

11 月 號 Nov.2018
NO.43

明心錄



月刊



心靈塔羅占卜/課程、靈魂/能量療癒
連結/解讀指導靈、獨處空間/秘密保管
www.mingshinlu.com

P.1

明 心 錄

當月主題／

每個人遇到的善與惡，
都從自己的心萌芽……



牌卡 / 檢視自己內心狀態

仔細觀察以下的牌，
選出第一個注意或最在意的元素：

- Ⓐ 女孩 Ⓑ 男孩 Ⓒ 花群 Ⓓ 蝴蝶結



(解答P.3)

A 女孩：把焦點拉回自己身上

選擇「女孩」的你，總是會不知不覺把焦點放在外界身上，無論是他人對你的好或是不好，總會用自己的看法以及感受再度放大以及渲染。當他人對君釋放出善意時，君容易過度的期待與要求；而當他人給出建議時，君卻會過度多心認為自己是否被否定了。其實會這樣，只是因為君太過需要外界的認同與鼓勵了。牌卡想要跟你說，相信自己的價值在自己身上而非外界，那些你所以為的批判或是評價，都不是真的。若是總把外面的事物用自己的價值觀去判斷，那麼君反而會因為自己的思維失去更多的真心唷。現在開始，把所有的期待都拉回自己身上，由你先開始肯定自己！

B 男孩：請開始學習面對「真實」

選擇「男孩」的你有顆敏感又溫柔的心，然而也因為這樣，使你總是不願意相信或是面對出現在你生命中的殘酷真實。牌卡想要讓你知曉，生命中的一切事物都是中性的，它沒有好與不好，君該要看的是，為什麼這些好與不好，影響了你的心情，又讓你害怕些什麼呢？面對這些讓你想要逃走、不想面對的「真實」，從真實中探究自己，並且勇敢地做出決定，如此君就可以從常常出現的那種「想逃」的情緒中掙脫。在君的世界中，可能因為恐懼被傷害而躲避真實的狀況，可是君是否想過，你的不願面對也在不知不覺中傷害了他人呢，所以別害怕，勇敢面對吧！

C 花群：放下討好的心，公正地給出意見

選擇「花群」的你，是一個熱心，也想要幫助到身邊人的人，然而牌卡想要提醒君，你的熱心有時已經過頭，在君所不察的時候，這些心意還有舉動，都變成討好他人的籌碼。或許君沒惡意，可是這些反應作為，卻已經在不知不覺中引發了他人間的誤會。所以誠實地說出你的意見與看法，不要害怕破壞關係，因為唯有這樣，君才能真正地幫到那些你所在意並且想要為之付出些什麼的人。此外，當心中有意見與不滿時，也應該要跟當事人說清楚，而非跟他人論議，莫讓自己不知不覺中成為了破壞團體和諧的始作俑者喔。

D 蝴蝶結：只有觀察是不夠的，你需要「表達」

選擇「蝴蝶結」的你，是一個善於觀察他人與局勢的人。因為這樣君總是能明哲保身，但也是因為這樣，讓君總是習慣性地置身事外。很多時候其實你是可以出力並且改變現狀的，可因為心的漠視，你總寧願選擇冷眼旁觀而不出手相助。牌卡想要跟你說，你可以做到的比你認知到的還要多，表達一些你心中的想法和意見，不吝嗇地在他人尋求你的幫助的時候給予建議，君將會發現，那心中的滿足感會隨著你幫助到的人越來越多而越來越充實。明哲保身的習慣出自於你害怕負責並且拖累別人的印記，現在開始面對這些印記，君好，身邊的人也會變好喔。

測字／當月需要注意、把握什麼

下列四字中，選擇最有感覺的一個字。

知

過

必

改

(解答P.5)

知

選擇「知」的人，在這個月是需要謹言慎行的月份，因為君的每句話都有極大的影響力。說對時機，那麼君的一番話可以影響他人往更好的地方去；說錯時機，卻也可能讓他人失去自主權。因此判斷什麼時候該說、什麼時候不該說，會是這個月最大的課題也最需要修習的能力。所以在這個月請多多思考，不要在該說話的時候因為害怕表達而失去了可以助人助己的機會，也不要是不該說話的時候說出了負面性的言語而影響他人。請相信，你的言語是很有力量的，善用這個力量並且時時謹惕自己，那麼君內在的智慧會帶給你更多的頓悟。

過

選擇「過」的人，在這個月要勇於認錯，其實君已經發現了某些關於自我的缺點，也察覺到這些缺點已經傷害了身邊的人或是某些關係。然而始終有個坎是君過不去的，導致君雖然心有愧疚、理智也知道自已失誤了，卻說不出道歉或是認錯的話來。然而「過」字想要提醒君，勇敢的承認錯誤並且修正，不只能讓你突破某些以往無法突破的瓶頸，也將為你以及他人帶出新的契機和關係。倘若因為君的說不出口，而讓一段明明可以修復的關係出現了越來越大的裂痕，以致再也無法挽回，那是很可惜的。突破自己的難關與心結，開始做一個勇於認錯的人吧！

