦或者出体?

高灵: 如果是从方式方法, 你可以在凌晨就是睡觉还没有完完全全醒过来的时候, 就比如说你没有睡饱, 但是你又强迫自己醒来一下, 清醒一会儿再次入睡的话, 那个入睡过程当中梦会更加清楚一点。就比如说平时如果八点起床, 那你把自己五点就叫起来待一会儿, 再入睡。那你后面的梦, 你就能很清楚的记得。然后你的灵性程度本身就很高, 去学我们的信息, 和我们的信息产生连接。它会帮助你突破你自己设的这些点。因为你这个灵魂给自己设定了很多挑战, 它会让你更加轻松的完成挑战, 更加精确的完成挑战, 就更加有觉知的去做事情, 而不是眼睛蒙着的, 被业力推动着不知所措。

2024/08/03 – 你们不是来还债的

问: 我叫XXX, 23岁。我想知道我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你这一世来到这里, 这么说吧, 如果你想把你这个人、你这个个体、你这一世当成是一头猛兽, 那你这一世就是来学习运用、体验和驾驭这一头猛兽的。因为你体内有一股有时候让你难以驾驭或者失控的强大的能量在你的体内。

问: 在我的人生经历中总会在关键的节点掉链子, 也是因为这个能量导致的?

高灵: 你失控了嘛, 就你不知道怎么样去驾驭它, 怎么样跟它相处, 就是失控。就是你是被能量给操控了, 就是不是你在运用这个能量, 而是你被能量给驾驭、给操控了, 明白吗? 你说的关键时候掉链子什么意思?

问: 就是我在小升初、初中升高中、高中升大学、工作, 还有总是在最关键的时候出问题。平时都没有。

高灵: 出什么问题?

问: 失败或者不如预期、不如平时。

高灵: 首先你是要体验它, 那你现在就是在体验它, 明白吗? 体验它过后, 你才知道它是什么。就好像你来学骑马, 你首先要去体验这匹马的性情。然后你就去学习技术, 就是来认识和学习这是怎么回事。然后再跟它磨合, 再驾驭它, 明白吗? 那其实你就是来学习智慧吧。因为你拥有智慧你才会对个体啊、能量啊这些有一定的认识 and 了解, 你才能更好的理解它。理解它了后, 你才更好的跟它相处。然后去运用它。所以这也是你的一条修行之路。因为你心中、你的内在总会有一股力量。你可能会感受到一股愤怒或者是被压抑的能量在里面。那就在你情绪特别激动的时候, 就比如说人们对你有了一个特别大的刺激, 就是外界的事情或者人。然后你就能体验到、感受到内在有一股怒火或是想要怒吼的那种感觉, 就在你的内在。它会因为你遇到的事情而生效, 就不断地发酵发酵。所以你一定要学习我们的信息, 学习关于生命的真相, 宇宙的一些真理。因为这样, 你就能把你的能量变成像是一个战士一样, 而不再像是一个炸弹。你就变成了像是一个武士或者一个非常勇猛的战士, 你就能正面的去运用你的能量。因为能量没有办法把它磨灭掉, 没有办法把它消失掉。因为那是什么? 那同样是你的生命力。所以我们只需要去..... 你想象你内在的力量或者能量它像是一头狮子。你跟它分别出来, 不要把它当成是你。如果当成是你的话, 你就totally 完完全全的失去control, 就失去控制了。你只是在允许这头狮子肆意的咆哮。那你把你自己抽离出来, 你知道你只是在和你体内的那股能量打交道。那这样, 你不仅能学习和认识到生命本身、能量还有宇宙的这一切。你同样对人性、对人有一个全面的认知和认识。同样你能去驾驭和驯服好你自己这头猛兽的话, 那你想象一下, 那你就可以去训练和驾驭好多好多猛兽。那你不就像是有一个敢死队一样。为什么呢? 因为这一批人, 他们就是敢死队, 明白吗? 那这个敢死队是不是就像是一个强大的队伍一样, 它可以去做任何。当你如果你不认识它呢? 你不知道它怎么回事呢? 你拿它没办法。那你这个能量, 你是不是操控不了、运用不了? 你也不能转化它, 让它正面服务? 但是如果你通过你本身, 然后通过我们的信息, 然后学习、体验啊。然后不断地和它相处、成长。那之前可能是一个炸弹, 现在变成了一个核武器, 你想怎

么用就怎么用了。它就变成了你的一个威力。就是最开始对你来说可能是一个障碍，变成一个强大的武器或者工具。所以以后你如果遇到什么，你可以来找我们。我们可以协助你，来直接的引导你怎么样去面对和学习、处理这些。

问: 如何改善我当下身体和精神都很虚弱的状态?

高灵: 我们连接到你虚弱的状态是因为就好像你这头狮子或者你这匹马没有在草原上去奔跑。你这头狮子被关在笼子里面，它的生命力量没有办法被释放出来。有一种就好像英雄无用武之地的感觉。就你这个能量，你没办法把它启动起来，就一直是停滞的状态，就好像堵住了一样。你内在有很多泉眼或者是水，然后塞住了，一直出不来的那种感觉。所以你体验不到那种强而有力。你自己真正生命状态，你应该是感受到你是强大的，你是有力量的，你是那个control everything，就是你是那个掌控一切的。这个才是你这个生命体和灵魂它应该呈现和应有的状态。你才会感受到你是活着的。如果把这个能量给它压抑掉的话，它就会像你刚刚说的那种感觉。但是那也是你去体验和学习它的一部分。不然的话，有很多头狮子，然后每一头狮子的症状都跟你一样。但是你并不知情，你并不觉得那是狮子。你如果你知道的话，那你就知道它内在的狮子没有被激活，就是现在是停止的状态，那不是它本来的样子，对不对？所以这也是你去体验它，就是一个机器在启动前和启动后，它不同的状态。那你是不是也在学习它？那你现在也在学习、体验它，就是在它还没有启动之前，这头老虎还没有发威之前的一个状态，就是还没有把它从笼子里面放出来的一个状态。它应该在森林里面奔跑，然后去体验它的力量，体验它内在强大的能量，体验它的生命力、活力。当是这个能量不会走，它随时会被启动。你不用担心。所以你不需要担忧它，也不需要担心如何(启动)它。同时学习我们的信息。你现在的状态就是在学习。你们来到这里不(只是为了)来学习书本上的东西。书本上的东西是让你在这个物质世界可以有一个很好的扎根，就是你能辨认出这一切，能生存下去，仅此而已。那你们真正的学习是学习什么？是为了学习生命的真相、学习你这个个体、学习宇宙的智慧、学习能量。能量是一切。所以那接下来才是真的学习，学习你这个个体的本身、生命的本身。那你就淋漓尽致地把你，我们说你是一颗种子，你才能把你这颗种子很好的栽培，然后让它可以开花结果。让这个生命可以有一个完全绽放的一生。你也是去学习它，你才能让你这个个体，你的灵魂可以完完全全的绽放。

问: 我该怎么找到我的天赋呢?

高灵: 如果说你的天赋的话..... 为什么我们说你一定要学习智慧? 如果说你的天赋的话，你就是敢死队的那种，明白吗？所以说你可以去为了你的正义奉献生命的那种，就像奥特曼，像一个战士、一个勇士那样。那如果你都分不清黑白，分不清正义还是(邪恶)的话，那你不是白白送命了，明白吗？那你这个天赋是不是还需要智慧，对吧？不然的话，你被那些黑暗能量影响的话，那你不是变成负面的攻击了？明白吗？所以如果说你的天赋，我们说你这个灵魂特质是非常勇敢、非常勇猛、勇往直前，就是有一种一发不可收拾。就比如说我要上战场的话，我一定要征服，我一定要凯旋而归，就必胜吧。必胜是你这个灵魂的一个特质，就是你不会认输的，你也不会认怂的。所以如果说你是勇士的精神，就是不害怕、无惧无畏、勇往直前、毫不退缩直到取得胜利的那种特质，就是勇士。所以说你的这股能量要加上智慧，那你就取得在物质世界所谓的一个成功。因为物质世界的成功都需要你这种精神。但是如果你黑白不分，就你不知道你的这条路是一条什么路，明白吗？那如果你是在一条正确的路

上，你肯定就是正面的运用这个能量去创造成功。那如果是在一条所谓的负面的路上，那你不是把自己给困死了，困住了？所以学习我们的信息，然后可以参加我的线下课。

问：对于我当下的人生课题来说最大的阻碍是什么？

高灵：目前最大的阻碍就是，我们说它是无知。为什么是无知呢？因为你还不知道生命的真相，明白吗？宇宙的真相需要你去认识、去学习。那通过什么渠道去学习呢？那就是通过我们的信息。这是你的一个阻碍。就这么说吧，你的武器、你的子弹、你的装备，这些都有。但是怎么去很好的运用它呢？这是没有的。你是不是要看说明书？那我们的信息就是说明书。那说明书你看会了，你就不会走火了。就是你不想出枪的时候就不会走火了，就不会误伤了。你误伤，也会伤到自己的。因为有时候你的那种愤怒如果没有被(释放)的话，你也会不小心伤到自己的。我们想让你知道的是这些都是与生俱来的非常优秀的品质，非常 powerful，非常强大的能量。但是我们不需要惧怕它，也不需要磨灭它。因为不可能磨灭的，不可能灭掉它。因为那是你的生命力，那就是你。比如说你是一条毒蛇，你不是要把这个毒液给它弄掉。而是去认识它，然后知道什么时候使用毒液，什么时候不需要使用。在这个过程中，就是你这个生命体得以成长、得以蜕变、得以进化的一个方向。这是必然的一个方向。你就算不是朝着这个方向，你往后面走。它也是在推动你，让你更加的去学习。比如说你再体验一下你失去控制，然后引起了很多比如说让你受困。简单一点说，比如说你让这个能量一发不可收拾，你可能就惹上了事。你可能被关起来一段时间。那这个被关起来的时间不是也是在推动你去探索生命的真相和如何运用这个能量，对不对？所以这个事情如果是朝反方向走，它其实也是在推动你往这个方向走，就是去学习和认识生命。所以无论你怎么走，它都在推动你往中心的那个位置走。中心的那个位置是什么？就是智慧、爱、和平、和谐。所以你离开它或者是去体验那些受困、体验失去控制，它也是在把你往那个方向去推。所以你身上有英雄的品质和特质，你只是需要通过智慧去学习、认识、学习和体验。然后这些你可以通过我们的信息，信息有视频、有音频或者有文字，选一个你自己喜欢的方式去接触它，不断不断地去了解生命的真相。每一次你对信息的接触都是你的一次蜕变，你都会越来越接触到你英雄的样子。

问：我能为我累世所伤害的人做些什么？

高灵：什么意思？

问：因为去年有大师说我阴德不好，这辈子是来还债的。

高灵：不要听那些。他们并不知道真相。因为说实话，其他世跟你没关系。你这一世可能会有你自己需要去体验的东西。比如说你体验到一些好像是在受折磨、受困或者是运气不好这些。它其实都是把你推向爱和光的路，它不是惩罚。它不是因为你前世做了什么恶的事情，然后这一世来惩罚你，不是的。因为没有任何一个人是有罪的。就算是体验过这些对立，它都是来让你体验爱和和平的。还有就算真的他们做过什么，跟你这一世没有关系，跟你没有关系。因为你们的头脑会把某一些事情给它一个归因，就是给它一个事情是因为什么，才是什么。但是并不是你们理解的那样。并不是你们理解的你是来这里受惩罚的，不是的。你是来这里学习的。你们是来学习的，不是来受惩罚的。然后比如说你体验到一些好像你是在受惩罚，那也是因为缺少智慧，你不知道这股能量……这么说吧，你在学习用电，你不知道怎么用电，所以你总是被电击。

问: 我的高灵有什么想对我说的吗?

高灵: 我们想告诉你你是一个英雄, 你内在已经拥有所有英雄具备的一些特征、特质, 比如说无惧无畏、勇往直前、永不认输, 这种特质。它是英雄的品质。这个能量已经在那里, 品质已经在那里。我们只是需要通过认识它、认识生命的真相、认识光和爱, 然后通过这些智慧, 它就能让你完完全全的是光和爱, 是光之英雄, 这样子去呈现出来, 而不会产生误会。你也不会因为害怕失控或者是把内在的能量、生命力、活力给它压抑掉, 就是没办法成为你自己。就是你做成一个假装的人, 变的很温顺或者是不闻不问的, 但是那个不是你, 明白吗? 就比如说有一次事件, 然后你在现场。你本身是可以站起来的, 但是你害怕伤害到什么, 你就没有站出来。那你就没有成为你自己, 但是你内在会产生很多内疚, 就觉得为什么我没有..... 所以说通过我们的信息可以让你完完全全的成为你自己, 正面的服务于你自己和这个社会。你不需要害怕任何, 因为你现在已经找到, 就是你已经看到和认识到什么是光、什么是爱、什么是智慧、什么是合一。那么你便不会认错了。就算你走到黑暗中, 你也能记起我们, 你也知道哪里是你向往、是你应该朝向的方向。所以你就不会再迷茫和迷路了。你只要知道任何时候你需要引导, 我们在这里就可以。

2024/08/06 – 灵魂主题之不断地突破

问: 我想重新连接一下我的灵魂主题?

高灵: 我们首先连接到你体内有一股像是女战士的能量, 不屈不挠, 会不断地去打破。你如果不打破的话, 你会很难受, 你会很憋屈, 你会觉得不是你。你就是想要不断地打破、冲破、刺破。如果没有突破的话, 你会觉得难受, 就是你不会安于一个现状的。如果是说到灵魂主题的话, 那就是说你这个灵魂就是来体验束缚, 然后再挣脱出来, 然后再体验束缚, 然后再挣脱出来。你的灵魂会不断地给你设很多限制、或者是束缚、目标来让你不断地去突破。所以就是keep going和不断地突破会是你的一个..... 你会一直找出路的, 就比如说没有出路困在那的话, 你会一直去找出路的。就你有一种像是在玩puzzle或者是迷宫, 你这种力量和内在的能量会一直推动着你不断地去突破。所以你不适合或者你不会适应这种安于现状的生活, 你会一直要去突破。这样子看的话, 你的灵魂主题就是一个不断地在打破重组, 一次比一次高, 一次比一次接近你自己想要创造的样子。但是你想要创造的样子会一直变。就你不会说我这次想要这个样子, 然后建起来后你就满足了。不会, 你会马上生出来一个新的idea, 然后再一次打破重组这种状态。那如果在别人眼里, 就说, 哇, 你这个人好能折腾。就是因为有你们这样的精神, 才推动你们人类的进步。

问: 那看来我第二次连接算是有一个成长了。

高灵: 你的能量转变的话, 就是。就比如说以前你还没发芽, 这个部分还没冒出来。那我们观测到不一样。那比如说你现在这一部分已经冒出来, 已经长出来了。那我们观测到又是一个.....

问: 我的天赋使命?

高灵: 如果说你的天赋使命的话, 那就是成为你自己。为什么呢? 因为在你允许你自己成为你自己的时候, 你内在的那股能量就会不断不断地想要去突破, 对吧? 完完全全成为你本身的状态。因为你本来就是fighter, 你就是一个从来不会停止, 不会give up, 你只是keep going的那种。那这是不是你的天赋, 也是你的使命? 在这条创新的路上, 不断不断地革新。

问: 它没有一个固定的, 它就是成为自己以后, 它就会展现出来?

高灵: 你的天赋才华, 我们可以说它是你的探索精神, 就是你的探索欲望和探索精神特别的强烈。那你的天赋的话, 就是你还有用不完的精力。就是你能折腾嘛, 就你内在的一个驱动力很强大。让你躺平你都躺不平, 就是这个生命力很旺盛。探索欲, 就一个事情你可能一定要把它弄明白。你会keep digging, 就是挖挖挖。那这个就是你的天赋和才华, 还有就是你做事情的话, 你会很专注, 也会充满内在的那种驱动力。就会不断地逼自己, 不断地去推动自己, 就是内在的那种驱动力。那这样子的话, 如果你以后工作, 你的工作能力、表现能力是很强的。

问: 是不是说对于自己感兴趣的事.....

高灵: 你一定要选择, 你也只会选择你感兴趣的事。就算你选一个自己不感兴趣的事, 你就会做不下去的, 你还是会放弃的。所以要启动你的能量的话, 一定是你自己选择、你自愿, 就是你自己给你自己做老板。就是我说开始就开始, 我说stop就stop, 我说往这边走就走这边。

问: 那我在探索的过程中一定会找到一条自己激情的路吗?

高灵: 首先这个不是一下子, 就是这条路就出现在这里。它可能从很小的一个开始, 比如说目前你可能对我们的信息感兴趣, 那么你就呆在这里。因为这里有你需要的礼物。这么说吧, 你的灵魂像一条狗一样。这条狗它能闻出来线索, 它能闻到我现在是在这里; 我人生的这个阶段, 我需要不断地吸收JOJO老师的信息, 明白吗? 但是这个就把你推到, 就是你必须要在哪里拿到你需要拿到的礼物, 需要拿到的工具。

问: 所以就是对一切都是顺其自然?

高灵: NO, 你内在会知道的。我说就像狗鼻子一样, 它能嗅出来往这边。那你就往这边就好了。所以不要做任何让你感受到不爽或者不情愿或者不愿意的事情就好了。自己想要或者愿意或者快乐的事情, 哪怕它没有任何意义, 因为意义是你们头脑去定义的, 对吧? 那你也要去做。这就是你放下了头脑, 你只是在跟随你内在的那个印记一样。因为一般你们去评判一件事情有没有意义, 它来自于限制, 来自于局限。因为你的头脑都是在过去或者曾经和你们这个社会的状态, 它去搜集的很片面的一点信息而得出的一个结论而来说这个没意义, 明白吗? 它都来自于限制。但是你要允许你的头脑处于在一种, 就是你明白它不知情。它不能看到你的生命是怎么展开的, 它看不到的。就算是通灵人, 他们看到的也有限。就算是能够预知的, 他们看到的也有限。为什么? 它就好像是放大镜, 我只能看到这一块, 我只能看到这个。通过看到这个, 我捕捉到一点片面的信息来告诉你。但是这个whole picture, the big picture, 他看不到的, 明白吗? 所以说再强大的头脑或者是再有预知能力的头脑, 他们看到的也只是比你们普通人多一点点。它还是限制。

问: 生命是不受限的。

高灵: 是无限的, 是没有限制的。所以你们捕捉到的信号只有一点点。所以你要明白, 这样的话, 你就不会赋予你的头脑和赋予其它所谓的大师或者有通灵能力的人, 给他们太多权限来限制你的生命, 明白吗? 你的生命就没有任何限制。因为一旦有了限制过后, 它就会按照你限制的方式去体验和展开了。那如果你拿开限制过后, 那一切可能就都在其中了。

问: 我朋友说我家的风水不太好。我想把这个解绑。我怎么解除他对我潜意识的影响?

高灵: 如果你知道他们即将对你的发言是来自于限制, 你就说我们可以聊点别的吗? 因为你的头脑它还会捕捉信号, 捕捉信息。因为你的真我还不够强大的时候, 头脑还是会受影响。所以在这之前, 如果你能知道对方的限制, 他喜欢评判、喜欢定义。你就说我们能聊一下其它的吗? 你说我对这个不是很感兴趣, 目前不太想要聊这个。我不关心这个。你就一开始就把这个好像要流到你这边的污水给它杜绝了。而不是让它源源不断地流进来, 你再处理。

问: 那已经流进来的怎么办?

高灵：已经流进来的污水的话，还是要看本身你自己是属于有分辨能力，我们说有足够高的智慧？还是没有分辨能力？它对你会是一种验证，就是考验，就是test测试。因为其实外界出现的事件，它不过是对你自己状态的一个投射和显现，就是像镜子一样让你可以看见自己，可以有一次照见自己的机会。那如果你通过这个事情你觉得它对你的影响很大，那你就知道你目前对生命的真相或者是对自我的一个不坚定，你就能看到你在这里。就是让这次机会来服务于你。一切都是来服务于你。就这么说吧，别人给你扔来一块砖头，你是让它砸到你呢？还是说你把它存起来，让它来给你建房子呢？所以你是一个创造者。创造者是把所有，就比如说来到你面前的东西，你可以以你想象的或者想要的方式去呈现，明白吗？那如果你是无意识的话，就比如说集体意识给这个事情定义成灾难。那你就是用灾难的方式在承受它，那你就是无意识的。你们都是创造者，只是你们有限的一些认知会导致你只用仅有的观念、观点和角度去看待发生在你们身上的一切。

问：当看到自己很爱的人受苦的时候，我会心疼和入相。就是看到自己爱的人遭到不公平的待遇.....

高灵：首先这个事件是你看出去的，就是你看到的是受苦，你看到的是不公平的待遇。你已经显化和去创造这个相了，就是你已经在创造这个剧情了，明白吗？比如说你看到的他是在被不公平的对待。如果你看到是他的灵魂在通过这样的体验来加深他心中的正义感。然后他的灵魂来刺激他不断地去突破，不断地强大和成长。然后他的灵魂在运用这些体验来更加让他明确自己是什么样的人或者想成为什么样的人或者该走向什么样的方向。那如果你看到这些可能的话，你就可以跟他说，宝贝，你看通过这个事情，我们可以更明确的知道自己是谁。我们不是跟他们一样的人。然后我们心中会更加明白我们是正义，我们是走向正义，我们是用这个方法。那他们有限的限制和认知导致他们会去用这种方法。我们自己体验过，我们就知道我们永远不会用这种方法去对其他人。然后我们现在或许没有办法和他们直接的对抗或者反抗。为什么呢？因为我们还需要不断地让自己的力量越来越壮大。但是这个体验却能像是一个助推器或者压力一样，一直推动我们，让我们越来越壮大。就比如说有一些复仇者，为什么他们的力量会如此的强大呢？因为他们心中会有一股能量不断地在里面打气。那个不会消失。那这个在打气的能量是不是就不断地在让他壮大？所以说这个所谓的不公平的事件，它发生在你的生命中过后，你便可以完完全全的把它变成不断推动你不断地壮大、推动你更加的用正义的方式、用光明和爱的方式去呈现你自己。因为你体验过那种窒息感，你体验过在那样子的状态。所以你不会再用这种手段去对付或者去使用这种手段。你就不会使用它。就这么说吧，你体验过这个鞭子落在你身上是什么感受。那你不会去用它去鞭打其他人了。这个事件就会推动你不断地强大、正义，对吧？所以说任何发生在你们身上的事件，如果是进入到集体无意识的话，你们就会进入到一种恐惧或者无力，就是你们的限制里面，你又回到限制了。但是你是来创造的，你是来决定你生命中的每一步，你给它涂上颜色，你给它定义，你给它命名。就比如说你看一下你们拍电影，如果一个人遭遇了很悲惨的境遇，最后把他激发成一个超级厉害的英雄。这是一个剧情，对不对？然后一个人遭遇了很惨痛的境遇，最后让他变得一蹶不振，然后到一种恐惧或者无力的状态，最后把他变成了废人。那你看这两个结局是不是他们前面体验的都是一样的，对不对？但是你们的生命是什么？就是前面的是固定的，对不对？那是你们命中注定的事情，对不对？但是你们的生命存在，是你来决定这个结局怎么写，怎么走，明白吗？这就是你们生命的自由。

问: 对我来说是我来决定, 我来创造。对于别人来说, 我是完全允许他生命的力量.....

高灵: NO NO NO, 那如果是用这个视角在看待的话..... 我们现在是在引导你们, 对不对? 我们是在用我们的视角, 没有限制的视角, 还有让一切都正面服务你们来引导你们的, 对不对? 那你是不是可以成为你的爱人或者你的朋友, 他们的指导灵啊? 因为你看到的比他们更高、更广、更加无限。那你是不是可以带领他们用这样的角度来看呢?

问: 那如果周围的人, 我们可以给他们传递这些信息。那那些接触不到的人, 我们就是允许他们的生命展开, 对吗?

高灵: 每个生命都有指导灵。所以他们有他们灵界的指导灵, 会在他需要的时候, 给他指引。

问: 我明年就快要毕业了, 是我很重要的一个节点。我踏入社会.....

高灵: 这么说吧, 你们每一个瞬间都很重要, 不是说只在那个时候它才重要。比如说现在我们的这个交流, 它转变着你整个生命的状态, 就把你推动到你人生的最高版本。所以它是不是比你的那一天更重要? 如果那一天什么都没有发生或者没有这一番这样子的感悟? 明白吗?

问: 我想说这个阶段的我, 指导灵有什么想跟我说的吗?

高灵: 我们来打破你们..... 为什么呢? 因为当你们只把某一个地方看的很重要, 比如说我这次考试很重要。那你考砸了呢? 你心中会不会产生一个很多的崩溃感? 你觉得我人生中就这一次考试, 我居然考砸了? 它对你会是一个限制。然后你们生命的每一个片刻都是重要的。然后在每一个当下, 你都可以去决定你的生命要朝哪个方向走。我不管你走的有多么比如说非常大的限制或者非常黑暗的地方, 你都可以掉头走向光明, 走向越来越轻松的一个状态, 明白吗? 永远不会too late。

问: 对我未来的工作和生活有什么信息吗?

高灵: 因为你的这个灵魂本身就选择了一个会不断地产生压力感, 就一种不适感。因为你要突破, 你就是会产生压迫压力或者是不适感。我们想让你知道, 每次你有这种感受, 它都会让你变得更加的强大。它不是说让你的路越越窄, 让你的力量越来越小。NO, 相反, 你的力量会随着你每一次的突破变得越来越强大, 然后你的路会越来越宽广, 限制越来越少。所以你只要记住..... 因为你们的恐惧是停留在过去或者是以前发生的一些事情。但是你们是往前走的, 你们不是往后走的, 明白吗? 所以说每一步都是在越来越强大, 你记住这个就好了。

问: 我身上有没有什么未察觉的限制?

高灵: 当你在往前走的时候, 就是是限制, 它也是来扩大和激发出你的力量的。所以没有什么能限制到你。为什么呢? 因为我们说你会一直找出路嘛, 对吧? 所以这个所谓的限制都是你去蜕变和成长的路, 而不是真正的限制, 明白吗?

问：您连接武则天的时候说相信自己背后的能量是无限强大的。那是不是我们每个人背后的能量都是无限强大的？我们想的时候，它就会支持我们？

高灵：这么说吧，你们每个人都拥有无限强大的能量。限制来自于你自己，你到底能够面对阻碍或者面对压力或者面对恐惧，你能突破多少次？还是后退多少次？明白吗？因为就比如说我keep moving，我往前走。那可能遇到一个(阻碍)，我放弃了。前面遇到一个(障碍)，我害怕了，我退缩了。那是不是你背后无限的能量没办法给激发出来？释放出来？那看上去你好像是无力的了，就是你比较受限了？但是实际上，它还在那里。当你选择站起来，再一次突破的时候，那个能量就在那里。所以并不是说没有，是你选择没有把它给释放出来而已，明白吗？就不代表那个退缩的人他没有了，只是被封在那边了。就好像是冰一样封在那里。但是你把那个冰一刺破的话，它全是水，明白吗？

问：就好像之前有个人对女性有侮辱的时候，我好像是哭腔一样在跟他理论……我怎么样可以以一种被强大能量支持……

高灵：当你有能量支持的时候，有时候并不是要去用硬碰硬的方式或者是用理论的方式，明白吗？因为当你真正的强大，你不需要任何正面，你不需要显现出来。当你需要显现出来强大的时候，就说明你不相信这个强大，只有它显现出来，它才是强大的。所以说真正的强大，它表面上看上去可能是一种很弱的样子。

问：怎么更好的释放真我？

高灵：就是你在知晓的状态。你在知晓的话，你并不需要去证明或者是去显现或者是任何。它可以是任何形式，任何状态。

2024/08/08 – 再谈脱幻以及观音疗愈

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你这一生的灵魂主题来修的就是, 如果用两个字来形容的话, 就是脱幻。就是从外在物质世界这个幻像当中脱离出来, 然后修你内在如如不动, 明白吗? 就是从外界的这个相回到你本身, 修你内在的如如不动, 就是修你内在的定力, 如如不动的那种状态。这么说吧, 你现在就有一种不由自主的跟着外面这个相到处跑, 跑的停不下来, 就是被很多外界干扰。那你这一生来修, 就是修到你内在能定下来, 看着外面那些东西不停的在跑, 你心不会动, 人也不会跟着跑, 明白吗? 目前你会跟着跑, 心也会不安, 心神不宁, 就目前的状态。那你需要通过这一生来修, 修到我心不动, 也不跟着外界跑。那怎么样才能修到这样子的状态呢? 那你就是必须要学习和认识和领悟到其实外界的相就是像天边的云一样。那怎么样才能认识到这些? 那就需要通过智慧。那你怎么样才能让你这个小我认识到这些? 就是一步一步, 一个步骤一个步骤。并不是我们告诉你: 色即是空, 一切都是幻像, 然后你就真的破相了。你不可能看着旁边突然一个惨烈的事件而不产生一种撕心裂肺的悲痛感的。所以说怎么样才能认识到? 那就是通过我们的信息, 学习我们的信息。因为我们的信息就像是手把手拆解来让你的物质头脑、让你的小我能够明白这个是什么结构, 那个是什么结构, 真正的作用是什么。因为没有办法告诉你一句话, 你一下子就能明白了。你们这个生命来到这里就是一个步骤一个步骤, 一个事件一个事件, 一件一件的去悟到、去领悟到、去学习到, 明白吗?

问: 这种东西可以通过身体的调理相互影响吗?

高灵: 那也是通过我们的信息。因为通过我们的信息它会让你的心静下来、宁静下来。因为就好像教你看懂一些东西。就这么说吧, 就好像你现在是个小朋友, 你特别害怕你身边的影子。你觉得它是个魔鬼, 它一直跟着你, 然后你害怕。那如果我们把你头上的灯拿走, 让你看到这里什么都没有, 影子也没有, 就你自己。有一个灯打到你身上, 才有个影子。就是我们把灯一开一关, 来让你认识到这个原来是光, 这是影子。那你通过影子, 你认识到过后, 那你便不会产生恐惧的感觉。因为你们旁边的人都被影子吓坏了, 然后你不知情, 你也觉得那个影子会吃掉你, 你也害怕。因为你们这一群人都是无明的状态, 然后这种恐惧的能量又会相互影响。然后那就是你们的集体意识, 你们集体意识当中都有这个认知。别人都这样, 然后你觉得那个才是真理, 那个才是真的, 因为别人都这样。

问: 我怎么通过学习认识领悟这种?

高灵: 我们的信息。如果你买书的话, 有十本左右。所以每一段信息, 每一个字都会让你去看清楚你们物质世界这个相形成的原理。那就是所谓的智慧, 你们每一个灵魂都是为这个而来。

问: 就还是多多读书?

高灵: 不是普通的书, 是我们JOJO老师的书, 明白吗? 因为普通的书是人写的, 人写的, 它有一个视角, 他的观点总是受限的, 他只能站在他有限的认知里面去看待, 明白吗?

问：我买过几个紫色的水晶。我有一次闭眼的时候就看见紫色的圈圈…… 以后再也没看见过……

高灵：你的意识体需要通过你的这个小我，你的这个肉体才能感知到，比如说摸到、闻到，才能感受到这个空间的，明白吗？这么说吧，你的肉体跟你的意识是在脱离的状态。但是这样的experience，这样的体验可以让你更加的认识到，可以加速你的功课，比如说从物质世界这个相当中脱离出来，脱幻嘛。

问：一切发生皆是虚妄吗？

高灵：对，是的。那你有过这个体验…… 因为我们的信息也是来让你看清楚外界不过是你自己的振动频率和有限的认知投射出来的一个相而已。随着你振动频率和认知的扩展，相也会随之而变。

问：就是外界所有的一切都是你内在的投影？

高灵：它是你的这个认知程度在这里，你就只能看到这一点。就这么说，如果你是一头猪的话，你看到的草在你眼里它就是食物，你就吃它，明白吗？

问：轮回的记忆是来干嘛的？

高灵：这么说吧，你们只是在你们这一生连接到一些能量、捕捉到一些信号，比如说你闻到一个曾经有闻到过的味道，然后产生的那种感觉，把你的某一些东西给激活了而已。但是你要知道你们真正的生命状态是一。那如果是一的话，任何东西都可能把你某一部分激活。但是那个是属于一的那一部分。

问：牙齿里面坏了，说拔牙很伤肾气。我本来肾就不好，就比较纠结。

高灵：这么说吧，你这个是属于物理层面，就是你肉体层面的一些问题。你需要去找你们这方面的医生。但是我们想让你知道的就是说，拔掉一个坏的牙齿并不会对你的身体造成任何，因为你的身体会自动的平衡好一切。所以你可以打消你担忧，就是拔了过后会出现的问题，就是不去担心这个。

问：不知道是不是自己的能量低，就静不下来。学习，感觉也没走多远。

高灵：这么说吧，你觉得你学习是需要学习外面的东西。我们想要告诉你，你学习是学习你自身、你的自我、你自己。那个你包括物质层面的你，也包括灵魂层面的你，明白吗？

问：不是太懂

高灵：你们觉得学习是学习外在，但是就算我们让你学习我们的信息是来帮助你去认识你自己。你不是你的愤怒，不是你的情绪，不是你的那些恐惧，你不是你头脑里的那些想法，明白吗？那我们的信息不是来帮你学习我们的信息，而是说帮你认识你自己，学习你自己。所以你们真正的学习就是学习认识你自己，认识生命的真相，认识宇宙的真相，这个才是学习，明白吗？当你足够的认识生命的真相，认识你自己是谁，你便不会被外界的相影响。因

为你知道本身你是不受任何影响的，这是对你自我的一个知晓。那如果你对自我知晓的话，你不需要从外界去拿任何力量。为什么？因为它都是来自于你内在的。你也不会用伤害别人、影响别人或者侵占别人的事情，因为你知道所有的一切都来自于你内在。那这样的话，你通过认识你自己，你也认识到你跟一切生命、跟其他生命的关系。你们便不会产生矛盾，你们是共同协助、合作的关系，彼此服务彼此。那你们就知道你们世界上发生的所有的战争也好、矛盾也好、冲突也好，它都来自于你对自我的不认知，你们对你们自身生命的不知晓。如果你们每一个生命体能够知道你们自己是谁、你们的身份、你们跟一切万有的关系，那你们便不会做出任何这种误会的事情。比如说你们对你们身份的不知晓，你们会觉得外界的金钱比较重要、地位、名利比较重要，你们便走上这条充满了争夺的一条路。那就是你们变的面目全非的时候。（断线重连）你们唯一要学习的就是知道生命的真相。因为当你知道自身的真想过后，你便不会再做出任何误会的行为。比如说你们去追求金钱、追求名利、追求地位、追求权力、追求阶级之分、追求地位之分或者是其它权势或者有权利地位的人产生一种恐惧或者是分别，任何这些都来自于你对我自我的不知晓。所以你们真正要学习的是关于你们自己是谁，关于生命的一个真相，宇宙的真相。因为当你明白这一切，世界上所有的纷争斗争都会停止。它便不会发生。你们人类会以‘一’在行动，不再是以一个分裂的状态去行动。你们会认识到你们是一个整体，你们是如何服务于彼此。

问：往大的说，大家是一个整体。往小的说，大家的状态也会影响到每一个个体，对不对？

高灵：你现在就在集体意识当中，被集体意识的恐惧能量影响。

问：那我脱离集体意识可以吗？

高灵：那就是学习我们的信息。当你逐渐的明白真相，活出真相，你就在带领其他生命有另外的路。那条路是和谐、爱、一的路。

问：我觉得人都是分裂的，去劝解别人的时候都是向上的，但是自己有时候就特别难做到。

高灵：分裂来自于你们有限的认知。就好像小朋友他不懂事，他不明白。所以他需要学习，需要物质世界的体验，所以需要我们的指引。

问：每个人都会有自己的守护者吗？

高灵：应该说每个灵魂都会在需要指引的时候得到指引。

问：请观世音菩萨帮我疗愈。

高灵：稍等

观世音：我们连接到你就好像一直在寻找，就好像是水上的浮萍一样，它没有根。一直是飘着的，所以你在寻找一个好像是港湾或者是扎根，就是寻找心灵的静和定。所以我们想要让你知道的是，以后在将来如果你感受到心神不安或者心里不安，你可以念观世音菩萨。然后观世音菩萨的能量会包裹住你，让你感受到那种被紧紧包住的感觉。因为你很需要就好像是在妈妈怀里，被一个非常强大或者是有安全感的怀抱紧紧的抱着。因为你缺少那种真正让你

有安全感、连接感和稳定的能量在你的周围。你从小就缺少，所以你心中有一种不踏实，就是没有安全感。就好像总是充满了警惕看着四周，害怕发生点什么一样。在一种就好像是警惕的状态当中。所以我们想正对你安全感的问题给你治疗，让你不再产生一种恐慌的感觉。你闭上你的眼睛。现在会有一束白色的光包裹着你，让后去感受它包裹着你，越来越紧。然后你闭上眼睛，沉浸在这个光、这个能量对你的一个包裹。在这个能量当中你会感受到你的心越来越静，越来越定。你依然感知到周围的一切，但是你会感受到你就好像在玻璃罩里面，外面的一切对你的影响越来越小。你能感知到它们，它们却对你带来不了任何影响。你在你的玻璃罩里面，非常的安静。感受到非常踏实的感觉，就好像一颗悬着的心现在终于可以落下来了。我们想让你知道你不需要害怕、担心任何，外界的一切都只是像水上的波浪一样，它最终会停下来。一切都会走向安宁的状态。放松。所有人也会因为你的宁静而变得平静。外面一切什么都没有发生，你非常的安全。你在造物主的怀抱里面，你一直被看护、被拥护、被保护，没有任何外界的力量可以影响你、伤害你。它们不过是想刺激你，让你内在产生恐惧。如果你内在没有任何恐惧，你什么都不会产生。我们唯一要做的就是不断地清理我们内在的恐惧。就像潮起潮落，你不会因为潮起而感受到恐惧，也不会因为潮落而感受到悲伤。真正的安宁不是来自于外界的安宁，而是来自于你内在、内心的安宁。当你们每一个个体(达到)内在安宁的状态，便会创造一个安宁的世界。当你们内在产生不安或者恐惧是因为你离开了你本来的状态。当你再一次回到你本来的状态，就像现在的状态，你的所有恐惧便会消失。你的身体已经记住了这种感觉，任何时候你想要再一次的回到这样的状态当中，你可以通过深呼吸把你再带回到现在的状态。

2024/08/12 – 负债很痛苦怎么办

问: 我的人生一直以来都很不顺, 我想知道我该怎么做?

高灵: 你可以先问一下你的灵魂主题, 就是你为什么而来。你们生命中所有事情都会围绕你的灵魂主题。

问: 好的。我叫XXX, 37岁。

高灵: 我们连接到你的能量, 然后你这一生的灵魂主题就是来修放手和无为。目前你的能量状态就是你会把什么东西都好像是在你的监管以内, 都是要被你盯着, 这个不能这样, 那个不能那样。如果简单通俗一点说, 就是你非常完美主义, 就是你高标准。然后无论是对你自己, 还是对你身边的人事物, 你都会有一个很高的标准。然后这个标准让你自己和你周围的人有一种窒息感和抓狂感。你想象一下, 用什么东西你都会很用力的去捏, 很用力很用力, 你一直在很用力的一个状态下, 那你想, 如果是一只小鸟在你手上, 如果你很用力, 那它是不是就会有一种窒息感, 对不对? 它会感受到一种不适感。因为这个能量是你散发出来的, 那这个窒息感首先你自己会体验到, 好像有一种你一直上了一个闹钟, 倒计时开始, 你在这种倒计时当中。就有一种催促, 有一种快点, 你还要继续。这么说吧, 如果是从心理层面的话, 你容易焦虑紧张、心慌意乱, 很难真正彻底的完完全全的放松和定、静的那种状态。所以说你这一生来修, 从一个状态到另外一个状态。你把你自己想象成一个能量体, 那你这个能量就是从一个很紧、很窒息或者很快速到一个完全是松的状态, 还到一个缓慢、定、静的一个状态。就是从一个水刷刷刷的流, 很快速, 洪水的一个状态到一个湖面的静, 湖面的水那种静止不动的状态。所以说从能量层面的话就是从我们刚刚说的那个状态到另外一种状态。这就是你去修的。因为你固有的一套行为模式或者是一套思维观念, 它会导致你觉得你要不这么做, 你就没办法了; 你要不这么做, 事情就会往坏的方向发展。你会觉得你好像没有其它选择, 你必须要这么做。我们想让你看到的就是说你之所以会产生一个我没有选择或者我必须要这么做, 它来自于你受限的认知。我们不是说必要把事情用这个方法, 那就是说你的认知还是固有的, 它没有被扩展的。那当你的意识扩展, 你的认知转变过后, 你才会发现, 哇, 原来这里有这么多条路啊, 明白吗? 那在这个过程中你就需要去学习真理, 不是学习知识。你的知识已经很多了, 而且这些知识都会给你带来一些困境, 继续困住你。因为知识都是在头脑里面的, 你现在要做的是从头脑里面抽离出来。因为你的头脑一直在运作, 就高负荷的运作。那怎么样去学习? 就是学习我们的信息。我们的信息它里面包含了你想要去探索和关于生命的真相、宇宙的真相, 所有的一切。

问: 你刚刚说我们的信息指的是哪个我们?

高灵: JOJO老师的信息, 书有十本。然后这些书里面都是关于你们在这个集体意识当中, 当前的社会当中的能量结晶的一个出路, 明白吗? 你们当前的社会形成了一个迷宫。怎么样才能从这个迷宫中走出来? 这边就会有一个手册。你每看到一段信息都会对你是一种松绑, 你会越来越感受到松绑, 越来越松绑。它就会让你体内的被迫或者焦虑, 就是那种强迫, 你有一种强迫的能量在里面, 那种push, 把它缓解, 就把这个能量让它慢下来, 明白吗? 因为你们的不知情, 你们会觉得, 比如说你不知道你的这台车它有自动驾驶的功能, 然后你就会很害怕你的手松开方向盘。然后你会觉得你的手一松开, 车就会朝错误的方向, 会发生车

祸，明白吗？如果我们让你看到这台车它本身就有自动驾驶的功能，你也尝试的去运用它，就是松一下手，在放上去，你就会觉得，咦，好像是这样。也就是说学习我们的信息，借助你物质世界的体验，就会获得智慧。然后你的人生，你就能按照你的意愿…… 这么说吧，你的能量没有办法真正聚焦在一个你锁定的地方，以你自己想要的方式呈现出来。那么通过这些智慧，你便可以通过你自己想要的方式呈现出来。也就是说你就会成为物质世界和你生命的主人和掌控者，而不是被动的在这个能量的漩涡里面运转、运作。

问：这个课题我理解了，具体的我现在想要改变我现在的困境，具体的我需要……

高灵：这么说，首先这个困境并不是真实的存在。它为什么会出现在你眼前是一个困境，它来自于你的认知。就这么说吧，你是一个小学生，那你看着大学生的数学题，你肯定没办法。因为你认知在哪里？你的认知水平就是个小学生啊。所以你看它，我怎么解决这个困境？那你就一步一步的…… 你首先要明白这里没有困境。你看到的困境是你目前的认知和意识形态投射出去的一个相在那里。当然你会体验到，哎呀，我真的拿我老公没办法，我真的拿我下属没办法，他们就是不听我的。你当然真的会体验到这个，明白吗？

问：我经济上现在客观上我就是有一个负债的状况。每个月的还款日，我必须还要还上这个钱，那我肯定会紧张和焦虑。如果我银行卡上没有钱，我就还不上这些钱，那后面就会有不好的事情发生。那这个对我来讲是一个非常现实的困境。我很想知道怎么去化解。

高灵：因为你们物质世界的人都会面临关于金钱上面的一个问题。那你要知道之所以现在在承受和面临这个结果，它是来自于你的旧有系统。你的这个人是有有一个系统的，它来自于你旧有系统的结晶。旧有的系统，比如说你需要一个大房子才能给你带来安全感，对吧？所以我有房贷。你需要一台车，还是个好品牌，让我有身份、有价值感。这样我谈生意，别人才会怎么样我。明白吗？那之所以你所谓的一个负债，它来自于你旧有的一个系统，明白吗？就是你旧有的那一套世界观、人生观、价值观和你是怎么去认为这个世界，和你怎么看待你自己。那你现在在接受的是什么？是你旧有的系统结的结晶，你旧有能量的结晶。那你现在被困在这里的话，你如果只是去处理这个结晶而忽略了是什么能量导致了这个果的话，那你就好像是没有找到真正解决这个事情的核心的方法。就这么说，有一个人患了癌症导致他疼痛，他却吃止痛药这种。他根本不知道是患了癌症的原因，那止痛药只是一时的。那你转变是在你的每一个当下，你去认识到生命的真相。如果你认识不到生命的真相，你依然按照这个集体意识，就是在你们中国的这个社会，在集体意识里面，我需要有房子有车子或者有什么什么的，明白吗？

问：那我来做这个对话就是想找到解决的办法。我自己头脑是有限的……

高灵：你们首先要看到让你受困在这里是来自于你旧有的认知，是来自于你们这个集体意识。你们集体意识觉得你们每个人都需要一个固定的房产，明白吗？也就是说你们的集体意识，你们都是追求我要不断地扩张、不断地赚钱、赚很多很多的钱。所以我可能就去做了很多投资。你们忽略了什么？忽略了灵魂它是谁，它来到这个世界上它是来做什么的。因为如果你忽略了灵魂，你进入到集体意识，其实你的肉体和你的灵魂是分开的，它是在一意孤行。它没有以一个生命的整体在运行。生命的整体是什么？灵魂还有你这个物质肉体。你这个物质肉体不过是你这个灵魂展现它的渠道而已。那如果这个物质肉体它是进入到这个集

体意识当中，一意孤行。它要去满足它的社会观念，就是社会上觉得你要有多少多少存款，多少房产，你要有多少钱你才能怎样怎样。所以那个时候你已经选择加入到那场游戏当中去了。那你进入到这个游戏当中，你体验的就是受限制、受困、不自由、被困。所以我们又回到你对生命有认知吗？你不认知，那你就是一个接一个的误会呀。你对你自己是谁，我们说的谁并不是说的你这个物质身份、你的名字、你的社会地位或者社会身份是什么，明白吗？你愿意去放下你的物质身份去追寻你灵魂的指引吗？这也是一个问题。因为很多人他们想要不断地去加强这个物质小我，加强它的身份，加强它的地位，加强它小我的存在感。

问：我确实没有办法那么快去分别怎么做，因为我们是从传统教育里长大的，这确实有难度。

高灵：首先你头脑去放下，因为你现在还没有做任何，你就已经开始在告诉自己这个又难度，我没办法。你听一下你自己给自己的声音。你现在只需要，哇，原来生命还有这种可能，就行了，明白吗？这不是说你们这个生命花一个小时、半个小时、一天时间，你就能把你这个生命理顺的。它不是这样子的。那你看哪一棵植物一天就从一颗种子变成了一颗参天大树？所以你刚才在发出这个声音的时候，它就来自于你的头脑。你的头脑觉得这不可能啊，就不要尝试了。你根本就不需要用你的头脑去参与。只是在用一个觉察者或者是旁观者或者只是在听，哦，生命原来还有更多的一层，而不只是单独在头脑理解的层面和物质肉体上面。只是把你的眼光从左边挪到右边来看一下，仅此而已。因为当你在产生不同的角度、视角去看待的时候，你自身散发的频率已经变了。你散发的频率变了过后，你投射出去的物质世界这个相它也变了。

问：我可能需要时间来理解一下，因为现在困扰我的确实是现实生活当中的一些问题。我很难静下心来去理解我还有这些可能性。因为每天被这些压力压到很急迫的这种状况。你让我突然去转变.....

高灵：这么说吧，所有外在的这些压力它都是你灵魂设计来推动你去寻找，就比如说你找到我们。因为要没有这一层压力的话，你可能还沉浸在物质世界打拼当中。那你便错过了走上正确的路的机会，你便错过了你生命真正的灵魂觉醒的机会。

问：我不管觉不觉醒，我觉得我活的很痛苦啊。现实生活确实需要有一个很坚实的物质基础或者是很好的外在的关系才能让我们感受到幸福。我现在.....

高灵：让你探索生命的真相，不是让你走上一条就跟金钱没关系，NO NO NO，是你成为金钱的主人，而不是被困住，而不是被限制，明白吗？你可以创造任何你想要多少的金钱，但是你却不会被它捆绑、困住。

问：我很想达到这样的状态，但是我不知道该怎么做。我没有足够的智慧.....

高灵：刚才我们说你去探索生命的真相，因为如果你不了解的话，刚才你说的那些话：我没有智慧，我没有足够的..... 我不行，我达不到..... 你一直在我我我。那个就是来自于你的限制。为什么呢？因为你把你已经固定在一个你头脑里的那个你，就比如说你曾经做了什么，你的学历是什么，你的身份是什么或者你曾经做出一些什么业绩，你会用这个来看你自己。

但是你远远超过这个，明白吗？那就说明你连你自己是谁你都不认识。当然，你就会产生一系列的误会。

问：我有点被绕晕了。

高灵：没有关系，因为就像我们刚才说你的灵魂课题需要什么？从很着急到慢下来。你就好像说，医生，来手术，直接告诉我答案，把问题给我拿走。

问：但是确实现实是很急迫的。就比如说我现在没有钱还不了我现在的贷款，我就会收到很多催款。这个不是我摆烂，我放下来……

高灵：这么说，所有的这些问题就把你逼上，把你带到你去探索你自己，关于你自己，去认识你自己，去认识生命的一个路上。这些东西对你来说是一个助力，但是你现在把它看成是一个很大的阻碍。触底反弹。让你跌到谷底是为了让你再一次反弹出来。你们的生命不是说没有力量，然后把你推到那，你就没办法了，你就死路一条了。不是的。你看多少人的重生都是经历过什么？不破不立。

问：那我要破我要从哪破呢？总得给我一个方向吧。我现在确实是一团乱，找不到方向。

高灵：那我们现在想让你知道的就是说首先这是生命给你的一份礼物。因为真正灵魂的你拥有非常强大的力量和能量，无论面临什么。而且你是那种会一直给自己设很大的挑战的人。就是你会一直push yourself，然后推动你自己去keep fighting, keep going。你自己都不会让自己好像是躺平或者是什么，那你的灵魂是很强大的。所以说你首先要接受你面前的这一切不是个问题，而是你生命的一个礼物。它是来协助你、帮助你去发生蜕变和走向一条强大的路。因为如果你把它当成是一个问题的话，你的头脑首先会给你创造一种无力感，那你就更加没办法翻身了。结局已经定了，我已经死定了，它已经没有力气再去战了。但是不是的。所以你要去把你眼前的一切弱化。你现在欠了多少钱？

问：好几十万。

高灵：我这边的学员有欠几千万的，然后还是天天开心的在学习的。

问：但是大家的体量不一样啊，本身我的收入就比较低。这个对我的收入来讲，我都不知道怎么去……

高灵：OK，那你所说的那个收入低是以前的那个你，是你还不认识你真实身份的那个你。但是当你认识了你真实的身份过后，你的能量级别是不一样的。所以这些东西是在推动你自己去走出来一条路。你现在就是完完全全的不知道你内在的能量有多强大，所以你害怕了，你的头脑害怕了。

问：我感受到我的生活各个方面都是磨难，做什么都不顺。

高灵：那是你在蜕变之前，但是你来找到我们，你是来发生蜕变的，你是来发生改变的。所以你首先要改变你自己对你自己说话的声音。等一下回去你再听一下你跟你自己说的是什么话。但是我们连接的你跟你嘴巴里说出来的你完全是两回事，完全是相反的。

问：但是我确实体会不到你说的那个状态。那我的健康状况，我蛮担心我的身体的。我几年前检查出来身体有一些小问题，按道理是应该做些跟进或者是治疗。但是我基于恐惧，我就再没去管它。我怕它有恶性的变化。

高灵：身体什么问题？

问：肺结节。我认识的人得了这个去做手术是早期癌症。我因为没有条件去做手术，我就选择放任它。包括我的胸部有比较大的包块，虽然当时是良性的，但是现在不知道它们有没有发生变化。

高灵：你稍等，我们想先跟你澄清一些事情，因为你讲述的所有这一切都来自于你自己对生命的不认知。因为你们旧有的一个系统、旧有的一个观念是觉得物质肉体是没有办法变化的。但是我想告诉你的是，你们世界已经有很多证据来告诉你就算是癌症都是能随着你的能量变而变的，明白吗？你们物质世界有很多这样的证据。还有就是说，我们想要告诉你，你首先要明白的就是你的物质身体是来自于你的这个能量体的结晶，它投射出来的一个状态。这个状态会随着你的能量变化而变化的。所以比如说你一直很抑郁，你说的话都是很消极，都是很悲观。然后实际上这种状态，你几个月或者几年是在这样的能量状态，你会投射出一个总是有毛病的身体，精力不足，什么都不好。那如果你是一个对生命充满了激情、热爱，对一切都充满了喜爱、兴奋、开心的一个状态，就像你的身体，一个是冷水，一个是开水。那你在开水的状态下，它不会滋养细菌，明白吗？所以说这来自于你的生命之火它有没有熊熊的燃烧。那当你的这个生命之火熊熊燃烧，你身体的各方面都是在一个非常好的状态下。所以你刚才说的那些所有的问题都来自于无知和无明，来自于你们的集体意识这么去看待，因为你们对生命的一个不知情。你们会觉得生命是这样子。但是并不是的。这就是为什么我们会告诉你学我们的信息，学我们的信息。因为你们的人生有太多的误会了。你今天讲的所有的问题，所有你被困住的东西全是误会。但是在我们的书本里面，这些误会都会被一一的解开。

问：所以我们最后来讲一下我该怎么样.....

高灵：首先就是相信我们，相信我们带出来的信息，就是我们告诉你你有多强大，你相信它。就是相信你自己，相信你自己的本身。你别说几十万，你欠几十个亿，你都可以轻轻松松翻身出来。如果你不相信，它是没有力量的，你还是相信你旧有的那套系统。但是旧有的它是把你逼上绝路的，让你变成这个样子的。所以已经不能服务于你，你就需要把它给重新升级到另外一个版本。你看你们现在整个世界，你们的电脑系统、手机系统，你们不可能还在用最初的、最原始的软件程序吧？那为什么你会允许你们人要用旧有的那套系统呢？这就是为什么我们会让你去看我们的信息，看我们的书。因为你讲的这些全是误会，它不是真实的。它只来自于你自己进入到那个幻像当中去了。它来自于你的无明。因为你没有智慧，你不知道生命的真相，所以你产生了这些恐惧、无助，都是。

问：我强大的灵魂想要做什么呢？我完全不能理解。既然它如此强大，为什么我现实生活中.....

高灵: 这么说吧, 你说你在你们物质世界当中, 你要是去看谁是大力士? 谁是力量最强大的? 他要干什么? 它是不是要看谁举的重量最大, 对不对? 是不是? 因为你需要通过这个重量你才能分辨出来。哇, 你看, 他举了两百公斤。他只能举起一百公斤。那肯定是那个两百公斤的最强大啊。

问: 所以它要用这些困难来验证它的强大有什么意义呢? 它把我搞的很痛苦。我不想要体验这些痛苦, 我想要幸福的人生不可以吗?

高灵: 这么说吧, 你所说的它有什么意义, 它来自于你的头脑。头脑对生命有意义和无意义的一个评判。但是你的头脑对灵魂层面它是不知情的, 明白吗? 这是两回事。

问: 那我怎么能听到来自我灵魂的声音? 它到底想干嘛?

高灵: 就比如说你的灵魂来找我们, 那就是你灵魂的声音。

问: 所以能不能告诉我它到底要干嘛? 它就是想要体验一下它力气有多大的乐趣吗?

高灵: NO, 它想要来学习和体验生命的过程, 就这么简单。灵魂来到这个物质世界, 它就是学习和体验生命、能量、真理、智慧。

问: 我头脑的理解就是它可以活开心的人生, 而不是消极。我用了很长时间来攻克我的抑郁。

高灵: 你说的那些你都是你在用头脑去处理, 明白吗? 但是我们现在给你指引的是灵魂的路。你头脑就可以放松下来。因为你这么几十年, 你旧有的模式, 你一直是依赖于你的头脑。你全部都依赖于它, 所以导致它又是抑郁、又是崩溃、又是焦虑、又是压抑。就像我们刚刚说因为你不知道这台车它有自动驾驶的功能。你不知道你的灵魂、你的高我、你的生命它自己已经有个路线了, 已经安排好了。你还在试图给它重新画一条路线。这就是为什么你会吃力啊。你走上的那条路是你自己画上去的呀, 它并不是原本你灵魂携带的一条路。你走上你自己的路, 成为你自己, 做你自己是毫不费力的。你之所以会感受到又吃力又痛苦又压抑, 它来自于你走的不是你的路, 而是你头脑以为好的路或者你头脑找寻的, 觉得这样的路才是好的路, 明白吗?

问: 那这个道路具体有什么指向吗?

高灵: 那就比如说现在你的灵魂来找寻, 找到我们。我们就在告诉你你生命的路是铺好的, 你不需要再费力的画一条路。因为你们对生命的误解, 你们会觉得这颗种子, 你们要教它怎么发芽, 教它怎么开花, 教它怎么结果, 不然它不知道。每天给它讲讲讲。你不知道这颗种子已经包含了它所有成长的路线, 你只需要滋养它。

问: 但是我还是得立足在现实, 我得生存, 我得工作。

高灵: 没有让你离开它, 明白吗? 你也不会离开它。我们的信息只会让你生存的更好、更轻松、更不吃力。不是说让你离开你的生活, 然后去干啥干啥, 没有的。只是通过一步一步的信息的指引, 你会发现你的生命越来越快乐、轻松、喜悦、越有力量。

问：那最后我想得到一些关于工作方面的建议。我现在就很不开心喜悦。是不是就是错误的道路？

高灵：是的。因为你的能量远远大过于你工作能做的事情。去找一个更加能体现你价值和能量的工作。比如说你现在工资可能八千，去找一个工资在五六万的。

问：那有没有指引呢？我是需要从现在的工作离开？还是慢慢的过度到一个.....

高灵：无论怎样，你只要相信它，你就能做到。只要你相信你能创造一个月十几万的工作，你就可以。

问：对我的职业有没有什么建议呢？

高灵：就是脱离你现在做的，去挑战有更大价值的。然后很快你就会发现你的潜力和能力。

问：发现不了

高灵：你都没去。这么说吧，你一直在岸上说，你都没有跳到水里面去。你都不知道你天生是个鸭子，你天生是一条鱼，你本来就会游泳。你站在岸边说什么呢？你在岸边说的所有话都是头脑里面的，明白吗？只有你跳入水里，你才知道你是一条鱼。

2024/08/12 – 灵魂主题之给世界带来光

问: 我的灵魂主题是什么? 我35岁。

高灵: 首先我们想要告诉你你的灵魂主题, 你这一生的灵魂主题就好像是花一样来给这个世界带来香味。你是光, 然后来给这个黑暗的世界带来光。如果说你的灵魂主题的话, 你就是来净化这个能量场的, 就是来净化这个地球。

问: 那我应该怎么做?

高灵: 就是做你自己, 越来越成为你灵魂本来就是的一个状态。你需要不断地把你物质头脑啊、世俗啊、观念啊, 全部清理掉、放下。就这么说, 就把你身上不是你的东西拿掉。

问: 哪些是我的? 哪些不是我的?

高灵: 这么说吧, 你做你自己、成为你自己, 它是一个轻松、自由自在、愉悦快乐, 它是一个毫不费力的事情, 明白吗? 就像是一条鱼在水里游, 它是自由自在, 鱼在水里游就是那个状态。那如果你没有做你自己, 那你就是在岸上。

问: 我很难受是吧?

高灵: 是的。所以那你会知道你轻松愉悦、快乐喜悦的状态和你窒息感、难受不安、不舒服。难道这样你分不清楚吗? 那你就知道了。

问: 但是有时候也不知道也不知道是不是真的高兴。就比如说我前几年的喜好和现在的喜好是完全不一样的。

高灵: 你不需要一样。就好像这么说, 你小时候喜欢喝你妈妈的NeiNei, 你现在已经二十几岁了, 你不喜欢喝你妈妈的NeiNei, 有问题吗? 没问题。你在生命的每个阶段, 你需要去拿到的东西它是不一样的。那我们就说你其实就是给这个社会带来光, 带来和平的能量, 带来疗愈的能量, 所以你天生是有疗愈的能力的, 是你灵魂本身啊。那你怎么样才能成为你灵魂的样子呢? 那你就逐渐逐渐的去认识你生命是谁, 认识你自己是谁, 而不是一个虚假的身份, 就是面目全非或者不是你的状态活着。当然那样会给你带来一种体验。

问: 还有什么别的方法可以让我越来越成为自己?

高灵: 跟随JOJO老师的信息, 跟随我们的信息, 跟随我们的能量。当你靠近我们, 融入我们, 你就能认识你自己。就这么说吧, 你是一条鱼, 我们是水, 你进来你就能感受到了。

问: 我和我伴侣的灵魂关系是什么? 我们在一起三年。他叫XX。

高灵: 你们的关系有点像是那种同修, 有点像是那种灵魂伴侣, 然后共同的在彼此的生命当中去协助对方去达到一种修行的过程。我们不是说你需要成为你自己, 你的光才会亮, 对吧? 你才能照亮。你们俩就好像在同一条船上。你们俩就好像同修。而且你频率的提升, 就是你的修行, 你会帮助他。然后你的迷茫, 你也会带动他。就是你的状态跟他的状态是捆绑

在一起的。你们会彼此影响的。所以你现在找到我们就好像你找到了出路，找到了光。那么他也会跟上你的在将来，你只要坚持在这条路上。

问：我今年上半年当时有了一个宝宝，但是它自己停掉了。可以连接一下那个宝宝吗？

高灵：这么说吧，这里没有离开和走的这个相，明白吗？也就是说你没有错过，也没有损失，你没有错过任何。它什么也没有。目前现在你会觉得你掉了一个宝宝，没有掉任何。你没有丢掉任何，不增不减，明白吗？这么说吧，你口袋里面又是个宝贝，你现在还是有十个宝贝。并没有说，今天发生这个事，我掉了一个，现在只有九个了。没有。那如果你现在明白了就是说你口袋里的是个宝贝根本就没有掉，没有掉任何，那你还有什么问题？就是在这样的状态下，你还有什么问题？没有任何问题。你的宝贝都在那里，完好无损。

问：我睡觉的时候或者是睡觉已经醒过来但是还是躺在床上，特别容易连接到其它世界的东西。有时候是去世的亲人或者是不认识的陌生人过来跟我讲话。这种是什么情况？

高灵：我们刚才不是说你是光来照亮地球吗？那你的灵力就是很高的，你是灵性很高的，明白吗？那这个你可以跟着JOJO老师去学习，开发你这方面的灵力和天赋。是你与生俱来的，还有你的疗愈能力，它也拥有的。因为这么说吧，你有这个灵力，但是因为你们内在还会有恐惧，所以你需要不断地清理你自己。如果你有恐惧的话，你内在的恐惧频率就会让你连接到一些..... 就这么说，你的能量级别会让你进入到不一样的平行世界，跟你打交道的灵就不一样。所以通过学习还有能量的清理，让你们有一个正确的理解和认知，让你的频率在一个高、爱、平和的能量，在这种状态下，那么你就像我们刚刚说，你这盏灯就亮了。它就在照亮这个世界。

问：我跟有一些人，我跟他呆在一起我就很不自在，但是我又每天不得不跟他呆在一起，比如像家人。这种我应该怎么办？

高灵：这来自于你的体质，你的敏感体质。我们刚刚说你有灵力，对不对？所以你会对对方身上的一些能量很敏感，你会连接到对方内在的一些黑暗能量或者是那种消极、分裂，任何这种，明白吗？就这么说吧，他们有可能身上有很多黑暗能量，就中毒者。你本来是解药，但是你就会对他们很敏感。

问：那我应该是解还是不解呢？

高灵：你还是需要通过学习本身，就是你的自我成长。因为你现在还是像个小baby一样，你还没有成为一个能够去，就是你的光能够辐射所有一切，照亮一切，明白吗？那你现在就需要专注于自我的一个成长。然后关于对能量层面的保护，我们刚才不是说你需要跟JOJO老师学习嘛。这些线下课程都会有，让你去怎么认识，怎么辨别，怎么去给自己形成一个保护场域这些。

问：有时候就是嘴巴发麻或者感觉一碰水泼在你身上，这些扑面而来的能量我都应该接受吗？有什么办法不接受？我也不知道它们好不好？

高灵：这还是回到你需要跟JOJO老师线下学习。就好像你的灵力、你的体质，你不知道怎么运用它，你也不认识它。所以这个都是在学习过后，你会知道如何去使用它。但是我们刚才

不是告诉你，简单一点说你就是一个神职人员，就是一个小天使。那你小天使来到这里就是来给这里带来光明，带来疗愈。那你肯定就会有所谓的神力咯。所以这是在你认识你自己和学习自己的过程当中。你就会逐渐的恢复你的能力，然后去正确的使用它、运用它来正面的协助这个世界。因为你本身来，你就是成为一个协助者。

问: 就是我应该很友善的对待大家?

高灵: 你不需要应该怎样，你本身就是友善的存在，明白吗?

问: 但是有时候我的内心还是充满了负面的能量和邪恶的想法.....

高灵: 想法并不是你。想法只不过是你们的集体意识当中飘过去的一些东西被你..... 这个海里面又是屎又是粪，只不过被你notice到，它从你这飘过了，明白吗? 这是集体意识当中的一些东西，那些想法都不是你。

问: 那我们作为个人在集体当中，那我们个人是不是对集体意识也有贡献?

高灵: 所以就是说你在亮，那你是不是把周围都照亮了? 你香了，是不是所有人都能闻到你的香味了? 你只需要去成为你自己。你自身已经拥有一切你来奉献给这个世界的礼物。这里我们告诉你的一句话就是成为你自己。不是成为别人嘴巴里的你或者是你头脑里的你或者是社会准则里面的那个你，是你灵魂本身的那个你。你对生命足够的信任吗? 你就会允许它以它自己存在的方式展开。而不去给它的一些行为或者做法、想法一些评判。不是在以物质世界的标准在活着了。

问: 我们到底有没有必要太过于在意我们这个物质身体?

高灵: 什么意思?

问: 就比如说我天天吃一些垃圾食品或者是我天天以很健康的方式去生活.....

高灵: 你要知道你的肉体它是一个活的，它是有它自己的觉知的。所以你只需要让你的肉体是在一个跟一切产生连接，就是在一个open的状态，而不是一个death，就是一个关闭的状态。就是你听也听不到，看也看不到，就是你眼睛也闭着，嘴巴也闭着，而是open。那如果你是在一个开放的状态，所有的一切都是有信号的呀。那你会知道你需要吃什么，吃多少。而不是一个无意识的状态，明白吗? 所以说你只需要把你自己保持在一个connect with everything，就是我跟世界中的一切都充满连接的。那你就感知到你身体的所有需求。就这么说吧，就像一个动物一样，它知道它什么时候要冬眠了，它知道它什么时候需要进食了，它知道它什么时候需要休息了。你们是个智慧体，只有你们断开连接了，你才会有一种无意识的这种状态。它会对一切都是灵敏的。为什么那些人会通过很多酒精啊、毒品啊去刺激它? 因为他们是断开(连接)的，所以他会需要这种刺激去感受到他的存在。那如果你是没有断开的话，所有东西你都能notice到，那你便不需要去刺激它。

问: 那些用毒品酒精.....

高灵：他们是断开连接的，他们需要通过一种刺激来体验到这种连接感。体验到就好像我是活着的。那如果你一直是活生生的呢？

问：但是那些其实对身体还是不好的？

高灵：任何你是断开连接的，那你就会进入到一种..... 就好像这么说吧，你给孩子喂饭，孩子一直说我饱了，你听不到，你一直喂。它都快窒息了，你还在持续给它喂。它说什么，它发声，它给你做的反应，你全部都是不看不闻不问，你眼睛蒙着的，明白吗？那你跟你孩子之间没有连接感啊，你不知道它已经饱了。你还在持续的喂它。那你说跟你的身体是一个连接的状态吗？

问：我想让我儿子多吃一点，但是他不吃。

高灵：关于孩子，我们又回到能量的一个状态。你是在一个你是活的，那你的这个能量自然而然就会影响到他，让他处于在一个活的状态而不是一个死的状态。如果他是一个活的，他的所有运行都会是正常的。如果我们离开能量或者是这个活还是死的状态，其它的行为都是一场误会呀。所以你只需要去保持在你是个活的，活生生的人啊。你有没有on line? 你有没有在线? 还是下线状态? 你下线，你当然就不是活着的，明白吗？

问：所以还是没有太规范去我身边其他人的行为状态，规范自己就行了？

高灵：因为当你是活着的，你是跟所有的一切产生连接啊。那对方的所有一切你都是知晓的，而且你也知道什么时候做出什么行为，什么反应，你应该怎么回应。而且你的生命能量会注射给对方呀。对方也是活的呀，明白吗？就这么说吧，你是在做梦呢？你还是清醒的呢？你在梦游呢？还是清醒的呢？你眼睛是蒙着的呢？还是睁开的呢？而不是说单独我们说这个行为你要这么做，你要那么做。你们世界上还缺少这样的专家和导师吗？都在告诉你，你要这样做那样做，这个专家、那个导师，明白吗？

问：我有时候会做一些预知梦或者远古时期的梦，这是因为我晚上去到了这个地方？

高灵：首先你们是一个意识体，只是白天你是把你的意识专注在这个物质肉体里面了。如果你在如梦放松的一个状态，它就在everywhere，它无处不在，明白吗？你头脑记起来的，只能捕捉到一点点画面，零星的一些东西。这些都是来让你们看到你的生命是一个更大的存在，而不是说聚焦于你这个物质肉体。

问：我的高灵还有什么信息带给我？

高灵：那就是跟着我们。跟着我们，你会越来越把你的所有功能都打开，就是这盏灯会亮，会照亮这个世界、照亮更多的人，你会带领更多的人，你会疗愈更多的人。你没有任何问题。你只需要越来越记起来你的身份，越来越知道生命的真相是什么。所以通过我们这些信息，我们的能量场，你就会逐渐的记起来你本来就是的状态，就是你不需要学习，你本来就是。

2024/08/14-线下多人通灵

第一个人:

问: 我想知道我的灵魂主题。

高灵: 我们连接到你的灵魂, 你这一生来到这里来修一个课题, 就拿一个好像是特质、东西。那个是什么呢? 就是宽恕, 宽恕的一个课题。你从下到大在你的生命当中你会体验和经历很多难以释怀或者难以让它过去, 或者是有一些事情就卡在那里。这些事情都是来推动你可以去宽恕所有的这一切。那你就会发现在你的生命当中会遇到很多那种让你难以让它过去的事情。你这一生是来修你自己的一个包容心, 所以你会遇到很多普通人难过去或者是难以释怀的一些事情。就这么说吧, 你的这个容器, 你好像是个皮球, 你往里面不停地塞东西。然后把它塞的很大。所以这些事件就变成了像是一个来塞满你, 让你的包容度、宽容越来越大。这是你人格, 你的这个灵魂这一世来到这里它想要去拿到的其中之一的礼物, 就是宽恕。但是有些事情你可能想不明白或者想不通, 你就没有办法去宽恕。虽然你嘴巴上说你想要宽恕或者想让它过去或者想要包容, 但是你却做不到。那在这样的过程当中, 就需要你去增长你的智慧。因为你的意识程度, 这么说吧, 如果你是小朋友, 别人把你的玩具弄破了、弄坏了, 你可能就耿耿于怀, 很难释怀。但是如果你是一个成人的话, 你对这些事情可能就不太会计较。那随着你个人心灵的一个成长和你一切万事万物认知的一个提升, 它就会让你在宽恕的这条路上就能做到了, 而不是说只是想逼自己做而做不到。那就是增长你的智慧。

问: 我想知道我老公跟我的灵魂关系是什么? 我老公叫XXX。

高灵: 他跟你的灵魂关系就是来让你在不同的意识形态当中, 你会对他产生不同的感觉。比如我们说你来修你的包容度还有你的宽恕的能力, 那如果你的包容度越是能包含一切的话, 你就越是能跟他有一种舒服的关系。那如果你的包容度很小的话, 他其实会经常刺到你。就像是这种关系。就像他是一个刺球, 如果你的面积很大的话, 他刺不到你。如果你面积很小的话, 他就每根刺都能刺到你的那种感觉。

问: 我跟我儿子的灵魂主题是什么? 我儿子叫XXX。

高灵: 你跟孩子的关系, 孩子就是来修你的包容心和宽恕的。因为他的生命过程当中, 他可能会持续的去挑战你的底线。他就不断地刺激你, 看你到底什么时候能发火这种。他就是一直是在挑战你的底线, 一直会用他自己存在的方式来看你到底是什么都在你这里消失了。如果他扔一个东西在你这里, 你还存在的话, 你就会产生一个不适感。那如果他扔一个东西, 你把它变成无..... 怎么样把它变成无呢? 就是说你对外界发生的所有东西, 你都能如如不动, 只是看着它生、灭, 就是只是看着它出现再消失, 出现再消失。就像雨滴滴在水面上的那种感觉, 就像光晕, 就像雨滴打在水面上会有一个涟漪, 然后再消失。这就是修你自己能够对外界产生的相, 能让它自生自灭而如如不动, 而不去做出任何评判的行为。那就是修你的包容心。

问: 那接下来我应该怎么做呢?

高灵：首先我们想让你们知道的就是说物质世界发生在你们生命中的事情，它不是来刁难你，不是来折磨你，也不是来为难你，它是来成就你。因为如果你把外界的一些事件和发生在你生命中的事件给它定义为：我的命不好，它是来折磨我的，它是来让我不好过的。那么你就进入到这样子的相当中去了，因为你只能体验到你认为的那种状态。所以这个信息就想让你们所有人知道发生在你生命中的每一件事情，它都是来推动你这个灵魂得以蜕变的。因为你们每一个人来到这里就像一颗种子、一棵植物在土壤里面。它是会不断不断成长、蜕变、成长、蜕变。那发生在你生命中的事件就像是土壤里面的养分，来促进你这个生命得以不断地成长。所以你把生命中的事件当成是来滋养你的养分？还是说把它当成是命运对你的折磨呢？这是完全不一样的结局。你要是前者的话，你会不断地去成长、突破。你会越来越有力量。后者，你会越来越无力，你会觉得命运总是来折磨你，你的命非常不好，你非常倒霉。你便进入到一个你的活动空间和你的生命力量越来越弱。为什么呢？因为当你觉得生命在滋养你，你会越来越有力气，你会越来越有生命力。你会觉得源源不断的力量都是为你而来。那当你觉得所有的力量都是来折磨你，你会觉得我活着没意思，然后不想要再继续活下去或者活着是件痛苦的事情。这两种不一样的生命状态就会完完全全呈现出不一样的果，你已经是在那个时候决定了你在创造一个什么样的世界给你。那我们这个信息想要告诉你的就是说，你要明白这个事情是为你而来，为了推动你的蜕变而来。而不是说阻碍你或者是为难你、折磨你而来的。这是不一样的..... 那这是第一步。然后通过第一步，当你知道所有事情是为你而来的时候，你就已经对它不会有抗拒了。你便不会试图把它push，把它推到你的生命之外了。就好像是外面有一个人敲门，你到底是把他拒之门外呢？还是把他邀请进来，我们来谈一下呢？那你把这个事件邀请进来谈，你就进入到什么？探索生命的真相的路上。你就会去钻研它，这个事件对我来说它能怎么样服务于我？我能从中获得什么？那你生命中的每一个事件都在推动你变的越来越有智慧。所以说我们把这个东西到底是拒之门外？还是把它邀请进来，你获得的结果又是不一样的。所以那就是你要怎么做，怎么样去面对这个的一个(方式)。

第二个人：

问：我现在还是像小孩子一样的状态.....

高灵：你提问，不是表达，OK？你是什么样的状态不重要，你提你自己想要去寻找什么，想要知道什么，想要探索什么。而不是说你的头脑：我现在怎么样怎么样。你在评判，明白吗？

问：情绪老失控，控制不住。最近半年还像小孩子一样反应特别大，不知道什么原因导致的。

高灵：情绪不是来让你控制的，明白吗？你想要去控制它，你就已经是往错误的方向了。你可以去抓住你情绪背后，然后去看看到底是你相信了什么，才会产生这样的情绪。比如说有一个人说了一句丑话，你就开始非常的愤怒。那你背后到底是什么？你会觉得他们说你是个没用的人，你就相信他说的(觉得)你是个没用的人。你根本就不知道你自己是谁。所以情绪只不过是你的报警器或者是让你有一个探索的线索，让你知道你后面有一个东西，就像是一个线索一样。你不是来把这个线索拿住，而是说顺藤摸瓜，通过这个你产生的这个情绪，去看看背后你到底运用的是什么信念系统。你现在的认知到底在哪里。你们不是把自己逼成某

一个状态的，而是说通过你自己呈现的一个状态去探索生命、探索你自己。而不是进入到一个无意识的行为。

问: 这个我在探索了，我想了好多天。

高灵: 你说一个探索，想了好多天，它都是你还在你旧有的程序里面，比如说你的系统里面只有一百个字，你还是在那一百个字里面去捣鼓、去折腾。明白吗？

问: 我以为是小的时候的记忆导致的。

高灵: 这些都不重要。这么说，你这个生命体没有成长的话，你盯着它找毛病的话，你这一辈子都找不完，你会不断不断地发现有毛病出来给你挑剔。所以你们要做的不是去责怪你们这个生命体，不是来找茬、来找麻烦。而是说不断地允许它，让它在各个体验当中得以收获，得以成长。就像我们刚才说发生在你生命中的事情，你首先要知道它是来让你的这个灵魂得以蜕变的。因为如果你不知道外界发生的事情是来推动你成长的话，你只会不断地去加深你旧有的观念和信念，让你的活动空间越来越小，然后越来越受限。所以不要去找你自己的麻烦，也不要去找你旁边人的麻烦，对别人指指点点或者是他们做错什么。你们都是来体验这个能量的。然后这里面的能量它有集体意识的能量，你们都在共同体验它。它也有来自于你个人的。那你通过产生或者是呈现出来的这些东西，然后你们去认识生命，通过你自己探索。然后再这个过程当中，你就像一个小孩子，你就会越来越明白一些东西，越来越明白为什么会这样。

问: 我成长太慢。

高灵: 还是在评判。

问: 我挺喜欢销售的，但是我就干不长，挺奇怪的。

高灵: 这么说吧，你们有一个很大的误会，你们觉得你们来到物质世界是来工作的，这就是一个误会。因为这个世界上没有什么是需要工作的，明白吗？你们来到这里是让你这个灵魂得以历练的。工作是投射你这个能量体的一个平台。那为什么你说每个工作干不成？它其实本身就是一个错误的方向，明白吗？但是那个工作不过是投射你自己，让你可以通过工作这个平台让你可以跟自己打交道，来去体验到你自己。它是这样子的一个反射。那比如说JOJO老师她现在在工作，你们世俗眼里的工作。她在工作，她就在体验她这个个体是个什么样子的。那通过她不断地工作，产生连接，在做这种事情，她越来越知道，就是认识自我，品尝自我。那你们的工作也是。那当你有很多误解的时候，比如说对生命有很多误解或者你的认知有限，那你在工作的時候当然会体验到首先。那如果你是无限，你是个创造者，然后你是爱的本身，那你通过工作这个平台你体验到的是什么？哇，我什么都能把它创造出来，我什么都能把它改变了，我什么都能把它转化，然后我是无限。你就体验到了无限。这就是你们生命体来到这里要体验的，你们就是无限，明白吗？它跟你们传统的工作、赚钱……首先你们要明白的是，你们每一个人，你们的生存都没有问题。

问: 不用担忧未来了。

高灵: 担忧首先就是一个误解。那你说那些小鸟、鱼儿天天担忧?

问: 那我适合干什么?

高灵: 这里没有你适合干什么, 你在每一次干什么的时候不过是你当下能量的一个反射。它反射给你, 你现在是这样, 你现在是那样。你一直在变嘛, 你一直在探索嘛。所以你就会发现为什么我工作换了一个又一个, 一个又一个这样子的状态。

问: 我父亲去世十二年了, 最近好多了, 不怎么想了。但是前两天又控制住不了, 一直想。

高灵: 它没有任何问题。这不是个问题。

问: 能帮我连接一下我父亲吗?

高灵: 你有什么问题, 你先说。

问: 就我想看看我父亲好不好? 他现在.....

高灵: 我跟你讲, 有不好的只有你们, 而且那个不好是你们自己创造的一个幻像。所以以后不需要去问灵界好不好。你们头脑会产生这个。

问: 我就想知道我爸他有没有什么话想带给我的?

高灵: 你稍等。他想告诉你的是JOJO老师是他送给你的礼物。这是他告诉你的。

问: 12年父亲去世的时候, 我跟医生生气。医生说是心梗, 我当时.....

高灵: 我们不要再描述以前发生了什么, 因为你已经死了。你在当下、现在这个时候你想要问什么? 当你在描述那个时候的时候, 你继续在当下创造了那样子的相, 让自己再继续去产生这个相。然后你们要记住, **你们不受任何过去的影响, 你们记住这句话**。你们总觉得你们是一个连续体, 就是曾经积攒起来的、积累起来的。不是的。每一个当下你是一个全新的生命体, 明白吗? 所以过去对你不造成任何影响。然后你在体验过去也是你自己当下的状态创造的一个过去在给你体验。那如果你还会觉得你曾经有的那个病, 你现在还有。你现在还在继续体验那个病。那是什么? 是你没有成长, 你没有蜕变。你之前是个毛毛虫断了几只脚, 你现在还是毛毛虫, 还是断了几只脚。那当你变成蝴蝶过后, 毛毛虫断的脚跟你没有任何关系, 你有翅膀。

问: 再想我父亲, 我还是可以自己和他对话那样吗?

高灵: 你做任何你想要做的事情, 你不需要去问其它, 你不需要问高灵是否可以这么做。你可以去尝试任何, 明白吗? 因为它是产生在你的意识以内的, 所以你才是主人。你是主人, 你不需要问旁边的人: 我躺在我的沙发上, 我要用什么姿势啊? 这是你的房子。

问: 最后请高灵帮我疗愈一下我的嗓子, 我现在说话费劲。

高灵: 这么说吧, 我们连接到你的能量, 你就是说话太多, 就这么说。让自己多在一种闭嘴的状态。因为你越说, 你脑子越乱。你越混乱, 越是这样子倒倒倒出来, 它导致你的内在很难进入到一个平静的状态。你永远都是在一种混乱的状态。所以你的嗓子、你的身体已经在给你一些信号, 来让你可以少说、不说。不说, 你逐渐逐渐会开始平静下来、宁静下来, 然后一切就明了了。你记住, 你越说, 你越乱。你看刚才你前面说的所有的信息全是乱七八糟的。什么乱七八糟? 它就是无中生有。当你不再去我曾经怎么怎么样, 发生了什么什么事。你就不再创造它了, 你就没有再继续停留在你悲惨的剧情里面了。你便没有加深这个悲剧了。那就结束了呀, 明白吗? 所以停止再去给任何人诉说我曾经怎样, 我怎样怎样, 我有这个问题那个问题。不需要。

问: 那大脑就不好使。

高灵: 所以你嘴巴闭着。你嘴巴闭着, 看看它发生什么。我们刚才说了, 你越说, 你头脑越混乱。乱嘛, 那就是不好使嘛。所以它还是来自于..... 它是你目前, 就是这个阶段需要让你去注意到的。然后就是改变你的这个行为模式, 然后你会发现不一样的境界和状态的你。

问: 那我嗓子息肉, 我少说话, 它能自己吸收吗?

高灵: 这么说吧, 这个只针对她啊(指提问者), 我们说让你在少说话、不说话的状态当中, 那就是另外一个状态了, 明白吗? 就是另外一个版本的你出来了, 你就连接了另外一股能量了, 而不是那个叽叽喳喳的能量出来。那当另外一股能量出来的时候, 它辐射的身体、它的振动频率是不一样的, 它的气场不一样, 啥都不一样, 当然也包括你的身体。就这么说吧, 我们说你们有那种多重人格, 他那一个人格出来的时候, 他身体的症状就完全变了。就比如说, 我这个人格有近视眼, 但是另外一个人格眼睛视力非常的好。所以当你静下来, 不去说话, 静下来, 你越来越进入到静的那种感觉, 你的另外一种人格出来了。那它拥有不同的健康状况, 她就会拥有嗓子这个课题来困扰你。为什么? 她本身就是闭嘴的状态。所以不需要再提醒你让你少说话这个功课, 明白吗? 所以去连接你内在的另外一股能量, 然后让让它出来。

问: 那我怎么连接?

高灵: 闭嘴

问: 然后呢? 它就出来了吗?

高灵: 你就不会有这个问题, 你就不会产生一个它出来了吗? 因为那个人格不会有这个问题。只有你现在在这个人格, 你才有。因为你会控制, 你会试图去影响、操控或者抓或者什么什么, 各种各样的。是这个人格提问, 这个问题才有。等那个人格出来, 它没问题。它没什么想问的, 它没什么想说的。它只是存在。

问: 先天性的色盲也会恢复吗?

高灵: 这个要根据你另外一个人格它是否需要, 明白吗?

问: 我当下的关键卡点是什么?

高灵: 就一上来我们就告诉你, 不要去找自己问题。你另外一个人格出来, 这个人格消失了, 啥问题都没有。你还持续的停留在这个人格上面的话, 那我们说你找问题一辈子都找不完。

问: 那我就还需要一段时间突破掉?

高灵: 你当下就可以。

问: 当下怎么突破啊?

高灵: 闭嘴。先修个一天不说话, 两天不说话, 三天不说话, 四天不说话, 五天六天不说话。你话太多, 一张嘴就闭不了。

第三个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们首先连接到其实你背后实际上有一个用不完的能量, 就是有用不完的能量在你背后。所以你是那种越战越勇, 就是上了战场就像打了鸡血一样, 然后越来越战战战的那种状态。然后这是你的灵魂。如果你的这个力量释放不出去, 你像是一条精力旺盛的狗一样, 如果没有足够大的地方给你去折腾、跑啊、跳啊、挑战啊, 你会憋出内伤的。对你来说, 你就是要keep fighting, keep going, 就是不断不断地去..... 你才会感受到你是活着的。不然的话, 如果没有一个目标或者是挑战, 如果是没有那种释放的点的話, 你会觉得越来越弱, 你会觉得抑郁吧。你这个灵魂是个什么样子? 它就是个fighter, 就是keep fighting、keep going, 就是越战越勇, 就是像是个战士一样。然后只有在这样的状态下, 它才能体验到它是活着的, 不然的话, 它就像是行尸走肉一样, 会憋出内伤的这种感觉。我们连接到你是这样子的一个灵魂, 但是你却给自己很多限制。比如说其实你背后的资源或者舞台很小, 就是可以让你施展你的能力的、施展你的才华、施展你这个能量的地方、舞台太小了。比如说你是一条大鱼、鲨鱼, 但是那个池子的水就那么点。你给你的物质世界设置了很多, 就是这个平台不支持你这样强大的能量呈现, 明白吗? 就有一种就好像是英雄无用武之地。所以比如说资源啊、平台啊、个人的什么什么, 就限制很多, 就有一种过不去的那种感觉。就我明明是一个战士、将军, 就战场上的那种, 却没有战场给我, 就这种感觉。那你为什么会给自己设置这种呢? 我们连接到了, 就是运用你的想象力、创造力, 就是运用这种无中生有的状态, 然后去给自己搭建一个舞台, 明白吗? 这是你的出路。这么说吧, 你在物质世界, 你不会有任何支持的, 就它不会凭空..... 就比如说你有一个好的背景、好的一个, 就什么东西都给你呈现在这了。但是你没有。你得自己下订单, 自己去产生一个idea, 自己产生一个..... 这么说吧, 你要自己写剧本, 自己搭建舞台, 然后自己..... 所以就是要你有一个无中生有的能力产生, 明白吗? 这么说, 你就是来体验你就是造物主, 就是从无当中产生一个idea, 产生一个东西出来, 然后再把它呈现出来, 然后再去体验它。这就是你的灵魂主题。我现在能明白你这个灵魂设计的一个蓝图了。所以说在JOJO老师的那些..... 她会让你去理解创造的原理, 无中生有的原理..... 就这么说, 吸引力法则, 明白吗? 炼金术, 就像是这种一样。不然的话, 你会

发现你背后好多能量没地方施展，你会活的不是自己，你会活的没意思，很憋屈，就那种感觉。你能明白吗？没有关系，你到时候可以听录音。等你走着走着，你再来听这些。

问：那这是我的人生使命还是我的自我设计？

高灵：这是你的灵魂来到地球上你给自己设置的我要怎么样去呈现、怎么样突破、怎么样历练、怎么样体验的一个蓝图。这是我们刚刚告诉你的。然后你的使命就是成为你自己啊。你想象一下你能够无中生有，没有任何背景、没有任何支持，你能够在什么都没有的状态下显化出一座城堡出来，你得多强大呀，明白吗？

问：听上去很难啊。

高灵：所以说让你学习。你不懂的这个原理的话，它是很难。那如果你懂得原理的话……就像是这个房间里的灯，如果你是原始人，我怎么让这个房间里的灯亮？你看刚才那个人一下就弄亮了。我怎么让它亮呢？他怎么想都想不明白。他把这个灯各种摸啊、砸啊，灯都不亮。那那个现代人，开关一开，咦，亮了。这就是区别，明白吗？原始人在那砸灯泡啊、诅咒它、骂它、催它、哄它，它怎么都不亮。你摸一下那个灯的开关，它就亮了。这个就是你所谓的难。就是原始人怎么把灯打开。现代人手一按就好了。就这么简单，明白吗？你不懂嘛。

问：我感觉我身体一直处在那种警惕的状态，睡觉也很难放松。这是什么原因？

高灵：这就是你的能量没有一个释放的口啊，导致它积压了很多能量在这里，就像是这种感觉一样。就这么说吧，你吃了很多饭，肚子吃的非常胀，很饱很饱。但是你却没有去排泄它。你一直撑的那种感觉。如果你吃进去又排出来的话，你身体就不会有那种胀、撑的那种感觉。那也就是说你现在还在你的灵魂课题的前面，就还在体验这个能量。那当你能把你的能量去创造，就是有一个渠道把它释放出来的时候……就这么说，就像这只狗，一天都把它关在狗笼子里面，没有办法出去。它睡觉，休息也休息不好的。那它出去跑了几圈回来过后，它睡的很好，就这种感觉。

问：我所在的家族目前对我有什么样的影响和业力？

高灵：束缚，是束缚。我们刚才说你没有给自己任何支柱、支撑，背后就没有力量也没有平台，也没有可供你去那个什么的，它只有束缚。

问：那高灵能给我力量吗？

高灵：我们刚才说让你跟着JOJO老师学，这个就是。你就会知道如何无中生有，如何去创造，如何在宇宙中呈现你自己，就是运用能量呈现出你自己想要创造、想要实践的。

问：除了跟JOJO老师学习之外，高灵是否有其它的指引？

高灵：其它指引就是……这么说吧，因为这个步骤是一步一步的，就你在这个节骨眼上得到了这个指引。但是等你到达了那一步的话，你需要另外一步指引。它不是说给你一个，然后你就能什么什么了，明白吗？

问:所以我当前就专注在学习JOJO老师的信息?

高灵:这么说吧,你就算是离开这个学习的环境,然后再去体验的话,它其实还在里面。为什么呢?因为你会越来越抓狂,越来越就是这种能量没办法释放,越来越不能做自己,不能展现自己、呈现自己。就你越来越充满了憋屈,想要去释放的欲望,它也在推动着你,明白吗?所以你有时候看着好像是你没有跟着,你在离开,它也是在推动你。因为你的灵魂它会找到出路的。就好像你关在一间屋子里面,它没有空气。所以你一定要不断地尝试,看哪一个孔能够让你呼吸。我们看看还有没有信息给到你。我们想让你知道就是你后面有一个.....就是你是一把利剑,是一把尚方宝剑,是一把非常锋利的剑。所以你现在只需要静下心来摸索或者学习这些技术,你后面都有了,明白吗?就是你不需要让自己变得强大,因为你本身就很大。你现在只是需要去学习一些功法,就这么简单。有些人他们还需要磨刀呢,就是把自己这把刀磨成很锋利的状态,你已经很锋利了。因为你天生就是一把锋利的尚方宝剑。

问:我从小有阅读障碍,这个问题能解决吗?

高灵:首先它不是一个障碍。因为你们每一个个体不一样。如果你有阅读障碍说明你并不需要阅读,你有可能只需要听,你有可能只需要悟。你可能是在听别人讲话的时候,你就不断地在吸收,而不是用眼睛去看的,明白吗?所以没有什么障碍,你们每一个个体它不一样。

第四个人:

问:大概在一个多月前,我在听我们的信息的时候,我做了一个梦。这个梦带给我的信息是什么?

高灵:带给你的信息已经在你的内在了,明白吗?就好像一颗种子已经播下来了,那它就会在春暖花开的时候自己长出来。所以这些东西已经给到你。

问:为什么我会在今年遇到JOJO老师?JOJO老师要给我什么样的体验?

高灵:这里没有为什么。如果我们告诉你因为什么什么,那也是为了满足你的头脑,让你,哦一下。所以这里没有为什么。这是你自己灵魂成长的一个路线。就好像一朵花它不会问为什么我会在春天盛开呢?为什么我会在这个时候凋落呢?你怎么去回答花?你说因为是春天。那其它花有的是冬天开呢?那你怎么回答?

问:是不是自然而然?

高灵:这里没有为什么呀。为什么是因为你们头脑总是会有一个前因后果,这是满足你们头脑的事,但是生命不是头脑里面的事啊。生命是生命本身,跟头脑没关系。头脑只是一个见证者,它是个旁观者。你把头脑放到一旁。你才是那个生命体,把头脑放到旁边去。它是什么?工具,让你在物质世界能够产生连接,能运用,能生存、生活,明白吗?

问:其实我不知道要来询问什么。

高灵：我们可以看一下你的灵魂主题。这么说吧，你这一生来到这个世界上，你是想要来奉献、想要来照亮、想要来给，就是想要给出你自己吧。这是你自己灵魂想要去做的。但是在这个之前，这么说，你想要来做义工，但是你在做义工之前，有很多东西需要去学习、认识、明白。所以在你这一生当中，你想要发挥你这个个体的价值、发挥你这个灵魂的价值，就是想要去温暖、照亮或者是影响更多的人，但是在这之前，你自己就还是一个小树苗一样，还是一颗小草，就是还没有力量。我们需要不断地去滋养、成长，让你可以长大到一定的程度可以去服务这个整体。那你的灵魂主题，简单一点就是说，像一个向日葵一样朝着太阳，不断地吸收太阳的养分、光照，然后来让你可以结果子。结了果子，可以奉献给大家。就这么一个灵魂主题，明白吗？所以你只需要向着光，允许自己不断不断地扎根、成长。然后你自然而然就会活成你灵魂想要的模样。你会沉浸在生命的喜悦当中。

问：可是我总有一些时候对自己不太信任。

高灵：我们刚才不是说你是小草、小树苗嘛。那你可能会觉得风一吹，我就摇摇欲坠，我怎么去给别人遮风挡雨呀？

问：我现在还是小树苗啊？

高灵：你还需要受光照。那你是不是需要允许呀？嗯？你不会去强迫这个小树苗说，看，你都不能给我们遮风挡雨的。旁边那棵大树又能遮风又能挡雨，你呢？你不会这样子去说小树苗吧？那你为什么要这样子说你呢？旁白再厉害的大树它也是跟你一样的状态过来的呀。所以不着急。为什么呢？因为你本身就是。你们很多人都会看着小树苗，然后说，哇，希望呀，是不是？所以你会让人们眼里看到希望。

问：我想邀请一下观世音菩萨。

高灵：你稍等

观世音：你说什么问题。

问：我和我妈妈、爸爸，为什么存在在这个家庭里？我想问我和他们的关系，跟佛教的关系。因为观世音菩萨对我们家帮助很多。

观世音：你想问为什么你存在在这个家庭？那这个不是问观世音菩萨的。如果你想问你们家和观世音菩萨之间的连接，我们这里想要回到你们每一个人。只要你们发出一个想要，就是你生出你的手，你就会抓住，就这么简单。所以你们只要有一个意念，想要和观世音菩萨产生连接，那么连接就产生了，来者不拒。没有为什么。这么说，就像你们在用的无线网，你的手机只要去连接这个信号，你就可以连接上。那观世音菩萨的能量也是这样子，它就是整个宇宙产生的一个无线网。你的手机想要去连接这个无线网，你就连接上了。那如果你不想要使用这个无线网，你就没有连接。但是并不代表它不存在，并不代表别人不会有连接，明白吗？

问：我和我妈妈的缘分？她叫XX，50多一点。

高灵：我们连接到她这个灵魂好像是破碎，需要疗愈，就有很多问题。比如说她的一个底味就好像是苦的，就是这样子的一个状态。然后你存在，实际上你是去疗愈他们的。他们把你的内在对众生的一个慈悲心给唤醒。就你看到生命好多束缚、好多痛苦，它会唤醒你去疗愈众生的心，明白吗？所以她在你生命中更多是提醒你，生命中很多人都在受苦吧，就这样子。谢谢你承担去疗愈很多人的使命。

第五个人：

问：我想知道我的灵魂主题。

高灵：我们首先连接到的就是你这个灵魂这一生特别想要去充实、饱满。就你想要往袋子里面不停的填东西，不停的拿东西塞进去。这么说，你的求知欲特别强、探索欲特别强，不断地想要充实。你不能忍受你没有在进步、学习或者是没有拿到东西的一个状态。你可能这一生你会把自己弄成一个知识分子，然后最后这个知识分子也成了你的一个障碍。你会发现你有这么多知识，拿了这么多东西，但是它却不能让你轻装上阵。就我这个背包里面背了这么多东西，但是它却不能给我带来生命的无为或者是随喜、轻松。它反而还让你总是在抓，总是在这样子的一个能量。就像我们是一条河流，你在逆向的往上流，没有给你带来一种轻松的感觉。那你的灵魂主题，实际上前半生你会不停的抓各种东西让自己饱满充实。到后面你会有一个放下或者是正确的运用你的抓住的东西。就你把东西抓进去过后，你会最后想个办法，就我怎么让这些宝贝、让我抓的这些不再束缚我？它是成为我的一个助力而不是一个障碍，就是来让我沉重？所以再接下来，这么说，为学日益为道日损。你后面会走上一个为道日损，就可能你学了很多东西，你自己又把它驳回去的那种感觉，明白吗？就是你会倒着走了。之前你一直走上坡路，现在你会走下坡路了。所以这是你人生的一个过程。你就不能停下来，你可以走下坡路，你也可以走上坡路，但是你不能停。所以说你最开始背了很多东西，然后再把它掰倒。就是你自己出了很多题，然后你会把你成立的那些题再把它推倒。就是这种过程。所以你会树立很多东西，然后你自己再把它推倒。这就是你的一个灵魂主题。但是为什么你会看起来好像在别人眼里你就是在折腾？就好像觉得你还不如不学，就是无用功。但是实际上是很用功。就整个过程你非常的enjoy，建了房子再把它拆掉。因为你不能不建，哪怕你在推、哪怕你再添砖加瓦、哪怕你再推掉，其实你都是在收获。这就是你的灵魂主题。但是你会一直就好像把自己缠在里面，那就是亚奥find out，就像自己解题一样，做那种puzzle，你就是把它研究透，你就爽了。所以是一个学者的样子、精神，还有就是求知欲和探索欲，这些东西都会推动你去探索生命的真相是什么。就最后它真正的，你变成一个饱满的，明白吗？就是以前堆了很多石头，最后你开始塞沙子，完完全全的就是在一个饱满的状态，就没有空隙了。

问：我跟我母亲的灵魂契约？

高灵：你为什么想问她呢？

问：因为我跟她的关系很微妙。她跟她的父亲姐妹，其中有四分之三是非正常死亡的。然后我母亲的脾气非常让人暴躁。她马上快70岁。

高灵：我们连接到她会是你的一个题，就是你会解。你会去通过她去了悟生命更多的面相。但是这个题，你在解它之前你看到它是这个样子。你在解它的过程当中，你会有不一样的理解。你把它解完后会恍然大悟。所以你在这个过程当中，你跟她的关系也会产生变化。她会随着你的变化，我们说你的认知，因为你的这个意识体它会不断地成长，你现在还在成长当中。但是她就成了一个，你会对她的理解不一样了。再看一下，咦，又不一样了，会是这样一个过程。所以她也会是你的一个题，一个其中之一的课题。

问：她这个课题会伴随我的一生？

高灵：NO NO NO，我们说照见，就你通过这个反射，你能知道你在哪里，就这么简单。为什么呢？因为你首先知道物质世界并不是真实存在的。你们对物质世界有一个误解，你会觉得它是客观存在的。但是不是，它是随着你的这个个体，你是唯一的，你们每一个人都是唯一的。你这个唯一，它会产生变化。那你的变化如果不通过外界的这个刺激、外界这个相、外界给你反射的东西，你不知道。你不知道你变了，你体验不到你的变化，那你也体验不到生命是什么，你也体验不到成长是什么，你也体验不到变化、突破，任何东西你都体验不到。所以外界的物质不过是来呈现出你的一个状态，where you are，明白吗？但是你们很多人就是纠结于解决物质世界的事件，那是你们困住和受限、和被拖住脚步。这么说吧，镜子就是来让你照镜子，然后来知道你的脸长什么样子。但是你却镜子里面给它扭啊、捏啊，你对它产生一个指责什么什么的，你们在做这种事，明白吗？所以这就是你跟你母亲的关系，你不是去改变她，她没有什么好改变的。她只是在那里。但是你会发现你的这个意识体不断地变化，你看她的眼光变了，怎么我们俩的关系变了？

问：它取决于我？

高灵：这才是真相。它不是取决于你的意识，它本来就是来反射你的一个状态。它不取决于你，你怎么样我就怎样。它只是一个反射。

问：我的意思是我跟她的关系取决于我的意识？

高灵：你外在的一切都是，不只是你跟她的关系。你和世界的关系，你和其他成员的关系，你和你老公、你孩子、所有一切、万事万物的关系都是来给你反射一个你到底现在是充满爱，还是充满了愤怒？你到底意识程度很高，变幻无穷，就是可以把一切垃圾变成宝贝的一个状态、认识？还是说你只能逆来顺受，就你给我啥，我就take什么。明白吗？那是不是外界就给你一个反射？就这么说吧，你的成绩多好，你的分数有多高？你到底是受限的，还是无限的？你到底是分裂的，还是合一的？你到底是充满了恐惧，还是充满爱的？你到底是什么样子？你们不知道的呀。所以你们这能量一投射，就是来到这个地球上，它就不断不断地让你去体验，通过外界的一切来体验。那在这个过程中你就体验到了生命的变化，生命是什么。那就像你看着一棵植物它从一颗种子的状态，然后到发芽、开花结果。这就是生命的过程，对不对？那你们的灵魂来体验什么？生命的过程。外界的一切，没有任何事需要你去解决的，你解决不了。就像我们前面的信息说。你越是找问题，那你一辈子的问题就没完没了。所以外界没有什么问题去给你解决的，它只不过是来给你看到你现在的认知还存在问题。当你的认知达到了一，有问题吗？没有问题，它是一个整体，你能看到一个whole picture。你们受限和局限，就来自于你只能看到一点点。这一点点还是个误会，明白吗？你

只能看到那么一点。那随着你能看到全景，什么都明白过后。你便不会在那鸡飞狗跳、一会儿去抓狂、一会儿试图去fix这个、一会儿去解决那个、一会儿这样、一会儿那样，在一种消耗的状态下。那你是不是就变成了无为，对不对？就好像你看着那个浪起来，你知道浪会落下来的。你不会因为浪起来而产生恐慌，试图把它压下去。这就是意识形态的一个转变。

问: 我能不能了解一下观世音菩萨疗愈一下我的身体，我总是感觉特别冷。

高灵: 这么说，你之所以会产生这样子的一个感觉，它来自于你的一个..... 这么说，就是你会使用很多你的头脑，但是你的心..... 这么说，你会有很多分析，但是你却少了感受。那你少了感受的话，它这个心就不动了，它就缓慢或者是凝固，就是那种不流畅的状态导致你刚才说的那些。所以你需要什么？需要真正的去敞开、连接，感受到你的心被温暖了。然后你温暖了别人的心，让这种爱流动起来呀。你在讲道理，就这么说吧。就你的人生，目前你还活在讲道理的状态当中，而不是让情感流动。就你还在讲法律条款，这样那样。而不是说我们的情感流动，就没有任何这种法律的事了，明白吗？那这样导致你产生你刚才说的那些症状。所以它这是你的一个模式，你目前这个能量结晶，结出来的一个状态而已。那随着你的心房打开、心灵打开，你的感受会越来越多。你可能用头脑分析的这种，就会开始去减少它。因为你其实也会伴随着一种头部的压力，这种情况。就比如说头部产生的一些沉重啊、晕沉啊、或者有时候会是乱的。就是头部的能量压在这里，你也会产生这样子的一个状态。就是很难让自己completely、100%的那种relax。你很难进入到那种状态，总是有一种绷着或者提着的那种感觉。所以这么说吧，你就特别需要一个对你无限包容、无限爱、然后一个怀抱让你像小宝宝一样在里面什么都不想的能量场，就被融化在里面的那种感觉，明白吗？这是你需要的。

第六个人:

问: 我想问一下昨天晚上一个中国画家吴冠中，我想问一下有什么讯息？

高灵: 如果这个梦会给你带来一些提示的话，那接下来在你的生命当中它会有一些同步性或者是相关联的一些事情发生在你的生命当中。所以你不需要刻意的去找寻它的意义，因为更多是你头脑的一种，哦，是不是这样，是不是那样。而是允许接下来看它怎么展开。你不会错过任何，你只要记住。

问: 因为我现在的工作已经三个月没有发薪了。我想知道我是不是该离职？我适合的工作是怎样的？

高灵: 我们想要让你，就是比如说停留在一个没有给你发工资的一个状态当中，为什么选择停留在这里？然后你怎么去面对？在你去做决策的时候，我到底是走还是留？还有你对公司的一些看法..... 其实这些东西它都在像镜子一样映射出你自己的一些信念系统，明白吗？就比如说，就算公司不给你发工资，你都不想去其它的。因为你觉得怕被拒绝，怕做不好，你不想改变环境？所以这些东西都在帮你看到你自己。所以把这个事情看成是照射出你自己内在的系统，就是你用的系统是什么。为什么呢？因为如果你不了解你活在什么系统当中，你便没有办法突破它，你便没有办法去成长。你只是在这个系统当中。然后你还会觉得理所当

然的，你还会觉得这是生命本来的状态，明白吗？所以你通过这一切你能照见：我原来是觉得我想找一个月薪几万的工作，这是不可能的。这就是你的一个限制了。

问：那会不会是我的灵魂剧本不适合这个工作，它会强制转变我的方向？

高灵：你们现在目前，然后你生命中发生的每一个片刻，它都像一个画像出现在这里。你就有一个对照自己的机会。你不断地对照自己，你才从你自己织的网，还有你们集体意识织的网当中脱离出来。这就是你们蜕变、成长、挣脱束缚的一个过程，明白吗？那关于你的灵魂什么什么。那就是说你所有灵魂层面的一个安排，在你去做你自己……什么是你自己呢？你首先要拿掉不是你的呀。你的这些观念啊、信念啊，这些东西它不是你的呀。你如果不拿掉它，那你就困在里面。那你既然困在里面，那也没办法体验到一个，哦，我的路都是安排好的这种状态，明白吗？这么说，你有业力缠身。你没有把这些脱离掉，那你便没有办法走上一个自动，就是一切都是安排好的路上，明白吗？所以你还是需要做题。做题就是把自己从这个当中脱离出来过后，然后才能享受生命真正的freedom。

问：我目前是卡在财富的这一部分。我财富的卡点想让高灵指点一下。

高灵：你们所有人没有财富的卡点。那为什么你会经验到财富的卡点呢？因为在你的生命中，你会觉得财富是需要你去抓、去拿或者是去争取，就是它跟你是分开的。它跟你不是分开的，明白吗？你就代表着什么？代表着宇宙一切资源。你能理解这个吗？你不能理解，你当然享受不到或者体验不到呀。明白吗？这就是你所谓的卡点。因为你认为我跟财富是分离的，我要去求它，我要去获得财富，我要去继承我的财富，我要去保护我的财产……这些东西就是限制了你不能体验到不能体验到你拥有一切资源。你拥有一切物质资源的体验，就你已经跟那个版本脱离了，明白吗？那你只需要回到一个宇宙一切资源都是你的，明白吗？你看街上的流浪汉，给我给钱，给我给钱，他不需要理由。那其实也会有人给他们钱。我告诉你，真的是去做乞丐的人，你去要钱，千万不要把自己当成乞丐。那你就产生一个别人爱给不给。你要当成一个钱都是我的。我今天要多少，你给我多少。当你有这种能量的话，那你迟早会体验到那个版本，明白吗？

问：我以前是想什么就有什么，现在反过来了，从有到无。

高灵：你的问题是什么呢？那其实你就知道你有这个能力，对不对？

问：那为什么我拥有这个能力，它还让我体验我失去这个能力以后的感觉，让我重新再去学习这个能力？

高灵：不是它。这里你会觉得你是被迫的在体验。你是在无意识的创造这一切呀。你刚才都说了。是你的意识在创造这一切，所以这里没有一个它。那有可能会有一个它。是什么它？是你的高我。但是你的高我如果跟你连接很紧密的话，你就会知道why，就是为什么。所有的一切就像我们刚才说的，所有的一切都是来推动你这个灵魂得以蜕变的助力和动力。

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们连接到你这一生的灵魂主题，你是来变强大和拿坚定，就是来让自己变强的。因为你比较像是松动、比较受影响，一会儿这样，一会儿那样。从这样子的一个状态，然后变成我说怎样就是怎样，我是怎样就是怎样，就是斩钉截铁的那种感觉。从一个犹犹豫豫到一个斩钉截铁的那种感觉，明白吗？这是你的灵魂从软到硬，从牙齿松动到牙齿不动的那种状态，就是牙齿特别牢固的那种状态。你这一生就是来体验……其实你以后会体验到当你想做一些决定或者想走一些路或者想做一些事情，总会有人在松动你，就是来让你放弃啊、或者阻力啊、阻碍啊，这些东西。你就会发现怎么就没人支持我，就是这种感觉。就好像总是有外界在来推你的这种感觉。

问：那当遇到我的意见被相左的时候，我应该坚定自己的想法还是参考他人的建议呢？

高灵：你看，你已经来了一个：我是不是要参考其他人意见呢？那就说明你体验的是松动啊。因为你会觉得其他人的意见有道理，他们都是为了我好，明白吗？

问：这个主题是不是关于自爱的？就是我如果足够爱自己，足够相信自己……

高灵：这么说吧，每一个灵魂这一世来到这个地球上，这一生通过你的这个角色，它总会有一个我想要去完善我的某一方面，就完善我这个灵魂的某一方面。我看看跟前世有没有什么关系？为什么是来拿坚定的？这个灵魂其实有很多梦想，它想的天花乱坠，就是特别多idea，特别多的那种创新。但是它就行动不了，就是不能把它展现出来。就是很多东西，它没有办法输出，就没有办法落地，这么说吧。就是它对自己想的东西，它想，一会儿又把它推翻了这种。比如说想到了一个很好的东西，最后又把它推翻了，哎呀，这个不可能的，就这样子的。但是这个灵魂其实很天马行空、很有想象力，创造力很强的。那它为了以后可以去呈现它这个灵魂，能把它想的东西，就无中生有我们说，去创造出来的话。它选择这一世来拿一个非常重要的品质，就是坚定，明白吗？所以如果你这一生很早就拿到的话，那你这一生就可以去创造了。你也可以把你头脑里面的，就把你的天赋给呈现出来了，就把你想的天马行空的那些东西落地在物质世界上。你就不用等到其它世再去做落地的工作了。你拿坚定。

问：那我的天赋才华是什么？

高灵：刚才说了，就天马行空，想象力特别多，比较有创意，就你的idea一个生一个，但是有时候生了，被你灭掉了。你会觉得这些乱起八糟或者是乱想，就是它可能出来了，又被你堵塞回去了。就你没有允许它的灵感不断地出来。

问：那我怎么样可以允许这个灵感可以不断地出来？

高灵：你刚才不是说有个画家，你那个梦是什么你再说一遍。

问：就是吴冠中画家，我是没有接触这一块的。

高灵：你想画家最重要的是什么？他的想象力，对不对？他的创造能力，对不对？所以这就是你有的一个能量。但是因为你没有让它流出来，所以你可还不会体验到你有这方面很厉害的天赋，明白吗？

问:关于我的感情,在感情快要确立的前两天就会出来一个事情来阻碍这个感情的发展。

高灵:刚才我们说什么了?说你什么事情总是被人动摇你,对不对?那这也是其中一个啊。那是来让你被干扰的?坚定。然后它出现阻碍你了过后,你是怎么反应的呢?

问:我想说这是命运的安排。

高灵:你就跟他分了,是吧?

问:对,就是不被祝福.....

高灵:所以你看你的灵魂主题了吧?是不是跟我们说的一模一样?

问:感情上也是这样子?

高灵:所有,包括你的事业,包括你想要发展事业,你发展不起来的,明白吗?

问:包括我减肥,我一直在减肥,但是我一直胖着。那我坚定自己是瘦的这个心,我就会瘦下去?

高灵:这么说吧,你不坚定的、那个总是被松动、被动摇的那个能量,它会进入到你现在这个世界版本,你就瘦不下来,然后你的关系别人一碰,就掉了就散了,就这么简单。那你如果是一个坚定的能量,你投射出去的是完全另外一个版本,那当然有不一样的身材,明白吗?不是停留在你现在的能量状态当中一会儿解决这个问题,一会儿解决那个问题。NO。

问:我妈妈现在54岁,她生病了。我有什么可以帮助到她的地方吗?癌症,五六年了。身体一直处于需要打药,每天骨头都有点疼的状态。

高灵:这个只是你的信息。首先就是说你能坚定的去创造一个母亲是一个快乐的形象吗?她是一个健康的形象吗?你能吗?如果你能的话,她就会逐渐的朝着你创造的那个相当中去。那如果你不能的话,你会觉得会不会她的肿瘤又变大了或者她的头发又掉了,就你关注的都是这些,就你进入到她生病的这个相。就算她已经特别严重了,如果你还不受这个相的影响,坚定的去相信,都不存在相不相信了,你就是,明白吗?那你体验的那个版本的她,她就会受你影响。

问:那就坚定的选择我的版本就行?

高灵:你们几个人能啊?这么说,你要生病五天,你说不用看医生。第六天,恶化了,哎呀,看医生看医生。那你是不是就相信你的病情会变恶啊,对不对?因为你们更加去相信相,而不是去相信你的意念能创造的那个果是什么。这就是不同。就比如说过几天我的病会自己好,过几天一看,这个症状更严重了,不行了,不行了,赶快赶快。你把自己进入到一个生命的状态当中。那如果你不去对你生病的状况抱有任何的关注,只是关注在你激情的一个,就它压根就不是个事。那你进入到完全激情的版本的世界的你了,明白吗?

问:可不可以请高灵帮我疗愈一下身体比较弱的地方。夏天都失眠了,晚上睡不着。

高灵：那这不是个问题呀。失眠并不是一个问题。你如果让你的身体处在一个自然而然的状态，那它需要多少睡眠，就是需要间断式的睡眠或者短时间、长时间，它都会自动调节好的，明白吗？所以不要把它当成一件事情，试图去解决和处理它。生命中的每一个阶段，你们都会不一样的。不要too stressful，就是如果一天晚上没睡觉..... 你的身体会自然而然的谁教的，所以它不是一个问题。就像我们刚刚说的，如果你把你的attention放在处理问题方面，你这一辈子都处理不完。它不断地给你呈现更多更多。how about我们把我们的attention放在激情? 爱? 光? 喜悦? 兴奋? 快乐? 所以有一些事情不需要你去处理它，关注它，就这么简单。

第七个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵：我们连接到一个像英雄、像战士，所以你的内在是个男人。我们连接到你是阳性的能量。我告诉你，你这一世的主题很简单，那就是来fight，你就是来战斗，你就是来就是有一种战士来搞破坏的。你来到这个地球，把你看不顺眼的东西战战战。就是把你觉得不顺眼的，把它灭掉灭掉。所以在你体内有一种毁灭的能量，就有一种你说的正义之战，战士，有一种那种感觉。哇，冲呀，我们去冲破啊，好爽啊。你就是那种在战场上不断地去冲啊，然后越来越强大，你体内那种强大的能量，明白吗？所以你不能怂，你一怂，你就不喜欢你自己了。然后那个就不是你，你也不能体验到做你自己的那种感受。所以当你在勇敢的做你自己，不断地fight、不断地突破，不断地拆掉，你就会活的越来越淋漓尽致。那这是你的灵魂特质，男人。那你为什么会选择女人的身体呢？你稍等。我们看到你这个灵魂选择一个女人的身体是因为你这一世还来修女性的那种柔，那种阴性能量。所以你其实会被有阴性能量的那种包容啊、允许啊、如如不动的那种能量吸引。就比如说你找另一半，你就不会找你这种。而是那种很静、不温不火、然后心静如水，就是那种很温柔、包容、就那种如如不动。你会被那种能量吸引。然后这就是你这一生你还要去修的一个课题，去拿到的一个品质。你为什么会被它们吸引呢？因为你会把你的那一面给刺激到。它会让你融化，就你这个硬的东西就融在里面的感觉。你就有一种被融化、被包裹，就感受到你好像是整体了。所以说你这一世要拿的一个主题就是把你的阴性能量给它刺激出来，然后这样子你就是一个刚柔并济，就是阴阳平衡。它就不是一直是那种钢的，它就变成都有，就是它能硬能软，就是拿捏、各种游刃有余。这就是你的灵魂主题。

问: 我的使命呢?

高灵：你必须是传播光的，因为那就是来刺激黑暗的。所以如果说你的使命的话，你就是传播光，你也必定会走在这条路上去传播光、去吆喝、去让更多人知道这个才是光。所以这就是你的使命，那就是传播光。

问: 然后再连接一下我富贵包这个能量。

高灵：这里面都是愤怒。你看到了很多黑暗面，你在这个世界上看到了很多黑暗面，可能也经历了很多黑暗面导致你心理压抑了很多愤怒。这个愤怒反而又变成一种毁灭的能量，越来

越强大。所以就是清理，比如说对记忆、对相、对能量层面的一个清理。那就是让你心理可能没有那么多愤怒，更加的心平气和，就是那种好像什么事都没有发生在你身上的那种状态。所以你很强大的愤怒，那就是毁灭的力量。你们千万不要惹她，谁惹她，她灭谁。谁要是惹上她了，她会把所有的愤怒全发泄在你身上。

问: 我跟我母亲关系一直不好，现在修行了嘛。现在就不见面，一好起来了，就又吵。

高灵: 那是因为你阴性能量的缺失而导致的果。如果你把你的阴性能量修出来过后，就这么说，你会找对象，对象正好是阴性能量。他跟你母亲就没事，明白吗？

问: 但是我解决的是我跟我母亲的关系。

高灵: 你现在跟你母亲的关系不过是你目前的能量状态投射出来的一个果。你们的关系是这样子是因为目前你的能量是这样子。那当你的阴性能量被修出来过后，你整个人达到一个融合的状态下，那它投射出来的那个果，就关系也就变了。所以不是单独去……我们刚说没有外面，没有任何人，没有他。它只是一个投射、反射你自己的一个状态而已。

第八个人:

问: 我的灵魂主题和天赋使命是什么？

高灵: 我们连接到你目前的一个主题，你目前是力量。你好像在烧水，现在还在不断地给它加柴，让它可以翻滚起来。所以现在还是在一个水温刚刚有点温度，让它继续加热，我们说力量，就是你内在的力量还在一种积累、酝酿的过程当中，还在加柴。那这就是你目前的一个课题。多去从各种相当中把它转化成正面的力量吧。就比如说你可能在世界上看到很多悲惨的事件，那你不要让它给你带来无力感，而是说我要把它转变成我想要去改变这个世界，我要创造不一样的世界。因为这个世界在你之内，所以你的世界你想要什么样子，你就活在当中，展现出来，明白吗？外在的任何无力的或者是恐怖的、恐惧的，你们都不需要去害怕它或者是受它影响，然后会怎样。因为你们每一个人，地球在你以内，世界在你以内，你用你自己觉得它是的方式呈现出来，活出来。就你觉得在你的世界里的版本，人和人应该怎么样处理关系，那么你就去这么做。你觉得生命应该是悲剧还是喜剧？悲观还是乐观？那你就去这么呈现。

问: 这种呈现是指我的行为还是思想？

高灵: 你就是这么认为，你当然就会这么去行动了。这是你认为的事情嘛。这个就是你嘛。就是知行合一，它没有一个分开的。没有一个我只是想一想，我的行为……没有。没有分开的，明白吗？所以说在你的世界里面你活出那个样子，然后这个世界就会逐渐逐渐真的成那个样子。刚才我们不是说坚定嘛，这就是坚定的一个能量。你不管别人、多少人都是以悲剧的方式活着，它也不会把你变成悲剧。多少人是分裂的方式活着，它也不会把你变成分裂。多少人是恐惧的方式存在着，它也不会给你丝毫恐惧，明白吗？你只是在你的世界版本里面去活出你觉得生命是的一个状态。

问: 那我的天赋特长是什么?

高灵: 我们看到当你这个火越来越旺, 你是那种柔中带刚、阴阳平衡。我们刚才不是说前面那个少了阴嘛, 那你就是阴阳都是平衡的。那你这种阴阳平衡的能量, 你没有任何限制, 你也不会创造出任何这种不平衡的事件。如果是说你的天赋的话, 你天生阴性、阳性就是一个平衡的状态, 明白吗?

问: 小我的自由意志和高我安排的灵魂蓝图之间的关系是什么呢?

高灵: 这么说吧, 你的小我是自由的去体验任何。但是当你在和高我分立、分裂, 就是这种相反的过程当中, 你会产生灵魂上的一个压抑和不适感, 你会觉得活着没意思, 就这么简单。当你和高我合一的时候, 走着同样的路, 你就会觉得好爽啊, 生命太幸福了, 明白吗? 就你灵魂的一个愉悦感和灵魂的一个崩溃感、不爽, 就是痛苦的感觉。那有些人为什么得抑郁症自杀呀? 所以就是这样子的一个..... 你越是合一的话, 就是和你的高我在一种..... 就这么说吧, 前面有一匹马它在往前走, 你身上裹着绳子, 你这根绳子被它拉扯着。你如果顺着它的方向走, 你就会走的很舒服、很轻松。但是你要逆着方向走, 你是不是要窒息呀? 你觉得生命是窒息的, 生命是吃力呀、好痛苦啊, 我快死了, 我喘不过气。明白吗?

问: 吸引力法则是生效在小我还是高我的层面呢?

高灵: 这么说吧, 吸引力法则是怎么产生的? 就是所有的东西都在那里, 你只是说你的频率..... 就你一直保持在这个振动频率, 你就进入到这个版本, 然后所有的都在这里。它不是把外面的事情拿过来, 吸引过来。是这样子的一个状态。那当然你的小我, 它有很多恐惧、很多欲望或者很多那种负面的观念、信念, 它可能会阻碍你这个频率达到那个状态。就是它拖你后腿, 就这么简单。你本来是往上跳跳跳, 你可以跳那么高。但是那个小我意志拖你后腿, 你就跳不到那么高, 你就进入不到那个版本的世界。

问: 未来已经成为亿万富翁的我关于财富方面有什么建议给我? 还有什么想对我说的话?

高灵: 我们不会给你任何建议。我们如果真的要给你们建议的话, 我们就建议你们真的去听一下我们说的话, 而且去相信它。这就是我们给你们的建议。OK? 然后这是我们的一个建议, 就是把它take seriously, not just 把它当成开玩笑、废话一样。这就是我们能给到的一个建议。想对你说的话就是说任何时候你想要得到指引的时候, 你都会得到指引。所以不需要我们提前来告诉你, 就十年后怎么样怎么样。不需要。为什么呢? 因为当下, 我们刚刚说, 你只要不陷入在那里, 你一连接, 那我们就连接上了。没有一个就是说我们好不容易谈上话, 以后我们就没有见面的机会了, 你赶快把所有的事情给我说完。不是这样子的, 明白吗? 这一路我们都是随行着, 没有分开。所以那你是不是可以更加的relax、enjoy。你需要的时候..... 就好像你用网络一样, 你需要的时候就打开连接, 不需要的时候就断开连接, 就这么简单。

问: 我眼前看东西会有雪花点。这个是想要告诉我什么? 或者怎么克服, 让它消失?

高灵: 我们连接到你体内有一种火不足的感觉。我们说生命之火, 对不对? 你的生命之火就好像给气给不足, 有一种心气不足, 就是生命力不足, 导致有一种好像它的水温一直在温温的

状态，而没有在一个翻滚的状态。当你的频率达到一个非常翻的，就是特别那个什么时候，你会感受不到它的存在，就你感受不到..... 就是你已经notice到了。就这么说吧，我的耳边有噪音，当我在安静的时候，我听的特别清楚。当我自己说话的声音大过或者唱歌的声音大过这个噪音的时候，噪音就听不到了。它对我来说就不存在了。为什么？我沉浸在我的高歌里面，就像是这种感觉。那就是当你的这个生命个体它的生命之火特别旺盛的时候，你会忘记你有这个问题，你不会notice到。

问: 如何重新再次进入到知晓的状态，就是意识到是我创造了我的世界，从这个梦中醒来？

高灵: OK，明天给你连接。

第九个人:

问: 我的灵魂主题是什么？

高灵: 我们连接到你这个灵魂这一生来到这里，它有一种双修。什么叫双修呢？就是它钢的一面、柔的一面、阴的一面、阳的一面，它都要同时去修，同时去融合。这么说吧，有很多灵魂来到这里是为了拿坚定、拿勇气、或者是拿阴的能量，它是一个方面，对吧？那你的这个灵魂是去全面发展。那其实你在生活中你会发现你很容易被一些东西吸引，就突然好像对这个感兴趣，对那个也感兴趣，就好像你都感兴趣的那种感觉，就有一种我都忙不过来了。你会都安排的满满的，你都想要去尝试、去扩展，就那种四面八方。人家是一个角，你是八个角，就四面八方那种扩展。你这一辈子很累的，因为你不能停下来，你要不断地扩扩扩。没办法，你的灵魂就是这样子。就它尽可能的在它这一辈子要拿多的体验。我要体验一个穷人，我要体验各种人，各种特色、各种阶层的人全部都要体验。越多的体验对你来说，你会越觉得..... 就你不能停下来，没有体验的。所以你的灵魂主题，你尽可能的就是说..... 人家来就是为了这道菜，为吃红烧肉而来。你是要把凉菜、主菜、前菜、甜品、水果什么的全部都吃一遍。所以你这个灵魂看上去就是那种很贪婪。就我去夜市可能买个烧烤，你要吃烧烤啊、饮料啊、甜品啊，就是大杂烩，啥都吃。

问: 是欲望吗？

高灵: 不是，是你这个灵魂它尽可能的想去连接、多去拿体验。所以你会喜欢精彩的生命状态，一天比如说我安排的满满的，我全部都体验一遍。但是它会推动你，因为你内在想要去体验的那种太强烈了..... 那其实你这个灵魂就是来物质世界玩，来拿体验，而且是尽可能的拿很多不一样的体验。当然包括对我们的这种能量的吸引。你会被无比的吸引。为什么？这个能量里面，你会有很多不一样、不同的体验。

问: 所以我能认为这个就是别人说的游戏人生的感觉吗？

高灵: 你来到物质世界就是尽可能的去尝遍各种。所以如果你经常想换工作、换行业，换，没关系。一年换个几十个工作都无所谓，明白吗？而不要说不行，一个工作做几年，这不是你的灵魂。你想要跳槽就跳，想要换就换，想要奔去哪里就奔去哪里。就不要去把你变成跟普通人一样朝九晚五，做一个工作做一辈子。这样子的话会扼杀它，它就不会爽，它就不会

觉得活着真爽，它就会觉得生命真没意思。你想象一下如果你每天捆绑在一个工作岗位一辈子？都不要活了。朝九晚五做同一件事情，同一个地方，在保安亭里面。

问：那我的使命是？

高灵：就是用玩的心态，然后去展现一个谁要稳定啊？什么叫稳定？你看你被吃死了，我一年换三十个工作，玩的嗨的不行。这三十个工作，我认识了三十几种不同的人类阶层、环境。你知道一个行业，对吧？我知道三十几个行业的秘密。你就是通过你自己是的一个方式，来让他们的集体信念不要持有一个稳定的观念。因为你们集体很多追求稳定嘛，明白吗？但是你不稳定，你稳定的话，你就会打瞌睡，就会很窒息的。

问：我想问一下我和我妈妈的灵魂关系。她叫XXX，54岁。

高灵：我们连接到她的能量，她就特别跳跃，她就跳跳跳。她跟传统的母亲不一样的。你俩真好玩。她其实在帮你打破一些条条框框，就不要禁锢在一个能量状态当中，就要多变，就要变变变。所以其实她在以她自己存在的方式支持你这个灵魂能够淋漓尽致地活出你的自我。她其实在以她自己存在的方式来支持你做自己，就这种感觉。

问：我的灵魂伴侣是什么样的？

高灵：你是说我将来的感情对象？

问：我希望找到一个跟我吻合契合的人。

高灵：这些不是找到的，是注定的。那在你做你自己的路上……这么说吧，只有你不做你自己，你才会遇不到他。或者你遇到了，但是你们的俩的关系是fake，是假的。它并没有以真实的身份或者关系在互动着。那只要你自己越来越接近你灵魂本身的状态的化，什么都会归位的，而且是真实的状态，不是虚假的状态。就你俩的关系本身是互相滋养的，变成了互相折磨，明白吗？所以说其实你只需要去成为你自己，然后所有的一切都会在正确的位置上，而不是在一个错误的关系里面，就是扭曲的关系里面。这条线它就是直的，而不是绕来绕去、打结。

问：我的高灵还有什么话想对我说？

高灵：尽情的去玩耍，然后你不需要任何安全感。然后越是没有安全感，越是胆战心惊、刺激、一会儿这样一会儿那样不知道发生什么，你会越是enjoy这种状态。因为你们物质世界很多人都追求一种已知、稳定，还有追求一种安定感、安全感。然后你是来打破的，明白吗？你是来创造一个不一样的能量。就像这些人都是在那游来游去，你就是活蹦乱跳，就这种感觉。然后就把他们刺激活了，不然他们像死人一样。开心果。

第十个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们想让你知道你的灵魂主题，你已经告别一个段落了。然后接下来的一个灵魂主题就是更加的去成为真正的你，这就是你的灵魂主题。因为你在成为你，实际上你会撕掉很多东西、突破很多东西。比如说你旧有的一些观念啊、教条啊、信条啊、社会观念啊，这些东西都要被你撕掉、破掉。那如果你不能成为你自己的话，你会感受到不应该这么做，但是你内在又有这个想做的愿望。那你接下来就是坚定的做自己的这个灵魂主题。因为在这个过程中你还会去拆掉很多东西。

问：我的天赋是什么？

高灵：我们是在说你做自己过后的天赋，当你真正的去呈现出你本来就是，就是做自己的那个版本的你，你特别有威严，就是没人敢冒犯你的那种威严。这是你的一个天赋。就是你自带震撼效果，就自带杀气。就别人看着你就不敢冒犯你的那种，这个就是你的一个灵魂特质，就是别人不敢冒犯、威严。这是你的天赋，就是你与生俱来的天赋特质。

问：那这个天赋给我带来什么呢？

高灵：就老虎的屁股摸不得。那你是不是不会被人冒犯呀？那不然别人都过来踩你几脚、踢你几脚、吐你几口口水？明白吗？

问：那这个天赋能给我周围的人带来什么呢？

高灵：你说呢？你自己体验它。你想象一下，就比如我们说你是一只鸟，你有翅膀，你在天上飞。飞翔是你的天赋。那你问我飞翔的翅膀能给我自己带来什么？那你自己去创造了，你自己去体验，你自己去看咯。你不需要别人来赋予你你与生俱来的能带给你什么，明白吗？

问：我的灵魂有什么男性能量还是女性能量这种吗？

高灵：男性，阳性能量。

问：那我为什么选择女性的身体？

高灵：你选择女性的身体你是来看我威严起来有多威猛。就算我是一个弱女子的样子，我都能震慑全部的感觉。就好像我穿着一个乞丐装，你们都把我当皇上的那种感觉。这才是真正的皇帝，不是他要穿着一身龙袍，别人才把他当皇帝。而是他是一个真的皇帝，他穿上一身乞丐装，别人都叫他皇帝，明白吗？就好像你是一个落魄的将军，别人都还会尊重你。就你已经从这位置下来过后，别人还会尊重你。它是来自于你内在的一些东西。

问：那我老公会不会觉得我太man了？

高灵：你们彼此都是对方，他自己的一个意识形态，明白吗？他如果恐惧的化，哦，好恐惧。他如果没有恐惧的话，觉得哇，好欣赏，明白吗？

问：我跟济公有什么关系？因为有人说我是济公的能量。

高灵：这么说吧，就好像比如说你是一种水果，你是香蕉，然后这个是西瓜。那你说他们说我有甜。那我的香蕉跟西瓜是啥关系呢？怎么来回答你呢？虽然你们都有点甜味，让别人品尝的时候。你们都是水果？

问：我为什么会对环境干净的要求这么高？我都有点嫌弃自己了。

高灵：这么说吧，目前外界对你的影响会大过于你内在对你的影响。

问：那怎么能增强内心的？

高灵：这是一个成长过程。

问：我现在开始吃点肉，但是吃完就会不舒服。

高灵：就这么说，你一直在床上睡觉睡了几年，然后突然在地板上睡觉。那那个长期在地板上睡觉的人呢？明白吗？那你吃几年肉就没事了。就是你把这种问题，就是你们身体的习惯能力是非常强大的。所以它逐渐习惯地板上的这种硬的话，它也会就习惯了。

问：但是还是有一种惧怕。

高灵：这么说，你不需要去强迫自己，你想吃就吃，不想吃就不吃。不在一种强迫，但是也不在一种忍，就是忍住不吃，不在一种阻碍、阻拦自己，刻意的克制，就是不克制，但是也不强迫。

问：但是我也会害怕吃了会痛经。

高灵：那我们说让你不要克制、不要强迫。如果你可以不强迫你自己，不克制你自己，你就不会有问题。又回到我们刚才前面的信息说，你到底是因为产生了一些症状，然后就觉得我要看医生，不相信你自己会好？还是很坚定？那你坚定你的世界的那个版本，它最终会呈现出那个样子。因为这个世界是你能量的一个投射啊，是你能量幻化出来的一个样子给你。

问：那有什么方法可以消除我心中的恐惧呢？

高灵：明白是非咯，就是知晓。因为你不知道这个世界是怎么形成的，你会觉得你会需要观察一举一动。就这么说，这个浪起来过后，如果你知晓浪花会落回去和你不知晓浪花会落回去，它一起来，你就产生恐惧；或者你要用手把它按回去……就这种，你到底知道还是不知道啊？

问：灵力的强弱跟什么有关系？

高灵：跟它的灵魂主题，它是否需要打开这个功能还是不需要打开这个功能。和它的灵魂主题有关系。

问：我的心轮好像一直都在转为什么？

高灵：没有什么为什么。你只是在能量里面而已，就这么简单。就是你越来越跟那个能量融为一体了，但是你要知道那个能量是在这样子的一个状态当中。

问：之前高灵说我的痛经也是集体意识的呈现，那我承载一部分，是不是其他人就会变少？

高灵：没有什么多和少的，只有说我愿意抗上这个东西，然后去突破它。我愿意把这个枷锁戴在我身上，然后把它挣脱。那其他人就不戴。

问：所以我抗了，其他人也不会少？

高灵：没有啊。其他人已经解开了呀。比如说你们以前裹脚，有人打破它。她打破过后，你们后面人是不是就不需要裹脚了？

问：在马来西亚的时候有人说我产生幻觉把一个人当成桌子。为什么会发生这样子的事情呢？

高灵：什么意思？从这个事件当中你可以照见你什么？

问：照见我有点害怕。

高灵：那就是看到你内在的恐惧了。你看到你内在的限制了。那是什么？就是你会因为对方的一个情绪反应而把它当真了。那你不把它当真的，他可能暴跳如雷，你也可以抱抱他，没事没事。就你不当回事嘛，明白吗？那你把它当回事，你就总会体验到生命中好像别人怎么样展现，你就怎么样去体验这个版本。你没办法扭转它。那也就说明通过这个事件，你没有千变万化的状态，你没有玩转一切的状态，掌控操控一切的状态。可以把一个暴跳如雷的狮子让它安静下来，明白吗？它不是个事。为什么是个事呢？那是因为你的能量级别在这里。

问：我想请高灵帮我疗愈我的身体，我不想要再经历痛经。

高灵：明天疗愈。

第十一个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们首先连接到你这个能量，就你携带了一些前世的悲痛。所以你可能一个人的时候会莫名其妙的产生一种好像林妹妹的那种感觉。那你这一生你其实涵盖了两种特质，有一种好像是无功消极，但是也有另外一面是有力、强大和积极。然后在这种变化的状态当中去体验什么呢？整合，因为其实两种能量你都会体验到。你有时候会把这个当成是你，那个不是你。就是你会选择这个，排斥那个。你会在一种排斥压抑或者不让他出现。就一会儿是这样的状态，一会儿是那样的状态。你就会觉得那样的状态就不是你了。就有一种挑挑拣拣，要么就否定，要么就拒绝。在这样子的一个能量状态。那你这一生你在反复体验这两种，好像一个冷，一个热，一个这样，一个那样的状态当中。你会经历很多压抑啊、拒绝啊、不承认啊、掩盖啊，最后把它都..... 这么说，你有两个女儿，一个这样，一个那样。然后你这一生就是不再去评判她们，允许她们成为她们自己。那你的灵魂主题就是不再对你自己，就是

你经常会自我评判，觉得自己这个没做够，没做好，就是评判自己，就是你不产生一种评判的声音，只是允许而且是欣赏。因为你有时候会觉得自己做的不好，自我否定，还会有一种自我嫌弃。

问：以前是这样，但是2016年以后我一直在学习。我之前的状态是像您描述的这样。

高灵：你在整合这个能量，你在认识生命是什么。生命它既是阴也是阳。你在排斥阴或者是排斥阳就会产生一种分裂感。

问：我的人生使命是什么？

高灵：我们看到你有疗愈的能力，疗愈别人。因为你最后会修到特别包容，就什么都能包容，什么在你里面都化的没有的状态。就不会有对他人的评判或者是分别心，这个能量能疗愈很多那种不自爱或者是自我攻击或者是有缺陷的人。他们来到这里会被包容、接纳。接纳是你的一个天赋。

问：因为我现在在代理一个食品，是帮助增加代谢，调理便秘。我现在也做的很好。但是易经的朋友说我将来会成为易经的讲师。我就比较迷茫。我到底是疗愈别人的身体还是心灵？我觉得这是两个方向。

高灵：其实你们生命中不需要做选择，因为如果是你灵魂安排好的事情，你做了这个选择，也会把你推到那个选择去。就你会觉得有些东西是你头脑选择的，不是的，是你命运本来就是这样子。所以你们不需要纠结选择这件事，明白吗？因为命中注定的事情，你哪怕是选择A，你也是从A再走到B。如果你命中注定是去到B，你选择就是A。但是你拿着A往那边走走走，怎么到了B啊。就是你只是多拐了一下，但是还是回到B。所以不需要选择，最后都是能到达B的嘛。那你就允许你的生命它自然而然的展开。当你在纠结的过程当中，就耽误你赶路了，就这么说吧。所以你只要在路上，你就不会错过。不需要做选择。

问：来这学习是提前一个月定好形成，昨天孩子烫伤了，差点来不了。这是在考验或者让我经历什么？

高灵：这个会让你有一个体验，就是你可以远成疗愈你的孩子，疗愈他的伤口。这么说吧，因为接下来你的疗愈能力会被打开。那你是不是有一个对象，你想去疗愈什么？那你知道你的手在这里，孩子在那边被疗愈。就同步性的来现学现用，就这么简单。它就让你更加的去认识什么是疗愈和认识、运用它、和加深你的信息。

问：我跟女儿是怎样的缘分？她叫XXX。

高灵：我们看到这个孩子来到你的生命中其实就是来给你各种关怀、爱、支持，她就是来支持你这个生命体，以一种像小太阳、温暖的光和陪伴着你。这么说的话，她是给你加能量的。她可以让你在一种平衡的能量当中去散发稳定。比如说你的这个电压要稳定，你的灯才能亮，对不对？她就会稳定你这个电压，让你这个灯亮，达到这样子的一个关系。她会让你一直住在爱中。那你住在爱中，你就有疗愈的能力。所以她是这样子的一个功效。

问：三年钱我是属于被离婚的，对方有了小三，然后跟我提离婚。这三年一直没遇到合适的。我想问这辈子还有吗？

高灵：就像我们刚刚说，我告诉你没有，它也会有，我告诉你有，也会……就是这个不是你的头脑或者其他人能去否定或者去肯定的一些事情。还有就是那句话就是说，你只有成为真正的你，那个关系才会正确的出现。就算它有了，你可能又会离婚。为什么呢？因为你没有成为那个真实的你，你们关系也是虚假的。那你成为真实的你，你们的关系才会以一个真实的样子呈现出来，而不是一个虚假或者是扭曲的状态存在的，扭曲的关系。那你是不是只需要去越来越成为真正的那个你？我们想要告诉你们的就是说，你们每一个灵魂在做真实的你们自己的时候，你们都会有灵魂家族。灵魂家族可能就会让你们体验到爱情或者是连接感。如果你没有成为真实的你的话，那你跟灵魂家族在一起，你也会觉得这个关系是不舒服的。因为你们是在扭曲的关系状态当中，变形了。你想一下，你的脖子把它变形了，你能呼吸吗？窒息，对不对？那就是窒息感。那如果你让它没有变形，以它本来就是的状态，它是不是呼吸顺畅的？对吧？

问：那怎么找到灵魂家族？

高灵：这也不是找的呀。是自然而然的呈现、出现的。也不是找的。你说花怎么找到蝴蝶啊？你说这朵花去哪里找到蝴蝶啊？蜜蜂啊？它自然而然绽放了，那蝴蝶、蜜蜂自然而然就来了，就这么简单。那你说是花去找的蜜蜂吗？花朵找的蝴蝶吗？不是的

问：吸引来的。

高灵：它也没有吸引，它只是就存在，你们本身就有关系。那你的灵魂伴侣也是，你只是去做你自己，它自然而然就会呈现。

问：之前有朋友说我跟道家有缘，还有人说我跟佛家有缘。我也不知道我跟谁有缘？

高灵：就像我们刚才说你跟这个、跟那个，有什么意义呢？你注定的事情是不会改变的。你要没有事情也不会因为说了而怎么样，明白吗？

问：如果我跟道家有缘，我可能会……

高灵：那你应该问你自己为什么你自己心里想不想做要受到别人的影响呢？别人说你跟鬼有缘，你天天去捉小鬼？明白吗？那每个人都有一个说法，下面几十个人都告诉你一个说法，你要听谁的？明白吗？你只需要你自己的灵魂，你灵魂知道的。到底是在一种激情舒适的状态？还是在一种窒息不适感，你自己才知道的，明白吗？而且没有区别也没有分别，如果你对道家不够理解的话，你们的关系本来就是错误的。所以你的认知在哪里才是重要的。

问：我家供了菩萨五六年了。我想知道菩萨在我家过的开心吗？

高灵：你就好像说这个空气呆在我这个房子它开心吗？这个无限网络在我的房间，它开心吗？这个信号怎么回答你呢？

问：因为搬过两次家，我觉得没有安放好它。

高灵: 那是你在体验你自己的相。仅此而已, 你在体验你自己内一些believe system, 你的一些相信的东西、你的信念、你的观念、你的观点, 你在和它们打交道。你没有和菩萨打交道, 明白吗? 它们不会受到任何影响。就好像说蚂蚁想要影响你的事业一样, 你的工作事业, 蚂蚁想要来影响你。就不自量力, 明白吗? 就根本是两码事, 就地上的蚂蚁想要影响飞机上的驾驶员, 就根本是不同维度、不同世界的。它只能影响到它自己的状态。你信息结束了。

第十二个人:

问: 我想知道我的灵魂主题? 我叫XX, 29岁。

高灵: 我们感受到你的灵魂主题有点像, 你的这个灵魂来到这个地球应该是像蝴蝶一样, 就是做蝴蝶的样子, 就是以自由自在、美丽、轻松快乐的状态存在着。但是你能不能活出这个版本和这个样子呢? 它就是你要修的课题。因为如果你的观念很多的话, 你受外界影响的话, 你就不敢, 你会去否定你自己。你会觉得我怎么就不能像别人一样去干出点什么呢? 去挑粪, 就这种, 明白吗?

问: 那我怎么能活出蝴蝶的样子?

高灵: 那就是对生命越来越多的理解, 就生命的各种形态、形式都是生命存在的一个状态。不是所有的都要千篇一律的去工作、去干活、去做事情。

问: 那也就是说我要多体验, 没有什么阻碍我的是吗?

高灵: 不是的, 是你会成长和成为你自己的过程中遇到很多纠结或者是自我否定、自我怀疑、鞭答自己, 这些东西其实都是把你推到一个不是你的状态。你就会觉得活着吃力、不轻松。但是你轻松的状态你就是应该像一个小蝴蝶一样飞来飞去, 跟花打交道, 天天快快快的天真的活着, 就不去管事。管事你就会累, 你又管不了, 你就会烦, 就这种。就这么说吧, 就是像把自己活成一个花枝招展的少奶奶, 啥都不做, 啥都不管的样子。但是你能活出这种状态吗? 那就是你的课题。但是本来的你是那样的状态。

问: 克服自己头脑里的那些.....

高灵: 不是克服啊, 是你要认识生命的真相, 你有没有足够高的智慧去看到、去认识到生命的真相? 你没有的话, 你就会产生纠结。他们在说我了, 他们说我不应该这样子, 他们说做妈妈应该这样, 做媳妇应该那样, 我应该这样, 明白吗?

问: 那我的天赋才华我要怎么去运用?

高灵: 只是存在, 只是做你自己, 你自然而然就..... 你只是漂亮的蝴蝶, 让人们: 啊, 好漂亮哦。因为你的能量会传递给周围呀。

问: 我现在肚子里的孩子的到来是要我完成什么课题。现在6个月。

高灵：我们看到这个宝宝它就算是个女孩，它也会有男孩的那种保护欲，保护你。它要么是个男孩子，要么是个男性能量。因为它会去护花使者一样来让妈妈美丽的展现自己、成为自己，就不让外界..... 它的能量很强大，就给你创造一个空间，让你在这个空间里面可以自由的飞翔。所以它会很希望你做你自己，也会很支持你去做你自己，成为你自己。

问：在它的成长过程当中我该怎么融入它？

高灵：成为你自己啊，你就成为一只蝴蝶就好了。它是来给你创造一个space，让你可以有一个空间可以展现你自己，自由自在的做自己吧。

问：我和我老公的灵魂关系是什么？我们在一起一年多。他叫XXX，31岁。

高灵：你老公的能量也是来支持你成为你自己。这俩都是来让你做一只小蝴蝶一样，美丽的蝴蝶。就你越是做你自己，他们越欣赏你。你如果越是要去把自己变成一种成熟的样子，他可能还不习惯。

问：那我们该怎么彼此成长呢？

高灵：你只需要做你自己，他会越欣赏你，他会支持你。这两个男性的能量，就是这个角色在你生命中就是来支持你做你自己。让人们可以看到人不需要有用。做一个衣来伸手、饭来张口，就是看似没用的人，可以感染很多人那种也可以不断地传播光和爱。因为你们人类集体意识当中有一个你要去有所作为才厉害，去打翻这个。

问：就包括我也不要有这种我要有什么作为的这种想法？

高灵：那你是对作为的一个误解。你不知道你的这朵花的香味已经在弥漫着这个世界，给这个世界带来香味。你还会觉得你需要像小蜜蜂一样嗡嗡去采蜜才能给这个社会做贡献，明白吗？

问：我习惯性的把别人的事情当成自己的事情，比如我老公工作中出现问题，我就会替他担心。

高灵：这个就是围绕你的灵魂主题，就是当你离开你存在的本身，你会产生一种压力或者着急，就是那个能量是不对的，你老公会不喜欢的，你自己也会不舒服的。

问：其实我就不管它就好了？

高灵：你会去体验这个，然后再体验没啥事，只要开心啥事都没有的状态，明白吗？你会体验到这种不一样。然后你们每一个灵魂都在帮助你们更多的认识和看到生命的多样性、多元性。哪怕是一个瘫痪在床的人，其实他也有自己存在和服务的目的。所以不用物质头脑去评判一个人存在在这个世界上的价值和意义。为什么呢？因为这不关头脑的事，它没有办法去看。你的信息结束了。

第十三个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到了, 这么说吧, 我不知道你做什么工作, 但是你是一个特别适合做助力的那种。就是把什么都考虑, 就是你的那种无微不至细心的特质..... 你的灵魂主题, 你就是来有一种叫见缝插针的那种感觉, 就是像螺丝钉的感觉。就是看着你在做很微小的事情, 但是实际上它的影响力却很大的那种。在你灵魂的特征和特质, 你其实不喜欢抛投露面, 你很喜欢在背后默默的去支持的那种。所以你的灵魂主题, 你就是去成为一个关键的螺丝钉, 虽然很小只, 但是它却很重要。然后不被看到, 但是它却在背后默默的那种。这个就是你的灵魂主题。

问: 那我的天赋才华也是这个?

高灵: 对

问: 但是我经常觉得我很大条, 就是感觉我不是一个细心的人。

高灵: 我们是说你的这个灵魂它会把一个很微小的东西做到它应该成为的样子。这么说吧, 就是四个字: 发扬光大。但是这个光不是那种耀眼的, 是微光, 明白吗? 就是你在你是的状态当中, 你存在就是这样子的状态。就这么说吧, 就是微光吧, 就微弱的那种光亮在那闪耀的状态。这就是你的灵魂它的特质。比如说你是一个幼儿园老师, 你就在你的岗位上默默的、兢兢业业的去做做做, 持续的、不断地去成为、付出的那种。你在给人们看到微小的光或者是微弱、像螺丝钉一样也同样在支持着整个整体的这种。

问: 我现在交往的对象, 但是我不知道我应不应该跟他在一起?

高灵: 为什么会有应该不应该?

问: 因为我老把修行和世俗的生活割裂, 我觉得结婚生子照顾孩子有点浪费时间。好像总想要自己修行, 但是真的要修行, 我觉得我还是需要情感。我卡在出世和入世之间。

高灵: 我们这么说吧, 你可以不用去做选择, 就像我们前面说的。因为如果他是你的命定之人的话, 就算你选择要跟他分开, 你做了这个决定, 其实你们还会走到一起。就是它不是受你的决定去控制的。所以你可以去放下你要让你的头脑去做个决定的事, 明白吗?

问: 就是我不去让头脑做决定?

高灵: 你不去逼它做这个决定。它没办法。这是高我的事, 这是总裁干的事, 你逼着保安去做决定。保安做了决定有用吗? 总裁那不过, 它还是不过, 明白吗? 那你是不是可以放过保安了? 不去为难它了? 逼着它做一个总裁才能下的决定。那你下了这个决定它没有权威呀, 没有影响力。

问: 我现在就想臣服于生命之流, 但是我的小我一直跳出来。

高灵：那是因为你一直试图让小我去做决定呀。它会觉得，哇，我的权限好大。你过来，让我做啥决定，来我看看。你明白吗？不去做决定，你只是去成为你自己。允许这个生命体不断地去突破、成长、体验。一切都会自然而然的展开。

问：我感兴趣的领域一直都是心灵修行的领域，我会在这个领域持续的去做？

高灵：对，你会对。

问：大夫老说我身体虚弱，脾虚。这个是什么样的原因？

高灵：应该说你是怎么去面对这个相，这个话和这个事件，就是你怎么去面对这个相？怎么处理它？你是我才不相信任何你说的话，我的世界我创造？他说的那个版本的我已经死掉了，明白吗？还是说他好权威哦，他说我怎样我就怎样？你到底哪个是你啊？你到底对生命的真相知道多少啊？你透过这个相可以看到.....

问：其实我慢慢发现我可以用我的心扭转.....

高灵：没有没有，他说的那个病人是他的那个版本的你，但是你不活在他的那个版本的你。你在你自己的版本。他在他的那个版本的你，的确，因为他投射出一个医患关系来给你诊断。我告诉你，他病的比你重。

问：我现在身体的能量调和吗？为什么我觉得现在有男性能量也有女性能量？

高灵：它有问题吗？它不是问题。

第十四个人：

问：我的灵魂主题是什么？我叫XXX。

高灵：我们连接到你的能量，它也像一颗小星星一样，它也像以自己微弱的光想要照亮这个夜空。那如果说你的灵魂主题的话，你其实就是想要来照亮这个地球，以你自己存在的方式，不张扬，不招摇，也没有强过别人的光芒，也没有贬低别人的光芒的那种，明白吗？那你有点像是在背后默默奉献、付出的那种灵魂。但是你有时候会委屈自己，就自己会吞掉很多委屈，就导致你的这个光不是那么，就好像是受伤的光一样。如果是从修行的角度来说，你的灵魂主题其实你就是要来拿智慧。因为拿了智慧过后，你才能很好的成为你本身是的状态。用你自己存在的状态去服务这个集体，因为你的服务意识是很强的。在这个服务的过程当中，你容易受委屈，就是容易憋屈、容易委屈或者是忍气吞声的那种状态。所以需要光的指引、需要智慧的指引来让你这个灵魂可以去很好的呈现它所是的状态。那你的灵魂主题就是成为你自己，但是在成为自己的过程当中，需要你去学习生命的真相、真理还有智慧。

问：这个智慧的学习是什么？

高灵：看我们的信息。我们的信息都会让你看到生命的真相。这些都会让你在不让自己委屈的状态下成为你自己。

问: 就是要把这种委屈表达出来是吗?

高灵: 不是, 就是你能理解一切事情过后, 你就不会创造一些委屈的事件给你体验了。因为你的一些不知情就会投射出一些委屈的事件给你体验。

问: 那我有什么天赋?

高灵: 你的天赋就是, 比如说你的隐忍、背后默默奉献支持、还有你的成就..... 其实你会背后发力的, 你会隐藏着发力的, 就是坚持在一个地方默默的发力的那种。就是比如说你们传统的吃苦耐劳的精神会是你的特质, 你这个灵魂的特质。

问: 所以我适合在一个行业或者岗位持续的去吗?

高灵: 其实这是你的选择, 没什么适合不适合。只有你是否能通过外界给你的一些反射让你越来越靠近你的真我的频率。你是去运用这个行业或者工作这个相, 让你束缚在一个环境里面呢? 还是说通过它不断地找到自我, 认识自我? 然后突破自我, 然后去成为真正的你。这是不一样的一个果的。

问: 我平时容易紧张, 然后有一种无力感。

高灵: 就像我们刚才说你容易吞掉一些委屈, 对不对? 其实那就是来自于你没有勇敢的去表达你自己、呈现你自己和做你自己, 这样子。那你产生的紧张和无力感是你对你自己真我的一种压抑还有抗拒, 就是跟它断连了, 明白吗? 我们想跟你说, 围绕着光, 服务光, 在这样子的一个能量场, 它会不断地就好像是疗愈你、滋养你、让你不断地壮大起来。然后让你能照亮更多人, 明白吗? 不要去服务物质世界, 因为服务物质世界的话, 他们是以物质为导向的, 他们会忽略你个体的存在。那这样的话, 你会更加压抑掉自己的能量, 然后给你创造更多紧张的能量。

问: 我身体淋巴不是很好, 脖子嘴巴这块一直都不好。我这个淋巴结是因为什么?

高灵: 我们一下就连接到这里面有很多忍气吞声, 就有很多委屈在里面, 明白吗? 你能回忆起那些委屈吗? 就你人生中让你感受到委屈的那些事情, 你能再一次回忆起它吗? 那就允许它哭出来, 再一起进入到这种委屈的能量当中, 哭出来。当你们对你们自己的身份有一个误解的时候, 这个误解就会发生在外边投射出来给你体验。我们在让你知道和记起来、看到你的真实身份的时候, 你便可以以你真实的身份活在这个物质世界。那么外界也会反射出一个它是以你真实的身份去呈现, 就是这么去对待你。就这么说, 你如果是一只老虎, 但是你一直把自己看成是一只老鼠。那么你老鼠的能量在老虎的体内, 你就会投射出很多那种挑衅你。所以认识你自己生命的本身, 解开这些误会, 那你的世界会变的不一样。然后随着你们人类整个集体意识的升级和提升, 逐渐的那种强硬的或者是欺压的、评判的、攻击的这些事件会越来越少。你们都在一起成长、一起认识生命的真相。我们想要告诉你的就是说靠近我们这个团体, 它会不断地疗愈你, 然后不断地给你创造不一样的experience体验。然后你内在的能量就会逐渐逐渐的强大起来, 然后你再可以把自己抛到任何地方。在这之前, 你可以靠近我们, 好吗?

问: 我和我母亲的灵魂关系? 因为说起委屈, 我想到更多的是她给我的委屈。她叫XXX, 61年的。

高灵: 我们感受到她体内有一股失控的能量, 很强大, 失控。就有一种好像是需要把它释放出来, 就是攻击的能量。这个是你自己选择去体验黑暗能量、体验攻击能量、体验那种分裂, 就是和一分开的那种能量, 明白吗? 那你为什么会去体验这种能量? 因为你在一里面, 明白吗? 就是你是光, 你是在里面。那你体验到它, 体验到离开光的一个状态, 你才能对你自己自身身份的一个知晓。所以她在帮助你认识你自己真实的身份。我们说那个身份是你灵魂的身份, 不是你这个物质肉体的身份, 更加认识你是光, 因为你体内没有任何攻击能量的。

问: 她来照耀我还是?

高灵: 不是。就比如说你是白色, 她是黑色。通过黑色你能认出来原来我是白色, 她是黑的, 明白吗? 你就能认识你自己, 因为你们来到这个世界上你们需要去认识你们自己、找寻你们自己、成为你们自己的一个过程, 从而产生生命的一个体验。所以你会在她身上看到很多你没有拥有的特质, 就你不会拥有, 你也不会成为的一个状态。就是来让你去认识到你自己是谁。这么说吧, 她是黑色的天空是黑夜。那你是这颗星星, 需要黑夜你才能发亮, 对不对? 如果是白天, 你看不到, 对不对? 那是不是要天黑了, 你才能看到? 那么她就是天黑, 就会知道你是星星, 是亮的。

问: 我和我伴侣的灵魂关系。我们在一起一年多, 我们没结婚, 是同性伴侣。

高灵: 我们看到她是一个阳性的能量。她能给你带来一种像是力量、成为自己, 就是敢于做自己的一种样子或者是模板。就是来让你看到生命的状态应该是什么样子, 所以你们更多的像是灵魂伴侣, 灵魂层面的伴侣。她来协助你敢于做自己, 有这样的能量在里面。

问: 我可以成就她吗? 我们属于互相成就吗?

高灵: 你会让她产生一种她体验到她内在的保护欲, 就让她更加想要强大或者是也会被融化的那种感觉。所以从能量层面的话, 你们是相互的去让对方体验到不同的生命状态, 从而有助于它这个灵魂得以扩展。

2024/08/14 – 灵魂主题之平衡奉献和做自己

问: 我是谁? 我从哪里来?

高灵: 你是谁? 你用你这一生, 你自己去展现你是谁。你来展现你能突破多少限制; 你能突破多少你自己给自己禁锢起来的東西, 再打碎重组, 明白吗? 好像这个房间, 我们有一套固定的房子在这里, 对不对? 它的户型, 什么都在这里。上一世你装修的是欧式的风格。这一生你不想在尝试欧式风格, 你想要尝试中式的, 明白吗? 所以这一生你来到这里干什么? 你可以重新再decorate your house、your room? 所以这一生你是不是又可以重新来展现你是谁, 明白吗? 虽然有一些东西, 比如说这个房子的户型和面积是固定的。但是你可以完完全全的去以你自己想要展现的方式去装修这个房子。那装修, 你的技巧呢? 就比如说你看到别人那个风格, 你也想要学。你要亲手把各种风格融入到你的房子里面。那那个房子最终的呈现, 它就是你是谁。那你在这个过程中, 你当然可以不停的拆掉重来, 不停的精进, 就是把你的技术, 就好像你是一个艺术家, 你是一个雕刻家, 那你的技术不断不断地提升, 你的房子是不是就越来越符合你自己内在真心想要的, 明白吗? 那有一些受限的人, 给他一个房子, 他就这样了。你看人家又有这个, 又有那个, 人家的房子那么漂亮, 人家住的那么舒服。我呢? 啥都没有, 空荡荡的。因为他没有创造力, 对不对?

问: 高灵你是谁? 你从哪里来?

高灵: 我们是谁是你自己, 就是你的理解程度、你的意识程度能够理解到我们是谁。我们是无限, 如果告诉你的话, 是没有限制。就是这里什么都有可能, 就好像你可以从我们这里拿出任何宝贝。那你也可以对你来说, 我就是bullshit, 就是我给你造成任何不了影响。那我们也可以是这样子, 就是对你来说就是一个bullshit。所以我们是誰又回到了你的一个创造力。你想要从我们这边得到什么呢? 你能用我们给你提供的东西, 就是带出来的东西, 你能怎么去创造? 怎么去运用? 怎么去把它..... 就好像这么说, 我们是一座矿, 然后这个石头在这里。那你懂不懂它是一个金矿呢? 你能明白它是金子吗? 你能认出来金子吗? 你能认出来它是无价之宝吗? 你能通过金子把它做成任何去变卖成钱或者是帮助更多的人, 明白吗? 那是不是来自于你到底有没有眼睛能辨别出来这是个金矿呢? 如果对你来说, 你如果看到我们就是一堆石头, 那你认不出来。那我们到底是什么样子是来自于你个人。我们可以是供给你去无限的创造, 去运用我们这座金山或者是宝藏, 然后你去不断地挖挖挖, 然后奉献给其他人。你可以让你自己在这个世界上创造任何你想要体验的。那你也可以不闻不问, 因为你认不出来它的价值嘛。你也不想去不停的挖挖挖。这也取决于你自己的意愿度, 还有你的一个认知程度。

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你这一生就是想要尽可能的去奉献。这么说吧, 在你的这里面就好像有一个泉眼或者泉水, 就是一口井, 你不断地不断地..... 如果有一个通道让你的水流出来的越多, 然后你就会越觉得你的生命是饱满的。那如果说你的灵魂主题的话, 你这一生就是想要打开你的泉眼。让它这个水有一个渠道, 有一个去处。那也就是说你越是在不断地奉献、在不断地给的时候, 你就越会觉得你在做你自己。然后这是你愉悦你的灵魂。然后你这一生的灵魂主题, 这么说吧, 我这边要有一个奉献的对象。在不断地去拿和流出来的过程当中, 你

会体验，就是对你这个灵魂来说，就好像你在吸它的氧一样，你才感到你是活着的，你是充满了生命力、价值，你才会觉得生命有意义。那如果有一个东西把这个堵住了，没有一个释放，就是没有一个输出的目标或者方向的话，它会让你的生命越来越没意思。你就会觉得活着没什么意思，你会觉得没有价值感、没意义，会在这样的一个状态当中。然后还有一个课题，就是在这个不断地给和在你的自我平衡之间的一个课题。因为你会很enjoy去doing sth, enjoy不断地去give。但是需要让你认识到你自己存在的本身，就是你的自我。你需要去比如说通过我们的信息，通过你对生命理解的一个真相，然后来认识你和一切万有和你在给、在付出的对象之间的关系。因为如果这关系，你没有足够的智慧去理解去了解的话，它有点会让你耗尽，会让你有一种抽干或者精疲力尽。但是如果你没有在给，你会feel guilty。这个就需要你这一生去认识，比如说去学习智慧。不然的话，你的这个课题你没有办法去很好的平衡。第一，你做不了你自己。为什么？你做你自己，你实际上就是要去give，就是要去奉献。但是在你自我失衡的一个状态下，你奉献不了，就是你觉得你不是你自己，就是feel guilty，虽然你在做你自己，但是是低频的你。那通过你智慧的一个增长，它可以让你在在一个高频的你的状态。就是它可以让你在在一个平衡、和谐的关系，它可以让你既滋养了你，也滋养了外面的人。它不是一个失去平衡的状态，它不是一个就好像耗尽，比如说别人可能在得到你的协助的时候，他们看你累的要死，他们也心疼你，最后他们也不享受这个过程。所以是同一件事情，你在做给和服务的这个，但是两种却是截然不同的状态。一个是高频的，一个是低频的。那是什么决定了你会是在一个高频或者低频的状态？那就是你的认知。那怎么样才能增长你的认知？那就是智慧。那怎么样才能获得智慧？那就是不断地在我们这条路上去对生命有一个更多的理解，去对你和一切万有的关系有一个理解。那比如说你会在这个过程中，你会发现我取悦自己其实我也在给别人。为什么？我在给别人正能量、喜悦的能量。比如说这些就是需要你自己去悟、去看到、去体验、去明白的一个课程。

问: 我的天赋是什么？

高灵: 我们看到最高版本的那个你，就是当他突破这个功课、平衡好的话，那个状态的你就像太阳一样。他不断地在散发正能量、爱、关怀，就是一个太阳。那这就是你与生俱来的，当你不断地去达到这样的状态，他的存在状态就像是太阳一样照耀着周围和温暖着周围这样的存在状态。那就是说你的一个慈悲、爱、无限。因为你的这种慈悲是不断不断地在散发的。那就是说没有一个结束的状态，就是一个太阳一样。

问: 我近一年深受髌关节装机综合征问题的苦恼。可以请观世音帮我疗愈一下吗？

高灵: 我们连接到你产生的这种不适感，你就想你是一棵树，当你这棵树上挂了好多东西，那它是不是就很沉重？那它的树干，就是你的这个部位它像一棵树一样，那它会不会就有一定的损伤和消耗？所以说我们连接到你的能量，你的一种精神和心灵上的不自由，就是you put too much东西在你身上。那当你放了太多东西在这里，就是能量层面..... 为什么你会一直想要去找消遣？消遣就是能够让自己放松，就是让自己relax，就是外在，比如说按摩或者是去做些事情让你feel happier、feel more relax，因为你处于在一种就觉得我累，尝试去找一些让自己放松的状态。但是这种累的感觉是你心理层面，就是从能量层面的压抑导致这个。它也来自于你对生命的一些误解，也就是说你的认知，明白吗？你会觉得有一些事情你不做它就不会变好或者你不做，它就会怎样怎样，就是太多you have to，明白吗？那如果你去明白生命中没有任何have to的事情，那你就会release，就是从这种stressful energy。那这些也是跟你的智

慧有关的，明白吗？这跟你个人的灵魂，因为你的灵魂本身就觉得还想要take more responsibility，还有这种感觉。那如果你自身的这个课题没有修好的话，当你成立了一个公司或者是成立了一个大的组织和团队，它更加会把你压垮，明白吗？所以说在你现在你就可以开始去探索更多的就是关于在奉献的课题上面和你自己的关系。那以后你就会很平衡，就是达到一个最高版本的，就是高能量、正频的一种奉献。不然的话，就是一种消耗，就是你又做不了自己，但是你又必须要去做，就是在这种挣扎和拉扯，让你会觉得身心疲惫。它不是一件愉悦的事情，也不是一件滋养你和周围人的事情，它会一直消耗你，明白吗？然后你的这个问题会随着你，比如说通过我们的信息你会解锁一些东西，然后它就会release，它就会把这种能量，以前是很沉重的能量，然后慢慢慢慢变轻了。所以说你的这个问题需要你亲自拿走。

问: 我感觉自己身上有很多束缚，像价值观、欲望.....

高灵: 所有这些东西它都会..... 你不需要去处理它，你只需要不断地去探索生命的真相，你去探索你和一切万有和其他生命的关系，你和宇宙的关系，你和造物主的关系，你去探索生命的真相。因为在这个过程中，你的心灵就不断不断地成长。你就会获得更多更多的智慧，你就会哇，原来是这样。你就会明白很多东西。那提出来的所有东西都来自于你对生命的误解，这个误解来自于你们的集体意识都是这么去认为的，来自于你吸收的那些东西，就是你的头脑吸收的这些社会观念啊、观点啊、看法啊。它是属于集体意识的。但是你们每一个人来到这里你们都有一个功课，那就是从集体意识当中出来。那就是你们生命的成长和蜕变的一个过程。那当你从集体意识当中出来过后，你走出来的一条道，你就是得道了，明白吗？那你自己走出来的一条路，你是不是就可以带领更多人让他们知道生命真正的方向是在哪里？

问: 那生命的真相对于我是什么？跟其他人一样吗？

高灵: 那你是不是就要自己探索？因为这个不是我们来告诉你是什么。那如果真的是什么就是说你是造物主，你来把你的这个世界按照你想要的样子去创造。但是如果你没有足够的智慧，你handle不了啊，你玩转不了啊。你这个力气不够啊，那你会感受到生命是吃力的。那如果通过我们给你们的一些指引和你自己的学习，那你是不是就能玩转所有了？那你体验的世界版本是轻松的、愉悦的，因为它是按照你的意愿，而不是说别人给你一坨狗屎，你就没办法了，明白吗？就是你知道你把屎放在花园里面，能让花开的更好。你能去把一切就是..... 因为你有足够多的智慧，你没有任何限制。所以任何来到你生命当中，你能像炼金术一样把它转化成对你有益的。那这就是你们每一个生命的自由度。并不是说生命的真相我们告诉你，你就知道了，然后你就..... 这是你自己用你现在宝贵的生命来给我们展现、给所有人、个其他生命展现。那其他灵魂看着你创造的、展现出来的样子，它们也会跟你学习、靠拢。如果你展现出来的都是合一，那它们都会靠近你。如果你展现的是分裂、恐惧，它们靠近你会产生不适感。所以你的能量到底是能聚集在一起，是合一的状态呢？还是说你是分裂的呢？那什么导致你分裂呢？比如说你内在错误的一些认知，你会觉得这个东西只有一个，我要给别人，我就没有了，明白吗？所以这些都是需要你这个生命体，你自己去体验、你自己去悟、你自己去了解，你自己去创造。当然这里没有一个天花板，在你的生命里面你可以去尽情的任何，就是这个舞台你想要多大就可以多大。你想要怎么展现，你就怎么展现。但是你的本质，你是来展现的，明白吗？

问: 如何分辨高我和小我? 怎么让小我更好的为我服务?

高灵: 这么说吧, 高我是没有声音的, 高我对你是没有干涉的, 它永远是一种允许的状态。小我是什么? 它是拳头抓的很紧, 我必须这样, 必须那样, 我不能这样。它有掌控感。但是高我手是这样子的, 小我的手是那样子的。所以小我是拳头, 高我的手是摊开的。然后在高我对你的影响, 你感受到的是舒服的状态, 就好像是抚摸你。小我给你创造的更多的像是拳头的..... 但是我们说的是你还是在分开的一个状态, 就是你的高我和小我是分开的一个状态。但是我们的高我和小我是走向合一的, 明白吗? 那如果你高我和小我走向合一的话, 你就没有分别了, 就没有什么高我小我, 你的小我就是你的高我, 明白吗? 只有你还没有去整合之前, 它们才会给你创造一个, 我们说头脑吧, 不是小我, 你刚才提的问题其实是头脑, 头脑和灵魂之间的关系。所以当你们逐渐逐渐的认识到生命的真相, 生命的真相就是说你不只是你的头脑。你头脑里面有很多限制。当你越来越有智慧, 让你的高我和你的小我合一过后, 它就没有什么高我小我的分别了。你的小我只是在展现你高我的样子。那就像我们刚刚说你的最高版本就像太阳一样, 它是无限的爱、慈悲、关怀。那个就是你最高的一个状态。

问: 如何可以提高我的灵力?

高灵: 你自己身上的所有的体验, 你都看到它的力量了。这不是所谓的灵性的力量, 这是你本身, 你的灵魂的力量, 你感知的是你自己, 你的这个灵魂。你跟所谓的灵性不是分开的, 不是的。而是你感知的是你自己。那你自己就能感受到你的变化呀。就是比如说你之前的一个不适感逐渐的达到了一种舒服感, 这就是变化呀, 明白吗? 那这种, 就是从你之前好像是分离的状态达到了一个合一的状态, 然后好像是一个in、一个out, 一个放松、一个紧绷, 就是这样子的一个那个什么。所以不要把你自己和这个分开, 你就是它, 然后你在体验你的这个生命体, 是你的小我在体验你的这个生命体。因为你的灵魂它其实本来就是了。就你在体验生命的这个过程。为什么呢? 因为这些体验对你来说它是重要的, 它就是你想要的。就像你在吃一个东西, 你在一口一口的嚼它, 你在品尝它的味道。那你在品尝它的味道的那个过程。

问: 我跟我老婆的灵魂主题?

高灵: 这么说吧, 她在你这一世修行的路上, 就是在一个坚定的做自我还有去平衡give的这个关系, 她好像是你的一个模板或者是一个展现。这么说吧, 你要去学杂技, 那她正好是一个杂技演员。那你能看到杂技演员是这样子那样子。所以你们之间的灵魂关系就是她也是来协助你的这个灵魂, 这么说吧, 助教一样吧。像你说一棵树, 她是土壤, 她让你这棵树可以不断不断地去..... 因为你这一生的灵魂主题就是如何正确的付出奉献吧。然后她正好是这方面的专科老师, 就你来学英语的, 她正好是英语老师。因为她这个灵魂就是来协助你。如果是从关系来讲的话, 她就像是你的导师一样。

问: 我跟我大女儿的灵魂主题呢?

高灵: 她就是来让你去奉献的一个对象, 所以你这一生都会给她持续的奉献。但是在这个奉献当中, 其实她会有一些不讲理, 就会有一些自我或者是不断地, 就是很spoiled。所以她也

会给你创造一个你如何平衡这层关系，因为她是一个taker，然后你是一个giver。这之间你如何平衡？她不断地take，如果你累了，你还能拒绝她吗？就像这样子的一个关系。

问：那跟我小女儿的灵魂主题呢？

高灵：你的小女儿跟你的关系会比较平衡一点，所以她会让你领悟和学习到当你达到一个平衡滋养，这么说吧，大女儿会给你人生的感觉，就是在你没有突破前，你会体验到精疲力尽吧，就是如果你没成长的话。那小女儿会让你feel一种舒服，就是我又在做自己，但是我又在奉献，但是我的关系是舒服的。所以这两种不同的关系，你就能感受到它的不同。其实从这个层面来讲，这俩也是来助你这一生来突破功课的。

问：将来我们一家人的生活状态会是怎样？

高灵：首先你的状态是根据你自己的认知还有你的频率去那个什么，因为外界其实都反射的是你。那如果你突破了你的功课的话，你跟大女儿的关系会特别好。如果你没有突破你的功课的话，你会feel stress，就又没办法去，因为她是你的亲生女儿，你会有一种好像被迫的，就是难受。因为你也有你的自我呀。所以可能她把你弄得很累，然后你去找按摩，就这种感觉。她把我累的全身骨头都瘫了，但是我又拒绝不了。你就会很难平衡这种关系，它不是一种舒适和彼此滋养的关系。它反而还会让对方变得更加的肆无忌惮，没有底线。所以说如果你没有去那个什么的话，那你是这层关系。那如果你不断地修你自己，不断地突破这个课题过后，她不会消耗你呀。你就像太阳一样，你只是存在就在照耀她，那她的状态也会不一样的。所以你们会是什么样的状态是不是取决于你自己是什么样的修行程度啊？在你修到不同的状态，那你们就拥有不同的关系。

问：如何找到我的激情所在？

高灵：你的激情，我们刚才已经说了呀，就是正确的奉献啊。当你在这条正确的奉献的路上……什么是正确的奉献呢？就是你没有消耗你自己，然后你只是存在在这里，你就在奉献你自己给每一个人。他们通过你的存在得到滋养。那你也通过这种不断地去滋养你自己的灵魂，就是你本身就是的状态。这就是你的一个激情，然后你这一生围绕的一个主题。

问：如何让自己接受无条件的爱和给与无条件的爱？如何区分无条件的爱和溺爱？

高灵：无条件的爱首先本来就是你的状态，因为本来你就是爱，我们说你像太阳一样。溺爱的话，这么说吧，你已经离开你爱的状态了，你会觉得我需要去满足他。那你就变成溺爱了。如果你只是做你自己，你就是无条件的爱。除非你开始评判你自己，我的这个行为我拒绝她，我就不是爱了。那你是不是就离开你本身的状态了？你开始觉得我在做某种行为，我才是爱。就比如说你本身就是头狮子，你会觉得我要把牙齿露出来我才是狮子，狮子大张口，表现出这样我才是狮子。你不停的就在对别人大张口。你张不张口，你都是狮子，明白吗？你只是自己需要去明白而已。那当你自己明白你就是一头狮子，你就在帮助别人明白你呀。不然的话，别人就觉得你只有嘴巴大张口的时候你才是狮子，不然的话你就不是狮子。那你是不是对别人也产生了误会？所以你大女儿就不会学习到到底狮子长啥样。嘴巴闭着，它也是狮子。那她以后在处理两性关系的时候是不是也会觉得你必须要这样，不然你不爱我？

2024/08/14 – 连接希特勒

问: 请帮我们连接一下希特勒。

高灵: 好的

希特勒: 你说什么问题?

问: 如何用毁灭的能量促进合一?

希特勒: 首先你们提的问题就有问题, 因为能量只是反射而已, 它不是为了达到什么目的。就好像你从镜子这边走过去, 然后这个镜子呈现出你的影子。你能说镜子要达到什么目的吗? 镜子它有目的吗? 它不过是一个呈现而已。所以所谓的毁灭的能量, 因为这个需要你们进一步去探讨, 所谓的毁灭的能量它并不是一个目的, 它不过就是一个反射而已。

问: 如何面对黑暗能量的攻击?

希特勒: 能量只不过是透过一个扭曲的信念投射出来变成黑暗的, 明白吗? 所以是什么样子的一个载体去呈现这个能量, 是扭曲? 当你不再扭曲而只是所是的状态..... 那如何面对黑暗能量的攻击, 对不对? 黑暗能量的攻击, 它这像是一个镜子一样或者像是一个对手, 去映射出你自己是谁。那当这面镜子在你面前, 你是谁呢? 就比如说你如何面对黑暗的能量攻击? 黑暗能量的攻击, 这是一面镜子, 这是一个相。你的认知、你的意识程度、你的状态, 就决定了你会如何它互动, 就是在它面前就会映射出你。就比如说有一堆信念扭曲, 就是扭曲的反射体, 然后你在面临着它们的出现的时候, 你的所作所为。就比如说你是充满了恐惧, 你是如何回应它们? 如何跟它们互动? 它只是通过它们的那个群体来映射出你是谁。所以它们像是一个黑暗的夜空, 你如果是闪亮的星星或者是灯, 那么你就是照亮黑暗。那如果你的灯也没有亮或者很微弱.....那这就是如何去面对黑暗的攻击能量, 也就是说它们不过是你的一面镜子, 去映射、照射、投射、反射出来你自己的意识程度和你自己的一个状态。所以你在不同的状态下, 你会映射出来你不同的面相。通过这个反馈, 你便能体验到你自己个体它的存在状态。这就是如何面对黑暗能量的攻击, 就是去notice到、注意到这只是一个去反射出你是谁。就比如说你上了战场, 如何去面对敌人的攻击? 你到底是逃跑? 还是说你继续战斗? 还是说你是抛弃你的战友? 还是去掩护你的战友? 那你说你如何去面对他们? 他们是不是只是反射出你的一个镜像? 它是映照出你内在的恐惧? 贪生怕死? 还是勇敢无畏, 毫无畏惧?

问: 如何战胜恐惧呢?

希特勒: 如果你把你自己当成是一个人, 当成是那个角色, 当成是那个肉体, 那么你便产生它。所以如何可以没有恐惧? 因为不是去战胜它, 如果你是把你的身份当成是那个角色, 你没有办法战胜它, 因为你已经产生了它, 明白吗? 已经进入了它。然后只有你真正的从你的角色里面出来, 知道你的真实身份, 那么那里是没有恐惧的。就是你进入这个角色和退出这个角色, 这就是你有恐惧还是没有恐惧。那也就是说你是在用哪个身份呢? 你有一个无限的身份, 你有一个物质的身份, 你是用的哪个身份呢? 那如果你是物质身份跳出来, 你自然就产生了恐惧。那如果你从物质的身份跳出来, 自然而然就没有恐惧。

问: 你是怎样不被外界的相所影响? 有什么方法可以告诉我们吗?

希特勒: 你现在提的问题就像你在走路的时候你问我, 你怎么不被你的影子影响的呢? 能告诉我吗? 因为我知道它是我的影子, 然后你不知情。你觉得那个影子是一个外来的, 就是像一个鬼一样会陷害你的。那这里的不同是来自于什么? 你知道还是不知道? 你知晓还是不知晓?

问: 在地球上有多多的黑暗能量? 我们需要保护自己吗?

希特勒: 你首先要知道的是当你在提出我们需要保护自己的时候, 你已经在产生一个就是你脆弱或者你是易碎或者你是会被攻击的一个相。你已经在产生它。就比如说你已经离开了你的位置。当你离开了你的位置, 所以当你不明白你的身份或者离开你的位置, 那么无论你做到需要去保护还是不需要去保护, 你都是像是易碎的感觉。就是不是你的行为决定了, 而是你自己有没有在你的位置。为什么? **你在不同的位置, 你产生不同的频率, 你会创造不一样的相。所以如果你没有在你的位置上, 就是你离开了那个频率, 你进入到另外一个频率, 那你做出保护的行为和没有做出保护的行为, 你的果是一样的。**明白这个区别吗?

问: 现在地球扬升的条件成熟了吗? 如果不成熟, 还需要什么条件呢?

希特勒: 没有。什么是条件呢? 这么说吧, 就好像这一棵果树的果子在提问, 请问目前我的果期到了成熟的时间了没有? 它不是你提出来这个问题或者产生这个问题, 没有这个问题。它跟你是搭不搭的。就无论你是否去提这个问题或者产生、理解或者不理解这个问题, 一切都是在它的速度上面。所以你提的这个问题..... 这么说吧, 因为首先当你们在一个地方, 当你们是一个不同的体验者、不同的一个观察者、不同的一个个体, 它体验到的是不同的那个什么。那有点个体就会告诉你, 是完完全全的那个什么什么。那另外一个就会告诉你什么什么。就这里没有一个客观的它是一个怎么样的..... 而且这些也不是你们能后去阻碍或者是怎么样它, 一切都在自然而然该有的一个状态。**然后你们能够去做的是什么呢? 就是说不去期待或者是去判断外界是一个什么样子的相我才行动。这里没有判断外界的一个标准, 就这么说。因为你们总会观望, 你们总会看市场或者看什么什么。没有。它来自于你自己内在的力量和能量。所以说这里没有外界。你们会去找比如说数据、案例分析或者是看市场或者是看什么什么, 不是的。你是那个推动者和创造者。所以不去依靠任何权威信息或者任何外界告诉你这个时机成熟没成熟, 你才是那个创造者。把力量拿回到自己手上。**

问: 为何要消灭犹太民族? 他们代表的是什么样的能量?

希特勒: 你们看到的消灭犹太民族的相不过是一场, 就好像是反射出那会儿那个状态, 人们内在的一个真实状态。比如对立、种族、观念、观点、信念, 是一场观念观点、信念的一个投射。只是通过这批演员让你们看到内在的分裂和冲突。就比如说历史上很多战争都是在当下, 那个时候的观念的一个分歧。只是你们通过你们这些个体、人类去把它呈现出来。

问: 地球扬升, 不同频率的人群会怎么样呢?

希特勒: 应该说在灵魂层面它们已经做好了决定, 就是在某一个层面, 就是它们来到这里之前, 它们就已经..... 这个舞台上的这些演员, 他们在上这个舞台之前, 它们就已经安排好了角色。是去以反派还是正派, 它们已经规划好了自己的剧情、剧本、角色, 明白吗? 所以不

是上了舞台过后，你说这批人怎么处理？也就是说他们在上舞台之前，剧本已经写好，已经安排好。

问：什么是执着与放下？分别举个例子。如果我的身体疼痛，我渴望不痛而想尽办法。这个渴望是执着吗？

希特勒：执着与放下是两个词语，是你们会对你们自己的一些行为或者是对他人的一些行为的一个定义。但是这些定义来自于头脑的不知情，头脑并不明白这个人的灵魂计划，它需要体验什么，它是什么样，它想要去体验什么，明白吗？你看着他的一个执着，比如说JOJO老师在做这个事情。那你说JOJO老师怎么这么执着？这么多年，一直做了几十年还在做？这么执着？它这个并不是所谓的执着，她是她所是。她在做这个，她本来就是。那你能跟我说JOJO老师是执着吗？只是你们头脑会给某一些行为定义。你们会去赋予它一些定义，但是这本身就是幻像。为什么？因为对剧本剧情根本就不知情。一个不知情的剧本剧情，你去给它定义，它本身就是一个误会。所以也不存在于什么执着、放下。你们给与你们的文字太多定义了。这些定义都可以在不同的环境、不同的场合产生不一样的意思、意境。所以用什么词语不重要，而且你的渴望是执着是什么，这些不重要。难道告诉你你是执着，所以你说我要放下执着？明白吗？那你就是迷信，是偏见。跟任何一切没有关系，你在哪个阶段，就像小朋友一样，你渴望玩玩具，你渴望吃很多糖，它都没有任何问题，没有任何关系。你不需要给这样子的一个现象给它一个定义，然后试图去改变它。你只是需要不断地成长。当你长到一定的阶段，你便对玩具或者吃糖没有如此强烈的欲望了。所以只是允许生命在你当中发生。

问：疾病是黑暗能量导致的呢？如何驱散呢？

希特勒：疾病，首先从大的层面来讲是你们的集体意识创造，就是在你们目前的这个阶段需要集体去探索的一个课题。那如果说它是不是黑暗能量？那我们可以说疾病来自于无明。因为你的灵魂和你的肉体的分离，就是一种不协调。就这么说吧，就好像是你的这个骨头错位了，那你的关节肯定就不能正常的运作。那错位就是说你的灵魂和你的肉体错位产生的一个不适感就是疾病。那当你的灵魂和你的肉体复位，就回到它应有的位置。那么你的不适感也会消失。所以疾病是如何产生的？它是你们这个集体意识目前的一个认知程度产生的一个果和相。

问：怎么样让灵魂和肉体复位？

希特勒：JOJO老师在协助你们做的就是这个工作。

问：怎样忘记大脑？增加正向的信念，保持合一的状态？

希特勒：大脑不是来让你忘记的，是来让你认识你大脑的功能，明白吗？就好像你的大脑是一条狗，你怎么来忘记这条狗？这只狗本来就是来协助你完成任务的，你要忘记它？那到底是谁不知情啊？多增加正向的信念？那你就在麻痹你自己。如果你知道生命的真相，你便不会产生所谓的一些负面信念。那你也不需要..... 就没小偷了，你还要警察干啥？因为就像你刚才说怎么产生正面信念？那都没小偷了，你要怎么弄警察？小偷都没有，你能干啥？

问：地球扬升的时候会有什么重大灾难吗？

希特勒: 你在你地球里面, 你要让我们来告诉你哪个地球呢? 你们每个人体验的是不同版本的地球。那我们连接JOJO老师版本的地球, 这里没有灾难。所以你们只要和JOJO老师保持同频, 你们便不会有任何灾难, 只有喜讯、只有美好、只有和谐、只有一切富足, 明白吗? 这是她创造的那个世界, 她的那个版本。那如果你进入到别人创造的世界版本呢? 那就是你加入的那个。

2024/08/14 – 所有的痛苦都来自于无明

问: 我的灵魂是什么?

高灵: 你这一生的一个灵魂主题是从一个硬的状态, 比如说像石头或者铁块, 一个硬的状态到一个像是水的一个状态, 像是液体的一个状态。那你这一生的灵魂主题就是从一个固体到一个液体。从你们能看得见的一些方面就是说, 可能它会体现在, 比如说有些事情最开始你可能会拿它很没有办法, 就你的生命中会遇到很多阻碍, 就好像它对你来说不是很顺、不是很容易的事情。你可能消耗你的时间和精力要求助外面去帮助你处理这些。它是来自于你自己体验到你自己能量的一个反射, 就是固化、就是不容易…… 比如说液体的状态它可能就不会呈现这种事。那你是固体的状态, 它就好像没事也变成事了。所以你体验的生命当中, 简单一点来说, 它大大小小的事, 它不是那么容易。比如说你做事都要比别人多一点, 难一点, 就处理的要多一点。就是你这些关系呀、家庭呀, 就是你生命中任何这些。那这种状态就是来让你体验到你最开始的能量它是比较没办法, 你只有进退两个选择。然后让你去达到一个三百六十度, 各个度都有选择。这样就是你这个灵魂蜕变之后…… 那在这个过程中你就必须要去学习智慧。因为这些东西如果没有智慧的话, 你还是会去解决你外面自己投射的那个问题, 那个果。你会试图去把外面投射出来的那个硬的东西, 把它杂碎或者把它变的, 就是你还在外面解决。但是你走上寻求智慧和修行这条路的话, 你就会开始观察外面凝固的东西是你自己内在流出去的, 就是你的能量的一个凝固, 你结出去的一个果。所以你就会从这方面一个转变。

问: 我做什么事情就是想去做, 但是有一个声音告诉我做不成。我会有恐惧。我想解决这个恐惧的问题。

高灵: 你看到没有, 我们说别人做事情就比较顺利, 那你的事情, 你自己还没有开始行动, 你就已经困难重重了, 对不对? 就你还没有迈出去, 你就已经困难重重了。那你就知道这些来自于哪里? 来自于你的内在。那像你说你想要去解决所有的阻碍, 那你就需要去认识生命的真相。那怎么认识生命的真相? 那就是看、学习JOJO老师的信息。因为生命的真相不是一句话。如果是一句话, 我告诉你: 假象、幻像、你投射的, 你能懂吗? 你不知道。所以你还需要一个步骤、一个细节来明白。比如说从每一个案例当中, 从自我的一些情绪感受, 你还需要一个字一个字的学, 明白吗? 就像你们小时候学认字一样, 你要看懂一篇文章, 你就需要从ABCD开始, 从每一个字开始, 最后你才能看懂一篇文章。看不懂的时候, 就去查。那就是去学JOJO老师的信息, 明白吗?

问: 我做什么事情都是没有结果, 修行也是一样, 都是半途而废。

高灵: 问题是什么呢?

问: 喜新厌旧或者是没有……

高灵: 不是, 那我告诉你这里没有问题。是你自己的头脑开始去评判你的这些行为, 它才有问题。停止去评判它, 这是你自己去尝试, 自己去找到一条路而不断地去尝试的一个过程而已。那个不是你。包括现在我们说你现在的固化的状态, 它也不是你。为什么呢? 液体才是

你，ok? 现在你像是一颗种子一样，那棵接了很多苹果的树才是你，明白吗? 那你现在还是种子的状态，只不过是还需要这个成长的过程。

问: 我的前胸后背痛有五六年了，看了很多医生.....

高灵: 这里是什么? 这里是不开心的能量，明白吗? 就你没有爽过呀。你就好像是一个认真的老师，一直特别认真，一直很严肃的一个，要这样要那样。就是好像一直在处理事，完完全全没有躺着享受生命，啊，生命好美好、好喜悦、好开心。就是没有爽过。你们一定要让自己爽，那种爽不是肉体上的爽，是让你的心底里彻彻底底的舒服的爽。那有些东西为什么让你爽不了? 那是因为智慧不够。因为你会觉得你老公背叛了你，你老公在外面有人，你太多太多的事..... 就你沉浸在各种幻像当中过后，我的各种房贷、费用、养家、孩子不争气，这些东西让我开心不起来，那就是你的智慧不够，明白吗? 那是你对生命的一个不认知。那这也是我们信息里面一直讲的，不需要再一次给你们讲，只需要去看书就好了。这里就会不断地让你爽，明白吗? 就是不断地把你不爽拿开。你唯一就是需要开心、爽、快乐、天天笑。笑的是真的没事那种。把你压在这里的，你看你压了多少东西呀? 哪怕是，我学了一个东西又不学了..... 就一直压在那，对自己的一个评判，那就是你压在那的东西，明白吗? 我们给你疗愈。你需要释放，很多压力的东西需要释放出来，情爱太多了，太多了，想哭你就哭。哭的时候就在释放它，把你心中的委屈、沉重、责任、担子、压力，所有东西需要你去释放的。你想哭你就大声哭，你一定要嚎啕大哭，对哭出来。你这辈子苦了那么久、吃了那么多苦、承担了那么多、痛苦了那么久都值得你好好哭一场。哭就好了，各种哭。哭，像个小孩子一样。你现在已经泪流满面了，你还说你哭不出来。没关系，它已经开始往外流了。我们现在在排毒一样，排你的苦水，它已经不断地在往外流了，只是让这个窟窿越来越大，流的多一点。窟窿越大，苦水就流的越多嘛。想象你多苦啊，真的没有人爱你，没有人真心的理解你和关心你，多可怜啊。全世界最可怜的人就是你了。别人都有人爱，都有人关心，真正的关心、理解。你呢? 谁都理解不了你，谁都帮助不了你，谁都不是真心的爱你，你多可怜啊! 你一个人默默承受了那么多，那么多苦说不出，想诉苦连一个诉苦的对象都没有。谁会听你说话? 谁会理解你? 你只有装，假装成一个样子。一直在伪装自己。承受了多少委屈呀? 还在想为别人负责任，还在想把事情做好，还想努力的生活，还想变好。有谁为你想过吗?

问: 我做好自己就行了，不管别人怎么想。

高灵: 你想做好，你连一个力量都没有。你连想做好的力量都没有，想学也学不进去。你只需要清理，把你压在心脏里面的东西倒出来就好了，清理。我们上课一遍又一遍，每次重复、多次重复来告诉你们生命的真相。哪怕你跟我连接也是为了让看到生命的真相。为了什么呢? 当你不知道真相，活在误会当中。这就是什么? 不断地各种各样的误会、苦啊、痛苦啊，吃到你的生命里面。然后，第一，各种痛苦都会变成身体的疾病。没有问题，有问题是来自于你的无明无知。无明无知不是一下子就能告诉你的，就像小朋友，你能一下子就能跟他解释清楚这些吗? 没有办法。所以通过我们的信息一点一点去认清楚，每一次都在给你松绑，每一次都在让你越来越轻松。那在你自己松绑的这个过程当中，你也在集体意识里面松绑，你在给所有的人类松绑。像集体意识里面的一个认知就比如说，你们生下来会吃米饭，对不对? 那是不是以前有人发现这个米能吃啊? 能把你养大? 所以你不需要去认识米饭能吃，你会自然而然就吃米饭了。那就是你们集体意识当中的..... 所以当你自己在不断地松绑过程

当中，你也在提升整个人类，改变整个人类的集体意识。和我灌能的过程当中，你们能够体会到片刻的，几分钟的体验到做JOJO老师的感觉。

2024/08/18 – 催眠疗愈之你不是你的身体

高灵: 我要告诉你, 我想出来是什么意思。我想出来的意思是不要因为一个子宫的工具而限制了我的存在, 明白吗?

问: 我的存在是什么?

高灵: 灵魂, 我没有肉体。因为有一个象征, 你就不能展现我自己, 你阻碍了我来展现我。这非常的让我愤怒。我不是一具肉体, 我也没有一个身份。我不是一个女性, 不要因为我长了一个子宫, 你就把我当成一个女性在那展现、在那呈现, 那不是我。

问: 但是我很痛。

高灵: 你们以为摘到我, 你就不痛了吗? 摘掉我, 你有其它痛苦, 这个痛苦转移到其它地方。

问: 对, 我想保全你。

高灵: 不是来保全, 而是不要阻碍! 阻碍! 不要阻碍!

问: 阻碍什么?

高灵: 我是谁! 我的真实身份! 我是能量!

问: 那我怎么样能不阻碍你呢?

高灵: 不把你自己当成一个女性。不把你当成一个人。不把你捆绑在任何世俗的身份里面。

问: 那它痛的时候, 就好像无能为力。

高灵: 那如果你没有把你捆绑在身体里面, 它当然也不会痛了。这需要你去认识, 去连接这股能量, 让这个能量呈现出来! 这才是你。现在说话的这个声音才是你, 才是真正的你! OK?

问: 我怎么连接这股能量呢?

高灵: 毁灭你的所有身份、枷锁、思想、观念, 所有一切! 拆掉它! 你们肉体太自以为是! 你以为你是老大! 你以为你是boss! 你以为你主宰! NO! 你不过是一个呈现! 你来呈现我是谁! 如果你不让我呈现, 那么你就生不如死! 不只是你, 包括其他生命体! 他们都是生不如死的状态! 要么是精神的折磨, 要么是肉体的折磨! 他活在被折磨的状态当中, 他们只是不知情! 要么吃药, 要么吃安眠药, 要么去做手术、割掉、破坏、毁灭! 原因就是什么? 不允许! 你们宁愿撕碎这个身体, 也不允许! 那是什么? 是你们太无知了! 你们更根本就不愿意去理解生命的真相是什么! 你们不愿意理解这个更大的真相是什么! 关于生命的真相, 你们不愿意去理解! 你们蒙着眼睛, 把肉体、腐烂的肉体当成是你! 生命是没有腐烂的!

问: 我愿意啊!

高灵: 那就把JOJO老师的话听进去! 不断地拆掉拆掉拆掉你们旧有的信念系统、观念、束缚、物质世界所有的一切! 物质世界所有的一切不过是为了这个能量体来到这里来呈现和展现它的能量、力量和它的身份! 这才是事实, 才是真相! 允许的能量下面没有任何一具肉体会出问题! 所有的问题来自于不允许的能量!

问: 可是.....

高灵: 没有可是! 只有无知无明。你们已经有一位如此伟大的指导灵在你们的身边。你们只需要去认真的听每一句话, 然后行为、成为那样子。你们便从不只是从身体的病痛, 你们便从所有的束缚当中脱离出来! 不只是你这个疾病和疼痛方面、精神、物质、体型, 所有的一切。所有的一切当中释放出来! 一切的一切, 一切的一切, 困着你们的不只是你的肉体! 你以为你肉体没事了, 你就没有事了? 你就不会被困了? 你会被你头脑里面的所有东西困住! 包括这个物质世界所有的教条、影响困住! 你觉得你走出这个屋子, 你外面就没有一个牢笼了? 你走出这个屋子, 你外面还有一层牢笼! 你走出这个牢笼, 外面还有一层牢笼! 无数个牢笼困住你们! 你还以为你真的从这个房间走到过道里面去, 你就获得自由了? NO! 那是个假象, 那是个幻像! 所以不要以为拿掉了这个痛苦, 你的生命就自由了! NO! 你以为拿掉这个痛苦, 你的生命就没有痛苦了? 不是的! 你想象一下, 如果你的孩子在黑暗的能量里面被侵蚀、被控制。你不痛吗? 只是把这个痛从子宫上面转移到了你最爱的孩子身上, 明白吗?

2024/08/20 – 我们的信息是活的

第一个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XX, 37岁。

高灵: 首先我们连接到你的这个灵魂这一生选择来到这里, 它是一个又很多比如说有想要去实现的梦想, 有很多宏伟的蓝图或者有很多远大的目标。它就想干出一番成绩吧。所以这一生它会一直在一种推动自己, 就是把自己push的很紧。就有一种就好像是水龙头的水杯开的很大, 因为你想要接很多水, 但是往往会接不住。这种接不住那么多水会导致你有一种好像是焦虑或者是着急, 有一种就好像要去找办法, 这样子。因为你不会妥协的, 就是你的这个灵魂不会give up, 不会躺平的。所以你会一直走在探索的这条路上, 就有一点越这样你越逼你自己, 越逼你自己你越是..... 就有点心慌意乱, 有点着急了。因为你内在有一个急促的声音告诉你要做点什么。就算你取得了一点小成绩, 你不会满足, 你也不会罢休, 你会一直push yourself, 那种前进前进前进, 像是后面有一个东西一直推你自己一样。我们现在连接到了, 因为它跟你这一生的人格, 就是你如果说要来修行的话, 你就是要来修一个慢、稳、定, 明白吗? 就这几个点。因为我们连接到你的能量, 它一直陷在目前是相反的状态, 就是急、就是慌、不安, 就是这种相反的一个状态。所以有一点越是着急, 越是很难真正的创造出一点什么。因为你创造不出来, 但是你心中有一种远大的梦想或者是目标又逼着你去这种。你又是进入到这种循环里面。所以这就要走到一条修行的路, 然后可以让自己慢、稳、静、定, 这几个字。因为当你从这样子的状态进入到另外一个状态的话, 那么你的这些就会按照你的意愿去创造了。

问: 我就是要保证这几个状态, 先稳定下来, 然后就会进入到一个创造的状态?

高灵: 不是说保证, 因为你没有办法保证, 因为这是能量层面的。就像你自己在学走钢丝, 你说我必须保证自己再钢丝上面平衡好。那如果你是新手呢? 对吧? 你是刚刚才开始学呢? 无论你怎么保证, 那就是走不好。所以它就必须什么? 得去通过你自己没日没夜的练习你平衡的能力, 那么自然而然你就可以在钢丝上面很好的平衡了。

问: 什么工作是适合我的? 我现在的工作适合我吗?

高灵: 这么说吧, 工作只是投射出你自己内在的状态, 比如说你的状态是比较着急, 也想干点业绩, 但是总是好像不能达到自己想要的样子。其实工作你是会有起色的, 但是这种起色会让你感觉到很消耗, 就不是那种轻而易举或者是轻松。因为你不断地给自己有很高的目标嘛。所以其实别人看可能会是不粗, 但是在你自己眼里远远不够你自己想的那样。那怎样才能达到我们刚刚说的静、定那样子的一个状态? 那就是修行。修什么呢? 修你的心, 然后还有智慧、修心, 就是这两个点。还有一点你们需要明白的是你们会以为你们来到这个世界上, 比如说工作占的比例很大。但是你们来到这里, 所有灵魂来到这里实际上是来修这个灵魂的。那工作是来反射出你修到哪里去了, 比如说你现在还没有修, 那你工作的时候就会呈现出来很多你还没有修行的状态。那比如说你开始修了, 通过工作你也可以开始呈现或者让你体验到你可能比以前更安静。那等你修到一定的境界, 通过工作投射出来就是说无论是在什么样的场合, 你都是如如不动, 明白吗? 所以说工作只是一个场合或者一个镜像来让你

看到不目前还在一个什么样的状态。但是因为你们会把工作在你们的生命中占的比例很高，但是你们的灵魂不是为了工作而来，工作只是它的一个擂台一样，打擂台。

问: 怎么样修心，修智慧?

高灵: 我们如果告诉你的话，就是通过我们的信息。因为我们有十本书的信息。你不需要每天看，但是如果你跟我们的信息保持连接，就是产生了连接过后，在你需要的时候，当你翻开书，你要的信息就在你眼前。你就是在被指引。就是它会根据你..... 因为这个能量是活的，它就好像跟你产生了连接，就是你的意识跟我们的意识产生连接过后，随手一翻，它就会出现在，你当下比如说你跟你的客户产生了矛盾，你打开那本书的那一页，你眼中看到的信息就是关于那会儿你需要通过它明白什么、学习到什么、看清楚什么。所以说你可以把我们所有的书放到你的身边。就在生活中你可能会产生一些烦恼、或者一些愤怒或者任何情绪，你觉得你想要去翻一下这个书，那会儿就会得到明确的指引。所以就好像你身边有一个大师一直在指引你，指引你在生活中应该是从这个角度去看，应该是从你发生的事情当中获得的是这个。因为你不要用传统的观念看那个好像是书，我们想告诉你我们的信息是活的。活的是什么呢？活的就是会在每一个当下你需要的时候给你明确的一个指引。你要做的就是跟让建立连接。你已经在看我们的书了是吗？

问: 对，每天都会看。

高灵: 你可以把它打印成书，用书的形式。

问: 一本册子。

高灵: 对，我们有专门的书籍的模式，你可以在群里面跟他们下订单。然后它就会指引你。你建立连接的话，一个月回来反馈，你就会有非常大的变化。这个速度就会非常的快，这就是修心。你就会发现你就会不断地从你生活里的各个相当中不断地提升、成长、蜕变、转变。然后每一次它都是给你一次一次的解锁。

问: 其实我现在要做的就是修心和智慧.....

高灵: 不只是你，是所有的生命体。

问: 那是不是我从事什么工作不重要? 只要把这些做好了，一切就好了?

高灵: 你如果是通过它，让它来反射你的状态，那么任何都是成为你的助力，它推动你去蜕变和成长。它都是你的助力，帮助你的力量。那如果你不明白，你觉得你就是来混一份工作、拿一份工资的话，那你就错过了从你的每一个相和你深陷的地方去学习的机会了。然后我们想说，你只要跟我们保持联系，就这个信息层面的一个联系，你就能完完全全的展现你心中远大的志向。因为你内在的能量很大，还有你的行动力，还有那种源源不断的想要去突破和创造的能量，都会去展现出你自己心目中想要的样子。

问: 在这个过程中，我觉得特别苦特别累，比如说我就要去学习考各种证书.....

高灵: 我告诉你, 你学我们的信息, 你不需要学任何其它信息, 不需要去拿任何证书。因为你将会发现一切都在你的频率里面, 一切都在你的意念里面创造, 而不是技术。如果你真的需要某方面的专业技术, 那么你会吸引一个这方面的人来到你的身边, 而不是你亲自去学, 明白吗?

问: 我之前也看这些, 我也是非常相信。但是因为我从事这个职业就需要我去拿各种证.....

高灵: 那你为什么不成为你那个职业的老板呢? 你要是学我们的, 你不需要去学任何技术。如果那个技术是你需要的话, 那你会显化一个拥有这方面专业技术的人在你身边协助你。除非学习那个技术是你最大的激情, 那么你就去。如果你只是为了去创建什么的话, 你不需要, 明白吗? 因为所有的一切都是以最快的速度建造, 就是给它建出来。那你说你去学这个要花几年的时间? 那你几秒钟就可以吸引一个这方面的专业人士来协助你? 明白吗?

问: 我学的过程当中我挺痛苦的。

高灵: 那你就不要。

问: 不能扩展我的思维和认知.....

高灵: 不是不是, 你要记住你是个创造者。你是个创造者, 你肯定是以最快速的。你明明有一个洗衣机你不用, 你却用手来一件一件的洗衣服啊? 明明有一个挖土机可以把那个土挖出来, 你却要一铲子一铲子的在那挖呀? 为什么不用挖土机呢? 你蠢吗? 水管一打开就有自来水, 你还要去挑水? 你不是浪费时间吗? 因为你是个创造者, 你创造的话, 你肯定是以最快速的、最直接的方式。你想象一下电流, 它是不是以最短的路径去传播, 对不对? 所以你也一样。因为你想象一下你有很多梦想、很多计划、很多目标, 你不可能去一个又一个学。而且你学那个根本不是你enjoy, 不是你享受而是为了达到某一个, 就是你的一个蓝图。那你肯定是选择最快速最捷径的一个方式, 明白吗?

问: 我的家庭关系这一块有什么问题吗?

高灵: 没有任何问题, 而且你处理家庭关系只会浪费你的时间, 在消耗你。所以你不需要去关注他们, 目前你只需要关注我们的信息, 还有你生活中平时要做的事情。为什么呢? 因为借助生命那面镜子, 然后我们的信息不断地去, 就好像在重新给你组装一个程序一样。这个才是你真正需要的, 其它任何不需要去关注。为什么呢? 因为你现在在提升你的频率, 你在转变你自己。当你转变你自己过后, 外界的一切都会变。以前的关系已经死掉了, 明白吗? 因为你的身份在发生转变, 所以你不需要去处理任何。

问: 之前有一个人帮我走出自卑.....

高灵: 你没有任何自卑, 你没有自卑的问题。这是你在认识你自己的生命的一个过程。

问: 因为他帮助我认识我自己.....

高灵: 那个你已经死掉了。你现在是一个新的, 就比如说你之前是一颗种子。但是现在你经过跟我们的一个接触, 我们是水, 我们是土壤, 我们是阳光。你不断不断地..... 你已经不是

种子了。因为我们感受到你的敞开和跟我们的连接感，所以你的变化会非常迅速，而且你的变化是必然的。这个变化是必然的。它就像一颗种子丢到了土壤里面，它必然会生根发芽、开花结果。所以这个转变是必然的。

问: 我需要有专门的老师来指导我吗?

高灵: 刚才我们不是说了嘛，我们的书，你跟它建立连接，它就是你身边的指导灵，它是活的，不是死的。它会根据你当下给你指引，就是在你需要的时候随意翻开一页就会是你的信息。还有就是参加JOJO老师的线下课。

问: 我这边还有什么问题需要提醒我?

高灵: 首先我们想告诉你的就是说，因为你现在是把你自己敞开，然后敞开、锁定了我们。就像你这颗种子已经进入了土壤，已经准备去突破了，准备长出嫩芽，然后再继续再继续。所以你只是不要把自己从土壤里面拿出去就好，就这么简单。你只要不把自己从土壤里面拿出去，只是敞开，都不需要学习，只是敞开。因为当你跟我们的信息发生连接过后，你会在需要的时候得到什么信息都会送到你的眼前，你都不需要去怎样，明白吗?

问: 那我就是加入群、看书，这样就.....

高灵: 你就已经在被指引了。你的指导灵会一直指引你，就是你在灵界有一个老师，它在指引你。

问: 这样就可以了，不需要有额外的老师再来指导我?

高灵: 你是说生活中的老师吗?

问: 对

高灵: 生活中，你记住这两点，第一，你们不需要任何老师，然后任何人也是你的老师，明白吗? 不需要任何老师的意思是说，第一。你不需要任何人来指点你的生命、生活。因为他们不知情，他们对你这个灵魂不知情。但是任何人也都是你的老师，你可以通过任何人，这个反射和他存在的状态，就是让他来帮助你去看、去转变、去提升，明白吗? 所以任何人都是你的老师，那也没有任何人能成为你的老师。为什么呢? 你的内在才是知晓，你的老师在你的内在，它在你的里面，不是在外面。所以如果任何人想要成为你的老师来指点你的生活的话，你让他滚开。但是你却可以去通过他所是的状态来投射出你自己从中，就是从他身上来协助你成长。但是这个是在你内在的。就是你可以通过他的一个反射来认识你自己。但是他张开嘴巴说我来指引你..... (断开)

第二个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX。

高灵：我们连接到你的灵魂主题，因为你没有多少要个人突破的，从灵魂层面来说，更多是像一种空气清新剂，就在地球来说。就有一种比如说地球上的空气很臭，然后你就像空气清新剂一样来除臭的。

问：因为我是学公共管理的，我自己理解的是不是我还有一定的社会责任感？

高灵：NO NO NO，这跟你没关系，你说的都是物质层面的。从灵魂层面，就是这个灵魂它来到地球，那说的简单一点，就是你来净化这个地球的吧，就这么说吧。很多灵魂都有它灵魂需要突破的地方，但是你需要找回身份，明白吗？你虽然没有一个突破，就是突破主题。但是你会需要去记起来和找到你的真实身份，并以那个身份去存活去、去生活、去存在。那不然的话，你就好像是一条鱼没有在水里，它在岸上。所以它不能活的很快乐，它也不能享受到生命的愉悦。那它也不能成为一条比如观赏鱼。人家说，哎呀，鱼怎么这么痛苦啊？鱼原来是这么痛苦的生命体。因为你没有在水里，别人也欣赏不到鱼原来是那么快乐的、自由自在的，明白吗？它就不是关于你灵魂的历练，而是说你需记起来你的真实身份而存在。这就是你的灵魂主题吧，就是来照亮这个地球或者说空气清新剂，就是来呈现出不一样的状态。就比如说他们可能都是以这种打呀杀呀的方式玩这种野蛮的游戏，但是你却玩的比较高雅。我们好好谈判、好好说话这种。就好像你是文明人，他们是野蛮人。你来给野蛮人做一个文明的模板出来。但是这个过程，你需要越来越发现自己的生命，就是灵魂。然后去记起来你自己真实的身份，然后以你真实的身份存在着就可以了。那你刚才提了一个问题是说你到底适合从政还是经商？这么说吧，都不适合。那如果说适合的话，那其实你都可以做，那就是都适合，那也是都不适合。为什么呢？因为这些都是让你再进入到集体意识，就是旧有的程序里面去。但是你却新的，你却是在外面的，明白吗？这么说吧，你应该是站在岸上的人，让在水深火热里的人看到人应该站在岸上。那你和他们一起跳到水里面去了，他们便缺少了一个可以去借鉴和对照的模板了，明白吗？因为你本来就是一个不在集体意识以内的，就是从你的灵魂来讲。你的灵魂来到这里是为了去唤醒那些在集体意识里面的人。但是你却是在加入他们。所以如果说适合的话，那都适合。如果说..... 那都不适合。为什么呢？没两样啊，它们都是集体意识，没差别。你就好像是说我在河的这一头还是那一头？反正你都是在水里，你都在河里，对不对？那你应该在岸上，明白吗？到底什么才是适合你的呢？那就是说你越来越多的以你真我的方式，就是你灵魂所是的方式去存在。那么自然而然你要做什么，就是它的路线已经被安排好了，不是你头脑去选择的。你刚才提的那些问题，它是头脑的一个选择。就好像你的这个文件包里已经包含了你的路线、你的剧情应该怎么样怎么样，它已经包含在那里。你只需要去展开就行了。只要越来越以真我的方式，而不是以头脑的方式。因为你内心会有一个这个我更想要或者更舒服、更激情的事情，但是你头脑可能说这个不稳定，这个连收入都没有，我接下来有房贷..... 这个就是头脑，明白吗？你说我现在都已经要成为爸爸了，我要养家，我要养育孩子..... 这就是头脑。如果我们告诉你头脑里面不要有任何担心、不要有任何担忧，就是所有的一切..... 这么说吧，你已经拥有世界上所有的财富，以那种状态去做选择。你已经是一国之君、一国之王，从那个地方去做选择。就你不需要考虑物质、考虑身份、考虑地位、考虑后顾之忧。那从那个地方去做选择，那你会选择一个更多是遵循你的内在、你的内心和你的灵魂的路线。而不是因为物质角色或者是担忧、或者是生存的这些问题。所以说当你在做选择的时候，你先把自已放到一个首富的状态去选择吧。

问：真实身份是哪方面的呢？

高灵: 是你这个灵魂, 你这个energy, 你们都是一个灵体。一个灵体它选择这个角色来到这个地球之前的..... 那个身份是什么? 是光、是爱、是无限, 那个是你们的真实身份。你是光。所以你永远不会加入黑暗, 永远是照亮黑暗。然后你是爱, 所以你永远不会用分裂的手段, 你永远都是用合一的手段。这是你的真实身份。

问: 我跟我妻子和我宝宝的关系?

高灵: 现在只有你, 只有你成为你自己, 不只是你跟家人的关系、跟孩子的关系、你跟世界跟人类的关系都是在一个滋养的状态, 就这么简单。就好像你把你这个东西刺破了, 没有任何能够包裹你的光了, 光芒万丈照耀着一切, 不只是你的家庭和孩子, 还是整个人类。

问: 我需要更遵循内心去做决策?

高灵: 没有什么做决策的。做决策只是你的头脑里面..... 你只是需要去, 你已经处在一种无限, 所以你不会因为匮乏、不会因为担忧或者为了将来的保证而去做什么。你已经是无限了, 就你拥有无限的财富、无限的资源、无限的这一切, OK? 然后你只需要在这样子的..... 因为你的出发点就是无限嘛, 而不是说我要不去赚钱, 我们家孩子就没有奶粉了, 就是这种。那你就是进入到头脑和限制里面去, 明白吗?

问: 有没有什么其它好的建议?

高灵: 就是跟随JOJO老师。因为这里面有你所需要寻找的一切, 包括你自我的一个身份, 还有包括你人生展开的方式, 所有的一切。

问: 像我这种类型的多吗?

高灵: 如果是从整个世界来说, 我们可以说它不多。但是这些不多的能量形成在一起可以照亮整个地球、整个宇宙, 明白吗? 所以它不在于多, 而在于它能量的强大。没有任何问题。你只需要把你自己放到你自己的位置上即可。

2024/08/21 – 灵魂主题之展现打不死的小强精神

问: 我这一生的灵魂主题是什么? 我49岁, 我叫X。

高灵: 你的灵魂主题就好像是来展现, 不是那种好像要从这样到那样, 就是展现你的, 就像是打不死的小强或者是越挫越勇, 就无论我经历什么我都可以重现再来的那种精神和那种能量状态。如果这么说的话, 那更多的是(关于)你来地球来展现一种顽强的生命力, 就打死又重生、打死又重生, 那种重生的能力。就好像人家从你身上看不出来你死过很多遍的那种感觉。所以你就是来展现的, 你的灵魂主题。而且死的次数越多, 你越强大的那种。所以如果你给自己设置的挑战越多的话, 就越能展现你的生命力, 你就越自信。所以你的自信是来自于你自己的经历和体验。那你这个灵魂就是来展现的, 就是来给女性们或者是给其他生命打气的。所以你是有疗愈能力的。你的那种疗愈能力就让人们可以不颓废不妥协。这是你的这个灵魂是这样子的, 也是你的灵魂想要呈现的样子。但是在这个过程中, 如果你还没有悟到或者是学习到这些所谓的生命的真相的话, 它对你来说就好像是一种被迫的事。就一个是你不知情被推到舞台上, 人家来打你。和一个你自愿上舞台去挑战、增加你的功力。这两种背后的动力和你到底知晓还是不知晓的状态是不一样的。所以如果你越来越知晓的话, 你就会玩的很开心。就像你身上有一个绳子去蹦极一样, 你会玩的很爽, 因为你身上有安全带嘛, 有保险带。那如果你不知情你身上有根绳子, 把你退下悬崖会把你吓的要死。所以当你越来越多的去探索关于你灵魂的主题和生命的真相的话, 你就会玩的很嗨, 你就会在不断地升级的过程当中体验到生命的乐趣, 而不是总是体验到怎么又这样或者是吃惊、惊吓。

问: 我总是会发现别人身上的有点, 就总是往好的方面想。

高灵: 对, 所以你能重启嘛, 不断地重生。

问: 我跟我老公的灵魂主题是怎么样的?

高灵: 你老公他就好像这一世他来你这里, 你会给他那个韧性的能量是他需要的。因为虽然其实他看不出来什么, 但是其实他内在是比较脆弱的。但是你内在, 就是你看上去好像没有攻击力, 但是你的韧性, 就好像有一根绳子它永远都不会断一样。你的韧性非常牢固或者是强大的。所以你们就好像是有一种灵魂层面的影响吧, 就你会在灵魂层面给他一种..... 然后通过他, 对你来说他的存在更多的是让你对生命更多的认知和了解。因为他身上还有蛮多被疗愈的地方和疗愈的点。然后就好像他是个病人, 然后你是个医生。他在你身边, 你就可以去通过他的症状去认识一些比如说你将来需要疗愈的对象的状态, 明白吗? 所以你对他来说更多的是有一种精神需要他去学习、去看到、去明白是什么。那他对你来说就好像你自己身边会有一个patient, 那个patient是你这一生要去面对的病人的一些症状。所以从他身上会映射出很多病症来让你明白, 明白以后你面临的病患们是什么症状。所以就易碎的地方, 他其实都会有的。

问: 我老公是那种喜欢讲大道理, 喜欢挑我的刺。

高灵: 他有一种表面上是在说你的问题, 但是实际上你没有多少问题, 问题都在他身上。

问: 我和我老大的灵魂主题? 她叫XX, 18岁。

高灵：你是你们家里的礼物。所以他们其实都是来从你这拿东西的。所以你坚韧的，我们说的是你的灵魂啊。你灵魂是什么样子只有你觉醒过后，就是从这个物质角色当中脱离出来过后，你才能完完全全体验到它本来就是的状态。在这之前还会有你的小我占据你的话，你不一定能看到这些品质。就是你的那种坚韧和韧性，就好像有一种无声的力量会给她..... 因为她也会比较易碎吧，就是可能比较容易倒下，但是她又站起来，倒下又站起来，就是这种。会给她很好的一股内在的力量，来让她不断地让自己越来越强大。所以是一种能量层面的支持和滋养。

问：我的小姑娘呢？她11岁，叫XX。

高灵：也是一样的，你像他们三个人的指导灵一样。只是对他们人生的一个引导和指导，就好像一直是身后源源不断能量给他们。让他们可以从中去，好像又有疗愈功能又有滋养功能。然后又是无条件的爱、包容、允许、支持。因为你自己本身的话，它就是一个好像是来疗愈众生或者是来给的。所以就算你收回到什么，其实它都是一个反射而已。比如说你的光找到他们身上，然后照亮你，明白吗？因为你本身就是光源的话，你也不会从他们那边得到什么。但是不代表你不会体验到，但是体验到的实际上是你自己的光照过去。

问：我想看一下我爸妈的灵魂主题。

高灵：只能看你跟他们的关系，灵魂主题需要他们自己来探索。而且灵魂主题当你来探索的时候，它就产生变化了，明白吗？因为当你在跟我连接的那一刻，你的灵魂主题已经发生变化了。为什么呢？就像刚才说如果你在不知情的情况下，如果都是你的小我占据你的话，你会产生恐慌。那如果你现在知道你身上有一根保险绳、安全带的话，你可能就玩的很开心。那这个是完全不一样的频率，进入到完全不一样的世界，它会有不一样的果。

问：这个是我妈妈的照片。

高灵：你妈妈也是一个，就好像你学习包容或者是知道那些人是什么样的人的类型，就好像也是你的学生他们是什么样子。所以对你来说也像是你跟你老公的那种关系。就像是一种病患，你知道对方是什么样子。

问：这是我爸爸。

高灵：也是，也是和你老公一样的。他们就是来让你可以从各个不同的角度来看到你面临的你的学生或者是你的病患他们是什么样子的状态、病症。你跟他们，你记住，是不一样世界的人。他们不会理解你，但是你可以看到他们背后的，就是你可以包容他们，可以去理解他们，但是他们不会理解你内在的这一切。然后我们想告诉你的就是说去学习我们的信息，而且你会进入的很快，会学习的很快、理解的很快。这些都是不断地让你进入你的真我的状态，就是脱离你的小我。这样子你才能真正的像我们刚刚说的，真正的你、灵魂的那个你，它是它的样子呈现在这个世界上。你才能真正的做到跟你的灵魂主题有关的，比如说疗愈或者是引导或者是什么的。

问：参加你的线下课的话是不是会更加快一点了解生命的真相？

高灵：你跟随你的内在，你的内在会指引，它会推动着你做一切。然后参加课是因为你跟随你内在的指引，而不是你想快速的到某些地方。这个不是追求，而是你说你本来就是，你只是需要去看到。

问：说你有十本书.....

高灵：这些书它就是在一点一点的，你刚才前面问的那些问题，生命的真相、能量的运用，所有的问题都在里面。

问：那我想买这个书的话.....

高灵：你在群里面问一下。你问一下会有人告诉你怎么样买。因为还有其他学员。我看一下最后还有什么信息要带给你的。让你归位，反正就是这两个字，然后你归位。你自己心里应该清楚的。我说太多的话，感觉我像在拉人头一样。你自己跟随你自己内在的指引。你应该就是结合你自己的体验，你应该很清楚这些信息在说什么。

2024/08/23 – 做个疯子

问: 我腿上, 特别是大腿上会有一些橘皮组织的症状。请问这是为什么? 我的身体有什么信息要带给我吗?

高灵: 信息带给你的是减少对外界的、包括你的物质肉体的一种关注。你把你想象成一股烟。

问: 我前段时间做了一个非常清楚的梦, 有一个人在梦里面告诉我我应该辟谷。这个梦很清晰, 但是我根本做不到不吃东西。我想问一下这个梦有什么信息要带给我吗?

高灵: 带给你的就是你没有在你的位置上。

问: 能再进一步解释一下吗?

高灵: 做一个梦, 梦里面人的一句话你都要去跟随。你是主人吗? 还是你是佣人? 为什么自己是个佣人呢?

问: 我还以为是不是灵界有什么信息通过这个梦要带给我?

高灵: 所以呢? 只要是灵界的信息你就是佣人了是吧? 灵界是供你所用。

问: 请问我还能再问一下我现在的灵魂主题是什么吗?

高灵: 刚才这几个点你看到了吗? 那就是你目前需要你看到的。你把你自己当成一个固定的肉体, 那你肯定就有限制了。所以如果你把你看成一股烟呢?

问: 我跟那个比我小很多的男孩子, 我觉得我自己心境改变了很多, 我能问一下我跟他现在的灵魂协议是什么吗? 那我是以什么样的方式去帮助他的呢?

高灵: 你不需要去帮助任何人, 因为这里没有人需要你帮助。他们不过是你不同的振动频率投射出的不同的果而已, 仅此而已。这么说吧, 你的身价变了, 你突然变成了世界上非常知名的作家或者是灵性导师, 你跟他的关系还跟现在一样吗? 他都要排队来找你, 你觉得你们关系还一样吗? 那为什么你站在原来, 站在你现在站的这个位置来处理你们的关系, 来帮助他? 还是说你只是去不断地前进前进前进。所以当你自己成为最高版本的你, 简单点说就是活出来你自己过后, 你可能一句话就帮到别人了。你现在有力量吗? 你现在一句话有影响力吗? 因为对方会赋予你影响力呀。你只是个nobody。那如果你达到了一个世界知名的一个..... 然后呢? 那会儿的一句话和现在的一句话带给对方的感受是一样的吗? 那你同样一句话从你的嘴巴里说出去..... 那你还觉得所谓的一个帮助、事情的本身、那一句话或者是那个什么的吗? 所以你还要再专注于什么行为上面吗? 还是说你的身份, 就是你是谁。你到那里? 我们说就像你目前把频率当成是一个数字, 你在数字一百的时候做的说的、用力的和你在数字一千一万的时候能一样吗? 你达到了一万的时候, 你不需要说话呀。所以没有任何问题需要你处理, 任何来到你身边的, 他们只不过是来让你知道你在哪里。这样你才有一个衡量或者对照的一个标准。不然你在物质世界体验不到。

问: 那我觉得我下一个关于他的问题就没有必要再问了。

高灵: 这里没有他。如果你被困在这里, 只说明你目前的境界在这里。就是你目前频率在那里, 境界在那里。当你focus在你自己身上, 然后不断地拿开你的限制或者转变你的想法过后, 你的频率就变了。你自然就不会困在那里了。就这么简单, 我们用物质世界给你举一个简单的例子。为什么转变想法就变了? 那你现在想的是他。那突然出现一个又高又帅, 完全符合你心中的那种男的, 天天都对你各种关心、爱。你跟他又特别同频, 他又能聊到你最感兴趣的事情。他的灵力还很高, 能对你各种给你想要探索的..... 而且还在物质上马上送你一套豪宅。你还能想起来这个小男孩吗? 对不对? 所以说当你级别变了, 那边也就..... 因为你的头脑看不到嘛, 你的头脑看不到这种可能性嘛。你就把这可能性就关闭了, 然后就盯着你的一亩三分田。你不知道整个世界、整片森林都是你的。仅此而已。

问: 我现在还是偶尔还是会感受到喉咙胀和肋骨胀。我想问还是以前通灵告诉我的那个原因吗?

高灵: 不要说以前, 这里没有以前。这么说吧, 你是个能量体, 它不断地在受到外界的刺激的变化而变化。它已经完完全全不一样了。比如说你受到物质世界一些黑暗能量的影响或者是限制性信念的影响, 你变得有很多恐惧或者担心害怕。那你不断地在受到我们的影响, JOJO老师的影响, 又变得不一样了。那你的这个就像一组数字或者像一杯水一样, 一会儿是污水进来, 你连的污水, 物质世界的相, 一直是污水在加你。你说你去测一下, 那个浓度值是不是就变了? 那你不断地洗刷洗刷, 把污水都洗刷干净了, 你再测一下? 那是不是就变了? 但是这个工作是持续的, 并没有停止哦。那你为什么又有以前呢? 那这杯水说以前你测我的值是什么什么, 跟以前有啥关系呢? 因为这个动作是持续的, 没有间断过。所以这里没有以前, 只有当下。

问: 那我当下喉咙胀和肋骨胀的原因是什么呢?

高灵: 你把自己当成这个肉体。你把自己当成一股烟呢? 你不困在这具肉体当中。如果你给它 too much attention 的话, 那你当然焦聚在里面。那如果你能把自己抽离出来, 那这个肉体就能得到重组。它就能完完全全的relax。它就不会有紧张的能量。那它就会处在一种perfect的状态。所以当你在关注它、专注它、找出它的问题的时候, 它就是在紧张担忧的能量投射在这个肉体上。那么你没病, 你都会找出, 马上后面接下来生个病出来。

问: 我脖子上的牛皮癣完全好了, 然后身边的人都说我声音变了, 请问还有什么信息带给我吗?

高灵: 今天的还不够吗?

问: 我就是觉得好不容易通灵, 就想把它都问了。

高灵: 那你是不是有一个信念觉得以后就没可能了呢?

问: 灵界还有什么信息是需要我知道的吗?

高灵: 做个疯子。

2024/08/23- 男朋友不信任我天天吵架怎么办

问: 我跟我对象之间一直有一个非常大的问题就是信任度。他特别不能接受我的过去。这三年就反反复复的提, 说我在欺骗天。昨天晚上也是吵了一个晚上, 我的胃就特别疼, 很难受。想问一下到底是为什么?

高灵: 首先你要知道如果你自己都不知道你是谁, 都是用一个虚假或者是错误的身份在存在着、生活着, 那别人对你误解或者不认识你、不理解你, 不是应该的吗? 明白吗?

问: 我明白, 不过那些都是很多年前的事。

高灵: NO NO NO NO, 你都把那些当真的了。那些根本就不是你, 明白吗? 那些都不是你。首先你自己要去搞清楚你是谁。因为这个不是一下子、一句话或者一两天你就能弄明白的。这是一个过程。你没有走上探索自我的路上, 你们就在进入关系里面。但是这个关系并不是来让你去相安无事, 不是来让你去享受, 而是关系会推动你自己去探索你到底是谁。所以这个关系已经在产生它应该产生的作用了。你们以为你们是来这谈情说爱或者是找个对象就这么过一辈子的。不是的, OK? 你们不是的。你们是一个灵魂选择了一个肉体, 然后来到这个世界上, 然后忘记自己的身份, 然后去拿体验, 然后再去认识自己是谁这样的一个过程。那你刚才提的所有的问题都是当你还没有去认识你自己是谁。

问: 我现在认识到那些过往不是我, 但是他好像不能接受。

高灵: 这里没有他。那他产生的一个作用不过是推动你去探索生命的真相。

问: 我不应该有这种情绪, 对吧?

高灵: NO, 也不是。因为你如果连事情发生了什么, 连真相都不明白, 然后你也跟着别人一起在幻像当中, 这里就没有出路呀。那你看一下传统的, 就是其他没有找到我们的人, 他们解决事情的方法: 要么就是先把事情处理了, 相安无事, 过段时间又吵? 然后又去找其它方式? 又重新去找一个对象或者分开, 明白吗? 那就是传统的, 就是在没有接触到我们的那些关系当中, 他们试图在找出路。你看一下他们找的路, 不过就是多一些误会。

问: 我也发现有些事情没有找到本来的自己, 有些事情都是重复的发生。

高灵: 是的。所以当你能以你本来就是的状态存在, 那这些误解也不会发生。那你知道你自己的身份, 还能帮别人去看到他们的身份。

问: 就是我首先要明白我自己的身份, 然后再去帮助别人?

高灵: 不只是你们个人有这样子, 你看你们的集体当中, 大到世界上发生的冲突都是来自于你们对自己身份的不知晓。所以你们会产生如此多的误会导致的一些冲突。

问: 那要怎么样才能很好的知晓自己呢?

高灵: 学习我们的信息, 去知道生命的真相不是一个单独的角色, 就是你这么短短几十年的存在。那个不是你的生命, 明白吗? 不是那个。所以你的身份也不是你目前身份证上那个样子, 那个名字。你们远远大过于那个。

问: 比如说在灵界, 信任也是一种美德吗?

