

《一份真實的路徑》（慶淇悟得手札自序）

〔人類面對生命進程中最大的關鍵考驗：覺醒 & 開悟〕

「靈性開悟」從亙古至今，就是我們人類發展進程中，最神聖、最崇高的議題，甚至可以說是人類最終靈性歸宿。

然而，雖有許多智者、聖者和開悟者，傳承了大量的典籍和經文，這個「議題」在今天，依然被美國古老而最有聲望的《華盛頓郵報》，票選為當今人類最奢華、最高不可攀、最不可用任何財物、地位和權力所取得的生命終極目標。

慶淇手著《靈性開悟進程奧義手札》，就是以一位覺醒開悟者的親歷，毫無隱瞞，真實的說出這個深奧、難懂的生命終極議題。讓它從天上走入人間，讓它有軌跡路線可供依循探索，不再神秘、不再隱藏而不可接近。

自有人類存在以來，人們沒有間斷的一直在尋求方法，來與「天地神鬼」，也就是那看不見，卻存在的力量進行溝通——企圖藉助那看不見的力量，為自我、家族、部落或國家民族，贏取最有利的面向。生命的利用，從一開始原始求溫

飽的狩獵行為，到屯居農業或游牧遷徙社會，到今天要求身、心、靈平衡而成熟的生命觀——人類不間斷的往「靈性成長」的道路向前邁進。

的確，生命並非僅是單純的肉體呼吸和消亡。相反的，身體只是被我們生命所借用，來完成它演化和學習，體驗和試煉的完美工具而已。我們確切的明白生命的背後，存在著神聖而巨大的力量，祂無所不在、無時不在、無處不在的統籌和掌控著萬物，而且依循一定的哲理，無間斷的運行著。

人們透過各式各樣的卜噬工具和祈禱修煉術法，或創設各種宗教儀式、或民間信仰、或道派團體等等，冀望能真實的「接近」和「回歸」萬物的造物主——本源（或稱呼為「上帝」、「神」）；企圖藉助各種膜拜方式、捐財行善交易方式、頌念經文、蓋神廟寺院方式、或聚眾練功修煉等等，百千萬種枉費人生生命的錯誤方式，冀望回歸古老宗教所言的「天國」或「涅槃」。

慶淇有幸歷經生活演化和試煉體悟，於年過半百後，受到本源力量指引、指導，於生活中本然的覺醒、開悟、回歸造物主，獲取了生命裡的涅槃。

與此同時，慶淇自然的被賦予了「傳遞」、「傳承」、「傳播」的工作，也就是毫無條件的成為本源的「信息者」，向廣大而有著積極信念的全體生命，傳遞造物主的宇宙哲理。另一方面，也藉以破除人類，因各種妄念和求道而產生的生存偏差思想和行為。

慶淇冀望藉此「真理之流」，大幅的縮短人們的靈性發展進程。手札中句句真實、篇篇真誠，只為表達造物主「愛」的中心元素，和傳遞祂對人類靈性覺醒開悟進程的諫戒。

慶淇首先標立平凡裡的「生活」，才是我們藉以精進靈性、獲取無上智慧的重中之重，揭示出生活的試煉裡，各種情緒和角色該如何對待？生命中的苦痛何來何去？以及愛情的緣由何來？

進一步更揭示出促使我們靈性生活發展，得以進階成熟的最重要二大面向——「臣服」和「恩典」；也道出傳統上被宗教信仰人士，有心或無意隱瞞的「真相」。更細微的說出：到底人們覺醒的障礙是什麼？也清晰的點出本源，在人類生命的空間裡，佈滿的各種相似，或足堪借鏡學習的事物（花兒、樹、鮭魚、

蟬、毛毛蟲、蝸牛、種子、大山、大海、太陽..... )，在在的顯示出本源對人類的體貼和寵愛。

生命之流如何產生？

何謂真理之流？如何面對？

什麼是與造物主約定回歸的密碼？

慶淇一篇篇的覺醒箴言，只要你願意細細的體悟、真實的去試煉，每個人都會有深層的收穫；尤其是身處於痛苦艱難處境的人們，你們無需恐懼擔憂，當「恩典」以較兇猛的面貌來臨時，那個艱難的處境，也是最能開啟我們的心靈思想，同時也會是自我成長和意識轉化的最佳契機。

這本以手札形式紀錄寫出，有關靈性開悟覺醒的書，是慶淇在歷經沉靜而見純粹後，真實的搭上「生命之流」和「真理之流」，本然的抹去一切經歷和醫學博士的學識背景，「重生」回歸一位男人本然的角色（人子、人之兄弟姊妹、人夫、人父、人之友、人師、人之服務者.....），感恩的從事最平凡而踏實的工作，真實的擔負「養家」照顧妻子小孩的責任，把生命裡超越全部的「愛」和

「美」無條件獻給「家人」、「生活」和「工作」；以「喜悅」、「感恩」和「愛」，緊緊的包裹著生命裡的一切。

慶淇於工作之餘，經常性的抽出點滴時間，來寫感悟手札而完成。慶淇重生以來的的工作是，臺北捷運公司駐站保全員，每日工作 12 小時，每月工作 24 天，至今已接近 2 年時間，工作過的捷運站分別是：永安站、景安站、以及行天宮站。

每日工作時，我的心靈一定以「愛」為中心，完全敞開，面向大約四、五萬名流動的旅客，提供最真摯的服務與協助，從未失去「喜悅」和「謙卑」的心靈態度。因為：我之所在即為「涅槃」、即為「天國」。

慶淇衷心的希望這本「手札」，為全體積極體悟學習、邁向覺醒開悟的靈性成長者，起到如大海中的燈塔般，有著決定性的進程指引。

最後慶淇要祝福所有人，同時慶淇也將會繼續「傳遞」更多來自造物主的真理，也會在適當的時間做為開悟導師，集合精進人士，招選弟子授業造物主的哲理；

冀望透過我真實通透的「傳遞」，產生出更多的覺醒開悟者。感謝造物主！祝

福所有人！

## 《感恩篇》

謹以《靈性開悟進程奧義手札》一書，所受「本源」的恩典、榮耀和謙卑獻給「全家人」。

生命猶如一只燃燒的火把，歷經不間斷的燃燒自己，一邊照亮外在周遭，一邊溫暖內在自我。當燃燒殆盡時，所剩下的就是生命的核心本質。

慶淇也不例外，經歷過這些生命的進程，剩下的是核心本質和本然的自我。家庭就是生命火把的點燃者；首先，感恩我的父母親，江春松先生和江廖聘女士，是他們因為「愛」而創造了我的物質生命；感恩父親、母親一生的守護、一生的寵愛。

父親「江春松」先生自幼家風嚴謹，受其父（我的爺爺）「江清德」先生教誨，在日據殖民時代已受高等師範教育；一生勤儉持家、伺親至孝、兄友弟恭。一生奉獻教育、弟子三千、待生如子遠近景仰。父親，我們尊敬您，我們愛您！

母親「江廖聘」女士秀外慧中、克盡孝道、夫唱婦隨；曾獲選地方「模範母親」，兒女倍感實至名歸，母親，我們愛您！同時也讓我有了兄弟姐妹們的護持；大姐江月惠、大姐夫江昭男、大哥江慶樞、大嫂凌小浮、二姐江月照、三姐江舜華、三姐夫林增松和幼年因病離世的二位姐姐江月花和江月娟。

他們克盡角色職責，伴我成長共同守護著我，也帶給慶淇無限歡樂和回憶。

尤其二姐月照和三姐舜華，就是「神」的使者，總在我最需要時適時援手，讓我能峰迴路轉柳岸花明，堅毅的選擇覺醒走上靈性的涅槃。

當然也依稀記得讀高中時，大姐月惠每日美味的便當，至今難忘。以及和大哥大嫂同住時所給予我的照顧。另外，在此也特別感謝月照自 2004 年以來，無怨無悔的付出，照顧著逐漸失憶失智的老母親，倍加委屈和辛苦，二姐，我們尊敬您。生命中家裡人的角色，雖說各自扮演輕重不一，感謝他們充分發揮角色，促成慶淇不忘來到塵世的要務，一步步的走入靈性的覺醒，獲取生命的涅槃，感謝你們！感恩你們！祝福你們！



接下來是屬於我自己的「愛情」世界，慶淇在此感謝和我相處過的所有情人伴侶，和現在伴隨身邊的妻子——趙飛娥，向妳們所有人致十二萬分的敬意和歉意，感謝一路上有妳們的陪伴，和讓我更深刻的認識「情愛」，感恩妳們的付出和陪伴。同時也感謝我的孩子們，江昕蓓、江胤鋒、江禹彤和江翊彰，感恩你們選擇慶淇來到塵世，爸爸愛你們，祝福你們永遠幸福快樂！

生命裡除了家人外，會有一些人對我們有著較大的啟發和影響，例如，老師、同學、同事、朋友等等；慶淇同樣也感謝他們出現在我生命的旅途中。在此，特別提出二位，一位是少年同學和玩伴——許明雄，許多成長過程深刻而樸實的記憶都和他有關，同時也是間接促使慶淇靈性發展的關鍵人，感謝你不負所託，出現在恰當的時空，做了恰當的事。祝福你！

另一位是——邱性利，多年來只見他為人善良、勤懇工作、生活儉樸，總會在慶淇最需要時，毫不吝的給予支援和建議，這本書得以順利出版，也得自性利大哥默默的協助。這二位親如兄弟的好朋友，你們無形中幫助了慶淇，獲取生命中的涅槃。也協助傳遞造物主的真理。感謝吳錦珠小姐的高度專業和無比用心

付出，讓此書更加「靈性開悟」。我以本源之名祝福你們！祝福所有人！祝福

一切萬有！

《最大的喜悅最大的希望和最大的感恩》（慶淇悟得手札之一）

人類生命的過程中，除了極少數幸運兒以外，絕大多數的人，或多或少總在「不順遂」中度過；一個又一個的來，壓力、憂傷、挫折、衝突、低潮，甚至災禍的產生。雖然步履闌珊，躊躇不前，怨天尤人.....卻也能自處和走出。

但是，有一種「暗夜地獄」式的傷痛，卻經常把一個志得意滿，意氣風發，幸福美滿的人或家庭擊潰。如婚姻，工作事業，人事關係，碰上災難式的背叛，或突如其來恐怖性的災禍，摯愛無辜的犧牲或傷病。這種「暗夜」，的確讓人連哭泣的勇氣也喪失.....

這時，神（造物者）說：悲傷無主的人們，不要忘記，每個人從母親懷胎到出生，已經歷過世間最大的傷痛了，如不斷的憂慮、陣痛、窒息感、血肉模糊、瀕死、撕心裂肺的痛感；只為了讓新生命的來臨.....

