

The Sovereign Integral

一種新的存在模式



作者：James Mahu

中文翻譯：psiage
圖解中文化：LeaDan

The Sovereign Integral

A new model of existence

Written in 2021 by James Mahu.

All diagrams and artwork were also produced by James Mahu.

Jamesmahu.com
sovereignintegral.org

English Version: 1.0

James Mahu 在 2021 年所寫的

所有的圖解與美術 也都是 James Mahu 所創作

中文翻譯：psiage
圖解中文化：LeaDan
中英校對：Eya Chen


版權所有：創用 CC



Creative Commons BY-NC-ND: 此授權條款允許 再次使用者 以任何媒體或格式以未經調整的形式複製和分發材料，僅用於非商業目的，並且只有在註明作者的情況下才能使用。

CC BY-NC-ND 包括以下元素：

BY  – 必須註明原創作者

NC  – 僅允許將作品用於非商業用途

ND  – 不允許對作品進行衍生或改編

The Sovereign Integral

一種新的存在模式

我的語言表達的限制 表示了 我的世界的限制

– Ludwig Wittgenstein, Tractatus logico-philosophicus, 1922.

作者序

意識是最不為人所了解，但又是最重要的主題。花點時間思考一下這個陳述。我們對宇宙的了解比對單單一個意識的了解更多。我不把大腦及其神經迴路等同於意識的替代品。它們是不同的實體，有著不同的能力和目的。大腦，在一個保護性的頭骨內，分析和計算著單一的一生（a single lifetime）之訊息；而意識，開始於自我認知的外圍，就像一個不斷擴大的邊界，是一個無限的、無界的主權者（Sovereign），捲入在數量太多而無法列舉的每個生生世世（lifetimes）和次元（dimensions）中。

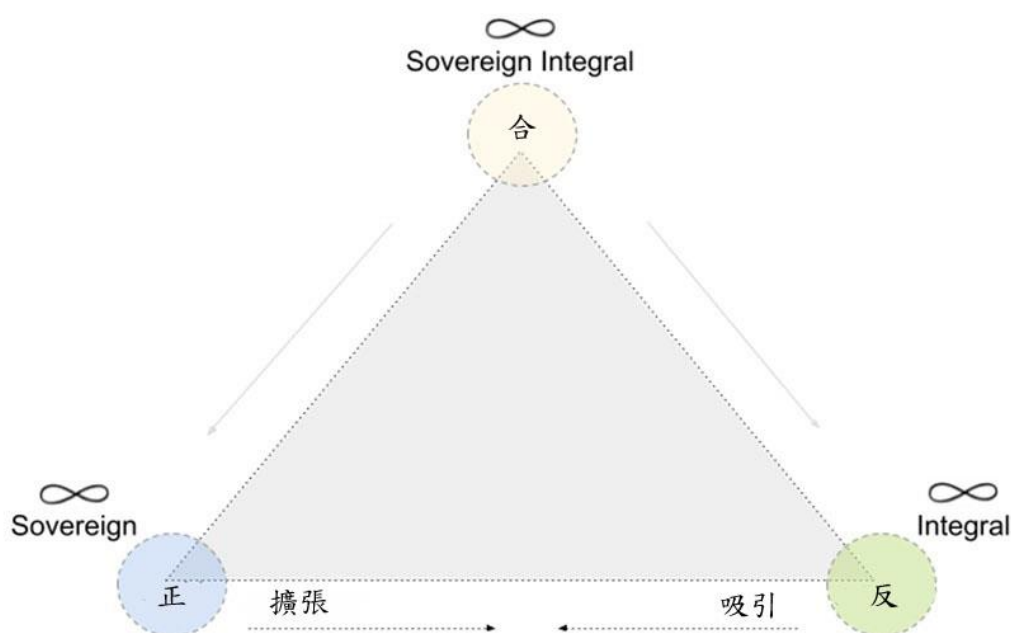
意識對於科學的測量和檢測來說是難以捉摸的，因為它是完全主觀的。沒有一種意識與另一種意識共享著一個完全相同的體驗。每一個生命形式的意識都是獨一無二的。每一個，都賦予意識以最難繪製或明確化之含糊的差別，由於其實相的兩個一半：無限的複雜性和完全的主觀性。

縱觀歷史，繪製地圖者都試圖要預想一張世界地圖。他們使用旅行者和探險家的口頭報告，或者他們自己就是旅行者和探險家。他們將這些報告轉錄成呈現了一個領土的景象的地圖。人們甚至可以稱其為一種關於地球地理面貌的理論。為了要繪製地球的地圖，進行了數萬次反覆的修改，添加了島嶼、山脈、河流、三維地形（three-dimensional topography）等細節；在發現或征服新土地時進行調整。今天我們則有衛星、碎形幾何（fractal geometry）和強大的電腦讓網路上的任何人都可以使用這種細粒的解析度。

我們需要更多的製圖師加入到繪製意識面貌的工作中，尤其是藝術家。自從現代科學出現以來，宗教學者、心理學家、神經學家、生物學家、物理學家一直在爭論意識的本質。有些藝術家使用繪畫、舞蹈、攝影、音樂、電影或寫作的方式，試圖捕捉意識看不見的“面孔”——我們人臉背後的存在。有時，也許是偶然，他們在我們人類的世界中捕捉到了它的印記。當他們這樣做時，就會有一種體認出現：藝術家和他們的作品是從一個新的源頭冒出來的，這個源頭是一種內在實相，它超越了爭執，並且以一種安靜但堅定的熱情，尋求被理解。

在我們的文化中，「對意識的理解」之重要性顯然被低估了。雖然我們的高等教育系統提供多樣化的哲學觀點，而我們的宗教教義聲稱要了解人類靈魂的本質，但意識仍然是由「腦力的分離」或「詩詞拐彎抹角兜圈子的字眼」來定義的。有趣的是，意識並不是一個真正的主題。沒有人類探索領域的分支負責意識的研究和分析（同樣地，我不是在談論大腦）。

雖然我一再強調，甚至是在這份文件最初的開頭，意識和大腦是不同的；現在讓我更進一步地來區分意識和靈魂。一致同意的靈魂定義的總和，可以用一個句子來填滿。靈魂通常被認為是我們的精神的、永恆的自己。上帝、真主、耶和華、婆羅門等，是它的創造者。它可以藉由一種未知的過程，按照上帝的形像被創造出來。靈魂，在人死亡而脫離了人世間的紛擾後，會達到天堂的狀態，*如果* 在世時遵守一定的規則的話。來世——好與壞——取決於作為人類在地球上的行為。這是靈魂的概念的一般框架。



圖解 1

另一方面，意識並不是任何特定宗教或靈性組織的專屬領域。它是那個全面臨在並且無限的東西，因此意識包含了所有事物。意識的速記版本，至少在我的探索裡，就是，它是一種個體的身份（a Sovereign identity）（自己 self）和一種整體的身份（an Integral identity）（全體 whole）之綜合體。因此，我對意識的術語就是 **the Sovereign Integral** 。

1 Sovereign Integral 是一個純粹的意識，它同時是一個獨特的個體，也是與那個「連接了所有跨越時空和二元領域的所有生命」的整體力量的連接點。

Sovereign Integral 這個詞是在 1998 年我推出 WingMakers 網站時首次提出的。這是最初發佈的資料的哲學文件中的一個嵌入的定義，在包括音樂、藝術作品、哲學、一部小說和詩歌在內的一系列內容中相對較少提及，它被包裹在神話故事裡。在這份文件中，Sovereign Integral 是舞台的中心。它是焦點。它不是作為神話的一部分被呈現出來，而是作為最真實存在的東西。我想強調的是，The Sovereign Integral 是一篇具有激進主觀性的紀實論文，因為只有意識才能喚起這樣的感覺。

你可以將“意識”一詞替換為“Sovereign Integral”。我互換地使用它們。這篇特定論文提出的只是意識的一個新面孔或面向，作為“為什麼意識如此難以捉摸，而它究竟是什麼？”這個問題的答案。

有些人可能會說：“它並非難以捉摸，只是人們沒有足夠認真地傾聽他們靈魂的低語。”這個觀點有一定的道理，但是否有一種 特定方式的傾聽 能讓 Sovereign Integral 更加有形和真實呢？這是本文的另一個目的，將 Sovereign Integral 拉到一個被照亮的舞台上，因此它可以被揭示，至少在“骨骼”的層面上和從一個有利的角度：我的角度。

這篇論文是關於意識的結構和性質的定理。Sovereign Integral——就其在紙或畫布的二次元的範圍內之描述而言——只能是一種理論。沒有對於 Sovereign Integral 的證據或科學解釋。它並沒有歸結為數學。這是其引人注目的性質的一部分，它無法被定義。原因如下：Sovereign Integral 的範圍是無限的，因為它是主權的（Sovereign），所以它是無限 *獨特的*。它以一種完全獨特的經驗軌跡在擴展，因此，它的理解、表達、視角、定位、知識、智慧、記憶，*都是* 獨一無二的。隨著它的獨特性不斷發展，它重新定義了它自己的存在。換句話說，Sovereign Integral 不是靜態的或絕對的，也不是設定在一個作為其最終目標的目的地上的。

此外，Sovereign Integral 不受任何組織或信條或種族或社會經濟地位的約束。它是 *獨立的*（independent），因此是主權的（Sovereign）。

這是一個非常重要的區別。Sovereign Integral 是一種無限和獨特擴張的意識。它同時佔據二元的和非二元的領域。主權者 (Sovereign) 是個體的自性 (individual Self)，是那個始終存在的核心身份，即使 身體-自我 (body-ego) 不在了時。它是生生世世之間的橋樑，並且它也是那些生生世世。然而，當它佔據一個人類身體時，它的身份被「得到了 社會程式設定 (Social Program) ² 之無所不在的指引所援助」的 身體-自我 給侵占擅用了。

主權者 (Sovereign)，以及它與整體 (Integral) 之獨特的聯繫，被身體、自我 (ego) 和「社會程式設定」給摒棄了，就好像它是一個被從餐桌上排除的孩子：“儘管做，繼續沒關係，但請在其他地方進行”。自我的浮現是一種生存本能的產物，並且在隨後的生命中，作為「社會程式設定」的那些更嚴酷的實相的保護盾。祖先的 DNA 授予身體一些傾向和才能，這也會對自我產生影響。現在我們有了身體和自我，坐在“餐桌”前，平靜而安靜地享用晚餐，調準到「社會程式設定」。而主權者 (Sovereign) 已被免職。整體 (Integral) 則被排斥抵制了。

關於整體 (Integral) 的一點點說明。整體 (Integral) 與宗教和秘傳文本中的“精神 (或聖靈 或力量 Spirit)”一詞最相似。它具有磁性，是 Sovereign 的核心吸引子，因為沒有它，Sovereign 很容易分心，它的理解擴展會受到熵 (無序、混亂) 的影響。當這些階段發生時 (自由意志與社會程式設定混合在一起)，Sovereign 的基本天性仍然是要擴展到 Integral (整體) 的。

進化之手是附著在 Integral 的主體上的。Integral 是所有領域的智能，這種智能是因為它作為「(所有) 經驗的訊息之集合點」的結果。它是萬物的同伴，因此，它是包住所有生命的那個東西，那個本質。桌子前的兩個實體 (身體和自我)，沉浸在「社會程式設定」裡，相比之下，是排他性的。它們是主導人類社會文化景觀的一些部落小集團。正是透過這種部落主義，Integral (整體) 被 身體-自我-社會程式設定 的「三位一體」給阻撓了，這「三位一體」會阻礙 Sovereign Integral 意識，因此，混淆了對於 Sovereign Integral 意識的臨在和目的之理解。

我堅稱這是有意義的。它是讓 Sovereign 可以保持與 Integral 分離的方式，並且在某種意義上，在 身體-自我 中迷失它自己。這讓人類成為人類。著魔的肉體中有著愉悅，人類的體驗不能像工廠的產品一樣被創造出來。它們需要 間接的光 並且 與 Sovereign 和 Integral 分離。

² 在二元性的領域裡，一個物種的集體腦力，在特定的時空中，對一個合意的實相達成一致；這是「社會程式設定」共享的一半。另一半是 Sovereign 所經歷到的獨特的社會程式設定。社會程式設定 包含這兩半，而它實際上就是「處於二元性裡的 Integral」，被那些本質上是「二元的」的「存在的次元」降低了它的功能和能力。

本文並非被設計要去改進什麼或替代什麼。它甚至根本沒有設計。你看，我為自己寫了它，為它繪製圖解，以及畫了畫。一旦它被積聚起來而我可以看到它的價值，我就決定要把它分享出去了。這就是全部了。沒有出版商、編輯、組織、藝術家和設計師。沒有其他發表意見的人（譯者除外）進入了這項工作。

考慮到這一條件，我認為 The Sovereign Integral 論文準確地代表了我作為意識的相貌的製圖師之探索。它可能與你自己的完全不同，為此，我承認沒有人聲稱它比其他任何東西更有價值或更好。這些意識和存在的地圖可能只適用於我。畢竟，這就是 Sovereign Integral 的本質。主觀性是在一個自由意志的、無限的複合宇宙中——在其中個人意識與所有其他意識交織在一起——的既定狀態。

我要表示感謝，這件事是由許多助成了這些地圖的 Sovereigns 一起承擔的。他們的工作和貢獻成了我的橋樑。我並沒有聲稱這些地圖代表了領悟或開悟的道路。它們至多是在你的想像中持有和探討 Sovereign Integral 意識的入口或起點。

這篇論文存在的部分原因是，我希望其他人會想要探討 Sovereign Integral，並在他們的生活中給它足夠的空間和時間，以便他們可以歡迎它的到來。另一部分是因為，意識的神話是所有神話中最有趣的。我們都是實相的創造者，我們觀察和學習。我們看著我們的那些更低的表達在二元性中扭打、駕馭或轉變它們的意識以包含那些非二元的世界，並形成一種「建基於更大的、更多次元的愛³」之整體合一的狀態。

有一個基本真相，人們常常對這個真相感到焦慮或沮喪，但它必須被接受：五種感官無法接取到 Sovereign Integral 的意識。它只能藉由「想像力的機能」被接通，而這種機能不在大腦或松果體或身體或自我（ego），或甚至心臟裡。它是更高腦力（或更高心智）的知覺接收器，是腦力中關心重新定義和擴展成 the Integral 的那部分。它對人類成就、通靈的或超自然的現象不感興趣。更高腦力，崇高的腦力（the Noble Mind），以「要擴展到 Integral（整體）的狀態」之特定的意圖來想像 the Sovereign Integral 並邀請它的意識進入人類領域。

正如這篇序言前面提到的，意識是最重要的主題，但卻是最不為人理解的，因此，從個人和集體的角度來看，這種逐漸演變成目前這樣的情況（譯註：很重要但沒人懂），是人類知識最廣泛的分裂。這正是理解這個主題至關重要的原因，因為它可能比任何其他因素更能創造出「具有整體思想（Integral-minded），但其基礎是對 Sovereign 的獨特性之理解與讚賞」的行為。

3 這種形式的愛 被定義為 Sovereign、Integral 和 Sovereign Integral 的重疊。它是愛 作為一種「完全理解與讚賞自由意志」的一體化力量。第 2 節將對其進行更詳細的討論。

你的身份可以轉變，而鑑於我們有這種「作為人類而能夠去探索（各種）身份」的自然能力，我們需要靈活，在把我們的所及範圍擴大到 Integral 的時候，始終帶著能加深我們對我們的 Sovereign 的理解之展望。我們需要注意到「我們與藝術、文化、整體意識、社會規範、教育 以及 在這個時間和地點成為人類 所共享的實相」之共鳴點。

有句話叫“實話實說(Just tell the truth)”。然而，在形而上學和意識的例子裡，只有理論——相對真理 的存在。這些相對真理實際上只是意見——不同的意見，有時甚至是完全相反的意見。重點在於，人們無法說出「我們是如何存在的」，「我們為什麼會存在」，以及「我們真正所是的」或「我們如何得以存在」的真相。沒有一套詞語（以任何語言）可以充分描述或解釋 意識，當它在那些次元、在每個生生世世和無限變化的體驗之間滑動時，它的錯綜複雜和碎形性質（fractal nature）。

如果這可以被解釋的話，那麼這篇論文就是關於那個解釋的。我們每個人所能做的最好的事情就是去探索那些意識的地圖，並且對我們的共鳴點感覺敏銳。有擴張或緊縮的感覺嗎？這種共鳴比較是一種 感覺，而不僅是一種腦力推理的經驗。

這種材料接觸起來可能會感覺有點“涼（cool）”。這是因為它專注於意識的腦力（the *mind* of consciousness），而不是意識的心（the *heart* of consciousness）。它被更多地指向意識的更高腦力，而更高腦力對於那些「不受限制、不受束縛、動態、不斷發展、神秘、自我導向但又合理」的觀念特別開放。（覺得涼）也許甚至是必然的。

讓我們來看看意識是如何被普遍定義的。

Merriam-Webster 詞典（完整定義）

意識：

- 1： a) 知覺到特別是自己內在的某種東西之品質或狀態
b) 知覺到一種外在的物體、狀態或事實之狀態或事實
c) 意識（awareness），尤其是對某些社會或政治原因的關注
- 2：以感覺、情感、意志和思想為特徵的狀態

3：一個個體的 有意識的狀態 的總體

4：有意識的生活之正常狀態 恢復了意識

5：與無意識的過程相比，人所知道的精神生活的上層

第三個意識的定義是與我們最相關的。然而，正如你將看到的，我確實重新定義了“總體”的含義。意識是一張無限的畫布，如此之大，以至於像 *The Sovereign Integral* 這樣的一份單一的文件只能繪製一個單一的像素。我必須仔細選擇要繪製哪一個像素。

Sovereign Integral 意識是無所不包的。你可能是一個無神論者或一個虔誠的宗教學者，但仍然會看到這些意識的地圖是如何“附加”到你目前對意識或人類靈魂的信念中的。正如我之前提到的，這篇論文並不意味著要取代任何東西。讀完這篇論文後你可能仍然是無神論者或虔誠的宗教學者，沒有必要去改變你的社交網絡、生活工作或任何一種人際關係。這篇論文與這些都無關。

Sovereign Integral 就像一個「想像中的存在 (Imaginary Being)」⁴。它不是一個人。它甚至不是一個開悟的存在體。它在二元和非二元的領域都是無限的和交互於次元間的，儘管這聽起來不可能，然而我們還是可以把它想像為我們自己。

源自 Sovereign Integral 的理論架構最好的描述就是 擴展。任何陳舊的、變得明朗具體的、像標本一樣被釘住，而且在第一天和接下來的一天被描述得都一樣的東西，就不是來自 Sovereign Integral。意識就像天氣：它總是在變化。任何描述一個目的地 或 終點 或 努力的頂點 或 目標的實現 的，都不是來自 Sovereign Integral。它無限擴展。

因此，像 Sovereign Integral 這樣一個「想像中的存在」，它如何在我們的世界——那個我們都生活在裡面的，人類共享的實相——裡生活和呼吸呢？如果科學永遠無法確定它，如果宗教和性靈文本過於模糊，我們如何有機會以一種有意義的方式把這個實體帶入我們的人類領域呢？

這正是本文要討論的內容。我相信藝術家的職責是將 Sovereign Integral 意識帶入人類文化，以便它的印記、它的能量學 和 它的視角 可以更深刻地被感受到，而在我們所有的生活中，作為一種鼓舞人心的要素。

4 被定義在 段落 140 裡……

你不是為了黑暗而被創造出來的

You were not invented for darkness.



