

## 智慧守护者集体转化网络直播文字记录

2020年4月7日

大家好！欢迎参加我们的网络聚会，我们这次的主题是关于集体转化的。我是 Rosy Aronson，艺术工作者，也是“智慧守护者卡牌”的创作者。多年来，我一直是一名精神和表达艺术咨询师、教师，我也用全然的允许、消融压力和拥抱未知来融入我的工作。如果说这些年我学到了什么？那就是，我们生来就是要绽放的，我们每个人越是彻底地信任、尊重和表达我们的真实本性，我们就越能共同创造更多魔法。

如果在这个星球上有什么时候需要有益于集体，并真正赋能的魔法，那就是此时此刻了！

### 本次网络直播的目的：

我今天最深的意图是代表我们所有人，请求智慧守护者的引导！如果你被这次直播所吸引，你可能和我一样，感到我们生活的时代是多么矛盾重重：很多了不起的事正在发生，世界各地的人们都在觉醒，我们正在打破旧有的模式，以极大的慈悲、诚恳和共融的方式相互连接，一些时候，它会让人感到莫大的希望和努力的方向。另一些时候，当我们环顾四周，似乎看到的尽是苦难、压迫、恐惧和腐败。我们正在经历前所未有的分裂、不公正和感官超载。我们敞开心扉、冲破喧嚣的能力从未像现在这样，在经历如此严峻的考验。

如果我们的物种不仅仅要生存下去，而是要繁盛生长，我们需要学习如何荣耀和尊重我们的独特，同时承认和拥抱我们的相互联系。即使我们正处于一场刺激过度、焦虑或麻木心扉的风暴之中，我们也必须学会如何保持脚踏实地、临在和关怀。

2015年，当“觉醒的64张面孔”（也就是“智慧守护者卡牌”）问世时，我最深的意图是要重新唤醒、回馈并庆祝世界的灵魂。我想以此照亮每个人最伟大的独特性，同时也邀请我们所有人进入可以超越“自他”的深度亲密体验。

今天，我将与你们分享的这些面孔，这些智慧的守护者们，他们展现的是我在这个世界上最渴望看到的和平、爱与知晓，同时我也会分享我自身的体验。

为了荣耀此次的直播，也为了回应我很容易称之为的“集体危机”（内在的危险和机遇并存），我抽取了这次集体转化的排阵，与大家分享。

把你们都放在心里，我呼唤了四位智慧守护者：

- 一位代表我们人类家族共同面对的挑战
- 一位能反映出我们所渴望的结果，即这场危机孕育的祝福和机遇
- 一位反映的是，要优雅地应对这场危机，我们最需要关注和拥抱的阴影
- 最后一位向我们反映的是，我们内在和外在的世界中，可以孕育的终极礼物

我将与你们分享这些智慧守护者，以及他们在“内在指南”（卡牌中的小册子）中的故事，以及他们为我们每个人带来的智慧礼物。

对于每一张卡片，我都准备了一些支持性和相关的提问，供您自己的内在探索。（您也会得到这些探索性提问的 PDF 文档）请用它们作为写作的话题，或是您生活中与人对话时的主题。我鼓励你邀请你的朋友、家人、伙伴、共修和创造性的合作者们参与到你的探索中。如果你是一个职业的智慧守护者（职业咨询师等等——译者注），你也可以找到原创的方式将这些主题融入到你的服务中，与您的客户、学生和关注者分享您演生的洞见，让这些智者贡献于你的对话。我最深切地希望，这四位智慧守护者能够鼓励我们践行，并更深入地与世界交融。

如果你已经有一套智慧守护者卡牌，你可能会注意到，我将在 PDF 文件中分享的提问是与小册子里的不同的。这次的集体排阵，我对问题进行了修改，以应和我们共同努力的更宽广的转化。

在结束之前，对于那些想要继续把智慧守护者带到你们工作中的人，我将与你们分享更多智慧守护者卡牌的资源，对于任何感兴趣的人，我将与你们分享我创建的一个在线自学课程，你可能会喜欢，它叫做“完整智慧之轮”。

