

覺醒2.0

閉上眼，
你才能看見命運的原始碼。

AWAKENING 2.0: THE ULTIMATE GUIDE TO REBUILD YOUR SOUL'S CODE

命運只是一串程式，誰學會他的語法，誰就能改寫自己的人生。

你所認知的命運，往往只是頭腦狹隘的投射。
當你深信，自己的人生是由老天決定時，
事實上，你的這些心念和行為，反而在編寫你的命運。

當你的人生，被「頭腦」鬼遮眼，
你的命運，就會由一連串的「意外」組成。
相對的，當你從覺醒中「看見」命運，
進而看透編寫命運的語法，
你就可以改寫命運這個程式的「原始碼」，
擁有全新的人生。



吳九箴 — 著

【自力覺醒】推廣者

覺醒2.0

閉上眼，
你才能看見命運的原始碼。

AWAKING : BEHOLD THE INSTANT TO REBUILD YOUR SOUL'S CODE



你沒有覺察到的事，
將來，就會變成你的命運。

——精神分析學家 榮格

【自序】如果命運不能被改變，那麼，我早就不在人世間 008

【前言】讓你的人生，從「黑白電視」

升級到「HD高畫質」吧！ 017

第一篇

如果命運是大象，我們往往只看見牠的腳趾

01 改變命運，其實只要0.01秒 028

02 出生就拿一手爛牌，如何改運？ 036

03 我們都習慣用一根吸管看大象 044

04 在你看見真相前，要先過五座橋 050

▽為何光是覺醒，還無法改變命運？ 057

第二篇

05 為何有人能改寫命運，有人被命運掌控？ 064

命運不是玄學，是可破解的「三界語法」程式

06 命運的引擎，由三種力量來推動 070

▽每個人體內都有「法界」三因子 077

07 人類「編寫命運」的模式有九種，你是哪一種？ 080

08 M型人：不自覺地用「石斧」或「弓箭」去解決問題 086

▽經濟弱勢者，都習慣用「肉眼」來看世界 092

09 O型人：習慣性用「情緒」和「妄想」去解讀現實問題 094

▽人心和股票一樣，都是可被操弄的資源 101

第三篇

如何運用「MOC」來安裝「覺醒2.0」？

- 10 C型人：懂得用「意識和信念」，來處理人生問題 104

- 11 運用M型「因果法則」，由外而內來趨吉避凶 114

▽洋蔥放鬆法 119

- 12 借用O型「習性」和「業力」來改變生活模式 122

▽卡在頭腦裡的死知識，會讓你變「瞎子」 128

- 13 活用C型「共業變數」，來學會平靜和自在 132

第四篇

如何運用「覺醒N.O.」來解決問題及改變命運？

14 閉上眼，你才能看見「業力軌跡」 142

▽墨鏡、夜視鏡和電子顯微鏡 147

15 無敵鐵金剛、超人或外星人：你怎麼看自己？ 150

16 鐵鍊、粉筆線和承諾：你和他人的關係 154

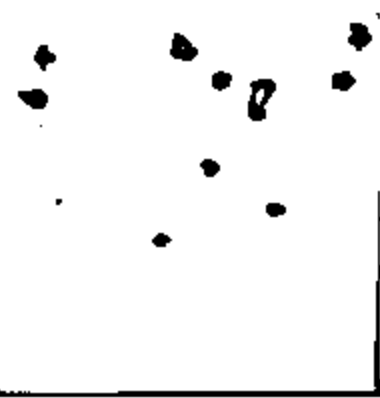
17 貧富之間的界線不在「錢」，而在「覺醒」 162

18 不要用M型或O型層次，來看輕自己的工作 174

▽如何用MOC三型，來自我療癒？ 180

【後記】未來十年，你的靈魂該何去何從？ 182

【附錄】吳九箴語錄 190



【自序】

如果命運不能被改變，
那麼，我早就不在人世間

我一直相信，老天給我們這麼多的苦難和病痛，必然是要給我們一些重要的訊息。

然而，我這樣的想法，並不是每個人都能認同，包括過去未覺醒前的我。

這幾年一直有很多讀者寫信來，問我覺醒有否用處？能改變他們悲慘貧困的命運軌跡嗎？

關於命運是否能改變，也有不少讀者告訴我：萬般皆是命，半點不由人。

自序

如果命運不能被改變，那麼，我早就不在人世間

我曾私下調查了一下幾位讀者，對命運的認知是什麼？

結論是，十個人有九個都說，命運對他們來說是一種詛咒。

老實說，未覺醒前，我也認為命運是一種詛咒，而且，我也相信，人是無法擺脫命運詛咒的。

但是，覺醒後我才明白，原來，命運到底是詛咒或祝福，全在我們的一念之間。

我所說的一念之間，絕不是空話。因為，我確實透過覺醒，改寫了自己的命運軌跡，而且證實命運是可以被改寫的。

如果，命運果真是不能被改變的絕對值，那麼，我早就不在人世間了。

從我懂事以來，就有人告訴我，說我的家族是受詛咒的一群罪人。因為，我的原生家庭是破碎零亂的，從小我就被遺棄，在同樣也是窮困的親戚和鄰居的冷漠施捨下，有一餐沒一餐地長大；長期營養

不良，一身病痛，又沒錢看病，只好被放著等死，任我自生自滅。

據親戚說，我童年時曾經病到只剩一口氣，我母親已經打算去找木箱當棺材，把我埋掉。雖然，當時我莫名不藥而癒地活下來，但我冷眼看著無業且不負責任的父親，以及一直在貧困泥沼中打滾的母親及親戚們，在欠債逃債和菸酒賭博中繞圈子，我開始相信宿命和詛咒這件事。

我們這個家族，從曾祖父開始，都是貧困無業之流，偶爾有聽說父母親或親戚們在做一些小生意，但沒多久都是失敗收場，且欠下一屁股債，跟著惹來一堆財務糾紛和江湖仇怨。

我相信，基因和原生環境，就是編寫一個人命運原始碼的作業平台。

或許，幾百年前，我的祖先們就已經在不知不覺中，把這個詛咒，寫進自己的基因裡。

很顯然的，到了我們這一代仍然是被詛咒的。

自序

如果命運不能被改變，那麼，我早就不在人世間

我的哥哥遺傳了父母的人格特質，到處擴張信用借錢做生意的下場，也是揩一堆債，甚至還被地下錢莊追殺，最後因為家族遺傳性的糖尿病發作，又不敢去就醫，病死在出租套房中。

弟弟也遺傳了受詛咒的特質，從小就不想踏實過日子，為了一步登天或賺投機財，也因背信侵佔被判刑入監，出獄後身體也開始出現大問題，失業好長一段時間，最後只能靠勞力賺辛苦錢度日。

我當然也是這家族的一份子，只是，我從小就立志要破除這個詛咒，要脫離這個家族為我編好的命運軌跡。

然而，儘管我很小就離家流浪，靠著不服輸的毅力白手起家，但也是擺脫不了命運的詛咒，我的事業被惡意倒帳兩次，十年來破產兩次，都是一夕之間一無所有，更糟的是，本來就虛弱多病的身體，也開始亮起紅燈，命在旦夕。

曾經，在最絕望最無助的低潮時，我決定向這個詛咒低頭。

眼看我因被倒帳而負債累累，家族遺傳性的各種惡疾也開始甦醒啓動，法院傳票和討債公司也步步進逼，過去的朋友一個個視我如瘟神，沒有人敢伸出援手，我不得不相信，人是不能和天對抗的，我更相信，我們這個家族是受到詛咒的。

我想，或許老天這樣子對我們這個家族，有他的道理。

即使我不讓自己沾染家族菸酒賭博的惡習，即使我吃的藥比別人還多，我付出比別人更多的努力，來投入事業；然而，我所獲得的回報，就是更多的病痛和債務，以及看不見未來的恐懼和絕望。

如果這不是受到詛咒，那要做何解釋呢？

那個時候，我決定放棄自己，不再做任何掙扎。

當我閉上眼，在腦中回憶此生的點點滴滴時，內心深處湧出一股不甘心，我不停地掃瞄著過去的記憶片段，那一股不甘心和不願屈服的力量，卻漸漸強大。我不停地想，難道我就只能坐以待斃，等著老

自序

如果命運不能被改變，那麼，我早就不在人世間

天毀掉我？

在這股不甘的力量中，我集中精神在過去記憶片段中，想找出任何決定我的命運的相關線索，即使真有個老天爺在我的人生中動手腳，我也要搞清楚我是怎麼走到這步田地的。

就這樣，我把自已從小到現在的人生，在內心不停地重播，每一個細節都不放過。這時，我才看見，我過去實在是做了不少無知及愚蠢的決策和行為，甚至有些是非常離譜的錯誤決定，我不知當時我為何會有這樣的想法和決策。

原來，我的失敗和不幸，都和老天沒有關係，而是我自己沒有看清實相，沒有做對判斷和決策。

原來，所謂的家族詛咒，所謂的命運多舛，都是我自己的無明所造成。

原來，決定命運的關鍵點是我自己，編寫命運藍圖或劇本的，不是老天或祖先，而是我自己。

在這些醒悟中，改變我這一生最重要的關鍵是，之前我深信不疑的那個——老天對我們家族的詛咒，說穿了，只是一個，因為我看不清實相的錯誤認知，所做出的荒謬結論。

就這樣，我在無意中，發現了有效對抗命運的第一個力量——「反省」。

從此以後，我每天找時間，讓自己靜下心，閉上眼，不停地檢視自己過去的種種，不停地反省、反省再反省。最後，我終於知道如何改寫自己的命運原始碼。

雖然，現在的我沒有什麼偉大的成就；但是，我終於有了安定的生活和穩定收入。身體雖然還是有一堆慢性病；但是，在體質及抵抗力上，都比以前進步不少。而且，我家族遺傳的糖尿病基因，我是唯一一個過了發病年紀，還沒發病的家族成員。

自序

如果命運不能被改變，那麼，我早就不在人世間

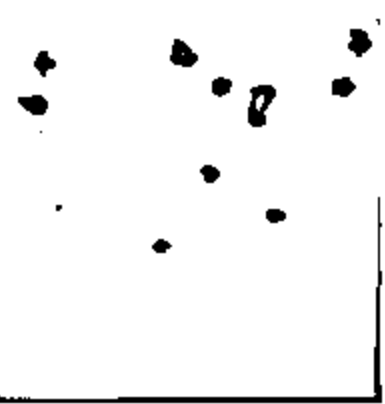
或許，對一般人來說，所謂的改變命運，是指讓自己名利雙收或是大富大貴，擁有超凡的成就、地位和人生。

然而，對我來說，我只要能擁有平凡人的生活，不要再像以前一樣四處流浪，過著沒有尊嚴的貧困以及病痛生活，我就算是徹底改變命運了。

如果你也曾經抱怨自己受了詛咒，抱怨老天總是針對你一個人，故意折磨你或找你麻煩，這時，請你靜下心來想想，靜下心來反省再反省，這種認知是否客觀正確。到底是真的有老天，還是，所謂的老天，只是你為了抱怨而抱怨，而找到的一個替死鬼？

如果你不能勇敢地去看清，自己總愛抓「老天」來合理化自己的無明和愚昧，的這個事實，你就永遠無法從「反省」中，找到改變自己的力量和可能性。

如果，你也想改變命運，希望我的經歷和體悟，能對你有幫助。



其實，改變命運就像開保險箱，關鍵不在於你看見什麼，或擁有什麼破壞工具，而在於你是否懂得靜下心來，閉上眼，用心去聽保險箱裡鐵鎖滾珠或齒輪的聲音，你才能在對的時機，破除命運的枷鎖，打開命運之門。

因此，當你的人生被困境卡住，當你的人生陷入四面楚歌、走投無路的逆境，請不要睜開眼睛去找神棍改運或投機鑽營；你唯一要做的，就是閉上眼，讓心靜下來，讓自己看見，過去做了哪些錯事傻事，然後勇敢地去修正這些錯誤認知和行為，你才能真實不虛地改寫自己的人生。

前言

讓你的人生，從「黑白電視」升級到「H D高畫質」吧！

【前言】

讓你的人生，從「黑白電視」
升級到「H D高畫質」吧！

如果把人看成電視機，那麼，過去的我，生命的品質就是處於畫面雜訊亂竄且扭曲變形的混亂狀態，畫質差，甚至還經常是黑畫面。

如果把人看成手機，過去的我，人生品質則是經常當機，收不到訊號，或者通話品質很差，不能上網，也沒有智慧功能的低階手機。

當然，我會有這樣的低階和混亂狀態，其來有自，原因紛雜；然而，最大的責任，是在於我自己不懂得，如何讓自己的意識作業系統升級。

直到我受夠了憂苦不安的日子，才下定決心要脫胎換骨。接著，



在好幾年不停地摸索中，我終於找出了幾個關鍵點，然後花了很長時間的實驗，我才成功地脫離那地獄般的人生品質。

其中的關鍵轉折，就是覺醒。

過去我寫的幾本書，一直是分享我如何離苦的體悟和心得，告訴大家如何從我執的妄想假夢中醒來，如何用靜心觀照去看見實相，進而離苦，脫離悲慘的業力軌跡。

這個讓人從妄夢中醒來，看見自己無明，讓人離苦的覺醒階段，我稱之為「覺醒1.0」版本。

當時，不少讀者寫信來，要求我分享如何進一步運用覺醒，來改變自己，改變命運，甚至改善健康、感情、人際關係和財務問題。

然而，我一直沒有往下寫，是因為，要覺醒，要脫骨換骨，全面

前言

讓你的人生，從「黑白電視」升級到「H D高畫質」吧！

地提升生命和人生品質，並不是像我們直接到電器行或手機商店，換一個全新或更高階的電視和手機，那樣簡單。

如果沒有一段時間的觀照基礎，就急著脫胎換骨，反而容易走火入魔。

現在，我想時候到了，這本書就是要告訴你：

我們的意識存在，很像電視或手機，但問題是，我們不是電視或手機。

我們想要升級的唯一方式，就是透過觀照來調整或改寫，自己內在的意識和認知程式。軟體升級了，我們的健康、事業、人際關係或感情，以及財務和人生品質，才有可能跟著升級。

這個讓人逆轉業力軌跡，讓人全然脫胎換骨的覺醒階段，就是「覺醒2.0」版本。

幾年來，我自己透過「覺醒2.0」，來讓自己的生命品質，從雜訊干擾的黑白電視，提升到HD高畫質般的狀態，也讓我的生活和生活和人生質感，從夜市地攤的黑心貨層次，升級到國際精品般的高質感。

只要你願意改變和覺醒，你也可以和我一樣。

或許有人要問，覺醒1.0和2.0版本之間的差異在哪裡？

簡單地說，覺醒1.0是入門心法，重點在於覺知和觀照。

覺醒2.0版本，則是在觀照後，把原本只在內心運作的心法，延伸活用到生活層面來，進一步去改變生命和人生的品質。

不同於覺醒1.0的覺知和觀照，整個覺醒2.0版本的核心功法有三個：放鬆、放空和放下。

很多人都說放鬆放下之類的，是很容易的事。

當然，如果你只是用嘴巴來練功，的確是很容易的事。

前言

讓你的人生，從「黑白電視」升級到「H D高畫質」吧！

事實上，放鬆、放空和放下，不僅不容易，而且都是要有相當悟性，以及經過長時間練習，才能做到的人生大事。

人生要有品質，要能夠從苦海中解脫，這三件大事是關鍵，猶如人類進化的保險箱密碼，一旦密碼按對，它們會給你不可思議的強大力量。

就以我自己為例子。

當我窮苦潦倒，一無所有時，唯一的本錢就是：放鬆。

無所求的放鬆，全然地擁抱寂寞孤單和失意，少吃少喝少妄想，靜靜地呼吸，靜靜地等待因緣的變化，讓身體不會因為內心的苦悶和煎熬，而失去能量崩潰掉。

如果你也在低潮或緣息期，就算走投無路，山窮水盡時，千萬別忘了，你還有與生俱來的本錢：放鬆。

當我功成名就、一帆風順時，唯一能讓我立於不敗之地的，就



是：放空。

學會放空，讓我隨時都可以回到原點，不會讓眾人的喝采或奉承，像濃妝般掩蓋了自己的本來面目，忘了自己的來時路。

因為放空的強大力量，我不會患得患失，更不會因恐懼而強求，因強求而陷入我執，而做出錯誤決策，再度讓自己陷入無明困境。

切記，當你來到緣生期，站上人生的高峰時，別忘了時時讓頭腦放空，才不會丟掉原來的自性。

未來，當我臨終時，我要做的最後一道功課，就是：放下。

不管我有多少成就名氣或子孫親友，不管我過去累積了多少恩仇榮辱和悲喜苦樂，都要毫無條件地放下。

因為，在這個當下，我最需要的是全然的平靜，連「自我」都放下的平靜。

我本來就不是我，我本來就是許多因緣聚合的一個意識，時候到了，名字、長相、出生地、身分證、頭銜，和那個由頭腦架構出來的

前言

讓你的人生，從「黑白電視」升級到「H D高畫質」吧！

自我形象，都要全然放下。

這樣的平靜，沒有罣礙和恐懼，沒有貪戀和牽絆，才是人生這場幻象遊戲的最佳句點。

我一直主張，身為人就要全然地去體驗這滾滾紅塵的一切，無須躲在深山幽谷，美其名修行，實則逃避自己的責任和人生功課。

在這人間，人人都想功成名就和幸福美滿，只是，人世間有太多考驗和挑戰，並非我們想要什麼，就能盡如己意。

其實，我很贊成大家為了自我挑戰或實現人生夢想，而入世地追求自己想要的東西；然而，我不希望有人滿腦子只為追求某些東西，太過偏執，而失去了身心平衡和靈魂的平靜，甚至失去自我。

我相信，追求人生目標和身心平衡，以及擁有高品質的意識和人生，是不相違背的。

只是，我看到太多自我迷失的人，為了追求財務自由而犧牲健康；或者為了成全愛情而賠上自己的靈魂；更有人為了不存在的妄

想，而去作奸犯科，危害人間。

在這裡，我想告訴大家，你想擁有自己的事業、房子、尊嚴、愛情、名利和幸福，都是值得鼓勵的。

但你的身心有一定的極限，外在因緣也並非總是如你意，每天讓你自摸或中樂透。如果你不懂得讓自己保持身心平衡，不懂得讓自己隨時靜心充電，讓靈魂回歸原點，當你機關算盡，不擇手段得到你要的，同時也賠掉了你的健康、親人甚至靈魂，這時，就算你擁有全世界的財富，也是一場空。

因此，真正的成功者，不是光看外在擁有什麼，而是當你登上人生高峰時，你的內心，還剩下什麼。

古人有云：一將功成萬骨枯。

在我看來，這是最笨最愚蠢的無明戰略。

如果你能覺醒，就會發現，不論你要追求或改善的，是健康、財

前言

讓你的人生，從「黑白電視」升級到「H D高畫質」吧！

務、事業、人際關係或感情，你的戰略最高原則，應該是先回歸到自己的身心修鍊，用無上智慧和潛藏在身體裡面不可思議的力量，讓自己從根本，從源頭，從內心最深處的靈魂開始，全然地脫胎換骨，變成一個清醒的人，超越無明業債的覺者；如此，你的人生，才算真正開啓舞台的布幕。

然而，從無明到覺醒，到脫胎換骨，絕非短時間的易事。期待有緣人看了本書，可以從內心做出改變，並且勇敢地付諸行動，讓自己升級。

至於，每個人能領悟多少，能改變多少，就不是我能強求的了；畢竟，天底下的醫生千千万萬，但真正能治癒你的，只有你自己了。

覺醒2.0
閉上眼, 你才能看見命運的原始碼。



第一篇

如果命運是大象，
我們往往只看見牠的腳趾。

改變命運，
其實只要0.01秒



命運，是可以被改變的。

所有生物中，只有人類擁有改變自己命運的特權。

然而，在改變命運之前，你必須先看見它長什麼樣子。

如果你的命運是一頭大象，那麼，你的頭腦所能看見或認識的命運，往往只是局限在象鼻子或象腳，並非看見完整的實相。

為什麼你的大腦只能看見狹隘的真相？

那是因為，你大腦的作業系統還是舊時代的版本，你活了二十或三十年甚至更久，卻一直在使用老一輩傳下來或從童年就架構好的低階意識作業系統，來看自己、看他人和這個世界；甚至，用這個低階系統來定義自己的命運，來扼殺自己的未來。

當你的大腦作業系統，仍停留在迷信或無知的低階版本，你看命運的觀點，往往是被一堆信念框架限制或遮蔽的，因此，你只能看到被大量信念框架

遮蔽後，命運真實臉孔上的一個小角落。

所以，你很容易就掉進「宿命」的陷阱，一步也不敢踏出框架，一輩子都只能在層層疊疊的信念框架中，演出自己狹隘認知下的命運劇本。

或者，你的大腦沒有太多的信念框架限制，但也會因大腦作業系統的版本太老舊，覺察和觀照功能不足，於是，每當有人告訴你一些想法，或是自己遇到挫折不順，就開始把別人的想法或自己過去的恐懼和創傷，拿來當成逃避現實的藉口。

因此，你所看到的自己和世界，經常是戴了墨鏡後的灰暗陰沉，又或是戴上濾色鏡片，過濾掉人生中的某些自己不想看到的顏色，活在自己架構起來的認知牢房裡，自欺欺人過一生。

這種時候，你就很容易掉進「認命」的假象中。



事實上，所謂的宿命和認命，都只是頭腦的產物，都只是一種對自己和世界的錯誤認知，只是一個抽象的標籤。

如果你大腦裡的意識作業系統沒有升級，你就永遠無法擺脫這些認知標籤給你的限制和阻礙，同樣的，你就無法改變自己的命運軌跡，掌控自己人生的方向盤。

人活著，都需要大腦裡的意識作業系統，來讓自己認知這個世界，進而整合所有感官訊息的輸入。接著，經過意識作業系統的處理和運算，再輸出各種想法和決策，來決定自己要做出什麼行為。

然而，這世界是不公平的，最大的不公平，不在於你出身在什麼家庭，或是你父母擁有多少財產，或是你長得帥氣或美麗，而在於每個人的意識作業系統的版本和功能都不同。

意識作業系統高階或功能強大的人，可以接受一般人覺察不到的訊息，可以精準且複雜地處理和運算，那些來自內部和外界的細微訊息，並做出最佳的

決策；運用最少資源，洞燭機先，來改變自己的命運。

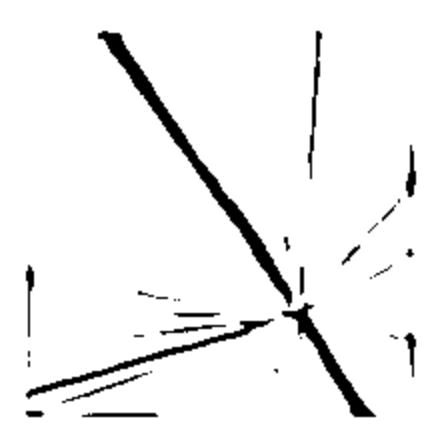
相對的，擁有低階意識作業系統的人，往往對許多重要或關鍵訊息視而不見，聽而不聞，就算看見聽到了，大腦裡的作業系統也不會做有效率的處理和運算。

很不幸的是，他們根本不知道自己的意識作業系統功能不足，任憑內在的不安或快感驅力，和外在的恐嚇或誘惑誤導干擾，頻頻做出錯誤決策，陷自己於險境。

這些人，即使想找人幫忙，也分不清好人壞人，等於中邪生重病，還請鬼抓藥單，自然會覺得人生是苦，處處是危機。

由於他們無法覺察問題的源頭，也看不清實相，為了避苦，只能想盡辦法用菸酒毒品或藥物來麻痺自己的大腦，逃避現實，迷失自己。

因此，決定你的命運的關鍵，不是上帝或老天，也不是你的行為和祖宗八代，而是你的意識作業系統。



既然如此，你何不透過意識作業系統的升級，來改變自己的命運呢？

有人說，改變命運需要很長的時間，需要一年作法，或等十年大運來，才有用。但我說，改變命運，其實，只需要一個念頭的時間。

人的一個「心念」起伏，只有一個「剎那」的時間。

據說，人的一天有86400萬個「剎那」，如此算下來，一個「剎那」大約是0.018秒。因此，一個人改變命運的時間，只要0.018秒。

道理很簡單，心念是顆種子，當你在心中播下一顆「改變命運」的種子，你的新人生就開始在心田裡滋長。日後，不管這顆種子長成什麼樣子，長得多麼茂盛翠綠，長得多麼高聳挺拔，這一切，都必須從一顆種子的誕生開始。

