

# 爆米花 開悟的時刻!

巫師 — 阿門  
白中道博士 著作

## 爆米花的開悟時刻是什麼?

當人們與朋友們一起看電影、棒球世界冠軍比賽、或足球世界盃大賽時我們常常會準備了一些爆米花點心。

製作你自己的爆米花是很容易的，把玉米種子倒入爆米機，剛開始有一段時間沒有任何反應，然後會彈出一個顆粒，不久另一個又會彈出，然後顆粒會繼續不斷隨機啪啪彈出更多，然後整批幾乎所有的一起彈出。過了一兩分鐘爆發會減少到剩下幾個晚一些彈出，大部分的種子已經爆發開來了而你已經準備好加入調味料和欣賞表演。

## 地球上最棒的表演

我們現在將要參加全世界最棒的表演!

地球正在經歷科學家所說的大轉變，一個最根本性的轉變，從一個風格的運轉，到一個全新的運作風格，人類在這個過渡時期是最關鍵的因素，而且它會影響我們這美麗世界的靈性、情緒、心理、生態與環境等的各各方面。這本書要介紹的是現在已經開始進入了轉化時代的這件大事，從某種意義上來說這個時刻是人類終於開始成熟的時刻。

## 進入開悟的過程

“爆米花的開悟時刻”只是一個比喻說明由內向外的轉變，人類要了解他們是誰的過程中，我們本來好像在黑暗中摸索想要了解我們為何要來這個地球，現在要變成一個開悟的文明全面清楚讓我們與銀河系以及整個宇宙合一。從“無知”到“開悟”是一個奇怪的過程，也可能會讓心靈感到一些混亂，以至於很多人甚至不想去到那個境界裡。寫這本書的目的是為了弄清楚這樣的過渡時期中哪一方面會改變和哪一方面不會改變，如此你就會了解到底在發生什麼事情。

## 開悟是什麼？

很多人認為開悟是一個非常神秘又靈性的狀況所以無法合理的把它解釋清楚但我並不這麼認為。

你可能有注意到在黑暗的房間裡不容易看清楚裡面的東西，要解決這個問題你只需要輕撥燈光的開關，開燈後你馬上看得清楚房間裡的每一樣東西。一旦你可以清楚地看到一切，唯一的問題就變成了：房間裡都很明亮的，你到底打算做什麼？

這個時代的美妙狀況是我們現在已經知道開關在哪裡，所以任何一個人都隨時可以打開它，開悟是如此簡單的——只要你願意。

## 那麼，開悟的開關到底在哪裡？

有一些很平常的信念：你一定要去找一個師傅、打坐、加入一種宗教、也就是說要花很長的時間〔幾年甚至幾十年〕去發展自己，然後或許會達到開悟的境界。

許多宗教領袖與教師推薦“開悟”或類似的靈性境界為了就是要你參加他們的組織與練習他們的信仰或紀律而得到的最後獎勵，但過去的自我開悟的智者發現了〔經常也是開悟後回想起來而發現了〕這完全是沒有必要的，信仰系統與紀律方法常常並不促進開悟反而會阻礙他，它們讓一個人失去平衡。

## 你會喜歡現在還是以後？

練習一門“開悟”學問可以對一個人很有幫助，也可能以後未來的哪一天會導致一個神秘開悟的境界，但那期待的結果通常沒有在一個明確定義的時間內發生。

假設有一種形式的開悟是科學上可以驗證的、顯然是可以理解的、而且在這個現在的當下幾乎每一個人可以體驗到它……這樣的狀態下會提供一個穩定又堅實的基礎來支持任何自我成長練習、紀律、或發展計畫。

若是如此你喜歡選擇現在還是以後？

## 想像吧！

你如果已經開悟了而且很清楚你現實的本質。

你可以把注意力焦點在你生活中的實際成果，你可以做一些重大的貢獻，你

可以開發社交技能、業務技能、智力技能、技術技能、運動技能等讓自己充分享受人生的明確目標，而主要目標是為了盡量享受自己的生命、也可能提供一些禮物來提升地球上的生活品質讓很多人欣賞到，同時你做一切這些時你完全確認的保持清晰的洞察：這是永遠正確的作法在過去、現在、與未來。

## 平衡與注意力

古人在印度說平衡是三摩地〔Samadhi〕、在古埃及稱他為“三摩塔衛”〔Sema Tawy〕或“阿賀特”〔Aakhet〕，在完全平衡狀態時你感知不到什麼，這是未界定的覺識，為了要感知到什麼你要先干擾平衡，這樣干擾會創造一個大小相等，方向相反的運動而返回所有平衡。

感知到東西首先是會失去平衡的觀點，我們可以稱它為注意力或界定的覺識，被動的注意力單純的觀察而沒有任何判斷，主動的注意力被意志力的判斷帶動的，意識是注意力的流動。

## 平衡狀態是恆性

古埃及人使用了秤盤儀器來代表平衡狀態，一個盤子秤心臟〔象徵誠實〕，另一個盤子秤羽毛〔象徵真理〕，秤盤繪製時總是處於平衡狀態，而且正確的坐在支點上的平衡點有一個小的金色狒狒猴，他可以使用絲毫的衝動隨意讓秤盤往他所喜歡的方向移動，他調皮地可以從開悟的觀點自由自在玩。



## 那麼你必須做什麼？

你不需要做甚麼，“開悟”不是因為你做了甚麼而發生的，他是一個觀點、一種態度，而並不依賴任何做法或生活方式，你甚至也不必輕彈開關，只要你注意到開悟的觀點那麼你已經有了它。

它也不神祕也不靈性——除非你相信它是，當然一旦你就在那裡你就可以適應開悟的觀點，然後使用開悟作穩定基礎來發展自己在很多奇妙方面，所以讓我們現在轉移我們的注意力到開悟觀點來探討它，看它是否是值得享受的。

## 我怎麼知道這是真實的嗎？

當你面對“你已經開悟了”這樣一個古怪的斷言主張時懷疑是自然的反應，然而開悟的本性特質就是會證明它自己就是如此，這是一種超然先驗邏輯，它與經驗接合而不僅是語言上的邏輯。讓我來舉一個例子。

“這句話是謊言” 如果當你說這句話是謊言時，那它就是真實的，但如果它是真實的，它就是一個謊言。邏輯打破了這樣的自我指語句。

“你相信什麼你就會體驗它” 即使你不相信這種說法是真實的，它仍然是真實的因為你的經驗不符合你的信念所以你的經驗真的反映出你的信念，這是一個例子說明超然先驗邏輯如何接口與經驗，而不只是“邏輯”字樣。

## 超然先驗開悟

最近有一位女士說：“我知道你沒有開悟。” 那就是她投射的觀點，我回答：“好吧！那是你的觀點，” 從開悟的觀點每一個人都開悟了，所以你如果認為一個人〔自己或別人〕沒有開悟的話，那只是你想表明你並非正在從開悟的角度觀察世界。

這就是開悟自我驗證的超然先驗邏輯，那位女士已經在開悟但她選擇不知道這個事實而且她有自由權利可以選擇這樣認為，開悟的人不會否定好像有不同意見衝突的可能性，讓我們來探討開悟觀點以明白為什麼是這樣。

## 一些超然先驗開悟的例子

佛教傳統認為釋迦牟尼佛發誓要先幫助一切眾生開悟他才願意得到他自己的開悟成佛，如果今天還有那麼多人覺得自己很明顯還沒有開悟的話佛陀怎麼

能履行他的誓言？我想佛陀應該不會騙人吧。

許多基督徒相信耶穌已經救了一切世人，如果那麼多人拒絕接受耶穌為他們的救星，而且那麼多人還在經歷痛苦這怎麼可能呢？那他上十字架是白白浪費時間嗎？

秘密在於耶穌與釋迦牟尼找到了所有眾生都是在定義上已經站在開悟的觀點，讓我們來找到這觀點吧。

### 超然先驗開悟的科學定義

超然先驗開悟的觀點是你先驗覺察到每一樣東西是你自己創造產生的光在表現中。要理解這個聲明我們首先要擴展我們對“光”的定義讓它包括全方位電磁（EM）相互作用的光譜。

我們整個對宇宙的體驗是透過視覺、聽覺、觸覺、味覺、與嗅覺各種感知的覺察，我們再加上思考、感覺、情緒、想像、記憶、等的心理活動，我們的神經系統簡直是一個生物電磁設備。

### 這是什麼意思？

我們所體驗過的每一個精神上或身體上的經驗既然都要透過電磁互動，那我們可以說所有的生物體都透過光來覺察到與體驗它們的現實，透過這種科學定義一切生物體都在定義上活在開悟中(enlightenment)而且從源頭以來都一直是這樣的。

