

活用秘密的

43個練習

《秘密》告訴你：吸引力法則
可以讓你做到任何想做的事！
以神奇好玩的『心理遊戲』
給你最佳的執行之道。

安一心 著

心得分享：傅薇庭

活用秘密的 43個練習

《秘密》告訴你：吸引力法則，可以讓你做到任何想做的事！
本書以神奇好玩的「心理遊戲」，給你最佳的執行之道。





初階練習
信任宇宙，發現超能力

增加**想像力**的功力

想像力帶我們飛行，遨遊我們的夢想。

電影可供我們想像空間，儲備夢想的能量，也讓我們經歷不同的時空。

有許多人許下了願望卻沒有能夠想像的畫面，無法想像自己擁有的願望的情形？海角七號中的馬拉桑勤奮、熱情、誠懇、不服輸的精神，深受感動。



初階練習

信任宇宙，發現超能力

未來夢想中的自己

總是給未來的我做出最好的安排。



寫信就如同舉行一種儀式，透過我們所寫下的「字句」，其流動的方式就會振盪出無比的能量。

寫信給未來的自己。其實這也是讓自己想像自己未來是什麼樣的人的方法，願景板也可以達到這個功能，但是願景板上沒有期限，寫信給未來的自己可以加上日期，有了期限的概念，或許那比較容易成功吧!!



初階練習
信任宇宙，發現超能力

創造好頻率

每天都做喜歡的事，
吸引想要的願望。



自然形成好的氛圍與能量。如同有些人做了喜歡的事，邊哼的喜悅的歌曲，感覺輕快無比，任何事情都難不到他們，突破難關，所有的好事也會接連而來。

初階練習
信任宇宙，發現超能力

感覺是願望的方向

喜願感覺，帶我們往願望前進。

好采頭



周遭的每件事，都能為我們帶來喜悅，散發出良好的波動頻率，或許有許多的不喜歡，學會調整將負面的振動頻率調整成正面。



淨空環境會有好的能量流。就跟掃除力提到的類似，一個亂的地方雖然你的意識沒有感覺到，可是潛意識可能會覺得不高興，久而久之就在潛意識中形成壓力，狀況當然會不好，所以打掃真的很重要。



初階練習
信任宇宙，發現超能力



人人愛戴的**人際關係**
創造人人喜愛的氛圍。

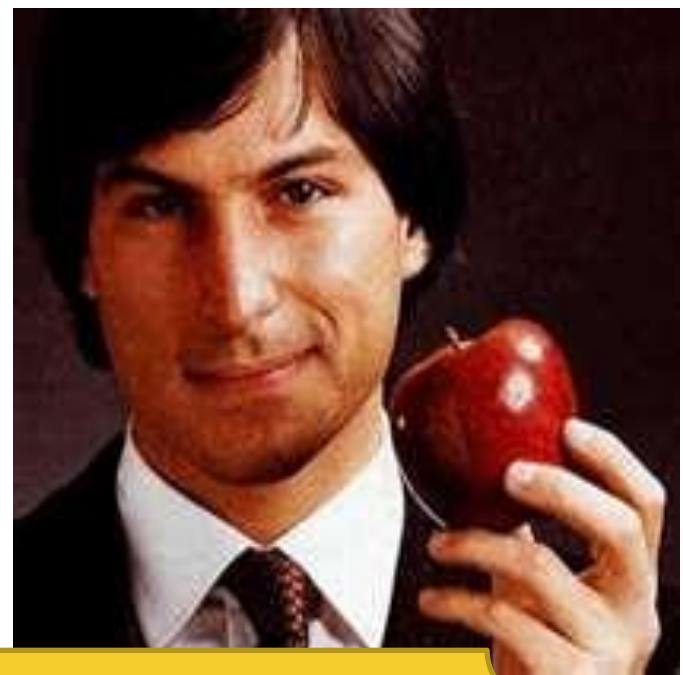
預先設定好我們想要
帶給人家的氛圍是什麼？
人與人之間的關係
如同一種無形能量的**互動模式**

進階練習

隨心所欲，隨手可得

假裝一下，**裝久變成真**

只需假裝一下下
願望就會瞬間成真



態度決定高度，念力創造可能。
態度決定一切，也決定你的高度。

假裝一下，裝久就變成真的了。你遇到問題時可以假裝你是長官，或是假裝某一個偉人是你的秘書，你可以問他怎麼解決這個問題。久而久之你自然而然就會以那些人的角度想事情，你也會變成那種人，這應該算是觀想的一種。

進階練習

隨心所欲，隨手可得

讚美會增強願望的速度

每天恭賀自己，讚美別人。

給自己鼓勵跟讚美
激勵自己與振奮精神

讚美可提升能量振動頻率，當我們被讚美時，
心情是愉悅的，感覺是興奮的。
唯有懂得讚美自己，眼前的一切，

都是美好的事物



高階 練習

踏上豐盛，享受

人生



有多 **寬** ， 願望就有多快

準備好一條寬廣的道路
隨時迎接願望的到來。



當我們學會運用開闊的心情
面對來到我們面前的每一件事
並不單純只是事物本身而已
而是具有更多的事物本質

高階 練習

感謝 未來的力量

懂得感謝未來，代表我們已經擁有。

踏上豐盛，富足

人生

周遭的事物，我們要心存感謝
可以先從幫助別人開始
自然而然就會有人開始幫助你
你也會充滿感謝的心
心想事成的關鍵就是
感謝未來，願望就會隨之產生





書中所說的

心得分享

每一擇故事與想法都是 心想事成、夢想成真

這是一本工具書

而這本書裡面有43個課題

每一個課題短則幾天經歷

長則可能要幾個星期以上才能完成

書中提供的『初階』 『進階』 『高階』三階段練習

每種練習都是輕鬆有趣的『心靈遊戲』

有效率的增進我們在工作、金錢、生活等方面成

創造出個人獨一無二、豐盛精彩的人生