

赛斯书：

个人与群体

事件的本质

「美」珍·罗伯兹 著

王季庆 译

深入阐释『你如何创造你的实相』

世界图书出版公司

Jane Roberts

The Individual and the Nature of Mass Events

Jane Roberts
The Individual and the Nature of Mass Events

赛斯书：

个人与群体

事件的本质

〔美〕珍·罗伯兹 著

王季庆 译

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目 (CIP) 数据

赛斯书：个人与群体事件的本质 / (美) 罗伯兹 (Roberts, J.) 著；王季庆译. —北京：世界图书出版公司北京公司，2015.4

书名原文：The Individual and the Nature of Mass Events

ISBN 978-7-5100-9595-5

I. ①个… II. ①罗… ②王… III. ①社会心理学—研究 IV. ①C912.6

中国版本图书馆CIP数据核字 (2015) 第 076260 号

The Individual and the Nature of Mass Events, Copyright © 1981 by Jane Roberts, Copyright © 1995 by Robert F. Butts.

Original English language publication 1995 by Amber-Allen Publishing, Inc., San Rafael, CA 94903 U.S.A. Simplified Chinese Characters translation Copyright © 2015 by Beijing World Publishing Corporation.

All rights reserved.

赛斯书：个人与群体事件的本质

著 者：[美]珍·罗伯兹 (Jane Roberts)

译 者：王季庆

责任编辑：黄秀丽 于 彬

封面设计：大 铭

出 版：世界图书出版公司北京公司

发 行：世界图书出版公司北京公司

(地址：北京市朝阳区内大街137号 邮编：100010 电话：010-64077922)

销 售：各地新华书店

印 刷：北京博图彩色印刷有限公司

开 本：787 mm × 1092 mm 1/16

印 张：23

字 数：270千

版 次：2015年6月第1版 2015年6月第1次印刷

版权登记：01-2013-9115

ISBN 978-7-5100-9595-5

定价：52.00元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题，请与本公司联系调换)

除了勇于面对意识的能力外，
我们从未告诉任何人该做什么。

赛斯 1978年4月19日

赛斯书：
个人与群体事件的本质

本书提到的赛斯作品

《灵界的讯息》（*The Seth Material*）

《灵魂永生》（*The Eternal Validity of the Soul*）

《个人实相的本质》（*A Nature of Personal Reality*）

《未知的实相》卷1和卷2（*The “Unknown” Reality*）

《心灵的本质》（*The Nature of Psyche*）

《赛斯书：个人与群体事件的本质》（*The Individual and the Nature of Mass Events*）

《梦、进化与价值完成》（*Dreams, “Evolution,” and Value Fulfillment*）

本书中提到的珍的作品

《超灵七号的教育》（*The education of Oversoul Seven*，即“超灵七号第一集”）

《超灵七号的进阶教育》（*The Further Education of Oversoul Seven*，即“超灵七号第二集”）

《超灵七号和时间博物馆》（*Oversoul Seven and the Museum of Time*，即“超灵七号第三集”）

《一个美国哲学家的死后日志：詹姆斯的世界观》（*The Afterdeath Journal of an American Philosopher: The World View of William James*）

《小王子艾米尔的生命之旅》（*Emir’s Education in the Proper Use of Magical Power*）

《心灵政治》（*Psychic Politics*）

《珍的神：一个心灵宣言》（*The God of Jane: A Psychic Manifesto*）

《灵魂与必朽的自己在时间当中的对话》（*Dialogue of the Soul and Mortal Self in Time*）

欣见赛斯文化将出版赛斯书全集。

2009年7月，赛斯早期课的学生瑞克（Rick Stack）来台举办灵魂出体工作坊，与我在花莲赛斯村有一场东西方的交流对话。那时，许多赛斯家族朋友们见我在讲座上莫名流下激动的泪水，老实说，我自己也颇感意外。不过各位想想，在中国内地、中国台湾和香港、马来西亚、美国、加拿大的华人地区默默努力推广赛斯思想一二十年的我，和在美国、欧洲推广赛斯思想不遗余力的瑞克，有朝“相逢”在台湾花莲赛斯村，你说，这场面能不令我感慨万千吗？

其后邀请瑞克夫妇到我新店山上的家小聚，我才又灵光乍现，脱口而出：“一切都是我！”那年，初遇赛斯，心弦震动，仿佛风云全为之变色，随后找上中文赛斯书的译者王季庆，死缠烂打地自愿担任她的翻译助理，将一本又一本的赛斯书译成中文，也找上当年的方智出版社合作。由于出版社担心书的销路，所以最早的版权费还是王季庆自掏腰包呢！终于促成中文赛斯书的出版。

