

明心录

月
刊

7月
2018 July
Vol.39

每个选择
创造了世界

爱，
支撑着我们所有的脆弱与无助。

牌卡

目的：检视自己内心状态。

方法：仔细观察以下的牌，选出君在这张牌中**第一个注意**
或是**最在意**的元素。



A 雨伞

B 水滴

C 小鸡

D 小草

雨伞：该是时候放下那需要外界认同的渴望了。

选择「雨伞」的人，不管你有所觉、无所觉，过去的你总是活在他人的期望以及可以让他人认同的压力感下。可是这样的你，真的是你所喜欢的自己吗？这又是你想要的生活吗？牌卡想要跟你说，该放下那因为不停寻求外界的认同而有的低微了。出于恐惧被否定而求来的认同，并无法让君活得更好更快乐，所以停止这个恐惧而有的寻觅吧。君所需要的是，重新与自己相处、了解自己，找出连你都喜欢的自我特质，而后运用这些去找那些认可你的人，并非全面的迎合所有人。不被肯定没什么大不了的，只要你愿意肯定你自己，你必会遇到同伴。

小鸡：脱离舒适圈，你才能真正的成长与获得。

选择「小鸡」的人，你是一个乐天开朗并且幸福的人。只要愿意深思细想，君会发现周围的人总是对你很好并照顾着你，然而君是否想过这些都是理所当然与应该的吗？周遭善与爱的对待，让君无所觉自己其实被保护的太好。以至于不曾好好的思考过“自己”想要的到底是什么，只是毫无所觉地接受。其实待在自己的舒适圈里并没有不好，然而君之所以需要重新思考的原因在于，你那心中总是不停出现、想要寻求什么的感受，是需要脱离你原本的舒适圈才能得到的。因此现在开始，勇敢一点，去做那些过去自己抗拒或是害怕的选择，你将会变得很不一样。

水滴：对自己说一声：「我不卑微。」

选择「水滴」的人，你是否总是竭尽全力地配合别人、想为身边那些你所喜欢、重视的人付出呢？你总可以敏锐的察觉他人的需要与渴求，并且在不经意的时候做出那些别人需要的动作。这些体贴与想要付出的心意是很美的，但是牌卡想要提醒君，你的付出与体贴，早已失去了平衡。君或许也察觉到了自己心中的不平，这些不平与疑惑已经渐渐地蚕食你的自我价值感，让自我变得卑微。于是那些付出像是讨好与委屈求全。等等，请你停下，你需要知道你不卑微，然后，知道了这件事的你需要重新调整自己的心与作为，接受与付出，是需要平衡的。

小草：主见，是你自己而非他人给你的。

选择「小草」的你，是一个很努力也愿意吃苦，只想为自己的愿望与目标尽全力的人，然而牌卡想提醒你，这样的你很好也很棒，但你还需要再多一点的相信自己。那存在你心中想要做的愿景，只有你最清楚也只有你知道你有没有走在对的道路。莫因为身边的人的建议与想法，就让君偏离了自己原本的道路。君需要知道，你走的路上只有你在上面，旁人的建议与看法有时很可贵，但绝大多数的时候都只是外人的主观意识而已。而你需要的不会是别人的意见，是自己的主见！若他人的建议是带领君更清晰地看到自己的愿景，那收吧。但若不是，就需要明确自己的主见啰。

测字

目的：看当月需要注意、把握什么？

方法：从下列四字中选择**最有感觉**的一个字。

恭 惟 鞠 养

恭

选择「恭」的人，需要当心因为太过相信别人、不够相信自己而失去了很好的机会的可能。君是一个谦逊并且愿意接纳他人意见的人，这样很好，但是对人的提防还有判断，是君需要再加强的。请不要全盘地接受那些来到你面前的人所说的话，用自己的思考以及心去判断，然后再做决定。太过容易相信别人，尤其是身边的人，是君最大的优点也同时是缺点，试着做到一件事，往这个方向去做平衡，那就是“像相信别人一样相信自己，像觉得别人都是好人一样，也要觉得自己的心不会害你”。学习做到这个平衡，你将能更圆满完整的判断事情并且做出最好的决定。

选择「惟」的人，要注意是否太看重自己了呢？虽然在追求自己想要的事物上，大家都需要专注，但君需要注意的是是否在过程中，只想到自己而忽略了身边的人的权益。因为一个不小心，君即便没有那个意思，也让自己落入了自私自利的陷阱啰。或许你只是因为太专注在自己想要的，而没注意到是否影响或危害了身边的人，但在他人的眼中得到的结果，就会变成君是一个只为自己想、不为他人想的人啰。不要只专注在自己所想的、所追求的事情上，偶尔停下来，看看身旁的人、听听他们的想法与意见，或者站在那些人的立场想，都可以让君做得更好更全面。