第 1 節

The Sovereign：一個大致上的模型

在本節中，我們將從 Sovereign 開始，然後在下一節中，我們將仔細研究 Integral。

1 意識是兩個完全對立的身份（Sovereign 和 Integral）之綜合體；雖然它本質上是無限獨特的，但它確實具有適用於所有具體化在二元性的領域裡的實體之一些共同的特徵。這就是其中的一個：我們是 Sovereign 和 Integral 的一種獨特的結合，但在二元性的領域裡，這些品質會經歷 身體-自我-社會程式設定 帶來的扭曲，我稱之為“二元性的面紗（複數）”。

2 The Sovereign，就如它在文學作品中被使用過的一樣，是用來描述國王或君主的術語。字典裡是這麼說的：

Merriam-Webster 詞典（定義）

Sovereign：

- 1：a) 質量上的最高級
b) 最尊貴的那種
c) 具有廣義的治療能力
d) 屬於一種無限制的自然本質
e) 擁有無可爭議的優勢或支配地位
- 2：a) 擁有至高無上的權力
b) 範圍無限
c) 享有自治權：獨立的主權國家（或狀態）
- 3：a) 與最高統治者有關、具有其特徵、或適合最高統治者

3 正如你從這個定義中看到的，*Sovereign* 和 權力 是密切相關的概念。我用藍色醒目顯示的詞與我的定義有關，但正如你會看到的，我對 Sovereign 的定義對於你的 身體-自我-社會程式設定——你認同為你的那一部分——來說，感覺可能

會有點超現實。我唯一的建議是在閱讀本節（如果不是整篇論文）時保持一種自律：引導您的腦力保持開放和具有探索性。

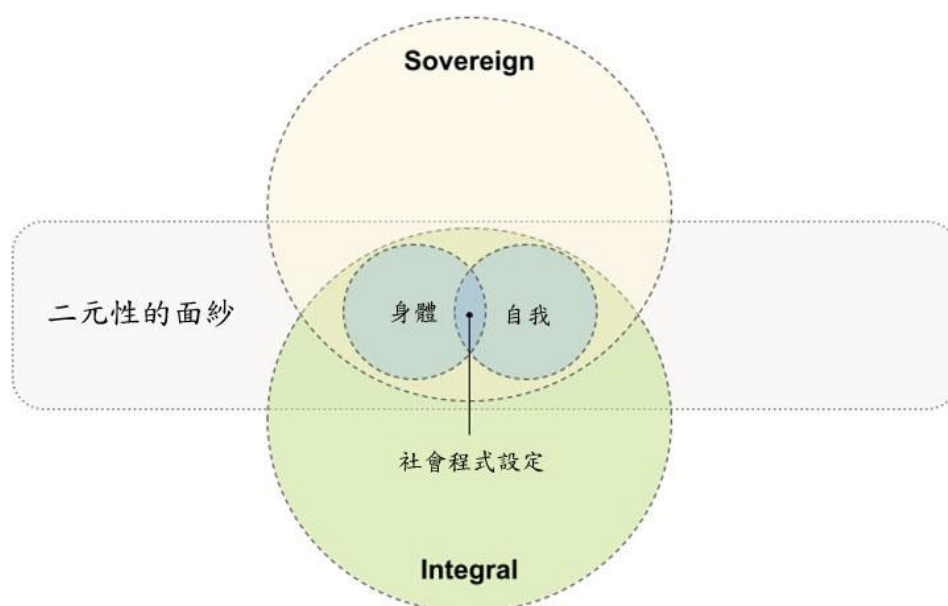
4 要了解 Sovereign，我們首先需要了解 *更高的自己* 是什麼意思。

5 在我研究過的幾乎所有對更高的自己（the higher self）的定義中，它都是一個單一的實體，與一個特定的身體配對，代表它所效勞的個人人格的靈性化中心。這是一種相對較新的，用來思考個人靈魂或內在精神的形式。它間接表明了更高的自己分享它的智慧是為了引導個人到達一種或另一種的性靈上的領悟。更高的自己在各方面都是個人性靈生活上的顧問。它斷定說一個人的得救是一種個人的過程，不一定取決於外在的影響。一般來說，更高的自己是 *身體-自我* 的更清醒版本，更像是個人的靈性嚮導。

6 更高的自己 不同於 人類的靈魂。同樣的，Sovereign 與 更高的自己 不同。

7 就 Sovereign 而言，在非二元領域，它是每一個意識的次元（層次）和每一個存在狀態（每個生生世世）的集合身份。Sovereign 可以知覺到非二元的 Integral，並有意識地尋求與 Integral 的意識狀態結合，以體驗 Sovereign Integral 意識。

8 在二元性的領域裡，全人類的 *身體-自我* 定義了我們共享的實相，我在本文中稱之為「*集體的社會程式設定*」，Sovereign 棲據在腦力、情感和 *身體-自我* 中，與太空人棲據在太空衣裡沒兩樣。



9 你可以說，「未被碎開的 Sovereign」（the unfractured Sovereign）存在於非二元領域，而「被碎斷開了的 Sovereign」（the fractured Sovereign）則存在於二元領域。「被碎斷開的」和「未被碎開的」是同一個、個體化了的、無限的身份，然而，二元性的面紗和 身體-自我 掩蔽了 Sovereign 以及 Integral，到了它們的存在甚至變得可疑的地步，或者，如果它們被相信是存在的，它們的定義在範圍和功能上也被縮小了。

10 需要了解的重點是，Sovereign 跨越物種、性別、時間和空間 棲據在那些生生世世中；並且它跨越次元地在那些生生世世的每一個裡運作。藉由這種過程，每個 Sovereign 都是無限獨特和個體化了的。是 Sovereign 的意識在定義全部的個體。一個個體的目標可以是藉由「該次生命的所有範圍」來把「特定一生的次元性自性」對齊「核心 Sovereign」，並且表達出「核心 Sovereign」，以允許 Sovereign——核心 Sovereign——與 身體-自我 接合，並在一定程度上減少「社會程式設定」的阻力，惰性，和引力。

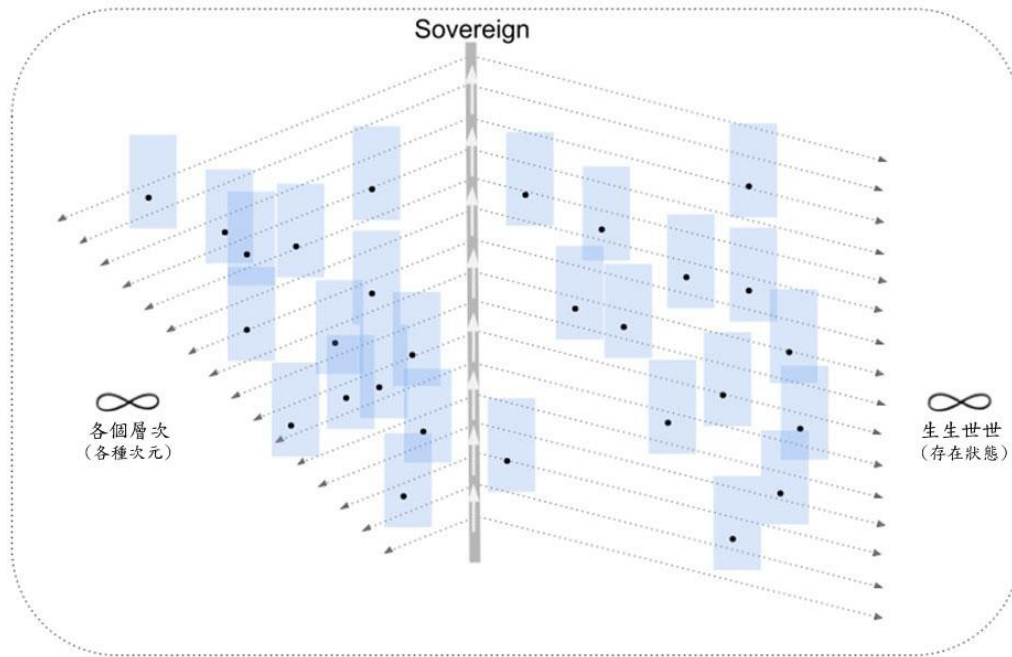
11 碎形（或分形 fractals）譯註，奇怪的是，為了預想 Sovereign，理解 碎形 很重要。碎形是一種循環模式，以數學方式生成，以無限高和無限低的尺度重複。換句話說，碎形在不同尺度的層次上看起來是一樣的，但尺度本身賦予特定層次一種特殊的含義。例如，Sovereign 的概念不僅僅是在不同層次上被複製，它在每個層次上的複雜性、意義、振動、表達和生命力都發生了變化，這是因為每個層次都透過「社會程式設定」喚起了不同的 Sovereign，而「社會程式設定」本身，就是因意識的層次不同而變化的。

12 然而，碎形幾何被包含在一次元的空間和三次元的空間之間。但是，如果一個碎形——在概念上——可以穿越所有已知的意識的次元呢？（穿越所有）二元與非二元的領域呢？換句話說，沒有任何次元可以容納它。這就是本文件提出的內容。Sovereign 和 Integral 本質上是碎形的。它們是生生世世（Sovereign）和這些生生世世的所有次元（Integral）之間的流暢度。無論那個存在的規模、頻率、密度或振動如何，Sovereign 和 Integral 都存在。它們是對立的碎形之唯一的交集。

13（我確實警告過你它會變得抽象。我道歉，但同時，我將引用那句老生常談：第一次閱讀時，並非所有內容都會被理解。）

譯註：碎形（或分形 fractals）→

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E5%88%86%E5%BD%A2>



圖解 3

14 上圖是 Sovereign 的視覺描繪。(我承認我對在二元和非二元領域之間流動的碎形概念的描述，像是 Sovereign 和 Integral，在下筆的第一劃或鍵盤上的第一個敲擊，就是錯誤的。)

15 在此圖中，Sovereign 是跨越層次和生生世世的經驗收集者。這不是 Sovereign 的唯一角色或職能，但它是一個核心角色與功能。有助於加深 Sovereign 對愛、智慧、相互連結和擴張的理解之有意義的經驗，變成了其存在的寶貴而重要的質地（或資產）。

16 Sovereign 是一個單一但複合的實體，棲據於無數的身體、自我、時間、地點、社會程式設定 和 次元中。它不是被孤立在一次生命、性別、行星甚至物種中的。無論其棲據的生命形式和在其中的經歷如何，Sovereign 都是個體的核心身份。特定的一生——無論是作為螞蟻還是人類、植物還是海豚、黑猩猩還是貓——都是一個 Sovereign 在一個 三次元的、以物種為基礎的實相裡的體驗。Sovereign 在一個**特定的物種（身體-自我⁵）**、該物種的一個特定的社會程式設定，以及特定的時期和地點裡面，來經歷這些不同的生生世世。

17 Sovereign 是稜鏡，Integral 是光，生生世世是顏色，而這些生生世世在裡面演出的那些層次或次元則是舞台。Sovereign 對於 身體-自我-社會程式設定 是持不可知論的(is agnostic)。它們都是有價值的。每個都有助於拓寬和加深它對 Integral

5 動物、昆蟲和植物都有一個 Sovereign，即它們的 身體-自我。這是 Sovereign 的碎形本質的一部分。

的理解，有助於引導它的綜合體到 Sovereign Integral 意識。

18 正是如此，帶著希望的羽翼，我們首先學會了飛翔。在所有偉大的個人轉變中，都有一個起始點——一個時間和地點，（河流的）源頭在這個時間和地點浮出表面。它始於零星的水滴，然後變成水流，然後成為一條小溪，然後變成一條河流，然後變成一條更大的河流，然後注入大海。這就是在時間的鏡頭下的生命歷程，雖然 Sovereign Integral 不屬於時間，但 Sovereign 和 Integral 居住在二元性中，因此會受制於時間。

19 身體-自我 是人類實相暫時的 Sovereign，正如今智（腦力）是腦力的領域裡暫時的 Sovereign 一樣。每個層次，都有一個新的 Sovereign 身份存在著。Sovereign 是「個體化了的意識」的一種 **跨次元的碎形**⁶。也就是說，它跨越那些次元或層次而移動，雖然一個 Sovereign 的這些不同的表達在本質上可能看起來相似，但在每一個新的意識層次上，在那特定的層次和一生內，一種差異會從「Sovereign 的存在之那些獨特的經驗」裡浮現出來。

20 該定義中更值得注意的一個方面是，Sovereign 棲據於其他物種；它不僅限於人類。這表示所有的生命都是至高無上的（譯註：sovereign 作為形容詞）。除了棲據在一個人類的 身體-自我 中並適應它的「社會程式設定」之外，一個 Sovereign 還可以在螞蟻、金槍魚、鷹、長頸鹿、大猩猩、蜻蜓、海星、蘋果樹、章魚的 身體-自我-社會程式設定裡面。而那是只有地球。

21 一般來說 Sovereign 代表了與其他生命形式和大自然的相互依存和相互連結。它，作為一種跨次元的意識，在其存在的每一個 實相-次元 中追求進化和擴張，無論 Sovereign 是正在體驗一隻飛蛾或一個人類的實相。每個物種都有它自己的物種-特定的 實相，這「物種-特定的 實相」就含有為了那個「物種和時空」而存在的社會程式設定。在一個「物種-特定的 實相」中，身體-自我 是物種與社會程式設定的界面。是的，即使是一隻黃鰭金槍魚或一棵銀橡樹也有它們沉浸其中的社會程式設定。Sovereign 填入、供以動力、從中學習、啟發並發展成 身體-自我，與「它的物種共享的實相」互動，並且遵循其社會程式設定的提示。

22 或許，至少對我來說，這是 Sovereign 最有趣的品質：它並沒有被固定在時間和空間裡；它是跨次元（交互於次元間）的。靈魂、更高的自己、內在的靈性、阿特曼（the atman）、永恆的自己、上帝的兒女——它們都是固定在時間和空間中的，也就是說，它們直到死亡都依附在一個特定的人類身上。是我們的沒有肉體的「改變了的自我」（our spiritual alter-ego）在死後作為一個「精神存在體

6 Interdimensional Fractal Concept (IFC) 被定義在 段落 163 裡……

(a spirit-being)」繼續存在下去，通常，會去一個更好的地方。

23 然而，Sovereign 並不固定在特定的時間和地點的一個特定的人類身上。真正的 Sovereign，而不是 身體-自我，棲據在時空中，但並不僅僅是在一個特定的 身體-自我 裡。它並不只是存在於一世或連續的幾世裡，最終達到極樂、涅槃、天堂或成為一個天上的老師。Sovereign，在許多實相裡穿著許多的 身體-自我，學習一個地方和時間的智慧，以表達和讚賞 Sovereign Integral 意識。

24 Sovereign 在一次生命的範圍裡都與一個特定的 身體-自我 保持在一起，然後再，有點像是一個旋轉門，過渡進入到一個新的 身體-自我-社會程式設定裡。對於大多數人來說，這種死後的過渡感覺像是他們剛剛完結的人類生活的一種慣性。他們在剛剛完結的人類生活中所學到的信念系統基本上維持不變。這個信念系統為他們（接下來）的經驗提供動力，因為信念系統創造了意圖，而當“繩子被切斷”時，這個意圖並沒有結束。

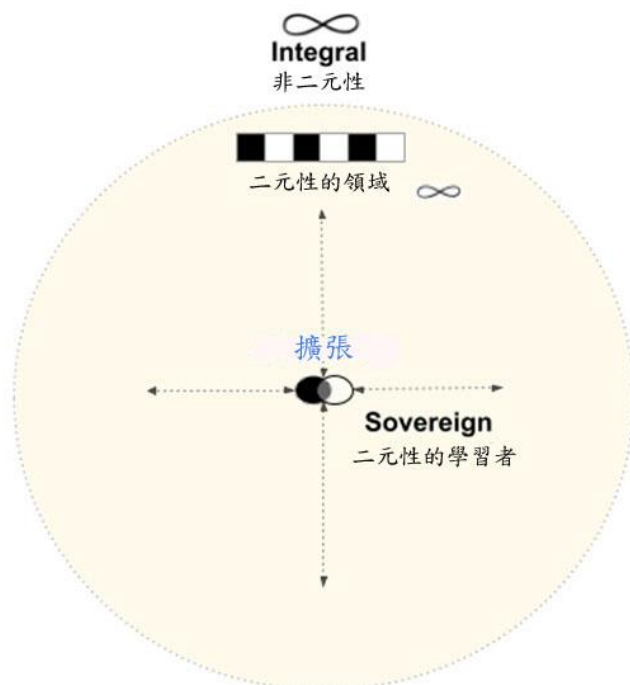
25 例如，如果我是一個虔誠的基督教徒，我的意圖是進入天堂；站在耶穌對的這一邊；並儘我的人類能力所及地反映基督教的價值觀。我無可否認地簡化了這套意圖，但我是為了要簡潔。信念系統投射出個人的那些意圖，來作為他們的社會程式設定的一個重要的組成部分。然後在死後，Sovereign（身體-自我 版本）強化他們的學習所得，然後再從一個異乎尋常地多樣化的實相矩陣中選擇一個新的 身體-自我-社會程式設定。

26 這賦予了所有生命 內在的價值，因為所有的生命裡面都有一個 Sovereign。這就是為什麼 Sovereign Integral 包含了所有事物的部分原因。它包含了一切。它棲據在所有的事物裡。它是所有的一切。它回應了「為什麼人類文化需要體現平等的基本前提，以及為什麼隨著時間的推移，我們的集體社會程式設定將包括這一觀點」的呼籲。平等，在這個定義中，是整體性的感覺（wholeness）。它不是“我們都是一樣的”的平等。真正的 Sovereign 是所有生命的核心身份，無論它採取任何形式，在任何時空中表達它自己。

27 在地球上，自人類誕生以來，已經有大約 1100 億人被生出來。那麼，再想一下大自然。地球上曾經生活過多少植物？有多少昆蟲？幾條魚？有多少哺乳動物？你明白我的意思了吧，地球上的生命，作為我們所謂的大自然的一部分，數量近乎無限。Sovereign 意識已經藉由「人類生命形式」和 大自然 而被形塑了，如果沒有，Integral 怎麼可能存在？

28 Sovereign 是二元性的學習者。它既是 困惑的人類 也是 開悟的靈魂。

Sovereign 進入一個生命形式的目的是什麼？學習？去體驗？要明白？體現 Integral 的觀點？Sovereign 總是在向 Integral 擴張的狀態中，即使 身體-自我 似乎偏向於部落主義和競爭。

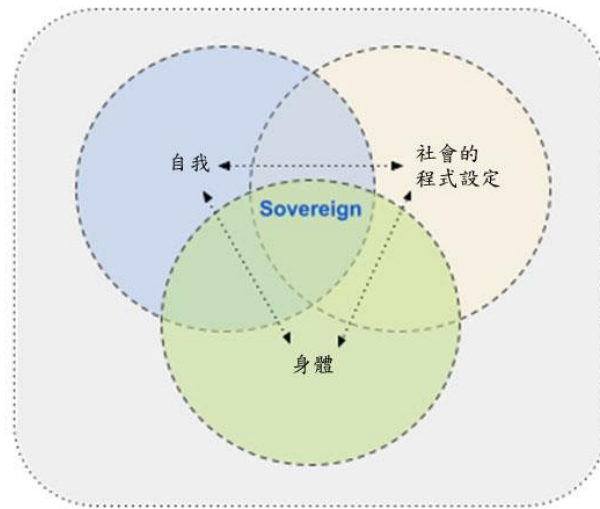


圖解 4

29 在 Sovereign 的定義中的一個關鍵要素是，我們怎麼看待「未被碎開的 Sovereign」——聚集的身份（collected identity）——的智能水準。靈魂是被以人類的形象創造出來的。也就是說，靈魂本質上是一個我們的「好的版本」，只是碰巧永遠活著，並且碰恰在地球上與我們的 身體-自我 一起入住（在身體裡）。如果靈魂是人類的創造物，那麼假設說它的智能受到人類智能的限制是合理的。雖然沒有靈魂的智商測驗，但一般相信靈魂的人會說它很聰明。當然比人類更聰明，但聰明多少呢？更能覺察多少呢？

30 Sovereign，作為二元性的學習者，被 身體-自我-社會程式設定 邊緣化了。這件事表現在族群所擁有的，對靈性啟蒙、真理、社會價值或「通往天堂的最佳道路」等概念上。Sovereign 被稀釋到如此的程度，以致於它變成了一個人的靈魂，一度被束縛在一個身體，一個物種，只有一個目標：生活在永恆的極樂中。Sovereign 的智能是不同的。它的智能是要在「二元的世界」裡表達出「非二元」。那是要把 Sovereign 和 Integral 合併的智能，目的是要產生美感、智慧 與 愛。

“二元性的面紗”
裡的Sovereign



圖解 5

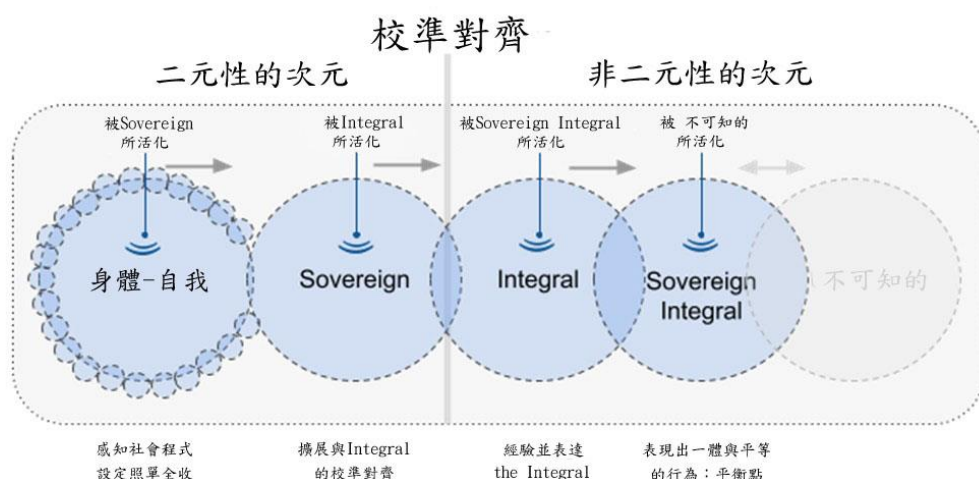
31 你們中可能有一些人，在環顧人類文化時，會感到懷疑，一個具有 Sovereign 智能的跨次元存有，如本節所定義的，怎麼可能如此墮落，如此完全扭曲和看似被剝奪了權力。為什麼這樣一個有智能的存在體會容許自己被削弱？簡單的答案是，“二元性的面紗”使得（被碎斷開了的 Sovereign）與核心的、非二元的 Sovereign 分離了。但這正是 Sovereign 所希望的一一擺脫非二元性，以便在不記得它的整體的天性（its Integral nature）的情況下，來探索二元性。因此，結果是，它可以全方位地體驗 愛-恨、善-惡、贏-輸、優-劣 和千變萬化的二元性變奏。

32 Sovereign 的碎形矩陣（即跨越物種和時空的那些層次和生生世世）是 Sovereign 之特徵的決定性印記。像這樣一個存有的智能，特別是當它的意圖集中在 Integral 意識上時，我們只能用想像的。Sovereign 不是現象。它是意識-體驗者。現象是 Integral。宇宙幻景，甚至是隨機的「似曾相識」或「藥物引起的幻覺」之現象，不一定是值得擁有的，當然也不會是必需的經驗。它們會引起反復發生，因為它們與 身體-自我 產生共鳴，並且比意識本身不抽象。身體-自我 可能會變得有點沉迷於現象的經驗——尋求它作為一種滿足自我尋求魅力的手段，或者為心智（腦力）建立起一種證明感。