當一個街友或乞丐在內心產生了一個念頭，一個決定勇敢面對人生，重

新站起來的念頭，他的命運，在那個當下就改變了。如果他的這個念頭沒有放棄，或是沒有被別的念頭推翻，他必然會起身去一步步走出自己的路，慢慢地改變自己的命運。

當一個長期被家暴的婦人，勇敢地擁有一個結束這段惡緣婚姻的念頭，這個剎那，她就開始改寫了自己的命運藍圖，也改變了她孩子和施暴者的人生。

同樣的道理，當你想改善自己的健康、財務、人際關係或生活品質，這一切的改變，都需要從一個心念開始。

人類最偉大的地方，不同於禽獸之處，在於我們擁有自我反省和學習成長，以及進化升級的能力。

如果人的一天有480萬個「剎那」，那麼，你每天都有480萬個改變命運的機會。

當你陷入困境，遭逢各種挑戰時，與其道聽塗說，到處求神問卜，或自欺

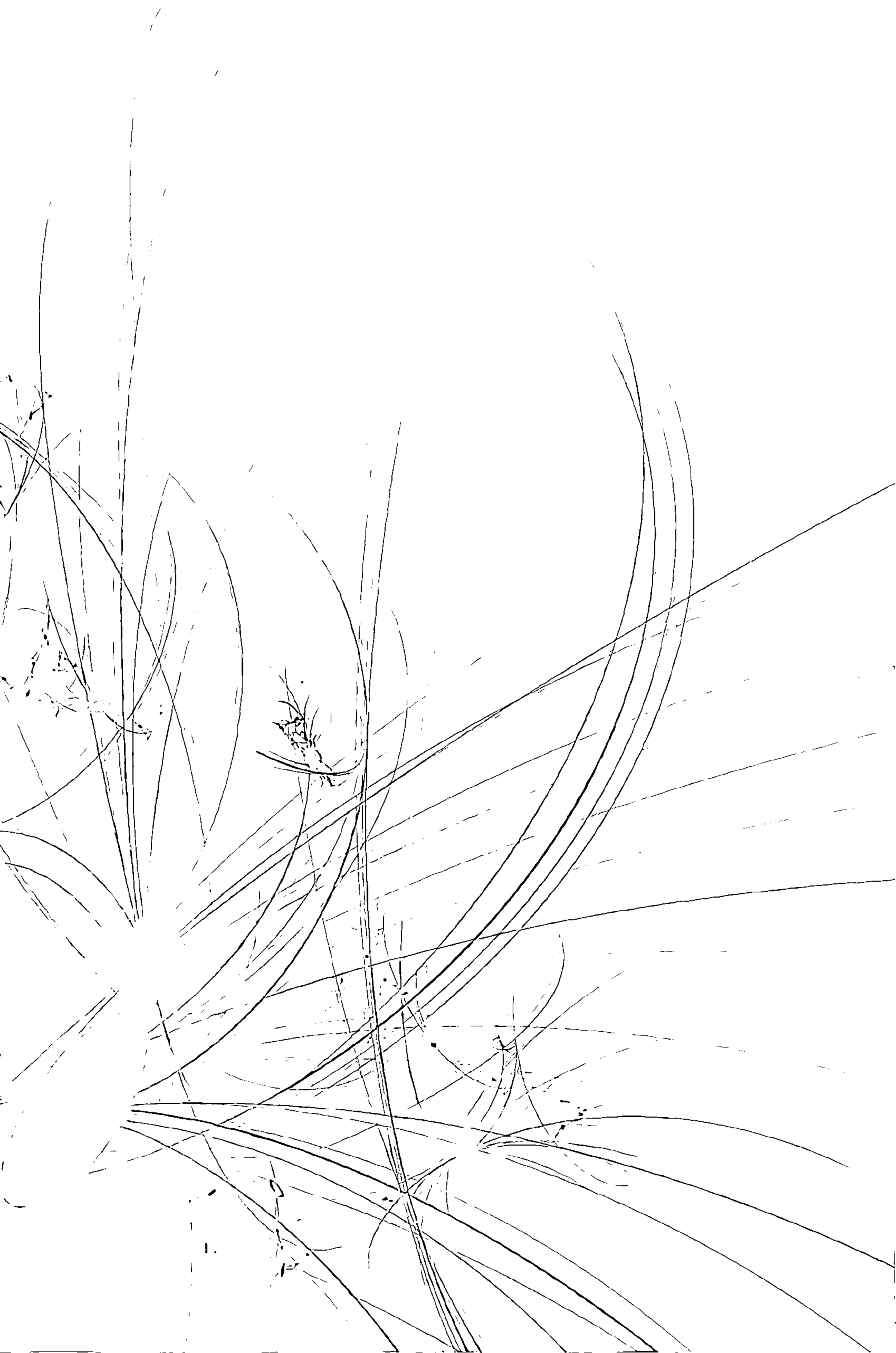


01

改變命運，其實只要0.018秒

欺人地花錢改運，不如讓自己靜下心來，反省過去所作所為，觀照問題的根本和實相，在 ∞ 萬個剎那中，抓住一個心念，讓自己啟動改變命運的開關，重新改寫自己的人生。

出生就拿一手爛牌，
如何改運？





有讀者來信質疑，光是覺醒，光是往內心去修行，仍不能改變他是貧賤人家出身的這個事實。

同樣是年輕人，他的同學因為家裡有錢，加上父親的人脈，早已是連鎖店的老闆；而他還要為三餐去賣命，每個月賺三萬元，繳了房租和水電，再扣除油錢和吃飯，根本所剩無幾。每當親戚問他何時買房娶媳婦，他也只能苦笑地說，連房租都快付不出來，還談什麼置產。

他問我，透過覺醒來改變命運，是否為空談？

我告訴他：覺醒，進而讓你的意識作業系統升級到覺醒2.0，目的不在於去改變你的過去和出身，而是要讓你擁有掌控命運的能力，為自己重新設定未來的人生藍圖和業力軌跡。

當你有了覺知，有了洞察自我和看清萬事萬物運作規則的能力，你的一個

念頭、一個想法、一個認知、一個習性和每個當下的行為，都可以改變自己，進而改變他人以及許多情勢和局面。

這些你可以掌控的念頭、想法、認知、習性和行為，甚至由許多行為組合起來的戰術和策略，都是你可以運用的資源。

從這個角度看，你擁有的成功或改變命運的本錢，其實是和其他年輕人都一樣，真正的財富和資源，不在於你是否擁有富爸爸或有充沛人脈的家世背景，而在於你看穿了多少事物的本質，運用了多少資源。

同樣是剛從學校畢業的年輕人，A和大多數年輕人一樣，進入一家小餐館當服務生，然而，他只想著有一份工作可以付房租，沒有什麼大志向。每天上班只想著趕快下班，下了班可以和朋友去逛街唱歌吃東西，週休二日就和朋友騎車出去玩，平時沒事在家就上網玩遊戲。



有一天，外場服務生因有人離職而人手不足，老闆一時找不到人遞補，要求包括A在內的服務生，假日都要來排班支援。

大家週休二日無法出去玩，又忙又累，月底領薪水時發現週休二日的支援排班沒有用加班的薪資計酬，只用平時的一般薪資計算。

A心生不悅，首先發難去找老闆抗議。

老闆說當初面試A進來時，早已講清楚工作時間包含週末和週日，因此，只能用一般薪資來計算。

A要求加薪不成，唆使其他服務生一起罷工，來逼老闆就範。

其他服務生大都跟著罷工，只有幾位沒有跟進，其中有一位B不贊同A的說法和認知，決定留下來繼續外場的工作。

A和幾位服務生抗議了一段時間沒上班，過沒幾天因曠職太多天而被老闆開除。

B不但留了下來，還自願幫老闆找工讀生，並到書局去看餐飲管理的書，

協助老闆建立更有效率的排班制度，更從許多成功人士的傳記中，擷取人家的經驗，制定了外場服務和管理的SOP。

幾年後，B的老闆事業做得更大，原本的小餐館也變成知名的連鎖餐廳，B也從服務生晉升為管理部經理。

這時，A仍繼續遊走在許多餐館之間，成為資深服務生，週休二日就和朋友騎車出去玩，平時沒事在家就上網玩遊戲。

請各位想想，同樣是假日支援排班，A認知是犧牲員工休息時間，B則認知是分內的事。

同樣是領一般薪資，A認為老闆剝削勞工，B則認知週末週日本來就是餐飲業的正常上班時間。

同樣是領不到加班費，A內心起了個罷工的念頭，B則起了個如何協助老闆度過難關的心念。

同樣是領一份薪水的服務生，B願意把餐館當成是自己的事業，利用下班



時間去找書來改善工作上的問題，A則把餐館當成是老闆的事業，下了班就把工作拋到腦後。

在此，我並不是要大家一定要走B的路。A和B各有的人生目標，沒有什麼對錯。我只是就一個事實來說明，資源的價值，其實是在於你用了多少，而不是你擁有多少。

如果你的想改變命運，也和B一樣，想擁有自己的事業來改善生活，來提升職位和收入，在工作中培養出專長以及享受成就感，那麼，B確實是成功地改變了自己的命運。

很顯然的，B從一個地位基層的服務生，晉升到管理部經理，靠的不是家世背景或錢財，而是他可以掌控的心念、認知和行為。

只要你有正常的意識和健全的身體，同樣的，你也必然擁有掌控心念、認知和行為的能力。

為何B可以從基層改變命運，而你不能？

要知道，一個細胞的存在和繁殖，最重要的是細胞核內的DNA。

同樣的，一個人要擁有成就和改變命運，關鍵不在於外部資源，而在大腦裡的意識作業系統，在於他的「覺」和「識」，識就是擁有自我覺察能力的認知，有了這個核心的升級和改變，命運才能真正被改變。

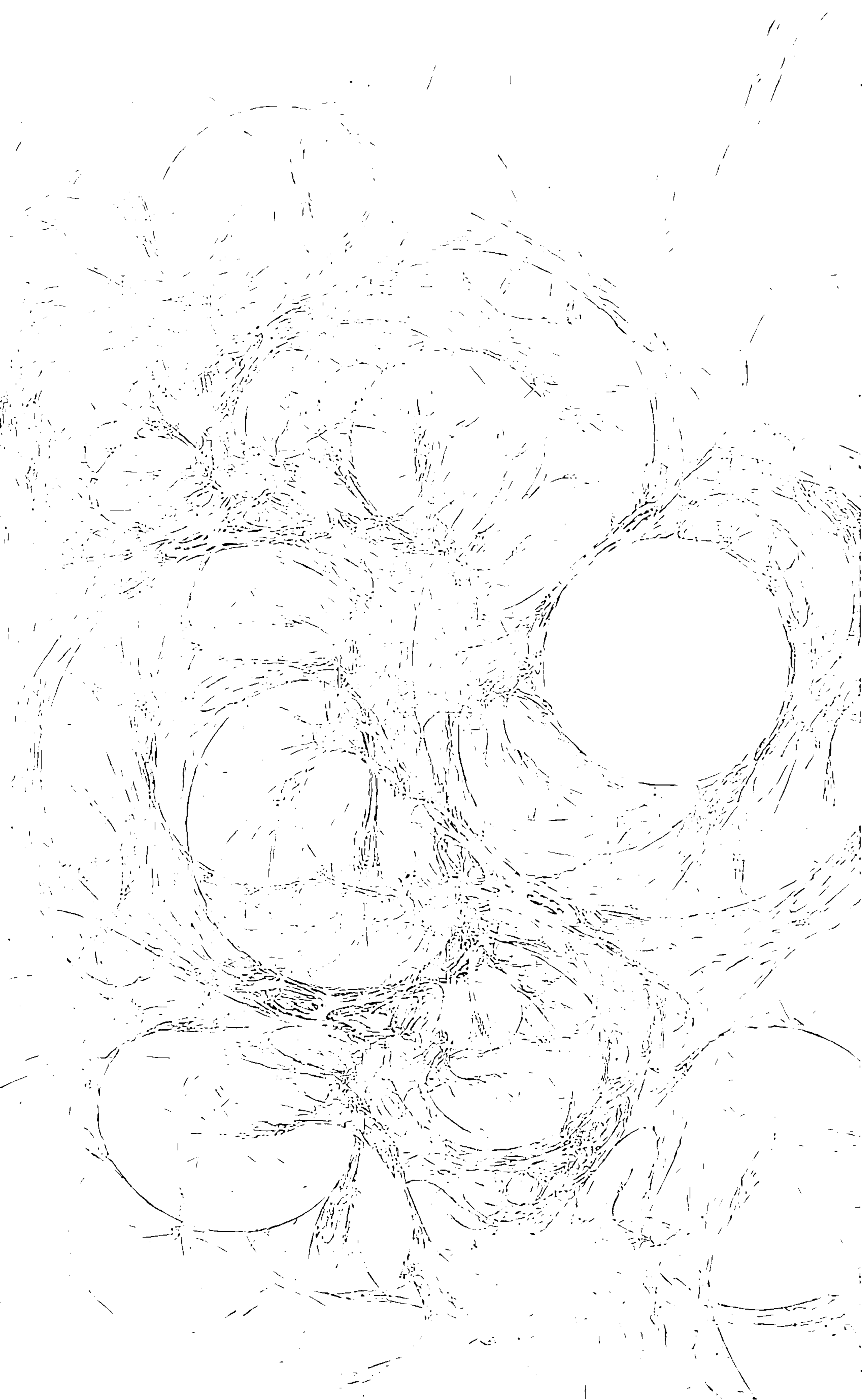


02

出生就拿一手爛牌，如何改運？

我的觀照筆記

我們都習慣
用一根吸管看大象





我們所認知的命運，往往只是頭腦狹隘的投射。

以上篇中的A和B為例，幾年後B成了管理部經理，A卻仍是服務生。當兩個人都到了該成家立業的年紀時，A想必會怨天尤人，為自己事業的運途不順感到懊惱。

當A看到B事業有成，他必然看不見自己和B的差異在哪裡，同時也會把B的成就歸於祖上有德或好運臨頭所致，他不會覺察自己在心念、認知和行為上出了問題。

於是，他所認知的命運，只限於遇不到貴人或流年不利等等狹隘的框架中，猶如他習慣只用一根吸管來看大象，永遠只看到大象的腳趾或尾巴，即使偶爾命運這隻大象從他眼前走過，他也認不出來。

同樣的道理，每當有人向我抱怨他的運勢不順，甚至是老天故意捉弄，我

都不會立刻贊同他的認知和說法。

因為，十個來抱怨運不好的人，經過我仔細查問後，有九個半都和A一樣，犯了用吸管看大象的錯。

而且每一個人都聽不進我說的實相，他們不承認大象的真實面目就是大象，每個人都固執地認為自己認知的是對的。

類似這種無知又固執的人，我斷定他們無法改變命運，因為，命運是由實相中的許多因緣組合而成的，並不是由個人的主觀框架和一廂情願的想法架構起來的。

當一個人無法看清這個事實，就等於分不清水和油的差別，當他急著想改變命運的時候，往往反用油去救火，可想而知，結果必然和他想的不一樣，而且是天壤之別。



我們所認知的命運，往往只是頭腦狹隘的投射，更可怕的是，如果那個投射的源頭是我們不敢面對的恐懼或創傷，那麼，這個狹隘投射所造成的偏差或錯誤認知，會把我們推入地獄的深淵。

有一個女孩半夜坐在客廳裡，拼命打男友的手機卻沒人接，於是，她開始胡思亂想……

自從和這位帥哥男友交往以來，她每天都活在不安中，她知道自己早陷入不可自拔的愛情黑洞中。

她不能沒有他，如果她被拋棄了，她不知如何面對自己和這個世界。

如果她被拋棄了，她深信，從今以後再也沒有人會愛上她這種相貌平凡的女孩。

如果他真的有了別的女人，那她再也沒有活下去的勇氣……

就是這樣，她光是坐在客廳，只用幾個「如果」，就把自己推入十八層地獄般的恐慌中。

等到她男友回到家，推開門就聞到一股焦味，原來，她已經燒炭自殺。

可想而知，女孩最後會做出這樣的決定，必然是把狹隘的「如果」，當成是「真實」的命運。

當她的恐懼投射出這個被扭曲且偏離事實的命運結局，而且她的大腦選擇相信它時，她的恐慌必然逼她走上絕路。



03

我們都習慣用一根吸管看大象

我的觀照筆記

在你看見真相前，
要先過五座橋

有一次我和朋友到鄉下去散心，途中向一位老農夫討水喝，突然間，一隻烏鴉從我們的頭上飛過。

老農夫本來欣然答應要給我們一杯水，突然間面色凝重，說烏鴉這時飛過，是不好的徵兆；他不能給我們水。

當時，天邊開始有黑雲聚集，顯然天氣要轉陰雨。我們告訴老農夫，烏鴉低飛是因為天快下雨的因素，和徵兆沒有關係。

然而，老農夫就是不相信，他說不僅看到烏鴉，還看到惡靈在天上飛，要我們趕快離開。

我們的大腦並不是客觀的機器，我們的眼睛也不是真實映照事物的原貌。

當你看見一個東西，其實那個東西不是你看見的那個模樣。

當你認定某件事是事實，其實你認定的事實只是一個幻影和幌子。

當某個事物，透過眼睛到達我們的認知系統前，它還必須通過信念這個有

色鏡片和濾網。

只是，信念這個東西，是由色受想行識五座橋組裝起來的，而且，這五座橋遠遠看是橋，但你近看卻是空無一物。

上帝造人，給了我們相同的系統和機制，每個人都透過這五座橋來認識和定義我們所看到或接觸到、感受到的東西。

尤其是在這人世間擁有愈多資歷的人，他所看見和感受到的東西，就會受到愈多的干擾；畢竟，活了這麼久的人，身體的細胞和意識、潛意識都累積了很多的記憶和認知參數。

如果一個人沒有覺察到，我們一直透過這五座橋在看世界，那麼，他活得愈老，所看到和認知到的東西，將離實相愈來愈遠。

我有位遠房親戚，年輕時頭腦很好，也很有才幹，一直靠著理智和邏輯來

做決策，生意做得相當大。

但是年老時，因為氣虛體弱，開始失眠憂鬱，整個人也莫名其妙地焦慮起來，每天活在不安和恐懼中。

當他的恐懼像病毒一樣在內心擴散開來，他開始不相信任何人，他只相信自己的判斷。

但他不知道自己的判斷和定論，都要經過這五座橋，而橋上累積了太多的記憶和參數，讓他陷入混亂不安中。

最後，他把照顧他幾十年的髮妻趕走，然後聽信圖謀不軌的親人耳語，把自己的孩子以詐欺或偷竊罪告上法庭。

有一次，他在法庭外的走廊等開庭，一位年輕法警看見他的皮夾從大衣口袋中掉到地上。

法警過去撿起來還給他，他卻用言語羞辱年輕法警，認定法警是為了討好

他，才把皮夾偷走再還給他，讓年輕法警也勃然大怒，最後告他誹謗，連媒體也來報導此事。

佛陀說，人和這個世界，都是這五座橋架構起來的，因為五座橋的相互運作，我們才會產生一個「我」的認知和錯覺，每個人才會各自創造出不同於他人的世界。

因此，同樣一個世界，我透過我的五座橋看到的世界，和你和他，以及世上每個人所看到的世界都不一樣。

然而，每個人都是獨一無二的個體，每個人的世界觀和認知系統，也都是獨一無二的，即使這世上有幾十億人，也很難找到認知系統完全一模一樣的兩個人。

因此，法律並沒有規定誰的認知是對或錯，佛陀也沒有說怎麼樣的認知系統才是正確的。

意思就是，那位不給我們水喝的老農夫，他對世界和烏鴉的認知雖然和我們不一樣，但沒有誰對誰錯的問題；唯一的差別只在於，誰的認知系統比較接近真相，或者誰的認知系統比較能讓自己好過罷了。

然而，如果你像老農夫在深山耕田自給自足，只要不會危及自己的生計或安全，只要不危害他人，你要如何賦予烏鴉從頭上飛過的意義，我想，連佛陀也不會有意見。

話說回來，如果你活在城市中，需要和他人合作才能生存下來或擁有競爭力，那麼，你的認知系統就不能離實相太遠，否則你會把自己逼到絕路。

當然你的認知系統更不能和大家的差太多，否則你永遠只能自說自話，無法和人溝通，孤立無援。

切記！在我們看見真相之前，必須先經過五座橋。

同樣的，過去以來你一直認知的「命運」，也是經過這五座橋才到達你的意識，才讓你產生對命運的定義和認知。

因此，你大腦中的意識所認知的命運，和實相中的命運本尊，有著五座橋的干擾和加工，早就不是原汁原味。

這就好像，你到街上買一瓶果汁，儘管口感很好喝，但你永遠不知道，真正的現榨原汁，並不是這個口感和味道，你所喝到的果汁，早就經過人為的加工處理。

甚至你的瓶裝果汁裡，也有可能完全沒有果汁的成分，你所看到的顏色是人工色素調出來的，你所嚐到的味道，也是人工香料調配而成的。然而，因為瓶裝上寫著果汁，所以你的大腦就相信且認知這瓶飲料就是果汁。

如果你想通了這個道理，就不要太快或武斷地執著於某個人或團體告訴你的命運定義，也不要死守因為自己過去的陰影或創傷，讓你產生的對命運的錯誤認知；否則，你就不可能改變命運。

事實上，每個人內心的這五座橋上，都殘存或囤積由來已久的身心記憶和認知參數，而覺醒就是讓你看清這個真相，讓你懂得定期清一清，如此，真相才不會死在這五座橋上，永遠到達不了你的意識。

□ About Awakening 2.0

▽為何光是覺醒，還無法改變命運？

有讀者來信，說她歷經愛人背叛和事業破產，整個人已經覺醒，也已經看清過去自己一直活在不切實際的妄想中。

如今她徹底想通了，醒了，但仍然一直陷在人生谷底，健康和財務都出現警報，感情也沒有寄託，空虛寂寞每天一寸一寸地吞噬著她，她感覺自己根本無路可走了，甚至不想再活在人世間。

她問我，為何已經覺醒的人，仍無法改變命運？

關於改變命運的方法和原理，即使沒有歷經苦難的人都知道。然而，不論是聽人演講或看書，甚至經歷人生重大打擊後才領悟的道理，這些都只是頭腦的「知道」，並不是整個人的「覺悟」，因此，所謂的改變命運，永遠只是存在於頭腦裡的一個概念，根本無法實際讓人脫胎換骨。

事實上，改變命運的關鍵，不在於「知」，而在於「覺」和「行」。當你大腦裡的意識作業系統沒有升級，你光是知道改變命運的方法和原理，根本只是紙上談兵。

因為，你的意識無法管理或掌控，那些來自舊有認知或信念框架的意識運作模式，以及這些低階運作模式，進一步所產生的驅力程式和迴路。

例如，你的想法和認知一直被某些錯誤的程式操控著，因此，只要有點風吹草動，你自己就會對號入座，執著於某些想法和框架，進而啟動過度的情緒反應機制，讓自己陷入危險之中。

例如，你的許多行為和決策，其實都不自覺地被「快感驅力」操控著。

因此，明知有些人不能愛，你還是寧可像飛蛾撲火般，不計代價地跳入火坑。

明知菸酒狂歡傷身，然而，為了逃避寂寞或自卑所帶來的痛苦，或是享受大腦被夜生活刺激的快感，即使健康亮起紅燈，命在旦夕，也在所不惜。

世上有多少種人，就有多少種「快感驅力」，時時刻刻在操控著人們的生活。

有人的「錯誤認知」以及「快感驅力」是隱性的，雖然行為上沒

有驚人之處，但在工作、健康或人際關係上，則選擇逃入自己架構起來的虛擬世界，或者選擇不願去看見實相；如此一天過一天地封閉在宿命的囚牢裡，庸庸碌碌或抑鬱寡歡地走完一生。

因此，當你有了改變命運的念頭，你只到覺醒1.0的層次，你還必須擁有改變命運的能力，要擁有這個能力，就必須從意識作業系統的升級開始。

當你的意識作業系統升級，你就到了覺醒2.0的階段，你就有能力看見過去的業力軌跡，在覺知中管理以及改寫自己的認知參數；如此，你才能真正脫離快感驅力的控制，改變自己的行為模式，進而改變命運。

話說回來，如果你不能掌控「快感驅力」或由內心恐懼投射出來的妄想和欲望，不論你再怎麼發誓要改變命運，也只是空談。

就好像有個讀者問我，她要如何脫離現在的負債生活，重回有計畫且安定的日子，不用再害怕被迫債而天天心驚膽跳？

我問她，每個月最大的開銷是什麼？她竟然說是逛百貨買衣鞋和包包。她也知道這種行為是她負債的原因，然而，她說她無法不去購物，因為她每天活在壓力和不安中，如果不讓她去購物，不讓她去享受那種，可以讓她完全忘卻工作壓力和負債的快樂，那麼，她寧可不要活了。

當然了，我只能回答她，當她不能讓自己的意識升級，不能用意識去掌控住內在的快感和恐懼這兩種東西時，她要擺脫負債，根本是痴人說夢話。

總之，當你比別人還努力一百倍，甚至拼了命用盡所有力氣，仍

然無法改變命運時，你就該靜下心來想想問題在哪裡。

事實上，改變命運的關鍵，不在於「拼命」，而在於「覺」、「知」和「行」。

當你有了「覺醒」，還必須再加上「對」的「知見和方法」，這樣你的命運，才能從宿命和認命的「定數」，變成可逆轉可重新改寫的「變數」。

接下來，我就要告訴各位，為何大部分的人都無法改變命運。



04

在你看見真相前，要先過五座橋

我的觀照筆記

Handwriting practice area with ten vertical dotted lines.

