

《神聖藥輪的教誨》

图书基本信息

书名：《神聖藥輪的教誨》

13位ISBN编号：9789868815728

10位ISBN编号：986881572X

出版时间：2013-4-1

出版社：黃裳元吉

作者：Lynn V. Andrews

页数：400

译者：黃裳

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《神聖藥輪的教誨》

內容概要

本書將引領讀者踏上環遊神聖藥輪的旅程，並幫助行者契入自身的薩滿力量。閱讀了琳恩在〈藥女〉中的精彩夢時空之旅，渴望追尋個人開悟與力量的讀者們，可善用這本工作簿，啟程去展開你們自己的「靈視探尋Vision Quest」。

琳恩提供許多精闢的解說，以及深入淺出、易於領會、操作的冥想練習，帶領薩滿初學者走上這條通往神聖藥輪四方的內在旅途。讀者們將在旅程中發現自己獨特的力量動物、將在水晶藥輪聖圈裡被能量療癒、也將透過種種鏡像反射而自覺自明、並且一路攀登至你心靈的聖山頂峰。

練習在夢時空裡開展一段獨一無二的「靈視Vision」過程，你也將從此踏上覺悟自我並療癒大地母親的旅程。

如何使用這本書？

你可以獨自使用這本書，但倘若你和一個夥伴、和你的家庭、你的團體一起運作，你可以透過這個經驗得到更多助益。建議你使用本書之前，先錄下這些靜心引導和冥想練習，好讓你能夠自由地閉上眼睛，完全放鬆地聆聽這些指令。

這書本中的練習方法，你可以一再重複使用，一旦你如實經歷且熟悉這本工作簿，你可以自由去修改這些內容，在每一次的冥想中，你都將發現一些幽微的改變，讓這本書成為一本進入「夢時空」的日記，記錄你每一個當下嶄新的回響，描繪出你獨一無二的成長地圖。

準備工具

*鼓

*沙鈴

*鈴鐺

*鼓聲音樂

*靜心冥想音樂

*鼠尾草、雪松、甜草瓣，貝殼煙燻器；打火機或火柴。

*五顆水晶：二顆便於攜帶在身上的小水晶；三顆任何尺寸大小的水晶，其中至少要有一顆單尖水晶。

*筆記本、筆

*以你自己的聲音，朗讀錄製這靜心引導詞備用，或向出版社洽詢靜心冥想CD。

《神聖藥輪的教誨》

作者簡介

琳恩·安德魯絲 Lynn V. Andrews

知名紐約時報暢銷作家，作品多達20餘種，〈藥女〉(Medicine Woman) 是她的第一本書，出版於1981年，已再版四十多次，並翻譯成各國語言，讀者遍佈世界各地。她也是全球知名的靈性療癒者、薩滿神秘學家以及心靈導師，主持薩滿神秘學院，提供為期四年的學徒訓練。

琳恩領受北美印地安藥女 ---- 艾格尼斯·呼嘯麋鹿，以及盧碧·眾酋的啟蒙，入門開始長達30年的學徒生涯，從此踏上神聖女性之道。琳恩·安德魯絲被「盾牌姊妹圈」的44位女性導師們所點化，這個神秘的團體成員包括了猶加敦半島的馬雅草藥女巫醫、澳大利亞內地的高階女酋長、喜馬拉雅山麓的尼泊爾阿尼.....她們隱密地持守、傳授各種文化所遺留的神聖教誨，她們的教導源自於神聖女性，世世代代以來，從薩滿到學徒、從母親到女兒，這教導以隱秘的方式被完整的保存、練習和傳承，至今已超過5000年之久。

盾牌姊妹圈指派琳恩·安德魯絲作為她們的信使，作為古老薩滿世界和現代社會之間的橋樑，將那些隱秘傳承的古老教誨，分享給渴望追尋個人深度療癒及領悟的現代人們。在她的藥女系列作品中，她記錄著與這些女人的獨特工作和深邃教導，將自身精彩的靈性追尋，顯化成〈藥女〉、〈豹女〉、〈力量紙牌〉、〈神聖藥輪的教誨〉、〈大圓滿〉.....等膾炙人口的作品。