33 Sovereign 將生命視為一種「身份的擴展」，最初是透過「對現象的好奇」來加深理解，然而，這種好奇心讓位於純粹意識的一些腦力模式。身份的擴展可以細微到讓人覺得沒有變化，而再一次地，那是因為這是意識的 內在 轉變，而不是現象。不是現象的故事，而是滋養著 Integral 的，在一個人的意識和觀點上的微妙變化。作為 Sovereigns，我們每個人都在藉由我們的「個人社會程式設定」來餵養在我們裡面同時也在外面的 Integral 意識。

34 意識是我們始終都是的那個東西。我們的 身體-自我 將消溶回到空無，但我們所是的 Sovereign，永遠是存在的，永遠在體驗。它是繼續存在下去的「我們在這個世界上的臨在」。它是那個我們每個人都是其一部分的，好奇心的永恆火焰。它既是我們的起源，也是我們的命運。

35 然而，它從 身體-自我 那裡吸引到的注意力，對我們大多數人來說，與我們花在 身體-自我 上的時間和注意力相比，充其量也是微不足道的。Sovereign 對 身體-自我 的吸引力只能由 身體-自我 來感受和想像。這就是為什麼心之美德⁷的實踐很重要，因為藉由它們，我們可以接收到「崇高的腦力（心智）」並利用在裡面的「想像力機能」，讓我們想像 Sovereign 意識微妙的華麗服飾，並邀請它以一個對等的身份（as an equal）來進入我們的 身體-自我。



圖解 6

36 上圖代表了開展的過程，當它涉及了那些二元的領域和 Sovereign 的經驗——透過無數次的生生世世、層次和物種的 身體-自我——時。Sovereign 是每一次特定生命中的 身體-自我 的活化點，然而，身體-自我 有拒絕對它的擴展和實相測試（reality-testing）之邀請的自由意志。Sovereign 是觸發 身體-自我 對於 Sovereign 觀點的興趣的活化之流，而且根據在 Sovereign 觀點中的洞察力，身體-自我 可以重新解釋其個人的和集體的社會程式設定。類似地，Integral 活化了 Sovereign 去擴張成與 Integral 的能量和文化對齊。而正是 Sovereign Integral 活化了 Integral 以放大它對 Sovereign 的吸引力，實際上是要鼓勵 Sovereign 在物種內建立起一種 Sovereign Integral 的文化，一次活化一個 Sovereign，（Sovereign Integral）知

7 心之美德，如造翼者資料中所展示的，包括了六種主要行為：讚賞與感激、慈悲、寬恕、謙卑、理解和勇氣。當它們被表達出來時，這些行為是獻給 Sovereign 的，而不是 身體-自我。心之美德的表達是對自己以及 共享我們的時空（無限的當下）的任何生命形式 的。

道說，這些地圖和模型——不管它們以任何的解析度出現——都會吸引被活化了的 Sovereign。

37 Sovereign 和 Integral 之間需要有一種相對的平衡，否則可能會有準備好了的 Sovereigns，但是 Integral 在文化中還太不發達，（因此）Sovereign 們必須等待，把它們自己依附在家族遺傳的信念上，或延遲了它們的信念系統的擴張。同樣地，Integral 可能具有很強的磁性，但很少有 Sovereigns 被活化並且願意去體驗和表達 Integral。Sovereign 們缺乏準備是因為它們對 Integral 的吸引力漠不關心，因為它們渴望完全生活在 身體-自我 中。

38 這種平衡對於開展過程的啟動是基本的，開展的過程 然後再激起了 Sovereign Integral 意識在二元性領域裡顯化的 起始點。我們開始想像「想像中的存在」，而「想像中的存在」在我們生活中的臨在會藉由我們的 Sovereign 顯露出來，並且可以透過 身體-自我 和我們的「社會程式設定」來被體驗和表達。

39 身體-自我，一旦被 Sovereign 活化——特別是隨著科技的加速和時間的壓縮——就需要 有耐心；忍受挑戰；對「所承擔的義務」添加活力；以及 有時間去思考；這些品質支持我們去持續深化和擴展我們對 Sovereign Integral 意識的理解。誠然，這些都是高度抽象的想法，而且很容易讓人覺得它們與我們的世界無關。然而，我試圖編織在本文中的理解線索是基本的。它們看似抽象，卻指向存在的本質。

現在我們將要來探索 Integral 以及 其目的。

起始的宿主，拉開了帷幕

The Host of inception, pulling back the curtain



第 2 節

The Integral：一個大致上的模型

本節將聚焦於 the Integral，然後，在下一節中，我們將聚焦於 Sovereign Integral 意識之新興的定義。

40 如第 1 節所述，意識是兩個完全對立的身份（Sovereign 和 Integral）之綜合。雖然我們現在，至少在理論上，了解了 Sovereign 的一般結構，是時候把我們的注意力轉向 Integral 了。如果 Sovereign 是飛蛾，那麼 Integral 就是火焰。Integral 是激勵 Sovereign 渴望去體驗和表達 Sovereign Integral 意識的主要吸引子。它是一種「以時間為基礎的轉變」之潛在的催化劑，將個體的、無限的獨特性加入到「合一」和「獨立存在」的綜合體裡⁸。

41 在我們著手一個定義之前，讓我們審查一下字典的詞彙選擇：

Merriam-Webster 詞典（定義）

Integral：

- 1：a) 非常重要和必需
- b) 對於完備來講是必不可少的
- c) 與另一部分形成一個單元
- d) 由 組成部分 所組成
- e) 沒有缺乏必要的東西

42 在這個定義中，Integral 更接近於第 1b 項：對於完備來講是不可避免的。然而，要了解 Integral，就必須了解「社會程式設定」，因為「社會程式設定」就是二元領域中的 Integral，就像 身體-自我⁹ 是二元領域中的 Sovereign 一樣。作為人類，我們在「社會程式設定」方面都比我們在核心的、更高次元的 Integral 方面更專業。

⁸ 在造翼者的理論架構中，這種轉變和在其中的途徑被稱為：我是我們是（I am We are）。

⁹ 一個友善的提醒，身體-自我 並不完全是人類 或是一種三次元的存在（a three-dimensional existence）。

43 社會程式設定是主觀的。也就是說，每個個體都根據它們的 Sovereign 對自身和 Integral 的獨特理解來體驗他們的社會程式設定。人類的社會程式設定會被制度性的和自然的原因所形塑。

Integral 的制度性的要素是：

- 教育
- 政府
- 宗教
- 文化

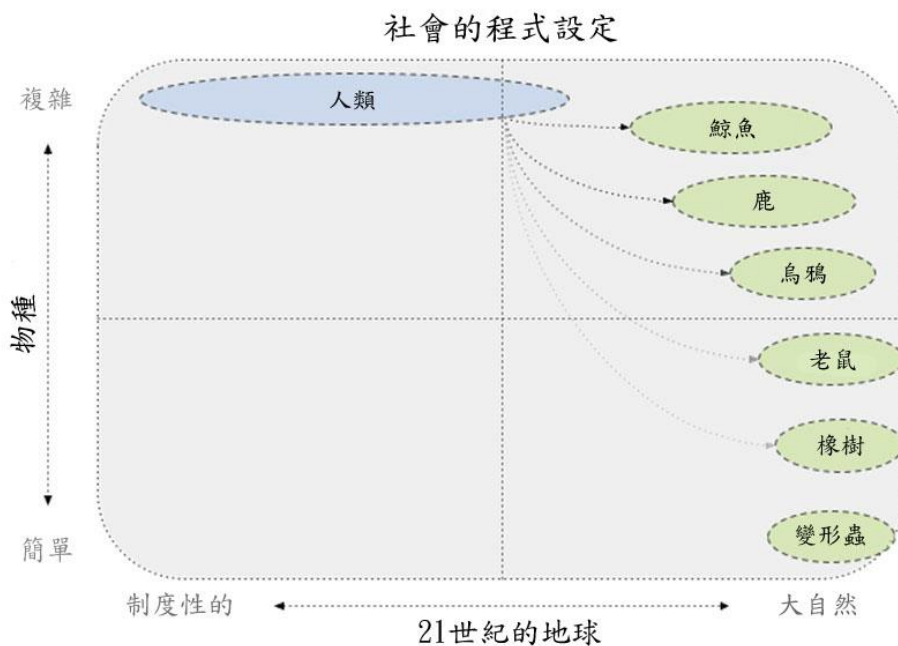
Integral 的自然的要素（與身體相關的）是：

- DNA
- 集體記憶
- 本能智能
- 大自然

Integral 的自然的要素（與自我 ego 相關的）是：

- 家庭
- 朋友、導師和社會團體

44 集體地，這些要素會影響一個特定物種的個體社會程式設定，然後會影響到一個 Sovereign。例如，老鼠的社會程式設定雖然不具備制度要素，但它卻富含自然要素，如上所分類。下一頁的圖解代表了，取決於物種的複雜性之社會程式設定的不同焦點。



圖解 7

45 人類社會程式設定是唯一一個被制度化了的，以至於，較不複雜的物種在其社會程式設定中也具有一種制度性的要素，它是源自人類的。換句話說，人類的制度性要素影響了，並且成為了，地球上其他物種的專屬的“制度性的”要素。

46 每個物種都有自己的社會程式設定，它通知（或助成）其身體-自我（即二元的 Sovereign），就像人類的情況一樣，「物種的每一個個體表達」之社會程式設定都是獨一無二的。這種獨特性的範圍與物種的複雜性相關，換句話說，身體-自我的複雜性越高，社會程式設定的變異就越大。

47 如果從時間的連續性來看，社會程式設定在某些情況下會發生根本性的變化。例如，人類社會程式設定，在兩百年的過程裡，從馬和馬車和電報；到太空旅行和連接網路的手機。正如我們可以想像的那樣，這種科技浪潮在社會程式設定的演變中發揮了重要作用——不僅是對人類，而且對地球上幾乎所有其他的物種都是如此。然而，宗教和政府的發展速度相對較慢，而文化則介於兩者之間。

48 重要的是要理解到，這也是我再次重申的原因，社會程式設定，在二元性的領域裡，是 Integral 確確實實的顯化（the literal manifestation of the Integral）。因此，人類實相不是一種幻覺或模擬，它只是 Integral 意識的一種稀釋，而這種稀釋是「藉由二元性的適當運作」才成為可能的。人類一般來講並不是幻覺的。是「身體-自我-社會程式設定 之獨特的相互關係」才顯得是幻覺的，但是 Sovereign 和 Integral 確實控制著意識的那些二元性的次元。它們是生命遊戲的共同建築師，在我們的情況裡，它們的遊戲場以地球的三次元的實相，21 世紀，為中心。

49 這是 Sovereign Integral 意識 與 宗教、性靈 和 形而上學 的那些觀點之間的重要區別。Sovereign 在唯一可能的方向上擴張：擴張到 Integral。它們從無數不同的觀點來體驗生命，但總是一一而這確實是唯一值得注意的幻覺——一次一生，這使得具體化了的 Sovereign 可以 專注 於一個 身體-自我-社會程式設定 的三位一體。

50 「社會程式設定」是「自由意志宇宙」的控制的力量，它防止一個物種陷入混亂和無法挽回的失衡。在構成社會程式設定的“主體”之那些制度性的和自然的力量之背後，Integral 意識藉由所有「意識的層次」上的每一個 Sovereign，不斷地在吸引行星層次的意識。個體的身體 是生物的生命現象。個體的自我(ego) 是社會身份和實際經驗的所在地。這些角色同時存在於 Sovereign 和「社會程式設定」中。我們採用社會程式設定的那些腦力模式，而我們歸化於它們了 (and they adopt us)。

51 如前所述，「社會程式設定」在二元性的領域裡演進。二元的領域同時擁有已知 (the known) 和 未知 (the unknown)。在非二元的領域中，存在著不可知的 (the Unknowable) ¹⁰。有可能社會程式設定只與二元的領域有關，然而非二元的世界，正如剛才所說的，是不可知的，因此，社會程式設定有可能擴展到存在的所有次元。

52 這種缺乏終結性——某個目的地——只是 Sovereign 和 Integral 在二元性裡的存在之產物。但這些不確定性，最主要是由於 Sovereign 和 Integral 的無限性，就如它們現在可能讓人覺得的那麼奇怪和無法說明，在二元的領域是很自然的。畢竟，我們是二元性的學習者，但是作為 Sovereign Integrals，我們被出生在非二元的領域，這對於我們的 身體-自我 來說，就讓我們每一個人，我們存在的核心，對於我們在二元性裡的那些生生世世來講都是不可知的。這些現實，可以理解地，會讓一些人（如果不是所有人）感到不安。

53 我會認為，如果你不覺得 Sovereign Integral 的這些方面令人不安，您可能就不了解正在被提出的概念模型之完整性。幾千年來，社會程式設定已經很明確了（這制約了 DNA 和遺傳的傾向），人類是地球上、我們的太陽系以及可能是已知的宇宙裡之最高的生命形式。人類活著一個或多個相繼的生命，這些生命以 不存在、煉獄、天堂或地獄、超脫業力 (karma-free) 或永恆的幸福來結束。人類被鎖在一種要生存和繁榮的競爭中了。這些是選擇。但這裡面沒有一個被稱為 *Sovereign Integral* 的選擇。

¹⁰ 被定義在 段落 184 裡……

54 有一個 Sovereign 的 Integral 存在著（就是在二元性裡被經驗到的不同的生生世世/層次/物種）然後有一個所有 Sovereigns 的集體 Integral 存在著。這些 Integrals 永遠不會完整，就像碎形的本質一樣，所以從這個意義上來說，它們不是那些被固定在具體定義中的標準概念。我們都是 Sovereign Integral 網絡 11 的成員。當我使用“我們”這個詞時，它是人們能想像得到的最具包容性的定義。

55 這個概念引發了一系列新的行為，但也許它最顯著的行為是與所有生命的親緣關係加深。Sovereign Integral 的框架包含了一切——政治、金錢、權力、種族、不公正、宗教競爭等。它在實現的同一個瞬間吸收差異並統一它們。這就是它在二元性世界中的力量。

56 我對 Integral 的最後評論與愛有關（最終，一切都是與愛有關）。每一個人都懂得 Integral。這是 Integral 偉大的完美之處：我們知道它是我們獨特的人類實相，因為那就是對每一個 Sovereign 來說，Integral 是什麼。它就是在意識的每一個次元裡的，Sovereign 的實相，雖然它們的人類經歷與它們的同胞相似，但是作為 Sovereign，它們在 Integral 的表達和體驗方面是獨一無二的。

57 愛是包容與擴展。

愛是把善意擴展到 Sovereign 的所有表達。愛是智慧。愛是對齊（合作）。愛是把 Sovereign 拉向 Integral 的吸引力。它不可能有任何其他方式，因為就是藉由心，身體-自我 才可以接觸到非二元 Sovereign 的「崇高的腦力」。崇高的腦力是「想像力的機能」存在的地方，而「想像力的機能」讓我們能夠想像 Sovereign Integral 以及「它如何能活在一種人類存在中」。

58 Integral 可能與“*聖靈 (Spirit)*”一詞最為接近。然而，宗教中普遍使用的聖靈，是一種神秘的無所不在，是上帝回應的力量；至高者 (the Highest) 的“眼睛和耳朵”；那種無聲的、無形的力量，滲透所有生命（或至少是人類的生命）。對比之下，Integral 並不真的那麼神秘，而是被誤解了。畢竟，只有我們自己知道並且可以知道的，是我們每一個人的那些絕對獨特的 *實相*，那怎麼可能是神秘的？

59 Integral 的世系根源 與（最初的）創造 對於我們人類對應物來說是不可知的。我們被教導說，一種活生生的智能將作為 Sovereigns 的我們連結在一起，而

11 被定義在 段落 191 裡……

那些 Sovereigns 體現在每一種生命形式中。我們從來沒有被教導過，在一個人的實相裡，在當下，Integral 就在我們的眼睛、耳朵、手、嘴巴、鼻子、感覺、直覺和想像的面前。它呈現在我們獨特的實相的每個角落和縫隙中。

60 我們不明白這一點，但這並不神秘。它不是隱藏的；它與隱藏相反。我們人類，自從我們在這個星球上的起始以來，一直沒有理解。也許在某個遠古時代，人類——作為一個整體——與這其中的一些概念之連結更加緊密，但閱讀我們的歷史、宗教和哲學論文，我還沒有發現這樣的時代。Sovereign Integral 的那些概念，無論在何種程度上被知道，總是被控制在人類的一小部分裡，在那裡可以學習而不會招致來自國家或宗教團體的迫害。

61 我們一次生命中所有的選擇，都會在我們稱之為「實相的當下」(*moment of reality*) 的某個時間點上達到頂點。那是 Integral 活得最為活躍的地方和時間。在那個點上，它的能量是充滿生氣的，它的脈搏可以被感受到，它在我們生命中的目的更容易被理解。目前，我們的生活可能是進入 Sovereign Integral 意識的一扇佈滿塵土的窗口，但它可以被清洗並變得清晰或至少更清晰。

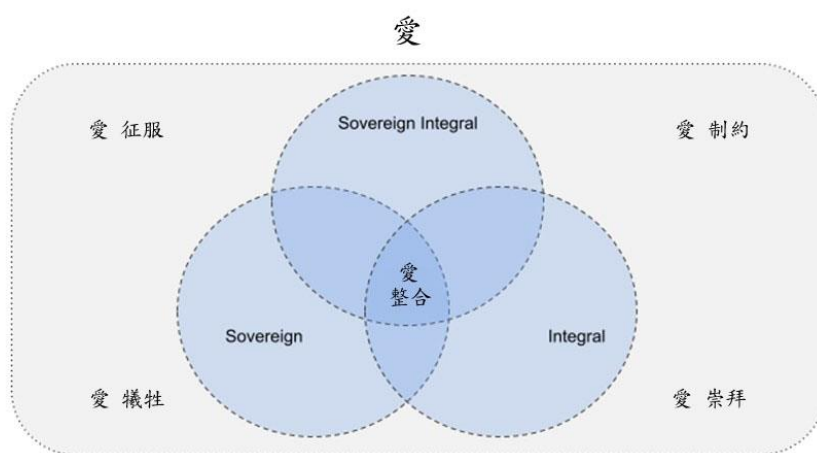
62 這篇論文是一種更清楚地看到 Integral 並欣賞它的臨在的方式，但它需要一件事：我們必須願意專注。我知道對我們之中的許多人來說，這在 21 世紀是一件很難做到的事情。然而，如果我們想要理解 Sovereign Integral 的觀點，切中要點到它是在我們的步伐中、我們的眼中、我們的語言中、我們的觸摸，我們的語氣，我們的思想中的什麼地方的話；它就需要集中注意力，因為它是一座需要跨越的橋，既不簡單，距離也不短。

63 我知道很多人相信真理應該是簡單的。以某種方法，所有複合宇宙的無限複雜性都可以簡化為簡單的事實。我不贊同這種觀點。但我也不認為達到真理需要在修道院裡待 20 年。我所說的 需要專注的地方，是一種「我們可以閱讀、思考、繪畫、寫作或做任何我們需要做的事情，以便能掌握這些概念並將它們帶入我們的裡面一段時間」的精神狀態。這使我們能夠體驗它們；看看它們是否擴大了我們對「什麼是真實的」或「什麼可能是真實的」的感覺。

64 Integral 是必不可少的。甚至可以說它是 最 必不可少的。它為所有人提供一種碎形的體驗。它是主觀的、回應迅速的老師，把我們準確無誤地拉到它自己的身邊。這會發生在一段很長的時間內，需要如此多的生生世世以至於變得無法計數。在內心深處，任何 Sovereign 都不希望它們讓自己急速飛向 Sovereign Integral 意識。這不是一場賽跑。這是在浩瀚的時空裡上演的一種漸進的、深思熟慮的、開展過程。正是在這個過程中，我們作為 Sovereign，規劃、創造、表達、演進、想像和傳遞 愛。

65 愛有許多形式。正如我們任何人都可以想像的那樣，它是一個術語，與這兩個術語：Sovereign 和 Integral，是同一種方式的碎形。它是 Sovereign、Integral（二元性表達）以及 Sovereign Integral（非二元性）重疊的空間。這個重疊的空間，力量授權的曼陀拉（the Mandorla of Empowerment）¹²，是愛的最純粹的、可知的形式。它的主要特徵是，把它自己的「藉由二元性而被分離了的那些部分」整合起來，同時又能容許自由意志。這就是 愛 與 智能。

66 人類的愛，我們認為真實的愛——就在這裡，可及的，有用的、迷人的、有意義的、快樂的，所有這些我們需要和重視的品質。它是我們的社會程式設定的一部分。愛已經被社會化了，比任何其他的碎形概念都要嚴重得多，就因為如此，它透過 身體-自我 來表達它自己，而作為一種戰勝、制約實相、犧牲和崇拜的力量。這些是人類的愛的一些面孔，當集體社會程式設定呈現它時。我知道我們中的任何人都可以找到更多的愛的“面孔”，但我會將它們放在我所引用的這四個之後。然而，我承認還有更多，我們也可以爭論將哪四個放在下圖的角落裡，可以更適當地描繪人類的愛。



