

無為靜功講義

2011. 11
2014. 6. 21 修正
By 白光

一、靜坐的緣由：

2010 年 7 月時

觀世音菩薩：「白光有空時你可以開始靜坐了，每次 30 分鐘」。

白光：「好，那為何是 30 分鐘？」

觀世音菩薩：「因為你很忙，只有 30 分鐘時間」。

白光：「那為何白光一坐下去，就感覺空掉了？」

觀世音菩薩：「那是你累世的修為」。

二、無為靜功的由來：

2011 年 8 月某下午靜坐時，突然領悟原來靜坐的真正功用是在於**平衡業力**，下座後立即請示釋迦牟尼佛師父。

白光問：請問我剛才靜坐時的體悟是正確的嗎？

釋迦牟尼佛答：是的，正確的。

白光問：是您教我的嗎？

釋迦牟尼佛答：不是的，是**您累世的修為**。

白光問：這個與禪宗最高修為的靜坐一樣的吗？

釋迦牟尼佛答：一樣，到了這種修為，都是一樣，都剩下**修心**。

三、六祖惠能大師的開示：

2011 年 10 月 14 日六祖惠能大師教完「**明鏡**」課程之後。

白光問：「有話告訴白光嗎？」

六祖惠能大師答：「**清靜無為，當您還要顧您的心時，就還有執著**」。

白光心中 OS：「**不用顧這顆心，這顆心還要清靜無為，這是很難達到的境界耶，哈哈**」。

四、「靜氣通神」境界：

有一天白光問釋迦牟尼佛師父，

白光問：我現在到了何種境界？

釋迦牟尼佛答：「靜氣通神」境界。

什麼，沒聽過，那時白光根本從來沒聽過「靜氣通神」這四個字。

2014. 3. 24

註1：現在是不會去問這種問題，因為沒有境界這種東西，只要是宣稱達到什麼境界，就停止進展了，所以根本連問都不問。

註2：達到這境界可以與神聊天

2011. 9. 28 下午白光靜坐，原本白光背靠在牆上，突然之間，整個人**脊椎挺直**了起來，一股能量從**海底輪往上**(海底輪有如**沸水煮開**般，**波波**)，經由**中脈**，**直上天際**，**無限延伸**。白光的意識非常**清楚、清明**，但卻又感覺**空到不能再空**，整個人...不知如何形容，就是**空到進入愉悅狀態**，這也難怪，很多高人喜歡進入這種狀態，迷戀這種狀態。這時，白光體悟到了何謂「**靜氣通神**」境界。

五、「靜氣通本源」境界：

2011. 12. 25

白光問：「最近的靜坐有點無聊，實在是沒念頭可想，滿想起來的，請問師父這是發生何事？」

釋迦牟尼佛：「**那是因為您的靜心品質，幾乎可以維持24小時了，靜坐暫時已經不能讓你更靜了**」。

白光問：「那白光還需要加強甚麼嗎？」

釋迦牟尼佛：「你之前的境界是一**靜氣通神**，現在必須更進一步，叫做**靜氣通本源**，你試著往上連接本源」。

白光一試，突然之間，一股能量由**海底輪直上天際**，全身有點輕微電流通的感覺，眼前感覺出現一幅**耶穌基督的三聖一體**(聖父、聖子、聖靈)的畫面，全身進入一種**極樂狀態**，**非常愉悅**，不太會形容耶，就是**舒服到不太想離開的狀態**，

白光還故意去想一些事情，看看能不能想事情？發現腦袋是沒辦法運作的，腦袋沒辦法想任何事情，應該是說左腦沒辦法想事情、沒辦法思考，已經將左腦功能關至最小狀態了，只剩下生存本能的一些功能，這時右腦的運作是最大，全然進行靈性的開展。不知道維持了多久？直到 30 分鐘的鬧鐘聲響，白光只好離開這樣的狀態。

白光問：「師父，這樣的體驗對嗎？」

釋迦牟尼佛：「很好，以後你就這樣練吧」。

白光：「謝謝師父。^_^」

^-^

2014. 3. 26

註：自從那次練過之後，白光也未再練習這種的靜坐方式了，因為這也只是一種非常高階的神秘體驗，這與開悟、修心完全無關。修心重於修術，一切都要放下。

六、連開悟這種念頭也要丟到垃圾桶。

2012. 9. 20

釋迦牟尼佛：「你對修行這條路的慾念太高，自在一點，自我要求及追求太多」。

白光問：「自在一點的成就會比較高嗎??」

釋迦牟尼佛：「那才是你真的該達到的境界，不要太鑽研」。

白光問：「一般的開悟者，也都是很自在嗎？」

釋迦牟尼佛：「對」。

白光問：「那我該如何做比較好？」

釋迦牟尼佛：「你自在，別人也才會自在，像你平常所說，你的福德、功德到哪，修行的層次自然會到哪，強求不會較好，不用跟別人比，盡力就好，讓自己的身心靈達到最佳的狀態，才能造福更多的人。

達到自在，就是最佳狀態。學會放下，靜氣通神」。

白光問：「請問師父那我要如何才能開悟？」

釋迦牟尼佛：「你還是執著在開悟」。

白光問：「我一心求道，我這麼認真，這麼精進，這麼努力想要有開悟這種念頭也不行??？」

釋迦牟尼佛：「你還是執著在開悟，時候到了，累積的東西夠了，自然水到渠成，自然達到開悟，成仙、成佛。執著於開悟也是一種慾望」。

釋迦牟尼佛：「有慾望就無法開悟」。

所以，聽完以上開示之後，白光連開悟這種念頭也丟到垃圾桶了。

課程大綱：

- 1、何謂開悟？打電動比喻。
- 2、白天、靜坐、睡夢與平衡業力的關係。
- 3、靜心與平衡業力的關係。
- 4、過去、現在、未來與平衡業力的關係。
- 5、靜氣通神的境界。
- 6、靜氣通本源的境界。
- 7、靜與定的差異。
- 8、啟動「無為內觀」。
- 9、什麼是無念？
- 10、靜坐注意事項就是「沒有注意事項」，一切無為。