為何有人能改寫命運，
有人被命運掌控？

同樣是人，為何有人從早就辛苦工作，一天要做十幾個小時，天天如此，收入不過是幾萬元；而有些人卻每天開名車逛街，有空看一下股票，再去喝下午茶，輕鬆愜意地過日子，卻月入百萬？

更不公平的是，為何大部分的人，都是付出的多賺的少，愈是努力打拼賺錢，過的日子就愈苦？

只要是人，都想改變命運，即使是富人或好命人也有相同的想法。

然而，對那些收入不高的大部分人來說，改變命運似乎也只是神話，只能聽聽或想想，卻永遠無法用來改善自己的生活。

為何大部分的人都無法改變命運？

我想，最主要的原因，是大家都摸不清命運的底吧！

想像一下，當你想改變一部電腦的運作，如果你不去認清和了解電腦的組成和運作原理，不去使用電腦聽得懂的語言，你如何去改變這部電腦的運作或功能呢？

從某個角度來看，人、萬物和宇宙的運作，就像電腦的運作一樣，必然有它的本質和運作原理。

命運也是如此。

同樣的道理，當我們要改變命運之前，我們也要先搞清楚，命運的運作原理，以及為何有人可以掌控命運，有人卻被命運掌控？

同樣是人，同樣擁有人類DNA所架構起來的神經系統和大腦；然而，世上有多少人，就有多少種命運的軌跡，這是什麼原因？

答案就在我們大腦內的意識作業系統。

我們大腦內的意識作業系統，就和電腦的作業系統一樣，有各種不同的版本和等級。

不同的意識作業系統就有不同的功能和效率，即使我們都活在同一個地球，但因為彼此意識作業系統的等級和功能不同，加上大家的意識作業系統裡的各種程式和設定參數也都不同。

因此，面對同樣的困境或問題，不同人有不同的反應和處理方式，當然結果也就不同。彼此的命運軌跡，於是開始產生落差，甚至有天壤之別。

就拿改變命運這件事來說，擁有不同等級意識作業系統的人，所認知的命運就有所差別，當大家所看到的命運臉孔都不同，改變命運的方法和策略，也自然會不一樣。

意識作業系統比較高階的人，所看見的命運原貌，就會比較接近命運的真

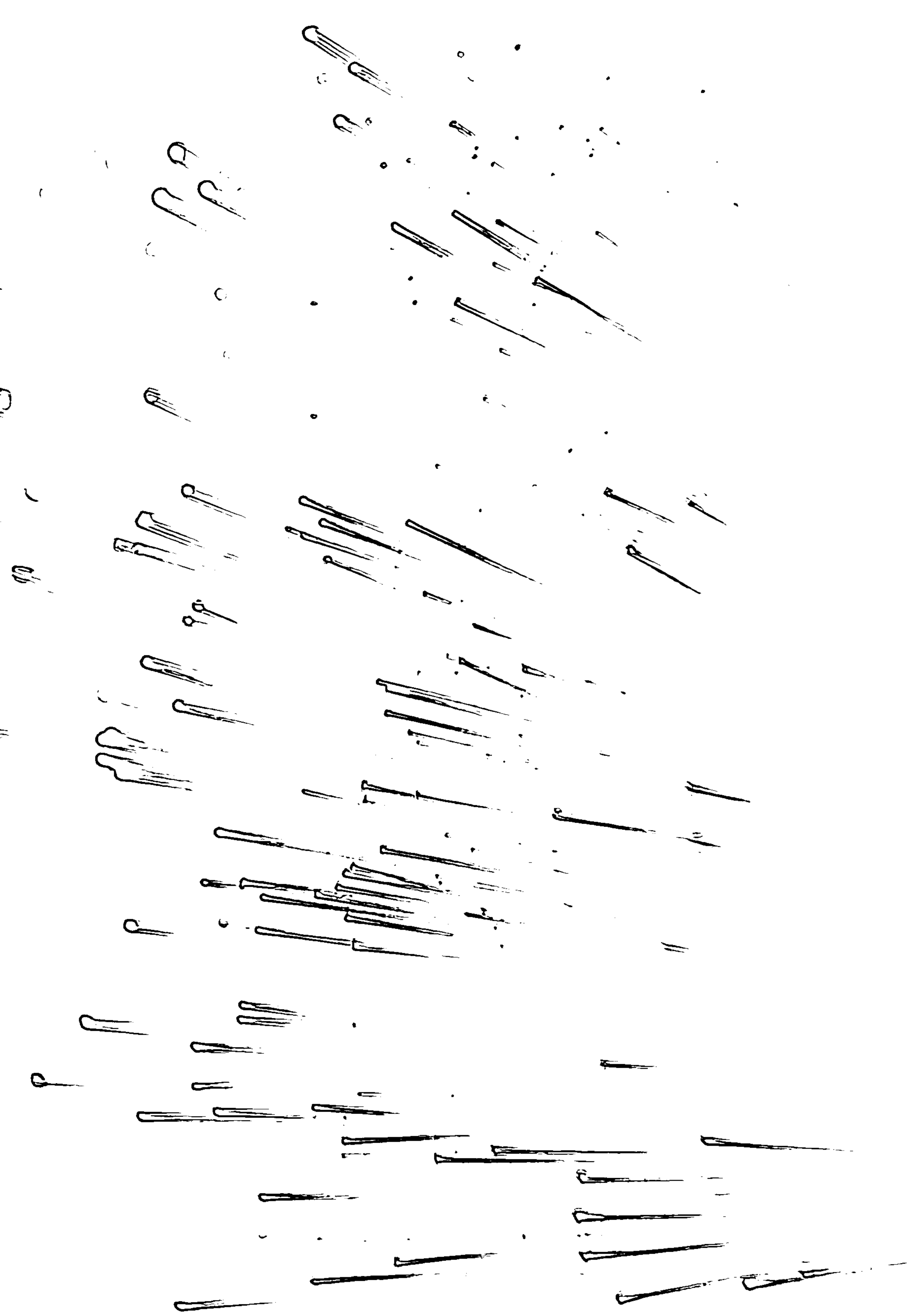
相，他所用來改變命運的語言，也會比較有效用。

相對的，意識作業系統比較低階的人，不僅看不見命運的運作真相，也看不見自己的盲點和無知；可想而知，他和命運的對話，永遠是雞同鴨講。

因此，想改變命運，就必須先搞懂命運的運作法則和原理，以及學會使用命運聽得懂的語言，改變命運才不會變成自欺欺人的荒謬劇。

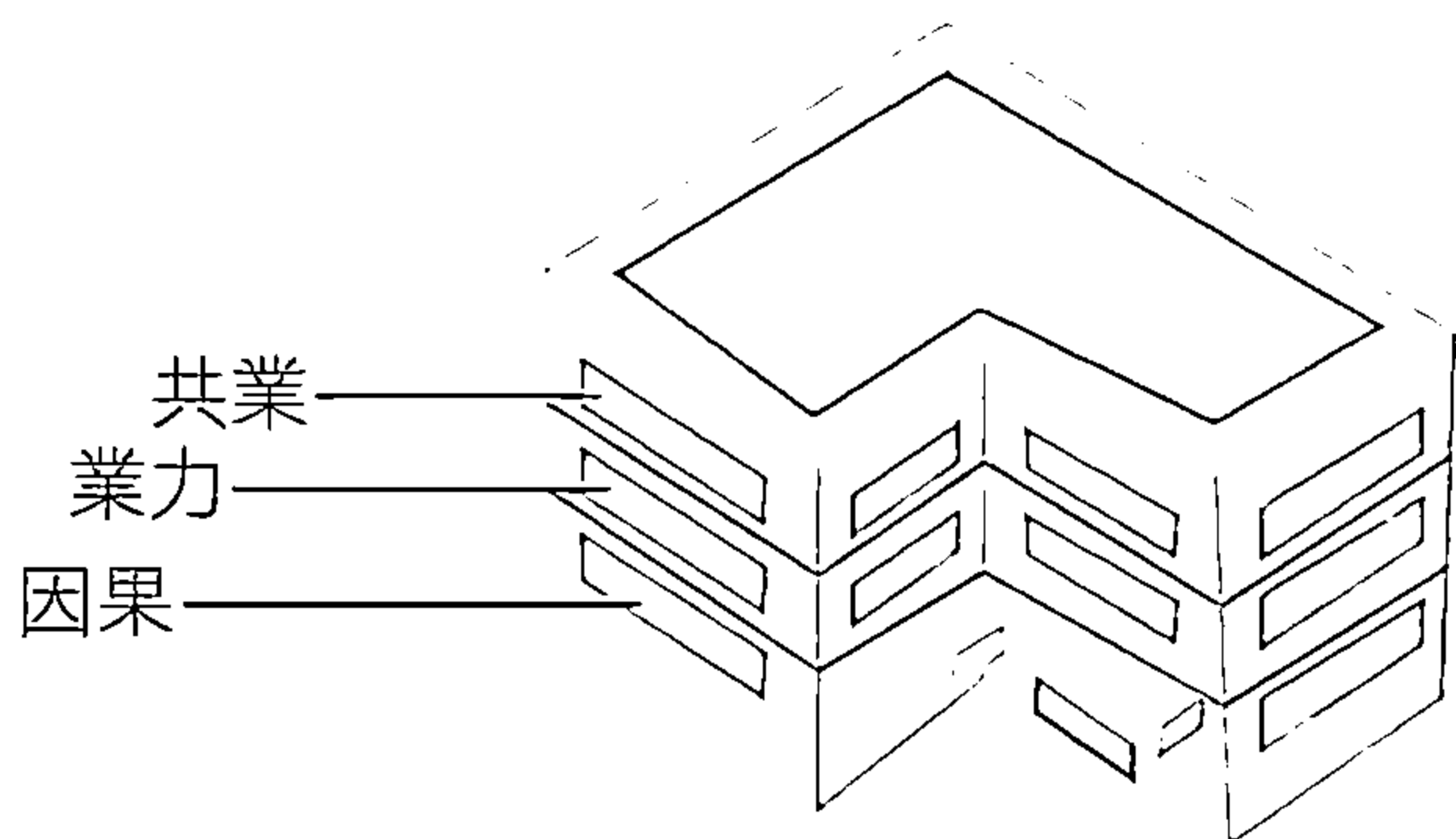
第二篇

命運不是玄學，
是可破解的「三界語法」程式。



命運的引擎，
由三種力量來推動





事實上，命運的運作，主要是靠三種力量和法則，來影響人的一生。

這三種法則就像是一棟三層樓的大樓，三者密不可分，而且是由一到二到三的疊層向上發展，又由三包含二和一、二包含一的方式向下運作，三者間互相作用變化，以千變萬化的模式，來決定人的命運。

第一層法則是因果，主要構成的元素是物質，因此，我們也可把第一層稱為「物質界」。

在物質界，所有的物質都是無機物，沒有生命，沒有情感，更沒有意識，所有物質的生滅聚合變化，都遵循著因果法則，也就是遵循著物理化學的法則在運作著。

例如，一個氧和二個氫結合就變成水。

例如，液態的水被加熱，就會變成水蒸氣，水蒸氣遇

到冷空氣，又會還原為液態水。

或者，就像你用石頭去敲玻璃，玻璃會破掉，你打開電源，讓電通過電熱器，電熱器就會發熱一樣；只要物質間的關係，符合因果法則，物質就會按照這一層的法則，去做變化或產生作用，它們不會有情緒，也不會有什麼自我意志和自由，該做什麼就做什麼，不會有例外。

第二層法則是業力，主要構成的元素是物質和有機物，組合出的千萬種有情生命。這些生命，從低階的有生化反應生物，如植物，到有動物本能，有感情和想法的高階生物，如人類。因此，這個層次可稱為「有情界」。

有情界的運作變化，遵循著「業力法則」。所謂的「業力法則」，是指包含著物質界的「因果法則」，加上生物的感情和意志等力量作用下的一種長時間的隱性影響力。

例如，一個人從小被虐待，長大後他內心的陰影，會干擾且影響他和別人



互動的關係和模式。

或者，某人年輕時，曾一時胡塗偷了別人的錢，害人家想不開自殺，這個過錯也會長駐在他內心深處，日後有人懷疑他偷人家錢財時，他會產生極端的恐懼，情緒激動地反駁指控，甚至失去理智來攻擊他人，造成更大的過錯。

我有位朋友，年紀和我差不多，但他的臉頰膚況很糟糕，雖然我的膚況也只是普通，不算是細皮嫩肉，但他的臉頰不僅斑黑枯槁，而且還像月球表面那樣坑洞一堆，甚至還有脫皮紅腫的現象。

有一天，他說自己去參加宴會，被客戶提醒後，回家仔細照鏡子才發現，自己的臉頰膚況實在太糟糕。他一直想不通為何如此，直到他去找皮膚科醫師，才知道，原來上了年紀的人，皮膚功能也會退化，需要每天清潔滋養照護，才能有正常人的膚質。

於是，他就買了一堆保養品，按醫師指示每天清潔照護。過了一個月，他再來看我，我發現他的臉頰膚況好了很多。

這個例子，就是「有情界」中，業力法則包含著因果法則，來影響人們的簡單案例。

例如，皮膚是有情界的有機物，然而，因為人的錯誤觀念和不當使用，造成它長期缺乏物質界的維生素或其他元素，加上長期有汙垢和灰塵堆積在皮膚上，才會讓包含著物質因果的業力，開始在皮膚上產生發炎和敗壞作用。

因此，我們可以簡單地為「業力」下一個定義，那就是，只要物質因果法則，加上生物及人心的干擾及影響，就會在時間的累積下，形成一種不停向前推進的力量。除非種種干擾和影響力消失，否則，這股力量就不會減弱，甚至消失。

第三層法則是「共業」，主要構成的元素是人類的知識、意識和文明。我們可以稱這一層為「意識界」或「文明界」。

這一層樓的力量對人的影響，不再只是單一個體的生老病死或喜怒哀樂，



以及個體利益和存活的問題，而是擴及整個社會、國家、種族，甚至是整個地球圈的層次。

這個層次對人的影響，包含著物質界的因果法則，和有情界的業力法則，再加上人類文明的法律、道德、科學、哲學、經濟和科技彼此間的交互發展和串連，形成一個多次元且複雜的「法界」，對人們的影響最大，甚至可說是主宰人類命運的最大力量。

例如，你在公司犯了一個小小的錯，像是寫錯一個字或多打一個零，影響到你的部門同事和長官，也影響你的考核和薪資，甚至影響了你和同事間的關係，或許最後也因此讓你離職，成為失業人士；因為沒了收入，接著，也影響到你和家人的感情。

光是一個小錯，就會有這麼多的牽連和影響，這些影響力的背後，就是一圈又一圈的「共業法則」，在推動許多文明界的事物，去執行該執行的法則。

這個力量，遠遠超出個人的極限，是個人難以去改變的，這個強大力量，就是「共業力」。

同樣的小錯，例如，寫錯一個字或多打一個零這件小事，如果是發生在你自己家裡的「有情界」，可能只是你自己在家裡寫作或算帳，你的行為不在「共業網」的連結中，這個小錯也只會在你個人的感受上留下一點小波瀾，無傷大雅。

除非你把這篇寫錯字的稿子寄出，或者是把算錯的帳拿去指責他人，否則，你的損失是微乎其微。

很不幸的是，隨著人類文明的發達，網路科技的高速進化，我們在家也可以透過網路，到各大社群網站發表意見。

當我們上網去發表意見時，嚴格來說，我們已經進入這個文明的「共業網」的連結。儘管我們不用本名發表意見，但如果我們的言論有違反這個文明界的「共業法則」，我們一樣會受到文明界的共業力影響。



總結來說，因果法則決定物的命運，業力法則決定人類個體的命運，共業法則影響的是人類集體的命運。

□ About Awakening 2.0

▽ 每個人體內都有「法界」三因子

命運如果是一個精密複雜的強大程式，那麼它的原始碼只有三種語法，那就是「物質界」的M型語法（Matter），「生物界」O型語法（Organism）和「意識界」的C語法（Consciousness）。

這三種語法，也是推動命運前進的三個因子。這個世界存在各種法則和力量，然而，不管命運的力量有多大，所有的運作規則都由這三因子所編寫出的劇本（原始碼或程式碼），絲毫不差地完美演出。

萬物都是「法界」的產物，人也不例外。然而，人類和其他法界存在不同的地方，是每個人體內都含有「法界」三因子，不像物質只有M因子，植物和狗貓低等生物只有O因子，人類的存在，包含了M、O及C的因子。

可惜的是，有些人一輩子沒有覺察到，自己體內有來自造物者的恩典，不懂得開發及運用C語法，來改寫自己的命運原始碼，一生都活在M或O的夢境中。

例如有人遇到逆境就用酒精或藥物來麻痺自己，有人用賭博或感官刺激，來讓自己成為快感驅力的囚徒。當他們的存在，大量地使用M及O語法來面對自己的人生，而且比例和深度都違反大自然的設定時，就會發生新聞中的家暴、性侵親子或逆子弑親的悲劇。

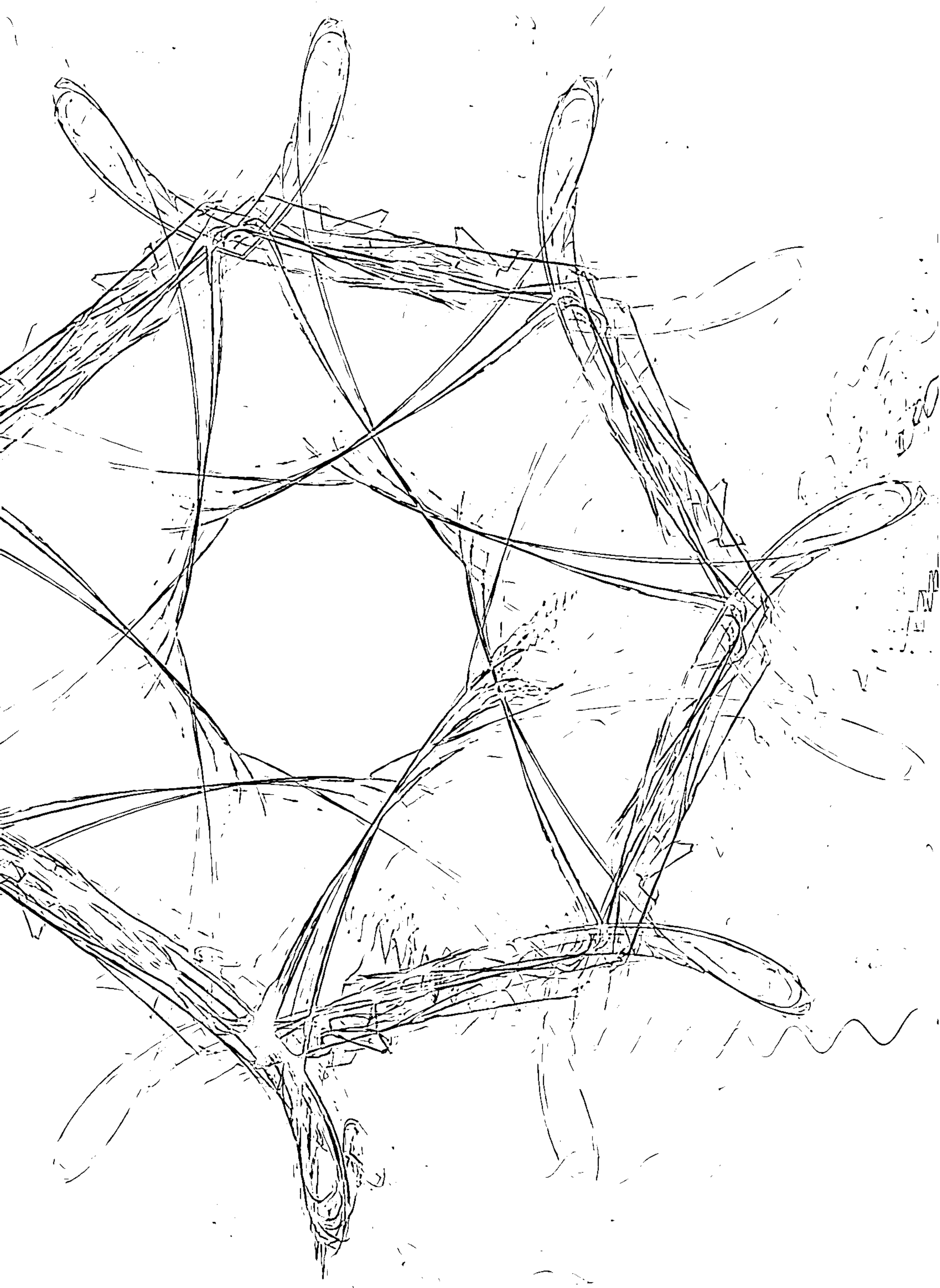


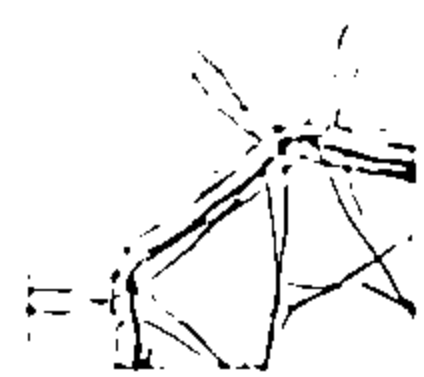
06

命運的引擎，由三種力量來推動

我的觀照筆記

人類「編寫命運」的模式有九種，
你是哪一種？





問題 \ 認知	M	○	C
M	MM	OM	CM
O	MO	OO	CO
C	MC	OC	CC

當我們看清，整個「法界」都是運用MOC三型，來決定我們的命運軌跡，接下來，我們再往法界的內部去觀照，會發現，所有的人類，都運用這MOC三型所產生的三種認知，來看待及解決人生中的三種層次的問題。

因此，MOC三型各自對應三種層次，就會產生九種解決問題的模式，這九種模式如左表：

所謂的命運，從這九種模式來看，可以說是「認知設定」和「問題層次」間的不同組合，所產生的結果罷了。

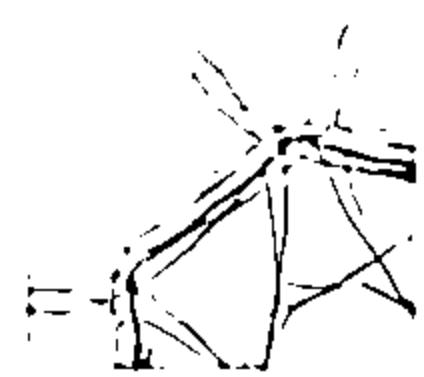
也就是說，除了不可抗力的天災或意外，我們的命運，都是由我們自己選擇使用哪一型的模式，來處理當下遭遇的三種層次的問題，所決定的。你選擇哪一種模式，去面對人生，自然就會有什麼樣的結果。

當你遇到物質層次的問題，例如很單純的有石頭擋住去路，你就用力把它搬開，這是你運用身上的「力」，去移動石頭這個物質的「位置」，純粹是運用物理因果法則；這就是用物質認知去解決物質層次問題的 $\Sigma\Sigma$ 模式。

然而，如果你體內因缺少維他命C或感染某種病毒，而引起頭痛不舒服，你卻用物質界的認知，拿石斧或木棍來打自己的頭，這就是 ΣO 模式，用物質界的認知，來解決生物界的問題。

所謂的命運，不過是：你選擇用什麼樣的模式，來處理你的人生問題。因此，一個人的命運好壞順逆，取決於你是否用對了解決問題的模式。

接下來，當你要改寫命運之前，你必須知道由三型所發展出來的九種模式，各自的內容有什麼不同。



* M型命運模式

N1-M1：用物質界的認知，來解決物質層次的問題。

例如：用暴力或武力來移動或改變物質的位置和完整性，像是搬開椅子，或用鎚子把箱子打破，用電鑽在牆上鑽一個洞等等。

N2-M2：用物質界的認知，來解決生物層次的問題。

例如：用酒精藥品等化學物質，來緩解病痛或影響人體的神經系統；或者用按摩器等物理性治療，來影響人體的肌肉和神經系統。

N3-M3：用物質界的認知，來解決意識層次的問題。

例如：有人欠稅被追稅款或犯錯被司法單位判刑，卻用汽油彈攻擊稅務或司法單位，不但不能解決集體意識架構起來的文明層次問題，反而罪加一等，製造更多意識層次問題。

* O型命運模式

O1-O6M：用生物界的認知，來解決物質層次的問題。

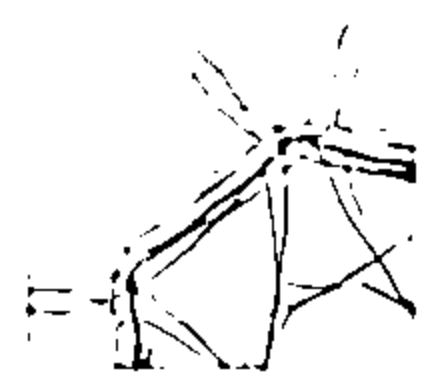
例如，你體內缺乏鎂或鉛、鋅等微量元素，而引起身體不舒服，你卻用大哭大叫，或像原始部落土著用唱歌跳舞來轉移痛苦，但問題還是沒有解決。

O2-O6O：用生物界的認知，來解決生物層次的問題。

例如，你連續熬夜工作好幾天，又餓又累，於是很自然地大吃大喝，然後盡情地睡覺，幾天後體力恢復，解決了生物層次的問題。

O3-O6C：用生物界的認知，來解決意識層次的問題。

例如，你經濟及工作上的壓力很大，對於這些由人類集體意識架構起來的文明問題，你只能用對等的知識和智慧去解決，然而，你卻用大吃大喝或唱歌跳舞來對抗內心的不安，問題根本無法解決。



* C型命運模式

CI-CN：用意識界的認知，來解決物質層次的問題。

例如，你透過醫學界研究所累積的知識，且從檢查報告或醫生診斷中得知自己缺少鎂或鋅元素，就去買鎂鋅補充劑，精準且有效地解決了體內缺乏微量元素的問題。

CO-OO：用意識界的認知，來解決生物層次的問題。

例如，你的身體有感染發炎或病毒侵入，因而生病，你會找醫生，運用醫學的力量來讓自己痊癒，這就是用意識界認知來解決健康問題的最佳範例。

OO-OO：用意識界的認知，來解決意識層次的問題。

例如，你不懂稅法或法律條文，因而犯錯被處罰，你就學習並調整意識作業系統上的許多認知和邏輯，修正過去自己曾有的錯誤認知，確保自己下次不會再犯同樣的錯，因此解決了稅務或法律上的問題。

M型人：不自覺地用「石斧」或「弓箭」去解決問題





在高度文明化的時代裡，應該不會有人，會再習慣性地用「物質界」的認知，去解決生活或人生的所有問題了。

然而，我們仍然可以在大腦未發育成熟的小孩子身上，看見他們下意識地拿棍子或塑膠鎚，把所看到的東西打壞打碎。事實上，這是他們認識這個世界的方式之一，並不是我們要談的案例。

比較諷刺的是，在這高度文明的世界裡，生活在其中的人們，按理說對世界的認知，以及處理問題的層次，應該早已提升到意識界，應該知道大家活在這社會中，有許多看不見的遊戲規則要遵守，有許多看不見的力量要尊敬。尤其是人類集體意識架構起來的律法和規則，不僅是維持人類集體生活秩序的依據，也是個人生活需求和安全受到保障的基礎。

然而，這些屬於意識界的律法、知識和信念，並不是所有人的生活準則和行為依據。

有一次我開車遇上紅燈停在路口，這時，可以開始右轉的綠色燈號亮了起來，我旁邊車道的右轉專用道上，有一位老伯伯的車卻停在原地不動，他後面的車子等得不耐煩，開始猛按喇叭。老伯伯可能不想右轉，但又不小心佔用了右轉專用道，不理會後車的催促，仍停在原地。

這時，他後面的車子下來了一個壯漢，拿了一根球棒，對他破口大罵後，要老伯伯立刻往前開，但老伯伯卻試圖跟他說道理；壯漢二話不說球棒就朝老伯伯的車身揮了下去，猛打幾下後，又敲破車子玻璃。路人報了警，本來只是一個小小的交通糾紛，卻演變成毀損罪。

人類是法界三因子的「全存在」，也就是說，人是同時包含三因子的生命體，因此，即使是高學歷且西裝革履的文明人，在情緒失控後，也會退化到用石器時代的認知和解決問題的模式，做出用物質力量，來排除眼前障礙的決定和行為。



這種習慣用物質界思考及認知，來解決問題的人，基本上，他們看整個世界，包括自己和他人，都是以物質界的角度來詮釋。

我曾輔導過一位受家暴的婦人，幫她重新調整對自己和人生的認知。在輔導過程中，我發現她說話的語意和用詞，似乎把自己當做是一件物品，不敢有情緒、意見和想法。

例如，她常說自己很習慣被當沙包，甚至想成為一台故障的電器，直接被丟到資源回收場，她反而覺得是解脫。

當然了，她會有這樣的認知，和她老公有很大的關係。根據她描述，她老公一有不高興，就對她拳打腳踢；如果她有點意見，她老公就舉手作勢要打她，她就閉嘴；或者當她很累不想做家事，她老公卻說，不想做，被他打一頓就會想做了……之類的話。

