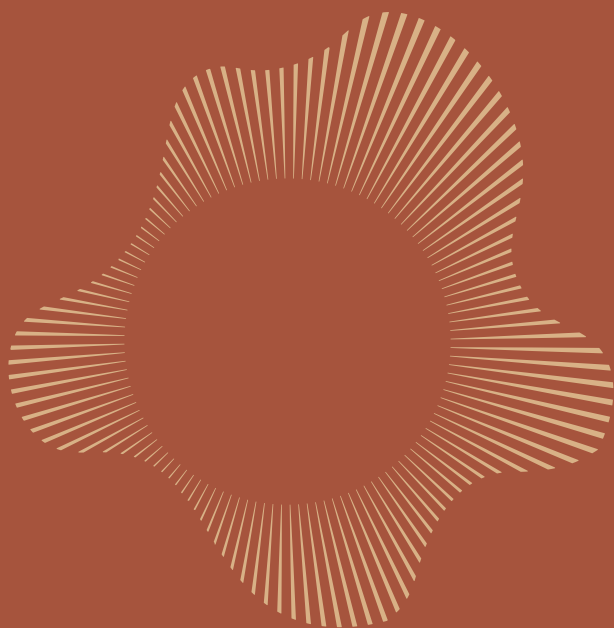


OMG!!LRNSPAL

突破舊有框架的萬用指南



M.W 著

O:OBSERVATION

從此刻開始，
靜下心來、單純凝視——每一個過程。

若一切的起始、發展與終結，
甚至所有汲取的資訊、
整個外在世界，
其實都只是——
一種隱喻……

那麼，
關鍵不再是事件本身，而在我們如何觀看。

在規律中，找到切入點；
將分散的注意力收攝回來，便能見微知著。

當注意力聚焦，
有形的徵兆與暗藏的節奏，
就會浮現。

那是通往轉化的鑰匙——
指出真正該調整的方向。

M:ME & MY LIFE

望進眼波深處的靈魂，
跟無垠的星夜悄然相連。
溫柔的善意，
靜靜融進陽光的明媚裡。

而那些討人厭的不如意，
則慢慢變質、發出烏煙瘴氣的氣味。
世界的痛苦與不安，
在意識的某個角落隱隱作痛——

那麼這團糾結成謎的命題，
又該從何處解起？

細膩且銳利的觀察力，是一把鋒利的工具；
而每一個起心動念，都將決定最終的品質。

將觀察力的能量，
聚集於自己與生命的交界處。

永遠記得：
成為自己最堅實的後盾，
並為改變，立下無悔的決心。

G:GOOD VISION

未知的旅途啊！

我該怎麼知道，

若選擇了這條嶄新的道路，

是否就此錯過手中握有的既得利益？

原來，我是如此害怕放手。

如果途中遇見兇猛的老虎呢？

如果前方長路漫漫、顛簸難行？

如果被人當作瘋子或傻瓜呢？

又如果，
終點處竟也沒有寶藏，
那是否還值得堅持到底？

我的腦袋無法安靜下來，
思緒奔竄、懷疑如潮湧。

此時，靈魂悄悄鑽入夢境，
一聲溫柔的低語迴盪著：

「何不現在就啟程？別怕——
沒事的。」

靈魂啊，
請帶我跨越這由恐懼築起的心牆，
請說服我——
那個燦爛的理想境地，並非遙不可及。

有一個令人嚮往的前方，
才會生出願意啟程的意志；
唯有由內而生的勇氣，
才是真正能支撐遠行的力量。

當我安然躺在這股力量之上，
便能穩穩地、邁向未知。

那些翻湧而出的不安，
也將被宏大的願景、
與更深層的意義所溫柔承接。