对于那些不熟悉智慧守护者神谕卡的人，让我快速地分享一下我将抽取的这四张卡中的基本元素。

### **每张卡都有：**

**一个数字:**每个智慧守护者都代表 64 种原型的一种，这些原型是从易经的 64 卦及其相关的智慧中推导出来，包括 64 把基因钥匙。

（基因钥匙——由英国作者、导师 **Richard Rudd** 始创，详见 [genekeyes.com](http://genekeyes.com) ——译者注）

三个字眼：每个智慧守护者都与三个基本概念相关，即阴影、天赋和悉地，正如理查德·拉德（**Richard Rudd**）在《基因钥匙》一书中阐述的那样，这些原型定义了意识的光谱，代表人类生存、服务和臣服的不同波段相关的原型体验。阴影源于荣格心理学，而悉地是一个梵语术语，在佛教和印度教中都有使用。

**阴影：**当我们殚精竭虑地生存时，恐惧占据了主导地位，我们会发现自己处于阴影地带，我们的阴影可能用压抑或应激的方式来表达。

**天赋：**当我们更倾向于服务他人、荣耀自己，而不是忙于自保时，我们会更自然地与他人分享我们的礼物，并在世上有一种融入感。

**悉地：**当我们进入一个纯然扩展状态，并完全放弃我们的分离感而进入整体时，我们就进入了悉地的领域。

了解天赋、阴影和悉地在我们的一生中是如何互动的，可以帮我们以更深的慈悲和耐心与智慧守护者相处，也和我们自己相处。这一切都是为了照亮我们人类意识的整个光谱，这样我们才能对自己、对别人更善意，并把更多慈悲投注在我们的生活和周围的世界中，也才能感知到更广阔、更深远的未来。

你会留意到，每一张面孔都被有意地注入了普世却又独特的符号，反映了智慧守护者所体现的独特天赋。

**智慧故事：**今天我要与大家分享的每一个智慧守护者都有一个原型化，但却非常个人化的故事。

**赠予你的礼物：**每个智慧守护者会赠予你智慧和指引，因此，尽管这个故事对智慧守护者来说非常具体，这份赠予确有普遍意义。

让我们做一个深呼吸，从一首诗开启我们的旅程.....

这首诗出自我很好的朋友 Prem Tanmayo，也是一位拥有深厚智慧的守护者。如果你已经有了自己的一套卡，或者计划入手一套，这首诗就在卡牌的小册子里，名为“人的脸庞”。

人的脸庞

无限，把她的故事写在脸的轮廓上；  
活色生香反映着终极实相的光辉  
探索者们，你只消将目光投向这圣灵的脸庞  
臣服、敞开、接收  
浸入于生命之光  
当我们独自呼吸时，所有的“他者”都消融了  
我们一起，与心灵会面

~Tanmayo Lawson

### 我们的集体危机牌阵

好，现在让我们摆出我们的集体转化牌阵。

第一张：这位智慧守护者来到我们身边，代表我们作为人类大家庭共同面对的挑战。

挑战-7

真正的领导者是最好的倾听者。

天赋：指引

阴影：分离

悉地：美德

~理查德·拉德

我的智慧故事

我小时候，很崇拜村子里爱好和平的长者。成长过程中，我的乡亲们经历了越来越多来自外部世界的压迫，新的领导出现了，他们觉得以恶制恶是最好的方式。

一开始，我躲了起来。我把我的权力交付给那些维护我们祖先和平生活的长者们。但是，当我的村子一次又一次地被打击时，我又把我的权力交给了反攻的领导者们。我们家乡越来越分崩离析，我也眼看着他们变得越来越像我们的敌人。我厌倦了把我的权力交付给独裁者，他们从来不会费心过问我的想法或感受。我厌倦了等待别人做出正确决策，所以我自己站出来，作为领导者为我的人民和正义而战。

多年来，我吸引了众多的追随者，我总是确信自己站在正义的一方，一种深深的野心在我心中滋长，它被一种洪荒的怒气驱使着。有一天，我斥责了一位不顺从我的小女生，她的眼泪告诉我，我已经迷失了方向。从那天起，我放弃了领导，开始选择倾听——我发现，村子的每个人都有他们的智慧，能够为我们的未来作出重要贡献。

今天，我不再被恐惧压迫，或渴望认可所驱使。我不需要人人都懂得我的领导和行动的方式。现在驱动我的是被一种对服务的深切热爱，我相信，没有健康、自由和自主的个人，就没有所谓健康的集体。