我們每個人都是參與者，同時也是見證者，這個最大的傷痛！卻給我們和家人獲得了最大的喜悅和希望。從此，大家把這寶貴的經歷和本領，埋藏在心魂的深處，忘卻了。現在，正是你醒悟的時機，拿出「神」（造物主或稱本源）賦

予我們的第一個，也是最棒的一個本領——「重生」。綻開笑容，藉由祝福和祈禱，走出「暗夜」，把握本源利用最深的傷痛，給予我們推翻重來的契機。再次擁抱生命，重新賦予它最大的希望！最大的喜悅！而把最大的感恩，給慈悲的本源造物者。祝福所有人！祝福所有一切！

《我們生活在幻覺中》（慶淇悟得手札之二）

二十世紀最偉大的科學家，物理學巨擘，同時也是愛因斯坦的老師，1918年諾貝爾物理學獎獲得者，量子理論之父，馬克斯·普朗克（Max Planck）博士，他感歎道：我對原子的研究最後的結論是，世界上根本沒有物質這種東西，物質是由快速振動的量子組成，他進一步剖析說：所有物質都是來源於，一股令原子運動和維繫緊密一體的力量，我們必須認定這個力量的背後，是意識和心智，心識是一切物質的基礎。

神（本源）說：你們的確生活在一個，你們自己聯手創造認定的幻覺中，那幻覺會顯得如此真實，是因為有很多人認為它不是個幻覺，而且是因為你是如此堅定的相信它。因此，要改變你看待幻覺的方式，就要先改變你對幻覺的信念。

「相信即可看見」，現在你們的量子科學也已經證實：構成物質的基本粒子，就是以「我的意識」來作為建構實相的程序語言。

物質世界的一切，都是因為被意識的選擇而顯化的臨時實相。你們的選擇，通常建立在別人多數的選擇上。你們和神是絕對的一體，而且從未分開，當下如

此，未來也是如此。你們唯一需要「覺知」的是，憶起自己是神的小部分，因為所有一切都是我——本源（造物者），所有的場域無不是我的源場，或者叫天網和無量之網。

讓你的一切足夠「靜」和「淨」，就能重新「合一」。這個「覺知」也就是現在正發生在全世界，而且遍及你們人類社會，它已經熱烈的展開了！當覺知者和接受教誨的人數增加到某個臨界值，我們將經驗到一種靈性的復甦和突破。

這時，我們星球的轉化揚升便開始了！本源（造物者）永遠和我們同在。

## 《障礙》（慶淇手札拾穗之一）

朋友們，晚安！慶淇有鑒於看到許多人，在求道的旅途中，總喜歡把「佛」、  
「佛經」或許多的「宗教經典」所言，奉為不可逾越、不可超越的圭臬，每日  
講經說法，總在這兒繞來繞去。我必須告訴大家，如果你的目的是成為一位  
「講經」大師，那你做對了；但如果你的目的是「覺醒」，覺知一切真相，那  
你永遠無法到達。

我相信你啥事都不需要做，只要你面壁幾年的靜坐，你也一定能體驗到美妙的  
幻覺；但是同樣的，你依然永遠無法得到涅槃——因為你是「人」，一切的真實  
體驗來自「生活」，更何況你生來就帶來的「制約」力量，也就是「業」，它  
來自生活，完完全全必須由你，用你當下的生活體驗，去「平衡」它。修行絕  
不是用誦經講法、靜坐練功來讓你平衡這個「業」，更不用說你還追求「覺醒  
開悟」——再繼續「講經說法」，則它就是你靈性覺醒的最大障礙。祝福所有人！

《我.....》（慶淇手札拾穗之二）

克制——首先鬆開，接著放下，再進一步消融「小我」的一切存在，「真我」才會逐漸浮現，悟得「真我」才覺知原來是「無我」。「真我」是靈性本體，覺知「真我」後，自然瞭解「真我」和宇宙萬物皆來自「本源」，皆為一體，自然就「無我」，是為「合一」。「小我」就是「自我」，就是肉體大腦的一切思維，而「大我」也就是「真我」的含義。祝福你！



## 《不完美》（慶淇悟得手札之三）

人生僅僅是一個過程，或者說是一種體驗和演化。這個過程卻讓我們不斷的在追求所謂的「完美」。父母老師朋友們，總是激勵著我們向一種似乎無缺陷的境界努力。但是，大多數人卻是一直受到「不完美」或者說失敗的打擊；難得覺得某件事的結果是比較完美的，但是其持續的時間卻是短暫的。

須知道，我們來自神（造物者），祂的境界沒有不完美，所有的存在皆屬完美。

就好像，全世界只有一種花，外形顏色香味極為完美，但卻只有一種，別無他種。這時，我們渴求的就僅僅是「不完美」的其他花存在，必定能帶來

surprise 的喜悅和滿足。人生亦是如此，並非是來追求完美的，反而是要我們去創造和演繹「不完美」的存在，在這過程中讓我們享受到「獲得」surprise 的喜悅和滿足。而不完美也僅僅是完美的一個面向。

人們總認為人生是苦海，生命是痛苦的，一直尋求「離苦得樂」的方法；慶淇悟得：人生的所有苦和痛並非單獨存在的，而是和喜樂同為一體，它們都是喜樂的一種顯化的方式。而生命亦是如此，「死亡」並不真正存在，僅僅是生命

的一種顯化，它是生命的一部分，是生命的一種面向，有了死亡，生命才是完整的。我們因神（造物者）而來，帶著神的信息，我們也準備盛著滿滿的喜悅和愛回去故鄉；朋友們！讓我們把握住極短暫的人生顯化，帶著感恩的心去體驗，那因為有「不完美」而完美的過程，祝福所有人！

《悟了之後.....》(一)(慶淇悟得手札之四)

古往今來，在眾多中外文學，傳奇傳記和智慧傳承的重要典籍中，我們或多或少都受到了「啟發」；肯定的認為是可能存在某種看不見的力量，「監控」和「影響」著我們地球的一切。

然而，從人類文明發展的軌跡和殘片中，我們卻也明確的看到，所有輝煌的物質文明和世代英豪，沒有能逃脫「無常」和「幻滅」的命運；所能遺下傳承的，就僅僅是無形的智慧——意識思想創造和科學認知發明。

是的，現在時空正處在萬年來最重要的轉折點，我們必須徹底的承認，的確確存在一種無形智慧的「超強大意識」..... 本源（造物者），掌控主導著有形物質和宇宙的一切！我在「悟得手札之二」也提到，當代物理科學的巨擘普朗克博士說到：「存在著某種偉大的意識心智力量主導著物質世界.....。」

慶淇在年過五十齡以後，自我心靈意識逐漸自覺「沉靜」，經常可以感受到時光片段的「流動」，竟於 2015 年初，自然的產生所謂的「通靈」現象，進而能感知其它存在體的意識。然而，我畢生並未參與任何宗教團體，或道派教會

或學習任何功法，僅有的就是傳統的民間信仰和「慎終追遠」的儀禮，但卻也鮮有積極參與。

就這樣，我接受了「通靈」的事實，也進一步瞭解到所通的「靈」，是來自宇宙較高次元的智慧意識體（宇宙是由多重次元重疊存在），也包括了中外我們所熟知的上帝、悉達多、耶書亞、穆聖、無極老祖等神佛菩薩，和其它空間高智慧存在體。

經過大段時間和多位「啟迪」的高次元間溝通授業、答疑解惑、自修覺悟、實習印證等，對「宇宙哲學」有了較深入的「獲得」。經過不斷的沉澱和洗練，漸次的放棄離析了「原來的自我」，找到「真我」。重新順著所覺悟的「生命之流」擁抱生活和工作，抹去過去的學識經歷工作，拋下過往以追求「自我實現」和「名利」為目標的人生價值觀，全心投入以實現「本然的愛」和「生命的必須」為主的工作。

並在工作生活中反饋所體悟，也陸續在 FB 上分享發佈自己的「悟得手札」。這篇《悟了之後.....》主要想和大家分享在我和本源（造物者）有著融合體驗之

後，打從內在 DNA 顯化、到心靈意識、到外在行為態度的自然轉化過程，本著「合一」的感悟，提供後進者一個方向選擇；由於篇幅較長，會分成多次來發佈（也就是手札之四~之七。）。在此，感謝所有一切，祝福所有一切！

### 一、渴望生活並擁抱生活

這是我的第一個感悟，從來沒有像現在這麼喜歡「過生活」的感覺，而且是過那種最最普通和最最平實的生活；真真實實的扮演你自己存在的角色。喜歡看到生活工作中周遭一切人、事、物不斷的轉換，重複和演化；神說：「我就是演化的過程」。的確，在生活裡，我看到了「神」，我看到了所有的演化過程和流動.....喜怒哀樂愛惡欲、生老病死、酸甜苦辣、悲歡離合.....一切都在各自表述著屬於他們自己的角色。

這時的你，應該已完全理解，一切物質實相，實際上是一個「幻覺」，是一個大空相，它隨著大多數人的意識選擇做短暫的臨時演繹，我們要「獲得」這寶貴的演化體驗，得將自己深入人類核心社會生活；然而，我們也要時刻覺知這

一切都不是真實的，僅是利用這幻覺完成我們的藍圖，演化我們的過程，成就我們的喜悅和滿足，或者「平衡」我們所受的制約力。

因為，這幻境會「相信即可看見」更會「境隨心轉」。我們要做的是，學會和生活「相處」，深入的參與，然後「緊緊的擁抱它」；讓生活逐漸深入本質核心和角色扮演，自然雕蝕出我們生命的內在美；也唯有生活能讓我們真實的接觸生命的核心本質。

「過生活」這件事情，本身便足以讓我們觸動生命的每個角落，它也會像指揮家一樣，指引我們去奏響生命的每個樂章；進而獲取屬於你的「覺醒」。如果，有人和這感悟是相反的，是離「生活」越來越遠的，是離群索居的，或是坐在洞中等開悟或是.....我相信他只會離神（造物者）越來越遠，永遠無法覺醒開悟取得涅槃。祝福所有人，祝福一切！

《悟了之後.....》（續上篇二）（慶淇悟得手札之五）

## 二、人生沒有被賦予任何意義

哇！本源（造物者）竟然沒有給我們的人生，預先設定好許許多多各式各樣精彩絕倫，或莫名其妙，而且希望我們去完成的人生目標和意義。是的，不必懷疑。這就是我的第二個覺悟，是來自造物者極為重要的「禮物」；當然，也是造物主因為深愛我們，而做出的細膩體貼的恩典；讓我們有別於其它動物，生命不僅僅是生存和繁衍為目的。

從小時候開始，每個人經歷過林林總總，複雜和簡單的事物。我們總是或者經常是努力去找尋它代表的意義，有時我們自信滿滿，有時穿鑿附會和閉門造車杜撰瞎編，甚至，求助某些自稱「經驗豐富」的「假行家」。他們則企圖說服我們，聲稱是上天或神鬼的「徵兆」，讓我們聽從所解讀的「預言」去完成事物隱藏的意義。錯！錯！錯！造物者說：我這特別的禮物，就是不賦予你們人生任何意義，不設定任何框架和目標定義，讓人生就像是一幅邊界無限大，內

容得以無窮豐盛的畫卷。是的，神藉由無意義的人生，而賦予我們完全權利和完全機會，去決定我們身邊所有事物事件的意義。神說：「人生絕不是尋找和發現的過程，而是創造演化的過程」。當我們帶著累世的「愛」，重新來到人間，自然就帶著恩寵.....「自由意識」，要去創造、要去實現，去決定和定義自己與人生中，所有每件事物的意義。不是總在被動的問：「為什麼事情會發生在我身上？」應該是自己主動的去選擇、去演繹和決定事物如何發生。

有了這個覺悟，讓我們感到人生如天堂般的光明通透，它是我的王國，在自己王國裡，我得以創造決定任何自己心中的藍圖，而不是努力遵從「別人」，所設定好的框架所畫好的線界。我得以利用周遭一切「幻覺」（參閱手札之二），善加「相處」，而不是被融進幻覺，去恰到好處的創造和演繹，屬於自己心靈意識中人生的意義。最後，我再強調一次，「你人生中的任何事物，都是無意義的，除非你給它意義」。我祝福所有人和所有事物！



《悟了之後.....》（續上篇三）（慶淇悟得手札之六）

三、「靈性成長」是交通身、心、靈，以到達「與造物者合一」的體悟，促使生命進化揚升的重要途徑。

所謂「靈性成長」，就是靈性復甦、靈性發展；與民間信仰和新興宗教所定義的「靈修、禪修、內觀」等有所不同。後者有著地域時代的蘊涵，然而，隨著我們對宇宙哲學的深入體悟，放在當下的場域，就會顯出其融適性的不足。靈修老師「宇色」說：屢屢出現「靈性危機」和「神通危機」.....修行中出現難以解釋的神秘經驗與能力，卻無法將之整合，因而出現偏差的行為和情緒，造成嚴重的心裡調試問題。

是的，這一節的重點是在「靈性成長」，這迷人又惱人的神秘議題。我個人自從與來自高次元高靈性智慧的「無極老祖」，學習宇宙哲學一直到與本源（造物者）合一體悟，就是一種特別的融適性靈性成長；在這篇文《悟了之後.....》的前面二個章節裡，我想，有許多終生不放棄追求靈修或禪修的先進們，已大

感困惑：為何我的覺悟之後，並沒有提到他們所追求，所嚮往的「永恆極樂」，或進入「狂喜狀態」，或身懷「濟世神通」？

反而是：要更加貼近現實生活，去擁抱生活；我的走進生活，重點是分清楚真實與幻覺，提醒你們不要被幻覺融進，你們是主角、是配角；時而是導演、時而是編劇；不管是啥角色，我們的目的是體驗「演化過程」，並不太在意其結果為何。另一方面，也向大家強調：人生是毫無任何意義，所有意義還得自己去創造.....沒有錯，這就是我覺悟的真理，鮮活的來自本源（造物者）的意識。

這第三節所談「靈性成長」可能也會讓大家困惑，我所體悟的「靈性發展」或「靈修」，絕非是：1、會靈，跑靈山。2、寫天文，呈疏文。3、煅身，訓體。4、.....等等被公認的靈修修行主軸。

