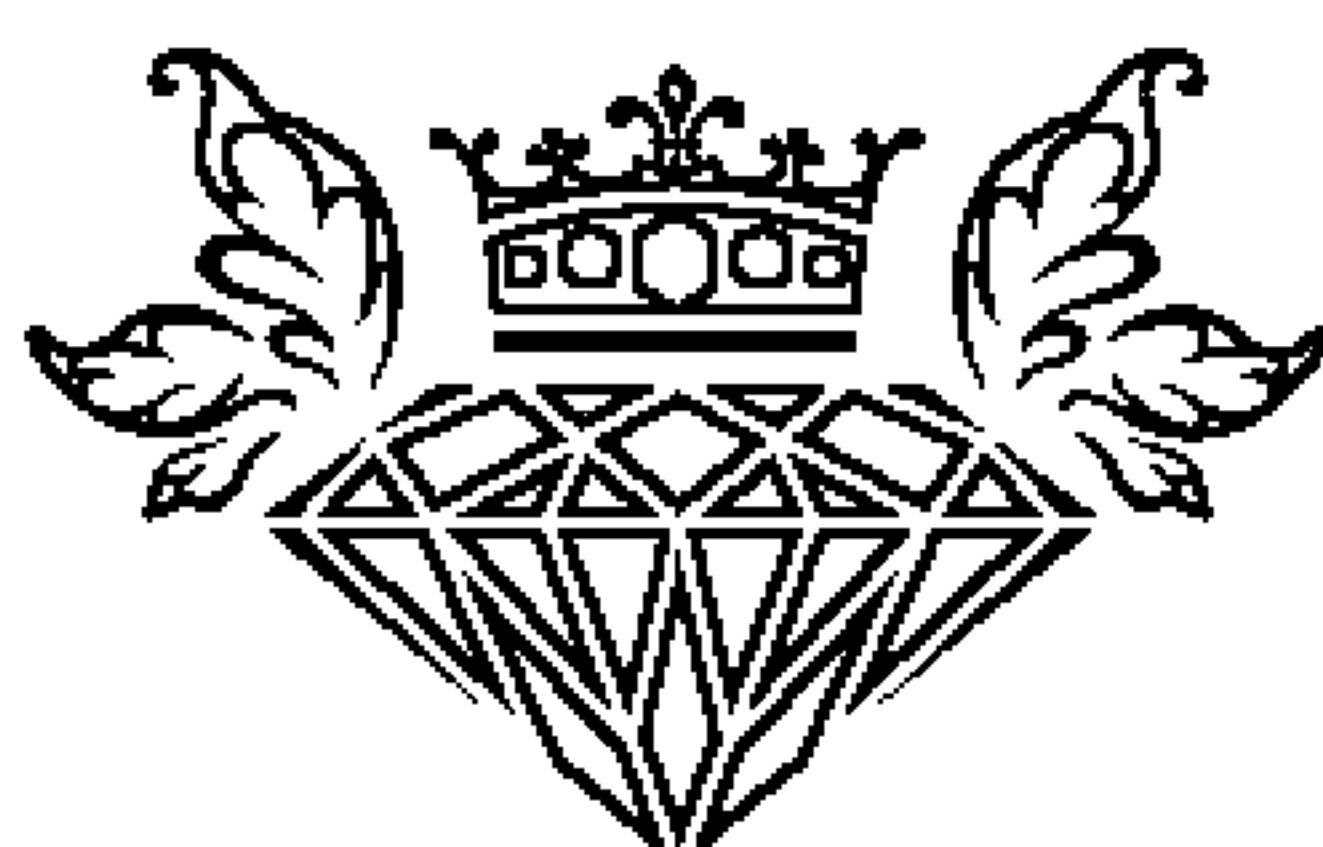


子之舞

創造・顯化・療癒

Rae Chandran

瑞・強德蘭 傳訊
羅伯特・梅森・帕洛克 編著
許玉珍 中譯

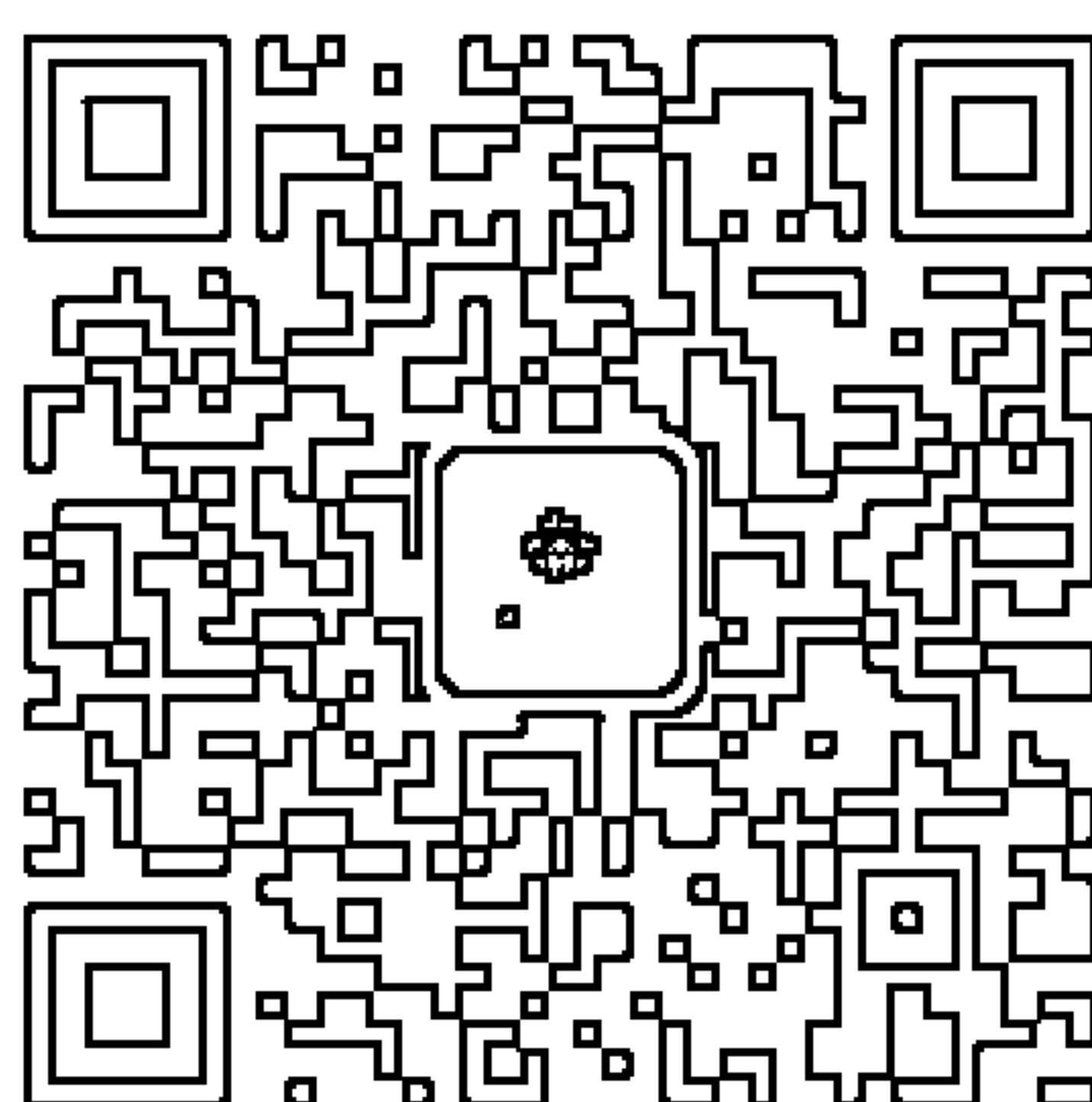


St. Royal College
天使神秘学院

- ※ 专业占卜预测机构
- ※ 神秘学培训机构
- ※ 水晶能量研究中心
- ※ 神秘学资料库
- ※ 官方微信：strcdts
- ※ 微信公众平台：strc2011
- ※ 读书交流QQ群：

占星塔罗占卜师交流群：814594478（加入密码：PDF）

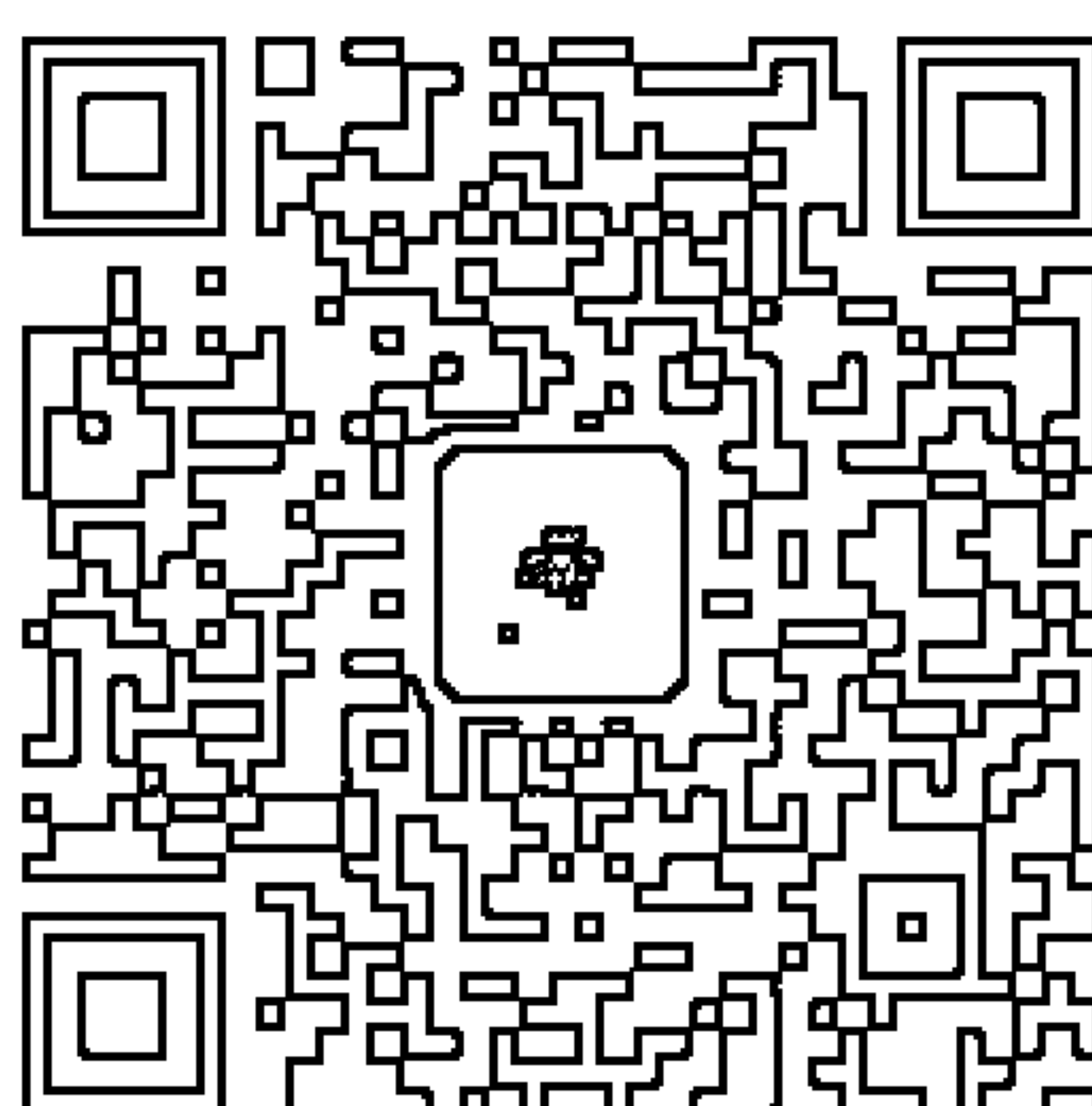
神秘学其他综合群：659338717（加入密码：PDF）



微信号：strcdts

天使神秘学院

天使神秘学院 院长QQ：715104687



微信公众平台：strc2011

制作说明：

本书由《天使神秘学院》出重金从台湾购入的原版书籍扫描制作完成。为达到最好阅读效果，特地把原版书全部切开后，再经由专业扫描设备高精度扫描完成，并经过一张张的PS后期处理最终成书，其间花费大量的人力、物力以及时间，只为大家提供经济并优质的神秘学学习资料而努力。

本学院强力谴责某些机构和个人，把本学院花心血制作完成的电子书籍，包装后直接放在自家淘宝网上低价倾销的行为，以谋取不劳而获的经济利益。如果长此以往最终将无人愿意再为大家花心思制作电子书，那以后可能大家再无新书可读。

为大家以后能够读到更多的好书，也为了本学院的良性发展。本学院恳请大家尽量做到如下几点：

- 一、尽量在本学院的网站购买电子书籍。
- 二、请勿用技术手段把电子书内的水印及加密去掉。
- 三、在收到电子书后小范围传阅即可，千万不要公开传播，更别挂到淘宝网上低价销售。

同时为答谢广大支持者，学院电子书将做如下调整：

- 一、学院会把一些早已收回制作成本的电子书折价销售。
- 二、最新制作的电子书籍会开放打印功能，大家购买后有条件的可自行打印成书。

天使神秘学院
2019年1月

瑞·強德蘭(Rae Chandran)與羅伯特·梅森·帕洛克(Robert Mason Pollock)的其餘著作有

靈魂DNA卷一(DNA of the Spirit, Volume 1)、

靈魂DNA卷二(DNA of the Spirit, Volume2)、

與天使爲盟(Partner with Angels)

宇宙的創造密碼 (The Universal Codes of Creation)

目錄

作者序	005
前言	007
使用本書的方式	009
療癒與成長	013
孩童	057
啓動DNA	075
療癒地球	101
強化個人能量	109
負責任的創造力	117
揚昇	131
瑞·強德蘭簡介	146
羅伯特·梅森·帕洛克簡介	147

僅以《手之舞》這本書，獻給現在所有的一切、過去曾有的
一切、未來將有的一切

作者序

瑞·強德蘭(Rae Chandran)教導手印工作坊已有多年的經驗，因此他將這些傳訊得來的手印付梓成冊，是一件自然而然的事。其實在這本書發行之前，瑞所接收到的手印，已超過本書所介紹的手印兩倍之多了。

我曾隨同瑞前往東地中海區域的三個國家旅遊，書中的手印有一部分是瑞在尼羅河岸飯店的陽台上接訊得到，另一些是他在前往希臘時，坐在高速公路的巴士上所得到的傳訊手印。至於本書最後一部分，則是瑞在美國麻薩諸塞州大巴陵頓(Great Barrington, Massachusetts)的公寓中所接收到的手印。在我們下一本著作《與天使為盟》(Partnering with Angels) 中，我們將會結合呼吸技巧和聲音來呈現更多的手印。

在這本書中，有一些手印會搭配音頻來使用，另一些則不會。此外有一些是靜態的手印，另一些則又包含了動作。在這些手印當中，有一部分是為了解癒地球，其他的則是為了孩童或個人揚昇而得到的手印。我本身曾在一些工作坊中教導這些教材，我發現教導這些手印的一個有效方法，就是先不要把這些手印的名稱告知所有參與學習的人。藉由這個方式，所有人都必須透過自己的身體，而不是他們的頭腦，去真實地感受這些手印的能量。

僅感謝以下協助完成這本書的人士。特別感謝亞曼達·

6. DANCE of the HANDS

席威爾 (Amanda Sewell)，艾利·格林伯格 (Ari Greenberg) 和凱文·戴蒙 (Kevin Diamond) 以及瑞所帶領的一些希臘團團員在希臘納克索斯島 (Naxos, Greece) 海邊的協助，我才能完成書中所有照片的拍攝工作。並感謝凱文·戴蒙 (Kevin Diamond) 及克莉絲汀·聖·克萊爾 (Christine St. Clare) 協助我編排所有的資料。

羅伯特·梅森·帕洛克 (Robert Pollock)

麻薩諸塞州匹茲菲爾 (Pittsfield, Massachusetts)

2015年六月

前言

這本《手之舞》是在群策群力下所完成的著作。書中所有的內容是從許多內在大師如大天使麥達昶 (Archangel Metatron)、大天使麥可 (Archangel Michael)、賽拉比斯·貝大師 (Master Serapis Bey)、圖特大師 (Master Thoth)、蓋婭女神 (Gaia)、克麗奧佩脫拉皇后 (Cleopatra) 以及阿肯那頓法老 (King Akhenaton) 傳訊而來。

從其他星系及銀河系來到地球的遠古生命，早就知曉並教導以身體創造能量的方法。這本書中的所有教材源自於古老的馬雅文明、法老時期的埃及人們，以及印度河流域文明所孕育的人們。這些古老文明深諳使用身體來創造特殊能量的方法，同時他們也使用這些方法，來療癒身體方面的病痛以及情緒體和精神體方面的問題。

「量子療癒」是療癒身體某個部位的基本原則。這意謂著唯有當身體的某一個部位被療癒時，整體的療癒才有可能發生。而當我們以手指呈現出某些姿勢時，正可以產生能量。藉由身體內在的智慧，我們可以將這股療癒的能量，傳送到身體正在遭受病痛的地方，進而達到療效。

使用手指呈現出某些姿勢來創造療癒的能量，其實非常簡單。大拇指代表「我是臨在」的能量或智慧，而食指則反映著個人性格及心智狀態。所以當你用大拇指壓在食指上的時候，大拇指所傳遞的較高頻率就會被送進你的食指以及心

8. DANCE of the HANDS

智之中。這些療癒的能量會在掌心循環後，進而啟動位於掌心的「療癒脈輪」。之後，這股療癒的能量會流向身體正在遭受病痛的地方，進而達到療效。此外，當你運用這些手印並配合呼吸及聲音的時候，你又可以再度強化這些手印的能量，並將原本的手印提升成為具有更大轉換能量和療癒的治療工具。

我衷心地希望你們能夠和我一樣，從中得到許多助益。

瑞·強德蘭 (Rae Chandran)

日本東京 (Tokyo, Japan)

2015年六月

使用本書的方式

《手之舞》這本書並不是專為靈修人士而書寫，它是一本適合普羅大眾的工具書，它也是一本跨越宗教的書，這本書的所有內容不僅適用於沒有嘗試過任何靈修課程的人，也適合任何一位想要致力提升自己生活或生命的人。因此，無論你是位治療師、老師、大師、靈性極高的靈修人士或是初學者及孩童，都可以受用其中。正如瑜珈一樣，瑜珈也與任何宗教無關，瑜珈也並不是專為那些靈修人士所創立，而是為了任何一位想要獲得健康身體的人而存在。

這些手印的目的其實很簡單，他們可以平衡一個人的身心靈。正如其他的靈性練習一樣，打手印將有助於平衡你生活中的每一個面向，並且為你的生活注入喜樂和平安。當然打手印還有其他的優點，但是他們的最終目標就是將你引領至一個喜樂平安的最佳狀態。因為當你感覺到喜樂和平安的時候，你就能更容易地觸及自己意識的更高層次。

這本書的內容源自許多存有，其中包括大天使麥達昶 (Archangel Metatron)、大天使麥可 (Archangel Michael)、圖特大師 (Master Thoth)、阿肯那頓法老 (King Akhenaton)、愛西斯女神 (Isis) 以及瑞·強德蘭的高我。你或許會問：為什麼這些存有要提供這樣的訊息呢？答案其實非常簡單，因為這是幫助人類覺醒的另一個工具。

你個人的手印練習

關於手印的練習場地並沒有任何嚴格的限制。基本上你可以在任何自己想要施作的地方練習這些手印。因此，無論是在室內或室外的任何地方，都可以練習這些手勢。練習手印最重要的不是地點的選擇，而是你應該努力維持放鬆且舒適的姿勢，然後在一個安靜的環境中練習。至於準備工作的部分，場地仍然不是重點，而是你要讓自己與感官系統結合，然後預備自己進入全然放鬆的狀態，以達到最佳的效果。

這些手印最好是作為個人練習之用，但在課堂中被教授時，也可以團體的方式進行。練習一個手印的時間雖然沒有限制，但仍建議以三分鐘為基準。

至於你該練習多少次的這個問題，則視個人而定。如果你覺得受益，那請持續做下去，並請專注於自己的身體、身體內能量流動的方式、以及個人的感覺來決定練習次數。

在這些手印之中，有一部分的手印必須配合聲音施作，而另一部分的手印則沒有這樣的限制。因為當我們使用聲音去搭配某個手印時，聲音會強化這個手印的力量，而那些無須搭配聲音的手印，本身即已具有高能量，所以並不需要其他的聲音來強化它。言下之意，某些手印需要音頻來強化它的效能，但其他已具有高頻能量的手印則無此需求。

當你在施作這些手印的時候並不需要靜止不動。孩子們可以在跳舞或玩耍的時候練習這些手印，因為當孩子們在跳舞或玩耍的時候，他們是全然存在於當下的。但成人們卻極少可以維持在這種全然存在當下的狀態。即使他們在跳舞或玩樂，他們的心思仍然常常飄往他處而無法專心。因此唯有當成年人能保持靜止不動時，他們才能比較放鬆，而且更加掌握自己的意識形態。

有些手印因起源地不同，可能需要施作五個動作才算完成，但在這本書中，我們只選擇最適合地球這個星球的手印來作介紹。

另外還有12個DNA手印是用來搭配12股DNA的。這些手印必須被視為一整套而且一起施作。正因為這些手印的用途是爲了整體DNA而來，所以請不要單獨施作其中任何一個手印。畢竟這一套的12個手印，就是爲了啓動DNA而產生的。

至於其他的手印則沒有這個限制。此外，所有出現在這本書裡的手印也沒有特別的排序。你可以選擇從書中的任何一個地方開始練習，或是挑選任何一個與你共振的手印開始練習。當你施作手印時，請盡量保持身心靈的專注，並全心投入練習之中。

練習這些手印可以爲你帶來寧靜、幸福和更高意識層次

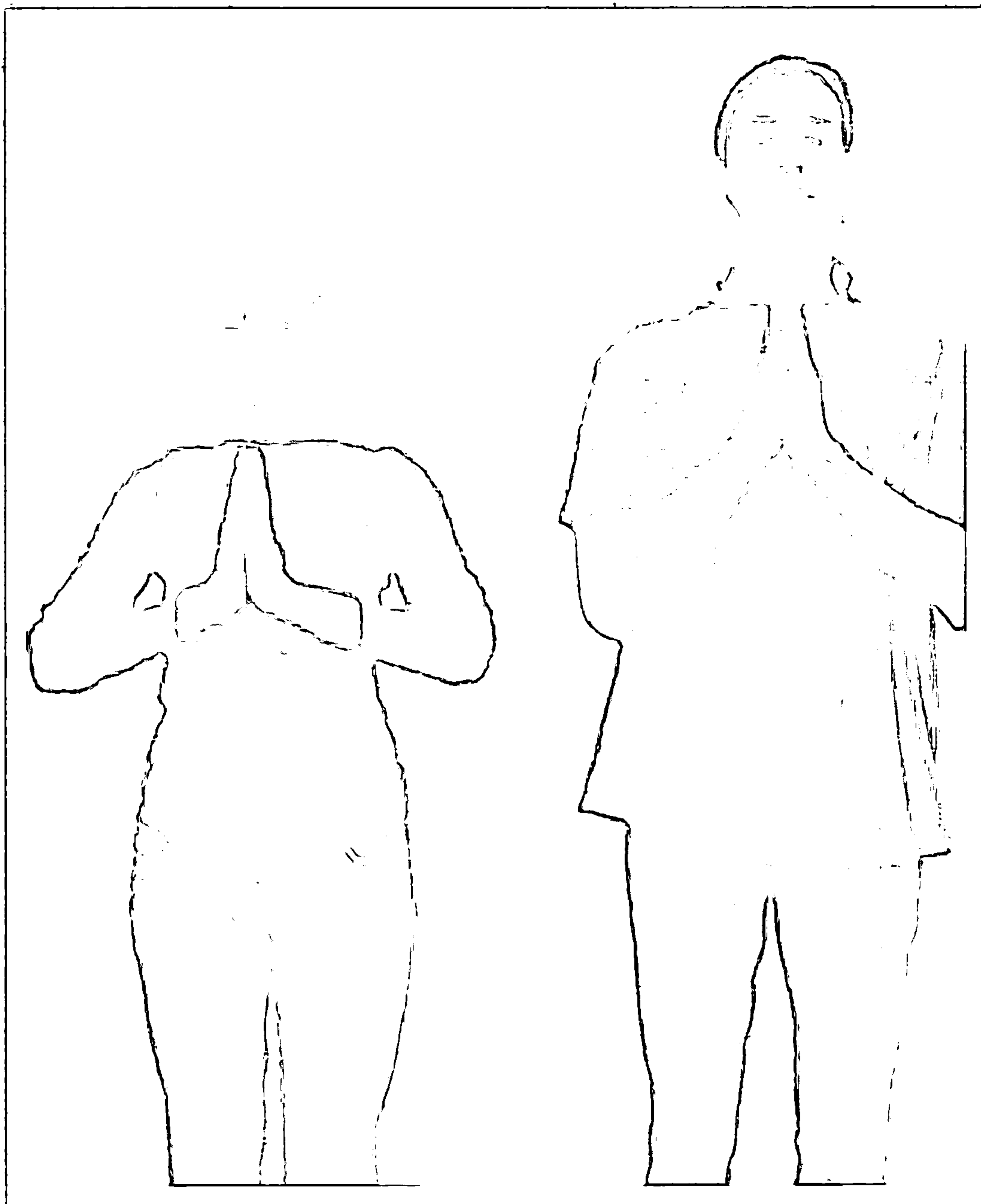
的生命。手印的效果雖然因人而異，但假以時日，你會注意到自己正過著平衡且能量提升的生活。此外，你的人際關係也可以因此修復或更加和諧。同時，你也會成為一位更具有彈性及包容力、不再事事批判別人的人。你會感覺自己是完整之中的一部分，而且也是所有地球上弟兄姊妹們的守護者。因為很明顯地當你在為療癒地球而施作手印時，你也會同時帶來全球性的療效。

建議

這些手印源自遠古時代。長久以來，它們被世代的人們用來作為療癒的工具，以創造幸福、安寧和平安。當人們想要精熟使用任何一項療癒工具時，最好的做法就是去使用它。在你練習的過程中，你會看見自己周遭的能量和氣場、以及自己的氣和心智感受力的諸多變化。你或許能夠了解自己必須要持續地練習，才能夠精熟任何一項能力，而這也是我們要給你的最簡單的建言：練習、練習、再練習。

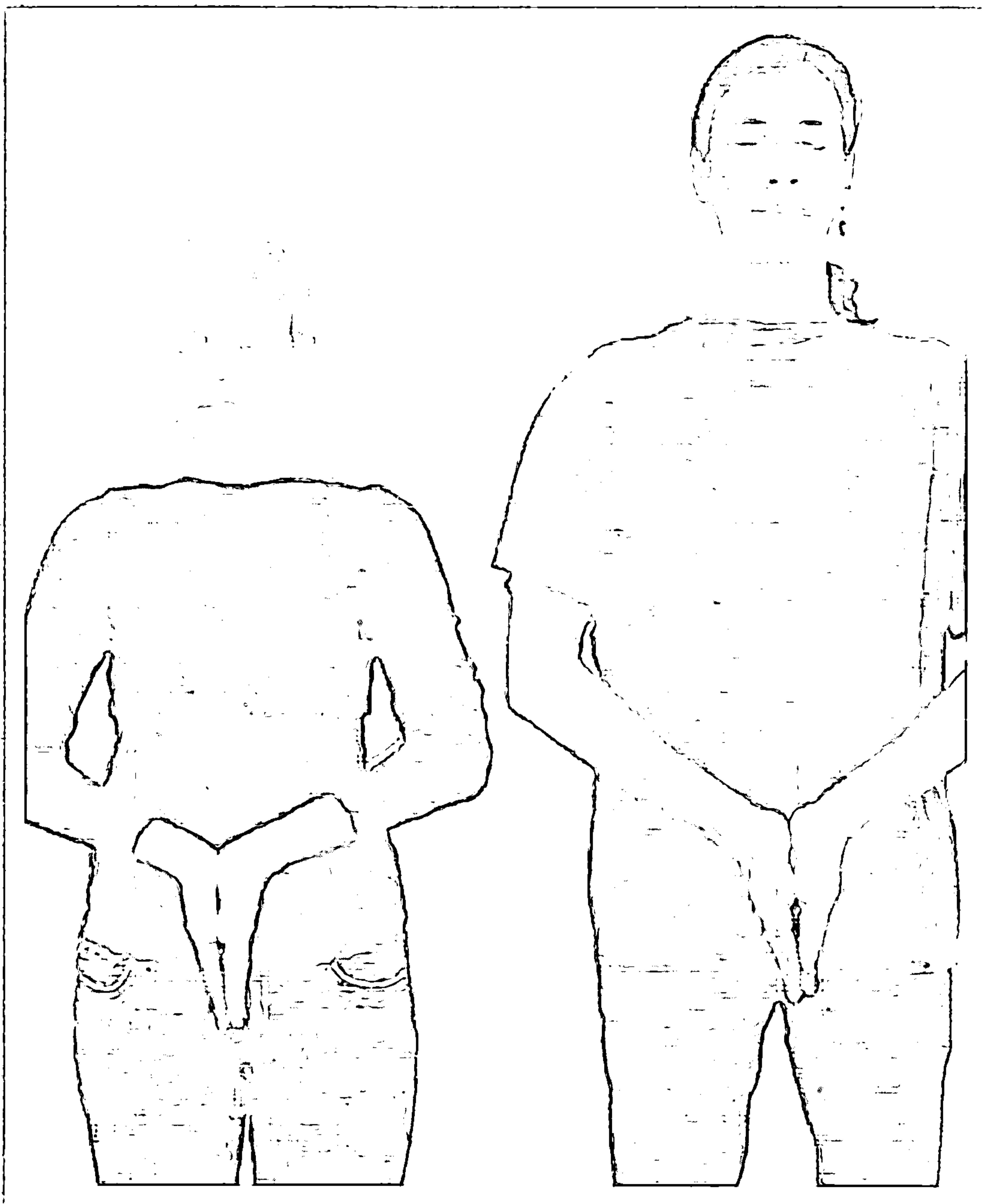
這本書可以幫助你連結生命中眾多的真理。在這本書中，你也可以找到許多生命的真理。但這本書只是其中的一個點，還有其他更多的點等著你去連結，來幫助你活出自由和充滿啟發的生命。我們不願意聲稱自己的方法是唯一的真理，因為它真的只是所有真理之中的一個點。

療癒與成長



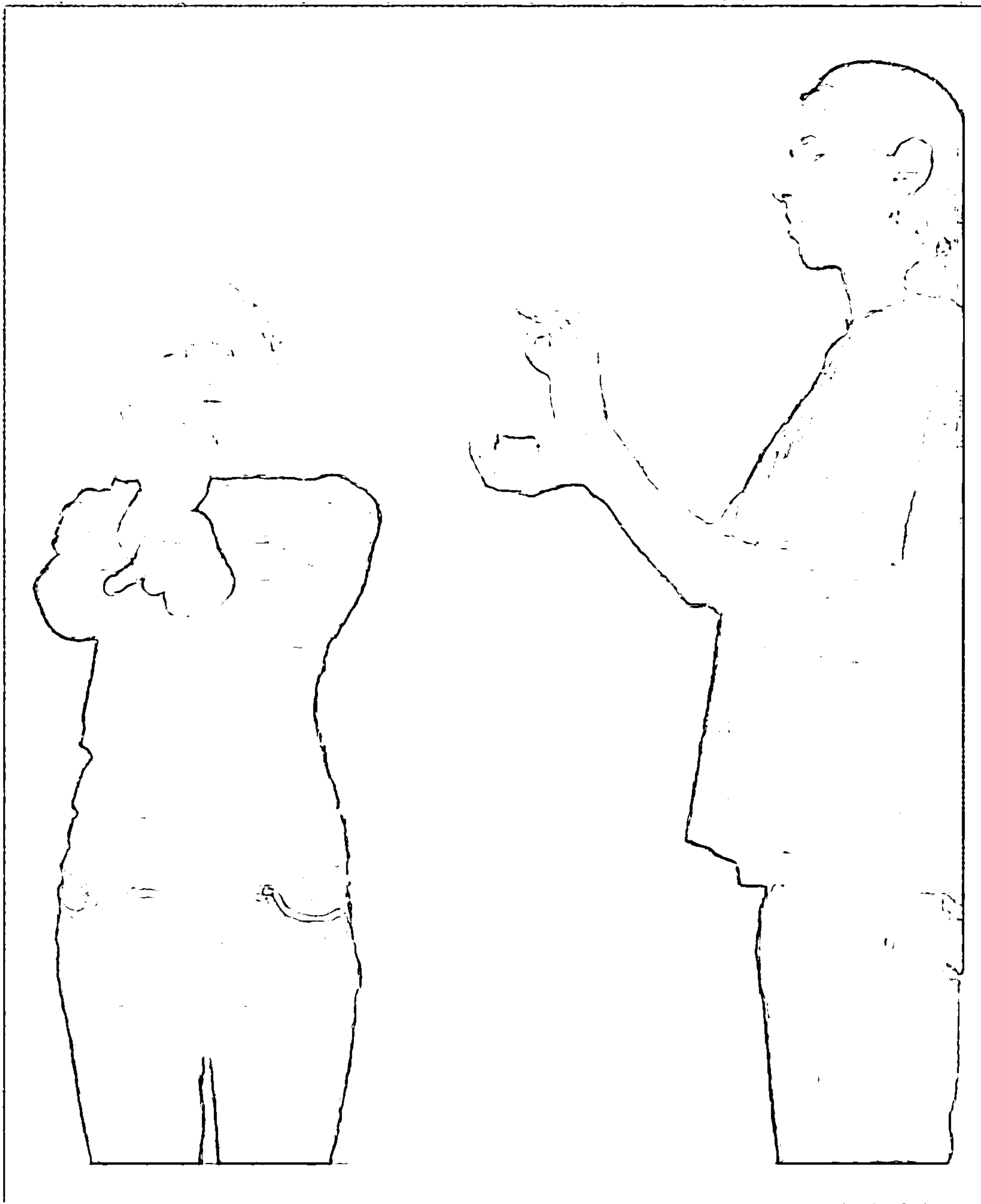
深深的感謝

以祈禱的手勢，雙手合十向上。



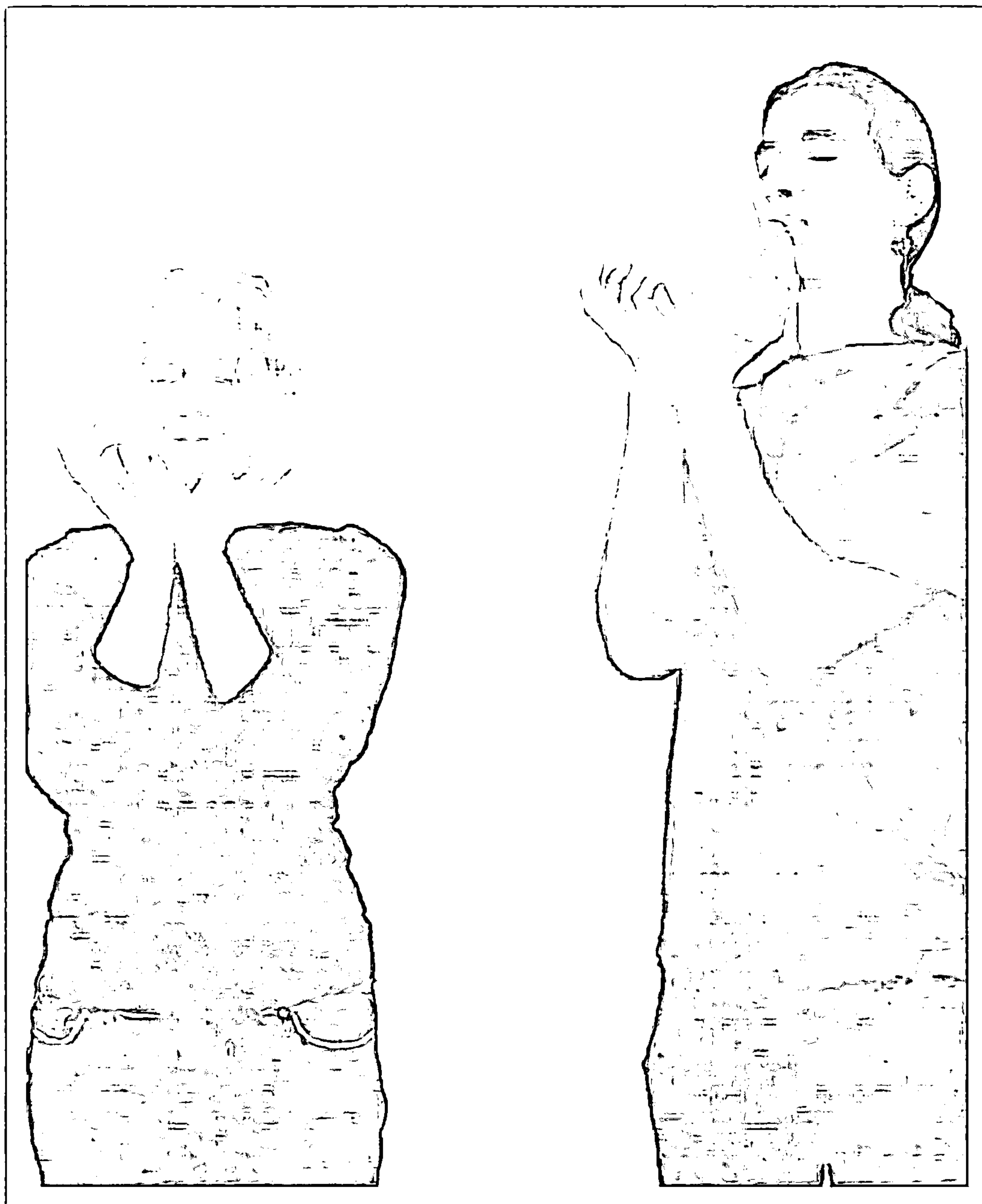
深深的感恩

以祈禱的手勢，雙手合十向下。



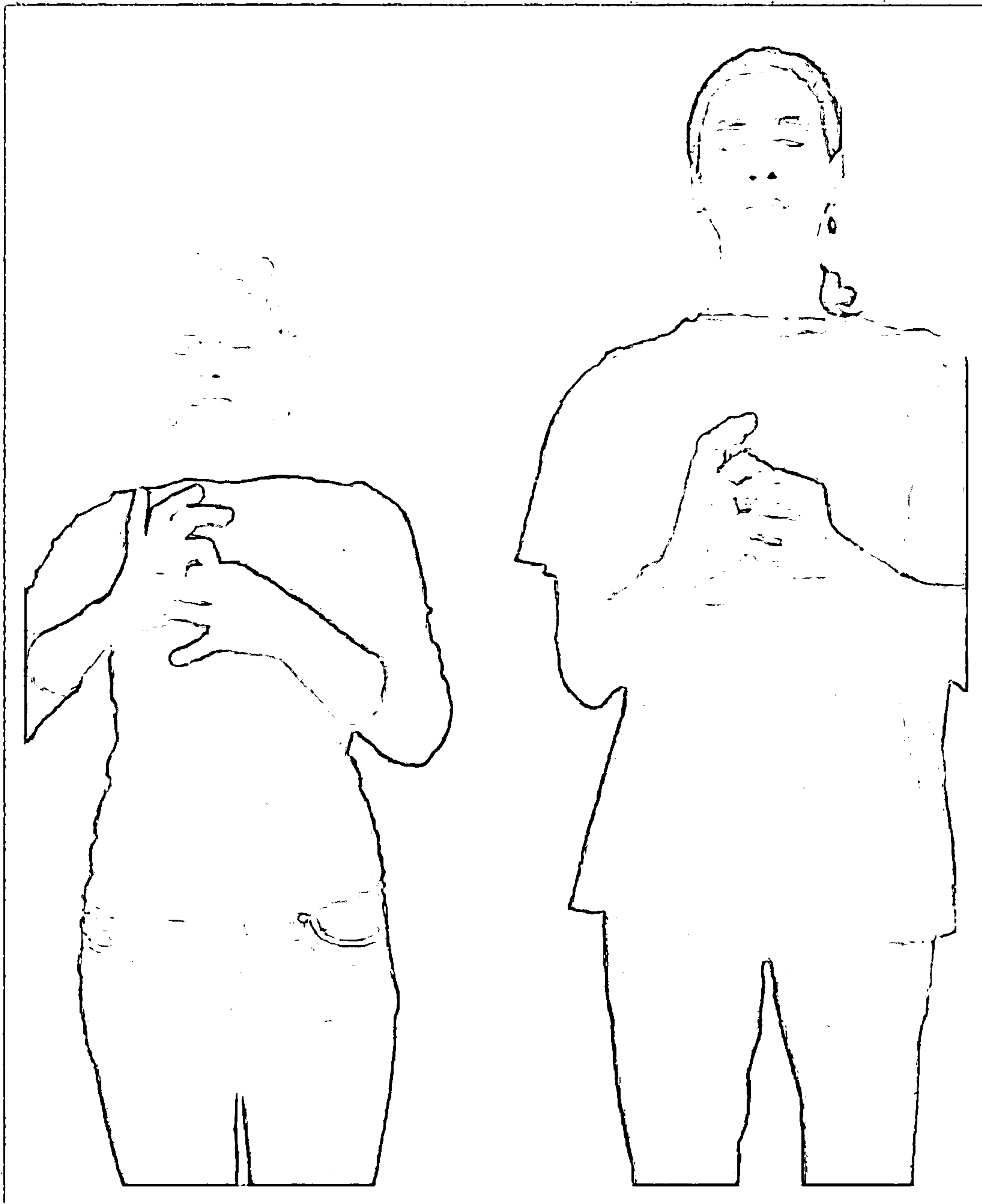
施與受之間的平衡

雙手大拇指及無名指各自互觸，並將右手腕放在左手腕上面。



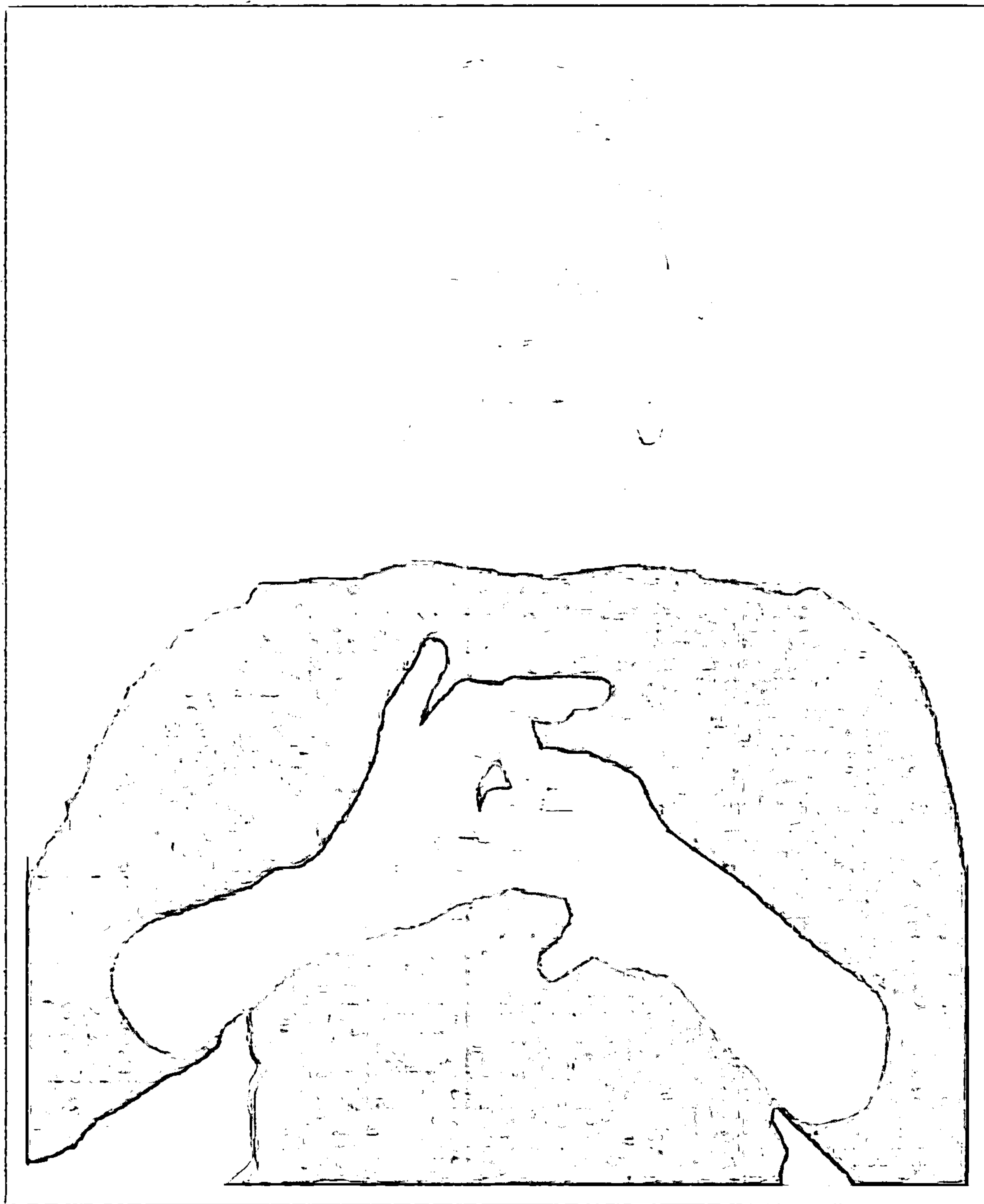
在愛的關係中平衡

雙手大拇指及食指各自互觸，然後兩手手腕互觸，雙掌以平行方式向上打開。



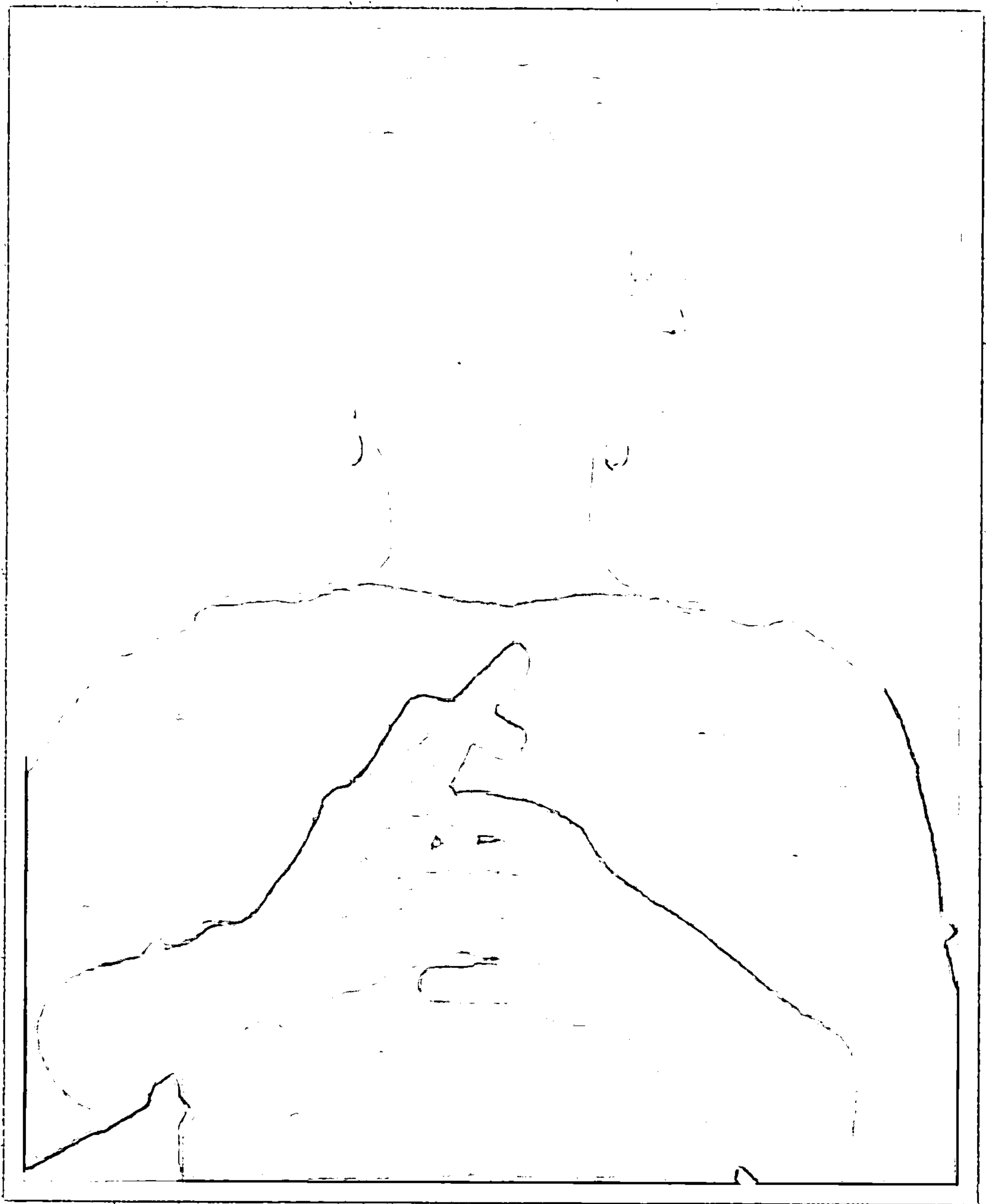
身心靈整合

雙手大拇指及食指各自互觸，並各自形成一個圓圈，然後將左手圓圈放在右手圓圈之中，但兩個圓圈彼此並不互觸。



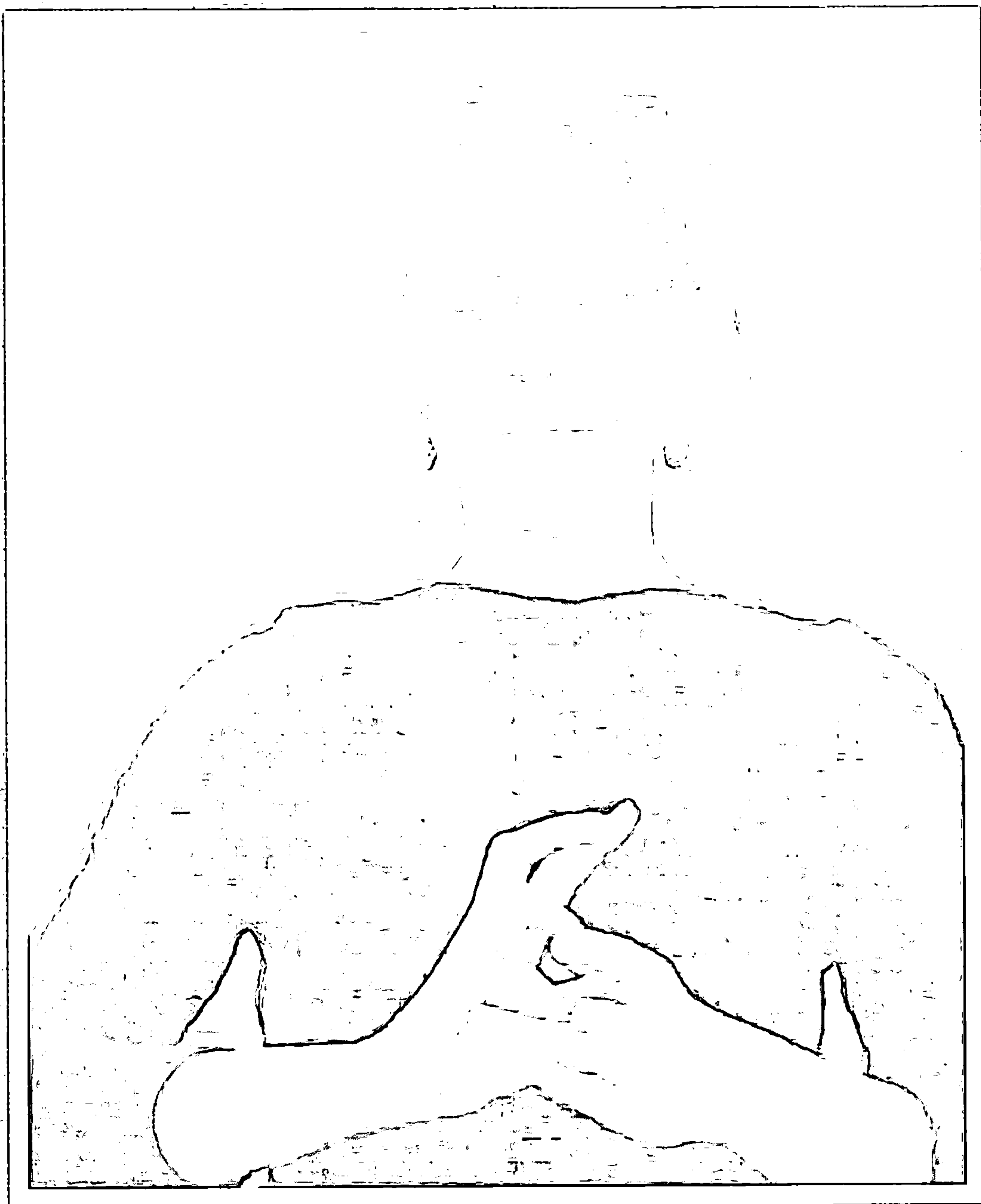
身心整合

雙手大拇指及中指各自互觸，並各自形成一個圓圈，然後將左手圓圈放在右手圓圈之中，但兩個圓圈彼此並不互觸。



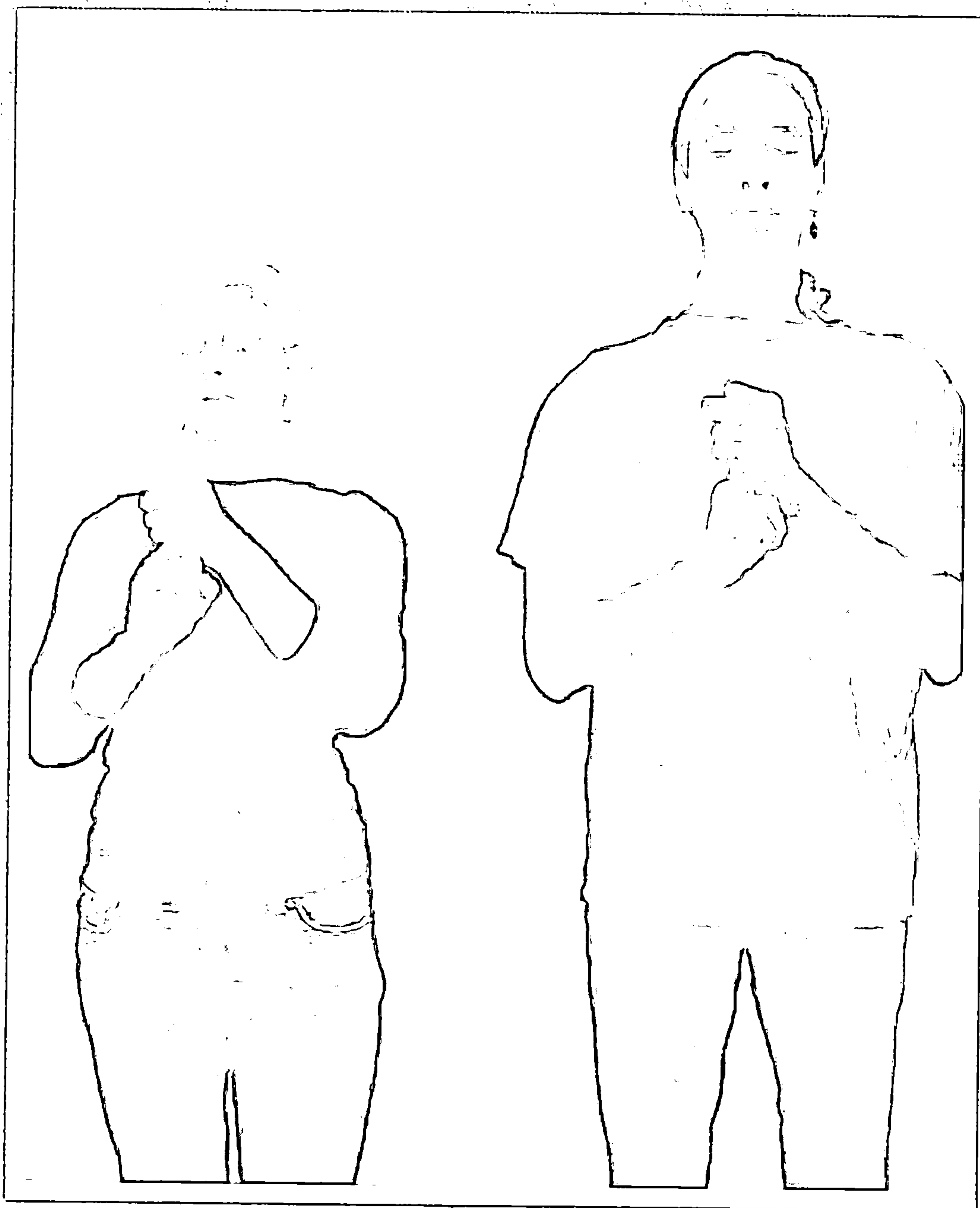
身靈整合

雙手大拇指及無名指各自互觸，並各自形成一個圓圈，然後將左手圓圈放在右手圓圈之中，但兩個圓圈彼此並不互觸。



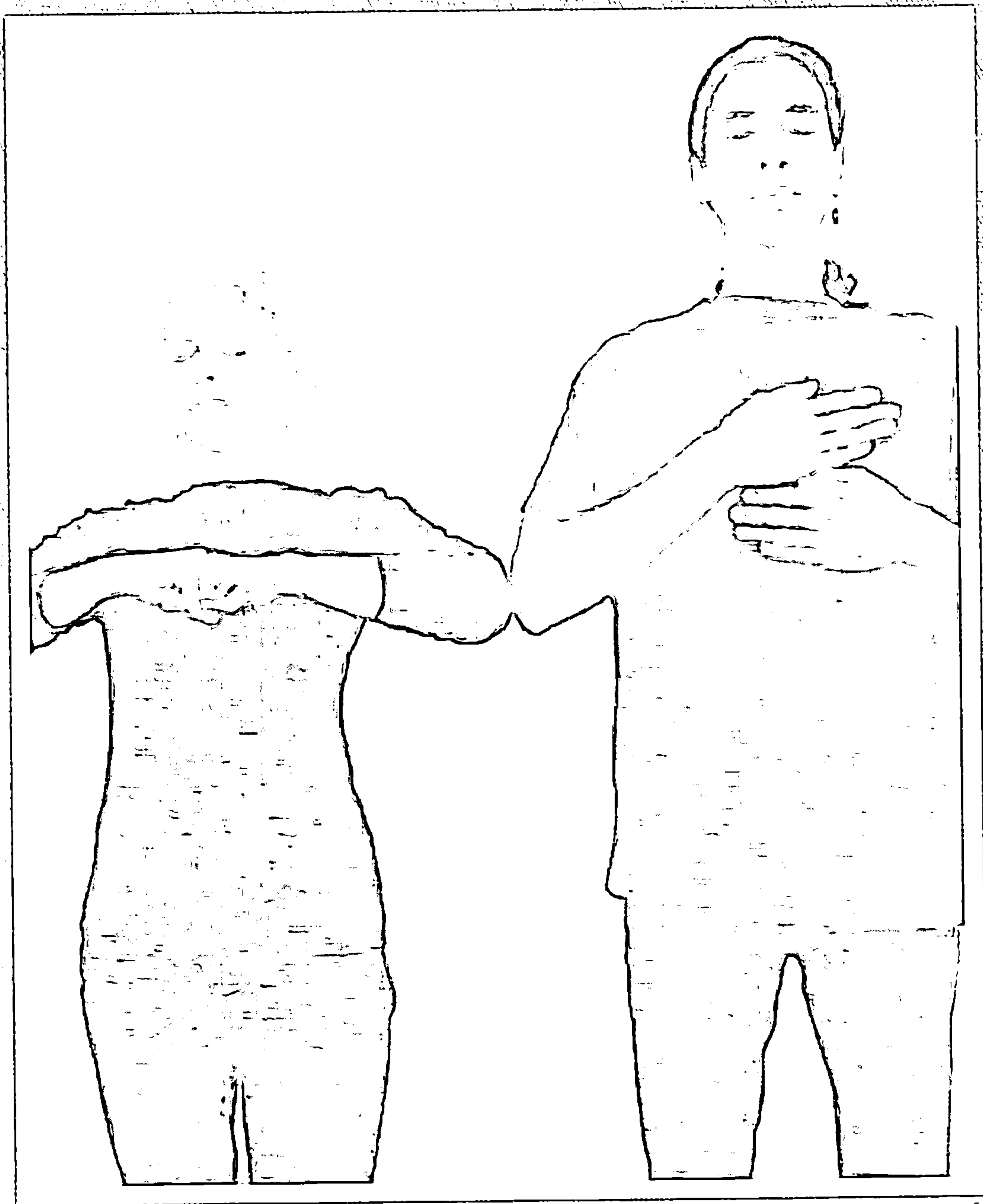
與四大元素連結 (地、風、水、火)