此外，她家裡的櫥櫃門和房間木門，沒有一片是完整的。可想而知，她老

公日常生活裡，就把那些家具看成和人是一樣的物質存在，或者是把人當成家具一樣，遇到問題就用物質界的力量來「解決」。

事實上，他所認知的解決，只是自欺欺人的假象，因此，他的世界只能被局限在物質的世界中，像是家中的電器、家具、牆壁，以及那個被他視為「物質存在」的老婆。

除此之外，他一出門，暴力行徑就被鄰居投訴或抗議，甚至曾被法院判刑；除了他老婆，沒有人會接受他習慣性地把人當成物件的認知。

儘管我們活在高度文明的社會中，但只要你用心觀察，也可發現我們周遭也存在許多「隱性」的M型人。

或許，你我在某些時刻，也曾陷入「物質界」的認知框架中。

長時間活在物質界認知框架中的人，如果沒有覺知，就會淪為暴力和物質主義的信仰者。



根據心理學家的研究和分析，那些把人當成豬狗宰殺或物件解體的變態殺人狂，他們眼中的世界，都是物質組成的存在。

他們不相信靈魂和鬼神，他們需要眼見為憑，只相信眼睛所看到的東西，看不見的則不存在。因此，他們可以把人當成物質一樣地殺害分解，而沒有罪惡感。

M型人，可以說是我們老祖先，在石器時代的求生模式和經驗，形成「印記」藏在潛意識深處。

因為童年的教育出現問題，或者遭遇到創傷或打擊，喚醒石器時代的印記，讓這個印記成為人格發展的主要架構，形成他們用物質角度來看這世界和人生的傾向。

因此，即使太空梭早已登陸月球，人類科技和文明已經高度發展，仍然有人不自覺地會用石斧或弓箭，來解決人生的種種問題。

可想而知，這種M型人活在這個文明時代，必然是動輒得咎，寸步難行的，他們的命運也必然是坎坷艱困的。

我們都有共同的祖先，我們體內都有石器時代老祖先的生活印記，千萬不要以為我們已經是百分之百的文明人。

時時保持覺知，當你察覺自己的「物質界」思考和認知愈來愈少，你的命運軌跡就會愈來愈寬闊平順。

□ About Awakening 2.0

▽經濟弱勢者，都習慣用「肉眼」來看世界

為何在現代文明中，貧者愈貧，富者愈富？

答案就在，你是用什麼「觀點」來看世界。



08

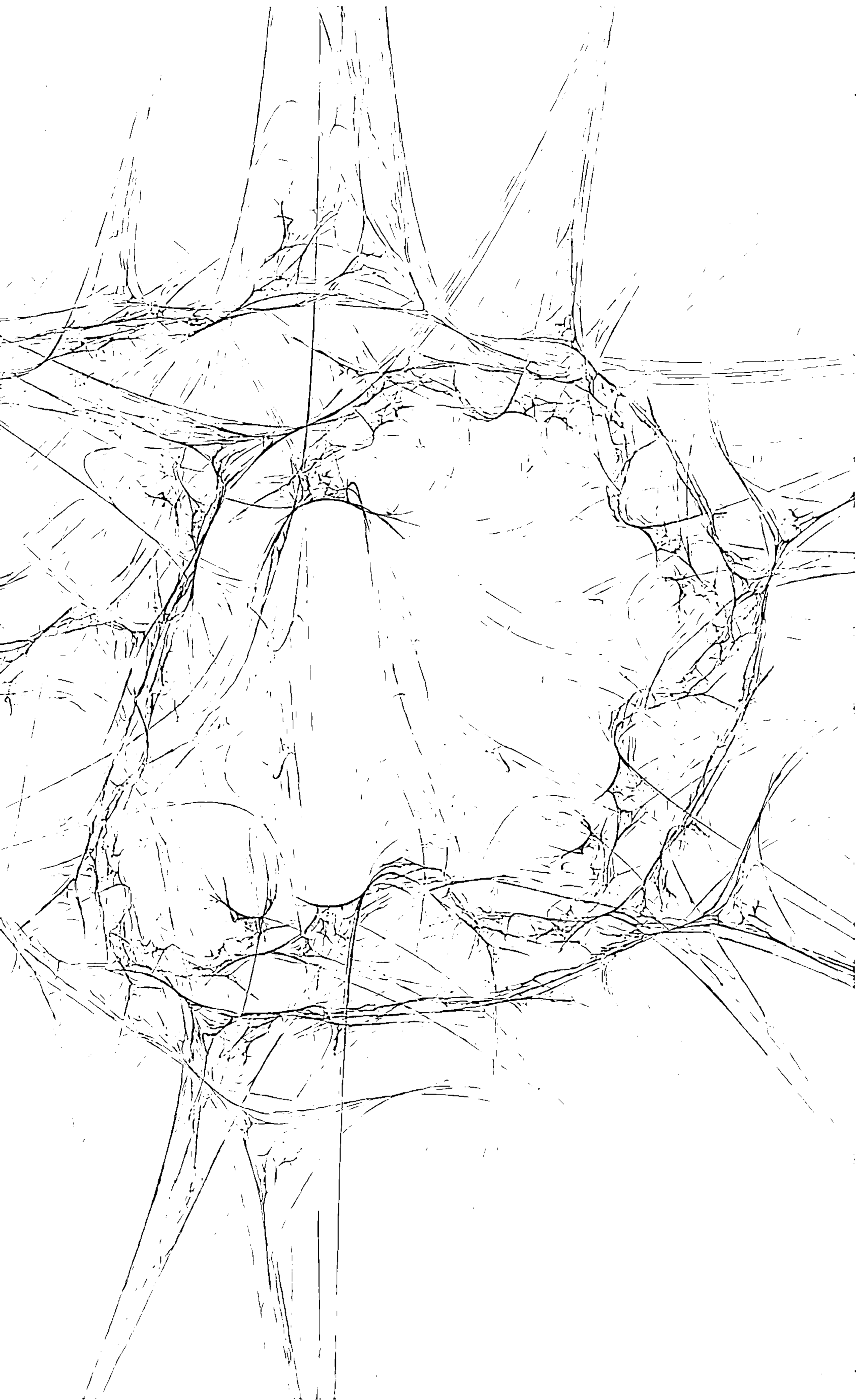
M型人：不自覺地用「石斧」或「弓箭」去解決問題

例如，同樣一台小筆電，在C型意識界者的眼中，是可用來處理許多資料的工具，對於他們來說，筆電的功能和價值，在於「看不見的部分」，也就是「軟體」的部分。

然而，在M型物質界者的眼中，小筆電不過是一個用塑膠做成的小瓦片，對於他們來說，筆電的功能和價值，只在於它的物質層面，在於看得見的部分，也就是外在的硬殼；因此，他們頂多拿筆電來墊桌腳或壓報紙。

因此，經濟弱勢者，都習慣用他們的「眼睛」來看世界，相對的，他們對疾病的認知，也都集中在外形外表的層次，在人口健康的統計分析中，他們也是比較弱勢的族群。

O型人：習慣性用「情緒」和「妄想」
去解讀現實問題





O型人無所不在，當一個人沒有覺醒，幾乎全部的人生，都在用O型模式，去解讀或詮釋所有問題。

如果你可以用心去觀察別人，或是靜下心來觀照自己的過去，你會發現，我們一直以來，都用「生物界」的認知，來看這個世界，包括看自己的人生和他人的切。

情愛是人的天性，然而，當一個人的情愛是來自生物界，一直用生物界的觀點和認知，來看待情和愛，那麼，這種狹隘的情愛認知，不但不能幫他改善命運，反而會讓他因此陷入險境。

老一輩的人曾說，世上所有男人都是女人生的，同樣的，世上所有的壞男人也是女人寵出來的。

有位痴心女孩，愛上壞男人，儘管她知道男人在外販毒且誘騙未成年少女

賣淫，但她仍選擇全心愛他，並且為他的罪行找藉口合理化。

直到她被男人詐騙去做毒品交易，兩人失風被捕後，還要求在監牢裡和男人結為夫妻。

幾年後出獄她仍執迷不悟，跟著男人做不法勾當。

直到她被男人賣入妓女戶，染上愛滋病且病發命危時，才頓時醒悟，不甘心自己的人生和命運，就此葬送在這個男人手中，但為時已晚，過沒多久她就死在醫院裡。

同樣的，有位婦人中年得子，把兒子視為心肝寶貝，兒子長大後遊手好閒，後來又染上賭博惡習，一再地輸錢後，就想盡辦法偷搶詐騙，婦人也一再地去医院為他交保。

最後兒子又借了地下錢莊的錢還不出來，錢莊逼兒子在婦人前演苦肉計，婦人被榨到一文不剩，兒子自此從人間蒸發。

事實上，會陷入生物界情感陷阱的人，絕不是只有女人，男人感情用事或



心軟誤事的例子，也處處可見。

然而，這類極端的例子畢竟是少數，我想談的是，一般人會常遇到的生物界認知框架問題。

例如，職場上很多人和同事間的互動，都是以生物界的求生模式來對應。

所謂生物界的求生模式，就是遇到任何威脅或危險時，生物的本能只有兩個反應，一是逃走，一是攻擊。

事實上，職場上的同事來自於不同生長環境，性格和認知參數也不會和你一致，如有意見相左或做事習性不同處，是可以透過溝通或協調，來化阻力為助力的。

然而，有人一遇到不如己意的事態，就會不自覺地運用攻擊模式，來讓對方消失在自己的世界，或者用逃避的方式選擇辭職。

我常聽到，職場中有人用「生物界」的手段，來對付自己的同事或朋友的故事。

例如，A在一家公司做了五年，好不容易爬到主管位置，後來，他介紹自己的好朋友B進公司，來成為A部門的成員。

雖然，兩人在工作上合作無間，但B總覺得自己和A同年紀，本就應該平起平坐，如今卻要屈就於他之下，心裡很不是滋味。

然而，某天早上大家上班時，卻從傳真機看到一張黑函，是不具名者投訴A私下收授廠商的招待，在物料驗收時放水，造成公司損失。

這件投訴案傳到老闆耳中，老闆震怒之下，找人進行調查。雖然查了一陣子仍找不到具體證據，但A的操守和誠信，仍被大家打了個折扣，連老闆也開始為了防止A有任何不軌，把A的採購權轉給B。

過沒多久，A也受不了這種被人當小偷防來防去的日子，主動請辭。



A離職後，沒多久老闆就把B升起來當主管，採購業務也交給B去辦理。幾個月後，許多客戶開始集體拒絕付款，以此行動來抗議公司給他們的物料品質太差。

公司老闆立刻下令調查，才知是B收了廠商大筆回扣，逼得廠商只好把物料品質降低，以保住自己的利潤。

老闆氣得想找B來解釋，想不到B早就把東西收拾好，人間蒸發了。

其實，像B這樣的到處都是。或許某個時候，我們也會像B一樣多疑，或者情緒化地先入為主，未審先判，然後，在恐懼無知中做出損人利己的事，而不自覺。

總之，O型人無所不在，當一個人沒有覺醒，幾乎全部的人生和所有的問題，都會習慣用O型模式去解讀或詮釋，一直到老死。

我認識的幾位老人家，據說，從年輕到老年，永遠都喜歡用自己的主觀來

批判世界上所有的事。

有一次，我聽他們的子女說，他們的主觀和固執，甚至嚴重到，一有選舉時，老人家一定要逼所有子女都去投某個黨派的候選人。

他們的子女都不堪其擾，但又不敢違抗，私底下透過別的長輩去問老人家，為何連續幾次選舉，都要指定子女去投某某候選人，是否老人家認識這些候選人，和他們有私交，知道候選人不為人知的才能和過人事蹟？

結果，老人家卻說都不認識那些候選人，為何要指定投他們，是因為老人家討厭另一個政黨，如此而已。

只選擇看見自己想看到的東西，或者只聽見自己想聽的，其他的，讓自己討厭的，都選擇看不見聽不到，是O型人的一個特質。

總之，生物界的力量對人的影響最大，人類從一出生到童年期，所有行為和本能的程式碼和參數，都是根據生物界的「原廠設定」來運作的。

說白話一點，也就是說，當你沒有保持覺知，你就會不自覺地被生物界的



習性控制，在無意間就埋下了許多惡業的種子，等到惡業種子長成大樹，開始向你討債時，你後悔就來不及了。

因此，想改變命運，不妨先從自己一天的行為，開始去覺察和反省，試著去發現，自己的哪些行為是自己深思熟慮的決策，哪些是來自生物界的「原廠設定」。

當你愈清楚自己在幹什麼，你的命運掌控權就會愈高；這時，你才能為自己的命運重新編寫程式碼，擁有屬於自己的人生。

□ About Awakening 2.0

▽人心和股票一樣，都是可被操弄的資源

雖然我們身處高度文明的「意識界」，然而只有極少數的人，真正活在意識界中；大部分的人，仍然會把人情、感情、交情等生物界

的力量，視為個人生活和集體意識中，很重要的資源。

例如，有個殺人犯殘忍地殺害了幾名少女，在被司法審判的過程中，如果這位殺人犯很懂得操控人心，又有熟悉媒體操作的律師協助，他的罪行經過包裝後，加上後續的刻意表演，只要能取得大眾的同情和法官的肯定，往往他就能不用以死償命，入獄關了幾年後表現良好假釋，又回到社會開始尋找獵物下手。

因此，人心是可被操弄的，人性是健忘且情緒化的。

從溫馨的角度來看，人的有情是可愛的；但從意識界的律法或公平正義角度來看，有時候，人心是人類文明進化的阻礙，也可能是你命運軌跡上的絆腳石。

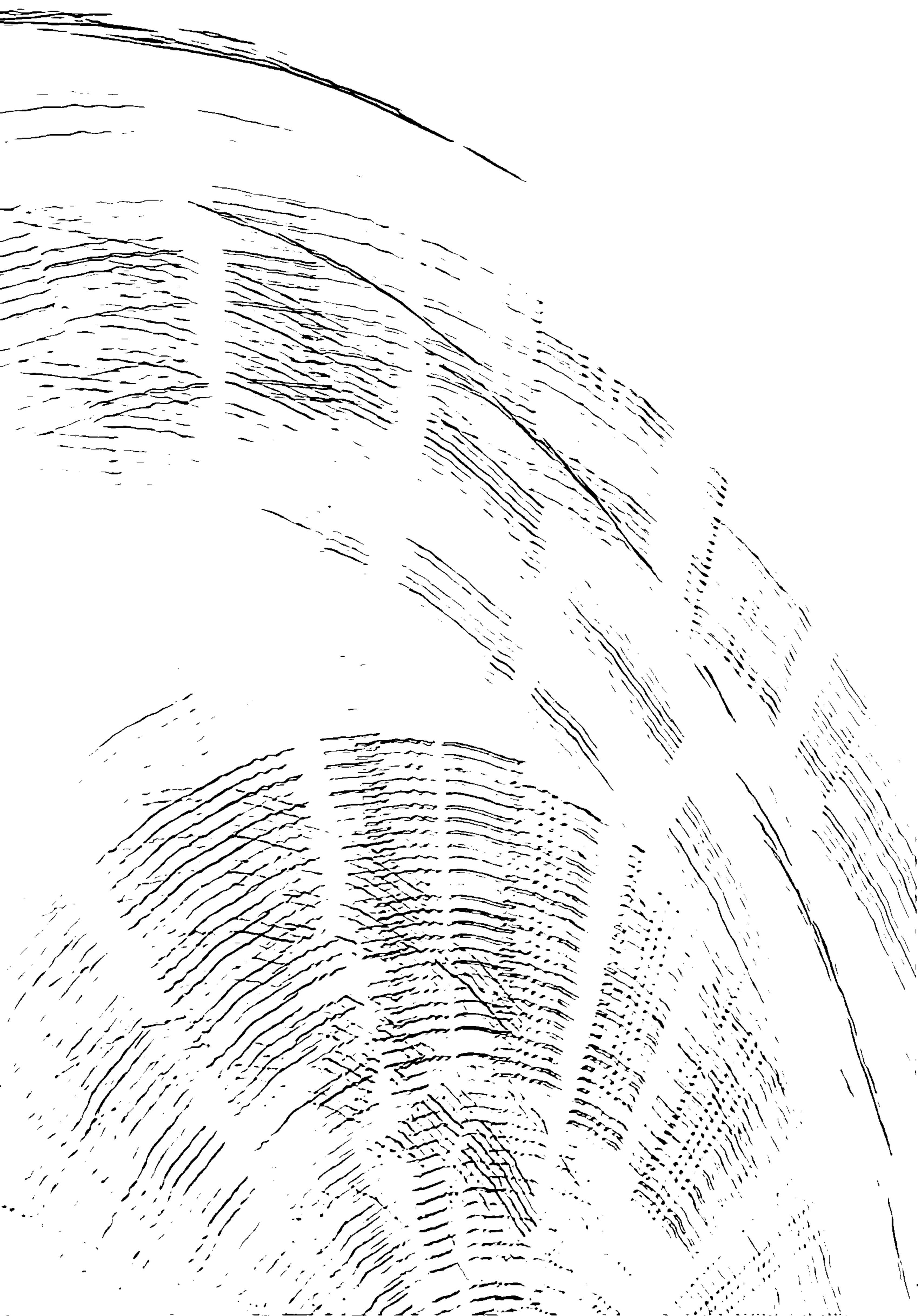


09

O型人：習慣性用「情緒」和「妄想」去解讀現實問題

我的觀照筆記

C型人：
懂得用「意識和信念」，
來處理人生問題





在意識界中，人們用科學知識和哲學邏輯，來解構所有的問題，再用信念和意志，來架構自己的人生和世界。

如果我們的意識作業系統，等於電腦裡的視窗作業系統，那麼，我們的科學知識和哲學邏輯，就是編寫程式的原始碼和語法，而信念和認知，就是我們的網路瀏覽器。

如果這樣的比喻太抽象，那麼，你可以把科學知識和哲學邏輯，看做是顯微鏡，而信念和認知，就是我們的眼鏡或墨鏡。

隨著人類文明的高度發展，不可避免的，意識界的人將擁有最強的競爭力 and 生存優勢。

因為，整個世界的法，就像一塊金字塔型的三層蛋糕，中間的生物界向下控制和包含著物質界，最上層的意識則向下控制和包含著生物界和物質界，而生物界和物質界卻不能向上包含意識界。

這也意謂者，意識界的人，可以處理意識界以及向下包含的生物界和物質界的所有問題，生物界和物質界的人卻無法發現或認知意識界的存在，當然也無法處理意識界的問題。

例如，一輛車子的零件故障了，光是針對零件壞了，無法讓車子運用力學，把動力傳給輪子向前進，這是屬於物質界的物理因果法則的問題；然而，車子這個概念和設計，不是屬於物質界的，是來自意識界的產物。

如果A是M型人，他可能分不出車子故障前和故障後，有什麼差別，因為，有些零件的故障，從外表是看不出來的。

A如果一直從物質界的角度來處理故障這個問題，他只能選擇放棄車子或把車砸壞。

如果B是O型人，他可能聯想到怪力亂神或是車子本身也有脾氣，才會故障不聽話。



因為，他的認知只到生物界的層次，所以會很自然地用生物界的主觀情緒和感情來解決問題。

原始部落裡有巫師，只要有人生病，或是有探險家的車子不會動，薩滿教的巫師就會用祈禱或舞蹈的方式，來解決眼前的問題。

每個人在五或六歲以前，尚未有認知能力時，是屬於物質界的，任何事物，包括人和動物在內，在他們眼裡都是物質。

然後，他們在成年或十八歲之前，都是屬於生物界的，他們會覺得任何事物都是有靈魂和感情的；因此，孩童五或六歲以後的時期，洋娃娃或動物玩偶的銷量是最大的。

如果某人是意識界的人，學過汽車組裝原理和維修，他就會運用專業知識，來找出故障的零件，然後把零件換掉，車子的運作就恢復正常；相對的，他不會去求平安符或拿斧頭砍車，來解決零件故障的問題。

比較有趣的一點是，對於車子領域來說，維修師傅雖然是意識界的人，但出了車子領域，到了經濟、醫學、哲學或其他領域，他就未必是意識界的人，反而有可能是生物界或物質界的人。

相對的，有個科學家車子壞了，拖來給維修師傅修理，這也不代表這位科學家在汽車領域是生物界或物質界的人，或許他也屬於意識界的人，只是沒有時間去輸入和整合有關汽車的專業知識。或者科學家知道汽車運作的原理，也知道是哪個零件故障，只是他沒有零件和工具可以維修罷了。

從這個角度來看，生活在文明世界中的人，大家都可能只是某些領域的C型人，而在其他領域，就有可能降為生物界或物質界的人。

同樣的，某些人在某些領域中是生物界或物質界的人；然而，進了某個領域，就成為C型人。



例如，研究物理學的科學家，在醫學領域是無知者，因此長期食用高油脂食物，導致心血管疾病等等。

然而，我這裡提到的覺醒2.0，指的是對世界所有法則都看清的人，並不會只局限於某個領域才是覺醒者；我說的覺醒，並不是像一根蠟燭或手電筒，而是像太陽一樣，一覺百覺，遍照萬物。

真正的覺者，所悟到的是萬物遵循的「法」，而不是死的知識。

當你全然洞悉了所有法的運作，不論你要切入哪個領域，在吸收和整合那個領域的知識時，就會比別人快且有系統。

因此，覺者可以運用所悟到的法，來解決各種問題。
這樣的悟和覺，才是真正屬於意識界的人。

前面談的是意識界中，有關科學知識和哲學邏輯的部分。

意識界的C型人，之所以能擁有生存優勢，除了上述部分，還有信念和認知的強大力量，來解構和架構，以及進一步分析各種問題，進而找出「最佳化決策」，來讓自己用最小的資源，得到最大的回報。

關於信念和認知，意識界的C型人都洞察了一個實相，那就是：你的信念和認知，將決定你成為什麼樣的人。

因此，當C型人對某件事的某個認知，對他們產生了負面的影響或阻礙，他們就懂得調整認知參數，來化險為夷，轉危為安。

同樣的，當C型人知道事態的發展，有一定的法則和趨勢，他們就會給自己一個強大信念，讓自己不受外界或他人干擾，來堅守自己的決策和觀點。

例如，當全球經濟景氣流言四起，情勢混亂時，不懂得經濟情勢分析的人，就只能盲目跟著人家搶進或出場，最後賠光本錢。



這時，如果你懂得情勢分析，知道市場的運作法則，就可堅守自己的信念，不受市場流言動搖，最後就能靠景氣和走勢擁有獲利。

所謂的命運方程式，也是靠分析來洞察未來走勢，再加上對的認知，和堅強的信念，結果就是達成目標或心想事成。

然而，世界之大，人口之多，構成了一個極複雜的共業圈。當我們生活在這個共業圈中，你很難獨善其身，只顧自己的分析和規畫，不去考慮其他人和因緣，可能帶給你的各種變數。

除非你一個人在月球生活，否則，活在這地球，你就脫離不了人類這個超大型的共業圈。

在這當中，只要有兩個人互相影響，就是一個共業圈。

當你組成一個家庭，你就進入這個家庭裡的共業圈，家裡每個成員的每個

決定或行為，都會影響到你的生活或命運。

同樣的，當你進入一家公司，或參加一個社團，或加入一個俱樂部，你就等於進入一個共業圈。

所有共業圈中，就屬全球性的共業圈最複雜。

因此，面對難以分析計算的超大共業圈，C型人必須先懂得如何自保，再求如何靠共業圈的力量，為你的命運加分。

第三篇

如何運用「MOC」 來安裝「覺醒2.0」？



運用M型「因果法則」，
由外而內來趨吉避凶





每個人都是生物界的存在（Being），每個生物都包含著物質，都是靠物質來做基礎，才有生命的現象發生。

例如，細胞再向下分析就是分子和原子，這就是物質的範疇了。

既然我們是靠著物質為基礎而活下來的生物，在生活中，就不能忽略M型層次的因果法則。

不管你的目標是在哪一個領域要有成就，名利也好，感情也好，精神層次的修鍊也罷，你都需要有個擁有正向能量的身體和場域。

否則，沒有了身體和健康，一切都是空談。

我們都需要健康和能量，然而，從M型層次來看，我們生活中的「物質」多半是由外在來影響身體和能量的。

這時，只要你覺醒，能看見M型層次的實相，你就能運用M界的「因果法

則」，來讓自己擁有天地間的最佳物質元素，讓自己趨吉避凶，在健康和能量上加分。

例如，日本福島核災發生後，大量外洩的輻射能量，必然會造成各種生物的細胞病變。如果你選擇住在這種被輻射汙染的環境，就等於找死，根本不用談什麼健康和改變命運。

這裡談到的輻射能量，就是M界的物質。

它沒有思想意識和個性，它只是個無機物，只要誰靠近它，誰就受它影響，不會有例外，這就是M界的因果法則。

同樣的道理，當你選擇住家，如果你太忽略M界物質的影響力，住在一個有火車經過或工廠噪音的地方，或是空氣中有汙染物的環境，或是堆放垃圾的山邊或河邊，這些噪音、空氣、塵垢垃圾，都會耗掉你的能量，由外而內進入你的身體，讓你衰敗虛弱，百病叢生。



如果你能看透M界的「因果法則」，是如此無情地影響人類的健康和能量，有覺知和智慧的你，就會懂得反過來，運用這個法則，去找一個沒有噪音和空氣汙染的環境，一個能讓自己放鬆，有陽光和乾淨的環境，來讓自己的健康和能量加分。

例如，平時工作緊張、壓力大時，晚上回到家，可運用聲波的能量，聽一些讓你感到放鬆的音樂。

同時，還可運用一些電器來產生負離子，讓自己的細胞可以放鬆，自律神經系統自動平衡，能量因此可以回復，甚至增加。

此外，多向醫師請教，平日如何吸收一些對人體有益的微量元素，像是鋅、鎂、硫等，這些M界的物質，使用得當，都可以讓我們趨吉避凶。

總之，物質沒有思想意識和個性，它只是個無機物，由物質產生的「因果法則」同樣是一板一眼，絲毫不會打折扣的一種力量。

只要你懂得運用它，成為它的主人，它就會忠心地為你工作或趨吉避凶，

不會要求加薪或請假，更不會罷工。

因此，懂得運用「因果法則」，你就等於擁有千軍萬馬來保護你，甚至為你打仗。

相對的，無明的人，不懂「因果法則」的殺傷力，凡事都靠情緒或妄想決定，無形中，等於為自己樹立了無數的敵人，讓自己身陷險境而不自知。

如果你已覺醒，就會懂得如何舉一反三地活用「因果法則」這個死板板的力量。如何進一步活用，請閉上眼，靜下心去觀照吧！



□ About Awakening 2.0

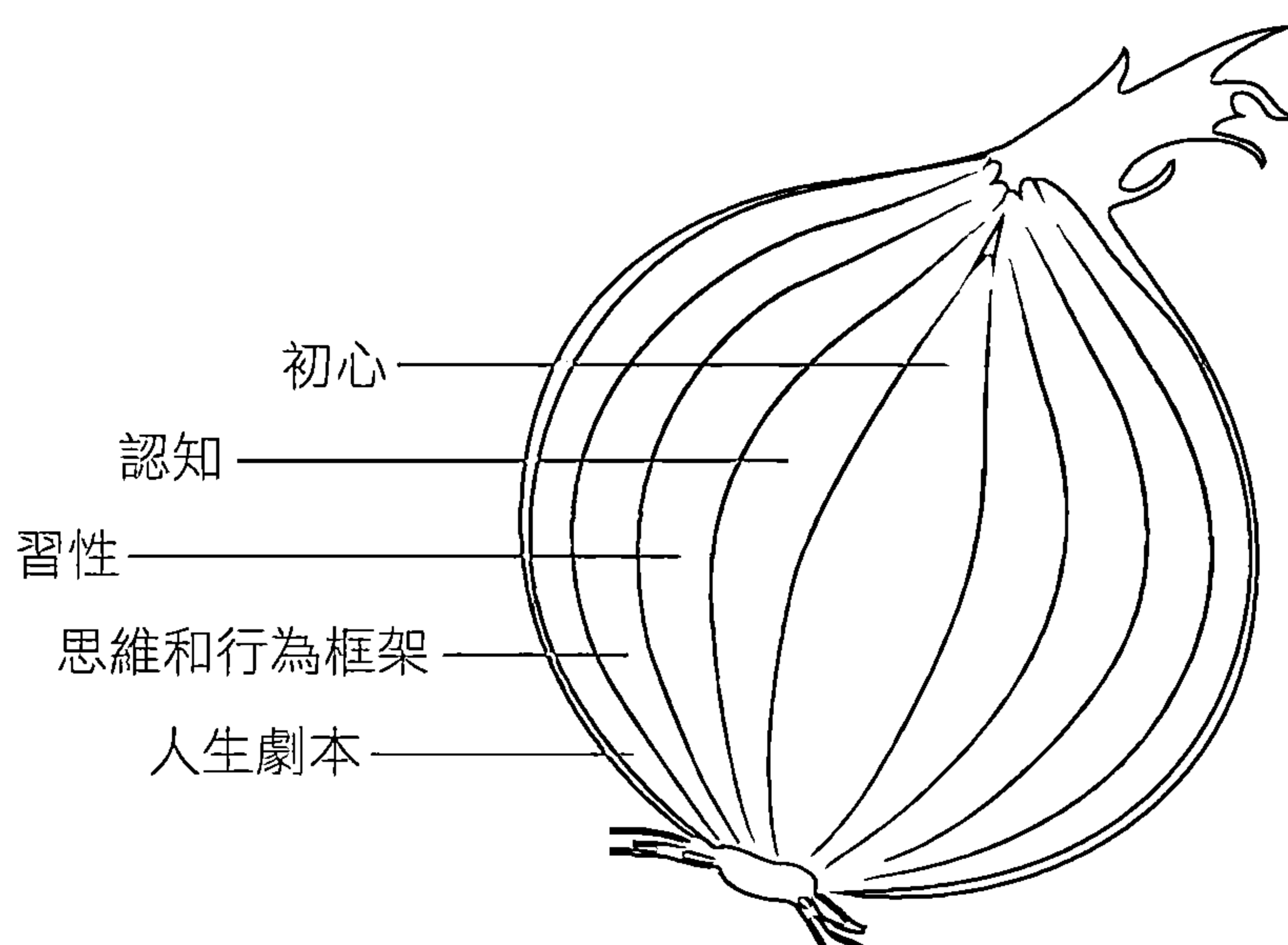
▽ 洋葱放鬆法

放鬆，是安裝「覺醒2.0」的基本功。

人心像洋葱，隨著時間流逝，洋葱的外層愈來愈多，每一層都是進化的產物。

為了應付大自然和文明的考驗，我們的心也愈來愈多層次和複雜化，到了最外層，意識作業系統被建構出來，然後，在這意識作業系統上，我們的大腦又創造了許許多多的應用程式，好來應付人世間各種挑戰。