而是，以1、走進工作和生活為主軸；2、研讀相關書籍為輔助。3、每日靜坐冥想（40分~90分鐘）。此三個要素缺一不可，它們就是我修行的主要內容。我們分別來論述，1、還是和「生活」息息相關，最大的原因，就是我們原來就是以這套「肉身裝備」來到人間世上，當然不可能忽略它的用途功能，也不能

忘記你來的目的和動機。是的，去主演吧！去真實的演活了它！當主角、當配角、當路人，都可以是很好的「演譯」機會，好好的把握，絲絲入扣的體會這部由自己集編劇、導演、演員、道具.....等等於一身的一場大戲。但是，千萬別忘記，你真實的身份是忠實的「觀眾」，和盡職的「戲評家」和「體驗者」。

第二個要素，我要你每日或經常性的研讀相關書籍，反復的思考，從中獲取知識的智慧 and 能量。神告訴我：文字加上閱讀和思考研究，就會轉化成強大的意識能量。當然，遇到困惑不解的問題時，先擱置它，時間到了，就會自然解開的。第三件事，每日工作生活之餘，必定抽出 40~90 分鐘進行靜坐冥想，搭配合適的宗教音樂、古典音樂、瑜伽音樂、蟲鳴鳥叫聲、流水聲和海浪聲、或心靈音樂等。

但，靜坐時避免聽任何流行音樂。靜坐是為了讓你可以因為「靜」，進而達到「淨」和「敬」。如果，有一處非常渾濁的水潭或湖泊，我們只要讓它慢慢的沉靜下來，隨著時間的推移，它必定會「清淨見底」，因為「靜」有過濾沉澱而讓「純粹」現出的作用。在我們雜亂的肉體思維，也是相同的效果；當你足

夠的靜、足夠的純粹，就能逐步逐步的接觸潛藏深處的真正自我，也就是我們的「心靈意識」，是我們永生的記憶體，是我們與一切萬有連接交通的能量體，「他」來自本源（造物者）的創生，是神的部分，具備了所有的神性，而且是永生不滅。你現在所要做的，就僅是「憶起」那個你，曾經是、現在是、將來也是的真實的你。

堅持不懈，自信滿滿的去做吧！不必聽信任何「大師」的課程訓導，不必找遍深山密洞，更無需費盡苦心的會靈跑靈山和煅身訓體，當然也不必多花費你辛苦工作所得；只需要你的自信意識和持之以恆的心，以及平日正面能量，和正面情緒的送出和獲得；我保證，你將漸次進入覺醒的狀態，進化揚升之日來臨時，就是你滿懷喜悅的收割之日。祝福所有人！

《悟了之後.....》( 完結篇 ) ( 共四篇 ) ( 慶淇悟得手札之七 )

四、我讚美人生「精彩絕倫，珍貴無比」我感傷而惋惜人生「戛然而止」。

這是我這篇文的最後一節，也是進入文章的精華所在。沒錯，我是一個真正的開悟者，本源說：世上每一億人才有可能出現一個真正的覺悟者。正因為如此，我不能也不會有假話。回想，某日我在工作崗位連續工作了 10 個小時以後（我沒覺得太疲累），時間是 17 點 15 分，站立著，我感受到一種超乎尋常的異樣，清晰的感覺到突然有數秒鐘，全身像通了電和磁的美妙，心眼中出現往上升的亮光點和光束，心魂同時充滿了不可名狀的喜悅感。

That's all! 也許這就是傳說中的「極樂」和「狂喜」吧！但，就是留住那麼幾秒鐘，自動的沉靜消失了，只留下心底點點的悵然感。直覺告訴我：這不是期待的「開悟」，這只是它的前奏——和本源（造物者），交通了心靈進而合一的感悟。直覺完全正確，又過了幾天（也許是 7 天），一樣是站立在工作崗位上，身心靈同時感受到一種特殊的「釋放感」，在那瞬間唯一的感知是，「完成

了」，「自我消逝了」——開悟了.....我已明白我是那真正的誰？自我已恢復本然的狀態。在這之前，一輩子沒有在任何演說或書籍中，讀到或聽到有關開悟的情況和感受。但是，卻沒有任何的美妙、喜悅、極樂、狂喜的感覺；代之而來的是，淡淡的感傷，心魂中浮現的是，少年時期玩伴們那純真的笑臉和時光一段段的凝結感；感傷來自戛然而短暫卻「生動逼真」的人生。

是的，我用「生動逼真」來形容，就是強調人生不是真實的，它是幻覺，是一齣夢境裡的戲。數天前，一位美麗聰慧的朋友，偶然得知她也許因為一段刻骨的感情而神傷不已，我趕忙寫了一篇超短文——《演戲》借以向她致意。嗯，沒錯，這篇超短文是用來提醒，這位聰慧又美麗的天使：認清楚人生完全是「幻相」是夢境，無論它是多麼刻骨銘心的劇情，目的是讓你深刻的體驗，你所編寫的這段過程演化，而它絕對是生動逼真。但是，無論它是多麼逼真，不可忘卻：你只是利用這幻境，演化體驗劇情的過程，不可被融入，也不能入戲太深，造成自己角色無法自拔。

應該是滿懷喜悅的來收割這段劇情體驗，整裝迎接下一段戲碼；若否，必定生生世世回來人間演同一段戲碼，毫無收獲，毫無進展。說到這裡，許多人會反

駁說：怎麼可能？又不是在做夢，這肉體打了會痛呀！是的，它的確像做夢，在夢境中，我們會痛、會哭、會哈哈大笑、會高興、會淚流滿面、也會激情性愛.....醒了才知道是一場夢，但那個感覺卻是深刻而真實。人生也是一樣，是個現實版的夢境，重要的是，它可以讓你深思熟慮的策劃，也可以給你瞬間改變場景的自由，更可以让你透過積累來實現「夢想」。

本源（造物者）說：人類是祂所創造的生命體中，最細微、最美麗、最完美的作品。人類有著優美的外表，有極其細膩的感官，有最複雜的情緒表達和反應，其細膩的程度經常無法用語言文字來表達。這一切一切的設計和配備，都是為了讓我們可以更真實、更精準的體察人生和感驗生活。但是，另一方面，你們要具備的覺知：所有的感官和情緒，都是透過大腦所認知的幻相，必須讓「真實的你」以全然喜悅和角色享受的態度，來體驗這演化的過程。是的，就這麼棒！全部地球人類都正在「享用」，來自造物者（本源）的禮物和恩典。好的，現在如果有人自封 XX 大師，XX 神佛轉世，XX 教主，XX 救世主.....等等，訓導你們說：人生是苦海，必須要拋棄享樂、要吃素念經、要償還冤親債主、要訓體煅身、要呈疏文、要除魔、要禁慾、要閉關修神通、要虔誠信奉某宗教某

道派、要奉獻、要認捐錢財.....等等假真理、假名目，托言唯有如此做才可以解脫、才能得救、也才能悟道。

我明確的說：你必須去除所有宗教框架觀和道派組織信條，勇敢走出窗外，越過劃線，而且遠離這些人，他們只比你多了一項「謀生技能」而已，他們不如你，他們是「假悟者」。讓你離開神（造物者）越來越遠，也讓真理真相變成可望卻不可及。當然，追隨者也無人開悟而畢業離去。

是的，我是一個全然開悟者，我了悟了真相：「人生在你的宇宙旅程中，就僅僅像是你性愛活動中的高潮部分；是那麼的精彩！那麼的迷人而令人振奮，它給了你全方位的感知，讓其它旅程相形失色。但是，它卻如此的戛然而止！所以當你身處這精彩之中時，應該知道，必須像獲得至寶般的，去珍惜它、去呵護它、去體悟它，各個面向好好享擁它。」若否，人生稍縱即逝，瞬間煙消，獨留你悵然之感，而執意一直再回來做重複之事。佛法的基本思想，說的是知苦與離苦，也許當年佛陀所看的世界，處在以生理需求為主導的場域裡；現在，我所悟的則以心靈意識為主導，只要改變當下思維意識，認清人生為幻相的本質，瞬間即可悟得人生的精彩絕倫，所有的苦痛和喜樂是一體的不同面向而已，



轉而去珍惜它，去擁抱它，去以感恩和喜悅的態度面對這寶貴的人生。離開時，帶著所有人對你的祝福，開啟你下階段宇宙的揚昇之旅。

最後，我再強調一次：真正的你，永遠屬於神（造物者），是祂的一部分，是一切萬有，是無條件的愛，是永遠的生命，是永恆的現在進行式，是自我創造的演化過程。這個世界為我們而創造的，是為了讓我們可以在其中體驗「真正的你是誰」的場域。我祝福所有人，祝福所有一切，我們過去是，現在是，未來也是全然一體的。

《無我是真我》（慶淇悟得手札之八）

有道之人行事無窒礙，

不求自利，也不輕視自利之人。

他不會辛苦掙錢，

也不會把貧窮當成美德。

他獨立自主，不依賴他人，

也不會為自己的獨行感到驕傲。

他不追隨群眾，

也不抱怨那些加入群眾的人。

身份地位與獎賞無法吸引他，

惡名與羞辱也無法嚇阻他。

他並非一直在意對與錯，

而是一直在決定「是」與「否」。

因此，古人說：

有道之人始終默默無聞，

完善的美德無果，

「無我」是「真我」，

至人無名。

——《莊子》

文：莊子（譯者：魯宓）（分享古代中國智者文章）

《國際和平日祝禱文》（慶淇悟得手札之九）

我看到了！是祥和的彩虹。

你聽！是一羣雀躍的鴿子正譜著安魂曲。

是呀！我們都感受到了和諧的月光。

是人類共同的演化，是萬物的見證。

過去，現在，未來都是！

讓我們喜悅又蒙恩，我們已在本源最巍峨的花園裡！

《真相（一）：綠洲和彩虹的外面是什麼？》（慶淇悟得手札之十）

水草，繁華，人煙。

一個個長跪禱告的靈魂，

一顆顆誦讀經文和唱著聖歌虔誠的心。

這是個分野線，是藩籬，是高牆。

像是華夏民族阻絕外族的長城。

哪裡？是我們生命渴求的天堂仙境？

亦或是？深空中未知的恐懼？

看！那藍色星球，似是誘人的綠洲，

似是無垠深空裡美麗的明珠。

是承載著磨煉七情，揮灑六欲的場域。

看！彩虹像鵲橋般被高聳的搭起來了，

似是述說著，人類一切希望在天河。

聽！「上師」、「高僧」正對著「消費者」說：

彩虹之外面有蓬萊和天堂。

瞧！「覺悟者」正推銷著：

綠洲之外面有極樂和狂喜。

一切都是謊言.....

是深邃的無垠，是虛空的暗黑。

是藍色星球漂浮在上邊。

彩虹的外面：電閃雷鳴，狂風驟雨。

綠洲的外面：赤焰流沙，無盡塵暴。

沙漠響尾蛇和小白兔沒了善惡的天平。

鮮明的彩虹也失去了顏色的斑斕。

驚！藍色星球竟是〔神〕指定的伊甸園。

是遊魂輪迴的港灣，是獨一的恩典。

真相是什麼.....

虛空和暗黑，從未離開。

無垠和邃洞，從未避讓。

因為它們是〔神〕的最大面向。

求道須知：

追尋開悟後的天堂是幻影，

也許過程的投入才是你們極樂的源泉。

醒悟吧！別再沉睡！

只因為這彩虹才是你們真正的美麗。

只因為這綠洲才是你們旅途中，最精彩的繁華。

開悟者不會和欺瞞蒙混站在一起，

但是，也不會因此鄙視他們。

開悟者的腰桿，像那沒被渴求也屹立的燈塔。

哪怕沒被索取，也會指著正確方向的光束.....