《神聖藥輪的教誨》

書籍目錄

目錄

| | |
|--------------|-----|
| 序目 | 04 |
| 譯者序 | 10 |
| 作者序 | 15 |
| 如何使用這本書？ | 20 |
| 準備工具 | 20 |
| 1、開啟神聖空間 | 23 |
| 2、宇宙合一意識 | 31 |
| 3、力量行動 | 41 |
| 4、平衡 | 67 |
| 5、上山 | 77 |
| 6、力量動物之旅 | 97 |
| 7、力量動物水晶 | 111 |
| 8、丁狗人之夢 | 131 |
| 9、咕娃娃 | 157 |
| 10、歐朗恰靈魂手術 | 181 |
| 11、戰士武器和藥女水晶 | 207 |
| 12、打結儀式 | 243 |

序

序幕

我是一個成長於二十世紀大都會中的白人女性，在那樣的時代裡，我們早已失落了我們的傳統、儀式和祭典，失去了與神秘古老藥輪的連結。那「藥輪聖圈medicine wheel」，曾經是一道門戶，祂能帶領我們通往一個非比尋常的次元 -- 我們的「實相Reality」！一旦我們踏上這條通往內在的道途，就能去探尋我們靈魂中那片荒蕪的曠野，而今，我們卻早已遺失了這條路。

我在一個充滿希望的年代裡書寫著，我們已開始尋求另類的方式，試圖去明白大地母親的律動和節奏，我們去禮敬神或女神，試著在這地球上平衡我們內在的男性與女性能量，我們已在這樣的追尋中走了一大圈，終於循著藥輪聖圈回到了原點，這古老的薩滿哲學概念、這神聖的「夢時空Dreamtime」，以及薩滿教誨中的神聖藥輪，此刻此刻將重新甦醒，我們已經能夠藉助那些薩滿哲學中的技巧，去環繞著藥輪聖圈移動，我們得以再度回到起點，回到我們最初的源頭。

我們已能夠再次領悟到：倘若沒有「大靈Great spirit」、沒有這造物主的存在，我們什麼都不是；倘若沒有我們壯麗高貴的大地母親賜予我們生命，我們也將一無所是，我們由星辰而來，且終將返回星辰。回顧我整個追尋力量的旅程，我接受了一位不尋常的印地安導師的祝福，這女人教會了我古老神秘的女性之道。我的老師們，被稱作「盾牌姊妹Sisterhood of the Shields」，她們早已在三十萬年前教導過我，那些星辰的子民，從昴宿星下凡來到這大地母親之上，他們授予地球偉大的知識，這些知識如同一顆顆種子，被播撒在海洋裡、樹林間、山巒中..... 唯有當我們的社會已準備好去聆聽這些伏藏的珍貴知識，這些智慧的種子，才會在各種因緣時刻裡成熟，被揭露於世。

這其中有許多知識，被「盾牌姊妹圈」特定的女人所講述和牢記，這些女人是世界上各種原始本土文化的代表，從古到今，這些極少數的女人，透過口述的傳統去傳頌智慧給她的學徒、她的女兒。

<神聖藥輪的教誨Teachings around the sacred wheel>這本書，描寫我曾經有過的一些學習，以及在我的學習過程中，我被要求以「盾牌姊妹圈」的藥輪去教導、分享的部份。當我在尼泊爾和西藏那段時間，我與「盾牌姊妹圈」的老師們一起準備這本書，之後，我帶著她們的教導，回到了洛杉磯家中進行研究，這一系列的訓練，在某個因緣際會的時間點誕生了，這本薩滿工作簿，正是整個過程的成果！書上這些工作，是為了幫助薩滿初學者而設計，用以鍛鍊他們的心念、他們的「薩滿意志shaman will」，訓練他們的觀想能力，以及在好幾個不同意識層次上顯化的能力。書中的一字一句、每一個祈禱的聲音，都經過仔細的揀選，祂們將會在使用這本書的世人心中，產生一種揚升作用。這本書融攝了「盾牌姊妹圈」的珍貴薩滿教誨，它的目的，並非用來研究傳統的美國原住民部落療癒技術。