這意味著不管你知道還是不知道，你與所有其他人都是永遠開悟的。

高中學歷的大多數人已經學到這一些科學原理，不過他們的教師們不推出明顯的結論，再仔細一看我們會發現其他許多驚人的結論。

### 電磁感知物理學〔視覺〕

視覺很顯然是感知到光的過程，然而電磁相互作用始終是一個雙向的“握手”過程。當一個光子達到你眼睛時，你已經早就發送了“注意力關注”的光子往那光的源頭去，注意力的“反”光子在時間上向後移動而光子往前趕。當你去看離你遠一百萬光年距離的一棵星星時，這個相互作用會變成很驚人

的，你的注意力往過去一百萬年前的時代旅遊然後與那遙遠星星的光子發生相互作用然後等於與光子一起旅遊到你現在時刻的眼睛。

### 電磁感知物理學〔觸覺〕

當你在土地面上行走時你的雙腳似乎觸碰地面，其實你在體驗到電磁懸浮作用，因為你的腳和地面的外層電子相互排斥，原子大多是空間從來沒有真正接觸，只有原子的電磁“光”能量會發生相互作用。

### 電磁心理物理學

所有的心理過程是生化的電磁相互作用，這些措施包括：思考、情懷、情緒、回憶、想像、夢幻……

體內的生理過程也都是電磁相互作用掌控的，他們大部分是生化學性質的而且多半是自動化的。

### 痛苦也是一種光〔電磁〕信號

如果你生病或受傷你的身體會發出信號，為了通知你某些事情正在發生可能會威脅你身體繼續生存的能力。

我們常常排斥疼痛及其他不舒服的感覺，不過我們其實原來把他們安裝了做成本能，這是為了讓我們知道身體什麼時候在不正常運行，通常更威脅的狀況下更嚴重的不舒服感覺會顯示出來。

而所有這些不舒適的信號都是光的形式，因為他們都是電磁相互作用造成的。

### 開悟是極樂嗎？

有幾位廣為流傳的新時代大師，如瑪赫西馬赫什瑜珈師在推廣一個想法說生命的本質是“幸福”，而且開悟會帶人到永恆喜悅的境界，但可惜馬赫西自己與他的師傅都老了然後死了，跟隨這些大師的很多人也一樣進入了生老病死，這個讓我們了解擁有一個肉體的痛苦死亡過程是不可避免的，馬赫西有一次解釋了開悟意識的寬廣覺識好像喜悅的一條長線旁邊放一個個人痛苦的小小圓點，極樂勝過痛苦但不能完全消除它。

## 壓力的角色

壓力的來源是阻力〔排斥〕，但阻力排斥到底從哪裡來呢？它的源頭是在一種用力地排斥而不接受事情就是這樣的，而不管物體多強，大當壓力增加，最終會導致任何結構的損壞。

"本來無一物，何處惹塵埃"，然後有東西的出現是因為排斥那沒有東西的狀況，排斥就是創造的開始，哈利·帕爾默〔Harry Palmer〕指出，一個人越排斥某一樣東西時〔包括沒有東西的狀況〕，那“東西”或狀況越會持續存在，因此創出一個會在時空裡面或任何一個境界裡面持續存在宇宙萬物的方法是要持續排斥它的存在。〔更多的抵抗任何東西（包括什麼都沒有），“東西”會仍然存在，因此要仍然使一個宇宙存在在時間和空間或任何維度的公式是要不斷抗拒它的存在。〕

## 排斥的結果

排斥虛無，虛無越存在，更多的排斥擁有那更多的擁有仍然存在，因為任何一個創造物只是整個宇宙的一部分價值，所以它不會完全滿足我們。〔因為任何創造物在整個宇宙來講僅僅有一個很偏關的小價值，它永遠不會完全讓人滿意。〕

意識本身只能允許部分的經驗，如果人排斥不滿意的部分經驗這反而會使它仍然存在，聰明的人學會刻意去排斥他所想要的，結果他所排斥的經驗會仍然存在，真正富有的人持續投資或捐贈自己的財富，所以財富會不斷流入，而很貧困的人排斥他們的貧困，讓他們繼續活在貧困裡。

## 壓力與健康

如果一個人排斥任何在影響身心的狀況，這種壓力一直持續下去可能會累積在個體中然後造成失去身心健康的可能性，解決壓力的方法是放鬆與接受，更好的方法是刻意與積極的選擇經驗它，因為它會去除壓力的感覺而讓我們在壓力的狀況下得到真正的放鬆。

另外一種可以讓我們刻意體驗深度身心放鬆的方法就是靜坐，當一個人在規律的練習靜坐時，他會對任何有壓力的狀況發展出一種注意力的平順適應力，身心的深刻放鬆會消除壓力。

## 個人壓力管理

透過認識個人痛苦是一個電磁光相互作用，汪洋大海中的很有限的小小隔離性現象可以幫我們了解放鬆的角色，只要我們決定把一般的電磁光相互作用稱之為喜悅的話，把注意力從固著在隔離性的事情轉移到別處或擴展注意力的邊界範圍就會顯示如何喜悅會克服痛苦，在隔離性的意識狀態中壓力導致的痛苦會把注意力從深刻寧靜狀態中拉出來，這不是再加上新的壓力，而是在放輕鬆過去已經累積的壓力的一種副作用，透過有規律的練習放輕鬆再增強適應力我們就可以有系統的減少任何物體的壓力。

## 個人的壓力與宇宙的壓力

一個有機體(例如身體)只能接受多少壓力然後他會開始被破壞，因此透過有系統地練習放輕鬆以消除舊有的壓力，再增強適應力以預防新的壓力，我們可以導致最少的壓力在影響有機體的運作，如果壓力的消除會把有機體的注意力從深刻放鬆中〔例如睡眠或靜坐〕拉出來，就好像一個沒有壓力也很有適應力的有機體會變成沒有什麼情況可以把它從它的靜止狀態中拉出來，所以有人問了馬赫西大師為什麼可以發生一個沒有壓力的有機體的注意力從靜止中被拉出來，他包著充滿幽默的笑容提議可能是“宇宙壓力”。

## 宇宙壓力等於宇宙痛苦嗎？

宇宙壓力的想法暗示著整個物理宇宙的本性是壓力〔也就是說痛苦〕，因為它僅是由無定義覺識中的干擾出心理與物理創造現象而構成的，喜悅好像唯一的真實度是自我的超然本性無定義覺識而已，這個本性既然是無定義，我們可以稱它為“喜悅”或“極樂”，但它真的沒有什麼特質，這種“喜悅”變成一切創造物的自我定義的細微基礎，那就是電磁光泡沫的本性，一切創造物都變成這個基本特質的表現。

## *Sat, Chit, Ananda*

在古典印度的傳統中自我的基本特質稱為 *Sat*、*Chit*、與 *Ananda*，*Sat* 是觀察者的純無定義覺識，*Chit* 是決定一個創造物會變成什麼的識別力特質〔意志力〕，*Ananda* 就是從發現創造自己不享受的東西是沒有道理推知出來的喜悅特質，創造者兼體驗者有喜悅的基本特質，因為如果一個創造物沒有興趣、享受、娛樂、等價值的話去創造〔選擇〕它很沒有道理，而且創造物的源頭一定是一個充滿了興趣、喜悅、與幽默的東西才可以在其創造物中反映出這樣的特質。

## 身心的限制

每一個眾生都活在開悟中，一個眾生所面對的唯一主要問題是慣性的執著一個心理與物理的自我認同。

電磁光的能量本身永遠是守恆的性質也不可滅亡，然而我們為了要玩在有限制宇宙中把注意力貼上心理與物理的自我認同最終會解散，這種毀滅既然違反了我們自己設定的生存本能程序，結果毀滅趨向的信號會產生"痛苦"的感覺。開悟只等於轉移展望觀點讓限制與不舒服不是那麼麻煩的。

## 開悟很難嗎？

有一次瑪赫西大師說過：“誰提倡了集中、控制、脫離、與放棄可以導致開悟這代表那個人不知道他自己在說什麼。”〔Jerry Jarvis 傑里·賈維斯 "Search for the Rishi" “在尋找覺醒者”，George Ellis 埃利斯, Symposium of Silence: An Enlightened Vision 無聲會議：一個開悟的展望，第 88 頁〕。

因為身心本性是很輕鬆的關係，所以集中、控制、脫離、與放棄都很難達成開悟，這些能力其實都是會讓意識失去平衡，結果會使人更難放鬆到可以進入開悟的單純狀態，開悟既然只是一個被選取的觀點，移動注意力到那裡是很容易的。

## 開悟總是為了大家

開悟是一個觀點每一個人都已經可以利用它，而且每一個人永遠擁有它，它是我們的本性不需要任何技術、練習、或生活的方式，從某一方面來說開悟是一個無內容的想法，只是透過發展某些思考與感知的習慣在一個生物體裡，然而我們不知不覺的變成偏差認為我們受到物理、心理、與神性的限制，其實我們永遠可以很自由採取任何觀點而且換觀點幾乎絲毫不費力，所以我們大概要認定我們在任何時刻可以很自由的選擇開悟的觀點。

