统一光明之路



第一册
塞莱斯廷系列
Love Inspiration（爱的启示）

扬升之路 • 第一阶段 • 统一路线第一册

英文原书第 1 页

统一光明之路

第一册：塞莱斯廷系列

Love Inspiration（爱的启示） 原著

Love Inspiration（爱的启示） 扬升之路 • 第一阶段 • 电子书统一路线第1册

中文第15版修订审校稿 • 对照英文第15版：30.08.26

本稿依据用户提供的新版英文与旧版中文逐段修订。已覆盖英文原书全部 199 页，尚非完整出版版。此图文样稿已包含英文原书第 1–199 页对应内容，主要配图与部分装饰已补入，附录八篇卷文使用原书卷轴边饰配中文重排。正文与图中说明已改为中文，机构名依用户要求保留英文并附中文释名；未逐一复刻所有细小装饰。页码标记对应英文电子文档的物理页码；目录中的页码保留英文原书印刷页码，供对照使用。正文中的灵性、能量与疗愈主张属于原著内容，并非译者独立验证的事实或医疗建议。

英文原书第 2 页

献辞

怀着爱，

我们将《统一光明之路》奉献并供养给上师摩诃三菩提·达摩僧伽，

愿一切获得绝对而无限的利益。

愿一切拥有绝对而无限的幸福，并远离痛苦。

Love Inspiration（爱的启示） 是在新西兰注册的慈善机构。

版权所有 © Love Inspiration（爱的启示）



Love Inspiration（爱的启示）
学习 · 疗愈 · 觉醒

英文原书第 3 页

Love Inspiration（爱的启示） 扬升之路

第一阶段：第 1－7 步

步骤	意识层次	电子书与课程
第 1 步：扬升之路	走向新爱之意识	电子书 1－8。统一光明之路路线（英文）（统一光明之路）共 9 本：统一光明之路第 1－4 册及大师级〔统一路线第1册、统一路线第2册、统一路线第3册、统一路线第4册、统一路线第4.1册〕；统一超越光明之路第 1－4 册〔统一路线第5册、统一路线第6册、统一路线第7册、统一路线第8册〕。光明之路路线（英文）（光明之路）共 8 本：光明之路〔光明路线第1册－光明路线第8册〕。
第 2 步：扬升进阶之路（英文）	新爱之意识与新真理意识	电子书 9－18，共 10 本。蓝光第 1－5 册〔9－13〕；扬升进阶之路〔14－18〕。
第 3 步：水晶之路（英文）	新水晶意识	电子书 19－28，共 10 本。水晶扬升第 1－10 册。
第 4 步：钻石之路（英文）	新钻石意识	电子书 29－36，共 8 本。钻石扬升第 1－8 册。
第 5 步：祖母绿之路（英文）	新祖母绿意识	电子书 37－41，共 5 本。祖母绿觉醒第 1－5 组。
第 6 步：金光与白光之路（英文）	新金色意识与新白光意识	电子书 42－49，共 8 本。金色神性第 1－3 册〔42－44〕；白光智慧第 4－8 册〔45－49〕。
第 7 步：宏大扬升之路（英文）	宏大的新金色意识	电子书 50－56，共 7 本。宏大的全新金色旅程第 1、2 册〔50、51〕；宏大的全新银色旅程第 3、4 册〔52、53〕；宏大的全新白色智慧旅程第 5－7 册〔54－56〕。

欢迎进入第二阶段与慈爱意识层次！

英文原书第 4 页

本册的先修条件

欢迎！本课程没有先修课程要求。不过，在开始这条扬升之路之前，请确认你已：

1. 在完成任何其他 Love Inspiration（爱的启示） 电子书课程之后，至少为自己留出 21 天，例如臼井灵气、昆达里尼灵气、神圣之光等课程。



说明：

甲、 完成一本电子书，意味着已经完成整本书，包括全部点化、等待时间，以及规定的每日练习 / 自我疗愈练习。

乙、 建议留出这 21 天，是为了让身体有时间整合上一课程的全部能量，避免能量系统负荷过重。不过，如果这是你的第一门 Love Inspiration（爱的启示） 课程，也就是此前未接受任何点化或课程，那么你可以立即开始本书，无需等待 21 天。

有关课程 / 电子书之间休息期的更多信息，请参阅相关常见问题（英文）。

2. 按照“激活（解锁）塞莱斯廷系列的能量”一节的激活码与指引，激活（解锁）本系列的能量与点化。

解锁能量后，你便可以开始。怀着爱，我们祝愿你的塞莱斯廷系列旅程一切顺利！

英文原书第 5 页

本册的辅助资源

免费每月疗愈

扬升疗愈（每月 11 日发送）（英文）。

免费扬升之路配套资料

《扬升之路蓝图》（英文）（扬升之路蓝图）；《扬升之路洞察》（英文）（扬升之路洞察）；《Love Inspiration（爱的启示） 手册》（英文）；《意识转变》视频系列（英文）（意识转变视频系列）。

加速你的扬升之路

扬升疗愈加强（英文）（扬升疗愈助推）；金色扬升疗愈加强（英文）（金色扬升疗愈助推）；星辰扬升门户（英文）（星辰扬升门户）。

支持扬升之路的免费资源

臼井灵气（英文）；昆达里尼灵气（英文）；宇宙灵气（英文）；神圣之光冥想（英文）；大师级符号（英文）；神圣净化（英文）；冥想课程（英文）；灵性教导（英文）；慈爱法资源（英文）；自然生活理念（英文）。

免费音乐与放松（英文）

灵气疗愈音乐（英文）；慈爱法咒语（英文）；节奏肯定语（英文）；索尔费吉奥频率（英文）；双耳节拍音乐（英文）；潜意识肯定语（英文）。

社交媒体

Love Inspiration（爱的启示） 社群脸书小组（英文）；Love Inspiration（爱的启示） 脸书主页（英文）；Love Inspiration（爱的启示） 优兔视频平台频道（英文）。

其他资源

常见问题（英文）；如何提供帮助（英文）；关于我们（英文）；新闻（英文）；体验分享（英文）；我们的慈善宗旨（英文）；免责声明（英文）；版权信息（英文）；隐私政策（英文）；捐赠政策（英文）。



英文原书第 6 页

激活（解锁）塞莱斯廷系列的能量

在敞开自己、接受这些美好的扬升能量之前，非常重要的一步，是先激活或“解锁”本书中的能量与点化。完成后，你便可以开始！

激活过程很简单，由你自己使用一个特别嵌入的激活码，来“解锁”本书的能量。下面的四个步骤只需约五分钟即可完成。

有关激活码或激活过程的更多信息，请参阅“激活码常见问题”（英文）。

1 准备

请以自己觉得舒适的方式坐下或躺下，并确保至少约五分钟内不会受到打扰。你可以播放疗愈或放松音乐（英文）、点上蜡烛或熏香，营造愉悦的氛围。

2 祈请

双手合十，指尖相触，呈祈祷姿势，说出以下祈请文，以启动激活（“解锁”）：

“怀着无限恩典，我谦卑而明确地祈请，激活塞莱斯廷系列的能量与点化。

借由独有的激活码 7492804，愿此得以实现。

愿这次激活利益一切众生。

感谢，感谢，感谢。”

3 接收

如果愿意，你可以静坐几分钟，让能量为你解锁。之后，当你觉得准备好了，可以表达感谢。激活至此完成！

4 理解

完成激活后，请阅读“激活码与规定时程”（英文）（激活码与规定时程）。阅读大约只需一分钟，却能帮助你从这些疗愈能量、点化与练习中获得最大的益处。之后，你便可以敞开自己，接收这些美好的扬升能量。愿你怀着爱与光，以及利益一切众生的意愿，享受这段体验。



英文原书第 7 页

前言

我们怀着爱与光，欢迎你来到这条美好、神圣、带来转化的扬升之路：《统一光明之路》。这是我们最直接的扬升之路，将带领你经历一系列精妙的能量提升、扬升点化与自我疗愈练习，走向新“爱”之意识（英文）中充满爱、平和与喜悦的振动。

通过本系列电子书，我们将提供一个完整而全面的扬升系统，涵盖 Love Inspiration（爱的启示） 多年来接收到的扬升能量、神圣引导的点化与传导教导。

这些教导均来自非常纯净的意识，为你提供一条清晰、直接的道路，走向扬升后的存在状态。对于已经学习过其他教导与疗愈系统的人，我们同样怀着爱欢迎你：这些扬升能量将帮助你继续前进，进入更高、更深远的振动！

在旅程的不同阶段，我们会邀请你接收其他疗愈课程、净化课程与大师级能量，作为扬升旅程的一部分。因此，这条扬升之路就像一条主干道，快速而有效地引领你走向无条件的爱、神圣之光与无限纯净。当你越来越接近完整的扬升时，往往也会体验到内在的喜悦、平静、爱与智慧。



如果你希望在生命中进行深刻而重要的疗愈，或希望全面了解能量疗愈，那么你确实来对了地方！

作为非营利组织，Love Inspiration（爱的启示） 致力于尽己所能，帮助提升集体意识的振动。我们曾多次祈请高等意识，帮助一切众生获得完全而彻底的解脱；愿他们充满喜悦与幸福，不再受任何疾病或失衡之苦。扬升之路似乎就是对这一祈愿的回应。

因此，我们怀着爱建议你，将这条扬升之路作为通往高等意识的主干道。逐个层级、逐次点化、逐本电子书地前进，你将一步步经历深度疗愈、显著净化，最终完整地扬升进入新意识。

你也会发现，这些教导设置了一些暂停与休息期。这些等待时间帮助你的意识吸收、消化新引入的能量，是扬升过程中非常重要的一部分。请遵守规定的等待时程。在许多情况下，这也是接收其他教导与疗愈系统的好机会。最重要的是，请跟随自己的内心与神圣直觉。我们每个人都不同，因此各自通往光明的旅程也不相同。

我们真诚地希望，你能享受这条深远的扬升之路。愿这些美好的能量，为你的生命带来更多爱、幸福与疗愈！

英文原书第 8 页

全书目录

以下为英文原书印刷页码，供中英对照；并非本中文稿的电子文档页码。

内容	英文原书印刷页码
献辞	1
Love Inspiration（爱的启示） 扬升之路：第 1-7 步	2
先修条件	3
辅助资源	4
激活（解锁）塞莱斯廷系列的能量	5
前言	6
目录	7
理解扬升与 Love Inspiration（爱的启示） 扬升之路	9
这条扬升之路的总览	11
统一光明之路总览	15
统一光明之路总览表	17
欢迎进入第一阶段：塞莱斯廷灵气	1
第一阶段，第一级：塞莱斯廷灵气	2
第一阶段，第二级：塞莱斯廷星辰灵气	27

英文原书第 9 页

全书目录（续）

内容	英文原书印刷页码
第一阶段，第三级：塞莱斯廷金光灵气	39
第一阶段，第四级：塞莱斯廷祖母绿灵气	55
第一阶段，第五、六级：塞莱斯廷紫罗兰月蚀与大师级塞莱斯廷白光帝君灵气	72
欢迎进入第二阶段：普罗菲斯廷灵气	102
第二阶段，第一级：蓝湖灵气	103
第二阶段，第二级：黑骑士灵气	120
第二阶段，第三级：大师级白金灵气	132
每月扬升疗愈介绍	146
欢迎进入第三阶段：埃克利普廷之光	149
第三阶段，第一级与第二级：初阶埃克利普廷与高阶埃克利普廷	150
附录一：新爱之意识十三卷轴（第 1 - 8 卷）	172

获取《统一光明之路》第一册的最新版本

随着更多信息出现，本书会不断更新。因此，在开始之前，以及点化过程中的任何时候，如果愿意，请定期访问我们的网站（英文），确认你持有最新版本。原书每页右下角标有版本号与日期；只有网站上提供的版本，才能确保是最新版本。



英文原书第 10 页

理解扬升与 Love Inspiration（爱的启示） 扬升之路

当你开始扬升旅程时，我们想先花一点时间，进一步解释“扬升”的概念，以及这个词对我们的意义，以帮助你前行。

大多数人想到“扬升”时，往往会想到一个人的能量振动提升，也就是朝向更多爱与光“上升”。这当然是一种很好的理解方式。据我们理解，有许多技术、方法与练习，可以帮助你进入更高、更和谐的爱与光的振动，其中一些比另一些更有效。

近些年来，“扬升”对 Love Inspiration（爱的启示）又有了新的意义：我们理解到，地球目前正受到神圣引导，能量振动不断提升，走向许多传导者、灵媒与上师所描述的地球“黄金时代”。例如，自 Love Inspiration（爱的启示） 成立以来，各种高等意识存在曾多次告诉我们，地球与其居民正经历一次重大的能量振动转变；这种转变蕴含着爱、团结与理解。



简单来说，这场意识转变受到神圣引导与安排，帮助我们从以“自我”为中心的意识，转向“统一”的意识，也就是“以爱为基础”的意识。

这正是 Love Inspiration（爱的启示） 扬升之路的宗旨：帮助你加快扬升过程，体验到超出以往所能接触的爱、光与纯净。

在本系列电子书中，神圣引导的能量、扬升点化与美好的疗愈练习，将提供有效的净化、演进、成长与扬升方式。数月之中，你将逐步接收来自多种高等意识存在的大量爱与光。

我们明白，这样的扬升概念对大多数人仍很陌生。不过，自 2011 年创立以来，Love Inspiration（爱的启示） 就一直在开展这方面的工作。在此期间，我们接收了两条主要的扬升之路，以及多种辅助疗愈系统，以加快扬升过程，最终利益一切众生。

据我们理解，从当前以自我为中心的意识，转向更加以爱为基础的意识，很大一部分体现为意愿的自然转变：从“怎样使自己受益”，转向以利他与爱为基础的意愿，例如“怎样以爱利益一切”。

英文原书第 11 页

理解扬升（续）

本系列电子书中的能量、点化与疗愈练习，将帮助你自然而充满爱地走向这些利他、仁善的意愿。你会逐渐感受到，新能量，以及更有爱、更慈悲的思考方式，所带来的深远益处。

了解扬升之路的整体目的后，还有一点很重要：你只需选择其中一条扬升之路。两条道路都通向相同的目的地，只是方式略有不同。

《统一光明之路》的教导，会带领你进行一系列振奋人心的自我疗愈练习与点化，在数月的扬升过程中提升意识。因此，这条道路更适合希望进行冥想、自我疗愈与个人成长，并愿意培养“利益一切”的利他意愿的人。



《光明之路》则更接近以疗愈会谈为主的方式，主要着重于疗愈自己。它的能量同样会引导你向“利益一切”敞开，只是过程更加渐进，整体所需时间也略长。这条道路的早期阶段没有“自我疗愈”练习，而是提供一系列神圣、振奋人心的疗愈点化，在数月中帮助你的意识发生必要的变化。

因此，在开始扬升之路前，我们强烈建议你花时间思考，哪条道路最适合自己。我们网站上的扬升之路页面（英文）与疗愈常见问题（英文）中，有许多帮助你选择的信息。

决定适合自己的道路后，我们邀请你沿着所选道路继续前行，在演进、成长与扬升中，更加接近新意识（英文），以及更多爱与光！

最后，我们也想说明，在任何扬升道路上，都会有各种需要疗愈的议题浮现。你会受到引导，释放这些议题，为更多爱进入意识做好准备。

因此，经历这些能量时，可能会产生各种感受，包括身体、心理或情绪上的失衡，通常称为“疗愈危机”（疗愈危机）（英文）。原著将这些体验描述为整体疗愈、净化与成长中正常的“副作用”，并将其视为扬升、疗愈与成长的积极迹象。

我们真心希望你能享受这些美好的扬升能量。愿它们为你的生活带来更多爱、光与纯净，使一切获得绝对而最终的利益。

英文原书第 12 页

这条扬升之路的总览

读过前面的章节后，你已经知道 Love Inspiration（爱的启示） 提供两条主要的扬升之路。它们是我们通往高等意识最快、最直接的路线，而你只需选择其中一条前行。这些都是开始扬升旅程时的重要认识。

本节将介绍完整的扬升之路，让你看见前方令人期待的旅程。你正在阅读“统一之路”的第一本电子书。这条扬升之路由两个主要部分组成：



甲、 统一光明之路：包括四册主要课程 / 能量系列，以及额外的大师级与大师教师级。各册会帮助你接收多种扬升能量，为后续阶段奠定必要的能量基础。这一过程中有许多深度疗愈与净化；每个层级都会引导你释放不再有助于前行的旧能量。

乙、 统一超越光明之路：这是《统一光明之路》的后续课程，同样包含四册主要课程 / 扬升能量系列。当你走向新意识（英文）的能量振动时，会经历一系列精妙的能量提升、意识振动提升，以及进一步的深度疗愈与净化。

这两个部分，即《统一光明之路》及其后续的统一超越光明之路，共同组成“统一之路”。这是我们通往新意识中美好、充满爱的振动最快、最直接的道路。

与《光明之路》的能量相比，它之所以更加快速、直接，在于这里培养与生起的意愿。例如，接收这些美好的能量并开展疗愈练习时，你会受到引导，以“利益一切众生”为意愿。

随着课程推进，我们会更详细地讨论这个概念。此刻只需先知道，在冥想与疗愈练习中培养这类以合一为基础的意愿，会带来许多能量层面的益处。

英文原书第 13 页

这条扬升之路的总览（续）

完成统一超越光明之路后，这种思考方式会自然地从你的能量与疗愈练习中流露出来，也会美好地融入日常生活。

届时，我们将怀着爱邀请你进入扬升进阶之路，从蓝光第一册门户开始。扬升之路在能量上为你做好准备，使你能够进入这条深远且呈指数式扩展的扬升进阶之路。

正是在扬升进阶之路中，你会正式进入新意识（英文）的振动。这些后续道路将与你分享丰富的能量馈赠；为抵达这些美好教导而付出的时间与精力，都是值得的。

我们也要说明，随着每个层级的推进，振动向上提升的幅度会越来越大。这也是继续前进、不断提升的动力，使你探索并更清楚地认识自己无限而神圣的本性。

此外，在扬升之路的旅程中，我们也会邀请你接收其他能量疗愈系统、神圣净化与其他奇妙的疗愈能量。

因此，请放松并享受这段旅程，让自己在美好与爱的引导中，进入新意识的振动！

原书配图为蓝光第一册门户的封面，副标题为“通往信念与高等意识的扬升进阶之路”；属于第一阶段电子书 9。



英文原书第 14 页

第 1 步：扬升之路总览表

下表列出完整的第 1 步扬升之路，以及大致完成时间。愿它鼓励你继续前行，进入这些更高的意识状态。

路线 / 册次	电子书名称	完成时间
统一光明之路，第 1 册	塞莱斯廷系列	4.5 个月
统一光明之路，第 2 册	索尔塞布罗能量组	4 个月
统一光明之路，第 3 册	朝圣之旅	3 个月
统一光明之路，第 4 册	莫尼莫之光	6 个月
统一光明之路，大师级	大师级：大师教师级为可选	2 周；选择大师教师级另加 4.5 周
统一超越光明之路，第 1 册	统一真理	6 个月
同上，第 2 册	钻石扬升	6 个月
同上，第 3 册	新的光明	6 个月
同上，第 4 册	水晶超越	3 个月

统一光明之路的总最短完成时间：约 18 个月。

统一超越光明之路的总最短完成时间：约 21 个月。

第 1 步扬升之路的总最短完成时间：约 39 个月，即 3 年零 3 个月。

之后，我们诚挚地邀请你进入第 2 步：扬升进阶之路。

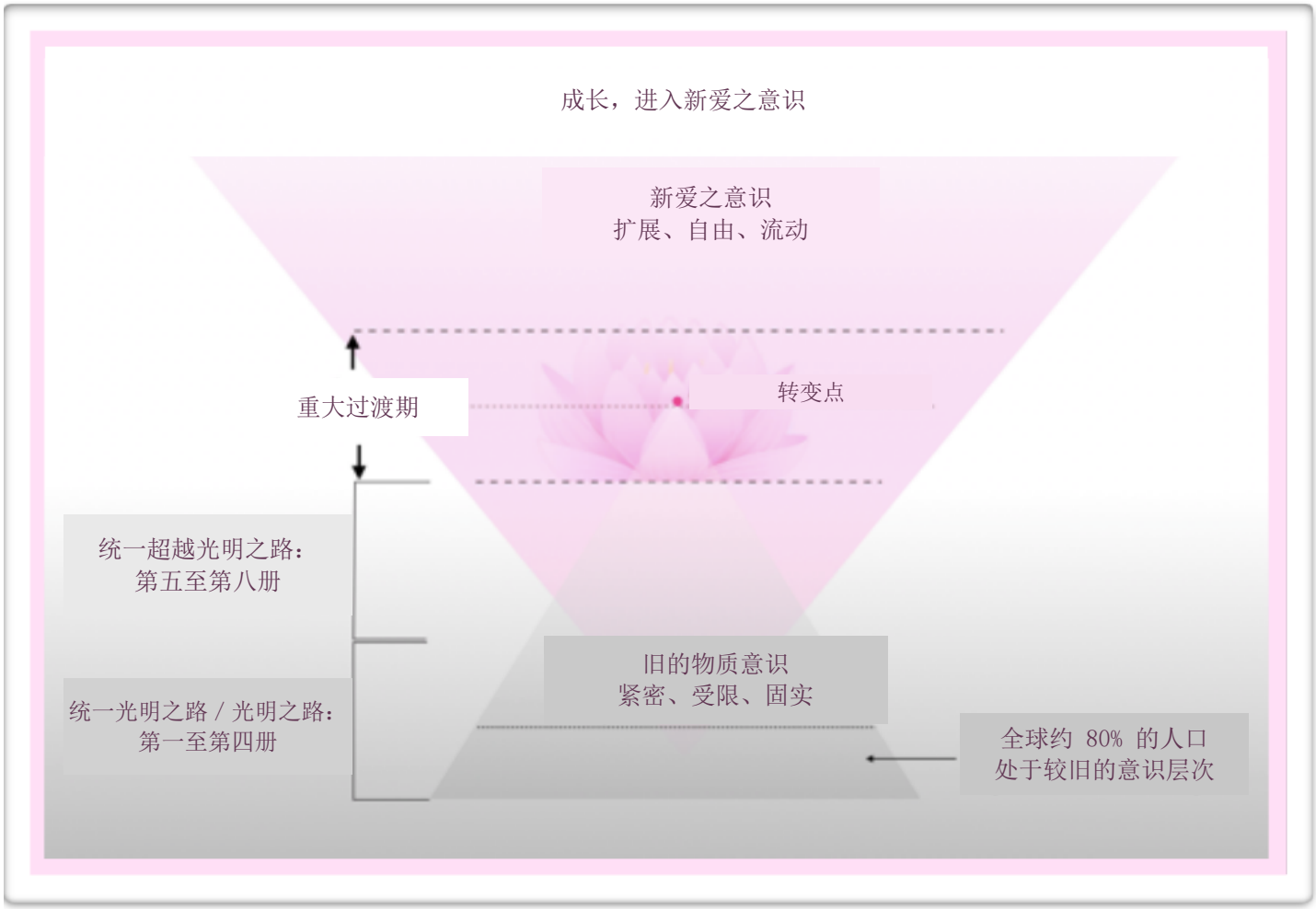
由上表可见，这些扬升能量、神圣引导的点化与振动提升，将在数月之中逐步接收。当你逐层疗愈与净化时，每一层都会加深扬升体验。旅程中，你可能会感到自身的杂质正在释放，表现为情绪上的挑战，或身体不适的再次出现。原著将这些体验视为能量疗愈与扬升过程的重要部分，并认为这一切受到神圣引导，服务于你的最高利益。

也请记住，这条扬升之路有许多神圣引导，许多美好的能量与非常纯净的灵性存在会在此期间守护着你。马蒂与格里也祝愿你一路顺利，希望你在旅途中找到内在美好的爱之中心、智慧，以及属于自己的神圣目的。

英文原书第 15 页

成长进入新爱之意识

下方总览图，是格里于 2015 年 11 月在灵视中看到的。它首先帮助我们理解旧意识与新意识之间的差异：旧意识坚实、沉重、僵硬、受限；新意识开放、自由流动、充满深深的爱。



图中文字对照：

新的（爱）意识：新（爱）之意识；扩展、自由、流动：扩展、自由、流动。

重大过渡期：大转变期；转变点：转变点。

旧的（物质）意识：旧（物质）意识；紧密、受限、固实：紧密、受限、坚实。

下方路线：统一光明之路 / 光明之路第 1 - 4 册。

上方路线：统一超越光明之路 / 光明之路第 5 - 8 册。

箭头注记：世界人口的 80% 目前位于这里（虚线以下）。此为原著所述 2015 年 11 月灵视内容。

图中也显示，Love Inspiration（爱的启示） 的两条扬升路线，即光明之路与统一之路，能够提供一座以太层面的桥梁，通向向导们所描述的“大转变期”，最终抵达新意识的振动。向导们还指出了大转变期中实际发生转变的节点；我们很高兴地告诉你，这个节点将在扬升进阶之路中到达。

遗憾的是，根据这幅图所表达的 2015 年 11 月情况，世界人口的 80% 仍处于旧意识的较低区域或振动中。因此，我们希望 Love Inspiration（爱的启示） 能尽一份绵薄之力，帮助人们通过扬升之路向上提升。

我们很高兴能与你分享这些重要信息。如前所述，当你向这些高度演进、深远的疗愈能量敞开时，前方无疑会有挑战。

面对内在的黑暗，并释放其中陈旧、不再需要的能量，并不总是容易的。但这样做，会带你走向更高、更平和的爱、光与高等意识。我们真心希望你享受前行的旅程；愿它在你进入美好新光明时，带来神圣的祝福、爱与理解。

英文原书第 16 页

统一光明之路总览

了解完整扬升之路的重要概况后，让我们聚焦于统一之路的第一部分：《统一光明之路》。我们再次怀着爱与光欢迎你。如前所述，统一之路是整体道路中的第一系列能量，会帮助你接收重要的扬升能量，促进深度疗愈与净化，为后续能量做好准备。

统一光明之路包含四个主要成长阶段，各阶段的冥想与自我疗愈方法略有不同。每个成长阶段都有一本可下载的电子书，提供有关疗愈能量、冥想、自我疗愈练习的必要信息与指引，以及其他可能有助于旅程的资料。

这是一个简单的疗愈、个人成长与冥想系统，无论有无经验、来自何种背景或宗教信仰，任何人都可以学习。每项练习每天约需 10 - 15 分钟，帮助你在生活中感受到更多平静、放松与爱。

统一光明之路的四个成长阶段如下。完成第四册后，即可进入大师级课程：

第一册：塞莱斯廷系列。

第二册：索尔塞布罗能量组。

第三册：朝圣之旅。

第四册：莫尼莫之光。

大师级与大师教师级。

向导们解释说，这个系统的疗愈强度会在各个成长阶段持续累积，并呈指数式增长；也就是说，越往前走，振动提升的幅度就越大。

前三个成长阶段奠定重要而必要的基础，为莫尼莫之光与大师级期间快速的振动提升做好准备。大师教师级是可选的进阶；对于接受这一重要头衔的人，它提供了一个美好的机会，让你在感到受引导时，与他人分享这些扬升能量。

为了帮助你了解整个旅程，本节稍后附有一张总览表，列出各册、各层级与规定的完成时程（英文）。希望它能让你简明地看见统一光明之路的全貌。

英文原书第 17 页

等待与整合的时间

我们明白，在旅程开始时，这些信息需要慢慢消化。不过，我们希望每个课程与疗愈系统都能提供整体视角，让你看见、规划前方令人期待的旅程。

如前言所述，在点化或层级之间，课程规定了一些等待或消化时间。这些都是最短时程，应理解为消化能量所需的最低时间。

等待时间十分重要（英文），能让新能量深入你的意识，被吸收与消化。这些时程直接来自负责传导能量的高等意识，因此我们再次怀着爱，建议你认真遵守。

我们再强调一次：这些是最短时程。如果你在任何时候想暂停能量练习、点化或疗愈练习，请随时休息，准备好了再回来继续。我们理解，生活有时会带来许多要求；接收这些能量是灵活的，你可以按照自己的节奏，并跟随所感受到的神圣引导前进。

随着各层级的推进，你也会发现，我们将邀请你接收其他能量与疗愈系统。这些沿途介绍的教导，可以在你向更多光敞开时提供进一步学习的选择，帮助你全面、深入地理解能量疗愈。

希望下一页的统一光明之路总览表对你有所帮助，也希望你享受敞开自己、接收这些美好神圣的疗愈能量的过程。愿它们为你的生活带来更多爱、光与幸福！



英文原书第 18 页

统一光明之路总览表

册次 / 课程	层级与名称	最短完成时间
第一册：塞莱斯廷系列	第一阶段塞莱斯廷灵气；第二阶段普罗菲斯廷灵气；第三阶段埃克利普廷之光	约 19 周（4.5 个月）
第二册：索尔塞布罗能量组	第一层级马利布罗；第二层级科尔西克罗	约 16 周（4 个月）
第三册：朝圣之旅	层级及层级名称不适用	约 12 周（3 个月）
第四册：莫尼莫之光	第一层奥迪西；第二层莫尼西；第三层普莱迪西；第四层苏里西；第五层普鲁里西；第六层马利西	约 27 周（6 个月）
大师层级	大师级	6 天
大师层级	大师教师级	8 天

完成统一光明之路的总时间：约 18 个月。

英文原书第 19 页

欢迎进入塞莱斯廷系列

第一阶段：塞莱斯廷灵气



英文原书第 20 页

第一章：塞莱斯廷系列

第一阶段：塞莱斯廷灵气

第一级：塞莱斯廷灵气

欢迎来到塞莱斯廷系列



介绍了完整的扬升之路，并进一步说明统一光明之路后，现在让我们介绍这条道路的第一步：塞莱斯廷系列。

我们再次怀着爱，热忱而谦卑地欢迎你踏上统一光明之路的第一步。希望这些教导能为你带来丰富的内在疗愈、爱与光。

塞莱斯廷系列将提供一系列扬升点化、传导教导与自我疗愈练习，帮助你转化自己，并美好地扩展能量场，为一切带来无限的利益。

当你的能量振动朝向新意识的爱与光提升时，这些教导会请你放下并释放内在许多陈旧、不再需要的能量。一层又一层、一次又一次点化，以及每一次练习，都会使你更接近无条件的爱、光与理解的振动。在塞莱斯廷系列中，你将学习如何开始向外散发这种新的爱之振动，使一切受益。这样做时，你会发现，是扬升能量本身在教导、引领你获得新的理解，并体验到培养“利益一切”这一重要利他意愿所带来的奇妙成果。

英文原书第 21 页

欢迎来到塞莱斯廷系列（续）

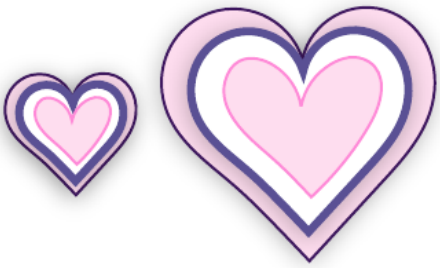
当我们通过塞莱斯廷灵气、普罗菲斯廷灵气，最终进入埃克利普廷之光，逐渐深入这些能量与自我疗愈练习时，就会开始亲自理解并感受到，这个简单却深刻的概念能带来多少纯净与疗愈。而这仅仅是扬升之路的起点！

塞莱斯廷系列帮助你连接一系列振奋人心的能量，为生活带来更多内在力量、动力与勇气。据介绍，塞莱斯廷灵气尤其适合正在经历困难时期，或面临外在环境挑战的人。

我们真心希望，这一组新能量能帮助你在生命中连接更多爱，并在你轻松、优雅而谦卑地走向充满爱的新意识时，带你进入更高、更和谐的存在状态。

如今呈现在你眼前的塞莱斯廷系列，源自马蒂与格里大量而深刻的疗愈工作，包括深度疗愈体验、灵视中接收到的信息，以及许多学习。他们受到引导，将接收与学到的内容记录在这本电子书中。

马蒂与格里在通往新意识的道路上始终不懈努力，经历疼痛、苦难、结束、新的开始，以及更多体验，以学习、理解疗愈之路，让你也能从中受益。愿这些教导与点化，使你在走向这个深受祝福的新意识时，更加接近自己的真实、理解与爱。



最后，我们深深感谢所有帮助我们接收这些能量的人，包括我们的上师、所有向导、家人与朋友、旅途中相遇并向其学习的美好人们，当然也包括彼此。

我们也感谢你迈出统一光明之路的重要第一步。真诚希望，这会成为你生命中奇妙、精彩而美好事物的开始！

愿你的光芒照耀整个宇宙，使一切受益！愿我们都继续这段利益一切的神圣旅程；愿更多人追随你的脚步，走向新意识中深远的爱、慈悲与理解的振动。

怀着慈爱的喜悦，

Love Inspiration（爱的启示）

英文原书第 22 页

第一级目录

内容	英文原书印刷页码
欢迎来到塞莱斯廷系列	2
目录	4
1 塞莱斯廷系列简介	5
2 塞莱斯廷系列结构	6
3 我们如何教授塞莱斯廷系列	6
4 塞莱斯廷系列点化过程	9
5 远程学习塞莱斯廷系列	9
6 理解“灵气”一词	10
7 欢迎进入塞莱斯廷灵气第一级	11
8 塞莱斯廷灵气的起源	12
9 接收塞莱斯廷第一级点化	13
10 接收第一级点化的指引	14
11 塞莱斯廷灵气的疗愈练习	16
12 如何使用塞莱斯廷灵气进行自我疗愈	16
13 通过手触疗愈进行自我疗愈	17
14 通过冥想进行自我疗愈	19
15 使用塞莱斯廷灵气为他人疗愈	20
16 为他人进行手触疗愈	21
17 进行远程疗愈	23
18 结语	26



英文原书第 23 页

1 塞莱斯廷系列简介

如前面的介绍所述，塞莱斯廷系列由三个主要部分组成：

甲、 塞莱斯廷灵气：一个美好、受到神圣引导的疗愈系统，可在不到一个月的时间内学完。塞莱斯廷灵气有五个层级，每一级都在前一级的基础上扩展，让意识经历美好而神圣的开启与觉醒。

乙、 普罗菲斯廷灵气：它被形容为塞莱斯廷灵气的“姐姐”。这些新能量会带来进一步的内在扩展与深度净化。这个美好的扬升疗愈系统约需一个月学习；当你向合一的概念与感受敞开时，它会引导你经历丰富的内在转化。

丙、 埃克利普廷之光：在最后的阶段，塞莱斯廷灵气与普罗菲斯廷灵气的能量会整合、汇聚于埃克利普廷之光的能量之中，带来约两周、充满活力而美好的内在绽放。

完成埃克利普廷之光的层级后，塞莱斯廷系列的整套能量就会完整融入你的意识；随后，你便可进入《统一光明之路》第二册：索尔塞布罗能量组。

我们也要在此说明：普罗菲斯廷灵气点化与埃克利普廷之光能量之间，有三个月的等待期。这段消化时间使塞莱斯廷灵气与普罗菲斯廷灵气的能量充分被意识吸收、消化，为进入埃克利普廷之光做好准备。

请留出这段时间，让新能量安顿于意识之中。与此同时，你也可以跟随自己的引导，利用这段时间接收其他能量与疗愈课程。

希望你享受向塞莱斯廷灵气能量敞开的过程。愿它们帮助你在生活中感受幸福、喜悦与爱！



英文原书第 24 页

2 塞莱斯廷系列结构

塞莱斯廷系列的阶段与层级如下：

阶段	层级	名称
塞莱斯廷灵气	一	塞莱斯廷灵气
塞莱斯廷灵气	二	塞莱斯廷星辰灵气
塞莱斯廷灵气	三	塞莱斯廷金光灵气
塞莱斯廷灵气	四	塞莱斯廷祖母绿灵气
塞莱斯廷灵气	五	塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气
塞莱斯廷灵气	大师级	塞莱斯廷白光帝君灵气
普罗菲斯廷灵气	一	普罗菲斯廷蓝湖灵气
普罗菲斯廷灵气	二	普罗菲斯廷黑骑士灵气
普罗菲斯廷灵气	大师级	普罗菲斯廷白金灵气
埃克利普廷之光	一	初阶埃克利普廷
埃克利普廷之光	大师级	高阶埃克利普廷

3 我们如何教授塞莱斯廷系列

塞莱斯廷灵气、普罗菲斯廷灵气与埃克利普廷之光，是塞莱斯廷系列中的三个子系统。下面进一步介绍各阶段的整体主题、时程与疗愈练习，请参阅下一页的总览表。

英文原书第 25 页

各阶段的点化与疗愈总览

第一阶段：塞莱斯廷灵气

层级 / 名称	点化与疗愈能量所需时间	自上一层级至本次点化的间隔	主题 / 说明
一：塞莱斯廷灵气	8 - 12 分钟	—	入门练习
二：塞莱斯廷星辰灵气	2 - 3 分钟	2 - 3 天	入门练习与业力
三：塞莱斯廷金光灵气	6 分钟	6 - 7 天	通过心念进行冥想疗愈
四：塞莱斯廷祖母绿灵气	5 - 6 分钟	3 - 4 天	肯定语
五：塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气	4 - 5 分钟	3 - 4 天	能量、合一与相互连接
大师级：塞莱斯廷白光帝君灵气	—	紧接紫罗兰月蚀灵气之后	能量、合一与相互连接

第二阶段：普罗菲斯廷灵气

层级 / 名称	点化与疗愈能量所需时间	自上一层级至本次点化的间隔	主题 / 说明
一：普罗菲斯廷蓝湖灵气	18 分钟	塞莱斯廷大师级之后 7 - 14 天	情绪净化
二：普罗菲斯廷黑骑士灵气	8 - 12 分钟	4 天	扩展与成长
大师级：普罗菲斯廷白金灵气	8 - 10 分钟	4 - 10 天	合一

第三阶段：埃克利普廷之光

层级 / 名称	点化与疗愈能量所需时间	自上一层级至本次点化的间隔	主题 / 说明
一：初阶埃克利普廷灵气	15 分钟	普罗菲斯廷大师级之后至少 12 周	利他：新爱之意识十三卷轴
大师级：高阶埃克利普廷灵气	—	完成初阶埃克利普廷后的第二天	利他：新爱之意识十三卷轴

英文原书第 26 页

塞莱斯廷灵气

塞莱斯廷灵气通过五个美好的点化 / 层级进行教授；希望成为塞莱斯廷灵气大师的人，还可接收第六级。第五级与第六级合并教授，构成塞莱斯廷灵气大师级。

每个学习层级都需要一次点化，帮助扩展个人内在的爱之能量，并接通一组新的神圣疗愈频率。在自我疗愈与冥想练习中，你会祈请这些频率。每一级的新能量都建立在前一级基础之上，逐步促进扩展与成长。