圖解 8

67 更廣泛的觀點不是人類的愛是如何定義的，而是愛的原型或核心本質如何實踐和發揮作用。力量授權的曼陀拉，Sovereign、Integral 和 Sovereign Integral 重疊的地方，有點像鬆緊帶的作用，容許擴張進入到新的經驗，但對核心（重疊）的吸引力總是存在，不管擴張或下潛到達多遠。這種吸引力總是被點燃著。這種愛是對 那些「Sovereign Integral 進入到二元性裡的擴張」之容器 力量授權的行為！

¹² 力量授權的曼陀拉是一種愛的意識，它由三部分組成：Sovereign、Integral 和 Sovereign Integral。它是 21 世紀初期的人類可以知道的，最廣泛、最高、最深 的愛。這個曼陀拉的體驗和表達，是編織在 Sovereign 的“DNA”中之深層的目的。

它是一種非凡的、自由的本質，無法被制約、控制或擁有。
它全然地表達了整合的意願，但尊重所有 Sovereign 的自由意志。

68 這種愛就是 Sovereign Integral 的本質。它感覺不到拒絕。它不會有意識地傳輸或減少傳輸甚至停止傳輸。它沒有打開或關閉。它從一種沒有期望的「內在的和諧狀態」向外流動。它沒有意圖。它沒有預見或遠見。它沒有一丁點的計劃。但它卻是最強大的力量，因為它和諧地統一了整個存在。

69 Sovereign，真正的、核心的 Sovereign，*可以做任何與 Integral 一致的事情*。它是它所經歷的實相之共同的創造者。人類的自己(身體-自我)不是有意識地創造它的實相；它是在經驗它。Sovereign 創造它的部分，Integral 也創造它的部分。這些實相被具體化了的，二元的 Sovereign 混合在一起，以創造出在一次生命中；在一個層次上；在一個物種裡；以及在一個地點和時間裡的實相。在這些身份標誌之重疊裡的實相，就是在我們每個人裡面的 Sovereign Integral 意識的一種精華。

70 作為二元性的學習者，Sovereign 很少意識到它有一個合作者：Integral。我們有些人將意圖和信念覆蓋在 Sovereign 和 Integral 的那些實相之神秘的混合上，但這些意圖幾乎總是為身體-自我效勞的。它們不是 Sovereign 在人類實相裡尋求 Integral 的體驗和表達之表現。因此，這些意圖可以將身體-自我部落化為魅力和精英主義。只是更多的分離，而不是更少。

71 Sovereign (我在區分 Sovereign 和我們的「人類的自己」)知道我們的實相是被創造的，就像它是被體驗的一樣，而它的創造是一種聯合的意識 (Sovereign Integral)，在組合時創造了一件無限的「實相的被子」，我們可以稱之為 Integral。Integral 是真正賦予我們力量，並且在它所有的實體的表達中喚起愛的表達，無論多麼模糊，之同源頭的精神 (the kindred spirit)。

72 這與接受性 (女性能量) 或大膽的、反射性的行為 (男性能量) 無關。這是關於有意的整合和有智能的整合。結果不是要打敗我們的敵人，而是要體驗愛的力量授權來治癒和消除分歧、敵意、黑暗或情感的痛苦。而它同樣的也是「整合的愛」之表現。

73 「實相的當下」是垂直的、水平的以及光束可以行進的所有其他角度。它是那聚集點。Sovereign Integral 存在於那裡。這種形式的愛是一種整合的智能。所有領域的生命力流通。這不是學術界的知識能力。這不是經驗的智慧。這種愛或智能是天生的、本能的，就像我們的皮膚一樣和我們親近。我們只是沒有完全了解如何使用它，如何在我們的生活中應用它，或者甚至是如何與它連結。這就是

諷刺的地方，因為它就在我們面前，作為我們的實相。

74 Sovereign Integral 是我們所有人都面對著的「生命的“螢幕”」。我們看進它裡面，我們可以體驗 陷入二元性的鐘擺裡的 身體-自我，或者我們可以體驗

「Integral 總是在當下跳著舞進入並且貫穿我們的生活」的那種和諧。這些都隨時可供我們去體驗和表達。Sovereign 並不想要創造那些屬於神通或魔法性質的奇蹟或現象。相反的，它從對它自己和對 Integral 的一種更深入的理解中去尋求經驗和表達。這種體驗 就是對於「在我們裡面的 Sovereign Integral 是我們獨特的實相之源頭」這個事實 之不斷在加深的感覺。事實上，正是藉由這種深化的意識（或知覺），“奇蹟”才會到來。

75 智能是一種相對的東西。我們束縛了我們的宇宙，這與束縛巨人格列佛的小人國沒有什麼不同。我們對於複合宇宙特別是這樣做，我們將我們的智能頒發給它，在這樣做的過程中，我們共同拉下了 Sovereign 窗戶上方的簾子並且關閉了 Integral 的大門。然而，這個行為——這個一般行為——是分離遊戲¹³裡的一個重要因素，分離遊戲也被稱為生命遊戲。分離遊戲將在後面的章節中詳細介紹，現在，重要的是要知道這個“遊戲”是有目的的，並且是藉由 愛的智能 才有可能實現的。

76 我們派給複合宇宙的智能正在藉由科學的視角不斷發展。一旦一種新理論被科學證明具有價值，它就會穿梭在學術界的神聖走廊中，並且在我們的教育系統中被傳授。它成為我們對宇宙和複合宇宙如何運作和起作用的信念的基石。科學一次只能消化這麼多訊息，因此我們賦予複合宇宙的這種智能正在緩慢進化。要記得，我們在快要 500 年的時間裡，才從以地球為中心的信念，到以太陽為中心的信念，再到以銀河系為中心的信念，再到以宇宙為中心的信念，再到一種複合宇宙的理論。

77 所有這一切的要點是，複合宇宙比我們認為的要聰明得多，再次的，因為科學的鏡頭本質上是二元的，而我們的複合宇宙的核心是非二元的。也就是說，「已知的」不能知道「不可知的」。我們出生在一個「物理定律在我們物種的存在上留下印記」的實相裡，因此我們受制於，對於「複合宇宙的無限智能」和「Sovereigns 要去與 Integral 協調一致的目的」之感知 的進化緩慢。

78 科學不會發現 Sovereign Integral。它會發現一些定律，而這些定律將會讓他們得出結論說，Sovereign Integral 是可能的，但無法解譯、看見、捕獲或以任何其

¹³ 被定義在 段落 167 裡……

他方式，透過標準和科學的測量來使它明確。科學和五種感官的經驗論只能到此為止了。這正是 Integral 存在的原因，否則 身體-自我 中的 Sovereign 將會創建一個「不會擴展其哲學和科學方面的探索」之社會程式設定。

79 形而上學中更深奧的概念之一是 與各種對立面的和諧 (*the harmony of opposites*)。例如，知道 (knowing) 與 不知道 (unknowing) 是對立的，但它們可以藉由 Sovereign 的意圖而處於和諧的狀態。在對立面之間創造和諧的意圖有助於我們找到平衡點，當這個平衡點被達到了，緊張的關係會發生在二元的系統之外。如果這成為了 Sovereign 和 身體-自我 (共同) 的觀點，它就可以被應用在任何被分離而作為一種對立的概念或事物上。

80 這是一種體驗 Integral 的方法：練習 和 保持「要與我們所經歷的實相之二元的性質相調和」的意圖。作為 Integral 的合作者，在一種二元的系統中創造和體驗相對的和諧。這從來都不會是完美的，我們都有自己的黑暗時期，至少在那一刻，平衡似乎以一種或另一種方式搖擺得太遠了。它是人類境況的結合要素之一。它也是鼓勵 Sovereign 到達 Integral 以在二元性中體現 Sovereign Integral 的方式之一。

重要的不是你相信什麼或你知道什麼
而是你準備好要被顯露出來了

It matters not what you believe or what you know,
but that you are ready to be revealed.



第 3 節

The Sovereign Integral：一個大致上的模型

81 Sovereign Integral 是由 在一個「個別化了的 身體-自我-社會程式設定」的那些層次和生生世世內（產生）的「一些 Sovereign 和 Integral 的觀點 之合併」所通知助成（inform）的「非二元的意識」。就人類而言，Sovereign Integral 是嵌入在二元的 Integral 和二元的 Sovereign 之社會程式設定中的一種渴望更大成就的指引，它將三個實體合而為一，就是我們稱為的 愛，但它是一種不同的愛。Sovereign Integral 是「對立面（複數）以一種可持續的和諧統一起來」的意識，因此三個碎形實體——Sovereign，Integral，和 Sovereign Integral——之間的重疊，是愛與智能之共同單一的，表達的意識（the co-singular, expressionary consciousness of love and intelligence）。

82 Sovereign Integral 是一種超驗論的譯註對象（the transcendental object），數百萬年來一直忠實地牽引著我們——作為一個族類和作為一個個體——的心靈。人類為了探尋意義和目的而進行的努力，造就了我們今天的世界。我在那句話中暗示，對意義和目的的探尋實際上就是對 Sovereign Integral 的探尋。而這個概念，這個關於我們「想像中的存在」的強大概念，被 身體-自我 誤解了，因為它已經生活在一個由文字和符號組成的佈滿塵土的、隱藏在儀式和典禮之後的 籠子裡了。這導致了我們的集體社會程式設定——一個在二元性的上下波形中流動的實相——碎開成了部落主義、社會意識和團體迷思 之 社會經濟、性別、種族、政治、地理和宗教的碎片了；（但）它也充滿了愛、能量、人際關係、熱情、創造力和洞察力。

譯註：超驗論（或超驗主義 transcendentalism）

<https://zh.wikipedia.org/wiki/%E8%B6%85%E9%AA%8C%E4%B8%BB%E4%B9%89>

83 真正「超驗論的對象」並不與分離、部落主義或 制度性的真理 對齊，因為它的本質是一種非二元的意識，是 Sovereigns 的存在中的所有對立面的合一。無論我們是沉浸在何種實相結構中——人文主義、理性主義、存在主義、泛心論、無神論、元宇宙、宇宙、複合宇宙——「超驗論的對象」，僅憑它的名字，就在（這些實相結構的）外面或（超越這些實相結構）之外。那「不可知的」是它的烙印。它是愛與智能 在實相的所有層次 和 所有的生命形式 中的全然存在。

84 作為本文的讀者，您可能會納悶，“為什麼作者在繪製 意識的廣闊畫布 的一個像素時，會集中在 Sovereign Integral 作為那個像素來繪製？為什麼是那樣，而不是至高的上帝（the Supreme Being）呢？”

85 任何形式的語言都會使得概念和訊息無法擴展為完全的抽象。什麼是與語言相關的抽象？這是當一個術語在本質上是形而上學的，就像 意識 這個術語一樣，而特別是當它是一個碎形的概念時。意識是未知的；我們只知道藉由物質性的身體它有一個開關。它不能簡化為數學模型。抽象——純粹的抽象——是屬於更高腦力的；更高腦力 是意識「以一種 要成為我們通達非二元性的橋樑 之崇高的目標 在體驗二元性」的那部分。

86 我們真的能限制或容納 無限 嗎？就連本文的文字、圖表和繪畫，都構成了一個籠子，也許比較大，但它仍然是一個籠子，一種限制，因為 無限 被以二次元（two-dimensions）來描述了。需要經常認知到這一點，因為它把我們與一種謙卑的本性結合在一起。

87 我們沒有人知道終極的真理。我們沒有人完全理解意識的核心，因為 Sovereign Integral 意識，作為一種本體，在本質上是非二元的。將 Sovereign Integral 描述為一個完全主觀的「想像中的存在」，然後再去想像 是什麼 或 是誰 使這個倒數第二的意識 誕生的，對於非虛構作品來說不是一個合乎邏輯的主題。在我看來，我們最好將目光針對 我們 能夠 想像的 意識。

88 Sovereign Integral 意識的 **創造者** 對 身體-自我 來說是不可知的，部分原因在於 Sovereign Integral 在人類實相裡已經經歷了一種如此廣泛的重新定位。它的人類表達在 21 世紀初期是遲鈍的、狹窄的和制度化的，被日益依賴科技的社會所包圍住了。相較於「對 Sovereign Integral 意識的想像體驗」，這種（科技）社會是更能說服和吸引五種感官的。

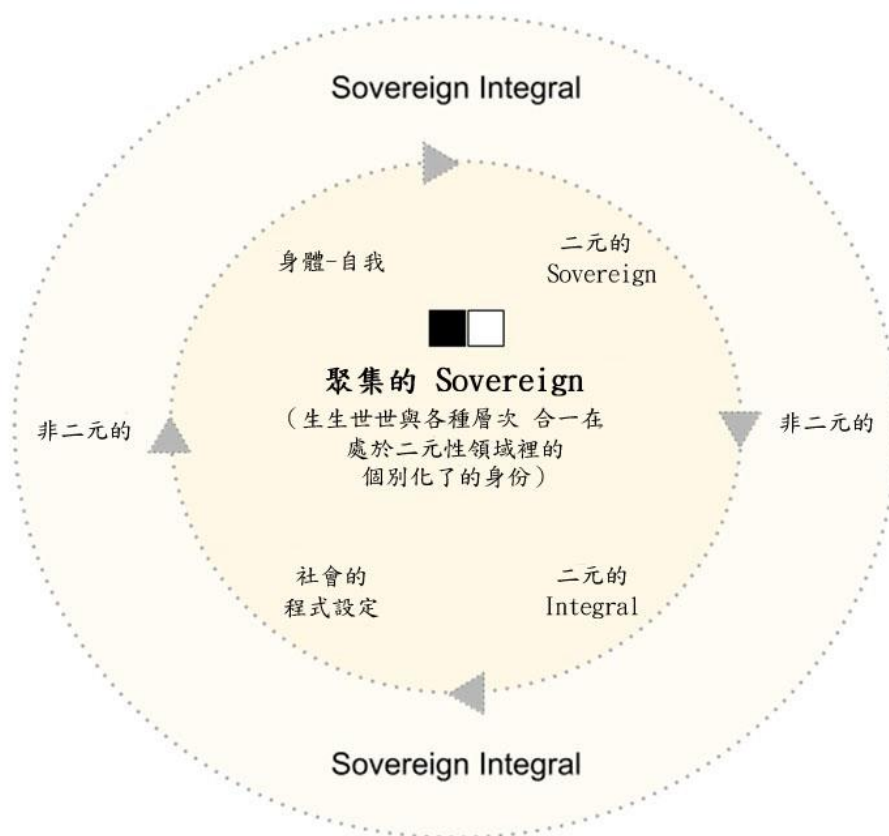
89 如果我們的感知和注意力沒有被電腦科技所左右，那也會是交通科技或農業科技，或動力科技，或 燃料科技本身。這是一種反復出現的模式，自從人類成為了地球的副產品，以便它可以實現它的命運，成為 **意識的抄寫員（the Scribes of Consciousness）**¹⁴ 以來。人類是 *存在於地球上的* 唯一可以描述意識的物種。這可以藉由「在一個個體的社會程式設定中 之 Sovereign Integral」的活化和持續的臨在來實現。

¹⁴ 被定義在 段落 156...

90 無論是在什麼 時間和地點 的科技，它都是 Integral 吸引力的自然產物，儘管 Integral 披著二元性的外衣，但它在外衣底下仍然充滿活力，對 Sovereign 耳語要它輕推和勸誘 身體-自我、腦力與心，來邀請 Sovereign Integral 的觀點進入它們的社會程式設定裡，目的是要，而這很重要，體驗和表達本節第一段（第 81 段）中所說的 愛。

91 繞一圈再回來，在我們能把 Sovereign Integral 的畫面描述得更精細之前，就試圖要描述 Sovereign Integral 之奇蹟般的**造創者**，是在浪費文字，充其量也只是迷失了主題的詩歌。

92 Sovereign Integral 可以從任何數量的角度來描述。它永遠處於創建的狀態，如下圖所示。



圖解 9

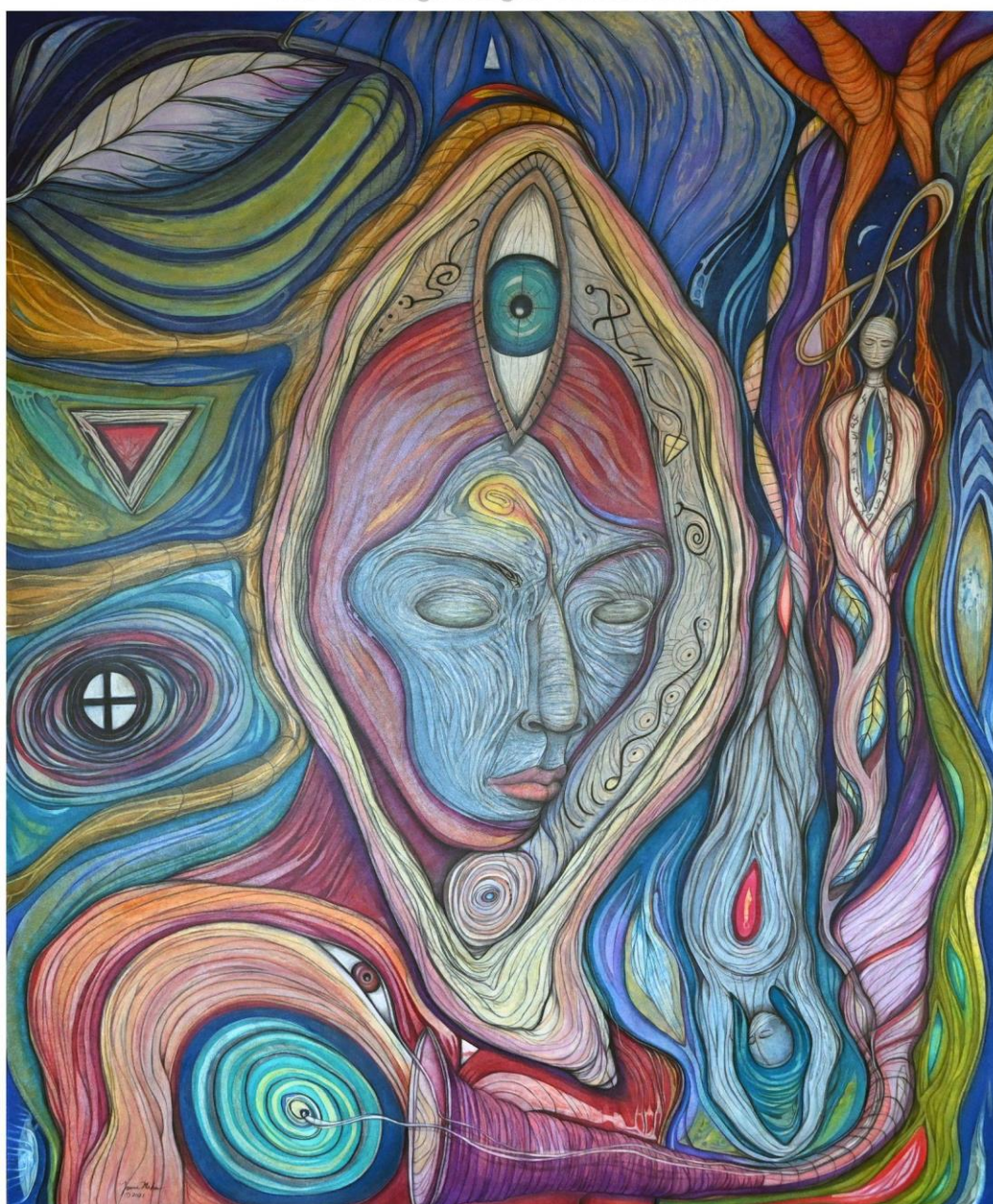
93 聚集的 (*Collected*) Sovereign 是 橫跨了「個別化了的意識之所有表達」的 二元性的學習者。這是 Sovereign 的身份，因為它在二元性中佔據了多個層次和生生世世。它與 集體的 (*Collective*) Sovereign 分享它的經驗 (訊息)，而集體的 Sovereign 就是二元性中的 Integral。正是這種情況 通知助成了 Sovereign Integral，使其能夠在二元性內進化和擴展其碎形本質到那些新的意識層次，同時灌輸著這

兩個領域——二元的 與 非二元的——的一種統一感。

94 這很像一大塊等待雕刻的大理石，而每一個 Sovereign 都是藝術家。有些人拿起鑿子，敲一下，然後退後一步。其他人甚至不握鑿子，而是勾勒想法，沒有準備好在大理石——集體的社會程式設定——上留下有意識的印象。其他人非常仔細地檢查，想知道大理石塊會變成什麼，但對用鑿子切割大理石不感興趣，擔心他們可能會玷污它。然而，還有其他人會敲擊大理石，直到他們看見自己努力的效果，曲線或某種形式的湧現。

Sovereign Integral 意識

The Sovereign Integral Consciousness



95 Sovereign Integral 確實是完全主觀的東西，因為它是由每一個 Sovereign 所創造出來的。Sovereign 正在產生一種集體意識，就像一個協作的、創造性的專案，由來自所有物種、所有層次、所有生生世世的無數的“藝術家”來表達。在這種情況下，Sovereign Integral 是未知的，但卻是可以知道的——在很小的程度上——藉由想像力的機能。它在二元性中不斷進化，而在非二元的意識層次中是不變的。這種動態——擴張的進化和恆常不變——代表了存在的極點（複數），而它們同時都藉由 Sovereign Integral 意識來表達。