必

選擇「必」的人，在這個月要學習「為自己受傷的心治療」。君是一個善解人意並總是把他人放在自己前面的人，而這樣的個性與善良，也讓君的內心受到了許多的傷，某些不能釋懷的事件都讓君感受到了背叛的感受。可是為了關係的和諧，君卻選擇了埋藏內心的難過與失望，佯裝什麼事都沒有。「必」字想要跟君說，你所壓下的所有情緒並不會因為你不看它們就消逝，在夜深人靜之時，這些失望與失落都持續地侵蝕著你。你無需去跟讓你傷心的人爭論討公道，也不用因為受傷而試圖報復，但你需要在只有自己的時候，允許自己哭泣，然後安慰自己。

改

選擇「改」的人，這個月需要做到「下定決心」與「專心一致」。過往的你太過容易被人與環境影響及牽動，可是「改」字想要提醒君，現在已經是你走出遵循別人的意見與想法而做決定的時刻了。開始學習為自己負責、下決定，並且不要害怕與動搖的堅定下去，那麼許多過往困擾你的難題將不復見，那些你下定決心想要完成的事也將有如天助一般的順利，但前提得是容易動搖的你，願意「下決心」。要記得，眼前所有你所經歷的事，都源於你的內心牽動的某個共鳴，只要我們願意面對與決定，那麼我們必有轉換實相的能力。

分享者：慕梓禮

主題：我搞了一間不知道要怎麼跟別人介紹的店

嗨，大家好，又是在下慕梓禮。這次不是湊數，而是真的想以讀者的角度分享，分享為什麼我要搞這麼一間莫名其妙，但是卻又固執的堅持要做的店。不似過往熱情分享文章的讀者們，是因為讀了我的文章而有的感想。這次我的讀者分享，所讀的是這四年多來，從開始做明心的那一刻開始，來到我眼前的每位朋友的人生與經歷，這些會是我這一生所讀過最深刻且無法取代的故事，而這些故事，持續增長中～

經營明心錄四年了，這四年中，每當要介紹自己或別人要介紹我時，總是有那麼點難為。命理師、諮商師、療愈師、塔羅師、風水師、除魔師、陰陽師、禁咒師（真的你沒看錯，再誇張的漫畫稱謂都有過）……不然就是最常見的老師或大師等等，一堆的師總是讓我不甚自在，因為我從來都覺得自己沒厲害到配得上這些稱謂。即便初期我常開玩笑：我不是大師，是大獅！也是沒人鳥我的，大家都還是會叫我老師或大師，到後來解釋到也乏了，就隨大家吧。然而在種種稱謂裡，我最喜歡的，不外乎就是那我自己發明卻哀傷的根本沒人這麼稱呼我的「明心師」稱謂，嗯，最得意的是這稱謂。

為什麼是明心師？是因為，我終於發現任何問題的答案與解法，都在自己的心裡面，當我們無法看清自己的心時，誰也救不了我們。任何能力如何高強的名醫、巫士、心理諮商師、術士，都救不了我們殘破的身軀與心靈。偶爾成功時，那是許多種的共鳴與決心，而這些共鳴與決心總是建構在當事人身上。這也就是為什麼，一位名醫不能醫好每個人，一位巫師不能在每個來求助的人身上發揮出奇跡的原因。原因不是誰不夠厲害，而是我們是否堅定與願意。

一路以來，我發現心最開始出現問題的時候，總是起源於我們有了「秘密」。不願承認的對父母的怨恨與、人生的痛與過、無法啓口的經歷、不能讓人知曉的東西……許許多多的不敢承認或說出的秘密，成了我們心口的第一層紗。接著，每個與第一層紗相似或是共通的事件，就這樣累積成第二層秘密、第三層秘密，於是這厚重的紗，漸漸成為我們生命事件的主因。身體生病了、心裡也失衡了，看不到自己的心的我們，開始失去自己。人是一個充滿矛盾情感的動物，我們的心有慈悲與善，也必有著冷酷與惡，我們會同情、心疼他人艱辛的遭遇，可是真實的是，他人更糟糕的遭遇卻總能讓我們感覺好一點。我們會害怕自己的秘密公諸於世，卻渴望著看透他人的秘密藉以得到安慰。於是，「秘密典藏」的概念就這樣出現了。

許多人的生命故事是沈重的令人窒息的，可我始終認為，我們每個人所承受的那些痛苦經歷，從來都不是因果，那些我們難以啓齒說出的秘密，更不是詛咒。這些都是潛藏在我們生命中可以成就我們更堅強並且勇敢的禮物。這也是為什麼秘密是需要被「典藏」的原因，因為它不可恥，它是我們的一部份，每個人都無需也無法抹煞它，終究會發現自己只能接受它。然而我們總是懼怕承認與面對自己內在的傷口，更多時候我們甚至不知道自己受傷，所以我們害怕一個人，害怕孤獨。因為在只有自己的時候，內心會湧出無法言語的苦楚，心裡會出現無以為力的感受，因此我們找很多人與事來填補這些難過與害怕。但是從來沒有人告訴過我們，只要我們願意靜下來與自己相處，我們就能看到那個我們所沒察覺、不敢看的自己，還有那一顆受了傷的心。只要願意與自己同在，我們就能發現了。因此，「獨處」的概念生成了。