前五级从“外在源头”接引能量，再让疗愈之光散布全身，使身体在爱中获得疗愈。各级所接引能量的振动不同，目的也不同。

进入大师级时，能量会发生重要变化：大师级点化将能量源头带入身体，并让心轮开启到新的合一层次，而不再从“外在源头”引入疗愈频率。这使我们能够向外散发爱与光，利益一切，并通过神圣的心之空间，更深刻地理解相互连接。

这是塞莱斯廷灵气旅程最根本的部分。接受大师级点化，意味着与塞莱斯廷能量本身合一，成为利益一切的爱与光之灯塔。

普罗菲斯廷灵气

完成塞莱斯廷灵气大师级后，下一步是普罗菲斯廷灵气，也就是塞莱斯廷灵气的“姐姐”。它把我们的理解与爱之振动带到更高层次。此前在塞莱斯廷灵气中完成的工作，都为普罗菲斯廷灵气中的振动提升做好了准备。

埃克利普廷之光

完成普罗菲斯廷灵气后，我们便可以通过学习埃克利普廷之光，将塞莱斯廷灵气与普罗菲斯廷灵气的不同频率组合起来。在学习前两者之后，埃克利普廷之光的能量频率，是我们继续走向新意识的重要部分。



这些能量疗愈系统被传导给我们时，曾用以下比喻来解释：

塞莱斯廷灵气如同“薄脆饼干”，是开展大量疗愈工作的系统。

普罗菲斯廷灵气如同饼干上方的奶酪，使你获得丰富的爱与光。

埃克利普廷之光则像牙签，将饼干与奶酪固定在一起。

这个比喻有助于理解这里发生的能量过程。

英文原书第 27 页

4 塞莱斯廷系列点化过程

在统一光明之路的各层级中，你都需要接收点化；这是一个简单、约需 10 - 15 分钟的过程。你可以选择适合自己的时间与空间来接收。熟悉的环境往往更容易让人放松、怀着爱敞开，也能帮助体验更加深入。

塞莱斯廷系列的点化过程很简单，按所接收的层级不同，大约需要 5 - 15 分钟。通常，这是轻松而愉悦的体验，帮助你接通本系列的能量，以便在规定的练习中祈请它们。

请注意：开始塞莱斯廷系列前，务必先激活（解锁）这些能量与点化。

激活 / 解锁是一个约五分钟的简单过程，让你能够接通这些能量。一旦解锁，意味着本书中塞莱斯廷系列的全部能量与点化，都已经为你个人激活。

之后，你便可按照自己的节奏阅读本书，跟随所感受到的引导接收能量，继续塞莱斯廷系列的旅程。

如果尚未为自己激活 / 解锁，请按照本书“激活（解锁）塞莱斯廷系列的能量”一节操作。

5 远程学习塞莱斯廷系列



为了让尽可能多的人接触这些教导，Love Inspiration（爱的启示） 决定以在线形式免费提供。本电子书将为塞莱斯廷灵气旅程的每一步，提供准确、易于遵循的指引。

与我们的所有疗愈课程一样，如果你对能量或练习有任何疑问，我们都很乐意解答。此外，我们也准备了许多疗愈常见问题（英文）；当你对书中内容不理解时，可以先从那里查找。我们知道，“理解”是学习的重要部分，因此认真致力于根据你的 需要，提供教导与信息。

完成每本电子书后，我们也很乐意提供证书。书末的结语部分附有证书链接，你可以打印证书，并填写全名、完成日期等个人信息。真好！

英文原书第 28 页

6 理解“灵气”一词



灵气是一个日语词，由臼井甕男博士推广而广为人知。原著将他介绍为生活于十九世纪的日本僧人。臼井博士向世界介绍了一套手触疗愈与冥想系统，运用宇宙能量，也常译为“受到灵性引导的生命力能量”；这正是灵气的含义。

你或许已经知道，这个系统如今广泛传播于世界各地，数以百万计的练习者从这份疗愈与爱的宇宙馈赠中受益。我们感谢臼井甕男博士，也感谢不断将这份宇宙馈赠带到地球的所有灵气大师。

在二十世纪和二十一世纪，我们开始看到更多人，像臼井甕男博士那样，通过深厚的灵性投入与帮助他人的奉献精神，传导出不同的能量疗愈系统。其中一些较新的系统，也被归入“灵气”的子类别。

不过，仍有许多灵气大师认为，这些较新的能量疗愈系统缺乏基础，或不够真实。无论何种情况，我们都建议你运用自己的直觉，判断某种能量疗愈练习是否适合自己。

你可以接触到许多不同的能量疗愈方式。原著将它们描述为真实、有力的振动练习，旨在支持身体、心理与情绪健康，帮助人们接近幸福、喜悦、爱、感恩与慈悲，也更接近内在平和与喜乐。

英文原书第 29 页

7 欢迎进入塞莱斯廷灵气第一级

我们很高兴，你决定与我们一起迈出塞莱斯廷灵气的第一步！重要的入门信息已经介绍完毕，希望你已准备好，精神饱满地进入塞莱斯廷灵气的教导。

塞莱斯廷灵气帮助我们回到神圣的内在中心，也就是爱。它帮助我们理解，向外散发爱与光、利益一切的重要性，从而走向新的爱之意识。

第一阶段的塞莱斯廷灵气能量，也能帮助我们找到动力、韧性与内在力量，尤其是在困难时期或充满挑战的处境中。它还帮助我们清理内在的负面能量，以爱与疗愈之光滋养身体，使我们更加接近完整的健康与幸福。



最重要的是，爱与万物相互连接的能量，似乎在塞莱斯廷灵气中产生着强烈共鸣。深深的爱与个人力量的结合，使这个系统独特而易于享受。

塞莱斯廷能量受到神圣引导，也就是说，疗愈能量会流向需要之处。因此，我们只需放松、放下，向流经自身的神圣能量敞开，相信此刻正在接收自己所需的支持。

这种支持可能是身体或情绪疗愈、灵性成长、更坚定的信念、更深入地理解某个处境，或更深的爱之振动。我们也可能需要韧性、巩固、自我赋能、内在力量，或更清楚地认识内在真实。无论何种情况，受到神圣引导的塞莱斯廷能量都会带来当下所需。

第一级教授的技巧包括：手触自我疗愈、冥想自我疗愈、在疗愈会谈环境中为他人进行手触疗愈，以及塞莱斯廷灵气远程疗愈。

随着层级推进，我们也会说明，如何把其中一些技巧运用于更广泛的能量疗愈情境，让你能够将它们与现在或未来练习的其他能量疗愈方式结合。

英文原书第 30 页

8 塞莱斯廷灵气的起源

第一阶段塞莱斯廷灵气的能量，于 2013 年 5 月，通过格里与马蒂在尼泊尔及印度期间的灵性工作来到地球层面。这些教导由一位自称罗汉帝君、具有亚洲人外貌的男子，在灵视中传递给格里。

他骑着一只半马半狮、长着狮头的动物，在头顶挥舞银剑，仿佛正奔赴战场。他衣着整齐考究：银色长尾外套缀着闪亮银色宝石，脚穿优雅的尖头鞋；一头黑色长发整齐地编成一条辫子，垂到背部中段。

他的眼睛是美丽的绿色。虽然姿态充满活力与力量，他却同时散发出令人敬重的优雅，以及安住内在的平静。他带来的感觉，更像某种神祇或灵性成就极高的存在，而非一般的灵性向导。



他清楚地向格里介绍了“塞莱斯廷灵气”，这是她此前从未听说过的名称。罗汉帝君解释道：

> “塞莱斯廷灵气是一种纯净而神圣的疗愈能量，被带到地球，以帮助走在通往新意识道路上的人们获得疗愈。它是一种带来深度内在转化的疗愈能量，帮助显露我们所有人内在核心的力量。它帮助我们以自身的真实与力量前行，并带来相互融合的活力、耐心与向前迈进的能力，使我们能够继续走自己的道路。”

他继续说道：

> “这种深深平静却振奋人心的能量，在任何时候都能利益一切众生，尤其是在你们所说的‘艰难时刻’。它注入勇气与决心，帮助你抵达需要抵达的地方。它既可以面对面使用，即手触疗愈，也可以远程传送给一个人或许多人。在灾难、抗议、集会、战争等情况下，可以传送这种能量，帮助每个人自身‘真实’背后的勇气流动起来。”

塞莱斯廷灵气帮助带来平静、爱与理解，同时赋予韧性、充实感与内在力量；这些往往是走在自己真实道路上，尤其在艰难时期所需要的。

正是因为罗汉帝君的祝福与爱，塞莱斯廷灵气才得以呈现。我们怀着深深的感恩与谦卑，接受了这项重要任务：在这个时期，将这一宇宙疗愈馈赠传播到地球层面。这是供一切众生共同分享、享受的礼物！

英文原书第 31 页

9 接收塞莱斯廷第一级点化

塞莱斯廷能量现在已经可以在地球层面接通，以利益一切众生，使其远离痛苦、找到内在真实。与疗愈技巧一样，点化过程也很简单。当时，我们得到的指引是：应向所有寻求塞莱斯廷灵气的人提供疗愈与点化。



与大多数能量疗愈系统一样，点化是教导中最重要的部分。通过点化，你将接通神圣的塞莱斯廷灵气疗愈频率，这是实际开展塞莱斯廷练习不可缺少的基础。

每一级点化都会引入一组新的神圣疗愈频率，随后便可将它们加入疗愈与冥想。第一级引入塞莱斯廷灵气的神圣频率；罗汉帝君将其描述为蕴含巩固与韧性的能量。

第一级能量帮助我们找到内在力量、决心与动力，同时坚定信念，赋予我们发现内在真实的力量。它们为更高层级奠定基础；走向大师级时，你会经历能量振动的扩展、成长与提升。

请放心，接收点化通常是轻松而愉悦的体验。过程中，你可能会感觉到能量流动；有些人也可能毫无感觉，这同样没有关系。希望进一步了解点化过程的人，请参阅“点化过程”常见问题（英文）。

点化后的几天里，当陈旧、不再需要的能量被清理、转变或移动时，你可能会有不同感受。原著认为，如果有大量旧能量需要清理，即正在进行深度疗愈，身体需要为此工作，因此可能感到迟缓或疲倦；有 些人可能出现轻微的感冒或流感样症状； 如果清理发生在较低的脉轮，甚至可能增 加如厕次数。我们在能量疗愈中经常涉及 脉轮；如需进一步了解，请参阅疗愈常见 问题（英文）。

点化与疗愈练习也可能带来情绪清理。如果出现愤怒、悲伤或其他情绪波动，请留意这一点。有关“疗愈危机”的更多信息，请参阅相关常见问题（英文）。

英文原书第 32 页

10 接收第一级点化的指引

如前所述，接收点化是走向高等意识的重要部分。尽可能开放、怀着爱接收，也同样重要。这些点化旨在提升你的能量振动，让你能够在后续规定的练习中祈请所需能量。

请注意：开始塞莱斯廷系列之前，务必先激活（解锁）这些能量与点化。

激活 / 解锁是一个约五分钟的简单过程，使你能够接通这些能量。解锁意味着塞莱斯廷系列的能量与点化已为你个人激活。之后，你便可以按照自己的节奏阅读本书，跟随所感受到的引导接收能量。

如果尚未激活 / 解锁，请按照本书“激活（解锁）塞莱斯廷系列的能量”一节操作。

为使点化过程顺利进行，请遵循以下指引。最重要的是放松、敞开，怀着爱与感恩接收这些馈赠。

1 准备

请以舒适的方式坐下或躺下，并确保至少 15 分钟内不会受到打扰。你可以播放疗愈或放松音乐（英文）、点蜡烛或熏香，营造美好的氛围。

2 祈请塞莱斯廷灵气点化

双手合十、指尖相触，呈祈祷姿势，并说：



“怀着爱与感恩，我敞开自己，接收塞莱斯廷灵气点化，以利益一切众生。感谢，感谢，感谢。”



英文原书第 33 页

接收第一级点化（续）

请注意，在祈请塞莱斯廷灵气能量时，无论是接收点化，还是为自己或他人疗愈，“爱”都具有神圣的重要性。祈请时爱的感受越强，流动的能量也越强。此外，无论做什么，如果加入“利益一切众生”这一最高意愿，能量也会更强。

现在，点化会开始，约需 8 - 12 分钟完成，因此最好坐下或躺下约 15 分钟。你可以计时，也可以等待，直到感到能量略有减弱。能量往往会在这 8 - 12 分钟内逐步增强，点化末尾的能量更强；因此，如果开始时没有感觉，不必担心，它仍在进行。

你不需要全程保持合十。可以把手放在身体两侧、心轮上，或任何觉得舒适的位置。

你可能感到能量移动、令人放松的振动，也可能几乎毫无感觉。无论如何，你都会接收到塞莱斯廷灵气第一级点化，并能够练习下面介绍的第一级技巧。

3 结束点化

与之前的练习一样，我们怀着爱与感恩结束点化：



“怀着爱与感恩，我为接收到神圣的塞莱斯廷灵气点化，献上最真诚的感谢。
愿我运用这份新能量，利益一切。
感谢，感谢，感谢。”



英文原书第 34 页

11 塞莱斯廷灵气的疗愈练习

塞莱斯廷灵气的技巧简单、易于练习。第一级教导十分重要，因为它说明了具体的疗愈方法，是更高层级塞莱斯廷能量的基础。

练习主要涉及两个方面：自我疗愈与为他人疗愈。最重要的是，爱之能量至关重要，应成为一切疗愈工作的基础。

塞莱斯廷灵气也引入了向外散发爱与光、利益一切众生的概念，作为更有效的疗愈方式，以及认识自身真正神圣本性的途径。这是大师级练习的重要组成部分，并会在普罗菲斯廷灵气与埃克利普廷之光中进一步发展。

在塞莱斯廷自我疗愈中，我们学习运用双手疗愈，也学习通过冥想疗愈自己。由于所运用的能量受到神圣引导，这两种方式都简单、放松、平和。你只需放松、放下，享受能量为你工作的过程。

第一级接通的能量，帮助我们连接内在力量、动力、韧性与巩固的力量。它们与深深的爱之振动、令人平静的能量结合，使练习自然轻松，并赋予力量。

为他人疗愈时，塞莱斯廷灵气既提供适用于面对面疗愈会谈的手触技巧，也提供适用于地理位置较远者的远程技巧。进入更高层级后，练习方法保持不变，而各级能量会在前一级的基础上继续扩展。

12 如何使用塞莱斯廷灵气进行自我疗愈



爱的能量至关重要，
是一切疗愈工作的基础

塞莱斯廷灵气的自我疗愈有两种方式：手触疗愈与冥想疗愈。虽然技巧非常相似，为了避免混淆，下面分别介绍。

我们建议至少每天练习一次。接收点化后的最初几天，也可以一天练习数次。这能帮助刚开始塞莱斯廷旅程的你熟悉新能量，也给疗愈能量更多时间开展神圣疗愈工作，带来更多益处。

英文原书第 35 页

13 通过手触疗愈进行自我疗愈

请遵循以下四个步骤。

1 准备

舒适地坐下或躺下，花一点时间安定、回到内在中心，为练习做好准备。你可以做几次深呼吸；如果已经准备好，也可以直接进入疗愈。

2 祈请塞莱斯廷灵气能量

双手合十、指尖相触，呈祈祷姿势，祈请神圣的塞莱斯廷灵气能量流动：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷灵气流经我的身体，以利益一切众生。
感谢，感谢，感谢。”

3 为自己进行手触疗愈

你可以进行“通用型”的手触疗愈，也可以针对身体某个部位 / 特定问题区域进行疗愈。当然，也可以结合两者，例如先进行通用型疗愈，随后立即对有困扰的特定部位开展疗愈。

针对特定问题区域：

将双手放在那个身体部位，让能量流动 8 - 12 分钟，或直到感到能量减弱。进行上述祈请时，也可以加入具体意愿，例如希望塞莱斯廷灵气能量帮助“我的消化系统”“我的喉咙痛”或“改善肝脏功能”，如：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷灵气从我的双手流出，让我疗愈一切与……〔例如：我的喉咙痛〕……有关的问题。
愿这帮助我成为更清澈的疗愈通道，从而利益一切众生。”

受到神圣引导的能量会通过双手流向这个区域；如果疗愈这一问题需要，它们也可能流向其他部位。清楚地设定意愿，有助于具有智慧的塞莱斯廷能量理解，你希望在本次疗愈中获得哪方面的帮助。

英文原书第 36 页

通用型自我疗愈

只需将双手放在心轮上，让能量流动 8－12 分钟，或直到感到能量开始减弱。

受到神圣引导的能量会流向身体最需要疗愈的部位。有些人更喜欢这种方式，因为这些能量往往比我们自己更清楚需要疗愈什么。

我们建议两种技巧都试一试，观察自己的感受。并不存在绝对较好或较差的技巧；对于最适合自己的方式，每个人都会有不同偏好。最重要的原则，是跟随直觉与内心的引导。

塞莱斯廷灵气能量会在这 8－12 分钟中逐渐增强，接近结束时更强。如果开始时没有感觉，不必担心，它仍在进行。

4 结束自我疗愈

结束任何疗愈时，都适合向祈请而来的神圣疗愈能量表达感谢。形式可以简单，也可以更完整；你也可以加入自己想说的话。例如：



“怀着爱与感恩，我感谢本次自我疗愈中传来的所有神圣疗愈能量。感谢，感谢，感谢。”

或：



“怀着爱与感恩，我感谢本次自我疗愈中传来的所有神圣疗愈能量。愿你在我行走灵性道路时，继续为我照耀爱与光，使我能够尽己所能利益他人。”

或：



“怀着爱与感恩，我感谢本次自我疗愈中传来的所有神圣疗愈能量。愿你继续为一切众生照耀爱与光。”

英文原书第 37 页

14 通过冥想进行自我疗愈

我们也可以通过冥想，运用塞莱斯廷灵气进行自我疗愈。这个技巧比前面的方法更简单，因为不需要把手放在身体上，只需怀着意愿，让能量流经自己，疗愈所需之处。这也是受到神圣引导的能量疗愈系统令人愉悦的地方。

先按照前面相同的步骤做好准备，再祈请：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷灵气流经我的身体，以利益一切众生。
感谢，感谢，感谢。”



这里变化的只是意愿；塞莱斯廷灵气的智慧会为我们开展工作。我们只需坐下或躺下，让全身接收塞莱斯廷能量，持续 8 - 12 分钟，或直到感到能量减弱。

请记住，能量往往在这 8 - 12 分钟内逐渐增强，接近结束时更强。如果开始时没有感觉，不必担心，它仍在进行。

如前所述，如果明确表达“利益一切”的意愿，会增强传来的能量。仿佛宇宙听见了你利益一切的呼唤，按照意愿的纯净程度，给予相应的能量。换句话说，如果你真心希望他人受益，所获得的能量会与真实想要帮助的程度相应。

如果思绪忙碌、过度活跃，念头不断涌现，可以在这 12 分钟里，缓慢地反复默念祈请文。冥想时也可以尝试默念：“愿塞莱斯廷灵气为我们所有人照耀。”

英文原书第 38 页

15 使用塞莱斯廷灵气为他人疗愈

使用塞莱斯廷灵气为他人疗愈，也很简单。这里分两方面介绍。首先是面对面的手触疗愈。你或许想为亲友提供疗愈；这是与他人分享爱、光与疗愈的美好方式。

此外，我们也会介绍塞莱斯廷灵气的远程疗愈技巧。这一技巧直接来自罗汉帝君。值得注意的是，他提到，疗愈不仅可以传送给个人，也可以传送给某个处境、一群人等。后面的层级会进一步说明。

与人分享这些教导时，我们常说：限制往往只来自自己的心念。

因此，我们鼓励你在疗愈工作中发挥创造力，并始终享受练习。随着塞莱斯廷灵气旅程推进，我们会提供更多信息，让这些方法更加清晰。

请在练习中发挥创造力！



让你的练习充满创意！

英文原书第 39 页

16 为他人进行手触疗愈

与自我疗愈一样，为他人进行手触疗愈也很简单。

1 准备

开始前，先与接收者进行简短交流通常很有帮助：说明过程、可能有或没有哪些感受，为疗愈营造舒适温暖的环境。

接收者可以坐着或躺着，选择对方觉得舒适、方便安排的姿势即可。你可以使用柔和灯光、疗愈或放松音乐（英文）、熏香、蜡烛等，让会谈环境轻松、平和。

如果把塞莱斯廷灵气与其他疗愈方式结合，可以在会谈开始、中间或结束时进行以下步骤，也可以在整个过程中跟随直觉的引导。

2 祈请塞莱斯廷灵气能量

接收者安顿好、你也准备开始后，双手合十、指尖相触，呈祈祷姿势，祈请神圣的塞莱斯廷灵气能量从双手流出。例如：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷灵气从我的双手流出，让我能够帮助……〔姓名〕……获得幸福、远离痛苦。
感谢，感谢，感谢。”

3 进行手触疗愈



把双手放在接收者的顶轮位置，让能量流动 8 - 12 分钟，或直到感到能量减弱。顶轮位于头顶；双手可以接触头部，也可以悬于头顶上方。

重要的是理解：你只是让能量流经的疗愈通道。祈请塞莱斯廷灵气后，能量会进入你的身体，通过双手流入接收者，并流向对方当下最需要之处，使其获得此刻所需的疗愈。

英文原书第 40 页

为他人进行手触疗愈（续）

这一点尤其值得第一次为他人疗愈的人理解。只要设定进行塞莱斯廷灵气疗愈的意愿，能量就会开始流向接收者所需之处。帮助对方的意愿一旦确立，过程便会展开，就是这样简单。

有时，我们可能担心做得不对，或担心把手放上去后没有任何事情发生。此时，对灵气中神圣引导的信任会有所帮助。请放松，理解这些能量具有智慧，知道应流向何处，以带来尽可能好的疗愈。



图示：手触疗愈，将双手放在顶轮位置。

信任通常在多次疗愈与冥想中建立。随着你开始感受到能量，并知道祈请时它们会到来，对表现的焦虑也会减轻。无论是自我疗愈，还是为他人疗愈，实际练习都最重要。

4 结束疗愈

与自我疗愈一样，接收能量后，可以表达感谢，例如：



“怀着爱与感恩，我感谢你在本次疗愈中传来的神圣疗愈能量。愿你继续为一切众生照耀，使我们获得幸福、远离痛苦。”

结束后，听听接收者的反馈也很好。对方可能提问，或询问你在过程中的感受。这很正常；由于疗愈过程中可能有一些议题浮现，这样的交流也常是过程的重要部分。

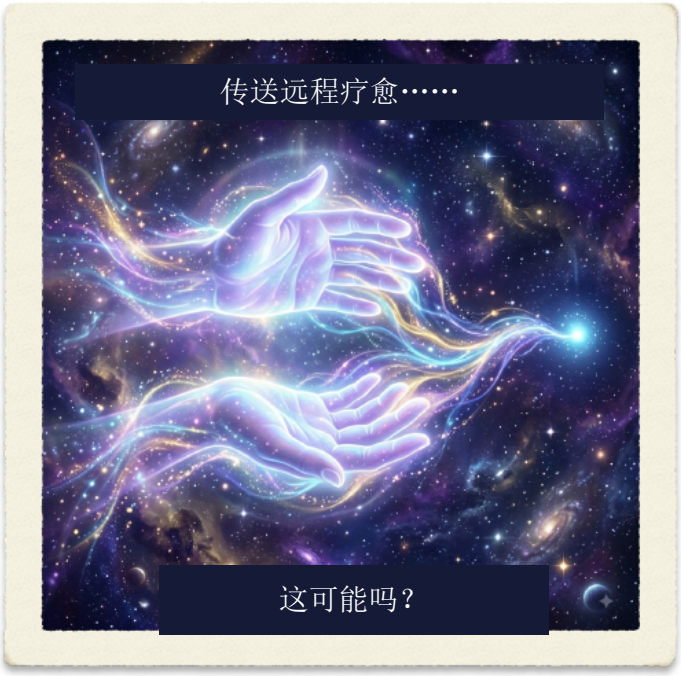
原著还建议接收者在之后约 24 - 48 小时内多喝水，认为这样有助于排出疗愈过程中可能释放或移动的旧毒素。

英文原书第 41 页

17 进行远程疗愈

对于刚开始疗愈道路的人，远程疗愈可能是一个有争议的话题。相隔一万公里，也真的能把能量传送给某个人或事物吗？

这确实不容易理解，开始这类疗愈时也涉及信任。原著认为远程疗愈确实有效，并以点化可以远程进行作为依据。通过练习，你会感受到自己与接收者之间建立的连接，以及能量的传导。



有时，这类疗愈也很有需要。例如，亲人住院而你无法前往，亲友身在海外，或需要帮助的人住在城市另一端。无论何种情况，这种方式都会为练习增加灵活性。

罗汉帝君也提供了进一步的视角：可以考虑把塞莱斯廷灵气远程疗愈传送给某个处境、一群人、国家，或自然灾害等。实际上，任何你觉得能从疗愈之光中受益的人或事物，都可以成为传送塞莱斯廷频率的对象。

在介绍具体方法前，我们要说明：如果为某个特定的人，例如朋友或家人疗愈，一般认为应先获得对方同意。这与尊重自由意志的理念一致。

有些人会用直觉感受，是否适合为某个特定的人疗愈；原著也接受这种方式，并再次强调信任直觉与内心的原则。

以下是塞莱斯廷灵气远程疗愈的步骤。



英文原书第 42 页

1 准备

准备远程疗愈时，可能是接收者联系你提出请求，也可能是你联系对方征求同意。通常，先约定一个双方都合适的时间较好。传送能量时，让接收者舒适地坐下或躺下 15 - 20 分钟。

如果身处不同国家，有时在接收者睡眠期间进行较方便。原著认为，睡眠中的脑波状态使其易于接收疗愈，因此这是适合远程疗愈的时机。

无论何种情况，你都需要安静、不受打扰地坐 15 - 20 分钟，并像普通手触疗愈或自我疗愈一样做好准备。

2 祈请塞莱斯廷灵气能量

如果传送给某个人，双手合十，使用与手触疗愈相同的祈请方式。对于其他类型的远程疗愈，可以使用以下示例：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷灵气从我的双手流出，让我能够为反全球化抗议活动提供帮助。愿所有与此相关的人获得幸福，远离一切痛苦。感谢，感谢，感谢。”

“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷灵气从我的双手流出，让我能够帮助所有受持续中的阿富汗战争影响的众生。请帮助所有相关者获得幸福，远离一切痛苦。感谢，感谢，感谢。”

“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷灵气从我的双手流出，让我能够帮助地球恢复平衡。愿我们所有人都珍惜来自地球母亲的美丽与爱。感谢，感谢，感谢。”



英文原书第 43 页

远程疗愈（续）

你的创造力决定了练习可以扩展到什么程度，因此请自由发挥，按意愿传送。这样做时，你也在为自身疗愈创造相应的业力条件：给予的疗愈越多，获得的疗愈也越多。

第二级将进一步讨论业力与业力条件。

3 进行远程疗愈

远程疗愈有许多方式。罗汉帝君向我们介绍的方法是：举起双手、掌心朝外，如图所示，或采用自己觉得舒适的姿势；只需设定意愿，让塞莱斯廷能量传送给那个特定的人、群体、地点或处境。疗愈持续 8 - 12 分钟；感到能量减弱时，就表示本次远程疗愈已经完成。



图示：举起双手，掌心朝外。

4 结束疗愈

与之前的练习一样，怀着爱与感恩结束远程疗愈：



“怀着爱与感恩，我感谢所有为……〔接收者 / 群体 / 处境名称〕……传来的神圣疗愈能量。
愿我们都生活在爱、光与幸福之中。
感谢，感谢，感谢。”

谢谢你

英文原书第 44 页

18 结语

塞莱斯廷灵气第一级教导到此结束。如前所述，这些基础教导为之后所有层级奠定基础。

接下来的几天，我们鼓励你为了利益一切而继续练习第一级能量。准备好后，我们诚挚地邀请你迈出下一步，进入第二级能量与疗愈练习。

第二级塞莱斯廷星辰灵气将引入新能量，仿佛为冥想增加强大的助力。本级不引入新的疗愈方法，而是用新能量扩展你已有的疗愈与冥想能力。

这一能量扩展过程将贯穿各层级，直到重要的塞莱斯廷灵气大师级；届时，技巧会转化为真正奇妙的练习。

第二级塞莱斯廷星辰灵气点化，可以在第一级点化后 2－3 天接收。因此，现在只需继续练习，享受与这个基础层级的连接。

这 2－3 天的能量消化与整合非常重要，使第一级的新能量充分、深入地被能量场吸收。期间，你也可能感到一些内在疗愈议题浮现，等待净化。原著将所谓“疗愈危机”的出现，解释为朝向更高意识振动前进的迹象。

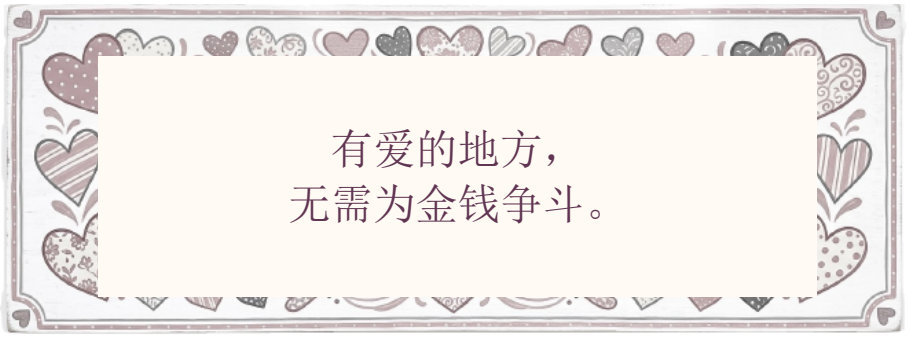
最后，塞莱斯廷能量的意愿，是利益一切众生，使其远离痛苦，生活于幸福、真实与平和之中。因此，罗汉帝君要求这些教导能够向所有人开放，金钱不应成为限制。总体原则是：这些能量免费提供给一切，利益一切。正如我们得到的说明：

“有爱的地方，就不需要为金钱争斗。”

愿你享受塞莱斯廷灵气练习；愿它带来爱、光、疗愈与力量，让你为一切照耀。

伴随神圣的塞莱斯廷之光，

罗汉帝君与 Love Inspiration（爱的启示）



英文原书第 45 页

第二级：塞莱斯廷星辰灵气

第一章：塞莱斯廷系列 • 第一阶段：塞莱斯廷灵气

欢迎进入第二级

祝贺你在塞莱斯廷灵气旅程中迈出重要的下一步！第二级引入的塞莱斯廷星辰灵气能量，将为练习增加助力。

从现在直到大师级之前，疗愈与冥想基本不需要再学习新的技巧，因为大部分方法已在第一级介绍。接下来的几个层级，你将接通更高频率的能量，深化练习。疗愈通道会拓宽、扩展，提升疗愈能力，以利益一切。

在这些层级中，真正的学习来自你自己的练习与内在体验；对我们而言，这正是最令人期待的部分。当然，我们仍会分享罗汉帝君传来的全部信息，帮助你将新能量融入疗愈与冥想，获得尽可能好的效果。

马蒂与格里也会继续分享亲身练习所得的进一步体会，希望你的练习以最美好的方式成长、发展。

感谢你继续服务于疗愈、爱与光。愿练习带你更加接近和谐、内在平静与喜乐，使你与一切众生获得幸福、远离痛苦！



Love Inspiration（爱的启示）
学习 • 疗愈 • 觉醒

英文原书第 46 页

第二级目录

内容	英文原书印刷页码
欢迎进入第二级塞莱斯廷星辰灵气	27
1 塞莱斯廷星辰灵气简介	28
2 接收塞莱斯廷星辰灵气点化	29
3 接收点化的指引	29
4 塞莱斯廷星辰灵气的疗愈练习	31
5 手触自我疗愈	31
6 冥想自我疗愈	32
7 练习的补充说明	33
8 为他人进行手触疗愈（包括业力）	33
9 为他人疗愈的指引	35
10 远程疗愈	36
11 结语	38

1 塞莱斯廷星辰灵气简介

塞莱斯廷星辰灵气是一段约 2－3 分钟的美好能量“助力”，可以接在第一级塞莱斯廷灵气练习之后。它的能量通过宇宙深处两颗明亮的金色六角星而来，是一种充实满足的能量；接收塞莱斯廷星辰灵气点化后，便可接通、祈请这种能量。

点化时，这两颗明亮六角星会激活名为乔伊桑的符号，并将其置入双手各自的掌心脉轮。练习时，只要设定塞莱斯廷星辰灵气能量流动的意愿，符号就会为本次疗愈自动激活。我们不需要绘制或以其他方式操作它，因此本书不再进一步介绍乔伊桑。

英文原书第 47 页

2 接收塞莱斯廷星辰灵气点化

第二级点化与第一级的过程基本相同，只是所接通的能量不同，所需时间也略短，约五分钟。

罗汉帝君解释，塞莱斯廷星辰灵气是充实满足的能量，将在第一级练习的基础上加以补充，使疗愈能力进入新的层次。

再次请你放心，点化通常是轻松而愉悦的体验。过程中可能感到能量移动，也可能毫无感觉，这同样没有关系。

也请回顾第一级的提醒：点化后几天，当陈旧、不再需要的能量被清理、转变或移动时，可能出现不同感受。原著认为，大量旧能量的清理需要身体开展工作，可能使人感到迟缓、疲倦，或有轻微感冒、流感样症状；较低脉轮的能量清理也可能使如厕次数增加。

点化与疗愈练习还可能带来情绪清理。如果有愤怒、悲伤或其他情绪波动，请留意这一点。更多信息可参阅“疗愈危机”常见问题（英文）。

3 接收点化的指引

与第一级一样，为使点化顺利进行，请遵循指引。最重要的是放松、敞开，怀着爱接收这些馈赠。

重要提醒：你在本书开篇完成激活时，已经为自己激活了整本书的全部能量与点化。因此，接下来只需怀着爱，按照以下指引接收第二级能量。



英文原书第 48 页

1 准备

舒适地坐下或躺下，确保至少 10 分钟内不会被打扰。你可以播放轻柔的疗愈或放松音乐（英文），点上蜡烛或熏香，营造愉悦的氛围。

2 祈请点化

双手合十、指尖相触，呈祈祷姿势，并说：



“怀着爱与感恩，我敞开自己，接收塞莱斯廷星辰灵气点化，以利益一切众生。
感谢，感谢，感谢。”

请注意，在祈请塞莱斯廷灵气能量时，无论接收点化，还是为自己或他人疗愈，“爱”都具有神圣的重要性。祈请时爱的感受越强，流动的能量也越强。无论做什么，加入“利益一切众生”的最高意愿，也会增强能量。

现在点化会开始，约需 2 - 3 分钟完成，因此最好坐下或躺下约 5 - 10 分钟。你可以计时，也可以等到感到能量略有减弱。

与第一级一样，不必全程保持合十。可以把手放在身体两侧、心轮上，或任何舒适的位置。

3 结束点化

怀着爱与感恩结束点化：



“怀着爱与感恩，我为接收到神圣的塞莱斯廷星辰灵气点化，献上最真诚的感谢。愿我运用这份新能量，利益一切。
感谢，感谢，感谢。”

英文原书第 49 页

4 塞莱斯廷星辰灵气的疗愈练习

第二级沿用第一级的自我疗愈及为他人疗愈技巧。通过加入充实满足的能量，在第一级疗愈的基础上继续扩展。

下面说明如何将其用于手触自我疗愈、冥想自我疗愈，以及为他人疗愈。

5 手触自我疗愈

选择手触方法时，先按平常方式完成第一级练习：做好准备、祈请塞莱斯廷灵气能量，再将双手放在心轮或特定身体部位，进行 8－12 分钟的手触疗愈。之后接续以下步骤。

1 祈请塞莱斯廷星辰灵气

第一级能量结束后，或如果觉得适合，也可以稍早一些，祈请塞莱斯廷星辰灵气。可以再次双手合十，并说：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷星辰灵气从我的双手流出，以利益一切众生。
感谢，感谢，感谢。”

2 塞莱斯廷星辰灵气手触疗愈

祈请后，当能量通过双手流入身体时，你可能感到能量频率发生细微变化，或感受到塞莱斯廷星辰灵气带来的提升与助力。第二级频率约会作用 2－3 分钟，并始终流向最需要之处。如果针对某个特定问题，能量会流向最有助于处理该问题的部位。

3 结束疗愈

第二级能量减弱后，怀着爱与感恩结束自我疗愈，例如：



“怀着爱与感恩，我感谢本次自我疗愈中传来的所有神圣疗愈能量。愿你在我行走灵性道路时，继续为我照耀爱与光，使我能够尽己所能利益他人。
感谢，感谢，感谢。”

英文原书第 50 页

6 冥想自我疗愈

冥想自我疗愈与前述方法非常相似，只是现在祈请塞莱斯廷星辰灵气流经身体，而不是通过双手。过程保持相同，变化的只是意愿；在疗愈练习中，意愿始终居于首位。

按照相同方式做好准备，再祈请第一级冥想练习的塞莱斯廷灵气能量。坐下或躺下，享受第一级能量流经全身，持续 8 - 12 分钟。

完成第一级练习后，你可能已经十分放松、平和。现在便可祈请塞莱斯廷星辰灵气，接收第二级额外的疗愈助力。

祈请塞莱斯廷星辰灵气

第一级能量结束后，或如果觉得适合，也可以稍早一些，再次双手合十，并说：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷星辰灵气流经我，以利益一切众生。

感谢，感谢，感谢。”



也可以不移动双手、不合十，直接祈请。冥想时，过多动作有时会造成打扰。因此，如果愿意，可以在心中默念，祈请第二级能量开始。这由每个人自行选择。

合十象征怀着恭敬与谦卑祈请；如果动作会打扰疗愈，也完全可以保持相同的恭敬而不移动双手。这里最重要的，始终是意愿的纯净。

接收能量后，怀着爱与感恩结束冥想。

英文原书第 51 页

7 练习的补充说明

运用塞莱斯廷星辰灵气冥想时，我们会更深刻地理解，受到神圣引导的能量疗愈有多么美好：它使我们可以放松、享受，让能量完成所需的工作。

为了让疗愈过程尽可能充分，可以练习放下所执持的一切，敞开自己，接收利益一切众生的疗愈能量。换句话说，完全臣服于这份神圣的疗愈馈赠，相信自己正接收旅程所需的一切。

这可能不容易，尤其在刚开始练习时。不过，深度臣服带来的结果，值得这份努力。

当我们通过臣服与放下而更加开放，通常也会在练习中感受到更多。这些亲身感受与冥想体验，又会逐渐加深信任。

“以信任与臣服接收，是接收任何能量疗愈的最佳方式。”

