

我是新世界

I'm my New World

黯夜倒影裡的 光之道路

光浪



為什麼會翻開這本書？

只是隨手拾起，

還是封面標題吸引你？

是什麼引發了你的好奇心？

無論是什麼原因，

既然有了拾起的緣分，

趁著翻閱的心情還微溫發酵著，

進來聊一會兒天吧！

給：開始覺得這個世界不一樣了的你 / 妳

這不是一本小說，

但你可以拿它當小說看，反正很短！

一杯咖啡的時間伴隨敞開的心就夠了。

一個朝氣的上午或一小段悠閒的下午

都很適合進入這個特別為你準備的空間。

帶著放鬆的心情，一壺茶、一杯咖啡或白開水，

配上翻讀時飄散的油墨紙香。

重要的是，帶上一顆**敞開**的心！

以下內容是「你」和「一本日記」的對話：

我：所以我要和一本日記本說話？

沒錯！你正在「閱讀」一本能和你互動的日記，看看能不能聊著聊著聊進心坎兒裏！這本日記——也就是我——現在還只是某人的日記本，和你聊完了之後，也有機會成為你的日記本！

我：什麼意思？

對於還沒走到人生 " 這個 " 階段的人，它就只是一本小說；
對於正在經歷的人——無論是剛開始、還是已經歷經了一兩年——我們即將開啟的聊天內容跟你有關，所以它便不再是一本小說，而是真正的日記，只是有人 " 提前 " 為你記錄下來；對於經歷了更久的人，若還有緣來這兒和我聊天，肯定明白我們的對話裡還有些是專門留給你的訊息！

我：你說的「經歷」是什麼？

我們很快就會聊到。等等！我話還沒說完呢！這本日記也是本傳記，記錄著你以及其他的人，如何從一出生就帶著超越五感天賦，歷經了種種外力干擾和制約，在成長過程中逐漸遺忘原有的天賦，直到近幾年才重新漸漸找回 " 自己 " 。

目前「我」還只是一本日記本，不是傳記，因為一切都還是 " 現在進行式 "。一本日記聊著寫它的人的種種事件和心境體會，聊著聊著，就這樣順勢聊到了你，以及你正在經歷、剛經歷過的重大人生轉變和一些 " 神奇體驗 "。噢，對了！

當然還包含你即將面臨的一些「未來轉變」。如此看來，我也挺像一本預言書。

我：連未來即將經歷的也知道？

是啊！現在這個「你」問我指的經歷為何，但此經歷會因為正在閱讀的你現下所處的狀態，經由和我聊天的過程，探索出哪些屬於你的過去、現在和未來。

我：每個人的生活經歷都是獨一無二的，會因為成長背景和每一次人生十字路口的選擇而有所不同啊！哪能一起聊？

說得好！我們明確一點！這裡指的經歷主要和「內在大轉變」有關，並非指發生在一個人身上的所有個人事件，而是要能催化內在轉變的人生重大事件。外在事件的發展細節雖各有不同，內在轉化的階段性過程是一起的「必經之路」。再則，由於你對於時間認知漸漸不同了，就算看著日記本裡一些你尚未經歷的內容，也能心有所感而不覺陌生，真切地感受到這些內容也和自己有關。

聽起來跟 *déjà-vu* 有點像哦！

哇——你一開始就提到 *déjà-vu*，也好！*déjà-vu*——似曾相識，也叫既視感。第一次來到一個地方，卻感到熟悉。究竟是現處於此地的自己感受到了過去經歷的重現，還是，以前的自己曾預先感知即將來到此地的「未來事件」，而有種以為來過的錯覺？以線性時間理解，的確可以簡略分成現在和過去的連結（過往相似經驗或前世記憶），以及現在和未來的關連（預知能力或對生命藍圖的微弱記憶），而夢境則是可以在遊走於任一時間。