《神聖藥輪的教誨》

我們在這「盾牌姊妹圈」裡是薩滿，但我們並不屬於任何部落或種族，雖然這教導源自三十萬年之前，但我們屬於此時此刻、屬於這塊土地！我們必須學習與這土地的神靈和平共存，沒有一個人擁有真理，我們都是大地母親的孩子，我們必須伸出手來穿越文化的藩籬，共同療癒我們的偉大母親。無論我們住在這世界上的繁華城市或荒漠野地，我們所有人，都將藉由這神聖藥輪的教誨，學會如何去重新連結我們的源頭。

琳恩·安德魯絲Lynn v. Andrews

~ 作者序 ~

「薩滿shaman」是什麼？我們現在正試著去學習什麼？

所謂「薩滿」，是一個清楚明瞭各種「力量」的人，他學習去編織宇宙能量，朝向生命的較高目的飛舞！他有能力用一種神聖之道去療癒自己、療癒別人。我所教導的薩滿哲學，承襲自「盾牌姊妹圈」，這些智慧被她們所牢記和傳授。

姊妹圈豎起女人的第一面盾牌，那是一個古老的知識系統，她們以成為一個女戰士或女神為目的，而且關涉於土地、星辰，以及這女性地球最原初的能量。

現今，當我們向外觀看這個世界，我們看到了一個失衡、病萎的地球母親，當你看見一個系統已失去平衡，你必須去發現問題出在哪裡？去尋找究竟失落了什麼？去問問你自己：「如何能夠恢復地球的平衡？」

我的教導以及我這本書，是關於女性意識的彰顯，我們必需去明白這力量的源頭---女性意識！在這樣的時代裡，唯有如此才能將這個世界帶回和諧之中。

這本工作簿，包含一系列的靈視觀想技巧，讓門徒或學生們開啟他們「看見」的能力，加強他們的想像力、創造力，讓他們重整恢復這樣的能力，而且能夠隨意所欲使用它。你必須學習到一件事~「你所想像的一切都是真實」！這深度的出神狀態，是一種深邃的意識轉換，這種「靈視visualization」的藝術是古老的薩滿技巧，藉以進入精神世界旅行。在靈魂的旅程中使用的是象徵符號，而不是言詞述說，象徵符號可以觸及心靈偉大的深淵，並提供薩滿一張不可思議的地圖，去為那些慣常被限制在語言、文化、身體層面裡的人工作，我們開始藉此另類的語言溝通，移動進入每一個人獨特想像的力量畛域。

記得：能量跟隨著思想！假如你需要去向你自已證明這一點，你只要仰躺在在一個浴缸或水池裡，將你的手臂放鬆伸展於兩側，然後閉上你的眼睛，進入冥想狀態，感覺能量移動貫穿你全身... 接著，想像所有能量移動到你的右側，當你仰躺飄浮在水面上時，你知道會發生什麼事嗎？你整個人將會迅速翻滾至右邊。

同樣地，你可以再做一次實驗，觀想全身能量移動聚集在你左側，你將會看到~「能量」確實跟隨著思想，那就是為什麼人們會說：「你的思想創造了你的實相」！的確如此，你是由你的思想形態所組成，事實上，你就是一個「思想模式」，假如你將你的人生耗費在負面消極的事物上，你將變成一個負面的思考模式，如若你能夠將你的想法，移動到生活中較為正面積極的面向，你也將吸引來更多正面的事物，你將變成一個更成功、更有力量的人。

因此，我們的教導初期，將大量的工作焦點放在「清理」的議題上，清理掉在你系統之中的負面消極思想，清理掉你身體和情緒中的垃圾殘渣.....在你過往的生命中，有太多垃圾藉由種種事件和結果，終其一生遺留在那裡，甚至從前世到今生，從今生到來世。