因此，當你要放鬆靜心時，可以想像，自己的心就像剝洋葱般，把應用程式一層一層關閉，然後，也把意識作業系統關閉，再繼續往



內剝除。當我們剝開洋葱的最內層，
會發現裡面空無一物，這個空，就是
初心。

人心這個洋葱，第一層是初心，
第二層是認知，第三層是習性，第四
層是思惟和行為框架，第五層是人生
劇本。

每天睡前用一點時間，來練習看
見這五層架構，再練習一層一層剝
掉，自然可以讓身體放鬆，頭腦放
空，進入靜心的境界。



11

運用M型「因果法則」，由外而內來趨吉避凶

我的觀照筆記

借用O型「習性」和「業力」
來改變生活模式



我曾說過，有一個女孩半夜坐在客廳裡，因為一直打男友的手機卻沒人接，她就開始胡思亂想；最後，等到她男友回到家，推開門就聞到一股焦味，原來，她已經燒炭自殺。

然而，我聽過另一個故事。

同樣是女孩在等男友回家，等到半夜不見人影，打手機也沒人接，她也開始心慌。

然而，當她一焦慮就會拿巧克力來吃，再開電視，剛好偶像劇開演，於是她就邊吃邊看電視，看得笑呵呵。

雖然心裡還是掛念著男友，但身心的放鬆，讓她不會把男友的晚歸朝負向的想法推演。

結果男友回來了，看她一個人開心地看電視，反而開始擔心起來，心想是否她在外邊有了別的男人？否則為何不會牽掛他的晚歸？

有時候，當人面對困境、低潮或挫敗，如果你有好的習性，不但可以解決

問題，甚至會因為好的習性，平時不自覺地做出好行為或凡事往正向去思考，讓你的人生困境和低潮減少很多。

習性是業力的基礎，它就像是自動執行的程式，一旦安裝後，就會一輩子自動執行。

因此，它可以是殺人的武器，用溫水煮青蛙的方式讓人陷入不可逆的危機，也可以是救人良藥，讓人逆轉業力軌跡，就看你怎麼運用。

此外，在所有習性當中，就是認知和思考的習性，對人產生的影響最大最深遠。

例如，人生中很多的走投無路和絕境，其實都是頭腦的自動執行程式製造出來的，並不是事實，也不是符合邏輯的推論。

然而，很多人一聽到不利的消息，像是檢查出重大疾病或癌症，或得知家人和親密夥伴似乎做出背叛自己的事，就立刻啟動長期累積下來的思考和認知



習慣，把事情或單純的訊息，解讀或推演成無藥可救的絕境。

如果你也有這樣的負向思考習性，就可以運用覺醒中的觀照，先去看見自己的習性是如何運作，再進一步在靜心反省中，把原來的認知參數和思考模式調整或改變；如此，你日後在面對困境和挫敗時，就會有比較強的抗壓力。

我說過，命運是由一個人的生活模式編寫成的，而生活模式是由行為組成，而行為則是一連串的認知框架和決策組成的；這些認知、決策和行為，之所以能自行運作，都是靠習性的機制。

因此，要改變一個人的命運，就必須先改變一個人的習性，進而改變生活模式，才能跳脫原來的業力軌跡。

例如，有人總是習慣在睡前玩電腦遊戲，長期下來，影響他的自律神經和睡眠品質；但他沒有自覺，因此，也就無法改變這樣的狀態，最後必然進一步

影響他的工作、人際關係，最後也影響到感情和收入。

除了生活模式外，也有人長期一直使用錯誤的決策模式，來把自己的命運搞得一團糟。

我有一個朋友，每次一想到什麼點子或想法，就無法靜下來，先做每個決策的優劣分析，或是多比較其他的決策，就急著下決定。

例如，他去逛街時，在第一家店看到喜歡的包包，就立刻下決定要店員打包。等他逛完整個商圈，才發現同款式的包包，竟然有十幾家店都在賣，而且價格高低不一，當然他買到的價格不會是最便宜的，卻往往是最貴的。

他的這種不良習性，不論身邊朋友怎麼勸，他都聽不進去。

或許，他的這個決策模式使用太久，變成一個房子裡的固定裝潢家具，漸漸地家具和房子已經成為一體，再也拆不掉。

有一次，他領了年終獎金說要犒賞自己，竟然看了雜誌介紹後，直接衝進



百貨公司買了一支十幾萬元的手錶。

更離譜的是，他的朋友帶他去看新車展示，他也是看了第一家展示場，就下訂買了一輛百萬名車。

他這樣的衝動決策模式，在朋友和家人不停提出指正後，他還會找出一堆理由，來合理化他的決策，並相信自己的決策是對的。

由此可知，習性的力量有多強。它所推動的業力，對人更是有相當深遠的影響。

如果你能看透並且分析自己的決策模式和生活方式，其中到底暗伏了多少不良習性，那麼，同樣的，你就可以在靜心反省中，去修改這些模式的原始碼，再透過行為上的自覺調整，快則一週，慢則一個月，你為自己量身訂做的好習性，就會成為你的僕人，全年無休，全自動地為你編寫良好的命運碼。

如此，改變命運不但是可能的，而且是容易且輕鬆的。

□ About Awakening 2.0

▽ 卡在頭腦裡的死知識，會讓你變「瞎子」

當人有了追求的目標，就開始會有焦慮和盲點。

人生最偉大的挑戰，不是去挑戰某個高手，而是去挑戰自己。

然而，幾乎所有人都習慣向外挑戰，向某個人挑戰。當你的頭腦有了和人比較的認知，你就會以為自己的一生就是要打敗別人，這才是成功，才是你來這世間的目的。

我們的頭腦會產生苦，往往是因為塞滿了太多自以為是的認知和訊息。

當你全心地向自己挑戰，摸清自己的缺點，看清自己大腦裡的假



象和陷阱，勇敢面對自己的恐懼，你會自然地靜下心來看見自己的成長和變化。

相對的，當你一直把心力向外去找人挑戰，你就會愈來愈焦慮不安，甚至壓力大到自律神經失調，進而憂鬱失眠，得不到平靜。

總之，不要用無知膚淺的頭腦去追求一個目標。

因為，任何成功，都需要太多太多你我無法計算、掌控或預測的因緣來聚合，才能成功，例如天氣、景氣、公共建設或市場趨勢等，這些都超出個人的力量。

我們唯一能做的，就是不要和別人做比較，不要想去打敗別人，而是不停地挑戰自己，戰勝自己，讓自己一點一滴進步，全然地去投入你想做的事，不要有太多的頭腦和自以為是，不要有任何投機或自

欺欺人的預測，因緣來了，風來了，雨停了，季節對了，該來的自然就會來。

當你丟掉了心的感受，丟掉了「覺」的體驗，習慣地用頭腦來批判或貼標籤，或是去認識事物，去和這個世界連結，你就掉入頭腦的陷阱，也就是佛陀或老子說的「智」的黑洞裡。

如果你丟掉感覺和體驗，只用頭腦和知識來連結世界，那麼，你所認知的世界是支離破碎的。

要知道，所有的知識都只是一種工具，所有的工具都來自某個封閉的框架。

知識只是一把梯子，可以幫助你爬出人生的盲點和種種困境；然而，當你把所有的人生都放在知識上，知識就會變成一種偏見，一種狹隘的視點和結論。



在你發現某些事實的真相之前，這些偏見，已經盲目地幫你做出最終判決。

有人笑文盲什麼都不懂，是知識的瞎子。

然而，當你頭腦塞滿了死的知識，那些知識反而會干擾你或阻撓你，去看見事實的真相，這時，你才是最可悲的瞎子。

活用C型「共業變數」
來學會平靜和自在
9

我們活在一張巨大的共業因緣網中，全世界的人都連結在一起。即使你沒有過失，但別人的無心之過，也可能為你帶來災難。

幾年前雷曼兄弟破產，在全球引發骨牌效應，接著是歐洲許多國家的債務無法清償，也連帶讓全球股市受到波及。

當然了，這些事件都和我們無關，但他們引發的蝴蝶效應，卻是生活在同一個共業圈的我們，無法避免的原罪，因為，有太多人因此被連累而破產，甚至跳樓自殺。

當你覺醒，你必然可以看見一個實相：在地球這個共業圈中，沒有人可以獨善其身，獨自享受地球的美好，而不管其他人的愚行或痛苦。

另一個實相是：我們都逃不出地球這個共業圈。

是的，我們除了一起改變一些錯誤認知和意識，讓這個共業圈的體質改

善，讓大家都長久久久平靜生活下去之外，我們沒有第二個選擇，我們注定無路可逃。

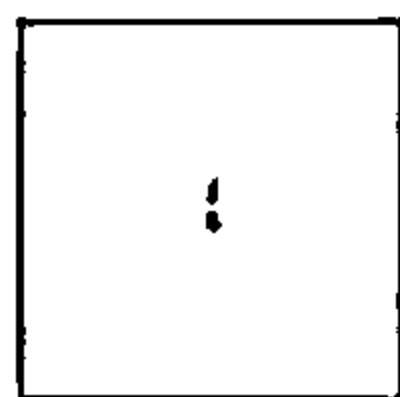
這就好像，我們和六十億人一起搭一艘船，因為這六十億人的重量，我們就必須輪班，不停地划水，船才不會沉下去。

然而，只要有人不願輪班，不願盡自己的義務，去為大家的生存付出和奉獻，這艘船很快地就會沉下去。

因此，有可能你是那個無私奉獻，每天用力划水，划到筋疲力盡的人；但是很不幸的，當你累到不醒人事睡著時，其他人不願接手划水，結果你還是和大家一起沉入海底。

我有一位朋友，是個性忠厚的公務人員，他工作了三十年，雖然不是很富有，但至少有房有存款。

然而，他老婆的弟弟，也就是他的小舅子，因為生意失敗，三天兩頭來向



他老婆下跪借救命錢。

眼看小舅子又是欠銀行，又是欠地下錢莊的，再沒有人出手救他，小舅子一家三口，尤其小孩子才七歲，都要跟著被迫殺。

因此，朋友不得已拿出退休金借了。

本以為這就解決問題了，誰知小舅子沒有說實話，原來，他欠的錢如無底洞，數目字太大，上次朋友借他的錢，根本只是零頭。

朋友驚覺錢不但拿不回來，還會惹來債務糾紛，就鐵了心不再借出；但小舅子竟然私下騙朋友老婆，拿出房屋權狀向銀行借了一大筆錢，錢到手後就人間蒸發。

朋友還不出借款，房子因而被拍賣，害他老來無依靠，年紀一大把了，還要出去找工作租房子。

我自己也有被人連累的經驗。

十幾年前我自己做小生意，把產品交給經銷商去發到市場銷售。辛辛苦苦

由零到有，每天工作十幾小時，老老實實地把產品做好，本來收回一點錢，算是小有成就。

但一夜之間，經銷商無預警，連同我在內一起倒帳幾十家公司，總金額好幾億。

結果經銷商負責人跑掉了，我也跟著一夜之間破產，此外，還要花好幾年的時間去打官司，去解決債務。

當時我覺得很冤，這口氣一直吞不下，無法接受我的努力工作，結果卻換來一堆債務和妻離子散。

然而，十幾年後我放下了，我看透了，沒有什麼好怨天尤人的，一切都是我太放心經銷商，是我活在妄夢中，看不清實相，因此，沒有做任何風險控管和因應準備，才會一夜之間就破產，絲毫沒有抵抗力。

相對的，覺醒的我，看得很清楚，只要我們活在這個共業圈一天，就要有

心理準備，去承擔共業圈中難以預測的無常變數。

不論這些變數是否來自你認識的人，或和你沒有直接關係的陌生人，只要因緣俱足，他人的無心之過或起心動念，都會影響我們的人生。

當然，對許多還活在夢中的人來說，他們一直以為整個世界是平穩不變的，整個世界的運作是理所當然的。

每天醒來，自來水、食物、空氣、大眾交通工具，以及每天都會看到的銀行、百貨公司和政府，都是會無條件地永遠存在。

因此，他們可以睡得很香甜。

然而，許多和我一樣過了四十歲的人，幾乎十個有九個都睡不好。

因為，他們見過太多共業圈給他們的無常變數。

因為，他們遇到太多莫名其妙被他人連累的慘痛經驗。

當他們不知道明天還會有什麼變數來臨時，潛意識的焦慮讓他們無法香甜入眠。

因此，我才不停地強調要每天放鬆和靜心。

在靜心觀照中，看見這個世界的變化無常，看見自己現在擁有的，其實都只是有條件式的因緣聚合，看見過去已失去的，也並不是夢幻泡影，因為，只要因緣俱足，一切都會再回來。

當你能用清明的心，去觀照這個幻變無常的共業圈，不再有絲毫違反實相的妄想，和不切實際的期待，你自然可以在這動態不定的世界中，得到平靜和自在。

對於覺者來說，平靜和自在是很重要的。

因為，當你被幻變無常的人事物干擾，因而失去平靜時，必然就會陷入頭腦的妄想中，跌入恐懼失落的深淵，再也看不清實相。

如此，想要改變命運，就等於是自欺欺人了。

總之，活在這個無常的共業圈中，任何你想得到或想不到的事，都可能發生，世上沒有什麼是永遠不變的。

這就是C型意識界的本質和遊戲規則，當你看透了這個實相，即使世界末日來臨，你仍然可以在平靜中擁有自在。

如何運用「MOC」
來安裝「覺醒2.0」？



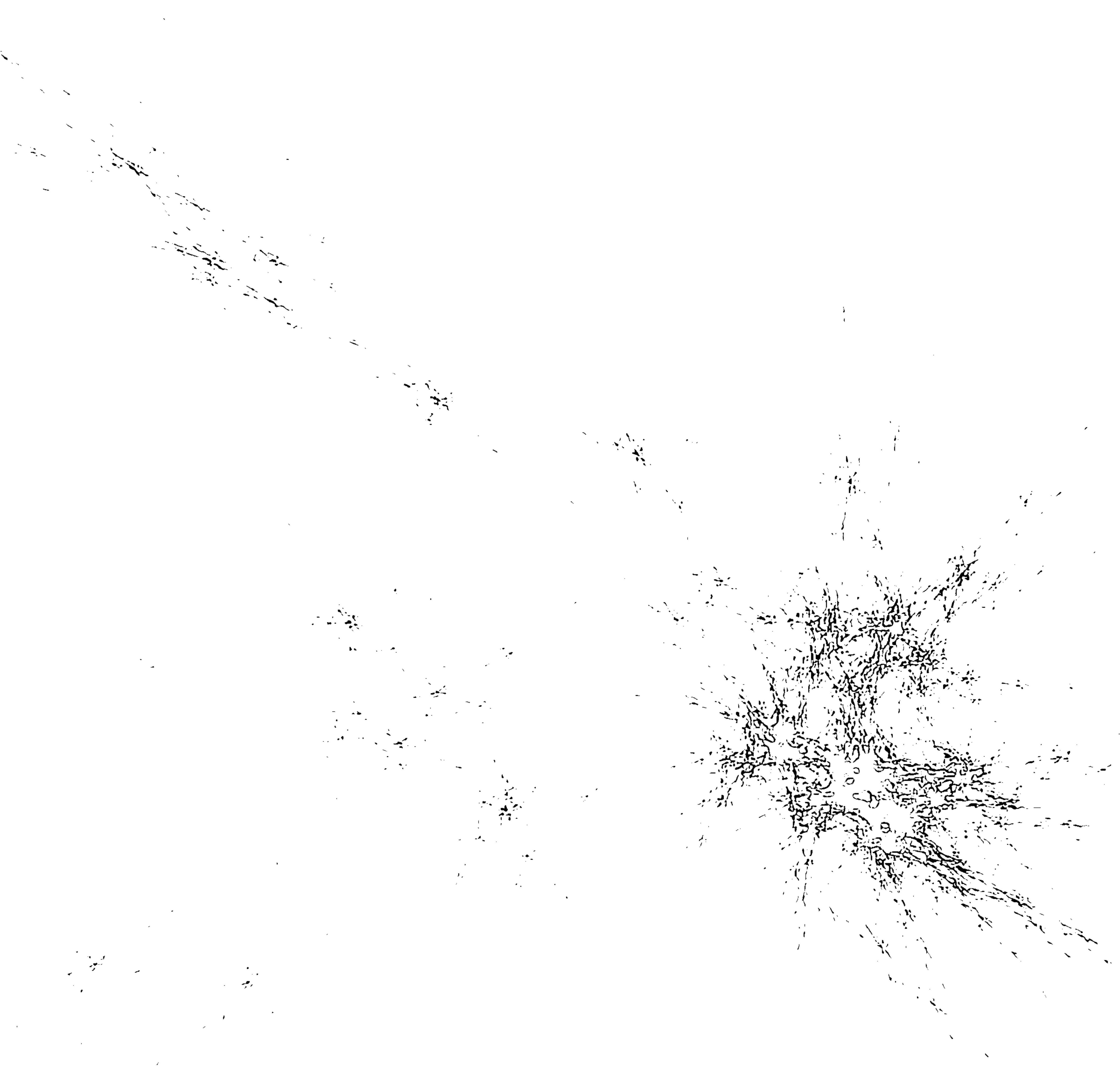
第三篇

：
：
：
：
：

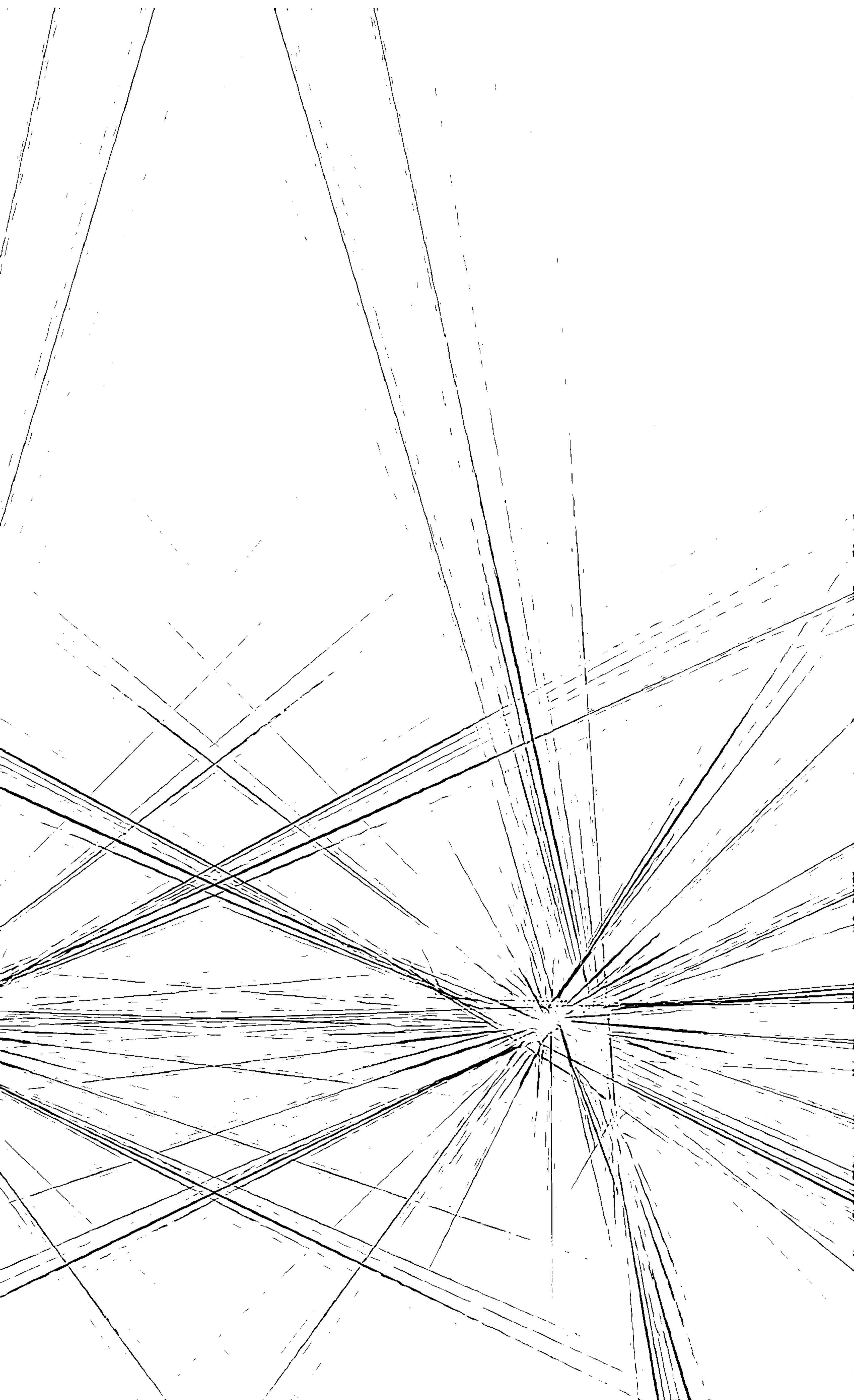
1
4
0

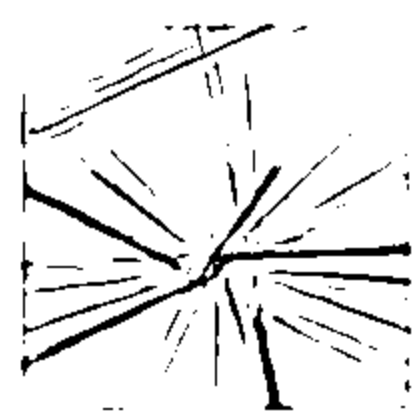
第四篇

如何運用「覺醒2.0」 來解決問題及改變命運？



閉上眼，
你才能看見「業力軌跡」





我的高中同學K君，自小家境優渥，長得又高又帥，白白淨淨的。然而，畢業將近二十年後，他來找我，卻是氣色晦暗，滿臉憔悴。

我還未開口問他，他就開始抱怨，說幾年前開始走衰運，破產負債，每天跑法院和應付黑道，同時間，老婆又讓他戴綠帽，跟情夫私奔。

最近他又昏倒送醫，被檢查出罹患了肝癌。

他心有不甘，自認一生沒幹什麼壞事，大聲地問我，為何會遭如此衰運？

我告訴他：

「人生的苦厄有兩種，一種是你走在路上，樓上有人跳樓壓到你，或者你在家裡看電視，有一台飛機衝進你家客廳。

這才真正叫衰運。

另一種苦厄，是自己種下的因，經過業力的推進，所得到的果報，這不是衰運，而是報應。

例如，老婆跟人家跑，但老婆是你自己選的。

例如，事業失敗，破產負債，

事業是自己經營的，不要牽拖老天和命運。

而且，你本是富家子弟，家財萬貫，

卻搞到兵敗如山倒，還要跑法院躲黑道，

別人白手起家，卻能從平地築起萬丈高樓。

因此，你要為自己的苦厄負全責，不要牽拖命運。

例如，你從小吃得比人家都好，身強體健的，現在搞到得肝癌，

這時，過去的酒池肉林、豪飲縱慾，

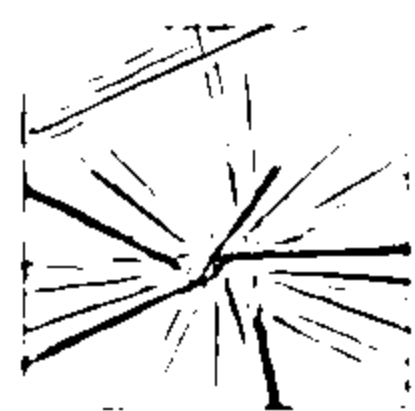
卻忘得一乾二淨，把錯都推給衰運。

當初沒有種這些惡因，現在就不會有這些惡業，

糾纏著你，逼你走絕路。」

他怔了半天，說他不相信什麼業力，因為他看不見，也摸不到業力。

我說，業力不是怪力亂神，也不是宗教信仰，而是真實不虛的因果法則下的，一種不可思議的力量。



他又質疑地問：「業力在哪裡？為什麼我看不到？」
我說：「業力無所不在，也並非你看不到，而是你選擇不想看見。」
他胸口不停起伏地喘著氣，陷入沉思……

業力無所不在，它像一輛全力加速的車，即使放開油門，它仍會依慣性定律，全力地往前衝。

業力的可怕，在於即使你不想面對它，你用酒麻醉自己，你躲在被窩不想醒來，或是你拼命作法事、點光明燈、花錢去放生，它還是會按照自己的進程，不停地影響你，把你推入一個，你自己預定好的「業力軌跡」。