## 開悟有實際的價值

開悟的統合性觀念不是一個沒有現實意義的想法，它在我們的現實生活中有非常多的價值，它提供知識、行動、成就、與滿足上的穩定基礎，而這

些都是成功人生的主要成分，當然成功就是我們首先透過自己的測量然後再來可能透過社會價值的評斷，如果你不完全確定你往哪裡走的方向，一定很難確定你做的事是否會幫你走到哪裡或者是否任何行動到最後會有任何價值，從開悟的觀點來看一個人是會對一切事情有肯定、也有慈悲與感激。

### 一張開悟的清單

在此提供一分清單讓你自已確定你是否在享受開悟。

- ◎ 你是否看到自己與一切眾生都開悟了？
- ◎ 你是否做你所有會影響你現實的決定？
- ◎ 你是否承擔一切決定的責任〔包括自己的與你委託給別人的〕？
- ◎ 你是否深刻的感激你宇宙中的每一個現象與每一個眾生？
- ◎ 你是否能夠放輕鬆然後單純的享受你的現實當下就是這樣子很完美也很充滿了不可思議的絕妙？
- ◎ 你是否與一切創造物感覺到慈悲與合一？

### 五把永恆的鑰匙

第一把是光，一切現象都在電磁光相互作用中。

第二把是平衡，每一樣事物都存在與完美的平衡。

第三把是自我相互作用，每一個行動有一個符合的相反相互作用都在平衡自我覺識中。

第四把是意志力，你的意志力透過使用不同強度的決心在創造一切。

第五把是覺識，你時時刻刻當觀察者見證一切你所創出來的創造物。

### 自己個人的人生使命

開悟的另外一個可以隨意選取的方面，就是發現或選擇一個人生使命，我在此使用“使命”這個名稱和“目標”不一樣的意思因為我們可以滿足一個目標，不過一個使命會變成一個永遠在擴展的計畫，而且這種計畫可以讓注意力感覺到那麼多絕妙的魅力，因此它會把意識的注意力激起到一個一直持續探索與進化使命的遊戲中，而且可以經過很多輪流的生命體的再生，然後產生一個觀念叫做“阿凡達”的生物體，而可以無論發生什麼變化影響個人所選擇的投胎化身，它會對使命的遊戲計畫保持有意的覺察感知在一個永恆的光球中。

## 愛因斯坦的相對絕對論

光有很多奇怪的特質，其中之一是它似乎在一個恆定的速度相對於任何觀察者的旅行，一旦實驗證實了這一點，愛因斯坦就把它提出作為他著名“相對論”的基石。人們說“相對論”，是因為作為一個恆定的光速  $c$  約 300,000,000 米每秒 ( $c = 3 \times 10^8$  米/秒)，空間和時間上的相對觀察會發生奇怪效果。但是其理論依據是絕對和普遍的常數，這意味著愛因斯坦的理論是真正的“絕對”理論而並不是相對的，在我們開悟的新時代我們可以明白這個道理。

## 絕對時間是永恆的

根據愛因斯坦的理論，從觀察者的角度來看對方的速度越快運行時，對方的時鐘速度會現得越慢，而在光的速度現象的時鐘會停止。

愛因斯坦正確地聲明，沒有實體的物體可以比光速更快，但這並不完全正確因為我們只有通過光 (EM) 的相互作用才能感知，這意味著我們的“時鐘”絕不會移動，我們生活在永恆的。

從遙遠的恆星來臨的光不會減慢或老化，因此光是永生不朽的，由於我們也是光體的人我們是永生不朽的，我們全部的經驗是透過光在光速的自我相互作用而來的，因為其時鐘不移動所以這樣始終沒有任何真正的移動。

## 為什麼光速不是運行？

我們的空間和時間的概念源於一個觀察點在慣性的認同複雜的光波組合(物體)似乎速度慢於光 (Slower Than Light = STL)。實際感知的交互都發生在光速度 (Speed Of Light = SOL)。

物理學家往往稱光速為“自然”的速度而定它的價值為 1，STL 的速度是小於 1，快於光 (Faster Than Light = FTL) 的速度就是大於 1，但是都沒有 0 速度，因為每一個對象移動和震動相對於其他一切。然而在 SOL 時鐘停止，所以我們可以說任何 SOL 運行的物體從我們的角度看法似乎移動 STL，但實際上從來沒有移動相對於自身(而且都在自己的光球中)。

## 瑪雅長曆法的終結說

最近有很多關於“世界末日”的瑪雅曆法的說法，這個想法並沒有提及到 260 天的神聖 Tzolkin 日曆，它永遠在繼續無休止的旋轉。已經“結束”的就是

所謂“長曆法”，而它是跟隨著很長時代週期而延。每個時代都有一定的質量，“結束”的意思不是說地球被毀滅或事情停止發生，它的意思是人類意識轉移到另一個模式，在這種模式下永恆不變的生活價值在各方面意識的實用和科學方式上會開始主宰文明。

### 您現在的位置在這裡

你有沒有旅行過一條地鐵線，而每個站都有一個整個地鐵系統的地圖而在每一個你已經達到的車站在那個車站地圖上都有一個“你在這裡”的彩色明星標記在站名旁邊以讓你清楚你在哪裡？

請注意自己的生活經驗，你會發現無論你似乎去哪裡，只要你注意你的位置，你會發現“我在這裡”，這裡是無論你恰巧發現自己在任何時刻的所在，正如我們將要看到的實際上去的地方是概念從光相互作用引起的一種錯覺，無論你走到哪裡你的實在的位置將在“光泡沫”裡。

### 永恆之光泡沫

想像你從 A 點移動到 B 點，而且看到自己作為光的形式在一個光泡沫中。你可以在光泡沫內四處走動，光泡沫內改變顏色和形狀，但你總是似乎在那光泡沫內，但等一下我們將告訴你如何走出光泡沫外。請你玩一玩那光泡沫的概念一直到你很肯定它，因為無論你走到哪裡你總是在自己的個人光泡沫，而且你自己透過你的注意力和信念定義它的極限。

### 你生成你的光泡沫

關於光泡沫很奇妙的事情是，你每一刻瞬間創造它的形狀然後投射它向外成為一個“現實”泡沫，然後你巧妙地假裝它有它自己的生命，而且你可以參加在“它”的生命中。

事實是你負責創造光泡沫和一切它的內容，這是一個奇妙的娛樂設備，充滿了無盡的迷人可能性。

人們愛說有“宇宙意識”和神奇的“合一意識”，而實際上人通常都在抗拒這種想法所暗示的孤獨而想要被愛。

## 愛與責任

渴望被喜愛和被讚賞是一個很大的誤會，因為你創造自己的宇宙，所以如果你的宇宙不愛你，你要去怪誰呢？

如果你創造人類可以獨立存在和自我意識的人類擁有意志的自由，你會得到一個很有趣的宇宙，那就是你不可以期望每個人都將同意你、喜歡你、或甚至尊重你。

作為你宇宙的創造者，喜愛和欣賞自己的作品很有道理，但如果你選擇沒有道理，那麼你仍然要承擔創造了沒有道理宇宙的責任。

## 光泡沫中的其他居民

如果你稍為注意一下，你很快就會發現你的光泡沫已經充滿了許多其他人，還有其他非人類的生命體也存在，以及大量的“無生命”的物體。

這些分享你光泡沫的“嬌客”們似乎在你的注意力範圍內可以來來去去，你對你的光泡沫的條件和內容有部分的控制權，但與你共享此空間的居民們一樣也有此自由來去的權力。

你常常可以使他們出現或消失，它們也可以透過自己的決心與使用自己的主動權出現或消失。如果你可以總量控制你的光泡沫宇宙那會變成完全可預測而且完全無聊的宇宙。

## 你可以離開光泡沫嗎？

是的！走出光泡有幾個方法，一個常用的方法是通過深度睡眠，在深睡眠過程中你放鬆並關閉你的感官知覺，注意力失去焦點然後放鬆擴散，直到你不知道任何事情。

第二種方式是由垂死狀態，當你放棄掉你在光泡裡所使用來玩的身體，你至少一個小時刻會從光泡沫裡滑出去。

第三種方法是通過深深的冥想靜思，在冥想過程中你的注意力可以變得非常微妙，然後可能會滑出去到超越感知泡沫的領域，阿凡達可以自由自在的隨意進出光泡，（睡眠與死亡多半是不得意而經驗的）。

## 你的光泡沫是你的宇宙

你的光泡透過每一個感官媒體在各個方向延伸，一直到你的注意力能想像的

任何極限。

這意味著你的光泡沫定義你所居住的宇宙，換一句話來描述這是你全部持有的信念的總和，這些信念可能顯示為經驗或者只是作為微妙的想法和感受、回憶或夢想，這全取決於你的信仰強度，實際上你的光泡包括一切，你自覺或不自覺地認為屬於你的宇宙或宇宙群眾的東西。