王季庆是隐士型的人，不想出风头，更不愿找麻烦，但因为我对赛斯

赛斯书：
个人与群体事件的本质

书的热爱，于是在她内湖的家中成立了台湾最早的一个赛斯读书会，随后伴同陈建志南下台中、高雄成立赛斯读书会分支。

因着我的坚持，虽然不愿意，王季庆依然支持我由读书会走向成立“中华新时代协会”。刚开始只读赛斯书，后来才有人陆续带进奥修、克氏、光的课程、灵气等，而我始终如一，独钟赛斯。当年的我尚年轻资浅，于是王季庆担任理事长在先，两届之后才由我接任，开始大力推广赛斯思想，以及经我整理赛斯书精髓并融合医学专业（家医科与精神科）的身心灵健康观念。

这样说来，王季庆应该不会反对——我是一切的“元凶”，所有华人地区赛斯书的出现及推广，我就是那背后最强大的推动力。当然，王季庆是我早期最大的爱护者及支持者。在我生命中最孤单、最无助、最关键的15年练功期，她的呵护陪伴令我茁壮成长。

我告诉瑞克这段往事，他似乎有所领会，自2007年起，“花莲赛斯村”“赛斯文化”“赛斯身心灵诊所”“新时代赛斯教育基金会”“赛斯花园”，陆续在我的热情推动下成立，这些年来随我打天下的工作同仁们，也都功不可没。

其时，我并不知道美国赛斯书版权主要是由瑞克夫妇处理的——于是这么一来，瑞克夫妇当然信任由我们“赛斯文化”兼具专业与热诚的编辑团队来出版，加上新时代赛斯教育基金会同步大力推广赛斯思想，真是再完美不过了。

这就是赛斯文化出版全系列赛斯书的源由。事后看起来理所当然，当时却也是创造实相的成功典范，正如我常说的：“结果先确定，方法自然来，轻松不费力，信任加感恩，但要有耐心！”

推荐序 不只是一时冲动

许添盛

这本《赛斯书：个人与群体事件的本质》，是所有赛斯书当中相当浅显易懂且实用的。

记得2003年，当全台湾乃至全世界陷入SARS的恐慌时，我所任职的新北市联合医院被指派为SARS专责医院，身为精神科主任的我，也必须安抚SARS患者的身心状况。当时我在想，幸好在《赛斯书：个人与群体事件的本质》当中，赛斯语重心长地从身心灵与流行病学的集体无意识角度，解析了集体无意识中的负面、绝望能量是如何启动致命的传染性病毒的；也令我了了分明，个体如何透过信念的改变，能在所有疫苗都失效且完全没有药物及治疗方法的情形下，启动免疫系统，让自己免于疾病的威胁。这本书可真救了我的命，同时安抚了无数人心中的恐惧，你说这本书重不重要？

此外，本书的核心思想清楚地说明了一个心中怀着善意的人类，又是如何误入歧途，成为一个为达目的不择手段的狂热分子的。当这样的情形发生时，个人要如何重新认识心中的善，且以符合良善目的之手段、脚踏实地的方式，不屈不挠地落实心中的理想。这是我最爱赛斯思想的原因

之一，“人性本善，信任自己，跟随冲动，共创大同”！原来我们要跟随的是心中“爱的冲动”“利他性的冲动”，原来内心冲动乃来自“爱、智慧、慈悲、创造力、神通”等俱足的一切万有及内我，原来这冲动是要引导我们走上利己、利人、利益众生的价值完成道路。

赛斯在本书第十章提到：“你的冲动是你与内我最接近的沟通……如果你不信任冲动的本质，那么你就不信任生命的本质、宇宙的本质，或自己存在的本质。”这些想法向来在我内心燃烧着，也是支持我勇往直前的力量。我与新时代赛斯教育基金会的摄影兼剪辑师政钦私下聊天时，也常常会以“不只是一时冲动，而是一直冲动”的话语，来彼此勉励在赛斯心法学习及推广上的热情。

希望所有读者也能在赛斯思想的学习及推广上，一直冲动。

推荐人简介：许添盛，曾任台北市立仁爱医院家庭医学科专科医师、台北市立疗养院成人精神科医师、台北县立医院身心科主任，现任赛斯身心灵诊院长、赛斯文化发行人、新时代赛斯教育基金会董事长。许医师钻研新时代思想十余年，尤偏爱赛斯；同时从事身心灵整体健康研究，对于癌症的治疗及预防复发有独到心得。成立“身心灵整体健康成长团体”“美丽人生癌症病患成长团体”及“赛斯学院”，并定期受邀至台湾各县市、香港及海外演讲。著有《绝处逢生》《我不只是我》《许医师咨商现场》《不正常也是一种正常》等十余种书及有声书。