我在引导人群的时候，越少干预，就越会发现每个人的智慧，他们的天赋会自然浮现，我带的预设和议程越少，沟通就越深入，行动也越有变革性，而实施目标也就越来越顺利。我们走向未来的途中，将会有越来越多领导者像我这样——我知道这是真的，因此，即使在动荡的时期，我也信任着人性。

## **我赠予你的礼物**

我在这里赠予你的，是真正的领导力，它不是强加议程或干涉别人的生活，而是在幕后赋能给人们他们爱的力量。不要让恐惧压迫或对权力的饥渴驱使你，让对服务的热爱为你助力。我在这里为你带来真正的指引，我认得你内在的智者、自由的领袖，并协助你们信任自己的方向。我在听。

## **集体思考的问题**

这张牌出现时，我们要知道，这代表的是我们作为一个集体所面临的挑战的本质。这一切都与力量（权力）有关，关于我们使用力量，或不使用力量的方式；我们允许别人对我们施加权力，还是我们是某些特权的受益者？——甚至有时我们自己也没意识

到。这也代表了两种不倾听的方式：不倾听对方，和不倾听自己。这种不能或不愿意倾听的态度，怎样加剧了世界的分歧？我们要作为一个集体来面对这个挑战，必定需要找到更平衡的方式来处理和分配权力，运用力量，而不是施加专权——这需要自我赋能，也需要深入倾听，也邀请我们尊重和庆祝所有生命的主权。

在 PDF 文档中，你会发现关于你与权力关系的提问（什么时候你把它交付出去？什么时候你允许别人把他们的权力交付给你？）；还有的提问是关于你和倾听的关系：什么时候你可以更多地倾听自己和他人的声音？什么样的条件会让真正的倾听变得更困难，或者更容易？）你会接收到一些鼓励，拓展你自己的成长和服务，并与世界正在发生的关联。这些提问也会探索你在哪些领域，可以让指引贡献于你，哪些领域中你敢站出来，成为指引本身——我真心希望这些提问可以启发你。

### **现在是第二张牌了，我们如何荣耀集体的转化？**

记住，这个特别的智慧守护者的到来，是为了反映我们所希望的结果——我们可以从集体危机中孕育出怎样的祝福和机遇？我们需要共同守护的愿景是什么？我们走向的未来是什么？

外交的智慧守护者

希望的成果-6

情感的成熟意味着你在最深的情绪下也能饱有觉察。

**天赋：外交**



**阴影：冲突**

**悉地：安宁**

~理查德·拉德

## **我的智慧故事**

在我成长的地方，世世代代，悲剧和暴力是我们最熟识的，我们所知道的只有创伤和恐惧，冲突到处都是——西方与东方、现代与古老，富裕和贫穷，男人和女人。

作为一个小女孩，我没弱不禁风。我既不能为我看到的不公正发声，也不能道破家中发生的虐待。因为害怕挨打，我的身体长期处于警戒状态。在外面，我小心翼翼当着和事佬，任何冲突的迹象，我都让它平复下去；但内在，我很紧张，没有安全感。我害怕所有男人，害怕和我不一样的人，我在心里筑起了高高的墙。

有一次，我完全失控了，大发脾气，骂我父亲是个恶霸，我的母亲是个受害者，我怪整个国家伤害我的乡亲，也怪我的乡亲任其践踏。我未经修饰的言语像刀子一样伤人。当我克服内疚和恐惧后，开始乞求原谅，接下来的几周里我惩罚自己，转而取悦身边的每一个人。但不断的取悦——更像无情的指责——只让事情变得更糟。

直到我的伯祖母带我去参加一个和平聚会，我才结束了这样的恶性循环，事情不同了。我从未见过男人和女人坐在一起，彼此敞开心扉、诚恳、尊重地相互倾听、相互支持启发。他们没有设防，也无需应激。我第一次体验到了一直以来渴望的安宁与爱。在我伯祖母抱持下，我放下了所有的防备，终于开始面对我的痛苦，无力感和孤独感——这些我一直在对自己和对别人隐藏的。后来很多年，我作了这个地方的领导者，我发现，如今，我去到哪里，哪里就是安宁的。

## **我给你的礼物**

我在这里邀请你放下你的设防，卸下戒备——不要再与你的人性作斗争了！多少时候你在拒绝看、拒绝感受和接受你内心的魔鬼？在亲密关系中，在这个世界上，你有一种无需压抑或回避真相的方式来平复情绪；有一种方式可以消融看似不可逾越的障