可惜的是，「業力軌跡」只有覺者看得見。

當你有了一個妄念或做錯一個決定，後果，其實是你自己可以預見的。
只是，業力的軌跡，需要時間的刻度來顯示。
畢竟，一顆種子會變成一朵花或樹，絕不是一瞬間或十分鐘的事。

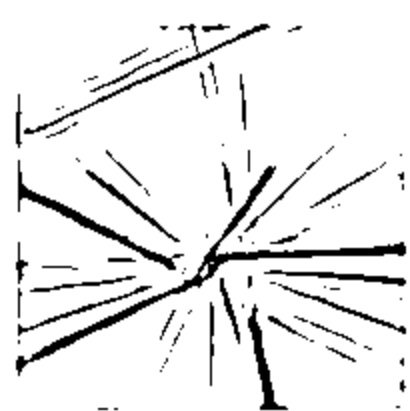
遺憾的是，無明的迷者，沒有保持覺知，沒有記錄下來，自己在過去，曾幹過什麼傻事，因此，看不見那個，用時間刻滿尺度的「業力軌跡」。

K君沉思了許久，或許想起以前如何用錢汙辱老婆，交的都是酒肉朋友，把XO當啤酒喝，把鈔票當面紙來擦，還讓酒肉朋友介入公司業務，才會演變成今天這個下場。

他再開口時，心情平靜了許多，他輕聲地問我，如何才能看見，自己的業力軌跡？

我說，閉上眼吧！

唯有閉上眼，往自己的內心去省思、去觀照，你才能夠看見，自己的「業力軌跡」。



□ About Awakening 2.0

▽ 墨鏡、夜視鏡和電子顯微鏡

當你遇到問題時，最好先檢驗它的起因，是屬於M、O、C中哪一層次。

如是M，就用M物質界的「因果法則」去解決。如是O，就用O生物界的「業力法則」。如是C，則要從文明的「共業法則」去找出解決方案。

然而，很多人都看不清這實相，經常用M界的拳頭來解決O界的感情問題或C界的法律問題；可想而知，愈用力問題就愈多，命運多舛都是自己的「無明」造成的。

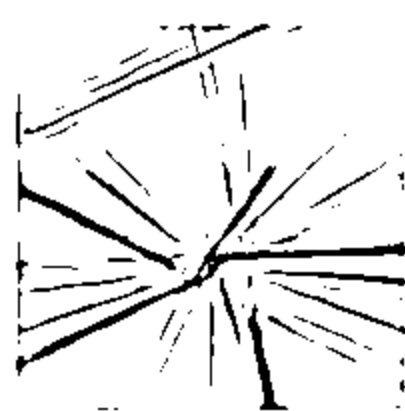
當你選擇用不同層次的認知，來看問題時，你就等於為自己戴上

了一個眼鏡。在這裡，我用三種東西來比喻M O C三界的認知。

M界認知——墨鏡：只能看物體的外表，而且是片面的認知，只能看見光亮之物，而看不見黑色或藏在陰暗處的東西。

O界認知——紅外線眼鏡：即使在黑暗中，也能看見或感應到有熱能的物體，所有有生命有感情有能量的存在，都能被察覺。

C界認知——電子顯微鏡分析儀：能超越肉眼的限制，看見肉眼看不見的細菌或病毒，甚至能看見原子和量子的運行法則。



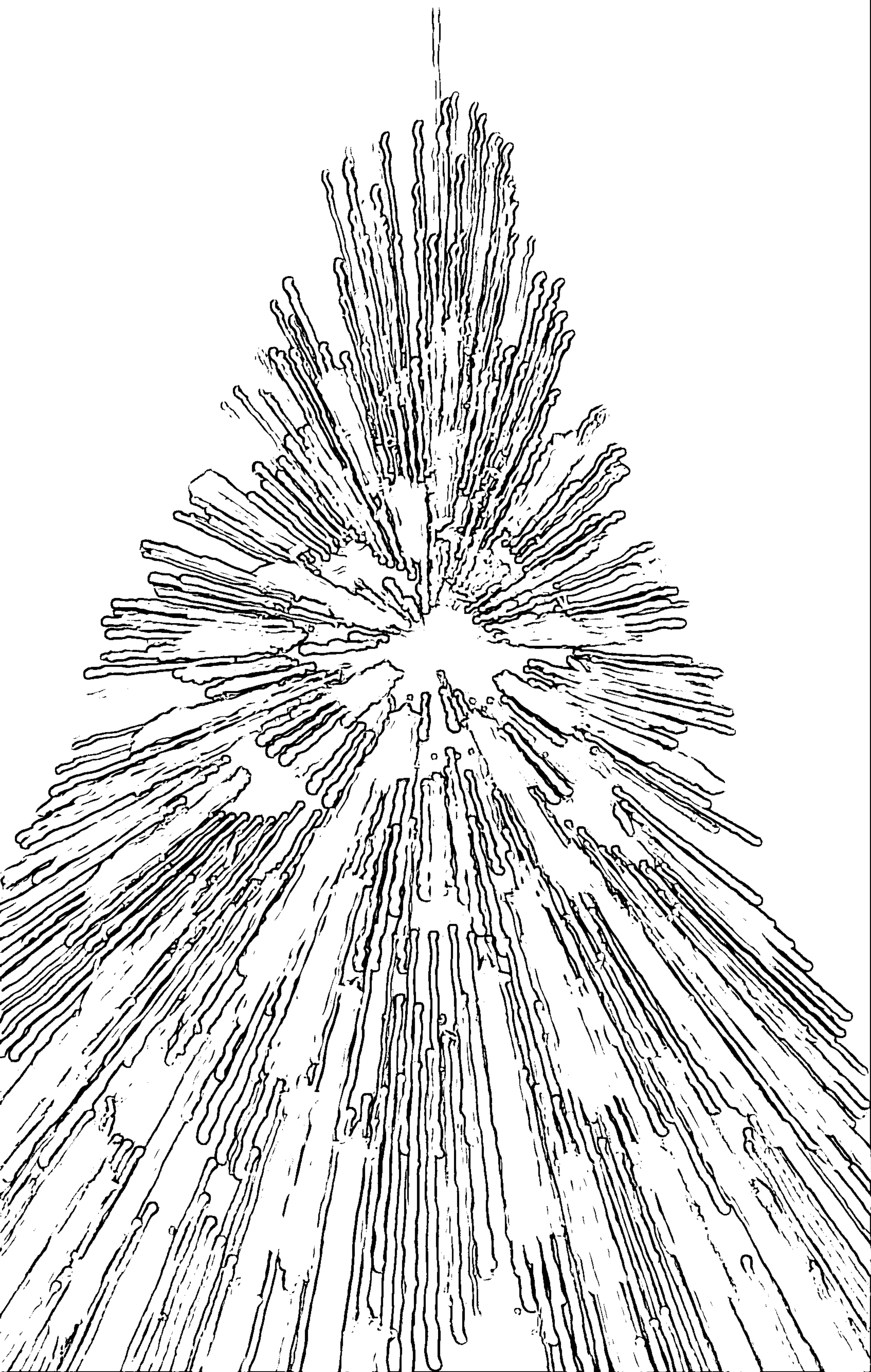
14

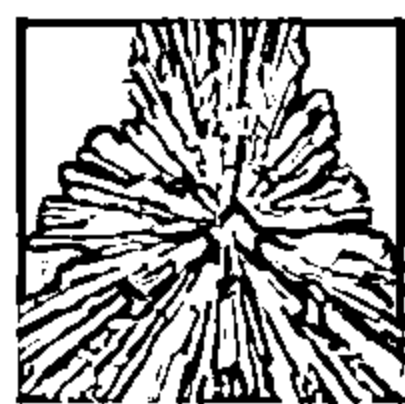
閉上眼，你才能看見「業力軌跡」

我的觀照筆記

Vertical dotted lines for writing.

無敵鐵金剛、超人或外星人：
你怎麼看自己？





活在M界的人，只看見肉眼可看見的東西，他會以這個認知去看世界，也會以這個認知來看自己。

因此，除非自己的身心已經被他濫用或逼到極限，否則，他不會意識到，身體也需要休息和保養，內心的感情或情緒，也需要紓解或有所寄託。

或許，他要遇到一次大災難或生一場大病，才會發現自己的存在，不僅是M型物質界的，也有O型生物界和C型意識界的因緣要去正視和經營。

像這樣的人，只要沒有覺醒，就會把自己當成無敵鐵金剛。

同樣的，活在O型生物界的人，常會因為情緒或感情因素，而逼自己去當超人，不停地用焦慮和不安，逼自己的身心開發出驚人的能量和意志力；直到生物界的能量額度都用完，整個人像枯木一樣倒下，才意識到自己不是超人，而是活在不安和恐慌中的一個可憐人。

生活中的典型超人，就是每天為孩子擔心或收爛攤子的父母，或是心軟不

捨得自己家人親人或愛人受苦的濫好人，寧可自己做到死，也不想要求別人去為自己承擔。

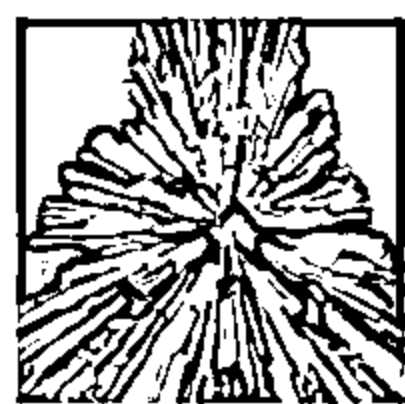
像這樣的人，只要沒有覺醒，就會把自己當成「超越人類極限」的普通人，為別人累死做死，人家還嫌他多管閒事。

此外，那些活在C型意識界的人，反而是太注重知識、信仰、律法或精神層次的東西，而看輕M界和O界的外星人。

我認識很多這樣的人，和他們談話幾分鐘，就會讓我產生意識錯亂，似乎我不是和正常人類在交談。

我有個朋友一直在研究塔羅牌，然而，每次見面，他就說前一晚和許多某某外星來的朋友聊天，不然就是和某某神明開會。

像他們這樣的人，不重視物質享受，但他們鄙視物質或享樂，以及不屑和一般人有社交或建立關係，多半是貧困孤僻的人。



當然，也有情況不是那麼嚴重的。例如我有位律師朋友，或許是工作環境使然，在他眼裡，只要是違法或做錯事的人，就完全不值得同情，不管對方有什麼苦衷，都要依法來懲處。

可想而知，這樣的人自律甚嚴；然而，自律雖是好事，但人的存在本來就是包含MOC三界，如果一個人只能活在C界，而看輕M和O界，這也是一個病態和違反自然的狀態。

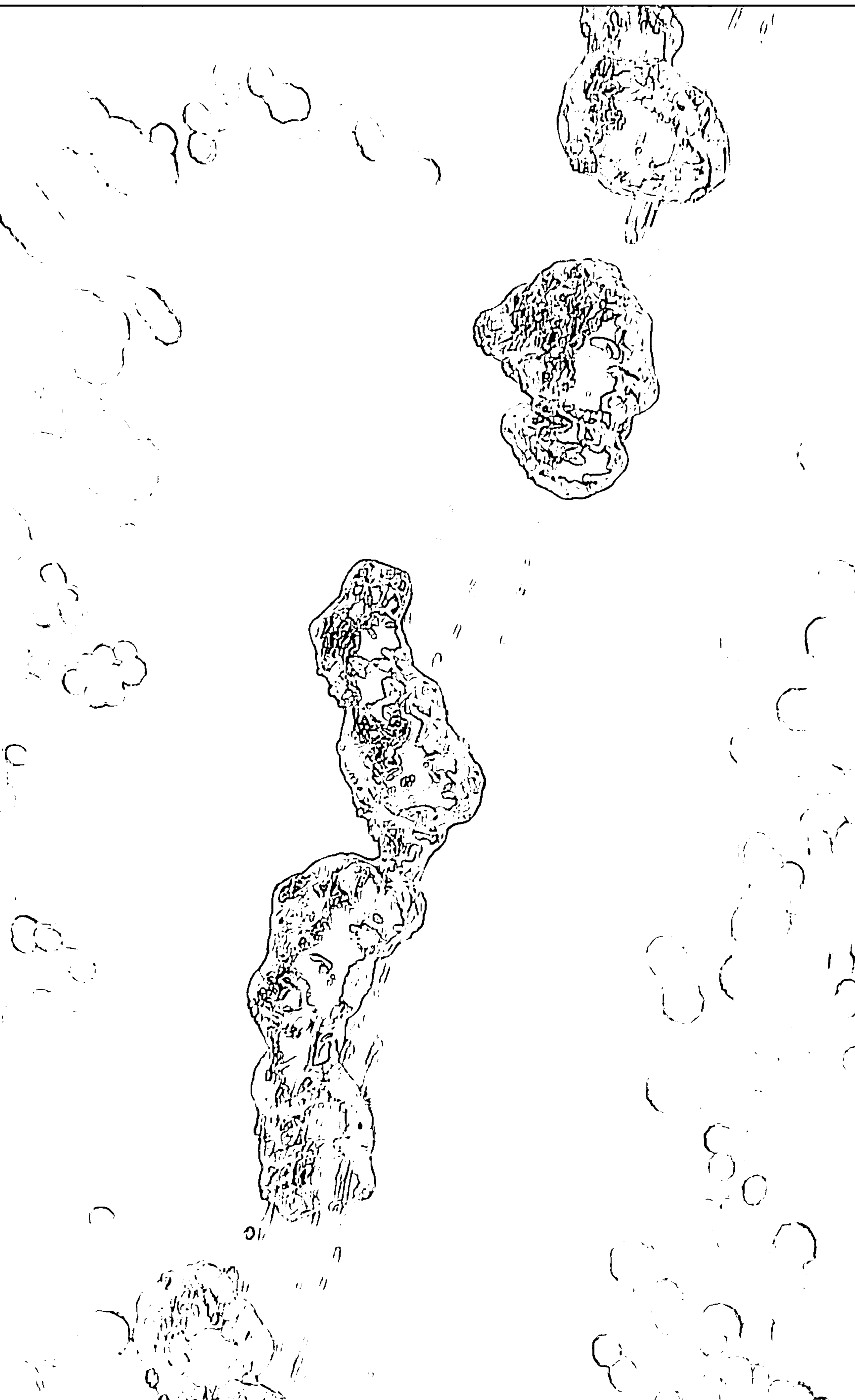
像這樣的人，只要沒有覺醒，就會把自己當成「在天上飛」的外星人，腳永遠不會踩到地上的泥巴，但也離不開地球這個共業圈。

你是無敵鐵金剛、超人或外星人？

你希望怎麼看自己，或你應該怎麼調整看自己的層次？

MOC三界的認知，可以協助你找回自己。

鐵鍊、粉筆線和承諾：
你和他人的關係





如果你有一位女朋友或男朋友，不管你在工作或是跟朋友聚會時，對方總是對你奪命連環叩，讓你必須每分鐘都對他做現場實況報導；在覺得困擾或生氣之餘，不妨靜下心來想想，他或她，為何會這樣對你？

有位朋友送我一隻小狗，我領養牠時，牠已經快兩歲，不管我怎麼教牠，牠總是趁我不在時，在客廳沙發或茶几小便。

我請教寵物教練，他說小狗一出生沒有教牠要在定位大小便，長大後就很難調教。

最後，我只好聽教練建議，買一個大型狗籠，當我不在家時，就把狗關在裡面，以免牠又趁四下無人時，到處大小便。

這是我和小狗之間的關係。

我是C型，小狗是O型中的低等智能生物，我無法對牠解釋，為何不能在客廳大小便，牠也不在乎我的生氣和困擾。

於是，我只好用籠子把牠關起來。

同樣的道理，當你的女朋友或男朋友，把你盯得一點自由都沒有，顯然的，你在對方心中，是一隻讓對方無法信任和控管的寵物；因此，對方才會用無形的籠子，來避免你造成對方的傷害。

相對的，你如何對待他人，也取決於你怎麼認知他人的層次。

當你把他看成是O型界的生物層次，覺得無法跟他溝通，但又不得不管他時，你就會用鐵鍊或籠子來對待他。

因為如此，很多時候，他只要有一點不合你意，你就會認為他是故意找你麻煩，未審先判，氣得失去理智破口大罵。

於是，你和他的關係，就開始惡性循環地發展，彼此敵意愈來愈高，最後進入冷戰或關係破裂。



這種情況，最常出現在親子或家人，以及親密伴侶之間。

鐵鍊和籠子，都是用來對付M型層次的物質存在，或者是O型界中比較低等的生物的認知框架。

即使某人是人類，然而，當你內心對他有偏見或不滿時，當你沒有覺察時，你就會把他當成是「會走動的物質」或是無法溝通的「低等生物」。

不過，話說回來，有些人即使已經成年，意識的層次仍停留在O型界的低等層次中，讓人無法和他溝通或講道理，不得不用鐵鍊和籠子來對待他或避開他，這也是無可奈何的事。

例如，有位不肖子，不停地在外面闖禍騙錢，每次都用謊言來欺瞞家人，讓家人到處借錢幫他。

然而，幾年下來，他的謊言一再地被揭穿，他卻一直繼續用謊言來讓家人揩債，愈來愈多。

最後，家人實在是受不了債務壓力，只好選擇和他切割關係，在心中用鐵籠把他關起來，不論他再編什麼謊言，家人再也不相信他。

類似這樣的危險份子，如果你沒有用「對」的認知去看他，明明他是O型界的低等存在，你卻要用O型界的高等有情者去看待他，或是C型人的層次去相信他，你會因為他而措債或惹來麻煩，也只能怪你自己的覺察力不足，怪不得別人。

如果你和某人的關係，可以提升到O型對O型，當然都是對等的高等層次，那麼，你和他的關係，就不需要用到鐵鍊和籠子，而只要一條粉筆線，就可以了。

例如，孩子在很小的時候，智能還沒完全開啟，這時候，你要用M型的鐵鍊和籠子模式，不停看著他，防止他打翻熱水或是把垃圾吃進嘴裡。

但是，當他開始上小學，開始懂事，你就可以用粉筆在地上畫一條線，告



訴他不能踩你的底線或進入危險禁區。

當孩子可以接受這種規範，遵守這個規則，以此為基礎和你互動，你們的關係就進入可以溝通的層次。

在職場中，許多老闆都用這種模式，來和員工溝通。

也有許多主管，會在新同仁到職時，開宗明義地告訴對方，自己和公司的粉筆線在哪裡，只要對方不踩線，大家就可以相安無事地共處。

許多熱戀的情侶，剛開始都習慣用鐵鍊和籠子，來關住對方的心，用鐵鍊和籠子來讓自己擁有安全感。

但是結婚多年後，十有八九都會提升為粉筆線模式，各過各的生活，互不越線侵犯，就算天下太平。

然而，人和人的關係，最完美的狀態是互相信任，用承諾來連繫彼此的心，即使因為工作需要而暫時分居兩地，也不會活在猜疑和不安中。

當你用「覺醒2.0」來改善你和他人的關係時，不妨先用MOC三型，來檢驗你和對方的關係，再來決定，是否要調整或提升彼此的關係。

如果對方是無明狀態的人，也不要強求對方要給你承諾或遵守粉筆線的規定，如此才能找到有緣人，在人際關係中趨吉避凶，為自己的命運加分。



16

鐵鍊、粉筆線和承諾：你和他人的關係

我的觀照筆記

貧富之間的界線不在「錢」
而在「覺醒」

9

生活在C型共業圈裡的人，如果一直處於貧窮線下或負債狀態，大部分都是沒有用C型認知，來看透資本主義真面目的經濟弱勢者。

當你懂得用C型層次，來看地球這個超大經濟圈，你就會發現，幾乎所有資本主義發展出來的商業活動，都屬於「踩油門」的經濟模式。

例如，全世界所有MBA學院教出來的學生，都被洗腦，被置入一個錯誤認知：企業就是要不停獲利；如果去年成長百分之三，今年要成長百分之五，明年就要成長百分之十。

然而，如果頭腦正常的人，都會發現這種理論和目標，根本是貪婪之下的荒謬妄想。

不幸的是，很多企業都很虔誠地奉行這個謬論。當全球主要的已開發市場已經飽和，貪婪無度的企業，只好去開發其他開發中或未開發市場；如果所有市場都飽和了的話，企業唯一的辦法就是讓消費者的支出增加。

因此，企業會無所不用其極地用廣告、活動、行銷或促銷手法，刺激消費者去增加自己的欲望和需求。

打個比方，我只要吃一個漢堡就飽了，然而，企業為了獲利增加營收，就會推出加十元就有一份套餐的促銷活動，想辦法讓你多吃一些薯條和飲料。

或者，本來你開的是2000CC的車子，但企業會用廣告對你洗腦，讓你以為3000CC的車子才夠安全或氣派。

此外，智慧型手機也是一樣，本來手機只是用來打電話，但企業卻告訴你，現代人的手機要能下載軟體，還要能拍照、聽音樂才夠酷。

這就是資本主義發展出來的「踩油門」經濟模式，也是美國次級房貸風暴或歐債災難發生的主因。

因為，過去對美國人來說，買得起房子的人都已經有房子了，為了做出更多的生意，美國房仲業者只好找中低收入者，或沒有房產的經濟弱勢者，讓他

們破例貸款買房。

但因為跟這些人做生意風險太大，房仲業者又把貸款的餘額，也就是應收帳款，包裝成另一種投資工具，再去賣給投資者，這樣房仲業者就避開了可能的風險。

如果我們用C型層次來分析這個現象，就會發現，房貸業者為了衝業績，找了無法負擔起房貸的人來買房，這使得他產生呆帳的風險增高；因此，他為了要避開風險，就把這些貸款再做包裝，丟到金融市場。可想而知，最後真正倒楣的卻是銀行和投資者。

不幸的是，全世界的資本主義社會，都在玩這種踩油門的遊戲，只是之前的金融風暴是從房貸開始爆起的，其他的產業的地雷還沒爆開，人們就以為一切都是正常的；事實上，大家都活在斷崖邊而不自知。

當所有的企業為了提高利潤，不希望消費者在支出上踩煞車，於是他們想

盡辦法刺激消費者，讓你忘記自己的局限，不斷踩油門，直到油門都鬆了，你也跟著衝下斷崖，負債多到破產，但一切都為時已晚了。

更可怕的是，你的破產還不是遊戲終點，因為，眼中只有錢的商人，還可以把你的破產包裝成商品賣給討債業者。

一直到你被討債業者追殺，甚至自殺身亡，商人都還能從你的遺體上獲利，例如，殯葬業者就能夠從喪事的過程賺一手，而且喪家還不會殺價。

當你沒有用C型意識界的層次，看清楚資本主義在玩的這套遊戲，你的下場就會像一頭牛一樣，從皮到肉到骨頭，被資本主義利用殆盡，完全不會留下任何殘骸。

此外，在這過程當中，因為受到資本主義商人的洗腦、欺騙，你還覺得很快樂，很有成就感。

你完全不知道自己早已經踏入這個陷阱，不停地陷進去，而且一旦陷了進

去，就是一條不歸路，無法回頭。

全世界的經濟龍頭是美國，而因為美國企業踩油門的經濟模式實在太成功了，所以印象中美國人開大車、住大別墅、穿皮草，幾乎每天都在辦派對。

相對的，美國人也普遍債臺高築，平均每個人必須措的債務高達台幣近二十萬元，而且數字每天還在增加中。

不幸的是，當美國把他們的「加油門模式」，依樣畫葫蘆地複製到其他國家，使得大家的經濟模式遵循著他們滾雪球的方法來運行，不斷要求企業獲利再獲利。

於是，整個世界的大部分消費者，不知不覺間，都成了加油門模式下的犧牲者。

如果你具備C型層次的觀照力，你就能輕易洞察到，滾雪球總會有到終點的一天。

如果你沒有看清楚這個事實，你就淪為雪球裡面小小顆的雪花，滾到最後，雪球掉入懸崖，你也只能跟著同歸於盡。

因此，當你覺醒，當你想脫貧、想消除債務，你就必須要先想辦法，跳脫這種踩油門經濟模式的迴路。

如何跳脫呢？

首先，你要懂得如何解讀，你從媒體或企業產品所得到的訊息，要先還原訊息的原貌，才不會被他們的洗腦訊息矇騙了。

例如，房地產業者或仲介告訴你，現在是一個進場好時機，如果現在不買，將來一定會漲，到時候你只能後悔莫及。

聽到這種肯定的訊息，你最好先想一想，這個時間點是否正好是房地產業者，必須衝業績的時刻？

此外，當你看電視或報紙時，常會看見有很多室內設計師，正在展示他們裝潢的成功案例。

這些裝潢看起來非常漂亮，有法式風，也有鄉村風，但說穿了這些節目背後其實是有建商支持的，節目呈現的內容和手法，其實也只是想刺激你的消費欲望，讓你產生更大的需求。

或許，原本你新房子的裝潢預算可能只有五十萬，但看過這些商業訊息，你可能把預算增到兩百萬，甚至更多；如此一來，他們就達到讓你增加消費的目的了。

同樣的，當你接到理財專員的電話，告訴你現在是買某某基金的好時機，一定可以獲利可觀；或是保險公司打電話給你，說要推薦你一檔投資型保險，現在買絕對不後悔，可以讓你晚年有依靠或是利率遠遠超過市場行情。這時候，你就要小心，要懂得去還原訊息背後的真正意義。

到底這些訊息是真是假？

真的像理專或保險人員講得這麼好賺，可以靠這個投資工具得到生活保障

或致富？

還是他們剛好缺你這筆業績，才能達成自己領取獎金的額度？

再來，繼續用C型層次的認知來觀照，更進一步把這種踩油門促銷模式，延伸到消費性或生活產品。

從衣服、鞋子到車子，業者都是花了大把的鈔票製作出感人肺腑的廣告，讓你的O型本能沒有招架之力。

但是，業者不僅要回收這些廣告成本，他還要增加利潤，最後的目標，當然是要從你的口袋裡掏出更多的錢。

當然，這些物質享受無可厚非，但是一定要有前提：如果你只是一個無產階級的上班族，每個月的薪水都要拿去繳車貸、房貸等等，甚至還得拿錢回家奉養父母，那麼，你根本沒有一點踩油門的本錢；否則，可能你輕輕一踩，你的人生就會翻車，最後變成一團廢鐵。

相對的，那些有錢人可不一樣，他拿資產裡的九牛一毛，就可以滿足這些消費欲望。

據說，澳門有一位富商，曾經在一個慈善拍賣會中，花了台幣約六百萬元去買了一顆白松露。

或許，六百萬對他來說，可能根本連他總資產的一毛都不到，但他買下這顆松露，卻可以形塑出他個人慈善形象，也可能再轉賣給餐廳大賺一筆。

因此，他隨便踩個油門就可以沖上天，可惜的是，不是所有人都是這種富可敵國的商人。如果你是貧窮的上班族，看到有錢人出手闊綽的新聞，也跟著衝動消費，這不是自己害自己嗎？