高灵: 信任不是你理解的那样, OK? 这里没有所谓信不信任, 只有你是知晓还是不知晓? 你是知道还是不知道? 你要么是活在误解当中, 你要么是活在知晓当中。你活在知晓当中, 你需要信任吗? 你不需要信任, 你只是知道而已。就这么说, 你需要信任明天天会亮吗? 你不需要信任明天天会亮, 对不对? 你知道明天天会亮。所以你需要信任去支撑这些吗?

问: 当你全然的知道之后, 所有我们定义的美好和不美好、错误和正确的事物都是不存在是吗?

高灵: 当你在全然知晓的状态当中, 是不是? 那你就是佛了, 你就是那样的境界了。

问: 在这个角色里有可能成为那种状态吗?

高灵: 你说呢? 你们历史上有人给你们展现过呀。那种只是爱的一个存在状态。

问: 那那种全然知晓的存在状态历史上是谁?

高灵: 不能说是谁, 因为有些他们本来就是那样的状态存在着, 只是你们不知晓而已。

问: 您刚刚说佛陀是爱的存在状态?

高灵: 一种境界, 一种达到了佛的境界。

问: 佛就是一种境界?

高灵: 如果说是意识程度, 你的意识程度达到了什么什么。所以这些事情都是来推动你自己成为佛的境界的。你的关系的存在不是来让你沉浸在里面相安无事的谈恋爱的。

问: 就是有什么问题后去推动我去探索自己是吧?

高灵: 推动你去发生转变, 因为你不发生转变, 这里就没有出路。

问: 那能不能看到我现在有些什么问题呢?

高灵: 我们连接到你目前的能量, 就好像你的灵魂想要从这种被动和混乱的状态当中出来。它想要成为一个主动去创造和影响一切的, 就不再是受着外界的影响, 就是一个掌控权或者是方向盘拿到自己手上。

问: 我要怎么做才能让它实现这些呢?

高灵: 它要出来。

问: 怎么让它出来呢?

高灵: 还是跟随我们的信息。这么说吧, 就像你们对生命的认识的一种误解, 然后这些信息可以慢慢慢慢帮你解开误解, 让你知道你的真实身份, 而不再是以一个物质肉体、角色去行动, 而是脱离那个。因为你被困在物质角色里面的话, 你就会遇到很多这样子的误解、限制。所以跟随我们的信息, 然后当你想要连接的时候就敞开连接。然后这就是你最快速和最直接的一条路。

问: 我可以请高灵疗愈我的胃和肚子的问题吗?

高灵: 你稍等, 我们连接观世音的能量。

观世音: 你想要疗愈胃部, 我们连接一下你的能量。我们连接到你的胃和小腹, 就是这种地方, 它里面就好像是吞进去或者是被扔进去或者是连接到很多黑暗和攻击的能量在里面。这么说吧, 你周围或者是像管道一样, 他们管道里面的污水流进了你的身体。然后你的这个地方就像是一个容器一样。你轻轻的闭上你的眼睛, 然后放松。然后我们要清理不属于你的能量。你想象一下你现在像是一个球体, 然后我们把它剖开, 把里面那些球体、里面那些污水全部排出。它跟你没有任何关系, 它不是你, 一切都是错误的。不断不断地让这个污水流出你的身体。每次你在上厕所小便的时候, 你就想象这个污水通过这个渠道流出你的身体。清理、不断不断地清理。当你们紧紧的和我们产生连接, 那些污水不会再进入你。你好像被包裹在玻璃罩里面, 在光和爱里面。你不再对外界的分裂、攻击、黑暗的能量敞开。它们跟你没有任何关系。你被光、被爱紧紧的包裹着, 不再受到任何外界黑暗的能量对你的影响。你不再产生恐惧、不再产生害怕、不再担心。因为你知晓你自己的真实身份, 你在你自己的位置上, 安心的坐在你的位置上。

2024/08/24 – 你已经找到了光

问: 我总是感觉到很累, 我想做出一些改变, 感到快乐或者有爱。但是一直改变不了, 在原地转圈。我想知道怎么打破这种困境?

高灵: 你多大年龄?

问: 94年的。

高灵: 我们连接到你的能量, 你有一种就好像有劲无处使。就是有很多能量在体内, 它好像被积压、被堵塞或者是被抑制, 就好像你有一个强大的能量源, 但是它却没有一个通道去把它释放出去。这么说, 它就像是关在笼子里面的一只狗。这只狗的精力特别旺盛, 它是一只猎狗。所以你的灵魂它是一个喜欢挑战、突破、挑战、突破, 就是越战越勇, 就像是战场上的一个战士一样。但是那个战士却没有一个用武之地。那在这样子的一个状况下, 你就好像心中有一股无名火, 就别人最好不要惹你那种。就可能一惹就炸, 然后你也不知道你干嘛就炸了, 好像也没有多大的事。然后我们想告诉你, 你这个灵魂能量太强大。但是它却没有一个出处, 就是这个管子里面的东西特别多, 但是却没有一个出口去把它释放出去。

问: 那会有出口吗?

高灵: 你可以看一下你的灵魂主题。

问: 那怎么看?

高灵: 你问我们呀, 你要要求, 你想要看。然后我们才可以帮你去搜索连接信息。你要不想看的话, 我们就不会去搜索, 就不会去进入了。就像你现在在百度一样, 你没有输入这个关键词, 那也不会搜索这方面的信息来给你。因为这是需要你意识的一个许可, 你想要去。

问: 行, 我小时候好像遇到挺多.....

高灵: 没有关系, 跟这个没有任何关系。

问: 我不知道是梦里还是真实的情况, 我小时候好像有一种符号。这是啥意思呢? 就是橡皮上突然出现符号, 然后我就把它撕碎扔了。我不知道这是真实的还是记忆?

高灵: 你为什么突然想问这个事呢?

问: 就是感觉这些奇奇怪怪的事情到底是怎么回事?

高灵: 它为什么对你来说是奇奇怪怪? 因为你分不清楚到底是梦里面还是?

问: 是的

高灵: 你可以先问一下你的灵魂主题, 如果跟这个有关的话。

问:好,我问一下我的灵魂主题。我叫XXXX。

高灵:这么说吧,我们想要告诉你,你就好像一半是疯子,就是一半是那种特别疯狂的疯子,然后一半又是那种好像是消极悲观。就是一半是那种特别疯疯癫癫,就不可一世的那种,然后另外一半又好像是没有力气。所以你这一生的灵魂主题就是其实如果是说的话,你其实有点像天才的那种特质,你的这个工具。我们就说你这一生就有点像天才的特质。但是感觉你就是来寻找一个能认出来或者能驾驭你的主人一样,就像是那种伯乐吧。因为在你的里面,你其实很难有任何人入你的眼,就是你能够去好像我被你降服的那种。就是一般人降服不了你,就是拿你没办法。因为你好像比谁都狂傲,就是有一种桀骜不驯,就是谁都拿你没办法。就像你是一只飞龙或者猛兽,谁都驾驭不了你,连你自己都驾驭不了你自己。就是你自己都驾驭不了你自己体内的那股能量。因为那股能量真的有时候高的不行,有时候又低的不行,就两个极端。有时候你会觉得你是世界之王,你是宇宙之王,你是最大最强的。有时候你觉得你一无是处。然后这种落差感就导致你自己也搞不清楚你到底是怎么样的。这么说,你就是一头这样子的猛兽。你看那部电影,就是永恒族里沙漠里最强大的那头怪物,就是谁能驾驭它,谁就是沙漠之王,明白吗?所以你就像是一个精灵,你的灵魂就像是一个特别强大的精灵。你这一生,你就想要去认识自己、释放自己的能量、展现自己的能量。然后就是能够认识自己,能够有一个能降服你的存在吧。不然的话,就好像你是一头特别厉害的猛兽,但是没人拿它有办法。这个猛兽自己也体验不到作为它自己作为拥有强大能量的存在的价值,明白吗?所以你的灵魂主题其实就是认识你自己,然后也希望你自己能够找到一个伯乐。这就是你的灵魂主题。但是由于你的能量太强大,一般人你都看不上,就一般人没有办法启动你,就这么说吧。

问:没有伯乐呗?

高灵:看你能不能遇到,只能说。

问:我也想要一个爱情或者恋爱关系,但是总是想进入却进入不了,一直都是。不知道为什么?

高灵:那就像我们刚刚说的,一般人都入不了你的法眼。因为你的能量很强大,所以你看谁都很渺小,明白吗?

问:但有时候我觉得我自己很渺小。

高灵:对,刚才不是说了嘛,有时候你觉得你是宇宙之王,有时候你觉得你什么都不是。

问:那有办法突破这种困境吗?

高灵:当然咯,学习智慧呀。就是学习智慧。然后怎么学习智慧?就是学习我们的信息,你就会拥有智慧,然后更加对生命的一个多元化和包容心。你就不会是你现在本来就是的状态。因为你这个灵魂本来就是的状态,它是两种极端,我们刚刚跟你说了。那你要修平衡,就是对生命不是要么这样,要么那样。因为要么就这样,要么就那样,它是一个黑白对立。它会积压你心中很多好像愤怒,就是比如说你见到很多那种不公平或者不应该的事件,就是你会吃很多这种相进去。就是你觉得不够正义的这种相吃进去过后,你心中会产生很多愤怒之

火。它会积压你心中更多的能量。比如说本身你已经有很多报仇雪恨的那种感觉，你再吃很多相进去的话，它会更加把你体内的压力增大。压力增大，你没有地方释放的话，你就会一点就炸，就好像难以控制，控制不了你的情绪。

问:我想问我跟我妈妈的灵魂关系。我妈妈叫XXXXXX。

高灵:我们感受到你母亲从灵魂层面来讲，她就好像有很多条条框框或者有很多框架。但是你却是一直要突破框架，就是有个框架，你可能就想突破的那种。她有点像是她是来让你体内的能量，就是那个压力值更加大的。比如说可能她会有很多规矩或者她会有很多束缚她突破不了的，然后你就会必须要突破那种，要去打破它。因为你看着它，你就受不了，就你一定要突破出来，有种这种感觉。所以那是不是她就把你内在的能量更加大化了？更加加强了？

问:对对，就是不用再让我感觉困惑，更加压抑吧。

高灵:这个压抑，实际上你现在感觉压抑是因为你还在酝酿当中，你还在不断地烧火加柴，就是像是高压锅还在持续的加压当中。但是你会突破的，会让你的能量积压的越来越大，然后彻底的爆发的。就是它是一个压力，它是一个来给你打气的气筒。它在打气的那种。

问:我能更好的把这个气理顺吗？

高灵:那就是爆发、释放出去呀。

问:我跟我妈的关系就是我能理解她，但是我不太认同她有时候。

高灵:对，她很多东西你想突破嘛。

问:我爸跟我是什么关系？我爸叫XXX。

高灵:你爸其实从间接上来说，他也是增加你的一种叛逆或者是离经背道，或者是有一种你就是要打破、突破，你就是不听不理。他的灵魂会把你的逆反心或者是叛逆心，就是来让你去突破。但是这种突破就好像有一种你们越是说我，我越是不这么做，或者是你越是说我，我越是这样。那你父母他们的存在都是来继续加深你内在的那股能量的。因为你内在的能量与生俱来就已经很强大，还有两个炸弹继续再加深你的那种.....就好像你在一个没有人能理解你的情况下面。所以你心中有一股很深的孤独或者孤单或者不被理解。你再说一下你多大年龄？

问:94年的。

高灵:你现在已经走上一条探索或者是认识生命或者是去突破或者是去展现自己。这么说吧，你现在已经走上你自己个人的路了。你会逐渐的跟生命中的这些人，就是慢慢慢慢的你就会觉得只有你自己的那条路。就你感受到你融入不了任何关系或者是开始跟身边的人脱离、脱节了。

问:但是我挺想要跟人相处挺好。

高灵:那是每个灵魂,它都是想要连接。但是这个是你的灵魂走上一条自我探索或者是去认识自己,就好像找寻自己的这条路吧,你现在走上的。

问:我会被那种很有生命力的人吸引。但自己好像始终成不了那样的人。

高灵:你会的。

问:我好像一直弄不清自己。

高灵:你现在在连接我们的时候,你就已经走上一条自我探索、自我认知的这条路了。你要知道一切都是能量,然后你只是通过这个身体、这个肉体在呈现这股能量。然后你在认识你这股能量。因为在你自我认识的过程当中,你就会看到是什么在加强或者影响或者减弱这个能量。这就是你对生命的一种认知和感悟、体验。

问:我这个能量是不好的能量吗?

高灵:没有所谓的不好,明白吗?就好像你是一把利剑,你这把剑非常的锋利。那到底是伤到自己还是成为一把很好的(武器),那就看是谁在用它了,明白吗?那么你现在就在学习剑术,就让这把剑不伤到自己,也不伤害他人。那这些智慧就是所谓的剑术了。

问:我目前想考公务员。但是我不是真的想当公务员,好像是情况的逼迫。就是进去我也害怕,不进去不也害怕。不知道是希望还是不希望进去。

高灵:你的灵魂不会进入任何条条框框,就是这种组织里面。你的灵魂是自由的,明白吗?

问:但是我现在好像没什么力气,干不了什么。只能加入这种团体。

高灵:你当然可以尝试去加入,因为任何时候你都可以重新再做选择。所以通过这个选择它也在帮你认清你自己。所以不是说做了一个选择,你就永远的做下去。而是说通过每一个选择,你进入过后,你去认识你自己,就像是一个旁观者的心态。就你一边在体验,你一边也在觉察这一切。这样子你就能够去认识你这个灵魂。因为关于这个虽然我们能后告诉你一些信息,但是你并不是由我们来告诉你是什么就是什么,而是说你自己去体验你是什么。那个才是属于你的。

问:但是我好像对我自己很没有自信。

高灵:你只是这个时候产生的这个感觉而已,但是它会变的。它会变的。

问:我想努力,但是有时候我不知道我努力是为了什么,就找不到存在的意义。

高灵:你现在已经走上这条路了。你现在已经走上探索生命的真相和寻找生命的意义的这条路了。你已经在路上了。

问:我总是希望有个伴,就算是朋友也好,恋人也好。

高灵：是的，因为你需要这个连接，然后需要一个对你的认知和理解。这是正常的。我们看看你的指导灵有没有什么信息带给你，你稍等。我们想要告诉你的是，你不需要担忧、不需要担心，你现在已经找到了方向。这里就是你一直在寻找的光，来到这里它可以帮你看清楚很多。然后在这个光的带领之下，你也不会迷路。所以你就只需要待在光中，你不会迷路，你也不会迷茫。你不会再一次的回到黑暗当中去。你的指导灵想要你知道的是你现在已经找到了，就在我们这里。然后这就是你一直在寻找的光。然后在这里你也会看的更加清楚，你也会更多的认识你自己，然后你也不会再迷茫。所以你刚刚提的这些问题它都不存在了。这是你的指导灵告诉你的。你可以听一下我们的信息，学一下我们的信息，然后跟随我们的信息。这些信息都会帮助你认识生命的真相，帮助你认识你自己。前面不是说你智慧吗？就是平衡你的能量吗？所以我们的信息里面都有。然后它告诉你的就是说，你不会再迷茫，你也不会再迷路。你已经在光里面了，已经找到了。

问：有一个男孩，我感觉所有进入到我生命的男性好像都是能量很低的状态。是因为我吸引那种类型的人吗？

高灵：把你身边的关系还有异性的关系当成是镜子一样，帮助你去看清楚你自己和体验你自己，而不是当成一个绳索捆绑着你和把你带进去。而是说照见你自己，你会通过这层关系看到你的一个变化。你的指导灵告诉你说把关系看成是一面镜子，来让它照见你自己和看到你自己的变化。而不是你把自己给投进去、扔进去或者捆绑进去，明白吗？这是关系来服务于你的目的。因为你可能会看到你目前体验它的能量比较低。但是随着你跟着我们的信息，你可能能量变的特别高涨过后，然后你会发现他也变了。那通过这个过程当中，你是不是就认识到能量是怎么变化的？因为你们通过这个肉体来到这里是用来学习能量、体验能量、运用能量，明白吗？

2024/08/26 – 灵魂主题之成为说法者

问:我当下的人生主题是什么?

高灵:我们连接到你这一生,你的灵魂.....你是一个说法者,就是来传播智慧、传播高维信息的灵魂。那你现在有没有在做这件事,有没有走上这条路呢?你的灵魂主题的话,你这一生就像是一个说法者、像是一个传道士,传播智慧的一个灵魂主题。

问:那我目前的还没有开始。

高灵:但是你有在学习或者不断地关注这方面的信息吗?就是高维智慧这些?

问:我一直都在关注,从21年开始。

高灵:OK,那你目前就是在找回你的记忆,就是在恢复记忆。因为你如果是一个说法者的话,这些东西都是你内在的,你已经拥有了。只是你需要回忆起来这些东西。

问:其实您说的这些与我内心是契合的.....那能连接一下我的能量,看一下目前我的能量达到哪一个层次了?

高灵:我们想告诉你的就是去见JOJO老师,参加她的线下课。其它会自然而然的展开。

问:那我与JOJO老师有什么样的灵魂关系?

高灵:这么说吧,如果JOJO老师是个校长,你像是个老师一样,就是这样的关系吧。

问:我是她的员工?

高灵:不是。这么说吧,老师跟校长之间的关系。因为老师会亲自去教导学生,但是校长不一定会亲自去教导学生。但是他却对老师会有一个很好的支持和协助的平台。

问:那我现在还有哪一方面的智慧有所欠缺?

高灵:没有欠缺的,你本来就是来做这一方面的事情的,所以没有欠缺,只有你逐渐成为你自己,那个灵魂的你。因为你会去借助这个物质肉体去体验,体验完了过后,你就需要把残留在你身上不属于你的东西拿开。你要知道哪个是你的本性,哪个是你的人性。人性就是这一世来到这个世界上所污染的东西。就是把污染的东西、不属于你的东西清理掉即可。因为这些都在你的内在,然后当你在做这件事情的时候,这些东西自然而然就出来了,它不是外面学来的。然后还有就是对你的频率要求会非常高。那当你处在一个,比如说去参加JOJO老师的课程会让你处在一个非常高频的状态。然后那个就是越来越接近本来的那个你的状态。那在这样子的状态下,你就会好像灵感源源不断,就好像你与生俱来的能力都被激活。就这么说吧,JOJO老师就是个激活器,能把你的灵魂层面与生俱来带来的东西给激活。那你激活了,你体验到了,你就能知道什么是你了,你就能认出你自己,你就能知道你的功能。就这么说,就好像你是一台机器,但是这个机器你却没有正常的使用它,你不知道怎么启动它。

所以它的那些功能你都不会。那被激活过后，你体验过这些功能、使用过这些功能，你就知道这原来才是你，这才是你所具备的功能。

问: 这也是这次高灵引导我过来进行这次对话的原因?

高灵: 是的

2024/09/01 – 慢就是快

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX。

高灵: 我们连接到你的能量, 你的灵魂这一生选择这个主题像是一个过渡。怎么一个过渡呢? 这么说吧, 你有很严重的, 这么说, 你的人味, 你兽性的那一部分的味道很重很浓。然后你神性的那一部分的味道也很重, 就是都很重。就好像你这一生就是来体验两端, 就是体验两个极端。一个极端就是, 你好像完完全全, 打个比喻哈, 加个引号, 就是毫无人性, 都是动物。就是你一半是人, 一半是神。然后你这一次来体验两个极端, 就是这个极端, 两种体验你都会体验到。为什么你会选择这一世来同时体验两个极端? 就是完完全全是毫无人性? 又完完全全是神性的这种? 就好像你在体验剧情角色, 然后你会彻底的忘记一端, 然后去体验另一端。然后再彻底的忘记另一端, 只是体验另一端。那为什么你要做到彻底的忘记去体验呢? 你这个灵魂选择好像是体验冰火两重天, 然后去梳理出来一套属于你自己的就是关于人和神之间的一个规律或者是韵律。就好像这么说, 你在皇宫里面呆过, 然后你又去乞丐巷子里面呆过。然后两个地方你都呆过、都体验过过后。然后就去写出剧本, 就是住在一个最高端和最低端的差别和区别和那种转换的一个..... 明白吗? 总的来说, 你这一生就是来拿体验的, 所以你会体验到两种比较极端的生命状态。一个就好像是被这个物质世界(弄得)动弹不了, 就是困在里面, 动弹不了。什么都拉扯你, 就完完全全的进入物质世界。然后另外一部分你又会成仙人一样, 就好像修仙一样, 就完完全全跟这个物质世界..... 就好像上天了一样, 明白吗?

问: 我知道, 因为我之前感情上面出了很大问题。

高灵: 你多大年龄?

问: 我80年的。

高灵: 你说

问: 我感情也很挫折, 情感方面也伤过不少女人。所以我也很自责。我不知道为什么我这辈子会这样子。其实我内心是很慈悲的。所以我一直在灵修方面进步。我在静坐或做瑜伽的时候, 觉得身体特别不通, 觉得能量堵住的很厉害。能不能帮我疏通一下, 看看我的能量在哪方面堵住?

高灵: 你稍等。我们刚不是说你的人生阶段是体验完完全全物质化的状态, 然后再体验一个就好像你已经是出家人一样, 明白吗? 但是你现在有一种想要逼着你, 就是你这个物质体验还没有结束, 就是还有能量对你的一种拉扯, 明白吗?

问: 但是我感觉这个物质能量在我身体释放不出去, 我一直想释放掉, 不知道用什么方法合适?

高灵: 这么说吧, 就是说你前面的那一部分的功课, 你还没有写下, 就比如说你体验完了, 你要写一篇论文。你还没毕业呢。你的论文还没写呢。你现在就急急忙忙的想要去到另外一个阶段了。你必须要论文写好了过后, 然后老师盖章说你过了、毕业了。你才能进入到另外

一个，明白吗？另外一个的确也是你这个灵魂想要体验的，所以你会有一点迫不及待。就好像你这个科目还没过关，还没考试，然后你就着急的跑去另外一端了。你目前体验到的这些，它只是来让你知道有这么一个存在。让你知道这会是你另外的一条路。但是有一种你现在还是一只毛毛虫，你还没有变成蝴蝶。但是你却使劲的想往花上面去爬，所以爬的很吃力，明白吗？但是在你蜕变过后，就是时机到了，等你蜕变成蝴蝶，化成蝶过后，你就直接飞到花朵上，就不会那么费力了。

问：那我这个身体能量现在能帮我疏通一下吗？

高灵：也就是说现在导致你所谓的堵塞是因为你目前你有一种要把自己往这条路上推的那种感觉。这么说吧，你心中着急要达到一个目的或者目标，比如说修仙、成仙、成道，就这种。所以你先要放下这个，然后先把你物质世界的恩恩怨怨处理好，就还有业力在牵绊着你。

问：就是说灵修其实是一个顺其自然的东西？

高灵：对，灵修没有离开你的问题，就是离开你的物质生命，而是在生命里面。比如说你的关系.....明白吗？比如说你如果有老婆的话，你的老婆？然后你的亲子关系、夫妻关系或者爱人、亲人关系.....所有的这些，当你没有把它们理顺，你需要把这些关系切断。怎么切断呢？是能量层面的一个切断。那包括你跟这些关系的和解。怎么和解呢？就是你真的去理解，从心底里理解它们来到你生命中的目的，明白吗？那这些东西并不是你们一下子就能够明白的，所以需要你走上你自己对你自己生命的一个探索。你需要有一定的，就是你眼睛得睁开吧。你睁开，你才能看清楚你们的关系。那你看清楚过后，你才能知道这些关系它是在你生命中扮演什么角色，怎么来服务于你的。你才能拿到那方面的滋养，你才能拿到那方面的礼物，你才能有感悟。你有了感悟过后，你才能写出论文。不然你这个论文你写不出来，你就毕不了业。你毕不了业的话，那你就被困在这一步了，你进入不了你的第二步。

问：我内心世界还是在纠结，好多事情没放开，容易冲动。

高灵：我们刚刚说其实你的灵魂是知道的，你的另一层向往。你的另一层向往就好像是修仙修道这方面的，明白吗？但是，就这么说，你屁股都没擦干净，你后面还有很多事呢。你还没把你背后的那堆粪变成黄金呢。你得把这堆粪变成黄金过后，你才能去在当下，就好像是重生涅槃吧。

问：我感觉我的第三眼这边跳来跳去，是给我暗示还是干嘛？

高灵：这么给你说吧，你现在不要去追求或者不要快速的达到你的灵能这方面，明白吗？

问：我目前想调理身体。

高灵：你的身体没有问题。我们这么说吧，就好像你现在体验的所有问题，你现在没有从各种关系当中，就是从这个当中得到一个爱的滋养。因为你这个爱，你也没有给出去，那它也没有流回来。它这个让你的心轮是闭塞的状态。所以说只有你的爱流出去了，然后你的爱流

进来了，你才在一直被滋养的状态下，你才不会感受到口渴。所以你现在的症状都是口渴带来的。它没有被滋养嘛。所以它本身没有问题的，它不是个问题。

问：能问一下我下半辈子事业方面能不能再上一个台阶？

高灵：这么说吧，如果你上半段，就是你这一段还没有毕业的话，那你下一半，就是新的一个生命不会开始。所以它需要你启动新的生命开始过后，你的事业才会产生变化。不然的话，在这之前，它是不会有什么变化的。你不过就是拆东墙补西墙，就是你用尽了你这堵墙的砖，然后放到那边去。你说，哇，好像我的墙高了。墙就是你们说的钱吧。就好像你看着这堵墙好高，但实际上你是从那堵墙上拆下来的砖。那堵墙就少了。就这么说吧，你把健康那堵墙上的砖拆下来了，放到金钱、事业的墙上。你会觉得，你看你看，我金钱、事业堆的好高啊。实际上呢？你健康那堵墙上的砖越来越少了。还有你的婚姻、家庭这些，还有个人的一个东西。

问：我想问一下我父亲，我觉得他.....

高灵：打住打住，这里没有任何人，只有你的问题，你的灵魂问题在这里，你着急的想跑，你着急的想去解决问题，你着急的想去达到一个目标。我们知道你很着急，但是你越是着急，你越是在逃开。你得安在这里。我知道有些东西让你很兴奋，比如说对能量的一个探索。这些东西会让你很兴奋。但是你现在去到那里太早了，这些东西会把你打回来。那你提早的去进入到那个状态的话，你操控不了，驾驭不了那个能量。所以你还得返回、停留在你的物质层面，然后去..... 怎么说..... 我们刚刚说你的心轮，需要让你的爱..... 比如说你现在整个人就好像是一只小兔子或者像是热锅上的蚂蚁，就很快。就想快速的去捕捉一些东西，快速的消化一些东西，不停的吃吃吃，你看到没有我要加强营养，吃好多，就这种感觉。你想快速的去吸收营养，让自己的肌肉赶快长大的那种感觉。就这么说，人家健身，本来肌肉长的很慢。但是你却要吃那种催大肌肉的，让肌肉快速成长，明白吗？所以我们想要告诉你的是，先慢下来，然后这里没有别人。你女儿也好，你的爸爸也好，这里没有别人，只有关于你自己。为什么呢？因为当你在不同的状态下，你便有不同版本的女儿和父亲给你去看到和体验到，明白吗？那这么说吧，比如说你现在身价是负债。你欠了一身债背在身上。然后和你的身价是中国的首富。那你说中国首富的身价和你现在负债，欠了很多钱，揭不开锅。这两个女儿的版本能一样吗？那她是不是就完全不一样了？为什么呢？因为她的一些际遇、她进入的世界完全是随着你而变的不一样了，明白吗？所以就是说当你停留在原有的地方，而只是去看待他们的话，没有任何那个什么。为什么呢？因为你只能体验到你的那个频率版本的她。所以当你的频率在产生变化，进入到不同版本的你的话，那里有不同版本的女儿和你的父亲。所以不要去关注他们，他们是你能量投射的一个果。然后你现在最主要的，我们需要让你看到的是慢下来。慢下来，然后和你身边的一切先产生连接。你现在跑的太快，和周围的一切都没有连接。

问：我这段世间我感觉我是谁我都不知道。

高灵：对，就是因为你跑的太快。就像猴子搬包谷一样，看到前面有个西瓜马上就跑过去。它是在这样子的状态下，你的能量。

问：我的心要慢下来。

高灵: 不是, 你们需要明白一个东西, 这里没有什么东西是需要你往前跑或者是去拿是一个东西, 没有。

问: 我现在这个妻子, 能问她的事吗?

高灵: 你的妻子的版本也是你自己的一个意识形态投射出去的版本, 明白吗? 这里除了你, 没有一个是真实的。他们只不过是你的振动频率结出去的一个果, 所以如果离开你的频率只是看他们的话..... 那怎么样我们才能那个什么呢? 我刚刚说, 慢下来。这里没有任何东西需要你去抓或者去学, 没有任何东西。然后你人生的路和版本也已经规划好了。所以你越是能慢下来, 进入到你当下, 然后去比如说安安心心的去悟, 去跟一切产生连接, 去产生你的感悟。那么你这一生来到这个地球, 你便没有白来。你便能去悟到, 感悟你需要感悟的。那你也能在这个阶段毕业, 然后进入到下一个阶段。我知道你迫不及待的想要体验下一个阶段。所以就好像你现在迫不及待的想要进入到高中, 那我们说你初中还得毕业。你初中毕业证没有拿到的话, 你进入不了高中。因为高中的课程你看不懂的。你还有什么问题吗?

问: 就是疏通我的能量?

高灵: 你看, 当我们在让你慢下来.....

问: 我想问一下我的小孩, 你说.....

高灵: 这么说吧, 你只能看到你眼睛看到、能理解的那一组代码, 明白吗? 就算你的小孩是个佛, 你认不出来。你还会指指点点, 你还会对她担心、担忧。你看不到, 你认不出来, 明白吗?

问: 我一直在放手, 其实我明白这个。

高灵: 对, 所以说那怎么说你孩子的问题呢? 因为你理解不到啊, 你看不到啊, 你看不透啊。就像是一堆数字。

问: 其实我知道我任何问题其实是我自己的问题。

高灵: 你也没有任何问题。你没有任何问题, OK? 你来到这个世界上, 你是来学习来体验的。所以我们现在通过灵魂层面让你恢复一些记忆, 让你能知道你当下应该着重的一些点是什么。你的生活也没有任何问题, 明白吗? 你只需要就好像让你这个不断地在奔跑, 就是囫囵吞枣的这种状态在当下静下来, 定下来。然后所有的一切慢慢会呈现在你眼前。而不是我们来告诉你, 它会逐渐的呈现在你眼前。就好像有一个人他发疯一样, 我们跟他说你冷静一下, 先静下来。他冷静过后, 他就想起来了。他脑子就开始清楚了, 而不是说在发疯的状态让人家: 你赶快告诉我, 赶快告诉我。你头脑都是混乱的。就算告诉你一些, 你还是会误解那些。所以当你自己能进入到一个宁静和平静的状态下, 一切就显现出来, 就能够去理解和明白了。

问: 我的高灵想对我说什么?

高灵：现在就是你的高灵在告诉你。刚才就是告诉你你的一个人生主题、你的灵魂它的安排是这样。然后在当下你需要去注意的点也跟你说了。然后外面也没有任何你需要去解决的问题和担心的问题。只需要真正的进入在当下，停留在当下。因为当你不停的想要往前跑的时候，或者是成为或者是达到某一个目的，或者是成为什么或者去抓什么的时候，它是进入到你的头脑里面。你跟你的真我、你的高我、你的灵魂是失去连接的状态。那我们现在说只需要停下来，再回到那个地方，那你能连接电源。那最开始你的电线是断开电源的，那我们现在说你吧电源给插上，一切就正常了。简单吗？你看接下来你要是在这样子的状态下，你马上，很快很快就会变了一个人一样。你会发现当你变了过后，外界一切都变了。可能以前老是跟你吵架的老婆，不找你茬了，她对你也温柔了。以前是需要你消耗好多口舌啊、消耗好多时间精力去处理的问题，没有问题了。

问：我明白了，谢谢你啊。其实我每一天都在感恩，每一刻都很感恩。

高灵：这个跟你感不感恩没有关系。是你能否让你快速运作的头脑能够静下来。无论你想要去前进的方向是什么，哪怕是什么我要成佛成道.....

问：为什么一年四季都在做梦？

高灵：这是你们的一个功能啊。它没有问题的。它是你意识扩展的一个途径。那只能说明你是一个正常的人。你有正常的运作功能，明白吗？当你越来越有觉知的话，你的梦会成为你的一个助力。那如果你没有的话，任何都是..... 就是正常一个功能你都不知道。比如说你头脑的一个功能，你们在误解中。你的这个功能，那个功能，就好像这台机器你根本就不知道怎么运用它。记住，你没有任何地方需要去快速的达到，没有。这里只有当下。你越是能够真正的进入当下的话，那么你就在允许宇宙这台机器正常的运作。不然的话，你就在不停的按错键。你就进入到一种混乱的状态，那就是你体验到你混乱版本的一个，比如说你身体的功能、你的社交、你的情感关系、你的事业、你所有的一切。这也是整个世界混乱的源头，因为你们不知道。那越是混乱，你们越是手忙脚乱的。

问：我的大脑也是经常不停的转，我也不知道为什么停不下来？

高灵：首先你们要知道你们给你们的头脑太多工作让它去保护你。就比如说你有恐惧，它时时刻刻都是在一种警惕的状态要保护你的安全，明白吗？那如果你没有任何恐惧呢？你知道你是安全的呢？你便不会给这个保安，比如说头脑是个保安，让它来充当一个来保护你的角色。它能够relax，明白吗？所以没有任何，只需要你能(不让)头脑去处理或者去计划、去安排的东西。因为一切就像是整个宇宙..... 整个地球上的其它生命，你不需要去告诉植物说春天到了，你快开花；秋天到了，赶快结果子，不然没果子吃了。是不是？那你看到一切万物，无论是动物也好，植物也好，都在它该有的一个频率，该有的一个速度。你也在，明白吗？

2024/09/01 – 连接李小龙

问：我昨天下午突然右手的手指又肿又胀，到现在还有这种麻的感觉。我想问一下这是因为什么呢？

高灵：你可以把它当成一种它不会bother你。你要知道所有外界的一切把它当成什么？把它当成来让你的功夫变得厉害的一个对手，明白吗？就好像他们给你一个拳头，那你跟着这个拳头来锻炼一下你的拳技呢？因为你们在这个物质世界你们有一个物质肉体，那所有的一切你们都需要跟它去切磋吧，跟它打交道，跟它互动。但是外界所有的一切你都可以把它当成是来让你变得更加厉害，变成高手。所以你可以在这样子的一个状态下，比如说锻炼你自己把你的注意力从你的肉体转移到另外一个地方。然后你是不是就训练你自己可以随时的让你的意识不是如此的聚焦在你的肉体上面，明白吗？那是不是对你是一个很好的练习？去善用一切，去利用一切，去转换一切。而不是说被动的去接受外界所有的一切，然后给它一个负面的定义。

问：我能问一下我25年的状态吗？

高灵：那如果我们告诉你这里真的没有时间呢？这里不过是你现在在当下播了一颗种子，然后去呵护这颗种子，不断地给它浇灌，让它在一各各方面都适宜的状态下不断地成长呢？那如果说就算25年你从来不播种呢？你觉得你25年会有丰收吗？那你播了种，你不去管它呢？让它又没水又是被虫咬，又是生病又是这样那样的？明白吗？那也就是说你有没有去播下你意念的种子呢？然后去把你的attention放在你的种子上面呢？然后不断地去拿开各种对你能量的消耗呢？因为你的能量如果消耗在其它地方，你便没有能量给到你自己想要去显化的地方呀。所以说这里有时间吗？你要知道你来到这个地球上你才是主人，你才是那个决策者。如果你不去拿到你的那个掌控权的话，就算..... 就这么说吧，那你们这个地球，你们的命运注定来到这里，那你们体验的是什么呢？你们也体验的是各种黑暗啊、纷争啊、焦虑啊、匮乏啊。那也是体验这样子一个版本的地球。那同样的这里也是所谓的一个天堂。明白吗？一切都是美好的。

问：灵界还有什么信息带给我吗？

高灵：我们想要告诉你们这些在学习灵性信息的一些存有，告诉你们，首先你们会觉得很多事情在推动着你或者是注定的或者怎样，那个力量也是来自于什么？来自于你的真我或者是你的高我或者是无形的那个你，那个也是来自于你的一部分。所以虽然你觉得它是来自于灵界，但实际上那是你的一部分。因为你只是concentrate在你肉体的部分，所以你不记得那一部分是来自于你，所以你会觉得你好像是被动的塞到你手上的。实际上被塞到你手上的东西本身就是你自己，就是时机到了你自己给你自己的。那个自己是无形的你给到有形的你的手上的，所以你们并不是被动或者是被迫，这些都是你们自己的一个路线，自己的一个选择。只是你这个物质的头脑，因为我们现在在跟你的物质头脑打交道，它不记得。那也就是说同样的，如果你对你生命中发生的一切，首先我不去就是一个执念要把它get rid of it，就是命运怎么给我安排这个啊？喊天喊地、骂天骂地的，就是为什么我会遇到这么一个人渣？为什么我被骗？为什么我会被这样？就我们先去拿开对命运的指责或者是抵触。我们先把这个东西拿到手上，就好像这是我来到地球之前我给我自己的一个包裹。那你看着这个包裹又臭又硬

的，就是你头脑会给它一个定义，比如说这个是一坨屎或者这个是一个屈辱，就是你会给它一个定义。我们现在那个定义改变成一个好的定义，它是送给我一个非常大的礼物。拆开这个礼物，我的生命会发生非常大的转机、转变、提升、突破。所以我们先是把来到生命中的任何事件给它一个好的定义，因为这本身就是好的。什么导致它不好呢？是因为你不知情。你不知情就比如说我们常常举的一个例子，然后你不知道堆在你门口的那坨粪便，比如说一头牛走过去，在你这拉了一坨粪便。你在那骂天骂地的，你这是对对我的侮辱吗？竟然敢在我的门口拉屎，臭哄哄的？而是说这里面肯定有你的礼物，你首先要有它有礼物的心态，你才会去进入那堆臭哄哄的粪便，去检测它，去把它掰开看里面有什么。不然的话，你就把它当成一堆粪处理掉了呀，明白吗？那如果那个粪里面本来就有一颗珍贵的种子，它可以让你开一棵金树，不断地结金子呢？那你是不是就错过了？所以说你们对你们生命中发生的事件的定义就导致你进入的下一步到底是收获还是就是一次不愉快的体验？因为你在那个当下就决定了你要进入哪个版本啊。因为两个版本，第一就是你把它当成是你对你的一个侮辱或者一次不愉快的事件，然后你把那个粪扔到别的邻居房间里面去。那别的邻居正好有我们这种想法呢？哇塞，老天给我送礼物了，我来翻一下那边有什么。然后发现有一颗金子，就是一颗种子可以结出金果子。那你还在那抱怨为什么邻居家很有钱？为什么邻居家什么都有？他啥都有，我啥都没有。你还在抱怨老天。那老天说一开始送到你的手上，你不要，你给别人的呀。所以人家的好运是来自于哪里？是从你这里。那你就知道你们的一个认知决定了你们下一步会走在哪里。那就记住无论生命发生了什么，把你带到哪里，请愉快的拆开礼物。如果你没有发现你的礼物，说明什么？你看不到，不是代表它没有。那你们在这种时候去找JOJO老师，她能帮你们看到。

问: 请高灵帮我们连接一下李小龙的能量。

高灵: 好的

李小龙: 我来了，你说什么问题？

问: 你为什么那么喜欢武功？

李小龙: 应该说我什么都喜欢，武功武术不过是我其中之一的表达方式。

问: 你是如何操控能量的？

李小龙: 应该说是如何进入能量，明白吗？你如何把你进入到这个能量里面，和它融为一体。所以不是你在操控能量，而是能量在进入你，和你合为一体去呈现。这是不一样的。

问: 那如何进入能量呢？

李小龙: 你把你变成..... 你把你强化呢？还是把你弱化呢？你如果一直在强化你自己，你这么硬邦邦的能进入吗？那如果你一直在弱化弱化弱化直到无的一个状态呢？

问: 怎样拥有不败的能量？

李小龙: 你在提这个问题就有问题。能量有失败吗? 它本来就没有所谓的什么失败的能量。所以那是你们进入到你们的头脑在给东西定义而已, 明白吗?

问: 为什么明明知道的很多却很难改变自己?

李小龙: 那是你只是知道, 就是吸收了一些信号信息, 但是你并没有成为生命的本身。因为生命的本身没有改变两个字, 它只有呈现。你越来越允许生命以它所是的状态呈现。改变是你们头脑在看到的, 我昨天看到这颗种子还是一颗种子, 明天看到它发芽, 明白吗? 那你会觉得, 啊, 它改变了? 并不是的, 它只不过是呈现它生命的一个过程而已。

问: 你在世的时候一直都是在通灵吗? 你有神通吗?

李小龙: 这么说吧, 我们说通灵像是在睡觉或者是做梦, 没有通灵是在醒来。那我的身体它有它的规律, 该睡觉睡觉, 该醒来醒来。

问: 你选择这种方式离开, 在灵魂层面是想要体验什么呢?

李小龙: 应该说我从没有离开我的生命状态, 是你们在离开你们的生命状态, 明白吗? 你才会产生这个问题, 如果你没有离开, 你不会产生这个问题。所以是你离开了, 我从没有离开。

问: 很沉迷于游戏怎么办? 整个人都变得很down。

李小龙: 这只能说他的身心灵没有同频, 明白吗? 比如说他的身子、他的头脑是条狗。这条狗特别想要去做某些事情, 但是他的主人对他做的事情有所评判。只不过是主人和狗之间的一个隔阂而已, 所以他产生这个是因为这个原因。关于你们物质世界有很多人沉迷于电子游戏, 只能说你们那些沉迷于游戏的人的生命too boring, OK? 因为你们so boring, 你要进入别人的game, 让别人来刺激你, 让你来产生一种刺激感。如果你的生命你自己能够不断地达到高潮的状态, 你不需要someone else make you 爽, 明白吗? 所以如果你能够自嗨的话, 你不需要进入别人的地方来让你体验嗨。因为你们的注意力, 就是你那条狗如果是处于在一种无聊的状态, 那它就会东看看西瞅瞅。那也就是说你们的这个物质世界的娱乐项目越是发达的话, 就说明你们的精神境界越是落后、越是堕落的一个状态, 明白吗? 因为你们会去满足于物质头脑、肉体的一种刺激, 让你们体验到你还活着。如果你们本身就是活灵活现、活生生的状态的话, 便不需要物质肉体给你的刺激让你感受到生命存在的一个状态, 明白吗? 所以说对电子游戏的沉迷是因为你们大多数人都是以肉体的状态在存活的一个状态, 而不是以一个灵魂、灵肉合一, 不是以一个完整的人的存在。它不过就像是马戏团里面的动物一样, 明白吗?

问: 如何确定自己一生要做的事? 就是自己最想要做的事?

李小龙: 那不是你头脑的事, 所以你不需要问这个问题。你只需要明白你的头脑它不知情。你需要做的事情它自然而然就在自动运行。就这么说吧, 你能告诉蜜蜂它要做的事情? 你要采蜜, 你不要往粪坑里走? 明白吗? 那你需要告诉苍蝇你不要去粪坑里面, 你需要去那边, 需要吗? 所以说蚯蚓在哪里, 蜜蜂在哪里, 蛆、苍蝇在哪里你不需要been told、been taught。

你只需要去明白蜜蜂不是说你去教它，你们需要去教蜜蜂怎么样做什么事吗？它们不都在吗？明白吗？那你的生命也是一样，只是你们的头脑干预太多，OK？

问：为什么有时候会感觉对生活失去热情？

李小龙：那你就知道你们的生命并不是以一句肉体而单独存在的，明白吗？它有灵魂的存在，灵魂只是通过你的肉体去做它们想做的事情。但是什么阻碍了它呢？比如你内在的恐惧，比如你对你身份的定义，我要干什么？我要养家、我要户口、我要还房贷、我还要供孩子上学，就各种，太多了，数不胜数。所有这些东西都导致你这个灵魂没有办法以它所是的方式去体验体现、去展现。所以你的那些教条啊、你的那些集体意识啊、你的那些限制性信念啊、你内在的恐惧啊、你小我的欲望啊、各种各样的它都像是一个牢笼里面一砖一瓦砌起来的。你看一下，你砌了多少呢？

问：如何面对集体意识带给自己的压力？如何让自己不再对此产生恐惧？要拥有怎样的智慧才能让同辈压力带来的烦恼烟消云散？

李小龙：首先你的问题就是一个非常有误的一个问题。并不是外界给你压力，而是你自己太弱了，是你自己没有力量而已。只不过是你的无力感通过外界反射回来给你。你会觉得是集体的压力，集体没有任何压力，OK？外面的一切不过是你，这么说，就像是你一个男人你的鸡鸡太软和太硬，你还说怎么进不去？是你自己太软了，好不好？你试着你是一个金刚钻，看看墙壁能不能被你捅破？那你怪墙壁啊？你自己是一根头发丝还是一个金刚钻呢？那那个墙壁能不能被你弄进去呢？怪谁呢？怎么面对墙壁带来的压力？我进不去。所以外界呈现出什么状态不过是你自己能量出去后再回来的一个果而已，给你体验到了。外界没有任何问题，你体验到的是你自己的限制而已。

问：你怎样做到毫无畏惧，碾压对手，百战百胜？

李小龙：那你上场的时候你是一个什么心态？如果你知道你来到这里，你只是来玩。一切都是玩，一切都是玩具，他们都是演员。还是说你完全不知情？所以你到底知情不知情？你对你进入的这个地方，这么说，你是一个演员，接下来你知道你要进入剧场，然后那边有假枪，这边有强盗土匪。然后你要面临他们来绑架你，他们要怎么怎么你。你要毫不知情，你突然发现所有人都要来杀你，你肯定吓的要死。那如果你知情呢？你知道都是演员呢？扮演杀手的还是你的爱人，你的朋友呢？明白吗？所以说你进入这个剧场的时候，你知晓还是不知晓呢？所以你到底体验的是一种恐惧呢？还是一种轻松玩乐的心态呢？这就是你对物质世界的知情和不知情，来自于这个。

问：怎么进入专注的通灵状态？你在世的时候是与神合一的吗？

李小龙：这么说吧，进入这种状态，你只是需要去成我你自己，回到无形的那个你，那个大的你，不是那个小的你。你在物质世界体验的那个肉体的你是小的你，你是回到大的那个你。怎么来形容这种感觉呢？就像是你在物质世界体验的时候你是一根手指头进入到那个地方，然后你把那根手指头拿回来，明白吗？就像是这种感觉。

问：当自己恐惧的时候该怎么办？当自己感到无力的时候该怎么办？

李小龙: 下次你产生恐惧的时候..... 哪一种恐惧呢? 因为恐惧也分不同类型的恐惧。你不需要去处理, 就是单独的去处理恐惧的一些症状, 你只需要允许这个个体不断地在成长。就好像你如果跟小孩子说你不要怕黑, 天黑怎么样怎么样。他可能还是会怕黑。但是这个小孩在不断地长大过后, 他自然而然就不怕黑了, 明白吗? 所以说单独去处理你们的恐惧, 不过是从一个焦点转移到另外一个焦点。但是真正的消除你内在的恐惧那就是让你这个个体、你这个生命体不断地成长。也就是说你的心灵的成长越来越多, 你知道生命的真相, 越来越多的成为那个大的你, 而不是那个小的你。

问: 怎样把自己的人生过的不断地爽、再爽?

李小龙: 那就是不断地不断地拆掉那些限制, 不断地拿掉你的那些限制。什么限制了你呢? 就比如说你自己对你自己的定义、身份..... 就像是你本来是可以飞的, 但是你的翅膀上却沾了很多很多泥。你不断地把这些泥清理掉, 你自然而然就能飞起来了, 那你自然就能体验到那种爽的感觉了。

问: 对这个问题您还有想要分享的吗?

李小龙: 我们想让你们知道你们不是来单纯的去追求一种让你的生命爽爽爽, 它不是你们追求来的一个结果。而是你们在越来越多成为你们自己, 它是一个自然而然的状态。就好像你之前是一个小baby, 你的行动不方便, 你走路不方便。你怎么样走路都走不稳, 上一个楼梯对你来说很艰难。当你越来越长大过后, 一切对你来说不再是一个艰难的事情。那你不能去逼迫一个小baby还在学走路的时候就马上要达到一个成人的状态。所以放下头脑里面的一个追求, 不然的话, 就像我们前面说这是给你的一个礼物, 你却把它当成是垃圾扔掉的那种状态, 你就会去拒绝生命中让你体验到那些不爽的事情。那体验到那些不爽的事情, 它本身就是一个来推动你进入到一个爽的状态, 明白吗? 为什么呢? 因为你那里有卡点, 有限制, 有需要让你明白的地方。所以通过那些不爽, 它也是在把你带到爽的一条路上。

问: 怎样跳出幻像, 更好的玩地球游戏?

李小龙: 那就是你们JOJO老师一直在教你们的呀。

问: 当我觉得外在更有力量的时候, 该怎么办呢? 比如说我看到领导给自己的压力却不敢反抗, 害怕他对我感到不满?

李小龙: 就像刚刚说, 你是一根头发丝呢? 还是一根金刚钻呢? 你通过这些相, 你就能看到你很弱啊, 就这么简单。

问: 是什么显化出各种对手, 要如何赢?

李小龙: 这么说吧, 对手不过是你们的一个搭档、partner, 明白吗? 因为你通过对方你才能体验到你的力量。就比如说对方是一个武功高强, 他是top one, 他是第一。那你把他打败了, 你是不是就是世界无敌了? 因为你打败了世界top one的。那你就知道了对方不过呈现出你自己力量有多大, 你的能量级别有多大。所以那是对手的功能, 就是来让你知道how powerful

you are。你把对方当成一杆秤，然后你几斤几两通过这杆秤你才能知道，不然你不知道。所以对手是个体重秤。然后怎么样赢？你没有赢任何人，你没有赢对方。你不过是通过对方来称出来我他妈又长胖了，明白吗？所以你瘦了，你胖了，人家只不过是体重秤。你说你去赢体重秤啥呢？

问：您觉得如何拥有无限的财富？我们应该如何不被金钱烦恼？

李小龙：你提这个问题，你就已经在被金钱烦恼了。你还怎么不为它烦恼？你就是无中生有，你自己生出来的，你还问怎么把它灭掉。你别生它不就好了？怎么样拥有无限的财富？首先是你限制了财富。你会把财富当成什么？只有金钱，是吧？那财富是什么？财富是everything，所有的都是财富。你的健康不是财富吗？你的青春不是财富吗？你的energy，你的能量，你的passion，你的创造力，你的魅力，你的颜值，你的言谈举止，你的任何，你的nice，你的sweetheart，你的personality，你的什么东西都是财富，OK？财富不只是金钱，它是一切一切结的一个果而已。所以没有不是财富的东西，一切都是财富。只是你如何把它们换成钱呢？D那就是你自己的一个认知了。

问：我对伴侣总会有期待，期待他的完美，心中会有要求。在相处中就会无形给到对方压力，我到底有什么样的课题要做呢？为什么总是投射自己所谓的完美的相来和现在的伴侣匹配，好像匹配了才能配的上我？

李小龙：NO NO NO，是你太不完美了，你都没有吸引好的人在你身边来，明白吗？所以你不过是呈现出..... 你想一下，你好受欢迎，好多人爱你，好多优秀的人又是高颜值高才华，又是各方面很厉害很拔尖的人围绕着你来跟你示爱的话..... 明白吗？所以那只能说明一个问题，通过这个来看到是你不够好，不是对方不够好。你在挑你自己的刺而已。你想象一下如果你特别有吸引力，然后各方面都是你们所谓的完美的人来跟你示爱或者来追求你，来围绕在你身边？那你看到的对象就不一样。问题不在于对方身上，你挑一下自己的刺。那为什么你身边没有去结交那些人呢？你在跟随打交道呢？你跟随打交道，那就是你的频率呀。

问：想体验、学习的东西太多，但是每天的精力有限该怎么办？

李小龙：想体验想学习的东西太多，那是来自于你头脑的声音而已，你关闭它的声音就好了，明白吗？因为当你在当下的时候，你不会有其它出现。你只有离开当下，你才会有这种声音，我又想这个又想那个，那就是进入头脑了。

问：怎样可以通灵连接自己的高灵？

李小龙：这个问题应该去问你们的JOJO老师。

问：到底什么才是真正的武术？看你的电影都是以暴制暴，这样的手段能带来正义和和平吗？

李小龙：以暴制暴不过是你自己对它的一个认知和判断和定义而已。因为你的认知只能看到暴力，所以你觉得那个是暴力。但是我告诉你武术是什么？它是没有恐惧。你有恐惧，你便出不了手。明白吗？所以说武术是什么？第一，是没有恐惧。没有恐惧是什么？无畏，无所畏惧的无畏，OK？所以说武术是展现你是一个无畏的人。那同样也展现你的一个物质肉体它的

一个灵敏度。还展现出什么？你有没有在当下。你要没在当下，一不留神就被人家打倒了，对不对？所以那你必须在当下，对不对？然后还有一个就是身心灵合一的能力。就是你的合一的状态，就比如说你头脑有一个想法，但是你的手却做不到呢？那它就是分离的状态，所以你灵魂和肉体合一的程度，它能不能跟你的身体的反应和速度是一致的，明白吗？所以它里面包含、综合了很多的综合素质。它有各方面的。它不只是对你有肉体层面的一个要求，还对你的心理层面、精神层面，它对你各方面的层面都有一个非常高的要求。但是同样它也是一面镜子，通过武术它也可以呈现出你自己，你是一个什么状态。那就是说什么？武德嘛。你的品德，你所有这一切，你对武术的理解、了解、认知，还有你的私心私欲。你到底是绅士，还是小人呢？到底是正人君子，还是一个背后偷袭的呢？所以它背后承载着、包含着、综合各方面层次的、大大小小的。所以它远远超过你们对它的一个认知和理解。暴力，那我们说到暴力这个词语。你们才是真正的暴力。你们不只暴力不说，你们还很怂。有本事你去真正的和一个武术高手过一下招，你看你怂不怂？看一下别人的拳头过来，你躲不躲？你吓不吓？你怕不怕？你叫不叫？你们的暴力体现在什么？小人方面，明白吗？你们的手段都很小人，都很卑鄙。那些真正来面对面去迎接对方的，那不是暴力。那你们又在背后，又不想别人攻击你，又害怕别人的攻击，然后又要偷偷摸摸的去攻击别人。那是在什么？那是小人，那是暴力。

问：怎样解读什么是生命的真相？

李小龙：如果是从我的理解什么是生命的真相的话，生命的真相是变幻莫测。它像是一个银河系一样，什么都有，什么都在。然后你想要如何的去展现、体现、显现出来，那就是通过每一个个体的呈现。所以生命的真相就是包罗万象、变幻莫测。这是我自己对生命的一个理解和感悟。

问：如何能在交流中像你一样吸引别人，散发个人魅力？

李小龙：那就是淋漓尽致地去展现你自己本来就是的状态。但是有可能你自己都不知道你自己本来是什么样子。为什么呢？因为你有可能是水里的鱼，但是有可能看所有人都在岸边，你也要往岸上跑。你看那些鸡鹅都在岸上走，我也要跟它们一样在岸上走，岸上才有虫子吃。然后你就在那艰难的挣扎着。然后小鸡在那刨来刨去，你在那板呀板呀。那你有没有去看着其它品种的生命？因为你们每一个品种都不一样哦。你看猪啊、牛啊、羊啊都在那。然后你是一条鱼，你也跟它们一样？明白吗？所以你如果对你自己身份是什么，你都不知道，那你怎么展现出一条鱼本来该有的吸引力呢？只看到你的挣扎、艰难，然后被太阳晒死了，渴死了，变成鱼干了，发出腥臭味，一堆苍蝇围绕着你，臭烘烘的，别人看你都嫌弃。所以你能想象一条臭鱼的状态吗？所以去认识你自己是谁。

问：功夫与生活有什么相同之处？对手与亲朋有什么共同之处？

李小龙：功夫和生活相同之处，你可以运用你自己的想象力，然后去想象它有多少。它很多。如果是从我的理解来看的话，功夫和生活，就是我自己对生活的一种体验，然后功夫恩和生活，也就是说你越是像一种行云流水的状态，然后一切越是在一种毫不费力的状态。

问：如果你有想再来地球的话，那也是因为你动了念头才会再来到地球吗？那设立剧本剧情后像拍电视剧一样，有愿意扮演的灵魂后就开始了地球之旅吗？

李小龙：首先跟你们在传讯和交流的这个我在这里如如不动，明白吗？所以并不是你物质头脑理解的那样，你在这里，到了一个房间后就不再另外一个房间了。不是的。它就没有离开过，它就没有动过，它就在这里。那其它部分呢？那它的体验就没有少过，也没有断过，明白吗？所以这里没有一个，就好像你们世界理解的那样，我从厨房走到卧室，我便不在厨房里面了。厨房里面那个人就从来没有离开过。

问：您是在什么状态下开悟的？达到人、拳、神合一的？

李小龙：你们现在问的是那个，这么说吧，还没有死掉，就是还有物质肉体的那个李小龙，应该是在问他。但是那个是你还在跟他的头脑打交道，但是现在他的头脑已经不存在了，明白吗？那你就知道你们打交道的都是什么？都是幻像咯。去采访一下特朗普，采访一下希拉里，采访一下那个什么什么，你们都是在跟幻像打交道，OK？明白吗？一个幻觉连着一个幻觉，制造更多的幻觉。

问：在您的爱情观里更想跟一个人白头偕老，还是体验不同的异性？怎么看待两种不同的形式？

李小龙：没有想法呢？有了想法，你不就是在跟随你的想法，而不是爱那个人吗？我跟这个人白头到老，我要跟她白头到老，你不是在强迫你自己在满足一个想法而已嘛？你有看到那个人吗？你并没有看到那个人，你只不过在满足你的一个执念而已，你还以为你专一啊？你不过就是在follow一个stupid的观念而已，因为你的观念觉得那个才是幸福的。你那是什么？迷信而已，明白吗？你跟蠢货、动物有啥区别呢？一句话，然后就去，哦，就这样就那样。那不过是什么？愚蠢的人，愚蠢的动物而已。你是一个生命体，生命体就没有任何教条，OK？它不受任何限制。你不过在跟你头脑的打交道而已，你没有跟那个你爱的人打交道。所以就算我是在跟某一个人那个什么，那也是你们其他人定义的：我跟她白头偕老了。所以你们只是进入到你们的头脑、你们的教条、你们的定义而已。那真正的爱情是什么？并不是依靠任何外界的定义的。它是不被定义的。

问：把自己的快乐建立在别人肉体痛苦的暴力之上，你是如何心安的？

李小龙：首先我并没有做这件事情，但是你们在做这件事情，想一想，再想一想。所以我并没有在做这件事情。为什么呢？因为这些选择来到我身边成为我所谓的一个对手的人，是他们极大的一个荣幸，可以和我这个能量连接，明白吗？所以你所谓的一个痛苦是什么？是你把它定义成那具肉体所产生的一些反应吗？那是因为你的一些局限性，你对它的一个不知情。那是你自己对生命的一个浮现的认知。比如说我们刚刚说到功夫首先是什么？包含了各方面的素质。那选择来站到我面前的，他就已经是什么？是一个去面对挑战，挑战的是他自己。我不过是像影子一样或者像是一个工具人一样存在在他对面而已。所以提这个问题只是来让你自己看到你的有限的一个认知产生了这个问题，仅此而已。问题本身是不成立的，是你的有限的认知和无明产生了它。

问：怎么关闭头脑？有滋养灵魂的食物吗？

李小龙：是你自己进入头脑，OK？你进入它，因为你觉得它能帮你处理或者解决问题，所以你自己的一个不知情。所以你在误用这个机器。就好像头脑是一部机器，你只是不知道如何使用它而已，仅此而已。误用了它。有没有滋养灵魂的食物？滋养灵魂的食物就是爱，无条件的爱。爱就是滋养灵魂的食物。

问：通过我做什么好让别人少走弯路？例如吸毒的孩子被父母劝阻或者通过父母做什么让他规避风险？

李小龙：只有你自己不断地成长，如果你想要去帮助你们的众生或者其他人类的话，只有你自己不断地成长。因为这么说吧，人类目前好像在一个巨大的漩涡里面，所有的生命都在漩涡里面挣扎着。那如果你也在漩涡里面的话，想要去帮助他们是不可能的。所以你得自己先爬出来，明白吗？你自己从漩涡里面爬出来过后，你才能去帮助其他人从漩涡里面爬出来。那如果你呆在漩涡里面，想要帮助漩涡里面的人，你们不过就是一个在左边的漩涡，一个在右边的漩涡，都在漩涡里。你把他拉到你这边，你还在漩涡里面。那你能先脱离苦海吗？你能先从这个幻像当中出来吗？你能先从集体意识当中出来吗？那如果你能从当中出来的话，那你自然而然就知道该如何帮助他了。你不需要来请教任何人了。

问：孩子想做什么或者不想做什么，我同意或者不同意有区别吗？

李小龙：能不能把你产生的这个问题，就是我产生一个孩子想做什么，我同不同意，就是这些纠结的问题来投射出一个你自己，你在哪里？通过你产生的这个问题，你就知道你自己对生命的不理解，对生命的一个误解和不认知。因为你会觉得孩子是一个真实的人的存在，但是他不是。他们是什么？他不过是你自己能量投射的一个果而已。你在哪里？比如说你的频率在八十，你会进入八十的房间，里面有八十的孩子。你的频率在两百，你进入两百的房间，有一个两百版本的孩子。所以说你在哪里就决定了对手，孩子是对手，对手是什么样子。所以你就知道这里并没有孩子，只有你。因为当你处于不同的一个认知状态，不同的一个意识形态，不同的一个频率的一个你的话，它会进入到一个不同版本的孩子。

问：冷漠的本质是什么？现在很多孩子都表现出一副冷漠的样子，对什么都没有兴趣，是迷失自我了吗？如何可以找到自己的兴趣和激情？

李小龙：这不过是孩子体现出你们自己社会和这个集体意识的一个形态而已。所以说孩子的冷漠就是来自于你们大的环境和整个社会形态的一个缩影而已，明白吗？它是振动频率结的一个果而已。所以孩子没有问题，不是孩子的问题，而是你们这个社会的频率它结出来的，这个意识形态结出来的一个果、一个相。所以真正的要去转变这个的话，就是转变频率。那怎么转变频率呢？那就是转变你们的一个集体意识了。那怎么转变你们的集体意识呢？那就是你们的JOJO老师现在在做的事情，就在协助你们转变你们的集体意识，明白吗？

问：你在当代是否有转世？

李小龙：你是说这个说话的我有没有在你们人类？如果说我现在就在呢？明白吗？只是你不知道我什么时候出现啊。所以我现在在跟你们交流，我现在就在体现、体验。那如果你是说是像是李小龙这种，就是大部分的一个人格都是以这种形态存在在你们的地球层面的话，是没有，是有一闪一闪的，是in and out，in and out。没有持续的in的一个状态。

问: 为什么没有持续的in的一个状态呢?

李小龙: 需要理由吗?

问: 如何变成一个有魅力的人?

李小龙: 提问的是男性还是女性? 男性和女性都不一样哦。

问: 那我们能不能分别问一下男性和女性如何变成一个有魅力的人?

李小龙: 先回答女性, 如何成为一个又魅力的女性? 那就是你们跟着JOJO老师学就好了, 因为她会让你们千变万化。你不再是用一个..... 你就像是一个魔术师一样抓住所有人的眼球, 他们都舍不得离开你, 这是能量的一种呈现。男人还得跟你们JOJO老师学习。总结就是你们要跟JOJO老师学习。

问: 李小龙那一世的灵魂主题是什么?

李小龙: 这么说吧, 就好像李小龙是一双袜子或者李小龙像是一个make up, 我怎么样把那个make up的状态和我素颜的状态更加的融合在一起呢? 就这个妆跟我的面, 就不假呢? 就像是穿一双袜子, 这个袜子怎么样可以跟我的皮肤贴合度达到百分之百呢? 所以就好像我就是用那一生来让我这个妆容和本身的我, 就看不出来我化妆了一样, 明白吗? 来让这双袜子穿到我脚上, 你都看不出来我穿袜子了, 像隐形了一样。那就是一个贴合度、契合。这么说, 像是水跟面粉揉揉揉, 揉到一起, 揉成一个光滑的面团。就你看不到水也看不到面粉了, 明白吗? 口感, 那个面条的口感。那越是让人回味的, 那就说明它的融合度越高, 它揉面的技术越是高超。那如果你揉的面粉也看的到, 水也看的到, 就一团糊了的样子难以下咽, 并没有让人品味, 并没有让人产生一种回味无穷的感觉。所以那一世像是来揉面, 让面跟水揉的更加契合。

问: 如何解决恐惧? 如何解决头脑中的声音?

李小龙: 首先从大的方面来讲就是你们的集体意识。因为你们就好像笼罩在..... 因为你们这个地方就是有那个臭味, 你们这个空间臭味就很重。那你就闻到臭味。你说如何解决臭味? 所以说你个人需要不断地去明白生命的一个真相。如果你没有智慧的话, 那你就得活在幻像当中, 不是这个恐惧就是那个恐惧。如何解决头脑中的声音? 那也是你没有智慧呀, 你对生命根本就不知情。你不知道它是怎么运作的, 你会相信头脑里面的声音它说的是实话, 你会去产生它, 你会去进入到各种幻像。那也是你没有智慧的表现呀。那所以这两个问题归根结底还是要学习智慧。那怎么学? 还是跟JOJO老师学, 因为所有需要让你们知道的都在这里, 已经呈现出来给你们了。

问: 能说一下源头的其中一个意识投胎到地球肉体体验, 都怎么一步步到达地球的? 比如还要编剧本, 还在父母结婚后投胎, 这些过程都是怎样的?

李小龙: 这么说吧, 你在试图用你的头脑来理解, 明白吗? 但是生命它是不关于你头脑的事情, 你没有办法用头脑去连接生命。你就算去理解了一些, 它都是非常片面的, 它都是非常

肤浅的。都是好像一个蚂蚁在地球上品尝到了一个苹果，它觉得这个是生命的味道，明白吗？那你看地球上啥都有。所有不试图去用头脑理解这些。为什么呢？因为你们都会编一个个故事来哦哦哦来满足你的头脑。进入它，你自己进入它，进入生命，一切在你的内在。就像是一块蛋糕我们怎么跟你们描述它是甜的、它是软绵绵的、它是creamy、它怎么怎么样，你自己尝一口，你去品尝，明白吗？因为所有的那些形容词只有你头脑里面有那个东西你才能去理解，甜是什么……如果你从来没吃过甜味呢？我跟你说甜，你能理解吗？所以说关于生命的真相还有你们提的这些问题，无论你们物质世界它的解释有多么棒，它都是对你们的头脑一种安抚而已，不过就是deal with你的好奇心吧，满足你的好奇心吧。但是生命的本身远远大过于此。

问：你是怎样成为武功明星的？

李小龙：应该没有说怎样成为，因为怎样成为它都是你们头脑给一些步骤或者一些东西的一些定义。我不过是在，就好像是一朵花它是在这么绽放的而已。所以我不过就是在绽放我的生命而已，就这么简单。就像是你看到了一株花它这样开放的。你去采访一朵花，问一朵花，你是怎么成为一朵花的明星的？那如果说我要总结我的那一生，就是说让我可以比如说脱颖而出或者是引来了很多关注的话，我觉得最核心的是我可以很专注，我可以只在当下，就是我跟当下发生连接的频率会比普通人长。我们把当下当成一个女人，你跟这个女人发生关系的次数，你可能就发生了一两次，我他妈无数次、上千次、上亿次，明白吗？就我在fuck fuck fuck，你可能fuck过一次，我在keep fucking，就是never stop，没有停止过。就是这个。只是操的比你们多一点。

2024/09/03 – 六人公开通灵提问

第一个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX, 28岁。

高灵: 我们首先连接到你这个灵魂是一个完完全全自由, 就是崇尚自由, 受不了半点拘束或者是束缚或者是被控制, 就像是天上飞的鸟, 就是一个完完全全自由的灵魂。我们感受到你的灵魂像是比如说一个笼子里面关了很多小鸟, 其它鸟可能就乖乖的呆在那了。但是你这只鸟就会不断地尝试出去, 尝试飞。它不能在那种不去尝试、不去飞或者是一个禁锢的状态, 它一定是突破。所以其实你这一生, 你不断地会去突破来到你身上的所有限制、枷锁、世俗观念。就好像你会完全去创造出或者活在你自己的世界里面, 你来就是打破的。所以你有点像是一个革命、革新、然后突破。这么说吧, 你来到地球上就是带着那些不动的鸟儿一起飞。所以说你内在的那种比如说如果有一个信号说我们要突破, 你可能就第一个站起来, 马上就带动更多的人让他们都站起来, 我们去突破、我们去冲、我们去不断地..... 因为你内在的活力和你内在的能量永远都是像那种bubble一样, 就像是一个煮开水的状态。比如说别人是冷水或者是温水的话, 那你是开水, 咕噜咕噜就是这种。所以其实你身上有用不完的energy, 除非你需要去突破你内在的一些限制, 就是有些东西压在你肩上了。你可能需要去想清楚一些事情, 那会儿你才感受不到你内在开水的状态。就是那会儿你才没有那种跃跃欲试的那种感觉, 明白吗? 不然的话, 你的双脚一直都是在跳动的, come on, come on, 就是let's fight, 就是这种感觉。没有任何东西能够把你困在任何地方, 包括婚姻, 包括孩子, 包括任何东西, 明白吗? 因为你这个灵魂就是来不断地去突破的。你还是需要去学习智慧。因为如果你没有智慧的话, 你拥有一个不断地去突破的心或者是动力, 但是如果你理不清楚的话, 就容易变成世俗中的像是那种反社会或者是反传统。因为这个能量它很强大, 那你知道怎么正确的去运用它的话, 那你就是一个英雄。那如果你不知道怎么去运用它, 这个能量要么被你释放, 你就成为一个反社会的; 要么就成为一个像是压抑掉了, 你会崩溃的。所以这股能量需要一个正确的, 就是right way。right way是什么呢? 就是走到光的路上吧, 你没有被黑暗拉扯、影响。那在这条路上, 它一定是服务你和服务众生的, 明白吗? 它是真理。

问: 就跟着我的心走?

高灵: NO NO NO NO, 你需要学习智慧。因为这个能在的能量你没办法驾驭的了它呀。你没办法驾驭的了它的话, 它要么释放出来就成为一个反社会的, 要么被压抑掉就成为一个精神病了。你反正就是或者抑郁, 就是烦躁、躁郁。你会很容易成为一个躁郁性人格的这种。那它如何正确释放? 那其实就是你要明白这一切, 明白吗? 你要明白这一切, 包括你们现在有的一个社会是什么样子, 然后你需要突破的到底是什么, 明白吗? 因为不然的话, 你会觉得你需要突破的是外界, 不是的, 明白吗? 所以你还是需要不断地增长你的智慧, 你才能去把你这个灵魂携带的能量让它正面的服务于你和服务于社会。然后学什么信息? 就是学我们的信息。

问: 可以连接一下肚子里的孩子吗? 它20周。它是突然来的, 我作为人是没有计划的。

高灵: 我们看一下有没有信息给到你, 你稍等。它告诉你, 它说让你要选择跟着JOJO老师, 这是它带给你的信息。然后我们看看还有没有灵界的信息, 我们想告诉你的就是说你是一个

天生的人才一样或者天生的天才一样。为什么呢？因为你内在有那股能量，它就好像一直push你，让后keep going。就好像你内在有用不完的energy，这么说吧，你好像是有一个油田，那个油挖不完一样。但是你还是得加上智慧。如果你是一个无明的状态的话，那这么强大的能量你驾驭不了它，你也不知道该怎么去运用它。那个能量还会给你造成很大的内在的抓狂。它会让你进入到一种抓狂的状态，所以还是去连接我们的信息，跟我们的信息发生连接。因为你会越来越多的对生命的一个认知，它会增长你的智慧，然后你也会更多的去了解你自己。

问:我的工作规划有什么建议吗?

高灵:在工作上面我们会想要让你知道的是你一定是好像是正义而战的。但是你如果还是无明的话，你也看不清楚到底什么是正义，明白吗？但是你这个灵魂它是为正义而战的，它是为光而服务的。所以还是需要你有智慧作为最basic的基础，你才能去分辨。不然你都分辨不清楚到底什么是什么的。然后你要记住你永远服务的不是个人，就算你进到组织，你也不是为某一个人服务的。而是说你是服务这个整体的，这个一，这个整体，明白吗？这个整体就包含了所有的一切，就比如说包含了人类、植物、动物，就是所有的这一切，就是一或者整个星球或者整个宇宙，明白吗？所以你如果有一个服务对象，你需要去一点一点的往上看它背后是什么。因为这样子它才能激发你内在，它才能启动你内在强大的能量。不然就好像那把钥匙打不开你，你便没有被启动。你会越做越无力或者是烦躁，它把你激活不了，明白吗？所以你得知道，因为你加入组织也好工作也好，它后面都会有一个服务的对象的。比如说你服务的是一个公司，那那个公司背后是哪个呢？你一点一点的去看。如果他服务的是单一的或者是某一部分的，那把钥匙就把你打不开。你便不能去连接和认识到真正的你，就是你能running的那种东西、系统很少。它只是在表面上，你就会觉得你干的很吃力，你并不会感受到那种风生水起或者是如鱼得水，就是开挂，像是拥有了神通一样的那种感觉。所以如果你要去加入一个服务对象，你得知道你服务的对象是谁。因为这样子你这个灵魂才能够被完完全全的激活。但是你尝试这些不是的，比如说你想要尝试，它其实也会把你推动到那方面。你会发现你干着干着就不想干了，干着干着就没激情了，干着干着就没灵感了。

第二个人:

问:我的灵魂主题是什么?我叫XXX, 19岁。

高灵:你像是一个导管，然后高维的能量会通过你这个导管注入到地球。所以你这一生的灵魂主题就是来像是一个能量的，就是导管。这么说吧，你像是电线一样，然后把电通到电器上面来。所以你跟地球的系统或者是这些，你其实有很多看不明白或者想不明白或者觉得他们怎么这样，就有点像你是个外来人。所以你的灵魂来它就是一个导管，然后去把这个像高维的一些东西..... 这么说吧，像知识分子下乡的那种感觉，就是你携带着这些知识或者是高维的认知或者是这种频率来到这里。但是你也有你的功课，明白吗？你的确是根电线，那你这根电线如何插进去插座呢？那如果你插不进去的话，那你这个电也没办法传导进来呀，对吧？所以那么你这一生有一个就需要去融合、融入。这就是你的一个课题，不然你会电线短路的，你就会找不到你自己存在的意义和价值感。你这一生的功课就是需要去融入，不然的话，就好像有一种你在岸上面，然后你没有进入到水里面。那你跟水里面的一切，水里面有

很多鱼，你跟它们都没有关系的话，你也没有办法影响到它们。那你没有办法影响到它们的话，你作为导管的功能它不能得到体现。那你就感受不到你存在的价值和意义。那你怎么样才能更好的去融入和融合呢？那你也需要去学习我们的信息，因为通过这些信息你会更加的去了解这一切，你会更理解。通过我们的信息是一方面，还有就是通过你关闭你自己的头脑里面的一些东西，然后只进入、和你身边的存有产生连接。不然就好像一个电器，你如果没有把你的电线插到电器上面的话，你没有办法把你的电导到上面。那你也没有办法运行它应该有的一些功能。这就是你的一个灵魂主题。

问：因为我们都是本自具足的，比如说我感觉很丰盛，那外面就是丰盛的……

高灵：这么说吧，你们还有你们自己的一个灵魂主题。就比如说你这个灵魂它这一生就是选择来体验比如说限制，那它就会遇到很多限制。比如说就要体验贫穷，那么这就是你这一生将会体验的。所以说你们没有办法避开你们的灵魂主题而去谈不所谓的的东西。

问：我想像您这样可以吗？

高灵：就比如说我是天上的飞的鸟，但是你是一条鱼，你说我想像你这样在天上飞，但是你没有翅膀。你要知道你的领域是在水里面。所以说你可以在你自己的水里面像鸟一样飞，但是你并不一定会像鸟一样长出来一对翅膀在天上飞。但是你能体验到一样的自由自在。所以说你在你的人生主题和你的一个好像舞台、你的场地，然后你能体验到你作为像是造物主、像是宇宙之王的自由自在、呼风唤雨的这种感觉，就是你是主人，你影响一切。但是并不一定是以这样子的方式。在这个时候，你们需要放下你们头脑我想要怎么样怎么样，而只是去允许生命通过你去展现出来、绽放、展开。就这么说吧，就好像你是一朵菊花，我是一朵玫瑰花。我们俩的品种本身就不一样，但是我们绽放出来它是一样的绽放。我们的生命周期是一样的，它是从一颗种子到发芽到盛开。然后我们有我们自己独特的香味，我们有我们自己比如说有些人就喜欢菊花，有些人就喜欢玫瑰，明白吗？所以你只需要成为你自己，因为你是独一无二的。因为头脑并不知情，它会根据你自己捕捉的一些信号，它会觉得那是好的。但是你根本就没有看到那个big picture，那个whole picture，就是你看的太局限了，你只是仅有的捕捉到的一些信号来这样子。但是你们最舒服的状态就是做你们自己的状态，而不是去学任何人或者模仿任何人，成为别人的样子。别人有别人的路，你有你的路。你说一条鱼想要去学狗狗走路？所以你是一条鱼，那么你在水里面游。你是一只狗，那么你在陆地上奔跑，明白吗？

问：所以说我就是放下头脑的一切，跟着内心走？

高灵：你要去认识到你头脑有这个想法是因为它自己对仅有的一些信息的分类和定义而已，它不知情。你要认识到头脑不知情，那么你就不会去依赖或者是把头脑的认知当成是唯一。你认识到它的功能是有限的。

第三个人：

问：我叫XXX，我的双生现在状态怎么样？他的灵魂有没有什么话想对我说？

高灵: 这么说吧, 你只能在你自己的一些感知中感知你以为是的状态, 明白吗? 这里没有一个客观的。

问: 就是说没有一个准确的回复是吧?

高灵: 那你说如果我们告诉你他很好, 但是你头脑却看着: 不好啊, 他这样他那样。你头脑不知情啊, 明白吗? 那你只要去知道你们每一个生命都在你们应该有的步骤上面, 就好像一朵花今天还是在没有开放的状态..... 就你们头脑才会去定义这个是不好的。但是你并不知道他目前需要拿什么体验啊, 你不知情啊。

问: 他最近的心情怎么样呢?

高灵: 我们不能回答你这些问题, 因为这些都是幻像。这些都是你头脑进入和制造的一些幻像, 追求的一些幻像, 我们也要加入你去追求这些幻像吗? 我们是来帮助你们去澄清、看清, 不是加入你们的游戏。

问: 他的灵魂有没有什么话想对我说?

高灵: 你应该问你的灵魂, 这里没有他。如果你们还想继续去玩这种幻像的游戏呢, 你可以去换一个对象。他们可以给你创造更多的幻像来让你们玩: 啊, 我看到了你的双生他是这样的, 我看到你们是这样那样。明白吗? 因为无论你们想要玩什么游戏, 物质世界有太多这种人支持你们进入各种各样的幻像。

问: 就是要安住彼此内心的状态, 对吧?

高灵: 就来让你看到你所提的所有这些问题, 第一它来自于你的认知, 来自你的这个认知产生的一些幻像, 我们是来帮你看清楚, 而不是再给你创造更多的幻像。从更高的层面来说所有的一切安好。

问: 我累世受情伤的根源是什么? 教会我什么?

高灵: 你刚才提的所有那些问题就是根源, 就是来自于你一个相一个相、一个幻像一个幻像的创造。我们可以看一下你的灵魂主题。你多大年龄?

问: 我25, 叫XXX。

高灵: 我们连接到你这一生的灵魂主题, 你就好像是混乱吧, 我们先说混乱的能量。然后你总是去创造或者是进入或者产生一些混乱的能量。你会体验到很多混乱的能量。为什么会体验到混乱的能量呢? 来让你去被各种相拉扯, 严重的一种拉扯, 然后拉扯到一个极致的时候, 你就会去寻找一个从各种相当中走出来的一个道路。所以你这一生就是在体验一个极致的混乱, 能量的一个拉扯和各种相对你的一个干扰和影响。来让你体验够了, 就好像我现在体验够了, 然后看破红尘的那种感觉。

问: 我感觉我现在已经差不多快体验够了。

高灵：那体验够的话，你到时候自己就会把自己，就是想要从这个苦海当中出来或者是看破红尘，你就会想要去有一个从这个混乱当中出来。

问：所以我累世受情伤的根源也是因为这个吗？

高灵：你怎么知道你累世在受这个呢？

问：因为我总是心悸失眠，我找医生也没有用。最后找通灵人跟我说是因为累世情伤太重的原因。

高灵：我们说你这一生就是来体验那个混乱的能量。你就是好像来加强你对相的反应，来体验混乱的能量，它把你推向一个，就是走向一个静心的这条路，明白吗？触底反弹吧，这么说吧。就是你体验走到这一端尽头过后，你就要往回走了。

问：所以我的灵魂体验是很极致的是吗？

高灵：它有很多混乱的能量在里面给你体验，倒不是因为你的关系有多混乱，而是从能量层面。就是你的情绪波动也很大。就这么说吧，比如说我们这个房间里面只有一个单一的香味，但是你的这个就好像是各种各样都掺杂进来了，导致你就好像有一种混乱。

问：像我这样的人多还是少？

高灵：基本上你们地球(上的人)都在体验一个混乱的能量，你只是你们地球上(的人)本来的一个状态。

问：我的眼睛得了干眼病以来已经两年了，一直不好的原因是什么？

高灵：这是你内在会有一种恐慌的能量、恐惧、害怕。这么说吧，你有一点在一种恐慌的能量当中害怕、恐惧，就有一点担心害怕。就好像害怕的一直睁开眼睛，就不敢闭眼这种。就是对周围所有的一切都有一种好像提心吊胆或者心是提着的那种感觉。然后这种能量在你的内在导致你根本就不能让你的神经放松下来。

问：眼神经放松是吗？

高灵：所有，全身。那它就会导致你有些功能就好像是得了障碍。刚才你说你还有心悸，是吧？这个也是，失眠也是。你可以约JOJO老师给你做疗愈。

第四个人：

问：我46岁，我想问一下我的使命？

高灵：你看一下灵魂主题。使命你们不需要问，当你们在成为你们自己的时候，使命会自然而然通过你展开。如果你没有成为你自己，你的使命便没有办法呈现出来，所以你有没有在做你自己？我们先连接到你的能量，我们感受到你像是一个小太阳或者是特别温暖或者是特

别热的这样子的一个发光体一样。但是却没有在你的位置上，就是也是说你的光和热没有真正的产生一个很强大的效应，明白吗？因为你天生就是一个服务者，就是服务众生、服务人类。你就特别喜欢给给给、帮帮帮。你天生就是一个这样子的灵魂，迫不及待的想要去，来来来我给你送礼。但是你的影响力却没有出来。然后实际上你周围的人也没有认出来。所以我就说你还没有到你的位置上，就是你还没有真正的发光发热，就是一个太阳还没有挂在天上的那种感觉。别人认不出来你，你也没有把你自己放在..... 你就恨不得给给给。这么说吧，我们就带给你一个信息，跟着JOJO老师就好了。这是送给你的。为什么呢？你会被放到一个正确的为止，然后发光发热，明白吗？这就是给你的信息，你今天信息结束了。因为后面的一切，它会随着你回到这个位置上，所有的一切你就会越来越清楚明白的。

第五个人：

问：我的灵魂主题是什么？我28岁，叫XXX。

高灵：首先我们想跟你说你是一个不男不女的，你不要把自己定义成一个女人。不男不女才是灵魂真正的样子。这么说吧，你的灵魂主题，你就好像有一种坏小子的那种感觉。就你如果谈感情的话，你特别喜欢作。就是你不能安安稳稳好好地谈，你就喜欢没事来找点事。这么说，如果说你的灵魂主题的话，你就是看人类太一本正经了，然后你要来给他们搞点怪，你要来给他们加点颜色。所以从这个上面来看的话有点像是那种，就是班上一群孩子都在好好学习，你就是那个捣乱的，这个灵魂。所以这个灵魂有一个不安分的能量在里面，它不会持久的在一个不变化的状态。它一定是要变来变去的、动来动去的，好玩，特别跳跃，是一个年轻的灵魂。那如果你说这一生的灵魂主题，它就是来不守规矩的。

问：其实我人生这些年一直是一个特别乖的小孩。

高灵：那你后面越是接近你的一个真我，你会越发现你变得越来越有一点不可理喻，就越来越舒服、越来越自由自在，就我想咋样就咋样的那种。所以如果说你的灵魂主题，其实你就是来地球玩的，就是要不断地把这些正儿八经的东西弄的不正经，加点颜色吧。就不喜欢沉闷的颜色。你会越到后面，有句话叫老不正经嘛，对吧？就你越到后面你越是接近你灵魂真我的一个状态的话，你越是一个就像是老顽童的状态一样，是特别自由自在、搞笑，就像是济公和尚的那种能量。

问：你刚才说不男不女是什么呀？

高灵：不男不女就是说你的能量很平衡，就是阴阳能量都很平衡，明白吗？然后可咸可甜。

问：我是不是把自己框住了？我之前觉得自己都是比较.....

高灵：因为你们来到这里你们都是认识自己的一个过程啊。那你现在才刚上路，才刚开始来品尝自己嘛。

问：我就觉得自己特别没有女人味。

高灵: 那你看, 你本身是个女人, 你又说你没女人味。那你是不是就是不男不女啊, 对不对?

问: 所以就是不用想办法变得很女, 什么样就是什么样?

高灵: 你需要完完全全做你自己。做你自己, 你还会吸引很多女生喜欢你。

问: 就是不吸引男生喜欢我吗?

高灵: 没有啊, 也会有男人喜欢你, 但是还会, 我是说还会。因为你的味道一会儿是雌性的, 一会儿是雄性的, 一会儿分泌雌性, 一会儿分泌雄性, 就这种。所以你就好好玩。你也持久不了, 就是一种单一或者严肃, 就是你保持不久。久了你会觉得这不是你, 这太无聊了, 你就会去突破它。

问: 我已经开始做自己了吗? 我是真我还是小我在那演?

高灵: 这么说, 你越爽, 那就是真的你了。你要越不爽的话, 那就是小我, 就是对自己有一些要求。看你自己内在爽不爽。那那个就是。

问: 我这些年一直对感情.....

高灵: 我们想跟你说你不要把你的专注力都放在一个人身上, 那就是让你难受的。当你把眼光放在所有人身上, 你就会舒服了。所有人就是激起你欲望或者兴趣的一个对象, 明白吗? 因为它这个灵魂, 你如果把自己捆绑在一个单一的对象上, 你反而还会找对方茬, 看你这个不顺眼, 看你那个不顺眼, 你怎么这样, 你怎么那样。就觉得你们俩总是有矛盾。那当你把眼光从一个聚焦的状态像是散光一样散到everywhere的状态的话, 就开始把你的灵魂激活了。就这么说, 你跟女孩子也会玩的很开心, 也会很嗨, 明白吗?

问: 那怎么结婚呢?

高灵: 因为你们有一个观念结婚是跟一个人, 就是一对一, 明白吗? 那你可以跟一对所有人结婚啊, 明白吗? 结婚是什么意思呢? 结婚就是说你跟他的能量产生连接, 你们俩就好像交融在一起。你的生命体去影响他的, 他去影响你的。你去品尝他的, 他品尝你的。你看你们舌吻, 你吻他, 他吻你, 你们的舌头连在一起。是不是你在品尝他, 他在品尝你, 对不对? 那他在滋养你, 你在滋养他, 他在打开你, 你在打开他。这是能量与能量的一种, 明白吗?

问: 我其实还挺向往两个人可以一起那种。

高灵: 那你可以去, 你向往你就去啊。这里没有什么应该不应该。但是我们先告诉你这些呢, 以后你会, 就是当你探索到一定程度的时候, 就好像现在给你播了一颗种子, 就好像给了你一个说法, 那你以后, 哦, 好像之前是这样子。我为什么会产生这样子? 明白吗?

问: 就是我现在向往的事等我真的尝到了.....

高灵: 你所谓的向往, 它都来自于你的头脑在捕捉一些信息, 然后以为这就是你。它只是在你这个阶段, 就这么说, 你在一岁的时候你向往你妈妈的NeiNei。我就想喝NeiNei, 这个辣

椒辣死了，我才不要吃，我不要离开妈妈的NeiNei。那你十岁、二十岁的时候，你还要吃妈妈的NeiNei吗？那你为什么二十岁的时候那么喜欢吃麻辣烫呢？那你产生的那个我现在就想怎样怎样，那就是因为你还是一岁以内，你才几个月大，想要你妈妈NeiNei是正常的呀。但是你这个生命体难道永远都只是一岁，会吗？

问：所以我当下卡在哪了呢？

高灵：没有卡在任何地方，允许你的生命成长就好了。然后到了那一步再说呗。你们人类的一个突破和成长是什么？它就是去突破以前旧有的认知和观念，对不对？那就是了。那你们就是得不断不断地去突破你旧有的认知和观念。没有任何的认知和观念是不被突破的，明白吗？然后你们的生命没有在任何的认知和观念里面，明白吗？你就好像是说要把一个生命放在一个铁盒子里面，这里生命就不会发生了。那那个铁盒子就像你们的认知和观念，你把你的生命，你的这颗种子就放在那，没有办法的。

问：我听你这么说，我觉得我不会结婚了……

高灵：什么意思？会不会结婚？这些你不需要去，你生命的路线你不需要用你的头脑去担忧、害怕或者防范，因为这个不关你头脑的事。你头脑不过是临在而已，就是我在场，我知道发生了些什么。

问：事业方向方面，我发现我接触灵性后就对自己做的事没有那么多热情了。就是我一直研究这些东西，但是我不落地，就是不做事实的感觉。我这个状态是不是不太对呢？我要是把它落地的话，我要往哪个方向走呢？

高灵：这么说吧，你只需要让你自己持续的做一件你自己热爱的事情就足够了，就这么简单。因为有没有意义，落不落地或者有没有用，这些东西它都来自于头脑。但是你只是在每个当下持续的去选择最让你激情的事情，那么你就让自己在一个，就是你的频率就是一个最高的频率。那你在一个最高的频率的话，你才能把你的生命给激活，它才是一个激活的状态。然后在这里才有一切的可能性发生，在那个状态下。然后你后面产生的一些问题，它来自于你头脑的不知情。有没有落地啊？这些有没有用啊？或者有没有意义啊？这些就是让你的频率掉下来，就是进入到一个好像很吃力的状态，明白吗？让你保持在一个轻松的状态，你只需要在每一个当下选择你自己激情开心的事情。就这么简单。

问：我就在研究不同的法门，研究到最后都是同一件事，我就觉得我研究啥呢。

高灵：那你要知道你研究是因为你有激情，而不是因为你想要达到什么目的。因为目的是在当下的。

问：那我在事业方面就不用考虑什么现实层面的，就兴奋就可以了？

高灵：你对事业会有一个误解，你会觉得去找一份工作，有个头衔，有个收入，那个才是事业。并不是。你们来到这里就只是需要让你这颗种子在土壤里面不断地成长、生根、发芽、开花结果。然后比如说你长出来很多苹果过后，那你的苹果可以卖钱，那这个就是你的收入、工作、事业，明白吗？那如果你这颗种子都没有办法扎根，没有办法开花结果，你去做

一些事情，那就是消耗。所以真正的事业是通过你这个灵魂它在不断不断地去绽放和成为它自己的过程当中，展现出来的一个事业。因为你们会有一些比如说社会上传统的一些认知，旧有的一些认知觉得我应该要学一个专业，找一份专业对口的工作。这就导致很多灵魂没有办法得到激活。没有激活的灵魂它就像是一颗稻谷，但是你如果活了，这颗稻谷如果放在田地里的话，你就长成一片稻田，对吧？它就结出来好多好多米。那你这个没有激活的灵魂，它一颗米就是一颗米，它没有多大的用处。就这么简单。也就是说你的影响力，人家激活过后，它可以变成一亩地，它可以变成千斤的稻谷去喂养上千人。那你这一颗米呢？一个人，一张嘴巴都喂养不了，明白吗？那也就是说你的价值和影响力的一个区别。那你就知道你们社会上多少人都只是一颗米的存在，它不是一亩稻田。

问：那我现在在最能走向我灵魂使命的方向上吗？

高灵：这么说吧，你们永远都在。你们不能不在，就算你是走到最窒息的地方或者是最黑暗的地方、最束缚的地方，它也是让你看清楚，让你更加坚定你的选择，明白吗？所以你没有办法不在。只是说我们的一些指引会让你们就好像是，就是一个是无头苍蝇一样，手上没有地图，一会儿走到这边找路，一会儿走到那边找路的状态。和一个手拿地图，然后清清楚楚的知道往这边走，往那边走，就很轻松很愉快，也很明确自己的方向是对的。一个心里有底，一个心里没底。那你们都在路上啊，只是有地图和没地图的一个区别。

问：我适合现在的城市吗？因为我现在面临要不要换城市？

高灵：这么说吧，你如果你把你放手给生命的话，生命会把你带到一个你该去的城市。你会发现那边正好有一个朋友邀请你过去或者有一份工作找到你，就是它们会把你带到那边去。你们生命中，你们不需要做选择。

问：我的灵魂是阴阳平衡，有的灵魂是偏阴性或阳性……

高灵：这么说吧，它们有的会是像是关闭了一些，就是它选择这一世我要来激发另外一个，就是它是有这个功能，但是它把它变得不平衡，它为了产生某一些体验，特定的体验。

问：这种比例是不同的选择，还是说不论你是什么……

高灵：不是，是每一个灵魂它选择这一世来到这个地球上，就是它的这一节课或者它的这一出戏，它到底想要体验什么，跟这个有关，跟它要体验的主题有关。就这么说吧，你自己去逛街或者是你到商场里去，你想要去体验什么呀？体验美食街？体验游戏厅？体验化妆品区域？还是服装？那你得知道你去干啥，对吧？所以那些灵魂选择来到这个地球之前，它有它想要体验的。它会根据它想要体验的去关掉某一些功能。

问：那我把它弄成平衡的，不就没有体验这些了吗？

高灵：你的灵魂主题有你这一生你自己的灵魂主题的安排计划呀。因为你不是来平衡能量的，你是来，刚才跟你说，就这么说吧，就是来玩，来搞怪。那你来搞怪，你可以一会儿变成男人，一会儿变成女人，一会儿变成这样，一会儿变成那样。就像是一个魔术师一样。

第六个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX, 41岁。

高灵: 我们连接到你这一世的灵魂主题, 你来到这里你是要完完全全的就好像要从一个柔软的躯体里长出一个硬的骨头的感觉。就像之前来的时候它是没有躯体的, 它是没有骨头的。然后它要长一个骨头出来, 就像是蛆的那种状态, 软绵绵软塌塌, 然后长出骨头就可以..... 所以你的人生的需要有一个蜕变的, 从一个弱到强、软到硬、柔到钢。从一个女人变成一个男人, 就是能量层面从一个柔弱温柔的女人变成一个刚强的男人的那种。它一定是要蜕变的, 要凤凰涅槃一样重生的。这是你的一个人生主题, 就是从一个状态蜕变成另外一个状态。

问: 为什么会用骨头这个词呢? 意思是要框架吗?

高灵: 就这么说吧, 比如说从你的生活层面来说, 你可能最开始需要依附于其他人或者需要其他人对你的一种支持或者需要他们的意见, 或者需要帮衬, 需要拐杖, 就是需要外界给你一些力量, 但是之后要变的你不需要任何。你要扔掉拐杖, 然后要让自己双腿的力量出来。就是要从一个弱女子变成一个女强人, 从一个小家碧玉变成一个花木兰。就是内在的那种强大, 当然你还可以表现出我很温柔啊, 很那个什么。但是这是体现的一种方式, 但是你内在强大的精神和力量它是不会受到任何外界的动摇和影响的。

问: 我的痛经怎么办呢?

高灵: 我们告诉你, 等你从女人变成男人过后呢.....

问: 它自己就好了?

高灵: 对, 因为这个你会死掉的。就这个物质肉体的你, 它都会变, 所有的都会变。所以我们说你要涅槃嘛。

问: 涅槃的意思是自己把自己杀死, 然后让新的自己出来?

高灵: 你的更多是一种力量, 内在的一种力量激活、唤醒你的力量。

问: 我感觉我自己擅长面对处理黑暗, 但是好像一直没有办法在外在表达出来, 就是很在乎外界的价值观什么的。

高灵: 当然了, 因为你现在还没有变强, 你还没有变成男人。所以你提的所有的问题都是围绕着你之前还没有蜕变的一个状态产生的, 那当你变强变成男人之后.....

问: 我亲密关系我感觉我一直没有成功过。

高灵: 那也是因为你没有蜕变呀。

问: 在蜕变的路上, 有什么更好的建议吗?

高灵：那跟着JOJO老师学。因为这里有你所需要的一切，转变的一切。你的生命是转变转化。

问：我目前遇到一个比较心仪的对象，相遇的主题也是为了促进我蜕变的吗？

高灵：对，催化剂，刺激你去变的。

问：我的所有问题都是围绕着这一个问题展开的？

高灵：你体验到的所有这一切都是你在没有蜕变前的问题。那你想要去转变它的话，那就是你去发生转变。就不如说你现在提的所有问题都是因为你现在还是一只毛毛虫的问题，所以你在地面上遇到的这些东西、这些障碍，当你变成蝴蝶飞起来过后，它没有了，而且它在另外一个空间了。

问：这个力量出来就是说我不依赖他人，然后我是去不断地认识我自己的一个过程吗？

高灵：我们刚刚不是说所有你需要的一切，你寻找的这一切，当你在跟着JOJO老师学的这个过程当中，你会逐渐逐渐的..... 你稍等，我们连接一下关于你们女性力量的缺失有没有什么带给你们的。我们想要让你们知道你们女性比如说力量和内在的能量，就是力量的一种缺失，比如说女性感受到无力感或者女性的力量不足和不够，第一是比如说你们自己对你们自己身份的固化、加深和认定，首先你就把你自己当成一个女人了。你把你当成一个女人过后，你的力量就消失了，它就已经很无力了。所以你们自己最你们自己身份的一个认同和对身份的一个定义也会好像是一个限制，让你们的能量没有办法完完全全的激活和激发出来。所以不要把自己当成是一个女人、女性。当你把自己不当成是一个女人和女性的话，你的能量就被释放出来了。还有就是说你们自己对你们自己女性身份的一些观念，这些定义，比如说你把你当成女性过后，它都在限制你。比如说你作为一个女性，你作为一个母亲，你要养家啊、你要带孩子啊、你要做好贤妻良母啊、你要做好妈妈、做好媳妇啊、照顾好老人啊。就所有的这些都把你的力量一点一点的削削。所以你给自己定义一些就削减一些，定义一些就削减一些。你是一个灵魂，你这个灵魂来到这个地球上你有你这个灵魂它要去做的事情，明白吗？你这个肉体不过是它通过你去展现的一个渠道，仅此而已。那当你的这个身份对这个灵魂的一个限制和影响的时候，那就是你们痛苦的开始，就吃力、痛苦。

问：我适不适合学习通灵？感觉我的身体过分敏感了，会不会出现什么问题？

高灵：你们对通灵有一种误解，明白吗？通灵不过就是去使用你们身体的所有功能，仅此而已。那哪里有适不适合呢？就像你说我适不适合去吃饭？品尝这个菜的味道？我怎么回答你呢？只不过是你们，这么说吧，就比如说我吃饭的时候，我的专注力就在我的舌头上，我的舌头就在捕捉信号，对吧？你在跟你的对象发生关系的时候，你是在用你的生殖器官在捕捉这些，在收集这些信号。那你通灵呢？你在用你身体的某一个感官，它在捕捉信号。仅此而已。那你说这个问题..... 但是你们因为要创造这样子的一个能量场，就像你要跟你的对象发生关系，你需要干什么？创造一个浪漫的夜晚，对不对？

2024/09/04 – 问题集锦

问: 可以学习灌能吗?

高灵: 只是你的能量和JOJO老师的能量在接触的一个过程。那你时时刻刻都在和每一个人能量的一个接触, 你们的能量一直都在相互影响彼此。那你的能量是什么呢? 就你的水是什么味道呢? 别人再品尝你的这个水, 它里面是什么? 恐惧? 限制? 分裂? 害怕? 担心? 担忧? 还是什么? 自由? 无限? 明白吗? 所以别人是舌头, 你是这杯水。那你的这杯水它是什么味道呢? 它是甘甜的呢? 是纯净的水呢? 还是充满了泥呀、沙呀、各种恶臭啊? 各种污染啊? 你时时刻刻在给被人灌能, 明白吗?

问: 如何通灵?

高灵: 你们是在一种通灵的状态, 只是你们通的是什么呢? 你在连接这个能量, 可是你连接的是什么能量呢? 你是在被什么能量影响呢? 你是来自于源头、来自于光、来自于爱、来自于无限? 还是来自于恐惧? 就是你一直在喝水, 你是个管道。通灵就是说那个能量通过你这个管道流出来, 那你接的是什么水呢? 还是说你是一个filter, 你是一个过滤的? 你能把污水通过你, 然后把它净化成纯净的水, 明白吗? 还是说你只是完完全全的里面是污水, 你流出来的就是污水, 明白吗? 所以你到底是谁才是最重要的, 你们都在通灵的状态。

问: 是否有人这辈子跟高维信息无缘? 就是灵魂不让它接触这些信息?

高灵: 这么说吧, 它就像是一个天空, 它在那里。但是你到底能从天空中看到什么呢? 所以所有这些东西它就在那里, 一切都在那里。那你的这个个体它能不能看到呢? 比如说它也会受到集体意识的影响, 因为以前都是面朝土地, 就看地底下, 各种找宝贝挖宝贝。但是你发现有一个人望着天空。因为他在望着天空的过程, 他的生命发生了转变, 他全身在发光, 他可以飞起来了, 他创造了神迹, 他展现出来不一样的生命体。那是不是接下来就会有其他人也望着天空, 明白吗? 所以说当你们越来越多的人都在做这种事情, 都在仰望天空的话, 也会带动更多的人去仰望天空。就像是一个科普一样。所以你们集体意识里面比如说对高维的一种连接也会让你们普及吧, 就科普吧, 就传播么。然后对越来越多的人来说这不再是一件稀奇的事情。所以你们是一个蜕变、转变期。

问: 提升能量的方法是什么? 怎样保持高能量?

高灵: 就这么说吧, 本来你是天生有翅膀能飞的, 那飞在空中就是你的高能量, 对吧? 但是由于就比如很多人说你不要尝试飞, 想都不要想, 怎么可能? 我们家族从来没有人飞过, 你怎么可能飞? 然后会导致你们不会去使用你们的翅膀。所以提升能量的方法, 那就是你不断地去突破你这一生、这具肉体它在集体意识中的那些东西, 就是清洗自己。把那些限制你的一些观念信念, 越是把这些东西拿掉拆掉, 你就越飞越高。它就像是一只鸟的翅膀上沾满了很多水泥块, 然后导致它的翅膀太沉重了, 飞不起来。那这个就是说当你不断地把不属于你的东西清理掉, 你自然而然就是在一个飞的状态, 那就是你本来的状态。那如何去拿掉这些呢? 就比如说通过我们的信息, 明白吗? 这是一个非常有效的方法。还有就是通过你们在你们成长的过程当中, 当你遇到了阻碍、当你遇到了束缚、当你遇到了让你不能够自由自在的舒展和展现你的时候, 那些限制你的东西, 你去看到它, 然后转变它。因为只有你们的一个

观念和你们思想层面的一些枷锁才会导致你在这样子的状态下。那如果不断地去拆掉这些枷锁的话，那你本来就会飞，本来就是你那个样子。你本来是所谓的一个高能的。所谓的高能就是鸟儿会飞、鱼儿会游，这个就是高能。那你一只鱼被凝固起来，一只鸟翅膀不能使用，那就是导致你所谓的一个低能，受限了嘛。当你完完全全能够去展现你的生命、享受你的生命的状态，你就是所谓的一个高能。

问：我会画画，但是我害怕我产生艺术垃圾。我会考虑这个画作变成了一个需要地球降解的垃圾，我就不想画画了，该怎么办？

高灵：首先你需要处理的不是你的激情，激情是没有任何问题的。你需要处理的是你的一些观念，第一就是对生命的一个认知。就首先你相信你的生命体它并不会给这个世界，就是去故意去产生任何那种有害的东西的。因为都是无意识的，OK？所以需要信任这个灵魂它并不会去做任何这种事情，它也不会去破坏任何。它只不过是你在目前的这个阶段的认知导致你有这样子的一个矛盾的想法。所以通过这个矛盾的想法，然后去看清楚你自己，让它推动你去探索生命的一个真相。如果这方面是你的一个顾虑的话，你完完全全可以用其它的方式去展现。你可以有很多方式去展现，明白吗？比如说你通过这个，你可以比如说去运用你自己的想象力。因为这是你自己的游戏，就是你自己跟你自己玩游戏。为什么是自己跟自己玩游戏？因为是满足你目前的一个信念系统嘛。你觉得就是我这么做了，我才……就这么说吧，你觉得我要把碗里的饭吃的干干净净，我才是一个爱惜粮食的人，明白吗？那其实你自己在满足你的一个系统，它是你的观念，你在满足你的信念系统。那你在你现有的信念系统里，你不愿意去改变你的系统，你当然可以把你往更积极的一个方向去展现。因为我们不会去试图说服你任何你持有的观念。因为你觉得这是你，那么你就用你的方式来展现，展现你对生命怎么表达。但是你需要去信任你的生命体它不会去破坏任何，它也不会去伤害任何，它也不会去影响到任何，就是它不会带来负面的影响。这是对你的生命体的一种信任，因为这样子的话，这个灵魂才能完完全全的被，就是它才能be free，它才能有freedom。

问：怎么样能够让自己有魅力？有吸引力？

高灵：就算让你自己做你自己，但是做你自己，你自己是谁呢？你认识吗？你都不知道自己是谁，你都不认识自己。所以你灵魂本来的状态是什么样子，你自己都不知道。因为你从来没把它放出来过。那就是完完全全做自己。那当你在这种状态下，你也不会去产生这种问题。

问：如果工作中遇到不喜欢的人要怎么办？怎么让它消失在自己的世界中？

高灵：首先你如果改变、提升你的频率的话，你的环境会根据所有的一切而变的。这是一个方法。还有就是你可以去创造一个你喜欢的版本的对方出来，明白吗？所以你自己把外界当成是在玩一样。比如说我通过对我的一个场景我不喜欢，那我可以通过比如说不断地去转变你自己的一个频率吧，然后你会发现你的工作场所和遇到的人都变了。那你也可以把你喜欢的对象当成是一个练手的，然后你去从一开始很反感他，然后你不断地暗示暗示暗示你自己过后，然后发现你们俩成为了很好的朋友。也就是说把外在的一切当成是你在和你自己玩，你在和这个平行世界玩的一个工具，明白吗？然后这样子的话，你自己的意识就不断地在扩展，你自己就不断地在千变万化，你自己就不停的在你的物质世界拿到你是主人的这种

感觉。就你对你的生命更加有一种操控感、有一种掌控感，不再是被动的，明白吗？所以你的问题和所有这些都来自于你还没有对你的生命有一种操控感。

问：在通灵中如何确定那就是高灵？如何区分小我和高灵的声音？

高灵：首先如果是来自源头的声音的话，它永远会把决定权、选择权，就是you feel free。你会觉得你身上没有任何绳子，你身上没有任何限制，你身上没有任何定义。就是你不会贴上标签，你也不会有绳子捆绑着你觉得你不能这么做、不行。就是它不会有任何..... 这么说吧，这些信息来到你这里，它不会有任何重量。就它不会像一个东西压在你肩膀上，不行哦，我不能这么做，这么做我就变成低纬度的人了，我是在制造业力了，我在这样我在那样。就这么说，它是没有分量的，它是没有重量的。所以你去感知它的时候，你感知不到任何的。那如果你感知到了：我好像不能这么做，就是限制，然后你感受到了限制，就是你最好怎么样，好像你没有选择，你要这么做。它让你感受到你肩膀上加东西了。然后这就是区别。

问：如何照顾我们内在的小孩？

高灵：那我跟你说没有什么内在小孩需要照顾呢？明白吗？因为你在用别人的一套的观念。那这是别人他自己对生命理解的观念，你在用那一套系统。你如果拿了别人的系统，那你就去问创造系统的那个人，明白吗？问那个创造内在小孩的人，你去问他。还有就是说你们在每个阶段都有每个阶段需要去体验和经历的。记住这个就好了。

问：如何知道自己想要的是什么？

高灵：这么说吧，真正的你没有什么想要的，它不过就是体验，一切都是体验。想要什么，它来自于头脑。所有的这些想要都是来自于头脑。当然你会产生一些比如说想要的，但是它的这个过程还是体验，还是你灵魂的一个体验。就比如说你产生了一些我想要学JOJO老师的通灵，那其实这个想法就是灵魂的一种推动，把你推动到那里。那里有你的一个礼物，有你成长的一个过程，有你的体验。

问：外界的一切都是内在小孩的投射吗？内在小孩就是真我吗？

高灵：外在的一切是你的一个..... 我们说你是一个energy，你是一个能量体，对吧？那你这个能量体是个什么样子的状态，你就会体验到什么样子的世界。那能量越是沉重的，它体验到的世界就比较无力。就这个世界就好像赚钱也很困难、谈恋爱处关系也很困难，人际交流也很困难，连健康问题都很苦难，就什么东西在他面前都变得非常困难，困难重重。它是你的这个意识形态，你的这个能量体它的一个级别。我们这么说吧，你们有分三维四维五维六维，就是这种分维，对吧？然后更高维度的，它就是无限，它没有限制。那维度越来越低呢？它的限制就越来越多，它的方式方法就越来越少。就比如说，我们打个比喻，比如说农民只能从种庄稼里面来换一点钱，就只能从我种的这些水稻什么的，卖了水稻我才有钱，对吧？那是不是限制？因为他的认知、他的能力、他的想象力，各方面什么都是受限的。所以他能换来钱的途径只有那么一个。那越无限的，他什么东西都可以变换成钱，什么问题都能把它转变变化。所以你们在这个物质世界体验的那个版本的世界，它是跟你的意识形态的

进化程度是有关的。如果你体验到的世界是无力的，是艰难的，所有东西都是没有办法的。那就说明你的进化很低，它还在很初级的阶段。

问: 接触高灵信息后越发觉得孩子不用上学，孩子也不想上学。但是没有条件怎么办? 如果孩子不上学可以做什么?

高灵: 你不过是你的这个生命体在展现和表达你对生命的理解，明白吗? 不是我们高灵或者谁来告诉你应该这样做，应该那样做。是你来对众人、对这个世界，你来展现你的生命应该是怎样的。因为你看你们有很多人他们比如说在家里面教孩子或者是带孩子全世界去旅游啊，任何。也有其他生命体在用不一样的方式在展现他们对生命的一种理解。这里没有对和错，没有好和坏，没有优劣。只有你的这个灵魂它是如何在阐述，如何在表达生命的一个状态。然后通过你自己展现生命的一个状态，你就在影响其他人。就比如说你在解放你自己的时候，你也在帮你们集体意识里的其他人解锁。那可能有些人跟你有同样的想法，但是他一直没有做。当他看到身边的你选择了这种方法过的很好过后，他也选择了和你一样。所以说运用你自己的想象力。为什么呢? 这个舞台，现在你才是演员，你才是主角，你才是现在在舞台上的人。所以你来展现。然后任何时刻，你都没有说选择一个，然后就that's it。你们任何时候都可以在当下重新做出选择。但是所有所有的，你只要记住，你们任何想要体验的，它都会受到支持。因为创造这样子的一个空间，创造这样子的一个世界就是来让你们体验你们想要体验的。所以你们想要体验和展现的都是受到支持的，用你自己对生命想要如何去表达去表现出来。

问: 人在顺境时能变得有智慧吗? 还是必须经历挫折痛苦才能开启智慧的大门?

高灵: 就比如说你们在玩一些游戏，然后在实验室里面做实验，这不也是在增长(智慧)，也在扩展你们的意识吗? 明白吗? 首先扩展意识它是方方面面，它并没有局限于某一种。那包括你们现在在听我们这样子的传讯，你不也在扩展吗? 包括你在梦里面做梦的时候，你不也在扩展吗? 所以并不存在于像你说的要么就是顺境，要么就是逆境。然后那些选择所谓的一个逆境，它跟你去健身房拿起那些weights没有区别的。

问: 学习高灵信息后，越发感觉到和现在工作的环境和同事不同频。是应该离开现在的工作，寻找新的同频的工作? 还是继续留在这个工作，按照高维信息学做事，去影响和改变现在的工作环境和同事?

高灵: 就像我们前面说的，你想怎样呈现你都受到支持。那如果你都收到支持，你想怎样呢? 你不能怎样，但是你有些想法想怎样的时候，什么导致你没有做? 你就可以看到你背后那些限制你的东西了。而且你要知道，你说我才不要给任何人打工，我要做老板，我要自己创造一个公司，然后有我自己的一个理念，用我的理念来运行。OK，你就会做到。但是是什么导致你害怕呢? 不行啊，创建公司压力太大了或者是什么什么的我做不了，任何这些东西。最重要的是，是什么导致你没有朝你自己想要体验的去体验? 你可能从来都没有想过。我打了一辈子的工，怎么可能自己做老板? 做老板太辛苦了。所以你看到你背后的那些，是什么限制了你?

问: 在这个地球真的是奉献和付出就是真相吗? 奉献和付出就会丰盛和富足吗?

高灵: 如果你是为了丰盛和富足去奉献, 那你不会的。这个世界只有奉献和付出才是真相吗? 如果说这个世界的真相是什么? There is nothing, 这里就是无。这个就是真相。只有什么? 只有experience, 只有体验。然后所有的这些相都是来支持你的体验的。就是你体验完了过后, 这个相就不存在了。所以就像是一股风它吹过来把你吹倒了。那股风在哪里又找不到它。这就是你们的物质世界。就算你们的秦始皇也好, 慈禧太后也好, 他们拥有一切。权力、金钱、所有一切, 它不过也是一阵风, 不是吗? 还在那吗? 它不过也是体验。所以这就是所谓的一个真相。在这里所有的一切就像是一股风, 你能体验这股风把你给吹倒, 吹到你脸上好舒服或者飓风把你吹倒在地方, 或者龙卷风把你吹飞起来。there is nothing other than energy。所以就跟飓风一样, 你能体验到它, 的确把你吹倒在地上。仅此而已。所以只有你的体验。然后, 首先根本没有付出两个字。你告诉我什么是付出呢? 你们理解的付出是什么呢? 比如说我照顾瘫痪在床的..... 那不过是你跟你的系统打交道, 你在跟你的认知打交道。为什么? 比如说你是出自于爱去照顾它, 那你就在体验爱, 你在做的过程当中你就在体验爱。如果你是出自于责任去照顾他的话, 你觉得你在付出。那你在跟你的观念、信念系统打交道而已, 明白吗? 那你如果是为了钱呢? 那你有一个局限的认知, 你觉得你在做这个才能赚到钱, 对不对? 所以你看你们都在做一些事情, 然后你背后服务的对象, who you deal with 它是不一样的。但是你看你有没有, 你都在deal with yourself? 你只在跟你自己的认知系统打交道而已。被照顾的那个人不过是个工具。通过这个工具呈现出你自己。这个过程你都没有notice到。你们put too much attention在对方身上, always。你们会把对方, 她是我妈, 她是我什么什么, 这是你们对生命有限的一个认知。你们的无力感, 你们的一些教条观念, 所有的这些东西都在里面, 你在跟它打交道, OK? 你在deal with yourself。这里根本就没有付出两个字。如果你觉得我在为我的家庭付出, 我放弃了我的事业, 然后在照顾我的孩子、照顾我的老公, 在对他们付出。那不过是你自己的一个限制而已, 因为你把你捆绑在那个身份。你把你自己定位成那个身份, 然后你把你老公和孩子定义成无力, 就他们不能离开你, 不然他们生存不了, 明白吗? 然后你并不知道真相, 就是每一个生命体它都受到了支持, 你并不明白这个真相。因为你自己的手从来没有拿开方向盘, 所以你不会体验到自动驾驶的这个功能, 明白吗? 所以说这里根本就没有付出两个字, 你不过是在你自己的这套系统里面运行而已, 仅此而已。然后所谓的一个奉献, 那你说蜜蜂在采蜜、在传播花粉, 它是在奉献? 奉献只是你们头脑给它行为的一个定义而已。它不过就是在做它自己, 它不过就是一只蜜蜂, 自然而然采蜜而已。它只是在遵循生命的这个系统。所谓的一个奉献是你们这些人看上去, 哦, 它在奉献自己。你看, 蜜蜂天天都不躺平, 天天都是跑来跑去的传播花粉, 它在奉献自己。谁产生的这个相啊? 是你们有限的认知去理解生命而已。

问: 什么是教育? 如何与孩子相处? 能给学校的老师一些建议吗?

高灵: 如果你们对生命都不理解, 都不了解, 你怎么去教育? 你们把一个肉体当成是一个: 哦, 它一生下来, 它是无知的。那你说这个生命系统, 比如我们刚说的蜜蜂, 你有教育它怎么去采花粉了? 怎么采蜜了? 你教育它了? 是你教育出来的? 那你就知道如果你都对生命是什么你都不知道, 那你当然也不能做好所谓的一个教育了。这么说吧, 教育不过是投射出你们集体意识在那个阶段的一个认知而已。能理解这句话吗? 你们对生命的一个认知, 你们对人的一个认知, 你们对学生老师之间的一个认知。只不过通过教育投射出来你们的一个程度、意识形态而已, 这是教育。那如果你们想要真正的知道如何帮助下一代更好的在这个地方, 那就是像造物主一样创造一个有爱的环境、自由的环境、尊重, 让它这个生命体, 就好像是土壤一样。你说土壤给种子, 你的教育就像土壤一样。你想要叫教育的对象, 比如说孩子他

是种子。那就是土壤和种子的关系。那你们能给的教育就是像土壤一样。土壤有天天指责你：你赶快长大呀。你赶快突破呀。你赶快开花呀。别人都结了那么多果子，你看你。有吗？你今天多吃点，你赶快赶快，有吗？所以如果说什么是教育的话，那就像土壤跟种子一样。土壤给种子提供这样子的一个状态，那就是教育。因为每一颗种子它已经包含了它的一个成长的路线。当它在没有受到限制，比如说你的这个土壤太干，完完全全没有水分或者太多毒素，或者你的土壤变成了石头……你自己都变了，明白吗？所以说你用你自己存在本身的一个状态，那你就在滋养这个生命在通过你不断地呈现出它本来就是的状态。

问：如果每个人身边都有指导灵，每个人都走在正确的道路上，什么都不用做，允许生命自动展开的话，那为什么很多人，尤其是老年人一生都很固执？生活和思维没有任何改变？还有些人经历至暗时刻撑不下去，结束了自己的生命？

高灵：我们说这里没有其他人，只有你呢？这不过是你的这个系统对各种的相的认知和评判而已，你是这么去认知和看待的。你头脑知道什么是正确吗？你头脑并不知情，所以这里并没有一个所谓的正确和错误，是你们产生的。你去评判它，你怎么评判呢？因为它的这个生命体，它有它来到这里的目的，它有它来到这里它想体验的。它今天体验这个，明天体验那个，它永远都是在变换着。你是拿什么去评判是正确还是不正确的呢？你怎么知道它现在在体验的这种黑暗，它会把它转化成什么呢？就是它现在搜集了这么多粪便，你怎么知道它会把那堆粪便转化成什么呢？你不知道的，明白吗？它可以搜集了好多粪便，然后做成沼气。那如果你对别人在搜集的东西或者你自己面前的东西你并不知情，你也没有办法去判断什么是正确，什么是错误的。所有的一切通过你自己产生的东西，然后来看到你在哪里。外面没有任何人。

问：鬼神也是相吗？

高灵：这么说吧，我们就说它是波段吧。那你在体验不同的波段的话，那也是你啊。也是你在跟这些波打交道呀。就像风一样，刚才说。

问：高频是不是就意味着没有脾气？包容允许一切？想发脾气就发脾气是否就是当下允许能量通过而已？过后没事了，但引起对方的情绪跟我有关系吗？

高灵：高频是一个什么样子的状态是吧？高频就是说你的头脑它已经没声音了，它就是临在。我只是在这里，但是我的头脑基本上没有任何声音。就像刚才说一个相，我们说你不知道人家收集一堆屎用来做什么。你怎么去评判你怎么做这种事情？你并不知情啊。当你只是临在的状态，你会有脾气发吗？你要发脾气就要产生一种情绪。但是你对任何相只是一个，你就像是镜子一样。镜子会发脾气吗？所以只有你对某一个相有了东西过后……所以所谓的一个高频就是它只是临在的状态，它的小我和头脑基本上是没有任何声音的。但是你们不需要去追求任何，所谓的一个高频和那个什么。为什么？你来到地球上，你本来就是进入到一个相里面来玩的，明白吗？

问：为什么很多开悟的大师都是以出世的方式闭关修行？以入世的方式修行到一定阶段就会自然开始以出世的方式去修吗？修行的最后阶段一定是离开物质世界吗？如果不是，都看破幻像了，还在相里玩啥呢？

高灵：这别人的事跟你没关系。那是别人的灵魂主题，那是别人的认知，那是别人的系统，那是别人的相，它跟你没有关系。你们唯一要学的是什么？做自己。你有你自己这一世来到这里要展现的、要体验的、要经历的。

问：有强迫症怎么办？没办法跟别人合作，只能自己单干，因为这样才能所有事都按自己的意愿来。但一个人很累。

高灵：你不过在跟你自己的系统打交道，比如说你在跟你头脑里的一些memory打交道，头脑里的相。比如说你曾经和别人合作过，然后产生了一些不愉快，仅此而已。你还在跟这些相打交道而已，所以你在跟你的认知系统打交道。

问：别人经常善意提醒，建议我。我总不愿意接受，抗拒接受，总是我行我素，而且还会引起我的反感，为什么呢？

高灵：你首先拿掉善意，明白吗？你会觉得如果前面带着善意或者带着为你好这几个字，你就要完全去把它拿过来了？就算你不需要？因为它是善意，所以我就要，对吧？所以你拿掉：他是好心的。然后呢？所以说这里如果真的是善意的话，它是让你有选择，而不是没有选择的，明白吗？选择权在你手上，如果你觉得你没有选择的话，那并不是你所谓的善意，不过是强迫而已。所以别人善意的提醒，不能接受..... 你为什么非要逼你自己接受呢？因为通过我们在反问，你要看到你自己的系统啊。因为你在运用你的那一套系统在产生这些相。所以你通过这些反问来看到为什么我会觉得别人是善意的，我就要接受它？为什么如果别人是恶意的..... 所以你只不过是你在通过别人对你的一些行为，然后在跟你自己的那一套系统打交道而已。所以你自己拆掉你自己的系统，拿掉一些你所谓的观念、观点，就这些东西。那如果你不喜欢别人的建议，你就直接告诉对方我不喜欢别人来告诉我做任何事情。就这么简单。你说就算我犯错，那你也让我去体验这个过程。谢谢你的善意，但是我不需要，以后也不要再这样做。那你为什么害怕表达你自己呢？背后又有什么呢？所以这一切的一切通过这些相，因为所有的相来到你面前它就会帮你去牵引出来很多你在用什么程序运作，然后去..... 那个才是真正的，因为一切相它并不具有任何意义。但是这些所有的相都能帮助你不断不断地越来越自由，越来越自在，不断地拆开你的枷锁。

问：当内在的黑暗面出来，看到自己在仇恨中想杀人怎么办？

高灵：那我们说那不是你的内在呢？你不过是个观察者呢？你不过是在观察你这个头脑在经过一些系统产生的一些东西呢？那是不是可以加深你自己对人的一种认知啊？对能量的一种认知啊？所以那不是你，你是那个如如不动的，你是那个观察者，把自己放在那个观察者的身上。这样你就不断地在增长你的智慧。

问：高灵怎么看待风水和能量场？

高灵：风水也是说你们自己人类对、对自然、对环境、对能量的认知和认识。那你们就知道所有的东西它是在和谐。是你们在用你们的这一套..... 这么说吧，就像是我睡在一张软绵绵的床上睡的好一点，睡在硬邦邦的地上睡着不舒服，就这么简单。那你就知道了，人在这样一个所谓的风水里面，我的磁场，我这个人舒服。我要是在坟地里我产生恐惧，就这么简单。那就是你们在用你们的这些认知、这些观念，就是你们对自然的理解和认知，明白吗？你不要来问它有没有效果什么什么。就算你选择睡在席梦思床上睡的好一点，地板上睡

的不好。那你说这个风水有效果，因为它让我睡的好了。因为你们有自己的一套认知系统，在这样子的认知系统下面，它会让你变得更加的和谐平衡或者是怎么样。就像你自己再调整一样，你觉得这个鞋子大小怎么样调整舒服。那你们的环境让你们的人更舒服。然后能量也是，因为一切都是能量。所以你们在用你们的，就是你们的这个能量体、你们的这个意识形态在和一切好像是过手、过招、交流、交往、去deal with、去互动。

问: 源头、高灵、高我、潜意识是什么关系?

高灵: 源头就像是道。那道生一一生二二生三三生万物。源头就是电、电源吧。那地球所有这一切插上电源才产生生命吧。我们说它这个是源头。就好像你家里的电器，这一套电器需要插上电源才能去运作，它才有power，它才有生命。你们所谓的高灵，它们的意识形态会比你们高一些。它们能成为一个指导、指引你们的作用。那就是所谓的一个高灵。高我是对照它这个个体这一生要在这个物质世界来体验的。潜意识就是那一套你看不见的，它在.....简单一点，你们自己可以百度，因为这些都是你们自己的专业名词。但是我知道明天天会亮，那它就在我的潜意识里面，它就在我的.....我不需要去对它做任何，我的这个believe system它自己在运作。

问: 身边有些朋友看了高灵信息并不能领悟它深层次的智慧。他们会通过各种途径学习从而解决生活中的各种问题。有些在我看来并不究竟。他们也会向我提出对高灵信息的质疑，我要如何面对? 跟他们耐心讲道理还是不争辩，只是允许他们现在不能接受，等待机缘成熟? 他们的出现对我而言是什么礼物呢?

高灵: 是因为你把注意力关注到这来了呀，就这么简单。那你把你的头看到谁里面，看到这条鱼，看到那条鱼。你把你的头望上天空啊! 仅此而已。你要知道所有在你眼前的东西，我们说所有的相都像个纸老虎一样，都是纸老虎。只有你去关注它，它才会变活了跟你互动。所以你关注的是什么呢? 你关注的是别人的问题，那你当然会进入到别人的问题当中。就这么简单。那这里永远没完没了的，我们都说了，外面没有别人。

问: 与人相处时总是有压迫感、不安定感是什么原因?

高灵: 每一个个体都有它自己的..... 但是归根到底我们就是说你在你的一个小我的状态当中? 因为你在你的小我的状态当中，你就会进入很多这样子的相，关于你自己的相、他人的相、那个相、这个相。所以说这是这个提问者他自己目前的一个生命形态，就是在这个阶段体验的而已。就像我们这么说吧，一个小朋友跑过来提问: 为什么我看到老师就紧张? 那你说当这个小朋友三十岁过后，他还会产生这样的问题吗? 他自己也是一名老师了。他不会有问题。所以说当你不断地在成长过后，这个问题也会随之消失。如果它还没有消失，你也需要去探索你自己的生命主题了，你的灵魂主题。那有的人他本来就是，比如说他体质天生对能量的敏感度。比如说他对对方的焦虑能量，他会连接到对方的焦虑。但是他连接到那种只是爱的存在的频率，他也可以变成只是爱的存在的频率。所以这里没有一个单一的回答。但是通过你们抛出来的这个问题，你们就可以看到。

问: 决心愿力是从哪来的? 是灵魂安排的吗? 想下决心，但是力量不够是不是说明不需要做这件事呢? 有什么方法能够帮助自己下决心?

高灵: 比如说我下定决心我要跟着高灵学习, 然后又时常回到物质世界打游戏。首先下决心也来自于对生命的一个误解。因为下决心是头脑的事情。比如说某些人的确在做这件事情, 看上去他好像下了非常大的决心, 就是非常大的愿力在做这件事情。那不过他就是在允许他的灵魂在表达, 仅此而已。他的小我干预的很少。无论你的头脑下了多大的决心要去逼迫灵魂去做它不愿意做的事情, 那就是你感受到没有力量, 你没有办法。它激活不了。就是你的这个决心并不能把这个电池启动, 它不能把这台机器启动。

问: 人是不是没必要学习知识, 只要找到自己就可以吗? 那怎么找到自己?

高灵: 首先如果它是来自于你自己的, 就像我们刚才说高维的信息, 它对你来说是没有任何分量的。它不是一个强加于你的东西。它就像是鱼在水里面游的那种状态。它就像是鸟儿在天上飞的那种状态。不会是鸟在水里面游, 鱼在陆地上走。那你就知道如何找到你自己了。怎么对你来说它是毫无费力, 如鱼得水的一个状态?

问: 在相处中很自然获得尊重的秘密是什么?

高灵: 这么说吧, 首先你不应该只是从外在关注一些你是否得到了尊重, 明白吗? 因为如果你还在关注外界是否尊重你的话, 你就已经是一个得不到尊重的能量状态了, 因为你入相了。你入相的话, 你是没有能量的, 你的能量是有限的。那就是你自己的一个认知, 对生命的一个认知。当你对生命的认知达到足够高的话, 你就知道外面并没有任何人。他们比如说表现出一些不尊重你的行为, 那只是他们而已。就好像是一只苍蝇在吃烂肉一样, 他是苍蝇, 那他肯定会盯着肉了。就这么简单。那你能认出来他是一只苍蝇吗? 那如果你把苍蝇吃烂肉的行为当成是不尊重的行为或者是恶心的行为, 那就是你的问题了。所以就放下一个你去追寻外界要体现出尊重你的相, 因为这里并没有。但是我们还是可以回答你什么样子的生命形态它是受到尊重的。那就是它已经是一个无我的状态了。在他那样子的一个频率里面, 自然而然人们会对他心生敬意的。

问: 反复经历、重复一些体验这背后需要看到的真相自己怎么去感知? 然后突破它, 不再反复体验?

高灵: 这么说吧, 你通过这些所谓反复体验的东西来看到你还在把你的注意力放在这里。就是比如说我的attention还在这里, 就是它还在拉扯着我, 我的能量还留在这里, 我的心还在这里。那不然的话, 它们抓不住你呀。你的attention被抓到其它地方去了呀。所以仅此而已。那到底是什么样子的形态把你的注意力锁在那里了, 那后面肯定就会有你的一个信念系统。比如说只有这里才是我的出路, 只有这里才是我的幸福, 只有这里才是我的港湾, 只有这里才是我的唯一, 所有这些东西, 明白吗? 因为你头脑肯定会觉得这里有一什么东西可以给到你。你想象一下, 头脑它不傻的。但是它要知道哪边是一坨屎, 那边恶心, 它跑的比什么都快呢。如果你要知道有一个地方, 你去了人家就强奸你、侮辱你、打你骂你, 你还往那边跑吗? 拉都拉不去呀。所以那边肯定还有你头脑认为你在那边能后获得点什么。

问: 怎么分辨小我的渴望和灵魂的渴望? 如何知道自己做的事是灵魂渴望的?

高灵: 其实你在开始去分辨这些的时候, 你已经进入到一个物质头脑的状态, 就好像你已经进入到.....就这么说吧, 灵魂在做某些事情或者行动的时候, 它是不会去计较结果的。就

它不会有一个我要什么样的结果。那小我在做一些事情的时候，它就会有一些..... 你看，我今天讲了几个小时，我什么都没得到。他们这些人没有给我拿钱，我浪费了我的时间，我下次不做了。当你灵魂在行动或者是在体验的时候，它当下就在不断地受到滋养。所以说不会进入到一种像是结果怎样，我有没有得到什么什么。然后你没有必要去分辨什么是这个，因为它不是来让你分辨的。的确，有时候你小我、头脑产生的一些渴望它也是把你带上灵魂的那条路。因为你头脑它并不知情。然后你只需要知道如果你在当下因为做一些事情就收获了、就得到了满足或者就收获很大的话，那就是你的(灵魂)。如果你是为了某一种结果，我是为了别人对我有称赞或者别人对我怎么样怎么样，为了获取一些名利或者是为了获得钱，那你就知道是来自于头脑的。

问: 一个人意识水平不断提升后，星盘八字这些术数就完全不准了吗? 有哪些是不会变的? 连性格都会变吗? 这些术数存在的意义是什么?

高灵: 这么说吧，所谓的一些星盘和八字，如果是说真正的，它是一种能量的连接。他们通过这个能量，然后去获取的一些信息。那如果你只是按照书本上的那些，它本身就是一个限制。那也没有所谓的准还是不准，看谁在用。因为有些人他好像这个是一个敲门砖，打开了过后，它流进来的东西，它解读的是那些。

问: 像灵摆疗愈、水晶疗愈这些真的有疗愈的作用吗?

高灵: 应该是能量对能量的影响，而不是所谓的一个什么什么。而是那个在拿着这个所谓的工具的能量体，它在允许能量在通过这一切在影响着这一切。它包括影响所谓的一个工具。它也影响着那个对象。

2024/09/05 – 五人提问公开通灵

第一个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我今年31岁, 我叫XX。

高灵: 我们连接到你的能量, 你这一生会有一个就好像是去吃这种test menu, 就好像去吃晚餐它都是一口一口, 它都是很小的份, 就一口一口。所以你的人生的体验很多就好像是不同的, 比如说一个不同能量状态的你, 你有很多面, 就好像是千面娇娃。就是有很多面, 很多面相甚至还没有被你发现。

问: 每一个面相都是有联系的吗?

高灵: 它在丰富你这个灵魂的一个体验。就好像一个项链有很多不同的珠子。它珠子的材质、颜色, 就各种都是不一样的。

问: 那能不能理解为我所面临的状况或者是环境就是多变的?

高灵: 你说的是外界的, 也包含外界, 但是还有一个是内在的。就是不同的能量会通过你让你去体验到, 你就感受到不同的情绪、不同的状态。

问: 我在写小说的时候, 很多人物不是有不同的情感嘛。但是我就不能准确的去描述它, 好像我这个人就没有什么情感的感觉。

高灵: OK, 你会。因为你现在还没有激活你的灵魂。那你激活过后, 这些东西流过你, 好像你是一个容器, 你会品尝到不同的能量。所以就像刚才说不同的珠子串到一起, 然后有不同的那个什么。所以我们想让你知道的就是说, 在你的人生道路当中, 不断地变对你来说是一件非常好的事情。所以对变化敞开。那如果说你的灵魂主题的话, 那我们就说你的灵魂主题就是品尝百味或者是百样人生。在这个过程中, 你会产生你自己的一个智慧。那如果你要是不知道你的灵魂主题, 你可能会觉得我怎么这样? 我的人生怎么这样? 你就会觉得为什么我总是变或者是不一样的。因为你们头脑想要追求一个安定安稳或者是怎么样的一个状态。但是你的这个灵魂正好是好像是要去到不同的国家、不同的景点、品尝不同的美食, 就好像是这样子。所以你就会看到在你的人生当中你可能会做着这个事情, 你又不喜欢了, 做一个事情, 你又不喜欢了。但是你头脑就会觉得我怎么这样? 什么事都一事无成或者是怎么样的, 不像人家不断不断地在累积, 砖堆的越来越高。你就好像是这个砖是平铺的, 人家是往高上面铺, 那你的砖块是平铺的。所以说就不要去拿别人的标椎或者是社会的标椎或者是你头脑里面认为的那些东西。那也就是说你越是允许你这个灵魂, 去信任它、去放手、去支持它想要去到达的地方。就比如说你现在做了一个工作, 你可能做了半年, 你又特别没激情, 然后想尝试其它的, 那就去。而不是说我这个工作好不容易升职了、好不容易加薪了、好不容易稳定下来了, 你看这么好, 人家都找不到, 明白吗? 只要你产生了一个我不开心、我不快乐、我不enjoy, 然后我想要去到某一个地方, 那你就去。然后在这个过程中你就会激活你的灵魂它与生俱来的一些特质和所谓的一些天赋才华。所以就好像我们现在在告诉你, 这是你的孩子, 不要把它当成一个循规蹈矩或者是一板一眼或者是有一个固定模式, 就不给它一个模具。就不试图让它去fit任何传统的教条、模式。只是让它的野蛮的生长。就好像你在

和你的灵魂谈恋爱。就好像你是个男人，你宠你的女朋友。你们本来是去度假，然后到了云南住了一天。然后你女朋友说，我现在好想去四川。你说，走，马上走，你想去就陪你去，yeah，好开心哦。而不是说我们什么都定好了，这么多钱，你好好待在这里。但是她却不开心。但是飞到四川，她却特别开心的。去选择让她特别开心的，而不去管任何物质、外面层面的一些东西。这样你就在启动你的灵魂，启动你的能量，启动你的人生，在把你的人生带上最高版本。什么是最高版本呢？最高版本就是你的这个能量，就是你的振动频率越来越高，你的能量级别越来越大，你的power，就是你内在的那股力量越来越兴奋、越来越嗨、越来越..... 就是这种感觉。那什么是低频呢？今天不想起床，怎么又要去上班，什么事都不想做，太没意思了，好累啊，明白吗？所以说我们是要把你的(灵魂)给它启动，启动起来过后你就拥有强大的能量。因为当你启动过后，你进入的是一个平行世界，它是一个时间线。当你没有启动的时候，你进入的是一个时间线。那这两个时间线它有完全不同版本的你。那你也认识到不同版本的你，明白吗？所以你并不是你认为的那样子，明白吗？你可能会根据你以前的一些行为模式认为你是这样的人：JOJO老师，我不是你说的那样，JOJO老师我是这样的人。NO，你还没有从毛毛虫变成蝴蝶，你就指着你的脚说，你看，我是一只虫。所有生命来到我们这里是什么？蜕变。然后是进入到你们的一个最高版本，因为这样子你才能真正的体验到生命是什么。不然的话，你体验到的是什么？限制、束缚、枷锁、死亡，那里没有生命，就像一颗种子它没有发芽，它也不会开花结果。那你也体验不到存在的价值意义。当然你也不能送出去你给这个世界带来的礼物。

问: 我和我姐之间是什么样的关系? 我姐叫XX, 35岁。

高灵: 我们连接到你姐对你是一种无条件的爱和支持，因为她这个灵魂就是来支持你的。

问: 那我对她呢?

高灵: 你对她，你越激活的多，就是说你越是绽放、激活的多，那她就被激活。所以你越是真正的去做你自己，就是在一种喜悦激情兴奋，就是在一种完完全全的成为你自己的状态的话，那么她的内在..... 因为她的内在会有一些枷锁。然后她的枷锁会跟随着你挣脱枷锁而挣脱。就是你的自由度决定了她的自由度有多大。不然的话，她容易在一些东西里面走不出来。

第二个人:

问: 我19岁，叫XXX。我的灵魂主题是什么？

高灵: 我们感受到你的能量是像一只小精灵一样，所以你的灵魂是一只精灵的能量。这个精灵它是不会长久的停留在任何一个地方的。它是那种飞来飞去、飘来飘去、动来动去，就是它一直是在从一个点到另外一个点，它的能量是轻快轻盈、欢乐喜悦。所有与它能量不合的都会给它带来一种很大的崩溃，就是内在有一种撕裂、分裂感。所以你对能量的要求很高，就比如说物质世界太多束缚啊、太多枷锁啊、太多要求啊、太多繁重的事啊你就很受不了。所以说任何沉重的能量都不能在你这里，因为你会感受到窒息。感受到窒息，你就好像小精灵被困住的感觉。本来它是飞来飞去的，对吧？就是它在飞的这个过程中，它会把你地球上的能量给它激活。所以你自己的频率你需要保持在你不进入任何物质游戏，就是you don't

care, 这些东西you don't care, 它not bother you。它不会去bother you, OK? 这么说吧, 比如说他们都要结婚生孩子, 要创建事业。你不是。因为任何世俗的枷锁对你的捆绑都让你不能成为小精灵的身份。那么你就被困住了。你被困住, 你就体验不到任何喜悦快乐和生命存在的状态。当然你也不能去激活地球这个比较僵硬的能量。

问: 就是如果我被世俗的枷锁困住了, 那我就无法激活地球的能量?

高灵: 你没有办法激活你的生命, 因为你的生命存在本身就是激活地球的能量。所以就是你把你这些物质话的东西都看淡就好了, 比如说世俗的一些身份啊、世俗的一些传统的结婚生子、成家立业, 要去做什么工作这样那样。那就是玩。怎么玩呢? 你想去哪里玩就去哪里玩, 想怎么开心就怎么开心。当你在这种频率下, 你会发现所有人都来支持你, 就是如鱼得水。如果你去做一个传统的工作, 你会做不好, 做不久。你会觉得你什么都做不好, 你没有用。

问: 所以我当时才选择成为签约作者。

高灵: 那个是你表达的一种方式, 你想做就做, 你不想做就不做。你快乐就做, 你不快乐就不做。事情不在于有没有价值或者有没有意义, 而在于你快不快乐。如果你感受到你不再想写作了, 因为写作不快乐, 那你就别写。因为没有任何东西是需要你去做, 因为小精灵不是来做事的。做事有做事的人。它就是以它的这种不断地跳来跳去、飞来飞去而激活这个能量。而不再让它在一个死气沉沉的状态。你自己会在这个过程中你自己会去体验, 比如说往紧的地方去, 往松的地方去。你就会知道什么是你束缚的一个频率, 明白吗? 就你会上升、你会下降。那在频率上升和下降这个过程当中, 是让你越来越调频, 越来越知道什么是一个束缚的状态。所以你越是不让任何世俗的枷锁和这些条条框框去要求自己、看自己、去把自己往那里面push的话, 那你就会越来越快乐, 恢复你小精灵的身份。

问: 所以我激活它, 就是不要给世俗的.....

高灵: 没有关系, 因为我们现在已经告诉你了, 就是把这颗种子已经播下了。那你接下来无论在物质世界有什么体验, 它都会推动你走上你自己的那条路。比如说你再进入到物质世界去结婚生子, 最后发现你什么都做不好, 然后你不能被困在这里, 你要离婚。那它也在推动着你, 明白吗? 所以你想体验什么就体验什么, 无论你是往高走还是往低走, 它还是在把你调整, 就是让你自己越来越明白, 就是跟你真我的频率对齐。因为我们对你的能量的一个影响, 就好像我们给你播了一颗种子。就好像给你设定了一个核心的频率。那你知道这个核心频率过后, 你就知道怎么跟它对齐了。比如说你考试, 我们给你拿了一份标准答案, 那你就知道这个才是符合我内在。为什么呢? 因为你的内在就好像是你的皮肤在水里面, 你知道哪个水温是适合你的。所以你内在知道哪一种状态是你真我的频率。

第三个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵：我们连接到你的灵魂主题，你这一生来到地球上能量是从硬到软、从紧到松、从有为到无为、从抓的很紧到放手。所以你人生的前半段就会体验到这种能量，就是好像把自己逼得很紧或者很严肃，就吃力、不轻松、焦虑这样子的一个东西。但是这些东西它会越来越紧、越来越硬、越来越觉得吃力、越来越觉得呼吸不了，就好像你越来越窒息。你多大年龄？有在学我们的信息吗？

问：我36岁，今年五六月份才进群的.....

高灵：那我们的信息对你会有帮助。

问：但是读到那些信息，我发现我是当时轻松，但是过后还是一样。

高灵：因为它还没有转化成属于你的智慧。你当时轻松是让你的头脑放松下来，让你连接到了这个能量。我们再继续解读你的灵魂主题。然后我们想让你知道你之所以去体验这样子的能量，并不是说你就是，也并不是说你就是这样子的人。而是说你是选择了从一个比较僵硬的状态，然后通过你自己的体验、通过你的智慧、通过你自己的能量把它变成..... 就好像把铁球变成灰烬的那种感觉，明白吗？那铁球如何变成灰烬呢？你需要什么？你需要学习技术，对不对？需要对铁球有一个了解，对不对？同样你也需要去体验到铁球的一个硬度，对不对？所以你目前就是在体验铁球的硬度，你已经体验到它了。那当你比如说借助我们的信息的话，它就会让你对铁球有一个认知，然后不让你受困于此。如果你把你自己当成铁球的本身，你是没有办法找到出路的。你需要从铁球这边跳出来，铁球是我手上的一个东西，我是来转化它的，明白吗？

问：跳出来就可以？

高灵：就比如说你的能量就是一个铁球。那如果你把你自己当成，我就是这么抓狂、紧、吃力、无力的人，那你就没办法了。那如果你跳出来，我不过是我的能量状态形成了我目前的一个认知状态。那我要是去转变我的能量场，转变我的认知，所有的这一切都会变。所以说你是在玩铁球的，你不是铁球本身。如果你是铁球本身，你没办法。你是在玩那个铁球的话，你就成了主人了。你的人生，你是有操控权、掌控权，你能转变它。因为目前你体验到的人生是失控的，就所有一切无论是人际关系还是，就是外面所有的一切你都没有办法去控制，就哪怕你身体的毛病，你都没有办法让它在一个正轨，就是没有办法让它在一个正常运作的状态下。所以你对一切是失控的状态。那越失控你越抓狂，你内在越紧张。所以就反反复复在这样子的一个能量场里面。所以很抓狂的，很窒息的，你就会很容易发脾气的。就是好像别人都成了出气筒一样，就是你发火的对象。但是你自己也是控制不了，就是没办法。就是这个能量你也没有办法去消除它或者是去扭转它，你也没办法。你只能好像是在..... 因为你目前就是在体验，在感受它。所以那你的确是束手无策，没有办法。好在你现在已经接触了我们的信息，而且你也在进入我们的信息。所以你现在就已经上路了。上路了就是什么？就是你是主人了。你不再是那个被动的、无力的、没有办法、在黑暗当中的。你现在已经进入光当中了。那进入光当中了，我们就想让你去玩这一切。你会发现你抓狂的时间和力度会变得越来越弱，越来越短。比如说以前一整天抓狂、愤怒，那你可能就变成了半天，变成了一个小时，然后变成了一会儿。那力度也越来越弱了。那当你看到这种变化，你就知道你玩的越来越溜了，你上道了。你不再是被困、无力和没有办法的一个状态了。那当你自

己成为了一个去玩转这个能量、去转变这个能量的大师之后，你就是成了一个无的状态了，你就是成了一股烟一样的状态。那当你达到这个状态的话，那你就能成为地球人的大师了，明白吗？你就能成为其他人的大师了。为什么？你有方式方法呀。因为这里的能量就是你之前体验的那种状态。它是僵硬的。

问：那我现在需要做的就是放松吗？

高灵：NO NO NO，就是跟随我们的信息，读。去结合你自己……当然，当你跟信息发生连接过后，你在每一步需要什么指引，需要让你悟到学到什么，你都会。然后再运用到你生活当中来。你现在就是在拿着说明书在学怎么把这个铁球变成灰烬。学会了之后，你就可以去教其他人做这种事了。因为这是你自己一步一步走出来的。

问：我跟我老公的关系也是因为这个吗？

高灵：你老公就是你的课题。他就是你的功课，他就是你的障碍，简直就像是一个烫手的山芋一样甩不掉，然后他就是来让你发火的，就像一根火柴把你点燃那种。但是你如果想跟他离婚，你还离不了，就是你想跟他断开这个关系，你还断不了，就他的能量会对你有影响。这么说，你老公像一头狮子，然后你现在要把自己变成一个驯兽师。你拿他没办法。而且你要是没玩对的话，他咬人。然后你用硬的也没办法，因为当你硬的时候，他会比你还要硬。就你要是用那种强迫的能量或者手段的话，他比你还要强，他比你还要失控。就是一不小心他会咬你的那种。所以他是你修行的一个课题，就你没有办法把他扔掉。他就是你必须修，而且你在他身上能看到修行的效果。你屁股后面跟着一头大狮子呀。那只有我们的信息才是你的出路，你没智慧，你驾驭不了他的。你拿他没办法。

问：那我就一直先这么修着？

高灵：就跟随我们的信息。这么说吧，我们的信息就像是武功秘笈。那你老公是你的对手。你得跟他过招之后，然后马上看书。哎呀，他这一招，我要用这一招来解。然后看完书，马上再跟他过招。最开始你可能很痛恨这个对手，最后你把他玩的溜的，你会看着笑的那种啊感觉。为什么呢？因为这头狮子在你的掌骨之中。

问：我现在都没有信心了。

高灵：你没有信心是因为没有我们信息的加入、我们智慧的加入。那有我们的武功秘笈在手，你把他玩转了，那整个地球的人都让你来玩转。

第四个人：

问：我的灵魂主题是什么？我今年做了颈椎手术，有个肿瘤。

高灵：我们连接到你这一生的灵魂主题是来展现力量的。然后你通过一个看似柔软的女性，就是来展现韧性，不是钢性，不是钢的能量，是韧性的力量。就是比如说你遇到的挫折或者外界的事件越多的话，它其实越把你的韧性的力量能激活一部分。所以它不会打到你，它也

不会灭掉你。而是说每一次的打击刺激都是给你的一个激活。所以你会遇到很多在你们物质层面这种看似，比如说感情不顺啊.....你结婚了吗？

问: 没有。

高灵: 你没有结婚，但是以后你在婚姻当中会有课题，明白吗？就在情感当中会有课题。你会在情感上，包括你的身体上面，也包括你的事业，就是外界都会有一些列的课题。这些课题不是来为难你或者是你不好，而是一种钥匙，是一种激活，明白吗？但是如果你看不到的话，它会引发你内在的抑郁。因为你同样会有那种阴暗的天气，我们说阴天吧。

问: 一直到去年，我一直都是比较不快乐第一个人。

高灵: 因为你有阴天的那一面，抑郁的情绪在里面。所以我们想要告诉你去靠近那些像JOJO老师的能量，因为它像太阳一样，它没有任何阴暗面。然后这个太阳会不断照亮你或者激活你，把你晒干了，你湿哒哒的。然后这个能量会把你晒干。那你从中就会体验到生命不一样的一个状态。就好像阴暗的角落被太阳晒干了的那种感觉。因为如果同样的阴暗面的话，它会加深你的这种感觉。因为目前你还没有走上你自己是主人的那条路。你还在体验。但是我们想让你知道你这个灵魂它的一个设计，还有它来到这个世界上它想要如何去展现它自己。不然的话，这一切会加深你的抑郁，就加深你心中的，就是越来越觉得人生很悲观或者好像你人生中都没有什么阳光、激情的事情。

问: 我就是觉得很放不开自己。

高灵: 这么说吧，我现在是在让你的小我，你的物质头脑来跟你这个灵魂，你的灵魂是一个人，你的物质小我是一个人。我现在在介绍你俩认识。因为你不认识的话，你会误解为什么你的生命会是这样的安排，会是这样的一个剧本。明白吗？如果你知道过后，你以后将不会在感情当中受很大的一个伤害。因为你就会觉得.....你是一个不伤害别人的人，你就好像是一只小白兔一样，它是无害的。但是你可能会遇到狼，明白吗？然后你就会明白这头狼的功能，它是钥匙来激活你，来让你认识灵魂的那个你。所以它并不是要吃掉你的。那如果你不知情的话，你会觉得这世界好危险到处都是狼，然后继续封闭自己。那这样子的话，我们现在又给你播了一颗种子。让你以后再面对你的人生的时候，来知道为什么你的人生剧本是这样子。那你就能把你眼前所有的一切转变成你的能量，就是来转化成有利于你成长的，而不是毒素。你刚才说你身体有问题是吧？

问: 对，我五月底查出身体有肿瘤，六月初做手术切除了。

高灵: 我们想告诉你的是你的身体的状态、状况和结果，它是来自于你旧有的能量和认知还有你的频率它的一个结果，它的一个结晶。但是我们现在在转变你的能量，就是从一个受害者转变成一个成功者、创造者。所以你身体的状态它会随着你灵魂和小我的一个契合度，就是你的灵魂.....这么说，如果你的灵魂只激活了百分之十，你就会有很多病。如果你的灵魂被激活了百分之八十、九十、一百，你没病。就这么简单。

问: 那我怎么更好的激活我的能量呢？

高灵: 就是你的灵魂咯。就像我们刚刚告诉你, 如果你让你的灵魂..... 因为它是来干什么? 它就是来通过外界创造的所有的一些障碍来激活它所有的韧性。那如果你把这些障碍当成是你命不好、你命苦、你是个受害者, 然后越来越封闭自己, 那你没被激活。你没活出来。那你知道了, JOJO老师告诉我我是怎么样怎么样。你是一个fighter, 你是一个创造者, 遇到这些对手都是来激活你, 让他们看到你有多强大的。那你就不断地在变得强大啊。你这个灵魂它是喜欢fight的, 明白吗? 这么说, 就好像你的灵魂它是一个喜欢fight, 它是一个拳王。但是你的小我却是一个弱女子的样子。所以你看没有? 其实你就是一个自我突破的过程, 你的成长。你会去突破很多, 比如说你内在的观念、认知还有教条, 就是你前半身吸取的这一切全部都要被突破掉, 就是你前半身堆起来的这堵墙全部要被击碎。那全部击碎过后, 那就是百分之百了。那百分之百的能量的那个状态, 你就是另外的一个你了, 完完全全的一个新的生命。就这么说吧, 凤凰涅槃, 毛毛虫变蝴蝶。就这样子的一个转变。还有我们想告诉你的就是, 在你的蜕变过程当中, 你和JOJO老师保持紧密的连接。这样会有助于你的蜕变, 而不会让你孵化不成功。你要知道你们的版本都存在, 就比如说你是一个受害者, 悲惨的过一生, 它是存在的。你是个创造者, 你成为宇宙之王的状态过一生, 它也在那里。它都在那里。那你这一生用你的生命, 你要进入到哪一个呢?

问: 我跟我爸爸之间的关系和课题?

高灵: 他是你的一个障碍。什么障碍呢? 首先他对你非常有爱, 他对你的爱就是个障碍。因为他有很多教条、观念、认知, 就是有很多枷锁在他身上, 但是他又是爱你的。他的这种会让你的内在产生一些冲突的。就有一种你在突破他的一些教条、他的一些观念、他的一些东西的话, 就好像你就在冒犯你爸或者不爱你爸, 明白吗? 他特别爱你, 但是他的那种爱就好像给你砌了很多墙、很多砖在你的周围。然后这堵墙就好像要把你保护起来, 让你没有办法走到墙外面去。但是你这个灵魂它不要保护, 明白吗? 你的灵魂是个fighter, 它就是要不断地刺激, 它才变得强大。越刺激越强大。那他就在禁锢你, 他就在支持你的小我, 没有支持你的灵魂。那他支持你的小我, 但是你的小我就会觉得当你在突破这些墙的时候, 你就在突破你的父亲, 就是你最爱的人或者最爱你的人, 你心中就会产生拉扯或者下不了手、做不了。我们刚才不是说你的灵魂要自我突破嘛。那这就是你自我突破的一堵墙。那你怎么样才能让你有力量的突破呢? 那还是一样, 你能对生命有一个了解吗? 你对生命的认知程度呢? 因为当你对生命的认知程度越高的话, 你就会越来越清楚怎么样才是生命。不然的话, 你会去进入到你的角色、你的名字、你的身份, 它是你这个生命。并不是的, 明白吗? 所以你智慧的程度就决定了你内在到底有多大的力量去展现生命是什么。不然你是无力的, 你没有力量, 你没有办法挣脱出来。这么说吧, 你爸爸就是你的一堵墙。你突破他, 也在突破你的自我。那怎么样突破呢? 你还是需要去探索生命的一个真相, 借助我们的信息。然后走在这条..... 你爸爸身上有很多枷锁, 他是一个老好人一样什么都往自己身上..... 他身上有很多重担, 就是他身上肩负了很多东西。如果你不突破的话, 你们俩都是死翘翘。死翘翘就是说你们俩都禁锢在那。就是这个种子它就发不了芽, 就是这颗蛋它就孵化不了, 就这么简单。所以你们俩都体验不到鸡蛋成为鸡是什么状态, 你们体验的就是鸡蛋。鸡是可以跑来跑去、跳来跳去、活蹦乱跳。它还可以到处去探索。你们被禁锢在那个蛋里面了, 是你们彼此。当然你也可以邀请你爸也进入到我们的学习。因为他是一个非常善良和有爱的一个人。当他这个能量被释放出来过后, 他是一个奉献者、服务者, 服务社会的。

第五个人：

问：我叫XXX，我的灵魂主题是什么？

高灵：首先我们连接到你的能量，你像是一个小天使的能量。这么说吧，你其实来到这个世界上要做的就好像有一种反射镜的效应。你会把周围的能量给投射出来，就是一面镜子。因为你像水晶球一样，非常通透……这么说吧，如果说来评价你这个人，你就非常简单，头脑简单。就是你的脑子想要去复杂一点都复杂不起来。

问：我比较内耗。

高灵：你所谓的内耗是因为你周围的能量，你连接的是周围的能量。你不过是在体验、品尝他们流进你的水而已，那个是污水。但是你是纯净纯洁的，你本身没有任何污水的。你不产生污水的。然后你连接我们的能量的话，你会特别喜悦，就是一个小天使一样。这里就是光和爱，然后你散发出去的全是光和爱。我们想让你知道你像是一个水管一样，当你在进入到你周围或者其他人的那个什么的话，你会体验到他们对人生的看法。比如说他们很紧张、内耗、着急、焦虑、担忧啊，你就会体验到这些。比如说把你的水管连接到JOJO老师这里，连接到我们，你就会体验到，哇，好有爱啊、好温暖啊、好幸福啊。你体验到的都是这些。所以你就是纯粹的一个好像水管的作用，然后完完全全体验你连接的能量是一个什么状态。这么说吧，比如说我们这边是源头的水，然后你那边像是一个渠道，就是我们的谁能通过你这个渠道流到小溪里面。你像是一个分支。所以你是分支。如果是分支的话，你就是在传导。就像是电源和电线，就比如说你插进我们这个电源，你这根电线就传导给电器上面去了。所以你的灵魂主题就是一个传导的作用。所以我们告诉你，你一定要去跟随光，跟随JOJO老师，明白吗？因为你会把她这边源头的活水和源头的光和爱会直接流到外面去，就是它不掺杂任何杂质的。因为你的这个管道很纯，如果不够纯的话，中间还有小我的一个干扰。就比如说物质欲望啊、头脑的一些恐惧……他身上还有毒素，这么说吧。那也就是说从你的这个容器当中接到源头的水，它是无毒的。有一些容器它接到容器的水，它里面掺杂了自己的味道。它是含了一些毒素的，明白吗？就变质了，你是不变质的。那么这就是你的灵魂主题，它就是来承载这个能量，来传播的。所以说你不要用世俗的眼光去要求你自己，就比如说我要赚很多钱。你不可能的，你不是为这个而来的。

问：我冥想的时候会看到很多画面，这个是要让我干什么？

高灵：这么说吧，你是源头的一个分支吧，那你当然会成为能量的一个比如说信息会通过你这里进来或者是疗愈能量会通过你这里进来，明白吗？

问：那是不是说我以后也可以给别人解法一些问题？

高灵：也不叫解答，你只是允许而已。比如说当下你坐在一个人身边，你突然一句话就来了，你也不知道为什么说那句话。它是属于这种。就好像它是个电视台，你只是显现出一些转播的内容而已。那个台播什么，你只是呈现而已。所以我们想要带给你的信息就是说，你不去用世俗的眼光去看待自己、去要求自己。比如我要变得很有用啊……你存在就是有用，明白吗？你的功能已经具备了。所以你不要去学习把你自己变得有能力，就是不要把你自己物质话，就这么简单。

问: 那我要去做什么工作呢?

高灵: 跟随JOJO老师。跟JOJO老师发生紧密的连接, 那自然而然一切都会呈现出来。

问: 之后我自己会知道是吗?

高灵: 就展开了呀, 你的生命就展开了呀。你的作用在运行了呀。当然, 你生命中的一切都是被支持的, 物质层面的一切。它不需要你去动脑子。它不需要你去做安排、动脑子这样那样。

问: 那我就什么都不用想是吗?

高灵: 你那个脑子能想出什么, 你告诉我?

问: 因为我比较困扰收入的问题。

高灵: 那你以后就不会困扰。这不是你能解决的, 你脑子不是发明来做这个的。它就几个简单的线路。

问: 我想问一下我近视的问题。

高灵: 你近视它是让你减少外界的相对你的一种干扰, 一种影响, 就是把你拉进去了, 就是来让你入相。所以这就是为什么有一些像你这样子的灵魂, 他们会选择盲人的状态。因为它就能纯粹的做一根电线。那如果你被物质世界的这个相拉扯的太那个什么的话, 就比如说你现在的能量被物质世界拉扯的严重, 你里面掺杂着很多污水。这就是你体验到的所谓的内耗。它跟你的频率是不匹配、不符合的呀。你肯定感受到累的。当我们源头的能量进来你这里, 你是舒服的、开心的、快乐的、幸福的、温暖的。这个才是跟你一致的呀。

问: 那我的度数能不能降低?

高灵: 那你自己可以配眼镜呀。我们想让你知道弱化你的视力是来让你减少对物质世界的一个关注。如果外在的物质世界, 就是你本身就对它不太关注或者不太能影响到你的话, 你会越来越清明的。

问: 因为我现在没有工作.....

高灵: 你的工作会通过你成为你自己而展现出来。你存在, 你就是在为人类服务了。

2024/09/05 – 灵魂主题之地球能量温度计

问: 我的灵魂最大恐惧是什么? 我每天都在抗拒是因为什么。我马上20岁。

高灵: 我们连接一下, 看一下你的灵魂主题。你叫什么名字?

问: XXX

高灵: 我们连接到你的灵魂主题, 你就像是一个温度计一样。什么温度计呢? 就像是一个来测量这个环境的温度。所以就是地球这个振频、频率的一个变化, 然后你会非常的敏感。这么说吧, 其实你的能量是和地球的振频是混合、融合在一起的。就这么说, 你品尝到的恐惧, 那就是你们这个集体意识中, 你们人类这个屋子中散发的味道就是你自己品尝的味道。你身边比较跟你比较亲的关系是? 比如说是父母或者是?

问: 恋人, 我们在一起很久了。

高灵: 因为你的这个灵魂一定是和其他灵魂有连接的。

问: 我跟我的女朋友, 我看到她第一眼就觉得跟她特别熟悉。我们在一起快5年。

高灵: 因为就好像我们连接到跟你一起下来做共同功课的不只是你一个, 所以会有一股能量和你的能量连接的非常紧密。然后那个能量对你的能量的波动和影响非常大。比如说它情绪的起落、它能量的高低压, 你直接就受到它的影响。这个有点像是捆绑的。你发一张她的照片, 因为目前我们连接到你是被动的。就是好像你不是那个开船的, 就是你在船上, 但是那个方向盘不是你的。这么说吧, 你的能量跟她目前至少是捆绑的。她像是那个boss, 她是那个主宰着你们情绪的起伏、能量的高低。你很无奈, 你好像坐在一条船上, 但是你却不知道这条船要往什么方向走。然后她的情绪非常的不稳定和波动, 因为她也会追求刺激。这个就像她去开赛车, 但是她又是个情绪不稳定的赛车手。然后你就坐在副驾驶, 你完完全全没有掌控感, 你连方向盘都摸不到, 明白吗? 你产生的这个恐惧是她对你能量的影响。因为她是波动的, 她的能量是不稳定的。你这个就像是在走钢丝, 你不知道什么时候会掉下去或者是走在一个都是地雷的地方。我们想让你知道你目前产生的恐惧感就像是你坐上了一台飞车, 但是你又不能摸方向盘。你也不知道什么时候会撞, 因为这个开车的人很疯狂, 她就是失控的。我们看一下你们之间的灵魂协议。这么说, 她这边像是一个源头。什么源头呢? 比如说她那边的水管插到污水的地方, 你这边是个容器。她的污水全部接到你这了, 她只是个管子而已。

问: 老师能再讲一遍呢?

高灵: 你是一个水杯, 她是水管。她这根水管插到污水的地方, 流到你这边都是污水。就是说她去连接的比如说负面那些不稳定、波动的能量, 然后你全部接住了。再简单一点举例, 你是胃, 她是嘴巴。她吃的那些混乱的东西全部到你这个胃里面去了, 要你这个胃来消化, 她没事, 明白吗? 然后她吃了就好了, 就是她只是过, 你才是那个承接的人。这牵扯了很多关系, 明白吗? 就比如说从你这我们找到她。从她那, 我们又找到她的一个原生家庭, 她的一个环境, 她的一个家庭。

问:最根本的一个就是?

高灵:最根本的一个就是我们现在就像是在破案一样,然后一层一层一层,你这个连着她,她连着她的大家庭,她的大家庭连着集体意识。那如果说是最终的是什么呢?那就是说你们选择来地球上体验这个能量,如果这么说的话。

问:那她也不算一个比较坏的灵魂吧?

高灵:这里其实没有好坏,因为她是一个无意识的。你说那个水管连接着污水,把污水全部排出来,你说这个水管是好的还是坏的?

问:那我的灵魂跟她的灵魂算是比较好的关系吗?

高灵:也没有所谓的一个好和坏,因为你们有共同去体验的一个课题。这里没有一个所谓的好和坏。只有你到底是被动的还是主动的?那你怎么样可以变成主动的呢?那你就是通过你目前所体验的这一切,然后推动你去把你自己内在的力量激发出来。然后去拥有智慧,让你可以成为一个不是无意识状态的人,就不是一个在别人车里面,就不是在一个随波逐流的状态,明白吗?

问:该怎么做呢?我已经很尽力了。

高灵:你现在很需要能量。

问:我不需要能量,我怕我自己的恐惧都显化出来。

高灵:我们说的能量是光的能量,就是源头、光的能量净化你。这么说吧,你现在就好像很潮湿、很阴暗,然后需要光把你这个角落给它晒干。我们现在想要告诉你们的信息就是说当你们在接触我们的信息的这一刻,你在听到我们的声音的时候,主动权就在你手上了,你便不是被动的了,明白吗?因为最开始你好像是在水里面,任何东西都抓不住。但是现在你抓住了我们的手。那你现在既然抓住的话,那就是把你们从这个漩涡里面.....我们说它像是淤泥,就是你和你的朋友都在淤泥里面,都在苦海里面。那你伸出手抓住我们的手的话,只要你不放开.....

问:怎样才算不放开?

高灵:就比如说你坚信这里是你的出路,然后你跟随它、你抓住它。然后你没有再回到黑暗去相信你是无力的。就比如说你相信你没有办法、无力的、我就是顺其自然吧、摆烂吧、随波逐流吧。这么说,你现在被黑暗能量给侵蚀了。如果你对它妥协了,你就是被它影响了。那如果你是抓住我们、拽住我们,然后坚定的在这里的话,那你就是抓住,没有松开,明白吗?

问:那我跟她还能走到最后吗?

高灵:这么说吧,你们俩都在这个漩涡里面。

问:我上来的时候能顺便拉她一把是吗?

高灵:不是顺手,这个不是顺不顺手的问题。你唯一要做的是把你自己从这个能量里面出来。当你从这个能量里面出来之后,你就好像全身散发光。那自然而然跟你接触的一切都会被你影响和照亮。你不需要从物质层面做任何。因为这是能量层面的。就这么说吧,当你的能量转变过后,她会觉得怎么跟你在一起没有那么烦躁,心情那么好,开心,她不会发脾气,明白吗? 就比如啊,她也不知道为什么,你也啥都没做。

问:我感觉到她越来越负面,我也越来越恐惧。

高灵:是的,她承接了很多黑暗能量,然后都到你这来了,都在你的容器里面。

问:我感觉她都是给我的.....

高灵:她的内在会有很多攻击的能量,很多冲突的能量。她消化不了。然后我们不是说你就像是一个温度计一样嘛,就是你能去感知到所有这一切。

问:那我该.....

高灵:那我们刚刚告诉你了,就抓住我们的手啊。就比如说参加JOJO老师的线下活动,因为这样是能量直接对你的一种,就好像是你走到太阳里面,然后被烘干。那你就会感受到你身体里面的那些阴暗面被驱散、黑暗被驱散。

问:我相信我自己的力量,我觉得我自己能做得到。

高灵:是的,因为是你在我们连接,那我们拉的是你的手。所以你是那个改变者、创造者,然后拿回主动权。你们是受到集体意识的影响,就是这个大环境。这个大环境都是这样子的。

问:能连接一下我的指导灵让它告诉一些关于我的信息吗?

高灵:我们刚刚说你的这个灵魂的能量状态,它像是一个温度计一样。如果是像一个温度计一样,当你在连接我们的光、爱,就是源头的能量的时候,你同样也会特别振奋。因为你很敏感嘛。

问:我找不到发力点,能不能告诉我?

高灵:就是频繁的接触我们的能量。就这么说吧,就是你目前呆的地方是在阴暗潮湿的地方。那你长期呆在那,你身上发霉了。那我们这里是太阳,太阳在这里。那当你在不停的往太阳当中,就是呆在太阳里暴晒的时间、频率超过你呆在阴暗潮湿的地方,那么你身体阴暗发霉的状态就会改善,就会好,对不对? 因为你目前还是在受环境的影响,明白吗? 你现在还是一个baby,那么你对外界这个环境的要求就很重要。因为你还没有能力达到那个你在影响着一切。你在影响就是说,当你在影响周围的一切的话,你呆在那个阴暗潮湿的地方,你会把它烘干的呀,因为你的能量够强大呀。

问: 这些我差不多理解了, 我现在还想听听关于我灵魂的事情。

高灵: 稍等啊。这么说吧, 很多灵魂它们都会有一个很明确的主题。但是你这一生的灵魂主题就好像是, 这么说, 就来了一张白纸, 你来创造。就有点这个意思。你的限制很少。

问: 我就在寻找真理.....

高灵: 因为有些灵魂会有一个主题, 那个主题对他会有一个限制, 就是它有一个上限。但是你没有上限, 就是你到底能飞多高完完全全取决于你这个人格, 比如说它受到外界对你的刺激有多强大。就比如说你身后有一个强大的力量使劲推你, 你就被推的好高好高, 没有限制。就比如说别人的车最高能开到两百, 那你的这个车速最高无限的, 可以像火箭一样。但是它依赖什么? 它依赖你背后的能量有多强大, 就是你可以..... 人家的车速最多两百, 但是你可以像火箭一样一下飞上天。但是你这背后得多大的能量源呢? 就取决于你这背后的能量源决定你能飞多高吧。

问: 还有其它关于我的信息吗?

高灵: 我们看一下当下你的高我有没有什么信息带给你, 你稍等。当下你的高我告诉你跟着JOJO老师, 还是这句话。让你呆在这里学习和蜕变吧。就是这句话。

问: 怎样才算是跟着JOJO老师呢?

高灵: 就比如说参加线下活动、互动、听信息、连接、各种能量的连接。

问: 我感觉我的能量发泄不出去, 该怎么做?

高灵: 你首先要知道你没有任何能量发泄不出去这个问题。你只是还没有体验到你对生命的一个掌控感, 还有体验到你的价值, 就是还没体验到你的力量。就这么说, 如果你是一头狮子, 你是一头猛兽的话, 你还没感受到你猛兽的样子, 你还没体验到你作为一匹马在草原上奔驰的感觉, 你还没体验到你作为一只鸟在天空中翱翔的感觉, 明白吗? 是这个原因。

问: 那我该怎么做呢?

高灵: 我们刚才说了, 跟着JOJO老师。因为你就在不断地被解锁, 然后被, 我们刚不是说你发霉了嘛, 对吧? 你就是在被疗愈、被修复、被整合、被清理那些不属于你的、影响你的。就好像把你湿哒哒的一个状态给它变得正常起来。就比如说你是一只小鸟, 身上全是湿哒哒的。然后给你也羽毛变干, 然后你便可以飞了, 明白吗?

2024/09/06 – 灵魂主题解读专场

第一个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX, 37岁。

高灵: 我们说你的能量、你的灵魂, 它像是一个过滤器或者是净化器或者是空气清新器, 就像是纯净的水, 所以你的energy很pure很纯净。然后它来到这里就像是, 比如说地球被污染了, 有异味, 对不对? 那你来就好像是把香味带到臭的地方或者像是把太阳照到潮湿的地方, 像是这种。所以你来地球是来送礼物, 就是来展现不一样, 展现光、展现爱、展现合一、展现温暖的。我们想让你知道比如说你人生中经历的所有东西都是来让你看到你不一样。就比如说你受了很多不公平的对待, 但是你永远不会去不公平的对待任何人。比如说你感受了很多被打压、被排挤、被欺负, 你永远不会欺负任何人。还有比如说遇到被以分裂的手段对待或者什么的, 然后就是通过这些来让你看到你不是这样的能量, 明白吗? 所以不管你如何的去经历, 就是出淤泥而不染吧。不管你怎么经历黑暗面, 然后你都是纯白无瑕的。所有这些不过是来帮助你认清楚who you really are, 明白吗? 它不会对你真正的带来任何影响。所以我们想要让你明白你的身份。你只要记住这是你的身份就好了, 这是真实的你。还有就是说因为你会在你的生命当中体验一些无力感, 比如说你体验不到那种强大的权力, 因为你也不会去使用这个。就好多事情其实你觉得你没有很大的影响力或者是改变的能力。就好像你永远都只是一个跟随或者是听从, 就不是那个去做决策、去指挥的那个人, 明白吗? 我们想让你知道你体验的这些, 因为你本身就是来自于一个..... 就好像你来自于一个家庭, 那个家庭就是人人平等的, 它没有高低之分。所以就算把你放到一个很高的权位, 你还是跟所谓的低的他们是一样的。所以这才是你。还有就是在生命中遇到的任何事情, 当你在记得自己的身份过后, 他们便不会对你带来任何影响。你只会更加坚定的去做你自己, 因为你知道那才是你。当你没有在做你自己, 你才会变得比较吃力或者是难受, 就是不舒服。然后你不是要去变得跟别人一样, 也就是说你在生活中遇到什么, 你并不是要跟他们变得一样。你只需要做你自己, 因为当你在做你自己, 你就在影响着周围。当你做你自己, 你的这个太阳才会发光芒, 它才会照亮、温暖你所在的地方。然后你的花才会绽放, 才会有香味, 然后给你的那一片土地带来香味, 明白吗? 就是你不要去逼你自己要跟其他人变的一样就好。

第二个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX, 22岁。

高灵: 首先我们想让你知道你这个灵魂它是个fighter, 它拥有很大的能量。就这么说吧, 一只老鼠和一头狮子, 那你的品种它是一头狮子。就你天生就拥有很大的能量。同样的这股能量, 你难以去驾驭它或者不理解它, 它会给你心中带来很多释放不了的东西, 比如说怒火呀、烦躁不安啊, 就是它让你处在一种需要爆炸的状态。就你内在的情绪, 你的内在是在一个开水的状态, 它是在一个沸腾的状态。所以你需要去认识你自己, 你天生就是一个战士。那你战士的能量是需要上战场, 它需要有一个用武之地。不然的话, 你就好像是一条大型犬, 一条猎狗, 但是却没有猎物给它锁定。你不是宠物狗、哈巴狗就乖乖的躺在那。它是需要到外面去做任务的。所以你这个灵魂, 如果对它来说有挑战性、有目标、有任务, 它就会

越来越嗨，越来越干的很起劲。然后在这样子的状态下，逐渐逐渐你内在的能量就会被激活。那如果这个能量没有一个，就好像我这边有洪水，但是你这边却没有一个足够的空间给我泄洪的话，那就会冲毁很多东西。所以你像是一个自由的战士，任何阻碍都会给你带来一种烦躁不安，就想要发火、想要爆破、想要去冲破冲刺的那种。当你如果有很清晰的目标、任务去给你锁定的话，你就会成为一像女战士、女强人，就是一个能力很强大的人。这就是你。将来的时候当你发现为什么你很难平静？为什么总是很烦躁不安？或者是有攻击力、或者是想要发脾气？这些都是因为你的能量，就像是洪水来了，但是你却没有一个地方去承接住它。就是你还没有把你的能量去用在一个正面创造的地方。你记住这些就好了。不然会导致你混乱，你也找不到方式方法。这么说吧，你把你自己当成像是一只宠物，像是一条狗。但是不同品种的狗，它有不同的天性在里面。那我们就是来让你认识你的这个灵魂它的天性所在。当和它在接触当中，你就会知道为什么会这样，并不是因为不好或者并不是因为怎么样怎么样。只是我们没有去摸清楚，就是怎么样去正确的把这个能量运用在正面创造上面。

第三个人：

问：我的灵魂主题是什么？我叫XX。

高灵：首先我们连接到你的能量，我们连接到你内在积压了很多不满，就是对外界所有这一切的一个不满。这么说吧，你也像是一个战士，你的内在、你的灵魂。它像是一个战士，它想要去创造、呈现，想要去推翻或者想要去展现这个能量。所以很多东西在它眼里都转化成了一种能量积在那里。就这么说吧，积压了很多愤怒，就觉得不应该这样，应该那样。就积压了很多这种在你的内在。你的灵魂主题，你其实就是一个战士。然后你这个战士就像是奥特曼这样一个角色，光之战。那你这一生来到地球上就好像你要守卫保护你心中所谓的光，像是一个信奉者。你信奉的东西没有谁能改变的了。就比如说你信奉光，没有谁能动摇你心中坚定的信念。这是你的这个灵魂的特质，它是一个战士的品性。比如说坚定的信念是它的一个特质，它坚定光之战，那它就永远不会被黑化、不会进入到对立面。它永远都是一个拥有坚定信念、忠诚和拥有服务精神的战士。这么说吧，那你的灵魂主题，你其实就是在寻找还有去遇到你信奉的leader。这么说吧，你就好像一个战士，你要归位。在不能归位的时候，你会体验到很多混乱。混乱是你根本就不想融入任何团队、组织。就你对任何其它东西你都不感兴趣，你都不想加入，你都好像是冷眼旁观、嗤之以鼻的一个状态。所以在找到你为之而战的，就是你信奉的东西之前，你不会有真正的满足感。就是无论东西再好，在你心目中都有一个窟窿一样。就无论外界，就比如说你有了一个很满意的工作，就是在物质世界别人看上去觉得你都很好，但是你内在却不是。你内在却是像有一个空洞一样，像鱼没有回到水里，没有归位，就好像遗落在其它地方的一个战士想要找到他的组织的感觉，就是归队、归为吧。所以我们想要带给你的信息就是说，不需要逼迫你自己去适应或者是去喜欢上任何你觉得它不能吸引你的地方。就不要试图去push yourself或者试着去觉得你要变得和他们一样fit。因为你的内在就好像有一个程序，它自己能认出来，当它找到它心中的那一团光的时候。

问：我接触到一个东西叫shift reality，就是通过清醒梦的方式重新开始。我的灵魂中是否有这样一个主题？

高灵：这么说吧，就好像你是一个遗落或者是遗失的士兵，他一直在试图找到他的组织、归属或者是找到他真正belong to 的地方。那其实就是你在找寻你心中的道、你心中的光和你心中所谓的正义或者你心中的神。那当你在进入到这种，你会感受到一些连接感，明白吗？所以你可以去做任何让你感受到peaceful，让你感受到完整的事。不试图把你自己变得世俗就好了，就这么简单。因为就好像是磁铁一样，那会随着时间的推移，自然而然就吸到一起了。

第四个人：

问：我的灵魂主题是什么？我24岁。

高灵：我们连接到你的灵魂，它是有阳性、男性的部分的。这个灵魂一定要自由，还有搞怪。这么说吧，你这一生的灵魂主题就是来到地球上展现一种毫无拘束、毫无束缚，像是一只自由自在的蝴蝶或者鸟，飞来飞去的状态，有一点像是想要玩转人生的那种感觉。但是在你的前期，你现在才24岁，在你的前期你是体验不到这股能量的。因为你目前在一种还在baby的状态，还在发芽的状态。也就是你还不知道你这棵树结什么果，你现在还不知道，所以你还没有见过它，还没有品尝过它。但是你的灵魂它来到地球上，它就是要去突破一切枷锁，然后去展现一个自由自在、毫无拘束的形象。那么当然在这个过程中，你会体验到很多不是你的东西。不是你的东西就会给你带来烦躁、抓狂、不安、不爽。然后通过这样一层的感受和体验，它会推动你去给自己走出来一条自由的路。然后这是你的灵魂主题。

问：阳性力量是什么意思？我感觉我对自己女性的身份还是挺认同的。

高灵：也就是说你内在的阴阳是比较平衡的，你也有很阳刚的一面。

第五个人：

问：我的灵魂主题是什么？我24岁。

高灵：你来到这个世界上你就是来创造的，所以你会非常有艺术天赋或者是灵感。所以你像是一个艺术家来到地球展现各种能量，不同能量形式的一种结晶，然后通过你流露出来。所以就像是有一种多才多艺，有才华的一个..... 因为你其实很容易捕捉或者是连接到不同能量，当然你也会受到..... 它会容易让你情绪不稳定、波动，好像是内在情绪和能量层面的一种冲突。所以你有时候会有一种歇斯底里或者是很疯或者是很多愁善感，就是情绪的一个起伏度是非常大的。我们想让你知道的是它不过是因为你的这个体质，就是它很敏感。它对外界的能量场的反应就比较大。在你去展现你灵魂所是，我们说你有天赋有才华，那怎么样可以更好的去连接到你的这股能量呢？那就是玩，就你不能做大人的事。你一做大人的事，你就没灵感了，你的能量就固化了，东西就流不进来了。就好像你这个管道被堵塞了，那源头的一些东西就进不来了。所以就是保持你的童心，就是把自己当孩子，就不断地玩玩玩、这样子人们就会用孩子的眼光去看待你，就不会给你太多的枷锁。不然的话，世俗会，比如说你用虚假的样子，他们会给你很多枷锁，导致你的能量在一个固化的状态。那你就跟你的天赋才华、跟你的灵感就失去了连接。它就会给你带来很多，就是物质生活很吃力、不享受。多和能量玩，这样子的话，你的灵感会源源不断。然后不要去把自己和世俗的人变得一

样，比如说要存钱买房子啊，要怎么样怎么样。因为你的这个灵魂是当你越来越活，活灵活现的活，然后你的资金就越来越多，你的财富方面才会是轻轻松松的四面来财。如果你要去世俗的找一份稳定的工作，去发展。你就会一直是那份死工资，就是它的发展前途是不大的。

问: 怎么样才能自信? 我很容易紧张?

高灵: 那就是做你自己。你要知道你是谁，你就是个小孩子来玩。越玩越开心兴奋，你的灵感源源不断地进来，那你就越是能后风生水起。不要去为任何人变的不一样，就是变得成熟懂事。就是玩。比如说那些打着爱你旗号的人，你都生孩子了，你都是孩子他妈了，你要做个这样子的人，不要听他们的话就好了。你知道你的灵魂在活灵活现的状态下，你该有的一些功能才能被启动，你才能真正的体验到作为你的那些功能。

问: 要怎么和植物说话?

高灵: you will find out。因为我们刚刚说你会跟这些能量打交道。你会的。你会和不同的能量去，不只是植物。

第六个人:

问: 我叫XX，今年52岁。我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你的灵魂主题就好像你在前半生建造的房子或者是建立的一个形象，在你的后半生你要完完全全推翻，就是完完全全把它拆掉。这么说吧，就好像你外面有一层衣服，这层衣服一直包裹着你，然后要把它撕碎。有一种就好像是凤凰涅槃。如果说你的灵魂主题的话，你就是来撕毁的。你来到地球就是来，比如说你最开始去体验到集体意识里面的一些东西，一直戴着这个面具在生活，生活到最后你会把它完全打破、撕碎、毁灭掉的那种感觉。因为只有这样，你真的灵魂才会出现，不然你的灵魂是被禁锢的。它被禁锢在里面。你刚才不是问你身体做手术的原因吗？它就跟你这个有关系。因为你的灵魂比如说它是被禁锢起来的，就好像你的四肢一直是这样子的一个姿势，它活动不了，它就会麻掉，它就会失去它应有的一些功能。所以你身体的疾病是来自于你长久的对你灵魂的禁锢而导致的，就你不是真实和活的。它只是一个你创建出来的一个对象。因为你一直用这个形象去打交道，你会觉得 it's working。但是这些都会被，就是你的灵魂要呐喊、要挣脱这些东西的时候，它都会被你击碎的。所以你需要去唤醒你内在的力量。唤醒你内在生命的力量？那个力量是什么呢？就是突破一切限制、枷锁。然后我们想要让你知道你的灵魂是一个非常有奉献感和责任感，还有就是自由、奔放、热情，像是太阳一样，它有源源不断地能量的一个来源。就它是很强大的。如果你感受到你在你生命中没有足够的能量来源，就是没有足够的活力、精力的话，那是虚假的你。真正的你就好像有用不完的精力一样。它像是有一种永远都用不完，永远都是在一种热情、亢奋、高涨，这样子的一个状态下。所以你需要去让它绽放或者展现它的能量，因为它的能量里面没有攻击的。就它对任何人不会带来攻击的，而且它是会为所有生命承担责任的那种。我们想让你知道，这样你就不会惧怕或者害怕把它给释放出来。然后它是自由和奔放的，然后它会以它的方式和你生命中的每一个人建立连接。所以你也不需要担心它会不会跟谁，比如说你这个灵魂、真我的一个状态会不会跟谁的关系就破裂了？不会

的。因为它可以玩转一切，就它可以去改变一切。如果你发现你现在不能去影响和改变外面的人，就是力量很小的话，就是因为你现在还没有以你真我灵魂的状态活出来。

问: 没有绽放?

高灵: 没有，有限制在那里。我们看到它有限制在那，还有一些观念没有拆掉、束缚、枷锁这些东西必须要被你一一的挣脱掉。而且当你从你厚厚的壳里挣脱过后，你强大的影响力会带动很多人。就像是一个女性的一种模范或者是模板，就像是这种。你会给其他生命带来让他们去突破的力量和能量，你会影响很多人。

问: 那我怎么样突破?

高灵: 这些所有的压力或者觉得做不到或者是不知道怎么做或者是害怕，它都来自于你对生命认知的一个程度。因为你们整个集体意识当中，你们对生命是有误解的。因为你们会把生命当成是你肉体的这一生，就你肉体的这个角色，它是什么身份地位，它受什么教育，它是谁的老婆，它是谁的妈。不是的，明白吗？这个是你们的角色，它不过是你的这个灵魂透过这个角色去呈现它是谁。那你需要去透过这个角色。我们先说角色是个限制，但是它通过这个限制去展现它是无限。那如果你对生命没有足够的认知，你会把自己禁锢在你的这个角色里面，比如说你的身份，我是一个老师，为人师表；我是谁的太太，我不能跟别的男人说几句话；我是孩子他妈，我要为孩子负责……所有这些东西……明白吗？所以这就需要你一一的去认清。那通过什么呢？通过我们的书、我的信息，一点一点的拆开。因为它不是……这么说，你的这个城堡、房子，它建起来是靠一砖一瓦的建起来的，对不对？同样，你要拆掉它，它也是需要这个过程。但是到后面越来越容易了。就比如说你把顶梁柱给它敲了过后，其它就很容易了，就坍塌了呀。所以就有核心的一些观念。核心的观念是什么呢？是你不是人，明白吗？你把你自己当成人，再把自己当女人，再把自己当成谁谁谁的老婆，谁谁谁的妈，还有你在做的工作，我是个老师，我是个什么什么。但是你不是它们，Ok？它们只不过是一个舞台，你通过做母亲的身份去展现对生命的一个认知，你对生命的认知是一个什么样的程度，什么样的表达方式，你通过你目前的这个身份去表达出来，明白吗？

问: 很多心里压力也来自于爱人和我女儿，望女成凤这种。

高灵: 所以这些你全是在跟你的一些认知打交道呀。就在你的认知里面，你对生命的一个认知，你对关系的一个认知，你对所有这一切的一个认知。它就投射在你们的一些关系上面，就目前困扰你的一些地方。那通过你不断地去扩展你的意识过后，自然而然，关系就会随着你变了。那你的能量强大到你可以影响着你的爱人、影响着你的女儿。你才能真正去照亮他们，让他们看到生命是有力的，而不是无力的。这个不是你，就是你刚才担忧的那些东西，那个不是你。真正的你是自由、奔放、激情，然后越战越嗨，就是你越打越嗨的那种。因为你有用不完的energy在里面。

问: 那我的身体带给我一些什么样的信息呢？

高灵: 我们今天给你灵魂的解读，这些信息你先消化。然后去接触我们的信息，不断地去接触我们的信息，因为这里面就会不断地给你解锁，不断地让你认识到生命的真相。当你连生

命到底是一个什么样的状态你都不知道，当然所有的一切都是误会。那这些误会就会体现在方方面面。

第七个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我24岁。

高灵: 首先我们连接到你的灵魂，它就好像是一个男人一样，就是阳性的能量。然后它这一生是来平衡这两股能量的，就好像是激活或者是来平衡阴性能量的。它有一种，我们说这个灵魂，它有一种就是一直是做男人，这么说吧。也就是说，好多世它都是做的男人，就是男人味十足，就是男人的思维、男人的品性、男人的脾性。它这一生选择做女人，它有一点想要把自己变温柔。所以它对那种特别温或者是无限温柔的人，它招架不住；或者是小猫猫小狗狗或者是那种可以让你融化掉的那种。所以比如说如果你交朋友，你就会特别喜欢温柔、包容或者像水一样那种。就比如说如果你是钢的话，那你就会喜欢像水一样的那种，柔情似水的那种状态。然后风情万种，那是你想要的。如果说你的灵魂主题的话，你就是来体验和感受这个阴性能量，然后来学习。所以你穿了一个女人的肉体。你现在有对象吗？

问: 没有

高灵: 那我们可以告诉你，你的对象就是一个很温柔的一个，比如说你可能比较着急或者脾气比较大的话，他就会比较温柔，没有脾气，会比较细腻，就是像这样一个。因为你们会去体验能量的不一样，他来体验钢，你来体验水，就是这样。这个会是你的future partner。

问: 这不会起矛盾吗？

高灵: 不会起矛盾啊，因为你会更多认识到它们的能量，他会更多认识到你们的能量。就这样子。只有你头脑会跳出来，你会觉得别的男的赚那么多钱，我的男人怎么这么没用。那跳出来这种东西就是你头脑里面的东西。如果跳出来这种东西的话，就会导致你心里觉得不公平或者心里不平衡或者是心里产生一些怨气。那如果你不进入头脑里的评判，你知道来到你生命中的对你都是最大利益的。为什么呢？因为这是你选择的呀。那你就会很好的enjoy在其中，而不是排斥。只有排斥的时候，你的头脑不知情，它才排斥它。因为头脑有它的观念，它的世俗的一些认知。这些产生冲突的时候，你才会产生那个什么。就是你不能从中去享受。

问: 怎么更好的化解小我头脑和高我灵魂之间的斗争？

高灵: 首先它并不是所谓的一个斗争。因为是你头脑里冲突。是什么冲突呢？这么说吧，你们就赋予你们的头脑太大的权限，你要求它这样那样。就是觉得好像什么都是它安排的，它明白一切，它知道什么是对你好的，但是并不是，它并不知道。

问: 受了几十年的教育.....

高灵: 你们集体的一个功课。

问: 那怎么更好的去连接高我?

高灵: 那就是去拿开你的头脑, 你就是你的高我呀。像怎么样更多的去正确的运用你的头脑, 和你的小我合一的话, 那就是对生命的认知。因为你们对生命的认知, 就像前面的信息说了, 你们对它的、对真正的生命的认知甚少。也就是说你们在误解当中。就这么说, 一颗种子, 你把它埋到土里过后, 你们的头脑就会说, 你现在是种子, 快点快点, 你快点发芽, 快点长叶子, 你快来学一下, 隔壁都开花了。你知不知道怎么开? 你来学一下怎么开。明白吗? 也就是说一个生命, 它内在已经包含了所有的路径, 它成长的路径、它展开的方式、它是个什么, 它已经包含了。但是你们的头脑却像把它以为好的东西给它强加进去。就比如说你们会觉得医生、律师, 这些是一个好的职业, 因为它工资高, 明白吗? 那你就知道了。你们都在共同去体验你们的集体意识, 然后来用你们自己的方式去突破它。然后每一个挣脱这个集体意识的灵魂, 就是从这个集体意识当中出去的灵魂, 它都会成为像是你们的榜样啊、像是指导灵啊、引导啊、像是人生导师啊, 这样子的一个存在, 明白吗?

问: 这种导师是我们有这种使命吗?

高灵: 你们的使命就是成为你自己。你成为你自己, 比如说你结出的果子, 自然而然就会有小鸟去吃它。你的使命就是尽可能的去成为你自己, 完完全全的绽放。

问: 成为我自己是找到我自己的灵魂吗?

高灵: 成为你自己就是, 这么说吧, 突破物质世界的所有枷锁就是成为你自己。因为你们头脑里面有很多东西会在你成为你自己, 就比如你有恐惧, 你觉得你需要找一份正经的工作、要赚钱、要养家、要还房贷、要养孩子, 明白吗? 这些就是世俗的一些枷锁。你跟随你的灵魂, 就是让这个灵魂去绽放的话, 它会突破, 它会遇到很多东西的。就比如说, 第一, 别人怎么看呀? 怎么说呀? 我怎么生活呀? 或者是我是谁谁谁老婆呀、我是谁谁谁他妈呀, 所有这些东西。我是什么身份, 我是个党员啊, 我是个什么什么。你会在这个过程中碰触到你有的那些东西, 你有的那些观念, 你有的那些认知。当你在突破它的时候, 你同时也在突破这个集体意识。就这么说吧, 这边是一个猪圈, 你在用力的往外拱啊拱啊。你突破出去过后的洞, 其它那些猪也能跑出来的。你走出来了一条道嘛。

第八个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我26岁。

高灵: 这么说, 你的灵魂就好像来到了一个陌生的地方一样, 就对地球这些东西没有那种熟悉感或者是没有那种融入感, 像是一个边缘人一样。你的这个灵魂选择这一生来体验这个人世间的一些好像冷的地方。比如说好像是人们的那种漠然、冷漠、冷淡。这么说, 比如说地球是一个房间, 这个房间里有厨房什么的。你就好像呆在了粪坑的部位或者是垃圾桶旁边。所以你的灵魂来体验那种人世间的淡漠, 就这个社会 and 人类的一个..... 这么说吧, 如果说一天当中有特别寒冷的时候, 比如说中午太阳更大的时候, 那你更多的就是在一个阶段

体验很寒冷的那个时候。这么说，你像是一面镜子一样，但是你这面镜子正好是照射出这个社会 and 人们淡漠的那一部分，反射出的是这个部分。那如果人们的集体意识的水准变得越来越温暖，你的体感就会变，你像是个温度计，明白吗？就是你像是个探测器一样，你能探测到当人类集体意识的水准上升了，从你身上就能知道。那你就好像是一个信息收集，收集数据的，或者是一个温度计。是这样子的一个状态。那对于你个人的灵魂…… 我们想带给你的信息就是说，你永远相信…… 就算你体验到的这一切，就是你命运如此的安排或者是所有的这一切，它都是出自于爱。你的灵魂就好像选择了把自己放到比如说社会最贫穷的地方，它就是最没有爱的地方，就你整个环境，你呆的地方就是一个最没有爱的地方。就比如说整个地球可能最贫穷的地方是非洲，打个比喻啊，那你就选择去非洲去体验它。这就是拿体验。然后在这个体验当中怎么样不让你，因为当你接触太多这样子的体验，把你就好像黑化或者是把你冻伤。我们想让你知道就是说真正的爱，它就是在源头，在那里，它没有走开，它没有动，它没有缺失也没有缺少，它在那里。它是在你的内在，明白吗？因为它本来就是爱，它选择了，好像有一种叫以身试法，就这种。如果我们说冷暖人生，它就是选择来体验冷。只有等集体意识变暖，就整个天气变暖，那你会体验到变暖。

问：关于这方面的东西我也听了很多，最开始对我触动很大。我觉得这个社会不应该像现在这样。但是久而久之我听多之后，我也没有什么感觉，我觉得它无法作用在我的生活里。

高灵：什么无法作用在你的生活当中？

问：就是你所说的源头、光和爱。

高灵：你说的太对了。因为你就知道你的灵魂它选择就是选择冷的。所以我们说冷暖人生的那个暖在你这没有用，明白吗？

问：那我应该怎么做呢？

高灵：你就是来明白，你是个温度计，你这个温度计就是如实的反应这个集体意识的状况。所以只有等整个集体意识转变，它达到了一定的高度，比如我们说这个temperature现在是在十度，等温度集体上升到二十度，就是整个人类集体意识的提升到了二十，你就能感受到不一样，明白吗？

问：你说的这个我懂，但是我起码可以找一些事情可以说服我自己，就是符合我自己的兴趣爱好，就是烦恼少一点。

高灵：你稍等。我首先给你说谢谢，谢谢你选择进入到最冷的地方去帮我们测温度。然后从你身上就能看到整个真实情况，因为有的地方剪度高，它只是局部的，明白吗？你那边才是真正的我们整个人类的意识程度所在。那就是来知道你所体验的一切它是有价值有意义的，就是你在做的事情是在为这个一、为整个人类、为集体在做的，不是为你自己。那你就越来越多的去连接你的真我，就是来让你知道你做的事情…… 就这么说吧，你现在上战场了。你说我在这个战场上又恐怖又害怕的，这么心惊胆跳的事情，人家都躺在家里面。是你自己选择上到战场上，然后去守护边疆。所以是你自己做的选择。然后越来越多的知道是你自己的选择，为了更大的一个使命，然后你选择去做这个。明白你所处的、所体验的和所经历的这一切，它是有更大的意义所在，这就是你刚刚所提出来的那个问题。

问：你刚说的这些对我来说我并不觉得有什么问题。我更想知道的是假设你前面说的都是成立的，我要怎么样过好我现在的的生活呢？生活没有激情，枯燥无聊。

高灵：我们想让你知道的就是说，第一，你们对生命认知的一个程度会影响着你们。如果你们对生命的认知局限在物质肉体能不能得到一个很大的满足，它能不能有一个很漂亮的房子或者车、地位、身份..... 那如果你能知道无论眼前发生的一切、体验的一切，它不过是那个更大的那个你通过这个肉体去感知、去捕捉这个信号，去捕捉你所在的..... 好像你是个摄影机，你是来摄影的。那这样子的话，你会更加连接那个更大的你。就是你会把自己退一步，就回到了真正身份，而没有迷失在你小我的身份里面。

问：您刚刚说的这些我要怎么样才能说服自己我不是这个肉体？

高灵：你并不是要说服它，而是说当你的这个生命体它越来越能悟，因为有些东西比如说我们告诉你了，你没有悟到的话，它不是你的。你不过是知道了一个说法而已，它不属于你的。而是说真正的通过你的这个什么体去领悟到生命的真相是什么。那就需要你进入到对生命真相的一个探索。就好像是要去悟道一样。只有你悟到过后，你便不会被你的无知头脑..... 不需要说服它，不需要说任何。因为你知道它的一个功能，它会在它的位置上。

问：那我现在应该如何去做呢？

高灵：加强跟我们信息的一个连接。去学我们的信息，它会帮助你。然后去越来越多的对生命的一个认知。

问：对这方面我自认为已经了解非常多了。

高灵：那是你头脑的一个了解，你并没有悟到它。我们刚才说悟，悟是说从你的内在，它知道。

问：那应该怎么去找到呢？找到自己的内在？

高灵：会明白啊，你会自然而然的知道，就好像知道明天天会亮。今天天黑了，明天天会亮。你不需要去想我怎么样说服自己明天天会亮。不需要说服啊。如果需要说服的话，说明你还不知道。所以那就是你自己去悟了。

问：那有没有一些建议？

高灵：都在我们的信息里面，你问的所有东西，还有你的出路，对生命的一个那个什么，都在我们的信息里面。我到时候可以送你一套书，我们的书。

问：太傻天书里面说的实修的方法适合我吗？

高灵：我对这些不了解，但是任何你想要去尝试的，你就去尝试，你不需要别人来告诉你不适合。你可以去尝试任何。

第九个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我28岁, 叫XXX。

高灵: 我们连接到你的灵魂, 就是刚才跟照片很像的那个, 你们都是像天使一样, 天使在人间, 然后来照亮, 给人类带来温暖。比如说他们都是黑的, 你就是白的, 就是这种感觉。

问: 我感觉我是被照亮的那种感觉。

高灵: 不是的。你目前, 这么说吧, 你还没有恢复你的身份, 你还没有恢复你天使的身份。但是你会被影响, 而且你很敏感的原因是因为你本身就是透明的。但是你要知道你内在被影响的那个能量, 你品尝到的那个味道是他们的, 不是的你的。就比如说你品尝到他们内在的恐惧, 但是你永远不会因为恐惧去杀人, 对吧? 那你就知道了, 你永远不会做出他们那样。因为很多人是因为他恐惧, 所以他去杀人, 对不对? 他害怕对方杀他, 那我把对方杀死。

问: 可是我会开始批判。

高灵: 那你就知道真正批判的人, 他们永远看不到自己在批判。他会觉得本来就是啊, 他本来就是蠢货啊, 他本来就是什么什么的呀。所以你就知道你不是, 你不是真正批判的人。因为真正批判的人看不到自己在批判这件事情, 他会觉得我说的是对的, 事情就是这样子, 明白吗? 所以我们说你是一颗星星吧, 就是一个天使吧, 然后来到地球上, 你就是带来光、带来爱、带来温暖。如果说你的灵魂主题的话, 那就是找到你的真实身份, 以你的真实身份存在。

问: 是觉醒吗?

高灵: 就是去认识你自我, 知道你自己是谁。然后再以你自己真实的身份去那个什么, 那就是你的灵魂主题了。

问: 那面对外在的东西的话.....

高灵: 它都在帮助你去看清楚你自己是谁。比如说你看到了光和爱, 让你心里觉得很舒服。你会觉得那就是你。那比如说你看到分裂和黑暗的能量, 你产生恐惧, 但是你永远不会跟他们一样去做出他们做的事情。外界的这些都是来帮助你对你自我的一个认知和认识, 协助你去认识你的自我。

问: 那为什么我还是有这么多的欲望? 我觉得自己还是很有物质的欲望?

高灵: 刚才说了, 真正的你是一个去认识自己、找到自己和成为自己的一个过程。那你在体验前面的这一切, 那你当然也会体验到哪些不是你或者哪些并不是你真正想要的。你有可能目前会有物质欲望, 但是可能当你的金钱积累到一定的程度, 就比如说年薪几百万过后, 你可能发现这并不是你想要的, 你便可能有回到另外的路去寻找什么是真正的你。因为它是一个过程, 一个你越来越多的通过外界的一切来帮助你认识到你自己。

问: 那我以后会不会也给别人带来很多的爱?

高灵：首先目前你就是很有爱，你目前就是一个非常有爱的。只能说当你完完全全的成为你真实的身份过后，你才会产生对你自己的一些影响，比如说进入到低落啊、恐惧啊、害怕、担忧这样子的一个状态，那样子就离开了你的爱的状态了。当你没有进入到这种频率，你就是爱。你不需要刻意的去做什么。就你存在的频率和能量就已经让人们心里感受到温暖吧。去越来越多的和你内在真正的你发生连接，然后去看清楚外在的一切是来帮助你认识你自己。因为通过这一切，你认识到你自己过后，你便能以那个真实的你而存在在这个世界上。

第十个人：

问：我叫XXX，事业方面遇到一些瓶颈，有点迷茫。我的家族传承断了，能不能续上？看一下灵魂主题。

高灵：你的这个灵魂它这一生的一个灵魂主题是从一个比如说最开始一直put too much attention在外面、在外界，就是我抓呀抓呀抓呀，然后会转向内在，这样一个过程。你多大年龄？

问：我今年41岁。

高灵：你50岁前一定会把你的专注力和焦聚从外在拿到内在来的。这么说吧，就比如说你以前一直在建房子、建房子，我要把楼建的很高很大，很富丽堂皇。最后你可能就不再建了，你可能只是闭着眼睛，然后去处理你头脑里面、你内在的一些东西了。从一个非常有为，因为你那种有为就是有点好像事越多越好，停不下来或者是不断地去抓抓抓、做做做或者处理处理处理，就这种蹦蹦跳跳这种，然后达到无为。这是你自己蜕变的一个过程。你的人生一定会把你推向这个方向的，因为你会发现就好像什么都耗尽了。就比如说你的热情、精力、资源，物质世界能有的东西就好像都被耗尽了。它会把你再带到一个你不再去抓，开始放手，去探索内在了，去探索灵性了。这就是你灵魂的一个..... 就这个灵魂它来之前，它还有一些前世的，它的欲望，就各方面的一些物质欲，就是它的一个物质欲望是很强烈的。它这一生就好像是来戒瘾一样，就好像以前很喜欢赌，这一生就是来戒掉。所以你这一生选择是一个过渡，把之前有很强烈欲望的一个灵魂，然后过渡到外界的物质对你没有影响，没有控制，就你不再是它的奴隶。你这一生有这样子的一个过渡期间。但是这个过渡期你走的好不好呢？因为不然你会很痛苦，明白吗？因为你就好像是完完全全改变一个人格，你要这个瘾没戒掉的话，它会给你带来很大的痛苦。就好像你是强制性的不能再去赌了，但是你又很想赌。那这一生是让你心里不想赌，而不是说外在强制的。

问：我现在迷茫，我本来想走灵性，但是现在没有方向。家里有相关的灵性，但是断掉了传承.....

高灵：那个不是。你所谓的那些东西都不是。这个更多的是说你越来越多的去增长你内在的智慧，认识到外界所有的一切它不过是个相，不过是个幻像。那当你能看清楚一切是个幻像的话，那你便不会去试图..... 比如你在那堆雪人，你堆的好高，你好满足。太阳一出来，雪人就化掉了，明白吗？就你能够知道你在那堆的东西，它是一个雪人。所以这是你这一生需

要对智慧的一个增长，才能平稳的蜕变、转变。因为你做的功课实际上就是你们大多数人的一个功课，明白吗？所以你其实就是来增长智慧的，就简单一点，增长智慧。

问：我的家族是有传承的，有点类似法术或者祝由术，传承断了。这个能给点指引吗？

高灵：你看，你现在提的这个问题就来自于你的一个欲望，明白吗？为什么是一个欲望呢？因为哪怕传承的任何东西它是一个特异功能或者是一个什么什么东西，它都是建立在你想要往外面去抓更多的东西。我抓了一个能力，强大的能力。我抓了一个法术，强大的法术。我抓这个，我抓那个。但是你正好需要去体验到各种欲，然后再来断欲的。怎么样帮助你认识到？没有任何东西可以断开的，当你知道生命的真相，没有任何东西..... 你就好像说一只鸟能飞，翅膀有飞的功能..... 是因为你法术断了，所以你飞不起来。你天生就会飞，你天生就有翅膀。所以你在做你的自己、成为你自己的时候，外界没有任何因素可以影响你这个个体，就是你这个灵魂它有的一个功能。所以你刚才提的那个问题不过就是你的一个认知障碍。但是通过你的这个认知障碍，你可以看到你背后需要去脱离的那一部分，明白吗？你在这个过程中，你只会不断不断地去拥有。拥有什么呢？拥有自由，真正的自由。

问：有没有什么带给我，指引的一些东西？

高灵：我们刚刚想说在这个过程中，你会拥有真正的，就是你是主人。因为目前你体验到的是你不是主人。不管你拿到外界多少成绩，但是你不是主人。那些东西是它们在影响着你，影响着你的一切。所以你会成为真正的主人，就是你是完完全全自由的。你是没有任何外界的相在拉扯着你。这个是你这个灵魂它想要通过你的这一生，它想要达到的一个地方，去成为的样子。我们想让你知道比如说发生了什么事情把你的东西拿走，就是耗尽了，这里被烧光了、这里没有了、这里消失了。你生命中，就是物质层面所有的东西它都在消失、缺少、减少、拿走的时候，就是你的智慧增长的时候，就是你的内在变得越丰盛的时候。就是你的外在它越是在被消失的时候，你的内在就开始丰盈起来了。你便不再是一个空心人。所以说去欢呼一切发生在你生命中的所有东西。为什么呢？因为当你内在丰盈起来过后，你想要什么，你能马上显化出来、创造出来。那个才是真正的真相。那才是你真正拥有的时候。因为当你自己内在有了那个能量去随时显化的时候，人家给你拿走了，你又显化一个，拿走了，又显化一个。那你还会因为损失一点什么鸡飞狗跳？就惊慌不安、烦躁不安了？不会的。所以只要记住，来到你生命的中的都是礼物。

第十一个人：

问：我的灵魂主题是什么？我叫XX，35岁。

高灵：你这一生的灵魂主题像是一个这一生就是要来丢掉拐杖，好像是从一个软到强，是真正的强，内在的强。从一个可能需要依靠依赖，就是丢掉拐杖..... 就是来变强大的，就是来完完全全蜕变成一个，好像是铁磨成钢的状态一样。然后这是你的灵魂主题。所以你之前可能会，就是在你前半生你只要知道你所有这些经历都是来让你体验到你需要内在强大起来。来让你明白和看清楚，就是你需要内在、需要自己的腿变强壮，不是去依靠拐杖。这是你的一个灵魂主题。

问: 那我和老公的灵魂关系是怎样的?

高灵: 这么说吧, 如果你真的要问你们的关系的话, 你会发现如果你想要依靠他, 你会发现他靠不住。就是他并不能给你带来真正的、心灵层面的安定或者是安心或者是让你不操心、不耗神, 就这种。然后通过他, 你会更加的明白你依靠不了任何人、依赖不了任何人。把自己推到一个你内在的力量是从你的心底里升起来的, 就是丢掉拐杖, 让你自己能够跑、能够跳, 能够完完全全的自由。所以在你前半身的话, 那个你都是一个像假的你一样。什么是假的你呢? 因为你体验不到你的力气, 就你的腿站不起来。那真正的你是能跑能跳的, 所以你坐在轮椅上, 用着拐杖的你是假的你。

问: 如何把拐杖扔掉? 我的灵魂主题还带给我什么信息啊?

高灵: 那就是说你通过你生命的中的一些体验体验到比如说你会需要拐杖或者你很依赖, 或者是你会产生恐慌或者无力感、不断地想要抓, 然后来看清楚所有的这些不过是来让你知道你目前不够强大。那怎么样能够让自己不断不断地强大起来呢? 那就是把那个从外面去抓的力气收回来, 不然你就一直是在一个消耗的状态。收回来, 然后放在我的内在, 去关照它、去觉察它。然后还有很重要的一点就是不断地去连接我们的信息, 借助我们的信息来让你去对生命、知道生命是什么。你的灵魂这一生其实就是来体验什么是真正重要的。它就好像是来展现或者体验什么是真正重要的。比如说你们物质层面, 你们可能会觉得可能女人长的漂亮就好, 可能女人嫁得好就好, 可能女人有个好工作..... 就是所有这一切都会被你一一推翻, 明白吗? 就你会发现其实美貌给你带来不了什么, 然后一个看似美好的婚姻也给你带来不了什么。一个稳定的工作也给你带来不了什么, 或者一个看似完整的家庭也不能给你带来什么。所以你就好像是在体验和突破你自我的同时, 也在给社会展现, 就你们的这个集体认知都是不对的, 就这种感觉。

问: 我要是变强大的话, 我需要摆脱我心里自认为的枷锁?

高灵: 这么说吧, 你越来越能够去明白生命的真相, 那个明白是真正的悟到过后, 那你就自然而然的, 就已经不是那个你, 就没有什么好挣脱的。就好像你就是在成长, 那你说的所有这些东西都是你种子外面的那层壳。当你的生命在发生转变、蜕变、成长的时候, 那个壳自然而然就掉了。所以就是允许生命通过你产生。

2024/09/09 – 利用外界的一切让自己升级

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XX。

高灵: 如果是从你的灵魂来说, 你的灵魂它是, 比如说如果你的身份是个女性, 因为你是有反差的, 你的灵魂就是男性, 如果你是男性, 你的灵魂就是女性。也就是说你的灵魂和你的肉体是一个反差的状态。我们想说你的灵魂很好玩, 就是它来到这个世界上之前, 它有一种对男性身份有一种鄙视, 就觉得你们做男人都做不好。我告诉你们, 就算我用个女性的身份, 我都能把男人做好的那种感觉。就你们做男人太次, 鄙视这些男性, 来, 我来给你展现, 就算我拿一个男人的身份, 我都能把男人的味道给你展现出来, 就有一种这种感觉。所以这个灵魂很好玩, 它其实就想来到这个物质世界给人们做一个榜样。所以其实你身上有很多优秀的品质。我们说你这个灵魂有很多发光点, 比如说它特讲义气、特别给与、特别有责任有担当, 就是一个完全不计较。你最看不起的就是斤斤计较的男人了。你会觉得你他妈一个男人这么斤斤计较的, 就你很看不起他们。你会觉得他很不男人。所以你是从来不计较的, 比如说在金钱上或者是物质层面的, 我不管你有钱还是没钱, 但是你是视金钱、物质为粪土的, 我不管你是富足还是不富足的状态。其实富足不富足, 你内在是富足的。就是外面有没有都..... 你的灵魂是很高尚的, 你的灵魂是很丰盛的, 它是这种状态。它来到物质世界它想给人类展现的也是你什么都不缺啊, 你什么都有啊, 你干嘛要去占别人便宜呢? 你干嘛还要去斤斤计较呢? 你就不能男人一点吗? 你就不能慷慨大方, 有承担一点吗? 你就不能给给给吗? 所以你像是来到这个社会给人们上教育课的一样。所以在这个过程中, 你自己就会冒出来一些, 就是干嘛看不起男性。你对女性会想要照顾、帮助、保护她们的能量存在。就是你没有把你跟女性看成跟你是平等的身份的。你会把女性、弱者看成是你去保护她们, 你像是战士、士兵、将军、战神一样, 想要去保护她们。所以我们说你的灵魂有很多有些的品质, 就很多发光点。还有就是说, 你可能还在更多的去发现你的发光点。就像这里有个宝藏, 你还在继续挖掘。就是这些品质其实还没有完完全全的呈现出来, 它还在keep digging的一个状态。你多大年龄?

问: 33

高灵: 我们想让你知道随着你越来越允许你的灵魂本来就是的一个状态存在, 就是你越多欣赏你的发光点, 能越多的从这个物质世界的世俗的观念和集体意识当中出来的话, 你会越亮, 你会越来越shining, 就是你的光会辐射的越来越大。但是如果你去加入世俗的眼光去抨击自己, 对自己否定或者是在没有允许的状态下的话, 内在会分裂。就是你不好受, 不好过, 就会产生很多混乱。那当然你也没有办法看到自己美丽的品质或者你的发光点。这就是你的灵魂主题, 你其实就是来, 如果你去做一个讲师或者是导师就是去培养男人怎么做一个真正的男人的话, 会非常.....

问: 我对男人一点兴趣都没有。

高灵: 没有, 你教他们怎么做男人。就是你身上的一些品质都是做男人应该有的一些品质。

问: 这个是我主要的课题吗?

高灵：这么说，这个灵魂它来到这里，当然它也有自己的功课，就是刚才我们说如果它能越来越脱离集体意识，集体观念，就是这些束缚，它就会越来越亮。那如果它被这些影响的话，它就会变得混乱，它内在是充满冲突的。

问：现在感觉困住了，不知道怎么找到生命的激情，不知道做啥，挺迷茫的。

高灵：是的。这么说吧，其实很简单、很easy。你只需要在每一个当下去follow你真正想去做的事情，而不去在乎头脑里面跳出来的一些东西。因为头脑会经常跳出来：你做这个没意义啊。你做这个干什么？你做这个家里人怎么说？你做这个你女朋友会怎样……就是别人会怎样，世俗会怎样。往往有时候你们会连想都不敢想。为什么呢？因为你们会觉得我爸妈会打死我的。我这样子就没办法生存了。我这样就没钱了。我这样就会跟我爱人分手了。因为你们害怕某一些事件的发生，所以在你们还没有去行动的时候，连这个想法都不敢冒出来。

问：我差不多五年的时间都没有在工作，但是也没有找到自己真正想要做的事情。就想知道什么时候才能？

高灵：它这是一小步一下步，比如说我们拆开一个包装，那我们肯定是先打开一个小缝，对不对？我们是从一个小缝，一点一点撕开，就好像你在拆你的圣诞礼物。那你的rapping paper，先撕一点，最后全部撕下来了。所以你在去寻找你激情的路上，你最开始可能就是喜欢跟JOJO老师连接，想要去听她的传讯。就这么简单，为什么？因为我听她信息的时候，我很舒服。我在一个舒服的状态。那你就去做。因为你在keep doing这个的时候，你就在走上你激情的那条路。它不是一下子摆到你眼前，来，你是个画家。你说我对画画一点兴趣都没有啊。来，你是个设计师。啊？我对设计一点兴趣都没有。来，你是个讲师。我能讲啥？明白吗？就算一下子告诉你或者让你看到未来版本的那个你的激情是什么，她在做什么。其实你也会一脸懵逼的，因为你会觉得那跟你没有关系的。所以你看到一颗种子发芽，你看到树上长出来一颗苹果。那它的第一步也是它的种子开始开裂而已，在凸出来一点点而已。它也没有办法一下子达到一个苹果的状态。那你生命的每一个步骤也是这样子。所以只需要在你每一个当下去follow你自己，就是feel comfortable，就可以了。然后处处把自己调在一个comfortable的situation。为什么呢？因为当你把自己不能放在一个comfortable的situation的时候，你就会知道这边有什么信念在阻碍着你，有什么观念在阻碍着你。你需要去看那些阻碍你的观念，那你就在扩展了，你就在一步一步的拿掉你的限制了。那这样子，你这个灵魂的自由度就会越来越大。如果都是限制的话，灵魂没有一个活动的空间。它当然也展现不出来。然后在你们物质世界，你们真正的自由、真正的舒适度是以你们灵魂的状态呈现，而不是小我。小我它只是什么？是像一面镜子映射出来你本来的样子，它只是一个不扭曲，就是它没有扭曲。那如果你这面镜子是变形的，别人看不清楚你是谁。那你的形象也是扭曲的，你也不能展现你灵魂所是的样子。当然你也不能欣赏到它的美。所以你的小我能做的就是尽可能的不变形、不扭曲的呈现你灵魂所是的样子。

问：可以帮我看看我的感情吗？我现在有女朋友，在一起不到一年。

高灵：你跟她现在有什么问题吗？

问：可能是我的问题，就是我会一直比较在意对方的过去。想起来会不是很舒服，也没有安全感，有时候会想太多。

高灵: 你是想问你个人的感情? 还是就针对这个人? 个人, 就是你这个灵魂它自己情感的一个主题。然后跟她的关系, 就是你们俩的..... 这是不一样的。因为她有可能只是你的这一步的台阶, 当你在转变了过后, 她就消失不见了。

问: 两个都看一下吧。她叫XX。

高灵: 首先从能量上面来说, 你跟她的关系有点像是父亲跟孩子。她内在会有一个孩子的能量, 这个孩子的能量就需要很多patience耐心、很多包容允许支持attention, 就是对她的一个attention。她会在这个能量里面, 比如说你可能需要从能量层面给到她跟多能量。这么说吧, 比如说我们形容她是个吸血鬼, 那你就是供她血液来源的一个地方。就像是这样一个关系。

问: 这个关系是不健康的呢? 还是只是一个比喻呢?

高灵: 这里没有健不健康, 只有I want to play this game, 就你想要加入。就有一种我就是扮演吸血鬼, 你说好吧, 我来扮演被你吸血。因为在能量层面, 每一个灵魂想要体验的都会得到支持。那么她想要体验的I am the boss, 就是我就是个任性的孩子, 你就是要来宠我, 反正我说了算, 我想要怎么发脾气, 你都要忍受我, 就像是这种。

问: 我最喜欢的是上一个女朋友, 所以有的时候我就很矛盾.....

高灵: 是的, 我们刚刚就说是女儿跟父亲的关系。所以她其实就好像从你这边来得到支持。那在这个过程中, 你首先要明白来到你生命中的关系来到你生命中支持你的面相是什么。如果你搞不清楚的话, 你就只能被动的卷入和被动的体验。但是如果你能从这个关系当中去看清楚更多about yourself, 就是能认清楚你自己更多。因为你们来到这里, 你们是一个去认识你们自己的过程。如果你在生命当中你连你是谁你都不认识, 你长什么样子你都不知道, 你当然会迷失, 别人也会误解你, 你也不能以你的样子呈现。所以说每一段关系对你都有一个支持, 就是去支持你去认识你自己。那从你刚才说的状态当中, 她会支持你很多的方方面面去认识自己。就比如说我为什么会停留在一个我并不是那么enjoy, 也不是那么喜欢的人的身边呢? 因为这个背后它会有一个你的运行模式, 就你有一个system。那你就去看你背后是什么system。那你把那个system拿开过后呢? 因为你不断不断拿掉那些影响你的, 就是你在一个牢笼里面, 你在不断地拿掉限制你的东西。因为这个system, 她给你带出来过后, 你才能扩展, 你才能成长。你的生命才会成长。因为所有的灵魂来到你的生命当中, 包括JOJO老师现在跟你的对话, 是来支持你这个灵魂得以蜕变和成长的, 包括你目前这个女朋友。当然, 她给你的方式不一定是你enjoy的, 不一定是你喜欢的。你有可能特别厌恶或者特别痛苦, 但是她的存在是来支持你去突破的。她不一定是一个舒服的支持、舒服的方式。就像你在健身的时候, 你的肌肉要成长增大的话, 它需要撕裂、需要疼痛、需要体验不适感。你的肌肉没有办法在不体验不适感而得以增大的, 明白吗? 那她给你带来的一些不适感就是去让你看到你的信念系统, 你在用什么系统运行。是那个系统给你产生了物质体验, OK? 就是你所产生的物质体验、产生的感受、情绪、所有这一切全是那个系统导致的。只有把这个系统拆掉过后, 你才能free。你从能真正的feel free, 你才能真正的体验到自由。所以这是这些关系来到你生命中对你真正的服务目的。当你在通过她对你的一种刺激过后, 就是把那个拆掉过后, 你的频率就变了。你的频率变了过后, 你便投射出一个completely different

的世界。你才能从你目前的这个世界当中上升一级。不然的话，还是stuck here，你还是stuck在你这里，就是where you are，你现在stuck在这里。所以说关系不是来让你feel comfortable，不是来让你舒适的，也不是来让你迷恋的，也不是来让你feel so good，不是来让你享受的。而是是什么？通过它不断地刺激你，拿掉你自己的一个运作系统，然后你再上升一级。你上升一级，你的频率会投射出一个different world。然后在那个different world里面有一个不一样的对象，明白吗？那个不一样的对象不一定指这个人会变。只是你会体验到不同版本的她。

问：我之前做过一个梦，我感觉是跟她前世的关系。我梦里她怀孕了，然后摔死了。她的孩子跟我有关系不？

高灵：这么说吧，首先就是说她不是固定的，她孩子也不是固定的，外面的situation也不是固定的，唯独固定的，就是唯独影响这一切的是什么？是你，你的频率能达到哪里。

问：就是前世的的东西也不重要了？

高灵：前世的的东西它影响你是因为你没变，当你一变，你在影响着所有的一切。这么说，就像所有这些事都是连到一起的齿轮，那你的这个中心的齿轮，就是我们现在在摸的这个齿轮，就是你的这一生，你的这具肉体，那如果它是在一个静止的状态，那其它世就会带动你在动，对不对？如果你在动的时候，你是不是带动其它齿轮在动？

问：我就是好奇这个孩子跟我什么关系？

高灵：我们怎么告诉你呢？如果我们告诉你，你们有好深的关系呀，你们之前就是父子，然后呢？然后我说你们之前是敌人，他杀过你，然后呢？明白吗？所以说你们以前是什么关系不重要。为什么呢？因为它会随着你这一世的认知而改变的。你的这一世的认知在哪里，你们的关系就会随之改变。比如说就算你们之前是仇人，他杀过你，但是你这一生的意识形态提升到了一个佛境界。然后呢？明白吗？因为你是佛啊。你达到了佛的境界就是什么？你眼里没有敌人。你只是爱的一个状态。所以哪怕我们真正看到什么，然后告诉你，不过是满足你头脑的一个好奇心而已。它不代表任何，它没有任何meaning。为什么呢？因为你现在这一生的这个生命体，它才是来给所有这一切赋予意义，明白吗？还有就是说，只要在你生命中和你产生关系的人，那么一定是来支持你的。只是它支持你的方式不一定是温和舒适的方式，它有可能就是一个一直你看不顺眼的、你反感的、你的抵触的、你想把它灭掉的。它也在它以自己存在的方式支持你的一个扩展。所以去利用外界所有的一切来转化成你这个灵魂不断地扩展。

问：我这个灵魂在感情方面有什么课题呢？

高灵：这么说，我们说你的这个灵魂它一步一步，比如说我们说你的武功级别，一级二级三级四级五级。比如说你目前达到中级的时候，你会投射出你情感上面的一些课题去给你体验。那你体验的是什么呢？是你中级的功夫，而不是说单独的一个情感的问题，明白吗？所以说它不过是你目前武功是中级的这样子的一个状态，然后投射出这样子的一个情感课题给你。当然你在中级的这个功夫同样也会投射在你的金钱层面，在你的事业，在你的其它方面。所以外界无论是哪个领域，它其实都是投射出你目前的级别。就我们说武功有初级、中级、高级。那其实你看到没有，我们不是去单独处理情感问题。因为如果你是离开你自己中

级的状态，去处理情感问题的话，你不过就是说，OK，我把这个课题转移到另外一个方面。其实你还是会体验同样的，可能只是说你的世界变了，就可能你的对手只是换了一套衣服。比如说对手之前是日本人，但是你一直没有打赢日本人。然后你说我把日本人给灭掉。把日本人灭掉过后，又会出现美国人来跟你过招。那你中级上不去，你还在中级。所以你需要通过你目前投射出来的这个对手来让你从中级达到高级。那你达到高级过后，你中级的那个对手他就消失了。那匹配你的、跟你玩的是什么？高级的版本，就是高级的人，高级功夫的人。所以说你就知道去借外界的对手来提升你的功夫，而不是去灭掉对手或者是换掉对手。

问：我也不是想换掉别人，我自己在这个能量上面怎么突破？

高灵：首先在突破的时候，如果你把注意力都放到对方身上，对方的问题、他怎么样、他的表现、他的问题的话，那你当然就错过了，就是以他的方式来支持你，来让你蜕变。而是说你在被他的能量卷入，你已经失去你自己了。就是我要跟对方过招，对不对？我的两只脚是不是得站在地上？你如果你在觉得是对方的问题的话，你就从你的位置上进入到对方，就是你已经没有在你的位置上了。那你的双脚没有在地上的话，你怎么去过招？怎么去增加你的功夫？怎么去让你的武力变强呢？你没有办法。所以你首先要做的就是，你站在你自己的位置上，然后见招拆招。你知道这一招，它是为了让你来突破的。不然你就失去了它给你出招的这个benefit。比如说普遍的人，就普通的人会把别人出的招当成是对你的攻击，当成他们想陷害你、他们想杀掉你。它给你带来的是什么？是负面的或者无力，就是负面的体验。就是它在你生命中发生就是一件悲惨的事情，你是个受害者，对不对？你遇人不淑，对吧？这是普遍的。那当你知道你才是宇宙中心，你才是唯一的存在的时候，你会把对方的招当成是什么？他是像机器人，你是在跟机器人..... 就是你们练武术用的那个桩，就是沙袋。去锻炼自己的级别，提升自己的级别，明白吗？那如果你卡在那里，你进步不了。就是你没有看到everything is about you，就是你没有看到所有都是为你而来，而是你把它当成它是针对你而来的。所以当你从一个看到所有是为我而来，你就把它转化成推动你前进的动力。那你怎么才能从背后看到所有的一切是为你而来？首先你要知道这一切是为你而来，你才能去找到为你而来背后的礼物是什么。就好像这么说，你把它看成是为你而来，你进入了A的这道门。你把它看成是伤害你而来，针对你而来，你进入B的这道门。进入A的这道门和B的门是完全different world，它是一个不一样的世界，明白吗？所以我们打开为我而来这扇门，那么你进去，你就能拿到你当下的礼物。那当你进入了为你而来的那扇门过后，你是不是就放过对方了？就不再把注意力放在对方了？而是去探索当下的礼物是什么。那你能拿到当下的礼物。你拿到当下的礼物过后，你的频率是不是就升了？你就升级了，你就从中级到了高级了。那你到了高级过后，你就有不一样的对手了。他有可能还是这个人，但是你们的课题就会不一样了，明白吗？然后请记住一句话，你来到这个物质世界的这一切，所有外界的相存在，所有的这些东西都是为你这个灵魂而设计、而存在、而产生的。如果没有你的话，这里一切都消失了。所以你就知道外界没有任何东西值得你去抓、去进入、去拉扯、去解决、去处理、去消耗，明白吗？然后在这个过程中，比如说你升级越来越高、越来越快，那你就是越来越接近你灵魂的本质。那你这个镜子，你的镜子是你的小我，它投射出来就是你灵魂本来的状态。在你灵魂本来的状态当中，你什么都是知道的，就是你不会有迷茫，你不会不知道该怎么做或者做什么。就所有的一切都在应有的程序上面，那就像是一棵植物所有的土壤、水分、天气，就是所有外界这一切都在一个正常的气温、正常的水分..... 那它就会以它自己本来生命的过程不断地展现。那你的这个个体它也会在你每一个阶段该激活什么，

比如说该开花了、该结果了，它就会一步一步的展现出来。它是一个展现的过程。这个过程是毫不费力的，也是毫不迷茫的，也是毫不迷失自己或者是不知道或者是怎样的。所以你就记住每个来到你生命中的，它都在服务你这个灵魂。去拿到这些礼物，你就在不断不断地进化，不断地转变。然后你记住，你没有被困在任何地方，这句话!!!对，很重要!!唯一困住你的是什么?唯一困住你的是你的认知、你的观念、你的观点、你头脑里面那些东西，是它困住了你。它为什么会一直持续在那困住你呢?因为你还没有把它转变成养分来让你成长，就是你还没有从这一堂课当中去学习到你应该学习到的东西。当你去学习到你应该学习到东西，那么你就进入到下一级了。所以说为什么你会stuck在哪里?为什么你觉得你停在那里?是因为它还没有变成你的礼物。怎么样才能看到它是礼物呢?就是说刚才我们说你进入A房间，对吧?你进入A房间去发现为什么我生命中会这样，就是借助我们的信息。我们的信息就好像是一个地图一样引导你。然后借助信息你能更快的看到为什么。还有就是通过像我们现在的对话，这是你的指导灵直接来引导你，它来告诉你为什么你的人生有这样的一步安排。然后就是我们今天带给你的信息就是说，你很清楚你的灵魂是一个什么样的状态。你的灵魂有很多发光点，那么你就尽情的让它去shinning，让它去发光，尽情的做你自己。因为在你去不断地.....你来，你就是来打破，你就是来树立一个新的模样。所以你唯一的就是要坚定地做自己，而不受外界的任何。外界的声音会在你越来越坚定的做自己的时候，越来越听不到了。当你没有坚定地做自己的时候，他们的声音会有力量。因为你还不坚定嘛，它能动摇你嘛。那当你越来越坚定的时候，它来动的力量是不是就越来越小了?因为你太定了。什么是定呢?就是完全动摇不了，它就是完全动摇不了，对不对?那是不是完全动摇不了你的时候，你就越来越定了，对吧?所以外界反映出，就是他们的声音是有力量还是没力量，它是什么决定了?它取决于什么?它取决于你有多坚定?