惟

鞠

选择「鞠」的人，你需要试着让自己脱离旧有或是被限制住的思维。以人世间的角度来看，君是一个想的过于多、担忧放在行动之前的人。可是「鞠」想要跟你说，你担忧的那些东西从不存在于外界，那些东西是出自于你内在心中的设定与模式记忆。当要做一件事情之前，想想做这件事的选择是出自于内心的「恐惧」吗？若是，那君就被恐惧与框架支配了。努力地观察自己的选择背后的信念，然后做出不一样的选择，即便因为这不一样而感到害怕、担忧了，但那顺着心的渴求而开始的你也在开创某些东西了。所以不要害怕，只需要突破，是你需要做的是喔！

选择「养」的人，最近可能会面临一些让君怀疑自己并且动摇的状态。「养」字提醒君，当这种时候出现时，代表宇宙在考验你的决心与相信。因此每当出现恐惧与质疑时，再度把那些自己的愿景拿出来，假设那已经不再是你的愿景了，放弃也不可惜了。可是绝大多数的时候，君会发现那个愿景没有减弱而是更加深刻了，只是这个深刻可能多了时运不济或是现实不容易的打击和挫败感。但真的，只要你确定这还是你的愿景，没有变过，那么「坚持」就是现在的你所需要做的密码。然后拿出那个「初心」做坚持这件事，而非带着恐惧与怀疑，那么可以帮助你的都会出现。

养

读者分享

主题：明心路（上）

分享者：舒心君

一开始我是从网路搜寻到明心录才认识慕梓礼的。

那时经历了数年不顺遂心灵晦暗的时间，禁不住心中怨天尤人负能量，我开始试着从前世因果之说找一个解释来宽慰自己，我读了明心录与前世相关的文章，半信半疑当作看小说一样，阅读某些故事时，除了起鸡皮疙瘩又莫名感到心有戚戚，然后，用尝试的心情报名了承诺33的活动。很有趣的是其实我的问题并不符合承诺33的资格，可是慕梓礼的热心个性让他很想帮我算牌，就这样开启了我们之间的缘份，也连带牵引我到重新认识自己的道途之上。

第一次与慕梓礼通话，他从塔罗牌的结果，直接问了我一句：「为什么你会痛苦到完全没有求生的欲望啊？」，的确，我当时已经在二年内二度自杀未果，曾经有半年还被列案，会有社工定期追踪我的状况，谈话之中慕梓礼重覆鼓励我说：人生一定会有活下去的希望跟价值，不要放弃啊！然后，靠着最后一丝求生的意志力，我报名了一个月后的灵魂排列活动。

老实说，真的，截至目前的人生我是个在物质环境上很幸运的人，家庭虽然不是大富大贵但也没有真正需要为金钱烦恼的时候，拥有令人称美的才智和工作能力，更有高学历和海外经验可以夸耀，跟他相比我已经拥有太多的富足和资源，应该很幸福才对？可是从高一就开始发作的忧郁症，出社会后转成躁郁症，长期精神病和药物副作用造成种种心灵的痛苦与烦恼，在家人眼中完全是我自视甚高骄傲挑剔才会造成的自食恶果，外加几年前和家人有过的大争吵、世代观念的不同和难以相互沟通理解，觉得自己失去了归处和支持，由然而生的孤独更加陷入自我内心小世界的恶性循环。

在灵魂排列活动之中，出现意想不到让我自己都惊呆了的状况，关于幼儿时期遭受的创伤，过于痛苦的结果是，人类心理防卫机制让我自然出现解离症况，长期失忆的空白，回想起来的那个晚上我根本无法入眠，满满的不解和恐慌，气愤、怨恨一切是如此地无所适从，连续一周持续不停拼凑出曾经以为是梦境又好像是记忆的碎片，最后我还是选择去精神科回诊，并且向心理师求助。现代医学用理性的角度和研究案例安慰着我：你以为找回来的记忆未必是事实，但是这些记忆会带领你去面对人生的答案。

后来一连串仿佛巧合的事件，让我也接触起塔罗牌，后续更加一发不可收拾，开始能够感觉到一些灵界的存在和能量，每次有什么新鲜的发现我就会问慕梓礼：「怎么办？这个感觉太奇妙了，我怀疑我快要住进精神科病房了！」，他总是用文字讯息大笑着回我：「再疯也还有我挡在你前面，你不用怕啦！」，慢慢得，我也习惯了这个不麻瓜的「体质」……