《愛情的真相》（慶淇悟得手札之十一）

清晨，眼見許多男男女女，為情神傷，為愛而「傷筋動骨」；也聞許許多多的家庭怨偶，又在昨夜因故失眠哭泣；當然，也有眾多神仙眷侶纏綿浪漫的渡過長夜。

異性間或者外表相同的同性間，彼此的相互吸引，是來源於 DNA 的被設定；而 DNA 內所儲存信息和解碼光子，則來源於源場（天網），也就是說：本源（造物者）透過無處不在，無時不在的源場（天網），在「恰當」的時間和空間（整個太陽系大約以每時 7 萬公里繞行銀河中心），輸送「恰當」的信息，儲存於 DNA 中，再於「恰當」的時機解碼、顯化，形塑我們「恰當」的內在和外在，而形成屬於你自己特有的那份「如其所是」。這當中，還包含有一項重要的「約制」力量，佛教稱它為「業」，也類似所謂的「因果」。

是的，打從你第一世來到這人間，從生到死亡，所發生所接觸的一切人、事、物。在宇宙哲學裡，有一「制約」和「平衡」的系統，自動的記錄並顯化執行於你的每一世；要注意，這其中「造物者」並沒有去區分善與惡，好與壞。因



為神是「合一」的，所有的不完美總合才是完美的，神（造物者）借由所有不完美的演化過程，來體驗真正的完美。

回來說我們的「愛情」；當我們每一個靈魂被創生時，雖無分陰陽，但卻是大部分「成雙成對」；也就是說，是二個二個一起同時被創生的。這二個成雙的靈魂，我們稱呼為「雙生靈魂」或「靈魂伴侶」。他們彼此具有強大的吸引力、纏繞力、相融性和撫慰性。但是，打從我們投胎到人間世界，靈魂伴侶即被打散而分離，借以體驗過程。所以，尋覓邂逅自己的「靈魂伴侶」也就成為你們生生世世的「重要課題」。這就是為什麼，每個人對伴侶的感覺和要求，總有一份說不出的「秘密經驗」。另一方面，同時你卻世世代代（每人平均在人間輪迴轉世 800 ~ 1500 世）在你每一世，不斷的去製造、去創造你未來必須去「平衡」的「制約」（業），也就是你必須要彌平的「因果」。直到你們找到靈魂伴侶時，那份滿足感和無缺感，才有可能讓你們停下前進的腳步。

所以，任何的愛情，不如意的，不美滿的或終生單身或出家的，僅僅是你過去留下的「制約」，或是你現在新創造出的「業」，或者你正在做的是「平衡」的動作罷了。因此，如若因故和現在的伴侶分離了，大可不必哀怨神傷或痛不

欲生，相反的，要感到慶幸，因為對方不是你的「靈魂伴侶」，趕緊收拾好心中的行囊，繼續向前走；否則，徒然製造出會在未來對自己和對方，產生更多更大「制約」的新業力。千萬不要浪費時間，努力去燒煮、去料理一份不是你愛吃的「菜」。

另一方面，當你遇見了自己的「雙生靈魂」時，會像是嘗到了一份你生平最愛最喜歡的「菜」，口感是那麼的好，那麼契合、那麼包容、那麼深情、那麼慈悲、那麼喜悅、那麼的幸福感！而且彼此都願意為對方無條件的做任何事。你們也將永遠廝守，甚至，共同面對「制約」，共同去「平衡」你們所必須彌平的「業」，直到完成為止。這就是自然存在的「宇宙哲學」。

最後，我祝福所有人，應該以「喜悅」、「感謝」、「愛」的真理，去對待你所遇到的每一個戀人。如此，對你的約制力將會大大減少，也會相對容易的尋獲你們的「靈魂伴侶」，祝福所有一切萬有！

《覺醒之路荊棘佈，驀然真我合一悟》（上篇）（慶淇悟得手札之十二）

當前的世界，正發生一個前所未有的現象：有為數越來越多的人群，正在「覺醒」或一直努力不懈的追求著「覺醒」，有些人或已驚鴻一瞥的見到了「實相」。也就是說，人們正逐漸的對自我（小我）所熟悉「全然自我感」的世界，產生了「不知所是」的懷疑和困惑感，而且努力的試圖去尋找，有時驀然一瞥，有時夢裡迴蕩的「那個實相」。為何會有這樣的趨勢？

有部分重要的原因是肇因于，地球世界已隨著它處在銀河系空間場域的不停歇運動而不斷移位。（整個太陽系一直以每小時約七萬公里的速度繞行銀河中心），來自本源（造物者）的自然力量也正源源不絕的透過天網（源場），加強「信息」給我們人類的 DNA，藉以甦醒我們的「真我」，引領人類進入一個前所未有的更廣闊更自由的場域——一種遠遠超乎我們已知的存在領域。它將會帶來一個千古以來求道者所追求的涅槃：覺醒開悟（enlightenment）。

覺醒開悟是什麼意義呢？我們可以從許多的資料中得知，許多人花費了大量的精力、財力和時間追隨尋覓上師，就是為了尋求到達開悟的境界。通常指導老師第一個問題就是「什麼是覺醒開悟？」

我們發現大多數人的答案會是：

- 1.我不是很確切清楚，只知道好像會讓我們生活更美好。
- 2.可以得到永生和真理和快樂。
- 3.好像可以到達天堂或西方極樂世界，和上帝，耶穌，佛祖菩薩們在一起。
- 4.可以和神合一，體驗狂喜和永遠的極樂.....等等。

雖不盡相同似是而非，但又有趨向性的答案。在此，我依照我的體悟，提供一個較接近的含義：覺醒開悟是覺知到「真我」，真實的感知「我是誰？」——如其所是的合一。是的，這含義還真讓人霧茫茫的。再進一步簡單的說：讓我們真實的知道了，「我是誰？」——我是一切萬有，一切萬有也是我，過去是、現在是、未來也是。如果你還不是太明白，當代覺醒開悟的靈性老師 Adyashanti 說：開悟就是覺知一己存在的本然狀態。

當我們一語道破「它」，竟是如此的簡單明了明瞭，但，卻令古今中外數千年來許多的求道者，廢寢忘食前仆後繼的醉心於求得此「涅槃」，然而，真正到達智慧彼岸的，卻屈指可數。在這些歲月裡，我們也清楚的知道，有許多來自宇宙較高次元的存在體，自願的以各種方式，或投胎或顯化或附靈或其它多種不同的方式，對我們地球人類的學習體驗場域，進行引領和指導，藉以協助本源（造物者）推動自然神聖計劃。在此，我們也藉這篇文章，懷著感謝和推崇的真誠，對先輩們愛的付出，表達真實的敬讚。

回來說我們的主題：覺醒之路為什麼艱難？為何佈滿荊棘？又為什麼滿佈「陷阱」？以下，我就我的覺醒旅途，說說我真實的感知，供給後進參考和引導之用。雖然求道之路，可以多如恆河沙數，但卻有其竅門和正確的方法。

#### 一、修行的方式和方法意涵的偏差

提到修行或靈性成長，首先讓人聯想到的就是與宗教本質，和民間信仰核心有較大的關聯性。是的，這些無可否認的是經由先輩們，所傳承規範指導的框架修行，自有其很深的時代背景因素。

譬如：不停歇的朝代更迭紛亂戰爭和異族間的鬥爭、自然災害、知識閉塞不流通、重大流行病、盜匪、暴政.....等等造成物質生活的匱乏，逐漸形成與宗教信仰有關聯的殿堂、廟宇、教堂、寺院、山頭道門等處所，自然的變成人民的避難所，也唯有在這些處所，可以受到無名力量的護佑。藉此機會，使得有智有識或有緣之人士，避開了外界紛亂的生活環境，在這些處所裡修行，成就一些人，使獲得靈性覺醒，到達證果。

反觀之，當今社會的情況，完全有別於過往時代的景狀。靈性的發展，完全可以回歸到「軌道」裡。我說的「軌道」，就是以「生活」為核心的靈性發展；神（造物者）賦予人類的一切：身體、父母、家庭、兄弟姐妹、感官情緒、疾病傷害、死亡、婚姻伴侶、小孩、智慧、朋友、各種角色關係、萬有陪伴物種、各種各樣關係.....等等這一切。

已經清楚的說明「本源」的神聖計劃，就是讓我們以最真實最真誠的「生活」為核心，去體驗學習一切生活萬有。也就是說：真實的生活、完整的生活，就是我們靈性真正接受考驗的場域。「它」會顯示給我們知道，還有哪裡是不清

楚的？和人、事、物的關係，哪裡有嵌頓？而哪裡會經常讓我們陷入糾纏狀態？

以及哪些事物容易使我們有情緒波動？

這一切，都是我們這個世界的目標核心所在。如果我們有足夠的真誠，真實的

去體驗「它」，同時，自然的維持正面情緒的涵養，配合努力的「過生活」。

並取代傳統著重外在形式上和意念上的修持方式。譬如：閉關修煉、祈禱誦經、

拜神行願、吃素做瑜伽、練氣修脈輪、離家出家、追隨上師、修煉神通、跑靈

山會靈、法會消業報、參加專業行善團.....等等著重外在意念，但卻遠離生活，

意圖藉此修行消除生活上所遇到的一切「難題」，並希冀能到達極樂天堂淨土。

「慶淇」藉著寫這篇文章的機會，以一個已覺醒開悟回歸本源者，不諱言的告

訴所有人：這些總括是追求神秘意識體驗，和意圖降低內心的恐懼或罪疚感而

已，永遠無法引領你走向真實的「覺醒」，也就是了悟一切的真相，覺知「真

我」。本源創造了「生命」，就是讓我們得以藉著「生活」來學習圓融「生

命」，體驗所有圓融的過程演化，而得到寶貴的「智慧」，最終回歸「真我」。

在我覺醒的旅途中，清楚的覺知每日用真誠所過的生活，就是我的「上師」。

它像一面最清晰的鏡子般，處處讓我看見自我（小我）的消長，也讓我體驗到如何消融小我。當我細細品味真實的生活時，它會非常自然的呈現出本源（造物者）的多種不同面向。有時候是奇妙的恩典，美好的恩典，而有時候是「兇猛」的恩典，例如：疾病、失業、破產、衝突、意外傷害、離婚、失去摯愛之人、志氣消沉等等。另一方面，我也經常會發現，生活會將「真理」顯示予我們，把我們「喚醒」。

相反的，熱衷追求靈性成長，渴望覺醒的人們，一方面無法消融小我對其自我的引誘或攻擊，經常不知不覺下，著重外在表征名利的富麗堂皇，或財物的條件交換式，期望能逃脫生活上痛苦的處境，或換取未來的幸福美好或填平內心對未知未來的恐懼。經驗告訴我：我們可能藉由美妙的時刻，產生意識靈性的躍進，但是，我會說，一種最大的躍升，卻會出現在艱難的時刻，出現在你將痛苦真實的消融（接受而消化）之後。

在我和本源（造物者）相處的日子裡，真實的體悟和瞭解到：祂經常喜歡利用我們生活的艱難處境（包括重大的疾病傷害），來完成祂自己的覺醒，也就是



藉以體驗出完美的演化過程。(如我前面寫的悟得手札，「神」就是所有的演化過程，是愛，是生命，是所有的不完美.....)

因此，「生活」是我們人類體驗學習的重中之重，也是我們賴以靈性發展覺醒的必經之路。看似佈滿「荊棘」的道路，卻是通往本源（造物者）巍峨花園的捷徑。朋友們，我們不但要承認，更需要去接受：生活中最大的苦難和創痛是神「兇猛恩典」的一種形式。如果我們用「接受」和「消融」的方式迎接它們，那我保證，它們將會是促使你覺醒的最強力量和最重要的元素。我祝福你們！

《居福地》（一）（慶淇悟得手札之十三）

寫文，看文之前，請所有朋友合十祝禱「感恩造物者（本源），給予我們臺灣人居住在真實的天堂——台灣寶島」。

我說過：宇宙裡沒有任何一事物是巧合。是的，所有的事物皆來自源場的力量和意識選擇，所顯化創造和最終演化，任何人的生命輪迴和選擇，再投胎到新的家庭和居住地區國家，當然和你的累世「業」，有著非常重要的關聯性。

當下，我們居住在地球的「最適宜居住國家」，這是多麼大的「福」呀！這比住在縹緲的天堂還要喜樂的大事。因為這裡的一切雖是顯化的「幻相」，但你卻擁有能夠感知到它的所有「感官」。地球是宇宙裡最棒的「演化」場域，台灣是地球最好的「修行」場境。請問你，你哪裡不滿意？哪裡在懊惱？.....不滿的是你的「貪」念，懊惱的是你的「嗔」性和「癡」性。所有的朋友，快快收拾心靈的行囊，放下一切的不滿和懊惱，重新拿出你最佳的「情緒」，用最真誠、最真實的心靈，去創造自己最好的「福田」.....祝福所有一切！

《覺醒之路荊棘佈, 驀然真我合一悟》(下篇)(完結篇)(慶淇悟得手札之十四)

二、生活裡每個面向，正是生命之流如其所流動的智慧能量來源

有一位深受大家所尊敬和喜愛的靈性導師，印度籍的耶穌會會士，戴邁樂

(Anthony de Mello 1931-1987) 他所定義的開悟經驗：「開悟是和那個無法避免的絕對合作」，個人特別喜愛這種說法，因為這個解釋不只是簡單的一份了悟；它更是深入我們生活中每一種面向，和每一個關係活動的演化過程。

