

## 究竟是谁在做主？

—壹贺列阿卡拉·修·蓝博士

谢谢你一起和我阅读这篇附录。我很感激。

我热爱荷欧波诺波诺的大我意识法，以及夏威夷治疗师—敬爱的莫而娜·纳拉玛库·西蒙那，她在一九八二年十一月仁慈地与我分享这个疗法。

这篇文章是根据我在二零零五年时记录在笔记本里的想法写成的。

### 二零零五年一月九日

即使搞不清楚到底怎么回事，还是可以解决问题—领悟到这点令我感到了全然的释放与喜悦。

生存的一部分目的就是为了要解决问题，这也是荷欧波诺波诺大我意识法的作用所在。而要解决问题，得先提出两个疑问：我是谁？到底是谁在做主？

理解宇宙的本质就从苏格拉底的洞见—认识你自己—开始。

### 二零零五年一月二十一日

究竟是谁在作主？

大多数的人，包括那些科学研究团体，都把这世界看作是一个物质实体。当前为了去找出辨识心脏病、癌症、和糖尿病的起因与治疗方法而针对 DNA 进行的研究就是一个最好的例子。

## 因果法则

物质模型

因	果
有瑕疵的DNA	心脏病
有瑕疵的 DNA	癌症
有瑕疵的 DNA	糖尿病
物质的	物质问题
物质的	环境问题

智力，也就是意识，认为自己是解决问题的人，可以控制要让什么发生、要经历什么事。

丹麦科学作家，诺瑞钱德在他的著作《使用者的错觉：揭露意识的真面目》里，为意识画了一幅不一样的图像。他引用多项学术研究，尤其是加州旧金山大学班杰明·利贝特教授的研究，结果显示，在意识做决定之前，决定就已经出现了，而智力对此毫无所悉，还认为那是它在作决定。

从我出生那一刻起  
到我离开人世的那一瞬间  
人生中有我必定要遵循的路途  
就象我必须呼吸一样自然。  
也象生活在迷宫中的老鼠  
眼前的道路也许欺瞒，

但是生命的图案永远是真理  
直至死去

图案仍旧在墙上  
黑暗在渐渐吞噬  
依旧自若沉静  
我必须与黑暗共存  
就象我无法选择我的肤色  
也象我无法抗拒不老  
我的生命就是一组图案  
无法改变也无法控制。

诺瑞钱德还引用某项研究，显示每秒钟有数兆位的信息在流动，而我们的智力只能意识到其中的十五到二十位。

如果不是智力或意识，那么究竟是谁在作主？

二零零五年二月八日

回放的记忆支配着潜意识经历的一切。

潜意识对回放的记忆会感同身受地产生共鸣，它还会模仿、响应回放的记忆。潜意识的行动、理解、感受、和决定，完全是受记忆的摆布。而意识在毫不知情的情况下，也是透过回放的记忆在运作。研究显示，回放的记忆支配意识的经验感受。

### 因果法则：

荷欧波诺波诺大我意识法

因	果
在潜意识回放的记忆	物质的一心脏病
在潜意识回放的记忆	物质的一癌症
在潜意识回放的记忆	物质的一糖尿病
在潜意识回放的记忆	物质问题—肉体
在潜意识回放的记忆	物质问题—世界

回放的记忆创造了潜意识里的肉体和世界；肉体和世界极少以灵感的形式存在潜意识里。

二零零五年二月二十三日

潜意识和意识，包括灵魂，都不会创造自己的念头、想法、感受和行动。就像之前所提过的，它们的经验会与回放的记忆和灵感产生共鸣。

但人们可能会以自己的方式解释事情  
忽略这些事情本身的目的

—威廉·莎士比亚

我们必须了解，灵魂并不会创造自身的经验，它的理解、感受、行为和决定都依照着记忆的理解、感受、行为来决定！或者，在极少数的情况下，会由灵感支配。

要解决问题，最重要的是要了解：肉体和世界本身并没有问题，它们是记忆在潜意识里回放的结果！那么究竟是谁在做主？



存在是来自神性智慧的礼物。而这礼物的**唯一目的**，就是要透过解决问题，重新建立大我意识。夏威夷有一种透过忏悔、原谅、和转化解决问题的古老疗法，而荷欧波诺波诺大我意识法就是这个疗法的新版本。