碍，拥抱安宁，你会精准地知道什么时候该行动，什么时候该说话，怎样强有力而发自肺腑地发声。

真正的安宁与外交，邀请你无所畏惧地正视和接受自己的弱点。当你再也不用躲闪内心深处的情感，你会发现你的时机、沟通和关系都会得到改善。自然地，别人会想要向你诉说心声，而你会知晓什么是最需要的，即使是在情绪最不稳定的情况里。

你的临在就拥有奇妙的能力，可以改变一个屋子或一段关系的能量，让冲突转化为安宁。

哇，多么美好的结果啊。你能想象一个人都愿意放下设防的世界吗？停止战斗，放下对正确性的捍卫，也放下对确认和理解我们一切观点的期待？让我们花一点时间想象这样的世界：每个人，无论我们的政治、宗教、文化、性取向如何，都卸下我们的铠甲……花一些时间去探索和承认我们内在的阴影，带着善意和耐心，完全去感受我们所感受到的。如果我们在大声疾呼真相之前，可以呼一口气，不再从固有的防御和应激中运作，而是相反，无论我们的情绪或周围环境有多动荡，我们还是可以临在当下，还是可以在身体里深度放松。我们不必把注意力放在别人在做什么，做得对不对，或是苛刻地评判着我们的人性，相反，我们可以拥抱我们的和他人的人性。我们能够回应世界上正在发生的事情，也能敏感、有力和适时地阐述我们的真相。对我们来说，真正的外交、推倒围墙和找到共同点，比谁对谁错或正义感来得重要得多。让我们花点时间来想象一下这样世界。

在 PDF 文档中，你会看到邀请您深入探讨的主题：安宁与冲突。我邀请你在生活中，特别是那些容易设防和戒备的地方，抱有善意地看待自己。什么时候你发现自己陷入了取悦他人的模式？什么样的空间让你更坦诚，更透明，更加慷慨和不设防？我想邀请你探索，对自己的情绪和核心价值负责到底意味着什么？以及你怎样不必用激化冲突的方式，来消融冲突，表达情绪？我希望这些提问对你有帮助，不管你是自己使用它们，还是选择将它们带入你的人际关系或服务中。

**第三张牌：**记住，这个智慧守护者来到我们身边，是为了反映我们现在最需要关注的阴影主题。我们要想优雅地应对当前的集体危机，并且让将其作为转化的机会，那张牌阐释的就是我们所需要拥抱的阴影。

## 阴影-49

*只要你看到自己人是善的，其他人是恶的，你就仍然囿于第 49 号的阴影中。*

礼物:变革

阴影:应激

悉地:重生

~理查德·拉德

## 我的智慧故事

我天生就是一个热忱敏感的理想主义者。虽然我的家庭比较开明，但我的父母并不那么热忱。他们会为了维护和谐而视而不见很多事，这让我开启了对伪善的洞察力。我的母亲很认同女权主义，但她仍然缩减自己，而我父亲就任由她如此。我的父母自认为很开明，但当我把不同肤色、民族或性别的恋人带回家时，我看到了他们脸上的愕然。我们的社群为他们的政治进步沾沾自喜，但这也巧妙地隔绝了很多人进入，让战争合理化，让“他者”非人化。

最让我生气的是这种惰性和否认。愤怒之下是伤害。他们怎么会看不到我所看到的？感受不到我所感受到的？每每我质问父母，他们拒绝承认自己的偏见时，我们都会大吵一架。

我去上大学之后，了解到那么多被压迫者的困境时，我天旋地转，心碎不已。当我见到各种方式的边缘化或是体制压迫时，我都愤怒不已。多年来，我只和志趣相投的社会活动者交往，也从没停止过对我的父母（和大多数人）的评判，评判他们的无明。

我越是坚定地为了和平而战，我的生活就越充满冲突。但凡我发现我的恋人身上有一滴种族歧视的血液，我就会嫌恶他们。直到我最好的朋友离开我，说我是她见过的“最反动的人”，我才醒悟过来。失去她对我是一个重创，但也是一份礼物。一直以来，我把世界分割成“美好”和“无知”，并因为人的左和右而拒绝着他们，都是因为我拼命想要避免被拒绝。因为我害怕被拒绝，我反而把很多人拒之门外，只是因为他们的世界观和我的不同。我花了很长时间，去揭开和放下一层又一层的羞耻、内疚和悔恨。直到我可以体谅自己，我才开始修复我和周围人的关系。