### 你的光泡不是你

事實上你既然可以走出你的光泡沫外證明你的光泡沫不是你，那麼光泡裡面關於你的自我形象也不是你。

每當你走出泡沫的時刻，你的自我形象會消失，這意味著你所看到的或想像中的光泡沫僅僅是你對你和你世界的一個想法，而不是你或你的真正的現實，光泡沫僅僅是你的創作而不是你。

那麼什麼是你真正的現實，什麼才是你呢？

### 請真正的你出現吧

不幸的是如果你試圖找到一些身份是“真實的我”，你是在浪費你的時間，沒有這樣的東西。

你是一個未知，在宇宙中最不可思議的就是你，具有諷刺性意味的是大多數人最擔心的一件事是未知的，事實證明人們往往不必要去怕自己。

因為你不是一個創造物或經驗，你是一個創造者和體驗者，這就是為什麼你永遠找不到你自己是什麼，你只會找到你的一群自己宇宙中的創造物。

### 認識你的自我

你將永遠不會有任何特定的身份能夠確定是自己，但是你可以行使你的許多權力。你的權力是無限的（不過你平常還是會加上一些自我限制），但分為兩類。首先大家都有覺識，這是存在的基本性質但並沒有特別的內涵，內容取決於你選擇要注意什麼。

其次你的意志可以決定，你透過意志從許多選項中做選擇，然後把覺識中所有可能性摺疊到一個單一的選擇，或所有可能性中的一部分。

## 中國古代世界觀

中國古代人把意識稱為 "陰"，它是被動的只是存在，它是理智的，因它使用結構化和有秩序的方式經歷創作，它也本質上願意接受經歷任何可能的創作。中國古代把創造力稱為 "陽"，它是動態的並排斥現狀，所以它產生變化，我們一定要擁有某種已經存在的事物才能體驗到更改的變化，因此陰陽一起玩不休。

中國人用龍在玩一個光球來象徵這個原理，龍是意志創意性陽能量，和光球是覺識的陰能量在經歷創作。



上圖為牆上一對中國創意小龍一起玩一個神奇的光球粒子（維基百科，“龍”）。



上圖為兩個裝飾性的龍玩一個光球，他們經常出現在中國寺廟頂上。

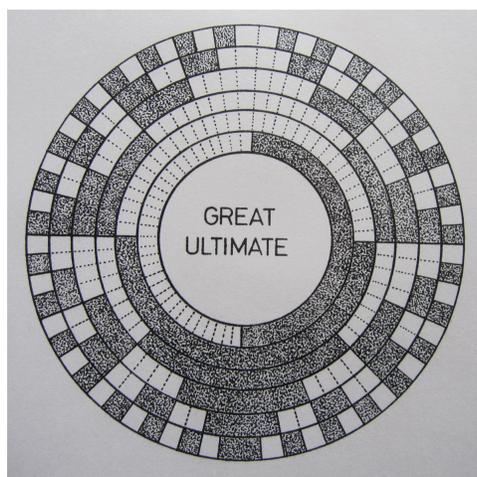
## 二進制分辨率

陽 \_\_\_\_ 和 陰 \_\_ \_\_ 的任意二進制符號對比，可以使用任何分辨率，一旦你選擇了組織的解析度，一切可能出現的陰陽組合變化在組織中就固定了，在一個已決定解析度的太極二進制系統中，無論發生什麼該系統的“泡沫”整體永遠不會改變，只會週期之間的輪流在其各種可能性中。

古埃及人也知道這個道理，我們的現代計算機科學家知道這個道理，整個宇宙的文明，最終都實現了這個道理，並把它應用在他們的生活中，真相很簡單它不斷地改變裡面的組織內容，而是永遠不會改變它作為一個統一的整體系統。



易經中的八卦，一卦有三爻  
(太極符號在中心)



易經中的六十四卦，一卦有六爻  
(英文“太極”在中心)

### 覺識與意志如何一起操作？

覺識是沒有確定經驗的覺醒性，意志界定覺識並把它轉換成意識，意識是受注意力指定方向的許多念頭在川流不息，注意力可以直接故意地透過意志刻意操作，或通過有意識或無意識去慣性的操作。

請你親身體驗以下的小練習，〔根據哈里·帕爾默的再現人生第40頁〕，稍停片刻你在做什麼，然後故意決定做一個簡單的事情，然後去做那件事情幾分鐘，然後停止你正在做什麼並決定去做別的事情，片刻後去做你的第二個選擇，然後停止練習並回答以下問題。

### 讓我們來看看發生了什麼事

你做了練習嗎？你做出了兩次決定嗎？你履行了你決定要做的那兩件事情嗎？

在暫停期間你所做的每一個決定之前的當下，你知道你面對著無數可能的選擇，每次你做出了選擇，你縮小了無數選擇來到只有一個決定，你放棄了所有無數選項的自由和接受了一個限制：你能做的變成只有一件事。

透過“自由意志”做選擇是一個奇怪的權衡，你放下了你自己無限可能性的自由為了決定獲得一個真正有形的體驗。

### 未定義覺識的性質

未定義的覺識是你的空擋，感覺一下當你還沒有決定下一步打算要做什麼，那會是什麼樣的情況，你漂浮在一個似乎無定義覺識的不確定狀態，但仍然有一些要行使得練習規則和其他可能的責任，你還有很多可能的選擇但沒有一個是很清楚的。

一旦你透過意志做決定，本次選擇就會縮成一個你給自己的任務，當您執行該任務時你體驗得到具體的也充滿細節你所做的事情，前進的道路上也不一定發生一些干擾或挫折。

### 經驗範圍

從這個簡單的實驗中，我們發現有一系列的經驗過程範圍，從一個模糊的領域充滿了無限的可能性〔全部或其中一些仍然無形象的〕到履行的意圖中有

一個精準確實的事件出現。

在這兩者之間是一班的慣性，我們的意識流動沿著一個自動化的路線上，或許包含了各種沒有什麼特別值得注意的經驗，習慣的價值在於它提供了安全和正常的感覺，習慣的另外一面是他們抑制成長 — 除非人的習慣是在探險和實驗在未知中。

## 習慣和意志

習慣是一個很有趣的發明，它讓我們能夠自動化任何意志決定的創造性活動，直到它不需要任何明顯的自覺意志的精神應用去行使它。

我們最深層次的習慣就是本能，本能習慣讓我們能夠健康地活著在我們的身體中。個人也可能養成習慣表現到似乎毫不費力的奇觀技術境界，觀眾沒有目睹到下那些功夫所需要努力而只看到融會貫通的習慣所達到高級的技能水平，另一方面來看習慣使用的常規阻礙意志的進度，習慣也可能會蒙蔽新的危險或新的契機。

## 如何刪除或重新佈線習慣

假設習慣變成了一個問題 — 比如成癮或不恰當的反應，可能是時間到要把它清除了或重新佈線。

處理它的第一步是要刻意執行行動來將自發自動的習慣把它帶到自覺意識，如果你不清楚覺察到慣性現象，有時一個教練觀察你的行動會有一點幫助，但關於思維慣性模式你就要靠自己覺察。

一旦你找出了一個無意識的反應，刻意去模仿它不要去實際上做你可能會涉及到任何負面的動作，你只要假裝的模仿它。

## 為什麼要自覺式去模仿習慣嗎？

究其原因有意識地模仿一種習慣，使其帶入有意識的深思熟慮的行動領域，一旦你這樣做你可以故意決定以後你是否要再做一遍這種行為。

如果你決定給自己完全自由，你可以任意做你想要的而慣性不是一個問題 — 只要你願意負責你行動的結果。

透過使用意志來限制你的自由和刻意模仿你的習慣和意想不到的結果，你可以完全控制你的現實，代價是你必須接受你的自由被自己限制，然後刻意還

要重複模仿你不喜歡體驗的東西，直到你掌握了它們。

## 意識權衡

另一方面你可以轉移到純粹的觀察然後體驗不定義的覺識，在這種情況下你最終不得不接受你的不知哪來的舊有模式，或者你放輕鬆躺入你最終沒有什麼特定的——只是一個無盡無數的一堆虛擬的可能性中。

然而覺識意志是你的最終本性，它沒有具體內容，但可以發揮無限的可能性和發展通過無限的經驗，通達覺識意志（也被稱為創造性智力）會充分授權一個人的人生全面性價值，而且完全是每一個眾生擁有的本性——創造和體驗這本性吧。

## 大小與重要性的幻覺

創造物沒有任何明確的大小或重要性，我們透過比較對象去發現大小或採取一定的觀點去感知對象，久而久之當我們擁有這些習慣性的觀點時，我們開始相信事情有固定的尺寸和重要性。