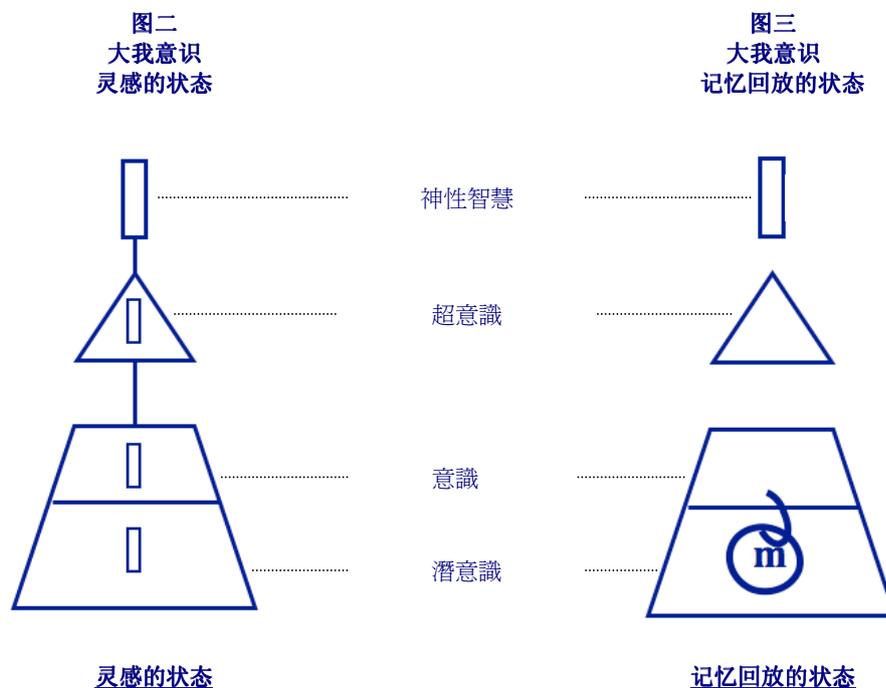
不要判断人，否则你们也要受判断；不要定人的罪，否则你们也要被定罪；宽恕人，你们也会被宽恕。

—耶稣《路加福音：第六章》

大我意是由四个部份组成：神性智慧、超意识、意识、和潜意识，而实行荷欧波诺波诺，这四个部份必须完全参与，合而为一的一起工作。问题是来自潜意识里回放的记忆，而在解决问题的过程中，大我意识的每个部份都有它独特的角色和功能。

超意识里没有记忆，它并不受在潜意识里回放的记忆的影响。超意识总是与神性智慧合一，不管神性智慧如何移动，超意识也跟着移动。

大我意识透过灵感和记忆运作。不论何时，潜意识都只能听令于记忆或者是灵感的其中一个。大我意识的灵魂一次只能为一个主人服务，而那主人通常花刺般的记忆，而不是玫瑰花般的灵感。



二零零五年四月三十日

我就是那个消费自己悲痛的人。

— 约翰·克莱尔，诗人

「空」是所一切有生命与无生命的自我/大我意识的共同基础及平衡者，它是整个宇宙不灭的、永恒的的基础，包括可见及不可见的。

我们相信这些真理不言而喻，所有人类（所有的生命形式）都是生而平等的...

— 托马斯·杰斐逊，《美国独立宣言》

回放的记忆会取代大我意识的共同基础，将心智的灵魂带离它在「空」与无限中本来的位置。虽然记忆会取代「空」，但是记忆却无法摧毁「空」。空无怎么可能被摧毁呢？

二零零五年五月五日

要让自我意识时时刻刻都是大我意识，必需不间断的实行荷欧波诺波诺。跟记忆一样，荷欧波诺波诺永远不能休假、永远不能退休、永远不能睡觉、永远不能停止，因为...

