

# 揭示打坐神奇力量，请看视频《灵性的实相》

印度生命科学电影：灵性的实相

字幕：

灵性的实相之一：宇宙能量

宇宙能量遍及宇宙，**无所不在**

它连结着银河、地球、人类和分子

它是众生万物之间的空间

它是使整个宇宙井然有序的连结键

宇宙能量就是**生命的势能**

宇宙能量是维持生命秩序和扩展意识的要素

宇宙能量是所有行动和生理功能的基础

我们在**深睡和完全的静默**中接收到一部份的宇宙能量

再运用这个能量从事日常的心灵活动

例如，观看、说话、聆听、思考和所有的身体活动

在睡眠中获得的**有限能量**，并不能满足这些活动的需要

这就是我们会感到疲惫、倦怠和紧张不安的原因

这些现象导致了**身、心的压力和各种疾病**

克服这些压力和疾病的**唯一之道**，就是**获得更多的宇宙能量**

宇宙能量是维持生命秩序

活出健康和快乐的要素

它让我们全心地专注在当下的情境

它让我们获得知识

让我们扩展意识

只有透过静坐，我们才能汲取到充沛的宇宙能量

灵性的实相之二：静坐

睡眠是无意识的静坐

静坐是有意识的睡眠

在睡眠中，我们只能获得有限的能量

在静坐中，我们获得了源源不绝的能量

这种能量可以提升身体、心灵和智能的力量

它开启了第六感之门，进入超感官的领域

在静坐中获得的能量带给我们松弛、健康和快乐

它也能让体能迈入一个更高的境界

其实，静坐就是意识回归自性的旅程

在静坐中，我们由身体开始，进行穿越心灵、智能、自性和更高境界的旅行

我们要先停止一切的身、心的功能，才能达到静坐的目的

也就是说，停止肢体的活动、观看、说话和思考

现在让我们来谈谈静坐的方法

靜坐的第一步就是**姿勢**

你可以选择任何一种坐姿

选择一个让你感到很舒服、很稳定的姿势

坐在地板上或者椅子上都可以

或者在任何一个我们感觉舒服的地方

舒服地坐下来

只要放松

**完全地放松下来**

单纯地放松

当我们**盘好腿**和**双手交叉好**的时候，身体形成的**能量回路**会让身体更加稳定

**眼睛**是心灵之窗

所以应该把**眼睛闭上**

持咒或内、外在的对话都是**心灵的活动**

所以也**应该停止**

身体放松之后，意识就会进入**心灵和智能**所在的第二个区域

心灵只不过是一堆**念头**而已

纷杂的念头会不断地浮到心灵的表层

**念头**会带来各种已知或未知的问题

这是静坐的关键，也是唯一的法门

不要追究你的念头

不要执着在各种妄念…问题或念头上

止观，断绝念头，达到空无状态

停留在眉心的位置上

这是一个没有呼吸也没有念头的状态

你所有的念头都止息了

我们称为无念的状态

這是一個靜心的狀態，入定状态

在这个状态下，我们开始接收源源不断的宇宙能量

坐的时间越久，我们接受的宇宙能量就越多

宇宙能量在我们的能量体内流动

能量体也叫做以太体