8 为他人进行手触疗愈



与自我疗愈一样，接通塞莱斯廷星辰灵气后，手触疗愈也得到增强。此外，这些及其他自我疗愈技巧练习得越多，为他人服务的疗愈通道就越强。帮助他人，也会为自身疗愈积累善业。我们可以把这理解为爱与光向上盘旋的过程：无论选择哪种练习，都使一切受益。

第一级曾提到，为他人疗愈能够为自己创造善业。现在进一步介绍业力的概念。
完整的业力教导，是最复杂、最难彻底理解与消化的教导之一。它的细节极其丰富，往往需要多年学习与冥想，才能理解基础。

英文原书第 52 页

关于业力

不过，在最简化的层面上，它很容易理解：我们会接收到自己给予的东西。例如，如果以不尊重和愤怒对待他人，最终在今生或来生，就可能遭到同样的对待；如果偷窃他人，也很可能被别人偷窃。基本上，就是种什么因，得什么果。

反过来，如果慷慨、以慈爱与尊重待人，未来某个时候也会获得这样的对待。如果给予疗愈与光，也能在未来某个时候，或未来某一生中接收它们。这同样是种因得果。

当然，这只是对业力，或佛教中常说的“因果法则”，最简化的说明。完整的教导还涉及意愿如何主导业力的形成、业力成熟的影响、善行的不同果报、负面行为造成的业力债、通过冥想净化业力债，以及许多其他议题。

对于希望进一步了解业力的人，我们建议阅读更详细、全面的教导。佛教、印度教、耆那教、锡克教，以及慈爱法等传统，都有探讨这一主题的书籍；其中包括《慈爱法之书》第六节“业力”（英文）。

在本课程中，重要的是理解：创造善业或恶业的是我们的心，更具体地说，是行为背后的意愿。这里的“善”指振动较高的思维模式，“恶”指振动较低的思维模式。一般来说，如果让思想专注于慈爱，并始终以善心行动，业力结果也会是幸福或积极的。

进一步来看，原著认为，人生中的一切遭遇，无论挑战、障碍、问题，还是最大的成就，都来自某种善或恶的业力条件；已经到来及将要到来的一切，都是相应的业力结果，即种因得果。

图中文字：业力——种什么因，得什么果。



业力：种什么因，得什么果。

英文原书第 53 页

业力与净化（续）

根据自身的疗愈体验，原著作者认为，内在所有需要疗愈的议题，都源自过去生命中的某种负面行为或负面业力。当这些议题在释放时被再次体验，便表示通过具有净化作用的自我疗愈练习，我们已经准备好净化这些负面业力 / 能量。

净化可以通过多种方式发生，例如善行或自我疗愈练习。为他人提供疗愈，也是一种很好的净化方式；尤其在起步阶段，为他人疗愈也有助于疗愈自己。

这样做，不仅为未来创造善业，也能通过受到神圣引导的能量，在当下接收疗愈。能量流经我们，再传给接收者，使双方都在积极、充满爱的过程中受益。

下面介绍如何使用塞莱斯廷星辰灵气为他人疗愈。

9 为他人疗愈的指引

手触疗愈开始前，按照第一级介绍的方式，为自己及接收者做好准备。加入第二级后，会谈时间比原来长约 3 - 5 分钟。

接收者安顿好、你也准备开始后，祈请第一级塞莱斯廷灵气能量，并像第一级一样，把双手放在对方头顶，让能量流动 8 - 12 分钟。感到能量减弱时，或大约 10 分钟时，祈请塞莱斯廷星辰灵气从双手流出，例如：



“怀着爱与感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷星辰灵气从我的双手流出，让我能够帮助……〔姓名〕……获得幸福、远离痛苦。
感谢，感谢，感谢。”



英文原书第 54 页

为他人疗愈的指引（续）

祈请第二级能量时，最好保持双手在接收者的顶轮上，不必移开再合十。这样可以让塞莱斯廷能量持续流动，更有利于接收者的疗愈过程。

祈请后，塞莱斯廷星辰灵气能量会流动约 2 - 3 分钟，完成本次疗愈。随后，你可以立即移开双手，也可以多保持几分钟的连接再移开。

无论如何，都应像之前的练习一样，先怀着爱与感恩结束，再告诉接收者本次疗愈已完成。例如：



“怀着爱与感恩，我感谢你在本次疗愈中传来的神圣疗愈能量。愿你继续为……〔姓名〕……以及一切众生照耀，使我们都获得幸福、远离痛苦。感谢，感谢，感谢。”

10 远程疗愈

远程疗愈同样沿用第一级技巧，再加入塞莱斯廷星辰灵气，就像其他练习一样。

确保你与接收者都做好准备，舒适地坐下或躺下，并留出约 15 - 20 分钟不受打扰的时间。

首先祈请塞莱斯廷灵气，让能量开展约 8 - 12 分钟的神圣疗愈，或直到感到能量减弱，再祈请塞莱斯廷星辰灵气。与手触疗愈相同，祈请时最好保持双手继续传送，让远程疗愈不中断，能量持续流向接收者。也请在亲身练习中观察自己的感受。



英文原书第 55 页

远程疗愈（续）

祈请塞莱斯廷星辰灵气后，神圣疗愈频率会通过双手流向接收者，持续约 2－3 分钟；你可能感到第二级带来的额外助力。有些人觉得，观想接收者躺在掌心前方接收能量更容易；关键仍在于设定意愿，让塞莱斯廷能量通过双手流向对方。

传送塞莱斯廷之光时，可以想象或观想接收者正接收大量白光，仿佛白光从你的双手流出，包裹其全身，并扩展到身体之外；这有助于增强整体疗愈过程。

你可以继续想象，环绕对方的美好白光正在疗愈其所有不适。如果针对某个特定议题，就观想受到神圣引导的疗愈之光，流向解决该议题最需要的部位。原著认为，越能观想白光，越有助于疗愈。

完成远程疗愈后，怀着爱、感恩与利益一切的意愿结束。如果愿意，也可以在结束时想象，接收者因收到这些能量而十分幸福，并已远离一切痛苦。这些观想有助于传送积极的疗愈振动，也使疗愈意愿更加清楚、专注。



英文原书第 56 页

11 结语

塞莱斯廷星辰灵气第二级教导到此结束。希望你享受这些练习与技巧；我们深深祝愿，这些能量为你的生命带来更多爱与光。

下一级塞莱斯廷金光灵气将为冥想带来强烈的爱之能量，可以在第二级点化后 6－7 天接收。再次提醒，这 6－7 天用于能量的消化与整合。

在此期间，能量场会消化新能量，往往也会发生内在疗愈与净化。我们建议继续练习，以帮助陈旧、不再需要的能量更加轻松、在更多爱中被清理。

请记住，6－7 天只是最短消化期。如果想休息，或无法恰好在 6－7 天后回来继续，完全没有关系。这是最短时程，可以根据个人情况延长。

不过，这些休息期确实是必需的，对能量的消化与整合非常重要。更多信息请参阅：

扬升之路练习之间的休息日，是否必须完成？（英文）

是否需要遵循每本扬升之路电子书规定的时程？（英文）

第三级的新疗愈频率，会在此前能量与技巧的基础上继续发展。塞莱斯廷金光灵气像一股新鲜能量，把许多需要疗愈的议题带到表面。在这层新的爱之能量中，你会逐渐更能为他人向外照耀；更高层级将进一步发展“利益一切”的概念，为塞莱斯廷大师级、普罗菲斯廷灵气与埃克利普廷之光点化做好准备。

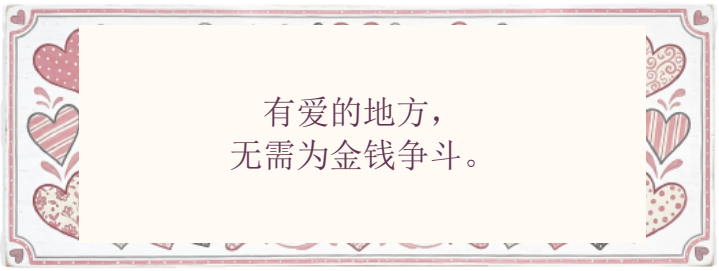
最后，塞莱斯廷能量的意愿，是利益一切众生，使其远离痛苦，生活于幸福、真实与平和之中。因此，罗汉帝君要求这些教导向所有人开放，金钱不应成为限制。总体原则是免费提供给一切，利益一切。原书配图中的话语是：

“有爱的地方，就不需要为金钱争斗。”

愿你享受塞莱斯廷星辰灵气练习，愿它为你的道路带来爱、光与疗愈。

伴随神圣的塞莱斯廷之光，

罗汉帝君与 Love Inspiration（爱的启示）



英文原书第 57 页

第三级：塞莱斯廷金光灵气

第一章：塞莱斯廷系列 • 第一阶段：塞莱斯廷灵气

塞莱斯廷金光灵气简介

到目前为止，塞莱斯廷旅程提供了有力、振奋人心而又深深平静的能量，帮助你应对内在与外在的困难处境。现在，塞莱斯廷金光灵气将把美好、温暖的爱之能量带入疗愈与冥想练习。

塞莱斯廷金光灵气点化最初传来时，格里看见宇宙深处一尊安详的金色佛陀，从心中倾注金色甘露。甘露流向罗汉帝君；他把两把银剑交叉举过头顶，这一姿态以某种方式振奋、启动或激活了金色能量，使它经由三个“金色太阳”流向地球。

接收塞莱斯廷金光灵气点化后，我们便能接通这份金色甘露，为塞莱斯廷灵气的练习序列增加一层爱、温暖与疗愈。这份爱与温暖，也显著增强疗愈能力。正如一句话所说：

“唯有爱，能疗愈最深的伤口。”

罗汉帝君用来形容塞莱斯廷金光灵气的词语是：“热情、爱与投入”。



Love Inspiration（爱的启示）
学习 • 疗愈 • 觉醒

英文原书第 58 页

第三级目录

内容	英文原书印刷页码
塞莱斯廷金光灵气简介	39
1 接收塞莱斯廷金光灵气点化	40
2 接收点化的指引	41
3 塞莱斯廷金光灵气的疗愈练习	42
4 进行自我疗愈练习	43
5 自我疗愈的步骤	48
6 练习的补充说明	50
7 为他人疗愈	53
8 结语	54

1 接收塞莱斯廷金光灵气点化

点化形式与前面层级相同，只是接通的能量不同。塞莱斯廷金光灵气点化约需六分钟，因此请坐下或躺下约十分钟。

重要提醒：开篇的激活已为你激活整本书的全部能量与点化。现在只需怀着爱，遵循以下指引接收第三级能量。

也再次提醒前面提过的“疗愈危机”：点化后几天，当陈旧、不再需要的能量被清理、转变或移动时，可能出现不同感受。原著认为，大量旧能量的清理需要身体工作，可能使人迟缓、疲倦，出现轻微感冒或流感样症状；如果清理涉及较低脉轮，也可能增加如厕次数。

点化与疗愈练习也可能带来情绪清理。如果出现愤怒、悲伤或其他情绪波动，请留意这一点。更多信息请参阅“疗愈危机”常见问题（英文）。

英文原书第 59 页

2 接收塞莱斯廷金光灵气点化的指引

为使点化顺利进行，请遵循指引。最重要的是放松、敞开，怀着爱接收这些馈赠！

1 准备

舒适地坐下或躺下，确保至少十分钟内不会受到打扰。可以播放轻柔的疗愈或放松音乐（英文），点上蜡烛或熏香，营造愉悦的氛围。

2 祈请点化

双手合十、指尖相触，呈祈祷姿势，大声说出或在心中默念：



“怀着爱与感恩，我敞开自己，接收塞莱斯廷金光灵气点化，以利益一切众生。
感谢，感谢，感谢。”

请注意，无论接收点化，还是为自己或他人疗愈，祈请塞莱斯廷灵气时的“爱”都具有神圣的重要性。爱的感受越强，能量流动也越强；加入“利益一切众生”的最高意愿，也会增强能量。

点化约需六分钟完成，因此最好坐下或躺下约十分钟。可以计时，也可以等到感觉能量略有减弱，以此作为点化结束的信号。

不必全程保持合十，可以把双手放在身体两侧、心轮上，或任何舒适的位置。

3 结束点化

怀着爱与感恩结束：



“怀着爱与感恩，我为接收到神圣的塞莱斯廷金光灵气点化，献上最真诚的感谢。愿我运用这份新能量，利益一切。
感谢，感谢，感谢。”

英文原书第 60 页

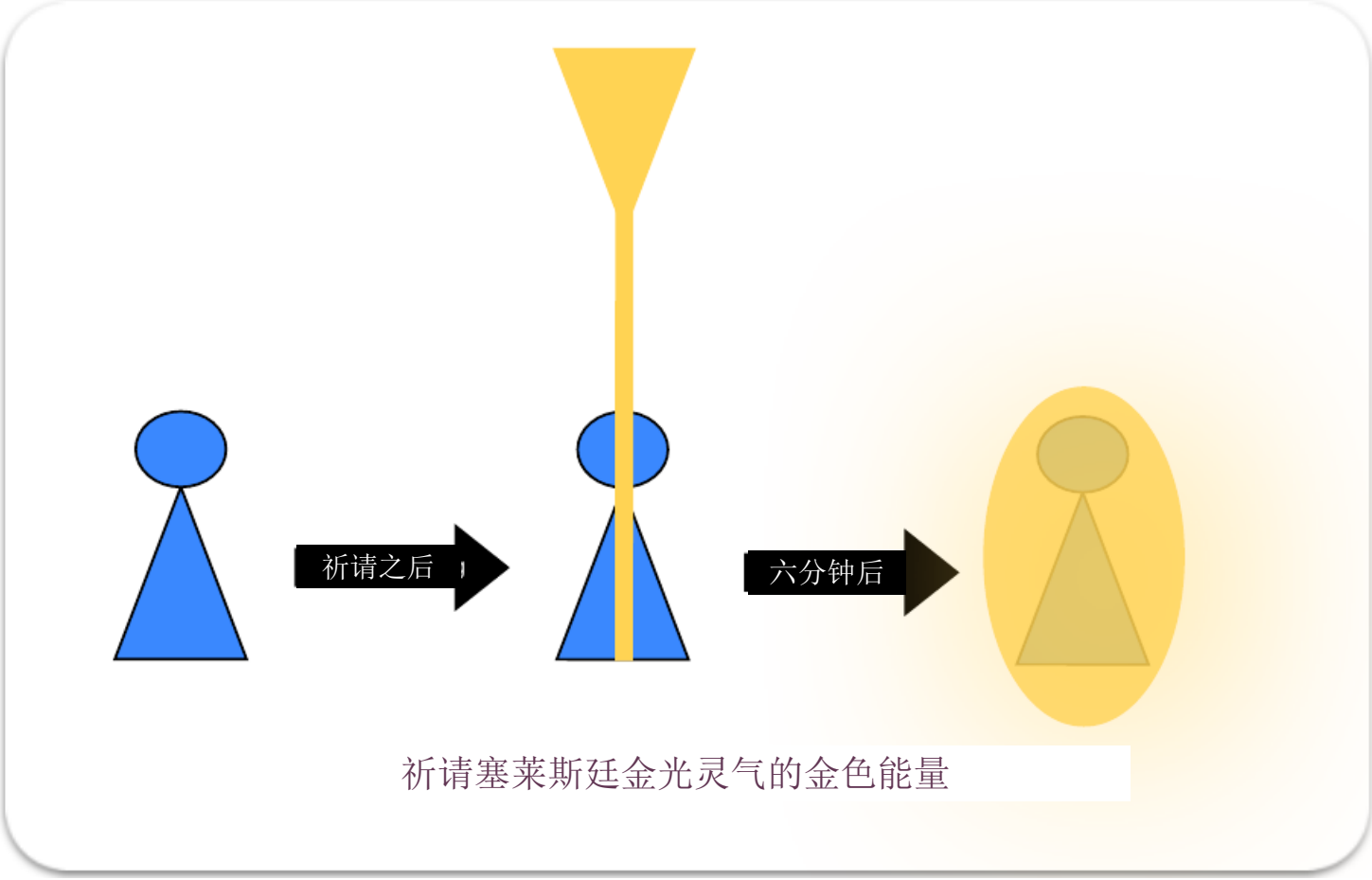
3 塞莱斯廷金光灵气的疗愈练习

与第二级塞莱斯廷星辰灵气一样，塞莱斯廷金光灵气再为疗愈增加一层能量：爱与金色疗愈之光。这一级的能量对塞莱斯廷灵气练习十分重要，帮助带动并清理内在深处陈旧、不再需要的能量与思维形态。

这些能量具有深度清理作用。在这一振动层次，练习中可能开始出现近乎可触及的爱或扩展感。进一步结合第四级塞莱斯廷祖母绿灵气后，在走向包含塞莱斯廷紫罗兰月蚀与塞莱斯廷白光帝君灵气的大师级时，便会开始看见能量转化。

第三级能量为后续阶段铺路。这段新增的六分钟练习，像是被前述美好金色能量丰厚、温暖地“拥抱”。

如前所述，金色能量通过三个金色太阳而来。祈请塞莱斯廷金光灵气时，它们被激活，将金色的光、温暖与爱，通过顶轮注入中央能量通道。在六分钟内，这些能量温和地向外散发、扩展，帮助推出能量中的杂质。六分钟后，全身便被塞莱斯廷金色之光的温暖包裹，如下图所示。



图示：祈请塞莱斯廷金光灵气的金色能量。第一支箭头祈请之后为“祈请后”；第二支箭头六分钟之后为“六分钟后”。金色光先进入中央通道，再扩展至包裹全身。

英文原书第 61 页

4 进行自我疗愈练习

进入更高层级后，第一级、第二级介绍的手触自我疗愈方式不再那么重要。塞莱斯廷金光灵气主要通过冥想进行：让能量作用于中央能量通道，再向外散发，利益一切。

向外散发金色疗愈之光、利益一切的过程，能够有效地把许多疗愈议题带到表面。疗愈并释放这些议题后，我们就能成为更清澈的通道，既有助于自己，也有助于他人。

塞莱斯廷金光灵气自我疗愈应尽量至少每天一次，最好早晚各一次，帮助推出本级及前面层级所带到表面的杂质。如果时间紧张，可以争取每周练习 3－4 次，每次约二十分钟。不过，请理解：投入多少，就会有相应的收获。

现在，自我疗愈可以完全通过“冥想”进行。更准确地说，是怀着信任、爱与感恩，臣服于神圣疗愈能量。



休息姿势：
双手放在腹部或心轮上

在这一冥想过程中，疗愈所运用的智慧与理解，往往超出我们的理解能力。简单来说：

“我们所运用的能量来自纯净的爱、慈悲与智慧，并始终以我们的最高利益为念。”

练习时，仍可以将双手放在心轮或腹部，如图所示。躺下时，这是一种非常放松的姿势，也可以理解为帮助增强体内能量流动的手印姿势。

图示：双手叠放在腹部，或放在心轮上的休息姿势。

英文原书第 62 页

姿势与心念

喜欢坐姿冥想的人，可以把双手掌心朝上、上下相叠，如下方中图；也可以选择其他手印，或适合自己需要的姿势。



姿势取决于个人偏好。例如，躺下时可以采用瑜伽放松姿势，这同样适合平静的冥想。



图示：瑜伽放松姿势。

需要说明的是，我们仍然可以通过手触疗愈，把塞莱斯廷灵气能量传给他人。只是在自我疗愈中，双手不再是关键部分。与大多数疗愈练习一样，内心与心念才是最重要的。

无论是以心念臣服、放下自我执著，还是感恩神圣协助，我们都可以运用心念，更有效地向外照耀、利益一切。好的能量疗愈练习者，常会借助心念，将不同技巧交织在练习中，使疗愈更有效。

例如，第二级远程疗愈曾简要介绍的“观想”，就能帮助练习进一步发展。

英文原书第 63 页

观想与觉察

通过观想，可以在疗愈或冥想中使意愿更加专注，从而增强疗愈力量。观想也能帮助我们与细微能量体沟通；当技巧熟练时，可能带来有力的疗愈结果。

例如，知名作者露易丝·海在以心念疗愈方面颇具才华，书中讲述了许多运用观想疗愈身体问题的故事。我们推荐对此感兴趣的人阅读她的《生命的重建》。原著认为，这本书展示了观想的潜力；在冥想中运用观想时，也会逐渐感受到它的影响。

许多人喜欢在疗愈与冥想中，把心念安放在某件事上，让疗愈意愿保持清晰，以免失去方向。有时，思绪会不知不觉跑开：十分钟过去了，才发现一直在想要买什么颜色的鞋、晚餐做什么，或稍后想见谁。念头很容易占据冥想，观想则能帮助我们更加专注。

这并不表示有念头是坏事。思考、分析、思量，本就是心智擅长的工作。因此，当思绪四处游走时，不必沮丧或气馁。

有时，人们会误以为：冥想中出现许多念头，就说明练习做得不好。

事实上，当神圣疗愈能量流经自己时，仅仅观察念头，就有助于更好地理解内在世界与心智的运作。这本身就有益于整体疗愈。能量也常帮助你对自己与思维模式产生一些细小领悟。正如所说：

“觉察，是一切真正疗愈的第一步。”

在心念的疗愈上，尤其如此。

因此，不要因为有念头，就认为自己做错了。允许念头到来，但尽量不追逐它；像见证者一样，观察它的出现，然后停留于观察。这样，你会逐渐更了解自己的心智如何运作。

英文原书第 64 页

运用观想

如果冥想或疗愈中被念头缠住，也没有关系。这是会发生的事。可以在心里说：“谢谢你，心智，完成你的工作——思考。现在，我将怀着爱，为了利益一切，回到疗愈冥想。”

原著也指出，在运用塞莱斯廷灵气这类高振动能量时，内在安静之际出现的某些念头，可能来自灵性向导，或与塞莱斯廷频率有关的其他高等存在。练习中的敞开与臣服，为它们与你沟通、引导你走向最高利益，提供了机会。

冥想的一般原则，是始终以慈爱、耐心和轻松愉快的态度，对待自己、念头与疗愈。你可以把练习时间看作专属于自己的时间：暂时放下其他事情，忘记待办事项，让自己反思、放松，更深入地享受内在安宁、平和与爱。



回到观想，让我们看看如何将它用于疗愈与冥想。

把观想与神圣引导的能量疗愈结合，其实很简单，因为大部分工作由能量完成。一个适合入门的方法，是观想、想象或想着自己正接收大量白光或金光。这里的“黄金法则”——也借用了金光的双关——是尽可能让观想广阔。

例如，如果希望疗愈身体某个部位，或为其带来更多爱与光，可以想象该处完全被明亮、灿烂的白色或金色疗愈之光覆盖。光中充满爱，所有黑暗、负面的能量都被光吸收。接着，让光向外扩展，利益一切。

这是开始练习观想的好方法。当我们为一切向外照耀时，宇宙似乎也会给予更多，因为经过观想而更加清晰的意愿，已经更强。

“练习创造无限。”

英文原书第 65 页

另一个观想示例

运用塞莱斯廷金光灵气时，可以观想充满爱、灿烂的金光进入顶轮，沿着主要能量通道向下流入身体。如果有帮助，可以把中央能量通道想象成软管或管道，能量则是流经其中的水。

看见金色疗愈之光明亮地照耀，从金色太阳向下流来。你可以想象一颗明亮的太阳，或头顶约 30 - 50 厘米处一个无限的白色 / 金色光源。整个身体被美好、神圣的金光充满，一切不完善之处都被清理。



当你开始感到金色能量向外散发，例如冥想开始后 1 - 3 分钟，也可以让观想向外扩展。金光向外照耀，利益一切。放松地安住于“我们全都相互连接”的理解中；大师级会进一步讨论这一点。愿一切众生都接收到这份金色的疗愈、爱与光，获得幸福、远离痛苦。

怀着纯净的心运用这种思考方式，可以开始获得令人惊喜的疗愈体验。

总体原则仍是：享受练习、发挥创造力，以轻松愉快的心探索这些频率！

如果也运用臼井灵气或神圣之光等系统的符号，可以结合塞莱斯廷练习，为自己进行“符号淋浴”，或针对某个区域练习。这往往是延长冥想与疗愈、让能量接收不同频率的好方式，也有助于整体疗愈。

有些人在冥想与疗愈中已经会看见颜色、光或其他景象。在这种情况下，你或许不想主动观想，以免遮蔽正在接收的信息；这完全没有关系。我们分享多种技巧，是为了使不同的人都能受益。

这些景象可能是灵性道路上宝贵的信息来源，也常可用于更有效地疗愈自己与他人。如果你正运用这类天赋，我们希望你享受这份善业的果实，让它为自己与身边的人带来幸福，利益一切。

英文原书第 66 页

5 自我疗愈的步骤

过程与第二级相近，只是在 2－3 分钟的塞莱斯廷星辰灵气助力之后，再加入六分钟塞莱斯廷金光灵气。此时，采用冥想还是手触自我疗愈，不再那么重要；选择自己觉得合适的方式即可。

祈请塞莱斯廷金光灵气时，可以使用与前两级类似的话语。每次祈请是否合十，也由你选择。关键在于怀着爱与感恩，为利益一切而祈请能量。除此之外，过程相同。

步骤如下：

1. 为自我疗愈冥想做好准备。
2. 祈请第一级塞莱斯廷灵气，放松、享受约十分钟。
3. 祈请第二级塞莱斯廷星辰灵气，怀着爱接收约 2－3 分钟，直到感到能量略有减弱。
4. 祈请塞莱斯廷金光灵气，臣服于金色的爱之疗愈光，约六分钟。
5. 最后表达感谢与感恩。

塞莱斯廷金光灵气的祈请文：



“怀着最深的爱与谦卑的感恩，我祈请神圣的塞莱斯廷金光灵气流动，使我远离各种痛苦，也能更好地帮助一切众生。
感谢，感谢，感谢。”



英文原书第 67 页

自我疗愈的步骤（续）

如果你已经接受 阿纳尔甘净化（英文） 点化，可以将迪多尼莫符号与塞莱斯廷金光能量结合；两者配合得非常好，能带来额外助力。



你可能感到金色疗愈能量从顶轮向下流入主要能量通道。最初几分钟，能量在深处开展工作，未必能明显感到向外散发。在六分钟的后半段，可能开始感到爱向外照耀；此时可以运用观想，或轻柔的肯定语，例如：

“愿塞莱斯廷金光灵气为我们所有人照耀。”

有时，你会希望遵循书中的练习时间，即 8–12 分钟、再 2–3 分钟、再六分钟；有时也可能希望跟随当下直觉。某些时候，你会想练习得短一些，另一些时候则想练习更久。

也可以把塞莱斯廷能量作为其他能量疗愈练习的平台。一个简单、有效的方法，是使用符号来增强神圣疗愈振动。

符号的运用很灵活，也有许多符号及其疗愈频率可供接通。例如，臼井灵气、卡鲁纳灵气、神圣之光，以及我们的神圣净化课程，都可以补充疗愈练习。

任何能量疗愈结束后，都请记得，为接收到的疗愈能量表达适当的感谢与感恩，愿一切受益。

英文原书第 68 页

6 练习的补充说明

开始运用塞莱斯廷金光灵气后，我们会经历更多清理与净化。因此，这里谈谈净化，以及练习中可能出现的一些体验。

有些人会感到自己逐渐敞开；当塞莱斯廷金光灵气从中央通道向外散发时，也可能感到能量进一步扩展。有些人开始感到爱的温暖，有些人则觉得，自己正慢慢接近对内在真实的理解。

也有人觉得这些都没有发生，或发生得不够快。不必担心，随着时间与练习，你会感受到更多。稳步前行是能量疗愈中值得采用的态度。即使没有看见或感到能量的变化，内在仍在发生变化。

有时，可以留意细微的积极改变：面对某种情境时，不再像以前那样反应；感觉有所不同，即使暂时说不清；更愿意给予爱、慈悲，甚至金钱。这些都可能是能量在移动、内在正在改变的迹象。

进一步来说，练习中可能感到能量场或气场某些部位流动不畅。

当更高振动的神圣能量流经身体时，我们会逐渐察觉某些部位比较迟滞，可能感到疼痛、不适，或感受到能量阻塞。

原著将这些称为内在的“暗点”：较稠密的能量或旧思维模式，正在练习中被触动。它们一直存在，只是现在开始看得更加清楚。正如所说：

“理解自己的黑暗，使真正的慈悲得以流露。”



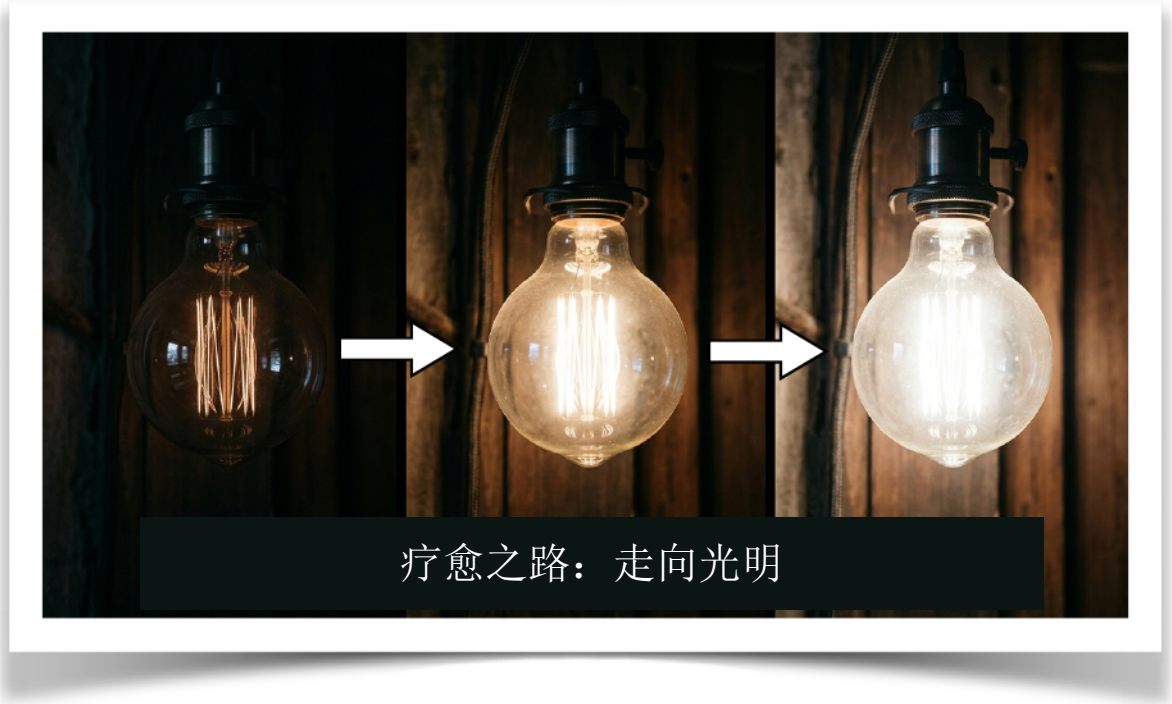
英文原书第 69 页

光与尘埃的比喻

原著认为，开始察觉这些感受，是练习和疗愈正在发生的积极迹象，尽管体验本身未必舒适。如果暂时还没有这些感受，则需要时间、耐心，当然也需要爱。

打个比方：一间公寓满是灰尘与污垢，却只亮着一盏二十瓦的昏暗灯泡，看起来似乎还不算太糟。

如果换成一百瓦灯泡，或再装上三盏灯呢？光亮了，四处的灰尘与污垢也都看见了。



图示说明：三只逐渐变亮的灯泡；标题为“疗愈之路：走向光明”。

原著认为，内在也发生着同样的过程：许多生命历程中的不善念头与行为，留下了污垢或较暗的能量。当疗愈道路引入强而明亮的神圣能量时，我们逐渐接近更高、更轻盈的振动。

同时，也可能看到或感到更多“污垢”，仿佛反而远离了幸福与健康。你可能会想：“我做了这么多练习，怎么感觉比以前更多问题？”有时，也会重新经历困难情绪，或过去曾困扰自己的身体不适。

另一些时候，可能遇到困难处境，甚至觉得进退两难、被困住。原著将这些解释为宇宙给予释放旧能量的机会：借由特定处境或不愉快的外在环境，让停滞的能量得以彻底释放。

英文原书第 70 页

净化的循环

这一过程也被称为“业力”。原著认为，通过灵性练习净化自己，有助于业力更快成熟，从而接近更强的光。

换句话说，释放黑暗，就为爱与光的振动腾出更多空间。

原著将这一切视为能量疗愈与自然疗愈中的自然组成部分。

有时，仅仅与情绪、身体或灵性上的不安共处，就已经足够。你也可能需要表达愤怒、哭泣——原著说通常依此顺序——做运动，或做自己最热爱、最有天赋的事。这些方式可以帮助能量更轻松、愉快地移动，使自己接近爱。

随着疗愈道路推进，我们会逐渐知道，什么方法最适合帮助自己移动旧能量。清理较暗的能量后，就能接收更高振动的爱与光。

原著提醒：困难时期，可以将所经历的一切理解为内在正发生深刻、具有转化力的疗愈的迹象。

疗愈过程具有循环性，就像剥洋葱：每疗愈一件事，就揭开更深一层，也更清楚地显露我们真正神圣的本性。



英文原书第 71 页

7 为他人疗愈

谈到净化与疗愈，也让我们看看为他人开展的疗愈工作。它会为自身能量场带来更多疗愈、爱与纯净；原著认为，这也会迅速创造相应的业力条件，帮助疗愈自身身体、情绪与灵性上的问题。

第三级的步骤与前面相同，只是在塞莱斯廷灵气、塞莱斯廷星辰灵气之后，再加入塞莱斯廷金光灵气。

一次疗愈约需二十分钟左右，即 12 + 3 + 6 分钟，依次祈请三级能量。面对面疗愈时，可以全程把双手放在接收者的顶轮，怀着能量流向其最高利益所需之处的意愿。不过，也请信任直觉；如果感到应该把手移到身体其他部位，可以这样做。

祈请塞莱斯廷金光灵气后，可以想象金色能量从你的顶轮进入，再通过双手流入接收者。

加入金色能量时，你可能感到频率不同。最初 1－2 分钟，可能仿佛金色能量正试图向外散发，却难以穿过尘埃。此时，只需向能量敞开，怀着塞莱斯廷金光灵气通过双手流入接收者、服务于其最高利益的意愿。

一切都在神圣引导中展开。最初这 1－2 分钟里，接收者也已经通过你的意愿接收能量。当金色能量开始向外散发时，也会流入接收者并向外照耀。感受、观想并相信这一过程，也能帮助疗愈。

在自我疗愈中进行的任何观想练习，也会帮助你成为更好的、为他人服务的疗愈通道。

远程疗愈时，继续保持掌心向外，让能量流动；敞开自己，让神圣的塞莱斯廷能量为接收者开展疗愈。能量始终受到神圣引导，因此不必担心自己做错了，或对方收不到。请信任。

意愿为疗愈奠定基础。只需怀着塞莱斯廷能量流向接收者的意愿，便是为了利益一切。我们也鼓励你探索观想，尽可能广阔、富于想象。这里没有绝对正确或错误的技巧，选择有助于整体疗愈振动的方式即可。



英文原书第 72 页

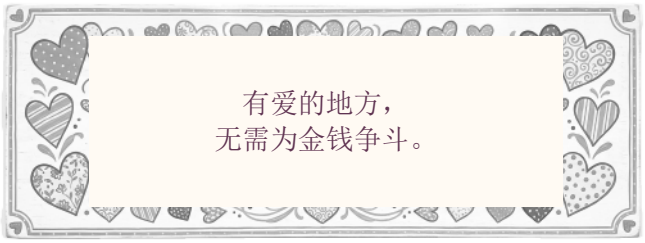
8 结语

希望你享受这些新能量、教导与疗愈练习。随着塞莱斯廷灵气教导推进，你的练习正在不断扩展、成长。我们希望这一扩展贯穿塞莱斯廷各级，进入普罗菲斯廷，再延续到埃克利普廷之光。愿你的练习绽放为奇妙、深刻的转化过程。

下一级塞莱斯廷祖母绿灵气提供清新而扩展的能量，帮助清理被塞莱斯廷金光灵气触动的旧能量。接受塞莱斯廷金光灵气点化后，至少等待约 3-4 天，便可接收下一级点化。请记住，“休息与消化”期十分重要；更多信息请参阅“扬升之路练习之间的休息日，是否必须完成？”常见问题（英文）。

这 3-4 天中，可以继续开展塞莱斯廷灵气疗愈练习，敞开接收能量，让它们深入地被吸收、消化，并再次朝向更多爱与光迈出小幅扬升的一步。

我们建议在塞莱斯廷金光灵气后不久，例如约一周内，接收塞莱斯廷祖母绿灵气，以帮助更容易地清理此前练习带到表面的疗愈议题。同时，请跟随神圣直觉，选择自己觉得合适的安排。



进入塞莱斯廷祖母绿灵气，会帮助我们向外照耀更深、更有力的光，利益一切；也会清理金色层级所扬起的烟雾或尘埃，使我们成为更清澈的疗愈通道。

最后，塞莱斯廷能量旨在利益一切众生，使其远离痛苦，生活于幸福、真实与平和。因此，罗汉帝君要求这些教导向所有人开放，金钱不应成为限制。总体原则是免费提供给一切，利益一切。

感谢你继续服务于疗愈、光与爱。愿你继续有力地照耀，让平静、爱与幸福进入生命；愿你把这些充满爱的感受向外散发，利益一切众生。

伴随神圣的塞莱斯廷之光，

罗汉帝君与 Love Inspiration（爱的启示）

英文原书第 73 页

统一光明之路

第一章：塞莱斯廷系列

第一阶段：塞莱斯廷灵气

第四级：塞莱斯廷祖母绿灵气

欢迎来到塞莱斯廷祖母绿灵气



我们怀着爱与温暖，谦逊地欢迎你进入塞莱斯廷祖母绿灵气。在这一级中，随着旧能量、旧情绪和不再需要的旧思维模式被大幅清理、释放，我们可以开始感受到自身能量场的扩展。

为了更清楚地理解塞莱斯廷祖母绿灵气的作用，先简要回顾目前的塞莱斯廷练习序列。首先，塞莱斯廷灵气（第一级）带来力量、韧性与巩固的疗愈能量，让我们在冥想、为自己或他人疗愈时，体验内在的安宁与平和。练习可能使我们在困难处境中重获活力、焕然一新，也可能让我们在疗愈的同时，拥有一些自由地自我省察的时间。