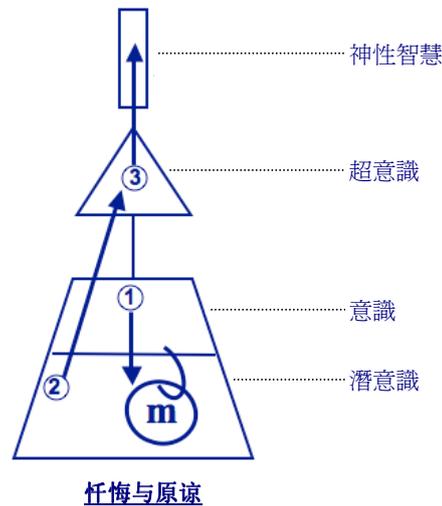
...在你快乐的日子不要忘记  
不知名的恶魔（回放的记忆）正在背后成形！

—杰弗里·乔叟，《坎特伯雷故事集》

二零零五年五月十二日

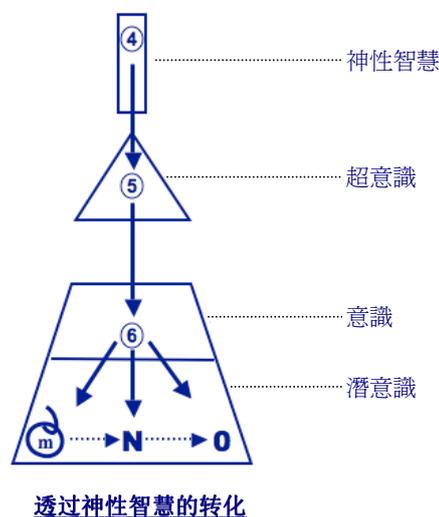
意识可以启动荷欧波诺波诺疗法去释放记忆，或者，它也可以让记忆忙着责难及思考。

图四  
荷欧波诺波诺大我意识  
(解决问题)



1. 意识启动荷欧波诺波诺问题解决法，祈求神性智能将记忆转化至「空」。意识承认问题是来自在潜意识里回放的记忆，而它要为这些记忆负百分之百的责任。这个祈愿会从意识往下移动到潜意识。（请见图四）
2. 往下移动到潜意识的祈愿会轻轻搅动记忆，以便转化。然后，祈愿会从潜意识往上移动到超意识。
3. 超意识会重新检视这祈愿，并作出适当的改变—超意识因为与神性智能频率一致，所以有能力重新检视，并作出改变。之后，祈愿会被往上送到神性智慧，作最后的审视和考虑。

图五  
荷欧波诺波诺大我意识  
(解决问题)



4. 重新审视过从超意识送来的祈愿以后，神性智慧会将用来转化的能量往下送到超意识里。
5. 接着，用来转化的能量就从超意识往下流入意识里。
6. 再接着，用来转化的能量会从意识往下流到潜意识。这个能量会先中和指定的记忆，然后被中和的记忆就会释放到贮藏中，留下「空」。

二零零五年六月十二日

思考和责难是回放的记忆。（请见图二）

灵魂在不知道究竟发生什么事的情况下，仍然可以被神性智慧启发。要得到灵感与神性创造力的唯一要求，就是自我意识要一直是**大我意识**。要一直是**大我意识**，就必需持续地清理记忆。

记忆是潜意识固定的同伴。从来不会离开潜意识去休假、去退休。它们会不间断的回放，永不停止！

### （法学家的故事）

喔，那突然靠近的忧愁  
对世俗的极乐洒上悲伤  
终结了所有现实努力的喜悦！  
忧愁占领了我们坚持的目标。  
为了你的安全请再想想，  
在你快乐的日子不要忘记  
不知名的恶魔正在背后成形！