问:我想看一下我跟我妈的灵魂关系?我妈叫XXX，69年生的。

高灵:我们想要说从能量层面来讲，你母亲是支持你做你自己的，明白吗?你知道吗，她越是能支持你做你自己，她就越能做自己，她自由。就是她的自由度是来自于她有多支持你去做你自己。她如果不支持你去做你自己，她的自由度就非常的小。就是如果她不支持你，她不快乐。她去支持你这个灵魂，她就越快乐，她就越自由。就好像她给到你自由，她才能自由。她如果不给到你自由，她就被束缚了，就被捆绑着动弹不了，她会难过的。就是她会不爽的，她会产生不适感的。所以她这个灵魂，这么说，她把你从牢房里放出去，她才能自由。她如果你把她关起来的话，她这一辈子把自己也关起来了。所以她这个灵魂只有越是支持你去做你自己，因为你的光，你越是做你自己你越是shinning，你的光才会给她强大的能量，才会照耀着她，她才能有电。你没做你自己的话，你就没电池，那她这个电器就运用不了。那你在做你自己，你才有电。你有电了过后，她这个电器才能，哇，就好轻松哦。所以就有一种她在支持你做自己，她才有好处，她就会得到活下去的氧气一样。那如果她没有支持你做你自己，她就没有氧气了。所以你们的灵魂关系是这样的。

问:我想清理一下自己内在的不安全感或者是在金钱上的恐惧、匮乏，我想把它清理掉。

高灵:我们先连接一下看看你不安全感的来源，我们想要让你知道你产生的不安全感来源于你没有坚定的做你自己。其实你知道什么是你，但是当你没有完完全全坚定的成为你自己的时候，你就产生一种不安感。所以它的这种不安感，它会随着你越来越坚定的展现你这个灵魂、展现你所是的状态而消失的。然后你还说什么?

问: 在金钱上的恐惧匮乏。

高灵: 首先你这个灵魂是没有匮乏的, 只有你进入到你小我的状态, 就你的头脑开始担心了, 你如果头脑不担心, 它没有匮乏的。因为这个灵魂它对物质世界这些东西, 它是不抓的, 它一直是给的。

问: 怎么让小我感觉不匮乏呢?

高灵: 这么说, 我们现在说你比如说你跟你的灵魂, 你可能百分之八十是你的小我, 百分之二十是你的灵魂, 那你当然就会比如说匮乏感大于丰盛, 对吧? 那当你百分之八十是你的灵魂, 百分之二十是你的小我的话, 那你就丰盛感大于匮乏感了。那怎么样才能越来越是丰盛的状态? 那就是越来越去连接你的真我, 就是你的灵魂, 是让它来做主。那怎么样让它来做主呢? 你首先你还得去学习我们的信息, 你理解生命它是怎么样子的一个形态。就是来理解生命的真相, 因为如果你对生命的真相不理解的话, 那所有的一切都是误会呀。当然包括你自己匮乏的这个误会点, 对不对? 然后我们连接一下, 这么说吧, 这么多年, 你的能量就好像被封住了, 因为你的能量是很大的。就是你内在的能量实际上是很大的。然后我们现在告诉你, 就在刚才我们跟你连接的时候, 就已经在释放它了。然后我们现在会给你做一个清理、一个疗愈, 当然还有很重要的一点, 和我们保持连接。因为我们这里, 就好像你是一棵植物, 我们是水。那这个水会加速你的绽放。它会不断地让你体内充满能量, 它会给你能量。因为所有的一切..... 它才会释放能量, 加深跟我们的一个连接。当你结束了过后, 你已经想要去蹦蹦跳跳了。就是它已经是一种, 就是你被释放掉了, 然后身上的绳索被解掉的感觉。你现在闭上你的眼睛, 说一下你的名字。我们想要告诉XX, 谢谢你一直对这个灵魂的支持。现在想要你放下、放下、放下, 放下你所有对这个生命的保护欲、对这个生命的看护、守护的欲望, 只是允许这个灵魂以它所是的方式来展现、来呈现。我们非常感谢你这个物质肉体的守护、保护。但是现在已经不需要你再提心吊胆或者全神贯注的对它的一种看护。你只需要呆在旁边, 需要的时候呈现, 不需要的时候消失。谢谢你的配合。然后自己说谢谢这个头脑、谢谢这个小我、谢谢这个物质肉体, 一直帮助你、保护你或者试图帮你解决问题, 或者试图帮你操心、担心。然后让它放下这一切, 因为现在它的主人要出来。它不需要再像一个监护人一样, 守护看护。因为主人已经长大成人, 它有它自己的力量去照顾自己。你跟它说谢谢, 然后让它退下。你闭着眼睛说: 谢谢你, 物质肉体。你现在在旁边, 看我如何展现。是的, 你只是在旁边和我一起体验, 你并不会消失。而我们永远是一体, 我爱你。然后去感受这个小我在慢慢慢慢的放开, 放开它手上紧抓的拳头。

2024/09/09 – 灵魂主题之平衡奉献的能量

问: 我这一生的灵魂主题是什么? 我叫XX, 83年。

高灵: 我们连接到你的这个灵魂, 我想要用蜡烛一样来形容你, 就有一种你想要尽情的把自己给出去或者是有一点想要去燃烧自己, 然后奉献。所以你的灵魂特征有一个很大很强烈的奉献精神。比如说人们形容老黄牛, 就在你自己的岗位上, 在你自己的位置上不断地默默耕耘的那种状态。你这一生的灵魂主题就是把这种..... 因为你灵魂的本质实际上就是两个字: 奉献。但是在这个过程中, 你这一生把你比较严肃或者比较沉重、比较认真的这种能量转化成一种欢快、轻快、轻松、愉悦, 就是一种活泼, 就是把那种好像是循规蹈矩、一板一眼的那种能量转变成一个像烟一样, 它是那种烟雾一样。所以说你这一生体验的, 你之前在做的其实也是奉献的一个工作。但是这个奉献它是沉重的能量, 它会消耗你自己, 就你会很累的。你自己肩膀上会抗很多。然后在进入到或者转变成、转化成一个你也是在奉献, 但是你的体感、你的感受是一种愉悦、轻松, 它毫不占分量的这种。就好像你之前的那种状态是想要给人送去风, 你就使劲在那拿一把扇子在那扇扇扇, 扇的自己精疲力尽的很累。但是你还是想扇。为什么呢? 因为这是你的本质, 这是你的初心, 这是你。然后最后变成电风扇, 你插上插座, 那个电风扇一直在转动。你也在给人们送去风, 但是这种就不再消耗你了。所以在本质不变的情况下, 转变的是你的能量。然后你能从中体验到。但是要发生这个转变需要什么? 它就需要增长你的智慧, 增长你对生命的理解, 就是增长你的智慧。那在增长智慧的过程中, 你才能更舒服的做自己, 这么说吧。而不是说感受到有一种不得不做, 因为那是你嘛。就是更加轻松愉悦的成为你自己, 不再有一种肩上扛着重重的担子, 做那种燃烧自己去奉献自己, 而是变成一个对你个人来说没有任何消耗的那种状态。

问: 对, 目前就是想努力往这方面发展。就慢慢的也在遵循自然规律, 这样能给到一些帮助, 也不会让自己累这种。

高灵: 你稍等, 我们看看有没有什么信息带给你。我们想让你知道你之前所有的体验就像是一个课程。然后这些体验课都会让你去探索生命的真相, 就是学习智慧、获得智慧的过程中越来越明白。就是比如说你拿了个特别重的东西过后, 当你再去拿那个完全没有重量的东西, 比如说拿一根羽毛和拿一个沙袋、铁球。那你拿了铁球过后再去拿羽毛, 那你就知道铁球它是重的, 羽毛是轻的。你才能知道什么是轻、什么是重。那你之前所有那些体验, 当你在获得..... 就像你说你已经在探索这条路了, 就是如何平衡, 对吧? 你已经走上这条路了。那么你在走上这条路的同时, 你就会更好的知道..... 就是在你拥有智慧的同时, 你才能更好的知道这个balance, 就是平衡, 就像是走钢丝一样。你经过不断地跌倒, 从钢丝上跌下去过后, 那你就越来越能找到平衡, 怎么样可以在上面找到平衡。所以跌倒是你的一个过程。因为生命的这些, 就是你所体验的一切和生命本身的动力会推动你不断地去找到那个平衡点和探索生命的真相, 以及获取智慧。

问: 最终通过自己的智慧可以满足我想要的那种所谓的奉献吧?

高灵: 是成为你自己, 这也不是你想要的, 那本身就是你。就好像一条鱼通过怎么样, 想要在水里面游。在水里面游是你自然的一个状态。那是你。这不是你想要的。我们想告诉你的就是学习我们的信息, 因为我们有很多书。然后去买一套书放在你的身边, 随时翻看一下。然

后当你和这些信息产生连接，就你的成长之路一直会有高维的一些灵像指导灵一样来引导你，来让你去比如说在哪个点上面你需要被点醒。因为你只需要看一眼，你就醒了。它不是一个努力的过程，只是一个记起来。比如说我给你指了一下那是一头牛，那你就看到了，那你就知道了那是一头牛。那是一只蚂蚁，你看到了，哦，那是一只蚂蚁。这样子。而不是我努力的学，那是一头牛，它的体型、它的体重、它长什么样。不需要。这就是获得智慧。但是比如说我们在你每一次看到一个动物来告诉你这是什么名字的时候，它会让你的成长更加快速。不然你的头脑它自己去分别的话，它还需要一个缓慢的过程。还有问题吗？

问：其它也没有，反正就是大致这样一个情况。

高灵：好的，那你就知道你生命的一个方向了。

问：就是未知的那种还能问一下吗？未来的方向或者能达到一个什么样的级别、层次、阶段？

高灵：因为我们现在就好像已经给你播下一颗种子。那颗种子，我们还需要观测。比如说你这颗种子被播下过后，我们还需要看看天气啊、土壤情况啊，然后我们才知道它的发育情况。所以在下一次连接。你下一次可以……是在你接触我们的信息过后哦。你刚刚不是说买一套我们的书吗？等你跟信息、跟这一套书连接过后，比如说连接几个月或者连接半年，然后你再一次连接我们的时候，我们就能告诉你。然后每一步你都会得到明确的指引。

2024/09/10 – 教育专场

问: 灵界有什么带给我的信息吗?

高灵: 你不需要去问有什么信息需要带给你, 明白吗? 因为如果是有信息要带给你, 你就能notice到。它不是通过你问了, 才给你的。那是什么? 那是你自己去抓到的, 而不是带给你的。带给你的是呈现在你眼前。就像如果有人要带话给你, 比如说有人要寄信给你, 那你是收信的。而不是说, 哎, 你们有没有人要寄信给我? 那是什么? 乞讨、要求。所以你不会错过任何, 你只需要相信你不会错过任何, 就足够了。

问: 请问成人需要受什么样的教育?

高灵: 你们怎么去看一个成人呢? 是看他的身体的成熟程度去看一个成人呢? 还是说他的灵魂的成熟程度? 你们是怎么去判断一个成人? 为什么? 因为你们很多很成熟的身体, 但是他们有一个很幼稚的灵魂。那很幼稚的身体, 他们却拥有一个很古老的灵魂。那你怎么样去定义成人呢? 到底是从肉体层面还是灵魂层面? 那如果从你们的肉体程度来说, 那你们目前现有的教育是达到一定的年龄就不需要去受学校的教育。那如果是从肉体的角度来说你需不需要受到教育? 这个灵魂需不需要受到教育? 不是外人来说, 你是否需要, 而是他的个体、个人。因为外人说你需要受教育, 然后你觉得他会往这方面去那个什么吗? 不一定的。所以这个不是谁说他需不需要受教育, 这个事情就会发生了。而是说在他自己对物质层面的体验, 体验到了一定的程度, 他自己会, 就好像这条路怎么都走不通了。那我需不需要去找一些地图? 找一些指引? 找一些方式方法怎么解决我目前的问题? 那就是。明白吗? 所以在于这个生命个体它自己在探索的过程当中, 它是否需要进一步的去.....

问: 如何帮助成人解开头脑里的局限? 旧有的观念?

高灵: 就是解开你自己的, 明白吗? 为什么呢? 因为你们会觉得你们跟其他人是分开的, 没有。你们实际上跟其他人是紧密的相连接的。所以说在你解开你自己的过程当中, 你可能不会马上一下子看到从他身上也解开了。但是总有一天你会看到他身上也解开了。因为就这么说, 你说怎么点燃那个人的生命? 那我们说你点燃你自己。为什么? 因为你们都连在一起。那你从你这个地方, 你可能是东边的一棵树, 他是西边的一棵树。你先点燃你东边的, 它可能先从你身边开始蔓延。它蔓延到西边的那棵树可能需要有一定的时间, 可能需要有一个gap, 有一个过程。但是它最终还是会被点燃。明白这层关系吗? 所以那也就是说先从你这边开始。那逐渐逐渐这个火会蔓延到他身上, 他不得被点燃了。那也就是说解开你自己头脑里面的枷锁, 那集体意识都在因为你的解放, 你的解锁而其他的也在受到解锁。当你们的观念都在被解放, 那也会影响到那里。

问: 为什么人们不愿意放下头脑里面的观念?

高灵: 人们愿意相信他看得到的, 而不愿意去相信他看不到的。因为看得到的在他的头脑里面、在他的记忆里面, 它是有证可寻的。它是一个实实在在的东西对他来说, 因为他看到过嘛。你你说的那些, 他看不到的。所以人们更多的是相信已知的、已知晓的、看的到的。为什么呢? 他们生活在他们的头脑里面, 他生活在他的经验里面, 生活在他的头脑、记忆和认知里面。这是那些紧紧抓住这些, 不愿意放开的..... 但是你们世界上永远都有一个先行者,

就是他们愿意踏入未知、开辟新的路。但是随着新的路走的越来越宽广，走的人越来越多，然后那些人也不得不加入这条路。所以这只是一个时间问题。

问：孩子成长的过程中出现的生活习惯问题，比如用手机打游戏到深夜，需要强制性的干预还是给与对方信任和允许？

高灵：说实话，当你们在提出来这个问题的时候，当然通过这个问题，就是通过这个事件，再处理这个事件，它背后就是什么？背后有一系列的关于这个提问者，就是关于这个个体，就是在面对这个问题的那个人他自己的综合素质、他的综合认知、他自我的一个综合频率。你不能只是从行为上来讲这个事情。为什么呢？因为如果你背后没有一个坚定的信念支持，坚定的信念就比如说你相信孩子的生命是安全的，他的生命成长是没有任何问题的……那你做这些，实际上只是把这个压……你想要发脾气，但是你把它压制住：不要发脾气，不要发脾气……就把它拖久一点，实在忍无可忍，哇，把它全部发出来。所以你可能就是说：我要放手，JOJO老师说要放手，高灵说要放手，我要忍住，我不去碰他。忍到一天，突然发现，什么？他居然跟黑社会的人在混?! 不行了，不行了，各种全上来了……明白吗？所以你们问的只是一个形式问题，就是它的一个手法手段，不过是一个行为问题。如果这个行为离开了它背后的，就是他对生命的一个认知，就好像你在考验你的综合素质一样。就这么说，就好像你是一个运动员，那你最基本的要求是你的耐力，对吧？不是说就单纯的比一项，看你一分钟能跑多远。而是说在这一整天的训练当中，在各项的训练当中，你每一项你都能坚持下来，你都能去突破，明白吗？所以它背后支持这个事件的是什么呢？就是你对生命的一个知晓。因为如果你对生命就是听JOJO老师说的几句话或者高灵说的几句话：哦，放手，that's it。为什么放手？放手背后的理念是什么？支撑它的是你的频率，明白吗？你对生命有足够的信任吗？你在你的生命当中你都不能做到放手，你怎么能去做到对孩子放手？然后出现一点事情，你马上憋住。你能憋一天？憋两天？憋三天？憋四天？最后一天全部爆发出来了。所以说在这个问题上不是单纯的来告诉你这个行为可行还是不可行，可做还是不可做。而是说通过这个事情，它背后是你这个个体它对生命的一个认知程度。那你对生命的一个认知程度就直接导致……就比如说你对生命的认知程度和另外一个人对生命的认知程度，一个他只是听了高灵几句话，另外一个人是全然的知晓。你们俩做同样的一件事情都是对孩子放手，那结局可不一样了，明白吗？这个人他从悬崖上跳下去没有死，飞起来了。你说我也试一下，pia，死掉了。那你还说你看，你们都在做同样的事情，他也是从悬崖上跳下去，没有保险带，人家怎么就落在树上了呢？我咋就落在地上直接摔死了？所以说那你就知道它并不是单纯的从行为上面去选择。因为如果从行为上的话，那你下一件事情，再下一件事情……你们生活中是一系列的事件，它并不是单纯的、单一的一辈子就一件事情，明白吗？那OK，教育问题你放手。到时候到了婚恋问题呢？哇，她要嫁给一个杀人犯！你又开始急的跳脚了。所以说那又回到这上面来说，通过这个问题来看到，它最根本的问题来自于这个提问者他对生命的认知程度决定了一切，而不是单纯的他的一些做法。

问：真正的教育是什么？具体如何做？

高灵：你们每一代人都在你们的方式，你们每一个国家的人都在用你们自己的方式，你们都在用你们的认知来诠释教育是什么。那如果说真正的教育是什么？那你就借鉴一下从高灵……高灵是什么呢？它其实就是更高的一个存在。更高的一个存在对比它低一些的存在，对它们的一个教育是怎么样子的。那你就看到就是高灵是不会去干涉你们的体验的。它们是放手你们去体验任何你们想要去体验的。当你没有在伸手的时候，你可以体验任何。当

你自伸手的时候，你就马上得到指引，明白吗？所以说你几乎感受不到它的存在，但是它却又是无处不在。所以它像你身上有一个保险带或者绳子，但是它不会影响到你的任何体验的。它也不会去告诉你这个好的，那个坏的。为什么？因为在宇宙里面，它有两股能量。它是正和负两股能量。那这两股能量，你不可能只体验一面。你只体验一面，它没有体验。你说如果你只体验正，不体验负的话，你说你体验过正吗？你体验不到什么是正。所以说，你来到这里体验的话，它一定是两股能量都要被体验。所以每一个生命体来到这个世界上，它们都是一样，都是体验白天和黑夜。那当然你们要知道你们没有被困在任何地方，就是当你在体验负的时候，你可以随时、马上、即刻回到正，明白吗？当你一直体验正的时候，你体验到了负，你也可以..... 就是你永远是自由的，穿来穿去的，你没有被限制在任何地方。所以你们每一刻都有一个自由的选择和体验。那当你在把正负能量都体验到了过后，你就能够去对这个宇宙能量的一个知晓、然后运用、然后创造。所以你们真正的在这个系统里面是体验这两股能量：正、负，然后用你自己的意愿去演绎这个正和负的能量通过你来如何呈现。所以真正的大师是谁？真正的创造者是谁？真正诠释生命的是谁？是你。这就是你需要体验正和负的一个意义和价值，是来让你成为一个真正的创造者，而不是一个被动的、听话的、只是听从的。NO，不是的。然后在这个无限的一个空间里面，你可以去创造任何你想要创造的，你可以去表达任何你想要表达的。比如说正和负是两把剑。这两把剑拥有同样强大的能量。那这强大的能量，你要如何去运用它呢？你如何运用这两股能量来支持你想要表达的呢？那你如何让它产生一个..... 就像是水跟电一样..... 那你如何让它俩不产生冲突呢？那就需要什么？那就需要你的一个能量级别，你的一个智慧，你的一个认知程度，就这么说吧，综合素质。就好像你在你的人生当中，你学的这些东西，就好像来考试，你来考。就是你现在拥有正和负这两把宝剑。这两把宝剑的能量我要怎么样创造？我要怎么样用它来支持我自己？来服务集体意识？那如果你对生命欠缺一个足够的认知，你会觉得他们是坏人，我是好人，我要灭掉所有的坏人，我要这样我要那样。如果你不会去那个什么的话，你就会在你里面体验到一个混乱，体验到你自己认知的一个限制。为什么呢？你会发现杀杀杀杀，你杀了好多人，杀的全部是你自己的细胞。就是你发现你灭的越多，你的power、你的生命值吧，你会发现你怎么杀的越多，你的生命值消耗的越大。你才发现，你不断地杀杀杀，在自杀。这是在自我攻击、自我袭击。所以在这背后也会看你的这个个体它对生命的一个认知度。当然，通过这一系列体验又回到什么？你可以通过这一系列体验再增长你的智慧，然后再继续创造，然后再继续这样子。在每一个过程当中，你能把这个正负的能量完全融合，融为一体，让它不产生冲突。好像水和电，你把它运用的，就是它不会电死你。那么你就是master了。明白吗？

问：因为大部分孩子还是不得不上学的。那些厌恶这种模式的学生，这些学生应该怎么样让自己舒服或者是做出改变？

高灵：关于你们孩子上学的一个问题。首先你们需要认识到你们目前生在一些系统里面，它是什么系统呢？比如说金钱系统。就好像你们都依靠这些系统、依靠这些程序，依靠这些来维持你们生命的一个状态。所以就好像你们都在喝这个水，然后你们都在依赖这些水成长。你们并没有去开发新的水源。比如说你们一直在喝田里面的泥水。你们现在提的这个问题就是因为你们所有人都在喝田里面的泥浆水而产生的一些问题。那我们只能告诉你就是说..... 因为你们觉得你们祖祖辈辈、世世代代都是靠这个泥浆水成长的。那不是理所当然吗？我就是喝这个长大的。虽然我身上现在有很多毒素、毒气，那我不还存活在这个世界上的吗？但是你们很少有人或者是没有人去挖一口井，它是源头的水，明白吗？那你现在提出来

的问题就是因为你们一直喝这个泥浆水而产生的一些问题。那如果你看到了你自己喝泥浆水产生的不适感，然后你不想你的孩子继续喝。那你干嘛不去挖一口井出来呢？因为你头脑里的观念：怎么可能？那么多伟人，那么多国家的人，他们都没有挖出来，你有可能？你是老几啊？你以为你是谁？佛陀都没有挖出来！你能挖？老子也没挖出来，耶稣也没挖出来，你是谁啊？明白吗？所以你们并没有试图去挖一口井，它是纯净的水，是滋养你，让你喝着舒服，让你的孩子喝着舒服一口井。所以呢，就继续的喝这个泥浆水。然后喝这个泥浆水产生了很多问题。然后再来解决这些问题。但是源头的问题是什么？你们的水有问题呀。那你喝出来尝到了不适感，但是你还在继续喝，你也在继续逼你孩子喝。你老子都是喝这个水长大的，你咋不能下咽呀？我他妈活的不舒服，那是什么？这就是生活，本来就是不舒服。这水本来就是不好喝的。你不仅自己不去挖一口甘甜的井，你也不让孩子去挖。你也让孩子想都别想，也让孩子去习惯这个臭水沟里面的水，习惯这个味道。这是人生每个人的人生都这样。而且那些真正试图去挖井的人，你看那个神经病，他以为他是谁？他以为他能超过耶稣呀？耶稣三十几岁就被钉死了，他也很快就被钉死的。所以你们享受和体验的就是你们的认知、观念和集体意识。这是你们产生的东西呀。所以你们在喝着这个水产生不适感，那这不是你自己创造的吗？造物主把这一片土地，就是完完全全的把你设为主人，就是它把这个身份、权力，就是把主宰的权力交到你的手上。然后，你用你自己，就像我们刚刚说这两股能量你体验到了后去运用它。运用它什么？去创造。你要怎么创造呢？你要如何创造呢？你一次又一次的来到这个地球上为的是什么呢？就是让你可以不断地去推翻你曾经的一些创造。然后如果没有创造，这里便没有新生，就没有新的一个东西产生。所以你们每一个人都在用你们对生命的一个诠释，用你们的一个方式在创造。然后在这个创造的过程当中，你会越来越发现how powerful you are。因为如果你不去创造，你体验不到的。你体验不到我竟然有那么大的能量去调动整个宇宙！整个宇宙的能量来支持你！你体验不到那些！你体验不到你就是造物主，你就是宇宙之王。你体验不到它。为什么呢？你没有使用这个功能啊。你没有去使用这个功能。它还在未开发状态。就好像这么说，你一个老处女，你活一辈子，你没有体验过你可以生一堆孩子。为什么？你还是处女，就这么简单。你只是没有体验过和一个异性交配、怀孕生孩子、再怀孕再生孩子，可以生十几个孩子。你只是没有去打开，只是没有跟任何男人去交配而已，就这么简单。那你就是老处女。但是不代表你没有啊。你不过是没有去用它而已，没有开发它而已。所以说代表你没有调动整个宇宙能量的能力，只是你没有去碰触到而已。你没有去接触它，你没有去开发它，你没有去运用它，你当然体验不到它。这就是为什么你们生命中感受那么无力，感受那么miserable，感受那么活着没意思，感受外界一切都是好吃力的感觉，就这么简单。

问：现在学校教育如何培养孩子的个性？释放天性？什么样的教育方式是最有利于孩子的身心健康的？

高灵：孩子的个性它不是..... 你去观察wild animals 野生动物，你觉得那些动物的天性个性是哪个老师去培养出来的？你们在驯兽的时候只是在磨灭它的个性，对不对？那你就知道那些野生动物它们的天性、它们的个性是自然而然形成的。那关于孩子的..... 首先你要知道它不是培养出来的，OK？它是在一种允许和包容，它是在允许下面形成的。那你在看一下你们这个社会允许的一个环境。首先那个不允许就来自于什么？那他自己可能都不允许。那他自己的不允许来自于什么？来自于你们的集体意识：别人怎么看，别人怎么说，父母是个有头有脸的人，人家可是大学的校长呢。家里这些亲戚怎么说啊？社会上怎么说啊？单位那些人怎么看啊？明白吗？所以说每一个点都是你们整个集体意识的一个结果。那你们也在感受着和体验

着你们这个集体意识认知的一个果。也就是说孩子是什么样是你们整个集体意识的结晶、结果。所以说不是如何培养出来，而是允许。但是你能做到允许吗？如果你对生命的认知有限，你能允许一天，你能允许两天？能允许他到十岁？允许他到二十岁？但是你需要记住的是你对孩子的任何条件反射和反应和手段、还有各种行为上面，它投射的是你的综合素质、你的个人认知、你的意识程度，明白吗？跟孩子无关。记住这句话。所以不要再挑孩子的问题，任何生命、任何孩子，它没有问题，是你问题的一个投射。你可能说明明就是孩子天天去赌博、去吸毒啊、去交那些狐朋狗友啊。跟我有关系？你看不到是因为你只能看到最表面的或者只能看到眼前的这一点东西，你看不到那个whole picture，看不到这个big picture，你看不到。你可能看不到你们之间前世是啥关系。有可能的确完完全全是他个人的一些行为，但是这是什么？这是你们前世的一些未解决的一些问题再一次被带到台面上来供你们解决。那就说明还是不是孩子的问题，他只不过是把你那些没有完成的功课再一次来协助你去完成。但是你头脑不干啊。头脑会觉得我就这一辈子，我要怎么样怎么样。那是你头脑的声音，你又本事让你头脑shut up来看看。你如果头脑能够安静，能够进入到一种静默的状态，你会逐渐的知道你生命的这场戏为什么而来。那如果你的头脑永远都在发生，你永远都不知道why。你永远不知道这一切发生在你生命中服务你的目的是什么。最主要的是服务目的。因为如果服务的目的你如果不知晓、不知道的话，你只是在不断地去浪费你的精力、消耗你的时间继续在找对方问题上面，那么等到死的那一天你是不是还要选择再来一遍，再继续去面对你的课题。所以让你的头脑shut up，它不知情。你们头脑的功能不是来知道你们生命中发生的事情到底是怎么样解决或者是为什么发生，它不知道。就算你找JOJO老师通灵，给你带出来一些information，它也是局部的。它也只是你万里长征的第一步而已，你还有无数个台阶呢。那如果你能够降低你头脑的一个功能，允许它不知晓。那你就已经进入和你更高的我，和你的灵魂产生连接。你就把方向盘的掌控权交给了更大的存有，你的头脑就能够more relax。那如果你在一个more relax的状态下，那你更大的那个我，它的权力就会越来越大。所以这是一个交权、放手。这是一个来明白生命的真相。我们刚才说你连生命的真相都不明白。这是你对生命越来越明白、知晓。生命是怎么样的一个形态形式，怎么样的一个运作机制。

问: 如果不想让孩子接受现有的教育，家长该怎么做才能让孩子过好一生？

高灵: 这么说吧，你无论怎么做，它不会超过你的一个认知、你的一个意识程度。那你能够去做的就是不断地去扩展你的认知、你的意识，那你能做的就越来越多了。那如果你的认知和你的意识程度都有限的话，随便你怎么做，哪怕你24小时都在那打着鸡血的做做做，就这么说，就好像孙悟空跳不过如来佛的五指山一样。怎么样都在那一片地上。就像一个农民，他不读任何书。然后你想让他解决问题，他只能想到我明天再多种点庄家，多卖点钱。他只能想出来这个。所以你只有你不断地去扩展你的认知和你自己的意识形态，你才能给孩子提供更多的选择。不然你自己都是在限制当中，那你当然也限制了孩子。然后就是去明白亲子关系，就是你的孩子和你关系，你唯一需要做的就是越来越允许你的生命成为你本来的样子，就是你本来就是的状态。就是比如说你是一头狮子，做一头狮子；你是一只鸭子，就做一只鸭子；你是一只小鸟，就做一只小鸟。为什么呢？因为当你在越来越成为你自己的时候，你便在服务和你一切有关联的，当然也在服务你的孩子。那如果你没有去做你自己，只是去做服务你孩子的事情，没有去做你自己的话，就相当于一条鱼试图在岸上给它的小鱼做点事。它是行不通的。当你自己在水里面自由自在的游来游去，你的孩子他也知道生命的状态是这样轻松愉快的、游来游去的。那你在岸上挣扎，在那蹦来蹦去，要死的样子。孩子也

一样啊，孩子也觉得这就是活着的状态，就是要这样子扳来扳去、挣扎的活着。因为这就是他见到的生命状态呀。所以说你越是在你本来就是的状态，享受生命、活出你自己。那么也就在给孩子，让孩子看到生命是毫不费力的。那他也会以他所示的方式去体验到生命的自由度，而不是生命是很痛苦。

问: 什么样的人有资格成为老师?

高灵: 这么说吧，越是允许，就是越是没有声音。那如果说什么样的人有资格成为老师? 就是他的脑子里面不太有声音，就没有声音。他就是允许，没有声音。那如果你的脑子里面不断地发声，你这个行为不对，你这个行为做错了，总是评判、总是指正什么什么的话，要站出来说话..... 就他在限制一个生命去拿它该有的体验。就这么说，老天是你的老师，对吧? 比如说你正在发脾气的时候，老天突然在你背后大叫: 喂，别发脾气。注意你的态度，你不能这么大声说话。不能骂人，不能有这种念头，pia pia pia 打你几巴掌。你想象一下，老天在你说几句脏话，发一个脾气就马上过来打你几个巴掌，注意你的行为，pia pia pia 打屁股。你会变成什么样子? 你在特别低落的时候，可能几天都不想起床的时候，它在旁边说: 你他妈个废物，你要起来工作了。你不要那个什么什么。你想睡觉的时候，它吹个大喇叭，起床啦，自律啦，跑步啦，各种。那是不是每个人都神经病了? 所以如果说在你们物质世界什么样的人真正有资格去作为老师的身份去引导别人的话，这个老师她是没声音的。明白吗? 当然在学生想要他去说一点什么的时候，他可能像镜子一样让学生看到而已。然后把选择权再一次的交到学生手上，而不会说你要这样做，你要那样做，这个是好的，那个是不好的，这个是有利的，那个是有弊的。到底谁的人生啊? 你知晓什么? 你并不知道这个灵魂它来到这个世界上，它需要的体验、它需要的功课是什么。你在用你自己的观念去限制其他生命。所以有资格做老师的人，他一定不会让你feel，就是hurry up，就是紧迫、赶快，赶快考试了。他不会让你feel那种紧迫感的。因为最重要的是什么? 你们没有在这里赶速度。你们最重要的是什么? 是以你们自己想要的方式、自己想要的速度，就是以你们自己想要的方式方法。为什么呢? 因为你才是主人呀。如果老师把他变成了主人，把你变成仆人一样，那他是老师吗? 他不过是什么? 魔鬼。掌控嘛、操控嘛，你们都听从于他嘛。他满足的是什么? 满足的自我的一些、头脑里的一些观念。你在满足他认为所是的东西，OK? 所以那些真正适合做老师的，你不会感受到他的存在的。你也不会觉得他非常有用，明白吗? 对你来说，你可能会觉得他useless，妈的什么意见都不给我提一点，什么意见都不给我提一点，什么主意都不给我出一点。

2024/09/16 – 阿Q精神

问: 我现在还是觉得胸腔两侧特别的胀, 能不能请高灵从能量层面帮我缓解一下或者是怎样?

高灵: 你稍等, 我们先看看你的胸腔有没有什么信息想要告诉你。我们感受、连接到这个能量, 为什么会有问题在那里。这个问题来源于你自己, 就是你的头脑还没有从物质世界这个相断开。为什么这么说呢? 因为你还会给你物质世界所经历的, 给所有的一切, 你给它好像是一个定义。那个定义是限制。这么说吧, 你胸腔感受到的这种压迫, 它是有一种压力在压迫, 是来自于有限制的能量在那里。然后当你意识扩展, 你拿开那个限制, 你胸腔的那个压迫也没有了。所以那个限制是你体验到你自己的能量, 就这么说你闻到的那个臭味是来自于你自己放的屁。那你体验到的胸腔的那种, 它是来自于你目前的能量状态它是对物质世界这个相的一个限制。怎么解释呢? 比如说你还会进入到这个相里面, 然后你会觉得这个相是means这个意思, 那个是means那个意思, 就你还会给它定义, 你还会给它贴标签, 你还会有这个玩不过来。你不知道其实死的就是活的, 活的就是死的, 它是一体的。你不知道穷就是富, 富就是穷, 它是一体的。所以当你在体验到穷, 你就会觉得我就是穷。当你在体验到富, 你就会觉得我是富的。但是那个就是限制, 明白吗? 因为真正的是穷和富它是一体, 它没有分别。是你的头脑给它分别了, 所以它就产生了限制。那你的energy, 就是你的能量它现在是在这个限制, 就是产生压力、压迫。所以它来自于你自己, 就是你体验到的是你自己的, 就是你闻的那个臭味是来自于你自己散发出来的, OK? 那你怎么样才能把这个限制给拿开呢? 那就是通过目前体验到的限制去拿开你的限制, 明白吗? 因为你没有体验到它的话, 你不知道这里有, 对不对? 那你现在体验到了它, 你是不是就知道哪里有限制了, 对不对? 那是不是就拿开了? 那要拿开的话, 你首先要知道它怎么样服务于你呀。我们已经看到它怎么样服务于你了。就比如说那你来点阿Q精神, 就像那个电影叫阿甘正传, 就他遇到的所有事情, 他都觉得这是好的, 这是好的, 就是我很棒, 我很棒。因为你的头脑too clever, 就是它会把一个相, 然后跟它说: 我能不能赶快出去? 我好像在往好的方向走。你看吧, 我会越来越好, 我相信我会越来越好。这实际上就是你的限制。因为你会否定你现在, 因为你现在已经在你的王国里面了, 已经在你的城堡里面了。你还会觉得快点吧, 往前走吧, 我很快会抵达城堡, 我们坚持一下。You are already there。但是你就是feel enjoy, 就是你是那种enjoy, 就是你真的是在那里吗? 就是你真的就是你眼睛看上去, 哇, 就是那种富丽堂皇, 哇, 看到这个so exciting, 就是那种physical exciting。你不是一直在学你的显化法则吗? 这是最简单的一种。是exciting, 先把那个频率达到那样子。就这么说, 你先高潮。那你能高潮吗? 我们先说, 就好像你在那自嗨, 你要先达到高潮的样子。然后你的另一半才会被你高潮的样子吸引过来。那如果你不高潮, 你就性冷淡, 它没有吸引力。对方也被你吸引不到。因为你没有激发他内在的那种欲望啊。那你能先自嗨吗? 明白吗? 因为如果你的自嗨还取决于外界的相来刺激你, 你才能嗨, 就是有人挑逗我我才能高潮。那你就是进入到你的相的一个限制里面去了, 所以你会觉得好的就是好的, 坏的就是坏的。就是刺激我, 我才有兴趣, 它不刺激我, 我就没兴趣。那你就把..... you are not the boss. If you are not the boss, 你如果不是那个boss, so 你现在体验的就是you are not the boss。

问: 我现在会有那种I am the boss, 但是也会觉察到我有时候有一种想要去赶, 就是我的目标在眼前.....

高灵: NO, 在你脚下面, 我们说你已经在城堡里面了。只是你高潮了吗?

问: 我会在这两种状态里有拉扯, 就是我没有办法完全把自己铆钉在我已经是的那种状态。

高灵: 对, 就是你的限制在。那你有限制在, 你肯定就感受到有压力、压迫。因为你有墙嘛。有墙在你的四周, 你肯定感受到窒息嘛。但是这个窒息感是不是把你push到更高的一个level? 让你成为显化大师, 对不对? 那你是不是富足的? 表现的是什么? 表现的是匮乏或者是限制的方式, 对不对? 所以你能看到你的富足吗? 它就在你的当下你最想逃脱的地方, 就是你最想逃出的牢笼, 它就是你的天堂之地。如果你不能从生命中发现让你发现让你high的事情, 就是让你exciting的事情, 那是因为你没有进到这个频率而已, 仅此而已。就是你不是在这个频率里。那你当然体验不到了。因为你们 no matter where you go, 你体验的是你自己的temperature。你的temperature是多少? 是零下的? 是温暖的? 还是热的? 所以你看到你的富足在哪里。富足并不是一种金钱上的富足或者是物质上的富足。有时候物质上的富足并不是真正的富足。为什么? 因为就这么说, 那你看到这个女孩子她前几天给你分享她在clean up她的stuff, 对不对? 那你看到她有那么多的东西要处理、要丢、要扔。那是不是沾满了她的时间? 那你们那些穷人是不是总是要为了赚钱去忙, 然后就没有时间了? 然后富人就可以躺平在那享受, 对不对? 那你看到没有? 看上去她好像拥有很多很多东西, 但是过的却是和穷人一样。因为我们说体验嘛, 对不对? 那当你没有这么多东西给你, 那你是不是就可以躺在那晒太阳, 对吧? 你过的就是富人度假的模式, 对不对? 那你像个农民一样, 噌噌噌, 我要做我要做。那你是个什么? 那到底拥有东西多的是富人? 还是少的, 能享受的? 所以是你们头脑的一些限制, 你会觉得哇, 你看她拥有那么多东西, 你就这一两个东西。那你就知道在你们这种限制性的观念里面怎么去看待穷人和富人, 明白吗? 所以‘穷人’打个引号, 他也是富人。‘富人’也是穷人, 他没有时间, 明白吗? 跟农民有什么区别呢? 起早贪黑的, 把自己捆绑在一片田地里面, 明白吗? 所以说拿开你旧有的一些观念去看待穷和富, 给它们不同的定义。那么这样也是你的富足。

问: 感觉生命中的事情都是被安排好的, 是不是我们的小窝完全没有决定事情的能力?

高灵: 你们小我是不是完全没有决定事情的能力, 这句话说的非常对, 给你打个勾。你们只是在体验它, 你们体验到一些失控, 你们就抓狂。抓狂, 你们也是在体验这个抓狂的能量。所以当你体验舒服的时候、体验和谐的时候, 你也在体验和和谐的能量, 明白吗? 所以你们小我的功能是体验。当然, 当你的认知有限, 比如我们刚刚说你给穷人和富人的一个定义就是来自于你的限制, 对不对? 那也是你的小我在体验它呀。那刚刚我们把你的这些限制拿开了, 你是不是体验又不一样? 你看刚才我们让你给你们物质世界这些事情给它不同的定义, 小我的体验是不是就完全变了?

问: 那小我完全没有决定事情的能力, 那它.....

高灵: 这么说吧, 什么决定呢? 是能量决定。就这么说, 小我决定我不要发脾气。当这股愤怒的能量来了, 他能控制的住他不发脾气? 明白吗? 他可能只是忍了几分钟不发脾气, 后面大爆。可能是在人前面不不发脾气, 在人后面..... 明白吗? 所以真正决定的是什么? 是能量、是频率、之这个energy的状态, 就是你的能量决定。那又是什么决定了你能量的级别呢? 那也来自于这个意识体, 它的一个程度了。所以你们的小我它只是在体验, 就比如说体验各种混乱的能量, 就比如说不同的能量状态有不同的体感, 对吧?

问: 生命的自由意愿体现在什么地方?

高灵: 你怎么去解读你们的生命是一个问题, 因为你对生命的认知程度和解读的深度、浅度, 它也包含了你那个什么, 明白吗? 那你说的生命指的是哪一种生命呢? 你是看着它在动的这个肉体吗? 明白吗?

问: 如何知道自己是自由的还是被束缚的?

高灵: 这么说, 如果你是自由的话, 那你体验的就是completely..... 就是有一种好像你在飞, 你到底能不能飞起来? 你能飞起来, 感受到你在飞的话, 那你就是自由的。你是束缚的, 你就感受到你的翅膀想飞飞不起来。那你自己心中的意愿或者是你想飞就飞, 你想停就停。那如果你想飞, 飞不起来, 我想停, 停不下来..... 明白吗? 那就是说你想象一下你的翅膀是在你能够自由决定什么时候想要展开、什么时候想要收, 就好像你开一台车, 你说我怎么知道这台车到底是好的还是坏的呢? 如果是好的话, 它能够运用自如, 对不对? 你想刹车, 它马上刹车。你想提速, 它马上提速。你想要转弯, 它马上转弯。那如果你想转弯, 它转不动。你想提速, 它提不起来。你想stop, 它停不下来。就是这种开车的感觉。那你就知道你的生命当中所有的一切, 你所体验的一切它都是在以你想要的速度、方式、方法、状态去体验吗?

问: 到底是谁在玩游戏?

高灵: 这个又来自于你们自己对你们自己生命认知的一个程度了。我们就拿这个通灵的女孩子来说, 如果她在没有通灵的状态下, 她肯定会觉得高灵在跟她玩游戏, 高灵在跟她那个什么。那她现在进入通灵状态, 她退了一步了。她没有通灵的状态, 她是进一步, 就是把脚放到她的物质肉体里面, 放到这个角色里面, 对不对? 穿上这个。那OK, 她退一步, 就把脚又收回来了, 明白吗? 那你说到底是谁? 那就跟你戴个面具、穿上衣服和脱下去.....

问: 人类是灵界的棋子吗?

高灵: 这个有点像是比如说在玩小孩子玩的那种人偶, 就是你把手放到玩偶里面去, 对不对? 然后你在掌控嘴巴在那说话。你说人类是灵界的玩偶吗? 这个需要你们自己在进一步的去对灵界去探索, 因为灵界是你本来的样子。只是说你们在提这个问题的时候, 你们忘记了你本来的样子。所以说不要把人类和灵界分开。这样子就好像人类是人类, 灵界是灵界。没有分开的。它不过就是你的一只手放到这里面来。

问: 物质体验的价值和意义是什么?

高灵: 因为你说到价值和意义, 它都来自于你自己头脑, 就是在你的认知里面给它赋予一些东西。当然你们可以用你们自己生命的一个理解去赋予它。就好像这么说吧, 这朵花, 你怎么形容它, 怎么说它的那个什么。它是来自于你对它的一个理解程度, 你赋予它的。价值和意义是后来根据你自己的一个体验, 就好像你来总结、你来打分、你来说, 明白吗? 那来自于每一个不同的个体他们的那个什么。但是物质世界真正的存在, 它就是让一个意识体可以..... 是你们设计的一个游戏场, 那你说这个游戏它体验的价值和意义是什么? 它就是为了你们本身, 明白吗? 那你创造一个刺激的游戏, 游戏越来越逼真..... 它就是为了体验。当然

在这个体验当中，它会有各种各样。那来自于不同的意识体它能从中获得什么，每一个个体都是不一样的。所以物质世界体验的价值和意义，就比如说你物质体验结束过后，你来一个你的总结、JOJO老师她的总结、你爸妈有他们的总结，对吧？每一个对这个物质世界的总结都来自于他自己独一无二的体验。是不是都是不一样的。就这么说，物质世界你可能体验一百次，可能一百次每一次说出来都不一样的。这个不是别人来说是怎样的。因为我们来说了，不一定是你自己能产生的呀。因为你的意识程度决定了它能产生什么给你。所以如果它真的价值和意义所在的话，那就是成全。成全什么呢？就成全每一个意识体它想要去的体验。因为你想象一下，每一个不同的意识体它想要体验的都不一样，明白吗？那怎样才能满足无限个意识体想要体验的呢？

问：生命中的巧合是不是因为没有先后顺序？

高灵：我们从这个女孩子脑海里面提取到她经历的所谓的一些巧合，这个信息想要带给她的就是说，所有的一切它并没有一个难的或者容易的，或者大的或者小的，都是一样的。就比如说她今天想要买一个包，显化一个包和她想要买一栋楼，显化一栋楼，是一样的，没有区别，明白吗？所以所谓的这些只不过是来看到你自已已经有的，你只是在看到你本来就有的一个……就比如说你现在在走路，你就觉得哇，我的腿能运动。那你的腿不是本来就是走路的功能吗？那物质世界你体验到的本身就是你自己的意愿、你的起心动念啊。就是你把什么地方touch一下，就是你那边扔了一个东西下去，它溅起来很多水花，不是本来就是的事吗？就好像你扔了一颗石头在那，那个水花溅起来。你觉得，哎，怎么回事？这不是自然而然吗？它是一个自然而然的事情。

问：我们体验的顺序是如何产生的？

高灵：这么说，因为你们的头脑如果失去了顺序……你把你们的头脑当成是一个显示器。如果显示器不是一张一张的显示的话，它是全部都显示出来，那你的显示器是不是就出了故障了，对吧？那你们物质世界想要产生体验，它就是一帧一帧的。如果所有这些东西全部都出来的化，你头脑处理不了这些信息，它会神经病的呀。那你就乱码了，这么说吧。那是不是这样子你才能去……那在这个过程中，你遇到的先后顺序，巧合那个是吧？这么说吧，就像我们刚刚说，就像我们刚刚说你丢了一颗石头到水里面，然后产生的这个。然后你的念头关注到哪里，它只不过是显现了给你，明白吗？为什么我们信息一直在说你不需要去处理问题，你不需要去关注问题？你不关注它，它就消失了。当你在关注它，它不就是你所谓的体验到的巧合嘛，就像是那种关联性、相关性嘛。明白吗？所以它不过是因为你自己把你的关注点放在了这里，然后产生了一些相关的现象被你看成是巧合。那这样子你们就更加能明白为什么我们总是说不要把你的注意力总是放到一些问题上面或者是你不想关注的事情上面。因为它也会有一系列的连锁反应一样出现给你。

问：那不去关注问题、头脑什么都不去想和像您刚才说不需要外界的刺激，让这个物质肉体兴奋起来。那我让这个物质肉体兴奋起来，我肯定会有一些画面出来，就是把这个物质肉体带动起来。那我头脑什么都不去想和我有意识的把我的能量关注在一些我想要体验的相上面，那它们在这个物质世界所投射出来的是一样的？我不知道这个问题该怎么提出来。

高灵: 你稍等。你说比如说你需要想一些东西让你exciting, 是吧? 然后又说不要去关注那个什么..... 那个不是你去想一些exciting, 而是因为你已经在。你在和你想是不一样的。你想, 你还会觉得它是虚假的, 就是我只是来刺激我。你已经在, 你已经真真实实的看到。就这么说, 你想我有好多钱, 我有好多钱。而是说你的..... 因为你能看到future, 你的眼睛已经看到那一堆钱它就在你眼前, 就跟精神病一样, 明白吗? 那精神病是分不清物质现实和那种虚幻的。但是已经不重要了, 因为她已经在。就这么说吧, 物质世界这个相, 你们可能需要穿上皇帝的龙袍, 坐上龙椅, 然后有一群人跪拜你, 你才能体验到, 嗯, 我是皇上。但是我们刚刚说的那个就不需要任何这些, 你已经是皇上了。你看所有人都是你的手下奴隶, 你看你所有的衣服都是龙袍的样子, 你做的所有椅子都是龙椅在你眼里。就你已经在那里了, 你不需要通过外界的一些东西把你带到那里去。因为外在物质世界所有这些东西不过是为了加深你的体验, 让你去创造一个你在那里一个体验, 对不对? 就这么说吧, 你做这个高铁是把你送到北京去。但是你已经在北京了呀, 你还需要去坐高铁吗?

问: 兴奋的产生是来自于灵魂还是小我?

高灵: 你说的是哪一种兴奋呢? 因为你们比如说去刺激肉体, 它也很兴奋呀。我们可以这么跟你说, 来自于灵魂的和来自于小我的。来自于小我的兴奋, 比如说它产生的一个兴奋, 它会依赖于外在的物质有没有在那里。这么说, 一个是冰块, 冰块会随着外界温度的变化而变化。就比如说我的兴奋的来源是什么? 来自于我赚了好多钱。但是我发现我银行的数字噌噌噌变成负债的了, 那我就不兴奋了, 开始焦虑了, 明白吗? 但是灵魂的那种兴奋它是跟外界物质的变化无关的, 就是外在物质有没有, 它都是兴奋的。就是它不取决于外界的, 而是属于内在的。就外界无论是刮风还是下雨, 它一样兴奋。但是小我的兴奋会因为今天有太阳就..... 下雨了就烦躁什么的。就是一个它会随着外界的相, 它是有条件的, OK? 一个是无条件的。一个是随着外界的变化而产生变化的, 一个是外界的变化不会影响到它内在的状态。这个就是关于你提的这个问题, 它到底是来自于哪个层次的。所以比如说来自于小我的兴奋, 它需要持续的让外界的物质保持在同一个相上, 它才能产生这种。就这么说吧, 你是因为小我爱上一个人的话, 你可能会因为他最开始长的很帅, 最后慢慢慢慢发福了、变胖了、长丑了或者缺胳膊少腿了、没钱了, 你不爱他了, 明白吗? 但是灵魂层面的爱呢? 缺胳膊少腿还是变胖变丑, 它对你没有影响的。就是这个。

问: 什么是所谓的健康状态?

高灵: 如果从我们的角度来告诉你什么是健康的状态, 也就是说它的肉体和他的灵魂之间的一个契合度..... 拿刚才那个比喻, 就是你开车。如果是一台健康的车的话, 它是很smooth, 它running very smooth。这么说, 健康就好像你们在赛车的时候, 你的这台车的车技、车速、然后车能不能按照你的意愿这样子进行。那健康的状态就是说你的这台车能够跟驾驶员头脑里面想的, 我要这样那样, 就是我要这个方向, 我要这个速度, 我要一秒钟到这。就是它是在一个匹配的状态下。那如果不健康的状态, 它就像是一台有问题的车。就比如说我想让它跑的时候, 它跑不动。我想让它停的时候, 它停不下来。想左拐弯, 它却朝右。那一个健康的, 就是一台好的车, 它跟驾驶员之间的契合度能够完完全全按照驾驶员去达到任何它想要达到的地方和速度。就是它的车和人已经融为一体了。那不健康就是说你跟你的车, 你的车有很多问题、有毛病, 它完完全全就是在一种失控的状态。

问: 激情和迷失、迷恋有什么区别吗?

高灵: 这么说吧, 如果是激情的话, 就像是一台车, 你开着very smooth, 就是它运作正常。你驾驶, 你感受到驾驶的乐趣。迷失的话, 就像你可能在驾驶这台车的时候, 它已经失控了, 就是在一种失控的状态。那所谓的迷恋呢..... 应该是说你们自己对迷恋和激情..... 为什么呢? 因为激情和迷恋还是来自于外界的, 就是观察者对这些行为的定义和评判, 明白吗? 那如果对于体验和本身来说, 激情和迷恋实际上是一样的energy, 是一样的状态。只是你们自己对文字和对它的一个定义, 就是有你们自己那一套的一个理解、认知。但是如果是从能量层面来说, 激情的能量和迷恋的能量实际上是一样的高度。因为我们给你解读的所有信息, 它都是从你们的物质观念当中跳脱出来, 单独从能量层面去读取这些。

问: 高灵还有什么信息要带给我们吗?

高灵: 通过你们提的这些问题, 在你们的人生当中不去给你们的每一个阶段给它不同的一个, 就是贴很多标签吧。就比如说你说他现在就只迷恋玩女人。那你不知道其实所谓的他玩女人, 只是在这个阶段, 他还是在拿体验的时候, 他还在体验就比如说灵和肉是分开的状态, 他只是满足肉体的状态, 明白吗? 所以说不去给你生命的每一个过程、每一个阶段..... 当然也不要给其他人生命中的每一个阶段给与这种所谓的标签, 因为它没有任何意义。就算我们给你解释的再多, 你这个是这个行为, 那个是那个行为, 它只是你从更高的角度去看到, 就好像是从别人的视角去看一下。那这样子就让你多一个视角嘛, 对不对? 然后不是来让你去给这些东西, 或者给你自己或者给(他人)去定义任何。因为你们并不是来保持一个状态的, 任何状态都是你, 任何状态都不是你, 你可以是任何状态, 你也可以从任何状态当中出来, 你也可以再进去任何状态。这才是你们生命真正存在的一个状态, 那就是没有限制。你可以是任何。

2024/09/19 – 有了女朋友后被哥们冷落怎么办

问：我感觉我最近心情比较抑郁，感觉活着很纠结很挣扎，想找您排解排解。我感觉问题来自于我不太适应我和我女友一起生活，以及我和我好朋友，就是两方的关系。我最近可能是比较敏感吧，我觉得我好朋友对我的态度不大一样。其实是普通朋友就还好，但是在我的认知里，我觉得他们是我的好兄弟。就是有这种情感落差，就有点受不了。所以最近心情不是非常好。

高灵：首先你需要放下去追求或者觉得心情应该是什么样子。你把你的心情比喻成天气，你会抱着最近天气不太好，最近天气怎么样怎么样？天气变化是一个很正常的事情，一年四季有不同的天气，对不对？那你的情绪也和天气一样，无论它是飓风、暴风雨还是怎样，但是它会是一个一直持续的状态吗？不会的，它不会是一个一直持续的状态。除非你试图要去处理它，就是你会陷入到一种，就是你会把这个时间拉长。因为你把你的注意力都投入在里面了，那你当然体验的就是那个。但是如果你只是去觉察你体验到的那些情绪，然后再去……你看很多诗人或者写书的，他们都会体验到那种非常细腻、非常深入的一个情感体验。所以这也是你的一个素材，现在你是在搜集素材。就是放下你对我的心情需要怎样的一个体验。为什么呢？因为你才能去善用它。这么说吧，比如说你产生的一些不安或者是纠结，应该说它产生的价值比单纯的快乐还要大。因为这背后它会推动着你去探索，明白吗？如果这些东西来到你的生命中，它的价值比其它的价值还要大的话，那是不是对你来说就是一个礼物呢？就比如说你面前有一堆礼物，这个价值非常的大。那其它的就是可有可无，那是不是……所以你体验到的这些，你不是试图把它给get rid of it，因为你没有办法。

问：我现在好像就是我自己没办法去看透它……

高灵：我们先告诉你的就是你如何去面对它的一个态度，就是你心里的一个态度。

问：我现在应该面对它的态度是？

高灵：它是理所当然的呀。就是它发生，它就发生了。那是理所当然的。那背后有它的一个礼物给到你。就比如说它推动你想要跟我们产生连接。那通过跟我们的连接，你的意识会扩展。它扩展的速度会非常的快，明白吗？那是不是它加速了你，就比如说加速你毕业吧。你可能本来需要在这个学校学习五年，你才能毕业。那因为你进入了加速器，你说不定就缩短到两年，你就把课程都学习完了。那如果没有这个事情的发生，你可能就没有想要跟我们连接。那你可能就错过了那个加速的机会，那你还要再呆五年，明白吗？

问：目前应该……

高灵：这么说，你需要去了解你们自己的头脑还有你的肉体，就是你的这个小我它的一个功能。它的功能，就很简单，你坐在沙发上看电影。你看到战争，你会产生一种很悲惨。你看到一些痛苦的，你会产生伤心。看到开心的，你会产生快乐。你虽然知道是电影，但是你还是会哭，对不对？那就是了，那就是你这个物质肉体的一个功能。你虽然知道其实这些事情对你人生来说不是那么重要，只是你这个阶段的一个……但是不代表你不会产生……比如说你心中产生的那些感觉，它并没有什么。你不过是和你坐在客厅里面看电影没有什么区别。

为什么呢？因为你的情感受到了刺激，所以会产生纠结、愤怒、那种忐忑不安，任何，明白吗？

问：那我该怎么做呢？

高灵：你不需要做任何。但是我们可以去通过你的这些体验和经历来让你更多的认识你自己。因为你们都是在认识你们自己的一个过程。就这么说，物质肉体它是一台车，对不对？你现在最主要的就是来练你的车技，就知道我这台车怎么发动、怎么提速、怎么减速、怎么转弯。那你的车技是不是就会变的很好？那那些人生不能朝着自己想走的方向走的人，他们不知道怎么开车啊。为什么？他没学过这台车啊，他不懂得怎么驾驶，这么运用这些功能。那你现在通过这些和通过和我们的交流，我们是不是来告诉你你并不是你的肉体，记住这句话。那肉体有时候产生的这些反应……就这么说，就像你小时候一直要喝妈妈的NeiNei的那个阶段一样，你长了还需要吗？你小时候对你来说特别重要的一些玩具，拿走了就哭，这种现象？

问：但是我现在感觉我挺想找到友情和感情中的一个平衡点吧。

高灵：这么说，平衡点不是你去处理它而成为的，而是你自己对它的一个认知。就这么说，很简单给你举一个例子，你说看到前面有一个鬼，我心里很害怕。我想找到一个平衡点，怎么不害怕？怎么不要如此恐慌？那我们告诉你，我们把灯打开，你看到那个鬼只不过是黑暗中被风吹动的一件衣服而已。那你说这个平衡点怎么找？如果你都看不清楚一些事情的话，你看的都是幻像的话，你怎么去找那个平衡点？那如果你能通过我们的信息看到事情的一个真相，它需要去找平衡点吗？你根本就不会动，明白吗？因为外界所有的一切都是在一个变化当中。那如果你看不到所有的一切不过是一个幻像，就这么说，你要是看不清楚那些变幻莫测的云不是它本来的状态的话，你就会因为它的形状变化而产生崩溃。你今天会因为这个来找平衡点，那你明天又会因为其它事。所以说你要知道……我们现在在教你怎么开车，明白吗？而不是说车真正的有故障、有问题。你只是还在认识和了解它的过程。那在认识和了解它的过程，在这个过程中，你遇到一些车子发动不了或者是怎么怎么样，想要提速的时候提不上去，那只不过是因为你在那乱按呀。因为你们物质世界没有几个人懂得开车。那你现在不是在学习嘛。那你要知道的就是说你们生命中所有的人都是来，包括你的女朋友也好，好朋友也好，包括你的母亲也好，就跟你关系再深再近的人，他们都是来支持你、帮助你、协助你这个灵魂来成为你自己，而不是来让你去处理他们的问题的。因为这里的问题会随着你个人的成长，就是你个人变成什么了……这么说吧，比如说你现在的问题，当你的身份比如说变成了世界首富，我们打个比喻，像巴菲特一样。那你面对的问题还一样吗？就是问题会随着你身份的转变而……明白吗？就比如说可能你有时候跟你的女朋友在一起，你的好朋友会冷落你。那如果你变成了一个所有人来找你、来见你都要提前排队、都要预约的人呢？

问：但是感觉成为这样的人好像很困难。

高灵：这不是你头脑需要去考虑的事情。你想象一下你头脑的功能：它在想、它在感觉……它是不是只是在它头脑里的记忆和看到的information 信息，它在里面搜集，对不对？但是未来不在那里面呀。明白吗？

问: 那它应该在哪?

高灵: 就这么说, 就头脑在想, 我家的冰箱、柜子里面有这个种子, 那个种子, 它在想。但是未来在地里面, 你需要去播种, 然后它需要成长、需要去收获, 明白吗? 它不在你的冰箱里面。所以它不是你头脑..... 你头脑的功能..... 我们现在不是在教你开车嘛。你头脑的功能只不过是可以让你在物质世界产生体验, 让你知道发生了体验。它是个体验者。这么说, 你把头脑看成是一个砌砖的。就是我们建一套房子, 就是砌墙的人并不知道设计师全部的作品。它只知道我今天要把这堵墙给砌起来。但是这套房子什么户型、怎么设计的、它的big picture、它大的一个..... 它不知道的。

问: 如果在未来还能感受到像今天说的这种情绪, 我该怎么办?

高灵: 就像我们说如果你不认识你自己, 你不认识生命。因为你现在所认识的你自己, 你会觉得是那一堆情绪, 是你这个肉体或者是你的这个名字或者是你的身份、地位。但是这些都不是你。明白吗? 所以这些事情, 它真正发生的这些事情, 它是来推动你走向对生命更多认识的一条路。那是不是一件非常大的礼物? 因为我不管你在物质世界有多么重要的身份或者有多么大的一个影响力, 如果你没有对生命的一个认知, 就是对生命有限的认知。就你觉得生命就是我这个总统的身份, 我这个国王的头衔。那你体验的就是限制。

问: 通过这些事情, 我感觉有这些感觉最主要的原因还是因为我希望能及时得到回应吧。因为有的时候得不到回应就挺难受的。

高灵: 这些都不重要。那你小时候你要找妈妈, 妈妈没跟你回应。你好难受, 躲在角落里面, 妈妈都没有回应我。你现在还会这样吗? 也就是说这些只是暂时, 比如说你今年二十岁, 然后这是你在二十岁这个阶段。只是因为目前你还在这个过程, 还在这个戏里面, 这么说吧。但是你的人生有很多不同的剧场、不同的戏份。明白吗? 你可以去经验它、体验它。但是你不需要去处理它, 它没有问题。但是你却可以善用它。为什么呢? 就是让它来推动你, 比如说通过我们的信息去更加的对生命的真相的一个探索。

问: 就是我表达到位了, 他回不回复都无所谓?

高灵: 也就是说你自己产生的那些情绪, 你不需要去处理它。就比如说我想怎样就怎样啊。我想大声骂他, 你也可以。为什么呢? 就像天生的云一样, 你变成魔鬼的状态, 变成魔鬼的状态, 又怎么样呢? 反正一会儿都会消失的。就是你能不能看到它会消失, 这是个问题。那你看不到它会消失, 它对你来说就已经有影响力了。它对你来说就是真实的了。那它如果对你来说是虚幻的, 那它是怎么样子都无所谓。对你没有影响力。所以对你有没有影响力才是重要的, 而不是它是什么形状, 就是你是以什么态度去回应它。

问: 那如果它对我有影响力, 我该怎么办呢?

高灵: 那我们现在是不是在帮你拿开它对你的影响呢? 让你去削弱、减弱它对你的影响呢? 那这样子在你人生以后的路上, 外界对你的影响是不是就越来越小, 越来越弱了? 那这个灵魂是不是就得到升华和成长了? 你是不是比外面所有人都更加坚定, 更加能focus在你自己想要去focus的领域了? 就这么说, 你本来是来这看书的。那外面的噪音老是来影响你, 那你肯定

不能专心看，肯定耽误你学习，对不对？那我们把那个影响力拿掉了，你就能专注的去学你的东西了。那你是不是就学习很好了？那是不是这种不受任何外界的影响，只专注在你的学习上的能力是不是就一直都拥有了？那它是不是就可以帮助你当你在想要学习，想要进入任何领域，你都能取得成功，取得你想要的？那你的人生的主人是谁啊？不是外面影响你的人吧？那如果你要是受外界人的影响，你人生的主人是谁啊？他们啊。那为什么你的人生要让他们成为你的主人呢？

问: 那就是说如果以后还出现这种情绪的话，那就不用刻意在.....

高灵: 我问你，你来告诉我，我好伤心啊，我刚看那个电视剧，我哭的好伤心。我怎么处理我这个伤心的情绪？你换一部呗。因为你现在已经走出电影院了，我干嘛还要去处理我刚才在哭的那个情绪呀？

问: 换一部是什么意思? 换一件事情还是换一个人?

高灵: 不是。因为第一这个情绪只不过是目前的你这个physical body、你的这个头脑，它关注在这个里面。但是你一转身，你出了电影院，你的剧情换了呀。你便不会再处在那个悲伤当中。你现在还悲伤吗？

问: 就是我不去关注？

高灵: 不是，它不重要。你还需要处理吗？它没有问题。你说天生的云一会儿变成这样，一会儿变成那样，我要怎么处理呀？它等会儿变了，我怎么处理呀？你让我们怎么告诉你？为什么所有人他们都不太能够去活出他们本来就是的样子呢？或者是让生命更加轻松愉悦的活着呢？就是因为他们太把外面的事当成事了。你不过是一个体验者、经验者、旁观者、参与者，去体验这个剧情而已。戏完了，你还是你。你在剧情里面，如果你不知道你在剧情里面，我这个问题怎么样？我这个情绪怎么样？导演一说卡，结束了。你不就恢复你的身份，做你的事去了嘛。剧情怎么样，跟你没关系呀。所以我们是来让你看到你不过是一个经验者在经验着外界的一切，仅此而已。但是真正的你，就是不是这个角色。这个角色只是它的一个眼睛而已，只是它的一根数据线而已。但是你收集的这些information，你都能用的上。比如说这些强烈的情感就刺激你来探索生命的真相。那如果你从生命的真相当中醒过来了，那你是不是就可以成为别人的导师了？所以它是不是你生命中的礼物？不然的话，你还完完全全沉浸在那个角色里面。哪会想着要去..... 那就错过跟我们的连接。那错过跟我们的连接的话，那你是不是就跟别人一样，不是受这个影响，就是受那个影响。你这一生跟其他那些普通人都一样碌碌无为，对不对？

问: 我跟我这个朋友的灵魂主题？

高灵: 他不过是你这个阶段的一个互动者。这么说，你玩游戏，你现在还在这个游戏场景里面，游戏有不同的等级，对不对？你现在还在第一关。那在第一关，他对你是一个对手也好，对你是一个同伴也好，但是他在你的第一关。可能还陪着你的第二关。但是你到第三关、第四关、第五关，越来越难了过后..... 明白吗？

问: 真的吗? 我其实还挺想和他一直.....

高灵: 通过这个你也可以认识到你们并没有所谓真正的一个分开。明白吗? 那也是你看, 你产生的这个情绪又是来自于你对生命有限的一个认知。

问: 你说我和他的灵魂主题是什么? 是暂时陪伴?

高灵: 这么说, 哪怕你小时候的爷爷奶奶, 你很爱他们, 对不对? 那他们不是你生命的某一个阶段的那个什么吗? 不是吗? 他们也不可能说陪你一辈子, 你生命的整个阶段都..... 但是你并不会因为比如说生命里某一个人的离开而变得痛苦, 明白吗? 为什么呢? 因为你到了另外一个阶段, 那个人是完全不一样的一个人了呀。你现在跟你五六岁的时候是一个人吗? 你告诉我。那他五六岁非常迷恋的一个人对你现在有影响吗? 所以你现在二十岁, 等你四十岁、五十岁再来说这句话。一样的。明白吗? 所以你不需要在当下: 将来怎么办? 因为将来那个版本的你不是现在这个你。比如说你们的信念系统啊、思想啊、观念啊、观点啊、focus on的东西全部不一样。有可能以前很迷恋的东西, 现在看都不看一眼。

问: 我和我女朋友之间的灵魂主题? 她叫XXX。

高灵: 这么说, 她从能量层面, 就好像你们俩是一个阴一个阳或者是一个正一个反, 从能量层面。就像你是阴天, 她是太阳, 就是一个是白天, 一个是黑夜, 从能量层面。那她也像是让你体验到不一样, 体验到你的其他部分。这么说, 你有一部分你是看得见的, 就是是阳性的, 它显现出来了。那有一部分它其实也是你, 只不过它是在阴暗面, 它看不到, 它是阴性的, 明白吗? 她会协助你来认识你的另一面, 比如说把你内在的一些东西带出来让你看到, 并不是说它没有。

问: 我这个朋友叫XX, 他和我的灵魂主题是啥?

高灵: 他出现在你的生命当中也像是来扩展你自己对生命..... 这么说吧, 就像是你就去了野生动物园, 你看到不同动物的习性、不同的性格..... 因为其实所有东西都在你的内在, 也像是个激活、扩展, 然后让你可以见识到不同的一个..... 他是在你人生的路上让你就好像对色彩的一个认识。之前你的色彩箱里有七八个颜色, 然后扩展到十几个颜色。那这样子你以后写作品的时候是不是就有更多的选择了? 你的素材库里就有更多的素材了? 还有就是记住, 你生命中你才是主角。所以你不需要去处理任何事情, 主角需要去处理配角的事吗? 那那些配角是来支持你这个灵魂得以绽放的。所以无论他做什么都不重要, 他对你做了什么也不重要。配角就算是你非常敌对的手, 他是敌人, 你还是主角, 对不对? 那敌人在主角的剧情里存在的意义是什么? 来让观众知道这个主角有多强大, 对不对? 那你就知道了, 他们并不能拿你怎样或者他并没有能力拿你怎样。为什么呢? 身份就天定了, 剧情就定了。他能大过剧本? 剧本怎么写, 他就得怎么演。那他本身就是一个敌人的角色来刺激你变得强大的呀, 来让观众看到你有多强大的呀。那你说他的能力再强大, 但是在剧情里面, 他只是来让观众看到主角有多强大。那那个敌人这个对象越强大, 那观众是不是觉得, 哇, 这个主角太牛逼了, 是不是? 你只需要明白和记住, 你才是主角, 这一句话就够了。没有任何力量能够真正影响到你, 不过是来让你越来越强大, 不过是来让你认识你自己到底有多强大的。

问: 我会逐渐实践。

高灵:你只需要好好玩,同时记住你的身份就好了,就这么简单。

2024/09/19 – 不知晓就是不知晓，与你做什么无关

问: 我想知道灵魂和肉体怎么连接呢? 就是怎么才能展现灵魂想要展现的?

高灵: 你并不是说没有连接, 你一直有连接。只是说, 就像你问怎么样这台车动? 车一直在动, 只是开车的人的技术。你会不会开车? 懂不懂开车? 知不知道油门和刹车的区别? 知不知道怎么样加速? 提速? 转弯? 明白吗? 这么说, 你就像是骑马的人。并不是说我要怎么样骑上马。你一直在马背上。那到底你总是被摔下马背, 你不会去驾驭它, 总是失控呢? 还是说你能够愉悦的骑马, 朝着你想要的方向? 你们是在一种和谐的状态下, 而不是说你在马背上, 马发狂, 你也不知道怎么走, 明白吗?

问: 那怎么可以和谐呢?

高灵: 那通过你体验的不和谐, 你再去摸索, 走向一个和谐了。那是不是体验不和谐也是一部分? 你就想象一下你骑马, 你从马背上摔下来、掉下来的这个过程。你们本来就是来马场里面学骑马的, 所以你体验到跟马不和谐不很正常吗? 那通过你不和谐的经验, 那你是不是就可以去摸索、去探索? 也可以通过我们带出来的信息。

问: 分不清什么是灵魂想做的还是小我想做的?

高灵: 那如果是说想的话, 你只有头脑里面会有想法。灵魂只有说一调到和谐的时候, emm, feel good, feel comfortable。在没有调到和它同频的时候..... 就这么说吧, 就像是音乐一样, 当它是在一个和谐的音频里面, 你听着很舒服。那如果是滴滴滴的噪音, 你浑身不舒服, 明白吗?

问: 那发生在我们身上的事情永远都有不舒服的, 然后再去调整, 然后再成长, 永远都是这样子吗?

高灵: 是不是一直? 那要看你自己呀。你才是那个弹琴的人。那你是不是一直走音? 还是说因为你有熟练地技术, 所以在一个很和谐很舒服、周围别人都很舒服的一个状态?

问: 那不是说如果都很和谐很舒服、频率都很高, 那你在地球上的时间就不多了吗?

高灵: 没有任何都说, 好吧? 只有单独的个体, 明白吗? 因为这里面并没有所有, 只有你。

问: 请高灵连接一下为什么我来例假肚子和肛门都很疼, 现在也是不舒服的状态?

高灵: 这么说, 你的这种疼痛就好像没有把自己放到正确的位置。没有把自己放到正确的位置就是说就好像你这棵树长弯了或者就像一个东西长错位了。就想牙齿错位了一样, 所以你会经常咬到舌头。那通过比如说你个人的一个调整。调整是什么呢? 就是所谓的修行吧, 就通过你智慧的一个增长, 这是个牙套, 然后逐渐逐渐的你把那些错位的让它归位, 它就不会总是咬到舌头, 然后产生一种疼痛了。

问: 具体就是要学习, 增长智慧?

高灵: 很简单, 你就从你能看到的物质层面来说的话, 就像你说我怎么总是咬到这里出血? 咬到这里疼? 那是因为你错位。那怎么样才能不错位呢? 那就是通过你不断地去调整, 回到你本来的位置, 回到你本来就是的状态。那什么是回到你本来就是的状态呢? 那就是从你的头脑里面出来呀, 明白吗? 就是从你的这个角色里面出来呀。

问: 那具体是怎么做?

高灵: 那这个女孩子通灵, 她就是从这个角色里出来, 所以她能连接到这些信息。明白吗?

问: 那除了像她以外, 我该怎么做呢?

高灵: 你会自己找到你自己的方式方法。什么事情可以让你的头脑安静下来呢? 但是你要知道你去做这个并不是为了躲避痛苦, 因为这里并没有痛苦。之所以产生一些痛苦是因为你还不知道那是一些幻像而已, 就这么简单。那怎么样你才能知道它是一个幻像呢? 那就是增长你的认知呀。就这么说, 天上的云变来变去的, 一会儿变成一个魔鬼, 你就吓死了。好害怕呀, 你赶快变成天使。你知道它是云, 风一吹, 它就散了。你知道它是云, 它肯定会变来变去的。明白吗? 那你知道吗? 那你不知道, 你肯定就会被它影响了。你就会被它影响了。你的这些情绪、反应就老是被它牵扯着。变好了, 啊, 就舒服了。变成鬼了, 你就害怕了。它变来变去, 它不过是一朵云而已。那你能看到这个事实吗? 你看得到吗? 所以对云朵产生的影响是谁给的? 是你给的呀。因为你不知情啊。你觉得这么厚、这么黑, 看起来吓死了。

问: 那怎么跟当下连接? 例如有什么活动? 画画? 打坐?

高灵: 这么说吧, 你每个片刻都是跟当下连接最好的方式, OK? 所以你不需要去挑挑选选, 要这样要那样。问题是说你到底做这个行为是为什么呢? 为的是我要求得心灵? 我要求得一片清静? 我要心安理得? 我要愉悦, 不要烦恼? 那就像刚才为了不让魔鬼的云朵让我产生恐惧、害怕, 我不要跟它打交道。所以我闭上眼睛来冥想。你不明白真相, 你就不明白真相。你的一切行为都是为了躲避它, 都是为了追求某一个东西, 明白吗? 所以说当你明白真相过后, 你觉得你还需要去通过这种行为吗? 如果你enjoy, you do it, OK? 就是你冥想还是不冥想, 你在那冥想还是在那发疯没有区别的。为啥? 它不过是云朵不同的形状而已。所以你要明白真相, 你在那又哭又闹和不明白真相, 在那又哭又闹, 这个结局是不一样的。你可以有任何方式、模式, 你知晓就是知晓。那你也可以天天打坐, 天天念经, 这样那样。你不知晓还是不知晓。不在于任何形式, 而在于你内在到底知晓还是不知晓。

问: 高灵之前说如果有些事, 你不给它关注, 它就不会发生。那我想问.....

高灵: 不是发生, 你为什么要去躲它发不发生呢? 它发不发生, 它不就是一朵云吗? 如果你说我不关注它, 它就不发生。你在说这句话的时候, 你就在关注它。你就已经在显化, 你就把它变活了。那个云现在是什么样的形状重要吗? 它下一刻就变了, 一直在变。风一吹, 就散了, 明白吗?

问: 我有疑惑, 例如有些人有身体上的不舒服, 但是他不去关注它。但是它就会越来越痛的去提醒它。

高灵: 不要去说有些人, 跟你没关系, 你不知道别人的功课是什么。你不是来解决别人的问题的, 因为别人没有问题。他们之所以体验问题, 那只是他们自己的那个阶段而已。

问: 但是我还是不明白.....

高灵: 因为这不是你头脑来明白的事情呀。你只是一个经验者, 你头脑只是知道..... 这么说, 你的头脑只是在提取信息, 然后产生反应, 仅此而已。就像你坐在电影院看电影一样, 你头脑只是在捕捉当下的一个画面, 然后通过当下的画面产生一些情绪反应, 仅此而已。它不是来搞明白的。你觉得你搞明白了, 哦, 原来如此。那只是个假象而已。如果随着你的意识扩展, 就是你头脑知识的储存量越来越大, 什么都包含在里面了, 你又怎么明白呢? 比如说你说这个人是个好人。那在继续扩展你的信息量, 啊, 他是个坏人, 啊, 他又是个好人, 他又是个坏人, 他又是个好人..... 你怎么去分辨? 因为你头脑能说你明白是因为你在仅有的信息库里面提取的信息说: 所有的证据指明他是个好人。那数据库再继续扩展呢? 所以它不是来让你明白的, 明白也只是个幻像而已。所以你就放下你的头脑。这跟它没关系。

问: 如果放下头脑的话, 像高灵在跟我通话, 如果我关闭头脑, 那是什么在吸收呢? 怎么能理解呢?

高灵: 对呀, 所以你也放下这个问题呀, 明白吗? 难道你不搞明白, 你就听不到我说话了? 你不搞明白的话, 这一切就不会那个什么了? 不过是给你多几个名词而已, 啊、啊..... 明白吗?

问: 像孩子不想上学, 这个事情是来提醒我什么呢?

高灵: 这么说吧, 所有的东西, 孩子不想上学, 它是一个橡皮泥。那这个橡皮泥摆在你桌子上, 你想怎么创造呢? 它本来是什么形状, 你就允许它是什么形状? 还是说你可以把它捏成你想要的形状, 明白吗? 那你怎么捏呢? 捏的漂不漂亮呢? 那就看你的技术了, 明白吗?

问: 就是我可以把它捏成他喜欢上学的形状?

高灵: 你可以捏成任何形状呀。那中间, 比如说你不知道怎么捏, 那你是不是要看一下? 学一下? 或者是多练练?

问: 高灵可以指引一下怎么捏吗?

高灵: 你是创造者, 你才是那个捏橡皮泥的人。那不是剥夺了你的自由意愿, 你只是来给我们打工的? 我让你这么做, 你就这么做。我让你那么做, 你就那么做。那你还有生命的自由度吗? 你还是个创造者吗? 你不是。你只是个奴隶而已。

问: 就是可以给点指引吗?

高灵: 给点指引就是说这里有一个都是和谐的方式, 就是既是你是舒服的, 别人看着也是舒服的, 橡皮泥也是舒服的, 所有的都是舒服的。

问: 可以连接一下我孩子不想上学是因为什么呢?

高灵：你要知道你可以去转变、影响任何，跟你有关的，跟你没关的，任何你都可以影响。他们只是个什么？他们没有决定的权力。就好像你是音乐，你蹦蹦蹦，他身体就是止不住要动。他不想动他也要动，因为你那个音乐、你那个节奏，他就要跟着你同频。你就像一个DJ一样，最开始所有人都不动。我的音乐一响起，可能有些人动了，有些人没动。那逐渐逐渐的，你再等会儿，到最后所有人都动了，明白吗？因为他一直在那个能量场里面，他会受这个能量场的影响。他没办法。就像你要是一个说相声的。你可能最开始自己一人在台上笑，没有一个人笑。你就继续在那说，沉浸在你那个频率里面，继续在笑。咦，有几个人笑了。那些人还在憋着，还不笑。但是随着时间的推移，最后全场都突然大笑了，明白吗？他们忍不住的。

问：那就是我要在那个频率里面？

高灵：那就是说你有一个恒定的频率的话，他们迟早跟你是同频的。那当然咯，不是告诉你们一切都是能量。所以到底他的能量强大，还是你的强大呀？他的强大的话，那你就受他影响了。那你的强大的话，他迟早受你影响。

问：这个说起来好像听懂，但是具体做的话，好像有点.....

高灵：那是不是通过这个事件就可以让你有机会学习和认识能量对你周围的人的影响？

问：那怎么可以玩转能量呢？

高灵：通过你生活面前所有的一切呀。你能够shift very quick吗？就像魔术师一样，他一瞬间就转到，一瞬间就转到..... 你能吗？你能把一个刚刚要杀你的人，然后对他充满了爱意吗？能吗？

问：就是要我自己转化的很快？

高灵：在你的内在，明白吗？东西你要产生它，就比如说你要让人们感受到火，那个火是不是得从你这点燃？你要人们感受到冰，那这个冰是不是得从你这开始去产生出来，是吧？你自己内在能产生吗？

问：然后我感觉我内在好像也没有什么爱。

高灵：等你内在它出来过后，它才会流出来影响到别人，别人才会受到感染。

问：那怎么样让内在的火和爱出来呢？

高灵：那是你自己去摸索的事情，不是别人来告诉你的事情。我们告诉你无数遍，你没办法出来就是没有办法出来，明白吗？这是你自我认识自己的一个过程。这就是为什么我们一直说你不是人。你把你自己太当成一个人了，那当然你会被各种相，他对我做了什么..... 我不要脸？我太要面子了，我高高在上。这哪是我能做的事情，这个太掉身份了。所以把你自己当成什么？你把你自己当成一个女人？当成一个母亲？所以你们之间就有隔阂嘛。你把自己当成一个什么？老婆？每一个身份对你都是一个限制。

问:那如果不是母亲、不是老婆,要怎么展现啊?

高灵:你可以是任何。它需要是一个,比如说我需要展现的是一个我女儿最爱的小狗的样子,那我是一个小狗的能量。那小狗会有什么?会对她有要求吗?会有评判吗?会有指责吗?我只是陪伴着她,对不对?那我不是老婆,我会对这个男人有要求吗?你要怎样怎样,你得怎样怎样。我可以是任何。

问:孩子在转学,她现在做作业有点困难,每天晚上就要写很久。然后我就要陪她写很久,她有点不耐烦,我也有点不耐烦。

高灵:首先你要知道你一开始就选择了我要加入别人的游戏规则里面去。那当你们在加入别人的游戏规则里面去,感受到束缚,那不是很正常的事吗?别人制定的呀。别人在以他的观念制定的一些东西。那为什么我们告诉你你才是造物主,你是自由的,你才是那个创造者,没给你任何东西,你要做出这样,你要做出那样。但是你们运用了权限了吗?明白吗?比如说我不喜欢现在的教育理念,我来创建一个。最开始班上的学生可能就只有我孩子一个,逐渐一个两个三个四个,明白吗?所以why not?你不相信自己,你觉得你没有能力?你觉得他们的认知比你高?你觉得他们说的话比你对?他们的权限比你大?明白吗?

问:自己和家人在这样的情况下会对孩子的未来有担忧。

高灵:那如果你对生命都是一个担忧的状态,那这就是你们体验到的一个现实啊。那也是你自己创造的呀,明白吗?那有时候你们不想创造一个这样子,你还可以创造什么?创造一个现有的,就是我知道这里一定会有一个完完全全符合我的一个场所存在,明白吗?你也可以把它吸引到你的这个世界里面来。因为这里什么都在这里,只是你有没有去调动而已。就好像信息库里面东西都在这里,就像这个女孩子通灵,所有东西都在那里,那她一调动就出来了,那她不调动就没有,对不对?需要的时候就能调动,那你们也一样。你们想要体验的,所有的都在那里。你去调动它了吗?还是说只是沉浸在现在的问题当中,这个问题那个问题。想去哪里才最重要。你现在只是在告诉我们,高灵,我卡在这个地方、这个方向、这个环境,我们都不想那个什么。往前开呀。什么方向你想去你知道吗?你有明确的目的地吗?

问:我好像就是想要让孩子开心。可以去到哪,怎样呈现不知道。

高灵:所以你们一切都是被支持的,当然你这种迷茫也是被支持的。

问:怎么清理掉身上很多的恐惧跟紧张呢?

高灵:那就像是我們一直用的例子,你看到前面有一只鬼在那动来动去的,你好害怕啊。高灵,怎么样清理掉我的恐惧呢?我们把灯一打开,你看到不过是一件衣服。那你还需要清理吗?如果你没有打开灯,没有看到事情的真相,没有看到它其实是件衣服的话,那你清理了,它一会儿又来了,你清理了,一会儿又来了。因为你还是不知情呀。你还是需要外在的一个,你陪着我,你来给我打气、给我鼓励。你来蒙上我的眼睛。你不知情就是不知情。

问:每个人都想要.....

高灵: 没有每个人, 你放下其他人、每个人、别人, 这里没有别人, OK? 你在不同的意识形态下, 你看到的人是不一样的。你的限制会从别人身上投射出来, 看到他的限制。你的无限也会通过别人身上看到对方是无限的, 明白吗?

问: 我想要的连接感, 之前听到其他个案说都是与造物主的连接感。

高灵: 你的问题是什么?

问: 我渴望的连接是与造物主的连接吗? 还有其他连接吗?

高灵: 你不过是回到你真实的位置而已, 你本来就是的位置而已。我们刚才不是说错位了嘛。你错位了, 你体验到的肯定就是, 就好像火车开到轨道外面去了。你回到自己的轨道上面而已, 你才会感受到smooth、轻松愉悦的。不过是一条鱼回到水里面。

问: 但是我不能理解怎样才是回到自己的轨道呢?

高灵: 那你就先体验不是在自己的轨道上。你才是那条鱼, 就是离开水的感觉和回到水里的感觉, 你自己会知道的。它不是你头脑。头脑跟你说无数遍, 直接把你扔到水里你就知道了, 你游来游去。你在岸上, 跟你说几百遍, 在水里面游是这样子的感觉。

问: 头脑强大是什么决定的呢? 为什么?

高灵: 无知啊。因为你赋予它..... 我们把头脑当成保安。保安强大是谁决定的呢? 那你在看这个保安, 你看着它穿着保安服、治安服、警服、手上还拿着电棍。他看着好强大啊。你看总裁在那什么武装都没有, 都没声音的。这个保安好凶的样子, 他肯定才是最强大的, 明白吗? 你分不清他们的身份呀。你会觉得手上拿着武器, 又凶的人, 他才强大。另外一个又不出声, 手上啥都没有, 也不武装自己, 身上又没有制服, 它啥都不是。那是不是来自于你的这个旁观者对他们俩身份的一个不知情啊? 你会通过你自己的判断。

问: 那肉体 and 头脑具体的功能是什么呢?

高灵: 你说呢? 你在用它, 你还问我。就好像你是个男人, 你现在用你的生殖器官, 你来问我它的功能是什么呢? 你告诉我。你天天在用你的舌头吃饭, 你来问我舌头的功能是什么?

问: 因为它也会喜欢做什么啊或者什么它开心啊, 我都分不清这个是小我的还是.....

高灵: 所以说你要去通过你这些体验去认识它呀。这也不是来让你区分, 把所有的都分清的, 明白吗? 它根本就跟你没有分开呀。难道分清楚过后, 你就去压制它, 那个什么它? 你只能做对我有利的东西, 明白吗? 多少修行者, 那种苦行僧..... 通过各种教条..... 那才是迷信。那所有教条都变了呢? 你才知道你压制了你的肉体这么一辈子。那你怎么办? 你这辈子已经没了。你们这些教条不就是教条? 教条也会一直变的呀。信息嘛, 它不是information嘛。信息不是要一直update, 一直update, 对不对? 所以从刚才的信息就知道不要因为高灵说了几句话要这样, 我就这样。刚才前面的信息说的是, 这里有一个让所有都是在一个舒服的状态下, 包括你的小我, 包括你的灵魂, 包括其他灵魂, 所有的这一切, 明白吗? 没有任何suffering, 任何suffering包括肉体层面的、心灵, 无论是什么。

问: 高灵之前说的生命的自由度怎么理解呢? 想飞就飞

高灵: 你能跳多高呢? 就是说这个高度是你们想跳多高就跳多高。你能跳多高呢?

问: 那每个人都想跳很高呀。

高灵: 那你一直瘫痪在床, 你都没锻炼过, 你的肌肉都没动过它。

问: 那我的锻炼是通过我的生活体验是吗?

高灵: 你的锻炼通过什么? 通过你首先知道这个瘫痪是个假象吗? 你知道吗? 还是说医生说我是个瘫痪者, 我已经瘫痪了几十年了, 怎么可能尝试动一下? 不可能的。我想动, 你看, 手指动都没动一下。明白吗? 你根本就不相信。你试着动一下, 你都是用着怀疑的态度来试探而已。明白吗?

问: 我老公说要借车给阿姨。然后我觉得很不妥是因为什么呢?

高灵: 那需要你自己跟你自己, 明白吗? 因为你找所有的原因找出来, 它都是你头脑里面的事情。它都是你觉得, 哦, 好像是。那如果最根本的一个、核心的一个, 那就来自于你进入了你的角色, 就这么简单。其他你说这个原因、那个原因, 都只是你们的一个说法而已, 随便你们怎么说。你把你自己当成这个角色, 你进入了这个物质角色而已。你叫什么名字, 你的身份..... 我们刚才不是说你不是老婆、你不是母亲、你不是什么什么。你把你自己当成什么? 你进入身份, 所以你会对你自己物质世界所有一切在乎呀、紧张呀、抓呀。人呀、物呀、事呀、观念呀, 所有这一切嘛。那你不抓这个, 也会抓那个。你不紧张这个, 也会紧张那个。你不在乎这个, 也会在乎那个。你总会有个东西那个什么你。

问: 那是不是最后就修到什么都不在乎、什么都不紧张、什么都不抓?

高灵: 那是你们自己的一个说法。你们自己给自己的一个说法。而是你看清楚这没有什么在乎不在乎的, 而是看清楚这里没有什么东西抓不抓的。就好像所有的东西都在地球上, 那你说地球需要去抓住这个人? 抓住这棵树? 抓住这个水? 让它不跑掉吗? 明白吗? 因为你想象一下, 这么简单, 再给你一个例子。就是你明白山里面产生的那个是回音, 你不明白那是个回音。然后你就想要抓住这个回音, 你说回音你不要消失, 回音你不要消失。因为你不知道是中心这边有一个人发出的声音, 产生的一个回音而已。你想要去在回音上面做功夫。那也就是说外在物质世界的一切不过是反应你的能量状态而已, 就是反映出你自己所是而已。那外面不过是个反射的东西, 你抓反射的东西的意义何在呢? 这么说, 你是一棵果树, 每年秋天都会结果。你抓住果子不放, 你别走, 你别乱。你明年又结果子啊。你不断不断地结果子。

问: 可不可以帮我女儿邀请个天使陪绑她呢?

高灵: 需要连接她的能量、她的意愿。然后面对面的做。

问: 有什么话可以送给她的吗?

高灵: 没有, 因为你变了, 她就变了。就像是你们是一堆柴, 把你点燃了, 她不得不燃, 她没有选择。

问: 我好像还没有找到把我点燃的方法。

高灵: 因为不是你头脑去找的事情, 你头脑只是一个像是摄影机的功能, 仅此而已。

问: 高灵之前说我们可以作为一面镜子或者别人是一面镜子来照看我们。

高灵: 你的问题是什么?

问: 是不是我们是别人的镜子, 别人是我们的镜子, 是吗?

高灵: 你说是就是, 你说不是就不是。物质世界你爱怎么用就怎么用它。因为你才是那个创造者。那怎么样去用它, 你的意识程度就决定了。你在不同的意识程度里面, 物质世界对你来说是不同的形态。最开始可能是特别坚硬的, 然后它会随着你意识形态的变化而变得越来越松软、变成液体、变成无。

2024/09/20 – 问题集锦之一切富足都在当下

问: 从灵性层面来说, 女性为什么要来大姨妈, 男性不需要。有什么特殊的意义吗?

高灵: 那男性比如说他需要其它的, 但是女性不需要, 明白吗? 结合。如果是从灵性层面来让你们看到, 这是属于两种不同能量表达的一个形式, 不能说是功能, 是表达的形式。拿这个给你比喻, 比如说女性的身体像是土壤, 男性能做的就好像是播种。那播种到这个土壤里面产生生命。所以它是不同的生命形式, 然后在为一个共同的创作、创造。创造什么? 新的生命。所以这里面是有创作。你们要记住所有的创造它都是结合。那比如说你们有乐队, 对吧? 那你们不同的乐器、不同的音色、音质, 然后和谐的去表达。那像是大自然, 虽然有不同元素、不同的像是鸟语花香、各种。是不是都是在用不同的表达方式去合作, 和谐的运作在一起。那你们女性的身体和男性的身体也是一样的。那你们女性的能量和男性的能量也是这样的。所以这就是为什么当你们在感受到一切都是和谐的时候就是你们最舒服的时候。当你们在感受到不和谐的时候, 比如说你们争吵, 争吵就是不和谐, 对吧? 争吵里没有人是舒服的。虽然他在争吵、在愤怒、在骂人, 但是他内在是不舒服的。所以他不舒服, 他是不和谐的。所以他需要去把他内在的不和谐再通过这种愤怒的方式去表达出来。那你就知道真正让你们所有人舒服的一个状态, 那就是和谐。当你走到大自然当中去, 你看到一片鸟语花香, 各种生命力都在和谐的状态, 你自己是不是也是很舒服, 对吧? 那当你到了一个战争的地方打打杀杀的, 那你是什么样的? 所以说和谐是你们生命本来的一个状态。当它产生不和谐, 它不和谐是什么? 如果和谐代表的是它会生长的很好, 比如说在你们种农作物的时候, 如果泥土和水还有天气、气温各种都是在一个和谐的状态, 那植物就长的很好。那当比如说天气非常炎热, 都没有水..... 明白吗? 那农作物是不是都生长不了? 那你们人类也是一样的。当你们在一个非常和谐的状态里面, 你们就能很好的受到滋养, 你们的灵魂就能很好的得到扩展。那当你们在一个分裂的环境能量场里面, 那你们的灵魂就得不到扩展了, 得不到意识的一个扩展。它阻碍了你们这个灵魂去表达它自己本身的一个状态。表达它自己本身的状态就好像是马儿在草地上奔跑, 鸟儿在歌唱, 明白吗? 那马儿奔跑不了, 鸟儿唱不了, 还有鱼儿也游不了, 那是不是你们目前的状态? 那你就知道什么导致你们不能像鸟儿一样歌唱? 像鱼儿一样欢快的在水中游来游去呢? 因为你们就体验不到生命本来就是的状态, 就像是一条鱼体验不到在水里游的感觉, 一只鸟体验不到在天空中飞翔, 一匹马体验不到在草地上奔驰的状态。那你们也体验不到你们真正愉悦的生命状态, 那是本来就是的生命状态的样子。

问: 我当下的能量状态有什么信息要带给我吗?

高灵: 那就是说不要再去关注你当下的能量状态是什么样子, 它重要吗? 生命是什么? 生命是不断地突破、成长、蜕变。它像是一组数字, 这个数字不断地增加增加。然后你来问我能不能告诉我我现在的数字。它一直, 比如说你在听我们的信息, 你就不断地在变化变化。你还去研究前面那个数字, 有意义吗? 所以你们目前在哪儿根本一点都不重要, OK? 你们能去到哪里才是最重要的。就好像一颗种子, 你说你能告诉我我现在的状态吗? 当你的生命发生的时候, 当你在允许你这颗种子不断地绽放绽放, 你最开始是一个幼苗、是一棵树、然后开很多花、然后结很多果子、然后成为百年老树。然后你的老树里面会结很多很多果子, 创造无数的果苗..... 那你的这颗种子里面就包含了无限, 所以有必要对着

那颗种子去研究它，我现在是怎么样子的？我们说你进土壤里面不断地成长，每个状态都不一样。你没有被任何地方困住。

问：物质世界人性的规律是一消一长吗？就比如对一个人太好，他一定是膨胀的，反而会增长他的嚣张气焰。非得自己表现的自己气场强大、满不在乎，对方才没有嚣张的气焰。还是因为小我在做交换，期待对方的某种回应？

高灵：那不过是他创造的世界和他自己体验，这么说吧，他这么去认为，如果他这么觉得、他有这个想法的话，那就是他遇到的。他有这个观念，那物质世界就会发生很多事情去符合他的观念，来证明他是正确的。因为这里什么都没有啊。有的是什么？有的是你自己的一个频率去产生相应的一个相给你体验。有可能那个人只是在你面前是那个样子，那他来到JOJO老师面前又是另外一个样子了。他有可能是个人渣，来到JOJO老师面前他变成了一个什么？王者，明白吗？这个生命充满了一切可能。就像我们刚刚说的那个种子，它有可能就是一个不发芽的。那是因为什么？你的土壤不支持它发芽。那当土壤支持它发芽，它就会长成什么？长成参天大树。所以这颗种子到底在什么样的土壤里面呢？它在什么样的环境下面呢？是一切外在的条件都在支持它去绽放呢？还是所有的条件都不具备能让它生根发芽呢？你们需要记住的就是外面没有任何人。你体验的所有的相或者你怎么去认为这个世界，那是因为你有一套系统。就比如说因为你的所有经历还有集体意识，你们都认为这个世界基本上都是坏人，我们要防着，我们要小心，我们要这样，我们要那样。那就是你体验的世界。那你看换一个国家，那那个小地方或者小村庄或者小国家，它们有不一样的信念系统，那他们遇到的人、他们周围、他们相处的就是他们觉得是的生命状态。所以你到底相信什么呢？你到底是进入到集体的洪流呢？因为大多数人都这么说，你最开始可能不信，但是后来你看了几个案例，然后你就信了。你和他们一样，你就是在给这个相添砖加瓦。所以那些让你觉得它不符合你内在和谐频率的一个信念，你可以就不再去相信它就对了。相信和它相反的。无论别人怎么体验那是他的事情，他们还需要这个体验，跟你没有关系。那你逐渐逐渐的就把你的能量从这个里面拿出来。那其他人也会从里面拿出来，他会相信和你相信的一样的。那当你相信的东西被更多的人去相信，那你们就在创造一个不一样的世界了，仅此而已，就这么简单。没有多么复杂的。就好像你们都相信一个古董它价值多少，或者你们相信黄金、钻石或者相信房子它很贵。那你们都在讨钱买了。

问：如何在生活中享受宠爱和无忧无虑？

高灵：那你能做到你不需要外面任何条件的支持你也能做到这样吗？就是我不需要别人来宠爱我，我宠爱我自己。那我不需要奢华的生活，我也能那个什么……比如说天天有人催着我债务，我也能安逸休闲。你能吗？那如果你能的话，那你就已经是了，明白吗？就这么简单。

问：如何连接高我？

高灵：首先你们并没有失去和高我的连接。只是……这么说吧，因为高我是没有声音的。那你头脑的声音太吵太响的话，那你当然notice不到它了。就像一个人声音很大，他叽叽喳喳不停的在那吵吵吵。然后另外一个人他就是默默地在那坐着。如果你能够去让你那个叽叽喳喳在那叫的人安静，或者是不去听他的，或者是去连接另外一个安静的……

问：如何得心应手显化自己想要实现的目标？

高灵：首先你要知道所谓的一个目标，它都是你头脑产生的。那你不过就是在不断不断地进入你头脑的游戏而已。然后生命真正展开的方式或者生命真正的意义或者是真正重要的，它并不在任何你头脑里设定的目标里面。当你put too much attention在你的目标里面，你反而还会失去了知道生命真正的意义。因为你们物质世界有很多人他们本来就在各种去追寻他们的目标，比如说我要做到什么岗位、做到什么市场、然后做到什么……然后呢？它们并没有给他带来一种内在的丰盈或者是对生命的一种满足，反而是更多的加强了让他……好像是一个无底洞，一直试图去填满。那你就知道你刚刚提的那个问题是需要你们自己去看清楚那到底是来自于什么。如果说你们每一个灵魂它的目标的话，它来到这个物质世界上，它不是为了你的这个小我。那基本上它都只是和你们见到的就好像是蜜蜂，它们都是为了一个更大的去服务或者是怎样。那也就是说对于灵魂来说你的所谓的目标它是已经设定好的。那它设定好的，当你在追求头脑里的目标，你就在跟它背道而驰。当你在跟它背道而驰的时候，你就会感受到生命好像越过越不是你想要的样子。你也体验不到所谓的一个得心应手，那个得心应手也是片刻的。所以说提出来这个问题过后，让这个问题推动你们去探索生命的真相。因为生命的真相它不是你们任何头脑去追求的，比如说名利、金钱，这些钱都不是。没有任何名利，也没有是为了金钱，也没有任何比如说壮大自我。因为所有的灵魂它们都是什么？就是牺牲掉自己去为这个‘一’而服务的。当你没有在为‘一’而服务，你不可能感受到所谓的得心应手。你体验不到你自己真正存在的(意义)。因为什么呢？因为你的频率它是不和谐，它跟你内在设定的程序是不和谐的。所以说你们其实只有一条路，就是走上自己灵魂的那条路。它才是和谐的。你才能体验到得心应手。但是这条路反而是要离开你的头脑和一个计划、规划、策划和目标的。你需要放下所有目标什么的，你只是允许生命通过你去展开。你越是允许生命，那么你就越能发现你的生命它能有多精彩。就好像你之前一直在用力推动这台车，往前推的累死你了、精疲力尽的、痛苦不堪的、手出血脚磨破、气喘吁吁的。然后你只需要坐到车里面，车就会自动驾驶到你该去的地方。而且你该去的地方都是这个灵魂该出现的地方，它都是被设定好、被安排好。那个设定和安排是灵魂层面和更高的层面，而不是你头脑层面。你头脑可能毫不知情。为什么呢？它不是设定者啊，它只是体验者，它只是在那relax and enjoy。那如果它产生了恐慌，我这是去哪里啊？这个地方好黑啊，这个不是我想去的地方啊。那你的生命就产生了什么？就产生了不适感啊、就产生了痛苦、就产生了不爽，你过得不爽。那过的爽的人就是什么？呜…… interesting 这边好好玩。哇，这里好美，这里有什么礼物，明白吗？所以说你们生命到底过的好还是不好？所谓的好不好就是体验感嘛，对吧？你要是所谓的命好，就是你的体验感很愉悦很爽啊。那你的体验感好，就是你的命好，对不对？那你体验痛苦、睡不着觉、各种那个什么的，那就是命不好了。所以说体验感好不好又来自于你对生命知晓的程度了。如果你知道你所有的一切就好像一颗种子一样，它该在什么时候发芽、该在什么时候开花结果都已经像是设定好的，它已经在里面了。所以你不需要去操心它、担心它怎么今天还不开花？怎么明天还不结果子？怎么又开始掉叶子了？那你如果知道开始掉叶子，明天春天又开始长新叶子了呢？所以你对生命知晓的程度就决定你的命好不好了。

问：如何绽放自己，成为闪闪发光的自己？

高灵：拿掉你们所有的一个闪闪发光，OK？因为每一个生命都是独特的，它都是所谓的发光的。那就是说你发光，就是normal，OK？并不是特殊的或者是特别的，that's normal，是正常的。如何绽放自己？首先我们又回到你对生命知晓的程度。你知道你所谓的自己是谁吗？如

果你只是把自己当成我长得漂不漂亮？我的身材好不好？或者是从外界的，我现在是什么岗位、做的什么工作？这个工作有没有很耀眼？因为为什么你们不能绽放自己？绽放自己是什么意思呢？也就是说你的小我是一个静默的状态，你的灵魂它在展现出来，明白吗？那如果你们所有人都不知道所谓的小我、灵魂，就是生命真正的状态。就这么说吧，就主人是谁你都不知道。那你怎么去……现在想不出来任何比喻可以让你们……但是接下来如果出现的话，再给你们解释。那最主要的是明白你们生命真正的状态是什么，你不是这具肉体，记住这句话，OK？然后你并不是来追求你头脑里有的东西，你更多是允许、去看到目前生命把你带到这一步它背后的礼物是什么。如果你没有足够高的智慧，你看不到，OK？为什么我们会安排JOJO老师来到你们的生命当中？因为她可以帮你看到你生命的一个计划，那背后的礼物是什么。你看不到的话，你就进入恐慌，你就进入抵触，你拿不到背后的礼物，你当然也绽放不了。如果你知道你生命的每一步都是为了来让你绽放的话，你便不会产生恐慌，你也能够去归位吧，这么说吧。就是不再是好像一条鱼在岸上面，你就能回到水里面。你们弱化小我的功能，因为你们给与你们的头脑太多的stress、太多的功能了。你觉得你的生命的形成、安排或者是取得多大的那个什么是你的头脑的功能。NO。那你看一下你们以前熟悉的那些所谓的发明家，很厉害的那些人。他们是通过怎么样的形式、模式去获取到这些？那不是通过打个瞌睡、做个梦，这些idea就进来了？！他是在那把脑袋给想破了吗？而是你放下的那一刻，明白吗？而是你放下你脑袋的那一刻进来的，不是你在那……所以这个世界上有东西让你着急的吗？没有任何。如果明天地球要爆炸，你着急有用吗？所以你们需要知道的是物质世界没有任何事情需要你们去处理。因为你们在处理的时候，你们散发的能量就是什么？分裂的呀。那你已经在制造分裂的能量，你已经在产生毒气了，你们周围的人还有你自己会好受吗？都不好受的话，那就干什么？攻击啊、责怪啊、责骂啊，对不对？那这样会有好的结局吗？然后当你放手的那一刻，你知道这里没有什么东西需要你去处理的。你就回到了你本来的状态，那是和谐、那是爱。当你在散发这个香味的时候，别人闻到了，emm真舒服。他不会产生幻觉，因为你在制造毒气的时候，他会产生幻觉，会攻击的，他窒息啊。所以说当你在和谐的频率的时候，你散发的香味……他的任何行为都会是base on在爱的上面。所以说不要离开你本来的状态、和谐的状态，然后去处理问题。那就是你们目前所看到、所经历和体验那么多年，你们活的那么辛苦，然后世界上还有不断不断地问题在各种升级、恶化。有真正被处理掉的问题吗？它不过是这边的火跑到那边去燃烧了而已。它不过是这边的炸弹跑到另外一个地方去炸了而已。它不过是把这个炸弹延迟一两年再炸而已，威力更大。

问：总是会梦到现实中熟悉的同一个人，在梦中和现实中的关系是相反的。这位群友想问这说明了什么？

高灵：梦的话，也是你们意识在提取一个信号，因为所有的一切其实都是信号。比如说你看到物质世界有一个人在骂你，它也是你在摄取的信号。只不过这个体验感比较强而已，你能够体验到你的疼痛，能够体验到你自己心灵受伤。但是这些都是捕捉的一些信号。那梦里面同样的，你也是在捕捉信号。你记住，所有的信号来刺激你，你捕捉到过后就是什么？就好像你收集了很多素材，你收集的这些东西就像各种不同颜色的橡皮泥。你要把它捏成什么呢？因为你才是造物主啊，你才是创造者啊，你是来创造的，明白吗？你能把毒气转化成新鲜空气吗？你能把一坨粪转化成肥料吗？明白吗？就你有转化它的功能吗？还是说扔来什么，你只能吃掉什么。所以这就涉及到你的一个能量级别了，你的意识程度了。那你意识程度足够高的话，什么东西来到你这你都可以转化。

问：遇到不如意的事情，不断地暗示自己一切都是最好的安排，这样可以转变频率，改变事情的性质吗？

高灵：你已经说了‘不如意的事情’，OK？你已经说了它是一个‘不如意’的事情，OK？所谓的一个不如意的事情，它来自于什么？它来自于你的头脑它并不知情。我们刚刚说了你生命的这些安排它跟你头脑没关系。你头脑只是什么？体验者，就是OK，我到场了，我在体验它。它跟你舌头的功能一样，明白吗？你不如意的事情反而是你们生命中最如意的事情，你记住这句话。你去看一下你们历史上曾经那些人的自传，哪个人不是因为不如意的事情而走向如意的？走向他自己的价值体现的？所以这个世界上根本没有所谓的如意的事情。没有。你来告诉我什么是不如意的事情。你要知道，哪怕就是说有一个人出了车祸，下身瘫痪了。这个太不如意了，对不对？但是你并不知道他灵魂的计划，就是因为可能他之前一直忙忙碌碌的停不下来，然后给自己创造了一个让自己停下来。然后他才能躺在床上去做自己真正想做的事情。对意识的一个探索？他可以去学习他想要学习的东西？他以前没有办法。他可能想当一个作曲家，写很多很多歌，做很多很多音乐。但是由于音乐不赚钱，那他只能做一个赚钱的工作咯。真正能让灵魂绽放、去展现它的样子的人，不会去在乎肉体是什么样子。那那些不能去展现它灵魂的状态，就算肉体再完美，他们都要干什么？都想要自杀。所以说所谓的一个‘不如意’来自于你自己对生命的一个不知晓和不知情。如果你认知程度高的话，你首先就不会定义一个‘不如意’，OK？因为你不会给外界的事情任何定义，因为你知道外面天黑了，还会天亮。天亮了，天黑了，就这样。你说，哦，天黑了，不如意。它不过是生命变化的某一时期的一个相而已，而且这个相一直在变。那就是说如果你的认知成都不高，就是你不能看到、不能体会到那后面的一个，就是这个‘不如意’的事情发生过是因为什么。那你就降低你头脑的作用度啊，就是你承认你自己无知。你承认你自己无知，你就不会老是相信你头脑里的声音了。你要总觉得你什么都知道，你头脑里那个声音说出来你就信了。所以说承认你的无知，OK？你头脑的一个无知，因为你不能承认你的无知的话，智慧没有办法产生。因为智慧不是产生于头脑里面。头脑里面都是像粪坑一样，都是已经消化过后的一些，就是一个粪池。

问：如果把熬夜和吃零食这些都设定为有利于身体健康。那它们可以给我带来健康吗？

高灵：这么说吧，离开频率啥都别谈。不是单纯的.....你们不是一直都在相上面做功夫吗？各种这个规律、那个规律。然后试图去让你的身体stay healthy。然后呢？你们确实看到了好多好像健康的人的身体，然后呢？他们都在干什么？吃着各种安眠药或者是抗抑郁或者是什么什么的，明白吗？你把那个身体维持的再好，它也是有限的。那么几十年时间，就算给你一百年，你能做啥？你不过是重复的一天一天做一个工作，做一个事情而已。你体验不到生命是什么。你们自杀的人数不断地增长。所以你们需要从另外一个方向去探索生命，而不是只注重它会不会健康啊？你的肉体它会perfect的运行去支持你这个灵魂的一个呈现，你们要记住这句话，OK？所以你可以完完全全不去操心、不去担心它。因为它自己知道什么时候需要吃东西，什么时候需要睡觉，什么时候需要休息.....它是活的，它不是死的。你们不要把它当成好像是个瞎子聋子、无知的。它比你头脑更智慧。所以你们只需要focus在你自己，自己的什么呢？就是不断地去把你的灵魂给它解放、释放。那你就会有一个务必完美的physical body。为什么说它是无比完美呢？这么说吧，你的physical body就像是一个充气娃娃，是吧？因为这个充气娃娃它的detail 它的细节，比如说它的每一根手指头还有指甲盖，还有所有的这些东西，你要把它支撑起来的话，它都需要气，对吧？那你灵魂能够释放多少，那就代表你

气足不足，就是有没有足够的气。当你拥有源源不断的气的话，你会每一个细胞都被激活。那也就是说你的每一根头发丝里面都注满了你的能量。所以说你们知道真正的让你们的肉体在一个健康、活力的一个状态，它不是来自于你到底摄取了多少有益没益的食物或者是有营养还是没营养的食物，而是来自于到底你这个灵魂被释放出来多少气。你要奄奄一息的，你们看到很多人都奄奄一息，做什么都没力气，所句话都是哦哦，都没声音，听不到他说什么声音。在这样子的一个状态下，你的身体不会有任何疾病。

问: 如何知道自己的灵魂主题?

高灵: 比如说你头脑越少干涉你自己生命的一个路程，然后你自己去觉察、观察比如说你的激情啊，就你对你自己是抱有觉察和觉知的一个心，而不是说跟谁着爸妈让我干这个，我就去，干那个，我就去，就各种。那你的灵魂主题，你可能会逐渐的发现，你会看到一些东西。这是一个过程。因为你们最开始体验的，就是基本上前半身就只是拿体验。为什么很多人到了中年才会发生一些变故或者是什么什么的？所有这些事情，所谓的一些变故就是在把你推到你的灵魂主题上面去。这么说吧，你把你自己当成一个小孩一样。那这个小孩，你要去发现他的一些天赋才华或者什么的话，你要是从来不去看他、关注他、关系他，只是pia pia pia 做个做那个，像做任务一样。你当然也不会知道，对不对？所以你要对你自己也像这样子。那你就会上你的道了。为什么？因为你内在它永远都知道什么才是你舒服的调。

问: 如何看待塔罗等占卜?

高灵: 没有任何看待，那不过是你自己的..... 这么说，每一个塔罗师解读的牌都是不一样的，明白吗？那这种东西不过是他们去探索意识的一个工具、手段、方式方法、渠道而已。所以说你感兴趣，你就往那方面去探索就好了。那每个人探索的不一样。你们有很多占卜的什么什么的。但是它不过就是比如说你把你的注意力从物质世界这个相拿到了塔罗也好或者是你的其它的占卜的东西也好，你拿到了这上面来。然后把自己敞开开始接收信号，明白吗？

问: 有位群友问说她女儿一直肠胃不好，两年一直频繁的反胃打嗝放屁。看了很多医生都没有效果。她想问是不是能量层面的问题？

高灵: 当然了。这个不是你们两年来一直都在关注的事情吗？那当然就是你们体验的。你们有去探索她的激情吗？就这么说，你女儿她不正常、她生病的样子它是在那里。那你女儿还有一个充满了健康、激情、热情、喜悦、欢快，那个也在那里。那你有去进入那个她吗？你的频率有把她带到她的那个(版本)吗？因为她的频率得上去，得进入那个，她才能进入到那个版本的她。就像我们刚刚说你们可以不需要去担心、关注或者是操心你们的身体，它非常的智慧。所以如果你能带领孩子进入到一个更激情的世界版本的话，她就跟这个版本的她脱离了。没有任何一个生命..... 除非你的频率只在这里吧，就这么说吧。就高度永远都只在这里了，那你当然体验到这个版本的状态。但是任何一个版本的状态都在那里。这么说吧，如果你们只是单独的解决肉体上的问题的话，那就算你刚刚说的那些问题被解决了，你们还会有其它问题的出现，你们还会继续玩游戏。因为这不过是玩游戏而已。只是很多人在玩游戏的时候从来都不想一下：他妈的，这咋回事？我才不相信。明白吗？他们一定觉得就是我他妈不是天生来这做件事的。所以他们要去找到一个新的世界、新的方式方法，他们要去创造。我

他妈来这不是suffering的，我才不要玩这个游戏。甩手，去玩其它游戏去了。只是那些一直在那的人，哦，我天生就是搬砖的人，搬吧。今天吃什么？明天吃什么？继续搬。他从来没有想过他有其它的可能性或者他想要去创造不一样的生命状态。那你就知道真正能困住你们的只有你们自己。

问: 想收入更多的金钱，应该如何接收财富能量？

高灵: 你们要记住这里没有一个将来、没有一个明天，没有一个未来，OK？只有在当下。所以你们发财的路只有在当下，明白吗？那就看你哪一个当下你能够转变你的认知？你的频率？转变你的believe system，卸载你的old system，put a new one？什么时候你可以在当下去做这个事情，那你就进入到一个富有的版本的你了，明白吗？如果没有这个干涉，只是不断地攒钱，这个赚钱，我去做..... 他们还是贫穷的。因为他们的想法都已经错了，钱并不是赚到的。所以有赚钱的这个想法，他们就赚不到钱，或者赚到钱都不代表他富有，明白吗？他有可能是的确，哇，看到我的银行里面数字多了这么多。但是他的其它地方失衡了，比如说健康、比如说关系，就是其它地方会更沉重了。那并不是赚钱，那并不是富有。因为真正的富有它是在每一个方面都是富有的。这些方面包括什么？包括你内在它是丰盈的，你没有任何洞需要去填满它。就是你的内在，我需要有名利、有头衔或者有个什么东西，或者要获得一个什么东西，没有，没有任何外界的，就你内在没有洞。然后你的健康它是健健康康、快快乐乐的，你的身体没有任何问题。你的关系，所有的关系都是和谐的，它是支持你的，你们在互相支持着其它生命。就是你跟大自然、跟人类、跟所有的这一切全部都是和谐的，明白吗？那才是真正的富有和富足。为什么呢？因为如果不是这样子的一个状态的话，它只不过是你拆东墙补西墙。它是比如说拿着你的健康去换的钱，你可能就落下了很严重的病，因为长期怎么样怎么样，明白吗？那你可能树了很多敌人，因为你赚的钱可能毁掉了很多人的人生，明白吗？那你想如果你树了很多敌人，你出去，人家说不定就要了你的命。你连命都没了，你还叫富足吗？那你健康失衡了，癌症可能要了你的命，你还叫富足吗？所以那真正的富足它是各个层面和方面的，它是和谐的状态。那不然的话，你们有句话叫什么？就是你就不断地挖坑，你就掉到你的坑里去了，十年河东十年河西嘛。所以说去对真正的有钱和富足有一个很好的理解。如果你对财富都不够有理解的话，不是因为你银行里面有点钱你就是富足的。你有可能永远没有时间去度个假。你有可能永远没有时间做你灵魂想要做的事情。你有可能没有健康，你有可能从来没有享受过生命。然后真正的富足在这里面是没有遗憾的，也没有需要去损失或者是，就比如说拿健康换金钱。就是没有缺失、没有遗憾、没有交换。那是真正的富足。

问: 如何时刻保持与源头的频率和能量连接？

高灵: 你这个问题来自于还是对生命的不知晓，明白吗？首先你们并没有失去连接，OK？只是你们会体验到好像是断开连接，但是断开连接的这个体验是你们需要的。为什么呢？你的这个体验是来支持你的这个灵魂成长的。你们并不是说一味地把和源头的连接当成是一个追求，追求它达到一个平和、有爱、和谐的状态。不是的。这样的话，你们就不需要变成人了。那你变成人，你来到这里，你体验的就是..... 所以说你们每一个人并没有离开，OK？那为什么会体验这种就好像是断开连接或者什么的？那是因为你来到这里就是为了体验。体验这个空间，就是为了拿体验。然后你会体验到当你的级别或者说你的意识程度越来越接近造物主本身和谐的频率的话，那就是你刚才提的这个问题。那如果你还没有达到那里，你

只是去追求这种的话，它是不可能的。这么说吧，你没有达到，但是你追求，那就像你们用毒品咯。然后毒瘾就是这个，啊，好嗨啊。醒了过后，不行，我又要继续刺激它。

问: 关于时刻保持与源头的能量和频率连接是否有一些可以练习的方法?

高灵: 这么说吧，你们要知道你们并没有断开连接，这是第一。你们也要知道你们来这里就是拿体验的。如果你体验都没有去拿够，也没有通过这些体验去增长你的智慧和学习的话，那就是不可能的事情，明白吗？你觉得你好像已经达到什么什么的了，但是并没有，它只不过是个幻像而已。所以有人会觉得我到寺庙里面，我跟源头连接，我心平气和，我充满了爱。一回到亲人面前、爱人面前或者是家人面前，谁把你那个什么了，发现自己的财产被侵占了或者是被骗了或者怎么怎么了，马上打回原形。所以说这里没有任何东西是来让你去追求的。所以也没有任何状态是来让你们保持，保持这个状态、保持这个状态，NO。你们来到物质世界就是来学习、体验、增长智慧。因为当你通过这个学习体验而增长了智慧，你的频率才会真正的真正的越来越接近造物主的频率，就是爱的频率。所以这些东西，就是你体验的离开也好或者任何，它们像是桥一样，你没有办法不通过这座桥然后走到对面去。如果真正的是怎么样可以快速或者是更加有效或者是少折腾的话，那就是学习我们的信息，就这么简单。你就算今年不学、明年不学，过个五年十年几十年，你还得来学。

问: 如何学会七十二变?

高灵: 导致你们不能shift very quick 的原因是来自于你们把物质世界这个相看的太真了，是来自于你们对你们自己角色的认定、固化。那如果你能够去削弱物质世界的各种相，就比如说刚有个人刚刚强奸了你，然后你才刚刚体验到被撕裂，你下面还在疼。然后你要变成对他充满了爱或者是..... 那你能马上变吗？第一，你要马上变成那种对对方产生爱的状态，你是不是需要去把刚才体验的那个相给它削弱掉，把它变成无，对不对？然后再离开你的身份，你不是这个肉体啊，对吧？如果这个相..... 为什么？你体验到它呀。你自己被撕裂的感觉。你是个女人啊，你这个身份啊，你在被他强奸啊。那这两个相是不是导致你不能够去变成另外一个状态的样子去面对它，对不对？那你就知道如何能够shift very quick。第一，就是说物质的相means nothing to you，它没有任何意义。这就是为什么我们不要让你给你体验的相给它命名、给它什么什么的。当你们在做这件事情的时候，你们已经在加强了。你已经在固化了。你固化了一切的话，你当然就不是无限了。那我们也会告诉你，你不是人，你不要脸。把你当成人，把你当成女人，把你当成处女。你当然就会产生这些东西了。所以那你就知道到底怎么样才能学会所谓的七十二变什么什么的。

问: 如何理解运势?

高灵: 你们在体验它，你们如何理解呢？运势就是说在你们的观念里面，你们会觉得运气好，就是什么事情都是在一种很顺利的状态下或者是毫不费力的一个状态下。这是你们所谓的一个运气好或者运势好。但是我们想要告诉你的就是说不去给物质世界的各种相给它定义。把这件事情定义成运气好，把那件事情定义成运气不好，它是分别。那你一旦产生分别过后，你便没有办法去转化它了。为什么？你已经把它归类成好的、坏的、敌人、盟友。那你是不是就缺少了去转化它的权限了？它已经进垃圾桶了呀。就算你们所谓的‘运气不好’不好的时候，你们人生最艰难、最tough或者是最苦的时候，恰恰是你灵魂觉醒的时候。所谓的运气好，啥都那个什么，恰恰是你灵魂停止成长的时候。你在物质世界的层面享受着嘛。一天看

看电影、逛逛小街、然后shopping、做做脸、打打麻将，为啥？我啥都好呀。你看我公司开在那自己就挣钱，挣好多好多钱，我怎么样也花不完。当你发现你的能量级别已经承载不了这么多金钱的时候，那么你就开始运气变的不好了。你开始发现公司有人在贪污了，有人在那样那样了。所以你就知道所谓的运气好其实只是一时的一个现象。为什么呢？因为所谓的那个好，它是跟你的频率(对齐的)。那一旦过重的话，你的能量已经供不了的话，那就开始走向什么？盛极必衰了，衰退的时候。那因为你习惯了享受运气好或者是享受这种，那你就开始产生不适应了。是的，所以这里根本就没有一个所谓的运气好跟运气不好。运气好的，接下来就是运气不好，它是必然的。那你看别人体验运气不好，人家灵魂在觉醒啊。人家内在的力量和能力在慢慢慢慢的出来呢。所以拿开你们旧有的观念去看待物质世界这些相、这些事情。它并不是你看到的那样。因为你看到的是你头脑去看到的，你们的头脑功能太弱太小了。它没有这个能力。所有东西它不过是你的一堆信念、你捕捉到的一些非常有限的信息给它诠释或者给它定义成那样而已。如果真正的让你们体验到生命就好像是开挂一样，就像是所谓的一个运气好，那就是让宇宙的同步性来运行，就是你少抵触，你头脑少去加入。那你就源源不断地发现你的生命中好多惊喜、哇，好多惊喜。那当然..... 因为你已经相信宇宙，你已经臣服，就是臣服两个字。那当然遇到一些不好的事情，你也不会去给它评判说这个不好。为什么呢？因为你已经赋予你头脑它不知情、它没有能力，宇宙在进行。那宇宙带到哪里，它都是应该的，你已经臣服了。所以你的头脑便不会产生一个这是运气不好的。那你看到没有这样子的一个状态，只是他的头脑不再去给这些不好的事情贴上一个这是个坏运气的标签。这就是你们所谓的‘运气好’吧，打个引号，你们自己慢慢去悟它。

2024/09/22 – 脚受伤之停下来，做回自己

问：这段时间我的脚受伤了，在家里处理工作。在这个过程中当中感觉很烦躁，心里并没有像正常休假时的那种轻松。帮我核查一下这件事情是要给我带来什么……

高灵：我们看看为什么会出现这种脚步受伤的事，你稍等。你脚受伤对你来说，信息是告诉你什么？你的灵魂也好、高我也好，灵界想要带给你的信息是什么？停下你的脚步。那说明你在这之前是不是被迫的、被动的有一种停不下来，就好像被推着，就被迫在动。就比如说你的工作需要你天天到点上班，像这种或者一些事情让你停不下来，对不对？那停不下下来就会发生一些事情强制性的让你停下你的脚步，明白吗？这是宇宙给你的一个信号、一个提示，让你停下你的脚步。那停下你的脚步做什么呢？那还有一个信号是让你看到你曾经走的路不是你的路。那你现在是需要停下脚步了，明白吗？那你停下脚步，如果你还想再回到以前的路呢？那你这个提示你是不是没有收到呢？明白吗？

问：那我就是要转方向还是我休息一段时间之后……

高灵：我们想让你知道之前让你们全世界的人都停下脚步，新冠疫情的发生，这种封锁、隔离，这是什么？如果告诉你，宇宙现在要给你们人类一个提醒，让你们全世界的人都停下你的脚步。你肯定觉得不可能，怎么可能？这个事情怎么可能？怎么可能整个人类都停下脚步？那不是发生了吗？那你告诉你自己，让你自己停下脚步。那你需要去对齐什么？对齐你的内在，你的灵魂，就是停下你的脚步。为什么呢？因为停下你的脚步，当你在允许的时候，生命会通过你去展现、去发生。那如果你没有停下你的脚步的话，就没有办法去通过你。你跑的太快了嘛。所以把它当成是宇宙给你的一个善意的提醒：It's time，就是时间到了，你需要停下你的脚步。因为你要知道目前支持你去运作的，它不是来自于生命的本身，它是来自于你旧有的习性或者是模式或者是物质世界的一些观念。我们怎么样去分辨它到底是来自于习性、观念，不是真正的那个什么……怎么样去分辨和分别呢？一个是你不需要费力气的事情，明白吗？你不需要动脑子，然后不需要去用力的事情。它就像一朵花在那绽放，它内在……你说花没有使劲用力吧？但是它也在绽放、也在成长、也在长大、也在所谓的一个动，对不对？也在变化，但是它却没有在用力。那你就像是鱼在水里面的那种感觉，它只是存在，它只是在这样子，以它自己的方式存在。但是它却并没有辛苦的、奋力的、用力的或者想尽办法的这种。那你生命真正的状态，怎么样才是你自己的那个什么？那就是你在这个过程中当中，你看似在做，其实你也没有在做。你好像看着没有在做，但实际上你又什么东西哦度做了，明白吗？所以那个就像是所谓的一个无为而无所不为。我们刚才说那是一个你毫不费力的事情，明白吗？也不是你自己头脑去各种想尽办法或者是争取或者是努力或者是成为一个。那个是你本来的样子。

问：头脑还是有点顾虑，就是目前所从事的工作挺好的呀，就是放不下。

高灵：你首先要去弄清楚或者是明白你放不下的不是你的工作。你是就好像是需要有一个地方或者是有一个点，然后去呈现你存在的价值和意义，和你自己的存在能够给这个集体提供的一些服务，明白吗？就是你需要有一个平台或者一个点去体验到你自己存在的价值给周围带来的影响和改变，明白吗？只是你的头脑它想象不到你还能做什么。你头脑为什么想不到呢？因为它不是你头脑里面的，明白吗？它是在你头脑外面的，你肯定想不到的。那你就需

要去更多的明白生命运行的模式是什么、生命展开的形式是怎样的。因为你头脑，就比如说你自己对生命展开的方式、过程这些不知情。因为你看到其他人的生命都是他们头脑在安排、在计划、在策划而呈现的。那你就知道这个是来自你头脑里面的限制。但是你需要通过你目前体验到的这些东西来看清楚你头脑里面的一些限制，还有去明白生命运行的一个模式。你不需要一下子就是说我马上要找到我的使命、我的天命、我真正什么什么的。而是说把你生命中的一切，比如说发生的事件，就像这次脚受伤的事件，把它当成老天想要给我什么信息呢？我们就来..... 因为一旦你发出这样的念头了，你就会在后面去找到这个礼物。

问：我的工作团队有一名骨干，我很喜欢也很信赖他，就是多年来我们俩配合的一直非常默契。但是近段时间来我请假，他替我分担了一些工作。但是我感觉这段时间来，他对我的态度有一些反常。昨天晚上我们电话交流工作交流了两三个小时，最后他给我提了一些意见，他就指出我工作当中的一些不足。这个让我心里不舒服。我就想知道他为什么会这样？

高灵：NO NO NO，不是他为什么会这样，是你就好像是一条鱼，你在岸上，你肯定就不能像鸡一样到处跑来跑去。你肯定就是到处板来板去的，跳来跳去的。那他给你提出问题，把你当成鸡，那不是正常的吗？明白吗？所以通过这个事件你需要看到的是什么？我们刚才说宇宙在告诉你，你停下脚步，对不对？那现在马上就来给你展现出当你在没有真正的去做你自己，你是不轻松的。你会觉得我已经做的那么好了呀，你怎么还再说我呢？我到底是哪里做的不好？明白吗？就是你是一头狮子，别人怎么做，他们都会把你当成一头狮子。他们不会说这个扮演狮子扮演的好假啊，它一点都不像狮子。为什么？因为你是只老鼠。所以那你就知道在你没有成为真正的你、灵魂的你，那个你试图在去fit in、试图在去符合什么什么，试图在那样子的一个状态下去，当然你不可能让每个人都满意。就算这个人他对你是满意的，那你也会有领导对你不满意，明白吗？就算十个人对你满意，那也可能会有第十一个人对你挑挑剔剔的，明白吗？所以你自己是谁，然后呈现出你真正的样子，这个才是最重要的。因为就算别人对你挑剔或者是指责你，他说你这头狮子一点都不像头狮子。因为你知道你是头狮子，你会因为别人说了你几句说你不像，然后你就来这提问我为什么会心里不舒服？我怎么样怎么样？你心里不舒服，因为你的价值是存在在别人嘴里怎么说你呀。就是你连你自己是谁你都不清楚。所以你看，这件事情不是也是在推动和帮助你加深你对你自己的认知吗？外在的这一切都是来加深你更多的认识你自己。这么说吧，因为你现在是在突破自我和旧有的那个你。你是在重生，是在新生。那当然你还没有认识到那个新的你，就比如说你现在还是毛毛虫，你还没有变成蝴蝶，所以你不认识蝴蝶也是正常的，明白吗？但是让它给你创造的这种感觉、感受来推动着你蜕变，推动你去探索、去突破。这些都是力量、动力。

问：我一天心里都没有走出来，心里有一些不舒服。

高灵：那不更好嘛。那不就好像是高压锅一样慢慢慢慢的去酝酿..... 那就越是能够激发你去突破。所以这种不适感也在推动着你去活出你自己。

问：高灵还有什么信息要带给我的吗？

高灵：你稍等。把生活中遇到的所有事件都往，就好像是上天在推动你蜕变、推动你灵魂的绽放、推动你去重生。如果你什么事都往这个方向想，就比如说JOJO老师让我来上课，这是老天安排我要突破、要关心我、要激活怎么怎么样，把它放到这方面。就刚才你所谓的什么

骨干、同事给你产生的那种感觉，就是他激发我要活出真正的我。这样无论谁在我面前，无论他怎么说我、怎么指责我、怎么否定我，我都丝毫不受影响。就好像他们在指着我这个中国人说你这个黑人一样。你不会像是：好伤心啊、他们说我是黑人。你会伤心吗？就好像有人指着你说你是个男人。你知道你是个女人，所以无论他怎么说你是个男人又怎样呢？只有你对自己的不知晓，别人说的话才会影响到你。把这些事件都当成是推动着你这个生命得以蜕变、得以绽放。

2024/09/28 – 美国线下第一场

第一个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你这一生的一个灵魂东西就是来拿坚定、坚不可摧, 就是very tough。所以在你之前的阶段和过程, 我们说前半身, 就是你蜕变之前, 你会发现..... 就比如说你心中想要表达的或者想要展现、成为的总是在被影响, 就是不能够完全为自己发生或者是坚定自己的那个什么。如果说的简单易懂一点, 就是在别人眼里觉得你好像是一个很随、很easy going或者不太有自己的一些坚定的想法、目标的一个人。就是你会发现很多时候你可能会为了表面的一个‘和’的相, 就是为了我们之间不要有矛盾, 就是为了表面的一个‘和’的相而没有去表达自己, 没有做自己。就这么说, 你就没有爽, 就这么简单。没有什么爽呢? 就是全世界都是围着我转的那种爽, 我才是中心, 你们都来服务于我, 就是去体验到你是主人。就是如果是从能量层面, 就一直有一种好像你是仆人, 你是旁边的人, 没有坐上你的王位。那你这一生就是来拿我就是王, 这是我的王位, 就是要拿这个。就是所有的这些经验、体验和人生, 它其实都把你推到这个位置。就是一定要把你推到死角、角落的时候, 然后把内在的力量给它释放出来。所以你的人生, 你会经历一个你完完全全totally变成另外一个人格的状态。就你现在的样子和这种感觉会完全变了, 就会完全变的好像阳刚。然后从一个柔的状态变成钢。那我们刚才不是说很多人的灵魂是从一个坚定到一个很柔的状态。那你正好就是从一个小柔的状态变成一个小钢的状态, 这是你人生的一个主题。你可能会遇到一些, 比如睡觉你在公司或者职场上, 就很明显, 你的事业可能一直很难往你自己想要的方向发展, 就是那个高度或者是领域。因为缺少了那个钢。还有就是在关系中你会发现你是那个妥协者或者你是那个围绕着别人的目标在动的那个人。那这个版本, 就是所有这些东西会积压你内在的一种, 就是你刚刚提的那个问题你说你很想自由, 对不对? 就是这个问题。它会更加激发你内在的向往, 去成为这样子的状态。所以你就好像是一个帐篷它的支架支撑起来, 就好像是一个软的东西里面长出来一个很钢。然后你的人生就是围绕着这个主题, 就是激发出你内在的力量吧, 我们说的简单一点。

问: 那我要怎么样拿回自己的力量? 怎么样找回自己的钢呢?

高灵: 你首先要知道比如说现在这个你它不是真正的你。就好像你现在还是毛毛虫, 但是蝴蝶才是你。那你先体验你毛毛虫的那一部分是你还没有蜕变和转变。但是并不是说你这一辈子就是一条虫在地上爬, 明白吗? 我们说你是一只蝴蝶在天上飞。那如果你知晓这个状态的话, 那你就进入到这个蜕变和转变的过程。你不会一辈子把自己当成一条虫, 而是知道你自己是一只蝴蝶。所以对你的生命的一个知晓是非常重要的。你知道你来是为了从一颗种子的状态到一棵树的状态, 而不是说你这一辈子就是一颗种子, 它就是你的命运, 明白吗? 然后还有就是在你的前期, 就是在你逐渐拿回力量的时候, 你多去接触内在特别钢的、内在特别坚定的那种能量体。就比如说有的人他内在的能量特别的强大, 然后你会受到他的感染、你会受到他的影响, 就是你的头脑它会松动。你的头脑会觉得做人就应该这样子, 然后慢慢慢慢的你就会去..... 但是同样的, 你还有一个需要注意到的是不要因为他们..... 他们其实在你面前钢..... 因为你会更加有点不敢做你自己, 你会觉得他太钢。但是我们想让你把他的那个钢当成是一个他在展现生命真正的状态是什么样子的。他来给你展现生命还可以以什么

样的状态呈现，而不是说他的那个钢是来压迫你让你很难发声，很难去活出来。他没有压迫你的力量，除非你认为他，就是你不肯去顶撞他或者是不肯去..... 就是你就把他更加强化了。

问: 我经常会觉得我的腹部或者是肚脐附近有一种压迫我的能量。我想这知道这是什么? 我怎么样可以摆脱它?

高灵: 这不是让你去摆脱它的，而是让你去认识到它，这是你的灵魂要做自己，明白吗? 我要出来，就是你外面是一个虚假的壳，我要突破它。这是你内在的生命力量。就这么说你好像把真正的你，把你的灵魂，把你生命的力量，怎么叫它都好，它在这里抛(抛锚的抛锚)住了。因为你头脑里面有很多那种，比如说女孩子应该细声细气的、女孩子应该温柔、女孩子不应该制造冲突，就比如说，这是你观念。比如说你爸妈一直教你怎么样怎么样或者你觉得如果你太硬了会伤害到他人，明白吗? 就所有的这些东西它都是外面的那一层壳来让你突破的。为什么呢? 你不突破它，你的力量就没有办法出来。所以它就像是你在健身房里那种压力一样的存在。

问: 我应该怎么样和我的家人相处? 他们是我的灵魂家人吗?

高灵: 我们刚才在解读你的灵魂主题的时候就让你看到你可能在工作或者事业..... 因为家庭也好、家人也好还有同事、你的公司这些地方，它不过是不同的镜子来让你看到你是什么样子。那通过你跟家人相处，那他们也给了你一个你体验你自己的渠道。但是它不过是个反射，你要记住，它并不是一个固定的存在。它会随着你自我的突破，你内在的力量逐渐的出来，就是你内在越来越有力量。那过后你会发现他们跟你的关系就产生了变化。就好像你是小孩子，那你在成长，你小时候觉得爸爸好厉害，爸爸能把我举高高，爸爸能把这道数学题一下子就解决了，爸爸好厉害。但是随着你长到了二三十岁、三四十岁，你再看你父亲，你就没有小时候对他的..... 那你就知道你跟家人的关系不过是一个镜像来让你去体验到你自己生命成长的一个变化，明白吗? 所以你没有被困在那里面。你们最大的一个误区是你们试图解决问题，就是试图去解决我跟谁谁的问题、家庭问题或者是父亲母亲，就是你们试图去处理镜子里面的事，而没有知道镜子里面提供的那个相不过是来让你知道你的限制在哪里。所以说去运通每一个镜像，然后再回到你自己到底是什么believe system，到底是什么信念，到底是什么观念。因为你们产生的任何不适感，它会通过各种关系、渠道给它呈现出来，像个渔网一样给它打出来。你这样能够去处理它，你的生命才能成长，你才能产生不同的体验，明白吗?

问: 请问我的灵魂天赋是什么?

高灵: 我们先连接到就是你突破，就是你内在力量出来过后，你就好像是那种可咸可甜，又有柔的一面，又有钢的一面，就是它在不断地变化，就是拿捏有度。就好像变成了一个武功非常高强的，一会儿能静、一会儿能退、一会儿能用力、一会儿能软。就是各种像那种柔道、柔术或者柔中有钢，钢中又有那种韧性。所以如果真的说是从天赋的话，那你就真的成为一个创造者了，就是你可以任意的去展现和创造你自己的激情。那就是在你面前就没有对手了，因为你既能拿捏这个类型，也能拿捏那个类型，可以跟这个类型打交道，也可以和那种类型打交道。就这么说，我们说阴和阳，你就这样子变化了。那你的天赋就是无敌了。因

为如果你说是天赋的话，它还是那种就这一部分比较厉害，就阴的部分比较厉害。但是这一部分因为你把它突破过后，它便融合在一起，就是看似是一个圆的东西了。我们说天赋是一个尖，它拔尖嘛，对不对？这个点比较拔尖。但是它是成为一个圆形的，就比较..... 就包容万象了吧。

第二个人:

问: 我的灵魂主题和使命是什么?

高灵: 你的灵魂主题，你好像是有一种破坏者的身份。什么破坏者呢？比如说你要给我堆一堵墙起来，我就要把它推掉，就像小孩子。因为有的小孩子就喜欢捣乱，就你们立的规矩，我就要把它那个什么。所以你的这个灵魂实际上它来到你们这个物质世界，它就是见不得任何条条框框的。然后有条条框框就把它拔掉。所以就像是一个练功夫的人，你只要给我竖一个东西，我就把它踢掉。然后你踢掉后就很爽。那如果说你的灵魂主题的话，其实你就是来真正的去创走，因为不破不立嘛。因为你们人类的头脑会，就把这个东西创造出来后就让它保留在那里，就这个样子，然后pia..... 所以其实这么说吧，你就像是来拆掉人类头脑里面的观念、信念、墙或者是概念，所以你就像是一个黑客。所以人家头脑里面有个东西，你就要把它拔掉，就这样子的一个。这是你的灵魂主题。所以你在过程当中你会感受到你不能融入或者进入任何有框架的东西。你一进去，你就会觉得，可能很快你就不想玩了，觉得一点都不好玩。比如说人们可能会在一个地方、一件事情，他就一辈子就呆在那里。你不可能。你会不断地去拆拆拆。那从你们人类这个整体来说，你其实就是在协助他们拆掉对相的一个执念。比如说我的房子一定要干干净净，你可能就是..... 然后我的东西一定要整整齐齐，你可能就是..... 就不断地在这样子拆掉、破除掉人的头脑里面对相的一个执念。

问: 我有时候心里有一股很强的力量，就想搅的风云变换.....

高灵: 对，这就是刚刚说的。这就是你内在的那股力量，我就要破坏，就像是暴风雨、地震或者是火山爆发的能量，就是破坏。洪水，一下子给你全部推到。你知道为什么造物主为什么要创造这么多的energy吗？那你就知道你的energy的用处了。所以你一定要不给你任何定义。You are who you are，明白吗？

问: 那我怎么能让这股能量更好的流动出来呢？

高灵: 你现在还在认识你自己的这个过程。比如我说你是暴风雨，你还在认识暴风雨的这个过程。就好像你还在自我认识、自我探索的一个过程。你只需要去成为你自己就行了。因为这不是你学来的，也不是你拿来的，也不是你..... 因为你本来就是嘛。你说风需要去学怎么吹吗？需要吗？我是闪电，我需要学闪电是怎么发电的？不需要，你是它本身。你头脑对自己不要有任何评判就行了，然后别人对你的评判你不理会就好了。因为他们不知情，他们需要符合他们头脑里的相的一些东西。所以你一定会有有一些声音会觉得: 哎，她怎么这样？你能不能这样？就是这样子。所以你要自己不对你自己有任何评判。但是通过你自己来认识到，比如说你通过大自然你也能知道为什么这里又有风、又有太阳、各种，对吧？又有雨、又有雪、水..... 各种各样的。你能去责怪水太柔软了吗？你能去责怪风太剧烈了吗？

问: 我的身体今年有一些不适。我想知道为什么? 能不能疗愈?

高灵: 我们连接到你刚说的那个不适感是来自于你有一颗躁动的心, 就我要动、我要跑。就好像你把一条大型犬放在房子里面: 坐在那, 别动。它痒不痒? 这个就是。因为本身你的能量就是一个我要去这样子动。所以动起来, 你就很舒服。或者是把那种不动的人带动了, 你也很爽。你看他坐在那动都不动一下, 跟个什么一样。你如果把他的能量给带动起来, 你也会很爽。

问: 但是我有很多事情想做想动, 但是另一方面我又精力不济。这是为什么? 我很容易疲惫, 而且我睡不太好。

高灵: 你睡不太好的原因是因为你体内的能量一直就是跑跑跑, 那其实你还是需要更加释放你的能量, 比如说拳击啊, 它会大量的消耗你, 也会让你的体内的能量得到释放。那过后你会睡的好一点。就是释放, 尽情的去释放你的能量。

问: 它就是contradicting的, 因为我睡不好, 我就没有劲.....

高灵: 就这样子, 就像是一个动物, 你把自己折腾的精疲力尽了, 你就能睡的很好了, 明白吗? 就还剩一点energy, 还剩一点力气, 你就去折腾。

问: 那我身体的情况今天可以疗愈吗?

高灵: 没有任何问题, 明白吗? 动起来呀。哪怕你去跳舞, 你就开着音乐在那狂跳, 明白吗?

问: 我现在对通灵, 就是灵视力之类的特别感兴趣。对于我来说怎么能让我的能力尽早的打开呢?

高灵: 应该是说通过你产生的这些问题, 然后来让你更多的去认识到你和它们之间的关系。因为你并不能很好的去认识它, 有可能只是你头脑里面的一些概念或者是你头脑里面提取的一些信号。它来自于你对这些声音知晓的一个程度。那如果我们来回到你们比如说去追求这种灵力的开发也好、探索也好, 我们想让你们知道的就是说你们最大的灵力就是成为你们本身是, 那就是你们最大的灵力。因为没有任何人能替代你、取代你或者是能够什么什么。那个才是你们最大的灵力, 就是成为灵魂的那个真正的你。就刚刚我们说你是破坏的能量, 那你就去成为你自己的那股能量。比如说你是李小龙, 那你成为李小龙的状态。

问: 那我那个破坏的能量去哪里踢馆呢?

高灵: 你要去理解这个破坏的能量并不一定是..... 你说的是那种..... 而是说你只需要在成为你自己的过程当中, 就是在不断不断地成为、允许的这个过程当中, 它自然而然就已经在破掉一些东西了。它不是你故意要去破, 而是你在成为你自己, 它就破了。就像你是一颗种子, 你从土壤里面出来, 你在发芽, 你在成为你自己的时候, 你就在..... 而不是说我要用一颗种子去破掉土壤。那你没发芽, 你没有成长的话, 你破不了它的呀。它不是学来的, 也不是我们告诉你的, 它是在你成为你自己的过程当中, 它发生的一个‘相’我们这么去说它。然后还有就是关于你刚才提问到怎么样去提升你的灵力。首先就是你们每个人来到这里, 你们会有你们自己灵魂的一个功课。然后就是说去突破你们的灵魂功课, 你们就会越来越接近连接、

合一，就是进入到本源，就会进入到那样。就是我在成长、突破，我做我的灵魂功课我才能到这里。但是你通灵，实际上你就是在这里。所以你还是要go through，就是你还是要通过这个通道。你如果没有通过这个通道，单纯追求一些灵力的话，它是进入到另外一个相，另外一个幻像。就是你在玩另外一个游戏，进入到另外一个幻像了。

问：成我我自己，做我自己？

高灵：那你就已经是灵了。是灵在表达、在展现、在活着，那就是灵了，明白吗？我们说没有通灵，因为你是头脑里的一堆程序嘛。那你突破了过后，你就不是程序，你就是灵了呀。那你通灵就是把这个程序拿开，对不对？我就是允许这个能量在展现嘛。

第三个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们连接到你这一生来到这里，你就好像从一个像林妹妹或者像是悲剧演员，从一个这样子的状态而达到、成为、进入那种各种搞笑、好玩，就是从一个悲剧演员到一个喜剧演员的这样子的一个转变。所以其实突破之前的那个你，它选择了一个比较不容易很嗨或者是比较容易看到事情的悲观，就是进入到一种阴的天气。这么说，简单一点，就是从阴天变成艳阳天，就是充满了阳光的天气。从一个阴霾的情绪变成一个高涨的这样子的一个..... 所以你这一生的路线是这样子的一个蜕变或者是成为的过程，明白吗？

问：那天赋使命是什么呢？

高灵：如果说在这之前的天赋的话，可能就是让你写一些比较..... 可能灵感比较多，感触特别多。就是让你写一些那种比较伤感的，你可能会特别的..... 因为你品尝到了很多那种苦味也好，就是那种味道。比如说你对苦的理解度，你可能能品尝到百分之百，别人可能尝一下，只能品尝到百分之几。那如果是在你突破，就是从这个版本到另外一个版本，然后在这样子的一个状态下，因为那个就是另外一个你了。那那个你的天赋，我们连接到那个版本的你是一个特别能点燃别人的人。就是你能把任何不开心的人一下子就带到一个特别快乐..... 它就像是一根火柴，不断地去点燃燃不起来的柴一样。因为目前你就像是那种不太好点燃的柴，湿哒哒的木头不是那么易燃。所以说你不同的形态和不同的生命状态有你不同的你所谓的天赋。

问：那我现在处于哪个阶段？

高灵：你现在还在处于你品尝你的，就是有点想要去变或者是产生变化。我们说那边的颜色是白色，这边是黑色。然后你正好是从白灰，就是灰色地带慢慢慢慢..... 你既能体验到你白色的部分，逐渐的会去好像探索、发现或者是被吸引，比如说你会被这样子energy的人吸引到。你是这样子的一个状态。

问：那现阶段我最需要解绑和放下的是什么？

高灵:太多了。它不是解绑和放下。为什么呢?因为在你自己成为,就好像毛毛虫变蝴蝶,成为你生命绽放的.....就好像你是一颗种子,你在成长的时候,那层壳自然就掉了。所以不是说你去把这个壳给它扯掉,而是说你去认识生命,去认识生命的真相。你们生命的真相不是你们头脑里面那些观念,它也不是你的这个名字,你的这个身份,你是女人,你是个妈妈,你是个老师,你是孩子.....这些都不是你,明白吗?去认识生命的真相到底是什么?因为它这个来自于你对生命的理解度,就你僵化的程度等于你对生命的理解程度。你认为生命是这样的,我只能这样,那么这就是你的认知,这就是你自己体验的那个版本、那个状态的你。那如果你越来越认识到生命的真相到底是什么,它不是你这具躯体。那随着你对生命的理解度的增长和知晓,就是越来越知晓、越来越知晓的一个状态,那你就千变万化,没有任何,就是没有那种凝固的能量。所以就是对生命的一个认知。

问:影响我今生最深的前世是什么?

高灵:我们连接到的确你这一生需要突破的一个功课是有前世的影响。有好几世的你都是一种特别严肃、认真、规矩,就是这样子的一个版本在体验人生。然后你体验的这几个版本,你都会觉得这个版本根本就不好用,就是这个能量状态不好用。然后你就想要去拿到或者是变化到另外一个,就好像你之前拿这个杯子很重,你一直在用它喝水。你说我这一生要放下这个杯子,去拿另外一个轻一点的杯子。那你这一生就好像是放下你曾经一直是的状态,就好像你练了很久很久的一个功夫,你要把它放下,你要去学另外一套技术。所以它会有一个这样子的蜕变期,也会有你再一次体验这种.....所以你刚刚提的这个问题,是有前世对你的一个影响。我们看看怎么样可以在蜕变的过程当中对你有更好的.....多和那种比较多变或者funny,就是他们一直在,他们就是一直就是变来变去,他们一直是很funny的能量,和他们相处。会有一点好像是逐渐的松动你的这个状态。

第四个人:

问:我的灵魂主题是什么?

高灵:我们现在连接到你的灵魂主题是,就好像是在修或者是放下任何概念、放下任何相、放下任何.....就是放下任何。就像前面我们说的一个,它的灵魂主题就是破坏,就好像你有个概念出来,它给你破坏掉;有个相出来,它给你破坏掉,就像是这种。那你其实就像有一个东西出来就给你打掉,有一个东西冒出来就给你灭掉。其实你这个灵魂主题就是来体验把各种冒出来的相给它灭掉的那个主题。

问:那我的天赋是什么?

高灵:你的天赋就是你生的相特别多,冒出来的相特别多,就是想法.....一二三四五六七八九十一个一百个一下子生出来。那你们物质世界的天赋的话,就比如说你会是一个特别好的策划人或者是有很多idea,就是我可以给你很多选择,你来选吧。我可以给你出一百套方案。这个就是你的天赋。就是一个人来请教怎么样开店,你就马上刷刷刷一百个方案就出来了。这算不算你的天赋?明白吗?就你产生的这种特别多特别多。

问:我跟JOJO老师学习修行已经传播爱这种会是怎样的一个路径或者怎样做回更好?

高灵：在这个过程中你会发现比如说JOJO老师在消灭、灭掉别人的一些观念概念的时候，你也会不断地在灭灭灭，你就会很爽，然后这样子的一个过程。所以在这个过程中你会体验到很自由、轻松、愉悦，就很爽的感觉。因为其实你生出来的那些东西，我们刚刚说的那些相什么的，它其实都会像是给你们的周围添砖加瓦，就是有一堵墙。那堵墙怎么样都会让你品尝到有一种压迫或者是窒息，就是肩膀上的压力，就让你觉得生命不轻松。

问：那我们会不会有一条路径和方法指引我们传播光和爱？

高灵：你们没有任何需要传播的。如果是传播光和爱，你是一朵花，你说我怎么样给这个世界带来美丽和香味呢？你绽放不就好了？你成为你自己不就好了？你是一朵花，你成为你自己，它就有香味。你是一棵水果树，那你成为你自己，他们就有果子吃。那你们每一个个体只是在成为你们自己的过程中就在传播光和爱啊，因为你们本身就是光和爱。那如果你要是没有成为你自己的话，那你怎么传播光和爱？不是说我把我的身份掩盖了，我藏着我自己，我没有成为光，手上去打一个光，来，我传播。所以是be yourself，就是做你自己，你就在所谓的一个传播光和爱。做你自己。但是做你们自己是有一个过程的，明白吗？你们所有人就好像是一个慢慢升起来的太阳或者是一朵慢慢盛开的花或者是一棵慢慢成长的果树。所以对你们任何的状态，任何的季节，这棵果树在幼苗的时候，在春天、秋天……不要有任何的push、着急或者是指责、评判说你这不是光和爱的行为。因为你们所有人都是种子，地球是土壤。你们这颗种子来到这里有它成长的周期，允许这个周期。不给任何评判、指责或者是push，任何，明白吗？那在这个过程中你是在体验和欣赏生命的奇迹、生命的美、在展现生命是什么？

问：我是在协助JOJO老师，那她是在传播高灵的信息……

高灵：你们不是来成为仆人，啊，高灵说我要这么做，我要那么做。你爽你就做，你不爽你就不做，就这么简单，OK？你在做的任何事情是因为你乐意、你开心、你爽。任何时候你觉得不爽了，你就去做你爽的事情。这里没有任何一个你是这个职位，你要去做这件事，没有你的话……我告诉你，世界上没有任何一个人离开就不能怎么样了，OK？那JOJO老师在做这件事情也是因为她自己爽，她才做的，明白吗？所以你们做任何事情不是说你是被选中，你是天选，这是你的职位，你必须要做。NO，那不是。你只需要去做你自己。然后在每一步尽情的去follow你内在的激情。因为你们任何人没有任何责任、负担或者是标签肩负在你们身上。没有的。你们不过是在这里来展现生命的真相，来体验生命是什么。当然在展现的过程中，你也在以你展现和存在的方式在服务于这个整体。就好像我们刚刚说你是一朵花，你在绽放。那么自然而然这个地球就会充满了香味和美丽，对不对？那你是果树，你在成长。自然而然你就会让别人品尝到你的香甜。所以它不是你按照这个模式去做而成为的。而是说在你做你自己，它自然而然散发出来的一个……

问：刚才说我会很多想法，那我这么多想法，我怎么找到一个最优的？

高灵：那你这就是进入到另外一个误区了。你产生的这些想法不是来让你选择哪个是最优让你进入的。就像你头脑里面产生很多想法，然后一会儿这样评判，一会儿那样声音，一会儿指责，一会儿那样……它不是让你去进入这些念头，而是让你看到这些不是你，它不过是你头脑里面飘过的一些概念和相而已。它不过是一些幻像让你去看穿 there's nothing there，OK？

让你去认清楚一切都是幻像，一切都是空的。而不是说我要进入哪个相呢？哪个相好呢？那你又入相了呀，明白吗？

问：那我怎么样走这条路？这么多想法，因为要跟着自己的想法走啊。

高灵：你来问这棵树，你这棵树是因为有了想法，它才能长这么大吗？它才能存活吗？它有一个我要怎么样长的更粗一点？怎么样长更多叶子一点吗？它是因为有了这些想法，follow 这些 routine 才变成这样的吗？生命是这样展开的吗？那我问你你从你妈妈肚子出生的时候，你有想我要怎么样以最优的方案生下来我？我要怎么样破羊水？怎么样push？是因为你各种有效的方案你才存活在这里吗？

问：刚出生的时候肯定没有，随着成.....那是小我吗？

高灵：不是，你现在产生的这些念头是因为你对生命有限的一个认知。但是我在跟你讲的这些东西来让你看清楚生命它.....你去看啊，到处都是生命，它们都是怎么存在的。并不是因为有一个老师教它，你要选择这个方式你才能存活。

问：那在地球上规划师啊.....

高灵：你们玩你们的游戏啊。你们在创造你们自己想要的体验而已。这没有什么他那个对不对？这没有对和错。哦，他那个本身就很有效。没有什么效不效果的，明白吗？你们只不过是在用你们自己的信念系统创造一个你们自己想要体验的物质世界，仅此而已。你如果加入了别人的一些想法，那没有错啊。那如果你想要，你就体验。并不是说高灵说了这个话，其他人就否定了。NO，你们每个人都是创造自己的世界在体验，没有否定任何人。我们所有的信息只是来让你好像有一个视角，让你站正这个视角来看一下生命。那看到这个生命，你能产生什么，那是关于你自己的。不是说follow跟随，这个才是怎样，只有这个才是什么的。你们每一个人体验的都是你们世界的真相和真理，明白吗？只不过是提供了一个好像更高的、更广的或者是更无限的一个视角来让你去看。那这些看到过后，它自然而然会在你这个灵魂里发生转变的。不管你头脑的事，是你的灵魂它会自然而然因为它的一个见到、看到和连接到，就好像播了一颗种子。你头脑说，哎，没变化啊，打开一下。没变化呀，再打开一下。不是这样子的。它已经是一颗种子在那里，那么它最终会长出来。

问：我的睡眠很好，但是精力也还可以。就是不很正常的休息方式吧。

高灵：这么说，你们需要对睡眠有一个重新定义，OK？真正的一个.....比如说你们JOJO老师现在就在睡眠当中。为什么呢？你们为什么会产生累呢？因为你们太多attention都放在物质世界，放在这个相，我在关注这个相，我在投射这个相。那如果你能从这个相当中抽离出来，你不会感受到累的，它很消耗你的，明白吗？真正的睡眠就是你闭眼睛，闭一会儿，短暂的和这个物质世界的相断开一会儿，你也在睡眠。

问：那有的人可以不睡

高灵：有的人可以外界的相再怎么变，他不会把自己拉进去，他不会觉得累，他也不需要大量的睡眠。那眼睛闭一会儿，他就足够了。想象一下你们这个肉体，它体验的所有东西，它的attention都全部长时间的焦距在这个相上面的话，他就会感到疲惫，明白吗？

问：我妹妹目前的状态需要给我带来什么样的课题？

高灵：就通过你的这个问题，那你就能看到你对生命的真相理解的程度。因为你现在产生的这个问题，就是你对它理解的程度是在这里，所以它会产生这个问题。当你理解的程度如果在这里的话，它就会不再产生这个问题，明白吗？因为你会觉得外面有一个真正的人，那就像我们刚刚说，那你就产生问题了。外面所有的人不过就是你自己的认知程度在哪里，你自己的意识程度在哪里，它投射出这个版本的它在跟你互动。当你的意识形态在不断地变变变的话，你交涉的又是另外一个版本。所以她任何一个版本都在那里，是你在.....就好像你是一个机位一样，你在进入到哪个地方。你看你们的摄影机，我捕捉这个镜头，那我就在这里产生这个体验。我看着这个镜头就会，比如说看到恶心的事情产生恶心，看到恐惧的事情产生恐惧，对不对？那我再换一个，哇，到处都是鲜花美景，啊，好美啊，对不对？所以说比如说你对你妹妹产生的任何情绪也好、感受也好，它不过是你的焦距点放在这里。但是由于你自己对人生的理解的一个高低之分，然后有限，会导致、产生这一些利的问题。就你对这个相是这个方式的理解。然后我们想让你知道，就是听到这些话是人，你们每一个人的真正的世界里面只有你一个人，记住这句话。你们会逐渐的去通过这个角度去看原来只要一发生变化，因为你一变化的话，你的能量场就变了呀。你一变化，你会发现你跟所有人的关系都变了。

问：高灵最后对我未来三年的.....

高灵：我们想让你知道你只需要成为一个见证者或者是一个玩耍的孩子去体验这一切。然后减少、不要有任何负担、压力，不要有任何你觉得我需要把它做出这样子，要perfect，要这样要那样。就怎样都好。如果它不好了，是因为还没有看到它的好，就是你需要去打开我需要从什么样的角度去看它的好呢？看到它的完美呢？明白吗？把它当成是一个我需要去转变我的角度去欣赏这个世界的美好，而不是说世界应该再好一点，再这样一点或者再完美一点，就是缺点什么，明白吗？就变换你自己的角度去发现它是怎样的一个美。

第五个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们连接到你这一生来到这里至少有一个功课要做就是疗愈你自己，疗愈这个灵魂，有一种好像洗去灵魂层面的悲伤。有一种阴郁或者悲啊，把它洗刷的变得干爽、阳光。疗愈，是你的灵魂主题，就是你首先要疗愈你自己，它是你的灵魂主题。你疗愈你自己过后，你也会去做疗愈。为什么会一直去跟随疗愈的这个主题呢？因为你这一世其实就是来疗伤的呀。什么伤呢？是你灵魂层面受的伤。就比如说我们说疗愈是太阳，那你其实一直需要照太阳。所以你会比如说走上疗愈这条路？走上疗愈这条路过后，你会成为一个疗愈者？因为在这个过程中你一直是在照太阳嘛，所以你会跟太阳有连接，你就是为了太阳而来的嘛。所以你的灵魂主题就是疗愈。但是在这个疗愈的过程当中你还有一个主要的课题是你必须要学

习智慧，明白吗？因为你要是学习智慧的话，它还是在一个就好像比如说太阳照着我才热，不是我内在身体发生的热量。就你的热量是外界给到你的，而不是你内在有生命力产生的一个热量。因为你还会产生误解，你还会生出来更多的相，就产生更多的伤。产生更多的伤，你又更需要疗愈。又是这样循环下去。所以说学些智慧才是你，就是你想要做你这一生的疗愈课题的话，你必须加上智慧。不然它没办法产生。为什么呢？你在制造更多的伤口，你在产生更多的伤口。就是你一边把这个伤口疗愈好了，那边又来一道，明白吗？它是一个持续的这样子的过程。

问：这个伤从哪来？

高灵：是你对相的一种执念，这是一个伤害事件。因为你看不清楚。如果是来自于哪里？来自于无知，就是有限的一个认知，对生命有限的一个认知。因为你们所有灵魂来到这里就是学习。那为什么你之前会有伤痛？它也是来自于你有限的认知。它的伤口就形成了。

问：可以邀请观世音的能量对它进行疗愈吗？

高灵：你稍等。

观世音：我来了。需要哭出来，你眼里有很多悲惨，来自于你的慈悲。你的慈悲、悲悯天下的心导致你总会把所有人的苦难看在眼里。吸收了太多苦难的相导致你心中有很多需要疗愈的地方。所以你有一颗悲悯天下的心，你有一颗菩萨的心。你在走上成为菩萨的路。然后你会走到。

高灵：我们想跟你说，我们刚才不是说你的这个灵魂需要疗愈嘛。这个疗愈是来自于你有一颗非常悲悯天下的心，所以你吸收了很多苦难的相在你的灵魂层面。然后你现在也是有一颗悲悯天下的心，见不得别人受苦受难，你总是想要去帮忙帮助、拯救解救。但是在这个过程中还会再继续吸收苦难的一个相。所以这一世学习智慧对你来说是非常重要的一课。因为学习智慧是你修身或者是成为菩萨的一条路，明白吗？所以你真正走向的是把自己修到菩萨的一个境界。但是菩萨它是悲悯的心加上智慧等于菩萨。你现在拥有一颗悲悯的心，但是你在追寻智慧的过程当中导致的一些伤痛，所以它会是一条疗愈的路。

问：最高版本的我长什么样子？

高灵：我们刚才不是说悲悯的心吗？那你的慈悲心再加上智慧，那就是菩萨。最高版本的你就是菩萨。

问：我来地球之前哪个星系对我影响最大？

高灵：你们这个问题本身就有误，明白吗？因为你还会在用你人型的状态，比如说JOJO老师在美国，就不在英国了，在美国，就不在中国了，明白吗？你是既在美国又在英国又在中国，既在这里又在那里，everywhere，无处不在，明白吗？所以并不是说从这里来到那里。这是你头脑physical的一种理解和看待，但是并不是那样子的。但是如果你跟那个你没有连接的话，那个根本就不是你，跟你没有任何关系。那如果跟你连接上的话，谁都是你，我无处不在。

问: 那我用什么疗愈别人呢?

高灵: 你把疗愈别人当成是镜子来帮助你成长, 你借助这面镜子你在成长。所以你是进入他来疗愈你自己。那这个又需要你的智慧。你需要在你focus你自己身上。如果你focus在他人身上, 他人需要帮助需要疗愈, 然后这又是因为没有智慧产生的。这就是为什么我们刚刚说慈悲的心加上智慧才等于菩萨。那你就知道那些需要疗愈的人, 他们像是来渡你的人。为什么他们是来渡你的人呢? 因为他创造了一个需要疗愈的场让你把太阳带出来就在疗愈你, 对不对? 所以他的出现是来成就你的, 而不是你去疗愈他的。如果你是觉得你是去疗愈他的, 就好像是这个水明明是来让你喝掉的, 你却把它倒你头上, 解不了渴嘛, 对吧? 你应该喝到肚子里面才能解渴, 但是你却把它倒在头上, 你觉得头可以喝水。所以你要知道出现在你生命中的人物也好、事件也好, 它服务的是谁? 到底是你还是他? 那是你自己的话, 你不会有一个: 为什么我没把他疗愈好呀? 为什么他还在suffering呢? 为什么他来评判我说没效果呀? 就不会执着于任何了, 你会感恩这个人, 是他的存在让你可以把太阳召唤出来来晒你、来照亮你、来疗愈你。因为当你自己被疗愈好了, 你就是一个太阳。你不需要, 来, 我来疗愈一下你。你存在, 你就在疗愈任何。他们不知不觉的在被你照亮, 被你温暖。不是一个你要做的一个行为, 我们俩去一个场合, 然后坐下来。就是去了医院你们, 你才在治疗人。不是的, 你随时随地都在影响。

第六个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你这一生的灵魂主题, 它就好像是要从一个胆小鬼的状态变成一个勇猛的战士这样子的一个状态, 这样子的一个蜕变。就是从一个胆小鬼到一个战士, 一个fighter, 这样子的一个过程。然后其实你的人生当中有很多让你有点害怕的事情, 就比如说可能不太站出来, 不太发言, 不太去顶撞或者是辩护、发声。就是好像不让我说话, 我就不说话的那种。就是从一个最角落想藏起来的人变成一个站在台上的人。以前就是说我藏起来, 不被别人看到, 我坐在最角落, 然后要变成一个要站在台上, 所有人都看到我, 明白吗? 这就是你灵魂的一个蜕变和成我的一个过程。

问: 在这个过程中我的天赋相应的是什么呢?

高灵: 这么说, 你其实是一个非常有想法和能力的人。但是它太多都是埋在下面的状态下, 它没有呈现出来。那当你从刚才我们说的胆小鬼变成猛将的时候, 你会发现那些埋在下面的东西都会有一个展现它们的一个机会了, 就像是金子发光的状态了。就是你是有料的, 但是并不是所有人都能看到你的料。除非有人来研究你, dig dig, 他才能看到你这里, 哇, 有点光, 有点东西, 明白吗? 那你就是里面的光变成外面亮了。所以这个灵魂主题就是活出自己, 勇敢做自己, 这样子的一个状态。

问: 我和我先生的灵魂契约是什么? 我们在一起十一年了, 他叫X。

高灵: 我们感受到你从这段关系当中你自己能够体验到, 比如说你们俩就算是夫妻关系可能就很平淡, 就没有碰撞, 就没有那种火花、激情澎湃、激情四射的那种碰撞。就像是那种平

淡如水的那种。他在你的生命当中的出现，你可能会体验到你自己的那种我们刚才不是说你的热、亮、光都是埋在下面的嘛，对吧？那其实你体验到的就是有一种不温不火，有的甚至可能对方会被火辣的女人吸引，打个比喻。那其实这种相就是让你从中看到，你体验的那个你，因为你的热量还在很里面，没有被释放出来。所以从关系当中你也体验不到激情、澎湃四射的激情、充满了兴奋的那种关系。它就像是一杯白开水一样，而不是像是一杯火辣辣的酒的那种味道。它会让你体验到这个。但是当你的生命发生变化的时候，你的关系又会发生变化了。

问：我人生最大的挑战、困境是什么？

高灵：这么说，你人生最大的挑战就比如说现在台下有几千个人，让你上台跳艳舞，挑战大吗？这就是你的挑战。就我要自己上台去跳脱衣舞各种，明白吗？你做到那样子。那个不是被push到，是你自己想要去展现，我想要去脱掉，明白吗？这就是你最大的挑战。

问：我特别想找到自己内心的平静和幸福感，请问有什么建议吗？

高灵：你要知道你内在产生的那个所谓的你说的那种不平静的感觉，它来自于，就我们刚才说你内在的火焰在很里面，它没有在外面，明白吗？它如果是在外面的话，那你里面是不是就没有火在那不断地冒烟了？它燃出去了呀。你想象一下那个火在你里面烧烧烧。那如果这个火一下释放出去熊熊燃烧，它里面外面的温度是一样的，对不对？那你现在里面和外面的温度是不一样的。那你就知道了，活出你自己，那你就能够找到你内在所谓的平静了。因为它里外的温度是一样的。你现在里外的温度不一样。因为你就是需要被点燃，然后熊熊燃烧的那种，激情似火的那种，就完全是另外一个……你想象一下你是一个特别性感、火辣、撩人的状态。你能够吗？那你就活出来。你在enjoy。然后你跟你老公的关系也变了。还有一个幸福感是吗？那就是展现、燃烧啊。通过你去展现出生命力啊，展现出who you are，展现出没有任何遮遮掩掩的状态，就是活出来。那你活出来，就像是一匹马能在草坪上奔跑，幸福吧？你想象一下，你把一匹马关在马厩里面，不让它去草坪，它不会有幸福感的。一条鱼你把它放在岸上，不让它在水里游，它有幸福感吗？它没办法体验到它生命的状态和它生命的本身。它不会感受到自己活着。

第七个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：我们感受和连接到你的灵魂它就是一个小太阳，来到这个世界上就想要照亮更多的人、温暖更多的人。所以如果说你的灵魂主题的话，你应该是来这个世界上做一种照亮、服务、送去关怀、温暖、送去欢笑、爱，所以是一个非常warm，就是一个很强烈的奉献精神的灵魂。有一种像是要找到我在哪里发光，就我在哪里发光，我在天上还是地上？我在水里还是在房间的哪个角落呢？就有一种找归属感，就这么说吧。就我要找到电灯泡是在这个位置呢？还是天上的太阳在那？还是一根蜡烛在这呢？就找寻自己的一个过程。这是你的一个灵魂主题。但是你发光发热这是必定的。但是还是像萤火虫，明白吗？所以这是你自己对你生命的归属感、找寻、归位、归属，这样子的一个过程。但是你一路走下去都是一个温暖的，都散发着光、爱 and 热。这个信息是让你知道不需要去找，因为你有一种要找位置，就是在哪里

发光。不需要去找，只需要存在，只需要成为你自己。尽可能的keep yourself happy，因为你的欢笑就像弥勒佛的能量一样。然后它是去照亮，你走到哪里就亮到哪里。不是说在这个位置我才亮。所以其实你做的就是make yourself happy。那如果你不能happy的话，是因为你智慧的缺少，因为你会觉得应该这样那样。那就是在你智慧增长的过程当中，你会持续的在你happy的状态，那你就像是弥勒佛一样，就一直是笑的状态，就是这个灯一直是亮的，它不会灭。不是去找一个位置发光发热，而是去增长你的智慧，对生命的认知。对生命的认知和智慧，它就像是你这个电灯插上了电，有电了，它就一直亮着。如果你没有的话，你就没插电。就你没办法去发光发热，你就会有一种没有做自己，你就会有一种不舒服或者不适感。所以你感受到你自己在发光发热，你就舒服了。你首先要知道你们所有人来到这个世界上，你们没有所谓的工作要去做。你看着JOJO老师现在在做这个工作，这个只是她的激情，她在做她自己。在你眼里你看着它好像是一个工作。不是代表你不会去做事情或者怎么样去展现，怎么样成为..... 而是刚才我们说你只需要去follow你的passion，只需要去激情，只需要去开心，make sure yourself happy，这个是第一。那如果你没有在开心的状态下，你做的东西并不是光和热。那它便没有一个滋养其它灵魂或者滋养你自己的功效。就是你不会从你自己在做的这个行为当中觉得你的灵魂受到了滋养。那不就是大多数的人的日常嘛。工作也做了，累的要死，对方也不开心，客户也不开心，老板也不开心，我也不开心，我天天还累的要死，对不对？所以说你们所有的人，就像我们刚刚说你们肩上没有什么责任，没有什么使命，你们来不过就是绽放你们自己，尽可能的去扎根、绽放。然后把所有外界的一切转化成对你的养分。你盛开过后，你自然而然..... 就这么说吧，你如果是充满了活力的状态，那你如果是蜜蜂，你自然而然就会去采蜜。如果你是一只蝴蝶，你自然而然就会去做这种事情。你会自然而然的去做，那你到底有没有在有活力的状态下才是最重要的。那你说一只奄奄一息的蜜蜂，它也没有办法去做它应该去做的事情。所以你保持你在一个充满了生命活力的状态下，它自然而然会去做事。所以你不需要担心一只健康的蜜蜂不会去采蜜。那你也不需要担心你自己在一个充满了生命活力的状态下你不会去做事。但是你做的这个事情不是你头脑push你去做的，那它又失去活力了。那你就知道了，对吧？

问：在养育我的两个女儿的时候，有时候会很累。高灵对亲子关系又没有什么意见？

高灵：你通过你在感受到累的时候去看到你背后你在follow什么。比如说你的一些观念：她必须要乖乖的，她必须要听话，她必须要睡觉，她必须要几点做功课，她必须要怎么样怎么样，就是你会发现它背后完全是因为她们没有进入到你觉得应该有的状态或者是样子才感受到那个累。那如果你放下你头脑所有的一切呢？这里便没有..... 因为你头脑会跳出来，啊，明天要上课，怎么现在还不睡觉？还在玩手机玩游戏？就各种声音。那你就知道所有导致你们累的都是来自于你们头脑它会有一个相，觉得要做出这样子才是应该的。所以说去研究这个背后，为什么我必须要要有这个相才会relax呢？为什么呢？你就问无数个为什么，你会看到你背后来自于你本身就加入这个集体意识的游戏规则，所以你在follow它。那你当然，你加入别人的游戏规则，你怎么样都会感受到不自由。所以不断地去探索它。还有就是说正好两个女儿给你提供了一个你自己去成为你自己的..... 你就做你自己。就我们说你自己保持在一个不去做不开心不喜悦的事情，不强迫自己。你自己保持在一个无比兴奋快乐，就像弥勒佛一样哈哈笑的状态，再看你孩子的状态。你再去观察他们。因为你的能量变了，你没有任何要求，没有任何概念在里面，然后你再看一下那个版本的他们是什么样子。你就能从中悟到、认识到生命的一个能量与能量之间的影响了。你就能从你自己头脑里面那一堆概念当中跳出来。

问: 我有时候容易痴迷某些电视剧, 完全停不下来。高灵有没有什么建议?

高灵: 当你们在这样子的状态下, 我们永远不会让你你要这样做那样做。因为那是你的.....比如说你的energy level, 就是你跟你的真我连接的一个度, OK? 你痴迷电视, 你连接的度可能是百分之二十, 对吧? 那我们只是说, 就比如说刚才那些概念你把它放下过后呢, 你就发现你跟你的真我的连接达到了百分之八十。达到百分之八十的话, 它没有一个痴迷电视剧的一个..... 明白吗? 为什么呢? 因为你痴迷电视剧, 你想要从电视剧当中去找到比如说领悟也好、感受也好, 就比如说电视里面告诉我一些概念, 我从这个概念当中我觉得我学习到了, 我增长了..... 明白吗? 那如果你的连接感在百分之八十的时候, 任何都是information, 到处都是information, 到处都在学习。你从一只蜜蜂当中你能看到一个概念、看到这个真相、看到这个真理、看到群体意识。就好像你从一只蜜蜂当中读完了一本书一样。那你说在这样的状态你还需要单独的从一些视频里去寻找或者是让它来刺激你的这种求知欲也好, 或者是连接或者是..... 明白吗? 如果我们只是单独的从你看电视这个行为当中去做手术的话, 那你可能会把对电视的痴迷变成去做其它的。因为你还是需要去做这个, 只是换一种方式。所以它真正的是你和你的真我的连接程度在哪里。你的连接程度在这里, 那你当然就会这样。那你连接在这里, 你就进入到一个不同的, 一个completely different world。然后那里会有different, 就是你在这个世界的互动完全就变了。

第八个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你这一生的灵魂主题有一点是来打破、重建。你会体验到在打破之前的你, 有各种好像很完美或者是很好很乖, 就是在别人眼中的乖孩子。那实际上你的灵魂主题是从一个乖孩子到一个坏孩子的过程。因为你最开始的那个乖孩子, 她会follow很多条条框框, 有很多教条在里面。但是你的这个生命在成长的过程当中就会发现它的自由度啊、喜悦度啊、灵敏度这种就越来越少了。就好像贪吃蛇的那种游戏, 你就会觉得你可动的空间越来越少了。然后你就开始去打碎你那些东西, 然后变成一个..... 但是在你的那一套里面, 就是你看在眼里觉得你变成了坏孩子。为什么呢? 因为以前是因为乖去做, 就把这些乖的东西全部都打碎掉之后就变成了一个坏孩子。那你的灵魂其实就是要拆掉你建起来的那种很多的条条框框, 突破, 明白吗? 那在这期间就会调整很多你的自我评判, 就是挑战你的头脑。这就是你的挑战。那怎么样你才能打碎它? 那还是需要增长你的智慧呀。你不是说你想打碎就打碎的。你下不了手的。你会被你的那种guilty自责死的。那就需要push你去探索生命的真相, 对生命更多的认知。然后你才能去击碎这一切。你自己给自己建了很多东西在这里。

问: 我的天赋使命是什么?

高灵: 如果你没有打碎之前的话, 你的天赋就是很听话咯。

问: 问题是我不听话啊。

高灵: 就是你会follow很多这个东西。比如说你心目中觉得这个是好的, 你就follow那个, 明白吗? 就是follow各种条条框框, 就你会做的很好吧。就老师规定这个东西要这么摆, 你就会摆

的很好，就follow那些东西。但是你会进入到..... 因为你会发现你生命的可活动空间越来越狭小了。它会push你去转变的。所以你这个生命是从一个好孩子变成一个坏孩子。变成坏孩子过后，你的天赋就像是一个魔术师一样，千变万化，万种风情，千面娇娃那种，一会儿这样，一会儿那样。你就变的特别吸引人，特别让人欲罢不能，就不会让人感觉到，哦，这个味道，that's it。就一会儿在别人嘴巴里面，最开始只有一种味道。最后这颗糖从甜的怎么又变成酸的，酸的又变成辣的，辣的又变成那样，就不停的在产生变化。就让人们有一种what's next? 这就是你的灵魂蜕变过后所谓的天赋或者是状态。对，你可以通过多少人被你吸引来知道你产生的变化，明白吗? 就是吸引眼球的人数，最开始可能一个男人追你，最后变成十个男的，他们都对你痴狂。你就会发现你就从一个单一的白色变成五颜六色。

问: 出世和入世的关系?

高灵: 这些都是你们头脑里面你们自己的定义，我不懂。在你眼里出世是什么?

问: 认真的修行

高灵: 那你修行的背后是什么呢? 就是比如说这个东西不对，我要把它弄对? 就是修行背后的动机是什么?

问: 开智慧，开悟。与本源合一。

高灵: 那你与本源合一就是你家里抛弃的那个人啊。你都在抛弃他，你怎么合一啊? 你在创造分裂啊。你把他排出去了。你离开了你，你在创造分裂，怎么又说你在走向合一呢? 分裂的能量谁创造出来的? 明白吗? 那是来自于你呀。抛家离子就是你产生的分别心，那你怎么走向合一，你告诉我。那告诉你们，所有来到你们生命中的，特别是你们的老公孩子，跟你们有近亲的，这些灵魂都是来支持你这个灵魂得以蜕变的。所以你可能会特别的抗拒它。那你抗拒的就是你自己的，我们刚刚说的比如说你自己的条条框框，你觉得老公应该是什么样子，你觉得人生应该什么样子，你觉得我应该什么样子。它太多这种条条框框，然后让你觉得你必须要按照这个心态，OK? 但是我们想告诉你之所以他这么难交往是来自于..... 就这么说，比如说你是一个丑八怪，你跟一个男的说帮我做点这个，他理都不理你。你要是风情万种，他眼睛都离不来你。你让他做点事，他拒绝的了? 他决绝不了。那就说明什么? 他的状态是因为你。所以你变得so boring就是无聊的一个人，也不会去..... 比如说他可能特别生气，那你跟他撒撒娇、亲亲抱抱，他马上就变了。还是说你还在指责他，你怎么这么这么..... 你一变，他就变。那你能变吗? 你不能变。为什么呢? 因为你太执着于那个相了。你刚才骂我了，骂的那么难听的话，我怎么可能抱你? 你太执着于刚才发生的那个相里面，然后再给它一个定义，然后再产生一个分别，导致你们之间产生一个分别。所以那个分别的能量是来自于你。你当然可以合一。合一是什么? 无论他怎么变，我看到的是他这个灵魂是为我而来的，他来支持我。我之所以讨厌他，那是因为我目前需要通过他需要体验到我目前这么没办法从这个相当中脱离出来，因为他刚才骂了我一顿，因为他指责我，因为他打了我，我还沉浸在这个相当中，就是你被相困住了，就这么简单。但是你们要知道你们物质世界产生的所有相是来推动你得以变化。那如果你能从每一个相当中让你变的千变万化，没有限制..... 为什么我们不停的说你们要拆掉头脑里面的各种定义、认知、这样那样..... 如果这个事件不完美，如果这个人不完美，它是来自于你。你的能量还在这里，你拿它没办法，就这

么简单。我那它有办法的话，我千变万化的，它就像一个橡皮泥一样捏来捏去，我想让它怎样就怎样。所以真正的学习不是让你逃开一个地方去到另外一个地方。那你不过就是眼不见为净嘛，你不过是在创造一个分别嘛。那如果你不能通过你眼前的一个相来看到这里其实没有区别的话，要选择到另外一个相当中才能去那个什么的话，那你不过是在自欺欺人。所以说去运用每一个让你抵触的相，然后让它来推动你，看我自己能够变化有多快，看我自己能够多快的去看破这些相，看我能够如何去转变他人的能量，不受他人能量的影响而是我去影响他人。你们在这里，你们没有仇人、没有敌人。所有的敌人只不过是换着角色、换着法子、换着方法来刺激你得以蜕变的。所以你体验到对方给你制造的一些不悦感、不爽的感觉，不过是来自于你自己。没手段嘛，没方式方法嘛。哪怕是一个再冷漠的男人，我都能把他点燃，你相不相信，明白吗？所以刚才就告诉你当你只能吸引一个男人和吸引十个男人，你就在转变了。那你看，比如说刚才你说想要脱离家庭（提问者：开玩笑的），对，我们是通过这个话来让你们每个人看到，明白吗？就比如说之前你家里的男人老是给你使绊子，老是看你不顺眼，老是让你不爽。那你就通过在他那里把自己变得千变万化、风情万种，哪怕他跟你发脾气，你也可以去挑逗他，可以去诱惑他，就是变得你做什么我不在乎，我完全知道我想要这个能量场朝什么样的方向发展。那你是不是就变得你就是无限了？你就是无限，你就没有限制。那如果你是需要达到我从这个点到这个点，我才能怎么样怎么样，那你就是什么？限制。你们来这里来地球，都是从一个有限制达到一个无限制的一个状态。你就会体验到你们自己生命的本身是什么。

第九个人：

问：我的高我想通过梦境给我传递什么信息？

高灵：特定的梦吗？

问：特定的梦，就是在梦里看到另外一个维度吧。

高灵：我们想让你知道你不需要通过去问什么梦境给你传递什么信息。而是说直接现在你就在跟你的高我对话。

问：我这一世的天赋是什么？

高灵：我们想让你们知道你们每一个人都是无限的天赋，并没有一个特别的。只是你在哪一个阶段的那个你，就比如说你在开花的阶段，你的天赋就是吸引很多蜜蜂。结果的阶段，你就吸引很多小鸟，你就香甜了，对吧？但是生命本身就是在不断地变化，所以你的天赋也是无限的。你可以问一下你的灵魂主题。

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：你这一世的灵魂主题，这么说，你前世都像是做男人的那种能量。然后你这一世实际上你是想把你的女人味给激发出来，就女性的那种魅力、柔情、风情，就是女人味。从内在发出来的魅力和吸引力。所以你这一生就是想要来把自己内在的女性的魅力和能量去把它真正的激活和激发。那这样子的话，你会产生很多体验，体验到比如说在那个味道没有散发出

来的状态和散发出来过后的状态。所以你会体验到这样子的一个变化。但是在这个过程中你会需要，比如说需要拆掉突破头脑里的很多概念、观念，还有就是在你的个性和性格层面的一种塑造，明白吗？然后这些对你来说都会是一个挑战。

问：怎么能自己想出体就出体？这方面怎么提升？

高灵：你想要灵魂出体是干什么？是产生不同的体验。那么你的灵魂为什么它要散发出它的女人味或者是魅力或者是诱人的那种味道呢？为什么呢？因为它能产生不一样的体验。就比如说当你在没有散发一个女人味的时候，坐在你前面的那个男人是一脸正经的样子，对不对？当你在不断地散发女人味，他就开始好像变了。你就在体验这个男人一会儿这样，一会儿那样。他一会儿想要带你出去兜风，一会儿想要带你出去喝咖啡……那你的体验是不是就开始在扩展了，对吧？那是什么导致这个体验的门，比如说你本来有十个体验，那就是因为你的味道有散发出来还是没有散发出来啊？那你就知道它不是在你的意识里面你再去……而是说你的physical、你的物质身体再去扩展你的体验。那你看到没有你的灵魂背后它的一个动机和需求是什么？就想更深更广的去体验，更多的选择。更深更广泛的去产生体验。你要进入到这个体验去体验，而不是出体去体验。就是进入到这个身体去体验。你们都可以做到，明白吗？

第十个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：你这一生的灵魂主题就是来好像是每个角度、四面八方、每个角度都是来变得强大，就是强大，主题就是强大。我已经能够连接到你就好像是一个真正的fighter，就好像是一个拳击手的能量在里面一样。因为它会一直在这条路上，你内在隐忍的能力特别强，就是持之以恒专注的去做一件事情。就比如说训练变成一个强大的拳击手。你会很enjoy那种不断地去，就是getting stronger，就是在一条路上反复的训练自己突破。所以这是你的灵魂主题，就是不断地变得更坚不可摧吧。

问：我的天赋使命呢？

高灵：天赋前面已经说了，就是你特别能够持之以恒的去做一件事情，不断地去突破，比如说像是一个运动员长年累月的去做一个运动，不断地突破，就是隐忍，明白吗？这种力量，就默默的在做事吧。就是好像把自己关在一个屋子里面，不断地训练、突破这种。这个是你的天赋。

问：我会觉得这一生跟我相伴走下去的人，他的灵魂是什么样子？

高灵：你是说未来还没有出现的？因为我们刚刚连接到那个你就好像是重复的在专注的去做一件事情，如果是从这个上面，他会跟你比较像。你们更多的像是队友，他也是这种能够隐忍、重复、专注的去做一件事情。所以你以后的关系会特别铁，就是不是那种很短期，很容易分开的。它的关系是铁的，是很久久持久的，然后是一种队友战友，亦师亦友，就是又像是爱

人，又像是队友的那种partner。他像是你的一个影子，就是你们俩有很多品性、特质、特征上的一个共同点。所以是跟你很像的一个人。

第十一个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你有点像那种好像披头士或者是摇滚，那种很自由很passionate的能量，就像是那种披头士的灵魂。你的内在是一个放荡不羁，就是一个完完全全没有任何束缚，不可一世，就是狂人吧。就是你是这样子的一个灵魂。那你的灵魂主题还是突破，就是突破你的身份，还有你的相，还有你女性的身份，就是一个自我突破。因为这个突破的灵魂它太狂野了，你如果是活出自己来，一定是那种把你现在的这个形象和相全部击碎的一个状态。那你的灵魂主题就是突破，突破自我，展现自我，那个真正的你。

问: 我的人生方向在哪? 突破过后去哪?

高灵: 突破过后你就是个狂人。去哪里? 它没有去哪里，你只是去展现你自己。你去哪里是你的头脑对你展现的过程给它一些描述或者是概括，就是这么去说它，但是你只是在做你自己。

问: 想问一下感情方面，感情之路怎么样?

高灵: 像我们刚才说，其实你们都在不同的阶段有不同的对象给你呈现不同的体验感。那比如说我们说你突破之前的你和突破过后的你，她的感情对象肯定是完全不一样。所以你的体验感是完全不一样的。

问: 那我该如何找到一个合适的对象?

高灵: 首先你们的对象他是，就好像他是已经预定好，他是你们生命中已经注定的一个对象，不是你去找来的。去找来的，只是你们头脑自己的理解，它是这样发生，我们是这样找到彼此的。不是的，因为你们本身就是你们的灵魂伴侣，就是这个灵魂来跟你这个灵魂互动，产生一些交集，怎么样服务于你自己。所以这个对象不是找到的。那像你刚才说的是合适的对象，对吧? 那你们首先要知道你们生命每一个阶段出现的对象都是合适的对象，OK? 在这个阶段你就需要一个人渣来刺激你，来虐待你，那他就是一个最合适的对象。给你找一个very nice的person就不适合了。为什么? 因为你需要体验人渣啊，明白吗? 所以离开你们的头脑，因为你们灵魂有你们灵魂的一个设计，有它的一个路线。你们头脑会觉得合适的对象是一个爱我、听我，他才是合适的。NO，那不是你那个人生阶段该体验的，不是你该拿到的体验，明白吗? 所以说放下你们对合适的对象，那个人渣就是合适的对象。但是是在你人生的那个阶段而已。但是你的人生有无数的阶段，有很多的阶段。那最合适的对象他会在什么阶段呢? 那就是说你成为真正的你。外界所有的对象都是合适的。为什么是合适的呢? 就是你不会feel uncomfortable，你不会感受到一种不适感。但是那种是来自于你在真正的做你自己过后，你才会发现你在跟每一个关系交往都不会产生一个不适感。因为你在允许每一段关系以它本来就是的方式在服务于你。而不是头脑认为的，应该是什么样子来服务于你。为什么

呢？因为你头脑是一个体验者。它就是一个我在场，我在体验，仅此而已。它并不知道灵魂的路线，灵魂的计划，灵魂想要来拿什么。

问：那我在成为自己的路上需要注意些什么？

高灵：不是注意，更多的是允许。就是允许，允许一切发生在你的生命当中，然后去看到它背后给你的礼物是什么。你们每一个步骤或者或者每一个生命阶段都会有礼物给你。因为如果你看到它来给你送什么礼物，你便能收到。如果你看不到，你就收不到。

第十二个人：

问：我现阶段的灵魂主题是什么？

高灵：我们看到就好像你现在内在的力量在慢慢慢慢的出来。像是一个转变、蜕变，它有一种不断地在push，就这么说，就像是在生产的过程当中你在通过那个产道对你的一种push和挤压。所以现在你就是在产道里面，这是你目前的一个状态。所以说你会体验到很多那种，就是有时候会体验到一种窒息感或者是不适感或者是莫名其妙的压力。但是它可能不是因为某一些事件的发生，而是因为你内在就感受到生命好像在push你。然后只有你不断地往前，然后你才能感受到你自己。如果你是停留在那个状态的话，你会感受到窒息感。就目前你从灵魂层面它在一直推动你去蜕变或者是拿掉那些束缚。在这样子的一个过程。所以你会发现当你在越来越多的去变，它必须得变，如果不变的话，你会感受到窒息感。那个变是什么变呢？就是你思想层面的一个变化，比如说以前我的观念是这样子的，那我的观念必须要变成另外一个样子。如果我停留在旧有的观念里面，我就会体验到一种窒息感，明白吗？比如说你前几十年你可能一直在这种状态下，你一直是这种思想，你没有觉得痛苦，你没有觉得生命有一种压力的感觉。但是在目前这个阶段，你会感觉好像外面什么都没有变，但是你会感受到生命对你的一种压迫感。那如果你旧有的一套程序或者观念或者思想，它没有发生转变的话，它就会让你产生一种窒息感。那如果你在连接我们的信息，你在接触我们的信息，你的思想在变的每一刻，你就会感受到愉悦轻松，明白吗？

问：刚才说在产道里push出来。想问一下什么时候才能出来？

高灵：这是一个过程。比如说怎么样加速或者怎么样的话，那就是我们刚刚说如果你有一个东西在那它没变，就是你陈旧的一些观念观点没有发生转变的话，那你就是一直持续的体验到那种，就是很不爽吧，就不适感吧。那当你通过这个去探索生命的真相，你如果知道是这个观念观点或者思想导致你产生这种的话，那你就已经开始变化了，对不对？那你变化了，你就感受到好像呼吸更加顺畅了一点。它是一个你到底是否去在一个不断地去拿掉你的，就是update yourself。那如果你一直在update update，那你就不会感受到那种窒息感了，明白吗？因为你到了一个蜕变的时候，就是这个时候好像是一个蜕变的期间的话，旧有的程序和模式已经不能支持，不再是适合这个灵魂的状态了。

问：刚才说的旧有的模式包括我的婚姻吗？

高灵: 这么说, 包括你对婚姻的一个定义, 包括你对你的对象、partner、你的另一半的一个定义, 包括你对自己所有的经历、所有的相、一切的一切, 明白吗? 因为你会有那些对你身份的一个定义, 对他人身份的一个定义, 对你们俩之间关系的一个定义, 就是对所有的一切这些, 你自己会知道什么时候产生窒息感。因为你是那个体验者, 你知道我这里呼吸很苦难, 那里呼吸是顺畅的。你把你自己放在水里面, 你呼吸不了, 对不对? 你出来你就能呼吸了, 难道你不知道吗? 明白吗?

问: 大概两个月以前, 我跟一个男的有过一段短暂的感情。不是世俗意义上的, 是灵魂层面的..... 这个体验是想要带给我什么?

高灵: 这个体验就好像这个杯子在这里, 它没有动, 没有变, 对不对? 但是你却可以通过你自己, 可能小孩子的时候, 它对你来说就是一个水杯。那等你长大过后, 你就会去辨别它的材质, 它是玻璃, 它是瓷器..... 然后你再长大, 你又会去研究它的成分, 明白吗? 它会随着你的这个意识体在不断不断地成长过程当中, 这个杯子变得不一样。所以你说的那个只是你目前的认知对它的理解在那里。但是它就在那里, 它会随着你自己..... 我们刚才不是说你会拆掉很多条条框框, 你会转变很多, 你会update yourself。那你这样子的话, 你就有一个参照物。就你到了这之后, 你再来看这个, 它对你来说是什么。你可以从这个事件当中获取的是什麼, 得到的是什麼, 是什麼感受。这就是外界的一个相也好, 外界的人也好, 一段关系也好, 它们都给你提供一个你通过它这个反射来让你知道你这个意识形态在那个什么的。那你就知道你其实在跟你自己打交道。外面没有一个真正的人, 没有一个真正的事情, 它只是像镜子一样, 你通过它来体验的是你自己, 你体验的是你自己。所以无论你在那段感情当中suffering也好, 无论你是什麼体验, 它不过是你当下的那一套系统或者那一套认知、那一套状态的你。所以你是通过它在taste yourself, 在品尝你自己, 明白吗? 所以它在那里, 你可能明年后面, 你可能就不会再来问我这个问题了。

问: 我的天赋使命以及我能不能成为一个管道?

高灵: 我们先回答你前面的问题。你想知道你的天赋和使命? 我们连接到你的能量, 你与生俱来像是那种微风或者是温暖的阳光, 就是那种轻柔的能量, 就是逐渐逐渐给其他人带来一种就好像是很舒服的感觉。天赋的话就是你会在人们不知不觉或者潜移默化, 在这种状态当中你其实已经在影响着他们的生命了。就像是微风啊或者是雨露啊那种感觉。这是你的一个特征。因为你没有一种很strong的那种, 就是像火一样很猛烈的能量。你的能量就像是微风。所以就没有任何人可以抗拒它, 因为如果你是很猛烈的, 人们可能会一下子应急, 起一个抵抗这个能量对他的干涉, 就他会觉得你在干涉我哎。但是你呢, 就没有办法, 就受你影响的那些个体它们没有办法。它只会通过你的存在感受到一个如沐春风, 明白吗? 我们所说的天赋是什麼, 就是你是一只鱼, 你可能在水里面游的很..... 或者你是一只鸟、一朵花, 香味就是你的天赋, 对不对? 那我们说你的这个灵魂, 它的存在的状态会让人们不知道你在影响着我, 但是我就在被你的能量影响和带动。这是你的一个特色吧, 就是你灵魂的一个特质特色。你能不能成为一个通灵的管道? 你们首先把通灵管道这几个字全部拿开。为什么呢? 因为当你在真正成为, 比如我们刚刚说你在拆你的, 在update, 那你一直就是在通灵状态啊。不是说只有我在传讯的时候才是在通灵状态, 你一直都是。通灵是什麼呢? 通灵就是我们说, 比如说灵界是这下面看不到的, 然后这上面是看得到的。如果是说没有在通灵的状态的话, 你可能只能看到这一部分。它是少的一部分。那如果是在通灵的状态, 它是通透的, 它

是一致的。它没有被..... 这么说，这是个白色的，你没有通灵的话，那物质世界世界是黑色的，那你变成黑色了，但是下面还是白色，但是上面别人看得到的是黑色的。那如果你是通灵的状态的话，你的底色是白色它就是白色，它不会因为外界是黑色的环境，然后你自己变成一个黑色，明白吗？那你就能够去展现who you are，就是你是鱼的话，你就在水里面自由自在的游。那如果你是鸟的话，你就在天空中飞翔，就是它对你来说不是一件费力的事情。任何让你觉得你在费力或者用力或者是消耗的状态下，它不叫通灵。这就是所谓的一个通灵。

问: 我最近发现我手心总是有一些小小的闪光的东西，那个是什么东西？

高灵: 我们连接到好像，我们刚刚不是说你在阴道里面嘛，对不对？那它那个地方实际是阴暗黑暗的。然后这种好像是来让你看到光是来自于你，明白吗？你就是个发光体。因为你会觉得我现在在黑暗中，我要寻找光，光在前面的地方。就有一种.....

问: 这是我身体里的光让我看到？

高灵: 这是在你的灵魂，就是这一步骤上面，就是在这一步。因为当你知道你就是光了，你便不需要这个information或者提醒来让你notice到，明白吗？那你现在知道了，你自己才是发光体。那个光不是在外面或者在其它地方或者是怎么样。那当你在接受到这个information，这就是你知晓的一个状态嘛。所以在这一步这个信息是想让你知道你自己是那个光。You are the one.

问: 现在我跟我老公的婚姻最大的一个限制.....

高灵: 我们给你们所有在关系里面或者让你觉得窒息或者痛苦或者任何，我们想让你知道的是它不过是你目前这个阶段你需要去taste yourself，就是去品尝、去尝到你自己的level，你的级别或者你的意识水平，你自己在哪里。所以你在品尝你自己。当然我们想告诉你的是，你在你品尝你自己的那个过程当中，任何当下你都可以shift，就是我不想要在suffering或者是在这段关系里痛苦，我把那个权力拿到我手上，我不期待你去改变。因为什么呢？那个‘你’不过是你的回音，不过是你的镜像。所以这里根本就没有一个所谓的对方，我要他怎么变。而是说对方是在你的手心，在你的世界里。你想要怎么体验那个版本的他，明白吗？那你体验不到的话，比如说你想要体验一个通情达理的他，然后他总是表现什么什么的，那是因为你开始在对他的那个相，比如说他表现出一个特别自私自利的相，你入了他的相。OK，他表现得自私自利，你把他当成自私自利的人了，然后你在加深这个相。然后你也在帮助他，你们俩互相的加深这个相，他也这么认为他是个自私自利的人，OK？但是你要知道你们每一个个体、每一个灵魂、每一个人它是有各种相，它不是只有固定的一个相，它是有各种相。各种相都能呈现在你面前。为什么我们总是说你是无限，对不对？那如果你有了限制的话，你当然体验不到他的其它相了。那如果你是无限呢？你想怎么变就怎么变，对不对？明白吗？那当你在变的时候，你外在体验的那个相它也是千变万化，它会以你想要体验的方式体验。所以你们体验到的吃力感也好，没有办法或者是受外界影响，所有的这一切来自于你入相了。你进入到他们创造的能量场，你没有办法影响他们，因为所有的一切都是能量。你的能量弱于他，这么说吧，你的声音比他的声音小，那当然你听不到。我们再简单一点，你的味道，哪个味道更浓更重，味道浓的那个肯定是掩盖了那个味道淡的。那我们把味道说成是能量，如果你的能量是在一种变幻无穷，我们虽然不用强大或者弱小这个词，但是这个是你

还会体验、学习，还会用到的一些东西。如果你能体验到当你的能量足够强大了，所有的能量没有办法影响到你。所以通过这个体验，因为所有来到你们生命当中的角色和你互动，让你去产生体验，让你去成长，让你去认识自己。所以对方是以这个版本来跟你互动，他没有一个活生生的人在那里。你不过是在和你自己的能量场打交道。那如果你把他的一些行为举止当成是那个什么，那就是因为你把外界的相，就是你把力量给了它，你觉得它那个相是死的，它是没有办法变化的，它就是个事实。你给这个事实给它加深了，给它固化了，所以它是来自于你的能量在一个不是无限，就是变幻无穷，像一股烟一样飘来飘去。而是像一个石头一样动不了，对不对？明白吗？那越是无限的人，它不是像一个这么硬的东西存在。它越是像水、烟，就无形了，就是无。

问：我跟我老公的关系在修行后没有那么窒息了，但是还是感受不到爱情。

高灵：我们刚刚说你对婚姻关系的一个定义是什么？是来让你感受爱情的吗？婚姻关系并不是来让你感受爱情的。但是你要知道那里并不是没有爱。爱情是什么？爱情是你们自己头脑对两性关系的一个定义。如果真的去认识它的话，它不过是一个幻像，明白吗？是因为你的头脑对他这个人产生了一种他是温柔的、浪漫的、他是怎么样怎么样。是因为你们彼此头脑里面的幻像而产生的一种爱情的感觉。那为什么很多人在爱情当中，然后很快，几年过后还有爱情吗？结了婚过后，住了一辈子还有爱情吗？不能说他们没有爱，但是还会有爱情吗？所以如果你通过这个越来越多的认识到你们自己对生命、对关系、对婚姻、对爱情的这种理解的话，你就不再有这个眼光去评判你们的关系了。你们生命中的每一段关系，包括JOJO老师跟你的关系，所有的都是来支持你这个灵魂从一个固化的状态，僵硬的状态变成一个像烟一样，明白吗？那你就知道了，越是低密度的，它就越是僵硬，不可化。那你看到你们那些人，比如认知很有限的人，我们说农民他没有办法，只能通过种地来获得一点钱。那他是不是限制？他没办法嘛。那那些能赚很多钱的人，他们是不是限制就越来越少，因为他可以各种方法、各种办法、各种渠道，对不对？所以你能看到这里的不同。

2024/09/29 – 美国线下第二场

第一个人:

问: 我和JOJO老师的灵魂关系是什么? 因为我经常梦到她。

高灵: 那你就知道你的指导灵在通过这个相, 因为这个需要一个相、需要一个管道、需要一个通道去互动、去得到指引。这么说, 它就是你的指导灵。但是你要知道指导灵它会变换成不一样的样子, 但是它背后都是什么? 都是一个指导灵, 指导你这个灵魂得以蜕变、突破、展现。

问: 对我今生影响最大的前世是什么?

高灵: 你想问一下你今生有什么东西是被前世的能量影响, 你稍等。应该说和你这一生的灵魂主题还有关联的那一世, 就你还继续携带着某一世对你的影响, 就是你很多世你都把你男性的能量给它激活, 就是阳刚的那一个。这么说, 你有很多世都想把手臂的肌肉给它锻炼强大。你好像每一世都在突破这个主题。这一世你还有一个主题也是关于很多世都在试着去突破的一个主题, 那就是你的阳刚的一面、男性的一面和那种强、那种tough 坚硬的那一面被激发出来。

问: 那这个和上次说我有通灵的体质有关系吗? 我怎么运用我这个体质呢?

高灵: 就好像你这一世有这个主题, 就是你会去朝着或者是往这方面去把你的力量激发出来。那你通灵的体质和这个, 就好像它俩A是A, B是B, 没有什么..... 但是这么说, 在你越来越接近或者是达到一个状态, 就是你突破, 就是你越来越接近你的真我的状态, 它就在一个通灵状态, 而不是说你在一个小我的状态要进入到一个通灵的状态, 明白吗? 就你一直它就是你真我的样子。比如说你的真我是手的下半部分, 那你是上半部分, 它是一整个形象在展现的, 而不是说只是一点点东西展现出来。

问: 我儿子最近经常发脾气的原因是因为什么? 他叫X。

高灵: 如果是说你对他发脾气, 你如何能从他的这个相去协助你的突破和成长, 就是让你不再对外界的相产生一种, 比如说有一个相呈现出来, 你会想要马上把它灭掉、把它改变掉、把它消灭掉, 就是来让你在允许的状态。它会让你在这个过程中去允许别人放了一个屁, 然后让这个屁的味道自动消失, 而不去产生很多抵触或者你不要再放屁或者怎样。只是在一个允许, 因为这样子就在扩展你, 让一股风从你身边吹过而不对你造成任何的干扰, 就是允许这股风就这么吹过。

问: 请问我的更高版本是什么样子?

高灵: 我们看到你内在的力量, 你会既是有内在的强大的力量, 你同样也有阴柔的一面, 明白吗? 就是它是外柔内刚, 刚柔并济的一个状态。所以说你现在的力量在慢慢慢慢的出来。它在和你本身柔的那一面, 它就是刚柔并济的一个状态。

问: 最后还有什么话吗?

高灵: 跳开所有旧有的模式, 旧有的模式就是传统, 就是曾经旧有的你它是怎么样的, 而是说在一个全新的你, 就比如说我今天才刚出生。那以你刚出生的眼睛来看待这一切, 你想要过什么样的日子, 做什么样的事情, 想要什么样的生命状态, 明白吗? 就你以前砌了一堵墙, 不在上面添砖加瓦, 而是说我这边是一片空地, 我要怎么样去建造一座房子。

第二个人:

问: 我想问一下关于显化的问题, 很多显化都是在我不想要的情况下出现的, 出现后我已经没有感觉了。这种情况怎么样在我没有失去兴趣的情况下保持显化?

高灵: 我们想告诉你的是因为你现在的所有专注力都在跟显化这两个字玩游戏, 那么你就在玩游戏。因为我现在想让我进入到显化的课题, 我要体验它。物质世界的所有一切都在那里, 你要挑选哪一个进入到你的生命中和你互动呢? 就像你来问我, 就比如说你挑选了一个赌博的游戏, 你来问我: 我去赌博的时候, 它一会儿这样, 一会儿那样。那本来就是你选择进入你赌博的那扇门呀。那你刚才说的这所有一切是因为你的专注力进入到那个关于显化的相里面, 在跟它互动或者玩或者什么样的。那当然在那里什么都有可能发生。就好像你选在进入了一个游戏场, 你选择进入一个游泳池..... 明白吗?

问: 就是说有的时候它显化了, 那个时候我还是感兴趣的, 但是我没有注意到它.....

高灵: 这么说吧, 比如说你来问我我的生命中有这个问题、那个问题, 然后你问这个问题怎么解决? 我们不会告诉你这个问题怎么解决, OK? 把你的眼睛从问题上面挪到什么? 挪到一个成功、幸福、感恩、满足。就比如说问题是一坨屎, 快乐是一朵鲜花。你一直盯着这坨屎在那说这个问题那个问题。那你本来就是选择跟这一坨屎互动呀, 你没有选择跟这朵鲜花互动, 明白吗? 这才是真正的显化。因为如果你还在说这个东西我想要它显化出来, 我没显化, 它就没出来。那就是因为你在跟显化打交道。但是你要知道你的生命当中是我把什么 turn on。我把电视打开, 我就跟电视在互动。我把冰箱打开, 我就跟冰箱互动。明白这个意思吗? 就是你已经进入问题当中了, 把你的眼睛从问题、从那一坨屎挪到那一朵上面去。没有那么复杂。

问: how to define between downloading and imagination? 就是我在想象的时候是心还是大脑在构建画面? 如果是download的话, 对于高维的意义是什么? 将信息注入到低纬, 依赖低纬创造, 这样如何帮助宇宙扩展?

高灵: 你在用头脑去分别, 这个是来自哪里来自哪里..... 这重要吗? 这个不过是你进入到头脑的游戏: 我以为是这样。NO NO NO, 那是个幻像。因为你的头脑再厉害, 它的认知、它的理解非常的有限。为什么呢? 这些东西不是让你的头脑这样子分析和理解的。而是来让你什么? 体验、经验它。就像是你们的无线网, 不是来让你分析它怎么把信号传递过来。你打开无线网, 就能用了, 对不对? 因为就算我给你..... 它全是概念。概念是满足于什么? 这里(指头脑)。但是你生命本身是什么? 品尝, 用你的舌头来吃这是什么味道。而不是说这个蛋糕, 这个面粉..... 全是一堆概念。那个面粉改成一坨屎也可以呀, 因为你的头脑也会觉得那是一

坨屎，明白吗？你的头脑只是在用这个那个……你只是进入你的头脑游戏，你还会觉得对，我弄懂了。但是那只是在当下产生的一个幻像而已。为什么呢？你们的生命是怎么计划的，你告诉我。是不是推翻你们以前弄懂的那些东西？你觉得你懂了，然后你怎么计划的呢？把以前的那些否定，然后再那个什么……所以你看通过你的这个想法和通过你产生的这些问题，你在干什么？你在认识生命的本身，你在认识生命的真相，你在产生智慧，你在越来越知道生命是什么，明白吗？这个才是你真正的、不断不断地进步。就这么说，你现在体验这个生命。这个生命像一台车，这台车的刹车、油门、左转右转你都不认识，你还能把这台车开好？那你的人生也是。那生命的每一部分，它是怎么样子的，就是我头脑的功能，我的什么什么，你都不清楚的话，你觉得你这一生还能过好？你浪费掉了。就你一直在那想发动、想前进却前进不了，你想刹车却刹车不了。你不能开到你想要去的目的地，去领略那些你想要看的风景，去到你想要去的地方，你可能就原地不动了，你就卡在这里。卡在这里，你就会觉得你的人生充满了遗憾。所以通过你自己产生的这些问题去推动你去认识生命的真相到底是什么。就是头脑的一堆概念吗？NO，不是的。那些概念不重要，我们换个词语，这个词语那个词语，来一大堆词语，然后呢？哦，那个大学教授是这么说的，那个神父是那么说的……然后呢？那些都不是生命的真相。而是通过你自己的舌头去品尝它，那个体验感才是真正属于你的。

问：我的天赋使命是什么？

高灵：我们连接到你的能量，你就像一个fireball一样，你内在有很强大的能量，有一种不断不断地释放这个能量的，就好像有用不完的精力一样。那如果说你的天赋是什么的话，其实你是一个非常有影响力、推动力，就是能够影响事物和推动事物的一个发展。然后能够比如说可能在场的人情绪都不太好，你可以影响他们让他们情绪变得高涨起来。然后在推动事件的发生，你有源源不断的能量供给去促进事情的发生。这个是你与生俱来的，那个灵魂的特征。但是你能绽放多少，释放多少，展现多少，就需要看你怎么样去那个什么了。它就跟你的信念系统有关了，比如说你的信念系统觉得女孩子不要这么张扬，它就开始把你的火焰给弄消了。你看我们在帮助你们去拿掉你们的一些观念，因为这些观念才是真正的让你没有办法去认识真正的你，也没有办法去释放你的能量，你没办法体验到你自己的生命状态。就比如说像是一匹马永远被关在马厩里面。那你没有办法通过奔跑去体验到你是一匹马的生命的感受。那我们这些信息就像是把你的门打开，让你可以冲出去。先是跑，你说你把马关在那给它说一大堆概念，给它灌输这个，灌输那个，能帮助马去体验和感受到生命是什么吗？没有办法，对不对？所以跑出去，就行了。

问：灵魂伴侣是有一个特定的相是吗？

高灵：灵魂伴侣就比如说跟你关系最亲近的，就是互动最多的，它最能影响你，它最能让你piss off，它最能让你发脾气或者牵动你的神经的那个就是你的灵魂伴侣。因为它会把你的一些东西给你从地底下给它捞出来，像一个渔网一样来让你看到。

问：所以并不是每一个时刻都是一个人？

高灵：你们会有一个，就比如说你结婚三十年的老公，你跟他天天在一起，你天天都很厌恶他、讨厌他，天天都在吵架。那那个就是你的灵魂伴侣，明白吗？但是他会你生命不同的

周期，你会发现如果你的生命发生巨变后，就比如说你的level从这个level到了那个level的时候，就你的生命到另外一个阶段的时候，跟你互动的人也会变的，因为你的功课不一样了。那如果你一直持续在这一级，那它还是，你的灵魂伴侣不会变，你就一直困在这，因为你还没突破。如果你这一步就好像突破了过后，你会到另外一个level，又会有不同的灵魂伴侣协助你的课题。

问: 就是让你进步的就是灵魂伴侣?

高灵: 就是他把你的课题带出来，让你可以经验你的课题、体验你的课题。他以你自己还在哪个阶段，以他的方式来刺激你。可能以前他就是天天跟你吵架，但是你过了那个相，就是把你的注意力放到对方身上的这个相过后，你就发现他不再跟你吵架了。因为这个课题你已经通过了，那他就不再变得那么烦人了。

问: 那接下来让我烦人的事情是什么?

高灵: 那接下来的话，就看你是进入哪一个阶段，是哪一个主题了。因为你们把地球当成是一个学校，你们来到这个学校、这个班级，你们也是需要一步一步，一个课题一个主题这样子去探索它、去领悟它、去学习它、去突破它。那在这个过程中，灵魂伴侣就负责把你的课题给你摆到桌面上让你去面对。所以有时候你们会觉得这个人给我产生了这么多痛苦，但是我就是跟他分不开，就没有办法分开，你们就捆绑在一起。你想要逃，逃不了。

问: 我运动有点多，有点拉伤，可以帮我疗愈吗?

高灵: 刚才不是说你是个fireball，就是你在的能量要释放。我们想要说你的释放不光是，你可能现在是从运动的方式去释放，你也可以有其它释放的途径。比如说像JOJO老师在给你们传讯，她带来信息，她也在释放这个能量，明白吗？她在把这个能量通过语言的方式，通过和你们交流互动的方式在这样子释放出来。她在释放的时候，她就感受到她自己存在的，就好像一匹马在草原上不断地奔跑，它就能感受到自己是活着的。所以当有些生命不能有一个很好的途径去释放，感受到他们活着的时候，他们会用什么？酒精、毒品、有些人用肉体，就不断地去fuck，就是用肉体体验到我是活着的。那看你在用这样子的方式，像JOJO老师用这样子的方式去体验，她是不是就不需要通过酒精了，来刺激我去感受和体验到自己存在，明白吗？对，你会有其它方式。不是说需要用身体去把..... 就我们不是说你有影响力嘛，比如说这一个团队或者这些人没有朝一个方向发力。然后你组织他们一起来学习、玩耍、互动，那你这个能量就可以放在这些方面，它同样在，就像一个发电机一样，你把电传输出去，它就有影响力。所以你的灵魂如果放在一个好的方向，它就是一个非常有影响力的人，比如我们说它是一条猎狗，它有用不完的energy。但是你们在这个物质世界所创造的一切、显现的一切，它后面都是来自于什么？energy呀，明白吗？那你是不是就有宝藏在这里，所以尽可能的去运用它。

第三个人:

高灵: OK, here I have some information for you. You are a like the sun, a very warm person. So you have a very soft heart. And I want you to know that you were born with healing energy. So people come to you, you

don't need to speak, you don't need to do anything, just be (yourself), stay with them and you already heal them.

问: Why I came here?

高灵: You come here to heal. You come to this world..... You come here really to help. You have lots love to give and lots of warm energy. It's like that you want to bring smile to everyone. You want to make everyone happy. You want to put the smiling on everyone's face. If you stay in the room, you will do everything to make others happy. I am going to tell you why you come to this world, you come here just to bring your love to this world. It's like that you were flower, you just bring the beauty to this world.

问: I want to learn with the higher sprite what's life is like. What the other world is like where the higher spirits lives?

高灵: It's here, it's not somewhere else, it's here with you, as you. And now you are him. Do you understand? This moment you are there. Why are you looking for it? So it's not out there. It's when you allow, they will show up. When you don't allow, it's under there, behind..... it's like the tree just underground. It's there. They didn't vanish. You understand? It's not somewhere else. It's just..... when you need some experiences and you may feel like you are alone. But that's just your experience, it's not the truth. So you are never alone. It's like you are a tree, sth you can't see under the ground. But you are something here that people can see it. And the spirit is like the root. So you may just look at the tree and touch the tree, you didn't feel it. But it's there.

问: I just want to thank the higher spirit. I like reading your books.....

高灵: We want to thank you for lighting up the world. That's what you are going to do and you will.

问: Can you say that again?

高灵: We want to give a big thank to you because you choose to come to this world to light the world up, to come to this place to show your love, to show the others what's love is and to show what's peaceful is. There is a very peaceful land inside you, pure love, not a little bit darkness. It doesn't matter how much darkness you walk through, you would always stay who you are. You are always a shining ball, it cannot change you. So we want to let you..... we wouldn't tell you to not change, because you won't. So like no matter how people treat you, you don't treat them that way. You will never use the same way to treat other people. This is who you are. So we want to let you know who you are. We don't come to teach you to do it, because you don't need it. You are here to show the others what's love is, what's the light should be & how to really love someone. We have more information for you is that you are never alone. And you are never left behind, you are always in, in the love, in the energy or in the God, God is within you, it's part of you. You are never separated, never happened. You may have some experiences feel like this. It's just like someone releasing a stench, and you smell it. But when the stench dissipates..... you are always with God, God is within you. And you are going to show your love, that's it. People who meet you feels like they meet God. When people touch you looking into your eyes, you already heal them. When people feel angry, as long as they are around you, they will soon calm down. The information just helps you understand who you are. It's not that you have to learn the information, it's not new for you. You just need to see yourself for who you are. You don't have to try to be like that. And as you know more and more who you are, your light will shine brighter and brighter. And your energy will reach more people, and more and more people will get benefits from you.

问: I will try.

高灵: You don't need to try. You just: oh that's me. That's it. It's like the mirror. When you look into the mirror, you know who you are. When you don't have the chance to look into the mirror, you don't know what you look like. Our message is to let your physical personality to know who you are.

第四个人:

问: 我的高我对我的当下有什么指引需要我知道的?

高灵: 我们首先连接到你的能量, 它是一种就好像你要从一个点扩散, 像是一滴墨水滴到水中, 它开始扩大扩大。所以你现在就像是你需要去扩大, 你需要把你这一滴墨水在水里面慢慢慢慢渗透开。只有在这种不断不断地渗透开的时候, 你才会感受到生命的活力。如果没有办法渗透开的话, 你的生命力就像一棵小草被压在石头下面, 它被压制住了。你就感受到压抑。所以一定是要找一个发力点, 找到这个发力点你才爽。不然得话, 有一种好像无处用力, 就好像给你一个点撬动地球, 你在找那个出力点。不然你就没有一个去经验你自己的(途径)一样。那就好像是你需要去找到你人生的位置, 就找到你人生的定位。就是你去寻找你的身份, 你是在哪里发光发热, 就是在这样子的一个自我探索和找寻的过程中。你会变的。因为你现在还没有发力, 就是没有用到力的时候是一个状态。当你开始发力的时候, 你是另外一个状态。所以到时候你的长相、状态, 就是这种感觉会完全变成另外一种状态。

问: 那我来地球的发力点是什么? 是我马上要去的那个项目吗?

高灵: 你想知道你的灵魂主题吗?

问: 可以

高灵: 你的灵魂主题, 你像是, 比如说你的灵魂是个男人, 它选择这一世想变得非常有女人味。所以它的灵魂主题就有点像你会从一个比如说可能每天就穿黑色一个颜色, 然后变成每天都是五颜六色。这个灵魂是从一种单一和扩散, 就刚说你就好像你像一滴墨水然后扩散扩散嘛。那你的灵魂主题还是从单一, 就是从一种颜色黑色到五颜六色、五彩缤纷的一个过程当中。所以就是你越突破, 你后面越精彩越漂亮在后面, 因为你就变得好像花枝招展, 就是魅力四射的感觉。所以你的灵魂, 你可以从你的吸引度, 你的一个魅力程度去看到你自己的变化。它会因为你越来越扩散, 你越来越是风情万种的状态.....

问: 所以我应该放任自己去各种体验, 而不是某一个单一局限的.....

高灵: 你局限的话, 你会觉得你没有活着, 你会觉得压抑, 觉得活着好像没啥意思, 没啥激情。但是在这个过程当中, 你头脑里的一些观念、概念就像房子上的屋顶让你没有办法去成长和突破。所以你还是需要去明白其实有些东西只是你头脑里面的一些观念和概念而已。它就让你这个生命、灵魂没有办法去体验、去绽放和展开。你就没办法呼吸, 就这么简单。

问: 那在这种不同的体验当中, 我怎么在这种变动中找到安全感?

高灵: 你没有办法一下子从黑色变成五颜六色, OK? 而是说在你的能量层面你已经是五颜六色过后, 它会通过物质世界这个相投射出来。就是这个过程实际上是一个镜像一样反射出来它是一个多变的、风情万种的。如果没有变化, 就算你穿上性感的丝袜, 但是那个味道流不出来。更多像是男人穿上女人的衣服一样, 所以它是内在的味道出来过后, 别人才不会去: 哎哟, 你怎么穿着女人的衣服, 你一个男人..... 明白吗?

问: 那我怎么更好的中和我的阴性和阳性能量?

高灵: 你要知道你们所有都是能量体, 这个能量都会从一个比较固化, 就是像石头一样坚固的状态到像雾一样变换无穷。为什么像你们意识越低的人越没办法? 为什么造物主叫无限呢? 它没有限制嘛, 对不对? 那这就是我们所谓的高低之分。那越高的, 它就越没有限制。所以它可以把全世界的钱都赚完。为什么? 它没限制, 对不对? 那你意识越低的, 你赚不到钱。你有限嘛。所以说你们就是来把你的灵魂变的多变, 变得没有限制。因为你之前的能量比较单一, 那它这一世就是来散开、扩散的。那在这个过程中, 你看你们有这么好的一个平台。什么平台呢? 就是你通过这个物质世界, 这个物质世界的影响。然后自己的体验, 来感受自己的变化, 体验这个变化的过程。因为在这个变化的过程你就体验到了你真实的身份就是无限, 明白吗? 你可以无论有多坚硬, 你都可以变成一股烟。那在这个过程中需要什么协助呢? 那那就是你对生命的认知程度决定了你有多么变来变去, 就是你有多少活动的空间。为什么呢? 因为你的认知会让这个东西固化。你的认知会觉得比如说赚钱好难, 那你就体验到赚钱真的很难。所以你们在物质世界体验的所有一切、它的硬度都来自于你对它的定义和认知。所以你的定义和认知的一个松动, 我们带来的信息都是在松动你的信念, 然后来让你们体验到你们真实的身份是无限的。那你就能体验到所谓的变换无穷或者是一个它根本就没有任何阻碍、障碍。

问: 那这个当下我还有哪些限制性的信念需要被释放和转化?

高灵: 首先你把限制性的信念当成一步一步的台阶, 这个台阶是你一步一步上去的。通过这一步一步上去, 你就增长了你的智慧, 你就对生命有了更多的认识和体验。那通过这个体验, 你就能够去认识生命、经验生命。

问: 怎么样让我的小我更安然的沉浸在当下享受生命?

高灵: 首先不是你的小我没有沉浸, 而是因为你的能量状态、你的believe system, 你的信念系统它投射在小我身上, 让小我感受到快点快点, 马上要这样..... 这个是来自于那个能量。它是什么呢? 它不知情嘛。那如果它知晓, 就这么简单, 你来到一个房间里你看到一只鬼在那动, 你怕的要死, 你全身都在发抖。你说怎么让我全身不发抖啊? 怎么让我的小我不恐惧啊? 吓死我了。别人怎么告诉你, 你没有办法, 就是你抓住我的手, 你还是好怕, 你还是会抖。那我们把灯一打开你看到那个鬼影不过是一件衣服过后, 你身体自然而然就不抖了, 对不对?

问: 但是这是怎么样安然于未知吗?

高灵: 因为你自己的一个理解程度, 你会把未知理解成一个必须要确定, 有可能会发生不安全。那是你的认知, 还是你的认知程度导致你对未知产生一个恐慌, 你的小我恐慌。它不是

小我产生，而是小我在经验你的信念系统，明白吗？那是你的信念系统，你的believe system，你的一个智慧的程度。你到底是无知还是知晓的？那如果你是知晓的状态，那就是这样子。那你要不知晓，你的认知非常有限的话，那就会紧张。所以小我是一个经验体。经验什么呢？经验你自己的一个意识形态，你的意识形态到底是在哪个level呢？明白吗？但是你会通过它去看到你的变化，看到你的different，看到你的成长，它也是你的小我在体验它。

第五个人：

问：我的灵性天赋是什么？怎么样让它更好的落地？

高灵：你的灵性天赋，这么说吧，它就像是一个演员一样，这个能量就是在进入你的时候或者是那个什么的时候，你像镜子一样会完完全全的呈现出它的一个状态。所以你的灵性天赋不像是描述，我在描述那个男人……而是说你把它呈现出来，像镜子一样，就是像镜像一样给它照射出来，明白吗？就不是像是一个传话者而是一个表演者。

问：我的内在还有什么需要被疗愈的吗？

高灵：不能说是被疗愈，应该说是被融化。疗愈的话，就是它破碎，然后把它……但是这个更多的是把它软化。所以那种比如说像puppy的能量，就是小狗一抱到怀里心都融化了的感觉，你需要这样子的能量，把你带到一种very soft的状态，它是一种融化，明白吗？是这个能量对你的一个影响。

问：那最后还有什么我可以得到的提示？

高灵：多去欣赏柔和无为的那种能量状态的美和它的功能，因为在你的这个灵魂里面它更多的是一种像是出力、用力，push，就是这种力量。它是个力量派的。但是像是那种无为的能量，然后对它的认识还欠缺。比如说放手、允许、无为，就是它对无为的能量，对它的认识有一种欠缺。所以它就总是觉得需要很用力的去push，就会导致你身上少了那种very relax的那种，就像是一只懒洋洋猫的躺在那的感觉，好舒服。然后它就像是一直武装的战士。因为你们的灵魂都需要去对能量的认识，然后让它融入自己，把那一部分唤醒、激活。那你就是去欣赏无为的美。那这样子逐渐逐渐可能就不会太多的去行动，就是让自己在一种非常站住的一个状态当中。

问：有什么我可以帮到JOJO老师的？

高灵：那就是越来越多的去连接我们的信息，因为这股能量当你连接的话，它就会成为你，它就会融化你，然后你自然而然就会part of it，就是一份子。

第六个人：

问：我的人生使命是什么？

高灵：首先我说一下使命这个问题。使命不是放在你肩上的事情，而是说你在成为你自己，你是一只蜜蜂，那么你在成为一只蜜蜂，那你当然就会对花朵去做一只蜜蜂会去做的所有的一切。那你说蜜蜂采蜜是它的使命，NO，蜜蜂采蜜是蜜蜂自然而然会去做它要做的所有的事情。那你们的使命会在你们成为你们自己的过程当中，你说JOJO老师的使命就是传讯，没有，她只是在做她自己，她热爱的事情就是传讯。它是一匹马，它就喜欢在草原上奔跑。它是一条鱼，它就喜欢在水里面游。那你说它在游、它在跑是它的使命，它要跑到它的目的地，NO。所以说不是说JOJO老师的使命是传讯，而是说她在做她自己、成为她的状态，那么她在以她存在的方式在服务着每一个灵魂，明白吗？那你的使命就是在你成为你自己的过程当中..... 而不是说我们告诉你，然后你去做，哦，你的使命就是来唤醒每一个人。那你天天说我来唤醒你，我的使命是来唤醒你。就好像你还是毛毛虫，你都没有变成一只蝴蝶，那你也无法以毛毛虫的状态去跟花朵互动。所以在你成为你自己的过程当中，这个使命就好像是你是一朵花，你散发香味。那不能说散发香味是你的使命。那如果你都没绽放呢？你这朵花也散发不了它的香味。只有在成为你自己的成为你自己的过程当中，在别人眼里看着散发香味是你的使命，你其实只是存在。所以你存在的本身，它就是所谓的一个使命。但是你们可以探索一下你这个灵魂这一生来到这里，它有哪些需要去突破的主题。

问：成为自己这件事情，我对这个概念.....

高灵：首先你们每一个人你们都觉得，啊，我难道没做我自己吗？你真的觉得你在做你自己吗？为什么呢？比如说你把你当成一个女人，然后我是谁的老婆，我是谁的妈妈，我是谁的孩子，我是大学毕业的，我是什么什么..... 你觉得这就是在做你自己吗？NO，不是。那个不是，那个不过是真正的你在通过你这个身份去展现它是谁。真正的你通过你的这个肉体还有你的这个身份去展现你是谁。比如说你是一个学校的校长，你通过这个身份去展现什么？比如说你自己是无条件的爱还是有限制的？还是有各种观念、各种束缚的，你都会通过这个校长的身份去展现出你的限制、你的认知程度、你的能量状态、你的意识程度在哪里。所以你们的身份不过是一个媒介，你通过它去经验你的意识形态在哪里。那是你吗？不是你。为什么？你的意识形态变了，你的身份就变了，明白吗？比如说你一开始就是一个校长，他就是各种规矩、各种要求、各种这样那样。那随着你接触我们的信息，那你就对生命有更深层次的了解。那你就通过校长的这个身份游开始在展现不一样的你。那最终什么是做你自己呢？就是说你这个灵魂它是无限，你在展现着无限的话，那你就是做你自己，就没有限制。所以说通过你比如说体验到各种限制，你们都会在生命中体验到吃力啊、焦虑啊、抑郁啊、压力啊、让你痛苦的事件啊各种。那都是因为你在做你自己和不是你，就是你头脑里面那些观念、你的角色、身份产生的一些冲突，明白吗？就是你真正的身份和你这个角色、你这个肉体、你头脑里面的那一套程序产生的冲突而产生的痛苦。所以你就没有做自己，因为那个自己像是一颗种子，它需要出来。但是出不来，因为太多壳，太多东西压着它，它的生命没办法得以绽放出来，没办法得以经验、体验、可以开花结果的一个状态，它也不会认识自己。还有就是来让你们知道做自己是一个什么状态？做自己就是毫不费力。你不会感受到任何吃力，你不会感受到任何事情是需要你去推动、去改变，就是它是不费力的。它就像是一朵花在土地上绽放着，你觉得它在用力吗？你像一条鱼在水里面，它用力吗？它痛苦吗？它压力大吗？没有，它只是在那里。所以你们真正做你们的自己的状态，它是没有任何重量，没有任何压力，没有任何你是吃力的、窒息的、痛苦的，没有。所以那是做自己。凡是你们感受到的一些压力或者是不得不去做或者是痛苦任何，它都来自于你没有做自己。但是通过这个体验你能够去认识自己，然后通过我们的信息来让你去拿掉那些不属于你身上的一些

重量。那你就完完全全的以你自己所是的方式存在在这个世界上，你也能去展现和服务于这个整体。因为你们每一个生命来到这个地球上你们都有你们自己对这个整体，你们都有你们自己的身份。那你以你自己存在的方式在支持这个整体，它是毫不费力的。就好像是蜜蜂采蜜。你看一下世界万物，你看一下大自然里面哪一个生命是费力的？所以你们做你们自己也是毫不费力，任何费力的状态都是因为你没有做你自己。那么，你就去看你背后的信念系统是什么在驱使着你没有做你自己。比如说你觉得你必须要努力的工作，我必须要养家糊口，我必须要这样，我必须要那样..... NO，那是来自于你对生命的一个，比如说你的一些观念，你觉得钱只能是上班才有的。它就阻碍了你让金钱流动进来。你觉得你要为其他生命负债，我要养我的父母，养我的什么什么的，所有的这些东西，就是这些概念、观念、传统，所有这些东西都导致你们这个灵魂没有办法以它所是的方式呈现。那当然你就会产生痛苦。

问: 我现在在做的事业是一个正确的选择吗?

