

mymeus十七次0301

檔案名稱:180301_1244(1-1)、180301_1245(1-2)、180301_1300(2-1)、
180301_1311(2-2)

時間:2018.03.01(四)

主題:一、內在最純真的失落;二、性能量

1-1

找到一個夥伴,形成兩人組,面對面,如果需要空間還是把椅子再拉開,大家都可以兩個人沒問題。算錯了嗎?那剛好,12位。

我們都有內在失落的部分,對不對?但是我今天要定義那個部分是最純真的那一塊,有時候我們失落的是另外的面向,但是我今天做一個窄定義。

1-2

然後夥伴你是代表,可以嗎?主角回到自己的心,代表也回到自己的心,代表讓自己的心被敲敲,以心為中心,然後讓雙腳是扎根的,讓上面是與天連繫的。主角謝謝神性母親的光,把你最深最深最深的、原始的本我喚醒,他是你嬰兒的時候、最燦爛的時候。所以現在請主角跟你的代表以頂禮的方式說:「親愛的夥伴,謝謝你代表最原初的本我,那是我最原初的部分,謝謝。」所以去問問你的代表,經驗到什麼呢?

來,主角我們來向自己說:「親愛的原初的本我,願我此刻的愛向你敞開,透過頂禮,我跟你合一,謝謝這個Om的唱誦,穿越我成長的歷程,把受胎第一天的那個原始本我,穿越之前種種的阻礙,再一次帶回我之內,謝謝。」

唱歌:Om三聲

好,去問問你的代表。

我們來做第二個頂禮。

「親愛的我的原初的本我,我向黃金世紀的光頂禮,謝謝這光成為我們之間的連繫與流動,由你在內支持我,我用更直接的方式綻放我的光,謝謝。」

唱歌:Hallelujah

代表可以先退角,然後你們可以坐下來分享最後一段。

我們來做第二輪,請再次站起來。所以我請新的代表敲敲你的心,讓你的心帶領你,然後察覺地的支持、天的滋養,我謝謝神性母親把光送到我們,尤其送到主角,讓這光洗滌,於是你可以穿越層層的意識,進入最深最深的自己,與你原初的本我連繫,我們請主角朝向你的夥伴頂禮,說:「親愛的夥伴,謝謝你為我代表我原初的本我,謝謝。」然後就起來,聽代表說第一次的回饋。

好,我們來做第一個頂禮囉。主角說:「親愛的我原初的自己,用我的心向你敞開,用我的心與你同在,你是我受胎第一天最原初的部分,願這Om的唱誦,穿越種種的阻礙,把這個自己,穿越過往的限制,帶回我之內,帶回我裡面,與現在的我合一,謝謝。」

唱歌:Om三聲

問問代表的經驗。好，我們來做第二個頂禮囉。

主角說：「親愛的原初的本我，讓我向黃金世紀的光敞開並頂禮，願這自由的光、愛的光，從你開始流向我，從我開始流向你，成為我們之間的流動與連繫，於是我在這更自由的時代，由你在內，而我在外實踐，我更直接而快速地綻放真實與光，謝謝。」

唱歌：Hallelujah

我們請代表專心地退角，跳一跳，然後你們可以坐下來分享。

2-1

現在我要請每個人都放空回到自己，代表回到你的心，主角是以自己為位置，代表就是代表，回到你的心，一樣感覺地的扎根、天的滋養。主角我要你回到你的身體，很深的、很深的回到你的身體，回到你身體的下骨盆，跟自己在一起，回到你的身體全身上下。主角說：「親愛的夥伴，謝謝你代表我的性慾，這是我生命的本能，喜悅與愛，謝謝。」請代表給予回饋。

好，我們來做第一個頂禮。主角說：「親愛的自己，我向你頂禮，我以心中的愛，向我成長的過程中，關於性慾，被教導它遠離愛的部分頂禮，被誤導、被壓抑、被誤用、或被擱置，親愛的我的性能量，我跟你說聲謝謝你，對不起，我愛你。」