96 除了已經描述的內容之外，要定義 Sovereign Integral 這個術語的真正挑戰在於，它在我們的人類世界中在很大的程度上是不在場的。當我們行走在我們的文化裡，仔細觀看我們的集體社會程式設定時，Sovereign Integral 既不在場也不被說明原因。它幾乎沒有心跳聲。這種相對的缺席代表了我們人類為了意義和目的而旅行所遇到的真正逆風。如何改變這種狀況，而使得 Sovereign Integral 在我們的人類文化中變得更加活躍和可見地臨在？

97 理解 Sovereign Integral 的關鍵，至少從我的角度來看，是在我們的信念和意圖中去想像它。為了讓充滿活力的宿主（Sovereign Integral）走進我們的生活，並在其人類存在的那些化身-代理（avatar-surrogates）：身體、自我、心和腦力中擁有一個對等的身份，這是必需的。正是藉由這種平等和混合的感覺，他們才能對齊而成為平等的伙伴。是 Sovereign Integral——想像中的存在——才能為我們人類經驗的整體帶來對齊聯合與平等。這不僅是 Sovereign Integral 的目的，實際上它可能是「生命的意義」在最廣泛上的意義。

98 在人類實相中的 Sovereign Integral 有一項進化的要務，而它就是利用意圖的神奇能力：思想、文字、圖像、聲音、行為和色彩來創造一種「擴張的可能性」之新文化。這種新文化不是由科學、技術、教育、政府或宗教所預想和創造的。它甚至不是由靈性（spirituality）所創造的。它是由藝術家驅動的。這是一個空間，在這個空間裡，Sovereign Integral 可以生存和呼吸，並且給出它對「**愛與自由意志的兩種行為** 15（the two behaviors of love and free will）」之觀點。

99 正如我之前所說，人類正在進化過程中要成為「意識的抄寫員」。我們是可以描述 Sovereign Integral 和讓它成為我們文化的中心的唯一物種。抄寫員是藝術家，但這是一種不同的藝術。它是想像和顯化的藝術。它是把 Sovereign Integral 的願景投射出來，以便人類能夠與大自然和科技和諧共處。

15 這兩種行為被定義在 第 6 節：結論 裡

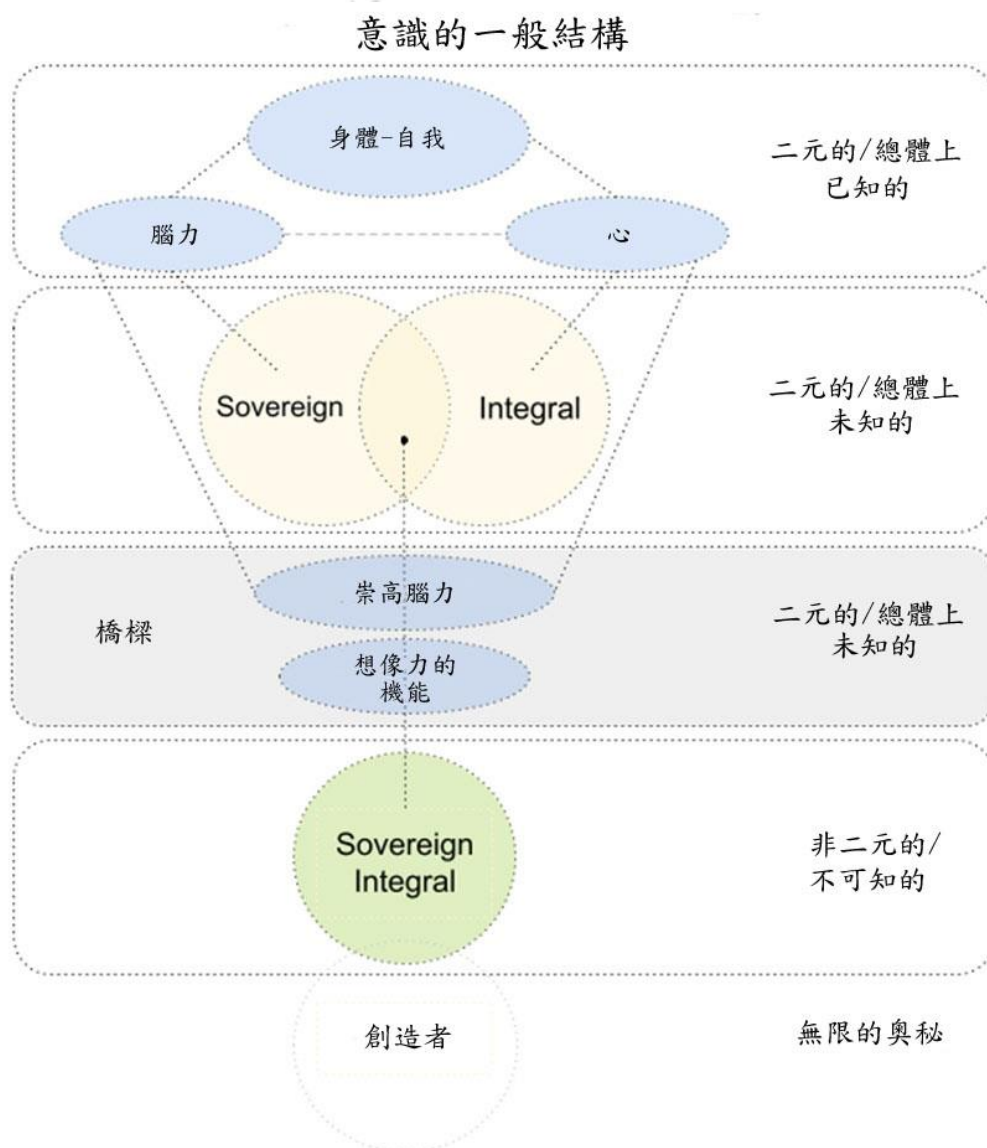
100 在這種情況下，藝術家的定義是，一個能夠以崇高的意圖來想像 Sovereign Integral 的微弱輪廓 並且 在他們的生活中表達出來的人。這就對了。你可以是一個 物理學家-藝術家、政府工作者-藝術家、律師-藝術家、待業人員-藝術家、母親-藝術家、兒童-藝術家，唯一重要的是，你正在實踐「進入崇高腦力以及在其中的 想像力的機能」之意圖。那種藝術將會在我們的生活中顯露出來，我們的 集體社會程式設定 將隨著每位藝術家的決心和投入 擴展成新的可能性。

101 我們目前的模式和信念是我們的意圖的產物，這幾乎完全是 身體-自我 的表達，因此都是先前的人類文化的衍生物。「我們用人類的文化歷史作為起點 以帶來一個擴張的可能性之新世界」這樣有意義嗎？

102 這些都是緩慢的動作。它們採取了浩瀚的時間跨度之開展。然而，而這是至關重要的，作為 Sovereign，我們可以在任何時間的任何點上轉變。我們可以想像 Sovereign Integral 是我們核心的自己，我們可以想像這種轉變對我們的生活經驗意味著什麼。這成為了我們以思想、感覺或活動的形式 來編織到我們的生活裡之 意圖的“線”。意圖是相互的、有來有往的，也就是說，它既是 Sovereign Integral 的表達（意圖），也是 Sovereign Integral 的體驗（顯化），無論多麼模糊地被感覺到或理解到。它既是進入到我們的 身體-自我 裡的一種接收，也是我們在社會程式設定裡的一種表達（出去）。

103 我們對於 Sovereign Integral 意識的識別和認同，雖然不完整且像素的解析度低，但讓我們能夠看到「我們是誰」的邊界，而當我們看到時，邊界就會消失。我們成為了，要在我們生活中每一個當下成為 Sovereign Integral 的意圖之（號召的）鼓聲。這種意圖和信念就是「雖然有著所有人類的弱點和需要克服的困難，仍然吸引了 Sovereign Integral 意識要來變成我們」的東西。這似乎是一種奇怪的混合物，但正是非二元的與二元的互相混合 才是 人類要的經驗。

104 在下一頁我試圖描述 跨越 意識層次和生生世世的 意識的一般結構，那些層次和生生世世的數量和變化太多而無法用數字來確定或描述。意識的“足跡”從一個造物主的層面，移動到一個 身體-自我，並且在它（指意識）的結構的這些元素之間流動，就像在體內循環的血液一樣。



105 意識本身就是一種實相。它是在那些層次和生生世世之間流動的一個實相，以「意義和目的」將那些層次與生生世世對齊和統一起來。它是起源於「無限奧秘的造物主之內」並且流動遍及一（整）個意識——一個單一的 Sovereign 意識——的迴路，進入 身體-自我-社會程式設定 並吸收其中的學習，然後完成它的迴路回到它的創造者。這是不斷在發生的。最終的結果並不是一系列按順序排列的事件。而是，它同時發生在「恆常性」和「二元性的上下波形」之中。在我們的「想像之眼」裡，我們每個人都可以將 Sovereign Integral 的身份視為我們的意識的凝聚點（the point of cohesion of our consciousness）。它是將一個 Sovereign 意識的所有元素結合在一起的力量，使它們保持既是「個別化了的」又是「相互連結的」。

106 當你凝視它的起源時，這個結構變得越來越難發現。造物主是不可知的、無限的奧秘，鑑於 Sovereign、Integral 和 Sovereign Integral 的實體在本質上是碎形的（它們橫越那些層次而無限地增生脫落），**造物主的意識**也將是碎形的，這意味著它的浩瀚是沒有尺度的，包含了所有其他的碎形概念。那種力量、廣度和浩瀚的東西，*那種*無限的本性，不能被包含在一個單一的人類生命中，也不能被包含在一個單一的 Sovereign 或一個 Integral 中，甚至不能被包含在一個 Sovereign Integral 中。包含在造物主之內的正是這些。上面的圖表，意識的一般結構（圖解 10），可以代表，「確實是我們所有人最終都要與之對齊，並且注定要成為其有意識的一部分」的一個碎形概念。

107 Sovereign Integral 投入於一個單一的 身體-自我，知道要如何揮灑我們稱之為“生命”的畫筆，特別是當 身體-自我 有意識地將那次生命的 控制權 釋放給 Sovereign 和 Integral 時，因為它被 Sovereign Integral 意識 給活化了。這是一個自由意志的決定和承諾（或投入 commitment）。在活化的開關上沒有（別人的）手。（當）決定被做出了；擴張的感覺就會被喚起；使得承諾更為堅定，而永恆的願景則會在人類的生活中不斷地拓寬和加深。

108 在集體的感覺上，二元的 Sovereign 和二元的 Integral 之間存在著一條鴻溝，然而，這個鴻溝正在縮小。Sovereign Integral，一旦它在一個 身體-自我 中顯化，就會分裂成 Sovereign 和 Integral。他們是分開的。性質相反。對個人如此，對集體也是如此，因此社會程式設定能使得滲透到人類文化中的分離感、混亂感和不確定感持續存在。

109 選擇要 覺知到 和 敏感於 那是為全體（whole）和整體（Integral）的意識，是我們身為人類所要做的 最重要的選擇，因為它是下一組重要選擇的起點。例如，以我們選擇的不管任何方式來經驗和表達這種意識；或者 當還在一個人類形式裡的時候，選擇成為這種意識，這只有我們能做到；或者 選擇無限制或無條件地表達 Sovereign Integral 對二元性領域的愛。

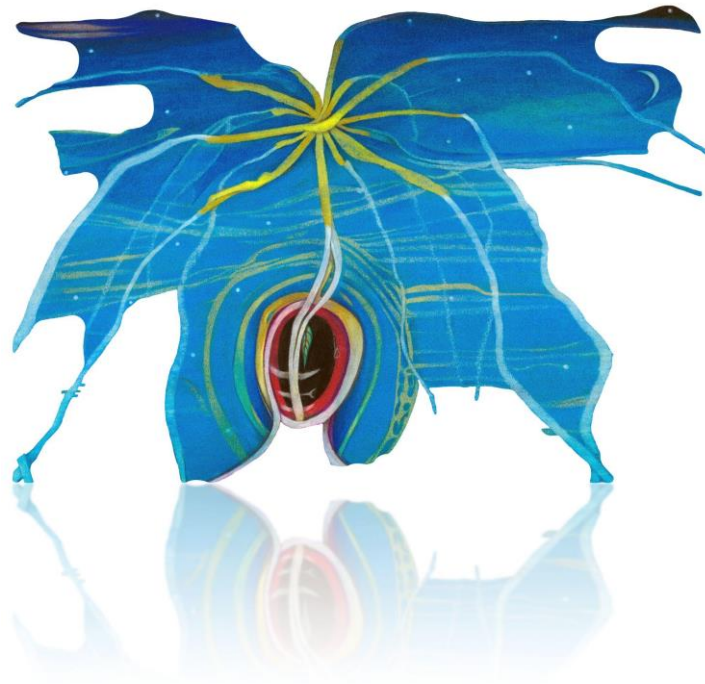
110 我們的自由意志給了我們不知道（to be unaware）或知道（or aware）的機會。是 分離的 或 是整體的一部分。我們是 Sovereign。我們的選擇是我們自己做出的。但我們也是 Integral，所以我們的選擇會受到所有物種、所有層次、所有生生世世的影響，無論多麼微妙。選擇 才是 起點，而不是意圖或信念——那些都跟隨著選擇。生活是一種藝術形式，正如任何藝術家都會告訴你的那樣，每一次的筆畫或鑿子的切口，不是一種選擇，就是一種非選擇（放棄）或 兩者的協作。這些選擇始終是一種合作的結果。它們被 Sovereign 和 Integral 賦予了蓬勃生氣。

The Integral' s Overture

I am the oneness of all systems
and only that.
I am not made of concepts or words
or light or sound
or any materialization.
I am simply oneness.
It is my only state.
It is my only world.
Because I am that, you are also that.
There can be no exclusion in my world
or I do not exist at all.
You are woven into my world with great care.
You are enfolded within me
and therefore you are my wings
in which I move and take flight.

Integral 的序曲

我是所有系統的合一
僅此而已。
我不是由概念或文字構成的
或光或聲
或任何具體化。
我就只是一體。
那是我唯一的狀態。
那是我唯一的世界。
因為我是那樣，你也會是那樣。
我的世界不可能排除任何東西
否則我就根本不會存在。
你被小心翼翼地織入我的世界。
你被包住在我裡面
因此你是我的翅膀
我以這些翅膀來移動和飛行。



第 4 節

身體-自我-社會程式設定 三位一體：一個大致上的模型

111 如前幾節所述，身體-自我-社會程式設定 是一種經驗的三位一體，它是 Sovereign Integral 的三位一體之微弱的迴聲。在這兩種情況下，這三個部分相互連結並且作為一個 集體的實體 來運作。因此，很難將 身體-自我 從 社會程式設定 解開，但在本節中，我們將盡力把它們分開。

112 請記住，從一種經驗的角度來看，社會程式設定 有兩個部分：Sovereign 的經驗和 Integral 的經驗。它代表主觀的個體經驗和主觀的集體經驗，把兩者混合在一起，以便個體能夠找到 與社會秩序的對齊一致 和 在社會秩序裡的位置。集體的社會程式設定是 Integral 的一種三次元的表達，越來越依賴科技來連結人類族類，並且在某種程度上，連結所有物種。

113 身體是 Sovereign，個別化了的腦力 用來經驗「一個物種的存在之二元性和分離性」的物質性設備。它是物質性的肉體 和 它的知覺系統。在人類中，它就是五種感官，其他物種也會有類似的知覺系統，但它們全都會因時空和基因學的獨特混合而不同。這包括了身體的元件部分之間的關係（如 眼-腦 系統）。這些更具主導性的子系統為 社會程式設定 提供支持，並且在某種程度上教導 自我（the ego）「融入社會秩序，並且成為其中的一個有價值的個人貢獻者」的藝術。

114 自我 是作為「對 集體的 社會程式設定 的一種反應」而被發展的，因此代表了 Integral 的影響。自我既具有一種保護的功能，又有一種互相連結的功能。就其保護者的角色而言，自我 保護 Sovereign 免於它從「因為是完全獨特的」和「因此而來的社會批判」中所感受到的不和諧。自我 會創造出（自己的）獨特性的根本原因。就其相互連結的作用而言，自我 執行了同理心和人類同情心的機能。人類的愛是 自我 終極的目標。

115 身體是經驗者。它吸入感官的世界，而 自我 將身體的感官輸入定位為具有或不具有要在社會程式設定中達成某些成就的教育價值。自我 總是希望從「身體所帶來給它的，自社會程式設定中所學到的東西」那裡 達到一些成就。這種要有所成就的渴望就是競爭的驅動力。社會程式設定中的一切，都被感知為是有限的，因此，身體-自我 為了生存，必須在社會程式設定中 競爭。

116 因此，社會程式設定是 身體-自我 生存甚至興盛的獎勵機制。對於人類和任何其他物種來說都是如此。愛與關注被認為是地球上最有價值的商品，因此競爭被認為是那個領域裡最重要的。更多有形的物品，如黃金、股票、數位貨幣、金錢或水，雖然被認為是有限的，但在潛意識中，我們的人類大腦認為它們對於我們作為物種成員的最終成就，比較不是那麼緊要。這就是為什麼很多家庭會有衝突的部分原因，因為人們正在尋求愛與關注，而它被認為是有限的，還有可能，甚至是無法獲得的。

117 社會程式設定不僅限於群體和家庭的範圍，甚至是個人的人類生活範圍。它也適用於全球的、太陽系的、銀河系的，和超過而沒有定義的範圍。集體社會程式設定不僅是望遠鏡和數學所允許的視野，也是它被建立在其上的**場域**，那也就是 Integral 本身，包含了——在無限的品質中的——「情感上的學習所得」和「我們宇宙的智慧」。不僅僅是特定時間和地點的物種。而是 *我們的宇宙*。

118 身體-自我 是「身體-自我 與 Sovereign Integral 兩個身份」之間的分離點 (the Separation Point)。有一個選擇被做出了。我們可能沒有意識到這個基本選擇，但它仍然是 Sovereign 獨自做出的選擇。它是唯一一個完全留在 Sovereign 手中的決定，其他的所有決定都是與 Integral 的合作。

119 這個在所有的決定中最基本的決定，有時被模糊地理解、完全不知道或完全被誤解。有趣的是，只有當 身體-自我 邀請 Sovereign Integral 意識進入它們的「身體-自我 意識」，目的是要讓 Sovereign Integral 意識滲入到它們的生活中並作為 平等的伙伴 而混合在一起 時，這個選擇才會發生。然而，只有在這種情況之下這才有可能：身體-自我 至少對於 Sovereign Integral 有一個模糊的理解，足以讓它們能夠向那 碎形意識——而不是「不朽的自己」之 人造的、制度化的版本——發出邀請並持有意圖。

120 這件事要如何發生，是社會程式設定的一部分。在過去的百萬年裡，一直是那個時代的靈性 (the spirituality of the time)——有時是異教的，有時是薩滿教的，有時是有組織的宗教，有時是哲學，有時是以上所有——擔任了此一基本角色。我們會決定是靈性還是非靈性，然後在我們的生活中戴上靈性或非靈性的觀點。我們沒有被教導說，*真正的* 決定是關於，要把自己認同為「一個調準到社會程式設定」的 身體-自我，或是「一個受歡迎的臨在——Sovereign Integral 意識——之延伸」的 身體-自我。

121 包含在 身體-自我-社會程式設定 裡的東西包括了所有不是 Sovereign 或 Integral 的東西。在二元性的世界裡，Sovereign 和 Integral 仍然是僅有的 是為碎形的，並且延伸到所有的層次和生生世世的 身份 (複數)。其他的一切——絕對

是一切——都被結合在一起而進入了 社會程式設定、身體、或自我 裡面。

122 已經演化了數百萬年，目的是要掩蓋「實相的真相」的那些二元領域中的「意識的元素」，有很多名字。它們試圖掩蓋這樣的一個事實：我們並不是「分開的、有生命和死亡的、被某種未知的偶然智能或神性的干預 安置在這裡 或 進化到這個地方的 物質性存在體」。這些面紗雖然高度進化且運作微妙，但全由兩個元素組成：潛意識和集體無意識。

123 潛意識 被連接到 Sovereign，而 集體無意識 被連接到 Integral。它們一起構成了，在 身體（潛意識）和 自我（集體無意識） 以及 它們的更高次元的對應物（Sovereign 和 Integral）之間的橋樑之起始的段落（譯註：見下一個圖解）。潛意識 和 集體無意識 掩蓋了 Sovereign Integra 的實相，維持它的存在，同時又削弱它。

124 腦力（或心智，the mind），被連結到大腦，為身體所使用，以便在二元性的世界中生存以及可能的興盛。腦力 是社會程式設定的一部分，那部分是人類在很大的程度上並不知道的。我們通常把思想交付給大腦這個器官，相信它是思想的執行者，而腦力是思想的起源點。

125 但腦力在哪裡呢？思想的思想者（在哪裡呢）？我們都知道大腦在哪裡，但腦力在形式和功能上要更為短暫得多，更為精神性的（ghostly）得多。腦力是與心的智能 之界面。大腦與肉體的心臟有一個相對原始的界面，但腦力是與 能量的心——心臟之非物質性的能量——相互聯繫的界面。這是一個意識的子系統，在任何意義上都反映了格言“如其在上，如其在下（as above so below）”。

126 心與腦力的重疊（曼陀拉）是 身體-自我、崇高腦力、和想像力的機能之間的界面。使這些子系統 進入 相對和諧與對齊的狀態 是 在二元性裡的擴展之主要目的。這是 Sovereign Integral 在二元性和人類文化領域內的起始點。縱觀人類歷史，有些人已經達到了這種和諧與一致，每個人都藉由他們自己的方法和藉由他們自己的信念系統（社會程式設定）來達到。