移動是一種方法可以調整所感知到的對象有何種相對大小，越靠近到一個對象將使它看起來更大，越遠離對象將使它看起來更小，請你觀察一些你習慣性地認為是大或小的對象，然後調整你觀看對象的距離以徹底改變其大小或重要性的樣子。

## 視點變換和能源

改變精神上的觀點可能幾乎不花費任何努力。

不過如果你認為你須要移動你身體的位置才能改變你觀察對象的觀點，這涉及的能量消耗取決於您使用的技術。

愛因斯坦說沒有物體或數據可以比光更快傳輸，因為將需要太多的加速能量，這“規則”有效地監禁我們在宇宙的一個小角落，然而愛因斯坦的論斷包含隱藏的假設，了解它我們可以突破這個監禁。

## 如何比光速更快

我們的身體移動速度比光速慢（STL），然而我們的感知覺察，正如我們剛才所解釋，在光泡沫內使用光速移動（SOL）。

德布羅意(De Broglie)博士結合與擴展愛因斯坦的方程，且又包括物質的振動性質告訴我們，雖然愛因斯坦假設光速是恆定的，但是比光更快 (FTL) 的移動和通訊是必然存在的。

以下為方程式： $(v_g)(v_p) = c^2$ 。方程式中  $c$  是光的速度常數， $(v_g)$  是一個物體的速度，和  $(v_p)$  是一定和物體相關聯的超光速 FTL"相"速度。(請看書後的註解)

### 這個方程式是什麼意思？

此方程式為簡單的代數，其中  $c$  是一個恆定的速度，另外有兩個變量的速度，一個指物體，另一個指它的“相波群”。

運動物體速度總是 STL。因此，相應的“相”速度必須 FTL，相波群也必須包含較慢對象所包含相同的信息，此外如果該物體對象減慢速度成為幾乎不動，則其相速度變得超級超光速，並可能包含在一個時刻會穿越整個宇宙。

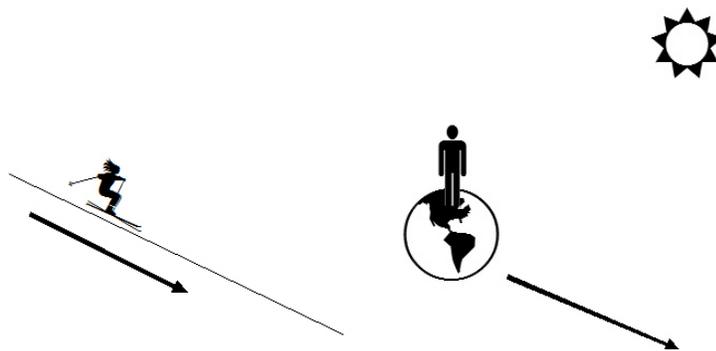
$$(1/500)(500/1) = 1^2 = 1. \text{ [設定 } c = 1 \text{]}$$

如此看來，超光速 (FTL) 傳輸畢竟是可能的。

### 那麼我們如何超越光速？

簡單的觀察顯示它是如何做的，科學界還沒有全部展現出來可能的技術，但這裡是一個例子。當你停止移動你的身體在地球上，你確定連接到下一層比較大的移動物體 — 這就是正在迅速圍繞太陽的地球，還有太陽在銀河系裡面繞也是一樣的。

你的身體動得越慢你越會成為一個與宇宙連接的相波團，你因此也動得越快在相位關係中，進一步的 FTL 原則需要改變觀點，那就是要從串行到並行處理信息，而且要 90 度改變你的觀點並擴大你的視野，去讓它擁抱整個通訊通道如下圖。



一名男子用滑雪板在山坡上迅速下降，速度為 80 公里一個小時。 另外一名男子靜靜地站在地球上，他移動在地球的速度（約 108,000 公里）。太陽在銀河系中移動約 782,000 公里，但仍遠低於光速。（可以加上地球自轉 1000 公里）。

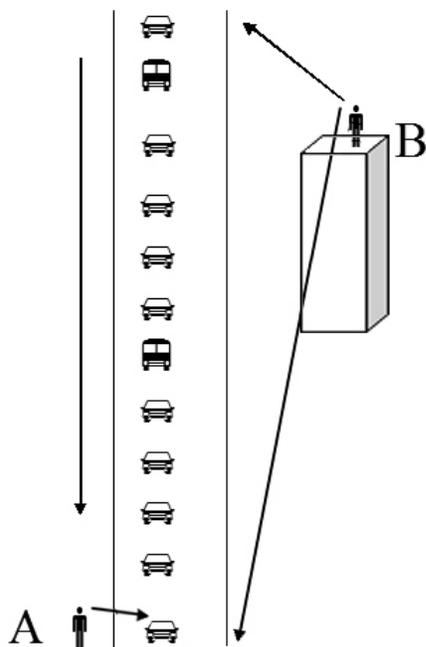


碟子 90° 矗立在桌面上而快速旋轉在其邊緣上，並只觸及桌子在其邊緣的一點，由於其物理自旋減慢它開始傾斜下降，並動力轉變成相波滾動在碟邊和桌面之間，碟子旋轉減慢相波的幅度下降，但相波加速直到它超出光速，然後它撲通擊中沉默的“無限快”，碟子停止轉動和碟邊所有點同時觸摸桌子，試試吧！然後仔細聽聽看看。

### 如何使用超光速方式察看世界

站在城市的街道邊看著車輛開過去，這是串行處理信息，當你看車開過去一個接一個，這顯然比光的速度要慢得多。

但如果現在去上一個沿街的高樓建築然後一瞥去察看整個街道，從這種觀點你在大街上就是在並行處理信息，那就是比光速還快，信息透過光速到達你的眼睛，你一眼看到所有在大街上的汽車，甚至可以得到一個很好的估計有多少車輛，這是超光速的溝通，這是極為平常的事情沒什麼大不了的，為了到達遙遠的星系我們可以用簡單的方式讓技術升級。



街道上的車輛移動“向下”，A 先生站在人行道上看著開車過去一個接一個，B 先生站在一座高樓的頂端看到所有的 12 輛汽車，一眼超光速看到一切。

### 更多超光速的例子

在您的電腦上打開一個文字檔案文件，鍵入一個句點，然後將浮標放置在句點前面然後打多次空格來移動句點，你會看到句點在螢幕上跳躍移動，這是慢速度。

現在將浮標移動到左邊，按句點鍵並按住不放，這將產生一個更快的 STL 行句點在螢幕上： .....

這行句點形成一條線，實際上它仍然是 STL 的，因為它在螢幕上更新速率，但用影印機打印出這行句點，然後它成為真正的超光速操作。（一行句點會同時印出來。）

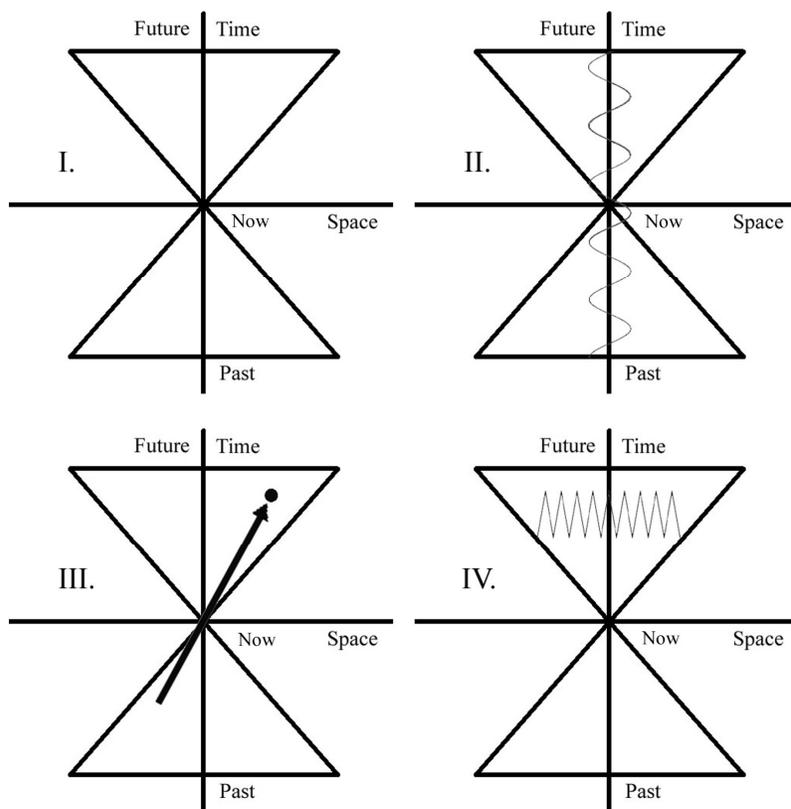
### 時空運動

在我們的宇宙中光速（SOL）是寂靜的標準，它就是一個“不”運動狀態（即沒有時間狀態），而時間型和空間型這兩種類型是可以發生運動的：時間型運動比光速慢〔STL〕，空間型的運動比光快〔FTL〕，純時間型運動意味著