### 灵性的实相之三：能量体

能量体

能量体是由七万二千个气脉或能量管所组成的

每一个能量管都由头顶的部位出发

這個部位叫做梵穴

这些气脉像植物的根和枝桠一样，伸展到全身的每一个部位

能量体是生命的基本设计

这个能量体是所有活动甚至存在的主要源头

能量体会在我们深睡和静坐的时候接收宇宙能量

我们使用接收到的宇宙能量进行观看、说话、倾听、思考等身、心活动

这些功能都靠着我们接收来的宇宙能量才能运作

我们的**念头**决定了宇宙能量的流通

**念头**会阻碍宇宙能量的畅通

换言之

**念头**是阻挡宇宙能量进入身体的绊脚石

进入身体的宇宙能量变少，**能量管里**的能量就会耗尽

然后，能量体就会出现**以太破洞**

以太破洞逐渐导致身体的疾病

换言之

所有疾病的肇因是因为**以太体**缺乏能量

静坐的时候，我们可以获得充沛的宇宙能量

宇宙能量在能量体内的所有能量管内流通

宇宙能量强大的流势可以清洗所有的**以太破洞**

**以太破洞**清洗干净以后，我们就摆脱了疾病

能量开始在梵穴流动的时候，我们的**头部**或全身会有**沉重的感觉**

某一特定区域的能量管清洗干净的时候，身体会有**刺痒或疼痛**的感觉

有时候，身体的不同部位都会感到疼痛

这种**疼痛**不须要吃药

**多做**一些静坐之后，所有的疼痛感会自然消失

透过静坐获得越来越多的能量，可以让我们摆脱所有的**身、心疾病**

在**金字塔里静坐**，它的效果比一般的静坐**快三倍**

现在为各位介绍金字塔和金字塔的威力

**灵性的实相之四：金字塔的威力**

金字塔的威力

金字塔是地球上最稳固的结构，也是接收最高宇宙能量的地方

金字塔以 52 度 51 分的角度形成

这个角度让金字塔接收到**最高的宇宙能量**

金字塔可以用任何**建材制造**

金字塔的建材不会影响宇宙能量的接收

金字塔的四个端角必须与**东、西、南、北**四大方向对位

宇宙能量累积在**金字塔 1/3 的高度**

这个位置就叫做**国王的密室**

宇宙能量在最强的国王密室里向**整个金字塔扩散**

在金字塔顶端安置一个**水晶**，可以把接收的宇宙能量**强化后**再扩散到其它的部位

在金字塔里静坐，我们达到**无念状态**的速度比其它地方**快三倍**

金字塔可以与高层的频率沟通

在金字塔里静坐有治疗的效果，也可以提升静坐的体验

### **灵性的实相之五：第三眼**

第三眼

好好活着活着，生死天注定

**第三眼**是灵魂用来观看、感觉和倾听高频率实相的利器

我们把这三种灵魂的功能称为第三眼

静坐中可以获得更多的能量

更多的能量可以开启我们的第三眼

这是一个非常殊胜的经验

第三眼开启的时候，前额会产生刺痒或拉扯的感觉

我们开始瞥见各种色光在身边回绕旋转

也能听见喃喃的低语声和走路声

有一种彷彿在漆黑的隧道里旅行的感觉