雙手大拇指及小指各自互觸，並各自形成一個圓圈，然後將左手圓圈放在右手圓圈之中，但兩個圓圈彼此並不互觸。



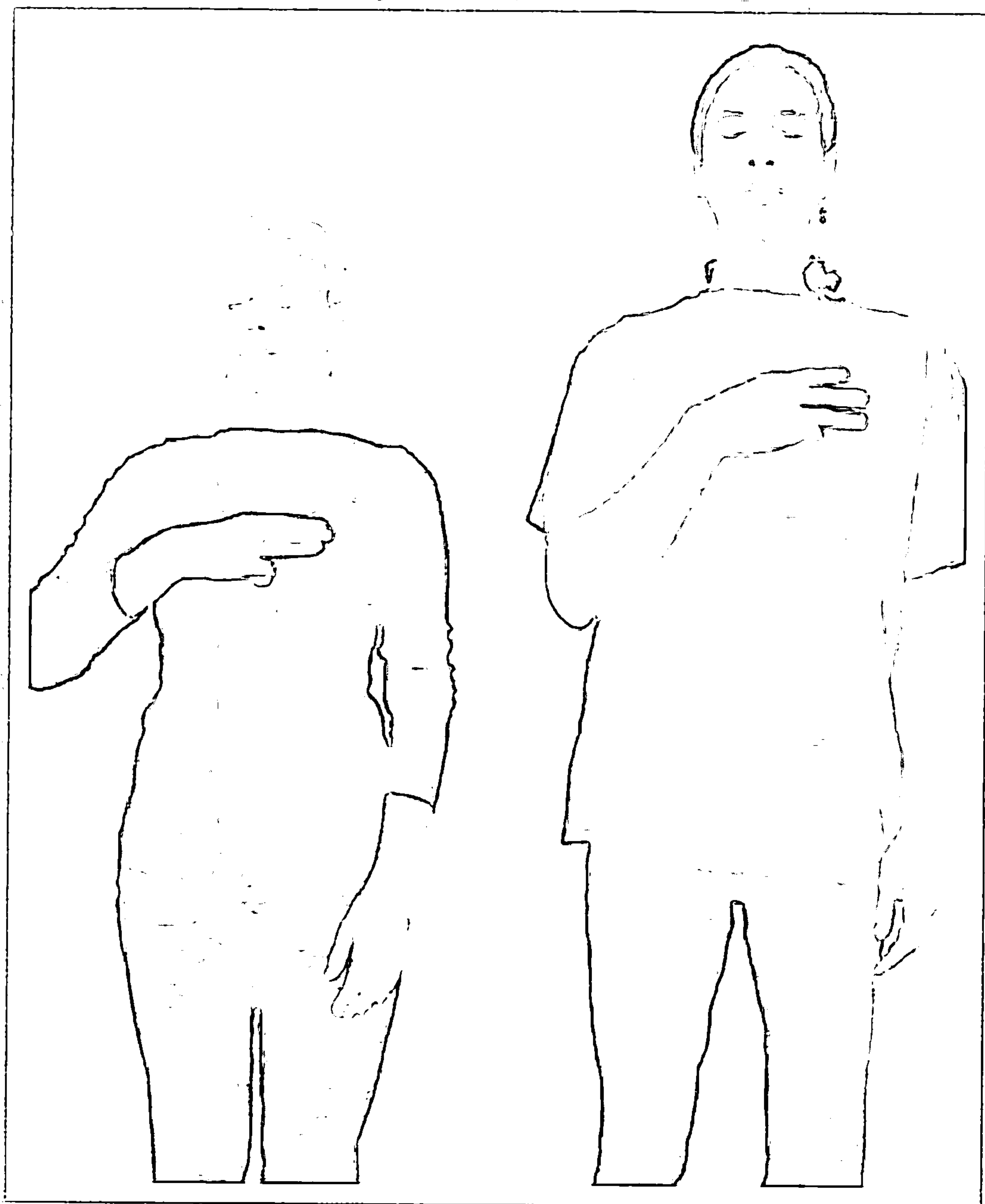
與自己為友

左手握拳向上。右手食指向上，伸進左拳之中。雙手直立。



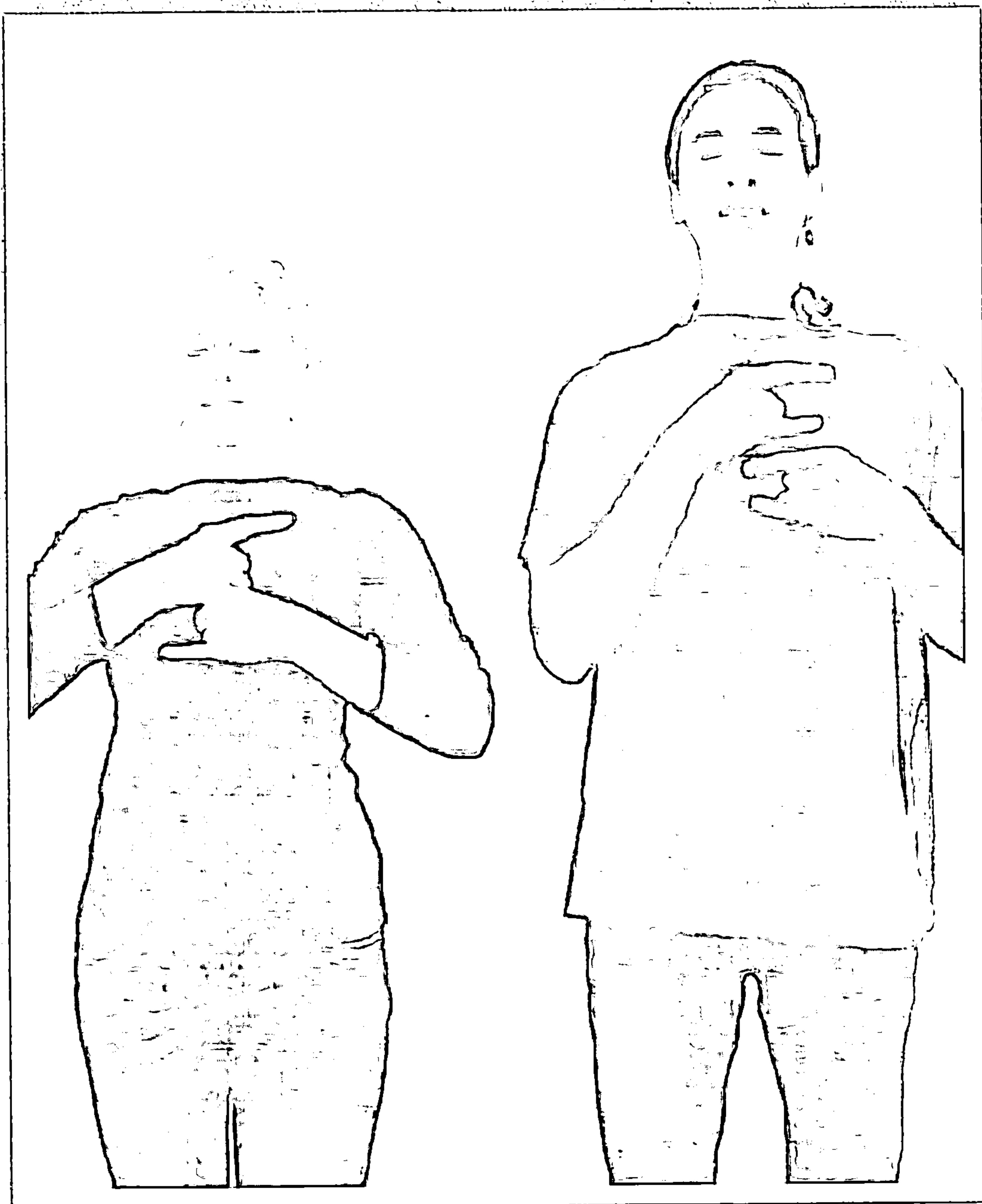
從心而出的友誼

1. 雙手各自握拳，指節互碰，雙肘平行向外伸展。
2. 兩手打開，右上、左手下，放在心臟位置。



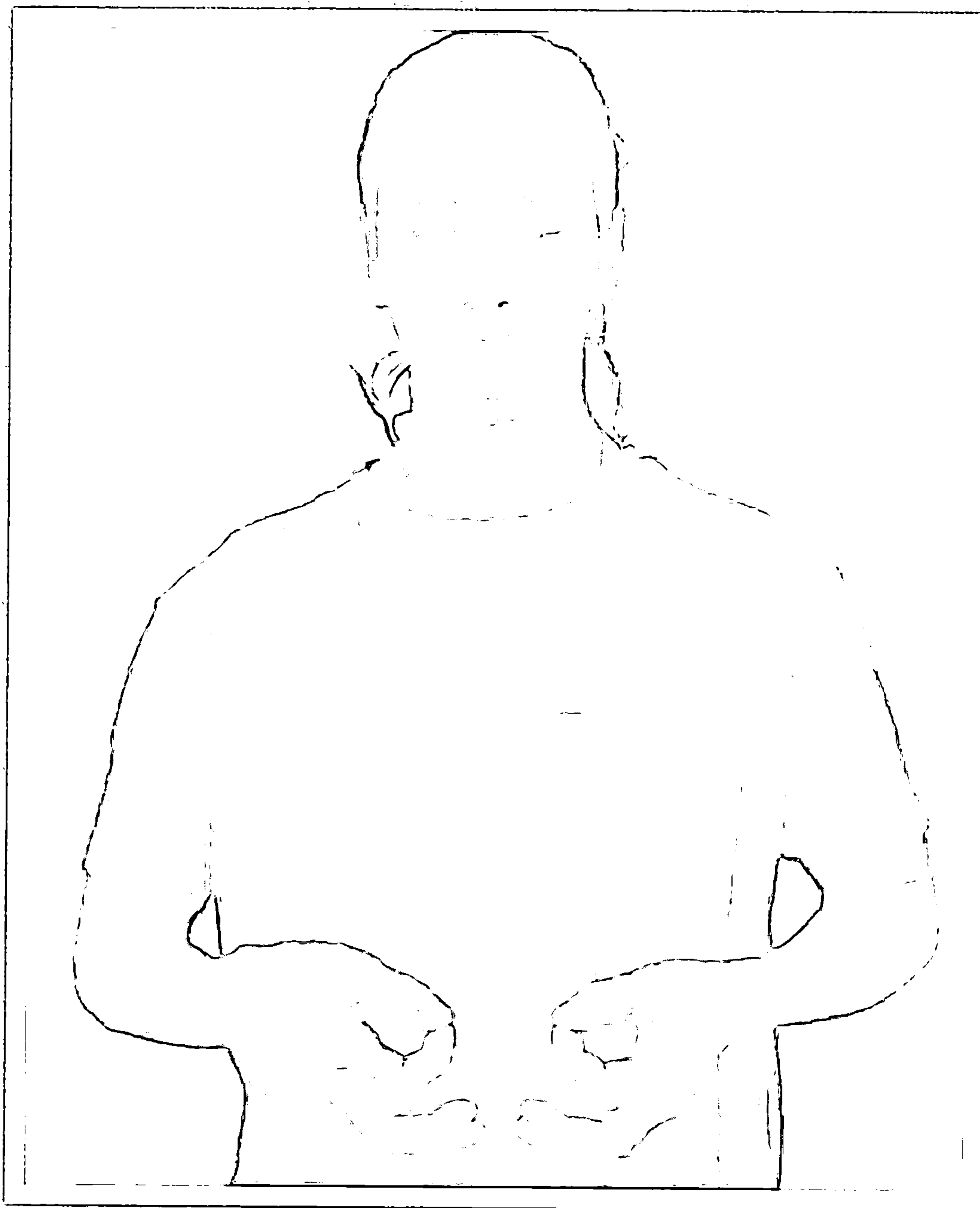
從心而出的憐憫之心

右手大拇指及小指彎曲，觸碰心臟位置，另三指平行伸直。



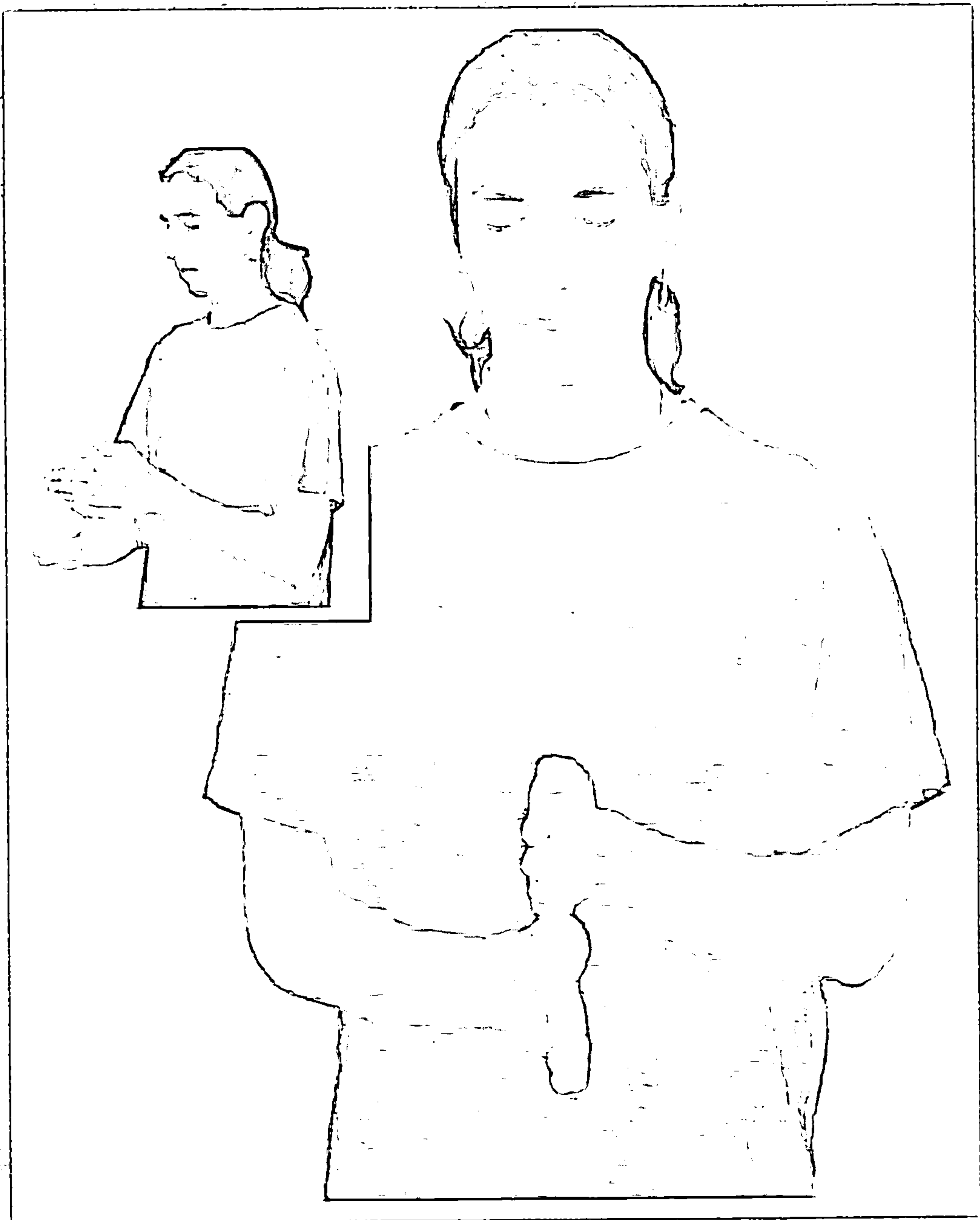
從心而出的誠實正直

雙手大拇指握於中指及無名指之下，其餘兩指伸直。右手上、左手下，放在心臟上方位置。



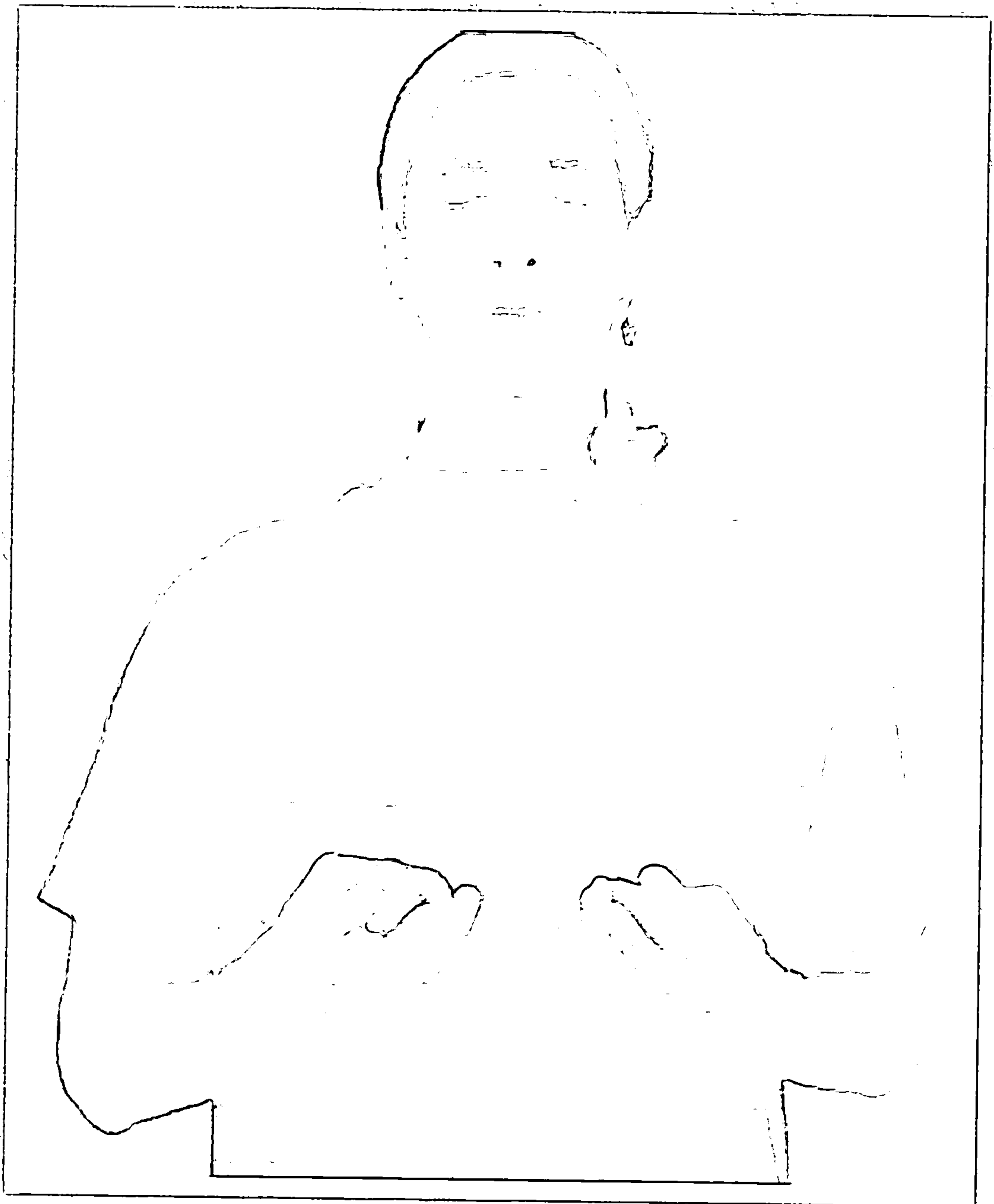
知識與智慧

雙手大拇指及食指互觸，水平地放在太陽神經叢的位置。兩手指形成的圓圈面朝外。



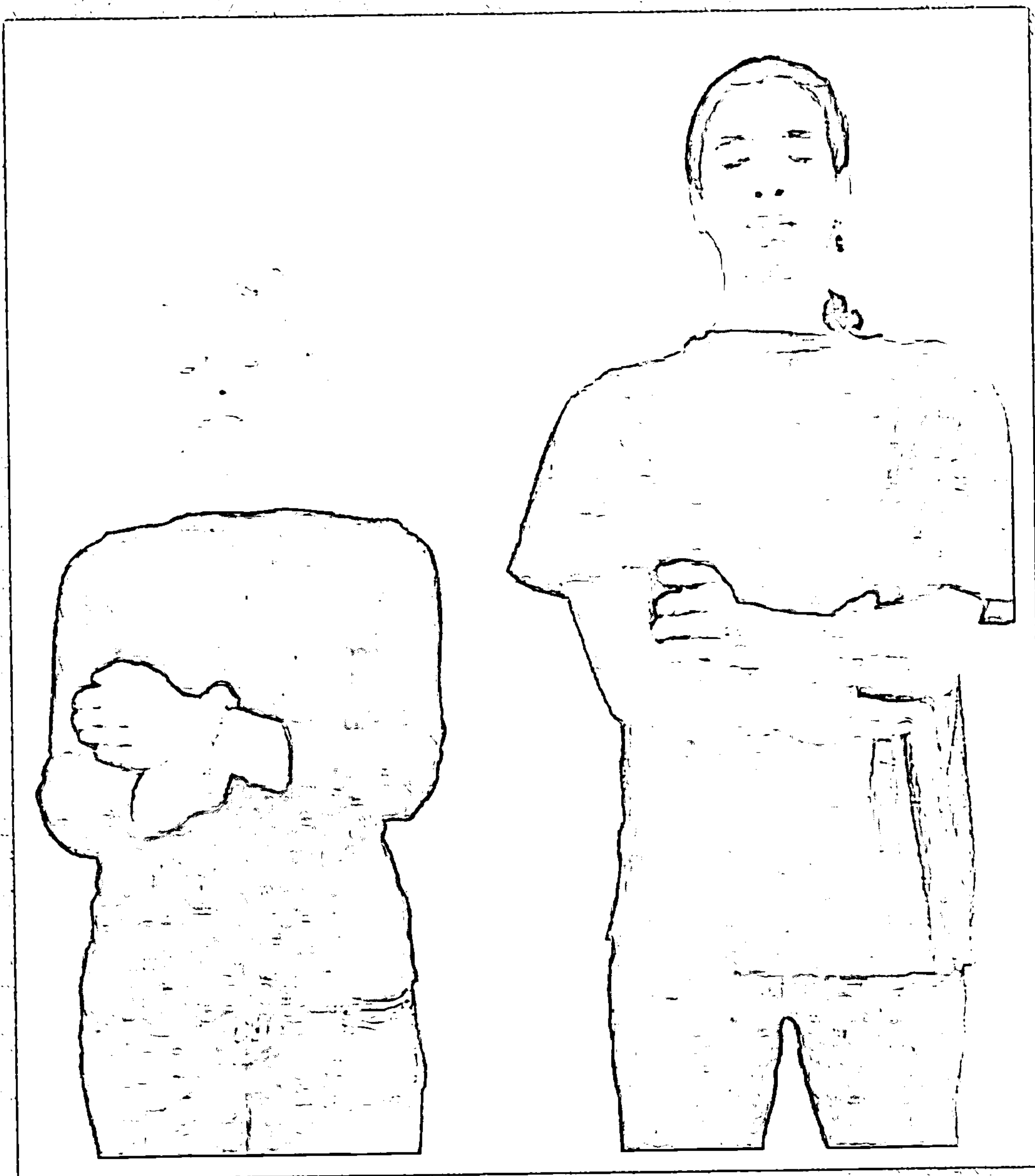
集中心神

雙手手指全部併攏，向外伸直。左手放在右手上方，左手小指放在右手大拇指上。雙手與身體垂直，放在身體前方。



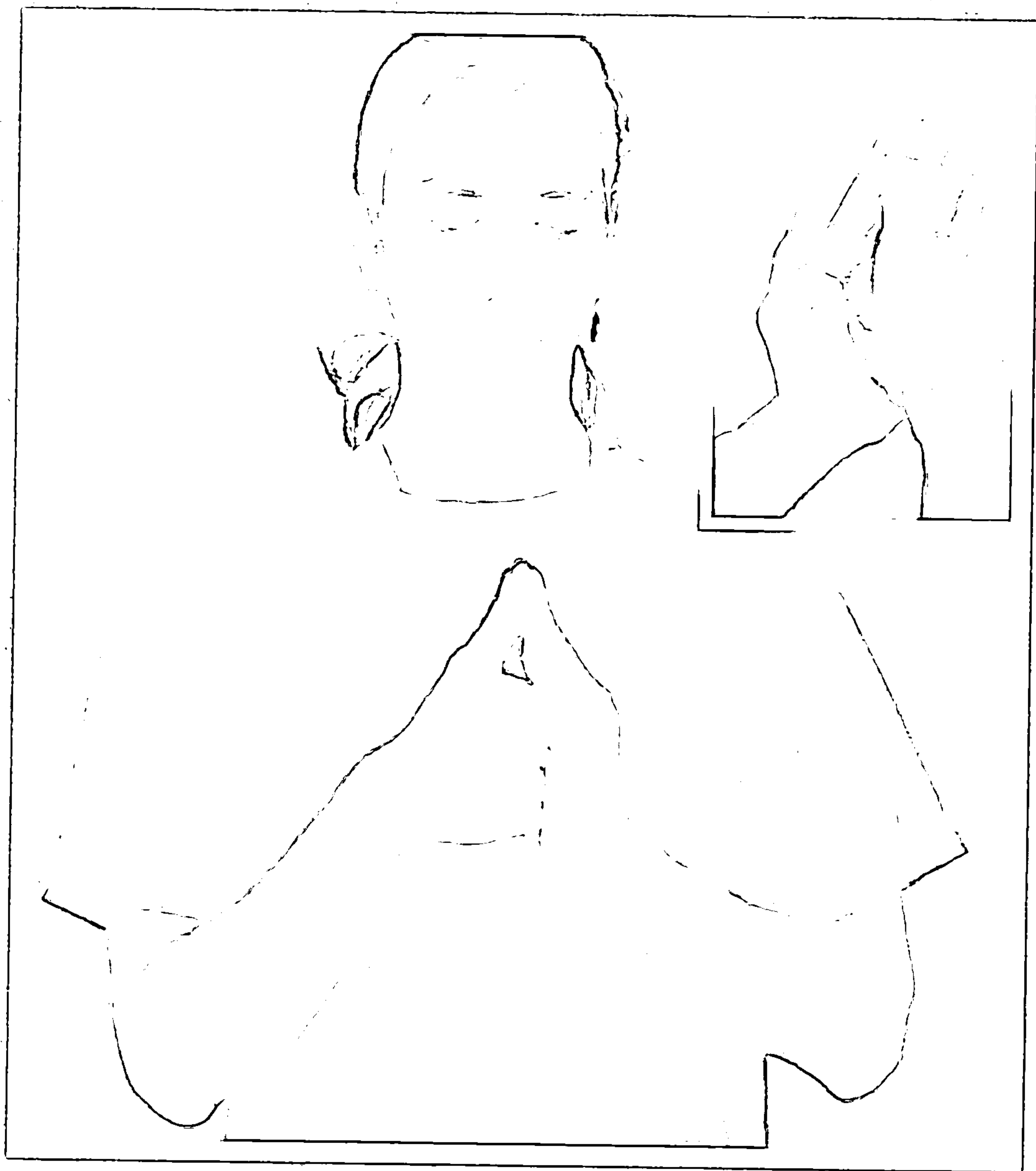
衷心的溝通

雙手大拇指和小指互觸，然後水平地放在心輪前方。



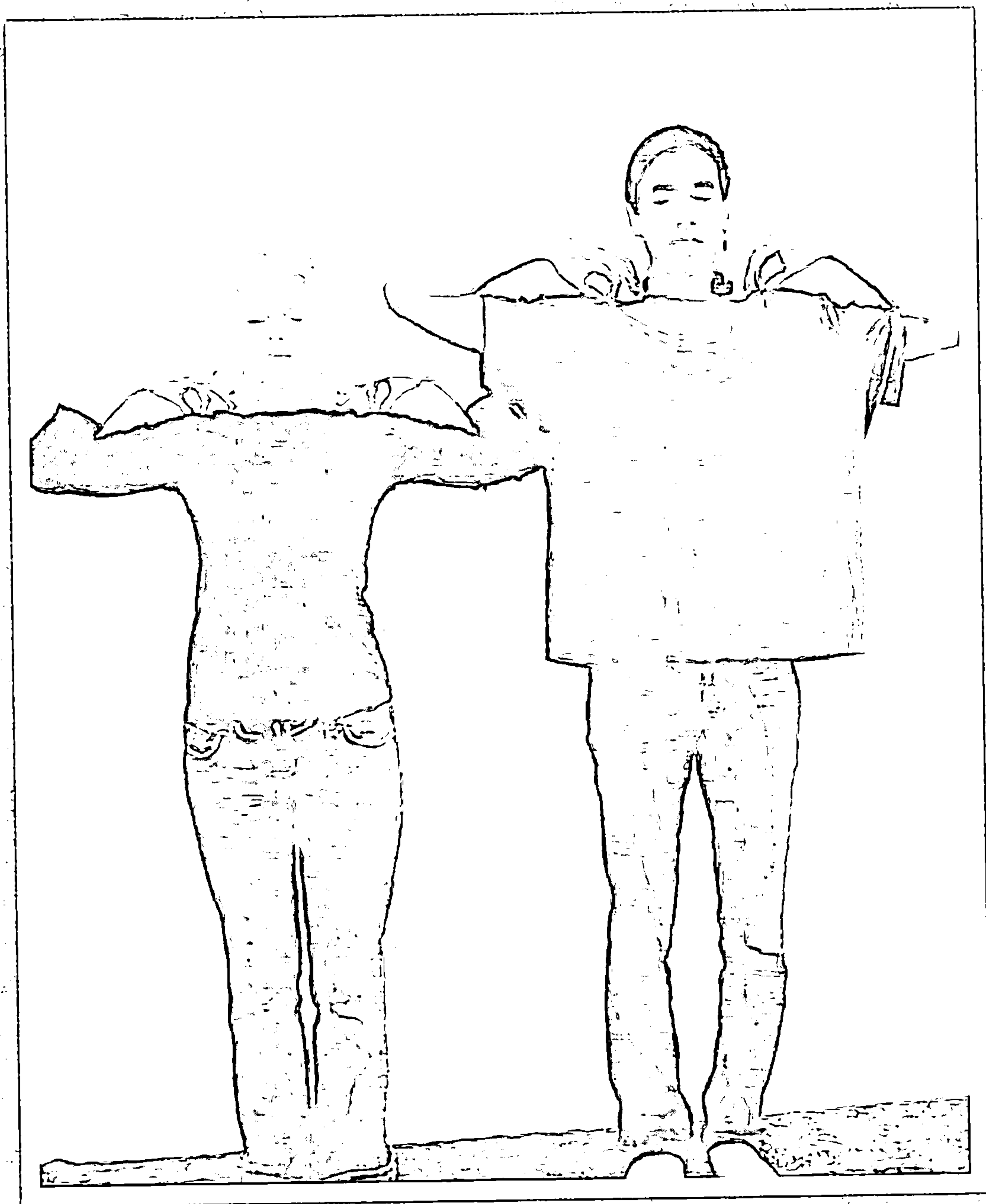
釋放

雙掌打開，手指尖朝外。左手腕跨於右手腕之上，兩手手背相對但不互觸，形成一個X型。



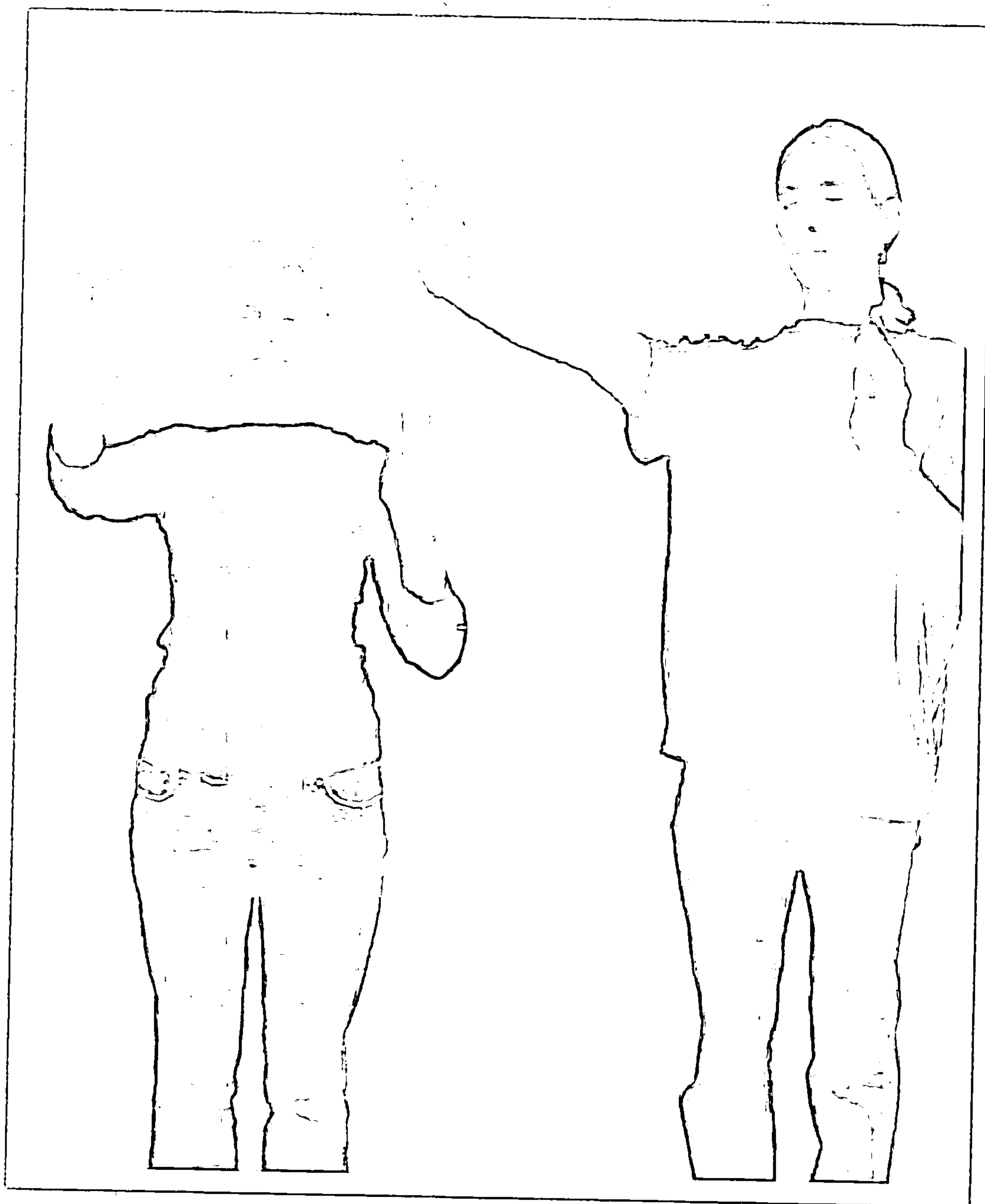
提升能量來完成一項工作

左手指全部向上伸直，右手握拳。右手大拇指壓在左手食指尖上。右拳碰觸左手掌。雙手放在胸前位置。



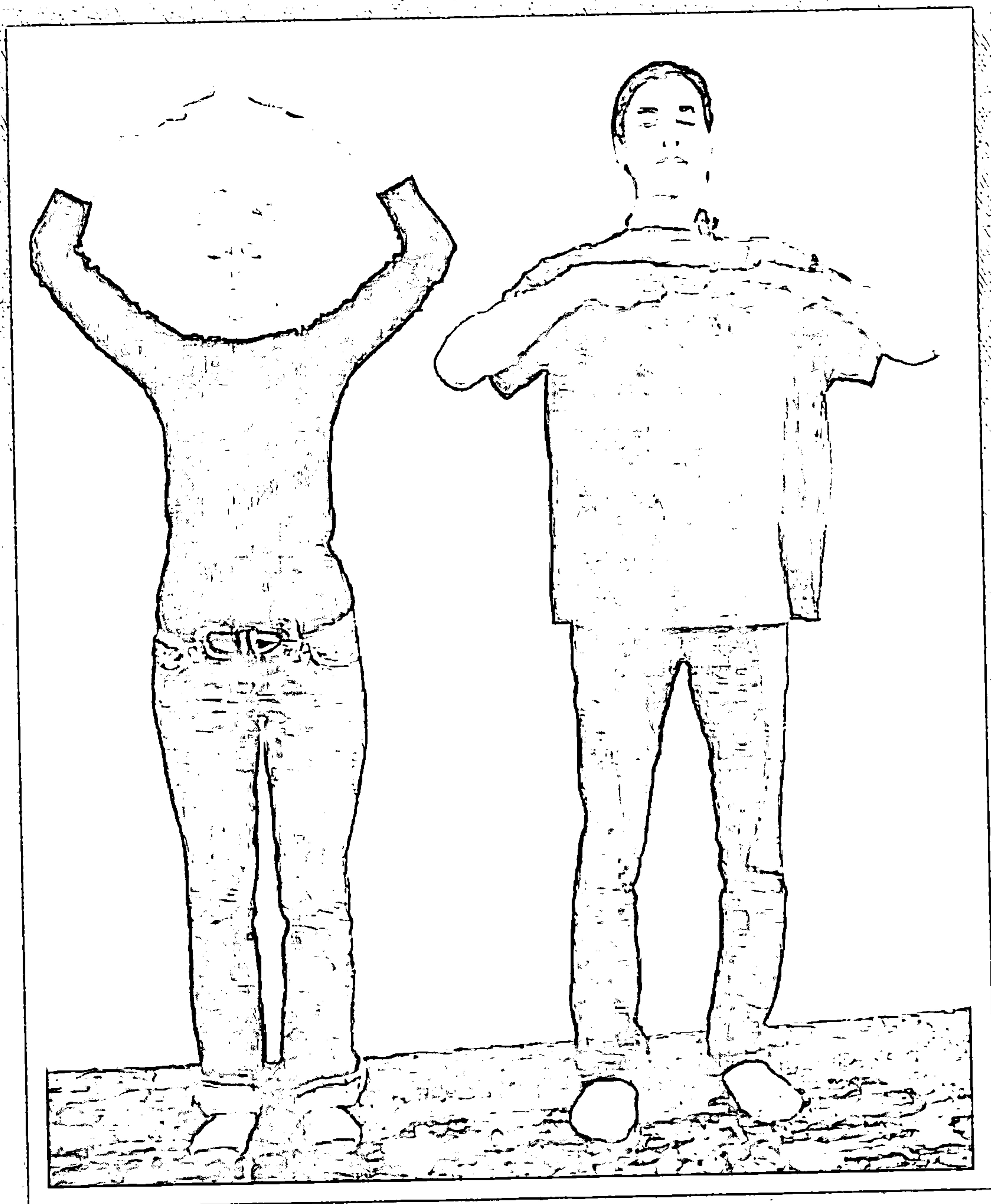
重新連結

雙手大拇指與食指互觸，然後將雙手放在雙肩上。兩手手肘平行伸向兩側。



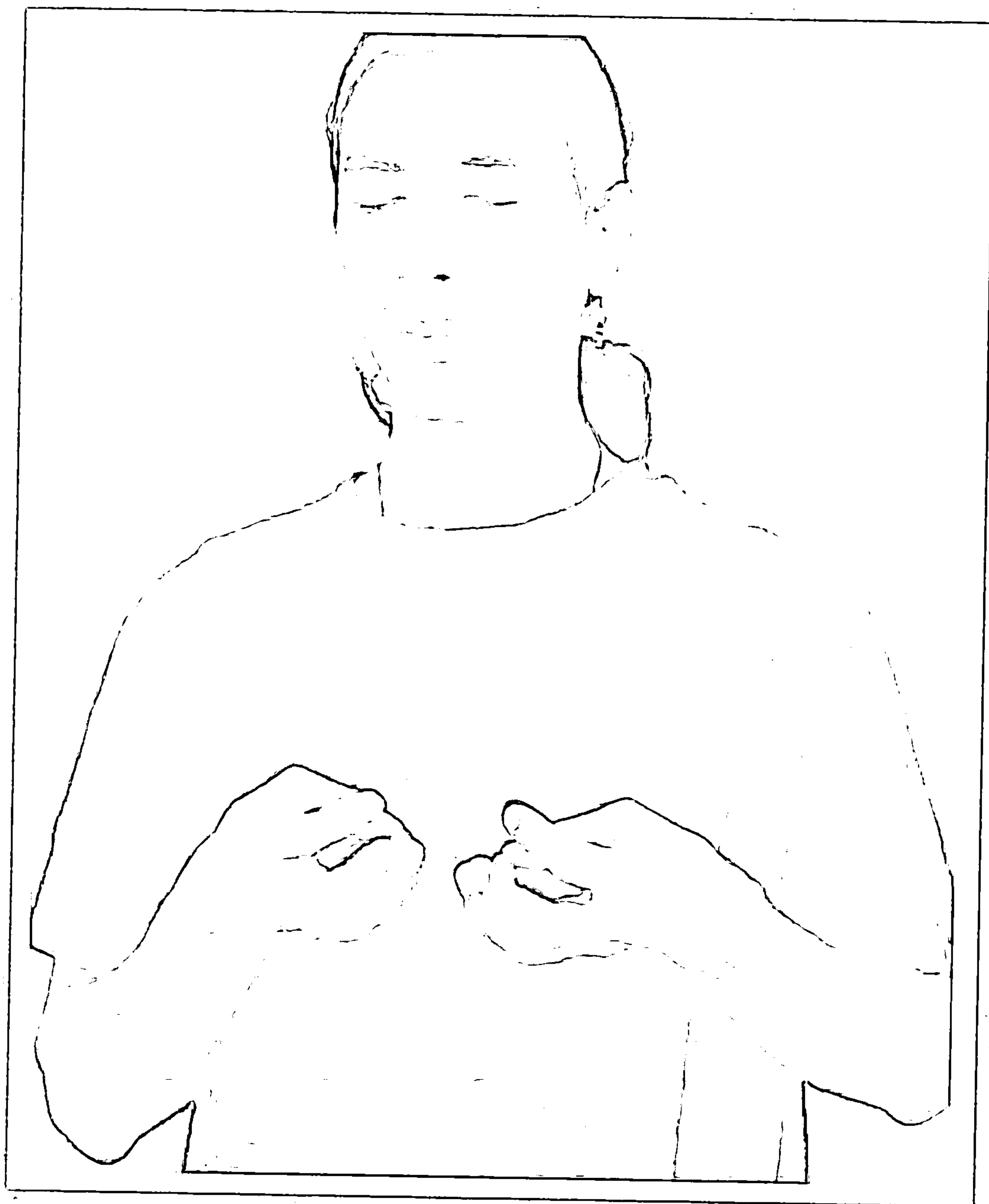
平衡陽性與陰性能量

右手稍微彎曲成杯狀，右手臂向前伸。左手張開，左手臂彎曲。雙手手掌朝外。



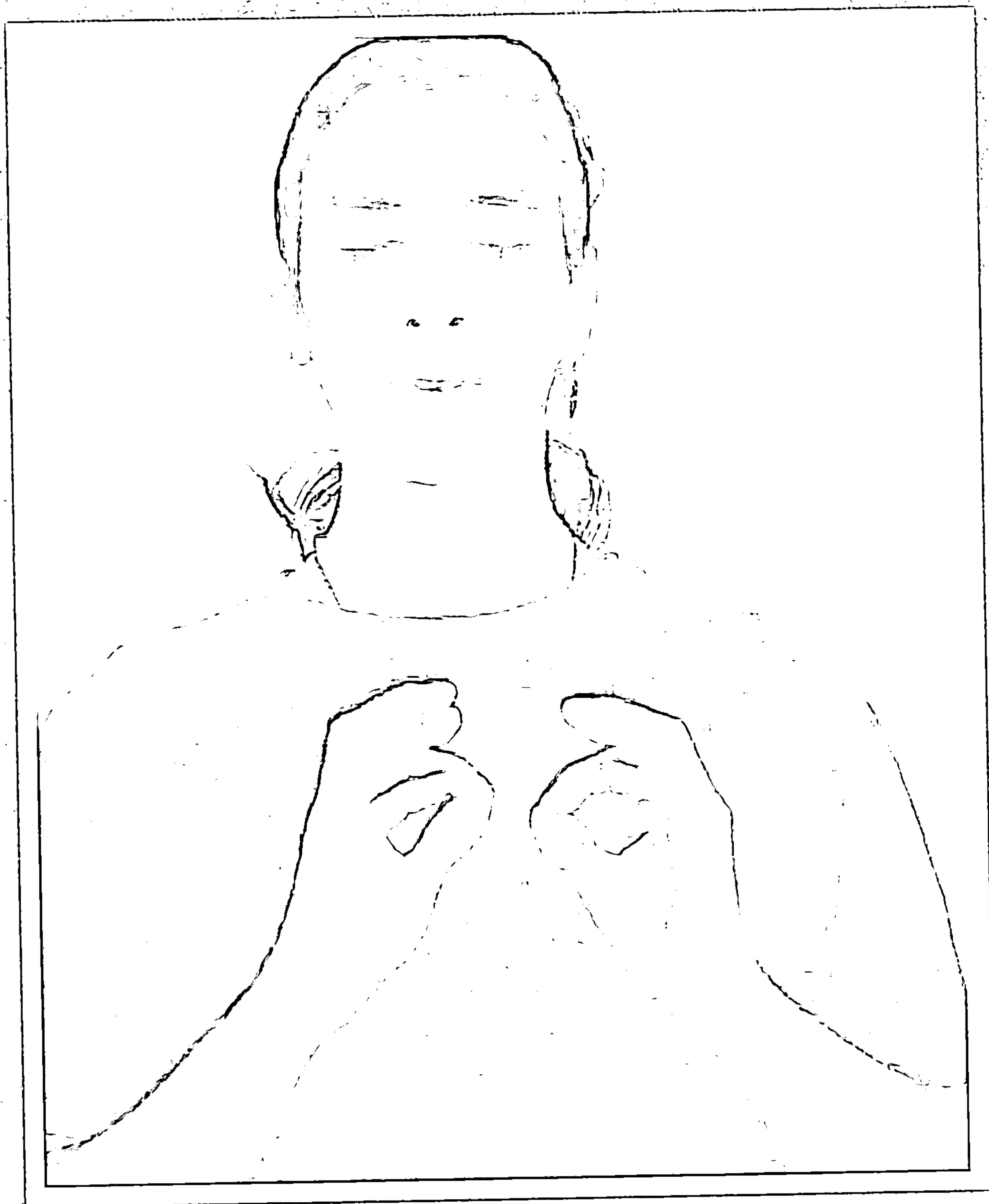
神性

1. 雙手高舉過頭，雙掌朝下，所有指尖相對。
2. 慢慢地將雙手往下移到心輪的位置，但只有中指互觸。



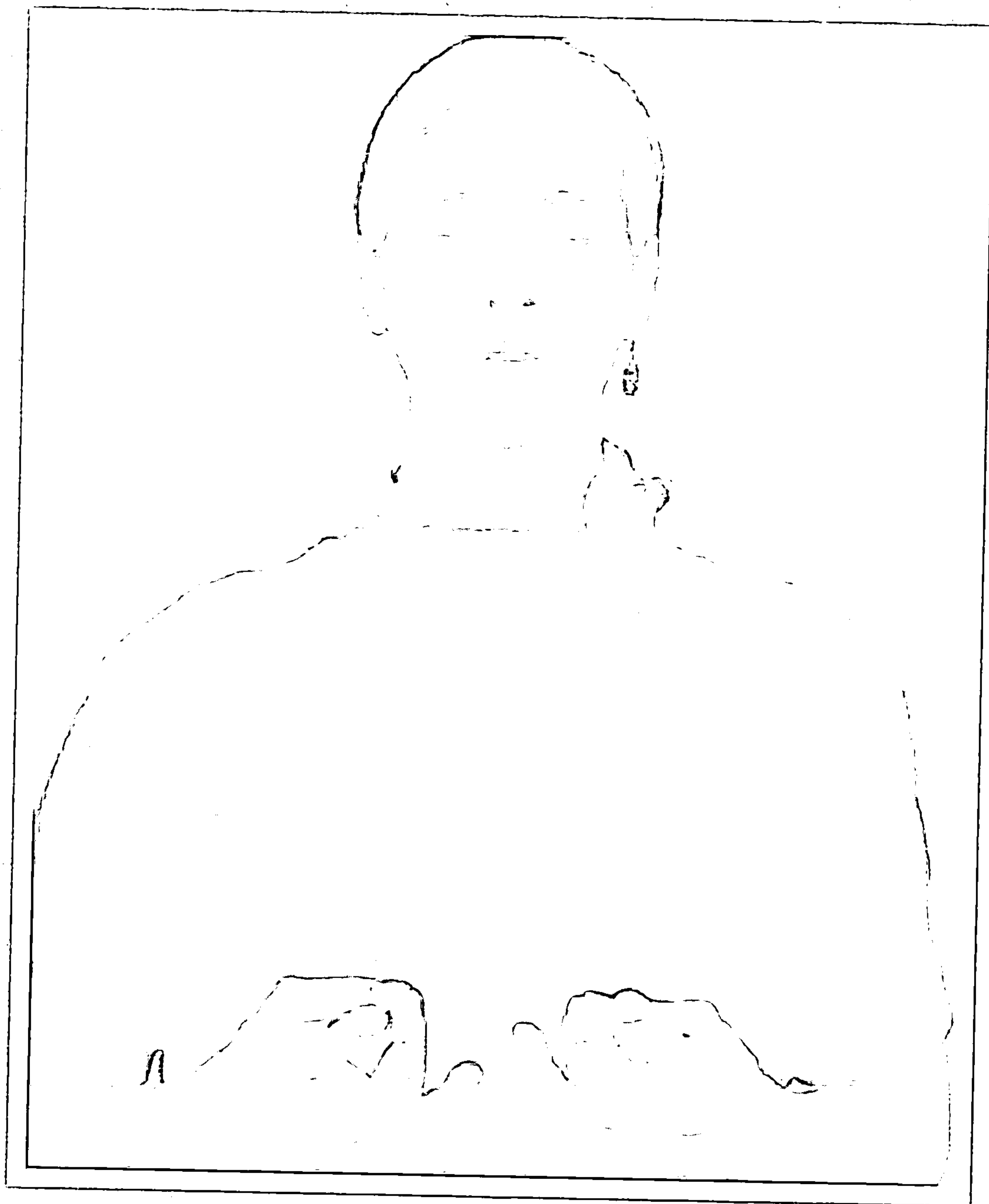
平息焦慮和恐懼

雙手大拇指和小指各自互觸，雙掌向上，放在心輪前方。雙手小指和大拇指盡量靠近身體。



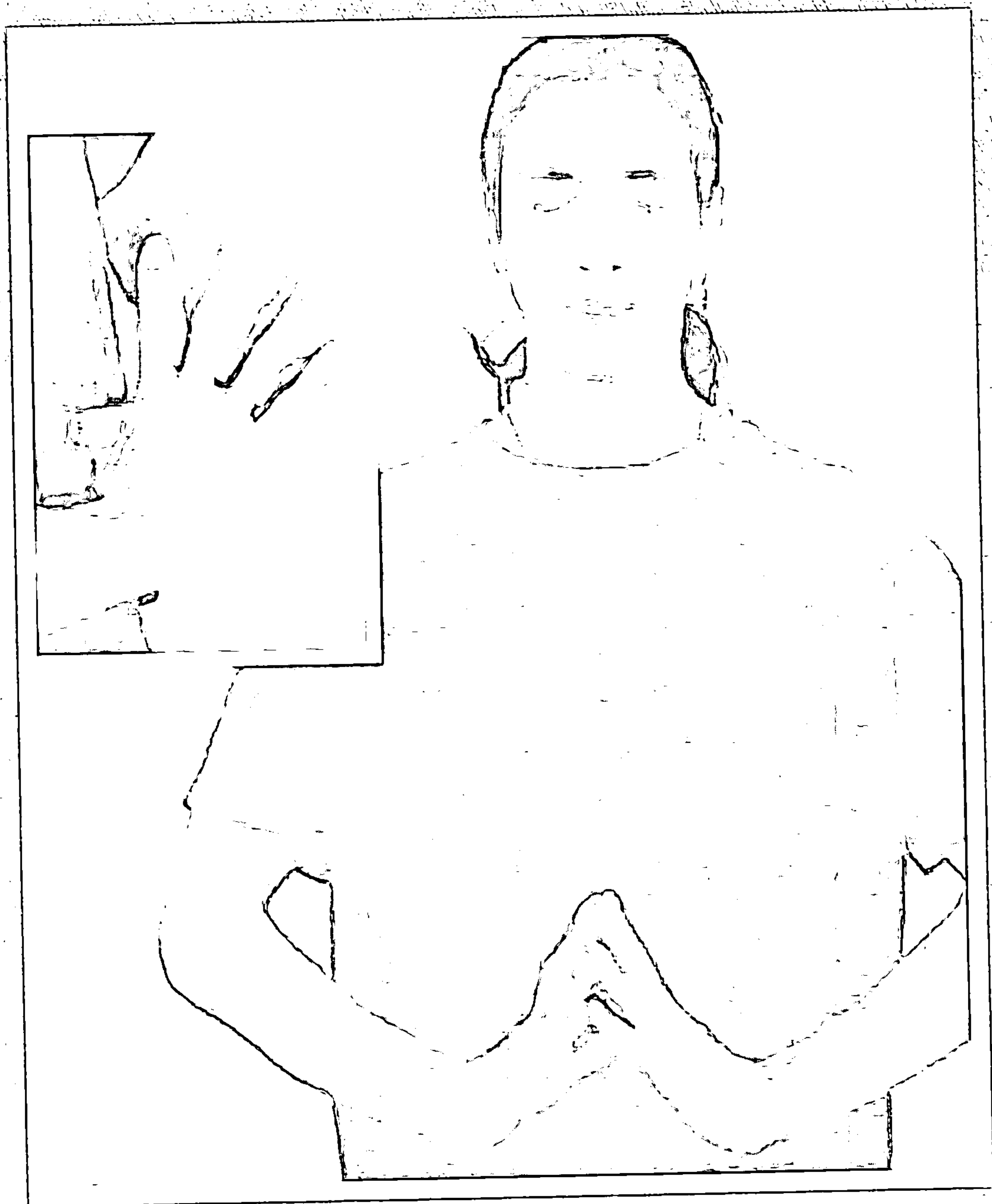
陰和陽（絕對和相對）

雙手大拇指和食指互觸，放在心輪前方（雙掌掌心互對，其餘手指尖朝上）。左手的位置比右手稍微高一些。



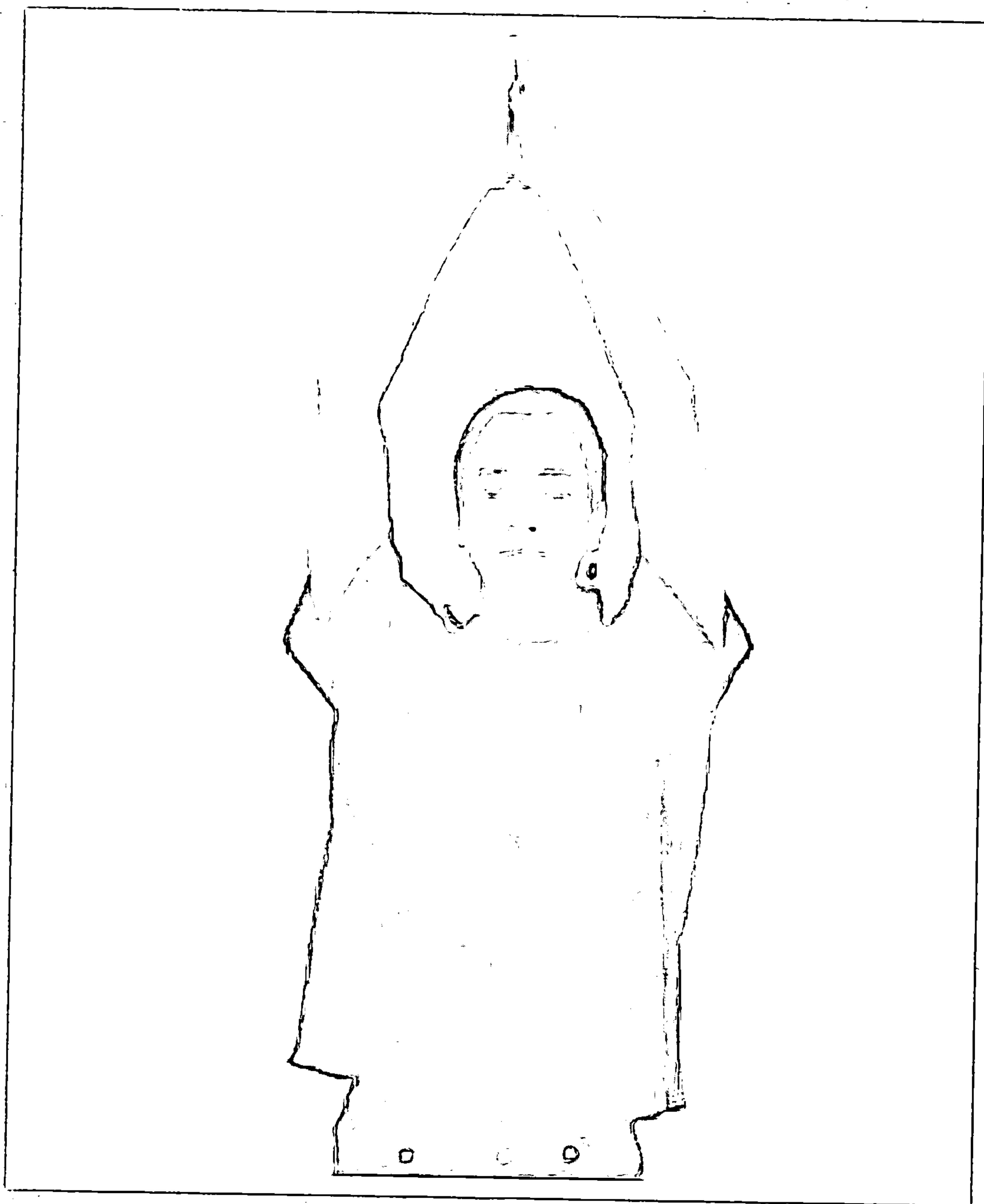
對更高的真實開放自己

雙手大拇指和無名指互觸，雙手保持平行，雙掌朝上，放在心輪前方。



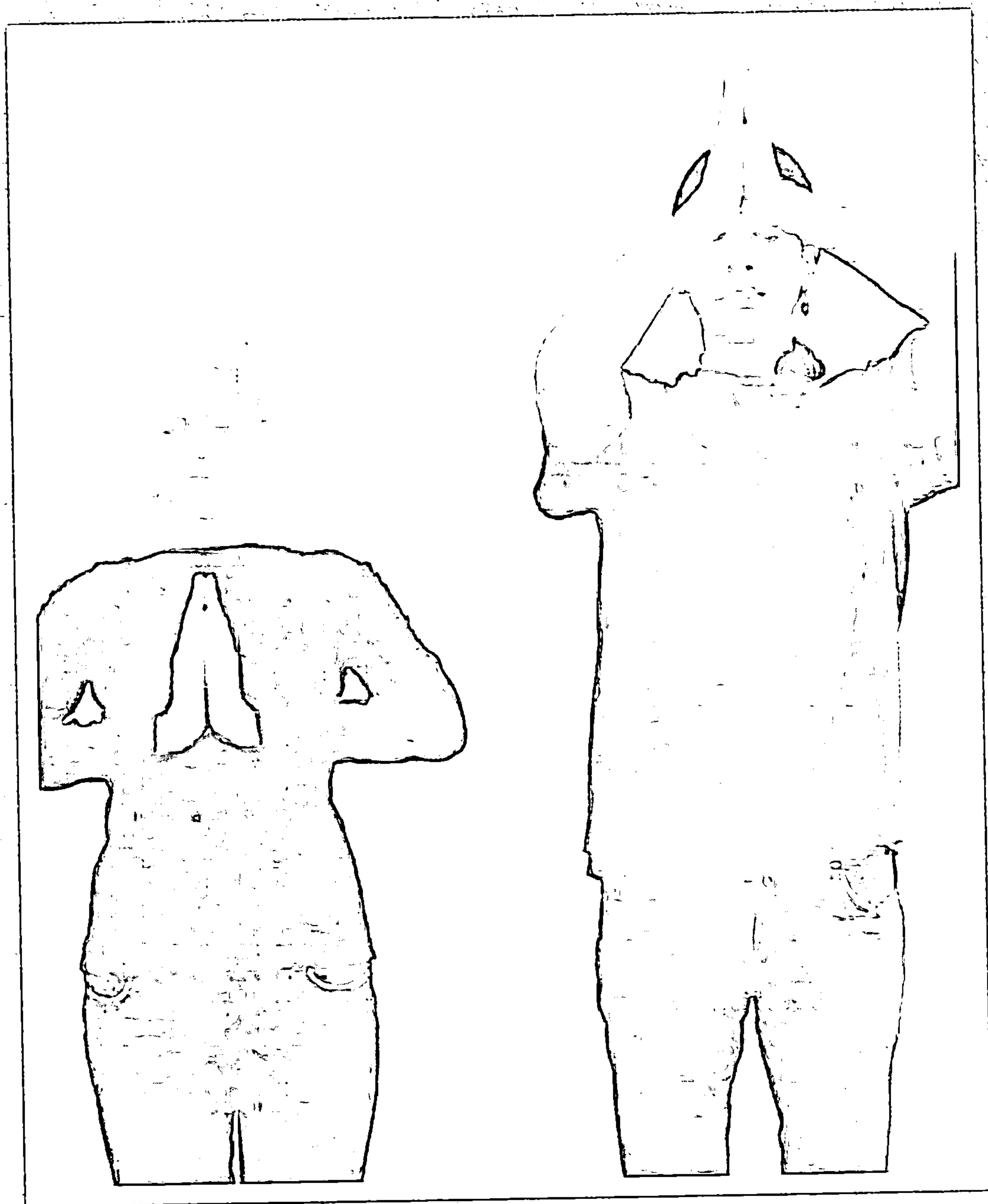
與源頭真實的溝通（或用覺知和理解與源頭溝通）

雙手手指完全張開，五指指尖互觸，雙手大拇指指尖互觸後，指向肚臍。做此姿勢時，請勿躺臥。配合聲音：ooooommmmm



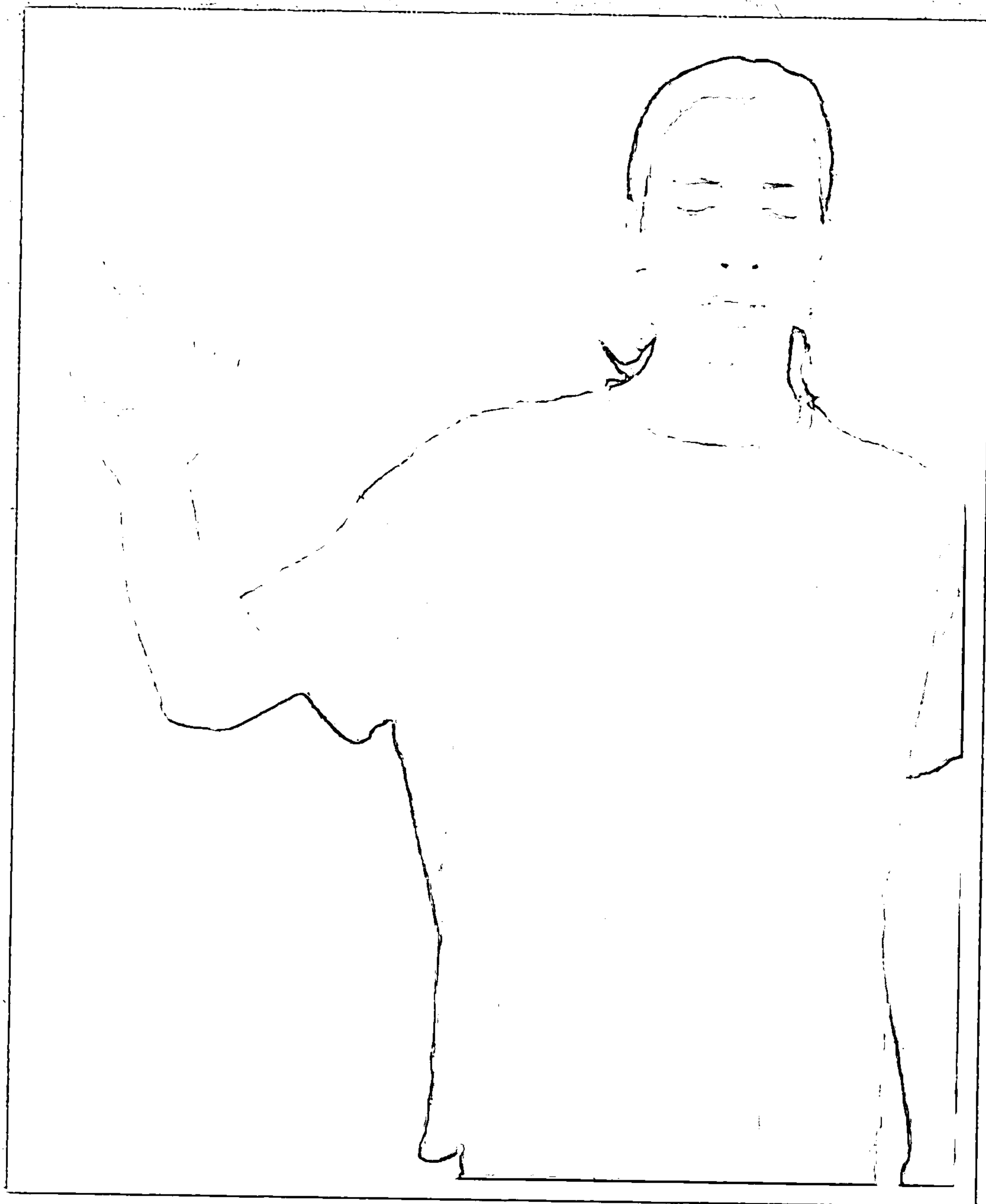
和諧

右腳向後彎曲，腳跟盡量靠近臀部。左腳直立保持平衡。雙掌互碰，高舉在頭部上方。