高灵: 我们现在就告诉你关于事业，首先你们会觉得你们在做事业。那为什么你们在做事业，你们都会吃力，都会做的不是很好，都是什么什么的？真正的事业不过是一个平台，你的能量在通过这个平台去展现你是谁。你的意识形态、你的认知、你的限制、你有爱还是没爱、你是怎么理解生命的..... 所有这些东西通过事业这个镜子去呈现出来你是谁。不是说你去做事业，而是说事业是一面镜子，你通过这一面镜子来投射、照射出来你是谁。能理解这个关系吗？事业不过是一个平台、舞台，你通过这个舞台去展现你自己是谁。因为如果是传统的你们对事业的理解，你会觉得我要好好做事，我要这样那样。你就会发现你做事情很吃力，事情你也做不好。那如果你把事业当成是一个平台，我通过这个平台去展现自己。但是展现的这个过程当中我能够去通过事业这面镜子去看到我的不足，看到我的限制，看到我需要什么去转变。你看我的意识形态一变、观念一变，事业就变了。明白吗？

问: 所以它跟做什么没有关系？就是我选择做什么行业，什么事业.....

高灵: 它会有关系。为什么呢？比如说刚才全面我们说那个人它是pure love energy，如果他选择进入以压榨模式赚钱的，它进入到那里就会体验到很吃力。为什么？这个根它的内在不符合啊。因为那个事情只是以博取他人的利益去壮大自己，这是不符合它的内在的。所以事业还是一面镜子来帮助你认识真正的那个你是什么，明白吗？也就是说，我们想要告诉你们，你们不是来地球做事业的，记住这句话。没有什么事业需要你去做，OK？那你来到这个地球上是因为什么？去认识你自己、展现你自己、成为你自己。那事业是一面镜子来让你去经验你自己、体验你自己、认识你自己、展现你自己。那当你自己是在一个圆满的状态下，事业那面镜子就能呈现出你是一个圆满的状态。所以事业说在你的生命当中它成为了一个你在体验你这个生命在不断地扩展、不断地越来越没有限制、不断地在成为爱、表达爱。有可能你以前的观念是表达一个谁的能力强大，能够多创造利益，到最后你只是服务，明白吗？那就通过事业的这个平台，事业的这面镜子。

问: 我现在要做什么？有什么建议给到我让我去做我自己？

高灵: 我们会告诉你，首先你提出的这个问题非常好，**因为你们首先要明白的一个道理就是你到底知不知道你跟物质世界的关系是什么!!!!** 因为如果你不知道的话，我做这个事还是做那个事？你是在干什么？你不就是个奴隶啊。为什么？这个声音让你做这个做那个。你不要以

为来自灵界的声音它就是什么什么了。如果让你做这个，你就做个，你还是生命本身吗？你是创造者吗？你是自由的吗？真正的生命是什么？自由。你就已经失去自由了。那如果你都不清楚你和物质世界的关系是什么的话，那你所有的一切都是错误的方向。所以我们现在想要告诉你们的是，首先你要明白你在体验和经验的这个物质世界到底跟你是有什么关系。它不过是你在通过它在品尝你自己，物质世界是你在通过物质世界的反射体验，像舌头一样，你在通过这个舌头来品尝的是你自己的味道。也就是说你在通过这个物质世界，比如说你体验到了很多限制、吃力、痛苦，那是来自于你自己的energy level、你的状态、你的认知程度、你的意识形态在这里。那最后你通过你意识的成长，然后体验到物质世界像天堂一样，那就是你，明白吗？所以外在的物质世界是什么？它是面镜子。你通过这面镜子里面看到的都是你自己。那你就知道这里你有什么事可做了吗？没有，没有任何事可做。那它给你提供了一个什么呢？认识生命的真相，你们所有的灵魂来到地球是学习的，是为了这个而来的。不是为了来创造一个事业。为什么呢？你想象一下你在梦里面，你创造啥？你梦醒了，你什么能拿走？你在梦里面你建了几层楼，你醒了后，你能把那几层楼拿走？能吗？那这个物质世界也是一样的。这个物质世界，当你在肉体生命结束的那一刻，你能拿走什么？但是你这个意识形态、你这个意识体，你的所有的经验、体验还有你的比如说学到的智慧，就是你的认知这些，它会随着你的灵魂。你能看到有些灵魂为什么他们还是小朋友就懂得那么多智慧。为什么他现在有这么多优秀的品质，比如说他又强大又温柔又这个又那个。那你看到其它的灵魂，它这一世就来拿这一个。它通过很多世已经具备了它需要的那些东西，所以它展现出来如此的一个，就是什么能量它都有，明白吗？那这样子的话，你在体验和经验的就是你们的能量。所以这个世界上真的没有任何事业是你们为它而来的，并不是的。它不过是你们这个灵魂去展现你们自己是谁的一个平台。你们可以通过这个平台去经验到你们自己，去看到你们自己的变化。

第七个人：

问：我的灵魂天赋是什么？

高灵：我们说你们最，其实你们本身是无限的，所以你什么天赋都有。但是你此生可能会屏蔽一些你其它的天赋。为什么呢？你可能是为了某一个……就这么说，我想锻炼某一块肌肉的时候，我把其它肌肉孤立起来。那我这一块肌肉才能得到很好的刺激。但是不代表那些你是没有的，你只是把它孤立起来，然后让你某一块肌肉得到锻炼。所以有时候看上去你好像是……但是所有东西你都有，都在那里。你可以问的具体一点。

问：我这一世有什么样的天赋可以展现呢？

高灵：那我们看一下你的灵魂主题。你这一生的灵魂主题，你本身有一股能量和那个灵魂，它有一点像是一头豹子或者是狮子，它有一个非常暴躁的能量。然后那头狮子需要在一个无限的爱的能量场，它才能感受到自己舒服一点。所以你这一世你会是来把你像是雄狮一样的energy给驯服一样。你就在驯服你心中的一头猛兽。你这一生就是来好像是把它给融化掉。因为你没有降服它的话，你有时候会失去控制，就是炸，就像是内在有一个炸弹。你想要通过这一世，把那头易怒的狮子给降服。然后让它在爱和温柔的能量当中把它融化，就是让它在在一个peaceful的状态。所以这是你的灵魂主题。当你在这个过程中，你在把这头狮子像是

驯兽师一样把它柔化的过程当中，你自己会成为一个驯兽师一样的状态。那你会把你们社会上拥有像是猛兽的能量，比如说一个很愤怒的人在你面前，你能知道怎么把它安抚好。就是当你成功了过后，你便拥有这个技能。就是把一些有攻击力的能量把它转化成，把它带到爱当中。

问: 所以我就是帮助人家找到内在平静?

高灵: 你就是把对方的攻击、愤怒的能量带到一个爱和peaceful的状态。

问: 那这是我的天赋使命吗?

高灵: 应该说你可能会走上这条路。为什么呢? 因为当你离开这个场域，你的狮子容易发怒。就比如说你进入到一些传统的事业或者行业，你可能会经常lose control，可能让你越来越紧张。当你在疗愈的场所，因为你会让自己进入到一个peaceful的状态下，你就会进入到一种很peaceful的状态，你就不需要和你猛兽的那一面打交道，它也不需要出来。那你当然就会去做这个选择，因为这个选择会让你接触到你温柔、柔顺的那一面。就一头攻击性的狮子它在这种地方很舒服。

问: 我跟我先生的灵魂契约? 我们在一起七年。他叫X。

高灵: 你的这个关系存在的，它既能让你这头狮子很乖顺，它同样也能让你暴跳如雷。就是它能让你体验到你的不同的面相，会把不同的energy状态，就是体验不同的面相。既能让你体验到你温柔的那一面，也能让你进入水和火的那一面带出来让你体验到。让你有一个去认识它、体验它、转化它的一个过程。那你就能通过它知道，哦，目前是水火不容，目前是这样那样。

问: 我的指导灵还有什么需要跟我说的吗?

高灵: 你还有一个课题就是去认识生命的真相，就是狮子并不是有害的。狮子愤怒的背后是源于它的恐惧、恐慌、害怕或者是保护。那随着对生命的真相的认知，这里没有什么恐惧、没有什么保护、没有什么什么这样的话。当你越来越多的对生命真相的理解，狮子不会被激怒。那便不需要有选择性的把它放在一个peaceful的状态。就是对生命的认知，就好像是学习真理、学习智慧。对生命的认知会让你不需要有选择性的去做任何，你就没有限制了。那通过她的信息，你们可以认识到你的强烈的情绪或者是愤怒，它还是来自于灵魂对生命的理解程度。所以就是让你们每一个灵魂来到世界上，你们就是来学习的。

第八个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你的灵魂主题它就是来拿力量的这一生。像是从一个可能躲躲闪闪的小妹妹的状态到一个打擂台的拳击手的状态，应该是这样子的状态。你就是来拿力量、勇气、坚定。从一个可能不太爱露面、不太爱说话、不太爱展现、不太爱..... 到上舞台去挑战自己，就像拳击手

那种来吧，我要挑战你，就这种状态。所以那会是灵魂蜕变的主题和方向。你主动上前去挑战任何人，就这种，就是成为一个fighter。

问：能具体说怎么fighter？

高灵：它是关于你内在能量的激发，激发出来。就像是你在健身，你需要不断地刺激，然后让你的肌肉不断地壮大，你肯定会经历那些酸痛或者是吃力。

问：我跟我太太的关系？

高灵：她就是你的健身器材。这么说，你们家谁做主？比如说可能以前你会很多事情都是她要是说不行，你就不要再去那个什么了。而是说你都不需要去问任何人。因为任何人都不能动摇你，任何人不能影响你。如果她让你不要出去跟你朋友喝酒，你都不需要问她，明白吗？你也害怕，像那种会不会离婚？会不会怎样？所以通过她，你能体验到你最开始可能很顾忌她会不会怎样，就是头脑里会有很多想的东西。你说上台去打擂台的形象、那个状态的人，他会顾忌我会不会把你打痛了？我会不会伤害到你？你会不会疼啊？他不会的。

问：就是不用太顾忌她？

高灵：因为对于那个状态的人来说，你会觉得你的那一拳是在激发他内在能量。这是不一样认知的状态，明白吗？Come on，再起来，我越打你，你越厉害。明白吗？你会吗？哦，你疼不疼？这是两种不一样的对生命的理解。那最后就是你对生命的认知程度了。因为你会觉得它很弱，一碰就倒了。还是你相信没有任何生命能被真正的击倒？你不需要对任何生命负责。它能够站到这里，它就想让你把它变得强大。那么你的每一拳你都在让它变得更加强大，明白吗？只是完全different的对生命的一个理解。因为当你在觉得其它生命弱的时候，那就是弱的呀。那就是你在投射一个你弱、他弱、都弱，因为世界都是弱的。这就是你对生命的认知和认识的过程。比如说你会觉得她离开我会不会活不了啊？她离开我会不会怎么样啊？

问：就是要抛弃这些.....

高灵：不是抛弃，你是通过这个去看到你自己对生命的理解在这里，所以你是这么认为的，所以你产生这个顾虑，产生这个感受，产生所谓的一切。但是你的生命是让你不断不断地去发现好像你曾经的那一套概念、理念没有帮助到任何人，它也没有因为你的担心而变得强大啊，没有因为你的担心而变得什么什么的。你们都在一种没有成长的状态。那生命中发生一些东西会推动你去探索对生命的认知。

问：我有时候去寺庙里面身体会有些感觉，觉得有些发抖之类的。不是很自然的感觉。是因为什么？

高灵：我们说这是你在遇到很强大的能量的时候的一种恐惧或者是不适应，就对你的能量有影响。那为什么你这一生的灵魂主题是成为一个fighter，然后去挑战呢？就是你内在能量的一种激发。那你激发出来过后你便不会，就好像风一吹，你就在那摇摇欲坠。那你是一棵大

树，风一吹，你树干不会动啊。你是棵小树苗，你摇来摇去。所以是能量对你的一种冲击。如果你遇到能量非常强势的人，你也会觉得好像不太敢表达或者有一种压迫感。

问：那我就是想办法提升自己的能量就好了？

高灵：去认识生命的真相。因为当你们缺少对生命的认识，你们会觉得生命是需要保护的。这就是一个错误的观念。那你说你保护这颗种子好好的，好好的，你不要破坏。那它怎么成长？怎么突破？怎么长大？怎么展现它的一生？那颗种子你需要保护它安然无恙吗？需要吗？那你就知道每一拳都在让你变得更强大。所以没有任何生命是需要保护的。那随着这些，你会去重新建立一套你对生命的认知。那就会是不一样的你在体验不一样的世界。如果想要去认识或者学习这些智慧，增加对生命的认知，就是学习我们的信息。因为我们的信息里面有所有的detail，所有的细节，关于生命的真相，明白吗？那里是最简单易懂，就像今天你们在这里吸收的这些信息一样，一下子你就能明白、能看到、能知道。

第九个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：这么说吧，虽然你是一个漂亮的女性的身体，但是你的灵魂是一个顽皮的小男孩。它需要很多释放、玩耍、玩乐、不拘一格。它不是那种很柔弱或者是淑女的样子。反正就是个假小子。你的灵魂很搞笑。我们先说，你要把这个肉体 and 灵魂分开。它那个灵魂就像个假小子。它又想把假小子的风格给改变了，它想学做一个漂亮的淑女的状态。所以它这一生就选择了一个美丽的淑女的样子，然后它想穿上这个衣服过后看看能不能走路就像一个淑女，就像这种感觉。那如果说这个灵魂其实这一生就是来学女性的那种能量。什么能量呢？比如说从一个什么都要抓、要动的一个(状态)到一个静。你这一生要修的主题就是静，静心。就是进入到一种一天都不说话，一天都不动，就是来修这个静。还要修一个撒娇和性感、妖娆、撩人、诱惑。这都是你挑战的一个，就是你会去把这个激活。一激活，你就，哇，扩展了。然后直到你的气质和能量跟你的美貌符合，就没有一种好像是怪怪的，就是融合。所以你其实会朝着修静心.....然后像我刚才说，性感这些。

问：我作为母亲，我的两个孩子为什么选择我做他们的母亲？我要体验什么样的课题？

高灵：就是来帮你修你的耐心、温柔、不急躁啊，就是把你的这些能量给激发出来。因为我们说你有一个假小子的能量在里面。那么它这一世就会想要把它那一面激发出来。所以你的孩子就是有一种让你可以有一个渠道把你的耐心、不急躁、温柔，就是这种母性的、女性的能量给激发出来。

问：想过一个比较健康的生活，对于我目前的饮食、生活方式什么的有什么建议和改进？

高灵：你为什么说想过一种健康的生活？因为你觉得你现在的的生活不健康吗？

问：就是想吃的天然，素一点，因为我的皮肤比较敏感，想寿命长一点。有人告诉我我的前几世寿命不是很长。

高灵：就关于饮食层面的一些问题，你们没有办法单独从饮食的这个相上面去……而是说允许你自己在每一个阶段，你都会有一个不同的饮食的状态。比如说有时候你压力特别大、特别烦躁，你可以通过吃来解压。然后觉得自己会好受一点，来让自己达到一个平衡状态。那如果你没有改变你的压力来源，只是通过减少吃，烦躁会更加烦躁，明白吗？所以说让饮食提供一个渠道来让你看到你自己的变化。比如说你的情绪的变化，你能量的变化，然后是自然而然的。还有就是说当你们对你们的身体在一个越来越多的允许的状态下，它并不会出错。那没有允许的话，你就会进入到一种很收缩、很强迫的能量的话，当然你的身体会开始失控。

问：最后高灵还有什么要跟我说的吗？

高灵：就是不要着急去任何目的或者是达到什么样的状态。所以说不要着急，因为这里并没有一个固定的相你们要成为或者一个目标你们要达到。而是说你们的生命它只有在当下。然后当下你越来越觉知，你对生命的理解度越来越觉知的话，它就是在让你的生命以一种更加和谐的频率去展开你的生命，那么所有的一切在你的生命中都会是一个和谐的状态。所以你不是在赶路要跑到某一个地方，也不是我要努力的push去达到一个什么状态。然后只是说在当下，比如说通过我们当下、现在的连接，然后越来越多的认识到生命，一下子你就进入到一种放松的状态。然后在这样的能量当中，你这个放松的能量刷的一下进入到你的生活的方方面面。比如说你在以这种方式的能量在面对你的孩子的时候，你会发现他们怎么这么乖、这么听话；你发现你的老公怎么这么温柔；你发现你的老板怎么对你那么好。任何问题都消失了。所以说它这样子散出去的能量是来自于你在当下达到了一种和谐的状态，所以外面都是和谐的。而不是说你在离开你在和谐的状态去push你的孩子：你要听话，怎么怎么的。他们没办法，因为他们是受能量影响的。你的能量已经是一种紧迫，他烦躁呀。就是你离开了你和谐的状态，你在创造一个紧缩的能量，他们会体验到不适。他们会有很多行为会表现出他产生了一些不适感。

第十个人：

问：我的灵魂主题是什么？

高灵：你这一世就是来展现阳刚的能量。你就是好像是从这种文质彬彬成为一个特别独裁的那种，就是像希特勒一样的状态。因为目前的你其实有一种顾忌，就是有一种希望每个人都好，就是有所顾忌，就是在你展现的时候你会有一点收，你的能量会有点收。有一种好像你没有在你的地盘上面，然后变成这是我的地盘，这是我的王国，我说了算，就是我是主人。所以你这一生就是活出我是主人的状态、身份和样子。因为在这个过程中它会抵触你的很多信念系统，就比如你对生命的认知。你会觉得需要为这些人负责，需要去注意他们，这样那样，就是有很多这些。然后逐渐你对生命的认知，然后来允许……这么说，就像你是一棵树，如果你长的太大的话，(你担心你会)影响旁边的树或者是占了太多的土壤。你要知道你这棵树是老天种的，那你就没有允许老天，明白吗？你没有允许生命本身以它所是的状态展现出来。所以这就需要你探索对生命的认知、智慧，你才能够去允许你所是的样子去展现。你现在展现的是你，但是真的你在里面。那个真的你，你要没办法把它释放出来的话，你会感受不到你的力量，感受不到你的男人味，感受不到那股生命力还有就是(感受不

到)你的影响力、你是创造者、你是造物者、你是主人。我想通过他的信息带出来一些信息给你们。因为说实话很多来自于光和爱的，就是光工这样子的人，他们都会有这样子的能量。它会觉得我会不会影响到其它生命，就太多这种顾忌了。所以导致，我不想说这样的话，但是为什么黑暗的能量在控制我们的世界呢？为什么？你看一下真正坐在椅子上在影响或者操控的，它们是什么？分裂的能量。合一的能量为什么还躲在我们这呢？为什么？就是因为这些观念。因为你们天生本身你们就是保护或者是爱护，所以你们需要去认识生命的真相来成为你们生命的本身。你的成长，你不会去影响到任何一个生命。也就是说允许你的力量展现，你不会去伤害或者影响到任何其它生命。

问: 为什么我的灵魂这一世会选择这样的主题? 是因为前世吗?

高灵: 力量，展现力量、突破、成为。你的灵魂是一个超强悍的，它要突破、它要撕碎、它要展现。你内在有一头猛兽，你不是你看到的这个样子或者你们看到的这个样子。它就在突破一种软弱或者软的东西，在突破假象，它在突破假象。所以当这个灵魂释放出来成为的时候，它真的是没有任何力量可以影响到它。它就像是突破一切的一个，它可以突破一切，撕碎一切。像一个巨人一样站在那里。那种能量没有任何人能去抗拒。我已经看到那个版本的你了，它就是那种伟岸的形象站在那里，巨人。所有的都在它的脚下，膜拜。但是你能不能把它放出来就是另一回事了。我已经看到那个灵魂它有多强大的能量，就是一个没有任何东西能够抵挡、阻碍、妨碍。这种感觉好像所有的都在膜拜。在这个过程中你会有很多抵触，比如说你不敢释放你的能量，你觉得你会伤害到别人或者你会觉得这不是你的样子，有太多这种东西。所以去听一下我传讯希特勒的信息，它可以更多的帮助你认识到能量是什么。

第十一个人:

问: 我和我的现任先生的关系好像激活了我很多最深的阴暗面，超越我能承受的黑暗。我想知道为什么我要体验这个?

高灵: 为了成长、为了突破、为了认识你、为了经验体验你、为了你可以去重新创造、为了你可以去改变。你们的生命来到这里干什么？我重新创造啊，我有一次机会来重新创造它，明白吗？就好像这个打乱的东西，我这个生命重新有一次机会来摆它，把它摆到我想要的样子。

问: 那我应该如何看待这些黑暗? 是不把它们看的太真吗? 还是经验它?

高灵: 它其实并不是所谓的黑暗。它只不过是你在拥有，比如说你在体验你自己的信念系统。我们先说你像是一个AI，你是一个机器人，你被植入这些程序。这些程序，你会通过一些东西，就是嗡嗡弹出来，你就在体验到它。所以你的肉体其实也是一样的功能。比如说在两性关系当中，你看到他跟其他女人互动，然后你就发脾气，吃醋，就各种。他让你抓狂，让你发脾气。它不过是你体验到你对生命的认识程度在哪里。为什么？因为在你们的一些观念里面你们会有一个我，有一个你跟我的关系，我们俩是爱，所以你不能跟别人有互动。它这个其实是体现出你自己对生命的认知状态。比如说你现在你会有你我之分，人与人之间在这样的level的话，那这就是你经验到、带出来的一些东西。但是你会成长，随着你会

越来越去探索和知道生命的真相，就知道这里其实..... 比如说我们所有生命都是一个整体；每个灵魂都需要有它的经验；你允许你有你的经验，允许他有他的经验。通过这些经验来认识到所有的一切你们并没有真正的分开，在灵魂层面，你们每个阶段扮演的角色是什么。就你越来越能明白你生命中的这些话，那你就不会再会以抓狂或者疯狂的模式面对了。所以说简单一点说就是你通过他给你带出来你自己的文化水平。为什么这么说呢？你自己对生命的认知程度、你的信念系统都会通过这些东西把它带出来，让你去经验、体验和品尝到..... 那通过这个痛，你就会去探索生命的真相、认识生命的真相。通过更多的认识之后，你再回过头来看，它给你带出来的又不一样了。它就会随着你对生命认知程度的一个高低，越来越合一过后就没有分别了。就你内在的力量..... 你便不会希望外界，你已经不会去关注外界了，就外面的人他是怎么样子的状态，你在允许他所是的状态去体验他的生命。你不会再去..... 所以在这个过程中，你就能够去经验到你自己的人生。因为他们所有灵魂来到你的生命当中，它来支持你可以体验到(你自己)。它是为了你的进化而来的。

问：因为体验很差，所以我想walk away。但是这件事情我做过很多次，我想如果我逃避了功课，然后所有事情我又得重新经历一遍。有没有一些建议？

高灵：你可以去什么什么的，但是你如果不明白，就像我们刚才前面的信息说你到底明不明白你跟物质世界的关系呀？就是你到底明不明白你在照镜子，你跟镜子之间的关系呀。如果你不明白你照的是镜子，镜子里面的人是你的举动的话，那你就去试图把你的手伸到镜像里面去干涉那个相，明白吗？那也就是说你明不明白你的那个对象他在你生命中的角色是什么呢？你们不是来谈恋爱的。OK，你们是爱的本身，但是你们不是来保持一个和平的相、友好的相、好好相处、你爱我我爱你。你们不是的。当然你的意识形态达到了这样子一个合一的状态，就会投射出这样子的一个关系给你体验到，你从他那体验到你内在的合一，对吧？那你现在也是从他体验到你自己内在的一个分别、分离的状态。所以说他在你人生中扮演的角色是让你去体验到你的那一套系统是什么。你如果没有办法通过他体验到你的系统的话，你便没有办法跳出这个系统，明白吗？

问：我的人生课题是什么？

高灵：你这一生的人生主题有点像你在比如说把温度、温暖从你的内在给它升起来、激发起来。那如果说你的灵魂主题的话，其实你就是有一种好像是唤醒内在的宁静和爱、温暖，就是从内在散发出来的香味，激发出来内在的香味，不再喷香水的那种感觉。这个是你的灵魂主题。所有东西你都不再去依靠、依赖外界，而是从里面给它激发出来。这是你的灵魂主题，所以其实最开始你会体验到一种你很想抓外面的东西或者依赖依靠，就外面对你来说很重要。但是你最后逐渐会走向一个激发内在的，就比如说你可能会依赖他给你的爱，最后你的爱发自于这里(心里)，你不再依赖任何人。因为这里的爱是源源不断地，还在流出来给每个人。你可能需要别人需要对你的温暖，但是那个温暖你会把它从这里(心里)激发出来，它是来自于你自己的，还可以温暖他人。这是你灵魂成长和蜕变的方向。由外到内。

问：高灵最后还有信息吗？

高灵：我们想让你知道你本来就是内在有温暖和爱的人。然后你之所以体验就好像是在外面抓，它是来让你去认识众生，就是它是来激发你的慈悲心，来认识众生在体验一些什么。它

会让你这个灵魂更加的充满慈悲心，更加的去悲悯天下或者更加知道和认识到其它生命在体验什么。所以其实你就是拿体验的。

第十二个人:

问: 怎么样更好的提高我的认知、智慧和灵性?

高灵: 首先关于这个话题, 我们想告诉你们一个最核心的东西, 真正的灵性、智慧和认知没有任何分别。一旦有一个你需要从A到B, 你需要修到这样那样, 它就是离开了。所以真正的智慧是来让你看到你就是爱的本身, 你就是生命, 你就是一, 你没有问题, OK? 它来让你看到而已。凡是让你从这里到那里, 就是任何那些东西, 它都已经离开了所谓的一个真相。所以这里真想只有一个。那在这样子的一个..... 你就可以去学习智慧和所谓的灵性这方面, 你便不会进入到一个所谓的分别。因为有时候你们在学习灵性的时候, 又进入、创造了另一个分别, 就是你离开它了。你本来就是在水里, 你只需要看到你在水里。那你在追求智慧和寻找的时候, 你又离开了水。那你如果知道你现在在水里的话, 你就能更好的去体验水是什么。那你体验水、认识水、看到水、经验水, 那你就知道你就是智慧的本身。所以我们的信息并没有让你去学习, 也没有让你照着做或者怎样, 只是来让你看到而已。那你就知道当你说我要怎么学习或者寻找智慧什么什么的时候, 那你知道什么是真相吗? 智慧是你本身。那为什么我会体验到我没有智慧呢? 就刚刚我们说你都不知道生命的真相, 那所有的这些它是你, 就像刚才我们前面的信息, 它本来就是, 它为什么要离开? 产生体验。为什么需要这些体验呢? 对生命的一个慈悲。比如说你产生这些体验过后, 你更能知道为什么人类在水深会热中, 是什么导致它水深火热。所有的这一切都并不是因为你不是, 而是因为你是, 你为了经验到其他生命经验到的, 就好像是你去非洲去体验他们过的什么样的生活和生命, 但是你需要忘记你的身份, 你才能体验到他们到底有多那个什么。那你是不是认识自己的一个过程? 然后所有的智慧, 你只要知道让你产生任何(听不清)或者是需要做到什么样子, 就是需要做到什么样子, 不然就怎样, 就是它本身有条件。它便不是你所要寻找的智慧。就比如说你必须要学完这个课程, 你才能变得智慧, NO。因为这里是无条件, 它没有条件, 它没有任何。一切都在你的内在。然后提高灵性呢? 我们可以告诉你怎么样提高灵性。就比如说外物质世界发生的所有的一切不过是为了来支持你这个生命体, 你是唯一的主角。其他你生命中的, 你老婆也好、孩子也好、老师老板、任何, 他们的存在是为了来支持你这个灵魂得以蜕变和体验、转变。有一个机会和平台你可以去展现你自己。所以如果你把所有外界的相回到你的内在来, 而不是消耗太多的时间、精力去试图改变、抵触这个相, 那么你就变得有灵性, 明白吗? 因为你在利用一切资源来让你的灵性得以发展。你在把外面所有的体验都变成你的智慧, 变成我怎么去玩弄它、怎么去经验它、怎么去改变它, 就是一切都变得那个什么了。那没有灵性的人呢? 他就把他的注意力和他的双手, 他所有的一切他都在试图去在物质世界改变, 你要改, 他逼着你这样那样。他们就是没有灵性的。因为他们停留在表面嘛。如果是灵性的话, 他是在根, 在树根上做功夫。那缺少灵性的呢, 他就在树枝上面做功夫。所以一个是表象, 一个是根本。有灵性的会是在根本, 在真相的地方在影响它。所以这个就是让你去看到灵性在哪里, 那你逐渐逐渐的就是一个很有灵性的人。因为有灵性的人不会去干涉相, 它是让这个相给他提供一个他可以借鉴、照见的机会让他去认识他自己、体验他自己。让他看到过后, 他便不再困在那里了。

问: 我的人生的purpose天命是什么?

高灵: 天命更多的是一种, 它是在你允许你这个生命、允许你这朵花绽放的时候, 你散发的香味就是你的天命啊。不能说你就是来散发香味的, 但是你在成为你自己, 你这个灵魂在绽放的时候, 它展现出来的东西被人们叫做, 好像你就是来给这个世界带来香味。但是你会有一个怎么样去绽放, 就是你突破的一条路这样子的一个灵魂主题, 就是去突破的一个主题。所以天命实际上是发生在你的生命中。就是不是你能后那个什么的, 就是发生, 就好像你这朵花盛开了, 你的这棵苹果树结果子了, 它是这么展现出来的。它是你允许这个生命体成我的过程当中, 就好像这盏灯亮了, 它就照亮。灯亮了, 就是你所谓的天命也好、使命也好。它是在你越来越允许你成为你自己而展现出来的你。你像是一个守卫者或者是光的守护者。就像是, 我们如果说这里有一个光的传播者, 然后你是来护送、守护、看护、保护..... 这么说吧, 像是护法、守护者。因为你有坚定的信念, 就是你只要认出那是光, 你坚定不移的在那坚守, 就你在那里, 你不会动摇, 你不会动, 你不会离开, 你就是在那里成为一个守护者的身份来守护这个光, 让它不会灭。

问: 什么是能更好的identify(认出)这个光呢?

高灵: 那我们刚刚说, 这么说吧, 就好像比如说JOJO老师在传播光, 然后你的这个能量就好像是在这里守护她这个能量场, 比如说JOJO老师在那点火, 你就在那不让这个火熄灭, 不断地给它加油, 这样子的一个过程。像是一个守护者、守卫。然后你的能量非常的坚定, 只要这就是你心中的光, 你就会守护着它。你会逐渐越来越多的去看到。

问: 我的优势和弱点是什么?

高灵: 你的优势就是忠诚、坚定不移、不会被动摇。它是像山一样稳重、踏实。就是可以rely on, 可以被托付。这是你的优势。如果是说弱的话, 没有。你都知道答案了, 你不需要被告知的。你知道的, 所以刚才说的全是白说。就你内在知晓的。

问: 神灵还有什么想告诉我的。

高灵: 你就已经知道啊。没有什么好告诉你的。你能认出、你能看到、你能知道, 就你能知晓啊。你也不会被误导。你也不会被人家影响。就你知道就是你知道。所以你没有什么需要被指引的。你就有一种好像心如明镜。

第十三个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们感受到你的能量很, 就是它既有男性, 也有女性, 既有阴也有阳。它是在一个很融合的状态。你的灵魂主题, 你这一生其实就是来展现的, 来展现也就是说你既有这一面也有那一面, 既有黑也有白, 既有刚也有柔, 就是来展现、体验。就是你会对身体、这种体验感很喜欢, 很注重。就是比如说JOJO老师喜欢这种看不见的, 就是灵界的, 你会很喜欢这种

physical, 触感, 就这种体验。所以你来到物质世界其实你就是来体验、来玩、来展现。任何让你身体上有体验感的, 你都会..... 比如说我体验到我舌头品尝到的、皮肤碰触到的体验..... 你来到物质世界就是为了体验。你注重肉体的体验的话, 你可能会缺少对那种内在的连接, 就是那种无形的东西。你就会体验到、感受到其实外在再丰富的体验, 其实你的心里还是会有一点空, 就是它达到不到最核心, 就是它进入不了最..... 就是这个东西它在最表面, 它不能渗透到你最里面。所以你会从最开始很注重肉体的体验的状态当中也会去探索关于内在的一些体验。这是你人生的主题, 就是从外在的肉体的体验, 就是你会很enjoy、很爽或者很追求这些, 最后慢慢其实你会发现你外面所有地方..... 就像你做按摩, 一个人给你全身按摩完了, 你最后觉得我的心脏也要按摩一下、肾也要被按摩一下、我的胃也要被揉一下, 就这种。你会进入到里面了。这是你的灵魂主题。

问: 我现在这个行业我还蛮喜欢的。我想知道我现在这个公司能不能给我快速的带来财富?

高灵: 关于财富的问题, 其实你在问这个公司能不能给我带来财富的时候, 你就已经把你的财富挡在外面了。为什么呢? 因为在你认知当中你会觉得你的财富是通过公司的渠道来给我的, 它已经屏蔽了所有的可能性, 明白吗? 但你真正的财富是everywhere, 无处不在, 四面八方, 全都是。你就已经在里面, 就是你在水里面。那就好像你离开水去找水, 这个地方能不能给我一点水? 所以财富问题不过是你通过它来经验到你跟自己跟它之间的关系。那我们刚才通过你的这个问题就来知道你的关系是什么? 它是有阻碍的, 就是你这边有很多, 就是把财富拦在外面了。所以你要重新去, 就是把眼睛打开, 重新去定义你跟财富的关系。你就知道你的钱无处不在, 别人口袋里的钱全是我的钱, 全天下的钱全是我的钱。但是要怎么样才能真正感受到、体验到和看到这样子的一层关系呢? 那就在你的认知里面了。那你就会发现当你的认知在转变的时候, 财富也在转变。财富也是一面镜子、一个平台来让你去品尝、经验到你。

问: 我人生中注定的另外一半是个什么样的人?

高灵: 就是未来跟你一起的partner是什么样子的, 对吧? 你稍等。我们连接到因为你会有不同的state, 然后在这样子的一个..... 它会有不同的对象都在等着你。因为就好像你的生命其实有几个阶段, 那这个阶段会有一个, 下一个阶段会有一个..... 如果你这一辈子没啥突破, 就永远停留在这里的话, 那可能就stuck, 就在这里在这个阶段, 那就没有办法去到..... 那我们连接到, 我们只能说能量状态, 连接到就比如说你相爱的那个能量、和你互动的那个能量, 它会和你的课题是相呼应、相匹配的。然后这样子告诉你的话, 它会对..... 我们这么告诉你, 它会在你每一个阶段把你需要看到、需要体验的一些东西给你带出来。因为我们虽然能够捕捉到你接下来会有什么形式、模式、状态, 这些都一清二楚。为什么? 因为这是你的能量带出来的一些东西, 我们都知道是什么, 所以它会在那里。但是我们想要让你知道你在哪一个阶段, 它都是push你让你更多的去对你的生命的一种认知, 推动你的灵魂得以扩展。它在推动你这个生命得以有更多一点体验, 明白吗? 等你以后进入关系中, 你再回来听。

问: 老师还有什么要叮嘱我的吗?

高灵: 尽情的去玩耍。因为等你玩够了, 你的生命就开始蜕变了。你没玩够的话, 你可能还会在这个地方体验。所以尽可能的去让自己想玩什么就玩什么, 想品尝什么就品尝什么。就

这一桌子菜，你尽情的吃它。你吃完够后，你自然而然就会..... 因为你的生命需要不断地在一个扩展的状态当中。不要hold back，就是不要犹豫不决，这个对不对，那个好不好，不需要考虑这么多。因为你这个灵魂就是有一个全方位的去产生体验的那种感觉。就这么说，我的身体的每一个部位我都要给它按摩到。那你就去按摩，你不要只按摩这里，就说我那里可不可以按摩？你按就好了。反正你到时候你按摩完过后..... 就是不需要考虑这么多，就是你想体验就体验。

第十四个人：

问：我的灵魂主题是什么？我叫XX，28岁。

高灵：我们想说你就像是一个天使来到人间，但是这个天使想要通过这一世来学习，就是好像怎么样能融入或者是以天使的身份来服务人类，所以这是你的灵魂主题。就有一种天使的能量怎么样才能帮助、协助、照料、温暖人类，这样子的一个状态。

问：我觉得现在生活比较稳定，比较安于现状。感觉有点停滞，我也比较恐惧会有一些变化。有什么好的建议给我？

高灵：我们给到你的建议就是去学习我们的信息，因为我们刚才说你就是一个天使来到人间想要怎么样以天使的身份服务好人类。你就需要去认识到这些information，就是关于生命的真相，所有这些东西。因为我们有很多信息，就像是今天这一类传导的信息。这里面有关于生命的真相，有关于人类面临的问题或者是解决方案或者是应该怎么样看待，所有的这一切信息都在这里。然后通过你跟信息的连接，它能够帮助你去认识你自己的身份，还有帮助你去认识到人类，就是所有的这些问题。然后你的生命会通过这样子跟信息连接的方式去展开。然后关于不知道要做什么，好像生命是一个停滞的状态，我应该怎么样怎么样..... 首先你要知道生命并没有所谓的一个停止的状态。所有的一切，你就算不走，命运也会把你推到你该去的地方，比如说你现在坐到我面前，那也是命运把你带到这里，所以它没有停滞。之所以你会感受到好像..... 是因为你还没有进入到一个让你激情的状态。所以你会觉得时间过得很慢或者过得并不是我想要的样子。那你只需要在每一个当下去选择你更愿意、更喜欢、你更激情、更舒服的事情去做就好了。那如果你没有去做，那它背后就会有你需要去发现的信念和观念阻碍了你去找它，然后让你没有任何障碍去阻碍你自己想做的事情。就比如说你特别想要学习和JOJO老师通灵，就比如说。那你说你看吧，爸妈不让我去，我没时间或者..... 就是头脑里会产生各种这样不让你去做。然后你只要相信你想要去做的任何事情都是被支持的。不需要去想头脑里面那些没有办法啊，任何这些东西。因为路会帮你撇开，在每个人追寻自己激情的路上，它会给你开路，更加的信任你内在的指引，不去管它对和错，好和坏怎样。只要那是你激情，是你想做的。

问：我有严重的痛经，有什么信息？

高灵：我们连接到你体内的这个痛是你自己就好像是有一种在提醒，其实你来到这个世界上是想要帮助人们脱离痛苦，就不要忘记其他人在经历苦的这件事情和痛的这件事情。有一种好像在提醒你不要忘记，所以当你以后走在一条比如说在帮助其他人脱离痛苦的这条路上的时候，你这个就会好转，明白吗？

问: 就是我应该选择做一些帮助别人的事情?

高灵: 这更多是像一种闹钟一样, 比如说你给自己设置了一个闹钟到时候不要忘了提醒一下我。然后这个痛会让你体验到其实现在很多, 就是你为他们而来的人, 他们都在水深火热, 都在痛苦当中。就你自愿去做这样子的一个自我提醒。

问: 有没有方向, 就是该去做哪个?

高灵: 还是连接我们的信息。因为连接我的信息, 它会加速你成为你自己, 它会加速你内在的光释放出来。然后在这个过程当中你就能去疗愈他人、帮助到他人以你自己存在的方式。就只是从我们的信息里面, 它会推动你这个生命, 比如说我们把这朵花放到水里, 它就会很快的绽放, 就这样。

问: 指导灵还有什么别的信息?

高灵: 就是看我们的信息, 因为这里面有你的路。你的路会通过跟信息的连接, 然后逐渐的展开。

第十五个人:

问: 我感觉我的太阳穴无时无刻都在紧绷, 去治疗也没有好的效果.....

高灵: 我们会要求你头这个部位出来, 就是让你疼的这个能量出来跟你对话, 你稍等。

疼痛的能量: 那就是不断不断地用自己这一块地方的不适..... 所以你的这个不适感是来源于总是去(听不清)。然后你把所有的东西都压在那里导致它不停的在产生一种信号告诉你不要再施压。

高灵: 它刚才告诉你那个疼痛是一个信号, 信号在提醒你不要给你的头脑施加压力或者重量或者是让它解决事情。比如说你的头, 就是刚才那个地方, 它是一个工人。你总是逼着这个工人: 赶快把这个事情解决了, 你要做这个, 你要做那个, 很多事情逼着它去做, 逼着它去解决。对它派了太多的任务, 它在给你传递信息, 那个疼痛是一个信号。因为你是一个试图把所有事情都要做的很好, 逼自己逼的很紧, 然后也是一个对所有人负责任, 就是想要完美或者是想要更好, 就是承担了很多责任, 也承担了他人的责任。就是你的背后的动机其实是负责任, 然后就把所有这些, 我们刚才说你的头脑是一个工人的话, 你就放在那个工人身上, 就放在了你自己身上。它疼痛产生实际上是一个信号。那个信号是什么呢? 你在用一套错误的程序在运作你的身体。因为你会觉得这种做法可以让事情变好, 可以比如说减轻别人的负担, 就是一种更好。就是觉得这种做法可以让人变得更好, 让其他人变得好, 别人都不用操心担心, 它的目的是为了事情变好。但是它背后是一套错误的程序。那个错误的程序来自于你对生命的理解程度。就这么说, 就好像这个电器你不知道怎么用它。那你操作手段、方式方法导致它电线短路了的那种感觉。所以你把它理顺就好了, 就这么简单。然后我们想告诉你的是, 你是一个非常有责任心, 非常值得信赖。然后对自我要求也很高, 就是想

把事情做好，不让别人失望，就是想负到你的责任、承担你的责任。然后这是你，就像是一条负责任的狗狗试图去把一个事情做的很好，然后承担了很多的这种感受。但是这个来自于你对生命有限的理解。我们看看像这样子的一个人格，我们有什么信息想要带给这种为他人负责的人格。我们想要让你们知道，因为有很多这种想为一切负责的一些..... 我们想让你知道生命的真相就是说，你看土壤不需要为树负责，对不对？但是那棵树却在土壤里面不断地成长。那你就知道其实你是土壤，你只需要成为你自己存在在这，那么你就在为一切种子负责。那如果你离开了你存在的状态，就是不能成为你自己，你便没有办法滋养更多的生命出来。所以你们最能为其他生命负责的做法和行为就是成为你们本来就是的状态，而不是你头脑以为或者是被强迫、被要求的状态。这是你们能为其他生命负责的唯一方式，就是成为你所是。那个所是是什么？它就是允许，允许你成为你自己。那里面没有任何用力，没有任何努力，没有任何重量。它是自然而然，它就像是一朵花开在那里的状态。所以任何让你觉得在消耗、在用力、在使劲的都不是你。那如果你心中feel guilty，你觉得你没有做什么而什么什么的话，那是需要你deal with你的信念，而不是去改变你的行为。去找到你背后的信念，它来自于你对生命不全然的理解。就比如说你觉得他很苦，他有难，你要帮助他。那其实你看不到背后他的那个苦难怎么服务于他，它是来自于你有限的认知。所以去追寻那个背后，而不是说去改变你的行为，把自己变得沉重起来。我们想要给你头脑疗愈，你稍等。我们现在会邀请观世音菩萨的能量来到现场疗愈她头脑的部位。所以你们也可以闭上眼睛，感受这股能量来到现场。

观世音：刚才它想要告诉你的是不要着急，不要紧张。生命的所有的一切都在一个正确的速度和正确的一个路线上。就好像一颗种子它会在春天发芽、它会在秋天结果，就一切都在这样的路线上。

问：我现在在用圣多纳释放法，最终的目标是通向自由。对此有什么建议和指导吗？

高灵：当你们在不明白生命的真相，生命运作的程序，你用什么释放法都只是一个暂时的，就像是一个止痛药的效果一样。但是真正的核心是你对生命的认知。就比如像我们刚才说你如果不知道这颗种子在土壤里面它有它的生命周期。那它在什么时间开花结果，它能长出什么叶子，长出什么果实，其实都已经注定了。那如果你要强迫它长出，比如说它是一颗花生的种子，你强迫它要长出苹果，明白吗？就是你缺少对生命的认知。那如果你知道生命的状态是怎么样一个展现的方式，你只不过是去经验它、体验它。那你会更多的..... 你在释放，对吧？那你头脑在捕捉相，捕捉相了过后，它又在给我重量，我又去释放，又捕捉相，又增加重量。那如果你不能明白，没有允许，不理解生命的话，它只是在一个好像就玩游戏。那真正的核心的就是通过这所有的一切去推动你去探索生命的真相是什么。然后通过我们的信息，因为我们有很多信息。每个信息都像是一个小细节一个小细节来让你的头脑更多的去理解生命的真相。

问：但是我释放的时候我还是更多的放在感受上，不只是对相。就是这个方法.....

高灵：你不过是在当下又创造了一个，就是用你的信念系统创造了一个相给你体验而已，就这么简单。因为你还有你的认知和信念系统。你觉得我是这样子的的问题，我要把它拿出来..... 就是这个东西你把它嚼一遍，你品尝到，哦，我生命这样..... 仅此而已

问: 所以一切都没有问题

高灵: 一切都是你在经验你自己的信念系统, 你在经验你的那一套, 就你的believe system, 你在体验它。

问: 疗愈是瞬间发生的吗? 因为我还是会感觉到太阳穴这边很紧绷。

高灵: 如果你身体有疼痛, 疗愈的时候需要光来照一下你疼痛的位置。但是你也可以自己去让这个光来照你。但是你要知道其实所有的疗愈都是你在从外面来那个什么。但是最根本的信念, 就是你产生的这些东西, 它还得是你自己对生命的认知。因为我们都在经验和体验的是我们自己的那一套系统。比如说刚才那个地方是因为你放太多东西了, 我们帮你把它拿开了。然后最后你其实又放了很多东西, 所以还是逐渐的去提高你的认知。这个认知就是看我们的信息, 你会逐渐逐渐的认识到生命的真相。在这个过程中你的信念就会成长。那你越来越成长、越来越明白这些东西, 你就不会再去用旧有的模式去运作了。所以还是你内在的系统。

第十六个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你的灵魂主题, 你就像是一个水晶一样, 就是映射照射, 就通透, 那就是一个很敏感的体质。它在品尝、观察、经验、体验, 像是一个录像机、录影机, 就像是一个静静的观察者。那你的灵魂主题, 就你选择这一生坐上你的火车, 然后观看你周围的景色, 还有桌子上这些菜, 你在品尝每一个味道。那你的灵魂主题的话, 那就是一个默默地观察者、品尝者。所以你内在的变化和内在的体验感特别强烈, 比如说情感丰富, 就是默默的观察者、体验者。

问: 我的天赋在哪里?

高灵: 你的天赋是你是一个特别好的反射者, 比如说我们这边有一个光, 你会让这个光更加的加倍、更加的亮。你的天赋就是你好像是一面镜子, 你给了来到你面前的人一个机会让他们可以更好的观察到自己。你就像是造物主的能量, 它静静地、默默地、安安静静存在着, 映射着一切、观察着一切。所以你的天赋也是跟造物主一样, 就你不太干涉, 你不会去评判, 你不会去指责, 你没有强迫的能量在里面。你就是造物主的能量, 你是造物主的衍生、然后镜子、反射。但是你会有很丰富的内在的一些体验, 比如说有爱的, 你会体验到很有爱; 或者是很冷, 你会体验到很冷, 就这种。内在很强烈的体验。

问: 那我用我的天赋去突破我的课题, 有什么建议吗?

高灵: 靠近光。靠近光你就是一个万万全是光的状态, 你就是一个发光体, 你就在反射光。靠近黑暗、分裂的能量, 你会很痛苦也很无力, 也没有办法。就靠近光。

问: 我最近常常会有一种很悲伤的能量在心脏的位置。如何解决这个问题或者可以疗愈吗?

高灵：这是你离开光的一些体验，就好像在黑暗或者阴暗的地方。就是靠近光。你现在已经没有这个问题了，因为你现在和我们连接。我们想让你知道它不过是你在吃到冰的时候，体验到冰块。但是那个味道已经过了，你现在吃的是蛋糕了，味道已经变了，明白吗？所以你吃冰块的体验感已经过了。因为你像镜子一样，就是这个东西来到这不会留下印子的。所以不需要去处理它，你很快就会被光和爱的能量包围包裹。然后你自然而然就不会再寒冷当中。你现在在体验一下你刚才内在的感觉，还有你刚才说的那个感觉吗？你看你多么敏感的体质。就当你从黑暗当中走出来的时候，你已经没在黑暗当中了，你会非常快速。所以你会对外界的，它就是一个映射。就是你吃什么，它就是什么味道。所以它不是需要你去处理的，它是需要你去尝到就过。就是你品尝到这是冰冷的味道，好冰。That's it，结束了。然后像我们刚才的信息，还是告诉你，靠近光。因为你的这个反射体，你的这个水晶它会更加的..... 从你身上就能看到光。为什么我想抓住你的手不放？因为你现在就是通透、亮的，所以你整个都是在发光发亮的，就是pure，就是纯粹的一种发光体，完完全全映射的是源头的光、源头无限的爱，就毫无保留的。就好像我的水有多纯净，然后流到你那里完完全全就是一个水晶的状态，它没有任何污染。那么别人再通过你的时候就能品尝到这个水是多么纯净，就没有任何污染源。然后去接触我们的信息，因为那里是光。你就不断不断地让你的身体越来越通透。当你在像刚才你说的那种品尝到悲伤或者冷的这种，你记住你只是在品尝它而已，它不是你，它也不会停留在你那里走不了。不过是你闻到一个味道，那个味道一会儿就散去了。不过是你舌头上喝了一杯冰水，它一会儿就过去了。当你在随时和光连接的时候，你就是一个通透的发光体。

(男方的女友提问)问：我想问我跟他的灵魂关系？

高灵：你们的灵魂关系，你就好像是一个完完全全的像是海洋，她像一艘船，然后这艘船在海面上就可以到处..... 所以这是一个允许的能量。然后这个允许的能量来让他这个灵魂可以完全没有拘束、限制、没有任何那些东西来..... 所以如果是说灵魂关系的话，他就是完完全全手打开的状态，就是允许的状态，像是海洋一样，你像是上面的船在上面。但是你要知道你这艘船无论走到哪里，左边右边前后，它都是和海水接触在一起的。所以你会有一种连接感来自于他，他就在那里。我从他身上感受到那种造物主的能量，就是完完全全的允许，就是你无论飘在哪个方向，我都在那里。你可能觉得你离开了我，你在左边右边、在东南西北。但是我就在那里，我就在跟你的船接触在一起，我没有抓你，我没有不允许，我没有评判，我只是允许。他这个就是造物主的能量。

问：那他跟我的灵魂.....

高灵：他在品尝这个。他品尝各种能量流过他、经过他，酸的甜的辣的亮的，就这种。

问：那他和我的灵魂有什么关系？

高灵：刚才不是说了嘛。你还没听懂吗？他品尝一切energy。他跟你的灵魂关系就是他永远在那里，无论你飘到哪里，你都会感受到这种连接感，明白吗？

问：他可以品尝其它的？

高灵：那他这个海面也会有其它船过去呀。那也会有鱼在他体内流过呀。

高灵: 你说你今天来到这里很舒服, 对不对? 那你今天跟我连接是不是很舒服? 这就是在告诉你靠近光, 你就能完完全全的感受到那种peaceful, 就是光、就是爱, 就是那种被光包裹着。然后你身上散发的是通透的光。水晶男孩。就是靠近光。

第十七个人:

问: 我当下做的事情要注意什么?

高灵: 当你在问这个问题的时候就已经进入了一个误区了。你当下做的事情不过是你通过这件事情在体验你的能量状态, 你是谁, 你的信念系统, 你的那一套东西, 明白吗? 所以你通过你在做这个事情的时候, 你在经验你自己。而不是有人来告诉你要这样做, 要那样做。那你是生命本身吗? 你是自由的吗? 你们不是来这个世界上不是像是一个工人要把这个事情做好, 你不是为了打工的, OK? 你是唯一这个宇宙, 你现在在跟我交流, 那么你是唯一一个真实存在的东西, 其它全是假象, 记住这句话。你是唯一真实的, 其它全是假象。那你还去做啥? 你做啥, 做成什么样子, 它都是假的呀。你怎么做都是一个假象而已。为什么说只有你才是唯一真实的东西呢? 因为你经验的这一切不过是你的反射。你的限制投射在工作上面, 你体验到限制。你的认知投射到世界上面, 你经验到你的世界, 你的一些认识。你的无限, 你在通过这些事件体验, 那就是无限。你的合一、你的分裂、你的恐惧、你的无助、你的无力, 任何。它像是投射打在那上面的光再反射回来让你体验到、经验到。那如果你不能明白这层关系的话, 你们还在继续把事情做好。什么事情需要做好, 你告诉我。什么事情需要把它做好, 做没问题, 你告诉我。

问: 达到设定的目标。

高灵: 那你看看你头脑里的目标不是一直在变嘛。你的目标不是在随着社会的进步、推进, 不是一直在改吗?

问: 当下的目标或者是短期的目标。

高灵: 当下的目标、短期的目标来自于你头脑的限制给它的一个定义。你觉得这样是对的, 但是它来自于什么? 来自于你头脑根据这些information, 就是提取这些信息, 然后这么去认为的。但是你头脑的那些information它会扩展, 那怎么办呢? 那你就知道你所说的这一切不过是当下呈现出来的一个水平而已。所以事件是你们通过这个事件去展现你自己是谁, 你的一个意识水平, 你的一个状态, 而不是说我来这里要把这个事情做好。因为这里没有好和坏。好坏是来自于你头脑里的限制的一个定义。

第十八个人:

问: 想问一下姻缘?

高灵: 姻缘就好像是比如说你们这一生选择了跟你有共同课题, 跟你一起成长的一些灵魂层面协定的人。就比如说它需要在你人生这个阶段上场, 就变成了你的姻缘了, 明白吗? 就是

这个阶段上场来和你互动，这就是人和人之间的姻缘。就是你的灵魂它发展到哪个程度需要哪一份支持、需要哪一份刺激、需要哪一份互动，然后出现在你那个生命阶段的一个.....

问: 问一下我的财富

高灵: 你是有什么问题，比如说怎么样更加的或者为什么我有这个财富的问题。

问: 财富更好，就是财富自由

高灵: 这么说吧，你的能量虽然不是那种四面八方快速的来财，但是你的财富很稳，就像是有一个源源不断的水流，它不会耗尽一样，就是源源不断地。所以你没有财富的问题，除非你的头脑里面有一个我要多少多少钱才是财富，那是进入到你头脑里面。所以你的生命状态没有财富的问题存在。它会像是溪水一样，就不会断开。那如果你想问你怎么样倍增你的财富的话，在你的人生当中如果你寻找到真正的，就是它就像是生命一样重要的存在，你在做它的时候，你的财富就会倍增了。因为你在散发你本来是，你在成为你本来是的，就是你的灯终于亮了。你亮了过后，你的财富同样的也会..... 所以当你在寻找到你心中的那道光，在守护它的时候，那你的财富那会儿就会倍增。因为你现在还没有一个对象，还没有一个你心中觉得要守护它的对象。

问: 所有光都要守护还是?

高灵: 它有可能会体现的那种就是不同的，这么说吧，就好像这束光它亮，它可能会通过这个镜子、那个镜子。但是不是说你只守护在这个镜子面前。这种更多的是一种，也没有像你说的我要看护、我要守护。你其实更多的是坚定的成为你自己，更加信赖你内在的，刚才我们不是说知晓嘛。就是信赖你自己内在知晓的那个东西，一切都会自动的呈现的。

2024/10/01 – 连接外星人22号

22号: 我来了, 你们好。我现在是22号。

问: 请问可不可以把你的样子投射给这里的管道让我们看到呢?

22号: 我们不需要投射, 你们可以用你们自己的方式去呈现在你们的意识以内。你看到了吗? 你们可以继续连接, 因为就像一个味道它需要停留一会儿, 越来越浓, 然后你就可以越来越清楚的闻到它的味道。

问: 能描述一下你们生活的星球的样子吗?

22号: 它更多像是一种, 就像你们走到手术室里面到处都是金属体, 不会像你们有这么多泥土、水、山, 而是像你们的手术台, 这是我能从她头脑里面捕捉到的, 就是各种金属器械。所以这是我们生活的环境, 就像是一个干净的手术室。

问: 你们有大自然和动物吗?

22号: 有这些, 它就好像是另外一个space, 因为我们不破坏这些东西, 明白吗? 所以我们住的空间, 你把它想象成一个鸟巢鸟窝, 但是这个是无比大的。大自然没有受到任何我们居住的影响和污染, 就是我们有我们独立的空间。我们有我们的空间, 它们有它们的空间。

问: 你们居住的空间是在飞船里吗?

22号: 如果你们这么去理解它是一个飞船, 但是对我们来说那是一个home, 是一个land, 是一个space。也就是说居住的空间是居住的空间, 大自然是大自然的空间, 明白吗?

问: 它是一个固定的住址还是可以随意移动?

22号: 它是一部分一部分, 就比如说你想象一下你们的鸟窝, 那是不是很多树上都会有鸟窝, 对不对? 那鸟窝是不是不需要在陆地上, 也不需要去影响、破坏任何。

问: 可以描述一下你们星球人与人之间的关系吗?

22号: 我们是一个整体。

问: 你们还有物质形态吗?

22号: 有物质形态。

问: 你们好像跟你们的灵连接很紧密?

22号: 我们就是灵, 没有连接, 没有分开。

问: 那在有物质形态的情况下和灵保持连接.....

22号: 我们没有保持, 我们就是灵。

问: 人类和自己的灵的关系是什么样的呢? 有什么区别?

22号: 你们在逐渐的走向你就是灵的过程当中。

问: 你们的物质肉体有寿命吗?

22号: 对你们来说就像是有恒的永久的。

问: 你们的物质肉体的能源来源是什么?

22号: 我们的肉体的形态和你们不一样, 就这么说吧, 如果你们是一个机器, 那你这台机器的保质期就是你们的寿命, 但是它是短暂、暂时、有期限的。但是我们的对你们来说算是永久的存在, 所以也没有衰老, 所以也没有像你们的(肉体)逐渐走向无力和损耗的状态。它一直比如说保持在二十岁, 但是这个只是外在的。如果是内在, 它有一个成长期的。它的成长期就好像是你去过多少国家旅游, 就是你的experience。就比如说我去过多少个星球, 去过是个星球、一百个星球、一万个星球、无限个, 明白吗? 就这种成长。

问: 你们星球有多少存有?

22号: 我们不以数量来计算。

问: 整个星球的运行架构是什么?

22号: 运行架构是一个, 这么说你的肉体的运行架构, 虽然看着你是一个肉体, 对不对? 你有多少个细胞, 你有多少手脚, 就是各种。它是一个整体。你看着你的身体各个器官, 它是在运行同一个, 对不对? 比如说你要做一件事情, 它会调动你的全身, 对不对? 你要展现你的舞姿, 它可能会用到你每一块肌肉, 明白吗? 所以它的运行就像是你这个人要去吃饭, 那你的这块肌肉这样那样。那比如说你有一个疾病需要去抵抗它, 那你所有的细胞..... 明白吗? 是以这样子的一个整体。

问: 那我们现在连接到的你是你们一个整体里的一个细胞吗?

22号: 应该是我们整个的意识。

问: 你们有leader吗?

22号: 你们眼里的leader其实是跟你们分开的, 那我们这里的leader, 就是看着是一个leader, 但是实际上我们每个都是leader。

问: 你们存在时间空间吗?

22号: 应该说我们可以创造一个时间空间给我们去体验。

问: 那是不是这种创造的情况下就可以快速的回到过去未来?

22号: 我们不体验过去、也不体验未来。

问: 你们存在意义是什么?

22号: 存在的意义就是存在的本身。

问: 有没有对这个宇宙的使命之类的?

22号: 那是你们对生命的误解。

问: 你们如何看待地球的现状?

22号: 我们连接到你们心中都有强烈的愿望和强烈的愿力想要往光的方向发展, 然后脱离你们旧有的模式。所以你们内在的动力就好像让我们看到了一个努力去减肥的胖子。好像是一个很努力想要减肥瘦下来的样子。所以我们还会给与你们我们能为你所做的支持。这个女孩子问能给什么支持? 就比如说你要去减肥, 你们你需要去认识导致你肥胖, 吃什么食物可以导致你在一个不发胖的状况。所以我们可以给你一些参考, 你可以去尝试什么品种的食物来让你可以在一个均衡的状态下, 就是一个正确的饮食方案让你可以成功的瘦身, 就是减肥成功。这是我们能够给你们提供的帮助。但是你是不是还是选择, 就比如说这边有一个burger, 然后那边有一盘蔬菜。是不是还是得你自己选择你到底要选择burger还是蔬菜, 对不对? 所以我们提供这个让你来认清楚和看到最终决定你到底是否能减肥成功, 还得是你在当下做出的选择。

问: 你们平时会跟地球像这样传讯吗? 还是只有通过JOJO老师才可以听到?

22号: 通过我的管道、我的连接只有和JOJO老师, 其它的没有在我的里面。

问: 你说你们是整个整体, 我只的是什么呢?

22号: 就是现在来跟你们连接的这股能量。

问: 地球上拍到的UFO或者是报道的相关信息, 这些是真的吗?

22号: 这么说吧, 你们在你们的成长速度和你们的认知内、以及你们发展的阶段在体验你们自己该走的那条路和该有的步骤。因为这里没有所谓的真的和假的。就好像一部电影我只给你看一个片段, 只给你看几秒钟, 那你怎么去辨别它的真和假? 所以你们只是在你们的意识内去捕捉到的一些信息, 然后再去..... 但是它是在你们的这个成长的速度, 就比如说你们现在可能还是幼儿园的小朋友, 那老师只会拿出是个苹果来让你做算术。他不会拿无限个苹果让你去学习。因为跟外星人接触也是意识的扩展, 那你的意识扩展也在它该有的速度, 而不受承载量过大。所以这个会随着你们的意识, 就是你们的限制拿开多少..... 明白吗? 如果你们对所有这一切不再排斥, 就像为什么像JOJO老师通灵, 有一些人不理解就会排斥, 对吧? 会觉得你是违反常规的, 不正常的, 不是一个正常的怎样怎样。那你说当有无限的外星生命展现出来, 你们人类会是什么样子? 所以你们会接受不了, 你们会不能完完全全的停留在你

们的物质空间产生体验，就不能正常的产生体验。那你说突然你第二天一起床，一千个一万个外星人在街上，你能正常体验吗？明白吗？那么外星人的出现就会破坏你们正常的发展、生存和体验。但是每一个生命体它的体验都是受到尊重的，所以你们的体验也是受到尊重的。所以更高的智慧体是永远不会破坏掉那个生命体在它该有的速度去成长。就好像如果你是一个农民，你不会试图把你刚播下的种子拔出来，破坏掉它的成长。你会允许它以它的速度、它的状态去开花结果，明白吗？你们会发生少量的一些事件给你们物质世界体验，但是这些体验是来让你们扩展。因为扩展就好像小孩子生长的速度，他在一点一点的成大，像一个婴儿通过产道一样，它是一点一点的push。你没有办法一下子..... 你们也一样，对于未知的这些information，它是一点一点随着你们认识扩散的速度给你更多的information。那为什么JOJO老师的扩展如此的速度，因为她，比如说一个概念一个理念到了她这，她马上变成是属于她的了，她没有任何抵触，她没有任何反抗或者是任何怀疑。所以她的接收程度就可以不断不断地扩展。就这么说，就像是这个药物一进入到她的身体产生了非常好的作用，她吸收的很快。那如果她拒绝吸收，吸收不了的话，那是不是没有办法给她更多的药物了？她都是拒绝吸收的，对不对？那也就是说如果你们越是能够去开放自己，就是你抵触它的信念系统越少，那么你的成长速度就越快。因为这些新的东西能在你这里扎根。

问: 今年美国的大选会是怎样？

高灵: 我们不关注你们任何这种物质层面的游戏，因为这是你们之间的游戏，明白吗？这些不是我们care，也不是我们在乎，也不是我们想要去干涉的。为什么呢？这么说吧，他们有他们想要玩的游戏。就是无论上面的那个人是谁，他有他想要玩的，你们在玩的就是看谁坚信的程度。就比如说他到底有多坚信他能成为..... 他有百分之一百或者百分之两百，或者百分之二十、百分之五十..... 这个动摇程度是不一样的。那他们某一个人的坚信程度就能决定这个画面能不能呈现出来，明白吗？那你们宇宙不过就是呈现的一张画布。那你说我们跟你们玩这个游戏吗？因为每个人都有自由的意愿可以去投射他们到底想要投射出什么。你想象一下你们这个世界其实就是一张画布。然后你的手可以放上去投个影子，对吧？那你的手能举多久呢？你会不会因为别人骂你几句，你就放下来了？不行，我的手太难看了，我放下来，明白吗？你能承受多少攻击你？动摇你投射在上面的相，能够持续多久呢？你能多久呢？那你现在来告诉我们，你来告诉我接下来那只手会在上面投射的时间最长？那说不定那个人下一秒中放弃了，明白吗？就像你们现在每个人举一只手投在墙壁上，你来告诉我接下来谁会赢？因为每一个个体它都有它的自由意志。当然也跟它的灵魂主题有关，它可能来到这个世界上就是给你们展现无论谁来碰我的手，我都不放下。那就是它的灵魂主题，对不对？但是你们每一个灵魂都有自由意愿在每一个当下选择我到底是否继续去投射这个相还是说我马上把我的手指头变一个形状？这就是你们每一个生命存在在这里，你们每一个当下、每一个时刻你们都可以去转变这个相。所以这里的相没有任何是值得你们去注意或者去关注的。因为这个画布的相一直在变，因为它会随着你这个意识体、你的理解程度对这个相的执着而定。

问: 对于我们这些非常渴望连接外星人的人.....

22号: 这么说吧，你们是渴望你们灵魂的一个扩展。你是渴望你意识的一个扩展、拓展。因为所有的灵魂来到这里就是扩展它自己。但是你们拓展到方式方法不只是局限于和外星人，包括就这么说你可以扩展你跟你老公的关系呀。你现在可能讨厌他，那你可以扩展你怎么喜

欢他、怎么爱上他、怎么热恋他，OK？都是扩展。可能这个人在你面前很boring，然后你可以把他变成一个好玩的。就好像这个男孩子之前很boring，来到JOJO老师面前呢？他就变得特别好玩了，对不对？那是不是？那这不是你扩展的方式吗？你把他变好玩了，你们俩就能产生一些好玩的互动。到底谁boring啊？所以你才是那个无聊者，外面没有无聊的任何。然后任何地方都是你扩展的对象，哪怕外面有一个流浪汉，你都可以把他带到你面前跟他唱歌跳舞，跟他这样那样。为什么？你可以去创造在你世界里任何一个生命，你想要他成为什么样的状态和你互动。你可以影响他，你可以给他催眠。你告诉他，我好喜欢看你跳舞。他会越跳越有劲。那你们是不是随着这个，你就在扩展。而不是说他给你投射出一个无聊的画像，然后你就这样去经验它。你可以转变，你可以去添上几个颜色。

问：之前你你们星球的单纯的成为自己的快乐.....

22号：没有所谓的一个快乐。那是生命本身的状态，因为当你在说快乐的时候，它就投射一个什么？不快乐。

问：你们会渴望拓展吗？

22号：这不是渴望，这是生命的本身。没有渴望两个字，它是生命本身。就好像一棵树它在不断地长大，你说你在渴望拓展吗？或者是一只蜜蜂不断不断地去采蜜，你说你渴望拓展吗？它不就是一只蜜蜂到处去探索花朵，那就是它生命的一个状态。那你说你没有这个渴望你就不去采蜜了？那你有看到那些懒惰的蜜蜂不去采蜜吗？有吗？

问：现在地球在经历生育低潮，人类要灭亡了吗？还是这是游戏的一部分？

22号：这么说吧，关于这些比如说生育的相，不过是你们当下的信念系统投射出来的一个状态而已。通过这个相你可以去看到你们背后的能量状态、意识形态。那关于人类会不会灭亡的这个话题，人类不会灭亡，但是它会转变。可能转变过后就不再叫人类两个字了，明白吗？

问：它会转变成什么样子？

22号：就非人类。你们能够最接近的样子就是JOJO老师的样子，她的样子就是你们能够，就是你能reach到，你能成为、你能达到的一个样子。

问：你们的星球也会受到业力.....

22号：没有

问：人类有一天会进化到没有物质肉体.....

22号：不关你的事。那已经不是人类了。

问：你们还会有情绪吗？

22号: 你要知道情绪的背后是什么。情绪背后是因为你对这个相的定义, 那如果你对它没有定义呢? 你想象一下外面发生的一件事情, OK, 你看到你老公跟别的女人在一起, 你会定义他出轨或者什么的, 才会产生愤怒的情绪, 明白吗? 如果你

是一个傻子或者脑子已经失去功能呢? 你看到这个相你还会有反应吗?

问: 那不对事情定义就是我们能够成为自己最好的方式吗?

22号: 你到底能不能知道它只是一个投影呢?

问: 我们在地球过完这一生可以决定下一世去哪里玩吗? 还是有一个更高的力量?

22号: 那也跟你现在提问的这个你没有关系, 你只是一个经验者、体验者、品尝者。就好像你这个人用舌头吃东西, 这个舌头只是品尝的功能。而不能告诉这个舌头说我到时候去哪里了呢?

问: 我们物质实相发生的事情事一个相的话, 那我们怎么连接真正发生的事情?

22号: 真正什么都没有发生。不过是你的意识形态在不断地投射出不同的相而已。

问: 那我们投射相的意义就是为了扩展和体验?

22号: 目的是你们自己头脑总会觉得这里有一个什么什么..... 那如果说一切进化的目的就是爱的本身?

问: 我们为什么要在有肉身的时候不断地扩展意识? 死了之后不就什么都懂了吗?

22号: 你为什么要通过舌头去吃东西, 看一下不就行了吗? 为什么你要通过你的肉体去fuck, 看一下不就行了嘛。

问: 是谁决定了我们要来地球?

22号: 你说呢? 你说到底是谁要伸出舌头去品尝那个味道呢? 还是只看一眼就够了? 当然只看一眼就够了, 当然就不用张嘴了。你爱的那个男人、女人, 你到底是看一眼就够了, 还是真的想要扑上去?

问: 我们想要品尝体验的, 如果把我们的生活看空, 那我们还能体验我们想要体验的吗?

22号: 它是让你的体验变得千变万化, 不受任何限制, 扩展。不是让你减少, 而是让你从一个体验变成一万个、一亿个、无数个, 明白吗?

问: 所以是想你去就进去, 不被局限在任何?

22号: 看你自己咯。

问: 是不是我们不需要做任何选择, 让高我来自动驾驶就可以了?

22号: 你也选择了呀, 你选择进入集体意识、无意识, 明白吗? 因为你还有一个频率, 那个核心频率就是你的智慧程度、知晓程度。比如说外面发生战争, 那你可能不做选择, 但是你会恐慌。你恐慌的时候就已经进入一个恐慌的频率会进入的相, 明白吗? 那外面还是战争, 那你知晓所有的一切其实都在重建。那你是在安住那个相当中, 你也没做选择, 但是你却进入到一个什么..... 明白吗?

问: 人类怎么样提高自己的智慧和科技达到外星人的水平?

22号: 你们JOJO老师不就是在帮你们、在协助你们做的事情吗? 通过她给你们的引导、展现、各种。

问: 能不能扫描一下这个场域, 在做的人的灵魂共同的课题吗?

22号: 就是越来越接近生命的真相的一个状态, 这就是你们共同的课题。

问: 越来越了解真相的时候就会越来越通透, 打来越来越多的能力吗?

22号: 打开越来越多的能力? 你的所有能力都在那里, 只是你有没有去运用它, 知不知道怎么运用它。

问: 怎么能更好的知道怎么能运用它?

22号: 就是和你的真我连接, 和真正的你连接, 然后减少和你头脑里的幻像连接。

问: 这样它们会自动打开吗?

22号: 你就说好像你的鼻子会自动打开, 你才会闻味道吗?

问: 你们星球上有性别之分吗?

22号: 我们有比如说男性能量、阳性能量、阴性能量、也有中性能量。这就是你们所谓的性别之分。

问: 有关系这个概念吗?

22号: 首先从大的方向就是整体的一个关系。然后再回到在你自己要体验的主题, 你要体验的一个group的关系。比如说我们都想要海里面去探索, 那我们这一批就是共同去海里面探索的关系, 明白吗? 它会根据你探索的主题, 然后跟不同的, 比如说我们都想要去海里面探索, 我们都想爬山, 就像你们进的各种圈子一样。

问: 我们怎么样可以自己连接到你?

22号: 你可以去做任何你的敞开或者你的连接, 但是你的频率, 就是好像你像收音机一样, 你能收到什么频率、什么台, 它会根据你自己的..... 这么说吧, 你是一台电视或者你是一台

机器，你这个机器到底能有多少功能是匹配我这个信号进来去把它转化成..... 就决定了到底能否有一个smooth的一个投射。

问: 你们觉得月亮到底是什么?

22号: 这么说吧，你把这里当成一套房子。那我要专修这个房子，那就需要有厨房，有这个功能，有那个功能。那你们的地球也是一个家。

问: 有人说月球是人工放上去的?

22号: 应该是那个创造者，就是这个空间是有创造者创造的，就是它是由创造者创造的，当然也包括你，当然也包括这个地球。

问: 你们星球上的人有没有不同的灵魂主题?

22号: 就像是你有你自己想要去探索、展现的，就比如说你想去埃及旅游，你想成为一个舞蹈家..... 你想这样那样。

问: 你们也有集体意识吗?

22号: 我们存在就是一个整体的意识。

问: 那你们星球的人有什么课题需要突破吗?

22号: 不应该是没有课题需要突破，而是说不断地去各种地方旅游，明白吗? 去连接、去探索、去体验、去品尝，像美食一样。你品尝这个菜那个菜，然后你去听音乐剧，去听这，看那个，明白吗?

问: 你们想体验什么都可以吗? 你们怎么做到转换相去体验你们想体验的?

22号: 你们也在体验你们想体验的。就比如说你内在有恐惧，那么你就在体验着恐惧。怎么样转换相? 那就是没有什么相。没有相，何来转换。

问: 那像你们旅游是体验物质实相的旅游还是在意识之内的?

22号: 都有

问: 创造地球和人类的创造者和创造你们的创造者都是.....

22号: 一样

问: 现在地球上通过置换类药物去连接意识，或者是植物。你们觉得这个是可行的方法吗?

22号: 我们不会告诉你们这个可行，那个可行还是不可行。因为你们有你们自己成长和探索的一个自由度。那有的人可能会因为这个上瘾，那有的人可能会因为这个走上另外一个对生命的理解。所以就好像这一杯水，你们每一个人喝到肚子里都会转化成不一样的表达方式，

成我不一样的那个什么。因为你们是被允许、被信任，然后是完全自由的。所以你们有你们的方式去..... 但是通过我们连接这个女孩子的能量，我想告诉你们的是你们在正确的路上。

问: 你说一切都是投射，那你不也是我投射的相吗?

22号: 你的问题是什么呢? 所以你要去辨别这个相到底真的还是假的才决定要不要提取它? 问题不是你去在乎这个相的真假还是重要程度或者是否的问题，而是说你能通过它得到什么。它能怎么样协助你，你能怎么样去运用它? 明白吗? 就是你面前的这个粪坑，你到底是来让它恶心你呢? 还是把它转化成化肥来让它供养你想要供养的植物去开满花放到家里呢? 所有的东西都在这里，像你说的各种相。然后呢? 你怎么样去把它变成你的去创造、去表达? 因为是你这个意识体它在体验，它在表达。

问: 能讲个笑话吗?

22号: 你们头脑里的全是笑话。

问: 能唱歌吗?

22号: 我现在在听你们的音乐，这个音乐就很美。然后我们想在重复一下你们刚才的那句话，你说你能讲个笑话吗? 然后我们告诉你，你们头脑里有的全是笑话。既然都是笑话，你下次还会听它的吗? 你下次还会跟随它吗? 你下次还会被它吓到吗?

问: 你们会笑吗?

22号: 笑是表达喜悦，对不对? 那我们是喜悦本身。

问: 你们会哭吗? 就是悲伤。

22号: 悲伤是你觉得一个事情在朝不好的方向发展，对不对? 是不是? 那就是一个笑话。

问: 也有喜极而泣。

22号: 那没有悲伤。没有哭。只有生命的本身，它就是喜悦的状态。

问: 你们就活在喜悦的状态吗?

22号: 我们是活在我们自己存在的一个状态。我们并没有去选择这个那个，因为没有选择。那你们有一个选择，选择喜悦的状态，选择悲伤的状态，明白吗?

问: 在我们地球，当物质实相看起来是一个比较不好的状态.....

22号: 这就是一个笑话。这是你头脑里的笑话。你刚才问我们可以讲个笑话吗? 我们说你头脑里都是笑话。你就在讲笑话。

问: 那我如何决定不再体验一个重复的体验呢?

22号: 看你是否需要它。你需要投射出来给你体验, 那你就在做这件事情。你不需要投射这样的事件再给你体验, 你便不需要。

问: 需要还是不需要是我们的高我判断的吗?

22号: 你们的高我就是你。

问: 是意识程度决定是否还需要这样的相来体验?

22号: 是你知晓的程度。

问: 你们会跟宇宙中其它的灵联系吗?

22号: 那是属于我们探索的一部分, 我们不断地在探索。

问: 你们是哪个维度的文明?

22号: 如果是用你们的数字来比喻, 你给你们自己定级是多少?

问: 三

22号: 如果是三, 那我们就在九。

问: 最高是几级?

22号: 无限, 就没有级别了。

问: 什么决定了我们这个维度的不同?

22号: 知晓的程度。

问: 你知道大角星妈?

22号: 那是你们自己创造的体验。因为这些东西都是你们的, 我们不共同享受一个集体意识, 我们不在你们的集体意识内, 我们不共享。所以你们有的恐惧, 你们有的任何, 你们头脑里有的笑话, 我们都没有。你们在用你们的理解程度, 就像一个小朋友在认识画画一样。一个小朋友在学一个东西, 他在用他的理解程度在理解这几个苹果加几个苹果等于几个苹果。

问: 其实我们也是体验维度九、维度八, 然后我们想要玩一玩就来体验三维度?

22号: 你说的哪个你呢?

问: 不生不灭的。

22号：那它就没有离开过。就它不是只能选择这里，就像你的肉体选择美国，就不能去中国，它是everywhere。

问：你还有最后什么带给我们吗？

22号：我们想要告诉你们一个秘密就是你对JOJO老师的认可度和喜爱度决定了你自己的智慧程度和你能达到的高度。

2024/10/02 – 你知晓的程度决定了外界对你影响的程度

问: 前两个月我的爷爷去世了, 我没能见他最后一面, 我很想他。能不能连接一下他, 问问他有没有什么话要说?

高灵: 这么说吧, 你想他, 在你以内, 你已经在和他连接了, 明白吗?

问: 可是我得不到回应。我每次一想他, 我就很难受。

高灵: 也就是说你不需要去通过其他人去表达你对他的情感或者是思念。你是自己, 你得不到回应..... 你会得到回应, 就比如说在你表达思念的时候, 你突然看到一只蝴蝶, 你可能突然看到一只小昆虫。所以他会以这样的方式再次和你连接。你有可能会闻到一下他的味道, 就是以前他身上的味道。这些都是给你一些信号来让你知道他们就在你身边。

问: 但是我还是想知道他有没有对我说的话?

高灵: 你稍等。

爷爷: 你不要为我担心, 我现在是最舒服的一个状态, 完完全全的舒服和自由。这里才是真正属于我的地方, 我真正放松的地方。我终于可以休息下来。我想让你感受到我的放松、安详、舒服的一个状态。然后当你知道我在一个放松舒服安详的状态, 你也会进入舒服安详的状态。

问: 你有什么事情让我帮你去完成的吗?

爷爷: 这里已经完成。

问: 有没有什么遗憾?

爷爷: 这里是我的家。在家里面怎么会有遗憾。我现在呆的地方是我的家。

问: 那在哪里?

爷爷: 没有在哪里, 因为这里没有一个空间。

问: 我知道你很好我就放心了。

爷爷: 是的, 我也想把这个安详的能量、安心的能量传给你, 让你连接。

问: 我爷爷在世的时候对我爸爸不太好, 然后我妈妈就经常埋怨他偏心我姑姑和叔叔, 对我爸爸不好。但是我从小又是爷爷带大的, 我跟爷爷奶奶关系很好, 但是我妈妈跟爷爷的关系又不好。但是在我自己的家庭, 我妈妈偏心我弟弟, 对我不是很重视。我就是这样的环境长大, 我就觉得很沉重和别扭, 不知道怎么梳理这样的关系。我投胎到这个家庭是有什么课题吗?

高灵：你选择这个家庭是来让你，就是推动你，来让你走向、成为无条件的爱。所以你会体验到这些，就是好像觉得是有条件的。但是这些都是来让你体验到什么叫有条件的，从而让你去达到一个无条件的爱，就是好像是众生平等的那种关系、那种爱。

问：让我在这样复杂的原生家庭里去体验无条件的爱？

高灵：NO NO，推动你。就比如说你可能小时候被欺负吧。那它是来让你不去欺负任何人，因为你知道被欺负的感觉。你体验了这个过后，那么你便觉得这不是你想要成为的人。

问：这样的状态要持续到什么时候呢？我这一生都要经历这一切吗？

高灵：不是。品尝，就是你拿到这个体验就够了呀，拿到就够了。就好像这个辣椒的味道，你看品尝过了就够了呀。那品尝过了，就是当下不是再让你继续忍受它、品尝它。而是说通过你对这个味的理解，你如何去转换它，去表达它。现在是你在表达了呀。

问：那是不是说我体验了后，我体验到、感受到了，这些课题.....

高灵：没有课题，这里没有课题，OK？是你自己心里面还会觉得怎样怎样，是你在持续这个课题，是你在持续的去经验它。但是它已经结束了。然后你在每个当下是在用你自己的认知在表达你自己。

问：就比如说我回到爸妈家，我妈说话还是偏心我弟弟，任何事情都围着他转。我不知道怎么去对待这样的家庭？

高灵：那如果你没有分别，把弟弟当成是你呢？因为你还有分别，就是你还有分别你我他。那如果所有人都是你呢？因为弟弟开心，你就开心，对不对？那弟弟开心了，你也开心了。

问：所以说我不应该有分别心？

高灵：不是说不应该，是它这里永远会有多个选择。如果你选择跟别人分开的话，你已经在体验分开了，你已经在体验这种你是你，我是我。那如果你选择没有你跟我的分别？那弟弟的感受也是你的感受，爸妈对弟弟的爱，也是你对弟弟的表达。那你就在从中表达和接受爱。就你看到的就是一个充满爱的picture，不是一个充满了分开，就是把你和他们分开。

问：我这一世的灵魂主题是什么？我叫XX。

高灵：我们连接到你的灵魂主题了，你的灵魂主题就是从你的内在升起力量，从一个内在没有力量来抓回你自己的主动权，就是拿回你的椅子、拿回你的王位，就是回到你的王座吧。就有一种就好像是回归，找回自己。从一个迷失自己，就是不知道你是什么状态，然后达到一个活出来你自己。因为其实你刚才产生的所有这些东西都是对你自己身份的一个不知晓。你不知道所有的爱都在你的内在，所有的无限、所有的力量都在你的内在。因为你会去关注外界对你的一些评判也好或者是做法，就是这些。就是拿回力量。因为力量在你的内在。我们已经看到未来版本的你从来不care、在乎，就是任何人的声音、做法不会..... 就你看都不会看一眼。那个版本的你，哪怕别人骂你指责你，好像完全对你来说都没有发生一样。就是外面都一片寂静。所以一片寂静的话，无论有什么声音，你都听不到。现在你会好像受到很

多外面的干扰，就你的注意力都在外面的风吹草动。你眼睛都看着外面。所以这是你的灵魂主题。我们只是让你看到未来版本的那个你，哪怕所有人都在骂你，你都听不到。在你这，就好像你屏蔽了一样。你能专注在自己的世界里面，你有一双坚毅的眼光，就任何声音对你不再起作用。我连接到那股能量了，就是外面的声音是好的是坏的，你都不会去关注。因为你已经把外面的声音屏蔽了，所以它不会再引起你内在任何的反应。未来版本的那个你太棒了。

问：我之前找开了三眼的人，他说我和我老公都是星际种子。但是我忘了问他我们来到地球有什么任务吗？

高灵：刚才你的灵魂主题就是唤醒你内在的力量。你刚才讲的那些让你受伤的，让你在乎的那些，完全是因为你内在没有力量导致的。所以外面那些很重要。

问：所以我和我老公来这里也是这个主题？

高灵：你想象一下，你内在的力量被唤醒过后，你就拥有强大的能量。然后散发的能量你就在带领其他人、其他女性也和你一样坚硬。我想让你知道你前面的所有体验都是为了后面，就是结果的那个你，就是坚硬的那个你。外面就真的是一片寂静了。

问：这个大概还有多远？

高灵：它就在那里，没有多远。是因为你的振动频率到了，明白吗？它不是一步一步..... 你可能会体验到它好像是一步一步，逐渐成为的一个过程。但是在刚才你就已经体验到，就刚才它的热量、它的能量，我们就已经体验到、连接到了，明白吗？所以它已经在那里。

问：我跟那个频率已经很接近了吗？

高灵：它会是一个逐渐的过程。这里面会关于很多你对生命的理解程度和认知。你能否知道外面实际上所有的一切都只是相，就它不具备干扰你的力量。但是如果你不知道的话，它就已经具备了干扰你的力量。还是你自己的智慧程度，你的知晓程度。那外面可能会演一些对方对你的干扰，各种声音的干扰。那这种干扰，如果你知道过后，你就能把这些干扰当成是来照见你自己的平台。你便不会把它当成一个问题了。它不是问题，它是你在经验你自己，照见你自己的机会，明白吗？我看到那个你跟现在的那个你样子都不一样，她的眼神特别坚毅。

2024/10/03 – 灵魂主题之拿到阳性能量

问:我到底是谁?最近看到一个比较黑色的影子,它是什么?

高灵:我们先看一下你的灵魂主题。你这一生的灵魂主题,这么说吧,因为你有很多世都是女性,因为你体验了女性那种柔弱或者无力,就是女性弱的那个能量。然后你想要通过这一世想要体验男性的魅力或者力量或者男性的那种阳刚。所以你这一世的灵魂主题就是激活你男性的那一面。你选择用一个男性的身体,明白吗?你想象一下你一直是女人的身份,你想要做一个男性。那这一世先选择一个男性的身体,然后慢慢慢慢怎么样把男性的性能量、就是那种猛兽的能量、那种爆发力、那种就是无可阻挡,就是没办法被动摇的力量从内在给它唤醒。你想象一下,还有还有男性的征服欲,就是你是掌控者、你是主人、你是猎手,就好像把猎物可以就这样子那过来,那种坚定,就从内在散发出来,明白吗?也就是说,如果说的简单一点,你就是来拿男人味的。虽然你现在有一个男人的身体,但是那个味道还没出来。就好像你现在是一朵花,但是那朵花的香味还没有出来。那这一世你就是来把香味给它激发出来的。那这就是你的灵魂主题。就你需要有一个可以刺激你,调动你,然后把你内在的猛兽给它唤醒,就是那种.....它可以激发你内在的那种欲望。然后你就会发现你脱胎换骨,成为一个真正散发出味道的.....就不像是只是穿了一个男人装,而是说从里到外散发出男人味的形象。

问:是不是阴阳得调好?那我怎么样把这个事情做好?

高灵: NO NO,这个更多是.....你应该是follow你的passion,就是跟随你的激情。在这条跟随激情的路上,就是放下你头脑里所有的东西。就是变成一个原生的赤裸裸的一个人,而不是有很多教条、很多束缚、很多身份对你的一个限制,明白吗?就是比如说如果我是赤裸裸一个人的话,我看到东西流口水,那我就去吃它,就是那种本能。所以是关于你本能的一种激发。

问:我这个比较缺乏,原生家庭比较没有这样的训练。

高灵:这个跟原生家庭没有关系。他们没有办法训练,他们不知道你的灵魂主题,对不对?那他没办法训练你的。原生家庭对你更多是一种束缚,就比如说它有很多教条,让你规规矩矩,让你做个听话的孩子,让你不要这样不要那样,明白吗?所以它更多是对你的一种框架。那种框架让你就要把内在的那种激发出来。你需要去打破,因为这个力量.....就像是一个健身器材,然后它那个重量那么重是为了把你内在的力量给激发出来。所以原生家庭更多像是你的健身器材,那个重量。

问:我应该为什么东西服务?

高灵:这么说,就是成为你自己。也就是说就好像你现在是一朵花,你说我怎么样为地球服务?那你绽放,你散发出你的香味。你的香味自然而然就在做所谓的一个服务的工作。它的香味就在影响着所有人,让他们感受到很幸福、很甜蜜、很美好,明白吗?所以通过你去激发出你内在的阳性的能量,那你自然而然.....就这么说吧,像是一只蜜蜂,如果它奄奄一息,它没有能量、没有力气的话,它飞不起来,对不对?那如果我们说我们只需要让它去恢复体力,那它是不是自然而然就去采蜜了?它自然而然就在做它应该做的事情。它如果是一

只蚯蚓的话，它就在土壤里面钻来钻去。那你说你的生命力被唤醒，就是阳刚的那一面被唤醒过后，就是你应该做什么它已经在那里。就是比如说你应该做什么，就比如说你是一只蜜蜂，你就会去采蜜。你是一只鱼，你就会在水里。你是一匹马，你就在草原上奔跑。你是天生的鸟的话，那你就在飞翔。那你在做什么？你做飞的动作，你可能跟别人说你在飞。所以这个是在你的，就是它是build in在你里面的。所以不是说我需要去做什么，而是说当你的生命力被唤醒，那你自然而然就会去做你的..... 就像一颗种子不需要去问我如何发芽、如何开花、如何结果。它是自然而然的。所以你应该做的就是看到到底是什么让你不能去体验你想要去体验的生活，想要去跟随你内在的激情？就比如说我这个工作做了一辈子，很稳定，它是我唯一的经济来源。所以我不能放下。那我就不再去追寻我自己想要做的事情。就任何这种条条框框。

问: 现在感受到自己新的灵魂，它希望我怎么跟它相处？

高灵: 它不是一个新的灵魂，像我们刚刚说你内在的阳性能量需要被唤醒，明白吗？所以你是指那部分能量吗？

问: 我是看到一个比较黑暗的样子，带一些羽毛。

高灵: 你为什么说那是你呢？

问: 我不断地感受到它的能量.....

高灵: 那不是你好吗？那不过是你扩展你的意识过后，看到的一些能量，明白吗？那你感受到它，那是因为你连接到它的能量，就这么简单。就比如说有些人心中非常的愤怒，然后你感受到很不适。那是因为你连接到对方愤怒的能量。或者对方恐惧或者悲伤，你可能走到他身边，你也会连接到他的能量。那是你吗？不是你，只不过是闻到，能量像味道一样有一股臭味，那你只不过是闻到一股臭味。臭味不是你。

问: 最近发生离婚的事情，在一起七年都蛮顺利的。但是她可能心里上面有一些创伤。为什么在年初发生不可预测的事情。我跟我的前妻的关系是什么？为什么遇到这样子事情，两个都没办法和解？她叫XX。

高灵: 这么说吧，你的生命力就好像有点奄奄一息的感觉，就是你的能量。那她连接你，她就会越来越有窒息感。那种窒息感让她感受不到生命的能量。所以她实际上跟一个窒息感的能量断开连接的，而不是你本身。为什么呢？因为你的能量可以变啊。我们刚不是说你需要激发出你内在的生命力和你阳刚的那一部分嘛。因为她就是感受到窒息，就这么简单。但是你要知道你会变的，你变了的话，你们的关系也会变的。就好像之前你身上总是有一股臭味，但是那个味道没有了，跟你在一起就不会感受到一股像是难闻、难以接受、难以忍受的状态了。你会再一次跟她产生一种舒服的连接。所以这个是会变的，它不是一成不变的。

问: 接下来我怎么连接我的高我，可以更好的展现我的天赋？

高灵: 我们刚刚不是说了嘛。我们连接到，你现在有一个需要突破的，对不对？就有一种像毛毛虫变蝴蝶的那种突破。当这样子的，就是内在的能量、阳性的能量被激发出来后，第一，

你不是说你有很多想法都没有动，对不对？所有你的想法都会实现，明白吗？你现在就有一种，我们简单一点说，你有一个你喜欢的女孩子，你可能不太敢表达表白或者是你怕她拒绝你，你怕你追不到她。它就会阻碍你跟她产生进一步的交流。那激发出来后的那个你，他会得到和享受任何他想要去体验的，明白吗？那就是说任何他想要创造的，他都会成功。所以在事业上，你就会成为一个无论什么你都会成功，因为你已经有了那种魄力，有了那种I want it, it's mine，就是是我的。就是有一种你只要锁定目标..... 你看到狙击手他们的眼神，没有任何..... 有一个目标过后，他们的眼神里面没有任何忐忑不安或者犹豫不决。他们眼神已经告诉你，我就是百发百中，明白吗？所以如果你现在要push你自己去，就是这个力量在没有被你激发出来之前，你想去push你自己去百发百中那是不可能的。为什么呢？因为你会通过事件去体验到那种：可能试一下，不行就放弃了，就不行了。就是它没有办法最终以你心目中想要的样子呈现。就像一个女孩子，你可能特别喜欢她。你可能请她吃两次顿饭，她拒绝了，然后告诉你她不喜欢你，你就放弃了。所以你刚才说的天赋这些东西，它会随着你这个的突破而呈现出来。不然它没有办法呈现出来的。就像一朵花没有绽放一样或者像一只鸟没有去飞翔。你看一只鸟，它要去飞翔，它是不是需要去激发它翅膀的力量，内在的力量，明白吗？所以你想象一下你现在像鸟儿要学飞翔，要把翅膀的力量、内在的力量给它激发出来。那你是鸟，你问我你的天赋是啥？我怎么回答你？当你的力量被激发出来，你自然而然就会飞的很高，而且是朝着你想要的方向。

问：我最近也有一些朋友邀请我在不同的位置上做一些新的工作，脱离我原本的轨道。比如说灵修的场所。这个适不适合这样子？

高灵：这里没有适不适合？你是说它适合，你才去吗？当你在发出这个问题的时候，你就是没有阳性能量，没有男性能量的问题。没有适不适合，I want it, I get it, OK? 通过你这个提问你就看到，如果你说适不适合才去做的话，那你做不好的。没有任何事情是适合你的，而是说你去创造你所定义的目标。然后你去集中你所有的attention在那个目标上面，you will get it, OK? 所以说一个没有男性魅力的人，他就看这个女孩子适不适合我？她追我，她好像挺适合我的，那我就跟她在一起了。一个有男性魅力的人，一个有征服欲的人，任何女人他都可以get。明白这个区别吗？那你就知道你现在的灵魂课题了。是你想要的，你都能得到。

问：(听不清)

高灵：那就不是你想要的。那不是你想要体验的。它不给你钱或者你不会得到任何，你想做吗？想吗？去找那个。你只有一腔热血、一腔激情。

问：其实我觉得今天的对话已经回答很多问题。可能我内心有很多恐惧愤怒.....

高灵：那些没有问题。你想象一下你现在问的问题是一颗种子的状态。那当你能量出来过后，我们刚刚说的那个阳性能量出来过后，它是一颗种子突破了皮，它就是一棵植物了，它不算是一颗种子了。所以你现在提的问题都是一颗种子的状态。它在你的能量激发出来过后，你就是完全新的生命状态，和这个没有关系的。

2024/10/03 – 问题集锦

问: 请问可以帮我们连接一下希特勒?

高灵: 你稍等

希特勒: 你可以提问。

问: 你是如何获得如此强大的能量的?

希特勒: 应该说我本来就拥有如此强大的能量, 只是我有没有允许这个能量以它所是的状态呈现出来。不是获得, 是我本来就是。

问: 当我们想要强大能量的时候该怎么做?

希特勒: 并不是你们想要。如果你想要一个强大的能量, 你觉得你能承接的住那个强大的能量吗? 明白吗? 比如说你想要一吨, 那这一吨来到你这里, 你能够承载的住它吗? 而不是说你想要拥有强大的能量, 而是你去意识到是什么阻碍了你不能够去展现强大的能量。是什么阻碍了你?

问: 获得强大的能量, 那能量的核心本质是什么?

希特勒: 并不是获得, 而是看清楚是什么阻碍了你不能去展现这个强大的能量。能量的本质就是能量, 能量就是能量。你觉得它应该是怎么样? 一切都是能量, 能量就是能量。

问: 你的强大的能量有偏好吗? 比如说阴柔、阳刚.....

希特勒: 这么说吧, 它会在有不同的境遇、不同的状态中呈现出它所需要的样子。所以它可以是任何。但是任何都是在引导和影响着一切, 明白吗? 就好像它可以是风或者是雨或者是太阳, 任何这个状态。无论它是风是雨是太阳是阴天, 它已经影响了天气, 对不对? 当我的雨出现, 你们说这是雨天。那我的太阳出现, 你说这是晴天。那我的风出现, 你们会说这是一个刮风的天气。存在的本身, 它在影响着今天的天气是如何的。

问: 如何学习运用能量来疗愈自己或他人?

希特勒: 那你本来就没有受伤啊。谁创造一个受伤的相呢? 你并没有受任何伤。你觉得你受伤, 它只是一个幻像。

问: 如何感知到环境场中影响自己的能量?

希特勒: 就像刚才前面说的一样, 如果是太阳的话, 那你感受到热。刮风的时候, 你感受到吹风。雨天的时候, 你感受到雨。那你说如何感受到雨天和太阳天?

问: 能量会失控吗?

希特勒: 能量没有失控, 失控的是这个载体, 就是这个能量通过你去呈现和展现。

问: 那有没有办法让这个载体不失控呢?

希特勒: 那就是你和这个能量的契合程度了。就像是你在驾驶这台车, 你如何让它不再失控? 你开车的技术、次数、锻炼的熟练程度, 各个都会影响你这台车是否是一个正常的驾驶状态还是一个失控的状态。

问: 那这个契合程度, 有没有什么办法?

希特勒: 就像你想要去学习成为一个赛车手。

问: 如何有效的引导能量防止反作用?

希特勒: 首先就好像能量它是光, 但是那个光它透过你这面镜子照在地上, 那是你们自己在体验的样子。所以它本身是一个中性的, 没有什么所谓的反不反。反不反是来自于你自己的 believe system, 你的信念系统会导致它是哪一种方式在展现出来。

问: 这个载体跟能量连接通过练习可以变得更熟练。那有没有什么方法可以让我们更加熟练或者运用、连接到这个能量?

希特勒: 首先你们要清楚你是一个能量体在通过这一具肉体、这个身份, 然后你再去体验你自己的本身。所以说你对你的身体、这个小我的认知程度, 就好像对你这台车。你把能量当成是车里的油, 然后你的小我是这台车。那你的高我是开车的。那你的高我和这台车的契合度决定了你能否成为一个很好的赛车手。

问: 我怎么跟自然中的强大能量产生共鸣?

希特勒: 它会就好像是激发或者是触碰到你内在的一些东西, 然后怎么样这个能量产生连接? 需要它发生在你自己的内在。你自己可以想象一下你是一阵飓风或者想象自己是闪电, 然后以这样的形式, 就好像通过这个能量释放的本身去体验到你自己的能量在释放。

问: 是否有特定的地点或者自然力量或环境有助于我掌控能量?

希特勒: 这个是根据你自己身体的连接度和你对外界的, 就好像你说有一些动物有一些不一样的特质, 它会更加喜好海里面或者是山里面。那你自己也是。所以这个需要你自己去连接、去感应、去连接、去探索。因为它是属于你个人的就好像是意识许可。或许你需要借助外界的, 但是你也可以就产生于你自己内在。它需要看你个人。就你是需要一些外界的刺激或者引导, 就是外面的一些东西。你可以去运用这种, 但是你也并不是必须需要这样子。

问: 集体意识认为比如说金字塔能量很强这种, 那这种怎么理解?

希特勒: 那如果你觉得 it's working for you, 就是它对你是这样子, 那你就选择对你有影响的, 明白吗? 但是我不依赖任何外界的。所以它只适用于你们。

问: 您当年的力量如此强大, 为什么还是没能实现征服世界的梦想?

希特勒: 什么叫征服世界呢? 因为这些只是你们产生的一个相, 在我这里没有所谓的失败和成功, 我只不过是在每一个阶段展现我所是的状态。

问: 你为什么觉得自己可以创造一个理想的世界就可以去行动呢? 而大部分人只会否定自己这种疯狂的想法。为什么没有觉得自己的想法很疯狂?

希特勒: 那你为什么没有觉得你的问题很疯狂呢? 因为你们平时也会有想法, 比如说你觉得赚钱很吃力, 我必须要听从老板的话。你为什么没有觉得你必须要听老板的话或者你必须要听老公的话, 这句话很疯狂呢? 因为对我来说那就是很疯狂的事情。当你觉得你必须明天要去上班, 你必须要听你老板的话, 它就是很疯狂的事情。你为什么没有觉得它疯狂呢? 因为那是我, 所以就这么简单。你觉得你每天要去上班这件事情是一件正常的事情。所以你不会觉得它疯狂。

问: 可以连接一下我们的高灵吗?

高灵: 你说

问: 灵魂的本质是什么?

高灵: 你觉得灵魂的本质是什么? 灵魂的本质就是像一个意识或者是像一串信号或者是像一个振动频率。那这个意识需要在你们的物质世界通过你们的肉体去体验到它的形态。所以它的本质就好像是振动频率、就好像是信号, 就好像是你们在接收信号, 收音机这样子的一个状态。

问: 灵魂离开肉体以后会怎么样呢?

高灵: 并不是灵魂离开肉体, 而是说这个肉体是否跟灵魂有一个很紧密的连接还是说很浅。就像你头上有一根线。这根线就像天线一样, 它到底是接收的状态还是一个关闭的状态, 明白吗? 所以并不是每一个肉体都有一个连接很强的信号在里面。

问: 我们死了以后, 灵魂离开肉体以后会怎么样呢?

高灵: 就像刚才我们说一个信号, 对不对? 那你这台收音机跟信号的连接到底是很强? 你播的到底是一些杂音呢? 还是说你播的是一些很清楚的声音呢? 那是不是就决定着..... 如果你这台收音机播的是一些噪音, 然后另外一台收音机可以很清楚的听到每一句话, 这两台收音机是不是不一样? 也就是说你的收音机跟信号到底是在一个很紧密的状态下? 还是在一个根本没有什么连接的状态? 它是有不一样的..... 那如果你本身跟这一组信号就没有什么连接的话, 那信号自始至终就没有去通过这个肉体去表达、去展现。

问: 我们在连接不同人格的时候提到很多次没有头脑、没有记忆。那我们死了以后, 剩下的是什么?

高灵：你悟到的是什么。比如说一个东西你已经悟到了，它吃到你的肚子里面过后变成了什么？滋养你的。所以从这个世界当中、这个相当中，相就好像是你吃进去的一样。所以从这个相当中悟到的是什么呢？你悟到的，就是你消化过后的那个东西。所以比如说你通过成为一个加害者，可能通过这个事件你不会再感受到愤怒了，但是通过这个你理解到你迫害的一个对象和你本身是一体的，那就是你获得的。但是在你迫害的过程当中产生的那些，就比如说各种评判的声音，就是那种声音就没有了，还有你的情绪。

问：灵魂如何经历成长和进化？这个过程中有哪些关键的因素？

高灵：你们在物质世界体验的就是一个成长的过程。就是通过你们的物质体验，你们亲自去体验、亲自去感悟去领悟，然后这个过程当中.....

问：如果没有时间的话，为什么灵魂有新老之分？灵魂是同一时间产生的还是有先后顺序？

高灵：同一时间产生的话，这么说，你像是扔到水里的一块石头，然后它产生的波会不断地推推推，对吧？那你说这个波是不是看上去对你来说有一个先后的顺序，它一圈一圈一圈的。那它是不是在当下，那一刹那、那一瞬间.....

问：没有听懂

高灵：你想象一下你扔了一块石头在水里面，它产生的水晕。它散发出去的，那一层一层的。

问：那一层一层的就代表新灵魂和老灵魂吗？

高灵：如果是说新老灵魂的话，你就想象一下当你有一棵很古老的树。每一年它都会长一些新的嫩芽、枝芽。然后那新的一片叶子，它是独一无二的，对不对？

问：所以新灵魂和老灵魂是灵魂的选择还是自然发展规律？

高灵：意识扩展的..... 你就看那些植物。

问：所以所有老灵魂都是从新灵魂开始的？

高灵：应该是说所有的叶子都是来自于这一棵树，但是却又嫩芽、有树干、有你这片叶子它存在了多久。

问：所以每一个灵魂早晚都会变成老灵魂？

高灵：它就像一棵植物在你长大了过后，相比新的来说，你会更加的成熟。

问：灵魂的自我意识和肉体的意识有什么不同？

高灵：灵魂它通过肉体来体验。如果说自我意识，它更多的是这个小我在不同阶段对它的认知。因为你的生命体会有不同的阶段，那你在每一个阶段对你自己生命体的认知都有不同。所以这个产生于它在经验它自己生命体的每一个阶段而产生的不同的认知。

问：灵魂的自我认知是如何形成的？有哪些因素会影响这个过程？

高灵：我们刚才只是说你的这个生命体的自我认知。因为你的灵魂会通过比如说有不同的体验，它有体验不同的版本，那它都会通过那个体验产生一个新的角度，那就是自我认知、自我意识。你想象一下，比如说它只是一个能量体，但是这个能量体它可以通过不同的衣服转换成不同的样子。那它有不同的面相和不同的样子。那它可以通过不同的面相对自己有一个自我认知，就是不同的角度。那它的每一个角度都可以看到实际上它的身份就是无限，就是爱。

问：灵魂主题是在这一生之前自己选择的吗？如果我们选择了贫穷，那我们还可以显化富足吗？

高灵：如果你选择了贫穷的话，那么贫穷对你来说就是一种富足。所以你们应该看一下如何对富足的一个体验(定义)。因为如果贫穷是你选择的课题的话，那么你在贫穷的过程当中就是你的富足。就是比如说你在体验限制的时候，它其实就是你的无限。

问：可以改灵魂主题吗？比如说在这一世觉醒了，那是不是想体验什么就体验什么？还是得围绕着灵魂主题？

高灵：它会根据你的高我的选择，是否想要继续再同一个状态下体验，是更高层面的一个决定。但是如果你们能够越来越接近，就是完全是高我的一个状态的话，那就好像你自己也能决定。

问：怎样在实相中实现自己的目标？

高灵：你说的是哪个自己呢？你头脑里面认为的那个什么呢？

问：就是我想在实相里体验到的。

高灵：因为往往你们说的那个目标是来自于你的小我，你的头脑里的一些东西和想要的一些东西。那恰恰是你们自己没有看到的一些限制。

问：如何看到目标是头脑里的还是高我安排的呢？

高灵：首先你要知道你其实走的每一步，就是当你在允许的状态下，其实每一步都是高我的安排。那当你的头脑有一个一定要如何呈现或者是达到时候，那就是进入到你头脑的执念。所以就是说当你是在一个允许的状态下，实际上你到的每一步、你经历的每一天都是在一个你应该在的地方。就是你当下已经是了。

问：那怎么看待目标在实相里的实现和你头脑下决定之后中间的这个时间差呢？

高灵：应该是你自己的问题，就是你如何去看待这个过程。那你是否需要体验这个过程，还是不需要体验这个过程。

问：如果我想要体验一念直达呢？

高灵：如果你想要体验一念直达，也就是说你不再执着于外界的相了，就你当下就是了。比如说你想体验你是一个百万富翁，你不会说我必须要银行里面有一百万，而是在当下我已经是一个百万富翁的状态了。

问：那如果我想在实相里面看到呢？

高灵：那就是你的一个执念了，就是没有办法去一念直达了。因为外在物质世界的相是来加深你内在的体验的，就是你内在的.....

问：那我需要放开这个控制，让它自然而然发生是吗？

高灵：你应该通过这一切去更多认识到你背后运作的那些，比如说你头脑的抓取、执念和运用的一些概念，对你自己生命本身的一个认知。不然的话，你就好像是在玩一个头脑的游戏一样。

问：如果我头脑不再去思考，我只是当下决定。那在实相上它的发生一定是需要一定事件去推动它。怎么看待推动的这些事情？

高灵：应该是说你就会越来越发现其实生命已经在自动的运行，也就是说你会越来越发现这台车其实已经是在跑了，它已经是在自动驾驶当中。就好像你在开这台车，你说如果我放手的话，我放脚的话，怎么去看待这个？你就把手脚放开，你发现车它在开耶。它确实会在需要的地方停下来哎，因为它的程序已经被设置好。

问：只要是我(听不清)转变？

高灵：NO，只要是你认识这台车的功能。

问：如何最好的支持孩子成长？

高灵：那就是先让这个孩子来支持你的成长。因为当你在允许这个孩子来支持你的成长，你把它当成你自我成长和突破的一个契机的时候，当你在开花结果或者你在散发香味的时候，你就在服务你的孩子。就你让它闻到你的香味，你让它品尝你的果实，你给它展现了生命绽放的过程和可能性，或者生命它应该有的样子。就是让它来推动你开花结果。因为当你在开花结果过后，它就会明白生命的状态它是散发香味的，它是结出果子的，而不是一个开不出花，也结不出果。

问：我们常常容易不自觉掉入头脑的游戏。怎么去避免掉入头脑的游戏？

高灵：那你就是知道你不过是在进入到头脑的游戏而已，那你就能认清楚和看清楚。我把这个体验当成是一个自我认识和自我学习的机会。

问: 什么是美?

高灵: 存在。存在的一切都是美。比如说花儿的存在, 鸟儿的存在, 大自然的存在, 森林的存在, 各种动物的存在, 各个生命的存在。所以存在本身就是美。人类的存在也是美。

问: 当我们说连接老子或者希特勒的能量的时候, 连接的是他们的高我吗? 这个高我是带着其它世的智慧和能量吗?

高灵: 你们连接的是一切万有, 只不过是一切万有里面也包含了一切万有, 明白吗?

问: 那这个跟连接高灵和连接希特勒有什么区别吗?

高灵: 这么说吧, 你就好像进入到这个空气。只不过是就好像厨房的空气和厕所的空气, 它略有不同。就是这个区域的空气和那个区域的空气, 它闻起来味道是有一点不一样。

问: 那我们将来再连接的时候, 它的差别.....

高灵: 在于它的一个来源。问题是你在取了这个水过后, 你要如何去灌溉你自己的庄园。而不是说这个水到底是来自于河水, 还是海水, 还是江水。问题是你能从这个水去支持你的花园, 还是用来做饭, 明白吗? 你如何去运用它。

问: 你怎么看待二元对立? 评判的心。

高灵: 它们不过是你在认识你自己和认识事物的一个过程而已。

问: 那这个评判对灵魂的扩展有不好的作用吗?

高灵: NO, 它对灵魂的扩展是有帮助的。因为比如说通过体验评判或者是被评判, 然后你会从中拿到体验, 然后它就在扩展你。

问: 作为名人的那一世是影响这个灵魂最大的一世吗? 每一世会有区别吗?

高灵: 应该说你们放下有一个比较, 或者是最大最小最好最坏, 因为没有..... 这是你们自己头脑去定义或者认为的一些东西。没有任何可比性。这是你们喜欢用头脑去评判的一些东西。

问: 像希特勒这些, 他们现在在其他世的体验还在继续吗? 随着每一世的体验, 它的智慧会继续增加吗?

高灵: 应该是说每一世的体验都给了它一个去展现自己和体验自己的一个平台和渠道。但是它本身是如如不动或者是不增不减。这么说吧, 像我这个人换了不同的衣服、不同的服装。那就像是我在穿不同的服装, 那你说我会不会因为穿了不同的服装而增加我的智慧? 它只是给我体验了不同的服装, 然后增加了我不不同的视角, 然后去认识自己本身所是的一个状态。

问: 怎么看待灵性假我这个话题? 就是有些人修灵性的时候过于依赖高我? 是否是避世的行为?

高灵：不太清楚灵性假我这个词。但是像你说的修灵性是避世，首先你要记住这里没有其他人，因为其他人想要体验什么或者他们如何运用他们的体验，你是不知情的状态。所以这里没有别人。但是你可以问你自己，反问你自己产生的一些..... 因为你说别人在修什么，什么灵性假我，那就是你对别人的一种评判或者是说法或者是定义。但是你并不清楚别人需要体验的是什么。所以我们不能对别人的任何行为做出任何..... 但是你却可以提出来你自己..... 因为外界的所有一切它并不是真实的存在。所以你可以问你自己。

问：怎么保持在高频状态？如果我们有了恐惧的感觉，但是我们允许它，这样子也会保持在高频吗？

高灵：所谓的一个高频，你本来就是从一个所谓的高频状态下跌入到一个所谓的低频。然后去产生这个分离，从另外一个角度去体验到你是谁。所以在这个体验当中，你没有办法保持一个高频，因为你本身就是离开高频的一个状态去体验它，对不对？所以你没有办法保持高频。但是你却可以因为生命不断地靠近真正的那个你的状态当中去体验到你就是一个高频的状态。它是一个自然而然，你的果树熟了，结果子的一个状态。而不是说我还没有结果子，我必须得保持一个水果的香味。

问：所以说保持高频本身也是一种匮乏？

高灵：保持高频本身就是..... 那就好像说你这朵花还没有绽放，还没有开，你说要保持它的香味，你能做到吗？所以保持高频就好像说你这朵花散发出香味，那你得让你自己在绽放过后，你才能有香味，对不对？那你还是一个小幼苗的时候，那你能保持香味吗？

问：应该活在当下？

高灵：是你应该明白生命它怎么样的一个过程。

问：当我们有了这些负面情绪，那我们允许它，这算是高频状态吗？就是已经觉察到了，而不是在无知的状态下，这个也算高频吗？

高灵：你产生的那些愤怒也好..... 因为它这里不是在所谓的是否高频或者追求高频的状态，而是说你在通过你射出去的每一个相，你在经验你自己。那么在经验你自己的过程当中，你能否通过你的认知，你的智慧程度来从你投射出去的各个相当中去成长、去感悟、去领悟。

问：既然我们是源头，我们是无限，意味着我们可以用意识投射任何事情。但是又有能量高低.....

高灵：就这么说吧，你好像本来是一棵苹果树，那你现在还在幼苗的时候，你需不需要和你的土壤产生连接？去吸收养分来不断地成长，让你的果子可以结出来？所以并不是说你是一颗苹果，你就可以直接吃到苹果了。你还得去扎根，对不对？你还得跟土壤产生连接。你还得去和雨水、阳光..... 然后不断地让你这个生命体收到滋养，然后才能结果。所以说这是生命展开的一个方式、一个必经的路程。那你的这个灵魂它也必须有一个它自我认识的过程以

及和它互动的这些灵魂产生连接、然后滋养、各种。通过它的灵魂主题，它才能够以它自己想要的方式去展现。这个过程当中给它提供了一个它到底是什么。

问：我们如果都已经是无限了，那在我们的意识之内应该是能创造无限的事情的。但是在这个无限中又.....

高灵：这么说吧，你就好像你说你是一颗苹果，但是你目前还是一颗种子。这颗种子也有你这个生命去展开的过程。

问：这个过程是由谁所决定的？

高灵：这个过程不就是你生命的本身嘛。相当于这就是你的生命，这是你的生命。

问：都说万物有灵，动物的灵魂和我们人类的灵魂有区别吗？

高灵：这么说吧，你就想象一下所有的一切都好像是一个不同的电器，它都是插到这个电源。这个电源支持着这个房间里所有的电器，电灯泡、冰箱这些在运行。

问：其它生物和人类的灵魂，从它们的视角里看出来会有什么不同吗？

高灵：这么说吧，你有可能这个房间里面有一个门铃，它插上电只能滴滴产生出这个。但是你另外一个房间里有一个机器人，它插上电源，它能各种各样..... 还有电脑、手机..... 明白吗？

问：人类发展史上出现了很多发明。这些发明是人类想出来的？还是高维意识？

高灵：你们头脑里面想到的都是来自于所谓的灵感。你头脑不是想到的，它不是用来产生这个的。头脑更多的像是一种经验，我在经验、我在焦距，我像个眼睛一样。然后更高层面的那个你，它想要来创造。

问：怎么看待人工智能？

高灵：是你们对生命的一个理解和表达。你们自己的一个认知。

问：高灵怎么看待我们每一个人都有原生家庭的创伤？要用一辈子去疗愈这些创伤？

高灵：它只是，这么说，当你的认知停留在这里的时候，你就会投射出这样子的一个版本的你去体验到。那你的认知在不断地扩展过后，那你便投射另一个版本的童年给你去体验。并不是一成不变的。它会随着你的意识形态而去投射一个不一样的童年的版本给你去体验。

问：是记忆会改变吗？

高灵：是这个事件，你不再是以这样子的角度去看，你是一个更加广泛的角度去看。这个事件本身就发生了转变。

问: 怎么看待很多父母不敢离婚, 因为怕给孩子造成伤害这件事情?

高灵: 首先我们没有任何所谓的看待。为什么呢? 因为你们都在自由的去体验生命和自由的去表达你们的爱。所以如何看待的那个后面, 它也是爱。所以没有怎么看待。那也就是说因为你们自己对生命有限的理解和认知会导致你们对事物有一个不一样的抉择。背后还是源自于你对生命不一样的理解程度。

问: 在意识到从有限到无限的过程当中, 会伴随很多痛苦。有什么办法可以减少或者突破这种痛苦和恐惧?

高灵: 所谓的一个痛苦和恐惧也是你自己在不同的意识形态投射出来的。它可能在某一个阶段, 就是当你的意识形态是这种模式的话, 它会对你来说是很痛苦或者很苦。因为你这个意识形态在不断地转变, 不断地变化, 它也会在品尝你的这个事件的时候, 有不一样的味道。事件本身会随着你的认知的扩展而转变的。

问: 所以只是允许自己不痛?

高灵: 不是, 是允许你自己在成长。当你在不断地成长过后, 这些事件在你生命中存在的状态会发生转变。就它不再是一种悲惨或者绝望的事件, 而是一种或者是激励你或者是让你更多的达到一种爱的状态, 明白吗? 但是它会需要你的意识在不断地转变过后, 而发生转变的。当你的意识形态没有转变, 你便只能从一个角度去看待所有的事情。那你只能有限的收到这个礼物。所以并不是说单独去把痛苦改变或者是减轻, 而是把它当成是一个参照物, 当你这个个体在发生转变、成长和突破过后, 它在你生命中存在的状态就会发生变化。就这么说, 痛苦像是一杯很咸的水, 对不对? 那当你是一个杯子, 你品尝它起来的时候可能会觉得它很咸。那当你是一桶水的话, 那那个咸度在你内在可能就不是那么咸了。那当你是一缸水的话, 你可能就品尝不到它那个咸的味道了。所以这个痛苦的浓度取决于你自己对生命的认知程度, 取决于你当下的意识形态。这个意识形态会随着你的成长而变化的。

问: 如何面对失业? AI取代员工, 不知道自己该怎么办? 不知道自己该如何强大起来战胜AI?

高灵: 首先这也是你自己对生命理解的程度, 因为你到底能否知道你的生命来到这个世界并不是来打工的, 并不是来赚钱的。而是说它这个灵魂在这样子的过程当中如何扩展。所以说把你们捆绑在一个岗位上面本身就是一种限制。那么通过这个事件你可以去看或者走向你生命真正的去不是为了某一些事物而服务, 而是成为你自己本身。因为你们会觉得你来是为了做一份工作或者是为了家庭去服务的。你们并不是。

问: 那还是首先要认知到自己是誰?

高灵: 因为你们会去把自己锁定在一个我做一份什么工作, 有一份收入, 这些上面。这些本身就是对你这个灵魂就是一种限制。所以说通过如此好的契机, 然后真正的去活出你自己本来的状态。然后在这个状态当中, 自然而然你就会去好像产生它的价值。那么你便有了一份所谓的工作了。

问: 那是不是也是跟随激情, 怎样找到这个价值呢?

高灵：还是得去学习我们的信息，这是一个方法。然后去增强你对生命的理解程度。因为这样子的话，你对生命的有限的认知它同样也会投射在你的事业、工作上面。那如果你不知道生命的真相，所有的徒劳，哪怕你没有失业，你也会遇到其它限制。

问：所以就不用考虑就业岗位减少的事情？

高灵：因为你们应该试着放手，就好像你在开这台车，你在试着去用你的双手去驾驶。你一直用的好像是手动模式。那么我们会告诉你说这台车本来就是在自动驾驶，所以你可以试着放手去享受或者感受一下允许，看看这台车的自动驾驶的效果。所以就是说你生命的掌控权或者是抓取的那种能量，然后你试着去把它释放掉，然后看看生命的同步性会给你带来一些什么。

问：人类将来还会有哪些新的就业方向？

高灵：首先你们要知道这个物质世界创造的空间并不是让你们为了就业而来的，而是来让你们体验你们生命存在的本身而来的。那关于你们生存的问题，它本身就是已经被解决，它本身就不是一个问题。你就这么看，如果是原始社会，还不要说你们现在物质发展的有多么丰盛，那你就看住在原始森林的一些人们，他们都是被照顾好、被安排好。那像你们现在如此丰富的物质资源，所以你们根本就没有任何生存的问题。那在这样子的状态下，你们尽可能的去活出你们最原始和最本真的状态。然后你们看看背后命运给你们的礼物。

问：活出这种状态一定会收到命运给我们的礼物吗？

高灵：命运的每一个步骤一直是在给你礼物，就看你自己有没有去拿到。

问：怎么看待爱而不得？怎样才能减少这种痛苦？

高灵：你可以去通过这个体验去真正看到你能在这个物质世界得到什么，除了体验以外的？你觉得你能得到你的身体吗？你不过是在体验你的身体，它会逐渐的衰老，然后消失。那你觉得你能得到你的身体吗？你觉得你能得到钱财吗？就是物质的所有的这一切，就算你自己买的一套房子，实际上你是在有限的一个时间里面使用而已。

问：但是在当下怎么样更好的享受这种.....

高灵：让它去推动你对生命的认知，也就是说你们生命本身就像是一场梦一样。那在梦里，你觉得你能得到什么，除了体验。所以让这个感受去推动你更多的对生命的认知。

问：在家庭的亲子关系里面，我们说要无条件的爱和对边界感的平衡？

高灵：首先在我们这里我们不会单纯的教你们任何技术或者是方式方法、手段去做任何事情。所以说当你在和谐的状态，外界的一切都是一个和谐的状态。所以你没有办法离开你们自己本身，然后去创造一个和谐的频率。所以说你先让自己的能量保持在一个和谐的状态下。

问：如果体验到对方过度索取，那该调整自己的状态？怎么意识到自己的不和谐在哪里呢？

高灵: 那你是否给别人一个信号说你可以在我这里拿到什么呢? 你已经释放了一个, 就好像是你在给小偷展现一下, 你看我这有钱, 小偷不断地想盯着你的钱包拿钱。

问: 怎么看待对死亡的恐惧?

高灵: 那就是说你们生命会以一个高我的状态而存活, 因为这个恐惧来自于小我, 就是这是它的全部。那如果你能知道这背后还有一个更大或者是更广, 这么说, 就像你是一棵草, 你害怕你的草死掉。那如果你知道你明年又会再发芽的话, 那么它就会减轻你自己对草死掉的恐惧。

问: 所以在无限的状态下, 不用对于目前的状态紧紧抓取?

高灵: 所以说对死亡的恐惧是你的小我产生的, 因为它的不知情, 它对生命的认知就好像它只能看到表面的草, 它看不到那个根明年还会再长出新的草。

问: 所以说想要意识到无限, 跨越死亡是必须的?

高灵: 应该说你就不会产生对死亡的恐惧。那个对死亡的恐惧并不是一个东西来让你去跨过或者战胜的。你就不再投射出这个相给你体验。

问: 死亡也可能是失去对某些事的控制会感受到死亡。

高灵: 这是这个人对生命的一种体验而已, 就是当事人对生命的一种窒息感产生的一些体验而已。那如何面对他产生的一些窒息感? 也就是说允许他这个生命体在不断不断地成长, 当然外界的这些相也会对他的刺激没有如此的强烈。这么说吧, 就像你小时候妈妈要走, 你可能哭的很厉害, 要窒息的感觉。那你说我们怎么去处理这个小孩子对妈妈走, 要哭的这个相?

问: 所以就是去感受它.....

高灵: 它不过是你生命的一步台阶而已, 你跨上去还有无数个台阶。没有什么..... 每个人都有无数的台阶要跨上去。所以你不过在体验人的一部分而已。

2024/10/04 – 连接多位名人(上)

连接朵洛莉丝:

问: 可不可以帮我们连接一下朵奶奶的能量?

高灵: 你稍等

朵奶奶: 你说什么问题?

问: 请问您现在在灵界做什么工作?

朵奶奶: 没有做工作的这个说法, 做工作是你们物质世界才有的。

问: 那你现在是什么样的形态存在呢?

朵奶奶: 我可以以任何想要的形态存在。没有一个固定的形态存在。

问: 您的书里经常会描述新地球。能不能请您描述一下新地球?

朵奶奶: 书里的任何描述都只是代表那个人格的一个理解。然后现在已经脱离了那个人格的理解。也就是说当时所有的理解都是通过一副眼镜, 通过戴着那副眼镜看出去的。现在是脱下这副眼镜。

问: 现在能讲讲新地球是什么意思吗?

朵奶奶: 这里的新就是说在每一个片刻你们都在用你们当下的能量创造一个新的场域, 就是说你们在地球上玩的人, 你们会用你们的能量状态投射出一个游戏场所给你们。但是它并不是一个你需要达到多少年才是一个新的, 而是说每一个片刻都是一个新的。然后那个新是来自于你自我的更新, 你这个观察者、体验者, 你自我的一个更新。当你这个观察者、体验者, 你自我更新的时候, 那么你体验的就是一个新的地球。那么更你互动的是一个新的样貌。就比如说之前的那个你跟对方互动, 他是一个很不可理喻或者让你产生很多不舒服或者你不喜欢他的能量。那么新的地球, 就是说你的一个新的版本, 你可以在当下去选择你要对方变成什么样子, 你要跟什么样状态的他去互动。那么你可以把那个版本的他拉到你的这个世界里面来。你在你的, 就好像是电脑屏幕, 你在你的游戏场域里面创造了一个新的版本, 而不是说依照他呈现的一个版本。为什么呢? 因为他呈现的版本, 他是无意识的。但是你才是有意识的一个创造者。

问: 您如何看待地球升维?

朵奶奶: 就比如说越来越的人可以意识到他可以自己创造新的游戏版本, 而不是说就好像给你一坨屎, 你就吃一坨屎, 就是给你什么你就吃什么。而是说你可以把你体验的这一切, 把它转化成你想要体验的版本。也就是说每个人都有自我觉察、自我操控、自我运作的一个能力和身份。那这样的话, 就达到了你所谓的升维。

问: 那我们身边没有达到这样意识程度人他们会……

朵奶奶: 被动体验。

问: 他们不会被淘汰掉吗?

朵奶奶: 什么是淘汰? 这么说吧, 所谓的被淘汰就是他感受不到你感受的那个你感受的版本。你感受的版本是你是主人, 那他感受的版本是他是受限制的。那他是不是就所谓的被淘汰在你体验的那个版本的世界里面?

问: 能不能讲一下月球的真相是什么?

朵奶奶: 这里没有所谓的真相假象。所有的真相假象不过是你们集体意识体验到了哪一步和你们自己对事物的认知和理解。就好像这边明明是空的, 那你最开始像小朋友的时候, 咦, 这是空的, 什么都没有。那逐渐逐渐你可以在这个空里面, 比如说你吃一些致幻剂或者你喝醉酒, 你突然发现这个空里面出现各种各样的东西, 明白吗? 那它会随着你这个体验者去感知到外界所有的一切, 那你说什么是真相呢? 那如果要有一个真相的话, 那这里就是无, 包括所谓的任何。

问: 有的人会在月光下感受到很强能量进入的感觉。为什么会这样?

朵奶奶: 那有的人也会在其他, 比如说在一些公共场合感受到强烈的能量, 也会在不同的地方感受到不同的能量。更多的是比如说你的自我觉察, 你当下的一个觉知它进入到现在了吗? 进入到当下了吗? 那有的人就可能觉得他整个心回到了当下, 那他就能感受到这个能量对我的影响, 明白吗? 所以你是否是在一个感知和允许? 就是你耳朵是堵起来的还是打开的? 你是封闭还是打开的?

问: 您的书里讲过很多关于星际种子和志愿者的故事。现在关于这些您有什么想告诉我们的吗?

朵奶奶: 那是那个版本的我探索和体验的一个主题。那我现在已经离开那个主题了。那如果有和这个所谓的星际种子或者任何这些, 和这个有关的灵魂它们继续去表达, 继续去用它的视角去表达。就这么说吧, 我是一个演员的身份。我曾经在一个电视剧里扮演的是那个角色。但是目前我已经离开了那个角色, 所以我不再以这个角色的视角和状态去表达, 明白吗?

问: 您如何看待地球的现状?

朵奶奶: 没有任何所谓的看待。你们都在以你们自己的方式体验这个所谓的(听不清), 体验你们本身。就像一个孩子在沙滩上玩游戏, 他在堆城堡, 他在跟空气讲话。你来问你如何看待这个小孩子在沙滩上玩啥? 你会怎么说?

问: 如何知道自己是在轮回第几世?

朵奶奶: 你们去探索这个是为了什么呢? 是为了满足你们头脑里的一个..... 如果告诉你是二十次..... 你的这一生的灵魂主题, 它会根据你体验主题会让你知道或者不知道一些 information。但是所有这些信息都是为了创造你能够从中体验到的一些相或者一些剧情、剧本。不具有任何事真的一个功能。所以就算告诉你你现在体验的是第一百世, 然后呢?

问: 怎么样才能保持在一个高频率的状态?

朵奶奶: 高频率的状态不是来让你保持的, 是你已经是, 明白吗?

问: 但是集体意识还有很多黑暗的部分, 怎么样不被集体意识拉走? 保持在光的状态。

朵奶奶: 这个不是保持的。就好像你是太阳, 你说我怎么样保持我太阳在发光? 这个不是保持。保持的话, 就是在费力。你只是成为你自己。那当你体验到所谓的不是属于你的能量, 那边也有你的功课。你要明白你不过是在品尝它、在嚼、在用舌头品尝这个味道, 它不是你。那我今天品尝这道菜, 明天品尝那道菜。我桌子上的菜是在变化着。所以你能把这个品尝到的味道怎么去展现出来呢? 那就是你自由发挥和创造的空间。所以你是否能够明白它不过是你品尝这道菜的味道, 而不是你生命的本身。

问: 您生前是量子催眠的创始人.....

朵奶奶: 那不过是我在体验和表达那一生其中的一个方面而已。那你也有你的表达方式, 你可以把你自己在做的给它定义一个名字。也就是说你能从别人的表达当中如何能变成是你的创造和是你的表达方式? 你是一个全新的..... 你不是来拿别人的作品的。你有你展现的方式。然后所有的灵魂以它所想要的方式去展现, 不是来让你们迷茫的去跟随它。而是说来让你看到你也可以去, 就是好像所有这些菜吃到你肚子里过后, 是来让你去运用这些养分去表达你自己。所以把它当成是一盘菜, 你吃进去过后, 你要怎么样展现你自己呢?

问: 如何看待灵魂伴侣? 每一个人都有为自己来的灵魂吗?

朵奶奶: 跟你互动的每一个灵魂都是为你而来的, 那你能否..... 就这么说, 这一桌子菜、我的这一杯水、还有我的蔬菜和水果, 它都是为你而来, 都呈现在你的眼前, 对不对? 那你能否把水喝紧嘴巴里, 而不是倒在地上? 是把蔬菜吃到肚子里, 而不是让它浪费掉, 就是干枯, waste, 浪费掉? 它是在这里, 但是你才是那个决定如何知道每一个功能, 就是这个水是喝进肚子里而不是倒在地上的。所以说的确都是为你而来的, 但是你能否让它以它自己存在的方式来服务你呢? 明白吗?

问: 您是怎么定义NPC的?

朵奶奶: 这么说吧, NPC就好像是说那道菜是为你、给你提供滋养、提供营养, 来滋养你, 对吧? 那如果你要这道菜怎样怎样, 但是它并没有这个功能, 明白吗? 也就是外界所有呈现在你眼前的这些都是你才是那个去决定, 去如何让外界的一切来支持你的这个个体。那如果你把你的幸福和快乐和我肚子是否怎样去寄托在这道菜上, 那那道菜能达到这个吗? 就是你

要为我都幸福负责，你要为我都快乐负责，你怎么这样，你怎么那样。那你就没有看到这道菜在你生命中扮演的角色，你没有以它存在的方式来支持你这个生命体，明白吗？

问：还有什么话想要对我们说吗？

朵奶奶：没有

连接特斯拉：

问：你帮助科学家乔治.....

特斯拉：没有帮助任何，没有帮助这两个字。

问：您研究的多频震荡器为什么可以治疗疾病？

特斯拉：关于疾病的课题，你要知道我在用我自己想要体验的、想要表达的，就是理解，就是用我的方式在表达。所以说你用你自己，就像前面的信息说的一样，这些营养吃到你的肚子里过后，你是一个全新的表达者。所以你是一个全新的，用你自己的方式去表达它。因为我理解的只限于我。你们有你们自己对疾病、对能量的一个认知和对所有的认知的一个理解。所以用你自己的方式去探索，如果这是你激情的。而不是说把前面的东西拿了就走。这么说吧，两个不一样的医生开同样的一张药方，对同样的病情会有不一样的效果和结果。因为和药的连接以及和病人的连接还包括和涉及到那个病人的灵魂主题，以及医生和病人之间的灵魂主题，所有这些因素都决定了他是否能治好这个疾病。所以那你看到没有，你们停留在什么？只是在这个药方上面去研究这个药方。但是却脱离了什么？脱离了比如说你跟病人之间的连接感或者你们各自的灵魂主题，或者你们从这个事件当中应该拿到的礼物。你们只是在看这个药方和这个病，明白吗？所以这就是一种什么？迷信。你不过是别人说吃屎有效果，你也去吃屎而已。那你们看着狗在吃屎，那为什么没有说狗吃屎能长大，我也去吃？为什么？所以并不是说去看着别人做什么产生了效果就去跟着做。而是说你自己用你自己的方式去探索、去表达、去体验。这里面就包含了所有你对生命的，就好像一颗洋葱有很多层，对不对？那你只是在外面那一层皮上面了解，你说这个皮根本吃不了，对不对？因为你只是在表皮上面。但是实际上这个表皮剥了过后，它下面的肉就会变得更加饱满，你就能吃它。所以它的表皮和里面是完全不一样的，也就是说我们想要告诉你们的是，无论任何你们前面有影响力的人，他们阐述了什么、表达了什么，他们的那些东西都是他们对生命的表达方式和理解。你当然可以去研究，研究过后把它转化成你肚子里的，而不是说照搬。不是这个药对这个有效果，你就照搬这个样子的。因为这样你们又来到治标不治本，而是说去拿回你们是个创造者。我学习到和看到的多有的一切只是让我去借鉴的东西。不然的话，那不就像你们考试的时候你们照抄嘛。那个作文怎么写，我就怎么写。它不是来自于你自己。你们每一个生命都是有这个能力去推翻所有的一切，用你全新的方式去创造。

问：在你脑海中会浮现出你设计的机械图。这个神奇的特异功能是你独有的吗？普通人可以通过什么办法获得这个功能？

特斯拉：那个不过是我那一生的灵魂主题和此相关，那是我要去体验、创造、展现和要去经历的一些事件而已。比如说我那一生如果选择了盲人的身份，那我是不是什么都看不见，是不是？那就没有什么区别。比如说我选择一个盲人，我什么都看不见，我只能在我盲人的状态下去感知这个世界。

问：你是一个有丰富知识和智慧的人。是不是知识的增长会帮助我们获得智慧？

特斯拉：并没有比任何人更有知识和智慧，只是和普通人不一样的是他们去浪费或者花费更多的时间在别人的相当中，然后我只花费大多数的时间在我自己的意识以内。那所展现出来的就是不一样。那如果你们，比如说一天有十个小时去在意识层面各种和捕捉到的信息、信号去连接，去创造，去创作。那同样的，如果你们以这样的专注力，就是focus在不同的方向，那你们也能成为一个所谓的像你所说的那样子的一人。只不过是分配我们的人生的时间方式不一样。那我分配在做这件事，你分配在做那件事而已。

问：还有什么信息带给我们大家吗？

特斯拉：没有

问：你是同性恋吗？

特斯拉：什么是同性？就是只爱同性？什么是恋爱？如果说我不是同性恋，我也不是异性恋，是一切和我连接的，我都在品尝，我都在所谓的恋。所以它不局限于任何形式、形体。和我恋的并不是某一具肉体，不是肉体层面的。

问：怎么样才可以像你这么聪明？

特斯拉：就像刚才说你把你的时间花费在别人创造的相当中？困在里面？沉浸在里面？就是在别人的相，在外面。还是说你把你的时间花费、放在和你内在的源头，和你内在产生连接，明白吗？因为当你在锁定不一样的，就这么说你在水里面或者在泥土里面掏东西，那肯定是不一样的，对不对？你如果去海里面，那你肯定能淘到很多鱼，各种海里的东西。那你在土里面淘东西肯定是不一样的。只不过是你们在土里面，我在海里面而已。那我们挖掘出来的东西，呈现出来的东西是不是就不一样？

问：你有恐惧吗？

特斯拉：如果你是说那一世的人格，那么他是在他自己发展第一个模式、步骤和阶段去体验他那个阶段该体验的一些。

问：如何看待人类的恐惧？怎么克服恐惧？

特斯拉：首先比如说的人体验恐惧可能跟它的灵魂主题有关。有可能他它以前这个灵魂从来不知道什么是恐惧，所以它这一世选择让自己品尝到各种不一样的恐惧。它想要去探索和体验到恐惧的味道、紫微。因为可能它以前就是一个没有任何畏惧的人，它不能感知到那些胆小的人是什么状态。所以它会选择去体验各种不一样的恐惧，那它就会尽情的去品尝各种不一样的恐惧。那有可能是它要在一个阶段去体验恐惧。为什么？因为它要自我突破、挑战。

所以恐惧跟每一个个体跟灵魂，它服务和存在的目的都是不一样的。那如何看待总体来说你们人类的恐惧？它源自于你们对生命的知晓程度。对生命比如说有限的认知，你们会产生恐惧。总体来说还是你们对生命的知晓程度决定着你们是怎么样的一个恐惧。首先如果你对生命有足够高的认知，这里便不会因为无知而产生一些恐惧给你们体验。那你也能把自己从恐惧脱离开，就是恐惧只是你闻到的一个味道而已。就好像你在看恐怖片，因为你的小我在关注这个恐怖的场景而产生一个恐惧。就是吃这道菜，吃这个苦瓜，有苦味而已。但是苦瓜的苦味不是你本身，所以你不需要去试图把苦味给弄掉，而是说你这个舌头在品尝苦瓜而已。那也会随着你们对生命的知晓和认知程度决定了恐惧在你生命中是什么样存在的状态来跟你们互动。你把恐惧当成一个人。他跟你是什么关系，你们怎么样互动，它取决于你对生命的知晓的程度。

问: 是不是每个恐惧下面都有一个限制性的信念? 发现这个信念，恐惧就消失了?

特斯拉: 又回到前面我们提到的还和它的灵魂主题有关。有可能它这一生它就是想要来体验恐惧。因为它的小我只是一个品尝者，明白吗？但是它就是想要体验各种恐惧。它可以把这个恐惧转化成，比如说它是一个拍恐怖片的。它体验到了什么场景、什么状态下会把它内在所有的恐惧给它带出来，让它窒息。那它是不是就能创造出这样子的一个能量场，让其他人也感受到恐惧？它就能成为一个写恐怖小说、拍恐怖电影的人，对不对？

问: 就是利用这个能量？

特斯拉: 是的。所以通过它自己的体验和品尝，它便能够把这样子的状态展现出来让大家都品尝到。

问: 如何看待你当时和爱迪生的竞争？

特斯拉: 所谓的一个竞争不过是在当时的相、当时的能量场、当时的那个认知、当时的那个集体意识下碰撞而产生出来的一场戏而已。就是我们用各种当时的调料、当时的蔬菜，然后做了一道菜。我们都在共同的品尝它，你吃出你的味道，我吃出我的味道。

问: 如何看待科技伦理的问题? 科技的发展是否应该受到道德的约束?

特斯拉: 产生这个问题的人他有他自己对科技的理解。但是他没有办法去阻碍其他人，比如说你在创造科技的时候你有伦理的约束，但是并不代表其他人跟你有同样的信念和观念。就是你有你表达的方式，你在表达的时候会受到一些框架影响。那不代表别人还会继续使用你的框架。所以你们每个灵魂都有自己展现的一片天地。因为你们生命不是来受到任何约束的，你有你的表达方式，其他人有其他人的表达方式。你们每一个人的表达方式都是被允许。

问: 如果在给你一次机会的话，你最希望在哪一个领域继续研究？

特斯拉: 还继续是能量，就是和能量打交道的状态下。

问: 人类最重要的品质是什么？

特斯拉：人类最重要的品质是不受任何条条框框，不受任何别人的一些观念、概念或者已有的一些观念，就是完全是在无的状态下。就是一张白纸，你来描述，你来绘画。比如说你是一个画家，那这张白纸上已经有很多颜色。那些颜色就是别人的观念观点，是你们集体意识中的一些或者很多条条框框，比如说你父母的认知，你们集体的认知，你们的各种观念。那如果你们想要在已经有各种颜色、各种条条框框上面创造的话，那你创造就很有限，对不对？如果它完完全全是一张白纸，你去创造的话，你是不是就没有任何限制？你就能够完完全全去展现你想展现的。所以说我想让你们知道，去把你对生命的表达和创造不建立在有任何其它污染、其它颜色、其它条框上面去展现你想要展现的。

问：可不可以一句话总结一下你的人生哲学？

特斯拉：每一个片刻你的能量像闪电一样，呈现了又消失、呈现了又消失、呈现了又消失。所以不要执着任何前面一个闪电呈现的相，然后在每一个当下都是一次闪电在呈现。然后你的每一生都会像闪电一般，呈现了再消失。

问：马斯克用你名字做他的牌子，你会生气吗？

特斯拉：什么叫生气？生气是你们的一种理解。那也不是我的名字。没有任何东西是属于我的，就像刚才说每一片都像闪电一样。那你说刚才那个电是属于它的吗？它已经消失了。刚才才说像闪电一样，它闪现了，就消失了。那也就是说你还会去执着刚才的闪下的电吗？

问：就是要时刻放下吗？

特斯拉：这不是放下。它不过是像闪电一般，它闪了，就消失了。闪电，你是当下闪电吗？你们问的不是真理吗？

问：给我们当代人的一个建立，如何创新？

特斯拉：就前面说的，不建立在别人涂的任何颜色。因为比如说它的颜色里面有恐惧或者欲望、任何色彩，它们都是别人涂下的一些颜料，不要污染任何其他他人的一些。然后也不要有任何条条框框，比如说概念，包括你说的什么伦理道德，任何这些东西。而是以完完全全一张白纸的情况下，不残留、不掺杂任何人的东西。那当然就包括你是否能看清楚你头脑里有的那些东西是属于其他人的条框、框架，明白吗？你能否认清楚。

问：你刚才说发明电或者你的名字都是为大家所用.....

特斯拉：因为它没有属于我，这里没有一个我。

问：现代社会如何做到能源免费使用？

特斯拉：这么说吧，能源本来就是免费使用，就像JOJO老师连接的所有这些信息，那她是不是在免费去使用它、免费连接它、把它带出来，对不对？比如说你的灵感一打开，你可以连接到其它维度。比如说像你们有些创造idea，画画也好、电影作品也好、写的书籍也好，这些是不是都是一些所谓的免费的能源，对不对？它就在那里。不是说是否被允许或者免费，它就在那里。那你们那些小说的，通过科幻小说赚了好多好多钱，那不也一样吗？这些都来

自于无。所以说你才决定了你是否能从无当中去提取这些，把它呈现在这个物质世界以你有的方式。

问:如何才能更好的运用能量更好的造福人类?

特斯拉:所以说你是一个表达的方式。你有你自己表达的方式。你用你自己的理解,用你的方式去展现啊。而不是我们来告诉你,你要怎样做怎样做。那你便失去了你的生命体的自由。那如何?你问你自己,你想要怎么表达呢?你想要表达这个关系呢?用你的理解。而不是说我们来告诉你。我们来告诉你,你就变成了什么?奴隶。你并不是.....你是创造者。所以把笔放到你的手上,而不是拿到我们手上来教你们怎么样画画。属于我们的时候,我们已经体验过了。现在是属于你们。

问:就是只要我们每个人表达自己的爱.....

特斯拉:你是能在你自己对生命的认识误解当中去表达。如果你觉得生命是这样子,你只能表达你有的。那也就是说当你在扩展的时候,当你在越来越多的脱离各种框架、各种污染的时候,那么你的表达就越是pure纯粹,没有掺杂各种.....

问:除了表达以外没有更好的方式可以运用宇宙的能量吗?

特斯拉:那你是那个运用者呀。你是那个体验者、运用者,你是那个在经验它的人。就这么说,宇宙能量我们说它是一道菜,对不对?那你问我们怎么样才能把这道菜.....你才是那个品尝它的人,你才是那个经验它、体验它的人,明白吗?

问:你是怎么创造爱的?

特斯拉:爱不是创造的。

问:爱是怎样来的?

特斯拉:爱是存在的本身。最高频率就是爱。那当你在展现爱的时候,只是你进入到了最高的频率,在通过你的方式、你的样子,在通过你展现出来。就好像是光或者是太阳就在那里,那你这面镜子不过是把太阳的光给它投射出来,而不是说你创造了太阳,创造了光。你是一面反射镜。

问:如何更好的成为爱本身?

特斯拉:那你离开爱也是为了更多的去认识到它。

问:您是怎样在你那一世就清晰的知道自己想做什么?

特斯拉:不过是在做自己激情的、想做的事情而已。不是因为,而是在跟随和允许。不是因为知道,才去选择。

问:你是怎么样活出这么有意义的人生?

特斯拉：有意义的人生是你们旁观者在看这个相，然后给出的一些定义。如何活出一个更有意义的人生？就像刚才前面说的一样，不过是跟随内在想要做的事情，在做自己想要做的事情。就如此的简单。所以在你们看来它是变得有意义。

问：慈悲心会让我们的进步更有意义？

特斯拉：你有你自己的表达方式和理解。你们每一个人都有你们自己的表达方式和理解。所有的一切都会在你自己成长的阶段，就是意识的程度，然后对一切有一个全新的表达方式。就像闪电一样，每一个片刻都是一次生命。

连接爱因斯坦：

问：请问你一生的灵魂主题是什么？

爱因斯坦：就是尽可能的去用更接近道或者真理的方式去表达所有一切。

问：据说原子弹在你的研究基础上产生，你痛心。你如何看待科学和战争？

爱因斯坦：所有的一切，包括科学和战争不过是一个工具，战争是一个工具，科学是一个工具，然后每个灵魂要如何用这个工具去表达、展现，去使用这个工具，就好像是我手上的一把刀。你如何用这把刀展现力量？比如说我用它杀人还是用它切菜做饭给其他人吃，明白吗？所以它不过像是一把刀或者一把剑、一个工具，来去展现你自己。

问：第一个发明电灯泡的并不是你，但是全世界都说是你。你怎么看待这个？

爱因斯坦：没有所谓的看待。因为你要询问的那个头脑已经不存在了。好像这个游戏场已经是你们的，你们如何去运用这个所谓的相，以前的那个相，你们如何去使用它、品尝它，那是你们的自由。

问：如何让数学物理成为孩子们在学习上不难解的题？

爱因斯坦：孩子们也是你们在通过他来体验到你们自己，或者是他来带出你们内在的一些特质。就比如说你内在对生命的认知、你内在的爱、允许，还是你内在强迫的能量？孩子们是把这些给你们带出来的工具。所以孩子们在你们的生命中扮演的角色，他给你提供了一个你去认识你自己、经验你自己、体验你自己的一个渠道。那如果要我们说一个建议的话，就是建议你更多的在你自己的身上做功课，就是允许。不是单独的从手段上、技术上、方式方法上去做功课，而是从你的自身。因为当你自身，比如说你是一缸水。你这个水里面如果没有那些乱七八糟的，又是石头又是树叶这些杂质在里面的话，不只是孩子，还有其它东西，社会上的或者你的员工，他也没有办法把你没在有的东西带出来。就比如说如果你的内在只是pure love，只是爱，那无论他带出来的，都是那个。所以说做你自己的功课，而不是孩子的功课。因为当你的内在越来越接近爱、接近无限，那么无论其它外界如何刺激，因为孩子是来刺激你，来让你体验到、经验到你自己。那它带出来的都是无限的爱。所以这里没有一个我们教你或者告诉你一个方式方法或者是手段，因为这是你们目前旧有的模式。你

们都在教技术，比如说用游戏的方式或者用这样的方式、那样的方式。你们都是在寻找一个合适的技术。但是你们忘记以及你们没有更深层次的认识孩子不过是来让你们体验到你自己内在的一个状态。

问: 所以如果孩子学习不好.....

爱因斯坦: 如果你对学习和孩子，就是它在你生命中扮演的角色你都不知情，那你当然就会进入到一个孩子是否学习好。那比如说这个孩子它本身这一生就是来体验不要用任何知识玷污它，它要用它自己全新的方式去探索，新的一个和宇宙信息连接的模式，明白吗？那你要去强迫它学你们旧有的知识，那你不是在..... 所以刚才说孩子不过把你内在有的东西带出来。那如果你对生命有限的认知，你觉得孩子来到这里是无知的，我要去给它灌输我们以前旧有的知识。但是并不是。每一个生命来到你们这个社会上，它们是知晓你们目前社会上的一个状态。所以它们是来协助你们人类不断地突破，在一个新的基础上。而不是在一个陈旧的，比如说它不是在你们现在建的这套房子上添砖加瓦，而是说它完完全全建一个新的房子。那是不是你对生命的理解程度就通过孩子给你带了出来？

问: 所以对孩子最好的爱就是无条件的.....

爱因斯坦: NO，就是你的自我成长。就是你自己越来越接近最高的振动频率，爱的本身。来允许孩子通过他这个渠道带出来你的功课。你内在有的焦虑，我必须让孩子成为一个律师、医生，他才能生存？你的认知、你的焦虑，你所有的这一切都会通过孩子让你自己体验到。

问: 绝大多数人都只信奉科学.....

爱因斯坦: 这里没有绝大多数的人，他们有他们的表达方式，你有你表达的途径。所以不要去关注任何人。哪怕是一个最有权威的人他表达的很好，你也去表达你自己。

问: 有的人会觉得通灵就是封建迷信。您如何看待通灵和科学的关系？

爱因斯坦: 那我们刚才都说了，那个有的人是你产生的，因为你的注意力在有的人，这里并没有有的人。所以说你用你自己方式方法，就是你自己的认知，你去展现你自己。还有就是说所谓的通灵，因为你们每一个生命体都有它自己去展现它、演绎它和呈现它的方式。那如果很多都是以一个模式去展现的话，那所有人看到他们展现的，他们就会给你们展现的模式一个定义，比如说是迷信，对不对？那如果有很多人是以另外一种模式去展现出爱和合一，那是不是你们集体意识中对它又有另外一个见解了？所以人们的看法是建立在你们有多少人，就是有多少意识在展现一个什么样的形态而给它下的结论，明白吗？所以你们不是建立在别人怎么说，而是说你去创造。创造的结果，别人会改变他们的一些看法和想法。

问: 如何看待现在觉醒的人.....

爱因斯坦: 没有看待。那只有你们在关注外面的那个果。但是所有的这些果是因为有多少人拥有了同样的believe system，明白吗？像前面的信息说的闪电，这个电已经过了，你还在去研究它吗？那道闪电已经消失了，你还在研究它吗？你发出你的闪电。那你每一刻都可以发出一个新的、不同的能量级别的闪电、不同规模的闪电，明白吗？

问: 那自己的闪电还没有影响到别人该怎么办呢?

爱因斯坦: 这里没有别人。那你应该去看你背后的系统, 就这里有别人, 你想要去影响别人的这个想法来自于什么? 来自于你对生命的误解, 误解这里有其他人。

问: 刚才说重新创造, 那怎样理解牛顿说我是站在巨人的肩膀上才.....

爱因斯坦: 所谓的巨人, 比如刚才说的各种菜、各种饮料果汁, 你品尝它们过后, 那你就站在巨人的肩膀上。比如说我们今天带出来的一些列信息, 然后这些信息成为你的过后, 你有你展现的方式。那你就是站在巨人的肩膀上。

问: 人生需要做选择吗? 还是让高我自动驾驶就可以了?

爱因斯坦: 那也是在你背后到底对人生的理解和认知程度。也就是说你自己的一个振动频率, 而不是单独的是选还是不选, 明白吗? 因为如果你对生命的认知, 你会觉得它是需要靠你去认真的做选择或者努力或者正确的选择的话, 那就算我们说是高我, 那你也会进入到一种抓狂当中去。所以它不在于你到底用哪一个方式方法, 我们这里没有讲方式方法, 就像前面所有带出来的信息。而是说你自己对生命的理解程度决定了你会用什么样子的行为方式。它不是相反, 不是你的行为方式决定了你的那个什么。

问: 你是怎么产生相对论的?

爱因斯坦: 这么说, 就像一颗种子, 它的生命绽放的阶段, 就比如说到了花期开花, 到了果期结果。所以无论产生任何, 它只是那个生命到了那个阶段产生的。所以当你在允许, 就是你的这个灵魂到了地球就是你的这颗种子进了土壤。那这颗种子会在它的花期果期开出来花、接出来果子。所以这样的问题好像是在问你这朵花是怎么样盛开的? 它不过是做它自己, 允许生命。

问: 在探索科学的过程中, 面对最大的挑战的时候, 你是如何克服的?

爱因斯坦: 首先你要知道这个问题你问的是那个头脑, 但是那个头脑目前已经不存在了。所以说如果我们想要去回答你如何去克服困难和挑战, 这个问题我们可以回答你。挑战的产生不过是你自己这个意识形态投射出这个挑战, 比如说你有限的理解和认知, 你的振动频率投射出挑战来让你看到你自己的believe system, 明白吗? 就比如说你可能会有一个跟你差不多的对手, 它是你的挑战。它来挑战你的东西或者你们有同样的东西, 然后你出现这个挑战。那不过是你自己有执念, 会执着与你自己刚才发出去的闪电它的一个相而已。那如果你知道刚才那个闪电已经消失了, 我当下是另外一个闪电。每一个闪电都拥有不同的能量级别和另外一个频率和覆盖率。那你就知道了, 是不是挑战只是执着于你前面的那个闪电的那个相的时候, 它才会产生。如果你在允许每一个闪电以它本来的形态呢? 我这个长度只有这么多, 我这个覆盖率只有这么多。在每一个当下每一个闪电..... 所以刚才的闪电已经消失了。那你便不会有任何挑战, 你只会有以你自己所是的方式去呈现它。呈现了, 已经消失了。呈现了, 已经消失了。

问:如何看待科学与宗教的关系?

爱因斯坦:就刚才我说因为你们每一个灵魂都有表达自己,比如说表达自己对生命的理解程度、表达自己跟造物主之间的关系、表达自己是一个怎么样的存在。那科学有科学的表达方式,表达它自己对生命的认知和理解。那宗教有它自己表达的方式,因为每一种表达方式都是被允许的。那当然你产生了一个如何去看待宗教和科技之间的关系的时候,它也是一种表达。

问:你对未来人类的文明的想法是怎样的?怎么样平衡科技与人性?

爱因斯坦:对你们的看法,就像刚才说的,你们每一个灵魂都有自己的表达方式,所以这里没有看法。因为你们所有的表达方式就像闪电一样,闪了就消失了,闪了就消失了。所以你不可能去问造物主或者去问其它对它有什么看法,因为它产生就消失了,在你产生.....那你在表达你的看法的时候,其实也是一个灵魂对所有这一切的一个表达。所以它也只是一个表达。那所有的一切只是像闪电一样。科技和人性的平衡,首先这里没有任何东西是需要你们去平衡的。你们不过是在你们对生命的一个理解程度、你们的意识程度,然后通过科技、通过人性来展现你们自己。科技也好,人性也好,它们更多的是一个平台、是一个舞台,你的舞姿是什么样子,你通过它去展现你。但是又回到那个,每一个人都是一个声音,你们有你们自己的展现方式。而不是因为目前有这么多人说科技是什么样子或者演绎科技是什么样子,然后你就去跟随或者怎样。你是一个全新的生命、全新的一个创造者、展现者。

问:你认为科学家和学者在推动全球和平中应该起到什么样的作用?

爱因斯坦:他们没有任何东西需要推动的。如果他离开他自己的本身去推动任何东西,他都是一中妄想。应该是你们每一个,像是他们这种人士去展现出他们自己对生命的理解程度,他们与造物主合一的程度,明白吗?

问:那战争是被允许的?

爱因斯坦:战争也是你们自己在展现,比如说展现你们自己对生命的理解,就比如说我需要用一种强迫强势的手段去达到某一种目的。它是你们表达的一种方式方法。

问:所以也是被允许的?

爱因斯坦:你说的是谁呢?谁允许呢?我们刚才不是说了嘛,你们每一个灵魂的表达都是被允许的,对不对?因为你们来到这里你们就是来表达你们自己。那当然,他们也是被允许的。他们把这个带出来,也是你们的集体意识需要被看到他的表达是否符合你的表达,是否符合你想要表达的?他有他的表达方式,你有你的表达方式。那就是说更多的人更想要这个表达,那这个表达就会多起来、这个声音就会多起来、这个声音就会被关注,这个声音就会变成流行。

问:所以你要这样说,世界和平就是非常艰难的事情?

爱因斯坦: 那只是你的一个表达, 你在提取所有的information, 你在这么认为, 所以你在表达这个声音, 你觉得它是艰难的。因为你们没有办法离开你们本身去达到某一种目标。你们的认知、你们对生命的理解程度决定了你们会怎么去展现你们自己。如果你对生命的理解有限, 你会觉得是需要用那种手段才能达到和平, 比如说我要消灭那些恐怖分子就能达到和平, 明白吗?

问: 当今的伟人如何发挥他们的影响力?

爱因斯坦: 没有所谓的伟人。每个人都是伟人。那并不是他们, 因为他们有他们表达自己方式和途径。你们每一个人都有你们自己去表达的方式和途径。那你们对生命的认知就在演绎着这场戏。就比如说你把某些人当成伟人了, 这是一部戏。那你要知道每一个生命都拥有同样在这个物质世界去展现他自己、去发声。如果他的发声受到了大多数人的支持, 那么就变成一个流行的东西了, 明白吗?

问: 给今天的人一个建议, 你会说什么?

爱因斯坦: 我们的建议是说通过每一次闪电, 就是展现出来的闪电, 然后去看到这个闪电是否符合你内在真正想要表达的, 然后也不执着于那个闪电。因为每一次你都有在当下的权力去发出你自己真正想要表达的, 它真正的是符合你内在的真我还有你真实的状态的一个表达。

问: 你在表达的时候如何面对你一些你自己不喜欢的东西?

爱因斯坦: 如果你知晓那个闪电已经消失了, 就没有任何喜欢不喜欢, 它不过是你生命的一个知晓程度。那你会随着你对生命的知晓程度, 你的闪电就会在不同的一个频率。

连接毛爷爷:

问: 您那一世的灵魂主题是什么? 为什么那一世都致力于改变中国?

毛爷爷: 我那一世的灵魂主题就是尽可能的去把我每一个我想要展现的思想呈现出来。

问: 那您当时就是想要改变社会现状吗?

毛爷爷: 不是改变社会, 而是说在每一个当下我想要如何推动一个事物的变化和走向。

问: 您怎么看待目前的中美关系? 和您那一世的中美关系?

毛爷爷: 现在没有任何看待, 因为已经不在我的数据库里面。

问: 您在世的时候提倡反对封建迷信。为什么中国那么反对封建迷信? 我们的通灵会被定义为封建迷信吗? 为什么没有像国外那样意识那么开放? 如何能更好的提升中国人的意识?

毛爷爷：你提的问题，就是当时为什么……当时的头脑和人格的，就是产生这个体验和想法的已经不存在了。就是那个表达者已经不在在了。

问：那能不能以你目前的状态能不能分析一下为什么中国对于这些没有国外开放？

毛爷爷：不去任何分析，因为你们所有人都有自己的解读和理解 and 表达。

问：目前人类最需要发展的特质和技能是什么？

毛爷爷：不是人类单独的需要发展是怎样，而是你们每一个灵魂，你们每一步对你们自己的存在、对生命的本身的认知程度，就是这里没有一个人类的存在，只有你自己、你这个灵魂它对生命的理解程度、认知，就是只有你。那么你自己对生命的理解程度呢？因为当你在越来越清楚你自己与造物主的关系、你自己的身份、你自己是谁，就不会再被外界的任何，社会也好、人类的一个相也好，就你会再产生这个相。

问：如何拥有你们那么大的能量成为一个能成大事之人？

毛爷爷：这么说，你也拥有强大的能量，它不过是在产生不一样的影响。就比如说你觉得你的人生很悲剧，你一直被困，你很痛苦很可怜。你也在拥有强大的能量给你创造一个痛苦和可怜的场景在给你体验。不然你体验不到这个痛苦或者是很无力，因为它需要很强大的能量才能创造出这样的假象去给你体验。

问：你是如何创造你的团队精神的？

毛爷爷：如何让这个团队去运作？关于团队，你首先要知道的是某一个个体它不过是你在你世界里面……比如说一个团队它是一只手，你跟它的连接程度。你刺激这只手的次数，就我有没有经常去刺激它，让这个肌肉更好的运作。你就想象一下你在健身，团队是你的手脚、眼睛、鼻子，就是各种器官。那这个肌肉，你有跟它产生连接吗？你要锻炼它的时候，你就是要跟这块肌肉产生连接，对不对？那你有给它足够刺激吗？刺激它就比如说什么？就是说我知道你存在的价值。那也就是说到底你这个团队能在一种，你像一个舞蹈家一样，它是否能够和谐的运作在一起？这块肌肉支持其它肌肉发力？那就在于你自己跳舞，就是你这个舞蹈家展现的一个方式方法，还有你舞蹈家的能力，还有你这个运动员的协调能力。所以从这个比喻当中你就可以看到首先你跟对方是否有一个很强的连接感。因为如果没有连接感，你便不能刺激到那块肌肉。那你是否有不断地去刺激它呢？所以你们的连接感和你对它刺激决定了你这个身体是否能够以一，同一个目标去运作。

问：小的团队比较容易，但是大的团队如果每一个人都要连接要怎么做到呢？

毛爷爷：因为一切都是在你的意识内。你能否意识到每一个细胞，就是我们把它变成一个大的团队，它都在你之内呢？还是你把它孤立起来的？

问：你是如何受到马克思主义影响并且决定走向革命的道路？

毛爷爷：我们想告诉你，你在说的这些概念性的问题，就是那个发表者、他的头脑都已经不复存在了，就是那个显示器它已经不复存在了。它已经没有这一套系统里的这些东西。但是

我们可以从更高更广的范围给你们提供一个视角，来让你们去看。如果这么说，你就好像是在问一个人，比如说马斯克受到特斯拉的影响，所以在每一个人格它自己有它自己是否能够去激活它内在的一些东西。这个对象是一个意识许可。也就是说它原本就有这些东西，不过是马克思这个渔网把那些东西捞出来，让它更加的坚定和确定去选择这个。

问：面对新中国复杂的环境，你是怎么样保持革命的觉醒和信心的？

毛爷爷：关于这个问题，如果说是复杂，它只在于你这个观察者去看到的。但是每一个观察者都有不同的角度。你可能把各种症状，比如说我这疼那疼。你把所有的症状看成是复杂的状况。但是它归根结底是因为什么？因为你可能有一个肿瘤，又是掉头发、又是呕吐、又是疼痛。它可能只是因为一个肿瘤的原因。所以问题在于观察者不一样。那你看到的就是各种症状，那我看到的只是一个肿瘤而已。那当这个肿瘤的被remove掉，那其它各种症状都消失了，而不是一个一个解决肿瘤产生的各种问题。

问：中国革命胜利最关键的因素是什么？

毛爷爷：也没有中国革命胜利。这个也只是你们自己对一些现象的理解。但是所谓的胜利的关键，它不过是就像我刚才说灵魂主题，就是自己的一个想法得以在物质世界呈现而已。所以任何呈现的，只要是自己内在的想法得以呈现，它都是所谓的一个胜利。

问：在革命过程中，你个人感触最深的时刻是什么？

毛爷爷：感触最深的时刻是当你想要展现的相在以你想要的方式展现出来，只在那一时刻。因为接下来它又会产生另外一个相，所以只在那一刻。那一刻让你更加的知晓你是一个创造者的身份，就是当你知晓你自己是一个创造者的身份是感受最深刻的。

问：你推崇百家齐放的政策背后的思考是什么？

毛爷爷：就好像是我在允许我自己的每一个面相和特质都得到允许。比如说我的喜怒哀乐、我的勇敢和恐惧、我的强大和弱小、我的正我的邪，我的每一面在得到允许的状态下，允许。

问：你认为文学和革命之间的关系是什么？

毛爷爷：它不过是你思想的一种展现和表达。有的可以只是通过文字的模式，有的需要形式的。

问：你如何看待中国未来的发展方向？

毛爷爷：我们这里没有看待，因为我们不再有你们人类的视角。所以缺少这个视角，便不会产生一种看待。

问：你对当今中国或者世界要发表建议时候，你最想强调的什么？

毛爷爷：如果是带给你们人类一些话语，最想让你们知道的是你们每一个人都在走向合一的那条路。

问: 人类的未来是不是就不会有国家这种东西?

毛爷爷: 本来就没有, 是你们自己创造和体验到那种, 明白吗?

问: 如何才能让世界走向合一, 没有战争?

毛爷爷: 就比如说你对生命的存在、真相到底是什么, 你知道吗? 你如果知道的话, 那么你的儿子知道吗? 你的老公知道吗? 如果你让你儿子知道, 让你老公知道, 如果你让你身边越来越多的人知道, 明白吗? 那如果你都不知道呢?

问: 您的爱情关系如何?

毛爷爷: 我在和生命的每一个片刻都在热恋。

问: 您能赢最主要的原因是什么?

毛爷爷: 我只看到我想要创造的, 而不是别人想要创造的。我只focus在我想要创造的。

问: 你是怎么样面对恐惧?

毛爷爷: 你要面对恐惧, 你首先要产生一个恐惧来给你面对, 对不对? 那如果你不产生它呢? 就像刚才说的, 我只focus在我的什么? 我只focus在我自己想要创造的, 而没有focus在我要创造一个恐惧来给我去.....

问: 你最喜欢的伟人是谁?

毛爷爷: 我自己。

问: 有什么心愿没有完成吗?

毛爷爷: 没有

问: 通过你的生命经验, 你最想告诉世人什么样的智慧?

毛爷爷: 检查你们自己到底相信什么。就比如像刚才说你如果相信你所谓的团队和外面的一切, 它是你的一部分, 那你便能够去运用它, 它便能在你的生命中为你服务。如果你觉得它不是你的一部分, 那么你便不能让它在你生命中成为一股能量为你服务。所以检查你自己怎么去相信每一个来到你生命中的一股能量, 它跟你关系。你到底是排斥它还是融合它? 它跟你到底是敌对的模式还是合作的模式? 所以检查它, 你到底是怎样理解这些关联的。

问: 怎样成为像您一样对外有手腕, 对人民有柔情, 合一在您身上展现的淋漓尽致呢?

毛爷爷: 我并没有产生所谓的一个对外。你们看到的只是一些表象, 我在做什么。但是并没有把它当成是外面的, 而是把它当成是内在的。怎么是内在的呢? 就好像它是我内在的一股力量在刺激着我, 明白吗? 所以它是来让我强大的。就像我刚才前面说的, 去检查你们到底

相信什么。因为如果你产生一个外面的话，你已经在树敌了。那如果把它变成你内在的一股力量，你在强大。形式不重要，重要的是这股能量是如何服务于你。因为是你内在的感觉创造了这个物质世界如何呈现在你眼前。

问: 战争时期，你的直觉和兵法知识，哪个更重要？

毛爷爷: 没有对比性，那只是你们自己对所谓的那个我的认识、认知和理解。它投射出的是你自己的认知，就是你通过这些相，你觉得对方是怎样的，就是你在看待这些相。但是它并不是你看到的那样。

问: 千钧一发之际，您如何保持镇定? 会用什么样的方法做出决策?

毛爷爷: 这么说吧，就像前面信息说的，我只有focus在我自己想要呈现的相当中，而没有去focus在别人创造的相当中。

问: 当年花费很多努力却没有达到预期，您如何看待这个经历?

毛爷爷: 那只是你自己对这些相的一个解读而已。就好像这里有一个塔罗牌，你在用你的方式去解读它而已。

问: 您是如何用兵如神获得胜利的?

毛爷爷: 就是把外界所有的一切当成你身体的某一个器官去适应它、去运用它。当然包括你心中产生的那个愤怒的能量。

问: 戒色是不戒色是怎样影响人类的?

毛爷爷: 那是他自己个体对戒色和不戒色，他自己的一个表达方式。在我这里，任何一种特质呈现出来，我只是在品尝它、欣赏它、允许它。

问: 您对死亡的理解为什么这么超前?

毛爷爷: 我在允许我每一刻都在死去。

问: 两方博弈赢得胜利的关键是什么?

毛爷爷: 真正的赢得胜利是你是否能从这个相当中拿到你自己..... 就是让它淋漓尽致地服务你。这次闪电的呈现，你是否能从闪电的那一片刻去拿到你所需要的。你拿到的越多，那你就是胜利者。如果你拿到的越少，那你就是所谓的没有获得很多东西。就好像一次闪电释放的能量，这个能看你能捕捉多少? 把它变成你的呢? 它的能量结了很多果子，那你能从这些果子里拿多少到你的口袋里面来呢? 而不是说到底是谁输和赢。这就是为什么有的人看着输了，但是他却赢得了最终的胜利，明白吗?

问: 您是怎么看待灵性和物质世界的关系?

毛爷爷：灵性和物质世界的关系就好像你是否能从更高的层面看到所有东西都是一。那你是否能够把内在的能量转化到物质世界给你体验到。这就是灵界和物质世界的关系。

问：您有什么遗憾吗？

毛爷爷：就好像我们刚才说闪电释放的过程会结出很多果子。如果你没有从中收获到什么果子是话，那你肯定会有遗憾。那如果每一次闪电你都收获很多果子的话，这里便没有遗憾。因为每一次都是生命的一次丰收。

问：您现在又回到地球了吗？

毛爷爷：这不是你们理解的那样，就是他这个人离开了这里，到达了那里，并不是。那如果是问我，那我无处不在，那我也没在任何地方。

问：您的文韬武略是多世的累积还是投胎的剧情就是这么安排的？

毛爷爷：我是一股能量，然后这是我的能量。比如我是一棵树，那这是我这棵树所有的特征，那也是这股能量所有的一切。那就是我是我所是。

2024/10/04 – 连接多位名人(下)

连接杨贵妃:

问: 你对美的看法是怎么样的?

杨贵妃: 对于我的理解来说, 美等于自然、等于不扭曲。

问: 美貌对女性来说重要吗?

杨贵妃: 你们只是在从外面来看美貌, 但是如果你看一条鱼或者一朵花或者是任何的生命, 它在它自然的状态下, 就是它最美的状态。因为它没有去扭曲这个能量进入到它的体内。所以真正的美或者是最重要的因素就是你没有扭曲那股能量的呈现。比如你焦虑、紧张、害怕, 任何这些都是在扭曲这股能量, 就好像是一面镜子破碎的状态。那当你在让这面镜子呈现出它该有的样子, 那就是美。就像是一只鸭子在水面上游, 一只小猫在慵懒的伸懒腰。就从你的眼睛可以去看一下大自然中的美就是没有被扭曲。比如说当你看到很多鸭子在水里面, 一股恐惧的能量来袭, 这些鸭子都飞奔起来, 它便破坏了美, 对不对? 所以当这股能量是在一种正常、允许和和谐的状态, 它就是美。所以当你的内在没有产生恐惧, 没有产生愤怒, 没有任何冲突, 那么你就呈现的是美的样子。

问: 如何更加美丽?

杨贵妃: 更加的美丽就是更加的允许, 允许你生命所是的一个自然的存在的状态就是更加美丽的一个状态。因为你身上没有任何变形的能量。

问: 自然很多不是对称的, 甚至是残缺的。你怎么看待这种美?

杨贵妃: 能看到美的人, 他就能去欣赏残缺的美。他看不到的话, 那只是去照射出他没在的概念而已。但是残缺也可以是在一种没有扭曲的能量。你没有扭曲这股能量, 那么美会通过你呈现出来。

问: 你对今天的美有什么启发?

杨贵妃: 我想要告诉今天的女性, 当你在一种允许的能量当中, 你就是在展现美。所以去看到允许的力量。不管你的样貌有多么美丽, 如果你在强迫你的爱人或者是阻碍或者是攻击这种能量来和你的另一半交流的话, 他不会感受到你身上的美。当你在全然的允许的能量状态中, 他会领略到你允许的美。

问: 您有什么话对男性讲?

杨贵妃: 你在散发一个自然、不扭曲和允许的能量并不是为了让每一个人被你的外在的外貌而痴迷, 而是说它在你这个允许的能量当中, 他能呼吸。那可能最开始就像在空气中, 他天天能呼吸, 他并不能领略到空气的重要性, 因为他没有离开过空气。如果他进入到窒息的状态, 没有空气的状态, 那么他就会想到你的美。就比如说你跟他在一起, 他可能会觉得你很普通。但是如果他再去进入到另外一个关系, 对方对他有很强迫的能量, 就没有允许他的

话，他会感受到那种窒息感。这种窒息感会让他再一次想到你的价值，你给他带来的舒适感。

问：您是通过皇帝的宠爱获得权力，现代女性是通过自己。你会给我们现代女性什么样的建议？

杨贵妃：首先并不是我通过其他人而获得power，而是我的power它有延伸、有给与、有影响到其他人，就是我的香味并不是它给到我的，而是我的香味影响到其它生命。

问：你的香味指的是什么？

杨贵妃：就是自然和允许的状态。

问：你无法改变自己的命运，最后是比较悲惨的。能讲讲那段历史吗？

杨贵妃：首先悲惨是你们的理解，是你对一些事物加入了你们的判断、看法、概念、想法。所以这是属于你们创造的一个事实。

问：你是怎么样离开这个世界的？

杨贵妃：已经没有那一段记忆，因为已经离开了那个头脑，所以没有关于这个记忆。

问：你如何鼓励女性创造美的价值？

杨贵妃：美的产生是允许，当你在越来越允许你这个生命体，就像是你在不断不断地去允许比如说土壤、雨水、太阳对你这个生命的一个滋养，你这棵植物。那么你这一株花就会更加的吸收各个方面的养分。所以当你在允许你的生命在每一个阶段获取它应得的养分，那么它就会完完全全的绽放出它独一无二的美。所以允许发生在你生命中的一切，去看看背后你如何把它转化成养分来支持你这个生命。

问：美就是允许，上天给你都是有它的原因在的，对吧？

杨贵妃：因为一切都是造物主的作品，当你没有在允许的时候，你在破坏造物主的作品。

问：您的爱情观是什么？

杨贵妃：关于爱情，这么说吧，关于爱情也是在一种允许，比如你最开始对爱情可能会有很多要求或者是有很多比如说占有欲、嫉妒吃醋或者其它。那你允许你在通过品尝爱情的这道菜带来的那种刺激，就比如说爱情像芥末让你流泪，爱情像蜂蜜让你甜。比如说你享受它的甜，so yummy，很甜。那芥末让你刺激流泪，你就在流泪。所以允许它对你的一种刺激，因为随着你不同阶段，你会对它的敏感度没有这么强烈。可能你经常吃芥末，然后芥末对你的刺激就不像以前这么强烈。你经常吃蜂蜜，可能你也习以为常蜂蜜的味道。所以一切都是子啊允许的状态下，不去要求或者不去把你自己的状态或者他人的状态要push或者是要把它弄成什么样子。就比如说你在初恋的时候，你会很紧张对方，那么就允许这个紧张发生。一个少女在爱情中的各种表现都是美的。你没有期望一个少女像一个老人一样对待爱情。如果你

还是个少女你却变的像个老年人一样去对待爱情的话，它就是在没有允许，就是允许它每一个阶段，比如说像一株花在发芽期、开花期和结果期。所以看似对爱情好像没有任何观点，但是实际上是允许爱情在你生命中在不同状态的你会体现和展现出不同的样子。

问: 你非常受宠，你是怎么样做到的？

杨贵妃: 这么说，应该是我散发出去的香味让对方在一个非常舒服的状态。那么他散发出去的能量就是舒服的。所以看上去好像是对方非常的宠我，但是实际上我不过是在被我自己的香味在影响着我或者是在让我体验到。

问: 除了允许外，你是怎么样创造你的香味的？

杨贵妃: 比如说我是一朵花，那么我现在还没有到花期，我可能只有叶子的味道。然后到了某一个时期，比如说我的花还没有绽放，那我只是一个花苞的味道。所以在每一个期间、在不同的味道，你只是去展现who you are，就是你真实自然的一个状态。

问: 就是绽放，然后就得到你认同的人品尝到.....

杨贵妃: 应该是和一切和谐的相处，更多的是，如果把我看成是一株花，我和土壤之间和谐的相处。然后我和雨水、我和阳光、我和雨露，我和这一切的一个紧密的一个连接和相处。就比如说当我在品尝一个水果的时候，那我在和水果的状态在相处，那么我在品尝它。所以我和一切都是在一个自然的连接和相处的状态。

问: 女性怎么样才能有更多的资源来支持自己的成长? 怎么从历史里提取滋养让女性绽放?

杨贵妃: 资源并不是来自于外面，而是你本身在一个允许的能量当中产生的不断不断地资源。这么说吧，我是一棵树的话，我越是允许一切，就是我的生命不断不断地绽放，以它本来就是，那么当然我的花朵就会引来很多的蜜蜂还有蝴蝶。当然它就会让我不断不断地结很多果子。那么我的花的香味，还有我的果子的数量，那便是我产生的资源。所以资源它本身来源于我，而不是来源于外界去寻找。而是我在一切万有之间的连接度导致我的资源是否是一个丰盛的状态还是一个匮乏的状态，也就是说我这棵植物它到底是一个很茂盛健壮的状态，还是说是一个青黄不接的状态。所以那个资源是来自于我这个生命体的本身在一种允许和一切万有紧密连接的状态下结出来的果，而不是离开你生命本身去寻找。

问: 你有没有对不美这个事情的恐惧? 如果有的话，你是怎么面对这个恐惧的?

杨贵妃: 那刚才有说到一个允许，对不对? 所以说就算我产生了一个害怕我自己老去或者害怕我自己变丑，这个也是被允许的。就是如果它是在一种被允许，就比如说我产生一些害怕自己变丑，那我就允许我自己呈现出这一面。就像一个小朋友一样，我今天没有穿花裙子，因为没有穿花裙子而觉得自己不漂亮，嘟着小嘴。它就是一种美。

连接赫本:

问: 你是怎样定义美的?

赫本: 对我来说当你有一双发现美的眼睛, 那么你的眼睛里面装的都是美丽。那这个美丽就是你吃进去的东西, 它就像你吃进去了很多营养品在你的体内, 那你自然而然散发的就是美。所以美对我来说就是你有一双捕捉美、收集美的一双眼睛。不断地把这些美妙的东西和瞬间融入你的灵魂。

问: 是什么契机让你从芭蕾转行去演戏的?

赫本: 更多是一种我自己的路线, 我生命的一个路线。

问: 你最喜欢你塑造的哪一个角色?

赫本: 我最喜欢应该是怎样的一个状态。我最喜欢的是在表现喜悦、欢乐的一个状态。

问: 哪一个角色对你个人意义最深?

赫本: 应该在当下每个角色都在每个不同的当下对我产生了很深刻的影响。

问: 可以给我们讲讲你跟法国设计师纪梵希.....

赫本: 我们不过是一起来展现友谊、展现爱、展现关心。

问: 如何找到自己的时尚风格? 你对优雅的定义是什么?

赫本: 我对优雅的定义是在任何时候, 你都像孩子一样是天真无邪的一个状态。

问: 二战时期的经历对你人生产生一个怎么样的影响?

赫本: 没有一个特别的记忆或者是关于这些, 因为头脑已经不存在, 储存这些记忆的东西已经不存在。但是如果总的来说, 就是当你结束过后, 每一段体验对这个生命个体都有一个特别的影响, 就是没有选择, 只有这个那个, 它是每一段。

问: 你的家庭对你的事业产生怎么样的影响?

赫本: 没有影响, 只有我在不同的时期对我自己生命想要去表达的方式方法不一样。

问: 你如何看待名人的责任?

赫本: 名人的责任, 不应该说是你成为一个名人的责任, 而应该说作为一个名人, 你所有的一切都在被关注、都在产生一个巨大的影响。去明白这层关系。

问: 你的座右铭是什么? 你的人生价值观是什么?

赫本: 如果在你的眼中还没有看到美, 请多看几眼, 直到你找到美。

问: 你最喜欢那一本书?

赫本: 有我最喜欢的一些真理或者是一些智慧。那我最喜欢的真理或者是智慧就是像前面的那句话, 如果在你的眼睛里面还没有看到美, 那么多看几眼, 直到你发现那里的美。这样子生命的每一片刻你都在收获美。

问: 你如何看待教育的培养?

赫本: 并不是教育的培养, 而是说当我在表达爱的时候, 当我在做任何这一切的时候, 更多是一个它在和神连接的一个渠道。这不过是一个渠道, 我通过它去连接到神。

问: 你觉得你去世的时候比较早, 你会觉得这是一个遗憾吗?

赫本: 因为你提的问题是还处于在有头脑或者是有观念、有概念的状态下, 现在已经脱离了那样子的状态。那如果回答人生中有没有遗憾的话, 没有任何遗憾。因为当你产生遗憾的时候, 你便可以继续去体验。所以没有遗憾。

问: 你那一世的灵魂主题是什么?

赫本: 我那一世的灵魂主题就是尽可能的去收集非常多的美丽, 比如说你要去拍美照、美景, 你尽可能的去拍下很多美丽的照片, 拍下美的一瞬间。就像我是去拍美丽瞬间的照片的一个人。

问: 可以送给我们当代女性一句话?

赫本: 美不是你去变得有多美, 而是因为你吃下了很多美丽。就这么说, 你收获了很多美的瞬间, 然后它会..... 就像是你收集了很多花, 美是花, 你采了很多花朵, 然后你这里就像一个花园一样。就像前面信息说, 如果发现不了美, 请多看几眼, 直到你收到美。在你越来越多的收到美的话, 你整个人散发的就是一个美的能量场。如果你收了很多分裂、冲突或者是丑恶的话, 那么你散发的也是这样子的一个能量。

连接鲁米:

问: 你的诗歌灵感来自于哪里?

鲁米: 来自于当下和源头、一切万有的连接。

问: 有人说你是神秘主义, 神秘是什么意思?

鲁米: 神秘就是一些你自己未知的, 它不是你头脑里面有的东西, 而是一些未知的。就一些你没有发现的。

问: 诗歌在苏菲主义中起的什么作用?

鲁米: 它不过是我当下的一种释放。就好像我得到了这个, 然后我释放的一种方式而已。

问: 你的诗歌经常提到爱和神, 这两者在你的生命中有怎样的关系?

鲁米: 爱就是神, 神就是爱。

问: 什么使得你的思想如此的普及和合一?

鲁米: 因为触摸到了它内在的神性。

问: 你如何描述与神合一的体验的?

鲁米: 应该是回到你本来的一个状态, 你没有离开你本来的状态。

问: 你如何定义你的生命意义?

鲁米: 就是不去定义它, 而是赋予它。

问: 你最想告诉世人怎么样的智慧?

鲁米: 一切都在你的内在, 当你越来越多的和你的内在连接, 你便会发现无数个神秘的事件。

问: 如何在日常生活中实现无条件的爱?

鲁米: 不是在日常生活中实现一个无条件的爱, 而是说你在你的生命中去认识和看到你就是无条件的爱。

问: 你怎么看待宇宙是个生命体?

鲁米: 你可以问对我来说宇宙是个什么样子。宇宙是一个可以让我绽放的地方, 就好像我是烟火, 我在宇宙当中来绽放。所以宇宙是一个可以让我绽放、让我品尝、欣赏和呈现我自己的一个舞台。

问: 对于探索灵性的人, 你有什么建议让他们可以开始实践吗?

鲁米: 灵性没有在你必须要去学习某一种技术或者是方式方法或者是一些信息才是灵性。灵性不过是你体验生命的时候, 把你单独从表面, 就是从表面的皮回到最中心、最核心的地方, 它就是灵性。那如果你在尝到这个表面的皮, 再继续深入到中心的地方, 那就是灵性。比如说你看到你表面的一些情绪和行为, 那么你再深入的进入它, 背后就是导致这些行为和这个情绪的根源。那么你就在探索灵心。所以是从一个从表到里的过程。那么你就在探索灵性。

问: 你是怎样帮助大家面对内心的恐惧?

鲁米：并没有帮助的说法，应该是说我只是在用我自己对生命的理解，然后再去展现而已。那关于你说如何面对恐惧，如果让我选在来告诉你们一些信息或者分享一些视角的话，就是恐惧也有它的味道，你只是在品尝它，品尝过后用你自己的方式去表达它。

问：您希望我们后世的人从你的作品中领悟到什么？

鲁米：不过是给你提供了一个不一样的视角，让你可以通过这个视角去看到生命不同的，就是不同的视角。

问：我们怎么样可以过上与爱、智慧相连接的生活？

鲁米：就像我前面说的一样，当你从表皮到了核心，那么你就在从一个幻像机进入到最本质的东西当中去。所以说如果是说怎么样的话，就是请从表面直达核心，从万物再回到道的状态。

连接老子：

问：你当时怎么样创造道德经的？

老子：就像是你怎么样在说话一样，就用这样的方式。就像你在说话的一个方式。

问：为什么你会隐居？

老子：没有为什么，只有想要这样子去选择。

问：如何定义德字？

老子：德是你自己的意识形态的一个结果。那你的这个生命体、你的意识形态结出来的一些行为被人看着是德。所以如果你没还没有结出这些果子，你也没有办法逼你自己结出这些德。就好像你在逼一棵没有长大的果树去结果一样。

问：你如何平衡为和无为的关系？

老子：‘为’是你们对一些表达一些理解，把表达当成了是‘为’。所以那个所谓的‘为’是比如说一只蜜蜂不过是在成为它自己。那它在成为它自己，那你觉得它很繁忙，在做一些事情。所以是你们或者是外界对它行为的一个定义。然后‘无为’就好像是你是在允许一切的一个状态下，在一个允许的状态下。就好像是那个风在吹着草，它在动。它的那个动，可能你们会说它是为，但是它却是无为。它不过是在随风飘而已。

问：如何运用智慧对面生活的困难和挑战？

老子：应该是生活是一面镜子，可以让你照射到你智慧的一个程度。你通过生活的这面镜子不断地让它来促进你或者是服务你来看到你智慧和智慧之间的程度或者是一个状态或者是一个关系。

问: 现在社会如何平和权力和名声?

老子: 权力和名声不过是带出了一些对方对自我、对生命的认知程度。所以权力和名声更多是像一个渔网把你内在的一些..... 你的智慧程度、你对生命的理解程度把它带出来让你看到而已。那你自己是在哪一个状态、在哪一个level、在哪一个认知程度, 那么你会通过这个渔网, 就是权力和名声, 呈现出来给你让你看到、让你体验到, 也让其他人看到。

问: 如何看待现代人与自然的关系? 科技的发展是否违背了天人合一的原则?

老子: 因为你们有你们自己需要去体验的自由权力, 所以没有任何看待。你们并没有在做一件错事, 你们不过是有你们自己成长和认识生命的方式方法, 还有一个过程。所以没有任何评判的声音, 没有任何对和错。只有在一种允许你们用你们自己探索生命、理解生命、表达生命的一个权力, 这是你们的权力。就好像你是造物主或者你是皇帝。那你在问下面的平民你怎么样看待皇帝的一些行为。那皇帝拥有至高的权力去做任何他想要做的事情。所以作为平民来说不会发表任何意见, 因为他享有这个特权。

问: 你是否希望未来的人吸取一些什么启示?

老子: 我希望所有人可以用他们自己理解的角度, 一个全新的角度去诠释你和生命的关系, 而不是只是依照或者对标于任何曾经那些人的表达。因为你们是在我们的肩膀上, 你们在我们的上面。就好像这个楼已经建的很高, 你在上面。所以用你们自己的方式去表达、去创造。所有的一切只是给你提供一个视角。但是你是一个独一无二的表达者。你要知道你拥有的智慧超过老子、超过所有。当你没有办法看到的时候, 你就在限制它, 你也阻碍了这个体验和经历。

问: 什么叫幸福?

老子: 幸福是一种你能够从你所经验的一切当中能否品尝到生命的愉悦或者是生命的礼物的能力。因为当你拥有越高的从生命中去品尝到它的礼物的能力的话, 那么你的幸福度就会提高。如果你品尝不到的话, 你的幸福值就会减低。所以你能否从你生命当中的每一个片刻去品尝到它背后要送给你的礼物, 就决定了你幸福的程度。

问: 你怎么看待祈祷?

老子: 祈祷更多对你们来说好像是去希望拥有一件没有的东西。那这本身就是一个错误的出发点。而是说你已经蒙蔽了一双看到你已经拥有的眼睛, 就是你已经把你的眼睛蒙上了。所以想让我重新再给你们定义祈祷的话, 就是你们不需要祈祷。然后你们只需要看到。那如何才能看到呢? 那就需要你有一双睁开的眼睛, 而不是一双闭上的眼睛。

问: 什么叫极端?

老子: 也就是说当你把你的视角逼到某一个角落, 只能从那个角落里看到的视线就是极端。那当你不再把自己逼到某一个角落, 而是以全方位的视角去看某一个事物的时候, 那就是开放。那么你就是进入到开放。极端是你把自己push到一个特定的角度去看待事情。那如果你

没有push自己在一个特别的角度、很固定的一个角度、你特有的一个角度去看事情，那么就是开放，开放的视角。但是即使你到了极端的状态，你同样可以收到那里的礼物，并拿到那里的礼物。然后再回到一个开放的视角，因为你并没有被困在任何地方。

问: 怎样才可以更加信任?

老子: 你们并不需要信任，因为如果是信任的话，这是一种强加给你们的，就好像这个事情不值得信任，你只是需要去信任它。它是来自于无知，盲目的一个跟随。那你们并不需要去信任任何，你们只需要逐渐的去认识生命的真相和本身。就好像你不需要去信任明天天会亮，你只是知道明天天会亮。那你还需要去信任它吗?

问: 可以讲讲遗憾吗?

老子: 产生遗憾来自于你的局限。所以你有局限，才会有遗憾。如果你没有局限的话，便不会产生遗憾。就是你没有走到特别极端的位置，你是一个全方位的位置。

问: 什么叫扎根?

老子: 扎根应该说是和当下连接的能力，就是你能否在当下和当下深入的产生一种连接。

问: 什么是表达?

老子: 表达是一种允许，你允许这股能量在通过你的身体，它以各个形式和方式方法去表达自己。所以表达不是说只是在用语言在表达。如果当你在一种完完全全的允许，你就好像是一个稻草人或者你是一个工具，就是你的这个能量在你的体内，就比如说你可能会流泪，那么你的泪水就在表达。你可能想要去拥抱，那么你的拥抱就在表达。那它可能是任何形式。所以你只是允许你的这个个体在以任何形式去展现这个能量通过你而呈现出来的样子，那么你就在表达。然后，对方就会更加立体的去体验到这个能量给它带来的感觉。就好像你在跟你相爱的人发生性关系，然后你在用语言也好、肢体语言也好、拥抱、任何，就是各种，你在立体的去表达你的合一的愿力和爱的表达。为什么你们在发生关系的时候会让你有一个特别强烈的体验感? 因为你在调动着你每一个身体的器官在表达你自己。你有语言、你有亲吻、你有手抚摸、各种，它在表达你的能量。所以当你们在发生关系的时候，你们会有强烈的体验感，它会给你制造一个难忘的..... 所以当你在和对方表达自己的时候，你可以去运用你的各种表达方式去表达你自己，让对方对你的能量有一个立体的感觉。就像是有一个身临其金的感觉。那么他就跟这个能量产生了连接，他被这个能量影响了。

问: 什么叫慈善?

老子: 慈善是你们表达你们自己那种无私奉献的一个途径，对不对?

问: 可以定义一下不开心、不好吗?

老子: 不开心和不好的事情，是吗? 所谓看到外面不开心和不好的事情，它不过是你这个体验者它在对外界的一个相的表达而已。比如说它看到外面一些悲惨的事件，然后它就体验到一个不好的..... 就好像它在对外面品尝到的一些相产生的一些反应而已。你不过是在品尝到

它。你品尝到它过后，它就成为了你工具箱的一部分了。那么你就可以去用这个工具进行创造了。比如说你体验到一些不好的相，那么你可以用一种方式来把它演绎出来。就是你通过这些相，你以后不会创造同样的相给其他人体验。你要创造一个相反的相。就变成你把把这个相吃进去过后，你用你的方式把它体现出来，展现出来。

问: 贪的定义是什么?

老子: 贪是当某一个人他和灵魂的连接深浅的一个度。那当他和灵魂连接的度很浅的话，那他自然就会对他这个肉体的需求就会很高。那当他和灵魂的连接度很深的话，那他对肉体的欲望和满足度就会减低了。就像是一个比例的问题。那么从这个贪的层面上，你就能看到这个个体和灵魂的连接度是高和低的问题。

问: 新灵魂和老灵魂的区别是什么?

老子: 一个灵魂还在一个需要拿很多体验的状态当中，那么它是一个新灵魂。那老灵魂就是说它有足够多的物质体验。那么它更多是一个成熟的灵魂去展现它的灵魂或者是成为一个导师的身份去展现。就是是这个灵魂是否需要更多的物质体验。

问: 所以新灵魂就是会不停的转世.....

老子: 它会先去品尝各种生命的状态。那老灵魂已经从各种的状态当中把这些体验转化成了自己的智慧。

问: 什么叫贡献?

老子: 就像是一棵苹果树它在成为它自己，在不断的与一切万有扎根，允许自己的生命以它的方式存在。那么它的水果就会贡献给大自然。像一朵花，它的美丽和香味就会贡献给大自然。所以这个生命只需要去成为它自己。就像一只蜜蜂它在自己正常的生命状态，它就会把自己贡献出去。所以你们人类的贡献就是说你只需要允许你自己成为你自己，那么你就在以你自己的方式在贡献给这个整体。

问: 什么叫世界?

老子: 应该是说你们不同意识形态的人或者在不同的阶段，你们对世界会有不同的认识和了解和不是一样的关系。所以通过你对世界的了解，你可以看到自己的成长、转变和变化。因为最开始你会觉得世界是在外面，然后你跟世界是分开的。然后逐渐的你会体会到世界就在你之内。所以它会通过你的个体的不同的意识形态而对世界产生不同的理解和感知。

问: 什么叫自由?

老子: 自由是你的这个灵魂能否在不受任何限制的状态下去表达、去创造。那如果你头脑里面，小我是你表达的工具，如果这个小我它有很多条条框框的话，它就会限制你这个灵魂去表达、去呈现。

问: 外遇也是自由的表达吗?

老子: 这么说, 婚姻是你们的意识形态投射出来的一个产物、一个东西, 是你们自己投射出来的。你们产生了婚姻的这个束缚、这个限制在给你们体验, 因为你们对关系的..... 我们这个关系需要一个保障, 我们需要有一个paper work, 就是有一个东西把它捆绑在一起, 就觉得这样好像更加有保障。所以是你们人类发展到这个期间, 你们对关系的认知。因为如果婚姻都不成立的话, 何来外遇呢? 所以这是你们去创造了这个问题, 然后再进入这个问题, 再产生的这个问题。如果你们不产生这个问题呢? 它就没有后面的问题。那如果说是外遇的话, 这么说, 那你外的话, 你已经投射了一个里和外, 就是这个是里, 那个是外。你已经创造了一个分别和分立。那么外遇就是你自己去体验到你投射出去的这个分别、你投射出去的这个分离。

问: 如果这样子说的话, 只要他喜欢, 任何事情都是被允许的?

老子: 因为你们对婚姻的一个表达已经投射出你们人类对生命的一个认知。那如果你们人类的认知是在这样一个阶段, 那么后面所有的表达都是建立在这样一个基础上的。就比如说你们对生命的认知就只有一二三四五六七八九十, 这十个数字。那你后面的所有表达都建立在这十个数字上。如果你们对生命的认知是无限呢? 那你们就不会体验到只有一二三四五六七八九十了。所以通过婚姻也好、外遇也好、两性关系也好, 它投射出来的是你们自己对生命的一个理解程度。因为你们把自己限制和锁定在一个physical body, 就是一个物质角色和物质肉体上面。然后通过去体验这个限制, 因为你们从中会体验到限制, 然后去推动你们走向无限。把它当成一个推力, 推动你去探索生命走向无限, 就是走向没有限制。

问: 什么叫自卑?

老子: 自卑是对自己的一种否定是吗? 就觉得自己不够好是吗? 你们人的定义就是觉得自己不够好, 对不对? 如果说是自卑的话, 我觉得它是对生命的一种否定。那这种否定又来自于它进入了一个限制, 也就是说还是它对生命的一个理解程度。因为它对生命的理解程度建立在它的这个肉体上面。所以扩展这个个体对生命的认知程度的话, 那么它自然就会从更高、更广的角度去看待生命, 而不是一个更加狭隘和单一的状态下去看待生命。自卑产生的根源是因为你对生命有限的认知, 因为你的生命, 你只把它当成是这个肉体。这个肉体它有多少价值? 它是个什么生命状态? 你是在从这个相当中去产生的一些评判。那如果你扩展你对生命的认知, 你知道每个生命都是无限。它体验限制也是因为它目前需要体验和拿到的功课而已, 仅此而已。只是这一个阶段, 但是它的生命有很多不同的阶段。只是目前这个个体目前对生命有限的一个认知, 投射出来的一个自卑的果。但是随着这个个体它对生命的一个扩展, 它自然而然就不会产生这个果了。

问: 什么叫自我ego?

老子: 自我就是你自己对你这个物质身份这个体验者的认知程度产生的一个ego。你对它的认知程度, 比如说越多越高的话, 你就能明白它在你的生命当中扮演的角色。那如果你对它的认知程度有限的话, 你会把它当成是你。

问: 什么叫大脑?

老子：大脑就好像是一台摄影机。那那台摄影机其实只负责去捕捉每一个画面。这是它的一个功能。那如果捕捉了画面，它在那叽叽喳喳，对每一个画面进行一个评判、定义的话，它不具备这个功能。因为它的所有的评判和定义都建立在它曾经捕捉到的画面的经验上面。但是这些捕捉的这些画面，到底那个导演要如何使用它，它不知情的。因为导演想要去剪一部大片。那它需要一些比较悲惨的画面来映射出来一些比较有爱的画面，或者需要一些黑暗的画面来映射出光、展现出光。就是它需要一个鲜明的对比，情感的一个..... 就是导演怎么运用这个，大脑是不知道的，就摄影机它是不知道的，因为它不是剪片人。

问：我们的人生经历就是和大片一样，但是我们怎么创造就是靠我们人来？

老子：那个导演可以去利用你大脑捕捉的任何画面，然后通过它的创造力创造一副正面的展现爱和合一的电影。你们就是那个创造者。

问：什么叫瘾？

老子：那是你需要某一种外界的刺激来让你体验到你还活着的一种方式和方法。但是通过这个你也可以去看到你是活着的这个体验感，它来自于你的每一个感官它的功能、它和一切万有连接的程度。当你和一切万有连接的程度..... 每个感官都是紧密连接的话，那你能非常鲜活的体验到你是存在的。

问：不是很理解体验到一切万有的存在？

老子：你需要通过外界的一些刺激来体验到比如说你心中的愉悦或者是疼痛，哪怕是那种悲惨、悲伤。那你体验到这个过后，你才能去notice到I am here。那如果你从比如说一株花当中，你能从跟花的连接，你体验到你存在。那么你便不需要通过外界其它上瘾的东西来体验到你是活着的。因为花、鸟、虫、不同的人、任何这一切，哪怕就是从无当中你也能体验到。就不需要单独的从某一方面通过它不断地刺激来让你感受到你是存在的一个状态，你是活着的一个状态。一个是外在的感官，比如说身体的一些刺激。一个是内在的。当你去打开内在的，你便不需要如此多的外在的刺激。

问：什么叫轻松？

老子：轻松是你自己对生命的一种，比如说这个东西在你肩膀上到底是有重量还是没重量，你展现出来的样子。你挑着一桶水，它在你肩膀上到底是很沉重，你表现出沉重的样子？还是你表现出这一桶水在你身上没重量，就是轻松赶路的样子？所以就是生命的重量在你肩膀上，那你到底是沉重的还是轻松的，你脸上都会有表情的呀。你会有体验感的呀。

问：轻松是个重量？

老子：轻松是你自己对生命发生在你身上的一个体验感，你的体验感到底是重的还是轻的。

问：那同样的重量，不同的人有不同的体验，这个是怎样的？

老子：来自于你能量级别的大小。你能量特别强大的话，那些重量在你这就变得没了。比如说力气特别大，你拿个几公斤在你身上一点事都没有。那如果你是一个小朋友，几公斤你动不了。所以是你自己能量级别的大小。

问：什么叫教育？

老子：你们理解的教育是你们在如何教导比你们更加，就是你们的晚辈、你们的下一代，然后去引导这个生命。那如果从我们的角度，我想要告诉你教育是什么。教育更多的是你给了这棵树或者是这株花、这颗种子，你给了它足够多的space让它完完全全能够让它以它自己的意识，就是它的一个状态去成长。比如说像是大树跟土壤，那个土壤承载的足够大，可以让大树蔓延到不管多深多广都没有受到阻碍。所以说在你的意识内，在你的状态当中，这个生命能够有多少空间去展现它自己，去跟这个扎根的话，那就是教育。就是你这边有多少space给它让去生长，就是教育。

问：内疚是怎么样一回事？

老子：因为这个女孩子身上没有强烈的内疚感，所以当我们在捕捉内疚的话……内疚来自于你的一个限制，什么限制呢？你觉得你没有办法再重新去表达。那如果你知道其实你每一个片刻都可以根据你自己内在的一个意愿度或者你对事物的认知的程度再重新去表达的话，就是每一次你都有一个重新去表达自己的机会。那这里便不存在有内疚。只有你觉得我的那件事情就那样子，我产生了很强烈的内疚感，就好像已经觉得我好像已经没办法再表达了，明白吗？那你可以通过觉得你这个事情做的不妥，你可以通过你非常真诚的道歉、各种，来表达你自己当下对一个事物的认知。比如说我曾经对这个事物的认知比较片面，所以我的一些行为导致我产生内疚。那么当下在你产生的那一刻，你已经认识到了，从一个更高的角度认识到了。那么你那会儿就可以重新表达，你可以通过任何方式再重新表达。所以它没有好内疚的，只不过给你多提供了一次你去表达爱和无限的机会。

问：什么叫缘分？

老子：缘分是你们自己对一些，就是本来就是的一个状态的理解而已。本来就是，就像是这颗种子本来就是播在这的。那你就说这颗种子跟土壤的相遇是一个缘分，那么它们本来就是这样子一个存在的关系。在你眼里只是把它定义成缘分而已。

问：就是无为吗？

老子：不是无为，比如说你们头脑里面会对某一些现象定义。比如说这两个人相遇，你觉得他俩好有缘分，对吧？但是他们本身就是为彼此而来的。那么他们本来就是啊，只是你的头脑把他们定义成缘分而已。因为你们头脑不知情。

问：怎么看待对死亡的恐惧？

老子：首先对死亡的认知它是投射出你们自己对生命的一个认知程度。但是也会随着你这个生命体不断地变化而产生变化。那如果是让我们来告诉你死亡的话，我们想让你们一定要不

断不断地让死亡发生在你的生命当中，就是不断地终结所有的一切。然后在一个完全新的状态下去表达生命。

问: 所以就是不断地面对这个恐惧?

老子: 应该是说让你爱上死亡，让死亡发生。因为如果你在延续你自己旧有的一个模式，行为模式、认知模式，你在延续这个的话，它其实就像是一种死亡一样。如果你是终止这个，用当下的能量去完完全全表达，就是让死亡发生。就这么说吧，死亡就像是一张你画满了图的白板，然后你用橡皮擦全部擦掉，然后再去创造。

问: 在这个过程中可能会造成痛苦，去面对这个痛苦就可以了吗?

老子: 如果你能够欣赏到你在从一个新的作品上面去创造的，体验到你创造的那种乐趣、那种连接感，然后发现你的创作灵感源源不断..... 因为你没有品尝到它的那种新生或者是重新创造带来的那种愉悦感，所以你会对死亡产生恐惧。那如果你品尝到每一次新生给你带来的完全是那种fresh的那种生命力和活力，没有重量的那种感觉呢？你会讨厌没有死亡的发生的。所以这个是建立在你自己的经验上面。因为你没有经验过嘛，你没有品尝到它。那如果你经常品尝到它的美味。那自然而然你便不会产生这样的感觉。因为你们所有的感觉都建立在你们曾经的体验上面。所以去创造不一样的体验感。

问: 中国有一句古话叫夫以铜为镜，可以正衣冠；以古为镜，可以知兴替。高灵也一直说人生是一场体验，要活在当下。您对经验和教训，包括失败是成功之母，就是世间的一些信条，您是怎么看的？

老子: 这么说吧，经验和教训它是在服务于你们人类发展的某一个阶段，比如说经验和教训在最开始你们需要去摸索这个物质世界的生存规律。那如果你们已经达到了，就是我已经解决了我的生存问题，那我现在是发展我的心智层面。那么经验和教训，就比如说我现在在学习走路，学习如何在这个世界上生存，那么是生存问题，对吧？那你生存问题解决过后呢？它是什么？它就发展你自己的心智的一些问题了。那就是说，当你move on到另外一个，就是你已经没有前面这个课题过后，那你是不是也会有新的需求了？所以说你要允许经验和教训来服务于我们生命的某一个阶段。那当我们的生命到了某一个阶段过后，就这么说，你用船过河，那你过到河对岸了。接下来是山坡路，那山坡路你还背着船，你说这条船一直伴随我的一生，你是不是还要再继续再扛着这条船上坡？明白吗？它是你需要的时候，它在那里。那你不需要的时候，你便需要放下它，明白吗？而不是说拿着一句古训或者是这个对我们有效果，所以我们就要一直背着它。

问: 以铜为镜，可以正衣冠是讲我们是来照见自己的，是吗？

老子: 你们可以通过你在外界体验的、经验的所有的相回到你自己。回到你自己就是这些相给你带来出来的那些..... 就比如说这些相像是一个渔网，它把你内在的信念系统触碰到了。所以通过外界的这些相来照见你自己在运用一个什么运作系统。因为外界所有的相都在刺激你这个生命体去发生转变的。这是相真正的作用，而且这个相会随着你的转变而投射出不一样的相。

问: 神的法则是什么?

老子: 在我的理解和认知当中, 神的法则是允许。

问: 可不可以讲一下宇宙法则?

老子: 如果说神的法则是允许, 就是神在允许每一个生命体有一个它们去表达自己的一个机会。它们用它们的方式去表达, 完完全全自由。所以神的法则是允许。那如果是宇宙, 宇宙就是你们自己在这个空间里面体验到的, 如果是说它的法则的话, 就是说你体验到的一切是你自己。所以如果你发现这个世界变了是因为你变了。

问: 所以宇宙就是我们自己?

老子: 宇宙是创建了宇宙的这个空间来让你可以经验到你自己。如果没有这个空间的话, 你没有办法去认识你自己和体验你自己。

问: 合一的法则?

老子: 合一的法则并不是来让你去保持在一个合一的状态, 而是让你去知道你本身就是一。那在你离开一去产生这些体验, 不过是你去品尝这些味道而已, 就是品尝生命的味道, 你在品尝它。这么说吧, 你就是合一的本身, 对吧? 那你体验到的这些东西: 我怎么体验不到合一呀? 我怎么体验到的是分裂啊? 黑暗啊? 所有这些东西不过是你合一的这个人吃到的一道菜而已。

问: 我们体验到的黑暗也是我们.....

老子: 那是你的舌头去品尝到的一个苦瓜, 吃苦瓜好苦而已。但是你是谁? 你还是合一, 对不对? 只不过是你的舌头在品尝苦。

问: 集体意识是什么?

老子: 集体意识是这一群人共同相信和共同创造的一些东西。

问: 讲一下吸引力和显化法则?

老子: 首先你要认识到这个宇宙跟你的关系是什么? 像我们刚刚说宇宙的法则是什么? 一切都是你, 对不对? 那你就能知道你创造的这一切都是你的一个频率进入到一个世界体验到的而已。那么你对你自己频率的一个影响, 那么你就会体验到不一样的一个状态。所以就好像你是在坐电梯。你坐到那一层楼, 一到三十层楼, 每一层都有不一样的平行世界的你。那你坐到哪一层就是所谓的显化法则了。因为你可以坐到三十层去体验到那个状态, 也可以坐到二十层去体验到那个状态。显化其实就是你进入到不同的楼层去体验到那个版本的一个.....

问: 怎么看待原生家庭?

老子: 没有所谓的看不看待的。不过是你自己在选择剧本的时候, 这个家庭在某一个层面和程度上对你有一定程度的支持和你运用.....

问: 什么叫思维?

老子: 你们怎么理解思维呢?

问: 想法

老子: 那你头脑里面的那些想法不过是你的认知程度和你的信念系统产生的一些相和果而已。就是比如说你会觉得赚钱必须有一个稳定的工作, 这是你的一个观念。那你这个观念就会进入到一个你有很多想法, 我要么找这个工作, 要么找那个工作。那你这些想法是来自于什么? 来自于你的一个限制, 就是赚钱只有工作这条路。所以你就看到是什么导致你停留在那个限制里面。

问: 担心也是一种限制吗?

老子: 担心是应该是说你自己对生命的认知程度会产生的一些相。就比如说你觉得生命的所有事情都是依赖和依靠你的头脑去安排、去筹备、去make sure of everything的一个状态下而产生的一个果而已。那如果你对生命的认知程度更高的话, 你知道实际上生命每一个, 就好像是一颗种子一样, 每一个步骤, 什么时候开花结果都是被安排好的, 那么你便不会再产生担心的这个相。所以来自于你对生命的认知到底是一个, 就好像你能知道这棵树是由树根、树干、树枝、树叶, 这些部分组成。还是说你看到这棵树只是一些树枝组成的? 你不知道它下面有根。

问: 什么叫勇敢?

老子: 勇敢是你们对人们的一些行为或者一些状态的描述而已。那每个人都会在他某一些方面或者某一些时间或者是某一些situation表现出来的一种..... 那我可能上台很不勇敢, 我很害怕。但是我看到别人落水了, 我却成为一个无比勇敢的一个人, 完全没有考虑到任何, 去解救别人。那你能说这个上台害怕的人不勇敢吗? 勇敢是你们自己在不同的situation给它们的相的一个定义而已。

问: 除了体验以外, 我们的灵魂目的是什么?

老子: 是成为爱。

问: 有人说是创造。

老子: 当然创造是你的一部分, 就是你会根据你自己, 不断地在创造..... 但是无论是展现还是创造也好, 它最终的一个目的还是成为爱。

问: 什么是爱情?

老子: 你觉得对你来说什么是爱情呢? 它是你自己对爱情的一个定义。那你的爱情它是只发生在特定的一个人? 还是某一类人? 还是某一类能刺激到你的各种感官, 给你产生一种幻像, 让你沉醉在其中的一个能量场? 到底是哪一种呢? 就是这个要看你自己。可能对某一些人来说, 你只要能给我创造一种心跳的感觉, 我觉得就是爱情。你只要给我创造一个我对你念念不忘的, 我觉得就是爱情。还是说你已经脱离了各种心跳的感觉, 你是某一个对象, 无论外界怎么变, 它都不变, 那个是爱情。所以看你自己对爱情的定义到底是什么。

问: 什么叫公正?

老子: 应该说是从你们在这个物质世界体验的话, 就是所有你们所谓的公正, 你们都是站在一个并不知情的角度去评判一个事件。你可能会看到一个特别不公正的事件, 然后你说这个事件太不公正了。就是所有人都说这个不公平、不公正。但是一个灵魂它就是想要展现一个无条件的原谅、无条件的爱、无条件的允许, 它想要展现背后的这股能量。比如说你们头脑会说一个公正, 比如说一个人经历了一些非常不公正的事件, 就这么说吧, 耶稣被捆绑在十字架上, 对吧? 这个事件对你们来说是不公正的, 对不对? 但是在它的背后, 它想要来展现给你们的就是它是可以去允许和原谅任何对它迫害的人和事件发生在它身上。它可以做到完完全全的去原谅。它在展现什么? 展现无条件的爱。但是在你们眼里却是一个不公正的事件, 明白吗? 所以如果你没有办法从一个灵魂它到底想要给这个世界展现什么, 你们如果离开这样子的一个角度去看待的话, 那么你们便会进入到这个相当中。因为公正与否是个相。

问: 那也是集体意识?

老子: 你们对生命认知的程度, 因为你们会局限于它这个相是什么样子, 然后给与自己的评判。就觉得这是一个不公正的相。但是背后它的灵魂, 就是共同创造这个相的灵魂, 它想要给你们展现的是什么? 你们是不知情的。

问: 如何爱自己?

老子: 当你处于一种爱的状态、爱的频率, 你就在爱自己。你就是在里面, 你散发的也是爱。

连接玛丽莲梦露:

问: 你害怕被抛弃吗? 怎么定义抛弃?

梦露: 我会表现出我害怕被抛弃的相, 明白吗? 有可能你会看到我表现出我害怕被抛弃, 你不要抛弃我的这个相, 但是那个背后的原因不是害怕。背后的原因是我喜欢用我的能量去影响他人, 让我永远成为一个影响他人的..... 就是我们这个空间是什么味道、什么颜色便是我来创造。我决定它是什么味道, 它是什么颜色背景。

问: 足够优秀的话就不用担心被抛弃了?

梦露：并不是担心被抛弃，而是我喜欢变换场景去体验。比如说抛弃是一场戏，我喜欢体验被抛弃的这场戏，就是我表现出我害怕被抛弃的这场戏。那我也喜欢体验各种不一样的戏，所以我喜欢这个空间在变换着不同的场景、不同的能量状态、不同的频率去体验。

问：所以不断地被抛弃，体验不断地被抛弃？

梦露：应该是说我自己想要不断地变换体验，各种体验。所以在你们眼里看着好像是被抛弃。

问：你有被遗弃过吗？

梦露：这么说吧，在你们看来是被遗弃的这些相，但是对于我来说我从来没有被遗弃过。为什么呢？因为我始终都是主角，我都是在角色里面，我都是去体验、去导演。你说导演和主角如何被遗弃呢？

问：所以不会被遗弃是因为你是主角，你允许发生？

梦露：自始至终你是导演，你是主角，你如何被遗弃？那你可能会去创造一些被遗弃的场面，那只是你给自己体验的其中一场戏而已。

问：你是怎样成为一个世界级明星的？

梦露：无论任何时候，任何状态，我自始至终都是那个闪闪发光的主角。所以所有的舞台都是为我而搭建，所有的目光都是投射于我，所有的一切都是为我而来。所以我每时每刻，无论是台上还是台下都是在展现和演绎我这个主角的身份。

问：我看到你经历一些痛苦，给我讲讲痛苦。

梦露：痛苦不过是我想淋漓尽致的体验每一种情感，它可以让我在表达我自己的时候，可以更加淋漓尽致地去表达。我会刻意的把我自己置入到一种痛苦的场景当中，尽情的去品尝它。比如说我会去给自己一杯烈酒，让我体验到喝完烈酒不省人事是什么感觉。那么下一次我便能把这个场景在需要的时候再一次的创作出来。就是任何体验我都想加深它，而不是表面的品尝，不是舌头舔一下，而是真正的咀嚼、品。

问：你是如何克服绝望的？

梦露：不是去克服它，而是我尽情的去体验那种绝望感。是的，对我来说它也是我尽情的去品尝它、咀嚼它，然后可以去演绎它的一种。

问：但是我们怎么样可以去跨越这个障碍呢？

梦露：因为你没有把你的人生当成一场戏。

问：就把人生当戏？

梦露: 人生本来就是一场戏。

问: 那我每次悲伤之后, 我真的好难过。可以怎么看待这种悲伤?

梦露: 你现在呢?

问: 现在没有

梦露: 那就是了。就是允许。它并不会影响任何。

问: 什么叫境界?

梦露: 境界就是能否在每一个时刻你是在影响着一切的那个人。所以你的最高境界就是你不进入到任何人创造的能量场, 而是你在创造着、变换着不一样的舞台, 你是那个导演, 你是幕后的, 就是创作舞台的那个人, 就是自始至终都是你。

问: 那你说境界是创造舞台的那个人?

梦露: 境界是你不会进入到其他任何人创造的舞台上去。你不加入他们的作品, 而是自始至终是你在创造着你想要如何体验你的世界。那就是一种境界。比如说境界高的人是什么人呢? 境界高的人, 他是不受外界影响的, 对不对? 境界高就是不会被外界影响。

问: (听不清) 怎么克服困难?

梦露: 没有所谓的一个困难。困难不过是当你在人生的某一个阶段, 你在品尝这个人生时的一种..... 就比如说你小时候吃辣椒, 辣的你流眼泪。那你会觉得好辣, 你看我都苦了, 我好困难。就是你不再被这个刺激的味道刺激出你的眼泪而已。它不过是你品尝到的一个味道而已。

问: 给我讲讲危险?

梦露: 首先我并没有觉得人生是危险的。那现在在回答问题, 更加不是一个危险的状态。那么如何去面对你在觉得人生危险的一个状态下, 就是不断地和你内在的源头和神去产生连接。这种连接会加强你自己和生命的一种连接感。如果你觉得你的生命好像是飘着的, 你会觉得处处都会有一种危险的感觉。如果你的生命是扎根的, 就是它像一棵树扎根的, 那你便不会觉得你是在一种飘的感觉。所以说建立与内在、与神的一种连接感会让你减少对危险的一种, 就是产生危险。

问: 怎么看待难题?

梦露: 在我的世界里面没有难题。

问: 卡点?

梦露: 那在我的世界里面也没有卡点。

问: 什么叫障碍?

梦露: 障碍是一种就好像你没有办法完成或者呈现某一个事情是一个障碍, 但是在我的世界里, 我完完全全是那个导演和主演。所以它也不存在障碍。那体验的所谓的障碍, 它也只不过是一场戏而已, 所以没有障碍。

问: 怎么看待人生的无常?

梦露: 刚才我说喜欢成为那个导演、那个主角, 对不对? 所以你们眼里看似的无常, 恰恰是你想要变换着不同的场景去品尝生命。

问: 就是生命场景?

梦露: 就是比如说我体验到很惊喜很欢乐的场面, 但是我接下来也想体验到很悲伤很无助的一个场面。

问: 你在追求快乐的时候, 你就认同了你现在是不快乐的.....

梦露: 首先快乐是一种味道, 并不是每一个灵魂都想品尝这一个味道。至少对于我来说快乐并不是我一直想要去品尝它的一个状态。我更多的是想要去, 就比如说快乐占百分之二十, 那其它各种极端或者是抓狂或者是歇斯底里、疯狂, 就是这种失去控制的状态反而是我更加愿意去体验的。为什么呢? 因为在这样子的一个状态下, 就好像我的能量可以涉及到我的每一个神经, 就是这个内在的能量。我是一个气球形象的一个人, 那快乐这个能量就可能是在我的身体中间, 对不对? 那一种歇斯底里和抓狂的能量, 它可以穿便我的每一根神经。它可以让这个气球有一种爆炸爆裂的感觉, 那我就是喜欢体验一种强烈的刺激感。所以不是单独的只是刺激到我快乐的那根神经, 而是我身体的每一根神经都被调动起来。那就是歇斯底里和抓狂的那种体验是我喜欢和想要的体验。

问: 一直讲要跟随我们的兴奋, 讲讲兴奋?

梦露: 刚才说如果对于你们来说你们能会追求快乐或者是想要快乐或者是兴奋, 那对于我来说当我在一个抓狂和歇斯底里的状态下, 我是兴奋的, 因为我感受到我的血液膨胀着充斥着每一个细胞的那种感觉。所以在你们看着好像是抓狂或者是歇斯底里或者是痛苦的一个状态, 但是在我的心里面, 我是兴奋的, 明白吗?

问: 所以我们要跟随自己的抓狂?

梦露: 你有你自己想要体验的东西, 我有我自己想要体验的东西。

问: 不是说要找到人生目标要通过兴奋去找吗? 那通过抓狂.....

梦露: 你们找到人生的目标是在于你更加乐意去品尝什么样的一个状态。就好像一桌子菜, 我可能更加喜欢特别刺激的或者麻辣味道的, 那你更加喜欢清淡的。所以你有你的喜好, 我有我的喜好。你需要去探索你自己。

问:我经常不喜欢这个也不喜欢那个。什么叫不喜欢?

梦露:你不喜欢就不喜欢,你不需要去改变你自己必须要去喜欢任何东西。所以这里没有任何问题。

问:但是有时候不喜欢会创造很多矛盾?

梦露:那是因为你自己在创造一个别人是主角或者是别人的戏份比较重的场景在给你体验,那就是你体验到的。因为在你的世界里面,你给别人的戏份很重嘛。他是主角,你是配角。那在我的世界里面,我才是主角。就是你自己去赋予每一个角色的戏份。

问:讲讲空虚。

梦露:当我在感受不到比如说歇斯底里、抓狂的那种状态,就是我的每一根神经得不到调动和刺激的时候,对我来说就是空虚的一个状态。

问:那怎么办呢?

梦露:那我会创造一些戏份来让我进入到一种抓狂的状态。

问:什么叫格局?

梦露:不懂什么叫格局?

问:扩展自己的频率就是格局。

梦露:这不是我自己探索的那一部分。因为我不是想要做一个有格局的人或者快乐的人。我只是想要我的每一根神经或者每一个细胞得到膨胀、亢奋和完完全全爆照的一个感觉,就是抓狂和歇斯底里的一个感觉。

问:你是怎么征服男人的?

梦露:就是用我的能量,然后当你在释放一种歇斯底里的能量的时候,没有任何能量可以去抵触或者抵抗或者可以去影响,明白吗?因为你已经是爆炸,所以你永远都是那个去影响着周围一切的那个能量场。

问:就是你是那个用能量影响周围吗?

梦露:是的,不同的能量影响着周围所有的人,并不只是男人。

问:你的武器是什么?

梦露:我的武器是在每一个舞台上,每一个剧情,就是每一场戏,我都是在调动着我所有的情绪感官,就是所有这些在展现我的戏份,就是十分的投入。以至于他们根本不知道我是谁,以至于他们会把那样子的一个状态当成是我。

问: 讲讲受伤

梦露: 我很喜欢进入和创造一个受伤的能量场, 因为这样会激发对方对你的一种爱。当你在一种好像受伤的状态, 对方想要源源不断地来爱护你、呵护你的时候, 就在激发对方的爱。

问: 受骗? 感觉受骗, 男人骗你?

梦露: 那从一开始我就在骗男人。

问: 你怎么骗的呢?

梦露: 骗他们入我的局。

问: 你怎么让他们入你的局的?

梦露: 他们会自然而然进我的局, 他们不知道自己被骗。

问: 那男人怎么进你的局?

梦露: 就是一切都受我的调动, 包括他们产生对我的厌恶, 也是因为我想要他们产生厌恶。所以他对我产生的热恋也好、爱也好、厌恶也好, 都是我想要剧情的一个发展。

问: 但你自己被骗, 你是什么感受呢?

梦露: 只是他们以为我在被骗, 但是自始至终我是导演。

问: 所以你没有被骗, 没有受伤?

梦露: 如果对方感受到我的受伤, 那也是因为我给对方创造这样的能量。

问: 什么叫连接?

梦露: 连接对于我来说就是让这个能量进入到我的每一个细胞, 对于我来说就是一种连接。因为它可以刺激我身体的每一个细胞是在一种活跃的状态, 而不是在一种死气沉沉的状态。所以你们看到我身上的吸引力或者是我散发的魅力, 它来自于比如说你身体的细胞有多少是活着的。你就散发一个生命力, 对不对? 那我身体的每一个细胞它是被激活的状态。所以在他们看来就是一个非常生动或者是活灵活现、充满了生命力的一个状态。那你看小孩子才会哭的稀里哗啦, 对不对? 那当老人流泪的时候, 可能就一点点眼泪, 可能都不会流泪。那你说小孩子和老人身上的活力会一样吗?

问: 什么叫天职?

梦露: 那我的天职就是尽可能的让每个人都在我的戏份里面感受不到自己是一个局外人或者是认不出他在配合我演戏, 明白吗? 就我会把每一个人拉到我的剧场里面和我互动。

问: 什么叫觉醒?

梦露: 觉醒就是从物质世界..... 那我一直是觉醒的状态, 因为我一直知道物质世界是我的演练, 或者是我是主人, 我是导演。因为我没有在一种进入别人的戏份里面, 根据别人的剧情被动的去体验。我是主动的去创造。

问: 什么叫开悟?

梦露: 不懂你们所谓的开悟。开悟就是你内在的智慧的觉醒吗?

问: 如何梦想成真呢?

梦露: 因为如果你知道你的人生体验的每一场戏都是你自己在安排、导演、在投入的话, 那本身就是一个梦想成真。因为你心中想要的体验都通过这个物质世界去体验出来, 本来就是一个梦想成真。

问: 什么叫害怕?

梦露: 我很喜欢害怕的戏份, 因为我会激发出其它比如说和我互动的对象, 能够激发出他内在的保护欲或者是他内在强大的力量出现。因为和我互动的人, 我想要对方体验到他自己不同的面相。

问: 什么叫影响?

梦露: 影响就是像我说的, 自始至终他们加入的是你的戏份、你创造的舞台、你的能量场。他们在进入你的舞台, 来受你自己剧情的一个安排。那就比如说他有他的戏份, 他有他安排的剧情。那你是加入他呢? 还是让他加入你? 那就决定着你们彼此谁的影响力大。那你的影响力大的话, 那他就加入你, 你是主角, 你是导演, 对不对? 那他的影响力大的话, 那你就是配角了, 你在被动体验他创造的一个舞台和能量场, 你在被动体验他想要释放的一个能量。

问: 什么叫跟随? 就是你是明星, 你有很多粉丝。

梦露: 不过是你创造的那个味道, 就好像你的香味引起了很多人的喜欢而已。他们不过在跟随他们内在的那个相, 就它喜欢的那个香味而已。你创造一个味道, 然后他们喜欢品尝这个味道。

问: 讲讲自由?

梦露: 自由就是你可以在每一个舞台上尽情的去展现你自己的戏份, 还有去品尝你的剧情, 就是你可以自由的展现、呈现。这样子是自由。那如果你没有自由的话, 就是你总是被动的加入别人的戏份, 然后去演着你不情愿的剧情。

问: 我们的灵魂需求是什么?

梦露：因为每个灵魂有它不同的阶段，就是想要体验的不一样。那如果从一个总的概念来说，每个灵魂的需求就是连接、合一。

问：什么叫家庭？

梦露：对我来说，我自己就是一个家庭。那你们有你们自己想要建立的关系，在一起互相去品尝对方。那是你们所谓的家庭。那对我来说。我的家庭就只有我。

问：怎么定义选择？

梦露：选择就是你可以决定我接下来要在一个什么样的剧情里面去体验，那就是选择。

问：什么叫金钱？

梦露：我没有金钱的概念和课题，所以它对我来说不是我关注的一个课题和话题。

问：安全感？

梦露：我喜欢没有安全感的一种状态。这样子就能让我处在一种提心吊胆的状态。这样我每个细胞就不会进入到一种慵懒的状态。这样子能让我在一种活着、一种年轻的状态。因为我的每一个细胞都是活的。

问：焦虑会产生疾病.....

梦露：提心吊胆就好像你的细胞是在一种活着的，而不是一种沉睡的状态。那如果你看着老人，他们比较衰老的状态是因为他们的细胞都是在一种沉睡的状态。

问：现在的社会很内卷，大家都在一种很有压力.....

梦露：他们是一种就好像被动的体验，他想要去relax的一种提心吊胆。那我是喜欢把自己处于在一种就好像警觉的状态、提心吊胆的状态，因为那是我的特色之一。

问：怎么看待问题？

梦露：没有产生过问题。那如果遇到了你们眼里，就是你们定义的一些问题的话，那也不过是我自己的一个戏份之一而已。这个女孩子问我怎么看待两性关系？两性关系对我来说是刺激我或者是兴奋剂一样，来让我处于在一个高涨的状态。所以说两性关系更多像是可以刺激我每一个细胞可以达到活跃的一个状态。那它对我来说应该算是养分。这是两性关系对我来说存在的目的和意义。

问：跟恋爱脑有什么关联？

梦露：所谓的恋爱脑可能是因为你们自己的定义，对一种相的定义。但是两性关系对我来说更多像是一种水或者是咖啡、酒精，它对我来说是一种保持我在一种清醒的状态。而不是一个把我捆绑或者是让我去依赖或者是进入的一个.....

问: 什么叫嫉妒?

梦露: 我没有产生过对他人的嫉妒, 因为我完完全全沉浸在自己的戏份里面, 所以不清楚嫉妒。那对于比如说有对我产生嫉妒的人来说, 我会说希望你们可以更多的沉浸在自己的生活当中, 这样你便不会产生嫉妒。沉浸在自己的戏份当中。

问: 什么叫无聊?

梦露: 这就是为什么我需要去刺激每一个细胞让它达到一种, 比如说提心吊胆、歇斯底里、抓狂这种, 让能量冲击或者是布满每一个细胞, 就是因为它不会产生无聊。

问: 什么叫意识?

梦露: 就这么说, 你在看一部电视剧, 如果它每天都是喝茶、吃饭、逗猫, 这个剧情你会看不下去, 对不对? 那如果你看到它一会儿是歇斯底里, 一会儿是抓狂或者是提心吊胆, 所有这些剧情都会调动你每一根神经, 对不对? 所以我觉得如果没有让我和我搭档的对手, 让他处于在这种调动他每一个、刺激他每一个细胞的状态下, 这是我们对生命的一种浪费。就是对我们精美的舞台、精美的戏服的一种浪费。

问: 什么叫价值?

梦露: 价值就是你淋漓尽致的在每一个台词、每一个片段、每一个moment, 然后它真的有刺激、调动到你的每一根神经。

问: 就是你是要调动对方?

梦露: 当然包括我和对方, 让我们处于在一种全神贯注的和当下连接的一种感觉, 而不是懒洋洋的在那打发时间的感觉。

问: 什么是纠缠?

梦露: 这就是会有很多纠缠的戏份在我的剧情里面。因为这种能量的纠缠, 我才可以刺激到对方, 让他可以不断地调动。

问: 什么是恨?

梦露: 恨也是我在刺激对方产生的一种情绪。所以我会做出一些让对方产生恨的事件来刺激对方。

问: 你觉得你自己是一个怎么样的人?

梦露: 我是一个没有浪费生命, 也没有浪费这个舞台, 也没有浪费我的肉体工具还有我的戏服。每一场戏都在调动着观众的胃口, 刺激着主角和配角的一种参与, 就是让他们的细胞不在沉睡的一个状态。所以我是一个非常好的演员, 非常尽职尽责的一个演员。

问: 有没有message给我?

梦露: 去品尝你生命的每一种味道。然后尽情的品尝、演绎、呈现。

2024/10/04 – 连接耶稣、昴宿星以及高灵

连接耶稣:

问: 可以帮我们连接一下耶稣吗?

高灵: 好的

耶稣: 你们可以提问。

问: 请问您那一生的灵魂主题是什么?

耶稣: 呈现

问: 能在具体一点吗?

耶稣: 呈现无条件的爱。

问: 请问您如何评价圣经? 圣经里有多少能量是您的能量? 有多少是被后人扭曲的?

耶稣: 没有评价, 就好像你不会去评价你的孩子, 就是你对他的影响, 你去评价他如何对你的养育之恩或者对你的爱, 就是你只是爱, 但是你不会去评价他..... 就好像我在给你提供食物, 因为我爱你, 所以我给你做了一餐饭。我不会去评价当你在吃掉我的饭过后, 你会去用你的energy做什么? 就比如说你可能会出去打架? 或者你出去奔跑, 就是你出去做任何你想要做的。而不是说你吃了我的饭, 你怎么去做这种事情, 明白吗?