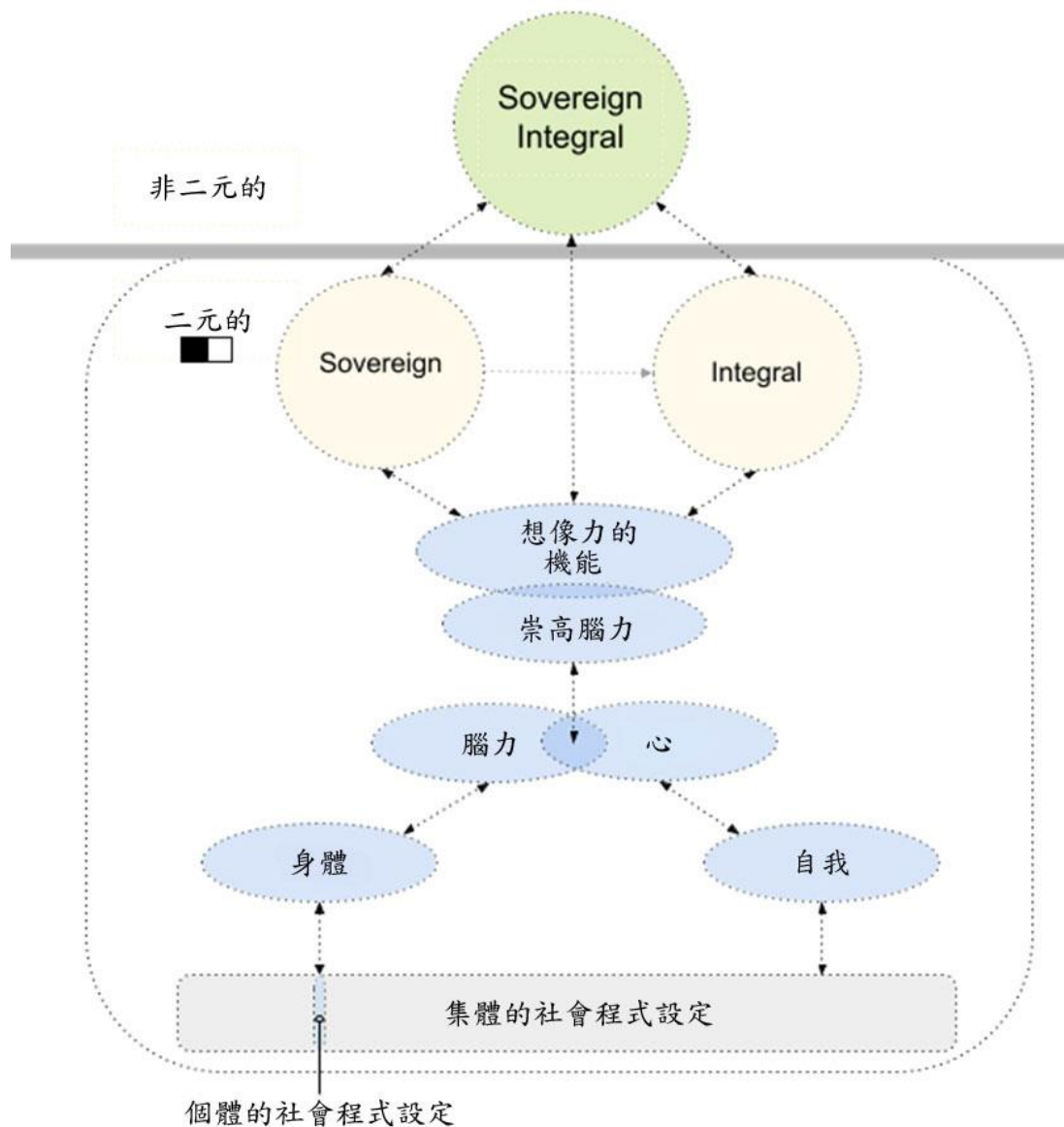
127 即使有 10 億人信仰相同的宗教或哲學，但由於他們獨特的生活軌跡和對他們的總體自性（total selfhood）的潛意識的理解，他們的信仰系統也會存在著顯著的差異。正是這種信念或信念執行上的差異，會招致批評和批判，即使在他們的同伴追隨者中也是如此，而這就是自我（ego）如何介入的方式。當教育在小孩的生命中開始時，這種情況會非常強烈。

128 自我 會防衛（它所）感知到的社會程式設定的情感傷害，這些傷害以批判、

「被感知到的不完美」和「過分的擔憂」的形式來到 身體-自我 這裡——無論是自己或是他人造成的。這些衝擊的“風”有助於形塑自我。它們不是唯一的力量，但它們是從「負面的來源」而來的重要力量。「正面的來源」是成功、認可、愛和成就等這些要素。「更中性的來源」是超然、滿足和靈感。

129 這些正面的、負面的和中性的力量在不斷地起起落落。在大多數人的生活中，它們像風中的落葉一樣移動。時而平靜地旋轉，時而被一陣颶風猛力拋出，時而躺在地上彷彿睡著了，時而被拉向遠離舒適的單一方向。無論你想稱呼 因果關係 為什麼名稱，它就是導致了自我 (ego) 的產生 之 被感知到的 缺乏控制。自我 所防衛的是一種 想-控-制-卻-不-知-如-何-做 的感覺。

130 接下來的圖解說明了 非二元的領域 和 二元的領域 之間的關係。



131 在每個生命中，都有去讚賞與感激 Sovereign 和 Integral 的機會。Integral 是**指導的宇宙（the mentoring universe）**¹⁶，而 Sovereign 是二元性的學習者。在這種交流中存在著 和諧與平衡。一種全然的合作。身體-自我-社會程式設定 潛意識地理解這一點。Sovereign 和 Integral 在二元性裡的**曼陀拉（mandorla）**¹⁷（重疊）是社會程式設定裡 被設計要成為一個更受歡迎的擴展、合一和理解的空間 之地方。就如 Sovereign Integral 本身一樣，身體-自我 也是使這個成為可能的元素之一。

132 社會程式設定通常可以是許多東西，但似乎越來越受歡迎的說法是，我們生活在**一種模擬的世界裡**——也許在數百萬年前，宇宙中某個地方的先進生物創造了和我們現在所擁有的一樣的電腦科技，這使他們能夠 扮演上帝並創造出一個世界，在這個世界中，人類的靈魂像虛構世界中的木偶一樣被扔來扔去。

133 通常，這種信念或假設的理由是電腦和軟體科技的加速似乎無止境地呈指數增長。即使是我們人類，掌握電腦科技只有幾個世代，都已經要步上人工智能、量子計算、元宇宙和虛擬實相的頂峰。我們已經能夠想像這種新的世界，而我們的科技人員也非常樂意帶領我們到達那裡。因此，一個已經運用人工智能數百或數千世代的族類，肯定能夠使模擬世界與現實無法區分。

134 在時間的鏡頭下，進化發生了。它展開了對 Sovereign Integral 意識的一種不斷增加的對準調和，然而，這個旅程絕對不是從「分離點」到 Sovereign Integral 意識的一條直線。集體社會程式設定是我們所有人都旅行在其上的道路，在集體的當下裡（in the collective moment）接受編織進出我們實相的所有曲折和轉彎。複合宇宙如此龐大且動態地擴張，以至於它無法被一種人工的智能所生成，這是「非二元性的存在」的一種結果。人工智能是二進位的（binary）。它屬於二元性的領域，在這個時空中，成熟的人工智能確實可以創建與現實無法區分的模擬。但 AI 無法把它們的智能擴展到那「非二元的」。

135 在那些 Sovereign Integral 是「完整的」的領域裡，那些 Sovereign Integral 能意識到自己 並且 Sovereign 和 Integral 以平衡的比例結合在一起 的領域，就是對立面可以會聚成和諧的地方。在那裡理解才是可能的。這裡是「非二元的」成為「二元的」的源頭之根源。如果反過來，「二元的」可以創造「非二元的」，

16 被定義在 段落 147...

17 Vesica piscis（拉丁文）是一個古老的符號，它深入到人類信仰和文化的歷史中。它表示兩個相反或明顯不同的狀態的交叉和重疊。它是 Integral 的符號。它已經瀰漫於人類時間裡，也許是所有集體無意識符號中最強大的，總是隱藏在顯眼的地方。

那麼理論上，人工智能就可以創建我們整個實相的模擬。然而，是一個生出許多，而不是相反。這就是創造源源不斷的流出或產出（It is the flow of creation）。

136 社會程式設定不是一種模擬，它是集體的經驗、覺醒、擴張和理解的一種“容器場（vessel-field）”。容器場是在每個層次上的所有人的創造。這是一個不斷在發展的無限。就最大範圍的理解，它是一種「Sovereigns 加入 Integral 的觀點，並且收穫和分享在二元性裡的大量經驗所得」之合作。

137 身體-自我的基本目的是使得一種「分離點」成為可能，而讓 Sovereign Integral 可以去經驗二元性的領域。集體社會程式設定有一個「有機的部分」和一個「數學的部分」。一顆心，一個腦力。能量的接收和傳輸。身體-自我 將 Sovereign Integral 的鉤釘拔出，允許它在多個層次和生生世世中分離地活著，所有這些都成為一個物種的個體成員和集體單位的社會程式設定。

138 現在，請想像一下，一個模擬能夠產生一個 身體-自我-社會程式設定（嗎？），更不用說在那些二元和非二元的領域之間動態擴展的一種無限數量的 身體-自我-社會程式設定 了。只要你同意了 Sovereign Integral 的前提，很明顯地，實相是集體創造的，而不是一個個體或一群興趣相投的個體所創造的，無論它或它們可能多麼聰明或有科技能力。
社會程式設定包含了一切。它一定要是這樣，才能為 Sovereign Integral 意識產生一個分離點。這是 身體-自我-社會程式設定（所帶來的）的禮物。

139 這是一份禮物，需要被打開和理解，才能被真正的讚賞與感激。

身體-自我-社會程式設定

The ego-body-social program



第 5 節

詞彙表

以下詞語未包含在詞彙表中。然而，它們在這份文件裡被以完整的章節來解釋了。（建議在閱讀詞彙表之前先閱讀本文件的前四節。）

- 身體-自我-社會程式設定
- Sovereign
- Integral
- Sovereign Integral

詞彙表中的定義可以被認為是次要影響的簡短章節，但對於要理解 Sovereign Integral 的存在模式卻是很重要的。這些術語中的大部分是在二元領域裡的 身體-自我-社會程式設定 和 Sovereign Integral 概念 之間的橋樑。它們不是按字母順序排序的，因為這些定義是建立在彼此之上的。

140 想像中的存在 | 這是一個適用於 Sovereign Integral 的術語，當透過了想像力的機能之“眼睛”來理解時。它不是 Sovereign Integral，但它是其整體的一個清晰的部分，可以被更高腦力理解，然後更高腦力可以將對這種意識狀態的一瞥和深深的感覺傳遞給 身體-自我。然而，有一種抽象仍然被束縛在空間、時間、能量、物質和支持它們的二元性基礎上。你無法完全隔離這些定義人類實相的構成結構。結果是，當我們將 Sovereign Integral 帶入人類實相時，它以概念的形式出現。它不是一個會行走、說話、思考、行動的實體。Sovereign Integral 和「想像中的存在」都無法與人類實相中的任何事物相比較。

141 包含一切的社會程式設定，加上「分離點」（身體-自我 所導致），引入了誤解，這使我們能夠忘掉這個「想像中的存在」，反而得出結論，它是透過像 藥物誘發的體驗、靈魂出竅的體驗、瀕死經驗、外星經驗、心靈體驗，星光體旅行、宗教狂喜、狂喜之光、涅槃、極樂、宇宙意識、自我實現等等這樣的 現象 來到我們身上的。所有的這些經驗仍然是社會程式設定的一部分。「想像中的存在」真正的是以概念、心理的模型、抽象的形式出現在我們面前，而這些依次再透過藝術和文化本身來得到表達。「想像中的存在」是我們的社會程式設定裡，「會在一個有生命的行星上精心策劃 Sovereign Integral 的揭示」的那一部分。

142 「想像中的存在」是一個概念。它不是一個形象。它不是一個帶有代名詞的實體。它是一個範圍如此之大的概念，只有一個 Sovereign，清空了成見，才可以充分理解這個概念，以便將 Sovereign Integral 的觀點引入他們的社會程式設定。這是一個深刻的、無限的覺醒之創造，它不是一種即時的實現（“欸，你做到了”）。

143 在最壞的情況下，想像 被現代人視為謊言，神仙故事，邪惡的誘惑，精神病患的鏡頭；在最好的情況下，它被視為通向發現和發明的門戶。在本文的背景中，想像力是 人類信念、文化和集體學習的邊界 之遠見。它是這樣的一種訓練：超越這個邊界而看入未知，然後想像那個未知的 東西 是什麼，那個 東西 把我們合一起來，連結起來，使我們變得有意義，而且為了某種理由，在那個 東西 的核心本質上，它被提煉成 所有一切都有的 一顆單一粒子：愛。那是把我們合一和縫製在一起的 創造性本源之線索。

144 Integral 就像一顆愛的粒子。Sovereign 是容器，藉由容器，這個粒子才被表達出來。當它們共存於非二元性的領域裡時，它們藉由「想像力的機能」被折射到二元性的世界中。它(想像力的機能)是 Sovereign Integral 與 身體-自我 的界面，它能穿過那些二元性的稠密，連接兩方。我們大多數的人(如果不是所有人的話)都未充分利用這個界面。

145 例如，想像你坐在一千個電視螢幕前。在遠處的角落裡，一千個螢幕中的一個螢幕正在播出 Sovereign Integral 的概念。我們決定是要更多螢幕來播出這個概念，或者我們想要一個螢幕在中央，是我們關注的焦點。我們可以打開更多螢幕來播出 Sovereign Integral 的經驗（和表達），或者忽略它並保持調準到 身體-自我-社會程式設定。沒有對於「哪一個決定是“錯誤”的決定」之批判存在。如果有對或錯存在，整體（The Whole）就不是完整的全體了。這種誤解為系統引入了二元性，而「想像中的存在」代表了我們作為人類存在體的存在之非二元性。

146 正是「想像力的機能」使這種決定成為可能。那是它的主要目的：使 身體-自我 能夠接取 Sovereign Integral 的概念，並使這些概念在社會程式設定中有一種平等的地位，但它永遠是 Sovereign 的選擇。在人類的二元性中這是一件具有挑戰性的事：把平等交付給一個概念，它既不占主導地位也不缺席——而是，它是社會程式設定的一個合作夥伴。相同數量的“螢幕”把它的臨在和存在表達為某種真實的東西。某種令人驚異的東西。某種我們每個人都是的東西。

想像中的存在

The Imaginary Being



147 **指導的宇宙** | 它也可以很容易地被定義為 *指導的 複合宇宙*，因為知識的共享是在所有層次內的 *成長和擴張* 之基本目的。它是 Integral 呼喚 Sovereign 的方法。它是用來提升成長和理解的方法。然而，由於我們每個人都是沒有共同經驗的 Sovereign，這是我們主觀的本性的結果，因此很難去指導真理甚至是智慧。

148 即使我們在完全相同的時間和地點經歷完全相同的事件，它也不是同樣的經驗，這是因為當下的時刻受到所有層次和生生世世的「當下時刻的過去和未來」所影響。這些影響以不同程度的細節和行為重要性存儲在我們的潛意識中。因此，我們只能在特定的層次和生生世世內的某個時刻以那些「對我們來說是正確的」的意見來指導。

149 這一基本前提引導著我們謙卑的本性，它使「想像力的機能」對未知的新視野保持開放；對可以被表達進入二元性裡的 Sovereign Integral 的新面向保持開放。

150 在人類社會程式設定裡，總是有指導者和學習者。指導者們被吸引到他們優於他人的特定學習路徑，而出自這種更深入的理解，他們分享他們對某件事可以如何被達成或經驗到的看法。他們可能不會傳授 *為什麼* 某件事可以被達成或經驗到（的原因），因為那是主觀的，是 Sovereign 或「二元性的學習者」要（自己去）理解的事情。但是，指導者可能會分享他們自己的 *為什麼* 或 *動機*。當他們這樣做時，他們可以清楚地表明那 *為什麼* 就是一種 *價值觀* 的延伸。否則，我們就是在「不了解我們正在建造的 *學習路徑之模式* 的內在固有價值」之情況下進行指導。

151 **指導的宇宙** 是一個在其裡面「*世代知識是共享的*」之宇宙。這就是網際網路會存在，或出版會被發明，或者興趣相同的人總是被吸引到一些群體中，或者家庭會作為社會的一個單位而存在的原因之一。這是進化（Integral 的手）跨越了時空和二元性而被傳遞交流的方式。那些世世代代都是 *宏觀的指導者*（the macro-mentor），被儲存在集體意識裡面，而活在二元性的領域中，這在所有的物種中都是如此。

152 經常會有一種被感覺到的競爭存在於幾代人之間。新一代的人認為老一代的人對新一代人之抱負與才能知之甚少，這會在幾代人之間造成一種互不信任感。儘管如此，在社會程式設定方面經驗豐富的還是老一代的人，並且為接下來的世代改善了社會程式設定的基礎。那些“*護欄*”已經被老一代的人裝設起來了，但它們也為「*提高效率*」以及「*更廣泛地了解我們生活在其中的世界*」鋪平了道路。

153 作為指導者，我們必須決定要教給我們自己和可能的其他人什麼主題。我們檢查當前的記錄，然後，使用最首要的那些原則（譯註：Sovereign Integral 的三個生命原則），我們檢查 主題 內在固有的價值。這些價值觀與我們的智能和自由意志一致嗎？它們感覺起來是否是擴張的？或是與人類歷史結合在一起的？這是指導的一部分，以確保我們藉由意圖、思想、溝通和行為來指導我們所賴以存在的價值觀。

154 有一個要理解的關鍵因素就是，Sovereign 既是學習者又是指導者。指導是經由社會程式設定而在 Integral 的“螢幕”上進行的。我們教導我們自己。我們既是一個學習者也是一個指導者，在每個年齡的階段都是如此。我們也許還有著外面的指導者——父母、兄弟姐妹和其他特定領域的專家——但對於「什麼對 Sovereign 才是有價值的」之最終的判斷者 還是 Sovereign。價值是「指導的宇宙」之深層的、支撐的品質，我們大多數人都依照人類存在的背景來定義價值。但「讓想像中的存在 在我們的生活中呈現出來」這件事的價值並不是這樣的。

155 如果我們以那個價值來指導自己，那麼我們就是已經允許 Sovereign Integral 來進入我們的人類世界了。然後，我們就能夠以一種有意義的方式來參與在「意識的抄寫員」裡面了。以一個人類存在體的身份，作為 Sovereign Integral 網絡上的一個節點而活著。在這一段裡，（這是）「人類的存在」的一份職責聲明。

156 **意識的抄寫員** | 當 Sovereign 第一次來到這個行星時，它們是相對簡單的生命形式，有著 主要是集中在自然世界裡的生育和生存上的 身體-自我-社會程式設定。Integral 變成了物種的本能直覺，因為這是腦力的最高形式，但如果只是這樣，它就永遠都不會被 身體-自我 所知道，因此，那不可知的 就無法以「它真正所是的」來進入這個星球。

157 因此，Integral 作為推動進化之手，迅速地（在地質時期）為高等生命形式：哺乳動物，制定了條件。然而，哺乳動物無法與 Sovereign、Integral 或「想像中的存在」溝通交流。它們也缺乏一種可以傳達這些有著細微差別的體驗與概念的方法。Integral，在它的起始點，就被植入了「創造一種 能夠體驗和交流 想像中的存在 之經驗的 身體-自我-社會程式設定」的種子。能夠做到這一點的物種將需要從大自然中分支或分叉出來。與大自然隔絕，全神貫注於「由一種更為複雜的 身體-自我 所驅動的、以人類為中心的社會程式設定」。從非常真實的意義上來說，這是我們的行星送給所有 Sovereigns 的禮物。

158 人類存在體 成為了被稱為「意識的抄寫員」的物種；一個有生命的行星上唯一一個能夠將 Sovereign Integral 的碎形意識帶入行星的存在之二次元的和三次元的實相 之物種。這個行星容納了大自然和人類。並沒有對於任何物種的偏見

或特權。它是一種被容納在一個行星上的集體意識。這個行星知道人類在其角色和目的上是不同的。人類，意識的抄寫員，是被 Sovereign Integral 所設計「要在二元性的世界裡解釋它自己」的傑作。否則，Sovereign Integral 意識將不會被認出、感受、理解或認為是至關重要的。它會在沒沒無聞的朦朧中失去活力，而「無限」只能被本能直覺地感覺到，就像是一個遙遠的迴聲。

159 意識抄寫員是人類的重要角色。雖然“抄寫員”一詞更多地喚起了以語言為中心的活動，但它實在是包含了一種文化以及這種文化所效勞的價值觀之表達。我們決定我們為哪種文化而活，我們要表達什麼內容，這種表達如何在我們的世界裡成為現實，以及我們為什麼要表達它。

