

DAY 3

ness

重點

- 1) 靜心：聽音檔、唸梵咒
- 2) 在筆記本裡寫下「今天我專心想著我要吸引什麼到生命中。」不斷提醒自己。
- 3) 完成今天的功課：畫畫
- 4) 和大家分享前兩天的心得吧！

進度



梵咒

SAT CHIT ANANDA SAT CHIT ANANDA

任務

在你的筆記本上畫出鈔票、支票、股票、債券、錢幣和各種支付方式。畫出足夠的金錢，可以抵消你昨天寫下的所有開銷。

你擁有完全的自由，可以創造並畫出解決方案。我們畫畫是為了要讓你能支付宇宙中你需要的一切！發揮你的想像力、你的創意、你的鉛筆、原子筆、彩色筆。畫出鈔票、錢幣、一整疊的錢、一整袋的錢、從天而降像雨水一樣灑不停的錢——你想怎麼畫都可以！

記得，這不是美勞課，只是要讓你創造出你的實相，實踐在你的生命中。

在你畫的時候，盡情感受到收支平衡的滿足感，還有創造收入的滿足感——就好像你真的獲得了收入來支付你的開銷。

享受畫錢的樂趣吧！

今日金句

今天我專心想著我要吸引什麼到生命中。

今日冥想音檔

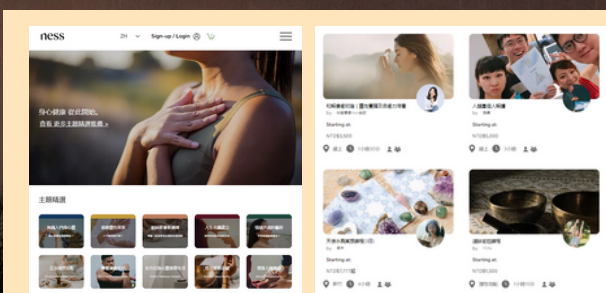
中文冥想音檔

https://drive.google.com/file/d/13XIrudiRAgUsv6uKqDfgGcNCxNMRHIZE/view?usp=share_link

English Audio

<https://drive.google.com/file/d/1HuQCutg4gLmDzLVIEku9kmIMTMicCdtH/view?usp=sharing>

完成今天的挑戰之後，請在群組發送訊息：「Day 3 done」



平靜使我們能夠有效管理情緒，並找到內心的平靜時，生產力自然會隨之提升。

ness wellness 提供豐富的靜心課程選擇
為你的工作與生活找到新的平衡點

www.nesswellnes.com

