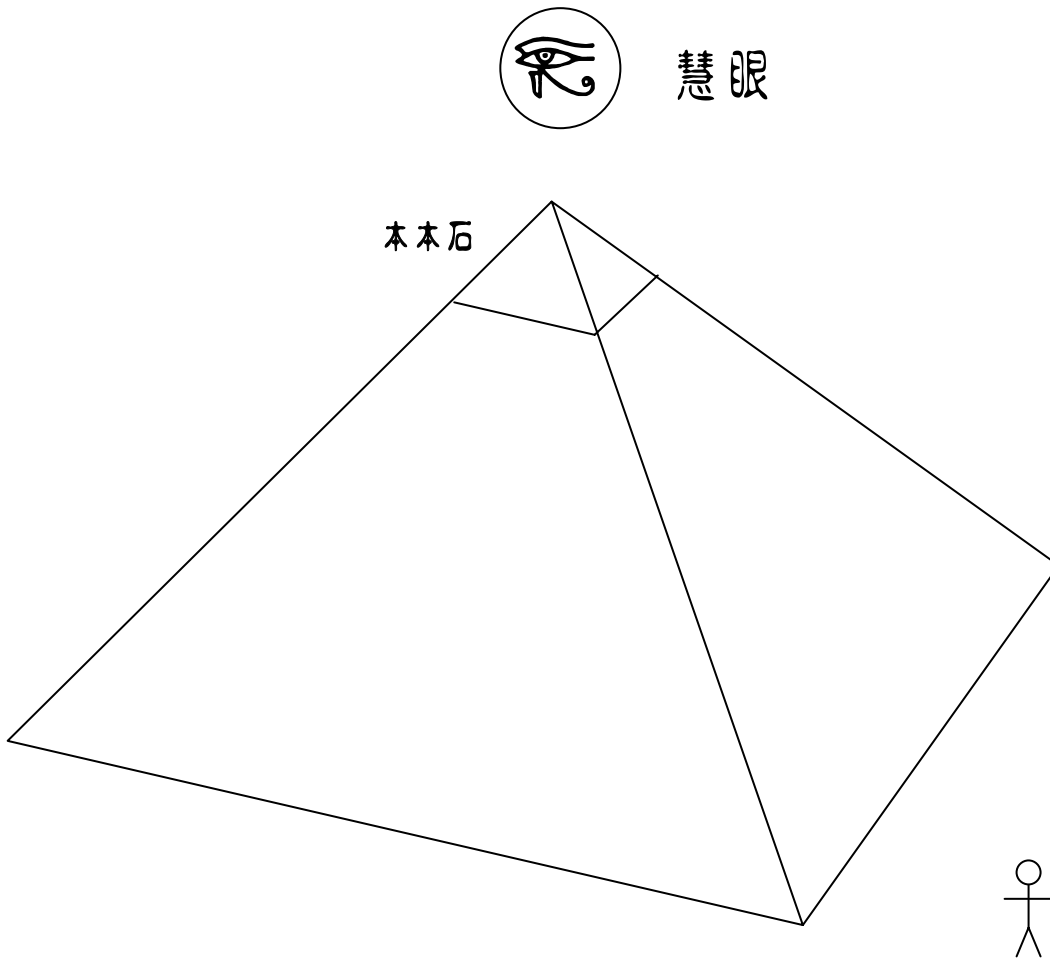


古埃及的三個修行比喻

1. 金字塔的比喻



古埃及金字塔的秘密

從古王朝時期的第三王朝到舊王朝的第八王朝時期古埃及的法老王蓋了大大小小很多金字塔，最大的是第四王朝胡夫法老王蓋的吉薩大金字塔，除了做一個龐大墓陵的紀念塔以外這座建築物是古埃及文化的主要歷代象徵品，一個人站在金字塔旁邊會感覺到自己很小而金字塔非常大，連一塊金字塔的大石頭都比人又大又重好幾倍，不過金字塔的大小沒有一定，小塔的形狀與大的一樣，古埃及人特別重視金字塔頂尖的最上面那塊石頭，經常會把它雕刻與裝潢的很漂亮而且他們還給它一個特別的名字：本本石，古代的太陽城有一個廟堂專門爲了尊敬這塊本