生活随笔



你生存在心所向往的天空下

书中找找黄金屋！

好书推荐 《Good Luck：当幸运来敲门》

《Good Luck：当幸运来敲门》是一本非常好读的书，因为它用一个简单的故事，带出了在我们的人生中，我们是怎么创造自己的环境与结果的。跟《谁搬走了我的乳酪？》很像，短短的、小小的，却让人回味无穷。对于不喜欢看太多字的人而言，这是一本很棒、极度让人省思的书。

记得会看到这本书，是因为大学在图书馆打工的时候，莫名其妙天天看到它，事实上在图书馆打工，要天天看到它是很正常的事，但让当时的我会多留意它的感受是，我总有种：「这本书在呼唤我」奇妙感受。因为本来就对有兴趣的书很敏感，记得当年图书馆打工还有当志工最让我感到幸福的就是我可以从中发现很多好书。然而特别的是，相较于这本书，当时我手上有更多有兴趣、迫不及待快点研究的书单，嗯，大部分是灵异故事或是命理星象的书啦我承认。但那种呼唤的感觉太让我觉得奇怪了，于是有一天我在打工结束后直接在图书馆把它看完。

这本书对我的意义与影响之非凡啊，即便到今天，我常常在遇事情的时候，脑中会浮现这本书的内容，而这些内容都影响着那些我为自己「负责」的选择，相较于抱怨结果，我有更多可以负责、无法让结果达到我所期待的地方。最近复习的时候我更是惊觉世界上的没有巧合，其实当年，不是它呼唤了我，而是我呼唤了它到我的生命中～所以现在，我推荐给看到这个推荐的你，是你们，呼唤了这本书到你的生命中。



疗愈处方签

签十八：跑步

慢跑是一个很容易把自己带回内在的运动，因为借由跑步，我们会在一开始的坚持、到后面进入到某种专注的状态，这个专注的状态让我们可以跟身体、心里结合在一起。借由持续的跑步、运动等方法，我们会发现自己越来越能读懂「身体的语言」。对于跑步的好处，许多研究与书籍都有提到，因此在下也不多赘言，但我们需要知道的是，唯有了解自己的身体，我们才有可能完整的瞭解自己、疗愈自己。

服用方法：

这好像不用什么方法吼，硬要说，大概就是找个专业的、有在跑的，教你如何正确地跑步，然后每天坚持跑个一个时间，把这个习惯内化到每天。越常做这件事、坚持得越久，我们的思绪会越来越清晰，也越来越能感受到心的状态。

连载

「揪团到地府」

02

孙闻华走在乡下的田边道路上，钟馗低飞在他身边，他们正跟着一个妇人。

钟馗：「妳可以揪她一起死。」

孙闻华看着妇人落寞的背影，眼前的人让他感觉好孤寂、好……没有生气。

「她怎么了？」闻华忍不住好奇问。

「她丈夫在他儿子五岁时生病挂了，唯一的儿子因为智能不足总是被欺负。十岁的时候，因为同学恶作剧骗他他妈妈掉到溪里，小子怕到想都没想就跳溪想救妈妈，然后淹死了。」钟馗看似有点无奈，继续说，「这小子死后老是徘徊在他妈旁边，每当他妈也想放弃的时候就让他妈感受到他的存在，所以搞到今天她都还没死成功……」

闻华并不想照着钟馗的建议揪妇人一起死：「你钟馗耶，想要拉一个人走都做不到？」

「凡人，莫非你愚蠢到不知道有一种谁也无法超越的力量叫做『爱』？」钟馗白了闻华一眼，「别说我，就算玉皇大帝也拿人类间的『爱』没辄好吗。」他的语气仿佛在笑闻华的无知。

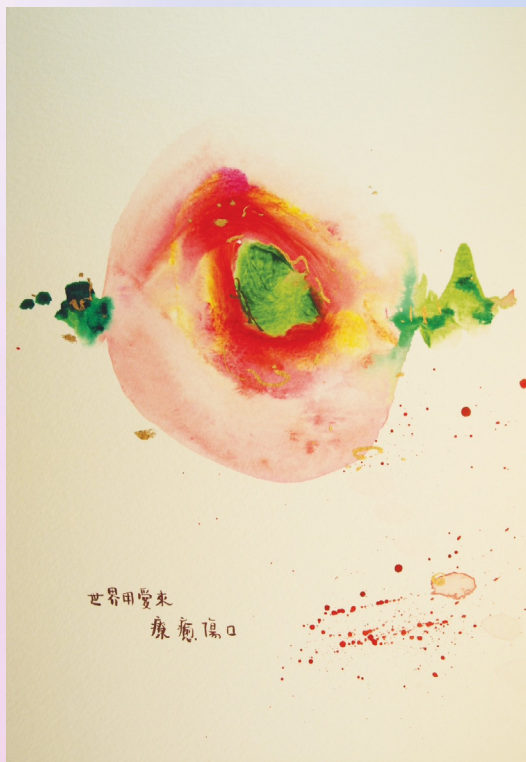
「我还真的不知道。」闻华耸耸肩，依然不能接受钟馗的冷血，「你自己也说了那是因为他儿子对母亲的爱，还要我找他一起死？你有没良心啊？」