在當我逐漸覺醒階段時，我感覺到生命前進的步伐，就好像流動的水流般，流暢的向前行，所向披靡的不斷向著它想去的方向走。

人們經常用盡各種辦法，很費力的把這個流動轉向「自我」所精心計劃，所喜愛的方向。結果，換來的是「它」毫不費力的走回原來流動的方向。

在這裡，我要表達的是：我感知到的生命流動——「生命之流」原來是「自動化」的，而且是渾然天成的，你所需要做的僅僅是「放下」那個一直「自以為是」的「自我」；也就是大腦裡那個「小我」。

放下它的一切「執著」。「鬆開」它的所有根結、矛盾、唐突、嵌頓和荊棘。

「平復」它的一切負面情緒（怒、怨、恐懼、嫉妒、滑頭、鄙視、嫌惡、仇視、無禮、批評、妄念、癡心、遲疑、貪念、驕傲.....）。

那麼，你很快就會感受到一股「生命的流動」，如流水般，流入全部的自己，自動自發的流向它願意去的方向，而且以你從未想像過的方式恣意流動。生命，此時幾乎變成了無人駕馭的「奇跡」。而「小我」的幻覺逐漸在消失，它拉扯你、阻礙你、引誘你的力道在大量減弱。

這讓我感知到生命在「自由」流動著，你無需知曉它要帶你去向何方？生命正「如其所是」的流動著.....從未有過的自由流淌在心魂意識。這就是導師戴邁樂和慶淇所感悟到的：「與那無法避免的絕對合作」；也就是恣意的讓生命之流自由而又充滿靈性的流動著，那是一種完全的「臣服」；是的，必須「臣服」於那股來自源場的自然力量，絕對的與它合作，直到永遠。

除了「放下」、「鬆開」、「平復」以外，生活中另外還有一項重要的考驗和學習，那就是「真實」和「真誠」。也就是說生活必須「如其所是」的通透，

一本純粹的態度，沒有任何條件的真實呈現和演繹它，絕不讓那個天敵——「自我」，有機會來拉扯你的思想、覆蓋你的通透、誘惑你的真誠、躲藏和隱瞞你的罪疚和恐懼。

時刻記住，生命要我們體悟的是「真、實、誠、透」在生活所有面向的演化過程。當我們能觸動到生活裡真實和真誠最深處的開關時；的確，生命的能量流將會如約而至，如同流水般，流向你的全身，我們除了用「感恩和喜悅」來迎接以外，別無他法；因為「真、誠、實」會讓我們在生活裡各種面向所遭遇的「苦難」、「挫折」、「傷痛」等，一一的接觸和相處。

但是，最重要的是：我們此時，如果不對它們（苦難.....等）有任何評論和評斷，連念頭思想也沒有出現。最後「它們」將逐漸的消融，逐漸的過去，也不再會被你視為有什麼大不了的事。此時，喜悅的感知和對生命的感恩也將油然而生。

在這裡，有一個重要的事項，慶淇要告訴所有人：就是我們與生俱來被「制約」的力量，也就是佛家所言累世的「業」，簡單的說，是我們打從第一世開始生活裡，所「創造」的「因果」關係。

它們正是我們世世代代，必須去解決消弭和體驗學習的生活演繹內容，這個

「解決、消弭、體驗、學習」的演化過程，我稱它為「平衡」（這裡完全沒有帶著是非善惡的評斷）。

事實上，就某一層面而言，每個人（靈性未足夠成長前）在世間一直在做兩件事：

1. 不斷的創造新的因果關係，也就是新的業，有正面的和負面的。
  2. 「平衡」累世的業。當然，如果你沒有去平衡它或平衡不足平衡過頭，將會
- 在未來的世代裡繼續做，甚至會有加倍加重的制約力量出現。

是的，我所要表達的重點是：當我們在生活的各種面向中，感悟到「制約」力量的存在，同時，我們也有了「靈性成長」，有心或不經意的學會用「放下、鬆開、平復」的方式去面對所遭遇的苦難、挫折、傷痛等。此時，你會驀然驚訝的發現那「制約」力量被消融了，它的力道逐漸被減弱了。

同理，另一面，你也會發現，我們用那非比尋常的真實，誠誠實實的和生活每個面向相處之後，「生命之流」將自動的，自由自在的引領我們順利穿越那片

滿佈「荊棘」的制約森林。這個意思就是說：我們在各種生活面向裡所學會的「平衡」之法寶，正是解開我們層層制約的金鑰匙。沒錯，當你完全而持續的覺醒開悟時，「自我」已被消融了，哪裡還有對你的制約力量呢？哪裡還有業或因果呢？Yes, you are free! 你與那一切萬有合一了。

最後，我要你們記住，真實的覺醒開悟，絕不會允許你們逃避任何事物，必須完全的不再躲藏，真實真誠的去面對、去相處，使用你們的「法寶」和「金鑰匙」去「生活」一切事物。特別要注意：開悟不是一種跳脫或逃離，它反而是一種最真、最實、最誠的面對生活各種面向的一種存在狀態。

我再次強調：覺醒開悟並不保證你的生命從此騰達非凡、超越成就，或從此一切按照你的計劃發展。然而，最終你會發現開悟的重點是「真相」，是「我是誰？」、是「我們一己本然存在的狀態」、是「在我們一己存在所有面向的所有層面保持真真實實」。本源（造物者）對我們的所有「制約」，是為了讓我們在這個物質的幻相世界裡，重新學習體驗，重新演化過程。它是一項美好的經驗和恩典，我們無需也不可能嫌惡，或逃避恐懼。

當然，也絕不可能靠著修煉某種神通、某人的加持、誦念某種經文、參與某種法會儀式、參加某種行善團、或參與某種民間信仰、某種宗教組織、捐獻多少錢財.....而消弭。這些種種作為，無非是「小我」幻相裡的自我逃避和罪疚感。慶淇在此，再次呼籲，有心求道者或期望靈性成長者，走出你們思想中的「幻相殿堂」，重新真實真誠通透的走入生活，去面對各種面向的考驗和學習，迎接屬於你們的「生命之流」，自由自在的乘騎，毫無干擾的順流而行。放下那人類的天敵：「我執」、「我相」、「我見」、「執我」，臣服于制約力量對你們「平衡」的要求，臣服於本源造物者任何形式的恩典。

如此，你將會有機會到達那真正智慧的彼岸，取得涅槃。然而，不管你靈性精進到何種境域，或何種高的層次，或到達任何的智慧彼岸；真相是：我們仍是本源造物者無限大拼圖中的一小小塊。是的，沒有一個人會是「救世主」，或是曾經出現在地球上，最偉大的所謂神性化身（如果曾經存在的話），其也就像無邊沙灘上的一粒沙。

身為「人類」，我們都只是在扮演自己的一個小小角色，只是整體是「一」本身的表達；在社會上，經常可以看到許多人處在覺醒初期，還未進入持續開悟



狀態時，常會被「小我」欺矇，而開始自我膨脹，欺騙自己，或驕傲自大，自我貢高等等非開悟者的行為；那就會再次的掉進「小我」思想幻相的陷阱，不可不慎！

希望慶淇挺直腰桿，用最實、最誠、最真，所表達的這篇文章，能夠對有心求道者和追求靈性覺醒者以及所有大眾，就像燈塔明亮的光束般，具有決定性、正確性和光明性的指引。最後，慶淇祝福所有人！祝福所有一切！

《真相（二）：無我》（慶淇悟得手札之十五）

我，似是果敢，堅毅，充滿智慧。

似是領域的宣示。

還是種族的藩籬？

我，深夜裡恐懼的來源，

是作為獵物驚駭的夢魘，

亦是獵人傲慢的殘酷？

啊！「我」在夢中未覺醒。

它，是「那個」，永遠不會是「這個」。

我，身體和性別外貌，是制約力量和自由選擇顯化的傑作。

夢境裡，分別你、我、他。

身份被用來離析所有，

地位階級隔閡萬物，

成就和財富更是通向解脫的僵硬障礙。

思維中，充滿著故事劇情，

記憶裡，滿堆著情感和浪漫，

理性中，則是串串的仁義道德，

口中，依稀喃喃的經文.....

當，所有的故事徹底清除！

頭腦被消失，驀然地，覺醒.....

那，留下的就是：究竟的「真相」。

開悟：沒有自我，無形無相，無思無為。

那，是「無我」的空性.....

當，思想中心崩塌了！

內在餘下的，是「佛」，是「耶穌」。

亦是深刻的慈悲，是愛的純粹。

「它」是萬有，是「一」，是「本源」。

「它」是「無我」。

偶然的美妙經驗，

擺動不定的靈性高潮，

它是頭腦裡的誘藥，

是靈性的上癮。

真理被錯過，被堆積和擺放。

自由依然束縛，沒有解脫。

當，名利似硝煙散去。

當，根結和情緒鬆開。

當，一切自我，觀點和意見放下了。

悲歡徒向夢裡尋，

酒肉只在幻相斟。

真相的光明，流向沒有自我的「空性」，

流向深邃而勃勃的「無我」。

流向這個「一」，

流向永恆的「本源」。

《撬開魔鬼的封印》（慶淇悟得手札之十六）

去吧！去吧！趕快去吧！

快快去到智慧的彼岸！

快快一起獲取這個涅槃！

蝸牛與蚯蚓內在運作的意識，

和你，和我的內在，都是一樣的。

如今，蟲兒和我的內在，依然相同。

自由自在，無邊界。

如今，你們之內在，有了界限，

被自我的魔鬼封住了呀！

「水」啊！看看你的智慧，

如此的自由，如此的睿智。

是的，它自己尋的出路。

水知向何處流，

花兒知季節開，

葉子知何時落，

蝸蟲明白冬天眠。

何物？封住了你的本質和智慧。

是啊！埋沒了本然之性。

嗯.....

思想和經驗，是這個魔鬼。

是那個僵硬的死結構。

它們封住了你的創造，

它們封住了你的勇氣，

它們封住了你的睿智，

它們封住了你的靈性，

它們封住了你的本質，

它們封住了你了悟真相。

當，你有了一條希望的裂縫，

自我，就取來沙泥塗上去。

當，出現了一些靈光，

自我，就拿來黑布幔遮蓋住。

當，你提起了一道勇氣，

就被自我養的魔鬼嚇退。

蝸牛和蛙蟲、花兒和葉子、水和.....

他們從未丟失本性，

他們沒有忘掉「我是誰？」。

人啊！渺小的生靈啊！

只因，你們拋棄真實，擁抱虛假。

快去！快去！快快顯露你的睿智，

快！快！快快「撬開魔鬼的封印」！



快去！快去！快快憶起你的靈性，

快快解開魔鬼的束縛！

快去！快去！大家一起快去！

快去獲取，屬於你的涅槃。

## 《生活裡覺醒的第一步》（慶淇悟得手札之十七）

在我前面的手札裡，明確的表達：「生活」是能促使我們覺醒開悟最為重要的途徑。簡單的說，我們的生命帶著一身完整的裝備來到人世間，目的很簡單：就是善用裝備「過生活」，完成生命全部的演化過程。這就好像我們不可能穿戴一身的滑雪裝備，不去滑雪，卻去潛水或攀岩等，完全不搭配的活動。

是的，當我們擁抱生活後，足以促使我們覺醒的能量，第一步要做的是：「全然的承受和表達生活裡所有的真實。」簡單的說，就是生活中，不管我們面對的是什麼？全然去承受、去接納，無需逃避、無需恐懼、無需內疚、無需瞞怨、也無需傷悲。哪怕是承擔了許多的苦痛和困難，也不會動搖我們「過生活」的目的。只需懷著喜悅和承受恩典的心，全然的去接受這「如其所是」的真實。讓這生活的風霜盡情的雕蝕出生命的內在美（核心本質）。讓這生活的演奏家和指揮家，揮灑自如的為我們奏響一篇篇生命燦爛樂章直達每個角落。我們就能以這真實承受的光明，照亮任何潛藏於生活的黑暗。Mark Nepo 曾說：我們每日生活在複雜的世界裡，錯誤的以為把生活變簡單就等於是愚笨。事實上，