本石的重要性。其實本本石沒有一定的大小，一個龐大的金字塔的本本石在原則上可以變成微粒子的大小也還是擁有金字塔的形狀，如此你就可以把最大金字塔的最精髓的種子放在褲袋中隨身攜帶。這個比喻是說一個人可以學會從細微的念頭方面處理事物，這樣可以節省很多麻煩與汗水。海洋覺識冥想是最簡單輕鬆的練習可以培養一個人用最細心的思考把事情弄清楚而不要讓自己太辛苦，古代埃及人花了很多心血的功夫完成一些大金字塔讓我們瞭解這一點，他們做了幾個樣品以後就換了題目去做了別的建築設計。

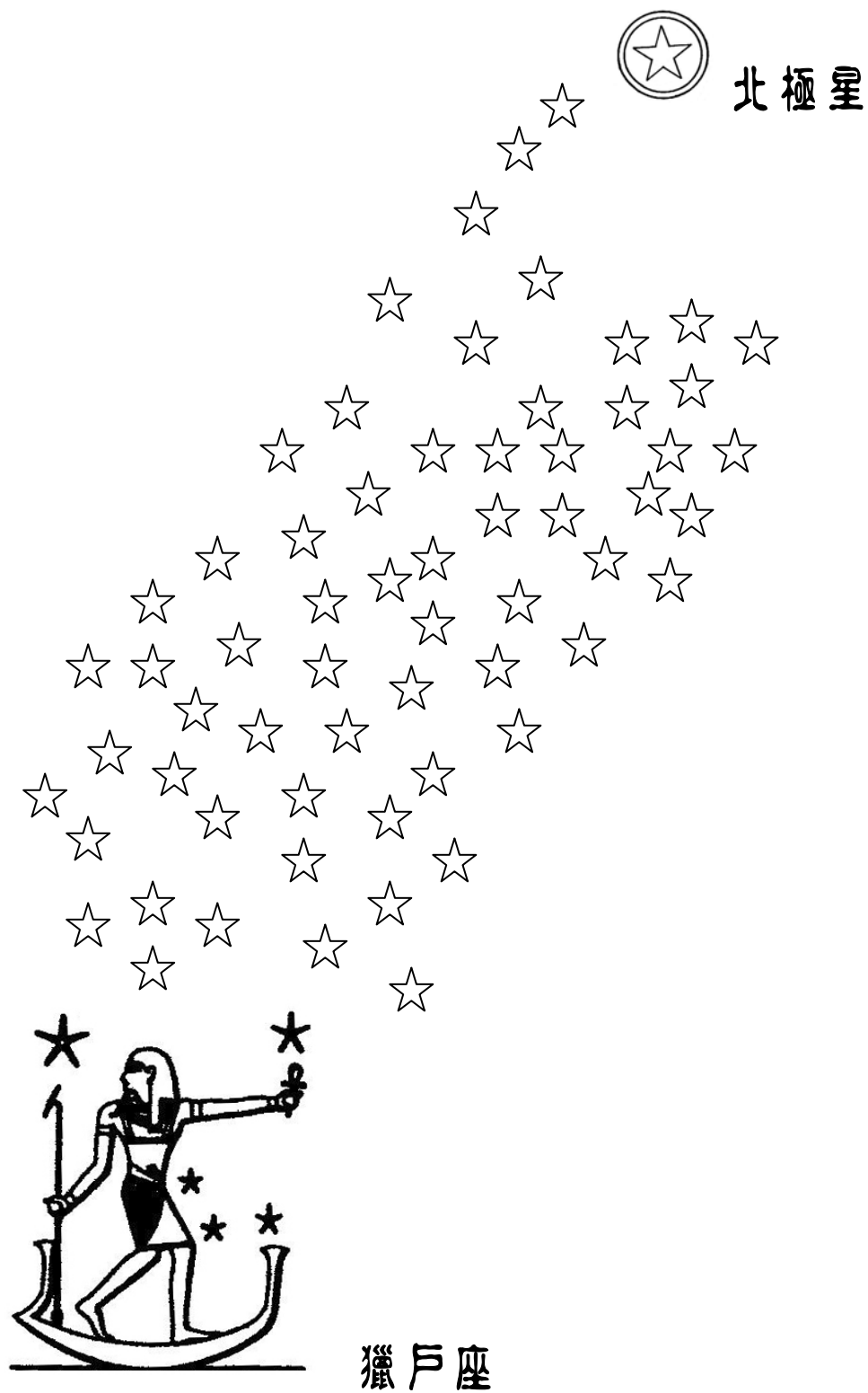
這金字塔比喻還有一個重要秘密，到了它的本本石最頂尖的地方那金字塔的形狀會突然消失而變成單獨的一點，這金字塔的例子非常清楚，不過任何物體甚至於任何創造物變成越來越小到最後會變成一點，它會失去所有的內容而只省下量子能力的最低激動狀態，讓它再小的時候就會無法維持任何被界定的存在，它會成為無界定的存在。你如果讓注意力掃瞄金字塔從基礎往上到頂尖時，超出頂尖後不是不存在，只是超出了金字塔的範圍而閃入無邊界的天空。