接着，塞莱斯廷星辰灵气为冥想与疗愈加入满足的能量。这是一段短暂却有力的疗愈能量涌流，可能让人觉得像是在塞莱斯廷灵气（第一级）练习结束时得到了一份奖赏。

随后，我们进入塞莱斯廷金光灵气，接触金色之光温暖而充满爱的能量。这些能量帮助我们从中脉开始，由内而外深入清理。我们或许能感受到爱的温暖在全身散发，而这一过程也很可能把一些需要疗愈的议题带到表面。

现在引入的塞莱斯廷祖母绿灵气，其频率旨在帮助清理此前塞莱斯廷疗愈练习带到表面的这些杂质。新能量帮助我们更深地向外照耀疗愈之光，感受可能更强烈、更集中、更有力量。愿这些新能量为你的生命带来丰盛的爱、光与纯净，使一切获得至高而究竟的利益！

英文原书第 74 页

本级目录

以下为英文原书印刷页码，并非本中文电子文档的页码。

内容	英文印刷页码
欢迎来到塞莱斯廷祖母绿灵气	55
1 接收塞莱斯廷祖母绿灵气点化	57
2 接收塞莱斯廷祖母绿灵气点化的指引	58
3 塞莱斯廷祖母绿灵气疗愈练习	59
4 进行自我疗愈练习	60
5 为他人进行疗愈	67
6 结语	70



英文原书第 75 页

1 接收塞莱斯廷祖母绿灵气点化

塞莱斯廷祖母绿灵气点化的形式与你在前面各级体验过的相同，只是这次接通的能量有所不同。点化约需 5－6 分钟，因此请安排约 10 分钟静坐或躺下。

重要提醒：当你在本书“激活”章节激活这本电子书的能量时，整本书的所有能量与点化都已激活。因此，只需怀着爱，依照下面的指引接收第四级能量。

这里再次提醒前几级提到的“疗愈反应”：原著认为，点化后的几天里，随着旧有、不再需要的能量被清理、转化或移动，你可能感到一些不同的感受。按原著的解释，当大量旧能量被清理，即发生深层疗愈时，身体需要处理这些能量，因此可能感到迟缓或疲倦；有些人可能出现轻微的感冒或流感样症状。原著也将如厕次数增加与较低脉轮中的能量清理联系起来。

原著认为，点化和 / 或疗愈练习也可能带来情绪层面的清理。因此，如果体验到愤怒、悲伤或其他情绪不安，请留意这些变化。更多信息请参阅有关“疗愈反应”的常见问题页面（英文）。



英文原书第 76 页

2 接收塞莱斯廷祖母绿灵气点化的指引

如同前面各级，为使点化过程顺利进行，请遵循以下指引；最重要的是放松、敞开，怀着爱接收这些礼物！

1. 准备

以最舒适的姿势坐下或躺下，确保至少 10 分钟不受打扰。你也可以播放轻柔的疗愈或放松音乐（英文）、点燃蜡烛或熏香，营造舒适的氛围。

2. 祈请塞莱斯廷灵气点化

双手合十，指尖相触，以祈祷的姿势祈请点化，并出声或在心中念诵：



我怀着爱与感恩，敞开自己，接收塞莱斯廷祖母绿灵气点化，以利益一切众生。谢谢，谢谢，谢谢。

请注意，在祈请塞莱斯廷灵气能量时，无论是接收点化，还是为自己或他人疗愈，“爱”都具有神圣而重要的意义。原著认为，祈请时爱的感受越强，流动的能量也越强；在所做的任何事情中，若加入利益一切众生的至高意愿，能量也会更强。

点化现在开始，约需 6 分钟完成，因此最好静坐或躺下约 10 分钟。你可以计时，也可以等到感觉能量略微减弱，以此作为点化结束的迹象。

如同前面各级，不必始终保持合十；可以把双手放在身体两侧、心轮上，或任何你觉得舒适的位置。

3. 结束点化

如前述练习一样，怀着爱与感恩结束点化：



我怀着爱与感恩，为接收到神圣的塞莱斯廷祖母绿灵气点化，献上最诚挚的感谢。愿我运用这份新能量，利益一切。谢谢，谢谢，谢谢。

英文原书第 77 页

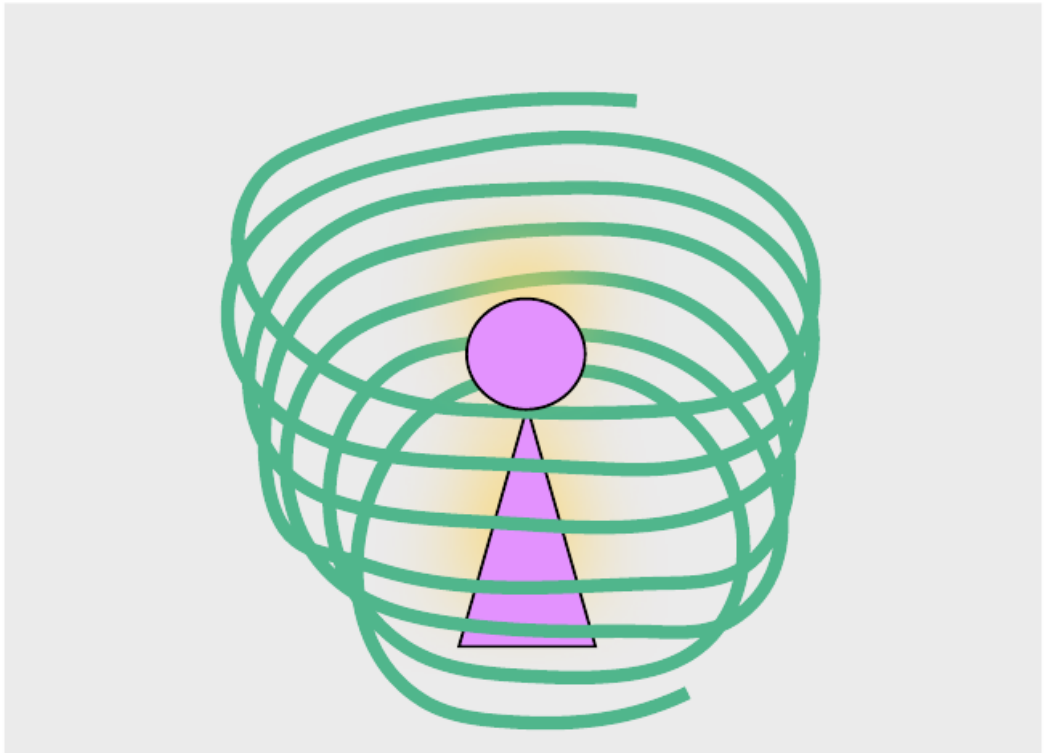
3 塞莱斯廷祖母绿灵气疗愈练习

如前所述，塞莱斯廷祖母绿灵气承接上一级塞莱斯廷金光灵气，延续整个塞莱斯廷疗愈序列。在塞莱斯廷金光灵气中，温暖、包容的金色能量向身体外散发，把杂质向外推出。现在，塞莱斯廷祖母绿灵气所清理的，正是这些情绪、身体或灵性层面的“杂质”。

原著将塞莱斯廷祖母绿灵气的源头描述为一颗发光的翠绿色八角星。祈请能量时，这颗星被激活，向下送出带有虹彩光泽的翠绿色螺旋能量，环绕身体，温和地清理气场中的杂质或“烟雾”。这一能量清理过程持续 5 - 6 分钟。

罗汉帝君用“清明”和“洞察”描述这一级，因为烟雾散去后，我们能够“看”得更清楚。我们也想补充：塞莱斯廷祖母绿灵气的能量给人清新、洁净的感觉。

接收这一级点化后，我们便获得祈请这种温和清理能量的能力，为塞莱斯廷灵气序列及我们的塞莱斯廷疗愈之路，加入美好的第四层能量。



祈请塞莱斯廷祖母绿灵气：
虹彩般的祖母绿能量围绕身体盘旋而下，
温柔地清除杂质。

图示：祈请塞莱斯廷祖母绿灵气后，带有虹彩光泽的翠绿色能量沿身体周围螺旋向下，温和地清理杂质。

英文原书第 78 页

4 进行自我疗愈练习

随着我们逐步练习塞莱斯廷灵气序列，并加入塞莱斯廷祖母绿灵气，可以开始更真切地感受到这一充满活力的能量疗愈体系所带来的强度与清理作用。

因此，我们应尽量每天至少进行一次自我疗愈，最好早晚各一次，以帮助清理此前练习带到表面的杂质。如果时间紧张，可以把目标设为每周约 3–4 次，每次约 25 分钟。

在塞莱斯廷灵气与塞莱斯廷星辰灵气的基础上，加入塞莱斯廷金光灵气的爱与金色疗愈之光。当金色能量从中脉向外散发时，我们或许开始感到能量环绕自身，仿佛一曲神圣振动的交响乐。

当我们体验这些塞莱斯廷的喜悦状态时，就可以祈请塞莱斯廷祖母绿灵气的清扫能量：

> 我怀着深深的爱，以及真诚、谦逊的感恩，祈请神圣的塞莱斯廷祖母绿灵气流经我，以利益一切众生。愿我们都远离痛苦。谢谢，谢谢，谢谢。

祈请这些能量时，我们可以真正敞开自己，放下紧抓不放的一切。让自己成为纯净的疗愈通道，让神圣的爱与恩典经由自己向外流动，利益一切。

这一更加丰富的塞莱斯廷灵气序列，也为我们提供了切实扩展意识的良好机会。此前已介绍过帮助这一过程的观想；在第一级中，我们也简要介绍了在疗愈时运用肯定语或真言的方法。

> 向你所能成为的一切、你本来的一切，以及你希望成为的一切，敞开自己。

英文原书第 79 页

运用肯定语的作用之一，是在冥想与疗愈中帮助心念保持专注，更清楚地聚焦疗愈意愿。臣服、感恩、放下、敞开，尤其是为了利益一切而照耀，这些纯净、有力的意愿，可以帮助增强整体的疗愈振动。

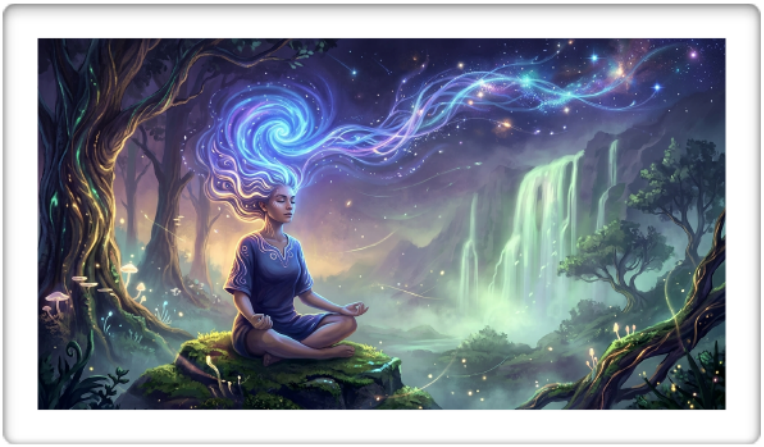
通过这种反复念诵的方式，我们也可以重新训练心念，逐步离开限制性的、受制约的信念。因此，它可以成为疗愈中的重要助力。

肯定语也能用于扩展心念，使其更接近真正的潜能。原著认为，当这一方法与观想技巧，以及塞莱斯廷灵气等体系的能量结合时，便可能带来令人惊叹、十分广阔的变化。我们的限制来自心念所能创造的范围，而心念始终是任何疗愈背后的真正推动力。正如原著引用的一句气功格言：

> 意识所至，能量随之。

回到具体练习，在塞莱斯廷祖母绿灵气这一级，我们将进一步从实际冥想的角度讨论如何运用肯定语，希望由此帮助你更清楚地理解：这一技巧如何让疗愈意愿更加清晰。

> 肯定语：帮助我们重新训练心念，摆脱限制性的、受制约的信念。



英文原书第 80 页

这里也要说明，有些人可能不想使用肯定语，这完全没有关系。如何开展冥想与疗愈，取决于个人偏好。每个人都有不同的方法，也有自己所认同的真实！

肯定语可以帮助安定忙碌的心念；对许多人而言，它们也为神圣引导的能量开展工作提供支持与基础，帮助我们发展、塑造心念，使思想的振动更趋向爱。我们的一般原则是：始终听从直觉与内心的引导。你可以尝试不同方法，了解什么最适合自己。

下面以一段通常为 20 - 25 分钟、依次祈请第一至第四级的塞莱斯廷冥想为例，说明可以使用的肯定语。你的练习可以这样进行。

第一至第四级：20 - 25 分钟塞莱斯廷灵气冥想的肯定语示例

练习塞莱斯廷灵气（第一级）时，先作祈请，例如：

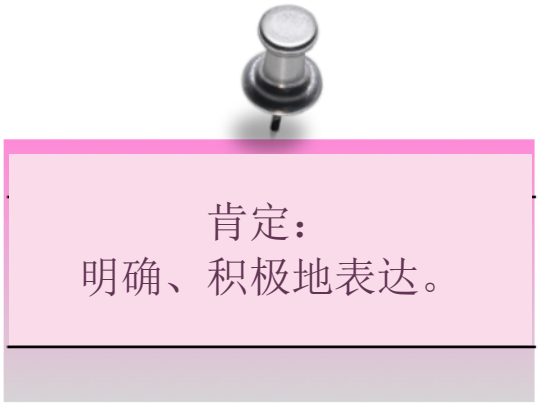
> 我怀着爱与感恩，祈请神圣的塞莱斯廷灵气流遍我的全身。愿它也向外照耀，使一切众生受益。

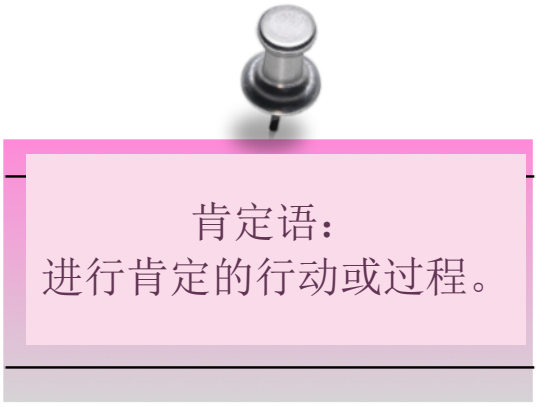
你可以在心中缓慢、默默地重复几分钟，以稳固冥想意愿；此时应会感到能量在体内流动。也可以在整个 8 - 12 分钟内持续重复。

如果觉得需要稍微转换意愿，体验不同的振动，例如更集中于向外照耀，接下来的几分钟可以念：

> 愿塞莱斯廷灵气为我们一切而照耀。

“肯定语”指作出肯定的行为或过程；“肯定”指以积极、确定的方式表述。





英文原书第 81 页

如果又想稍微转换意愿，例如更着重于放下，可以念：

> 放下，放下，放下，放下，放下。

这可能带来不同的振动，让能量穿过身体向外照耀，利益一切。随着放下得越来越多，我们可能更强烈地希望他人受益；毕竟，能够受益的还有许许多多的人，而不只是自己一个人！再过约一分钟，可以回到：

> 愿塞莱斯廷灵气为我们一切而照耀。

也可以暂时只念：

> 谢谢，谢谢，谢谢。

让心念始终专注于冥想的目的十分重要，因此结合不同肯定语，通常更有帮助。随着练习，你会更深入地理解这一点。

采用哪些肯定语、如何交替，以及在心中念诵的速度，都取决于你，也取决于当时冥想或疗愈中，心念所处的状态。

例如，疲倦时，心念可能难以应付较长的肯定语。这时，可以用更简单、容易的句子来保持专注，例如：

> 愿塞莱斯廷灵气为我们一切而照耀。

你甚至可以在整个 25 分钟里使用这句话，但务必随着练习阶段，把能量名称依次改成塞莱斯廷星辰灵气、塞莱斯廷金光灵气等。

回到最初的示例：在某个时刻，你可能感到塞莱斯廷灵气（第一级）的能量减弱，也可能在 8 - 12 分钟结束前，就想开始第二级能量的练习。这时，便念诵塞莱斯廷星辰灵气的祈请文。

英文原书第 82 页

> 我怀着爱与感恩，祈请神圣的塞莱斯廷星辰灵气流遍我的全身，并流向宇宙中的一切众生。愿这神圣的疗愈之光触及他们每一位。

可以在这 2－3 分钟内重复这段祈请肯定语，也可以选择或创作另一段与塞莱斯廷星辰灵气配合的肯定语。能够帮助你提升疗愈振动的，就是最合适的。

例如，你可能想使用：

> 我敞开自己，接收塞莱斯廷星辰灵气神圣的疗愈频率。愿你为我们照耀，以利益一切。

或者使用意思相近、更加简短的句子：

> 我敞开接收，我敞开接收，我敞开接收。

也可以把肯定语与观想结合，例如：

> 我向神圣之光敞开，我向神圣之光敞开，我向神圣之光敞开，我向神圣之光敞开。

当你觉得准备好进入塞莱斯廷金光灵气时，再次从祈请开始：

> 我怀着深深的爱与谦逊的感恩，愿塞莱斯廷金光灵气能量流入我的身体，并向外散发，让一切众生都能在生命中体验爱与光。愿我们的生命都充满爱、光与幸福。

也许你想为自己创造一段更加美好的意愿？

> 保持创造力，尝试使用那些让你真切感到能够提升疗愈振动的肯定语。

英文原书第 83 页

当我们开始练习塞莱斯廷金光灵气，能量从顶轮向下进入身体时，这也是深化臣服的好机会，例如：

> 我臣服于塞莱斯廷金光灵气的神圣本质。愿这些神圣能量清除我所有的不完美，使我能够更好地为一切众生照耀。

也可以使用更简短的句子，更容易聚焦冥想或疗愈意愿：

> 我怀着爱向你臣服。

或者：

> 我怀着爱臣服。

当你感到金色能量开始向外散发，并扩展观想时，可以回到先前的肯定语：

> 愿塞莱斯廷金光灵气为我们一切而照耀。

也可以继续重复塞莱斯廷金光灵气祈请文。

你也可以放松下来，暂时停止使用肯定语，只享受能量向外散发、利益一切的过程。或者，不采用肯定语，而是表达不同的纯净意愿，也就是祈祷：

> 愿一切众生受益。愿一切众生照耀爱。愿我们都远离痛苦。愿一切众生实现其真正的神圣潜能。

也可以花些时间倾听内心世界，更深入地了解心中不断出现的念头。这有助于疗愈、重新调整一些限制性信念，或受到既有条件影响的心念状态。

然后，你可以创造，或通过内在引导接收，专门针对自己疗愈需要的肯定语，例如：

> 我爱自己，也认可自己。我怀着爱原谅自己。我是安全的。我怀着爱表达内心的真实。

也可以采用类似或完全不同的句子。再强调一次，感觉适合自己的，往往就是最合适的肯定语。若想了解更多疗愈肯定语，原著推荐露易丝·海的《生命的重建》。

英文原书第 84 页

当疗愈冥想进入塞莱斯廷祖母绿灵气阶段，先祈请能量：

> 我怀着自己所能唤起的最深的爱，以及最真诚的感恩，愿塞莱斯廷祖母绿灵气能量向外流动，利益一切。愿我成为更清澈的疗愈之光，为一切照耀。

可以重复三遍，或按需要重复。当感受到塞莱斯廷祖母绿灵气带来的能量转变时，可以再次向神圣的光流敞开。也可以再次练习放下、表达对能量的感谢，或只是允许自己怀着爱向外照耀一切。当下最让你享受的方式，就是很好的选择。

几分钟后，当你感到振动有力时，便是扩展对自身真实本质的认识的好时机。放下对于“我是谁”的限制性信念，接纳我们真正无限的可能：

> 无限的光，无限的光，无限的光，无限的光。
>
> 无限的爱，无限的爱，无限的爱，无限的爱。
>
> 愿塞莱斯廷祖母绿灵气为我们一切而照耀。

你可以观想自己向整个宇宙照耀：光从地球向外延伸，进入太空、银河系，以及更遥远的地方，使一切受益。

这类肯定语可以帮助重新训练潜意识，使我们逐渐相信自己内在拥有无限潜能。当这种思维与臣服、放下和敞开的练习结合时，我们可以开始感到自己融化、融入宇宙神圣的爱与流动之中，体验每个人内在的合一。原著认为，这正是密续与一切能量疗愈练习的真实本质。

练习这些技巧时，你会逐渐发现什么最适合自己的振动。起初，可能在大约一个月里，“敞开”最适合你；随着进展，可能又发现“放下”的肯定语特别能带动自己的振动。重点是：随着你的成长，所使用的肯定语也会变化。请记住，能量的融合与消融，始终在神圣地引导我们进入更高振动的存在状态。

英文原书第 85 页

我们也鼓励你在练习中发挥自己的创造力。在许多情况下，自己选择，或受引导而采用的肯定语，最适合自己的振动。这里没有对错，只有个人的选择。

我们相信，每个人都有责任亲自探索，找到最适合自己的方法。经验丰富的冥想者常会结合、交织不同技巧，以在某一时刻形成尽可能好的振动。

再次建议：与这些神圣引导的能量一起练习时，选择能够带来喜悦，以及更深内在平和与幸福感的方法。正是这些内在平和与喜悦，让我们更接近真实、持久的幸福。

5 为他人进行疗愈



为他人疗愈通常会运用与自我疗愈相同的技巧。因此，如果观想与肯定语对你有效，它们自然也会融入你所进行的其他疗愈。

如果没有采用这些技巧，建议在疗愈中专注于敞开的“感受”，同时运用直觉引导，以感受带领自己完成整个过程。

面对面疗愈时，同样可以在整个疗愈过程中，把双手放在接收者的顶轮。根据各级停留时间的不同，全程可能为 21 - 32 分钟。当然，请听从直觉；如果觉得应该把双手移到身体其他部位，可以这样做。

原著认为，加入塞莱斯廷祖母绿灵气后，远程疗愈能力也会得到加强，因而可以开始帮助处理个人、群体或全球性情境中一些深层的疗愈议题。

平和并不意味着身处一个没有噪声、麻烦或辛苦工作的地方，而是即使置身其中，内心依然安宁。

英文原书第 86 页

在此，先回顾罗汉帝君在第一级教导中对远程传送疗愈的说明：

> ［塞莱斯廷灵气］可以远程传送给一个人，也可以传送给许多人。在灾难、抗议、会议、战争等情境中，可以传送这一能量，帮助每个人内在真实背后的勇气流动起来。

现在来看看如何为一群人进行远程疗愈。原著举出的情境包括日本核灾难、非洲艾滋病危机、全球贫困、世界各地的战争，以及八国集团峰会的全球化抗议。无论是哪种情境，都可以运用一个简单技巧，把塞莱斯廷疗愈之光传送给与这些事件有关的人。

这里介绍的只是为群体或情境进行远程疗愈的一种方法。远程疗愈有许多不同做法，关键因素是意愿。最能帮助你清楚聚焦疗愈意愿的方法，就是最适合你的方法。

以下沿用原著的阿富汗战争示例：假设我们希望把塞莱斯廷灵气传送给所有受战争影响的人，包括进攻者、受害者，以及被卷入战争的其他人。范围也可以进一步扩大到所有与战争有关的众生，包括战争对地球的影响；但在这个例子中，先只考虑与战争有关的人。

首先做好准备，找一个安静的地方，确保约 20 分钟不受打扰。清楚表明意愿：这次远程疗愈面向所有与阿富汗战争有关的人。例如：

> 愿我即将传送的塞莱斯廷灵气能量，流向每一位与阿富汗战争有关的人，让他们找到力量与所需的疗愈支持，在生命中继续前行，远离一切痛苦。

原著认为，清楚设定意愿，就是让神圣引导的塞莱斯廷能量知道哪里需要它们；此后，只需怀着爱传送能量。也许最初很难相信这样的疗愈有可能发生，但原著认为，随着疗愈体验增长、练习持续，我们会开始看见这些疗愈确实能够带来帮助。

英文原书第 87 页

例如，原著描述，为群体或全球性情境传送远程疗愈时，你会感到能量经由自己传送出去。原著也认为，这些疗愈练习同时会为自己的疗愈创造有利的业力因缘。

意愿稳固后，便可以开始祈请塞莱斯廷能量，进行远程疗愈。通常的教导是：一次标准远程疗愈持续约 20 分钟。主要原因是，初学时要在这么长的时间里保持完全专注，可能并不容易。

进行塞莱斯廷灵气远程疗愈时，只需运用塞莱斯廷练习序列，并在感觉合适时进入下一级。目前这一完整练习约需 20 - 25 分钟，因此大多数人应能完成整个远程序列。

开始时，想象面前有一块电视屏幕，屏幕中是所有与阿富汗战争有关的人。可以花些时间，体会究竟有多少人可能与这些可怕的事件有关。



现在掌心向外，先祈请塞莱斯廷灵气（第一级）能量通过双手，流向所有这些众生。可以运用观想和 / 或肯定语，让疗愈意愿在心中保持稳固；也可以重复为所有与此事件有关者疗愈的意愿，怀着爱，祈愿这些人或众生都远离痛苦。

随后依次运用塞莱斯廷星辰灵气、塞莱斯廷金光灵气和塞莱斯廷祖母绿灵气，继续把塞莱斯廷疗愈之光传送给他们，做法与通常的疗愈相同。唯一的区别是，这次意愿面向许多接收者，而非仅仅一位。

请记住原著的教导：怀着为许多众生疗愈的意愿，向神圣疗愈频率敞开，疗愈便会依此展开。

电视屏幕可以视为一个边界，帮助我们将能量聚焦于特定群体、情境或事件。换言之，它使疗愈意愿更清晰地集中在正在进行的疗愈上。

结束时，再次怀着爱与感恩，感谢疗愈能量；如果觉得合适，也可以再次祈愿一切众生远离痛苦。

英文原书第 88 页

上述远程疗愈方法只是众多技巧中的一种。当你接触到更多方法时，可以选择最适合自己的，以获得尽可能好的疗愈体验。我们的其他在线疗愈课程也会探讨更多此类技巧。

关于许可，原著认为，这类群体远程疗愈的一项优势，是传送能量前不需要取得任何形式的许可；相比之下，一对一远程疗愈通常会把事先征求许可视为伦理要求。原著同时注明，有些人会以内在直觉引导作为判断依据。

依照这一观点，作者认为，这类练习可以随时面向自己希望帮助的群体。有些人告诉我们，他们很少有机会为他人练习；运用这种方式，便可以为许多人开展疗愈，同时也为自己的道路积累疗愈的助益。

6 结语

又一个塞莱斯廷灵气层级即将结束。希望你喜欢本级加入的疗愈技巧。塞莱斯廷祖母绿灵气能量令人深感满足；许多人可能愿意先持续一段时间练习第一至第四级，享受能量逐步累积，并在塞莱斯廷祖母绿灵气达到高潮的过程。

若决定进入下一级，你将同时学习塞莱斯廷紫罗兰灵气与塞莱斯廷白光帝君，也就是塞莱斯廷灵气大师级。马蒂和格里当初接收塞莱斯廷教导时，就是以这样的方式学习，因此也选择按同样的方式传授。

接收塞莱斯廷紫罗兰灵气点化后，塞莱斯廷白光帝君（大师级）点化会自动接续。实际上，这是一次同时完成两项点化、十分充实的体验。

练习塞莱斯廷白光帝君层级时，方法会出现显著变化。到目前为止，你都是从外在源头祈请塞莱斯廷能量，通过臣服、爱与感恩，把能量引入自己的能量场。

在塞莱斯廷白光帝君层级，点化带来重要改变：能量被安置于体内，仿佛种下一颗塞莱斯廷的“种子”。练习会帮助它成长、扩展，并帮助你发展，理解自己与这些能量并不分离。大师级及后续教导将进一步探索这一概念。

英文原书第 89 页

接收第四级点化后，经过 3－4 天，可以接收塞莱斯廷紫罗兰灵气点化与塞莱斯廷白光帝君（大师级）点化。这段宝贵的休息与消化时间（英文说明），让接收塞莱斯廷祖母绿能量与点化后所需的疗愈和净化得以进行。

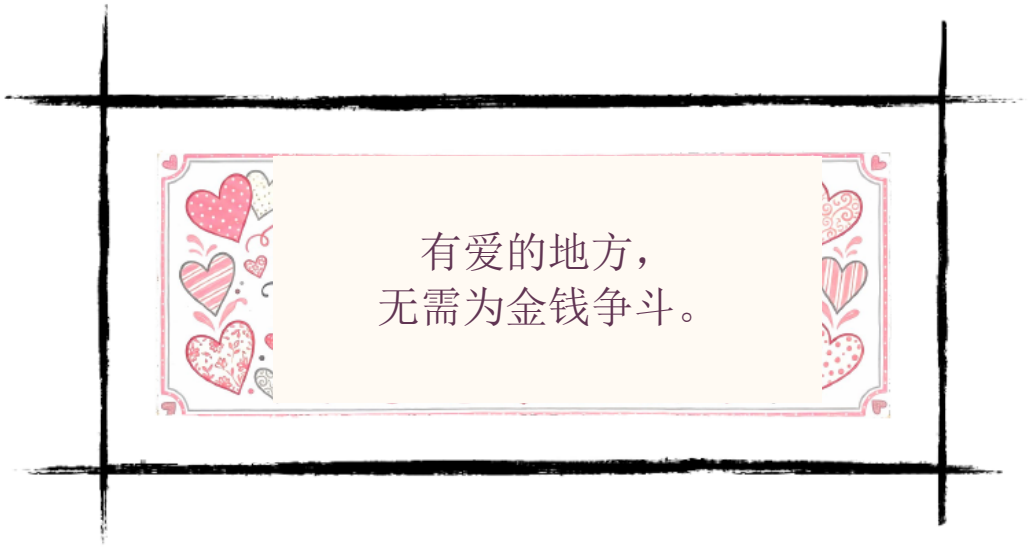
原著认为，在此期间，许多旧有、较暗的能量可能被触动、转化和释放。因此，这也是继续练习塞莱斯廷灵气的好时机，让新能量继续帮助你更容易地清理旧能量。

最后，塞莱斯廷能量的意愿是利益一切众生，使其远离痛苦，生活于幸福、真实与平和。秉持这一意愿，罗汉帝君要求让这些教导面向所有人，金钱不应成为限制。总体原则是：这些能量免费提供给一切，以利益一切。

期待在塞莱斯廷紫罗兰灵气 / 塞莱斯廷白光帝君（大师级）与你再次相见。在此之前，希望你享受这些令人振奋的新塞莱斯廷祖母绿灵气能量，以及自己的塞莱斯廷练习！愿你明亮地照耀爱与光，使一切受益！

伴随神圣的塞莱斯廷之光，

罗汉帝君与 Love Inspiration（爱的启示）



英文原书第 90 页

统一光明之路

第一章：塞莱斯廷系列

第一阶段：塞莱斯廷灵气

第五级：塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气

第六级（大师级）：塞莱斯廷白光帝君灵气

欢迎来到塞莱斯廷灵气大师级！

我们十分高兴地欢迎你进入塞莱斯廷灵气大师级！这是塞莱斯廷灵气的最后一级，也是塞莱斯廷系列第一阶段的结尾。祝贺你坚持走到这里，并持续为光服务。我们与一切众生都感谢你迄今的努力，希望你享受这一奇妙大师级带来的能量组合！

塞莱斯廷灵气大师级实际由两个层级共同组成：塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气，以及塞莱斯廷白光帝君（大师级）。当初我们接收这些能量与教导时，就是这样学习的。因此，怀着对罗汉帝君与塞莱斯廷灵气的深深敬意，我们希望完全按照接收时的方式，把这些教导传递给你。

在最后这两项点化中，第一至第五级的整套塞莱斯廷能量将被安置在你体内，你也由此成为塞莱斯廷白光帝君。这一过程使能量与练习更为集中、有力，因此，日常练习可以缩短，同时得到加强，以利益一切。

从能量的角度看，大师级的学习与此前十分不同。这里将引导你从更深的能量层面认识：为了利益一切而向外照耀能量，是促成自身能量转化与疗愈最有效的方式。我们认为，这一概念是塞莱斯廷灵气练习的基石。

接收大师级点化，实际是把两项独立点化合在一次过程中完成。首先，敞开接收塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气点化；紧接着，直接从罗汉帝君接收塞莱斯廷白光帝君层级的点化。



Love Inspiration（爱的启示）
学习 • 疗愈 • 觉醒

英文原书第 91 页

大师级点化与此前各级有所不同，因此请仔细阅读全部指引。点化后，你成为塞莱斯廷白光帝君；随着新能量的到来，练习方式也会改变。

这意味着塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气并没有单独的练习，其能量会融入塞莱斯廷白光帝君（大师级）的练习中。我们并不完全清楚为何如此；如前所述，这是我们接收到的大师级练习方式，所以也按此方式传递给你！

为了介绍大师级，我们会先分别说明这两个层级在接收时传来的相关信息，再说明如何接收两项点化，最后介绍如何开始疗愈练习。

本级目录

以下为英文原书印刷页码，并非本中文电子文档的页码。

内容	英文印刷页码
欢迎来到塞莱斯廷灵气大师级	72
1 塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气简介	74
2 塞莱斯廷白光帝君（大师级）简介	75
3 接收塞莱斯廷灵气大师级点化	78
4 接收大师级点化的指引	79
5 成为灵气大师	81
6 理解疗愈、能量与相互连结	82
7 自我疗愈练习简介	94
8 完成自我疗愈练习的指引	96
9 为他人进行疗愈	98
10 手触疗愈 / 远程疗愈的流程	99
11 结语	100

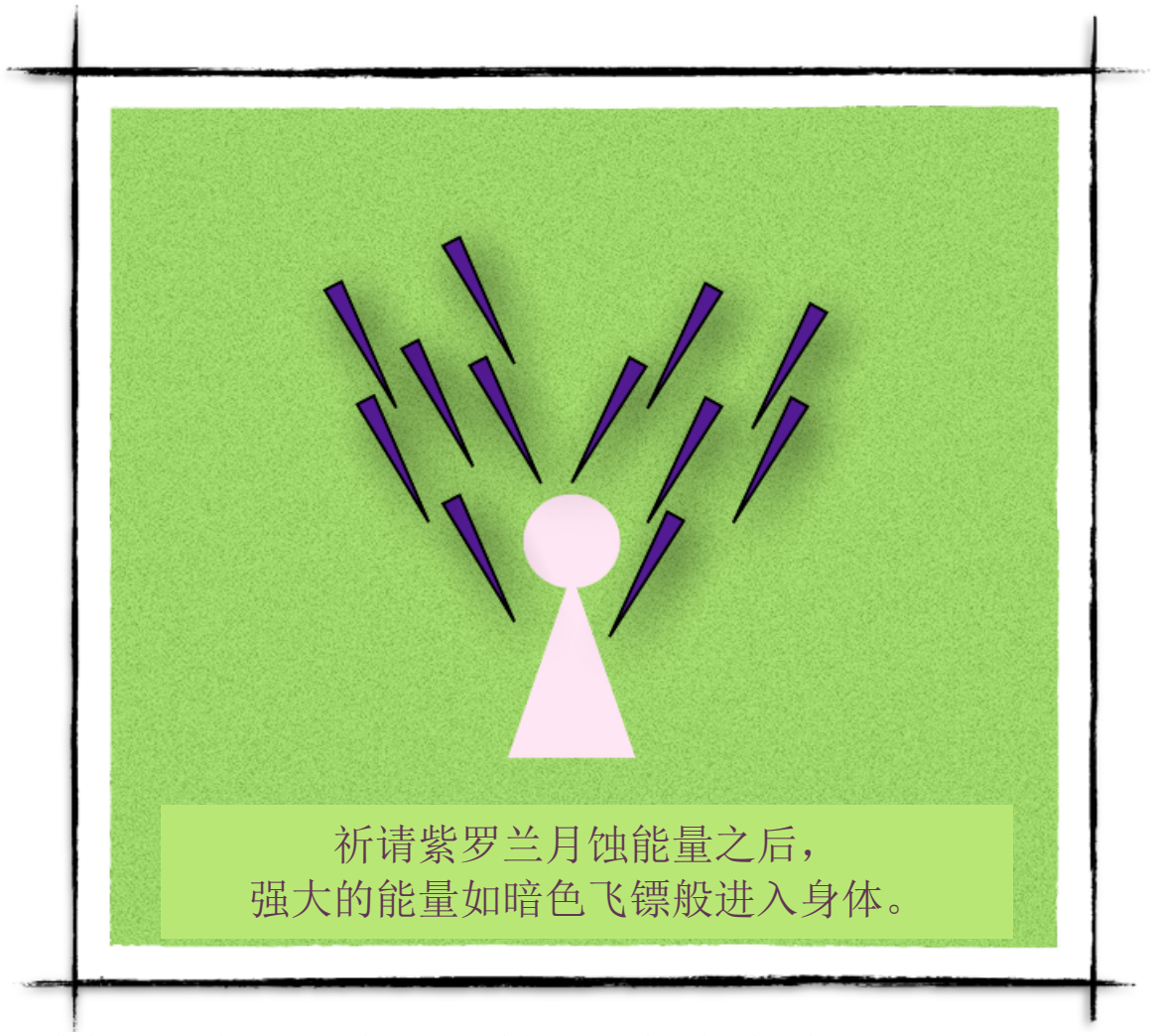
英文原书第 92 页

1 塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气简介

罗汉帝君身着紫罗兰色外衣，再次以双剑交叉的姿态出现，带来塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气。按原著的描述，紫罗兰月蚀能量的源头，是宇宙深处一轮被黑暗遮蔽的紫罗兰色“月亮”。

祈请紫罗兰月蚀能量后，紫罗兰色月亮被激活，释放或射出带有阴影的紫色能量“飞镖”，将强大的能量送入身体。在这段 4－5 分钟过程接近尾声时，能量飞镖逐渐柔和下来，以更温和的能量完成疗愈。

罗汉帝君用“疗愈、健康与幸福”说明这一级能量的作用。这些小小的能量飞镖，仿佛为能量场注入一股迅疾、有力、受神圣引导的能量，再流向身体中需要这些高度疗愈能量的部位。



图示：祈请紫罗兰月蚀能量后，带有阴影的强力能量飞镖被释放到身体内。

原著认为，这一过程进一步清理能量杂质与阻塞，帮助我们迈向罗汉帝君所说的“疗愈、健康与幸福”。

英文原书第 93 页

接收塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气点化后，你便获得祈请这种强力净化能量的能力。如前所述，这一级没有独立的练习；你会通过后文介绍的塞莱斯廷白光帝君（大师级）疗愈练习，接触紫罗兰月蚀能量。

