

重點

- 1) 靜心：聽音檔、念梵咒
- 2) 在筆記本裡寫下「我放下執念，不再需要安排人生之後，宇宙就會把豐盛和美好帶給我。」今天不斷提醒自己。
- 3) 完成作業：寫下你和你的母親。

進度



梵咒

Om Anadham Nama Om Anadham Nama

訊息

豐盛與超然法則

今天我們將學習如何放下「獲得特定結果」的執念。我們要探討「超然法則」。

豐盛有很多形式。只要你的願望對全世界都好，你就能透過你的願望發揮創造力去獲得任何你想要的結果。

大房子、新車子、精緻的珠寶，這些都是豐盛的象徵，能為你的生命帶來喜悅的浪潮。不過，這些指標可能也代表你為了幾道暫時的海浪而犧牲了整個海洋。

「當你充滿著愛、熱情、創造力與意義來生活，這些象徵物會自己來『追』你。」喬步拉中心共同創辦人 David Simon 博士說。

問題一：你夢想著獲得哪些豐盛的象徵物？

問題二：這些東西能如何同時改善你和他人的人生？

問題三：這樣的豐盛還能用哪些方式為你的人生帶來正面的影響？

任務

想想第11天你母親的描述，想想你的人生，以及你的行為模式。你是否看到你和母親之間有些相似之處？相似之處為何？這些相似處是怎麼形成的？把你的反思寫在筆記本裡。

今日金句

我放下執念，不再需要安排人生之後，宇宙就會把豐盛和美好帶給我。

今日冥想音檔

中文冥想音檔

https://drive.google.com/file/d/1RNK4mZYcO4J6_HF072GVGkjjcMOi4U2p/view?usp=share_link

English Audio

<https://drive.google.com/file/d/1MK2Hkf1QBkVXpYgAPIdR8OWzUnUus-Ta/view?usp=sharing>