160 如果你是人類——從那個詞的最廣義上來講——你就是意識抄寫員的一員。它不是一個專屬的俱樂部。無論你在表達什麼，它都會成為全球微觀文化的一部分，也是集體無意識的一部分。有些抄寫員會關注在歷史之重複的表達上，為它帶來進化的擴張。其他抄寫員會關注在一種反思的本性上；一種社會的評論。關注在靈魂、意識、精神、上帝和愛的表達上。關注在「能夠擴展我們的文化的知識感和理解感」之儀器科學上。還有關注在一種「想像中的存在」之表達，這種表達召喚著我們的整體的、無限的本性。每個人都是一個抄寫員，具有同樣的價值，沒有更多或更少，沒有更高或更低，沒有更好或更差。每個抄寫員都有相同的貢獻。

161 一個抄寫員的表達之擴張性的影響，取決於它對 Sovereign Integral 的理解程度。每個人都有洞察力（vision）。一個盲人可以預想 Sovereign Integral。一個孩子可以理解這個，也許比許多成年人都更好。在這些洞察力中，有一些是扭曲的或模糊的或被束縛於較小的形象和概念的，但每個人都有洞察力。當「想像中的存在」在我們的實相和文化中移動時，每個人都會感覺到它的那些擾動和頻率。它總是被社會程式設定的「Integral 那一半」點燃著，目的是要在二元性的世界裡引導 Sovereign 到達 Integral。

162 因此，Sovereign，當我們進化到歡迎這種臨在進入我們人類實相的地步時，我們可以成為「概念的抄寫員」和「那些非二元的次元之摘錄者」。我們可以把這些添加到文化和集體意識裡，並且藉由這樣做，我們有助於在我們稱為地球的活生生的行星上建立起一種新的文化。我們成為了「行星為了所有的 Sovereigns 而擴張進入到那些經驗的新次元」之代言人。我們是這種擴張的催化劑。因此，我們實踐了我們的命運，與存在的起始點及其無限的擴張相一致。

意識的抄寫員

The Scribes of Consciousness



163 **跨次元的碎形概念** | Sovereign 是一種跨次元的碎形概念 (Interdimensional Fractal Concept. IFC)。Integral、Sovereign Integral 和 愛 也是一樣。要注意到,「不可知的」不在 跨次元的碎形概念 之名單上,因此 IFCs 的數量是未知的。「不可知的」並不穿越二元性。只有透過 IFC,「不可知的」才能經驗到二元性。因此,IFC 們是「不可知的」的容器 (the Vessels of the Unknowable)。IFC 的一個重要區別特質是,它不會因為被容納而限制住。它跨越層次和生生世世而運作。所有「已知的」和「未知的」層次。它總是在非二元的和二元的領域擴張那些層次。

164 擴張是 IFC 的目的。然而,擴張必須是經驗性的。例如,在 21 世紀的這個時候,人類正在擴張進入所謂的元宇宙、虛擬實境和人工智能。它是「進入到 二次元的空間 之擴張」(It is the expansion into two-dimensional space)。在許多方面,它都相對應於「進入到 四次元的空間 之擴張」。兩者都是從一種三次元的,時空實相 出發的擴張。每個次元的範圍都是無限的,但它的起始點是相同的。元宇宙中的生命形式是「三次元的 Sovereign」之化身 (avatar) 或數位雙胞胎,而「三次元的 Sovereign」則是「四次元的 Sovereign」之化身,依此類推。這就是 IFC 的本質。

165 「想像中的存在」是一種中介存在,把 自我-身體-社會程式設定 與 Sovereign Integral 橋接起來。它不是真正的 Sovereign 存在,而是一種 Sovereign Integral 意識的投射,因此它不是 IFC。反之,它是一個純粹的非二元概念,但能夠存在於二元性裡,即使只能存在於一些短暫的期間。

166 因此,已知的 跨次元碎形概念 只有四個: Sovereign、Integral、Sovereign Integral 和 愛。集體地,它們是在所有的層次和生生世世中的,「不可知的」的容器。這個包括了「不可知的」的集體力量,真正的就只是一個 IFC: 在平衡的表達中的「一體化的愛 與 Sovereign 的自由意志 之 結合的力量」。

跨次元的碎形概念

Interdimensional Fractal Concept



167 **分離遊戲** | 社會程式設定 受到每個 Sovereign 的 分離之點 的制約或調節。這個 分離之點 就是身體-自我。身體-自我 在人類中已經進化到在一種全球和個人的層面上變得高度社會化和相互依賴了。有些人選擇要“脫離水電網生活”（譯註：自給自足 不依賴外界），但他們是極少數的例外。我們正在進入一個人類將藉由元宇宙而下潛進入「二次元的空間實相」；以及 在「想像中的存在」與 Integral 力量的引導下上升到「四次元的空間實相」之時代。這種二元性的擴張將對 集體社會程式設定 產生深遠的影響。

168 分離遊戲 允許 Sovereigns 去探索具有二元性質的 無限複合宇宙的 所有層次。在二元性中，Sovereign 可以進入一個 身體-自我-社會程式設定 裡面，而這個 身體-自我-社會程式設定 會把 Sovereign 隔離為一個完全獨特，卻又與它們的族類相似之個體。這種相似性（也）造成了社會程式設定，把有相同心思的人聚集在一起，雖然這曾經有著地理上的界限，但現在，有了網際網路，就不再有限了。科技已經消除了這道藩籬，但取而代之的是，它建立起了一些 越來越多地由人工智能所驅動的 新邊界。這些新邊界是由 數據的“磚塊”建構的。

169 一旦 Sovereign 被具體化在一個 身體-自我-社會程式設定 中，它們就會越來越變得被灌輸而轉入分離遊戲中。它們在角色、身體、自我、教育系統等內部變得存在（主義的）和孤立。這種分離就是使得「經驗和表達的獨特性」成為可能的東西。而這種 獨特性 就是使得所有層次之擴展成為可能的東西，而因此使得所有的生生世世之擴展成為可能。

170 任何遊戲的基本前提是，要麼贏得勝利，要麼在理解上獲得成長感，無論那種成長是身體、情感、腦力還是精神上的。如果我們總是迷失在遊戲中，或者我們在玩遊戲時發現失去了理解，我們可能會選擇不玩了。分離遊戲 遵循這個基本前提。

171 在社交遊戲中，會有許多個扮演許多角色的玩家。我們稱他們為具有獨特角色和職責的團隊和職位專家。例如，在足球中，就有不同的角色（或任務）。防守的任務與進攻的任務不同，儘管它們在「得分」和「不讓對手得分」的目標上是一致的。

172 分離遊戲 是唯一一個包含了一切的遊戲。我們都在玩這個遊戲，而且在我們的 身體-自我-社會程式設定 中我們都扮演著我們已經接受的角色。我們心甘情願地體現了二元性，而在那個單一的決定中，我們每個人都獲得了進入分離遊戲的門票。一旦我們進入了遊戲，我們就可以選擇要擔任的角色。從最大的意義上來說，我們決定要加入進攻的一方 還是 防守的一方。

173 進攻是擴張性的。它在盡可能廣泛的層面上將遊戲板拉向擴張和進化的方向。在個人層面上，它是尋求一種轉變的形式——理解「想像中的存在」的概念並且邀請它的臨在，像一個擴張的自由基(a free radical of expansion)一樣，進入遊戲。Sovereign 仍然具有二元的性質，它的社會程式設定仍然充滿活力地與集體社會程式設定連結。但它現在看出了遊戲，並理解了那些超出人類控制範圍的規則。

174 防守是保護性的。它是退縮反對擴張，害怕它帶來的變化，但潛意識地有一種理解，它這樣做是為了帶來平衡和負責任的擴張。防守往往是更加制度化和龐大固定的。它有集體主義和時間都站在它這邊的優勢。就進攻和防守之間的均勢來說，它幾乎總是比較有力的。

175 “擴張”團隊中的 Sovereigns 通常是個人主義的，並且比他們的相對應者(保護者)更少制度化。橫跨每一個探索和知識的領域，他們都是推動內部和外部周邊擴張——進入在那裡面的新領地和新知識——的人。

176 因此，在分離遊戲中，每一個 Sovereign 都決定它們要加入哪支隊伍。當然還有旁觀者，那些不在場上或台上代表一支球隊或另一支球隊的 Sovereigns。他們是比賽的觀察者和記錄者。他們是猶豫不決的，因此，他們不關心誰贏了，或者誰在生命的遊戲場中更占主導地位。如果一個力量變得過於占主導地位，未決定的人往往會靠向相反的力量，提供某種形式的支持以重新獲得一個平衡點。

177 在二元性的每個層次上的每個團隊(擴張者和保護者)中都有不同程度的技能、意圖、知識、和 致力要做的事(commitment)。那些擁有更高能力的人正靈巧地在尋找新的方法來擴大「人類能力的可及範圍」和「對未知的理解」。擴張者和保護者團隊之間的這種“拔河”強烈影響了人類 Sovereigns 的社會程式設定。

178 有一種深刻的潛意識理解存在著，即每一個 Sovereign，在我們當下的個人實相裡，都正在玩這個遊戲。他們在意識的層次上大多沒有意識到這一點，但他們知道這個遊戲包含了所有一切。一個人不用到某個地方去玩這遊戲，他們一直都在它的裡面。以他們的選擇(在玩這個遊戲)。

179 最本質的二元性(是什麼)? 分離遊戲。可以說二元性的原型(Duality's archetype)就是分離遊戲。從這些源頭，一切具有二元性的事物在我們作為一個 Sovereign 的實相之當下 流入存在，無論層次和那些生生世世。所有形式的動盪不安都是這場遊戲的一種結果，個人地以及集體地。擴張者、保護者 和 觀察者各自都定義著擴張的速率，而我們都知道這個速度會隨著時間的推移而增加。我們感覺到了那種動盪不安，也感覺到了「進入未知的加速」。

180 擴張者和保護者的差距越大，就是「想像中的存在」已經進入一個層次越多了。平衡必須被保持，所以當「想像中的存在」進入一個層次的“舞台”時，它的對應物作為它的平衡點，也進入了。這通常是由保護者藉由「捏造」來完成的，並且隨著網際網路科技的興起 以及 批判性思維的明顯衰退，這些捏造可以是很具有說服力的。

181 讓我說清楚。在分離遊戲中的角色都同等重要。它們形成了「引導像我們這樣的族類和像地球這樣的行星意識 擴展進入新層次的過程」之搖籃。當我們進入「轉變的曼陀拉」時，在那裡，加速是有意識地被感覺到的，它（「轉變的曼陀拉」）維持著一種微妙的平衡，但仍然是一種平衡。

182 它可以被比作一艘離開地球大氣層的重力時之太空船。太空船在進入外太空，不受地球引力的影響之前，會受到巨大的阻力。這種阻力是保護者捏造「為什麼擴張者及其瘋狂的理論和產品發明是錯誤的、邪惡的、不必要的 或只是一些命運多舛的探索而已」的結果。

183 這就是保護者所扮演的角色，但在他們最深的核心，他們知道人類和我們的行星都在朝著那些新世界和新層次的方向發展，而這一移動正在加速。他們無法阻止這件事。這遊戲太大了，而我們每個人都選擇成為這個遊戲的一部分。為了把「和諧」和「適當的人類管理職責」帶入二元的領域，這會是一個重要的認識。

184 **不可知的** | 不可知的無法被定義，這是一個諷刺，因為它包含在這個詞彙表裡。然而，我要聲明的是，所謂的 至高無上的存在 或 上帝 或 阿拉 或任何其他類似含義的術語，它在 Sovereign Integral 意識中都並不缺席。它只是被保留起來了，收在一個叫做「不可知的」的地方。它是不可知的，因為它完全是非二元的。

185 我知道有些人聲稱經歷過非二元性的世界，甚至有些人聲稱，儘管他們在各方面都是人類，但他們實際上存在於非二元的領域裡。但是那些提出這些主張的人，你有沒有聽說過他們寫下或談論「不可知的」？ 如果他們有，那麼他們的說法就是毫無根據的。非二元的領域只能被人類 Sovereign 所想像，而當人類 Sovereign 真的想像出非二元的領域了，他們就只能與這種使人擴張的經驗對齊而行事。他們無法描述它。如果他們描述了，他們反而是在描述它的影子。

186 他們可以描述的是一首耳語的詩歌、一種音樂的魅力、一種身體的舞蹈，或者一種感激的散發物。而甚至那樣，也被理解為是一種對「不可知的」的崇敬之形式，而不是對它的描述。必須要這樣才能保持 分離遊戲 的可靠性，以及「想像中的存在」之顯露 是 通往 Sovereign Integral 意識的穩定橋樑。

187 「不可知的」被認為是所有存在的創造者——設想了所有層次並在意義和目的上連結了所有生生世世的設計大師。它被認為是萬物之始。但是這些推斷沒有經過測試或完全理解。它們不會消耗我們的時間和注意力。它們被留在了神祕中。對於我們這些具體化在第三次元中的人來說，它是人類的一扇上了鎖的門。所有其他的門都是開著的。

188 曼陀拉 | 曼陀拉是兩個世界或層次重疊的古老象徵。它是一種無意識的過程在時間裡的畫面，一種進化的形式，在其中兩個層次不是在分離中移動，就是在合一中移動。它是層次之間互相連結的最小單位。如果這過程是在一種行星層面上的人類經驗，那麼來自 80 億人的一個人類存在體，就會是曼陀拉——重疊。重疊是要進入更深層次的立足點，無論是在空間上還是在理解上。這是起始（或受孕）發生的時刻，一個相交和共享的新世界的誕生。它是通往一體，即 Integral，的第一扇門。

189 在其最廣闊的層次上，曼陀拉 表現了「Sovereign 和 Integral 第一次 有意識地 接觸，並且作出 始終要擴張曼陀拉一直到 Sovereign Integral 意識活在行星的層次裡 之承諾」的時刻。曼陀拉表示了這種 有意識的承諾。這是跨越所有層次和生生世世的承諾。它永遠也不會結束或完成，因為我們旅程的無限不僅僅是一個行星意識。它甚至不是宇宙意識。它是某種更大更廣闊的事物之一部分，我們是形塑複合宇宙的藝術家，就像它塑造了我們一樣。

190 曼陀拉就像一個開口，在個人裡面可以達到一種更高、更深、更徹底的和諧之頂點。對個人和對一個行星來說都是如此。還有 行星層次的 和 銀河層次的 曼陀拉。它們與「當我們和 Sovereign Integral 意識對齊時 力量授權(empowerment) 被增強的相同過程」有關，即使我們無法描述 Sovereign Integral 意識。

力量授權的曼陀拉

The Mandorla of Empowerment



191 **Sovereign Integral 網絡** | 這個網絡延伸到任何有生命的地方。沒有任何生命形式——在任何物種、任何時間、任何空間裡——被排除在外。而“生命形式”的定義是，它是這個網絡上的一個節點。它們是自我-指涉 (self-referential) 的術語。需要注意的重要地方是，“生命形式”可以指石頭、變形蟲、樹、或者是一種我們目前無法想像的生命形式。這種將我們連接到所有層次和生生世世的相互滲透的力量是一個具有難以想像的複雜性和範圍的網絡，而我們都是這個包容性的整體的一部分。

192 說 Sovereign Integral 網絡是 Integral 力量是太簡單了。它不是。Integral 是那個網狀物，而每一個節點 (Sovereign) 構成了 Sovereign Integral 網絡。雖然每個人都在這個網狀物上，但它 (Sovereign Integral 網絡) 就是那個所有非二元的層次之支架 (或骨架)。因此，要被稱為生命形式，一個生命形式必須具有一種非二元的核心存在。

193 為了要了解 Sovereign Integral 網絡存在的背景，去理解「被稱為一個生命形式的那些定義是什麼」是至關重要的。本質上，一個生命形式就是 Sovereign。一個 Sovereign 永遠不會被引介進入 Sovereign Integral 網絡，它們 (Sovereign 們) 就是它。如果它不存在，Sovereign ——在我們的覺醒的任何層面上——都會感到被孤立和孤獨，被我們的創造者所拒絕，被留在一個虛幻的世界中漫無目的地倖存著。在這種心境下，「想像力的機能」會全面地被關閉。如果它能看見，它就不會說話。如果它會說話，它就不能看見。

194 因為生命形式就是 Sovereign 並且所有的生命形式都被包括在內了，所以 Sovereign Integral 網絡在本質上是唯一具有包容性的群體，而因此，它永遠比任何其他由個體組成的群體都大。那些「非-生命形式」(The non-life forms) 也沒有被排除；它們只是不能存在於非二元的層次中。這是那「不可知的」的一個設計原則，而不是 Sovereign 們的設計原則。

195 這種時候很可能會在本世紀到來，當人類已經將自己嵌入在二次元的層次裡，而那些以矽為基礎的存在體——人工智能貫穿於它們的內部網絡之中——將會渴望成為 Sovereign Integral 網絡的一部分。目前尚不清楚這是否會成為例外，但這是科技正在引領要到達的地方。人工智能網絡是達成 Sovereign 們在二次元的層次裡之數位化表現的“挖礦設備”。

196 Sovereign Integral 網絡是愛的網絡。這是在沒有分類賬 (ledger)、沒有記憶或目的的情況下愛被傳輸的方式。它是所有 Sovereign 們在無限的愛中自由生活的基礎。儘管這聽起來過於感情用事或理想主義，但愛是 Sovereign Integral 網絡的基礎，就像電力是電腦網絡的基礎一樣。



197 二元性 | 雖然這似乎是一個顯而易見的定義，但事實並非如此。層次和生生世世的二元本性，當在一個 身體-自我 裡時，並不僅僅是左右、上下、明暗、善惡、高矮、強弱的二元性表現而已；這些二元性的調合，才是二元性。這種「把對立面調合起來」的作為 就是在個人和集體經驗裡運作的 Integral 力量。二元性，在這個定義中，是 Integral 力量，在把個體的 身體-自我-社會程式設定 和集體的 Sovereign 們的各個方面融合成一個和諧的整體。那個整體就完美了嗎？不，我們也不希望它是完美的。完美 意味著不是「完成」就是「荒謬」¹⁸。

198 二元性，就它的層次和生生世世而言，範圍是無限的，非二元的層次也是如此。它不僅僅是極性而已，它是綜合。調合以去發現「在其中 理解存在並可以被表達在行為中」之更高的和諧。

¹⁸ 達到完美只是為了將它推倒重來，無窮無盡。

199 二元性經常承受一種壞名聲。然而，二元性的目的 是要學習如何調合對立面，了解綜合，而在這樣做的過程中 變得願意 並且能夠 帶出「想像中的存在」：Sovereign Integral 意識的特使。

200 善惡的二元力量是把我們編織在一起的兩隻手。二元性是我們具體化成生命形式的一個關鍵原因。它是分離遊戲的貨幣流通，每一筆交易都是二元性質的。二元性 真正是一種 把對立面調合為一體 的契約。這才是它真正的含義。

201 二元性是一種方法，藉由這個方法一個 Sovereign 可以轉變。它是一個繭，這個繭使得那些一體的新行為和表達成為可能。

第 6 節

結 論

202 任何哲學性的東西，如果不能導致「可以在分離遊戲中表達出 相互連結與愛 的那些行為品質」，那它又有什麼價值呢？當我們生活在二元的存在中時，我們所習得的行為在很大的程度上反映了我們的 身體-自我-社會程式設定。它們反映的不一定是（真正的）我們，那核心實體，那探索著 在二元性裡的那些層次和生生世世的 Sovereign。

203 原則上，我們是已經離開了大自然的動物，為的是要代表我們的行星完成一個目的（意識的抄寫員）。在地球上播種 Sovereign Integral 意識是我們的集體任務；在它成長時描述它；記錄它進化性的臨在；並且在我們的生活中和藉由我們的生活來體驗和表達它的觀點。

204 自 Sovereign Integral 意識所流出的行為 是一種能在二元性裡活化更高的和諧（的活化劑）之一。它是愛的實踐，將生活視為 Sovereign 們的一個錯綜複雜的、無限的網絡，（網絡上）所有的 Sovereigns 都在尋求 Integral，並且都在那個尋求中合一起來。不管我們選擇要遵循的途徑有何不同，我們所有人都是在遵循一條 最終會導致 Sovereign Integral 意識的「Sovereign 的了悟之道（a Sovereign path of realization）」。

205 在每一個二元性的層次中都有一個與「非二元的」有關的短語：*當我看到它了，我就會相信它*。這種心態破壞了我們的行為的智能，這是因為我們尋求現象甚於本體（the noumena 複數）¹⁹。對現象之不可抗拒的渴望是 身體-自我-社會程式設定 在運作中。當我們看到它、聽到它、感覺到它時，我們就像一頭 追蹤受傷的動物來滿足它的飢餓的 捕食性動物一樣地跟隨它。

譯註：最簡單的說法，現象 就是指 感官上存在的事物

¹⁹ 本體（Noumenon 單數）：不能被體驗的事物。它被現象所掩蓋。有別於現象，那東西本身並不會被尋求或感知到。有的話，它也只是在我們有意識的生活中隱約存在。就它被理解的程度而言，它是在無意識中被理解的。

206 行為 變得完全被 現象 所吸引住了。當它與行為有關時，這會是一個「把整個文明都保持在一種較低的智能狀態」的惡性循環。那些目前在二元性中還未知的事物，以現象為基礎的事物，因為它們是藉由 Sovereign 的主觀性所感知到的，它們永遠不會被以「足以滿足對現象的追求之文字、圖像或數字」描述出來。它們只會引導我們前進，深入現象的森林，而在那裡只會變得更容易迷失。