唱歌：對不起、請原諒我、謝謝你、我愛你

好，代表說說看。

好，我們來做第二個頂禮喔。主角一樣，回到你的心，說：「親愛的自己，我向我現在所處的伴侶環境頂禮(Mali補充說明：伴侶環境就是不論我有沒有伴侶，或伴侶有狀況...anyway，就是這個外在的環境)，與性慾相關的伴侶環境頂禮，我謝謝神性母親包圍我並充滿我，用力量鬆開那些束縛，在我之內的，在關係或無關係之間的，我謝謝神性母親照顧我性的需求，讓它在愛中，讓這能量得以開花、得以綻放，這也是靈性的一部分，謝謝。」這首歌跟著我唱喔，不看歌詞就跟著我唱。

唱歌：Jay Ambe

我們還有第三次，所以先問第二次的回饋，問你的代表。

好，我們來做第三個囉，一樣的主角，說：「親愛的自己，我向我的內在與性相關的信念系統頂禮，那些被倫理綑綁的，那些不符合我自身真實的，那些錯誤或沒有知識的，那些不是愛的，我謝謝我用愛包圍，讓光流動，它重新整合，成為愛與純淨，成為身、心、靈合一，成為支持我健康的，謝謝。」

唱歌：Om Namah Shivaya

請代表專心地退角，跳一跳，完全地退角，然後你們坐下來聊說最後一部分。

2-2

我想請新的代表讓自己放空，完全回到你的心，讓你的心支持你成為代表這個角色，讓地連結的扎根支持，讓天的光包圍跟滋養你。我要請現在的主角很 deeply 呼吸，透過呼吸連結你的身體，你把所有的都放下，沉入你的身體之中，沉入你的下骨盆，然後沉入你全身上下，所以在這狀態我們跟夥伴說：「親愛的夥伴，謝謝你代表我的性能量、慾望或需求，你是生命力，你是愛。謝謝。」然後去問問你的

代表。

好，我們來做第一個頂禮囉。主角回到自己的心，說：「親愛的自己，我向你頂禮，我向我的性能量頂禮，我向這性能量在過去被壓抑、被扭曲、被誤解、被忽視、被別人濫用的時候，或是受傷的地方頂禮，我謝謝藥師佛菩薩療癒我，讓我的身、心、靈合一。」

唱歌：藥師佛心咒

好，現在請代表，如果你的歷程還在經驗就留著，如果完成了就跟你的夥伴分享剛剛經驗到什麼。

好，我們要來做第二個頂禮囉。主角回到你的中心，你就是負責祝福就好了，代表交給我照顧。主角回到你的心，真心地朝向，說：「親愛的自己，我向我所處的、與性相關的環境頂禮，與性伴侶相關的環境頂禮，我謝謝神性的祝福來到我之內，充滿並擴展，這祝福能夠釋放那些過去的綑綁，讓我性的生命的能量流動，擴展到我的關係，擴展到我的環境，讓陰影離開，讓黑暗被光碰觸，讓不是愛的離開，讓愛充滿。你是性，也是愛，也是靈性，也是身、心、靈合一的。」

唱歌：Jay Ambe

好，去問問你的代表經驗到什麼。

我們來做第三次。主角說：「親愛的自己，我再次向你頂禮，我向我與性相關的信念系統頂禮，那些被僵化的倫理束縛的，那些被汙名化的，那些遠離真實、遠離愛的，親愛的性愛、性能量，你是我生命力的一部分，你是愛，你是光，你是純淨的，願我的身、心、靈合一。」

唱歌：Om三聲

現在請代表作一個深呼吸，然後決心說：「現在我離開了！」然後在吐氣的時候就把腳步踩離你代表的空間跟位置，吐氣的時候每一次都釋放，然後向原來的主角頂禮，把屬於他的還給他，然後跳一跳，作個分享。