啊？聽起來好複雜！如果現在可以感受到過去，也可以感知到未來，那昨天、今天、明天還有差別嗎？

有，只是不代表線性時間才能表現出它們之間的區別，也不代表它們不能同時存在。

和你繼續聊下去對我有什麼好處？

也是！人類總以「有沒有好處」當作首要篩選準則。問題是，什麼是「好」？什麼算「不好」呢？

你也是人類。

後記

終於可以回到第一人稱跟你說話了，Hi！我是光浪，很高興能因這本書與你相遇！

一本薄薄的手札，在兩年多前，以泡咖啡館、吃早餐、發呆、手寫整理思緒的循環，填滿了！一開始不到 6000 字的產出，來自於隨著思緒行雲流水地劃出的一橫一豎中文線條，時間雖然零散，沒多久就被我 " 撇 " 完了！這一本和以前其他的手札不同，一開始就有個「力量」時不時地推我一下，過程中，我不時 " 提出 " 對出書沒太大興趣，不會成的。過程中，卻意外快樂地享受「內在對話」的流動（主動 / 被動皆有），慢慢把思緒繼續整合成文字，一萬兩千字 → 三萬字 → 到最終居然五萬字了！如果你正在讀這一句，就表明祂勝利了！至於這個「祂」之於你是什麼，我無權幫你定義。

為了不讓這本書因內容而被定義成靈性書籍，在書名和分類上都刻意做了中性的呈現，希望讓所有 " 正在轉化，但還不清楚這一切是什麼的你們 " 都有機會翻開這本書。書的內容

主軸是「個人經歷」，除非需要（像是名稱定義或是一些特定現象在現有研究上的結論），我盡量不查找太多資料，保留「探索」與「內心對話」旅程所包含的「不確定性」和「主觀性」。其實書裡提到的心靈相關用語大多不是什麼秘密了，網路上一查都可以找得到。如果花很多精力仔細描述每一個名稱定義和現象說明，出版這本書就沒有太大的意義了！我也曾想過什麼名稱都不提，但架構起來軟趴趴的、訊息四散。最終，「兩年多來的我」選擇以日記和你們對話。

為何我特別喜歡把一些過程經歷和感受用畫面性的描述方式表現出來呢？一來，由抽象轉成具象畫面所串接出來的張力總能捕捉到能量分秒的律動。二來，若把昆達里尼或黯夜過程用條列的方式呈現，哪有辦法囊括出所有人的經驗？每個人的經驗都是獨一無二的，不會有一個 SOP 流程告訴你怎樣才算是真正的黯夜，也沒有一個人可以代替你正在經歷的一切。每一次靈性覺察所得到的體悟，就像一場電影帶給不同人獨特的感受，哪有可能都一樣？

所謂「靈性覺醒者」，可以是從來沒有聽過什麼是地球揚升

的早餐店老闆娘，也可以是一個時時樂意分享的九歲小孩。覺醒，根本沒有外界形容得那麼複雜！對應內心的成長，不在於你有多少相關知識、是否定期冥想、相不相信靈魂轉世、吃素吃葷、有沒有宗教信仰，生命本身是一個完美純粹的存在，不需要被分類判斷怎樣的人才叫做 " 有靈性 "，才算 " 高覺醒 "。一味追求這些等級或定義的人最容易被靈性知識給卡住，你不需要！

這本書是為了【正在轉化中的你】而出版，希望你繼續相信宇宙，也信任自己，少一點自我批判，愛自己滿滿，不因任何人或組織放棄你的自由意識！**你的存在，就是光！**與萬事萬物一起共振，享受生命，隨一切自由流動，創造幻化出當下更美好的實相！

持續發光的你，一直都是最美好的存在！

你是光

生命永恆或短暫，
端看時間之於你是一條單向時間線，
亦或是過去現在未來綿延出共時時空。
集體意識中的你與個體中的你一起轉化，
你的世界也緊緊跟著宇宙能量更新。

生命旅程有終點也有起點，
每個當下是生命中的線與面，
也是時空流動中的一個光點。
此生的目的地是此時此地。
存在於你從何而來的一切源頭。

你的存在是奇蹟，
也是愛。

光浪