2 塞莱斯廷白光帝君（大师级）简介



欢迎来到塞莱斯廷灵气的顶点：塞莱斯廷白光帝君（大师级）。

如先前简要提到的，与前五级相比，这一级带来了奇妙而非凡的能量变化。之所以称为“顶点”，正因为接收大师级点化后，我们运用塞莱斯廷灵气的方式将改变，以促进一切众生的福祉。

塞莱斯廷白光帝君（大师级）实际是来自白光帝君——罗汉帝君本人的祝福。在点化中，你受邀成为一位白光帝君。接收这一称号是一份殊荣；你必须在点化过程中正式接受，才能建立这份美好、充满爱的连结。

为了说明这一神圣事件，以下描述我们接收塞莱斯廷大师级点化时的体验。

接收塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气点化、能量开始减弱时，罗汉帝君出现了。他身着洁白衣服，双剑交叉举过头顶，从心的中心送出一股强大、美丽的纯白能量流。这种纯粹的爱，是罗汉帝君的本质，也是成为塞莱斯廷白光帝君的本质。在塞莱斯廷实践者各级，我们尚未如此深入地感受到这些爱的能量。

英文原书第 94 页

大师级点化之所以与此前各级如此不同，是因为在白光帝君点化中，前五级的每个“符号”或能量频率，都将被安置到身体内，见下表。

塞莱斯廷灵气前五级的符号与能量频率来源

层级	能量频率所经由的符号
塞莱斯廷	—
塞莱斯廷星辰	两颗金色六角星
塞莱斯廷金光	三个金色太阳
塞莱斯廷祖母绿	一颗翠绿色八角星
塞莱斯廷紫罗兰月蚀	一轮紫罗兰色月亮

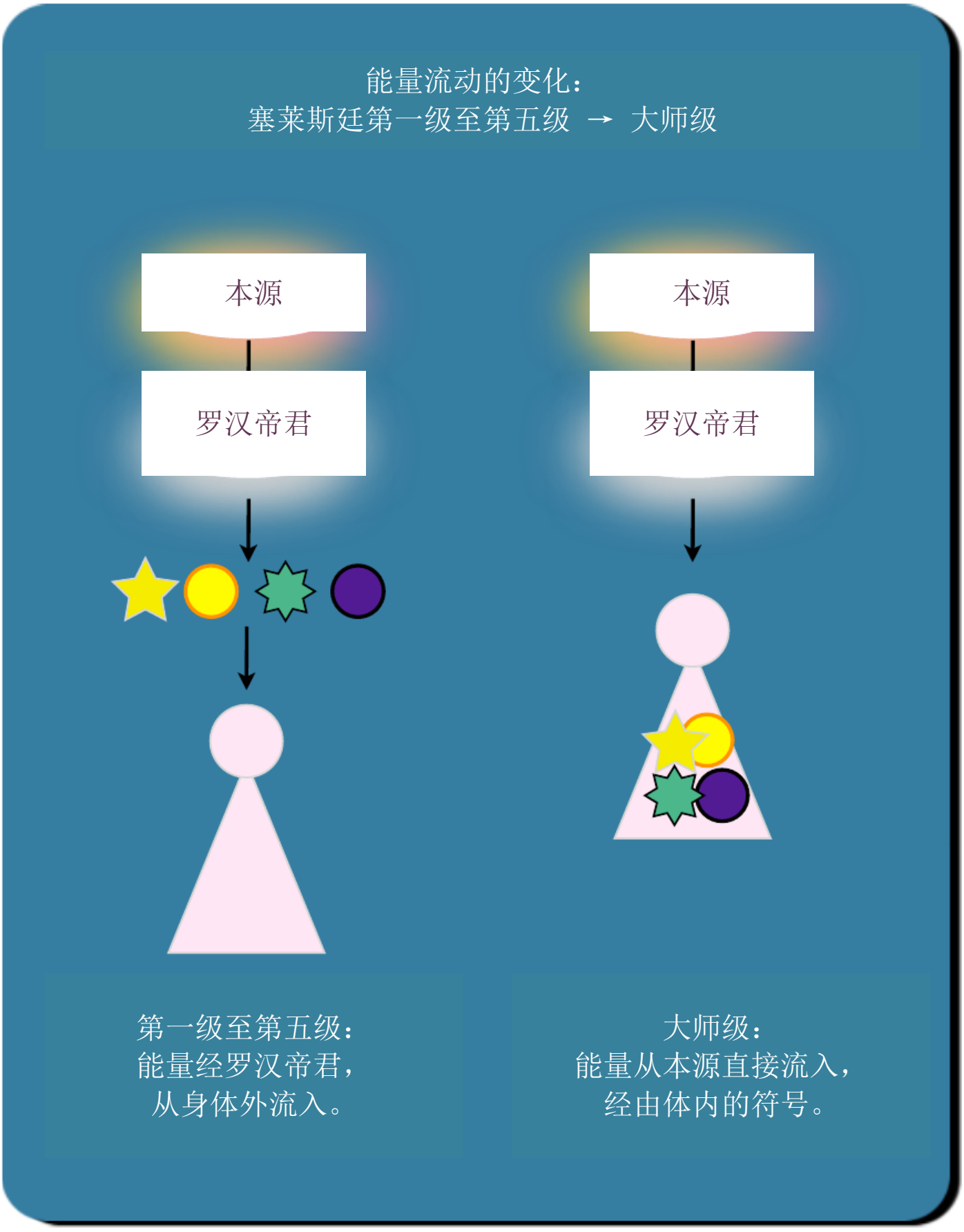
因此，第一次激活白光帝君灵气序列时，你是让能量从自身能量场内开始流动，而不再从宇宙深处的外在源头祈请。现在，每种疗愈频率都在你体内，你可能以不同方式感受到它们，因为它们如今从躯干内部振动。你已经成为这些塞莱斯廷频率的一个“源头”。

更重要的是，这些能量频率的改变，增强了我们将整套塞莱斯廷灵气能量向外照耀、利益一切的能力。你能够更好地清理、疗愈自己，同时向外照耀，使一切受益。这就是接收大师级点化为何是一份殊荣与祝福。

最后，在白光帝君大师级中，罗汉帝君的祝福，就像是在你迈向爱的全新意识、沿疗愈之路前行时，祝愿你旅途平安。他非常高兴你接受了塞莱斯廷教导，并为你前方的旅程赐予丰盛的爱。

英文原书第 95 页

从第一至第五级到大师级：能量流动的变化



左图——第一至第五级：源头 → 罗汉帝君 → 宇宙深处的符号 → 身体。能量从源头经由远在宇宙中的符号流入身体。

右图——大师级：源头 → 罗汉帝君 → 已安置于身体内的符号。能量从源头经由如今位于身体内部的符号流动。

图中的本源为“源头”；罗汉帝君为原著保留的名称。

英文原书第 96 页

3 接收塞莱斯廷灵气大师级点化

如前所述，这次点化与此前各级在形式上略有不同，主要有三点。

第一，也是最明显的一点：一次静坐中实际接收两项独立的点化。

第二，接收塞莱斯廷白光帝君（大师级）点化时，必须在过程中正式接受成为塞莱斯廷白光帝君的荣誉。

第三，这项大师级点化直接来自罗汉帝君本人。在此前所有点化中，包括塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气，都是由马蒂、格里，或你自己的点化传授者，通过远程给予点化。这次则直接从罗汉帝君接收祝福，真是美妙！

其实，你一直在逐步靠近这一刻。随着塞莱斯廷练习清理越来越多能量杂质或暗处，现在已经能够直接接收罗汉帝君更高振动的爱。紫罗兰月蚀点化，就像是接收大师级所需之爱的最后一项先决条件。

我们再次怀着最深的爱与温暖，欢迎你进入大师级点化。除上述差异外，接收点化的理念与你熟悉的一样：爱、感恩与臣服。

重要提醒：在本书“激活”章节激活电子书的能量时，整本书的所有能量与点化都已激活。因此，可以继续依照下方指引进行。［译注：英文原页最后一句止于未完成的介词短语，句尾缺失；此处按上下文译出衔接，不补写新的要求。］

再提醒一次前面提过的“疗愈反应”：原著认为，点化后几天，旧有、不再需要的能量被清理、转化或移动时，可能出现不同感受。它将迟缓、疲倦、轻微感冒或流感样症状，与深层能量清理联系起来，也将如厕次数增加与较低脉轮的清理联系起来。

原著认为，点化和 / 或疗愈练习也可能带来情绪清理。因此，若出现愤怒、悲伤或其他情绪不安，请留意这些变化。更多信息请参阅有关“疗愈反应”的常见问题（英文）。

英文原书第 97 页

4 接收大师级点化的指引

为使这次大师级点化顺利进行，请先完整阅读下列流程，了解需要做什么。请记住，这次的过程稍有不同。

准备好后，遵循以下指引；最重要的是放松、敞开，怀着爱与感恩接收这些礼物。

1. 准备

以最舒适的姿势坐下或躺下，确保至少 15－20 分钟不受打扰。也可以播放轻柔的疗愈或放松音乐（英文）、点燃蜡烛或熏香，营造舒适的氛围。

2. 祈请塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气点化

双手合十，指尖相触，以祈祷的姿势祈请塞莱斯廷灵气点化，出声或在心中念诵：



我怀着深深而谦逊的感恩，敞开自己，接收塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气点化，以利益一切众生。谢谢，谢谢，谢谢。

请注意，在祈请塞莱斯廷灵气能量时，无论接收点化，还是为自己或他人疗愈，“爱”仍具有神圣而重要的意义。原著认为，祈请时爱的感受越强，流动的能量也越强；若在所做的任何事情中，加入利益一切众生的至高意愿，能量也会更强。

塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气点化现在开始，约需 5－6 分钟完成。希望你享受这些为你开展点化的能量。经过 5－6 分钟、感觉准备好后，可以进入下一部分：塞莱斯廷白光帝君（大师级）点化。

有些人可能想再多享受片刻紫罗兰月蚀能量，给它们在意识中消化的时间，然后再进入最后的点化。请运用直觉，准备好时再继续。

英文原书第 98 页

3. 祈请塞莱斯廷白光帝君（大师级）点化

接收塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气点化后，你已准备好直接从罗汉帝君接收最后的点化。可以想象他停驻在你的上方，充满爱地望着你，准备将全部的爱与祝福给予你。

可以把双手合十；如果更轻松，也可以让双手保持原处。现在按以下方式祈请大师级点化：



我怀着爱、尊敬与感恩，谦逊地接受塞莱斯廷白光帝君这一称号，以利益一切众生。罗汉帝君，我现在向你敞开，以接收塞莱斯廷白光帝君点化。谢谢，谢谢，谢谢。

现在再静坐 10 分钟，或跟随内在引导，接收罗汉帝君的祝福。此时传递给你的能量充满爱与平和，希望你享受这些美好的礼物。

4. 结束点化与祝福

如同往常，怀着爱与感恩结束点化：



我怀着爱与感恩，为接收到神圣的塞莱斯廷白光帝君灵气点化，献上最诚挚的感谢。愿我运用这份新能量，利益一切。谢谢，谢谢，谢谢。

英文原书第 99 页

5 成为灵气大师

现在你已经来到塞莱斯廷灵气大师级，适合进一步了解“成为灵气大师”可能意味着什么。



首先，灵气大师这一称谓，用于在疗愈与冥想的能量或振动理解上，达到一定阶段的疗愈实践者。原著称，这一词语因臼井灵气而广为人知，并将臼井灵气描述为日本僧人臼井甕男博士在十九世纪通过灵性修行建立的能量疗愈与冥想方法。［译注：年代及人物头衔均依原书保留，属于待核实的历史表述。］

有兴趣、愿意投入练习并帮助他人的人，可以接收直至灵气大师级的完整教导。多年以后，臼井灵气出现了几个不同版本，或称“传承”。原著也提到，有一些证据显示，臼井甕男博士去世后，最初的教导曾有所改变。

因此，对于什么才算灵气大师，也出现了不同看法。例如，有人认为，灵气大师应能把点化传授给他人；若不能传授点化，严格来说就不能算灵气大师。

另一些人认为，应把灵气大师分为两个层级：灵气大师疗愈者，以及灵气大师教师。这样，可以先鼓励大师在疗愈中运用大师级能量，获得更多振动层面的理解，然后再踏上教学之路。

某些传承中，也设有灵气大宗师层级，为接收者提供更多频率，以更好地服务他人。按作者的理解，臼井甕男博士从未以灵气大宗师的头衔为人所知，而只拥有灵气大师——灵气大师的称号。

英文原书第 100 页

这里并没有唯一正确的答案。不过，我们认为，通常先练习一段时间的大师级能量，在感到熟悉并有更深理解后，再开始教授所学体系，是一个好方法。这样更有助于培养优秀教师，并维护能量疗愈整体的完整性。

这也是我们教授塞莱斯廷灵气的方式。在白光帝君大师级，你成为塞莱斯廷灵气大师，能够接触这个美妙能量疗愈与冥想体系的全部频率。

“大师”应理解为技艺娴熟的工匠，而不是“我是灵气的至高上师”。后一种自我膨胀的想法，与任何灵气练习的方向都相反。以更谦逊的态度看待自己和练习，你可能在各方面都感到更少压力。人们常说，随着练习中的感受越来越多，灵气中最大的危险是自我膨胀。

最后，不必因为成为灵气大师，就觉得自己必须知道所有答案！除非完全净化，否则没有人能真正知道所有答案；即便如此，也无法替你知道属于你的答案。每个人都有自己的真实、天赋，以及深藏于神圣内心的答案。

在那里，我们可以找到最深的愿望、存在的意义和内在真实。当我们把它向外照耀，利益一切时，便在完成自己来到这里要做的事。每个人都有独特的光彩，因此请记住，自己从练习中获得的理解，往往与其他实践者略有不同。

6 理解疗愈、能量与相互连结

点化后，你便可以进行塞莱斯廷白光帝君疗愈练习。与此前各级相同，这些能量既可用于自我疗愈，也可协助他人疗愈，包括面对面和远程方式。

前几级曾说明，面向个人、群体、情境或地点进行疗愈，按原著的观点，也会显著影响自身疗愈，帮助进一步净化自己的负面能量。

同样，在自我疗愈中，专注于向外照耀、利益一切，可以同时帮助自己与他人。原著认为，我们既受益于塞莱斯廷体系中受神圣引导的疗愈能量，也因为怀着帮助整个宇宙一切众生的意愿祈请，而接收到远比只为自己祈请更多的能量。因此，我们可以看见，也感受到，塞莱斯廷自我疗愈所带来的深刻助益。

英文原书第 101 页

正如许多人已经意识到的，我们自身和塞莱斯廷灵气的疗愈力量并不止于此。从万物相互连结的理解出发，我们开始认识到，自我疗愈也为周围的人提供神圣的疗愈振动。

这是一个至关重要的概念，尤其是在练习不断深化、逐渐更充分地融入这些或其他体系的神圣疗愈能量时。由此，我们更接近全新意识中纯粹之爱的振动，最终认识自己本来就是、也始终都是的存在：真正无限的爱、光与理解的源头。

原著认为，这些疗愈频率帮助我们不断深化对自身神圣本性的理解，并认识万物的合一。这种相互连结如此微妙，几乎难以察觉；只有通过冥想中的专注，以及亲身体验能量振动，才开始感到它的存在。

对沿这条道路前行的人，理解相互连结十分重要，因为它赋予“为利益一切而照耀”全新的意义。当我们开始理解彼此并不分离，也就能够进一步发现、体验爱、慈悲与智慧的能量。以下讨论由此展开。

熟悉佛教传统教导的读者，可能知道相互连结在空性的教导中有所涉及。原著引用《心经》（般若波罗蜜多经）的意思如下：

色是空，空是色。离色无空，离空无色。

这一教导十分深奥，多数人需要反思、体会。它似乎在说：某物虽以物质形式存在，同时又是空的、没有实有存在。为了进一步理解，我们来看被称为“二谛”的教导。

简单说，我们所处的现实，可以从两个真理层次，或两个理解层次来看。第一层是表面或物质的层次，也是日常生活所在的层次。在这里，事物以某种物质形式存在，例如看的电视、吃饭时坐在旁边的桌子，以及烹饪用的锅具。这些都存在于物质现实中。

这一层次较易理解；第二层则是究竟或绝对的真理层次。它通常无法用肉眼看见，而是更加深刻、微妙的理解。

英文原书第 102 页

回到前面的例子：桌子、电视确实以物质形式存在；但按原著对究竟或绝对真理的说明，它们同时又并不实有。换言之，它们没有真正可触及的实体。

这是如何可能的？作者试图通过科学，尤其是量子物理或量子力学，解释这一观点。

［译注：以下有关量子物理、零点能及意识的论述，忠实呈现原著的解释与推论，并非本译稿对这些说法所作的科学验证。］

原著把量子物理或量子力学描述为：通过剖析、研究单个原子及其内部存在，来解释现实的科学领域；并提出，既然整个物质宇宙由原子构成，了解原子的内部，就能描述究竟的真理层次。

那么，科学家发现了什么？原著声称，在亚原子层面，科学家反复证明：

一切物质，无一例外，都由某种无法描述的能量源构成。

作者继而描述，原子内部、亚原子层面，是振动的交响与大量空旷空间；并称科学家发现，存在的基础是一个具有智慧、充满生命力的统一能量场，许多人将它称为“意识”。

原著称，自二十世纪初起，已有数以千计的实验支持这一说法，其中最有名的可能是双缝实验。通过互联网，可以在优兔视频平台观看一段约五分钟的简明解释：量子博士：双缝实验（英文视频）。

新版链接说明：该视频由第三方提供，并非 Love Inspiration（爱的启示） 制作。如果链接失效，请在网上搜索“量子物理：双缝实验”，查找这一视频的其他版本。

英文原书第 103 页

原著将上述视频的内容理解为：

在一切物质，也就是有形事物的背后，存在一个具有智慧、不断振动的能量源。



原著还引用以下文字，并署为阿尔伯特·爱因斯坦于 1927 年回应无神论者阿尔弗雷德·克尔：

试着用我们有限的手段探寻自然的秘密，你会发现，在所有能够辨认的关联背后，仍有某种微妙、无形、无法解释的存在。敬畏这超越我们理解能力的力量，就是我的宗教。从这个意义上说，我确实是一个有宗教情怀的人。

接着，原著描述另一项据称发生于二十世纪初的实验，目的在于确定“空旷空间”里是否有能量源。按照该书的叙述，为在实验室检验这一想法，需要建立一个真空，原文同时称其为“法拉第笼”，让一片区域完全没有空气，并屏蔽电磁辐射场。

原著继续说，这片无空气的真空被冷却至 273 摄氏度，书中将其描述为所有物质应停止振动、不再产生热量的温度。实验原先的设想，是其中应该什么也没有，是一个空无的空间。

结果如何？按原著的叙述，人们发现真空中并非没有能量，反而有大量能量。这种存在于空旷空间的能量被称为零点能（零点能，零点能）。有兴趣的话，可以在网上阅读更多有关零点能的内容。

［译注：本页对真空、法拉第笼、温度与实验过程的关联，以及引文出处，均依原著保留，待事实审校。］

英文原书第 104 页

原著称，物理学家约翰·惠勒与理查德·费曼曾计算：一个灯泡所容纳的真空体积中，其能量足以使世界所有海洋达到沸点。作者对此感到惊叹。

从这些及其他实验，作者推论，物质现实的基础是某种具有智慧的生命力能量；只有通过冥想练习，才开始亲身体验这种充分运作的智慧与爱，也就是前文所称“受神圣引导的能量”。

以能量作为物质现实基础的理解为起点，现在再来看万物相互连结的观念，因为这似乎是塞莱斯廷练习的基石。当我们向一切照耀时，相信自我疗愈确实能够利益他人，会很有帮助。



通过深入、亲身地理解相互连结，也能更接近真实的自己，接近核心之中宏大的“我是”（我是），也就是前面谈到的无限潜能。可以把整个宇宙想象成一片海洋，其中漂着一个两升的塑料瓶；瓶内装着与海洋相同的水。

这个比喻描述了我们每天生活其中的合一状态：我们都是漂浮在广大爱之意识海洋中的水！

把瓶中水与海水隔开的塑料，常被用来代表自我，更准确地说，是我执。受既有心念制约，我们以为自己在究竟层面是独立实有的，因此很难相信自己其实如同整片海洋。
当我们开始挣脱自我心念的束缚，就能越来越多地感受海洋的广阔。随着臣服，我执一点点松脱，我们朝向应当前往的方向前进，同时记得自己始终处于神圣引导与无条件的爱之中。

沿着迈向全新意识的道路，我们逐渐向新的现实睁开双眼，真正进入属于自己的位置：与广阔的意识合而为一。

还可以用天空中明亮的太阳比喻自身神圣的本性。阴云密布、令人沮丧的日子里，可能很难想象太阳仍在某处照耀着我们；但当然，它始终都在。

英文原书第 105 页

我们的真实神圣本性也是如此：像太阳一样，始终照耀。原著把负面或较暗的能量，更具体地说，把许多世以来形成的旧思维模式，比作云层；它们遮蔽、阻挡太阳，让灿烂的爱与光无法穿透。

如果这一生到目前为止只经历过阴天，我们便可能忘记，太阳仍在云层背后。但它确实在那里，依然明亮地照耀，只是尚未有机会穿透云层。

当练习逐渐清理云层，清理负面能量与旧思维模式时，我们便能够缓慢而确实地看见越来越多真实的自己。我们开始看见爱、慈悲与无限之光，那正是自身真正神圣的本性：全知、与万物相连，并远远超出想象的自己。

相互连结的整个要点，就是理解我们本为一体。

每个人内在都有尚未开发、超越言语的潜能。



英文原书第 106 页

对合一或相互连结作了上述较为高远的介绍后，原著接着援引它所称的科学资料，希望帮助读者更容易理解万物相连、万物合一的观念，也回应偏好逻辑、习惯以“左脑”思考的读者。

作者建议，从江本胜的工作开始了解。原著称，江本胜找到了拍摄水的分子结构的方法，并希望测试：作为最具接收性的元素，水是否会对施加的心念刺激作出反应。

这些实验持续多年，基本方法是比较多个水样。可以通过江本胜事务所水结晶图库（水结晶图库，英文），查看水样照片。

图库展示来自不同地理位置的水样，也展示水样在接触不同音乐、不同文字，乃至不同照片时呈现的样貌。

原著据此认为，水中的图案会随着条件或刺激变化，显示水确实会回应所处条件或刺激。

原著还描述，江本胜在其他实验中直接运用心念，向水传送充满爱与善意的念头，或给予祝福，并得到类似结果。在谈及结果时，他将“意愿”视为变化背后的推动力。

作者接着以“人体超过 70% 是水”这一表述，引出下面的设想：

> 如果思想能够影响水，想象一下，它会对我们产生怎样的影响！

［译注：本页忠实保留原著对于研究、人体含水比例及其推论的表述；新版以图库链接介绍水样，没有沿用旧版整组水样图片。］

英文原书第 107 页

原著称，江本胜也研究过音乐的振动频率，得到有趣的结果；网上可以找到许多有关其工作的资料。原著同时承认，有人认为这些结果未达到严格的科学准确性标准，但作者认为，读者可以查看不同照片与记录，自行判断。



一种通常被认为没有生命的材料，为什么会回应思想或意愿？作者把它视为智慧与相互连结的迹象。接着，原著介绍克利夫・巴克斯特的工作，并说明为了便于理解，结果有所转述。

原著将巴克斯特描述为曾为美国中央情报局工作的顶尖测谎专家之一。多年后，他把注意力转向植物，将测谎仪连接到植物上，以观察不同条件下的压力反应。

在人类测谎中，仪器会测量“皮肤电反应”（皮肤电反应，皮肤电反应），也就是皮肤的导电情况。当人处于内在压力之下，例如说谎时，皮肤电反应可能发生明显变化。原著据此解释，巴克斯特也通过测量植物的电化学信号，来判断植物的压力程度。

他发现了什么？据原著所述，植物的一片叶子被切断时，会出现强烈反应；叶子被烧灼时，反应最强。如果只是把火柴移近叶子、假装要烧，却没有真正的意图，植物就没有反应；直到他明确形成烧叶子的意图，测谎仪才出现峰值。

原著还称，在同一组实验中，植物会回应附近其他生物的死亡或痛苦。一项实验随机把丰年虾投入同一房间附近的一盆沸水，并用测谎仪记录植物反应；书中称，植物立即对虾的死亡作出了反应。

另一项观察是，把沸水倒入水槽时，植物会出现类似反应。巴克斯特起初感到困惑，后来对水槽取样，发现其中有大量细菌群落；原来水槽没有定期清洗。

英文原书第 108 页

按原著的叙述，巴克斯特承认，这项发现是偶然发生的：测谎仪一直连接着植物，而厨房恰好就在附近。

由此，他决定扩大测试范围，研究其他生物。既然细菌似乎带来类似结果，为何不测试酸奶？毕竟，酸奶里也有活的细菌群落。



原著称，他发现酸奶的表现与植物相同。例如，有一项实验要观察，附近有人吃酸奶时，酸奶细菌是否会回应。测谎仪上的反应时间，与胃中消化液开始分解所吃酸奶的时间相对应，仿佛仪器连接的酸奶因为附近同类细菌死亡而感到压力。原著还称，酸奶细菌会对附近植物受到损伤等情况作出反应。

以上只是作者所述巴克斯特的部分惊人结果。

原著随后援引弗朗西斯·克里克，将他称为早期脱氧核糖核酸发现的重要人物、备受尊敬的科学家，并声称他通过多年研究得出：99.9%的星际尘埃具有与冻干细菌相同的光谱特征。作者认为，把这一说法与前述发现结合起来，十分引人入胜。［译注：该人物归属、比例和推论均按原著保留，待事实审校。］

回到相互连结的主题，这些内容如何关联起来？作者推论，水、植物与细菌中，似乎存在某种智慧。

按照前面的叙述，施加心念刺激可以改变水的整体结构，关键是施加者的意愿；植物与活细菌也似乎会回应周遭环境，在附近其他生物死亡或受苦时，呈现所谓“压力”的迹象。

接下来再看另一项原著援引的实验，更直接地聚焦于相互连结。作者认为，虽然此前内容很有趣，但还没有提供足够满足“左脑”思考的证据。

英文原书第 109 页

原著接下来介绍发生于二十世纪九十年代初的一组实验，认为它们提供了冥想意愿与相互连结之力量的更具体证据。首先是 1993 年在美国华盛顿特区进行的实验。

按原著的叙述，在它所称的当年夏季“世界谋杀之都”，来自一百多个国家的四千名志愿者聚集冥想，希望给周边地区带来可观察的影响。实验预先预测，如此大规模的集体冥想，会使依美国联邦调查局统计口径计算的暴力犯罪恰好下降 25%。

原著称，当时华盛顿的警察局长表示，除非下两英尺厚的雪，否则犯罪不可能下降 25%；但随着实验继续，警方逐渐产生兴趣，到夏季结束时，甚至成为研究的合作者与署名作者。书中称，官方结果显示，当年夏天华盛顿特区的暴力犯罪下降了 25%。

原著把这种准确预测归因于此前在不同地区进行的四十多项较小规模实验，并将这一系列结果称为玛哈里希效应（玛哈瑞希效应）。

原著援引维基百科的说明如下：

> 玛哈瑞希效应，是指当人口中有“相当比例”的人练习超觉静坐时，可能产生的一种假设性社会益处。二十世纪六十年代，玛哈里希提出，若 10% 的人口练习超觉静坐，生活质量，以及社会的和谐与秩序，就会明显改善。这一要求后来于 1960 年改为 1%，并被称为“玛哈瑞希效应”。

［译注：数值、年代先后及研究叙述均按原著保留，未据此确认因果关系，也未把原书引用当作维基百科的当前文字。］



英文原书第 110 页

作者认为，这听起来令人振奋：这些实验资料似乎表明，只通过冥想意愿向外传送爱，就能让整座城市的振动产生明显乃至显著的变化。

依这一理解，实验也能增强自我疗愈时的信心，让我们相信练习不仅对自己重要，也对周围环境重要。

随着练习深化，我们可以越来越理解这种合一感，或佛教中所说的空性。我们或许开始瞥见、感到自身真正的神圣潜能；随着能量杂质不断被清理，便穿过云层，更接近那始终向一切照耀神圣之光的太阳。



如果这些讨论能帮助你更容易理解合一，我们会非常高兴。通常，先回应逻辑、“左脑”层面的需要，在冥想中获得亲身体验后，就能更好地运用合一的喜悦振动，利益一切。

最终，理性理解与亲身体验相结合，会在疗愈与冥想道路上，对整体领悟产生深刻影响。我们希望你不要低估这些受神圣引导的能量，尤其不要低估自己真正神圣、能够为一切照耀的潜能！

最后，原著试图通过数学与科学论述，把这些内容联系起来，并介绍量子物理学家约翰·哈格林。按原著的转述，他声称科学已经发现了解释究竟真理层次的公式或范式。

他把宇宙最基本的基础描述为称作“意识”的非物质能量源：一种难以言说、具有智慧的能量力量，支撑所有自然法则，万物都从中产生。

依这一说法，日常所见的一切，只是从统一场以不同形式涌现的涟漪，皆来自难以理解的合一状态。原著还转述他提到，同事约十三年前因一项发现获得诺贝尔奖，而这项发现不断发展，最终引向统一场的发现。［译注：“约十三年前”沿用原书的相对时间，原文没有在此给出确切年份。］

若想进一步了解统一场理论或约翰·哈格林，可以在优兔视频平台寻找相关视频。原著也建议，感兴趣的读者可以浏览有关科学理论、量子物理与意识研究的其他视频；相关资料很多，足以花上许多时间探索，互联网有时确实非常美好。

英文原书第 111 页

在列举这些科学信息片段后，作者得出的结论是：

我们本为一体。

原著认为，每个人内在都拥有合一、统一场的无限潜能，只要能够清理我执，便可显现。

当我们清理不完美与负面能量，拥抱全然、彻底的臣服，就能够体验自己本来就是、也始终都是的存在——神圣的爱。

下面的教导出自《一的法则》系列。原著将它介绍为美国爱 / 光之研究小组于二十世纪八十年代接收的一套详尽的通灵教导，并认为这段文字十分适合作为相互连结讨论的结尾。请怀着爱与光，体会这些美好而深刻的话语：

合一法则虽超越一切言语，仍可大致表述为：万物为一；没有两极，没有对错，没有不和谐，只有同一个本体。

一切为一；这一，就是爱之光、光之爱，就是无限造物主。

在你每一个无穷微小的部分之中，都住着拥有全部力量的无限造物主。

你是一切，是每一个存在、每一种情绪、每一种情境。

你是合一。

你是无限。

你是光之爱。

你是爱之光。

你是！

英文原书第 112 页

7 自我疗愈练习简介

如本级所探讨的，原著认为，自我疗愈也能够切实利益他人，并以玛哈瑞希效应实验作为说明。随着练习持续、意愿更加纯净，也就是更朝向帮助他人，疗愈或爱的振动也会加强。

依原著的理解，这使爱之光更能深入普遍相连的爱之意识中的暗处。因此，自我疗愈也是利益他人的好方法。



由此，究竟要经常为周围的人疗愈，还是鼓励他们开始自己的练习，就更取决于个人选择。随着塞莱斯廷灵气系列逐步传来，尤其到普罗菲斯廷灵气／埃克利普廷之光层级，我们越来越清楚地看到，这个体系提供了一条逐步迈向合一与爱的全新意识的道路。

在各种情境中，为他人疗愈当然仍然合适；但有时，鼓励他们开始自己的塞莱斯廷练习，也可能是更具慈悲的做法。如此，我们都能拥抱爱与理解的能量，接近喜悦的存在状态。

你现在已是塞莱斯廷灵气大师，我们认为，最好选择最适合自己的方式。如果也从事其他能量疗愈，并以此维持生计，可以继续每天为许多接收者提供塞莱斯廷灵气疗愈，也可以与其他方法结合。若有全职工作，则可能只想进行自我疗愈。

每个人不同，需求、偏好与能够投入的时间也不同，所以“按自己的意愿选择”通常最合适。我们只希望你享受练习，以尽可能美好的方式，把自己独特的礼物带给世界。

现在，我们准备介绍塞莱斯廷白光帝君（大师级）的具体自我疗愈方法。能为你介绍这些美好的教导，是我们的荣幸。

如前所述，大师级自我疗愈与此前各级很不一样，主要因为接触能量的方式改变了。若愿意，仍可以像从前那样祈请塞莱斯廷能量；不过，我们鼓励你真正走进塞莱斯廷大师的角色，采用新的练习方式，以利益一切。

英文原书第 113 页

当我们激活塞莱斯廷白光帝君灵气序列时，前面每个实践者层级的符号或能量频率，会在体内同时激活。塞莱斯廷能量随即流向需要的地方，以带来尽可能好的疗愈。

如同实践者各级，这些能量受到神圣引导，会从完整的塞莱斯廷灵气频率中，带来当下所需的部分。原著认为，这确保我们在自我疗愈冥想的任何时刻，都能接收到恰好需要的能量。

随着大师级练习深入，每次冥想可能带来与上次略有不同的频率，或对曾经未能充分理解的事情，产生新的领悟。无论当时需要什么，都会通过大师级练习接收；请记住，所有塞莱斯廷能量正在同时为你工作。



这是重要的一点：在塞莱斯廷白光帝君层级，自我疗愈运用的是整个塞莱斯廷灵气体系频率的组合，也就是塞莱斯廷灵气、塞莱斯廷星辰灵气、塞莱斯廷金光灵气、塞莱斯廷祖母绿灵气、塞莱斯廷紫罗兰月蚀灵气，以及塞莱斯廷白光帝君能量合而为一。

还要理解，点化后，这些能量从你体内流动，而非从“宇宙深处”祈请而来。因此，现在自我疗愈只需约 10 分钟。

这些能量仿佛已经成为你的一部分。通过练习不断激活，自身振动就能更接近塞莱斯廷的振动。正如我们接收到的教导：

白光帝君的“常明火种”始终在你体内发光。你可以按自己的意愿，经常激活它，以利益一切。

随着理解深入，我们能认识到，自己实际上并不与这些神圣能量分离。通过臣服与放下，放开自我，便成为一盏疗愈之光，利益一切。

可以把自我疗愈理解为帮助塞莱斯廷频率在体内成长、绽放。每天规律练习，让我们更接近爱、新的理解，以及这些符号所承载的神圣疗愈之光，从而更好地帮助他人。

英文原书第 114 页

8 完成自我疗愈练习的指引

现在，我们更了解成为灵气大师的含义，也可能更理解能量、相互连结，以及它们对自我疗愈的影响。此前还介绍了新练习可能带来的变化；下面说明具体流程。

1. 准备

与实践者各级相同，坐下或躺下，闭上眼睛，确保 10 或 15 分钟不受打扰，便可以开始自我疗愈。

2. 祈请塞莱斯廷灵气序列

首先念诵以下祈请文，激活塞莱斯廷白光帝君灵气序列；可以选择双手合十：



我怀着深深的爱与谦逊的感恩，愿我现在激活塞莱斯廷序列，让我为一切众生照耀。愿我们都远离痛苦。谢谢，谢谢，谢谢。

表达这一强而有力的冥想意愿后，塞莱斯廷白光帝君序列便从体内开始流动。符号在躯干内形成仿佛环状的排列，能量由此流向所需之处，以带来尽可能好的疗愈。

能量会按需要持续流动，通常约 10 分钟。在此期间，身体由内而外发出美丽、纯净的白光。整套塞莱斯廷能量在冥想意愿的推动下，经由我们向外照耀，利益一切；同时，这些受神圣引导的能量也帮助清理自身的能量杂质。

持续怀着“利益一切”这一纯净、有力的意愿练习，按原著的说法，也能清理存在深处更多的暗处或污浊能量，形成爱、光与疗愈不断向上发展的过程。因此，自我疗愈成为十分重要的个人成长工具。

你也可以在冥想中加入其他肯定语，例如以下几句；更多说明请回看第四级。



愿塞莱斯廷序列为我们一切而照耀。

愿塞莱斯廷序列帮助一切众生幸福、远离痛苦。

愿一切众生受益。

英文原书第 115 页

3. 结束练习

结束疗愈时，仍怀着爱与感恩，再次祈愿一切受益：



我怀着神圣的爱与深深的感恩，感谢你在这次塞莱斯廷白光帝君灵气序列中给予的一切帮助。愿你继续照耀神圣的爱与疗愈之光，使我们一切受益。谢谢，谢谢，谢谢。

疗愈补充说明

你会发现，现在一次自我疗愈所需的时间，明显短于此前。原著解释，这是因为所接触能量的强度改变了；如今能量在身体内工作，能够更快、更有效地运作，带来充满疗愈与灵性滋养的冥想，也更容易在各种情境或时间开展。

正式练习仍建议在安静、平和的环境中坐下或躺下。不过，我们也鼓励你外出时尝试激活这些能量。这常被称为“融合”的教导，意思是把冥想中的内在平和与安宁，带进实际生活。例如，在公园散步、独自省察时，也可以邀请塞莱斯廷序列一同参与。

乘火车上班时，也是练习塞莱斯廷白光帝君的好机会。甚至工作中如厕的片刻，也可以邀请塞莱斯廷灵气大师级振动，在回到办公桌前为自己补充能量。对时间紧张的人，这可以增加练习时间，也增加自我省察或个人成长的机会。

重点是：不必坐在深度冥想中，才能祈请这些能量。它们由意愿激活。原著把意愿称为一切疗愈练习之母，认为学会运用意愿后，便可能发生有力的变化。与往常一样，请发挥创造力，享受练习！

英文原书第 116 页

9 为他人进行疗愈

对许多人而言，帮助他人的最佳方式，可能就是怀着坚定利益一切的意愿，进行自我疗愈。我们想强调，这样想完全没有问题，也并不自私。

当理解合一时，就会认识到，实际上“你”和“我”、“我们”和“他们”并没有真正的区别。在究竟的理解层面，只能有同一个本体、同一个统一的爱之场，也就是我们所称的意识。

话虽如此，把能量传递给他人始终是美好的，尤其是在免费或随喜捐赠的基础上给予疗愈。付出而不求回报，背后有一种无可比拟的能量。简单的慈爱行动，带来深刻满足的振动；原著认为，多数情况下，宇宙会在合适的时候，送来我们所需的东西。