一個對象不改變其空間位置，但只能通過時間上的移動，純空間型運動意味著一個對象不改變時間，但只能通過空間上的移動，在這種情況下它似乎在多個位置同時存在。

物理學家使用“光錐”（或光交叉）圖來解釋比光速慢和超光速運動如何與光速方式不同，〔旋轉交叉圖的時間軸[Past Time 到 Future Time]以看到立體光錐圖。〕

光錐圖



光錐的  $45^\circ$  斜邊緣是光速 SOL，光錐 II 顯示時間上移動的顆粒振動誇大，光錐 IV 顯示前後時間中振動的空間上移動的顆粒，光錐 III 是一個快速 STL 顆粒。

### 在日常生活中體驗超光速(FTL)

這個頁面在光速進入你的眼睛，信息的數據位同時〔超光速〕到達眼睛而你的頭腦處理信息比光速慢，請你去看看：

◎電器商店裡的電視機在同時顯示相同的訊息，這是超光速傳輸。

- ◎水晶也是超光速的物體。
- ◎所有的電子看起來是一樣的，所以有可能是在宇宙中只有一個電子正在超光速移動。
- ◎超光速運輸涉及到物體（也可能是人）從一個位置消失而同時出現在另一個位置（甚至光年遠）。Bilocation 或 Multilocation（一個物體同時出現在兩個位置或很多位置）的原理是類似的現象。
- ◎有些大量生產相同的產品也呈現一種原始形式的超光速現象。

### 你的光泡沫寂然不動

所有運行或信息交換發生在光泡沫中，光泡沫永遠不會移動相對於它自己的觀點。

雖然我們可以認同光泡，也可以扮演阿凡達的角色在光泡裡面玩，但我們不是光泡。光泡沫相對於真正的自我永遠也不會移動，因為真我超出光泡，也是它的創造者。

因此運轉和傳輸僅僅是一種刻意管理注意力在光泡沫裡，你可以在泡沫內知道或做任何你喜歡的事情然而泡沫總是寂然不動。

### 什麼是阿凡達？

阿凡達是一個顯現身體、心理、精神或其他空間的狀況中開悟的存在，阿凡達也可以扮演一個角色在自己的光泡沫戲劇中，也可能出現在其他生命體的光泡戲劇中。其他生命體的角色通常是針對在某些光泡中選擇忽略開悟觀點的現實，而選擇遵循自我限制、衝突、和不必要的認同辛苦人生路徑的眾生，阿凡達在某種程度上會給他們彰顯開悟的觀點，但某些阿凡達純粹的目的只是為了在自己的光球裡面玩或在別人的光球中玩。

### 一個很大的"不過"

一旦我們清楚地看到我們與光球的關係，我們有完全的權限到任何在光球內的任何位置，這僅僅是技術性的細節。

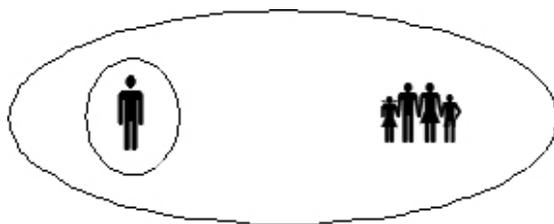
但是大問題出現了：泡沫是你自己的單一創作，因此無論你如何使用你的光球，你完全要負責你的行為，你強加給它的任何結果你一定要見證和體驗。

因此不管你是神/佛/或其他靈性境界的眾生，但在你光球裡透過你開悟的觀點別人也是跟你一樣開悟了，因此這當神、佛等靈性人物沒什麼大不了的。

### 為什麼我們有別人？

我們有別人，因為我們覺得很孤獨所以我們創造了他們，但開悟的統一覺識狀態的內心本身特質是孤獨的，所以在我們的宇宙中所創造的各種實體，只能反映我們自己的意識水平——孤獨。

由於我們的意識水平的不斷發展，我們變得更了解別人更高的意識，從開悟的角度看一切眾生是開悟和不朽的，並且一直都是，宇宙永遠存在在和平與和諧，而在其中人類發展自己和發揮他們的創作，無論你如何使用你的光球，你完全要負責，你強加給它的任何結果你一定要見證和體驗。



### 重力從何而來？

科學家一直研究不出來重力是什麼而這吸引力到底從哪兒來的，其實重力不是那麼難了解，所有的物理定律涉及排斥〔抵抗〕而非吸引力，因為宇宙開始具有排斥寂寞，所以我們把覺識客體化為光然後想像它好像與我們分離，這將創造所謂光球或光泡。

若要體驗到光則需要一些額外的扭轉才能產生三度空間的電磁交互作用（電場，磁場和反物質夸克），雖然“萬有引力”的阻力是全面性的，但是電磁交互作用一開始，注意力會去注意電磁現象的細節，然後注意力會對全面性的阻力放鬆。

### 大反彈

一旦注意力變得迷戀而固著於小角落的發展，原始全面性的寂寞被遺忘然後全面性的注意力阻力會放鬆，其次所有的現象都開始崩潰，從原始推外擴張宇宙會開始進入虛空的黑洞。要獲得這樣的感覺那就簡單地擴展你的注意

力，直到它包含了宇宙 甚至遠遠超出直到物理宇宙變成一個微小的顆粒，從這個單一的角度來看，那是沒有重力的。

你如果要有重力的話，先需要兩個或兩個以上的創造物才可以互動，體驗一下吧！空間是一種電磁現象，同性電荷相斥，相反的電荷取消顆粒之間的空間，給人的感覺是某些電磁能量的現象好像有一種吸引力。

### 時空是充滿活力

空間似乎是空的不過實際上是充滿了能量，有時也被稱為零點能，因為其顯著的方面互相取消了，如果你用力按壓一個堅固的牆，你似乎沒有移動，但仍花費了大量的精力。

真空狀態下的能量是“乙太”中的電磁能量以固定的速度傳播與通過，如果電磁能透過光子發射和接收在微粒子之間，微粒子都移動在各種慢於光的速度，那麼交互的電磁能量會轉移頻率而補充微粒子相對移動對光速的能量影響是以保持光子速度常數的價值 — 這意味著電磁能量的變化向上或向下以配合粒子的運動中增加或減少的能量而光速的常數價值不變。

### 我們最佳的能源資源

零點能（ZPE）“乙太”的真空狀態是我們的理想能源資源，因為它是無處不在，它也不污染環境、不給出熱能、化學、或輻射的危害。

利用這種能量將提供一切在地球上與離開地球後的未來營運所需的能量，我們將不再依賴於化石燃料和核能，而且將會為過去 150 年創造的污染收拾殘局，量子力學的實驗表明零點能的現實存在，但我們的技術還沒有提供其實際應用的形式。

### 創造宇宙

每一個人從他、她，或者它的觀點創造一個宇宙，有很多類似於我們的宇宙，也有很多是非常不同的。

在每個宇宙都共同擁有一些提供穩定物理和幾何的常數，每個常數的關係包括兩個或兩個以上的特質，這些特質形成宇宙的基本物理性質：例如，長度（L），時間（T），質量（M）。速度是  $L/T$ ，和能源是  $M(L/T)^2$ ， $\pi$  是  $L_c$

$\pi/L_D$ （其中  $c$  為圓周和  $D$  是直徑）。然後我們選擇單位，如米，秒和公斤來衡量特質的大小數量。

## 重疊的宇宙

我們創造了和我們一樣有覺識和意志的人類，因為這樣比宇宙只是死氣沉沉而只有一些反應遲鈍顆粒或岩石來得更有趣的。

然而這意味著人人都會使用他們的意志，每個人也都有各種各樣的觀點僅僅是因為它們的不同相對位置在你的光泡中，目前的挑戰遊戲是如何與他們探索到有利於所有這些眾生的和諧共存。

每個眾生都有其自己的觀點和自己的光泡沫，光泡可以重疊，使你活在他們的宇宙，他們也活在你的裡面——〔如果你相信他們另外還有宇宙光球的話。〕

## 開悟的宇宙群

眾生在某一宇宙中反應創造了那宇宙的意識觀點水平，從開悟的創造者觀點來體驗，所有那創作者的宇宙中所包含的眾生定義上是開悟的，無論那些眾生自覺或不自覺。

由於開悟囊括了所有可能的宇宙，先驗上所有這樣可能的宇宙是“開悟的”，即使它們不是基於電磁光互動，因為能夠創造一個穩定的宇宙定義上要假設一個永恆不滅的境界存在才不會消失，如果某種宇宙基本的經驗可能不涉及電磁光的相互作用，但其他一些常量會來代替。