我們唯有生活的簡單、純粹、直接，才能看見事物顯現出它們的原貌，因為真實而簡單正是生活的核心本質。

花兒，並不會因為刮大風或下大雨，而不敢盛開花朵；相反的，它正利用大風吹雨水來，花瓣掉落，花粉散飛，完成重組，扎根伸展再盛開的真實生命表達，因為它承受了所有的「真實」。鮭魚（大馬哈魚，salmon），也不會因為返鄉繁殖的路途有多大的險阻，而視為畏途；相反的，這段看似艱難險阻的路途，正是魚兒們真實的承受生命燦爛的火花。部分魚兒成功的回到故鄉繁衍後代，其餘看似失敗的鮭魚，事實正是成功的重要部分，因為它們的參與和犧牲，激勵和掩護才会有同伴們的成功到達，順利繁衍後代。自然界裡，簡單而純粹的生命本質，比比皆是，這也是造物者（本源）留給我們人類最佳的借鏡。我們只要，如花兒和魚蟲等，「如其所是」的承受生活裡的一切真實和考驗，並且感到如實的喜悅和臣服的恩典。慶淇恭喜你！你已經踏出了覺醒重要的第一步！

祝福所有人！祝福所有一切！

## 《真理之流》（慶淇悟得手札之十八）

從前面的手札裡，我們已經熟悉了「生命之流」；當它來到之時，我們的生命只需「如其所是」的隨任其流而行。然而，在所有面向的流動裡，經常也會讓我們面臨艱難抉擇；選擇強勁之流？還是涓涓細流？又或乾脆作壁上觀其流？慶淇在此要告訴所有朋友們：真理之流總是挾帶著最猛烈的原動力而來。

說出這道理難免令人感到卻步，但是這「真理之流」的智慧卻讓人受用無窮。

是的，讓我們再進一步來說說老朋友「鮭魚」（salmon）；還記得我們前面的手札裡，提到鮭魚給我們的借鏡：毫無畏懼的承受生命裡所有的真實。魚兒們榮耀了種群的燦爛就等於是成就了自己的生命。動物學家們曾觀察研究了鮭魚逆流而上的一些違背常理的行為發現，當鮭魚群逆流而上時，經常會再三的奮力衝撞重重阻礙，目的是找出一道最強勁的水流。因為，魚兒天生就知道：一股強勁的水流，代表這水流的所來之處的道路，一定是最沒有障礙物的。值得它們奮力投身其中，眼前雖顯倍加艱辛，但是躍上水流後，前方的路途卻一定會是暢通無阻。

至此，終究讓我們明白，為何「真理之流」總是挾帶強勁的動力而來。借鏡了鮭魚得自造物者的智慧，我們體悟出，當最猛烈的生命之流來臨時，我們對最強勁真理之流的抉擇，將是毫無畏懼的縱身躍進。因為我們已經完全明白，當我們衝出這道強勁的生命之流後，等待我們的將會是一路平順的康莊大道。祝福所有一切！

## 《愛和美》（慶淇悟得手札之十九）

我們從真實的感悟裡，覺知「愛」和「美」實為一體的兩面。雖然，通常我們透過「自我」感官看見了美的事物；但是充滿了「愛」的美，卻會在瞬間抵達我們心靈深處，經常秒速間眼淚已然奪眶而出，那種能觸動和造物者相結合的瞬間，我看到的是「愛」。

本源以那極致的「美」，表達出宇宙最偉大最平凡的元素——「愛」。無需任何思考，無需任何解釋，也無需任何文字和聲音，你只需瞬時一瞥，便已了悟一切。造物者的「愛」，經常不是直接透過悲痛的場景讓我們領受；祂反而寧願藉由生命裡最平凡的生活中，表達出萬物無私的、無條件的、和最自然的「愛」。它極其自然的融入在所有生命的細微處，當你能善用心靈觀察，你將領悟到本源造物者，無處不在、無時不在的「愛」和「美」。當然，此時你也已經正在覺醒之路上了！

## 《生活裡覺醒的第二步》（慶淇悟得手札之二十）

上回我們已經體驗學習到生活裡覺醒的第一步：「全然的承受和表達生活裡的真實」。是的，Mark Nepo 也有相同的體悟：無論你現在或過去遭遇過什麼？發生過什麼？好的、壞的、苦的、樂的、傷的、痛的.....等等所有一切。我們都全然的承受所有的真實；哪怕你現在還坦露傷口或喘息未定，依然不帶任何批評與自憐，也許你可以深深的說出一句「好痛」！這就是對本源造物者的「臣服」，臣服于所有面向的恩典中。

接下來，我們來說這生活裡覺醒的第二步：蛻變內在的老梗，硬骨死皮和死結構。

不論生命的境遇裡，給了我們任何的禮贈和多少的苦痛傷痕；結了好幾次婚或者從未談過戀愛、事業或家庭失敗破產、犯罪坐過牢、或是家財萬貫或是一貧如洗。我們每個人的生命核心課題，卻怎麼也不會消失。生命中專屬於每個人的「內在之門」，除了自己穿越，自己真實承受，沒有任何人能代替。通過了這扇門，我們才真正的進入了人生的課題；也唯有接受、消融和臣服於生命的

課題，才有機會促使我們的「覺醒」。當穿越了這「門」之後，我們猶如「重生」，心靈感到從沒有過的踏實和喜悅，我們入睡時，也因為臣服的釋放感而安眠和美夢。

此時，我們進一步覺知到生活中的阻礙，來自於「內在」；來自於從小的教育、訓練以及自我形成的思想系統，來自於過往的經驗，來自於我們自以為是的智慧等等，積累成固有的死結構。它們不會像蟬、像螃蟹類、像蛇類、蜈蚣等動物，隨著自我成長而自動蛻變掉，以讓自己一次次的自由成長伸展。它們反而隨著我們的成長，逐漸成為我們內在的老梗，成為阻礙的死皮硬骨，形成了我們「重生」後，內存重啟的死結構，必須及時被刪除，也就是我所強調的「放下」。

放下全部的負擔和先入為主的成見，

放下一切自以為超然的性格，

放下心中羅列詳細失敗與成功的清單，

放下自認謹慎護持的至高原則，

放下一切的期待與懊悔，



放下過去所構築的高牆與制約；

讓以前的思想和經驗死去，

迎接你的將會是無拘無束的純粹靈性重生。

想到要徹底蛻變自己，也許會令你感覺到了排山倒海的壓力；要如何拆毀花費

數十年，才建成的藩籬高牆？相信慶淇吧！你只要一口一口的呼吸，因為每一

口呼吸都是造物者，恩典我們的一次最小單位的死亡與重生。

我們一次次小小的死亡和重生，

一刻刻的放下一切背負，

一塊塊的解放所有的老梗死骨；

與此同時，一寸寸的讓純粹的靈性，

在你身上重生，綻放新的光明，

也順利的為你覺醒的路途，

鋪設了最佳的踏腳石。

祝福所有人！

《真相（三）：「本源」的輪迴》（慶淇悟得手札之二十一）

覺醒開悟讓我們明白「我是誰？」，讓我們與「造物者」合一，也讓我們重回生命本然的狀態，更讓我們獲得對造物者（本源）真實的「臣服」與「恩典」。開悟者對生命核心本質的真相認知已然前所未有，對造物者神聖計劃了然於胸。更覺察到人類在萬物面前的「謙卑」；Mark Nepo 也認為：我們面對的波濤起伏挑戰，不是在萬物中找到自己，而是在自己體內找到萬物。身而為人，就是在萬物的相似和借鏡中不斷往內在演化，進而顯化形塑自己成為眼見的奇跡。

慶淇和當代開悟者 Mark Nepo，有著完全一致的造物者輪迴覺知：「沒有任何存在能逃脫造物主的輪迴；植物、野豬、海豚、樹木、野花、飛鳥、昆蟲、細菌、病毒或人類皆不能；意念不能，心靈不能，精神也不能，包括所有的星系和宇宙也不能。「本源」從來就有著本然的輪迴，所有生命的浮現、聚集、再激蕩出新的生命，然後分散、死去、滅絕，再以新的方式浮現。如此循環不已顯化形塑，即為「輪迴」。每個靈魂都是造物者吐出的一口氣，散佈於所有周遭如洪流般的偉大能量中；最終目的絕非逃離死亡，而是透過接納死亡來得到謙卑的「臣服」，帶著這樣的生命信念，我們得以活在神聖洪流之中。」

柔弱如小花兒，纖細芬芳的花瓣並不逃避風雨，它們活下來只為了死去，然後藉著深埋黑暗泥土中的種子，再破土而出重新伸展。北美洲的蟬，並不恐懼蟄伏於暗黑的土壤裡，長達 17 年的等待，只為了一朝破土爬出，在陽光下振翅飛翔一展生命之歌，然後再歸寂寥和重生。人世間，我們也會凋謝再紮根，破裂、流血，然後重組重生，成為另一個美好存在，並且學會了向上伸展。花兒嬌艷和蟬的高歌猛進，都是剎那間的發生，極其短暫，卻值得它們一生一世的謹慎蟄藏和謙卑等待。人類也不可能例外，生命裡短暫的燦爛和幸福喜悅，同樣也值得我們獻出最大的尊敬、慈悲和珍惜。如果抗拒這個過程，我們的痛苦將會倍增；若是唱著歌跳著舞走上這個演化過程，這個「輪迴」將會成為愛與美的最大幸福旋律。祝福所有一切！

《居福地》(二)(慶淇悟得手札之二十二)

繼 2016 年 8 月寶島台灣被國際知名旅外機構 ( 全球最大旅外人士網站

interNations ) 評選為「全球第一宜居國家」，慶淇特別寫一篇《居福地》，

為寶島台灣感恩，為生活在寶島的所有人加油祈禱和感恩。更重要的是，期望

所有人「居福而醒悟」，「感恩而惜福」。

2017 年 2 月，我們寶島台灣再度由英國媒體機構，從來自 174 國，1.4 萬名旅

居外國民眾票選評選為「全球宜居國家第一名」。感謝本源 ( 造物者 ) 對寶島

的厚福。更大的期望所有生活在這地球明珠的人們「知福惜福」，感恩我們免

於戰爭、免於飢餓、免於災禍、免於恐攻.....同時呼籲所有人放下「不滿的心」，

以讓國家平和、讓社會和諧、讓家庭幸福溫暖、讓人民充滿喜悅和慈悲。更讓

我們「知所感恩」，把台灣寶島這塊帶著造物者加持的「福田」，傳承給我們

自己的後代子孫。祝福台灣！祝福所有人！

《看見造物主的約定密碼》（慶淇悟得手札之二十三）

在前面的「悟得手札之十九」，闡述了「愛和美」。我們徹底而通透的明白

「愛」和「美」是宇宙間最偉大最平凡的元素，它無所不在、無處不在、無時不在的流淌在萬物之間。今天，慶淇以開悟者的真實覺知來告訴所有人：這個無所不在、無處不在和無時不在的流動，或駐足或流淌或凝結或穿透.....就是所有人三跪九叩、翹首企盼、朝思暮想的造物主、是「神」、是「上帝」，是我們中國智者老子所謂的「道」，也就是我經常提到的「本源」。

是的，在「本源」造物之始，和我們約定「回歸」的「通關密碼」就是「愛和美」。

Mark Nepo 說：「太陽永恆不歇的照耀萬物，它的光穿越深邃幽暗深空來到我們世界，但我們看不見它。當太陽持續的燃燒，不斷的發出強烈光芒的同時，它拉住了在引力範圍的一切萬物；這個偉大的力量穿透了數不清的里程，毫無聲息的來到我們身邊，但我們對這個穿透的過程和這個力量卻無法察覺。直到『它』觸及了東西。」直到它染紅了天邊的雲彩，直到它鮮艷和彩色了平凡的

花朵，直到它金黃了一張結了露水的蜘蛛網，直到它點燃了一片乾枯的草原，  
直到它點亮打開了人類的眼眸子.....