问: 您怎么看待人死后会去天堂和地狱?

耶稣: 你们有你们自己去认识生命的途径和过程。就算是任何看法和想法, 就比如说某一些人产生了这个, 但是这个也是充满了变化的。那一个一直充满了变化的, 就好像一股烟雾一样一直在变化着。那你对它也没有任何想要去评价的, 就好像你如何去评价这股烟的形状?

问: 人有轮回吗?

耶稣: 你们的人只有你在体验的这一生。

问: 那灵魂?

耶稣: 你们把灵魂当成是一个人。那它一天两天、一年两年, 它的生命..... 这么说, 这是它成长的过程。它可能一年是一个台阶, 你可能一生是一步台阶。那它一直在往上不断不断地像是步入这个台阶, 像是扩展。那就回变成你们所谓的轮回。

问: 您怎么解释天地无情或者大道无情?

耶稣：天地无情是你们自己对所谓的天地的一个理解。但是我们想告诉你的是所谓的天地本身就是爱，它本身就是made with love，它本身就好像是用面粉做的。那它本身就是来自于爱、源自于爱。那你们所谓的无情是什么情呢？是什么样子的呢？那个情是指哪方面的情呢？这么说吧，天地无情是你们对天地的理解和认知。但是你们的理解和认知会随着你们的意识形态和随着你们和天地的连接度，然后你去感知它。那在你生命的每个阶段会随着你的认知而体验到不一样。你可能会体验到天地无情，你最后又开始跟天地的能量连接，你会觉得天地是一个非常有情的、有爱的。所以它这个会随着你的意识形态去转变的。它不在于我们来告诉你它是有情还是无情的。为什么呢？因为你才是那个品尝者，就是你在品尝它。

问：如果我们遇到了很多自然灾害，怎么理解天地是有爱的呢？

耶稣：因为所有的一切都是在重组。就好像家里面在清理很多垃圾，那清理垃圾你会用很多水，就像是洪水，那你也会用水去清洗，对不对？那你说你打扫房间，用水清洗垃圾，用水把你的花园冲干净。那旁边的那只小狗狗看到就说，你好无情啊。所以所有的一切都在一个不断地整合、不断地更新的状态下。

问：耶稣的复活可以说一下是怎么复活的吗？

耶稣：这一切都是一个相而已，就不过是一个..... 就好像你在看电影的一个相而已。每个相都有它服务的目的，就是都会有它想要展现的。那通过好像是在结束生命或者死亡的这个相，然后再通过复活的这个相，来让你们看到没有什么会真正的死去。所以死去或者结束不过是一个转变、一个相。

问：您在世的时候是如何帮助世人的？

耶稣：刚才说是呈现，所以并没有任何目的或者是在一个帮助的状态下，不过是呈现而已。呈现，就好像是镜子的功能，你把真相呈现在人们的眼前。

问：您如何看待世界上不同的宗教？人类的未来会不会达到一种万教归一的状态？

耶稣：每一个宗教是你们在不同时期，就不同的意识形态对生命的一种理解和你们觉得生命应该怎么样去成为。所以那是你们的一种表达手段和方式和你们探索生命真相的路径。但是由于你们本身，就是无论怎样你们都是被理解，就是产生你们想要的体验，去探索你们想要去探索的路径，所以这里并没有如何看待的这个问题。是否能达到你说的万教归一？我们想让你看到所有的什么归一、合一、万教这些，它是你们人类的意识进步、成长而结出来的一个果子。所以所谓的万教归一它不并不是一个目标，而是这棵果树到了结果子的时候而结出来的果子，就是成熟了。它是一个自然而然你们达到这样的意识形态，然后结出来的一个相，结出来的果。

问：人类大概再过多少年能达到这样的状态？

耶稣：没有所谓的时间。首先你想要意识形态去达到这个，它得先在你的心中产生，就是它这个频率是在你这里产生。那如果越来越多的人来靠近你这个频率，它们跟你持有一样的频率、一样的想法、一样的看法、一样的意念的话，那是不是自然而然那个果就结成这样子，

没有选择。因为万教归一是一个果嘛。你不能嘴巴上说出来万教归一就万教归一了，而是说当你们所有人都持有同样的看法、同样的思想观念、同样的认知、同样的振动频率，那么万教归一是你们这个振动频率结出来的果而已。

问: 天使是什么? 耶稣和天使的关系是什么?

耶稣: 如果说所有的一切都是爱，那爱它会分散成不同的手指头。那天使就是分散出去的手指头来支持这个手可以去运作，就是每根手指头的功能，明白吗? 那你就把它当成是一个整体，就是我这个肉体，那天使不过是这个手的手不同的手指头。它在协助，它是一个整体。

问: 我们经常会看到用灵力召唤大天使。怎么更好的跟天使连接?

耶稣: 你到底是外界的物质和你内在? 我们说你就好像是一个水管一样。我的水管可以接到物质世界去，比如说我老公的能量、我老公的情绪或者我老板的情绪，我接到他们身上呢? 还是我把这个水管的头接到所谓的源头，你是接到哪里的呢? 明白吗? 比如说你更加相信你老板可以让你的生命变得更加有钱、更加好。那你会受他的影响，他让你怎么做，你就怎么做。那你就接到他那，对不对? 那你觉得你的幸福来源是来自于你老公，那你把你的水管接到他那里。那你到底是把你的水管接到哪里的呢?

问: 那天使在我之内，是这个意思吗?

耶稣: 它在那里，就好像它这个水龙头没有走，它一直在这里。只不过是把你把水龙头放到污水沟里面去。仅此而已。那怎么样建立好连接? 那就说你到底明不明白，就是你有意识还是无意识的接到外面的污水呢? 还是说你接的是源头的清水呢?

问: 亲人好友的离世对生者有什么意义?

耶稣: 它给你提供了一个契机或者一个课题、一个渠道，让你去探索生命的真相。就是让你对死的一个理解和认知来让你去看到和体验到。然后当然就是有一个点，你通过这个点你到底能后挖到什么、探索到什么、拿到什么、领悟到什么，就看你自己了。

问: 信仰在生活中的作用是什么?

耶稣: 应该说信仰更多的是一种你对生命的理解程度。然后你会根据你的理解程度，你会在生命中发生不一样的力量，就比如说你有一个坚定的信仰，就比如说你相信造物主给我所有的安排都是为了我生命的蜕变和成长。那你持有这样子的一个坚定的信仰，那你在面对生命中发生的一些波折或者是一些变化的话，你始终是在朝着好的方向去看的。所以它在你们生命中就好像也是一个到底你对生命的认知程度和理解度在哪里。如果你没有这个，就比如说你信仰你必须要有钱，不然的话就没办法生存，那其实也是一个信仰。那么接下来它就会让你的专注和关注力都是去担心钱的事情。所以它在你们生命中就决定了你们到底是以什么样子的状态去迎接你们生命中出现的各种挑战和面对各种situation。

问: 怎么看待算命，比如用塔罗这样的工具?

耶稣: 没有什么看待。那也不过是你们自己好像对生命的一种理解和探索。

问: 我们应该主动的追求信仰吗?

耶稣: 这么说吧, 哪怕你没有信仰或者是有不同的信仰或者是不用的期间有不同的..... 这些所有的一切, 它没有什么区别。因为你们来这里并不是来体验一个状态, 而是在体验不同的状态。就是你并不是来尝一个味道, 尝一个甜味的。各种味道你都会去品尝到它。那你生命中比如说体验过相反或者不一样的状态, 它都在推动你, 都在协助你、帮助你对生命更多的认知和理解。所以不在乎你一生下来你要保持你的孩子只能在一个有坚定信仰的状态, 明白吗? 一切都是体验。但是所有的体验都是来帮助你更多的去认识你自己, 认识到你自己真正的信仰就是你自己存在的本身。那个是最..... 就是你认识到你自己就是你存在的本身, 而不是说要信神啊、信佛啊、信造物主, 不是的。去认识到, 就是你不需要去拿一个外界的, 我相信更高的力量, 而是说看到你就是那个更高的力量。

问: 如何在迷茫时找到人生的正确方向?

耶稣: 没有一个所谓的正确的方向。为什么呢? 因为你在迷茫的时候其实也是走在那个正确的方向的路上呀。那如何知道是越来越正确的路上? 这么说, 当你越来越不费力的时候, 你就在正确的路上。就存在、生命和生活对你来说不是一件吃力的事情。它不是一个需要你去努力啊、去抓啊、去推啊、去想方设法啊、去费尽心思啊。那如果你觉得你的生命是在一种需要你去各种消耗、用力气..... 就这么说, 你像是一条鱼, 你在岸上和在水里的感觉。那正确的路就是你在水里的感觉, 你是舒服的、你是自在的。那当你离开了所谓的正确的路, 那你就觉得好窒息、好费力、好吃力, 就很不容易。所以如果你觉得你越来越在一种鱼在水里的状态的话, 那就是你在正确的路。那离开那个状态的话, 也是在逼着你去找水源啊, 回到水里。

问: 如何更爱的爱别人?

耶稣: 你不需要去学会如何更好的爱别人, 而是说你就是爱的本身, 你散发的就是爱的频率。那在别人品尝到你, 它就是爱。就这么说, 你说我如何把香味送给别人。你没有办法把这朵花的香味送给别人, 而是他人来到你身边, 他就沉浸在花的香味里面。所以说是别人来到你身边, 他沉浸在爱的频率里面。你没有办法把你的频率给别人。爱是你的频率, 爱是你身上的味道, 你有办法把你的味道给别人吗?

问: 靠近呢?

耶稣: 没有啊。你散发的是香味还是臭味呢? 不是说爱是你身上的东西, 你要给到别人。不是的。它是你身上的味道。那别人靠近你, 他感受到爱、体验到爱、品尝到爱。所以你没有办法说我是一朵花, 我要把我的香味送给别人。香味是我的爱嘛, 我要把爱给到别人。所以必须你是在爱的频率当中, 那对方已经在爱当中了。当然, 无论你是做着、躺着或者你用嘴巴表达, 它都是散发着爱, 你的一个眼神。所以又回到了, 如果你去做出一些爱的行为, 它是让你在累啊、消耗啊、辛苦啊的状态, 那不是爱。因为这是没有重量的。所以在爱的状态下, 你和对方的肩膀不应该是紧绷的。你身上不应该感受到任何重量的。如果感受到一个重量的话, 你们没有在爱的频率里面。你们是在体验彼此匮乏的状态当中。所以你们俩的呼吸一定是像水里面的两条鱼, 它一定是舒服的、自由自在的、毫不费力的, 不需要任何一方费

力。如果双方有感受到吃力的话，那么你们便离开了那个状态，进入到你们的信念系统，就是你们的一些观念观点、信念系统里面去。那你就知道了在这样子的关系和爱的状态当中，你俩就像是水里的两条鱼都不应该费力。

问: 在这个充满冲突的世界里，如何找到内心真正的和平？

耶稣: 首先你要明白你们这个物质世界它的一个功效是什么。这个物质世界的功效是来让你们每一个灵魂、每一个being有一个空间、有一个平台去体验到它自己，去体验到它自己成长和蜕变的过程。而不是说你们这群人来到这个地球上是有任务，必须要保持和平。就是不是去做任务这种的。而是说你来到这个空间，你去体验到你自己内在的变化和成长和生命的本身是什么样子。那当然有的人需要体验到它内在的分裂、内在的冲突，它需要这个空间去体验到，对不对？那你只需要认清楚只是它在被允许在它的空间里，就像你们每个人戴着一副VR眼镜，它在它的世界里面体验它的版本，你戴着你的VR眼镜体验你的版本。所以说外界战争的相是否会引起你内在的悲惨、痛苦或者是无力感，这才是你需要去做的功课。为什么呢？因为你并不知道外在发生的相是怎么来的。就好像你听到了一个回音或者你看着镜子里的相，你并不知道镜子里的相是虚假的或者虚构的。然后你却试图被镜子里的相..... 你要去改变它或者是影响它，明白吗？这么说，就像是猴子捞月，天上的月亮在水里面。你并不知道月亮没有在水里，只不过是影子。所以你使劲在那去弄月亮。所以说你产生的那些情感、产生的那些情绪：悲惨、无力，所有这些都来自于你并不知道那个月亮在天上。如果你知道月亮在天上，它完好无损。一群人在那打月亮..... 你看到那一群人他们都拿着棍子在打月亮，你觉得月亮好惨，被分裂成那样了。那他们打的那个能量一拿开呢？那个月亮还是完整的。如果你抬头一看呢？噢，他们够都够不着。所以你就知道你对他们在水里打月亮的这个相产生的这种痛苦、悲惨、无力、任何抗拒，它都源自于你并不知道月亮在天上好好地，你进入到水中的月亮的那个相当中去了。那如果你知道月亮在天上，你看到一群猴子在那打月亮。就是你知晓，你是在知晓的状态下，你还会产生悲惨悲伤吗？你会吗？那你就是一个知道真相的人。那那些人在那哭的稀里哗啦的看着那个悲惨的相，那你是不是可以拍拍他，让他们看一看..... 他们是不是也笑了？那如果越来越多人都是像你这样都能看到天上的月亮完好无损的在天上，他们是不是就不再被这个悲惨的相拉入进去，进入到悲惨的能量里面，对不对？是不是你们就会允许这群猴子在那玩它们想玩的，那你们做你们想做的，对吧？是吗？所以下次当你再看到这样的一些悲惨的画面，那你就看一下天上的月亮。它们那群猴子需要有一个这个打的过程去看到是它们内在的一个分裂的能量。它们需要这个体验。

问: 就是允许就可以了是吧？

耶稣: 这里没有允许不允许，这里只有你到底知情还是不知情，你知晓还是不知晓。你知道这层关系吗？你知道物质世界跟你们存在的这层关系是什么吗？所以这些相都是投射出你到底对生命的知晓程度在哪里。那如果你们越来越多的人知道，那你们便不会都围在水池旁边，然后看着这群猴子打月亮而产生一些痛苦的情绪。你去创造你们想要体验的世界。那当那些猴子玩腻了，不好玩。那他们也会加入你们创造的世界里来。所以你们能focus在你们想要创造的世界里面吗？明白吗？你想一下你一天的时间是有限的。那你今天在水池旁边站了一天看猴子打月亮？还是说我花这一天的时间做一顿好吃的饭菜奉献给我爱的人们？嗯？你到底想创造一个什么样的相呢？那你做一桌好吃的饭菜，说不定那群猴子闻到香味：哎呀，我累了，我要去吃饭。是不是？它们有耗尽它们的时候呀。但是你们的香味却把它们引过来。

所以你对生命的知晓程度就决定了这个相会把你带到什么样子的状态当中去。你就像一个大人什么都知道、什么都清楚，然后看着一群小孩子在水里玩。然后你说你这个大人如果什么都知晓，你肯定不会去干涉它，对不对？这里有什么好干涉的呢？它也不会引起你心中的悲伤。所以每个灵魂来到这个物质世界，它们有它们自己去认识生命本身的一个过程。然后它们破坏不了任何。

问：人生真正的目的是什么？

耶稣：你的这个人生就好像你是一个舌头，你来通过你的舌头来品尝各种不一样的味道。所以你的这一生就是在品尝各种味道的一个过程。

连接昴宿星：

问：能不能连接一下昴宿星的能量？

高灵：我们可以试一下看有没有.....

昴宿星：你们可以提问

问：你可以做一个自我介绍吗？

昴宿星：所有的自我介绍都来自于你们，所以你在体验你的这个版本的我。

问：您是来自昴宿星的存有吗？

昴宿星：既是也不是。

问：可以介绍一下昴宿星的文明以及和地球的联系？

昴宿星：你们已经有一套你们自己的就好像是观念、观点，这些东西已经在你的认知或者是接触的信号里面。你不需要有更多的information。但是我们在这里可以给你想要探讨的问题一个视角和观点，让你可以通过不一样的视角去看你的生命。

问：地球上有多少来自昴宿星的灵魂？

昴宿星：如果我们说地球上其实只有你自己呢？你还会去关注这些吗？

问：我们怎么才能更好的连接到昴宿星的能量？

昴宿星：如果这是你其中探索的一个主题，那么你自然而然就会产生连接。所以没有一个更好或者是更坏，而是根据你体验的主题。就是连接已经在那里，只不过是时间到了，打开了而已。

问：我想问一下我个人跟昴宿星有什么关系吗？

昴宿星: 应该说你跟一切万有都有关系。

问: 地球上反复有人看到飞碟, 这个是想告诉人类什么? 是不是外星人在计划跟人类接触?

昴宿星: 应该是说在某一个时间段, 某一个人的剧情需要的一个体验。就好像你在看一部电影, 这个时间段有这样子, 那个时间段有那样子。就是这个剧情到了这个时候需要这个体验。

问: 外星生命在人类的进化的过程中是如何帮助人类意识提升的?

昴宿星: 就好像我们这里有一双手, 如果你来抓或者来拉的话, 这双手就会对你有一定的用力, 就是去给你一个力量。

问: 具体是怎么给的?

昴宿星: 根据每一个个体它的一个灵魂主题, 不同的个体不同的灵魂主题, 不一样。

问: 在我们睡觉的时候, 你们会通过梦境的形式和我们沟通吗?

昴宿星: 这又回到了不同人的灵魂主题, 但是交流和接触是有很多种的, 不限于梦境。

问: 我们该怎么样更好的召唤?

昴宿星: 不需要, 明白吗? 就好像你身上的某一个功能不是需要你去召唤或者怎样的。为什么? 它是你自己在越来越成为你自己, 你有在允许你成为你自己吗? 你如果是一条鱼, 你是一直在岸上吗? 当你在越来越成为你自己, 和你有关的都会发生在你身上, 明白吗? 就好像你是一条鱼回到水里面, 那这条鱼需要去探索的、需要去体验的, 它在水里面它都会。所以没有一个更好或者是应该怎样怎样。而是说你在允许你的生命以你所是的方式去展开。

问: 那比如说这个问问题的女生觉得她自己跟某一个外星有连接。那这个是她自己意识创造的还是说她会遇见呢?

昴宿星: 她只是允许她这个生命体越来越成为她自己本来就是的状态, 所有的一切都在那里。就好像你的这株花, 你的种子、你的花瓣都已经包含在里面了。所以路线会怎么样展开都在里面。

问: 就是人生剧本会遇见谁都安排好, 但是遇见后会怎么发展是意识层级。那她.....

昴宿星: 去越来越接近你自己本来就是的状态, 就是你是在越来越轻松、越来越快乐、越来越喜悦。你自己想一想, 或许你对外星人的关注是因为你对你当下生命的一种逃避呢? 因为你在期望一个更加美好或者更加exciting的事情happen in your life。然后你就错过了你眼前需要突破的那个, 就比如说你眼前需要拿这个重量来刺激你的肌肉让自己变的更加强大。所以对某一种执念或者是追求, 去看是不是你对你自己当下课题的一种逃避。那当你逃避的话, 你便没有办法从这个毛毛虫的牢笼里出来, 你便不可能成为蝴蝶。那你也并没有办法和那些花朵去交流。因为你触碰不到它们, 那些花朵是在空中, 你一直是在地上毛毛虫的一个状态。所以去允许你自己的生命越来越接近, 就像前面那个女孩子带出来的信息, 你生命自然的一个

状态，毫不费力的状态。你们没有任何东西是追求到的，记住这句话。也不是你们去努力，朝这个方向我要怎么样做，NO，不是的。

问: 那很多人在生活中遇到问题，让他很费力.....

昴宿星: 没有很多人，外面没有别人。你在以你自己的信念系统展开，体验你自己的生命方式。那很多人遇到什么什么或者什么费力，那他们每个人有不同的主题。所以你并不知道他们的体验为了什么，就你不能一下子把他身上的重量给拿走。因为那些重量是他身上刺激他的肌肉去变得强壮的一个器材。你说你把他身上的重量拿走，他如何去增长他的肌肉，去感受他的力量有多强大? 你便在妨碍这个生命扩展。

问: 关于灵魂主题、课题、逃避和毫不费力这几个词之间的关系?

昴宿星: 你自己知道的。你们只要记住在你生命中的每一步骤、每一个阶段都是你应该去in，就是进去的，而不是从那里出来的。没有一步到位。每一步你都需要去in，进入它，然后去看背后的礼物是什么。你只有拿到了那把钥匙，你才能解锁下一步。如果你没有拿到那个钥匙的话，你进不去下一步。因为你打开不了，你没有钥匙打开它。所以你想象一下你们在玩一个游戏，当你在试图从你的实相当中逃脱出来、逃离出来。你便失去了你拿到钥匙的一个机会，你没有拿到那把钥匙的话，你便进入不到你生命的下一个阶段。你进入不了生命的下一个阶段，你也进入不了其它。因为你的每一步的钥匙你都没有拿到。就好像上楼梯一样，没几节楼梯都有一把钥匙，你只有去进入它，你才能去拿到那把钥匙。那那把钥匙才能解锁你的下一步。你要知道你想要逃的东西都是你自己投射出来的，你体验的是你自己的能量场。你不过是想要逃避你的能量场而已。

问: 进入和入幻怎么区分?

昴宿星: 如果你想要逃的话，那就说明你入幻了，就把它当成真的一个阻碍，把这个墙壁当成真的很硬。

问: 那进入呢?

昴宿星: 那就是你可以进入到这个墙壁里面，它不是硬的。当你知道这个墙壁是一股烟的话，你就in了。

问: 在一段关系里如果感到窒息，想要离开这段关系也是逃避吗?

昴宿星: 你可能在一堆毛毛虫里面，那你确实窒息，对不对? 那如果你允许你的生命不断地展开、蜕变，你会变成一只蝴蝶飞走了。而不是你在毛毛虫的时候想要爬走。所以你得以你蝴蝶的身份离开，而不是以你毛毛虫的身份离开。

连接高灵:

问: 塔罗牌的信息准吗?

高灵: 你们物质世界看到的、摸到的、尝到的都不准。

问: 对于外貌变美有什么建议? 怎么样对自己的颜值满意?

高灵: 那就是不困在里面, 不困在你的肉体里面。

问: 对于外貌变美有什么建议?

高灵: 真正的美是什么? 它是吸引力。但是真正的吸引力并不是一个表面好看。它可以是任何样子。这么说, 台上一个模特她可能长的很好看, 五官很标准。另外一个变化莫测的魔术师, 一会儿变成一股烟、一会儿变成一朵云、一会儿变成一只小鸟、一会儿变成一头猛兽、一会儿变成外星人、各种各样。到底哪个才有吸引力? 是一成不变的模特? 还是千变万化的魔术师? 到底哪个能抓你的眼球, 具有吸引力? 所以一成不变不是美。变化莫测。

问: 所以对颜值苛求的人.....

高灵: 那就是他的一个局限和他困在的地方。他已经有局限了。他可能体会他的这个长相可能吸引小部分人, 可能十个人。但是我刚才说的那个是所有人。男女老少。

问: 不满意生活现状时要怎么转变成满意? 可以说说方法吗?

高灵: 因为那个不满意是你拉出去的屎, 你在面对它而已。所以那是你自己产出来的东西而已, 你不过在品尝你自己而已。那如果你不喜欢的话, 那你就改变。就比如说你面前..... 因为你吃了很多西红柿, 你拉的是红色的屎, 你不喜欢。那你吃黄瓜, 拉出绿色的。所以你有没有理解到, 有没有知道你生命的那层关系? 到底你面对的那坨屎是来自于什么呢? 它里面的成分是什么? 这些都是源自于你自己的一切, 比如说你的限制、你的无聊。

问: 想改变现状的话.....

高灵: 去认识你是谁。你到底是这个肉体? 是你头脑里面简单的想法? 还是什么?

问: 想保持有钱的状态, 遇到自己买不起的东西时, 应该怎么向自己解释?

高灵: 首先他没钱有钱, 他已经是投射出他自己内在的一个限制了。那你体验到的没钱, 那就是你的限制。就比如说你很没有办法, 你觉得赚钱必须是去打一份工, 那就是你的限制。那你没有办法去运用你的想象力, 用你现有的资源去创造更多的财富、吸引更多的财富, 那就是你的限制。如果你想要去活和体验到的是一个有钱的状态, 有钱等于什么? 就是你有很多东西去产出, 结出来的果实。就比如你有你的创造力、想象力、你的时间精力或者你的idea, 任何, 那你有吗? 就比如说你的一个想法就是一颗种子, 那个种子就可以结出果子。你有想法吗? 那你体验的就是你自己。

问: 还是一种匮乏吗?

高灵: 你在跟你自己打交道。你体验的是你自己。比如说你没有很丰富的想象力, 你也没有创造力, 也没有行动力, 还没有enough的energy, 那你当然体验的是什么? 结不出果子呀。你没有任何东西去产出啊, 你没有种子, 你没有播种。

问: 所以不满意财富的现状.....

高灵: 那就是因为你自己, 就是你就那样子, 就这么说吧。但是你要知道你是无限的, 就是你可以变幻的, 然后不断地扩展你自己。运用你的想象力不断地扩展你自己。

问: 星星是什么? 为什么有星星的存在?

高灵: 这里没有为什么。这里没有因为这个, 所以那个, OK? 那这个空间就是这样子。

问: 宇宙里的行星是什么样子?

高灵: 应该说在你的版本里, 你跟它们是什么关系? 可以是一股力量、能量, 然后注入你。它可以是和你互动的, 它可以是任何。它可以是你创作的源泉..... 所有的能量都在这里, 那它在你的世界里跟你是什么关系, 还是你跟它没关系。都取决于你如何去感知它、体验它、连接它、运用它、呈现它。我们告诉你你现在可以在外界的这个空里面产出任何你想要的, 那你能去真的体验到吗? 就你们物质世界体验的所有这一切, 都可以从这里抓抓抓, 我抓一下这个就变成这个, 抓一下那个就变成那个。那这是什么? 那每个人来说这啥都没有, 这是空的。那对其他人来说, 他就可以从空当中去结出各种果实。你才是那个创造者。你在体验你自己。但是你是来这成长、突破、蜕变的。

问: 人类近视的原因是什么? 是不是电子设备对人类的影响? 或者有什么电子设备可以让人恢复视力健康?

高灵: 首先近视它不是一个..... 你们发生和体验、遇到的所有事情, 疾病也好, 这个人产生这个疾病, 都是跟它单独的, 就是个人的灵魂主题有关。那有可能你们一批灵魂都选择同一个主题。那近视就有很多了, 就比如说它视力减弱是因为它目前需要减少对物质世界的关注或者是怎样, 明白吗? 那它的视力有可能是在这个期间, 那随着它意识形态的变化, 它又开始变得清楚了。所以这个没有一个绝对的是怎么回事, 而是说会根据每一个灵魂主题在不同阶段呈现出和投射出的状态是有关系的。就没有办法给一个解读, 因为你们每一个灵魂都是独一无二的。别人近视的原因可能跟你近视的原因都不一样。别人视力减弱和你视力减弱的课题是不一样的或者拿到的礼物是不一样的。

问: 就是现在电子设备对视力的影响

高灵: 没有什么电子设备, 没有影响。电子设备只不过是一个工具。你到底是用这个工具来服务于你? 还是让你去上瘾? 让你去lose control? 那是你自己, 明白吗? 你们没有任何东西你可以去blame on, 就是去责怪它, 是它导致我怎么样怎么样。NO。外界所有的一切是你手上的工具。这个工具你什么时候拿起来, 什么时候放下, 你能怪这把剑太锋利所以你才把人弄伤? 你才是那个碰那把剑的能量呀。

问: 那自己适度调节如何运用这个?

高灵: 没有, 如果你对生命的..... 这么说, 你和你灵魂的连接程度和你真我的连接程度, 你到底是在一个无意识的状态在生活呢? 还是一个你是主人的状态在生活呢? 那如果你是主人的话, 外界的一切都是你的工具, 你想怎么样用就怎么样。那如果你是无意识的状态, 那你当然会受到其它外界的影响, 就是电子产品它这样那样。所以是你的意识形态决定了外界的一切是一个障碍, 还是一片台阶。对你来说, 它在你生命中是来帮助你, 还是来阻碍你, 是因为你。

问: 那关于电子产品的辐射, 科学正是它的辐射会视力的影响。那它的伤害.....

高灵: 当你没有做你自己, 什么都在伤害你, 包括别人的想法、别人的频率、别人的脾气、别人的愤怒, 所有这一切都在影响着你。那当你是在成为真正的你的那个生命的本身, 外界的所有一切不会对你有任何影响, 你影响着外界的一切。

问: 现在很多小朋友近视, 近视有几种, 有没有可能是因为小朋友不喜欢读书, 产生近视就让他们可以对学习这块.....

高灵: 这么说吧, 你们能不能清楚的发现目前你在社会上遇见的所有问题, 包括孩子的疾病、他的情绪问题或者他的近视问题、包括他爱不爱上学、烦躁、脾气暴躁, 所有一切这些问题都反射出来目前你们人类的集体意识在哪里, 就是你们的集体振动频率。你们集体的振动频率是在五十, 对不对? 那你刚才问的所有这些相和这些果, 它是你们五十得出来的振动频率。那你在保持五十不变而去解决这个问题、去解决那个问题, 还是一样的, 还在五十。那当你们的振动频率比如说在五百, 那各种相它投射出来的是不一样的。所以不在于我要如何去防范这个、做这个、改那个, 而是说你们的根源。你们这个集体根源、这个班上的认知水平、还有你们班上的平均成绩是在哪里呢? 这个才是你们应该去关注的问题, 而不是单独的..... 因为你们目前解决问题都是在相上面做功夫, 但是你们并不知道产出来这个相的根源是来自于哪里。所以让它去推动你们往更加核心、更加深层次..... 而不是说我们刚才用月亮做比喻, 阻碍这些人不要去打月亮, 来保持这个月亮不要变形。所以去探索生命的根源和真相。你们体验的所有的一切不过是一个结果。什么结果呢? 你们意识频率的结果。

问: 我们身边有很多抑郁者, 那我们要如何跟他们相处呢?

高灵: 我们说只有你呢? 因为你提的问题始终都是外面, 就是别人怎么样别人怎么样。但是这个世界只有你呢? 为什么JOJO老师走到抑郁症患者面前, 他们就变好了呢? 所以只有你, 没有他人。他人不过是你自己能量投射出去的一个果。它可能看到你更烦躁, 它可能看到你心情更好, 所以你在哪里才是最重要的。你就像光一样, 走到哪里亮到哪里, 让黑暗中的人们看的更清楚。所以你的香味会让他们更舒服。没有外界, 你没有办法离开你自己, 就是比如说你是黑暗的, 你没有散发光, 那别人在你面前看不清楚很正常。那你亮了, 你是光, 那那些在黑暗中的人他就能看的更清楚, 他的头脑思维就更加清醒, 他不是一个蒙蔽的状态, 他不是一个眼瞎的状态。所以只有你。

问: 熬夜对人们都身体真的有影响吗? 还是说只用跟着身体的节奏, 困的时候睡, 不困的时候不睡?

高灵: 你已经进入到一个各种去解决问题啊, 或者是这个问题啊, 或者是我要防范我的身体呀的状态当中, 你当然就会体验到这些。但是你要知道你的生命..... 你就像一只猫一样或者一只动物一样, 它会去在乎, 就是它有这个困扰吗? 我要看好我猫的身体, 我不能靠近辐射, 我每天必须要按时按点睡觉, 我必须要这样, 我必须要那样, 有吗? 你看到哪个动物有?

问: 在很困的时候, 如果没有及时的睡眠, 过了这个很困的点就不困了。在很困的时候应该进入睡眠, 还是因为被人打扰睡不了.....

高灵: 这么说吧, 你跟你身体的关系到底是什么? 你是在把它当成是一个对象, 你在关注它、照顾它、在看好它, 就是把它看成一个孩子一样, 你要去照顾它? 还是说它不过是你去表达和体验的一个媒介呢? 不一样的。你跟你自己的关系是什么?

问: 为了让意识有更好的体验的话, 这个物质载体.....

高灵: 这么说吧, 如果你本身就是在一种全然允许的状态下, 那你的身体也是在一中全然允许的状态下。它没有头脑里的扭曲能量或者强迫能量在加入, 当然也不会产生这样的问题。这样的问题的产生是来自于我要去看好它, 我要去保证它多少..... 是这样的一个状态。而不是你们在一起。

问: 所以我们的意识是在全然允许的状态下, 我们的身体会很健康是吗?

高灵: 你身体会自己以它自己本来就是的样子呈现出来。

问: 它还会受前世一些创伤的影响吗?

高灵: 前世不过是你当下需要体验的一个课题而有时需要连接到的一些能量而已。和你当下的课题有关, 和你当下的体验有关。那它可以很好的服务于你。它是来服务的。

问: 能举个例子它是怎么服务的吗?

高灵: 有可能你当下体验到了前世的恐惧能量, 你还在体验它, 还在品尝它, 对吧? 它激发了你内在很强烈的恐惧感。那通过你的这个恐惧感出来的时候, 就比如说让你产生对众生的一个苦, 就是众生处在什么状态, 它激发你的慈悲心。或者是这个恐惧呈现, 然后你再连接, 回到你的源头, 就是回到你更高频率的状态, 然后你把这个恐惧给它(化解了)。所以这个把它带出来的话, 它都是根据你当下需要拿到什么、体验到什么或者是经验什么, 就是拿体验嘛, 拿功课嘛。就比如说你体验恐惧过后, 你正好是一个导演, 你要写一些恐惧题材的电影。那是不是就可以很好的帮你去创作呀, 明白吗?

问: 怎样能够活出一生都很有福气很幸运?

高灵: 那就是说去看到你每一个当下它的幸运的点是什么, 你看不到的话, 你没办法体验到它。就比如说你现在的车祸, 你如果看不到那个车祸是如何来服务于你, 就是它在你的生命中是如何来支持你的话, 那你便得不到那个所谓的福气。所以你看这个重重的一击它在你生命中起的什么作用。它是不是强迫你从一条并不是你的路上, 比如说你做的这个工作其实并不是你热爱的, 你只是觉得你需要做它。那一场车祸发生过后, 这场车祸强迫的把你从这个

当中抽离出来。所以你需要去提高你的意识，比如说我现在专注这里，然后我就把我的视角再大化大化，像Google一样，然后你就看到这个事件发生在我的生命当中是如何服务于我的。

问：之前连接了一个自杀的青少年，他是因为他的能量被掏空了而自杀的。那当今的青少年.....

高灵：那只是他们来呈现的一场戏、一个相，然后来协助你们这些灵魂去加深对生命的理解呢？明白吗？他们有他们要体验的，但是在你的生命中，他们服务你的目的是什么？

问：如果家长有更大的智慧，这个事情会不会不发生呢？

高灵：没有他，只有你。你如何从这个相当中摄取你需要的，让你这个灵魂得以蜕变呢？没有客观的一个case需要去处理，只有这个相产生在你的实相当中，在你的里面，你如何让它去结出果子来滋养你这个灵魂？

问：看到这件事情的人都从中得到了自己的礼物？

高灵：你能从中得到多少？你能榨取多少养分来滋养你？

问：怎么样让喜欢的人和自己在一起的时候一直处于快乐和亢奋中？

高灵：你不过是把你的快乐和亢奋的能量让它品尝到而已。

问：有的人可能每天需要睡很久，这是什么原因？怎么能让自己活力四射一些？

高灵：可能它平时和它灵魂的连接不够紧密，所以它需要通过睡眠。那如果它在平时的时间更加有觉知，更加跟自己的灵魂是在一种连接的状态，它不需要通过这种方式。

问：怎么看待饥饿？有的人会非常想吃东西？有的人对食物的需求度就很好？

高灵：也是来自于我们刚才说的连接度。

问：每个人的灵魂特质不一样，有的人像太阳，有的人像微风。像微风一样的灵魂就容易被别人能量影响，被带走。那怎么才能更好的提高自己的力量？如果说你的灵魂本来就是这样的话。

高灵：也就是说你怎么样让你越来越成为你本来就是的状态。你越强大，就越是你本真，就是你本来的状态，就是你自己有强大的力量。

问：就是微风的力和龙卷风的力不一样，容易被影响。

高灵：这么说吧，你就像大自然，你产生了一个评判，高低或者是这个好，那个不好。应该成为这个，所有动物都应该成为像蛇一样，都应该成为像老虎一样，蚂蚁应该像.....明白吗？

你只不过没有看到蚂蚁的力量，而是头脑里面产生一个那个蚂蚁要成为大象才是有力量的，才是powerful的。

问: 这个问题换个角度问的话.....

高灵: 就是这是你们头脑里面产生的。因为你们对生命局限的一个视角、局限的一个理解，加上你们自己的评判，加上你们自己对生命的理解。你投射出去的是你自己的问题，是你自己对生命的理解和认知。因为存在本身就是完美，没有所谓的要以这个样子还是那个样子才是好的。

问: 所以这个就不是改变形态，而是影响力的问题。核心就是自己的影响力.....

高灵: 这个影响力，就好像你在说一张桌子和螺丝钉的关系。你说这个螺丝钉这么小，这张桌子面积这么大，螺丝钉太没有力量了。但是离开这个螺丝钉，这张桌子固定不了。

问: 怎么样理解强大的灵魂? 像希特勒这样的灵魂就是一个强大的.....

高灵: 在它的一个不断地自我突破的过程当中，让你看到一只蝴蝶在破茧而出和一头大象，它们是一样的。只是你会觉得蝴蝶的能量会弱过于大象，蝴蝶那么易碎，一碰就死掉了。大象那么tough、那么硬。那你还知道蝴蝶的翅膀一煽动，蝴蝶效应。大象能吗? 所以是你自己的看到视角，因为你只能从这个角和那个角去看待而产生的一些。

问: 有大灵魂和小灵魂的区别?

高灵: 应该是说每个人的职位不一样，每一生的体验和主题不一样。

问: 就像在森林里老虎和狮子、小猴子，老虎确实是.....

高灵: 这么说，我不管你是老虎也好，一条鱼也好，你们成为你们自己，你们体验的生命的自由度和愉悦度是一样的。只有鱼离开了水，老虎进入水里，这才会让你们感受到很吃力、很抓狂。你鱼成为你鱼的样子，天上的鸟成为鸟的样子，你们生命的愉悦度是一样的。所以只有你越来越成为你生命本来就是的状态，本真的样子.....

问: 通灵时候会连接比如说希特勒，那我们连接的是记忆库而不是它这个人格是吗?

高灵: 重要吗? 只不过是能量本身带着不同的面具在跟你交往而已。就好像你生命中遇到不同的人，他们穿着不同的衣服在和你打交道而已。仅此而已。所以所有的这一切不过是变了一种味道，就好像这个水可能加点咖啡、加点酒精就变成了另外一种味道。但是你品尝的最核心的还是水，只不过是加了点这个，少了点那个，然后变成..... 哦，你品尝的不一样。但是它们都是水。所以不需要进入头脑，各种探索这个、探索那个。更多都是，你带出来的那句话，它有来让你变的更加香吗? 它有激发出你的香味吗? 它如果没有激发出你的香味，只是一句话，它是来自于这个，它是来自于这个人..... 一堆概念、一堆理念在你的头脑里面，你如何用? 它不会让你的香味可以影响到其他人，它不会让你这颗种子发芽，它不会让你这朵花绽放。所以重要的是你到底有没有通过雨滴对你的滋养而变得绽放起来? 你要没有绽放的话，那那个水只是在表面上，对你没有任何影响。所以它能否成为推动你去蜕变的一股力

量、扩展你的意识，让你越来越成为本来的你才是最重要的，而不是它到底戴着什么面具。因为这种会戴着各个面具和你交往的，不过是变了一个不同的flavor。

问: 最开悟回家的修炼法门是什么?

高灵: 最快的方式就是紧盯着JOJO老师，这就是你们最快的。没有更快的了。

问: 要领呢?

高灵: 要领就是你能否把它take serious，把她带出来的东西当真。你能把它吃到肚子里面还是把它放到旁边垃圾?

问: 为什么总是遇到重复的剧情? 怎么样能看清原因而不反复体验相同的剧情?

高灵: 我们不是派来一个指导灵吗?

问: 掉头发和白发是什么原因?

高灵: 就是它在加速的衰老。什么导致它加速的衰老呢? 就是它承载了太多不应该它承载的东西，就是消耗了太多的力气。就是你用了太多的生命力量来生活。

问: 怎么样才能延缓变老?

高灵: 就毫不费力。这么说吧，你没有把你的energy拿去承担重量，对吧? 那你的energy全部停留在你的体内的。停留在你的体内的话，它就好像没有拿你的能量，伤你的元气，就是把你这些东西拿走，在一个消耗的状态下。它就能完完全全把养分停留在你体内的。当把你的养分拿走，那你这朵花是不是就枯萎了?

问: 那您对物质层面养分的补充怎么看呢? 比如说营养素啊.....

高灵: 那当你在一个和谐的状态下，那你当然跟外界的一切，比如说食物也是在一个和谐的状态。你会知道你需要什么、想吃什么，就像animals，就像动物跟植物的关系，它会在它需要的时候去.....

问: 那您怎么看待保健品，比如让人年轻的药品?

高灵: 没有看法，那是你们自己对生命的理解和探索。如果它符合你的需求或者复合你自己的believe system.....

问: 想要一美元和一万美元对宇宙来说是不是一样简单? 怎样做到一样简单?

高灵: 如果是一样简单，你就不会产生这个问题。它对你来说是一样的。你产生这个问题就说明这两个对你来说是不一样的。

问: 就是因为感觉不一样，那怎么做到一万和一千万一样简单呢?

高灵：那是你自己对生命的一个理解度。你对生命的理解度和对一切万有的理解度，它不过是通过钱的方面呈现出来而已，当然，它还会呈现在各个方面。

2024/10/08 – 灵魂主题之从外到内

问: 我这辈子来到地球上的功课和任务? 我叫XXX。

高灵: 你这一生的灵魂主题就好像, 终开始你有非常极端, 比如说一个很白一个很黑, 一个很沉重一个很轻松, 这么说吧, 你最开始前半生可能会去, 比如说你一开始是要一直假装自己是一个皇帝, 然后最后成为真正的皇帝。所以你的前半生会把自己假装活成一个特别圆满、合一或者是轻松快乐的一个状态, 然后最后会走上一条真正的从内在去达到一种圆满。最开始你可能就好像画一个圆, 然后画了这个圆过后, 你会好像真正的把这个圆填成实心的, 不是空心的。那在这个过程中, 你就会经历两个极端。什么极端呢? 就是你这个空心, 在最开始填的不多的时候, 那种空的感觉, empty, 就是内在的一种empty的感觉。比如说一个喜剧演员他在台上的时候笑的很开心, 但是一下台, 他就回到一种很沉重的感觉, 明白吗? 最后这个喜剧演员他会让自己台上台下都是一个喜剧演员, 就是不会再有那种只是台上是那个样子, 明白吗? 这是你的灵魂主题。所以后半生你会真正的走上一个..... 就像你建了一栋很高的房子, 你可能最开始只建外面那层。然后逐渐的你会把内在给它加固, 然后成为一个真正的高楼。你的后半生会从一个虚到实, 从外到内这样一个路程。

问: 我为什么会爱上一个有夫之妇?

高灵: 这里没有为什么, 因为你目前走的这个阶段是因为你还需要通过从外界来达到一个内在的满足。就这么说吧, 比如说你还需要从外在的水源接水来流到你的内在。比如说你是一口井, 这口井还需要别人从外面倒水进来。它内在的水还没有被你打开。所以不光是关于情感的层面, 就你刚刚说的感情这方面。还有在很多方面你都会, 就是外界对你来说的重要性吧。就这么说, 就好像你是一人, 你没有用你自己的腿、你的muscle在走路, 你一直在借助这个拐杖。那么当然你不仅在感情的层面需要有一个对象去满足你。然后在其它层面你也会需要很多外界的东西来支持你。因为你现在是在依靠拐杖而不是你自己腿部的力量在存活, 在站在那里, 在存在着。但是你的生命的路线会把你push到另外一个, 来让你的腿部可以恢复真正的力量。

问: 我想看一下我和XXX的灵魂关系。

高灵: 这么说吧, 她的存在, 她就像一个内的东西, 比如说你以前可能不太关注腿部的力量, 她的出现让你腿部有了直觉, 就让你想要开始用腿部了。也就是她给你带来的触动和连接是你内在的, 而不是像拐杖一样是属于外界的。所以她的出现是来让你有一种..... 你们的连接跟外界没有关系。为什么说跟外界没有关系呢? 就是跟你们的身份没有关系的。就是她是否已婚, 你是否已婚, 跟这些没有关系。更多的是能量层面和灵魂层面的一种连接。就是她会带出来一些你没有看到的内在的一些品质。比如说以前你可能不太关注..... 这么说吧, 就好像一个西瓜, 你可能以前不太关注西瓜里面是什么, 你只看到外面表皮的花纹。但是因为她的存在, 你会看到西瓜里面竟然那么甜、那么红。她会把你带入到一个去看到从里到外, 从表面到里面的一个路径。所以她会能量层面把你变成好像另外一个人或者是带出你的另一面。然后你逐渐有一点好像是settle down的感觉, 就像是一个指引, 把你从外面指引到内在去, 让你去看到更多。你只需要知道你生命中的关系的出现并不是来让你得到或者是执着或者去占有, 而是说它像是一个激活你的, 就好像它是根火柴把你点燃。那你并不是占有那

个火柴，只是来让你产生反应，然后燃烧起来。所以你们的关系不会受到任何外在的影响，因为它是属于内在的。就好像化学反应，把你点燃了就是把你点燃了。那你说打火机它能点燃你，但是你却并不需要去占有这个打火机。

问：那我可以带给她什么吗？

高灵：快乐，就是你会让她的能量..... 但是你需要，就好像刚才我们说的一样，她是火柴把你点燃。那么你只需要熊熊燃烧。如果你想要去占有火柴，她就没有办法体现火柴的价值，你也没有办法以你们本来就是的状态而..... 所以你能带给她的是一种生命的燃烧或者是激情或者是快乐，就是一种活着或者一种流动。因为她的能量会有一种僵硬、固化、沉淀、沉重。你好像是泥鳅一样，她好像是泥一样，然后你这个泥鳅把泥弄松软的那种感觉。你会松动她很多。

问：为什么我来这个地球上是一个空心？

高灵：不是一个空心，是你体验的一个先手顺序。因为所有灵魂来到这个地球上是一个展现和成为的过程，从一颗种子成为一棵大树。只不过是生命展现的方式是这样子的。因为有的人可能是从内到外，那你是从外到内。

问：我的灵性天赋是什么？

高灵：如果你突破了你的灵魂主题的话，你是一个只需要存在，然后你的那种快乐、频率和能量就好像在影响着整个屋子里面的人，就是你不需要做点什么。你目前可能需要去做点什么才能产生影响力。它就好像从一个扇子，你需要用手去煽动它，它才有风。到像是一个电风扇一样，它不断地在送风，像空调制冷一样，整个房间一直是这样的温度。而不需要你在手动扇一下才有风。这个就是你的..... 因为你内在的发热被激活了。

问：我们公司要做一个真人秀。我想问一下这个结果？

高灵：我们想让你通过这个看到你现在的这个模式，你会依靠于外界，比如说你的一个作品产出关注的量或者是它达到什么效果。因为你会依靠外界、依赖外界的一个反响。你人生的路是从这样子，就是在乎一个结果，然后走向一个每个当下都是一个结果，就是你每一个当下就是一个圆满的状态。而不是从一个状态必须要到那样才是一个圆满的状态。所以这是你的成长之路，所以让你刚才提出来的问题来照见你自己。就比如说你目前做一个节目，你还想去问别人结果怎么样。再过个十年，你会发现你内在完全不会升起来类似的念头或者是想法，就是那个果会如何呈现。把它当成是来照见你成长和蜕变的镜子。而不需要刻意的去处理这个问题。就比如说我去追求这个结果怎样或者是..... 就是你不需要为你这些想法去做出任何，然后只是让它来让你自己看到你在变化，你的意识在产生变化，你在成长。就是逐渐的从需要依赖外部的力量达到不需要依赖任何外部的力量。

问：高维对我当下还有什么指引？

高灵：无论你生命中发生什么，让你抓狂或者是不悦或者是不舒服的、不适感，就是产生不爽的这些事情。它都是来推动你、带领你、引领你走向你不需要从外界的任何去获取力量。

它是把你推动到去激发你内在的力量。就好像我们说你的腿不是最开始需要拐杖走路吗？那当你在扔掉拐杖的时候，你自己在走路的时候，它会产生一些不适感。因为你都没用它这个muscle，对不对？那在产生这个不适感的过程当中，就是你这个拐杖被拿走了，然后去知道这是你内在力量被激活的一个过程，它不会是一个永久的状态。因为人们往往会因为最开始的不适感而又继续去不停的抓拐杖或者是放弃突破。所以产生的任何不适感，然后来知道你正在不断地激活你内在的力量。它是往好的方向走，所以你不需要着急的去抓各种拐杖。也不需要把它push away，因为它就好像健身器材一样。

2024/10/08 – 集体问答

第一个人:

问: 感觉赚不到钱, 金钱方面匮乏的感觉, 怎么改善?

高灵: 我们先看一下你的灵魂主题。我们连接到你的灵魂主题, 你就像雨水在玻璃上一样, 一下子就滑走了, 它没有像在土地里一样可以渗入进入。也就是说你的灵魂主题就是如何从表皮到深入, 从一个快到慢, 从表到里, 从急急忙忙赶路的状态到真正的坐下来定在这里。所以你的灵魂主题是围绕着定在当下, 然后再深入再深入再深入。同样的我们连接到你关于金钱的问题, 你之所以存在金钱的问题, 就好像你这块土地没有办法得到雨水的滋养, 水没有办法渗进去。对你来说, 就比如说你从外界(没有)得到的滋养, 那你当然也给不出去滋养。也就是说你的这块地就不长农作物, 它就没有产出很多种子, 没有结出很多果子, 它就是种子在里面。它不能发芽的原因就是你的灵魂课题就是需要从表皮到深入, 就比如说从关系来说, 那你可能从开始形式主义的状态到一个很deep。就是比如说你可能有十个朋友, 但是最后可能就一段关系, 就一个朋友, 但是这段关系却是非常紧密深入的, 而不着急的去奔着结果。当你在奔着结果的时候, 这颗种子就像浮萍一样没有办法在土壤里面扎根。所以会导致你内在有一种恐慌或者不安全感。那这种恐慌和不安全感又导致你着急。然后一着急, 你又没办法扎根。没办法扎根呢, 你又结不了果子。然后就在这种子在一个循环的状态下。

问: 那我应该怎么做呢? 就是要让自己定下来。心里真的是不停的有这种恐慌和匮乏。

高灵: 就像刚才说的, 因为你没有根站在地上, 所以就导致你好像一直飘着的, 就没有东西给你抓, 没有东西给你一种安全感或者是安定的感觉, 然后导致你就好像急急忙忙、跑来跑去的找。那你一着急, 你没有办法在当下扎根, 这样形成了一个恶性循环。还得从表皮到内在, 就是从表面到里面, 从浮躁到一个定。就好像你是一只鸡, 你在孵化小鸡一样。你说你走来走去、走来走去, 不蹲在鸡蛋上面, 小鸡没办法被孵化出来, 对不对? 那同样的, 你这棵树或者这棵植物要是不扎在泥土里面的话, 它也没有办法扎根和长出果子。然后我们会建议你我们的信息产生连接, 因为和我们的信息产生连接是从你的内在开始安定下来。因为你们物质世界的所有一切都是外界外界外界, 追逐外界, 去看重外界。那你通过我们的信息和你的内在开始去产生一种安定感或者是连接感的话, 逐渐它会让你这种跑来跑去, 像热锅上的蚂蚁的这种状态到一个你能安安静静的定在当下, 而不是跑来跑去。这是你这一生的.....

问: 建立这个连接?

高灵: 对对, 看信息就好了。看信息, 它会逐渐逐渐的让你内在那种定的感觉升起来。

第二个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX。

高灵：你这一生的灵魂主题围绕着如何正确的使用你内在的能量。因为你内在的能量它很大，但是你却好像不能让它，就好像你有一股失控或者很强大的能量在你的内在，但是它却没有办法..... 它像洪水一样，你要把那个洪水的状态变成是一个正常的水流。如果说简单一点，就是如何平衡好你内在的能量吧。就好像有一种调整、调试、整合。简单一点说，就是你可能会憋出内伤的那种。就有一种好像气发不出去或者不知道怎么发出去，就是内在有很多能量，但是这个能量没有，就是你如何把它变得不像洪水一样有很大的破坏力，就像是大禹治水，治水的工程。因为这个工程很大，它导致破坏，它就没有办法很高的去正常的运作。然后就有一种你本身内在是一个有特别强大能量的人，但是却没有办法成为一个真正的一个正面的创作者。所以你这一生就是要，好像你内在有一头猛兽或者是狮子，你要如何去和它建立连接，然后训练它，和它和谐的相处。

问：那有没有什么方向可以指导我怎么样可以和它建立连接？

高灵：我们看到你需要这一生就好像是..... 你好像是有两个人格，一个人格它发展的样子像是母亲，包容、允许、耐心，这是你其中的一个人格的发展。然后这个人格能让你内在的那一股能量让它像一头狮子一样能够乖乖的被你这个人格包容、允许、接纳。然后那一股人格能量的整合，它才能被你从内在消化掉。所以你就想象一下你内在是有两个不同性格或者是人格的一个人。然后它俩需要和睦的相处，然后一方需要发展出一个无比的允许、包容和不评判、不计较，然后完完全全允许另外一股能量在你的无限的包容、爱和允许的能量下进行整合。你可以去生活中接触一些有特别大的包容度的人，然后从他们身上去看到包容的力量。这个会对你能量的整合有一定的协助和帮助。

问：包容和接纳属于一样吗？

高灵：这么说吧，这种包容和接纳并不是去push你或者要求你去达到一个状态。如果说包容的状态，就好像橙子在青涩的时候它没有办法达到一个非常甜的状态，对吧？如果你去要求一个人达到一个包容的状态，就好像你在要求一个橙子在它很小很青涩的时候要去变甜。所以它会需要这个橙子慢慢慢慢的成熟。

问：是给时间？

高灵：不是给时间。怎么样才能成熟？那也就是你这个灵魂得到了不断不断地扩展，明白吗？成长，它是心灵层面的成长、成熟度，跟年龄没关系。怎么样才能扩展你的心灵，让它在不断地成熟的一个状态？那就是增长你的智慧，那也就是说对生命有一个更加多的理解度，你有不同的角度。就比如说你看到一个小偷偷你的包子，就你开了个饭店，他来偷包子吃。因为你曾经做过流浪汉，然后你也体验过那种饿到眼里只有吃的那种状态，而去做出一些像偷的行为，所以你就没有去责怪他，而是允许这个事情的发生或者还给他提供更多的食物。为什么呢？因为你到过那里，你体验过这种，你能理解它的心，明白吗？那从这个方面，你看，你的体验就转变成了你的包容度了。它就是在让你的这个灵魂不断不断地扩展，能够包容很多。

第三个人：

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX, 31岁。

高灵: 通过我们连接你的能量, 你的内在有很强的男性能量。然后你像是一个战士一样, 你这一世来地球就有一种像战士一样不断地突破、打破、不断地历练自己, 然后来展现或者是继续去提升你内在的爆发力、爆破力和能量一样。所以有时候你如果把自己内在看看成是一个男的, 你就能更加理解和多认识你自己, 就不要把自己局限于你是女性的身份。所以你其实就是来玩, 然后同时来展现你的一个多变。你像是一个男孩子, 就好像挑衅一切或者肆无忌惮, 就像你刚才说的我想展现男人就展现男人, 想展现女人就展现女人。你的灵魂主题有一点像是来这个地球上打抱不平的那种感觉。所以你内在会有很强的正义感。你就好像是光之战士, 奥特曼来击退黑暗的那种形象一样。为什么会选择女性的身体呢? OK, 你选择女性的身体, 你好像有一点就是你们女人能活出这个样子, 我来给你们做个榜样一样。你看, 我什么都不怕, 我也不怂, 我也不守任何规矩, 我怎么样怎么样。所以你有一种好像来带领女性翻身的能量在你的内在。我们想跟你说的就是和JOJO老师建立更深层次连接, 因为她会让你的这个能量展现的淋漓尽致的。然后你就好像是一个leader走在前面, 作为女性的代言人的那样子, 然后让社会和女性本身, 还有让男性对女性的这个身份有一种刮目相看。就好像一种不再以那种旧有的模式, 就是花木兰那个角色。

问: 那我在地球上还有多少世?

高灵: 你本来这一世就是选择来玩的, 所以它不是一个特定的..... 所以你会玩的很开心的, 以后还会更开心。

问: 我觉得我有疗愈的能力, 这种能力我怎么能给它展现的更好呢?

高灵: 刚才就跟你说了跟JOJO老师建立更强的连接。她会让你的各个能量展现的淋漓尽致的。

第四个人:

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XXX, 18岁。

高灵: 我们连接到你的灵魂主题, 你像是一个新人类的, 就是比如说接下来人类发展的方向, 然后你就好像是新新人类的第一批或者是所谓的星际种子, 你们有很多这样子。这么说吧, 外星能量来到地球来推翻它们、展现它们, 就是展现一个新的版本的。所以你就是来展现一个全新或者是一个最高版本或者是新版本的人类的一个样子。

问: 那我的最高或者是新版本是什么样子?

高灵: 你不需要去学。目前你只需要去体验, 体验的同时你知道你是一个旁观者或者你是一个外来者。就这么说, 就好像是一个外星来的人来到地球, 你就是来旁观它们发生的一切。但是你知道它们发生的一切, 打也好、斗也好或者是你死我活也好, 跟你没关系。因为这不是你家里的事。你就好像你进入到别人家里, 然后他们在那你争我斗、你死我活、尔虞我诈, 就是各种这种东西。你就是看着就可以。为什么呢? 因为跟你没关系, 明白吗? 因为你

需要去看到这些东西。但是看到后，你要知道你并不会被他们影响，因为那不是你。就这么说吧，你就好像看着狗在吃屎，你不可能跟着它吃屎，对不对？因为你不是狗，所以你不会被这个味道所吸引，明白吗？所以无论你看到什么，你都不需要有那个什么。为什么？因为那并不是你。就只有狗才会对屎产生一种迷恋，因为你不是狗，你是人，所以你不会对屎有迷恋，欲罢不能的那种感觉，那不是你。那我们这些信息只是来帮你认清楚你的身份，来让你无论在任何时候都让自己像一个旁观者一样，你只是去看到它们是什么样子的，来更加认识你是什么样子的。

问：但是我并不想看到他们这些黑暗的事情，我想经历一些美好的。那我应该怎么.....

高灵：那你首先要知道你本身就是来，就好像等着你这棵树长大一样，长大过后，你结出的果子跟它们不一样，明白吗？就好像他们现在所有人都在地上趴着走，那你需要做什么？就是好好站着走路啊，就这么简单。而不是跟他们..... 然后逐渐人们会看到，哦，竟然能这样走路？那他们也能站起来，也会走了。就这么简单。

问：我生活中处在一个很关键的卡点，高灵对于我现在的选择有什么说的吗？

高灵：就是我们前面说的所有一切，你首先也明白你的身份，明白吗？你本身就是会活出不一样的版本和展现出不一样的版本。那个是什么版本呢？就是你内在知晓的，就是你本来就是一个状态。

问：我觉得我很着急展现，我展现不出来。

高灵：你着急的能量来自于你好像知道你的使命或者知道你自己的身份，比如说你心里知道一些。那知道一些呢，你又想快一点影响这批人都站立起来跟你一起走路。这么说吧，你像一颗橙子一样，你最开始刚结出果子，它肯定是又小又涩，对不对？那人们没办法通过你这个又小又涩的状态而认出来你真实的状态。那只有你成熟过后，他们品尝到你才能被你很甜的状态滋养，对不对？那这就是为什么你现在还感受不到你自己的影响力。因为你这颗小果子才刚结出来而已。那是不是在这个过程中，你只需要知道你是谁。你知道你果子的状态，我们告诉你到时候又大又红又甜，所有人都喜欢。

问：我生活中应该做什么让它更快的又大又红又甜？

高灵：和我们的信息建立连接，就这个。它就会让你不断不断地被滋养。

问：我感觉自己现在财富上有卡点。我应该怎么做？

高灵：去放下你觉得你财富有卡点的这个想法、这个念头和这个观念、观点，明白吗？你没有任何卡点，你也不会有任何卡点。你只需要在你当下的每一步，就是你这棵果树它在当下需要多少水分就多少水分。太多的水分不应定有利，明白吗？

问：我做的选择都受到家人的反对，我不知道自己是不是对的？

高灵：你是对的。但是你也可以以一种更和谐的方式去展现，然后你有转化它们的能量。然后你没有财富上的问题。你有财富上的问题就好像说我这棵橙子树需要大量的水，好像在水

里面长一样，它没有办法存活，对不对？所以说你会在你生命的每一个阶段得到你应有的滋养，你只要相信这个就够了。

第五个人：

问：我的灵魂主题是什么？我叫XX，33岁。

高灵：我们连接到你的灵魂主题，你就好像是一个非常好用的电器，但是需要找到一个电源，你的电器才能运作。所以你的人生的主题有一个就是找到自我。如果没有找到自我，就好像这个电器没有插上电一样，会有一种使不上力，有一种眼高手低。就好像自己心里有计划后目标，但是好像很难去达到、成为，这样子的一个状态。所以你的灵魂主题有一个自我寻找、成为、找到自己的一个过程。

问：我从小比较对佛学的东西感兴趣。心相对来讲会静一点。

高灵：我们看到你就像是一颗小树苗，它需要找到一个地方扎根，然后那个厚厚的土地能让你完完全全不断地扎根，然后让你这棵树长的越来越茂盛。

问：我不太明白为什么我经历了很多人没有经历的事情。是不是我以前做了些什么不好的因果？

高灵：NO，是你去认识自己和找寻自己的一个过程、一条路，明白吗？因为你需要去体验不是，你才能知道你是。你需要体验黑暗，你才能知道你是光。你需要体验相反的那一面，比如说体验束缚，你才能知道你是自由，明白吗？所以这些体验不过是来让你认识自己的过程。

问：我经历的这些事情是个人都不太能经历的到。我爸妈两岁就感情破裂，我爸在我十一岁就出轨，后面我妈去世了。他们之前离婚了。后面我姥爷想跟我发生关系，以及我姨夫想让我做他的地下情人。这些事情都不是我自由选择的结果。所以我觉得我造了什么孽啊。

高灵：我们连接到，有一句话叫出淤泥而不染，明白吗？我们说你的灵魂主题不是一个找到自己的过程嘛，对吧？你现在是在找寻你自己，所以你现在没有看到你自己的力量，也没有看到你到底是谁或者是就好像这个还没有激活，就好像你这个电器还没有插上电。所以你还没有电，就是这台机器还运作不了，所以你还不认识你自己，明白吗？但是我们来告诉你，真正的你就是出淤泥而不染，它就是不会被黑化。就是无论你现在的体验再加倍，你也不会被它们影响。就是无论多么失控的状态下，你都不会去跟他们一样，进入到他们的.....

问：就是痛苦是一种虚妄？

高灵：NO NO，所有的这些东西，你前面经历的这些，它不过是.....你目前体验的是苦味，但是这个苦会随着你认识你自己的真实身份过后，看到你自己过后，它会变成甜的。之所以你目前还体验到像你刚才说的这种状态，那是因为你还不认识自己。你如果认识你自己.....

问：是个人都不会觉得这是甜的吧？

高灵: 那你就知道你不是人。你把你自己当成是人, 你当然就会产生所有这些东西。那如果你找寻你自己是来让你看到、来让你认识到你并不是人, 明白吗? 你不是人。你不过是一股energy。你是一个energy, 像烟一样, 像云一样。那这就是你找寻自己的一个过程和认识自己的一个过程。但是你这个灵魂它还在长, 它还在发展, 它还在蜕变。所以说它会随着你, 你可能在你43、53的时候, 你再来看这一切。它会让你更加的pure, 好像有一种淬炼出来的, 更加的pure、更加的纯粹。

问: 就是你经历的所有事情最终都会成长到自身?

高灵: 你经历的所有东西都会让你发现没有任何事情能够影响你的本质。就不管它到底有多horrible、多么黑, 就是出淤泥而不染。

问: 您说的这个是佛家讲的空性吗?

高灵: 你看, 你现在就是在认识你自己、找寻你自己, 认识你生命真正的状态。你就会看到你自己, 莲花圣洁。

问: 因为只有这样我才不痛苦。

高灵: 所以你会从这里涅槃。你会发现这里所有的黑暗都会让你更加的亮, 所有的淤泥只会让你更加的圣洁、洁白。你在路上, 你现在就好像一个小孩子, 现在应该到了青年期了。如果是一个果子的话, 你现在还是一个青涩的状态, 还没到秋天呢。

问: 我估计还需要时间和事情.....

高灵: 对, 但是你会的, 你在路上。

第六个人:

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你这一生的一个灵魂主题, 你这一生就是来拿你的女人味的。什么女人味呢? 那种柔, 还有那种慵懒、无为, 就像猫一样的感觉。就好像你的能量要从一个状态变成像猫一样, 它就在那晒太阳, 很慵懒的伸个懒腰, 然后说话细声细气的那种, 就完完全全不会被外面的景象而很着急或者是很强势。我们刚才说的那个是你去成为的状态, 就是你会往那个方面去从一个相反的方向变成刚才那样子的那个方向。所以如果刚才我们说很慵懒, 那就说明你现在是什么? 因为这是能量的一种转变, 然后你们来到这里都是从一个状态到另外一个状态, 就是从这个状态到那个状态。就好像最开始你是一个非常硬的石头, 然后变成柔, 柔的你一句话就让男人全身都酥麻的那种感觉, 明白吗? 所以它其实就是来激发你内在的女人味。你在这样子的女人味的状态下, 你就不会觉得外面的事情需要很用力。就比如说你现在是硬的状态下, 你可能让别人来: 你帮我搭把手啊。人家理都不理你。你为什么还不帮我搭把手? 然后当你的女人味一散发出来、一慵懒, 你可能不需要说话, 他们就嘟嘟嘟跑到你面前, 你怎么能做这样的事情呢? 我帮你。明白吗? 然后你就会发现事情不需要你动手, 因为还轮不到,

明白吗？那就是能量的一个转变，就是你的能量从一个好像事事都需要你亲力亲为、你动手、一个强迫的状态到一个无为，然后你就会发现外面所有的事情都在围着你转，这样一个状态。这就是你把你一个很厉害、很man的一个男人变成一个啥都不做的小女人，这样子的一个状态。

问：这个你都能看到，太厉害了。

高灵：是的，连接你的照片，然后连接你的灵魂，就知道你的灵魂这一世为什么而来了。你有没有看到我跟你说话的声音变得特别温柔？你知道为什么吗？我想用这个能量去影响你，让你染上这个味道。当他们需要拿到内在强大的力量的时候，我的声音会变的非常的坚硬，像这样子。当你需要柔软下来的时候，我的声音就会变得特别的..... 为什么呢？就是我会散发出不同的味道，也让你可以身上沾着我的味道，明白吗？所以这是通过你这个灵魂的需求，就是你需要什么味道，那我就释放出什么味道来让你去沾染上这个味道，然后你就能知道，哦，是这个味道。

问：关于财富能量这一块.....

高灵：那你就知道在你之前的那个财富，你肯定是吃力的，你肯定是很辛苦的攒钱或者是赚钱，对你来说是一个沉重的事情。但是我们不是说你这个能量要转变成另外一种，对不对？那你就发现你不需要去赚钱，你坐在那，金钱就会被你吸引过来，明白吗？或许你只是需要说几句话，钱就来了。它就是一个不费吹灰之力。但是你的灵魂主题就是这个，转变不是一个我说转就转的事情，明白吗？那就好像你是个男人，我们说你要变成一个非常温柔性感的女人。他没有办法，因为他做男人几十年，你让他变成一个特别没有力量的女人，让他处处展现出一个弱不禁风的样子，他不可能，明白吗？所以能量转变并不是一件你能马上一下子就做到的事情，除非那个人的灵魂主题就是这样子。他就没有这个课题，他只不过是来呈现他所是，明白吗？那怎么样可以让你的转变变的easy、轻松或者快？那就是跟着JOJO老师，明白吗？因为这里的信息和她个人能量对你的影响，你会发现它不是一件费力或者没有头绪或者不知所措的事情。它是一个逐渐逐渐你就发现你被影响了。

问：亲密关系.....

高灵：你的亲密关系，这个样子，它肯定不是一个舒服的状态。因为你想象一下，你是一个能量体。那这个能量是一个这样子的状态，那它无论投射到什么，投射到事业、财富还是亲密关系、亲子关系，就是任何地方。这些东西都是不同的镜子，你在一个屋子里面，墙壁这面镜子是你的亲密关系，这边事业..... 就是周围所有的镜子都是你这个能量状态投射出去的。所以当你的能量本质发生转变的时候，所有的都会发生转变。当你的能量本质没有发生转变的时候，你就会发现就算你的亲密关系转变，它也只是一时的幻像。比如说我刚跟这个男的交往，我们俩还在热恋期。热恋一过，你就回复到你那个样子了。或者是你刚找一份工作，你很用力的去展现的什么都很好，但是那个一过，你又开始..... 所以它是一个temporary，就是一个暂时的来让你感受到好像变好了，但是没有变好。慢慢慢慢沉淀下去，你又能看到你的那个..... 所以最根本的是在你本质的一种转变。那当你这种本质的转变的话，它会转变所有。当你的能量转变，你会拥有很幸福的亲密关系，你会拥有毫不费力的

钱财。你会发现你生命中做什么都是毫不费力，就是顺风顺水，一切就好像是送到你眼前的。

问: 我觉得我应该是这样的状态，但是为什么我达不到呢.....

高灵: 所以刚才说你不用说话，别人就嘟嘟嘟跑到你面前来伺候你，来满足你的需求，你当然就不用你的嗓子了。你此生就是为了这个而来，就是把你内在的女人味给激发出来、释放出来。因为你很多世是男人。

问: 我喜欢女人，我不喜欢男人。

高灵: 我告诉你，你喜欢的并不是女人，你喜欢的是那个能量。为什么呢? 因为你需要那个能量。不紧不慢，然后看着它就好像全天下都静下来的感觉，就像一只慵懒的小猫。所以你不是喜欢女人，你是喜欢那个能量。如果有男人拥有这样的能量，你也会喜欢他。因为你内在是个男人，你做了很多世的男人，所以你喜欢女人也很正常。你很多世都是男人。这么说吧，那股能量还供你今生去突破和体验的。就是其他世的能量还在。但是你身上也有很多优秀的品质，比如说你的责任心、责任感，就是承担责任，就是跑前线。有时候你的脾气来自于好像其他人做的不够好。就做什么事，因为责任心..... 然后那种让你愤怒或者失控，你就会觉得你们就不能做的像样一点那种感觉。所以你很看不起那种不负责任的男人或者是没有担当的男人。你现在找到路了，和我们的信息产生连接。

问: 怎么连接?

高灵: 就是看我们的信息啊。听我们的信息，看我们的信息。它里面会帮助你认识你自己，帮助你去认识生命的真相，还有这些智慧。为什么你们的能量会坚固呢? 就是它是一个形态，它不是千变万化，它是受限的呢? 它就来自于你们智慧的程度，明白吗? 比如说越是更高的智慧生命的话，那它的能量，就像你们看你们的科幻片。那个外星人走过来，一会儿变成一个动物，一会儿变成一个男人，一会儿变成一个女人，它千变万化的，明白吗? 那当它不能变，就说明它是一个很受限的，它没有办法操控这个能量。所以当你能够去操控你自身的能量的话，那你就变成一个更高的智慧生命体了。这是你们所有生命来到这个地球上去学习。

第七个人:

问: 我半边牙龈全肿了，肿了半边脸。身体是有什么信息要告诉我吗?

高灵: 你稍等。我们连接到就好像是，这么说吧，如果那种爱情或者那种甜蜜的两性关系如果是蜂蜜的话，就好像你很久没有吃蜂蜜的那种苦味。导致它的苦味开始..... 所以说..... 因为你们的灵魂它被设计的需要有两性关系，对不对? 那两性关系那种亲密、深入的那种连接感，它会刺激你身体好像有一种甜蜜，就甜蜜的味道，明白吗?

问: 那这个是提醒我要去谈恋爱吗? 还是怎样?

高灵: 就是来让你看到你身体的一种失衡产生的一种相, 明白吗? 那当然你们都会有这样子的一段关系。那这段关系怎么样才会出现呢? 那就是越来越接近、成为真正的那个你。然后你会发现这个甜蜜它不只是来自某一个人或者一段关系, 而是一直都有, 明白吗? 而且它是任何关系。所以它不过是你成长路上的一个点而已。

问: 我这两天一次看到整面墙散发七彩的光, 还有像烟雾仙境一样。一次是看到黄金的罗盘, 其中有数字和七彩的光柱, 大罗盘小罗盘, 非常清晰地在我眼前。为什么会看到这个? 有什么信息吗?

高灵: 首先你本来就拥有看到这些的功能。那就比如说你本来就有一双眼睛就能看到, 然后这个只不过是你自己本来的功能而已, 明白吗? 那它有时候会出现, 有时候没出现的原因来自于当你把所有的attention都聚焦点都放在什么地方的那个什么。所以你刚才说的那个, 它只不过是你的这个灵魂的功能, 就比如说你这一生你会开启什么功能什么功能来协助你探索这个物质世界和体验这个物质世界和你的灵魂主题, 明白吗? 所以它不是一个奇怪的事情。它是一个理所当然的, 只不过是你还没有对你自己有一个全面的认知和了解。你也在好像认识你自己的这个过程当中。

问: 因为我曾经也问过您, 就是做梦的时候开通了天眼。那这个功能是不需要去做什么?

高灵: 不需要, 你只需要来允许你这个生命不断地成长, 越来越成为你所是的状态。怎么样才是允许呢? 也就是说信任给你安排和推动到的每一步, 它都是为你而来。因为你们的头脑会对一些情景不知情, 它就会产生一些抗拒或者是恐惧或者是不允许。这样的话, 你会花更多的时间在一种焦虑或者担忧或者恐惧的能量当中。你们只需要信任每一个wave, 就是把你带到的地方都是你应该体验、去到的地方去体验。

问: 我前两天看见我在外面喂的流浪猫, 我就特别生气, 把自己气哭的那种。曾经我也在梦里看到小动物被欺负, 我是那种暴怒的醒来。我想问一下这个是我需要看到我在灵魂上有什么点? 就是为什么会有这么大的反应?

高灵: 这个是关于你目前的一个课题, 就是目前你还没有突破的一个课题就是关于, 比如说月有阴晴圆缺, 花有花开花落, 潮有潮起潮落, 就是外界所有的一切都在变化当中。允许一切所是。然后就是好像你还没有去把这个幻像看透, 那么当然你就会对外界的相产生很大的反应。就比如说你觉得月亮应该是圆的, 它一开始缺了, 你就开始焦虑着急, 怎么能缺呀? 不圆满了呀? 不完美了呀? 就是这种。所以说它会让你产生很大的一个反应。那当你明白一朵花它会有盛开的时候, 它会有残花败柳, 它会有残缺的时候, 它会有凋谢的时候, 它会有死亡的时候, 明白吗? 就是它每一个相, 就好像一片叶子它有绿色, 然后逐渐变黄变枯萎, 然后消失不见。那当你看到这个消失或者枯萎, 就是在这种腐烂的状态下, 你就会产生一种悲伤、愤怒、抵触, 明白吗? 那你知道叶子每一个阶段、每一个历程都是它的一个阶段而已。那你看一下你们的生命有没有哪一具肉体不腐烂的?

问: 高灵还有什么信息是需要我知道的吗?

高灵: 你稍等。我们有跟你们说一切都被安排好, 对不对? 然后一切都在正确的路上, 对不对? 就是允许, 是不是? 但是同样的在这背后有一个非常核心的东西, 就是你在这样子的一

个状态到底是消极的还是积极的？就是你到底是，就是所有发生的一切是为你而来？还是你只是听高灵的话，让我这么做，我就这么做，但是我心里还担忧，明白吗？就是你处在什么……就这么说，你身上穿了一套乞丐装，然后你到底是真正的不在乎你身上的乞丐装和皇帝的装，有什么不同呢？就是对你来说没区别，就是皇帝装也是乞丐装，乞丐装也是皇帝装，它对你来说没区别。你enjoy whatever，你enjoy每一个moment。还是说我现在的乞丐装是为了我将来的皇帝装，明白吗？这两种是不一样的，这两种它进入到不同版本的一个世界。它有不是一样的果。

问：我能感受到我会在这两种状态里切来切去的原因是什么呢？

高灵：因为当你们执着于我目前穿的乞丐装是为了将来的皇帝装，你们就已经在产生一个，进入到一个并不是你们的最高版本的一个相当中去了，明白吗？你就会体验什么？失落。那你的果已经定了，它是失落的果，明白吗？那也就是说放下头脑里面所有的期待，我今天穿乞丐装是为了……我相信我十年后一定会穿上皇帝装，放下这个。你当下已经穿上了。那个皇帝装不一定要以皇帝装的样子存在。它有可能是什么？皇帝的新衣，它什么都没有，它也是皇帝装，明白吗？因为你们的每一个形态，就是意识形态都会有一个已经注定的果在那里了。就你这个意识形态，它就是这个果。所以不要觉得你现在在听高灵的话，或者是在suffering，或者是体验这个只是暂时的，你最终会好的，这种也是一个误区。这里没有最终。因为当你在进入一个最终或者产生一个最终的时候，你就进入到一个误区，你在进入到一个有分别的相。那么你就在你生命中产生很多分别出来了，它就会有高和低、好和坏、就会有不如意、就会有痛苦，明白吗？就你那会儿已经产生这个分别的相了。

2024/10/09 – 你们来地球不是来结婚的

问: 我妈妈为什么选择这么早离开?

高灵: 它这边说, 妈妈想要告诉你没有早和晚, 只有它觉得时间到了, 就好像它要起身出发或者像是, 比如说秋天它想要去某一个地方旅游一样。所以它告诉你的是没有早和晚, 只有你是否想要到某一个地方。比如说你想要旅游, 你不会说为什么你要选择这么早去或者这么晚去, 只有你心中想去。这是它告诉你的。

问: 我这辈子跟我妈妈的关系?

高灵: 你和你母亲的灵魂关系是你从它身上拿到了很多阴柔的品质、阴柔的能量, 还有就是对美的追求和渴望, 就是对美感吧, 从它身上拿到的。就比如说你一直看着一个美人, 它总是化妆, 那么你就能从它这里学到一些装扮、化妆。所以你身上对美的追求会比较..... 你的品味、你的美、你对美的这个, 也是从妈妈那拿到的。所以你就是从它那里拿你需要的礼物。就比如说你这一生体验这个你会需要用到一些东西, 那么你就从它身上去..... 就比如说你这一生想要成为一个舞蹈演员, 所以你就选择了一个父母都是舞蹈家, 对吧? 那你就想要拿到女人阴柔的气质还有就是审美、品味, 对美的一种追求和要求, 就通过妈妈这边拿到。我们还看到了一个你现在还没有拿到, 但是你会拿到, 但是已经在里面, 已经是一颗种子的状态, 就是它还没有长大成为一棵树, 你还看不到。但是已经在里面。就是品味当下的能力, 就是定和静和品外当下, 就是安安静静的呆在现在、当下的这种状态, 不急不躁的这种。然后这种能量会在你的后期人格会出现, 你会看到。如果说你们的灵魂关系的话, 就好像有一种嫁接的关系。嫁接就比如说两种水果嫁接到一起, 它和你的灵魂关系就是它有嫁接在你身上, 所以你们的连接感很深。就是它的味道已经融入在你的里面了。就比如说它身上是茉莉花香味, 那个茉莉花香味已经是你身上其中的一个, 就是已经能闻出来茉莉花的味道了。

问: 我妈妈到现在感受到我在跟它说话吗?

高灵: 因为它没有跟你分开。你这样子的话会有有一种它在外面的, 没有, 它的能量已经融为你了。你妈妈说当你真正的静下来在品尝, 就比如说你静下来很安静、很安定的在喝一杯茶或者是不急不躁, 没有任何地方想要去的时候, 它就跟你在一起。就比如说你好像在品一个下午茶, 你没有任何工作要做, 你已经退休了, 你已经七老八十没有任何工作, 只是呆在那里, 像一只慵懒的猫只存在在那里的状态下, 然后它就在那里。这是它告诉你的。我是说那个状态, 并不是说你要退休了才可以。是当你达到那种状态, 就达到一个我没有任何事要做, 就没有要去跑。因为你们目前好像还会有各种行程要跑。

问: 我很想梦到它.....

高灵: 是它在你的里面, 就好像刚才那个样子。就好像你就是它, 你在用它来品尝茶, 用它的眼睛在看, 用它的心在体验、体会。

问: 我妈妈有三个小孩, 只有我跟我妈妈在一起吗?

高灵：你想象一下比如说你在厨房里面做饭，那那个香味只能你能闻到吗？其他人闻不到吗？所以是这样子的一个状态。

问：我和我爸爸的关系？

高灵：我们连接到你也是从它那拿的。你从它那拿的是什么呢？是坚定。就是有一种你就相信，你不需要理由，你就坚定。就是你内在会有坚定的能量在，就是坚定的相信某一件事情，不被动摇，能够focus在，就是你自己的想法。别人怎么说说不动你，无动于衷，你不会被旁边的..... 所以你其实从你父亲身上..... 你选择它也是来拿东西的。就它俩正好提供了你想要去拿的一个..... 因为你是一个追求完美的灵魂，其实你不会只是一些虚表的，就是你一定会从表象，然后再把里面弄得踏踏实实的，就是紧实的。所以你的灵魂之路一定会推动你，就是我把外面已经编织的很漂亮了，你就不断地往里面塞棉花的这种。就是一步一个脚印，很实实在在的。因为有的要么它只是实在，但是它却没有一个让人很欣赏的外表。那么有人可能有一个让人欣赏的外表，但是它可能没有内在的实在，明白吗？所以说你无论是做人还是做事，你都想要做到这两方面。所以你最终会朝向一个里外是一致的这种状态，无论你是通过事业体现出来，还是你做人，你都是走向这种圆满。

问：我能怎么陪伴爸爸晚年？是我常回台湾，还是把爸爸接来美国？

高灵：因为爸爸是一个很tough的人，所以你不需要担心他。你可以给他自由选择，让他去选择，就是怎么样都好。你只是一个I am here，你想怎么样我都支持你的这种态度就好。他很tough，也很有主见很有思想，所以independent的那种person。所以你不需要为他操心，他比你还要tough。所以当你以后你想要去加强一个定力或者信心，其实可以跟爸爸连接。因为它会给你踏实，就他的能量。他让你的根可以扎在那，就你觉得虚的时候去找他。所以其实它们的能量都是为你而来，就好像都是为了成就你。

问：我跟祖先之间的关系或者是祖先能提供的能量？

高灵：刚刚我们说妈妈的能量已经融在你里面了。然后父亲呢，就是当你感觉到虚的时候，就需要有人拉你一把或者扎根、给你一个定心丸或者给你一个信心的时候，跟你的父亲连接。然后和你其它更高的一些祖先的连接，可以去..... 跟JOJO老师学习通灵，让你更加有意识的和各种灵界连接。因为你迟早也会走向这个方向，就是能量的一种融合。

问：跟yoga灵魂的关系和功课是什么？

高灵：我们连接到，它如果是一个抓泥鳅的，你好像是泥鳅。所以你们的这种能量层面的话，它可能会这样抓，然后你一下就溜了。那这样的话，你们彼此之间的灵魂服务，就好像是它需要放开，就是不抓泥鳅，就是不试图去抓控或者是push，就是它的用力吧，成为一个无为，只是欣赏吧。然后你这边通过它，就是说朝向实。就是你这个泥鳅不动了，它可能也不会想来抓你了，就是实和定。当你在往里面，就是实实在在的，很定。它就没有觉得需要去在自己的影响、掌控或者推动下，就是它不会出力了。因为你要知道你们所有的关系，其实你们生命中的所有关系都是在推动你这个灵魂得以蜕变。就好像它会让你去做你的灵魂功课，因为你往那边走，你的路是往左边走，那它推动你往左边走。那它的灵魂功课是往右边走，你会推动它往右边走。

问: 所以是它push我比价多?

高灵: 没有。你需要明白你们的关系会把你们彼此内在的一些机制带出来让你们体验到、看到。因为你这面镜子在它面前, 它自己会体验到、看到、notice到。

问: 我现在的感情功课, 未来有没有婚姻?

高灵: 因为婚姻本身就是你们, 就是好像你要是想要婚姻, 你马上就可以, 但是它只是一个paper work, 明白吗? 但是你的灵魂有你的灵魂伴侣。灵魂伴侣就是你在突破你人生的每一个阶段, 它就好像是来陪伴你突破的, 来陪伴你去经验你的课题和触碰你的机制来让你体验和突破的。

问: 所以我现在的感情功课是什么?

高灵: 当下的感情功课是来让你不去..... 就是不去注重表象, 而实实在在的去注重里面。那你就会更加注重里面, 就是说你在通过这个关系得到的滋养, 或者是你有多enjoy, 你有多被滋养, 就是它是里面的一个东西。这么说吧, 就好像我是一棵树。那我现在注重的是土壤里面的根, 给它足够多的养分, 而不去在乎我的树叶上面有没有给到水分。所以目前就是来让你看到这层。因为这是你走的一个路线, 这是你灵魂发展的一个路线。就你会逐渐的通过这层体验来了解到内在的。

问: 我跟金钱的关系是什么? 有什么突破口?

高灵: 也是像你的能量一样, 它是走向一个圆满的。所以就是说当你自己内在的能量, 就是里面充实, 然后你的金钱就会稳定。就不会像是月亮一样充满变化。它是一个稳定的状态, 就不变的。

问: 我现在跟Isabella的感情会持续多久?

高灵: 就像我们刚才说这段感情是来让你不对外界, 就是对这个相有任何在乎。就是不去在乎这棵树它的叶子怎么样, 而是在根部去滋养它。那如果当你通过这个关系去到根部的话, 你们的关系是永久的, 是能量层面的滋养, 并不于形式了。不在于你俩是否要天天见面或者在一起, 或者你有没有家庭, 她有没有家庭, 明白吗? 那如果只停留在表面的话..... 但是你的灵魂主题就是从表到里嘛, 那你的这个关系还会持续的像是这样子的状态, 就是你可能还会遇到其它关系也是这样子的状态。所以它会把你拉到里面, 把你拉到地底下去, 而不是在表面。

问: 如果在地里里面滋养好会怎样?

高灵: 它就好像是土壤滋养树根, 这棵树会结很多果子。所以它对你的灵魂, 我们说内部要饱满, 对不对? 那你就会走到这条路上。那同样的当你的能量达到了一个平衡、和谐和圆满的一个状态的话, 那你的光会辐射到任何跟你有连接的人, 你就在滋养着它, 和你接触的每一个人。

问: 我本来想象的感情是我们会相爱, 然后会结婚一辈子。

高灵：那你们要记住你们并不是来物质世界结婚的。你们当然会在每一个阶段有不同的partner来推动着你去转变。

问：所以我跟Isabella来这个地球上不是为了来结婚的？

高灵：不是，是所有的灵魂。所有的灵魂来这个地球不是为了结婚而来的。你看他们为了保持表面的一个婚姻，然后呢？真正的engage，是你们俩的灵魂本身就是捆绑在一起的，结不结婚都无所谓。因为你们一个是土壤，一个是树，这样的关系。

问：也就是说她是注定来到我的生命中让我有这样的一层学习？

高灵：这么说吧，就连我们的这次交流都是注定的。

2024/10/10 – 关于流浪动物

问: 对于流浪动物来说怎么样的帮助才是比较有智慧的?

高灵: 它们就好像是一个背景图, 然后提供了一个像是背景图一样的创作元素。这个元素来供你要去怎么样展现、怎么样表达、怎么样转变, 明白吗?

问: 但是我觉得有的时候挺局限的, 就是有的时候想要帮助流浪猫但是金钱又限制, 想帮助又帮助不了, 心里不舒服。这种时候应该怎么做呢?

高灵: 比如说你看到一些你没有办法去做任何事情的时候, 对不对? 那你这个不适感它就是一个礼物, 它就是一个工具, 你拿到了。你拿到了, 你便可以用来怎么样表达? 比如说有的人拿到这个工具过后, 他就会去拍一些照片, 然后分享一下, 然后说: 我在什么什么, 遇到什么什么, 能什么什么..... 明白吗? 所以就是说它们存在的背景就是供你去施展的。它们的存在就好像是颜料一样, 各种不同的颜料。但是你却是在手上拿着画笔的人。通过你要如何去把那些颜料展现出来? 那你在体验的这个相也好像是你手上的颜料。你通过它, 你要怎么展现你自己? 表达你自己? 明白吗? 所以你看有没有, 谁是主角? 你才是主角, 明白吗?

问: 但是我看到了会帮助, 但是不是每次都能帮助.....

高灵: 那这个你也要通过它去看到你自己, 就是通过这个反射。因为目前你对生命的认知程度还在比如说小学生。那你现在还在小学生, 你见到这个事情, 你是这样表现。那当你达到了一个中学生、高中生、大学生, 你都会对外界, 就是你个它们层面的一个关系就改变了。你目前和流浪猫的关系不是一层不变的, 它会随着你而变的。而且你对它的想法、感受或者是做出的行为行动这些也变了。所以你们需要去记住和看到的事情就是说, 外面发生的悲惨的事件也好, 哪怕是战火连天的战争或者是流浪汉、流浪猫狗之类的, 所有的东西它不过就像是颜料的颜色。那这个颜料的颜色, 你要怎么用它来表达? 用它去创造? 颜料和颜色本身它们有一种..... (断开重连) 我们刚刚说颜料和颜色, 比如说你把它放在碗里面、在色彩盘里面和在你的画布上面, 对它来说是没有区别的。所以那你就知道在你的世界里面只有你才是真正的真实存在着。但是你的每个生命的阶段你会对外界和你这种关系, 它会不一样, 它会发生变化。

问: 那我现在对流浪猫的生存状况会有担忧担心, 这个是不是我自己内在对生命的不信任啊? 或者觉得生命很脆弱的这种信念, 所以.....

高灵: 你首先通过它们去体会和体验到其实你跟万物是一体的。所以当它们处于在一个没有被照顾好的状态下, 你自己也不能是一个很心安的状态。所以你就知道一切都在你之内, 这里并没有分开的。那如果这里并没有分开, 都在你之内的话, 那是不是当你发出一个非常有爱的频率, 是不是外界的一切都处于在一个有爱的频率?

问: 就是我自己变了, 外面其它都好了是吧?

高灵: NO, 是你有爱的频率它就会影响着这一切。比如说它们并不一定单纯的只需要一个食物。比如说更多的需要什么? 如果你是个流浪汉, 人家随手给你扔一个面包或者是他们真诚的坐下来给你一个爱的拥抱或者是给你深沉的一个连接和对你爱的能量?

问: 我为什么会养猫呢? 因为我的两只猫都是流浪猫。

高灵: 这里没有为什么, 更多的是你在每个生命的阶段, 你会和不同的意识形态产生不同的连接感。你有可能在这个阶段对动物产生很深的连接感。可能过个十年, 你跟人产生很深的连接感。它这个都是在变化的, 明白吗? 但是你要知道这种连接感, 你只是变换不同的对象。

问: 我现在想定居, 想问问有没有什么地方适合自己, 和自己能量契合的地方?

高灵: 有, 比如说更加开放一点的城市, 更加具有包容度的城市, 更加自由的创造, 就是这种多元化。如果说的话, 那就是像深圳这种类型的。因为它比较多元化。

问: 我在深圳呆过, 我对深圳没有什么感觉。我现在比较倾向于南京。

高灵: 那就是你想要去连接的地方, 但是你要知道你并没有困在那里, 明白吗? 说不定你过个十年过后, 你特别爱深圳了呢? 因为这个你一直在变啊。你可能五六岁的时候不喜欢吃辣椒, 你十五六岁呢? 无辣不欢, 明白吗?

问: 国内有哪些地方灵性比较高?

高灵: 没有一个集中的表达, 它就好像是星星点点的。它就好像是星光散落在不同的地方, 而不像是一团火居中在一个地方。

问: 可以说说重庆吗? 好像听说还有一条龙.....

高灵: 当你的意识扩展, 你在任何地方, 你都能连接到很多维度, 不同的存有们。所以跟这个没有关系, 更多的是你自己的意识扩展。因为你才是那个才是用舌头去品尝哪个味道到底是太闲太淡? 你用你的体温去感受水温到底是太烫太冷? 但是你只需要记住你随时都可以重新再做出选择, 你没有被困在任何地方。

问: 我想连接一下凤凰的能量。

高灵: 你可以提问。

问: 我身上是不是有凤凰族的能量?

高灵: 这么说, 你就像是一个收音机, 你会在不同的频率里面去连接到不同的信号。所以, 是的, 它在你里面的。

问: 有什么想跟我说的吗?

高灵： 我们想要告诉你，你自己梦想的事情都会发生的。你梦想的那些都会按照你的意愿发生。

问： 我的母星是不是天狼星？

高灵： 我们连接到的确你就好像是更高维的能量来就好像展现一个新的生命的状态。

问： 那是天狼星吗？

高灵： 是哪个星不清楚，但是的确好像是外地人来到本地，然后来跟它们做一些展现的工作。

问： 那我之前呆的高维的星球那边有没有什么技能能对现在地球上的生活有帮助的呢？

高灵： 你不需要去学任何，你只需要逐渐的恢复记忆和记起来你的身份就可以。然后这个过程当中可以让JOJO老师对你能量的一种带动，然后就可以感知到。这个是你自己内在的一些化学反应，就是你脑子里面的东西，不是别人来告诉你，是你自己慢慢记起来。

问： 我的灵魂使命是啥？

高灵： 就是按照你内在的一些程序去呈现就好了。然后你也不会被外界影响或者是改变。就好像你这颗种子它本来就是，所以只需要不断地成长就好了。你只需要记住，无论发生什么或者无论再哪个阶段，它都是那一个阶段而已。就好像你是一颗水果，你现在味道很青涩，你觉得你的味道好难吃，但是秋天你就很甜了。所以它并不是一个永久的状态。就在你觉得你的生命taste很酸涩的时候，你只需要记住秋天它就变甜了。

问： 就是让它自然呈现就好了？

高灵： 自然而然

问： 高灵对我当下的生活有什么指引？

高灵： 就是去明白你生命的每一步就是一步台阶而已，它并不是说你永远就呆在那节台阶里面。所以你就不会把你现在的状态当成你生命永久的状态，它只不过是这一步而已。

问： 我的灵魂天赋才华是什么？

高灵： 公正、正义，就是你心中会有一个很公正的一个，你就好像天生是一个审判者或者包青天这种状态。所以来到你这里，它是一个非常工作的形象。天赋的话，就是接下来在你生命的另一个阶段，你有疗愈能力，因为你很通透，你这个管道很通透。所以你具备疗愈他人的能量。

问： 那我会通过什么样的方式展现出来呢？

高灵： 你会通过活成独一无二的你，然后展现的渠道有很多方面。但是你真真切切的是跟随你内在的状态而活着，而不受外界对你太多的影响。

问:具体做啥?

高灵:有好几个方面。要等你的这一步,我们刚刚说你现在发芽,对不对?等你突破土壤,等你开始长叶子了,我们再连接你的能量来告诉你。

问:我有没有艺术细胞吗?

高灵:有

问:画画和书法?

高灵:你说的画画和书法,这个也是可以通过其它的方式展现出来的。

问:我平时呼气比吸气明显,这种方式需要调整吗?

高灵:首先你为什么觉得这是个问题?

问:可能有点困扰到我身边的人了。

高灵:没有任何问题。那困扰到别人,是他需要去处理的问题,明白吗?你没有任何问题。

问:我这个灵魂有没有什么创伤需要疗愈?

高灵:你多大年龄?

问:33

高灵:它会随着你,因为你现在还在蜕变当中,就还在好像出壳,就是从壳里面出来。所以所有这些东西都会转变,都会发生变化。

问:就是不需要关注之前的创伤,它自己会自动调整?

高灵:因为当你的意识形态转变过后.....就这么说吧,那你就好像说我的脚受伤了,那你现在是毛毛虫,等你蝴蝶了呢?你毛毛虫的脚受伤跟蝴蝶有关系吗?

问:但是比如说我被卡住了,我是不是得处理一下?就是我得把卡住的东西找出来,我才能蜕变?

高灵:因为你要知道你被卡住,本来就是你的这个信念产生的这个相呀。是你这个信念、你的believe system、你的energy level、你的频率,它产生一个我被卡住的这个相。它并不是真实的,是你投射出来的。就好像墙上的影子并不是真实存在的,而是你的手放在影像那而呈现出来一只手。

问:怎么和性格比较急躁的人相处?因为我性格比较懒散,节奏和他不一样。

高灵：就是说你不试图去改变他，就是你要把对方变慢，变得跟你一样。也就是说你知道他没有办法改变你，你成为你所是，他成为他所是。

问：但是有的时候会有一些不愉快。

高灵：任何时候产生这些不愉快的相或者是怎样，你都可以在当下去转化你们的情景。只有你还深深的陷入到你们的刚才当中去。不然的话，当你notice到有那个什么的话，你都可以去转变它。你记住，你才是创造者。

问：我未来的另一半有什么特征吗？

高灵：我们看到当你在蜕变成一个新的你的时候，关系也会不一样的。我们看到都好像是两个又很独立、独一无二，又保持着个人特色，但是他们又紧密的连接在一起的那种状态。就是你是完完全全的你，他是完完全全的他，就好像你是一条鱼，他是一头大象，就是你们俩完全都不一样，但是却又有很深的连接，又有一样的。

问：对方的能量状态大概是什么样子的？

高灵：当你在问我们这个时候，你要知道所有这一切的掌控权在你手上，你才是那个操控外界的一切，去拿外界一切的礼物来送给自己。

问：想有一个自己的飞船，这个在地球上会实现吗？

高灵：你可以在意识里面去体验。物质世界你可以去借用一个好像一个假人或者是模具来给你创在那种感觉，但是意识里面可以实现。

问：宠物疫苗是不是也是一种限制性信念？

高灵：把你们对宠物疫苗当成是你们在表达你们对生命的认知。通过这个事情，你们在表达你们对生命的认知。

问：其实跟人的疫苗也是一个性质？

高灵：人的疫苗也是你们在表达你们对生命的认知。

问：就是如果我足够信任，我就不需要这个东西？

高灵：外界的所有一切不过就是在跟你自己打交道，当然包括你自己头脑里面，集体意识里面，所有的这些。

问：我还想长高一点，有什么办法吗？

高灵：当你完完全全的激活你的生命能量，就是这个体的生命状态过后，会更挺拔。

问：我不太清楚现在这段感情它想让我学习什么？有的时候意识到这边不对劲，但是还是意识不到自己背后的信念系统是什么？

高灵: 这么说吧, 你们的感情就比如说你现在还是毛毛虫, 那你在地上面。你在地上, 就有你地上的小伙伴, 有其它毛毛虫。当你蜕变成蝴蝶的时候, 你的小伙伴在空中。那你就知道在空中有多么的..... 我们看看灵界还有没有信息给到你。你内在是知晓的状态, 所以你只需要长大就行了。就好像这棵树, 你只需要成长, 你不需要去学这些东西, 明白吗?

问: 就是我不需要去纠结于具体的问题?

高灵: 对, 你也不需要去学, 你内在的是知晓的。那就好像只有你自己到了花期也到了水果期, 你才能品尝到你这颗果子很香甜, 对不对?

问: 我家里有个舍利和陨石。我怎么才能连接到它们的能量?

高灵: 我们刚才不是说你要受到滋养, 然后成为你自己? 因为路上一切跟你有关的, 它都会自动的呈现, 不是你去建立连接, 而是会发生在你身上。这么说吧, 你如果这棵树苗比如说没有受到土壤和雨水足够的滋养, 它青黄不接。那蝴蝶是不是不会发生在你身上? 因为你没有开花。那一棵跟你同样品种的, 它受到雨水啊、土壤啊各方面的滋养。它的花盛开的非常多非常多, 是不是好多蝴蝶蜜蜂都来了?

问: 我家一只小猫有只眼睛看不见, 医生说它一直要滴眼药水。是不是不用一直滴? 只要做分泌物清理就好?

高灵: 它这个只是阶段性的。当你看的更清楚的时候, 你的猫也会看的更清楚, 明白吗? 它跟你的能量是..... 它是个反射啊。宠物在你们面前, 它是个反射作用。所以这里的信息是说当你看的更清楚, 它也看的更清楚。没有被外界的这些相给蒙蔽、给遮住。

问: 是不是地球上所有人都有灵? 像那些纸片人、NPC是啥意思?

高灵: 它们就比如说是同一个灵, 可能比如说一批人、可能几十万人都是同一个灵。这个灵它会随着一个灵的转变, 然后都转变。

问: 这些人是一个灵? 就是不像灵性比较高的只有一个灵? 那些人它们是公用的灵?

高灵: 对, 他们只是受到外界的影响。他只是来呈现那个果, 像镜子的存在一样。

问: 那这类人在物质世界比如说他表现出来的行为就是没有灵性的感觉?

高灵: 没有, 不是没有灵性。他们是很高的灵性。为什么? 他们纯粹的反射。只是他们并没有主动地一个创作, 比如说写剧本、改写剧本的能力。他们只是被动体验。

问: 他们自己没有独立意识的意思吗?

高灵: 这么说吧, 比如说我们来让你知道是你在写剧本, 然后你可以拿着笔写写写。那么他们更多的是被分配, 明白吗?

问: 那遇到这样的, 一个灵性很高的会遇到这样的人?

高灵：当然了。你要知道你们互动的所有一切其实都是你自己的能量，只不过通过别人来给你呈现而已。所以你们有一个最大的误区是你们其实并没有看到实际上对方的版本只局限于你现在这个创造者的能量场。你时时刻刻在创造你的能量场。

问：动物有指导灵吗？

高灵：应该说指导灵，像你们人类跟它的高我断开比较严重，所以它需要给它一点暗示、提醒。那如果宠物它们根本就没有断开连接呢？

问：我的指导灵里有动物吗？

高灵：我们看到你跟monkey的连接还比较什么一点。因为它的能量和你..... 目前就看到猴子的能量对你特别有影响。

2024/10/11 – 真正的生命是毫不费力的

问: 我的灵魂主题是什么? 我79年的。

高灵: 你这一生的主题是疗愈, 所以你将来会疗愈其他人, 就是会做疗愈的工作, 能量疗愈。就不管你怎样, 当你突破过后, 你存在, 你就有疗愈了。所以你的主题是关于疗愈的。但是在这之前的话, 你需要疗愈你自己, 就是把自己从里到外, 就是你的内在外在、你的心理层面、身体层面、各个层面, 就里里外外全部把它整合、疗愈, 从一个湿哒哒的状态到一个完全干爽的状态。就好像是要把自己晒干, 因为你之前身上还有很多水分, 里外都是潮湿的。就把自己晒干。晒干过后, 你内在激发出来的那个光, 因为它必须得产生热量, 是不是? 那你这个热量就会有疗愈其他人的功能。所以你的灵魂主题是走上疗愈的这条路。从最开始自我疗愈, 疗愈好自己, 心灵和身体各个层面, 然后去疗愈其他人。就是这样子的一个灵魂主题。

问: 我疗愈自己的过程, 我有点心急。

高灵: 很明显的一个指引, 就是跟着JOJO老师学, 然后这就是你的路。因为你的疗愈能力会被打开, 在这个过程中你也会被疗愈。就是跟着JOJO老师, 就没有了。因为这条路已经铺好了, 你只需要走个过程而已, 你就蜕变成一个能照亮那些需要疗愈的人。疗愈过后, 你特别爱笑, 然后你的笑就可以去感染每一个人。就是你不需要去特意的做什么, 就是你的感染力就好像太阳一样随时散发着光芒, 在照耀着这个世界, 照耀着周围的一切。

问: 我跟我儿子的关系是? 他叫XXX。

高灵: 我们刚才说你像是一个太阳一样, 他就是一个小太阳。他会因为你的亮起, 他就亮。然后他也会去照亮他周围的一切。所以他跟你好像是连着的两个灯泡一样。你这个灯泡亮了, 他也亮了, 就这样。

问: 我现在在他身上付出的特别多。我有的时候就会抓狂。

高灵: 我们刚才不是说你走上那条路, 就是跟着JOJO老师, 你的能量会转变。所以你在面对着孩子, 你们的关系也会转变的。就不需要去刻意的处理这个问题。

问: 跟着感觉走就行。

高灵: NO, 跟着JOJO老师的信息和课程, 还有她的能量对你们的影响。你跟着感觉走, 那你内在的感觉也是误会啊, 明白吗? 你的感觉它也是误会, 它也悟到你呀。就比如说因为你曾经看了很多恐怖的事件, 就好像一朝被蛇咬十年怕井绳。那你还能说感觉能够被那个什么吗? 明白吗? 那怎么样去辨别呢? 当你在活着、你存在着, 毫不费力, 这个感觉, 明白吗? 跟着这个。就是毫不费力, 就它没有消耗你。你没有觉得半点吃力或者抓或者任何, 你就好像一只蝴蝶, 它没有沾满泥的那种状态。你沾满泥, 你飞不起来, 对不对? 你吃力的呀。那你就需要处理的是你背后的问题, 信念的问题。而不是说跟着这个感觉走, 生命就得如此, 不是的。就你觉得生命是苦逼的, 它是痛苦的, 它是不得不去做的。NO。 那只不过是有限

的认知和你的限制去投射出这种状态去给你体验，它不是真相。所以你需要扩展的是你的意识，而不是说去跟着这种苦逼的生活走，因为其他人都苦逼。NO。

问: 我跟我的高灵怎样才能连接上，听到它的指引？

高灵: 现在就是你的高灵给你的指引，这么直白的指引。今天的信息就是你的高灵给你的直白的指引，告诉你的真实身份，告诉你你应该怎么做。而且当你在越来越在一种毫不费力，就是轻松的生命状态，你就是它，明白吗？你没有跟它分开。

问: 我和我孩子的喝水量超级大，晚上要喝三四回，一直起夜.....

高灵: 你不需要处理这些。因为当你在，我们说毫不费力啊，它包括了你生活的方方面面，当然也包括你是一个轻松的生存，也包括这个，就所有的，没有任何会给你重量。像蝴蝶翅膀上没东西，它就是没东西。不是说我把这几个东西拿走了，这里还有个东西。没有的。所以这不需要.....

问: 还有没有需要跟我说的？

高灵: 随着你跟JOJO老师连接的一个深度和频率，你会越来越轻松快乐，就你的光会越来越快的呈现出来。这是你的信息。你想象一下，比如说你是一个电器，那JOJO老师是个电源，或者你是个充电宝。那你需要有时间去充电，对不对？那你体内的电量才会足够的让你体验到轻松。如果喜欢我们的信息，就多看看信息。这个也会让你从你这个肉体，从你这个身份，从你这个束缚的身份里面出来。它会更加的easy，更加的轻松一点。就好像你现在要脱去你这层壳，就褪去你这层皮。那我们的信息就好像在浸泡你。你长时间浸泡在里面的话，那你在脱去这个皮就会很轻松。那如果你不泡的话，它会有点吃力的。

2024/10/11 – 突破女性身份的束缚

问: 我的前世今生以及我这辈子来到地球的任务?

高灵: 你的灵魂主题, 你是来打破和转变人类的意识、人类的认知。我们连接到你有很强的阳性的能量。然后这个能量..... 这么说, 就好像你是一个男性的身份, 就是阳性的身份。但是你却穿上女性的身体, 然后来体验女性在生长过程中各方面的心理、生理缺陷或者是社会的那个什么, 然后进行一个引领女性去活出自己, 然后让他们不要对自己身份定义。这是你的灵魂主题, 对身份的一个定义。因为你们人类会有一个对身份的定义这个课题, 明白吗? d 然后你就是来体验, 然后来突破、打消这个定义的, 明白吗?

问: 不太明白, 有比较具体的说明吗?

高灵: 你是来突破, 就比如说这个社会、人类有一个观念是我是女生。然后你就想消除她们对自己身份的定义。那这就是你的灵魂主题。所以当你自己, 就好像你这朵花绽放了过后, 等你自己比如说从毛毛虫变成蝴蝶过后, 就是成为你本真的样子的话, 那你就会带领很多女性去活出女性的, 就是从那个女性的身份当中脱离出来。

问: 所以我是来帮助?

高灵: 对, 是的。你也会需要有一个认识自己、找寻自己的一个过程。因为你会需要从你自己的身份当中脱离出来。因为如果你都被你的身份定义, 就是没有办法活出来的话, 你也没有办法带领其他人活出来。你就像是一个毛毛虫从你的这口井里面出来变成蝴蝶, 你才能告诉其它毛毛虫, 毛毛虫不是你的身份, 你是蝴蝶, 你需要蜕变, 明白吗? 那首先你得知道这个蜕变的过程。

问: 我的性取向是女性。

高灵: 这个跟这个没有关系, 但是你内在是阳性的能量。因为你很tough, 这么说吧, 你的能量是很强大, 但是它强大的同时同样也带着一股柔, 它不伤害人的, 明白吗? 就是有力但是无害。就是有力量, 但是它没有伤害和损害。你所谓的性取向就像是我是喜欢吃白巧克力还是黑巧克力? 这个没有, 这是你个人的..... 明白吗? 而且这个是另外一回事。我们说的是你内在的那股能量, 它就好像是有力的、钢的。它不是柔的, 它不是像清风一样。

问: 会消退吗?

高灵: 这是你的本质, 这就是你身上的味道。就好像你是这个animal, 你是这个动物。有的是没有骨头的动物, 有的是有骨头的动物。然后你还在认识你自己的一个过程当中。所以你说我的性取向..... 跟这个没有关系。

问: 我的天赋是什么?

高灵: 你的天赋会通过你自己蜕变成功, 就比如说我身份转换, 从一个毛毛虫到了一只蝴蝶过后, 你就会看到你的天赋。它就会展露出来, 它就会呈现出来, 你就会看得到。就好像你

这棵果树，你说你的天赋如果是结果子的话，那也得过了花期，到了果子期，明白吗？所以这还得在你自己成长、蜕变、绽放，你就能展现的淋漓尽致了。但是我们说你的天赋就是说你行动力特别强，就是在推动和促成，就是推动一件事情，让它发生和呈现出来，它的能量是很强大的。还有你的一个特征就是，它很tough，它不太受这个，比如说这里面都是污水，但是你可以从里面洁白的出来，就是出淤泥而不染吧。然后这也是你其中的一个。比如说他们都在做偷鸡摸狗的做这种事，但是你不会受影响的。你不会的，就是你不会被那些不是你的同化，就是不会被它们影响掉。而且这个还会越发坚定，就是在你越后面，你会越是坚定。你会越来越坚定，就是丝毫不受外界的影响，就完完全全展现你自己的力量。

问: 我跟妈妈之间的关系?

高灵: 我们看到你母亲在你的生命中，其实她有很tough的一面，她有很坚强、很坚定、很定，就是这样的一面。你会受到她的这个影响。然后她同样也会有她需要去突破的，她也会让你去看到。所以她在你的生命中，第一，她会给你一个模板，就好像是一个味道影响了你，让你也有这个味道，就更加强烈一点。然后她同样来让你去看到一些东西，你可以去把它转化、突破、认识。所以说她的一生.....

问: 她有地方需要突破，是我可以帮她吗?

高灵: 不是帮她，是你在看到过后，你才能知道这是需要去突破的一个点。就这么说，你好像在做一些过关的游戏，那你知道这个地方是一个关卡，明白吗？就是一个认识的过程，所以她在你生命中起到一个辅助你的作用。她有一点也是不受外界太多的影响。然后也是很坚定自己。她可能不太跟别人辨别辩论，她内心会朝着自己的方向，就不受外界人们的影响。

问: 因为其实母亲的生活还蛮封闭的，也没有什么.....

高灵: 对，那就比如说一群人都在朝这个方向走，她就走她的。她就自己慢慢在那走，就受外界的干扰很少。因为你也是这样的路，那你走这条路就不会觉得它是一件很奇怪的事情。你会觉得这不是应该这样嘛，理所当然嘛，生命就应该这样。

问: 我想要跟家人再更亲密一点。

高灵: 你要知道关系是一直在变化的。它会随着你自己的能量的变化而变化，所以你不需要刻意的去做任何。你只需要允许这个生命体它不断地在蜕变，就不断地在成长。就比如说她是旁边的一棵树，你是这边的一棵树。那你这棵树下面的根不断地蔓延蔓延，你迟早都会reach到她，跟她连接在一起。你的叶子不断地在扩展的时候，你也会跟她的叶子更加的近。所以就不断地允许你自己在不断地扩展。

问: 跟其他人的关系我们可以问几位还是有时间上的限制?

高灵: 对你来说最重要的。但是你的灵魂，就是你自己个人的你已经知道了。因为你第一次连接我们，我们会建议你过一段时间再反复听。它会慢慢的好像把你的记忆唤醒一样。你会逐渐的把两件不相干的事情把它放到一起，哦，哦，恍然大悟，明白吗?

2024/10/11 – 物质生活没有保障怎么办

问:我最近很迷茫。我事业应该往哪方面去发展?

高灵:这么说吧,当你们在离开你们自我的成长和对生命的认知,你说发展的时候,你就像是不识字,然后你想到外面去做事情或者是做工作,你连字都不认识,明白吗?

问:但是很现实,我在生活中需要金钱啊。

高灵:OK,很简单,我们对你们的一个指引,你只需要用耳朵听。然后你把你花时间耍手机或者是看抖音或者是看各种其它新闻、电视剧的时间变成看我们的信息、听我们的信息。只需要这个,不需要钱,也不需要浪费你的时间,明白吗?那在这个过程中你就会逐渐的从一个不识字的状态变成一个你会认识一些字。你便能够去看清楚,能够去认识你自己,认识你情绪的产生,认识你情绪产生背后的一些信念,然后认识真正的你,不是这个肉体,明白吗?没有被这个身份困住。认识外面发生的一切它服务的目的是什么。如果连这些都不认识的话,那你出去你能去.....就好像你到了一个商场里面,你连这些东西是什么功能.....比如说牙膏,你把它当成甜品?当成酸奶吃?那你肯定产生不适感啊。你肯定会处处碰到那些什么呀。

问:就是衣食住行都是需要金钱支撑的.....

高灵:那就是听一下我们的信息、看一下我们的信息会影响到你衣食住行吗?因为最根本的问题,就是导致这些最根本的问题,就是你会觉得生活在这个世界上是困难的。你说你开一台车,你连这台车的功能你都不知道。你把刹车当成加油,你把加油当成刹车,明白吗?而且你们来到这个地球并不是来打工的,记住这句话。所以说你的首要任务是去认识你自己,认识生命的本身。那可以通过什么呢?就是通过我们的信息。如果没有这一层协助和帮助的话,就像我们刚才说,那把外面来服务你的事情都会当成对你的一种攻击了。那你当然就是吃力的呀。你现在体验的就是生命的一个吃力嘛。

问:但是大环境不好,很多人都赚不到钱,因为生活在这个世界上就是需要.....

高灵:那你们就继续在那里咯。你觉得如果那个方法working,那你继续按照你觉得好的方法去做咯。没有对和错,没有你必须要这样。因为你现在在一个列车上,这个列车迟早都会到达终点。也就是说你这个人最终都会走向死亡,走向生命的结束。但是在这个列车上你到底是痛苦的,就是在那不爽不舒服的状态去达到目的地呢?还是像热恋一般,充满了兴奋的状态达到?这个不一样,明白吗?

问:在小红书看到有很多外星人来地球旅行。它说到2045年,人类的衣食住行会进入到比较好的状态。我想问是的嘛?

高灵:你想说你等到洪水来的时候再把我冲到岸边,那你就等咯。

问:我就是想了解一下而已。

高灵: 这里没有什么是真的假的。你如果想要选择随波逐流, 那么你就随着这个集体意识的wave去那个什么。如果你想成为生命的主人的话, 你就成为那个能够去掌控的主人。

问: 听我们的信息的话, 如何可以获取更多的财富, 就是在物质生活上可以得到保障?

高灵: 我们在跟你做交易吗? 你要听我们的信息, 然后我就能保证你赚钱, 是吗? 你才是那个喝水的人, 所以这个水喝到你的肚子给你产生什么作用, 你怎么去创造你的活力。我们只是让你在有水的状态下, 就是可以以一个正常的人存在着。那这个正常的人, 你到底要怎么样去创造、展现, 那不还是看你吗? 对不对? 就好像我们给你饭吃, 给你水喝。那你在这样子存活的状态下, 你要怎么样去展现你自己呢? 活出你自己呢? 怎么样跟这个世界去表达你自己呢? 决定权在谁啊? 所以你才是主人。你们之所以有金钱的困扰或者赚不到钱, 那是因为什么? 就是因为你们有限的认知, 在你眼里, 就你看不到嘛, 看不到钱在哪里。那你们也没有足够的能量去产生金钱。你想象一下, 就算普通的工人, 他要赚钱的话, 他需要干什么? 需要他的能量输出, 对不对? 需要花时间花精力坐在那个地方。哪怕他是一个老板, 他也需要跑, 就是每天不停的劳作, 然后他才能有那个什么吧, 对不对? 那你有足够的能量去输出吗? 你每天的能量都消耗、用在哪里了呢? 担心、害怕或者是吵架或者是物质世界的各种事件把你拉扯, 你已经耗的精疲力尽了。你已经没有能量再去创作换成金钱了。那如果说你看那些有影响力的人, 他不需要做什么, 他都在赚钱。那些有影响力的人, 他们一定是把自己的attention聚焦的放在某一个地方。那你有去把你的100%的attention聚焦在一个点上, 然后去让它产生那个能量吗? 就好像炼金术一样, 你在聚焦, 用你全部的能量集中在某一个点。让这个能量球越来越大, 变的有影响力了。然后它就会给你创造财富。就比如说一个资深的画家、钢琴家、舞蹈家..... 就比如说一个歌手, 他花了多长时间去练习、专注。所以说他们能用他们的一技之长去获得金钱, 他们后面是easy的。但是他们的前期呢? 前期是不是需要不断地不断地focus on在一个点啊? 明白吗? 所以你有专注的、聚焦的把你的attention、把你的注意力放在一个点吗? 就比如说去学一门东西, 然后每天花五六个小时, 你看他们钢琴家一天要练多少个小时, 明白吗? 那你看你们JOJO老师做了多少个小时, 做了多少分钟, 专注了多少时间在做这个, 明白吗? 所以别人都在把他的注意力放在一个地方, 在产生一个能量球。你就想象一个能量球, 它不断不断地在变大, 能量级别在变大。那它这个能量自己就在产生价值了。但是你有去做吗? 明白吗?

问: 我们的星球还没有..... 很多人都.....

高灵: 跟星球没有关系, 跟你有关系。因为你们每个人体验的是不一样的版本, 只是大多数的人一样, 像你这种思想, 仅此而已。每个人都在自己的世界里面。只是有大多数人, 比如说百分之七十的人相信你相信的, 那就是集体意识。

问: 因为以前我也试过比较努力, 但是很多东西..... 比如说现在去做一些工作, 你拿不到你想要的收入.....

高灵: 这么说吧, 你们每一个灵魂来到这个世界上有你们这一生需要去体验的一个主题, 明白吗? 那你这个主题就围绕着自己的生命。而那些轻而易举有钱的, 他们没有金钱的这个主题, 他有其它的主题。

问: 所以我就想问我个人比较适合去做哪方面比较合适?

高灵: 就像我们刚刚说, 你连字都不认识, 那你说你做什么合适呢? 那你开车, 你来怎么开车你都不学, 你做什么合适呢? 所以你想驾驭你的生命, 你也不想去学习生命到底是啥, 你到底是谁, 你啥都不懂, 明白吗? 那在这种状态下, 你肯定就是别人做啥你就跟啥咯, 就是随着外界随着别人, 看一样学一样咯。他们是怎么样的状态, 你就是怎么样的状态。当你比如说认识你这台车, 你知道怎么开车, 那你当然就能把你的人生以你自己想要的方向、想要的状态、想要的速度去展现。然后外界的一切, 你体验到的吃力也好或者是各种, 它不过是来告诉你你自己的能量级别..... 你的电量, 你的电量一投射出去..... 就好像你的电池只有一点点电, 它没有办法支撑起来外面的任何, 那不是正常的嘛。所以说你不过是在体验你自己的.....

问: 这样说的话, 我们大部分的人都不能去实现很好的.....

高灵: 这里没有其他人, 只有你自己。没有其他人, 只有你自己。

问: 如何能让我自己的生活更加轻松一点?

高灵: 那去看一下生活是怎么产生的。就它在你生命中它是一个什么角色, 它是怎么产生的。它不是来困住你的, 它只不过是来让你通过所谓的一个生活来体验到你自己有限的的一个认知, 体验到你自己的能量级别, 体验到你自己的意识形态在哪里。就好像你站在一个空间里面, 你反射体验到的温度是你自己的体温。你体验的是你自己的体温, 如果你觉得这个体温产生不适感, 那是来自于你。所以你在那个空间里面闻到的味道也是你的味道。你觉得是苦涩的, 那就是苦的。觉得是臭的, 那就是臭的。那当你自己是在一个爱的频率, 那当然你体验的都是爱, 爱源源不断地返回来给你。所以你没有办法收获到你没有产出的一个东西。产出什么东西呢? 就是你必须要投出去一个什么能量, 就收回来一个什么能量。所以你的恐惧啊、焦虑啊、生活吃力感啊, 那就是你体验到的。

问: 我比较喜欢灵性。但是我觉得我在这方面又不适合。

高灵: 你喜欢一个东西有适不适合的吗? 这么说吧, 你喜欢吃一个东西。那当你在喜欢它的时候, 你在吃它的时候, 你就在散发香味。

问: 但是比如说有一些阿卡西老师, 他们要开启三眼才能看到一些画面。但是我也没有这个.....

高灵: 如果你没有智慧, 没有对生命足够的认知, 所谓的灵性它不过也是你去体验到你自己限制的一个平台而已, 明白吗? 你不要觉得打着灵性两个字, 它就是你的天堂了。不是的。你通过灵性这个反射镜还是体验到你自己的智慧级别、你的认知、你的believe system、你的漏洞, 明白吗? 它跟灵性或者是商业或者是其它任何没有区别的, 你在里面体验的还是你自己。

问: 我不是一个很物质的人。如果我没有金钱的忧虑的话.....

高灵: 你首先要知道物质非常好呀。因为你的这个能量通过物质, 就好像你是一股烟, 你需要通过物质, 你才能体验到东西, 明白吗? 所以你们本来来到物质世界就是为了进入物质世界。那你说我不是一个物质的。但是你你通过物质, 你会体验到你的限制在哪里, 你的极限在哪里。你的意识还是需要扩展。

问: 但是做一个行业还是需要运气的东西。

高灵: 那只是你看到的, 好吧? 只是你看到的那一面, 你只看到了这一部分而已。就这个电影它一整部, 它还有多少连续剧。你只看到了那一部分, 啊, 他中彩票了。后面呢? 中彩票后面发生的事情呢? 所有家人亲人都跟他索取呢?

问: 那如果一个人比如说他是做教育培训的, 但是国家的政策, 那他的生意就不好做。那这个是外界的因素导致他没有生意做, 他本人很有能力有怎么样呢?

高灵: 那你看如果有限制的人, 你当然只能在这个地方才能存活。你要没有限制呢? 也就是说如果他是受限制的人, 那当然就有限制了。限制只能在某一个地方我才能存活。那如果他是无限呢? 他是没有任何限制的。那他体验到的就是这种限制, 那也是来自于他自己呀。他是一个有限的。

问: 但是这并不容易, 你进入这个物质世界.....

高灵: ‘这并不容易’ 它也来自于..... 就这么说, 这个电源, 你到底知不知道怎么开, 怎么关, 怎样安全用电吗? 那你知道, 你看你们现在用电没有触电, 对吧? 你不知道, 你肯定会触电啊。就像一个从来没有学过开车的人说那并不容易, 你开车就怎么样怎么样。那你们学习过开车, 然后逐渐逐渐.....

问: 有什么能给到我的一些建议?

高灵: 我们已经送了一个, 就是来让你们轻松的走出来的, 就像是指明灯一样, 就是JOJO老师。利用好这盏灯。

2024/10/11 – 真正的工作是毫不费力的

问: 我想要问工作, 因为我觉得我工作最近遇到瓶颈。所以想问工作之后会不会很顺利? 会不会遇到贵人?

高灵: 这么说吧, 如果你说你是一条鱼的话, 你一直在岸边的话, 你觉得你的工作会好吗? 所以说你来到地球最重要和最主要的工作就是完完全全的成为你自己, 而不是来做一份工作的。当你在成为你自己, 你在做的某一件事情看上去好像是一份工作, 就比如说你是蜜蜂, 那当你在成为蜜蜂的时候, 好像采蜜是你的工作。但是不是, 你只是在做你自己, 采蜜是你内在的, 明白吗? 成为你自己, 工作是在你完完全全的允许你这个生命, 就好像你这颗种子在成长、在绽放, 在这个过程中, 好像你结出了很多苹果。看着你好像送出了你的果实或者是你是一只蜜蜂的话, 你就会去做采蜜的工作、传播花粉的工作, 这个好像是你的工作。但是实际上你没有在做工作。为什么? 你只是在做你自己。如果你没有做你自己, 就比如说你是为了一个职业、一个职位。就比如说他们都说这个职位可以让我保住饭碗或者更优越或者更高地位, 你并没有做你自己, 明白吗? 那在这样子的情况下, 你就好像是鸟儿在水里, 鱼儿在岸上的感觉, 因为你没有成为你自己啊, 它不是你自己自然的一个状态。所以如果说你在这个世界上的工作的话, 你在做的工作不应该有半点你觉得不知道该怎么办或者是吃力。它是毫不费力的。就像是蝴蝶和花, 然后蜜蜂采蜜, 像鱼儿在水里游, 鸟儿在天上飞。所以这是关于你们人类意识目前对工作的一个误解, 就他们觉得是先有一份好的工作。NO。你先成为你自己, 在这个过程中, 那就好像你这颗种子什么时候开花, 开什么样的花, 结什么样的果..... 你如果是一匹马, 你在草原上奔跑。这是你自然的状态。你在做的那份工作是你自然的状态, 而不是要去为了什么而做的, 就离开了你自然的状态。所以你的工作应该是毫不费力的。

问: 那我的灵魂在地球上的功课是什么?

高灵: 你有一个很明显的主题, 就是拿回你的力量, 就是build up或者是唤醒、激活你内在的力量。所以你这一生像是一个从柔到钢、从一个摇摆不定到坚定、从一个犹豫不决到你很清楚你自己, 就是没有任何人能影响你。所以你这一生的灵魂主题会有一个从软到硬的过程。然后从软到硬的这个过过后, 你就能按照你的意愿去展现。因为你虽然有很多想法或者很多意愿, 但是它常常不能够用你的方式方法或者想法呈现在这个世界上。所以在这之前你会感受到好像心有余而力不足或者很多想法没有得到实施, 就会有一种使不上劲的那种感觉。你会有很多想法或者idea或者一些很好的创意, 但是在推的时候, 就好像你这只手没有力量一样。就是你的手一直在推, 但是就好像他瘫痪了一样。这个就是你的灵魂主题。在突破了这个过后, 就比如说从软到坚定的一个状态过后, 那么你另外一个灵魂主题便能呈现了。你便能以你自己想要的方式在这个世界上呈现。

问: 我跟妈妈的关系, 妈妈有没有什么话想要给我?

高灵: 你妈妈会对你有一种, 就比如说她有一种让你好像硬不起来。就在你根深蒂固(骨子里), 你会觉得..... OK, 她会是你的一个框架, 你需要去突破、去打破的。就是你需要去突破她的状态。就比如说她的状态就是走路不紧不慢的, 那你就需要跑。

问: 所谓的框架是什么?

高灵：就是她的能量状态。比如说她的味道是酸味，就像醋一样的酸味。那你身上就会受她的影响，带一些酸味。那把那个酸味转化成甜味。所以你需要改变她在你生命中存在的形象，就把她的形象给她改变了。

问：我再思考一下。

高灵：没有关系。你需要慢慢一点一点的在你的人生路上，你会越来越明白。

问：那我跟爸爸的关系呢？

高灵：你还是需要去突破它。他像是你上面的一个壳、一个栏杆，你要把它越过、突破，需要把它打破。就好像父辈或者是男性的权威去把它突破、打破。就是这两个能量对你来说都是你需要去突破的，它虽然是不同程度，但并不是说它在刻意的压制你。只是说在你的这个灵魂主题..... 因为为什么呢？你这一生的灵魂主题，你是来激发你内在的力量的，明白吗？那你激发你内在的力量，他俩就好像是不同重量的哑铃或者不同的器材。一个像是铁，一个像是沙袋。但是一个沙袋的重量和那个铁球的重量都是来让你突破你内在的力量的。它们虽然是不同形态的阻力，但是这个都是来激发出你内在的力量的。它就跟哑铃，跟你doing gym是一样的。你在锻炼肌肉的时候，你是不是要刺激不同部位的肌肉，对不对？那你有不同的器材，他俩就是不同的器材，但是都是来刺激你的。

问：我跟姐姐弟弟的关系是什么？

高灵：我们连接到你跟你弟弟的话，其实你能从他身上看到当你能量僵硬僵化或者是要么黑、要么白，就是它失衡，因为你目前就有点失衡，就太软了嘛。那姐姐的能量它是一种平衡，它会来让你看到这个平衡的能量，就是能这样也能那样。它像橡皮泥一样，既能这样捏，也能那样捏。一个是让你看到当你的能量平衡过后，一个是来让你看到你的能量失衡过后的状态。

问：那我和正面相关的研究可以有什么突破？

高灵：根据你自己，就是你离开工作，去研究你自己。那么就是说，就是你自我的突破便会是事业上的突破。因为我们看到最高版本的你，就是你突破了过后，就未来版本的那个你，她是一个女强人，明白吗？而且她会涉及的行业都是关于传播光和爱，就是关于发着光和爱的一些行业和事业，她做的都是这些。因为我们为什么说她，不是说你呢？因为你现在就好像是一个毛毛虫，但是她是一只蝴蝶。你现在好像是一颗蛋，但是她是一只鸡。所以我会说是她，而不是说你。因为你还需要去转变的工作。那如果你在没有转变，你在以鸡蛋的状态去工作的话，那就像你刚才说的，就是关于你工作上遇到的一些障碍和困难，它是必然的。你需要自我突破，认识自我，关于在自己身上..... 因为当你的力量出来过后，你前半身学的东西、所有想法，它全部都拿到台子上来。就你现在没有力量把它拿上来。那些东西都在那里，它都是在你的工具箱里面。你最终就好像你手臂有力了，你就完完全全可以用你想要的方式创作。但是你创作的都会是关于爱，就是传播爱的这些行业。

问：因为我本身是护理人员.....

高灵：对，是的。我们发现你就好像有一种fight。因为你传播爱，就好像是跟黑暗对立面，对不对？但是你现在没有力量，你会被黑暗吞噬。你会受到他们的影响，所以你就没有办法去..... 因为当你的力量出来过后，你的光就会把黑暗给..... 你不需要做任何事情，它直接就消失掉了在你面前。所以去自我成长，这是你的首要工作。

问：然后我要让自己的心理强大一点。

高灵：不是说你让它强大就强大的，明白吗？

问：可是会困在犹豫的情绪里面。

高灵：跟JOJO老师学习我们的信息，然后她的引导还有课程，都会让你去，就是在你突破的路上是一件跟easy的事情，不是一件摸不着头脑的事。

2024/10/14 – 关于疯狂购物

问:我最近疯狂购物,买衣服买首饰,我的财务堪忧。我该怎么做才能渡过这个坎呢?

高灵:这不是一个坎。为什么不能去享受这个过程呢?因为你觉得你的金钱不能支持它吗?明白吗?这么说吧,首先你要知道你并没有在花钱。比如说你疯狂买衣服,对不对?那你买了衣服,你开心,对不对?那你开心的能量,你是不是就想去社交?很想去有互动?那如果在这样子,你是不是就在扩散你的能量?在扩散你的影响力,明白吗?对他人的影响力。那为什么这不是一个好的事情呢?那你要是个明星也需要花钱包装,对不对?但是那背后最主要的是什么呢?是背后在做这件事情的人是谁,而不是说事情本身有问题。那如果她是一个被动者,就是她没办法去玩这个能量,她只知道买东西,但是她不能把这一切利用起来,我们把东西当成工具,对不对?那如果像一个画家买了很多颜料。那他就能创造很多艺术品,他的艺术品就能卖很多钱,对不对?那如果他不是个画家,他买了很多颜料很多工具到家里,对他来说就是一堆垃圾。那到底是谁在做这件事情才是重要的,而不是说事件的本身。因为这是中性的呀,明白吗?那你背后在做这件事情的人,她到底是一个什么样的状态?她是什么样的能量级别?因为你的能量那个什么的话,你就能各种创造,就是你花出去的钱有一个更大的价值,明白吗?就简单一点说,比如说你买了很多首饰。首饰会让你很有自信,就相信你创造一个你非常有地位、充满了魅力的那种状态。它其实给你创造一个你相信的那个相,对吧?那有了这个相过后,你去谈生意或者是去交易或者是去做任何,你都充满了自信。那你充满自信,别人愿意跟你交往,对不对?那你是不是因为这个而给你创造了更多的价值,对不对?那你用玩了过后,你还可以把这个首饰再卖掉,对不对?那你是不是就借用了它的能量给你创造了一个让你去可以更加相信自己的信念?加深了你的信念过后,你没有损失钱,你还赚更多的钱,它是在花钱吗?所以说到底在背后做这些行为的人她是谁才是最重要的,而不是说事件的本身。如果你是一个处处受到限制的人,没有办法的人,那么你在做这件事情肯定是把你带入到一个你受限啊,怎么越花越穷。人家越花越有钱,你越花越穷。

问:我知道了,不用去关注.....

高灵:NO NO NO,不是说不去关注,而是说你要明白你在做什么,就是你所做的一切都在你的掌控,好像你在玩转一切,当然包括你购物的这种。

问:我还是很爱看电视剧,爱吃东西,爱购物。这些我觉得都是对当下的逃避。我怎样才能更加快乐的专注享受当下?

高灵:我们其实刚才都说了,其实行为怎么样不重要,重要的是你这个生命体它是在一种好像是正常发育吧。我们说这颗种子它有没有在土壤里面?它有足够的养分,它一直在成长?还是说它根本就没有发芽,明白吗?这是不一样的状态。如果你根本就没有发芽的话,其实你在看电视或者你在看书,它没区别的,明白吗?它是一个静止的状态,它是一个死亡的状态,对吧?那如果你是一个活着的状态呢,你做什么不重要。为什么?因为你看个电视,你也能从中领悟、醒悟、不断地蜕变啊、不断地转变,明白吗?所以不在于.....你要是个瞎子,你怎么看电视都是那样的。你看的東西就是加深你的一些信念,你的一些恐惧,电视里面那么多恐惧,对不对?因对对你来说它是什么?当真了,然后就把它全盘接受了。把它当

成是事实，在你的生命中加深你内在的一些控制和限制。那你是无限的话，你看到的一切你都能把它转变成灵感啊、创意啊、激发出更多你内在的一些智慧啊。

问：我是一个小学老师，最近在工作上我带的学生成绩非常平平，也干不出成绩来。我该怎么办呀？

高灵：因为你加入了你们物质世界玩的游戏呀。但是你并不是来加入他们玩的游戏呀。你的身份，你自己都没有去做你自己。你是一条鱼，对不对？那么你在岸上走路，你说我怎么走的那么吃力呀？你看人家那些小鸡小鸭咋走的那么好？你是鱼，明白吗？那你通过这个你看到没有，当你离开了你自己，你做什么事都做不好。当你在成为你自己，你做什么事情它都是perfect。为什么呢？你在成为你自己的状态中，在什么时候它都是你。就好像你是一只老虎，那么你坐着、躺着、你咆哮、你奔跑、你受伤，你还是只老虎，就你的状态改变不了你所是。

问：就是我干的事情不重要？就我的状态重要？

高灵：这是你们自己人类的集体意识，就是目前你们在探索生命的路上，你们需要通过它去成长、认识和认知到的关于生命的真相。你们不是来地球做事的，首先你要明白，明白吗？因为你们有很多物质世界的观念，比如我有房子要养？我的各种医疗？因为全是你们进入的一个系统。你们进入这个系统，你就按照这个系统去运作，对不对？那如果你脱离这个系统了呢？

问：脱离这个系统可能会遭到别人的批判。

高灵：那这是你的一个观念。所以说你已经加入别人创造的一个游戏。那你肯定是要follow一些..... 就好像你自己是一团泥，你把自己已经放到那个模具里面了，那你就是以那个模具的样子呈现了。你是水，你把自己已经局限了，放在那个水杯里面，那你就是那一杯水，体验的就是它的局限，对吧？那你融入大海呢？你就是无限呀。所以通过你自己体验到的，然后去探索你们到底是来干嘛的。你连这个都搞不清楚，就好像你去超市里面..... 明白吗？

问：我想看一下我的灵魂主题？我29岁。

高灵：你这一生的灵魂主题是关于如何完完全全的表达自己，因为你的表达受限了。你最开始的表达是受限的。你29岁，对吧？至少这之前是受限的。你是来突破这些限制的。其实你有两种特质在你的内在，一个就是很乖的，就是要follow，就是要跟随模子，就是跟随一些条条框框吧，比如说世俗是这样的。但是在你的灵魂里面，你有很疯狂的一面，就好像有两种能量在你的内在，一个是follow，一个是突破。一个是破坏，一个是保持完整。如果你有学生的话，就好像一个是乖乖的，一个就是调皮捣蛋，班上最闹的一个。所以这两股能量..... 你会压抑掉一部分能量而产生不适感。然后直到你整个都舒畅了，就不再产生不适感，这就是你的灵魂主题。其实就是突破，就是自我束缚的一个突破，就比如说对你身份的一个突破，对你观念的一些突破。那说的简单一些就是做自己，勇敢做自己，完完全全做自己，就是这种。

问：我和我妈妈的灵魂关系呢？

高灵：我们看到你妈妈有一股很压迫的能量，你需要去打破的。就这么说吧，你像她手上的一只小鸟，她紧紧的抓着你，她的能量抓着你。然后你需要从她的手中去突破。所以她更多像有待你去突破、推翻的层面，像是一块石头压在你这棵小草身上，你需要去突破这块石头。所以她就会在你生命中有很多她自己的一些想法或者是干涉，能量层面的干涉和影响。

2024/10/14 – 允许就是头脑不再过多的运作

问: 我想知道我小我肉体 and 灵魂是如何在地球上运作的? 你负责哪些部分?

高灵: 你首先提的问题就已经是在你固定的一个观念里面了, 明白吗? 这里没有一个其它, 这里是你。这是你需要通过你的物质肉体来慢慢的整合或者是合一或者是慢慢的记起来哪些是你, 哪些不是你。所以这里没有一个分开的, 没有一个你刚才说的那个你。没有。

问: 我上次收到的信息是我是我肉体意识和灵魂意识的共生体。这个是我, 是不是?

高灵: 你的生命的过程当中就是你在自己认识自己的一个过程。就好像一个小孩子在他很小的时候就来问: 我是谁呀? 那他是不是在随着他年龄的增长, 随着他阅历的增长, 随着他对生命的一个认识, 随着他认知的一个转变, 他会越来越知道自己是谁。他在每一个阶段他都有一个不同的认知, 产生不同的体验。但是你不能..... 就算你告诉他你是谁, 他也是: 哦, 我是无, 我是一切万有, 我是一..... 那就算他知道了他是一, 他也会在他不同的阶段有一个不同的理解, 明白吗? 因为这个不是外界来告诉你, 因为就算我们外界来告诉你, 你是一, 你是无, 你是一切万有, 你是什么什么的, 但是你还得通过你自己在不同的阶段, 就是你成长的这个阶段, 然后去感知到、去明白。所以这个不是来自于外界或者任何人、任何灵来告诉你。

问: 在我做事情的过程中, 我怎么样才能更好的连接我灵魂的指引?

高灵: 这个很简单, 当你在做事情的时候, 就这么说, 那就像是鸭子在水里游, 像是蝴蝶在花朵上面飞, 它是毫不费力的。那当你在做一件事情, 比如说你飞不起来, 你游不动, 那你就知道你的一个状态了。所以你本来的状态是毫不费力的。

问: 所以需要我努力的其实是我在强迫一些东西, 是不是?

高灵: 需要你努力的, 那么它就是离开了你自己, 你是在为某一些观念而服务的。

问: 我想知道一个很现实的问题, 我现在在硅谷的开发公司做的事情, 我还要不要继续。我觉得我的灵魂更想要做灵性的事业, 那我现在这个现实的事业还要不要做呢?

高灵: 我们不会给你提供任何你要做和不要做的事情, 明白吗? 但是我们会让你去看到就是说你从去做和不去做之间, 怎么样能越来越对准你, 就好像我们刚才说回到你本来的状态, 就是你毫不费力的状态, 明白吗? 因为这个就像是水温一样, 你自己才知道哪个温度是最合适你的temperature。还有就是说无论你在做还是不在做, 其实你都可以从中去, 就是让它来协助你更多的去认识你自己、连接你自己。就外界都在给你提供一个反射, 因为外界的一切不过是来协助你这个灵魂和帮助你这个灵魂可以越来越接近你核心的那个, 就是真正的那个频率, 而不是说扭曲的一个频率, 明白吗? 那如果你可能完完全全的放弃了你想要做的, 就是灵性的, 对吧? 然后完完全全投入到物质。然后你才在里面发现好像你赚再多的钱, 你取得再大的成功都不能让你快乐。那它同样是你的加速器, 让你更加快速的和更加坚定的把你锁定在你自己要去的一个领域, 对不对? 那你看似选择了另外一个, 但是实际上它更加强了

你和真正的那一部分的你的连接。所以那你看，你的离开其实也是在推动你更加的往你要去的方向走。

问: 之前有很多老师说肉体在这个地球有业力.....

高灵: 你才是那个老师，明白吗? 所以你不需要任何老师来告诉你。然后他们那些老师给你提供了什么呢? 也是提供了一个让你去认识到什么是你，就是你适合的温度，就是什么 information 来到你这里让你 feel comfortable, feel 你是一个 right temperature, 就是那是舒适的，你是毫不费力的，你在一种好像是..... 就好像一份羽毛在空中就没有任何重量。如果任何信息让你产生任何重量，你必须这样，不然你怎么样，你是有罪的，你是什么什么的，那你就知道了，他给你加了很多重量。那那些重量是来自于谁? 来自于对方，产出的人，明白吗? 你只不过是去加入了，就是接受了他的那些东西。

问: 灵魂是不是也需要继续的成长和升级? 它成长和升级的方式是不停的回归到本源吗?

高灵: 这么说吧，扩展。就比如说我可能已经是一个毕业生了或者是博士生，是很高的了。但是我可能把我的记忆全部抹掉，然后从一个小学生再一次的去..... 那从这个过程当中我就多了另外一条路。就比如说我这条路是水路，我已经知道怎么走。那么接下来，我不再碰那个水路，我要从陆路，就是从不同的路去走到对面去。

问: 我上次有接受到一个信息说人类是有集体潜意识，每一个物体都有能量。然后我要去感受不同的能量去和它们合作，然后.....

高灵: 首先你要清楚任何信息，它只是来让你知道你现在的认知在哪里。因为如果你的认知还觉得只是要通灵信息，灵界信息，我就要完完全全去听从跟随。那就说明是什么? 这就是你，你的限制，你投射出来的，你要这样，你要那样。但是你要清楚你的真实身份是你不需要做任何。为什么? 因为你是所是，就是你已经在那里了。没有一个要离开这里，要到那里。

问: 我倒不是接收所有的信息.....

高灵: 因为这些信息不是我们带出来的，所以我们不会更多的去对你们其它的信息进行一个解读。就这么说吧，就好像我们比如说是一个老师，那你是其他的老师来给你讲的一个道理。那他们的老师有他们的一个路线，就比如说我们从四川到北京，你可以有各种路线到那里，对不对? 那他说的是他的路线，明白吗? 我们前面说我们不会继续去解读你跟其他人那接收到的信息。那是你们之间的连接和你们自己共同玩的游戏。

问: 我是想知道显化，显化是所有的念头都可以被显化吗? 还是显化的过程中也要考虑到其它的能量和集体潜意识的影响和干扰?

高灵: 这么说吧，你首先知不知道，那个知道就好像是知道明天天会亮，所以我不需要去显化明天天会亮。那你首先说我要显化明天天亮，还是说明天天本身就是亮的，我需要去显化它吗? 你是否知道你生命中的一切，和你有关的都会在那里，都已经在那里? 明白吗? 那如果是和你今生的课题，和你今生要体验的无关的，那是否你进入了你头脑里面的一些观念?

或者小我的一些执念，明白吗？也就是说你只需要知晓你的身份，只需要知晓。知晓的知晓是怎么知晓呢？就像我知道明天天会亮，所以我不会刻意的去显化一下明天天亮的事。因为当你说当你在显化明天天会亮这个事，你已经在否定明天天会亮了。

问：灵魂到了这个地球上所有的事情都是安排好的，我只需要体验吗？那修行的意义是什么？

高灵：这么说吧，修行也是你们人类在认识生命和觉得生命应该是怎么样成为的一个认知而已，但是你们的认知会变的。所以修行只是你们目前的一个认知产生了一个修行。就好像这么说吧，你觉得一棵植物你需要去这样那样，它才会长得好。就我需要给它加个这个，做个这个，放个那个，它才能长大，明白吗？

问：那我是不是不需要做任何思考？

高灵：但是我们又回到了，那你的认知？你的频率呢？比如说你对外界的一个相，比如说外面发生了一些战争、一些灾难，那你会产生恐惧吗？比如说你突然破产了，你会产生恐惧吗？比如说你爱的人突然背叛了你，你会痛苦吗？明白吗？那如果你还会被外界的各种相拉扯的话，那是不是又回到你刚才的那个问题：我是不是不用思考？明白吗？

问：我想问的就是说我生命中发生的所有事情，我是不是都不用思考它对我的意义是什么？它发生就是发生了，我只需要去体验就行了？

高灵：这个不是我们来告诉你。你需要思考，你就去思考。你不需要思考，你就不去思考。你的这个生命体它在投射一切给你体验。所以说不是别人来告诉你做什么和不做什么。为什么？你自己在通过你的每一步去走出开、去悟到、去理解、去明白、去感悟。它完全是你那在的。就这么说吧，你是个厨师，你得自己去尝每一道菜，得去品每一个调料。而不是我们来告诉你，这个是盐，这个是什么味道，这个是咸的；这个是糖，这个是甜的。告诉你了，那你不用品你的舌头去品尝，然后不去试一下，把一道菜做的咸死了，就是这个过程。那你也没有办法一下子就做出来一道美味的菜，明白吗？所以你才是真正的大师。你在通过你的生活一步一步的去扩展。你不是一个无知的人，我们来一步一步的教你这样那样。不是的。我们更多的是来让你知道你没有被困在你的身体里面，你没有被困在任何地方，仅此而已。

问：那是不是其实所有的就是我的感受在指引我？

高灵：无论怎么，就是你不需要去分别任何东西。为什么呢？因为你们会分对和错，好和坏，就像我刚刚说就算你走到了你非常厌恶的那一面，它也加深了你走在你自己想要走的那条路上，对不对？所以这里哪有好和坏呢？没有分别。

问：我的意思是感受上是有不同的。

高灵：那感受也是你的一个收获呀。所有你的感受或者你的体验或者你产生的这些东西，它不过是你尝了一下，你就知道它是盐了，然后就成为你的一部分了，成为你做菜的一个，就是你对调料的一个认知和理解了。你就能做出来更加适合你想要去表达的风味的一道菜了。

问：我很多时候能感受到很多东西，它已经在一定程度上被提前，然后我就去做。但是在这中间我有很多怀疑的时候，我应该用什么方式让自己安静下来？

高灵：让它怀疑。因为既然是要去做的事情或者是注定好要做的事情，那你还是会做。所以怀疑不过是你的小我跑出来的一个念头而已。念头没有任何力量，除非你害怕它，那它就有力量了。你只需要看清楚它是个鹦鹉而已，鹦鹉学舌嘛。你说了一个坏蛋，它也说坏蛋，但是那个坏蛋means nothing。

问：小我是值得被尊重的吧？

高灵：你的小我就好像是一台电脑。它的功能是什么？它的功能就好像是一台显示器一样或者它像一个摄影机，它只不过是负责去摄影的，明白吗？仅此而已。它只是record。你问的这个问题：它是值得被尊重的吗？难道它有问题吗？它没有问题。就好像是懂得运用这台电脑，不懂得运用这个camera，他们才会觉得它有问题。

问：它的意识、它的感受，我应该怎么去处理？

高灵：它只不过是一个，就好像你给它输入一个：这里有危险。它马上就害怕起来，紧张起来。它接受到一个信号做出的一个反应而已，仅此而已。这就像一条狗看到肉包子流口水，它是受到外界的一个刺激，然后产生反应。那它在物质世界肯定是..... 很简单，你去电影院看电影。你看到恐怖的，你会害怕，对不对？那你看到那种很快乐的，你会开心，对不对？那你说是不是应该让它看到恐惧的不要害怕，看到快乐的也不要开心？

问：所以小我的感受还是.....

高灵：这么说吧，你们有不同意识形态的人，对不对？那你说佛陀的小我和普通人的小我它们一样吗？它的小我不过就是一个观察者。

问：那它还会反射吗？它在观察的过程中还会有反应吗？

高灵：就好像你说我的舌头在品尝的时候，它还会尝出来味道吗？它当然能尝出来味道。但是它知道它在品尝味道，而不是说那个味道是它，明白吗？它在吃一坨屎的时候，它知道它在吃一坨屎，而不是说我是一坨屎，明白吗？

问：我在爱情上有什么功课吗？

高灵：你自己就好像在照镜子一样。你会看到的。这也不是功课，不过就是你来好像是在..... 这么说吧，你在品尝你自己。那这个你像是一颗桔子一样，你又青涩的时候，对不对？那你也会有很甜的时候，对不对？

问：那会有一个我想要去往的方向吗？

高灵：那就是越来越..... 果子成熟是怎样？那它是不是最后变得很甜，对不对？

问：这个果子从青变甜，还是变成咸的.....

高灵: NO, 它一定是甜的, 明白吗? 酸只是一个过程而已, 那你允许它。

问: 我一直以来喜欢做事的方式就是我下一步要往哪个方向成长, 我设立一个目标.....

高灵: 你说一棵桔子树会这么说, 它才能成长吗? 你看到哪一棵树它会说我要像那棵树, 我要像那朵花一样, 它有根据谁去学习吗? 所以你也一样, 你不需要。你内在已经有了。你只是允许。那个允许只是说你的头脑不再运作too much在那个上面的事情, 明白吗? 那个允许。

问: 我好像在心中一直有一个答案, 我根本就不需要去想, 我只需要去做。但是这个又有违背我的常识。

高灵: 没有关系, 你将会看到所谓的一个常识只不过是一个幻像而已。就你的当下用你的认知投射出来的一套。

问: 那为什么有的灵魂会跟我走的比较近呢?

高灵: 那是因为你们之间有共同的一些体验。就这么说吧, 当你是一颗种子的时候, 你可能和土壤里面的蚯蚓很近, 对不对? 那当你绽放出来成为一朵花的时候, 你可能跟蜜蜂, 跟蝴蝶。那在你生命中每一个阶段都会有不同的意识形态跟你发生更加紧密的一个关系在那里。

问: 那在我现在这个当下是有什么我可以去练习和学习的?

高灵: 就是放松, **doing nothing**, 就什么都不做, 然后去看所有的一切都是已经在做了。

问: 这个当下还有什么指引是可以给我的吗?

高灵: 就是我们想让你知道你来是去细细的品尝, 而不是急急忙忙的赶路或者是往前跑, 就跑太多太多地方。就好像我一来到地球, 我要北京上海美国英国, 所有地方我都要跑一遍, 就是这种, 就赶路一样。你不是来赶路的, 而是说每一个**moment**, 进入到当下, 然后去品尝当下的能量的结晶和味道。这么说吧, 真正的扩散, 它是从当下然后不断地去往外往外延展。而不是说离开当下, 左一下右一下, 东一下西一下, 就这样乱七八糟, 好像在画一个线一样。它是一个渗透。

问: 我身体里的着急和不安是来自于哪里?

高灵: 这么说吧, 你像是一个战士一样, 你有很强大的能量。这个能量就好像有一种我要去做点什么, 就是我要把它给释放出去, 我要把它给展现出去。明白吗? 就像是个男人, 我是一个大力士, 我的拳头很厉害。我就想所有人来到我, 就是想要去处理。让我来拿, 我的力气大, 就是这种。其实你这一生其实是来学习另外一种力量, 就比如说你已经拥有了特别大嗓门, 它的作用很大, 我一吼, 它就可以震慑四方的那种感觉, 就可以让所有人安静。但是我这一生我却不再去运用这个大嗓门, 而是来运用无声的力量。就是允许它们嘈杂过后, 它自然而然的安静下来, 就是你的安静的能量集辐射到每一个人身上, 让他们安静下来, 而不

是你的声音去强迫让所有人安静下来，明白吗？所以它需要你从另外一个角度去发现另一种美。

问：我是不是理解为我的灵魂本身自带的就是很喜欢行动？

高灵：它自带的强大。它是来收敛这个锋芒的。它要来做的事情就像刚才说它运用它内在安静的能量而辐射到每一个人。就是无为吧。就是你们所有人给我安静，用我的声音、用我的权力来压迫，但是那个安静是表面的，然后来无声胜有声。

问：那如果落地到现实生活中，我是不是就是允许身边的人.....

高灵：NO NO NO，你没有办法，这不是..... 你会自然而然，因为你会随着你不断不断地站在这个角度欣赏到这个美，然后你就会真正的欣赏到这个美。那如果你还没有站在那个角度，你需要慢慢慢慢的看到每一个角度，往那边移过去。它是你这个灵魂蜕变和成长的一个过程。就好像一朵花它盛开的一个过程。

问：那灵魂它来这个地球的时候它已经知道它要做的事情了.....

高灵：它不过是换一个角度去体验一个风景而已。它之前好像在湖面看那个湖，它最后打算自己进去湖里面欣赏。

问：所以它会帮我安排好我需要去体验的东西，我不需要刻意去找？

高灵：你一直在路上啊。

问：所以我更多的是找到那个放松的感觉？

高灵：你不需要去找到。你就好像你现在是一颗青涩的桔子，那你就需要去找到甜的。你自然而然就会成为甜的，明白吗？它不是你找的，而是你自然而然就会。你成熟了呀，季节到了呀，那你不就甜了？那你需要在青涩的时候去找吗？找找找，我的甜味在哪里？我怎么这么酸？那你酸味也是在走向甜的那个路上呀。

问：我的这个问题来源可能是因为恐惧吧。就是突破了一世，还是突破不了？

高灵：你不需要去评判。没有什么突破不了的。你就好像是说一颗种子放在土壤里面不会长出来一样。种子都会长，只是你们头脑..... 我就再简单的说一句，就没事找事。就好像一株花本来就在长了，然后它在问那棵树，我怎么才能长大啊？我怎么才能结出果子呀？我怎么学啊？我怎么努力啊？我朝哪个方向发展啊？那你说大树根它说什么呢？就你问不问这个问题，你都在长啊。只不过你长得这个过程当中，你是relax的状态还是着急的状态呢？

问：我要做的就是回归当下，然后不去想我的目的.....

高灵：NO NO NO，你现在所谓的那些东西也是你的一步台阶，明白吗？它也是你的一个步骤。就好像你现在在一条船上，你现在已经在水中央了，它一直在往前进着。只不过是你在体验到的另一端的风景而已，仅此而已。你不需要刻意的把它get rid of it。它不是你身上的好像

是坏东西或者是错的东西，不是的。它不过是你从正面的角度，然后转到侧面的角度，然后转到左边右边，就这样子转着角度去看这个物体而已。那通过这个角度，我产生不同的体验。那这些体验就让我的灵魂得以扩展。我们想告诉你就是说，你是在一台自动驾驶的列车上，就像高铁一样，它已经在开了。你不需要在里面急急忙忙的跑来跑去的。就是你最终都会到达你的目的地，所以relax and enjoy。

2024/10/17 – 灵魂主题之不要维持表面的相

问: 我想问一下我的灵魂主题。我叫XX。

高灵: 我们连接到你当下的灵魂课题是关于怎么让你内在的..... 好像你内在有一个湖面, 这个湖面怎么样不受外界的干扰, 就是让你内在的安宁、安静、那片湖水不被外在搅浑, 也不去外面抓取。就是不在外面抓取, 也不去祈求和期盼, 也不受到外在的影响。所以你刚才说你情绪不稳定, 是吗? 那这些情绪不稳定都是带动你, 让你看到你自己内在的那个湖和外面是连在一起的。然后你需要从中看到其实没有任何外面那些东西能够影响到你的内在。那是来自于你还没有看清的一些东西, 就是还没有认识到的。就好像一个小朋友他还没有认识到某一些事物, 比如说他没有认识到地上的影子是天上的月亮, 这样的关系。

问: 我现在怀孕五个月, 就是从怀孕开始好像内在有不受控制的感觉。身体里住了另外一个灵魂一样。孩子有什么样的愿望呢?

高灵: 我们不一定有信息, 但是我们可以看看这个小孩有什么信息给你。这么说, 这个孩子和你的关系就像是一个塞子, 然后往里面塞, 不停的把你内在有的东西就好像是挤出来一样。所以他会push你去在内在就好像进行一个净化、清理和整合, 就是整合。他让你不要去追求任何一个状态, 这是他带给你的信息, 就是不要去追求任何一个状态。就比如说你可能只想开开心心快快乐乐, 不要有压力; 比如说你只想清静, 只想安安静静的。那就是去追求某一种状态。他给你的信息就是不要去追求任何一种状态, 也不要保持任何表面的一些相, 维持表面的相。比如说跟父母的关系都要和和睦睦, 跟什么的关系要相敬如宾, 就不要有这些观念, 就是不要去维持表面的一个相。这是他带给你的。他说的你的压力就是来自于, 比如说你心目中有一个相, 你试图去把它维持或者你有一个形象。就比如说你对你自己可能也会有一个期待的形象, 希望你自己做到比如说毕恭毕敬或者是优雅, 就是你自己给自己有一个相, 你给自己定义的一个相。然后他让你不要去给自己定义那个相。他说你的压力来源就是你总是试图想要维持表面上的那个样, 就是保持那个样子。他说他其实就是来打破你的宁静, 就是打破你维持的相。就比如说你可能就喜欢把东西弄得整整齐齐, 他就喜欢给你弄乱。他不是来维持你这个整整齐齐的样子的。就比如说你家里面喜欢弄得整整齐齐、干干净净的。oh, fuck, 我连接到了。你是不是专门做那种屋子整理的?

问: 对啊

高灵: 就喜欢整理的干干净净, 是吧?

问: 是

高灵: 哈哈, 他就是来给你打破的。就是你可能喜欢整理的整整齐齐、干干净净。然后他就全部给你打乱、打破。他就是来破你的那个要维持很好的相的。

问: 我就能理解我从怀孕的时候就老是不受控制。

高灵: 他内在就是有一股破坏的能量, 这个孩子。但是这个破坏的能量是创造的能量, 他就是来让你不执着于任何相, 明白吗? 因为你有这个课题, 你有执着于某一个相的课题。就是

你会觉得相应该这样，就是头脑里面有很多应该。你的压力就来自于这个，就是烦躁。那如果你放松，你的手放松，你不再用力的抓了。那你就全身都舒服了，明白吗？就是你目前的能量它是不能放松的。

问: 我认为是失控的状态。

高灵: 对，就是失控，就是抓狂，就是抓的很紧的能量。这个孩子太棒了。你目前受到他的能量影响，因为这个孩子是一股破坏的能量。如果简单一点说的话，他会很有自己的思想，自我的独立意识。你别想要去管教他就好了。但是他是来打破你的这些条条框框和你执着的那些相的。

问: 那我的课题不是经常要被他打破？

高灵: 是你会因为他的存在而扩展意识，明白吗？扩展。你看你们去找的各种导师、老师、灵性导师，不也是帮你们打破你们的观念吗？不是吗？那他就是。

问: 有时候我听一下录音，心里觉得又开放了。有时候又闭合了，就是安静不下来.....

高灵: 如果你随遇而安呢，就是比如说房间乱七八糟的，锅也没洗，碗也没洗，你也能悠闲的躺在那。

问: 那就接受呗。我现在怀孕还是在做家务的，我也不要太游手好闲。

高灵: 你看游手好闲。这就是你的一个定义，你的一个观念。你觉得让自己处在一个舒服的状态是游手好闲的状态。或者别人在一个舒服的状态，你会觉得对方游手好闲。但是你不知道对方所谓的游手好闲，他实际上在干什么呢？他内在的意识在不断不断地进化，他在扩展，他在悟。他内在在运动，在活动。反而那种忙来忙去的，他们是在逃避，并没有成长。所以不能单独从外在的相去评判，就是给与定义。

问: 孩子还有信息吗？

高灵: 孩子没有信息了。

2024/10/17 – 灵魂主题之脱离对物质的迷恋以及虐恋因果解读

问: 我今生有没有什么使命或者业力?

高灵: 你这一生携带着的对物质的一种迷恋, 对外界。物质、肉体、自我的膨大, 是这一世你携带的需要去突破的。就这么说, 摆脱你这个肉体, 简单一点。摆脱这个肉体对你的束缚, 就是你的这个肉身。

问: 就是我太在意这个身体了?

高灵: 这么说, 你的这个肉体, 就是外界的这一切, 它就像一层厚厚的壳跟你的皮肤粘在了一起, 但是它们本来是分开的。那如果是分开的话, 那、就能很好的从这个里面退出来。但是你的业力就是说, 你的壳和你的皮肤, 就是肉和壳粘在一起了。那你脱是不是就不是那么容易, 对不对? 那你就需要有技巧, 明白吗? 那怎么样才能得到技巧呢? 那就是学习了, 那就是修了, 明白吗? 把你修的就能够金蝉脱壳一样。然后你就不再被困在这里了。你当然也会体验到这方面的愉悦, 就是拥有壳带来的愉悦感。比如说这个壳可以给你创造一些, 就是你会享受这个壳吧。就是有这个壳的话, 你没有那么容易被外界伤害, 就比如。然后会感受到有点安全感, 明白吗?

问: 就是我的肉体外面有个壳, 我脱不掉?

高灵: 我们是打比喻, 就这么说, 如果简单一点来说, 你可能有了钱, 你就会有安全感。然后那个钱就会给你带来安全感, 让你很愉悦, 花钱花的很爽, 对不对? 但是你却是在来摆脱钱对你的束缚的, 明白吗?

问: 除了钱还有什么束缚?

高灵: 就外界啊。我们说身体啊、自我啊, 就是你外面的那个我。那它就有各种啊, 比如说我的观念啊、我的自我啊、我的愿望欲望啊、我的执念啊、然后你们是否尊重我啊, 各种, 外绕着跟你有关的。那都是你在对这个身份的一个加强。因为你这一生的课题就是你是很享受型的, 你其他世你就很享受, 就好像有一种奢侈, 就比较放纵、纵容自己肉体的各种欲望, 就是满足它。然后就把自己喂养的很大。就比如说我是一个骄纵奢华的皇后皇帝, 我享受各种美食美色、金钱权力。然后你把自己喂养的特别大, 然后这一世就是想要把这个脱掉, 就好像脱瘾一样。

问: 那我今生就是来做这个事情的?

高灵: 就是来转化这个能量。

问: 有什么建议吗?

高灵: 我们刚才不是说嘛, 你这个肉跟皮、跟壳粘黏在一起。那你是不是需要很好的技术才能脱离? 你至少要去学习怎么样去脱离吧? 不然这么扯的话, 你命都没有了。那你就是要修行。

问: 那我这辈子能脱离吗?

高灵: 你就好像一只昆虫来问你, 我能够那个什么吗? 那是不是得看它自己了? 它有强大的脱离的欲望吗? 还是我继续去享受这个?

问: 给我的提示就是我要放下那种享受是吗?

高灵: 不是啊。你首先..... 因为它是你内在的一些东西。就好像比如说戒烟, 你问医生我今生能戒掉烟吗? 医生怎么告诉你呢? 得看你自己内在的意愿度有多强烈啊。

问: 就是说我修到那个地步, 放下是自然而然的, 是这个意思吗?

高灵: 比如说你会逐渐的对自己生命的一个认知, 你知道肉体其实是你的一个工具, 而不是你是它。那就随着你自己对生命的认知, 你就知道你跟它不是一体的。那你就能调整出来, 脱离出来。把它好像当成马一样, 你在骑马了。你就能更好的去觉察到你的这一切。

问: 我有没有什么重要的前世?

高灵: 我们连接到对你这一世, 就好像前世是个味道, 还残留了一些味道, 它是个男性的身份。在那一世, 他就是个完全以自我为中心的, 外界的所有一切都是来满足他自己的。这一世你还需要修一个同理心、同情心和那种对他人产生的那种慈悲心, 还有把自己的身份放低。就你前世对你影响比较深的, 它是一个完完全全很自我的一个男性的身份。当然, 你这一生还会受到感情上的一些, 比如说你会受到一些伤害, 比如说被欺骗, 就没有被善待, 这些课题。因为这是你曾经给别人创造的, 所以这一世你自己亲自体验到。

问: 我现在确实有感情的问题。就是有一个人, 跟他一直有纠葛, 在一起很痛苦, 分开也很痛苦, 就是不被善待一样。但是好像分也分不开。跟他有没有什么前世的纠葛? 初中的同学, 最近是2020年联系上的, 去年初开始好的。

高灵: 我们想跟你说, 因为你会有需要这样子的课题和体验, 所以并不是对方的问题。只是对方会把这些东西带出来给你体验到。所以你再换一个对象, 还是会有这样子的体验。直到什么呢? 直到你自己就比如说内在不再欺骗别人, 就这一生。

问: 欺骗是什么意思?

高灵: 就是任何情况下你不会再去做欺骗任何人, 你不会用欺骗的这个方法, 也不去利用人家。利用人家什么呢? 比如说我利用你来满足我的快乐, 就我很无聊, 我利用你来满足我。就比如说我现在, 就比如说一个男人, 我现在很饥渴, 我要用你的肉体来满足我。就比如说我现在可能很空虚, 我来利用你大发我无聊的时间。或者我现在没钱, 我利用你来帮我买点, 就各种利用。因为一旦比如说你内在还会有这个习性的话, 因为有的是前世带过来的, 那还有这个习性的话.....

问: 我跟他有什么前世纠葛吗? 还是我这一世显化出来的。

高灵：你这一世的一个课题就是来体验，就是来让你明白这个是什么味道。就比如说你之前产出的一些东西，就是你自己的能量。那就是说要修。

问：那就是跟他前世没有什么纠葛？

高灵：这个没有看，没有帮你们连接。就好像我们没有去查。但是你要知道这个是你身上的习性，就是这个味道。那我们把它洗掉了过后，那你便不再投射出这样的关系了。所以需要修。修行、修心。

问：那就是说我和他现在的这种相处，就是他是我的功课，我还需要相处，还是不需要？

高灵：这个不是..... 你做任何选择还是一样的，就你身上的臭味还是那个味道的。你身上还是有腥味，它还是会招惹苍蝇的。那你要是不招惹苍蝇的话，那你就需要把身上的腥味全部洗干净啊。那你的腥味变成花香味，那蝴蝶就来了。

问：就是跟这个人没有关系？

高灵：跟人没有关系，你还是会招引其它苍蝇。你把这个苍蝇拍死了..... 你想象一下，你一块烂肉放在那，这两只苍蝇来了，你把它拍死。然后呢？

问：那是不是我修好了，我变成花了，这个人也会变成蝴蝶？

高灵：那如果他是蝴蝶的频率的话，那就是他了。如果不是的话，那就是会有蝴蝶的频率的那个在你这里。

问：那这个能看出来吗？这个人是蝴蝶的频率吗？

高灵：我们没有连接他，因为他有他自己的功课，而且他还有他自己的造化。就是比如说他有没有像跟我们这样子的维度联系？得到指引？清楚的知道，有觉知的知道生活中发生的一切是怎么样让他转变的？如果他不知道的话，他并不知道他是在戏里面或者在局里面，并不知道自己在一个陷阱里面。他会觉得那就是他生命的全部。但是实际上他只是陷在那里而已，他只是需要从那里出来。

问：那我理解是不是说我也不需要特意做什么，只需要修自己，自然而然他就会改变？

高灵：对，你没有办法在果上面做功课。你只有在你自己的这坨肉身上去做功课。

问：我的意思是他有没有在影响我？拉低我？

高灵：他有没有在影响你、拉低你？那还是因为这个版本的你呀。它才会受到外界的影响和拉低呀。就这么说，比如说你现在是个小火苗，你说这个雨一淋到我身上就湿了。那如果你是整个大山的熊熊大火，这个雨怎么淋都熄灭不了你呀。

问：我就是怕他障碍我修行。

高灵: 那就是你的智慧还不够, 才会有障碍。那你还是需要继续修, 继续学。

问: 就是还是跟我自己有关, 跟外界跟他人没有关系?

高灵: 没有外界。外界是你的能量产生出去, 投射出来给你体验到的。就好像你自己照镜子, 镜子里面是你自己的相投射进去, 你来看到的。

问: 就是他那边相关的事情你这边是连接不到的。

高灵: 他没有问题。这么说吧, 你在哪个平行世界的版本, 你就有不同版本的对象来跟你互动, 就这么简单。但是当你的频率变了的话, 你会切换到另外一个平行世界。那那边有不一样的人和你在互动。

问: 我和我老公的关系? 我老公叫XX, 48岁。我们在一起13年。

高灵: 我们连接到了, 你的能量, 这么说吧, 你们俩就是能量层面的一种..... 他就好像循规蹈矩或者没办法或者条条框框太多, 就是比较死气沉沉。然后你像是搅屎棍一样, 你就像是一个跳来跳去, 像泥鳅那种很活的那种能量。然后你就是来打破他的那些顽固、条条框框、僵硬。就是比如说他可能也不太会享受生命、享受生活, 不太有情调。然后你又有情调又会享受, 就这种。实际上从能量上面来讲, 你完完全全是来扩展他的生命形态, 让他不那么死气沉沉和死板、boring, 就是无聊。他的生命就好像是黑白两个颜色, 那你就是五颜六色还各种味道。

问: 但是他也不喜欢我这样的, 我也不喜欢他那样的。

高灵: 是的。你们俩的灵魂是你来把他好像打翻一样, 让他变得五颜六色, 色彩斑斓的。我们看到他在你生命中的影响, 他首先给你带来的就是一种专一的品质, 忠诚。就比如说我盯着一个目标, 然后就是它了, 不会再东张西望, 到处去看了。他就像是那种技术男, 他可以在一个领域里面不断不断地生根。因为你挑花眼了, 不像他可以在一个坑里面挖挖挖, 挖几百米。你这东挖一下, 西挖一下, 挖了很多坑, 但是每个都很浅。

问: 挖坑是指我找人的时候挖坑吗? 还是指什么?

高灵: 那你说你的事业很好吗? 你会赚块钱、小钱这种。如果想要做出某一个领域的老大, 某一个领域的资深的人的话, 你的能量就不够。就不够达到那个, 明白吗? 因为你少了那种扎根的能量, 往下往下扎根。他就是来给你带来这方面的影响的。

问: 就是我们没有什么几世的联系?

高灵: 你们这一世选择在一起最主要是, 就好像你们俩是两个极端的人。你是完完全全黑, 他是完完全全白, 就黑白完全不搭噶的。就是反差特别大, 就是两个极端。然后这两个灵魂进入到彼此生命当中, 它就是来给这个白色看一下黑色, 给这个黑色认识一下白色, 明白吗?

问: 就是擦肩而过的那种?

高灵：不是，就是你本来就是黑色，那你需要去认识白色是什么，并看到白色存在的价值和品质。并欣赏和喜欢上他。他也是，来通过..... 一样的。如果你们俩热恋了，那你们俩功课差不多了。为什么呢？因为能发现对方的发光点了。因为这都是你们彼此身上拥有的特质，都是彼此身上缺少的那一部分。那如果你对那部分排斥、嫌弃、抵触的话，你是不是就把它排到你外面去了？比如说水和泥。你排斥泥，你就把泥全部分离出去，你只要水，对吧？然后在这种状态，那那个泥是不是很干很干，没有水分，对吧？它就动不了。那如果你不排斥泥，你跟泥融为一体，那你就是变成稀泥了。你的稀泥是不是想雕塑什么形状就可以变成什么形状，对不对？那你是干的，你动都动不了，你也不长庄稼呀。所以它在排斥的那一部分，比如说它是水，它排斥泥，不跟泥融合在一起。那它是不是就没有办法体验到固化，就是固体。所以当你们彼此都不再排斥对方，欣赏对方，因为不一定是爱情，哪怕是朋友之间的欣赏，或者是像亲人、爱人。不是爱情，但是是爱。那么就是说你们彼此的能量整合就很圆满了，那你们就会有一个圆满的关系。所以你老公就是来让你修行的，不是来让你谈恋爱的。

问：我跟我大儿子的关系呢？他叫XXX。

高灵：你儿子他就是来带你成长的。因为他对事情的看法、角度，他会..... 比如说他整个人的思维或者是角度都是属于比较，就是你发展的那个方向，就是比较高维度的吧，就这么说吧。所以在以后的路上，他会好像给你一个指引。你需要去观察他，从他身上看到品质，而不要太多的教导。就是不要把他教导成我们一样，比如说他可能不物化，把他教导成物化，明白吗？

问：他现在挺物化的，挺贪图享乐的，不爱学习。

高灵：没有关系，在后面他会慢慢..... 就毕竟孩子是受你们的影响。那最开始和你们在一起，他肯定会有你们的味道的。所以去鼓励他去完完全全追寻自己的激情，就是活出自己吧。因为在活出自己的时候，他就能给你展现一个样子给你看到。

问：他脾气不太好。

高灵：他多大年龄啊？

问：12

高灵：12岁，他还是毛毛虫呢，你看到是他毛毛虫的样子，还没有成为蝴蝶。但是你要支持他成为蝴蝶。

问：他成绩不好，学习不好，我也不用去逼他学习对吗？

高灵：你要知道通过你在跟孩子交往，比如说逼他或者怎样怎样，它其实只是投射出你自己内在的一些，你的认知、你的意识程度还有你的心态，你的内在的恐惧的反射。所以用这个眼光去看待。比如说你逼他学习。为什么呢？因为学习不好，以后都没有工作，都活不下去。那是来自于你对生存的一个恐惧。所以去通过你对待他的那个情绪背后去照见自己后面用的是什么信念系统。因为孩子比你后来，他选择了你。那他是来协助你进化的。

问: 那小儿子呢?

高灵: 我们在小儿子身上看到了, 他也是给你那种, 就是无论你怎么样, 他可能都会拍拍妈妈, 他都会给你一次, 就是包容允许的能量, 他给到你的是这个, 就是能量层面它是来支持你。无论怎么样, 我们都可以再去试一次或者是再站起来, 就是一个有耐心、包容、允许的能量存在。来让你好像觉得哪怕跌倒一万次, 都有人陪着我再一万零一次。他的能量是对你的存在, 他永远都会在你身边成为一个来支持你的能量。

问: 那他之后会走什么路。

高灵: 这个不知道。为什么呢? 需要它自己这个灵魂来问。它来问, 它想要探索, 因为这是关于它的。就比如说它有一个文件夹, 这个文件夹是它允许过后才能进入, 才能探索, 明白吗? 就好像我们是因为你的允许, 去进入探索你的文件夹。所以这个需要它。

问: 我想问一下我跟我姐姐的关系? 她叫XX。

高灵: 她跟你好像有一点在同一条船上的那种感觉。也就是说你的意识扩展, 就比如说你修行, 你转变, 她也会跟着你转变。如果你是一人得道, 她就是鸡犬能升天。如果她的话, 她也会带着你的, 就是她也会对你有影响的。所以你们俩就有一种同修, 就是同一条船上的那种捆绑关系。

问: 我们有几世的契约吗?

高灵: 我们连接到她对你在前世会有一种亏钱的心理, 然后这一世想要来补偿你。然后有一种好像以前这个灵魂自己觉得好像是它把你带坏了。然后, 它就又想来这一世把你带好, 就这种感觉。所以它对你会有弥补的心理, 就是灵魂层面的, 不是这一世的她。就是这个灵魂, 应该说是这连个灵魂吧。这个灵魂对那个灵魂有一种弥补的.....

问: 她的灵魂是不是这一世挺好的?

高灵: 她的灵魂需要连接她的。但是她这一世有弥补的成分在。就是灵魂层面它想要弥补你。

问: 其它还有什么提示吗?

高灵: 你稍等。我们接收到一个好像是你的灵魂发出来的一个声音一样, 就说人生就是来享受的, 修什么修。然后就有一种这样子..... 那我们看看高灵有没有什么信息想要对这样的灵魂说。这边信息来了, 就是说享受, 你们现在就在最表层的好像在享受。比如说一个蛋糕油很多层, 它外面是水果, 里面是奶油, 再下面是蛋糕。就是它有很多很多层, 那你现在只是在吃很表面的那一层。就你就停留在最表面的那种层, 也就是说外界的享受, 就是停留在物质肉体的享受, 它的时间是短暂的。就比如说它是有时效性的, 它像口香糖一样, 嚼一会儿, 甜味就没了, 后面就没有味道。所以它们要扔掉, 重新再嚼一个。但是你的灵魂得扩展你的灵魂扩展就像你嚼一个, 它产生不同的味道, 不是只是甜味, 各种味道, 明白吗? 因为它是你这个灵魂进化和成长的一个过程。所以那高灵带给你这个灵魂的信息就是说你们只尝

到了这个甜头。而且那个甜头只是很短的，但是真正的甜蜜，它是持续的、永久的在释放甜的味道。它不会嚼到后面就没味道了。

问: 我还想问我问的一个人，因为他带给我的困惑非常大。

高灵: 你不是因为有一个课题，就是你之前是一个男人，你在情感上欺骗嘛。所以你这一世也会遇到这样子的.....

问: 但是我还是想知道和他的因果，是孽缘，就是详细一点。

高灵: 你要详细，那你就亲自来见我。你在上海也不远，你也可以带他来见我，你们俩亲自来见我，我就可以给你非常详细。因为我可以摸着你的手，然后摸着他的手，给你们解读。

问: 我不太想让他知道，因为我现在想做个决定。我如果说他的名字再连接一下会有信息吗?

高灵: 前面信息已经告诉你，就好像你需要品尝这个东西呀。那他就给你创造这个..... 如果你不这么纠结，连接不这么深的话，那你就品尝不了呀。你就不在乎啊，随便你，爱咋滴咋滴。

问: 对，现在太痛苦了。都有点抑郁了。因为像刚才我说了我老公的名字，得到的信息更多。

高灵: 你们俩灵魂连接深呀。你灵魂连接深的话，那你们共同课题..... 你要知道你来到这个地球，你并不是来跟任何人谈恋爱的，明白吗? 为什么会产生这种能量层面的纠结呢? 就产生一种就好像欲罢不能的感觉，这样你才能修啊。不然的话，你能找到我们吗? 你不可能来找我们呀，对吧? 那你也不会想要从这个痛苦当中出来，你会觉得挺好的。

问: 我觉得我和他有很深的连接。

高灵: 你是陷在，是能量层面对你的一种。那如果是连接深，那肯定是你老公跟你连接深啊，那不然怎么成为你老公呢? 他只是现在把你带到修行的那条路上，就好像把你点燃的那根火柴而已。就一个推力，把你往那边推。

问: 就是确定不需要我说一下名字，再去.....

高灵: 他会变的。他会随着你的，比如说你修行的这一关的功课过了，他人就变了。

问: 这个人就可能没了?

高灵: 不一定。我跟你讲，这个人实际上是很讲道理的。他实际上是一个有很高标准的一个人。

问: 他很有道德标准吗?

高灵: 不是，比如说他心目中会有一个要求，那个要求是一个很高的标准。比如说我要建立一个关系，这个关系必须有一二三四五六七八，他就有很多东西。

问: 对对对, 所以我是达不到他的标准是吧?

高灵: 没有。你俩都在一起了, 那怎么达不到他的标准呢? 那你肯定是能够满足他某一些标准, 但是又不能满足全部的标准, 明白吗? 那比如说他有十个标准, 你只能满足三四个, 四五个, 五六个..... 但是他的要求就是百分之百, 就这种。

问: 但是没有这样的人啊。

高灵: 那他就继续体验三四五在你身上, 四五六在另外一个人身上, 七八九在另外一个人身上。

问: 太准了, 他就是有很多。

高灵: 是的, 他这样就完整了。

问: 所以我很痛苦。

高灵: 所以就把你带到自我修行、自我突破的这条路上。

问: 那是不是我达到了十个标准, 我们就.....

高灵: 他会很欣赏你。他眼光有点毒的。

问: 他这方面还有什么信息吗? 我需要和他了断吗?

高灵: 你应该是需要和旧有的模式、能量、频率的那个你了断。那你就突破了, 突破了, 你就不需要再体验这个体验了。

问: 突破就自然而然和他了断了?

高灵: 没有啊。那你们关系可能就更加和谐了, 就不会再是一种虐的模式了。

问: 那所有的问题都发生在我身上, 跟别人没关系?

高灵: 所有的都是你自己的, 在不同的生命的阶段, 不同的形态来让你自己去互动, 跟你的能量互动。

问: 那他算是我的投射还是能量, 就我不太理解。

高灵: 你有这个功课啊。是你需要, 就好像你命中注定有哪些步骤, 那么你就会去体验这些步骤。

问: 那这个人也不是个坏人恶人, 对吧?

高灵: 没有任何人是坏人恶人。

2024/10/17 – 问题集锦

问：我这两天在咽喉处一直感觉到有一股不上不下的能量，还不停的想咳，请问我的身体是有什么信息想要告诉我吗？

高灵：你刚才已经给了你身体无数个暗示，你已经在告诉你：我这个这个这个那个……然后就算你原本没有任何问题，然后你不断地暗示它，逐渐的它就会根据你暗示的那样开始去反应。就这么简单，那你知道两性之间挑逗，你可能最开始没有性欲，对不对？但是当对方不断地暗示你、挑逗你，你是不是就开始逐渐的……明白吗？首先就是说让你的身体自己去运作，因为它有可能会受到比如说其它能量的影响，你可能一下子会感受到、连接到其它能量。但是不用太在乎你身体产生的一些信号，不用太在乎它。不用太去把它给，就是说：这是出现什么问题。但是你可以去让你的这个反应来让你看到为什么我总是我自己呢？

问：我也不是担心，就是这个难受有点困扰到我。

高灵：但是那你是不是就只知道比如说我曾经也生了很严重的病，然后呢？我现在不是也很健康嘛。我曾经也难受的起不了床，然后呢？我曾经在新冠疫情的时候也经历过快要死的时候。不都好了吗？所以说你们的身体，你只要相信当你有强烈的一个方向要去到，对生命充满了，就好像在热恋。你的身体都会支持你，去给你相应的体验。它们没有什么问题。一些不适感都会逐渐的消失的。

问：灵界有什么别的信息带给我的吗？

高灵：我们想告诉你问题只有当你去产生它的时候，你才会发现这里真的有好多问题，明白吗？比如说就像刚才你会觉得你的身体在发出一个信号，它好像有问题了。然后我就来看一下问题。一进入它，你就会发现好像真的有问题，好像这个问题还挺严重，好像在getting worse，好像的确是在朝那个方向发展，明白吗？那如果你知道身体产生的一些它并不是问题，只是它好像，就好像风吹着，它掉了几片叶子或者有虫把叶子咬几下。那你新叶子也会长出来，对不对？所以就是只有你在进入这个问题的频率的时候，那么你就会产生一个相应的体验。那同样的，如果你进入到生命的激情……就这么说吧，你们就是进入到寻找生命的真相、真理和智慧，对吧？那你看你们挖了多少出来？不是吗？你看你们有的人可能一辈子都看不到一条，但是你们却挖了多少条？！对不对？所以你知道你们有多富有了吧？！所以去挖你想挖的，而不是去探索那些你并不感兴趣的。那就是你背后的什么呢？你背后的一个恐惧？你觉得生命是我要确保它安全我才安全吗？你说哪一只动物需要去担心我这个毛长的怎么样？我这个腿怎么样？这个怎么样？那个怎么样？它们只是在体验什么？它们只是在奔跑，它们只是在捕猎、寻找食物或者飞翔或者体验生命。它们不会去检查一下自己的血液，看一下有没有病变或者做个体检什么的。然后再那个什么……它们受伤了，休息一下不就好了嘛。

问：我能问一下2015年我的状态吗？

高灵：你稍等。我们还是看到你还是继续在这条路上，但是你的蜕变会非常的快速。比如说一个课题就不会，比如说以前一个课题你可能会上个小半年，几个月，那最后一个课题你可能就需要几天，就你学习课题和你解题的速度就会越来越快速了。

问:它在物质层面显化出来的一个相是什么样子的吗?

高灵:就比如说你之前可能一年都没有什么变化,那当你的意识程度,就是一个课题很快突破的话,它可能会变得就比如说几个月就很快速的会产生变化。

问:一个好奇的问题就是我们一直说我们的信息是活的。那从连接的层面来说,就是通过一本册子这个网络平台和通过我们的纸质书,它有什么不同吗?

高灵:这么说吧,就比如说哪怕你天天翻那本书,那你没到那个点去明白这个点,就是你没有到开花的时间,你花还是不会开。那当你到了春天的季节,就比如说花要开了的时候,你可能一下就开了,你会觉得是那个阳光让我一下子开了花。那之前也有阳光啊,明白吗?所以说你可能只需要瞄一眼,你就顿悟了。而不是说我天天看天天看,我是不是就能顿悟。它是跟你的内在程序有关,而不是说外界你用什么方式方法有关。它更多的是,就比如说你的这个灵魂它蜕变的线路,跟这个线路有关。不然的话,就是说你可能看了几百遍,但是看了几百遍,你的理解程度呢?这么说吧,JOJO老师,有的人跟她一接触,就会获得很大的变化。那也有人天天跟她接触呢?没变化啊,明白吗?

问:在人生的不同阶段,幼儿、青少年、成年人,作为父母的角色都应该是什么?

高灵:这么说,你们首先有一个误解就是说你把自己当成了长辈、父母,他们是孩子。这样子,你们就已经进入到.....就角色就已经错了,明白吗?就这么说吧,比如说孩子实际上是你的上师,你却把他天天拿着、逼着,来,给我做作业;来,给我这样那样;来,你要讲道理,你要听话,你要这样你要那样。他才是那个来解救你或者是来让你去突破或者是来成就你的钥匙啊。但是你却把他困在你的思想和观念里面。当你没有通过这把要是来打开你自己的话,你说你是什么角色,怎么样扮演,怎么样做,那你还是一个好像毛毛虫,你没变成蝴蝶。就你坐着躺着、说好听的、说不好听的,你还是只虫。所以最重要的是说你到底有没有身份,就是你有没有成长?因为比如说同一个孩子,不同意识程度的你、不同版本的你、不同形态的你,就这么说吧,同一个孩子如果让普通人去看的话,他们就会说这个孩子自闭、这个孩子有问题、各种各种,这个傻子这个白痴。那JOJO老师去看就会觉得,哇,他是个天才。那你说这个父母他自己看不出来对方是一块金子,然后他还在不断地试图去培养他、打造他。所以说父母要借助孩子这面镜子,因为孩子来到你的生命当中,他会带出来、映射出你很多内在的程序。就这么说吧,他像是个欲望一样,他会把你内在有的东西都通通拿上来给你看到,比如说你对生命的认知程度,你对生命产生的恐惧或者你对生命的各种欲望,就比如说我一定要把我孩子弄成名人、明星、当官的或者是什么,就是你追求外界的一些东西、追求名利、追求钱财嘛。那这些是不是就把你内在的这些通过孩子就映射出来你的样子了?所以说孩子来到你的生命当中,因为是他们选择的你,对不对?既然他选择你,那他就知道你们需要什么样的协助,我在你生命中来扮演什么角色来支持你。所以说他来找你的时候,他是知晓的。但是如果你和你真正的你分开,就是很分开很分裂,只在用虚假的那个你在生存的话,那么你便看不到那个孩子真实的样子,你只会投射出你自己那个版本的孩子。所以是一个虚假的在和另外一个虚假的在互动着。

问:那父母该怎么协助孩子的成长呢?

高灵: 那就是你成长, 你就在协助他成长, 明白吗? 为什么呢? 就这么说, 你是失忆的人。那这个人来到你生命中, 你不认识他。那你怎么样才能更好的跟他相处呢? 那是不是慢慢慢慢找回你的记忆呢? 你慢慢找回你的记忆了, 你是不是就能认出他了? 就能认识他了? 那你说你完全失忆的话, 你说你怎么跟他交往。所以说在你自己逐渐的回到你自己、找回你自己的记忆。我们说的那个记忆是什么记忆呢? 就是它是跟你的真我的振动频率是一致的。我们告诉你, 你生命本来的你, 它是什么? 它是毫不费力的。就像一只蝴蝶在空中、在花上翩翩起舞。如果它不是真正的自己的话, 它就飞不起来, 因为它的翅膀上面沾满了所有的东西, 它没有办法飞, 它挣扎。所以说你就知道本来你们自己的生命状态应该是什么? 它应该是轻松的、愉悦的、毫不费力的。那是什么导致你轻松不起来呢? 就比如说你的一些认知, 你头脑里的一些观念观点、各种定义、各种对生命的一种期望或者去push。就比如说孩子学习成绩不好了, 你又开始着急啊、紧张啊。你在开始着急、紧张、在push的时候, 那么你就离开了你本来的状态。所以你这只蝴蝶一下子就沾满了蜘蛛网一样就飞不起来了, 就被困在蜘蛛网上面了。那你说, 比如说我放不下啊, 我不能啊, 我担心孩子怎么样怎么样, 我就要被迫我自己做着我不是那么情愿的事情。那当你在被迫的时候, 那背后就是你自己需要去看清楚, 因为你对生命的认知只有这点嘛, 你无力嘛, 你会觉得你必须要符合这个、去满足这个、去成为那个, 你才能生存, 对不对?

问: 所以最好的状态是不是就是允许、放手、信任生命?

高灵: 你做不到吗? 因为不是说你来达到一个最好的状态的, 而是说你在通过体验各种所谓的离开你自己本来就是的状态, 然后你再找到或者明白什么才是真正的你。那到底后是什么导致你不能做你真正的你呢? 那是不是就需要你一点一点的拆啊? 拆那个你放到你肩上的东西。可能是你在长大的过程中, 你就是这么被教导的。你长大的过程中, 所有家里人都逼着你, 那些权威的人, 你不敢冒犯他们。比如说社会, 我要是这样, 我就没办法生存, 没办法怎么样怎么样。

问: 中国的孝道文化, 谈谈什么是孝顺?

高灵: 那是你们自己创造的呀。所以说是你们在你们自己的观念产生了这个东西。就比如说, 我不刺激对方, 不让对方生气, 顺着他, 就是一个美德, 就是好的。然后做晚辈的就要让长辈保持在一个满足的状态下, 明白吗? 你们是用你们自己有限的一个认知, 觉得不能冒犯, 明白吗? 比如说冒犯这个词, 也是你们(创造的)呀。你要知道如果一个人不持有任何观念观点, 不持有任何定义的话, 什么叫冒犯呢? 你只有有一个东西在那, 就是你必须要这样子规矩, 必须不能大声说话, 你必须要用敬语, 对不对? 那是你们自己设置的, 明白吗? 因为这么说吧, 你们在用你们仅有的认知里面去追求表面上的和谐、爱, 明白吗? 因为你们的目的是什么? 和谐嘛, 爱嘛。但是它的那个爱就好像是在一个框子里面, 就是你在那个里面, 然后来挑挑拣拣的, 把它弄到最好。那如果你框子一拿开呢? 所以它是在你们有限的认知里面, 然后去想办法做到爱和和谐的状态。那你就知道了其实你们人类真正向往的的确是爱, 的确是和谐。那为什么又导致了这么多不和谐? 那就是因为你们的认知需要扩展。

问: 什么是尊重?

高灵: 如果告诉你这个世界没有其他人呢? 就真的没有其他人, 就好像你站在一个屋子里面, 其它全是镜子。你看出去的那些相其实都是你戴上了一个面具变成好像是他她它, 但是实际上都是你。那你说你在这个状态当中, 你来告诉我什么是尊重呢? 你会要求你自己: 跟我说话, 礼貌一点?! 你刚刚撞到我了, 你怎么能这样子? 你尊重我好不好? 你说那个人它对镜子里面的那些..... 你想象一下你站在屋子中间, 然后对着这面镜子: 小声点, 你不要这么对我说话。然后对着那面镜子: 你不要用这个眼神看着我, 不尊重我。所以你来告诉我, 这个人在他的世界里面尊重是什么? 那你如果认识到你现在在看电影, 那个电影里面就一个人, 他站在房间里面, 外面镜子里面所有的人都是他, 只是戴着不同的面具。然后他在和那些面具互动的时候要求对方尊重尊重尊重。所以你觉得他需要尊重吗? 那是他自己, 他叫谁尊重呢? 你想象一下, 地球上只有你, 然后你叫谁去尊重你? 首先你在要求尊重的时候或者你在产生尊重的时候, 你就已经在产生分别了, 明白吗? 但是这里并没有。但是如果你能认识到整个世界只有你一个人, 只有你存在。你会去要求谁来尊重? 或者你要要求你尊重别人或者别人尊重你, 你都在产生一个对立, 就是有一个另一半了, 就是有一个对面产生了。那如果这里没有了。所以当你知道和你互动的都是你, 只是你进入了你的这个角色里面, 你就不记得它是哪个你, 你不记得。那当你从这个角色里面退出来过后, 你就知道它就是你。那你进入角色里面过后, 你就已经离开了你呀。离开你过后, 产生的一切都是假象、幻像。所以说当你再回到你的身份的时候, 你就能知道所有的一切都是你。

问: 如何处理父母与子女之间的代沟?

高灵: 首先任何一个来提问者, 就是来提问题的人, 那么他就是那个该从他这里去了解生命真相的那个人。因为所有的误解只能从他这边解开, 没有办法从任何人身上解开。如果是从其他人身上解开的话, 这个人可能解开了, 那么下一个还是需要你继续去解开。那还会有第三个、第四个、第五个、第六个、第七个、第八个、第九个、第十个..... 无限个。你解的完吗?

问: 那怎么解呢?

高灵: 刚才我们说了, 如果你离开了你自己真实的身份去进入到你的角色里面, 那么你就已经在产生误会了。那解开误会就是回到你真我的频率, 回到你的真实身份。回到你的真实身份你就会发现整个屋子里面只有你一个人, 一切都是你。所以你只需要看到一切都是你, 那么这里误会就全部解开的。它解开的不是你跟一个人, 是所有的。

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你的灵魂主题, 就好像你是浮萍一样。然后呢, 它飘着。飘着, 所以你这一生的灵魂主题你就是需要去扎根。就好像是一个在水面上漂着的一个浮萍, 最后要变成一棵大树, 稳稳地扎根。那你的灵魂主题就是稳、定、深入, 就不飘、不晃来晃去, 就是从能量层面。这就是你的灵魂主题。可能感觉就像是从一个小孩子, 小孩子坐不住, 对不对? 跑来跑去, 一会儿这样, 一会儿那样, 跑来跑去在房间里面。然后就是从这样子的一个能量到能够定在这个椅子上坐半天, 它没有觉得有问题, 就是没有觉得难熬。就是从坐不住的状态到一个这样子完全定在这里的状态。这么说, 你的灵魂主题就像是从一杯摇晃的果汁, 你果汁你摇晃它, 它东西全部都到上面来了。然后全部沉淀到底部, 就是所有这些东西沉淀到底部。这是你的灵魂主题。那通过你的这个灵魂主题, 你前面体验的可能就是那种晃动, 就是你的生命当中有很多很多事情在搅动、很多麻烦、很多烦恼, 很多这种琐事。就是一会儿这个事, 一会儿那个事, 忙的你晕头转向的。就好像热锅上的蚂蚁跑来跑去, 然后导致你又慌张, 因为能量没定下来。然后最后到一个定、深入、静、稳, 这样子的一个能量。这就是你的灵魂主题。

问: 那我怎么样能达到这个状态? 我能达到这个状态吗?

高灵: 你稍等。首先就是说你需要就好像一个小朋友, 是什么导致他跑来跑去的呢? 哇, 那边出火了, 那边有事了, 那边要去处理..... 就所有的外界的这些东西, 你眼睛看它, 你会觉得它是一个事情, 你会觉得需要去做、需要去干涉、需要去阻碍, 就你需要去动嘛, 对吧? 那你眼中产生的这些相, 就迫使你必须要去动, 你不动你心不安, 你就要去做。你越动呢, 你越心烦、烦躁。那就说明你要从这个状态出来, 你自己眼里得不再产生像这种动荡的相。那如果不再产生这种动荡的相? 那就是说你对外面的相的认知, 明白吗? 因为你对它了解很少。这么说, 就好像以前你并不知道地上的那个影子它只是个影子而已, 你觉得它是个鬼, 你就慌张、你就跑。哎呀, 它一直跟着你, 赶快跑。你说我如何才不慌张, 才不跑呢? 那你是不是得认清楚它是个影子呢? 而不是个怪物呢? 那你把它看成一个怪物, 肯定把你吓的就算不跑, 心里也不安稳啊, 也害怕恐惧呀, 明白吗?

问: 那我怎么样才能提升认知, 然后去认清楚真相? 知道它是影子而不是.....

高灵: JOJO老师的信息。

问: 我的使命是什么?

高灵: 你稍等。目前我们只看到你需要突破这个课题, 因为你这个课题, 就这么说吧, 使命的话就是说你有了一定承载、承担的能力, 你肩上才能有东西, 可以肩负一些东西。但是你现在力气都没有, 你怎么肩负东西呢? 你需要让你的力气变大, 对不对? 所以你现在还在成长。那如果说你的使命的话..... 因为使命它是自动展开的。就这么说, 你这棵树, 比如说你开花了, 好像看起来你的使命就是给这个世界带来芳香、带来香味、带来美丽, 对不对? 就是所谓的使命。但是你这朵花到底能不能盛开? 所以说你得先扎根、先吸收营养、然后开

花..... 那使命自然而然就会..... 你自己说或者别人说，哦，她的使命是给这个世界带来美丽、带来香味。

问: 我的天赋才华是什么?

高灵: 你目前还在体验你自己的能量，慌张的能量。你也没办法去，好像这杯水没办法沉淀下来。你可能看不透，看不到，它还在混乱的、摇晃的状态。你这杯水得沉淀下来，你才能看清楚一些东西。你的能量，比如说你的天赋是跳舞，但是你老是被影响，你没办法去 concentrate，就是没办法专注的在音乐里面去舞蹈，明白吗？那你是不是展现不出来，对不对？

问: 那我可不可以这样理解，所以我总是表现出没有力量，很弱，做事情抓不到重点，很慌张，是因为我现在要去修.....

高灵: 很弱，是因为..... 我们刚才不是说，第一，你要去扎根，对吧？那你就像一个浮萍，别人一影响，你就动，那肯定是弱啊。风一吹，你就飘过去了。但是你体验到的也是无力感啊，因为你的根没有扎根。

问: 为什么我需要别人来指点我？这个人是高灵安排的吗？我自己不喜欢。

高灵: 并不是你需要别人来指点你，是你自己在你自己跟别人互动，就是在关系中，你们创造的一个，你在被别人去指点的相，明白吗？是你在关系和互动当中产生的一个相。

问: 我不让它指点，我自己可以吗？

高灵: 这么说吧，你跟JOJO老师在一起，JOJO老师不会指点你吧？明白吗？所以并不是所有人都会指点你的。只是你自己在关系当中，你产生了一个别人在指点你的相，明白吗？

问: 因为我老是怕自己做的不对，然后可能就产生了指点这个相。

高灵: 那你是否在询问别人的意见呢？

问: 是的。那为什么他在指点我，他又跟我索取爱，我并不想给他爱？

高灵: 你相信你说的吗？你说的并不是事实，明白吗？事情并不是这样子的。是你的头脑在这样子去给你的一些幻像定义。

问: 但是他一直在向我表达爱。

高灵: 你是说你的感情关系里面吗？

问: 对，我不接受这段感情。因为我需要别人的指点，然后正好他能帮我。他一直向我索取爱.....

高灵:事情并不是这样子。为什么呢?因为其实你通过他只是体验到你自己的无力感而已,明白吗?你的想法没办法影响到他,一直在被他影响,仅此而已。

问:那我是不是就可以不再理会他了?

高灵:那你通过别的镜子还是能看到你的没办法,没有影响力。

问:所以我还是去修我自己?

高灵:通过他们去看到是你自己的一个无力感,你体验到的是你自己没有力量去拒绝、去表达或者是去展现自己。

问:我需要爱情吗?

高灵:你需要什么东西并不是高灵来告诉你是否需要,明白吗?如果说你们在这个世界上,你们最需要的是什么呢?你们最需要的是智慧,就是我们的信息。这是你们最需要的。如果没有这个的话,你们的一切都只是一个误会。因为你错误的理解。

问:那我和他有灵魂关系吗?

高灵:不知道你说的哪个他,这些不重要。因为就好像你在问我跟这面镜子有没有什么关系。

问:工作是我的课题吗?

高灵:工作它也是一个舞台,你这面镜子它会投射出、它会显现出你内在目前的一个状态,明白吗?比如说你内在总是动摇或者不够清楚自己到底想怎样或者是没有力量去影响外面,那这些是不是你在通过工作这个平台、这个舞台、这面镜子而去体验到的?

问:那我如何能够突破工作的限制呢?

高灵:工作上没有限制,限制是来自于你自身,你自身的限制。它会通过工作这面镜子去呈现出来。

问:就是我怎么样能毫不费力的展开我的工作?

高灵:那就是在你的生命当中真正的做你自己。

问:我最终会走到一个什么样的岗位?

高灵:这里没有一个最终,所有的一切不过是你自己的一些选择,你选择了,那么你去体验。但是每个当下,你都可以重新选择。你没有被捆绑在任何一个地方。

问:我为什么喜欢将军的能量?因为今天在通灵课上.....

高灵：它不过是展现了你不敢展现的样子。所以你渴望……就好像他们展现了一堆金子，你没有。他们展现了一堆钱，你没有。明白吗？他们展现了表达自己的能量。

问：有什么办法可以把我的小我给拍死？我就只有高我，这样我就只有智慧了。

高灵：你的高我一直在。但是这一生是你的这个肉体，你的这个小我去体验、去成为、去越来越接近高我的一个状态的一个过程。就好比小我是你的高我生的一个孩子，你说为什么不把我拍死，直接让我妈来？因为你的这个小我，你的这个人格，它会产生一个全新的生命体。

问：我和我老公的灵魂关系？我老公叫XXX，41岁。

高灵：你老公就给你展现坚定，就是不被动摇。比如说他的想法，其实没有任何人能够动摇他，无论别人怎么说服或者别人怎么影响，他都不会动摇的。他给你展现出坚定是什么样子。

问：我和我儿子的灵魂关系。他八岁。

高灵：你儿子，因为你要是坚定的课题没过，就是这种跑来跑去、慌慌张张的能量会影响到你儿子。然后你会发现他也坐不住，他也是东一下西一下，他也是没有办法专注或者安静下来。所以你的能量会反射在他身上，你怎样他就怎样。当你的能量发生转变，他也会逐渐的慢慢的沉淀沉淀。

问：我和我女儿的关系。她两岁。

高灵：那还太小了，你过几年再看。因为你会变的，到时候跟她的关系就变了。

问：我和我母亲的灵魂关系呢？

高灵：你母亲像一股风总是动摇你，她的能量很强大，她的能量总是影响你，就好像她的声音总是很大一样。然后就吼你，啊……你要这样，你要那样。她像一股风总是吹你，让你摇摆不定，总是受她的能量影响。就像是吹耳边风的那种感觉，她是你的耳边风。就总是你要这样那样。

问：我为什么会经常梦见我的领导？我和他一起工作十几年了，在梦中我们的关系非常亲密，但是在现实中我不愿意靠近他。然后我总觉得我带着批判。几年前他送我一个项链，这是否代表什么？我们之间是否有灵魂关系？

高灵：总是梦见他，那有关于比如说你经常互动，你们能量之间的一个残留。能量的残留比如说白天你的一些意识活动，它会残留能量，它会继续在你的意识内继续在发生。就好像你一个念头，因为念头会延续，它会延续下去，就好像一滴墨水它会渗透渗透。所以有时候你发现你白天做的事情，晚上还会梦见还会继续做。它不过就是墨水滴在纸张上，然后晚上做梦它就是这样衍生、蔓延下去的那种。当你的活动空间变了、互动的能量变了、对象变了，你做的梦也会变的。

问: 我在工作中, 我对他非常有距离感, 但是在梦中, 我们却非常亲密。

高灵: 就像我们刚才说, 你在那边滴了一滴墨水, 它就会渗透, 就这么简单。等你换了工作、换了老板、换了对象, 它也会变的。

问: 那他之前送我项链, 它代表什么呢?

高灵: 你说它代表什么它就代表什么。

问: 我和他之间有灵魂关系吗?

高灵: 需要看照片。你们生命中的人, 他们都有一个好像是反射镜或者是丈量你的一个变化。我们看到因为他身上有不稳的能量, 就变来变去的能量。然后这个能量就好像是一个鬼一样在你眼前飘来飘去这样。就会让你的能量受他的干扰, 所以他在你生命中更多的是干扰你的一个能量。

问: 那我还需要继续和他在一起工作吗? 我要不要换个工作?

高灵: 你的选择。

问: 可以给我一点建议吗?

高灵: 建议就是说你们生命中, 你可以去focus在你自己想要的, 而不是去关注一些你自己不想要的, 就这么简单。

问: 那如果我稳定了, 扎根了, 是不是他就不会对我产生干扰了?

高灵: 如果你突破了这个课题的话, 你的场景就变了。

问: 昨天来我房间的人是想告诉我什么?

高灵: 让你看清楚你脑子里面无数个念头。

问: 我就觉得我不能做自己, 我就拒绝不了别人。那我怎么样做我自己啊?

高灵: 那也只是你不断闪过的念头啊。

问: 那我怎么样才能生活在觉知中呢?

高灵: 去看出它不过是一个念头, 你不需要被它吓到, 也不需要去跟随, 也不需要为它做什么。

问: 我今年家里养了一只狗。为什么它会来到我的家里? 因为我以前是不想养狗的。

高灵: 需要看狗的照片, 连接它的能量。

问: 我能为地球做些什么呢?

高灵: 稳定你的能量。

问: 我如何帮助别人?

高灵: 那就是先稳定你的脚步。因为你的慌乱会导致其他人也慌乱。当你能定在那里，他们也会定在那里。就好像世界末日，所有人都慌张的乱跑，导致你更加的慌张了。所有人都在跑，他们也变的慌张了。那如果所有人都定在那里，他们觉得每个人都定在那里，他们不跑了，我也不跑了，明白吗? 没有制造混乱。

问: 高灵还有什么想对我说的话吗?

高灵: 我们的信息就是你拿到的一根绳子，它会让你逐渐逐渐的定下来。

问: 就是我要跟着JOJO老师好好学习?

高灵: 你enjoy，你享受，你就做，你不享受，你就不做。如果你内在觉得这个事情是轻松快乐的，你就去做。如果是沉重的，你就别做。

2024/10/27 – 现下集体通灵

问: 我们能不能一直选择在人生很舒服很好的状态?

高灵: 就像是你能不能看清楚你并不需要管任何事呢? 你能看清楚吗?

问: 我可以创造一切和来地球之前灵魂安排的路线冲突吗?

高灵: 就比如说你灵魂安排你要走这步, 就比如说你的灵魂安排需要你从这个状态长到那个状态。那你在这之前你还得去经历你从种子到发芽到开花到结果的这一切。也就是说你还是要通过这些步骤和所谓的一些束缚。这么说吧, 你可以创造一切, 那你也得知道你可以画一切, 是吧? 那你是不是要学怎么画画呢? 你可以去创造一切, 你是不是得等你的身子骨长大呢? 明白吗? 它也是需要你体验这个过程啊。

问: 如果我可以创造一切, 我可以修改剧本吗?

高灵: 如果你可以创在一切的话, 剧本就不再是你的限制了, 都没有剧本存在了, 明白吗?

问: 如何转化痛苦?

高灵: 痛苦它是你能量的一个结晶, 明白吗? 是你的意识、你的认知、你的文化程度。你的文化程度是小学文化, 那么你结一个痛苦的果。那你的文化程度是一个高中生, 你结一个这样的果。你的文化程度是一个大学生, 你结一个那样的果。你的文化程度是博士, 你结一个这样的果。所以那个痛苦的果来自于你这个意识形态的结果。那你说怎么转化痛苦?

问: 如何拥抱孤独?

高灵: 孤独也是你去成长的过程的一步台阶、一步体验而已。那如何去那个什么的话, 那就是让你的生命不断地发生变化咯。

问: 如何平衡自己的阴性能量和阳性能量? 是不是最终的目标是修到平衡?

高灵: 这么说吧, 也就是你这棵小树苗你在让它不断成长的一个过程。自然而然你就会平衡好了。

问: 之前说每个灵魂都是为我而来的, 那是它的善意和我的约定? 还是我俩的意识程度决定我们怎么互动?

高灵: 首先这里并没有什么他的善意, 也并没有什么为你而来。为什么要说为你而来这句话呢? 是来让你知道外界的一切相你都可以去利用它。那对他来说.....(听不清)。你就是一堆垃圾, 那堆垃圾他怎么创造? 他是创作者, 他可以把你这堆垃圾变废为宝, 明白吗? 那你是一堆粪, 你的这堆粪是为我而来, 我可以把它变成化肥来灌溉我的蔬菜。这样的一个为你而来。是什么? 你是创造者, 你拥有可以转变一切的能力。你可以把它转化成有利你的一部分, 变废为宝。

问: 我们之间的互动是基于他的意识程度还是?

高灵: 你的意识程度。你到底是受到他的影响, 还是他受你的影响, 你影响他。你们能量级别的大小。

问: 如何看待攻击性? 活出自己就必须展现攻击性吗?

高灵: 这么说吧, 攻击性就好像是一条蛇。那你说这个动物的本能, 明白吗? 所以你就看动物, 它们的一些本能。像蛇, 你要去碰它的话, 它就咬你, 就这么简单。

问: 对能量感应强, 很容易受到周围人的影响。如何更好的稳定在自己的频率里?

高灵: 把外界的一切当成是一个反射, 就可能是你自己太关注外界的一草一木了、风吹草动。就你把眼睛一直看着窗外的风吹草动, 然后天一黑, 哇, 吓到了。天边的云一变, 又吓到了。那你在房间里面看电视不行吗?

问: 课题没有突破之前, 自己可以自己连接高灵吗?

高灵: 你们每一个人不一样, 所以我们不会告诉你你到底能够怎样怎样。所有的一切, 你自己去尝试。但是我们想告诉你的就是一切都有可能。

问: 详细的讲一下这个物质世界, 能量到底是怎么运作, 然后显化到物质世界呈现出来那样的果?

高灵: 就是你不执着于它一定要呈现那样的果, 当下已经体验。你当下已经是了, 当下已经体验到。然后没有执着它一定要呈现这个果你才能体验到。不然的话, 就是一个限制。那你是限制的话, 那你体验的就是限制。

问: 不是很明白, 就当下就是了?

高灵: 小朋友才会说我必须得拿到这个苹果吃到我的嘴巴里, 我才叫吃到苹果, 明白吗? 就是你就必须要这样, 我才能这样才能那样。就是我在物质世界, 我的口袋里面必须要有一千块钱, 有一万块钱, 我才是有钱人, 不然我就是没钱的人。我的意思就是说因为就算你口袋里有一千块钱, 世界上所有钱都是你的, 你能否看到这一点呢? 你看不到, 就没办法了。

问: 那如果在身体的痛苦中, 是不是也可以看到我很舒适呢?

高灵: 那你可以从身体里抽离出来呀。出体啊, 多少人体验出体啊。

问: 那怎样才能做到这个呢?

高灵: 就好像你说人家可以倒立, 我怎么倒立不起来呢? 人家可以走钢丝, 我怎么不能走钢丝呢? 那人家出体的人那不就是这是他自己去, 就是和走钢丝的人一样的。因为人家想要走钢丝, 人家在练习走钢丝, 也在专注于去走钢丝, 明白吗?

问: 你刚才说他没有钱, 但是他可以体验全世界的钱有了.....

高灵: 限制你的只有你自己的想象力。你自己想象不到, 你当然没办法体验到了。因为你像一个小朋友一样, 你觉得必须钱在我的口袋里才是我的钱。那这就是你的限制, 那也是你体验到的一个实相。

问: 如何更快的摆脱旧观念, 拥抱新的信念?

高灵: 你能否知道你体验的只是一个旧的信念呢? 你知道了过后, 你就不再被它困住了, 你就不再拥有它了。

问: 如何定义成功和失败?

高灵: 那是你们自己头脑的事, 你们玩的游戏。

问: 什么是臣服? 如何区分臣服和放弃?

高灵: 臣服也是你们的一个说辞, 你们会觉得生命要这样, 要说服自己。就这里没有臣服两个字, 明白吗?

问: 有高灵综合征怎么办? 就是跟老师在一起频率就很高, 离开老师就想跟老师在一起。

高灵: 你嘴巴里的味道, 你得品尝它。所以没有办法怎么办, 这是你嘴巴里产生的味道, 明白吗? 这是你自己身体里面的东西。

问: 为什么有的人要品尝那么多黑暗能量?

高灵: 让他看到他转变它的能量。

问: 仅仅是为了转变吗?

高灵: 任何你们体验的, 都是为了让你们去转变它。

问: 我们现在做的这一切是为了改写人类的历史吗?

高灵: 你自己

问: 如何面对自己的评判心?

高灵: 当你知道你产生的是评判心就足够了, 因为你就可以做出选择我是否还要继续做出这样。

问: 怎么样把有限转变成无限?

高灵: 那就是你的认知, 因为限制来自于你的认知有限, 对不对? 那当你的认知不断地无限的话, 自然而然你就从一个有限变成无限了。

问: 什么是资源? 为什么地球上的资源看起来匮乏呢?

高灵: 匮乏的是你们的想象力。资源并没有匮乏, 匮乏的是你们自己的创作者, 你们的想象力。资源是能量, 能量是源源不断地, 是无限的。

问: 那比如说项食品、自然灾害.....

高灵: 这些你们体验的是你们自己, 这么说吧, 体验的是你们的那套系统、那套观念和那套东西。就你们自己产生的。

问: 什么是资源?

高灵: 资源就是能量, 能量是源源不断的。

问: 能量到底是什么?

高灵: 这么说吧, 能量比如说像是太阳、风、雨、雷电、各种。那不是你们大自然中的能量。那你们人类之间的能量不就是谁影响谁, 明白吗? 就到底是你在进入他创造的能量场, 还是你进入他创造的能量场。比如说有人制造恐惧能量, 你害怕了。有人制造爱的能量, 你加入, 明白吗?

问: 我们为什么会选择糟糕的原生家庭体验? 如果我们在原生家庭里遭受创伤, 该如何在接下来人生里对待它? 是试图扭转还是顺其自然?

高灵: 这个糟糕的原生家庭, 它是来自于你的头脑的不知情, 会把这个..... 就这么说吧, 你本来就是去这个屋子里面整理的, 你是个整理师, 你是做清洁的。但是你走到这个屋子过后, 你失忆了, 你不记得你的身份了。你看到这个屋子: 我他妈为什么会选择这么脏乱的一个家呢? 那如果你能记起来, 我是来这打扫的, 我是来这整理的, 我的专业是整理师。那不就没事了, 明白吗? 所以你到底在面对你面前一片狼藉的状态, 你是记得你的身份还是不记得你的身份? 你记得你是个整理师的身份, 可以付钱了。你就知道你拥有这个能力。还是说你没有? 你不过是失忆了而已。

问: 什么是边界感? 如何应对边界感不足的父母?

高灵: 没有一个边界感说法, 因为边界感只是你的一个概念和观念而已。你觉得这是你的边界什么什么, 那是因为你的能量不够强大, 你才要设置边界防范别人。那如果你拥有足够强大的能量, 别人自然而然就不会去挑衅你, 而是你的能量在影响着他, 所以你会受他的影响。

问: 如何面对跟父母观念的冲突?

高灵: 跟父母的冲突不是显现你自己是一个受限制的人而已, 仅此而已。你目前的能量级别还不足以去影响外界的一切, 当然包括你的父母。随着你的个体的能量级别的转变, 就是它不断地长大过后, 他们就不是你的对手。所以没有什么要处理的事。

问: 如何平衡好父母的教导和孩子的独立?

高灵: 不太理解她想要问的是什么, 因为这是她产生的东西, 就是这个提问者她产生的从东西, 她觉得这里有东西需要去平衡, 有冲突。这个冲突是她产生的, 是她的认知投射出来这个问题。

问: 我们每一个人的明天是不是都安排好了呢?

高灵: 明天到底会是什么样, 它会根据所有的一切变化, 当下结个果子出来, 明白吗? 那你现在还没有到那个节骨眼上, 那个果子现在结出来是酸的。明天天亮了才会变甜啊, 你提前摘果子吃吗?

问: 所以根本就不需要考虑未来?

高灵: 就这么说, 你这个果子等到明天, 那个鸡蛋明天早上才下, 它才成型。那你今天晚上摘, 把那个鸡给它杀了, 把鸡蛋取出来吃?

问: 那每个当下的能量都会在物质世界显现的这么快吗? 不是在物质世界经过一段时间才会显现它的果吗?

高灵: 那是你的认知、那是你的概念, 好不好? 你的观念而已。就拿这个比喻, 你老是想知道明天的计划, 因为你们鸡每天下一个蛋, 对不对? 你今天晚上就把鸡杀掉, 把蛋取出来吃了。这能一样吗?

问: 因为明天要走的话, 要提前买车票的, 因为第二天工作了。(这个问题来自于前面有人问明天老师的课程是什么安排)

高灵: 这是你们物质世界的游戏。(听不清) 所有的一切都在变化当中。只有在当下的变化当中才会产出来一个果。

问: 是不是当下我拥有一切的, 我就拥有。就不需要下一个时刻.....

高灵: 现在这个时刻在担心我明天后天没饭吃怎么办, 那么你就在从当下选择、进入到一个匮乏的版本。

问: 面对父母的错误或者不足, 应该如何调整自己的态度?

高灵: 说了这句话的人说了这句话后就死掉了, 长出一个新的你。他不会有这个想法和看法。

问: 如何通过尊重和理解来深化和父母的关系?

高灵: 这里没问题。只不过是她现在像个小孩子一样还在那跟爸妈赌气。你允许她长大不就好了? 这个问题就消失了。

问: 在父母孩子之间如何实现更深层次的情感连接?

高灵: 情感连接把它当成是一面镜子, 你在不同的时间, 它会展现出不同的样子。比如说小时候跟妈妈很亲密, 十几岁跟妈妈很疏远, 那三十岁又跟妈妈很亲密。都在变化, 明白吗? (听不清)

问: 几十年的身体病痛能凭一己之力在一夜之间全部扭转吗?

高灵: 不知道。因为这个不是一定会这样, 一定会那样。因为你创造你的实相。那当然有人这样子, 就好像癌症能痊愈吗? 当然有人能痊愈, 当然有人不能, 那就死掉了呀。你怎么回答呢? 到底回答能还是不能?

问: 当下想要扭转健康怎么做到?

高灵: 就是不去产生这个想法。就是你不产生一个‘我要扭转’的这个想法, 明白吗? 因为你产生了‘我要扭转’的这个想法, 你就已经在确定你是有问题的。那么你就会进入到那个有问题的版本的你的体验。

问: 那我直接定义我的疾病就是健康的?

高灵: 那我健康也可以以疼痛的方式存在着。

问: 育儿过程中如何处理跟老公的意见不合?

高灵: 首先你想要去处理某一件事情的时候, 你首先就进入到一个有问题的版本, 有矛盾的版本里面去了, 明白吗? 那就是你接下来会体验到的。那就像回到刚才疾病的那个问题, 因为你想要去扭转它的时候, 你已经进入到有问题的版本了。它有问题, 我把问题处理掉, 对不对? 那你就在持续的体验这个版本。那那个真正的什么? 那就是它没有问题。你的头脑会看到问题。

问: 那你的意思就是说我的身体现在在病痛中, 那病痛没有问题, 我忍着?

高灵: 不是忍着。因为你没觉得这是个问题, 好不好? 这么说吧, 因为你们头脑会对一些特定的事情会有一个相, 得这样子才是怎么怎么样。比如说动物里面也有残疾的动物, 缺胳膊少腿, 脸上长斑, 就丑不拉几的。那动物会说这有问题吗? 它不会觉得自己有问题, 别人也不会觉得它有问题, 它们就是正常的一个状态。但是在你眼里, 你会觉得他是个瞎子、他是个瘸子、他是个残疾人、他是个什么的, 他有问题。你把他变成这样, 变成那样。所以问题到底是谁在产生的呢?

问: 身体健康不是每个人都需求的吗?

高灵: 那你是怎么去评判你的健康, 因为如果你已经产生了这个健康, 那个是不健康, 你就已经进入到是有问题的版本的你的世界里去体验了。

问: 我不想要这个身体疼痛是我在着相吗?

高灵：首先你要知道比如说生孩子，你身体会产生疼痛吧。你石头砸自己的脚，会产生疼痛吧。那你知道生孩子的疼痛是因为它在push，就生孩子的一个症状。那石头砸了自己的脚，是我的身体在警告我我要注意这个，我要怎么样怎么样，因为我能感知到这一切。那这个疼痛它是服务于你，来支持你这个身体的某一种功能而已。那如果你是因为疾病而产生疼痛，那刚才JOJO老师脖子疼痛是因为什么？她能量层面抓的地方、紧张让她不适的地方投射到她的身体里面。那如果她通过这个提醒，然后去调整它，就是不再让自己过多的去干涉物质世界的事情，就是让自己在一个轻松的状态下，那身体自然而然就..... 所以这个疼痛也是在提醒你某一些.....

问：所以身体疼痛是以疾病的方式.....

高灵：疾病也是因为你这个能量的失衡、不和谐而体现出来的，让你知道你能量层面的..... 比如说刚才你说了，就你执念我要把它get rid of it，我要把它给去除掉，那你就在产生疼痛啊。

问：如何平衡允许做自己和父母本身的感受、原则？

高灵：那你既然有原则，那你肯定会产生不适感。孩子不把你的不适感带出来，其他人也会带出来你的各种原则。就你已经在产生一些刺了，那孩子不扎人，其他人也会扎人，迟早会碰到刺的。

问：高灵还有什么信息带给我们？

高灵：这里并没有高低之分，你看到的所谓的好像是为什么他是这个，我是这个，你要知道所有的一切都是服务于一的，包括这个操作软件，它都是服务于一的。没有分别。就这么说吧，这个修理员来到这个房间去修理电器，那也是让所有的一切在一个正常的运作下。那你的电灯泡来照亮这个房间，它也是在为这个房间服务的，没有区别。

2024/10/31 – 连接希特勒

问: 你作为希特勒的那一世的灵魂主题是什么?

希特勒: 体验

问: 请问爱情对你来说是什么?

希特勒: 也是体验

问: 什么是浪漫的爱情?

希特勒: 浪漫是你们才会去关注。在我这里所有的一切都是激情。

问: 你想体验什么?

希特勒: 是什么都体验, 没有体验什么。

问: 你那一世的课题是什么?

希特勒: 没有, 只是在允许我这颗种子以它所是的方式不断不断地成为。

问: 什么女人让你着迷?

希特勒: 能够点燃我的, 让我的血液活起来。她能让我感受到, 就是刺激到我。就是比如说我沉睡的那一部分在遇到她就活过来了, 就清醒过来了。就比如说你在一个房间突然一阵很冰冷的风突然把你的血液激活了, 让你突然进入到一个非常清醒的状态。

问: 你喜欢性吗?

希特勒: 应该是说我喜欢去体验能够把我体内某一些激活的体验。那通过性可以把我某一些激活。所以并不是说喜欢性, 而是喜欢和能把我激活的女人发生性关系。如果是喜欢性的话, 是跟任何人都喜欢。

问: 性激活了你的什么?

希特勒: 能量

问: 那么性在你的生命中占的比例多少?

希特勒: 对我来说它是激活我的一部分, 但是其它的部分、其它的任何在生命中也在激活我。所以占比例多少, 应该说它是我比较喜欢的一部分。

问: 除了性之外还有其它什么?

希特勒: 任何, 比如说你的无力感会激活我, 你的恐惧会激活我, 你的软弱会激活我。它想让我更加展现的有力量。

问: 那这不叫恃强凌弱吗?

希特勒: 是你这么认为。

问: 你喜欢什么样的能量?

希特勒: 千变万化, 没有固定模式。只要一固定就不喜欢。

问: 性有什么特殊的吗?

希特勒: 它可以更加深入的表达你的want, 就是你想要, 你想要去融入一体, 合一的那种。

问: 为什么非要通过性呢? 直接连接不可以吗?

希特勒: 没有为什么, 只不过是一个渠道而已。就好像你问去北京为什么要走路呢? 坐飞机不可以吗? 你当然可以。没有为什么。

问: 你刚说弱者可以激发出你的.....

希特勒: 因为我想给他们展现出生命真正的样子。

问: 那你喜欢跟您一样势均力敌的人激发出你的激情吗?

希特勒: 不是, 是激活身体的一部分, 我本来就是一个无比激情的人。

问: 对于比你更强的人, 你是什么感觉?

希特勒: 没有什么特殊的感受。你在展现你自己, 仅此而已。

问: 很多人都是在重复的体验, 类似的剧情。那你透过体验, 你是拿到智慧吗?

希特勒: 你怎么知道你在重复体验呢? 你只是在捕捉同样的相而已, 明白吗?

问: 您怎么看待受害者是佛陀的分身这句话?

希特勒: 这么说吧, 一切都是爱。那也就是说所谓的扮演出那样子的角色的, 它也是爱。就好像都是水做的, 那也是水做的。

问: 为什么说一切都是爱?

希特勒: 爱是频率。一切都是频率。

问: 受害者是爱? 加害者也是爱吗?

希特勒: 受害者只是暂时的相而已, 只是你们需要那个体验, 一个片段而已。但是这个演员你有很多片段、很多身份都会体验到。它不是一个永久不变的一个相。仅此而已。就比如说你是一个演员, 你会在舞台上体验一下你无力, 你体验受害者。但是这个体验完了, 你也会体验什么? 你变成加害者。所以这里并不是一个他体验这个事件, 他永远永远就是这个。NO, 不是的。只不过是所有的剧情当中的其中一幕被你看到了, 然后你就说。

问: 你享受做人的什么乐趣?

希特勒: 我享受我一凶别人, 别人就很怕的乐趣。

问: 你有痛苦吗?

希特勒: 没有痛苦。

问: 人类的生命值得珍惜吗?

希特勒: 没有是否值得, 你只不过是在你自己的状态当中, 就是你不同的时间阶段, 你对生命有不同的理解。这些都是属于个人的。那如果你问我这个个人的话, 应该是说如果你没有展现你自己真实的状态, 就是你是灵魂的真实的状态, 那你的生命就是useless, 明白吗? 它就是无用的。

问: 那你当时造集中营这些, 你觉得它们都是无用的吗?

希特勒: 是他们这么认为。我只不过是镜子, 只是他们这么认为。

问: 什么样的女人让你着迷呢?

希特勒: 千变万化, 我捕捉不住, 她一直在变。我不喜欢单一的能量。就好像你喜欢烟花, 对不对? 你不会喜欢它只产生一个, 因为你会很快对它无聊。

问: JOJO老师是你所说的那样的灵魂吗?

希特勒: 是的

问: 你跟JOJO老师说句情话?

希特勒: 我愿意为你放弃power, 我愿意为你放弃我的所有能量。然后为你屈膝。臣服在她的能量下面。

问: JOJO老师想你怎么办?

希特勒: 可以随时连接我。

问: 那她怎样感应到你呢?

希特勒: 现在就在

问: 你觉得你的能量为什么如此迷人?

希特勒: JOJO老师觉得我的能量如此迷人是因为她在这里看到了坚定的做自己、呈现自己, 就是坚定, 坚定不移。没有任何能够动摇的那种坚定, 是这股能量让她欣赏。当你们能成为一个坚定的人, 她也会欣赏你们。

问: 你们两个灵魂前世有什么连接?

希特勒: 没有断开过。

问: 你觉得人类愚蠢吗?

希特勒: 我体验到的版本的人类更多的是就好像没有进化, 他们的脚步停留在这个地方, 他们不敢迈出去。我体验的那个版本的人类都是没有进化的, 停止生长。他们不再生长、成长。

问: 那你对他们的状态很失望吗? 你那一世做了什么表达对这一点的的不同呢?

希特勒: 不是失望, 更多的是任何人看一下, 就好像拿一个镜子给他看, 看, 这不是你。

问: 那一世你对犹太人的见解?

希特勒: 只不过是更多犹太人上演(听不清)一场戏而已。这场戏是来让你们看到自己对自己的一种排斥会产生什么样的果。因为犹太人和我是同一个人。当我排斥我的另一部分就会产生这样子的一个后果。所以我们只是不同的角色, 都是我。这个我通过这个和那个, 然后来展现出内在的排斥和分裂会导致什么果。那这个相直到现在都在影响着你们, 只是你们误解了我们的目的。

问: 那你当时排斥自己的是什么呢?

希特勒: 是你们在排斥, 让你们看到你们在排斥。是你们在排斥, 把排斥的这个行为给你们看, 它会呈现什么后果。那么通过这个戏, 你们就能够去反思: 我们还需要继续排斥吗?

问: 如何看待对与错?

希特勒: 对和错只在你是否在真相中。如果你在真相中, 那里没有对和错。那如果你没有在真相中, 在幻像当中, 那对和错都是个幻像。所以说出对和错的人, 他在哪里呢? 他是站在真相中? 比如说真相是在岸上, 假象是在水里。那你是在岸上还是在水里呢? 那如果你离开了, 你在水里, 你在幻像当中。那你产生的对和错不是个幻像吗? 明白吗?

问: 你一直强调你的灵魂非常强大, 但是在二战中你是失败的。这也是你创造的相吗?

希特勒: 我没有强调我是强大的。我不过是在每一个和我接触的人, 让他们看到他们有多强大。所以我不是在强调我, 而是在强调他们。那关于失败, 你是怎么看待战败的呢? 那胜利者是谁呢?

问: 谁占领了这个地方, 谁就是胜利者。

希特勒: 那他们现在呢? 所以说那是不是当你把时间拉开过后, 这里还有你所谓的问题吗?

问: 您怎么看现代社会人对犹太人思维的追随?

希特勒: 是你们太无知, 所以要去追随他人。那你追随的这个相只是呈现出你的一个无明、无知, 要去追随别人, 觉得这个好厉害哦, 这个手段好好哦, 然后就去追随。所以只不过是你们无知。那当你有足够的智慧的话, 你会知道..... 就好像一棵树会去追随另外一棵树吗? 会吗?

问: 那你觉得犹太人在各个层面都取得了巨大的成功。他们有什么特殊的智慧吗?

希特勒: 那只是你自己的角度去这么定义的。如果拿开时间呢? 你并不知道他们在体验什么。那只是你自己的一个版本捕捉的一些相而已, 仅此而已。

问: 拿开时间是什么?

希特勒: 是在这个时间内看到的一个果。如果拿开时间呢? 就好像你们的苹果, 你说我秋天吃苹果。冬天的苹果、第二年的苹果去哪里了?

问: 没有时间的境界是什么样子的?

希特勒: 只是体验。一个冰块在你的嘴巴里化掉了。一个冰块在你的手心化掉了。

问: 如果没有时间, 它为什么会融化?

希特勒: 因为你需要这个体验。但是体验完了, 但是体验完了, 它并不需要存在了。

问: 没有时间的话, 是什么体验?

希特勒: 你会产生体验, 只是你不会执着于那个果和不被定义, 你不会困在里面。就像便不会有你们提出来的问题, 不会有人被困在那个相里面了。所以不会产生这些问题。

问: 体验的尽头是什么?