這本工作簿，設計給一個薩滿初學者，給一個已將自己紮根於這物質世界的人，他們明白之所以選擇來到這地球上行走，是為了學習成為一個開悟者！然而「開悟」，卻是我們最懼怕的一件事，我們的頭腦對祂充滿恐懼，那是因為「開悟」同時也意味了「形體的消失」和「自我的死去」，「頭腦」亦即「自我」，時時抗拒著死亡。我們讓自己耽溺在二元性和幻相之中，我們每個人都擁有一個割裂的自我或心智，身為薩滿，你最重要的一個工作，就是去戰勝、克服這分離的幻相而達到合一。

我們的頭腦、我們的思維概念之心，在我們生命中如國王般主宰著一切，這樣的心智，的確是我們所擁有的最重要工具，但它就像你的手~只不過是工具罷了！有些時候我們必需去駕馭這樣的心智，然而很不幸的...大多數人卻被這心智所掌控，因此我們總誤認為我們等同於我們的頭腦、我們的思維心、概念心，但其實不然.....這個工作簿，將使你有能力正確使用自己的頭腦，有能力去讓心智為你而工作。

每當你談及「開悟」這個字眼時，你頭腦裡的守護者，它會變得非常驚惶失措.....因為所有的頭腦都知道：死亡意即形體的消失，形體的瓦解對於頭腦而言就是死亡，並非開悟，而這頭腦心智絕不想死

《神聖藥輪的教誨》

，因為那樣就意味著它將失去它的生命，所有生命都努力想要存活下去！你必需去教導你的頭腦、你的心，讓它能夠學習以一種不同以往的嶄新方式，去看待這個真實，這個工作簿正是走向這條道路的第一步。

譯者序 ~ 一切唯心照 黃裳

這本工作簿中大量的冥想引導詞，經過字斟句酌的揀選和翻譯，刻意排除艱澀深奧的字眼，以求能步步如實地帶你進入不同的意識層次裡工作。每一句看似平凡的訴說，都有其深刻的意義，都像一道不可或缺的階梯；就如同這全書的每一個練習，其實有其先後次第，最好能從頭開始踩穩每一個步伐、循著道路拾級而上，才能看見真實的風景。

新時代裡散播著五花八門的學習，其中不乏一些事半功倍的訣竅，問題也往往出在這裡，類似的教導在古老的年代中，需要一些必要而漫長的加行為前提，若少了這些基本前行，除了正念、利根者僥倖能掌握領會之外，再好的心法來到了新時代，只怕都變得荒腔走板、光怪陸離。

誠如艾格尼斯·呼嘯麋鹿的教導~ 如果沒有建造好一個穩固的地基，你一開始就要爬上你靈魂小屋Spirit Lodge的圓頂上做靈性工作，這座小屋就算裝飾得再宏偉華麗，肯定很快便搖搖欲墜甚至倒塌傾毀... 這本工作簿，是給現代人們的一種古老教導，是進行高度心靈訓練的前行法，也是你靈魂小屋的地基。

古老教導中的前行法，旨在「淨業」及「正念」；淨化、清理所謂的「業力」~亦即因過往生命經驗而殘留導致的習氣，釋放了這些知情或不知情的恐懼與制約模式，才能全然的交託與信賴，才能開展出隨心所欲的創造力。而守護「正念」，更是致力於澄明本心的慎獨哲學，不是為了表演給誰看，只為了能在業力的循環裡解脫，為了此刻一念不再成為下一刻的惡業，為了不再創造生命中更可怕的惡夢。