啟動天使脈輪

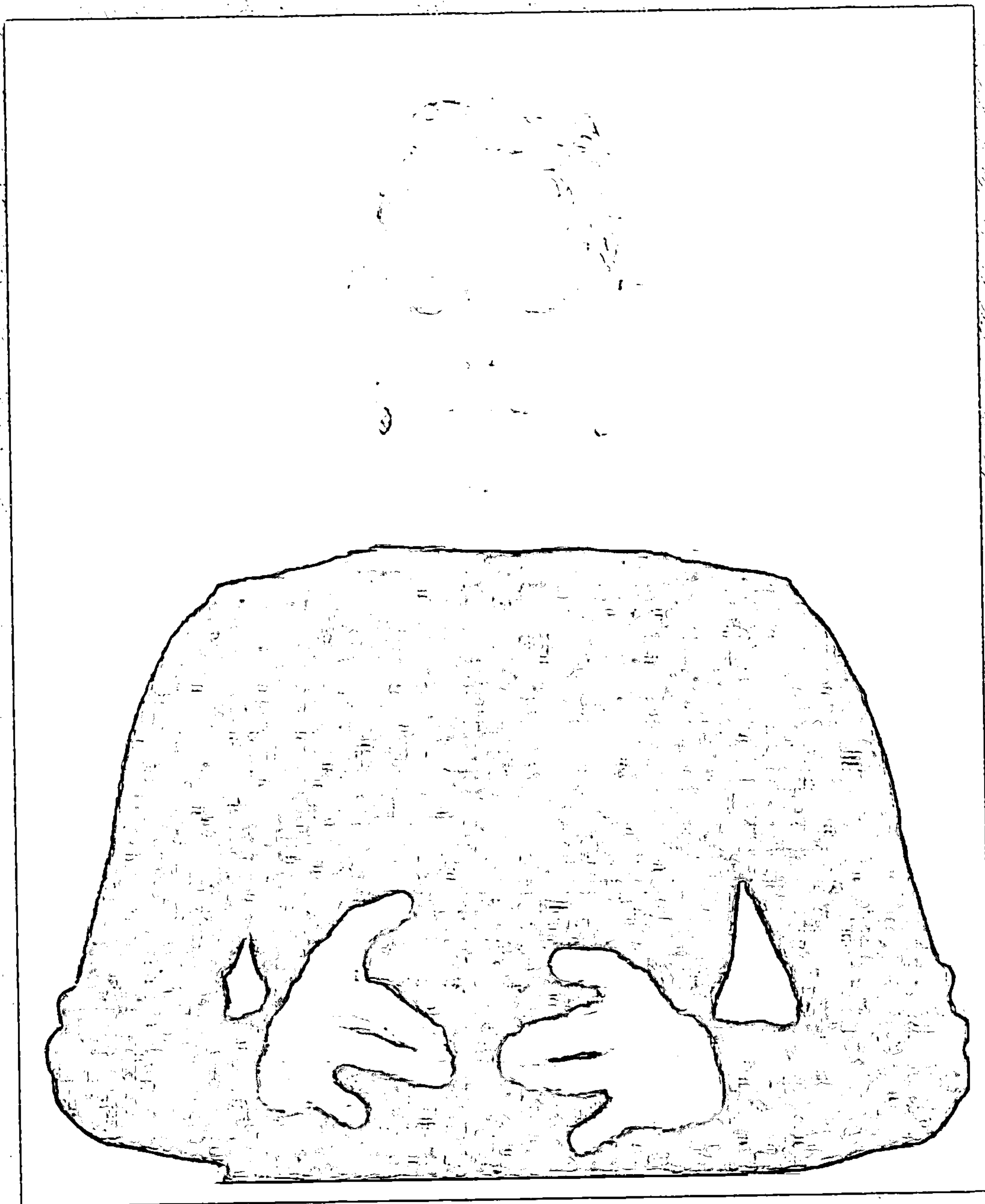
1. 兩手成禱告姿勢，放在胸部正中央位置。
2. 慢慢地將雙手舉到前額第三眼上方位置。



我是值得的

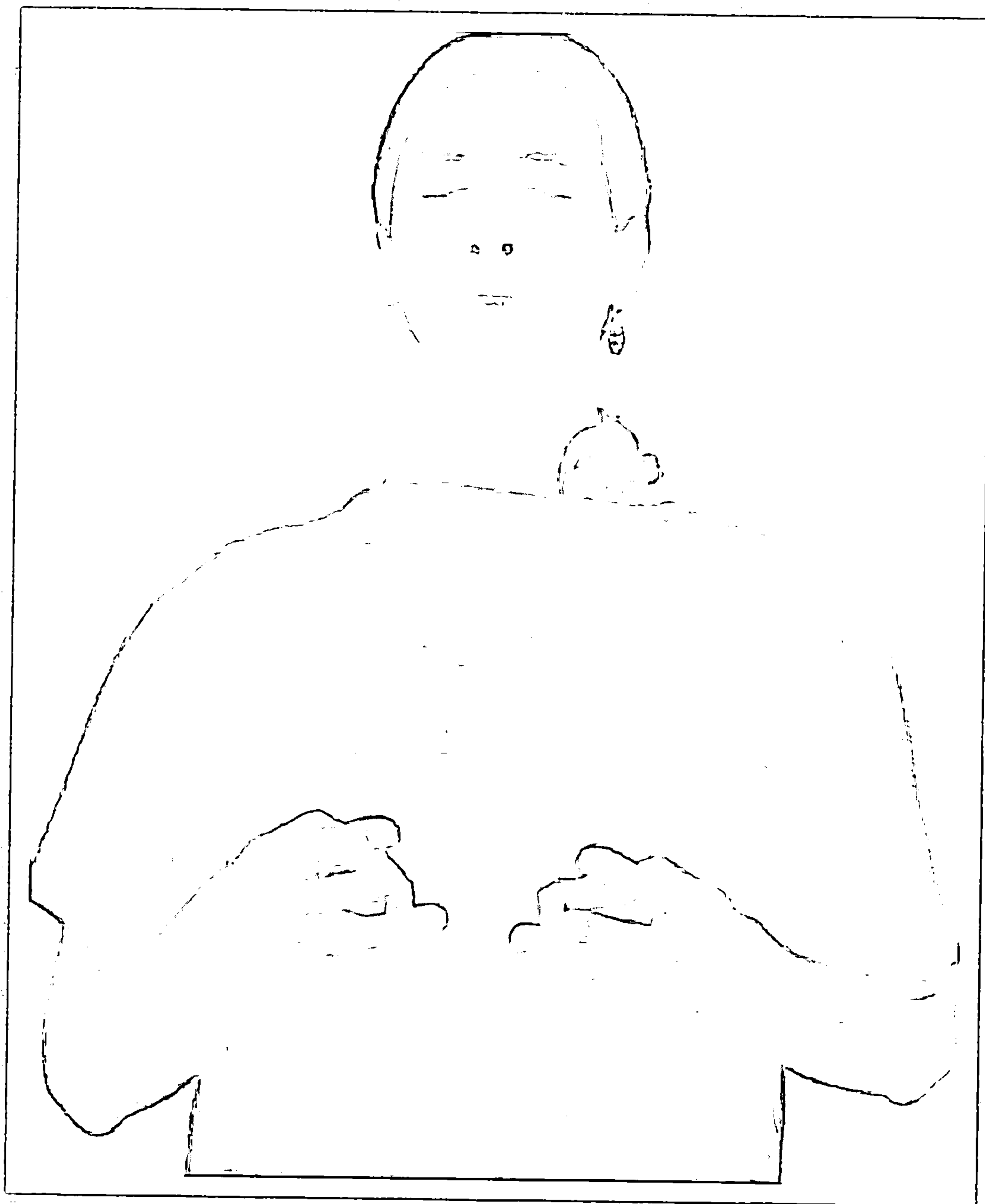
右手大拇指、食指和中指伸直朝上，其餘兩隻手指碰觸掌心。
。配合聲音：iiii yummmm

42. DANCE of the HANDS



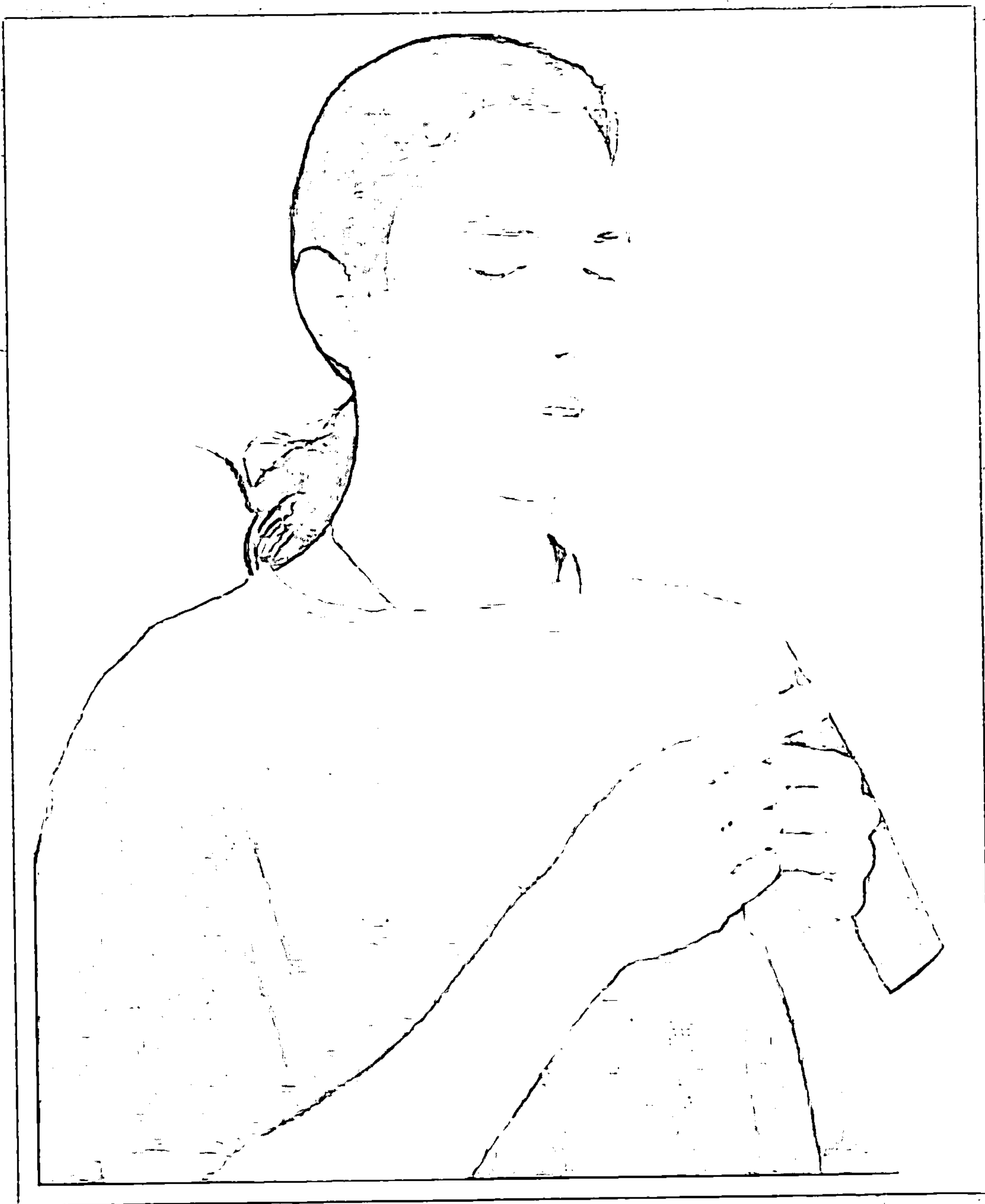
平息情緒

雙手大拇指、中指和無名指互觸，雙掌朝向身體，雙手水平地放在太陽神經叢上方。



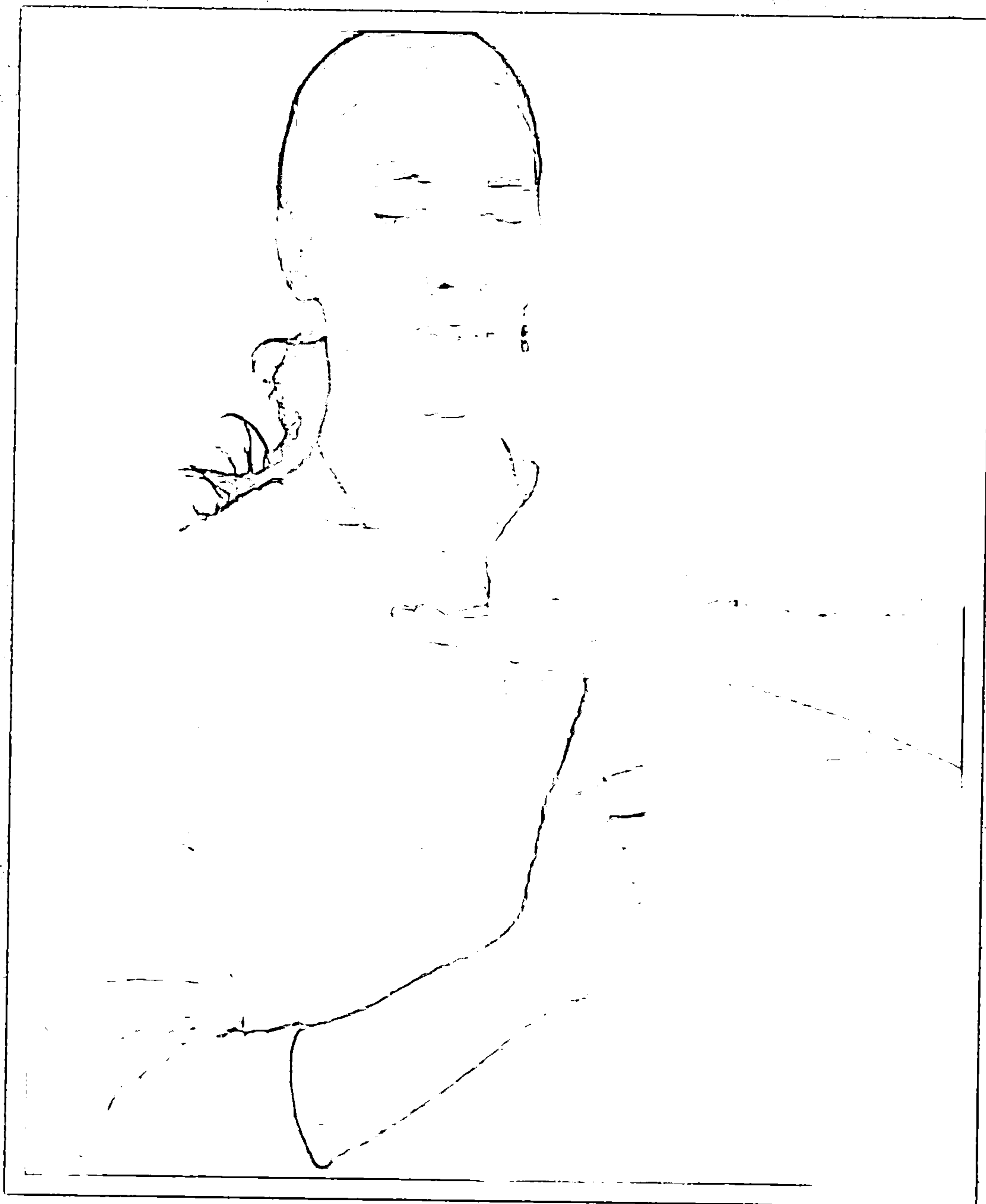
平息恐懼

雙手大拇指和小指互觸，平行地放在太陽神經叢上方，其餘手指向外伸直。



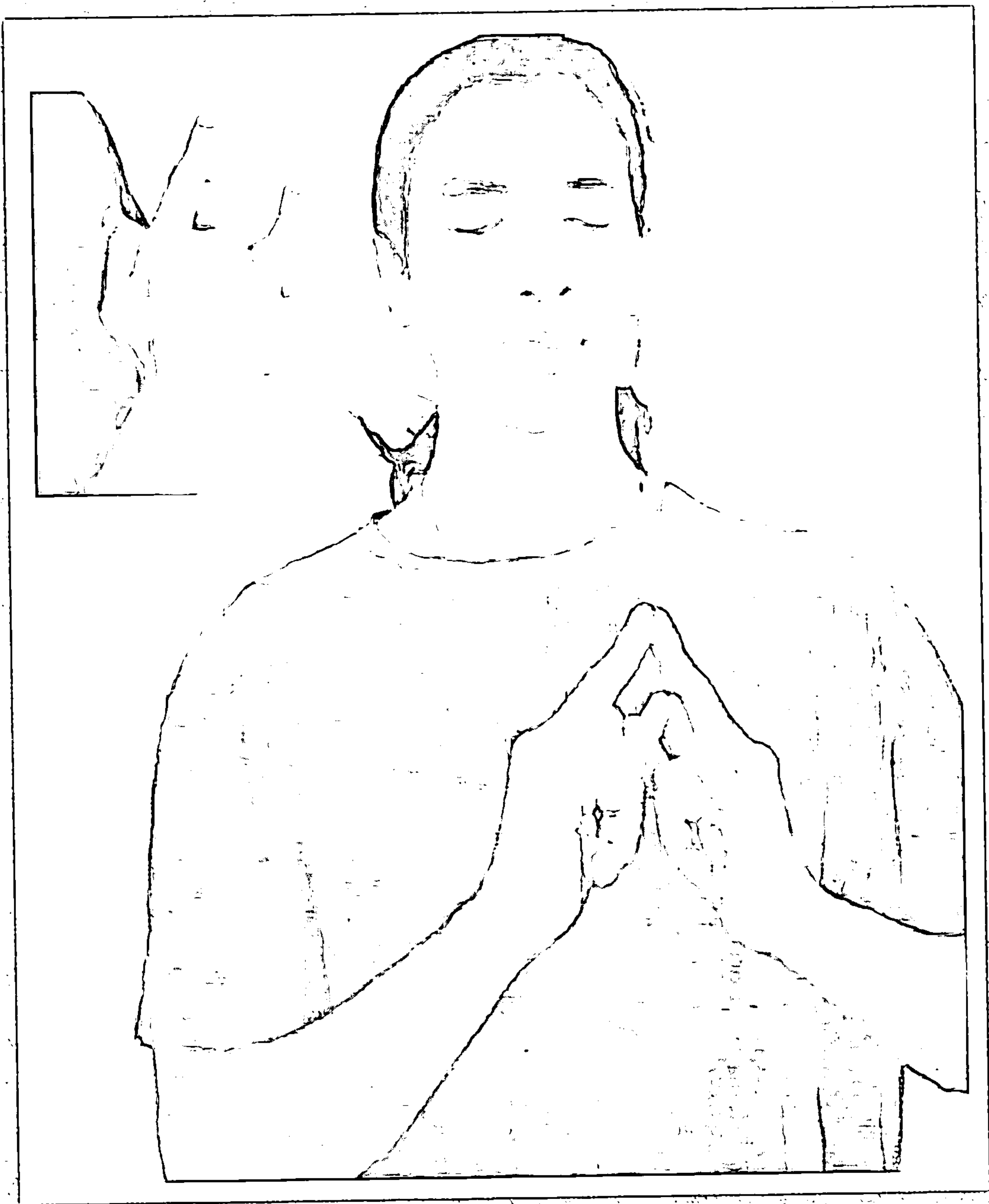
合一法則

雙手握拳，雙手指節互觸，放在心臟上方。右手食指朝外伸直。



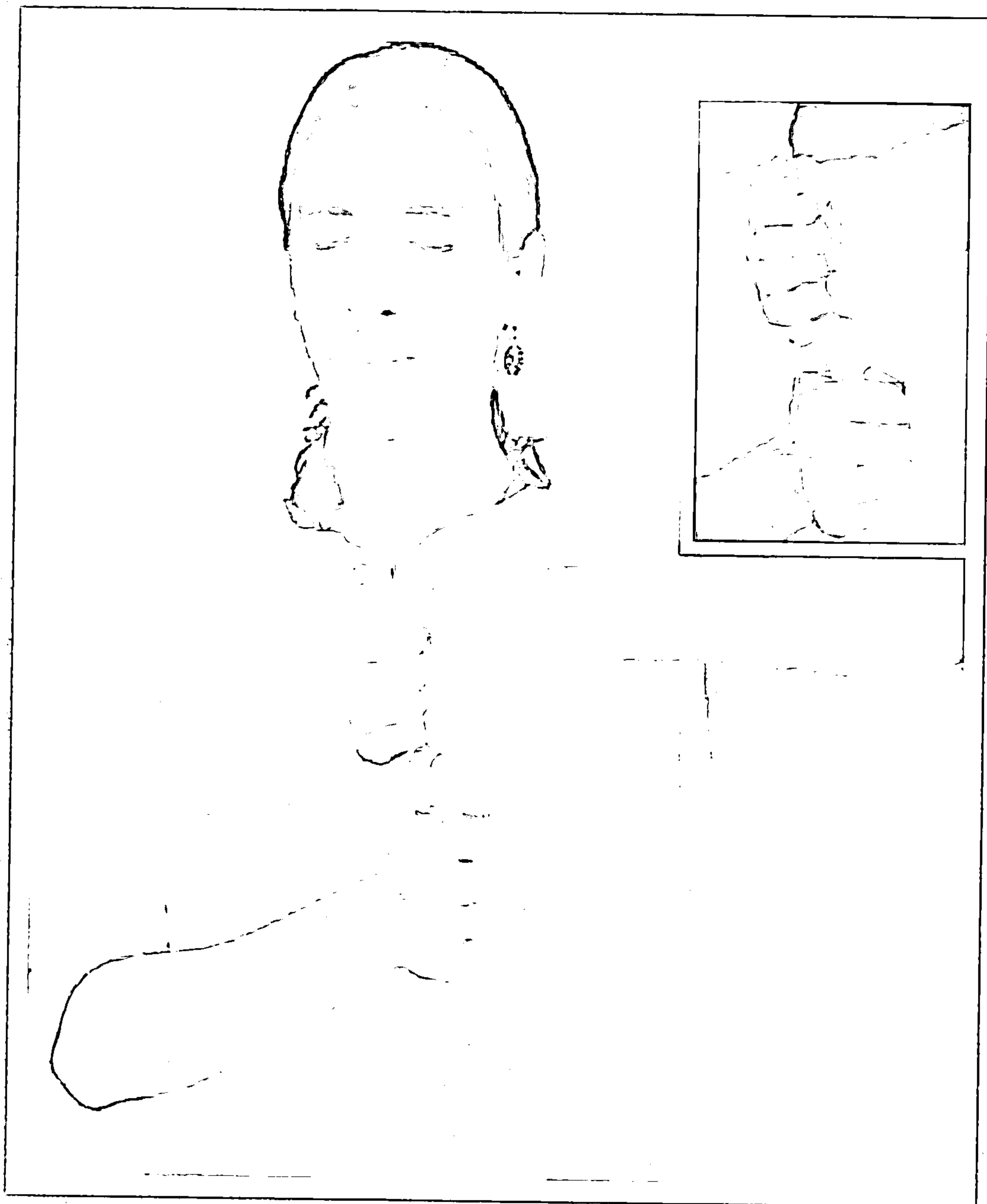
天堂和地球

左手完全張開，掌心朝下，平行地放在心臟前方。右手食指向上，碰觸左掌心正中央。



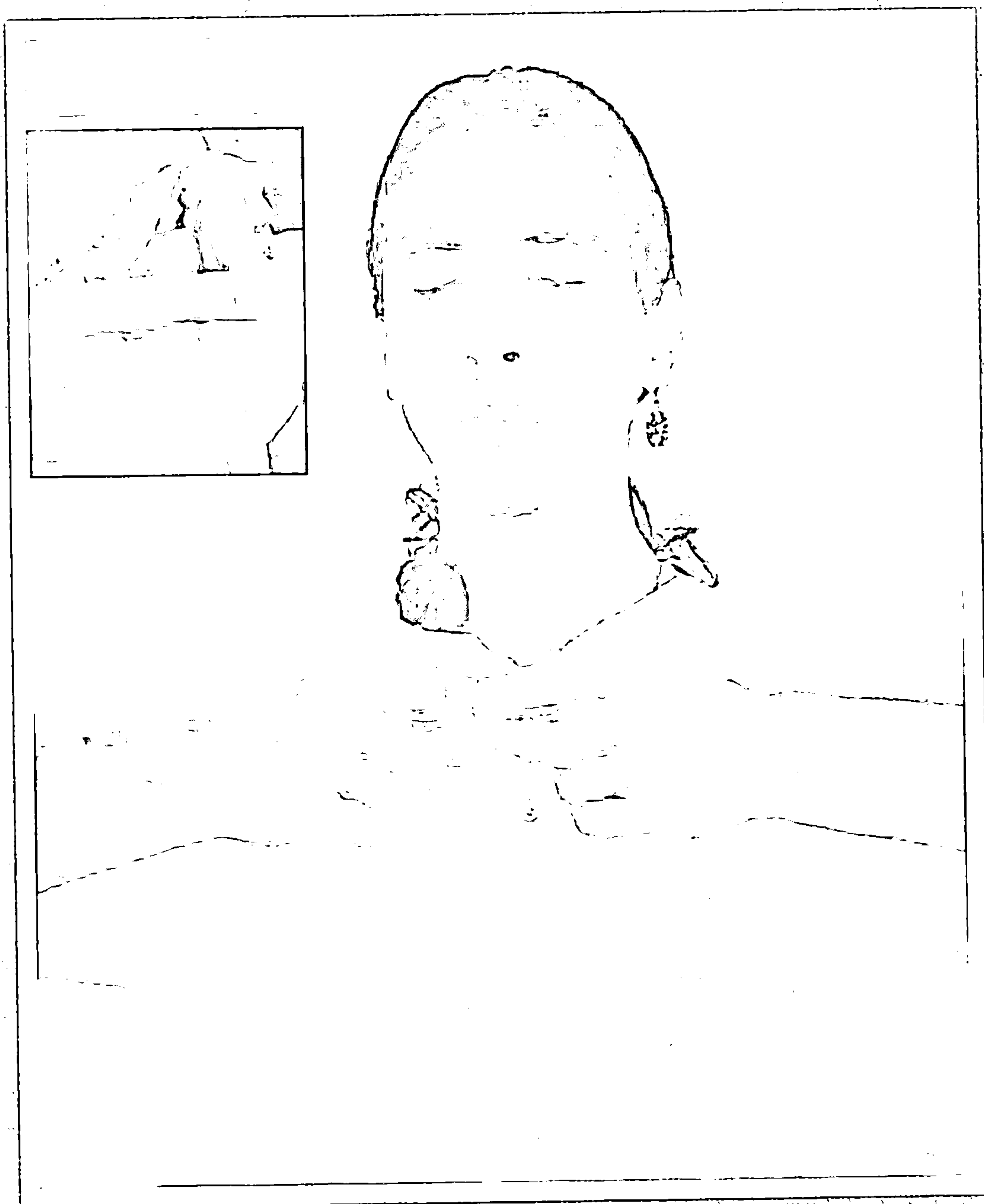
揚昇

雙手放在心臟前方，雙手大拇指、食指和小指伸直互觸，其餘兩指各自觸碰兩手掌心。配合聲音：aaaa maaaay aaaa
ommmmm



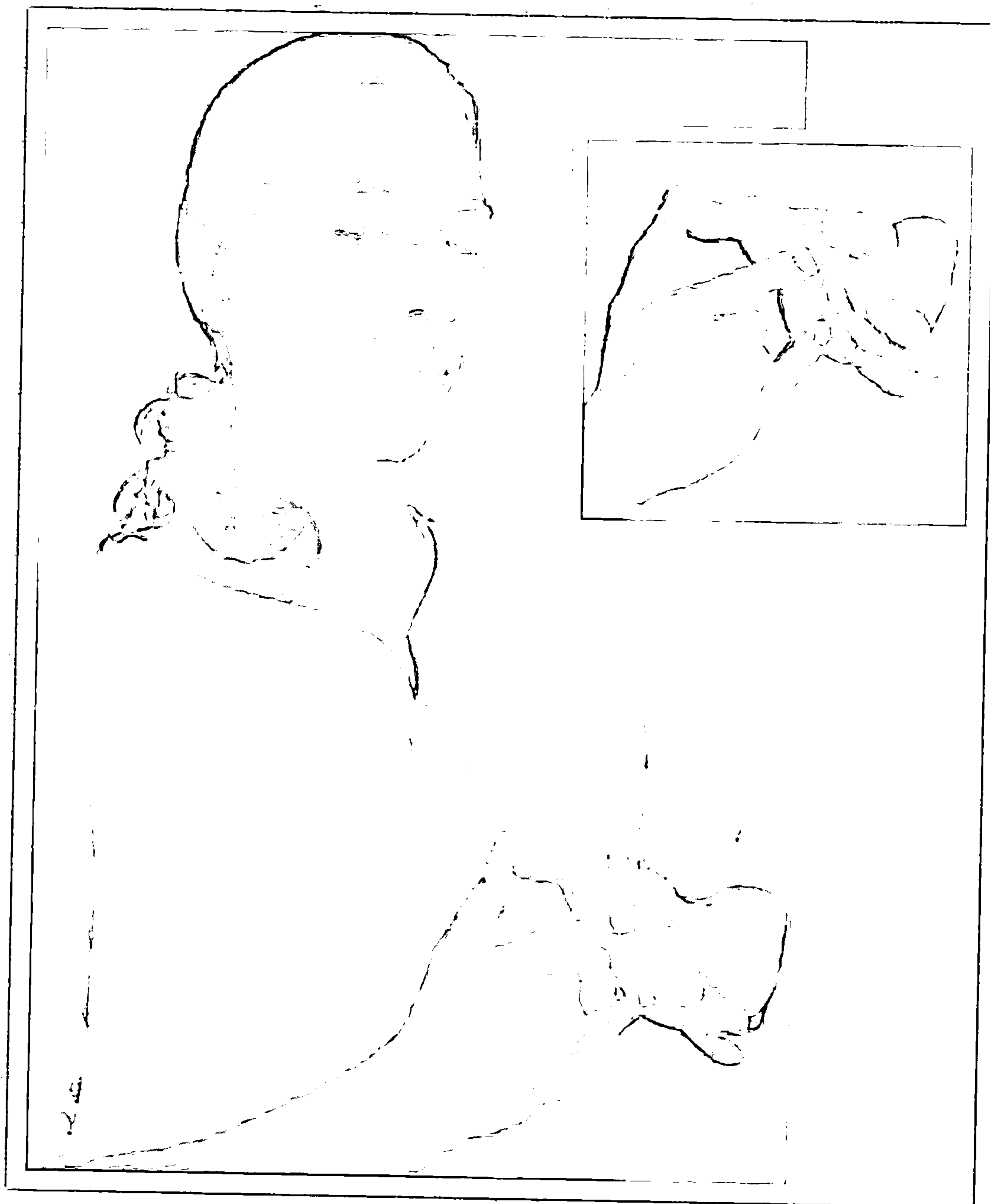
勇氣

雙手各自握拳，左手掌掌心朝外。右手掌掌心朝向身體。左手掌垂直放在右手掌上，右手大拇指勾住左手大拇指，雙手放在心臟前方。對著兩手吹氣，同時想像自己正吹進一個無限的循環。



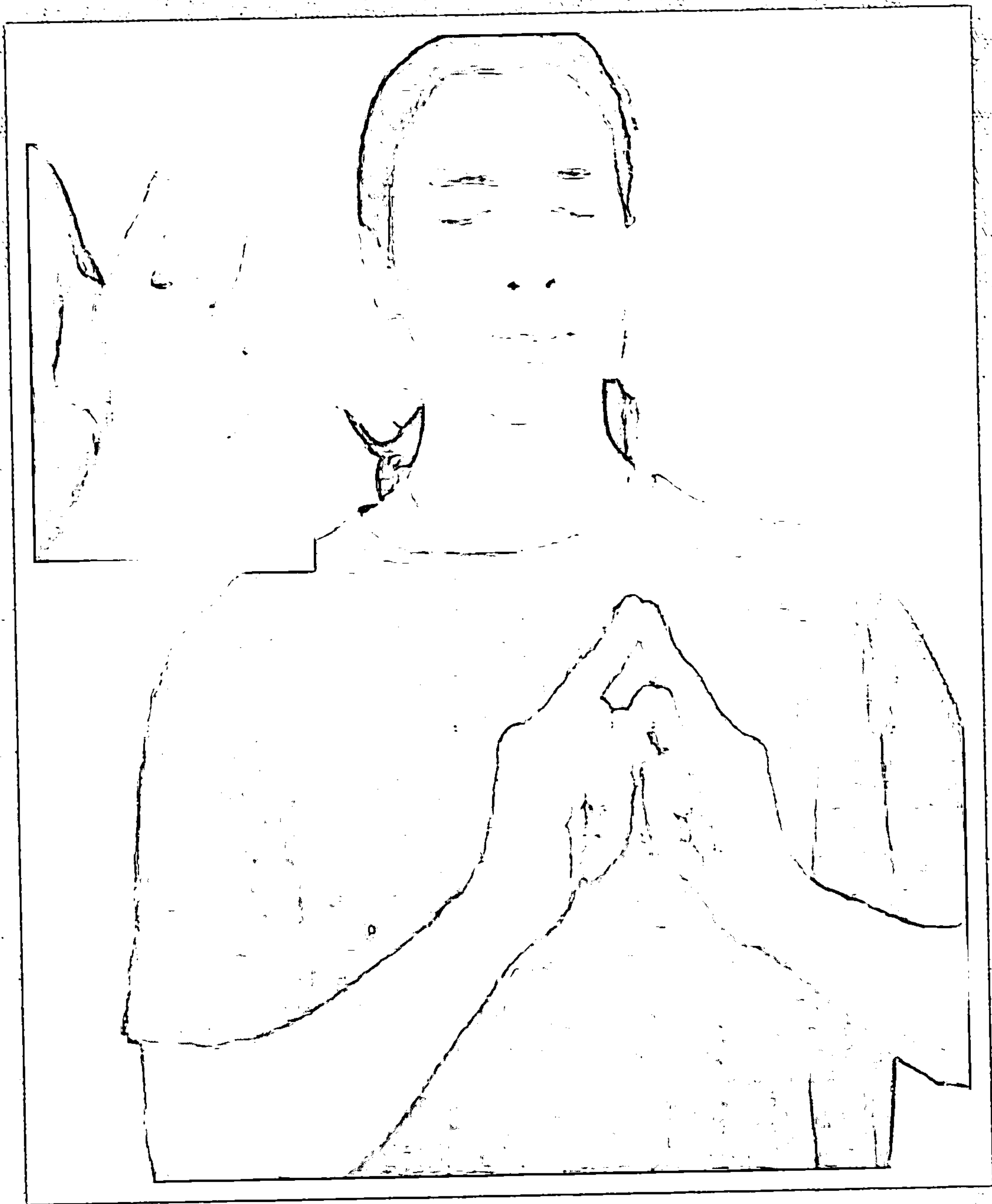
信任

雙手大拇指尖和食指指尖互觸，其餘手指碰觸掌心。當你向下看時，會看見兩手手指形成一個三角形。將雙手放在心輪和喉輪之間的位置。



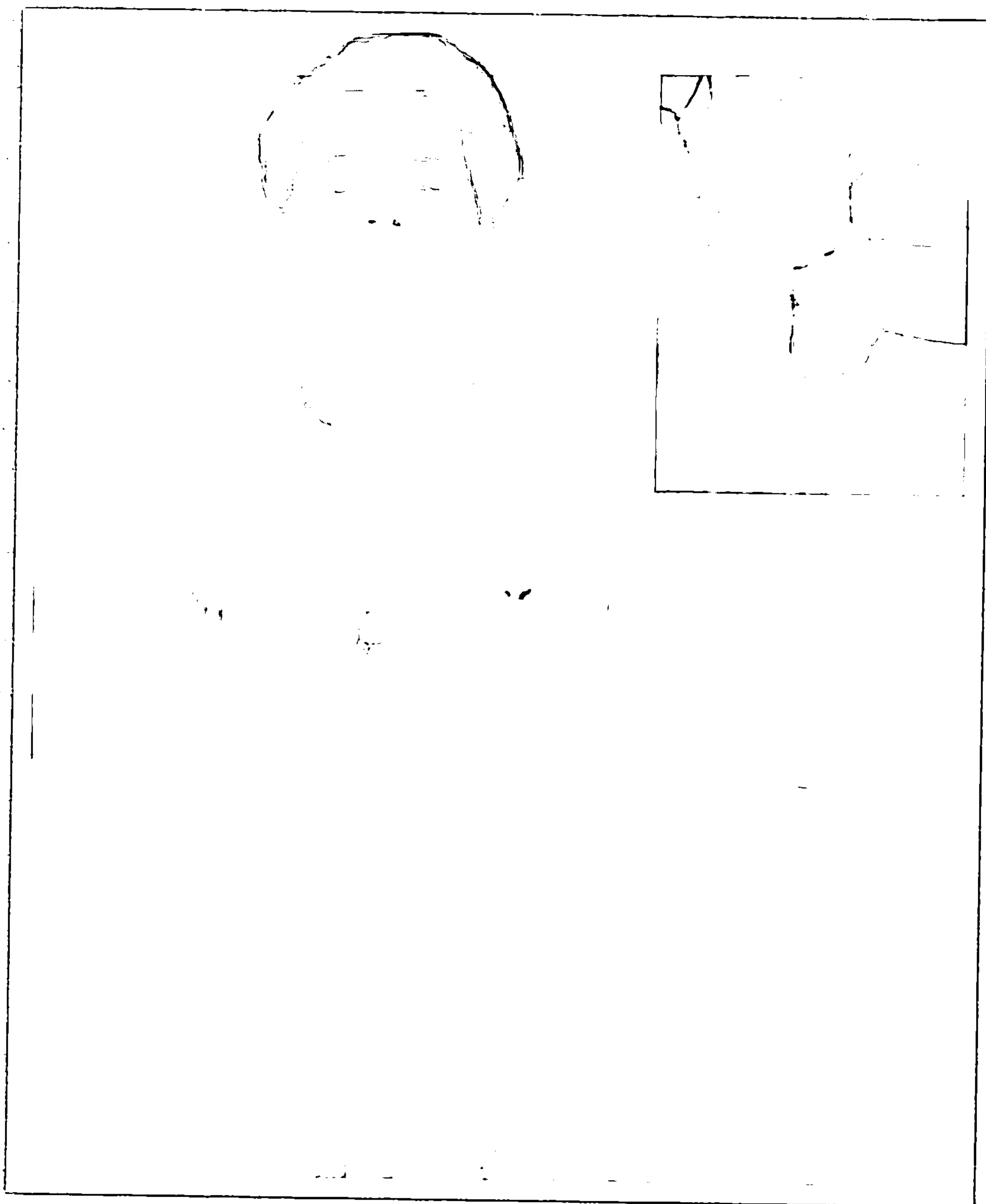
信念

雙手大拇指互觸，左手手指全部張開，向外伸直。右手食指和小指伸直，觸碰左手掌心，中指和無名指觸碰掌心。左手位置比右手稍微高一些，雙手放在心輪與太陽神經叢之間的位置。



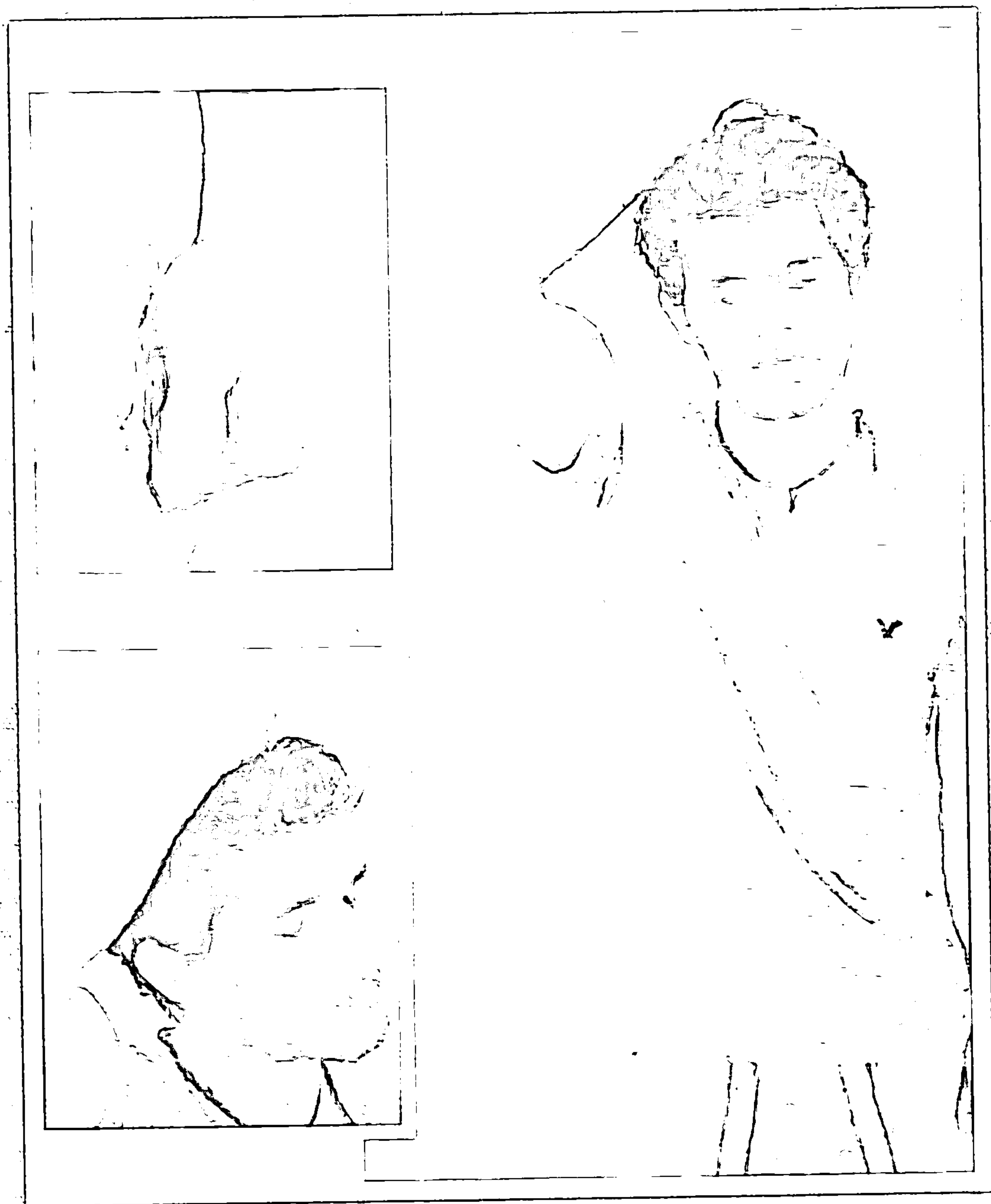
希望

雙手大拇指尖、食指尖和小指尖互觸，雙手中指和無名指各自觸碰掌心。雙手放在心臟前方，並對著中指和無名指的縫隙吹氣。



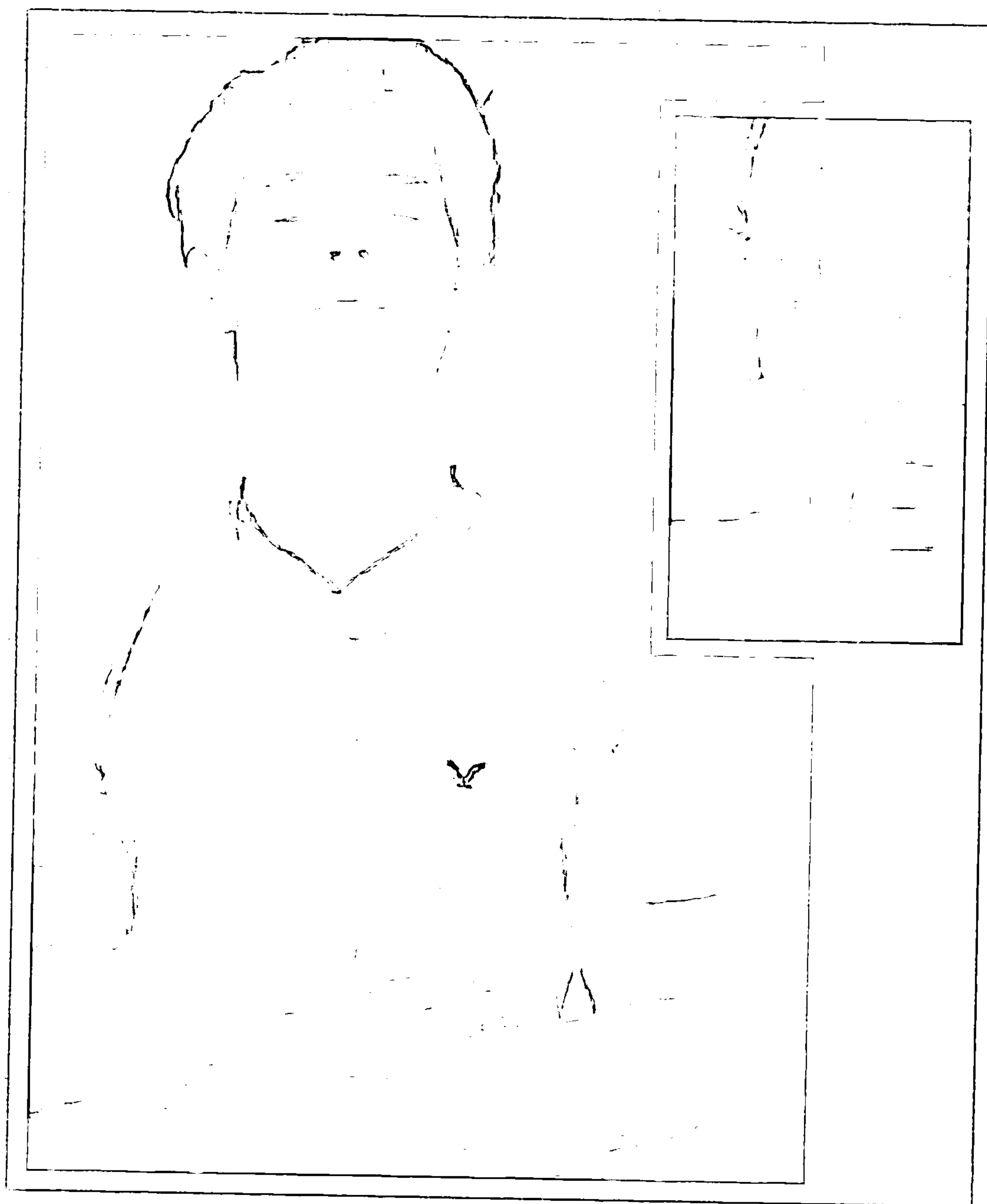
釋放你每日生活中的各種挑戰能量

雙手所有手指彎曲後，以平行方式互握，雙手放在胸部上方位置。右手掌朝外，左手掌朝向身體。



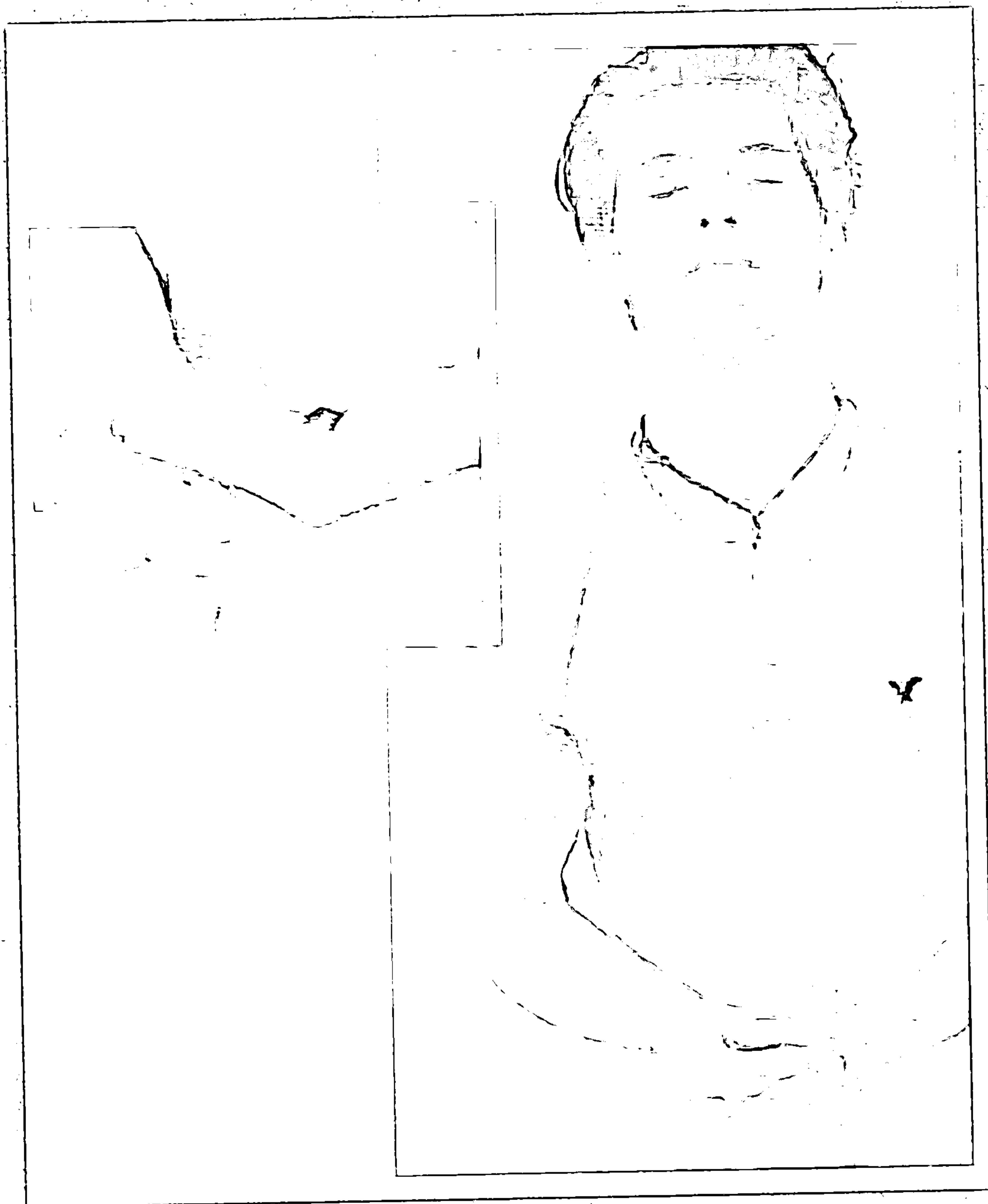
引進較高脈輪的能量（上至第十個脈輪）

雙手各自握拳，雙手大拇指朝外伸直。右手掌放在頂輪，大拇指朝上伸直。左手握拳，手肘伸直，放在身體左側，左手大拇指向外指。



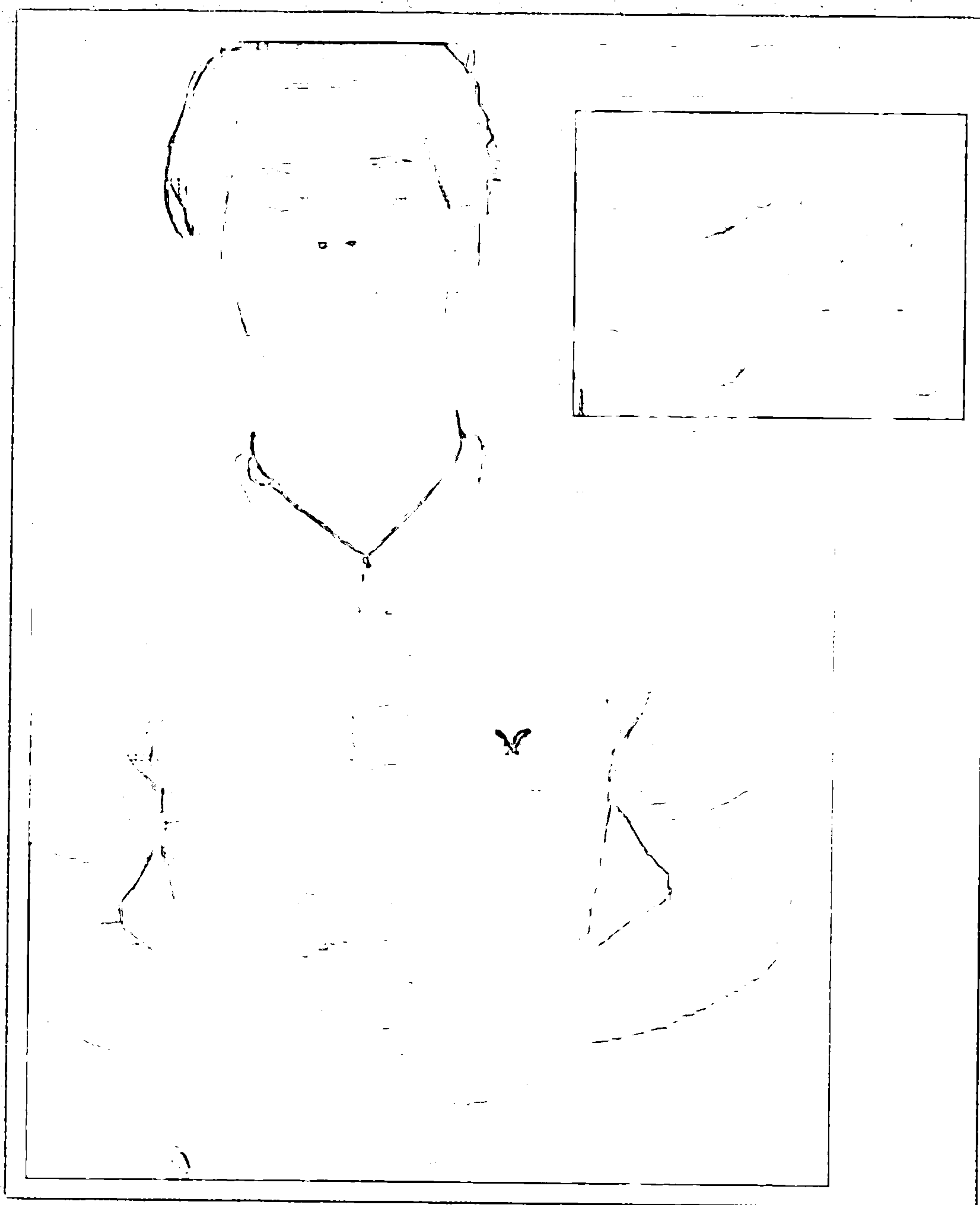
從矩陣或從集合意識來保護你的氣場

右手手指全部併攏伸直，指尖朝上，掌心向外，放在胸前。
左手食指向上指，其餘手指碰觸掌心，左手食指放在右手掌
前方。



療癒你的第二脈輪（幫助你以平衡的方式採取行動）

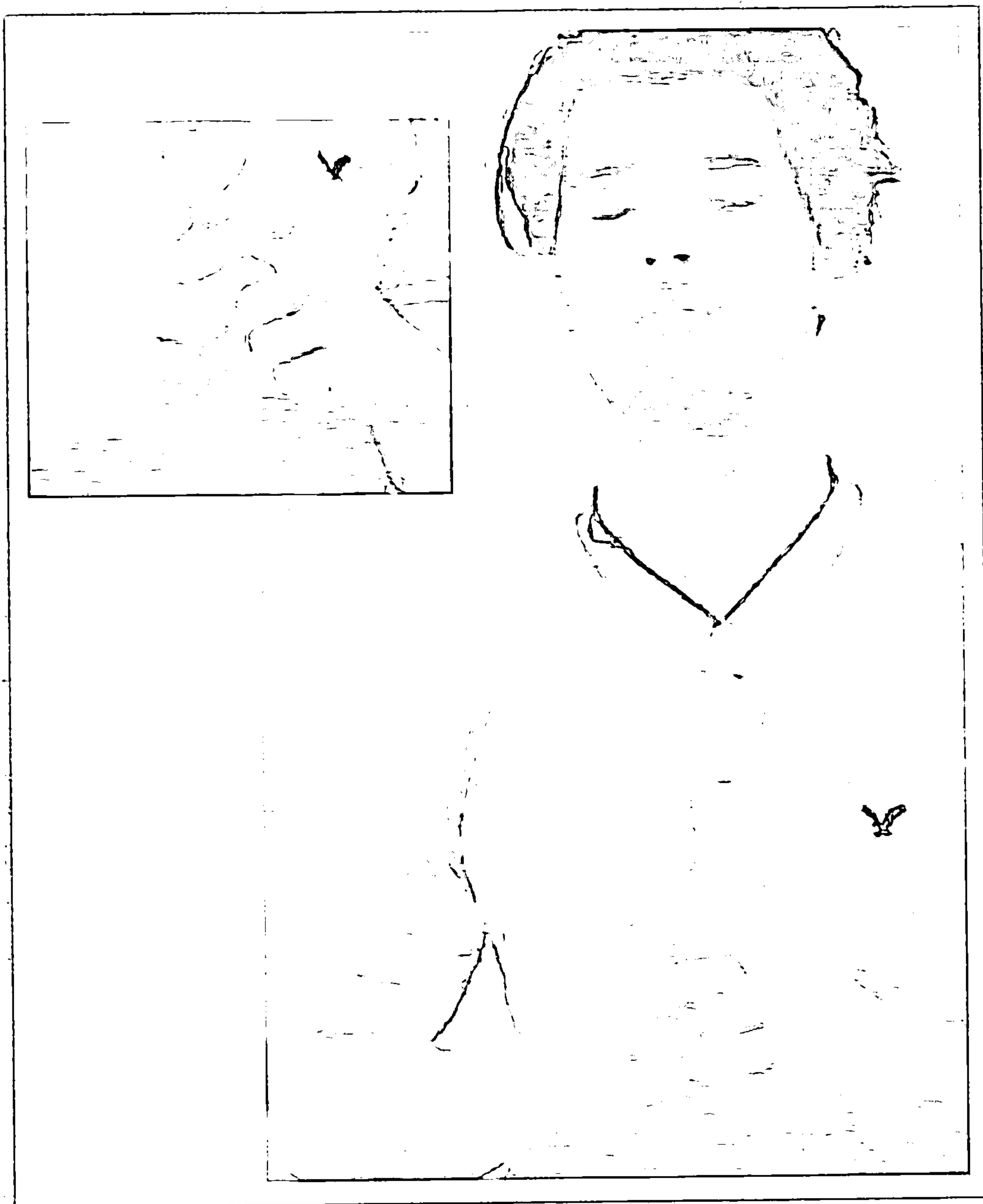
右手所有手指併攏伸直，掌心朝上，放在第二脈輪前面。左手食指和中指伸直，掌心朝上，並放在右掌上。左手大拇指壓在無名指和小指上。