—杰弗里·乔叟，《坎特伯雷故事集》

想要永远终结和记忆的所有关联，记忆必须被彻底的清除。

一九七一年在爱荷华州，我第二次彻头彻尾的坠入爱河—亲爱的**M**，我的女儿，出生了。

看着我的妻子在照顾 M，我感觉到自己对她们的爱越来越深刻。我现在爱着两个最棒的人。

那年夏天我在犹他州完成了研究所的学业，我和妻子必须作出选择：回到夏威夷的家乡还是留在犹他州继续毕业后的训练。

我们在鹰眼州(美国爱阿华州别名)的生活才刚刚开始，立刻就面临了两个困难。第一个困难是，自从我们把 M 从医院带回来后，她就哭个不停。

第二个困难是，爱荷华州正经历本世纪最糟糕的冬天。连续几个星期，我每天早上都要在屋子里用力踢公寓大门的底部，然后再用手去搥打门的边缘，把埋住门另外一边的冰块弄掉。

大概在一岁左右，M 的毯子出现血渍。直到现在写出这个句子，我才发现她会哭个不停是因为她的皮肤出现严重问题，那个问题后来才被诊断出来。

在许多夜晚，当我看到 M 在断断续续的睡眠中不停的搔痒，我常常无助的哭泣。类固醇对她一点帮助也没有。

到了三岁，血不停地从 M 手肘和膝盖弯曲的裂缝中渗出来。血也从她手指和脚指关节的裂缝中流出。她手臂内侧和脖子的周围都被粗糙的硬皮覆盖住了。

九年后的某一天，我们那时已回到夏威夷了，我和 M 还有她妹妹郑在开车回家的路上。突然间，在没有事先的计划的条件下，我发现自己把车子调头，往我位在威基基的办公室开去。

「喔，你们大家来看我了，」莫而娜在我们三个人踏进她办公室时轻轻地说。她一边把桌上的文件移开，一边抬起头看着 M。「你想问我什么问题吗？」她温柔的说。

M 伸出双臂，露出她多年的痛苦和悲伤，那些悲痛了的记号从上到下蚀刻在他手臂上，像写满文字的腓尼基卷轴。「好，」莫而娜响应了一声，然后闭上了她的双眼。

莫而娜当时在做什么？这个荷欧波诺波诺大我意识法的创始人正在实行荷欧波诺波诺大我意识法。一年过后，长达十三年的流血、结疤、疼痛、悲伤和药物都结束了。

—荷欧波诺波诺大我意识法的学生笔

**二零零五年六月三十日**

生命的目的就是成为大我意识，因为神性完全依照祂的样貌—空和无限—创造了大我意识。

生命所有的经验都是回放的记忆和神性灵感的表现。忧郁、思考、责难、贫穷、憎恨、怨恨和悲伤就像莎士比亚在他一首十四行诗里写下的，是「过往遗憾的悲叹」。

意识可以选择不间断的清理，或是选择让记忆不间断的回放问题。

**二零零五年十二月十二日**

意识单独运作是对神性最珍贵的礼物—大我意识—的无知，也是对问题真实面貌的无知。这样的无知让问题的解决的徒劳无益。可怜的灵魂就一直被留在持续又不必要的悲伤中。多令人感到难过啊！

意识必须在大我意识中觉醒，认识到大我意识的礼物—「超越一切理解的富足。」

大我意识和它的创造者—神性智慧—一样，都是永生不灭的。无知的后果就是世世代代都活在毫无意义且永不间断的贫穷、疾病、战争、和死亡所形成的的错误实像里。

二零零五年十二月二十四日

物质世界表达出在大我意识灵魂里发生的记忆和灵感。改变大我意识的状态，会改变物质世界的状态。究竟是谁在作主？灵感，还是回放的记忆？选择就在意识的手中。

二零零六年二月七日（跃进二零零六年）

以下是荷欧波诺波诺大我意识法的四个问题解决步骤，可以透过清空在潜意识里回放问题的记忆，来重建大我意识。

1. 「我爱你」：当灵魂经验到回放问题的记忆时，轻轻地。或是在脑海里对这些记忆说：「我爱你，亲爱的记忆。我很感激有这个把我和你们全部释放的机会。」你可以一次又一次、安静地被重复说「我爱你」。记忆永远不会休假或退休，除非你辞退它们。「我爱你」甚至可以在你没有意识到问题的时候使用。例如，在你要从任何活动之前，像是打电话或是接电话，或是要上车到某处之前。

要爱你们的仇敌，好好对待仇视你的人。—耶稣《路加福音：第六章》

2. 「谢谢你」：这个步骤可以和「我爱你」一起使用，或代替「我爱你」。跟「我爱你」一样，「谢谢你」可以一遍又一遍地在脑海里重复。

3. 蓝色太阳水：喝大量的水是一个很棒的问题解决方式，尤其是喝蓝色太阳水。找一个盖子不是金属的蓝色玻璃容器。把自来水注入这个容器，然后把蓝色玻璃容器放在太阳或白热灯泡底下（不要用日光灯）照射最少一小时。当水接受过太阳光作用以后，就可以用在很多地方—可以拿来喝、拿来烹调、或者在洗过澡后再拿来冲洗身体。蔬菜和水果就非常喜欢被蓝色太阳水洗涤！就像「我爱你」和「谢谢你」这两个步骤一样，蓝色太阳水会清空在潜意识里回放问题的记忆。所以，把记忆喝掉吧！