我终于在内心深处明白，人类多么容易就把世界分成非黑即白、“我们”与“他们”。这样的恍然大悟，反倒释放了我从未意识到的创造力。现在，我不再抗拒以往的世界，我用所有爱和精力着眼并共同创造一个崭新的世界。我对和平运动的态度变得喜悦平和。

## 我给你的礼物

欢迎来到和平的变革。如果你渴望给你的社区带来和谐，首先要对自己有耐心、温柔和善意。给你的感受时间和空间，以及大量创造性的出口。不要去评判它们，因为当你这样做的时候，你会产生一种内在的压力，这种压力会强化你的感受，并驱使激化你的行动。拒绝自己只会让你更难客观地看待问题，让心温柔以待，理解他人，并着眼于解决问题的可能性。如果你一定要反抗，那就反抗你内在想要攻击的冲动——对于任何人。当你驾驭了你内在情绪化的应激反应，或停止对自己施暴时，你就是在为终止世界上的暴力尽自己的一份力。选择变革，而非反动。

很有意思，我们再一次被提醒，要善待自己，在一个很深的层面理解，如果我们让世界变成一个更和平的地方，我们必须从内到外都成为和平本身。我最喜欢这位智慧守护者的一点是，她帮助我们理解自我评判的危险。若我们不允许自己去感受我们自己的内心，若我们把真正的内在体验推避开，或是在内心创造了一个不友好的环境，那么这实际上会在内心建立起一种压力，使我们很难不做出应激反应。她告诉我们，如果我们不能善待自己，就不可能真正善待那些与我们不同的人——尤其是我们感觉被他人的世界观所评判或攻击时，我们甚至都看不清他们了。

我喜欢这位智慧守护者的另一点是，她邀请我们经由内在体验，来参与到共同创造的过程中。如果我们对政治信仰与我们不同的邻居感到愤怒，这对人类和我们的世界都没有好处，转而，我们的情感体验可以倾注到一首诗、一支舞、一幅画或一篇创造性的文章中，这可能是有益的。有无数的方法可以让我们在不造成伤害的情况下拥抱我们的感受。当我们允许自己真正地释放，看到和感受到我们内心正在发生的事情，能量可以更自由、也更直接、更有建设性地让我们与他人交往。这并不是说我们要把所有的理念升华成某种个人的艺术形式，而这是一种能量的转换，让我们可以走出去，为世界做出贡献；或我们坦诚相待时，我们可以把友善的内部环境渗透进任何环境中，这使我们的视野、洞察力和贡献更具建设性和关怀性。

与其他卡片一样，PDF 文档中，我将为您提供一些提问，供您探索，并将这些问题带入您的日常生活和人际交往中。你将可以探索你与和平与诚实的关系。在别人拒绝你之前，你会看到自己拒绝别人的方式。以及这种倾向如何影响你的生活，以及你真正影响周围世界的能力。我鼓励你去接收你的感受，并用创造性的方式去表达它们。

卡片四：这是我们集体转化排阵的最后智慧守护者。这位智慧守护者来到我们身边，是为了向我们展现我们作为一个集体所拥有的、而且可以孕育出的对世界的终极礼物。

礼物-36

第 36 号礼物最深的作用是帮助人成为人，通过尊重他人，也通过拥抱自己的痛苦，而不再被拖入受害者的深渊。

**礼物:人性**

**阴影:动荡**

**悉地:慈悲**

~理查德·拉德

### 我的智慧故事

全世界都认为我父亲是个坏种，所以他真的成了混蛋。他出轨，脾气暴躁，到处惹是生非。像我们周围的许多男人一样，他很粗俗，不断挑衅别人底线，惹麻烦，制造一次又一次的危机。他不是故意伤害我们，这可能就是为什么他对我们隐瞒了这么多，也是为什么当我的母亲和外婆终于赶他出门的时候，他苦苦哀求我们的原谅。