神性的三位一體

左手握拳，大拇指朝上。右手大拇指尖碰和食指尖互觸，形成一個圓圈，其餘手指碰觸掌心。雙手放在太陽神經叢前方，雙掌不碰觸，面向身體。

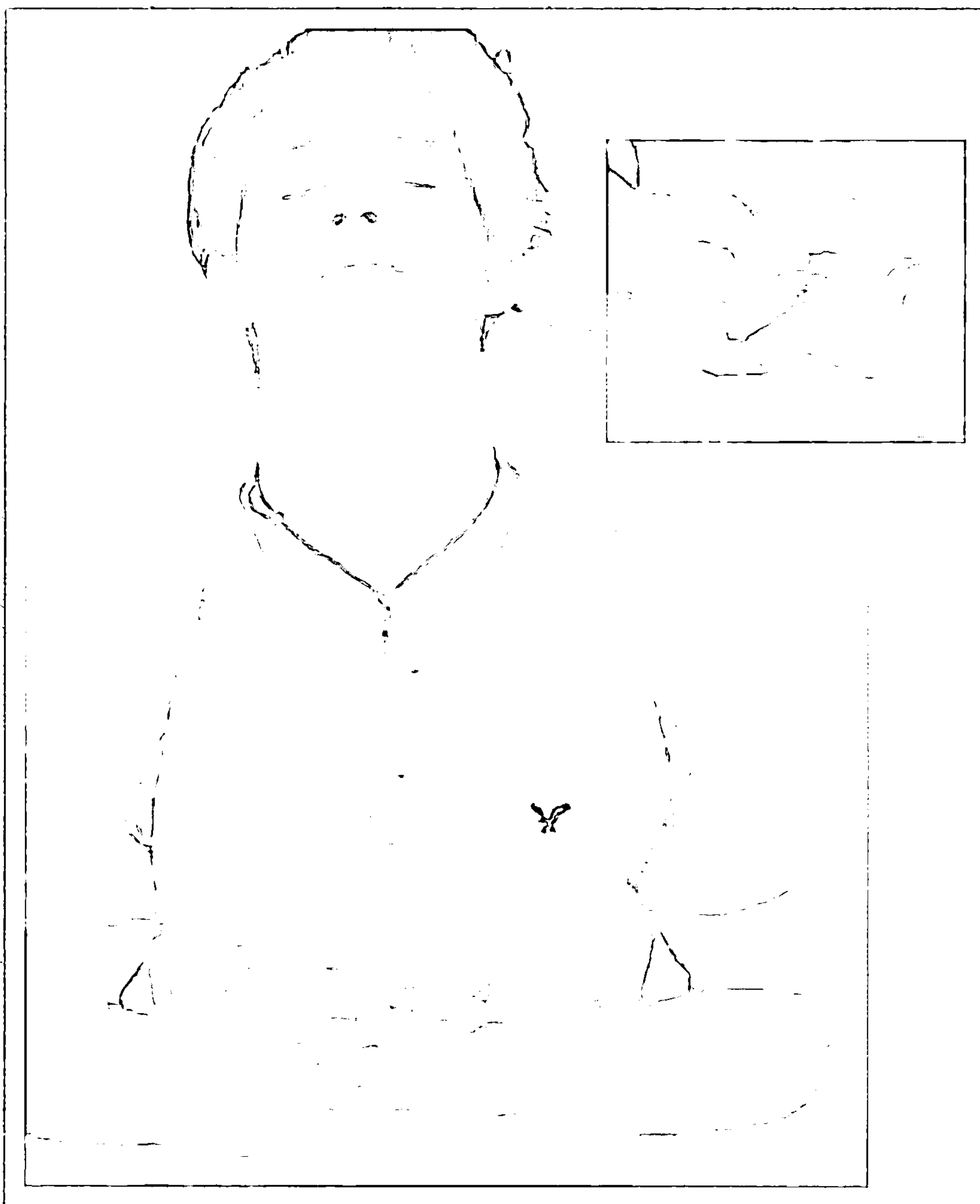
配合聲音： saa haa doo



天線手印 (我正在接收的狀態)

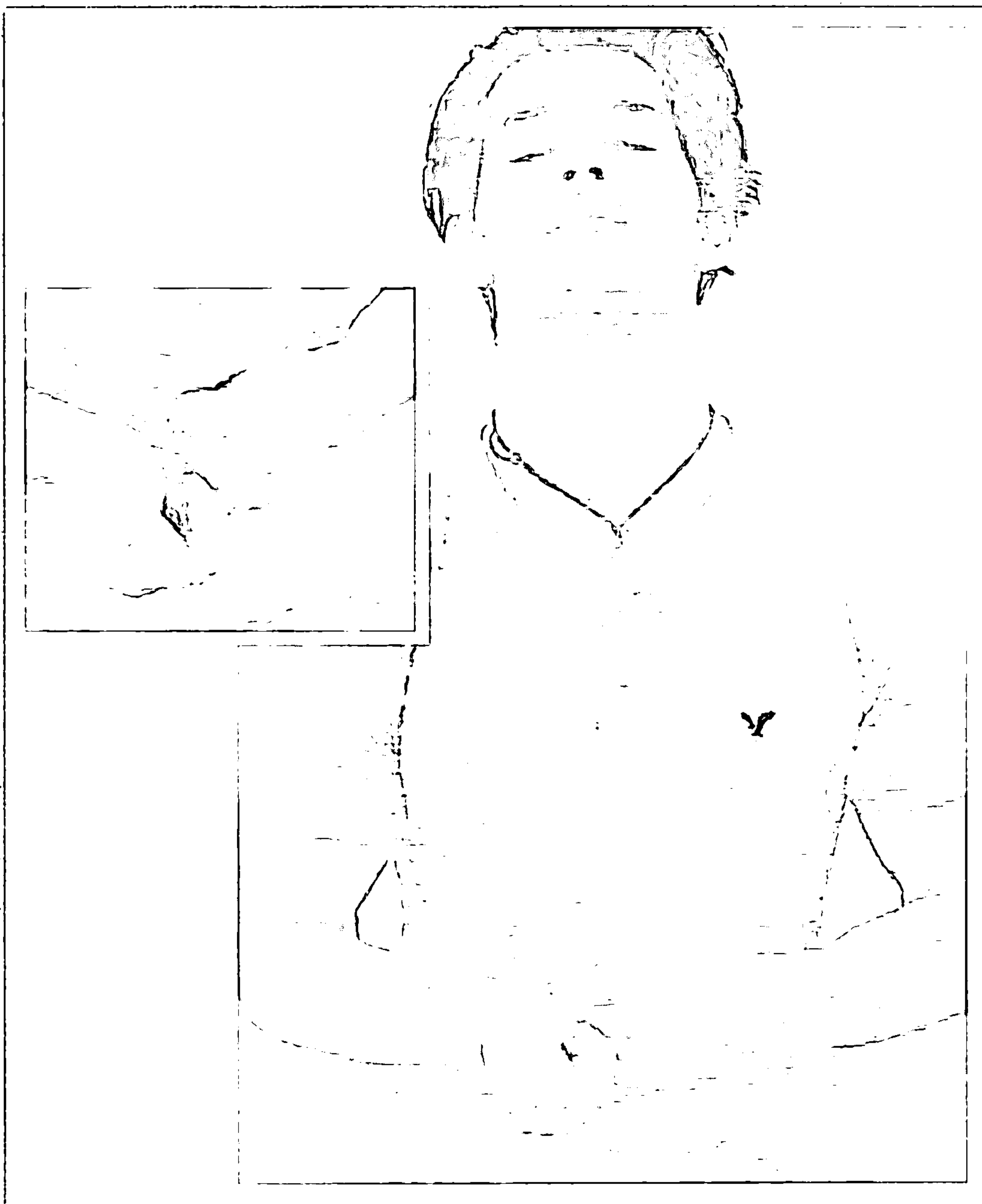
左手食指伸直，其他手指碰觸掌心，左手大拇指壓在中指上。右手食指和中指向上伸直，形成一個V字型，其他手指碰觸掌心。左手食指伸進右手的V字型中，但不碰到任何一隻手指頭。兩手放在太陽神經叢前面。

孩童



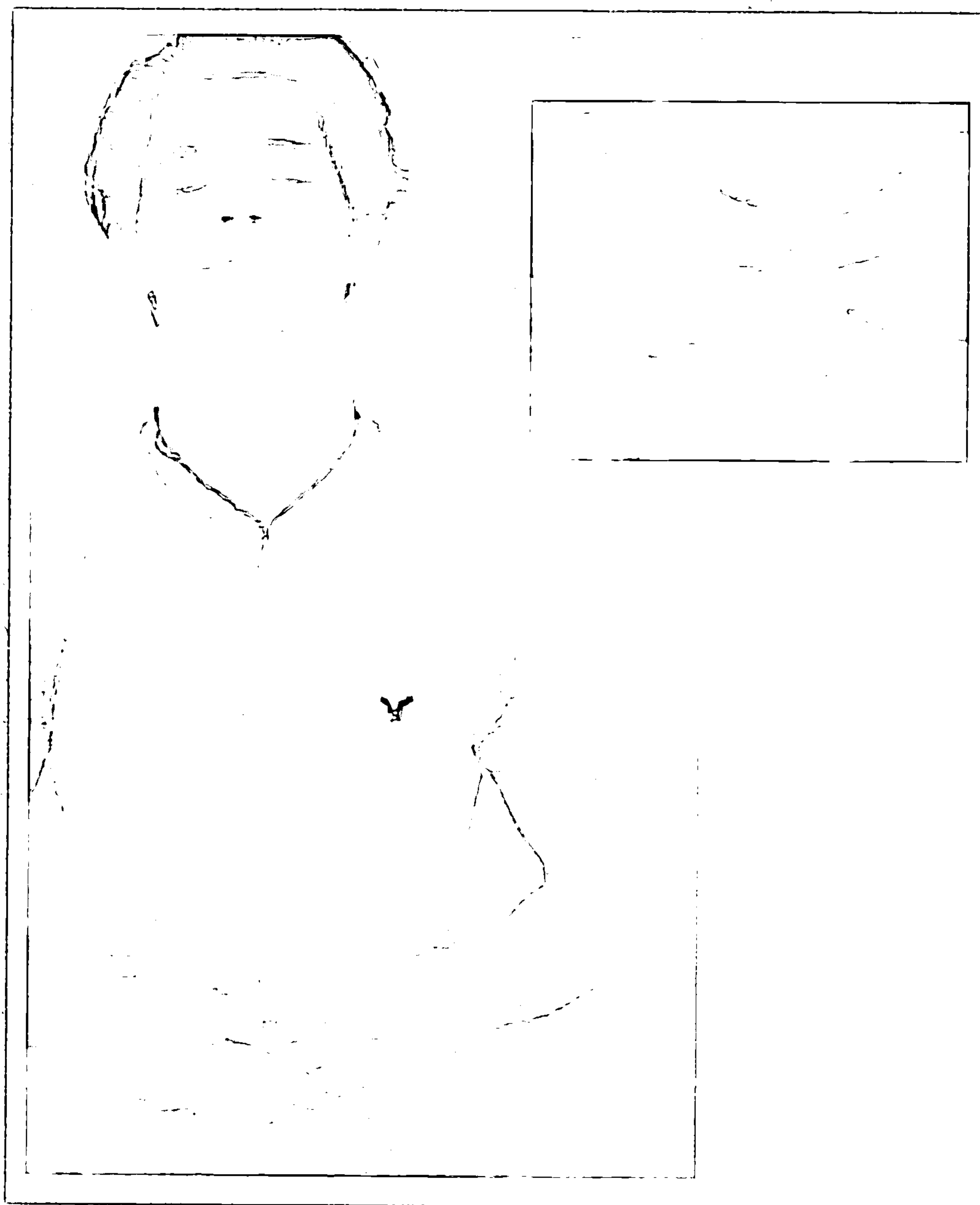
平衡心智成長（在沒有創傷的情況下）

雙手大拇指和小指各自互觸，然後雙手指尖互碰，其他手指分開伸直。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



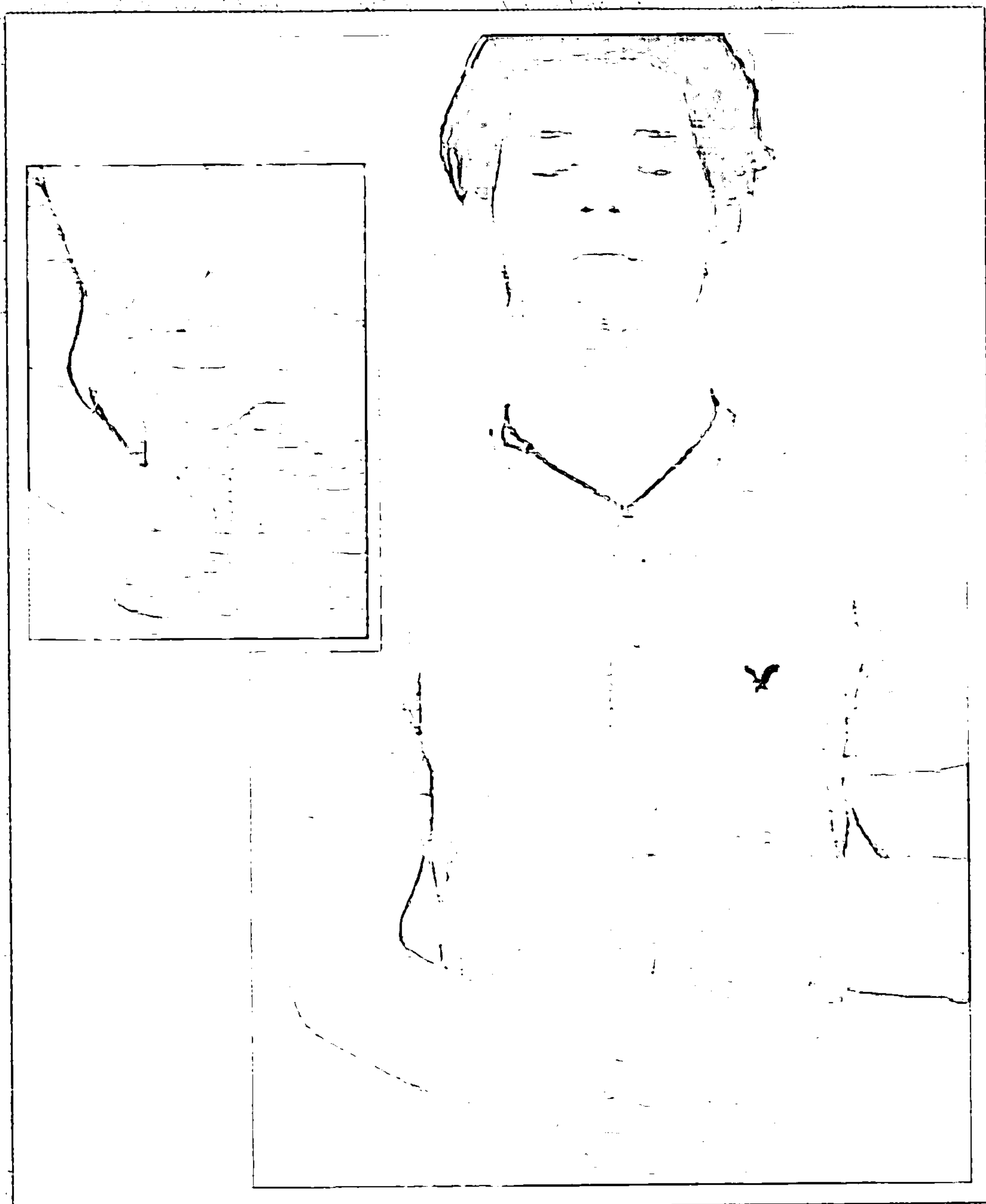
在你的環境中感覺平安和安心

左手小指勾住右手小指，雙手大拇指及其他手指碰觸掌心。
孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



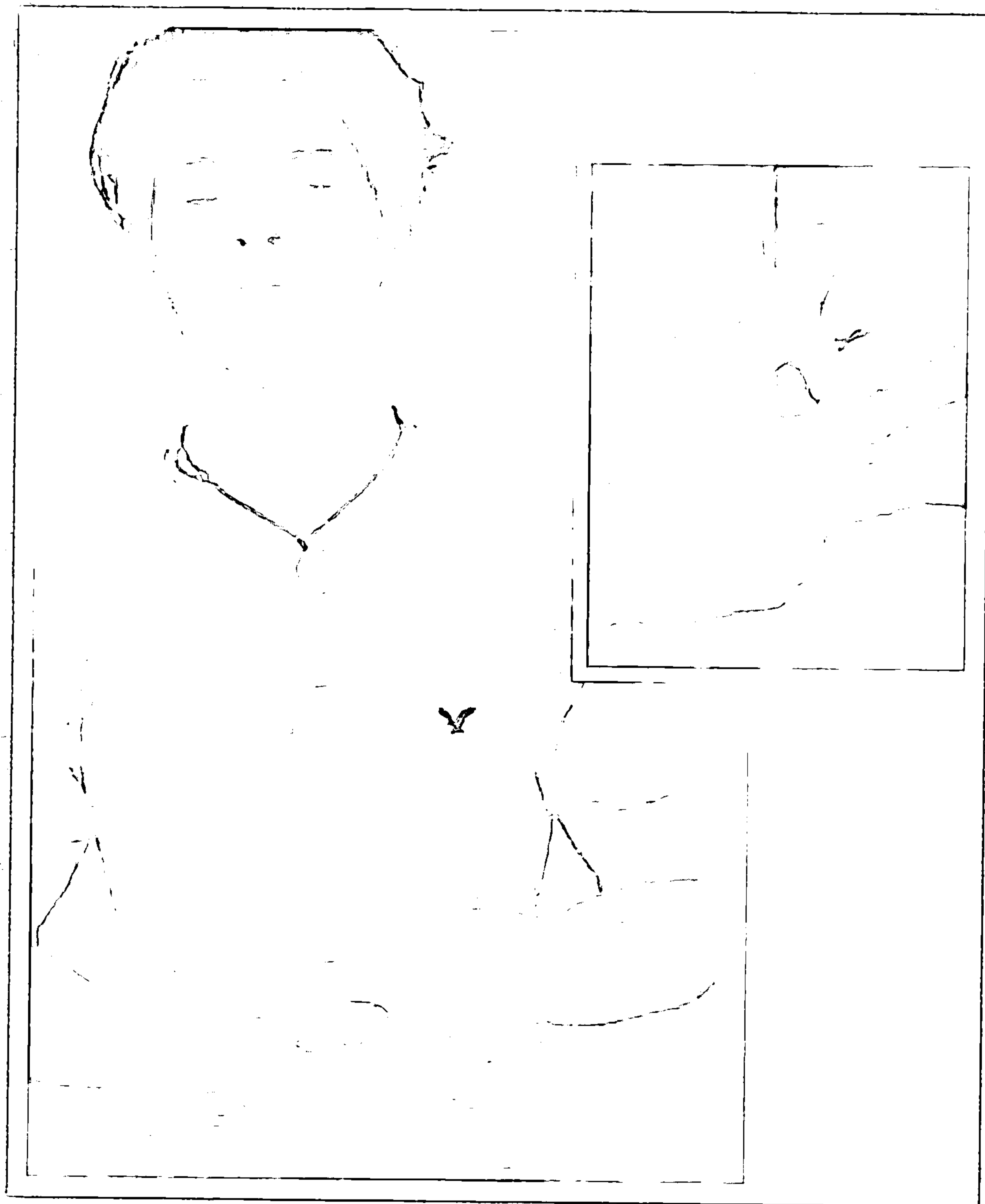
創造正面及美好的夢想來強化想像力

雙手的無名指及中指伸直，其餘手指觸碰掌心。右手無名指及中指跨越左手的無名指及中指，掌心朝向身體。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



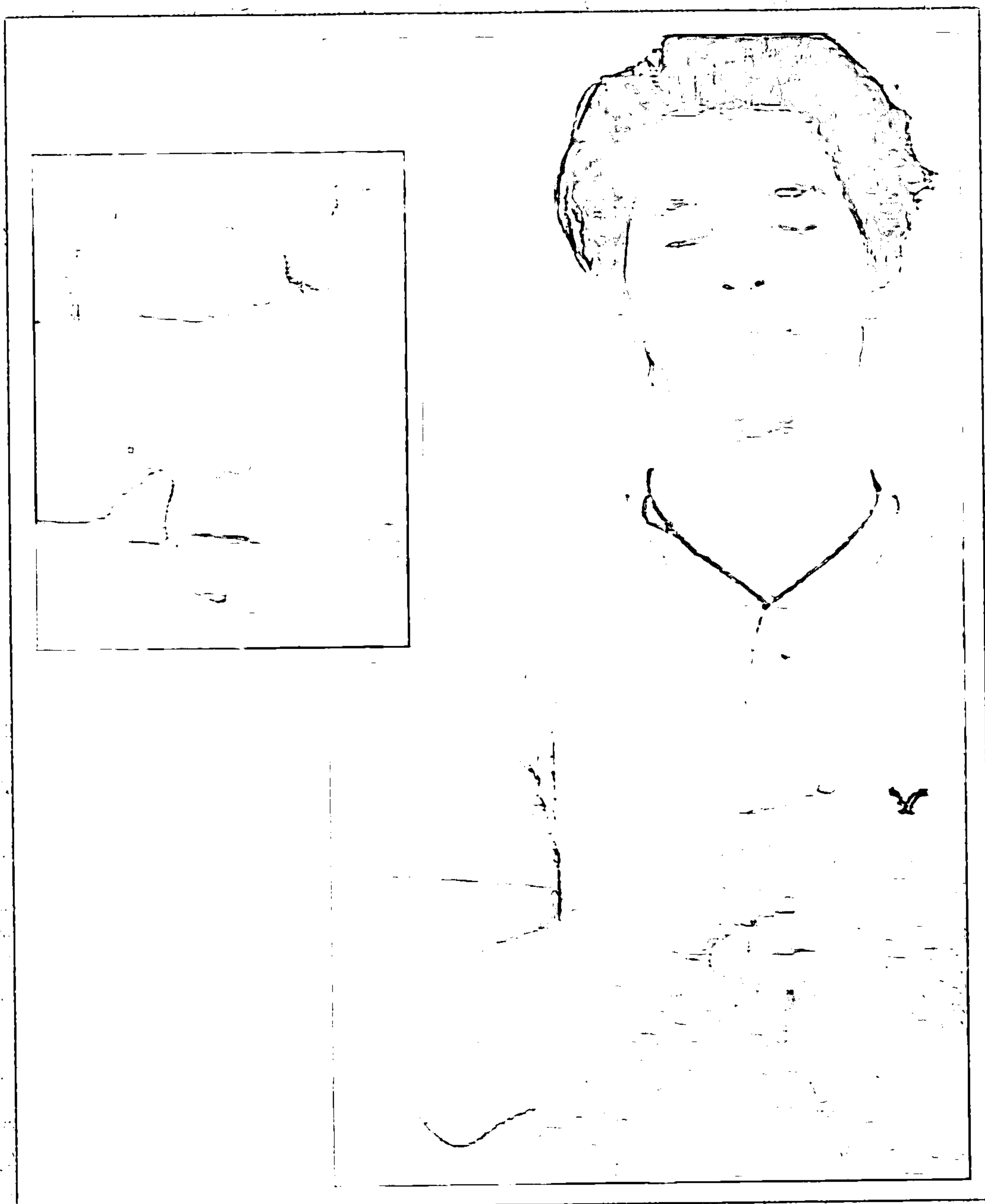
自信和自我價值

雙手握拳，大拇指各自向上伸直。左拳放在右手大拇指上，雙手垂直放在身體前方。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



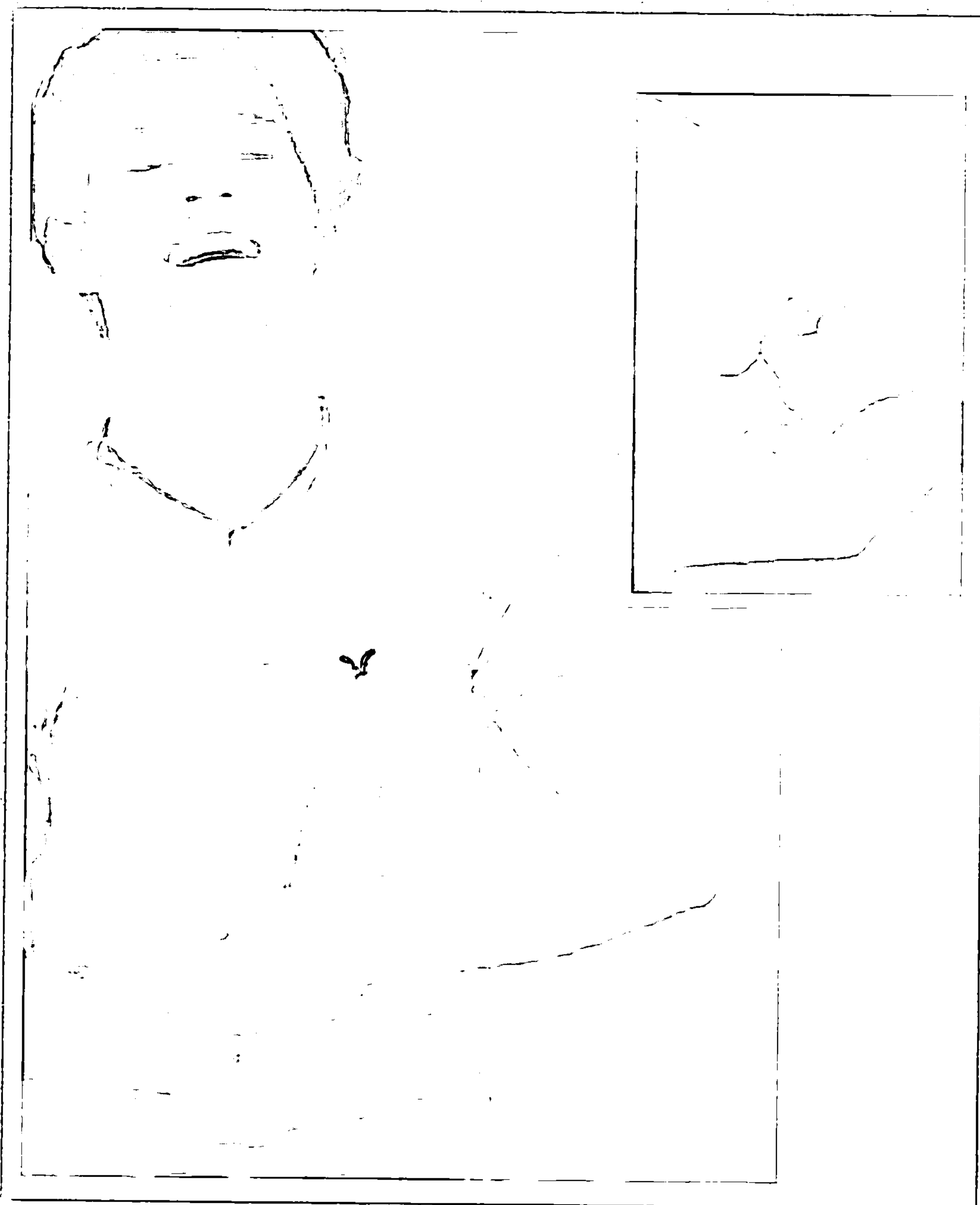
內在力量

雙手食指及中指向外伸直，各自形成一個V字型，其餘手指碰觸掌心。左手的V字型跨越右手，並放在右手的V字型上面。雙手放在身體前方。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



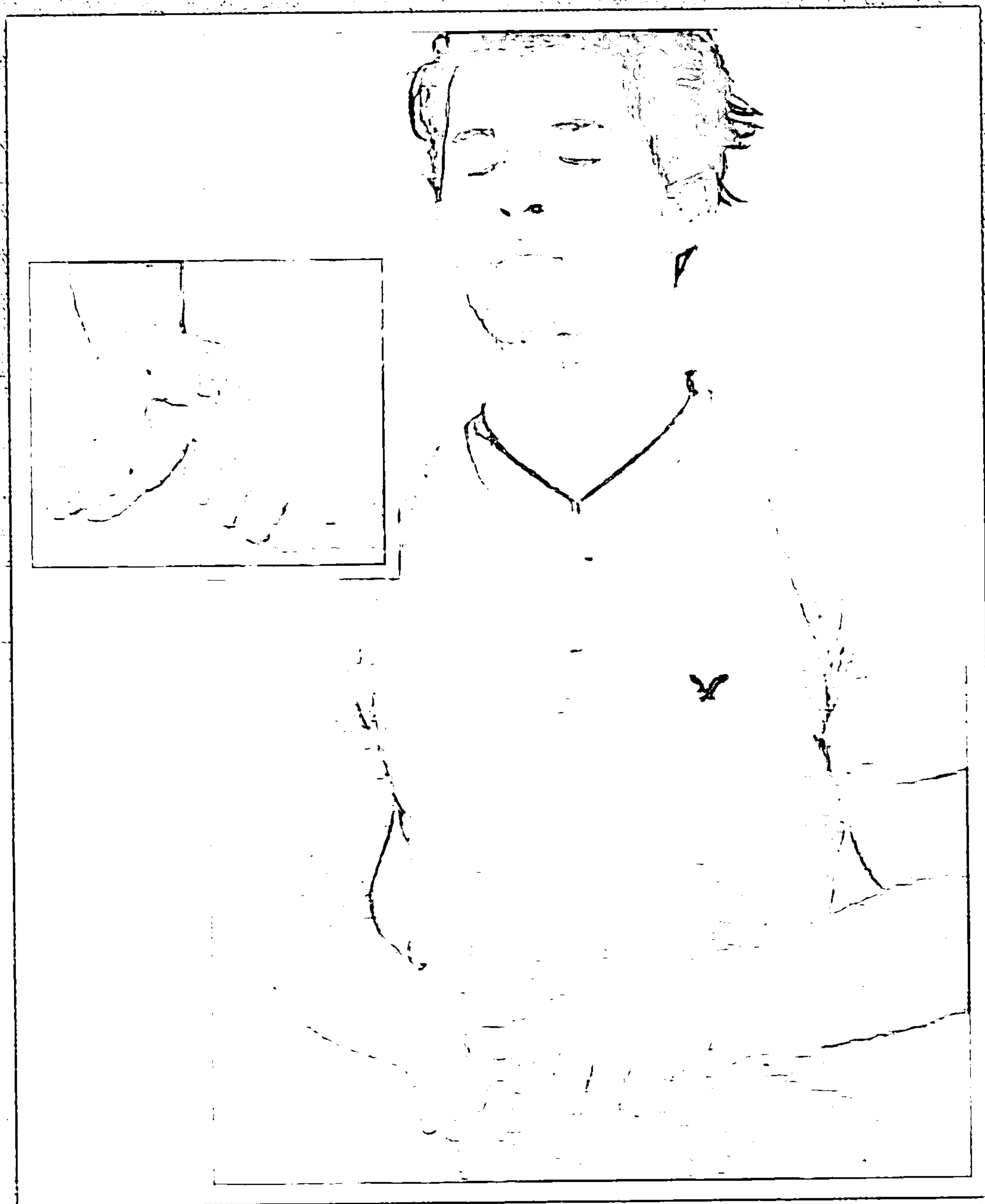
內在的自我信任（相信自己）

左手食指和中指伸直，其餘手指碰觸掌心。右手握拳，並握住由下方伸入右拳中的左手食指及中指。右手大拇指尖、食指尖和中指尖互觸。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



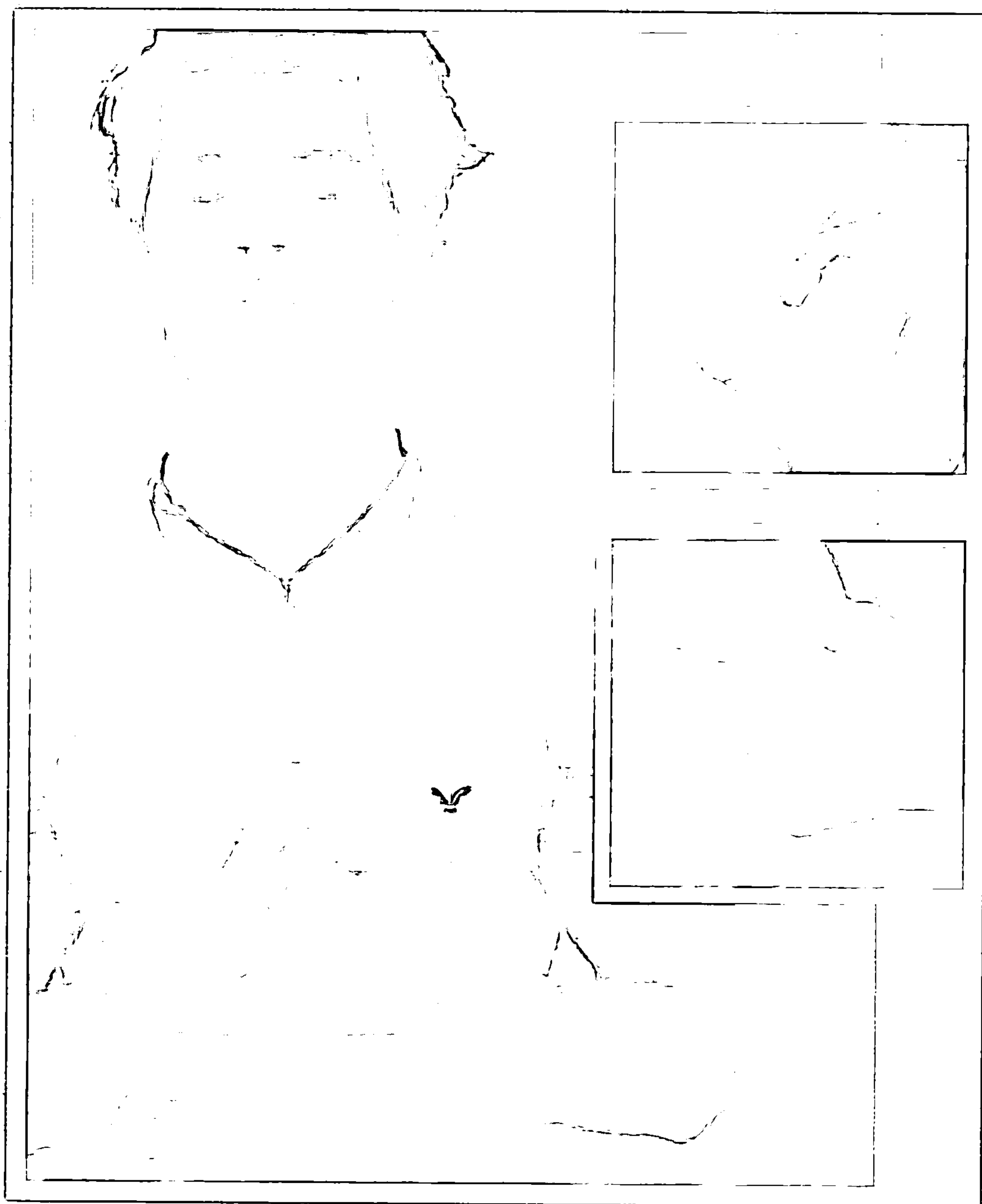
與同儕相處融洽

右手大拇指、食指和中指向外伸直，無名指和小指碰觸掌心。左手無名指伸直並垂直向下觸碰右手掌，其餘手指碰觸掌心。雙手放在身體前方。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



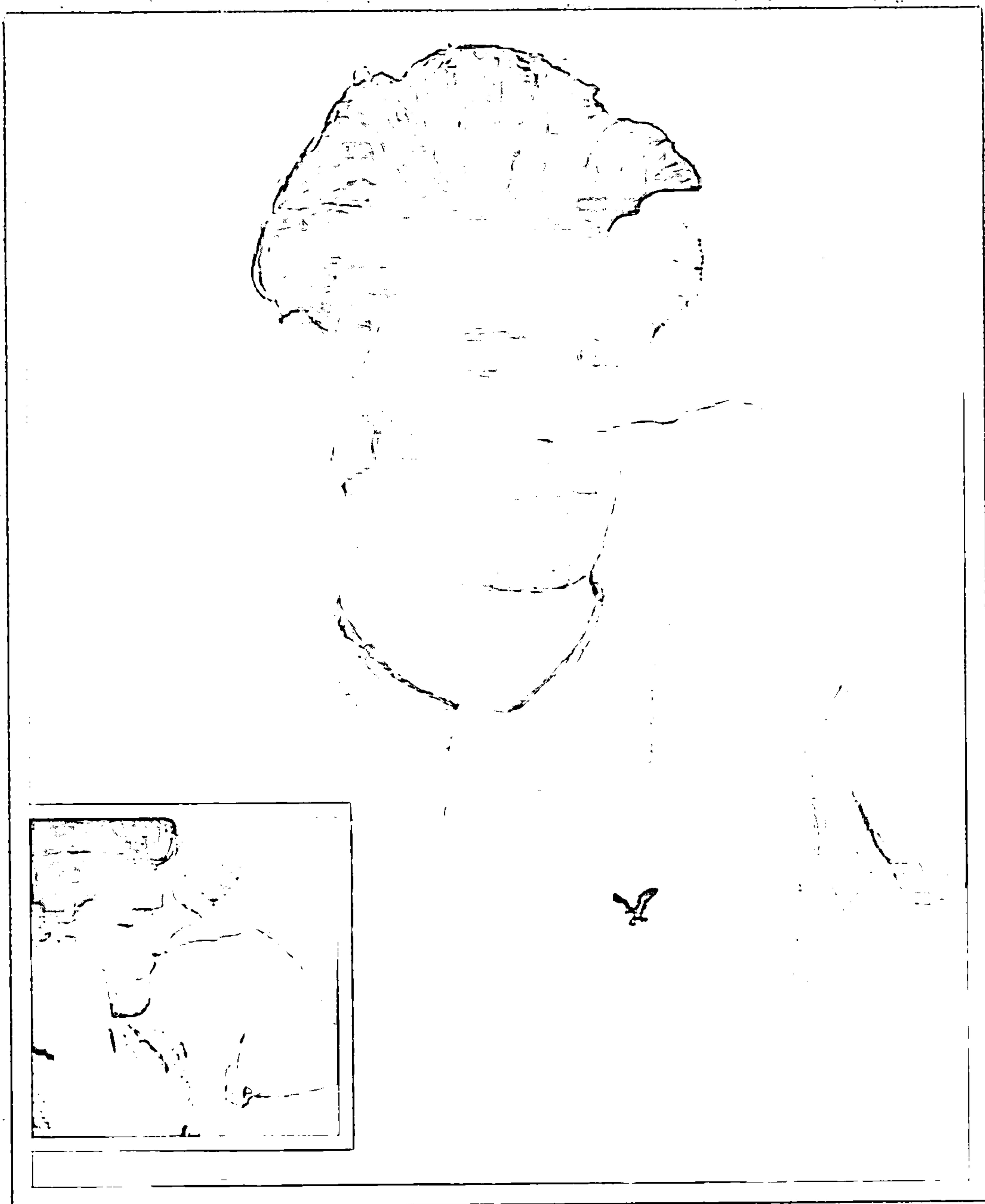
建立健康的飲食習慣

右手手指全部併攏向外伸直。左手大拇指伸直，其餘手指握掌。左手大拇指橫向觸碰右手掌心。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



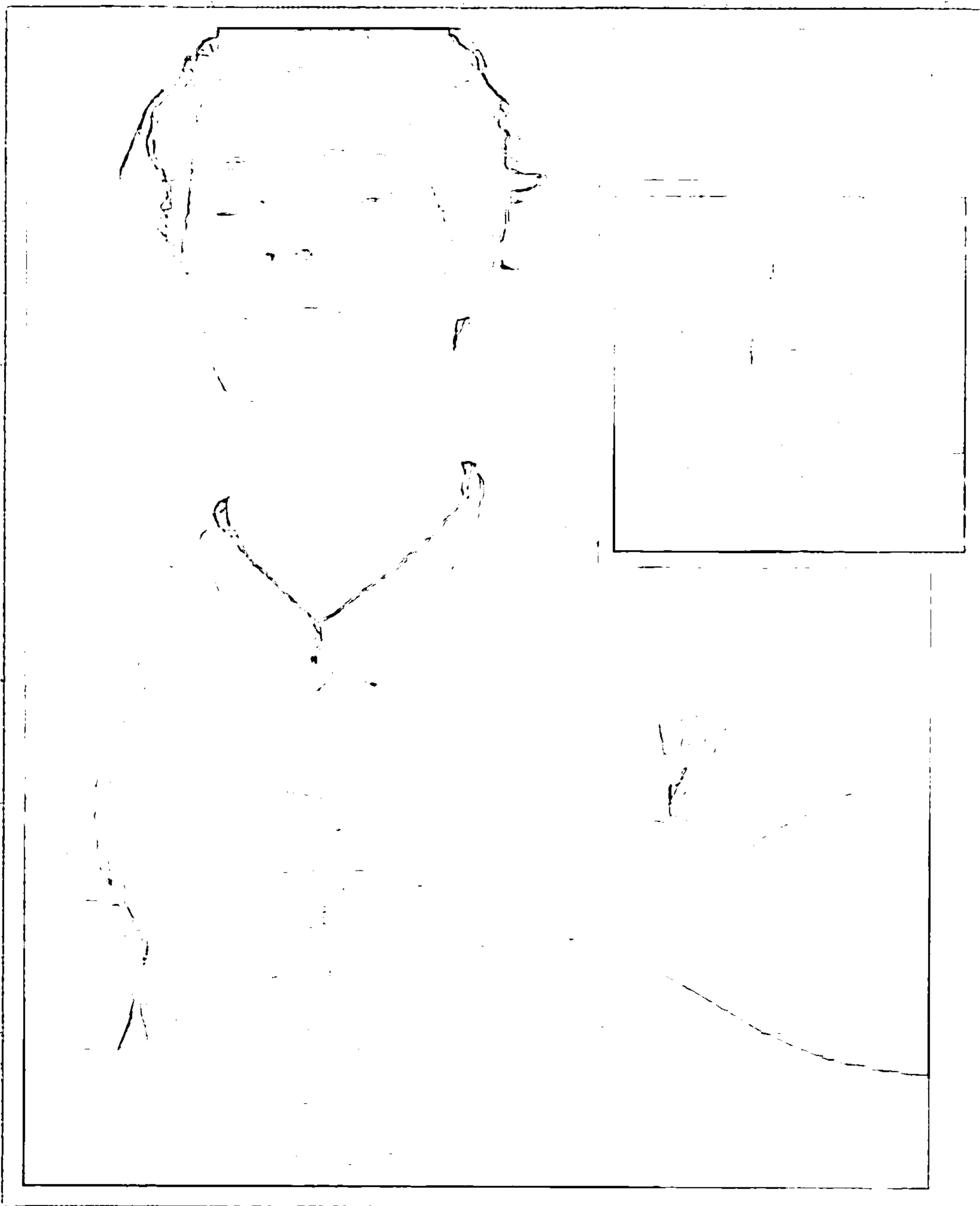
避免有害物質的影響（電視機，網路）

左手食指伸直，其餘手指握拳。右手食指和中指伸直，並將中指跨在食指之上，其餘手指握拳。左手食指伸進右手中指及食指之間。雙掌朝向身體。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



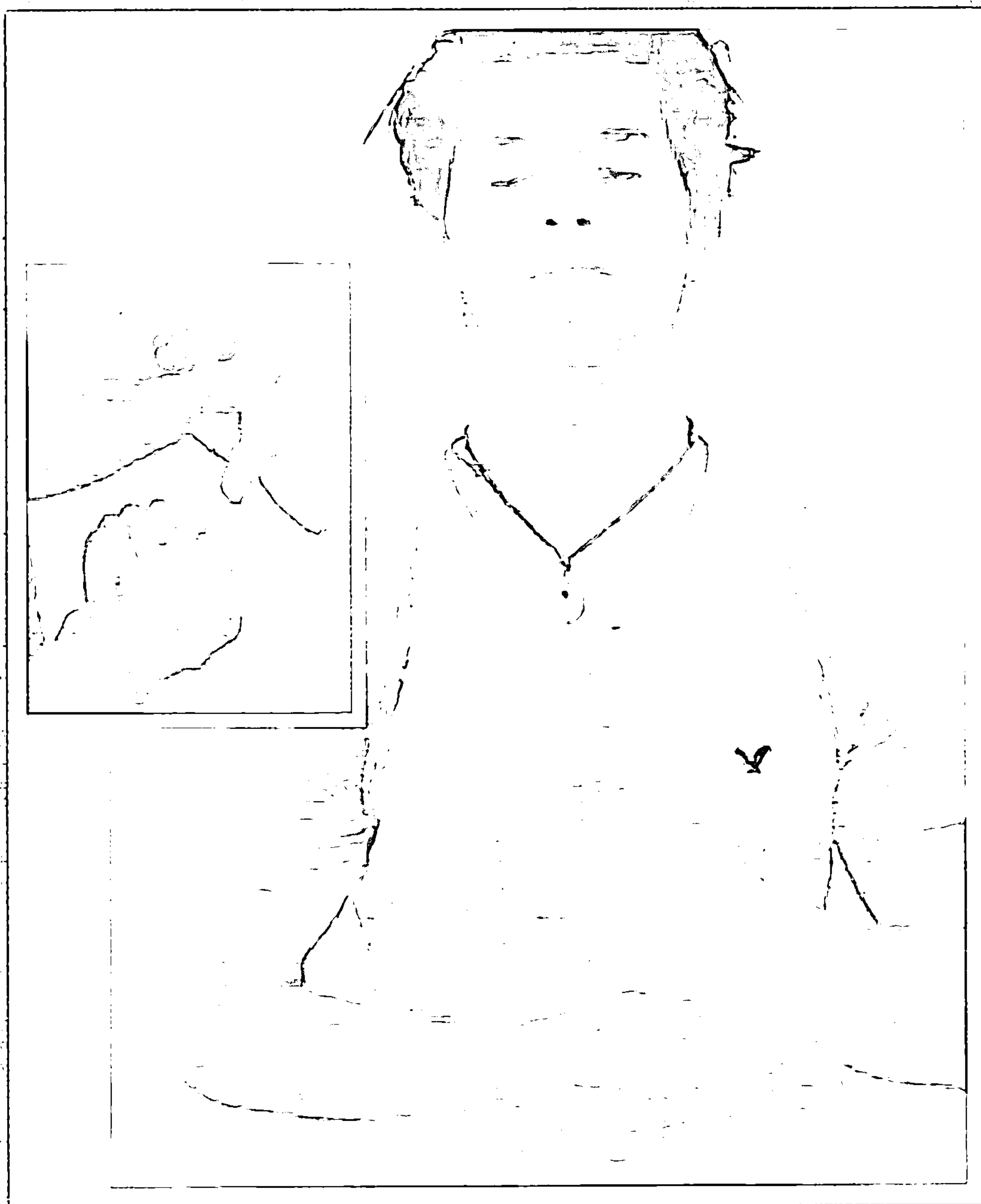
解決兄弟姊妹間的嫉妒問題

右手食指和大拇指握住右耳垂。左手大拇指伸直觸碰鼻樑，其他手指握拳。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



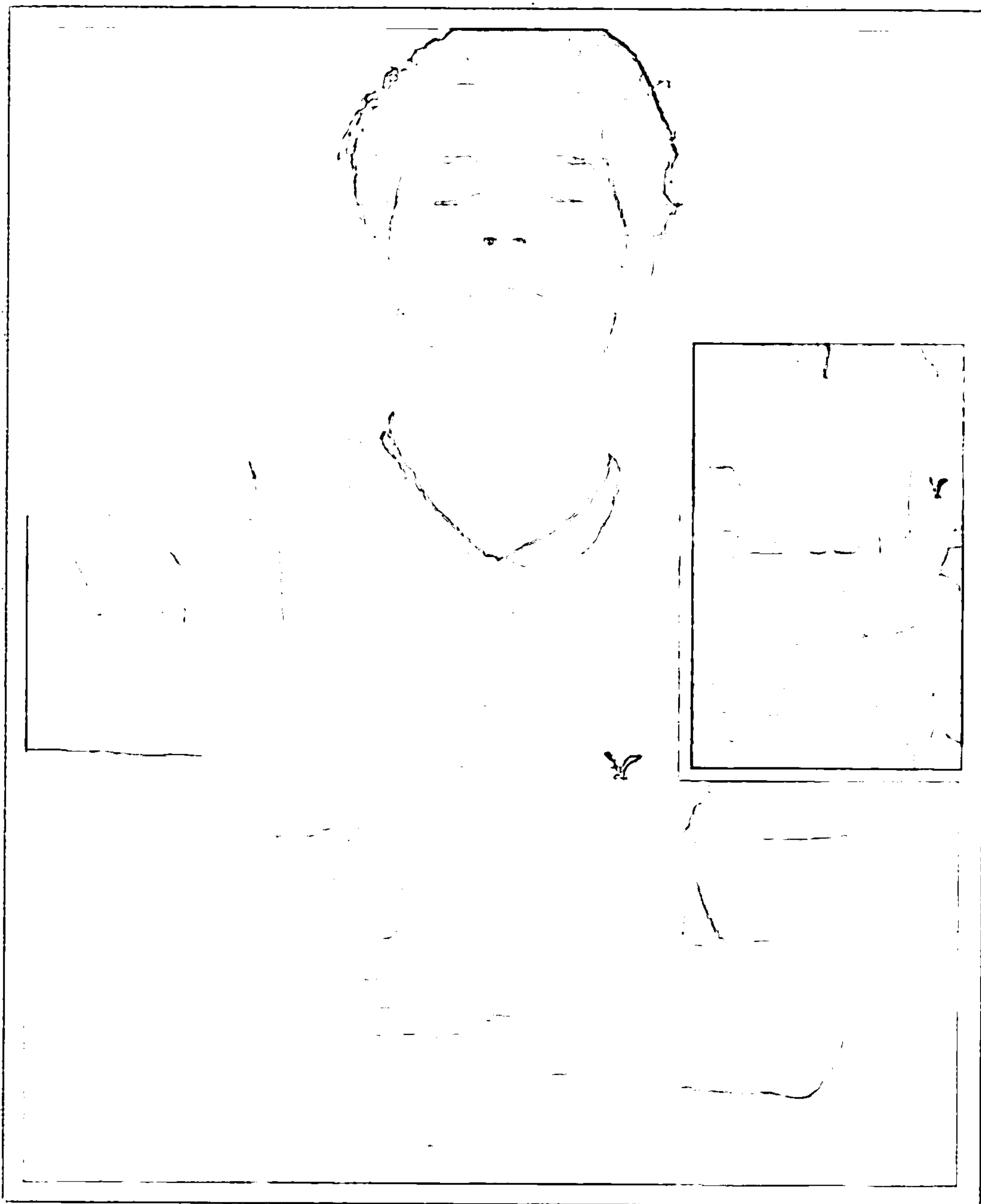
開發腦部能量及智力

右手食指垂直向上伸直。左手食指和中指伸直，形成一個V字型，並碰觸右手食指側邊。左掌心朝向身體。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



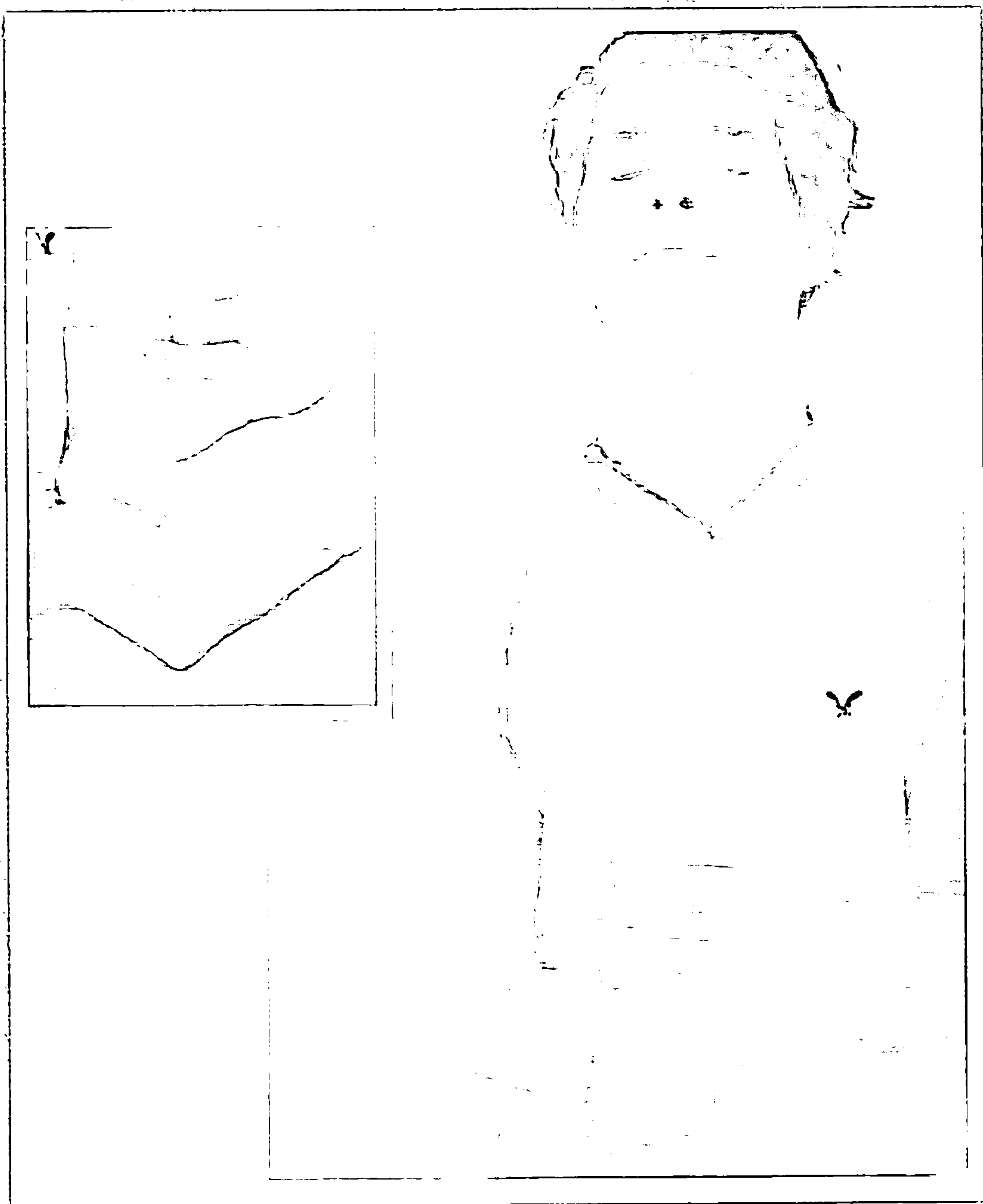
平息孩子過度的侵略行為

右手握成杯狀，掌心向上，放在身體前面。左手大拇指尖和中指尖形成一個圓圈，其餘手指向外伸直，平行放在右手掌上方。雙手不要碰在一起。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