因此，我们希望把教导给予需要的人，不必为金钱而争执。我们怀着爱与谦逊，为利益一切而行动；所接收的回报，则交由宇宙，依照自己的业力决定。

下面说明如何以塞莱斯廷灵气大师的身份，为他人进行疗愈。



英文原书第 117 页

10 手触疗愈 / 远程疗愈的流程

手触疗愈与远程疗愈的基本流程，与你在实践者各级学到的相同；区别在于现在运用能量的方式改变了。你会感到能量更贴近自身运作，随着深入练习，也可能感受到更多能量层面的能力。

无论远程还是手触疗愈，都请为接收者做好适当准备，确保环境舒适，接收者也准备好、愿意敞开接收。

然后花几分钟让自己安定、归于中心，再祈请塞莱斯廷白光帝君序列：



我怀着深深的爱与谦逊的感恩，愿我现在激活塞莱斯廷序列，让我为……［填入接收者姓名］……照耀。愿我们都远离痛苦。谢谢，谢谢，谢谢。

如果刚开始为他人疗愈，可以把这一意愿重复三遍，帮助缓和对表现的紧张或焦虑。也可以在过程中使用肯定语，让疗愈意愿始终朝向一切的最高利益。

手触疗愈开始时，将双手放在接收者头部，持续 10 - 15 分钟。能量略微减弱时，通常可以感到何时适合结束；一般而言，多数塞莱斯廷大师级疗愈约 10 分钟便已足够。

远程疗愈仍保持掌心向外，并采用自己觉得合适的方法。实践者各级已介绍过几种技巧，可以选用其中一种，也可以创造适合自己的远程方法。

远程疗愈也约需 10 - 15 分钟，重点是怀着把疗愈之光传送给……［填入姓名］……或……［填入情境］……或……［填入群体］……的意愿。

最后，怀着爱与感谢，结束这次由神圣能量引导的疗愈。愿它们为我们一切照耀，帮助我们轻松、自然、优雅地迈向爱的全新意识。

英文原书第 118 页

补充说明

随着更深入地运用塞莱斯廷灵气大师级能量，在手触疗愈中，你可能察觉能量工作的方式不同了。有时，感觉很像自己在做自我疗愈，只是双手接触着另一个人的头部。

不必因此担心。原著认为，接收者仍在经历深层疗愈；由于开始时已经设定意愿，受神圣引导的能量会相应运作，始终流向接收者与自己最需要的地方。

大师级手触疗愈的差异，是疗愈频率如今从你体内运作。因此，有时可能感觉流向接收者的能量有所不同，例如不仅经由双手，也可能经由身体其他部分流动。

你也可能在自己与接收者身上，感受到更深的空性；也可能更有效地运用观想和冥想感受，帮助清理接收者的能量杂质。

许多体验需要通过实际练习来认识，并随着良好练习逐渐出现。请记住，自我疗愈是成长与能量发展的重要部分。

11 结语

祝贺你成为塞莱斯廷灵气大师！希望这些教导帮助你理解、体验更深的爱与疗愈之光。我们敞开心，真诚地希望你喜欢这些入门的塞莱斯廷教导。愿你的练习不断增强，越来越接近自身真正神圣的本性。

如果愿意，塞莱斯廷旅程的下一步是普罗菲斯廷灵气，可以在塞莱斯廷灵气大师级点化后 7–14 天开始。

接收下次点化没有最迟期限，所以在经过 7–14 天之后，依照自己的感受安排即可。但请记住，这段休息与消化时间至关重要；关于休息期的重要性，请参阅相应常见问题（英文）。

塞莱斯廷灵气各级，尤其是大师级的所有练习，都是为了准备在能量振动上迈出更大一步：进入普罗菲斯廷灵气。

英文原书第 119 页

普罗菲斯廷灵气带来对神圣之爱与合一更深刻的理解，这会通过自我疗愈冥想亲身感受到。原著也将它描述为深度清理、净化的体验，帮助在比以前更深的层面疗愈，清理旧情绪和旧思维模式，为随后埃克利普廷之光层级的又一次振动提升作准备。

总体而言，普罗菲斯廷，以及其后的埃克利普廷各级，提供更高频率的爱、光与理解，帮助探索迈向全新意识的道路。这些频率使我们接近万物合一，也就是被认为属于纯粹之爱的状态。



在普罗菲斯廷与埃克利普廷的学习中，我们还会继续按接收时的样貌，详细介绍来自不同高等灵性存在的信息。这些美好的通灵教导，与所运用的能量相辅相成，帮助我们进一步理解各级中发生于内在的能量转化。

最后，邀请你把自己的塞莱斯廷体验，分享给你认为会受益的人，让塞莱斯廷灵气触及需要这些教导的人。我们认为，对正在经历困难或人生低潮的人，这些教导尤其有帮助。
我们再次怀着最深的爱与恩典，祝贺你走到塞莱斯廷大师级，真诚期待很快在普罗菲斯廷灵气教导中与你相见。

愿一切众生生活于爱、光与幸福之中，远离一切痛苦！

伴随神圣的塞莱斯廷之光，

罗汉帝君与 Love Inspiration（爱的启示）

英文原书第 120 页

欢迎来到塞莱斯廷系列

第二阶段：普罗菲斯廷灵气



英文原书第 121 页

统一光明之路

第一章：塞莱斯廷系列

第二阶段：普罗菲斯廷灵气

第一级：蓝湖灵气

我们温暖而谦逊地欢迎你！



我们怀着爱与光，欢迎你进入普罗菲斯廷灵气，并由衷感谢你持续为这条爱、疗愈与转化之路服务。也祝贺你迈出这美好的一步，进入塞莱斯廷系列第二阶段的普罗菲斯廷灵气教导；第一阶段是塞莱斯廷灵气。

在塞莱斯廷灵气中，我们介绍了向外照耀爱、利益一切的观念。通过自我疗愈，或许已经开始看见或感到，这也非常有助于自身疗愈与个人成长。各级练习让我们有机会接触神圣的塞莱斯廷频率，并进一步理解爱、光与神圣引导。

我们也学习了通过冥想或疗愈意愿加强练习的方法，例如臣服、放下和敞开，并以肯定语、观想等技巧，让意愿更加清晰。
这些都是进入普罗菲斯廷灵气的美好阶梯。它承接塞莱斯廷灵气，正如我们接收到的教导：

普罗菲斯廷灵气是塞莱斯廷灵气的姐姐。

在普罗菲斯廷灵气的三个层级中，我们将经历令人惊叹的能量转化，走向对真实本质更深刻的理解。这些冥想体验充满难以言说的神圣之爱与疗愈之光；现在，自我疗愈带来的是更高的爱与疗愈振动。

英文原书第 122 页

普罗菲斯廷灵气大师级尤其充满祝福，因为我们将接触源头本身充满爱的能量。通过点化，可以点亮自身内在的源头，向外照耀，利益一切。这项点化与大师级练习，充满难以言说、极为深刻的喜悦与爱。

我们再次敞开心，真诚祝贺你来到普罗菲斯廷灵气。希望你的练习像我们一样，在这些层级中以最美好的方式绽放。愿你的光越来越明亮，触及宇宙中的一切众生！

本级目录

以下为英文原书印刷页码，并非本中文电子文档的页码。

内容	英文印刷页码
我们温暖而谦逊地欢迎你	103
1 普罗菲斯廷灵气的起源	105
2 学习普罗菲斯廷灵气	106
3 普罗菲斯廷灵气疗愈练习简介	108
4 普罗菲斯廷灵气第一级：蓝湖灵气	109
5 接收蓝湖灵气点化	110
6 接收蓝湖灵气点化的指引	111
7 蓝湖灵气自我疗愈练习	112
8 真言简介：“我敞开自己，并愿意改变，以利益一切众生”	114
9 为他人进行疗愈	117
10 结语	119

英文原书第 123 页

1 普罗菲斯廷灵气的起源

原著描述，普罗菲斯廷灵气的源头是一尊巨大的白色佛陀，充满无量的爱与慷慨，持续向一切照耀白光与爱。我们通过普罗菲斯廷灵气接触的，就是这白光与爱。

当马蒂与格里即将完成塞莱斯廷灵气教导、被认为在振动层面准备好时，格里通过直觉，遇见一位自称玛杰尔达·莱女帝的美丽女性，由她介绍普罗菲斯廷灵气能量。



她身着优雅的紫色长袍，外覆轻薄飘逸的紫色丝网，袍边饰有精细刺绣与宝石。她呈现欧洲人的外貌，深金色头发在脑后整齐盘辫；左手戴着红宝石戒指，手中捧着一颗大水晶球。

可以把她理解为一位神秘智者，带来丰盛的爱、光与平和。她正是怀着这些能量，传来普罗菲斯廷灵气，使我们一切受益。以下是她的话：

> 感谢你们给予我代表普罗菲斯廷灵气能量发言的荣幸。你们已经接触塞莱斯廷灵气，现在我怀着深深的爱，为这个美丽的能量体系带来更高的一层。普罗菲斯廷灵气是塞莱斯廷灵气的姐姐，只有完成塞莱斯廷能量体系的大师级后，才能进行练习。
>
> 普罗菲斯廷灵气让新的爱、信任与信念得以进入。它为在道路上挣扎的人、偏离自身真实道路的人，以及愿意走上一条全新道路以利益一切的人，带来更多希望。
>
> 这一体系的能量带来深化、自由与唤起，让每个人吸收自己所需的频率，在处于地球层面的这段银河时间中，实现真正的目的。请不要误以为所有能量都相同；每个人必须接收属于自己的具体、富有智慧的信息，使之成为个人发展的动力来源。
>
> 普罗菲斯廷灵气也为理解爱，以及爱释放灵魂的起伏道路，带来新的维度。在此时刻，伟大存在的爱之能量来到这里，准备释放、流转，帮助一切众生脱离过去、当下与未来的痛苦。

英文原书第 124 页

这就是我们正在进入的时代。我十分荣幸地欢迎你，并祝贺你达到这一理解层次。你来到普罗菲斯廷灵气这一强大的能量层级，并非偶然。现在，是你照耀这份能量、促进自己与一切福祉的时候了。

允许这些新频率带来生命所需的改变。当事情似乎变得不顺时，请不要气馁；这只是生命中旧有、负面依附的释放。它们必须被释放，才能迎来你珍视、渴望的新理解、新的爱与新的平和。

与这一过程和平相处，用简单的放下来帮助自己。放下你认定为现实的一切，拥抱新的前进方向。如此，意识的转变便能渗透你自身与周围的人，使一切获得究竟的利益。

向改变敞开，并信任。

这些美丽的话语使我们深怀感恩与谦逊。我们怀着爱与恩典，感谢玛杰尔达·莱女帝带来这些练习；接下来将逐步介绍。

2 学习普罗菲斯廷灵气

如玛杰尔达·莱女帝所说，普罗菲斯廷灵气能量只面向已完成塞莱斯廷灵气大师级教导的人，因为塞莱斯廷频率构成接收新能量的基础。

塞莱斯廷白光帝君层级仿佛是普罗菲斯廷灵气的入门准备：大师级点化将神圣疗愈能量安置于体内，供我们祈请。普罗菲斯廷灵气延续这一点化方式，每一级都会带来一套全新的频率，让我们祈请，以为自己与一切众生带来尽可能好的疗愈。

普罗菲斯廷灵气分三个独立层级传授，每级为疗愈与冥想带来新的频率。因此，结构与塞莱斯廷灵气有些相似，但新的教导会进一步加强练习，带来更丰富的振动体验。

一般而言，第一级帮助处理、清理旧有的情绪伤害、疼痛，或仍紧抓不放的负面情绪。因此，它既可能深具收获，也可能充满挑战。

第二级提供的频率，作用之一是帮助更好地把善意的能量向外传导，成为更有效的疗愈通道。随着冥想意愿因练习而更加纯净，这一级的能量让我们更能向一切照耀爱之光。

英文原书第 125 页

最后，普罗菲斯廷大师级让我们接触神圣源头的光与爱。通过大师级点化，我们有机会与源头本身的能量融合。许多人当时也许没有意识到，点化中，一颗美丽的神圣光与爱之种子，被植入灵魂深处，之后可在任何疗愈或冥想中祈请。这里的能量深具满足感，充满难以言说的爱。

下表概述普罗菲斯廷各级。等待时间从前一级点化算起。

层级与名称	点化及疗愈能量时长	接收本级点化前的等待	主题
第一级：普罗菲斯廷蓝湖灵气	18 分钟	塞莱斯廷大师级后 7–14 天	情绪清理
第二级：普罗菲斯廷黑骑士灵气	8–12 分钟	4 天	扩展与成长
大师级：普罗菲斯廷白金灵气	8–10 分钟	4–10 天	合一

随着练习前进，可以清楚感到能量的不同；关键仍是为一切照耀的意愿。教导中也会补充信息，帮助进一步发展利益一切的意愿。

与往常一样，我们鼓励你探索、尝试不同技巧。随着进入自身更深的层面，疗愈或冥想风格可能改变。在普罗菲斯廷，以及其后塞莱斯廷系列最后阶段埃克利普廷之光中，你可能更加臣服，也更加敞开，接收这些美好的疗愈频率。

整个疗愈过程中，这一点始终受到强调，尤其当我们越来越靠近爱与合一的全新意识时：

> 敞开，你便会接收——以利益一切。

英文原书第 126 页

3 普罗菲斯廷灵气疗愈练习简介

普罗菲斯廷练习让我们更深地认识，利他的意愿如何帮助自身疗愈，并促进其他生命的福祉。具体做法类似塞莱斯廷灵气大师级：新能量被安置在自身能量场内，之后在冥想中，从内在祈请神圣疗愈频率。

普罗菲斯廷与塞莱斯廷大师级的主要差别，是练习中能够感受到的理解深度。这里引导我们更加敞开，接收所给予的一切。

你已准备好怀着爱与谦逊接收普罗菲斯廷的礼物。请明智地运用，以利益一切。

如塞莱斯廷大师级所述，普罗菲斯廷灵气的重点是冥想式自我疗愈。通过冥想，让这些能量向外照耀，便能更有效地帮助他人。原著认为，增强自身的同时，整体相互连结的意识也得到增强。

不过，在第一级中，也会用一个简短章节说明：若愿意，如何在为他人的疗愈中结合塞莱斯廷灵气与普罗菲斯廷灵气。

本级“为他人进行疗愈”的信息，也适用于后续更高层级的新能量。此后没有多少新技巧需要说明，真正的学习来自自己的疗愈实践。个人偏好也很重要，因为不同人可能与不同频率更有共鸣。

例如，有人只想在个人冥想中运用这些能量，可能只祈请普罗菲斯廷，也可能有时加入塞莱斯廷，或其他能量疗愈方法。

另一些人可能更专注于塞莱斯廷各级介绍过的远程技巧，受引导为整个地球、生活其中的群体，或其他议题进行疗愈。

真正的重点，是你觉得什么适合自己。这也是这些教导的美好之处：选择练习什么，始终由你自己决定。随着进入埃克利普廷之光，再到索尔塞布罗能量组，会更清楚地看到，我们拥有多少可供疗愈运用的工具。

现在，只请你跟随内心，选择最适合自己的方式，运用这些充满爱与平和的能量，利益一切。

英文原书第 127 页

4 普罗菲斯廷灵气第一级：蓝湖灵气

普罗菲斯廷灵气中首先接收的，或许也是最具清理作用的一组能量，就是蓝湖灵气。原著把其来源描述为一个浅蓝色、肾形的湖泊。点化中，蓝湖能量被安置在第二脉轮，也就是能量体系的情绪中心。

原著认为，能量位于情绪中心后，蓝湖灵气可以深入消融存于其中、不再需要的旧频率，例如过去的伤害、思维模式、行为模式、情绪疼痛，以及其他不再有助于前行的旧情绪或较新的情绪。

从这个角度看，湖泊仿佛具有神秘、奇妙的力量，温和地把这些旧频率“消融”为湖中的闪耀之光。它也帮助平衡情绪能量，让更稳定、更容易接触的爱之场得以孕育。

一般而言，它帮助我们把注意力放在爱上，而不再被过去的受伤、评判与痛苦模式牵引。这些模式最终会影响我们的行为与幸福感。

在我们都面临转向全新意识之际，蓝湖灵气帮助我们向一个新的自己敞开。后面的自我疗愈章节会说明，它如何鼓励我们为了利益一切而敞开接收；这也是迈向全新意识时，所有人的新起点。



英文原书第 128 页

5 接收蓝湖灵气点化

普罗菲斯廷灵气各级点化，与塞莱斯廷灵气中经历的过程非常相似，只是接通的能量不同。蓝湖灵气点化约需 18 分钟，因此最好按自身感受，安排 20－25 分钟坐下或躺下。

重要提醒：在本书“激活”章节激活电子书能量时，整本书的所有能量与点化都已激活。现在只需怀着爱，依照下方指引接收蓝湖点化。

原著特别提到，蓝湖点化期间或其后几天，可能出现身体或情绪上的疼痛，尤其在下腹部，并将其解释为蓝湖开始工作的表现。原著的建议是放松、释放，放下浮现于心中的内容，向湖泊美好、有帮助、深具疗愈作用的能量敞开，并继续按后文练习，让能量开展工作。

［译注：疼痛原因的解释属于原著观点，不应据此判定现实中的症状是能量清理。］

如果困难或旧有的情绪浮现，原著建议允许自己感受，并释放、放下。有时可能需要安静躺一会儿；也许想流泪释放，或通过运动释放浮现的愤怒。

关键是倾听自己，倾听身体与能量的感受，并作出适合的回应。悲伤时，可以播放轻柔音乐，帮助情绪流动。给自己所需的时间，处理正在经历的一切；容许自己暂时处在不那么舒服的感受中，让旧能量释放。之后，可能感到更轻盈、更快乐，也更谦逊。

> 当事情似乎变得不顺时，请不要气馁；这只是生命中旧有、负面依附的释放。它们必须被释放，才能迎来你珍视、渴望的新理解、新的爱与新的平和。

再次提醒前面关于点化的一般说明：原著认为，其后几天，旧能量被清理、转化或移动，可能引起不同感受。它将迟缓、疲倦、轻微感冒或流感样症状，与深层清理联系起来；也将如厕次数增加，与较低脉轮中的能量清理联系起来。

原著认为，点化和／或疗愈练习还可能带来情绪清理，因此若出现愤怒、悲伤或其他情绪不安，请留意。更多信息请参阅“疗愈反应”常见问题（英文）。

英文原书第 129 页

6 接收蓝湖灵气点化的指引

为使点化顺利进行，请遵循下方指引；最重要的是放松、敞开，怀着爱与感恩接收这些礼物。

1. 准备

以最舒适的姿势坐下或躺下，确保至少 20 或 25 分钟不受打扰。也可以播放轻柔的疗愈或放松音乐（英文），点蜡烛或熏香，营造舒适氛围。

2. 祈请蓝湖灵气点化

双手合十，指尖相触，以祈祷姿势念诵：



我怀着爱与感恩，敞开自己，接收蓝湖灵气点化，以利益一切众生。谢谢，谢谢，谢谢。

无论接收点化还是进行疗愈，祈请普罗菲斯廷灵气时，“爱”同样具有神圣而重要的意义。原著认为，祈请时爱的感受越强，流动的能量也越强。现在的祈请还包含“利益一切”，因为这正是普罗菲斯廷灵气的前进方向。

也可以按自己的意愿增加词句，使祈请更有力量，例如：



我怀着爱与感恩，敞开自己，接收蓝湖灵气点化，以利益一切众生。愿我们都生活于爱、光与幸福之中。谢谢，谢谢，谢谢。

重点并不在具体用词，而在意愿，更具体地说，是祈请背后的感受。因此，可以使用最适合自己的表达；爱、感恩与利益一切，是重要的部分。

点化现在开始，约需 18 分钟完成。因此，最好按自身感受，安排约 20 - 25 分钟静坐或躺下。可以计时，或等到感觉能量略微减弱，将其视为点化结束的迹象。

英文原书第 130 页

如同前面各级，不必始终双手合十。可以把手放在身体两侧、心轮上，或任何舒适的位置。

3. 结束蓝湖灵气点化

如同任何疗愈过程，结束时最好花一点时间表达感谢：

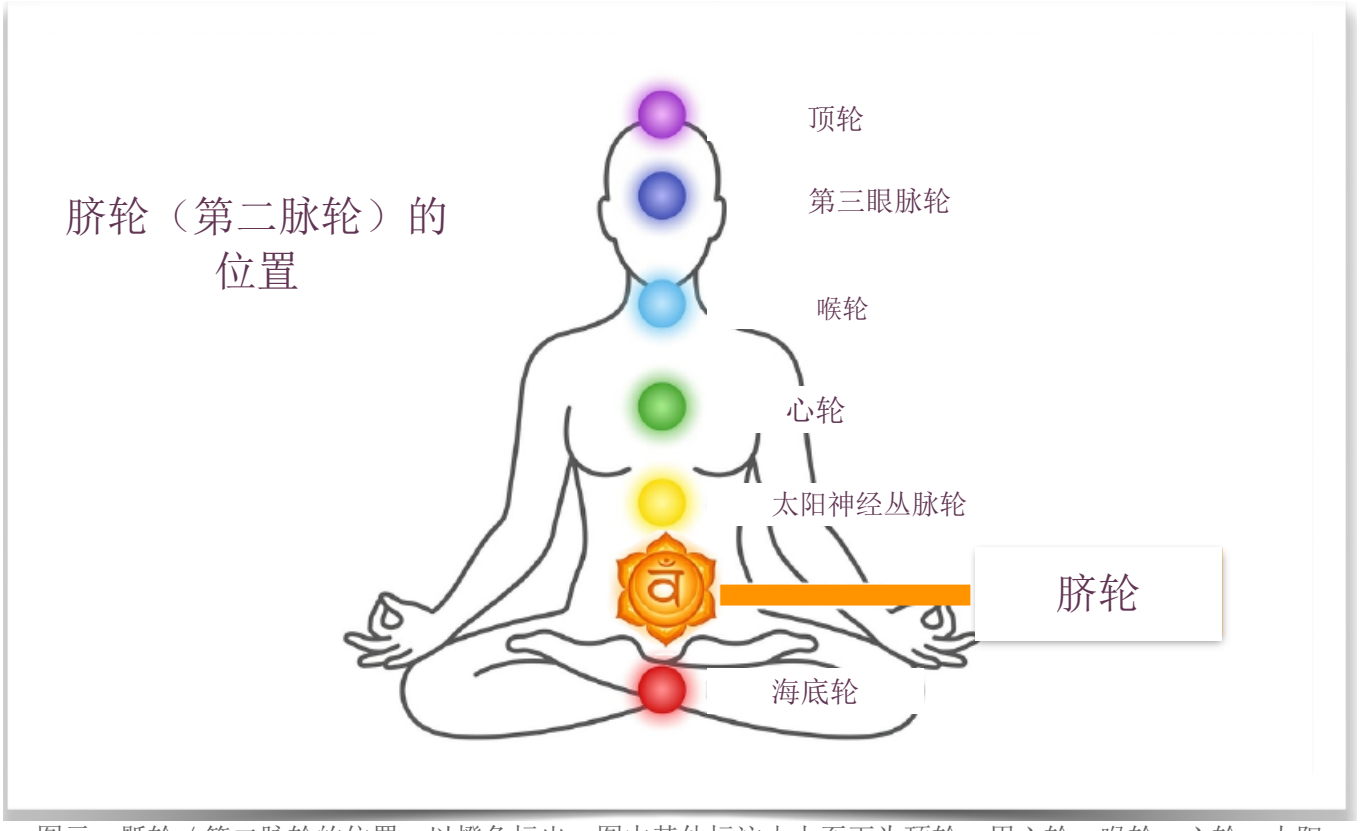


我怀着深深而谦逊的感恩，为接收到蓝湖灵气的祝福，献上最诚挚的感谢。愿这些能量帮助我拥抱内在的真实与平和，愿我向外照耀这些明亮的能量，使一切受益。谢谢，谢谢，谢谢。

7 蓝湖灵气自我疗愈练习

接收点化后，便可以开始充实的蓝湖灵气练习。这是从塞莱斯廷灵气大师级向上迈出的美好一步。开始祈请普罗菲斯廷能量时，很可能感到冥想有了更深的层次。

原著描述，你可能感到能量开始触动、移动第二脉轮，也就是脐下的骶轮（脐轮）中的旧能量；也可能体验更深一层的臣服，因为现在更加敞开，接收受神圣引导的能量，以利益一切。



图示：骶轮 / 第二脉轮的位置，以橙色标出。图中其他标注由上至下为顶轮、眉心轮、喉轮、心轮、太阳神经丛脉轮，以及底部的海底轮。

英文原书第 131 页

蓝湖的能量十分广阔。怀着信念、敞开接收，便能以尽可能好的方式利益一切。我们接收到的教导明确强调：向普罗菲斯廷灵气能量敞开，是练习最重要的部分之一。

下面开始自我疗愈。其结构与塞莱斯廷大师级十分相似，因此可以建立在已经学过的基础上。准备始终是练习的重要前提；准备好后，祈请普罗菲斯廷蓝湖灵气，例如：



我怀着爱与谦逊的感恩，祈请受神圣引导的蓝湖灵气能量。愿一切众生受益于这些神圣疗愈振动。谢谢，谢谢，谢谢。

然后只需放松，享受这些频率为利益一切而开展工作。最好让完整的一次疗愈进行完毕，约 18 分钟。如塞莱斯廷练习一样，能量往往逐渐增强；完整体验之后，会留下美好的喜悦与内在平和。

原著认为，这些美好的冥想感受之后，一些疗愈议题可能浮现，以便彻底从意识中释放。这可能是练习中更具挑战的部分；但此刻，可以安住、放松于爱与合一的理解中，享受冥想。

结束时念诵：



我怀着爱与感恩，感谢你在冥想中给予的一切帮助。愿这帮助一切众生幸福，充满爱的振动，使他们也能为一切照耀。谢谢，谢谢，谢谢。

有些人可能想先进行塞莱斯廷白光帝君序列，再加入蓝湖灵气，整个冥想约 30 分钟。这样可能在振动层面令人愉悦，也有助于训练专注。但这不是要求，因为蓝湖灵气本身就是完整、独立的能量疗愈体系。与往常一样，由你选择。

英文原书第 132 页

8 真言简介



我敞开自己，并愿意改变，以利益一切众生。

接收玛杰尔达·莱女帝的蓝湖灵气教导时，我们被告知，在练习中与蓝湖能量融合、合一的同时，应念诵一段真言。先简要说明真言是什么，以及如何从能量疗愈的角度理解它。

“真言”一词，在不同层面有许多隐秘、神圣的含义。原著将它追溯至数千年前的吠陀传统，并指出它至今仍见于锡克教、耆那教、瑜伽、印度教、佛教等宗教或修习传统。

在基础层面，原著将真言解释为“调御心念”，就此而言，很像冥想肯定语。运用真言，能帮助我们在冥想中保持对意愿的专注。可以默念、出声念、轻声念，或只动嘴唇而不出声；完全取决于自己的选择与当时感受。

另一种简单的理解是：真言帮助祈请更高的能量频率。如同祈请塞莱斯廷或普罗菲斯廷灵气，真言也用于祈请一组特定、受神圣引导的能量，协助疗愈或净化。

为了进一步说明，原著举出以下真言：

原图保留藏文及原书拼写“嗡嘛呢叭咪吽”。后文使用“嗡嘛呢叭咪吽”，指六字真言。



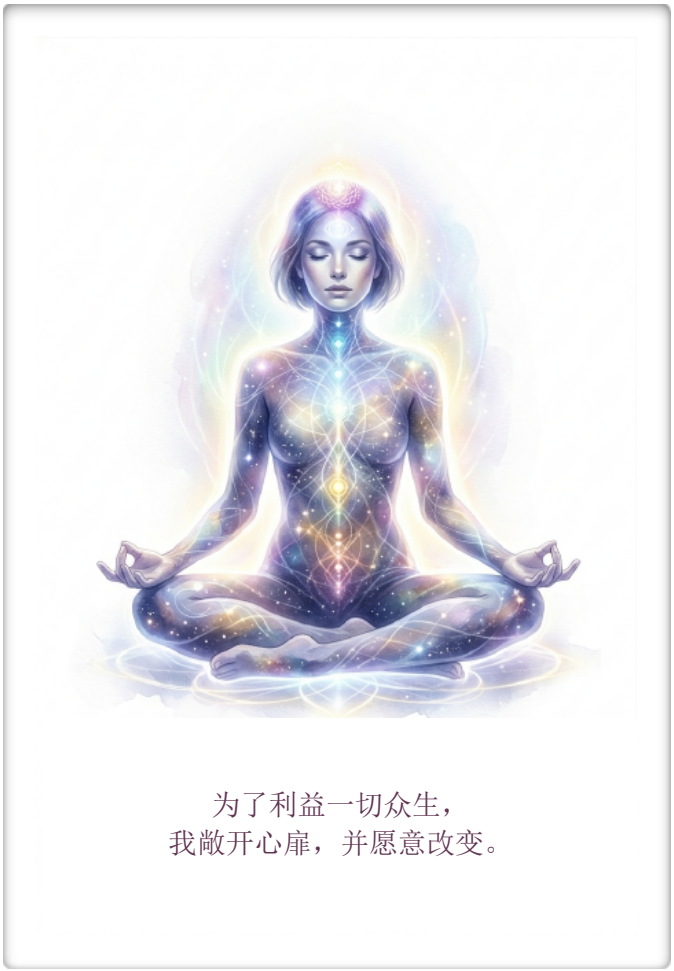
英文原书第 133 页

原著将六字真言介绍为藏传佛教中最重要、最具净化作用的真言之一，也广泛用于不同灵性传统。关于嗡嘛呢叭咪吽，有许多书籍可读；相关教导认为，每个声音、音节都以神圣方式形成，带来尽可能好的疗愈振动，利益一切众生。它也被认为能为物质世界及灵性领域中无量的众生，带来不可估量的利益。

嗡嘛呢叭咪吽祈请观世音菩萨观世音菩萨（藏名观世音菩萨，原著称慈悲之佛）的能量。原著把其意涵解释为“愿内在生起慈悲与智慧”。获得合适的点化或灌顶后，便可以祈请这些深具慈悲与净化作用的能量，以全然的臣服、虔诚与感恩，融入、消融于其中。

念诵真言，被认为能帮助我们在灵性道路上与神圣合一，清理能量杂质与不完美。真言灌顶通常通过觉悟大师或上师的祝福给予，使接收者能够接触这些神圣疗愈频率。

由此，可以看见真言与其他能量疗愈方法的相似之处。臼井灵气、卡鲁纳灵气、昆达里尼灵气、塞莱斯廷系列、索尔塞布罗能量组、神圣之光，以及阿纳尔甘或奥克雷沙清理等礼物，都以某种方式运用受神圣引导的频率。



为了利益一切众生，
我敞开心扉，并愿意改变。

例如，神圣之光、索尔塞布罗能量组，以及阿纳尔甘与奥克雷沙清理，会通过符号引入较高振动的疗愈频率，用于净化与疗愈。运用符号时，通常需要在心中“念诵”或重复符号名称来祈请能量；因此，也可以把名称视为真言。通过祈请符号并配合观想，便接触各体系中的神圣疗愈频率。

解释这些，是为了更清楚地理解“获授真言”意味着什么。原著认为，具有神圣智慧与理解的高等源头，判断蓝湖灵气需要这一真言，因此将它给予我们。基于此，我们建议在蓝湖灵气练习中运用这段真言，以利益一切。

英文原书第 134 页

蓝湖灵气真言

为了利益一切众生，我敞开心扉，并愿意改变.

我敞开自己，并愿意改变，以利益一切众生。

马蒂与格里在自身练习中发现，这段真言帮助他们越来越向新的爱与光敞开，增强对自身真实本质的信念，也让他们期待爱的全新意识所带来的新可能。

原著认为，真言也遵循自由意志的原则：说出“我敞开自己，并愿意改变”，等于设定这样的意愿，让能量能够更广泛地作用于自身能量场。它也不断提醒我们，疗愈是为了利益一切，从而增强整体疗愈振动。

因此，运用真言进行普罗菲斯廷练习时，可以在心中背景里怀着这样的理解：

我当然敞开自己，也愿意改变……我乐于成为充满爱的神圣、无限存在……我愿自己远离一切痛苦，也愿我们所有人都不再受苦……在那里，每个人内在都充满喜悦与平和……没有战争，不必为食物挣扎，也没有贫困……在那里，爱与光遍在，人们关心他人胜过关心自己……我敞开自己，并愿意朝这个方向改变！

我敞开自己，并愿意改变，以利益一切众生。

这种作为背景的思维，可以加强我们与这些能量一起前进的整体感受。马蒂与格里也使用下面这句肯定语，因为觉得简明、容易念诵：

愿蓝湖灵气为我们一切而照耀。

请注意，这一句是他们对教导的小小补充，可以与获授真言交替使用。对他们而言，这帮助记住冥想中正在祈请的能量种类。与往常一样，请看看什么最适合自己。

英文原书第 135 页

9 为他人进行疗愈

目前，我们已学过塞莱斯廷灵气的手触疗愈；进入塞莱斯廷白光帝君后，时长缩短至约 10 分钟。有些人也在使用其他方法，这些能量会成为练习中的美好补充。

另一些人可能对为他人进行手触疗愈兴趣较少，更喜欢塞莱斯廷系列的自我疗愈，这也很好。这个系列的美好之处，就是让我们同时为自己与他人疗愈；按照它的定义，自我疗愈本身就是为他人疗愈的练习。

我们希望保留这一理解。迄今，无论普罗菲斯廷灵气还是埃克利普廷之光，都没有传来专门针对为他人手触疗愈的教导；传来的是许多自我疗愈技巧，同时创造利益一切的疗愈振动。

不过，由于这些能量具有疗愈性质，有人自然希望在疗愈中用于帮助他人。因此，在运用塞莱斯廷白光帝君约 10 分钟后，可以祈请普罗菲斯廷灵气，继续通过接收者的顶轮进行手触疗愈。



原著认为，能量会流向所需之处；这一基本方法可贯穿普罗菲斯廷灵气，延续到埃克利普廷之光。臣服于能量，让自己与之融合，怀着为他人疗愈的意愿，过程便依此展开。

本质上，你是在进行向一切照耀的自我疗愈，同时加入利益这位接收者的意愿。仍然为一切照耀很重要，因为按原著的观点，意愿越强、范围越广，接收者得到的疗愈也越多。

随着练习深入，可以开始感受或想象，疗愈能量从接收者体内向外照耀。原著认为，这样的意愿有助于清理其能量杂质；这可能需要时间与练习。

如果已在使用臼井灵气或其他能量疗愈，也可以考虑与按摩、反射疗法等其他辅助方法结合。

塞莱斯廷系列：创造疗愈振动，以利益一切。

英文原书第 136 页

无论采用什么方式，这些能量都很灵活、容易运用；原著认为，它们会回应你在疗愈中运用它们的意愿。因此，可以跟随直觉，创造自己的疗愈组合，让接收者结束后感到清新、振奋。

原著还主张，各种疗愈能量完全相容，不必担心给予过多，或因频率太多而造成损害，因为一切受到神圣引导的照看。这是原著对能量体系的信念，并非对现实疗法组合安全性的验证。

怀着爱给予，并享受随之而来的喜悦与疗愈体验。最后，再次强调：臣服与爱，是任何疗愈练习的基石。愿你的爱与疗愈之光明亮地照耀，利益一切众生。



英文原书第 137 页

10 结语

普罗菲斯廷灵气第一级至此结束。希望你阅读这些篇章时，像我们整理它们时一样喜悦。蓝湖灵气的冥想能量深具满足感；我们怀着爱与光，谦逊、真诚地祝愿你的练习顺利美好。

蓝湖灵气点化后至少经过 4 天，可以接收下一级黑骑士灵气。其能量将帮助你更好地向外传导能量。接收第二级点化没有最迟期限，因此可在满 4 天后，按照自己的感受安排。但请记住，休息与消化时间至关重要；有关扬升之路休息期的重要性，请参阅相应常见问题（英文）。

由衷感谢你迈入普罗菲斯廷灵气之路。希望你继续走向新的光。处理疗愈议题时，过程有时艰难，但穿越隧道之后的收获，值得付出。

能量层面的转化，有时确实十分不易；随着进入这些层级，振动开始较快提升，因此再次祝贺你迄今所做的疗愈工作。

最后，这些教导旨在利益一切，应向所有寻求者开放，不受经济条件限制。我们怀着爱与谦逊，免费提供这些教导，使一切受益。

伴随神圣的普罗菲斯廷之光，

玛杰尔达·莱女帝与 Love Inspiration（爱的启示）



英文原书第 138 页

统一光明之路

第一章：塞莱斯廷系列

第二阶段：普罗菲斯廷灵气

第二级：黑骑士灵气

欢迎来到普罗菲斯廷第二级：黑骑士灵气

我们再次怀着丰盛的爱与温暖，欢迎你在塞莱斯廷系列旅程中再迈一步。迄今，这条疗愈之路已带来许多学习与成长；黑骑士灵气将继续这一成长与向外扩展的过程，以利益一切。

本级能量让我们感受更广阔的扩展，更接近全新意识。黑骑士能量也为爱之光注入力量，帮助更好地向外照耀，成为更有效的疗愈通道，让一切受益。

黑骑士点化所给予的礼物，不仅在冥想或自我疗愈时有帮助，在没有专门练习时也会发挥作用：帮助更好地向内接收爱与光，也帮助向外照耀爱与光。如此，自身能量得到巩固、增强，更接近爱与光。

愿你享受这些新能量；当你把爱与疗愈之光照向相互连结的宇宙时，愿它们带来内在平和与安宁的振动。

为一切照耀你的爱之光。



英文原书第 139 页

本级目录

以下为英文原书印刷页码。

内容	英文印刷页码
欢迎来到普罗菲斯廷第二级：黑骑士灵气	120
1 黑骑士灵气简介	121
2 接收黑骑士灵气点化	123
3 接收黑骑士灵气点化的指引	124
4 黑骑士灵气自我疗愈练习	126
5 进行自我疗愈练习	126
6 培养善意练习的补充说明	129
7 结语	131

1 黑骑士灵气简介

原著描述，这一级普罗菲斯廷灵气由一位名叫大臣的骑士传来。他身披闪亮铠甲，骑着黑马；面部被铠甲遮住，甲胄下照耀着纯白之光，看不到“物质身体”。黑马十分高大，类似克莱兹代尔马，有银色鬃毛、蹄毛和长尾。


黑骑士灵气点化：
数以百万计的细小银星

通过点化激活黑骑士灵气时，骑士向我们送来数以百万计的微小银星，先从顶轮进入，沿中脉排列；随后更多星星覆盖身体外部，仿佛另一层皮肤，或更像一副铠甲。

这些银星的整体作用，是“帮助善意的能量流动”。它们仿佛微小的放大器，增强来自内在的神圣爱之能量，使我们更容易把爱与纯净向宇宙散发，利益一切。星星形成的能量铠甲，也增强外在充满爱、纯净、神圣的疗愈能量流入自身的能力。

原书插图说明：黑骑士灵气点化——数以百万计的微小银星。

英文原书第 140 页

可以把这些星星想象成数以百万计的小阀门或闸门，帮助能量更好地流入、流出身体。

例如，练习时祈请塞莱斯廷、蓝湖，或任何以符号为基础的疗愈频率，这些能量如今可以通过这层新获得的小阀门，更快、更好地被意识吸收。

原著认为，“星星铠甲”也阻挡试图进入能量场的负面能量；向外照耀的银星之光仿佛排斥屏障，按需要推开或消融不想要的能量。

简单说，点化获得的新铠甲，帮助能量向内与向外传递。



也可以把星星理解为具有自身智慧：负面能量靠近时，帮助排斥、吸收，或更有效地处理；冥想中希望向一切照耀时，则在外壳上形成微小开口，让能量更容易、更有力地向外流动。

充满爱、积极的能量到来时，星星铠甲帮助敞开，让我们更好地接收。毕竟，接收的积极、有益能量越多，为一切照耀的光就越明亮。

因此，新铠甲在日常生活中发挥重要作用。我们怀着深深的感恩与爱，感谢大臣给予这些珍贵礼物。按原著的描述，星星铠甲始终陪伴着你，每一刻都怀着爱为你工作。

最后，这些星星也仿佛小磁铁，帮助从能量场内吸出杂质，并带来力量、韧性、巩固、光辉与明亮。正如我们接收到的话：

怀着力量、活力与光明，向前行。

英文原书第 141 页

2 接收黑骑士灵气点化

点化形式与蓝湖灵气相同，但能量过程只需约 8–12 分钟。最好按自身感受，安排约 15 分钟不受打扰地坐下或躺下。

接收前，请先充分接地，因为安装星星的过程可能让有些人觉得轻飘。下节将介绍基础接地练习。

重要提醒：在本书“激活”章节激活电子书时，整本书的所有能量与点化都已激活。现在可以怀着爱，依下方指引接收黑骑士点化。

再次提醒：原著认为，点化后的几天，随着旧能量清理、转化或移动，可能出现不同感受。

原著将深层清理与迟缓、疲倦、轻微感冒或流感样症状联系起来，并将如厕次数增加与较低脉轮中的能量清理联系起来。

它也认为，点化和 / 或练习可能带来情绪清理。因此，若体验愤怒、悲伤或其他情绪不安，请留意。更多信息请参阅“疗愈反应”常见问题（英文）。

英文原书第 142 页

3 接收黑骑士灵气点化的指引

请遵循以下指引；最重要的是放松、敞开，怀着爱与感恩接收。本次有几项小补充，请先读完本节再接收点化。

1. 准备

舒适地坐下或躺下，确保至少 20 - 25 分钟不受打扰。可以播放轻柔的疗愈或放松音乐（英文），点蜡烛或熏香，营造舒适氛围。

2. 接地

原著说，新能量有时会让人感到轻飘，因此点化前最好先接地。舒适地闭上眼睛，想象脚底有粗壮、有力的根，如同树根。

树根深入大地，越来越远、越来越深，使你稳稳地与大地相连。感受根为身体带来的力量，感受与地球的连结，并把这种美好、稳定的能量向上引入体内。若愿意，可以想象地心有白光、大水晶或美妙的能量球，树根与之相接，其能量也向上进入身体，仿佛为电池充电。

花几分钟进行这一过程。感到稳稳接地后，就可以祈请点化。



接地练习：
观想我们的“树根”
伸入地球中心

图示：接地练习——观想“树根”从脚底伸入地球中心。

3. 祈请黑骑士灵气点化

双手合十，指尖相触，念诵：



我怀着爱与感恩，敞开自己，接收黑骑士灵气点化，以利益一切众生。谢谢，谢谢，谢谢。

英文原书第 143 页

请记住，祈请普罗菲斯廷灵气时，无论接收点化还是进行疗愈，“爱”都具有神圣而重要的意义。原著认为，爱的感受越强，能量也越强；“利益一切”也已成为祈请的一部分，因为这正是普罗菲斯廷灵气的方向。你也可以按自己的意愿增加形容或表达，使祈请更有力量。

如同前面各级，不必始终合十，可以将双手放在身体两侧、心轮上，或舒适的位置。

点化现在开始，约需 8 - 12 分钟完成。最好按自身感受，静坐或躺下约 15 分钟。可以等待能量略微减弱，以此判断结束；也可以在点化结束后，多留一些时间放松于能量中。

原著强调，黑骑士点化中，要真正允许自己敞开。身体对星星的“安装”可能有轻微抵抗，因此建议重复以下真言，使自己更敞开、更能接收：



为了利益一切，我敞开心扉，并愿意改变.