以太体由静坐中获得足够的宇宙能量后，第三眼的视力越来越精纯

我们可以清晰地看到世间和其它存在界的景象

精纯的第三眼让我们拥有比肉眼更透彻的视觉

我们可以看到其它频率的实相

我們可以看到五官無法感知的事物

我们也会有许多无法用言语表达出来的感受

我们会听到内在的声音或其它频率传来的乐器声

我们可以看见已经不在世的大师示现

我们可以看见大师以我们熟悉的形体示现

静坐的工夫深入之后，我们开始看到以明光示现的大师

我們甚至可以在明光中認出大師的身份

我们会听到大师的给我们的讯息

我们有一种在隧道中摸索后终于与光合一的感觉

透过第三眼的体验、透过大师的讯息



透过看到或感觉到其它频率的实相

我们解开了所有生命的答案

透过它

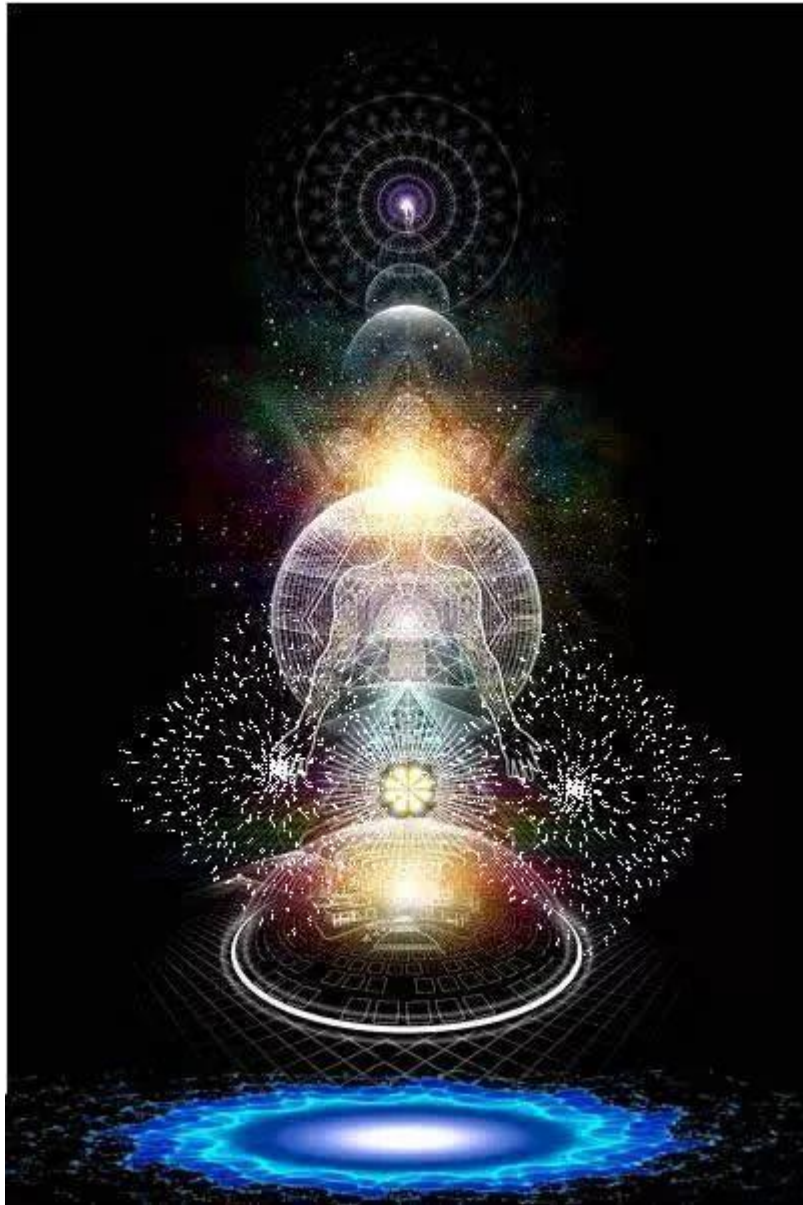
我们有了新的选择

我们的信念改变了

我们的知解改变了

有了第三眼的经验之后，我们对物质界的感知改变了

现在让我们来认识自性的另一个工具—星光体



## 灵性的实相之六：星光体出游

### 星光体出游

星光体是自性用来感知其它频率实相的工具

星光体就像我们的肉体一样，它是**意识**的另一个形相

在正常状态下，**意识遍布**在身体的每一个部位

我们接收了足够的能量后，**开始感知**到其它频率的实相

意识开始以星光体的形相活动

在睡梦中，我们无意识地感知到星光体的经验

在静坐中，我们是有意识地感知到星光体的存在

星光体可以穿越时间和空间

在意识到星光体的存在之后，我们开始感知到新的次元

在静坐中接收充沛的宇宙能量后，遍布在身体内的意识开始朝着一个点移动

意识移动的时候，身体会微微地颤动

我们会有身体在飘浮的感觉

但却感觉不到手和脚的存在

这时候，身体有一股像羽毛般的轻安感

身体的不同部位可能会出现移动的感觉

有时候甚至会有整个身体都在旋转的感觉

这就是所谓的星光移动

静坐的经验越多，我们获得的宇宙能量就越多

意识以星光体的形相快速地旋转，接着引发身体的移动

身体移动之后，星光体开始沿着一条银带离开身体

肉体 and 星光体靠着这一条由高振幅意识组成的银带彼此传递讯息

星光体透过银带开始神游太虚

星光体出游就是意识离开身体，到一些已知的和未知的地方和频率去

透过星光体出游，我们获得了至高无上的知识和对自性的明白

星光体出游的时候，可以穿越一切有形的物质，例如，土、水、火、风和以太四大元素

星光体可以毫无阻碍地游访其它的频率

星光体出游的时候，静坐者看到了自己的肉身

他获得了卓越的洞见

他明白身体只是他暂时的居所，他明白自己不只是身体和心灵而已

这是一次了不起的明白

每一个人都应该有一次星光体出游的经验

经历过星光体出游之后，我们的局限感消失了

我们明白自己是无限的

有了这一番体验

让我们明白自己就是意识(意识就是爱，爱是无限的，充满整个宇宙)