「神」的存在也和陽光一樣，流淌在你我萬物之間，巨大而神聖無可言喻，但  
你們看不見祂。唯有在你覺察到愛和美的深層領悟和內在觸動，那個「瞬間」  
或那個「看見」，造物主便如約如期的悄然環繞流淌於你的周遭和你相見，你  
感受到「看見」和「回歸」的恩典。此時，你的靈魂已在祂溫暖的懷抱裡，而  
你的身體也瞬時處在祂巍峨的花園中。

是的，慶淇有著親身的感受感知：如果你得以覺醒開悟，則你將「所見、所思、  
所言，皆為真實的愛和美。」，你將日日夜夜受到「造物主」的陪伴，你將喜  
悅的感受到微風輕撫臉龐和溫暖環抱著全身內外。如此，慶淇真實的對所有人  
說：任何人不論你的人生有多大的地位成就，或多少的財富，或窮困潦倒，或  
傷殘病痛纏身，或鰥寡孤獨.....這個對「愛」和「美」的追尋覺悟就是：我們人  
生這趟謙卑旅途的涅槃。否則你這趟的人生旅途也就枉然。祝福所有人！祝福  
所有一切！

《絕望與覺醒》（慶淇悟得手札之二十四）

我站在大街上，眺望蒼穹不少於千百次，只見滿天塵埃和肅殺霧霾。直到觸動性靈的「愛」和「美」，但見雲開現青天，陽光流淌公園灑落海濱，空氣中重新滿佈了金黃納米碎片.....

《生命因共享的愛而延續著》（慶淇悟得手札之二十五）

大地的生靈因土地而受滋養著，陽光下的萬物因光明而呼吸著。人類也是其中一員，並沒有因為擁有「智慧」而得以免除。是的，Mark Nepo 說：生命中最珍貴的東西無法被「擁有」只能「共享」；因為共享，生命得以延續。星球上的生靈共享著這個名為「生命」的神秘恩典。

土壤、空氣、水、陽光.....是這份神秘共享，是生命的本源，是造物主「愛」的恩典，是祂流動的能量面向；依附這本然的愛，流淌於萬物的性靈，以支撐我們「活著」。所有生靈無悔的提供自己擁有的一切，串流於需求的其他物種，相互支撐層層依靠，彼此餵養著。但見星球欣欣向榮茂美而豐富。

一旦我們開始去分割本不該被分割的事物，心靈便會深深感受著痛苦，生命受到慾望的支配，於是人類不斷的掙扎於去「擁有」和去「善用」之間。我們看一座山，它隨時向天空敞開著，完全接受所有的天氣，萬物得以共享寒暑和本然的食物，森林裡所有植物雖需要雨水，卻從來不佔為己有；大海也敞開著全部，讓生靈隨時共享這片汪洋延續生命，海岸雖渴望擁抱海水，卻也不佔有讓



它感覺「自我存在」的海洋。我們看到大山和海洋對萬物的「愛」，猶如造物主的流動，萬物共享著這份神秘能量的流淌，以讓生命得以延續，否則，生命將戛然終止。讓我們擁有這份「覺醒」，打開「擁有」的私念，拆除「佔有」的藩籬。永遠讓「共享」和「善用」延續生命本然的愛，永恆的活躍所有的生靈。

祝福所有人！祝福一切萬有！

《居福地當然培養出最友善的生命》（慶淇悟得手札之二十六）

前面我們寫過，寶島台灣去年 2016，和今年 2017，連續被國際上不同國家、不同機構，票選為「全球最宜居國家」。的確「居福地」的人們也是全世界最友善的生命；2017 年 3 月寶島台灣榮膺全球最友善的國家，由高知名度的國際機構「InterNations」，從 1 萬多旅居各國的外國人票選而出。

欣慰！喜悅！這是我的感謝詞。再次呼請寶島人民，持續的放下所有負面情緒，心存感恩和喜悅，把最好的「福地」做為全球典範。祝福寶島！祝福所有人！

### 《生活裡覺醒的第三步》（慶淇悟得手札之二十七）

前面我們已經學習了「生活裡覺醒的第一步和第二步」，今天我們繼續來說這個第三步，當然我們也無需為這次序作硬性的想法，只需自然的一步步邁出，或者三步同時進入也無妨。

這個「生活裡覺醒的第三步」：重回和完成生命賦予你的本然角色，實現生命中的「必須」。也就是你需要重新的找回你生命中自然形成的具體角色，而非另外你費力去追求的空洞地位或角色。我們知道，角色的形成來源於「家庭」；你會是父母的孩子、他人的兄弟姐妹、他人的配偶和孩子的父母，也會是他人的同學、朋友，老師的學生，也可能是他人的工作同仁等等。這些是生命裡最基本，卻是本然賦予的重要角色，尤其是家庭的角色。

我們從小所受教育和訓練，經常要我們努力奮鬥，去做大事去賺取大財富.....。為了要完成這些所謂的「大事」，我們的心稀里糊塗的離開了，所賴以維繫幸福和滿足的生命中心——家庭。我們誤以為去追尋的「大事」會給我們帶來幸福和榮耀；結果往往相反，這個真實的幸福和滿足卻越來越遠，也許有一天當你

醒覺了，回頭找尋心中真正的愛，然而人事景物卻已然消逝，留下的只有自己  
孑然的空洞。哪裡是幸福？哪裡是榮耀？

是的，「神」說：生命中連屬於自己最根本的愛，都無法去實現，你要財富或  
權力做什麼？多數人一輩子花了許多時間和精力，奮力的在找尋幸福和榮耀，  
誤以為去滿足世人對我們「崇高」的評價，就是自我的完美實現。開悟者覺知：  
你必須先實現自我本然的愛，穿著濃濃厚厚的幸福外衣，披上一身由「愛」所  
形成的天然裝甲，再去為世人完成你的「自我實現」，因為它僅僅是你的副業，  
是你生命中幸福和滿足的配角而已！

由此可見，幸福和滿足和喜悅遍地皆是，隨地可撿拾，可是我們卻渾然不知。  
例如，一個男人或女人，成了家，你只需要克盡職責撫養小孩、親近小孩、和  
他們一起成長，維持和配偶的親密關係，對父母和兄弟姐妹.....等等極其簡單又  
純粹的生活，這就是老天本然賦予你的角色，就是真實幸福和榮耀的滿足中心，  
你無需四處奔波，也不應一再推託和「家人」的約會，你僅僅需要扮演好你當  
下本然的角色，所有工作和追尋成就，都只是輔助的「配角」而已。這個簡單  
的覺醒，立刻就能讓你和「愛」擁抱而入眠，連做夢都綻放滿足的笑容。

造物主雖說發端於看不見的事物，卻往往透過塵世間最平凡、最純粹的「愛」而現身其中；你無需離家或出家，更無需花費大量時間和精力來修煉，或參與法會誦經或蓋廟行善捐款等等，為的只是護送自己或家人進入神的國度，和獲取心中的涅槃。

殊不知，當你離最真實的愛越遠時，天國就離你越遠，獲取涅槃更是遙不可及。

我們認識「真理」的唯一方法，就是用最純粹的「生活」，和最本然的「愛」去穿過它層層的外殼；我們只需一次做一件事，完整的做，滿足的做，因為你如果一次端太多杯的咖啡，沿途必定會濺到許多無辜的人。看！渺小的毛毛蟲和其它動植物相同，生來「內在」便已知道，它這輩子「必須」要做的是什麼？它從來沒有懷疑過，它也從來不會朝著成為一只飛鳥的崇高目標努力前進。毛毛蟲本然的具有造物主賦予的生命信息，純粹的活著。難道說，自以為有了智慧的人類就能免除「造物主」的哲理嗎？答案當然是否定的，人類一樣要去完成內在所俱來的「必須」，也就是「實現你本然的愛」，而且是用你本然的扮演角色。

是的，你活著，但是無需以任何理由來躲著。你存在，卻無需終日的恐懼和思考；你可以熱情的敞開自己，可以每日用愛來擁抱家人，卻無需裹足不前、老是壁上觀。有人說：我們數著賺來的鈔票、傾吐禱告的心聲，卻從未真正用對金錢，或真正感受到神的存在。我們甚有技巧的演奏生命或做愛，卻從來不曾真正感覺到音樂與激情。是的，樂活的日子遠遠勝過苟活的歲月。

當你細細的體會、層層的去實現慶淇提出的生活覺醒之道；無非告訴你真實的敞開自我，用你本然賦予的生命角色，去實現你生命中的「必須」。修正跌倒的唯一方法就是「爬起來」！快快回歸你本然的角色「修補」你最純粹的愛。因為只有家人能真正的讓你感受到幸福和榮耀！融合我們的「生活覺醒三部曲」，只要你用真實的態度和心靈，一步一步去實現它。那我要恭喜你，在靈性開悟的議題上，已經跨出成功的入門了。我祝福大家！祝福所有人！

《光明永遠在等待》（慶淇悟得手札之二十八）

我們的世界每日光明的白天過後，就是漆黑的夜晚；但是，黑夜的降臨並非是陽光的消逝，而是因為地球自身的「擾動」（自轉）所產生。是的，究竟我們該如何看待這個因為自己的「擾動」所陷落的黑暗？造物主用這個簡單的天體運轉，給我們訴說了什麼？

人間也是相同，我們的人生經常感受到黑暗的降臨，蔓草叢生的心靈無法穿越，傷悲和阻礙無法消弭；只因為，此時就如地球的擾動一樣，轉過了身背對著光明，或是「黑佈幔」遮蔽了清明，光明無法穿透照耀。是的，此時和太陽相同，我們渴望的光明從未離開，也未消逝。暗黑的降臨僅僅是我們自身的「擾動」所產生。人們耗費大量的時間，跟隨著「小我」編織著根本不存在的劇情，層層疊疊有如蔓藤荒煙，纏繞覆蓋著心靈；當我們沮喪而頹廢無助時，暗黑的力量利用這「擾動」的黑暗，緊緊的蓋住我們已是累累傷痕的尊嚴，用的是我們成功和成就的藉口。是的，成功和成就有如碩大的封印佈幔，光明始終無法到達那真正疼痛的核心，心靈因為缺乏光明而毫無能量反抗。難道生命就是如此等待？等待那因為成功和成就的「擾動」，所引來的黑暗，將我們擊潰分解嗎？

看！小雞的出生過程，有助於我們理解如何擊敗「擾動」的黑暗，有助於我們撬開心靈的封印。覺醒的智者 Mark Nepo，也曾給我們睿智的體悟：小雞出生前，受限於黑暗的殼，捲曲著自己，當牠吃下蛋中的所有養分，想要盡力伸展，卻被堅硬的蛋殼所抵住，然後牠開始感到窒息感，因為牠所處的世界是如此的狹窄難耐，而且飢餓和痛苦正陣陣的襲來，小雞感到牠的世界即將終結；接著牠奮力一咬，蛋殼出現了一道裂縫，「生命之光」毫無遲疑的由裂縫照耀進來，接著小雞的「天」塌了下來！當牠本來所仰賴的一切全數崩毀時，牠「重生」了！

靠著自己吃掉那原來保護牠的外殼，牠砍斷了那纏繞覆蓋著牠的外膜，頓時光明乍現。人類也不例外，當你真實的承擔了那個「擾動」的黑暗，奮力拔掉限制你的藤蔓、撥開蓋住你的黑佈幔、砍出一條裂縫和路徑，讓光明直達那「傷口」的核心，讓心靈重啟能量，讓光自然的療愈我們的創傷。

