|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 每天操練五分鐘，讓你心想事成 | [列印](http://www.dr-chen.net/index2.php?option=com_content&task=view&id=25&pop=1&page=0&Itemid=35) | [E-mail](http://www.dr-chen.net/index2.php?option=com_content&task=emailform&id=25&itemid=35) |

|  |
| --- |
| 作者 陳勝英 |
| **2006/08/06, 週日** |
| 這是一篇值得你反覆咀嚼、反覆領悟、反覆體驗、反覆實踐的文章  water_03.jpg操練心智，讓我們得到想要的一切，自古以來多少賢智之士都在潛心鑽研其法。感謝現代眾多大師在催眠學及心靈學上的努力，我們已掌握到某些有效法則。現在我將我多年研讀、經驗、探討的結果，公布在此，希望網友諸君，共同實習努力，開創你們個人生命的光輝與奇蹟。  要 心想事成、得償所願，事實上並非難事，讓我們把事情簡單化，越簡單越好。先說你想要什麼？更多錢？新房子？法國假期？新愛人？超魅力身材？不管是什麼？都 是物質上的東西，對不對？都是單純的物質。還有為什麼？你想追求什麼感覺？所以你會有安全感？快樂？滿足？不管什麼理由，都是因為你可以覺得很好，覺得自 由，經驗到某種滿意度，重點就是要去享受你的人生，得到你想要的人生，不是嗎？要達成這種目標很容易嗎？  在這裡，我免費提供一個萬靈秘方，要給所有的人去創造自己的現實。如果使用得法，相信我，你可以讓它變得很容易。但是物隨心轉，你如果要讓它變得複雜，它就會變複雜；如果你要讓它保持單純， 你就會得到單純的神蹟，簡單而有強大效力。你會發現你非常容易就可掌握住你的命運與你的將來。相信而且實踐這些簡單的步驟，你就會凡事都如有神助。何樂不 為？以下就是我的秘方  **第一步：說明你想要什麼** 怎麼說？向誰說？你只要向自己說出你單純的欲求，同時向天、向地、向整個宇宙求，也可以向你所信仰的上帝或神明求，事實上就是要向整個宇宙求；同時也要去感 受到你得到你的欲求後會有的感覺，自動而自然的去感覺。你必須做的是說清楚你想要什麼，說得越清楚越好，單純的欲求。  不要去管你要怎麼去達成這個欲求。  因為如何完成的過程，會一步一步的自然展現在你眼前。只要清楚明白結果就可以了，不必去管過程。你到底希望有什麼結果，感覺、想像、而且去看到它已發生了。  同時也「不」要去管「不想」得到什麼。因為你「關心」到的事，就變成你想要的而成就在你的眼前。所以當你關心你不要的東西時，那件你不要的東西就反而變成你會得到的了。  你關心的跟你感覺的，都會在將來被你創造出來：所以要去感覺在你得到你想要的欲求時你會擁有的感覺，去創造摸索出那種感覺，你必須擁有這種感覺，有了這種感覺，你就會創造出令你滿意的影像，天天去感受到你會有這樣的將來：有欲求、有感覺、有影像，這是第一步。  **第二步：讓宇宙天地及你的神回應你** 首先，我們要知道整個宇宙是如何運作的，這個宇宙是我們可以看到但並不知道何以如此的。  古人常說：「天行健，君子自強不息」;現在我們的天文學知識告訴我們，宇宙不斷的在在擴大，祂無窮盡的在擴大，以回應祂內在每一部分的需求，包括你身體內每一個細胞渴求生存與健康的需求。祂的永恆跟無限，會創造一切，滿足我們所有的欲求。  不少得諾貝爾獎的量子物理學家都指出：你怎麼觀察，你就會創造出你想要觀察的景象。你會創造你自己的現實。你想怎麼去觀，宇宙就會創造出這個經驗給你，  這 在過去幾十年中已被很多量子物理學者所證實。用比較經典的科學語言表達：這個宇宙會創造你所需求的，祂會處理如何創造的過程，所以你越放下，讓宇宙替你找 出路，你就會越快讓宇宙的創造發生在你身上。所以，你越早放下如何產生的過程，這個過程就會越早發生在你身上，包括那些你從來也沒想到的過程。  但如果你堅持要去知道如何，你就會阻斷事情發生的路途與可能。你同時也要讓所有的不滿足、焦慮、不安、罪惡感、羞愧、或任何其他支支節節，完全放下，讓它們消失，因為你若不放下，你都會讓宇宙幫你把它們創造出來。所以不管從內、或從外，你都要放下！ 心裡只存一個單純的念頭，你要得到你想要得到的。  **第三步：接收** 這是最後一步，也是很多人搞不清楚的一步。你必須要去接收，就像收音機收到訊號一樣。收音機本身必須調對自已的頻率，才有辦法收到從電台來的音樂的訊號。  同樣的，你也必須調對自己的頻率去符合宇宙的頻率，去接收你所要求的，讓它發生在你的經驗裡。這是主要的關鍵，這一步又分兩個部分。  第 一，在這裡所謂調頻率最重要的是要調出你所自然感覺到的很舒暢的感覺，一種完全跟你內心符合的感覺。當你得到你想要的時，你會有什麼感覺呢？現在就把這個 感覺感覺出來。當你擁有一部夢幻的車、有一個理想的愛人、開創了一個驚人的事業時，你會有什麼感覺呢？你要先去那兒等著，現在就先去把它感覺出來，要感覺 到美好無比。當你感到害怕、絕望等等時，你就已不在可以得到你所欲求的狀況當中了。  第二，抓住每一個鼓舞與巧合，這種巧 合不一定要符合理性或物理定律，也不需要用習慣或常理來解釋，當你看到機會密集出現在你身旁的時候，你要趕緊抓住它們。如果你碰到有人提起你正在尋找的事 情時，就跟著那個跡象走。如果你覺得有必要打某通電話或見某人時，就去做。可能你須再走一步或一千步，你可能不知道你必須走多少步才會達成目標，但如果你 不停的向前多走一步，保證你一定會到達那裡，接收到你想要的東西。  你要每天操練，有恆心的操練，每天只要五分鐘就行了。每天的這五分鐘的用途是什麼？你用五分鐘得到了一個念頭，同時在促使這個念頭開始物質化變成事實，整個步驟就這麼簡單。 |