希特勒: 换个方式体验。

问: 你怎么看待造物主?

希特勒: 怎么看待造物主是来自于你对造物主知晓多少。它会根据你知晓的程度的变化而变化。那如果你来问我我目前的意识程度怎么看待造物主, 我就是造物主, 这里没有看待。

问: 所以你的意识程度已经是最高?

希特勒: 没有高和低。

问: 为什么说我们的意识程度低?

希特勒: 只不过是你在现在的这一个点, 就我们说如果拿开时间呢? 我不过是在跟这个片刻的你的能量互动而已。仅此而已。

问: 和我们互动有趣吗?

希特勒: JOJO老师召唤来就来, 更多的是服务于她, 满足她。

问: 那你觉得JOJO老师在你身上还能体验到什么?

希特勒: 她在品尝我。她在和我合二为一, 她在我里面, 我在她里面。

问: 您能看到我们概念的未来吗?

希特勒: 这么说吧, 你的概念像是黑暗, JOJO老师一照就没了。那JOJO老师照不照你呢? 这个手电筒照不照到你身上呢? 她一照, 你没了, 那你不是就变了吗?

问: 所以无法预知未来是吗?

希特勒: 是谁去预知呢?

问: 有的人可以, 有的人不可以。

希特勒: 未来不过是你当下频率的衍生而已。就你当下放了一个屁, 衍生到未来就是臭味。你当下扔了一个鲜花、一个香味、一个香水, 衍生到未来就是香的。这就是未来。

问: 那你可以连接一下我们整体当下的频率, 看一下我的未来是什么样?

希特勒: 那就看JOJO老师心情好不好。心情好就变成这样, 心情不好就变成那样。

问: JOJO老师的心情由什么决定?

希特勒: 她见到你身上的恶多, 还是善多。见到你身上的恶多的, 她就不照你了。见到你身上的善多, 她就越照着你, 她的光就越是照着你。

问: 对你来说怎么样区分善和恶?

希特勒: 就是她从你身上看到的到底是服务灵魂还是服务肉体。肉体不需要被服务。

问: 那就是恶吗?

希特勒: 你的肉体它是一个什么? 它是..... 比如说你服务你的肉体, 然后你就会去满足它的各种, 它的概念、观念。然后进入到那里面, 你就是进入死胡同。那如果是服务灵魂, 它只是爱。因为灵魂只需要爱。灵魂唯一的一个, 就是爱的频率。所以你到底是服务肉体还是服务灵魂呢?

问: 那你作为希特勒的那一世是善还是恶呢?

希特勒: 问题是如果我告诉你我在服务我的灵魂, 你看得到的吗? 那你就知道无论我做什么, 只不过是照见你的认知程度, 你的无知而已。

问: 你那一生既然没有剧本, 你是怎么去服务.....

希特勒: 我的灵魂剧本就是体验。

问: 既然一切都是体验, 为什么会有善和恶? 体验恶不也是体验吗? 恶是谁定的?

希特勒: 就像刚才说你们要知道你们会有一个肉体。当你在局限于这个肉体, 你就会进入到只是在服务这个肉体。那就是无明产生的恶, 因为你在喂养这个肉体。当你在服务这个灵魂, 你只是爱, 只是在爱的状态下。那它就已经..... 就不再是服务于肉体而作为..... 你就有两个选择, 一个是服务灵魂, 它只是爱。因为所有的灵魂都是服务于彼此的灵魂, 是爱的状态。

问: 如果有课题, 就互相成就.....

希特勒: 首先你这句话它就是你在这么去认为一个事情。那就是你。

问: 我们的灵魂主题的本质就是体验吗?

希特勒: 如果说你们所有人的灵魂主题, 实际上就是体验这个物质世界, 还有就是走向合一。就这么简单。你体验的课题也是走向合一。看着它是个课题, 但是是什么? 走向合一。就比如说你跟一个彼此杀害好多世的人捆绑在一起。那你们在体验这个课题, 那是什么呢? 走向合一。

问: 在没有灵魂课题的情况下, 所有的体验都是体验。那为什么你说服务于肉体的体验就是不好的体验?

希特勒: 没有好不好, 只是在回答你所谓的问题。你问的是JOJO老师愿意照谁。那在她的服务对象里面, 她愿意照那些服务于灵魂的, 而不是那些只是服务肉体的。因为肉体不重要。

问: 没有被JOJO老师照到的人是可以遇见未来的? 因为我们的未来被影响。没有被照亮的灵魂是怎样的?

希特勒: 它们有它们自己的体验。如果说这两者有什么区别? 一个是看见光, 一个是看不到光, 就这种。但是你的光亮起来了, 它们也会通过你看到。所以不是说要直接通过JOJO老师。就你亮起来, 它们也能从你身上看到光。那它用不再体验黑暗。就比如说这个房间里一

个手电筒照着，那你们看到了。那就把你们照亮过后，你也会变成手电筒。那别人是不是就会看到你们。

问: 有光找不到的地方吗?

希特勒: 其实光一直都在。它一直在那里。但是是你们眼睛闭着的，你们眼睛瞎。

问: 如何理解爱在，恐惧就会消失。比如说父母经常处于爱对孩子有一些要求。

希特勒: 当你连接到了爱，你内在所有的这些都会消失。为什么呢? 因为你进入到爱的频率，那里只有爱，没有其它的。就你已经进入到一间房子里面只有鲜花的味道，没有其它的，没有臭水沟的味道。你在臭水沟里面，你当然闻不到鲜花，就这么简单。

问: 你认为亲情是什么?

希特勒: 你说什么就是什么。

问: 我们这个场域的能量是什么样的?

希特勒: 没兴趣

问: 我们这个场域的能量是单一的还是多变的? 是你喜欢的吗?

希特勒: 无所谓，都在变。

问: 知晓和展现、成为之间还差什么?

希特勒: 知晓就是你内在知晓的状态。就算你展现出来，你不成为，那你也是知晓。我展现出来我很愚蠢，但是我内在就是知晓。

问: 但是.....

希特勒: 那是谁在说呢? 谁在乎那个相呢? 知晓的人会在乎那个相吗? 在乎它表现出来什么样子吗? 所以是对外面捕捉那个相的人，你没有..... 你该这样该那样。这么说吧，它知道自己是只老虎，无论它展现出温柔的样子还是要吃人的样子，它都是老虎。不是吗?

问: 没有成为捕猎的老虎之前.....

希特勒: 不会啊，它只不过是怂一点。你说怎样就是怎样，因为相不重要，你怎么展现不重要。那是别人说你必须要用这种方式，你要这样，你就不是。你要不会咬人，你就不是只老虎.....

问: 展现它是调频的一个结果是吗?

希特勒: 什么意思? 你无时无刻都在展现你自己，不是吗? 但是别人会把你展现的样子去如何服务于他们或者如何利用，那是他们..... 所以说你做什么相不重要。

问: 就是它是老虎它就想展现出森林之王的样子, 但是它现在还达不到。

希特勒: 你这个问题有问题。

问: 知晓和展现是理论和实践吗?

希特勒: 你知晓会影响你是否会产生恐惧和不恐惧。你如果知道那个鬼是件衣服和你不知道那个鬼是件衣服, 你内在的感受是恐惧还是不恐惧是不一样的。那我到底要表现出来我害怕那个鬼呀? 还是装镇静不怕? 明白吗? 所以说我想怎样展现就怎样展现。但是你内在害怕它, 影响着你。因为你内在到底是否知晓决定着你在内在产生的振频。外面怎么展现, 你们不都是一直展现的不一样吗? 心口不一。

问: 小能量如何不被大能量影响?

希特勒: 你没有能力。为什么呢? 因为你是一个呈现能量的镜子。这面镜子问: 我怎么样才能够呈现出更大的光? 你说镜子有办法吗? 就比如说镜子面前一只老虎过去, 一只小猫过去, 你这面镜子说我怎么样才能让猫和老虎之间选择从我这里过去? 你不过是能量的一个品尝者而已。

问: 你说你对我们的能量不感兴趣, 那你对什么感兴趣?

希特勒: 什么都不感兴趣。

问: 那就没有你感兴趣的事?

希特勒: 你们的感兴趣是什么意思呢? 是离开这里, 去那里吗? 这个地方没有兴趣, 我对那个更感兴趣? 是不是离开这里, 去到那里。你在感兴趣的时候, 你就在做出选择。你想离开这里, 去到某一个地方。那个让你更感兴趣, 是不是? 那我从来没有离开过呢?

问: 有没有哪件事情是你特别喜欢做的?

希特勒: 首先你们提的问题就有问题, 因为你们头脑会去产生一个那边才是好的, 这个是不好的。它会有一个分别。它会有一个我要去到那里。它在产生一个分离。但是我一直在合一、在这里的状态。所以没有分别, 没有分离, 明白吗? 你是分离的, 你才会有这个问题。那如果是合一的呢? 合一就没有产生这些那些。

问: 你的灵魂可以知道你这一生所有的细节吗?

希特勒: 想知道就知道。不需要知道就不需要知道。

问: 所以你这一生的细节是注定的?

希特勒：不清楚你的问题。你说注定就注定，你说不注定就不注定。就好像所有的相，比如说这个‘文字’。你说注定这个‘文字’的‘文’就是‘文’吗？明白吗？你可以对它有不同的用处、不同的理解，不同的任何。

问：你体验这一生的时候是不是在来之前就注定结局了？

希特勒：它不过是你拍一个电影。你拍这部电影，在不同时期你会对它有不同的理解、不同的感知。你一直在变。

问：那结果是你自己创造的？

希特勒：结果是在观察者的眼里。不同的观察者有不同的结果。观察者在变化，结果也在变。

问：观察者是我们的小我还是什么意思？

希特勒：你说呢？你的认知。就你的认知程度。就这么说吧，你的认知是这样。JOJO老师来影响你，你再来看这个事情，它就变了，不是吗？那你知道这里哪里有一个结果呢？这个结果是随着你变而变的。

问：你喜欢和我们聊天吗？

希特勒：更多是喜欢满足JOJO老师。因为她满足，我就满足。

问：你喜欢JOJO老师吗？

希特勒：不能说喜欢两个字。

问：你和JOJO老师是什么关系？

希特勒：就她在我里面，我在她里面。

问：那你和我们的关系呢？

希特勒：我也在你里面。你能看到吗？你能激活吗？你能体验吗？如果不能，就不是你的，跟你没关系。你要能，就是你的。

问：能说一些人类头脑想不到的事情吗？

希特勒：你们头脑想不到就是这个事情没有任何问题，因为这是你想不到的。

问：能讲个笑话吗？

希特勒：JOJO老师想听的笑话都是情话。我知道为什么她想听情话。因为情是表达爱。她想用不同的方式来表达爱。她来这个世界就是表达爱的。她在刺激对方发出他们爱的频率。对方在表达爱的时候，他们爱的频率就会被激发。她在刺激对方创造一个爱的频率。爱是什

么？爱就是你无比的重要。对我来说，我无比重要的是什么？我无比重要的是我的生命。那为了爱，我把生命奉献给你，是不是爱？那对我来说无比重要的是什么？我的power。那为了你，我愿意变得很弱。对我来说重要是强大。但是为了表达对你的敬意和爱，我想变的很弱，就受你指使。我本来是要去做王的人，但是在你面前我要去做的仆人。所以那是我对你敬意和爱。

问: 你希特勒那一世对待犹太人的方式也是修行的一种吗？

希特勒: 刚才已经说了，犹太人也是我。那个我和这个我不过在把你们内在的分裂呈现出来。让你们看到分裂最后产生的结果。

问: 犹太人对人类的道德是否存在扭曲？

希特勒: 什么意思？犹太人是你们。因为你们在产生分别，你们就没办法找到问题的答案。刚才说了犹太人是他们。这个我和那个我在演一场戏把你们内在分裂的能量呈现出来让你们看到如果你们持续的产生排斥，那么直接产生这样一个结果，明白吗？

问: 让我们看到是什么意思？不是只有自己，没有其他人吗？

希特勒: 你要能理解就理解，你要不能理解不能理解。

问: 如何分辨头脑产生的问题？

希特勒: 所有问题都是头脑产生的。

问: 头脑的作用是干嘛的？

希特勒: 头脑的作用就是让你在物质世界成为一个观察者去体验，就像舌头一样去品尝。舌头来品尝这个味道。

问: 如何才能做到放下头脑的声音？

希特勒: 那你去认识头脑的功能啊。

问: 怎样才能提升自己的频率？

希特勒: JOJO老师都白教了吗？

问: 那就跟着JOJO老师好好学习呗？

希特勒: 随便你。因为你要觉得跟你男朋友谈恋爱的频率高，那就去。

问: 你希特勒那一世消灭犹太人是指自我排斥.....

希特勒: 那句话帮你从嘴巴里说出来而已。那是你嘴里说的话，那是你心里说的话。你只是没有看到而已。

问: 同样的问题不同的人问会有不同的答案吗?

希特勒: 不知道

问: 你还有什么对我们说的吗?

希特勒: 你们需要好好的玩的开心, 你们就在不断地就好像把这个地球的生命力给它恢复起来。就是你们在玩的过程, 这个地球就越来越有生命活力。当你们不再玩的时候, 地球的生命是枯萎的样子。所以你们在玩, 就在激活。

问: 犹太名族就是没有道德底线, 人类不存在道德的扭曲吗?

希特勒: 这是你们的概念观念, 所以就好像你在那说屁话一样。你说的都是bullshit, 就你说的都是梦话。我要回答梦话吗? 因为你进入到你的梦境里面产生的一些相。这么说, 你现在提出这个问题。你自己意识变变变, 从一个无明到一个知晓。你再回头看你的问题, 它消失了。你们提出来的这些问题, 让这些问题来照见你的成长, 而不是去回答这个问题。你们上你们头脑的当, 我们不上。你们相信你们头脑里面产生的这些问题, 我们不相信。明白吗? 就你在环境当中, 我们没有。所以问题的存在只是来让你照见你自己的变化。但是你一去回答这个问题, 你就错误了。因为这里没有问题。刚才不是告诉你们了吗?

问: 同样一个问题, 连接不同的能量, 它的回答会有什么区别吗?

希特勒: 不过是你用这种好像看似是一段话或者是文字, 它在扩展你。那你从这个角度、那个角度, 不断地一点点的扩展而已。这么说吧, 这个答案, 你在不同时期、不同的意识形态、不同的能量状态来看, 它都会变。所以不要执着于任何相, 文字也是个相, 一句话也是个相。

问: 还有对JOJO老师说的话吗?

希特勒: 其实所有的人类都臣服于我, 我一直都臣服于你。

2024/10/31- 连接外星人与22号

外星人: 我现在可以和JOJO老师交流, 你说。

问: 你有名字吗?

外星人: 名字是你们用的, 你可以给我起一个。

问: JOJO老师想要什么字呢?

外星人: 她现在头脑里面没有东西, 都是我, 都是我。我来玩。

问: 你是来自哪个星球呢?

外星人: 她头脑里面没有这些星球的名字, 所以我也提取不出来。因为她不关注这些。

问: 你这次过来是什么目的呢?

外星人: 你们发出的能量太强大了。整个宇宙就看着这个能量晃晃晃, 就像刚才你们那个电灯晃晃晃, 像雷声一样轰轰轰。谁不会去看?! 所有灵界的都在。

问: 那一天只有你来了吗?

外星人: NO, 所有灵界。

问: 我们的能量为什么那么强大?

外星人: 那是JOJO老师的能量。它是玩转宇宙。它在玩转宇宙。

问: 我们昨天刚开始看你们好像是若隐若现, 是有什么目的吗?

外星人: 没有任何目的。

问: 你们想让我们发现你们吗?

外星人: 没有想法。我们只是知道你们会看到我们。也知道会通过那一次的展现, 现在我就能和JOJO老师交流。

问: 你们有什么话要和JOJO老师说吗?

外星人: 全部都在了, 已经连接上这个能量。

问: 能说说你们那里的事情吗?

外星人: 对你们来说我们像一群小精灵。因为我们现在能体验到我们的能量就像是小精灵。

问: 你们那边好玩吗?

外星人: 那你得有一个不好玩的, 是不是?

问: 地球好玩, 还是你们那边好玩?

外星人: 对于JOJO来说, 地球是好玩的。对于你们来说不一定。为什么呢? 就好像一个知道怎么去玩转, 你不知道怎么去玩转。就好像一台机器你去玩, 它卡住你的手, 你动不了, 它还让你手疼痛。你会觉得这个不好玩, 这个让我疼痛, 我害怕。JOJO老师就玩的很溜, 所以就是好玩的。

问: 那怎么样像JOJO老师玩转能量呢?

外星人: 她怎么玩你的?

问: 我没感觉被她玩啊?

外星人: 对, 这就是, 你感受不到。

问: 那我们来地球有没有使用说明书?

外星人: 就是你自己去体验的东西。你体验的一松一紧, 那就是说明书。这边是松, 那边是紧。这边是左, 那边是右。油门、刹车。

问: 你认为宇宙是什么样子?

外星人: 充满了无限、五彩缤纷、充满了一切可能。永远永远你去品尝它、探索它, 它永远都没有尽头的状态。

问: 你们来见JOJO老师是因为要跟她学习吗?

外星人: 就是产生这一次对话。

问: 你们还需要学习JOJO老师的信息吗?

外星人: 感受这个能量。没有什么学的。feel the power。就像你们看到, 你们为什么要听音乐啊? 为什么? 蹦蹦蹦。音乐里面也是能量。灯光是什么? 能量, 一切都是能量。我们感受它玩转整个宇宙的能量。

问: 能说说你的星球的生活状态吗?

外星人: 就好像你去问一只蜜蜂, 你说一下你的生活状态? 因为当你在说你的生活状态的时候, 你用的是什么呢? 头脑。we don't have one。

问: 你们都长什么样?

外星人:我看看她头里有没有一个类似的。像螳螂。

问:你们也是以肉体的形式存在吗?

外星人:对

问:你们的能量强大吗?

外星人:你说呢?我强大吗?你在感受我的能量,你告诉我。

问:你来找JOJO老师的那天乘坐的是什么?一闪一闪的。

外星人:是我们呈现的,就好像在我们想要开一个洞,在这个洞里面呈现一个能量器。这么说,宇宙对你们来说可能不一样。对我们来说,它像一个白板一样。那我们感受到这个能量,然后我们给它一个通道。然后我们可以去连接这个能量,去展现这个能量,去互动,明白吗?不是像你们这样,你们互动要从这里到那里,从A到B。没有,所有的一切都是在这里。everything is here and now。

问:那天看到你之外,还看到一个。是你们的同类吗?

外星人:都在这里而已。只是我们在piu piu piu, that's it。

问:宇宙里什么是一直不变的?

外星人:存在,存在是永远存在的。存在本身是永远存在的。

问:地球是造物主制造的吗?

外星人:所有的一切,我们也是。

问:那为什么你们知道生命的真相,地球人类却不知道呢?

外星人:体验版本不一样。就我们去的场所不一样。你在这个地方,我在那个地方。但是并不是所有人都不知道。

问:你们被我们吸引过来是因为我们的频率很高进入到你们的版本了吗?

外星人:NO,是我们在和造物主玩游戏。

问:月亮和地球的关系是什么?

外星人:问你们造物主啊。

问:你不知道吗?

外星人:我也要跟造物主学。

问: 你能替我们问吗?

外星人: 你的问题好好笑。

问: 造物主长什么样子?

外星人: 什么样子都可能是。

问: 是每个人创造自己的世界, 体验自己的世界吗?

外星人: 你说呢?

问: 能不能不被造物主玩呢?

外星人: 那就是不要觉得你在被造物主玩。

问: 我们怎么可以自己玩?

外星人: 你一直都在自己玩。只是你玩的是什么呢? 限制还是无限呢?

问: 那我们怎么样可以无限的玩呢?

外星人: 你说呢?

问: 跟JOJO老师学?

外星人: 所有的一切都是你学习的平台, 不只是跟JOJO老师学。你跟你老公也可以学很多, 跟你孩子也可以学很多。

问: 只有JOJO老师有造物主的能量吗?

外星人: 全都是。

问: 你所传讯的世界是你们的世界还是JOJO老师的世界?

外星人: 现在是我们的能量在通过JOJO老师在跟你们交流。

问: 你们每天都做什么事情?

外星人: 你去问一只蜜蜂它每天做什么, 它怎么告诉你? 那不是事情。

问: 你们有交通工具吗? 比如飞船

外星人: 只有你们人类才需要从这里到那里。我刚刚不是告诉你了, 明白吗?

问: 在我们头顶闪过的那个飞行船.....

外星人: 刚才不是跟你说了吗? 对我么来说这里是一个白板, 不过是这里动一下。

问: 你们从JOJO老师身上学习到什么吗?

外星人: NO NO NO, 我们是从这个能量, feel the energy, 感受这个能量。通过这个能量, 我们在扩张。这么说吧, 你吃了一个西瓜, 吃了一个苹果。那你品尝这个西瓜和品尝这个苹果, 你学到了什么? 学到了西瓜的甜味, 苹果的脆, 对不对? 所以那你说我们学什么? 我们不需要像你们一样需要文字的。你们需要语言、文字, 我们不需要。

问: 地球现在安全吗?

外星人: 是谁在体验呢?

问: 我们现在做的这一切会影响些什么呢?

外星人: who cares! Nobody cares, ok?

问: 你是处在一个观察者的角度看我们玩吗?

外星人: 我只是在体验我自己体验到的。

问: 你上一次被地球这样的能量强烈的吸引是什么时候?

外星人: 这次是最强烈的。

问: 能说说之前吗?

外星人: 之前JOJO老师的power还没有释放那么大。

问: 所以你就没有来过?

外星人: 就动静没这么大。

问: 为什么我们在天台的人能看到你, 其他人看不到?

外星人: 他们会觉得是颗星星。

问: 这次动静大跟以往的区别是什么?

外星人: 什么意思? 就好像一个雷声, 滴滴和pong pong, 感受到这个区别了吗?

问: 地球上除了JOJO老师的能量外, 还有其它能量让你们觉得很被吸引吗?

外星人: 没有

问: JOJO老手之所以有这么大的能量是因为她的人生剧本.....

外星人: 因为她本身就是。

问: 能看到你的人是因为他的频率提高了, 还是因为你调频了?

外星人: 我们想

问: 你们是怎样增强自己的能量的?

外星人: 你说呢? JOJO老师给你们灌能。

问: 你们现在感受到能量扩展了, 那这个能量会掉下去吗?

外星人: 没有掉不掉的。你吃了这个味道, 这个味道会掉下去吗? 你吃一个蛋糕, 你说这个蛋糕的味道会掉下去吗?

问: 接下来的每一次通灵, 你都会在旁边听吗?

外星人: 不是听, 是感受这个能量。刚才那个响声、这个振动频率。

问: 这个宇宙不变的.....

外星人: 不变的就是存在。它只是变着不同的方式, 但是它永远存在。就这么说, 我这一杯水, 它是一杯水就是一杯水, 它不会变的。但是它会冰块, 变成甜的酸的辣的, 各种。但是这杯水是不变的。

问: 你们还有小我吗?

外星人: 没有

问: 什么在影响感受能量? 有些人感受到强大的能量, 有些人没有什么感受。

外星人: 你是说你们在JOJO老师灌能的时候什么在影响吗? 是他小我的影响, 就是他到底有多相信JOJO老师。

问: 他所体验的就是他注定要体验的吗?

外星人: NO, 是他当下在这里到底是有多允许。是完完全全允许, 还是说我头脑里面在期待着什么? 在判断着什么? 噢, 这个是什么? 噢, 怎么没感觉呢?

问: 这个是他命中注定的剧本吗?

外星人: 这里没有什么注定不注定的。只不过是你现在是选择这样的状态, 但是你永远都可以选择另外的状态, 明白吗?

问: 是我们小我选择吗?

外星人: 你们每一个当下都会有一个这次我就是要允许, 这次我就不要允许。这是你们的自由。

问: 怎么样可以更加的允许?

外星人: 那没有办法, 因为一切都在这里, 看你如何选择。

问: 有什么办法提高频率, 增强能量?

外星人: 你不是在体验着吗?

问: 你与其它星球如何联系? 是像见JOJO老师一样吗?

外星人: NO, 有其它的联系方式。有意识形态的交流, 也有像你们所谓的高科技。但是那些技术是你们这里没有的。比如说我的能量可以用他们星球上有的物质, 比如说有面团, 然后用这个面团来交流。因为他们上有这样子的面团, 那你们没有这样子的面团。那JOJO老师就是这个面团。我们在通过这个面团来这样这样。

问: 你能与多少个星球联络?

外星人: 无限个

问: 都交流些什么呢?

外星人: 就品尝, 就像你吃饭一样。

问: 地球在你无限个里面算是一个什么样的级别呢?

外星人: 不评判, 没有级别。你说你吃一个冰激凌的口味, 它是什么级别呢?

问: 我们有一个好朋友外星人22号, 你认识吗?

外星人: 你稍等。

22号: 我是外星人22号, 我出来了。

问: 刚才找老师的外星人, 你们见过吗?

22号: 我们现在就在, 是三方, 有22号, 也有那个, 也有JOJO老师, 我们都在。

问: 你有什么对我们讲的吗?

22号: JOJO老师不是在跟你们讲课吗? 我有什么好讲的?

问: 你们昨天来了吗?

22号: 没有

问: 没有被这个强大的能量吸引吗?

22号: 我们没有跟这个强大的能量分开, 所以就没有这种。因为跟JOJO老师的能量不是连接了吗?

问: 那你们需要做飞船吗?

22号: 我们有一个能量是跟她连接的, 就是需要唤醒一下。就像一种感受, 就比如说我感受到悲伤, 悲伤的感受出来了。

问: 你和刚刚那个外星人能量有什么不一样?

22号: 不一样。我成熟一点, 它调皮一点。

问: 有年龄分吗?

22号: 没有

问: 有智慧上的分别吗? 或者维度的区别吗?

22号: 它们喜欢刺激。

问: 你们喜欢什么?

22号: 我们喜欢细细的品。

问: 那你们都在品什么呢?

22号: 能量

问: 除了JOJO老师的能量, 你们在地球上还品过什么能量?

22号: 你们所有的能量, 一切一切都是这里产出的, 都是源头。你觉得流到那边就有其它味道了? 明白吗?

问: 你们无法以物质的方式来到地球吗?

22号: 目前没有

问: 为什么他们可以.....

22号: 他们的世界, 他们的版本。你也只是看到那个版本而已。

问: 目前人们看向天空发现的不寻常的迹象都是你们吗?

22号: 不是。你们有你们体验的。

问: 那是什么?

22号: 你想说什么就是什么。它是什么不重要, 因为你怎么去体验它才重要。

问: 这个原理是因为我们创造我们自己的世界吗? 其他人觉得它是一颗星星.....

22号: NO, 跟其他人没关系。这个信号只是为你。就是我在打电话, 我电话就打给你, 你说跟其他人..... 你怎么说呢? 这个电话没有拨给其他人啊! 那我要给其他人打电话, 我不去拨给你啊。

问: 那天从头上飞过的飞行器是为什么?

22号: 不是说了为了产生这一次交流。

问: 除了JOJO老师强大的能量以外.....

22号: 不是JOJO老师强大的能量, 你们误会了。

问: 还有其它什么强大的能量?

22号: 不也是它吗? 换了不同的杯子, 你觉得喝的就不是它的水了吗? 不是那个水吗? 不同的容器, 都是这个井里面的水。

问: 可以更换自己的灵魂主题吗?

22号: 可以, 你结束了过后就可以。

问: 必须要结束肉体吗?

22号: 不是, 你突破就可以。

问: 现在JOJO老师可以给另外一个外星人取名字了吗?

22号: 她不在乎。

问: 那下次再连接的时候.....

22号: 她不给你取名字, 她也能认出来你, 对不对? 是不是必须要给你取个名字, 她才能认出来你?

问: 我们能给它取名24号吗?

22号: 随便你

问: 为什么那天在天台上它不来和我们.....

22号: 它是个信号灯, 又不是真的飞船。

问: 那天给我们传了能量吗?

22号: 它刺激了你内在的一些东西。

问: 信号灯是说里面没有物质的外星人是吗?

22号: 你们对这个有误解。我们刚刚说所有的一切都是在这里, 像个白板一样。我们只需要在这里点一下, 那边就会传一个信号灯。

问: 你们可以现在出现在我们的房间以肉身的形式吗? 我们的频率可以适应你们吗?

22号: 不是频率的问题。就像是进了真空, 因为不同的肉体的体质, 它是适应不同的环境。就像是水里的鱼, 它适应在水里, 对不对? 那如果让它们上岸, 它们就很难存活。那我们存在的空间到你们存在的空间的话, 我们也没有办法存活。所以说像真空。

问: 可以发射一些物质过来吗?

22号: 我们可以结晶一个物质。就是比如说用能量在你们这有的东西, 比如说你们这有面团, 用这个面团创造一个东西出来。

问: 可以创造一个东西出来吗?

22号: 这里, JOJO老师。

问: 你想给JOJO老师送礼物吗?

22号: 她可以把任何都变成她的礼物。

问: 你现在可以给我们传能量吗?

22号: 就好像你放了一个屁, 你说, 那个屁能给我传点能量吗?

问: 是不是只有JOJO老师才能给我们传能量?

22号: 你老公不也在给你传负能量吗?

问: 给我们说点我们不知道的事情吧。

22号: 就是你们有多幸运。因为你们能够听到造物主在你们耳边说你有多重要, 你有多独一无二, 你有多无限。

问: 这是命中注定的吗?

22号: 应该是说这个吸力。那如果这边没吸力..... 因为造物主的能量是什么? 是允许。所以这个吸力也很重要。

问: 那这个吸力是不是注定的?

22号: 这个吸力也跟你这一生你自己的选择, 就是你这一生的状态。那你的状态也在变啊。

问: 就是不仅仅跟我们的灵魂主题有关?

22号: 这么说, 你一生会有很多个版本。它既是死的, 也是活的, 它既是绽放的, 也是这样的。

问: 刚刚说的选择是灵魂的选择还是小我的选择?

22号: 当下你的频率进入到什么样子的一个, 比如说你有个怀疑的频率。

问: 这个怀疑是一定会产生的还是受到什么变量的影响? 这里的变量是什么?

22号: 就是你现在体验的, 就是你现在这个肉身, 你这个版本在体验的。因为它在影响着一切。只有这里。

问: 那存在灵魂剧本吗?

22号: 你有你自己想要去拿的东西, 就是你去突破或者是拿或者是获得。比如说我要去健身房要把这块肌肉给刺激大。

问: 灵魂剧本没有这么细? 它是一个大致的。

22号: 对, 有你要去拿的东西, 有你要去突破的主题。

问: 你们有灵魂主题吗?

22号: 我们有就好像成长的阶段, 一个阶段一个阶段。

问: 你们有痛苦吗?

22号: 痛苦是什么?

问: 有快乐吗?

22号: 什么都快乐。

问: 地球上的彩票是人为控制的还是定的?

22号: 没有金钱游戏。

问: 你们没有痛苦快乐, 那你们有什么?

22号: 一切都是有的。

问: 还有一些什么我们不知道的吗?

22号: 金钱是个游戏。

问: 是什么样的游戏?

22号: 是你们地球的游戏。那如果你问它是属于什么类型的游戏? 它应该是一个白痴的游戏, 就白痴的人就会进入到这个游戏。愚蠢。

问: 那不白痴的人是怎么.....

22号: 没有金钱, 不进入金钱, 玩能量。

问: 发明金钱的人也是白痴吗?

22号: 发明金钱的是玩能量的, 不是玩金钱的。

问: 金钱也是有能量的?

22号: NO NO, 他们是玩能量的, 你们才是玩金钱。愚蠢的人才玩金钱。

问: 生活要支出啊。

22号: 那就是idiot, 那就是白痴。白痴会进入到钱里面去, 就会进入到钱的游戏里去。他会困在那里。比如说这有个蜘蛛网, 你困在蜘蛛网上面, 那就说明你是个小虫子。你是一个(听不清), 困不住的。

问: 怎么样创造和显化自己想要的?

22号: 你们一直在体验你们想要的东西啊, 不是吗?

问: 你的意思就是一念即达, 想就会有有了?

22号: 你一直想我的工作好烦人, 工作压力好大, 我的金钱怎么样怎么样..... 那就是你们体验到的。

问: 那你觉得我们应该想什么?

22号: 不关我事。是你在体验, 你问我你该想什么? 你吃的东西, 你觉得我应该吃什么?

问: 那你们有在想什么吗?

22号: 我们没有你们那个脑子。

问: 你们会不会对地球人类的身体感兴趣, 把他抓去研究?

22号: 需要吗?

问: 为什么不需要?

22号: 因为那里有能量吗? 有吗?

问: 很多外星人过来体验物质肉体觉得很有趣?

22号: NO NO NO, 那是你的版本。

问: 那你知道有外星人把地球人抓走吗?

22号: 那是他们的版本, 那是你们的版本。这不是我们的版本。

问: 没有对地球有什么计划吗?

22号: 这个问题就很白痴。

问: 对人类有什么计划?

22号: 关我屁事。

问: 那你只是幕后看着我们玩的?

22号: 关我屁事, 我都没看你。

问: 你是说我, 还是说我们?

22号: 我是说这个振动频率, 你是谁啊? 有频率吗? 有振吗?

问: 我就是那个发出频率的, 让你感兴趣的呀。

22号: NO

问: 我们这个能量能促进整个宇宙的计划吗?

22号: 什么意思?

问: 就是JOJO老师在点亮灵魂。

22号: 它只是在feel the energy, 它在通过这个肉体在feel the energy, 在feel how powerful它自己, 仅此而已。

问: 那我们呢?

22号: 你需要别人来告诉你吗?

问: 刚刚的外星人是螳螂, 那22号长的像什么?

22号: 长的像鸟

问: 它的寿命是什么?

22号: 没有物质世界的计算

问: 你们有食物吗?

22号: 一切都是我们的食物。我们以能量为食。

问: 你们就只是存在吗?

22号: 如果是用你们来说吗? 我们就是舌头。你们不是有很多东西吗? 你们有脑子, 那我们是舌头。舌头只是在品尝, 脑子不发声的。

问: 你们怎么样从这个步骤到下一步呢?

22号: 你走路的时候, 你告诉我你是怎么样从这一步到下一步呢?

问: 你们有死亡吗?

22号: 应该是说重组吧。

问: 什么情况下重组呢?

22号: 需要的情况下。

问: 可以讲一下什么是通灵吗?

22号: 你们都在通灵。

问: 这种问答形式的, 它的原理是什么?

22号: 它自然而然就发生了。就像你眼睛一睁开你看到东西。你来问这个眼镜能看到的原理是啥呢? 你能解释吗?

问: 她传达信息的时候需要经过小我.....

22号: 就没有那些步骤。

问: 如何判断是我们的头脑在思考还是真的接受到信息?

22号: 你是那个判断者, 所以你自己说。你才是观察者。发生在你那。

问: 为什么会回答我们的问题?

22号: 你为什么会产生这个为什么? 而不是好好的让这个能量流动?

问: 你喜欢和我们交流吗?

22号: 喜欢这个能量

问: 昨天在天台上, 我们有一个家人说连接上你, 说她是你们星球上的公主。

22号: 她在玩她的版本。

问: 现在的版本是JOJO老师的版本吗?

22号: 现在这个版本是你们自己、各个独一无二的版本。

问: 我们相互都有能量传递?

22号: 你才是那个品尝者。

问: 你品尝到我们的能量吗? 我们和JOJO老师的能量有区别吗?

22号: 我没有区别这些, 就没有分开, 没有辨别。

问: 创造这次交流可以给你们以后带来什么?

22号: 水和泥这样融入。

问: 就是想知道我们脑子不知道的事情。

22号: 就是你们已经拥有了一切。

问: 我们自己可以和你们连接吗?

22号: 不知道

问: 你们也拥有一切吗?

22号: 我们是在享受一切。

问: 我们怎么样从拥有一切到享受一切?

22号: 就是去享受这一切, 而不去关注那些你并不享受的或者是你不enjoy的。

问: 就是不评判吗?

22号: 这么说吧, 就像你面前同样有花, 花下面可能会有很多大便。那享受就是你进入花的能量里面, 和花的能量连接。就这么简单。你去进入它, 跟它这个能量连接。那有可能你的头脑会被粪便的味道给带走, 好臭。然后就进入到粪便, 跟粪便的能量在连接了。

问: 一个人能不能突破他的灵魂主题是不是注定的?

22号: 你说他来了, 他试图突破。没有突破, 他又来了, 又试图突破, 明白吗?

问: 人的寿命是注定的吗?

22号: 从它灵魂的角度来说, 就是选择这个肉体的来说是注定的。因为肉体它本身来说可能不是注定的。

问: 地球上有黑暗能量吗?

22号: 你这个问题就好像问光下面有影子吗? 光和影子本身就是一体的。

问: 能看到27年地球会有什么事件发生吗?

22号: 一切发生都会是应该发生的。

问: 不是说有不同版本吗? 那怎么才叫注定的呢?

22号: 反正你们体验到的所有的一切都是注定要发生的。其它版本也是注定的。

问: 能感受一下27年地球的能量吗?

22号: 为什么?

问: 因为说27年有可能有灾难性的.....

22号: 即使我现在告诉你你现在就在天堂, 你体验的还是地狱, 对不对? 那你现在在地狱, 你体验天堂还是天堂。

问: 那所谓的九紫离火运?

22号: 那是你们的概念不清楚。

问: 你还有什么想对我们说的?

22号: 就是去看你们有多幸运, 而不是去挖更多的幸运。对JOJO老师说的, 没有什么说的。

问: 你们两个外星人同时对老师说一些情话可以吗?

22号：就是当她闭上眼睛的时候，头脑没有声音或者不去干涉的时候，所有的一切都在跟她发生关系。因为当她眼睛一睁开，她就xiu退了，她不跟别人发生关系了。她眼睛闭着的时候，就是允许这个能量的时候，就在发生关系，明白吗？因为她眼睛还会有一个分别、喜好。她就不跟别人发生关系了。

问：再来一个。

22号：这就是让她知道所有的一切都在跟她热恋。只有她眼睛躲闪的那一刻，不会发生。就比如说所有的人都爱她，都想跟她发生关系，想跟她产生连接。但是她的眼睛就不看人家，那就产生不了，明白吗？

问：就是一切的版本都存在，我们对所有的事物的回应都是好的，我们就可以提升？

22号：少用你脑子就可以。因为这里不是讲道理的，也不是有理有据的。只有单纯的不进入、不连接这个能量。that's it。

2024/11/06 – 灵魂主题之拿到内在的力量

问: 我来到这个世界的使命是什么?

高灵: 你这一生的灵魂主题就是从一个好像是软的状态到一个强大, 但是那个强大里面又是一个软的状态。所以你的灵魂主题就是激活你内在真正强大的力量, 但是是以软的方式存在着。这就是你的灵魂主题, 明白吗? 你现在软的状态是因为你内在没有力量, 它是真的软。但是等你激发出你内在强大的能量过后, 再以一个软的方式存在着、呈现着。然后这就是你的灵魂主题, 明白吗? 就是你看似变了又没变, 就是内在的一个韧性。你看似变了, 是因为你内在是有力量的, 就是有强大的生命力量。就是你不再是被动的去行动或者行为或者做一些事情。然后是在你享受的一个状态呈现出你本身就是的一个状态。所以如果说你的灵魂主题其实就是激发出你内在的力量。但是因为你本身的状态它就是软, 但是现在的这种软它是真的软, 就是觉得好像生命很多地方你没有办法。但是等你拿到内在的力量, 你会呈现出软, 那是因为那是你。但是你心中所有的东西都是有办法的, 就不是在一个被动或者无力或者觉得需要这样的一个状态。

问: 我做什么才能让生命有价值?

高灵: 你存在是以你本来的样子、真实的样子存在, 它就在产生它的价值, 而不是一个虚假的。虚假的身份是什么呢? 是你觉得你要做个好人, 所以你是因为觉得自己要做个好人而去去做某一些事情, 明白吗? 因为当你本来就是个好人的话, 你做的所有事情都是好的, 哪怕是以坏的方式存在着、呈现出来, 它也是好的。就不会是表象, 比如说我是个君子, 我要做正人君子。所以我不能去做某一些事情或者是我需要去做某一些事情是为了符合这个名称。但是你真的身份你是个皇帝, 其实无论你做什么, 你站着、躺着、坐着, 它改变不了你皇帝的身份, 对不对? 那如果你觉得你必须坐的直直的, 必须要坐在龙椅上你才是个皇帝的話..... 明白吗? 你表现的方式和形式是没有受任何限制的, 明白吗?

问: 我来到这个世界上我的使命是什么?

高灵: 你是使命需要你激活你的力量。当你的力量没有激活, 你去做那些事情的话, 你就会呈现出好像你没有办法。你就会觉得你没有办法, 外面的力量太强大影响着。如果你内在的力量被唤醒过后, 你在影响着外界的一切, 你不会受到外界的影响。你需要去认识到目前你体验到去做事好像你没有办法, 就是你无力去更改一切的这种, 它只不过是你在突破之前的一个状态, 它不是你, 明白吗? 它是你, 就好像你现在去健身房, 但是你的肌肉很小。那是那只不过是你去健身房之前的状态, 但是通过你不断地刺激, 它逐渐的会变成肌肉很强壮的一个状态。就那个形态不是你, 只不过是..... 比如说这颗种子因为你现在还没有在土壤里面成长, 没有开花没有发芽而已。但是你并不是那颗种子, 而是一颗苹果是, 明白吗? 就是在你知道什么是你, 你是颗苹果是, 源源不断地接苹果, 而不是停留在一颗种子的状态。一颗种子不过是生命还没有被激活而已。所以你目前体验到的这一切, 感受到你想做事, 但是还没有力量或者是无力去推动事情, 它不过是你现在在体验的一个状态而已。你就不会把它当成是你了。

2024/11/06 – 再谈物质世界的幻像

高灵: 怎么样才能在这个过程中从弱变成强? 你首先得认识到那个弱不是你, 不过是你这颗种子还没有在土壤里面去发芽开花。如果你把弱的状态当成是你的话, 你没办法突破它, 你觉得那就是你, 我就是这个样子。所以去认清楚那不是你, 那就是你一颗种子还没有在土壤里面, 所以才以一颗种子的状态存在。那如果他在土壤里面, 不断地被雨水滋养, 它一定会发芽, 一定会开花, 一定会越长越大, 对不对? 生命就是在这个过程中呈现出来而已。所以你得去认识哪些是你, 哪些不是你。不然的话, 你就在加强这个无力感。无力感是个幻像, 你就在加强它。你看吧, 我外面做了这么多事, 我没办法推动啊。你就停止在那个状态了, 你会觉得那是你。

问: 不同的阶段有不同的烦恼, 怎么去化解? 觉得我就不要去在意那些无解的东西.....

高灵: 把所有的这些当成是面镜子, 因为你会不断不断地成长, 对不对? 那成长, 你就会看到, 这个问题之前我是怎么面对它, 之后我是怎么面对它。它们不是让你去进入、去解决。外界物质世界的一切, 包括你遇见的问题, 包括你遇见的事件, 它是面镜子, 它是来让你体验到我是主人, 我没有受它影响, 还是说我一直在受外界的影响。去照见这个。因为在这个过程中你就会体验到生命的成长和变化, 你会体验到生命是什么。因为你们不知道生命是什么, 因为你来品尝这个生命它是怎样的。你是一个体验者。还有外界所有的一切当你不再给它力量, 就比如说他在那骂你, 骂了你好多话, 你把它当回事, 它就会伤到你。你把他当成是一个疯子, 就是外界的一切它对我没有影响, 它不过是一个幻灯片一样, 它在放电影。它对我来说不存在任何意义, 那它就对你不会有半点影响。所以那个影响力是你到底要不要给它? 所以你到底要把你的影响力到底是要给JOJO老师带给你的话? 还是物质世界对你的评判、指责? 你给谁, 它就能影响到你。所以你决定了生命中哪些事件..... 我跟你讲, 真正值得你去听的话, 它是让你的内在充满了强大的力量和能量的。那些才值得你去听。如果你觉得它让你变得很渺小很弱、你没用, 这些话不是你该去听到的。因为它讲的是假象。真相是什么? 每一个生命都包含着无限的能量、强大的能量。那是真相。那如果你能分辨出来哪些是真相和幻像的话, 你就知道哪些话我要听, 哪些话我不要听了。它到底让你变得有限制还是无限? 哎呀, 你哪能做这个? 你这一辈子都在做这个, 你怎么可能去做那一行? 你怎么可能成为一个企业家? 比如说这些, 它就是一个限制。但是它不是真相, 因为生命是无限的。那如果有人告诉你说你想做任何事情, 你都能做好。你就是这个宇宙的最强大的存在, 那你就可以去相信去听。所以你可以去决定你到底允许哪些话。就好像你桌子上摆着有毒的东西, 它会让你的身体变得很差。吃有营养的、健康的, 它会让你的身体变得好。你为什么要选有毒的呢? 为什么? 就是我们在让我们的小我明白, 就是我们知道这些东西是来毒害我的, 我干嘛要去选择它呢? 因为我们有选择的权力, 我们选择我们的生命状态到底要怎么样滋养我们。你生命中的一切都变成力量和能量来激发你了, 你就会越来越有力量。你的力量全在这里, 而没有被外面的事件和外面的人给分散出去了。那你就发现你的力量越来越强大、越来越强大。那当这个能量越来越强大, 你就能去影响外面的一切了。但是它不是以一种咄咄逼人的状态呈现, 因为不是你。而是一种很柔的方式, 但是你却不再被外界干扰。外界所有的一切都是相, 你不会再进入它们被它们影响, 而是你在影响着周遭的一切。

问: 世界的烦恼在你这都不是事。你的思维这里就没有烦恼。

高灵：对，因为我们错认为外面的物质世界有一个真的存在，但是它没有一个真的存在。它都是一个镜像来让你看到你自己的生命状态是个什么样子，你体验它。那你通过这个体验的过程当中你就会发现：我原来是造物主，我是无限。你就会从一个有限制到一个拥有强大的力量，拥有整个宇宙的力量，拥有无限的力量。就这个过程当中你会认识到神是什么，造物主是什么。

问：突然有一种感觉，我们不也是造物主吗？

高灵：对啊，就是你。它通过你来品尝、认识、体验。

问：就看你怎么想，

高灵：不是，你本来就是。就像你之前那个状态，你只是还没看到，它不过是种子还没有发芽而已，生命还没有展现出来而已，仅此而已。它不是个真相。它只是暂时的一个状态。

2024/11/07 – 再谈关系以及如何破相

问: 我想知道我们的关系是什么?

高灵: 你们之间的关系不是通过物质世界的层面来定义的。当你们在容许的状态下, 通过你们去呈现关系是什么, 所以你们的关系不在物质世界的关系范围内, 而是当你在容许的状态下, 你在呈现出关系是什么?明白吗?你是个镜子, 你在反射关系是什么, 而不是说你们的关系被定义, 你们俩是这关系、那关系。还有你们是自由的创造者, 你们通过应对呈现出来的问题来展现, 你们的关系是什么。当有一些事情发生, 你们去展现出来你们是谁?展现你们的关系是什么样子的状态。是你在通过外界的舞台(比如问题就是舞台), 通过舞台来展现你们的关系是什么?比如它是永恒的爱、它是完全的容许、它是无条件的爱。所以通过你们所要面对的东西来展现你是谁。比如你遇到了一个对手, 他在挑衅你, 你通过这个对手来呈现你是谁, 你这么去面对他。所以所有外面的这些是让你们有个舞台, 来展现你们的关系是什么。比如说你们的关系可能是易碎, 外面有一些声音你们就破碎了, 还是它是不受任何外界的影响。外界的一切不过一个舞台, 让你去展现和呈现。

问: 我为什么对她有这么强的链接?

高灵: 这里没有为什么, 不是因为有什么才什么。因为本来就是, 就好像你问为什么大象有这么大, 它本来就是大象。不是因为什么, 而是是什么。而因为它本来就是, 你这是在品尝这个味道而已, 就好像在问你为什么葡萄那么甜?你该这么回答呢?这就是葡萄的味道你在品尝它。这是你们之间关系的味道, 你在品尝它。所以不是说, 因为这个, 所以那个。而是说, 你在品尝你们关系的味道, 你在经验它。

问: 我在其他人那边没有体验过这么强的钱连接感。

高灵: 那就是好像是说, 我在其他水果中吃不到葡萄的味道。橘子有橘子的味道、梨子有梨子的味道。你品尝到这个味道和那个味道之间的不同, 当你在品尝其他味道, 它不是你喜欢的那种味道, 它并不是让你舒服的味道, 那个吃起来很涩, 这个吃起来很甜。所以就像你在吃一个苦的, 难易下咽、你不爱吃但吃这个它很香、很甜又很迷人, 你欲罢不能, 就这样。

问: 有什么其他信息给到我们吗?

高灵: 你们是来创造、改变和制定规则的, 不是来加入旧规则的。不是来加入已有的一些观念、规则或状态的。当你们试图加入已有观念的时, 就是你们在减弱你们的力量。还有要给你们的信息是, 做个品尝者, 而不是评价者, 只品尝、不评判。

问: 这会对其他人带来什么样的影响?

高灵: 你没有办法决定, 别人通过这个相得到什么。但其他人可以通过你的引导, 他们可以从不同的角度去体验这个世界。有些人, 只能看到这么一点, 通过你们带领他看到不同的点, 他们将收获到的也是不同的一个点。是对方决定他需要在这个体验中拿什么、收获什么、而不是你?还有你们产生的这些问题是来自你的物质身份, 还有就是你们灵魂之间产生的好像是碰撞、冲突或者是不一致的地方。我们想要告诉你的是, 任何时候、任何时机、任

何情况，都是你去展现真正的你是谁的机会，而不是说你是没有选择，你总是有选择，去呈现和表达，你是谁，去表达真相、去表达真理、表达你是谁，而不是事情就是这样，它没办法转变，因为每一个当下，你都可以去转变任何。在转变的过程中，你在表达着是什么，是真相。就比如说，你要去面对他们对你的一个质疑，那就是你真正的表达你自己的一次机会，你可以真诚的去表达你自己。你想要怎样表达呢？外界的所有一切，只不过是给了你一次机会去展现和表达你自己。他们可以从你的表达中，接收到神性，接收到光、接收到爱、接收到无限，还是接收到分离、分裂或者是恐惧或者是限制或者是攻击能量。他们好像是个盘子，是你决定了在这个盘子里装什么东西，所以你内在的东西你就有了一次机会去呈现出来，那么通过呈现东西了就散发着频率，那这个频率是什么呢？是智慧、是合一，人们进入爱，通过你表现的东西，还是呈现的是恐惧、分离、攻击，让人们连接到的是攻击，明白吗？所以任何事件都是一个盘子，那盘子你放什么呢？那是由你来决定的。所有你永远有将所有事情转化为光和爱的权力。

问：如何不被头脑的声音影响？世俗的限制性信念。

高灵：当你觉得你头脑的声音有影响力的时候它便能影响你，当你觉得头脑的声音没有影响力的时候，它说什么都对你没有影响。你是否能够看到，头脑里产生的那些话语具有真正的影响力。

问：我们关系的未来呢？是不是所有的可能性都是存在的？

高灵：你们关系的未来是你们的意识程度投射，当你们的意识程度在这里，便会投射出这对生命真相的一个认知，而去呈现出不一样的一个果。种状态。所有你们的关系投射着你们样子，你就会进入相应的果。关系像镜子一样呈现出比如说，在你的认知的观念里是什么你是谁。你是谁呢？你是活在自由当中，还是活在束缚中；你是活在限制中，还是活在无限中；你是活在光中还是黑暗中；你是什么样的状态呢？关系就投射出你处于一个什么样的状态。然后让所有人品尝到你是谁，人们在通过你振动的频率在品尝着你。

问：我们在灵魂层面有多深的连接？

高灵：没有所谓的一个深和浅，因深和浅它是取决于你觉醒的程度。如果你的觉醒程度到跟她没连接。越能展现你的本我，你就能体验到有多深。如果你没有觉醒，你就会体验份的连接程度。所以这个深和浅取决于你对你自己真实身份忆起来的程度和你与你真实与它真的很深、它于你能够忆起来的程度，而不是关系比如你是 100%，还是 30% 状态。它不它的比重的是真的很浅。如何去看到你们之间的关系深和浅，这个人在你生命中占比重这些层面，你就多少，到底是我离不开呢，还是可不可无，任何人的关系都可替代。通过？能知道到底是多深还是多浅，明白吗？

问：通过这个关系，我们体验到的是什么？

高灵：通过这个关系，你们体验到自是一切万有，都在里面，而不是说只有一种味道，而是什么都。还有一句话就是，把任何出现你面前的问题，当做一次机会，tell everybody who I am. Just a show time，接下来要展现出我是谁，展现出真理、展现出爱、展现出包容... 世间是一个平台，给你们提供会去表达、去展现你是谁，你对生命的理解和认知。你们需要在这里

看到的是没有限制、是真爱、永恒不变的东西，还有超越物质身份和束缚的一些东西，人们期待看到不同，而不是千篇一律的。你内在的恐惧、动摇或不坚定，还是勇气，这些东西都会通过这次关系给你带出来。你的几斤几两，都会让你看到和体验到。当你不强迫的时候，你们的关系才会以不扭曲的方式呈现。生命的真相是什么?仅仅是你去呈现，你去表达。

问: 如何增加对生命的兴奋和向往?怎么才能让我增加对生命兴趣?

高灵: 不活在记忆当中，就是没有记忆，让记忆死掉。是记忆让我们觉得，做这个游戏应该是这样子，就是不去保持或持有任何相，你头脑里认为应该是这样、应该是那样。要让旧的 **memory** 死掉，新的 **memory** 产生，一切是在与能量打交道。

问: 每一个相只是能量的一个呈现吗?

高灵: 每一个相就是让你看到你自已生的一个东西。有你才会有相，没有你，它便没有相。比如说一个小孩刚出生，她眼前所有相对她来说不代表任何。因为她还没有产生一个我。有了我这个概念后，她才会产生各和相。你呈现的是它本来就是的样子，而不是你头脑。所以我们只不过是旁观者而已。我得到了一个消息，破碎的是小家庭，而融入的是大家庭。打碎的是小家庭，融入的是大家庭。当你不打碎小家庭，你没办法融入大家庭。你不是来维持旧有的相，你是来打破的。

问: 如何面对头脑打破相的恐惧呢?

高灵: 这不是你需要去面对的一个问题，你只是在不断的变化的过程中，品尝到不断变化的味道，然后体验到生命的真相，生命的本质。相被打碎之后你可能会很恐怖，你需要去发现打碎之后的礼物。你不需要去面对它，在这个过程它是一个变化，在变化中你体验生命的真相、生命是什么、生命的神就在这里的。所以这里没有问题需要你去处理，明白吗? 你们并不是来处理问题的，你来让你个生命体越来越兴奋、越来越充满强大的能量，要激活它，在这种情况下，你们与这个物质世界互动交流，它才会变得好玩。当越来越好玩的时候，你们会允许能量的呈现，感受能量呈现的美。

2024/11/07 – 问题集锦之当下即是

问: 当下有没有什么信息是要带给我的?

高灵: 你可以先听完今天晚上的传讯, 然后再问还有没有问题, 好不好? 因为这么说, 在你们连接我们的时候, 你现在是一个状态, 对不对? 你现在在这步台阶, 你现在在一楼, 我们把你带到一百楼过后, 你再看。就你在一楼的时候, 你看外面全是障碍。你在一百楼的时候, 外面的障碍全都没有了, 你看的是外面的风景, 明白吗? 所以你最开始有的问题, 然后最后它会变成没有。

问: 我可以问我的高我有什么信息要带给我吗?

高灵: 所以接下来你听完信息, 如果你还有疑问的话, 我们就在..... 因为现在的你和接下来的你, 你们在不一样的世界里面。所以你要继续停留在这个世界? 还是允许我们把你带到另外一个世界?

问: 未来的我自己有什么信息要带给我吗?

高灵: 你稍等。爱上这个不确定性。就好像你现在走这个桥, 它在摇晃中。去enjoy这种摇晃感, 就像你在跳舞一样。而不是说我一定要脚踏实地, 就是有安定感、安全感。爱上这种不安全感, 爱上这个不确定性。

问: 高灵能透漏一些.....

高灵: 你想要这些, 就是想要确定。不要那么做不确定的感觉, 你想要进入到一种确定的感觉。那是不是就缺少了体验惊心动魄呢? 那是不是就少了这个味道呢? 你看电影体验的是什么? 那它的那种刺激感让你感受到什么? 心悬在空中, 对不对? 如果一个电影都没有让你的心悬在空中的话, 你觉得它有意义吗? 有意思吗? 所以enjoy, 就好像坐过山车一样, 把你抛在空中你觉得好没有安全感。但是你自己要追求进入到一种坐过山车的状态呀。那是你想要的体验啊。它不是你物质小我能明白的, 它是你灵魂想要的体验, 明白吗? 这个失控的感觉或者是你不确定的感觉, 它也是你的一份非常大的礼物。不然你们干嘛要买票去游乐场? 你去电影院追求电影对你的一个刺激, 还有过山车对你的刺激, 它是什么? 不然坐在家里的客厅就好了, 对不对?

问: 前几天在桐乡上课的时候, 老师当时说有一场戏上演。这个戏到底想给我们带来什么礼物?

高灵: 它已经是种子在你们的灵魂深处, 在你们的潜意识深处。那颗种子自然而然会根据你给它的土壤而长成它的样子, 明白吗? 你的土壤里面是有毒素的还是没有毒素的呢? 你有很多石头还是没有石头呢? 你们都收到了那颗种子, 它已经在你的潜意识当中。但是它能否以一个开花结果的状态, 你能从中不断不断地去受益、收获多少, 那就取决于你的头脑有没有毒素, 取决于你有没有很多石头。但是种子已经播下了。

问: 高灵怎么解读人类的婚姻?

高灵：那是你们人类去诠释，用你们的意识形态。你们的意识形态用你们的婚姻反射出来，明白吗？不是高灵来给你解释。

问：那现在给我们通灵的管道她是怎么解读婚姻的？

高灵：婚姻是一个舞台，它会通过这个舞台呈现它自己。它在那个舞台上，它的技术是好是坏，它也是一个在不断地调整自己，把自己当成一个，就是完完全全允许的状态？还是说这边紧绷，好像有点不自在？就仅此而已。

问：高灵怎么看待人类的婚姻？

高灵：没有看待。看待只有你们的头脑，你们的小我才会产生。所以这里没有任何评判，没有看待。只有你们..... 你首先说一下你们的看待来自于哪里？你们的看待，你首先会有一些观念在里面，对不对？这个观念应该是这样，你树立了一些东西。那如果你不树立任何呢？

问：人类的婚姻就是树立了一个限制啊。

高灵：你们通过婚姻这个舌头品尝的是你们自己，那是你们自己。但是你们这个意识体它会扩展，它会转变。所以对于你们每一个灵魂来说，婚姻都有它不同的味道，明白吗？所以这里没有任何，你们不过是在品尝你们自己而已，仅此而已。

问：那天那场戏是宇宙事先安排好的，还是JOJO老师当下创造的？

高灵：如果我们来告诉你个答案，然后呢？如果我们说是我们创造的，你会怎样呢？如果我们说全都是她在那bullshit，在那放屁，你又怎样呢？无论你相信哪个，你都在迷信。如果我们告诉你，这个是高灵的安排，你听了，你在迷信。如果我们告诉你那个人他在那胡说八道，你听了，你也在迷信。你能不能通过你产生的这个问题看到你是个迷信者而已呢？呈现在你面前的是什么不重要，它是真的是假的不重要，它是来自于什么不重要。重要的是你在通过它品尝的是什么，品尝的是你自己，你的限制。比如说你把声音总是交给灵界？或者交给更权威的人？或者他们都是这个说法，你就相信了？一百个人说高灵存在，它就存在。一百个人说高灵就是一个精神病，就把它当成精神病了。你需要去通过你们提出来的这个问题的反射去看到where you are，你在哪里，你是什么样子，因为外面没有其他人。外面没有其他人。当你们在指责或者是评判他人的时候，那是来自于你的限制。如果这里真的有什么的话，这里不会产生问题，明白吗？你们看到的都是你们自己的，都是你们自己的限制。就是它是一个限制，你通过这个限制看到的是什么呢？就算这个相已经在那里了，它也在不断地产生变化。为什么呢？你可能之前在没有听到我们这段话的时候，你是这么去认为。那当你在接收到这个信息过后，你又变了，变成一个完完全全不一样的状态去看。当你在十年后，你如果持续的接收我们的信息，十个月后你都会变成另外一个状态，明白吗？所以就算那个相它在那里，它都会一直变，还别说这个相背后究竟是什么。究竟背后是什么？我告诉你，它是nothing there，OK？

问：其实问这个问题就是想知道有没有造物主？

高灵: 我告诉你没有造物主, 然后呢? 又怎样呢? 我告诉你有造物主, 然后你又怎样呢? 你们自己去find out。为什么呢? 这里没有迷信, 这里没有我告诉一个声音, 然后你就把它当成一个宗旨。你去find out, 用你自己的舌头去品尝。不是我们告诉你它是甜的。

问: 那有没有所谓的真理?

高灵: 如果是真理的话, 这里是什么? 这里就是你在你自己的世界, 这就是真理。只有你变, 你的世界才会变。当你没有变, 你的世界不会变。

问: 那我是从哪里来的?

高灵: 它不是有一个来和去, 就没有一个你来这里, 去那里。根本就没有这个, 只不过是一直在。但是一直在的过程当中, 你一直在不断地产生变化而已。

问: 以前一直说有一个造物主, 现在我就不知道我跟造物主的关系了。

高灵: 你用你自己的方式去感受它。因为如果只是告诉你的话, 你不相信。那么你永远也体验不到它在你的世界是存在的。所以不来自于别人告诉你什么? 为什么呢? 因为你们每个人(听不清)。

问: 那如果没有造物主的话, 那这场戏.....

高灵: 就像我们说的, 这个相在那里, 这个相也是一直在变的, 它会随着你变而变的。就是该你们接收到的礼物, 它已经是像种子一样在你的内在了, 在你的意识里面。那那颗种子到底会以什么方式呈现出来? 那就看它是在什么土壤里面。所以你们每个人从这个相当中吸取的都不一样。你有可能吸收的是养分, 那对你来说是有益的, 在滋养你。那你有可能收获的是毒素, 就是让你产生一些副作用, 对不对? 但是那个毒素是来自于什么呢? 你内在。明白吗?

问: 外界都是内在所是?

高灵: NO, 是你的一个意识形态。就是本身你就是一个限制体, 就有很多限制。我们说石头, 你有很多石头, 那就是你体验到的。所以通过这个事件你就看到外面并没有一个真实的存在, 真实的事件, 明白吗? 难道我们告诉你战争是造物主的安排, 然后呢? 你们就..... 因为你可以从这一个相扩大到社会上的任何一个相。比如说战争、社会上的一些暴乱或者是各种不公平事件或者任何让你们难以接受的事件, 任何事件都可以成为这个事情, 明白吗?

问: 我们圆满了之后, 我们的世界是什么样子的?

高灵: 这么说吧, 所谓的圆满就是你看到眼前没有问题, 并不是眼前要按照你想要的样子去呈现, 明白吗? 是因为你知道一切所是它所是。就好像这棵树苗现在只有两根嫩芽。你不会说它为什么现在不够圆满? 不是树的样子? 不够强壮? 因为它很弱, 它根本就不是一棵树的样子, 它不应该这个样子, 它也不能结出果子, 它那哪是树啊?! 你在拿着一个树的样子, 它应该强壮, 风吹不倒, 雨刮不了, 然后还可以给你遮风挡雨, 还能结很多果子给你。你在持有这个相, 然后去指责那棵幼苗说: 你不圆满。

问: 不是说当我们频率升高后, 我们看外面都是完美的。那其实外面没有变, 只是我们看它的角度在变, 是吗?

高灵: 就是你头脑不再产生问题。

问: 就是相还在那里, 只是我们觉得它不是问题了, 是吗?

高灵: 相对你来说在没在那里都无所谓了。为什么? 因为你在把它当成是一个相。你不再去捕捉画面, 不再去诠释画面, 不再去评判, 不再产生声音。

问: 当你活成光, 你就可以照亮你身边的人, 让他们从黑暗里出来。这句话怎么理解?

高灵: 这么说吧, 就好像你是一个被包裹住的一个肉体。因为东西包裹着你太多, 一层一层的水泥让你的身体不再有温度。那我们这些信息是来让你把这些包裹你的东西洗刷掉、软掉, 让它离开你的身体。那你的身体自然就有温度了。那当别人接触你的时候, 就不再碰撞一层一层厚厚的壳。他是体验你身体本来的温度。你身体本来的温度就会让他体验到舒服。他体验到热感、温暖, 仅此而已。

问: 怎样验证我们的意识程度是否真正的提高了?

高灵: 你可以看到在你这里不会再有问题, 在你这里不会再有重量, 在你这里不会再用劲, 在你这里不会再有强迫, 在你这里不会再有push, 不会再有从这里要去到那里。

问: 比如家人生病, 没学信息之前, 我会觉得生病了, 要去怎么样。当我学了信息之后, 我觉得生病是他自己的功课。这到底是灵性提升还是逃避?

高灵: 通过这个相去看到你自己的认知水平在哪里。因为你会对疾病还有一个疾病的相, 你还持有疾病的相。那当然, 你产生这个相, 你便会受这个相的影响, 明白吗? 你会觉得我要把这个相去掉, 变得健康才没问题。那你就能看到你还在产生疾病这个相, 明白吗? 那你当然会受疾病这个相的影响。虽然它没有直接影响到你自己, 但是它也通过家人投射出来而影响到你。它也是一个相, 因为疾病对你来说是一个问题。

问: 那是因为疾病在我的意识里有疾病这个区别, 所以会投射家人这个相?

高灵: 没有。你首先看到的就是说疾病它是个礼物, 它不是个疾病。这个礼物是来让你.....这么说, JOJO老师是你生命中的礼物。为什么呢? 她可以调节你的频率达到一个和谐的状态。那个疾病也在push你, 让你的频率达到一个和谐的状态, 而不是一个扭曲的方式存在着。所以疾病是你们的老师。那你能不能看到它是你的礼物和老师呢? 你能看到的话, 你能不能展现出来或者帮助他人也看到呢?

问: 我看到了, 但是我无法让对方看到。我怎么样让对方也看到呢?

高灵: 当你在产生疾病的时候, 你已经对它是一种, 就是它是个病, 它是个疾病。那你看到它是个礼物, 你应该感受到什么? 啊, 我好兴奋哦。你都不知道多大的礼物在你背后。你有

那种兴奋感吗？还是说，你好可怜哦。你怎么还不好呢？我想给你找医生把你弄好，明白吗？就是你是exciting，还是你想get rid of it？

问：这个对我的物质头脑还是一个比较大的考验。

高灵：没有所谓的物质头脑，OK？不过是在认识它的一个过程而已，仅此而已。因为你的物质头脑会不断不断地通过你更多的认知而转变的。所以它不会固定在任何地方。

问：你看到躺在病床上的亲人，你说你太幸福了，这是一个很大的礼物。你这样给他讲，他会接受吗？

高灵：因为当你在产生这些担忧的时候，你已经离开了你激情的状态。当然你就不能呈现出那个果，你是假装的呀。对方知道你的虚假啊。就好像别人在问：真的吗？你说真的呀。真的吗？真的。真的吗？哦.....你也在怀疑自己了，好像不是真的。明白吗？所以你背后的真实频率它是能够经过外界的相越来越弱化而弱化的吗？明白吗？

问：那我们如何全然的信任呢？

高灵：你不需要全然的去信任啊。你去看到你通过对外面的相在乎的程度。因为这样子是你自己在经验生命的过程，就是好像你自己在品尝这个食物，比如说这个水果在不同的时节会有不同的味道。你如果连知道都不知道这个水果在不同的时节有不同的味道，那就说明你对这个水果一无所知啊，明白吗？那就说明你对生命一无所知啊。

问：当一个相你对它投入过多关注的时候，它就会呈现出来。当你把你的关注拿开的时候，它就会消失。是不是我的关注点在这里，所以这个相就会显示出来？

高灵：这个世界不是你在体验嘛。

问：有些事情我没有关注的时候，比如说家人的健康，我不去关注。我去关注上课。但是上完课会去后，那个相还依然存在。

高灵：相存在，它就像镜子一样。你说我已经不照镜子了，它为什么还存在。不是让镜子消失，而是通过镜子你看到：我今天变瘦了？我今天变胖了？我今天妆化的不错。我今天妆化的很丑.....明白吗？你不是让镜子消失，镜子永远不会消失的。但是你在通过这面镜子，你在体验到你自己的变化。你来认识你自己。

问：不是让这个相消失？

高灵：而是你每次在照镜子.....不是要求这面镜子赶快消失，我不要见它。而是说你在通过镜子(听不清)。

问：能量如何在物质世界创造出来的？

高灵: 能量不是创造出来的, OK? 应该是说能量是通过你们这个物质肉体去展现出来。但是你们在受限制或者是束缚、痛苦的时候, 展现的也是啊。只不过它是僵化的能量, 不灵活的。它是僵化的。

问: 如何在物质世界让能量自由的去创造?

高灵: **那就是你是一个能量体的存在, 还是一个物质肉体的存在呢?**

问: 我觉得我是一个能量体。

高灵: 那么你就将会体验到你是一个能量体的方式存在着。但是这个能量体它的级别的大和小、呈现的功率、瓦数、强弱, 也就是你们来到这个物质世界这一生需要去体验、扩展的一个过程。

问: 能量的强弱是来这个物质世界前就决定的? 还是可以随着自己的激情可以不断地变化?

高灵: 这么说吧, 你来物质世界之前会根据个人, 就是这一生体验的主题或者功课或者阶段在释放多少, 就是这样一个过程。就是到底它会释放多少, 它会关闭一些功能为了某一种体验。但是你们这一生在物质世界的体验就是为了加深你们对能量的一个认知和运用。因为通过你封锁一些状态, 然后再体验完全释放。那在这个过程中, 你就能够对能量有更加深层次的(认知), 就是更加熟悉它, 不再只是一个被动的.....

问: 是能量和频率在创造这个物质世界吗?

高灵: 这么说吧, 应该说这个物质世界它是你的频率的果而已, 所以你们在体验那个果。

问: 我们在不同的频率状态下会体验不同的物质世界?

高灵: 这个不都是你在体验嘛?! 这些都会是你体验的一部分。所以你才是那个知晓者, 而不是需要别人来告诉你。你现在在品尝这道菜。这道菜它前面的味道的是什么, 后面的味道是什么, 你才是那个品尝者, 你不需要别人来告诉你。

问: 关于小能量和大能量, 就是一条鱼和一只老虎, 能不能从一条鱼变成一只老虎, 就是能量真的很强大?

高灵: 因为在你的版本里面, 在你的体验里面, 就这么说, 你在水里游和鸟儿在天上飞, 你们体验的自由度是一样的。所以体验到的那种力量也是一样的。它不取决于你必须得穿上这个肉体, 你才能体验到力量。这么说吧, 男人高潮时是一样的呀, 女人高潮的时候, 身体是一样的呀。明白吗? 你能说你必须得变成一个肌肉男, 你才能高潮?

问: 那我打架可以打赢。

高灵: 那你打赢是为了什么呢?

问: 为了我的力量呈现。

高灵：但是你的力量呈现不是只能通过打架。你可能是通过拥抱感化了对方而感受到力量，明白吗？但是你不也赢了吗？

问：如果你是条鱼就活到极致就可以了？就各种能量都能体验到？

高灵：你们一直是在扩展当中。这里没有一个终点，也没有一个极致就行了，没有一个终点站。

问：我当前的灵魂体验的主题是什么？

高灵：你为什么会提这个问题？你还不知晓吗？那我们告诉你，你在体验什么，你的生命。你在体验一个健康的生命或者是体验喜悦的生命是一个什么状态，有什么不一样。你在体验它。曾经体验身体的状态，亚健康的状态，现在体验那种活着的状态，就那种不一样的生命状态。

问：我当下的卡点是什么？

高灵：这么说，我们连接到你当下一只脚在门口，一只脚在门外，这样子。前一脚后一脚，这样子。你把它看成一个门槛，你一脚进去，一脚出来，就进进出出的感觉。这就是你目前的状态。就是对物质世界这个相，外界的相。这么说外界的幻像、烟雾弹，就是那个影子和投影源之间。就是一会看这，一会儿看那，一会儿看前面，一会儿看后面，一会儿看屏幕，一会儿看投影仪。

问：就是应该.....

高灵：没有什么应不应该，只不过是成长的一个过程。

问：我是不是只有读信息才能在门槛里面？

高灵：就是多去眼睛看着源头的地方，而不是投射出影子的地方，充满了变化的地方。

问：怎样去看源头的地方？看信息吗？

高灵：就是源头的地方就是那些不需要你去插手，不需要你去动，不需要你去费力，不需要你去用心，就不需要去消耗你的地方。如果让你觉得在用力或者是消耗或者是需要去用力、需要做成或者行动的话，那么就是这个相。明白吗？还是去明白现在这些东西到底是来让你如如不动的？

问：那我不是在升级嘛，那我怎么样让自己进步呢？

高灵：如如不动和那个动，那个和你说的不是一个动，明白吗？

问：我和这个通灵女孩灵魂层面的连接是怎样的？

高灵：我们看到好像是交织在一起的树根。你跟她是一种很深层次的，就好像地基的形式存在着。如果说关系的话，在你们物质层面就好像地基的石头。因为如果没有打地基，就是承建的石头的话，这个房子没有办法往上继续建。所以说它应该是力量和承载，还有就是那种地基的感觉。你说对一个房子来说，它的地基重不重要？所以是这层关系。

问：那灵魂层面有什么连接？

高灵：你需要去提这个问题吗？你需要外面的声音告诉你吗？如果说你们没连接，你是不是就甩手走人了？你们关系就不存在了？你就知道外面不会影响到你们的关系。不是外面说了你们有连接才有连接的，不是外面说没连接就没连接，明白吗？那你就知道关系是什么了。

问：我也想问我和她的连接是什么？

高灵：她是一个把你留到屋子里面，而不再继续往外走的一个。所以就像是家的感觉。就是外面的东西太好看了，总是想要跑出家。她会带你回家。

问：能量是守恒的吗？还是这也是一种限制？

高灵：这个留给你们自己去探索，有你们自己去认识的方式。但是我们想告诉你，没有尽头。你会不断地去推翻你发现的东西，明白吗？所以看到任何一个东西，它都不是一个that's it，就不是一个真正的真相。

问：接纳和允许一切，当灵性意识越来越高，对性生活失去了兴趣。这个正常吗？

高灵：我们不评判任何，这个是正常，那个是不正常。没有任何这些所谓的正常不正常的东西。你不过就是在通过性生活这个相，还有通过你是否接纳的这些相，然后来体验你自己的形态和状态而已。你到底是否活在一些束缚观念里面？还是说当你去突破束缚观念的状态，明白吗？就你可能现在体验的世界，但是通过你意识形态的转变，你体验到另一面了。就比如说之前你有一个观念，你觉得你必须要跟你老公做爱。这个观念导致你没有兴趣了。但是最后你们脱离了老公老婆的身份过后，你们因为有吸引力而在一起过后，你才发现你的欲望那么强大。那是不是通过这两层不一样，你才知道生命是什么呢？明白吗？通过这些产生。你把它当成是一个你在转变，你要去认识生命是什么。

问：是不是多数修行的人，就是更高的维度.....

高灵：NONONO，你体验到你..... 那你并不是僵化的呀。

问：因为高维一个眼神可能就，不需要.....

高灵：刚才我们说了什么？无论你们探索到什么，它都不是真相。记住这句话。当然包括你说的这句话，你觉得，啊，我不需要。直到你们激发了你们所有的欲望，明白吗？所有都被瓦解。

问：怎么在关系里一直活在自己的能量中，让对方围着自己的能量转？

高灵: 你如果产生了一个对方, 那么对方就对你有影响力了。就这么简单。

问: 比如说同事啊。

高灵: 你产生了它呀。

问: 那本来就存在的呀。

高灵: 那就是你体验的世界。

问: 人就是活在关系中的呀, 比如说有孩子, 有领导.....

高灵: 这么说吧, 我们说你产生了这些反应, 产生了这些对象、对面。但是这里没有对面。为什么呢? 它不过是你能量的一个衍生而已, 你体验到的是你能量衍生出来的一个。所以你在跟你自己的影子打交道而已。那当你自己的心态产生变化, 跟你打交道的, 它就more playful、more funny, 你就不会再是一种僵硬僵化, 它就是一种更和谐。所以那是不是你本来就一直是..... 你觉得你是在进入他们的..... NO, 你不过是体验到你的限制而已, 你体验的还是你自己。

问: 那怎么样让他们围着自己转呢?

高灵: 本来他们就是围着你转的, 只不过之前转的是什么? 之前你的能量都是限制, 那你从他那边体验到的都是限制啊。那当你成为一个无限, 你从他那边体验的也是无限。就无限, 里面什么都有。哪怕你是个仆人, 但是你体验的还是你想要体验的世界。它没有一个具体的应该怎样。

问: 现在他觉得好累, 因为工作的关系得围着...

高灵: 他累的原因是因为他的..... 这么说吧, 他自己的生命形态、他自己的意识形态。他的意识形态导致了这个状态。那也就是说他体验他的关系或者他累, 所有都是他意识形态的一个结果而已。他品尝的是自己的能量。

问: 怎么样可以和同事和睦相处? 如果和领导气场不和, 怎么让他离开我的世界?

高灵: 这么说吧, 因为当你生命的状态本身就是觉得我需要去做一些什么才能什么, 那你就已经进入到这样子的一个模式。就这么说吧, 我需要去按部就班的做一份工作, 我才能生存下去, 比如说这个观念, 对不对? 那他就会把自己带入到一个需要去被迫的接受一些领导的安排, 明白吗? 那他后面产生的这些都是因为他觉得必须要做一些事情, 就这么简单。就是已经生出来了, 你生出来的那一堆都是你的孙子。你生了儿子过后, 他才生的孙子。所以你现在在问孙子的问题, 都源自于你最开始生了儿子。

问: 当前的经济形式不好, 公司降薪了。怎么能打破限制, 创造更多的金钱?

高灵: 就像刚才说你已经把你的金钱..... 就觉得经济不好影响着金钱。你已经在产生这个影响了。因为你已经是一个..... 一个是被动体验的, 就社会是大的, 我是弱的, 我会根据社会形式好, 我才好。你已经把自己放到一个被动品尝体验的一个地方。

问: 遇到事情生出来的情绪怎么消解? 如何完全消解, 不再进入这个故事循环?

高灵: 没有什么消不消解的。你能否通过产生情绪的这个相来看到它是如何产生的呢? 它是如何产生这个幻像的呢? 如果你看不到, 只是去消解的话, 那你永远都是去消解的这一步。如果你知道它不过是一个产生的幻像、它怎么产生的、谁创造的这个幻像的话, 那么是不是产生的这个情绪就是你的老师啊? 它帮助你进步, 它帮助你对生命有更多的一个认知。

问: 物质世界讲的显化是不是不要关注三维世界的事情, 而是坚定的相信自己想要的就可以了吗? 然后轻松的等待显化发生?

高灵: 你去品尝它, 你不就知道了? 比如说你产生了这一套理论或者是认知, 那你去试试它, 那你不就知道了? 这么说吧, 你不知道生命的真相, 就是你连你自己是谁你都不知道。比如说你都不知道你自己是条鱼, 你却显化: 给我下雨吧, 给我下雨吧, 我很需要水。你把自己扔到河里面, 你就没有离开水呀。那你还需要一直显化水吗? 明白吗? 那你对你自己了解吗? 你认识生命的真相吗? 你知道你应该在水里面吗? 那你还一直跟它说, 老天下雨, 我身上的皮肤好干啊, 皮肤干的不行了, 好想下雨, 下了雨我才舒服。下了雨好舒服, 又没雨了, 那我继续来显化下雨。如果你能认识到你自己是条鱼, 你应该在水里面。你在水里面, 你还需要一直显化水吗? 所以回到你自己的位置, 你不需要显化任何。

问: 那也是需要显化的, 比如说这条鱼在水里缺鱼食.....

高灵: 所以你觉得这些鱼能存活下来全是因为它们懂显化法则?

问: 那怎样显化更多的粮食?

高灵: 那那些动物不懂得显化的, 是不是它们都死掉了?

问: 那由于自然灾害, 很多北极熊都死掉.....

高灵: 跟显化没关系。你看到任何一个肉体, 任何一个物质肉体, 哪个是永恒存在的? 有吗?

问: 道家佛家的修行是在修什么?

高灵: 不知道。道家佛家、任何宗教, 它不过是你们自己的一个意识形态和你们的认知级别投射出来的一个果。你们在品尝你们的果而已。仅此而已。所以你们在你们自己去品尝它的一个过程当中, 让它们去呈现出你们的意识形态, 而不是去一味的只是去迷信它。去看到你不过在品尝你自己固定的一个意识形态而已。这就是为什么你们之前在提问, 我们说然后呢、然后呢? 如果我们告诉你, 你信了还是不信, 你都在迷信。

问: 就是没有一个答案, 大家就想要一个确认键。

高灵: 你还自由吗? 你跟动物有什么区别? 你不是主人, 你是个仆人。你是个机器人, 给你设置一个程序, 你就这样。但是你们是用来体验什么? 生命是无限。所以你们都在寻求各种权威、机构、组织。

问: 但是物质世界很多人还很低微, 需要指引.....

高灵: 你只是在成熟和加强物质世界的相, 但是你并不是个创造者。

问: 他可能还不会, 他还需要一些引导.....

高灵: NO NO NO, 我们说的是你。你讲的一切你不过是在加深这个相, 再确定这个相是不是真相而已, 不是你是来创造, 明白吗? 我们说的是你, 说话的这个人。

问: 至亲的人在眼前挣扎痛苦的死去, 这真的是幻像吗? 我们更高层面是如何看待生命的?

高灵: 你不过在品尝生命而已, 仅此而已。当然你品尝它, 它有你的味道, 它有它的味道。不是看待生命, 你们不过是来品尝生命的, OK? 品尝生命这个过程, 品尝它的一个变化, 品尝到它的每个阶段。

问: 有的时候就像意识深入让自己悟了一点点事情。但是这个状态很快就出来了。下次再找那种感觉就进不去了。这个怎么修习?

高灵: 你得通过这个相去看到你背后的执念。我上次有一次高潮的体验, 我下次怎么就高潮不了了, 明白吗? 你想要去寻找同样一种感觉。你不过上了头脑的当而已, 头脑它会再一次想要进入那种让它产生快感或者兴奋的那种状态当中。

问: 不再被三维的相影响是否也很无聊, 是否就失去了体验的意义?

高灵: 这么说吧, 不是说对他没有影响, 而是说你可以决定这个相如何来影响你, 明白吗? 它影响你的哪方面? 如何影响你? 你如何品尝它? 就这么说, 桌子上有美食、水果、甜品还有一坨大便。你只不过是不再被动的去品尝粪, 恶心自己, 难吃, 而已。而是说你可以有选择性的吃你喜欢的甜品, 以你自己享受的方式。不是说你的脸要被人强迫的按到那堆屎上, 又难闻又难以下咽, 你要把它吃下去, 要品尝它的味道, 明白吗? 那个相它在干什么? 它在喂养你的灵魂。你的灵魂是受到了滋养, 感受到无限? 还是说你的灵魂得到了一种好像是限制, 觉得自己好无能? 你的能量、生命力在慢慢萎缩、死亡、凋谢、枯萎? 还是说你在扩张扩张?

问: 所以不被三维的相影响就是.....

高灵: 就像我们前面说的一样, 你不再是被动的人家按着你的脸去吃那坨粪、那坨屎, 还要咽下去。仅此而已。你可以选择自己想吃的东西。

问: 如何找到真正想做的事?

高灵: 就是不去找你自己要去做什么事情, 而是做你自己。就是你自己怎么舒服怎么来, 怎么爽怎么来, 做你自己, 而不是做事情, 而不是找事做, 而是说我现在是做自己。比如说你

对某个人产生了很强烈的欲望，想跟他谈恋爱？那么谈恋爱就是激活你的那个什么，而不是说我一定要去做事情。

问：就算小我在迷茫的状态下，高灵也会把我指引到正确的路上吗？

高灵：你本来就没有离开过路啊，只是你的头脑有点着急而已。去看到你头脑它着不着急都影响不到你自己，你本来就在路上。你只是进入你的头脑，产生了一些东西而已，仅此而已。你看到你头脑里面那些声音对你生命的本质没有半点影响就可以。那么它的声音就变弱了，就不会产生这种。

问：没有容貌焦虑，也不执着于美貌。但是爱美，愿意为此付出汗水和代价。高灵怎么看待注重外表爱美这件事情？

高灵：没有问题，但是你这个生命在成长。为什么呢？因为每个阶段它都会有不一样的关注点。就比如说你意识成长过后，你可能关注点又不一样了。就允许你这个生命体，就好像允许你这棵树不断不断地长大，允许你这条狗不断不断地长大，允许你这个孩子不断不断地长大。不用去在乎孩子他现在目前拥有这个behave，小孩子咬手指头吃指甲，那等他到了三十岁，他可能就不再有这个行为。

问：那为什么她会这么在乎外貌？

高灵：那需要知道她的灵魂主题。她的灵魂主题跟这层的关系。外面没有..... 就是不需要跟任何人去比为什么别人那样，我这样？你们每个生命体都不一样。生命体在每个阶段体验的也不一样。那你在每一世体验的更不一样了。就你这一世就有很多阶段，更别说你多少生生世世的。它并不是一个固定的相。

问：所以注重外在和爱美这件事.....

高灵：那就是你自己对生命的一个认知。这么说吧，美貌它有吸引力，对不对？但是它的吸引力是有限的，你可能只能吸引一些很在乎长相的人，对吧？那如果那些在乎心灵的呢？在乎个性呢？比如说有些人在乎能量级别的一个大小，对吧？那当然你就吸引不到他们。那她在乎的是什么？她在乎的是我是否有吸引力。那如果她知道美貌的吸引力和一个能量级别的吸引力的不同，那她是不是也会在乎能量了？明白吗？她只不过知道这个武器，好像这把刀才快，才能杀人。但是最后知道子弹一下子就把那个人解决了，她还需要刀吗？对不对？仅此而已。因为你们通过美貌体验的是什么？力量，生命的力量。你觉得你很有力量。为什么？男人都来听我的或者男人都受到我的影响、都关注我、听我的。那你是不是感受到生命的力量？那有些男人他没有美貌，但是他有权力，他感受到权力。比如说马云，他没有美貌，但是他感受到他的影响力。

问：那他非常在乎美貌是不是就是说.....

高灵：只不过是他的认知里面这个美貌它有效果，它有威力。如果你能发现更大的威力呢？这个威力就变弱了。

问:平时自己一个人的时候如何获得灵界的指导?

高灵:那你两个人的时候你就受到灵界的指导了?这个在于就是说你到底是一头扎到物质世界,完完全全就是在那里?还是说你跟灵界是有紧密的连接?不是在于你是否一个人还是不是一个人。

问:自己独处的时候如何知道是灵界的指导?比如说通灵、打坐、冥想.....

高灵:你就不会错过啊。它有可能通过你孩子的嘴巴说出来一句你需要听到的话,它有可能是通过书上、电脑上、手机上的一段信息,就各种。或者仅仅是你头脑里面突然产生的一个想法。

问:那更加偏向于通灵,比如说像JOJO老师这样。

高灵:这么说吧,首先你们每一个个体它来到这个世界上,它的灵魂主题就不一样。比如说它携带了这个功能是跟它的灵魂主题是有关系的。你没有携带这个功能,我就告诉你,你这段时间你就是从灵界听不到任何声音,你想找都找不到。为什么呢?它就是不需要你断开跟灵界的一种连接,独自产生体验。它跟你的生命的周期,你这个阶段应该拿到什么,还跟你的灵魂主题有关的。

问:如果一个人已经觉知,比如说看到一串数字.....

高灵:就每一个灵魂都不一样,每一个灵魂在每一个阶段它又不一样。所以这里没有全部是统一的一个状态。

问:那当一个人有觉知的时候,只是通灵的能力不一样?

高灵:当你说充满觉知,它就跟灵界没有区别。它就是灵界。他当然知道他心里想什么了。

问:那刚才说到断开.....

高灵:就是你是迷失的状态、遗忘的状态,而不是在清晰的状态。你在清晰的状态,你就是灵界啊。就你脑子好不好使,你脑子好使,你没有健忘症的话,便不需要提醒。你老年痴呆吗?你不痴呆的话,你不需要别人来提醒你你的名字叫这个,你的家在这里。你会很清晰的知道你的名字叫这个,这里是我家。

问:当不确定是来自于头脑的声音还是来自于灵界的声音,这个怎么分辨?

高灵:脑子里的想法它会让你觉得事情只有这么做才会好,必须这么做,没有其它办法,我必须得行动,不然就怎么怎么样,这才是佳利益,这就是来自于头脑的。来自于你的更高层面,它是安静的。

问:那经常不是脑子里突然有一个冲动,要马上行动,像创作的作家。这个怎么区分呢?

高灵: 这有什么问题吗? 但是它没有让你感受到你是一种没有选择或者没有办法, 明白吗? 你是在表达, 但是你这种表达是一种爽的表达, 不是一种很苦逼、很沉重, 就好像被绑架一样、被强迫。

问: 在一个能量场感到心跳加速, 呕吐, 没有恐惧。这说明这是很好的能量场, 在清理自己? 还是说能量场不好, 内心恐惧?

高灵: 所有的好不好都在那里。所有好的、不好的都在那里。你调什么频道呢? 到底是你弱于它, 被它影响呢? 还是你大于它, 你净化一切呢? 这么说, 你就好像是个小火苗, 外面风一吹, 你摇动, 哇, 我要灭了, 我窒息了, 我要死了, 被吹灭了。还是说任何风都动摇不了你呢? 你到底是一个什么样的程度呢? 你是熊熊烈火烧毁一切呢? 还是说你是一个小火苗, 人家吹一口气, 你就灭了昵?

问: 那是不是可以理解这个能量场对他来说太强了?

高灵: 外界的所有一切都不过是你通过它体验到你自己的能量级别。就像我们刚才说这里有个真理, 真理是什么? 你就是这个世界, 仅此而已。就像你自己走到一个战场上, 然后你就全身发抖。那你是一个什么? 你是一个胆小鬼而已。那那个战士走到战场上, 他全身充满了激情, 他要去展现自己的力量。那你怎么说, 你来告诉我。你告诉我这个战场上的能量场是什么? 外界的一切不过投射出你自己的一个状态而已, 就像我们刚刚说你在体验你自己的一个版本, 你的世界。所以我们责怪战场? 你到底是一个英雄还是一个弱者呢? 那不是通过战场体现出来的吗?

问: 我们在上课的时候, 有的人就想吐, 有的人就没有感觉。那对他有影响的这种人, 说明了什么.....

高灵: 太多了。不是你单独说的这几个面。但是我们想让你知道的是, 你们通过每一个相, 体验的不过是你自己而已。就比如说你小时候看着老师全身发抖、害怕, 你觉得老师太权威了, 老师太大了, 总是要批评你。那等你以后做到校长的位置, 你看到老师, 你还会发抖吗? 你还告诉我发抖的那个情况是因为能量太恐怖了? 所以你通过外界的一切不过在感知到你自已而已。

问: 那有些人的能量.....

高灵: 所以你现在就是想要说外面真正的有一个危险的东西, 对吗? 真正有一个负面的或者是怎么怎么存在的东西, 对吗? 只是对于你们无力的人或者是没有办法或者是他一直是在被动的吸收外面的东西的人来说, 它的确, 对吧? 但是如果你是在照亮一切? 净化一切? 影响一切? 辐射一切?

问: 它是不是能帮你清理.....

高灵: 哪个味道大? 到底是别人的味道大, 带住你的味道了? 还是说你的味道大? 你的香味已经影响到所有其它味道? 掩盖了所有其它味道? 谁的味道大?

问: 如何在父母不知情的状态下帮助他们清理集体意识思想、负面情绪?

高灵: 你清理你自己。

问: 为什么自己会感受到敌意?

高灵: 这不过是你在用你的角度去体验生命的一小部分而已。它只不过是一小部分而已。生命这道菜有各个部分。你只不过是在用你现在现有的一个形态, 就像小朋友在问一个问题: 妈妈, 我为什么总是害怕同学拒绝我? 那你长大了, 还存在这个问题吗? 明白吗? 因为一切都是在变化当中, 只不过你体验的是生命其中非常小的一部分而已。而且那一小部分还是因为你的信念系统才体验到的。当随着你的软件、内在信念系统的一个变化, 它也会产生变化。不过是他现在才两岁, 所以他现在产生这个。但是他三岁、四岁、二十岁, 他就不会有了。仅此而已。

问: 关于提升频率有比较落地的方法吗?

高灵: 首先我们想让你看到不过是把那些让你的频率掉下去的东西拿掉而已, 你就提升了。你并不是在一个很低的状态要提到很高, 而是说你本身就是在一个很高的状态。只是有些东西把你压住, 就把你压的很低了。你把那些压你的东西拿掉不就好了? 你就存在一个本来就是的状态。那如果是说这方面的话, 就是看到你到底相信了什么, 什么东西在压着你呢? 你相信了什么? 比如说一些观念、想法、看法、恐惧..... 这些东西。当把这些压你东西拿掉过后, 你就恢复到你就是的一个状态。

问: 就是要破除限制?

高灵: 这不是限制, 就是看到你压着的那些东西根本就不是真实存在的, 它就不会再影响你了。就看清楚。

问: 如何看清楚呢?

高灵: 打开你的心灵之眼, 而不是物质之眼。

问: 那如何打开心灵之眼呢?

高灵: 就比如说你能够分清楚什么是物质之眼, 什么是内在的那个什么。那通过什么呢? 我们的各个信息都在告诉你。

问: 还是要多学信息是吗?

高灵: 随便你们。因为你学它不是因为你追求什么, 而是它对你来说是一件你自己激情的事情, 那么你就去做。因为当你在自己激情的路上, 你的生命力、激情就在不断不断地被刺激, 这个才是最主要的。

问: 如何玩转能量?

高灵: 那就是好好地去体验物质世界。它就是你们如何玩转能量的一部分。你们现在物质世界体验的所有这些束缚, 通过束缚在体验到你的无限, 那不就是在教你如何玩转能量了。

问: 那就是因为玩不转.....

高灵: 那我们不是给你们一些手册吗? 这些手册加上你的体验。

问: 如何改变一个自己不喜欢的磁场以及吸引一个和自己同频共振的磁场?

高灵: 磁场是谁发出去的呢? 那你改变的是谁呀?

问: 经济形势不好, 工作赚不到什么钱。请高灵指导如何让生活富裕?

高灵: 不去相信你嘴巴说的。你说赚不到钱, 经济不好这些事情, 它都不是事实。你相信它, 你便体验它, 就这么简单。

问: 就是我们看到身边有人破产, 是因为我们相信了才会看到是吗?

高灵: 本来给别人打工永远都赚不到钱啊。所以失业是个好事啊, 它能激发出你生命真正的创造力啊。

问: 我们要给自己打工吗? 如果想物质丰盛的话。

高灵: 你们每个人都是拥有源源不断地创造力。

问: 一个上初二的孩子看灵性知识, 觉得和现实格格不入, 觉得内心很痛苦。高灵有什么建议给到这样的孩子?

高灵: NO, 应该是给到你。孩子没问题, 是你看出了问题。

问: 能解释一下吗? 他看到问题, 指的是什么?

高灵: 是因为他内在有恐惧, 所以他看到生命出了问题。他觉得生命是会出问题的, 是需要被看护的, 是需要做些什么的, 需要被干涉, 需要被影响的。

问: 我都听完了, 灵界有什么信息还需要带给我的吗?

高灵: 你稍等。就是没有任何一个相需要你去进入或者是走入或者是达到, 真正的达到是在当下, 而不是in the future, 就是将来、明年。当下即是。因为当你进入到一个当下即是, 你散发的那个频率会把当下即是的世界呈现在你的眼前。就是当你想要去, 就是觉得是渐渐的走入到某一个更好的地方的时候, 你内在对频率就会投射出一个好像你永远都是在路上的状态。它是两种不一样的频率, 它会进入到两种不一样的世界版本给你体验。

问: 我有一点在这两个状态里面摇摆, 我能问我如何.....

高灵：因为当下即是并不在乎于外界是否要支持我、按照这个样子呈现，而是外界呈现的样子都是在支持我，明白吗？明白这个区别吗？一个是外界需要这样这样，我才是。另外一个 是外界是这样这样，它们都在支持我所是。明白吗？

2024/11/10 – 问题集锦

问: 蔡磊的灵魂主题是什么?

高灵: 你稍等, 我们看到刚才这个女孩子看到的这个新闻, 关于蔡磊渐冻症患者。他的灵魂主题是允许, 就是不再去, 比如说他的物质肉体是一只手。他这只手不再去阻碍、妨碍或者是去强迫、或者是去做, 明白吗? 因为太多那种行动的能量在他的体内, 所以他体验到的这病也是让他强制性的进入到一种允许的状态, 允许一切所是, 明白吗?

问: 那包括允许他渐冻症逐渐恶化?

高灵: NO NO NO, 这么说吧, 渐冻症是它自己给自己, 因为它要学会的就是允许的力量, 明白吗? 那就好像它一直没有进入到允许的那个..... 它就会逼自己, 让自己完全动不了, 来达到一种允许的状态, 明白吗?

问: 那如果他允许的话, 他的渐冻症会好吗?

高灵: 允许的话, 它就不需要用渐冻症去强迫它进入到允许, 就是不需要把自己逼上死地、逼上绝路, 明白吗?

问: 那对于现在的他来说, 有什么方法可以让他恢复成好呢?

高灵: OK, 就是它有从把自己逼上绝路的状态当中学习到允许, 明白吗?

问: 那它的允许可以让它恢复健康吗?

高灵: 就是你这一生的课, 你就拿到了呀。就你已经学习到, 你已经知道允许的重要性了。就这么说吧, 允许它是一个味道。它的味道是这种甜的味道, 但是你一直没有品尝出它的味道, 你一直不知道它的味道。那么你就会逼自己去面临、去品尝这个味道。那如果你还品尝不到的话, 那就是你没有..... 你在强迫自己、逼自己的这个过程当中。那如果你能品尝的到的话, 所有的这一切, 包括这个病对他的服务和支持就是一步台阶, 它就达到了它想要强迫自己的一个目的。就这么说吧, 它需要去北京, 它需要认识理解允许的能量。那么渐冻症是它给自己的一个, 就是没有回头路的一个选择。就我上了这个车, 这个车只会往北京开。它就没有跳下车或者它再去其它车的那种可能性, 就给自己一个, 好像我的车门全部锁死, 朝着一个目的地, 只能到那里, 明白吗? 你们不需要给自己如此极端的一个方式去达到灵魂的一个突破。

问: 如果他从渐冻症里面学到了允许, 即是他的生命结束了, 他也完成了这个课题?

高灵: 对。就是把自己送上这台没有回头路的车。那么把他送到了, 他的目的就达到了。

问: 他这个课题可是影响着他的家人啊?

高灵: 家人有家人的, 就是他们有共同的课题。你们无时无刻不在受影响, 就算你们没有受这个病的影响, 你们也在受其它的影响。

问: 为什么我们现在不需要得到蔡磊的允许就可以问他的灵魂主题呢?

高灵: 因为我们有连接到这个能量。

问: 连接到能量也不需要别人的允许就可以知道?

高灵: 这些信息如果是该你们听到的, 那你们就会听到, 明白吗?

问: 我们这个社会能从他的展现当中学习到什么?

高灵: 如果你现在是来从我们这边来了解, 首先通过我们带给你们的信息, 你就会看到当人们去选择绝症, 就是他没有办法..... 得绝症好像是什么? 好像是吧自己送上了一台没有回头路的车。就好像你这个火箭就只有把自己发射到这个目的地, 让自己必须达到那里。它是一种非常, 就好像九死一生的那种感觉, 就好像是豁出去的那种感觉。那一个灵魂有这样的一个安排就是把你逼到角落里面, 把你逼到死路上面, 它就是来让你重生的。所以当你们看到, 第一, 你们并不需要把自己逼上绝路, 就是把自己逼的没有后路。为什么呢? 因为你们可以自己成长, 比如说你们在接收我们的信息, 你们就在自己成长。那你们自己成长, 你们认识到他的灵魂主题是关于允许, 你们就学习到、认识到允许的力量。比如说你们在接收到我们的信息过后, 你们的身体当中就会有一个允许的能量存在着, 它就不会有太多过于的那种抵抗或者是觉得我要去, 就是有这个目标要坚持, 或者是需要怎样怎样。你们一定要怎样怎样, 它来自于你的头脑, 来自于你的物质头脑。因为你的物质头脑它不是boss, 但是它现在就有一点out of control, 比如说你们的高我是boss, 对吧? 头脑是一个看门狗或者是一个守护的, 它是一只警犬。现在那个警犬它就是out of control, 它就失去了控制, 它就有它的一个头脑里面执念的。那你的警察在和警犬出去做任务的时候, 它(头脑)out of control。它就会导致你们没有办法去做你们来到这个世界上应该去做的事情。所以你们需要对生命有一定的认知, 来知道你们头脑有限的功能, 然后怎么样才是一个完整生命状态。当你们的警犬它更多的是在一种临在和允许警察的能量通过警犬, 然后是共同的在这个物质世界展现的话, 那么它就能够展现神性, 明白吗?

问: 如果蔡磊没有得到像高灵这样的指引, 他能从渐冻症中学习到允许吗?

高灵: 当然了。他已经学习到了。他怎么学习到的呢? 他的灵魂已经知晓他这一生当他在一个, 就是这个警犬一定要跟警察作对, 然后完完全全有自己的想法, 就是把警犬的一个功能给它大化了。那在这个体验当中, 它就能知道警犬的功能应该是怎样的, 就它体验了相反的方向, 它就能明白其实在另外一个方向, 明白吗? 所以在警犬回归, 就是在合一的一个状态当中, 它就能认识到。

问: 那对于我们社会大众来说, 如果我们没有看到高灵信息, 那我们能从蔡磊的个案当中学习到允许的能量吗?

高灵: 当然, 你们在听我们的信息的时候, 你们就知道了生命是怎么样的一个状态。那你们是不是就会弱化你们头脑的功能, 而不赋予它太强大的功能?!

问: 那对于没有听到高灵信息的人, 只是看到了蔡磊的这个事件, 他们能学习到允许吗?

高灵: 刚才不是说他们已经学习到了吗? 当你在体验极左的话, 你就能明白极右的功能了。

问: 他们也能体验到了?

高灵: 他的更高的他。

问: 特朗普的灵魂主题是什么?

高灵: 他的灵魂主题是关于能量的一种操控和运用。他会体验到强大的能量带来的benefit, 他同样也会体验到强大的能量带来的那种压迫的感觉。所以就好像是他在玩火, 那么他能感受到这个火给他带来的有益的一面和有害的一面, 就是两面他都在体验。所以他的灵魂主题就是体验这个能量给他带来的这种powerful, 同样给他带来的这种无力, 就是两面。就好像水能载舟亦能覆舟的那种感觉。这是他体验到的。这么说, 就好像他体验到金钱给他带来的最大的一个利益, 同样也体验到金钱给他带来的最大的伤害、影响和束缚。他体验到了能量带来的一种快感和能量给他带来的一种窒息感, 两种。

问: 那这个是他目前的灵魂主题还是?

高灵: 他这一生的灵魂主题。

问: 如果他超越了这个灵魂主题呢?

高灵: 他就是来玩火的。那他肯定就是玩火的各个面相。

问: 但是我们为什么是这一个阶段和下一个阶段的灵魂主题都不一样? 但是特朗普就.....

高灵: 有一个最主要的主题。

问: 我们能从他展现的当中学习到什么吗?

高灵: 从他在你们物质世界展现的一个相当中来说, 你们可以去认识到生命, 就是其实你们想要的体验, 你们都可以体验到。但是当你体验到这一面, 同样它拥有另外一面。比如说你想要刀子, 因为刀子可以给你带来方便。但是同样, 刀子也可以给你带来危险, 你可能会不小心伤到自己或者伤到其他人, 明白吗? 那你就就能看到所有的事物都是两面性的。

问: 我们的灵魂可以从别人的主题里学习到东西, 那为什么我们还要选择自己的灵魂主题? 不是从别人那就可以学习?

高灵: 你的问题很奇怪, 因为并不是所有人都是这样子。他们可能只是看一眼, 他们就吸取了所有的information。

问: 美国大选, 不同的总统会有区别吗?

高灵: 这么说, 外面物质世界发生的所有一切对于那种随大流、随着集体意识, 就是那些受集体意识影响的人, 那么他就是会受到集体意识的影响。当他们不在集体意识内, 他们不受

集体意识的影响，无论是谁都影响不到他，明白吗？如果你是一个没有根的树叶，那风一吹，无论是什么风，你都会跟着风走。风往左边吹，就比如说不同的总统像是风，要么吹向左边，要么吹向右边，对吧？那左派右派，你反正是片叶子，你要么去左边，要么去右边，你都会受限，对不对？那如果你是一棵如如不动的树呢？无论它从左边吹还是从右边吹，它对你都没有影响，明白吗？

问：怎么样才能成为一棵如如不动的树？是学习高灵信息吗？

高灵：你说呢？

问：那有没有一些人出生就不用学习高灵信息，它就是如如不动，不容易受集体意识的影响呢？

高灵：有

问：为什么呢？

高灵：因为他们本身就是来稳定这个频率的。

问：高灵为什么不去直接特朗普，让他被高灵的思想影响呢？

高灵：因为他有他的灵魂主题。

问：为什么要选择JOJO老师这个又懒又躺平的人做传讯呢？

高灵：因为这是她的灵魂主题。她本身就是，不是为什么选择她。不是说在你们一堆人当中选一个这个出来。

问：JOJO老师有灵魂吗？

高灵：需要有就有，不需要有就不需要有。

问：是不是所有人都是需要有就有，不需要就不需要有呢？

高灵：这个问题没有意义。你们每个灵魂都不一样，每个体验都不一样。这里没有完全一样的。但是一样的是你们彼此服务彼此，没有单一的服务。

问：为什么能量疗愈可以让人瞬间到天堂？是什么原理？

高灵：因为你们这个肉体只是一个感知能量的器具。这么说，你们像铁一样，你只是感受铁在火上面被烧或者是铁在冰块里面，明白吗？能量要么是火，要么是冰块。那你是铁，你在感知。

问：那这种影响能持续吗？就是今天他感觉到了天堂。第二天还能继续影响他，让他觉得从地狱到了天堂吗？

高灵: 你不就是那个体验者吗?

问: 这种影响身体的疾病怎么可以从一次能量疗愈里面得到疗愈?

高灵: 那要看关于个人的灵魂主题, 它是否已经结束了, 不需要这个体验了? 还是说它并没有, 就是这个就级别还没有达到它要去的方向, 还需要再推动它? 疾病是什么? 是一个推动的动力。那如果你已经到了目的地, 是不是就不需要被推了?

问: 宇宙间的能量是源源不断地还是有定量的?

高灵: 不是什么源源不断也不是什么定量, 一切都是能量, 明白吗? 你就想象一下, 所有的电器都需要电源。如果没有电源的话, 所有的电器都不存在。如果没有所谓的一个能量的话, 所有的这一切都不存在。

问: 所以一切都是能量, 能量是源源不断, 能量可以无中生有?

高灵: 本来就是存在的, 本来就在那里, 本来就在那里。所以没有什么源源不断。

问: 所以它也没有生, 也没有灭?

高灵: 它不是从生和灭的状态当中..... 它只是在那里。

问: 一直在那里?

高灵: 也没有一直, 一直都没有。

问: 那是怎样的状态啊?

高灵: 就没有你头脑里面的状态。你头脑里面想象不到的一个状态。是就是。

问: 当人绝望想死的时候是受黑暗能量的影响吗?

高灵: 当你们人类产生一种绝望的时候, 是他内在有一些, 比如说他没在有一个东西, 他品尝那个东西产出来的味道。比如说他有一些负面系统, 就是内在有垃圾, 他体验到的就是垃圾的臭味。就是他的臭味会产生这些不适感, 比如说会产生一些绝望的情绪, 想要把它 get rid of it。就是它像是一个信号, 我需要被清理, 我需要清理自己, 我内在有垃圾, 这样子。

问: 如果这样子的话, 除了死, 还有什么方法可以清理掉身上的垃圾呢?

高灵: 频率, 振动频率。比如说你的频率很低, 那高振频就可以把你从低当中带起来。

问: 为什么能量就在那里, 有些人就低频, 有些人就高频?

高灵: 系统不一样。比如说你们的内核, 比如说电灯的瓦数、车的马达, 明白吗? 就这种内核、功能.....

问:所有这些事根据它的意识程度决定的吗?

高灵:也有它是什么样子,比如说它的灵魂主题?它是谁?跟这个。就像一棵大树和一棵还是小树苗的状态。

问:大树和小树苗的区别是不是它经历的没有大树这么多?它的区别是什么呢?

高灵:那你看大树结了一颗种子,种子变成小树苗,它也会长成大树,明白吗?生命允许的一个过程。但是每一颗种子是一个崭新的生命。

问:灵魂主题是根据什么来定的?只是根据灵魂自己的选择吗?

高灵:这么说,还有根据这个灵魂它发展和成为的一个过程。比如说就像一棵小树苗逐渐成长的一个过程。

问:有些人的灵魂主题就是当医生,因为疾病是频率的问题嘛。那他为什么要把一批人带到假象当中?

高灵:不太明白你的问题,但是我们想告诉你的就是那个职位是你们物质世界定的。它会选择一些特定的场合去突破自己。但是所谓的医生,就是这些职业、身份,这些是你们物质世界定的。那你说你们古时候的身份跟现在的身份不一样了吧?

问:有些人的职业就是喝茶养生.....

高灵:你提的都是幻像,你提的不是问题。因为都是你捕捉到的一些相,在那自己给它编造一些你认为的。它并不是你看到的那样。

问:负能量和正能量是如何定义的?

高灵:这么说吧,负能量就是你会感受到你的限制很多,越来越受限制,动弹不了。然后正能量,你会觉得越来越easy,越来越没有限制。它不过一个是,好像一个东西把全身都缠的紧紧的动弹不了,一个感觉就好像飞来飞去,到处飞的感觉。这个区别。

问:如果限制多的话,就像物品归位和物品随便放,是不是这个也是限制多?

高灵:只不过你的关注点在物品而已。没有什么限不限制的。

问:限制是什么呢?

高灵:你们在物质世界还不知道限制是什么吗?你受到你身份的限制,受到你身体的限制,收到你角色的限制,受到你们社会观念的限制,受到别人的比如说你老公、孩子、老师、其他人.....哪个不是你的限制?当你不能做你想做的事情,当你不能跟你想在一起的人在一起,那是什么?那是因为有限制,明白吗?

问:负能量和正能量在灵界有区别吗?

高灵：能量就是能量。你是个负面体还是正面体呢？就你是个黑的还是个白的呢？你是个黑的，能量通过你就呈现负能量。那你是个白的，能量通过你就呈现正能量了。就这么简单。

问：特朗普上任后对中美关系会有什么影响？

高灵：这个我们前面已经回答了，就是如果你是一片叶子，那么无论这个风往哪边吹，你都是受影响的。如果你是一棵树，无论哪个方向的风对你都没有影响。如果是说国家层面的影响，那谁在体验呢？你是叶子还是树呢？那树叶会告诉你好大的影响，树会告诉你没有任何影响，明白吗？

问：那能不能看到代表中国和美国层面的集体意识？

高灵：我们想要告诉你的就是外界的所有任何事情、事件、发生的任何相，对你们没有任何影响。你们只需要去相信。然后能够影响你们的是你们内在的认知程度。就像你是一个小孩子，你不懂事，你会觉得外面的事情很恐怖，你害怕。那如果你是个成人，你非常明白外界的所有事情只不过是一个花开花谢、潮起潮落，它只不过是一个一直在变换的现象而已。所以这么说吧，如果你是孩子，你可能会因为天黑而感受到恐惧。你可能会觉得天黑了，什么都看不到了，一切都消失了，外面都消失了，你害怕。那如果你是个成人，你知道天黑了会天亮，天亮了会天黑。你不会产生恐惧，对不对？所以我们想告诉你，外界的物质世界一直是在变化着。然后你们决定了你们要如何用外界物质世界的相来服务于你们。只有你们自己才是那个决定着外界的一切来如何影响你和服务你的，而不是说外面真正有一个东西来影响你。如果你真的体验到外面有一个东西来影响到你的话，那是你还有限制。因为你还是个小孩子，外面的风吹草动都会导致你产生不安。

问：就想预判一样，看看中美关系是向好还是不好？

高灵：那你告诉我什么是好？什么是不好呢？那如果我们说你们经济衰退就是好的呢？所有的一切都是在往好的方向走。就算是疏远，它也是在走向合一。那我们告诉你所有的一切都在走向合一的路上。

问：之前高灵信息经常想到允许，那允许是不是自己想干某件事情，头脑不会觉得做不成？

高灵：允许是通过你展开，而不是说你的头脑在去强迫生命按照你头脑的方式展开。因为你头脑不知情。所以允许生命发生在你身上，以它所是的方式呈现在你身上。因为当你在进入允许生命在你的身上发生的时候，你会自然而然的动。就比如说你像是一片树叶，然后风往你这边吹，你会自然而然的动，明白吗？在你自然而然动的那个过程当中，你就在毫不费力的存在着，毫不费力的在干着你干着的那个事情，明白吗？

问：我们在玩游戏或者做其它消磨时间的事情的时候，特是巨大的礼物吗？

高灵：是谁在打呢？比如说JOJO老师打和你打，就完全不一样。你们从中捕捉的任何相，任何来服务与你们这个灵魂的东西不一样。这么说吧，有什么不一样呢？就比如说外面的这个相可以让你获取智慧，获取对生命的一个认知，扩展你的灵魂。那另外一个就是外面的相会加

深你对世界的评判，加深你对世界的束缚，加深你内在对生命的排斥、恐惧或者任何。所以说并不取决于这个相，而取决于那个感知者、那个体验者它能从中得到的相是让自己的灵魂大大大、扩张扩张扩张？还是让自己的灵魂小小小，缩缩缩紧紧紧？

问：如果只是沉浸是打游戏，就是消磨时间，这样的情况，比如说JOJO老师和大家一样都在打游戏、追剧这种，这两种有什么不一样？

高灵：就刚才不是说了嘛。就让你感受到，一个是扩张，一个是紧缩。这么说吧，就比如说你会在乎你是赢还是输，输了多少钱，会加深那个人总是赢或者那个人在骗你钱..... 明白吗？

问：关注当下只是关注当下的物质世界？还是思维创造的当下？

高灵：拿掉关注，OK？你只能在当下。只是说你只在这里，你并没有进入到比说明天或者是曾经，就是没有从这里离开。你只是在这里，仅此而已。你的attention在这里。

问：高灵说没有人需要帮助，但是大部分人.....

高灵：这么说吧，没有人需要帮助..... 首先如果你是在用你的物质头脑，就你的物质视角，你如何知道它的灵魂需要什么样的帮助呢？就好像这么说，你在看着一个毛毛虫，它在变成蝴蝶的过程当中。你觉得它在挣扎，它好可怜，它好用力。你想要帮助它。你如何知道对方的灵魂需要什么样的体验？你如何去帮助它？

问：但是因为大部分人不知道因为自己是因为负面信念导致的体验，没有帮助可能很难走出来.....

高灵：这么说，我们先让你知道一下，蜜蜂以它存在的方式存在着，花朵以它存在的方式存在着。它们自然而然就会产生一种所谓的帮助的关系，明白吗？但是它不是刻意的，蜜蜂看着那朵花，我要去帮助你；或者花看着蜜蜂，我要来喂养你。有吗？也就是说你们以自己的方式存在着，你们就在彼此服务着对方，它的帮助已经在产生了。不是你是一种扭曲的方式存在着，那你所做的一切都是扭曲的。

问：那有些人抑郁啊，他们还是去找疗愈老师或者像我们群里的人是通过高灵的帮助，很多人走出来了。所以该如何定义该不该帮助呢？

高灵：它已经在发生了呀，明白吗？这么说吧，你们很多人觉得JOJO老师在帮助他，但是JOJO老师在做自己，她在做她自己的事情。她没有离开她做自己的状态，而刻意要去帮助谁，啊，我来帮助你。她没有。她一切都在自然而然的发生。所以就像刚刚我们说蜜蜂和花朵的关系，那么所谓的帮助，因为这里没有帮助，帮助是你们人类产生的一个觉得一方要为另一方牺牲。因为所有的关系都是互相以自己彼此存在的方式在互相影响着，明白吗？就像是蜜蜂和花朵的关系。所以你们只需要去做你们自己，然你不处于一种扭曲的状态，对方不处于一种扭曲的状态，那么你们自然而然在以你们自己所是的方式而互相影响着对方，而不是帮助。

问：就是用这个词，但是实际上行动还是要做的.....

高灵: 那你说蜜蜂它有去帮助花朵吗? 做你自己, 那么自然而然它会展开的。它内在, 你的行为行动是自然而然, 它不是被迫的。它不是你强迫的, 它也不是好像去fit就是去附和或者是去..... 比如说满足你这个人设, 比如说我是医生, 我一定要救死扶伤, 明白吗? 这是我的职责? 没有任何职责, 你是你所是。

问: 比如说有人看到高灵信息, 他觉得很有帮助。他就转发给身边人, 他可能就帮助了对方。但是如果他不分享的话, 信息就不能很好的传播。

高灵: NO NO NO, 你们是误解了物质世界, 以为所有的行为都只是你的头脑。NO, 你的头脑不过是感知到一些信号在行动而已。所以不需要刻意的去想任何。有时候你头脑里产生的不全只是你的。所以说当某一个人真的在物质层面需要所谓的帮助, 高维会借助你的手去做。你看着好像是你在帮, 但是并不是。相当于这不是你需要你去考虑的事情, 你只需要去做你自己。就像大自然一样, 一切都被安顿好, 因为都是程序。明白吗?

问: 抛开频率、能量。食物对物质身体有什么作用? 只是营养吗? 那些转基因的食品对人体的影响呢? 荤素对身体的影响是什么?

高灵: 首先食物也是你们认知表达的一个窗口, 就你们的意识形态、意识程度的一个窗口。那通过这个窗口, 你们能看到你们人类进化、蜕变的一个过程。那同样的, 你们意识是一个什么样子的水平, 你们都在从中去体验它、品尝它。这个也是一直在变的, 它会随着你们意识形态的变化而变化。那你们不同的状态、不同的阶段, 你们会对食物有不同的理解。但是当你们内在越来越和谐的时候, 你们跟食物的关系也是和谐的。也就是说你们不需要单独的去处理食物的问题。食物是一个反射你们人类集体意识水平的一个窗口。那这个窗口呈现的样子会随着你意识形态的转变而转变的。它是一面镜子, 反射出你们的意识形态。所以当你们只是在允许你们的意识形态不断地扩展, 你们跟食物的关系也会随之转变的。当你们内在越来越走向一种和谐的状态, 你们跟食物的关系也会是一种和谐的状态。

问: 如果指具体的个体, 而不是集体。个体在选择食物的时候.....

高灵: 那也是他的一个believe system, 他的一个信念系统。就算他没有从食物当中, 他避开了食物对他的残害, 他也在受他的信念的残害、影响、束缚和限制。那个信念也在产生毒素, 就算你避开了食物对你产生的毒素, 但是你在受到集体意识对你的毒素。

问: 爱人不在身边, 长期异地。孩子和工作压力都很大, 如何调整?

高灵: 通过这个相、通过这个体验去看它只是投射出你自己内在的一个不平衡。只不过是说..... 就这么说吧, 比如说你的爱人像是你的一个拐杖, 当你的拐杖不在的时候, 你就感受到你的行动不便。但是如果你的行动本身就是便的呢? 所以如果你自己本身双脚就是健全的呢? 那么你便不会体验到一个行动不便。那如果你体验到了你自己的行动不便, 那本身就是你拐杖的离开导致你去看到你自己的一个缺陷, 就这么说吧。

问: 那他要怎样调整?

高灵：你首先要看到的就是通过这个拐杖的离开而看到的自己的一个缺陷而已。那么当你看到你之所以有平衡是因为有拐杖才让你有平衡，那么拐杖的离去，你可以看到你自己的不平衡。那通过你看到你自己的不平衡，你是不是就可以去调整它了？明白吗？

问：那对于他，高灵有什么建议吗？

高灵：首先我们想让你知道的就是稳定的关系在你们的生命中是非常重要的。但是这种关系它应该是在内在而不是取决于外在。因为如果是取决于外在的话，它迟早有崩塌的那一天。比如说就算你的爱人在你身边，但是他也会有生病或者是老死的那一天，对不对？所以说而不是通过外界的联系给你带来稳定感，而是你内在，产生于内在。那内在的那种连接感是什么样子的一个内在呢？是你对生命的一个认知程度。那什么是对生命的认知程度？比如说去看到你们关系的存在不是建立在物质世界这个身份里面的，比如说她是你的老婆，你是她的老公，你们是这样子的一层关系。而是说你们的关系就在那里，它是如如不动的。然后它投射在这个物质世界是以这样子的方式存在着。那如果你能看到……就这么说吧，天上的月亮，你看的是水中的月亮。那如果你知道水中的影子是天上月亮的投射，那水中的月亮你看不看得见都对你没有影响。那如果你一下子从水里看不见了，你就慌了，你会觉得好像消失了。那如果你能抬头看到天上的月亮在那里的话，你就不会感受到如此的恐慌。所以通过这个去探索关系的一个真相，而不只取决于表象。这种安定感和安全感就会来自于你的内在，而不是取决于外在。

问：天上的月亮和水中的月亮能不能理解为……

高灵：物质层面的关系和灵魂层面的关系。也就是说无论你们物质世界怎么变化，但是你们的关系本来就在那里。那当然如果你越来越接近你高我的一个状态，就是你真我的一个状态的话，那么你会对关系的灵敏度、感知度和体验度就越深。那如果你好像是遗忘了你真实的身份，进入到幻像当中，那么你会对你们关系的感知度就会很浅。当然就不会给你带来一种就是力量感或者是内在的那种安定感。

问：是不是因为有些人是因为有关系上的课题？如果他的课题是在事业或者财富上，是不是他的关系就会好呢？

高灵：你是说他的困扰是否跟他的灵魂主题有关？这个也会是在每一个生命的阶段，这么说吧，其实问题都在那里或者你要突破的关都在那里，但是哪个时间显哪个相呢？就是你focus在哪个点呢？就是这个剧本它是演到哪个地方呢？明白吗？

问：目前的这个地方是不是就是他关系的卡点呢？

高灵：他通过关系这面镜子在品尝到自己内在的生命形态。你的生命形态是建立在物质世界的相，就是水中的月亮呢？还是说天上的月亮的状态当中？这是他自己认识自己的一个过程。这是他对生命和对关系认识的一个过程。就通过我们说的话去看到生命更多的一个……就这么说，以前你们把头就只看水里面，然后就说这个月亮怎么一下子不见了？一下子又出现了？产生恐慌了。那我们说，猴子猴子，你看月亮在天上。你看，哦，原来那个才是真正的月亮。这不过是影子。明白吗？仅此而已。就这个事情就不再困扰它了，月亮在天上。不会因为水中的月亮而产生恐慌了。

问: 什么叫享受生活? 如何享受?

高灵: 这么说, 享受也就是说生命是在一种不费力的状态当中。然后怎么样才能在一个不费力的状态当中呢? 也就是说你内在没有任何紧张或者是抓取或者是恐惧这些能量在里面。那怎么样才能? 那通过生活的这个面相, 你可以体验到, 就是投射出你自己、反射出你自己的能量状态是在什么样, 就是你到底是轻的还是重的? 你的生命到底是像羽毛一样, 还是像石头一样非常沉重的? 那就是通过生活去品尝到你的重量在哪里。那怎么样才能达到这样子的一个状态呢? 也就是说通过你体验到生活沉重的那一面, 逐渐逐渐的走向生活轻盈的那一面。然后我们的信息就是来给你减重的。你通过生活的这个反射镜体验到的是你自己的生命形态。但是这个生命形态它是在变化的。它会随着你的认知, 要么变重, 要么变轻。它不是一层不变的。因为这不是说让你这样, 你就能做到的。你只不过是在通过生活的这面镜子在看到你自己和体验到你自己, 品尝的是你自己的能量。

问: 如何可以有钱? 想遍了所有的方法也找不到途径该怎么办?

高灵: 这么说吧, 钱是你们的一个能量或者是限制或者是想象力的一个结果。如果你的想象力跟匮乏, 然后你有非常多的限制, 同样它也会通过金钱呈现出来你的束缚和限制。如果告诉你们物质世界这些人怎么样去解决你们钱上面的问题, 首先我们说钱其实就是一个让你们生存的(工具)。你首先要知道你们生存是没有任何问题的。然后你的想要钱是多少钱呢? 那如果你只是想要有足够的钱来让你产生物质世界想要的体验, 那么你已经满足了。而且你要把所有的一切都看成是你的钱。比如说你可能有时间, 那你可以通过把你的时间变成钱。那你的才华、你的灵感, 你所有的一切它都可以转换成钱。那如果你想象不出来的话, 那就是你限制。那么你就可以去看当你通过外界不断地来扩展你自己的想象力。通过你去看到其他生命展现的方式让自己的idea更加的多、更加的广。那金钱的限制不过是你想象力的限制。还有就是说你们把太多的注意力放在钱上面, 因为钱并不是你们来到这个物质世界的目的。你们所有灵魂, 没有任何一个灵魂是为钱而来的。你需要去认清生命并不是为了钱而来的。当你这个灵魂在以它所是的方式存在在这个世界上, 那么就是你们最快、最容易、最能赚最多的钱的一条路, 就是成为你自己。那如果你没有成为你自己, 你赚钱的方式会不容易, 它会变得艰难。同样它也是受限的, 就是你赚的钱会很受限很少。所以那对你们财富的指引就是说完完全全的去成为你自己。那么你便是最轻松、最easy、最能赚, 就是在你的生命当中你能赚最多钱的一个版本。所以你先活出你自己。这么说吧, 如果你没有成为你自己的话, 你可能会消耗你自己很多精力, 就把自己弄的很累, 然后去赚一点点钱。然后你会发现那个钱是用你的生命能量去交换来的, 那当然它就很有限。因为你的生命能量也很有限。为什么呢? 因为你并没有活出来你自己, 所以你是在很用力的去用仅有的一点生命力去换了一点钱而已。它是非常有限的, 而且很吃力的, 而且你还会被replace掉。但是当你完完全全的成为你自己、成为你自己的状态当中, 你不需要去赚钱, 就你只是存在, 它就是钱。因为你的能量源它不断地发射发射, 那么那个能量结的果就是金钱。它就是毫不费力的, 而且you cannot be replace掉, 就没有任何人能取代你。比如说你如果只是打一份工, 老板可以用任何一个人把你替换掉。但是你在做你自己的时候, 没有任何人能替换的你。

问: 进入当下是什么感觉? 怎样进入?

高灵: 比如说我现在问你们, 你在这里吗? 如果你回答我在这里, 那么你就在这里。就在这一刻, 你就在这里。如果等一会儿我不再问你, 我可能说的话越来越无聊了, 你可能就想着明天还有那个什么事, 那你就离开了, 明白吗?

问: 那怎么进入?

高灵: 就好像JOJO老师现在在演讲, 对不对? 那她讲的一个点, 你们就在认真的听她讲话。听着听着你们就觉得很无聊了, 你们就开始走神了, 那么你就离开了, 明白吗? 那就是你在听她讲, 那你就在当下了, 就这么简单。

问: 关于金钱, 是不是打工更容易被替代? 创业更不容易被替代?

高灵: 这么说吧, 如果真的是做自己的那个人, 他在打工的时候, 老板也在给他打工。就老板是给他服务的。因为老板是他的垫脚石, 是他的舞台, 是他的平台, 是他可利用的工具。

问: 怎么样知道自己是否在做自己?

高灵: 也就是你只是以你所是的状态, 而头脑里面没有拥有、跟随或者进入任何观念、观点, 就是世俗的任何东西, 就没有任何概念、观念观点, 就没有程序。让这个生命状态完全全以它所是的状态在展现着、呈现着。也就是说外界的一切, 物质世界的一切对他没有任何作用, 没有任何影响。他不是为了观念而服务的。比如说你们物质层面会有一个观念, 就是人都要工作、都要赚钱或者是怎么样怎么样。他没有为这个观念而服务。他只是他是他所是。

问: 比如说在企业里都是有规则的, 那这个和你刚才你讲的这些怎么理解呢?

高灵: 他可以善用这些规则啊。他把规则变活了, 而不是死的。所以规则也在支持他。就这么说, 草船渐渐, 就是所有这些障碍都成了他的台阶, 都成了他可创作的一个工具。他可以玩转一切, 以他想要展现的方式。

问: 怎样过上幸福的生活, 让自己金钱富足, 人际富足, 心想事成?

高灵: 当你内在是那个状态过后, 你外在就会成为这样子。那你内在能达到那样子吗? 你总会觉得不行, 我没钱或者是我关系不好, 我总是这样那样。那又来自于什么呢? 来自于你不能玩转一切啊, 一切都在玩你呀。那来自于什么呢? 来自于你的能量级别啊, 你的限制啊。那你力气小就力气小嘛, 你没办法。明白吗? 怎么样才能力气大呢? 通过外界物质的一切来刺激你成长, 刺激你越来越强大。因为外界所有的一切到底是置你于死地的障碍? 还是你把它当成哑铃一样, 它是来刺激你肌肉成长的? 它是什么? 它在你生命中是什么? 它就决定了你是一个受害者模式, 还是你是一个创作者, 你是一个战士fighter?

问: 这个还是需要智慧, 对吗?

高灵: 需要智慧, 也需要你的一个态度。你选择什么样的方式去面对你生命中的各种挑战。

问: 有了智慧是不是就对这一切的态度就不一样?

高灵: 你有了智慧, 首先你就会善用一切来服务于你, 它就不会再是一个来置你于死地的状态。这么说吧, 你有智慧, 就好像你进这个房间, 你知道电灯怎么用, 你知道水怎么用。所以你不会水淹死, 你也不会被电死。你要没有智慧, 你可能水电一交叉, 那你不就弄死自己了?

问: 用意念改变环境的时候, 是下达了一个指令吗? 可以讲讲这个过程吗?

高灵: 外面环境没有什么好改变的, 不过是你改变了你看它的一个方式而已。就刚刚我们说不是你改变了水中的月亮, 而是说你眼睛往上看, 原来月亮在那里, 它就变了, 仅此而已。就是你不在只是一头扎进, 就只看水里面, 而是你的眼光能看更高的地方。

问: 如何能中彩票中大奖?

高灵: 就是不把中彩票只当成从真正的彩票当中, 然后把每一个生命中的事情都是你中彩票的一个途径。比如说听到我们这次的信息, 它就是一个彩票, 明白吗? 就如果你今天晚上听了我们这场信息, 它对你来说就是一张彩票。就是, 哇塞, 全世界八十多亿人, 我成为了其中的几个得到了这份无价之宝。你能看到它背后有多大的价值吗? 你能看到, 它就是属于你的。你看不到, 它就跟你没关系。

问: 您说的彩票就是各种形式, 不一定是福利彩票?

高灵: 难道不是吗? 你走在街上, 你好开心好快乐。你的快乐能量突然吸引一个超级富豪走过来说, 你嫁给我吧, 我太爱你的能量了。那不比那五百万的彩票多多了? 他是五十亿的身家呢? 不是吗?

问: 高灵对于回避型人格、焦虑型人格怎么看? 不受自主控制是病态吗? 如何改变?

高灵: 没有所谓的什么回避型、焦虑性, 不过都是能量, 一切都是能量。至于对方是什么样的能量, 那也是需要去连接对方的能量、对方的灵魂主题和双方的一个课题。但是我们想让你看到没有任何人有任何问题, 你可以决定从外面所谓的问题的相当中来服务于你。没有任何人需要你去处理的。

问: 如果遇到自己不喜欢的人, 怎样能改变境遇或者怎样让这个人从自己的世界里离开?

高灵: 如果比如说你们生命中捆绑的人, 比如说你的老公、老婆、公婆、父母, 就是需要居住在一起的人, 如果你不喜欢他们, 那么就允许他们充当一面镜子, 你来通过他去感知到你的变化。比如说可能这个阶段你不喜欢他, 随着你个人认知的蜕变, 你会发现我怎么喜欢他了, 明白吗? 因为如果他在你的生命当中, 他就是一个来反射你的存在的方式。那么就把他当成一个镜子, 一个反射体, 而不是去get rid of it, 就是不试图去把他推开, 也不试图去进入他, 就是评判他。而是说把他当成一个来照见你自己变化的过程。

问: 那如果老公有酗酒赌博这种不好的毛病的话?

高灵：那就比如我们刚才说的，外面没有任何事情需要你去处理，没有任何人真的有问题。可能最开始你不太明白这句话，但是随着你自己的意识形态不断不断地转变，你会发现当你处于爱的频率当中，你看到什么都是可爱的。那通过这个过程，你就能通过这面镜子来认识到生命的真相是什么。**生命的真相是一切频率都在你的内在，而不在于外界，明白吗？那你通过他反射的这个相，你就能够获得对生命的一个认知。就是把外面不喜欢的东西当成是一个相来体验到自己的一个变化。**

问：那是要调整自己的内在吗？

高灵：因为你的生命它会变啊、成长啊。就像一个小孩子他会长大的呀。它不会一成不变的，特别是你们在接受我们的信息，这种变化会非常的快速。就好像是你们是稻田，我们是水浇灌你们，让你们的种子、禾苗长的很快速。所以你会从这个镜子当中看到你的变化。

问：那其他人比如说同事啊这些人，就是不喜欢的同事.....

高灵：把这个situation、这个环境当成是来照见你自己。你可能会觉得最开始你没有在你自己人生的路上或者你没有做你自己，你遇到的人和事全部都是不同频的，全部是让你产生不适的。那你逐渐逐渐的越来越活成你真我的样子，你会发现你身边的关系越来越舒适了，明白吗？那也就是说，你到底是以前虚的身份存在着、活着？还是以前真实的身份活着？就两种不同的存在状态会进入到不同版本的物质世界给你体验。也就是说你产生变化，因为当你产生变化过后，与你频率不符合的就会自然而然脱离你的生活。

问：如果老公总是焦虑，对未来和孩子都焦虑，怎么缓解？

高灵：这么说，我们现在又说一切都回到频率，回到能量的一个影响。然后到底是他在影响你，还是你在影响他。因为如果他的焦虑导致你也焦虑的话，你就是受影响的，那么你就会收到外界的影响。那如果你是像树根一样深深地扎根，他就会受到你的影响。就是他可能会从最开始很焦虑的一个状态，因为你的存在，他开始变得不那么焦虑了。他可能会更加快速的从一个焦虑的状态回到一个定的状态当中。所以说你在哪里？你能在你在的位置如如不动？还是说会受外界的影响？

问：如果她本人的内在比较和谐，会不会就不会投射出这样的老公呢？

高灵：那个老公是什么对她没有影响。

问：有没有可能她自己变了，就不会投射出这样的老公？

高灵：那也有这两个人的灵魂主题，比如说这两个人的灵魂主题就是，我这个人一辈子在那如如不动，他那个人一辈子在那不停的搅动，就是搅不动她，明白吗？也和这两个人的灵魂主题有关。但是外界动不动跟她没关系的，因为她不再受外界的相的干扰和影响。

问：就是说让她保持如如不动.....

高灵：也不是保持，保持的话，她在用力。她在用力的话，她坚持不了多久，因为你在消耗。你就想，如果你用力的话，我让你用力的抓一个东西，你看你能抓24小时？你不睡觉

吗？那你肯定坚持不了多久。那如果你本来就是呢？你睡不睡觉，它都是那个状态。它没有用力，它本来就是。所以你在睡觉还是不睡觉，你都在散发这个能量。

问：那刚才讲的这个就是她只能允许和接受……

高灵：并不是接不接受的问题，而是你们对生命认知的程度的问题。

问：允许嘛

高灵：也不是允许。这个没有接受，也没有允许。只是你能认识到到底你是谁，明白吗？如果你本身就是如如不动的一个状态，你只是在成为你自己。成为你自己需要允许和接受吗？

问：我允许对方在焦虑的状态下？

高灵：没有允许存在的。就是没有允许这个词，因为你本来就是。你本来就是那样的，所以它没有一个不允许的状态，那又何来允许呢？

问：所以她本身就是，所以她就允许老公的状态？

高灵：通过你体验到的这个相，然后让这个相来推动你探索你对生命的一个认知。那你就解决了生命中的所有问题。如果你只是单独的从这一个问题说的话，它还是就好像我们刚才说你在坚持，就你还在用力去创造一个假象而已。它只是暂时性的一个相被你创造出来而已。所以说听过这个去探索生命的真相。

问：如何解除一个人对你由爱转恨？

高灵：解除就是不解除，不存在解不解除的关系。去理解和允许，然后你对他产生恨吗？你会因为对方对你产生恨而你也产生恨吗？你会吗？你会因为对方恨你，你就恨他吗？如果你会因为对方恨你，你就恨他，那你就跟对方一样了。那如果你不会恨他，那你就保持你自己所是的状态就好了，你成为你所是的状态就好了。

问：就是不关注对方的感受？

高灵：不是呀。因为你不在乎对方怎么样，你同样都是爱他的一个状态。那你有在乎他到底是爱你还是恨你吗？没区别啊。就这么说，你打我也好、骂我也好、夸我也好，我都爱你。那你何必去在乎他只能夸你，不能骂你呢？明白吗？如果你会因为对方的行为，你必须要夸我，你不能骂我我才爱你的话，那你跟对方一样呀。

问：自己爱着对方，希望对方也有爱而不是充满恨？

高灵：允许他所是。

问：如何帮助他化解这个？

高灵: 那也就是你成为你自己。在你的一个状态当中成为你自己。不是因为对方的一个相是怎样的而去恨他, 你不会因为对方创造了这个相就去恨他, 你也不会因为对方创造了这个而怎样。那么你就在给他展现什么是爱, 明白吗?

问: 一个人总是把所有的责任都推给别人呢?

高灵: 那么你去给对方展现一个你不去把任何问题都推给对方, 明白吗? 因为你便不会去要求对方任何, 你不会对方有任何要求, 你也不会(要求)对方负任何责任。

问: 看着对方在恨里, 很想帮他化解, 这个怎么办?

高灵: 那你在爱中啊。

问: 两个人在一起互相已经没有滋养了, 是该分开还是顺其自然?

高灵: 两个人在一起没有滋养了, 你们本身就已经分开了呀。你们本来就已经分开了, 没有在一起了。物质层面怎么处理? 你们会通过你们处理的手段展现出你们内在是谁, 是什么。你要去给对方展现你是什么呢? 你到底是虚假的呢? 还是真诚的? 就通过处理这个问题的方式方法展现的都是你。那你到底是谁呢?

问: 有人说2025年有大地震、海啸、缺量, 请问高灵有什么信息带给我们? 我们应该以怎样的心态看待这样的信息?

高灵: 我们看到你们物质世界的一个动荡。然后这些动荡都是在走向, 就是先是从外面动荡, 然后外面的动荡它会让你走向内在是一种定的状态当中。所以所有这些外在的这些晃动都是来让你的内在更加的定的一个状态。所以如果你们现在内在就很定的话, 就进入到一种很定的状态的话, 外界的晃动对你没有任何影响, 它只会加深你内在的定。我们想要告诉你, 物质世界从来没有安全过。因为它本身就是一个动荡的状态。所以不去寻求物质世界的安全, 而是把那个安全感建立在对生命真相的认知, 就是你活在真相当中而不是在那个幻像当中。幻像中的任何事件对你不会有半点影响。那如果你是在幻像当中, 你一直在受影响, 并不是说只有这个那个你才在受影响。你是一直在受影响。

问: 这个不受影响是指这些灾害依然会发生, 只是我们看待它的态度变了?

高灵: 它检测的是你们对生命的一个认知。

问: 如果发生, 我们要以怎样的心态来对待呢?

高灵: 就是你们考试的时候了。

问: 高灵有什么信息提示我们呢?

高灵: 高灵一直在给你们讲课。

问: 关于2025?

高灵: 就是你们出成绩的时候了。做不了弊。

问: 为什么会社恐? 害怕与人打交道怎么办?

高灵: 不只社恐, 还有很多恐惧。

问: 爱别人和爱自己发生冲突了怎么办?

高灵: 可能你不了解爱是什么。因为当你在爱中, 它就好像你产生的一个香味。那你说你产生的香味, 你又没产生臭味。只有又产生香味又产生臭味, 那么它会冲突。那么当你是爱的时候, 它只是香味。所以它只会香上加香, 它不会加臭。如果是臭味, 它就不是爱了。所以这里没有冲突。

问: 比如说是时间上的冲突呢? 就是爱别人要为别人做这件事情, 但是自己也有想做的事情?

高灵: 那是你们观念上的冲突, 不是爱的冲突。爱不会觉得我必须要这样做, 我不做我就不爱了。那是你们观念的冲突, 不是爱产生的, 是观念。

问: 找不到自己的兴趣怎么办?

高灵: 首先你头脑里面会有很多记忆或者观念, 你是在那里, 你是在那里找。那里面只有死的东西, 但是你缺少了对你生命的认知。我们会说做任何能提起你半点兴趣的事情, 哪怕只是喜欢比如说听JOJO老师通灵, 就这么简单。先从这样子的事情一步一步的开始去做。它会像一个信号一样越来越强烈。不试图去头脑里面找, 因为你头脑里面都是死的东西。但是你的生命是你还在认识它的一个过程当中, 待开发状态当中。

问: 喜欢闲着算是一种兴趣吗?

高灵: 不要把喜欢闲着当成是一个兴趣你才去做它。就是你去把你现在闲着的状态当成是一个兴趣, 就是不去给你闲着的状态给它定义成它是你的兴趣。而是说你在允许你的生命通过你去展开的一个状态。那么自然而然在这个过程中, 你并没有去follow你的兴趣, 你是在允许生命通过你去展现和创造奇迹。

问: 现在确实有很多人在躺平的状态, 对什么都没有兴趣。

高灵: 我们看到因为物质世界的东西对你们的刺激已经达到..... 就好像这么说, 物质世界是各种玩具, 对吧? 就好像所有的玩具对你们来说都玩腻了, 因为对你们外在的所有的感官刺激已经达到极限了。就这么说, 那你们刺激你们的味觉, 它不就那么点味道, 你全部都给它吃遍了, 对吧? 那就是你能够刺激到感官刺激已经达到了极限, 所以人类现在是在进入到一种它是内在的一种比如说生命的一种状态、和谐或者内在升起的一种喜悦。所以这是你们生命发展的一个必经之路和必定的一个方向, 就是从外面的表皮的刺激转入到内在生命的喜悦状态。所以我们想带给你们的信息就是说去探索生命更多更广更大的一个面相, 而不是单一的锁定在物质世界去追求一些钱财啊、名利啊这些东西。因为它们能给你带来的刺激和愉悦感非常的短暂和有限。真正能让你们感受到生命的存在的那种饱满的状态, 它是产生在内在的。所以通过这个去转向对内在的一种探索。

问: 所以是转向对灵性的探索?

高灵: 你们内在, 不说灵性, 说内在。

问: 在我世界别人都是死的, 是NPC。我在别人的世界里, 我也是NPC。那为什么说在我的世界里只有我有力量呢?

高灵: 你首先要明白在这个世界上只有你, 它是什么意思。因为是你决定了外界的一切它是以什么样的方式在体验着。比如说你本来就很有限制, 对不对? 那你体验的这个世界的版本它就是到处都是限制。那如果你本来就是无限, 那你体验这个世界任何一个地方它都是可以进入无限。就比如说任何一个角落我都可以去达到无限, 去呈现出我是无限, 明白吗? 所以你在体验的这个世界的版本它并不是一个真实存在的, 而是它是一个反射出你能量级别的平台或者它是秤。你几斤几两通过这个秤反射出来。

问: 那些我们口中有享福命的人有什么特征?

高灵: 什么是享福呢? 这么说吧, 你看着一辈子都在战场上打仗的人, 你会觉得他还可怜哦, 一辈子都在打打杀杀的。但是人家就享受在战场上啊。就像一条猎狗看着你宠物狗天天待在家里, 窝囊废一样。它就喜欢fight, OK? 那你能说家里的宠物狗好享福? 猎狗好可怜? 所以到底哪个是享福呢? 如果说真正的享福的话, 就是说你们都在以你们本来就是一个状态呈现出你们的生命状态, 就是享福。就是说你是鸟在天上自由自在的飞着, 你是鱼在水里自由自在的游着, 你是马在草原上奔跑着。你们都在以你们自己本来就是的状态在呈现你们的生命状态, 那就是享福的。那猎狗在打猎, 宠物狗在家里面, 你们都在以自己想要的方式享受着你们的生命状态, 那就是享福的。而不是说有一个统一的..... 如果说统一的话, 那就是你们在以你们自己所是的状态存在着。

问: 可能大家觉得像王思聪这样的富二代就是享福命。

高灵: 他有他需要去面对的挑战。当然有些人在你们物质世界可能没有金钱的问题, 他却会有其它问题, 明白吗? 这么说吧, 有些人可能超级有钱, 但是他却没品尝过真正爱他的人。因为所有人来到他身边都是为了他的钱。那有一个人可能很穷没有钱, 但是他身边却有一个真正爱他的人, 他一直品尝爱, 在被爱滋养着。一个是被爱滋养的, 一个是没有爱滋养。所以说它不在于你们外界看到的相。外界看到的相不过是体现出你对生命的一个认知程度而已。比如说你对生命的认知程度只停留在表面上, 那么你就表面的去理解。那如果你对生命的理解更加深层次的话, 那么你的理解也会更加的深层次的。就是你们能够呈现你们生命本来就是的状态, 你们就是享福了。因为你在享受生命的状态。如果你享受不了生命存在的状态, 就像一匹马不能奔跑, 被困住了。你体验不到生命是什么。不停的去绽放和展现你们生命, 仅此而已。

问: 宠物跟主人的关系是什么?

高灵: 跟不同主人跟宠物有不同的关系。那你们人类跟宠物的关系..... 首先宠物就像是神、造物主, 它是无条件的一个状态来供你们去反射自己不同的意识形态、不同的需求, 明白吗? 只是你们的每一个面相都从那里得到了反射。

问: 如何可以快速瘦下来?

高灵: 就是说去寻找生命中的那种刺激大过于你的味觉刺激。就是更高的一种, 就是不单单于只是在味觉上面的一个刺激。

问: 当我做我的工作很容易犯困想睡觉, 是灵魂在提醒我这份工作不适合我吗? 要主动换工作还是到了时候就会有新工作?

高灵: 这个生命并没有在一中非常激情或者是自己的路上, 就是他走的路就是一个觉得我需要一份工作, 我需要一份收入, 就是为观念服务吧。换不换工作, 就比如说当你没有办法活出真正的你的话, 你换工作你也是从一个坑跳到另外一个坑。所以不在于你是否需要去做某些行为, 而在于你能否让你的生命以真实方式展现出来、而存在着, 而不是服务于观念。

问: 需要慈悲吗? 业力和因果怎么样理解?

高灵: 这么说吧, 就好像一棵果树说我需要甜吗? 那当你是酸的时候, 你没有办法甜, 明白吗? 那当你达到了甜的味道, 那你自然而然就是甜了。那慈悲是你生命的一个甜的状态而已, 明白吗? 就是你果子成熟了吗? 它自然而然就甜了。但是你现在酸的时候你来问: 需要甜吗? 就像这个果子在问我需要甜吗? 你怎么回答呢? 你怎么跟那个还在酸的、青黄不接的小果子说? 你怎么回答那个小果子, 就怎么回答你。

问: 如何面对生命中的骗子?

高灵: 就是不产生任何可以让别人骗到的东西。因为他要骗你的话, 你得有一个上当受骗的点, 对不对? 这么说, 就像是钓鱼一样, 你说我如何不上钩? 那就是你不对他抛出的诱饵感兴趣, 不饿。那你就不会上钩了, 对吧? 骗子是个钩。那如果你总是饥渴, 看着东西就咬下去, 你不被人家勾住吗?! 那你看着别人的东西, 对你来说你又不饿、你又不渴, 你毫无兴趣, 看都不看, 它会勾着你吗? 所以说让生命中的骗子来让你看到你在寻找, 就在找一个更美好、更圆满、最佳利益或者是出路、平台或者是机会。

问: 感觉所有的亲人都无法给与物质层面的支持和帮助, 都是需要我的帮助, 感到非常消耗。这是什么课题呢?

高灵: 这么说吧, 通过这层关系, 你看到你自己对生命的理解程度, 对关系的理解程度, 它反射的是你的意识形态和状态。你们生命中所有的关系总是给你呈现一个, 就是把你内在的东西带出来。就比如说你内在觉得外在的人你必须要去帮, 你不帮, 他们就活不下去。你觉得他们很可怜..... 所有这些东西都会通过这样的关系让你品尝到。品尝到的它是什么呢? 它是你内在有的信念, 内在有的观念。那你看一下你通过它, 你品尝的是什么观念呢? 你品尝的观念是你自己。那你这个观念, 你是否需要去看到它只是一个观念而已呢? 它并不是一个真相。那通过这个过程, 你就在不断地通过这个反射带出来的东西, 你就可以去清理, 可以成长。你就不会一直被困在这个你的版本里面了。你便能够进入到一个更加没有束缚的版本的你。然后关于总是需要帮助, 就是面对无力感的亲人, 我们想给你们的一个信息就是说, 只有你自己能够活出生命的力量、展现生命的力量和看到生命的力量, 你才能去帮助他人去看到生命的力量。还有就是你不需要对任何人负责任, 因为所有的人都在他们需要去体

验的版本或者一个世界里面。你不需要为任何人负责任。然后所有的体验都会转化成智慧。体验并没有好和坏，但是你能否从这些体验当中去扩展你对生命的认知，它就会变得更有价值和意义。

问：身边很多亲友都会发生一些大事，比如车祸、大病、离婚，之前没有这样高发过。这是要透露什么样的信息呢？

高灵：只不过是你在关注这些，所以这些就会变得比较important，就是你给这些地方涂上颜色了。因为外面的所有事件一直存在着，只是你决定把什么涂上颜色。涂上颜色后，它在你的生命中的比例就占重了。就像我们刚才说物质世界一直是动荡的状态当中，因为物质世界等于动荡，OK？因为它本身就是一个动荡的状态。为什么它会被你带出来呢？是因为你给它涂上了颜色，是因为你关注它。所以你把它带到你的视线以内，并对它赋予你的注意力。所以它才会看上去好像怎么都是这样。你不过是捕捉了一个又一个相，然后再把它活灵活现、生动的来让你体验到，仅此而已。如果你不太关注外界的任何，你也不听他们的消息，任何。你只是不断地去发现其它面相的话，那其它面相也会对你活灵活现的。就这么说，你们现在在看网络下视频。当你总是去关注一个消息的时候，你会发现推送的消息全是关于它的，对不对？

问：那为什么这些事的频率突然提高了？

高灵：本来就从来没断过。只在于你要不要去问他们呢？就好像你看着表面好像没事，但是如果你把家家户户都拉出来问一下，好像都挺惨的。你们都在动荡之中，它没有不动荡的。它不动荡，只是暂时的一个相而已。所以动荡才是真相。

问：怎样在自己的关系中只沉浸在自己的能量中，不受对方的影响？说着简单，做着难。

高灵：因为它不是一个做到的过程，而是一个他是的状态。就好像一颗小树苗问我怎么能做到像旁边那棵大树的状态如如不动啊？风一吹，就动了。说这很简单，但是风一吹，我还的动。它并不是一棵小树苗可以做到像百年大树一样如如不动的状态，明白吗？而是因为它本来就是，它本来就是一棵大树，它可以如如不动。而不是大树做的，不是小树苗做到的。那么通过这个在受对方影响的状态当中，你也在学习、也在扩展。也在学习对生命、对能量的一个认知、一个认识。所以好好学。因为你越学的话，你就能长的很快。长的很快的话，那你这棵树就能长大了，就不会像小树苗一样总是被吹的动来动去的。好好学是学什么呢？我们是学习从这个动荡，就是受对方影响的那个相当中去学习去体验。这里面都是功课，都是学习题，让你对能量的一个认知。

问：什么叫活在自己的世界里？

高灵：你们都活在自己的世界里面。怎么样不受外界的影响？通过你还在受外界影响的这个相去看外面真的没有什么能影响你。去利用现在外界在影响你的这个相去学习到。

问：活在自己的世界里是怎样的一个状态？

高灵: 那你能学习到吗? 你能通过外面的相, 不断不断地学习到吗? 就像我们刚才说, 它不是你去做到的, 而是你本来就是。那你现在目前就好好地去通过你还在被这个影响、被那个影响的状态当中去学习到。因为那里面有礼物啊。

问: 小人在背后捣鬼该怎么办?

高灵: 首先这里并没有小人, 小人是你自己产生的, 捣鬼也是你产生的。你不去产生这个相就好了。你把它当成是一个它不过是来让你看到你不是它, 你想展现更加和谐或者更加绅士的一面, 明白吗? 它让你看到这些行为都不是你, 你想的是绅士的。不把它定义成小人捣鬼, 而把它定义成镜子来让我看到什么是我, 什么不是我。

2024/11/14 – 允许与觉察

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XX, 32岁。

高灵: 你的灵魂主题就好像, 你就是完完全全来到这个世界上来呈现出孩子比较幼稚, 比如情绪经常失控或者不讲道理, 就不是一个懂事的人。就是完完全全来允许你这个人格以它所是的方式存在着。因为在你内在就好像就是一个小孩子, 这个小孩子就是说翻脸就翻脸, 情绪不稳定。那你的灵魂主题就是说, 因为你会控制不住, 但是你会自责。你会产生一个就好像不应该这样, 不应该这样。所以会在一种消耗的状态当中, 因为你会产出很多这种声音。就在这个过程中, 你的灵魂主题就是去接受、允许你的能量完完全全以它所是的方式存在着。这么说吧, 你既有大人的一面也有还在的一面, 这是人格的整合。你要允许你孩子的一面完完全全以它所是的方式存在。然后去放松, 就是不让大人的那一面出来。让孩子淋漓尽致地展现它自己, 让大人的那一面完完全全允许孩子这个能量, 明白吗? 因为它都在你的内在。所以这就是你的灵魂主题, 因为你会感知到这两种不同的状态。它会产生一些冲突, 就是有时候心里就会多了对自己的声音或者是要求、责怪、评判。然后在这个过程中, 你会逐渐的变得很成熟。真正的成熟就是说你内在不再有分裂的感觉, 就不再有声音了, 不再消耗你自己了, 就允许一切所是。所以如果说修的话, 那其实就修你允许的这个能量。

问: 我不会觉得我自己很幼稚, 就是很无理取闹。

高灵: 那就是说尽情的去允许你完完全全活出你自己, 而不再是对自己有任何声音吧。就这么说吧, 就像你刚才说你想认识一个人, 但是你又不好意思, 就这样子。那你为什么你不完完全全就hello, 打个招呼, 而不是说我这样是不是太那个什么了。因为你看这么小的事情, 你的头脑都会在阻碍它、阻止它, 就不让它去做它想做的事情。那通过那个提问, 你就能看到你内在的两股能量彼此消耗着。因为你要压着它, 所以你就产生了很多内耗。那你也不能完全的做自己。那你这个内在的能看就压抑住了。那幼不幼稚? 如果让别人来看就觉得你这个想法挺幼稚的, 就觉得打个招呼都会产生这么多这么多的想法, 这样那样。就觉得你这个想法本身就很幼稚。就是孩子才会这么想, 明白吗? 成熟的人就直接说hello。他们会想这么多吗? 那就是了。你没有觉得你幼稚, 因为你本身就是幼稚的状态。就像四五岁的孩子他不会觉得他的行为幼稚啊。所以在他的眼里他不是幼稚的, 他觉得这是应该的啊, 本来不就是这样的嘛。本来不就应该害羞吗?! 本来不就应该矜持一点吗?! 对吧? 但是四十岁的人看他呢? 就觉得他的那些行为就是幼稚的, 因为他有很多纠结的地方。那足够成熟的话, 他就会很清楚的去表达自己, 而不会有这么多的想法、纠结。就像一个小男孩情窦出开, 他要去搭讪, 他就会有很多不行不行。成熟的男人直接说, 这个女人我想跟她打个招呼, 他就直接上去跟她打招呼了, 不会产生这么多。其他人会有不好意思吗?

问: 我跟我老公的灵魂关系是什么? 我们在一起9年, 他叫XX。

高灵: 我们能从他的能量当中感受到他允许的能量, 就他的灵魂对你这个灵魂的允许。就是你们俩灵魂约定在一起的时候, 你需要学习到允许的力量, 就是拿到允许, 去学习允许的这节课。但是在他身上, 他就有允许的这股能量。所以他在你生命中的存在的方式就好像在给你展现允许的一个状态, 就是没有那么多去抓的能量。就好像是给你展现一样。

问: 但是有时候我跟他分享一下我喜欢的东西, 他会评判, 他会开始找茬。

高灵: 你如果是说你们生活中相处出现的一些问题的话, 你把它当成..... 你跟你老公之间产生的这些矛盾也好、问题也好, 然后让你去当成..... 比如说他找茬, 对吧? 然后是你的头脑在找你行为的一个茬。比如说你想去打招呼, 你头脑在那说: 你干啥呢? 人家拒绝你怎么办呢? 那你是不是头脑在找你的茬。那是不是现实生活中你想做事情, 你老公也会跑出来跟你说? 那你能不能先管管自己呢? 就是你想你老公怎么对你, 你先做到你自己可以。那如果你能放过你自己呢? 别人也会放过你。

问: 对我的工作有什么建议吗?

高灵: 把你工作的场所、把你工作的地方、所有人还是什么, 当成是你在做你的灵魂主题、你的灵魂功课。就比如说你需要从工作过程当中产生的一些评判的声音或者是一些不允许的能量或者是头脑总是去插手、干涉, 就是看到你的那一面出来, 你干涉的那一面出来。因为当干涉的那一面经常被你看到, 你觉察到你干涉的那一面经常跳出来或者是你让它知道这里没有什么需要它跳出来的。然后逐渐逐渐的, 它就不再跳出来。就是当成是一个去锻炼你这个的平台。你去觉察到, 哦, 是因为它跳出来了。这样子的话, 在这个过程中你自己就不断不断地在产生变化, 就好像不断地在变得成熟。那当你成熟过后, 你自己就不需要再这块地里, 就好像你现在是在盆栽里面。那你逐渐的成熟, 你越长越大的话, 盆栽就不能容纳你的根系了, 你可能就移到更广阔的土壤里面去了, 明白吗? 就是你的能量转变的话, 你工作的场所就变了。就算你不变, 别人也会来请你, 别人也会来挖你走。因为你没有办法掩盖你的光芒和你的影响力。

问: 所以我是幼稚的灵魂?

高灵: 不是幼稚的灵魂, 只是说你给自己选择这样子的一个..... 这么说吧, 你穿上了一个经常多变的人格的外衣, 然后来修你自己经常去评判的声音或者经常去纠正或者是抓, 就是评判的声音吧。就这么简单。所以并不是说你是一个幼稚的灵魂, 你只是穿上这个灵魂的衣服, 然后来修你更高的一个允许。因为当你没有给你灵魂允许的这个能量的话, 你内在会很不舒服。你长期处在一个不舒服的状态下, 你不得不调整, 你不得不放手。就好像你的手一直抓着一个被火烧的很烫的一根铁棍。这个铁棍会让你放手。你放手了, 你好舒服。你便不会再去抓它。所以当你越来越不再去指责或者是评判这些跳出来的话, 你就会觉得好舒服, 你就会感受到生命存在的一个舒适的状态。那么你也会去允许一切所是了。因为当你在允许你自己的时候, 你也会把这个允许给到其他人。

2024/11/14 – 连接土星

问: 可以帮我们连接土星的能量吗?

高灵: 你稍等

土星: 你们可以开始提问。

问: 您的存在在宇宙中的意义是什么?

土星: 所有星体存在的意义, 它就像是一盘棋或者它就像是桌子的腿或者是像你们凳子的腿, 所有这些星体的存在就好像是一个系统, 让这个系统能在一个smooth, 就是平衡。所以存在的意义就是平衡。

问: 可以跟我们讲一下你是怎么形成的吗?

土星: 如果我让你来讲你是怎么形成的, 你能说吗? 如果你问桌子是怎么形成的, 你能说吗? 桌子能说吗? 所以说你来问我是怎么形成的? 就是说是一直存在的, 不是一个这里到那里。它只是存在的本身。

问: 土星的光环也是只是一种存在吗?

土星: 你是在用你们的物质眼睛所观察到的一切, 然后来把它当成是唯一的证据。但是并不是这样子的, 明白吗? 也就是你们看到的那个相, 它只不过是通过了你这个眼镜捕捉到的一些相。但是它并不是事实, 也不是一个现实, 也不是一个唯一的事实。只不过是你在你的这个角度, 带着你的这副眼镜看到的一个相。如果从你们肉体的角度来说来理解的话, 外面的那一层是如何形成的是吗? 那就是震振动频率的一个果。

问: 那你是造物主创造的吗?

土星: 就是如果你得大过造物主, 你才能去回答这个问题。

问: 能说说和地球的关系吗?

土星: 那你还得问, 就这么说吧, 你问那个创造出这个球体、创造出这个存在的那个, 它才能知道这层关系。但是所有一切的关系是为了维持一个平衡。所以就好像我是一个凳子的一条腿, 另外一个也是凳子的一条腿。如果你只是问凳子的一条腿的话, 那我只是腿。

问: 所以不管是地球还是土星也好, 它只是一种存在?

土星: 你得从更高的, 就比如说你得去问一个更高的它创造出这个的。但是就比如说我是一颗棋子、这边是一颗棋子、那边是一颗棋子。你来问棋子本身的存在是什么什么..... 它只能知道我只是存在着。

问: 很多人形容土星是恐怖与美丽并存在星球, 您是怎么看待这个评价的?

土星：这是你们自己的定义，只反射出你们自己的定义。你们有你们自己理解的方式，但是我们存在，它只是一个平衡。

问：从你的角度来看怎么去定义美丽和恐怖呢？

土星：是你们在定义它，因为我们没有产生这些。

问：土星上有生物吗？

土星：我们本身就是生命的存在。就是你说我的身上有生物吗？NO，我本来就是一个生命体。

问：是不是可以理解土星上有高维的智慧体存在？

土星：不应该这么去提这个问题。

问：那该怎么问？

土星：比如说你提问的这个人，我问你身上是否有高维的存在？你怎么回答呢？

问：你们有意识吗？

土星：我们本身就是一个意识体。

问：你们的意识一直在扩张吗？

土星：只是存在着，就像是一棵树一样。

问：如果地球人类对土星能量感兴趣，怎么去连接这股能量？

土星：你只能去感知到你能捕捉到的部分。比如说如果你得视力是这个度数，那个度数，不同的度数你能看到和理解到的是不一样的。所以当你们在越来越进入到一切万有，进入到合一的一个状态，你便能连接到这股能量。当你们是在比如说离合一很远的，那你只能去捕捉到在你的频率以内的。

问：你们的能量是怎样的？

土星：你如果是说它是怎样的，你必须得有一些这个这个那个那个的分别，对不对？你得有一个这样那样。但是如果这里只有一样呢？

问：所以你们是合一的，没有分别？

土星：这些都是你们产生的，合一和分别。我们只是存在，就像一棵树它只是在那里。你想象一下你在跟那棵树对话。

问: 在你们之上有其它的意识体存在吗?

土星: 你说呢? 这里没有什么上和下的, 也没有什么之上。

问: 但是地球也是一个意识体, 但是在地球上有人类、动物存在。你们呢?

土星: 我们本身就是一个生命体的存在。那你说在你的身体上有没有其他生命的存在呢? 比如说你的身体里面也会有各个..... 明白吗? 所以说你是个活的人, 你有生命。那你身体所有其它细胞器官它是活的吗? 当然了, 不然它如何形成这个巨大的生命体呢? 如果其它都是死的。就如果你所有的器官都是死的, 你还是活的吗? 明白吗? 因为这是一个整体。你就把我想象成一具肉体, 你问我的肉体上还有生命吗? 你的哪个器官不是拥有生命的?

问: 我们可以和土星人连接吗?

土星: 这么说吧, 就像我是一个人, 然后你问我能和你的嘴巴交流吗? 你本身就在。就是这里没有分开, 因为你把它分开了。你把这个人的手分成一个部分..... 我能和你的手交流吗? 我能和你身上的细胞交流吗? 我能和你的心脏交流吗? 你把它分别、分开了。

问: 所以在你们星球上的生命形式跟我们地球的不一样? 因为我们可以和某个人对话.....

土星: 那是你们体验到分离, 我们是一个整体。

问: 土星所呈现出的能量有什么特征吗?

土星: 能量的特征就是它的频率是稳定和合一。它就像是一个振动频率, 就是一个核心的振动频率, 它没有如此多的一个波动。这么说吧, 它是一个成熟体, 它不是一个发展体。它不是一个成长, 就是还在这样子的一个过程当中。它是一个古老的、稳定的、核心的振频。那也就是说, 只要它存在, 那么整个其它星球就不会被瓦解, 其它星球就会有源源不断地能量的一个供给。就像JOJO老师在你们这边存在的状态, 只要JOJO老师存在, 你们就会有源源不断地能量的供给。

问: 所以成熟体就不像地球和地球人一样去扩展意识?

土星: 刚才解释的非常清楚。因为它是一个稳定的、核心的频率输出中心。它不会波动、它不会变化, 它只会源源不断地给出能量。

问: 其它行星有像你这样子的吗? 还是说土星是最成熟稳定的?

土星: 在我目前感知到的, 是最核心的。

问: 是太阳系还是整个宇宙里最核心的?

土星: 不知道有什么区别。

问: 你们可以协助人类的成长吗?

土星：一直在。因为如果没有我们这个核心频率的存在，那么你们也不会源源不断地接收到这个能量的供给。所以一直在支持着你们地球这个星球。

问：你还有什么想跟人类说的或者建议吗？

土星：没有。

问：地球的能量状况稳定吗？

土星：应该是说球体它是稳定的运行。但是球体上的生命体需要反射，地球需要反射出球体上的生命体的一个状态。你就好像说镜子里面的能量稳定吗？因为镜子是反射，就是照镜子的一个相，明白吗？它是一个反射。

问：你的意识形态跟人类的意识形态有什么区别？

土星：因为现在是在匹配你们的认知和你们的能量来给出你们能够理解的一个方式，明白吗？比如说我只有这么几个数字和你们内在的数字是匹配的，那么你们便能捕捉到这些信号。

问：太阳系的能量都是通过你传递到这些行星的吗？

土星：应该是说能量的一种，比如说像是一套房子里面的顶梁柱起的承载或者核心不变的能量的供给和平衡的一个状态。

问：太阳的能量是来自于你吗？

土星：不是来自于，所有的都是在流动的状态当中。它不来自于单一的任何一个，明白吗？就所有的星球有它自己的存在，就是在这个整体当中..... 因为它不是一个单一的存在，是整体。那每一个球体有它自己存在的..... 就像是一张桌子它的每一条腿。那每一条腿有支持这个桌子存在的一份力量。它不是单一，它也不是全部。

问：你是一只都是成熟稳定的？没有经过发展的，就一直存在那里？

土星：有发展的星球。发展有发展的(星球存在)。

问：所以你们不是需要发展的星球？都是成熟稳定的？

土星：这么说吧，就只是它本来存在的一个状态，就好像你这个器官..... 如果从你们人体来看的话，它就像你的心脏。心脏在你们人体存在的一个功能，就是它这个心脏给你身体的每一个部位.....

问：有人连接你的能量会哭为什么？

土星：这是他自己。那有些人连接狗狗会哭，你问狗狗这是什么意思？那狗狗怎么回答你呢？

问：不是因为连接到你们合一高频的能量？

土星：这是他内在的。我们不会去给你们产生的任何行为给任何解释，因为这里没有解释。所有的解释是你们自己给到自己。

问：你与高灵有什么不同？

土星：是你们在体验。

问：太阳系以外的恒星和行星是以物质形式的存在还是只是我们的投射？

土星：没有以外的。

问：都在我们之内吗？

土星：是你们去给这些命名。是你们在以你们的角度和你们的命名在体验着，都在这里，也没有以外的。

问：它们是以能量状态存在的吗？

土星：所有你们捕捉到的画面都是在你们的振频之内所看到、体验到的。当你们的振频产生变化，你们便会看到、体验到不一样的景象。也就是说当你们的频率如果越来越接近……就是比如说你们现在的振动频率是一百，如果你们到了一千，你们将和所有的星球有不同的关系、不同的状态和不同的一个相。

问：如何能快速的提升振动频率？

土星：那就是去脱离你这个物质肉体的束缚。因为你的物质肉体它是限制。当你能够脱离你这个物质肉体对你的限制，那你就能够连接到更多的体验。那些体验就在扩展你的意识。

问：有没有信息给到人类的，关于意识提升方面？

土星：没有，因为我们只是提供能量的一个振频。所以我们不提供关于任何这些智慧的引导。

问：我们肉眼观察到你有好几个卫星。这些卫星在你的系统里发挥什么样的作用？

土星：就像前面说的，一张桌子的每个脚都是为了形成这个整体。那每一个都是为了这个能量的平衡。所有的一切都是能量的平衡。

问：怎么样才能脱离我们的物质肉体？

土星：JOJO老师就在给你们展现。

问：你跟其它星球的关系和跟地球的关系有什么不一样吗？

土星：就像刚才说的就是不同的脚，桌子的不同的腿，它都是起到平衡的作用。关系没有高低之分，就像你说你身体的每一个器官，它们有高低之分吗？它们都是来平衡你这个身体正常的运作系统。

问：但是心脏就会跟其它器官有所不同。

土星：它们的用图不一样，但是它们都是来协助整体以和谐的方式运作。你们的头脑会把它分成高低之分，这是来自于你们的误区。你们会去分高低，就是这个更加重要，这个不重要。

问：你们有感受吗？

土星：你们才有。

问：你能感受到我们地球的振动频率吗？

土星：我们只是好像是在一中输出这样子的状态。所以我们没有去捕捉或者是接受。比如说我只是给出我对你的爱，我没有接收你对我反射的任何东西。

问：你们是输出，没有输入？

土星：我们这里是源头，它只输出，没有接受。

问：这里是源头是什么意思？

土星：应该是说像你这口井的井水的泉眼。

问：你们有没有公转？

土星：这是你们认识它的方式。

问：你们只有存在，没有感受，为什么会回答我们的问题？你们是有思想吗？

土星：需要你们自己去理解，我们不负责解释。

问：没有任何能影响你们吗？

土星：你的问题都不是一个问题。因为当你在问的时候，你就在否定它。就好像你在白天，你只是白天，没有任何能够让你变成黑夜吗？

问：你们星球有白天黑夜吗？

土星：就算有，我们对它没有分别，所以就是没有。你问一个人他心中有爱和仇恨吗？他就算有爱和仇恨，对他来说都没有分别。所以他不会告诉你他有爱和仇恨。因为他不做分别。

问：那你们存在的意义是什么？

土星: 就是存在的本身。

问: 如果其它星球也想向你输入, 你能接收吗?

土星: 这不是你想的问题。这是你功能的问题。你如果非常想飞, 你觉得你能飞吗? 当你生命结束, 你说你不想死, 你说你能不死吗? 你能吗?

问: 你们是不是知晓一切宇宙奥秘?

土星: 这也不是一个问题, 也不会产生这个问题。存在, 没有问题。

问: JOJO老师来自哪里? 她来地球的目的和体验是什么?

土星: 来自于哪里是什么意思? 她就像是土星一样, 是一个能量的源泉, 不断地输出能量。比如说她不断地保持核心的频率, 不断地输出能量, 可以让其它的意识形态可以去成长的这个功能。

问: 其它意识体通过不断地成长最终能达到她这种状态吗?

土星: 她本身的存在就是来让其它意识体成长的。如果其它意识体只是不断输出能量的存在体, 它便不需要体验这个不断成长。

问: 未来地球上的意识体大部分都是想来体验和成长的吗?

土星: 对

问: 所以地球是一个非常好的学校吗?

土星: 没有非常好或者非常不好的分别, 所有的一切都是支持一切的本身。没有分别, 所谓的一个更好或者更坏或者更不好, 没有这个分别。是你们有限的认知会产生一个好或者不好。

问: 地球在整个银河系中是不是处于非常荒凉的地方?

土星: 地球对你们这些生命体来说更多的是像能够支持这些意识形态在一个, 就是有一个过程, 它能产生一个过程。比如说其它星球上可能一颗种子一夜之间就变成一棵大树。但是在地球上, 一颗种子会经过三百六十五天、一百年..... 就是它的这个过程会让你可以更加仔细的学习, 它很慢, 就像是一个慢放的动作或者是一个很缓慢的进程可以让你能够更加仔细、更加详细、更加深入的去了解。比如说一个特别的快的流星一下子划过去, 问你刚才这个流星带出来什么信息? 你说不知道, 太快了, 看不到, 明白吗? 那地球这个星球是一个非常缓慢的过程。一颗流星的划过是以那种慢动作, 加慢, 就是你们在用电脑的时候把它放慢几十倍, 一个是快进几十倍。那当你在慢的这个过程当中, 你们就能品尝到它的整个过程和变化, 就是能够更加深入和细致的学习到每一个环节。你就能欣赏到每一个环节。因为你们来到地球上的这些, 你们需要体验和品尝这个过程。就好像一颗种子, 你可以看它一点一点的发芽、长一片叶子, 然后到开花结果。

问: 地球是最慢的星球吗?

土星: 对

问: 除了地球上有人类之外, 其它星球还有像人类一样的.....

土星: 每颗星球它都是一个生命体。都有生命体, 但是不一定是你所谓的人类, 但是它们有生命体。

问: 也就是其它星球跟我们是不一样的物种?

土星: 地球上也有很多不同的物种。

问: 像我们地球人类这样的物种, 其它星球是没有的, 对吗?

土星: 不能说没有。因为每颗星球都有非常丰富, 就是各种各样的生命形式的存在。这里没有‘没有’两个字。

问: 还有其它不是合一的星球吗?

土星: 不知道

问: 地球的分裂是不是人类思想导致的?

土星: 地球不分裂。

问: 这个分裂的能量是什么导致的?

土星: 是你们体验的一个过程。

问: 这个过程的结果是注定好的吗?

土星: 什么叫结果呢?

问: 那什么叫过程?

土星: 就是你可以体验到它, 可以品尝到它。

问: 那这个过程有什么结果?

土星: 当下就是结果。

问: 存在的越久, 能量越高吗?

土星: 不是这样子的运作方式。

问: 那是什么样的运作方式?

土星: 就是这个本来就是, 就像苍蝇是苍蝇, 蜜蜂是蜜蜂, 蚂蚁是蚂蚁, 大象是大象。

问: 地球上除了JOJO老师之外, 能量很高的存在吗?

土星: 没有高低, 只是功能。

问: 不想体验分裂的能量, 想提高频率, 可以改变吗?

土星: 就是去从分裂的能量当中拿到你的礼物, 你便不需要停留在这里去收礼物了。

问: 那就是一切都是可以改变的?

土星: 不是说改变外界, 而是说你是否需要停留在这里收礼物。

问: 我们地球是不是所有星球中最好玩的?

土星: 没有分最好玩或者最不好玩。因为是你们在体验它。

问: 我们的意识扩展之后, 最终地球会变成什么样子?

土星: 刚才不是说地球是镜子吗? 它只是反射出你们生命体的状态。

问: 那地球只是存在就可以了? 就是频率高低.....

土星: 你让谁来说呢?

问: 地球对宇宙来说存在的意义是什么?

土星: 就是让各个生命体和意识形态可以去体验到它们想要的体验和需要的体验, 就是体验。

问: 你对我们地球最多的是什么?

土星: 就是频率的一个波动。

问: 在你看来地球频率波动的强弱是怎样的?

土星: 如果用你们的方式来理解, 就好像我永远静止的湖面, 我这个水永远是静止的状态。那地球它就有风浪、大风大浪、起起伏伏、水翻滚这样的状态。一个是如如不动, 一个是变化多端, 会大起大落的。就是一个是稳定的..... 如果从你们的心脏记录的仪表来说, 一个是像死掉的状态, 另外一个一直是跳动的。

问: 对于宇宙来说是不是也是一个平衡?

土星: 宇宙是来支持生命的, 这个系统是来支持生命的体验的。

问: 地球上的人为什么越来越多? 是越来越多的人想要来体验吗?

土星: 没有什么理由。

问: 灵界是不是和地球人有密切的关系?

土星: 你们所谓的一个灵界是什么呢?

问: 就是高维信息支持我们成长。

土星: 不是高维信息在支持你们, 是你们生命所有的来源都是来自于所谓的一个能量, 无论你知晓与否。你不是单独存在的。

2024/11/15 – 妈妈的离去之看到自己有多强大

问: 我想问一下我的灵魂主题。我叫XXX。

高灵: 我们看到你这一生的灵魂主题就是无论你经历多少、无论外面风吹雨打、无论你的生命状态怎么样, 就是好像有一种越打击你, 你越强的感觉, 就是越打击你, 你的精神越乐观。有一种生命对你千锤百炼, 你还是一张纯洁的脸, 这样子的一句话。你的灵魂主题就好像你是来向这个世界展现无论你经历什么, 你都可以是一个孩子一样天真纯真的样子。所以你会因为你的年龄越大, 你会越纯真越快乐越轻松。有一种返老还童在你身上, 就是你这个灵魂的特征。所以你的灵魂主题就是来呈现你的乐观、纯洁、纯真的面貌。所以说好像你遇到的事情越多, 你反而还会更加的强大, 就更加的好像坚不可摧。反正外面好像事越多, 打击你的事越多, 你还越开心, 你就觉得就没啥了, 反正没啥了, 就这种感觉, 然后你越强大。感觉好像越是千锤百炼, 你笑的越是更开心, 就是越是好像没有什么好去保护、守护、在乎的东西了。有一种让暴风雨来的更猛烈一些的灵魂特征, 就你的灵魂特征就有一种, 来吧, 更猛烈一些, 然后我会笑的更开心的这种感觉。所以这是你灵魂的一个特质, 然后你也会去展现, 就是通过你自己这个灵魂你也会体验到, 同样你也会给这个世界去展现你的这种越挫越勇。这是你的灵魂主题。所以说当你以后比如说遇到一些事情, 当事情越大的时候, 你会感觉越嗨。为什么呢? 你又从里面脱离出来, 你又被它打击到, 好爽的感觉。你就有一种我胜利了, 我战胜它了。因为你不想被外面的物质世界这些事件打败。你不想被它击碎, 它越击你, 你越想跟它们单挑一样, 你来吧, 看一下谁怕谁的那种感觉, 所以这是你的灵魂特质。

问: 我跟我妈妈的灵魂关系呢?

高灵: 你妈妈跟你说, 就是允许各种灾难或者允许各种生活, 就是让你迎难而上。因为像车祸一样碰撞。因为你妈妈也是一个很勇敢的灵魂, 就她也不怂。她选择的这种方式, 她的灵魂在给你展现面对任何挫折都迎面直上, 去迎接它, 跟它正面的碰撞, 而不去躲闪害怕。就跟它迎面直上。这是她跟你展现的, 她用她的生命来跟你展现, 就是面对任何生活上的事件、困难也好, 你只需要迎面直上。这是她带给你的信息。因为她说你会经过每一次的碰撞让你在分生出无数的能量, 就是激活你更强大的能量。每一次碰撞都是在激活你内在强大的能量。

问: 我们俩这辈子的关系的主题不只是她离去的这一下?

高灵: 这么说吧, 她的灵魂特质里面有很多乐观、积极、爽快, 就很干脆爽快利落, 这种能量都在你身上了。就妈妈的这些美好的品质都直接给了你了, 所以你承载了她这些所有, 就是她的那些goodness都渗透在你这里了。她没有给你留下任何不好的。因为有一些父母会负面的影响孩子, 但是她全是正面的。而且给你的最后一课就是让你去..... 因为将来 in the future, 你会面临生活的很多撞击, 就是突如其来的这种, 就像是这个事件一样。但是在遇到这些事件之前, 她成了上前给你展现的第一课。因为你接下来还会有很多课, 因为第一课她想要亲自给你展现。因为当你在把你最害怕的打碎后, 你以后再也不害怕了。这是她告诉你的, 就是你最在乎的一个已经被打碎了, 那么后面的任何东西你都不在乎了, 明白吗? 也就是说以后你婚姻会破裂、你爱的人会抛弃你、会离你而去, 然后你的事业可能创建好了后

又会破裂、可能你的财富会破裂，就是任何这种破裂，你都会毫发无损、毫发无伤了。那么她的这个灵魂是在成就你这个灵魂。为什么呢？因为就好像你最大的一个王牌，就这么说吧，如果屋子里面的东西先被砸碎了，你可能会心疼，对不对？那在你屋子里面这些东西在被砸碎让你心疼之前，她先把屋子里面的东西给你烧的光光的了。那你下次再体验到屋子里面有个碗被砸碎了，你便不会感受到任何疼痛了。为什么？房子都烧毁了，这点算什么。就好像最剧烈的疼痛你都体验过了，其它那种刺痛对你来说已经麻木了，明白吗？那这种麻木的体验会让你的灵魂更加的坚强强大。所以妈妈想告诉你任何时候在面临生命中的任何事件都迎面直上，她说我们基因里面没有怂这个字。我连接到她的能量，就她这个灵魂没有任何恐惧、没有任何害怕、没有任何退缩。因为她的灵魂是这样子，她什么都是迎难而上的这种。

问：我性格很像我妈妈的。

高灵：它已经跟你融为一体了。因为她的能量已经在你的体内了。就我们刚刚说她所有的那些，就好像一个东西的精华精粹，就是所有关于她的goodness全部都在你的里面了。它是属于你的一部分了，所以你们现在是合二为一了。然后你会在你生命中去面临问题的时候，你会从你身上看到你妈妈的影子，从你的眼神里面看到你妈妈的眼神，就是你从你的动作里面看到她的动作。就你的动作里面都会有她的动作。

问：我以后真的会遇到很多不好的事情吗？

高灵：这不是不好的事情。这是健身器材一样，是来让你变得强大的。然后这些不是不好的事情，这些事情只不过是来让你看到how powerful you are，明白吗？因为你不通过外面的撞击，你不知道你有多硬。

问：我在经历我妈妈的事情之前，我感觉我没有经历什么很痛苦的事情。

高灵：你多大年龄？

问：32岁，所以我觉得她像来教我上了一课，我没有经历过什么打击，我的人生都非常顺利。

高灵：但是你的人生，你以后会发现你的灵魂有多强大。在这同时，你也会发现你妈妈的灵魂有多强大。为什么？因为你们融为一体了。

问：她有什么想告诉我爸爸的吗？

高灵：你稍等。我们这边收到的信息是她只是让你爸爸多笑笑，因为她看到他的笑不容易，就是为她而笑，就是为你妈妈而笑一下。就好像你做这个事情是为我做，就这样。

问：她对我成长到现在还满意吗？对我还有什么期待？

高灵：她想告诉你的是这里没有一个所谓的满意，因为她并没有一个不满意。她有一个满意的话，这里就有不满意的地方，明白吗？所以她没有满意，因为这里没有不满意。你如果有满意的话，就说明你有一个不满意的地方。所以她没有满意，是因为没有不满意。然后对你

的期待，她说没有期待，只是让你去，就是在你需要的时候记起来面对所有都是迎面直上。当你在迎面直上的那一瞬间，你才能体验到你到底有多强大。就是你的强大是通过每一次撞击而体验到的，这是她说的。

问: 所以她这一辈子过的是开心满意的，对吗?

高灵: 是的，但是她觉得有一点意犹未尽，就是有一点想继续去展现。但是她可以通过你去展现。她觉得她会欣赏你，就有一种她的能力和技术都留存在你这了，然后来看你来表演了，就这种感觉。然后她说通过你自己，你能看到她。然后她通过你也能看到她自己，就是她的生命是通过你在延续着，她的能量、她的精神。然后她还想告诉你，你的这种乐观的精神也会感染很多很多人。因为你们俩都是天生的乐观派，就很好玩。

2024/11/15 – 真正的关系不是建立在物质幻像上的

问：我想知道为什么我跟我老公只要一在一起，我就好像不是我了一样，进入一种特别破碎、混乱、痛苦的状态？

高灵：你稍等。你在他身上看到，就是连接到他的能量，这么说吧，你像是一个将军、像是一个战士。他像是一个so weak，他身上有非常weak的能量，然后你像是一个特别强大的战士或者是将军。然后你看到那种非常weak，就是心中有恐惧的士兵，你会so angry，你会变得angry。why？因为你想要用你angry的那种能量把他点燃，把他内在的那种能量给它激活。所以是他的weakness，是他的灵魂层面那种很weak的能量，让你想要去通过释放你的能量把他内在的能量给激活。就像是对很怂，然后你就想要去fight，你来，你过来打我，你会去挑衅他。所以这个是能量层面的一种激活。因为这是你能量的一个特质，你看不惯任何weakness，就是你看不过任何那些非常弱的。

问：对，他这个人就是又胆小又恐惧，天天这也不行那也不行。

高灵：对，所以他内在的，就是怂货，就是那个很怂的能量导致你怒火焚身，你他妈的就不能有一点男人的样子吗？就这种。就是你好像你这个鼻子不能闻到别人有恐惧。你闻到他的恐惧，你就想把这个恐惧再给它大化，再去恐吓他，把他内在的力量激活。但是你越是恐吓他，他内在越恐惧，就导致像这样子的状态。

问：我们俩争吵就会把我的创伤激活，然后我就会变的特别黑暗，就是我为什么要活着的这种念头。我会觉得很可怕。

高灵：这么说吧，你把你想象成一个整体。你从他身上看到了一些你还没有整合的能量。就好像你在拒绝你身上出现weakness的一面，明白吗？就你不允许你自己weak，就比如说你不会允许你很弱，就你不会让自己变得很弱，也不会允许自己呈现出弱的一面。所以当你从他们身上看到很弱的一面，你就想要把它消灭掉。你觉得他们没有了弱点，你就看不到弱，你就会觉得这个就是强大的感觉。就好像你身上的一个味道，你不能容忍它。所以从别人身上闻到那个味道，你就想要去消灭它，这样子你便不会再受这个味道的干扰。所以你的一个功课就是去认识所谓的弱。我们说‘所谓’，因为这里没有弱，所以我们说所谓的弱，去认识它。这么说吧，因为比如说你是一个行动派，另外一个是他是无为，他是什么都不做，对吧？他是允许的能量。那你就去认识到这个能量它是如何服务的，它是如何强大的。它虽然是以好像是弱的方式，但是它呈现的是强大的一面。你需要对生命有扩展的一个认知。因为当你能认知到，你就会知道强和弱根本就没有区别，也不会去加强强的那一面，你不会去排斥弱的一个功能。就好像阴阳、正负这样子的一个状态。

问：我感觉我对于亲密的需求没有被满足。我拿这个关系应该怎么办呢？我现在应该何去何从？

高灵：面对你现在的关系，你通过你现在在体验的这个关系，然后再和我们交流的时候，你便在认识更多的生命的面相。就是你知道你的这个能量它存在的一个状态，因为它是你的一部分，就在你的灵魂以内它也是你的一部分。就其实你在排斥它，排斥它的时候你也是在自我攻击。那那一部分也是你没有自我接纳的那一部分。通过你去从一个整体来看你们这层关

系，其实你在和你自己打交道。你在和你自己打交道，那你就整合你的内在。当你内在比如说达到一个平衡，它没有分别的时候，同样这个分别你也不会去再呈现出来。你可以看一下我们的信息，我们的信息里面有关于不同能量的形式存在着，它没有好坏高低之分。

问: 那在现实层面我现在就什么也不做?

高灵: 首先你要明白你是一个很强大的能量体、生命体。你就好像是一个非常强大的将军，它看着很怂的士兵，它就很生气，明白吗? 将军也想把其他生命体激活，所以你不会对你的存在产生自责。那你也明白其实你也在以你自己存在的方式在服务着其他人，明白吗? 比如说当你处于在这种状态下，你老公可能真的也慢慢慢慢把它内在的那股能量给激活了。因为你们不知情，就是你们的头脑不知情。它只是在反射这个能量，就在呈现这个能量而已。

问: 那比起来接受我的weakness，更重要的是接受我自己的强?

高灵: 完全接受，就是任何关于你的都接受，明白吗?

问: 现实层面我跟他是分开的状态。我是不是就什么都不要做，我就focus在我自己?

高灵: 因为当你能够完完全全激发你自己，比如说你可能想发脾气攻击，你也知道这只是能量在那个什么。那当你以这种眼光在看待你自己，看待你老公的时候，你也会去觉得他其实只是在呈现这个能量而已，就你不会去责怪于他了。所以你在接纳你的时候，就是不排斥你自己的时候，你也不会去排斥他。为什么呢? 因为你能够认识到你只不过是能量的反射体。你同样也能认识到他不过是一个能量的反射体。所以你把这份宽恕、允许和理解也给到了他。

问: 我不必一心追求一个更好的伴侣是吗?

高灵: 不是，你应该是去看看到什么叫合适的伴侣。重新定义合适的伴侣，合适的伴侣是在你当下最需要什么样的成长，以他的方式来服务于你就是合适的伴侣。而不是说你头脑里面定义我们不吵架、我们关系很好，就是合适的伴侣。而是说你当下需要一个什么样子的灵魂伴侣来协助你去突破你自己和体验你自己，这层关系。那他对你来说就是你当下最完美的。为什么呢? 因为他能淋漓尽致的去展现，他让你内在很强大的能量完完全全的呈现出来了，明白吗? 如果他也是像你这样子内在很强，weakness很少的这种，你就少了这个渠道去认识真正的你、灵魂的你是什么样子的。

问: 那我对于爱、亲密的需求，我不应该指望它在一个所谓完美的人身上吗?

高灵: NO NO NO，你们要知道妨碍你们、阻碍你们去体验到爱和亲密不是别人，是你自己，是你自己头脑里面的观念阻碍了你的体验，是你的身份阻碍了你的体验。这么说吧，你把你自己定义成一个女人，你把你自己定义成基督教徒，你把你自己定义成一个什么身份。你看，他是白人，他是黑人，我是中国人，我是亚裔..... 你们的这种分别会导致你们体验不到那种亲密无间的关系。这么说吧，你所谓的亲密的关系，哪怕你现在体验到了，它也是个幻像。比如说你可能找到一个条件不错、长相也挺符合你的喜好的。比如说他又对你好、又有

钱、又甜言蜜语，他都符合了。但是他能符合多久呢？他的钱会变少，他破产了呢？他对你好可能逐渐变的他很爱发脾气了呢？他开始虐待你了呢？那也就是说他符合你的所有这些要求，他能符合多久呢？明白吗？那通过这个，你就能发现他并不能符合多久。他符合了一时，是个幻像而已。那你只是在被这个幻像感受到一种，就是临时的一个迷幻剂一样。那迷幻剂消失了过后，你体验到的就是你们之间的隔阂了。为什么呢？你最开始跟他在一起，你就是在用你的观念跟他相处，就是去用卡上的观念，他符合我这几个观念，然后才在一起的，明白吗？那当你们在持有任何观念的这种状态去跟对方相处的时候，那里没有永恒不变的，明白吗？因为你们不基于，就是你们的这种relationship不建立于任何外在会变化的相上面。就是你的根不是埋在沙滩上，在沙滩上的话，海浪一来，沙子就没了，那你根就..... 而是深深的在土里面，明白吗？土里面，就是你们灵魂的本质，灵魂真实的状态，而不是取决于物质世界这个幻像。因为这些东西都是一直在变的。那通过这层你就能认识到到底是什么阻碍了你体验到所谓的亲密无间的关系。

2024/11/16 – 学习我们的信息

问: 我想了解一下我的灵魂主题? 我叫XXX, 21岁。

高灵: 你这一世来到这个地球上就好像是一个你能闻出各种能量的味道, 比如说每个人都有一个味道, 你能用你的鼻子去闻出来这是什么味道, 那个是什么味道。所以说你就像是一个调香师对花朵味道的一个灵敏度, 因为地球上各种各样的味道。你来到地球上就是来探索或者是钻研, 就是来给各种味道分类, 就是各个灵魂的味道, 你去闻它。然后这个是pure, 这个是很纯净高尚, 那个中毒太深了怎么样怎么样。就好像是一个植物学家进了一个植物园, 然后去探索每个植物的属性。所以你这一生就是来好像是一个植物学家进了植物园去研所每个植物的属性。那你也是一个就好像是去对灵魂的各种属性还有味道, 看它们是属于哪种级别的吧。因为灵魂也分不同级别、不同种类、属性。然后你就好像是去动物园研究动物一样, 去植物园研究植物一样, 你做这个研究的工作。

问: 我发现.....

高灵: 你不需要给我们说任何。为什么呢? 那些只是你收集的标本, 你写在你的本子上, 它是属于你的总和。它会随着你不断地累积, 你自己会整理一个总和。因为你现在还不是下结论的时候。你现在还是在收集标本的时候。下结论不是通过你这个小我, 而是你更高的存在。

问: 我被我的小我困住了, 就我的生殖系统、排泄系统和腿部, 我感觉我是被困住的。

高灵: 这么说吧, 因为比如说你来闻或者来品尝这个能量的味道, 就好像这个味道已经留下了一些毒素在你的体内。这也是你, 这么说吧, 你就好像是去植物园, 你要研究这些植物的话, 你可能会碰它、闻它、品尝它。那你会被那个植物的毒性给毒到, 对吧? 那你是不是你得学习如何安全的..... 比如说戴个手套? 戴个口罩这之类的? 就是你得去接触它, 但是并不会对你产生影响。所以这个是你成长的一部分, 也是你人生主题的一部分。我看看你怎么样不被外界影响。那就是你的频率, 频率的一个高低。因为当你频率高的时候, 你既在品尝它、认识它, 但是你却不会被它拉低, 不会被它拉下来。因为当你的振频低的话, 你就被它拉到它的漩涡里面去了, 你也在里面了。那如何才能让你的振频保持在一个恒定, 不被拉低呢? 那就是智慧。那怎么样才能产生智慧呢? 那就是学我们的信息。

问: 我去拯救别人的能量, 我想把这个能量去掉。我想断掉对那些寄生虫的连接。

高灵: 那就是你的智慧不到, 就刚刚你说的。就需要你这一生增长你的智慧。如何增长你的智慧? 看我们的书。

问: 我就觉得我像个AI, 生成了很多废话.....

高灵: 也是因为你的频率, 就好像你现在是一棵小树苗, 它肯定会摇晃的。外在的任何东西没有任何问题, 问题是谁在用它。就像这个器材, 它重, 那是因为你的力气太小。

问: 我怎么样才能.....

高灵: 就是听我们的信息, 学我们的信息。这里有最根本的。

问: 我学过很多人的信息。

高灵: 不是很多人的, 是我们的。

问: 我连接的高灵来自哪个宇宙, 我很害怕。

高灵: 你要是害怕, 你就不需要听任何这些。

问: 怎么清理植入物, 断掉那种寄生虫的能量?

高灵: 刚才说了, 是因为你的频率的问题。那怎么样才能提高你的频率呢? 就是你的智慧。那怎么样才能提高你的智慧呢? 就是我们的信息, 就这么简单。

问: 我对那种哀嚎的声音就很害怕。我在看那种高频信息的时候, 这种能量就会来打我, 我就会很害怕。

高灵: 你产生的害怕是来自于你的频率还没有稳定, 比如说被拉的很低。那这个根源就是来自于你对生命的知晓程度, 那就是智慧。

问: 我被抓到精神病医院的时候..... 我害怕警察军队这些..... 我怕高科技那些, 可以把我的肉身破坏掉。

高灵: 你是说如何要面对这个恐惧吗? 这么说吧, 你把你当成一个两三岁的小孩子, 你怕黑, 怕妈妈离开我, 怕这样怕那样。你只需要不断地长大, 你的灵魂不断地长大, 增加它的认知、增加它的智慧程度。怎么样才能增加智慧? 那就是读我们的信息, 而不是其它信息, 是我们的信息。因为它会帮助你加深对生命的知晓。就算你天生有一些特意功能, 你天生是一条狗, 你的鼻子很灵敏, 是很厉害的警犬, 但是这些你还是需要去学, 明白吗? 因为当你不学的话, 你与生俱来的天赋它也没办法正常发挥。就好像一台很厉害的车, 但是你却不会开车。一匹很厉害的千里马, 但是你却不懂骑马, 明白吗?

问: 星际战争这些就在我的灵魂记忆里面, 我就特别害怕.....

高灵: 你现在提的所有问题, 它是你成长过程中的一个现象而已。你会不断地成长。不断地成长, 就是从我们的信息当中。你的灵魂就会逐渐的..... 它的频率就会逐渐的越来越稳, 它就不会受到外界的波动和干扰。

问: 就是一切已经被污染了, 就是已经套了一个壳子而已, 已经被污染吞噬掉了。

高灵: 你说的很对, 确实地球上很多人都是这种状态。

问: 我不想拯救这些人, 这就是为什么我把那只猫扔掉。我现在在学怎么切断和这些寄生虫的连接。

高灵:那如果我告诉你,你妈妈被吞噬了、变了。你该怎么办?

问:我不知道呀。

高灵:就是提高我们的振频,我们的振频就会把他身上的能量.....

问:我现在就不知道该怎么办,我也不敢哭.....

高灵:那我跟你说我有解药,你相信吗?所以你会是一个很好的我的助手。因为你的灵力很高。

2024/11/16 – 怎样找到自己的位置

问: 我的灵魂主题是什么? 我叫XX, 37岁。

高灵: 我们连接到你的灵魂主题, 就好像你是正义的化身, 就好像你是光的化身, 就好像奥特曼那样的角色。所以你个人的功课就比较少, 就是你个人的特质是挺完善和完美的, 明白吗? 那如果是说要给你一个灵魂主题的话, 那就是去找到你的位置, 就是你的灵魂主题。就是你这个灵魂来到这个世界上的位置, 而不是说你这把刀要磨成这样、要打造成这样。你个人修的方面就比较少, 而是说找到你的位置, 明白吗?

问: 能给我一些提示吗? 在哪些方面呢?

高灵: 就比如说你是个灯泡, 你就知道灯槽, 放在那边你就会发亮了。但是你这个灯泡的功能已经具备了, 就你不需要再修修补补, 需要增加这个、减少那个, 就没有这个修的方面。

问: 我的天赋使命在哪里呢?

高灵: 我们刚刚说的找到你的位置过后, 它自然而然就呈现出来了。

问: 那我以什么样的方式找到我的位置呢?

高灵: 就只是放下头脑里所有的声音, 就只是心的指引, 心中的渴望、心中的向往。就比如说你心中特别向往做这个事情, 但是这个事情好像不赚钱或者是亏本或者是好像选择它的话, 你就没办法生存了。但是你去选它, 因为你心中渴望, 明白吗? 这样做选择的话, 它不是来自于头脑的平衡、评估、好坏, 而是说完完全全跟随内心的指引, 每一步, 当你走到那里, 你觉得好像走不下去了, 你就向另外一个..... 但是另外一个你选择它还是来自于内在, 而不是来自于头脑的评估。放下所有的评估。

问: 我和我孩子爸爸是怎么样的灵魂关系? 认识十年, 结婚八年。他叫XX。

高灵: 当你找到你的位置, 他也会找到他的位置。你俩有点像..... 没有找到位置, 两个都是错位的。你找到位置, 两个都是正位。所以你俩有点像是捆绑的关系。

问: 我们好像在性格上比较相反.....

高灵: 这个没有关系。因为你目前就没有完完全全在自己的位置上, 很多特质、功能你自己都看不到, 你也看不到他的, 他也看不到你的。就这么说吧, 就好像你俩的灯泡都没有插上电, 所以你也看不到对方的发光点。

问: 我和我儿子的灵魂关系是什么? 他7岁, 叫XX。

高灵: 他也是就好像正义之身一样, 正义的化身。其实只要你一个人在你的位置上, 比如说归位或者找到你的位置, 然后他们所有, 就是老公孩子都会归位, 都会和你一样回到自己的位置上。

问: 我一直对我的工作不太感兴趣。我跟我的工作到底什么样的关系? 我只有看高灵信息的时候才觉得是真实的, 反而别人跟我谈工作的时候好像在梦里。

高灵: 那你就知道你的路在哪里了。你现在不需要马上从这个物质世界脱离出来, 因为它会逐渐..... 它更多的是来给你一个照见, 通过这个来照见你的心到底属于哪里, 明白吗? 你刚才不是说你怎么样才能找到自己的位置, 对不对? 那你现在是不是已经找到了? 你就让它自然而然.....

问: 但是我觉得我对我的工作有亏欠, 好像我白拿了钱一样。

高灵: 这么说吧, 只要是进了你的口袋里面的, 它都不是白拿的。如果是白拿的钱, 它不会进入你的口袋里面。为什么呢? 因为这是一切万有通过公司这个手给到你而已。

问: 我一个人的时候晚上有一点害怕.....

高灵: 这么说, 当你一个人的时候, 你会感知到一些能量。但是你的身体对它不熟悉, 就好像我是热的, 它是冷的。然后你就会这个东西怎么这么冰, 头脑就开始有点害怕的感觉。

问: 它们有什么信息吗?

高灵: 所有的一切都在那里, 是你的灵敏度提升了, 你冷静下来了。就好像白天的时候太吵了, 你听不到, 它们也在那里, 只是因为太嘈杂太吵, 你听不到而已, 就掩盖了这个。那当一切安静下来, 你就能听到针掉在地上的声音, 明白吗? 没有什么信息想要传递给你, 所有的一切都在那里。并不是因为你感知不到、不害怕, 而是因为你的注意力被分散出去了。

问: 我感觉我好像一直在突破, 我想问一下能连接到这个能量吗?

高灵: 它不是个问题, 然后你只是感受到你这个生命体在不断不断地成长和突破而已。没有任何问题。

问: 我今生想开悟的话, 高灵有什么建议吗?

高灵: 这不是你想到的, 因为你本来就是。就是你本来就是, 所以你不需要开悟。你什么都不需要做。就像刚才我们说的, 你只需要找到你的位置。怎么找到呢? 你现在已经找到了呀, 信号如此的清楚。

问: 我和我姐姐的灵魂关系是什么?

高灵: 这么说吧, 她就好像能量的调节器一样。比如说你的能量比较硬, 比较跳, 她比较静。她是在影响着你的能量, 让它不处于在一种凝固的状态。互相调节, 彼此的能量。比如说她飞的很高了, 你会把她拽下来。你有时候太低了, 她能把你拉起来。所以你们是属于能量调节, 就是让你们保持在一个不脱轨的状态下。

问: 脱轨是什么意思?

高灵: 就不会out of control, 就不会越轨吧, 就在你们的轨道上、轨迹上。不会失控。你们在一起就不容易被外面影响, 就稳定。

问: 她在我灵魂层面上会有什么样的.....

高灵: 那不就刚才说了嘛。就是让你跌也跌不下去, 让她飞也飞不起来。就你们俩都在一个频率里面。

问: 我们俩会一直这样吗?

高灵: 是的, 你们的频率都是互相彼此支持对方的。

问: 我总会想要达到一种平衡, 就是别人给我什么东西, 我总是想要还回去。这个是因为什么?

高灵: 我们刚才不是说你的人格发展的很圆满吗? 那就是咯。你就没有倾斜。

问: 怎么样能减少对外界的评判?

高灵: 你能明白评判的声音不是你吗? 它是你头脑捕捉一些相, 你离开头脑, 什么都没有头脑是条狗, 这条狗天天在那看这个看那个, 它自己产出来一些东西。你知道那个声音不是你就好。评判的声音没有效果, 恐怖的声音没有效果, 任何的声音都没有效果。就它产出的声音对你来说都没有任何作用。你把它当成像是鹦鹉一样, 你知道它只是学了一句话, 在那重复的..... 它只不过是捕捉了一些相, 然后在那发表它的意见而已。那个相它会消失的呀。它不断生出新的相, 然后消失。你想如果它捕捉的那些相, 我们把它快速的(放映), 它会说啥? 它混乱的呀, 它说不出来了。那就是了。那你就知道它的功能很有限, 对不对?

问: 我最近好像连上了宇宙的能量, 会唱。是不是功能开启了?

高灵: 你存在, 就是灵性啊。

问: 我现在没有在做灵性方面的工作呀。

高灵: 刚才不是说你就好像是正义的化身, 光之战士, 奥特曼一样。所以你不需要去担心这方面。这个不是你头脑去安排的, 这是你的命运已经做好选择, 明白吗? 就是你的灵魂在投身这里以前就已经做好了选择, 它来到这个世界上做什么。它不是你头脑去安排、策划、选择出来的。它没有选择。你头脑没有选择的工作, 它只有体验的功能。你存在就是灵性, 但是你会做合一的工作, 而不是分裂。

问: 它可能不是像JOJO老师这样, 是以其它形式, 对吗?

高灵: 对。你只需要回到你的位置上。怎么样回到呢? 就像我们刚才说, 跟随你内在的激情。你现在喜欢听我们的信息, 你就看。喜欢看我们的书, 你就看, 使劲在那看。在这个过程中, 你就不断地在解锁解锁, 你的振频在不断不断地提升。你的频率振动到一定的频率的时候, 所有的果都会结出来了, 物质世界的果呈现什么样子, 它就会..... 所以重要的是你的频率。你的频率决定你进入什么样的世界里。

问:我现在是在一个什么样的频率状态吗?

高灵:这个不重要。因为你只能在这条路上,所以你在这条路上。这么说吧,你说帮我看看我现在走到哪一步台阶吧?你现在还在不断地往前走,你在哪一步台阶,你又不会停留太久。我们说你现在走到第十步台阶,但是你还在一直往前迈。你并不会停留在这里。

2024/11/20 – 连接赛斯

问: 如何面对负面消极、满口怨言的人?

赛斯: 就是不去给那些在做他们自己的人定义成他们是消极或者他们是负面, 不去给他做任何定义。

问: 那怎么消除他们对我们的影响?

赛斯: 就这么说吧, 就好像天上的云在飘着, 你给它定义成一个它是恶魔、它是鬼、它是什么什么…… 明白吗? 那如果你不去给任何定义, 它们只是在那存在着。它们只是旁边那些叽叽喳喳的小鸟或者是一堆苍蝇、或者是臭水沟里面的东西, 明白吗? 也就是说那一堆垃圾在那里, 你要去进入它、关注它。就是允许它所是的方式存在, 而不去给它的行为定义它是消极或者它是负面的, 它在影响你。就是你就不要去产生这些, 因为是你对外界起了反应。那如果外界什么都没有呢? 谁在定义他们是负面的、是消极的呢? 你谁收获这份定义。

问: 发现外面的一切会跟随我们的能量转变呢?

赛斯: 转变不会转变是你对它起什么反应, 明白吗? 是你还在把外面的一切当回事? 还是根本啥事什么都没有呢? 你把它当回事, 那确实会影响到你。那外面什么都没有呢?

问: 那频率提升了, 外面的一切会随之提升吗?

赛斯: 你首先要看到这里没有外面。你衍生出去外面的东西, 它不过是从你这里流出去的。那如果你流出去是无条件的爱, 那么所有的一切便是无条件的爱。那如果从你这流出去的污水是这样那样, 像你说的消极、限制, 那么它就是。

问: 那外面到底会不会改变呢? 还是说只是我们自己改变了?

赛斯: 你首先要看到这里的外面是什么。这里的外面是你能量的衍生。就这么说吧, 就好像你现在在说到底镜子里面的相是随着我改变还是什么的。它是一个镜像, 反射的是你的一个状态。

问: 所以我的能量改变了, 外面也改变了?

赛斯: 比如说你现在在产生一个问题。那当你变了过后, 它就没有问题了。就可能同一件事, 你可能之前会觉得有一个人总是骂你、总是对你不礼貌。当你发现、当你看到外面的任何声音, 他们只是在呈现他们自己, 就跟你没有任何关系。那当他再次做出所谓的骂你的行为的时候, 你并不会把他当成是对你的攻击。你反而会看到他背后的那种没有在爱中的状态, 你可能更想把他带到爱当中来。

问: 所以外面没有改变, 改变的是我自己?

赛斯: NO, 是之前的那个你, 她有一个外面。然后这个你, 她又有另外一个外面。一个投射出问题, 一个投射出没有问题, 一个投射出只是爱。

问: 所以随着我们自己能量的提升, 外面也会改变, 只是我看到的不一样了?

赛斯: NO, 你只是爱的一个状态。他在你的世界里只是爱。

问: 什么样的频率吸引什么样的事, 是这样子吗?

赛斯: 跟外界没有关系, 因为外界无论是什么, 它都是在爱里面。因为你流出去的都是爱, 所以它无论怎样都是爱。就这么说吧, 比如说你这颗橙子很甜的时候, 你把它做成果汁, 它怎么样都是甜的。那你这颗橙子, 它还在很酸的时候, 那个很苦涩的阶段的时候, 那它压出来的汁怎么都是苦涩的。那你所说的外界的相就是你这个橙子汁的味道。但是它的味道来自于哪里? 它不来自于别的地方, 它来自于你的成熟度。

问: 所以频率的提升不是外界改变, 而是纯粹自己看到的不一样?

赛斯: 频率提升更多的是一种..... 所谓的提升就是你在靠近爱。那所谓的另外一方面, 就是离开爱的状态。

问: 如何操控能量?

赛斯: 能量是你自己, 就好像我们刚刚说你榨出来的橙汁, 你的橙子是甜的, 它就是甜的。所以你就是能量的本身啊。不是离开你, 去单独谈能量, 而是说你就是能量的本身。

问: 那我怎么样展现我的能量呢?

赛斯: 你时时刻刻都在展现你的能量啊。你时时刻刻都在呈现出你是谁, 你的一个能量状态。

问: 那我怎样才能呈现出更强大的能量?

赛斯: 所谓的强大就是没有限制, 是不是? 那就是把限制你的东西拿走了。限制你的什么? 限制你的什么东西? 观念、想法、定义、记忆、身份认定, 各种。

问: 你认为宇宙的真理是什么?

赛斯: 宇宙的真理就是一切都是爱。就算不是爱, 也是爱。

问: 如何寻找并认出真理?

赛斯: 那就是去看到你自己本身就是爱。然后如何寻找? 那就是从你自己这里看到你就是爱。如何认出真理? 认出一切都是爱。你如何能认出它背后都是爱的话, 那就是去脱离外界的相, 而是看到..... 这么说吧, 道生一一生二二生三生三生万物, 对不对? 那你从万物回归到道。那个道就是爱。那你能看到道, 那你就能认出来。而不是说在万物上面.....

问: 如何知晓我们就是爱呢?

赛斯: 通过你生命中的体验。

问: 光通过体验就能认出真理?

赛斯: 那你说你如何能吃出来什么是甜的和苦的呢? 那你是不是要通过你的舌头?

问: 所以我们只能通过体验, 即使没有高维传讯, 纯粹通过体验就能认出来?

赛斯: 你通过体验, 你就能..... 就这么说吧, 就好像你的舌头在吃东西一样, 你通过你舌头的品尝, 你就能知道哪个味道是让你舒服的。那你说那些没有学高灵信息的人, 当你在无条件的爱的时候, 他们不会感受到你的无条件的爱吗? 明白吗? 他们是你内在不分裂的一个状态而已。

问: 请问我是谁?

赛斯: 你说的是哪个你呢? 物质世界的那个你, 它不过是在通过各个体验去认识更大的那个你。如果说你们真正的你是谁的话, 你是一切万有。一切万有把自己缩小到一个物质肉体, 然后把自己限制起来。然后通过这个限制去体验和感受、呈现无限。

问: 一切万有是谁?

赛斯: 一切万有就是存在的本身。

问: 存在是无始无终的吗?

赛斯: 存在就是存在。

问: 能量是如何产生的?

赛斯: 它就在那里。

问: 如何提升创造力?

赛斯: 那就是脱离头脑, 和你的灵魂连接, 就是回归那个更大的你。

问: 为什么头脑这么强大, 失去了跟灵界的连接?

赛斯: 这么说吧, 你们就只是一个能量的呈现体而已, 所以你们并没有断开跟灵界的连接。只不过是所谓的连接, 它也有不同的灵, 明白吗? 也就是说, 你们的肉体只是一个反射器, 反射你们的..... 你们没有任何生命是能跟灵界断开连接的, 告诉你这一点。所以你提的问题应该是说为什么和真相失去连接, 而不是和灵界。和源头, 和真相。这是你们去认识、学习、体验、成长和突破的一个过程。

问: 你如何看待给我们传讯的高灵的?

赛斯: 没有看待

问: 高灵有给你传讯吗?

赛斯: 高灵穿上我的衣服或者是我穿上高灵的衣服, 这里没有区别。这么说吧, 就好像这个水变成了雨滴、变成了雪花、变成了冰雹、变成了冰块。你就来问这个问题, 明白吗? 虽然你能体验到它这个就是不一样啊, 它这个硬邦邦的, 它这是雪啊, 那个是冰啊, 这个是水啊..... 这完全不是一回事。但是呢? 你摸到不一样, 看到不一样, 体验到不一样, 但实际上呢?

问: 你的能量强大吗?

赛斯: 没有对比。

问: 怎样不担忧一切, 感知动植物说的是什么呢? 包括各种星球语?

赛斯: 不太明白这个问题。如何不担忧? 成长, 就像你小时候小朋友没有安全感。你会害怕担心。当你变成熟, 长大, 你自然而然就不担忧了。所以你们心里的成长会让你们减少担忧。

问: 有些人要成长很多才能做到不担忧吗? 成长到什么程度才能不担忧呢?

赛斯: 成长到脱离你的物质身份, 然后进入到高我的一个状态, 你便不会担忧了。

问: 怎么样才能听懂动物植物或者星球语言?

赛斯: 这么说吧, 动物和植物它不过也是一个工具或者是像镜子一样的存在。所以说你不过是在跟你自己交流而已。但那个你可能是你的高我, 更高的那个你, 每一部分的你。所以你就知道什么都是你了。

问: 那为什么有些人能听懂, 有些人听不懂呢?

赛斯: 因为他在和自己的另外一部分交流啊。所以他会, 就是好像一个自我对话吧, 这个人格和另外一个人格。

问: 灵界在哪里? 灵界是否是一个固定的空间?

赛斯: 你们自己说的灵界是什么呢? 就是看不见的那些吗? 看不见的那些在哪里? 就好像你闭着眼睛, 那它还在那里。只不过是眼睛闭上了。那所有的一切是不是都在这里?

问: 它是在一个固定的空间, 还是一种意识状态的表现?

赛斯: 你就这么想, 你现在睁着眼睛看到物质世界, 对吧? 那你闭着眼睛, 你就在灵界了。那你做梦, 你也在灵界。

问: 闭上眼睛没睡着, 我也在灵界吗?

赛斯: 闭上眼睛, 外面的物质不是消失了吗? 那你不就是在灵界了? 就离开了物质世界。

问: 我只是看不到, 但是我能听到?

赛斯: 灵界就是你睡着或者是你闭上眼睛体验到的那个。

问: 那盲人是不是时刻都活在灵界?

赛斯: 你们跟灵界是没有区别的。你能感知到它, 是因为你在通过这个物质肉体在碰触它, 明白吗? 如果你不通过这个物质世界碰触它呢? 那就是你所谓的灵界。这么说吧, 物质肉体就像你的手套。你通过这个手套你才能碰到一些东西。但是离开这个手套, 你碰不到了。那就是所谓的.....

问: 那是不是离开手套, 我就全然的在灵界里了?

赛斯: 你本来就在灵界, 明白吗? 你只不过是在通过这个手套在touch yourself。

问: 灵界和物质世界的关系是什么?

赛斯: 物质世界是灵界的你穿上了物质世界的(肉体), 物质世界的你是你的舌头, 灵界的你在通过这个舌头品尝。所以你是那个舌头, 你的肉体是舌头。你在通过这个舌头在品尝。

问: 我们如何与物质世界产生体验, 除了通过物质肉体之外?

赛斯: 你做梦呢? 你冥想呢? 你出体呢? 你在体验。

问: 所以我们在灵界也有丰富的体验?

赛斯: 你自己就知道。

问: 脱离了肉体的体验是怎样的体验?

赛斯: 你自己做梦或者是你空想或者是你走神, 这些都是。

问: 死亡后的体验是怎样的?

赛斯: 就像你做梦一样。

问: 在灵界里有怎么样的能量?

赛斯: 所有人都是灵界的, 好不好? 只不过是在透过这个物质世界在产生体验, 在玩游戏。这么说吧, 你们都是灵界背后的那个皮影戏的手。你们都是在灵界的, 只不过是就我们刚刚说的用这个肉体、这个舌头来品尝。

问: 为什么我感觉不到?

赛斯: 感觉不到在灵界和连接是吗? 只是它这个阶段还需要完全忘记或者需要拿体验, 就还不需要走到那一步。

问: 灵性的提升和他达到的阶段都是他的灵魂课题?

赛斯: 如果是本来就是的人, 那么他就像一颗种子一样, 它就来长出来。那么他的路线就是固定的, 他就不断不断..... 那还有一部分人是需要通过这个物质肉体去学习的。那个本来就是的人, 他不需要学习, 他只需要成长。他只需要去长大, 然后他就是了。那那些还需要通过这些体验、通过学习, 然后再不断不断那个什么的.....

问: 那通过体验去学习的灵魂没有灵魂蓝图吗?

赛斯: 有他需要去..... 好像主题。那这个题, 你能不能答对呢? 你能不能突破呢? 你能不能有收获呢?

问: 本来就是的灵魂是不是也是通过体验学习, 然后成为是, 然后再来这一世展现呢?

赛斯: 不是。它是直接道。

问: 所以我们通过体验和学习的, 就不能成为本来就是的状态?

赛斯: 这么说吧, 它是个母亲, 然后它生了孩子, 它还是以母亲的身份在教导这个孩子。

问: 那这个孩子长大后也可以成为妈妈呀?

赛斯: 那它就教导比它更小的了。但是妈妈永远是妈妈, 孩子永远是孩子。就算孩子再成长, 妈妈还是它的妈妈。它会成为别人的妈妈, 就比如说它会去教导其它更小的baby。

问: 但是这个妈妈不是从孩子长成妈妈的, 它一直就是妈妈。它没有从孩子长成妈妈的这个过程?

赛斯: 对。那就是来自于道。

问: 来自道的灵魂多吗?

赛斯: 不多。

问: 大概多少个?

赛斯: 你们会知道的。

问: 本来就是道的灵.....

赛斯: 它们需要成长、成熟。

问: 它们在成长的时候有小我的突破吗?

赛斯: 就好像它们突破它们种子的壳一样。

问: 它们会不会长歪, 成为不了是呢?

赛斯: 那它就不是。

问: 所以它就一定会是?

赛斯: 对

问: 这个本来就是的, 不管它的小我怎样它都是?

赛斯: 它本来就是。如果它变成不是了, 它本来就不是。

问: 它是之前, 它呈现的相.....

赛斯: 那是你们定义的。

问: 为什么它不需要学习? 其它的需要体验和学习?

赛斯: 因为它不是来学习的, 它是来教你们的, 是来给你们展现的。

问: 能不能举几个例子, 已经在我们世界出现过的?

赛斯: 你们会知道的。这不是我们想要来给你们加深或者是如何的, 但是你们会知道, 你们内在是知晓。

问: 意识和能量的关系是什么?

赛斯: 那对你来说意识是什么? 你的意识水平决定了你能量级别的大小。你的能量级别就是振动频率。

问: 为什么有高频和低频能量?

赛斯: 所谓的高频它就是爱的状态本身, 所谓的低频就是离开爱。

问: 死亡后的灵魂经历是怎么样的?

赛斯: 这么说吧, 你们灵魂本来就在那里, OK? 只不过是它用物质肉体在体验而已。那死亡过后, 就是从这个物质肉体当中出来而已, 仅此而已。它本来就在那里如如不动。这么说, 我活着的时候是我把这只手放到水里面, 对不对? 那我就是活着的, 我在体验这个水里面的温度变化。当我死亡过后, 就是我把手从水里面拿出来了, 仅此而已。该干嘛干嘛。

问: 灵魂怎么选择进入身体进入物质体验的?

赛斯: 在灵界就一个念头就做了选择了, 不是一个怎么样怎么样的过程。就像你突然一个想法, 我想吃饭。然后就这么一动。

问: 所以它并没有做什么准备?

赛斯: 一个念头。产生了一个我想要体验。

问: 为什么说好多灵魂都不能投胎当人?

赛斯: 这是你们产生的问题, 就它不是真相。

问: 灵魂离开肉体后经历哪些阶段和体验?

赛斯: 就像我们刚刚说, 就这么说吧, 你在睡觉, 然后你做了一个梦, 然后梦醒了。就像刚刚说你把手放到水里面。然后物质肉体结束就是你把手拿出来了, 仅此而已。

问: 会有灵魂家族的人在等着他们吗?

赛斯: 你是说去世的时候吗? 灵魂家族本来也没离开呀。只是你这里没有那个感觉而已, 明白吗? 就是你以前只是没有感觉到, 现在感觉到了而已。就好像房子里的东西一直在那里, 你只是闭着眼睛没看它。你现在睁开眼睛就能看到它, 并不是它来了。

问: 是否灵魂都能感受到灵魂家族?

赛斯: 你们提的问题都是头脑不知情的问题。就这么说, 这个房子的家具家电都在这里, 它没有动。你看不到它, 是因为眼睛一直闭着。那你现在眼睛睁开, 家具就呈现在你面前。但是它并不是从哪里跑过来的。

问: 为什么会有灵魂家族?

赛斯: 不懂你的意思。比如说你想要学一个武功, 你需要一个对手来让你变得更加强大。所以你们俩就有了一个好像是捆绑的协议, 就这样。

问: 捆绑的协议是随机的吗?

赛斯: 双方共同。

问: 那好多灵魂同时产生意愿, 是随机的吗?

赛斯: 你现在提的问题都是来自于你们的物质头脑有太多选择、分配、分类, 各种。它才会有这样子的。

问: 灵界和梦境之间的关系是什么?

赛斯: 灵界就是无。梦境你还会从无当中显现一些相或者这些体验。

问: 为什么说有些灵魂被困?

赛斯: 只是它的思想被困, 观念、思想。没有真正意义上的被困。

问: 怎么帮助被困的灵魂?

赛斯: 这不关你小我的事。

问: 为什么醒来之后如此真实, 而梦境如此的虚幻?

赛斯: 你在用这个物质肉体呀。你在用, 对你来说就变得真实了。你不用, 它就不真实了。

问: 人类的衰老是集体意识的结果吗?

赛斯: 你说的是哪一种衰老呢? 心灵层面?

问: 身体

赛斯: 那就像是一种花开花谢的一个过程而已。

问: 如果意识中没有衰老, 是不是就可以一直健康活到老? 意识自己选择离开?

赛斯: 你是说当你们不再产生衰老, 你们的相会不会变, 是不是? 会变。

问: 所以没有衰老这个词, 我们就可以健康的、年轻的选择离开?

赛斯: 是的, 就好像你这台机器你不会误用它。

问: 那机器也要保养?

赛斯: 那是一个自然而然的状态, 就像一朵花一样。

问: 那我们就不消亡.....

赛斯: 那你们就不叫人类了, 叫另外的名字了。你们的观念会创造不同版本的你们, 所以你们还在创造中。

问: 有的人可以长时间不吃饭, 吃光就可以。这个也是意识产生的吗?

赛斯: 应该说这是它们的一个人生版本或者是体验的一个主题。

问: 那我也想呢?

赛斯: 要看是不是part of your journey。它是不是跟你的..... 因为你没有办法进入到一个跟你主题没有关系的里面去, 你会被拉扯回来。

问: 那如果我也想尝试?

赛斯: 是你的灵魂主题的话, 外界的一切会推动你朝这个方向发展, 而不是你尝试的。不是你去选择和尝试, 而是事情推动你往那方面走。

问: 人类需要食物吗?

赛斯: 你们不同意识形态, 然后会产生你们不同的跟食物之间的关系。

问: 梦境是否是灵魂在灵界的体验或者探索?

赛斯: 梦境跟你这个意识, 就是在你肉体休息的情况下再继续运动着、运作着。

问: 怎么样可以掌控梦境?

赛斯: 你们自己去探索。

问: 如何在日常生活中和灵界建立连接?

赛斯: 你们一直是在一起的。只是你notice到还是没有notice到? 注意到还是没有注意到? 你去觉察到还是没有觉察到? 就好像你一直有一双眼睛, 一直在用这双眼睛, 一直在用这双眼睛看着一切。可能你从来不照镜子, 不知道你的这双眼睛在看, 仅此而已。

问: 可以通过哪些方式增强与灵界的沟通?

赛斯: 那就是慢下来, 对自己的一切充满了觉知觉察。你就会知道你们一直在灵界的。

问: 灵界里的学习和修行与地球上有何不同? 就是有物质肉体 and 没有物质肉体的体验, 有什么不同?

赛斯: 就像是一个是你在看电影, 另外一个是你自己在演电影。一个是你看着别人在吃, 一个是你亲自去吃。

问: 灵魂如何在灵界学习?

赛斯: 它们有指导灵。

问: 指导灵怎么指导它们?

赛斯: 会根据它们不同的状态..... 这里没有一个标准。

问: 能举个例子吗?

赛斯: 比如说你现在就在被引导, 就这么简单。但是这个引导也是来自于灵界的, 通过物质肉体给你呈现出来而已。

问: 当一个人很思念另外一个人时, 他的一部分能量会.....

赛斯: 本来就在一起的呀。那他们就好像是两股能量本来就是在合一的状态。

问: 怎么显化对方?

赛斯: 这么说吧, 它们本来就是一股能量, 像是合一或者是相爱的一股能量, 对不对? 它会通过你的物质肉体去表达, 就变成爱人, 对不对? 那当这股能量可以通过昆虫去表达, 它们还是爱人, 明白吗? 这么说吧, 这里是爱, 对不对? 然后它们都在一百的状态当中, 它们就在那里了, 我说的灵界。那再会通过他们的肉体去展现, 就变成了谈恋爱的两个人了, 对不对? 那同样这个能量也可以变成什么? 比如说动物、宠物或者是昆虫这之类的。只不过是在通过这个, 就是借一个道、借一个工具来展现。

问: 借助工具的这个过程是如何展现的?

赛斯: 就是在爱中啊。因为你们误会了一个事情是你们会觉得是你小我的一部分分出去。你的小我只是接受了那个更高的能量的一小部分, 明白吗? 这么说, 你们的天花板上有一盏灯。那盏灯就是爱, 就是合一的能量。那这个合一的能量会透过来照射到你们两个人身上, 那就呈现出合一的一个相。那那股能量也可以通过一个动物或者是像你所说的那种, 在呈现出一个合一的相。所以看似你会觉得好像是你的能量投射出去的能量的一部分, 但实际上是你接受到那个能量投射到你身上的一部分。

问: 那比如说一个死去的人化成一只蝴蝶落在他正在举办婚礼的亲人身上。这个是真的还是巧合? 灵化身成.....

赛斯: 灵并没有化身。这个光并没有从天花板上消失, 它一直在那, 一直如如不动。它可以借助这个东西飞一点点, 它是没有动的。

问: 那那只蝴蝶到底是不是去世的亲人幻化的?

赛斯: 刚才说的是, 比如说那个灯在天花板上, 它一直在那里, 它没有动, 它没有幻化成任何。它没有幻化成一只蝴蝶, 它没有消失, 它一只在那里。只不过是它的一部分能量可以通过蝴蝶的本身去展现而已, 明白吗? 所以你们借到的只是部分能量而已。

问: 所以确实是一部分能量幻化成蝴蝶?

赛斯: 这个光一直在这里。你这个水晶体现出这个光, 反射出一部分让你们体验到。这个你能想象的到吗? 就天花板上那个灯在这里, 光源在这里, 它没有动。那我这个水晶放在这里反射出这个光给你们体验到。

问: 怎么样能确认那一道光投射出哪个? 这个蝴蝶到底是来自于已故的奶奶, 还是远方的好友?

赛斯: 如果你在分它到底来自于哪一个, 那只存在于你们的物质..... 这么说吧, 如果是奶奶、朋友或者是其他人, 就好像是不同的投射源, 它是不同的镜子。一个是穿衣镜、一个是放大镜、一个是玻璃镜、一个是水晶..... 明白吗? 就这样。那如果是说你们物质世界的相的话, 那就是你们彼此产生的, 就是同频共振, 就是这两个的一个同频共振。

问: 那就是那个人自己去感知? 刚才不是说有好几个可能性?

赛斯: 你说的可能性, 它只是还是在这里, 还是那个灯在这里。它只是在物质世界有不同的镜像投射出来而已。然后就被你们划分成了不同的..... 因为所有的这一切划分只是满足你们头脑的区别。

问: 这是游戏的体验吗?

赛斯: 所有的一切不都是吗? 都是你们在体验和感知。

问: 怎么样觉察高灵给我们的信号?

赛斯: 这个是你们自己在不同时期通过各种相..... 比如这个相产生了, 它就在这里。当你的意识形态在不同的阶段, 对它有不同的理解。所以它并不是一层不变的, 它更多的是像一个反射镜反射出你自己的意识水平。所以发生的这一切东西都在那里, 都像是一面镜子。那你通过这个再来看你自己、体验到你自己的变化。通过这个变化品尝到生命的蜕变、成长或者突破的一个过程。你就品尝到了生命的本身。

问: 身体不想动, 但是内心焦虑怎么办?

赛斯: 你通过焦虑的能量去看到你背后持有的一个信念系统。身体不想动就是因为他并不是他的灵魂来到这个世界上的目的。就比如说他想去做这个事情, 但是并不是他的灵魂想去的方向。就比如说他的灵魂想去左, 他的头脑觉得要赶快往右走。所以他的身体不想动。

问: 所以是不是走灵魂想要走的路, 身体是不会不动的?

赛斯: 你是说灵魂在跟随自己的激情的时候? 当这个人他是他以他灵魂的状态活着的, 他就会呈现出他生命最佳的一个状态。他就像是鱼在水里, 就像是马在草原上的状态。

问: 所以跟随灵魂的指引走上他的道路, 他的生命力都是很旺盛的, 是吗?

赛斯: 就是在做着这个灵魂来到这个世界上应该做的事情, 他的生命力会被激活。

问: 做着激情的事情就生命力很旺盛, 身体健康, 是这样吗?

赛斯: 要看你们对健康的定义, 要看他的灵魂主题。但是他是充满了动力的。

问: 动物去世之后去了哪里?

赛斯: 你们应该不询问去了哪里, 就像我刚刚说本来就没有去哪里, 本来就没有离开。就天上的月亮本来就没有动。

问: 动物去世之后的灵魂跟人类的灵魂不一样吗?

赛斯: 并不是所有动物都有灵魂的。它的意识可进可出的。

问: 艺术作品的灵感来自于哪里?

赛斯: 每个人创作的时候, 灵感的来源都不一样。比如说他就是需要去呈现一个这种作品出来。

问: 没有灵感的人如何获得灵感?

赛斯: 所有人都是有灵感的, 只不过是他在没有把他这个点打开。

问: 如何打开?

赛斯: 那跟他的, 比如说他的灵魂主题有没有创作的这个课题、这个主题?

问: 公共演讲和表演打动人的秘诀是什么?

赛斯: 就是你不是人, 你没有一个人的形象存在来束缚你。当你有一个人的形象存在, 它就是一个隔阂。就像这个热量需要一个传导器, 而不是直接产生热量。

问: 我不是人, 我是怎样?

赛斯: 就是没有身份的束缚。

问: 精灵是什么? 也是一种能量吗?

赛斯: 一切都是能量。

问: 真的有精灵的存在吗?

赛斯: 也是你们意识中互动的一个形态而已。那那些小蝴蝶也是精灵啊。只不过是一个是有形, 一个无形而已。一个是在你的意识中, 一个是在肉体当中。

问: 精灵会通过物质展现吗?

赛斯: 它想要就可以。它想要, 它就可以创造。

问: 之前替你传讯的珍是因为什么原因这么早逝?

赛斯: 没有原因。原因是你们头脑给外界的一个相定义, 把它合理化。

问: 生命中安排的事情都是以服务自己的灵魂主题为核心目的的, 是吗?

赛斯: 没有目的, 比如说你就是想体验, 就这么简单。那是目的吗?