4. 草莓和蓝莓：这两种水果可以清空记忆。新鲜或干燥的都可以，也可以是果酱、果冻甚至是冰淇淋上面的糖浆！

二零零五年十二月二七日（跳回二零零五年）

几个月前，我有了一个主意，想要制作一张让荷欧波诺波诺大我意识法里面的必要角色「自我介绍」的词汇表。你有空的时候可以多跟它们认识认识！

1. **大我意识**：我是大我意识。我是由四个元素所组成：神性智慧、超意识、意识、和潜意识。我是由神性智慧完全依照祂的样貌—空和无限—而创造的。
2. **神性智慧**：我是神性智慧。我就是无限。我创造了大我意识和灵感，我将记忆转化至「空」。
3. **超意识**：我是超意识，负责监督意识和潜意识。意识会启动荷欧波诺波诺，像神性智慧祈求，而我就要审视那个祈求，并作出适当的改变。我不受潜意识里回放记忆的影响。我和神圣的创造者总是合一的。
4. **意识**：我是意识。我拥有的礼物是选择。我可以持续不断的记忆支配我和潜意识的经验，或者，我可以透过不间断的实行荷欧波诺波诺来释放记忆。我可以向神性智慧祈求指引。
5. **潜意识**：我是潜意识。我是创世以来所有累积记忆的贮藏室。我是经验以回放的记忆或灵感出现的地方，我是肉体和世界以回放的记忆或灵感的形式存在的地方。我是问题化身为做出反应的记忆所居住的地方。
6. **空性**：我是「空」，是大我意识和宇宙的基础。我是来自神性智慧—也就是无限—的灵感所在的地方。潜意识里回放的记忆可以取代我、阻碍神性智慧灵感的流入，却无法摧毁我。

7. **无限**：我是无限，也就是神性智慧。脆弱的玫瑰花一般的灵感从我流入大我意识的「空」，却轻易地被花刺般的记忆取代。
8. **灵感**：我是灵感。我是无限，也就是神性智慧的造物。我从「空」显化到潜意识里，以全新事件的形式被经验到。
9. **记忆**：我是记忆，是潜意识里过去经验的纪录。当我一被触动，就会回放过去的经验。
10. **问题**：我是问题，是潜意识里再次回放过去经验的记忆。
11. **经验**：我是经验，是潜意识里记忆回放或灵感的结果。
12. **运作系统**：我是运作系统。我以「空」、灵感和记忆来运作大我意识。
13. **荷欧波诺波诺**：我是荷欧波诺波诺。我是一种古老的夏威夷问题解决法，一九八三年被授与夏威夷州人间国宝称号的莫而娜·纳拉玛库·西蒙那，为了适用于当今社会，而将我更新。我由三个元素所组成：忏悔、原谅和转化。我是由意识启动的祈求，祈求神性智能清空记忆、重新建立大我意识。我起始于意识。
14. **忏悔**：我是忏悔。我是意识向神性智能祈求转化记忆至「空」，而启动的荷欧波诺波诺的起点。透过我，意识承认它对于创造、接受及累积在潜意义识里回放问题的记忆负有责任。
15. **原谅**：我是原谅。我和忏悔都是意识发出的祈求，祈求神性智能转化潜意识里的记忆至「空」。意识不只感到懊悔、也祈求神性智慧的原谅。
16. **转化**：我是转化。神性智能使用我去中和、释放潜意识里的记忆至空性。只有神性智能能够使用我。
17. **丰富**：我是富足。我是大我意识。
18. **贫穷**：我是贫乏。我是取代的记忆。我取代大我意识，阻碍神性智慧的灵感注入潜意识中！

在带领你至此探访的结束之前，我想注明一下，如果你有考虑要上荷欧波诺波诺的周末课程，读过这篇文章就符合了参加星期五讲座的必备条件。

祝福你拥有超越一切理解的平安。

欧卡 马鲁雅 喏 美 欧

愿平静与你同在，

壹贺列阿卡拉 修·蓝博士