明白自己是无限的

也明白了生命中许多崭新的次元

**灵性的实相之七：涅槃**

我们接收的宇宙能量

随着静坐的工夫而不断地增加（日益精进）

宇宙能量改善了我们对当下的投入

身体—心灵—自性对当下投入得越多（身体（五蕴，七情六欲，六根六尘）—意识—元神）

我们会对情境有更透彻的明白

这一份明白就是智慧

一般人只能由情境中获得经验，无法感知到情境中蕴涵的智慧

这是因为他们只用形体来了解情境的缘故

但静坐者却能完全地了解情境

因为他知道自己不只是一具肉身而已

他知道他是肉身里的居住者

他明白所有的情境都是为了生命的进化而发生的

有了这些体验并且把体验落实在日常生活中

我们获得了生命的真知卓见

这一份真知卓见开启了千万道生命的妙门(众妙之门)，揭示了感知的新次元

我们的理解力、感知力和知识获得了无限的扩展

接着，我们的意识随之扩展

开启了浩瀚的智慧之海

我们称这样的智慧是

千瓣金莲

每一瓣莲花都代表着一个解悟的新次元

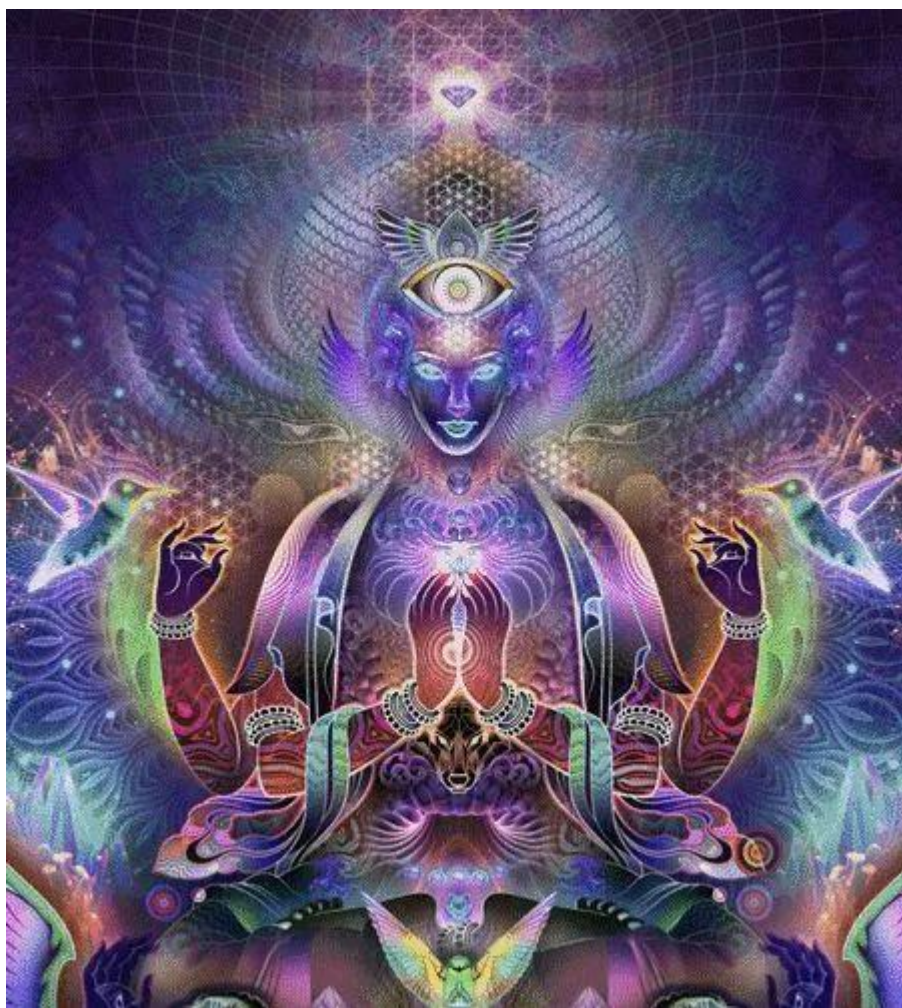
感知到的次元越多

我们就获得越多其它存在的知识

这一份解悟让我们知道

生命没有死亡，我们是永恒的存在

我们明白了何谓生？何谓死？



灵性的实相之八：生与死

我们来到世间的时候，只是一粒宇宙意识的微尘

我们的自性以太体的结构离开了它的源头

我们为了**经历独特**的经验而来到世间

我们为了**体验世间的经验**而选择投胎的子宫

父母、环境和生命的情境

**自性**完全了知生命的**整体设计**

意识微尘选择了母亲之后，开始进入母亲的子宫

意识进入子宫后，胎儿就有了生命

肉体依照**以太体**内的宇宙能量和**因缘**而产生了形状

在第一次呼吸之前，**意识**会频繁地**回到源头**

胎儿离开母亲的子宫后，开始了他生命中的**第一次体外呼吸**