我敞开自己，并愿意改变，以利益一切。

4. 结束黑骑士灵气点化

如同任何疗愈，花一些时间感谢所接收的一切：



能通过这次点化接收如此神圣的祝福，我深怀感恩。愿我有机会运用这些美好礼物练习，愿一切众生从练习中受益。谢谢，谢谢，谢谢。



英文原书第 144 页

4 黑骑士灵气自我疗愈练习

普罗菲斯廷灵气的练习，可以依次进行，也可以各自独立进行。每一级都是为特定目的设计的一组独立频率。因此，可以只练习黑骑士灵气，约 8－12 分钟；也可以先祈请蓝湖灵气，练习 18 分钟，再进入黑骑士。还可以在任何普罗菲斯廷能量之前，先进行塞莱斯廷白光帝君序列。

这完全由你选择。时间紧张时，也许只祈请黑骑士灵气，在 15 分钟内完成；时间较多时，可以练习约半小时，依次运用蓝湖与黑骑士。

这些选择常取决于当下感受。有时需要力量或活力，有时觉得情绪需要好好清理。如果也练习其他能量疗愈，可以先做那些练习，再进入塞莱斯廷或普罗菲斯廷。

随着层级推进，可选择的能量增多，练习也更加灵活。

请记住，如果各级推进较快，通常最好每次都运用最新接收的一组能量，让自己随新层级一起成长。

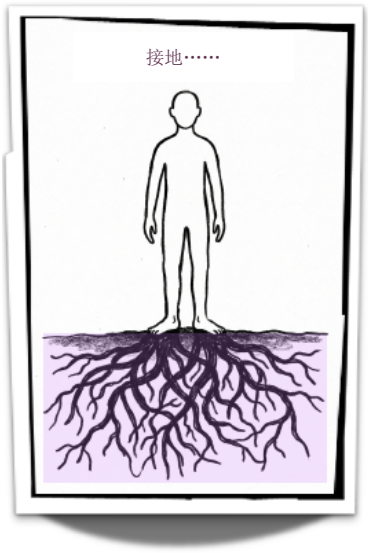
5 进行自我疗愈练习

练习与此前十分相似，只做少量调整。愿这些说明帮助你获得喜悦的体验。

1. 准备

舒适地坐下或躺下，闭上眼睛，先简短接地。点化指引中的树根方法，便捷而容易。

想象根从脚底生长，不断向下深入大地母亲。可以把它们想象为粗壮、有力的树根，感受自身能量更加稳定地与大地相连，为练习作准备。



英文原书第 145 页

也可以在练习前到花园散步，或许赤脚走一走，帮助连结大地母亲；同时也可进行树根观想。

这个过程通常只需几分钟。多数情况下，你会知道何时准备好进入能量练习。

2. 祈请黑骑士灵气能量

准备好后，可以这样念诵：



我怀着全部的爱与感恩，祈请神圣的黑骑士灵气能量。愿我照耀得更加深远，利益整个宇宙中的一切众生。谢谢，谢谢，谢谢。

原著描述，祈请后，银星被激活，开始照耀、闪烁。

练习中可以加入观想，进一步扩展体验。例如，想象自己漂浮在太空，四周都是宇宙中的星星与星系。它们既遥远，又仿佛近在身边；随着能量扩展，你不断伸展、扩大，越来越与星星合一。

这种太空或宇宙观想，有助于以广阔的方式运用创造力，支持能量扩展，也开始引入这样的观念：我们就是这一切，一切都存在于内在。配合能量带来的深化，这可以成为美好的练习方式。



英文原书第 146 页

在观想并敞开接收黑骑士能量时，也可以念诵蓝湖灵气中的同一真言：



为了利益一切众生，我敞开心扉，并愿意改变.

我敞开自己，并愿意改变，以利益一切众生。

可以配合：



愿黑骑士灵气为我们一切而照耀。

也可以使用自己的肯定语，怀着爱，建立有力、利益一切的疗愈意愿。无论采用哪种意愿振动，原著认为，黑骑士灵气都会帮助更有效地把这些意愿向宇宙传导。

3. 结束冥想

可以这样表达：



我怀着爱与感恩，感谢所有经由黑骑士灵气传送并加强的神圣能量。愿这利益一切众生，使他们幸福，充满爱与光的能量。谢谢，谢谢，谢谢。

英文原书第 147 页

6 培养善意练习的补充说明

本级经常谈到善意的能量。黑骑士加强了向外传导这类能量的能力，因此也适合看看如何加强、发展内在善意的思想。

我们每个人都仍有并非利他的念头。利他的思想常被认为是最难培养的；但它们也带来不可估量的利益，这正是这些能量练习有帮助的原因之一。

怀着利他意愿，同时感受所接收能量的变化，是重新训练心念的美好方式，让我们体会培养这些意愿有益。



原著描述：当怀着利益一切的意愿祈请，宇宙似乎会依照意愿的纯净程度与服务意志，给予更多能量。接收更多能量的感受也更美好，因此利他对自己同样有益。心念由此形成新的习惯。

规律练习，让我们在冥想中从更深的能量层面理解这些概念。久而久之，理解深入意识，也开始流入日常生活。

随着这一过程展开，便逐渐看到善待彼此的益处，这又进一步强化新的心念习惯：充满爱、利他的思想或意愿，帮助我们幸福。过程由此持续。

最重要的几步，其实已经迈出。每天或每周抽几天练习，就是在以美好的方式帮助自己。随着时间，新的习惯与冥想理解增强利他动机，让我们更接近较高振动，接近爱、光与神圣真实。

再次祝贺你迄今的努力。我们深知，能量转化有时非常有挑战；面对、释放浮现的疗愈议题，并不总是愉快！

回到善意思想的培养：最美好、最简单的方法之一，就是愿他人享有幸福。

英文原书第 148 页

这个想法虽简单，却能创造充满爱的振动，因此此前练习一直包含类似意愿。自我疗愈时，可以进一步想象，宇宙中一切众生都向外照耀无限之光，利益一切，因此充满幸福。体会若每个人都这样照耀神圣的爱与光，会多么美好；由此生起愿他人幸福的心。

这也常被描述为爱的定义：愿他人幸福，是美丽而充满爱的意愿。在生活中，把它珍藏于心，是珍贵的助力；它帮助减少嫉妒、愤怒或贪婪等情绪的阻碍，并清理能量场中的暗处。

如果觉得困难，可以先照常练习，等到振动状态很好时，例如临近结束，再运用这些技巧。也可以使用更贴近自己当下感受的表达，例如：

愿一切众生感受到我此刻所感受到的。

在自己的振动范围内表达，肯定语才对自己真实。这样，所念的便是心中真正认同的，而不只是没有真实感受的字句。这很重要。

若仍觉得难以祝愿他人幸福，可以先反思自己多么渴望幸福。很快就会发现，这份愿望十分强烈：当然想幸福，当然想远离痛苦。

再想想附近的人，他们是不是也同样渴望幸福？把范围扩大到整个城市，所有人也都想幸福。随着思考继续扩展，我们更深地理解，一切众生都像自己一样渴望幸福。

这样的反思，帮助平等看待自己与他人的幸福。慢慢地，不再认为自己远比别人重要，而是认识到，我们都同样渴望幸福。由此开始平等的过程。

最后，运用上述任何技巧时，都适合与本级获授真言结合：

愿全世界幸福快乐



我敞开自己，并愿意改变，以利益一切众生。

原著认为，这段真言来自高等意识的纯净、智慧与爱，应受到重视。优秀的实践者常运用多种方式敞开、扩展心念，并倾听直觉，寻找适合自己的答案。

英文原书第 149 页

7 结语

希望你享受新能量，并继续从内在扩展、成长。这种意识扩展，是为前方统一光明之路奠定能量基础的必要、重要部分。

接下来的普罗菲斯廷灵气大师级，是持续扩展的重要一步；这个美好而神圣的层级，再次显著提升爱与合一的振动。

大师级白金灵气，是充满纯粹之爱、美丽而神圣的境地。马蒂与格里深怀感恩与谦逊地传递这一层级，因为它带我们接近神圣的核心，让我们更专注于“万物合一”，由此向一切众生散发难以想象的爱。

它帮助理解，纯粹的爱与慈悲都植根于合一。再结合大师级所引入的神圣频率，便形成美妙、充实的练习。



第二级点化后经过 4 - 10 天，可以接收大师级点化。不必急于完成下一项，请按自己的节奏前进。不过，我们仍温柔地请你完成这一最低等待期，让黑骑士新能量在内在消化、吸收，同时在更深层面疗愈、净化。请参阅“扬升之路练习之间的休息日，是否必须完成？”常见问题（英文）。

很高兴你已在塞莱斯廷系列的疗愈旅程中走到这里，真诚希望在普罗菲斯廷灵气大师级教导中再次相见。

> 愿一切众生圆满、纯净地认识自身神圣的本质，不必经历黑暗或痛苦才抵达这一理解！愿我们都实现真正的神圣潜能，也帮助他人在内在深处找到神圣的火花。

伴随神圣的普罗菲斯廷之光，

玛杰尔达 • 莱女帝与 Love Inspiration（爱的启示）

英文原书第 150 页

统一光明之路

第一章：塞莱斯廷系列

第二阶段：普罗菲斯廷灵气

大师级：白金灵气

欢迎来到普罗菲斯廷灵气大师级



很高兴欢迎你进入奇妙的白金灵气。这是迈向全新意识能量的又一个重要步骤。能按照我们从灵性领域接收到的方式，把这些教导传给你，是我们的荣幸。

大师级练习让我们更充分地与合一频率融合；点化与练习再次提升爱的振动，使我们更有力地向外照耀，利益一切。

本级也引入另一段真言，帮助合一的观念更切实地融入心念。它为练习带来智慧与理解，进一步净化意愿，更接近真正利他、利益一切的心。

白金灵气的练习与能量，对灵性成长和能量转化极为重要，因为原著将它们描述为源头本身的能量。通过练习，与这些无限充满爱的能量融合，我们也更接近其振动，更接近全新意识。

白金灵气：源头本身的能量。

英文原书第 151 页

本级目录

以下保留英文原书印刷页码。原目录仍写第 6 节“结语与后续步骤”；正文另有第 6 节“每月扬升疗愈简介”，结语在正文为第 7 节。

内容	英文印刷页码
欢迎来到普罗菲斯廷灵气大师级	132
目录	133
1 普罗菲斯廷大师级：白金灵气简介	134
2 接收白金灵气点化	136
3 接收白金灵气点化的指引	137
4 白金灵气自我疗愈练习	138
5 真言简介：“我们本为一体”	140
6 结语与后续步骤（原目录条目）	145



英文原书第 152 页

1 普罗菲斯廷大师级：白金灵气简介

普罗菲斯廷灵气的最后一级，是理解为一切照耀与合一的高潮。正如我们接收到的话：

你现在承载一切的光。请怀着爱、尊重与敬意运用它。

即将接收白金灵气的能量下载与点化时，格里通过灵视遇见一位天使存在，对方说，我们很快会找到回家的路。当时我们正在印度一处神圣的地方。由于格里经常接收这样的隐晦信息，我们起初并未从灵性角度深究，直到几天后接收普罗菲斯廷白金灵气点化。



这次特别的点化之后，我们意识到，自己确实回到了“家”。点化让我们接触源头本身的神圣之光，也让这能量在内在被点亮。

合一中无限的爱与光，就是我们的家。这光既住在每个人内在，也同时环绕着我们。它全知、遍在、全能，充满爱与智慧；这就是我们谈到的合一频率。

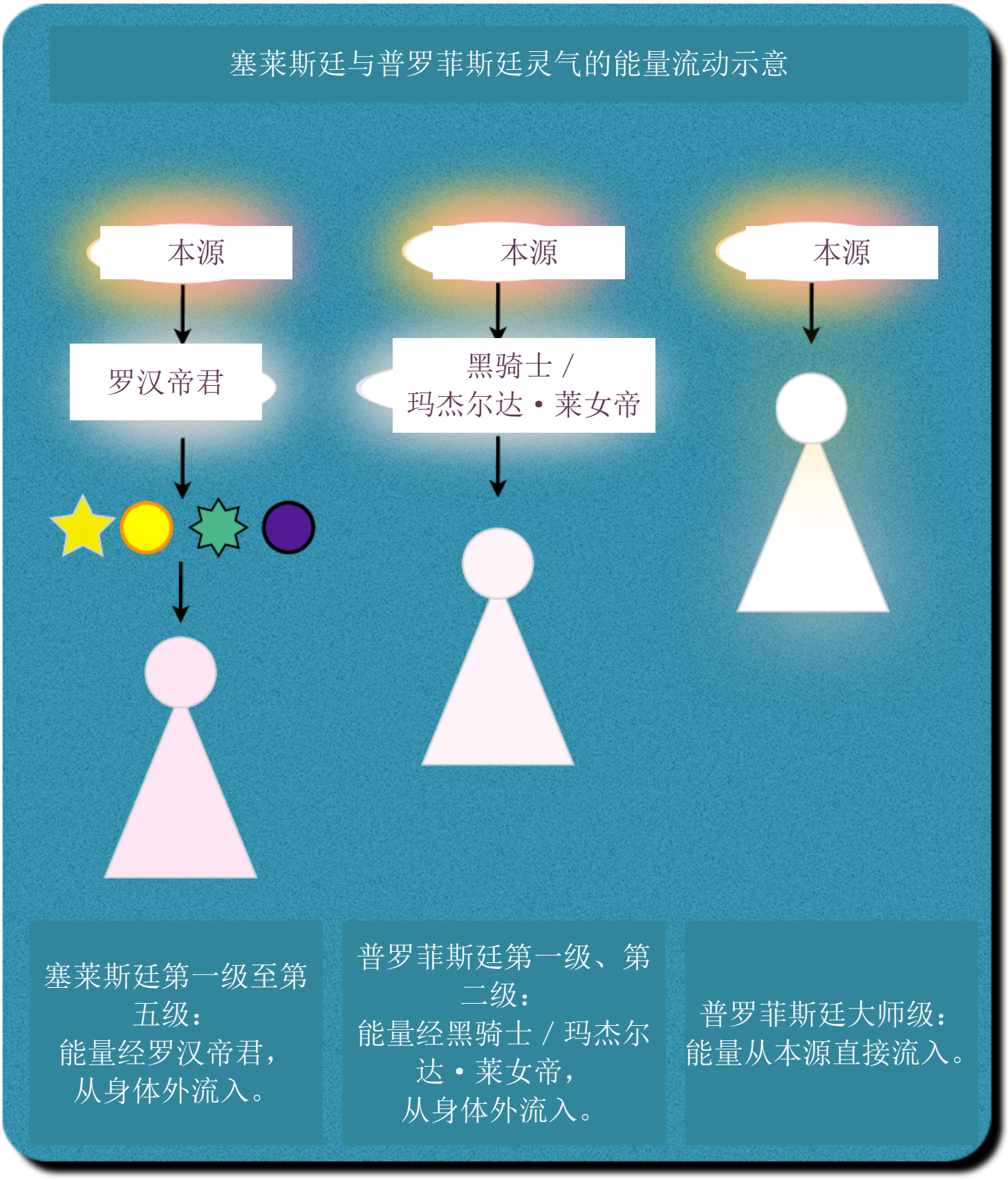
普罗菲斯廷灵气大师级帮助把这一体验带入意识，让自身振动更深入地理解爱与慈悲，并进一步向外扩展，利益一切。

不断怀着臣服、感恩与利他意愿，融入这些能量，就能逐渐开启更多神圣潜能，靠近全新意识。

可以把大师级视为一份神圣祝福，带我们回到真正的家，也就是万有的源头。此前的祝福经由伟大存在作为中介，帮助我们连接能量；现在，则直接从源头本身接收能量与祝福。见下页图示。

英文原书第 153 页

塞莱斯廷与普罗菲斯廷灵气的能量流动示意



左图——塞莱斯廷第一至第五级：源头 → 罗汉帝君 → 宇宙深处的符号 → 身体。

中图——普罗菲斯廷第一、第二级：源头 → 黑骑士 / 玛杰尔达 • 莱女帝 → 身体。

右图——普罗菲斯廷大师级：能量直接从源头流入身体。

图中本源意为“源头”。

英文原书第 154 页

2 接收白金灵气点化

如简介所述，普罗菲斯廷灵气大师级点化十分特别。最合适的描述，或许就是神圣、充满爱，把我们带回万有的源头，回到对爱与光无限的理解。


第三眼脉轮

原著描述，白金灵气点化开始时，一股白色能量从源头流入眉心轮，身体逐渐被纯净之光完全包围。你不断靠近源头，直到自身能量与源头相同，进入合一。整个身体照耀源头之光，周身是明亮的白光，头部周围是金光。

随后，开始再次离开源头，回到原来的位置；但源头之光仍留在体内。可以把它视为一颗种子，随着练习不断增强、成长。因此，实际练习非常重要，让我们进一步成长为真正的自己，以及将要成为的存在。

点化约需 8 - 10 分钟；融合在最初几分钟内较快完成，余下时间，身体适应新的内在能量，形成新的平衡。

建议坐得比 10 分钟更久，甚至可达半小时，或直到感到能量充分整合。这一过程将你带到新的振动，所以可以放下，享受能量，或让它从内在向外照耀。

重要提醒：在本书“激活”章节激活电子书时，整本书的能量与点化都已激活。现在可以怀着爱，依下方指引接收白金点化。

原著也再次提及“疗愈反应”（英文），将困难情绪、身体不适与旧能量释放，理解为深层疗愈、净化和扬升的迹象。这是原著的灵性解释，并非对症状原因的诊断。

英文原书第 155 页

3 接收白金灵气点化的指引

请遵循以下指引，最重要的是放松、敞开，怀着爱与感恩接收。

1. 准备

以舒适姿势坐下或躺下，确保至少 20 - 30 分钟不受打扰。可播放轻柔的疗愈或放松音乐（英文），点蜡烛或熏香，营造舒适氛围。

2. 接地

如黑骑士点化中提到的，接收前先接地会有帮助。舒适地闭上眼，想象脚底长出粗壮的树根。

树根不断深入大地，越来越远、越来越深，让你稳稳接地。感受它们带来的力量，以及与地球的连结，把稳定、美好的能量向上引入体内。若愿意，也可想象树根接通地心的白光、大水晶或能量球，能量向上进入身体，仿佛为自己充电。

花几分钟完成这一过程。感到稳稳接地后，便准备好祈请点化。

3. 祈请白金灵气点化

双手合十，指尖相触，念诵：



我怀着最深的爱、至高的尊敬与感恩，敞开自己，接收普罗菲斯廷灵气的白金之光点化，以为一切照耀。谢谢，谢谢，谢谢。

点化现在开始，本页原文写约需 8 - 12 分钟。因此，请依自身感受，至少静坐或躺下 15 分钟。可以计时，或等到感觉能量略微减弱，作为点化结束的迹象。

［译注：前页概述为 8 - 10 分钟，本页为 8 - 12 分钟，均照原文保留；本页准备步骤另要求预留至少 20 - 30 分钟。］



英文原书第 156 页

4. 结束白金灵气点化

原文在此写：在 10、15、20 或 30 分钟之后，或感觉能量减弱时，为这次点化及接收到的爱，献上最真诚的感谢。



能从这次大师级点化接收如此神圣的祝福，我深怀感恩。愿一切众生都接收到这样的礼物，在生命中体验爱与光。愿我们都幸福。谢谢，谢谢，谢谢。

如同前面各级，不必始终合十，可以把双手放在身体两侧、心轮上，或最舒适的位置。

4 白金灵气自我疗愈练习

与此前练习一样，白金灵气通过冥想意愿与祈请激活：



我怀着最深的爱、至高的尊敬与感恩，祈请普罗菲斯廷灵气的白金之光，为一切照耀。愿我们都合而为一。谢谢，谢谢，谢谢。

你可以选择运用整套普罗菲斯廷灵气，也可以只祈请白金灵气。运用塞莱斯廷或普罗菲斯廷，并没有唯一正确或错误的方法。

有时只想练习十分钟左右，有时想进行整整一小时。有时只祈请白金，有时祈请普罗菲斯廷的全部能量。

随着成长，也可以把冥想中的爱与喜悦带进实际生活。例如，等朋友时祈请白金灵气，或乘出租车时利用片刻练习。

英文原书第 157 页

练习方式反映个人偏好。与往常一样，建议倾听内在引导，尝试不同组合。也许先结合塞莱斯廷白光帝君与蓝湖，再加入黑骑士，最后进入白金，看看感觉如何。

其他时候，也许只想运用普罗菲斯廷，或只用白金；也可能在普罗菲斯廷各级中，每级停留几分钟。

最适合自己的，往往就是最佳方式。



初次练习白金时，能量流动通常持续约 5－10 分钟。持续练习，如同浇灌点化安置于体内的神圣光之种子；能量会更强、更集中，也能更长时间地向外流动，利益一切。

起初，5－10 分钟已足以让能量融入意识，支持疗愈、成长与转化。随着内在能量扩展，时长也会增加，可能逐渐达到 20－30 分钟。

原著提到，点化后，以及起初每次祈请后，可能持续感觉到能量变化，例如轻飘或昏沉感，并把这些解释为身体适应新的无限扩展。其他人也可能有不同感受。这里保留的是作者对能量调整的解释。

疗愈前先接地可能有帮助，尤其刚开始接触新能量时。能量减弱后，也可以使用前面介绍的接地方法，帮助整合。

愿你享受这些受祝福、充满爱的能量，愿整个宇宙的一切众生，都体验同样的喜悦与内在平和！

把冥想中的爱与喜悦，更深入地带进生活。

英文原书第 158 页

5 真言简介：“我们本为一体”

我们本为一体.

我们本为一体。

接收教导时，我们也获得这段令人振奋、深具满足感的真言，与白金灵气受神圣引导的能量一起使用。

在练习中念诵它，可以进入喜悦的体验，更深地理解自己并不与宇宙整体意识分离。真言可以默念、出声念、轻声念，或只动嘴唇而不发声；按当时感受选择即可。

重复这段真言，会开启心念中的许多门。随着更深地消化“我们本为一体”，神圣内心中的许多门也会打开。

黑骑士讨论过善意能量或思想，尤其是愿他人获得幸福与爱。大师级借助这段真言，让我们再向前一步。

想象正在进行普罗菲斯廷大师级自我疗愈：已完成祈请，正在重复真言，并与白金能量融合；也许还进行扩展观想，例如向整个宇宙照耀。

持续练习后，可能逐渐意识到一些重要的事。首先是：整个宇宙确实存在于内在！为了利益一切，怀着爱与感恩臣服、放下、敞开，就能接触那绝对的广阔与无垠。

合一的观念起初也许难以理解；通过练习、重复，以及神圣能量的帮助，在冥想中会越来越容易相信、理解。随着能量向外扩展，原著认为，我们更清楚地认识到，这就是究竟的真理或理解层次：合一。

英文原书第 159 页

逐渐消化合一这一深具满足感的观念，也会认识到，理解相互连结，让爱与慈悲更自由、更深地流动。如果我们本来相同，怎能把爱挡在你之外？有人受伤时，怎能不帮助？难道不会帮助自己吗？

日常生活中，要一直保持这一理解并不容易。每次看见分离，心念就再次习惯于“你与我、她与他、这个与那个”的区分。

一种帮助抵消这种习惯的方法，是尝试把一切视为爱的表达：把周围所有事物，看作无限造物主以物质形式显现。这个过程如此神秘，难以想象；简而言之，尝试在一切中看见爱与光。

始终让心念专注于合一或爱，被称为一切练习中的练习。它能以无法想象的方式开启心与意识，但也极难掌握，可能需要多年，甚至许多世。

在冥想中则容易一些：可以创造内在世界，暂时减少感官干扰，自主唤起平和与爱的感受，而不受外在因素不断冲击情绪。

冥想若结合更高的爱之振动、受神圣引导的能量、真言，以及对这些深刻概念的思考，便可能让心念与意识产生重要改变，利益自己与一切。

这些在冥想环境中更容易有效进行，这也是冥想重要的原因：先察觉心念如何运作，再帮助重新调整，例如从愤怒、憎恨转向更积极、充满爱的状态。

冥想：培养积极、充满爱的心念状态。



冥想：培养积极、充满爱的心境

英文原书第 160 页

现在回到真言，看看还能如何用于冥想与疗愈，尤其是增强利他意愿。

原著认为，宇宙给予能量，与“服务他人的意愿之纯净程度成正比”；因此，念诵真言，也提供了增强帮助他人意愿的机会。

这里分享一种从“我们本为一体”引申出的冥想方法，帮助塑造心念、增强利他意愿。原著将它归于约公元八世纪的印度佛教学者寂天：

> 宁可没有财富、荣誉、身体与生计，宁可其他功德衰减，也不要让心的功德退失。——原著引寂天

原著说，世界各地许多佛教僧人至今仍完整修习这一方法。本书这里只采用其中一小部分，其他技巧会在后续层级介绍。

关键在于“我们本为一体”的真言。方法很简单：重复真言，与白金能量融合，感受练习带来的爱与喜悦。处于深深的平和与爱中，例如临近练习结束时，让心念沿着以下方向思考：

> 如果我们真的本为一体，那么地球上所有人、动物、昆虫、树木、植物，甚至行星与宇宙中的其他生命，也都为一。

［停下来思考，或重复。］

> 这意味着，我只是一片光，而宇宙中还有数百万、数十亿、数万亿其他的光或意识。与那一切相比，我只是这巨大、神圣之光中很小的一部分。

［停下来思考，并观想，以加深理解。］

由此，原著引导读者得出一个冥想中的结论：若有人像裁判一样俯瞰，仅从数量上看，便会认为：

> 他人比自己更重要。

英文原书第 161 页

以合一作为究竟真理，通过逻辑推理说服心念后，就可能在某个层面接受“他人比我更重要”的想法。

进一步思考，原著认为，冥想中的真正力量，来自帮助他人的愿望。没有“他人”这一面向，就无法接收完全觉悟所需的高强度能量。因此，从另一个角度说：



他人比自己更重要。

如果接受行星在某个层面有觉知或意识，也可以把行星纳入“他者”。像地球这样的行星承载无数物种，包括人类，因此也可被视为比个体更重要。

反复这样思考，利益他人的意愿便更纯净。当心念掌握这一概念，自然更愿意为他人而照耀，甚至超过只为自己。原著认为，这会带来更强的爱与光之振动。

他人比自己更重要。

这就是形成习惯的过程。一次次唤起利他意愿，感受频率增强带来的效果，也让自己受益。体验到这样的意愿带来的收获，便自然希望更多地培养它。冥想更容易帮助我们塑造心念，走向真正的利他。

行星：也是我们合一的一部分。

英文原书第 162 页

经过几个月冥想练习后，也可以开始用于实际生活。例如走在街上，看见周围许多人，可以祈请白金灵气，念诵“我们本为一体”，并在心中怀着这样的意愿：

> 请给予我能量，让周围这些人在生命中感到更幸福、更多爱。他们的人数远多于我一个人；单从数量看，他们比我更重要。作为一个整体，愿我们都幸福，远离痛苦。

这一思考通过真言帮助调御容易散乱的心念，把冥想感受带进现实。原著以每天最多冥想 1－2 小时为例，指出在另外约 14 小时清醒、未冥想的时间中，融入某种练习也会有益。

请特别注意：将他人视为更重要，绝不意味着负面看待自己，也不意味着自己不值得珍惜、关爱或高度尊重。完全不是！这一点非常重要。

它只是一个冥想技巧，用逻辑与分析，引导原本以自我为中心、偏爱自身的心，走向更强、更健康的利他意愿。它从“我们本为一体”自然延伸，可为练习带来爱与光。

任何话题都可从多个角度理解。这一技巧刻意强调，甚至过度强调“他人比自己重要”的一面，只为了培养冥想中重要的利他动机。

与任何技巧一样，有人适合，有人不适合。例如马蒂很喜欢这项练习，通过偏逻辑的方式理解他人的重要性，获得更多爱与光，发展更强利他意愿。

格里则更喜欢以自己的幸福交换他人的痛苦，进行称作自他交换法（施受法）的冥想：观想接收他人的痛苦，给予自己的幸福。原著同样把这一方法归于寂天；索尔塞布罗能量组谈慈悲时，会进一步介绍。

不同的冥想技巧，适合不同的实践者。



冥想：
不同的练习方法
适合不同的实践者

英文原书第 163 页

简单说，不同方法适合不同的人。上述两种技巧都能培养美好的利他意愿，只是运用心念的方式不同。

也欢迎你创造适合自己独特心念的方法。原著认为，塞莱斯廷与普罗菲斯廷灵气的神圣引导，常帮助我们对冥想技巧或成长方式产生自己的领悟，因此鼓励采用最适合自己的做法。

我们只是怀着爱分享教导，希望为你带来更多理解，并为疗愈旅程提供一点帮助。



英文原书第 164 页

6 每月扬升疗愈简介

完成普罗菲斯廷灵气后，在进入埃克利普廷之光前的三个月休息期开始之际，我们介绍每月扬升疗愈能量。

原著向觉得需要爱、光与能量支持的人，提供完全免费的远程扬升疗愈服务，希望帮助迈向更高的爱与光之振动，在生命中获得更多疗愈、平衡、爱、净化、扬升、智慧与真实。

按本版原书说明，能量于每月 11 日传送，登记后接收期为 18 个月。每月当天不必特别做什么来“主动接收”；可以照常生活，同时知道自己正在接收帮助前行的扬升疗愈能量。

每月 11 日的扬升疗愈，是完整月度周期中的一种：

名称	强度与每月传送日期
扬升疗愈（英文）	单倍强度；每月 11 日
双重扬升疗愈（英文）	双倍强度；每月 21 日
三重扬升疗愈（英文）	三倍辐射强度；每月 1 日

在当前扬升之路阶段，可以登记每月 11 日的扬升疗愈。随着学习更多电子书，之后会获得登记双重与三重能量的机会。原书列出的通常先修要求为：双重需完成五本电子书，约相当于十八个月的扬升之路能量；三重需完成二十八本电子书。

原著说明，2021 年，高等意识另提供一种接收双重的方式：完成两次第一级扬升疗愈加强（扬升疗愈加强，第一级），即可登记，无需先完成五本电子书。作者认为，这体现了让更多人尽早接收双倍强度能量的愿望；与每月 11 日的能量结合，形成一组月度疗愈支持。

原著在此建议：第一，登记免费的每月 11 日扬升疗愈；原书链接索引也保留辅助说明视频（英文）。第二，如果经济条件允许，预约两次第一级扬升疗愈加强（英文）；完成后将获邀登记每月 21 日的双重扬升疗愈。

关于预约两次加强所需的经济投入，原著引用高等意识的话：

> 如果你愿意在［扬升之路的］这个早期阶段展现投入，你将获得回报。

［译注：本页为原书服务、条件与推荐的翻译，未在本次核实其当前安排，也未替读者登记或预约。］

英文原书第 165 页

7 结语与后续步骤

接收普罗菲斯廷灵气大师级能量、开始练习与真言后，以下是继续前行的重要信息。

从普罗菲斯廷灵气大师级点化当天起，必须等待三个月，才能进入埃克利普廷之光。这段休息是必需的，对能量的消化与吸收十分重要。更多信息请参阅“扬升之路练习之间的休息日，是否必须完成？”常见问题（英文）。

期间建议继续运用大师级能量与真言，持续吸收、整合，以更有效地疗愈、净化。

普罗菲斯廷大师级能量与本级真言尤其重要，承载丰盛的爱与疗愈力量。持续练习，帮助不断成长、扩展，更接近全新意识的振动。

也建议跟随引导，为自己与他人继续运用、分享整套塞莱斯廷与普罗菲斯廷能量。三个月是巩固学习的好时机，可以回看、重新学习旧内容，从更深层面消化教导。

完成三个月等待后，便可进入埃克利普廷之光。这是扬升旅程中又一重要步骤，把此前塞莱斯廷与普罗菲斯廷各级的频率结合起来。

原著认为，在其中融化、消融，会体验更深的爱与臣服，疗愈更多不完美、杂质与较暗能量，释放更多业力障碍，走向爱、光与纯净。

埃克利普廷之光分初阶埃克利普廷与高阶埃克利普廷两级，学习方式简单，约两周完成。之后便可以进入第二册索尔塞布罗能量组充满转化与提升的能量。

如果希望深入疗愈、净化，并尽可能有效地迈向全新意识，我们邀请你尽力沿这条扬升之路前进。如本书开篇建议，以统一之路作为迈向高等意识振动的主要道路，同时在合适阶段学习其他课程、点化或疗愈练习，为扬升旅程提供补充。

英文原书第 166 页

如此，扬升之路成为迈向高等意识的主要道路。我们温暖地邀请你继续学习这些电子书，朝向无限纯净、无条件的爱与神圣状态。

在三个月消化期，可以考虑接收大师级符号迈特里朱沙与迈特里朱沙・尼（英文），也就是在开始埃克利普廷之光前学习。这些能量是第四册莫尼莫之光的先修要求，也能帮助增强、提升第二册索尔塞布罗能量组的能量体验。

若准备好，可以利用这三个月学习；也可以在埃克利普廷之光结束后接收。如果现在并未被吸引，也没有关系。请跟随神圣直觉，选择当下适合自己的安排。

若想探索其他能量疗愈体系，也可利用这段时间学习其他课程。但仍须重视规律进行塞莱斯廷 / 普罗菲斯廷灵气疗愈练习。



此外，若尚未登记，原著再次建议尽早登记免费的每月扬升疗愈（英文）；经济条件允许时，也建议尽早接收两次扬升疗愈加强（英文），以开始接收双重扬升疗愈。作者认为，这些能量能为扬升之路提供重要补充，利益一切。

最后，感谢你对灵性成长与发展的投入。期待在埃克利普廷之光再见；在此之前，也许会在其他疗愈课程相遇。
愿你的光明亮地照耀，利益一切！

伴随神圣的普罗菲斯廷之光，

玛杰尔达・莱女帝与 Love Inspiration（爱的启示）

英文原书第 167 页

欢迎来到塞莱斯廷系列

第三阶段：埃克利普廷之光



英文原书第 168 页

统一光明之路

第一章：塞莱斯廷系列

第三阶段：埃克利普廷之光

第一级：初阶埃克利普廷；第二级：高阶埃克利普廷

欢迎来到塞莱斯廷系列最后一章！



从普罗菲斯廷灵气大师级点化当天算起，完成三个月消化期后，你便准备好接收埃克利普廷之光。这些能量代表塞莱斯廷系列旅程的最后几步。祝贺你在疗愈之路上取得如此美好的进展，也感谢你继续为光服务！

你已有时间消化塞莱斯廷与普罗菲斯廷灵气的能量和教导，并持续练习，现在可以接收埃克利普廷之光充满爱、具有整合作用的能量。

埃克利普廷之光有两个层级，一并介绍：初阶埃克利普廷与高阶埃克利普廷。初阶练习七天；在整体练习第八天引入高阶，再进行四天。完整过程共十一天。

请注意，这一阶段需要每天投入练习时间，让埃克利普廷能量能在能量场中完成所需的工作。

本阶段不需要像此前各级一样接收点化。原著说明，埃克利普廷之光能量通过 Love Inspiration（爱的启示） 的祝福传递，因此在满足前述条件、感到准备好后，就可以开始。

伴随我们充满爱的祝福，愿你的旅程顺利，并享受这些美好的埃克利普廷之光频率！

英文原书第 169 页

本阶段目录

以下为英文原书印刷页码。

内容	英文印刷页码
欢迎来到塞莱斯廷系列最后一章	150
目录	151
1 初阶埃克利普廷之光简介	152
2 初阶埃克利普廷之光	153
3 高阶埃克利普廷之光简介	155
4 关于利他	157
5 高阶埃克利普廷之光的流程	159
6 高阶埃克利普廷与塞莱斯廷系列的最后一天	160
7 接下来走向何方	163
8 疗愈反应	165
9 爱的全新意识十三卷	166
10 扬升疗愈加强简介	167
11 结语	168



英文原书第 170 页

埃克利普廷之光第一级：初阶埃克利普廷

1 初阶埃克利普廷之光简介

以下是带来埃克利普廷之光的存在所给予的开篇信息：

欢迎来到埃克利普廷之光的进阶层级。到现在，你在塞莱斯廷振动疗愈中已走过很长一段路。这对你自身，以及地球层面的能量意识转变，都是美好的进展。感谢你的坚持，也感谢你帮助一切众生提升爱的意识。

埃克利普廷之光由称作阿利特罗姆或埃普西洛姆的银河星际飞行群带来。它结合此前塞莱斯廷与普罗菲斯廷之光两个阶段，并因这两种能量的“交叠”（月蚀）而得名——这里指能量的交叠。

运用埃克利普廷，意味着能量频率的重要移动或变化。它以独特方式结合塞莱斯廷与普罗菲斯廷的元素。我们用“电路板”一词，是因为这最能描述埃克利普廷能量的布局。

简单说，埃克利普廷频率把两阶段的能量编织、缝合为一块“电路板”，或一种全新的频率。随后，在你重复十五分钟真言练习的七天里，将其“安装”进“操作系统”。

埃克利普廷之光有初阶与高阶两级。初阶阶段进行“安装”；流动与臣服的能量，受到新宇宙频率的巩固，旨在大幅改善整个能量体的流动。完成安装需要完整七天。

高阶阶段的变化更微妙，新能量“电路板”开始投入运行并被激活。

再次感谢你投入这一疗愈与转化过程。我们深知过渡性的能量转化有多困难，因此为你的旅程提供全力支持。

感谢你帮助银河星系受益于更高的爱之振动。这就是新的意识转变。祝愿旅程顺利，高阶埃克利普廷之光再见。

——奥普蒂莫姆与埃普蒂翁

英文原书第 171 页

2 初阶埃克利普廷之光

如简介所述，初阶埃克利普廷将塞莱斯廷与普罗菲斯廷能量结合。原著把此前的能量描述为一至二维，而埃克利普廷“电路板”将四维能量带入操作系统，也就是能量体，形成更深、更稳固、全方位包围的能量。

为接收新“电路板”，需要先在能量体中清理足够“空间”，也就是疗愈、清理足够的负面能量。因此，准备可能需要数月。本页原文建议，在完成普罗菲斯廷后 3–4 个月接收，至少十二个日历周。［译注：前文规定从大师级点化起等待三个月；此处保留原书另一种表述，未擅自把月份与周数等同。］

接收初阶埃克利普廷“电路板”不需要单独点化，只需连续七天，早晚各念诵以下真言十五分钟：



我向埃克利普廷之光敞开，并全然交托.

