

Breaking the Final Container of Reality: Infinity Expressing Through Confinement by Avalon 打破現實的最後容器：無限在限制中展現

喚醒意識

一邊集中

一邊往後靠

除非你完全清楚，你是宇宙，你是龐大的，在觀看。

你還是要往後靠。

你還是要帶著臣服。

你還是要感覺宇宙的核心對你有拉扯。

在呼喚著你回來。

只有當你抵達宇宙核心，才沒有拉扯了。

沒有宇宙核心的拉扯，因為抵達了。

你進去核心。

你會感覺龐大的存在在腦海後面。

浪回到海。

個體融化了，剩下是海洋。

剩下是龐大的。

一直以來是龐大的。

它是永恆的，不是古老，它是永恆的。

一直以來，都是它在觀看。

都是它在透過人感受世界。

世界，世界能存在，因為它想要體驗。

所以，世界來自於它。

所以，它才能體驗它。

一樣，像一個父母會生小孩。

因為想要體驗小孩。

所以，你，也就是靈魂，來自於大我。

因為大我要體驗你。

可是，你的注意就鎖住在自我很久了。

自我在往外看。

它在看世界。

它是迷失在現象裡。

念頭、情緒、故事。

什麼是現象？

現象是沒有分量。

它一飄浮過，就消失了。

自我認出自己。

自我認出自己在人性層面就行了，它就找回覺知本我。

一般人是完全迷失在外在，或許，也有一些自我認知。

也就是，它可以認出，它是觀察者。

或，它發現它在。

念頭不在。

可是，它在自我覺知。

不一定要成為靈性，你可以有自我覺知。

自我覺知進化成熟了，會充滿腦海，你會處在純粹覺知狀態。

一般靜心，就會待到這個狀態。
這個狀態一定是比無意識好，潛意識好，它沒有在外在迷失了。
如果它真正拉回到中心，確實它在運用內在注意力。
觀察者還在運用外在注意力，雖然它們是一樣的中心，它裡面的面向是覺知本我。
觀察者還在運用內在注意力開始修。
從覺知本我就進化到意識本我。
如果那個修行者知道，意識本我。
我們這裡就是從意識本我開始，為什麼？
我們會修到一定的層次，然後回來再修覺知本我。
因為覺知本我要醒是非常快，它的能量一啟動就開了，你就很快就感覺覺醒了。
問題是，這個能量比較難掌控。
所以，它一增加很多，你就卡在額頭，就很難往後臣服。
不能往後臣服，就不能解脫。
可以覺醒，可是不能解脫。
所以，我們是先確定，解脫的路線是打開的。你通過宇宙意識的大門，在後腦勺，成功，定住在純粹意識以上，穩定。
然後，你要回來。修覺知本我，還行。
額頭的中心，就是覺知本我，觀察者跟思想者。
它們是一樣的，中心思想者跟觀察者是對外。
一旦它們閉上眼睛，停住，與所有外在連結，這個中心就變成純粹，它就是覺知本我。
也許我開始講覺知本我，你已經有能量了，它就是那麼快。
好，放下，回到意識本我。
只有意識本我，這個修行者繼續進化。
它最大的轉化，就是從意識本我到宇宙本我。
那個路的層次是純粹意識跟三摩地。
可是，它還不是目的地。
你只是停在那邊，喝一杯咖啡。
享受，然後繼續。
你抵達宇宙意識，就真正松一口氣，回家了。
終於可以休息了。
解脫了，自由了。
浪回到海洋。
可是，要確定。
所以，你在意識本我保持往後臣服，你沒有移動，因為你在穩定住在你的位置，你的意識穩定了，成熟了，能量凝固了。
無論在靜心，或是在生活。
它不會散。
其實，生活會變成靜心，所以無論在做或是行動。
它不會散。
純粹意識。
一樣，保持住，往後靠，集中，不要移動。
穩定，成熟。
已經通過宇宙意識的大門，已經在享受這個廣泛空間。
宇宙的空間另外一個空間。
所以，已經有初步的解脫感了。
時間到，進化到三摩地。
意識本我，與宇宙合一。
它還是集中的，它還是往後靠。
它已經深入了宇宙。