“赛斯书”的奥妙深厚，造成了其在国际间历久不衰的名望，而在国内，也有越来越多对人生、心灵深感兴趣的人发现了这个宝库。它涵盖既广，涉入又深，好像“赛斯数据”是已存在于某个次元的对宇宙真相、人生真理的终极认识，而透过珍源源不绝地传了过来。

赛斯曾说，他是一位教师，而每个世代，隔一阵子总有人将那些真理传过来。古代的宗教创始者、先知哲人所证悟的，也是同源的东西吧？只不过年代久远、口传失真、记录散失或被错误诠释，或受各地国情民俗的影响，加上人为的道德律，变成了神圣化或僵化的教条、教规、仪式，而失去了原始的精神吧？

“赛斯书”是给那些心理、心智上已准备好放下扭曲陈腐的旧观念，去开发一片新天地的人。它指出了社会、文化上种种积非成是或似是而非的成见，拨开了我们眼前的重重迷雾，给了我们一双新心眼去看穿事情的真相。

赛斯资料涵括了心理、物理、医学、意识等，这些原本就是非常艰

深的理念，而语言、文字是线性的，实在难以承载真理多次元的真貌！因此，读“赛斯书”时，它唤起的，不是我们仅靠推理的逻辑理性，而是打动了内心深处的直觉，令我们与之呼应，涌起莫名的感动与了解。

不过，喜欢穷究一切的人，初读“赛斯书”也许欣喜若狂而囫囵吞枣，或自认为已得其三昧，但奉劝有心人耐住性子，置之於案头床边，一而再、再而三地反刍，将之渐渐变成你的血肉，最终成为通往自己“大我”的心灵桥梁。

赛斯数据之博大精深，可以一对联概括之：

道通天地有无外

思入风云变幻中

我的人生定义它自己
你的也一样
让那些修道者留在
他们的地狱与天堂
让科学家们
与那些无故创造出来的星星
禁闭在
他们垂死的宇宙
让我们每一个人都勇于
打开我们的梦之门
探索
那非主流的领域
我们就从这儿开始吧

罗注^①：这是1979年6月末，当赛斯在结束本书时，珍写的一首长诗。除首段有其他寓意之外，这首诗是心灵独立的一个热切宣言，反映了本书中的赛斯概念。

① 罗是珍·罗伯兹的丈夫罗伯特·布茨（Robert Butts）。赛斯书由珍传导，罗记录。为了便于读者理解，罗还加了大量的注。——编注

原书序 我们全都涉入世界性事件里

珍·罗伯兹

“出神状态”是一个非常具有个人色彩的现象，它代表意识由日常的实相转向了一个内在的实相。可是不管“出神状态”有多么私密，它却必须发生在由共同事件组成的物质世界里。我被那些事件触及，而你们也一样，因此，即使当我在出神状态里坐着、口述赛斯的书时，我毕竟也无法游荡得离我们共同的实相太远。

当我为赛斯说话时，坐着的椅子是现代制造业的产品。我面前咖啡桌上的那杯酒、香烟以及被大量生产出来的桌子本身，全都在提醒我，至少在目前，即使我进入其他实相最具冒险的旅程，也根植于这一物质世界，在其中，我们一起分享着这些事件。

我的先生罗伯特·布茨坐在我对面的沙发上，把我替赛斯讲的话逐字记录下来，用一支现代的笔把这些“幽灵之语”写在一个讲究的笔记本上。“赛斯课”一直是录了音的，而这个礼拜当我正在录一个广播节目时，赛斯也“透了过来”。因此科技及其寓意从来没有离这一切太远。

举例来说，正当赛斯口述《赛斯书：个人与群体事件的本质》时，三

哩岛核能意外事件发生了。而倘若那件事变成了一场大灾难，我们雀门郡也就会被用来安置难民了。当然，自从我们在1963年的下半年开始第一堂赛斯课以来，已经发生过许多戏剧性的全国事件，但是赛斯极少提及这些事情，即使提到也只是为了回答我们的问题。可是在这本书里，他深入讨论了我们的个人实相是如何融入群体经验的。为此之故，他检视了公众舞台，对“三哩岛”及“琼斯镇集体自杀案”谈了很多。这两件事都发生在赛斯口述这本书期间，虽然这两个案例都发生在现代，却富有典范性意义。