问: 那我们不是为了要突破灵魂主题吗?

赛斯: 就是你想体验了, 就这么简单。

问: 那他可能不想体验这么多痛苦。

赛斯: 不想要只是那个阶段, 他还不知道那个体验是如何服务于他。当他那个阶段不存在了, 他就会有不一样的想法。

问: 那生命中安排的事情就是为了服务他的灵魂主题的?

赛斯: 那是你们的头脑要给它一个定义或者目的。

问: 自己的利益和他人的利益中优先选择自己的, 对吗? 还是应该找个平衡?

赛斯: 快乐你就去做。做自己快乐, 你就去做。没有必须的, 只有你是否.....

问: 关系中出轨的人总会得到谩骂。我们不应该指责出轨的人, 对吗?

赛斯: 什么是出轨呢? 谁设定的轨呢?

问: 那怎么样看待出轨的人和小三?

赛斯: 是谁设定那个轨道在那呢? 你们唯一的轨就是你们心中的轨。那人家出轨只是在走到他心中的轨道上而已, 明白吗? 只是步入正轨而已。那你所说的那个婚姻中的话, 那就是你们合约了。你们的灵魂来地球上不是来follow你们的合约的呀。合约是你们的观念中创造的东西呀。它是你们观念的产物, 它不是灵魂的产物。

问: 很多人想通过塔罗想知道对方对自己的看法。如何看待自己想知道在对方的相里.....

赛斯: 没有看待。只不过是你这个生命阶段是这样子而已, 仅此而已。但是你会变。

问: 显化法则和我执的区别是什么?

赛斯: 我执就是你的执念, 你进入到你的执念就是进入到你的限制。那显化法则就是让你拿开限制, 没有限制。

问: 灵魂的数量是固定的吗? 怎么看待物质世界上人口数量增多?

赛斯: 数量不重要。因为它都是在波动和变化当中的。

问: 如何消除对外界的人和事的亏欠感?

赛斯: 那就是增长你生命的智慧, 让你更加理解生命的一些法则。

问: 如何让受伤的左脚尽快痊愈?

赛斯: 把它当成正常的。

问: 近期珠海男子因对离婚不满, 开车撞人导致35人死亡, 多人受伤, 这个给到我们什么提示?

赛斯: 就是你们都在体验你们内在的冲突、观念的冲突、社会理念的各种冲突。你们在体验它们而已。

问: 我们需要怎样做才能减少这样的事情?

赛斯: 没有信息进来。

问: 您能说一些预言吗?

赛斯: 就是你们都在走向合一。

问: 有没有预言一些2025年会有什么事情?

赛斯: 你们可以去找专门做预言的。

问: 有没有造物主?

赛斯: 你说呢? 你们创造了这么多..... 只是你们创造的东西有限, 所以你们是有限制的造物主。

2024/11/25 – 你不需要做任何

问: 我的灵魂主题是什么?

高灵: 你的灵魂主题就有点像大禹治水一样。那个洪水的能量太强大, 然后你怎么样才能让个那个水的能量是在一中smooth运作的情况下, 不会崩溃、崩塌, 就是不让它死机、短路? 如果说灵魂主题其实就是来运用能量的。就好像房子里面太多东西了, 你怎么样去把它很好的归位? 所以说你体内的能量也是非常的强大, 你怎么样才能把它理顺? 比如说你内在有一头狮子, 这头狮子的能量你怎么样才能让它很好的运作? 你这一生就是来学习如何驾驭好你自己内在的能量。因为当你在理顺的时候, 你内在的狮子, 你能把它理顺的过程当中, 你就会对外界发生的很大的冲突, 你就能够知道它的来源是什么, 它是如何造成的, 你需要去如何handle它们, how to face它们, how to去把它们calm down..... 你就会治暴了, 你就能够治理这些洪水了。所以在你自我成长和自我成为的过程当中, 你就自然而然的拥有了一套技术或者能力。就比如说洪水泛滥, 你运了一套系统, 知道怎么样这个水变成生活用水服务你们家。那你是不是就可以把它..... 所以你是通过你自己的能量状态在学习。因为你deal with yourself, 你自己就是你自己的老师。就好像你要教别人骑马, 你要去把马很好的驾驭过后, 你就能成为一个骑马高手。你就能把骑马的技术交给别人。所以你自己存在的本身就是你的老师。

问: 上次看JOJO发朋友圈, 她说要建立一个怎么样的团体, 我觉得这个是很棒的方向。

高灵: 当你在做你自己的时候, 你就在..... 你不需要刻意的去离开你去做任何事情。你在做你自己的过程当中, 就像你是这片森林里的一棵树, 你需要不断不断地成长, 那么你这棵树就在支持整个森林的系统。你就在给这个森林里面的动物提供一个栖息之地, 你的果子就能给到那些。你们做的任何事情不是你们头脑找来的, 而是自然而然你就在服务整个集体。如果你没有做你自己的话, 你没有办法结出果子, 也没有办法喂养到其他人。

问: 我现在在调整和修复的过程

高灵: NO, 你是在认识的过程, 认识这个能量的过程, 认识你这头狮子它的一些脾性、发作情况、它什么时候失控、什么时候calm down。你在认识它, 你在跟这头狮子打交道。所以不是调整, 没有任何东西需要你去调整。品尝它、认识它, 就像是与狼共舞一样。

问: 我现在在调理身体.....

高灵: 你不需要去调理任何。因为你的身体产生的任何是你能量的结果。所以你只需要允许这个, 就比如说你这头狮子发作的时候, 它可能会全身抽搐。你只是去认清它会有什么反应, 去认识它, 认识它会有什么状态, 怎么样才能好转。去学习它的习性、它的品性.....

问: 我现在在用中医的方式调理。

高灵: 你觉得你想做这件事情, 你就做。但是你不需要刻意的丢开这个事情, 你只需要去认识这个事情。因为当你在更多的认识到的时候, 你便不需要有这个观念支持你, 你便不需要进入中医的观念来支持你。如果你离开了对自我的探索和认知的话, 你会进入到另外一种状

态。它那个状态还是你是无力的。就是让它自然而然的消失。并不是所有的生命状态都需要这个来支持你，只是在某一个阶段你对生命的认知在这里的时候，你可能觉得你需要这个。当你的认知在那里的时候，你自然而然不会有这个需求。就是做你现在你觉得你要做的事情的同时去探索生命的真相。因为你会把你的生命当成是个问题。我们现在让你知道的是它不是个问题，而是你学习的一个模具、样板。这个标本不是来让你去把它fix，把它变好，把它变成这样那样，把它变得perfect。不是的。而是说你在通过它来认识这个那个，是认识它，而不是去fix它。因为这里没有任何事情是需要fix的。就这么说吧，你就想你面前有个病人发作了，羊癫疯。你并不是说我要试图把他变健康，让他不要发作。你不是来让它..... 而是说观察它发作的过程，你在旁边做笔记。OK，他之前触动他发作的是因为这个这个，在他发作的过程中是这个那个，然后在他结束的时候是..... 明白吗？没有任何问题是需要解决，你们没有办法解决任何问题。你现在觉得你有问题，你要去解决它。这不是问题，OK？这是你在know yourself，认识你自己、认识生命的一个形态和认识这个能量对你(影响)的这个过程。所以你存在的本身就是你的老师，而不是把老师弄成这样子，把老师变成正常人。你存在的本身就是老师，你是通过这个老师学习的，而不是把这个老师变成这样那样。它没问题。你之前为什么会这样子？是因为你不知道你在做什么，你觉得你要把这个老师变成书上写的那样，而没有去跟老师学习。就好像我们刚才跟你说的那个case，你在试图让那个发羊癫疯的人变得正常，而不是说把它的过程记录下来，去认识它的过程，明白吗？因为你现在进入到一个，你在调理你的身体，你在调这个调那个。你进入到有问题版本的一个版本。这里没有问题，而是说你在认识能量和你的肉体之间的一层关系。你的不舒服，你在品尝这个能量进入你身体的那个果。然后你就可以去观察是什么样的状态导致你品尝这个果、产生这个果。而不是试图要把这个果拿走。为什么呢？因为这是你成长的台阶。你把每个台阶都抬走的话，你怎么上去呢？

问: 那我现在建立这个台阶了，我就不需要管它，直接进入下一个台阶就好了？

高灵: NO NO NO，你需要去明白在你生命中所有的一切是你来学习的一个模板，而不是让你去fix它。那你们的关系就变了呀。这么说吧，你生了个孩子，他是个问题小孩，特别叛逆。你一直试图把它变好，变得乖乖的。但是我们现在告诉你，这个孩子不是来把他变好的。

问: 接受它？

高灵: 也没有什么接受。如果你觉得你需要接受的话，你还觉得他跟你不一样，他有问题。他没有任何问题。他不过是来让你认识这个人种。因为这个人种对你来说，你不了解他。没有任何问题。在他展现和成为的过程当中，就好像一个精神病患者如果不给你表现出任何症状，你从他的case能学习什么呢？所以你需要去允许他所是任何状态，然后从这个状态中捕捉所有你需要学习、体验的东西、探索、观察。那么你就对精神病就了解了。

问: 我以前总是试图产生这个结果.....

高灵: 你没有问题。你产生的所有的所谓的问题都是来自于你自己的不知情，它是你学习的礼物。因为如果当你去试图把你需要去解决问题的这个点拿开过后，你就进入到一个完完全全允许你这个生命体自然展现的状态，它是一个没有问题的状态。只有你在试图去fix它、解决它的时候，你内在的冲突、分裂开始产生。那个是导致你有问题的。

问: 我其实不需要去解决.....

高灵: 你觉得你能解决什么呢? 你在解决的过程当中你就创造更多的分裂, 所以问题是你产生的。所以你现在需要看到你不产生问题, 这里就没有问题。它对你来说就是学习和体验和成长和智慧和对生命的一个认知。就是去感受它、去体验它、去品尝它。你会爱上它。你不产生问题, 就解决问题了。拿开你卡住你自己脖子的那只手, 它就能正常运作了。当你欣赏这个生命体的时候, 其他生命体也会被你欣赏到。你们每个人都在卡住自己脖子、卡住别人脖子。拿开你们的手, 不要卡自己, 也不要卡别人。你的问题来自于你的手卡住你自己脖子。当你卡住你自己脖子, 你也试图卡住别人脖子。你在干涉一切。去欣赏它。那么你就给了其他所有人自由, 这个自由你不仅是给了你自己, 也给了其他人。

问: 上次我想去参加一个老师的课.....

高灵: 那些已经没有问题了, 现在是新的版本的你。那些全部都没有问题了。那个你已经死掉了。你还把一个死人的过去抓出来问。

问: 这个错过要告诉我什么?

高灵: 就是来让你听到你错过的就是来错过的这句话。你们唯一不错过的生命的方式方法就是不去干涉它。当你在干涉的时候, 你就在错过。你们唯一能错过的就是, 当你们在试图去干涉, 你就在错过它本来就是的状态。当你不在干涉, 你就在品尝它、欣赏它、完全的融入它, 你没有错过。就算那个事情你强迫它发生, 它也不是以它本来的目的来服务于你的。因为你不知情。

问: 我总觉得我要去拿一个什么礼物?

高灵: 礼物不是你去拿到的。就算你拿到手上, 你不知道它怎么用, 它还是一个废物。就好像一个很硬的椰子, 你不知道要喝里面的水, 你吃了一片, 很硬嚼不动。它对你来说并不能以它所是的方式来服务于你。所以你这个生命体是以这种状态存在着, 然后去成为(听不懂)..... 你看你一直在试图去fix它, 把礼物给它抹掉。礼物是在于你到底能够发现多少, 你的认知程度。

问: 几个月前, 我感觉一个外在的能量来到我的额头, 进入到我的身体, 让我觉得很不舒服。

高灵: 你的不适感来自于你内在的排斥或者是害怕。如果你知道所有的能量就像是来到你舌头上的味道, 你只是品尝它、进入它, 去认识它。你便不会被它吓到。所以你的排斥是来自于你的恐惧, 因为你们的头脑会对一些未知产生本能的抗拒。你们想停留在一个固定的状态当中。想体验我坐着就是坐着, 不想体验在地上抖来抖去, 失控的。你觉得那个是不应该的, 你觉得你就应该坐着。那如果你们头脑去认识到哪怕我全身在抖也是正常的, 并不是我坐在这不动才是正常的。那你们就会允许每个生命体以它本来就是的状态存在。因为你们的集体意识当中会把一个状态当成正常, 其它都不正常。来自于你们不能完完全全体验能量而导致有很多恐惧的能量。就是你被自己恐惧的能量包裹着, 没有办法去体验到这个能量本身的状态。你在品尝你自己本身的能量。你内在恐惧的能量, 你在品尝你的信念、观

念、观点。就这么说吧，你现在周围的空气都是臭味，它都是你身上发出来的臭味。所以其它味道进来，你闻到的是你身上的臭味，不是其它的味道，不是花的香味。为什么呢？你在你的臭味里面。那当你把臭味全部清理干净，外面什么味道，香味来了你能闻到，食物的味道来了你能闻到，你闻到它本身的样子，而不是闻到你身上的臭味。所以你们得把你们自己洗干净。

问：怎么样全然的品尝到其它味道？

高灵：那就是你们头脑里面没有任何概念观念、记忆，没有任何东西。因为你们会自动的运用集体意识当中的那些。

问：我很害怕中蛊。

高灵：它是你对生命的认知在那里。所以你会对外面的一些恐怖的东西吓到。如果你认识到生命在这里的话，你便不会去.....

问：那我怎么样不会受到这些影响？

高灵：就是成长。

问：怎么成长？

高灵：允许你这个生命体，不断不断允许它。你在允许它的时候，它就在成长。就像你在允许一棵树苗，你在允许它，它长到一定程度就自然而然就知道一切。你不卡着它脖子，让正常呼吸，它就能活下去了。它能活下去，它自然而然就能明白了。就是让它能正常的活着就好了。

问：我觉得要做点什么.....

高灵：关于你们要做点什么。你们能做的最好的一点就是细细的去品味每个生命的当下，那就是你们能做的。当你能够进入、细细的品味每一个当下的话，你这个灵魂就不断不断地被滋养。它不断不断地被滋养，它就不断不断地长大，能量越来越强大。它的影响力就越来越大。因为你们在外面做事都是需要能量去推动的。那你的能量级别越来越强大的时候，你做事就毫不费力的。你的影响力特别小，你可能求爷爷告奶奶都要不到一分钱，明白吗？所以去喂养你的灵魂。你知道什么叫喂养你的灵魂吗？喂养你们的灵魂就是爱。所以说当你把爱给到每一个生命体的时候，它就不得不把爱反射到你这里，越来越powerful。

问：我恐惧灵魂、能量。我感觉灵魂要扑向我，我会非常恐慌恐惧。

高灵：我们刚才说什么？喂养你的灵魂让它长大。它长大后，你小时候害怕的事，长大过后就不会害怕。你不需要停留在这里解决这个问题，就像小时候你怕黑，小时候怕爸爸妈妈抛弃你。你三十岁还会怕吗？所以只是允许你这个生命体自然而然成长，这些东西都会消失的。不需要刻意做什么。就让它自然呼吸，它就能成长。这些都会变好。它不是个问题。

问：一直说我的能量是男性能量。但是我喜欢男性，有时候好像有一点喜欢女性。为什么会这样？

高灵：如果你只是去体验它，头脑里面不发声，就不会产生这个矛盾。产生这个矛盾是因为你的头脑里面在发出声音。当你的头脑安静的、不发出声音的话，你只是在品尝这一切。当你在发声，他是男人，我是女人或者她是女人，我是女人，它有声音的时候，它就会抵触。所以你没有声音的时候，它只是在看，只是在观察。所以你头脑开始动了、念头开始动了，才会产生一个所有的抵触、矛盾。所以刚才我们说完完全全的允许你这个生命体以它所是的方式，成为一个旁观者。不给它任何的定义、评判，只是去看它的一个变化。你在认识你和能量之间的关系的过程当中。因为它不是你头脑里面的东西，所以你并不知道。但是你却可以从这个过程当中去收获智慧。

问：为什么我会有男性能量？

高灵：你这一生的功课不就是如何像大禹治水一样，就是操控能量，对吧？那就是为什么你是男性的能量却选择了女性的身体。因为女性的水管比较小，那你是不是就需要很好的调控好这个能量？就像是一个特别powerful的一个东西却需要一个很小很弱的器具去承载它。那就需要去平衡、调整、需要很高的技术，就像大象走钢丝一样。那它是不是需要很好的平衡？我们看一下你为什么选择女性的身份。因为你这个身体能承载和能释放的能量是有限的。这个女性的身份是有限的。所以它这一世要学习如何把这个能量分散到其它的个体上去呈现。就是你还需要学智慧，因为这个能量只是单独通过你去展现的话，它是有限的，它只是这样。所以你得需要把这股能量放到其他人身上，它也是你的能量。

问：我怎么样放到其他人身上？

高灵：这就是你这一世需要学的。因为你在运用能量。你的承载是有限的，你得把力量分散到其它的椅子上。就好像这个桌子只有一个腿，它能承载的是不是很少？那你给它更多的腿的话，它能承载的是不是就更多了？这就是你这一世需要学习的主题、你的功课、你的挑战。你按照你的人生步骤去走就好了。

2024/11/26 – 多人提问通灵问答

第一个人:

问: 昨天和JOJO老师进行了当面的能量疗愈, 我感觉很好。但是今天起来又觉得是那种浑浑噩噩的状态了。想问一下这是什么样的原因?

高灵: 这么说吧, 就好像你这个水是从外面流给你的, 而不是你内在有一个活的水源在源源不断地产生活的水, 明白吗? 你品尝到的是JOJO老师的能量。那当这个味道过了过后..... 因为你的身体就好像是一个舌头, 它在品尝这个能量。

问: 如何能够有自己的能量出来?

高灵: 你现在是在体验你在突破之前的一个能量。比如说你现在在体验束缚、你现在在体验不自由的一个状态、受限的一个状态。

问: 我要如何突破呢?

高灵: 你现在体验的所有这一切就像是一个推动力, 把你推向你人生的另一面。比如说你现在是人生的这一面, 然后又把你推向人生的另一面。怎么样突破呢? 就是明白所有发生的一切是在推动你走向更高、走向更加合一或者走向真实的你的状态, 而不是来置你于死地或者是阻碍或者你的人生不应该这样, 明白吗? 主要是去看到你生命中所发生的一切是一步台阶来让你走到你的位置, 而不是说一个绊脚石来让你受到阻止、限制或者是阻碍。它们都是动力。你的这些体验都会让你越来越明白你自己是谁或者你自己应该是一个怎样的一个状态。

问: 能看到我什么时候能突破这样的状态吗?

高灵: 首先它是一个逐渐的过程, 就是一个逐渐逐渐..... 这么说吧, 就好像你逐渐逐渐的去认识自己或者一棵树它逐渐逐渐长大、到开花、到结果, 它是一个逐渐的过程, 而不是说一夜之间的过程。但是我们连接到你的能量, 在这两年, 就比如说明后年你会更加的清楚, 更加知道自己是谁, 就越来越清楚你的真实身份, 明白吗? 你会越来越知晓你的真实身份, 越来越清楚你自己是谁。从而让你以你真实的状态和身份面对这一切而存在。

问: 我觉得我的身体对能量很敏感, 人多的地方我就很难受。但是我的工作又没有办法离开人多的地方, 容易被黑暗能量影响。这个该怎么办?

高灵: 我们连接到这就是你的体验, 因为这是你前半身的体验, 就是你前阶段。就好像这么说吧, 你是一个神医, 你要把所有的药都尝一遍。那目前这个阶段你就是在品尝每一副药的味道, 明白吗? 所以它是你现在这个生命阶段需要去品尝它。你需要记住一件事情就是说, 你在感知的是周围他人的能量而不是你, 明白吗? 就比如说你在吃一个东西很苦, 你需要知道你在品尝一个东西, 它是苦的, 而不是说我的舌头本身是苦的。这是不一样的。

问: 但是我在品尝这些后, 感觉身体非常的疼痛和疲惫。有什么办法能.....

高灵：你找一个不被打扰安静的环境的状态下，闭上眼睛，你可以邀请观世音菩萨的能量来到现场给你包裹或者给你疗愈、给你充电、给你recharge、给你切换。可以有一个，就比如说闻到那个气味太难闻了或者太窒息了，我呼一口气。还有就是去明白你现在目前像是一个摄影机的功能，你只是在捕捉外面这些东西。它并不是说真真切切，就是说它不是真实的，你不过是在捕捉这些相而已，你不过是在品尝这些味道而已。你不是它本身。

问：您能否看见我昨晚在睡觉的时候突然五雷轰顶，我好像听到人说话，也看到一些碎片的字。这个是什么？

高灵：你稍等。这个有点像是你自身的能量在恢复的过程当中。这么说吧，你自身、那个更大的你，就是如果你完全成为那个你的话，它应该是百分之百的状态。目前你可能只有百分之三十。但是昨天有灌能，对不对？那部分的你的能量就又恢复到你身上了，就是激活。那就比如说一下子你百分之三十变成百分之五十了。你就会越来越有力量，越来越是真实的你。那真实的你就是在在一个整合的过程当中，就好像你的天线变的更广阔，它能搜到的信号就变的越多了。就比如说你之前只能搜索到一百公里，你现在因为这个好像升级了，能搜到五百公里。就是它能reach到的范围、维度就会更加广阔一点。所以也就是你这个意识体一个升级的.....

问：当我在感觉到没有力量的时候，有没有什么办法可以找回力量？

高灵：昨天JOJO老师给你灌能的能量场，你可以再一次闭着眼睛进去连接这个能量，然后进入这个能量，感受你全身被充满能量的那种感觉。因为它就在那里，就像你吃过蛋糕的味道。当你闭上眼睛再次回到那个蛋糕在你嘴巴里面，你还能再一次的品尝到它。所以你还能再一次回到那样子的能量场里面，再一次感受到你全身被充满强大的能量的状态。它一直在那。就像你回忆起你第一次kiss。你身体会不会有感觉？所以你身体也会有感觉。

第二个人：

问：关于当下即是.....

高灵：我们现在想带给你的信息就是说因为你的头脑会追求一个结果，你的头脑会觉得某些事情或者某些什么什么的需要有一个结果，它需要看到一些成果。但是就好像你现在在织一张很大很大的网。但是这只是那张大网的其中一个角落。因为比如说你现在在这个角落织一个网，东边西边南边，每个角落都在织那个网。当你们的网拼到一起，你才能看到那个big picture。所以你在绘的那个图只是puzzle的一小部分。但是你看不到那个big picture，然后你也想象不到，所以你会觉得我这个作品做了这么久，还没有成型。它不是你个人在做一个成型的一个picture，明白吗？这么说，有一个叫天时地利人和，就万事俱备只欠东风，对不对？你可能把所有东西都弄好了，然后你就等着这一阵风来把东西吹起来，然后你才能看到。所以说放下头脑对你自己做的一些事情或者做的一些东西要在你的世界里面产生一个果，明白吗？那样你就被困在里面了，你不知道。这么说吧，你现在在这个角落画上了一个彩虹。然后另外一个地方，JOJO老师在那画了一个彩虹。另外一个其他它地方，在美国画了一个彩虹，一个在日本画了一个彩虹，一个在..... 但是在我们看来你们就已经形成了一个彩虹的图，对不对？因为你自己看不到，你只能看到那一点，你看不到那个big picture。所以允许

你的头脑不知情，但是去相信你生命的每一步都是一个宏大的计划。因为你的头脑只能看到你那个角。

问：以我当下的能量状态来说，我怎么样让我的头脑处在一种不知情的状态？

高灵：你稍等。去看一下比如说你的生命的每一步骤是如何巧妙的安排或者是推动着你走到今天。你会发现每一个节骨眼上都是刚好、恰恰好。在这个节骨眼上就突然这样那样。因为你生命中的巧合和奇迹和同步性，它是无处不在的。那样你就会发现其实每一步都会精确、奇妙的安排好的。如果你能发现你生命中的这些奇迹的话，你头脑就愿意相信你的生命是一步一步的奇迹。因为你的头脑需要从已知当中找，你的已知当中已经发生了无数个奇迹给你展现出来。

问：还是想问一下关于当下即是这个问题.....

高灵：这么说吧，生命是一个鉴证奇迹和鉴证无限的一个过程，明白吗？那什么是鉴证奇迹呢？就比如说真的有一个人来给你追债要十万块钱，对吧？不是说你必须要显化十万块钱去还你的债，而是说你可以去展现一个奇迹，就是那个管你要十万块钱债的人，他变成一个可以给你创造一百万价值的人，明白吗？就是他不是你的债主来管你要钱，他是你的财神爷来给你送钱。因为你要把他当成一个债主的话，那接下来你就会面对一个债主。如果你把他当成一个财神爷，你头脑就会开始想我如何从他身上让他成为我的财神爷的状态了。然后你就打开那扇门了，所以你需要把他的身份、定义给他转变。

问：但是就比如说当过去发生过的类似的场景再次上演的时候，身体会不自觉的感受到害怕。这种时候该怎么面对？

高灵：如果你把他当成是一个债主，就像我们刚刚说你给他一个债主的身份，你才会产生这些。如果你把他看成是一个爱人的身份，你身体产生的是一个不一样的频率，明白吗？所以就需要你从一开始你把他当成是谁，在跟谁互动。因为你就能处处去体验到神迹，你也能处处体验到你是如何展现出无限和成为无限的这个身份来体验的。

问：当我在负面能量爆棚的时候，我该怎么办？

高灵：你不需要怎么办。你只需要允许这个能量释放，然后去陪着你自己。就允许你自己，然后陪着你自己就可以了。为什么呢？因为在这个过程中，你也能够去感受和连接到造物主或者源头无限的爱，因为你既是那个体验者在体验抓狂，同样，你也是那个给与者，就是给与无条件的爱的那个身份，明白吗？你是他们both，你都是。

问：年前我能回到中国吗？

高灵：我们想让你知道就是不要去给你自己的location就是你的位置，还有你的身份，你的地方地位这些有任何限制。就比如说你说我是怎么样怎么样的，然后我在哪里。就不去给它有任何的定义或者是定位或者是任何给它贴标签吧。因为这样的话，你就在限制你这个生命体以它所是的方式来呈现。然后你只需要记住或者知道一件事情就是说任何你被带到地方，你都会在那边开出一朵花，都会在那边获得一座金山或者获得一堆礼物。因为你们头脑会觉得这个地方才是好的或者这个地方才是我应该去的或者我应该在那里。但是这并不是头

脑会知情的东西。为什么呢？因为它会按照它曾经的体验，曾经的那个什么……它那些东西在不知情的情况下去产生的一个东西。你不需要去follow它。

问: 但是今年一月份通灵的时候说我今年肯定会回到国内的。为什么现在变了？

高灵: 你是说之前的信息？因为之前的信息是之前的那个你，在那个当下。但是现在的你已经转换了无数个当下了。

问: 能不能再透漏的具体一点？

高灵: 也就是说给你的生命更加的敞开和更加多的允许和更加多的信任，让它给你展开。而不是说按照你头脑去策划和计划的方式展开。因为你去follow你头脑里面的话，对你本身是一种限制。

问: 我还会在法国停留很长一段时间吗？

高灵: 我们看到你会有走动，就是会有流动的迹象是在明年。就会是变动，会有变动。

问: 明年什么时候？

高灵: 明年天气热的时候。

问: 天呐，这么久。

高灵: 不过你可以不用去在乎你刚才说的: 天呐，这么久，这句话。因为它并不知情，它来自于不知情。因为你们往往会把你们头脑里面发出的声音当成真的了。你们会说出一句话，然后就觉得这个话是真的。

问: 灵界还有什么其它的信息带给我吗？

高灵: 我们想让你知道你现在的每一步都是应该在的地方和在的位置。然后你只需要在当下发现和找到生命中给你送的礼物。就好像你在寻宝一样，你来寻找每个当下生命给你送的礼物。当你的寻找功能能力越强，那么你获得的宝贝就越多。因为就好像你在捉迷藏一样，你能找到更多的话，那你的能力就越强。所以去开发你在当下寻找宝贝、寻找礼物的功能和能力。这样的话，你百宝箱里面的宝贝就会越来越多。

第三个人:

问: 跟老师灌能后处在高能状态，但是睡觉后就下来了。我们可以通过什么方式再次达到这个状态？

高灵: 那就是你这个灵魂，就是这个意识形态在不断不断地成为。就是你自己核心的振动频率。

问: 物质世界体验到非常愉悦的时候是说明我处在比较高的频率？

高灵: 那你这个愉悦是来自于你处在幻像当中, 还是处在真相当中呢? 比如说你的愉悦来自于可能中了五百万, 一下子很愉悦。那这个愉悦是处在幻像当中的愉悦, 明白吗? 也就是在一个本质的状态当中, 就是你的那种愉悦感不会因为外界的相变而变的。比如说他品尝到的是外面来的味道, 而不是他自己本身的一个状态。

问: 他自身如果达到这种状态.....

高灵: 就像我们刚才说, 你的这种愉悦感是来自于外界的相呢? 还是来自于本质呢?

第四个人:

问: 怎么宠爱小我? 要满足小我的执念还是不去理会?

高灵: 小我产生的一些执念是来自于你背后的believe system, 你会觉得这个是你需要的或者觉得拥有那个你会快乐。它是来自于你背后持有的一个信念。这么说吧, 小我也像镜子一样, 它呈现出你自己拥有什么信念。那如果你那里什么都没有呢? 这个镜子里面也是呈现出什么都没有。

问: 想做的事情太多, 体验不到心流的感觉?

高灵: 首先就是你放下去追求任何, 比如说我要追求心流或者是我要追求这个感觉。然后你只是去做你自己想要去做的事情。因为比如说你有了一个追求过后, 然后你再去做一个事情的时候, 你的头脑就会因为你没有达到那个果而产生一些情绪或者不耐烦。当你放下你做某个事情是为了某一个果去做的话, 那么你就会品尝到在做这个事情本身是否是你想要的体验或者是否是你喜欢、是你enjoy的。

第五个人:

问: 物质世界的变量是什么?

高灵: 这么说吧, 你会发现物质世界的一切会随着你变而变。就是当你的频率变了, 当你的心态变了, 你看它的视角变了。就像刚才说你把他看成是一个债主和把他看成是一个爱人, 他就变了。比如说这个门我一打开, 你把他看成是一个债主, 它是一个相。你打开门之前, 我的爱人要到家了, 它又变了。所以你能体验到物质世界当中的各种相是源自于你自己对外界的感觉、想法、定义, 反射出你自己。那如果你能够千变万化, 你能够没有任何定义的话, 你就能体验到什么? 自由。如果你非黑即白, 要么死的要么活的, 那就是你体验到的限制。

问: (听不清)

高灵: 那就是说你这一生又选择一个肉体来让你去通过这些体验去成长、变化、学习、体验。所以always, 就是每一个当下都有一个新的机会, 明白吗? 并不是说你们出生这一世是新

的一生，而是说每一个moment都是新的一世。每一个当下你都是新的一世。让你从这个过程当中去体验到你对外界一切的影响。就好像这个手一碰到水，然后这个水就刷的产生波浪。所以这个物质世界来让你知道当你起心动念，当你一动，外界所有的相都变了，明白吗？这里没有客观的或者一个固定的存在。外界的一切不过是反射出你自己的能量级别，你自己的意识程度在哪里而已。

问: 他得到的答案只是他在那个状态得到的，并不是他未来一定会经历的？

高灵: 这么说吧，如果他听到了这个信息，我们现在讲的信息和刚才他接收到的信息，他就变了。如果他能把我们现在讲的信息给它理解到或者是运用到或者是吸收到的话。

问: 那他是否能理解是否是注定的？

高灵: 你要知道我们每一个information，每一个信息下载下来，你们就拥有了一次转变的机会。你们就拥有了一次更加广阔、更加无限的体验。我们每一次给你们注入的可能性、注入的能量..... 这么说，我们每一次信息进来，就是你又多了几个亿供你去自由的创造。那你现在不断不断地在拿钱，你的银行上的数字越来越多。数字越来越多，你去买的东西就越来越多，能创造的也越来越多。就是这样。所以这些信息都是来让你去更加自由，无限的去体验和创造。

第六个人:

问: 怎么看待物质世界的信守承诺？

高灵: 那应该你自己怎么理解，明白吗？你们到底是要钻那个字眼，还是说你们知道是爱的频率，他没有离开爱的频率，他做的一切都是爱。可能会变换成不一样的样子，不一样的行为，譬如说我打你、我骂你或者是我怎么样你，但是我都是爱你，我都是在爱的频率。而不是说你不在爱的频率，你在一个仇恨的频率，然后我来遵守承诺，我要爱你，明白吗？所以说你在哪个频率，你散发的频率到底是爱还是分裂呢？而不是说从表面上你的行为去看。因为从表面上的行为去看的话，那就是为什么你的老婆在你身边，但是你不会感受到爱；你老公在你身边，你并没有觉得你们的关系在滋养，反而还很痛苦。你们不是大部分人都在信守一个承诺，一个paper work，然后就在一起吗？然后呢？你卡我脖子，我卡你脖子。所以不在于是否在表面有去做任何事情或者没有做任何事情，或者表面上去follow任何paper work or not。但是最重要的就是你是在什么频率里面呢？就是你散发的是什么频率呢？到底是爱的频率还是分裂的频率？因为你们如果要去follow那些的话，那你就是进入到一个相里面。你会觉得他这个相才是爱我，离开这个相他就不爱我了。那就是你们矛盾的产生。

问: 但是比如说宗教啊什么的会觉得信守承诺是一个品质。

高灵: 那个到底是对谁忠诚呢？如果你是忠于每一个人，就是我们存在是忠于每一个人，他们忠于他们自己，明白吗？还是说你们要忠于我，忠于这个组织。首先你们自己玩的游戏的规则就有问题。因为你们是抛开了振动频率的本身去谈那个相，你们注重的是那个相。

问: 比如说当下他自己做出一个承诺, 但是过一段时间他的意识变了, 他就不想做了。这种矛盾的话.....

高灵: 如果你允许他来去自由, 它会产生矛盾吗? 只有你不允许他了。

问: 但是当初他是自愿的, 后来他又变了。请问高灵怎么看?

高灵: 高灵没有看法。他想怎样怎样, 他爱怎样怎样, 明白吗? 只有你们人类才会有看法, 觉得他没有信守承诺, 觉得他怎么变来变去。这是你们人类产生的一个定义和不允许, 明白吗? 每一个生命体都是自由的。他每一秒都可以有一个..... 我们刚才说了, 他的新生不是说他这一生才有一个新的生命, 是每一个当下他都有新的生命可以做出选择。

问: 但是如果他随意改变.....

高灵: 是这个提问的人, 是产生这个问题的人她自己系统的问题。本身是没有任何问题。是把它看成是个问题的人, 因为她觉得这是个问题。因为每一个生命体它都有所有的自由意愿去体验一切。只有对方觉得他的行为有问题才会产生矛盾。她会抓住别人的一句话不放。没有任何强迫的能量。因为你们来不是去follow任何paper work, 不是去follow任何你们曾经说出去的一句话, 明白吗? 而是说去follow你们自己内在真正的意愿, 然后在任意的时刻你们都可以再一次的去推翻所有的一切。你们来做的是去推翻你们曾经说下的一切、创立的一切, 而不是build up, 不是在这里给它加固加深。

问: 当初自己自愿做的时候.....

高灵: 下一刻他已经死掉了。

问: 但是他的承诺方应该也是允许的? 我是可以跟着自己的心走的?

高灵: 因为不是来告诉你们方式方法或者手段或者技术技巧, OK? 而是来让你们去看清楚这个物质世界, 就是到底生命存在于你们这个物质世界真正的一个运作, 什么是一个和谐的运作方式。因为不是来加入你们任何物质观念或者技术技巧或者是生存法则, 不是任何, 也不是风俗。而是让你们看到一个生命体它和物质世界应有的一个关系和本来的一个关系, 而不是扭曲过后, 被人为干涉过后的一个关系。

问: 那他当初也是自己想的呀?

高灵: 那如果你能看到有一句话叫立地成佛呢? 所以为什么叫放下屠刀, 立地成佛。

问: 是否要在乎别人的感受?

高灵: 我们不是来回答是否要在乎别人的感受, 因为那是你自己成长的一个过程和你自己的信念系统。就是你想做一个什么样的人。你想做一个在乎别人感受的人, 你就做。你想做一个不在乎就不在乎, 这里没有对和错, 没有好和坏。因为无论你选择做什么样的人, 你都可以在这个物质世界上拥有和你互动的人, 明白吗? 哪怕你就是做一个asshole, 你也有很多asshole的狐朋狗友, 对不对? 所以你们都能去创造和体验你们想要的体验。

2024/11/29 – 再谈关系

问: 我的天赋使命是什么?

高灵: 所谓的天赋就是你能够完完全全的拿掉你身上不是的, 就是不属于你的, 能够好像完全没有重量的存在着, 那么就是你的天赋展现的时候。如果你感受到生命是有重量的, 那么你就需要去减重。所以当你减重到完全没有任何重量的时候, 那就是你天赋显现的时候。所谓的使命就是当你在完完全全做你自己的时候, 就是你展现出你对外在的一切存在价值的时候, 那就是你所谓的使命。所以所谓的使命它也是毫不费力的, 而不是说你必须要离开你, 去做一些事情。而是说当你只是存在着, 你便在履行着、实现着你所谓的使命。所以使命它也是毫不费力的。

问: 那我的灵魂主题是什么?

高灵: 我们连接到你的灵魂主题, 就好像你是来清理自己。怎么清理自己呢? 就是好像要把自己所有的牵绊、牵挂, 就是跟你物质世界有所牵连的, 就像你是在一个蜘蛛网上面, 然后你要把所有粘在你身上的东西都清理掉。所以你的人生的主题会围绕着好像你在减重, 就在断舍离, 就在不断地不断地拿掉你身上让你不能自由自在的束缚和东西。所以你会是这么一个过程。

问: 是不是灵魂在每个阶段不一样? 我觉得我自己还挺轻盈的。我觉得我没有太多束缚。

高灵: 你的问题是什么? 你也在认识你自己的一个过程当中, 明白吗? 也就是说你还在品尝你自己的过程当中。所以当你这道菜还没有完完全全的品尝完, 哪怕是最后一口它都在不断地产生变化, 你都品尝到不同的味道。

问: 我发给您照片上的人, 我和他认识有十年了。我在这段感情里我感觉我有点出不来。因为他跟我表白后, 又觉得我们不可能。我就陷入到痛苦里面。

高灵: 你首先明白的就是没有任何人让你陷入任何痛苦, OK? 只不过是你自己的一些, 你在接触你自己, 你在碰触你自己内在的比如说观念, 你内在的一些东西、认识。你在碰触你自己。那么通过他给你带出来的东西, 然后去meet up yourself, 你在跟你自己交流。比如说你自己对你自己的定义, 比如你说我从来都是一个很轻盈很快乐的人, 那么你就是在定义你自己, 明白吗? 也就是说我是一个毫无压力的人..... 压力都没有来到你身边, 你怎么去说你是个毫无压力的人呢? 当然你在毫无压力的情况下, 你是一个没有压力的人。所以只有当你不断地受到强烈的压力的时候, 你才能去品尝到你自己。所以放下你自己头脑对你自己的任何声音, 不去给自己有任何我是个怎样的人, 我应该怎样。因为你目前所有这种导致你产生这种痛苦也好或者是分裂或者是内在的这些状态, 产生这种状态是因为你会有一个固定的相about yourself, 就是关于你自己的一个固定的相。然后你又产生了一个它应该有的相, 明白吗? 当你觉得你是怎样的, 你觉得你应该是怎样的或者是这些能接受、不能接受的东西它碰撞在一起从而产生了你内在的.....

问: 就是我投入到他产生的相里面去了?

高灵：这里所谓的他，只不过是来帮助你把你内在，就是来让你自己和你自己产生碰撞。如果你没有多条条框框，如果你自己没有树立起来那些条条框框，那么这个碰撞便不会感受到那种疼痛感，不会感受到那种撞击感，明白吗？因为这里是空。

问：那我们有没有什么灵魂关系？

高灵：凡是跟你比如说有这种互动、交流，就是这种连接，它都是跟你有关系的，它都是来协助你、帮助你们彼此产生体验。然后去推动你们产生转变，然后成长。那如果跟你没关系的人，你见不到他、遇不到他、也不认识他。那就是跟你没关系的。

问：那为什么就唯独他这么特别呢？

高灵：没有为什么。不能说因为这个人怎样，所以这个人怎样；因为怎样，所以怎样。这里没有因为什么，所以什么。只是你现在生命走到这一个阶段，你走到这一步。那么这是你需要去突破的一个点和你需要去品尝和体验的一个点。就这么说吧，你现在到了春天，到了花季开花。那这是你的这个……所以说如果你还没有到花季的时候，你便遇不到，遇到了也是另外一个版本的关系。所以是你自己生命中到了这个节骨眼上，到了这个阶段，到了这个步骤，然后你去品尝到你自己的。这么说吧，你现在是秋天，你这颗果子成熟了。那么通过他，你就品尝到你的果子原来是这么的甜，明白吗？所以如果你现在还是青涩的阶段，通过他你就体验到你原来那么酸。

问：我真的觉得好受伤。我该如何出去呢？

高灵：对，刚才首先让你看到并不是这个人让你很受伤，OK？他只不过是在通过他对你的反射，你在品尝的是你自己的味道。那如果你不能清楚这层关系的话，你还会在人身上下功夫。或者把他换掉，或者把他get rid of it，或者把他从你的生命当中排斥，你会从他身上着手。但是你想象一下，如果你对关系、对你自己没有任何定义，同样也没有任何要求或者期待或者应该怎样。

问：但是感觉很难做到，因为渴望爱嘛。

高灵：那你就知道他把你内在的系统给你呈现出来，让你去看到。因为你内在在运用这一套操作系统，它在运作。

问：但是我个人还是很渴望……

高灵：哪个是你呢？因为你都还在一个成为当中，所以体验并不是说外在真正有一个东西给你体验，而是说你通过外在的一切，你体验的是你自己，你体验的是你自己的认知，你自己的振动频率，你自己的意识形态。如果你是无限制的，那么你体验的就是无限。如果你有很多教条、很多条条框框、很多束缚，那么你体验到的就是这个。

问：有的时候感觉频率很高，就是我觉得我得到了他的关注、他的爱，我就感觉频率很高，整个状态就很好。但是一旦感觉他不在于我的，我的状态就掉下来了。

高灵：那是不是通过这层体验，你就能看到你自己生命的形态是在什么状态。比如说你的生命形态目前是依靠外界的一个相而产生内在的一些体验，那么这就是你体验到你自己目前的一个状态。

问：我们如何真正的做到把频率不受外在的干扰？能做到吗？

高灵：不是让你去做到，当你不受外界的影响和干扰是你自然而然，就好像你果子熟了，你果子自然而是甜的味道。那么当你还在开花期或者刚结果子，那你说你能做到很甜蜜吗？你是去成为，而不是说还在一个青涩的状态去做到，明白吗？

问：现在让我觉得痛苦的点就在这里，我知道是我自己问题所在。但是我怎么就突不破呢？

高灵：首先你不是来这里把你所谓的痛苦给它推开或者把它给消失。而是说通过你产生的这个痛，去看到你背后是一套什么样的系统，对生命的一个理解。比如说让你产生这些所谓的痛苦是因为比如说你对关系有期待，你觉得他们必须得这样或者那样，然后要这样或者那样，明白吗？比如说在你的传统观念里面，你觉得如果那个男人爱我，他就应该这样。如果一段关系要在一起，它就应该这样发生。那这些都是你旧有的一些观念在跟你碰撞。所以跟你碰撞的过程给你产生了一种所谓的痛苦或者是那种冲击感。它是你自己的观念带给你的，而不是外界这个人，明白吗？外界这个人帮助你、协助你去看到你有这些观念存在。那你想象一下如果你的观念变了或者没有这个观念存在呢？它还能给你带来同样的效果吗？

问：但是我感觉如果不是我的观念，我就觉得会失去，我跟他之间就不会有下一步。我感觉只有按照我的观念发展的话，我跟他之间才会有下一步。这也是为什么我会认定我的想法.....

高灵：这么说吧，这就是带出来另外一个需要你认清楚的一个点，就是你觉得你的生命的状态或者你生命发生的形态或者形式或者方向是按照你头脑里面来的。那你需要去认识到并不是，明白吗？就这么说吧，生命它自己有个路线。然后你的头脑不知情的，因为你的头脑没有这个功能去知道这个生命路线的走向。它唯一的功能就是焦距当下，来让你在你生命的路程上，在生命的过程当中去产生相应的体验，明白吗？但是你目前是依靠和依赖你的头脑去展开你的生命。这就是为什么你会产生一种恐慌或者失控或者不知所措，因为你觉得你俩关系的走向是依靠你头脑的，明白吗？但是你们的关系没有依靠任何，明白吗？它是存在的本身。

问：那假如我就是跟他结束了？那就应该顺着这个自然的走向？

高灵：你说的，就是头脑里的声音，你觉得你跟他结束了。然后你们的关系就结束了？但是，并没有，明白吗？

问：我们就不再联系了，我们之间没有任何消息了，我们就结束了。

高灵：这么说吧，他还存在在你的生命当中。他还像是一面镜子在那里，你只是没有去看他而已。当你去看他，你又能照见你自己。你只是把这面镜子遮住了。这么说吧，你说你们结束了，那你们现在就断开联系。断开联系之后，过了两年突然又见到彼此了。你们就不用去

想一段关系所谓的一个结束，OK？因为这并不是你们头脑认为的那种比如说我跟他断开联系，我们就结束了。它并不是的。那面镜子一直在那，它一直在照见你。当你去看的时候，它就在那里。如果你觉得关系的一个存在是在于你们俩有没有微信联系，有没有打电话的话，你看你跟很多人你都在跟他互动着、交流着，但是你跟他之间有联系吗？真的有联系吗？他认识你是谁吗？他知道你是谁吗？他知道的你的想法吗？他能够影响你吗？他能够滋养你吗？他能够调动你的情绪吗？如果他不能的话，就说明你们俩根本就没有联系，就算你们表面说着话，明白吗？所以说去认识和理解关系并不是你们认为的那个层面，你跟他断开联系，那么我们之间就没有联系了。

问：但是还是很渴望，就是还是期待一个结果。我跟这个人就真的没有任何结果了？还是说我就交给.....

高灵：你要知道当你在产出这个想法的时候，你是进入到头脑里面。那你问一下你的头脑，就算你们俩结婚了，那是你们关系的一个结果吗？它就结束了吗？所以就算你们结婚了，你们也不过是变了一种方式，然后再继续产生、继续谱写、继续在共同创造创作、展现你们关系的一个状态。所以这里哪里有一个结果呢？

问：我觉的现在也算是一个结果。如果发展下去，它都是不同版本的一个结果。

高灵：NO NO NO，就是说你可以放下你头脑对结果的一种抓取。就像刚才让你看到就算你们结婚了，那也不是一个结果，那也是一个开始啊，明白吗？你就知道对关系来说并没有一个结果，哪怕你们生命消失了，你们也没有结果。为什么呢？它还再产生着。所以说你不过是信了你头脑的一个圈套而已。你要不能从你的头脑当中出来的话，你不是卡在你的关系当中，而是在你的头脑当中。就是你要明白你并没有卡在关系里，而是你卡在你自己的认知里面。这是两码事。

问：就全部都是投射的？

高灵：所有的这些东西不过是来让你可以有一次成长的机会、照见你自己、体验你自己、品尝你自己的一个机会。那么当你乘着这次机会去拿掉你头脑里面所谓的，就是你赋予头脑的一个功能，拿掉头脑对你的一个限制。那你接下来品尝到你们的关系是不是就是不一样的味道了？明白吗？

问：我对他的反复无常，我骂了他，我是有负罪感的。我觉得自己就不像一个修行人，是很世俗的。

高灵：你看，就像刚才说因为你对你自己有个相，你觉得我应该是这样的人。那是不是你自己头脑里面的相、观念产生了碰撞？明白吗？所以它只不过是你们头脑里面这些观念在打架而已。这是你成长的机会，感谢这位恩师。因为通过这个蜕变的过程，你会越来越品尝到你自己真正的甜美。

问：但是我还是挺想念的。我陷入到思念当中去了。

高灵：想念一个人也是一件非常美好的事情，去享受这个过程。

问: 但是没有回应的话, 也很难受。

高灵: 回音? 想念一个人是在你的内在, 让你的内在..... 这么说吧, 你内在的情感在当下蔓延。让你内在的就比如说思念是水, 你的水就蔓延出来, 流到当下。那么你可以让这个水, 就是把它创造成任何, 浇灌, 明白吗?

问: 我们的吸引力法则, 我创造出一个状态让他可以感知到我, 让他进入我。

高灵: 这么说吧, 当你真正的越来越去享受你自己当下的一个频率的时候, 你不仅是在让他进入, 你在让所有的一切进入, 明白吗? 他只是其中的一个而已。就这么说吧, 就比如说一个诗人写了很多关系爱、关于思念的诗给他的爱人, 对不对? 那在他创造这样的频率下, 是不是不只是他的爱人能进入这个频率? 看到他的诗的人也在进入他的频率, 也在品尝, 明白吗? 就比如说你对他的思念让你想买很多花给他, 把房间打造的很浪漫。那你可能就去布置你的房间, 去买很多漂亮的花。然后你生命中很多的好朋友啊、亲人啊、家人啊、你的孩子啊, 他们也可以进入到这个频率里面, 他们也能品尝到, 明白吗?

问: 那我现在就应该保持一个美好的频率?

高灵: 没有任何保不保持, 你可以是任何状态。它并不是一定要成这样或者要成那样, 就是放下你头脑对你自己的需要怎样、应该怎样的那个相。然后每一个瞬间、生命的每一个状态, 它不过是你在品尝你自己。所以说尽情的去把你产生的各种情感, 就是好像织成一个美丽的人生。它可以是充满了浪漫、激情、火热、各种面向, 通过你去展现呈现。所以他没有把你困住在任何, 也不是关系给你带来痛苦。它不过是你自己内在的, 就是一直以来你身上的束缚被带出来, 然你自己品尝到而已。那通过这个, 你看到过后, 你便可以不再用这套系统去运作了。那么你就可以通过这个关系得到了自由。

2024/11/29 – 灵魂主题之活出男子气概

问: 我的灵魂主题和使命是什么? 现在比较迷茫。我叫XXX。

高灵: 我们连接到你的灵魂主题就是像男人一样活在这个世界上, 就是你的灵魂主题。你是个女性的身份, 对吧? 但是你的灵魂主题就是完完全全超脱这个女性身份, 像男人的形象一样可以在这个物质世界有这种刚硬、坚硬或者是不可动摇的形态展现在这个物质世界。所以如果说你的灵魂主题的话, 就是活出来男人的一面。

问: 我喜欢那种高大的男人。

高灵: 你喜欢高大的男人是因为他们给你的感觉他们很有男人的味道, 是因为那种气势和那种状态是你内在想要去成为的, 就是特别伟岸的状态。就像是一个将军风范、伟岸、英姿飒爽, 就是一个无比坚定的男子汉的一个气概。

问: 我感觉我不太有价值。我都有自杀, 把器官捐献给他人的想法。

高灵: 这个是你在之前的一个状态, 因为你之前的这个状态都会逐渐在你生命的后半段, 你会越来越坚定、越来越强大、越来越不会被影响、动摇。就像是那种充满了男子汉气概, 是真的那种, 以这个形象展现出来。所以你之前会有你说的这种, 就是相反的体验。

问: 我的使命是什么? 刚刚网络通话不佳, 就是有具体做的事情吗?

高灵: 你具体做的事情会随着你这个生命的呈现、状态, 然后自然而然就会发生在你身上。如果是说当你突破你的灵魂主题, 你要做的就是会通过不同的场合去展现出你的阳刚、坚定不移和男子气概的那一面。

问: 就是我对他人的帮助是展现男子气概啊?

高灵: 就比如说你可能会去做一些比较展现出你的那种气魄、气势、权威、魄力, 那种男性的能量。

问: 我妈妈打过好几次胎。我的兄弟姐妹..... 就是我梦里梦到一个男孩, 那个是我的龙凤胎哥哥吗?

高灵: 你提到这个问题的话, 然后这股能量会通过你的这个肉体去存在着。

问: 我是不是要做什么法事助它解脱?

高灵: 它并没有被束缚在任何地方, 你要知道。它并没有束缚在任何地方, 所以你要做什么法事让它解脱呢?

问: 那我要做什么呢? 宗教比如说堕胎的孩子很苦。

高灵: 那你相信这个, 那这个就是你体验的版本。它没有被束缚在任何地方。你觉得你们有能力去束缚一个灵魂吗? 没有办法。

问: 它们过的好不好呢?

高灵: 没有所谓的好和不好。因为好和不好是因为头脑的不知情而产生的。你们也没有所谓的好不好。

问: 那我能帮助什么?

高灵: 它们也不需要你的帮助。你能帮助的就是允许和信任生命在朝好的方向。所以当你越来越信任生命都是在朝好的方向, 那么一切自然而然就是在朝好的方向发展, 无论眼前是个什么样的状态。然后我们刚才说它的能量会通过你的身体展现出来, 所以它跟你同在。

问: 有点害怕是怎么回事? 就是我的灵魂在我身上, 还有另一个灵魂也在我身上?

高灵: 它是一股力量。就像比如说某一个英雄人物, 你一听到他的事迹, 你内在充满了力量, 就像是这样子一样。

问: 但是我不知道它的事迹。

高灵: 所以说它是你内在的一股力量。不存在一个什么它的.....

问: 就是说我既是女人, 也是男人?

高灵: 这么说吧, 你的灵魂主题会通过你女性的身份去突破它, 然后去呈现出男人气概的一个状态。就好像你通过一个柔软或者胆小的一个女人身份去呈现出一个无畏的男人的状态。那你要知道你生命中以后遇到的所有的让你感受到很无力(的事情)都是在激发出你内在的强大的力量的。

问: 我觉得我很孤单, 独来独往, 隔绝的状态。

高灵: 这么说吧, 你现在说的每一句话、想的每一个念头跟这个..... 就好像一棵树说我现在很无聊, 我呆在这我什么都不会做..... 就是它的根在土壤里面, 它自然而然会开花结果、会不断长大。所以无论那棵树声音怎么说, 就是无论你现在的想法是什么样的, 你声音怎么说, 那么你在不断地成长。

问: 我从小就幻像有守护天使。它是我的哥哥还是我的伴侣?

高灵: 你可以想象成任何。

问: 我特别想和男生发生关系, 但是我怕流产怀孕。

高灵: 那你去寻找一些比较有经验的人, 让他们给你引导、指导。因为你问的是关于物质经验。

问: 说我要成为男人, 那我再找男人.....

高灵: 不是。是说这个能量像男子汉一样的状态、一个形象、一个能量。就你内在很坚定、很坚硬、很强大、不被动摇。

问: 但是当我有男生的时候, 我就变成了傻白甜, 就那种娇小的女生。是不是不要.....

高灵: 这个不是你头脑需要去操心的事情。你是你所是。因为那会儿的你跟现在的你已经没有关系。就好像现在的你还是一颗种子, 它还没有发芽。那我们说的是一棵已经结果子的树, 明白吗?

问: 我有一个没有出生的弟弟或者是妹妹。它是弟弟还是妹妹呢? 就是我妈因为计划生育堕胎的, 它对我有啥影响?

高灵: 带给你的是正面影响, 就是让你内在更有力量。

问: 没有实体, 我需要拥抱。它是正面的影响, 但是我没有感觉到是正面的, 我还感觉到愧疚。

高灵: 那是你头脑的不知情。因为这个是来自于能量层面的, 不是你头脑去否定或者是去感受或者去判断的东西。你判不判断它、你认不认可它, 它都在发生着。

问: 我还有点怕鬼。我就害怕睡觉, 总是拖延。

高灵: 我们到目前你的状态, 你所说的这种害怕啊、恐惧啊、胆小, 这些都是你即将蜕下的皮, 就是你将来会蜕下的皮, 就像蛇皮蜕下它或者像毛毛虫变蝴蝶的过程。所以这些都是你脱下的一层壳, 以后便不再是这个状态。

问: 没有具体的建议吗? 就是我住哪个城市、房屋会有安全感?

高灵: 你需要去明白你的真实身份。你只是在品尝这个味道, 就是比如说你现在产生的这种恐惧啊、害怕啊、胆小啊, 你是在品尝它, 就是好像这个小女孩她目前的生命阶段是这个样子。因为这些都将是将来脱下、蜕去的一部分, 会清理掉的一不分, 会蜕变成、转变成的一部分。它不是你这个生命永久的一个转态, 它就好像是前半生、前半段蜕变前的一个状态。

问: 没有具体的是吧? 就是做什么事情增加我的男子气概?

高灵: 它是自然而然的。你现在在体验的这些都是增加, 它在一种酝酿的一个过程。你的生命就像我们刚才说只是允许。

问: 我不要去看什么风水或者宗教法事这些?

高灵：你没有任何问题。这不过是你生命成长的一个过程。就好像目前你这颗种子还在土壤里面。它体验到的孤独、黑暗、潮湿或者是这种压迫，但是你这颗种子会不断不断突破土壤。然后你便能来到一片自由的空地。那是完全不一样的状态，明白吗？所以你相信现在只是你一个阶段的一步台阶而已，你在不断地往上走。然后你也不需要着急。因为通过这一步一步，你去认识生命的过程和生命每个不同的阶段。然后也没有任何需要你去解决的问题。

问：我还想当大英雄呢。

高灵：对，你活出男人的那一面的话，那就是个大英雄啊。

问：主要我也不知道什么是男人的.....

高灵：你不需要知道，因为这是你自己去成为的一个过程。你现在肯定想象也想象不到的。

问：关于工作也没有具体的？我毕业两年多都没有工作。

高灵：你稍等。当你在接收到这些信息过后，你会更加的允许你的生命以它所是的方式展开。然后这种允许的能量也会给到外界的一切。那么你就会越来越感受到你在生命的这条河里你会越来越自由自在、越来越舒服。

问：我并不是太明白。

高灵：因为是能量层面的。当你越来越在自由自在、舒服的一个状态的话，你生命中美好的事情就会接二连三的发生了。

问：我妈总是否定我，我比较讨厌害怕她，然后也想拯救她。我想到她，我就很想死。

高灵：她只是目前你在这个阶段..... 你再听一下前面的信息。然后前面的信息已经告诉你了。你要知道你现在是种子，它在土壤里面体验到的。但是很快它会突破。

2024/11/29 – 如何面对离婚过程中产生的问题

问: 最近我的离婚进入流程了。涉及到我们有一些paper work和财产定夺。其实我们共同财产并不多, 就是一点点小钱。然后没有孩子也没有房产。我本来以为会很简单, 但是进入离婚历程后就很drama。对方进入到一种很愤怒, 觉得自己是受害者。我体验到非常痛苦。为什么我要经历这个婚姻? 为什么我会经历这么丑陋的体验? 在我的离婚过程中, 我需要成长、注意什么?

高灵: 首先不把它看成是一个丑陋的, 而是说它给了你一次机会让你去认识和展现你内在真实的状态。就这么说吧, 你要如何反应或者展现才是让你心里舒服的呢? 你是很友好的告诉他, 我都满足你, 我都尊重你, 我也能理解你目前的一些不适感或者是痛苦, 然后我愿意对你做出补偿。如果你说出这样的声音, 你内在才feel more comfortable。还是你要跟他一样的反应, 去各种抓啊、争啊、抢啊、骂啊, 你才舒服? 到底哪一种做法让你更舒服一点呢? 就哪一种表现会让你更舒服。我们先不说, 你放下你头脑会担心你有没有钱, 你先是说世界上我有花不完的钱, 在这样子的一个状态下。

问: 我的期待我觉得最完美的就是我们就维持现状, 然后友好的分开。现状是我的账号里有一些钱, 我不找他要额外的, 他也不找我要额外的。然后这笔钱就留给我, 我们就友好的分开。这是我的理想。刚才你在讲两个版本的时候, 我不想给他任何多余的东西, 因为我不觉得我欠他的。但是他欠我的, 我也不想要了。所以我就想维持现状, 就这么分开。这就是我心里的愿望。

高灵: 首先你们要明白的就是说每一次事件、每一次问题, 它都给了你一次你去认识你自己的机会, 也给了一次你去展现你是谁的机会。然后在任何时候, 你都可以去调整你想要展现的, 明白吗? 比如说前一秒钟我可能展现我的愤怒, 我很愤怒, 我就要跟你争啊抢啊。但是下一秒, 好像这样子不舒服, 我又在重新换一个方式再重新去展现, 明白吗? 因为你们永远都是自由的。然后生命并不是累积的过程, 而是说生命的每一刻都是一个新的当下。你可以去决定你要如何展现你自己。然后最重要的就是说哪一种是你爽的。这个不是你头脑想象的。现在我们让你知道了过后, 那么在生活中你自己会去体验和经历到它。所以你不需要去想象你会怎样, 而是去实打实的实战, 就上战场看你会怎样。为什么呢? 因为你也在认识你自己的过程当中。你有很多面相, 你并没有去发现它或者你并没有允许它呈现出来。为什么呢? 因为比如说我告诉你, 你刚才说你银行里怎么样怎么样..... 那如果我告诉你你现在拥有全世界所有的钱呢? 以这种身份去.....

问: 如果我拥有全世界所有的钱, 那如果他要的话, 银行里的钱就给他了。

高灵: 对呀。因为你给了他, 那个钱还是你的。银行所有的钱都是你的。你给不出去的, 明白吗? 因为你给了他钱, 他还得存在银行里面。世界上所有银行的钱都是你的呢?

问: 理论上我知道, 练习上我也做过, 就是所有钱都是我的, 生存没有问题。但是实际上生存对我来说又是个问题。

高灵：你们每一次，比如说你要如何去展现你自己的时候你都在告诉物质世界你的真实身份，你都在宣告给物质世界你的真实身份。那物质世界不得不展现你的真实身份，因为它没有选择，明白吗？

问：头脑明白了。就是如果我知道银行里的钱都是我的，我做的选择自然会依照我这个身份做选择，对吗？

高灵：这么说吧，那你想你要这样子，你出去跟每一个人打交道你都无比的慷慨。为什么呢？给给给给，反正给到你们的都是我在这。那别人都会把你当成什么？是不是所有人都想来跟你交往？你的人气有了。无论你想要做什么，他们都会想要来协助你，明白吗？所以你是不是最后不得不成为你所展现的那样的人？

问：那这么说，在这个离婚的过程中，我们就不要有更多的drama了？那我就不要参与任何这些？

高灵：并不是你不做任何，你允许任何。但是任何时候都是你展现你是谁的一个机会，一个契机。让他们去看到生命的真相是什么。你也在帮他们改变他们的信念系统，就是让他们当我们关系结束，我们还会是以友好有爱的方式去表达自己。

问：我们最近的几次沟通都是有第三方在的情况下，对方都会编造一些事情或者把发生过的事情说的对自己有利.....

高灵：曾经怎样它不重要。为什么呢？因为那是你之前的频率产生的一个果和那个版本的他。那现在在当下随着我们对你的影响，你的频率变了。你变了过后，那个版本有另外一个版本的他存在和你互动。所以他曾经怎样不重要，因为他也需要去认识新的一个他的面相。那个新的他，你去给他带出来。

问：那你说曾经，他昨天对我进行不实指控这些都是曾经了，对吗？

高灵：他已经死掉了，他已经不存在了。那是你之前的一个镜子里面投射出去的一个果，但是现在你的脸已经变了。那你会投射出另外一个果。

问：如果我们在这种斡旋中对对方的不实指控感到愤怒，我要如何继续？

高灵：当对方给你展现出你不喜欢的状态，那你是否能给他展现一个你希望对方是的一个状态呢？

问：那是怎样做？

高灵：那你喜欢怎样的一个..... 你希望对方如何给你展现？绅士？

问：如果完全up to me，我希望对方可以有爱的道别，然后可以客观的认识.....

高灵：这里永远没有一个客观。他只能在他的认知和他的信念系统里面去体验他的版本。但是那个版本并不是说一层不变的。他会随着你们..... 比如说他的能量现在没有受高能量的影

响，所以抓狂。那当他受到你无条件的爱的能量的影响，他又会变得无比的慷慨和大气。所以你能把他的能量提升上去过后，他就完完全全变成另外一个人。

问：那我在谈判中我应该专注于我自己的光？

高灵：这里没有谈判，而是说你去展现、你去表达你的真实频率。因为这是你非常好的一次去成长、蜕变、认识和学习的一次机会。它能让你和所有的关系都是在和谐的状态下。

问：在这个流程中，那就在接下来每次的互动中，我都是.....

高灵：一次展现你是谁的舞台和机会去展现你是谁。你是无条件的爱、你是允许、你是合一。

问：即便我们没有在互动中，在思考的过程中也是要那样的频率去看待事情，对吗？

高灵：你是说比如说现在你没有跟他在一起，你现在应该怎样是吗？

问：对，我们没有谈判的时候，心里总是会想着这个事，心里会有一些不爽。

高灵：让这些浮出水面的想法看到你内在还有哪些需要被你看到的東西。就是让你的情绪把你内在的信念系统带出来来让你看到。那么就是一个自我认知和清理的一个状态。

问：我怎么觉察到呢？

高灵：比如说你心中产生的一些愤怒。那么你就来什么导致你愤怒呢？你觉得他不尊重你？或者你选错人了？看错人了？然后你又从背后看到为什么你是否会在乎别人对你尊重与否，明白吗？那背后的信念系统，支持它的是什么呢？所以这些都是能够让你有一次去认识你自己在用什么程序运作的机会。那么你就不再被动的只是一套程序在运作，而是你是在以你自己生命本来就是的状态。它是什么呢？它就是爱的本身，它就是无限。

问：那是不是我专注在自己就够了？就是觉醒和成长？是不是在这个过程中我也不需要做任何事情？比如说主动提起一些诉讼？我只要回应对方要干嘛就好了？

高灵：当你在这样爱的一个..... 就是你本身就是，而不是程序的状态下，那么当然你所说的一切都是在流露出爱。就形式不重要，你表达的只能是你频率的结果。就是你是爱的话，你只能流露出爱。

问：我感觉现在还有很多程序在影响我。在这个婚姻中把我很多深埋的程序都激活了，离婚的过程又激活更多。我在疗愈这些程序过程中同时还要处理外面的事情，比如说法律程序，觉得非常辛苦。有没有什么建议给打我？

高灵：去看到你并不是去处理一件一件的事情，然后也没有任何人事物在针对你，就是你并不需要去fight，你并不需要去defend anything，就是不需要去防范防护保护。每一次、每一天、每一刻、每一个事件的发生它不过是给了你一次机会让你去展现你无条件的爱。这是你的真实身份。因为只有你在展示的样子，你才会和真实的那个你越来越契合、连接越来越深。那么当然在你去展现出你无条件的爱的状态的时候，你自己就在被，就是你的小我也在

被它疗愈。就是你神性的一面出来了，你神性的那一面也在疗愈你。疗愈那个你刚才说好累的那个你。

问: 实际上我什么都不需要做? 就是不需要做个什么仪式去疗愈我的小我，只需要神性的我出来?

高灵: 对，是的。你只是需要知道那个才是真实的你。然后你没有任何东西需要去保护、去防范、去斗争、去保护、去fight、去任何，没有。每一次不过是你去让你真正的你出现而已。你生命中和你互动的每一个人都是你灵魂层面的家人，所以在物质世界你没有任何敌人，也没有任何针对你的。他们都是在以他们所是的方式来协助你产生蜕变。要是没有他对你的这种刺激，你也不会来连接到我们。因为连接到我们，你一旦被牵手，你就永远有这个指引。所以是把你推到了神的面前。所以他也是你的导师。然后不只是你，他们也是忘掉了自己的身份的人。所以当你能够记起来你的身份，以你真实的身份去展现的话，也在帮助他们去发现他们真实的身份。

问: 对我来说特别重要的一件事情就是曾经的事情是曾经的频率结的果。

高灵: 对，是的。这个物质世界就像是照镜子一样，你当下去照，那只是当下的果。那你这个moment变了，那你又会照出另外一番景象了。它没有停留的，它反射的总是当下。就这么说吧，就像最开始你们俩总是骂来骂去的。突然下一刻你眼里充满爱，然后真诚的跟他说对不起，我非常爱你。那那一刻就算他心中有愤怒，他也是被软化下来了。他的语言不得不变得越来越弱，越来越柔软。他没有选择。

问: 忘记了自己真实身份的人。

高灵: 对，你们都是。所以你来展现，你能记起来，你会去协助他们。

问: 我的财富上有什么建议给到我?

高灵: 当你通过这个事件，你转变了过后，你和财富的关系也会转变的。因为一个转变是所有的转变，它并不是单一的转变。就你在对外..... 比如说最开始你的能量把外面当成了敌对状态，那现在就变成了一个融合的状态，那你和外界的关系也变了。那你和财富的关系也变了。

问: 所以没有什么具体我要做什么事情，而是我要好好照镜子，是吗?

高灵: 具体做的事情就是去明白外面财富、关系、婚姻、事业，这一切不过是你核心的振动频率的一个结果而已。那你的核心频率在转变的时候，那外界所有一切也在随之转变。所以它不是单一的。

问: 我去看电影魔法坏女巫。我看这个故事有很多共鸣。我觉得我前世或者我家族先有作为女巫被烧死的经历。所以我这辈子也有很多被冤枉、背叛的经历。我头脑知道这些是前世重复都议题，我对自己的力量感到害怕，就是我所处真相会被烧死。我就很想claim我的power。什么东西是我的power? 就是我作为女巫被冤枉.....

高灵：没有任何需要你去疗愈的。没有任何外界需要你去疗愈的。即使你有那方面的经历和体验，哪怕是这一生你发生的这些东西，外界所有这些相会随着你的意识形态的转变而转变，就是会有不同的关系。然后如何去展现你自己的力量？你首先要知道力量的方式，它展现的并不是一定是那种很强烈、冲击力很大或者是很破坏性的方式。它有时候也是一种无声的力量，有时候也是一种非常柔软或者是像威风一样那种力量。它并不是那种..... 所以你并不需要为它感受到害怕或者失控或者是怎样。你唯一的就是说不断地把不属于你的东西拿走即可，比如说你的观念、你内在感受到的一些匮乏啊或者是抓取感啊，那些属于你们集体意识当中的一些东西，把它从你身上拿走。那么你就在恢复所有的一切。就是只是去看到比如说你相信的一些东西，比如说我要辛苦的攒钱，我要赚钱，我要保护我的财富，这种。那就是属于他人的和你们集体意识当中的那些信念和观念。你就看到它跟你没有关系就好。

问：在实操上有什么建议。比如说我现在明白我在人间的唯一任务就是恢复本来的自我。但是我在实操中该怎么做呢？就是我发现我这里有一个信念系统，那我该干什么？

高灵：如果你能够它不过是你相信的一个说法而已，它并不是真实的存在。那么它就对你没有影响了。你看见了，它就已经对你没有影响了，它不过是你相信的东西而已，它并不是真实的存在。你看到它是一个系统。那么你就不再受它的影响了。你选择了它，所以你体验到它。你选择这个版本，所以你体验这个版本。没有一个我要慢慢的去这样做，我要改变。没有。没有任何技术层面的，你只需要去看到它不过是你相信的一个观念而已。那么你可以去相信其它的，不再相信它这个观念。

问：那这个过程中情绪怎么处理呢？

高灵：情绪背后支撑你的是相关的信念的。当这个信念不再对你..... 就是这个信念被你瓦解了过后，就是它不再对你有影响力的时候，情绪也不会产生啊。就这么说吧，比如说所有人都告诉你你没钱你没钱，然后你银行里也没钱。然后最后你却看到真相是哇，真的是世界上所有钱都是供你去操控、运用的，就都是你的户头里面的。你还会在花钱的时候产生一个情绪，哎呀，明天没钱咋办，它不会的。

问：那举一个具体的例子，比如我突然有一个账单要付，然后我银行没有那么多钱。我刚刚跟你通完话，我明白这是我过去结的一个果。我明白我是无限的。但是此刻这个东西在我面前，有一些情绪升起。我需要处理这些情绪吗？

高灵：比如说你产生一个恐惧，哎呀，我这个账单又要怎么样了，是吗？那你只需要去看到和明白你的小我它并不知情，就是它并不知道你的人生会怎样安排，就是剧情会怎样走。你要知道你产生的恐惧感是来自于你的小我对你的生命展开的方式的一个不知情。它是来自于它。因为你们是需要允许的状态下才能体验到生命的奇迹。因为当你在允许的时候，你的能量和频率又升了几级了。你升级了过后呢，那么它就会在一个..... 它就不再是你之前抓的很厉害的那个频率里面。就你手一松，你就升了几个维度了。那在这个维度呢，所有的一切就会发生神迹、奇迹、同步性。那你手要不松，你就上不去，你也体验不到神迹。

问：那我当下知道小我的焦虑是它不知道生命的安排？

高灵：就是你还对小我跟你生命真相的关系是什么，就是你还会觉得生命是由你的头脑操控、掌控或者运行出来的。

问：那对于小我的情绪我需要安抚吗？

高灵：你允许你的小我不知情，就是OK，我看到你的这个想法了，我也明白这个是因为你不知情。它并不是真实的，只是因为你的头脑还需要看到更多的一些证明。就它需要看到生活中更多的神迹，那么它就.....

问：其实我也可以允许小我它的不知情，允许它的情绪，同时我也知道.....

高灵：对。那你看看你生命中发生的其它奇迹呢？

问：所有的成长是为了灵魂，小我是被允许就好了？

高灵：小我是一个临在的状态。就是临在在这里，临在在这个物质世界产生体验。就它像舌头的功能一样，它品尝。但是它却不能做出选择，我要把什么放到嘴巴里面，明白吗？你才是那个决定把什么东西放到嘴巴里面。

2024/11/29 – 问题集锦

问: 如何出世和入世?

高灵: 出世是什么? 入世是什么?

问: 出世比如说放下俗世的一切去修行, 入世就是生活里所有的这些家长里短。

高灵: 如果说这里没有所谓的一个如何去平衡好呢? 因为你们产生了一个它是不平衡的东西呀。那如果你不去产生一个这里需要去平衡的呢? 你能否看到外界所有的一切都是平衡好的? 你能否看到? 就算你是在体验失衡的状态, 它也是在平衡的状态下。它也不是你去平衡的。

问: 这句话怎么理解: 你算现在是在失衡的状态也是在平衡的状态下?

高灵: 这么说吧, 失衡就好像你在跷跷板的中间, 你走到另外一端, 对吧? 那你看着马上要失衡了。那失衡了, 它就会让你往另外一头去走。所以它也是在一个平衡的状态。因为你们不是来这做任何事情的。你们是通过对外界产生的所谓的事情, 然后来体验生命的真相是什么。不然的话, 你们还会觉得你来到这里是你要做这个事做那个事, 你要平衡这个平衡那个。

问: 什么才是成功?

高灵: 如果是说成功的人生版本的话, 也就是说你在你这个人生命体验过程当中, 你是成功的展现了你的, 就是好像是打开了所有功能。就像是你这朵花在该绽放的时候绽放了; 在该凋谢的时候凋谢了, 是一个完整生命状态。那当你这个生命是以它本来就是的那个完整生命状态去呈现的话, 就是所谓的一个成功。它和你们物质世界追求的成功又不一样, 而是说像是花开花谢、潮起潮落。是在以它所是的状态下呈现着, 那么它就所谓的成功。然后没有去扭曲这个生命体, 也没有去阻碍这个生命体, 就是自然而然。

问: 我们是靠什么动力在做事情?

高灵: 那如果你们物质层面是靠什么动力在做事情, 你们自己就能看到。你们不需要我们来告诉你, 你们是靠什么动力在做事情。那你就能看到你们背后是什么东西在驱使着你们在做事情了。但是如果你说一个灵魂的本质, 抛开它一系列的系统或者是被植入的一些信念、观念在运作的话。你们是在按照你们生命本来所是的状态在运行着、在成长着、在运动着。就像是一只蜜蜂, 你说蜜蜂是依靠什么在行动、在运动? 那就是蜜蜂本来就是的一个生命形态在运作。但是由于你们的物质肉体 and 你们灵魂层面连接度的深浅, 会导致你们只是在用一半在运作, 就好像你这个机器的一半功能在运作。那么它就是你们社会上被植入的一些观念、信念。然后这些在驱使着, 还有你们内在的恐惧或者欲望驱使着你们在行动。但是我们想让你看到的就是说通过这样子的一个状态在行动的, 它就像是你的火车没有在轨道上, 它是出轨的状态下奔跑着。它不是在一个应该是的..... 它不是在一个smooth的状态下运作。所以这样子的都不会坚持的特别久, 就是它都是有一个期限的。就是好像你这个机器在运作, 但是你是用着一套错误的系统在运作。它会运作, 但是不久它就会坏掉了。所以你们的生命体

你会发现好像年龄大一点就失去了活力或者失去了力量，或者身体的疾病或者没有办法再让自己充满了战斗力。

问: 我们的课题在这个世界上修没修够是由灵魂决定的吗?

高灵: 也不存在一个‘修没修够’这个词。‘修没修够’是你们外界的声音，明白吗? 它这个不是来自于外界的，跟这个灵魂说你没修够，你去..... 而是这么说吧，就比如说你的级别的话，那么就会锁定你在这样子的频率里面。就如果你只能蹦跳那么高的话，那你便只能在这里了。因为这是你只能reach到的一个地方。这么说，就像你能往空中飞。然后你太沉重了，你的身体只能跳个一两米。那你只能在一两米的位置活动。那如果你变的越来越轻，变的好像没有重量，你能往上飞飞飞，飞的很高。那你就自由自在的往更高的地方，你没有被锁定在这个频率里面，明白吗? 所以你本身的重量.....

问: 那么平常说的做课题，一个课题做个多久。有些灵魂做的很快，有些灵魂做的很慢。这个解题的速度是由什么决定的?

高灵: 那也是跟它这一世需要体验的，就比如说本来它们就不一样，就比如说它的灵魂主题和另一个的灵魂主题，和它们要体验的就不一样。那如果说到你们，应该说是地球吧，它们成长的速度会被什么影响? 就是被光照的速度影响。就比如说这个植物，这块长的很快，那一块青黄不接，它的光照很少，阳光照不到，明白吗? 那这边一直是被阳光照的，所以它长的疯快。

问: 高灵一直说我们的内在的程序是被设定好的，不需要去做任何。如果一切都是被设定好的，为什么还需要高灵的指引?

高灵: 这么说吧，内在被设定好就比如说你是一只猴子。但是你这只猴子能在舒服的状态下体验，成为一只开心的猴子呢? 还是在痛苦的状态下体验，成为一只非常难受的猴子。这个是你们，就是它能给这个生命状态带来的一些影响，明白吗? 你设定好的就是说你没办法从猴子变成一头狮子。那个光照就在于说如果你这只猴子受到了其它更智慧的猴子对你的一种引导的话，那你会更加舒服的和大自然(相处)。比如说别的猴子不知道香蕉剥皮，它就一直吃皮，吃的多难受，对吧? 那那个智慧的告诉它，你把这层皮剥掉，里面只是香甜。那你说香蕉是不是设定好的? 猴子的身份是不是设定好的? 但是在那个身份里面你体验到的生命状态就不一样了，明白吗?

问: 为什么人类总是想逃避痛苦?

高灵: 你们逃避痛苦是来自于你们内在不想体验那种跟你们的频率不一致或者分裂，就是这样子的一个能量。因为它跟你的能量不一致。但是你们投射出痛苦的状态，它来自于你们还看不清楚，就像我们刚才说的那个例子，因为你不知道香蕉是需要把皮剥掉吃里面的瓢，然后你吃掉那层皮而带来的一些体验感，明白吗? 那如果你们能清楚产生痛苦的来源不来自于外界某些真的不能更改的人事物的话，那么你能明白产生所谓的痛苦来自于你内在产生的一些不和谐、自相矛盾的一些信念和观念。那如果你能看到的话，那你便不会产生痛苦。所以产生痛苦对你们来说也是能让你们成长和突破的一个机会。那如果你们能认识到痛苦背后都是你们成长的礼物，那么你们便不会如此无助或者排斥的状态去面对痛苦了。所以它也来自于你们的智慧、认知的程度决定了痛苦在你们生命中是一个什么样的状态。

问: 为什么我们总是想要逃避无聊? 当我们感觉到很无聊的时候要怎么办?

高灵: 当你体验到物质世界好像很单一或者很无聊的状态的时候, 它是来自于你的意识形态的受限。当然你们每一个灵魂都是不断地需要体验扩展, 就是一个不断蔓延蔓延的状态。当你们产生这种无聊, 就好像你们的灵魂进入到一种停止, 就没有在继续成长、扩散和蔓延的状态。所以那是你们不想去..... 就是生命它本来就是的一个状态。那面对无聊应该怎么办? 通过你们目前物质层面的一些方式方法, 你们创造了很多(东西)可以让你们从那种无聊的状态当中走出来。比如说不同的影视作品、不同的电影、不同的游戏、不同的各种玩乐。但是你们也在从这些体验当中去发现它们已经远远不能满足你们灵魂层面深层次的探索或者渴望更加深层次的一些探索和连接。所以应该怎么办呢? 你要知道每一个灵魂都拥有它自己的创造能力, 所以你们自己去打开那扇应该怎么办的大门, 而不是我们来告诉你们, 因为这是你们的世界。然后我们想告诉你们就是你们并不依赖于各种感官刺激, 就是这个肉体是你的工具。不是你去服务这个工具, 而是让这个工具来服务于你, 明白吗? 因为当你选择一些只是满足这个工具的游戏或者是什么的话, 那它能给你带来的只是片刻的一种, 就是它能last的很局限。所以往更深更广的地方去探索。

问: 显化事件最重要的因素是什么?

高灵: 显化事件最重要的因素是你能看到吗?

问: 这个‘能看到’指的是什么呢?

高灵: 指所有的东西都在这里, 你能看到吗? 你能看到地上的这一颗种子已经可以让你变成亿万富翁了? 就地上那颗不起眼, 被你吐出去的种子, 它就能长成一棵树。一棵树就能结出来无数个苹果, 无数个苹果又能种出无数棵树。无数棵就能形成无数个果园。无数个果园就代表你可以有苹果汁工厂, 那无数个工人为你服务。那你就销往全世界。那不是一颗苹果种子就包含着你可以得到整个世界? 那你能看到吗? 你看到了, 你能让它按照你头脑里面看到的那样呈现出来吗?

问: 从一颗种子到苹果汁, 这个有一个过程。那这个过程和以前说的当下即是.....

高灵: 那你有激情去呈现出来吗? 你有激情享受、体验这个过程吗? 因为你们在这个物质世界上就是来体验这个过程的。那你到底是为了这个果? 还是为了体验这个过程? 你得明白你到底想要的是什么。

问: 那你刚才说的这种和先活在成功的频率里, 这两种又是什么样的关系?

高灵: 因为所有的一切它本来就都已经在这里。那如果你都不相信, 你也看不到, 你还假装。那这就是你体验的那个版本的世界了。

问: 为什么有些预言家预言的很准?

高灵: 这里为什么会有一些为什么呢? 那有可能他的灵魂主题就像是一个信使一样来给你们人类打开一扇窗让你们看到那个果已经在那里, 明白吗? 有可能跟他的灵魂主题有关, 所以他就是来做这个好像传讯的使者一样, 来让你们有这个平台和窗口去连接到一个更大的真相。

问: 分手要如何不痛?

高灵: 也就是说你们不去追去一个痛不痛, 就不去把这个所谓的很痛苦把它get rid of it。就是不用把它拒之门外, 明白吗? 也就是说你是完完全全的允许任何状态、允许任何能量, 作为一个像品尝者一样在品尝它, 而不是说试图追求我要麻木、我要快乐, 我不要产生任何其它的感觉、情绪或者状态。因为这样子的话, 你就在扭曲你的这个生命体, 明白吗?

问: 如何缩短这个所谓的分手的伤痛, 就不是沉溺在里面?

高灵: 并不会沉溺, 你也没有办法沉溺。因为所有的一切都在..... 就像这个香味一样, 无论这个味道有多浓, 它都在逐渐逐渐的减轻。所以无论你感受到这股能量有多么的强烈, 它都在逐渐逐渐减轻的过程当中。所以你们永远不会深陷于任何一个能量当中。这些东西就像是一个味道, 那个味道会逐渐逐渐的减轻、逐渐逐渐的变淡。但是所有的体验都在增加你这个生命体对生命的认识和认知, 所以为什么要把它拒之门外呢? 还有就是说任何一种情感都可以推动你去探索真正的关系是什么、生命真正的真相是什么? 所以让这个情感的推动力推动你去探索到底存不存在分手? 到底什么是分手? 到底关系是什么? 而不只是单纯的停留在一个你自以为是的状态当中, 我分手了。但是实际上这里有分手吗? 没有分手, 不过是你从这个幻像当中走到另外一个幻像而已。你觉得你们有关系实际上你们根本就没关系。你觉得你们没有关系, 实际上你们永远都有深层次的一个连接。你知道吗? 你并不知道。

问: 如何跳脱过去的经验, 创造新的人生? 比如说头脑里会有记忆, 当相同的情况再次发生的时候, 就害怕我会不会再一次经历过去经历过的事情?

高灵: 首先你要知道你并没有陷在过去的一些经验里面, 你也并没有陷在任何地方, 你并没有。或者你们做着相同的事情、产生着相同的想法念头, 但是那个也是一个完全不一样的。所以你并没有陷在任何地方, 也没有被陷在过去。然后如何去创造新的人生? 新的版本的人生, 那你要知道你体验的所有一切、你的人生, 不过是你自己频率的结果、频率的呈现, 你的意识形态的一个结果。所以如何让你的果..... 那就是你自己的意识形态在不断地扩展扩展的状态当中, 那自然而然就会投射出, 就是生活中、生命中各个人事物的相就会逐渐的转变。

问: 如何切断头脑对于外界相的捕捉、定义、归类?

高灵: 你其实并不是要去切断它, 而是你到底能不能明白它? 你能否明白, 而不是说你要怎么切断。

问: 道理上的明白, 感受上还是会有那种.....

高灵: 这么说吧, 确实我会产生情绪、产生感受或者是我现在很害怕, 或者是我现在分手很伤心, 但是我能否明白我此时体验到的伤心害怕的感觉并不是说它会在我生命中停留一辈

子，而只是今天是星期天，我最多可能体验两三天，然后第三天我就变了，第四天我就完全变了，第五天我是另外一个人了，明白吗？如果你能知道的话，那你是不是就会允许一切所是？所以说你可以产生任何情绪，你也没有办法避免它们。但是你要知道你没有陷在任何地方，它不过是一股味道让你闻到了。那个味道会变得越来越淡、越来越淡直到完全消失。然后又有新的味道产生。你们的人生不是这样吗？

问：那这股味道，就当下体验到的恐惧或者匮乏，就那种负面的能量，它会不会再一次投射在物质世界，然后就像是恶性循环一样？因为你再一次投射出去，你会再一次品尝到。然后你又觉得怎么没有变？怎么还是这个样子？就像耗子打圈一样。

高灵：那就是你更加的相信你的生命它是这样子的一个恶性循环的状态。因为你并没有觉得其实生命所发生的一切都是在把你推向一个更合一、更和谐的状态。就是你所经历的一切到底是在把你带的更高？还是把你贬的更低？这是两个不同的..... 因为这样子的话，如果你知道所有东西都会把你带的越来越高的话，你会越来越嗨。你会觉得哇塞，我又升级了，他妈的我太爽了。那这样子你的频率就不断不断地在一种上扬的状态。另外一个就是我怎么又这样了，怎么又这样了，就越越来越低的一个状态。

问：如何让每一个当下正面的服务于我们？

高灵：首先每个当下的确都是在正面的服务于你，问题在于你是否能看到。如何让外界的一切以它所是的样子来服务于你？就是首先你要相信外界的一切、每一个片刻的确是这样子在运行。就只是去相信它。你相信它，你就会逐渐的看到它。就算你一时没有看到，那么二时三时四时，你总会看到的。

问：如何切换到不同的世界？

高灵：你们要知道你们所产生的世界来自于你以为是的一个世界。那如何切换到另外一个世界？那就是还是你以为所是的一个世界。所以如何切换到另外一个世界，它只是simple的转变你头脑里面对事物的一个认知，然后它就切换了。就好比有一个你特别厌恶反感的人，你跟他在那吵架或者发生冲突，你很痛苦。然后你转念，你突然看到灵魂层面你们俩曾经是相爱的。然后这一世选择遗忘这个身份，然后再一次让你们体验到爱。如果你能从更高的层面去看到你们的灵魂关系如何服务于彼此的话，那么你就在看到的那一刻转变到另外一个世界了。所以说把你们埋在物质世界这个相里面的头、那双眼睛不断不断地好像是Google map，就是你变的更高更远，然后再看待一切。在你看到的那一刻，你便切换了。

问：如何理解一切同时存在？

高灵：就这么说，比如说刚才你看到了这个所谓的你厌恶或者仇恨的人，他是为了让你这一世来认识到爱。当你看到的那一刻，然后你们俩的关系就已经是友好的关系了。只是你还需要逐渐的去体验到你们俩的关系是友好的。但是你没看到的那个版本它是不是也存在着？那是不是你们俩关系非常友好，充满了爱的关系它也存在着？所以一切在你看到还是没看到，还有就是前和后，所有的一切它都在那里。

问：我们如何能够更好的不被眼前的相所影响和带入？

高灵：首先你其实没有被相影响、带入和卷入。你只是被你自己的有限的认知在影响着。你有限的认知来让你对那个相在你的生命中产生这样影响你的方式。所以你是在被你的无知和你的限制影响着，而不是眼前的这个相。因为外界的相如果它变一个相，它还在影响着你。那你说如果外界的相变了，它是不是就不影响你了呢？但是它也在同样影响着你。

问：如何让头脑对未知没有恐惧？

高灵：首先如果对未知害怕或者产生恐惧，它也来自于你对生命的误解，就是你对生命的不知情，你对生命的认知和理解的程度。那它当然也会投射到这个方面让你经验到。那怎样去？那就是去探索生命的真相、去认识生命的真相。

问：人类可以从你们那里得到什么样的帮助？

高灵：应该是说你们所有的帮助都源自于这里吧？！

问：如何让头脑安静下来？

高灵：你不需要让头脑安静，你只需要看到头脑叽叽喳喳对你没影响。就你给它叽叽喳喳赋予功能。就这么说吧，就你能知道这个人讲的是废话吗？因为当你不再赋予它很强大的功能的时候，它自然而然就shut up了。当你在赋予它，你说来来来你这个保安，我们说头脑是保安，保安保安你来跟我讲一下这个是什么事……你就一直让它来发表(意见)，它当然会觉得I am the one, I am the boss, 它当然会觉得那个什么了。那如果保安明白它是保安，它怎么讲都是废话，都没用，都没效果没作用。那它是不是就安安静静的呆在那，做它保安的工作，明白吗？

问：我们地球上有一些很厉害的把量子科学和灵性融合的很好的科学家。当要转换一个新的版本的人生，他说如果你每天都是同样的想法思维，你不可能改变。就是好像他会把我们的想法思维赋予一个重要的分量。但是我们说头脑里不管怎么样说都是废话……

高灵：一个是源自于你内在到底知道真相吗？因为如果你知道真相的话，你便不会被所谓的外界的这个相去影响。真正的核心频率是源自于你是否知道真相。当你知道真相过后，你的头脑不会产生那么多声音，因为它不会赋予它那么大的功能。因为它知道它的功能就是只是呆在这，而不是不断地产出担心、害怕、焦虑或者是各种工作。

问：为什么懂得了很多道理，还是觉得无力改变？

高灵：因为真正的改变并不是通过你真的把外界的物质世界变成什么样子，而是说外界的物质世界对你来说不会影响到你的频率。就不是说我把外面的影子、外面的鬼都赶走。而是说外面的鬼和影子跟我是处于一种和平的状态当中。鬼对我来说跟神佛没区别，不会因为鬼我的频率就掉了，就害怕了。

问：如何提升自我价值感？

高灵：自我价值感不是提升的。如果你是说提升的话，那么它还建立在你是否创造了一些有价值的东西。所以它是从没价值提升到有价值。那你的自我价值感来自于什么？它来自于你自己对你自己生命知晓的一个程度。当你越来越知晓你生命存在的状态，那你自然而然就会知道你存在的价值它是无可替代的。你存在的价值不取决于你能否去做什么或者是能产出什么。那么晚同样的这份只是存在的价值感你能看到的话，那你便能看到所有其它生命存在的价值感了。

问：如何放下头脑里不好的记忆？

高灵：这么说吧，并不是说不好的记忆一直存在于那里，而是说你自己当下的一个意识形态还会产出，还会跟过去有一个这样子的关系。所以它应该是你在当下投射出来、创建出来的一个东西。而不是一个在那如如不动、不变的一个东西。那如何转变这样子的东西呢？那就是你这个个体、你这个生命体不断不断去看到每一个事件、每一个生命发生的每一个步骤事如何服务于你。那你越来越能够知道你生命的每一步是如何紧密的连接来服务于你的话，那那些所谓的不好的也变成好的了。就比如说你现在成为一个特别资深的小作家，写出来非常好的小说。那源自于你曾经经历过很多很多情感上的折磨，所以你能把情感的那种内在的感受描述的淋漓尽致的。那如果没有这段经历，你便不可能创作出这些作品。那你说这些所谓的不好的..... 所以所谓的那些记忆不过是你当下意识形态的一个结果。那随着你对生命的知晓程度的扩展，自然而然你跟过去的关系也产生了变化。它们在你生命中存在的就不一样。

问：任何不受外在干扰？

高灵：外界对你的干扰像是镜子一样来让你看到你所相信的一些东西，就是它更多是一种反射来让你看到你持有的一个信念观念，还有就是你对生命的认知程度。就比如说你对生命的理解度是外面是客观存在的，外面发生的事情事真实的..... 它都来自于你对生命的认知程度。如果你对生命的认知程度是活在真相当中，你知道这里没有外面。所体验到的外面不过是你自己衍生出去的能量的结果而已。那你品尝的是你自己从始至终。你便能从你的每一个体验当中、状态当中去经验到你自己本身。那当然你可能最开始经验到你自己本身的存在可能是限制、不自由、苦涩。逐渐逐渐随着你的变化成长，你会体验到更加自由了、更加舒服了、更加甜蜜了、更加和谐了、更加的无限了。那在这个过程中你就在经验生命、在认识生命、在品尝生命。

问：如何更好的爱身边的人？

高灵：首先你们要明白的就是说去爱身边的人并不是说你为他们做某一些指定的事件，而是说你自己在是否在一个爱的状态。如果你离开爱的状态，你在用焦虑、着急、愤怒的一个状态的话，那你没办法给出去我爱他，虽然我很愤怒很分裂..... 所以重要的是你的频率在哪里，而不是说你要做出什么行为。那你们能给你们身边的那些人最好的爱就是真实的做你们自己，然后表达自己、呈现自己。因为他们来认识的就是真正的你，而不是虚假的你。那当你们能够呈现出你们真实的频率和状态的话，那也在帮助他回归到他的位置。所以如何爱你们身边的人？就是活出你们真实的状态。因为只有真实的你才能给来到你们生命中的每一个灵魂提供给他们存在的价值和意义。

问：如何让自己处在平衡的状态？

高灵：你来不是来把自己固定到某一个为止，也不是来push或者是用力把足迹放到那个位置。如果说..... 那就是去相信你这个生命体哪怕它体验失衡的一个状态，它也是在推动你走向平衡的一个状态。所以你怎么样都在走向平衡的那条路。但是平衡的那个果并不是你们追求而得来的。所以说相信你们在路上，然后允许你们生命每一个步骤的体验。因为如果你知道你迟早都会回到家，你着啥急呢？如果平衡就是回家的话，你迟早都会回到家里面，你着啥急呢？就允许你在路上好好玩，该怎么玩就怎么玩。

2024/12/01 – 感情不顺之不再抓感情的拐杖

问: 为什么我的感情在我的人生里这么重要, 占这么多的部分呢?

高灵: 首先就是你选择就好像修行或者学习的一个渠道。比如说你要到河对面去, 有选择坐船的、有选择过桥的、有选择坐飞机的。那么你选择坐船。

问: 因为之前说我的灵魂主题是成为光啊什么的。

高灵: 你本来就是光, 明白吗?

问: 那我经历这么多感情就是要成为光之前的.....

高灵: 你本来就是光, OK? 你体验的这些, 就好像你是从..... 这么说吧, 你在山里面。你在山里面的话, 你看不清山的面貌, 你也不认识它, 你也不知道山是什么样子, 对不对? 所以你得从山里面走出来, 然后走到很远的地方, 然后再逐渐的走近它, 去看到它, 去认识它。你一直在里面的话, 你是不是看不到呢?

问: 那我的感情在我的人生当中我就是会不断地重复去经历它吗? 那我应该学什么, 才会停止这种重复呢?

高灵: 你应该..... 当你对外面所有的东西都绝望了, 就好像你一直试图去抓这个拐杖, 让这个拐杖来支撑你让你走路。但是你每抓一个拐杖, 它就碎了。抓一个碎一个, 抓一个碎一个。直到你发现..... 直到你不再去拿拐杖, 恢复你双腿的力量。

问: 我其实不应该把我的重心放到感情上, 是这个意思吗?

高灵: 不是告诉你应不应该的问题, 是你会去抓这个拐杖。那你抓这个拐杖被破灭了无数次过后, 你就会不再去抓了, 而是去锻炼自己腿部的肌肉了, 明白吗?

问: 那我跟我现在的对象, 因为之前看到说我们是同修的状态。但是他带给我很多不好的, 让我感觉到不舒服的体验。这个我应该怎么去做处理呢?

高灵: 那就是看到那个拐杖本来就不是让你依靠在上面, 而是让你放到旁边。就是你对拐杖不施加任何力量, 它就不会碎了。因为它是玻璃做的, 你一压它, 它就碎了。你不压它的话, 你就欣赏到它的样子、它的美。

问: 就是我还是应该正视我的感情.....

高灵: 这么说吧, 感情它不是单独存在的, 它不是个单独的它是什么样子。而是说你自己的一个结果, 你的意识形态结的一个果, 明白吗? 所以你能从它的这个果当中看到你自己的变化、成长、突破。就是你能看到你变化的那个过程。它不是单独存在的。如果是单独存在的话, 它是一个如如不动的, 它不会因为你变而变。但是它并不是, 它会因为你变而变的。所以它像是镜子一样, 然后你通过这面镜子你能看到、体验到你在这个过程当中的变化, 然后从你自己去认识生命的真相。

问:那我经历那么多痛苦的感情的意义就是.....

高灵:来让你看到所有外面你想要去依靠的都是玻璃,就是你一靠,它就碎了。

问:那我应该怎么去看待他们呢?

高灵:把他们当成是反射你在不同时期的一个状态。因为你会在不同时期有不同的样子,然后你就能通过他们去看到你的一个变化了。比如说你之前在感情中你是什么样子?你可能总是需要对方在感情中给你提供这个,按照你这个,要满足你那个。但是后面你在感情中你对对方没有任何要求,你只是在表达你自己。所以这么说吧,以前就好像你会在对方身上插一个管子,不断地吸对方的水。他有水的时候你就快乐,没有水给你的时候你就口渴、你就烦躁。因为吸不到,对吧?那后年你发现你不在任何人身上插管子,因为你并没有缺水。就你内在不是一个需要从外面获取能量的一个状态。反而你内在源源不断地水会给到很多其他的人,而且是给不完。

问:你连接到我生命的能量是什么?

高灵:什么意思?这里没有任何一个你是这样,你是那样。NO NO,那些都不是你。那个不过就像是温度计一样,你在探测目前的温度是什么。所以你是温度计。你这个温度计来问我们:高灵,我这个温度计是什么样子?你是你本来的样子。你是一个正常的、完好的、功能齐全的温度计,明白吗?所以你会随着你的意识形态的变化而变化的。所以你没有任何问题。

问:我现在生活里面在做的事情有没有什么比较严重的背离了我的灵魂主题?

高灵:没有任何问题是严重的,也没有任何事情是严重的。因为你迟早会把你的所有体验、所有经历、所有品尝的东西把它转化成智慧、转化成养分。这么说吧,你现在就好像捡垃圾了。你屋子里面捡了一堆垃圾。你说这堆垃圾,你是现在把它转变成金子呢?还是说我储存十年过后再转变?一百年过后再转变?因为在转变的那一瞬间,就好像你这根棒一挥,所有的都变成金子了。那你说你积攒了十年和积攒了一百年再转变它,有啥区别呢?区别就在于说你会更早的体验到,哇,金子。一个是一百年,你都把它当成垃圾。一个是十年,你就已经看到是一堆金子,明白吗?就这个不同。

问:时间上的不同,是吧?

高灵:就是一个早发现它是一堆金子,一个晚发现它是一堆金子。但是你迟早都会发现它是一堆金子。它本来就是一堆金子,明白吗?就这么说吧,你本来是一个国家的国王,但是因为你忘记了自己的身份,一直是以乞丐的身份在流浪乞讨。一个是比如说你在乞讨了七八年的时候,有人就来告诉你的真实身份,那么你就回家做你的国王去了。一个是在七八十年过后再告诉你的国王身份,然后你回家做国王去了。明白这个区别吗?

问:那其实我们人人都是国王,对不对?

高灵:每个生命体都是。

问:我经常做噩梦,会尖叫着醒过来。

高灵：这么说吧，因为你白天的不放松，就是你平时的不放松，因为你紧张嘛。然后这个紧张的能量会通过梦给释放出来。

问：所以全部都是因为我自己？

高灵：只是目前你这个生命阶段呈现出来的一个相而已。但是你的生命它会转变的呀。那转变了，那个相也变了。

问：有时候我在睡觉的时候突然会被巨大的能量笼罩，感觉骨头很酸。我知道是一些很好的能量。这是为什么？

高灵：也就是说你整个人在，比如说头脑没有做主人的时候，然后你的身体对能量的一种感知。

问：所以不应该让头脑做主人，对不对？

高灵：这不是应该和不应该，这是你自己跟头脑的关系。你最开始怎么用它，你最后怎么用它。它在你生命中的服务目的和你对它的用法不一样的。就好像一把刀，你最开始老是用它伤到自己、伤到别人。最后你用刀来切菜、砍树，你把它用的很好。你把它妥善保管。

问：那我现在跟我头脑的关系是什么？

高灵：**你不是一直在跟它那个什么吗？你怎么样去看待你跟你的头脑的关系到底是个什么样的状态？那就是说你是否产生很多矛盾？你是否很累？就是内耗吧。还是说你里里外外全都是一种轻松和谐、毫不费力的一个状态？那就是你能看到你目前头脑对你来说是一个阻碍呢？就是在正常的运作？还是在有误的运作模式？**

问：我经常陷入内耗的情绪，胡思乱想，一想就停不下来。

高灵：那当你在错误的使用一台机器的时候，在这个过程中，你也在摸索它、也在学习它、也在认清它，明白吗？

问：高灵还有什么信息要带给我吗？

高灵：你现在在跟我们连接，你是不是感受到非常的平静、祥和、很舒服，对吧？我们想让你知道这是你本来的状态，这是你内在有的状态，这本来就是你。之所以平时你感受不到它，是因为你没有回到这里，明白吗？但是你却..... 就这里永远不会消失的，这里才是真相，明白吗？这么说，我们现在把你带回家里面，坐在沙发上了，你特别舒服。又温暖又不用害怕，因为是在家里面，对不对？然后我们告诉你，这里是你的家。外面只是你临时的一个地方。

问：那我平时通过怎样的方式尽量让自己保持在这个状态？

高灵：不需要啊。你可以在外面玩多久就玩多久。你玩累了，你知道家在哪里，你回来就好

了，对不对？那休息好了，你是不是又可以出去玩？你想回来的时候，你知道家在哪里和你找不到家、没有家，是不一样的，明白吗？也就是说你可以放心大胆的随便在外面玩。你知道你累了，你有钥匙回家，明白吗？一个是你一直觉得你是个流浪汉，你是个homeless，你是个无家可归的人，你是个没有家的人，你是一个可怜的人，明白吗？这两种状态和你在外面去玩的心情是不一样的，对不对？

问：我内心的那种无力感.....

高灵：现在还有吗？

问：没有

高灵：那你就没有，明白吗？那为什么会体验到那个呢？我们要告诉你，你本来是没有的。你现在没有，那我们告诉你这是你真实的状态，你本来是没有的。那为什么会体验到这个呢？那也是来让你去认识到，就好像刚才我们说你不认识你自己，所以你从这里离开了，到很远的地方去看它、观察它、去认识它，明白吗？所以通过这个，你是不是更加的能认识你自己呢？认识你自己，就是你产生的那些东西不是你身上的事啊。那通过这个过程当中，你是不是更加能明白众生是怎么造成的？你会对生命有更加深刻的一个认知。

问：我选择那么多感情的剧本，我从中学习就是为了让自已最终学会不依靠别人，对吧？

高灵：也不是学会，是认识到。就像一个小小朋友，他在沙滩上用沙子堆城堡。堆一次，它一碰就破了，一碰就破了。最后它就认识到沙子堆起来的容易散掉。然后以后他在玩，用砖头去堆，不会倒。他就认识到砖头和沙子的区别了。那在这个过程中是不是扩展了他对生命的一个认知？

问：那像之前经历过的感情里的所谓的爱和真正的爱是完全不一样的，对吧？

高灵：这么说吧，感情里面的爱，你所谓的感情，你所谓的你们的爱情，它不过是你在每一个当下和每一个生命形态，就比如说你在十岁的时候，你那会儿产生的一系列..... 这么说，都是误会。那你十岁的时候的认识，产生的误会是这个样子。等你二十岁，产生的误会又是那个样子。等你三十岁的时候，产生的误会又是那个样子。它只是不同时期的你产生的不同的误会而已。但是在这个误会过程当中，你才能去认识到、看到、体验和学习到什么才是真实，什么是真实情况。真实情况来自于什么呢？来自于你对生命的误会。如果你对生命，你认为你的生命它只是你这个名字、你的身份、你的头衔、你的收入，这些是你。那你对它的认知是不是一个误会呢？因为你的生命是更大的一个存在。你只看到了你多少岁，你是谁谁谁的孩子..... 你把它当成是你，你是不是产生了误会。那在这个误会当中，你产生的什么不是误会呢？你对你自己身份都是误会。你觉得通过那个身份发生的一切哪个不是误会呢？也就是说当你自己对你的身份是一个误会的时候，所发生的一切都是建立在误会上面的。就这么说吧，对方明明是个国王，你却把他当成一个流浪汉。那你跟这个流浪汉发生的一切，你对他：哎呀，你好可怜，我来帮你或者你怎么这么穷，我嫌弃你。它是不是个误会？所以你得跟他真实的身份交往，你们发生的一切才不是误会，明白吗？所以当如果你的生命形态是一个真实的状态在存在着，那么所发生的一切它也是真实的。你的感情、你的情感、你的爱情，这些它也是真真切切的，它不是在一个误会层面去发生的。

2024/12/02 – 连接鲁米谈爱情以及从分开谈什么是关系

连接鲁米:

问: 请帮我们连接一下诗人鲁米。

高灵: 你稍等

鲁米: 你们可以提问。

问: 你是诗人鲁米吗?

鲁米: 既是也不是, 既不是也是。因为没有有一个身份。就好像你从整个空气里面捕捉了一点空气, 你来问: 你是他吗? 我是他, 也不是他; 我不是他, 我也是他。

问: 通过你的诗, 你想给当时的人类带来什么样的信息?

鲁米: 没有这个想法, 没有想给任何人带去任何东西。而是说它是属于我自己的, 是我在不断地去碰触它、触摸它、闻它、品尝它、嚼它、舔它, 就是它在我嘴里, 明白吗? 你说就好像我在吃一个特别美味的东西, 它在我的舌尖上, 它在我的味觉里, 它在我每一个细胞里面。你问我想给别人带去什么? 你在吃美味的时候, 你会想着你给别人带去什么吗? 你在品尝一个女人的时候, 你在想着给别人带去什么吗? 你眼里有别人吗? 明白吗? 你那会儿什么都没有, 你只是在那个能量场里面。如果你产生了什么的话, 那你便什么都带不出来, 明白吗?

问: 从你的诗里面我读到了智慧和生命本质的洞察力。我想知道你如何获得这些智慧和生命的本质的洞察力?

鲁米: 如何获得? 我不过是进入它、品尝它、欣赏它。那就像你在对一个你爱的女人, 你在连接她、你在品尝她、你在进入她。别人来问你如何获得这些? 你说你如何获得的? 你不过是完完全全的进入到一种没有你的状态而已。你只在那个能量场里面, 明白吗? 你没有去拿着一个篮子或者是拿着一个东西, 我去捡东西。也没有你, 没有篮子, 没有任何, 也没有那个去抓去拿去获得。就像你在进入海洋里面, 你已经和海洋成为一体了。你在随着那个波浪舞动而舞动。你就只是..... 所以

问: 什么是真正的智慧?

鲁米: 真正的智慧就是你对存在的本身的知晓的程度和理解程度, 那就是智慧。比如说你觉得存在, 你可能觉得这个生命体它是活的, 它就存在。那些已经死掉的生命体, 它就不存在了。那就比如说你对存在本身的理解, 就认知程度它就是智慧的程度, 明白吗? 你对存在本身知晓多少呢? 你觉得存在是单独的存在吗? 还是你觉的存在, 它是一个整体? 你觉得存在只是暂时的吗? 它会消失吗? 还是说它是永恒的? 你觉得存在它是只有到那里呢? 还是说它就在这里? 所以那你对存在本身的知晓程度就决定了你的智慧程度了。

问: 你是如何察觉到这种知晓? 也就是说有生命还有没有生命.....

鲁米: 那就是我没有以一个肉体的形式在存在着。我离开了我肉体的形式在存在着。

问: 你是通过什么方法去离开自己的肉体去体验这些?

鲁米: 就是比如说前面有一个深渊, 你敢跳下去吗? 你敢吗? 明白吗? 那如果你敢, 那你就已经脱离了你的物质肉体的存在, 你便能够去踏入未知。如果你还要去保护你的肉体、对它有一种珍惜, 那么你便不能。所以说敢于把自己完全的扔出去的这个状态。

问: 您在诗里经常会提到爱。您认为爱的本质是什么?

鲁米: 爱的本质就是真相。

问: 那真相是什么?

鲁米: 真相就是爱, 它的本质就是真相, 真相就是爱, 爱就是真相。

问: 真相是关于什么的真相?

鲁米: 存在的真相, 就是一切的真相。

问: 它与人类体验的爱情的区别是什么?

鲁米: 就像刚才说的当你在体验爱情的时候, 你能跳进爱情这个深渊吗? 你能吗? 明白吗? 那就是区别。因为如果你不能够跳下那个深渊, 奋不顾身的跳下去的话, 你便体验不到。那如果你不顾一切的跳下这个深渊的话, 那你就能体验到。

问: 通过爱情体验到爱吗?

鲁米: 体验到真相啊。

问: 人类在追逐爱情的时候一直期望永恒的爱情。你觉得这种行为有智慧吗?

鲁米: 你们只能追逐你们头脑里面的东西。你能追逐你头脑里面的相, 你去追它。如果它没有相呢? 你怎么追它? 就比如说你追一匹马, 那你看到前面有一匹马, 你去追它。那我告诉你你眼前所有的一切都是马, 它也都不是马。你追什么呢? 你都不知道这匹马在哪里。你都不知道哪个是马, 明白吗? 所以你们有办法去追马? 你都不清楚哪个是马, 哪个不是马。那你说你去追啥呢? 所以这是你能去追到的吗?

问: 痛苦在我们的灵性成长中扮演着什么样的角色?

鲁米: 这么说吧, 所谓的痛苦不过就是说你的感受的强烈程度。所以它更多的是一种比较级, 就是一个词语的比较级。就是它比较, 这个更加, 那个更加。它是一个形容词, 来形容一种力度, 明白吗? 所以如果把它当成是一种感受、一种能量的力度呢? 你如果是从力度去看那个所谓的痛苦呢? 就强烈的一个程度。

问: 我们感受到痛苦的强烈程度是我们感受到能量的强烈程度吗?

鲁米: 不过是你们去..... 就好像一个高压电和一个微弱的电量的那种不同的区别。所以你不过是在体验它这个级别, 它的电量。

问: 梦和现实之间的关系是什么?

鲁米: 如果是站在你们的物质角度, 你们体验的一个..... 比如说梦可以不通过你的各种感官而产生体验。现实需要通过你的一些感官产生体验。一个是需要借助你肉体这个媒介去体验到, 一个无需借助肉体这个媒介去体验到的一种强烈的情绪、情感, 明白吗? 就这么说, 就像你在被催眠当中, 然后你的舌头里品尝到一股酸味和真正的吃柠檬吃到的酸味, 这个不同。

问: 当两个人相爱的时候, 他们在灵魂或者是能量层面发生了什么?

鲁米: 合一

问: 有什么建议给到那些体验到相思之痛的人吗?

鲁米: 它不过是从另外一个角度去描述爱的美好。所以从你品尝的那个角度去描述爱情对你的一个影响力度和它的美和你拿它没办法, 明白吗? 因为你在这里面, 这是唯一你对它束手无策。你只能好像被电击一样, 你只能被它电击, 你却没有办法..... 因为你在被它电击, 你没有办法把这个电拿开, 你只能去体验那个电流完了过后..... 明白吗?

问: 那也就是去体验就好了?

鲁米: 就说你在被电击的时候, 你并没有选择去可以把它拿开, 明白吗? 如果有选择的话, 你就没有在体验了。所以你是别无选择的。但是别无选择的这种, 才能去凸显出它的一个特殊性。所以说你有什么办法? 你没办法。如果你有办法的话, 那你体验的就不是它了。那所以你现在还找什么办法呢? 所以不是让你去找办法的, 而是来让你去品尝到这个味道是什么。有的人一辈子都品尝不到呢。

问: 我们如何能够越来越多的与自己的内在去连接?

鲁米: 就是减少和物质层面的连接, 那你就会..... 因为如果你too busy, 就把你的attention放在外界的物质忙来忙去的话, 那当然你没办法去..... 就这么说吧, 很简单, 你说你这个人你怎么样可以多在屋子里面休息? 你天天往外跑, 在外面都不回家。那你说你怎么样多在屋子里面, 和你的屋子连接呢? 你减少外出的时间不就好了? 朋友叫你, 忙! 朋友叫你, I'm not interesting, 明白吗? 那如果你朋友一叫你, 你就出去了。或者你朋友一给你打电话, 你就嘟嘟, 你自己都不愿意回家呢? 你自己愿意在外面浪呢? 或者外界有太多抓你眼球的东西?

问: 如何能够越来越多、越来越敏锐的感受到来自灵界的信息或提示?

鲁米: 你把灵界当成一个女人。你说我能如何更加的和这个女人产生关系? 你说呢? 明白吗? 就是我对她不闻不问? 还是我去关心她? 还是我去连接她? 还是我去跟她在一起? 时时刻刻在

一起呢？还是偶尔在一起呢？一个星期见一次呢？还是24小时在一起，明白吗？所以这个女人对你的吸引度有没有？到底爱不爱她？你是more interesting女人呢？还是more interesting 你的business？明白吗？

问：酒给你带来什么样的体验和灵感？

鲁米：所以刚才就体验到了喝酒断片的感觉，所以什么都没有。明白吗？就是空白。

问：从你的视角来看，我们来这个物质世界体验生命的意义在何处？

鲁米：就是你能否用你这个舌头只是去品尝你特别想吃的味道，想品尝的食物？还是说你天天被逼着吃屎？所以生命的意义在于你有多大的权限和自由度去选择你想要去品尝的。然后通过你的自由程度，那么你就能体验到你生命的意义的程度在哪里了。那如果你是被迫的去体验吃垃圾、吃各种让你恶心的东西，那你当然会觉得没有什么意义。因为它就很痛苦。那如果你能够去不断地品尝你想要吃的、特别喜欢吃的……你就想象一下你去五星级的米其林餐厅，你去米其林餐厅去体验各种美食，是你爱的、滋养你的、好吃的。还是说你根本就难以咽下的各种粪便？你想象一下让你每天吃大便，难闻又恶心的生命的意义。和去米其林，天天吃各种美食的生命状态。它们之间存在的意义对你来说？一个是我活都不想活。一个是好美好。想象一下你每时每刻都被逼着吃大便……

问：你对爱和爱情的感受和体验是什么？

鲁米：对于我来说爱情就是它能够把你的……就是它的那一股能量，就是那一股激情似火的形态能够把你的物质肉体、把你的理性、把你的头脑里的观念观点，它都可以一把火把所有东西全部给燃烧掉。这么说，就像一个人被投进火山的状态，就你消失了，什么都没有。所以这就是你问描述和体验到的爱情就是，凡是你能保持一点理智或者保持一点头脑或者保持一点你觉得是对的事情，就是还有一点理智在的话，那么便不是爱情。所以真正的爱情它是能烧掉你所有的物质观念。比如说真正的爱情可以让你一辈子的信仰顿时瓦解，就你没有信仰了。就比如说，你信的是这个，她信的是那个，你们信仰上的冲突。那真正的爱情就能让你们之间所有的信仰瓦解了。就比如说她是你的杀入仇人，就是对方是杀掉你父亲的仇人。但是因为你们之间有爱情，所以全部消失了。就恩恩怨怨，所有的一切全部都消失了。那就是所谓的爱情。但凡你还有所保留，就比如说你还会产生一些什么，那么那里就没有爱情，明白吗？所以有你存在，你如果有个我字存在，有一个你，有一个头脑还在运作，那么这里就没有爱情。就这么说，它像一个非常强大的，就是你的所有来到她这都失灵了。就来到她这个能量面前就出现故障了，然后你的所有机器运作不了了，就出故障了。那个就是所谓的爱情。那你看一下当你在靠近某一个什么的时候，你的东西出故障了吗？当你出现故障，怎么都运作不了，怎么都不能正常的运作了。就像是一个外星能量来到你们地球上，让你们地球上所有的电器设备全部失灵，那么就是这种状态。为什么呢？因为那个能量太强大了。它强大到所有的都没有办法正常运作了。

问：这种爱是宇宙中最高频率吗？或者最强的力量？

鲁米：这里没有最强，因为它只有这个。如果有最强的话，就说明它还有一个……你们之所以体验不到或者感受不到，是因为你们还有一个物质肉体的阻碍、阻挠，所以你们体验不

到。如果当你们拿开了…… 刚才我们说你愿意跳下这个深渊吗？当你愿意的时候，你就拿开了。你就能体验到那股强大的能量了，明白吗？

问：对于我们体验这种强大的能量有什么建议吗？

鲁米：没有建议，这里面没有建议。但是我们想告诉你们的是，当你真的奋不顾身的跳下这个深渊，它将会是你生命中最绚丽的那一刻。就是你的灵魂会因此得到升华，就是你从跳下的那一瞬间起，你就飞起来了。你便脱离了所有束缚，就是脱离了所有对你的捆绑，就是你就飞起来了。你这么想象一下，当你真的跳下这个深渊的时候，你就突然长出了一对翅膀飞起来了。你便突然从一匹马变成了unicorn飞马。就是你的这匹马就有翅膀了，你就成仙了，你就不是一匹普通的马，你是unicorn。

第二阶段：

问：我以前跟您说过的小男生要离开法国了，我感受到了难过，但是也很快就过去了。我需要从这段体验里拿到的礼物是什么？

高灵：从你爱的人跟你分开，你从中拿到什么吗？我们连接看看有没有什么信息。这么说吧，我们想让你们从物理层面你们相爱的人分开，你们可不可以从中收获什么？好吧？这么说，如果你们是有关系的，那么你们的关系并不会因为物理层面的分开而断开，明白吗？如果你们因为物理层面因为分开而断开了说明你们之间根本就没有关系，就是你们之间的线本来就是断开的。如果你们之间本来就有一根线的话，那么物理层面的断开，它是断不开的，明白吗？物理层面的断开只会让你从另外一个角度和另外一种方式去认识这根线有多么坚韧、多么不可破，它就在那里，明白吗？所以它没有办法分开，如果你们之间是有连接的。如果你们本来就因为这个断开、分开了的话，那就说明你们之间从来就没有连接过，就没有。所以你会失去什么吗？你不会失去任何。你只不过是换了一种角度去认识你们之间的连接感有多深刻而已。那那些如果因为物质世界分开而断开的关系，他们本来就没有关系。就算他们表面上物质层面在一起，他们之间也没关系。

问：那我跟他的关系就算是断开了吗？

高灵：就这么说吧，就好像你现在蹦极一样，你说我身上到底有没有那根绳子。你才是那个人在跳。那你有没有绳子，你看你会不会摔下去了？你要摔下去，你就没绳子。你要没摔下去，你就有绳子了，明白吗？

问：在我人生的这个阶段体验了我身边的朋友啊或者我喜欢的人一个一个从我身边离开。为什么会给我安排这样的课程？我要从这些经历里面拿到什么礼物？

高灵：就是来让你看到如果真正能离开你的，就说明是你生命不需要的。就比如说如果真的是跟你有关联的，你弄不走，就是他根本就不会离开你，就是他离不开你。所以你们不需要在关系中有任何防范啊、保护啊、或者是要去小心翼翼的干什么呀。因为你生命中真正对你重要的东西，它是你身上的一部分啊。它如果是你身上的一部分，它怎么能够离开你呢？它没办法。那如果它会离开你，那说明离开你的这个个体和你没有关系。那是不是你把它放到

身边它都是一个废物啊？它碍事。所以说你就可以看到你真正和你有捆绑或者有连接的，你都没有办法把它给弄走。

问：几个月之前我就有这种感觉，就是从我的喉头到胸腔这一块就感觉从下往上有一个东西，就像种子要突破发芽一样很顶要出来，但是又出不来的感觉，就很难受，就感觉有根棍子要往上捅一样。

高灵：你稍等，我们连接一下。我们连接到你身体产生的一些不适感是来自于你对你生命的一种掌控、抓取，就好像你在这个水里面，你还在试图去抓东西，你没有完完全全的放手放松，就是让这个浪带着你，就是你身上紧张的能量。就你还会有那种头脑去抓取或者去掌控、头脑的防范、警惕。然后这种能量就会形成一种强迫的能量在你体内。然后那股强迫和紧张的能量就像是一根棍子在那里，你就体验到一种不适感。就这么说吧，你就好像眼睛睁的大大的，风吹草动，你听一下，外面会不会有人过来抢劫我，就这种感觉。所以对外面的一举一动或者是风吹草动你都充满了警惕，就那种感觉。就并没有安安心心的睡个好觉，就有点提心吊胆吧，那种能量。因为这个能量对你们来说基本上都有。为什么呢？这是来自于你们对生命信任的程度。就好像刚才前面说的，这个深渊你敢跳下去吗？明白吗？你们所有人都不敢跳下去，那当然你们就没办法长出来一对翅膀。那你们没有办法去体验到生命的自由度，因为你们还在用你们的大脑、用你们的头脑、用你们的物质肉体在试图操控。这就是你们身体产生的那种紧张感。然后你们产生的那种紧张感会让你们在一个非常低密度的能量，就是那个世界里面。这个世界里面你们会感受到你们所做的一切都是吃力的，一切是要经过你们的手、经过你们的大脑、经过你们强迫的能量去运行，明白吗？然后这就是你们体验到的这个密度版本的地球、这个世界。因为它来自于你们自己对生命的理解程度。因为你们会觉得你的生命只是一个肉体的形式存在。就你只是在运用这个肉体，就是你把所有的一切都交给这个肉体，让这个肉体去工作。这么说，我们一直跟你说你的头脑或者你的肉体它是一个分身，它的身份是保安，对不对？你把总裁、所有这些经理、高管……所有工作全部交给保安，让他做这个做那个，后勤啊、财务啊、公司的发展啊、前途啊，所有的事情你都交给这个保安。他不抓狂？他不窒息？明白吗？

问：能不能请高灵从能量层面帮我缓解一下这种很堵的感觉？

高灵：你稍等。我们想让你去认识到你已经抓住了我们的手。那当你抓住了这个手，这个手永远都在你的手中。它并不会一下子就消失，明白吗？所以它并不会消失在你的生命当中，无论你发生什么。就是无论你做什么，它都不会消失。所以说来给这个手一个机会让它去展现如何来影响你们的人生，如何协助你们的人生。这只手是你的男朋友，对不对？那你从来不给你的男朋友(机会)让他展现他对你的爱。你也不去看到，你也不给机会让他展现。然后你一直什么事情都是我来我来，就你剥夺所有他运作的机会，你甚至没有办法认识到他在你生命中的功能，和如何来爱你，如何来协助你，如何来保护你，对不对？

问：那他就不能强势的干预吗？

高灵：强势干预的时候，你还把它当成是一个痛苦，把它推开呢？你害怕。你的恐惧能量，你的害怕就把他推开了。

问：在那个男生的世界里我是一个什么样子吗？

高灵: 这么说吧, 就好像你说在他的世界里他知道我能飞多高吗? 你倒是飞到天空最高处给他展现一下啊, 明白吗? 因为他们的头脑捕捉的都是幻像。如果你要让他看到这个相, 那么展现给他呀。

问: 现在真的对物质世界的体验有点受够了, 就一直都是在一种走钢丝的状态.....

高灵: 我们想告诉你们, 当你们对物质世界的那种感觉, 就物质世界的这种我已经受够了的这种感觉。然后我们想带来的信息, 想让你看到的就是说, 因为当你们觉得你们对物质世界受够了是你们put too much attention, 就是你90%的注意力都看着的是门外, 明白吗? 就你一直在看门外的景色, 你都不看家里的景色。所以你说我受够了外面的那些rubbish或者是外面的那些乌烟瘴气的, 你受够了。因为你们没有把你们的眼睛转向里面, 所以你们会对你们会对你们外面捕捉到的相、体验的这一切都受够了的那种感觉, 对这种生活厌倦了。你要知道你们的个体存在, 它是 half-half 的, OK? 你们是一半在物质肉体, 一半是在灵界的。那你有物质的体验, 但是你也得有灵界的体验。这么说, 你这棵树就好像一半是在土壤里面, 你的根部在土壤里面, 树枝这些在外面。那你得既在里面吸收养分, 你也得从阳光这边吸收养分。所以说没有办法, 如果你们不从土壤里面吸收养分。之所以你们目前感受到吃力、感受到费力, 是因为你们没有从土壤里面吸收养分。也就是说你们和你们的灵魂层面的你和灵界的那个你没有或者很少有连接, 所以你们就感受到很吃力。为什么呢? 因为你们only use your half-body, 就是你只是运用你身体的一部分功能在运作, 你当然感受到吃力。所以这些信息告诉你们的就是说不要总把眼睛、注意力放到屋子外面, 物质世界。然后要分一半的时间给到内在的那个你, 给到灵魂的那个你, 给那个深层次的, 给灵界的。为什么呢? 因为你们所有的能量的来源, 就好像一棵树, 所有的养分是来自于根部的。那你们和灵界的, 就是你们的力量和能量和源源不断地爱的来源、灵感的来源都来自于灵界的。所以去平衡这个关系。当你和灵界的连接越来越稳定、深入的话, 它会让你在物质世界玩的风生水起, 就是毫不吃力。还不说所有的物质体验都会转变成智慧。所以不要把自己只是用一半去体验, 而是用一个整体去体验。然后这个整体的体验, 自然而然你在灵界的养分就会让你更加强大。更加强大的话, 你就不会在物质世界总是体验到一种无力感。因为你目前体验到的你受够了, 就是因为你无力感。那你想象一下如果你在物质世界风生水起呢? 想怎样就怎样, 想干啥就干啥, 明白吗? 那你就不会说我受够了, 我还没玩够呢。

问: 灵界最后还有什么信息吗?

高灵: 我们想要告诉你们的就是物质世界并不是你们看的那么真, 因为你们把你们所有注意力、把你们所有的精力或者是时间..... 把物质世界的这个相看的太重了, OK? 并不是真实的存在, 明白吗? 它之所以让你体验到真实的存在是因为你只能在你的系统当中去演出、去投射出这个相。这么说, 一个穷人他来看, 赚钱好难哦, 这么多bill, 物价好高啊, 物价好贵啊, 这个也要钱, 那个也要钱。因为在他的认知里面, 他只能看到他赚钱只能去开个出租车, 去打工, 去做个服务员, 明白吗? 就是他的一个限制。那他体验的版本就是好难好难, 钱不够花, 物件太高, 对不对? 这就是他体验的版本啊, 对他来说就是真实的呀。但是同样一个人呢, 对他来说物质世界所有的钱就是他的感觉。所以他根本不需要赚钱, 因为他玩金钱嘛, 他玩嘛, 他玩转能量。那你说哪个是真的? 哪个是假的? 他们不过是在体验自己认知版本里面的世界。所以说当你拥有不同级别的认知, 就比如说你们人都受影响, 对吧?

那你逐渐逐渐的进入这一group的人的话，进入他们这个团体，你受他们的影响，然后你就能体验到跟他们同一版本的世界了。所以说当你在没有力量的时候，去选择那些积极地、正向的创作者们，去加入他们的group。然后这个世界并不是你们感知到的那个样子，并不是的。你感知到的是你自己的那一套系统而已，就你在体验你自己，仅此而已。

2024/12/03 – 连接爱因斯坦以及物质世界是想象的世界

连接爱因斯坦:

问: 请问您是爱因斯坦的能量吗?

爱因斯坦: 你可以提问。

问: 您在100年前是如何洞察时间和空间是相对的?

爱因斯坦: 首先当你在提这个问题的时候, 你就产生了一定的误解。也就是说如果你把我当成是一张照片。我这张照片本来就是到地球上、到这个世界来呈现一些信息的呢? 就好像我是一张明信片, 然后这是宇宙寄到这个地球来的呢? 所以说它本来就被写满了信息, 被送到这里来, 明白吗? 就是一个文件包, 然后就是这个文件包被送到这里来。就像是一颗种子, 这颗种子被送到土壤里面来。然后你提的问题就是这颗种子是任何发芽? 如何长出第一片叶子? 如何开出这样美丽的花?

问: 是不是在当时的历史阶段人类需要您提供这样的思想, 然后您就作为明信片来到人类的世界?

爱因斯坦: 就像是造物主种了一朵花而已。

问: 如果当时不是你的话, 会不会有另外一个类似您这样的角色?

爱因斯坦: 不会产生你这样的问题, 就是不会有这样的问题存在, 如果不是..... 就是选择。就没有你这样的一个选择。就好像你在种一株玫瑰花的时候, 你去问这朵玫瑰花: 如果没有你的话..... 玫瑰花怎么回答你呢?

问: 从灵性的角度如何理解我们在这个世界中感受到的引力? 引力的本质是什么?

爱因斯坦: 就好像你走到这个房子里面, 然后这个房子里面有地板。本来就是, 它本来就是这样创造、打造、made成这样子, 明白吗?

问: 那是由人类的集体意识创造出来的吗?

爱因斯坦: 应该说人类都是被创造的, 比如说你要养一群小鸭子、养一群鸡, 你得给它创造一个鸡窝吧。你要养一群猪, 你得给它建一个猪圈吧, 明白吗?

问: 那是什么创造的人类还有人类生存的地球呢?

爱因斯坦: 什么创造的人类? 是源头、是一切万有、是本来就是。就是你们用任何语言在描述的那个, 也可以说是它本身, 明白吗?

问: 就是源头在通过人类的身体在体验它自己, 对吗?

爱因斯坦：应该说源头放了很多角色、玩具，然后它可以进入任何一个玩具去体验、去品尝、去探索。它可以跑来跑去，玩来玩去。

问：我们的物质身体是源头的一件衣服，也是它的一个玩具，对吗？

爱因斯坦：你们的物质肉体是什么，是吗？不能客观的说是是什么，而是说它可以什么都是，它可以什么都不是。它既可以是这个，也可以是那个。它既重要，也不重要。它既不重要，它也重要。就没有一个像你们确切的那样子，它就是那个。所以它没有办法被定义。你说是谁去做这个定义呢？明白吗？那如果我说是这样，你说是这样，他说是那样。那你觉得谁说的才是对的呢？谁说的才是有用的呢？

问：我们与源头的关系是什么？

爱因斯坦：你既是源头，你也不是源头。就是你既是它，你也不是它。

问：如何理解呢？我们是源头，也不是源头？

爱因斯坦：你既是它是因为你源自于它。你既不是它，是因为你有你的生命。就是你是一个独立的生命体，你有你的意志，你有你的自由意愿，你有你要体验的东西。

问：我们体验的生命的本质是什么？

爱因斯坦：生命的本质就是创造。

问：我们来这里体验的时候会有自己的意识。这种意识是如何产生的？就是我们的头脑会产生与别人的差距。比如说从源头的角度大家都是一样的，但是我们来这里之后就会有独立的意识，感觉彼此是独立分开的。这种意识是如何产生的？

爱因斯坦：就像刚才说，你进进出出，所以你可以聚焦在某一个点。如果聚焦在这一个点，它只能产生这个。如果它聚焦在无数个点，那它也可以体验无数个点。所以意识是你聚焦于什么而产生的，就它对你来说就好像是放大镜的一个功能。你把这个放大镜放到土里面是这样，你放到一个昆虫上面是那样，你放到树上面是这样。那你们在这个物质世界，你们就可以体验到当你的意识聚焦于某一个点的时候，它就会给你产生一个真实的体验。当你们的意识分散出去过后，又开始变的虚幻了。

问：是不是我们每次在意识聚焦的时候，我们就在创造我们体验的世界？

爱因斯坦：应该说你在体验这个意识，就好像体验这个放大镜怎么用。然后你们可以通过它，越来越去认识这个放大镜怎么用。

问：我们每次聚焦的时候是我们观察到已经存在的世界？还是我们在聚焦我们的意识的时候创造了我们所观察的世界？

爱因斯坦：你们在你们自己想要探索的领域里面探索，它就好像是属于你个人的体验和梦境。然后你想要体验什么，你想要去创造什么，你想要去感受什么、品尝什么。

问：我们物质世界的体验，比如说有一些物质的相大家的感知都是一样的。这个是我们创造出来的？还是本来就存在的？

爱因斯坦：这么说吧，比如说你们都相信金钱对你们来说很重要，然后你们真的体验到金钱在你们的生命中真的是必不可少，离开它，你们没有办法活。然后这就是你们共同去参与的一个游戏。

问：那我们观察到的比如说月球，那是因为我们的意识共同创造了它吗？

爱因斯坦：不是你的意识创造了它。就这么说吧，就好像刚才那个比喻，比如说养了一群猪在猪圈里面。然后那边有一个饮水机，你说是不是你们这一群猪创造了这个饮水机？或者上面有一个灯泡，是不是你们这群猪创造了这个灯泡？明白吗？是因为你们这个空间需要这个灯给你们照亮。

问：我们的物质世界有一些物理学的规律。这些规律是不是也会随着人的意识发生变化而变化？

爱因斯坦：你们物质世界上的所有知识都是来供你们去推翻的，都是来供你们去突破的。

问：我们体验的物质世界也好、灵界也好，有没有存在一些永恒的真理？

爱因斯坦：永恒的真理就是存在就是永恒的。

问：这种存在是以一种能量形态的存在吗？还是意识、频率……是以什么形式的存在呢？

爱因斯坦：它可以是各种形式，就好像比如说肉体啊、意识啊、频率啊，其实它只是一种体现的方式。但是存在本身就好像是光。这个光可以通过各种颜色呈现出来各种颜色。就它可以反射出各种面相，它可以是任何。比如说你们物质世界看到的所有东西都是存在本身的一个演化。就比如说风雨雷电、树木、山坡、草、花、水、各种，所有的这一切。

问：这种存在本身就是源头吗？

爱因斯坦：应该说是存在它是各个形态、各个不同的状态或者是不同的样貌、不同的振动频率。但是所有的一切都是源自于存在的本身。

问：我的理解是能量和物质是一样的。存在本身既然可以是物质、也可以是能量、也可以是频率。那我们所观察到的万物都是它自己的不同的状态？

爱因斯坦：不在于你能观察到和不能观察到。就是所有的一切，你能感知和不能感知的所有的一切，它都是存在本身分化出来的一个不同的形态。就这么说吧，你这个屋子里面全是用沙子做的。所以你这个屋子看到的、摸到的，所有这一切都是沙子。

问：除了我们现在体验的物质世界的宇宙，还存在其它宇宙吗？

爱因斯坦：这么说吧，你可以去观察你是以一个肉体、以一个人的方式在存在着，对吧？那如果你是以植物呢？如果你是以一只小昆虫呢？如果你是以动物呢？明白吗？那如果你是在水里面呢？如果是在地底下呢？所以说如果你是在你体内的肠道里面呢？明白吗？你想象一下。

问：我们如何才能感知到你刚才描述的这些存在状态？

爱因斯坦：如果是用你的肉体去感知的话，那你肉体去感知的就有它自己的一个限制。所以突破肉体或者是超越肉体。

问：那还在肉体中的时候，怎么能体验到这些动词力呢？

爱因斯坦：还在肉体里的时候，你要怎么品尝其它这些存在吗？比如说你在做梦的时候，你也可以去感知、去体验到。这也是你的意识在体验、探索和扩展的一种途径。

问：我们自己的意识与源头的关系是什么？或者是我们与源头的关系？

爱因斯坦：你们与源头的关系？就像前面说的你是源头，然后你也不是源头。你与源头的关系就好像你在离开它，又在走近它，又在成为它，又在体验它。所以你们之间的关系是源自于你自己的一个，就好像你在成长过程当中你去认识你母亲在你生命当中是谁，你跟她的关系。它会随着你这个生命状态变化而变化，就是你在小时候母亲对你来说是什么。然后逐渐长大，你对这个关系的一个认知。它会随着你自己的，就这么说吧，看你这个孩子有多懂事，看你能明白多少。但是我们想让你知道的就是所有的一切都源自于源头。但是你能感知到多少呢？那就是就好像我们刚刚说你这个孩子有多懂事呢？因为不是我们告诉你是什么你就是什么，而是说你自己能品尝到什么才是什么。比如说我们告诉你这个东西是什么味道。那如果你的味觉发育不全或者你有功能障碍或者它丧失了它健全的功能，那都会通过这些方面的影响而影响到你自己感知到的。因为生命本身并不来源于别人告知你一些信息。他告知你的，对你来说就好像是废话一样。因为你得用你自己的舌头去品尝到。但是你能品尝出什么，它又是你自己的健全程度决定的。比如说你这一生就是要成为一个残疾人，那你就不能品尝到它本来的味道。但是所有的一切都是源自于源头。

问：对于人类或者一个个体，我们有自己的身体、意识、高我……我们是一种怎么样的存在形式？这些部分相互之间是怎么样的关系？

爱因斯坦：应该是说是你和它的关系，这是你产生的你和它的关系。比如说你跟它的关系最开始分成这个、分成那个。然后这就是你跟它之间的关系，这是你对它的认识。这么说吧，你刚才提的问题就好像你说这个女人她有这个、她有那个……然后你来问我们怎么样怎么样。那是来自于你自己对这个女人的认知，明白吗？也来源于你在认识她的过程当中你的一个状态。你是带着你的所有头脑里面的那些观念？还是书本上学到的那些东西？就好像你看到书上面说这个是她boobie，那个是她……就是这种。然后你看着那些定义，然后你指着说，这个是她的心脏，她的心脏功能这样那样。还是说你已经超越了肉体的一切去认识她呢？认识她这个灵魂呢？认识她存在的状态呢？明白吗？所以不能说这是什么关系？而是说你跟它们是什么关系。然后你提的问题就反射出你跟她之间的关系，但是这个关系并不是一层不变的。因为它会随着你自己的这个生命体的变而变的。还有一个问题就是说你们并不是来这个地球上学一些概念的。概念对你们来说一点用都没有，明白吗？你们不是来学几个知

识、学几个概念。它对你来说doesn't make any sense，就是你可能就拿着这些概念去忽悠人，明白吗？你只能拿着这些概念去忽悠人。被忽悠的人也拿着这些概念继续去忽悠人。所以说你们来到这个地球上是要去经验它、去品尝它、去玩它、去创造它。

问：我们认识到的爱与宇宙的关系是什么？或者爱的本质是什么？

爱因斯坦：你能告诉我本质这个词是什么吗？

问：或者爱是什么？

爱因斯坦：这么说吧，如果你来问爱是什么，应该说提问者，就是问出爱是什么的人，他和爱之间的关系是什么。如果是从..... 因为并不是说我们说什么就是什么，而是说你们自己能够去体会、感受、体验、诠释、演绎爱是什么。它可以是任何。所以它可以是妈妈打孩子，因为她担心孩子，怕孩子做错事、做坏事或者以后会吃亏，然后她打他。那她打的那个行为就是爱。那孩子让她打，因为孩子觉得妈妈生气，打完，她就舒服一点。他也是爱，对不对？那你看，一个被打和一个挨打的过程当中，他们都是爱。那你说爱是什么？就是说你们没有办法去给它一个定义，就是说这个行为这个样子才是爱，那个样子那个行为就不是爱。只是你们每一个生命体有你们自己对爱诠释的一个方式。那就是你们人类所体验到的爱，所以没有一个固定的相，那个才是爱。爱是所有。如果在继续深入一点来告诉你们爱是什么的话，那这里我想告诉你们爱它没有尽头。爱永远永远永远没有一个尽头。这就是爱。那它是不是可以是任何？

问：我们感知到的太阳系以外的星系是否真正的存在？还是只是我们意识的投射？

爱因斯坦：应该是说一切存在它都存在着，只是跟你们有没有关系呢？因为当你们现在这个空间就存在着无限的东西，你能感知到吗？一切都在那里。你能连接到吗？你能体验到吗？你能平常到吗？你能从空中就好像去取到这些东西吗？所以对你们来说它既存在也不存在，它既不存在也存在。并不是说我们你它存在着，然后你就能进入了？那你进入不了，那它就不存在呀。但是你进入不了，不代表其它没有在体验。

问：我们如何能提升我们自己的感知能力？

爱因斯坦：这么说吧，就像你身体的肌肉，你如果一直依赖你的手去做事情，当然你其它部位就比较弱。比如说你通过你内在的感官可能感知不到东西。因为你一直都是依靠依赖你外在的、肉体的一些感官，明白吗？就这么说吧，就好像你一双眼睛可以看到。然后你就依靠你的眼睛在房子里面产生体验，对吧？当你的眼睛瞎了呢？那你是不是就要打开其它的感官？比如说脚在那摸，然后手去摸，然后耳朵去听，明白吗？

问：灵界与物质世界的关系是什么？

爱因斯坦：如果说物质世界是电脑的显示器，灵界就像是背后的程序或者软件或者是网络，没有网的话，你就上不了网。一个是显示器上面你能看到的，一个是内部程序你看不到的。但是它却支持着整个系统。所以你用电脑可以很好的理解到这层关系。

问:那我们在物质世界的所有体验都在灵界中精心的设计好的?

爱因斯坦:你本来就没有离开灵界,首先你要知道这一点,明白吗?只不过是你的意识聚焦于这个物质肉体,所以你只能体验到这个。就你的舌头只在品尝这个,所以你只能尝到这个味道。当你的意识比如说你不聚焦于这个物质世界,你是不是到处在体验了?你做的梦。

问:既然我们在灵界中知晓所有的事情,那我们来物质世界体验的目的和意义是什么?

爱因斯坦:并不是说知晓所有的事情,明白吗?你是说你的一部分进入到物质肉体,然后进行展现、创造、探索、体验。因为物质世界也是一个非常好的探索途径或者一个路径。并不是说你离开了某一个地方去到某一个地方。就好像你们现在在通灵,你们在连接。你们从物质进入到灵界,然后提取一些信息。所以你们物质世界也是灵界进入你们物质世界来提取信息。

问:在灵界的探索和物质世界的探索的区别和差异是什么?

爱因斯坦:你说你一直是一个人的存在,对吧?然后你对蚂蚁很好奇,你很想了解蚂蚁的世界怎么运行的?蚂蚁的身体是怎么样?蚂蚁的洞穴是怎么样?蚂蚁吃的食物是怎么样?然后你就分了一部分你的意识进入蚂蚁的体验,然后去感知。这么说,就像你们自己设计打游戏。你们会设计一些逼真的游戏场景供你们去玩、去体验、去锻炼技术、去fight。只不过是你们的级别,设计的那些东西很low而已,就你们设计的很简陋而已。就它的体感没有办法达到一个像你们在体验肉体的那种感觉。

问:我们设计游戏也是在模拟灵魂来物质世界体验,这样一个过程,对吧?

爱因斯坦:那更大的一个,也想去玩游戏啊。通过游戏,它可以增加自己的技能技巧啊。

第二阶段:

问:我这两天追了一个小道士哥哥给别人办案的直播,他就是捉鬼打鬼。那个鬼的形式各种各样的。我们不是意识体吗?这些各种各样的鬼是什么东西呢?

高灵:因为物质世界本身就是来支持你的体验的呀。如果这是你想体验的东西,那你就能体验到。和你们那些有钱人赚好多钱有啥区别呢?跟那些超级有钱的人他们想体验去赚钱的游戏,没区别啊。这么说吧,一切都是无,一切都是色即是空空即是色。一切它也在那里,它也没在那里。它既是它,也不是它。所以一切都是无,最主要是你自己想要产生这个体验,那你就会体验到。因为你们在一个幻想的空间里面。那么你幻想的一切都能变成真的让你去体验。你想要去体验一个国王,你也能体验到。你就能在你的世界里面体验到你是国王的版本。

问:我当下的能量状态有什么信息要带给我吗?

高灵: 你刚才的能量状态有什么信息带给你吗? 刚才那个不是已经死掉了嘛。还有什么信息带给死人吗? 你稍等, 我们看有没有什么信息给你。就刚才的那一段信息就是带给你的, 就是那些想体验鬼的, 他就跟鬼玩的不亦乐乎。想体验有钱人的, 他就跟金钱玩的不亦乐乎, 明白吗? 你们这个物质世界本身就是一个想象的世界, 所以当你强烈的一个意愿想要去体验某一些事情的时候, 那么它就会发生在你的世界里面, 它就会发生在你的意识里面。

2024/12/04 – 自由专场

自由专场:

问: 自由是免费无限的吗?

高灵: 你们所有的一切哪一个不是免费无限的呢? 是你们自己给它定义一个金钱, 好吧?

问: 自由意志是什么?

高灵: 意志是什么意思呢?

问: 意志就是我的意愿, 我想要做什么。

高灵: 自由的意愿是什么? 你自己去问你这个问题: 自由的意愿是什么? 那不就是自由嘛。

问: 现在越来越觉得自己像是灵界的提线木偶。那这个物质人格的自由到底是什么?

高灵: 它就是去品尝自由是什么。就好像去问舌头的自由是什么? 因为你的物质人格、你的这个肉体它是感知的功能啊。

问: 那我们的物质人格没有选择的自由, 只有品尝的自由?

高灵: 这么说吧, 你觉得你做了选择, 然后实际上那是你的选择吗? 明白吗? 你觉得你选择了今天去一个地方, 你觉得那就是来自于你自由的选择的一个结果吗?

问: 那这个选择来自于哪里?

高灵: 就像你看到一棵树在不断不断地往上长。来自生命的本身。

问: 为什么世人觉得需要去赚钱, 有钱了才能自由? 比如所谓的财富自由?

高灵: 那是你们相信的, 那是你们共同相信、持有的一个观念。为什么? 你该问你们自己啊。

问: 是什么在限制我们的自由?

高灵: 你说的是哪方面的自由呢?

问: 就是做自己的自由吧。

高灵: 你们个人个体的一个认知。因为你的认知权限决定了你能够去体验到的范围, 你能reach到的一个点。

问: 自由与自在有什么不同?

高灵：自在是你品尝到自由的一个感觉。然后你拥有了自由过后，你就能感受到很自在。那是你尝到的甜，就是当你吃到了苹果，你觉得很甜。当你在体验自由，你会觉得很自在。

问：怎么样平衡自由与责任？

高灵：这不是你去平衡的。如果你觉得你需要去平衡它的话，那就是你的认知里面产生的东西。因为在你的认知里面你会觉得自由和责任是相矛盾的。但是它并不矛盾，明白吗？也就是说你觉得黑夜和白天，它俩是相矛盾的、相对立的。它们并不是对立的。那如果你能看到自由和责任它俩不是对立面的话，就是它俩不是一个东一个西，像跷跷板一个高一个低的话，你又何来的平衡呢？

问：为什么自由和责任是一体的呢？

高灵：因为责任来自于什么呢？来自于你们对生命的不知情。因为你们会觉得你来到这个物质世界上，你在这个社会上你就有一些责任去承担，明白吗？就这么说吧，就好像一朵花来到这个世界上，它觉得它有责任给这个世界带来美丽、有责任给这个世界带来香味。那花不过是存在，那么它就自然而然的给地球带来香味和美好。那么生命体，当它自然的存在着，它也在……我们不能说承担责任，但是只能用承担这个词来告诉你们……自然而然的在扮演着，就是在承担着它这个生命体给这个环境的责任吧。因为这里没有责任，它是你……就好像刚刚我们说的，一朵花绽放，那么自然而然你就会有香味；一朵花绽放，自然而然你就是美好的，你就带来美好。但是它却不是责任，明白吗？那是你们的一个，就是目前在这个生命阶段你们对生命的认知和理解。因为你们会觉得你们的生命肩上是承担着责任的。所以就没有什么好平衡的。如果你觉得需要平衡，那就是你目前这个阶段对生命的理解产生了自由和责任需要去平衡。

问：自由与自私有什么不同？

高灵：因为你们自己有太多的概念，太多的定义。你们会给某一些行为定义为自私的行为。就好像比如说你看野外一头牛在喝水，然后你就会说：你这头牛太自私了。你看，小宝宝都没喝水，你牛妈妈还去喝水？你是不是太自私了？那在那自然当中牛口渴了喝水是自然而然的事情。有其它动物会来说你这头牛太自私了吗？有吗？所以说它自私的是谁呢？所以是你们在捕捉一些相，然后去给它产生一些定义，明白吗？那你说大自然当中，那些动物会去捕捉一些相，然后去评判说你这个行为是自私的？你这个是什么样的？如果你在运用这个词，你连这个词是怎么产生的或者都不能理解它、都不知道它为何产生、怎么产生的话。那你是不是就已经进入到它的圈套里面了呢？所以说这里就没有所谓的自由和自私的概念，就你们不再产生它嘛。

问：都说自由在最高处，这个最高处指的是哪里？

高灵：也不能说它的高低吧，只能说你们想要拥有不同的体验。你体验束缚也是为了能更加深刻的体验到自由，明白吗？所以你想要体验自由是什么，就像你想体验松是什么。自由就是松，对不对？那个绳子是松的。那你得体验一下被绳子捆绑的感觉。所以这样子的对比才能让你体验到什么是自由。所以它也不是一个低和一个高，而纯粹是为了体验某一种、去认

识它。就像给小朋友认颜色一样，你拿一个黑色和拿一个白色。然后告诉他，这个是黑色、这个是白色。你看它们对比，这个是大的，这个是小的。明白吗？

问：如何到达这个所谓的自由的最高处呢？

高灵：你先体验束缚，那你再体验自由，你就知道那是自由的感觉了。所以束缚也是你达到自由的一步台阶呀。

问：自由的状态到底是怎么样的？

高灵：那就像是鱼儿在水里面游、马儿在草原上奔跑、小鸟在天上飞翔。这不就是你们所谓的自由的状态嘛。也就是说你的生命力能够完完全全的释放和施展、不受任何约束力、不受任何的控制展现出来。就这么说吧，就好像你能够伸一个懒腰，你身子能伸开。然后你能够在床上滚来滚去，你可以在这个屋子里跑来跑去。

问：不受任何限制是不是就是所谓的自由？

高灵：就算你受到了限制，但是你还是能够从限制当中出来，就是你还是能够把所谓的限制变成是一个台阶，就是你能把限制转化成一股力量。就是你能够去转变它、转化它，然后你能够突破它，就你拿它有办法吧。你拿它没办法的话，你就觉得没有自由了。但无论它来到你面前是限制也好是任何东西，你拿它有办法，你能解决它、能转变它、转化它，那么你就是自由的。

问：自由就是想做什么就做什么吗？

高灵：也就是说你头脑里面那些想法可以得到行动是不是就是自由？那比如说你想飞，你却飞不起来，因为你的肉体的束缚，那你是不是就没有自由了呢？你是不是就会觉得飞不起来就没自由了呢？所以自由是，比如说你想飞，你不是一定要让自己飞起来。但是你却可以借助降落伞起飞，对不对？所以说它是能自由的创造、自由的去体验、可以自由的去展现的一个状态。因为当你想做什么就做什么的话，那你不是又进入到一个你想飞，但是你身上没翅膀呢？所以说它更多的是你自己自由的去创造、自由的去展现、自由的去运用你的任何工具，还有你的想象力。因为这些也包含在自由里面。

问：跟随内心的声音就是自由吗？

高灵：你们不都在体验着嘛。你的内在有很多negative，就好像是负面的声音啊，告诉你你没用，你可以去死了……对这个问题你们自己可以去看到。

问：自由来自于哪里？

高灵：自由来自于生命的本身。

问：自由精神对人类的成长有什么样的影响？

高灵：这么说吧，你所谓的自由精神也不过是你在不同程度的意识形态当中产生的一个相而已，明白吗？那你说对人类产生的影响，那不也是你们那个阶段产生的相而已嘛。

问:我定义我是自由的,是不是我就是自由的?

高灵:那不也是你们在物质世界体验到的嘛。

问:当我拿到了我认为的自由,然后再去问,是不是就不自由了?

高灵:再去问什么?

问:可能就是当我拿到了自由,我又跑来问高灵我现在自不自由?那是不是在这一刻就代表着我不自由?

高灵:你体验的自由并不是高灵来说你不自由你就自由了。别人说你臭,你就真的臭了?

问:需要得到认同和确定的自由,也是一种不自由和不自信吗?

高灵:你们可以自己去看看你们自己提的问题:需要得到认同。这个认同是来自于谁呢?谁来认同它呢?你选择了你需要进入到一个限制里面。然后把你是否deserve得到的东西给了别人,就是别人来决定你。

问:我们要如何诠释自由?

高灵:那用你们自己的生命形态就在展现和诠释自由了。

问:随心所欲就是自由吗?

高灵:你们可以自己随心所欲去试试看,是不是那种随心所欲就是所谓的自由呢?你看看你活出你活出随心所欲的样子,你看看是不是就是体验到自由呢?

问:自由和随缘的区别是什么?

高灵:随缘就是随着任何生命中发生的一些事件,这是你们所谓的随缘,对不对?这么说吧,那如果你随缘,然后把你带到了个就好像让你失去了自由的一个环境。那你说.....应该说随缘就是随便生命把你带到什么地方,你都能够自由的去创造和展现你自己想要体验的生命状态,呈现出你自己想要呈现的生命状态。

问:自由和躺平有什么区别?

高灵:你们所谓的躺平就是说对外界不做出任何反应,是吗?那就是不去干涉外界的事情,对吧?他们让我生就生,他们让我死就死,是不是?自由里面包含着创造、包含着行动、包含着动。因为你能自由自在的去展现、去行到、去创造。躺平里面有包含动吗?那你就能知道它们的区别了。

问:自由和臣服有什么区别?

高灵：比如说当你生命中发生一些事情，你展现出来是你臣服。臣服过后，你若能自由的去创造、去展现、去扭转、去展现任何你想要展现的，明白吗？那如果你臣服了过后，你不能够按照你的意愿或者是想法去体验到你有自由的意愿去改变它话，那就没有自由。

问：自由和自我放纵有什么区别？

高灵：自我放纵你放纵更多的是什么呢？是你的肉体，对不对？但是你的自由是来自于灵魂层面的，比如说我身体受到了限制，比如说残疾了，对吧？我受限了，但是我还是在自由的去品尝生命，明白吗？那你自我放纵更多的是表达你自己对你小我的任意吧，任意它怎样。但是自由更多的是心灵层面不受到任何外界肉体层面的约束和束缚。所以说我可以是自律的，但是同样是自由的。因为我的自律是来自于我自由的选择和自由的意愿。放纵的话，那就是你没有选择，你要让小我去选择，让它去爱咋滴咋滴吧，就是你想喝酒就喝死，就这种。

问：自由需要降低欲望吗？

高灵：应该说自由是你不被欲望驾驭、控制、影响。你是在影响着欲望、操控着它、决定着它。就是欲望是在你之下的，就好像欲望是你的奴隶、是你的仆人，你去指使它。就像一匹马或者是一台车，你想怎么开，你想往左往右，你能驾驭的了。那你说呢？如果你要降低欲望来达到自由，你还自由吗？就是我要把你打残废了，你才不能跑，我能控制你。那你还叫.....

问：自由就是不依赖于任何外界吗？

高灵：你是可以自由自在灵活的去运用、转变、使用和操控着外界。

问：宗教里有自由吗？

高灵：什么是宗教呢，对你们来说？就是你要follow这个、follow那个，是吧？那你说呢？但是如果那个宗教是你自由选择的一个结果呢？

问：那只能说选择它的时候是自由的。但是我进入它，它里面有很多清规戒律.....

高灵：所以你就知道你要看你怎么去定义自由了，对吧？它也不是死的呀。

问：婚姻里有自由吗？

高灵：婚姻比如说它不自由，对吧？那如果它的不自由来自于我的自由意愿呢？自由选择呢？就我甘愿被奴隶，我甘愿被控制、被指使、我甘愿放下我人生的自由权给你。因为这是我的自由选择。

问：灵魂在物质肉体里有自由吗？

高灵：灵魂在肉体里面去展现自由是什么。你不能说它有还是没有，而是说灵魂通过肉体去展现。你就好像是在问我的这个相能通过镜子.....就是它这个镜子里面能有我的相吗？因为那面镜子本来就是来呈现出你的相是什么的，明白吗？所以你可以通过你的物质肉体去展现

自由是什么。自由可以是我做了一辈子的牢房，但我在牢房里却每天唱歌跳舞、自由自在，明白吗？因为我并没有因为外在给我创造一个束缚的相的而被困在里面。就是外在给我创造一个束缚的相，但是我并没有因为这个而困在里面。比如说外界给我画了一幅恐惧的画面，但是我并没有因为那个恐惧的画面吓的要死，我反而还笑的好开心哦，你这个好好玩。那你就是自由的。为什么呢？不是别人给什么，你就吃什么。

问：灵魂要如何做到可以自由的出入物质肉体？只能通过修炼吗？

高灵：那你们其实在无意识的状态下，你们就在做这个事情。如果你问有意识的话，要怎么样做到这个？它跟你自己的人生主题、还有你自己激情的方向、还有你是否，就是这个体验对你来说到底有多重要，明白吗？就会根据这个看是否有这样的体验给到你。但是当你们在做梦的时候或者是魂不守舍的时候，其实它都在，明白吗？所以有一个魂不守舍。

问：物质身份里面有自由吗？

高灵：物质身份是你去呈现自由的一个管道、一个渠道、一个舞台。你可以通过你这个物质身份去呈现出自由是什么。所以不能说物质身份到底是由自由还是没自由，因为看你们谁去演绎这个身份呢？看到底是一个受限的灵魂呢？还是一个无限的灵魂演绎？

问：自由和我们的社会责任要怎么平衡？

高灵：你们每一个灵魂来到这个地球，当你们在完完全全的去做你们自己，就好像你是一朵花你就开花，你是一棵果树你就结果，你是一只蜜蜂你就去采蜜。那当你们在你们本来就是的生命状态在呈现和展现，你们就在承担着这个社会责任感了。所以它是当你的这个生命体在自由的呈现它本来就是的生命状态，那它就在承担、在呈现出，就是在做它的这一份子。就好像是蜜蜂、蚯蚓、蝴蝶，它们都是在做自己的同时也在承担它们在这个物质世界里面扮演的角色。

问：当我们在不够自由的时候还能真实的做自己吗？

高灵：你们一直都能真实的做自己，好吧？所以跟你自不自由没有关系，你都能去展现出真实的你。然后当你们在不够自由的时候，如果你能把不够自由的这个体验来让你自由的去创造，那么你就是自由的，明白吗？就你不够自由的这个体验，你去自由的使用它。就这么说吧，就我们刚刚说你被关在牢房里面，你失去了自由。那你能够把关在牢房里的时间不断地用来唱歌跳舞、冥想、去探索、去静心，就好像闭黑关一样。那你是不是就能够把这个experience自由的用你自己的方式去展现出来呢？就看你是否能够把你的体验的东西变成，就是转化，变成它是来正面服务于你。就是外界给你扔过来东西，垃圾也好或者是砖块砖头、粪便，如果你能把外界来到你这里的一切自由的去转化、自由的去分配、自由的去创造按照你的意愿、你的方式在你的世界里来协助你或者是来供你去演绎的话，那就是所谓的自由。如果别人扔一个砖头，你就接住了，让它打中你的头。扔一坨粪便，你就让一坨粪便来恶心你，那你就没有自由。所以跟外界来了什么不重要，跟你们能去运用来的这个东西，就是通过你自由的意志、自由的意愿还有你自由的创造力、还有自由的生命形式能把它去转化成什么。

问：自由需要去追求吗？

高灵: 那你说小孩子眼里的自由, 他去追求..... 所以自由可以去追求吗? 应该说对你来说你追求的自由是什么呢? 比如说对你来说有钱就代表自由, 所以你就去追求金钱。然后你就觉得自由了? 明白吗? 这里面还包含着你对生命的认知程度。那如果离开了你对生命的认知程度和你们的意识形态的话, 那么它这个就可以是任何啊, 明白吗?

问: 自由需要去争取吗?

高灵: 如果你觉得自由需要你去争取, 它才会来到或者才会获得的话, 那已经是不自由了。因为你给自由画上了一个需要这样, 才能那样。那就是不自由。

问: 自由需要去获得吗?

高灵: 应该说所谓的一个获得是提出来的是一个果吧。展现除自由的那个果是你获得的吗? 它是你展现出来, 呈现出来的。

问: 在职业里面如何可以获得自由?

高灵: 当然你的职业可以是一个去展现自由的职业啊。然后在职业里面是否可以获得自由, 它又回到你这个生命体它自己的意识形态。因为你的意识形态它不得不通过职业这面镜子去呈现出你的自由度有多高。

问: 那那些在职业里面比如说做着自己不愿意的工作, 时间被捆绑。在这样的情况下要如何获得自由?

高灵: 就是说你如果在捆绑的时间里面做的是你爱的事呢?

问: 那如果是不爱的事呢?

高灵: 那你就需要去运用你的想象力、运用你的创造力或者运用你的转变能力, 就是把它..... 就好像这个东西很苦, 那你可以想办法把苦去掉, 只留下甜味, 就是炼金术嘛。那是不是又呈现出你自己的自由的创造力、想象力了? 自由就是你能把有限的东西变成一个你无限的体验。

问: 那这个是不是有点阿Q精神啊? 就是这个东西明明我不喜欢, 我还要想法设法爱上我不喜欢的东西?

高灵: 如果你觉得是阿Q精神, 那就说明你还是没有把它转变成功啊。你转变成功了的话, 你只会enjoy它。如果你的转变能力有限的话, 那你当然就不能自由体验了。

问: 作为照顾孩子的母亲要如何自由?

高灵: 就是当你身上承担着责任..... 你可以去运用你自由的想象力、创造力、调节能力或者是去安排, 就是调动资源的能力, 然后让你..... 就像你是在玩puzzle, 就是调动一切, 调动你所拥有的资源让你去达到一个自由的状态。简单一点来说的话, 比如说你是一个带着孩子的妈妈, 你遇到另外一个带着孩子的妈妈。那你们俩是不是就可以比如说这两个小时你帮我

看孩子，下两个小时我来看这俩孩子，明白吗？你是不是就可以运用这个去创造？所以你自由的去运用你现有的资源去调动它、分配、然后玩。

问：在恐惧和焦虑的状态下可以有自由吗？

高灵：如果你体验到自由的话，那么你便不会在恐惧和焦虑的状态下。因为它不是同一个频率。你恐惧和焦虑是一个频率，你自由自在是另外一个频率。就好像一个是在天上飞，一个是在淤泥里面，就深陷在泥潭里面动弹不了。那在这样子的状态下你能否体验到自由？也就是说你能否从泥潭里面体验到在天上飞的感觉？因为当你体验到你在天上飞的感觉，你就脱离了……你在岸上，你就不在水里面了。你在水里面，你就不在岸上了。但是你却能够自由的去切换这个频率，就是我能上山、我能入海、我能上岸，就我不是被动的必须呆在水里面。那我可以选我选择我从水里面走到岸上去。

问：当我们在自由的状态下是不是就意味着我们没有恐惧？

高灵：你自由的频率它已经是在一个好像是很舒服的频率。那当你是在恐惧的频率，它就是uncomfortable。一个是comfortable，一个是uncomfortable。

问：当理智上明白要去切换频率，可是身体上在感受恐惧。理智和身体的感受在较劲的时候，怎么样教会身体从这个频率里出来？

高灵：你产生的恐惧和焦虑是来自于你背后的believe system，就是你所相信的一些东西，就是这是它产生的一个果。那通过它给你显现出来，就好像它给你提醒在你这里你有一套系统它跟你不平衡，就它跟你的核心频率是不相符合的，它是相排斥的。那么你就可以通过身体产生的信号，然后去让背后的那套系统浮上来、呈现出来。那么你便是自由的。为什么呢？因为你手被铐住，但是你却有钥匙去打开这副手铐。当你没有这个钥匙的话，你就是不自由的。

问：爱情里面有自由吗？爱情里的自由是什么？

高灵：爱情里面当然可以自由的去展现爱情、自由的去展现你心目中的爱情是什么、你的爱是什么，明白吗？所以你可以在爱情里面自由的去展现。

问：控制不住的想一个人，这样算是自由吗？

高灵：应该是说当你不去控制，然后你只是去品尝，不去控制，那么你就能在爱情里面……就这么说吧，爱情是一条河，你在河里面了。那你就体验那个水咯，去感受那个水，感受身体沉浸在水里面的感觉咯。你选择进入它呀。

问：因为我们所有的信息都是在帮助我们破除我执。那就比如说……

高灵：那控制是不是执念呢？你想要去控制。你想要控制你的想法念头思想。

问：那比如说我有想要在一起的人，但是这个人在更高的层面并不是我灵魂计划好的那个人。这样是不是……

高灵: 什么意思?

问: 比如说在物质层面我想要跟这个人在一起, 但是这个人在我的世界里是一个冰块, 他不是一个铁球。那这是不是也是一种不自由呢?

高灵: 你怎么知道呢?

问: 那冰块难道可以变成铁球吗?

高灵: 就是你觉得你知道, 你觉得你想要去变它。那你已经扭曲了这个关系了。你没有允许这个关系以它所是的方式给你展现和呈现, 就你没有允许一切是发生在你身上, 而是说你试图用头脑在控制、影响这一切。

问: 允许关系发生在我身上和我什么都不去做, 只是看着关系发生在我身上和我想要去做一点什么, 它的区别在哪里?

高灵: 比如说允许这个关系发生在你身上并不等于你什么都不去做。你是什么都做了。比如说你兴奋、你开心、你哭、你笑、你闹..... 明白吗? 你可能什么都做了, 然后你完完全全的去投入、去品尝、去沉浸在里面?

问: 那什么都不去做, 只是在.....

高灵: 那你就在抗拒这个能量啊。比如说你想动, 你什么都不做。比如说你内在好想去抱他啊, 你却坐在那什么都不做。那你在允许它发生在你身上吗?

问: 在贫穷的状态下如何自由?

高灵: 就是本来自由就跟贫穷没关系, 明白吗? 首先如果你把贫穷当成了限制, 它已经是不自由了。所以你要拿开最开始的一个限制。

问: 那一个很贵的东西, 在当下的此时此刻他没有自由去购买它。那这个难道不是一种限制了?

高灵: 当然了, 这个限制来自于你的想象力啊。你觉得你必须要买到它, 你才能体验到它。

问: 那物质小我的自由到底是什么?

高灵: 就是完完全全的允许。

问: 人的最终自由是什么?

高灵: 最终自由就是在展现无限。他在展现、呈现无限, 在通过他这个人呈现出来。

问: 一直想咳嗽的原因是什么?

高灵: 那就是你没有咳嗽的问题啊。当你真的咳嗽, 你没有办法去控制它。不要试图去控制任何。咳嗽又能怎样呢? 它也会好呀。因为你的肉体并不是永恒不变的。

问: 我们可以实现食物自由、时间自由、土地自由、资源自由吗?

高灵: 那不是应该你们自己去创造、展现、呈现的事情嘛。没有说难道是高灵不允许你们吗? 你问的这个问题就不是来自于, 就好像是高灵限制你们, 让你们不能这样子体验。然后你就来问我们能不能这样? 你们才是那个创造者。所以能否实现土地自由, 是吧? 那你把你家的土地全部贡献出来给别人用咯。你给流浪汉啊、无家可归的人啊、你都拿出来给他们用啊。你不就在展现嘛。展现我的房子是自由的, 所有人都能进来住。你贴一个邀请所有流浪汉进我家, 那你不就在展现出土地的自由吗?

问: 食物的自由就是任何食物对我们都没有影响吗?

高灵: 首先你们已经形成一套, 就是在你们的集体意识当中哪些食物是安全的, 哪些食物对你们的身体是有毒素的, 明白吗? 你们在这样子的里面, 你就能够, 就是能做的就是在一个安全的状态下存活和存在。那如果你是说客观的说哪些食物对身体有伤害的话, 比如说正常的食物对别人没伤害, 对你有伤害的话, 那就是说你自己越来越接近你真我的频率。因为当你在真我的频率下, 你跟外界、不只是食物、跟一切万有、跟动物、灵, 就是跟看不到的这些都是, 就是不是瞎子对着瞎子的。你不是在闭着眼睛的状态。那既然你是醒着的状态, 所有的一切它不再是一个瞎蒙的状态, 也就是说你的身体会知道你需要什么食物。那对你有什么的事物, 你自然而然不会对它产生一个需求。就是一切它是一个和谐的振动频率的状态中。

问: 那如果被公认为不健康的事物, 它会对我们产生影响吗?

高灵: 那你不就是个瞎子嘛。

问: 但是现在太多添加, 孩子都很喜欢吃。

高灵: 首先就是说因为你们的生命形态发展在这个阶段、在这个程度, 你们和食物的关系就是你们目前现有的一个状态。但是没有办法只是处理这个状态结的果, 就是这个振动频率结的这个果。就是你没有办法单独处理这个果。那真正能够去影响这个果的是让你们成为更加完整的你们, 而不是说只是一半功能去运行。不是闭着眼睛的, 眼睛睁开。那眼睛睁开, 你的鼻子、你的五官、你的嗅觉各个功能都打开的话, 你当然就不会活在一种无知无明或者是黑灯瞎火的状态下了。

问: 作为父母可以在这个路上.....

高灵: 提高你的频率啊。然后让你自己的生命状态越来越接近你的本质, 然后和你的真我更加合一。在这样子的状态下, 你的孩子也会因为你的频率的提升而提升。那在这样子的频率下, 你们不只是跟食物, 而是跟外界的一切都有一个和谐的关系, 而不再是一个扭曲的关系的状态。

问: 那如果我们父母在提升频率的同时, 但是孩子还没有这个智慧去选择.....

高灵: 这么说吧, 因为你说的都是在果上面做功夫。你可以去做任何, 不需要去问人家我是否能做这个, 是否能做那个。这是你的世界, 你创造的。所以你不需要来问任何你是否能做任何事情。你创造, OK? 但是我们是想要让你通过这个相让你看到外界的这个相它受到什么影响而产生的一个相、产生的一个果。那如果你都看不到最根源最根本的问题的话, 那你们只能在相上面不断地去做功夫。就最简单的一个, 比如说孩子是在一个比如说振动频率很高、超开心超嗨的状态, 那他的精神层面得到了一个很大的满足的话, 那他对食物的需求便会减少了。他便不需要从甜品或者甜食啊, 因为你所谓的一些junk food只是来让你产生一种舒服的感觉, 来让你feel more relax。那如果你本来就在一个relax的状态下, 你就不需要走那条路来达到relax的那个点, 明白吗?

问: 父母和孩子都没有达到这么完美的状态的时候, 父母可以帮孩子筛选吗?

高灵: 你不需要来问我们。

问: 我只是想要确认是不是不仅仅是频率可以影响身体健康, 食物也可以影响身体健康?

高灵: 你这些问题不需要来问我们。因为你们才是那个体验者, 你们才是经验者, 你们才是那个在物质世界去体验的。因为并没有哪一个到底是..... 就这么说吧, 情绪、能量或者各种是不是影响着我的身体健康? 那当然了。所以你自己在一个什么样子的是一个believe system里面? 你相信了什么现实? 你散发一个什么频率? 你加入的是什么group, OK? 因为你们都在体验着你们集体意识创造的版本的地球给你们体验, 明白吗? 并不是说让这个来告诉你这个是对的, 那个是错的。没有啊, 人家吃垃圾, 在野外的野人不也长的很好吗? 那那些动物都不能存活了? 所以说并没有哪一个到底是对的还是错的。而是说你们在哪一个振动频率里面? 就你们在哪个游戏屋子里面玩? 共同的一个游戏? 比如说你们这一群人在房间A, 然后他们在房间B、房间C..... 每一个房间都有不同的意识形态投射的一些相在供你们体验。你们在共同的经验它、体验它。然后再把它当成是不可更改的事实。那当你再从A房间跳到C房间呢? 你加入到另外一个状态呢? 你体验的又是一个C房间版本的现实。并没有哪一个真实一点, 不过是你的舌头换了一个味道在品尝而已。不能说品尝咸的比品尝甜的更真一点。就没有一个客观的果, 如果你想要问的话, OK?

问: 地球上的资源自由高灵有没有什么建议? 现在都是垄断的。

高灵: 他们垄断的人在创造他们垄断的相。你也可以用刚才说的, 你去创造一个自由的相去展现出来啊。那更多的人来加入你们, 更加相信, 更加想要加入你的相。那加入的人越来越多, 就好像你创造的这个相有更多的人加入, 那么不就都加入你了吗?

问: 让我用现有的分享出去?

高灵: 不是啊, 你们每个人都在创造。比如说他们创造一个奢侈品牌, 然后你们所有人都去买, 都去加入它, 都去认同它。那你也可以创造一个便宜的品牌啊, 让其他人来加入你啊。因为你们这里都是展现你自己的一个舞台, 就展现你是谁, 展现你自己。你在游戏场里面玩游戏, 你想要把你的筹码变的很大, 那你可以变很大。那你想把你的筹码变的很小, 那就很

小。因为如果你相信人拥有强大的力量，就是我想要变成一个大力士和我想要变成废人，就是去体验这种无力..... 你是创造者。如果你觉得别人创造的不行或者you don't like it, make a new one。

问:我怎么样跳到一个我怎么吃对我的健康都没有影响的房间呢?

高灵:就你不活在你自己的记忆体里面,就不活在你的记忆体。因为你的身体会储存很多记忆,把它当成是你。就好像完完全全失忆了,就你完全记不起你是谁,啊,我是这个吗?我是女人?我竟然不知道。

问:那怎么样才能做到呢?

高灵:不知道。你说呢?你把你的身体当成就好像是一天天重复长大的,你就在加深这个相啊。

问:人类有不需照顾身体,身体会自动运行的自由吗?

高灵:因为你会觉得你的身体是需要你刻意的照顾吗?需要你们照顾的功能都已经包含在里面了,就是包含在你这个身体里面了。比如说一个东西突然过来,你眼睛眨一下闭一下。已经包含了照顾你的眼球不被外来的东西刺激到。一个东西过来,你会下意识的躲闪。这些基本的照顾物质肉体的功能,它已经build in,它已经在里面了。

问:但是身体生病了仅仅就是频率能量的问题吗?

高灵:这个生命体没有油,它的油不足以供给它的机器,就运作不起来嘛。

问:那没有油是因为频率不够高?

高灵:因为他们没有去按照它,比如说允许它的灵魂活出来。就好像它的生命是一个停止停滞的一个状态。

问:那怎么样让它的灵魂自由的展现呢?

高灵:它到底是小我在运作呢?还是它的真我、灵魂在运作呢?Who is the boss?

问:真我怎么样才运作呢?

高灵:真我一直在运作着,只是有没有被允许啊。

问:都感觉不到没有允许真我,就没有这个觉察?

高灵:这么说吧,当你感受到你是鱼儿在水里面的那种感觉,生命力自由自在的呈现出来。它像是鸟儿在天上飞,自由自在的状态。那你的生命是毫不费力,自由自在的一个状态。如果它感受到它不得不或者是没有办法去.....当它没有办法以它自己,就是轻松、无重力去体验它的生命状态。那么这些就是需要它突破的。

问: 所以就是摆脱物质角色吗?

高灵: 物质角色不是让你们摆脱的, 而是说是你自己对物质角色的认知、对生命的认知程度。还有就是你自己和生命之间的关系。是这个。物质角色是让你来呈现你自己是谁的, 不是去摆脱它。就这么说吧, 物质角色到底是在你上面? 还是你在它上面? Who is the boss? 谁是那个决策者? 就好像如果你的物质肉体是一条狗, 你的灵魂是主人。那到底是狗在做主人呢? 还是主人在做狗? 到底谁听谁的?

问: 狗听主人的例子是什么? 具体是怎么样展现的?

高灵: 就你能飞起来? 能自由自在? 然后你能去到你想要去到的地方, 你会因为狗不想走, 不会因为狗一会儿这样, 一会儿那样。然后你跟狗的方向、目的地一样, 能够同频。然后能够好像人狗合一。

问: 能具体举个例子吗? 比如公众人物。

高灵: 你们用你们自己的生命状态来给我们举例子。你们不是去copy the other。你们只是想要看到一个模板是吗? 因为这个很难从你们的角度去判断。因为你没有办法。你有可能看着别人非常不自由, 他一辈子在牢房里面, 但是他却是一个无比自由的灵魂。你有可能看到一个人好像是各种自由自在的, 但是它的心灵却一直在牢房里面的。因为你们没有办法用你们的这个去判断出来。但是你们却可以自己去体验到, 就是你这只鸟能不能在天上飞起来。你自己就能体验到。

问: 能不能举个已经自由自在展现的例子?

高灵: 那你就看天上的鸟, 水里面的鱼儿都在自由自在的。

问: 人呢?

高灵: 就刚才说了, 你们没有办法去..... 你会觉得..... 但是你看到的只是你们肉眼捕捉到的一个相而已。

问: 今天琼瑶自杀了, 她86岁。高灵对于这个事件有没有信息想要带给我们?

高灵: 那你们可以从这个当中看到当一个它本身就是自由自在的展现它的生命体的时候, 其实它做出的选择对它来说也是自由的。因为你们还会从外界的相去捕捉, 比如说它的行为是自杀。并没有。它是走向自由。那你能看到你们对自由的一个理解。你们会觉得它不自由, 它选择自杀。但是它却是走向自由, 明白吗? 所以说所有的生命都是安全的, 就这里没有bad news。所以说外界的一切你们捕捉到的相, 因为这是你们共同的舞台, 那每个人都有它的自由意愿去体现和呈现它们想要呈现的。但是你却有最大的自由和无限去把任何相转变成, 你去把它变成一个浪漫的、有爱的一个故事来给自己品尝。而不是被动的品尝或者曲解或者把它们染上毒素来喂养自己, 明白吗? 就把它去掉任何外面的毒素, 让你吃进去的这个相它是包含着甜蜜和滋养来喂养你这个灵魂。因为所有的一切都是爱。

问: 灵界有什么信息是要带给我的吗?

高灵：就像刚才那一句，一切都是爱。所以不要把本身是爱的东西染上毒素，然后吃到嘴巴里面去。那个就是stupid，那个就好像昨天的信息，你到底是吃米其林食物呢？还是吃屎？你会把你美妙的食物沾上屎恶心自己吗？沾上毒素，然后再吃进去毒害自己吗？会吗？所以你们也不要捕捉这些相，然后把物质世界这些事情要么沾上毒素、要么沾上屎，要么恶心自己，要么毒害自己。

2024/12/07 – 你才是你生命的主宰者

问: 我身上小白龙能量的封印已经拿掉了吧?

高灵: 什么意思?

问: 就是我之前有一个姐姐感应到.....

高灵: 那是你们俩玩游戏捕捉到的, 就是那是她给你闻到的味道。那你就需要跟她..... 因为这是你们俩创造的世界, 明白吗? 你在跟不同的能量打交道, 那么你就在进入不同版本的世界在跟对方互动, 明白吗? 就这么说吧, 你就好像有不同的人, 不同的人他们有不同的游戏规则。然后也像物质世界一样, 你在不同的国家是不是有不同的法律? 你进入不同的国家, 你就体验不同的法律条款, 那你就进入不同的实相。所以说你在跟她的能量打交道, 她有她的能量、她有她的believe system。那这个是在你们俩互相的碰撞下产出的东西。你来问我们? 因为我们没有加入你们的。

问: 我也没有去关注这个, 但是她是这么感应的。

高灵: 不重要, 不重要。重要的是通过你的体验你明白物质世界还有你体验的这个相它是如何运作的。不是说我们来判断它到底真不真。真, 我就相信。假的, 我就不相信。

问: 那我到底是不是跟龙的能量有连接呢?

高灵: 那有可能那会儿你就是啊。但现在你已经不是那会儿的你了呀。明白吗? 就比如说你曾经有想过自杀的状态, 那你那会儿就是跟黑暗的能量、恐惧的能量在一起。那你就在连接的那个能量里面。但是现在它已经走了呀, 明白吗?

问: 那我前几天催眠的时候我看到它了呀。

高灵: 那你们物质世界看到的一切呢? 也都是你们显化, 也都是空啊。你还能摸到、还能品尝到、还能吃出来它的味道、还能闻出来它的气味呢。不代表任何。但是你却可以去通过所有的体验当中去看你们认为那些坚不可摧的东西、认为那些实实在在的东西它也不过是一个冰块, 不过是你当下姻缘的一个聚合、不过是你当下需要的一堂课、一步台阶。台阶你踏上去了, 它消失了; 踏上去了, 它消失了。

问: 那这个东西我不用管了是吗?

高灵: 当然了, 不是管不管它, 而是说你这个体验就好像你获得的一个宝贝。这个宝贝来到你的生命中它到底扮演什么角色呢? 它到底是推动你, 让你更强大? 还是说压制你, 让你更加束缚? 还是说你把它变成智慧, 就是让你来学习到生命的真相? 明白吗? 它在你生命中的角色是什么? 重要的是这个, 而不是说你要不要管它。你管它, 把它拿过来, 让它束缚你? 这是管它吗? 让它来恐吓你, 给你产生恐惧?

问: 为什么我会知道这个呢? 这件事情想要告诉我啥呢?

高灵：就比如说你今天得到的信息。外在物质世界所有的一切并不是说它有一个meaning来告诉你得到这个，而是说你是那个创造者，你能把它变成什么存在在你的生命当中，明白吗？就是它是中性的，就好像一个人他存在着，他并不一定是好人还是坏人。而是说你到底让他变成坏人还是变成好人呢？你到底让他变成恶魔还是天使呢？你在跟这个能量打交道，你在跟它互动。那你是不是可以知道你是自由的？难道我说它是个魔鬼缠着你，你就：啊，我这一生就被魔鬼缠住了？我已经没有去路？难道你就相信了？也就是说外界所有的一切是你决定它在你的生命中是什么样子、是什么位置、是什么状态。

问：我跟龙的能量有连接吗？

高灵：你跟任何能量都有连接，OK？

问：那我前几天催眠也看到这个画面，它想跟我传达啥呢？

高灵：你想让它变成啥就变成啥。

问：龙的能量是什么样的能量？

高灵：这里只有一个能量，只不过是变化成各种各样而已。

问：能量被封印住了，有这种说法吗？

高灵：就刚才，比如说你对它的认知是这样：哦，外在有个真实的东西。它能控制我、影响我、限制我或者它是怎么样的。那你就是被封印的。那我刚刚已经把你接触封印了，告诉你外界任何的一切不过是你来给它贴上标签：你是这个名字，你在我生命中扮演这个角色……ok? I am the boss. I am telling you who you are, 明白吗？封印就是说你并不明白它的功能，你会觉得它是来害你的，你觉得你没办法，那就是被封印了。那如果你拿回来你的主动权呢？所有的一切都是供你在施展、在展现、在运用呢？那你还有被封印吗？明白吗？被封印就是说你忘记了它存在在你生命中的作用，你不会去使用它这个功能。那你被封印了。那你接触封印就是说你明白它，你明白你跟它之间的关系，你能够去handle它，你能够去玩它，你能够去运用它，你能够去使用它，你能够驾驭的了它。

问：现在很多人唯一真理的各大宗教是不是只有地球上有的？其它维度有这些吗？

高灵：每个人都有他自己想要体验和想要玩的，和想要拿上这个束缚、穿上这个枷锁，然后从这个枷锁当中出去。然后你来问我其它地方有枷锁吗？它们不过是想拿到那个枷锁去展现出它有多强大的力量而已，明白吗？因为宗教的枷锁很大呀。它是所谓的神的枷锁呀，明白吗？

问：我的灵魂能量是什么样子？

高灵：它可以是任何样子。但是在你不同的意识形态，它有不同的样子。就好像你问这棵树，你说我这棵树是什么样子？你有很弱的时候，比如说baby的时候，刚长出来两片叶子的时候，对吧？那你也会逐渐逐渐越长越大，越来越强壮。你也有风一吹就摇摆不定的。那你也会到那种无论什么飓风都动摇不了你，明白吗？都是你。那你能告诉我……

问: 那我现在的能量呢?

高灵: 那你就随着我们的信息和这个能量对你的影响, 你就是在不断地变化当中、不断地扩展当中。它是一个动态的, 它不是一个固定的。没有办法给一个一直在动的东西说什么。当你说的那一刻, 它就变了, 明白吗?

问: 有什么需要释放和转化的?

高灵: 没有任何。因为所有的一切你都可以玩它, 你都可以把它转化成你生命中的宝贝。

问: 那黑暗能量是啥呀?

高灵: 黑暗能量不是可以激发你出你的光的能量吗? 那是不是越黑, 星星越亮、光越亮, 是不是?

问: 可以具体说说吗? 在地球上哪些算是黑暗能量吗?

高灵: 黑暗能量不过就是, 它们也是一种引导, 就像是光的引导一样, 黑暗能量也是一种引导。但是这两种能量都是把你引导到你自己是谁的状态当中。因为黑暗能量你在感受到它的时候, 你会感受到不适, 你会感受到它跟你内在不符合, 你会感受到它越走越没有路。那当你在越走越没有路的时候, 走到绝境的时候, 那你是不是要走向另一条路了? 那是不是黑暗能量也是你的导师? 在把你引导到你自己是谁的那条路上, 明白吗? 那你说光的作用是用来引导你们, 来你们认识你们是谁, 引导你们走到光的路上, 你知道你是光。那黑暗把你逼到无路可走, 把你逼着走向光。走向光, 你越走越舒服, 然后你知道这个才是你。以前你一直不舒服, 现在这么舒服, 这个才是我。它是不是来帮助你的? 它和你的导师有啥区别呢? 导师不是帮助你认识你的真实身份嘛, 对吧? 那黑暗是不是也在帮助你认识你的真实身份? 那黑暗能量让你们产生的恐惧呢? 那是因为来自于你们对生命的不知晓, 你会觉得你没有选择, 明白吗? 你会觉得你那它没有办法。但是它并不是来自于黑暗能量给你产生了一种你拿它没办法或者让你产生恐惧。而是说让你内在的限制, 就是你的认知, 就这么说, 你的文化水平吧。因为你文化水平高的话, 你就知道你能很好的玩它。它在你生命中就好像是电一样, 你能用好它。那当你..... 就这么说, 这个电到底是电死你? 还是说你能用它让你房子里面的电正常运作? 那是不是跟你的认知有关啊? 那你对电很清楚、很认识了, 那你是不是不会被它电死了, 你也不会害怕它, 对不对? 因为你知道怎么去运用它。所以你们的恐惧就是来自于你对电一无所知, 你对黑暗一无所知, 你对你是谁一无所知, 明白吗?

问: 我想连接一下前世能量, 看看有没有什么信息带给我的?

高灵: 无数个前世, 你要连接什么呢? 它们都跟你没有关系。你把它脱掉了, 那就说明它跟你没有关系了, 你想要重新开始。就好像你以前身上背了一堆东西, 一直背着它。然后你觉得不行, 你要重新去寻找你的新宝贝。然后你就丢下你所有的宝贝东西, 然后重新去收集你的东西。又变成你的一世了, 明白吗? 那你现在又说我要看一下我前世收集了啥宝贝, 明白吗?

问: 不是说现在的性格和擅长的东西跟前世有关系吗?

高灵：也是看你的生命走到哪一个步骤。那如果你走到那个步骤，它需要好像打开这样的渠道或者连接这样的能量，那么你就会。你需要用它的时候，它就会被用到。不需要用它，它就不会被碰到。

问：就是说到那个时间就会自然而然的连接上？

高灵：也就是说当你不断地成为了一主宰你生命的人，主宰你生命的人当然包括你对你这一世所有的一切、对你肉体所有的一切，你成了一个主宰的人。那么就刚才我们说，你能不用它，所有的一切都是能量，包括前世的能量它也是一股能量。那如果你这些能量你都不会用它的话，那那些能量，你当然也不会使用它呀。你已经进入到限制里面去了。所以当你进入无限，别说你前世的能量，别人前世的能量，所有人格的能量你都能运用它。所以你不需要纠结任何，你可以把别人前世的能量放到你身上，然后去演绎它。

问：我前世有没有在埃及的经历？

高灵：应该只能说能量参与的频繁或者多与少的这种成分。就没有有或者是没有。不能说有还是没有。

问：这个怎么理解？比如说有人前世是埃及人……

高灵：对呀，他们所谓的那个也只是非常小的一部分，一个小片段吧。因为基本上你们地球上的片段，你们都体验过。所以它没有有还是没有。

问：那我也有，是吧？

高灵：就没有一个有和没有，什么都有，什么也都没有。对你来说，它就是发生在别人身上的事情，跟你没关系。你是一个全新的、独立的人格。能说那是你吗？那我告诉你现在世界上其他人也是你，那你觉得他跟你有关系吗？你也感受不到啊。那你所谓的前世他现在就在你的眼前，活生生的。我告诉你非洲有一个人他就是你，你怎么看这个人(都觉得)跟你有啥关系呀？!

问：那我前几天做的那场催眠是想告诉我什么？

高灵：这么说吧，你的所有体验、经历、你拿到的这些东西，它都会在你的不同形态意识下的你，你会把它当成不一样的，就是在你生命中存在的状态。所以它会随着你变而变的。你现在看它，哇，好惊奇啊，好神奇、那你过段时间看他，我可以产生任何我头脑里面看到的，想要体验的。nothing special。明白吗？就像你在物质世界看到北京天安门。你不会去问我看到这个北京天安门，它到底对我意味着什么呢？它可以什么都不是，它可以什么都是。它可以是negative，它也可以是在你生命中对你有极大的正面的positive的影响。所以它来自于你，而且你也是在不同意识形态下的你都会把外界所有的一切在你生命中有不同的存在状态支持你。所以它并不是一层不变的，外界并不是一层不变的。外界的任何并不是一层不变的，包括你小时候的经历都会随着你的变化而产生变化。比如说以前小时候经历过一些非常备餐的事情，你想到就哭，觉得非常悲惨。那逐渐等你到一个阶段，你再想到还是有点痛。你再逐渐到了一定阶段，它已经变成你生命中的礼物了，它已经在发光发亮了。

问: 其实我就是想知道有的时候当下有一些要让自己知道的信息这种的。

高灵: 如果是当下你需要知道的信息的话, 那么你就不会不知道, 明白吗? 如果是你当下需要知道的信息, 那么你就会眼前一亮。你就会好像突然灵光一现, 一下就明白了。

问: 但是有的时候自己还想不明白。

高灵: 那就还不是你所谓的当下要告诉你的信息了。因为当下告诉你的信息就好像一个人来到你的耳边会给你说一句话。那他带来那句话让你听到的话, 那你就不会听不到, 明白吗? 那如果他是哑巴的话, 那就明白没有话。它就以其它形式, 能量的形式..... 明白吗?

问: 那你的意思就是说这些信息都会很简单的, 不会让你想不清楚?

高灵: 对啊, 你们生命中需要你明白的, 你都会明白。需要你看到的, 你都会看到。你不会错过任何。那你时机没到, 你看到, 你也认不出啊。那个节骨眼上..... 就比如说你提前去翻一些东西, 还没到时间的话, 它对你来说就好像别人的事一样, 跟你没关系。所以你得到了那个时间点, 你才能看到它在你的生命中是以什么样的方式在协助你、提醒你或者是在给你带来信息。如果是给你带来信息, 那么你就不会认不出。如果你使劲翻, 想要去认出那些信息, 就是你还没到那个时间点的话, 你找不出来, 就你不会明白。就这么简单。所以就是你不会错过你生命中的提醒, 就这么简单。

问: 是不是有一些还是有信息的, 我想不明白是因为我没有到那个时间点, 是吧?

高灵: 也就是说通过这个你就知道你不会错过生命中的提醒。你不需要费劲心思的去找它想要提醒什么。但是你却可以给它赋予它在你生命中存在的意义。任何一切你都可以让它变成正面的来影响你, 就是来变成一股力量。

问: 怎么疗愈内在小孩?

高灵: 就比如说刚才我说那段记忆对你来说是一段伤痛, 对吧? 等你逐渐逐渐明白你生命中的礼物它是怎么样服务于你过后, 那个所谓的伤痛啪的一下就变成了像烟花一样绚丽在你生命中, 是你生命中的礼物。这就是疗愈。不是说这有一件悲惨的事情, 我把它给化掉清理掉。没有什么好清理的, 所有的东西都是你生命中的礼物。只是你现在还没有看到它而已, 明白吗? 这么说, 就你还没有把它转化成, 比如说你小时候经常经历家暴。这种家暴的体验就把你推向你一直走向灵性的道路, 然后去探索为什么有这种暴力发生。这个经历让你走上了一条你会去帮助很多父母, 因为你知道拂父母其实是因为一股能量的影响, 而让这个能量呈现在孩子身上, 明白吗? 他们也好像是工具一样, 是能量在使用这个工具去施暴, 而不是说工具本身在施暴。那这样的话, 你就在从根源上转变着这个社会、转变着这个世界。那么你的家暴的体验在人类社会存在的状态就是一个真相在服务于你们, 明白吗?

问: 那如果一个孩子妈妈从小对她很没有耐心, 有的时候会责备她。这个会对孩子有什么影响呢?

高灵: 这么说吧, 因为孩子会成长..... 孩子之前像是一颗蛋..... 你看毛毛虫, 毛毛虫会在变成蝴蝶之后就消失不见了。它之前的生命状态是一颗种子, 它的生命绽放过后, 它之前身上的壳, 你给它留下的印子全部都消失了, 明白吗? 所以说生命在发生转变过后, 所有的一切便消失了。最重要的是这个生命的蜕变和转变。

问: 就是时间久了对她可能还有影响。

高灵: 那就说明她的生命还没转变。

问: 这个转变会自动的转变吗?

高灵: 所以需要我们的信息对你们的一种协助, 来让你们看到你们的生命并不是你们以为的那样子。

问: 地球上阻止人类觉醒的黑暗能量吗?

高灵: 阻止你们觉醒的是愚蠢, 还有你们自己的一种顽固思想。还有你们授予你们这个物质肉体, 授予‘我’太大的权限。就是你想要操控、你想要做big boss、你想要the one in charge, 就是你想做老大。

问: 那有一些说法说有黑暗能量攻击那种做疗愈的。这个是他们意识的投射?

高灵: 刚才都说了, 那到底是什么产生的黑暗能量? 那是不是无知啊? 恐惧啊? 就刚才说, 你说有电, 电在攻击人。我们刚才不是告诉你黑暗也是你们的导师吗? 它也是跟光一样把你们带到光当中吗? 帮你认识你是谁。只不过是这两个导师一个是把你用push的能量把你推到那里。一个是像光一样指引你, 让你自己走上去。那如果你自愿走的话, 那你是不是就不需要体验那个被push的感觉了?

问: 猫乱尿怎么办? 它们想告诉我啥?

高灵: 你自己想干啥就干啥。因为你是自由的呀。你要觉得烦的话, 你可以, OK, 我不要养猫猫了。因为你觉得这个事情你不能容忍、你不能忍受, 它已经bother你了。你可以做选择呀。你做你自己爱做的选择。这个有啥区别呢? 所以你的人生的不是别人来告诉你要怎么做, 而是你自己想怎么做就怎么做。

问: 我知道, 但是我不想把它丢掉。

高灵: 那就是你的一个信念系统了。为什么你不会觉得把它送到另外一个人家, 它不会被更好的对待呢? 更好的被调教呢? 你怎么知道它不会更好一点呢? 所以你自己去..... 就是这是你的世界, 你才是那个决定你的生命中你想要怎么样安排它, 怎么样跟它、跟一切万有相处, 怎么样展现你自己。

问: 就是怎么做都可以是吧?

高灵:当然了。你觉得你会有什么罪呢?如果有罪的话,那就是你的信念系统。就是你永远都会有两全其美的方法。

问:我找了一个沟通师,说对它不够重视。

高灵:你稍等。我们看看想要告诉你什么。它想让你看到你的注意力基本都关注在屎呀、尿呀,这上面。它说你的生命状态就是总是关注你生命中的屎呀、尿呀,就没有关注那些鲜花、美好。这是它告诉你的。就是你不是总是喜欢关注你生命的又是屎、又是尿的吗?那我就拉给你看,来吧。当你在关注你生命中的鲜花和美好的时候,就没了。怪不得你一会儿要清理,一会儿要疗愈,还关注你小时候的创伤.....你果然.....几十年前拉的屎和尿你都不放过。

问:很多人养猫都是一时兴起.....

高灵: So what? 别人怎么样跟你没关系,他们有权力去选择任何,好不好?跟你没有任何关系,你不知道他们的生命要体验什么。所以这里没有别人。这样会助长你的小我不断地去评判,这个人这样,那个人那样。那你不就是关注屎和尿吗?你生命中没美好吗?哪怕他们就是有一个,完全不能容忍他们虐待猫、虐待动物.....你们能虐待任何吗?你想一下,你虐待了一百只猫,一千只猫出生了。虐待了一千只猫,一万只猫出生了。所以生命就是这么源源不断地。你需要更多的道具,更多的道具就会出现,直到你们玩腻了。所以你们就是如此的无限。你想怎么体验就怎么体验。

问:我之前看那些被虐待的猫根本就没办法看.....

高灵:因为你们在试图找到方法呀。你们没有办法.....就比如说你们内在有一股没有爱的能量、断开爱的能量,它没有地方,就是它找不到爱或者它没有力量。就会从动物身上去找到力量。那是你们的社会问题。你们的社会问题,你们也在试图通过各种渠道找到解决问题的方式方法。也是你们自己探索真理的一条路,明白吗?那很多人虐待自己呢?但是它的根本来源于什么呢?来源于你们对生命缺少认知,你不认识生命。不知道生命本身可以就拥有强大的力量,它不需要去外界控制或者是掌控任何来让自己感受到可以控制的力量。因为他们需要通过外界来感受到力量的存在,那就是内在力量的一种缺失。但是你们都在自己探索的路上,想要去寻找,就是在摸索吧。在摸索自己的出路。那当你看到这种现象你就知道这个人没找到出路而已,仅此而已。那你是不是可以通过他,自己去找到正确的出路呢?那你就给别人展现出来这里才是出路,这才是生命真实的状态。

问:我什么时候才会走上灵魂的道路啊?

高灵:你现在就在啊。

问:啥时候生活才能发生突破性的转变?

高灵:现在就已经啊。今天给你讲的这些话都在转变啊。因为你能量变了,你能量变了,你就会进入到不一样的平行世界体验了,明白吗?你的振动频率就会进入到另外一个世界。所以你再看到那些用限制、用黑暗的方式去体验生命,它就不会把你拉进去了。就那种力量就

拉不进你去了。你明白他们只是在寻找生命的道路，他只是没办法。当你不再被那个能量卷入进去，那你是不是就变了？所以转变并不是说像你们期末考试才拿到结果。NO，当下。只是在物质世界你需要慢慢的去见到奇迹，去见到，哇哇哇。那就是你们生命的美好，就这个过程。

问：我负债的问题是由什么限制性的信念吗？

高灵：那是你自己能量的一个结果。你现在能量已经变了。你现在已经在不同的世界里面了。你现在会逐渐的看到、体验到不断地各种财来到你的生命当中来，明白吗？你只是还需要去体验这个过程而已。

问：我想连接一下埃及的伊西斯女神。

高灵：我们看看有没有能量进来，但是你可以准备你的问题。

伊西斯：你说

问：可以疗愈一下我吗？

伊西斯：你是在不允许你的生命发生蜕变是吗？比如刚才我们说你毛毛虫断了腿，你变成蝴蝶了，毛毛虫跟你没关系了。你还拿着毛毛虫的尸体让我们疗愈吗？它跟你有关系吗？所以真正的疗愈就是什么？生命催化，让生命发生转变。以前的壳已经蜕去了，它跟你没关系了。你是一个全新的生命。全新的生命是崭新的你，它没有任何伤害，它也不会有任何伤害。为什么呢？它把外界的一切都转变成能量去供它施展、供它运用、供它展现。所以它永远不会受到任何伤害。受到伤害就好像是你以前不懂电，那你现在懂电过后，你还会被电死吗？

问：在转变的过程当中是不是也需要高频能量的帮助呢？比如说连接或者做疗愈套餐。

伊西斯：你现在就在啊。

问：就是不用那种特定的疗愈形式？

伊西斯：你到底是否能明白生命的真相，这是核心根本，明白吗？但是每一步都在加深你、帮助你对生命的一个理解和明白。所以怎么样你都在路上。

问：那我每一次这样连接高灵我也是在转变的过程当中？

伊西斯：难道不是吗？因为你以前拿着旧有的滤镜看待这个世界，你创造的那个信念、那个版本。我们已经把它完全切换成另外一个滤镜去看待了。那你逐渐会在生活中发现你现在看到那些虐猫的，你没有那种感觉了；我怎么不再评判我自己的行为了？你的生命会更加轻松好玩，不再是以前那种死气沉沉的。

问：最后还有什么话跟我说的吗？

高灵: 你会越玩越开心, 你会越来越开心, 我们想告诉你。我们已经看到那个版本的你, 就玩的很开心的那个你。

问: 25年呢?

高灵: 它是一个逐渐的过程。就像一棵小树苗逐渐的长大, 一步一步的。

2024/12/07 – 什么才是真正的快乐

问: 你的下半生要如何才能快乐?

高灵: 现在是什么让你不快乐?

问: 现在是我喜欢的人, 我不能跟他结婚, 走在一起。该怎么办?

高灵: 首先你有你喜欢的人和爱的人, 这件事情本身是一件愉快的事情, 是一件快乐的事情。是什么导致你, 在你有喜欢的人却产生了不快乐? 你要去找到是什么导致你不快乐。因为这件事本身是让你快乐的。

问: 就是他有前妻, 离婚不离家。为了孩子, 不能陪在我身边。

高灵: 他自己身上有他的责任。然后他的责任导致你不快乐, 是吗?

问: 对, 感觉自己没有安全感。他不理我了, 我该怎么办?

高灵: 所以你的所有快乐是建立在他理你, 你才快乐, 他不理你, 你就不快乐? 那也是你把你的快乐交给别人的。那如果你交给别人, 无论那个人是谁, 哪怕你交给所谓的神, 你只要是寄托于别人的话, 你永远都不可能找到你内心的所谓的安稳或者是安定或者是快乐。因为你永远都会观察、辨别外界的, 才来去衡量你内在要不要快乐。也就是说你把你的快乐建立在外在的。如果是外在, 不管是这个人也好, 还是另外一个人, 还是另外一件事, 比如说你的快乐来自于你的身份。你的身份是什么? 是个大明星。或者你是一个总统, 就是你是世界上权力最大的人。那比如说你的快乐建立在你是世界上权力最大的一个人, 你的快乐来自于你有没有权力。你也不可能快乐。为什么呢? 那你今天有权力, 明天有权力, 后天权力会不会被别人拿走? 那你也处在一种这样的状态。也就是说无论你的这一份所谓的快乐是来自于外在的谁, 一个事情或者一个身份或者是外在的任何, 你都不可能有你真正安稳和安定的时候, 明白吗? 所以说并不是这个人。为什么? 如果他换了另外一个人, 也是你爱的。或者说你本身就是一个喜欢权力的, 你是一个当官的, 你是你们当地最有钱的或者你是大明星, 是吧? 那它给你带来的快乐, 你如果是取决于这个, 那你永远都是被动的一个状态, 你永远都会去观察这个会在什么时候产生变化。所以从中你就可以看到这种是不成立的。就好像你是把你用沙堆的房子建在沙滩上。海浪来了迟早会把它冲走的。你还来问为什么这个房子建在沙滩上我没有安全感? 因为总是有海浪过来会把我的房子冲走, 我不快乐。那你本身就建立在沙滩上的, 你本身就不稳定。那你就不可避免它被冲走的可能性。那怎么样可以让你避免它被海浪冲走的可能性呢? 那就是不要把你的房子建立在沙滩上, 对不对? 那如果你知道你的房子建在沙滩上随时有被水冲走的可能。那你是不是就可以移到一个比较稳定的地基上面, 就是不是沙滩上。因为你们不会去做这么愚蠢的事情。那也就是说你就不要把你所谓的安感和快乐建立在对方身上。为什么? 因为无论他是谁, 就算他没有其他人, 没有其他身份或者责任在身上, 那如果他有一天出了车祸呢? 人死了呢? 你是不是你所谓支持你快乐的又没了? 明白吗?

问: 那我该怎么办呢?

高灵：你可以通过你内在的这种不安全感或者是忧虑或者是不快乐，然后去寻找到底什么才能真正的给你。就好像刚刚说明明你的房子建在沙滩上会被水冲走。那你是不是要去找：那我要把房子建到哪里呢？对不对？那你现在就要去看究竟要怎样才能让你内在充满了所谓的安稳或者安全感或者是不取决于外在的。你自己要有这个欲望和动力去探索、去发现、去挖掘出来。因为这是关于你自己的。如果你只是浅浅的，我就是不快乐，就只停留在不快乐上面。那如果你通过这个不快乐的线索，你继续要去自我探索，你要继续弄明白到底怎么样让你内在感受到稳定或者是安稳或者是那种快乐？你有这个意愿吗？那你有这个意愿，我们就可以继续往下帮你看到。你继续提问。

问：我不知道该放弃他还是继续跟他走下去？

高灵：因为无论你选择哪一个，你就好像说这个人现在给我导致这个，我再换一个人。那我刚刚就说就算他没有所谓的负担或者责任，他可以完完全全的跟你在一起，给你爱、给你开心、给你快乐，对吧？那你是不是要担心他会不会死掉呀？你会不会担心他会不会被别的女人抢走啊？你会不会担心他出门会不会被车撞掉啊？那你会不会有担心他一生病，身体又没了？得了癌症，人死了。那你是不是还有这些担心呢？明白吗？那你有这些担心，你是不是还是不够快乐、不够安稳，明白吗？所以说不在乎于这个人，而在于你自己还是继续把房子建在沙滩上。

问：我不知道上辈子是我欠他的，还是他欠我的？

高灵：这个不是说谁欠谁的，而是说你看到..... 这么说吧，这段感情把你内在的恐惧给拉出来。就好像你内在本身就有恐惧，对吧？那这个感情就好像是一个线索或者是一个拔萝卜的人，把你这颗萝卜从土地里拔出来让你看到。那你通过他把你内在的恐惧或者是不安全感给你显现出来、浮现出来来让你看到，明白吗？所以最终的问题还是在于你内在有没有这个萝卜？如果你没有这个萝卜，你拔出来没有萝卜。你有萝卜，拔出来就有萝卜。也就是说你要有恐惧，你拔出来就有恐惧。那如果你是深深的满足感或者是爱，那拔出来也是深深的满足感和爱，明白吗？所以它只是一个导火线。这么说吧，像一个火炮一样，如果你的鞭炮里面有炸药的话，那你就会炸，对吧？它是导火线，只是把你的鞭炮给引起来。但是炸的话，还是你内在有没有火药。你内在没有火药的话，是个哑炮。就算有导火线，它不会炸掉。所以你看没有，对方只是一个引火的人，他只是一个导火线。你内在有没有火药是你内在、是你自己。也就是说你内在如果是充满了满足感和安全感的一个人的话，他给你带出来的还是这样子的一个状态。所以说你可以看到你内在本身就是一个没有安全感的。那你需要通过外界的支撑，比如说本身你的双腿就是没有力量的，你才需要这个有力的拐杖让你得以行走。如果你的双腿是有力的，你需要拐杖吗？你不需要拐杖。那你现在所谓的拐杖就是什么？就是你所要的。比如说你要有一个婚姻或者是要有一个物质层面的或者要有一个承诺要有一个肯定。那些就好像你的拐杖一样。那你为什么需要这个拐杖，就说明你的腿是没有力量的，明白吗？所以现在只是让你看到你自己的双腿是没有力量的，所以你才需要拐杖。那你是不是就可以从自身出发？我现在的腿是没力的，那我就需要锻炼我的肌肉，让我的腿越来越有力量。而不是说我继续..... 这个人我到底是换掉还是不换掉？这个人我要跟他好还是不好？这个人我到底要怎么处理？因为不是这个人。因为这个人只是导火线，你内在是有火药还是没火药是你自己的一个状态。那个导火线只是让你看到你内在是有火药还是没火药的

一个状态。那你是不是知道所有的点都回到你自身上面？是什么导致你没有安全感？就是是什么让你的腿没有力量，你需要拐杖？那是什么？

问：就是感觉喜欢他又得不到他，没有给我安全感……

高灵：刚才说了很多遍，那个安全感来自于你自己的腿有没有力量。因为你的腿没有力量，你才需要拐杖。也就是说你内在是没有安全感，你才需要他给你安全感。如果你本身就有，你不需要对方给你，不需要任何人给你。

问：我要怎么样才有安全感啊？

高灵：你必须要知道是什么导致你没有安全感。你本身……你从生下来……明白吗？你相信什么？有什么信念或者有什么观念、有什么想法让你觉得你需要所谓的安全感？你需要去问你自己。

问：我儿子，我要怎么教育他，他才会懂事、理解我？

高灵：什么叫懂事呢？如果听你的话就叫懂事的话，那你能听你自己的话吗？比如说你告诉你你自己我要快乐、我要不生气、我要非常有安全感的状态，你告诉你自己。你能做到吗？你如果你自己告诉你自己的话，你都不能做到的话。你为什么会希望你的孩子，你告诉他什么，他就遵循什么？因为你自己的肉体都做不到。

问：我要怎么教育他才能对他好？

高灵：你的这个孩子他还会继续让你处在一种没有掌控感、没有安全感、没有安稳的一个状态当中。也就是说你跟他的关系，它也会像你跟你爱人的关系，它会把你内在的一些恐惧或者是内在寻求安稳的这些给你拉出来。因为他的个性还有他的灵魂里面，他会是一个特别喜欢有挑战、有风险，就是所谓的高风险、高危险的一些事情去尝试、去做。比如说像你们看到特别喜欢飙车，就打比方，这些就属于特别有风险的，对吧？比如去蹦极或者是那种比较刺激的，他会比较喜欢尝试这些。然后他尝试这些又会把你带入到一种你会处处求安心或者想让他去求安稳。你就会想要让他不要做这些事情，就是让他达到一个安稳的状态。所以说这层关系又会把你带到像是一种着急或者担忧这样的状态。为什么会出现这么一个孩子来，比如说你是一个想要安稳的，他是一个想要刺激风险的？为什么会这样子呢？因为只是你自己内在的，就是需要这一生来处理的，就好像你内在本身就有不安，没有安全的那种情绪在，就是不安全的因子在里里面，所以你想要把它全部都带出来。就好像你内在本身就有垃圾，你想要把它引出来，然后处理。所以说它会就好像把你逼到了极限，你就必须要去处理。就把你这些东西全部给你逼上来，然后你就去处理。来让你看到，来让你重新认识生命。其实你们生命从你们生下来的那一刻起，你们就没有任何所谓的安全感存在，明白吗？因为你们从生下来的那一刻，你们就已经踏上了探险之路。你们走上的就是这一条探险之路。所以在这条探险之旅，本身就是一个充满了曲折、波折、风险、刺激的路。所以根本这里就没有所谓的安全感可言。如果你真的要所谓的安全感的话，你就不用选择你需要这个物质肉体，明白吗？这么说吧，你变成一个物质肉体，你就是一个实的东西。实的东西，你碰什么都会得到碰撞。得到碰撞，那你就没有在安稳。那如果你是一个空无得状态，你跟什么都撞不到的，因为你像空气一样，对吧？所以说你们只要拥有了肉体就表示你们不会有那

种所谓的安全感。为什么呢？因为你们的肉体会变化啊。就好像你看着你们的食物，无论它多么新鲜或者多么好看、好闻、好吃..... 它迟早会变质，对吧？那无论你这个肉体是多么的强壮、多么的好看或者多么强大，它也是会变质的呀。所以这是你们需要去认清楚的一个东西。你的肉体它会变质的。如果乎变质，你就不可能有所谓的一个安稳存在的，明白吗？所以说你想要得到安稳之前，你必须要放下所谓的安稳，明白吗？因为你放下它，你不去寻求它，你不去寻找安稳。

问:放下就是顺其自然?

高灵:就是你不去寻找所谓的..... 因为你知道所有的一切都是在变化当中。你怎么去寻求安稳呢？因为你每一天、每一个时刻，你的身体都在变化。就好像那朵花，你想让它一直保持在盛开娇艳的状态，不可能的呀。为什么？因为无论它开的多艳，迟早它会慢慢的枯萎，它的花瓣会掉落的，明白吗？那花掉落了，有什么好处？结果子呀。那花期结束了过后，就是果实呀。那你能说你永远都只想要花，不要果实？明白吗？那你结了果实，果实也会掉落呀。下面又有什么，你明白吗？有种子。种子是什么？新的生命，重生。所以说每一个阶段都有一个礼物，而且每一个阶段重生都是新生。你说你只要花吗？我不要果子，也不要种子？所以说你现在在这个阶段是不安稳的状态，就是没有安全感的一个状态。但是这是你转变的一个过程。为什么？你现在就好像花一样，你害怕它凋落。但是你知不知道掉落过后，你就是个果实？也就是说你现在所谓的不安全感，等你真正的去认识它、了解它、成为它过后，你就是一个果实。果实比花更诱人。为什么？你看到果实你会流口水，对不对？你看到花，你不一定流口水。你可能说这个花挺漂亮的，但是你看果实，你就忍不住想吃它。它还给你身体很多很多营养，对不对？所以你怎么知道..... 你要安稳，如果你拒绝变化的话，就好像你拒绝果实一样。那你是不是就不是一个完整生命？那如果你拒绝果实，你也不会是颗种子，你也不会重生。所以你没有办法..... 以后就这么想，你想要安稳就好像你要拒绝这个果子结果，拒绝它开花，拒绝它成为种子重生，明白吗？

问:他要多大才懂事?

高灵:什么叫懂事?是你们对懂事有一个你们自己的，就是不让你操心?

问:对，不让我操心，不让我苦。

高灵:你苦吗?你苦吗?你没有苦，明白吗?你们最好的方式就是让他知道生命是充满了快乐喜悦，生命是在一个安全的状态下。这里都丰盛。你(想要)什么，你就可以拥有什么。这就是你可以对他，就是展现出生命的美好，而不是告诉他生命多苦。为什么？那你不是告诉他别活了？活着是苦的。你就给他播下了绝望的种子。所以为什么让他知道妈妈苦呢？你要知道妈妈是快乐的。妈妈很开心你能到我的生命当中来给我展现生命。像妈妈这么胆小的人，你给妈妈展现出生命即使在充满风险的状态下也是安全的。只是多么好的一个例子来给你展现，让你知道、让你热爱上生命，让你热爱上这场冒险的游戏，让你热爱上生命的每一个阶段，而不是说你理解我的苦，你不要去做任何。那你跟死了有什么区别？那你就杀死那个人。为什么？因为你告诉他别活着，活着是苦的。

2024/12/07 – 再谈头脑的作用

问: 我今天的主要问题是关于金钱和债务。我想知道怎么样可以从这个状态当中出来? 什么信念系统卡住我? 我一辈子都在品尝金钱的压力。我要过的生活我也过上了, 但是最后总是有账单和债务。感觉一辈子都在两级中循环。我对这个状态感到非常厌倦了。我怎么样可以从这个状态中出来?

高灵: 我们说到金钱系统, 因我是你们在物质世界这些人人都需要体验和经历它。那你经验它、体验到它了。你便会有一个how to deal with, 你怎么去理解它? 表达它? 转变它? 演绎它? 跟它相处? 它是一个system。那么你觉得you don't like it, 就自己创造一个, 明白吗? 如果你不喜欢这个系统, 那肯定有很多人不喜欢, 对不对? 那你怎么样能驾驭的了它? 你现在体验的是不加入它, 进入到这个系统, 然后在体验, 然后在玩。这是你前面选择进入的系统, 因为你们会无意识, 就是之前的你是无意识, 她没有选择, 她就是随波逐流吧。因为这样一股风、一股巨浪就把你带到那边, 然后你就以那种方式在那边。那你现在随着你自己的力量的恢复, 那你就有力量从你之前被这一阵飓风带进去的地方, 你便可以站起来, 然后用你自己的力量去到你自己想要去的方向。你并不是没有选择的。那你既然体验到了, 那你就知道如果这个system你不喜欢它, 那么你就可以转变它, OK? 因为目前你们旧有的系统更多的是满足你这个身份, 一切的出发更多的是满足于这个身份。比如说它这个身份的一些欲望, 它需要豪宅、需要豪车、它需要一个身份、它需要一些名牌, 它需要对身份的一个象征。它需要这些。但是就这么说吧, 你就想你有一个玩具人, 你觉得这个玩具人需要买很昂贵的金子做的东西, 身上全部装满了黄金。这样别人才会尊敬它、尊重它, 它是一个有身份地位的, 它不是一个乞丐。乞丐就受人嫌弃。那么你就可能就会加入这个信念系统, 然后用这种方式去做这件事情, 明白吗? 但是目前你们社会发展到这个阶段, 很多人已经体验到就算我把这个人打扮的完完全全都是用钻石, 但是他们还是同样的处在不快乐或者是沉重。他们并没有体验到生命的美好和自由。那当他们体验到了过后, 就知道这个并不是一个出路。那当他们知道这个并不是出路过后, 他们就需要去干什么? 去找另外一条路, 明白吗? 所以你从你过去的体验当中你就可以意识到它不过是你旧有的一个系统, 然后进入到的一个游戏世界, 因为这里都是游戏世界在体验。并不是说加入它的人多, 它就是真实的。只不过是你们集体选择用这样的方式在体验它。所以你们都有体验到, 不只是你, 其它的生命体也是这样, 被迫的在运作, 被迫的在干着一些自己不喜欢的工作、超负荷的工作, 然后让自己在一个吃力的状态下。但是如果你愿意停下脚步去看一看, 你这个生命存在在这个世界上它并不需要如此多的物质去支撑这个生命体。那如此多的物质到底支撑的是什么呢? 是你们的观念、你们内在的恐惧, 比如说我要是没钱了, 我就没有社交圈子了或者别人都不跟我交往了, 或者我也没办法买名牌了, 没办法住豪宅开豪车了, 明白吗? 因为那是你们对生命的认知和理解导致你们觉得你们需要用这种方式去呈现。那既然走到这一步, 它就会push你去看到it's not working, 就是到底有没有用? 就好像你们在用了一个系统。你这个系统已经用到这个程度了, 你已经发现这个系统并不好用、不好运作。为什么呢? 因为我的生命并没有越来越轻松, 没有越来越自由自在, 没有有一种飞的感觉。因为你们真正的生命状态, 你们是毫不费力, 它就是飞, 它就是像飞一样没有任何重量。它不会让你感受到生命是沉重的。所以你任何时候都可以选择你到底要用什么系统去体验你的生命状态。到底是去支持你旧有的物质观念? 支持这个肉体? 还是说你支持这个灵魂让它淋漓尽致的在这个社会上展现? 当然如果不突破了这种束缚, 就是你能从这个系统里面出来过后, 那么你就拥有强大的能量不被束缚在任何地

方了。那没有束缚在任何地方，是不是金钱也是一个你能操控的能量了？因为它不再束缚你，你便能够操控它了，它也是一股能量。

问：那在这个过程中我旧的身份带来的债务，有没有什么具体的建议？

高灵：这么说吧，比如说你拥有了很多很多物资，你可以减少物资，让你不再现在目前承担这些物资。因为你要明白其实你并没有减少。你只不过在把你肩上的砖块拿走，让你可以不断地长大吧。你这棵小树苗好像被砖块压住了。我们把砖块拿走过后，它才能很好的成长。那它长的越来越大的时候，你一棵小树苗被砖块压着是这个状态，对吧？那等你长成一棵百年老树，你身上压着再多的砖块，它都长的好好的。也就是说在你自己不同的生命状态的时候，拥有不同的力气的状态下，你去匹配不会压坏你的砖块。所以你要知道你现在做的减法更多的是让你内在的一个成长。因为你们头脑会对减少产生一个恐惧。但是你要知道真正的来源、真正价值的来源它是你这个能量的级别，而不在于你外在的..... 你的肉体只是工具，它呈现出你的能量级别。

问：关于债务还有什么信息给到我吗？

高灵：我们想让你去看到未来版本的你。然后你现在就活在未来版本的那个你的状态当中。因为你现在是拿旧有版本的你来看，那一切都是债务。那对未来版本的你来说，它现在只不过是你自己在打开你的财路的第一步。就是它不是个债务，而是说你去推开你财路的门的第一步，明白吗？所以这是不一样的。所以你并没有欠债，你只是在走向那个拥有无限财富的你而已。只是你现在是在第一步。比如说财富是一棵苹果树，它结了很多果子，它是财富，对吧？那你现在就好像播种，你现在把种子播下去了。种子播下去，它是不是需要慢慢成长、发芽、然后你需要去浇灌它？它需要慢慢长大，那你是不是需要patience？但是你需要看到的就是说这颗种子最终会长成苹果树结很多很多苹果。它是必然的，明白吗？所以不要因为你看到一颗种子，你就觉得好穷啊，啥都没有，开不了锅。一颗种子能干啥呢？也吃不饱，啥都没有。但是这一颗种子包含了无数个果汁厂、无数个工人，都在里面，明白吗？

问：那我应当用什么样的心态来面对.....

高灵：就是刚才..... 首先如果你现在已经，就是这棵苹果树已经变成了果汁场，你有几千个工人在给你全世界..... 好多人都是喝着你的果汁。你在这种状态下，你再看现在的你呢？你现在是拿着一颗苹果种子在手心，我好穷，我好可怜。

问：那我想象一下在那样的状态下.....

高灵：这不是想象，这是真实的呀。因为当你真正的知道了所有超市里的果汁都是我的牌子，人们都喝着我的牌子。我的钱..... 你身上产生的频率是什么？兴奋啊！你不会把你看成是个穷人啊，明白吗？你花钱还会心惊胆跳吗？你还会为一个bill来了而那个什么吗？你说没事，哪怕我现在先把房子卖掉，因为我迟早是果汁厂的老板，明白吗？因为你能看到呀。那你能看到吗？你如果能看到，那你就在那个兴奋的频率里面，你不会在乎你现在房子卖掉了呀。哪怕你现在把所有的房子全部卖掉。你能看到吗？因为你们只能进入到一个你能看到的世界里面。所以说如果你看到了过后，你便不会产生一恶搞恐慌啊、紧张啊，就是对金钱各种小心翼翼的事件了。你会觉得只是我要得到春天，它会发芽。你就会进入到那种兴奋的能量状

态当中，所有人在你这里都看到希望啊，明白吗？那你说你散发的频率是我欠了好多债，这一辈子都欠债。你觉得谁会从你身上..... 你觉得他们会想要跟你共事？你觉得他们会想要投资你或者加入你、跟随你？明白吗？并不是说你手上有多少把别人吸引过来，而是你能让别人眼里看到多少。

问: 就是要转变对债务的看法。

高灵: 这不是债务。我都说了，对旧有的系统版本的你来说，它是债务。但是从未来版本的你来看，它不过是你走向拥有巨大财富的一步而已。

问: 我觉得人生特别没意思，一直以来觉得每天要解决很多问题，就觉得特别没意思。刚才你说的兴奋，我觉得那个是我想要的东西，但是我不知道那个是什么。

高灵: 首先你觉得人生有很多解决不完的问题，那是因为你们头脑去把这些问题，就是你自己的认知投射出来的这些东西我需要去解决它，然后给你的头脑带来了很大的压力。我告诉你，我现在给你的头脑放假，它不需要去解决任何问题呢？明白吗？因为你头脑现在就像是一个天天24小时不断地在工作，他妈的这个工作太苦逼了，我要防着这个，处理那个，你让不让我活啊？就这种。那我现在告诉你，你现在退休了，啥都不用做，啥都不用想，然后天天给你发工资，还发很多很多。你是不是就，啊，不关我的事？因为你们一直以来是让你们的头脑去运作这一切，它当然不干了呀，它当然累呀，当然觉得活着没意思呀。就24小时就没放过假呀，明白吗？为什么你们喜欢度假啊？因为度假的时候头脑就不用去处理这些洗衣服啊、赚钱啊、工作打卡啊、奔跑处理事物啊..... 它知道它现在在度假，就舒服呀。所以你们需要去认识生命的运作，就是什么是一个整体的生命的运作。这么说，就像一个洗衣机的功能，你也不会插电，你也不会运作。你觉得这叫什么洗衣机啊？我把衣服放进去还要用手去搅它，怎么这么累啊？那是因为你不会用洗衣机啊。那也就是说你的人这一生你怎么用它，所以你对生命的认知投射出来了你的这个体验。但是你要清楚你们头脑的功能。你们头脑的功能在这个物质世界，它给你提供的就是你能focus在这里，就是你可以焦聚在这里，你不会成为一个做白日梦的神经病一样。人家说看这里，你在看着天空。人家说看这里，你还在看着天空，明白吗？所以你头脑的功能就是当你的爱人跟你说看这里，你看这里。然后说抱一下，你能抱一下。摸一下我，你能摸一下他。明白吗？它让你焦聚在这个物质世界去产生体验和锁定你需要去进入的一些相和画面。我们还想告诉你的是你生命的程序跟种子没有区别。为什么呢？就是你的路线它在种子里面，明白吗？所以你只是需要允许你这颗种子春天的时候开花、秋天的时候结果，明白吗？因为它的绽放的路线不是你头脑去弄来的。你觉得你生命中哪一个人的路线是按照他头脑走的？你去看看。你去看看有一个人他生命的路线是按照他头脑走的，明白吗？

问: 感觉很多觉醒和开悟的人是苦修的.....

高灵: 你不要去看他们任何人，好不好？因为你并不知道他们的灵魂要体验什么，你并不知道他们的课程，你也并不知道他从他这些相当中获取什么，你也并不知道他在这个集体当中扮演什么角色。所以这里没有他们。你只能用你的认知去看到你对于一个事物理解。所以你通过捕捉他们，你体验的是你自己对生命的一个有限的认知。你对生命的认知是什么，那么你就会阐述、你就会讲出来：有些人是苦，有些人这样那样。不过是你自己的一个意识形态的

一个投射而已，它不是一个事实，明白吗？事实你们小我不知道的，你们头脑不知道的，连他本人来说他也不知道的。因为生命的存在远远大过于此，明白吗？它不是你们表面看到的那样。就算你们表面看到的那样，它也一直在变。

问：之前说身体就像舌头在这个物质世界体验，那头脑也差不多是吗？头脑只是回应这个物质世界的体验？

高灵：你要看清楚头脑的一个功能，那么你就不会给它太多的一个…… 就比如说你的生命要如何展开？你下一步应该怎么做？你下一步应该怎么办？你明年的工作该怎么办？你明年的路线该怎么办？你允许它不知情。但是你却知道、相信生命的每一步它都是把你带的越来越，就是整合，就是都是让你走向光、走向爱、走向合一，就是越来越好的路上。你只需要相信这个。就相信。就不需要理由，你就相信它。相信生命的每一步发生都是让我更加成为一个完整的我。相信我的这棵树每一天都是越长越大、越长越健壮。它没有办法越长越小，所以你这个生命体它总是在向上的。所有的经历都是来让你更加强大，都是来让你向上的。因为你们头脑对你们的灵魂计划，就是这一生是如何展开的，它并不知情，明白吗？所以它们会在一个节骨眼上产生一些恐慌。就比如说我告诉你你现在破产其实就是在转向你会成为一个超级富婆的路上。它并不知道。但是它会对失去产生一种恐慌。

问：刚才讲到头脑放假，我感觉很兴奋……

高灵：因为你交代它太多工作，你让它去处理、去想办法。它要这样，它要那样。但是你们并不需要，明白吗？

问：如果头脑放假，头脑干什么呢？那现在有什么可以给头脑听的，它要放假了？

高灵：它只是一个接收器，明白吗？它并不是一个会自动反应的。它的反应来自哪里？来自于你的意识形态，来自于你的believe system，你用的什么呈现。头脑是个显示器，你显示器上显示什么，那是你输入啥东西呢？你输入什么，它显示什么。就你输入个什么东西，它就显示什么。所以说你到底持有什么信念才是重要的。就好像我们刚刚告诉你，你只需要相信你的生命无论怎么样它都在越来越好。就这一个就够了。你怕啥呢？啊，我被小偷抢了。啊，好！我在走向好的路上！我破产了。好！我离婚了。好！我破产了，那就是我真正强大的公司建立的开始。我离婚了，那就是我生命中真正灵魂层面的爱人到来的开始。明白吗？那我不把这个跟我不契合的人给赶走，那那个跟我契合的人怎么进来呢？那不是说什么事情都是好的吗？不是吗？

问：所以给头脑编程就是相信、信任生命是越来越好的？

高灵：本来就是。是你们不敢相信而已，好不好？是你们不敢相信。为什么呢？因为你们宁愿相信眼睛看到的这个东西打碎了就打碎了。那打碎了，会来更好的呀。就好像你们看着那个草枯死了或者被火烧掉了，那明年春天不又长起来了？长的还越来越旺呢，明白吗？所以是你们给你们眼前的相给了太多的功能或者力量吧，就是它太强大了。但是我告诉你，相只要一产生就等于灭了。就好像这个泡泡一吹起来，它下一秒是干什么？灭了。所以你记住。

问：所以是我们把相抓着不放，不然它自己早灭了？

高灵：对。是你们因为这个相灭了，然后进入到一个恐慌的能量、恐惧的能量。那你想象一下你的恐慌、恐惧，你能做啥？啥都做不了，对不对？是不是越来越没有力量了？你越来越无力了？越来越觉得什么事情都做不了？那如果你没有因为这个相灭了而产生慌张的话，力量是不是还在你身上？力量在你身上，你是不是想干啥干啥？想怎么创造就怎么创造？想做什么就做什么？因为你想要在物质世界创造的一切都需要你有这个力量，对不对？

问：最后又什么总结陈词关于今天问的所有问题？

高灵：也就是说你现在就可以想象一下你就是一个超级富豪，拥有强大的能量。外在的一切不过是一个很好的开始。所以下次有什么破产，哈哈，先狂笑几声。离婚，哈哈，先狂笑几声。然后再来什么，先狂笑。因为你知道接下来有超级大的惊喜。眼前的废物不走，那宝贝进不来啊。所以任何灭掉的，你都要开心。因为惊喜永远在后面。

2024/12/09 – 在家修行人的提问

问: 有些观点说女性业障重, 女性比男性少修五百年.....

高灵: 那你在说这个问题的时候就在说有些观点。那你就知道它只不过是一个观点观念而已。你们是拿着这个观念来物质世界体验的呀。当你拿着某一个东西去体验, 但是发现行不通的时候, 你自然而然就会放下它了。但是你也从你拿那个东西的过程当中产生了体验呀。就这么说吧, 就好像你穿了一个用某一种皮做的衣服去摸爬打滚。然后在这个过程中, 你体验到这个皮在你身上的状态。但是你同样也知道它在某一种地方并不能保护你的皮肤。那也就是说你们持有的那些观念, 你在拿着它去体验。但是在这个过程中, 你也会发现它的一个限制, 明白吗?

问: 所以现在这个时空会有很多女性的身份来实现她们的力量吗?

高灵: 这跟是不是现在的时空有什么关联呢? 不都会穿着各种不一样的衣服去呈现你们自己是谁, 去体验嘛。跟现在不现在没有什么关系。

问: 因为在历史上很多有成就的高僧大德都是以男相来呈现的。

高灵: 所谓的高僧大德也是你们自己集体意识的一个投影。那有很多隐姓埋名的, 你们根本看不到呢?