我的母亲和外婆都是坚强的女性，她们倾尽所有抚养和保护我，很不容易，因为我们的街区很乱，警察和帮派同样让我们害怕。年纪小小的我目睹了太多悲剧，新闻里，我也看到人们是如何看待像我父亲这样的人的。我暗自立下誓言，决心永远不会像父亲那样，也永远不会像他那样制造痛苦。

青少年时期，每每我的怒气或欲望上扬，我都会和我的外婆去教堂，祈祷主带走我的罪孽。但随着时间的推移，我越来越紧绷，我的紧张让我躁动不已。虽然我内心敏感而富有同情心，但我避免与人眼神交流，总是躲躲闪闪。我很难和人连接，朋友也很少，教堂里有一个女孩，我偷偷地喜欢上了她，可是我太害羞了，不敢靠近她，有一天我尾随她回家，躲在树林里，从她的窗户外偷看，她看到灌木丛里有人，就报了警。

我可怜的母亲和外婆到监狱来保释我时，我的羞愧可想而知。其实女孩一发现偷看他的是我，就撤销了指控，但我还是被转介到一位社工那里。他的眼睛告诉我，他也曾经羞愧难当过，他深知自己内心深处的痛苦——他看到的不只是我内心的恐惧、羞耻和紧绷，同时也看到了我的善。一个男人鼓励另一个男人表达感受，这听起来可能很奇怪，但我那时就意识到，有一天我也愿意像他一样，在我遇到的每个人身上看到他们的善，我愿意直视他们的眼睛，用我的心让他们知道，他们原本的自己一切都好，无论他们怎样看待自己，别人怎样看待他们，无论他们从哪来。

## 我给你的礼物

我来庆祝你的人性，提醒你本自具足的善，并向你保证，你从来没有错，也从来没有恶。无论你在生活中做了什么，经历了什么，你的内心都是清白的。现在重要的不是你觉得自己如何，而是你如何对待你的感受。我请你不要拒绝自己的感受，也不要应激地对待它们。你内心的任何情绪波动，简单地承认，并善意地拥抱它们。紧张只是证明你有一些需要被看到和抱持的感受。不要逃避你的痛苦，因为与痛苦相伴的，恰恰是无尽的愉悦。

哇……每一位智慧守护者和他们的内在信息都如此紧密相连。再一次，我们听到“不要拒绝自己”，不要否认或曲解你的感受。我们感到情绪不安、紧张或焦虑是再正常不过的了！生活在今天的世界上，我们怎么可能感受不到情绪的波动？这个智慧守护者是说，这些波动是意料之中的，甚至它们可能是健康的，不要逃离它，因为它实际上可以是富有动能，甚至令人愉悦的，尽管这听起来可能有违直觉。

在这里，最重要的是，我们要记住自己与生俱来的良善。当我们承认这一点时，在内心深处，我们就更能看到他人与生俱来的善，尤其是那些因为他们所受到的制约，或他们所经历的不公和压迫，而忘记了自己性本善的人。

我们给世界的礼物是，我们最终能遇见每个人的人性，即使在最困难的时候，即使我们在情感上很不舒服，我们给世界的礼物是，我们愿意不再逃避自己的痛苦，我们也愿意接收这样的可能性（无论我们是通过将负面情绪都投射到他人身上，或者用电视、上瘾或社交媒体来分散注意力）。实际上，我们是可以改善人类共情和幸福的能力的——天啊，世界果然召唤我们如此！

与其他卡牌一样，您可以在 PDF 文档中找到相关探索的提问。我邀请你探索：在生活的何处，你感受到了情绪的动荡，却逃离了？这又是怎样影响你接受和同情他人，怎样影响你看到别人与生育来的善意的？我还邀请你想想你生命中有哪些人，即使在你自己都没看到自己的时候，他们愿意看到你的善意，多难的时候都好，他们都愿意用多种方式去关照他人？

**好了，这就是我们集体转化的排阵。**

深深感恩来到我们当中的智慧守护者：

指引与美德

安宁和外交

和平革命和重生

以及人性和慈悲

我真诚地希望，今天来到我们这里的四位智慧守护者的讯息可以直达你内心，并赠予你你所需要的爱、洞见和鼓励，让我们以诚挚、热情和优雅来迎接我们共同的挑战。

记得查看我在 PDF 文档中为您整理的提问，把它们带进你的探索、你的关系、和其他人的对话，以及你的行动中。

以下是找到 PDF 文件的方法：[www.wisdomkeepers.net/transformation](http://www.wisdomkeepers.net/transformation)

