



圖28-1

金剛經記載

若以色見我・以音聲求我
是人行邪道・不能見如來



六祖慧能說

有情來下種・因地果還生
無情亦無種・無性亦無生

金剛經記載

一切有為法・如夢幻泡影
如露亦如電・應作如是觀

眉心輪：位於前額兩眉心之間，和我們接收外在的印象、價值觀和信念相關。冥想此輪，能啟發人的智慧。

左脈：又稱陰脈或月亮脈，掌管我們的記憶、過去和情感方面。冥想此脈，加強對情感的感受能力。

心輪：位於心臟，掌管同理心、愛和慈悲。冥想此輪，能釋放被壓抑的情感創傷。

中脈：位於脊柱處中部，冥想時它必須持續流動、意識、身體才能得到控制、保持平靜。

腹輪：位於人體肚臍下方，和情感、情感、直覺及精力相關。冥想此輪，能增強通靈能力、預知力。

頂輪：位於頭頂，和一個人的靈感、生存使命、大智慧、領導力相關。冥想此輪，能加強腦部的活動，刺激靈感。

喉輪：位於咽喉處，和一個人溝通、表達和創造能力相關。冥想此輪，增強溝通能力和創意。

右脈：又稱陽脈或太陽脈，掌管我們的思維、未來、行動及計劃方面。冥想此輪，增強理性意志。

臍輪：位於肚臍部位，和自我意識、理性面及意志力有關。冥想此輪，能意志力和耐力。

海底輪：位於生殖器和肛門之間的會陰處，和人的生存能量、身體意識和遺傳有關。冥想此輪，使自己對生命充滿熱情活力。