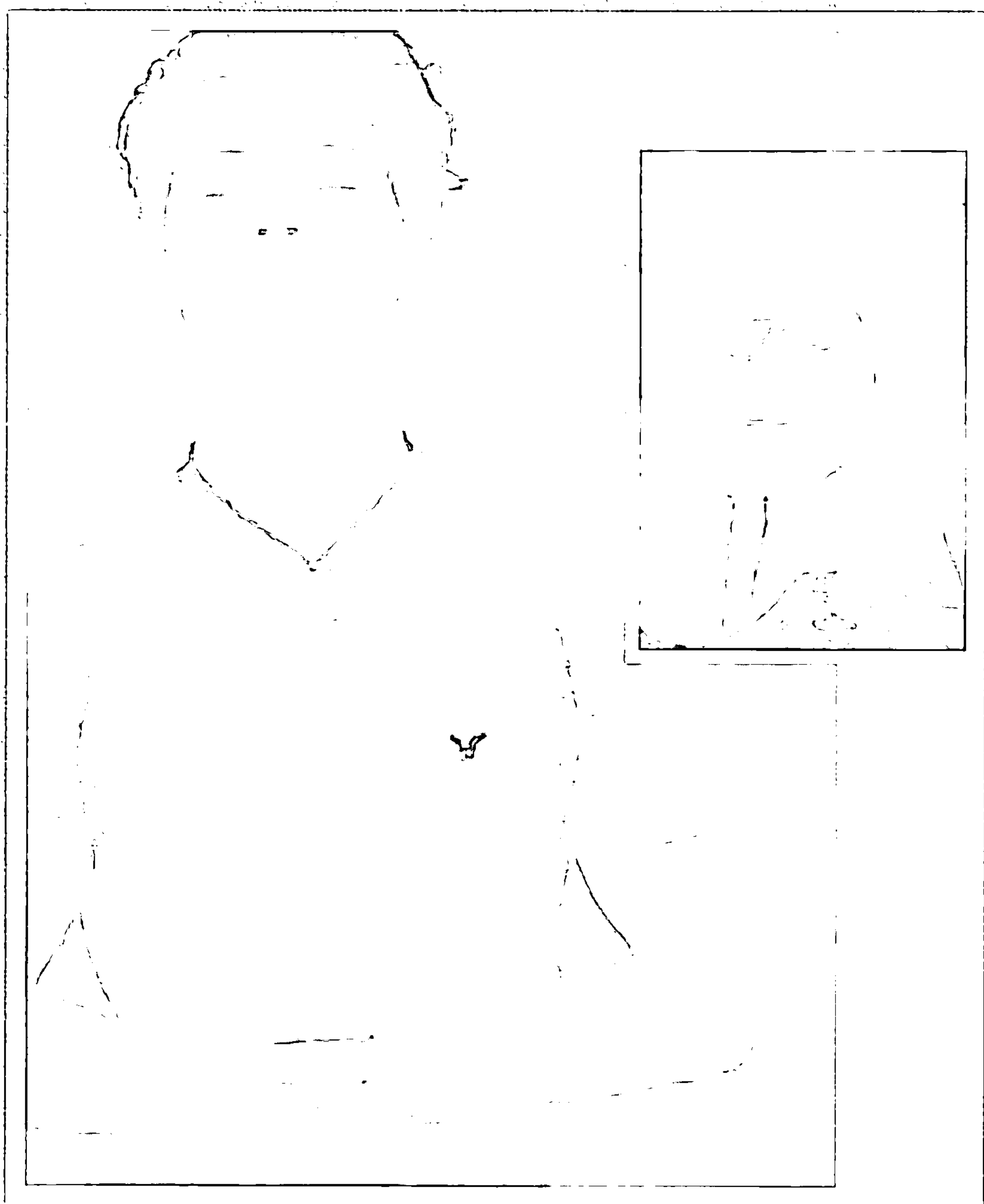
平息孩子的過動行為

左手握拳。右手食指伸直，向下碰觸左拳上方。右手其餘手指握拳。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



動機

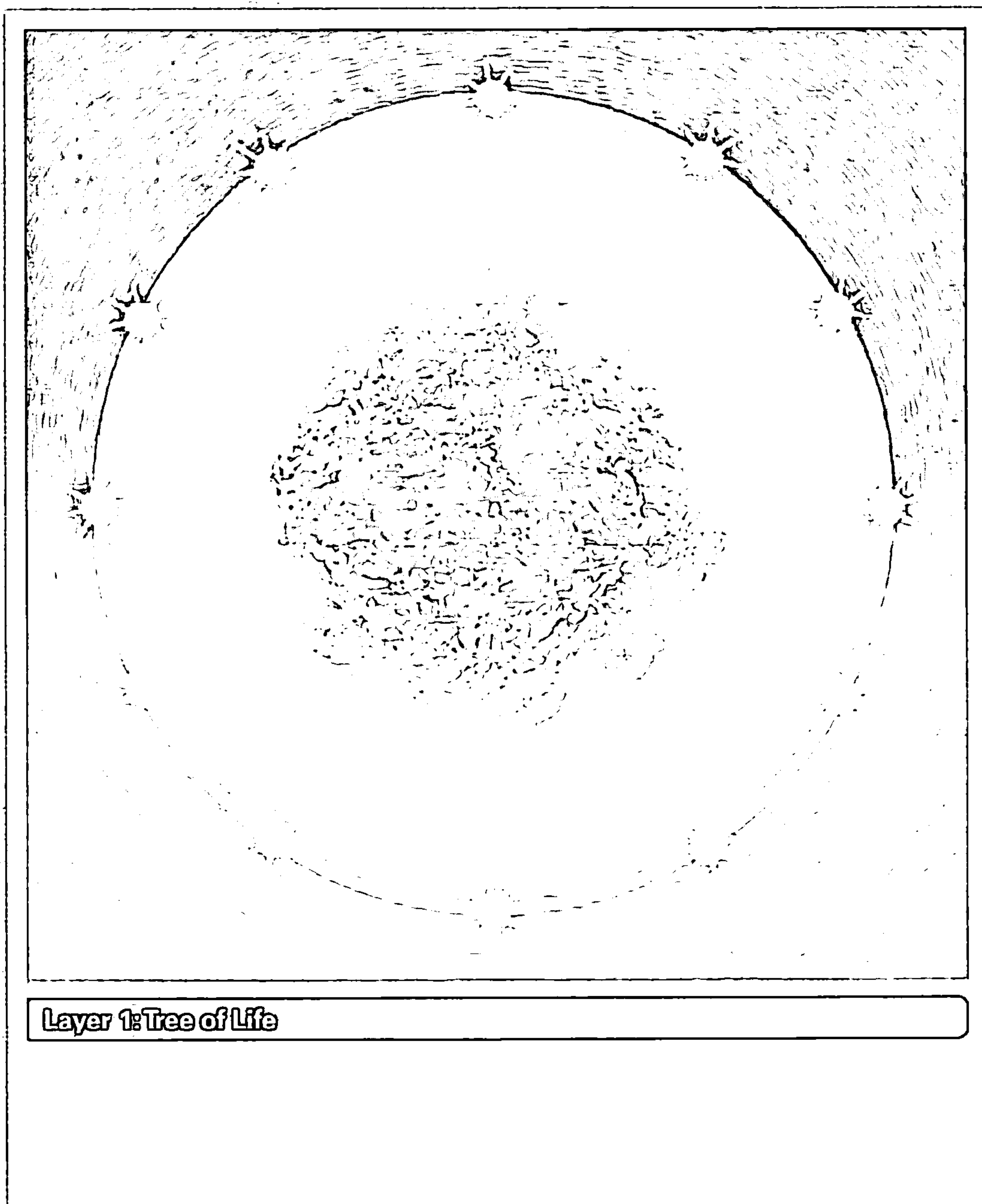
右手指彎曲，握成杯狀，掌心向上，放在身體前方。左手大拇指尖、食指尖、中指尖和無名指尖互碰，小指向外伸直。左手放在右手上方，雙手所有指尖朝外，不要碰在一起。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。