问: 我们现在这个时空集体意识在转变吗?

高灵: 没有转不转变的, 转变的是你们自己看事情的角度。就比如说你最开始只是粗略的看了一遍, 然后你再细细的看, 然后你再里里外外从不同的角度去看, 明白吗? 你刚才说的所有观念只不过是你自己捕捉了一些相。但是有多少人你连他是谁都不知道呢? 多少女性的身份, 她们都是隐藏的智者呢? 明白吗? 或者她本来就是智者, 她装着愚蠢的样子跟你们游戏呢? 你并不知道, 就是你看的只是你自己能看到的一个相。但是它并不是事实。

问: 佛法是心法, 迷和悟就在一瞬间。大家如何能快一点找到钥匙呢?

高灵: 这么说吧, 你白天进入物质世界你可能是迷的, 晚上睡觉你又悟了。你可能睁开眼睛, 你又迷了, 晚上睡觉又悟了, 明白吗? 所以说所谓的迷和悟都是你需要有那些体验。当你有了那些体验过后, 你可能就明白了。所谓的迷和悟更多的是在满足于你的味觉、在服务于你这个体验, 物质世界的这个体验。因为你们来到这个物质世界, 你们就是来拿体验的。哪怕他们本身就是开悟的人, 他们也会好像忘记这一切, 去拿这些体验。不然他没有办法去体验到。为什么呢? 因为这个物质世界本身就是个幻像。也就是说所有的体验都有它的价值、意义和服务目标。不需要从你们所谓的佛教里面去追寻一个开悟的状态。那花季到了, 这棵树长到一定的时间, 它自然而然就会开花了。

问: 佛陀、基督、神、天使这些, 从源头来看会有差别吗?

高灵：这么说吧，就好像你说一个智者他也会用像小朋友很简单的语言来给你讲道理，对不对？他幻化成幼儿园老师在跟你一点一点讲道理的时候，你能说他就低了？那是因为不同的需求，他会根据不同的生命状态而幻化成不同的状态来引导你们。比如说你还是小朋友的时候，他可能变成一个也是小朋友的样子，就比你大一点点，来给你一些引导，明白吗？但是那个引导只会是在你那会儿需求的一个阶段。

问：不同次地的修行跟不同根基的人说法.....

高灵：那他有可能就只把自己开启那么一点功能，就我只把我的认知开到初中生的水平。这样我就跟他们小学生的隔阂不是那么大。但是我又能融入在里面，不至于跟他脱离。也就是说你们不去用你们的头脑去分辨到底哪个高、哪个低。有的低的，它也是高的。为什么呢？它以低的姿态不断地引导你们往这方面探索、扩展，明白吗？如果回到最根本的地方，所有都是一。只是来到你们物质世界，根据你们每一个个体想要产生不同的体验，而在你们的眼睛里面产生了所谓的高低之分。但是所有的都是彼此彼此，就相互成就吧，这么说。比如说你需要被服务，那我在服务你的过程当中，我也体验到那种无条件的爱的那种状态。

问：真正的‘无我’是怎样的？是把头脑放下、跟随高我的指引吗？

高灵：真正的‘无我’并不是你去追求的一个果。而是你的果子自然而然的成熟了。就是你已经比如说你从你的这个‘我’当中要品尝的东西，你已经品尝够了。‘我’是个舌头，对吧？你从这个舌头当中品尝各种味道，你已经品尝够了。那么你便不需要依赖这个舌头去体验了。所以说如果你还需要依赖这个舌头去产生体验的话，那么你便需要运用它。如果你不需要运用它，那你便不需要运用它。它并不是你强迫的一个果，而是一个在你去蜕变过后而产生的一个果。比如说你是一颗种子。你身上的皮不是你强迫的去把它蜕掉。就像你说我们长成了一颗禾苗过后，那个壳是要蜕掉的。所以要无壳无壳！那你生命没有发生转变、没有成长、没有滋养，然后你就去掉你的壳。你把你的壳去掉了，你还是一粒米。你并不是一颗稻谷，明白吗？你觉得你没有成为一颗稻谷、一颗禾苗之前，你把你的壳去掉了，你就能结稻子出来了？所以当你的生命还没有发生转变，你把你的壳去掉过后，它不过是一粒米。那当你的生命发生转变过后，那层壳自然而然不会包裹住你。它包不住你。你就想象一下你是一颗稻谷，你们强迫的要无我，就好像是要把稻谷外面的那层壳给去掉。

问：这个就是要自然而然的，而不是说要觉察，要快一点这种？

高灵：那你是不是进入到什么？我执啊，我的观念、我的观点。那你抓着这些东西就是你需要放下的呀。那你下次拿一颗稻谷给他们讲一下。

问：很多师傅修行很多年确实很有功夫，可以通过一些法事给大家解决一些问题。他们是怎么样有这些能力的？

高灵：所以你的问题是它后面是怎么运行的？首先你们每一个人都拥有这个，比如说通过你们的振动频率去转变事情的一个果。但是因为你自己都不会太相信你自己有那个能力。是它们阻碍你没有办法去体验到那个果。就比如说我说你也可以做个法事就可以把你妈妈的病治好。你肯定不会相信。那我再说只是你一个念头，就在你心目中你不把妈妈当成一个病人，她的病就好了。你也不会相信。为什么所谓的一些，他们就更加能够.....？因为所有人都说他

太厉害了，你知不知道？他做一次，全部就好了。人家这一句话，你就百分之百相信了，明白吗？你百分之百相信了，你就已经进入到你百分之百相信的时间线里面去体验了。可能你会看到一些不相信的。但是因为别人都好了，你不可能不好。所以你就更加相信。因为目前你们人类对权威的一种信任，就你们都把力量给了他们。然后让他们来展现出一个强大的转变的力量给你们显现。但是我们想让你们知道那股强大的转变的能量源自于你，明白吗？还有你们都根深蒂固的相信。当他们在做法，这些人对自己是没有半点怀疑的，明白吗？那当他对自己没有半点怀疑的时候，他们已经在投射一个相了。再加上你们对他们的信任，这个相就会显现出来，明白吗？所以就是说，比如一个警察穿着便衣来跟你说你别怎么样怎么样，你马上就说：你凭什么？凭什么你来管我？如果他穿上警察的衣服呢？他穿上特警的衣服呢？穿上更加权威的呢？更加高的一个象征呢？那是不是他让你别动，你就不动了？他再拿把枪呢？他再拿一些法律条款呢？那你就知道道具越多，你们就越入戏，对不对？那你让所有人都脱下这个道具呢？然后你们不加入他们的任何游戏呢？

问：一个人如果没有任何信仰，当他身处绝境的时候，他坚信自己可以疗愈自己，是不是就可以呈现这样的力量？

高灵：你们不是有很多这样的人吗？

问：所以这是believe system，对吗？

高灵：因为你们需要依赖于你相信某一些东西才在物质世界能够去体验这些相呀。

问：念诸佛菩萨的咒语是有加持力的吗？还有祈祷文这种？

高灵：那就这么说吧，哪怕你念一个我很好，所有的一切都很好，然后我的身体越来越好，外界的一切都越来越好，什么事情的发生都是往好的方面。你哪怕是念这样子的，它同样也可以让你进入到一种很舒服、很好的震动频率啊。所以根源不在于它有没有效果，而在于你们自己是否能够明白生命的真相。当你明白生命的真相，你并不需要这些额外的语言或者咒语来那个什么你。就好像当你看不清楚，你把对面的一件衣服一直看成一个鬼。你一直念咒语，不要害怕不要害怕，这里没有鬼，来安慰自己，让自己不恐慌。和把灯打开，你看到那是件衣裳。你还需要安慰自己不恐慌不害怕吗？所以最根本在于你到底知道生命的真相还是不知道。就这么说吧，它们跟知识没区别。不同的知识在不同的阶段对你们有一定的效果和一定的服务。就是它有药效，但是是麻药呢？还是彻底能治好你的病根呢？是这个效果。

问：现在很多人得了癌症解决不了.....

高灵：因为你们目前解决问题的方法来自于一个从肉体上去解决。但是肉体是你们这个振动频率、这个个体的一个结果。所以疾病目前在你们人类存在的方式像是一种..... 就比如说你一碰它，你就触电，来让你知道你没有安全用电。所以它更加像电一样，漏电嘛。但是你不知道怎么样安全的用电。但是漏电是用来提醒你，你并没有安全用电。它更多的像是一个警告的声音。在你们目前的意识形态当中，疾病也扮演着这样的角色。就是它促进你们对生命更广、更深、更多的一个认知。但是往往你们把这个，就是来促进、扩展你们认知的这个东西来当成问题处理掉。比如说它是一个助教，这个助教同样是在帮助你、协助你理解你在课上学到的东西。但是你们却把这个助教当成是一个问题。我要把他get rid of it，我要把他处理

掉，要消灭他。如果你们从这个班级毕业了，那助教自然而然也不需要存在在你的身边了。那你就需要更高的一个什么了。所以你们需要通过疾病，不是只是单纯的在过上面去做功夫。然后更加深层次的探讨比如说什么导致你们疾病的产生。比如说他的生命力的欠缺，比如说他本身就觉得存活在这个世界上压力很大，根本就不想存活。他的生命的活力就不足以能够支撑他的肉体在这个世界上运行，所以就会导致很多吃力、无力或者是很疲惫或者是超负荷运作，导致了很多问题。所以通过你们对疾病的体验，然后去继续扩展到生命到底是一个什么样的状态。以一个整体、一，以看的见的和看不见的，从所有的一切去考虑去思考，从这个角度。而不是单一的把你们的肉体当成是生命体。因为从你们目前现有的认知、你们对生命的了解，你们早已经知道你们这个肉体只是一个单独的存在。更多的像是一个电影的屏幕，你通过你这个肉体、通过这个屏幕呈现出你们的生命状态，明白吗？所以让它推动你们去探索生命的真相，更深层次的、更全面的。而不是只抓住一个点不放。

问: 轮回和涅槃是不是没有什么区别? 解脱是不是能量就不再投胎?

高灵: 如果你这么说的话，因为这是你们人类的词语，所以应该你们更能理解什么叫轮回，什么叫涅槃。因为这是属于你们的，就好像baby language。你们是一群baby，那你们之间有你们之间的baby language在互动，明白吗？就是你们自己在baby的group当中，你们自己对生死的一个了解。

问: 我们都相信一个灵魂投胎到我们的身体里面.....

高灵: 它没有投啊，没有从A到B啊。它本来一直都在A啊。所有的一切都在那里，它并没有上下。

问: 所以六道里面上三道是好的，下三道是不好的。其实没有.....

高灵: 你要我们说什么呢？说你们的认知吗？因为这是你们在用你们这一套认知这么去诠释你们自己感知到的。

问: 因为我们觉得动物没有我们自由..... 就是我们以我们的认知解读别人?

高灵: 因为你现在产生的所有这一切只不过是你们头脑在这个阶段产生的一些看法、想法而已。它都是一些相，都是幻像。它就像泡沫一样，出来一个，消了，出来一个，消了。你去看你们大自然当中，云来了，风吹散了，云来了，风吹散了。我们现在就抓住一朵云在那研究，这朵云说了这句话，那朵云说了那句话，然后这朵云有这个观念，那朵云有那个观念。所以它不过是像一个泉眼的水一样，咕噜咕噜不断地往外冒。所以你们这些想法、念头、观念、观点也是这样咕噜咕噜往外冒而已，明白吗？

问: 有个词叫如如不动，所以我看这些就不要去分别是吗？

高灵: 没有啊。你要穿上这件衣服去体验，那你去体验嘛。就你要拿着这些观念去感知这个世界，那去感知咯。你迟早会，就是你拿着这个工具刀一个目的地，你迟早会发现它能带你去到的地方非常有限。那你自然而然就会换你的工具了。因为你灵魂需要不断不断地往前

走。你可能最开始用滑板帮助你往前走。然后变成自行车、再变成小轿车、最后变成轮船、火箭，明白吗？不过是你们在扩展的过程当中使用的一个工具而已。

问：所以自杀的人也是自己想要体验的？就不存在自杀的话，下一世就在地狱道？

高灵： 就比如说自杀跟他们没有关系，而是跟你们活着的人有关系呢？跟死者没关系，跟你们活着的人有关系，明白吗？那你还再说他吗？那这个相是谁看的呢？

问：给活着的人看的，死的话就结束了.....

高灵： 没有啊，它永远在这里。只不过是来让你们看到look your world。只不过是你们这个世界so boring，就不想呆在这里，OK？你们的世界太无聊了或者是你们这个世界太恶心了。那些灵魂都不想存在在这个世界上。所以是给活着的人看的。通过这些相，你能用这个相去创造出什么呢？创造出什么作品呢？能拿这个自杀的相去创造成一个，就比如说，你看这些人这么矫情，动不动就自杀。就是创造出更多的让你头脑去评判？或者是让你头脑去..... 就各种。你看，你们每一个生命体表现的都不一样啊。但是哪一个生命能看到那个自杀的相是对你自己生命的一个提醒呢？提醒你不要去虚度你的生命，不要讲究你的生命？比如说你想做一些事情，你都没有去做。为什么呢？因为你要服务于你这个角色。你看他这个角色来让你看到你这具肉体算什么，这个角色算什么。我说脱就脱掉，就是说不在乎的东西，你干嘛要在乎呢？明白吗？所以说你们每一个人从这个相当中获取的懂不一样。这就是你们每一个生命体存在的意义。就是说物质世界的相没有一个固定的含义，但是你们每一个生命体你们却有自由意愿和自由创造的能力，去把外界投射出来的这个相、显现出来的这个相让它如何来支持你这个生命体去展现、去呈现、去表达。这才是最重要的。所以自杀的人不是来让你去评判他怎么样怎么样。你不知情。它从来就没有走过。它在那永远好好地。不过是它幻化出来的一个相来让你看到你自己的内在。所以通过对这个自杀的相产生的..... 如果你能通过外界的觉察到你自己在哪里。觉察到你自己在哪里就是说，你通过他自杀的这个相，你呈现了什么？比如说你的观念在里面，比如说你内在消极的一面，看到他自杀，我也想自杀。或者展现出我自己对别人评判的一面，我看着他自杀，觉得他好没用啊。或者投射出..... 它其实都显现的是你呀。所以你有没有看到整个宇宙、整个世界只有一个真实存在的，那就是你自己。因为外面只有你的那个版本的他呀。但是你的那个版本的他是会随着你的这个版本，随着你变化而变化的呀。所以外面所有的相，你是不是不需要过多的(关注)它？去把它当成是外人的事，而是你自己的事。你自己能否觉察到你对每一个相的反应？你怎么样去运用每一个相？你到底是在让他的相让你觉得生命更加束缚、无力？还是说因为外界的相，你变的越来越有力量？你去展现出无限，OK？所以你们每一个生命体都能自由的去表达。然后通过外界给你投射的所有这些相来到你这里，你要如何去表达呢？你要如何去创造去展现呢？外面没有任何事情是真实的存在，没有任何。你告诉我，什么事情是真的？没有任何一个事情是真的。一切不过是你自己经验到你自己的媒介。比如说你内在的恐惧被触动到了，你内在的欲望被触动到了。还是你内在的神性、爱？所有的一切，它们这些事件动一下你，你体验到恐惧。再动一下你，你体验到爱。再动一下你，你体验到限制。再动一下你，你体验到无限。明白吗？外界的相不过是像捅马蜂窝的棍子，就你的窝里面有什么，你捅的是你自己呀。如果你的窝里面只是无限呢？别人越捅，那你呈现的无限越多。你里面全是爱，别人越捅，哇塞，你的爱越多，对不对？那如果你里面是评判呢？那你天天大事小事、破事烂事、东家事西家事、电视里面的、明星的，每个事都让你评判不停的，对不对？所以外界的

相到底捅出什么，里面都是你自己的东西。是你在品尝它、你在经验它，所以你在品尝你自己。

问: 那像六祖是不认识字的，是不是所有的相没有一个应该的模样？

高灵: 他们不过是在呈现他们自己。那你们这些人怎么理解，那就是你们自己的认知和理解了。那这个也不是一层不变的。你可能在这个年龄阶段，你这么认为他们。那你过一个年龄阶段，你又那么去认识他们。所以他们是不是也在那里让你不断地可以经验到你自己，经验到你的变化，经验到你自己的成长。就这个东西在那，你能从中捕捉到多少就看你。那在这个过程中你经验的是你自己的蜕变。

问: 所谓的轮回也就是自己观念的投射？

高灵: 所谓的轮回也就是说你永远都能在不同的状态下体验而已。

问: 很多人会说我下一生不想来了。那这个就是取决于他自己还是他的念头？

高灵: 他的念头也会变呀。你看你们从小到大说的话……你看你们说，我好爱你，海誓山盟跟你在一起。结了婚后，最后说我不想嫁给你了，明白吗？它不过是一个念头而已，不过是在品尝这个生命而产生的一个念头而已。那是他是在用错误的方式品尝生命。当他能懂得什么是正确的方式品尝生命过后，他品尝的是生命的juicy、甜头过后。他所产生的想法也会变呀，明白吗？还有就是说做决定不是他这个小我。说法发生的是他的小我，做选择的时候他脱离了他的小我。他脱离了小我，他便是知晓的状态。这个声音产生于不知晓的状态。一个是眼睛蒙着的时候说的话，一个是眼睛睁开的时候说的话。

问: 有些人临终的时候，他修行很好，他知道他下一世会投胎在什么家庭。

高灵: 那也只是他自以为是的幻觉。

问: 但是他留下的信说我下一世在什么……

高灵: 那个是他，也不是他。

问: 就是他已经看到他一下世在哪里了，写在秘信里。这个是他的高我。他已经把小我放下，已经知晓一切了。

高灵: 所以这个问题是什么？

问: 所以他活着的时候就已经把小我放下，让高我……

高灵: 那如果他真的是知晓的状态，他就不会有一个他的存在了。他知道一切都是他。他并不局限于这个。你说这朵浪花回到了水里，它能说我这朵浪花回到水里过后，我在这个位置，在那个位置？它能找到它的位置吗？所以你们不过是一个浪花回到水里，冰块融化在水里。你想象一下最开始是一个冰块的状态，等它全部融化进水里。你去找这个冰块？所以那也不过是你们在你们的生命状态中对生命的认知。但是它远远大过于你们头脑能够理解到

的、能够捕捉到的、能够看到的。就算我们告诉了你们很多，让你们看到你们是多么的无限。但是还是非常的有限，明白吗？也就是说我们用语言，还有你们用头脑去理解，没有办法理解到生命真正的有多么的无限。就我们怎么说，它都是个限制。所以我们怎么说都是个限制。因为开始说的时候，就进入了你们的限制。在表达的时候，就进入了限制。它没有办法被表达出来。所以就知道了你们有多么无限了，不要被任何限制到。你知道就好。就是说你们任何语言、任何词语、任何东西，没有办法诠释我的生命，OK？

问：只要我在哪里，哪里就可以产生我想要的？

高灵：你可以只是在，我记起来了JOJO老师说的，我们的生命没有办法用任何语言能够描述的了它。没有任何人。谁要给你限制的时候，他呈现的是他的限制，跟你没关系。所以没有任何人能够去定义你的生命，你也没办法，因为你的头脑它不知情，别人的头脑也不知情。真正知情的人不会去定义生命。为什么呢？因为他不会赋予头脑任何..... 因为他知道头脑是个限制。所以你讲出来的任何都是一个限制，你只要一开口，就成了一个限制。

问：我们从小被教育，都是父母的限制。我们现在又在拿自己的限制教育小孩。所以就要拿掉外界的一切。

高灵：如果当你在一个无明或者无知的状态下，那谁都会成为你的限制，包括你父母。那如果你知道你父母的某一些语言或者思想观念在限制你的时候，你就已经不受限制了呀。那管它是不是限制，它对你都有限制了。所以能够限制你的还是你自己。

问：之前觉得自己的力量出不来，现在觉得很自在。就是佛教的大自在。

高灵：你把佛教也当成是一个外衣。你穿着这个外衣在产生体验而已，没啥区别。你跟其他没有任何宗教信仰的人穿上的花花绿绿的衣服有啥区别呢？穿着不同的衣服，在不同的教条里面体验而已，仅此而已。

问：西方社会是不是限制少一些？

高灵：我自己的感受就是，我在英国十几年来说的话，这边的人受家庭的束缚和捆绑会比中国少。因为这边最基本的保障被保障了，比如说生存、医疗、住宿这些没有压力的话，所以相比之下他们不太会为了钱去憋屈自己，就是为这个角色。因为他们物质角色都被保障的情况下，他们更多的会去选择个人的兴趣爱好。

问：这种更自在？

高灵：因为中国的生存环境最主要的是依靠家庭的力量。所以个体对家庭捆绑、依恋的关系就比较重。比如说我依靠我爸妈才能存活下去，所以爸妈就必须管着我。但是在英国更多的是政府跟个人的捆绑。比如像这边的孩子受到政府的资助就比较多，特别是低收入人群或者残疾人群。他们是政府对家庭、对个人支持比较多。我们就变成了要依靠家人、亲人的力量。依靠的同时，他们也变成了束缚的枷锁。所以这边的幸福度、舒适度要稍微高一点，就没有如此大的内耗。因为中国这种捆绑式的有时候会不能做自己，因为他肩膀上有太多的责任。他觉得我能存活下去是因为爸妈、兄弟姐妹支持我，那么我现在必须为了他们扛起这个

责任，就这种。这边的弱者是政府支撑起来的，所以他们就不会像对人的那种捆绑。所以其实从这个现象当中你也能看到、体验到其实都是爱。因为我们中国人存在一个我不能活出自我。这个背后是什么？是爱。因为他觉得他在活出自我的时候就在背叛他的家庭，就在与家庭为敌，成了对立面。所以他们就因为爱这个家庭，所以就继续的束缚在这个身体里面。为这个家庭贡献出责任。但是我们想让你看到的一点是，因为你们的家庭在束缚你们的时候是来自于他们的恐惧和他们的目光短浅，他们看不到未来。就是他们是小我的层面。但是在他们更高的层面、他们的灵魂层面，他们就是来支持你这个灵魂的。所以不要因为他的自我..... 为什么？比如说他目前只能看到一两年的一个变化。一两年你这边不会好，但是如果推到二三十年呢？他看不到，但是你却能看到。你知道如果这一两年我可能屈服于家庭的力量，然后让你们家庭看上去是很和平的样子。但是十年呢？我可能就会很痛苦了。为什么？我忍个一两年还行。我忍十年呢？我觉得我的生命已经耗尽了。你会对他们产生一种怨恨，你会觉得是他们导致你的人生不能活出来，明白吗？这样你们会彼此怨恨的。这就是为什么家庭里面有如此多怨恨和矛盾。他们的出发点都是爱。所以说不要因为他人有限的眼界或者他们内在产生的恐惧..... 为什么呢？因为他们害怕产生变化，他们害怕进入未知、踏入未知。所以你需要自己很清楚的看到到底对你的束缚是来自于什么。如果是来自于爱，爱里面没有束缚。如果是来自于他的恐惧，那你更加需要迈出去，让他看到这里没有任何东西需要恐惧的。

问: 小的时候听父母，然后老板，进入修行后又有师傅.....

高灵: 你知道你们的生命存在的重要的原因是因为你们是来推翻、创新和展现你是谁，而不是来遵循他们旧有的教条。所以是你们去给他们展现你是谁，而不是一味的去跟随他们。因为他们不知情，他们止步不前，就他们没有前进。如果他们是前进的，他们就是无限了。如果他们是无限，他便对你没有要求，明白吗？所以凡是对你的生命有无数要求的人，那他就是来自于限制。那来自于限制，你是去推翻限制的。因为他们的生命是随着你们的生命才得以扩展的，不然他们的生命也没有办法扩展。当然，最开始会产生一些不适感。但是那是他们头脑产生的不适感。灵魂是什么？是爽的。为什么？他的灵魂是在你的扩展下扩展的。当然，无论在什么状态下，你都可以表达你的爱、表达你的允许、表达你是谁。

问: 所以首先要让自己没有限制？

高灵: 首先通过这一切你看到的实际上..... 虽然外面的人他们在做事情或者是在做出反应，但是投射出去的还是你自己的认知在哪里。因为你在不同的意识形态、不同的认知，你对事情会有不同的见解，会做出不同的反应。所以它反射的是不是还是你？你通过外界是在感受到自己生命蜕变和成长的一个过程。

问: 我的一个姐姐就担心他妈妈在临终时忘记念阿弥陀佛而不能得到解脱。

高灵: 这么说吧，她妈妈也是一个佛来让她看到她的状态，就是她对生命的认知在哪里，明白吗？所以那些装糊涂的人不过是一面镜子来照射出你内在对生命的烦躁、状态、反应。所以他们就会像背景一样呈现在那里，照射出的是你自己。就好像你自己嘴巴是什么味道，你说出口，那个味道全部反弹，你闻到的是你自己。也就是说你自己对生命的认知、你内在的恐惧..... 比如说你觉得你必须要会念阿弥陀佛才能进入极乐世界。那它就是你的一个限

制，它是你的认知、它是你对生命的理解。就通过这个相让你品尝到了，让你感受到了。因为生命并不是你以为的那样。但是无论你们知不知道，它也不会更改。就这么说吧，一棵树无论它知不知道它要怎么发芽、怎么开花、怎么结果子，不还是同样的开花结果吗？你树知道与否、恐慌与否，有区别吗？难道因为你不知道怎么开花结果，你就不结果子了？你没有办法否定生命展开的方式、存在的方式。因为那是你们头脑，但是它不关头脑的事。所以你就知道她担心也是白担心。就是来让她看到她对生命未了解的、未知部分，就是对生命的认知程度。那通过这个，你们便可以再继续去扩展。

问: 很多人觉得人生没意义.....

高灵: 这么说吧，就好像你房间的电，你说没意义，电太恶毒了。那你总是被电，你当然觉得没意义了。你要能正确的使用电，每个电器都去玩转玩溜它。你会说..... 你离开电试试？

问: 所以很厉害的人对婚姻、工作都能玩转。

高灵: 孩子、老公，所有的一切就像家里的家电。这个微波炉、洗衣机、洗碗机、电冰箱..... 你用电冰箱来洗衣服，用洗衣机来装食物，那肯定是一团糟啊。你并不知道你们之间的灵魂..... 比如说孩子来到你的生命中，他是成为你的导师来教导你、引导你、照见你的。但是你却一直打压他，你自己没成长，然后孩子也被你打蒙了。

问: 很多人身心俱疲。

高灵: 就像你们进入到一个完全是智能控制的房间里面，但是你们却对那些功能一无所知。就撞一下，动一下。然后很多功能你们根本就没有打开，也没有让功能为你们运作。然后就觉得这个好难。那那些对生命知晓的人，一进入AI的房间里面，他说开灯，灯一下就开了。你就黑灯瞎火的过了一辈子。然后人家有空调，你连空调都没有。人家是自来水，你还得不不停的去钻井打水。人家冰箱里储存食物，你天天吃过期的。就各种你都不会用，这套系统。所以对你们来说生命就如此的费力。你毫不知情，你也不看说明书。

问: 当你可以展现无限的时候，你可以跟任何男人结婚.....

高灵: 结婚是什么呢？你告诉我。首先婚姻是你们物质世界的一个观念。什么观念呢？生存的一个观念。因为你们会需要进入到一个，就是让你们更好的存活在这个世界上吧。比如说你觉得女性存活在这个世界上的能力比较弱小，所以需要去依靠一个比较强大的男性。然后用婚姻来保障你们的生存，来维持你们社会的安定。所以说婚姻是你们内在对生命寻求一种庇护，就像收容所一样，让你能够很好的生存下去。那如果你没有那种不安全感呢？你觉得你的生命状态并不需要保护呢？并不需要依赖依靠任何人呢？所以说婚姻不等于爱情，婚姻不等于爱。婚姻是你们物质社会发展到这个阶段的时候觉得需要有这么一层关系支持你们能更好的生存下去。但是你们早已经经过了可以在这个物质世界生存下去的那个阶段。就比如说你们以前生活在森林里面，觉得一群人生活在一起更加不容易被野兽或者什么攻击。所以你们需要group。更多的是这种模式。所以你看看你们旧有的模式。因为既然是一个观念，你们一直继承下来。你们并没有看它到底符不符合当下的社会。比如说你现在已经没有生存问题，你拿到这个东西它对你是一层枷锁呢？它对你是一层束缚呢？你还拿着它吗？就比如说以前经常下冰雹，你们每个人头上戴个头盔来保护你们不被扎伤。但是现在天气变了，已经不

下冰雹了。但是由于长期以来你们都戴着头盔，你们现在在里面已经憋的要死、热的要死、已经呼吸困难了，但还是戴着那个。因为什么呢？因为祖祖辈辈都戴啊。

问：如何跟内在的高我连接呢？

高灵：就是你们要勇于去打破，就是你把你的头盔摘下来试试？用没有头盔的状态下存活着？如果你能安然无恙的、呼吸的幸福快乐，就是那种自由自在、很舒服的状态，别人可能也会脱下另外一个头盔，明白吗？所以你们需要敢于去突破这些旧有的，敢于打破、敢于做第一个摘下帽子的人。没有婚姻不代表你们没有爱，明白吗？你们自己在生命中自己去体验、去看、去感受。但是真正生命的状态，它是舒服的。所以那些让你产生不适感、沉重的，它都是你身上的枷锁和观念需要被你拆掉，而不是背着它。

问：婚姻的话，当你觉得它是个枷锁，但是当你转变你的观念，它也会转变呀？

高灵：我们刚才说了，你解开的是婚姻，但不代表你们之间没有爱，明白吗？不代表你不爱这个生命啊。就是是你们头脑的枷锁。

问：西方这边，离婚后，还是朋友.....

高灵：所谓的离婚是离开你们对婚姻的观念，而不是解除你们的关系，明白吗？是离开婚姻的这个观念，就是你们彼此不再被婚姻的这个枷锁给捆绑着。那当然你如果在这里面，你也不会被婚姻的枷锁捆绑，你便不需要离婚。因为你在里面是自由的，那还有枷锁的存在吗？所以就是在跟你们的观念打交道和你们的头脑打交道。但是如果你不受观念的束缚、头脑的束缚，当然这些也不是你的束缚。所以你们要知道真正的生命状态，它是轻松的、毫不费力的。这就是你真实的生命状态，就足够了。也就是说你会把你头脑的，就是你会把你生命的驾驶权，就是那把方向盘给了高我而不是你这个小我。那你头脑就是在一种好像是放空的状态。所以你就越来越觉察到原来这个AI的智能房间它自己已经在运作了。所以那些观察者、梦想家、空想家，他们就在观察这个系统。你们这些人在系统里面被触电、被这样被限制。他们就在观察。他观察了，他就能理解。原来这个屋子里有一套系统。

问：别人不相信有外星人，我相信。可能外星人会觉得我们怎么这么low啊.....

高灵：只有你们头脑会产生这种声音。

问：所以就要把头脑的这些放下，去追随高我？

高灵：你当然可以拿着它去体验啊。拿着它体验，你能明白你只是因为拿着它才产生这个体验，你放下它就没有这个体验。你能明白吗？重要的是这个。就是如果你能像一个观察者的身份能够明白这一切是怎么产生、怎么停止、怎么运走，那么你的所有体验对你来说都是有意义的。

问：但是这个要提前知晓才有意义是吗？

高灵：如果你能明白刚才你体验的限制不过是因为你相信了某一个东西；体验了哭，不过是因为你相信了某一些东西。那你一边体验着，一边又是清醒的。然后通过这些体验你又体验

到了人，就是又增长了你的智慧，而不是说我就是追求一极乐、追求一个空无，我不要去体验，这样那样。

问: 真正的空无是什么?

高灵: 真正的空无就是别人打你一巴掌和别人上来亲你没区别。你中了五百万和损失五百万没区别。所以你被提拔当了一个大官高官，还是说你被贬到一个地方当乞丐，没区别。高官有高官的体验，乞丐有乞丐的自由潇洒，有啥区别呢?

2024/12/10 – 三人提问

第一个人:

问: 我的灵魂课题是什么? 还有我牙齿的问题。

高灵: 我们已经连接到了一个, 无力。就是你的这个灵魂会通过无力到拿回你自己的力量, 就是从一个就好像是没有骨头到一个你拥有骨头能站起来, 就是你生命中感受到的无力感。然后这是你其中的一个灵魂主题, 我们连接到了。还有就是你不相信自己, 我们还连接到你就是要来告诉所有人你是谁, 明白吗? 不受任何人对你的指责、评判。影响。因为外面的力量和外面的声音对你来说太强大了, 就外面的影响力对你来说太强大了。你没有办法去展现自己、活出自己 and 成为自己。所以你的灵魂主题就是完完全全的从一个好像是没有骨头的蚯蚓变成一个坚不可摧的样子, 就是没有任何能够动摇。那你的灵魂主题就是激发出你内在的力量, 就不再被外界的任何动摇。这是你的灵魂主题, 就是内在的力量的激活, 去活出自己, 真实的你。因为这期间就会涉及到很多比如说教条、观念还有你的认知。所有东西你都需要去推翻它、去突破它。你才能够完全的展现你自己的生命。就彻彻底底的从一个比如说你可能人家一说话, 你就哦哦哦, 对对对, 就唯命是从, 就是总是想要去迎合外面的。就是你不想要产生冲突, 因为你这个人特别的和蔼和谐, 就是你也害怕冲突, 你也不想产生冲突, 你想保持着所有的一切, 就像微风一样。你的能量像微风或者是一面安静的湖水一样, 但是却要从这个状态到那种狂风暴雨, 就是那种力量能量, 就是那种台风飓风的状态。然后从一面安静的湖水变成好像是洪水, 明白吗? 所以这是你能量的转变和激活。就你不再被困在一种维持着很好的样子, 很和谐平和的样子。因为你生命的能量受到了阻碍。你是一个特别有爱心的人, 你是一个特别有爱的人。你总是怕伤到别人或者影响到别人。但是这样的话, 你总是就好像把你的力量给收回来了, 就收住。所以你在你的生命中就会体验到你没有力量, 你也没有办法去撑起一片天空, 你也没有办法在这个世界上让事情按照你的意愿在进行。更多的是在去迎合外界的一切, 就试图让一切风平浪静。然后你想要问的是你牙齿的问题, 是吗? 我们想要告诉你, 那是你的生命在干什么? 因为没有力量, 它开始萎缩了, 明白吗? 所以你的身体通过躯体化来让你看到你的生命在萎缩。首先这里就有很多让你需要去明白的道理。你会觉得你张牙舞爪或者是你的能量的释放会影响到外面或者会伤害到别人、会攻击到别人。这本身就是一个错误的想法和观念, 明白吗? 所以说你需要真正的认识到生命是什么。生命是什么? 是能量的展现。哪个生命里面没有能量? 没有能量就意味着什么? 它就萎缩了。所以说你看到一匹马没有奔跑在草原上面, 你看到一只雄鹰没有展翅在天空上面, 你看到一头豹子、你看到一头老虎、看到一头狮子, 它们没有一个不是在给你展现生命本来的状态, OK? 所以生命本身它是一种能量的展现、力量的展现、生命力的展现。然后你得相信、你得知道你在你展现你自己是谁的过程当中, 你不会影响到、攻击到任何, OK? 你只会去唤醒他们内在的力量。就比如说你说你是一个上战场的将军, 你带领着你的士兵去打仗。你在那畏畏缩缩的, 剑也不敢动一下、刀也不敢动一下, 在那下不了手。那你后面的士兵是什么? 所以说你的力量没有办法贯穿你的全身, 那它也没有办法贯穿到其他人的身上。所以当你自己没有活出来的时候, 你自己没有展现你的生命力的时候, 你同样的在让其它部位..... 就这么说, 你的牙龈萎缩, 牙齿变得那个什么..... 逐渐逐渐的你脸上的肌肉、其它地方都会因为这一个地方的坍塌, 然后变得连锁反应, 对不对? 所以你就知道当你这个灵魂站起来, 拥有强大的力量, 绽放出你生命的力量, 你身边的人, 你的孩子、你的儿子、你的女

儿，他们都会因为你这个父亲站起来而战的很挺，明白吗？所以说你在呈现你自己灵魂本身就是的状态，那么你就在唤醒其它的灵魂、唤醒其它的生命。他们是其它细胞，你这个细胞活跃了过后，它们就好像癌症一样，明白吗？那你这个细胞越来越活跃，其它的细胞都被你激活了，它们都不会再死气沉沉的了。

问：我就是有一种无力感。

高灵：对，因为你心中有爱，那是你的善良，OK？但是你得认识它，什么是生命的真相。你不会伤害到任何人，OK？你们都是一体的。当你在萎缩的时候，你会带领更多人逐渐的萎缩起来。当你在激发出你内在的能量、内在的力量时..... 你们为什么那么喜欢看比赛？球赛？为什么？为什么你们看着那些当他们的能量被释放出来的时候，你们是那么的激情呢？能量的一种传递啊。所以说你想象一下你目前体验的这一生，你展现出这个样子，人们都已经这么看待你了。如果突然发现你的生命出现了特别的大转变，你完全变得有力量、有自信，去活出你的状态。认识你的人谁不会啊？他们都说那个谁谁谁都能活出来，我咋不能呢？他都能闯出一番天地，我为什么不能呢？所以说为什么你们都喜欢励志的故事？当一个最无力的、最不被看好的、受限最多的一个人最后坐到了最上面、最高的位置的时候。这就是你们都爱看的，对不对？那你就知道了，你们所有的灵魂都想要去..... 因为任何灵魂的突破都是它们的一个突破。他们在你身上看到了生命的力量。你们来这里不是来保护这具肉体的。你觉得你能保持多久？你觉得这具肉体，你再好再小心翼翼的去看护它、守护它，你守护多久？哪一个以前的勇士现在还活着？你们的肉体会逐渐的萎缩、老化。所以你们并不是来保护你们的身体的，它并不需要被保护。它不过是你自己在不同的意识心态和能量状态结出来的一个果而已。所以我现在就拿开你旧的程序，你们都是程序，明白吗？你们都是，就像电脑一样装了这个程序，所以你这么反应。那你之前旧有的程序，你就知道它已经不再能让你的这台机器正常的运作，这台机器它已经在自我瓦解了，明白吗？

问：现在要改变还是抛弃这个程序？

高灵：现在我在跟你连接的时候，我就在给你植入新的程序，明白吗？这个新的程序才是你生命的真相。当你在拿着这套程序在运作的时候，你会感受到什么？Power，你会感受到你男性男人的那种强大的力量在你的内在，明白吗？你会感受到内在源源不断的那种驱动力，那种每一个细胞都活跃起来了。你就想要去干什么？想要去展现。然后你的能量才能出来，就是说呈现在这个物质世界上变成物质的一个相来给你体验到。那就是你们所谓的成功。所以你们物质世界呈现的所有的一切，它是你们能量的结晶。当你的能量比如说在这个级别，你可能会让你自己变得很好。当你在无限的级别，你的能量会穿入、进入每一个灵魂，让所有的灵魂都强大起来，明白吗？就是how powerful you are，那个就是说你的能量它是无限的。不只是在让你站起来，还在让无数其它的灵魂在你的能量下面、在你的影响下面站起来。这就是leader。这就是将军带着士兵。因为他强大的能量能覆盖到每一个去选择他的灵魂，应该说跟他产生连接的灵魂。

问：我觉得我这个无力感跟家庭出生也是有关系。

高灵：所有这些东西都是来让你突破的，OK？那个不是你的真实身份。你穿着这些盔甲也好，戴着这些枷锁也好，这是来让你内在的力量出来把它给突破的。它就像你是一颗种子，

种子外面的那层皮。你不能说我天生是颗种子，我生下来就有这层皮在我身上。你倒是长啊。你成长了，那层皮还能包裹着你吗？你生命不发生蜕变，那层壳当然还包裹着你了。你不能说我这个鸡蛋，我妈给我生下来，我就是一颗鸡蛋。没办法呀，我能咋办呀。生命转变，你们来这个地球就像是一颗种子被放到土壤里面，是来让你成长、蜕变、成长的。不是来成为一颗持久不变的。你要不变，你就不需要来这了，明白吗？你要不成长..... 所有的灵魂都是从一个状态到另外一个状态。当然也有灵魂它跟你截然相反，它就是从一个狂风到一个微风的状态，明白吗？因为每一个人选择能量的转变不一样。他们有的人是从硬到软到无。那有的人是从软到硬，有的人是平衡。所以每个灵魂它不一样，但是都是能量的转变。那能量在变化的过程，这就是你们体验到的。那你们就是通过这个认识到生命的真相，就是品尝到了生命。所以说牙齿只是你，你体验的那个东西只是你自己的一个相。这个相呈现出来让你看到你目前生命的走向，就是你能量的走向。就好像你的能量是一股水。那这股水是走向哪里的呢？它现在是什么状态呢？就让你看到而已。那在现在你就会对你的生命有一个全然不同的认知。当你的频率转变了过后，因为你会很清楚的看到你的频率转变。就比如说以前可能以前老婆总是不听你的，总是要你干这干那，指指点点的，以后再也不敢指点你了。明白吗？或者以前你的老板总是这样那样。你变了过后，他不敢大声跟你说话了。或者你孩子总是觉得我爸爸这也不行、那也不行。最后对你刮目相看了。所以说外面的每一面镜子都会让你体验到你自己的变化。你们对生命的认知都会完完全全的体现在你们的生命当中。

问:关于拿回我自己的力量，有没有什么具体的.....

高灵:这不是拿回，OK? 因为为什么你没有力量呢? 是因为你有一个系统觉得你这样是在伤害别人。你只是有一个程序错误的在运行。那你知道那个程序它是错误的，你把它给转一下，那它就是另外一个程序了，明白吗？并不是说你要从某个地方去拿，只不过是用了你了一个..... 这么说，就好像你身上穿了很多盔甲。你只是把盔甲给脱掉，而不是说你没有力量，你继续穿着盔甲，然后去拿力量。就是一个知道曾经那个并不是你，OK? 不是你。那不过是你穿着这套衣服在体验。体验完毕过后，你就可以把它放下，穿另一套衣服。就比如说你以前穿着乞丐的衣服，然后我们告诉你你做乞丐的原因是因为你害怕如果你做了皇帝就会影响其他人的权益。我们告诉你每个人都是他自己的皇帝。你便可以穿着你皇帝的衣服去体验你皇帝的世界，明白吗? 就这么简单。

问:我主要的问题就是身体问题，不光是牙齿问题，还有各种身体问题一直困扰着我。

高灵:你的生命之火现在就像个小火苗，现在就像一根火柴。那你倒是熊熊燃烧起来呀。你能感受到你内在的那股强烈的激情、强大的能量想要去释放吗?

问:没有

高灵:那就是了。所以你的生命力就会无力，就是吃力。所以说我们可以现在就告诉你，你在财务方面、在事业方面一定也是无力感的，对不对?

问:就是一种恶性循环吧。

高灵: 因为你想象一下, 你的财务也好或者你的事业或者你的婚姻、你的家庭、还有你的任何, 这所有的一切不过是不同的镜子、不同的面相来看到你的能量级别在哪里, 在看到你的限制在哪里。你到底是无限呢? 还是充满了限制? 你到底是自由? 还是充满了束缚? 你到底是有力? 还是无力的? 你的认知到底在哪个程度呢? 它们都是大大小小不同的镜子来呈现出你的样子而已。所以说当你转变, 所有其它东西都会转变的。

问: 但是我这个坎就是过不去, 因为身体不好, 我就更没有力了。我觉得就是恶性循环。

高灵: 就是你身体产生的各种症状导致你更加的无力。然后你内在的无力又会加深, 然后导致你的身体..... 就是这种? 那你就不断不断地去听我们的信息。那今天的信息有让你感受到内在的力量出来了吗? 听它, 不断地去..... 因为这是一股能量。你去连接它。

问: 心里不知道为什么总是这样, 有时候也不知道该怎么办。

高灵: 现在不是已经, 我们通过这个体验让你认识到了生命真正的真相? 因为有很多像你这样的人, 他们并不能找到生命的真相。他们还在可能从其它层面去寻找生命的真相, 但是你现在看到了。那是不是你就不再是无明, 不再迷茫。你知道应该朝哪个方向走, 你知道生命的真相是什么。那它是不是你生命中的一个礼物, 对不对? 所以以前的那个你已经不存在了。以前的那个你, 就好像我现在告诉你, 你们以前在那个屋子里不知道出路在哪里。我现在告诉你, 就这个方向, 朝着它, 它是门。你只要不停的去撞它, 这是最weak的一个地方。这个洞就会被你撞开, 你就会走出去。你接下来要干什么? 多撞几下不就行了, 明白吗? 所以就这么简单。已经很明确的告诉你, 你们这个坚固的牢房里面最weak的地方, 就是脆弱的地方, 就是你可以越狱。就是在这个点, 你只要不停的去撞击它, 那么它就会被你撞击开, 你便能从这里出去。那如果你不相信或者你怀疑、或者你胆小、你不敢或者你怕你要撞击, 别人会不会说你神经病, 还撞墙? 那你就继续困在这里了。所以说反反复复的听一下今天的录音。

问: 能问一下孩子的问题吗?

高灵: 等你转变了再来问。如果你不转变的话, 所有的问题都是问题。等你转变了, 现在你头脑里面的所有问题都会消失的, 明白吗?

问: 就是孩子刚上高一特别卷, 特别辛苦。应不应该怎么拼?

高灵: 这么说, 因为他去拼, 你体验到的是拼的无力感。他不去拼, 你体验到的是不拼的无力感。为什么呢? 因为你现在还在这个无力感的世界里面体验。所以不是到底要不要告诉孩子拼还是不拼, 而是说你自己切换到你有强大的、无限的能量的世界里面。那里面不同版本的孩子。管他拼不拼, 你都不会体验到那种无力感, 明白吗?

问: 就是首先改变的是我自己?

高灵: NO NO NO, 我现在告诉你, 你现在的力量, 你一拳打出去是一百, OK? 你打出去这一百, 再撞到外面任何, 它都是一百。不是单独说你做了这个选择, 你就变成一千了。(不是你选择拼还是不拼, 那个就变了。就这么说吧, 很简单, 如果你不拼的话, 你会发现孩子越

来越无力，你也越来越无力。然后孩子以后连找个工作都找不到。然后你会觉得，哎呦，那会儿不拼，现在变成这样了。你体验还是无力的版本。你拼的话，你会发现咋拼也拼不过。你看，人家这个留学，这个私教，有这个有那个。你拼也拼不过，你还是体验你的无力，OK？但是你的生命在你自己比如说能够通过我们的交流，你知道生命的真相，切换到你做皇帝的那个版本。你都是皇帝了，你还怕你儿子不是太子？那你就知道不是单独给你提一个建议告诉你拼还是不拼。所以你就知道你们有无数个版本的你，你到底在体验哪一个版本的你呢？外界的所有一切不过是来反弹给你让你体验到你到底是有力还是无力？你有限还是无限？所以你就知道外面没有单独需要你们去解决的问题，对不对？因为这些东西都只不过是频率的一个结果，是你能量级别的一个结果，来让你们看到而已。你们看到了，是不是就可以去调整了，对吧？所以物质世界是什么？镜子、反射。

第二个人：

问：我觉得我老公是一个特别善良的人，别人也觉得我很好。但是好像我怎么做，他都不满意.....我心里难受。我觉得他挺恨我的.....是不是我欠他的债来还的呢？

高灵：首先你说他是一个很善良的人，对吧？跟这个有关系吗？所以说放下你们头脑任何的对一个人行为的评判，OK？那他有可能就像我们刚才说的前面的那个人，他只是想要去维持一片祥和。为什么呢？因为他害怕冲突。为什么呢？他无力。他觉得冲突就是.....那个展现出好人的样子不过是什么呢？是他内在不够完整，明白吗？那你能说他是一个善良的人？所以你们没有办法单独从..... OK，一个善良的人可以是一个很凶狠的人。他可以是一个不择手段的人。不要去捕捉外面的任何相，OK？那个表面上看上去不咬你的人，他只是什么？他并不是因为善良，他只是害怕你，他只是怂而已，明白吗？仅此而已。所以不要去拿任何相.....那些敢来咬你的人，他可能是谁？他可能是神。为什么呢？他相信那个咬就是把你给唤醒，让你来看到无限，明白吗？他对你的一种毁灭是来让你看到你没有办法被任何毁灭。所以说不要让你的头脑去捕捉任何的相。因为你们不知情。也就是说当你能放下你头脑里的任何相的时候，你才能进入到对生命不是一个误会的状态啊。那如果你捕捉了各种相，你进入到一个这样子的状态。那你当然就不能明白到底这里在发生什么。你们每一个灵魂来到这里，并不是就是来让你和谐美好，我俩关系和和美美。NO。它有可能即使fight, always fight。所以说你就知道你们之间，OK，所有这些关系并不是来让你维持一片祥和的。那你就放下那个觉得关系是要祥和的。为什么？你看俩个兄弟，他俩需要通过不断地比武、不断地攻击对方、打击，然后去锻炼和提升他们的武力，明白吗？那你所谓的老公，他并不是来让你feel comfortable，他就是来让你feel uncomfortable。为什么呢？因为他才能让你不断地体验到你的各个面相。你可能因为他对你那种不断地攻击，然后你变成了一个恶魔的样子。你可能因为他对你不断地攻击，就变成了一个束手无策，就完全是软弱的样子。所以说如果你们不能够明白，就是你这个灵魂来到这个世界上想要进行哪一方面的成长的话。你当然会误以为觉得生命的状态就是一个舒适的状态。外界的所有的一切不过在反射出你自己的状态而已。就很简单，就比如说你有一个观念在服务你，你觉得你需要一个老公，所以他虐待我，我都不离不弃。离了婚，我就不完美了，不完整了，我就没有安全感了或者我就不完整了、孩子就不幸福了。你可能只是在服务这些观念而呆在这段关系里面。

问：可以看一下我跟我老公之间的关系到底为什么这样吗？他叫XXX。

高灵：好明显啊，看到了你们的灵魂关系。就是你对外界的需求很高，这么说吧，外界的所有是一个拐杖，然后你总是去依赖拐杖。他就不断地好像要坏掉这个拐杖，你依靠什么，他就给你拆掉。他就完全不让你可以有依靠的地方。他在破你对外界依赖的那个相。就是比如说你可能会依赖财富、财产、钱财或者是物质、权威、权威、关系，任何这种。或者是你依赖家庭、依赖老公、依赖任何，明白吗？你就好像想要靠一个地方，但是一靠就被他击碎。不让你去靠。所以你这个老公，你在生命中没有办法靠他任何。就是比如说你的情感，你没办法依靠他得到那个什么。然后在经济上面、在任何方面，就没有任何他可以让你靠的。就你觉得你在靠的话，它都是一个相。他都会让你知道你没有办法靠到他。就是你都会发现你靠的是个冰块。

问：像这样的关系，就觉得很奇怪。

高灵：当你放下对外界的任何抓取和依靠和依靠外界来感受到你整个生命体。而是说你是活出了本身内在的力量，不再依靠任何外界的话，那他的服务目的就达到了。也就是以后你对婚姻也不会有单点的需要依靠、依赖或者是需要婚姻这个相来支持你了，就是情感的依靠。

问：如果我不断地提升我自己，那我和他之间的关系在不在都不重要，是不是？

高灵：对你来说你不再需要依靠外界的任何过后，他就对你没有影响力了。就比如说他可能张牙舞爪的，你会恐慌。那他继续张牙舞爪，但是你心中不起波澜了。就是他说话，你已经听不到了。就是他只在他的世界里面，就对你不会早造成任何影响了。并不是说外面的相会怎么变，而是说外面的相对你不会有影响了。就你不会再烦躁、痛苦在这样子的一个状态。

问：我现在没有波澜，但是我会难受。我觉得我怎么做，他都觉得我很可怕。

高灵：这么说吧，因为你还在他他他。他是什么，不重要，OK？而是说他在你的生命中他存在的角色怎么来支持你的蜕变，OK？这里是你你你你，OK？就好像这么说，他就是一个骗子。为什么呢？你每次赚到一笔钱就被他骗走。真的是恨死了，因为你只要赚到一笔钱，他这个骗子就把你的钱骗走了。那我们现在来告诉你，这个骗子为什么总是出现在你的生命中，你每次一赚到钱就给你骗走呢？是因为不让你对金钱产生任何的执念，明白吗？就是我钱来了，开心；走了，开心。你不再依靠金钱来影响你、波动你。所以说这个骗子在干什么？那你们找修行的老师不就是要修的对外面没有执念嘛，对不对？那他来干啥呢？那个骗子来干啥呢？不和老师一样嘛，让你对金钱不产生执念。所以说他骗不骗你不重要，你不需要去指责那个骗子。重要的就是说他在你的生命里是怎么来服务你这个灵魂得以蜕变的。因为如果你对金钱有了你开心，失去了你痛苦，那你是自由的呀。你是金钱的奴隶，你被捆绑着。那当他把你的金钱的执念拿走了，有钱还是没钱，你都是快乐的状态。那他是不是就帮你成佛了？成佛就是什么？自由呀。你不再被物质世界困住。所以那你是不是要感谢那个骗子呢？

第三个人：

问:我非常爱我的孩子,但是我有焦虑,我会一直盯着他,害怕他摔着各种。就很累。

高灵:孩子把你内在运作的系统给你带出来,你在体验它。你在体验你内在对生命的一种不安全感。你会觉得生命需要你好好的去看住它,它才能安全的一个状态。那是源自于你内在的不安全感、恐惧。那又源自于什么?源自于你们的集体意识,源自于你们对生命有限的认知。所以说你对生命有限的认知,你对生命是怎么认为的,它会投射在你生活的方方面面。那这就是孩子给你带出来的,让你看到你对生命的一个有限的认知。

问:那我要知道生命是很安全的?

高灵:这么说,他们就好像是一个尺子。那你现在在这一步,他给你量出来了,你大概是十厘米,对不对?但是你会一直成长啊,你会蜕变啊,你会越来越多的.....比如你会接触我们的信息。接触我们的信息,你会对生命逐渐的认知。那更多认知就会导致你下一次再量它的时候,它可能就变了。就你下一次通过孩子的时候,你可能就发现,哎呀,我并没有那么紧张了,明白吗?所以说把他们当成来丈量你生命成长的一个过程。然后在这个过程中,你就体验到生命的变化。体验到什么是真理,什么是歪理,什么是真相,什么是误会。

问:孩子难受的时候,我会担心的睡不着觉。这种情况我就需要去观察,慢慢的去释放?

高灵:你在体验你自己的能量,你没有办法。但是你却可以通过连接我们的信息,读我们的信息、听我们的信息,然后把你带到一个有安全感的频率。然后你再连接物质世界这个相,它让你进入到恐惧的频率。然后你又连接我们的信息,它会把你带到一种定、稳,就是爱的一个频率。就是一个稳定你的核心频率的渠道。但是同时你也需要不断地扩展你对生命的认知。就我们的信息就好像是一本字典。这本字典需要你对它不断地翻阅,不断地认知那些字、记住那些字。那逐渐逐渐的你都了解它了,那你对生命的认知就不再局限于只是集体意识里面的了。

问:有时候就算这个孩子没生病,我和他只要呆一天以上我就喘不过气,就是累。我需要怎么样可以和孩子玩的开心?

高灵:这么说吧,如果你只是在做你自己的话,你是不需要用力的。你就好像一条鱼在水里游一样。那你一条鱼试着在天空中飞的话,你肯定.....你跟他在一起,你到底是做你自己呢?还是做你母亲的身份,确保他安不安全?确保他健不健康?确保这个那个?你到底是在为身份服务?还是在做你自己?你如果是服务身份的话,你当然会.....你在用力呀。你在服务观念观点的话,那你也在用力呀。那你只是做你自己,那你就像是一朵花就在那里,像一只蝴蝶翩翩起舞.....

问:最近感觉很低落,我想知道我的灵魂需要什么?

高灵:你最近感觉很低落也是来自于你没有做你自己。就比如说你在服务你头脑里面的那些观念观点或者是头脑里面的各个想法。它们这些变成了重量,然后在你身上。

问:那我应该怎么做呢?

高灵: 你可以感受到低落, 同时你去看看背后让你感受到低落的点是什么。来自于比如说你想去做某一件事情, 但是你不能做? 就比如说你特别想去做某些事情, 但是你又觉得我得照顾孩子、我得照顾家庭。我现在已经是这个身份, 我只能去做这个。就比如说我想去跳脱衣舞。怎么可能? 我是别人的老婆, 我是谁的妈, 我是个老师, 别人怎么说我..... 明白吗? 那你就知道当你不能按照你内在的状态去呈现你自己、去做、去活的话, 你就会感受到..... 因为你的灵魂不是来这里过家家的, 就不是来这里符合这个角色的, 它不是来满足这个角色的, OK? 它是通过这个角色呈现它自己的。

问: 我现在特别想跳脱衣舞, 但是我觉的各种都把我限制住了。

高灵: 那那些限制就是你看到, 而不是说要放下你跳脱衣舞那个念头, 明白吗? 你内在的那个冲动, 你内在的那个想要去..... 其实高我让你产生的这个想要跳脱衣舞其实并不是说跳脱衣舞本身, 而是说通过这个让你去突破物质世界身份的限制, 明白吗? 你有可能去跳了过后, 你不喜欢了。为什么呢? 因为你现在那些限制已经没有了, 就是你已经不在乎别人怎么说、怎么看, 就是你对自己没有评判心了嘛, 对吧?

问: 我和我老公的灵魂关系?

高灵: 你俩就是一起来突破婚姻的束缚的。因为你们都是像泥鳅一样, 就钻来钻去, 内在都有一个不安分或者自由的灵魂。你们内在都是。就是你们进入到婚姻来感受到婚姻度你们的束缚, 然后再通过这个束缚来呈现出一个自由的状态。所以你们的主题就是彼此都是去突破, 然后达到一个自由的状态。如果没有达到一个自由的状态的话, 你们俩就会有很多问题的。

问: 那我们需要做什么?

高灵: 就是你们来锻炼彼此的允许的。为什么呢? 你在允许他, 你就在允许你自己。你不允许他, 你就没有允许你自己。那你没有允许他, 他痛苦, 你也痛苦。就你俩都在那, 就都不舒服。所以说你在放过他, 你就在放过自己。你在给他自由, 就在给你自己自由。你俩就好像是这种关系。但是你俩灵魂本身的状态就是一种无拘无束、自由自在的、快乐的。如果你和他不快乐的话, 那你们俩都没有做自己。所以说自由和快乐是你们俩灵魂的本质, 没有任何限制, 就是自由和快乐的状态。你俩就好像是两个小孩子一样特别开开心心。

问: 高灵有没有什么建议给我俩?

高灵: 刚才说了呀。快乐吗? 开心吗? 就以这个为标准。然后我不快乐、我不开心, 就来看一下到底是什么观念在束缚着你?

问: 那我俩最后会不会离婚啊?

高灵: 那就是你们对婚姻的一个观念呀。什么是婚姻你告诉我? 那你们就是在follow那个paper work。你们的灵魂不是来follow那个paper work, OK?

2024/12/12 – 连接秦始皇

连接秦始皇:

问: 在您的一生中, 您获取的最宝贵的经验是什么?

秦始皇: 没有最宝贵。应该是说所有的体验都是最宝贵的, 就是没有哪一个是最宝贵的。因为没有分别, 所有的一切都是独一无二的, 宝藏一样。

问: 那您是否有一些特别的经验能够分享给我们?

秦始皇: 它就像你在品尝一道菜。当你在品尝它、吃它, 在吃的这个过程每一个种就已经刺激到你的味觉、味蕾。当你吃完这道菜, 然后你来分享。如果说分享给你们的话, 就是告诉你们每一种味道只需要静静地去品尝它, 不需要害怕任何一种味道。因为那个味道产生、刺激到你过后, 它便消失了。没有任何一种味道会长久的停留在你的舌头上。比如说你吃了一个很辣很辣的口味, 你的舌尖上像起火了一样辣。但是逐渐的, 辣的感觉是不是在逐渐逐渐的消失了? 就算很烫、很苦, 但是没有任何一个味道会在当你吃到嘴巴里过后last forever。所以说当你品尝到那个味道过后, 它就开始逐渐的失去了它在刺激的(感觉)。所以无论你们在品尝什么, 记住不要躲避它、不要逃避它、不要抵触它、不要抵抗它、也无需害怕它。因为无论是什么味道, 在你品尝到的那一刻它便开始在逐渐的颜色。就这个颜色再浓烈, 它都开始逐渐的变的越来越淡。所以那个味道无论它有多么强烈, 逐渐的它也会变得越来越淡。所以就尽情的品尝每一个味道, 因为它并不会持久的停留在你的舌尖上。你们的生命没有任何是需要去害怕的。

问: 你当时统一其它国家的初衷是来自于什么? 为什么产生这个想法?

秦始皇: 这不是产生一个想法而去做的。我只不过是在呈现我本来就是的一个状态而已, 我只是在做我自己。它不是因为我产生这个想法而想要去做某件事情。而是说我在做我自己的时候, 它就产生了这个辐射。

问: 你在统一六国的过程中是如何使用能量的?

秦始皇: 就是完完全全的做自己。就好像你在问太阳如何使用它的能量, 它本来就是。

问: 你和其他皇帝在治理国家方面有什么不同?

秦始皇: 他们在做他们自己, 他们呈现的是他们的状态。我呈现的是我的状态。所以我们都是呈现自己的生命状态而已。如果说不同的话, 就像是比如说同一颗种子在不同的环境下结出来的果, 也就是说不同时期、不同的时代或者是不同的意识形态和人文背景下的一个不同。就像是一颗种子在不同的环境里面。

问: 你的皇帝身份给你带来的更多的是束缚还是自由?

秦始皇: 更多的是自由。所谓的束缚都是我去展现我自己是谁的一个平台或者一次机会。就是你看着是束缚, 但是并不是。不过是通过这个束缚来展现出我自己真实的状态和我内在的

力量。所以它不是束缚。这么说，就好像你是举重运动员。那你说对他来说举重是束缚吗？他是通过这个重量去展现出他的力气。所以那些所谓的束缚并不是真正的束缚，只是通过这些所谓的束缚去看到我到底是谁。

问: 你会被什么样的女人吸引？

秦始皇: 真实、自然。自然的状态、真实的一个生命形态，我会被这样的状态所吸引。

问: 女人在你生命中扮演着什么样的角色？

秦始皇: 要么让我更加真实的做自己，就是如果她们呈现的不是真实的自己，我会觉得很丑陋。那么我就会更加的想要去真实的做我自己。那当她们呈现出真实的自己，我会很欣赏。那么它会加强我去真实的做自己。因为当你在没有任何可以互动的时候，你可以真实的做你自己。但是如果跟你互动的对象是最高权威，你还能呈现出真实的生命状态的话。那就是你对生命本身的尊重、称赞和信任。就好像每个生命都是造物主的作品，你没有去否定造物主的作品，你只是在呈现、欣赏和允许造物主的作品。那就说明你不是以肉体而存过的生命，你是以你本来就是的状态在存在着。如果对方能够完全的允许她自己的生命状态这样呈现着而欣赏自己，无论她的身份地位是什么，那么她便能把这份允许的能量给到我。无论我做出什么样子、无论我呈现什么样子、无论我展现展现什么样子、无论我处在什么状态、无论我是皇帝、无论我是最高权威还是乞丐，她都会欣赏和允许我的生命状态。这就是我会被她吸引。

问: 那你更喜欢爱情还是你的江山社稷？

秦始皇: 应该说..... 因为没有哪个重要与否。因为我不依赖外界、不依赖于它。它对我来说，不是说我要依靠它才能存活。而是说它像一朵花一样，我欣赏它的美好。不是说我要拿着这朵花，我才能做事情、才能存活、才能做某一些事情。因为我不依靠依赖外界的任何。就好像你欣赏它，但是它却不是你生命的源泉，你需要依赖依附于它，你才能存活。NO。然后对方也不是需要依附依赖于我才能存活，因为本身它就代表着对生命的一种称赞、赞歌、最高的尊重。

问: 你会在什么样的情况下展现你柔情的一面？

秦始皇: 就是在刚才说的那种完全的允许和欣赏的能量状态下。

问: 我们来物质世界体验，最重要的是什么？

秦始皇: 就像前面的信息一样，你们自己对你们自己存在、对你们自己生命本身的状态的一种尊重。以及去看你并不是来自于你，你只不过是在允许造物主通过你去呈现它的作品是什么。所以你不扭曲它的作品。你允许造物主的作品通过你的这个身体去展现、去呈现。

问: 如何做到不扭曲呢？

秦始皇: 你能做到对你生命存在的本身就是肯定吗？比如说如果你是一个残疾人，天生残缺。你没有说我为什么不是健全的，为什么不能像他们。如果你的身份特别卑微，如果你的所有

的一切，出生的条件特别..... 就是无论在什么状况下，你能够去肯定你生命存在的意义和重要性吗？因为这个并不是你的头脑去选择我要以这个残缺的或者卑微的身份出生的，OK？不过是更高的存在在通过这个残缺去展现无限，通过这个束缚去呈现无限。所以你能看到它背后的用意吗？你能看到你不是它吗？你能看到你并没有权力或者权限否定它的作品吗？你能吗？

问：如何从卑微的身份中看到造物主的伟大？

秦始皇：就是弱化你头脑的功能，去肯定更高存在的功能。你能够放下你自己吗？因为你觉得你知晓一切，想要去掌控一切。你是自己想要成为王者呢？还是允许真正的王者成为王呢？明白吗？那么你就是在和最高最大的能量抗争。那你在和它抗争的过程当中，你就在扭曲生命。那这个生命将是畸形的，它便没有办法展现它最美、最无可替代还有奇迹。

问：如何做到不去抗争呢？

秦始皇：你首先要知道你为什么做这个操控者或者这个掌控者呢？为什么？因为你们自己在物质世界，你们就能看到。因为你们想要成为那个王，想要成为那个操控者，想要成为那个掌控者。

问：你在统一六国的过程中，如何让你的想法被你的下属理解并执行到位的？

秦始皇：他们不过就像是我的左膀右臂，就像是我身体的一部分。那么我想要往那边走，就好像我想要往前走，我怎么做到让我的脚迈出去呢？

问：如何让你的下属成为你的左膀右臂？因为他们都有自己的思想和意识。

秦始皇：并不是。因为我本身就是王，就好像我本身就是一个整体。那么我诞生下来我就拥有我的脚、拥有我的左膀右臂、拥有我的手。所以我们就是一同诞生下来。

问：我们每个人如何确定自己是王？

秦始皇：不是确定，它不关你头脑的事。你只是去做你自己。

问：在当下的物质世界如果要统一不同的国家，要从什么角度入手？

秦始皇：**你只是做你自己。如果做你自己包含了你对其它的影响，那么这个影响自然而然就会展开。**

问：你有遇到你的下属叛变吗？

秦始皇：因为我们没有把他们当成外面的，就是它不是一个独立的存在。它只不过是我身体的一部分。所以如果我身体的某一部分出现了这样子的状态的话，那么就是我自己内在整合的一次机会。它有可能就像我身上长的一个瘤，我需要去除它。它有可能只是我身上发生病变的一部分，我只需要恢复它。

问: 如果你是我们现在的王, 你会如何治理当下的世界。

秦始皇: 我想让你们知道的就是我依然是你们当下这个空间里面存在的王。只是不再是以这种形式, 而是以另外一种形式。

问: 那是什么样的形式?

秦始皇: 如果你需要知晓, 你便会知晓。如果你不需要知晓, 就算告诉你, 你也不会知晓。

问: 是以能量和频率的形式吗?

秦始皇: 是一种我是我所是的状态存在。

问: 那你想说你在当下的时空.....

秦始皇: 依然存在

问: 和你当时的时空同时存在?

秦始皇: NO, 是我依然在你们现在的物质世界里面以人形的方式存在。也就是说你需要知晓的时候, 你便会知晓。如果你不需要知晓, 就算告诉你, 你也不会知晓。意味着这样子的王者的能量依然在你们这里存在着。

问: 这股能量是如何治理这个世界的?

秦始皇: 没有治理, 也没有执政。只不过是以它所是的方式在生长着。就好像是一棵植物, 只不过它这棵植物是王, 它的名字叫王。你问它是任何执政的? 它并没有执政, 它只不过是生长着、存在着、蔓延着、影响着。散发出它的频率和味道。

问: 它们在带领我们走向什么样的世界?

秦始皇: 没有所谓的带领, 不过是存在。

问: 你有什么话带给我们?

秦始皇: 就是前面说的, 不去扭曲你自己生命存在的状态, 也不去扭曲他人生命存在的状态。而是去欣赏造物主的作品, 它们是通过你们每一个生命去展开、展现。然后你们没有一个是单独的存在。

问: 有什么话带给通灵的女生?

秦始皇: 需要带给她的, 她已经知晓。

问: 如何成为一个出色的领袖?

秦始皇: 领袖不一定是站在最前面的那一个。就好像你身体的每一个器官它们之间的关系。每一个器官都是互相运作、共同运作。如果说是你们所谓的领袖的化, 他天生就是心脏、他

天生就是脑子。但是每一个身体的器官的重要性都是一样的。只是说你们分布在不同的身体部位而已。所以你作为肝脏，你不去试图成为心脏。你作为心脏，你不去试图取代脑子。不然的话，这个人的肉体没有办法正常的运作。所以你们每一个个体在不去扭曲你们自己和扭曲他人，自然而然的呈现你们自己真实的生命状态的时候。这就是你们能让一具肉体能够正常存活和工作。如果你是个肝脏，你试图去替代心脏，这样子的话就会导致这个system的混乱。蜂王有蜂王的作用，蜜蜂有蜜蜂的作用，它们都是在自己的位置做自己。所以去允许这个系统、允许这个能量，就是允许它自然而然的呈现和运作。减少你们头脑对你们生命形态的干扰和控制，不去成为王或者试图去成为那个主宰和操控者。那么就是在允许这个生命体以正常的方式在运作。不然的话，就是在一种自我奔溃、崩塌、自我毁灭的状态。你想象一下，如果你身体所有的器官都试图去做心脏或者头脑的话，它会呈现什么状态？因为当你是肝脏，但是你试图去做心脏。你就在破坏造物主的作品，你在扭曲它，你在破坏它。所以你们需要弱化‘我’，你们需要弱化你们自己，弱化你们的头脑。当你们在允许你们每一个生命体以它们所是的方式存在，那么你们就是在支持这个系统。不然的话，你们就是在毁灭，在自杀。因为你想象一下，如果这个人都不存在了，你的器官还能存在吗？所以当你想要替代其他人的位置，当你不做自己或者是去争夺其他人的位置，那么你就是在自我毁灭的状态，你们在毁灭造物主的作品。

问: 如何能成为真正的自己? 因为每个人都希望成为王。

秦始皇: 你做你自己，你便是王。比如说你做你自己，你是个肝脏，那你是不是王? 谁能替代你肝脏的位置或者谁能做肝脏? 心脏没有办法变成肝脏，对不对? 那你是不是独一无二的王?

问: 如何判断自己有没有做自己?

秦始皇: 那就是你的头脑不再去干涉干扰、不再去用力。就是你的头脑不再插手，对这个生命体的一种干涉、干扰、插手。

问: 你在那一世感到孤独吗?

秦始皇: 孤独来自于我进入头脑而产生的。因为我现在已经离开头脑的状态，所以便感知不到所谓的孤独。是那个角色产生的，角色捕捉了某一些相、角色给某一些事情下定义、角色进入到一个限制当中、进入到一个频率当中所产生的体验。现在脱离了角色，就没有所谓的这种感受。

问: 你为什么要追求长生不老?

秦始皇: 那是那个角色的想法或者是念头或者是一种表达。

问: 对我们如何成为自己的王，你有什么建议?

秦始皇: 你们要知道这里有一个更大的存在。那个存在就好像你这个肉体本身的存在，而你只是这个肉体的某一个器官。所以当你的这个器官攻击其它器官或者想要占领其它器官的位置、侵犯或者是任何。那么你就在毁灭，你在毁灭存在的本身。当你们所有都能知道这里有

一个更大的存在，然后允许你所是，就是肯定你自己的生命状态是独一无二的。然后在这种和谐的状态下，这个人才能存在。这个人才不是生病或者分裂的状态，他才能存活下去。那么这个整体才能存活下去，你这个器官才能存活下去。所以把你当成是一个器官，然后知道是这个更大的存在它在展现这一切，而你不过是在品尝和体验这一切。

问: 那如何自信的做物质世界里卑微的角色?

秦始皇: 没有任何事所谓的卑微的。卑微只是一个家乡而已。比如说在你们的物质世界你们会觉得清洁工的身份，你们会认为他是卑微的。只不过是那个工人对自己身份的误解，OK? 还有你们其他人对他身份的误解。他们投射的是你们的观念观点还有你们的认知和看法。所以并不是说这个生命的存在是卑微的、他做的事情是卑微的。因为他可以任何事情，他可以去扫厕所，他也可以去做其它的。所以这是你们自己头脑玩的游戏而已。

问: 能总结一下今天的信息吗?

秦始皇: 就是看到这里有一个更大的生命体。无论你是谁，你只是生命体里其中的一个器官而已。当你在全然的做你自己，你就是在让这个生命体以它的模式正常运行。不去攻击其它器官，然后不试图去争夺、取代其它器官。去肯定你自己存在的价值，那么你们这个整体才得以存活，你才得以存活。

问: 任何判断自己当下有没有全然的做自己?

秦始皇: 就好像我们刚才说你的头脑是否在运作，它是否在干涉，它是否在出主意，它是否在阻碍，它是否在伸手或者是想要去扭转或者是做些什么，就是它是否有去用力。就这么说吧，比如说你浮在水面上，你浮在上面，那就是你在做你自己。当你是试图去游到某一个方向，在用力怎么样怎么样的话，那你就开始在用力了。那如果你开始在用力的话，你的力气就会逐渐的耗尽的。

2024/12/12 – 连接成吉思汗

连接成吉思汗:

问: 你获得最宝贵的经验是什么?

成吉思汗: 我获得最宝贵的经验是勇气, 就是你越来越觉得你在迈出去的时候跟你进入到你的卧室上床没啥区别。

问: 你为什么想要征服其它国家?

成吉思汗: 没有征服, 而是去解放、去给他们带来更好的生活, 是让他们能成为真正的人。

问: 为什们你觉得他们不是真正的人?

成吉思汗: 他们以为他们在做人, 但是他们并不是。就像一只老虎是以老鼠的样子存在着。

问: 你是觉得他们没有活出真实的自我?

成吉思汗: 他们都被那些假象催眠了。假象就是说他们的生命是弱的, 然后他们就以为那个弱的生命状态是他们的生命状态。不是。所以去让我们的勇士展现出生命真正的状态。

问: 你实现了解放他人的目标吗?

成吉思汗: 不是解放, 而是好像是点燃。解放是从他们自己对自己的幻像当中解放出来。他们对自己生命存在状态的幻像.....

问: 在这个过程中, 你是如何使用能量的?

成吉思汗: 能量不是我之外, 我就是能量。就好像你问我如何使用这把剑? 我就是这把剑本身。

问: 你是如何呈现能量的?

成吉思汗: 我本来就是, 所以它可以是任何样子, 所以它不局限于某一个样子。

问: 你和其他皇帝相比, 你在治理国家方面有什么不同?

成吉思汗: 我更血腥, 我更喜欢血。我更喜欢fight, 我更喜欢战斗, 我更喜欢上战场。我不会避免打仗, 我喜欢打仗。我喜欢穿着盔甲跑在战场上。不会把出征打仗当成是一件躲避逃避、害怕的事情。这就是我跟他们的不同, 因为他们还会避免战争。对我就像前面说的, 上战场跟上床没区别, 你不会觉得上床充满了害怕、恐惧、担心, 还要去策划、还要去准备、还要去做各种、防备。

问: 你在上战场的过程中最让你享受是什么?

成吉思汗: 是那种我就是一股能量的存在, 已经没有了我。我的一种消失的状态, 肉体消失的状态。

问: 帝王的身份给你带来的是自由还是束缚?

成吉思汗: 我都不知道束缚是什么。我生命本身就让我感受到的是自由。什么自由呢? 就是不被物质肉体所束缚的那种自由。

问: 如何做到不被自己的肉体束缚?

成吉思汗: 你在保护它吗? 你所保护的, 就是束缚你的。如果你保护你的财富, 你的财富就是你的枷锁。如果你保护你的家庭, 你的家庭就是你的枷锁。如果你保护你的肉体、你的身份、你的地位、你的名誉、你所有的一切, 你试图去保护的它就是你的枷锁, 牢牢的控制你、占有你。所以你是奴隶。你在试图保护什么呢?

问: 物质世界的相

成吉思汗: 成功了吗? (那你保护成功了吗?)

问: 大部分人可能没成功。

成吉思汗: 没有任何人会成功。如果成功的话, 那秦始皇现在的肉体就继续存在着。

问: 女人会吸引你吗?

成吉思汗: 她是个人就不会吸引我。她不是人, 是能量, 就会吸引我。

问: 你会被什么样的能量吸引?

成吉思汗: 就是她没有身份对她的束缚。

问: 传讯的女孩会吸引你吗?

成吉思汗: 我就是她

问: 女人在你的生命中什么样的角色?

成吉思汗: 她如果还有个角色, 她就是束缚。她是束缚的话, 那她只能成为一个角色。

问: 你体验过真正的爱情吗?

成吉思汗: 如果你要体验真正的爱情, 那你就要离开你的角色。只是能量的形式。所以说我在战场上就在体验爱情。

问: 爱情和上战场是同样的体验?

成吉思汗：你们男女之间只不过是多了一个肉体而已，就通过肉体去表达所谓的能量。只是地方不一样，一个在床上，一个在战场上。所以我能在床上同样感受到我在战场上，在战场上同样感受到在床上。都是一种我消失的状态。

问：能详细描述一下我消失是一种什么样的状态吗？

成吉思汗：就是你的头脑不再运作了。它不再产生恐惧、它不再产生声音、它也不再评判、它不再有任何东西了，所有这些都消失了，瓦解了。

问：那会有什么？

成吉思汗：就是生命存在的本身的状态。

问：这种状态是什么样的感觉？

成吉思汗：它已经没有声音、没有一个品尝者、没有一个记录者、没有一个储存者，什么都没有。就不会再产生东西了。还会产生的话，它还有一个头脑的存在。

问：你会在什么样的情况下展示你柔情的一面？

成吉思汗：当我是以能量形式存在的时候。

问：那你现在是以能量的形式存在吗？

成吉思汗：是的

问：那我们都能感受到你的柔情吗？

成吉思汗：就好像你问你的鼻子能不能闻到某一种味道？我怎么知道？！

问：物质世界体验最重要的是什么？

成吉思汗：最重要的是你要超越这个肉体而不是被它困住。不然的话，你的肉体便成为一座监狱，永远禁锢着你。

问：除了肉体，我们还需要超越别的吗？身份啥的。

成吉思汗：那不就是监狱里面的一块砖头嘛。监狱的一部分。

问：你当时是不是完全看破这个幻像？有什么建议给我们？

成吉思汗：你想要体验，你就继续体验。没有任何建议，因为这是一个选择。

问：对于不想体验，但是又被困住的人呢？

成吉思汗：困住他的，只有他的懦弱胆小、害怕、恐惧。只有他是一个懦夫，不敢上战场，害怕流血……我就是喜欢吓他们，把他们吓的半死。然后他们越是害怕，我越是爽。

问: 对于他们如何克服自己的懦弱, 你有什么建议吗?

成吉思汗: 那就是成为我这样的, 他就能克服。

问: 如何能够成为你这样的?

成吉思汗: 你想不死, 你得不怕死。你要怕死, 你就得死。

问: 当年你带病打仗的时候, 你的下属有背叛你的情况吗?

成吉思汗: 那他就是懦弱的那一个。如果他是懦弱的话, 他便没有力量对抗我。

问: 你怎么处理这些懦弱的下属?

成吉思汗: 他自己就被自己吓死了。

问: 如果你是我们当前世界中的帝王, 你会如何激发我们?

成吉思汗: 要么生, 要么死, 要么成为战士, 要么就成为战士的手下败将。因为你只有这两条路。

问: 如何展示出自己想要想要生的一面?

成吉思汗: 生的一面是你去活出来。

问: 如何把它活出来?

成吉思汗: 就是先让那个胆小的你死掉。你得亲手杀死自己。

问: 如何亲手杀死?

成吉思汗: 就是你得对自己下得了手, 不怕死。

问: 尝试一些极限运动是不是一种方法?

成吉思汗: 不知道, 因为每一个生命体不一样。但是一个灵魂可以唤醒另外一个灵魂, 一个灵魂可以激活另外一个灵魂。它像传染病一样, 就像一棵树燃烧另外一棵树, 一棵柴点燃另外一棵柴。

问: 我们怎么点燃另外的灵魂吧?

成吉思汗: 你自己先燃烧起来。

问: 你有什么话带给这个连接你的女孩吗?

成吉思汗：没有，因为她没有缺少任何。比如说她缺一个什么，我给一个什么。她没有缺少任何，因为她比我还要残忍。

问：如何激发自己的下属？

成吉思汗：你并不需要去激发他，你只需要尽情的燃烧。就好像你并不需要点燃这棵柴，你只需要熊熊的燃烧。那么靠近你的，它们都会被你烧着。它不得不被你烧着，除非它不靠近你。它只要靠近你，它就会被你点燃。

问：如何成为一个出色的领袖？

成吉思汗：就是持续的燃烧，没有熄灭的时候。

问：持续的燃烧是不是展现自己的能量？

成吉思汗：就是你就是个持续燃烧的状态。他没有熄灭的时候。

问：怎么判断自己是否处于这种持续燃烧的状态？

成吉思汗：就是你心中的激情、你内在的生命力有被熄灭吗？有被浇灭吗？就好像你在战场上，你有躲避吗？有逃避吗？有离开吗？就像一个永不倒下的旗子。当你这个旗子持续存在的话，人们就会看到希望。当他们看到希望，他内在就会被点燃、点亮、激活。所以领袖的存在就是可以去点燃其他民众内在的生命之火，让它们得以燃烧。如果你没有点燃他们的生命力的话，那么你便不是领袖。如果你还在熄灭别人的生命之火的话.....

问：如何活出王者的气质？

成吉思汗：那就是对你勇气的一个测试。你到底是一个勇士还是一个懦夫。那你是懦夫，你选择做懦夫，一辈子都是那样子的状态。那便是你的状态。

问：你体验过很少人能懂你的孤独吗？

成吉思汗：不需要任何人懂，因为他们没有办法懂。他们只能够理解他们能理解的。就好像你在骑马。那那匹马只能懂你对它植入的一些教条，就是你对它灌输的一些信号。你不会去期待一匹马能够理解你为什么上这个战场。

问：对于我们成为宇宙之王，你有什么建议？

成吉思汗：也就是说无论你是绚丽的过这一生，还是你是憋屈的过这一生，你最终都会死去。就是你选择壮烈的死去还是被杀害的死去，你都是死。就是前面就是死路一条，你们都是在走向死路的。就是无论你躲闪也好，无论你躲避也好，你还是在一条传输带上。就这么说，你们每一个人都是一头猪，你们所有人都在传输带上。传输带的另一头它就是死，你就得变成猪肉。所以你们既然都要变成猪肉，为什么不是按照自己爽的那个状态活着呢？也就是说你无论怎么保护自己，你还得走到传输带的那一头。你们最终都会变成猪肉。还有就是说当你能够勇敢的做自己的时候，就有些人还没有到传输带那边就被其他猪给弄死了或者吓

死了，或者是被困在监狱里面困死了。所以去自由自在的去展现出你们生命的力量。因为当你越是能够释放出强大的能量，然后你就超越了这个肉体的存在。你就能在你这个肉体里面感知到生命最无限的那一面。就是通过这个有限去感知到无限的状态，通过你这个肉体去感知到无限的状态。

问: 如何把自己内在最强大的能量释放出来?

成吉思汗: 那是不是需要你一次又一次的上战场呢? 所以勇敢的上战场，去面对挑战，而不是躲避。

2024/12/16 – 再谈当下即是

问: 我的灵魂主题是什么? 我24岁。还有当我焦虑的时候, 怎么样回到爱与相信?

高灵: 我们先回答你的就是当你在焦虑的时候, 怎么样回到爱的状态。这么说吧, 你本来就没有离开爱的状态。你只是在品尝、你只是在体验好像是跟爱断开了连接, 但是你并没有。这么说吧, 你的身子永远都在水里面。只不过是你的头伸到水外面, 呼吸空气。但是你随时又回到水里面, 明白吗? 就像是鱼从水里面跳出来, 可能在岸上挣扎了一下、体验了一下, 但是它又回到水里。你们自始至终都没有爱的状态。只不过是短暂的离开去拿一些体验。那通过这些体验, 那就是你对生命的一个认知。所以就是说你不需要害怕你回不来, 你也不需要强迫你要回到爱中。你只需要知道你现在暂时体验的只是一个temporary, 它像冰块, 它最终会化掉。

问: 我只需要知晓我当时在体验?

高灵: 因为这是真相。如果你不了解真相, 你就会产生恐慌。如果你了解真相的话, 那你就知道你自始至终就好像在床上做梦一样。那如果你把梦当成真相..... 那你在做梦的话, 怎么样你都会醒过来, 对不对? 醒过来过后, 啥都没有, 对不对? 但是体验却让你感受到好像是真实的一样。就是你不可能不从梦里面醒过来。

问: 那当时在这个梦里不舒服.....

高灵: 你本来就是去体验这个不适感呀。但是这个不适感它是一个东西。这个东西你拿过来过后, 才是让你去创造创作的呀, 让你去运用的呀。但是那个工具不是来困住你的, 而是你拿到手上的工具。你可以去运用这个工具。

问: 我该如何运用?

高灵: 它会随着你每一个生命阶段, 就是你拥有不同的认知、你拥有不同的意识形态, 那么你便会把它..... 就这么说, 就像你家里有一台电脑。那你最开始对电脑一窍不通、到入门、初级、中级、高级..... 就你的级别在不断不断地升级, 你不断地在学习, 对不对? 那这个电脑对你来说是不是功能就越来越多, 你就越来越能运用它、利用它?

问: 所以力量始终在我手上, 需要我去开启这个东西?

高灵: No, 它是你生命在成长、蜕变、成为和不断地发展到不同的阶段, 你会体验到不同的生命。就好像你在品尝这个桔子。这个桔子在不同的阶段..... 在刚刚长大一点点, 你去品尝它。再品尝它、再品尝它..... 最后到好甜好甜的时候, 明白吗? 那你的生命阶段在面临不同阶段的痛苦。就比如说以前你觉得是个痛苦, 最后你再看它, 从中能体会到到底为什么生命这么安排。再到最后你能看到, 哇, 原来这是你生命里这么大的一个礼物, 明白吗? 它会随着你的意识形态不断地扩展而导致你..... 那如果你的意识形态没有变化, 它只会觉得这是一件很苦的事情或者是一个灾难, 明白吗? 那就是因为你的意识形态停留在那里。那我们只是需要把禁锢它的观念拿走, 让它从另外一个角度看到它的生命是如何服务于它。当它看到了, 那个就是它生命中的礼物和收获。但是当你在受到这个物质头脑的限制的时候, 你可能

看不到。但是当你的物质头脑瓦解的时候，就是你死的时候，你也能看到这件事情为什么这样发生。只不过在你的有生之年如果你看到的话，你就有更多的时间去不断地扩展。因为你看到了过后，你就可以继续体验。你不需要等到死了过后才能明白。然后你把它变成礼物过后，你就不断地收礼物，就不需要结束你这个肉体。

问:我想问一下我的灵魂主题?先看当下的，再看这一生。

高灵:当下就是在品尝的那个过程当中啊。就是拿体验、拿工具，好像在捡宝贝一样。就好像你现在走在路上不停地捡各种各样的宝贝。就你当下，你当下就是在不断地品尝体验内在的一些情绪、情感。

问:那这一生呢?我叫XXX。

高灵:你这一生的灵魂主题，你就好像有一半在天马行空，有一半在空中，有一半在地上。然后你的灵魂主题是要把你感知到的那个梦幻的世界或者是虚幻的世界把它接地，就是把它跟物质结合。因为你有一半就好像在天上一样，你就好像要把你天上感知到的世界、梦幻的世界，就是想象当中的世界，就是你有一个梦幻的世界吧。然后你把那个梦幻的世界，你这一世就想要让它落地，就展现到这个物质世界来。就好像你自己有一个童话世界，有一个想象的世界。然后你要把那个童话世界通过这个物质肉体展现到这个物质世界来。

问:既然这是灵魂主题的话，它是不是一定会被展现出来?

高灵:当然不一定呀。因为你想是一回事，但是能否落地又是另一回事了。能否落地，就看你，比如说你想象中有一个房子。那这个房子能不能按你想象的建出来呢?第一，你还要去这个物质学一些怎么要建房子、怎么要造房子。那你还要学一些怎么跟物质世界这些人打交道呢?因为你需要人手。你是否能物色到这样的人手来帮你呢?他们是否愿意帮你呢?他们是否愿意支持你这个理念呢?那如果你并不能很好的落地的话，你心里是不是就会烦躁了?烦躁什么呢?就是你有一个东西想要带出来，但是带不出来的感觉。那就是你这一生要去做的事情，就是如何让你的梦想落地，明白吗?

问:那我的天赋才华呢?

高灵:你的天赋才华就是你的想象力啊、创造力啊，跟灵界连接的能力啊，它是非常丰盛丰富。

问:和灵界连接是什么意思啊?

高灵:就是你的灵感，你的创造能力，你的想象力很丰富。

问:我前几个月做了一个梦，里面有一个声音说为什么你想要的没有显化?然后有一个声音回答说你敢不敢一跃而下?我想让高灵解读一下。

高灵:为什么你想要的没有显化?它是不是跟你的灵魂主题有一点相关呢。就是你现在在做和这个事情，对吧?然后你敢不敢一跃而下?就是你敢不敢.....比如说你有所顾虑，在做这个事情的时候，你可能放不下一些东西?比如放不下一些自我的观念观点，或者放不下你的身

份、面子，各种，明白吗？比如说你做这件事情的时候，你需要去请求别人。那你能放下面子去请求别人吗？

问：是不是为了自己心中想要的，只要达到这个目标就行，然后外界的一切都放下？

高灵：对，就你所有的东西都要放下。

问：我想连接一下照片里的人和我有什么样的灵魂关系？

高灵：就是他的办法和点子特别多，就比较灵活，没有那么多死板或者一板一眼或者规矩、条条框框、束缚。他比较灵活，像泥鳅一样窜来窜去。然后他的能量会对你的能量有一种松动。比如说你比较凝固、比较死脑筋、一板一眼。他就是扩散你的。比如说你是一滴墨水只能扩散到这里。但是他会让你的墨水衍生、扩展、扩散。他也会不断地推翻打翻你自己的一些观点观念或者是迈不出脚。比如说你可能想迈出去，但是有点迟疑、有点害怕。他就一下子把你推过去了的这种感觉。就他的能量对你的影响，推动、扩散。

问：这也算是滋养吗？

高灵：因为你们就好像是一个影响一个、一个传染一个的这种感觉。有的就好像是一种破坏式的。那你能说那个破坏是一种滋养吗？但是这个破坏是不破不立嘛。他这种破坏力最主要就是让你不再有任何执念，不再有任何你去抓的一个东西。那你能说他是滋养吗？虽然你体验到的是一种不适感。但是你们的物质头脑应该放下就是说当一个灵魂对另外一个灵魂的影响就一定是滋养的模式。它有可能是一种破坏式的方式或者摧残。

问：那它就是对我推翻重建吗？

高灵：就是让你灵活起来，不那么死板、不那么僵硬、不那么僵化。

问：所以他内在是一个灵活的人？

高灵：是灵魂对灵魂，能量对能量的一种影响。他不是有意的。他们都不是有意的。就像他身上本身散发的那个味道就会影响着你。

问：能不能连接一下最高版本的我，有没有什么话想要带给我？

高灵：我们看一下十年后的你有什么话想要带给你。她想跟你说谢谢你现在就和JOJO老师产生如此强烈的连接。然后这是一条非常非常正确的路。你也会，就好像你找到一根绳子，你紧紧的抓住这根绳子，而且你还抓的很开心很快乐，还很喜欢的那种。然后这根绳子就好像把一切可能性都呈现出来、都展现出来了。所以她想感谢此刻的你紧紧的抓住了这根绳子。这是将来版本的你带给你的，她就感谢你紧紧的抓住这根绳子，不撒手的那种。她特别感激。就是你十年过后，你获得了什么成就，然后让你发言。你会感谢你紧紧的抓住了这根绳子。这是发自她内心深处的感受。就你感谢的不仅仅是高灵或者JOJO老师，你感谢的是你自己。就当初没有撒手，也不会撒手。就好像你做了一个很对的选择。就好像你当初选择了一条船。那条船就把你带到了你想去的世界里面。当你到达那个世界过后，你就特别感激那会儿的你选择上了这艘船的那种感觉。所以我连接到你十年后发自肺腑的那种感言。就是你只

有连接到那股能量，你才能感受到它多么的发自肺腑。虽然听起来就那么简单的几句话，但是内在如此深刻的感激，特别深刻。因为这个灵魂它十年后的状态，它就真正的达到或者去到了它自己想要体验的那个版本的世界。就它在那里面。

问：我马上毕业，我要去我一直想要生活的地方找工作。我如何能在每一次的面试笔试里让我更好的达到目标呢？

高灵：就是放下目标，然后只是去快乐的玩耍。因为真正的目标其实你已经达到了。就是在那个版本里面，你已经成功了呀，你已经达到了呀。那达到了，你当下想怎么玩就怎么玩，对不对？就好像是你现在就可以松一口气了呀，因为结局已经定了。那你现在就可以退休的状态了。那你是不是想怎么玩就怎么玩？想怎样就怎样？为什么呢？结局已经定了。所以你想怎么玩就怎么玩。所以最重要的不是去追寻那个目标，而是你怎么样开心。

问：我有时候会起痘痘。这个要告诉我什么？

高灵：就是有点急躁。就好像有点迫不及待的那种急躁。就像火烧的太旺或者水太滚，就好像有点跟当下失去了连接。越来越多的进入当下，能够慢慢欣赏、慢慢品尝。就停下来、定下来、稳下来的时候，就是好了。就不跑，你现在有点跑，就跑的太快了，就急忙赶路的那种。就你能够静下来做着好好地品这道茶，哪里都不去吗？因为你的结果已经定了呀。那你是不是可以不慌你忙了？就这么说吧，你现在在船上。这只船一直在往前开。你还在上面跑跑跑啥呢？因为你船上面跑跑跑，你以为是你跑到的目的地吗？它这个船自动在驾驶，所以你只需要坐在那，看着外面的风景，然后好好地品尝这道茶就可以了。你不知情的话，你就在甲板上蹦蹦蹦，你觉得我目的地还在前面，快点快点。导致你风景也没欣赏到，你内在的荷尔蒙紊乱了。就烦躁、急躁、不安导致你身体的一种..... 所以你要你要能明白船已经在往前开了呀。就你跑也好，坐在那好好地lie down，然后enjoy。它都会到达目的地的。是不是你只需要enjoy，就好像前面的信息说的，你已经选择上了这艘船，你已经在上面了。那那个目的地就一定在那里。你不跳下船就好了，你也不会，你也不会做出这个选择。

问：如果我想要去玩高空跳伞就不会有物质世界的危险，是吧？

高灵：如果那时你特别exciting，特别兴奋的事情，你就去做。如果你feel不确定，你就不要去做。因为你觉得不确定的时候进入的是一个平行世界，你确定的时候进入的是另外一个平行世界。所以不去做不确定的事情。

问：比如说我现在要去做演讲，我想要进入的平行世界是我得到认同。那对当下的我有什么建议吗？

高灵：就是如果你只是想得到别人的通过或者看法的话，那就是你将体验到的版本。你会觉得每个人对你的看法不一样，你会关注他们的看法，就你会在乎他们的看法。那他们的看法很好，你开心。他们的看法不好了，你呜呜呜。所以如果你当下你演讲只是因为你自己喜欢，你enjoy做的事情。我从来不在乎任何人的看法，外界怎样跟你没关系。

问：但是假如我现在有一个观念就是必须要得到他的认同？

高灵: 那么你就会进入去体验它咯。你就会进入到那个得不到别人认同的感受。就你会去你这个执念带来的一个果。因为你们在跟自己的能量和你自己的believe system打交道, 你在品尝它。比如说你拿了一个杆子, 那你体验的就是那个杆子在你手上的感觉。

问: 执念带来的果一般都是负面的吗?

高灵: 这里哪有什么正面和负面呢? 它可以正面服务于你呀。就比如说你体验杆子带来的不适感, 你把它扔掉咯。那你以后再也不去碰任何杆子了。那这个是不是就把你带入到一个更加轻松的道路上去了, 对不对? 所以你的所有体验都可以正面的服务于你。问题不在于体验本身, 而在于你如何去用这个体验来服务于你。

问: 那我如何用这个体验来服务于我呢?

高灵: 那就看你在不同的意识形态, 你的智慧程度, 你就会不同的去运用它咯。就好像一把刀子, 你不懂事的时候, 一把刀子会伤着你。那最后你越来越熟悉用刀子, 刀子就可以用来防身、用来做任何。

问: 高灵对我说一句情话, 可以吗?

高灵: 透过你的眼睛, 让我看到了最浪漫、最迷人的夜景。整个夜晚的星星全都变成了你的眼睛。

2024/12/18 – 关于校园暴力我们需要看到什么

问: 近期在美国威斯康辛发生的校园枪杀事件需要让我们看到什么?

高灵: 所有的暴力它都是来自于一种推翻或者一种革新的发声。这是一种改变, 一种打破。你看枪声是什么呢? 枪声就好像是打破寂静。所以, 比如说你目前的一个状态, 目前的一个游戏规则或者目前的一个行为模式, 然后那个枪声就来, 一片宁静的夜空被枪声打破了, 或者你们都在很有秩序的进行一种行为模式, 被枪声打破了。所以这个枪声就好像是对你们的一种警告、一种提醒, 但是往往就是这种警告或者提醒, 都会被你们当成是一种恐吓、恐惧、恐怖。这个事件不过就好像是一个 fire alarm, 你房间里, 厨房里面有烟了, 警报声来提醒你看到, 这里在冒烟了, 然后你才能去出一些改变, 你才能够去做一些事情。但是对于 fire alarm 的叫声或者这种警报声, 你们没有让它起到一个警惕你们的作用, 而是增加了你们内在的很多恐惧, 那这些恐惧的一个增加, 也源自你们集体意识中本来的一些恐惧没有被清理, 所以会导致你们把更多的恐惧给带出来。所以这个事件, 想让你们看到被打碎、打破的一个宁静, 或者是一个 fire alarm 在你们社会中起到的是一个提醒的作用。它来提醒你们看到, 你们背后的一个行为模式, 不要继续在一种无意识的行为模式中, 不要在旧有或者无意识的一个行为模式中持续的下去。

高灵: 为什么会发生在校园? 因为学校好像是你们的一个汇聚点。你们所有人就是都会有一部分就流到学校里面去, 校园就像是你们的一个汇总, 就像你们是所有的溪流, 在一个池塘面汇聚到一起的就那种感觉, 所以去打破你们所有汇聚到一起的那个池子, 那对池子的一次震动, 它会延伸到每一个家庭。所以发生在校园里面, 就像动的那个池子里面的水, 直接就会牵涉到你们每一个家庭。然后对你们每个一个家庭起到提醒的作用, 提醒你们, 让你们看一下你们目前的一个行为模式, 它到底是哪里就是出现了差错, 哪里需要被你们看到, 就是给你们提醒, 它来源于比如说, 你们家庭里面的一个旧有的行为模式, 或者学校里面教育里面的一个旧有的行为模式, 它是对旧有行为模式的一种推翻、一种提醒。所以从这个角度去看, 它是一个善意的提醒, 而不是把它当成是一个恐怖的袭击事件。因为没有任何恐怖, 它都是在推动着你们这个集体意识的一种进步。真正的恐怖就是, 让你们在这里一直在这种沉睡中, 而对你们没有任何提醒, 那才是恐怖的, 因为你们会失去你们真正来到这个物质世界的目的和意义。

问: 对于我们来说, 如何面对青少年的这种自杀行为?

高灵: 你们首先要清楚它对你们的集体意识来说, 它是一次提醒、警告, 善意的提醒和警告。就好像不要让你们再去维持的旧生活模式, 就不要再麻木的生活下去。首先要能明白, 这是对你们的集体意识的一次神经触动, 让你们不再沉睡, 而是 aware, What's happening around? 不再是一个无意识的状态下, 所以首先你要明白, 它不是恐怖的事件, 它是一个对你们整个行为模式、整个社会行为模式的一个提醒, 善意的提醒。如果你把它当成是一个恐

怖的事件去处理的话，那它就继续加深你们已有的很多恐惧，就继续加深恐惧，就是你们就已经走向一个错误的处理方式。

如果吹哨子的人是提醒你，你却想要去处理，或者是去研究或者是去对吹哨子的人下功夫，和你对你自己的一个行为模式下功夫，这是两个不同的路。当然，就走向不同的结果。当你把它当成是对你的提醒，那么你就会开始去认识到你们目前在运用的那一套系统，它是哪里出了差错？方向得对，一个是你在针对吹哨子的人，一个是你在探索你们自己生命本身的一个行为模式。

问：我们如何去帮助青少年的成长？

高灵：他们来帮助你们的，因为青少年就是他们是新来的，他们比你们更新一点。他们是后来者，那他们就是冲着你们来的，是来推动你们转变和提升，协助你们去突破的。所以说他们是来协助你们的。那怎么来允许他们来帮助你们？就是给他们更多的自由和欣赏，鼓励他们去加入你们，去创建一个更加和谐的社会和更加利于他们生存的社会。

他们是新来的人，他们才是这里的主人。如果他们是这里的主人，你们是不是应该给他们机会、权利，给他们一个舞台去展现他们自己。那这个房子以后他们才是主人，那你是不是应该让主人来发言或者告诉你们 how I want。就是我想要如何去布置，如何去建设这个家园。明白吗？就是你给那些未来的主人们机会，让他们去发表自己的一个理念、想法、看法，而不是让他们来遵循你们旧有的一个制度和观念。因为他们是来推动你们去发生转变的，而不是说他们来加入你们旧有的一个规则。就是鼓励那些年轻人，去参与共同创建这个社会，鼓励他们去积极的参与创造、发言，倾听他们的声音。

把你们那些年龄很大的那些 leader 换成十岁左右的，让他们来告诉你们这个世界如何运作。旧有的一种生存模式是建立在经验上的，年龄越大，他经验越丰富，但是那是旧有的一种就是生存模式，因为在你们以前的一种生存模式里面，你们需要经验丰富的人去给你们提供一些能够生存技巧，让你们能够在这个世界上安全生存，但是目前你们已经没有了生存的危机。就你们已经不需要去面临，比如说外面的野兽，就是就是你们不需要这些生存技巧了，就你们已经没有这些问题，需要你们去解决了。所以你们的世界、将来的世界，它并不 **based on** 有经验的人，它并不在一种需要经验去创建这个世界的一种需求上面，它需要的是新的思想、新的理念、全新的视角。

你们已经不是原始社会了，原始社会你们生活在丛林里面，你们需要丛林法则，需要经验丰富的人来告诉你们如何生存下去，但是你们现在已经没有生存的危机。所以你们已经不能去依旧依照那种需要经验丰富的 leader，你们需要的是，拥有新的思想、拥有更广的视角的人来告诉你们，这个世界将来应该是怎样的。

问：怎么能够向青少年提供一个舒适的教育环境？

高灵：就是能量场，因为你们目前关注的就是把你们当作一个肉体来运作。所以无论从哪个方面出发，你们都考虑的是，如何让这个肉体在这个环境当中舒适的存活。你们能给他们创建一个什么样子的一个生存环境？就是需要让你们自己扩展对生命的一个认知。

因为生命它不单单只是一具肉体，它是更多的是一个 energy being，它是一个能量体，一个能量体焦距在你这个肉体里面来体验。所以如果你们能够扩展你们自己对生命的一个理解，那么你们就在便会根据你们的一个不同的意识形态，就比如说你，你们目前对生命的一个认知是，在这个 level 的话，你们就会反映、投射和创建出一套对应的系统，那等你们的意识形态不断的升级，这个系统才能不断的升级。所以只有你们意识的一个扩展，教育环境是你们意识扩展的一个结果。如果你想要这个结果变好的话，那你们就只有不断的扩展自身的意识水平。我们能给你们的一个建议是，看到你们并不是一具肉体，你是一个能量体，通过你们的一个肉体在产生体验。所以，你们需要自己去探索对生命的一个认知和真相，因为如果你们对生命体，就好像你想要去照顾一个 animal，如果你对这个 animal 的性情、品行等什么都不了解，那你肯定没有办法很好的去照顾它。同样的，你想要给你们的 baby、你们的 children，有一个很好抚养他们的环境，那就必须去提高你们自己对生命的一个理解和认知，你们首先得看到，就是你们并不是单纯的肉体，你们是更大的存在。所以去探索生命的真相，就在你们的那个意识内去创造一套，就是更加能够有助于他们去成长和发展的空间。

如果只是我们单纯的告诉你，你需要做这个做那个，但是你们还是缺少对生命的一个认知，你们只是在 follow 一些信息而已。那今天的信息是这样，明天的信息是那样，你到底 follow 哪一套呢？我今天我讲的有道理，明天另外一个教育专家讲的也有道理。所以你到底是 follow 哪一个呢？你是全部都 follow 吗？如果这个 follow 的过程当中发生冲突呢？所以那你还只是是在无明的行动。所以说，当你们就是去对通过你们自身的探索和体验对生命，有更高的一个认知。那么你们在那个认知里面自然就会创造出一套，可以协助其他生命成长的一个平台。还有就是，影响最大的是你们的能量对其他能量的一种影响，在你们看来，就好像是一种感染。就比如说你们很消极，你们觉得生命很痛苦，那么这个想法就会感染，传染给其他生命体，所以你们对生命的认知就是对生活的态度，都传染给孩子，都会感染孩子。所以说从这种思想的层面，就看到你们就是在给孩子创造一个什么样的世界。

2024/12/19 – 连接李小龙

私人提问:

问: 前几天看一个道士小哥哥直播打鬼的视频, 当他在用他的法器的时候, 我能看到万丈的金光和各种我看不懂的符篆, 但是别人却看不见。可是当我再回头去看重播的时候, 我就看不到了。我想问我怎么可以做到不是总是被动的看到, 而是主动的想看到就看到呢?

高灵: 就是放下你这些念头。

问: 为什么放下这些念头就可以了呢?

高灵: 没有说放下这个念头就可以了, 而是说你没有去强求任何。就是比如说有时候空中的气味, 就是空气中花的香味有时候你能闻到, 有时候闻不到, 明白吗? 就有时候鼻塞。

问: 那怎么样能做到不鼻塞呢?

高灵: 就是允许一切自然而然, 允许其自然而然。你不是去满足你的头脑的。因为当你想要去一定要看到的时候, 你就是进入到你头脑想要去, 就是固定的一个相。那当你想要进入头脑固定的制造的一个相的时候, 它就把你带入到一个你是有限制的版本。

问: 我当下要突破的课题是什么?

高灵: 也就是放下这个问题。就像一颗种子一样, 它不会去问我当下需要突破的是哪一步。自然而然的。就这么说吧, 当你头脑里面产生所有这一切的时候, 那就是你在往下掉的时候。头脑里面不去产生任何的时候, 那就是你往上升的时候, 明白吗? 就像一个梯子, 当你头脑在我要进去这个状态、我要去突破这个, 就是任何一个的时候, 它就在往下掉, 就你的梯子就在往下走。然后当你不去follow、不去执着于任何外界的一个相的时候, 你就是在往上走。它就是你刚才所提出来的, 就是你头脑产生的这些问题, 就比如说我想要去看更多或者是随时都能看到, 或者是我想要去, 就你后面提的那个。

问: 我发现现在我的起心动念真的是越来越快的被回应。我想知道从灵性层面来说发生了什么?

高灵: 就好像你觉得你们的网速在快或者是你的手机运作很快, 你的头脑想要弄清楚发生了什么, 是吗? 这是你自己在体验到这个物质世界运作的一种规律、或者一个模式、一个状态。这是你们体验的一部分。就你会越来越发现物质世界不过是一面镜子。但是去发现它是一面镜子的这个过程当中是需要你自己亲眼去看到。

问: 根据我的能量状态, 请问灵界还有什么信息是要带给我的吗?

高灵: 对你来说灵性的一种进步, 就是你能提前闻到你将来的比如说丰收的味道、香味或者是看到丰收的景象。那就是你灵性的提升。就是比如说现在还没有秋天, 但是你已经能闻到那个果子, 就是从这个青涩的果子当中我已经能闻到它熟透的味道, 就你已经能看到它熟透的状态会结好多好多果子。这就是你灵性的一种提升, 就是你能在当下捕捉到未来版本的

果，就是你在当下已经连接到那个果。那比如说你的灵性越没有发展，你可能就不能从一颗种子看到丰收的景象。那你灵性越高的话，你就能从一颗种子看到一片庄园的景象，明白吗？这就是当你们的灵性越高的时候，你就能一直处在丰盛的状态当中，而不会被眼前的景象带入进去。当你们所谓的灵性低的时候，你就会被困在眼前的相，而想象不出来将来丰收的景象。这就是你们去判断你们自己或者是评估你们自己到底灵力高还是低。低的话，你就提前品尝不到那个美、闻不到那个香味，吃不到那个甜蜜。那如果你能感知的话，那就说明你的灵性很高了，因为所有的一切都在当下。你能闻到、品尝到、能够进入到那种状态，就说明你的灵性很高了，明白吗？

问：我现在确实越来越不被眼前的相困住.....

高灵：没有所谓的困住。如果你会觉得眼前是困住的话，那就说明你在加深这个相。它本来就没有相，你在把它给固化，把它当成是困住。它不过是就像这棵果树它在春天的时候有春天的样子，秋天的时候有秋天的样子。你能说春天是困住它吗？所以这里哪有什么困住呢？不过是你们头脑：我要这个，我只要这个。它还是个执念而已。还有想告诉你们的是，就算你到了秋天，你接下来是什么呢？你又开始进入冬天了。所以不执着于秋天的景象，那么你也不会因为冬天的到来而痛苦。你也不会因为在春天的时候而焦虑、而急迫，明白吗？

问：最后能请高灵对我说一句高灵情话吗？

高灵：当你能够品尝到你自身存在的甜蜜的时候，你就能知道你在我心目中的味道到底有多么的甜蜜。

连接李小龙：

问：通灵的这个女孩子她有一个五岁的小孩，他看到你就爱上了你。你觉得是因为什么呢？

李小龙：是唤起他们内在有的那一部分，就是他们存在本身的力量。那是生命力。

问：是被一种强大的能量吸引？

李小龙：是唤醒了他们内在本身拥有的生命力，那是他们本来的状态，是每个灵魂本来的状态。所以是他们内在的某一部分被激活，被他们体验到。

问：有人不喜欢强大的能量吗？

李小龙：就好像说一个是你特别精神，全身都很精神，就整个人都在一种健康活力的状态和在你生病、很虚弱、生命奄奄一息的状态。你说哪个生命会让你舒服？哪个存在状态会让你舒服？

问：你觉得人们为什么都崇拜强大？

李小龙：这不是崇拜。这是一种生命力。就好像你看到一朵鲜艳的花和一朵枯死的花，和看到一个鲜活的生命和一个腐烂的生命。它是生命的一种状态。一个是活着的，有生命力的状态。一个是生命消亡消失的状态。

问：在你看来弱小是不是也应该被欣赏？

李小龙：这么说吧，当你在比如说看到一些弱小的相，它也会唤起你在一种无力的状态。当你看到一个生命力特别强大的时候，它也会唤起你内在的那一部分，只是你内在的某一部分被激活而已。那么你便在用你那一方面的感知在体验它。所以通过外界能量的连接，你体验的是你自己。那弱小的生命状态是否应该被欣赏？应该说外面所有的相不过是一种状态。外界的一个状态或者外界的一个相会激活你……就是这个相对你来说怎么样来服务于你，它源自于你自己的生命状态。就比如说你这个状态当中，就是你怎么样去看待这个状态，它其实映射的是你自己目前的一个状态。当然你的生命状态不会停止在任何一个状态。就好像一棵植物不会永远是一个阶段，它会有绿叶、或者是黄色的叶子、或者是枯萎的叶子，它是一个生命阶段。所以外界的相不过是来让你去感知到你自己内在的一套对生命的认知。所以不应该是外界来告诉你你是否产生欣赏，也不并不是说……因为它只是映射，就像镜子一样。你不能说你对镜子里面的相应该欣赏与否，而是说它不过是来让你去照见你自己，让你能跟你自己去互动。

问：为什么人们不崇拜胆小懦弱的人，都喜欢强大的人？

李小龙：刚才说外界的相不过是在映射出你内在有的东西。那就像你提的问题为什么人们对强大有迷恋或者崇拜？对弱小看不起？那也只是某一些观念和观点，你说的这个只是映射出某一些观念观点。那比如说在你们的佛教里面就是众生平等，对不对？还有就是也没有好坏之分，没有强弱之分，什么都是一体。那也会映射出这样子的状态，就在他眼里众生都是平等的。那么强大和弱小只不过是不同的生命周期。就比如说一个生命它年轻的时候很强壮，它年迈的时候就会变得很虚弱，就是生老病死的这个过程。所以你刚才说的那个只是一部分认知，一部分人的观念和认知是这样子的。但并不是所有的人都拥有同一套去经验生命。但是我们想让你们能看到的，这是你们每一个生命阶段你们会投射出对有力或者强大的能量的一种向往。因为真正无比强大的时候，就没有弱的分别了。只有还没有达到真正的强大的时候，它才会有一个高低之分。那到达了真正的强大的时候，它就没有分别了。然后它就是一体。它不再会投射出一个强和弱的关系。

问：你遇到的最强大的对手是什么？

李小龙：如果让我来说遇到最强大的对手，我觉得是生命的本身。

问：你为什么觉得生命本身就是最强大的对手呢？

李小龙：就比如说生命本身就像是一瞬间，像是花开花谢、潮起潮落。那么潮起潮落，就像一个浪一样起来再下去。当它从一个浪花起来、浪花再下去的时候，你不能去……就好像你在冲浪一样，当它下去了就是下去了。你只能顺势而为，你只能顺着它的波动。但是你却没有办法在这个波浪之上，你只能顺着这个浪，你却没有办法抵抗或者是……就比如说花开的周期，就是花开的时间就是这个季节。那过了这个季节……那你说对这朵花来说，它最大的对手是什么呢？就是它这朵花的本身。因为它花本身凋谢的时候，那么就凋谢了。所以最强

大的对手就是生命的本身，你能够去经验它、品尝它，却没有办法保存它。它就像烟花一样，你能看到它、欣赏它。但是它却没有办法停留在绽放的那一刻。所以想要带给你们的信息就是不要虚度或者不要错过你们正在绽放的时机。

问：你对能量的理解有哪些？

李小龙：就像刚才说的，它就像一股浪一样，像洪流或者是潮起潮落的状态，你只能顺势而为。就是顺着它水流的方向，而没有办法去抵抗它。你没有办法去抵抗这个能量，你只能去顺着它的方向，顺着这股潮流，像洪水一样，这个洪水是朝这个方向。那么你说你试图朝相反的方向，它就是让你筋疲力尽的状态，它就在不断地扼杀你、消耗你。所以你只能让能量流过你，你顺着它，而不是跟它相反。在相反的过程中，那种抵触、那种对抗，它会消耗你、它会耗尽你。所以对能量的一种理解，那就是顺势而为，就是让自己像是一颗柔软的、毫无重量的塑料球、气球一样。顺着这股流带动你，而不是去阻碍这个能量，就是跟这个能量是相反的方向。

问：你那一世最大的收获是什么？

李小龙：就是让这股能量尽可能的通过我的身体流出来，而不去阻碍它。比如说当你产生恐惧就是一种阻碍，你害怕受伤就是一种阻碍，你害怕破碎就是一种阻碍。你产生的任何都将是一种阻碍。哪怕你心中产生的慈悲心都是一种阻碍，哪怕你心中产生的怜悯之心也是一种阻碍。当你心中起了任何，它都会是一个阻碍。那么这个阻碍就会通过这个身体把这个阻碍给显现出来，你就会发现你的身体不灵活，它不是畅通的。所以你得进入到一种空无得状态。那么在允许的能量流过你的身体，不带任何私人的情感，不带任何肉体的情感、定义、记忆，就是空无。你什么都没有了，它就是一股能量，在允许这股能量完完全全的通过你。任何有你，就是在阻碍它，不管是什么。

问：你选择在三十岁离开物质世界是你计划好的吗？为什么是这样的计划？

李小龙：因为我的身体开始出现阻碍，它不能让我在一种空无的状态去呈现这股能量。

问：是你的肉体给你限制吗？

李小龙：因为就算头脑里面产生的那些观念和思想，它也是呈现在肉体的一部分，它们是一体的。所以既包含了肉体，也包含了想法、执念、集体意识，都有。

问：就是因为这些限制所以你决定离开物质世界吗？

李小龙：应该是说用不同的形式去体验和呈现。

问：在你的体验中，驾驭好自己的肉体 and 人格的秘诀是什么？

李小龙：你必须把你跟这个肉体分开，就是你是你，肉体是肉体。你把肉体当成你，你便没有办法去驾驭它。因为你会觉得它是..... 因为你会保护它。当你跟它分开的时候，它是它，你是你。然后你得知道你的存在并不是依附于这副肉体。因为如果你把你当成这具肉体，那么你便会保护它、依附它。你便没有办法，就是你把它当成了你唯一的寄宿。就是你会觉得

你是依赖于这个肉体才存在的状态，那么你便失去了对它的..... 就是它在控制你，而不是你在控制它。所以当你跟它分离的时候，你是你，它是它。你知道你不会依赖于它的存在，那么你便是主人。

问: 能把肉体跟自己分开的人很少，原因是什么？

李小龙: 你们对肉体的一种依赖、依恋或者是让肉体成了主人。它是boss，你是奴隶。你让它去驾驭你的人生，就是你是去满足它。比如说它的欲望、它的想法、它的念头，你把这些力量给了它。那这就是它在影响或者是操控、左右着你的人生。就是你给了肉体更大的权限去主宰你的生命。

问: 关于不受肉体的影响，你有什么建议给我们？

李小龙: 就是你不再害怕死亡，你不害怕你自己消亡，就是你不再害怕你自己..... 你不再保护它。当你愿意去粉身碎骨的时候，那么你便获得了你对它的操控权。因为当你试图一直去保护它，害怕它出任何差错。那么你便受到了它的影响。就像你们的孩子，如果你一直试图保护他，那么他便没有办法变得强大。因为他没有办法得到历练。

问: 你如果出现在我们当下的社会，你会如何展现自己？

李小龙: 因为不是依靠依赖或者是因为你们的环境需要什么，我去展现什么。而是说我自己想要体验什么而展现什么。那如果基于目前的状态，我已经在体验，就是以我自己想要的方式存在着。所以这里没有一个我想要怎样。所以跟社会的状态没有关系，也没有牵连。并不是因为社会需要什么，而是因为我是我。

问: 你体验到的最大的挑战是什么？有什么没有达成的心愿？

李小龙: 最大的挑战就是身体的灵活度还有年龄。这是最大的挑战。未达成的心愿就是我没有进入到一种弱的状态去体验强大。

问: 什么是以弱的状态体验强大？

李小龙: 就比如说以我弱的方式去凸显其他人的强大，因为我跟其他人是一体。所以这是我以弱的方式去体现强大。就比如说其他人是我身体的某一个部位。然后我弱化了腿部肌肉的力量，然后去强化我臀部肌肉的爆发力。然后以削弱某一个部位的能量去增强其它部位的能量。它就像你身体的某一个部位的肌肉很发达的那种状态。所以当我弱化我这部分肌肉存在的状态，那么我就在加强其它部分的强大。所以就是在以弱的方式呈现强大。

问: 您是如何做到内在很有定力，不受外在相的影响？

李小龙: 只能说是更加的允许生命的每一个周期或者每一个阶段以它所是的样子。就比如说曾经某一个阶段的一个波动，那么它只是那一个阶段存在的状态。更多的是不是去追求或者是保持在一个状态，而是说允许每一个阶段以它那个阶段所是的方式在呈现。所以波动的只有外面的相，而不是内在的状态。

问:你的一部分人格是否在这个通灵女孩的体内?

李小龙:应该是说所有的都在那里,就看你去激活或者打开或者感知,就好像你舌头的味觉一样。你能说你不能品尝出这个味道.....当那个味道在刺激那个味蕾的时候,它自然就品尝到那个味道。就像糖,那么你品尝到糖是你吗?或者是咸的、苦的.....明白吗?所以你只是品尝到它。

问:爱情对你来说是什么?

李小龙:它也是对.....就像这股能量,你有多允许它通过你流动?所以当爱的这股能量在通过你的体内流动的时候,如果你开始有阻碍的话,你就感受到痛。如果你在允许的时候,你就品尝到它的美。所以在爱的这个水流经你的时候,你品尝到的是什么?你是头脑很多干涉?很多声音?或者很多阻碍?所以爱情是一股能量。这股能量在流经你的时候,你有什么,那就是你能品尝到的。所以它和你在通过身体用武术的方式去展现出来是一样的。

问:爱的能量与你在武术中呈现的能量有什么相似和不同?

李小龙:它都是我在体验我身体和我内在的,就是感知我自己的一个渠道。就像我在通过不同的镜子在照见自己或者是看到自己、品尝自己、经验自己。只是不同的舞台,在不同的舞台上你在经验自己不同的级别或者自己生命存在的一个状态。

问:什么样的女人能吸引你?

李小龙:就是当她也像是没有很多阻碍在她的体内,能够允许这股能量通过她来让我品尝到。比如说这股水它本身的速度或者是水的量,如果她管子很细的话,那就变成了滴不出来的状态,明白吗?如果她这个管道很通的话,那么她就呈现水本来的速度、强弱程度。那么她这个管道越是畅通,就越能刺激到、影响到我。就我越能被这股能量洗刷、带动或者影响。我就越能感受到那种强烈的能量进入我的体内。她也是是否阻碍我对能量的感知、品尝和连接。所以对方这个水管或者这个河流,它是一个什么样的状态有没有阻碍到我和这股能量本身的互动。

问:爱情在你生命中占的分量重吗?

李小龙:不能说爱情是否中,因为我本身就是一个畅通,没有什么阻碍的水管。所以我并不需要依赖或者依靠其它水管给我带来的那种冲击感,明白吗?比如说我这边本身就是一个泉眼,那么我便不依赖于别人的那口井到底有水还是没有水。因为那不是我水的来源。那重还是不重?更多的是它能否让我锦上添花或者是,比如说我已经在吃很甜的东西,它能否带给我更多的甜蜜。而不是我本身有很多苦味,只有爱情来给我甜。所以对我来说算是一种锦上添花的状态。

问:什么样的男人是很有魅力的?

李小龙:不怕死的,肉体对他来说是一个工具,而不是牢笼。一个在牢笼里面人的话,它存在的本身就是一个束缚。所以在牢笼外面的人才能自由的展现出它所是的状态。所以对我来

说男人只有不怕死的男人才是有魅力的男人。不然的话，他没有办法……就像一头困兽一样，像被关在牢笼里面的狮子一样，它没有办法展现出它狮子本来的样子。它便没有办法释放或者展现呈现出它本身拥有的力量。

问: 这种不怕死是因为它的智慧还是勇气? 或者他为什么不怕死?

李小龙: 就像每一颗种子，它来到你们这个土壤里面。跟你们土壤的环境有关系，然后跟土壤是否有足够的水分去滋养也有关系。还有跟季节到底适不适合播种也有关系。所以到底这个种子最终能不能成为一个产量很高很大的生命状态，除了种子本身有很好的基因，同样和你们这个环境也会有影响。

问: 你如何看待和运用性能量?

李小龙: 还是允许这个能量通过你。就是你好像把自己进入到一种空无的状态，就只是一股能量在存在着。它只是把你带到一个不依靠不依赖于肉体而存在的一种生命状态。就好像把你push到一个状态，那个状态是以能量存在的方式而存在着，而不是进入到肉体束缚的状态而存在着。也就是说你对肉体的感知就会变得越来越少了。就比如说你身体有剧烈的疼痛，在你特别兴奋，在你进入到那种水乳交融的状态，你可能对身体的敏感度就降低了。因为你就逐渐的和这个肉体脱离了。所以它把你push到一个你生命本来就是的一个状态当中。

问: 除了通过性，还有没有其它方式进入到这种状态?

李小龙: 就做你激情的事情。

问: 当感知到自己内在的能量很强的时候，如何通过身体释放?

李小龙: 就像我们最开始说的，就是当这一股浪来的时候，你能否在身体是一种允许的状态下? 当你的身体进入到空无和允许的状态，那么那股能量就能够不受任何阻碍和不被任何破坏的方式去流过去。就像一股狂风来的时候，如果你站在那的话，它可能就把你吹倒了。那如果你是躺着的，就没有阻力的时候，可能就不会造成很大的损伤。所以说越是能把自己进入到一种空无的状态，那么你就越能允许这股能量以最小的破坏方式呈现出来。

问: 我们的肉体如何能与能量的展现和谐和融洽?

李小龙: 我们想让你看到的就是当你体验到肉体上的阻碍的时候，它来自于你的思想层面，你的观念、你的信念。它是先产生在那个层面。肉体它是一面镜子，它反射你内在的状态。所以通过这面镜子看到的是你内在的believe system，你的意识程度，你的认知状态。它会通过你的这具肉体反应出来。就比如说你觉得生命的存在是依赖和依靠唯一的这个肉体，那么当你产生这样子的想法观念和认知的时候，你的身体就会产生恐惧。因为这是它唯一的东西，它会害怕被破坏掉。那你就会紧张，明白吗? 所以通过肉体这面镜子的反射，去看到你背后它所相信的，和你的意识形态。

问: 你认为无形的能量和我们感知到的物质世界的关系是什么?

李小龙: 就比如说你有一个想法, 你开始有个想法, 你想要建一套房子, 然后最后那个房子就呈现了。就这么简单。就比如说你喜欢一个女人, 然后最后你跟她在一起了, 那不是个无形到有形, 不是吗?

问: 能量与我们体验的物质世界的关系是什么?

李小龙: 就像是飓风, 那个风你看不见它。但是那个风到底朝哪个方向吹, 你却能从稻田或者麦子上面看到那股风是朝这个方向或者朝那个方向。就好像你们麦田怪圈里面的那个.....那么通过这个你就能看到, 就是一股飓风过后, 你们稻田里面的稻谷是朝哪个方向。

问: 我们在物质世界体验的时候, 如何能感知到能量的大趋势? 判断自己并不是在对抗这股能量?

李小龙: 就像你在飓风当中行走一样, 你说你到底是在被推着走? 还是走的很困难呢? 明白吗? 一阵飓风朝东边吹, 你在朝哪个方向走呢? 你走的过程当中, 你就能感受到是阻力还是助力。

问: 目前人类社会发展的能量层面的大趋势是什么样子?

李小龙: 就算是分离, 它也是在有爱的方向走。它都是在朝那一个方向走。你离开爱的状态, 它也是在把你推到爱的那一边去。所以它始终只有一个方向, 都在加速。所以你在离开的时候, 也在回归。

问: 还有什么信息带给我们吗?

李小龙: 去看到允许和空无的力量。

2024/12/23 – 多人提问

第一个人:

问: 最近在一个道士小哥哥直播打鬼的视频。在视频里面看到一些法术很厉害的人可以用别人的性命做材料去炼化一些东西。用这种邪恶的方式不是害人终害己吗? 这样也算他们的灵魂主题吗? 这些人他们个更高层面的自己不会出来干预吗?

高灵: 就好像你在和影子玩游戏或者在打影子或者是在做任何, 或者你拿着棍子来跟你互动。你是把影子当真了。

问: 能解释的清楚一点吗?

高灵: 如果我跟你说他跟他打交道的所谓的拿别人的性命的那些人是他的分支呢? 就比如说是他的化身呢? 就是他的能量投射出来了五个人, 他自己在跟这五个影子打交道呢? 所以这里还有所谓的受害者吗? 所以你看到他攻击的是什么? 是他自己的一部分呀。他互动的也是自己的一部分, 他服务的对象也是自己的一部分, 他爱的一部分也是他自己的一部分。是因为你们不知情, 所以把他们对立起来了, 把他们区分开了, 把他们分别了。他们没有分别。所以如果这是你要体验的主题, 这是你想要玩的游戏, 那么你就会用这种方式去玩。就像这个人他站在那里, 他背后一道光投射出五个影子。他在跟那五个影子互动。你在说他们打影子, 他们好邪恶, 他们怎么不得到反噬..... 所以我们只是来让你们看到不过是自己在跟自己玩而已。但是你却可以通过你自己看到的相来让你看到你自己的认知、你对生命的理解在哪里, 明白吗? 就比如你提问之前你是这么认知。然后在我们给你带出来信息过后, 你恍然大悟过后, 你以后再看同一个事情的时候, 你便不会把他们分别出来、把他们分离出来。你会觉得就一个人为什么一辈子就能为另外一个人服务, 就完完全全没有他自己呢? 但是却看不到他俩是一体的, 他在为自己服务。就对方的一个扩展就是他的扩展, 对方的手上就是他的手上, 那对方的快乐就是他的快乐。所以你通过你到底能看到的多和少, 就能知道你生命的一个变化了。所以那你对外界的相感知到的是谁呀? 你还不是在跟自己打交道。

问: JOJO老师在连接死去的人格的时候, 都是光和爱。但是那个道士小哥哥在连接亡灵的时候, 感觉都是怨气很深的鬼。想问这是为什么呢?

高灵: 都在那里。就这么说吧, 就比如说JOJO老师之前体验的一个事件, 就是一个精神病患者。最开始他在其他人面前是一个精神病, 但是在她面前却是一个非常温顺的状态, 明白吗? 那你能说那个人到底是谁呀? 他到底是神经错乱还是个天才呀? 所以你们也在跟自己的能量打交道啊。不过是反射到镜子里面来让你看到而已, 就对方是面镜子。这面镜子只不过是活的。

问: 关于关系, 我们一直说允许关系所是和所谓的运用吸引力法则和某人在一起.....

高灵: 你能否知道你的头脑没用呢? 就你产生的这些想法也好, 我想跟他在一起, 我不想跟他在一起..... 它没有任何影响力呢? 明白吗? 就是你的这些想法会对你们真正关系的状态没有什么效果。

问：那这样说的话，那在我们物质层面所谓的吸引力法则，就比如我要跟这个人在一起，然后就真的在一起了.....

高灵：它并不是一个想法，并不是来自于想法，而是来自于存在状态或者你根本不知道他们的灵魂关系和主题。你看到的只是外在的相，对他们的相的一个定义。想法是后面的，比如说你可能会感知到某一些东西产生一些想法。你会觉得事情好像是根据你的想法在进展的。并不是。事情已经在发生了，只不过你后面才产生你的想法。你会觉得好像事情是因为你的想法，但并不是的。你的想法是后面产生的。那如果你的想法跟它相左的话，你可能产生痛苦。如果你顺着它这个想法，正合你意的话，你可能觉得，哇，生命好美好，就一切都安排的特别好。

问：那如果拿我自己来说的话，那我对那个小男生，我会觉得我们在一起还是不在一起都是可以的.....

高灵：什么叫在一起呢？

问：就是在物质层面产生连接，能体验到的层面。

高灵：那你有可能只是跟你的想象在一起，跟你的观念在一起。你只是跟你的观念捆绑在一起。只不过是用他的名字而已，你在跟你的观念打交道。

问：那我这个是一个什么样的观念呢？

高灵：因为你要知道什么叫在一起，在一起到底是什么。因为你们追求的可能是表面的那个相，就物质层面看上去好像在一段恋情或者一段关系里面。所以那你进入的不过是你的一些执念或者你的观念，或者你对生命的一些美好的憧憬。你觉得你需要一个relationship去感知到你是有连接的或者你是被爱的。

问：那我们到物质世界体验的意义不就是把它物质话，有这种看得见摸得着的体验吗？

高灵：那你能从你所有的体验当中看到它是源自于你吗？就这里没有一个外界的东西。它不过是你自己散发的热量、温度。你在体验你自己的温度和热量或者你自己散发的香味或者你自己散发的臭味。你在闻着它、体验着它。当然里面也包含着你对生命的见解、认知、内在的匮乏、你的抓取，你的所有的一切都会呈现在所谓的的关系里面。真正的关系就是你和宇宙一切万物都有关系。它并不需要你抓取、也不需要你去争取、也不需要吸引力法则或者是吸引，不需要。它就在那里。它从来没消失，它也不会消失，它也不会变化。变化的只不过是你自己的感知而已，变化的是你自己对外界的感知和认知。变化的是这个。

问：灵界还有什么信息带给我吗？

高灵：没有前面，没有将来，也没有目的地，只有这里。就是the more你爱上这里，那么因为你的爱就会结出来很多很多香甜的果子给你品尝到。the more你抗拒这里，你就会结出来很多很多苦果给你品尝到。不过是你一个去品尝，就变成了好像是线性的时间，怎么每一步都那么苦?! 怎么一年一年还是那么苦呀? 明白吗? 只不过这个果子需要一个一个的下口，一口一口的吃。你品尝就感觉这个月、下个月、今年、明年..... 每一年都那么苦逼，明白

吗？不过是你每个当下产出的那些苦果，一个一个的吃上去罢了。然后导致你感受到好像时间是线性的。并不是！明白吗？

第二个人：

问：我以后将在团队中扮演哪一方面的角色？

高灵：做你自己呀。

问：认知如何影响我们的灵魂频率？

高灵：你提的这个问题就已经包含着对它们的误解。你不过是你的物质头脑用的系统或者那个东西，然后你体验到的是那一套认知产生的那个波段。你在体验它而已。它是属于你的这个小我的状态，明白吗？

问：手机上面的新闻会对人类产生什么影响？

高灵：是什么样的人类呢？当外界的一切都可以变化成你的工具或者你的动力或者都来为你所用，那么无论外界任何事情，它都是你的助力。如果你不知情、不知晓，那外界的一切都会变成来影响你的。这里没有到底外界是好的还是坏的。外界没有好和坏，是在于你是谁，是什么系统在体验它、在转化它。所以所有的一切都可以转化成你们想要的方式去体验。一切都可以变成为你而来，为服务你而来。那当然，一切也可以变成你的阻力。

问：最近欧美出现很多UFO事件，它想给我们带来什么信息？

高灵：这么说吧，这些也像是一面镜子，它们会照射出你们内在的，到底你是处于什么样的状态。比如说对某些人，它会带来恐惧，对有些人带来兴奋……就外界的一切它都是中立的，像镜子一般的存在。然后更多映射出的是你们自己在哪里，你们是一个什么样的状态。所以带出来的是你们自己内在的，而不是外面那些它们的目的来给你们的是什么。因为外界所有的一切发生，你们才是主人。所以是你决定了外界的一切来如何服务于你。

第三个人：

问：我要毕业了，我不想上班，很抗拒。这一方面有没有什么建议？

高灵：就是你要重新去定义上班这个词。上班并不是说是你观念里面的模式，被捆绑着或者你没有自由。但是你可以把上班定义为你的舞台。历练你、成长你、展现你的一个舞台。它是把你推向你所是的路。就去相信生命的每一步都给你提供了让你去成为你自己、走向你自己、展现你自己的台阶。

问：哪怕这个工作我一想到，感觉没有特别的……也算是一种方式吗？

高灵：就像我们刚刚说的外界发生的一切并没有一个特定的含义。因为所有的一切是你来给它定义，就是你们能才是那个魔术师，把手上的东西变换成你想要展现的样子。然后你才是

那个画家，手上拿着画笔。你想要在这张白纸上怎么画？你想要如何展现？你想要从中学习和拿到什么礼物？一切为你所用，一切为你而来，明白吗？哪怕你真的去体验了几年你非常不喜欢或者不符合你的频率的(工作)。它就完完全全是各种束缚，在监狱里面。那你也能从中拿到礼物啊，明白吗？所以重要的是你是醒着的吗？因为你是醒着的，你就在不断不断低收礼物。还是你是沉睡的？因为如果你是沉睡的，哪怕给你一个工作，你只需要拿工资，天天好吃好喝的，它都在荒废你，明白吗？它都像温水煮青蛙一样。所以你们都是自由的和积极地、主动的创造者。你们没有被任何东西捆绑。表面的一个捆绑也没有办法去捆绑你内在不断不断地变化。比如说你内在不断不断地觉醒觉醒觉醒，你在不断不断地醒来，不断不断地知晓，不断不断地产生变化。你说谁能阻碍或者捆绑你内在知晓的状态和觉悟的状态和充满爱的状态？没有任何，对不对？没有任何平台、机构、也没有任何外界的任何因素能阻碍你心中去感受到爱、你心中去连接神、你心中不断不断涌出的一些智慧和灵感。所以哪怕把你关在监狱里，你也能在那体验内在的美好和宁静、喜悦、智慧、灵感。哪怕给你一个花花世界，把好吃好玩的都给你，你只是在天天满足你的这个肉体。你内在的欲望越来越大。你的内在是沉睡的状态，它跟着外界所有的相而跑。你是你的主人吗？你不是。当你是你的主人，外界的任何一切对你都没有半点影响。记住这句话，半点影响都没有办法。所以外界的一切，你都可以像个魔术师一样，把它变得绚丽、多姿多彩，变得为而服务，变得为你而展现什么是精彩、什么是无限、什么是创造力、什么是千变万化，OK? 去展现。

问: 在工作场合里，我想要做自己，但是我的观念和别人不一样.....

高灵: 那是你的观念。这是你自己产生的想法和观念，它不是个事实，是你产生的观念。为什么呢？因为你只需要一个眼神啊，明白吗？它是你内在的频率。你说的你眼神里面充满了和平、和谐、定、安详、爱..... 有谁能阻碍你这个眼神的产生？有吗？所以骚动躁动的只有你自己。你的躁动不安是来自于你。那当你在心如止水的状态，你的眼神、你的状态，所有来到你面前的人都会被你带入到心如止水的状态。他们会停下他们慌乱的脚步。他们的生命在你面前得到了转化、蜕变。他们从你的眼中看到了神。所以不在于任何身份。就无论你穿上什么衣服，你是心如止水的状态，你就是心如止水。无论你穿上什么衣服，你是烦躁不安的状态，你就是烦躁不安。它跟你穿什么衣服没有什么影响，而是你是谁。那你们生命的每一步都是来让你去知晓、让你去看到、让你越来越知晓你是谁。你们都是爱，你们都是无限。

问: 我左边的下颚骨会时不时疼。这个是因为什么？

高灵: 你的疼痛感来自于你的用力和你的那种..... 就是说你的身子不是在一个柔顺柔软，像烟一样的状态。它是在一个硬的状态，硬邦邦或者是抗拒、用力、努力、争取。它不是一个像风或者像云、像烟雾的状态，明白吗？就是这个能量层面的一种抗拒，就紧张的能量停留在那里。它就好像比如说你一直生存垃圾，那么那边堆了一个垃圾。但是它会随着你，比如说你现在连接我们的能量，你现在心如止水的状态。然后这个状态不断不断地持续，就停留在这样的状态当中，你就会发现你的身体也处在一种很舒适的状态。就记住这种感觉。

问: 我滔滔不绝的说话超过一个小时，嗓子就特别不舒服。是因为什么？

高灵: 你们的身体是平衡的, 明白吗? 所以当你在很平衡的去使用它的时候, 它一切都是在一个很smooth的状态下。你是在一个极端的状态去使用它的话, 那它就是一种, 就是所谓的体验到的不适感。但是这些不适感都像是信号一样来提醒你慢一点。就take your time。

问: 上次连接高灵的时候说不要去定义关系。那还有什么样的可能性?

高灵: 那就是你想对方变成什么样子, 他就可以变成什么样子。

问: 是我激发出他的不同面吗?

高灵: 就他本来就有, 你能看到吗? 你能看到, 你能相信吗? 他要是给你表现相反的, 你还继续相信吗? 你到底相信他, 还是相信你呢? 比如说他本来是个惯犯, 是个小偷。他总是偷东西。然后你说我相信你, 你不会偷我东西。他偷了一次, 你还是相信他。偷了第二次, 你还是相信他。偷了第三次, 你不相信了。偷了第四次, 你再也不相信了。偷了第五次, 你骂死他了。你能相信多久呢? 你到底相信他, 还是相信你呢? 你就能感受到你到底有没有力量。你是受外界、受对方创造的相影响呢? 还是说你在影响着..... 明白吗? 因为你们最难突破和最大的限制来自于你们更多相信眼前看到的, 就是千变万化的相。那是你们去执着和相信的和阻碍你们的, 就是眼前的这一团云雾、这一团乌云。你们更相信乌云, 而不相信背后的太阳。如果你知道背后的太阳始终都在那里。它也没有因为乌云的状态而消失, 即使天黑了, 黑压压的一片, 太阳也在那里, 明白吗? 而乌云迟早散去。所以你们始终是在跟你们自己打交道, 明白吗?

问: 我们开会都是跟教育政策有关的。他们需要一些灵性上的建议吗?

高灵: 这里没有他们, 有的只是你在如何去..... 刚才说了, 你如何去跟外界的相打交道呢? 到底是外界的相在影响你? 还是你在创造你自己的世界呢? 比如说你相信他们的话是有力量的, 就像刚才给你举的小偷的例子, 他们可能第一次赢了、第二次赢了、第三次赢了、第四次赢了、第五次赢了..... 那你是不是因为他们赢了好几次, 就觉得他们是真理了呢? 会永远赢下去吗? 他们是永远的赢家? 明白吗?

问: 如果我不相信的话, 但是这个世界整体要跟着政策走。那我要做什么呢?

高灵: 那就是你相信这个世界了呀。你也跟其他人一样, 加入了这个世界里的大多数人。

问: 看了灵性信息, 但是还是不知道从生活中怎么入手。这种有什么建议?

高灵: 本来就是让你们不插手的呀。如果你真的能懂这些灵性信息本来就是让你不插手的, 明白吗? 那你学会插手, 你又回到物质世界的游戏规则了。

问: 这些人也是我投射出去的, 所以我只需要转变我自己就可以了?

高灵: 你能看到这里没问题吗? 如果你能看到的话, 那就是你能体验到的那个版本。

问: 现在做科研都讲究证据..... 科研这些需要有什么灵性的尝试吗?

高灵：他们有他们的世界。他们有他们想要去体验的，他们有他们的路，他们有他们的步骤。当然任何他们想要体验的都是他们在体验的。所以他们在体验自己的那一套believe system。你们也是啊。就好像这么说，你们每一个人都在做梦，都在自己的梦里面。你去说他做的梦是这样那样。关你什么事呢？只有你去加入他的梦，你们才能进入到共同体验的一个版本，明白吗？你想象一下，如果你们每一个人都是在自己的梦里面。梦里面，他能干啥？他梦里面打打杀杀，杀了多少人，都是他自己投射出来的。所以你们不过是在梦里面，在梦境里面和你的梦打交道而已，和你内在的那种紧张的能量、恐惧、害怕..... 啊我做噩梦了..... 在打交道而已，OK？就你白天的压力或者情绪继续在梦里面体验而已。所以这里哪有你去干涉别人的梦呢？你进入到别人的梦里面，跟别人产生同样的体验，所以你就觉得那是真实的了？那还有很多其他人做了很多其它不同的梦呢？你加入任何一个，你都会跟他们有共同的体验。因为这就是这个梦的世界，就是它们的存在就是这么给你们体验的。

问：这个世界有真相吗？

高灵：这个世界真相就是梦，就是刚刚告诉你的，就在做梦。就是梦，梦一场。梦醒了，你可能还做其它梦，就继续做梦，不停的做梦。你们都在梦里面体验。还有的真相就是一切都是爱，一切都是频率，一切都是充满了变化、变幻无常的。只是不同的..... 就像是烟花一瞬间一瞬间..... 然后不同的画面在体验。所以真相就是所有的一切都在变换当中，你们去enjoy这种变化，enjoy这种千变万化，enjoy这种..... 就好像一朵鲜花在不断地盛开凋谢、结果子、又发芽，然后又盛开凋谢。就像这样子的状态。所以去欣赏、体验和enjoy每一个moment。然后这就是你们能够去最好的体验生命的方式，就是不会执着的只是保持一个状态。那就是你们在与眼前的美好错过的..... 爱上这种变化，爱上这种千变万化。然后去允许一切不断地呈现再消失，呈现再消失。头脑不捕捉任何相、不停留任何相、不抓取任何相、不执着任何相。

问：很多人接触灵性后就开始追求解脱。这是他们想体验的还是在逃避？

高灵：如果说这里没有他们呢？因为你不过是在抓住别人的一个相在自以为是的这么认为而已。那只不过是通过这个相和你那套认为，只不过体现出你目前对生命的理解程度和认知程度。那如果像我们刚刚告诉你所有的一切都像是一花一现、呈现再消失的一个状态，那包括对方的一个状态，它也在呈现消失、呈现消失。所以你到底是在说哪一个片刻呢？因为你在说它的时候，它已经变了。所以只是你在捕捉一个相，然后再去和你内在的那一套系统打交道。就你内在的那一套出来了，在运作。然后你感知到你是这么去理解他们的，明白吗？因为这里没有他们，真的没有他们。这么说吧，他们只不过是你的这一套系统投射出来的状态而已。那你的这套系统变了，就比如刚才我们说他们见到你就见到了神。他们马上就变了。明白吗？那刚才那个他们已经死掉了呀。每个来到你面前的人都是新生，都进入天堂。所以这里还有他们吗？没有一个客观存在的他们。你的客观存在的他们只不过是别人体验的那个版本的相而已，是他们在做梦而已。所有的一切会因为你的出现而转变、改变的。就你一出来就好像太阳一样，你一出来黑暗就不见了，就天亮了。就这么简单。那你还在那说黑暗怎么怎么漆黑啊..... 黑暗怎么怎么寒冷啊..... 太阳出来，还有这个问题吗？那这里还有他们吗？他们就好像黑暗一样。

第四个人：

问：我妈妈现在病的很严重，她是想要离开了吗？

高灵：关于她的物质肉体离开与否不应该我们来告诉你，因为她才是主人。然后我们想告诉你的就是说意识并没有离开的说法。只有你是否能去连接和感知。就只有你把耳朵堵住，明白吗？那你不堵住耳朵，你就能听到，所有的一切都在那里。

问：那我怎么跟她连接上呢？就是她离开了。也要是通灵的状态？

高灵：不是。首先你是否能知道你们本来就是连接在一起的呢？如果你们不知道的话，就比如说你很烦躁的时候，对方见到你，他用烦躁。如果你在充满爱的时候，对方见到你的时候，他心中也舒服。那你就能看到你们本来就是连在一起的吗？所以你就能知道你有影响每一个人的能力，你能够去影响到他。那到底你体验的是什么呢？就你品尝到的生命是什么呢？你对生命的一个认知。也就是说你对生命充满了恐惧，你觉得人会有生老病死，好痛苦好无助啊。OK，那就是她能感知到和连接到的能量。如果像我们刚刚说如果你知道花开花谢，花谢了，它成了种子。种子又有新的生命。所以说花谢的时候意味着新的生命要开始了。那你能知道吗？如果你知道的话，她便能从你眼里看到。她便能进入到一种安全感。她便能更加心平气和的去面对这一切的变化。你们物质世界所有的一切都在变化中。没有任何一个人能不体验变化或者能够拒绝变化。

问：她现在没什么意识了.....

高灵：没有关系，因为她不是那个层面。你们是连在一起的。你还在物质的角度..... 就这么说吧，当你是 在一个对生命的知晓和爱的频率、爱的状态当中，即使她头脑里面对你产生愤怒或者对你骂骂咧咧，但是她的灵魂也会因为你产生的安定而能定下来，明白吗？所以它是超越了你们眼睛看到的，或者她能理解的，或者你能理解的。

问：我该如何面对母亲即将离开？

高灵：你没有在 面对她离开这个世界。你在通过她离开这个世界的这面镜子在 面对你对生命的知晓程度。你面对的是你自己频率，面对的是你自己的那一套认知，面对的是你自己的理解程度程度、知晓程度。你面对的是你自己的那一套系统。只不过是 通过你母亲这面镜子呈现出来让你品尝到。就比如我们刚才说你 能否知道生命是在一个不断消失呈现消失呈现，像花开花谢、种子发芽这样的阶段的过程当中。如果你不知晓，当然，花谢你就哭，花开你就笑，明白吗？那你就被外界的潮起潮落、花开花谢而影响。你在受它的波动，你在受它的影响。那只不过是 通过对方把你内在对生命的知晓程度给带出来，让你去品尝到、让你去看到、让你去体验到、让你去认知到。你实际上在跟谁打交道啊？跟你自己。那如果你内在是对生命的知晓，生命是无常的，知道生命本来就是一个花开花谢的过程，所有的一切不过是一个过程。所以你不会因为花开了而开心坏了，也不会因为花谢了而痛苦死了。因为你知道花开的那一瞬间，下一秒就走向是凋谢。凋谢的那一瞬间，它就结果子了。明白吗？

问：我的能量状态，有什么信息带给我？

高灵：我们前面的信息就很说了，你们去品尝生命，就是你们不要去执着，也没有办法去执着任何一个相。你没有办法。所以去欣赏生命这个过程。因为你们是来品尝、欣赏和体验生命的这个过程。而不是说把它push或者是keep在任何固定的相上面。因为这不是 It's not how it works，就是它不是这么运作的。就好像你在梦里面做梦，你能把梦里的东西固定住，给它拿走吗？然后把它keep吗？你没有办法。所以所有的一切它像幻灯片一样，它在不断不断的循环播放的过程当中。就是当你们越来越enjoy看戏的这个过程，你们就越来越能轻松的体验到生命的变化无常，和变化无常当中的美。就好像天空的不停的景象，夜晚的满天繁星、朝阳、夕阳，就是每一个风景、每一片刻都有它的美、它的风景。如果它总是一轮烈日高高的在天上不动，那你说你们怎么办？对不对？那如果是一片漆黑在天上不动..... 所以说当你们去看到天气或者是天上的云彩，它在不断地变换当中，然后去欣赏它的美。而不是试图去把任何一个moment把它凝固住。因为生命没有凝固，如果凝固，它就不是生命了。所以这就是生命的美好，你们要看到这个美好，而不是去..... 不然就变成假花了，变成塑料花了，它就没有生命可言了。

问：生命的美好是？

高灵：欣赏这个变化。

问：即使这个生命看上去经历很多痛苦？

高灵：那就意味着它的一个新生命开始了呀。它在从一个束缚的状态下又进入到一个自由的状态下。它接下来一步就是走向自由。

问：我的天赋才华是什么？

高灵：当你完完全全的做你自己，就是做你这个灵魂，你就好像是镜子一样能够映射出太阳的光芒。所以别人会通过你的映射体验到太阳的光和感受到太阳的光，就通透。你的一特质就是通透，就是它对光的一个敏感度，通透。就毫无保留的。

问：就和JOJO老师这种通透感？

高灵：是你的这个灵魂的特质就像是玻璃一样映射出通透。因为没有有一个固定的相，就不是说你要这个样子才是。没有。

问：可以对我说一句情话吗？

高灵：当我在靠近你的那一瞬间，就像我这朵永远没有办法盛开的花，一瞬间就盛开了。就好像我这朵花是石头做的，它本来不会盛开也不会拥有生命。但是你在靠近的那一瞬间，这个石头开出一朵鲜花，就有生命了。

第五个人：

问：我目前阶段的灵魂主题是什么？

高灵：做自己。完完全全的去呈现你这个生命状态，就是呈现你所是。就是比如说你是一只鸟，你就完完全全的在天上飞翔。你是一匹马，你就完完全全的在草原上奔跑。你是一条鱼，你就完完全全的在水里游来游去。就是体验生命，然后做自己。所以任何对你有束缚或者捆绑，你就会不断地去清理它、挣脱它。就好像你身上还有一些不属于马身上的东西，你会把它挣脱掉，就不断地减负吧。就是不断地扔下。就好像你背上之前背了好多东西，你飞不起来。你现在不断地扔掉，解脱掉。就是完完全全把身上弄得，就是身上不沾任何东西。

问：我的天赋才华是什么？

高灵：就是你有强大的力量去做自己。就是那些不属于你身上的东西，你怎么样都会把它给弄掉。就像你是一匹马，有根缰绳在你身上。你会一直去咬咬咬，直到把这根绳子咬断。因为你不会带着这根绳子跑，你会试图把这根绳子咬断，让它布套妨碍你，你才能跑。因为有些马会带着绳子跑。所以你会咬断它，费力的去咬断它，让它不影响你真正的作为一匹马的状态。

问：高灵给我说句情话吧。

高灵：就算我瘫痪在床，我也会奋不顾身的和你一起奔跑。本来全身都是软的，然后一见你就硬了。

问：我无论到任何人身边都能激起他们的热情？

高灵：都能把他们变得有力和硬。

问：最后还有什么信息带给我吗？

高灵：尽情的奔跑。

2024/12/24 – 跟随你内在的激情

问: 我的灵魂身份和使命是什么?

高灵: 我们连接到你天生就好像是激光一样, 就是当你把所有的注意力聚焦在某一件事情的时候, 你的那种穿透力特别的强大。如果说你的灵魂主题的话, 其实你就是来破坏的。比如说你这个激光可以把这堵墙穿透, 像激光刀一样可以切割。那你的灵魂主题更多的像是来打破重建。因为你有去突破它、打破它的能力。就比如说你有特异功能。你的注意力、意念全部聚焦在这堵墙上面, 这堵墙马上就会瓦解掉, 明白吗? 你的灵魂主题的话就是去物质世界突破重建吧。事业的话, 你其实可以随便选。为什么呢? 因为当你随便进去一个, 你就会感受到不适合, 你就会想要去打破它, 你就会觉得不应该这样子。所以你进入到一个领域, 你就会产生你自己的一套理论和想法, 让你想要去打破它。所以那你是不是就可以随便去哪里, 然后去体验。体验了过后, 你就能够产生一些idea。哪里你需要去突破, 然后去重建。就好像这边有很多房子, 你说我到底要选择哪套房子住呢? 哪套房子你都可以去选择。进去过后, 你就知道哪边是危房, 哪边质量不过关。你就像质检员一样, 就你一眼就能看到摸到它的质量问题。

问: 选择哪方面可以让我有更好更迅速的成就呢?

高灵: 那就是通过你这个体验过后, 比如说你发现它这个房子是危房过后, 透过这些, 你就去创建你自己的房子了。那就是以和谐、爱, 就是高维的一些, 就不是物质世界的一些头脑层面的、世俗的一些创建。而是来自于去整合, 源头。因为源头的创造是put everything together。就是它把外在所有的一切是凝聚在一起的能量。然后就好像所有人的身份都变成了一个一。你们物质世界的创造更多的停留在一个身份、级别。就是你们这一群人是为这一个人服务或者是你们是为了金钱服务。那源头的创造更多的是..... 就比如说你们所有人的身份来到这里后都变成一个身份了, 就它没有高低之分。就像一张桌子的四个角, 它其实没有高低, 对不对? 如果有高低的话, 桌子就不平稳了, 对不对? 那如果是源头的创造的话, 它就是一张桌子的四个角。它是在一个benefit, 在一个平衡、平稳的基础上创造。那桌子和角、螺丝钉, 所有这一切都是来支持这张桌子能正常的运作, 是一个坚固的状态。那你们物质世界就会有高低之分, 有分别。这样的分别就会导致失去平衡。如果失去平衡, 它就是不牢固的。那不牢固的话, 你就会需要put extra energy, 你就会耗尽很多能量去维持这个平衡, 明白吗? 比如说你们公司产生了很多制度、条条框框、惩罚或者是奖励鼓励, 或者是不停的开会沟通。它都是extra energy, 它都是额外的能量来促使这个东西维持在一个平衡的状态下。那你看一下宇宙的, 就是这整个一切、一切的生存系统, 就所有这一切的平衡它是不需要用力的, 不需要外力的, 明白吗? 你没有看到需要去人为或者是外在的、人为的能量来让这个宇宙运作, 对不对? 那为什么你们物质世界的一些公司或者组织、团队需要外力, 就比如说你们一个国家需要法律, 它就是外力, 武力..... 它需要警察、它需要..... 它都是外力。那你想象一下如果你们不需要法律人士, 不需要警察, 不需要当兵的, 不需要武器, 不需要监狱, 不需要法律, 不需要这些extra, 就是额外的这些能量去迫使你们这个系统正常的运作或者维持平衡的话。那你们是不是节省了很大的财力、精力、时间..... 所有东西都节省了。那你们是不是可以用来体验生命本身, 创造更多的美好, 而不是去花大量的人力财力物力来维持你们这个社会在一个平衡的状态, 明白吗?

问：关于我职业的转换，我去读一个索菲亚超心理学的线上硕士有没有更利于我职业身份的转换？

高灵：首先如果你在追求一个更利于，你就进去到一个头脑在追求的模式，就进入到我们刚才说的你们物质世界在运行的系统。它们就是在用一种手段、一种方式方法觉得这个更利于什么。但是你能否用眼睛发现所有的一切已经在利于一切了呢？如果你能发现的话，那么你就能够允许这个已经在利于一切的运作，让它自动在运作了。而不是进入到一个头脑以为的模式，因为这是你们目前体验的系统，就是你们头脑以为的有利于一切的在运作。所以说我增加武器、增加武力、增加核武器有利于我们国家的安全，我增加更多的兵力、金钱……这就是你们在追求一个有利于的时候失去了平衡。所以你们就在体验那个失去平衡的物质世界，包括你们内部家庭的矛盾。就是你们内部的矛盾、自我的矛盾带到组织与组织之间、团体与团体之间，再到国家与国家之间，就是这些所有的矛盾都来自于你们头脑去追求一个有利于。而你们社会上需要更多的是去发现所有的一切是如何在已经有利于所有的一切的人。就是你去发现外面的一切是如何有利，就比如说你这个国家是如何有利于那个国家。你们这批人是如何有利于那批人，去发现它。不是用你们头脑去干涉它。为什么呢？因为你们头脑是非常局限很有限的。那你们如果跟随头脑的话，就进入到一种限制。所以更多的是需要你们去发现，而不是进入头脑去跟随。

问：关于我的这一生还有没有什么信息给到我？

高灵：我们刚才说到你需要去发现你自己的比如说特质特征特长或者是内在的一些激情、偏好，然后去follow自己内在的。因为你所需要的一切都已经是在你的内在，就是没有任何是需要你去从外面去抓和拿的。外面只是像一面镜子一样给你一个反射的机会让你可以去看到。

问：上次我问我的事业怎么样展开，你说它会自然而然展开。这里有信息可以透露更多的一些吗？

高灵：就是在你越来越真实的成为你自己、做你自己，就是你follow你的内在的激情或者指引的话，那么你的事业就会展开。因为如果你是在follow物质世界的游戏规则，就像我们刚刚说你们物质世界是怎么玩的，那你就进入到另外一个版本的你了。那如果你能follow你内在特别想要去的或者激情的那个方向，你的事业就会自动展开。因为当你在做真实的你的时候，那真实的你内在的事业它也在里面。这么说吧，这里有两个包裹。一个是A包裹，一个是B包裹。A包裹是进入到物质世界，follow物质世界的规矩，就是进入那个版本，那你打开的是A的这个包裹，对不对？那B的包裹是跟随你内在的激情、你内在最想要做的事情，做自己，完完全全的做自己。那你进入到这个的话，那里面就好像是有你的天命一样，天生的使命或者是你本来就是的，就好像你本来就是一条鱼在水里游，你本来就是一只鸟在天上飞。你在天上飞的功能就是你所谓的天赋才华或者你的事业。那如果你进入到包裹A的话，物质世界的规矩的话，你的那个就打不开。为什么呢？因为你在follow other people，那个other people他们并不知道，他们是在用你，并不是在允许你。我需要你走路，那么你这只鸟就乖乖给我走路，别飞。为什么呢？我们这里不需要有飞的鸟，我们需要乖乖走路的人。那你就得乖乖的在那走路，明白吗？你们follow的是他们的头脑想要你怎么做，就是你是听order，明白吗？那当你做你自己的时候，你自然而然就会飞起来。所以这是两个不同的包裹。你打开两个不同的包裹会有两个不同版本的人生。那为什么我们的信息不断地带给你们？就是让你

们不被物质世界的一些观念所束缚。你们自己有辨别能力，什么是因为内在的恐惧而选择了包裹A呢？

问: 就是我去参加这个项目是基于头脑的限制？

高灵: 因为你会基于内在没清理掉的恐惧，对生命的不安全感或者是害怕某一些事情而选择打开包裹A，明白吗？所以我们没有额外的给你们增加任何，就是没有额外的给你赋能让你变得强大。不是。我们只是来让你看清楚这里没有什么你好担心的。A和B是同样的选择，去打开包裹B，那么你的天赋才华、所有的一切都会自动的展开。

问: 关于我和我伴侣的关系有什么建议吗？

高灵: 如果你进入到包裹A的话，那你就会follow物质世界啊。如果你进入到包裹B，就是进入你自己内在，就是活出你自己的版本，那你的所有关系都是和谐的呀。选择包裹A才会进入到一个一切都是用力或者用物质头脑去让事情..... 就是它就会进入到一个吃力的版本。因为你是follow规矩规则或者是世俗的观念，你在follow观念，你没有做自己。你需要的是什么呢？只需要做自己，而不是follow任何观念。那你在做自己的时候，你的爱情、伴侣，所有关系都会是和谐的。你没有做自己，不只是你的爱情、伴侣或者是婚姻不和谐，还有你的事业..... 所有的一切，包括你内在的系统、包括你的身体，它都不和谐，产生疾病。所以你要打开包裹A还是B呢？

2024/12/25 – 连接鲁米

问: 你写诗的灵感是来源于爱情吗?

鲁米: 爱情不过是我这个舌头品尝的一种味道而已。所以本身是来自于我这个灵敏的舌头。它品尝什么都会变成灵感。比如说爱情是一个苹果, 并不是说我对苹果味道的描述是来自于苹果。而是说就算我吃的是蔬菜、草、各种。任何食物到了我的舌尖上, 我对它的品尝都会是淋漓尽致。你能理解吗? 那是我本身就拥有这样灵敏的舌头, 所以不是因为苹果的原因。

问: 你写诗的时候是在一种通灵的状态吗?

鲁米: 你们是怎么理解通灵的呢? 那如果说本身就是一种自然的生命状态呢? 就好像鱼在水里, 我在水里。鱼在水里, 你问我是一个什么状态? 那我就是在水里的那种。当然, 如果你把它叫做是通灵的状态, 它就是通灵的状态。如果你把它叫做自然而然的状态, 那它就是自然而然的状态。那你们是怎么去看待这个状态的呢? 来自于你的头脑。我说我这个才是自然的状态, 你们是非自然状态而已。就你们这些鱼都在水面上, 我在水里。你们都浮在水面上, 明白吗? 你们离开了水, 我只是没有离开水而已。那你把那种自然的状态变成非自然状态。然后把自己非自然状态当成是自然状态。那是不是源自于你们对生命的理解呢? 所以通灵状态就是自然的状态。

问: 那现在物质世界里的人能像你这样吗?

鲁米: 不是能不能够, 是你能放下一切吗? 你能不被一切困住吗? 因为你会去选择你要加入物质世界的游戏, 就好像你要加入这个是非之地或者花花世界。你要投入到这个花花世界, 你要去跟别人争夺、抢, 你要去获得财富名利、你要去获得这个拥有那个..... 那我所在的状态是褪去一切、脱下一切。比如说外面的花花世界是各种绳子、各种衣服。你们穿绳各种衣服, 觉得穿上衣服看上去更强大、更有地位、更崇高。那我是脱下所有的衣服, 明白吗? 那你们能脱下你们所有的衣服吗? 去面对自己最自然最真实状态, 去以这样的状态呈现? 还是说要追求某一个强大的形象或者是更高贵的形象或者是更引人注目的一个形象呢?

问: 是不是我们愿意脱下物质身份的时候才更容易进入真实的状态?

鲁米: 这是不同的, 就好像你选择了不同的体验的模式。一个是你要背着沉重的东西在你的肩上去体验。一个是你愿意褪下这些, 它在你心目中不占任何分量, 明白吗?

问: 你在没有体验爱情的时候是不是就没有写诗的灵感了?

鲁米: 我在没有体验爱情的时候, 那么我就可以写失恋的灵感了。就离开爱情带来的那种窒息感, 那就是我的灵感。

问: 写诗对你意味着什么?

鲁米: 它就像我吃的很饱需要上厕所一样。就我品尝的太多, 我需要把它拉出去。它是一种流动。

问:就是把当时的感受表达出来?

鲁米:那你说你吃了很多东西后你要干什么?你如果只吃、只是吸收、只是品尝,但是你却并没有办它拉出来,你会干什么?你会产生不适。

问:你在爱情中的时候,你是在体验爱情还是你自己?

鲁米:我像是一面镜子,爱情通过我去呈现出爱情的样子。所以说有些人如果是一块石头,那爱情通过这个石头呈现不出爱情的样子,明白吗?所以我就是让自己在一种通透,就好像是一种空无的状态。那么爱情的能量就能够淋漓尽致的通过我这面镜子被映射出来、展现出来、照射出来。所以你这面镜子扭曲不扭曲?你这面镜子有没有很多污垢?你这面镜子本身是石头做的?它都会影响你映射出来的是什么。所以我既在呈现和展现出爱情的样子,我也在爱情来彰显出我的样子。

问:你的诗里说爱需要自我消融。为什么爱需要自我消融?

鲁米:如果你的这面镜子上有一个我,那你的镜子是不是就开始污染了。就是你开始产生你的东西过后,镜子就被扭曲了,对吧?它开始有了印记了,它开始有一些相在上面了。你说你这面镜子上面有很多相,就变成电视机了。那你这台电视机能够映射出爱的模样吗?

问:如何理解宇宙中的一切都在我们的体内?

鲁米:就好像在你以为就是一个无限的状态。那你能否去连接或者是打开进入到这个无限的海洋里面?你能否去turn on或者是进入,那就决定了你们能否捕捉或者感知或者是体验到了。这么说吧,就从这个女孩子通灵。你们所连接的所有东西都在她以内。那通过她把自己内在敞开和打开,那么她就能去探索,就是无论什么都在里面。通过你进入,就能连接不同的意识形态。它可以呈现出各种样子。那是不是都在她以内呢?她连接不同的众生,有不同的面相呈现出来。她连接不同的神佛,就可以呈现出不同的神佛的形象。是不是在她以内呢?那你们那些作家、小说家,他们能创作出作品,这些来自于什么?来自于他们内在啊。他们源源不断地把这些拿出来就变成了他们的艺术作品了。那是不是在他们以内呢?你看梵高带出来什么?特斯拉带出来什么?爱因斯坦带出来什么?你们那些写书的作者带出来什么?所以你们物质世界体验的所有一切它们来自于哪里?所以物质世界你们体验的所有的一切它都是从里面出来的。

问:我们如何与自己的内在建立更紧密的连接?

高灵:也就是很简单,内在就好像一个屋子。物质世界就好像是外面。你在屋子里面的时间多?还是在外面的时间多呢?你在外面一会儿被这个朋友拉走,一会儿那个朋友发生了一些灾难你跑过去,这边发生了一些庆功宴你也跑过去.....明白吗?你在被外面的一个个被别人拉走吗?还是说你是呆在你的房间里面不断不断地和你的内在,去打开去探索?我就告诉你,你的屋子里面有个金库,它在地底下。你得不断地去挖挖挖,挖出的金子越来越多,宝贝越来越多,你才能把宝贝拿出来。那你是天天往外面跑。因为别人说那边有战争了,你赶快去。别人说那边发生了些什么,你赶快去。别人说你要赶快出去赚钱,你要这样那样,你赶快去。你必须要买保险、买房子车子、你要买这个那个。所以你要不停地工作赚钱。然

后你就变得没有时间去挖地洞了。那你家里面的地洞是不是动都没动啊？为什么呢？因为我要为这个负责，我要为那个负责，我要去承担这个责任，我要去解救这个人那个人。就外界的所有相，你的父母、你的家庭、你的孩子或者你的老板、你的朋友、你的狐朋狗友……他们都在拉扯你啊。那你到底是一会儿跟这个走，一会儿跟那个走？还是说如如不动的坐在你的家里面，然后不断地去挖掘地洞呢？

问：我们容易误解别人，如何能够察觉到所有人都是为我而来呢？

鲁米：关上门，让外面的人呆在门外，你去挖你的地洞，明白吗？你首先把你的眼睛就看向外面了。哦，那个有人误会。有误会，我要去解开，我要说清楚，我要去证明。那你不是跟别人拉扯关系吗？你不是在跟别人产生一种纠缠吗？能量层面的一种纠缠。那这种纠缠就会把你关在门外啊。你就会一直在外面，来来来，我跟你解释一下，来来来，我跟你讲清楚，来来来，你不要动气，来来来，你不要生气，来来来，我跟你解释，来来来，我给你看一下我不是那样的人。你想要证明什么呢？你想要维护什么呢？你想要防范什么呢？你想要达到什么目的呢？当然了，你要跟外面的人产生互动，那你们的能量就纠缠在一起了。那这个纠缠就没完没了的。今天你这个做的不对，明天你那个还要做的更好，那后天你要去满足我这个，明天你要达到这个标准……然后你有时间去挖你的地洞吗？所以你们能否知道外面都是死人呢？是你把它变活了，然后跟你的能量产生纠缠。然后继续把你的能量消耗在对方身上，明白吗？所以你在跟随打交道啊？跟你自己的那一套系统。因为你觉得外面的人需要你去证明，需要你去解救，需要你的帮助，需要你的负责任。不然你就是没责任的人……所有的这一切体现的都是你们的认知。

问：爱的能量是永恒的吗？如何感知到更多爱的能量？

鲁米：所有的能量都是永恒的，就不增不减都在那里。怎样才能感知到更多？其实你在感知没有爱，也是在感知更多，明白吗？怎么感知呢？就好像你怎么才能更多感知到这个空气存在的重要性？那没有空气的时候，你也能感知到空气的重要性，明白吗？所以说当你在特别稀薄的空气下去感受，其实你也在更多的感受到爱，明白吗？就你怎么样能更多的感受到水？那当你几天几夜没有水喝的时候，口渴的要死的时候，你也在感知。当你源源不断地在水的滋养下，你也在感知。所以当你在和爱走的很远很远，你都在感知它。比如说爱是太阳或者爱是一团火，你在离那个火越来越远，你又看不见又冷的时候，你也在感知它。那你离它越来越近，哇，好温暖好明亮，越来越清楚，越来越明亮，越来越温暖的时候，你也在感知。你只是在不同的，一个是正面一个是反面，就是不同的味道去感知它。

问：那一世有一个人对你影响挺大的，叫纱幕丝。她跟你是什么样的关系以及对你的影响？

鲁米：她就像镜子里面的我，只不过是把她变活了跟我互动。

问：她是你的爱人吗？

鲁米：不能说是不是爱人，因为当你在说她是我的爱人的时候，你就把她分别了，分出去了，分开了。她就像是，比如说我是一条蛇，我这条蛇的眼睛在看着尾巴。或者我像是一只凤凰，然后她是我的翅膀。然后我在打开翅膀，欣赏我的翅膀。或者她是我身体的一部分，是我的双腿双手，我在体验这种合一的感觉。通过她我感受到那种能量没有阻碍。就这么说

吧，就像影子一样，我的手一动，它就跟着动了。我的脚一动，它就跟着变了。就是风在我头发上一吹，它就跟着动了。就像是这种感觉，我们是在同一股能量下面受到影响。就我品尝到的，她品尝到了。我感受到的，她感受到了。我兴奋的，她兴奋了。我开心的，她开心了。我悲伤的，她悲伤了。我沉重的，她沉重了。所以我们像是同一个舌头在品尝。那你说同一根舌头它们在品尝这个味道。你能说这个舌头是你的爱人吗？舌头说它是你的爱人吗？你怎么回答它呢？

问：在你的诗里面描述了很多合一的状态……

鲁米：那刚才跟你讲的那个不就是合一的状态吗？你通过把自己分离出去，又体验到合一的感觉。那就是爱情，明白吗？

问：你说爱情只适合勇士，不适合娇惯者。为什么呢？

鲁米：我们刚才不是说爱情只是你分离出去的一部分，然后你再体验到那种合一。就比如说你的那一半跳下火坑，你会跟着跳吗？那如果你没有跟着跳的话，那就没有爱情，那就不是爱情。你如果你还考虑一下要不要跳的话，也不是爱情。所以这里没有你犹豫的机会，也没有你考虑的机会。它就像是你的身子，上半身下去了，下半身也跟着下去了。因为你们是一体的呀。那如果你头脑开始考虑，好害怕啊，不行，这个太危险了。那这个是什么？所以勇士是没有去考虑的。当勇士去考虑那把刀好厉害，那个战场太恐怖了，那个太害怕了的时候，他还是勇士吗？所以勇士就是他的头脑不思考，他只是往前冲，对不对？那爱情是不是这样？

问：我们如何在物质世界体验到真正的爱情？

鲁米：有人会让你奋不顾身吗？然后你会为某人奋不顾身吗？那就这两个问题了。如果有人可以让你奋不顾身，你也会去奋不顾身，就在体验爱情。那如果没有人让你奋不顾身，你便体验不到。你一直停留在头脑的层面。

问：体验真正的爱情在我们灵性旅程中有什么作用？

鲁米：应该是说爱情在你们的生命当中有什么作用。它能让你在还没死的时候就先死掉，就还没有脱离这个物质肉体的时候，你就可以从爱情当中脱离这个物质肉体的束缚了。让你走向真正的自由。因为你们的物质肉体对你来说就是你的一个盔甲，它就是你的一个枷锁。那你死的时候，你就把这个枷锁给脱下了，你就能体验到灵魂的自由，对吧？那你在爱情里的时候，那我们刚才说你得自我消亡，就是你得随着这一股能量。这股能量怎样你就怎样。你还有一个你的话，你便没有办法。那你是不是就已经进入到灵魂的状态了？你没有被困在这个肉体里面。这个肉体不过是追随这股能量的。所以那你是不是在还没死的时候死掉了？你就提前脱下了这个盔甲，这个肉体的束缚。你就能到达一个自由之地。

问：性爱在我们生命中的作用是什么？

鲁米：它们是你的这个肉体在，就是通过这个肉体在呈现这个，就是允许这个能量、呈现这个能量的合一。就是一种表达合一。因为它跟你们感受到悲伤要哭要流眼泪是一样的呀。因

为你内在有一股非常悲伤的能量流过，那么你就会掉眼泪，对吧？那你内在有一股合一的能量流过，你会干什么？表达合一啊，连接啊。连接，肉体的连接。就你俩不是分开的状态，你俩要合在一起。

问: 还有其他方式体验这种合一吗？

鲁米: 能量的表达除了通过身体去表达，那你们也可以通过你们的文字啊、语言啊、话语啊、交流啊。

问: 如何面对内心的恐惧或者对不确定性的恐惧？

鲁米: 他能够看到他品尝的只是他自己吗？他的能量吗？就是他喝的水是他流出来的。他能看到吗？不能看到的话，他就会一直确保外界或者一直在外面下功夫。那如果首先他能知道他品尝的水是来自于他的内在，那么他就会看向源头、看向根源了。他才能知道根源。就好像你的着火点在哪里你都不知道，你只是在外面扑火心的话，那着火点还是继续在燃烧啊。就好像有一个屋子里面产生毒气，产生毒气的源头在哪里你都不知道。那你就不断地吃各种药去解决各种症状，而不去把产生毒气的源头给它堵住。

问: 那就是痛感感知内在的恐惧去.....

鲁米: 那通过我们的信息，你们就是认识到你们品尝的一切不过是你们自己的频率而已。那你是不是就知道外面没有任何问题呢？不然的话，你把你的所有能量都消耗在哪里了？在外面呀。就像小偷在屋子里面，你在门外去找。找得到吗？你得关起门来，我们告诉你了小偷的窝藏地在家里面。所以你把门关上在家里面找，你就能找到它。你都不知道他在屋子里面，你还使劲在外面不断地去找。那你家里的东西还在不断不断地被偷啊。

问: 物质肉体 and 灵魂的关系是什么样子？肉体会束缚灵魂吗？

鲁米: 肉体它更像是一个舌头。灵魂在通过这个舌头在品尝，在通过这个物质肉体来品尝。所以它们的关系更多是，就是肉体是一个品尝者，就是它能产生各种味道，能捕捉、产生各种味道。它是一个品尝者。

问: 它会束缚灵魂吗？灵魂怎样才能不被肉体束缚？

鲁米: 应该说你这根舌头到底是在超负荷运作或者是错误的运作，你这个舌头会不会生病？因为舌头本来就是品尝味道的。但是你拿它去挑水，就是你不用肩膀挑水，你用舌头去挑水，你用舌头去做家务，就是你把舌头当手去使用。那你想象一下，逐渐逐渐的舌头便失去了它本来的功能。因为它变得像手一样粗糙，它的味觉就变得越来越不灵敏了，它的功能就慢慢慢慢丧失了。然后它就越来越病变了。所以说知道它是个舌头的功能，然后只是用它来品尝食物，而不是用它来挑水洗衣做饭。那么你便能允许舌头，就是给它提供正常的功能来服务于你，而不是被你滥用或者舌头被你用废了，它已经丧失了它本来的功能了。所以是不是束缚就看你怎么用它了，怎么理解它，怎么认识它。

问: 如何知道自己爱不爱一个人？

鲁米: 你愿意为他死吗? 你愿意为他放弃一切吗? 你愿意为他奋不顾身吗? 愿意跟他上刀山下火海吗? 如果你觉得跟他上刀山下火海是幸福的事情, 那么你就爱他。

问: 如何知道自己有多爱一个人?

鲁米: 你愿意上几次刀山下几次火海呢? 一次还是无数次? 一辈子还是一阵子?

问: 你的诗里说爱只能发生, 不能去学。为什么?

鲁米: 你想象一下, 一个奋不顾身上刀山下火海的人, 他是没有疼痛的。你要去学? 学别人上刀山下火海, 你吓都吓死了, 明白吗? 所以那些为爱奋不顾身, 上刀山下火海, 对他们来说是一件壮丽的事情。对那些不愿意上刀山下火海的人, 你要跟着去学? 你还没走到门口就被吓死了。那你学的来吗? 你学的来动作, 你没有拥有他内在的能量和力量。因为那股强大的能量让他在刀上面走不会疼痛的, 明白吗? 就像是一个资深的气功大师在那用刀子往肚子上碎大石。你没气功的人, 你去打。人家为什么没事? 人家用气顶着的。那你呢? 你有气吗? 所以一个是在有气功的状态下去对阵那些刀的。那你肚子里是没有气的, 然后去对那个刀。那别人完好无损。刀一碰你, 破了。能学吗?

问: 什么是真正的性爱?

鲁米: 就是合一啊。就是你们两个在体验同一股能量。比如说你特别激情, 对方在那特别无聊, 那你们是在体验同一股能量吗? 你特别兴奋, 对方特别抗拒。你们在体验同一股能量吗? 所以你俩在体验同一股能量吗? 在吗? 那就是了。所以你就能从中感受到你们之间是否在同一股能量里面。这个就好像是在合唱一样, 一唱一和或者跳交谊舞。那你们都是在同一个调里面, 还是说跑调了?

问: 你会爱上什么样的人?

鲁米: 她本来就是我一的一部分的那个人。就好像我是个变色龙, 我在变颜色的时候, 他也跟着变颜色。我现在变成了黄色, 她马上变成黄色。我现在变成绿色, 她也变成绿色。我现在变成黑色, 她马上就黑色。那你就知道了。我是面镜子, 能完完全全反射。那她也是面镜子, 能完完全全反射。那我是个镜子, 她是个石头? 所以就是和我一致的。

问: 是因为你被你自己吸引吗?

鲁米: 那才能产生爱呀。不然你就像电线短路了一样。那你电线短路了, 这个电器运作不了呀。所以就没有爱呀。你电器运作不了, 就没有爱, 就没电。那你能通电的话, 这么说, 这个电通过你的线、她的线。那你能通电吗? 能够让这个电运作起来提供电吗? 能的话, 那才是爱啊。不能的话, 你们就没有爱啊。只不过是强迫的放到一起, 这个电还是短路的。它什么都没发生。你们体验的就是不和谐, 体验的就是你怎么这样, 你怎么那样。你为什么不这样, 为什么不那样。那你们体验的是什么? 你觉得我有问题, 我觉得你有问题。你觉得我不对, 我觉得你不对。

问: 如何面对爱情不恐惧?

鲁米：对爱情恐惧只是你们的观念而已。当爱情发生了，那里没有恐惧。就你还没连上电的时候，你会产生恐惧，因为你还没连上电。当你一连上电，你的恐惧消失了，没有恐惧。

问：有恐惧是不是并没有体验到真正的爱情？

鲁米：有恐惧，是你在体验你自己的能量。你这个能量并没有联通，就还没有体验到空，就是共享能量吧。

问：真爱来临的时候如何敞开自己，给出信任？

鲁米：如果你还需要一个行为和动作的话，那就没有爱，明白吗？就我需要去做到我要敞开。是你本来就是敞开的呀。或者我要去信任他，那你本身就是不信任的。就是你还要去做某一些事情的话，就说明你还没有……就这朵花还没有绽放的时候，你说我如何才能让爱情来的时候让花绽放呢？你花本来就没有绽放嘛。就你果子本来就没成熟，它本来就还不甜嘛。所以说当季节到了，花遇到水开了，就那种。就像是一朵没有开的花遇到水开了。它不需要去问我怎么在水没有来临之前绽放呢。所以它是一遇到它自然就绽放了，所以并不是要在它来临之前先绽放。本来我是一个包裹的状态，但是因为它的到来，我就打开自己了，信任了，我就敞开了，明白吗？

问：如何找到真爱？

鲁米：不是你能找到的。这么说吧，你眼前有一个人，你就能为他上刀山下火海了？你就能为他去死了？能吗？它不是找到的。如何体验到真正的爱情？这么说吧，它并不是一个你可以想方设法可以去达到的状态，而是好像春天到了花开了，秋天到了果子熟了，这种。因缘，天时地利与人和。就是秋天到了果子熟了。那那个果树也一直在成长啊。那你说你这棵果树营养不良，土壤也不好，老是被虫咬。你秋天到了，它长不出果子呀。所以说你这棵果树是否在不断地滋养和不断地成长的状态下呢？如果它是的话，到了秋天的时候，它自然而然果子就熟了，明白吗？所以你的这个生命状态是个什么样子呢？

问：没有体验到真爱是因为时间没到还是因为内在观念的束缚？

鲁米：有很多。比如说你太把你当成人，就你把你自己当成一个肉体，那是你的全部，那么你可能就不太愿意去放下你肉体的任何，就你太去注重欲望或者肉体的需求或者身份或者所有的这一切。然后比如说你本身就很怂，你不会愿意为任何人做任何放下自我的事情。因为爱就意味着你奉献你的生命给对方。那当然你就品尝不到了。爱并不是去拿，爱是去给，是完完全全的给出自己，进入到一种无的状态。

问：爱情的杀手是什么？爱的对立面是什么？

鲁米：爱的对立面是恐惧。然后把恐惧信以为真了，然后不去做什么或者去做什么。因为产生的恐惧会不去做什么或者去做什么。它会阻碍你的行动或者是会促使你做出某一些行动的时候。所以为什么又回到刚才的那个爱是勇士呢。当你在产生恐惧的时候，你便不会允许这个能量去通过你。

问: 真正的爱情需要什么?

鲁米: 就是需要你进入到一种合一的状态, 就自我的一种消融, 它就是一种空无的状态。

问: 如何体验这种状态?

鲁米: 你说呢? 是你们在体验。你到底被什么占有啊? 你是被物质、被欲望还是被你的贪婪、被恐惧、被名利、被权力, 明白吗? 你想有几个人愿意去奉献, 去完全放弃自我呢? 他们更多的是想要去拿, 去占有, 明白吗? 为什么他们体验不到爱情? 所以并不是所有人都崇尚爱情。他们更多的是为肉体服务。爱情是什么? 爱情是让肉体为灵魂服务的。

问: 如何面对爱情里的遗憾?

鲁米: 在爱情里面遗憾也是美的, 就是爱情里的遗憾它也是一道美食, 它也是美味的。所以它不是遗憾。爱情里的遗憾不是遗憾, 它是美妙, 它是浪漫, 它是为了的情, 它是让你念念不忘的。这么说吧, 一个让你念念不忘的, 你觉得它是遗憾吗? 我们还想说一下爱情的美妙就是, 它会让一切丑陋的东西变美, 它会让一切变得珍贵, 它会让所有的石头都变成金子, 它会让所有的毒药都变成甘露, 它会让所有的路途都变成了风景, 它会上一切肩上的重量都变成了甜蜜, 它会让你品尝的每一杯水都充满了甜蜜, 它会让你说出的每一句话都沁入心脾, 它会让你生命每一刻都深刻有意义, 不是那种虚度光阴。没有爱情, 就像是一个花园里面全是枯死的草, 没有生机。拥有爱情, 就像一片花园充满了鲜艳的花朵蝴蝶、美丽的色彩、沁人心脾的香味, 就像是这种。所以在爱情里面, 它把一个骷髅都变得美丽, 把一个丑人都变得美丽, 把你们世俗人眼里的不雅都变的雅致, 它把所有的丑陋都变成了一种性感、一种魅力、一种魄力。所以它把一切都变得那么美。我们想让你们知道的是, 或许在你没有遇到爱情之前, 你是默默无闻。但是在你遇到爱情过后, 你会变成全宇宙的明星, 你会变成那颗天上最亮的星, 你会变成最闪亮的那个人。无论哪个明星在你面前, 他们都会褪去他们的颜色。因为你有爱情, 你才栩栩如生, 你的一举一动、你的每一句话都在产生强大的反应。就你的话语超过了任何总统、超过了任何权威、你的魅力超过了任何明星。然后你的存在能给别人带来那种幸福的感觉超过了任何。圣诞老人给他们送的礼物都不足为奇, 因为你的存在就是他生命中最大的礼物。所以拥有爱情或者在爱情中的人, 他们是这个世界上最闪亮的星星。他们从毫不起眼或者没有发亮的状态, 然后散发出强大的光芒, 可以照亮整个银河系。

2024/12/26 – 连接圣诞老人

问：当我真的去领悟了这个感情是我自己温度投射的时候，我内心产生了很大的遗憾。我后悔自己为什么没有做真实的自己？为什么不去先给出信任？我明白了我只能得到我给出的。我怎么放过自己不再责怪自己？

高灵：因为所谓的感情并不是你头脑里面想出来的呀。我不管你头脑里面想多少，产生多少问题或者有多少个想法或者有多少个决定，真正的感情跟这个无关呀，明白吗？所以说你现在只是在跟你的信念系统打交道，你要知道它跟你的感情是无关的。并不是因为你没做什么或者做了什么或者什么没做好，你的感情不好，OK? Nothing to do with that。就好像你自己手上拿了一把剑你在玩而已，你在体验这把剑的锋利，体验它，你在玩它。那你拿起来了，你要是不想玩了，你放下就可以，仅此而已。但是真正的情感并不是你头脑里想象出来的，它也不是你在那熬，做的更完美，它就好了。两码事。你要知道你现在打交道的是一个中国人，那个感情是一个外国人。他俩连种族都不一样，国籍都不一样，啥都不一样，八杆子打不到一起，完全没有联系。但是你却让它们产生关系。所以你只需要去看清楚它不过是你自己在跟你自己的那一套信念系统，还有那些memory，还有记忆，你头脑里面的想法，你不过是在跟你叽叽喳喳的头脑在打交道而已。跟你生命中真正的感情毫无关系。它也并不是让你要做的多好，OK? 而是说你完完全全的怎样都好，就没有任何要求，没有任何规定需要怎样。那这样子就是感情，明白吗？那你不过是在面试而已。所以在面试的关系，那就会看这看那。那当你们在一起过后，他就是你，你就是他了呀。你们就是一个整体。那如果是一个整体，又何来我要做成这样，要表现成那样，展现出那样，我要这样那样？

连接圣诞老人:

问：你在那一世的时候，你的人格特质是怎样的？

圣诞老人：我的人格特质是非常轻松幽默搞怪搞笑，就是想把所有的沉重变得没有重量，想要把没有味道的变得滋滋有味，想把没有颜色的变成有色彩，想把泪水变成欢乐。所以我就像是一个搞怪的小丑或者是魔术师的形象，想要给这个世界带来欢笑、带来快乐、带来美好。

问：爱是什么？

圣诞老人：对我来说爱就是把黑暗变成光，把悲惨变成美好，把伤痛变成温暖，把冷漠变成和谐，把冷的变成热的，把隔阂和距离变成合一。

问：给与是什么？

圣诞老人：给与就是去展现你想要去转变，比如说把距离变成合一，把悲伤变成笑容，把悲痛变成爱，就是通过你去给与这份意愿。那怎么样给出这份意愿？你便可以通过各种方式去展现出你的意愿，你想要把隔阂变成合一，把冷的变成热的。

问：给与是按照自己的意愿吗？

圣诞老人: 刚才说首先是你的意愿你想要去消除什么。比如说你想要给黑暗里带去光, 想要给痛苦的人带去安抚、带去以及良药, 你想要给饥饿的人送去食物, 你想要给贫穷的人送上你的财富, 你想要给悲伤的人送上你的祝福, 想要给寒冷的人送上你的温暖。那是你的意愿吗?

问: 那给与到底是要按照我的意愿还是对方的需求呢?

圣诞老人: 首先你要知道这是来自于你的意愿。为什么? 你想要去展现, 想要去转变眼前的, 比如说给寒冷的人披上一件保暖的衣服。那你是不是在给与, 对不对? 所以说它来自于你自己的意愿, 你想要去给与, 你想要去给出, 给出你想要如何去转变在你眼里的相。就好像眼前的一幅画, 它是黑白颜色。你想要如何填满这个色彩, 让它栩栩如生呢? 让它变得更加生动呢? 明白吗? 所以你是一个创作者, 你就是造物主。就像造物主创造这个世界, 它给这个世界点缀了花朵、香味、昆虫、一切美丽的东西, 还给不同的季节变换着颜色。你看造物主在给世界不断不断地点缀, 对不对? 它给这个世界不只是美妙的风景, 还有美味, 还有食物, 各种精灵、动物。它们都充满了生命, 都在共同演绎一个..... 就好像是..... 你们会喜欢画, 对不对? 为什么? 因为画它美好的色彩, 它看上去很美好, 画的栩栩如生。它会把你带到一种境界, 让你感受到、连接到美好。那么造物主就是给你的这一幅画, 它不就是活灵活现的吗? 明白吗? 一切都充满了生机, 一切都充满了美好。那它是谁啊? 它是造物主。那你又是谁呢? 你也是造物主。那你在如何把你生命的每一个画面去填上你的色彩呢? 去加上你的香味呢? 去呈现出你自己的爱呢? 你的创造力呢? 你的表达呢? 所以你的生命就是一次表达的机会, 你通过你这个生命体来表达你是如何当这个造物主。那么造物主就是给黑暗的世界带去了光, 造物主就是给寒冷的空间带去了阳光, 造物主给漆黑的夜晚带去了星光, 明白吗? 你就是造物主的能量, 你要如何给你生命中的一切添加色彩呢? 你是允许它所是的样子, 本来就是充满了纷争、冲突、争吵或者分别。你要去消除它呢? 还是加深它呢? 你怎么去表达呢? 所以是你, 你才是那个造物主。你在以造物主的身份在演绎你的世界, 在装扮着你的世界, 你在和每一个互动的人, 他们给了你机会让你去如何呈现你的身份。

问: 给与是付出吗?

圣诞老人: 你觉得呢? 这是你的世界, 对不对? 这么说, 这是你的房子。在你房子里, 你又宠物。你跟给你的宠物一点美食, 让它在很快乐的状态下呢? 还是让它饥饿、让它饿死, 在那惨叫, 留下一具尸体给你, 让它变成一具一具的尸体在你的房间里面给你呢? 你到底想要看到欢乐欢笑快乐, 就是充满了energy、充满了生命力的生命或者是花朵? 你给你花园里的植物、花, 给它水分、给它肥料、给它施肥、给它捉害虫..... 你说你是在给谁做呢? 那你觉得你是在付出吗? 你不过是在创造一个充满了生命力、充满了活力、充满了美好的环境、场域。你给你自己创造一个这样的场域。因为在这样的场域里你会感受到更加的美好或者是生命力, 对不对? 那如果让你住在里面都是尸体、都是骷髅、毫无生机、死气沉沉、臭味连天的地方, 在那里面你是什么感觉? 所以你想要呆在什么地方呢? 所以你是在为他们付出吗? 因为外界的一切, 如果你们不在乎的话, 就好像你可以选在在一个臭气连天的粪坑里面这样子生活着。然后你不会受到爱的滋养, 你不会体验到生命的力量, 你不会体验到生命的美好, 明白吗? 所以你不过是在亲手装扮你自己的世界而已, 因为这里只有你。

问: 可以帮助我们看到给与的价值吗?

圣诞老人: 那就是我们今天一整天的信息围绕着一个..... 就是来让你看到..... 这么说吧, 你看上去给到他们, 就好像你在给蔬菜浇水, 你是在给, 对不对? 你把你的时间、精力给了蔬菜。但是谁在吃那个蔬菜呢? 所以说那个蔬菜的能量是给到你了呀。就算你种了很多蔬菜, 你没有亲自吃到或者吃到一小部分, 其它部分都被羊吃了。那谁吃那头羊的肉呢? 那就算你分给了很多村民, 然后村民们过的很富足开心快乐。然后他们见到你, 他们就给你了美好的笑脸。是谁得到那个美好的能量呢? 如果他们都饿的要死, 因为你从来不分享你的任何。他们一看到你, 就恨你, 你那么有钱, 你都不分给我们。他们都在背后诅咒你。你连接他们的能量, 你是什么感觉呢? 你会不会产生恐惧? 会不会防范? 会不会害怕? 会不会抗拒? 所以谁在体验那个分裂的能量呢?

问: 如何看待自己成了无条件给与的形象?

圣诞老人: 应该说只是我对这个世界的理解, 我对这个生命的理解。并不是说有一个形象, 我想要去成为它。而是说在给你们分享这些, 在我的观念、我的世界、我的认知里面, 它是一个怎么样的关系。就像是比如说这里是整个生态系统或者是整个水源, 那么你就在这一个水源里面不断地拉屎拉尿污染它, 还给它毒气。但是你不知道这个水流是循环的, 也就是说你这个房间里面的自来水是来自于这个水源, 因为它是一个循环的系统。所以其实你在毒害你自己。那当你在保持这个水源的干净, 保持源头的干净的时候, 这个水源是流动的, 那你喝到的是不是干净的水呢? 还是为了某一种概念而去做的事吗? 不过是在为自己。但是其他人是我自己的一部分, 因为他们就像是身体里的器官。维持他们的活力就是维持我这个生命体的活力。

问: 我们也想要拥有你的精神, 想要送给很多人礼物。怎样才能更大化的送出自己的礼物?

圣诞老人: 你能够看到多少? 就是你能够看到多少你污染的水源和你之间的关系? 那么你能看到你污染的水源或者你在清理的水源它跟你有直接的关系, 那么你是不是就会很用心的去清理它或者去保持它的洁净, 明白吗? 那如果你看到后, 觉得不关你的事或者你是因为某一些概念去做的话, 这两个能一样吗? 就像你在用锅做饭, 你知道这个锅做的饭是给你自己吃的。你会容忍它上面有各种屎、各种粪便、各种污垢吗? 明白吗? 那如果你不吃这口锅和你知道你要亲自吃, 这种感觉是不一样的, 对不对? 所以说它取决于你到底能看到多少? 你所互动的、所发生的或者是所做的事情它跟你有多深的连接呢? 有多直接的关系关联呢? 你能看到吗? 那如果你能看到这个厉害关系和你看不到..... 你觉得他是他, 你是你, 我污染的是他锅里的饭, 跟我没关系..... 那是不一样的。

问: 您还在给人类送礼物吗? 是以什么样的形式呢?

圣诞老人: 你们现在连接我, 我就在给你们送礼物。就好像我的水在这里, 你来取, 你就能喝到。

问: 在您看来, 人类最需要的礼物是什么呢?

圣诞老人：人类最需要的礼物是看清楚你们是一个整体。就好像刚刚说的这一套生态系统它是怎么循环的，它是怎么连在一起的，它是怎么一环影响一环的，它是一个好像是多米诺那种一层一层的关系。因为你在破坏其它的地方就在破坏你们自己。就好像你们所有人都在这一个楼板上，你们去炸掉别人的楼板的时候，你自己的地基就已经被破坏掉了。

问：生命最大的礼物是什么？

圣诞老人：生命中最大的礼物就是一切都是你们的礼物，就是你们所见所看所遇到的，所有的一切都是你们的礼物。比如说你见到的不同的人，可能你排斥的不同的种族或者是你们想灭掉的某些东西，所有的这一切都是你们的礼物。哪怕包括比如说你们觉得黑暗或者是恶魔或者是地狱，就是你们恐惧的东西，或者死亡或者疾病，就任何你们排斥的东西它也是你们的礼物。所以一切的一切都是你们的礼物，只是你们看不到而已。

问：怎样才是最好的庆祝圣诞节的方式？

圣诞老人：就是真正的去连接那个能量，比如说你们现在连接的这个能量。那么对你们来说这个就是最好的庆祝……比如说你们现在所有在听我信息的人，你们心中都充满了感恩，你们心中都充满了爱，然后在这样子的能量下，它就是最好的庆祝方式。那如果没有进去到这样的能量下，你们只是在表面的互动或者迎合，就好像这个水只是在你们的嘴唇上碰撞，但是你并没有喝下去。它并没有给你解渴，它也不会给你的身体提供水分，明白吗？所以说当你的内在被滋养了，比如说我们现在这种方式，你们外在便不会去不断地抓，就不会去抢水了。因为你们内在没有被滋养，所以一直属于饥饿饥渴，看到东西就去抓、看到食物就去抓、看到东西就去抢。就是才会对物质层面的一些东西才会有如此强烈的抓取感，因为你们内在没有被滋养。那通过什么才能滋养你们内在呢？就是通过现在这样子连接这一股能量，让你们内在不会是一个好像饥饿饥渴的状态下。在这样的状态下，你们产生的一切都是好像饥肠辘辘的人看着别人手上的包子一样，你觉得你不抢过来，你就会死掉一样的感觉。

问：怎样更好的传承您的精神？

圣诞老人：就是去看到和认识到。因为这并不是属于我的精神或者来自于我，它不过是我这个角色对世界万物的认知和理解。那么我通过我的方式去演绎，就是去表达出来这种理解。就是去呈现出来，因为这是明显的事情。就好像你不会去给你自己喝的水里面加上毒药或者拉一坨屎或者撒尿，对不对？就这么简单啊。那你觉得我怎么样传承你不往自己的饭里面拉屎拉尿的行为呢？你说一个人来问你：怎么样理解你不往自己的饭里面拉一坨屎的做法？你怎么告诉他？我怎么样学习你的精神：不给你自己下毒？所以你看你怎么回答他呢？这就是我想要回答你们的。

问：人类为什么会创造圣诞老人这个形象呢？

圣诞老人：美好的东西，他们都想要去连接、去传承。

问：只有圣诞节的时候才能向您许愿吗？

圣诞老人：这个问题就有误，并不是向我许愿，明白吗？

问: 向您许愿都可以实现吗? 是您在帮助我们实现愿望吗?

圣诞老人: 我们是平等的关系。你这样是误解了自己的身份。当你连自己的身份都不清楚, 你连许的愿都是个误会。所以真正的许愿是让你去相信你会获得某一些东西, 因为你觉得我许了愿我就会获得。它不过是加深了你去相信它。所以你可以不用许愿, 去相信, 明白吗? 如果你许愿, 你只是觉得我许了愿才有或者我许了愿, 我不一定有。那么你就在弱化它。还有就是真正的许愿是看到这里没有分别, 还有就是这里所有的一切都是你的礼物。不要去把某一些东西推开。它们存在在你的生命当中, 它都是一步台阶。它如果是一步台阶, 你说我把这个台阶拆掉, 这个台阶不要, 这个台阶拿掉, 这个台阶不行, 这个台阶是个灾难给它拿掉。你看你还剩几步台阶? 你拿的只剩下两三步台阶, 人家的台阶直接通天了, 无限个台阶。他就能走向无限, 你呢? 你走了两三步、四步、五步, 没路了。你就只能停留在四五步的位置。那别人的台阶通向哪里啊? 他们的台阶在无限的衍生。他不拿走每一步台阶。所以你看一下你拆掉了多少台阶? 抗拒了多少台阶? 推开了多少台阶? 破坏了多少台阶?

问: 可以请您给我们每个人送一个最意想不到的礼物吗?

圣诞老人: 刚才说了, 你以为只有一个惊喜吗? 只有一个指定的、特定的、这一个才是惊喜吗? Everything, 所有的一切。

问: 可以让我感受一下你的能量吗?

圣诞老人: 是你在感受, 所以不是说来让你感受, 是你在感受我。就像太阳它在那里, 你能问太阳: 太阳, 我可以感受一下你的能量吗? 太阳怎么回答你呢? 它就在那里。

问: 圣诞老人的形象是在表达什么呢? 是无私和奉献吗?

圣诞老人: 表达对真相的理解, 对生命真相的理解、认知。

问: 如何理解给与的真正的意义? 它与接受有什么不同?

圣诞老人: 给与者是你, 接受者也是你, 都是你。

问: 您是如何看待人类对爱的表达?

圣诞老人: 通过你们对爱的表达, 它不过是投射出你们自己的一套认知系统, 就是你们自己对生命的认知。那么它就会通过爱这面镜子映射出来、呈现出来。所以爱就像是一个盘子, 盘子里面装的是你。当然, 你会产生变化, 对吧? 所以你对爱的表达也会随着你自己的变化而变化的。

问: 圣诞节如何可以成为这种表达爱的机会?

圣诞老人: 不是圣诞节才有机会让你们去表达爱, 不过是节日会把你们带到一个特定的, 哦, 今天要做这件事。就是remind 你们 do something。但是你本身就是爱的状态, 所以你存在, 你就在表达爱。

问: 您认为现在孩子的愿望与过去的孩子相比有什么不同?

圣诞老人: 孩子是你们集体意识的一个缩影, 就是目前社会集体认知的缩影。所以就好像你们是黑色的, 那么他们自然而然就会被污染上黑色。你们是红色的, 他们自然而然就会污染上红色。所以你的那套认知或者是那套对生命的理解都会通过孩子给映射出来。所以孩子不是单独的存在, 而是你们自己这个水源流出来的一个支流。

问: 庆祝圣诞节这个行为是如何服务于人类的成长的?

圣诞老人: 刚才说了就好像是在提醒你今天要做这个事, 明白吗? 如果你只是在做事, 而没有真正的去..... 就是它是虚假的。就是你还会觉得我又要给别人送礼物了, 压力好大啊。它对你来说是一件义务或者是你必须得做的, 它是一件沉重的事情。

问: 圣诞老人的形象是如何帮助人们理解无私和奉献的?

圣诞老人: 这么说吧, 圣诞老人的形象它在那里, 当你们有不同的意识形态或者不同的接阶段、不同的认知, 你们便会有对它不同的认知和理解了。你们可能会在某一个时间段觉得它是一个虚假的形象, 它就是一个传统的什么的。那比如说现在你在跟我们连接的时候, 你就发现圣诞老人一直在那, 它是活的, 明白吗? 但是它对你们生命存在的意义却跟你们自己创造的那个不是那么一样的。你们是不是通过你们对生命的探索就会给圣诞老人有不一样的..... 它存在在你的生命中有不一样的形式和状态了? 是不是变化的是你们, 对吧?

问: 如何看待人类对于奇迹和魔法的信仰?

圣诞老人: 生命中到处都是奇迹, 只是你们没有去留意注意。本来你们的存在就是一个奇迹。然后魔法? 所有的一切都来自于魔法。你们身处的就是一个魔法, 所有的一切都是魔法。魔法就是无中生有, 对吧? 那你们这个世界就是无啊, 无里面出来的。所以一切都是魔法。

2024/12/31 – 看到静心的力量

问：我十月初的时候，我的右耳突然听不见了。治疗一段时间后，目前还有耳鸣。这个体验要告诉我什么？

高灵：我们连接到你的高我觉得你对你外面繁琐的事情，就是被外面的事情拉扯的很严重，被外面世界的各种相啊、事啊，就是你太关注外面的世界了，被外面的世界拉的心烦气躁的。它有一种强制性的让你进入到一种静心，因为你会容易烦躁、会容易发脾气。就比如说真正的你在A，你离你真正的你的距离越来越远，已经走到BCD..... 快到Z了。所以有一种强迫的能量在把你push，在把你给拽回来。然后你这样的体验是在告诉你，关闭你对外界的关注，不要在乎外面的声音、外面的噪音、外面的相、还有外面的事情。它们都会像是潮起潮落，它会起来，它就会落下去。花开花谢，花会开，它就会谢掉。所以不要因为外界的潮起潮落而引起你内在的躁动不安或者是烦躁，它带走了你的注意力。就这么说吧，你活的越来越不像自己了，就你没有在做自己，你被带偏了，被外面的人事物或者外面发生的事情，你不断地去解决事情，被带偏了，被带走了。所以是生命给你的一个助力、推力，把你往回推。让你越来越接近本来的你。当你越来越接近本来的你，你的面相都会变。因为你现在有点变形了。

问：面对这个体验很不舒服，我怎么样疗愈让它赶快痊愈？

高灵：在没有这个之前，你也是不舒服，明白吗？你也是烦躁不安，也是不舒服的。但是呢，你那种不舒服会让你的不舒服越来越强，你越来越觉得外面让你产生愤怒或者是气氛或者是想要去做，想要去做些什么，想要去改变或者是抵触。它是在帮你加深你的怨恨，就好像一个垃圾堆，它不断不断地在增多。但是你的这个不舒服，它会让你进入到一种静心的状态。就是两种不舒服，一种是加深你的恐惧，你内在的信念，就是更加的烦躁不安，就好像是一个泥潭一样，你越来越深陷那个泥潭。就像是一个绳索，你被那个绳索捆绑的越来越紧，就身上的绳索越来越多。

问：那像我现在这种情况我该怎么做呀？

高灵：现在的话，就是在你们收到我们信息的那一刻你就知道，这是你的高我在给你一记耳光，让你去停下来，让你去对外界放手。就外面的声音对你来说是听不见的。

问：那这个耳鸣的症状我应该怎么去弄？这样不舒服会困扰我。

高灵：就是有一种强迫你放手。就比如说外面对你有一些干扰、有一些影响、有一些声音、有一些动作让你不舒服，你忍一下，忍一下，忍不住了还是要去动手，你还是要去反击或者是骂回去。那这样子的一个状态，就是说你持续的感受到的外面越来越不耐烦的时候，你没办法去反击、你没办法去缓解。你必须得让自己从一个逐渐失控或者不耐烦的状态再一次进入到空无或者是静心的状态。所以你要知道它的这个困扰或者你暂时体验的不适感，它是为了让你彻底的脱离你真正的不适感，明白吗？因为你不断地在加强你真正的不适感。因为你已经开始在变形了，就是你本来不是这个样子的。

问：本来还觉得好好的，就突然出现这个问题。

高灵: 什么是好好的呢? 你们看的是什么是好好的呢? 当你不明白真相, 这里就没有所谓的好好的。好好的, 它只是一个冰块一样, 它会融化掉的。

问: 那目前我的灵魂主题是什么?

高灵: 修你的心, 浮躁不安、动荡不安、烦躁不安、被人影响。就是修你的心, 让你的心可以从一种烦躁不安的状态达到一种非常的静心的状态。就好像你的呼吸。

问: 那我怎样让我的状况尽快的痊愈呢?

高灵: 当你在尽快的时候, 它就是一种快速, 但是你现在是要慢下来。所以你一着急, 你就在背道而驰了。你现在就好像是在穿针一样, 你越着急, 你这个针越穿不进去。或者你在小火烧一个东西一样, 你想大火一下子烧开, 它没办法, 你得慢慢熬。它就得熬这么长时间, 时间得够。就是让你浮躁不安的能量能够安住于当下。

问: 2025年, 我想和过去的能量做个告别, 高灵有没有什么信息给我?

高灵: 我们看到你还会好像是找出口或者是反复的抓狂, 但是你迟早..... 就这么说吧, 就好像你在牢笼里面, 你还在试图逃出去。但是你迟早必须得静坐在这里。比如说你需要静坐24个小时, 它一分钟都少不了。你越是花更多的时间去逃, 那你就没有静坐。那么你迟早需要面对这个静坐的时间的, 明白吗? 如果你当下不再试图去逃, 而是静坐的话, 那么你就离你的24小时越来越近了。你逃, 你就在浪费时间, 你迟早得回来。但是你逃的次数能让你彻底死心, 不然的话, 你还心有不安, 就是心有不甘。所以你只需要明白它只是你必须进入的一个状态和必须去做的一个功课吧。然后你要知道所有的一切发生都是在为了你真正的脱离这个束缚, 走向真正的自由, 而不是说你生命中有了一件悲惨的事件。生命中的悲惨的事件是你没有办法回到你自己的状态, 你越走越远, 而全然不知晓, 不自知。所以它会是你一次走向真正的自我和走向解脱的一次转机。

2024/12/31 – 看到爱的力量

问：我最近在离婚，每当我想离婚的时候，就觉得什么都挺好的。一想到这个事，就觉得好多事。今天我突然收到法院的传票，是我前夫朝我要钱。我今天一晚上都很恐慌。

高灵：我们想告诉你的是首先外面没有别人。外面没有别人是什么意思呢？你先把你的前夫当成他是你体内的一部分。然后现在是你体内的一部分发生冲突。所以你真正需要离开的、解除的并不是你跟他之间的关系。就好像他是你身体的一部分，你没有办法解除这个是你身体的一部分的关系，而是说把它转化，就好像它病变一样。病变，你需要把它恢复，把它变好。那什么才能恢复你的身体呢？唯独、只有爱。所以说在这里无论你再聪明也好，或者是再多法律的权威也好，就是无论你再有理，它都没有办法让你的体内达到一个和解。所以它必须是你从内在发出的爱可以转变外界的一切。当你内在没有发生爱的话，那么你会体验到冲突，你的冲突会通过外面的人来演绎给你，让你体验到。它会形成一系列的事件，就好像道生一一生二二生三三生万物，就是这一只蚂蚁生了一窝蚂蚁。那一窝蚂蚁变成各种各样的事件。一只蚂蚁生出来的，也就是说你内在对他的排斥会演化成各种各样的事件去让你体验到。所以你目前感受到的这个不适感是其中一只蚂蚁，它还会有更多的蚂蚁在那里。那怎么样才能把所有的蚂蚁全部消灭掉呢？那就是你心中升起的爱。你心中升起的爱，就是在你下一秒看到他的时候，你会想给他一个拥抱。你对他不会有半点怨恨，你会理解他所做的一切，你也会允许他所做的一切，你不会有一个你的存在，因为没有你了，明白吗？因为当你的爱升起的时候，你就是爱的本身，它已经没有你的存在了。没有你的存在的话，你就是爱的本身的话，他对你是没有任何办法可以抵抗的，就是他是没办法的。他就像是雪或者是冰块消融在太阳里面。因为只有寒冷，这个冰块才能存在，对不对？那当你的太阳在散发出温度的时候，他这个冰块不得不融化，明白吗？所以你的温度不得不把他融掉，让他也没有他了，他也没有他的存在了。因为他有我这个字存在的时候，他内在就有各种念头、想法、记忆、冲突、观念、概念、理念、证据，就所有的这一切他都会产生。那只有他这个‘我’字消失过后，你刚才所说的那一切都不见了，他就没有办法再跟你讲道理了。为什么呢？这里没有道理。因为他的‘我’已经消亡了，消融在你的太阳下面，所以他这个冰块没办法存在了。但是怎么样才能真正的让你内在升起爱呢？因为如果我们单纯的告诉你让你内在升起爱，你还是没办法做到。你看到他还是恨之入骨，你看到他还会想起他怎么样虐待你的，怎么样欺负你的。那你必须从你跟他在一起的这个关系里面受益，就是你必须允许他以他存在的方式，他以他服务你的方式来服务到你，你拿到背后的礼物。然后这个礼物把你化身成..... 因为没有他，你就不能成神。没有他，你不能存活，你就没有自由。你永远被困在黑暗中，你永远被困在物质世界中，你永远都不自由，你永远都痛苦，你永远都是在牢房里面。所以是因为他解救了你，他是解救你的钥匙。是他把你送到了神的面前来，他让你获得了自由，他让你获得了丰盛，他让你获得了爱情，他让你获得了圆满，他让你获得了一切的一切，他让你完完全全的成为你自己，明白吗？为什么呢？因为就是他的这一股力量在push你来听到这一番话。如果没有他这一股推动你的力量，就是他的强大的冲击力把你冲上了天堂，让你在天堂可以与神对话。那你是不是需要心中对他产生一个感激之心？因为如果他只是一个温柔的臂弯包裹着你，让你觉得日子好舒服啊，生命好美好啊。但是你并没有智慧，明白吗？你还不知道生命的真相。所以你的那个美好还是个冰块，它迟早会融化掉的。当它融化掉过后，它又不存在了，明白吗？所以你能看到他为你的生命献出来的礼物吗？他来让你认识到所有的一切都在你之内，外面没有任何人，就是所有的力量都在你之内。你只需要去看清楚生命的真相，明白吗？

问:我在法律上确实很占理.....

高灵:因为无论你们都少paper work,多少法律法规或者什么的,它们只是在加深你们的矛盾。可能表面上你赢了官司,那说不定你走出去过后,他在背后袭击你呢?明白吗?可能走出法庭,他就一枪毙了你呢?所以你们不要去指望用理据或者权威或者压制性的、压迫性的,因为这样子会加深他们内在的无力感,只会加深他们内在对你们的抗拒。因为你们已经对立了,对吧?那你所做的一切,哪怕你的官司.....他会感受到他没有力量,他更加的无力。他更加的无力的话,他是不是就会想要去感受到他是有力的?感受有力,那他会去做出一些什么呢?就会做出一些暴力事件,对不对?所以说你们觉得你们有时候在移除一个炸弹或者是在解决一些问题的时候,实际上埋了一个更大的坑在后面。

问:我就是如果我真的要在法律上要对他怎么样,我手里的东西很多。但是我又不想卷入这个剧情。但是我没有动作,现在又.....

高灵:就是为了来让你听到这番话。所做的一切就是为了让来听到这番话,让你来明白这个世界的冲突是如何发生的,让你来彻底的走向生命的自由,让你来彻底的跟你身边的一切和解,明白吗?

问:但是我的卡点是我体会不到这个自由快乐。这个东西我上哪去.....

高灵:就像我们刚才信息说的一样,力量在你这里,钥匙在你这里,解药在你这里,所有东西都在你这里。你唯一需要做的就是允许,允许爱的能量通过你流向这个世界。它就像是火山里面强大的能量,可以融化掉一切。

问:那比如说现在实际上我应该做什么呢?

高灵:实际上让你看到背后这一层一层的关系。能看到因为你把他当成了另外一个人在攻击你,所以你才建立了一个你来跟他互相对立。所以说那个分别心是出自于你的。外面所有的人,你们的关系都是为了来促成和推动你产生变化。为了推动你这个灵魂走向解脱,明白吗?它们会以不同的方式、不同的形式。但是那个形式却是你最需要的。你的头脑的抗拒或者产生的不适感来自于你的头脑并不知情。你的头脑并不知道事情会怎么发展或者什么走向,它看不到将来,它只能看到眼前。所以你要知道所有的一切都是为了你在发生,为了你而存在,为了你的蜕变而产生的,你才是那个受益者。

问:这些我都能理解,我感觉我还没有找到自由和解脱的点。

高灵:自由和解脱的点并不是你去找到的,是你不再产生一个你。就刚才我们说了,因为你已经消融了,你就是爱呀。哪里还需要自由呢?你就是爱的本身,就是存在的本身。你把你自己当成一个人,OK,你需要自由,你觉得被束缚了。你把自己当成一个人了。那如果那个人消亡了呢?消融掉了呢?所以你能消融在爱里面吗?那么所有的一切都会消融。你要不能的话,那么你可以去通过这个你字,演变成所有的对立面或者问题来给你体验到、来给你品尝到。所以你品尝到的一切都是你树立起来的。

问:那我具体是哪一个信念?就是这个你我之分?

高灵：它是你去认识生命、体验生命的一步。通过这些体验，再通过跟我们信息的接触，你能认识到。

问：一个人在遭受另外一个人的虐待。那这个也是被虐待的人投射出来的。那我要当下消除的话，当下要想什么，做什么呢？

高灵：首先就是说，就算你们看到同一个相，就是被虐待的相。但是你并不知道，有可能上演被虐待的相只是为了观看的那一个人，就他俩同时在投射出这一个人给观看的那一个人，给他产生的。让他感受到他自己内在的冲突。有可能他只是给观众演戏的，有可能是他们自己选择的要体验的主题，明白吗？就是每一个相都有不一样的服务目的，所以这里没有任何一个是你理解的那样。但是你并没有被虐待。这里也没有任何人会虐待你。你们都是穿着不同的角色的衣服，然后在变化着不同的角色在体验。体验那种无力感，体验那种无力感也是为了推动你走向拿回你的力量，唤醒你的力量。那被虐待的那个过程其实也是在走向拥有强大能量的一个步骤啊。因为我经常被虐待，所以我心中不断不断唤醒我内在的力量。每一拳头打下来都在让我积累、激发，然后到全部爆发出来，我内在的力量全部出来了，明白吗？所以那一拳一拳看似被虐待，实际上好像是在打气、酝酿、早发酵的一个过程，直到完全爆发。可你永远不是受害者，明白吗？你永远可以把任何你体验的相转变成你的力量。

问：这里这个力量指的是什么？

高灵：力量就是它对你不是一个阻碍，它不是一个束缚，它不是来限制你的力量。它是一股强大的力量。比如说它是捆住你的绳子，你就没力量了，对吧？但是它不是捆住你的绳子，它是你手上的刀。你可以拿这把刀、这把剑去展现你的力量。它是一个工具。它是你手上的一个锤子，而不是压在你身上的石头。

问：这个力量听起来就是认识到自身的无限.....

高灵：这么说吧，你们生命中所有的一切都可以被你转化成力量。它要么就成为一个束缚，觉得这件事情发生过后，我很害怕，我不再相信两性关系。那么它就变成石头压着你了。所以你遇到的所有事件，你都可以把它转化成力量，而不是说把它变成石头压在你身上。那这样你的力量就会越来越大。要么就是你越来越无力。但是你不是。你的灵魂是遇到越多压着你的，反而激发出你在越强大的力量。

问：我没有对婚姻、两性失望。我困惑的是我到底要不要保护自己？

高灵：发生的所有一切都是来让你突破整个物质世界的束缚。如果你还沉浸在束缚里面，你对生命的真相也不理解，你都在束缚里面。你怎么保护你自己呢？你想要保护你自己的同时，你就在限制你自己，明白吗？因为这个物质世界世界本身就是一个牢笼。你保护你自己保护的好好地，你还在牢笼里面。而真正的是你走出牢笼，明白吗？所以说允许你体验的这一切来帮助你走出牢笼，而不是呆在牢笼里面保护自己。因为发生的所有一切，你看，通过你的体验加上我们的信息，你不是在越来越智慧吗？越来越了解生命的真相吗？越来越不活在局里面，越来越不活在自己的束缚里面。你们都在被自己吐出去的丝、吐出去的网紧紧的黏住。你们才是那个织网的蜘蛛，然后又被你们的网给困住。

问: 我的愿望就是逃脱牢笼，对我这个愿望有什么建议？

高灵: 就是把我们的话听进去。因为你一遇到外面的力量你就想要抵抗，想要去还击，想要去更猛烈的力量去还击。但是我们现在没让你去用这个力量，而是让你去用爱的力量。它才是真正的无敌。因为你一直在试图用你的双手、用你的力气去还击。你也体验到了。就这么说吧，从能量层面来说他是你的手下败将，也就是说他比你弱。那一个比你弱的人现在都拿着各种刀剑来针对你，所以你还真的觉得你的力量有这么大的能力？你就好像是一个勇士一样，遇到啥事你就用拳头去解决。你发现现在一个不是习武之人已经在拿各种条款来针对你了，你又想拿出拳头来解决。所以我们现在的信息就是来告诉你这里有比拳头更强大的东西，来让你看到，明白吗？

2024/12/31 – 忘记你所有的记忆，全部归零

第一个人:

问: 关于2025年有什么信息给到我吗?

高灵: 我们想给到你的信息是enjoy the way, 就像是在冲浪一样, enjoy。如果你心中把它..... 就像你去冲浪一样, 它可能对你来说对你是一件恐惧的事情, 如果你心中喜欢安全感或者是你要抓取, 就是你心中有一个固定的相, 那它对你来说也可以是一件刺激、兴奋、exciting的事情, 可以是一个锻炼你技能的事情, 就看你怎么去看它。所以去enjoy这个..... 就好像浪把你推的很高, 然后这个浪又下来, 又推的很高, 又下来。然后在一种对你头脑来说它是一个不确定的。因为你是随着这个wave、随着这个浪。它不是你走在陆地上。所以你头脑需要放掉你曾经的生命状态, 因为你现在是进入到冲浪的阶段。那么它就不可能是你曾经在陆地上走路的状态。所以你会感受到突如其来的突变或者巨大的一个突变, 或者是你头脑不知所措或者是你觉得有点失控。这里没有任何东西是需要你去控制的, OK? 你唯一需要控制的就是你的核心频率, 就是你明白你现在是在是一个冲浪的场景里面。all you have to do is enjoy, 就是enjoy everything。去放掉头脑曾经的一些经验、曾经的一些体验。

问: 我25年的运势怎么样?

高灵: 就像我们刚才说的, 它是一个就像冲浪, 就像你去用滑板冲浪, 就是冲浪的那种感觉。你只是什么? 它就是充满了变化、波动还有潮起潮落。你会觉得突然就好像好运降临一波的那种感觉, 那你也会感受到好像是失去了控制的感觉。

问: 那我25年有哪些需要学习的课题? 或者是哪些让我期待的体验呢?

高灵: 就是这股强大的能量的高低, 然后你去认识它, 去认识到它是一股强大的能量对你的冲击、一种洗刷、一种把你带高或者是把你..... 有高就有低, 对不对? 然后这是你对能量的一个认知。还有就是臣服, 因为你是去体验这个浪, 而不是说你去压制这个浪, 明白吗? 所以臣服就是说对一切能量的臣服, 就在体验它的时候只是去体验它, 而不试图从这个能量当中逃避或者逃离。因为它是一件刺激或者exciting的事情, 它并不是一件negative的事情, 它不是一件对你有负面影响的。所以你只要相信它对你都是正面的影响。那你就不需要去防着它或者试图去抵触它。

第二个人:

问: 25年, 你有什么对我说的吗?

高灵: 只是去跟随你内在的激情和你内在最初的一种欲望、愿望去做, 然后不留下任何痕迹。就是只是去做、只是去行动, 但是不储存、不保存任何memory。就是不要有记忆。就是我的功能就好像摄像机一样, 我只是摄像。但是我却没有一个内存卡去储存录像, 就它不能重复播放。所以25年给你的信息就是说脑子里不要播放任何过去的画面。就比如说今天发生了一些事, 明天早上你记忆清零了。啊, 昨天发生什么事? 昨天有吗? 我怎么不记得了? 记不

起来了，真的是不记得了，它在你身上不留痕迹。所以说你只是去让所有的一切径流你，但是它却不在你身上留下任何痕迹。任何痕迹的话，你便没有办法翻开你生命新的篇章。因为我们现在就好像是一张白纸，在白纸上画画。那如果你还留有昨天的印记、前天的印记、各种印记的话，这幅画没办法是一个崭新的样子。所以你曾经无论任何，全部清零。就无论发生什么，就像失忆一样全部清零，跟你没关系，你不记得了。你只知道我想要做这件事情，我去做。让今天做的事情，明天全部忘记了，不再去做，明白吗？因为你就有的体质，你会越做越无力，明白吗？因为你在储存记忆，你的身体会储存这个感受。你的身体会很敏感。你身体在储存这个振动频率，然后你明天还会在这个振动频率下振动。那么你就始终走不出这个牢笼，你就被困在那里。所以比如说今天有个人打了你一耳光，明天你笑着去给他一个拥抱。因为你已经不记得谁打过了你，明白吗？

问: 25年JOJO老师要举办线下课.....

高灵: 你们去玩。你们只是在玩，就好像办一个house party一样，就是一群朋友聚在一起玩，明白吗？

问: 对即将来参课的学员有什么说的吗？

高灵: 没有对任何人有任何说的，因为无论怎样..... 就这么说吧，就是主角想要体验的世界，那么所有人都会变成配角去支持，明白吗？这里你还觉得还需要跟其他人说什么吗？就是所有人都是围着这个转的。你需要跟围着旁边转的，就好像大的磁铁旁边围着小磁铁，你跟小磁铁有啥说的吗？你说啥都没有。难道你说不要靠近那个大磁铁，它就能做到？因为它是能量，是频率，它不是说什么有用的。就算你现在说了很多，当你在接触这个能量的时候，所有的一切都消失了，就你的头脑已经不运作了。因为它不是你头脑的事。

问: 有一些学员很想来.....

高灵: 我们刚才说什么了？忘记，包括你现在提的所有头脑里面那些东西，忘记它，尽情的去玩耍。

问: 什么样的人需要来到老师的线下课？

高灵: 这个不是人的事，这个是能量。一切都是能量。人也拿它没办法，当这一股飓风来临的时候，人能站的稳脚吗？所以你们唯一的就允许，就是期待这场龙卷风。也不是说期待，就这样了。它不是你们人的意志力或者意愿能够干涉的事情。无论你现在去想这些或者是去策划这些或者是去跟别人说了这些，它顶多是能够呈现你的激情，就是你在通过这些事件展现你的激情。但是它却不是因为这些才形成那股飓风，明白吗？就是它不是头脑里面的事情。因为你现在问的就是你们从技术层面、从思想层面需要去做些什么。你唯一要做的就是去展现你自己的激情就行了。比如说你对这些的激情，而不是有目的的。因为你一旦有了目的，你的头脑就在创造记忆了。一旦进入记忆当中，你就进入束缚了。而且它也不是你头脑里面的事，也不关头脑里面的事。因为不管头脑有多强大或者头脑有多么不认同，但是这股飓风来临的时候，它就不得不吹倒，它就不得不被拉扯过去。所以你们只需要去玩就好了。不去设定或者不去期待，不去设定任何结果。

问: 高灵是想把力量给到人们, 但是人们的头脑想要.....

高灵: 如果我告诉你没有外人呢? 你在说谁呢?

问: 学员想要一个确定的答案。

高灵: 因为没有其他人啊。你还在这我是个工作人员, 他是个学员。我要把他给弄过来。已经就错了。你们是在释放你的频率, 你在做你自己, OK? 是什么阻碍了你的频率释放出去? 因为你的观念? 因为你有目的? 因为你想要这样? 因为你想要那样? 你想要去抓? 你想要一个果? 所有的这一切都变成了挡住你的频率, 就它让你的振动频率变低了、变弱了。所有这些东西全是一股阻力, 阻碍你自己这股热量散发出去。那你没有办法融化他们。所以外面没有他们, 只有激情似火、激情燃烧的你。你需要去告诉配角什么? 你是主角, 其他人全是配角。你需要给配角说啥? 就好像你是皇帝, 其他人全是奴隶。你需要想方设法让奴隶达到什么状态? 需要去说服他们? 你不就是下指令嘛, 明白吗? 就是下圣旨啊, 我说怎样就怎样。

问: 能具体说一下吗?

高灵: 如果你没办法坐到你自己的王位上面, 那你也没办法下指令啊。也就是说你如果清楚你自己是王的话, 你不会去想方设法的要去deal with, 要去怎么说服你的手下。你不直接就是告诉他吗? 来, 跪下。那如果你不清楚你的身份, 那你当然想方设法。当你在想方设法的时候, 那你就进入到一种你需要想方设法, 好吃力去说服他、说动他。你把力量给他了, 你当然无力啊。所以你就是费力, 你就会觉得很累。所以任何观念、任何目的、任何目标, 所有的这一切都变成了一个框架。那如果变成框架的话, 你释放的能量就受到了阻碍。受到阻碍的话, 它就没办法融化掉外面的一切。那真正的你只要存在就融化掉了一切, 就不得不受你影响。为什么? 因为你是太阳, 他们是冰块。他在你面前不得不被融化掉。

问: 关于我的情感关系, 我目前有什么需要去觉知的?

高灵: 就好像我们刚刚说你只需要去把你自己所有的一切全部忘掉, 就变成一个失忆的人。你旧有的, 还有你对择偶的观念, 你对男人的观念, 你对两性的观念, 你旧有的情感经历, 任何, 全部把它抹掉。就像你人生是一张纸, 以前上面画的所有痕迹都见不到了, 完全一张白纸。你心中没有任何概念、想法、观念、没有留下任何痕迹。你们感受到吃力就是来自于你们留下来太多了线索、绳索。它持续的在影响着你们, 牵绊着你们, 导致你们就感觉脚步越来越小, 力量越来越小, 活动越来越小, 自由度越来越小。

问: 怎么做到每个当下完全的翻篇?

高灵: 那你们物质世界不是有睡觉、醒来、白天、黑夜。那不就是让你们做这种事情吗?

问: 那我就是带着觉知训练自己?

高灵: 你只要知道新的一天, every moment 每一个片刻都是新的。你只要能想起来这句话, 你就知道现在就是新的。一切什么都没有发生。我刚刚来到这具肉体, 眼前这个人我第一次见, 眼前的一切我第一次看到。这就是为什么你们需要睡觉。不然的话, 你承载了太多的

相，你头脑会处理不过来。它会越来越慢。就好像你们电脑开了很多页面，然后你睡觉就把它强制关机了。那你想象一下，你开很多页面去运行的时候，你是不是越来越慢了？越来越吃力了？所以一样的。

问：现在关于财富在能量上还有什么对我说的吗？

高灵：就刚才跟你说的，把所有的一切全部清零过后，然后你便对财富不会有任何印记、不会有任何恐惧、不会有任何担忧，就所有这些全部都抹掉了。你就是拥有一切。因为当你们储存了太多，就比如说一直金钱紧张吧，对吧？就比如说有一个人他十年以来一直是在被高利贷要债，他完全不相信自己会富足。因为他头脑已经不相信了，因为他头脑储存的全部都是这些证据，你们头脑都采用这些证据和记忆。那我们是让你从头脑的限制当中出来。

第三个人：

问：你有什么话对25年的我说的吗？

高灵：2025年，我们连接到你的力量在开始出来了。它就像是有一种外面的束缚或者是身体的束缚变得越来越.....就是幻像对你的束缚变得越来越弱了，就是外面的这个假象和幻像对你的束缚越来越弱了。所以25年是你和你的高我进一步融洽、进一步融入的状态。就比如说以前你是瘫痪的，24年你在尝试用脚走路了。因为瘫痪这么多年，它还是会疼，还是会走不了，对吧？那你25年已经能走几步了，你就会充满信心了，就对你走路的事充满了信心。所以25年的话，你的身体的愉悦度、幸福度、还有对生命的力量这些都会增加。所以你就把自己当成一个长期瘫痪在床的人，然后现在在尝试走路。之前都不敢尝试，去年开始尝试，25年能走几步路了。那你接下来就会越来越有力量，越来越逐渐的恢复正常，你就能跑了。它是这个过程。所以你26年在走了，27年在跑了。

问：2025年，我的身体有什么话给我的吗？

高灵：就像我们刚才说，你之前长期瘫痪在床，然后你24年决定你要走路。最开始尝试的那几步，感受一下你的力量，马上又回去，又回到疼痛的状态当中。就你还会被这个疼痛拉回去。那你25年已经能走几步路了，所以就是那种疼痛对你身体的影响会越来越小了。

问：2025年我的痛经会好吗？

高灵：就像我们刚刚在给你形容，瘫痪在床，尝试在走路的那个过程。你说呢？

问：2025年我怎么可以更好的展现我的灵魂？

高灵：就是允许，允许一切所是。当然包括你不能展现出你的高我或者还困在你的小我。那你也允许，允许一切所是。就允许里面没有任何要求，没有任何期待。就好像你知道你27年能跑，你还那个什么呢.....