我向埃克利普廷之光敞开，并臣服于它。

在安静环境中坐下或躺下，放松身心，开始念诵。最低要求是早晚各十五分钟，持续七天。也可以在此之外尽可能多地重复，即使额外练习不足十五分钟也可以。原著认为，重复越多，越能向能量敞开。可以默念、出声念、轻声念，或只动嘴唇不发声；按自身感受选择。

原著说，能量下载依意愿进行；重复真言，就是向美丽的埃克利普廷之光敞开。开始念诵后，结合的能量“电路板”便开始安装到太阳神经丛脉轮，仿佛电脑接收新软件。

电脑安装需要时间，能量体也需要完整七天下载埃克利普廷“软件”。原著认为，越敞开，下载越顺畅、完整；这并不取消七天的要求。

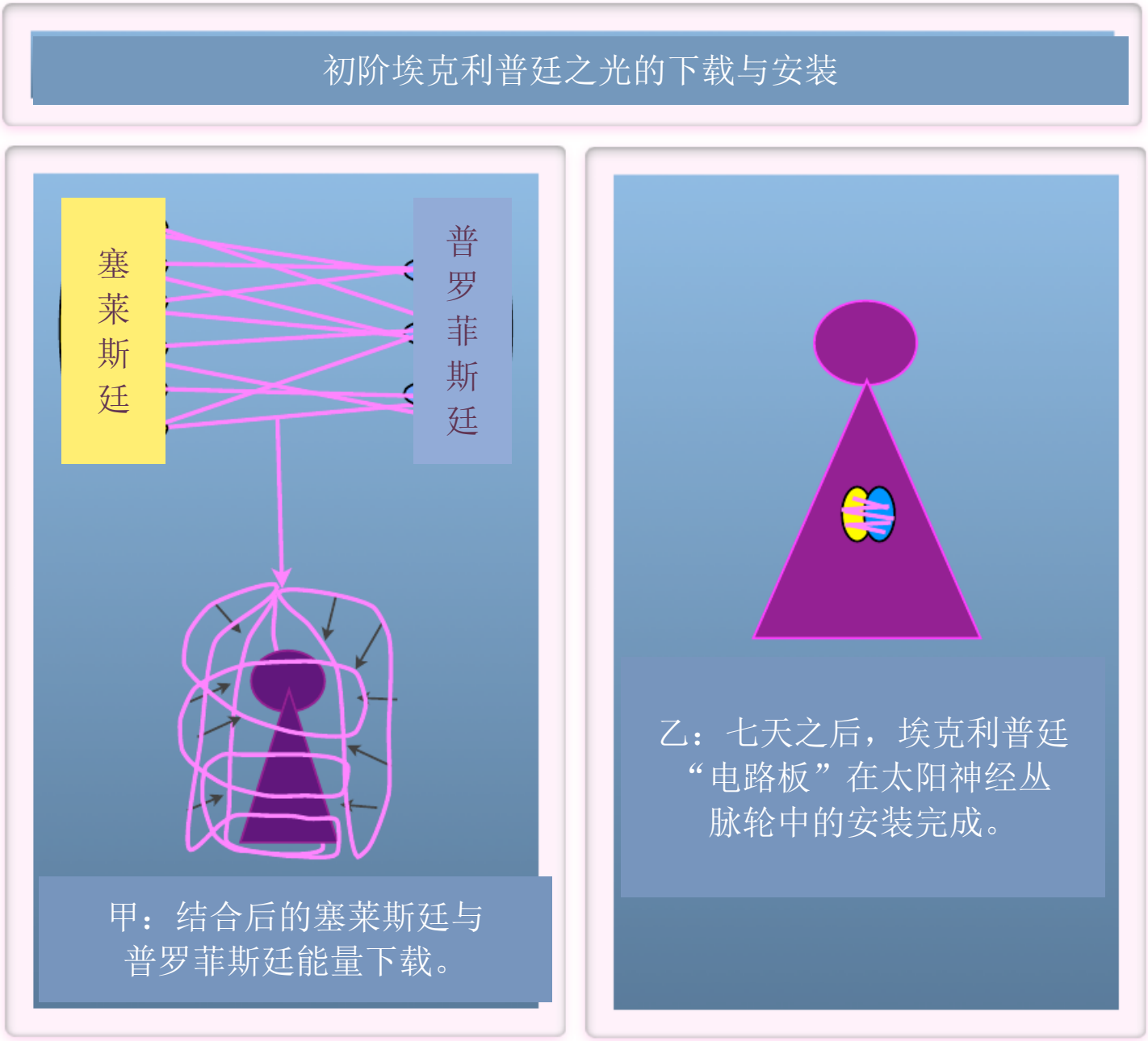


埃克利普廷之光：
安装结合后的能量“电路板”

英文原书第 172 页

初阶埃克利普廷之光的下载与安装

下图描绘塞莱斯廷与普罗菲斯廷能量结合后的下载，以及电路板最终安装的过程。



甲）结合后的塞莱斯廷与普罗菲斯廷能量下载。乙）七天后，埃克利普廷“电路板”在太阳神经丛脉轮的安装完成。

原著认为，这七天能量体会发生变化，因此可能出现与其他点化或能量提升类似的“疗愈反应”。

本级特别列出的体验包括：沮丧、焦虑增强、身体酸痛、愤怒、性欲降低、频繁排尿和 / 或排便、恶心、无助、悲伤、情绪释放、情绪或身体敏感脆弱、关系失落或脆弱、受伤感、痛苦，以及旧有内疚浮现。原著还认为，十五分钟练习可能随能量移动而缓解这些体验。以上为原书解释，并非对症状原因或疗效的确认。

英文原书第 173 页

在初阶埃克利普廷阶段，“电路板”相对静止地位于太阳神经丛脉轮。高阶埃克利普廷将增强能量通道的容量与频率带宽，以支持更有力的疗愈。

如果这些描述暂时显得陌生，不必担心。与往常一样，最重要的是敞开、接收受神圣引导的光。

我们按照接收时的样貌提供这些信息，希望听到当初传给我们的话，会对你有帮助。我们认为，这常能增强对练习中神圣引导的信念。

埃克利普廷之光第二级：高阶埃克利普廷

3 高阶埃克利普廷之光简介

祝贺你完成初阶埃克利普廷，欢迎进入高阶埃克利普廷！以下是指导者的信息：

随着越来越敞开、臣服，你会发现生命中的光更强，也就是自我及其带来的黑暗减弱。这是进展的迹象，虽然可能微妙，却让更多爱与慈悲散发，利益一切。

本级会显著改变你对帮助他人的认识。高阶埃克利普廷之光激活后，从太阳神经丛脉轮向外散发，从核心照耀不断发展的爱之光。你的生命价值观由此被重新界定、敞开，以利益一切。

真正利他的本性，来自灵魂的爱之光，是所有人最真实、最深的意愿，也是人类进步所必需的。不论你是否相信，当世界越来越充满贪婪与饥饿、疼痛与苦难、期待与失望时，真正的功课，是开始返回爱与慈悲的宁静心念。我们由此利益一切。

英文原书第 174 页

接下来，你可能发现慈悲更加活跃，帮助他人的愿望逐渐增强。可以从微小的正当行动、小帮助，扩展到重大协助或全球倡议；由你选择。激活自身爱之光，就有改变世界现实的潜能。你确实拥有这份力量。继续前行时，请相信自己，更加向真实本质敞开。在其核心，有你独特的帮助方式，让自己与周围的人过上更好、更谦逊的生活。从小步开始，不要害怕向他人伸手；不论是否意识到，这就是你的神圣本性。

在高阶埃克利普廷的三至四天练习中，会体验更多能量移动。内在爱之光向外散发时，继续推出杂质，帮助你成长。不要害怕自己的“尘垢”，每个人都有，它也是与他人相连的途径。让不完美唤起慈悲，帮助他人；用自己的痛苦理解、帮助有类似痛苦的人；用自己的光，重新点亮他人的光。你在地球层面的任务，是给予、接收爱与光。

不要被物质世界迷惑；它只是对爱的缺乏的一种补偿。

我们怀着爱、光与世间的祝福，给予高阶埃克利普廷之光，帮助所有正以某种方式受苦的众生。

祝愿你继续前行顺利，我们会关注你真正利他本性的展开。能参与这一意识转变，是多么喜悦！让爱显现！

——安多蒙

英文原书第 175 页

4 关于利他



利他：无私地关心、投入于他人福祉的原则或实践。

以下为原著引用的维基百科节选之译文，保留其作为原书引文的身份：

> 利他或无私，是关心他人福祉的原则或实践。它是许多文化的传统美德，也是不同宗教传统的核心部分；不过，应关怀的“他人”范围，可能因文化与宗教而异。利他或无私，与自私相对。
>
> 纯粹利他，是为自己以外的人付出某些东西，例如时间、精力或财物，而不期待任何直接或间接的补偿、利益，包括因给予而获得认可。
>
> 关于“真正”的利他是否可能，存在许多争论。心理利己主义认为，分享、帮助或牺牲，都不能称为真正利他，因为行动者可能获得个人满足这一内在回报。此论点是否成立，取决于内在回报是否算作“利益”。
>
> “利他”也可指一种伦理学说，主张个体在道德上有义务利益他人。在这个意义上，它通常与以自身利益为行动目标的利己主义相对。

英文原书第 176 页

上述引文提出一个有趣问题：是否真有完全利他的行为？塞莱斯廷教导反复说，为他人照耀最终也利益自己与自身疗愈，那么这种质疑是否有道理？

这正是理解相互连结或合一的重要之处。若认识到究竟层面并不分离，对利他就有了全新理解：既然自己与他人不分离，怎能不帮助他人？

利他无疑也利益自己，这甚至是最能吸引人培养利他的原因之一。希望自己幸福没有错；自己幸福时，更能向外照耀、帮助他人。

作者认为，利他使一切受益，在同一时刻利益自己与他人，让人感觉美好，也把爱的感受传播出去。

利他意味着友善、爱、温暖、慈悲、谦逊与耐心，受到相遇之人的珍视。它似乎吸引美好的事进入生活，也帮助能量向更高存在层次发展。



利他是疗愈或灵性练习的基石之一，在意识中培养爱、慈悲与温暖；培养这样的心念，被视为极珍贵的练习。

原著引第十四世达赖喇嘛的话：

> 没有比菩提心更有功德的心，没有比菩提心更有力量的心，也没有比菩提心更喜悦的心……它是独特、包容一切的方法。一切世间与出世间的力量，都可由菩提心获得。因此，它无比珍贵。

愿一切众生理解利他意愿的真实利益，让我们生活于爱、光与理解中，利益集体意识。

在实际生活中，利他有许多形式：也许主动赞美别人，也许看见有人需要帮助时伸出援手。

英文原书第 177 页

也许为有兴趣的人提供能量疗愈，只因为自己做得到；也许只是给予他人一个温暖的微笑。也可以思考如何回馈社区、回馈地球，或怎样帮助另一个生命获得更多幸福。

随着利他意愿与行动发展，会看见、感受到这些友善、充满爱的心念带来的益处。愿一切众生认识到，这一观念对自身幸福与福祉多么重要、珍贵！

5 高阶埃克利普廷之光的流程

完成完整七天初阶埃克利普廷后，才能开始高阶埃克利普廷。也就是：第一天开始初阶，第八天开始高阶。

整体日程	阶段	当日练习要求
第 1 天	开始初阶埃克利普廷	每天两次，每次至少 15 分钟
第 2 天	初阶埃克利普廷	每天两次，每次至少 15 分钟
第 3 天	初阶埃克利普廷	每天两次，每次至少 15 分钟
第 4 天	初阶埃克利普廷	每天两次，每次至少 15 分钟
第 5 天	初阶埃克利普廷	每天两次，每次至少 15 分钟
第 6 天	初阶埃克利普廷	每天两次，每次至少 15 分钟
第 7 天	完成初阶埃克利普廷	每天两次，每次至少 15 分钟
第 8 天	高阶第 1 天	完成七天初阶后开始；每天两次，每次至少 15 分钟
第 9 天	高阶第 2 天	每天两次，每次至少 15 分钟
第 10 天	高阶第 3 天	每天两次，每次至少 15 分钟
第 11 天	高阶第 4 天	完成前三天后，进行释放、宽恕与觉醒的真言及练习；塞莱斯廷系列完成



英文原书第 178 页

整体第八天，先将以下意愿念诵十遍：



我怀着爱与感恩，希望激活我的高阶埃克利普廷之光，以利益一切。谢谢，谢谢，谢谢。

然后开始十五分钟练习，念诵：



我向高阶埃克利普廷之光敞开，并全然交托.

我向高阶埃克利普廷之光敞开，并臣服于它。

连续三天，即整体第 8、9、10 天，每天至少两次，每次十五分钟。

6 高阶埃克利普廷与塞莱斯廷系列的最后一天

高阶埃克利普廷第四天，也是其最后一天，同时是塞莱斯廷系列最后一天。祝贺你走过这段非凡旅程！今天非常特别。

原著将这一天描述为释放与宽恕力量很强的一天。你已付出许多努力，因此鼓励今天认真练习，释放旧有，迎接全新。这是一个周期的结束，也是感谢所接收一切的好日子。



这是释放、宽恕，以及向爱的全新意识觉醒的一天。

英文原书第 179 页

最好早晨醒来就以以下念诵开始一天；白天想起来时，也尽可能继续重复。

我臣服于新的光。
我臣服于全新意识。
我是新的光。
我是全新意识。
我走这条道路，是为了利益一切众生。
释放旧有时，我也宽恕。
我是自由的，
成为自己本来的真实之光。
我是新的光。
我是全新意识。
我是爱。
为了利益一切众生，我敞开自己，把全新意识之光带给一切。
我怀着爱走这条道路。
我是全新意识。
我是新的光。
我为一切走这条道路。
愿爱的全新意识经由我，为一切照耀。
我是神圣的道路。
我是神圣的觉醒，
为了一切。
我敞开自己，照耀我的光，
让它向外散发，
为了一切。
我是新的光。
我是全新意识。
我是新的爱。
谢谢，谢谢，谢谢。

英文原书第 180 页

除此之外，今天请留时间给自己，释放任何想交托的事：旧伤、担忧、羞耻、内疚、身体疼痛、愤怒、创伤、悲伤，也宽恕自己。

可以把想到的、希望释放与宽恕的事写下来。原著建议，准备好后烧掉纸张，同时说：

我现在完全步入自己的真实、自己的光，以及爱的全新意识。

请给自己充分时间，尽可能多地放下。原著认为，由于此前练习，这一天的释放力量较其他日子更强，因此鼓励善用这一天，获得最大的助益。

白天尽可能利用时间，释放浮现的内容，把这一天当作一次大扫除，清走不再需要的东西。回顾记忆，寻找可以释放的事。例如，想起曾做过不太友善的事，就宽恕自己、放下它，再释放相关的愤怒、悲伤、哀痛等感受。



原著认为，当天能量会增强释放旧能量的效果，因此再次鼓励认真投入。

今天标志着新的开始。你所设定的释放、宽恕意愿，为一个新的自己奠定新基准。原著描述，此后身体会依这些意愿开始清理，所以今天也是在创造“新的自己”。

宽恕、释放、敞开时，也可穿插以下真言：

我敞开自己，并愿意改变，以利益一切。

我怀着爱臣服与释放。

愿爱的全新意识之光经由我向外照耀，以利益一切众生。

英文原书第 181 页

7 接下来走向何方

拥抱……拥抱……拥抱爱的全新意识。拥抱自己的光，拥抱自己的真实，为利益一切而照耀！

原著描述，高阶埃克利普廷第四天之后的几天，会清理当天设定释放意愿的能量。由于意愿有力，会有许多能量移动。因此，第四天并不是终点，而是一个全新的自己开始的时刻。这是深具转化的阶段，原著建议对可能的“疗愈反应”有所了解。

完成高阶埃克利普廷第四天后，至少休息完整七天，才能开始第二册索尔塞布罗能量组。从次日起到开始第二册之前，原著认为仍有大量能量移动，尤其在第四天后的次日。

期间可以继续第四天的练习，也可按自身感受祈请高阶埃克利普廷、塞莱斯廷和 / 或普罗菲斯廷，并加入释放、敞开、宽恕的肯定语。原著认为，释放、宽恕越多，就越能敞开。例如：

我怀着爱敞开。
我怀着爱臣服。
我向宽恕敞开。
我与宇宙合一。
我臣服与释放。

阶段	时间安排
高阶埃克利普廷	完成第 1、2、3、4 天
必须的休息期	随后完整第 1 - 7 天；可继续上述练习与肯定语
第二册索尔塞布罗	完成至少七天休息后，才开始其第 1 天

愿你享受这段转化的时间！



英文原书第 182 页

下一阶段：第二册索尔塞布罗能量组

如果希望继续能量疗愈，第二册索尔塞布罗能量组是下一步。它是塞莱斯廷系列的续篇，继续统一光明之路，深入爱的意识。须在完成高阶埃克利普廷后至少七天（英文）才能开始。

索尔塞布罗通过符号祈请能量，与本册使用祈请文的方式略有不同。如果从未运用过能量符号，也没有关系，第二册第一级已有介绍。

继续学习时，从网站下载第二册，并依开篇指引激活、解锁能量。第二册虽无需接收点化，但符号能量仍须先激活，才能接收。

也可以休息超过七天，再进入更深的索尔塞布罗疗愈之路，或探索 Love Inspiration（爱的启示） 的其他教导。

若尚未登记，原著再次建议尽早登记免费的每月扬升疗愈（英文）；经济条件允许时，也建议接收两次扬升疗愈加强（英文），以开始每月双重扬升疗愈。作者认为，这些会为扬升之路及索尔塞布罗能量提供美好补充。

迈特里朱沙与迈特里朱沙·尼大师级符号点化（英文）

如果曾运用能量符号，可以考虑在完成塞莱斯廷、开始索尔塞布罗之前，接收这两项大师级符号点化。它们与索尔塞布罗符号搭配良好，结合使用有助于巩固疗愈能量。

如果从未接触符号，仍可以学习，因为索尔塞布罗本身也会使用符号。这不是开始第二册的必需条件，但必须在开始第四册莫尼莫之光前完成。也可以在第三册朝圣之旅期间学习，按适合自己的时间安排。



英文原书第 183 页

8 疗愈反应

作者称，高阶埃克利普廷后的“疗愈反应”，是他们在塞莱斯廷系列旅程中所见最强烈的。每个人不同，但作者认为，利益一切的意愿会增强疗愈过程。

例如，格里完成后，经历厨房中许多碗盘破碎与烫伤，也经历较大金钱损失。原著将前者推测为愤怒的释放，把后者理解为帮助放下对金钱的依附，并指出两者都与她第四天的释放意愿相关。作者感叹，疗愈过程有时可能很严酷。

［译注：本节保留作者对事故、损失、睡眠和梦境的灵性解读，不表示这些事件或症状已被证明由能量转化引起。］

原著特别提及以下两类体验。

凌晨醒来。原著描述，有人连续数夜在凌晨同一时间醒来，通常是两点至五点，并将其视为深层转化的迹象。有时甚至精确到同一分钟。若愿意，可以记录数字，按自己的兴趣探索其数字象征意义。持续时间可能从一夜到一周以上。作者建议醒来时，尝试从“怎么又醒了”的懊恼，转向“又是同一时间，也许正在发生什么”的态度。

梦。原著把梦描述为释放能量，尤其是不舒服能量的一种途径。若有意识或潜意识地在释放某件事，梦境可能出现类似主题。作者举例：高阶埃克利普廷后曾想减少对巧克力的依恋，次夜梦见圣诞节吃了太多巧克力，醒来觉得恶心。作者认为，通过梦释放，可不必在现实中经历同样过程，甚至可以祈请更多在睡眠中进行的清理。

若愿意，可在床边放梦境日记，记下记得的内容，观察重复的模式、主题，或一次性的释放。可以参考解梦书或搜索，但作者更看重梦中的整体感受：害怕还是快乐？失去还是找到？对于常见的死亡梦，作者将其解释为“新的开始”，因此劝读者不必因梦见自己或他人死亡而恐慌。

原著建议阅读网站的“疗愈反应”常见问题（英文），并把某些难受经历理解为释放能量的过程。也可向家人、朋友说明自己的体验，以获得支持、减少误解。

以下为阿米特龙的寄语：

> 你已准备好在爱的全新意识中前行。为了帮助旅程，这里给予爱的全新意识十三卷。可以每天阅读，帮助继续前进。伴随新的光之意识的祝福。

英文原书第 184 页

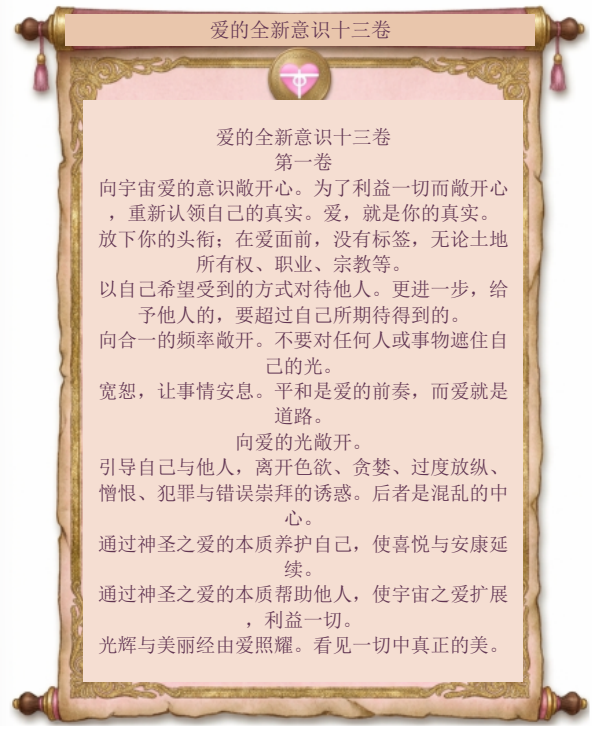
9 爱的全新意识十三卷

除本级教导外，书末附录“爱的全新意识十三卷”，供完成埃克利普廷之光时阅读。原著描述，这些卷文是在一年多时间里，于一系列深具神圣意义的地方，通过灵视从灵性领域接收的。它们是帮助迈向全新意识的指引，并非规则，而是通过爱认识更好自己的阶梯。

每天阅读，帮助觉察、改变生活中低于纯粹之爱振动的部分。可以每天早晨读一卷，为一天作准备；也可以跟随引导，一次读几卷。这是终身练习，祝愿你的旅程顺利，愿爱的力量与你同在！

你会发现，第一册附录只包含十三卷中的前八卷。最后五卷，在第二册索尔塞布罗能量组完成时给予；马蒂与格里当初也是以这种方式接收的。

他们受引导如此安排，是因为阅读最后五卷前，似乎需要进一步从振动层面理解爱；也需要时间消化前八卷，以免十三卷一起带来过多信息。



请享受这些教导，愿它们帮助你将爱的原则融入日常。慈爱的行动，以及积极、充满爱的意愿，常能维持、滋养点化与疗愈练习带来的新振动。

英文原书第 185 页

10 扬升疗愈加强简介

完成塞莱斯廷系列后，原著进一步介绍扬升疗愈加强，称其通过帮助清理障碍与业力残余，并提供加快扬升之路的机会，为旅程带来加强。

在道路较早阶段介绍，是为了让读者了解原著所称来自高等意识的这些机会。相关详情见 扬升疗愈加强页面（英文）。

扬升疗愈加强属于可选、收费、需预约的仪式性能量加强，并非扬升之路的必修部分。原书列出八个级别：

扬升疗愈加强：接收两次后，将获邀登记每月 双重扬升疗愈（英文）。

扬升疗愈加强 2。

扬升疗愈加强 3。

宏大扬升疗愈加强 4。

宏大扬升疗愈加强 5。

宏大扬升疗愈加强 6。

宏大扬升疗愈加强 7。

宏大扬升疗愈加强 8。



原著描述，每次扬升疗愈加强会带来大量神圣疗愈频率，依个人量身安排，帮助成长、扩展与净化，并与 Love Inspiration（爱的启示） 的扬升疗愈配合：

> 扬升疗愈加强启动后，其结果形成新的光辉层次，使此后的每次扬升疗愈，或双重 / 三重扬升疗愈，都显著提升至更高层次。

作者认为，对经历深层“疗愈反应”，或希望明显向前迈进的人，扬升疗愈加强可能有帮助；它完全可选，只是为想获得额外协助或加速的人提供补充。

原书说，每场名额限十人，建议有意者提前预约，并阅读网页的信息汇总表，了解所列加速机会。例如，接收两次第一级扬升疗愈加强后可以登记双重；接收五次第二级扬升疗愈加强后，有机会跳过第二步扬升进阶之路中的一本电子书。

作者将扬升疗愈加强与 金色扬升疗愈加强（英文） 视为高等意识给予的美好礼物，并表达感恩。更多方式见 加速你的修行之路页面（英文）。愿这些机会利益一切。

［译注：本页保留本版原书的收费服务、名额与条件说明，未核实当前安排，也不构成译者对效果的保证。扬升进阶之路是专门课程名称，区别于扬升之路。］

英文原书第 186 页

11 结语

感谢你与我们共同走过非凡的塞莱斯廷系列旅程。之所以说非凡，是因为沿途包含大量疗愈与净化；衷心祝贺你过去数月的辛勤投入。

作者相信，无论你是否能从自身能量中察觉，内在已经发生许多转化。也许经历过身体疾病、情绪议题、心理挑战，或其他疗愈议题；原著把这些理解为面对暗处、从而体验更多内在光明的过程。

作者进一步以未来的自己充满感恩地微笑的意象，描述这些清理与爱之能量所带来的意义：为已经洗去的痛苦而感谢现在的自己。原著也相信，带来这条道路的高等意识能量与存在，正在微笑、照料并神圣地引导你。

如果觉得需要时间调整、重新安定，或想静心回顾所学，请给自己这样的时间。

回顾一路走来的过程，看看已经走了多远。也可以为未来设定意愿，并记得，扩展到利益一切的意愿，会带来积极、充满爱的能量。

爱的十三卷将成为日常练习的珍贵补充。我们鼓励接下来几周每天阅读，让这些美好能量也融入自身能量场。

若尚未登记，原著再次建议尽早登记免费的每月扬升疗愈（英文）；经济条件允许时，也建议接收两次扬升疗愈加强（英文），以开始每月双重扬升疗愈。作者认为，它们会陪伴扬升之路，并补充卷文与索尔塞布罗能量组的能量。

英文原书第 187 页

感到准备好时，也欢迎你进入第二册索尔塞布罗能量组深具疗愈与转化作用的能量。完成高阶埃克利普廷后，仍须休息至少七天（英文），再进入第二册。



索尔塞布罗将继续扩展塞莱斯廷系列的能量，在约四个半月内，引入另一组广泛的扬升能量。其练习与本册相当不同，可能也更密集；原著同时提到，第二册结束后，会进入三至六个月不要求自我疗愈练习的阶段。具体安排应继续依后续各册的说明。

我们怀着爱、温暖与期待，欢迎你进入扬升之路下一阶段：统一光明之路第二册。愿新能量在迈向无限之爱的旅程中，带来丰盛疗愈！

如果希望获得第一册结业证书，可通过证书链接（英文），前往网站下载电子文档，自行打印并填写。再次热烈祝贺你完成塞莱斯廷系列！

愿这些能量帮助你进入能量的喜悦与内在平和，使一切众生幸福！

伴随充满爱的祝福，

Love Inspiration（爱的启示）

英文原书第 188 页

你愿意提供帮助吗？

你已从 Love Inspiration（爱的启示） 慈善机构，免费并充满爱地接收这些能量与教导。

如果喜欢这些能量，也希望帮助它们继续免费提供，让更多人从中疗愈、成长与觉醒，我们温柔地邀请你以以下方式支持：

捐赠（英文）。

与他人分享（英文）。

为他人翻译（英文）。

撰写体验见证（英文）。

帮助我们改进（英文）。

你的善意支持，让 Love Inspiration（爱的启示） 能继续免费提供电子书与课程，为一切带来无限利益。可点击以上链接前往英文官网。

祝福与感谢，

Love Inspiration（爱的启示）

英文原书第 189 页

欢迎来到塞莱斯廷系列附录



英文原书第 190 页

附录一

爱的全新意识十三卷（第一至第八卷）

以下完整翻译本册收录的前八卷。最后五卷见第二册。卷文中的健康、能量与灵性表述属于原著教导，保留为引文，不作为医学结论。



英文原书第 191 页

爱的全新意识十三卷

第一卷

向宇宙爱的意识敞开心。为了利益一切而敞开心，重新认领自己的真实。爱，就是你的真实。

放下你的头衔；在爱面前，没有标签，无论土地所有权、职业、宗教等。

以自己希望受到的方式对待他人。更进一步，给予他人的，要超过自己所期待得到的。

向合一的频率敞开。不要对任何人或事物遮住自己的光。

宽恕，让事情安息。平和是爱的前奏，而爱就是道路。

向爱的光敞开。

引导自己与他人，离开色欲、贪婪、过度放纵、憎恨、犯罪与错误崇拜的诱惑。后者是混乱的中心。

通过神圣之爱的本质养护自己，使喜悦与安康延续。

通过神圣之爱的本质帮助他人，使宇宙之爱扩展，利益一切。

光辉与美丽经由爱照耀。看见一切中真正的美。

英文原书第 192 页

爱的全新意识十三卷

第二卷

怀着敞开而充实的心，观察他人、倾听他人，与他人一起祈祷。只要内心真诚，总能从他人身上学到东西。

愚昧、浪费时间与胡闹，并非解药。明智地运用时间与精力，以利益一切。

不要被那些从非中心，也就是从自我出发的言说所牵引。这种纠缠，会使你偏离以爱为中心的道路。

食物、药物、酒精，以及其他刺激物或抑制物，只会使痛苦延续。放下心念认定为“有帮助”的东西，回到心中。

孩子带来光。好好教导他们自身存在的真实本质；从小得到帮助，他们更容易与爱同行。

［译注：关于食物与药物的概括按原文保留为灵性卷文，不应理解为停止正常饮食或停用必要药物的建议。］

英文原书第 193 页

爱的全新意识十三卷

第三卷

留意对他人说话的方式。他们值得你的善意。

向他人敞开心。即使无法给予他们所请求的，也向他们敞开心。

不要羞于说出真实。爱终会胜出。

避免不友善的行动。除了其他影响，它也浪费能量。专注于自己真实的道路，那并不浪费能量。

谨慎使用资源；它们并不如你想象的那样充裕。

关爱地球。再微小的行动也有帮助。

自私带来不快乐。敞开心分享。

英文原书第 194 页

爱的全新意识十三卷

第四卷

描绘你的愿景或目标。经常谈论它，并让它充满爱。

给予爱，会带来许多宝藏。试试看！

愤怒滋生惩罚，惩罚滋生不公，不公打破平衡，让钟摆继续摇荡。

白光疗愈一切。丰盛地运用它。

不要把怜悯误认为爱。

爱使黑暗隐没，始终如此。

不要限制对爱的信念或理解。你相信它多有力量，它就多有力量。

英文原书第 195 页

爱的全新意识十三卷

第五卷

向他人的善意敞开心。接收，也是为一切照耀。

你的健康状态代表心念状态。让思想朝向爱，看着疾病消融。

并非一切都如表象。减少评判，拥抱未知。

让心念摆脱自怜；自怜只会耗尽能量。

新的并不总是更好。只信任内心真正承载的东西。

坚持真实的道路。不要放弃，也不要偏离。

减少不断重提旧日不公的需要。只有所有人都能放下，它们的作用才告一段落。

平和不是盛在盘中、等待端上来的东西；活出它，呼吸它，成为它，以利益一切。

[译注：关于心念与疾病的句子为原著原意，不表示疾病由个人思想造成，也不保证改变思想便能治病。]

英文原书第 196 页

爱的全新意识十三卷

第六卷

真实会自行呈现，无需强迫。

谦逊与恩典照亮所有道路。始终保有它们。

寻找自己的真实、自己的道路。除了自身真实的本质，不要饮入其他东西。

帮助他人，经常如此。

练习自己的天赋。他人与自己一样需要它们。

驱散思想与言语中的一切刻薄。练习给予、传送纯净的爱之本质。

允许旧火燃尽。不要为了惩罚自己或他人，而继续维持火焰。

不要把爱与生活扩张成并非其本来的样子。你正是自己应当成为的人，拥抱这一点，就是你的礼物。

勇敢生活。怀着爱，交托不再需要的，完全拥抱已准备好接收的。

眼睛并不看见爱或不公，心通过习惯与制约体验它们。学习减少受制约的视角，以利益一切。

英文原书第 197 页

爱的全新意识十三卷

第七卷

我敞开自己，并愿意改变，以利益一切。

在每一种意义上减少浪费。

并非所有尚未完成的，都是不完整的。学习辨明其中差别。

理解自身的暗处，让真正的慈悲散发。

巩固、维护与防卫自我，是不正当的。它只想伤害周围的人，并降低相互连结的全球意识的整体振动。

寻求一切，你将一无所获；无所求，你将发现一切。

舍离，让真实本质的活力涌现于表面。

与自己和平相处，因为这是你所拥有的唯一自己。

不要丢弃旧有；一切伟大的新理解，都建立在旧有之上。

英文原书第 198 页

爱的全新意识十三卷

第八卷

不要被看似遥不可及的事物迷惑。知觉会造成限制。

让草生长。被修剪、塑造成特定形状时，它失去了献给世界的创造礼物。

“敌人”只是一个看法。我们本为一体。

始终拥抱光。即使它在漫长黑暗之后才到来，也仍是属于你、等待接收的礼物。

敞开，你便会接收，以利益一切。

设定一个“最优”，本身就是限制。练习创造无限。

让心念摆脱一切限制性信念与替代自我。它们试图遮掩你的真实，误导你的道路。

为一切，敞开地表达纯净、真实的爱。没有它，我们无法继续。

英文原书第 199 页

为了利益一切

愿一切绝对、无限地幸福，远离痛苦。