## 這些與神有何關係呢？

你相信上帝嗎？如果你信，那麼你的想像已經變成現實的投射自己的秘密身份，如果你是一個傳教士，那麼你要說服你所創造的他人來相信你的秘密身份是所有的身份中最好的。

這是一個有趣的和微妙的遊戲，因為你創造了全部所有這些身份，也許你創造有人要你相信上帝，傳教士和他的傳教對象全是一個奇怪的遊戲，一個巨大的幌子，目的是產生一個驚人的複雜混淆關於人們真實的秘密身份，可

惜傳教士卻從來沒有真正說服那些早就被他創造的所有任何在遊戲中的玩家來相信他的秘密自我認同。

### 開了悟要做什麼？

有些人認為開了悟後的生活要去服務於社會，但沒有任何理由為什麼應該是這樣的。縱觀歷史一些開了悟的人與社會分享了他們的經驗而在他們的教導下宗教往往就出現了。

這通常會很迅速墮落成一個崇拜信仰的個性或編制生活和紀律的方式，所有這些都把人進一步遠離了其原來的啟示。

一個組織試圖建立開悟的社會通常的失敗基於開悟跟一種生活方式、信仰、或“靈性”的做法實際上毫無關係的，對開悟來講一切都開了悟而已。

### 開悟的地球文明

儘管如此仍然還是可能創造“開悟”的地球文明，不過要理解所有的參與者，無論他們的生活模式如何，都是開了悟的，而且要這樣的對待他們，由於所有的身體、心理、和精神的創造物都在時間、空間、以及其他方面有限制在一個光球內，所以卻沒有一個地球文明是永久的，更何況是銀河系文明、或銀河系大群文明——甚至包括一個開悟的宇宙文明，這些文明只是暫時的近似一個理想的可能性，而這種理想只從完全開悟覺識意志的觀點存在作為現實，並且不需要任何創作或製作。

### 開悟者的自相矛盾

每個開悟的眾生是無所不能，無所不知的——不過他不一定會辨識透過肉身在某一個時間或空間表現這種能力。

每個開悟的眾生具有完全的自由意志，可以故意從未定義的覺識狀態採取行動。

由於這些都在開悟觀點之間有可能會發生衝突，無所不能的人之間的衝突是一個瘋狂的遊戲，因為沒有一個玩家可以贏得，這個矛盾唯一明智的解決方案是每個玩家都會贏得他、她、或它所喜歡的(雙贏答案)。

## 提前規劃

如果你想要規畫你的時間的話，我們可以遠程察看時間和地點，然而我們看到更遠的未來細節就更不清楚，我們只能看到大畫面，未雨綢繆在一定程度上是有道理的。

有些文化認為你行事的結果有關注於七代，而我個人傾向於選擇至少七百萬代，如果鑑於二十五年為一代人類的時間，大致相對的時代是恐龍統治著我們的星球的時代。

我們已知的文明時代只有一個單純的六千年，如果我們想長期追求“先進”的文明，那麼我們必須真正的採取可持續發展的計劃。

## 億年的文明

先進的文明在其他星球上可能有十萬、上百萬、甚至數十億年都有比我們多的經驗。地球已經有大約三十億年的進化，在第一段十億年生命作為單細胞太古代生命體〔archaeons〕開始，在第二段十億增加了單細胞真核生物(eucaryotes)，在第三段十億年演變了多細胞有機體而不斷發展的未來的地球可能會長壽至少還有十億年與蓬勃的生命形式，但可能會或可能不包括人類。成功的人文轉換到可持續發展階段，可能會導致人類擴展到銀河系社區內外也可能不會。

## 一個世界的計劃

一個可持續發展的文明必須生活在與環境和諧的狀態下，在一個星球上也許除了一些特殊的“永久”性古蹟外，大多要不留下足跡，所以大規模的可持續文明的計劃要有五個最主要的組成部分。

## 個人發展計劃部分

1. 如果人們是自我察覺的，它必須有意識地啟發開悟到心靈穩定明晰的程度，這是設計文明意識的基礎。
2. 人們必須熟練管理他們的信念系統，包括設定優先順序、承諾、行動、並遵循計畫的完成。

## 社會計劃部分

3. 人們為了允許大家享受和平的共處、穩定的經濟、和對個人權利的尊重，必須有社會技能和性關係的協議（如果他們有性繁殖）。

一個合理的社會結構是必要的，這是為了確保每一代都接收到愛、關懷和關注，

以導致到一個平衡的情感和社交生活。談判各方之間（無論是個人、企業、社區、國家和其他生物種類）應導致雙贏的結果。

## 環境足跡計劃部分

4. 能源必須不污染環境，包括在獲得到能源的過程、能源的包裝、或能源的使用情況。

5. 材料必須是可再生的資源和/或完全可回收的，關於非可再生資源，除非找到更新它們的方法，否則應當避免使用，基礎設施和架構必須符合地質物理環境和對野生動物或人體不會產生危害，而過去的有毒殘留物和廢棄物必須被清理掉的。

## 金錢和社會

金錢媒體是一種方便的社會習俗，人民同意使用標記性小物體或記錄來測量感知到的價值以支付交易信息、資源、產品、服務、債務等。

克里斯·瑪騰松先生提供這個對錢的定義：“對人類勞動的索賠”，這可能包括精神、心理、或身體的勞動，可能發生在過去、現在、或未來，並可能涉及任何困難或複雜程度。

錢很方便但始終可能隨時有未預測的事件改變對其認知價值的風險，今天的錢大多使用透過政府申報價值的菲亞特(fiat)票據，但這種錢缺乏內在的商品價值。

## 作為一個貨幣基準值

在任何給定的經濟狀況下產品或服務有一個基本的人類勞動的“成本”，在

市場的“價格”至少必須支付“成本”，任何額外比成本高的價格將受到市場的影響，傳統的貨幣是用來衡量交易價格，而社會的總文化遺產設置真正的潛在貨幣價值，包括社會的工具、做事流程、技能、知識、智慧、和生活質量。

該遺產屬於所有的人分享、享受、和拓展新的貢獻，由於人人都開悟，每個人都必須自己決定什麼生活質量對個人和社會最適合。

### **穩定和平衡財政**

美國和不少其他國家的金融經濟非常不平衡，因大部分的財富轉移到少數人的手中而有相當大比例的人口生活在貧困的邊緣，或已經深入了那個地帶，這種政府本質上是破產的，所得到的債務除非採取特別的措施，否則好像這將需要幾代人的努力才能把它還清而且會導致一次(或定期的)經濟崩潰，在那種時候會有一個強而有力的可能性貨幣將失去了它的價值。

美國迄今為止在世界上是最大的債務國，但如果人民醒過來並採取適當的步驟，這種狀況是完全不必要的。

### **舉例一個\$ 25 萬億計劃**

美國目前大約紀錄上有 17 萬億美元的國家債務，但真正的債務可能比這個數目大得多。

如果 5% 最富有的個人和企業投資 50 萬美元到 1.5 百萬美元之間還清國債，而且美國可以在一天之內還清將近 25 萬億美元的國債。這將確保美元依然是全球儲備貨幣、將恢復對美國經濟的信心、並會帶來特殊的稅收優惠給那些投資的個人和企業，使他們能夠繼續增加他們的資產與擴展企業。還清的那天可以被標記為國債還清日。

### **為了確保持續成功的步驟**

除非它繼續保持還清，還清國債沒有用，其他的措施是必要的。例如：

1. 稅制改革是必要的，以確保低收入的人都沒有（超額）徵稅，富人若有誰不投資於債券回報還是要繼續支付其公平的年稅份額，然而富裕的人

做投資還債會得到特殊的稅收減免，以擴大自己的商業利益，並慶祝他們為國家英雄。

2. 預算改革是必要的，以確保未來的預算支付與收入保持平衡，大部分的預算應由納稅人民在報送納稅申報表時指定稅金的使用，不應是國會代表或既得利益份子私底下決定的。

### 再次 25 萬億美元的計劃

付還美國的公開國債後仍然擁有數萬億隱性債務，一些公開和隱藏的總債務估計高達 50-60 萬億美元。

而美國還有巨大高等機密的先進技術庫存，是可以迅速適應民用領域，使用為解決能源和材料行業的諸多問題。

美國也可以提供世界各地的許多國家的軍事方面和其他安全援助，美國可以適當收取外匯或貿易信貸來平衡它的收支。

### 結論

我們站在一個新時代的門檻，享受全球通信和運輸的識字和相當受過良好教育的民眾，現在可以轉移他們的世界觀幾乎瞬間成為一個開悟的境界，在這種狀態下他們將獲得驚人的效率，他們會發現他們是永恆不滅之光的眾生能夠塑造變化無窮，他們會發現這是沒有必要奔波忙碌的煩躁瘋狂追逐，開悟給人帶來某種全球穩定不搖動的感知，也改變生活質量和實現星系間和諧文明的能力。