是的，本來光明重新的來臨，是件極其簡單的事，因為「它」從未消逝——光明永遠在等待。它在等待人們努力的敞開；無論是張開手打開了裂縫，還是奮力



砍伐那「擾動」的蔓藤，或是頓悟後的大轉身，等待中的光明必然如期到來。

覺醒開悟的曙光，也必然適時的乍現。祝福你！祝福所有人！

《愛的真相：無盡的愛》（慶淇悟得手札之二十九）

生命是幸福和傷痛的共同組合，就像「水」是由「氫」和「氧」的組合一樣。

我們喝水或使用水，不可能只選擇氧而拋棄氫；「愛」就是真實和喜悅的品嘗

生命的共同體：幸福和傷痛。也許開悟者和你有著不同的認知和體悟，我們來

看看開悟者，真實的「愛」是如何看見造物主。

愛是，突破勇氣的界限，袒露自己的傷口，承認需要、要求幫助，讓別人、  
陽光和時間來包覆你，來擁抱你。

愛是，看見任何感動的落淚，和任何喜悅的微笑。

愛是，透過擁抱別人，去共同承擔他的痛苦。

愛是，在自己之中看到萬物，而且在萬物之中看見了自己。

愛是，當錯誤明白自己是錯誤的，而且無法挽回時，寬容它。

愛是，讓那展露于外的，保護餵養那看不見的內在。

愛是，付出關注以取代獲得關注。

愛是，可以隨時轉過身來，停歇那個「擾動」，敞開自己讓光明乍現。

愛是，沐浴恩典同時也感受本然的喜悅。

愛是，覺知「我是誰？」所為何來？

愛是，看見孩子的純真和本然的慈悲。

愛是，看見母親的皺紋，也看見父親的汗水。

愛是，為自己喜歡的比賽吶喊助威。

愛是，當看見一只蚯蚓或毛毛蟲迷路時，將它放回適合它繼續生存的地方。

愛是，隨時吹出一口氣，讓因為翅膀朝下而受困的蒼蠅及時逃離。

愛是，所見皆美，所識所念皆美。

愛是，傾聽情人的呢喃，以及孩子的吶喊。

愛是，看見所有「小生命」正努力的做著，它生命中的「必須」。

愛是，看見乾涸的土地上，一株小花吐出了新芽。

愛是，看見惡臭的爛泥裡，孕育出新生命的騷動。

愛是，一位母親緊緊的握著自己身心障礙的孩子走在大街上。

愛是，露出微笑，回答問路的人。

愛是，像欣賞「作品」一樣，坐在公園的椅子，看著過往的人。

愛是，悸動的盼望著蟬鳴季節的來臨。

愛是，黑夜看見螢火蟲時，感恩造物主帶來的光明。

愛是，下著雨時，享受著溫暖陽光的燦爛。

愛是，看見一位母親專注的為小女兒綁著馬尾辮。

愛是，住在高樓時，聆聽強風吹過窗戶的口哨歌。

愛是，看見造物主的幽默，用「雷聲」當成鬧鐘，叫醒睡眠中的小動物。

愛是，享受和兄弟姐妹們打麻將時，幽默的談話。

愛是，看見重病的人，康復之後，感覺連呼吸都是一種恩典。

愛是，給予他人足夠的空間，直到他們明白生而為人的意義。

愛是，看見一群挑夫，挑著重物時，隨著扁擔的起伏，唱著力與美的歌。

愛是，當穀物成熟時，走在田埂上，聽見「風」為它們所奏響的美妙音樂。

愛是，看見鴨子把頭和脖子埋進翅膀裡閉著眼，毫無戒心的泛浮水塘，享受那「臣服」的安逸。

愛是，看見狗兒「謙卑」的，用牠的口鼻，舔嗅著大地，探尋著牠所遇到的一切。

愛是.....

是的，開悟者所覺知的愛，並非只是男女間的愛或親情、友情之愛。「它」無所不在、無時不在，它就是「本源」的化身，它是「無盡的愛」。萬物因為「愛」而得以存在，也因為接受了愛，而可以進一步成長茁壯，實現生命的演

化。當然，於此同是，萬物也在付出它們的愛，以回歸造物主的輪迴；人類作為有了智慧的物種，難道可以免除回歸的輪迴嗎？當然不能，從我們誕生開始，不間斷的接受流淌於周遭的一切愛，讓我們不斷的伸展成熟以至「實現自我」。但是，我們也只能不斷的回饋和付出愛，才能接受那「生命之流」的自動承載，準確的流向本源——那個充滿著愛的造物主。才能自動的接受本源的禮讚，回歸進化揚升的大輪迴。慶淇用「愛」，祝福所有一切！

《當下、當下、就是當下》（慶淇悟得手札之三十）

聽說，時光流動似射出的箭。

聽說，光陰轉圈如腳踏車輪。

聽說，年華荏苒像是物換星移。

我說：沒有時光、沒有光陰、也沒有年華。

卻是，無限制、無止盡的「當下」。

是啊！它只是看不見盡頭的現在。

看！荷花池塘.....

荷花葉、荷花苞、盛開花瓣、蓮蓬、和枯萎荷葉；聚集在當下。

過去、現在、未來已經分不清。

一切的顯化只有在「當下」；

造物主啊！祂說：當下，只有當下！

小「量子」啊！是幻化的本源，是飄蕩的「意識」。

小「電子」啊！是概率的雲朵，是飄忽的顯化，也是鬼魅的行蹤。

萬物的纏繞，只因由「一」而出，從「一」而歸。

你說苦，即苦吧！自由意識。

你說樂，即樂吧！意識自由。

你說啥？就啥吧！由「它」掛帥。

我說：無苦無樂，苦即樂、樂即苦。

苦樂同源，「意識」顯化，當下立定軒輊。

億萬光年之距離，當下之前是幻覺。

亙古的概率魅影，成真成像在當下。

體悟、學習，生命裡一場遊戲一場夢。

「感恩」是本質、「愛」是動力，「喜悅」則是當下演化過程的態度。

快去！快去！快到智慧的彼岸！

覺醒！覺醒！快快覺醒開悟吧！

當下！當下！一切就在當下！

《眼前所困，即其所解》（慶淇悟得手札之三十一）

坐捷運上班時，聽見二個女性上班族的對話。一個說：不知為什麼？老覺得自己的先生不愛她，不真心，讓她感到非常憂慮和困頓。另一個說：自己覺得本身在公司做事很認真，為何就得不到認同？讓她每天都感到惶恐不安，生活毫無重心。

是的，人們每日或經常受困於種種問題，而感到深深困惑，進退維谷無法解決。

這裡有一個純粹而深奧，卻令人謙卑和臣服的道理：

當你覺得岌岌不安無法好好端坐時，更應該坐定不動。

當你無論什麼原因跌倒時，唯一修正的方法就是原地爬起來。

當你受困於得不到認同或自我滿足時，更應該用力拔除自我如此的索求。

來自「本源」的真理往往是既深奧又簡單；人們經常會問：「我的生活或工作為何如此不順遂？到底該如何才能順順利利？所求該怎麼獲得？.....」是的，生命的進程就是需要我們不斷的接觸和處理來自外周的人、事、物，並且讓這些接觸和處理連接到我們的「內在」，進入我們的「性靈」；由內在靈魂深處做



出客觀的檢驗和消解，並且冀望這些進出內外的一切演化和體驗，逐漸的吻合於我們生命輪迴前所選定的「生命藍圖」。但是，由於種種因素，人們很容易就忘卻，自己所做那個最適合自己所「必須」的藍圖計劃。

慶淇在此提醒「忘卻」的人們！你們此生被自己所安排，而需要平衡體驗的

「課題」非常簡單；

「眼前所困，即其所解」。

是的，你目前所遇到所有的困難、困擾、困惑、困頓、傷痛和憂愁等等解不開、過不去的，正是你此生所要通過體驗和學習平衡的「課題路徑」，也就是打開屬於你自己「潘多拉」寶盒的唯一鑰匙。

所有人一生都在尋找所謂的「生命的意義」？或是自己命運的真相？我們前面的手札裡，也有許多篇幅說過這個議題；我們明白了造物主，並沒有給我們的生命賦予任何意義。相反的，生命的意義是由自己去創造的，也就是說每個人可能都有獨特而屬於自己的「生命意義」。大家唯一相同的是：必須去完成和實現自己生命輪迴之前，所制定的「生命藍圖」，生生世世直到靈性成長覺醒

和開悟。然而，人們卻因為各式各樣的因素，忘卻、迷惘、流連或執著於生命的旅途中，不知如何前進？更不知靈性大涅槃何在？造物主給我們的答案，是如此的簡單；真相是這麼的純粹：

「眼前所困，即其所解」。

有智慧的精進者，慶淇冀望透過最直接的信息傳遞，解開你的生命謎團，開拓出你自己向前行的「命運路徑」。此時將光明乍現，所有人可以唱著歌、踏著輕盈舞步，走在「回家」的路徑上。祝福所有人！祝福一切萬物！

《開悟者的超級意識和信念》（慶淇悟得手札之三十二）

生命：以服務為目的。以幫助為依歸。以愛為終極。

生活：以感恩為真諦。以喜悅為態度。以愛為滿足。

《自我實現就在你眼前》（慶淇悟得手札之三十三）

打從我們受到較高等的教育後，深深的受到心理學家馬斯洛「需求層次理論」的影響；懵懂的以為「自我實現」是人類超越了所有生理需求之後，生命需求的最高層次，將它視為我們一生奮鬥的圭臬。錯矣！錯矣！

本源造物主，從來就沒有為人類生命的進程，畫下一個如此愚昧的藍圖，它讓我們誤解了真實的生命意義，束縛了人類大步邁開的腳步。是的，一位勇敢的父親為了保護妻小，正拼盡全力的和一頭猛獸搏鬥，而這場打鬥卻是這個遊牧家庭，為了找尋更好、更安全的居住點，在遷徙的路上所相遇。本源說：這勇敢的男人正在做的，是真正的「自我實現」。

本源說：生命進程中，每日所得到的機緣，就是你實現自我的一個路徑標的。它無需去區分為任何層次的需求，它更不能被外在物質世界所要挾，或莫名的覆蓋；生命的每個時刻都是無比的重要，而且應該由我們內在的靈性所引領著，人類錯誤的以為，生命必須先滿足了所有的肉體需求之後，才能進一步去講求精神和心靈的實現。事實正好相反，所有物質世界的存在，其唯一的目的是：

提供生命神聖靈性意識層次的顯化工具；做為我們從高次元來到三次元世界，學習體驗的輔助道具。

所有人的「生命藍圖」並非是要我們計劃、完成某些了不起的作為或所謂的大事情。誰能每日誠摯而用心的實現所得到的「機緣」，誰就是做的最多和最好的；這個機緣不會去分大小，也不會去區別它所在的時空或地位；你現在在哪裡，就從哪裡開始，你和任何的人、事、物相遇，就是從他們開始。

忘掉金錢和慾望，我們該想的是：哪條路能使你貢獻出最多的力量，從而讓這世界變得更美好；讓名望與財富成為我們誠摯正當過生活，與服務助人所帶來的結果，而不是讓他人作為我們獲得名望和財富的墊腳石。

朋友們！「自我實現」就在眼前、就在當下，無論你現在手上有什麼？無論你現在在哪裡？就從現在開始，真實而用心的使用每日的「機緣」，隨時隨刻的去完成你的「自我實現」，它就是真實屬於你的「生命藍圖」。祝福你！祝福所有人！

至誠感謝本源的厚愛，提供機會讓我寫一份文章和大家分享。我出生於高雄大寮一個純樸的小村莊，父親是鐵路局工人，母親則是家庭主婦。父母總共生了 8 個小孩，我排行第五，從小我就被父親所寵愛。依稀記得我年幼時體弱多病，曾經好幾次嚴重到快要死亡。記得有一次我感覺到我快要死的當下，我感受到有無形的貴人救活我——我當時認為祂是神明。這位神明當時拿了一些看不見的藥從我嘴裡放，我就甦醒過來了。我記得當下我問祂，祂和我說，我逃不過祂的手掌心。

我從小到現在一路走來，經過幾次靈界，交錯看到很多無形東西——有的面容兇惡，有的非常友善，天界陰間的都看的到，有時讓我驚恐萬分。韶光荏苒，慢慢我有了自己的家庭，有了自己的小孩。有一次小孩身體虛弱，當時我焦躁萬分，不知如何是好，只好求助神明母娘、鴻鈞道祖，沒想到小孩身體慢慢有了起色。

在這之後神明要我做事，俗稱神明代言人及負責收驚。這些年我在各大廟宇幫人收驚，包括臺北有名的松山慈惠宮，我也曾經在那服務好幾年。我很納悶，為何我做了那麼多的無形工作，純義工、不收紅包、不求回報——但到目前為止，我發覺我的生活並沒有比較好過，反倒是生活愈加艱辛，完全不知問題出在哪？我內心抑鬱卻找不到答案。

感恩本源厚愛，剛好在我上班的處所，我遇到影響我一生的貴人師父——江慶淇老師。有次我們聊天的時候，江慶淇老師和我說，我拜神有得到什麼嗎？我思索良久，沒有；我的生活有比較好過嗎？沒有；我每天卻感到提心吊膽，江慶淇老師說這就是人生錯誤的方向。

江慶淇老師接著說，仙佛都住在遙遠的星系。我當下對江慶淇老師感到好奇，真是奇人出現。受教於江慶淇老師一段時間，我才慢慢了解——本源給予我們的

愛與美，是那麼的簡單——我體會到不論在生活中，或是在家庭中，所有的一切都是愛和美的組合。體悟到這個道理，我開始享受真實的修行，不論我在上班，或是在休息中，都可以開心的修行——處處皆是道場。而有了一顆真實的心，哪怕在路上，在生活上，我都可以做到愛和美。

感恩本源！感謝江慶淇老師！原來我所處的世間就是天堂。讀了江慶淇老師的文章，讓我感受到有一股強大的力量，使我過去的恐懼和憂慮消逝無蹤，取而代之的是內心滿滿的喜悅與感恩。過去我靈修數十年，從未有過像現在這樣的清明，我感恩所有一切！

林錦綢 2017.4.18