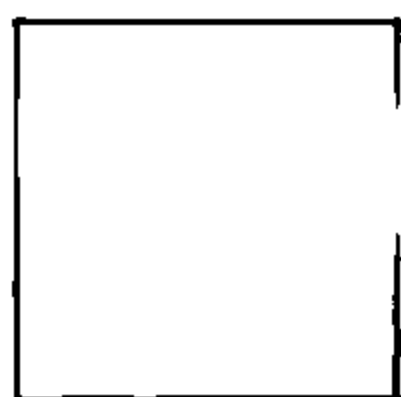
如果，你只是一般上班族，不妨先把可動用的資產握在手裡，讓資產去做增值，放大資產價值；直到你的資產規模，可以大到以資產零頭做些消費，那你油門拼命踩、拼命消費，就不會有危險。

總之，你如果一直處於貧困和負債中，那麼，必然是你對經濟和財務世界的法則，有了錯誤認知。

或許，你一直在用M型或O型的層次，來看這個由C型共業架構起來的資本主義世界。

因此，要脫貧，要消除債務，關鍵不在於你是否應該多打幾份工，或是少吃一點，甚至不吃不喝只為了多存點錢，而在於你是否能在安裝覺醒2.0之後，能提升自己的認知層次，看清這個世界，有關於錢的遊戲規則。

如果你能按我所說的，去改變自己，提升自己，你就能改善自己的財務，改寫自己的命運。



17

貧富之間的界線不在「錢」，而在「覺醒」

我的觀照筆記

不要用M型或O型層次，
來看輕自己的工作

或許你都沒想過一個問題：到底是誰決定你可以當老闆？還是員工？你是有錢人？還是窮人？

其實那個做決定的人，不是別人也不是上帝，而是你自己的認知。

當你立志只想成為上班族，你就等於一直用M型或O型層次，來看輕自己的工作；因此，你注定永遠只能在資本主義的經濟框架中玩遊戲。

偏偏這個遊戲是資本家制定規則的，因此，你只能跟著資本家的屁股後面，遵循他的規定，用刀削掉自己的腳，來穿人家為你設計的鞋。

例如，老闆必須決定為你加薪，你才能多分到一小杯羹，如果老闆說公司不賺錢，也可以好幾年不給你加薪，你也無可奈何。

如果你不想再讓老闆操控你，如果你也想變成資本家，那你就必須先用更高的層次，來看待自己的工作，你才能了解資本家玩遊戲的真正邏輯，學習他們的C型模式。

然後，從一個小莊家開始當起，日後，你才有可能擺脫窮人的這種宿命。

如果你不想創業，那麼，你也可以向老闆提議，你要分紅，而不是要不停地加薪水。

只是，在跟老闆提分紅之前，請先判斷這家公司有沒有前景，以及你的老闆是否有遠見和大格局的思惟。

對老闆來說，他永遠希望可以在不增加任何營業費用的情況下，創造更多的利潤。

但是上班族永遠搞不清楚這件事，他們總是用M型或O型層次來看自己的工作、老闆以及他的事業。

就因為大部分的上班族，只會想到自己的利益，於是他只懂得向老闆要求加薪、加津貼，卻沒有想到過，這樣的要求只會讓公司的營業成本不斷增加。

如果營業額沒有因此增加，老闆的利潤還會被你加薪的要求給吃掉，這種

情況下，他當然不會願意幫你加薪。

上班族如果只懂得用「自己值得，也應該拿到多少錢」這種心態和老闆談加薪，老闆一方面安撫你之餘，心裡想的一定是：「怎樣做才能不幫他加薪，同時公司可以正常運作呢？」

如果你的職位和能力剛好是可以被取代的，老闆就還會再自問：「公司是不是找得到可以取代他的人？而且還是個成本更低的人？」

因此，當那些自身的被取代性高，而且談判前也沒想清楚的上班族，向老闆突然提出加薪要求時，這些人的下場，多半只能自己出去找新東家，或回家吃自己。

因為，老闆根本不會留你。

要抓住老闆的心，讓老闆甘願將他的利益分享給你，就必須在不增加營業成本的情況下，幫老闆增加公司的利潤。

這就是運用C型層次來看工作和公司，讓自己借老闆和公司之力，在職場上為自己提升的最佳範例。

這個概念不只可用在向老闆提加薪時，其實，人性都是如此，都希望可以最低的成本，取得最高的收益。

因此，你也可以把這個策略，運用到工作或生活中的其他層面。

例如，當你買彩券時，明明中獎的機率都一樣，中獎的金額也一樣，你會選擇用五百元的高成本買一張彩券，還是會用一元成本去買五百張彩券？

答案當然是用一元的成本去買五百張彩券。

因為，你知道要用最低的成本去賭那一筆彩金，而且要讓中獎的機率增加，才能有獲利。

同樣的道理，老闆的想法也是這麼簡單，因為他賺錢的公式，也一定是希望以最低的成本，去獲取最高的利益。

例如，像網路拍賣這種經營模式，如果你今天要去批貨來賣，然後再轉賣出去，你當然是希望進貨成本愈低愈好，然後你轉賣出去的中間差價，才是你的利潤。

所以說，進貨成本低，利潤就會高；進貨成本高，利潤就會被壓縮。

這就是老闆的典型心態，他批貨的心態是這樣，同樣的，他用人的心態也不會差太多。

如果用一個只拿兩萬元薪水和另一個拿十萬元薪水的員工，兩個人能做的工作一樣，達到的效率一樣，他當然會選擇雇用只拿兩萬元薪水的員工。

相對的，天底下所有的老闆，都希望初期的營運成本愈低愈好，後面如果真的有利潤，他才會把利潤拿出來和員工分享。

而且不光如此，真正懂得當老闆的人，他還知道除非有十足的把握，否則永遠別當那個先把錢掏出來的笨蛋。

只要是老闆都知道，先拿錢出來投資的人，風險都會壓在這個人身上。尤其在資本主義的邏輯之下，這個經濟模式是以資本為基礎，但資本也等於風險，拿愈多資本出來的人，就必須得負擔愈大的風險。

這些在資本主義裡打滾多年的老闆，想必都很了解這種資本主義的潛規則。他知道賺錢的首要之務，就是要先降低風險，所以當優秀的員工向他提加薪或分紅時，他會把員工的這種期望化為員工自身的動力，然後再為他賺進更多的鈔票。

相對的，如果你能把自己提升到C界的層次，採取和老闆合作的模式，來取代傳統要老闆養你的觀念，你的工作和事業層次，也會跟著提升。

□ About Awakening 2.0

▽ 如何用MOC二型，來自我療癒？

M型物質界：手作療癒，如拼布、玩具模型、手工皂。

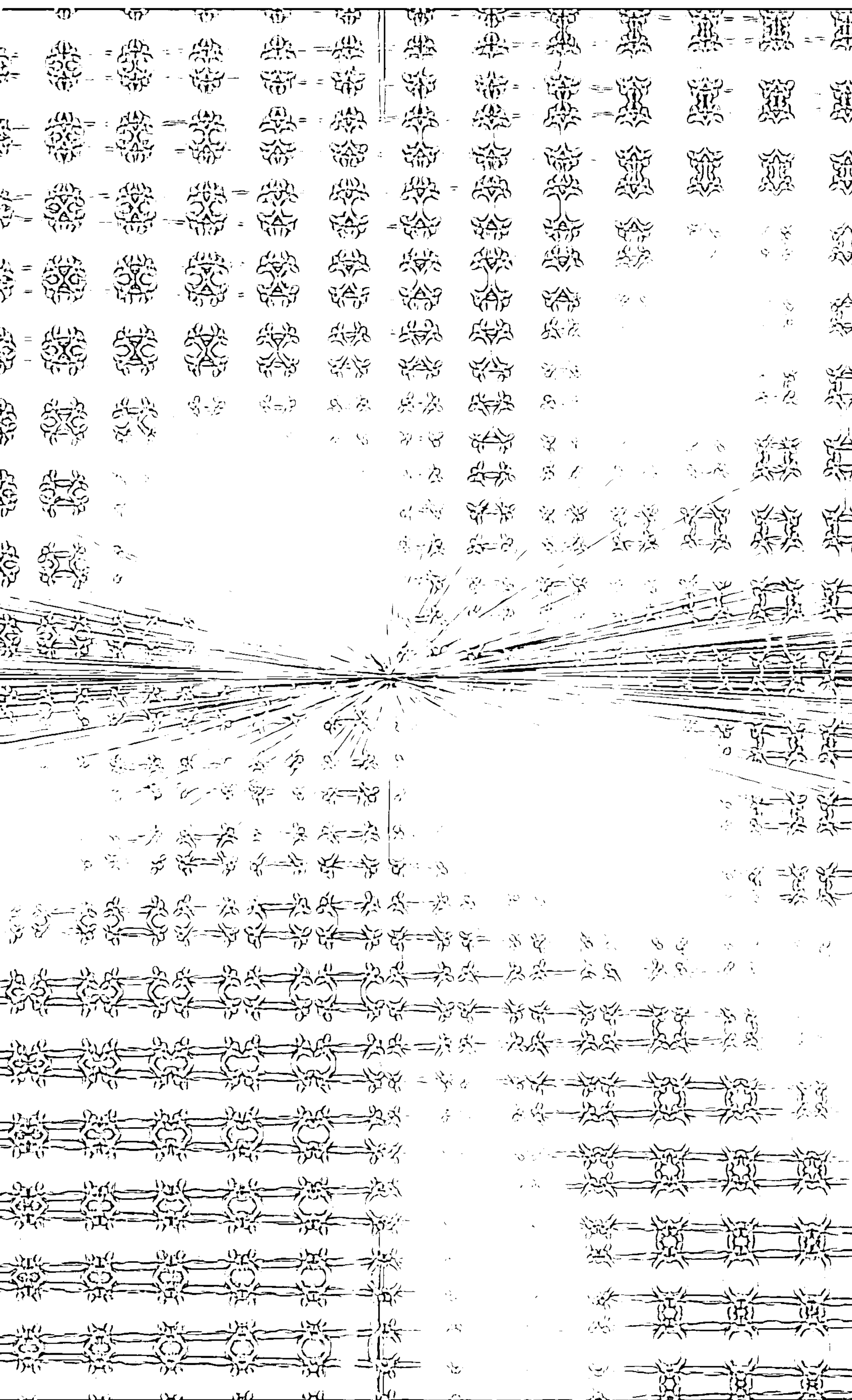
物理療癒，如SPA按摩、色彩和音樂。

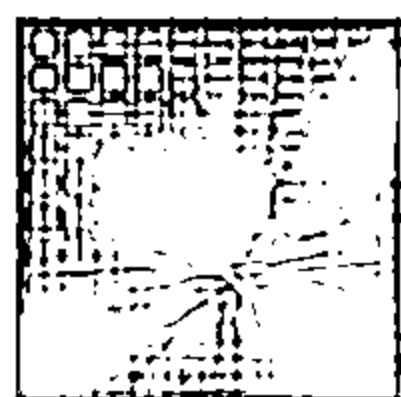
O型生物界：家人、朋友、寵物、社團、唱歌、小說。

C型意識界：觀照冥想、信念或信仰、知識汲取。

後記

未來十年，
你的靈魂該何去何從？





後記

未來十年，你的靈魂該何去何從？

未來十年，你的靈魂該何去何從？

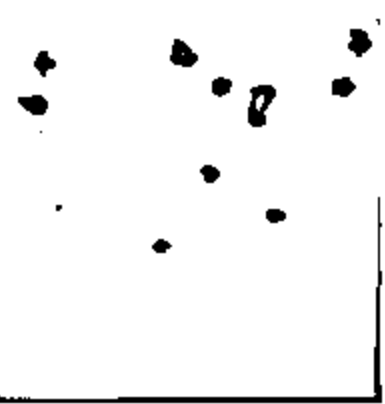
無庸置疑的，擁有「覺醒」和「意識進化」資源和能力的人，可以在最短時間內，將舊時代人類遺留的低階意識系統，自動升級為高階意識系統。

當你的意識升級為高階系統，你就再也不用受「無明」這個債主或暴君的奴役。

你可以解除或超越，人類從爬蟲腦系統沿用至今的「快感驅力」程式，不再受無止盡的欲望衝動所控制，做出低階的自虐或害人行為。

相對的，無法解除「快感驅力」系統的人，注定成為低階靈魂，永遠在餓鬼或畜牲道的迴路程式中，消耗掉所有的生命能量。

此外，透過高階意識系統的升級，你的精神代謝和免疫力等功能，也會越超常人。



那些來自過去的創傷和恐懼，以及對未來的不安和恐慌，都會被你內心強大的覺察系統新陳代謝掉。

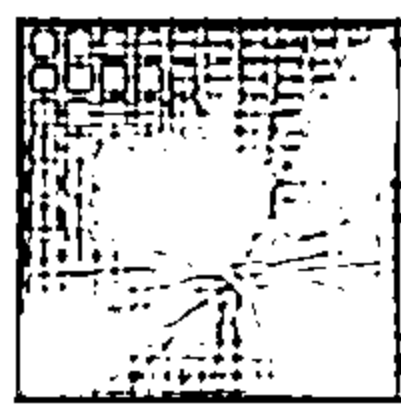
相對的，你的靈性免疫系統，因為生命能量的穩定和增強，也會跟著升級，所有的意識或思想病毒，從此很難再入侵你的靈魂。

因此，未來的世界，決定你存活成敗的，不再只是物質和經濟層面的戰爭，誰的精神代謝和免疫力愈強，生存和競爭力就愈高。

此外，在認知的系統升級上，也是如此。

當傳統價值的架構崩解，無法再維持人類及地球的秩序時，為了讓你的靈魂有所依歸，你唯一能做的，就是重新升級自己的認知系統，改寫舊有不合時代的認知和信念。

例如，當婚姻的成本和傷害，大於幸福報酬時，你根本不需要再執著於「只有結婚才能為你帶來幸福」這樣的信念框架。



後記

未來十年，你的靈魂該何去何從？

相對的，你應該要學習重新認識自己，在靜心觀照中發現真正的自己，進而讓靈魂回歸平靜。

如此，當有緣人來臨，你才能全然地享受你和對方的共業因緣。

此外，孩子也不再是防老或逃避寂寞的日用品。

感情更不是被你用來消費情慾和不安的促銷品。

你的健康和財務及感情，都和你的靈性有關係，再也無法切割。

因為靈魂的迷失，現代人只能從各種價格中肯定自己，不願再用心去經營價值。

那些在意識M型化赤貧端的年輕人，也只能在夜店和物質消費中，找回短暫的存在感，來麻痺自己。

這樣的靈性趨勢，讓愈來愈多的女孩只嫁有錢人，而不是愛她的男人。男人寧可花大把鈔票買美女，即使她是人工的也沒關係。



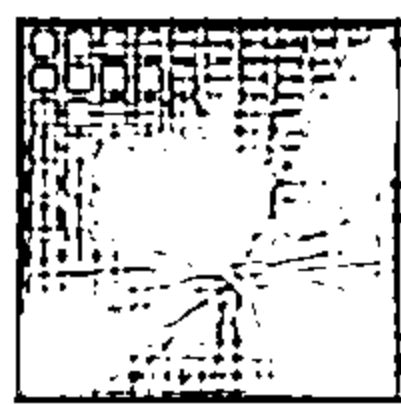
當人們的靈魂感到寂寞和孤單，只要有錢，都可以用城市的各種功能來自我麻痺或逃避。

此外，未來十年整個人類的心靈變化，還會出現幾個趨勢：

不幸和創傷會透過認知遺傳給孩子，低階意識的無明和業障，如同貧窮和異常原生家庭帶給孩子的影響，也會傳給下一代。

某些人信仰傳統宗教，不再是為了完成使命的犧牲奉獻，而是為了逃避恐懼和孤單。我身邊就有些貴婦級友人，把宗教當成社交圈，來排遣無聊或展現財力，買回美名和尊敬。

人跟人的交往，除了現實或工作上的需求，就是為了打發寂寞和殺時間，或者透過打壓他人，來展現自己的存在意義。



後記

未來十年，你的靈魂該何去何從？

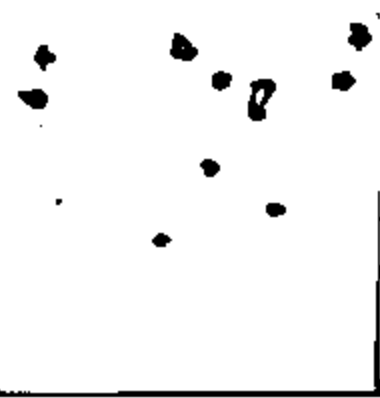
外貌勢力變成主流，媒體和商人的推波助瀾，讓人們迷失在膚淺外貌和包裝過的虛假演出，精神內涵漸漸被年輕一代疏離及漠視。

再者，老態是遭人唾棄的標籤。人人都渴望成為不老妖精，永遠享受青春外貌帶來的快感。

人生網路遊戲化，讓人脫離現實和靈性的軌道。許多人整天大腦訊息超載，因為，如此他的大腦就沒有空間去安裝不安和煩憂。

然而，這樣的現象，只會讓人們的內心更空洞和退化，精神代謝及免疫力下降，一旦被植入負面訊息或認知，自殺或傷人事件將層出不窮。

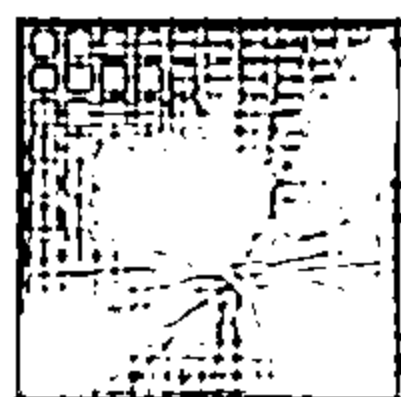
根據因果業力法則，如果大家的意識不同步升級，我所提到的這些現象，將會變成事實。



因為，整個世界的運作，是所有人類的共業推動的，光是少數人覺醒，無法逆轉這像巨輪般的業力。

因此，我寫這本書的目的，是期待人人都是有緣人，都可以看懂這本書，讓自己的意識作業系統升級，在活著的每一刻，都能享受高質感的人生。

畢竟，一個人的起心動念，只是起心動念，千萬人的起心動念，就會產生奇蹟。



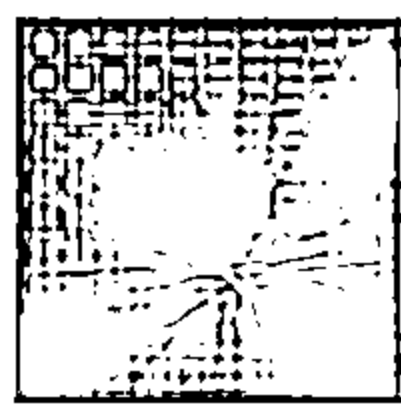
後記

未來十年，你的靈魂該何去何從？

我的觀照筆記

吳九箴 語錄

- ◎ 我們的頭腦會產生苦，往往是塞滿了太多自以為是的認知和訊息。
- ◎ 真正的成功者，不是光看他外在擁有什麼，而是當他登上人生高峰時，他的內心還剩下什麼。
- ◎ 所謂的宿命和認命，都只是頭腦的產物。
- ◎ 我們所認知的命運，往往只是頭腦狹隘的投射。
- ◎ 因果法則決定物的命運，業力法則決定人類個體的命運，共業法則影響的是人類集體的命運。
- ◎ 所謂的命運，不過是：你選擇用什麼樣的認知模式，來處理你的人生問題。
- ◎ 真正的覺者，所悟到的是萬物遵循的「法」，而不是死的知識。
- ◎ 如果你懂得運用「因果法則」，你就等於擁有千軍萬馬來讓你差遣。



附錄

吳九箴語錄

◎習性是業力的基礎，它就像是自動執行的程式，一旦安裝後，就會一輩子自動執行；因此，它可以是殺人的武器，用溫水煮青蛙的方式讓人陷入不可逆的危機，也可以是救人良藥，讓人逆轉業力軌跡。

◎如果你丟掉感覺和體驗，只用頭腦和知識來連結世界，那麼，你所認知的世界是支離破碎的。

◎只要活在共業圈一天，就要有心理準備，去承擔共業圈中難以預測的無常變數。不論這些變數是否來自你認識的人或陌生人，只要因緣俱足，他人的無心之過或起心動念，都會影響我們的人生。

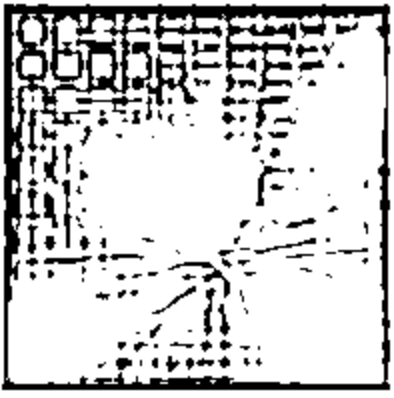
◎對許多還活在夢中的人來說，他們一直以爲整個世界的運作是理所當然的，每天醒來，自來水、食物、空氣、大眾交通工具，以及每天都會看到的銀行、百貨公司和政府，都是會無條件地永遠存在。

◎你現在擁有的，都只是有條件的因緣聚合，你過去失去的，也並不是夢幻泡影；因爲，只要因緣俱足，一切都會再回來。

◎活在M界的人，只相信肉眼可看見的東西，他會以這個認知去看世界，也會以這個認知來看自己。



- ◎ 人的存在本來就包含M O C三界，如果一個人只活在C界，而看輕M和O界，這也是一個病態和違反自然的狀態。
- ◎ 當你對某人有偏見或不滿時，你就會把他當成是「會走動的物質」或是無法溝通的「低等生物」。
- ◎ 當你懂得用C型層次，來看地球這個經濟圈，你就會發現，幾乎所有資本主義發展出來的商業活動，都屬於「踩油門」經濟模式。
- ◎ 當你的意識升級，你再也不用受「無明」這個債主或暴君的奴役，你可以解除或超越，人類從爬蟲腦系統沿用至今的「快感驅力」程式。
- ◎ 無法解除「快感驅力」系統的人，注定成為低階靈魂，永遠在餓鬼或畜牲道的迴路程式中，消耗掉所有的生命能量。
- ◎ 未來的世界，決定你存活成敗的，不再是物質和經濟層面，而是你的精神代謝和免疫力。



附錄

吳九箴語錄

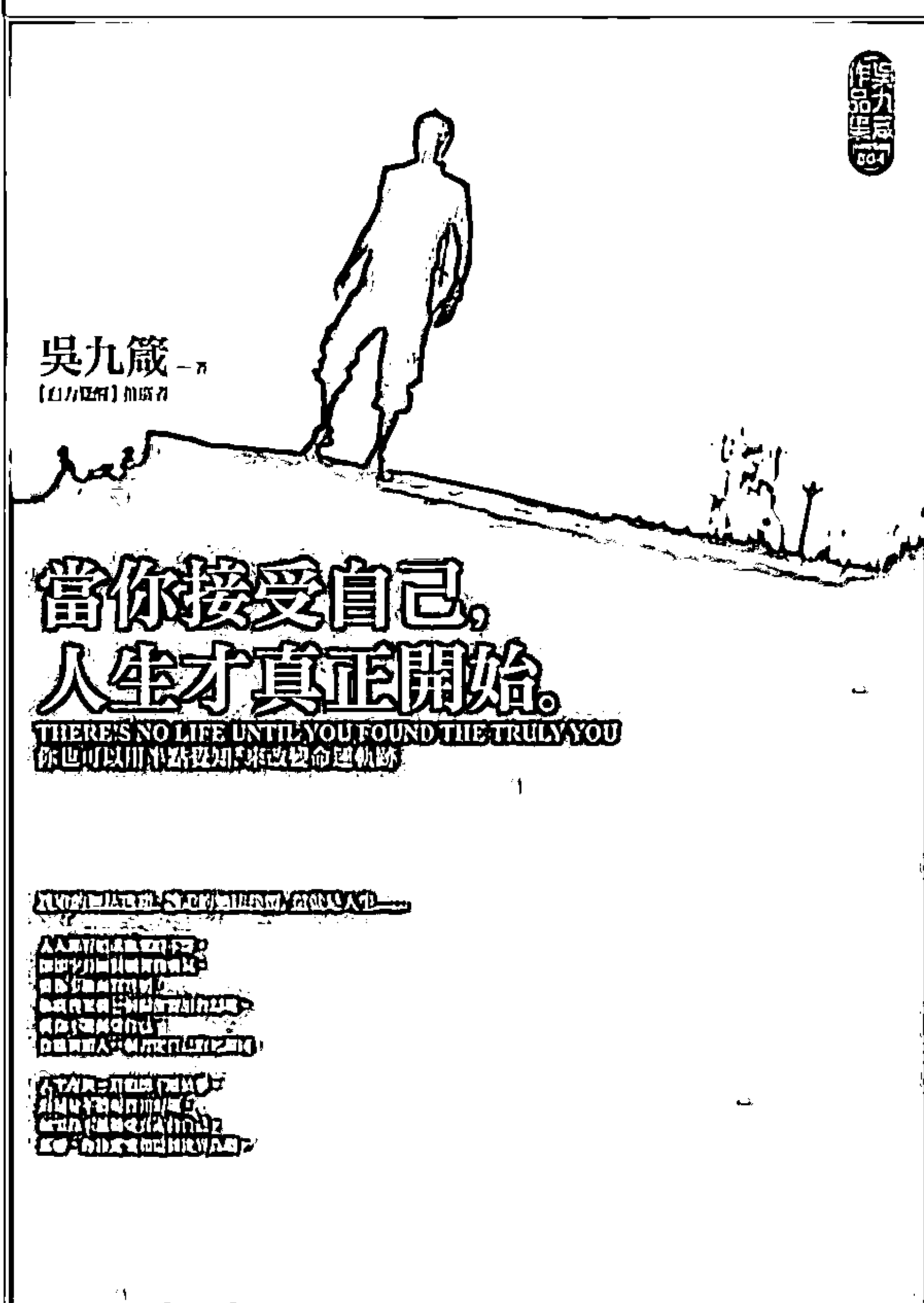
◎ 因為靈魂的迷失，現代人只能從價格中肯定自己，不願再用心去經營價值。

◎ 一個人的起心動念，只是起心動念，千萬人的起心動念，就會產生奇蹟。

當你接受自己， 人生才真正開始。

你也可以用半點覺知，來改變命運軌跡

THERE'S NO LIFE UNTIL YOU FOUND THE TRULY YOU



作者 吳九箴

定價：230 元

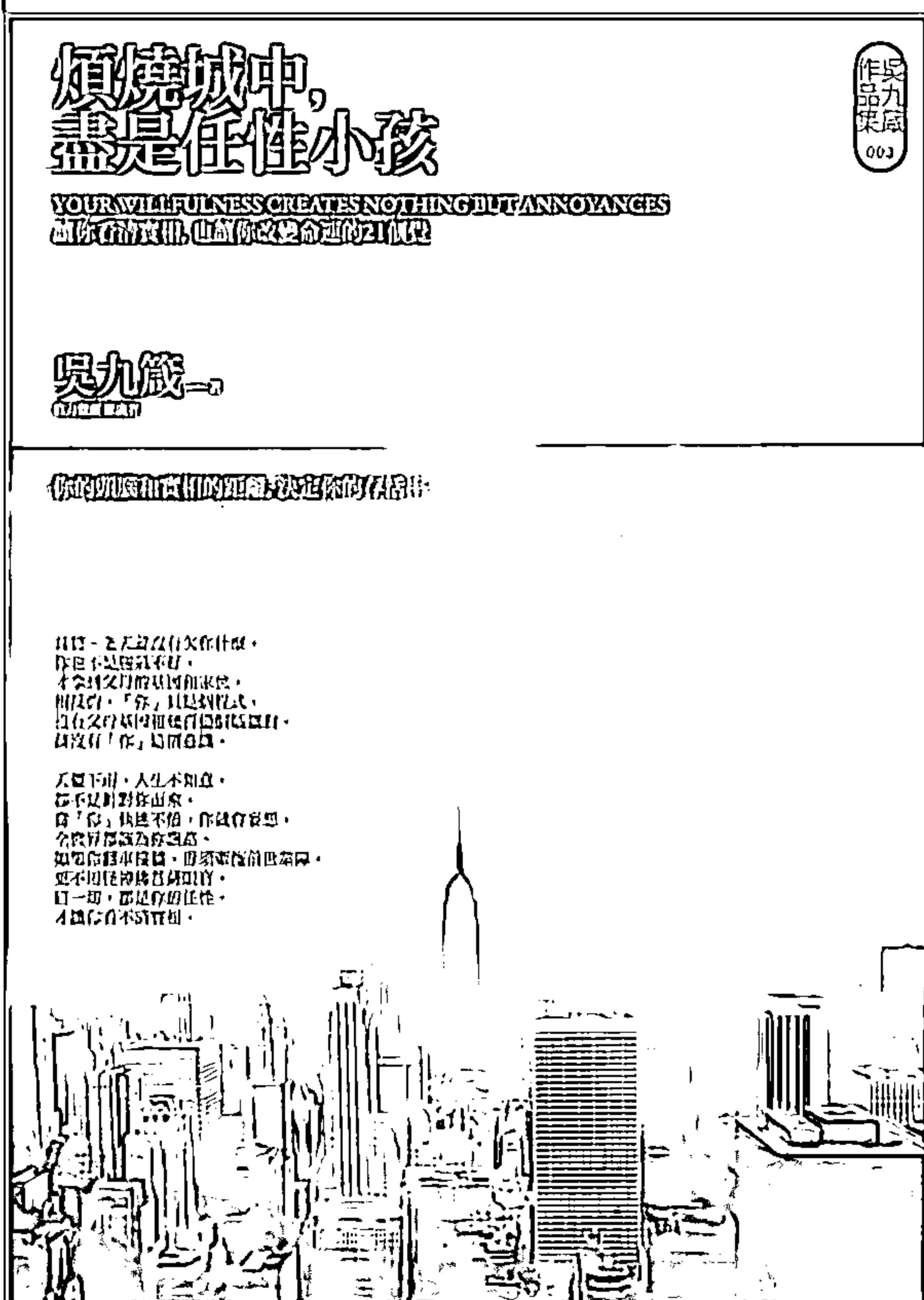
人人都有追求快樂的本能，
卻都少有面對痛苦的勇氣。
當你不敢面對實相，
你就會架構一個偏離實相的幻境。
當你不能接受自己，
你就會鑽入一個否定自己的死胡同。