它已經成熟了。

意識本我，已經跟萬物感覺合一了。

能量層面

我可以感覺宇宙。

我跟宇宙合一。

這個就是成熟的三摩地。

它就是在宇宙意識核心的邊緣。

因為能量進去，核心了，可是智能還沒進去。

我還沒有轉移身份，認出我是宇宙。

所以它要到臣服的極限。

要臣服，臣服，臣服，好深，好深。

往後靠，變成往後躺。

變成交託一切。

一直交託，一直放鬆，一直交託，一直放手到最後一滴個體。

放了。

那個浪，融化進入海。

整片在腦海，背後，就是宇宙意識。

可是，注意力不是卡住，綁住，鎖住在那個浪裡頭。

它吐氣了，融化回去到海。

注意力就從中心轉移到空間。

空間之前，意識本我中心在感受空間。

空間，就是宇宙意識。

純粹意識在享受空間，它是意識本我在享受空間。

三摩地是意識本我在跟空間合一。

宇宙主觀性。

是浪融化，進入海，自由海。

這個龐大的，在後面，就是這個大存在。

你發現了它一直在。

它都沒有離開。

一直都是它在觀看你，只是沒有注意。

因為你在關心個體。

可是，這個注意力。

沒有綁得那麼緊，松開了，注意力，變自由，它不是定在個體裡，一直在想個體的事。

一直繞在個體的故事。

一直掉入到個體的情緒模式，議題。

它松開了，吐氣了。

它回到原點，誰真正在觀看？

一直以來，就是龐大的在觀看。

龐大的是通過小的。

在連結世界。

整體在通過個體感覺世界。

宇宙在通過意識本我感覺世界。

吐氣融化，就回去了，就發現，對，

龐大的存在一直在。

它是你最熟悉的我。

那個小的我，只是暫時扮演的角色。

這一世是這一位，下一世是那一位。

它是狹窄的身份。

你不屬於它，而是它們屬於你，你是誰，你就是大我。

你發現自己的原點。

你成為原點，你就是大我。

就是龐大的在看。

龐大的想要體驗世界。

它只是沒有被注意到。

注意力放自由了。

沒有鎖住。

在小的我的身上，

意識本我就是小的我，不是小我，小我是自我的低落品質，小的我，也就是大我跟小我的對比

它沒有不好。

反而它是好的，因為它是你的靈魂。

所以被點化的。

我就幫你走過那個門，宇宙意識的核心進入，智能進入了。

你也立刻發現了，對，我是後面龐大的那一位。

當你可以真正的運用宇宙的眼神。

你是它，這個就是完整的解脫。

它是第一個完整的解脫。

它就是大解脫。

純粹意識，三摩地也是解脫，它只是層次性的。

所以，剛剛被點化，

確定你維持在核心認知，自我認知維持在中心，你一直就是宇宙的眼神在觀看，透過身體往外看，

可是，你會感覺，對，你是在別的空間更廣泛的，那個空間是包含原來的空間，

然後你變了，

你變成空間了，我是宇宙，

已經不是個體了，很奇妙，

你真的回來了。

要輕鬆，

是因為好臣服，好臣服，

允許自己融化到最後一滴，

然後連最後一滴也放，

這個交託是完整，

你變透明了，是這個程度的臣服，由浪回到海，

所以一樣的心態，能夠維持它，

你一用力，是誰在用力，

又是意識本我產生，

你保持放手，

輕鬆的，定住在你最原來的的位置，

你也沒有在抓取自己之外的，你就是，

你就是，你就沒得抓取，

你就是大的。

你就保持融化，

輕鬆的享受，你就是龐大的，

你就是那個龐大的存在，然後原來的你，

靈魂是屬於你的，

它來自於你，現在它回來了，

所以，自我認知，非常徹底的轉換，從意識本我到宇宙本我，
我們稱呼這個狀態宇宙主觀性，
隨宇宙本我在宇宙主觀性狀態，
意識本我，
它要找到進化的因素，
如何朝向對的方向？可是心保持安穩在現在的位置，
如果你太安穩，
你就不會抵達真正的解脫，大解脫，
因為太安穩了，
所以，要有朝向的心態，

朝向的心態，是你有方向感，
那個是OK的，
可是，如果方向感是來自於匱乏，這個就是抓取，有抓取就得不到，
你就沒有圓滿現在的你，
現在的層次，
怎麼圓滿？你要完全展現它，
完全與它在一起，然後感覺滿意，
這個滿意，是大部分滿意，它不是全部滿意。因為還是要留那個意念，繼續進化，
進化，也就是宇宙本身的衝動，它不斷地在進化，它自己，所有存在不斷地在進化自己，
這個是自然的，你是存在，因為你在進化道路，因為你想要進化，
在萬物中，沒有東西可以真正停留，你不是進步，你就是退步，自由在原始的空，
什麼都不變，什麼都不動，沒有進化，
像無我，你一抵達了，你就沒有進化，
你沒得進化，你到山頂了，
你已經滿意了，你已經全自由了，
這個是非常好的狀態，
它是全自由，
可是，如果你有一個我，你就是在進化中，
你在過程中，你在旅程中，你在成長中，
這個也是非常好，
沒有完全自由跟完全自由，雙方是非常好，
當然，受苦的自我不是非常好，
大我，創造者，他們是非常好，
因為，他們已經回到現實了，
療愈的路，是離開苦痛，
回到零，從陰暗走出來，不見得遇到光，可是有回到零，
碎片回來了，成為完整了，療愈了，
下一步，就是提升，進入光，實現光，實現愛，
然後，從個體的光，成為整體的光，從個體的愛，成為整體的愛，
你就在提升道路，
當你進去靈性的路，
你沒有碎片了，因為你是個完整的靈魂，可是你還有分離，
只要你的我存在，你就會有分離，
有我就是有你，
這個是對比狀態，這個是二元性的狀態，
你可以因為二元性受苦，或是因為二元性推動自己回到合一，