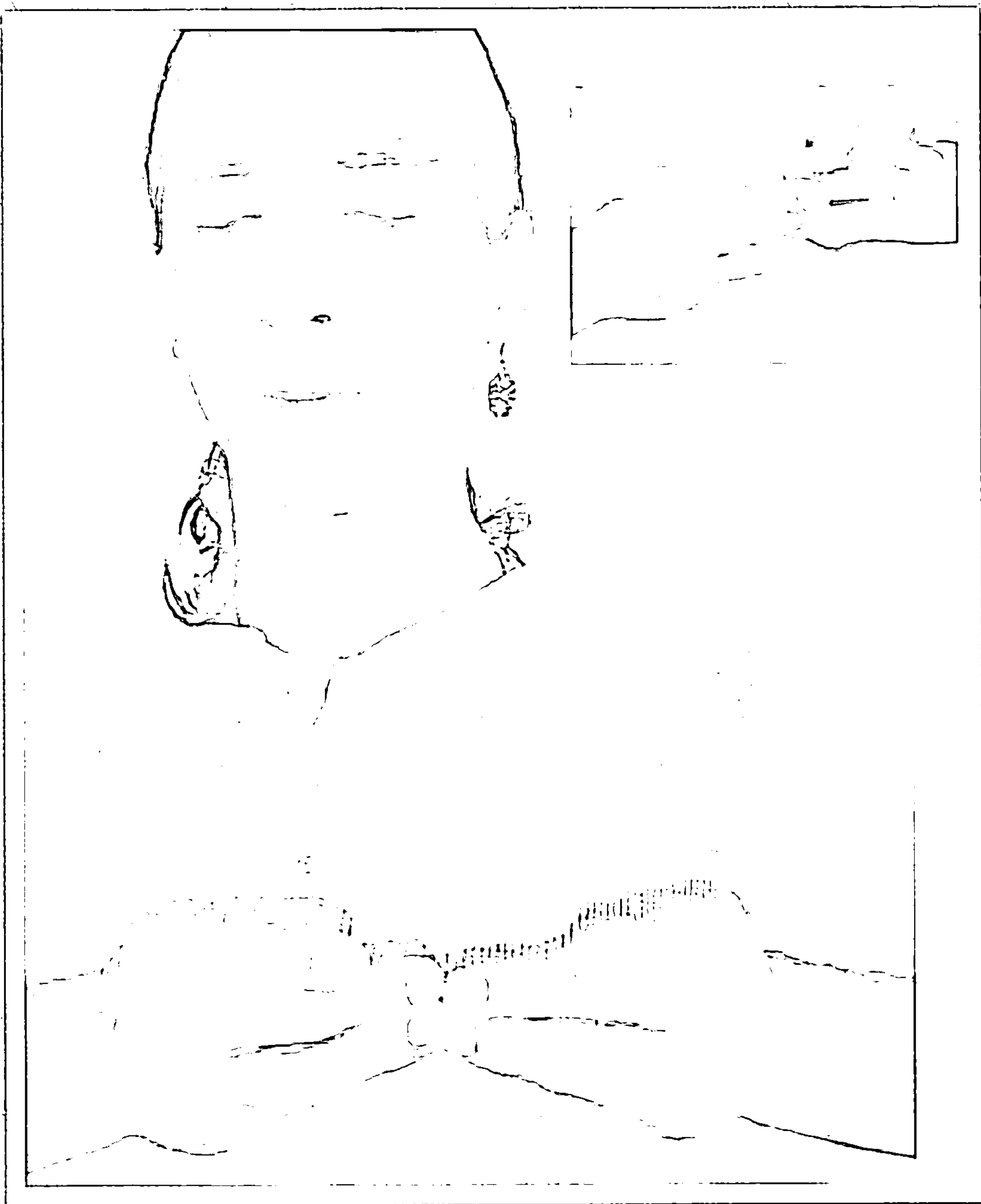
健康的消化及排泄功能

左手手指完全分開，向外伸直。右手手指全部彎曲，但不要併攏，所有指尖同時一起觸碰左手掌心。兩手掌心互對。孩子們可以在玩耍或跳舞時，將雙手以此姿勢放在身體前方。

啟動DNA

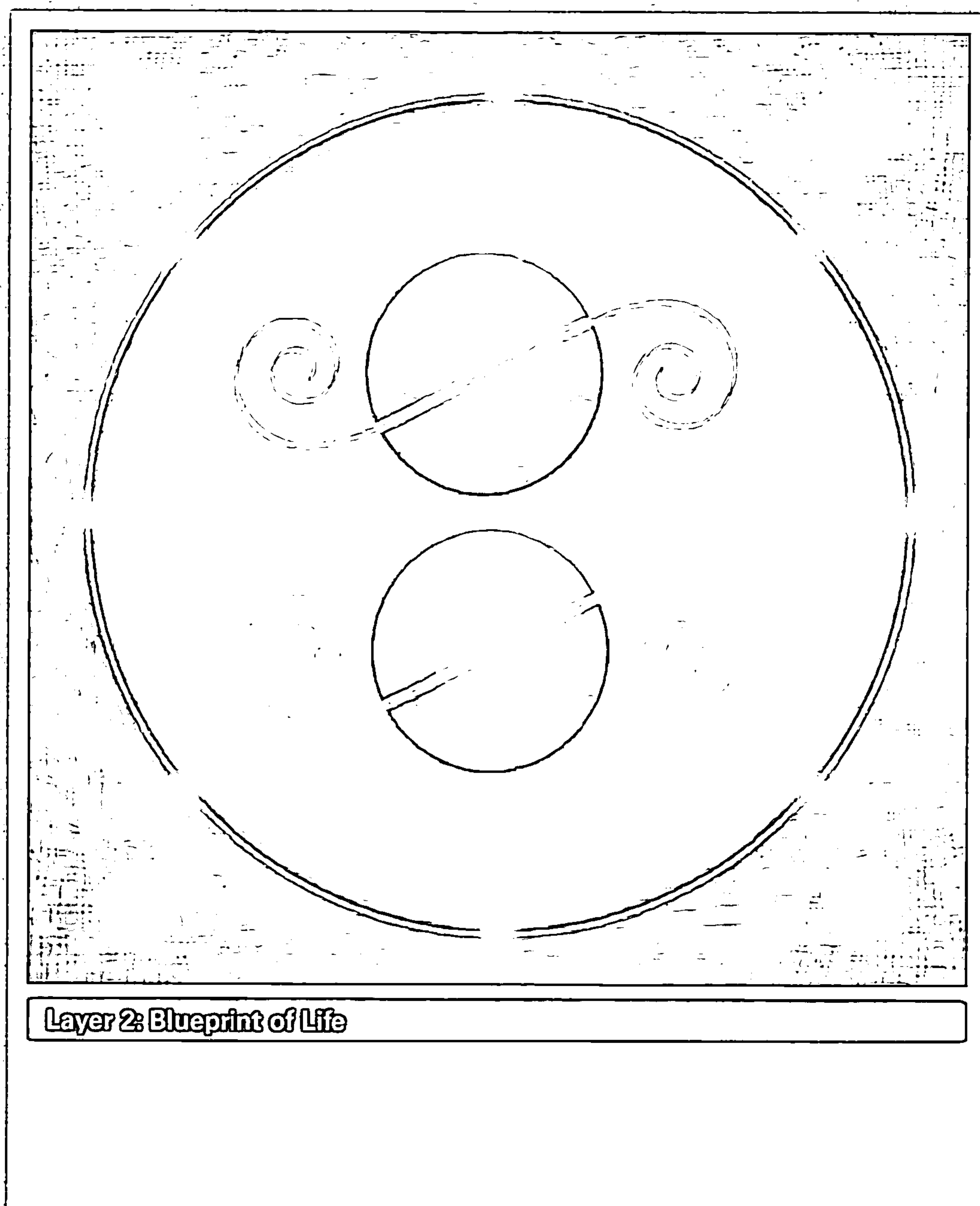


第一層：生命之樹

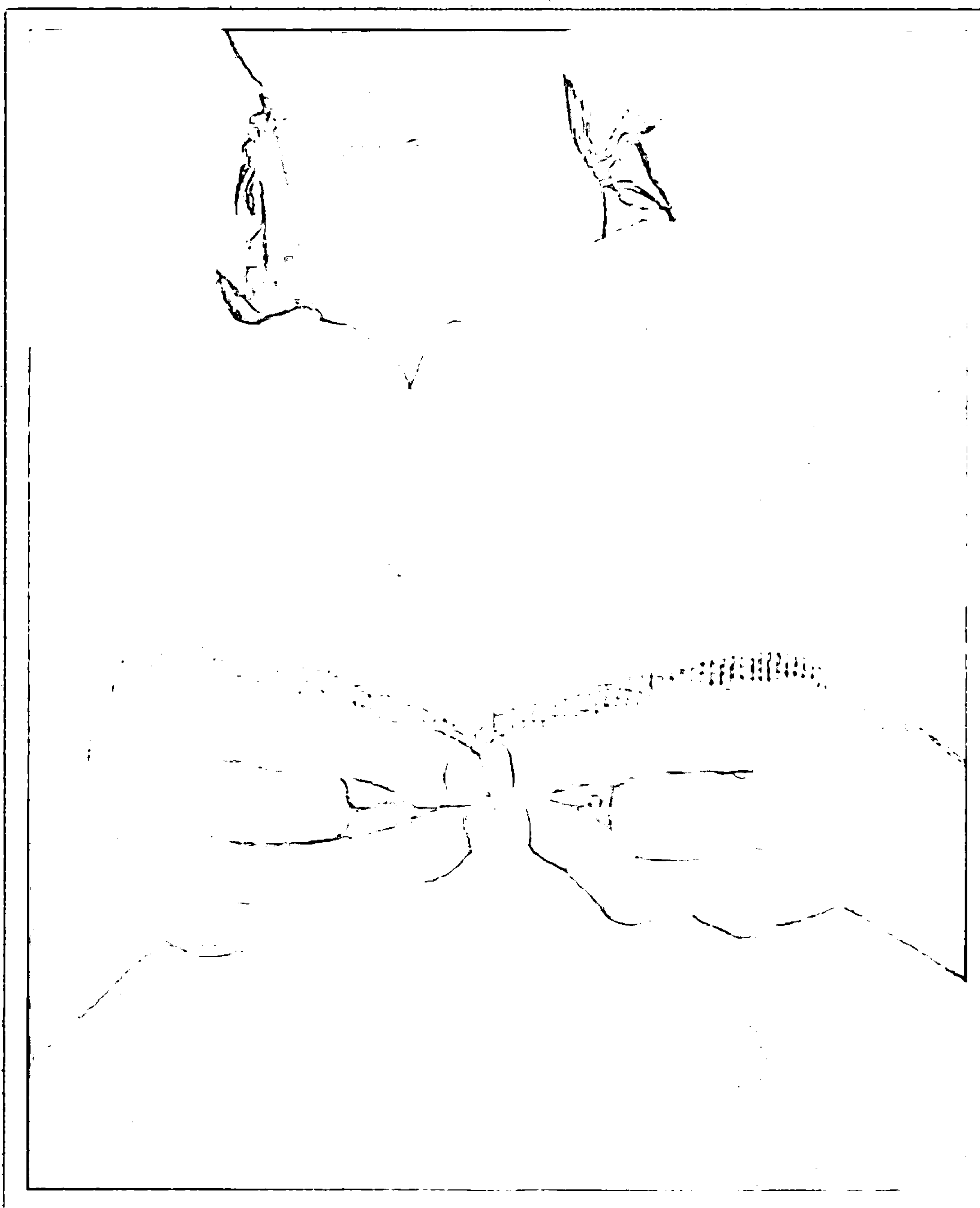


第一層：生命之樹

雙手大拇指尖各自碰觸中指尖、無名指尖和小指尖，然後雙手的這些指尖互觸。雙手食指指尖不碰觸任何部位，並且各自向外伸直。雙手平行地放在心臟前方。

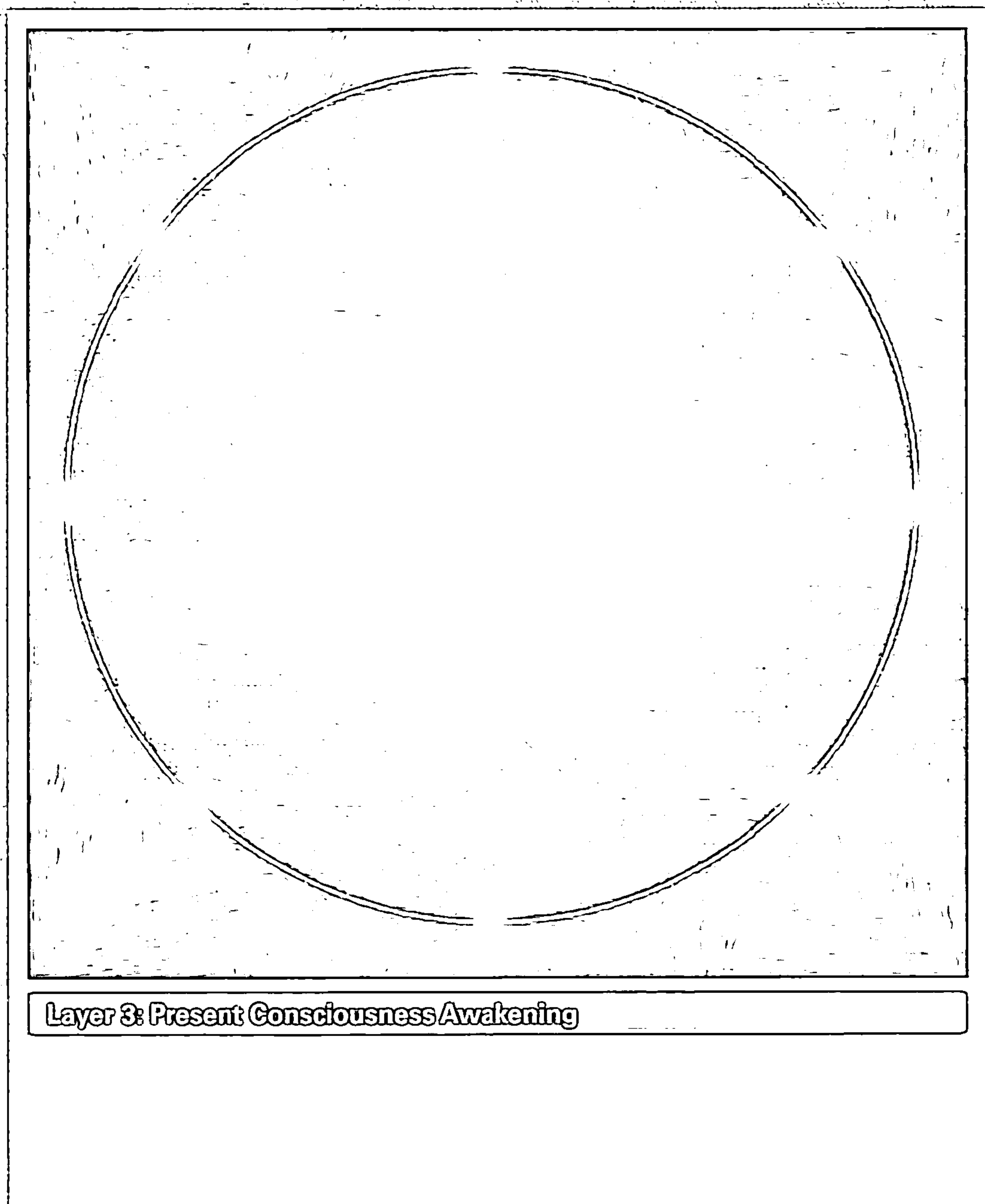


第二層：生命的藍圖

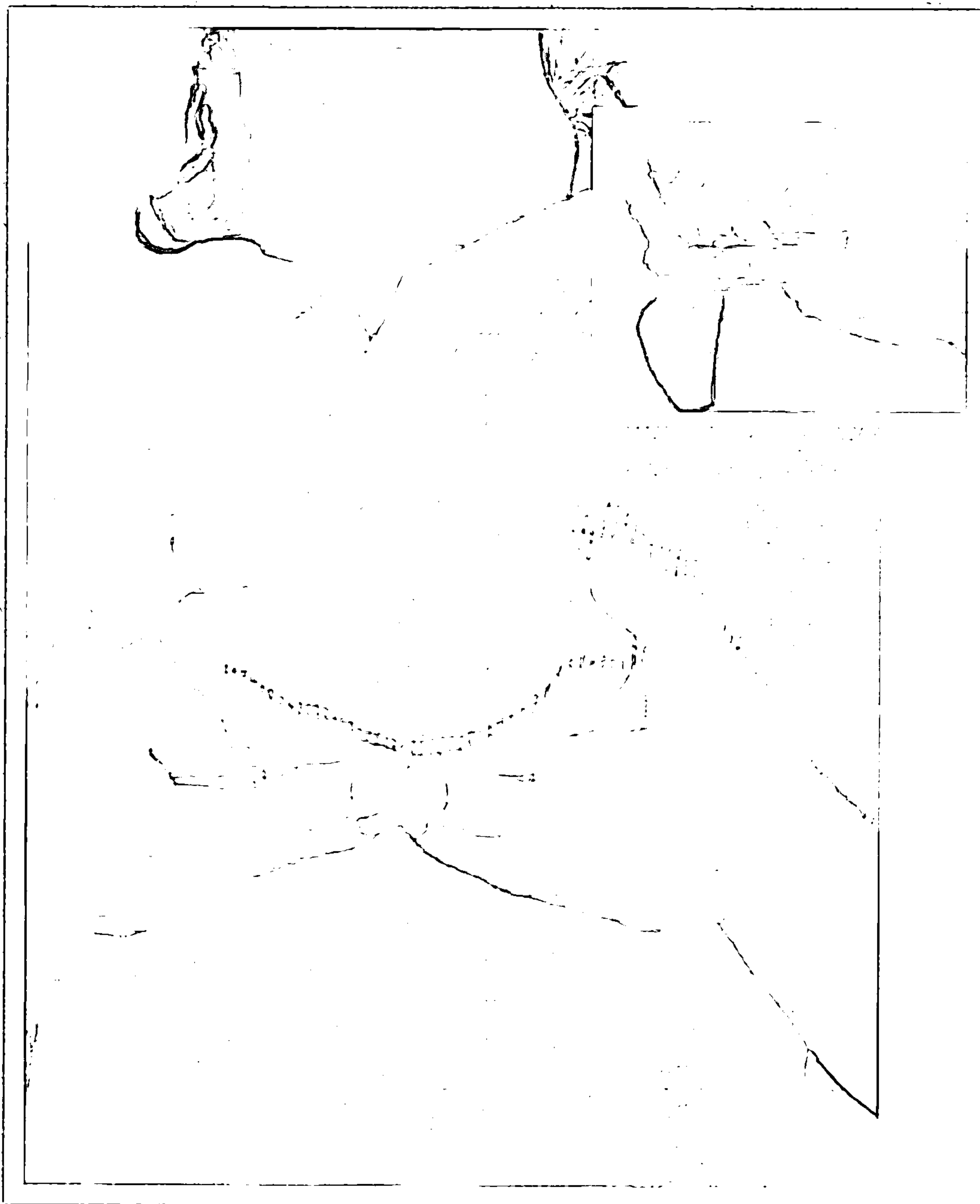


第二層：生命的藍圖

雙手大拇指各自碰觸食指和無名指，然後將雙手指尖相碰。雙手中指及小指各自碰觸掌心。雙手掌心朝向身體，放在心臟前方。

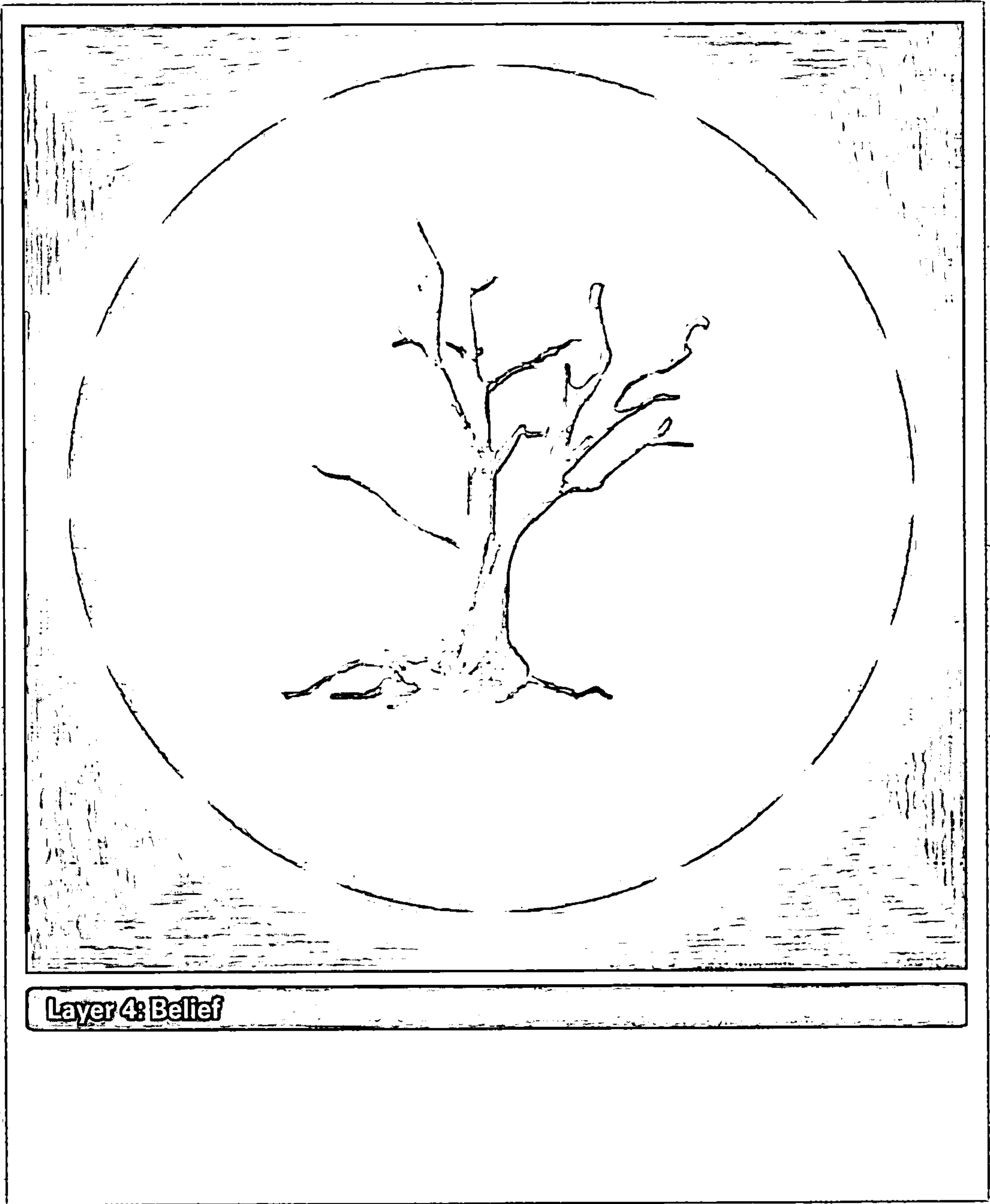


第三層：臨在意識覺醒



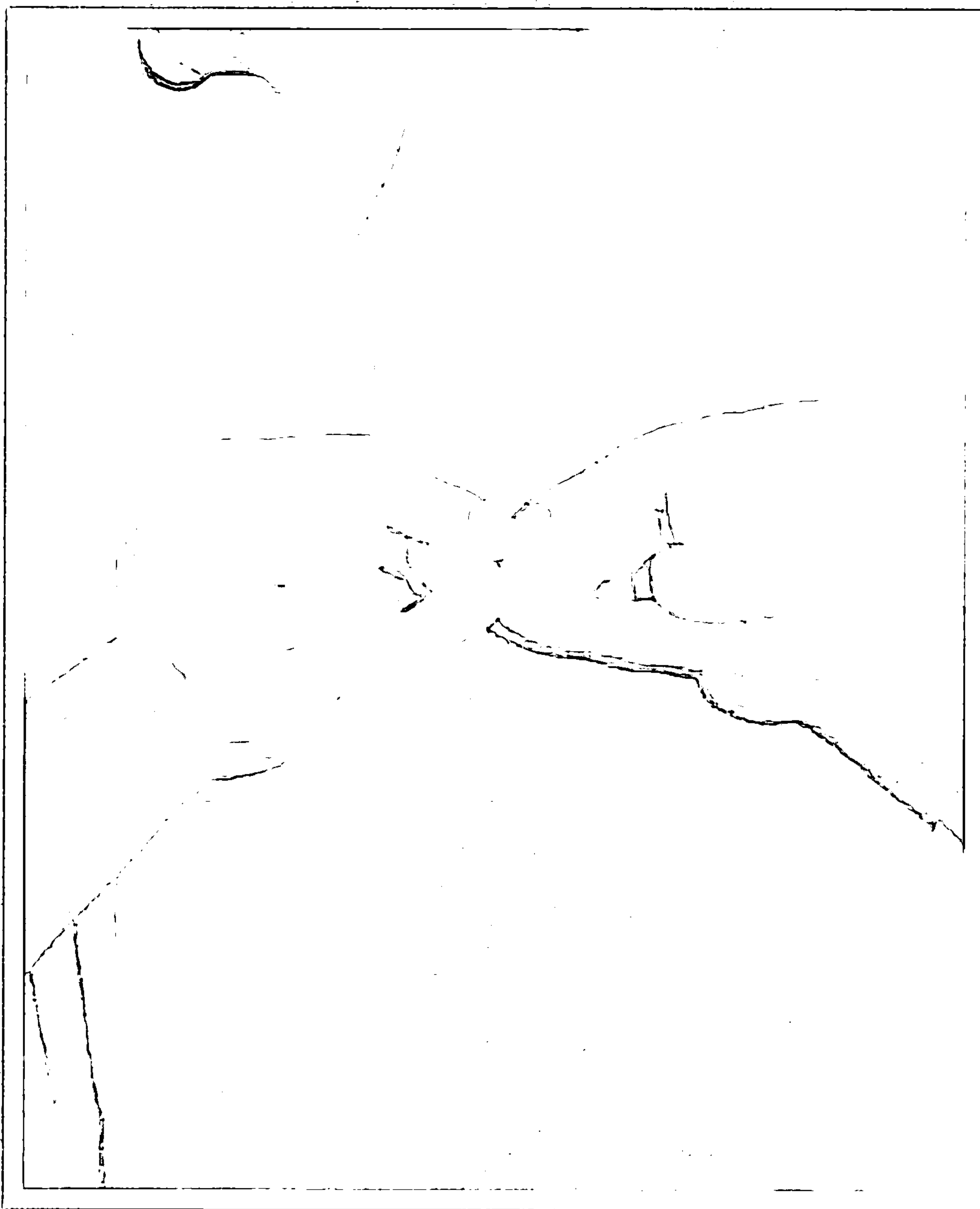
第三層：臨在意識覺醒

雙手大拇指各自碰觸無名指和小指，然後將雙手指尖相碰。
雙手食指和中指分開，各自向外伸直，放在心輪前方。



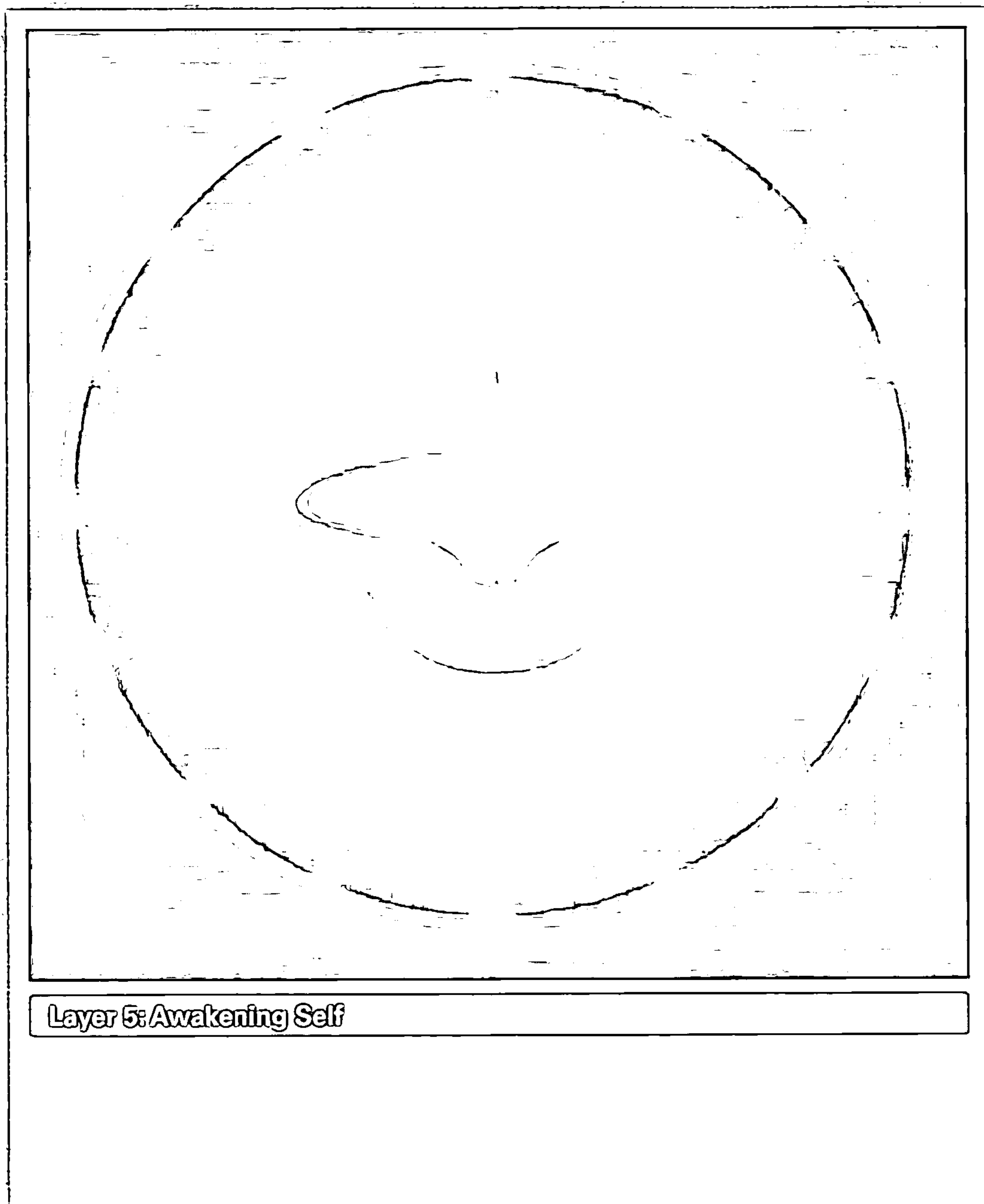
Layer 4: Belief

第四層：信念

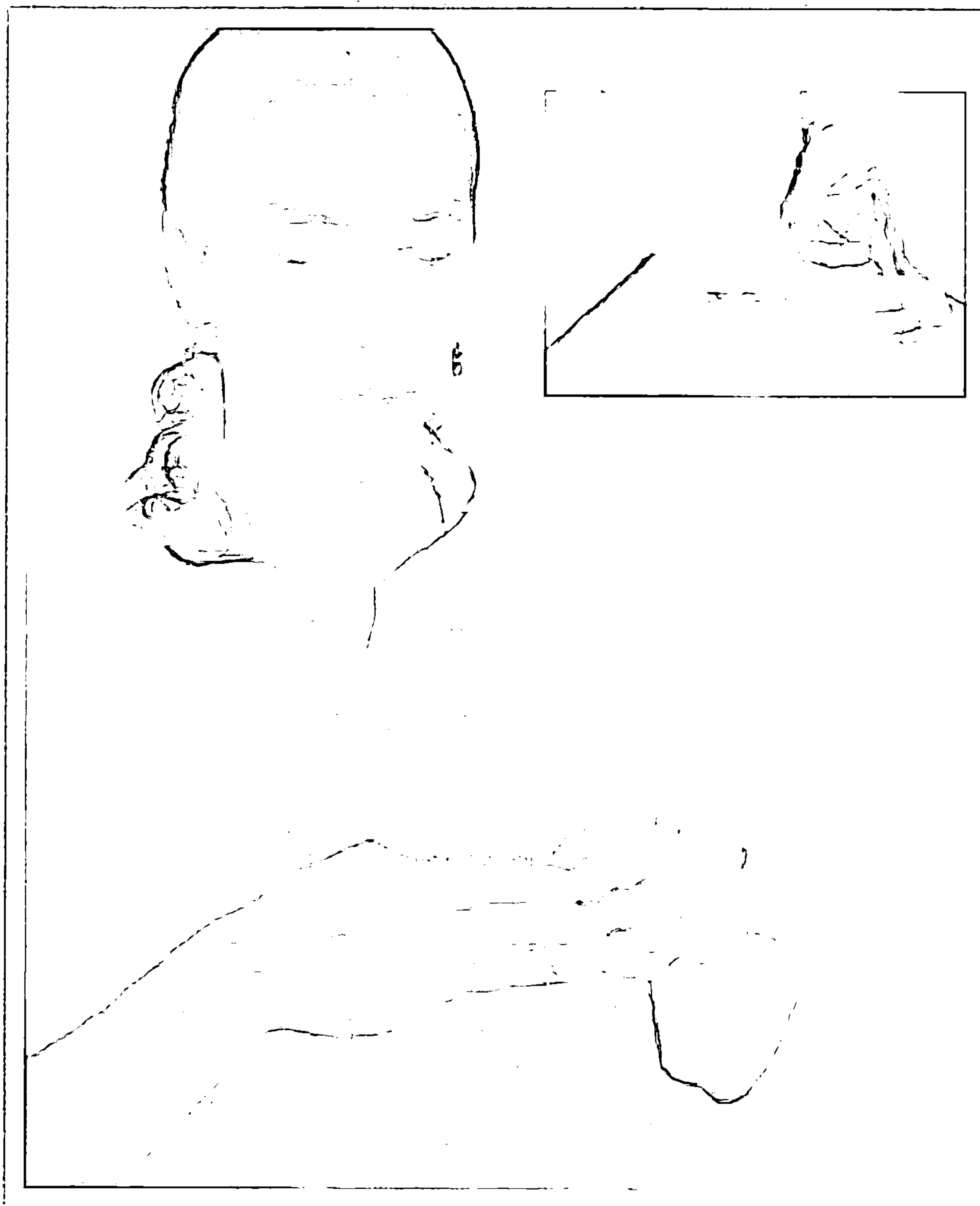


施與受之間的平衡

雙手中指及無名指彎曲碰觸掌心。雙手大拇指各自碰觸食指和小指，然後將雙手指尖相碰，放在心臟與胃部之間的地方。

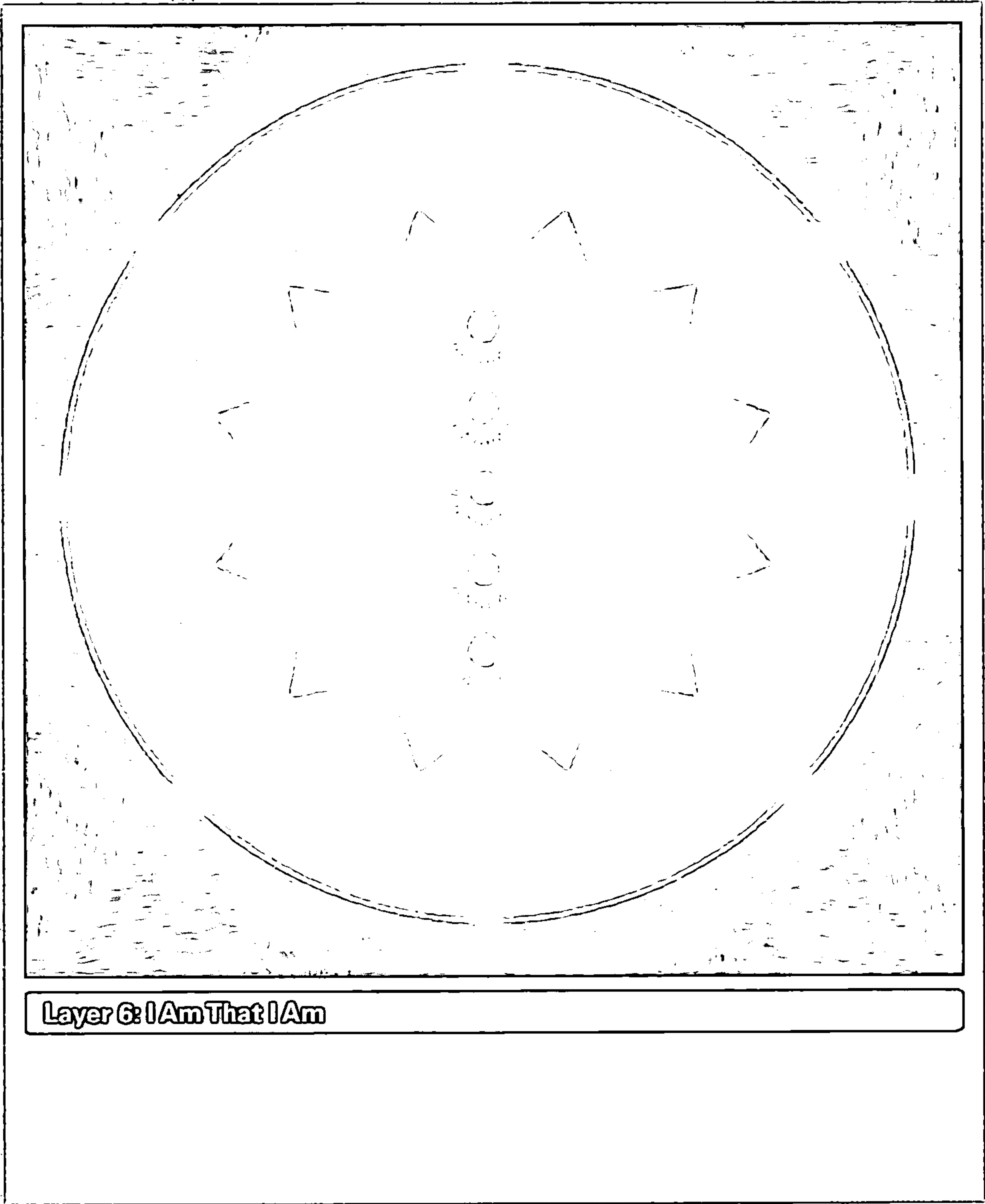


第五層：自我覺醒

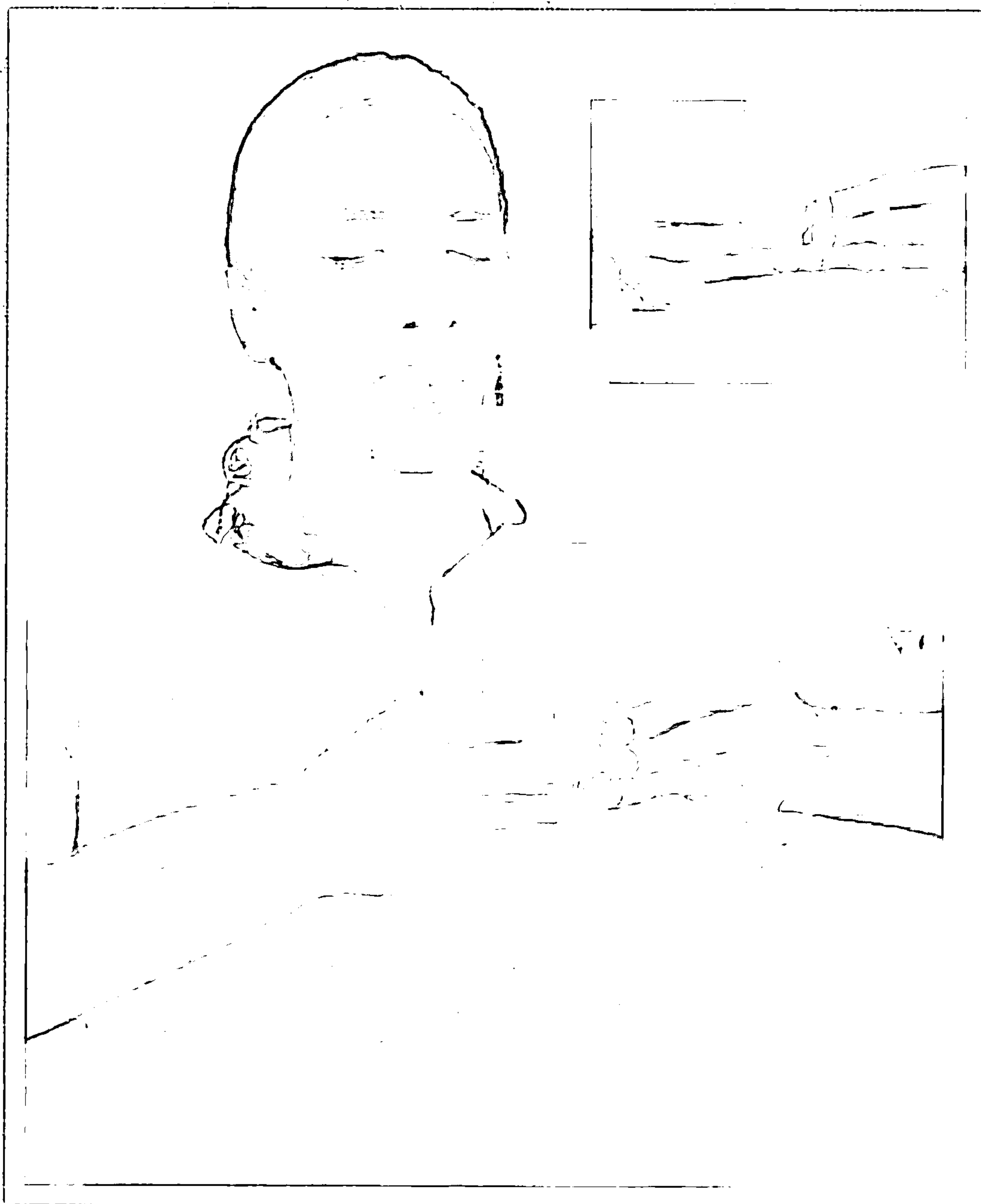


第五層：自我覺醒

雙手大拇指碰觸小指。雙手食指、中指和小指各自併攏，向外伸直，然後雙手指尖互碰，放在心臟前方。

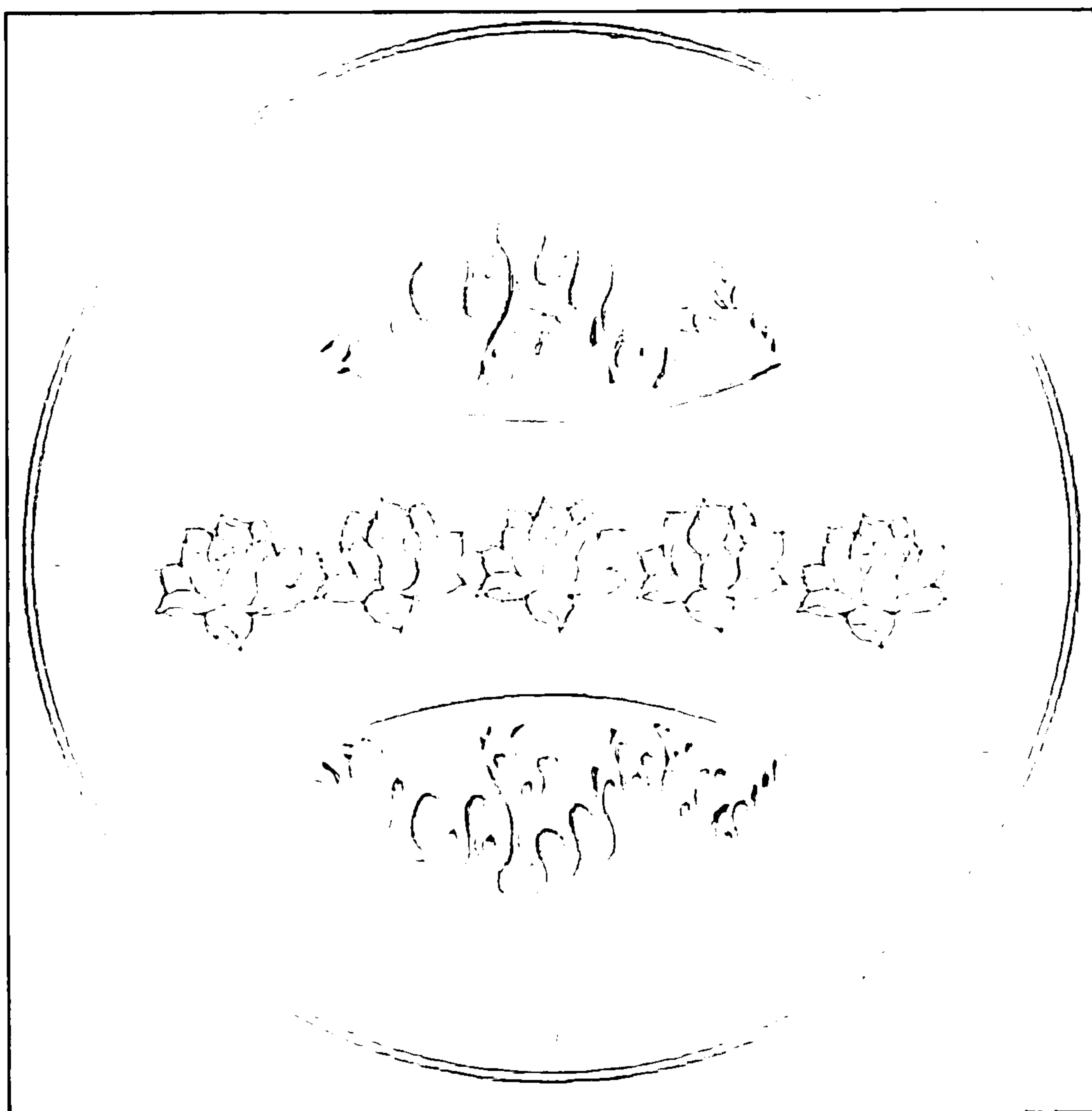


第六層：我是即我是



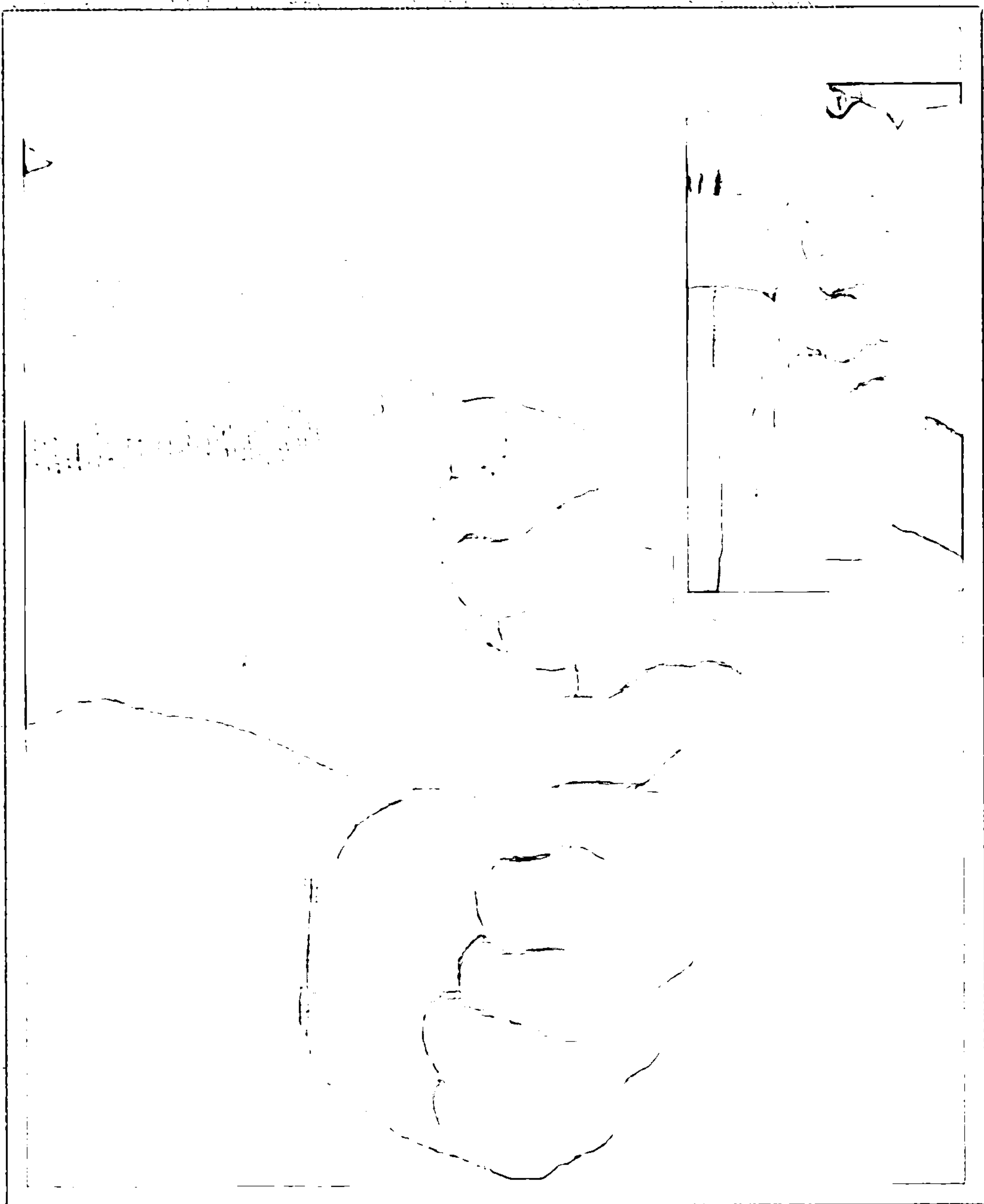
第六層：我是即我是

雙手大拇指各自觸碰食指和中指。雙手小指各自觸碰掌心。
雙手無名指尖互觸。雙手掌心朝向身體，放在心臟前方。



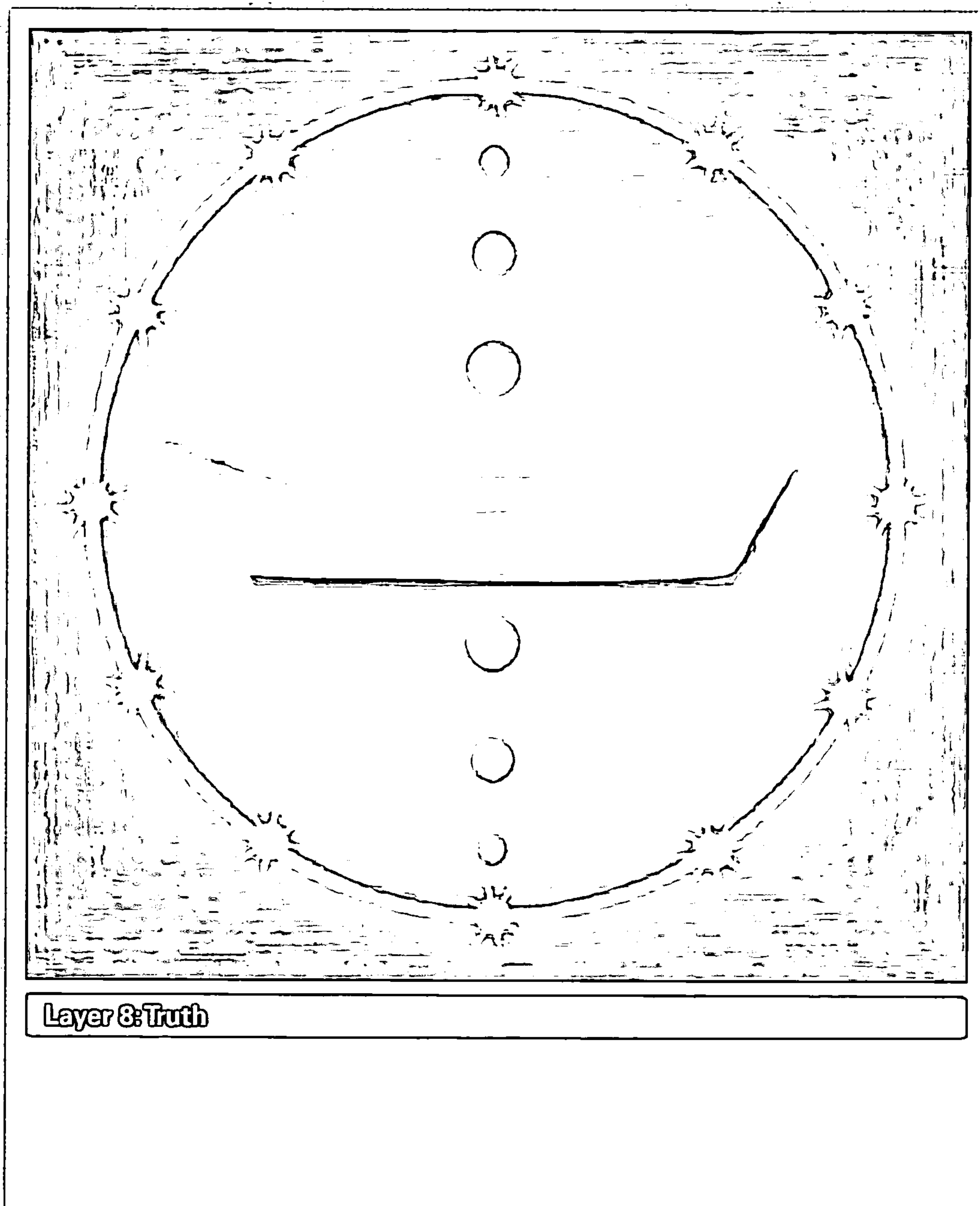
Layer 7: Balance

第七層：平衡

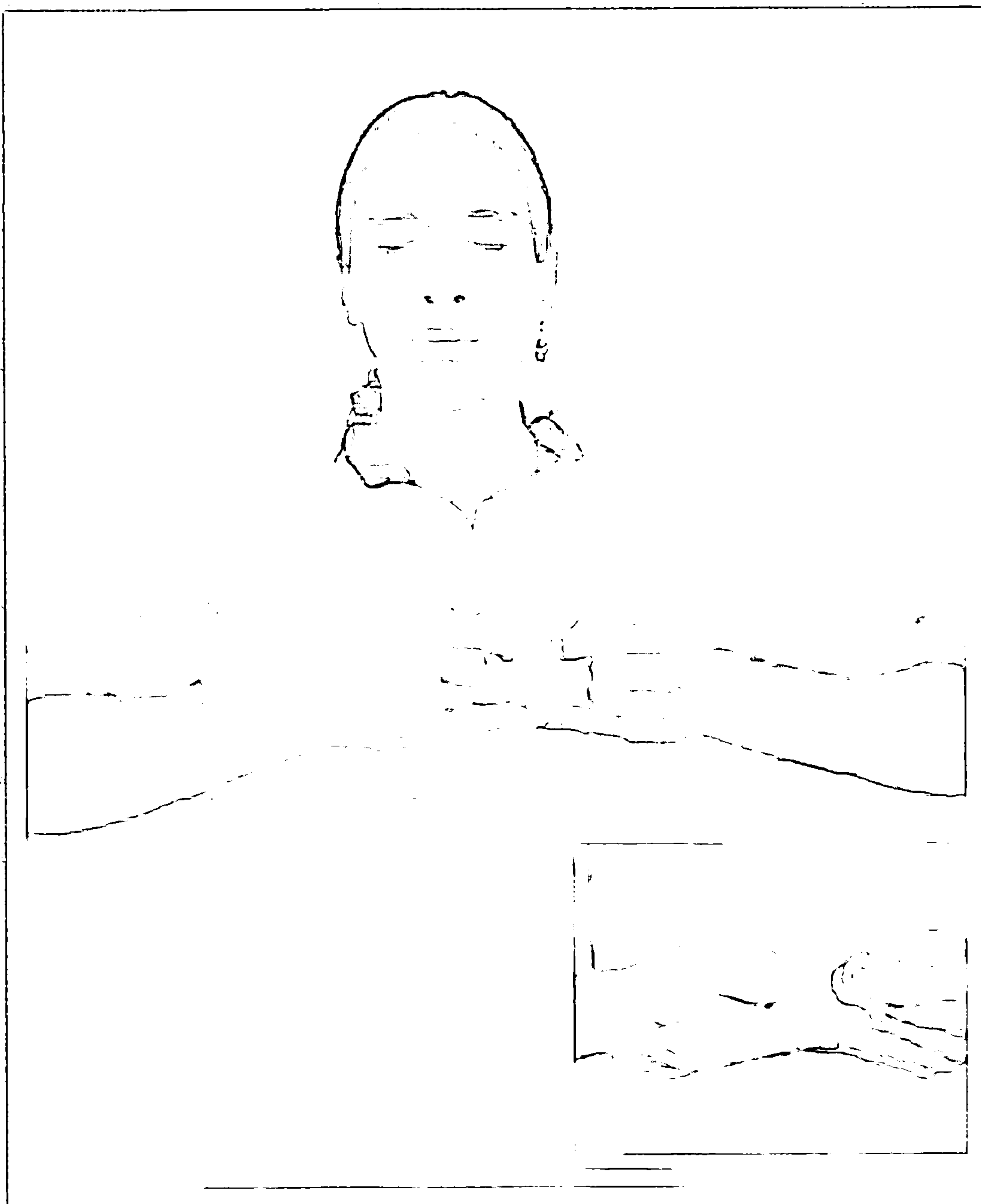


第七層：平衡

雙手各自握拳，但雙手大拇指平放，不要彎曲。右手掌垂直放在左手掌上，雙掌掌心同時面向身體右側。雙手垂直放在心臟前方。

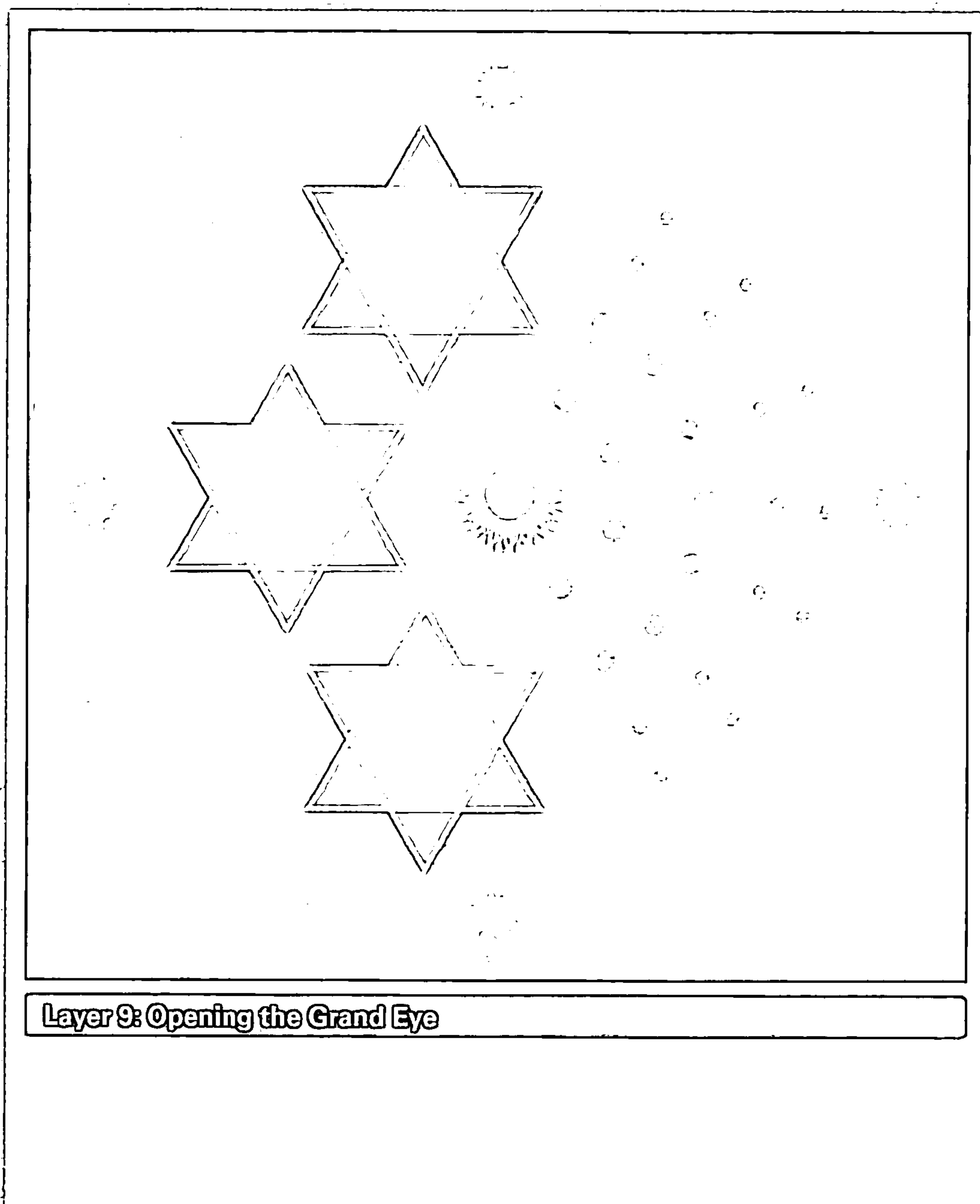


第八層：真理

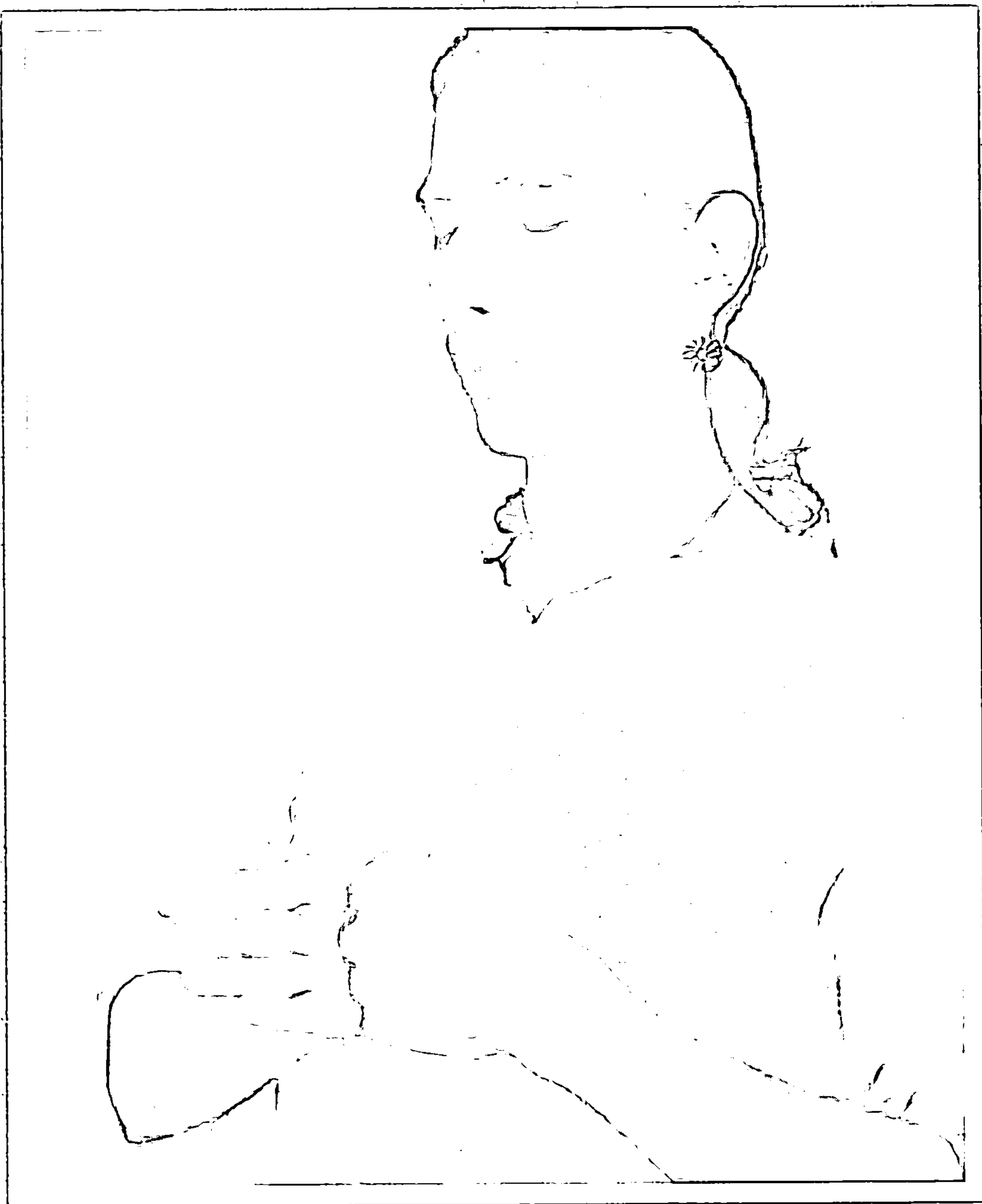


第八層：真理

雙手大拇指各自觸碰食指，中指和無名指彎曲，碰觸掌心，小指尖互觸。兩手掌心朝向身體，雙手平行放在心臟前方。

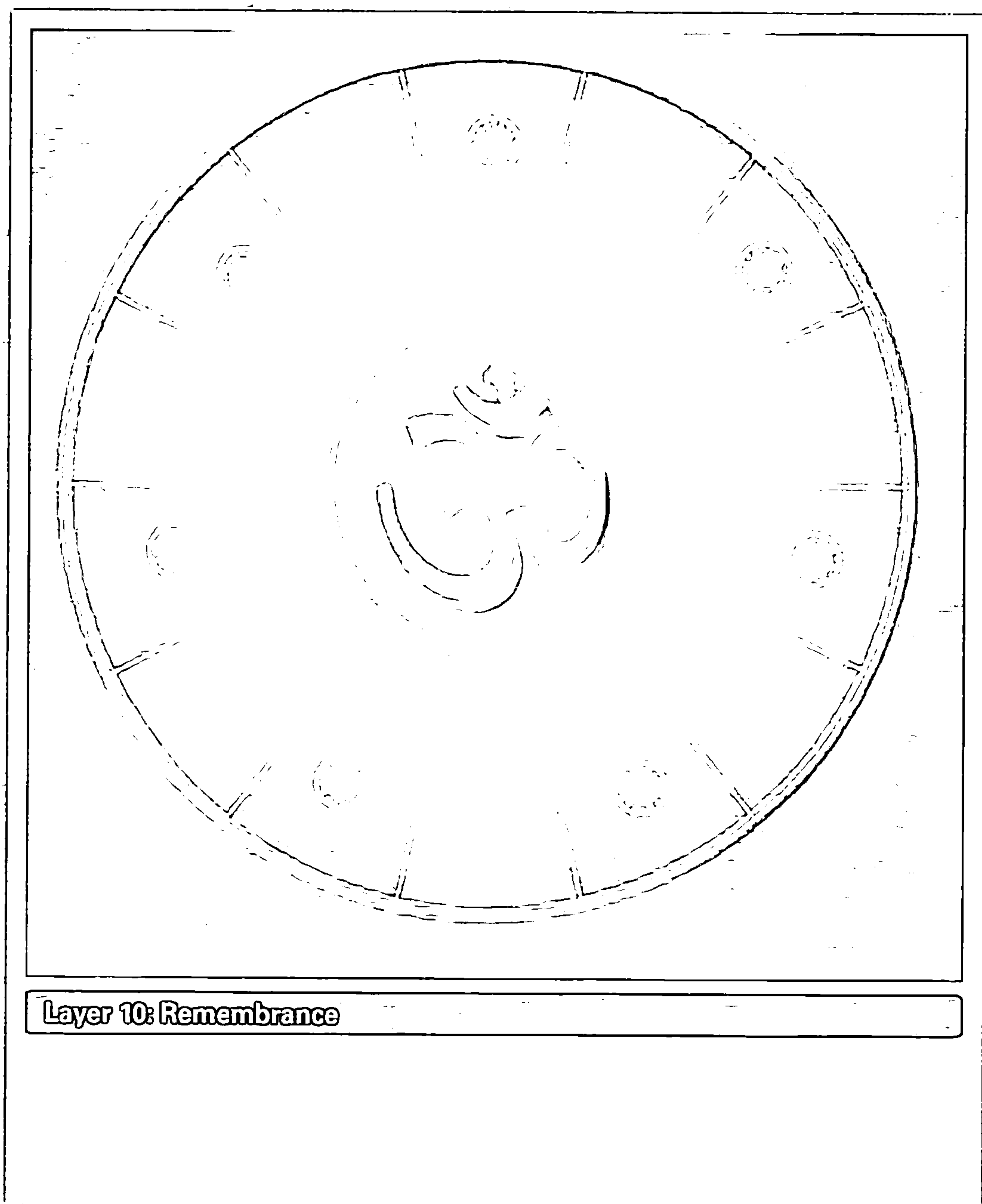


第九層：打開偉大之眼

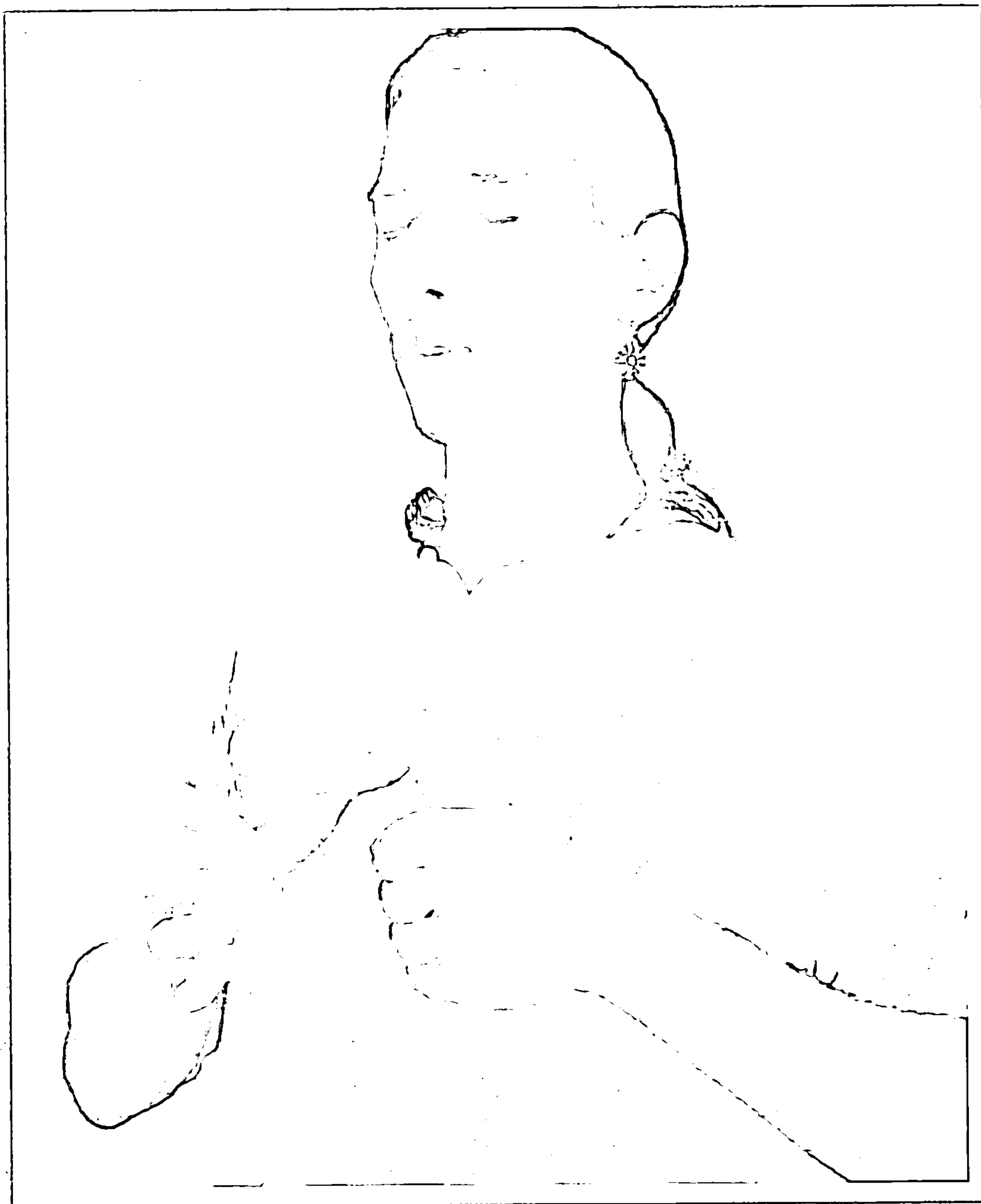


第九層：打開偉大之眼

左手緊握成拳。右手手指全部併攏，向外伸直。左手指節靠在右手掌心。雙手放在心臟前方。

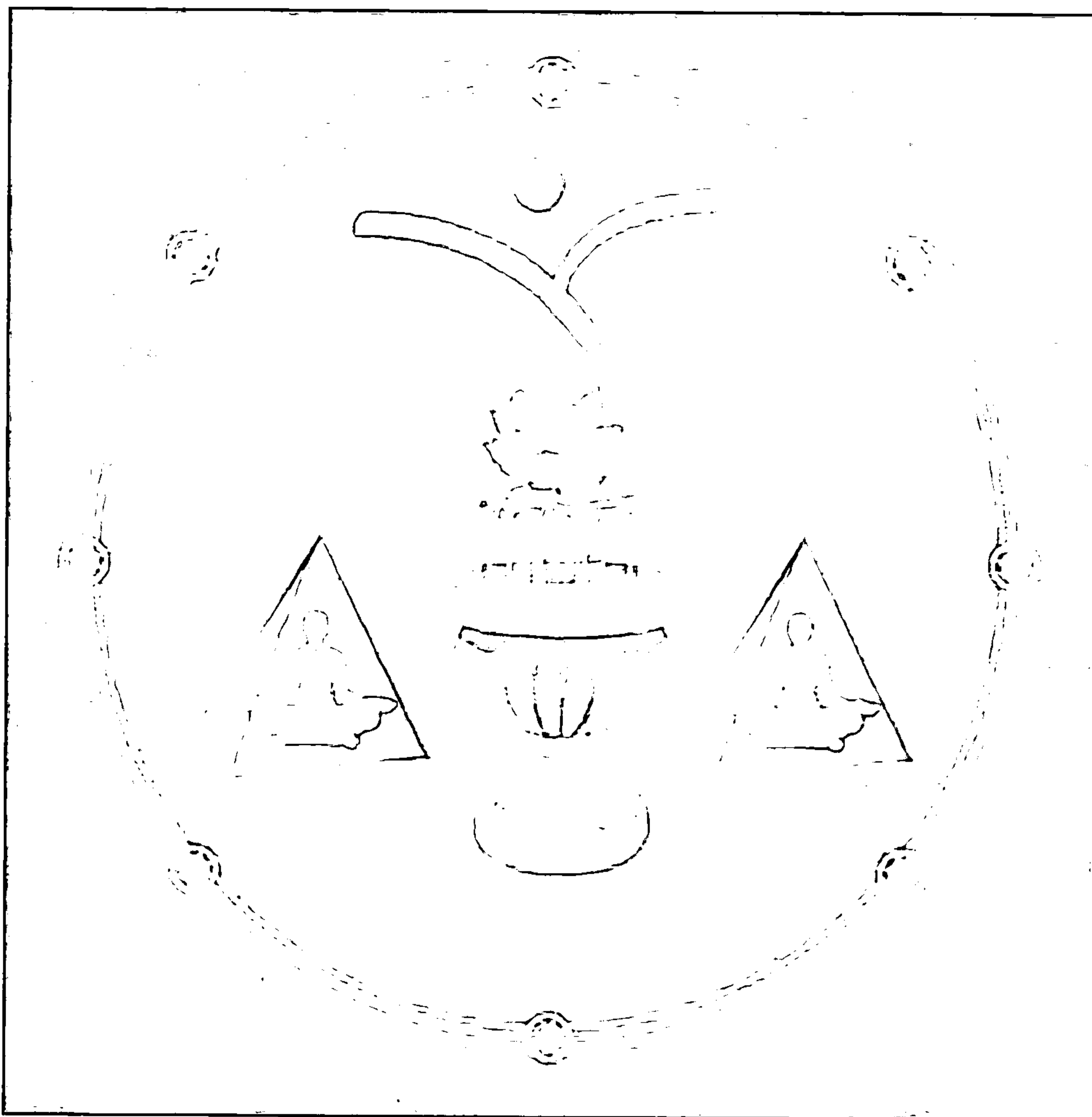


第十層：記憶



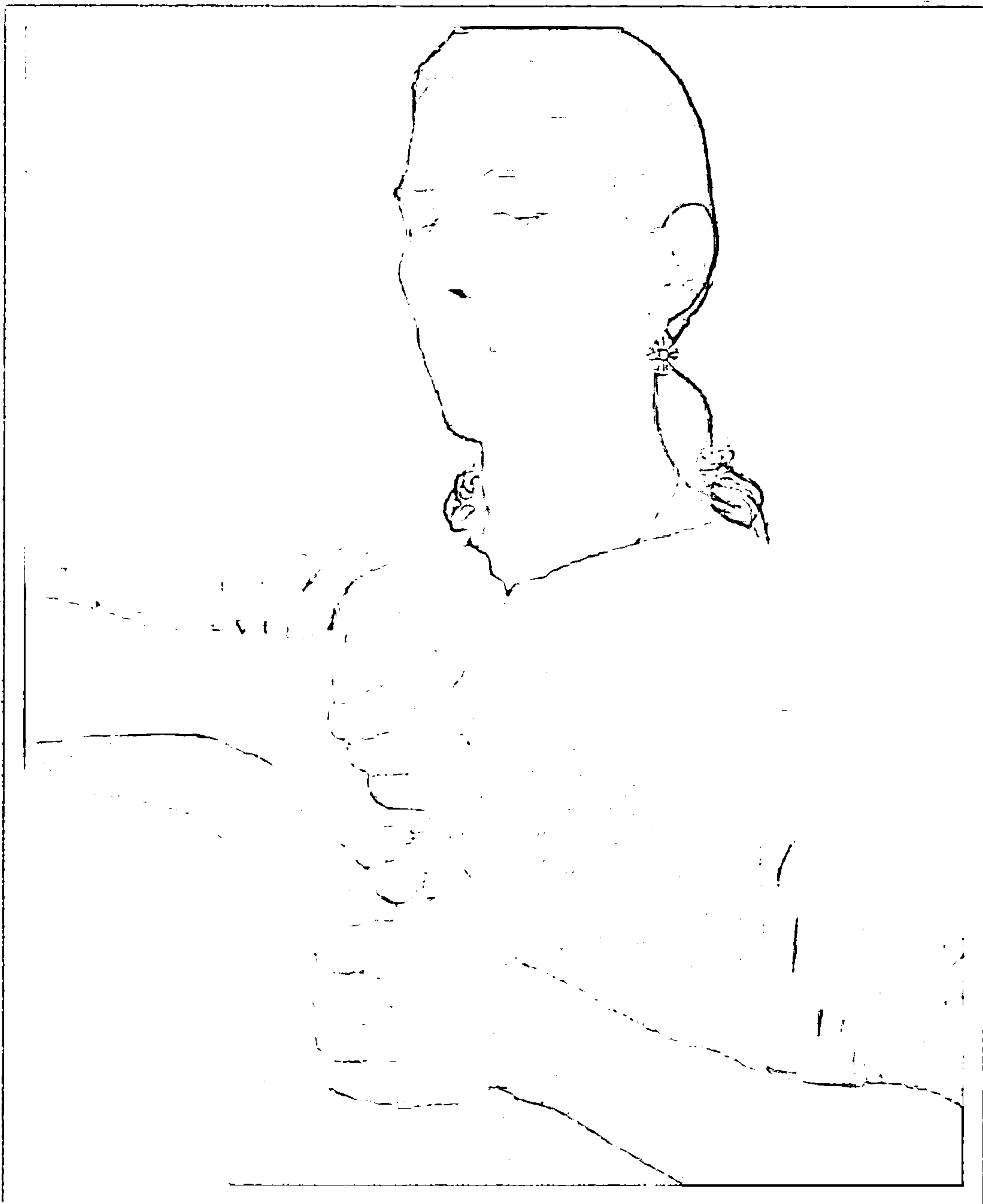
第十層：記憶

左手大拇指向上伸直，其餘手指握拳。右手所有手指分開，大拇指與左手大拇指互觸。雙手大拇指互觸朝上，放在心臟前方。



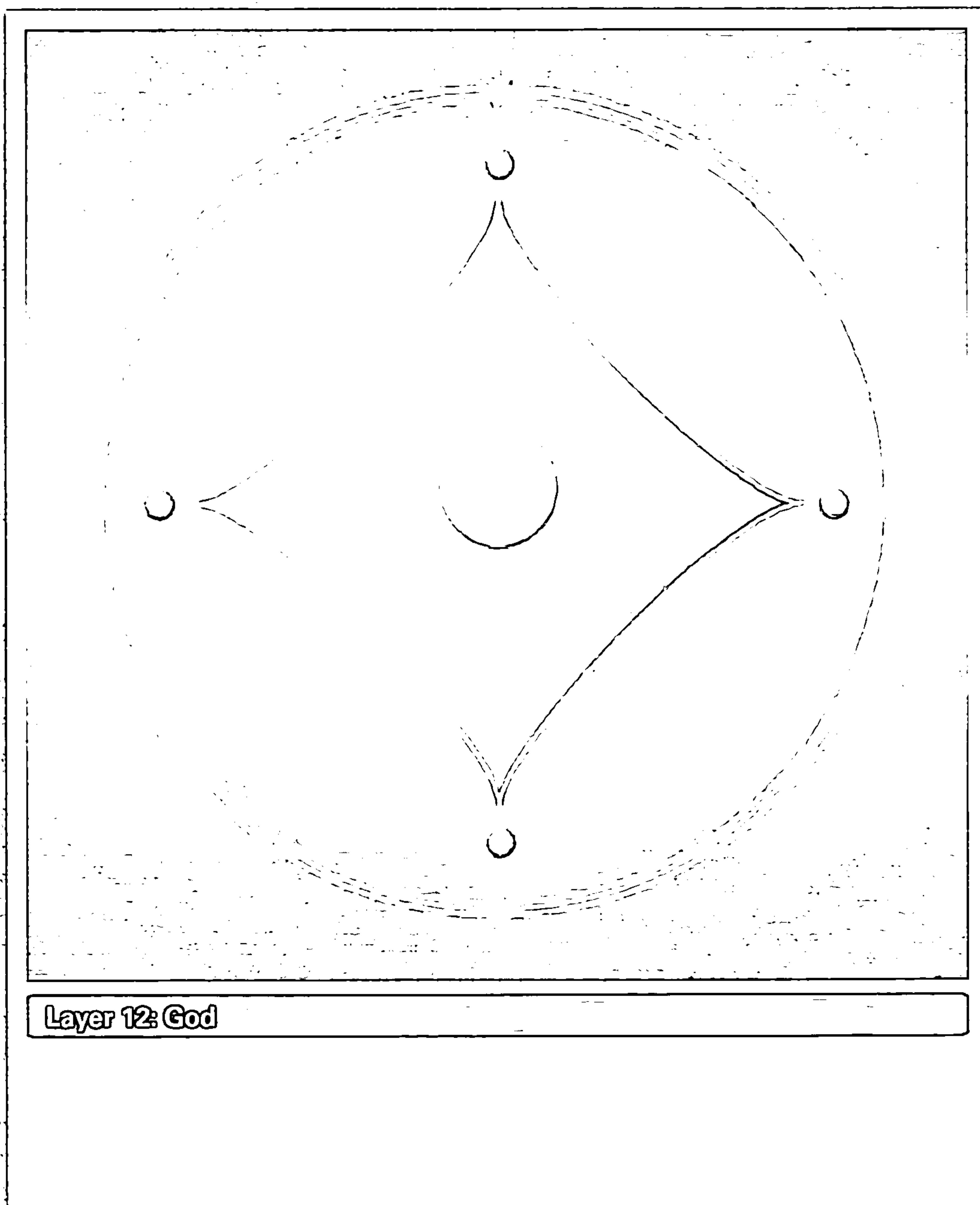
Layer 11: Realization

第十一層：實現

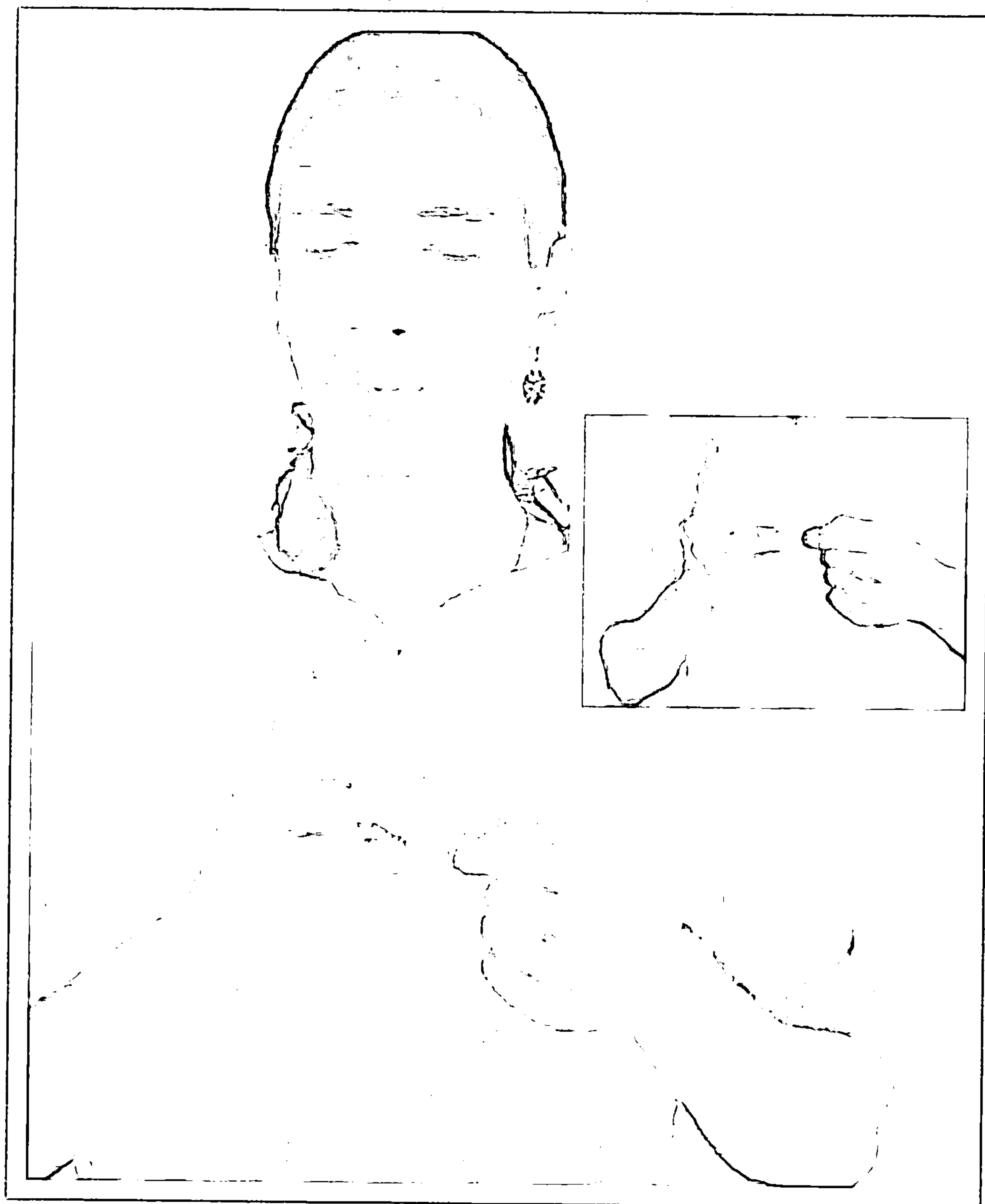


第十一層：實現

雙手各自握拳。雙手大拇指互勾，右拳(掌心朝外)垂直放在左拳(掌心朝身體)之上。雙手垂直放在心臟前方。



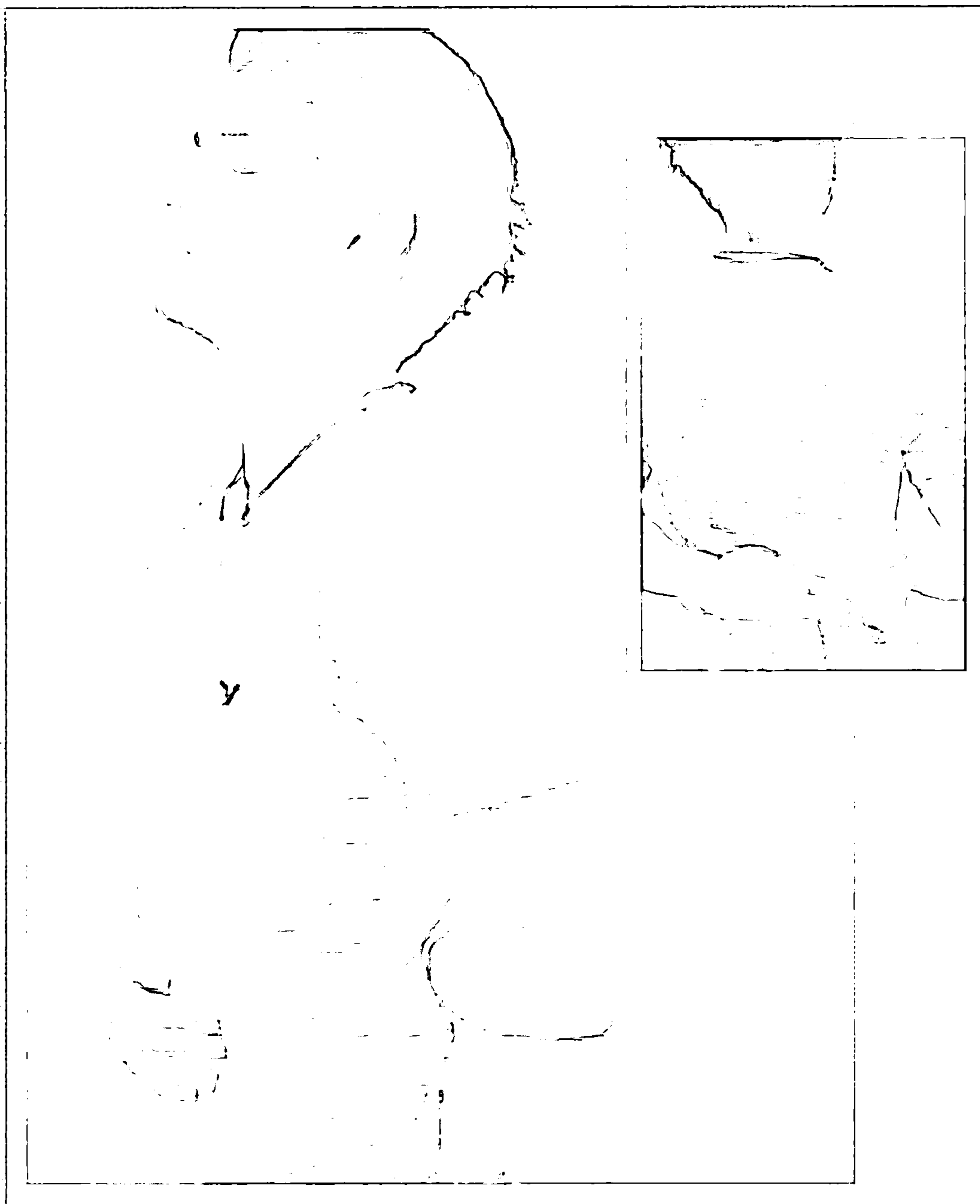
第十二層：神



第十二層：神

右手大拇指和小指互觸，食指伸直向上，中指和無名指碰觸掌心。左手大拇指觸碰食指，形成一個面朝上的圓圈，其餘手指觸碰掌心。雙手分開不要碰在一起，放在心臟前方。

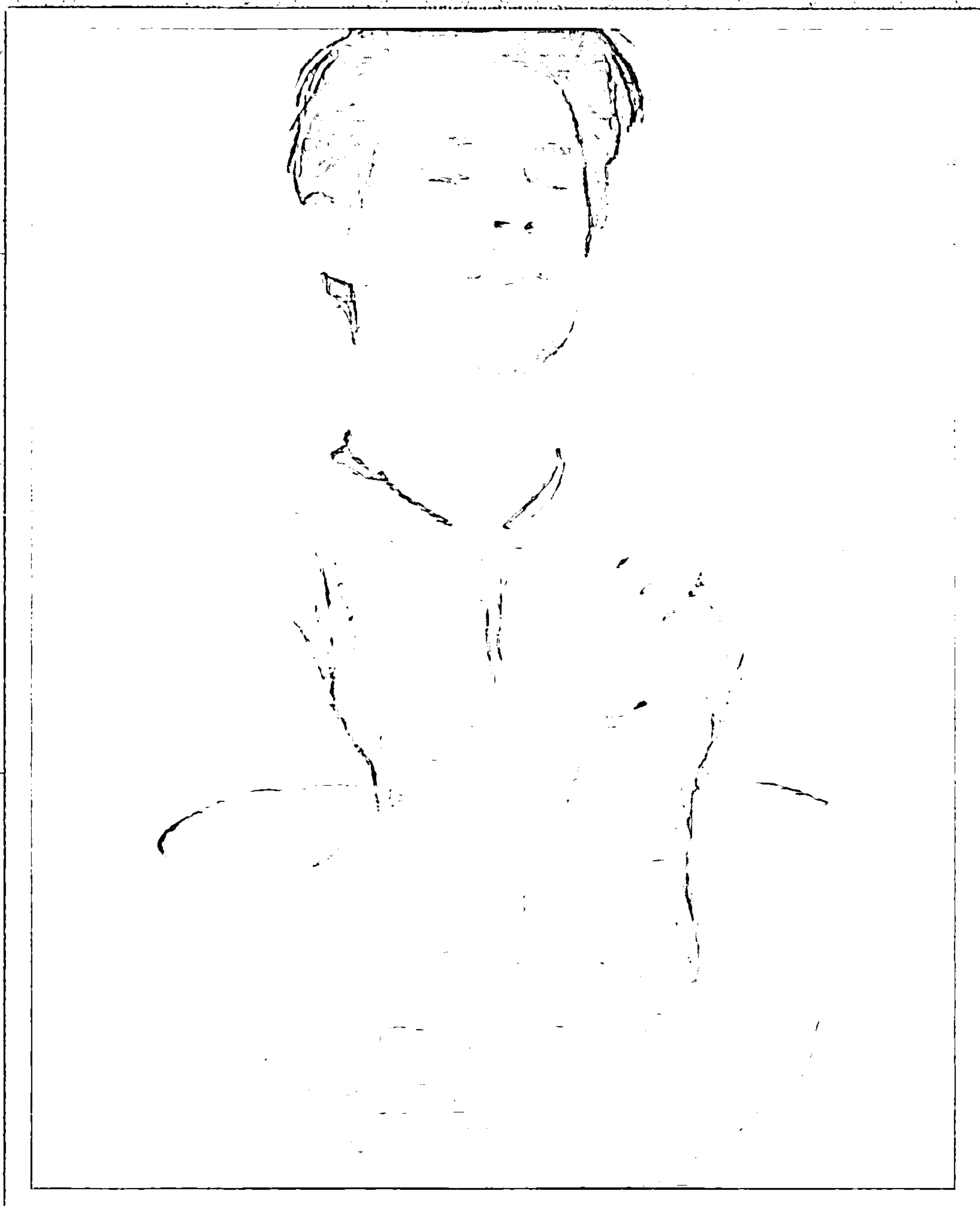
療癒地球



釋放地球能量線的阻礙

雙手手指併攏伸直，右手掌放在太陽神經叢上。左手背放在背部，大約右手掌正後方的位置。注意力集中在第三眼。

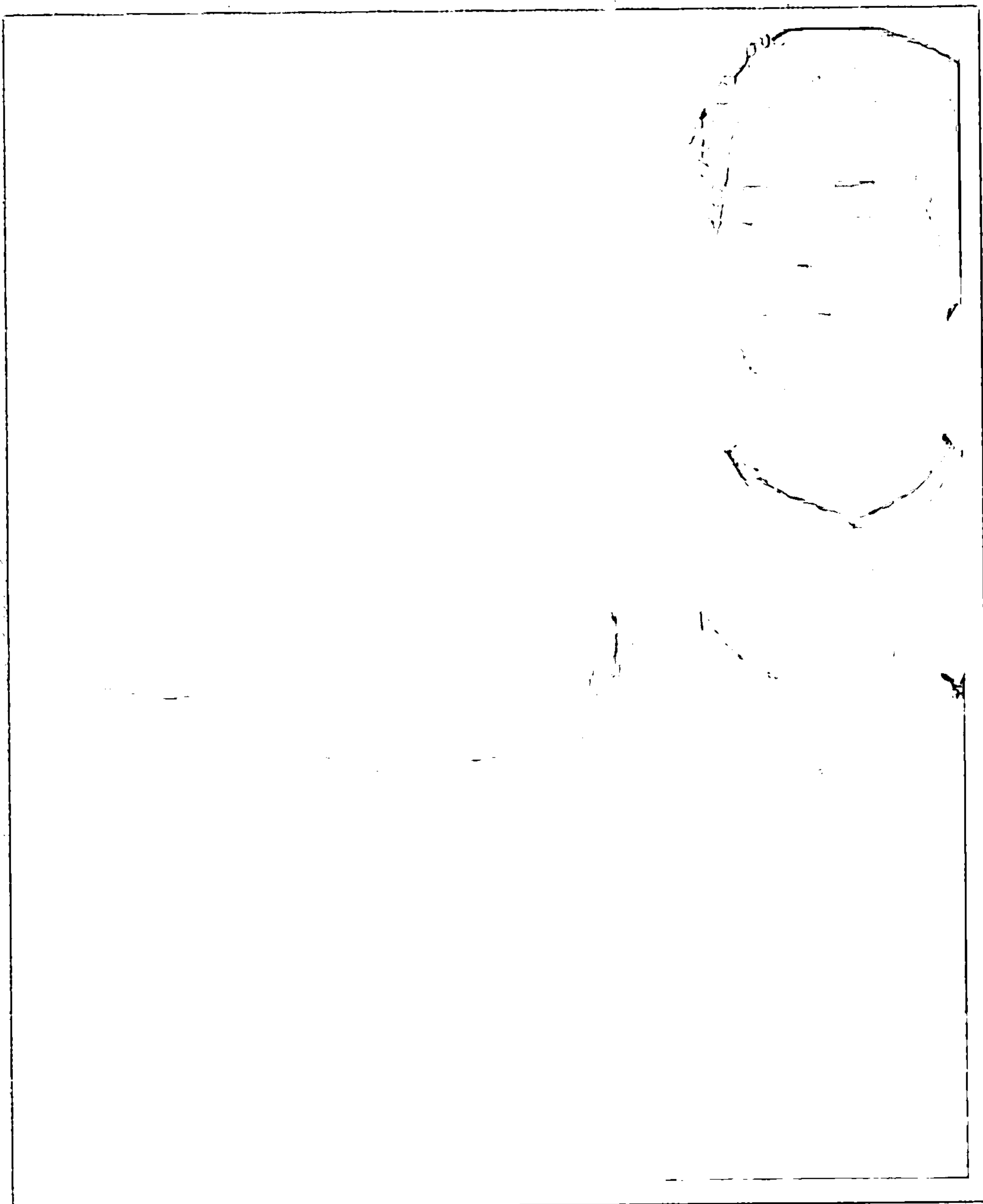
配合聲音：sssaaamm vvyoo



送愛給地球母親

雙手各手指分開伸直。右手放在身體左前方位置，所有指尖觸碰左肩。左手伸向身體前方，手肘彎曲，手臂緊靠身體左邊。注意力集中在太陽神經叢。

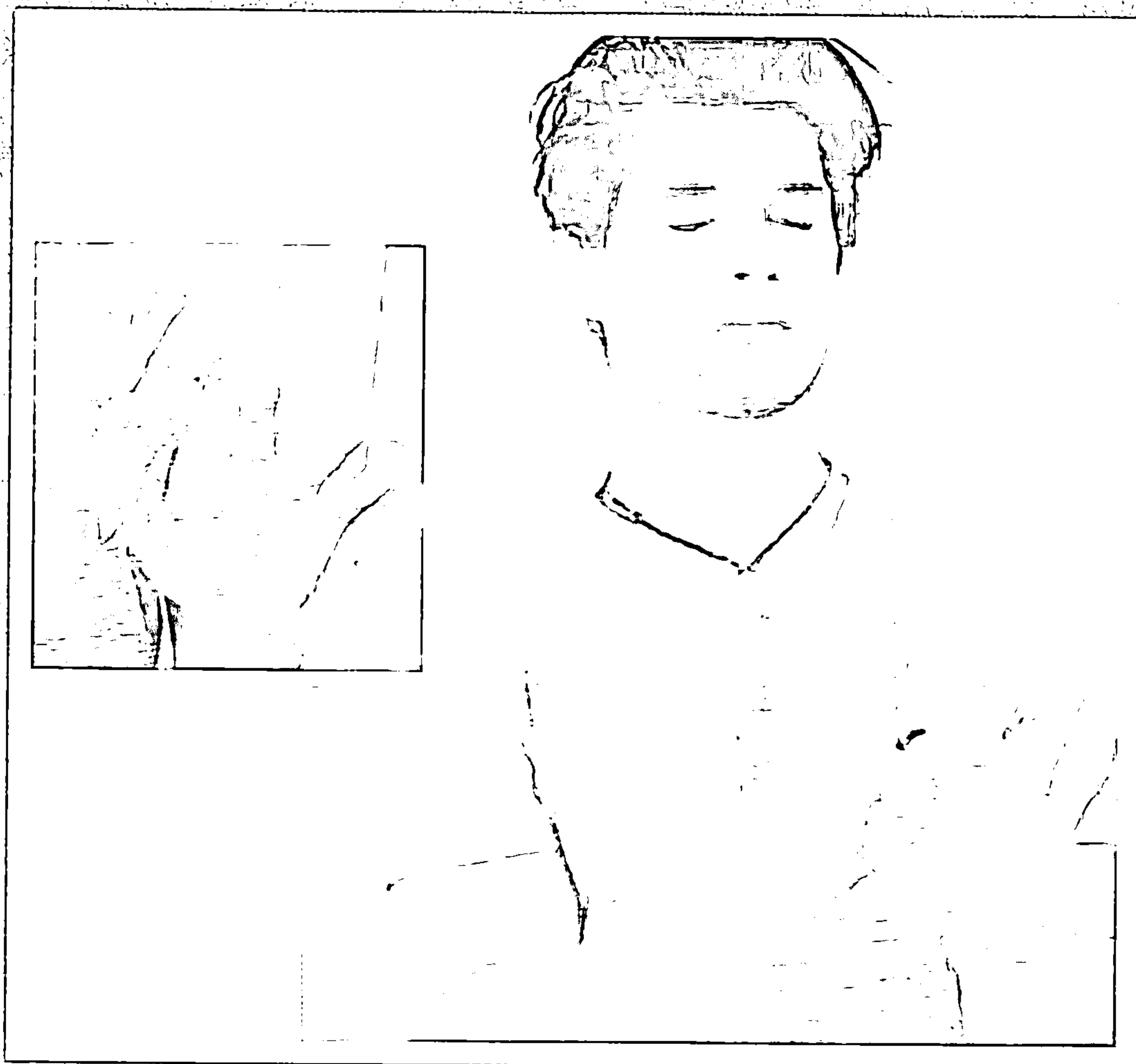
配合聲音：aaarr ddhh



支持地球上所有生命（植物、動物）

兩手各自握拳，大拇指放在拳頭上方。右手臂伸直，放在身體前方。左拳碰觸右肩胛骨。注意力集中在心臟。

配合聲音：kkaallvveeee



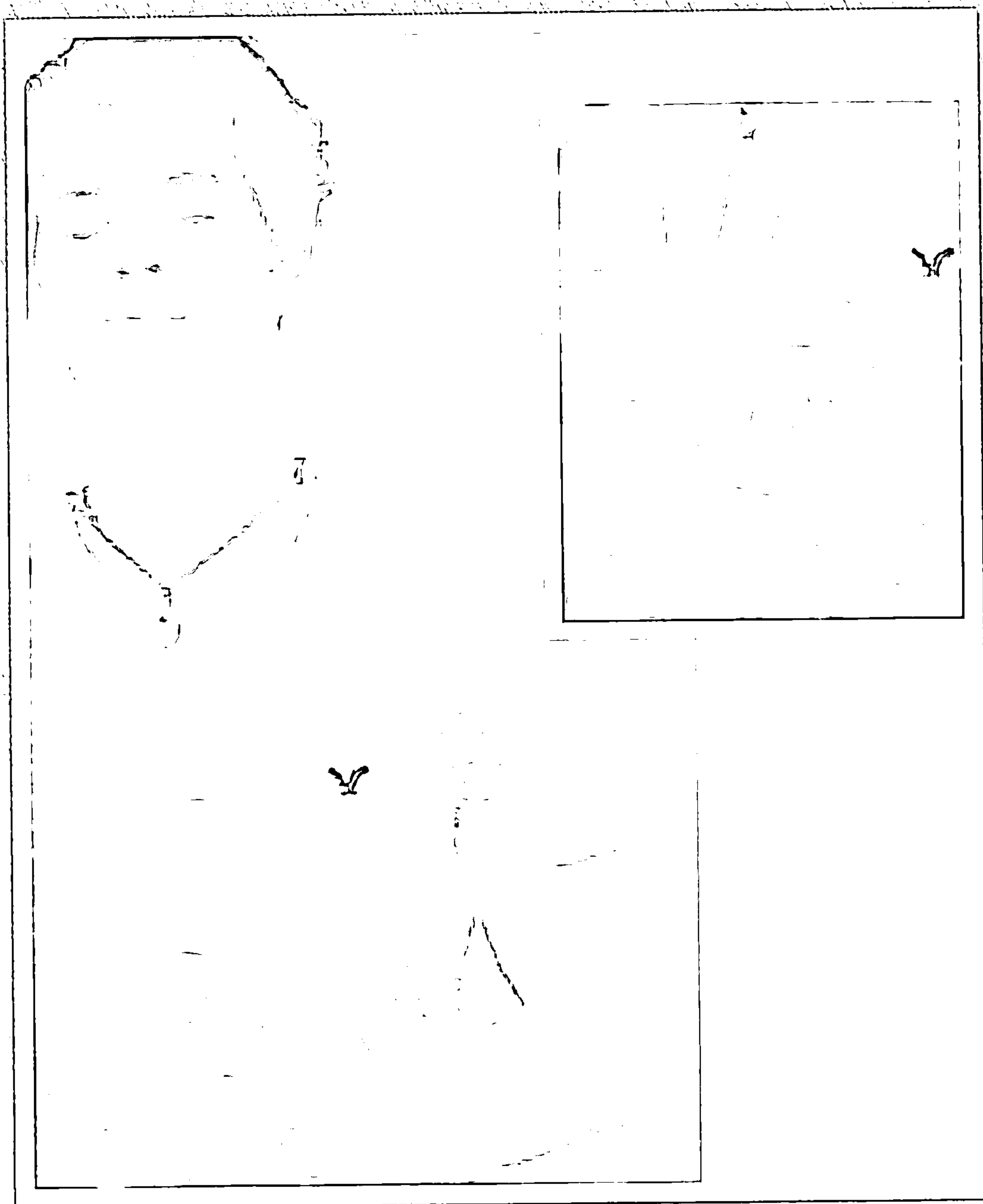
淨化大地使我們能感受到母親的愛

左手手肘彎曲，所有手指完全分開並伸直，掌心朝外，放在身體右前方。左手大拇指尖和食指尖互觸，形成一個圓圈，其餘手指完全分開並伸直，左手放在右掌前面。注意力集中在第三眼。

配合聲音：mmuurddhhaa

获取更多好书，请加微信号：strcdts

店铺：<http://strc.cr.cx>



保護大地母親免於人類行為的傷害

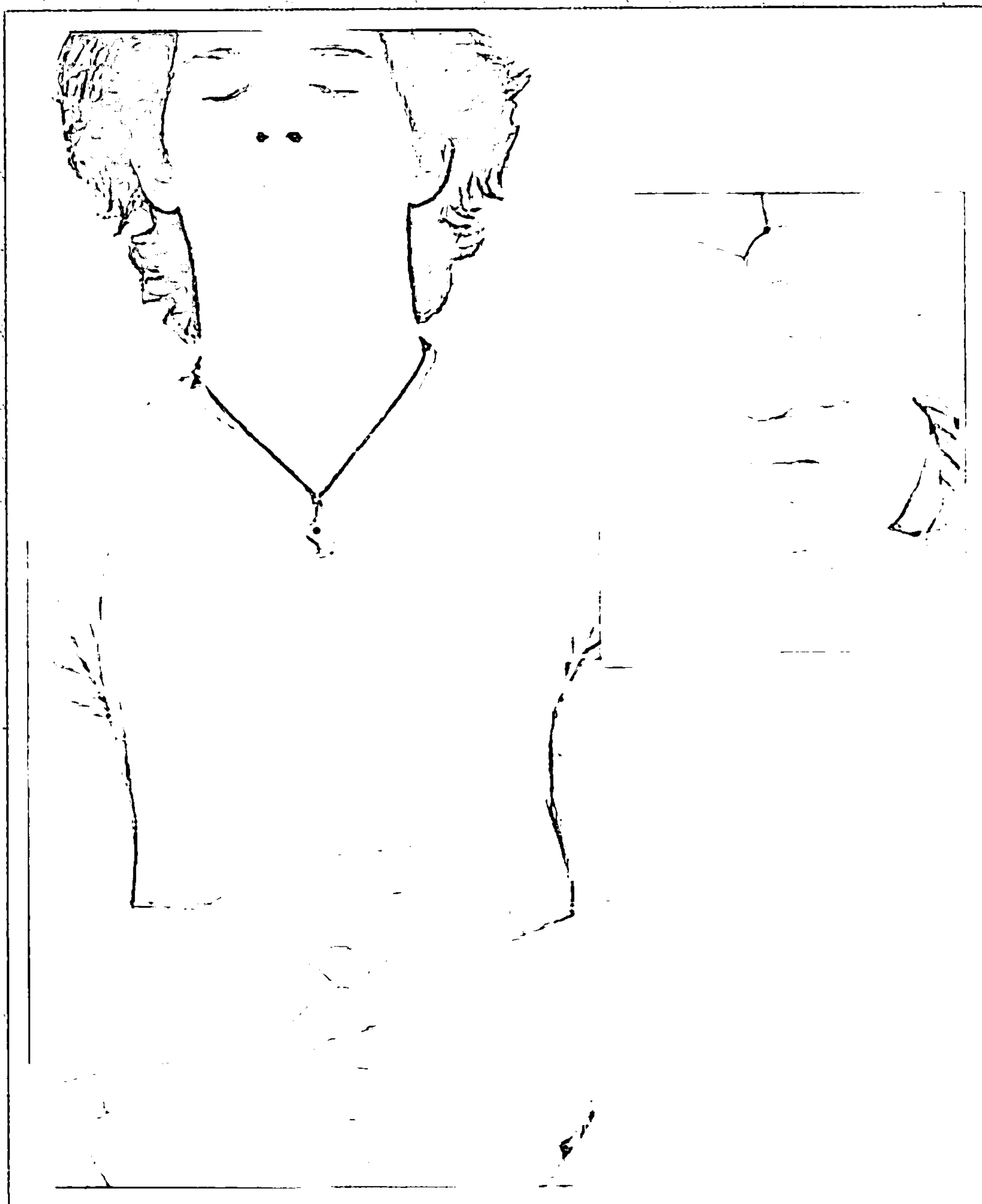
右手手指完全分開伸直，手肘彎曲，掌心朝外。左手食指尖和大拇指尖互觸，形成一個圓圈，其他手指完全分開伸直。左手的圓圈放在右手掌前面。兩手不互碰，一起放在胸部前面。注意力集中在心臟和太陽神經叢之間的位置。