**在今天我们结束之前，**

**我想和大家分享的是，如果你们任何一个人想要更深入地把智慧守护者带到工作中，我向大家推荐这套“正直生命智慧之轮”的线上课程**

**这将是一个五部分的课程**

每个参与者都将在整个课程中与智慧守护者一起工作。因此，我们会确保每个人都得到了全面卡牌的介绍（我最喜欢协助人们发展与智慧守护者的关系了）。



然后，我们将用自己的卡牌一起踏上旅程。每个人都会创造属于他们自己的智慧之轮。换句话说，我们将召集一支五位智慧守护者组成的团队，引导我们在自己的生活中找到自己独特的理解和表达正直的方式。因为对于正直，你我的感受和看法未必是一样的。每一位智慧守护者都代表着整体的一个重要方面——比如勇气、善意、健康的界线和智慧。

我之所以选择关注完整性这一主题，是因为我想不出还有什么比正直的生命品质更重要的了。在极度紧绷的情况下，在很多方面，就像我们现在所处的这种令人惶恐的时期，我们很容易失去中心点。我们是否迷失在一场生存的战斗中，披着灵性的外套，睡着全球公民的大觉（纯粹出于压力），或当我们感受到来自他人的压力，用不真实的方式回应时，也可能会失去我们的正直体验。

我在字典里找到了两个关于“正直”（integrity）的定义。

一是“正直的品质，具有强烈的道德原则；刚正不阿。”

另一个是“完整而不分裂的状态”。

这个让人赞叹的悖论，是智慧守护者们最善于引导我们驾驭和走过的。

当我们正直地生活时，我们能够为我们关心的人和事明确立场，同时对那些与我们想法或感受不同的人，我们仍可以敞开心扉.....

当我们正直地生活时，我们能够清楚地看到基于生存应激反应的“我们”和“他们”的分别心，却不会被卷入评判的洪流中。

当我们正直地生活时，我们能够明确地辨别出自己是在老实修行，还是只是“感觉良好”地借用灵性逃避生活。

当我们正直地生活时，我们能够更好地协助他人以真实的品格生活，因为我们不会强加给别人自认为正确的方式。

希望我们能互相学习，因为最终，这个星球唯一的出路，就是我们每个人都能发展出自身的完整性，才能得以平衡。这就像今天四位智慧守护者在我们的集体转化排阵中，以各自的方式展现给我们的一样。

我非常期待这门课程，并邀请智慧守护者们支持所有参与者，帮助他们发现自己的生命之舞和智慧的炼金术，并在生活中，可以与人，与世界分享这些所获。

如果您对这个课程感兴趣，请点击此处：[www.wisdomkeepers.net/integrity](http://www.wisdomkeepers.net/integrity)

鉴于我们今天共同探讨的主题，我想用一段视频来结束我的演讲。去年 11 月，我非常荣幸地带着觉醒的六十四张面孔（智慧守护者们）到加州奥克兰的生活艺术（Living Arts）中心一人一剧场的排练现场。到现场时，我完全不知道会发生什么，就只是打印了一些智慧守护者的图像，和分享我故事的意愿。而排练中即兴思考深深地感动了我，我觉得有必要与你们分享其中的一些。（老实说，我没想到他们会给我和智慧守护者这么多宝贵的时间。如果我看起来有点害羞，那是因为的确如此。）

生活艺术一人一故事剧团是一个由即兴演员和音乐家组成的剧团，他们“回放”观众分享的故事，来荣耀和升华讲述者原本的经验。这支非凡的剧团由 Armand Volkas（心理治疗师、戏剧治疗师、我敬爱的导师/朋友）监督，也是“治愈历史创伤”项目的一部分，这个项目因为将冲突群团结在一起而受到国际赞誉：比如德国和犹太人、巴勒斯坦人和以色列人、日本，中国和韩国人、以及亚美尼亚人和土耳其人等，以及他们二战遗留的创伤。

这是生活艺术一人一故事剧团的第二场演出，是对人类和慈悲的智慧守护者的故事的回应。

关于一人一故事剧场的演出，大家可以浏览以下界面

<https://www.youtube.com/watch?v=YT7IYFNOBmY&t=305s>