### 當下就是永遠

由於我們是擁有覺識意志的眾生我們都存在超越時間、空間、以及任何其他我們可能想像的肉體、心理、或精神屬性的現實。在明亮的光泡中我們無論從這裡旅遊到哪裡，我們將始終有我們的光球潛在或實際的現實跟我們一起玩。

開悟僅是一個觀點，它不會讓我們快樂、健康、或富有，那些是生活質量而開悟跟那些無關，但開悟是一個最好的人生基礎。

我們現在和在每個時刻遇到什麼來作為我們共同的現實，則完全取決於我們

作出的決定和採取的行動，我們都有責任在我們的現實要求對自我和他人必須完全的誠實。

### 開悟和科學

開悟和科學緊密結合，科學是有組織的知識被經驗驗證，組織是指一組構成要素具有天然的安排，是整體的、結構良好的並且功能操作在其定義的屬性限制範圍內，科學是一個探索的過程中，我們發現我們的現實結構和功能，然後我們調整我們的信念，直到他們正確是我們的現實的結構描述和功能操作，任何科學現實的測試包括經驗（實驗）會對應於信念（理論），其他的現實可能不會與經驗相符合。

### 懷疑和確定性

開悟是絕對有把握的狀態，確定性包括無數的可能觀點，其中每一個一旦經過實驗的經驗已刪除所有的疑慮後可能被接受的，這給我們留下了“設計師的”或“它就是這樣的”兩極現實成果。

這兩個極性的聚結發生在一個未定義的覺識裡，其中所有可能的設計師現實與它就是這樣的現實一起共存，懷疑的作用是激勵我們消除信念和現實之間或現實和信念之間的任何差異。

### 實驗和經驗

實驗和經驗的問題是，由於其只固有在某一個範圍中的性質，所以實驗經驗永遠不能證明任何全面性的信念理論。

邏輯的問題是它是一個任意的自治聯貫性的精神系統，但沒有必要連接到真實體驗，在量子力學的實驗中證據是由統計概率，這意味著它在理論上你可以“過濾”任何系統，從而扭轉其向任何想要的現實可能性——以導致設計師現實。

或者另外可以簡單地讓系統的概率發生，讓所發生的成為你的現實，因為你確定他們一定會發生，但最後你不知道它如何或為什麼是這樣的發生。

## 不確定性的確定性

在量子水平中有一個基本不確定性的現實，我們不能在同一時刻內精確的確定量子粒子的位置和速度，測量位置會改變速度，並測量速度會把位置模糊掉。

在這種情況下我們可以確定系統的不確定性，但我們仍然可以透過儀器的準確性任意衡量某一個組成部分。

$$(\Delta x)(\Delta v) \geq h/m$$

在此方程  $x$  是位置、 $v$  是速度、 $h/m$  是普朗克常數與粒子的靜止質量的恆定比例。三角形符號 ( $\Delta$ ) 是指一個範圍。不確定性方程有一點回顧我們前面討論過的愛因斯坦/德布羅意關係 (也還沒有包括相對論對質量的影響所以科學家平常會寫動量範圍： $\Delta[vm] = \Delta p$ )。

## 一個奇怪的不確定的例子

一個氫原子由一個質子與它周圍軌道中的電子構成，由於氫原子的極小尺度，如果我們試圖找到在某一時刻在氫原子範圍中電子的精確位置，則它的速度會加速到超光速範圍。

另一方面，如果我們試圖精確確定電子在某一時刻的速度，其位置會變模糊彷彿它是一群電子普滿各地分佈在質子的周圍，我們最終是一些可能性的範圍，所以科學家把電子看成它形成了一個“固定”的概率殼包圍著質子，那麼電子無處不在但每一個位置有固定的概率。

## 概率管理

在量子世界中所有的現象都是概率，開悟的科學家將專注於管理概率，你的身份是一個虛擬的“你”無處不在、無時不有，在任何條件下都存在，因此“旅行”的適當方法只是由操縱最大位置概率要配合你喜歡的。

同樣針對一個人的健康、財富、關係、知識、和任何其他有價值的生活質量，根據你的技能在行動中“操縱”概率結果可能是複雜的，或幾乎毫不費力的——可能不用超出需要想一個念頭的精力。

## 奔忙

本地球上差不多每一個人最近很忙碌在做事，為什麼不放輕鬆一點去享受意識，來瞭解它真的如何操做？然後查清楚你的優先順序看看你認為你在往哪裡走，因為你現在已經了解你不是真的在往哪裡走。

當一個男人、女人、家庭、城市、國家，達到一個債務對財產比例已經超過一，這樣的狀況會使人創造自己變成奴隸，這樣的狀況很沒有道理，所以再次查看你的財產，然後它如果突然卡到無限大，那不管你錢有多少，你的債務對財產的比例會永遠成為零。

## 為了實踐、好玩、或閱讀（技術，學科，和書籍的簡短列表）

- \*海洋覺識靜坐（埃及冥想）
- \*禪宗冥想（佛教冥想）
- \*內觀（另一種形式的佛教禪修）
- \*超覺靜坐（瑪赫西大師的靜坐法 Transcendental Meditation）
- \*其他不費力的冥想練習
- \*阿梵達課程（哈利·帕爾默 Harry Palmer, The Avatar Course）
- \*一念之轉（拜倫·凱蒂 Byron Katie, Loving What Is）
- \*費曼物理學講義 The Feynman Lectures on Physics

## 白中道博士部分書籍列表

可以從三角形頂點教育技術([www.dpedtech.com](http://www.dpedtech.com))的網站專賣店或在 Amazon.com 下載或購買。

- \*一個世界計畫 A Plan for a Planet
- \*瑜伽經：一個開悟的翻譯和評論 The Yoga Sutras
- \*宇宙遊戲 The Cosmic Game
- \*金字塔經文：阿凡達永恆智者 The Pyramid Texts: Avatar Wizards of Eternity
- \*亞特蘭蒂斯之旅：在星芒境界中在發生什麼 The Amduat (A Tour of Atlantis or What Happens in the Astral Realm)
- \*日神和艾希斯的故事 The Story of Ra and Isis
- \*古埃及的咒語和神圖 Mantras and Yantras of Ancient Egypt
- \*整體性變化的創造者（易經）The Holistic Changemaker (Book of Changes)

註解：

速度方城 (如何比光速更快的詳細解釋)

愛因斯坦發現的質量、能量、和光速之間的關係： $E = mc^2$ ，隨著發現了光的量子粒子波性質 ( $E = hf = hc / \lambda$ )。 $E$  是能量、 $h$  是普朗克常數、 $f$  是頻率、 $\lambda$  是波長、和  $c$  是光的速度。

$$E = hf = \frac{hc}{\lambda} = mc^2$$

德布羅意擴展了愛因斯坦的發現來描述粒子的波性質想法，例如他發現電子具有一個特殊波長 ( $\lambda_e$ ) 跟它的動量有關係：然後得到  $\lambda_e = h / p$ ；其中  $h$  是普朗克常數和  $p$  是粒子的動量 (質量乘以速度)。因此：

$$E = pc = hc / \lambda。$$

$m_\gamma c^2 = hc / \lambda_\gamma$ ，其中  $m_\gamma$  是虛擬的光粒子 (光子) 的質量。

$$m_\gamma c \lambda_\gamma = h。$$

$$\lambda_\gamma = h / m_\gamma c。$$

德布羅意的洞察：你可以將電子等粒子的質量插入那方程。粒子的波長將是普朗克常數除以粒子的質量乘以其速度。

得到  $\lambda_e = h / m_e v_e$ ，其中，下標符號表示電子的性質，而  $v_e$  已經是電子的速度。這些想法的問題是，一個粒子的質量和能量是抽象的屬性，只有如長度、速度、和常量，如  $c$  的屬性可以通過純觀察而測量，所以我們單獨在速度的角度重新解釋方程，我們從粒子的速度 ( $v_e$ ) 開始，這是我們現在所說的“群速度”，因為它是由相互作用的隨時移動的波作為一個整體一起捆綁在低於光速的粒子質量給人留下印象。

$$v_g = h / m_g \lambda_g。$$

光的相速度是 ( $v_p$ ) =  $\lambda_\gamma f_\gamma$ ，這是光子的波長乘以頻率。因此，與電子相關聯的相速度將  $v_{pc} = \lambda_e f_e$  和一般  $v_p = \lambda_g f_g$ ，就是一個粒子的群速  $v_g$  對應的相速度。 $E = hf$ ，因此  $E_g = h f_g$ 。我們替代 ( $h f_g / c^2$ ) 為  $m_g$ ，並取消  $h$ 。

$$v_g = (h / \lambda_g)(c^2 / hf_g) = c^2 / v_p。$$

$$v_g v_p = c^2。$$

這種相互關係就是我所說的“愛因斯坦/德布羅意速度方程”。