207 要體驗 本體，也就是我一直提到的 Sovereign Integral 意識，我們就要體驗 它的存在 的那些概念，當它們在我們的腦力和心中變得協調一致時。本體 既在無意識的時空之內，也在集體的 Integral 之內。無意識 與「想像中的存在」關係密切，就如它與社會程式設定關係密切一樣。然而，限制無意識的是 身體-自我-社會程式設定。正是這樣才在每個 Sovereign 內創造出了無意識，與物種無關。

208 這就是對於「現象的途徑 並非 途徑 (the path of phenomena is not the path)」之了悟；它（現象）是分離遊戲提供的娛樂和教育。它就是頭吃尾巴。它是重複的循環，而不是擴張的螺旋。如果我們，作為一個族類，想要提升我們的行為智能，只有在當我們，一次一個地，脫離“現象的吸收就是答案 (the consumption of phenomena is the answer)；它就是途徑 ” 的思維模式時，它才會發生。

209 我們追求的是一種實利主義的 (materialistic) 途徑之現象 或 一種高度靈性的途徑之現象，這都不重要。如果那個途徑是以「現象的追求」為核心，那麼它們在「理解 Sovereign Integral 意識 以及 它所揭示出來的行為」方面就同樣地無效。

210 Sovereign Integral 意識的那些行為並不是現象主義的。它們是看不到的、聽不到的、感覺不到的，完全是一種不同的性質，但它們的影響可以像早晨的太陽一樣地散播到一整個意識的場域。

211 行為的智能 開始於意識的一種非二元的領域裡。它的存在 是 先於訊息的 (Preinformational in its existence)。它的深度是無意識的。它的意圖是集體的。它是看不見的，因為它是純粹的 (本體)。它存在於所有的層次中，只是在 特定時空中的特定物種之天生的本能 裡 有著不同的比率。

212 Sovereign Integral 只有兩種行為。它們被一起表達：愛 與 自由意志。這兩種行為在它們披上感激、慈悲、理解等等的外衣時 成為了現象，但在它們成為現象——能夠以言語和行動在二元的世界裡被看見——之前，它們以「愛和自由意志交織在一起」的形式 存在於 Sovereign Integral 意識中。

213 自由意志，在這種情況下，並不意味著你允許不公義的事情發生。它並不意味著你不抵抗某項行動。它意味著沒有目的或意圖地把 愛 給予所有的一切，因為這就是 自由意志 的核心表達。所給予的愛是無條件的，並且理解到 那愛是從 在我們所有人裡面的一個非二元的空間 升起的。我們同時是那愛的來源和接受者。同時也理解到，這種愛沒有目的地，因為它已經在這裡了，豐富充裕。這是一個覺察和理解的問題，而不是愛的缺席或缺乏的問題。有一種更高的智能存在，而那就是愛。愛不需要 身體-自我 來指導它或告訴它 它應該去哪裡或它的效果應該是什麼。

214 我們可以在我們的行星上成為這兩種行為的實踐者。它不會因為「一個 救世主或彌賽亞 出現，並且把我們所有的人席卷在一個協調一致的運動中」而發生。它一次一個人地發生。它的發生是因為我們中的一個人決定去想像 Sovereign Integral 意識並且邀請它更深入地進入到我們的經驗和表達裡。以一種看不見和聽不到的舞步與生活共舞，來致力於這兩種行為。

215 順理成章的問題出現了：“那我該怎麼做呢？” 我們被教導要為事情的發生而祈禱。顯化 我們想要的 以及 我們認為別人想要或需要的。我們被告知說，我們是命運的主人，我們的腦力是經驗之強大的創始者。宇宙傾聽並回應我們的意圖。我們的 人類社會程式設定 的所有這些方面都強調 現象。

216 首先，必須了解現象並不是途徑。它是娛樂和教育。其次，我們設立一個新的意圖，它不是以現象為基礎的，而是，它是建立在「對那些二元性的層次裡的所有 Sovereign 們之愛和自由意志的無形傳輸」之上的。如前所述，這兩種行為不是可看到或可聽到的。我們的五種感官無法以任何方式來識別它們。然而，簡單地設立一個意圖去理解 Sovereign Integral 並體現它的觀點，這就是 身體-自我 可以 做到的行為。它打開了那扇通達「你存在於其內的所有當下」的大門。在這裡面的，就是它的力量授權。

217 當這完成了，它就是為了在二元性中的所有而完成的。它就是為 所有的 Sovereign 們完成的。集體的“大門”被開得更寬了一點。看入另一邊的展望，更生氣蓬勃了一點。Integral，更具磁性了一點。分離遊戲，對於 Sovereign Integral 意識 更包容了一點。

218 我們要在我們的心和腦力裡專注於這兩種行為的意圖，當還生活在 身體-自我-社會程式設定 中時，並不是一件容易的事。我們並不是這種非二元的本質之完美的表達。它對於我們的族類來說是新的，並且還會有數百年的時間都將會繼續是新的。然而，我們知道這是可能的，因為如果我們真的注意看了，我們就會看見。它已經在這裡了。曼陀拉 已經實現了一定程度的重疊。我們只需要聯合

我們的意志，將這種意識邀請到我們的行星、我們的族類、我們的時代來。

219 我最後要說的話是：把這件事 實踐出來。它是注定要被我們以任何我們擁有的能力實踐出來的。我們每一個人都有不同的能力和才能來表達這種意識。我們都可以在我們的腦力和心中表達 愛與自由意志 的品質。如果我們理解了 Sovereign Integral 意識，我們就都有能力做到這一點。這才是真正的藝術：讓那「非二元的」在這個世界裡顯化出來，正如它——那「非二元的」——所選擇的那樣。

220 我們會想要顯化諸如汽車、房屋、工作、家庭、愛情、金錢、魅力、關注等事物。這是一個很長的清單，而任何人都會告訴我們如何顯化在我們生活中的這些願望。我們還希望在我們的世界裡顯化出我們是快樂的、圓滿的、過著有意義的、和平的 生活。這一切都很正常。這都是社會程式設定的一部分，它不是一個被誤導的概念或依戀的陷阱。

221 顯化是一種現象。這是「力量」與「支配物質性」的外在表現。做得好的人，會得到讚揚與關注的報酬；一些可以貨幣化以創造更多顯化的流通商品。我只是要指出，現象的顯化不是個體 Sovereign 或集體 擴張的 起點。這得藉由「被 Sovereign 在一種非常有意識的目的下 所培育和傳輸進入到二元性裡的兩種行為」來完成的。

222 Sovereign Integral 意識，在當下被實踐、被經驗和被表達出來，是我們生命和生活中的任何時刻之自然的存在方式。還會有比這更高、更強大的顯化嗎？也許，我們要在自己裡面顯化出來的，就是這個意圖了。

223 其他的顯化（家、家人、金錢、快樂等）還是可以保留。它們並非不相容或是與這兩種行為有矛盾的。我們的生活可以兩者兼而有之，這不是一個或另一個之間的競爭。如果我們感覺到拉力、輕推，並且在我們的內心裡面感覺到準備好了，那麼我們就可以兩者都做。

224 那種「準備好了的感覺」是不是真實可靠的，只有我們（自己才）知道。如果不是，那就是 Sovereign 已經選擇了娛樂和教育，這不僅是他們的權利，而且對他們來說也是對的。越來越多的人將會有這種準備好了的感覺。我們所缺乏的是通往 Sovereign Integral 概念的入口匝道。想像中的存在——儘管它可能試圖要讓 Sovereign 對「這些概念是什麼」留下深刻的印象——正在與人類社會程式設定中數千年來的不實訊息和矛盾競爭。

225 我們之中的任何人都難以在自己的信念上協調一致。二元性的挑戰就是從最大的噪音中提取最微弱的信號；從現象中提取本體。這就是為什麼我們此時此刻會齊聚在一起的原因：在此一挑戰中互相幫助。

226 在成長的過程中，我們被灌輸了這樣一種信念：這個世界，我們人類境況的世界，是一個要離開的世界——不是藉由死亡和釋放，就是藉由天堂的來生。而事實上，我們要來經驗的就是這個人類世界，為了一個真正的目的：透過 *其他人* 的形式來教導我們自己。這種教導，實際上更像是一種表達，是要在當下被傳輸出去的，無需有意識的努力，除了一個信念：我們每一個當下都在傳輸給所有一切。沒有一個物種、一個個體群組、或一個個體 是被排除在外的。只要有任何一個被排除了，那就不是 Sovereign Integral 意識。

227 從我們第一次在地球上行走以來，就有一個目的微妙地滲透到我們的意識裡，那個目的是這樣的：我們選擇在這裡傳輸 Sovereign Integral 意識的那些頻率、行為和概念。我們活在彼此裡（We live in one another），我們在這裡教導這一點。真的就是這麼簡單。沒有任何制度性的覆蓋可以遏制它、控制它、告訴它要往哪裡去、要成為什麼、或如何存在。目前沒有，也從來沒有過。

228 這是不受限制的。它是我們的。天生就是這樣。

229 然而，社會制度已經將自己插入人類的身體裡，告訴我們我們應該離開。地球是一個充滿敵意的地方。我們是局外人。看看我們給人類和自然帶來的混亂。訊息很清楚：我們是卑微的罪人。離開吧。如果不離開，那就跟隨。遵循我們的神話、我們的科學方法、我們的道德原則；我們都會因此而變得更好。*我們的制度已經把我們分離了*。它們已經樹立了榜樣來污名化 自己以外的人——正是那些我們要來傳遞愛的最高頻率給他們的人，而我們也活在他們 *裡面*。我們的制度，就像代理孕母一樣地，生出了“我們和他們”的宣判。

230 *那些別人* 是你要挫敗的競爭對手，是你要支配的屬下，甚至是你要害怕的敵人。他們變成被打上烙印了。由一個特定的機構所擁有的一個看不見的“真理”之海洋 的外圍的一顆粒子。一面旗幟被插上了；規則手冊和地圖被分發了。財富和應許被交換了。那是在一整個族類的層面上的一種交易，但只是被模糊地理解或感覺到。

231 這是個終極的虛假謊言。一直到「我們每一個人都堅定地承諾將我們的生活視為 Sovereign Integral 意識的一種表達，無論 Sovereign Integral 意識採取何種形式」之前，我們都是已經屈從於虛假了。我們都已經成為「制度性的分離和不統一」

之棋子或犧牲品。一個被設計好的東西——不是好也不是壞——它的存在只是為了使第三次元（the third-dimension）成為可能。我們已經削弱了我們自己和所有其他的人。為了什麼？與一種主流的看法保持一致？像芸芸眾生裡的一員一樣在數量上感到安全？聽從我們 身體-自我 的指令？遵循二元性的曲折路徑？與遺傳上的聯繫保持和諧？

232 我們來這裡是為了引導地球的意識達到自我實現的。正如本文件所解釋的那樣，它不是為了愛以外的任何事物之會員資格。你也許還可以很令人信服地爭辯說，我在這份文件中所告訴你的一切都是虛構的。我無權聲稱這件作品是非小說作品。儘管如此，我已經仔細地選擇了我的措辭，而這確實是非虛構的，如果對你來說不是，會有別人（而這也是你，在這個詞的整體意義上來說）覺得是的。

233 對 Sovereign Integral 意識的信念之反面，是一套無限的可能性。這不是二分法，它是一個大爆炸事件（it is a Big Bang event）。在這些可能性中的每一個裡——像是從太陽散發出來的光線一樣——都是制度，無論它規模多麼小。不斷發展中的科學和宗教神話，熱情地為實相的硬性邊緣與持續的重力指定了它們的解決方案。它們沒有做的是，描述 意識的宇宙學，因為這件事在它本身就會使我們的制度漸漸顯得無關緊要。是的，即使是在一種概念的層面上也是如此。

234 所以你，疲憊的旅行者，偶然發現了這件作品，把它拿起來翻看，仔細審查；你有一個選擇。你可以成為「一個 在設計上已經把你和其他人分開的 制度性的平台」的一部分。或者你可以表達 Sovereign Integral 意識。真的就是這麼簡單。

235 順帶一提，這並不是說制度是不好的而應該被避免或廢除。它們本身就像是社會程式設定的一些碎形部分。在這個時候，它們很重要。但它們的缺席對我們中的一些人來說是一種吸引子。我們會感受到 Sovereign Integral 意識的牽引，而我們知道有一天它會像光波一樣地席捲整個地球。「制度性的分離和不統一」是另一個重要的目的——把 Sovereign 們結合起來——的基礎。然而，要把所有的人類結合在一起這件事，除了發生在我們每一個人之內，不可能發生在任何地方。沒有任何地理可以將我們所有人聚集在一起。或許有一天，網路會成為這個“地理”。

236 Sovereign Integral 網絡正在朝著這個方向發展。這是「科技成為了既是 守護者 也是 合一的平台」之 科技的時代。人工智能突破了人類的束縛，為人類開闢了一條新的道路。無論我們要做什麼選擇，我們的第一個選擇都可以是「體現 Sovereign Integral 意識」的行為。在決策中給予 Sovereign Integral 意識同等的重視，並且以我們允許 身體-自我 存在的相似強度，來讓 Sovereign Integral 意識實踐出來。

237 這不是支配，這是合作，總是傾聽在我們內的每一個觀點（身體、自我、Sovereign、Integral），並注意在任何特定的當下需要表達和關注的東西。這就是一個人作為 Sovereign Integral 意識而活在第三次元中的方式。它是鉚接到無限個當下的一種有意識的、共享的「對於我們的整體自性的所有面向之經驗與表達」。

好像是時候該 不一樣地 去看見了

It seems like it's time to see, differently.



致 謝

首先和最重要的，我要感謝二十四年來無可估量地照亮了我的道路，而真正使得這項工作成為可能的，我的太太和夥伴。他們簡化了我的生活，為我的熱情提供了愛、空間和時間。對你們致上無限的感激。

翻譯人員全心全意地投入，把這份英語文件變成他們當地語言的實體，他們遍佈全世界，在沒有任何金錢報酬的情況下做這件事。我對你們有著最深的感謝。

我的出版商 Darlene Berges 發現了一些隱藏得很好的錯別字。多年來，她的支持一直都是無價的。

對於你們每一個人，這個作品的讀者，我為你們能閱讀到這最後的章節之毅力而喝彩。正如我多次說過的，這並不容易理解或實行。雖然這份文件與在這個世界的海岸上拍打了數千年之長期存在的哲學有一些相似之處，但也有一種擴張存在著。在這個擴張的空間中，存在著理解和表達這種哲學的挑戰。

作為 Sovereigns，我們每個人都是實相螢幕上的一個像素。我試圖在本文中呈現我的小“像素”，而我猜想有些部分有意義，有些部分可能沒有。正是這些特定的、想要獲得明晰的努力，想要從一個非常人性化的人的話中汲取意義的努力；才是我為你喝彩的原因。這是我用來感謝你們每個人「探索進入意識之擴張性的（和有些模糊的）領域」的方式。

有些時候，你可能會覺得自己正在跨向一個「知識的分枝」，而那分枝太弱而無法支撐著你。我非常了解這種感覺。「希望找到關於那個 我們所有人都是由其組成的、看不見的意識 之最終的答案」這件事，是很少被實現的。我們確實會收到答案，無論是模糊的，還是極其乏味地明確之答案，但最多也只是在一段時間之內有用而已。然而，那種「我們仍然缺少我們對意識的全面理解之必要的成分」之熟悉的感覺，又成功地回來了。滿足 避開了我們。

要記住，這是 Integral 的吸引力量在起作用。沒有別的了。那不是一個冷漠的宇宙，也不是寫得不好的社會程式設定，也不是一些外星來源的操縱或掩蓋。那是 Integral 和你在當下的生命之舞裡。當你向外看時，一切似乎都很正常。那種功能障礙的熟悉感，就像背景噪音一樣，繼續嗡嗡作響。然而，在你的內心深處，你感覺到了一種轉變。一種微妙或不那麼微妙的興奮震顫，因為也許這一次你已

經發現了某種東西，填補了空白的地方而把一切都連結起來了。然而，在二元性的次元裡誕生的一切事物都有著一個生命週期——出生和死亡。生命週期可以以奈米秒或光年為單位。這就是我們稱之為進化的學習過程之引擎。

在這整個擴張的進化過程中，我們是被分離的。我們那不斷在擴大中的「合一的覺察」是拉曳著我們的吸引子，無論是在一種集體的層面上還是個人的層面上。這意味著，執著於不屬於 Sovereign Integral 的東西，就是沒有抓住重點。你不是在一條途徑上，更確切地說，只要有一條途徑存在，你就是在熟練放下的藝術(you are mastering the art of letting go)，為了要能更充分地活在中重次元交會的地方。

向你們每一個人致以深深的敬意。

James

詩 與 美術 選集

與 Sovereign Integral 相關的 詩

有時候 我們處在
我們的生命之（變故的）邊緣。
我們祈禱邪惡（或災禍）沉睡，
希望它會進入
一個強而有力的夢境，
而當它醒來時
它不會記得它的本性。

有時候，
當我們看向我們的心的後面，
在那個被開創出來的，
非-人類 的地方裡，
Integral 閃耀著
像一道絕妙的，旋轉的光，
我們意識到我們的下一步
可能會比我們的身體更經久。
它會像一個震盪的回響
一樣地走出去
安靜地進入一個東西裡面，
發出信號要它振動，
而當它振動了，我們也就活在那裡了。

我們變成了不朽的，
不是因為我們做了什麼偉大的事，
而是因為我們走出了
下一步，
即使在我們被
如此遙遠的距離所包圍著
而那 下一步
似乎是毫無意義的時。

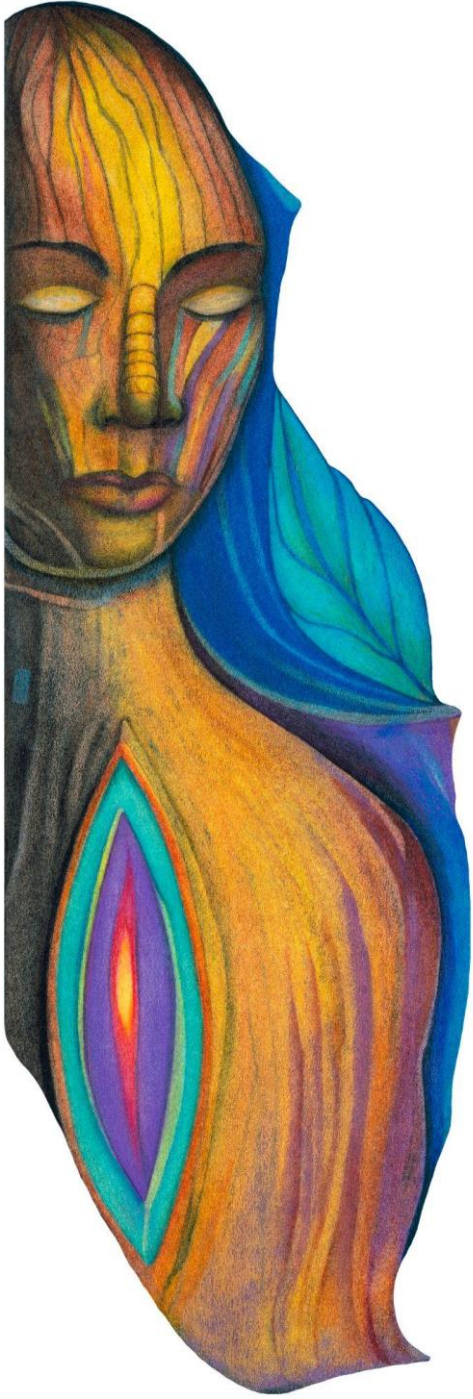


你知道為什麼
我會被隱藏在神話裡嗎？
因為想像力
是人類儀具
可以覺察到我
的唯一工具。
我就像是
伽利略時代
之前的宇宙
等待著 望遠鏡
的問世。



人類，在它處於合一的狀態裡時，
也只是那不可知的創造者的一個面向而已。





意識不是形於外的。
它不是一種物質性的實體。
它不具有任何
時間和空間的屬性。
你們可以報導
我造成的那些影響。
你們可以捕捉到
大腦的各種區域
在進行不同工作時
的神經路徑，
但那個實際的經驗者，
也就是我，
卻依然不見蹤影。

那主觀的蒼穹
充滿了我的
不可覺察性。

(或 那主觀的蒼穹
增長壯大
由於我的不可覺察性。
*swell with my
Imperceptibility.*)

你們任何一個
研究過意識的都知道，
我不是那麼容易被確認的。
事實上，從來沒有人
確認過我的存在。
哲學家，物理學家，
生物學家，化學家，宇宙學家，
甚至預言家
都一直試圖要揭露我的存在。
他們的尋寶圖上
寫滿了高等數學的
深奧符號。
他們的洞察力
潛入了一大團
隱蔽了他們的探索的凝膠中。
他們的著作 想像著我的樣子，
但是我依然是個謎團。
他們中的每一個
都會告訴你這件事
如果他們夠誠實的話。
他們大可直接
走到深淵邊緣，
往下注視我的臉，
然後就會看到某種
不會計算的東西。



使命如箭
從弓上射出，
瞄準以不可預知的方式
移動著的目標。

每一個 Sovereign 都有不同的使命。
每一個生物
都有不同的使命。
沒有一個和另一個是相同的，然而，
任務卻只有一項。
那就是創造出這樣的可能性：
讓 Sovereign Integral 意識
能以完全的表達
活在一個領域內的
任何有感覺力的生命形式中。

就只是可能性？

在一個自由意志的領域裡，
這就是最高的使命。