钟馗好笑的瞥了闻华一眼：「怎么，你可以没有生存意志，别人就不行？你感受不到这个女人跟你一样也没有求生意志了吗？」

闻华被堵的说不出话来，同时他们已经到了妇人的家，他们从窗外看着妇人正孤单的吃着简陋的午餐。

「又是你！」稚嫩的声音冒出，「我说了不要想害我妈妈，我会保护妈妈！」

小小身影出现在钟馗与闻华身后大吼着。



爱，支撑着我们所有的脆弱与无助。

活动与资讯

✓ 灵魂排列活动七月台北场开始报名

- 活动时间：2018/07/14（六）10:00 ~17:00
 - 活动名额：1. 有特地问题需处理（限四人）
2. 体验活动与疗愈（不限人数）
 - 报名期限：即日起至2018/07/07（六）止
 - 活动地点：活动确定举办时通知
 - 活动费用：1. 有特定问题需处理者-3700元
2. 体验活动与疗愈者-2000元
- * 报名网址：<https://goo.gl/forms/E8cdyr1fq1MNPXM63>

✓ 「承诺33」免费塔罗谘商活动持续进行中！

如果你的生活遇到了烦恼，做想找一个方向，那么欢迎您来报名我们的「承诺33」免费塔罗谘商活动喔！

只要填好问券后回传给我们，明心录将会「以问卷内容当作筛选的标准」若您被选上了，将会有小助理与您联络算牌事宜。无论您人在哪里，只要您有skype帐号，明心录的每位占卜师都可以远距提供这项服务，所以欢迎所有遇到问题，想要利用塔罗牌找答案的朋友来报名喔～

* 报名网址：<http://goo.gl/forms/XxgcmTX8ymjcR0433>

✓ 读者意向问卷

只要您有任何话想跟我们说，亦或是有什么想给我们的建议以及想法，都可以在这里留下喔！

* 问卷连结：<http://goo.gl/forms/pYy3I3s6Q1ty32Vi1>

✓ 明心录征稿、征图

（一）征稿：

欢迎所有读者朋友分享自己的人生故事，只要分享您的故事或感想，并且被选为「明心录月刊」的内容文章，那么就会得到一份明心录神秘小礼物喔～

（二）征图：

你也是一个喜欢画图的人吗？会好奇自己的图若是变成牌卡测验会有什么选项和结果吗？即日起只要你愿意分享给我们你的作品，那你的作品就有可能成为“明心录月刊”牌卡测验或小语的主题卡片喔，欢迎喜欢画图的你与我们分享你的作品～任何愿意跟我们分享作品的的朋友，都会获得明心录的感谢小礼物喔！

* 投稿邮箱：mingshinlu.li@gmail.com

✓ 赞助明心录

若君喜欢明心录的文章、月刊等，或是觉得有在之中得到收获，想要提供给我们一些帮助，明心录深深感谢～

* 联络信箱：mingshinlu.li@gmail.com

* 赞助连结：<https://payment.ecpay.com.tw/Broadcaster/Donate/8BC082197D7D36313BE8C0D858D84837>

明心录资讯

官网：<http://mingshinlu.blogspot.tw/>

粉丝团：<https://www.facebook.com/mingshinlu>

Google+：<https://plus.google.com/100906418335544363848/posts>

博客：<http://blog.sina.com.cn/mingshinlu>

推特：<https://twitter.com/mingshinlu>

明心录商场：<https://shopee.tw/maycheerup>

特别感谢

Ms. 三口～<https://www.facebook.com/ms.sankou/timeline>

柑镜橘摄。Tangerine～<https://www.facebook.com/PhotoTangerine>

卷卷毛 心之艺术工作室～<https://www.facebook.com/QQQmou/?fref=ts>

明心录所有小伙伴们

读者舒心君

撰稿人我自己

撰文者：慕梓礼 @欢迎大家转载，若转载烦请注明出处～