這些初期的清理和矯正，都在你的心智(Mind)上工作，在你的概念、觀念上療癒，就如同琳恩在此書的序文中所說：「我們總誤認為我們等同於自己的心智(Mind)，但其實不然！」心智、頭腦，或者說是「自我」，其實由一層一層的觀念編織交錯而成，而非你先驗的真如本心；倘若無數不恰當的觀念構築成一座怪異的地基，其上所搭蓋出的靈魂小屋如何安穩？因此這本工作簿，將大量的工作焦點放在「清理」的議題上，幫助薩滿初學者鍛鍊他們的心念、意志，訓練他們的觀想能力，以及在好幾個不同意識層次上顯化的能力，將使你能正確地駕馭你的心智，有能力讓你的思維、意圖為你而工作。所謂薩滿~ 一個能夠以自己的意願去創造和生活的人；試想，如果這個「意志」未經任何純化與試煉，那麼，以粗鈍的意欲去創造出何等離奇古怪的人生、做出何等荒唐的惡夢，是可想而知的。當你要用你的意圖去工作之前，淨化、釐清你的意圖是首要關鍵，你必須明瞭你真正想要什麼、不想要什麼。我們的意圖有許多層次，例如接受勒戒的毒犯，表層的意欲雖想戒毒，但心裡卻渴望吸毒，再更深一層的意識裡，或許又憎恨著毒品所帶給他的不自由..... 人們在如此自我矛盾、自我衝突的層層****意圖下，光是想著「心想事成」、「吸引力法則」、「一切唯心造」...這些美麗口號，其實很難放諸四海皆準。

沒有一步一腳印的前行功夫，業力、習氣、模式、概念無法改變，它們在意識或潛意識裡無時無刻不扯你後腿... 現代的療癒課程裡，不乏許多觀念的校正，當你的老舊概念被打破，重新構築一個意義的世界、建立一些強而有力的嶄新觀念時，你開始重寫過往生命故事的意義，你能夠笑看自己的傷口、甚至歡慶自己的痛苦；而你未來的人生或許會也過得更幸福... 在這樣的狀態下，你再高喊「一切唯心造」，或許就真有能力創造出你想要的美夢。

然而，終究它還是一種概念的運作，仍是出了一個輪迴、又進一個輪迴；從一個惡夢醒來，又掉進一個美夢罷了。有能力創造出一個美夢，雖然暫時比惡夢美好，但毋寧說：「一切唯心照」；毋寧說：我們所追尋的薩滿之夢~ 那最終極的夢，是超越了概念思維、超越了頭腦的造作，而真真實實、不垢不淨的映現與照見。

人們來到這世上，只用肉體生活著，而從不思索靈性的成長，無異於行屍走肉；也有一些人，只專注靈性的追尋，成天活在幻景之中，空有夢想卻難以實現。一個薩滿，應同時活在現實與夢幻裡，他能看見美好偉大的幻景VISION，更重要的是：他能找到一條路徑，在現實裡通往這聖境，他更能把這幻景中的神聖力量帶回到現實生活，能夠在他凡俗生活的每一個當下，看見所有平凡事物的神聖性..... 於是，現實與夢幻、聖境與俗世，亦無二無別。

薩滿們用「做夢」和「冥想」這二種途徑，來移動世界之間的神聖力量，

在開展這樣的精純能力之前，你得先仔細去鍛練、區辨自己的夢境、自己的冥想靈視Vision，清楚明

《神聖藥輪的教誨》

白它是來自你的頭腦思維、潛藏觀念、制約、甚至知識學問的圈套……或者映照自你的真如本心，清楚看見那是一場混沌的業力之夢，抑或清明之夢。

在這本工作簿中，你將會有非常多諸如此類的練習：你在「死亡之箭」送走儀式中，必須與過往陳舊的生命剝離；在「丁狗人之夢」中，遭逢自我的陰影，去釋放內在受困的人、事、物，去遇見心中的「咕娃娃」... 你也將去攀爬心中的聖山，在身體、情緒、靈性、理智層面，徹底丟掉自我生命中沈重無益的包袱，你更需要在「歐朗恰靈性手術」中學習「死去」，為了重生、為了好好活著。

上路吧！這無疑是一趟回歸本心、照見自己的艱難旅程

《神聖藥輪的教誨》

精彩短评

- 1、入手5个小时火速读完！这本书也是一本不错的盾牌姐妹团书籍，讲述了构建指导灵议会的要义
- 2、所謂「薩滿」，是一個清楚明瞭各種「力量」的人，他學習去編織宇宙能量，朝向生命的較高目的飛舞！他有能力用一種神聖之道去療癒自己、療癒別人。

《神聖藥輪的教誨》

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu111.com