一如过去，罗的注为本书提供了必要的外在背景，而点出了我们正常生活的架构：赛斯如此殷勤地每周“出现”二次，把我的眼镜丢开——这就是我出神状态开始的信号。当然，除此以外，在这种日子里，我自己的情绪、臆想、喜悦和悲伤，也在我心里织出它们的尘俗之网。我自己的写作也许进行得很好或者不怎么样，这一天也许很安静或者被不速之客打扰了，或者穿插着正常家居生活中的高潮与低潮。

举例来说，当赛斯口述本书之时，我们的一只猫比利死了。那时赛斯正在讨论“三哩岛意外事件”，但因为我们太难过了，所以他停止口述，而给了我们一些有关动物死前及死后意识的精彩资料——“悲剧”以各式各样的形式出现，而我们最家常的生活里所发生的事，也给了赛斯一个评论生命本身的机会。

所以，即便我关注的是别的地方，我的意识转向内在，而从那另外的视角却有一个聚光灯打到了我们的世界上，就像我们梦里的人物突然醒了过来，走出了那个梦，而居然敢对我们醒时的世界加以评论。或许这不是一个好比喻——赛斯绝不是一个梦中角色，而事实上，我也几乎从来没有

梦见过他——他是一个人格，其实相的舞台与我们不同。这个透过我写书的人格，却是站在他的而非我的立足点来写书的。

在这本书里，他以一种不妥协的智慧评论了我们的宗教、科学、狂热教派，也评论了我们的医学信念。就好像他代表着人类心灵更深之处，而那个部分永远知道得比我们更多；就好像他不仅是用我的声音说话，而且也代表了许许多多人的心声；就好像他代表着我们允许自己已忘怀了的真相。

什么真相？就是我们的梦在白天活了起来；就是我们的感受与信念变成了体验到的现实；就是在更深的意义上，我们就是我们参与的那些事件；还有，为了一个理想去谋杀仍然是谋杀。但还不止于此，赛斯提醒我们在幼时就知道的事物：我们具有善的意图。

“你创造你自己的实相。”这个声明是赛斯资料的基石之一，几乎从我们的课一开始他就说过了，并且在他的书里一再被强调。然而，在《赛斯书：个人与群体事件的本质》里，赛斯更进了一步，他主张，个人的冲动为发展我们自己的能力提供了原动力，在某种程度上，这样做对人类和自然界的最佳利益也有所贡献。他在此说的是我们正常的冲动，正是那些人家告诉我们是危险的、混乱的及矛盾的东西。赛斯主张，如果我们不信赖自己的冲动，也就无法信赖自己。

这本书大部分谈的是我们冲动的目的，以及在科学和宗教的眼光里，为什么它们的名声那么坏。赛斯在这儿真正要说的是，我们的冲动可以帮助我们在个人的基础上创造实相，同时能增益我们的个人生活及文明。

但是如果我们具有善的意图，为什么有时候会做出伤天害理的事情

呢？赛斯毫不回避这些问题，他分析了偏执狂和理想主义者这两者的动机。人们的确是理想主义的。许多各种年纪的读者写信给我们，询问他们怎么样才能发展自己的潜能，而同时也有助于创造“一个更好的世界”。对于在社会上看到的糟糕现象，不论是否与自己有关，他们都深表关切，并且深恶痛绝。在这本书里，赛斯清楚地让我们看到，每一个人怎样才能对这个群体实相有所贡献，并且他简明阐述了这些问题，以使我们不至于陷入幻灭或偏执。

既然我们全都涉入世界性事件里，所以非常要紧的是了解我们是如何参与那些全球性的行动的，并且看到我们关于自己及人类的负面信念是如何促成那些距理想甚远的、与我们所宣称的目标大相径庭的情况出现的。为此之故，赛斯解释了弗洛伊德与达尔文学说是如何局限了我们的想象力和能力的。

当然，罗和我也是在弗洛伊德式和达尔文式的观念世界里长大的，也很难对这种狭隘观点带来的不幸结果免疫。那些理论连同“有缺陷的自己”之类的宗教信念，已经在每一个人的生命里留下了印记。透过赛斯课，赛斯给了罗和我一个崭新且更广大的哲学架构，一个我们与读者分享的架构。那个架构还在继续浮现出来，离完成还远得很。答案还没有全部出现，我们仍在学习如何问正确的问题。

当赛斯开始这本书时，我个人正在探讨“英雄式冲动”的概念（与我们普通的冲动有所不同的那种冲动），那把我们推向建设性行动的内在动力。然而，在这本书里，赛斯声明我们必须学着信赖的正是正常的日常冲动。我也被吓了一跳！我们一般性的冲动？当我在找“英雄式冲动”时所忽略掉的那些吗？我终于开始了解：我们正常的冲动就是英雄式的——