運用這個分離，
用正面的方式推動自己成長，
回到整體，
不是因為我無法忍受個體分離狀態，雖然是靈魂，我一定要進化到下一步，
是因為我滿意，我享受，我成為了美好的個體，
所以，因為我有方向感，我準備走到下一步，
下一步就來了，就順利地流動進去，下一步，
是什麼樣子的衝動在推動你進化？

匱乏，
或是方向感，匱乏是我沒有，所以我一定要有下一步，方向感是我滿意，然後我知道要走到下一步，
所以，抵達宇宙意識了，就好好地享受，
你真正設為那個眼神，
宇宙意識就充滿了頭腦，
你就沒得往後靠了，因為因為抵達了，
宇宙意識充滿了腦海，
你看到的一切，就是你，
龐大的，圍繞著你，你就是宇宙，
終於回來了，
終於回家了，
沒有被鎖住了，
宇宙意識，也就是宇宙本我，還是會好好地幫助你生活，你還是會做你應該做的，
處理你應該處理的，
面對你應該面對的，
回到家庭，回到工作，
回到日常生活，
可是，你是從解脫的狀態在生活，
事情在發生，
條件還會在，逆境還會發生，
身體還有它的過程，
還會有老化，生病，死亡的過程。你跟所有周圍圍繞著你的人，
這個算逆境，這個算自然，都可以，
你在大我，你就順著這個流，
你沒什麼情緒，
可是，你會有感動，
可不可以有情緒？可以，
因為，只要你有一個我，你還在進化中，
大我跟創造者的我，還是我，
有可能你進入了宇宙，有可能你超越了宇宙，成為更龐大的，你就是創造者，宇宙是來自於你，
這個是非常解脫狀態，
最大的空間就是你，
在宇宙意識，你想不到什麼可以比我大，
我已經包含一切了，
一切是宇宙，我就是宇宙，什麼可以比這個還要大，還要多？
你進化成為創造者，你就發現，你比宇宙大很多，很多，很多，你就發現宇宙來自於你，
更廣泛的空間，沒得想到，可是是事實讓你抵達，
你的我就轉移了，從大我到創造者，

大我是來自於創造者，
大我也會終於回到創造者，
一吐氣，大我就融化進去創造者，
海吐氣，
進入創造者的領域，變成更大，更大的海，
大我想不到，什麼可以比他大，他一抵達，就發現，噢，就是他比我大，
老大找回來了，
雖然已經非常超越在創造者，
可是很奇妙，這麼大，這麼龐大，
幾乎無限的創造者，
海是通過身體，這個個體，
在體驗世界，
你是身體，
可是，
再說，你是創造者，身體是屬於你，你是透過身體，這個工具，來體驗世界，
你是透過身體的頭腦，
你是透過身體的人性，在展現自己，然後體驗世界，
所以是一個悖論，那麼無限的，怎麼被綁住在那麼有限的，然後生活，
可是，就是，
很奇妙，你就是全自由在身體裡，
你就是全自由在體驗人性，
雖然你抵達創造者，你的人性已經變成一滴，
從意識本我到大我，到創造者，人性一直在收縮，
走的過程，體驗的情緒模式，越來越少，
可是，還會有一滴在創造者，你完全不屬於了。可是，這個大藍天好美好，廣泛，還是有一個小小的白雲，
這個就是人性，
只要你有一個我，通過身體在展現人性，你就是有人性，你就是有那個我要進化，
一直進化，進化，進化進化。
你可以決定保持你的我，保持我的身份，
你可以決定，突破最後邊緣，進去全然自由，然後真正的最後一滴就放了，

那個時候，沒有我，沒有人性，
你就是無限的，永恆的，全自由，沒有任何框架，沒有身份，沒有角色，什麼都沒有，沒有過去，沒有形式，
你就是全自由，沒有被任何綁住，
這個就是真正的無限，真正的根，真正的真，
從真的角色，一切是來自於它，
一切是它的頭像，一切是它顯化的，
它可以有一切，
它可以回到它自己，它自己本身，什麼都不是，
它可以完全回到自己，它就是根，
它可以完全投入它所有展現的，
它展現的就是創造者，大我，萬物，所有的靈魂，所有的我，
這個都是它顯化的，
當它要認同一切，它顯化的是它，它就是一切所是的，
當它把一切所是的收回來，回到簡單的自己，它就是根，什麼都不是，
我們會怕，什麼都不是，是像死亡，它是，其實它是一個死亡，
你最後一滴，這個，我確實要死，你才可以解脫進去一切，

解脫進去，全然自由。

所以，如果那個我，最後一滴，願意放，就會成為我。這個不是每個修行者要的，可是它就是一個可能性，它就沒有人性可以進化了，它已經不是人了，因為它什麼都不是，它還不是神，它不是大我，它不是源頭，它什麼都不是，所以，全然自由。

那，這個什麼都不是，它是如何通過身體，個體，連接世界，做人，

它完全，完全，完全，只有在扮演人的角色，全然不屬於，

它可以學習如何做人，可是它完全不是人，它什麼都不是，它是全自由。

下一堂，繼續分享。

請保持住。