配合聲音：aarruumm

获取更多好书，请加微信号：strcdts

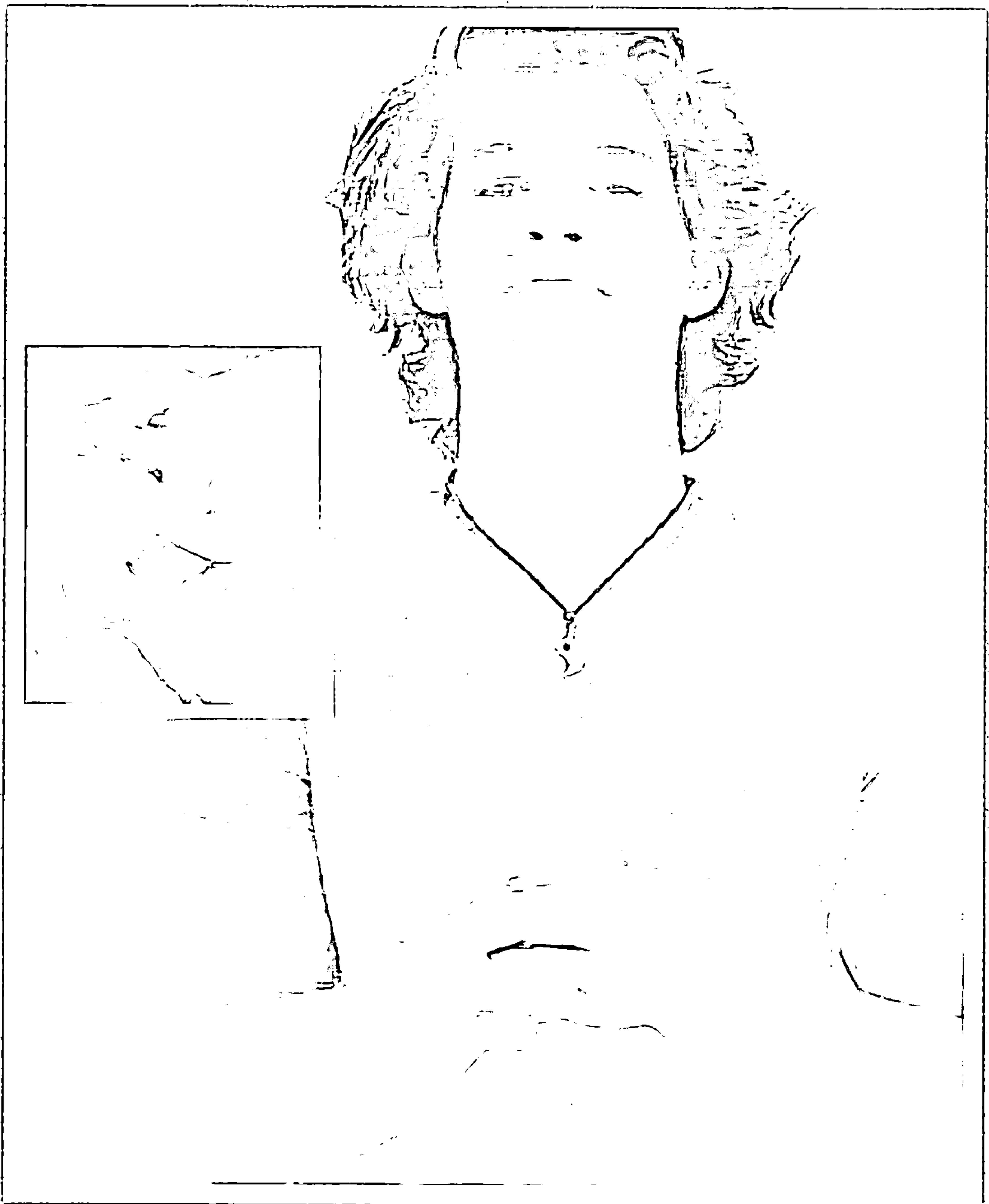
店铺：<http://strc.cr.cx>

強化個人力量



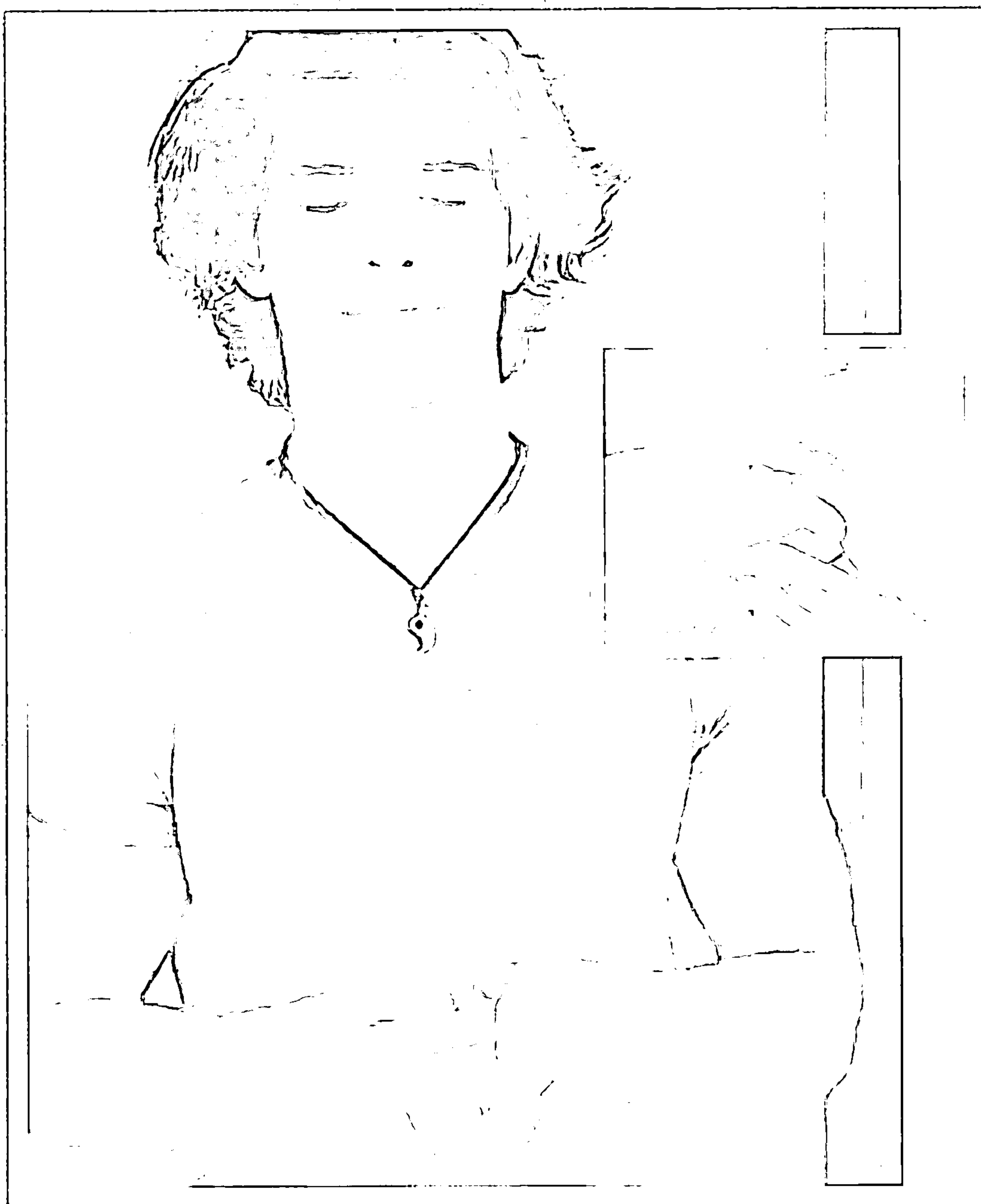
尋回你個人的意識碎片

雙手大拇指碰觸中指，其餘手指向外分開並伸直。右手放在左手上面。右小指橫跨左大拇指及食指。雙手放在太陽神經叢前面。



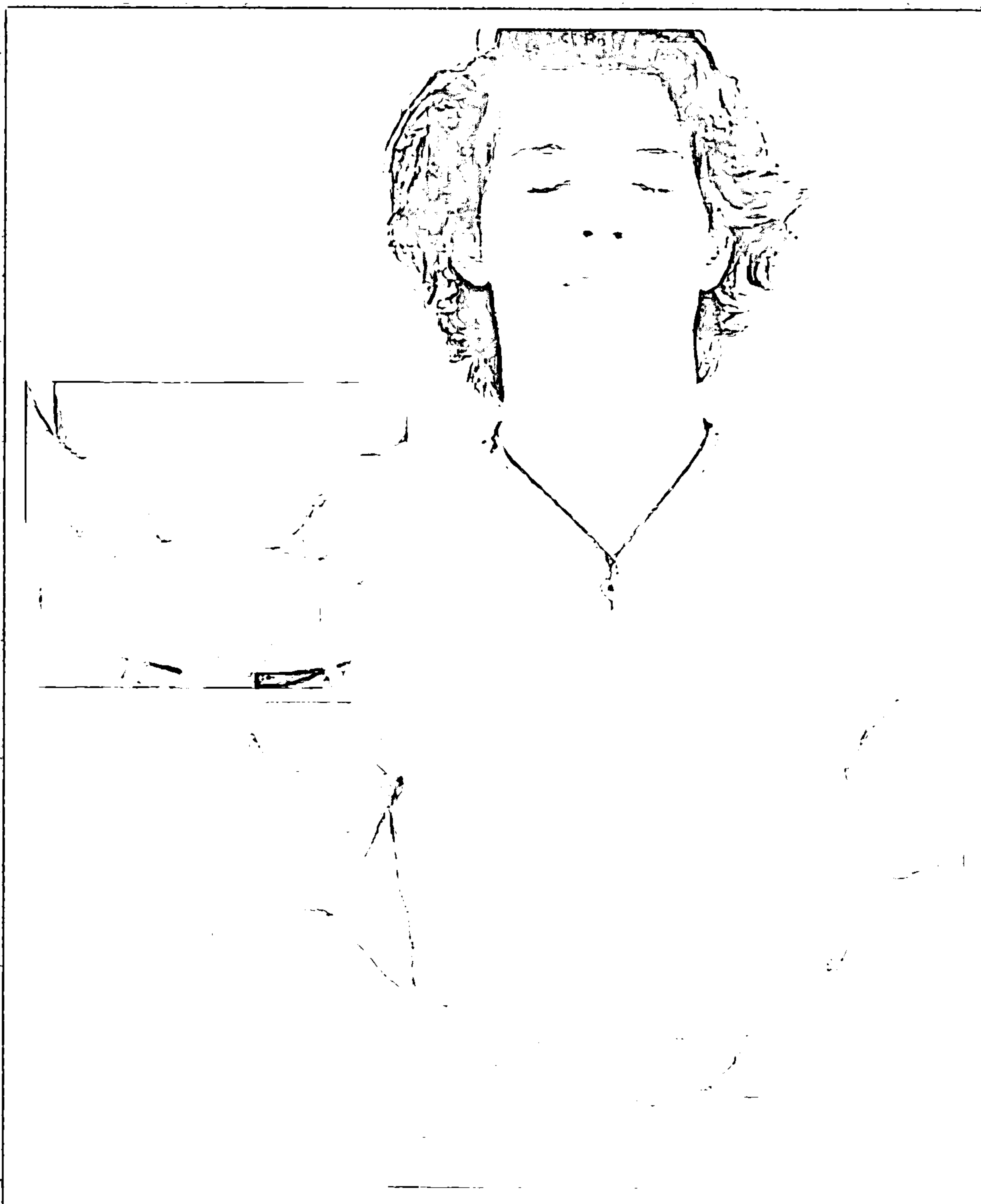
我是強壯的，能克服生命中所有障礙

右手中指觸碰大拇指，其他手指伸直。左手食指觸碰大拇指，其餘手指伸直，放在右手掌上。雙手一起放在太陽神經叢前面。



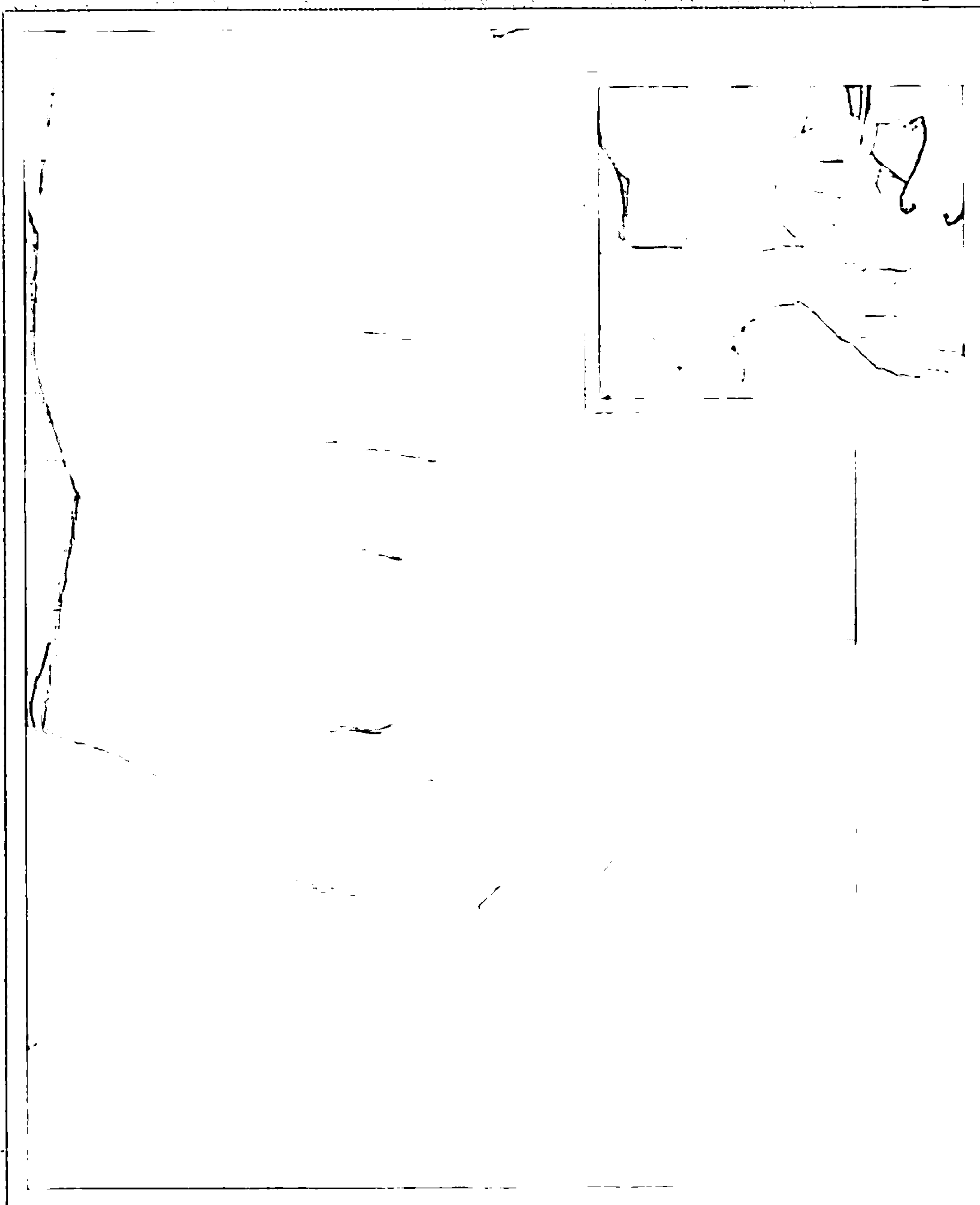
我是負責任的人

左手手指全部併攏，向外伸直。右手中指觸碰大拇指，兩手指一起觸碰左掌心，其餘手指向外伸直。



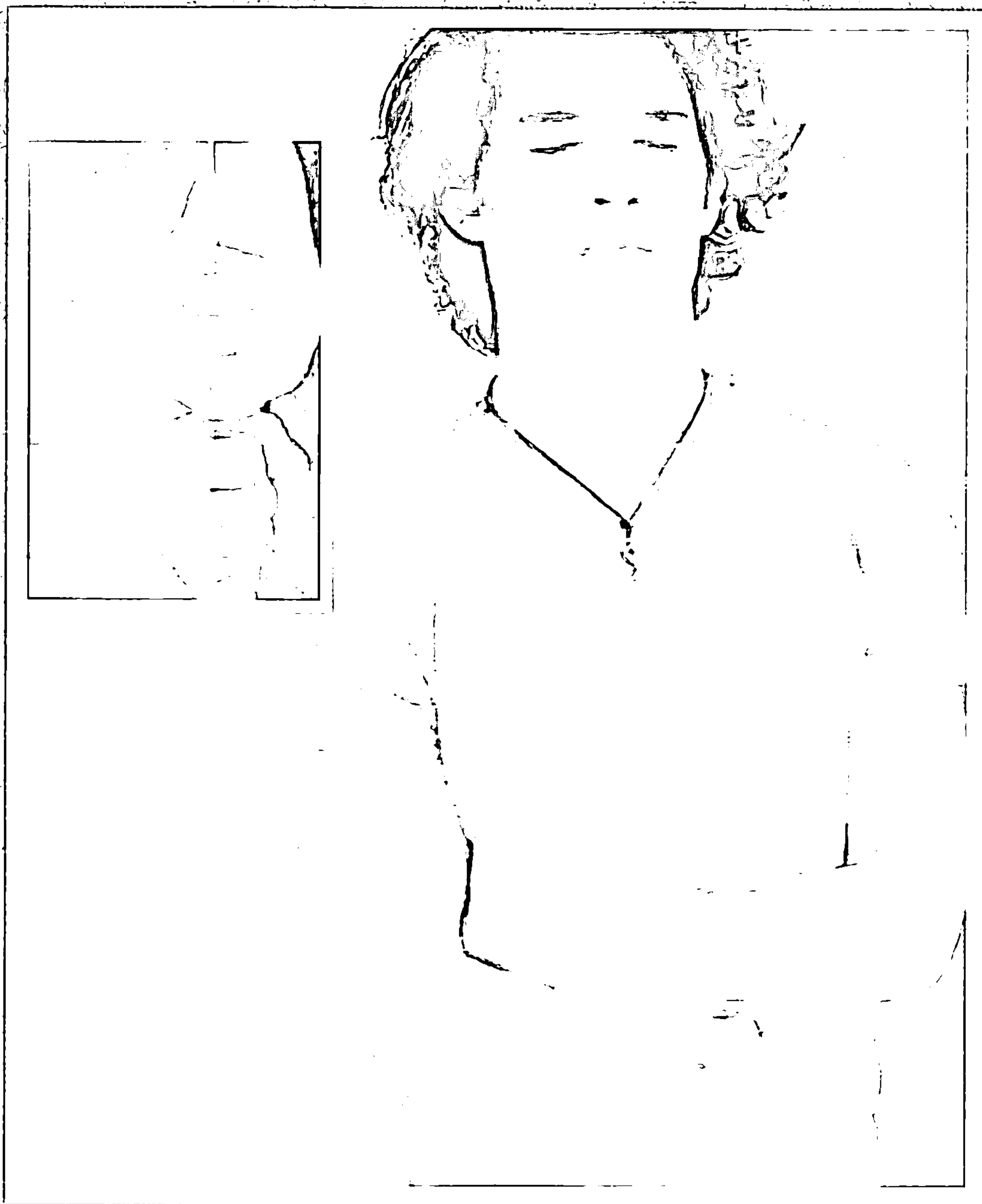
我從生命中創造智慧

雙手小指和大拇指各自互觸，其餘手指向外伸直。兩手分開，一起放在太陽神經叢前面。



左右腦整合

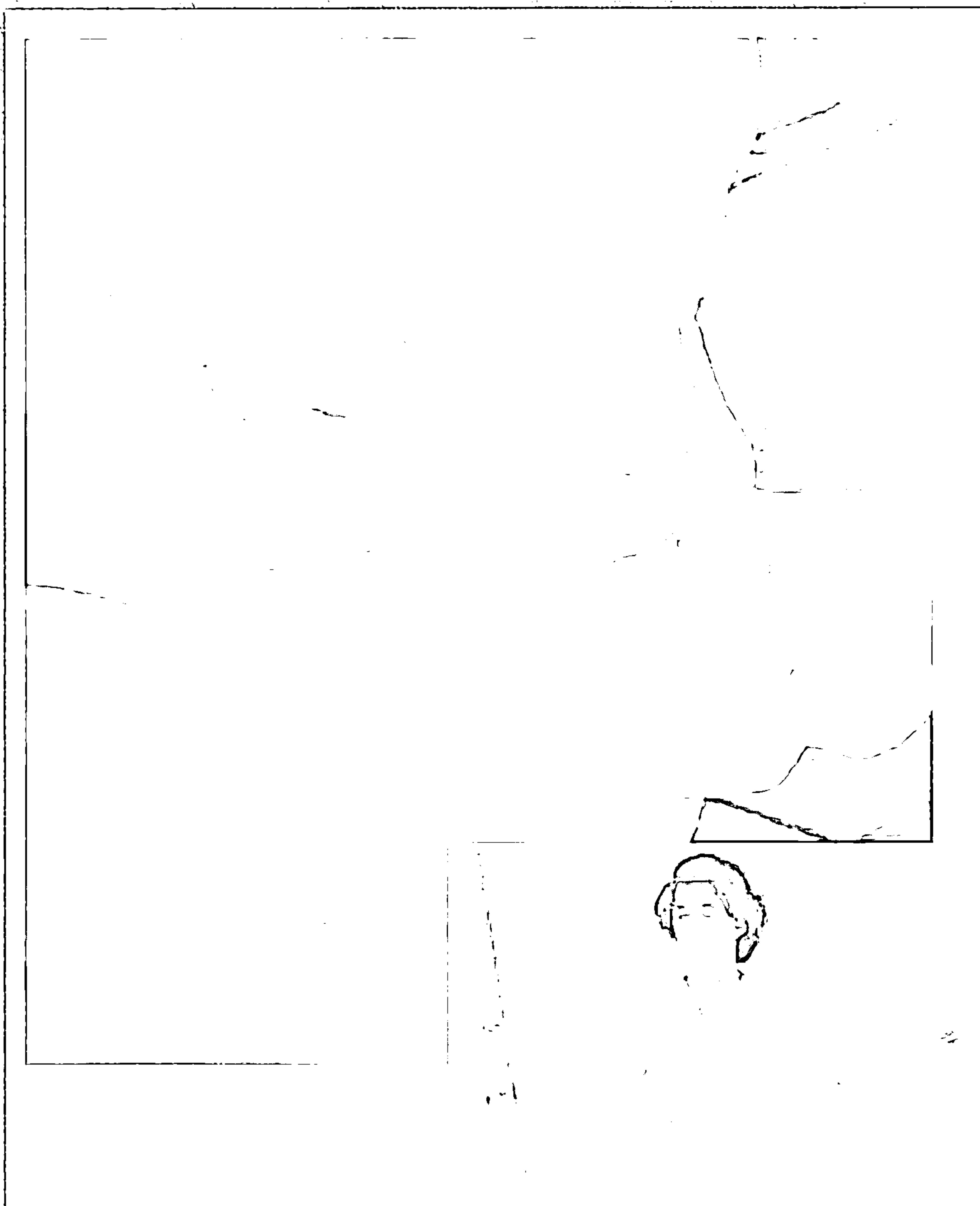
右手大拇指和食指互觸，其餘手指分開向外伸直。左手握拳，放在右手上面。兩手放在身體前面。



我是能力和力量

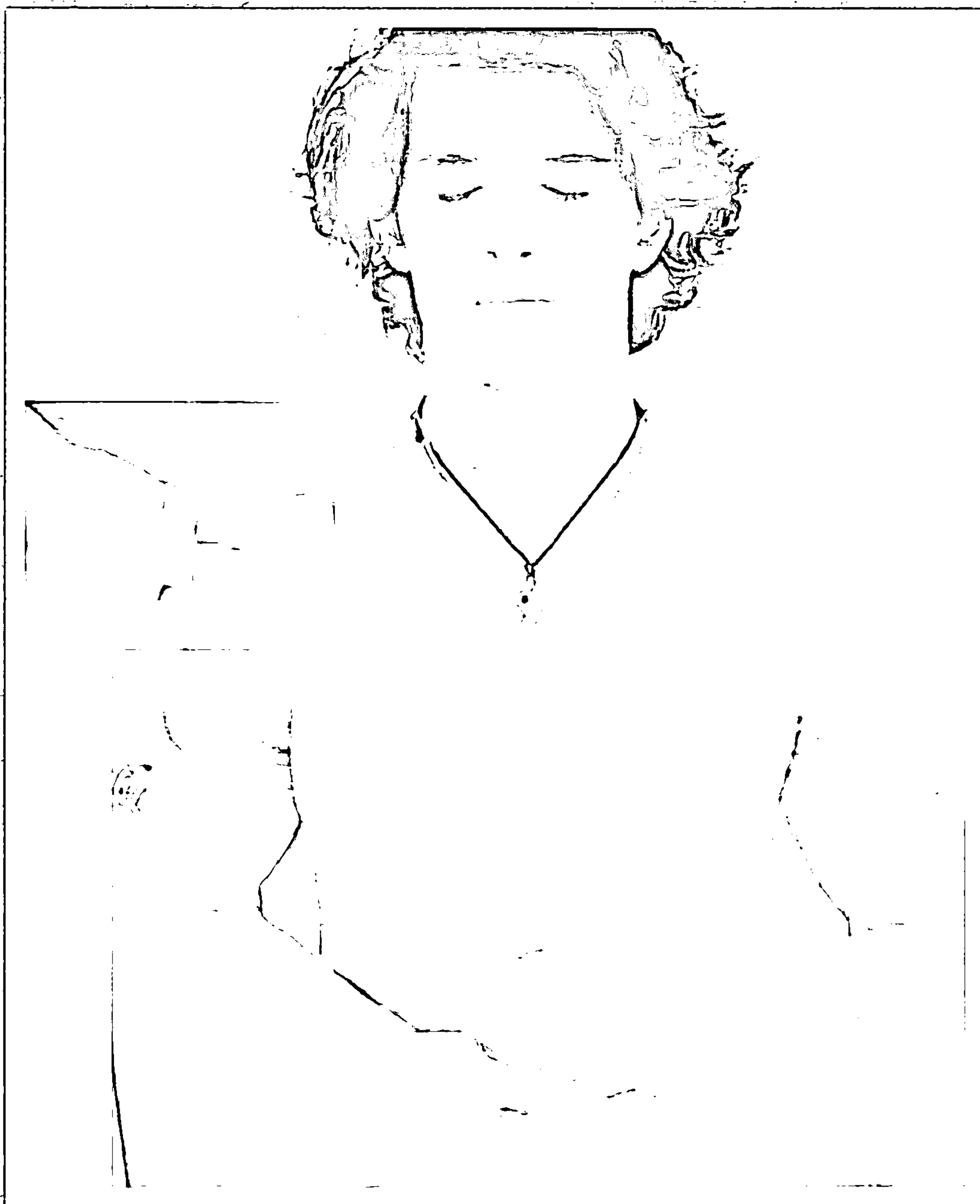
右手握拳，大拇指放在拳頭上。左手握拳，大拇指伸直向上。
。左手放在右手上面。雙手放在太陽神經叢前面。

