



陸黃埔

昨天 16:47

### 咱慎獨自修的「費洛蒙」

每日沐浴寢前時刻，即為咱獨處自修之時，在這時刻裡，咱特別容易靜心下來，大概是習慣吧！每次在此時駕思冥想，總會在不同的感應頻率裡，得到不同新的領悟，既使是憶過往之事或另思新生之事物，也都會在不同的時空裡，產生不一樣的心得，「多觀側耳、隨性得思、寢前內化、分類歸宗」，這就是咱「慎獨」自修之法，雖此自修之法，儘管與旁人思考差異不大，但對咱而言，卻能提昇擴大咱慣性思考的領域，像「王維」祇能活在唐朝嗎？廢話！人哪能兒活那麼久！是呀！「王維」是人不是神，當然無法活到現在，不過他的「慎獨」功夫卻能流傳，影響後人，像吾維不就被王維影響了嗎！咱思如此，真的，這樣是會變得高明點，思考也能變得更敏銳些，而且更能週延「慎獨」思考後的結果。

當「慎獨」的功夫修練久了，自會嗅到一股來自內心的微妙清香，咱稱「慎獨費洛蒙」，每當「慎獨」時刻到來，此「費洛蒙」即刻繞柱攀樑，室壁生香，直衝腦門，如瀑貫頂，同此時刻，大腦即成磁場，釋出不同「腦波嗎啡」，吸集思蟲返回腦中，上繳今日所想之思，難道不怕思蟲逃兵或逾時不歸嗎！哈哈哈！咱都能「慎獨」自處，擺平自個兒，要求區區小蟲，何難之有，「腦波嗎啡」不就是控制利器嗎？每早定點釋出，寢前準時歸航，整隊團進團出，每每屢試不爽，返腦之後，即刻發酵內化，盤點歸類，收納智庫，做為自個兒爾後言行之依據，行事建言之參考，遠之，可讓自個兒的人生質感能更細緻一些，生活的色彩更豐富一點，近則，也可為愉悅的明日做週延準備，為明天順利的成功之路做鋪陳。

人可以比較嗎？哈哈哈！這是個好問題，問咱嗎？當然可以！但最好不要，如果，是處處勉勵，相互提攜，其「比較」是為良性互動，那是很好！但萬一「比較」是朝刻意的方向發展，那就不太妙了！那時，就有可能會因某種利害關係，而不自覺得將友人變成敵人，造成惡性競爭，其「瑜亮情結」難以言喻，甚至白熱化式的相殘，也就會漸浮抬面了，其實，這問題見仁見智，無標準答案亦無方向可尋，咱竊以為，每個人都是獨一無偶的，如果能向內尋求心智層次上的發展，那咱們唯吾獨有人生，才不會被耗損在不值一提的雜碎瑣事裡，如果能朝自個兒的心智方向出發，那就是走向精煉自個兒思維、純化自個兒能量的心靈大道。

如果，現在咱們做人處事，感到越來越自然平和、越來越無為寧靜，有一種雲淡風清的氣韻，悠然從容的被顯現出來，那就對了，就是這個「味」！這才是咱們該走的「慎獨」之路，咱之「慎獨」自修非一般形式「盤膝禪坐、手結蓮花」，而是隨性淨心，反躬自修，悅順其思，樂而忘憂，或立身，或躺臥，無固定形式，上茅廁做「蛋糕」時也行，總之「淨其心塵、觀其自心、耳聞己音、內化創新」，讓「慎獨」為咱們把關人生品質，這樣才能真正打造出自個兒唯吾獨有的彩色人生。

當「慎獨」內化到達一定品質之時，咱們就能創造幸福，豐沛人生，當然還可將之能量與更多人分享。

不能「慎獨」的人，是得不到較優質地能量的，不能「慎獨」的人是空洞的，每天都必須拼命的去填補自個兒的空虛，每天都須扮演一個拖著蹣跚步履的掠奪者，強撐強者姿態，在現實社會中，去掠奪友誼、俘虜愛情、堆積名聲或私囊金銀，哎！真是累呀！咱想您一定看過吃相難看一貪得無厭，怎麼吃都停不下來的人，您也一定看過職場上很粗暴的管理方式—不停的勞役自個兒或訛詐員工，您也一定見多了要求自個兒的方式很殘忍—做自個兒深感痛苦之事，是呀！太多了！

請不要害怕跟自個兒「慎獨」自修，「慎獨」真的沒那麼可怕，只是咱們都還不太習慣「慎獨」而已，請試著做自個兒吧！試著不要攀附別人，靠自個兒來排遣憂慮、焦急看看，或許，進入「慎獨」不是那麼得容易，但是值得咱們深入的，在深靜悠悠的獨處裡，終有一天，咱們將會點化自個兒的。

請記住自個兒若是「芬芳」(費洛蒙)，蝴蝶總會找到您的…………哈哈！