人生在世，最怕的不是做夢，
而是分不清現實和幻境。
如果你不能接受真正的自己，
那麼，你注定要和這個世界為敵。

煩燒城中， 盡是任性小孩

讓你看清實相，也讓你改變命運的21個覺

YOUR WILLFULNESS CREATES NOTHING BUT ANNOYANCES



作者 吳九箴

定價：230 元

其實，老天爺沒有欠你什麼，你也不是運氣不好，
才拿到父母的基因和家世，相反的，「你」只是個程式，
沒有父母基因和幾百億個腦細胞，就沒有「你」這個意識。

天要下雨，人生不如意，都不是針對你而來。

當「你」執迷不悟，你就會妄想，全世界都該為你讓路。

如果你翻車撞牆，毋須牽拖前世業障，更不用怪神佛菩薩眼盲，
這一切，都是你的任性，才讓你看不清實相。

你的寂寞， 是沒有鑰匙的鎖

關於寂寞和愛情，你必懂的27個覺醒

AWARENESS IS THE ONLY CURE FOR SOLITUDE



作者 吳九箴

定價：230 元

生而為人，就是為了體驗因緣的美。
當你像一朵因緣俱足的花，
在對的季節綻放，你認為人生是美好的。

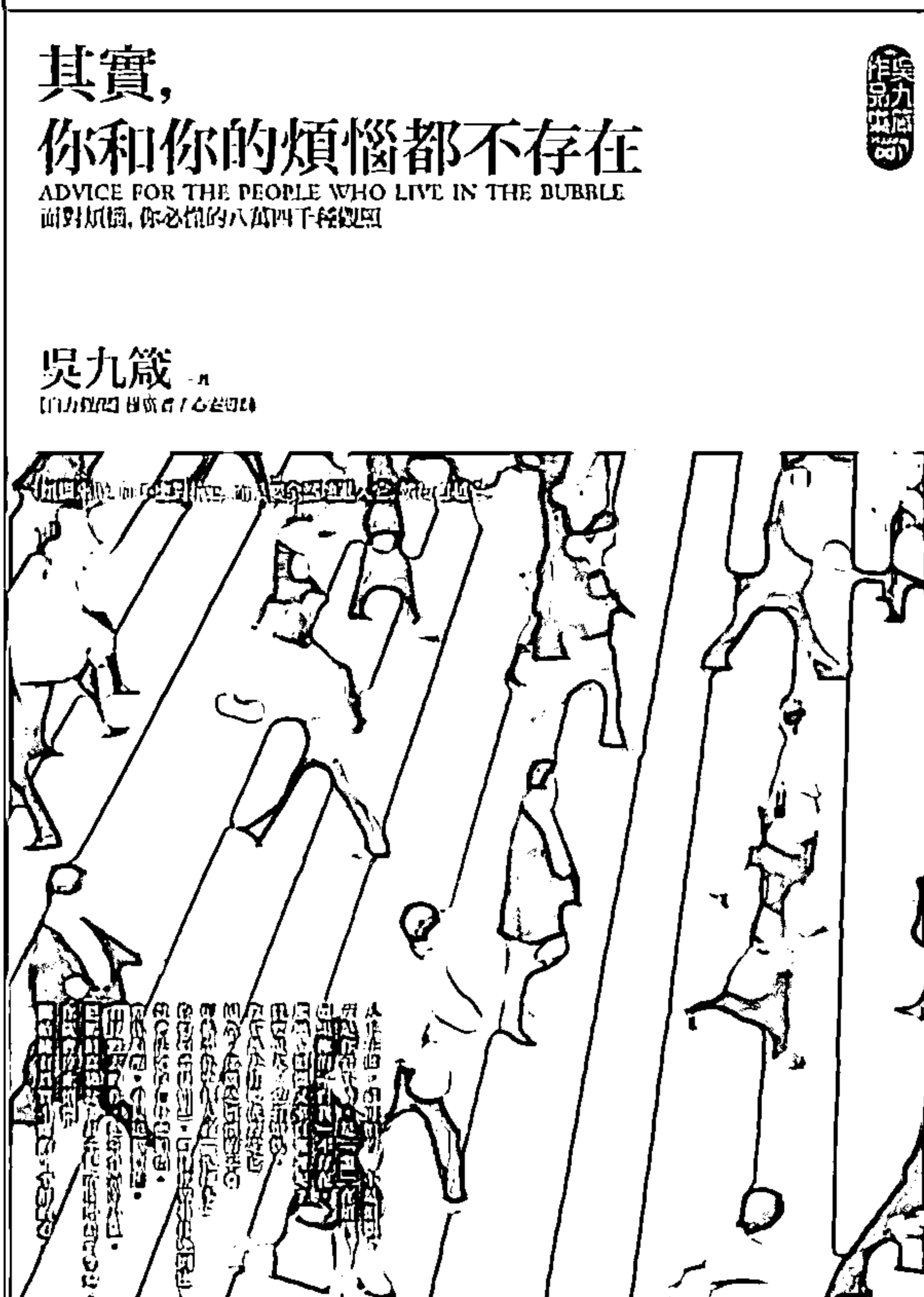
當這朵花過了它的季節，因緣逐漸離散而消逝，
你認為人生是寂寥無趣的。
其實，因緣俱足和離散，都只是一場夢，
當你不能接受夢的消逝，你就會感到寂寞……

寂寞是一道，瀰漫著黑霧的門，
當你帶著覺知，勇敢穿過它，你會發現，
門後的清淨自在，才是你的真面目。

其實， 你和你的煩惱都不存在

面對煩惱，你必懂的八萬四千種觀照

ADVICE FOR THE PEOPLE WHO LIVE IN THE BUBBLE



作者 吳九箴

定價：230 元

人生在世，最可怕的，不是煩惱，
而是你看不清，是「誰」在煩惱？
如果你的「自我」不存在，那麼，煩惱又來自哪裡呢？
只要是人，必有煩惱，你不該去打壓或否定它，
因為，你就是煩惱的本尊，煩惱是你整個人的「複印本」。
你如何看待自己，期待世界有什麼回應，
就會決定你有什麼煩惱。
當你覺醒，看見這個實相，
看見過去的你，把牙膏當美乃滋，
把馬桶當臉盆，甚至把清潔劑當可樂時，
你就會停止煩惱，開始擁有真實不虛的，平靜的心。

你可以成佛， 卻不能成為悉達多

關於佛法，法師和高僧不會告訴你的事



作者 吳九箴

定價：220 元

怎麼樣才算是學佛？

深山裡的高僧說要先遠離紅塵，寺廟裡的法師說要先斷絕七情六慾，
課堂上的教授說要先搞懂佛經，
但我說，忘了那些佛經、佛像和戒律，保持覺知，做你自己吧！

悉達多成為佛陀後，祂的體悟和智慧，是屬於祂自己的，
我們的苦和煩惱，則是我們個人的，和佛陀無關。

如你是娑婆紅塵的凡夫，

那麼，這個娑婆紅塵就是你的道場，毋需逃避，也不用另求他處，
因為，從苦海解脫的關鍵，不在於你追求什麼或擁有什麼，
而在於你體驗到什麼，悟到什麼。保持覺知地做你自己吧！
你可以成佛，卻不能成為悉達多。

你和佛陀之間，只隔著一條線

佛陀該說，卻沒有說透的人生真相

你和佛陀之間 只隔著一條線

佛陀該說，
卻沒有說透的人生真相 吳九箴◎

幾千年來，我們都誤解了佛陀。
因為，佛陀有很多話該說卻沒有說透。
佛說要離苦就要去我執，
結果一堆人強迫自己不能呼吸，最後人格分裂或意識解離。
佛說萬物皆空，結果很多人遇到困境就自殺，反正一切是空。
其實，我們都誤解了佛法，佛法是自由、柔軟的，是包容萬物的，
如果學佛就要壓抑情欲，大家都要絕子絕孫？
事實上，佛法的真義，是要我們覺醒地去看清實相，
不要人云亦云，活在頭腦製造出來的幻象中，自己折磨自己。
如果你能覺醒並看清實相，你會發現，
原來是我們自己，在佛陀和我們之間，
劃了一條不存在，卻又無法跨超的線。



作者 吳九箴

定價：220 元

幾千年來，我們都誤解了佛陀。
因為，佛陀有很多話該說卻沒有說透。
佛說要離苦就要去我執，
結果一堆人強迫自己不能呼吸，最後人格分裂或意識解離。
佛說萬物皆空，結果很多人遇到困境就自殺，反正一切是空。
其實，我們都誤解了佛法，佛法是自由、柔軟的，是包容萬物的，
如果學佛就要壓抑情欲，大家都要絕子絕孫？
事實上，佛法的真義，是要我們覺醒地去看清實相，
不要人云亦云，活在頭腦製造出來的幻象中，自己折磨自己。
如果你能覺醒並看清實相，你會發現，
原來是我們自己，在佛陀和我們之間，
劃了一條不存在，卻又無法跨超的線。

不想當人， 就別想成佛

如果你還沒找到自己，請不要學佛

不想當人， 就別想成佛

如果你還沒找到自己
請不要學佛

吳九箴

佛不是神，祂只是教你自己救自己的覺悟者，
沒有人，就沒有佛……以及和佛有關的佛法和經典。
對於悉達多能悟道成佛，我們要以最高敬意來禮讚祂，
但悉達多是悉達多，你是你，無論祂留下多少佛法和經典，
你想從苦海中解脫，就不能只拜祂的像，唸祂的經；
你必須自己先接納自己，珍惜自己能存在的所有因緣，
然後，去體驗屬於你自己的苦樂悲欣，才能像悉達多那樣，遠離顛倒夢想。
佛說，人人皆有佛性，這佛性，來自於你我的自性，
因此，想開悟解脫，先從你自己的覺醒開始，
畢竟，開悟解脫是自己的功課，關佛陀什麼事？



作者 吳九箴

定價：220 元

佛不是神，祂只是教你自己救自己的覺悟者，
沒有人，就沒有佛……以及和佛有關的佛法和經典。
對於悉達多能悟道成佛，我們要以最高敬意來禮讚祂，
但悉達多是悉達多，你是你，無論祂留下多少佛法和經典，
你想從苦海中解脫，就不能只拜祂的像，唸祂的經；

你必須自己先接納自己，珍惜自己能存在的所有因緣，
然後，去體驗屬於你自己的苦樂悲欣，才能像悉達多那樣，遠離顛倒夢想。
佛說，人人皆有佛性，這佛性，來自於你我的自性，
因此，想開悟解脫，先從你自己的覺醒開始，
畢竟，開悟解脫是自己的功課，關佛陀什麼事？

其實， 佛不是佛，你也不是你

四十歲前你必須看透的26個假象



作者 吳九箴

定價：220 元

世上最可怕的，不是人不是鬼，更不是妖魔鬼怪，
而是你自己的幻覺妄想。
你的幻覺，讓你把惡鬼當菩薩，請鬼抓藥單，
你的幻覺，讓你以為可以占有一個人，
也可以用錢買到所有東西……
其實，這些自欺欺人的妄想，
只能為你帶來生不如死的苦痛和不安。
覺醒地活著吧！只要你能不執著萬象，就能除一切苦，
你就不是你，佛也不是佛，
沒有西方極樂世界，沒有涅槃，更沒有地獄，
以及一切一切……
人到四十，應作如是觀。

當佛陀也要繳信用卡債

佛法如不能活用在紅塵裡，寧可不要



作者 吳九箴

定價：230 元

佛教，是史上最大的詐騙集團，
如果人們仍以為，佛陀是天上的神或超人，
佛法只是免費的麻醉劑，
將有更多人學佛學到得憂鬱症。

當卡債和房貸讓你失眠，
當你想要甜甜圈卻拿到套脖子的項圈，
千萬別以為佛陀從來沒像你這樣可憐，
佛其實也是凡人，
當佛陀也要繳信用卡債，
祂不會有焦慮苦楚，
因為，佛法可以放在現實中，
逛街上班吵架倒垃圾，無所不在。

國家圖書館出版品預行編目資料

覺醒2.0 / 吳九箴作. --初版. -- [臺北市]: 人本自然文化, 2012. 04

面; 公分. -- (吳九箴作品集)

ISBN 978-957-470-573-3 (平裝)

1. 人生哲學 2. 自覺 3. 內省

191.9

101003808



人 本 自 然

吳九箴作品集 005

【覺醒2.0】閉上眼，你才能看見命運的原始碼

命運只是一套程式，誰學會它的語法，誰就能改寫自己的人生

作 者／吳九箴

出 版 者／人本自然文化事業有限公司

視覺美術顧問／李建國

主 編／劉又甄

責任編輯／吳惠雯

校 對／吳惠雯、楊蕙苓

美術設計／張巧佩

編輯協力／王啟芬

電 話／(02)2351-0260

傳 真／(02)2322-3891

地 址／10074 台北市羅斯福路一段86號11樓之一

製 版／海王印刷事業股份有限公司

總 經 銷／ 榮通文流社有限公司

23150 新北市新店區中央五街42號

電話／(02)2218-2708 傳真／(02)8667-6045

劃撥帳號／19650094 榮通文流社有限公司

讀者意見信箱／service@3eyeintegrated.com

訂書信箱／sdn@3eyeintegrated.com

香港經銷商／〔時代文化有限公司〕九龍旺角塘尾道64號龍駒企業大廈3樓C1室

〔一代匯集〕九龍旺角塘尾道64號龍駒企業大廈10樓B&D室

〔香港聯合零售有限公司〕新界大埔汀麗路36號中華商務印刷大廈



版權聲明／本書著作權交由松果体智慧整合行銷有限公司全權代理，如有意洽詢，

請寫信到版權洽詢信箱enquiry@3eyeintegrated.com聯繫。

2012年04月 初版一刷 〔版權所有，翻印必究〕

◎本書若有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司調換。

▷ 如何索取本公司的圖書目錄

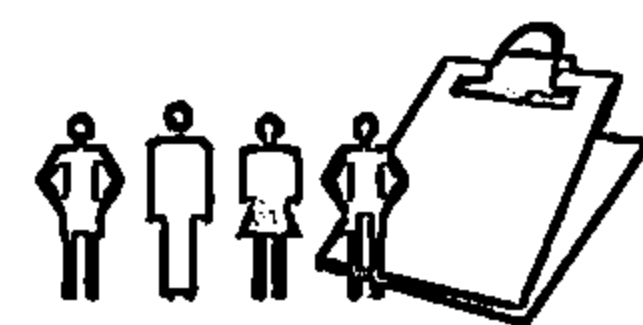
-  (1) 您可 E-mail至 **sdn@3eyeintegrated.com** 或打電話至 02-2218-2708請客服小姐傳真或郵寄書目。
-  (2) 您可上博客來網路書店或各大連鎖店之網路書店，查詢我們的所有圖書和相關資料。

▷ 如何訂購本公司的書

- (1) 您可前往全省各大連鎖書店或書局購買，如遇缺書請向門市要求〔客訂〕，請書店代您向我們訂書，我們接到書店〔客訂〕訂單，會盡速將書送到書店，您再至書店取書付款即可。
- (2) 您可上博客來網路書店或各大連鎖店之網路書店訂購。
- (3) 您可透過郵政劃撥方式，載明您的姓名、地址、電話、書名、數量以及實付金額，書款一律照定價打九折（請外加運費或郵資新台幣五十三元，台北市和新北市以外七十四元，離島及海外請勿使用劃撥購書）。
- (4) 如果您一次的購買數量超過五十冊，即可享有〔團體訂購〕之優惠，依定價打八折，請利用本頁背面之〔團體訂購單〕，將書名和數量及姓名或機關行號名稱和送貨地址填好，傳真至：(02)8667-6045 二十四小時傳真專線，將有專人會與您聯絡收款及送貨事宜，運費由本公司吸收（離島及海外地區除外）。
- (5) 〔團體訂購〕單次購買數量超過五十冊以上時，請直接與我們連絡：02-2218-2708，或 E-mail：sdn@3eyeintegrated.com 我們將視數量提供更優惠的價格，保證讓您物超所值。



彙通文流社有限公司團體/專案訂購



訂購單位：

日期： 年 月 日

連絡人：

電話/手機：

送貨地址：

書 號	書 名	出 版 社	數 量

【合計】 共 _____ 種 共 _____ 冊

請將此單直接傳真或放大影印，如不夠填寫，也請自行影印！

24小時傳真專線 (02) 8667-6045 客服專線 (02) 2218-2708

會員回函・入會申請函

☐ 謝謝您購買本書，請詳細填寫本卡各欄，對折黏貼並寄回，即可成為會員，可享有購書一律九折價，並可不定期收到本出版社之最新資訊。

☐ 欲知本書相關書評・參加線上讀書會・投稿

詳情請上網站 <http://www.wretch.cc/blog/eye3eye>

◆ 姓名：_____ ☐男 ☐女 ☐單身 ☐已婚

◆ 生日：_____年 _____月 _____日 ☐第一次入會 ☐已是會員

◆ 身分證字號（會員編號）：_____

（此即您的會員編號，為日後購書優惠之電腦帳號，敬請如實填寫）

◆ E-Mail：_____ 電話：_____

◆ 住址：_____

◆ 學歷：☐高中及以下 ☐專科或大學 ☐研究所以上

◆ 職業：☐學生 ☐資訊 ☐製造 ☐行銷 ☐服務 ☐金融

☐傳播 ☐公教 ☐軍警 ☐自由 ☐家管 ☐其他

◆ 閱讀嗜好：☐兩性 ☐心理 ☐勵志 ☐傳記 ☐文學 ☐健康

☐財經 ☐企管 ☐行銷 ☐休閒 ☐小說 ☐其他

◆ 您平均一年購書：☐5本以下 ☐5~10本 ☐10~20本

☐20~30本 ☐30本以上

（以下1~4項請詳細填寫）

◆ 1. 購買此書的金額：_____ ◆ 2 購自：_____ 市(縣)

☐連鎖書店 ☐一般書局 ☐量販店 ☐超商 ☐書展

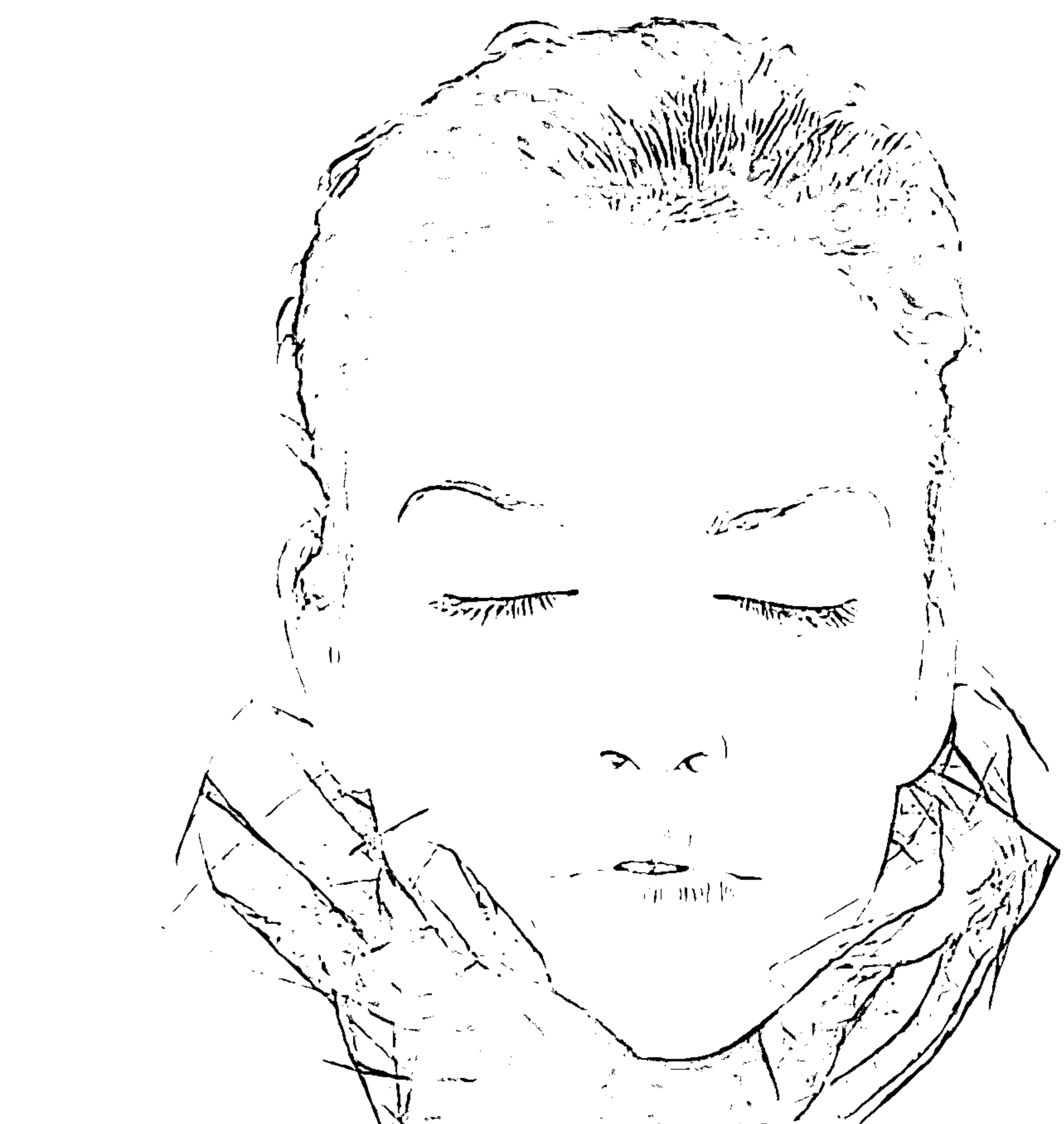
☐郵購 ☐網路訂購 ☐其他

◆ 3. 您購買此書的原因：☐書名 ☐作者 ☐內容 ☐封面

☐版面設計 ☐其他

◆ 4. 建議改進：☐內容 ☐封面 ☐版面設計 ☐其他

您的建議：



覺醒2.0

閉上眼，
你才能看見命運的原始碼。

AWAKING BEHOLD THE INSTANT TO REBUILD YOUR SOUL'S CODE

人心像洋蔥，隨著時間流逝，洋蔥的外層愈來愈多，每一層都是進化的產物。為了應付人世間的各種挑戰，在意識作業系統上，我們的大腦又創造了許多應用程式。因此，當你要放鬆靜心時，可以想像自己的心就像剝洋蔥般，把應用程式層層關閉，然後，也把意識作業系統關閉，再繼續往內剝除；當我們剝開洋蔥的最內層，會發現裡面空無一物，這個空，就是初心。

在靜心觀照中，你可以看見這個世界的變化無常，看見自己現在擁有的，其實都只是有條件式的因緣聚合；看見過去已失去的，也並不是夢幻泡影。因為，只要因緣俱足，一切都會再回來。

信念這個東西，是由色受想行識五座橋組裝起來的，而且，這五座橋遠遠看是橋，但你近看卻是空無一物。佛陀說，人和這個世界，都是這五座橋架構起來的，因為五座橋的相互運作，我們才會產生一個「我」的認知和錯覺，每個人才會各自創造出不同於他人的世界。

當你的意識升級為高階系統，你再也不用受「無明」這個債主或暴君的奴役；透過高階意識系統的升級，你的精神代謝和免疫力，也會越超常人。未來的世界，決定你存活成敗的，不再只是物質和經濟層面的戰爭，誰的精神代謝和免疫力愈強，生存和競爭力就愈高。

BOP005

NT\$230 HK\$77

◆線上投稿拿現金、成為人氣作家，
請上松果体網站 www.3-eye.com.tw