負責任的創造力



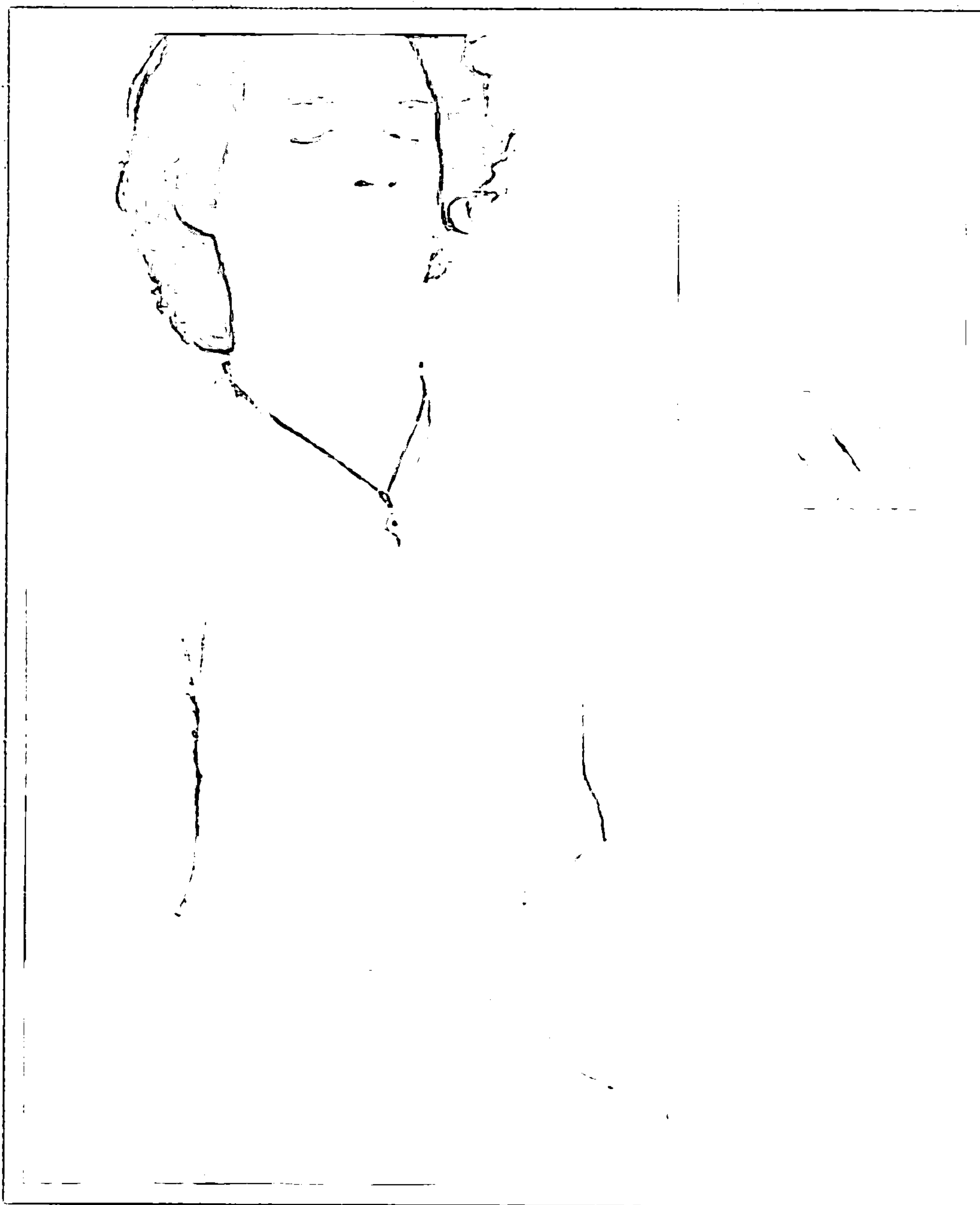
打開我內在無限的心念

1. 雙手食指和大拇指互碰，兩手腕交叉，掌心向上，左手放在右手上。雙手放在太陽神經叢前面。
2. 雙手向身體兩側流暢地張開雙臂，保持兩手手肘彎曲。



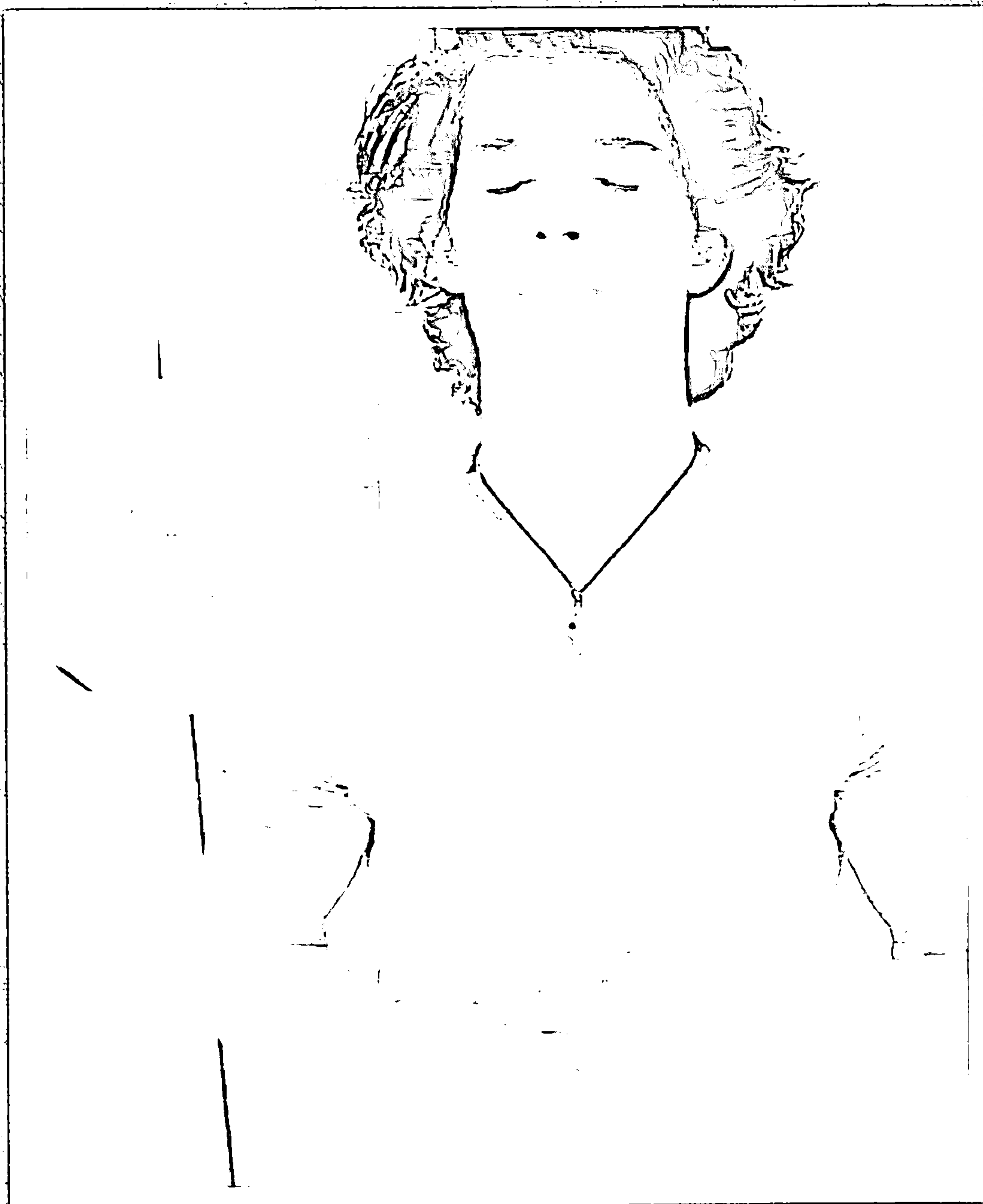
平衡地球與天堂

右手手指彎曲，握成杯狀。左手握拳，大拇指向上伸直，放在右手中。雙手放在太陽神經叢前面。



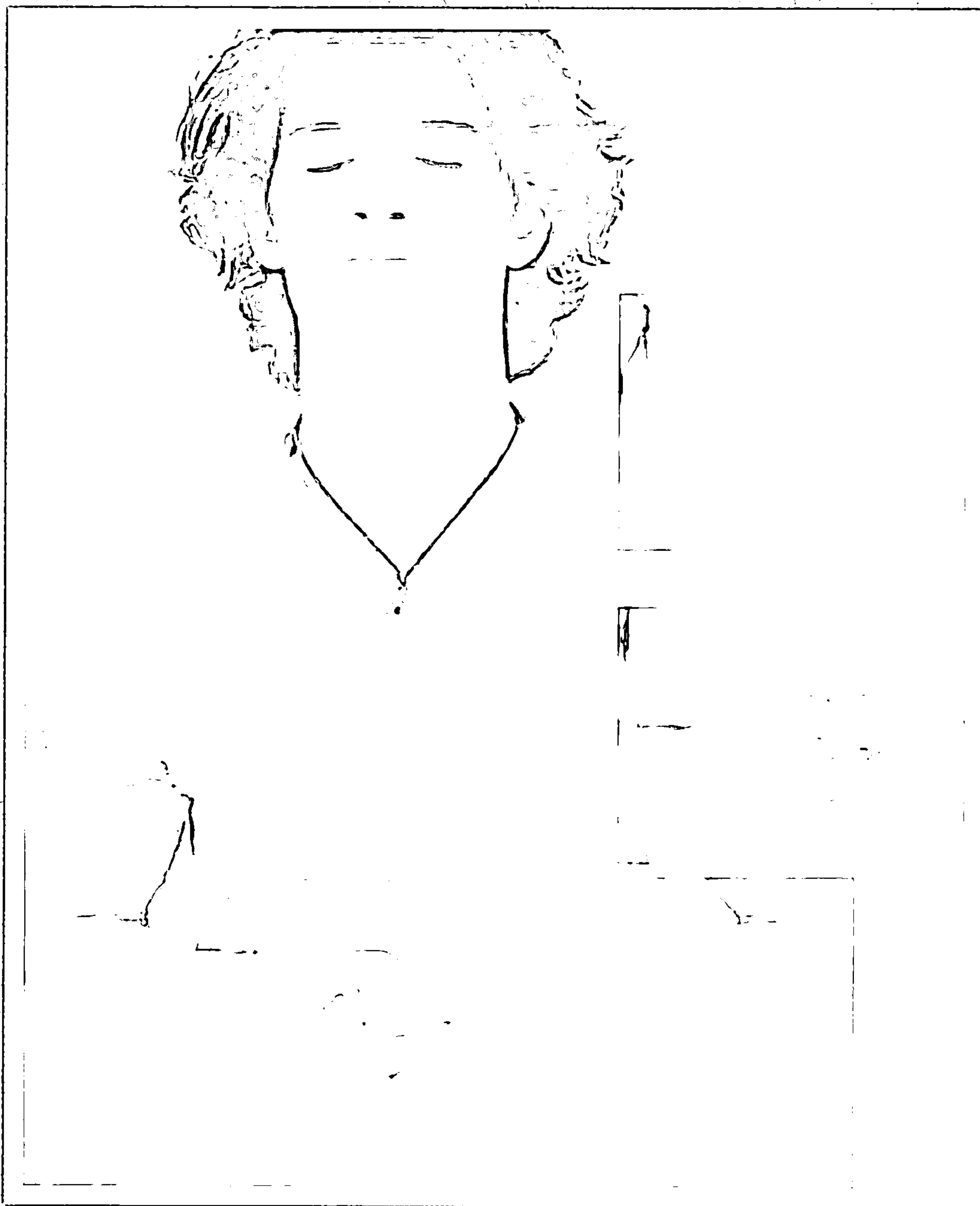
錨定你的意識，以顯化自己的意念

右手手指全部併攏，向外伸直，掌心向下。左手握拳，大拇指向上伸直。雙手放在太陽神經叢前面。



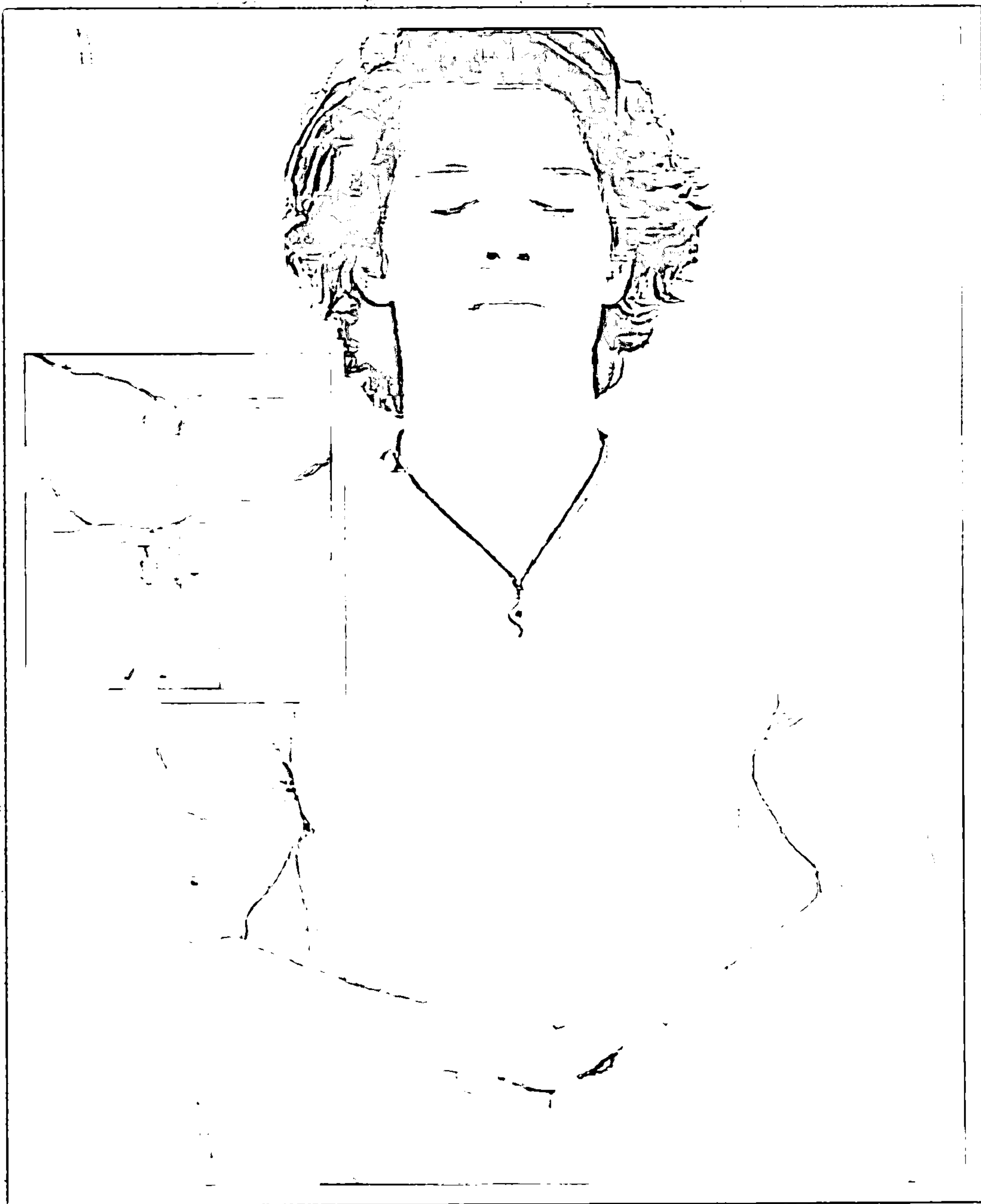
我是開放又有彈性的人

雙手中指各自跨越食指，大拇指向上伸直，無名指和小指觸碰掌心。左手的中指及食指放在右手的中指和食指上面。雙手掌心面向身體。



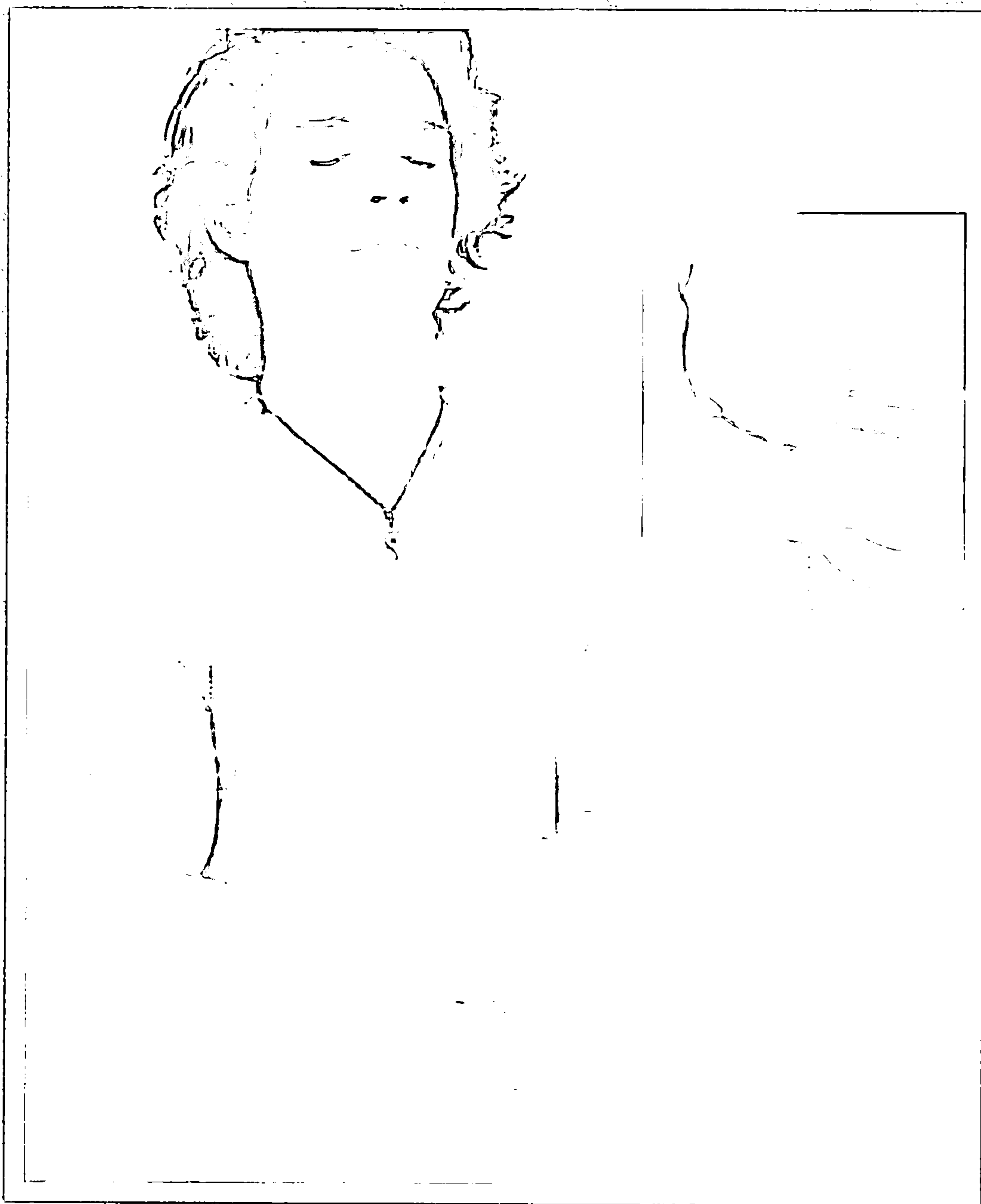
走出戲劇化的人生劇碼

雙手中指跨越食指，其他手指完全分開，大拇指向上伸直。
雙手手指互相交叉，大拇指互碰，放在太陽神經叢前面。



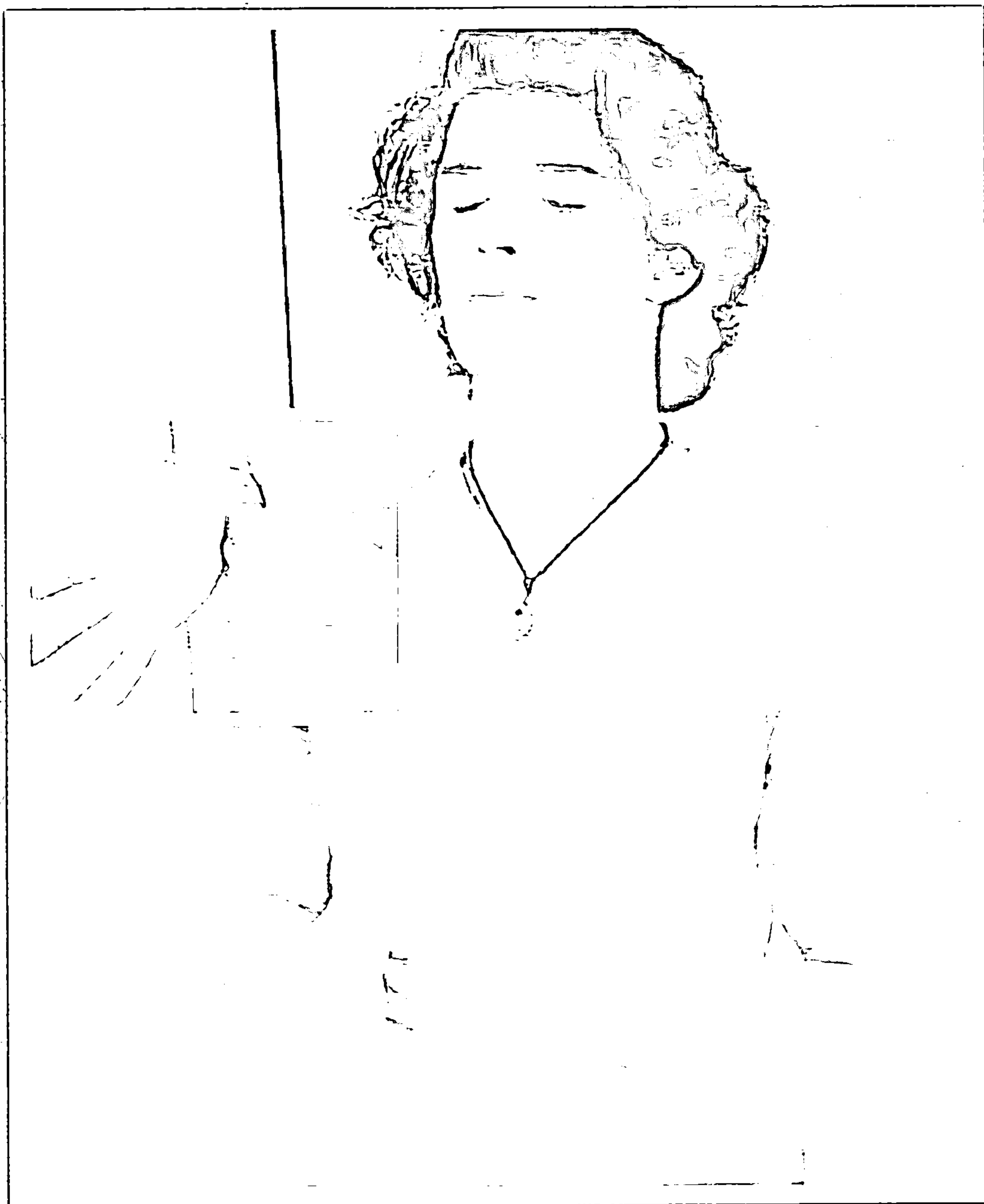
尋求幫助的能力

雙手都握成杯狀。右手大拇指向外伸直，放在左手中，兩手放在太陽神經叢前面。



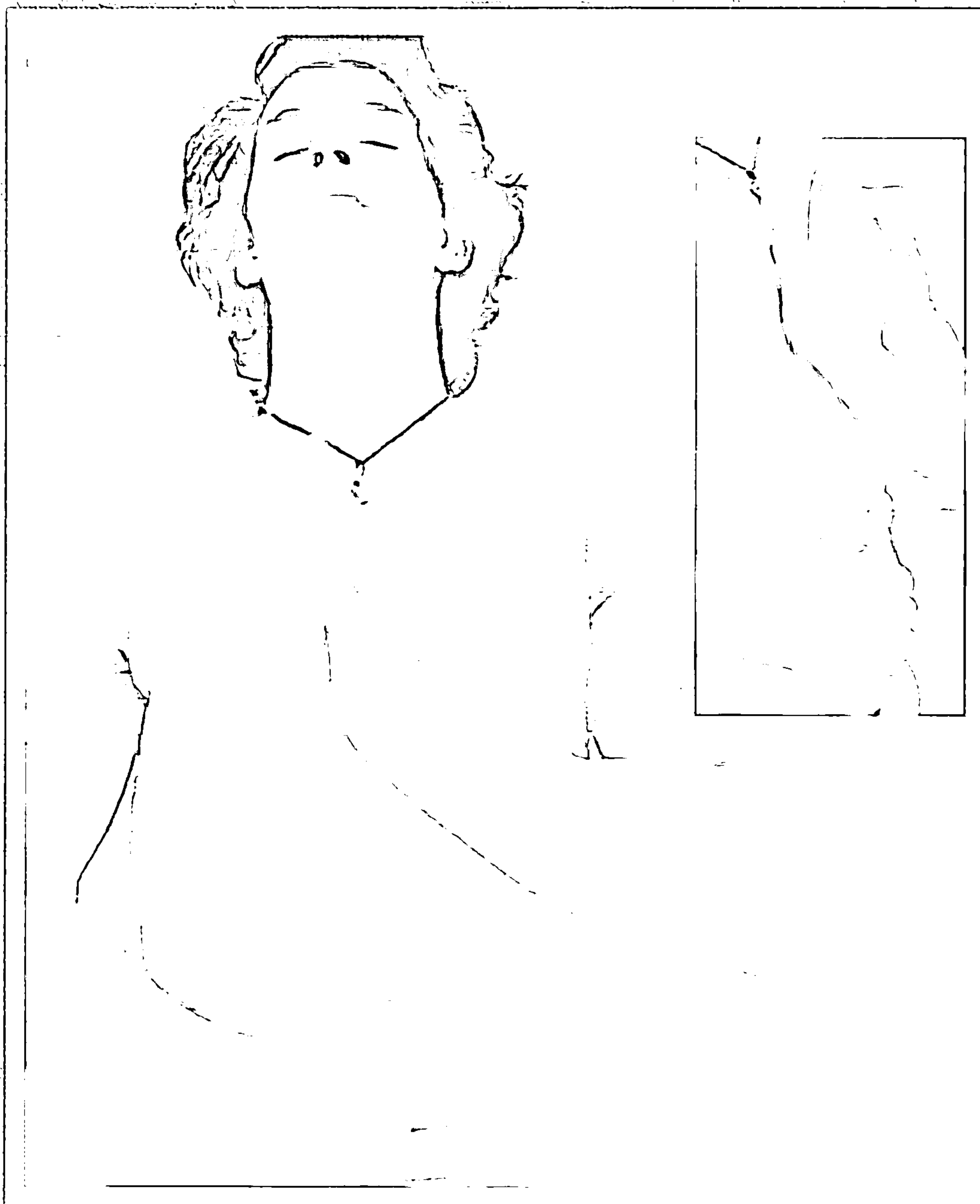
分享的能力

右手手指完全分開，向外伸直，掌心向下。左手手指全部伸直併攏，大拇指向上伸直，放在右手背上。兩手放在太陽神經叢前面。



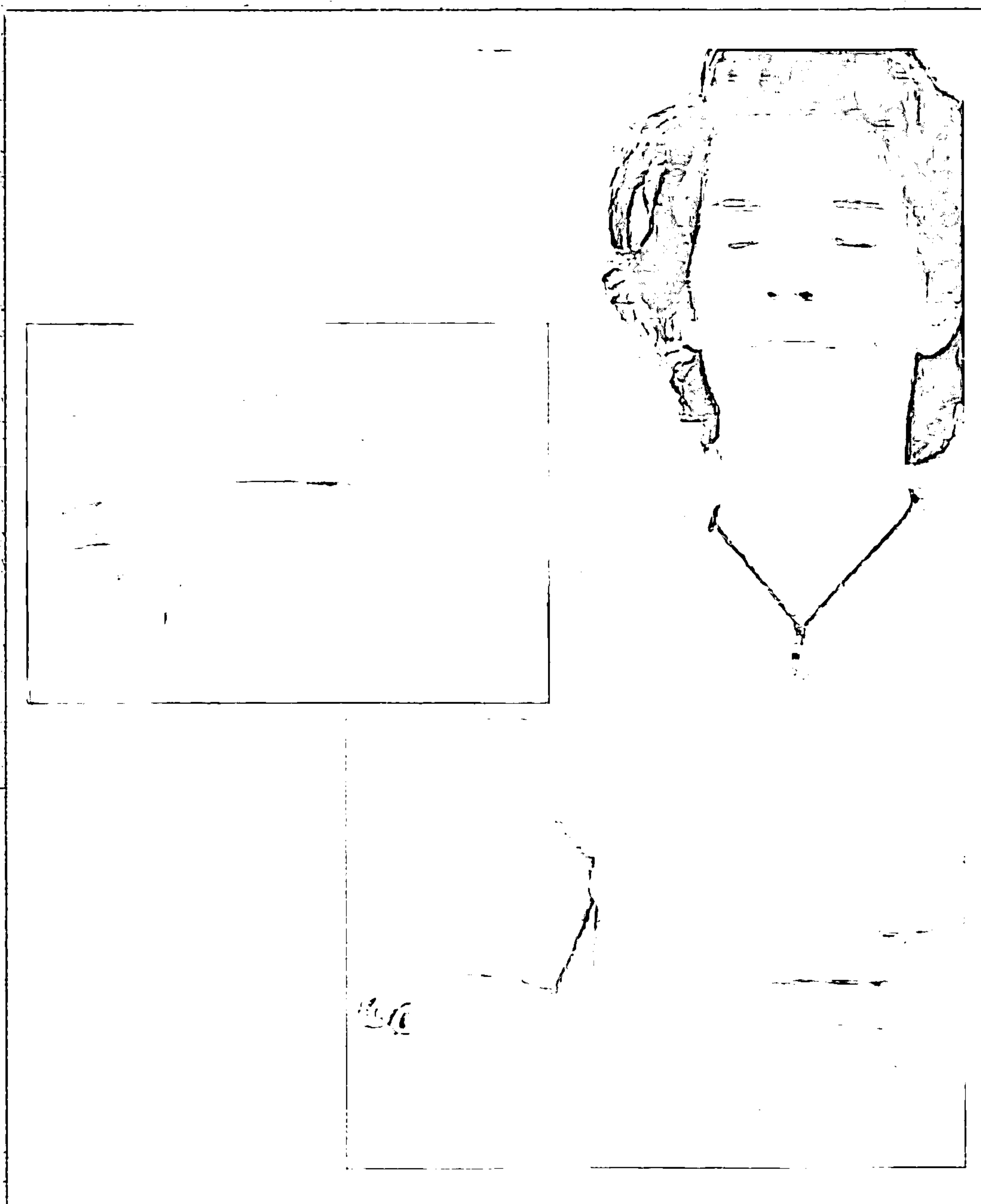
知曉前進與收手時機的能力

右手手指完全分開，並向外伸直。左手握拳，大拇指向上伸直，手指節觸碰右手腕。雙手放在太陽神經叢前面。



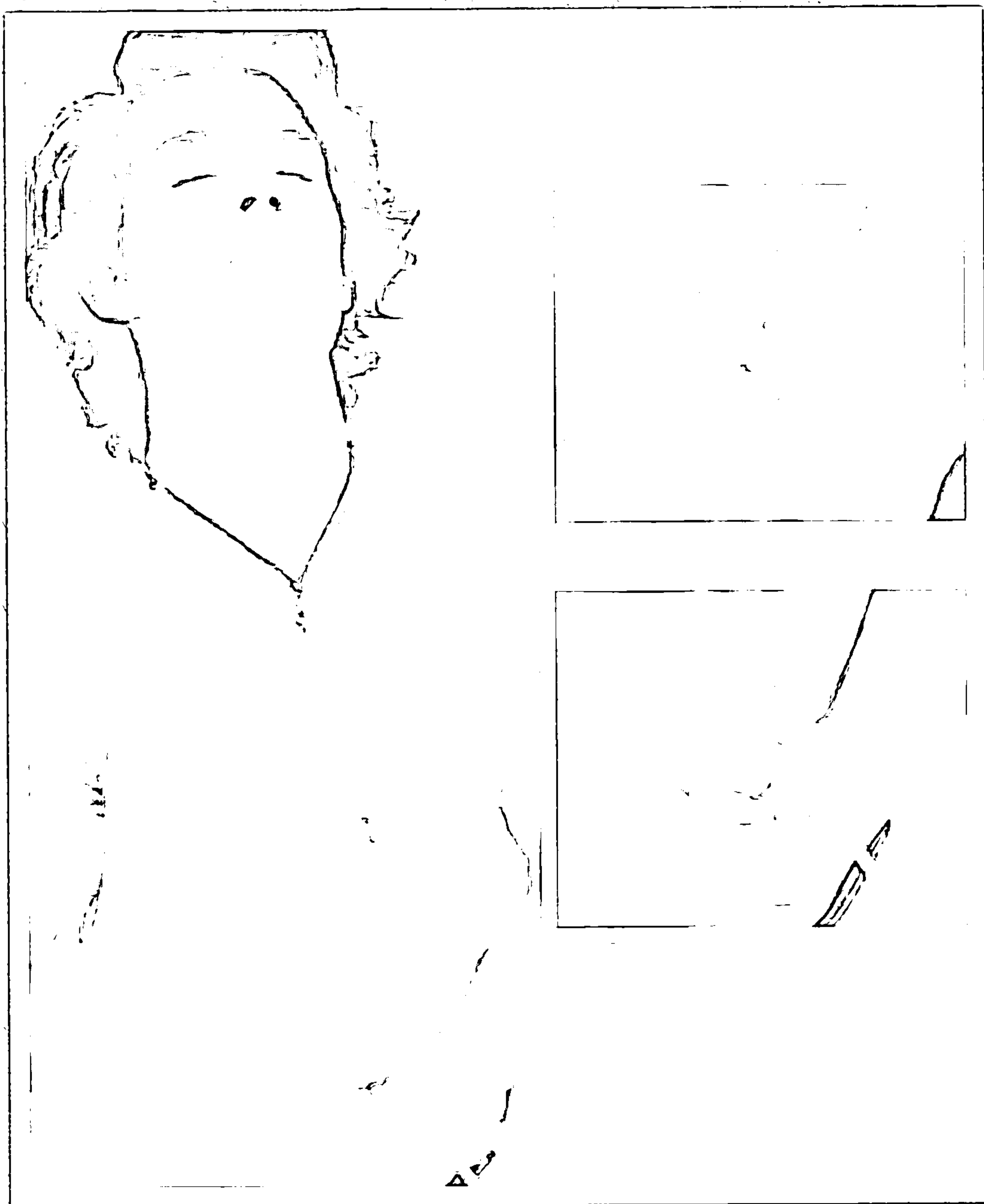
產生靜謐的能量

右手握拳，大拇指向上伸直，放在肚臍前面。左手大拇指與其他四指分開，其餘手指併攏，向上伸直，放在胸骨前面。



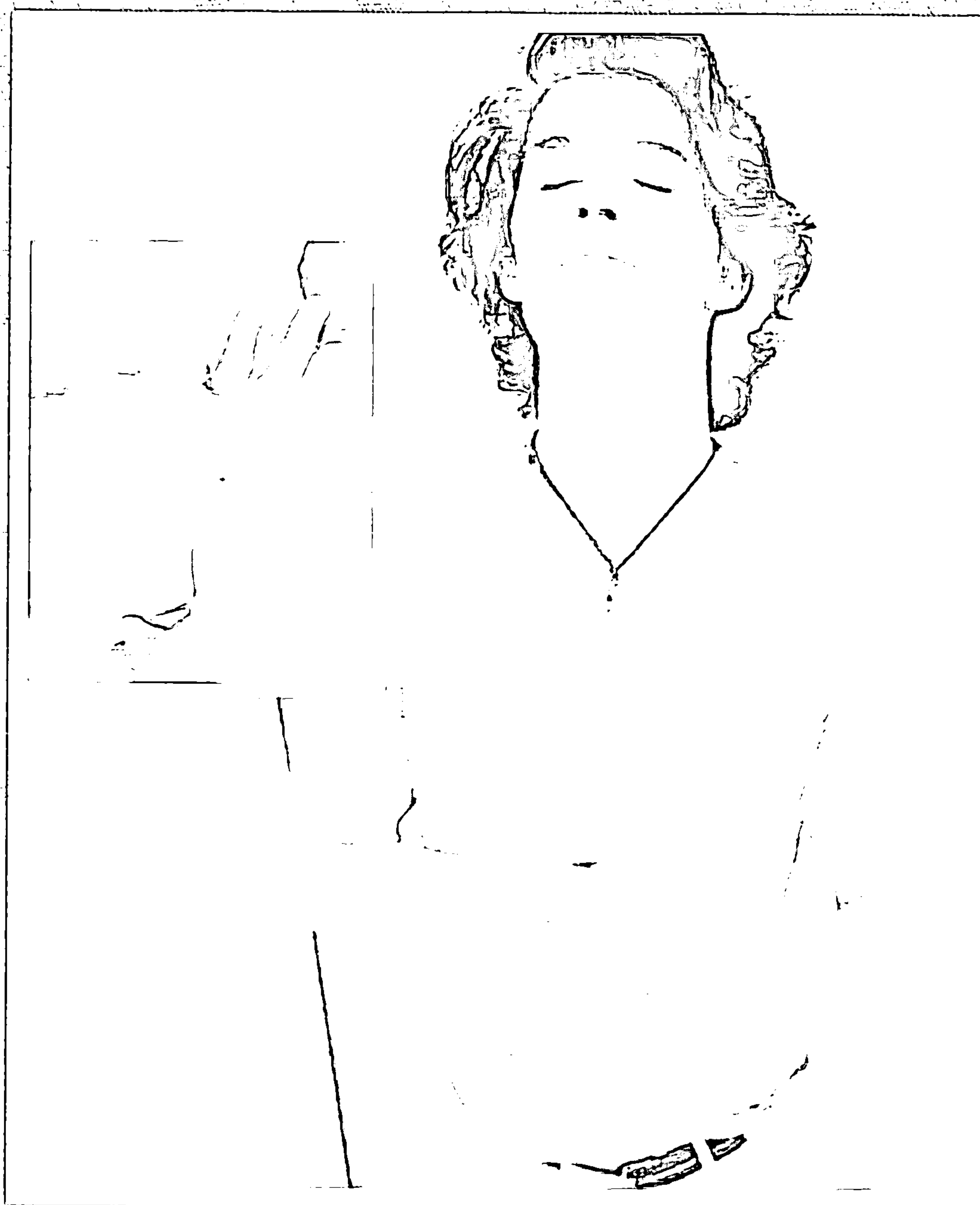
我是完整的，我不會迷失在他人之中

右手大拇指向上伸直，其餘四指併攏，向前伸直。左手大拇指、食指和中指併攏，向右掌心方向伸直，但不觸碰掌心，小指和無名指握向掌心。雙手放在太陽神經叢前面。



我像花朵般綻放自己內在的美麗

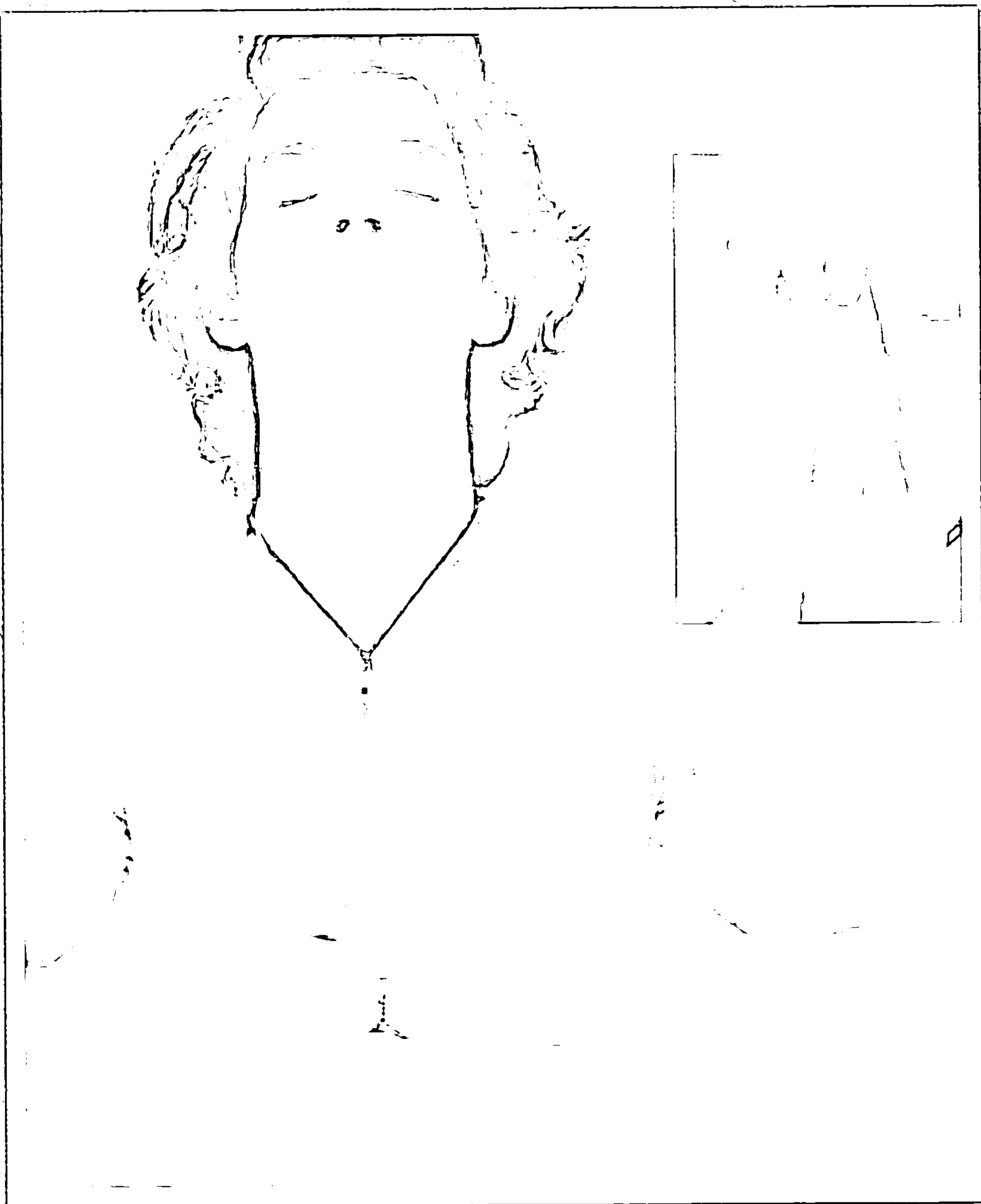
左手小指和無名指碰觸掌心，大拇指及其餘二指分開伸直，掌心向上，放在肚臍前面。右手小指和無名指向掌心方向彎曲，但不碰觸掌心，其餘三指與左手三指一樣分開伸直，掌心向上，放在胸骨前方。



面對你的問題

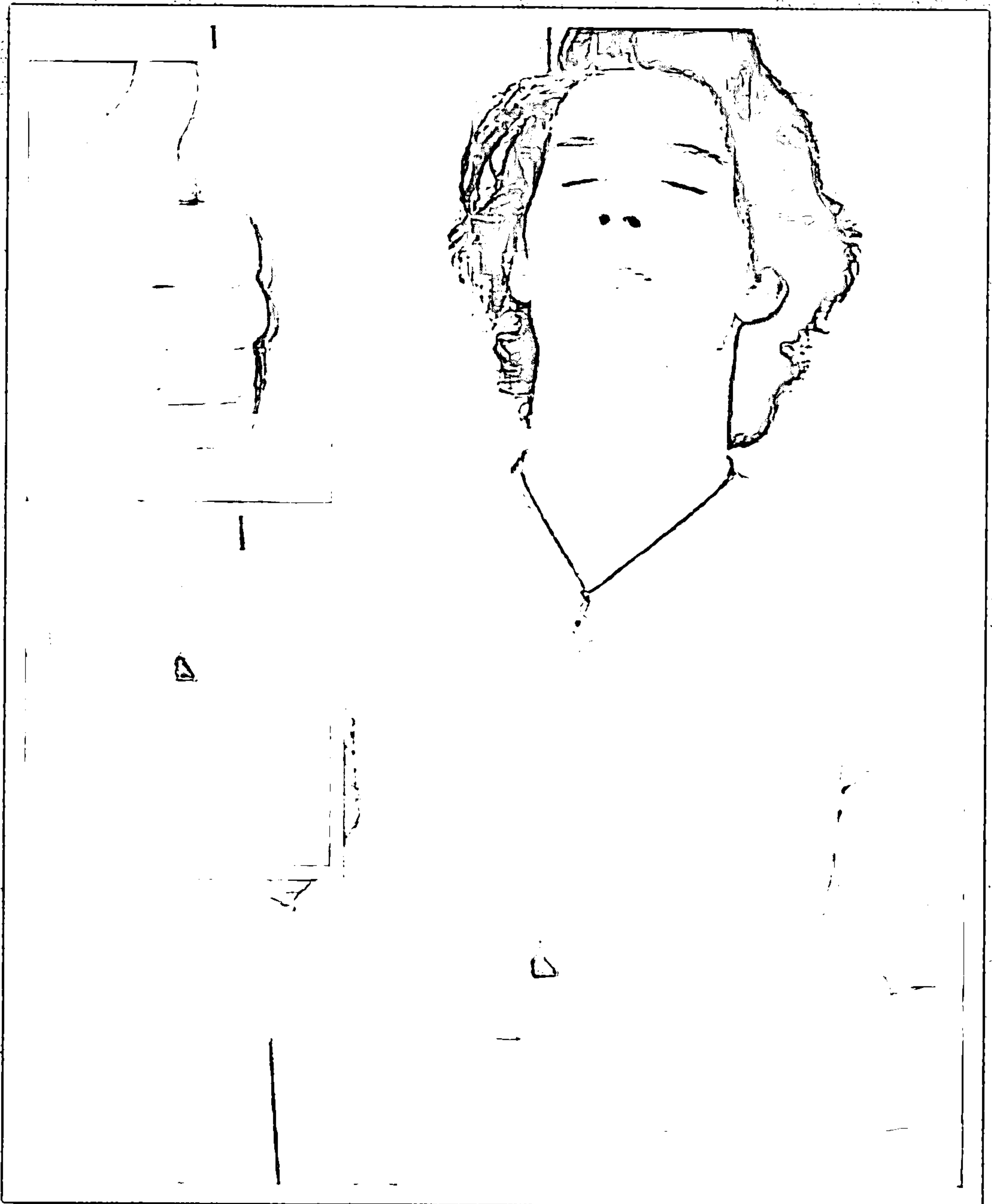
右手小指觸碰掌心，其他手指完全分開，掌心向上，放在太陽神經叢前面。左手手指稍稍彎曲，並稍微觸碰彼此，大拇指向上伸直。右手背放在左手大拇指上面。

揚昇



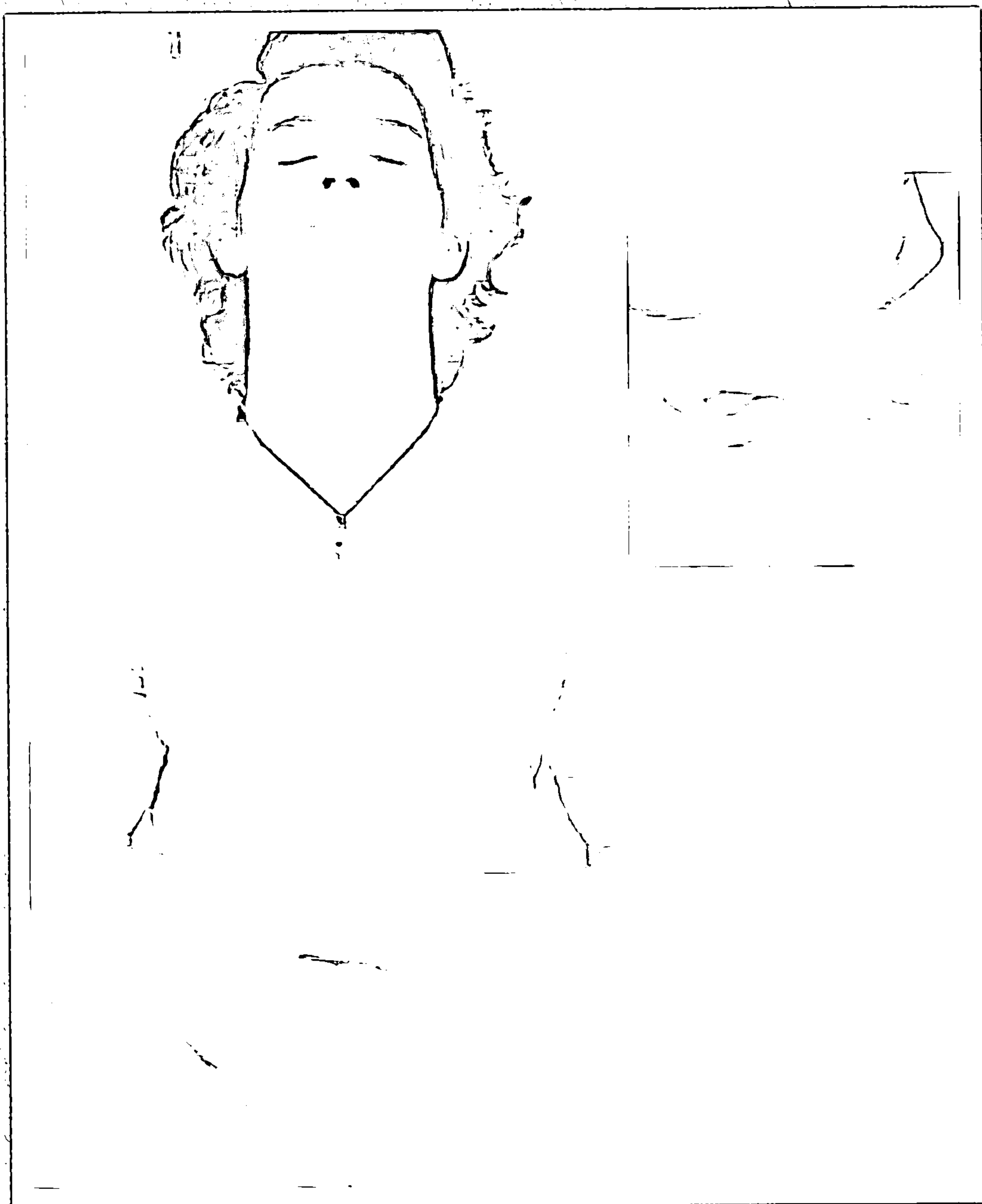
我是完整的：整合我內在的神/女神

雙手的中指及無名指觸碰掌心，食指和小指向外伸直。雙手中指及無名指指節相碰，大拇指伸直，向上互碰，其餘兩手指交叉重疊。雙手放在太陽神經叢前面。



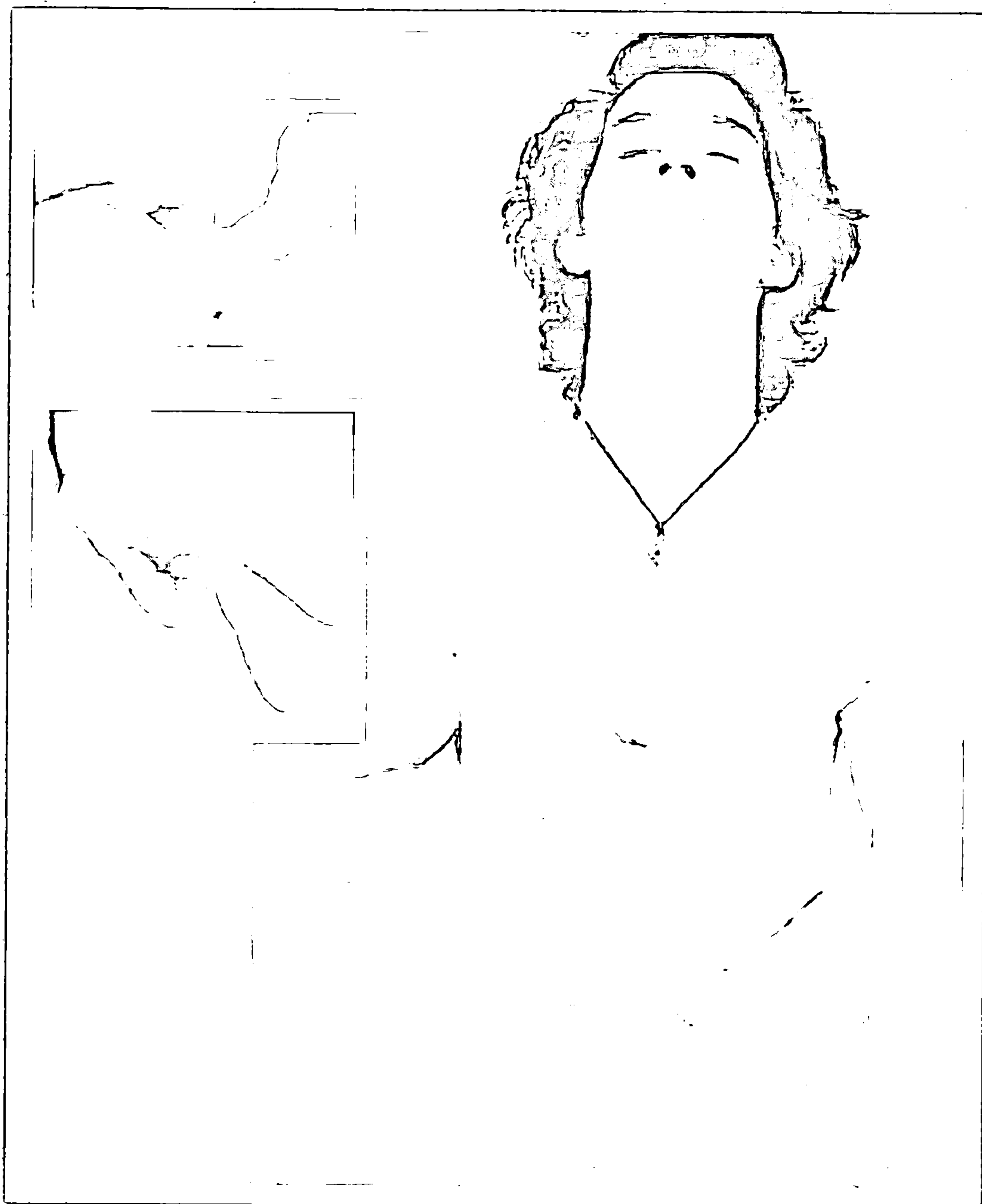
靈魂整合：我是靈魂

右手握拳，大拇指向上，放在太陽神經叢前面。左手無名指及小指觸碰掌心，食指及中指分開伸直，並碰觸右手背。雙手大拇指互觸並向上伸直。



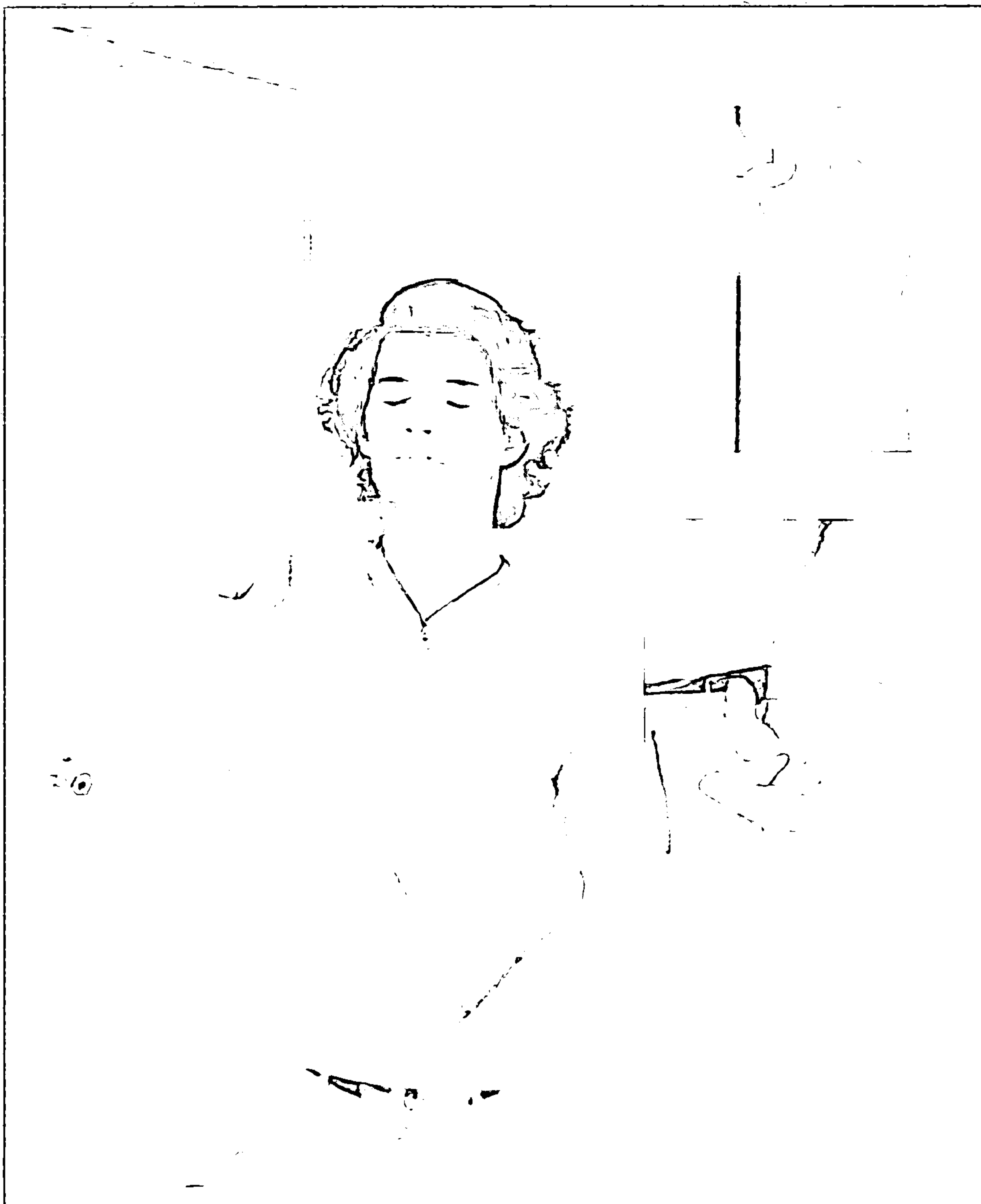
我是單子

右手所有手指分開伸直，大姆指向上。左手大姆指尖和食指尖互觸，其餘手指分開伸直。右手腕跨在左手腕之上。雙手放在太陽神經叢前面。



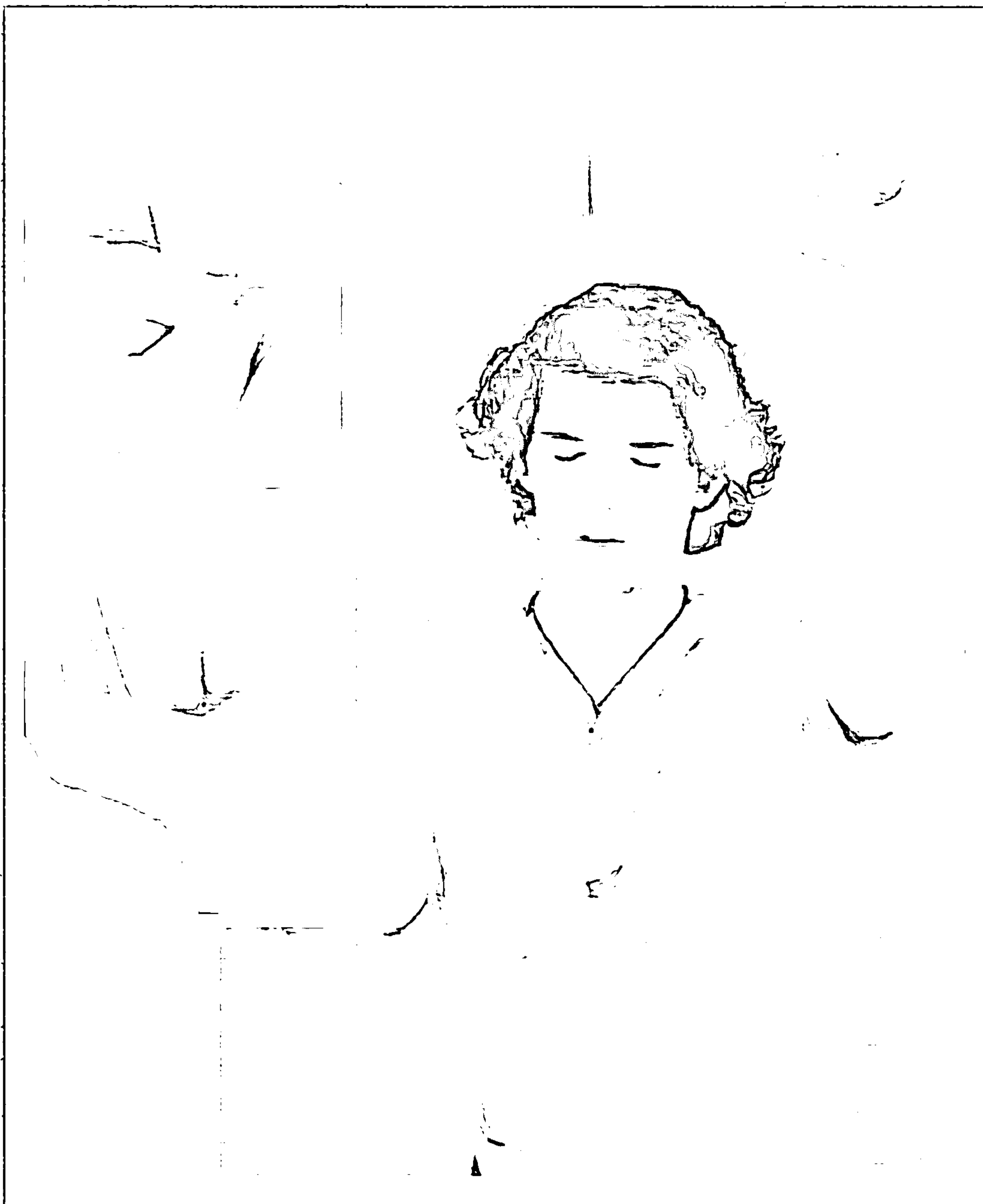
我是臨在

雙手的無名指和小指碰觸掌心，其餘手指分開向外伸直。左手放在肚臍前面。右手掌心向上，放在胸骨前面。



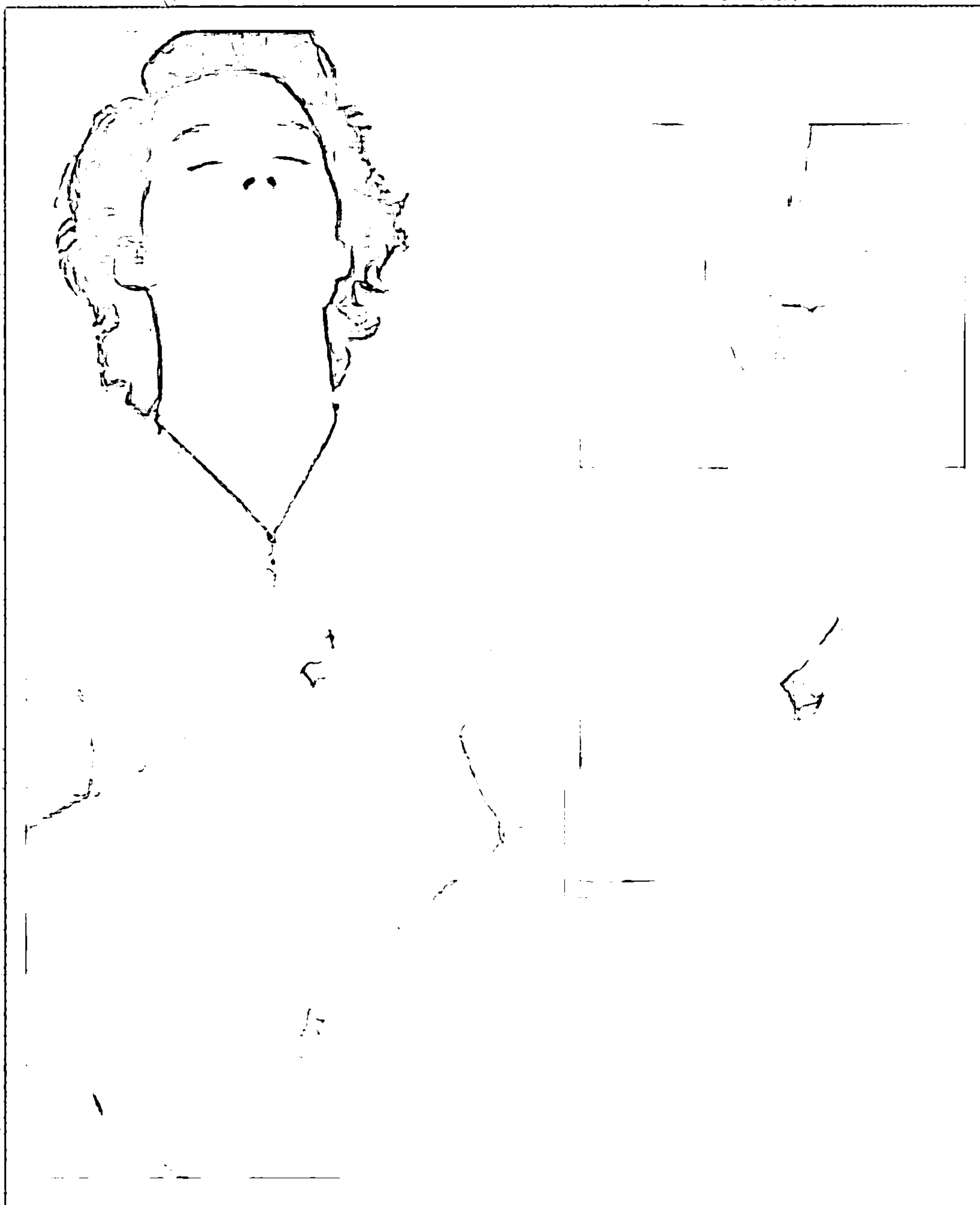
我是偉大的宇宙存有瑪哈特瑪

雙手所有手指分開，稍微彎曲。右手臂高舉過頭（手肘放鬆，掌心向上）。左手緊靠身體，放在第二脈輪前面。



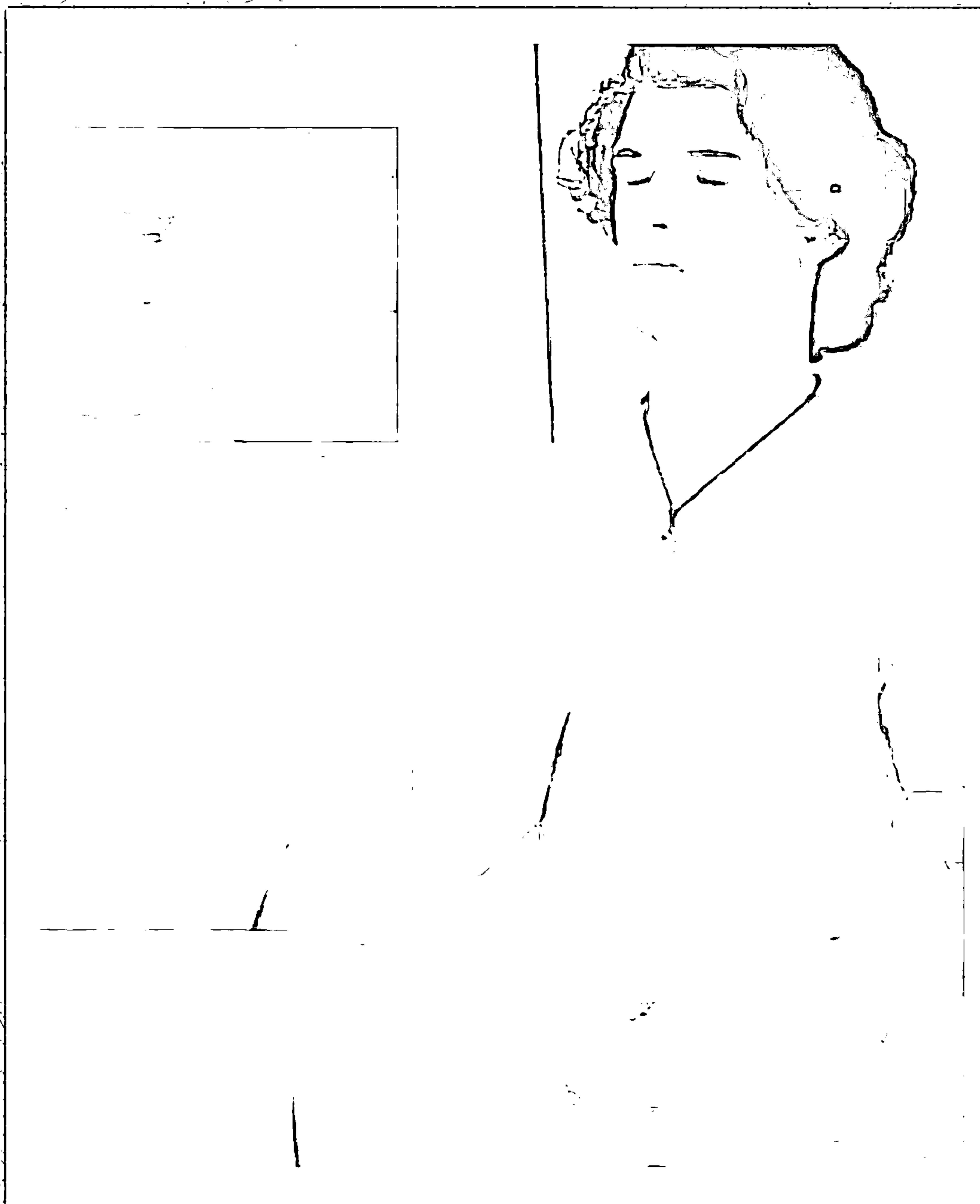
攀爬352層階梯到達神級

右手四指與大拇指互觸。左手無名指和小指觸碰掌心，其他兩指和大拇指分開，向外伸直。右手放在心臟前面。左手高舉過頭，掌心向上，手肘彎曲。



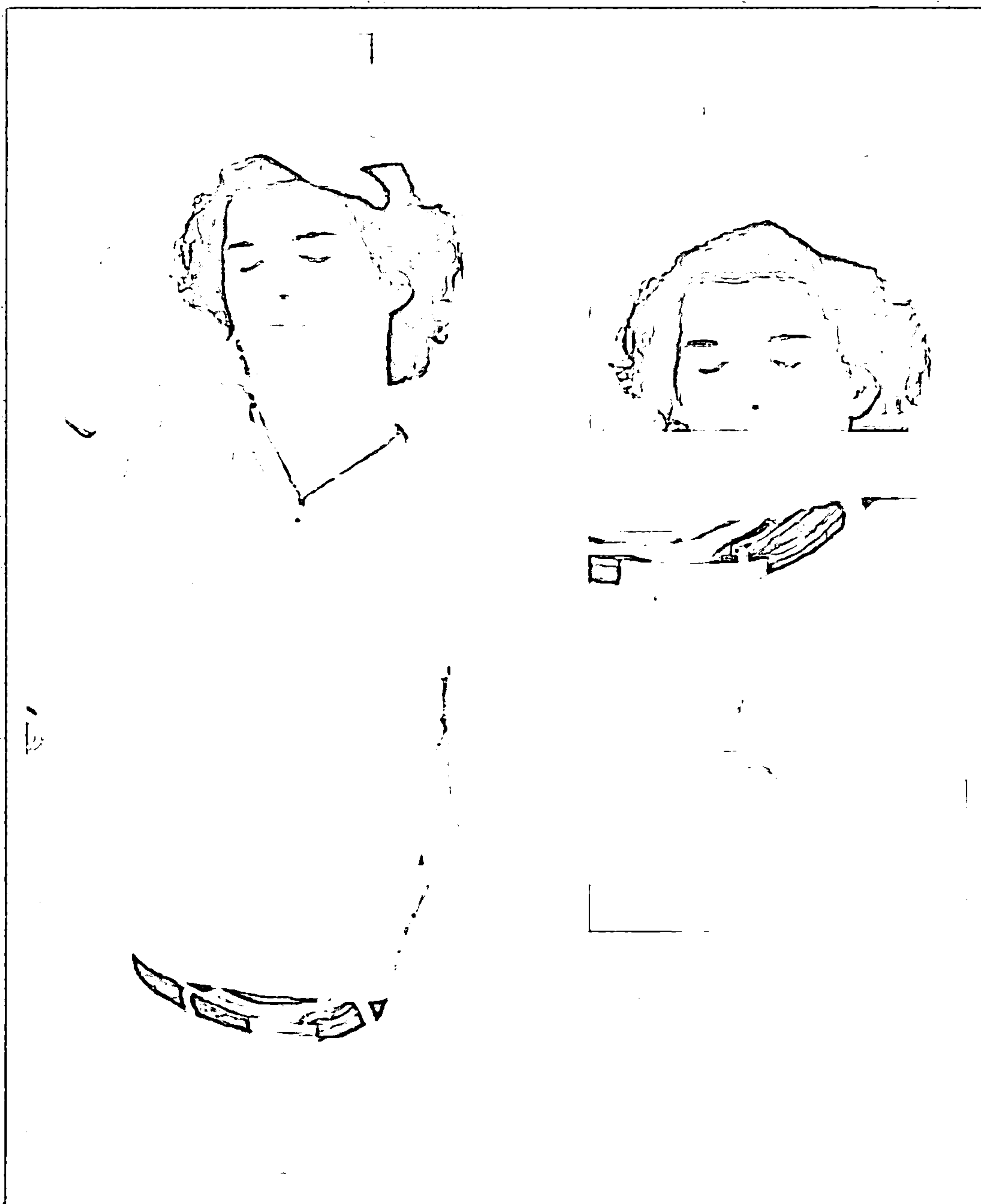
得到女神的創造能力

左手大拇指壓在無名指和小指上，食指和中指分開，形成一個V字型，伸直向前，放在太陽神經叢前面。右小指和無名指碰觸掌心，食指、中指和大拇指互觸。右掌心向上，放在胸骨前面。



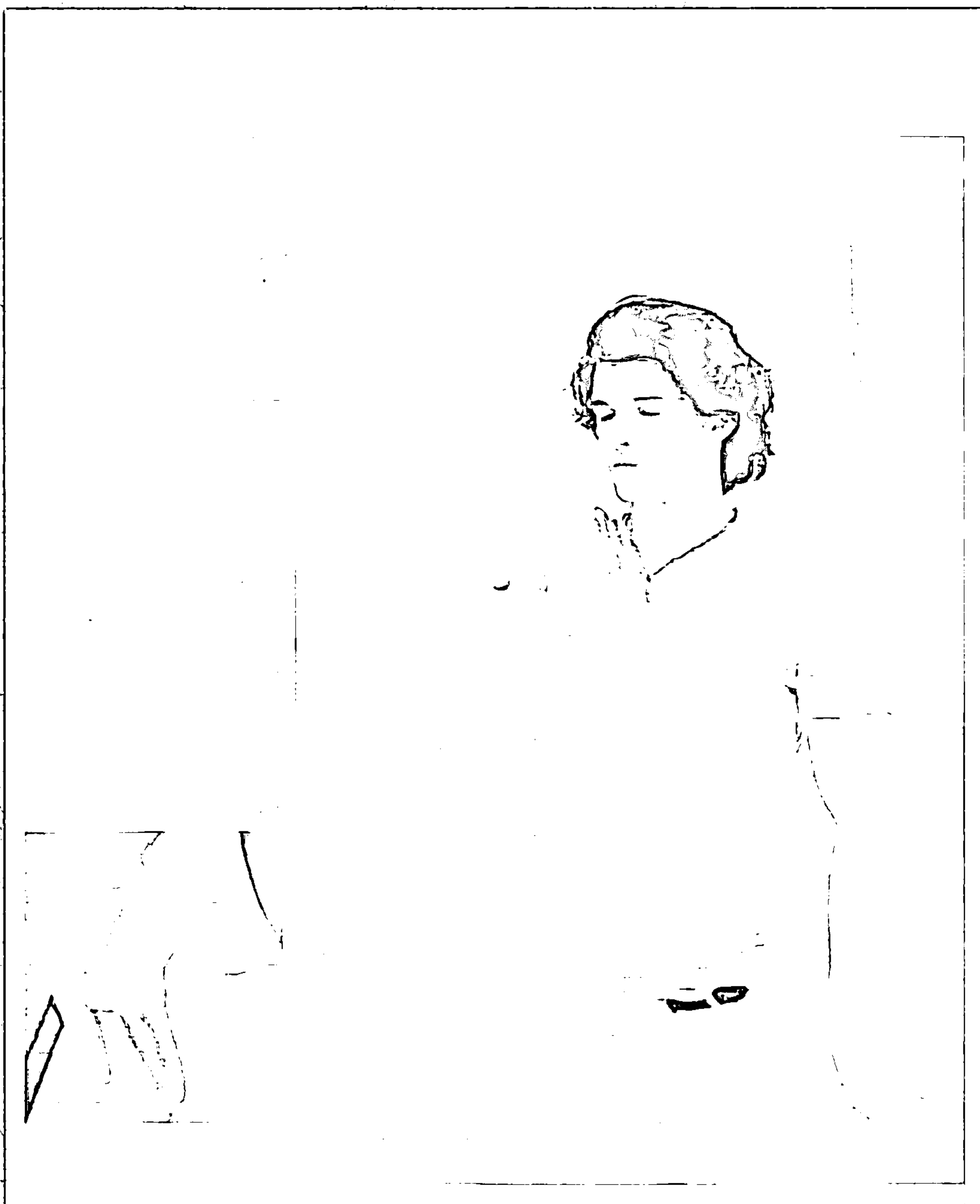
我是完全平衡的

右手除了大拇指之外，其餘手指併攏，指尖向上伸直，放在胸骨前面。左手食指、中指和無名指碰觸掌心，小指和大拇指向前伸直，左臂靠緊身體，手肘彎曲。



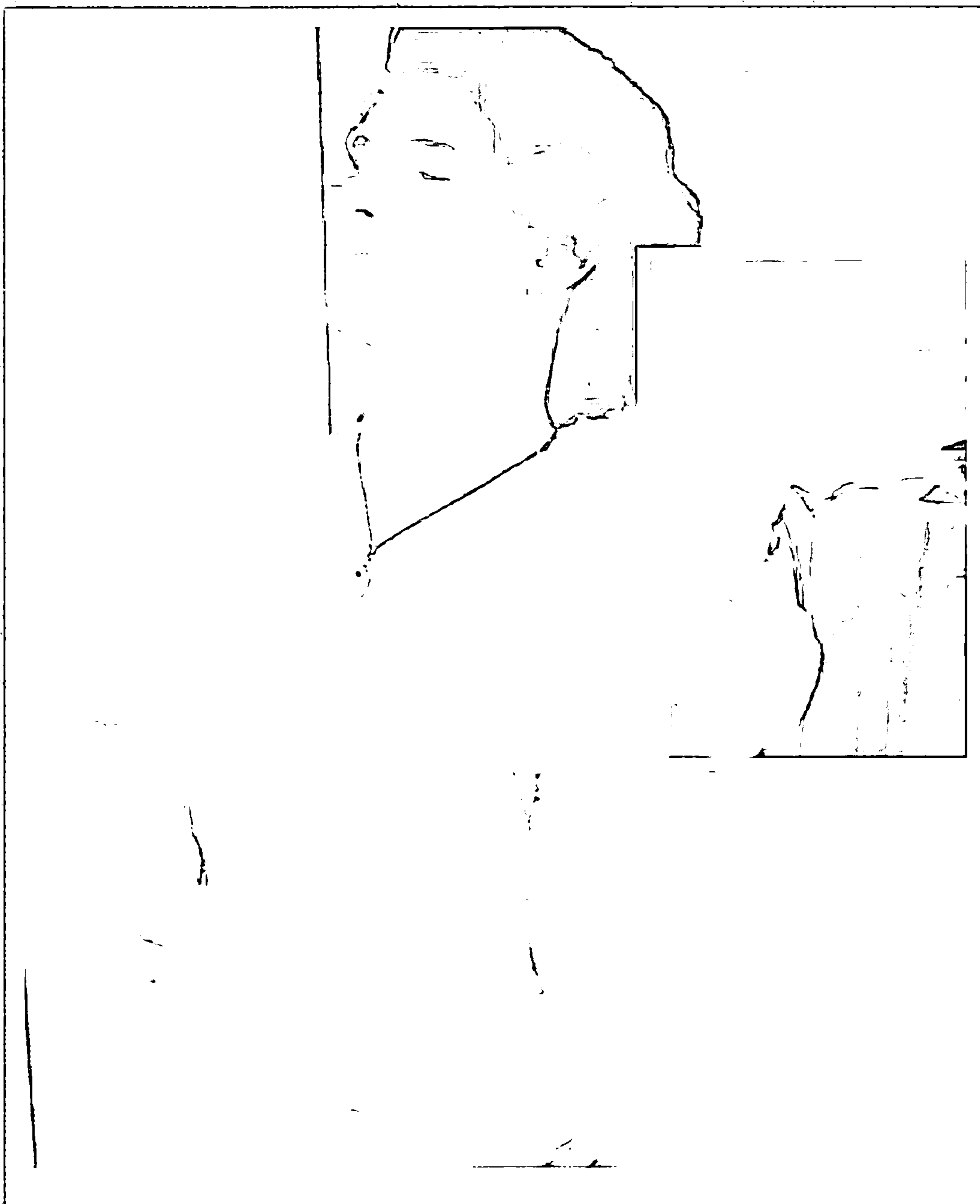
我連結體內最重要的力量巴那哈

右手所有手指併攏伸直，掌心向外，高舉在前額上方。左手手指微彎成杯狀，掌心朝上，放在第二脈輪位置。連結身體之內最重要的力量來源～巴那哈(La Banaha)



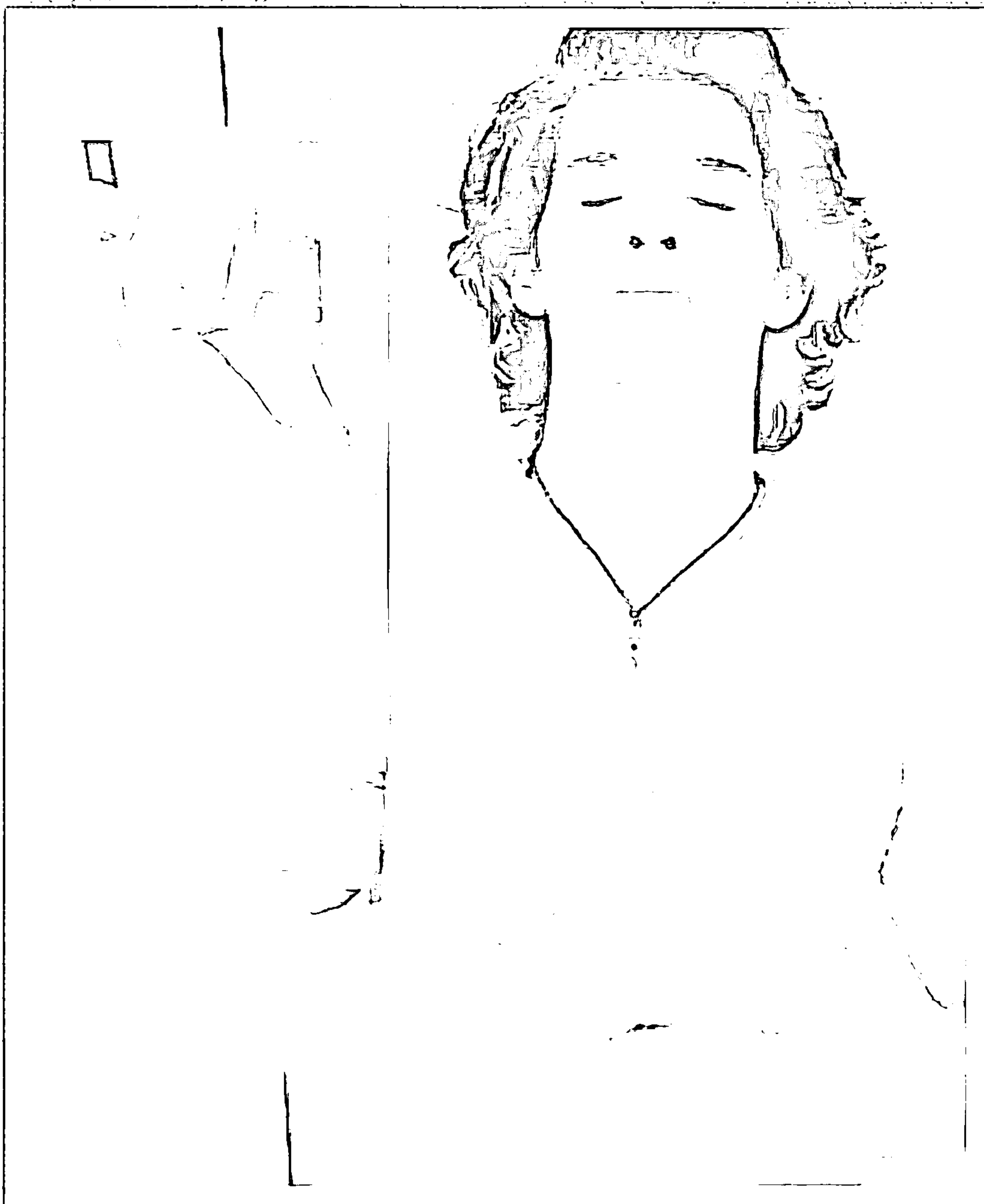
我連結自己內在的太陽

左手所有手指併攏向外伸直，掌心向後，放在腰部下方位置。
右手小指和無名指握向掌心，食指、中指和大拇指分開，
右手向前伸，高於頭部。



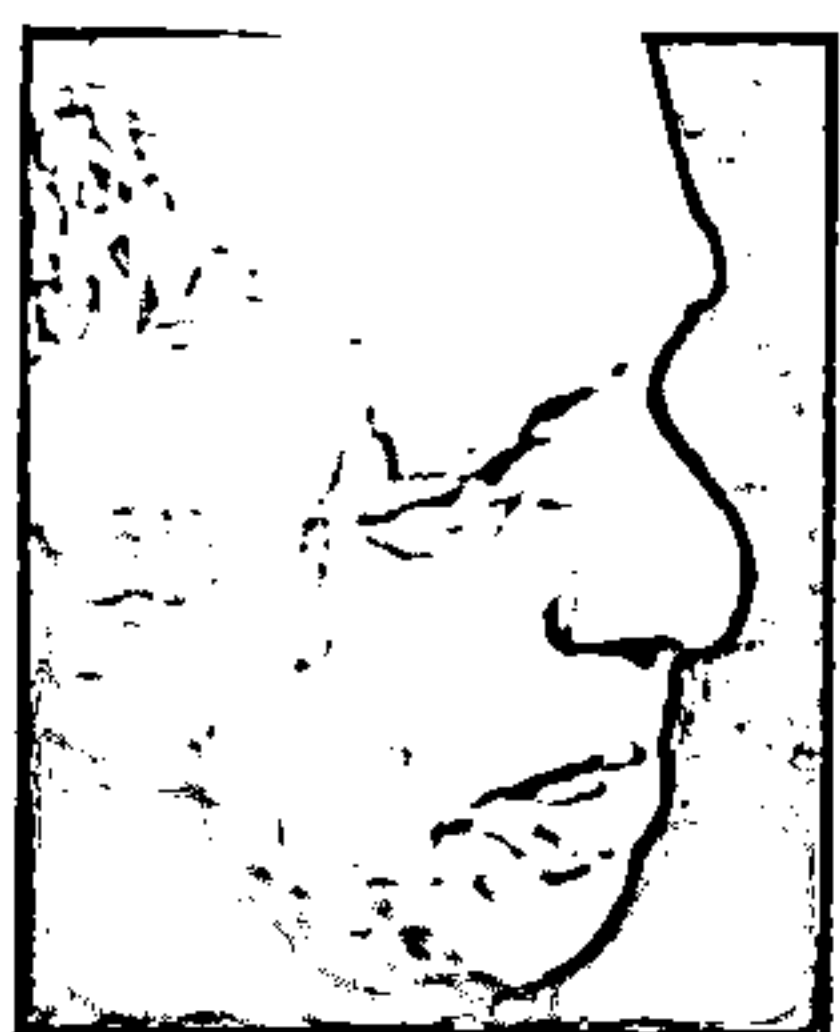
我能整合內在完全覺醒所得到的力量

右手所有手指併攏向前伸直，放在胸部的高度。左手食指向上伸直，碰觸右手腕下方，大拇指碰觸中指，其餘兩指握向掌心。



我呼求並連結所有支持我的能量

右手無名指跨過小指，其餘手指與大拇指打開並稍微彎曲，掌心向上。左手食指和中指形成一個V字型，並碰觸右手背，大拇指跨過無名指。



關於瑞·強德蘭

瑞·強德蘭生於印度，並旅居美國及日本。他擅長為個案做通靈解讀，文章也常在聖多那靈性月刊(Sedona Journal of Emergence!)刊登。除此之外，瑞在遠東各地教導遠古埃及神祕學、DNA啟動及通靈傳訊的工作坊。他同時也一對一為個案接收屬於他個人的靈性符號，並且帶領靈性團體造訪世界各地的屬靈聖地，進行聖地點化之旅。

瑞創立歐姆朗學院(Omran Institute)來幫助學員認識DNA，並且授證給學員執行啟動12股歐姆朗DNA的工作。同時，他也提供一對一的個案服務，為個案啟動12股的歐姆朗DNA。目前瑞和妻子及孩子們旅居東京郊外。

其他資訊請見瑞的網站：www.RaeChandran.com



關於羅伯特·梅森·帕洛克

羅伯特·梅森·帕洛克生於華盛頓特區 (Washington, DC)，並曾在英國倫敦、加拿大和麻薩諸塞州的勃肯夏山區 (the Berkshire mountains of Massachusetts) 居住。他是勃肯夏地區一家身心靈健康中心的能量治療師。此外，他也在紐約市和勃肯夏地區從事能量治療工作。

羅伯特著有"心靈導航" (Navigating by Heart) 這本書，他也教導靈性及DNA啟動的工作坊。他同時提供一對一的個案服務，為個案啟動12股的歐姆朗DNA。目前羅伯特住在勃肯夏地區。

他的網址是：www.BerkshireEnergyHealing.com.

MEMO

MEMO

MEMO

MEMO

國家圖書館出版品預行編目 (CIP) 資料

手之舞 / 瑞·強德蘭 傳訊 / 羅伯特·梅森·帕洛克 合著；許玉珍譯。——
初版。——臺北市：黃裳元吉文化事業，2017.04
面：公分。——

ISBN 987-986-94722-0-3 (平裝)

1. 靈修

手之舞

作者 / 瑞·強德蘭 傳訊 / 羅伯特·梅森·帕洛克 合著
文字編輯 / 許玉珍 中譯
美術編輯 / 聚創設計 / ONE
發行人 / 黃采茵
出版發行 / 黃裳·元吉 文化事業
聯絡地址 / 台北市仁愛路四段 345 巷 4 弄 5 號 1 樓
聯絡電話 / (02) 2778-2133
網址 / <http://www.yin-yang.com.tw>
信箱 / tao@yin-yang.com.tw
總經銷 / 吳氏圖書有限公司
電話 / (02) 3234-0036
印刷 / 承峰美術印刷
電話 / (02) 2225-7055
整套定價 / 450 元

2017 年 4 月初版

版權所有 · 翻印必究

(本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司更換)

這本書並不是專為靈修人士而書寫，它是一本適合普羅大眾的工具書。這些手印可以平衡一個人的身心靈，將你引領至平安喜樂的最佳狀態，於是你得以輕易觸及自己意識的更高層次，這是幫助人類覺醒的工具之一。

書中所有內容，是由大天使麥達昶、大天使麥可、賽拉比斯、貝上師、圖特上師、蓋婭女神、克麗奧佩脫拉皇后以及阿肯那頓法老⁰⁰ 多位揚昇大師經由瑞·強德爾傳訊而來，看似簡單，卻如此深邃且強大有力。

這些教材源自於古老的馬雅文化、法老時期的埃及，以及印度河流域所孕育的文明。這些古文明深諳使用身體來創造特殊能量的方法，他們也使用這些方法，來療癒身體的病痛，以及情緒體和精神體的問題。

「量子療癒」是療癒身體某部位的基本原則，這意味著唯有當身體的某一個部位被療癒時，整體的療癒才有可能發生。當我們以手指展現出某些姿勢時，正可以產生能量，藉由身體內在的智慧，將這股療癒能量傳送到正在遭受痛苦的地方，進而達到療效。這些手印被古老世代的人們用做療癒工具，以創造幸福、寧靜和平安。

貴賓元吉·療癒文化



售價450元