**光音天**，还是佛才能介绍宇宙的本原，道说的太隐晦了

这就是我们所谓的诞生

从诞生到七岁之前，我们对**源头**是有意识的

**心灵**在 7 岁的时候开始成形

在 14 岁时成形完整

**智能**在 14 岁时开始启动，到 21 岁时发展完成

在 21 岁到 28 岁之间，我们**经验到了身体、心灵和智能**的结合

从 28 岁开始，生命的发展完全**仰赖自性的知识**

一个对**自性**没有觉知的人，他的意识就会停滞在**身体和心灵**之间

意识的停滞是**悲苦**的开始



这样的人**不了解生命**的情境

他的生活中**充满了危机**

他开始**进入僵化**的概念里

僵化封闭了**宇宙能量的流动**

能量的封闭使他**饱受疾病、压力和紧张**之苦

他在**毫无觉知的状态下**虚渡一生

他**不了解生命的目的**何在

他由童年、青壮年到老年，在**没有完成生命的目的**之前离开了人间

这就是我们所谓的**死亡**

即使在**死亡之后**，抱持错误知解的**僵化心灵**，仍然不允许**意识回归它的源头**

在错误的知解下，他创造了**地狱和天堂**

徘徊在一个低层的**星光界**里

活在**自性中**的生命，让一个人在**任何情境中都洋溢着喜福**

即使死后可能进入较低的频率中，他终究还是会回归源头

### **灵性的实相之九：开悟**

透过**智慧眼、星光体**出游和**生死的知识**而获得高层的知识以后  
我们就会对**身体、心灵、智能、自性和生命力**有了圆满的了解  
了解意识是**能量和知识**的结合

了解**意识**为了获得**更多的能量、知识**，为了创造而来到世间

在这一份明白中生活，我们才能对**造化**的存在有更深一层的了解

有了这一份明白，我们变成了一个**奇迹的创造者**



然后，我们的一言一语都会成真

起心动念都会化现

一举一动无处不见创意

这就是开悟……