在那天空中你會發現一個白天的太陽還有無數的晚間中的星星。你會發現金字塔的頂尖只是金字塔的起點，這象徵個體的核心自我觀點〔就是小太極〕，而光明的太陽是這個太陽行球系統包括我們地球的生命源頭，牠代表大宇宙的生命源頭與宇宙性的高我〔就是大太極〕。那無定義的天空就象徵無極覺識的無邊海洋。

你每次練習海洋覺識冥想時多多少少會經驗到這整個的過程，如果每天花一點時間做這個簡單的練習，你自己的注意力很自然會開始熟悉探索整個的過程，一個人這樣會開始很清楚能夠體驗與掌握最細微的念頭階段而且很清楚自己所選擇的核心自我觀點，掌握這個核心自我觀念會幫助你突破限制困境，你也會發現你可以很輕鬆的超越一個核心頂尖觀點到無限大天空然後很自由選擇新的核心自我觀點並且可以任意從那觀點創造你想要的事物。或許你也會發現那太陽大我的光明功效而學習這樣的廣大人生使命。

2. 天堂樓梯

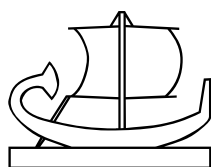
「為政以德，譬如北辰，居其所而眾星共之。」



古埃及晚間天空的大秘密

在古埃及文化的史前時期人民已經對晚間的晴空星座有很多故事與神話，在原始社會中天上的星星是最方便的教材，每天晚上都掛在那兒，古埃及人注意到北方有一個星辰永遠掛在那兒也不會落到地平線的下面，他們認為這星辰又不移動又不毀滅，因此變成永生的象徵。另外有一個星座是非常清楚又光亮，那就是獵戶座，他是黃道星座，因此他會每天每年不停的都在天空中繞來繞去，古埃及人把他看成是他們的文化裡最重要的人〔歐西里斯〕在天上的靈魂〔薩哈〕，他代表古埃及的領袖法老王的精神。在神話中他母親的子宮也是他永生的寶座，因此他需要大踏步沿着銀河往北極去找回他的寶座，有時候他開船在銀河中〔天上的尼羅河〕往他在北極的寶座，到了寶座時他很穩定的掌握整個宇宙。他手上拿的權杖代表生命與健康。

3. 帆船



整合人生

古埃及到現在有很特殊的地理，大部分的國土是沙漠，只有一條尼羅河從南往北穿越那乾燥的沙漠流動，因此大多數的埃及人一直住在靠近尼羅河的兩岸地方，而且尼羅河很自然變成古埃及最重要的道路。問題是因為河流的關係從南部往北的旅客比較方便，北方往南的旅客就比較麻煩要在逆流中旅行。古埃及人非常重視南北的統一與合作，好像人的上半身與下半身合作一樣重要。所以埃及人很早就發明了帆船的技術讓船長方便在逆流的河水中航行，河流自然會帶船往北方的方向，但往南的航行需要特別的技術，除了船隻以外你還需要用帆布借到風的力量才能把船吹往南方去，另外還需要掌握船舵才能維持方向否則河流的趨向會容易把船扭轉過去又往北流。雖然河流與風都是自然存在的動力，船長要決定開船的方向然後用技術維持航行的發展。注意力的自然流動是透過感官覺察到世界與處理事情，因此靜心的冥想過程需要用一些技術讓注意力找到靜心的方向，技術不難也自然存在，只是要學一學然後練習一點。雙方向的交流很重要，這樣才可以維持內外的平衡。