各位讀者朋友，大家好，明心錄的第一間概念店「獨處 & 秘密典藏」在這邊，若君的心中一直有無法道出卻渴望有地方擺的秘密，歡迎你來，我們幫你典藏著；若你的心迷惘了，感覺到累了，想找個地方自己一個人靜靜發呆，歡迎你來，我們熱衷於營造一個讓人藉由獨處就能得到療愈的空間。當然，君不一定非得來這邊，但「接受自己的秘密，並且與藉由與自己相處得到答案」，將是在下此生，都要宣達的最有力的自愛方式。接受自己的傷痕/秘密，試著看看自己並與自己相處，那些生命中你所以為的難關，可以的。因為我們找得到方法與力量度過！

生活隨筆／

獨處時，
我們可以發現那藏於心的種子。



好書推薦：

《擁抱不完美：認回自己的故事療癒之旅》



在幫人做靈魂療癒這些年中，我遇過幾次很特別卻相通的狀況，就是「失憶」。當事者生命出現了一些問題所以來找我，但是雖然我們找到了這些問題的原點（或稱印記）時，當事人卻沒有任何的記憶與印象曾經發生過什麼事。這些案例中，有些是因為傷害太過巨大而真的失去這段記憶的，有些是刻意壓抑不去回想而淡忘的，但不管是哪種，這些記憶，卻始終都不曾消失，它一直存在並且在這個過程中發膿、流血。

在看《擁抱不完美：認回自己的故事療癒之旅》時，我不停想到這些相似的例子。其實，我能理解，真的能。絕大多數的時候，我們對於那些感到羞愧、難過、苦痛的事件，都會害怕提起與面對，我們總以為，忘了就沒事了、不提就不存在了，然而事實卻並非如此。因為這些所有的經歷、所有的痛苦，都是我們「自己」的一部份，即便它們多麼地沈痛，我們也無法抹除這些。唯有我們願意面對且接受時，我們才能完整。這本書，就是這麼溫柔的用一則則的故事，來帶領我們如何找回自己。它深深打動我，因為「我們每個都不完美，但是這樣的不完美卻能讓我們完整」，所以現在，我想邀請大家一起來讀這本書，首先，允許並且原諒自己的不完美，然後你就愛自己了。

籤二十二：療癒密碼，修復細胞的記憶

《療癒密碼》，主要講述利用四個手勢，加上肯定句的語言，每天做，即可修復細胞記憶裡面的傷痕，藉以平緩情緒以及療癒心理或身體的疾病。這本書的前四分之三都是在講關於療癒密碼的起源、研究和理論，到最後四分之一才是療癒密碼的方式。書中建議可做的心病探測器（直接點入連結），也可讓我們知道自己當下的真實狀態，有多少的情緒垃圾尚未解決。以下為在下觀看療癒密碼後所作之增修版，若君欲照原始之使用方式，可以參考《療癒密碼》一書。

服用方法（請依順序服用）：

- 1 先至心病探測器網站內檢視自己內心的數值。
- 2 找個安靜、隱密，讓你知道放鬆心情，不會分心或受到打擾的地方做療癒密碼。
- 3 依照某個問題困擾你的程度給分，從零到十，十表示最痛苦。
- 4 回想自己是否在生命中的另一個時刻體驗過同樣的「感覺」，而非相同情境，問自己「我的生命中是否有另一個時刻所體驗到的感覺和現在一樣？」
- 5 為這個早期記憶評分（零到十），請找出感覺最強烈或最早的記憶，先處理它。
- 6 設定祈禱詞，其格式如：「我祈禱偉大的宇宙造物者的光、生命與愛充滿我（人名），藉此找到、開啓並療癒所有與……（指想解決之問題）相關的已知和未知負面影響、不健康信念、破壞性細胞記憶，以及生理問題。我也祈禱這次療癒的效力能增加一百倍以上。」
- 7 心中反覆默念祈禱詞，開始療癒密碼手勢，每個手勢都至少要做30秒，四個手勢都需輪流做過（過程約需6分鐘、三回合），四個手勢位置如下：



（第一式）鼻梁：想像兩眉連成一線，那麼位置就在鼻梁與兩眉中心點之間。



（第三式）下顎：下顎骨下緣後方的區域，位於頭部兩側。



（第二式）喉結：喉結正上方。



（第四式）太陽穴：太陽穴上方一·五英吋，以及往後腦杓一·五英吋，位於頭部兩側。

- 8 做完後，重新針對先前提出的問題與感受做評分。若痛苦的程度降至零至一時，就可以繼續處理下一個最困擾你的記憶或問題。

06.

「怎麼了？」小偉阿嬤也被聞華的叫聲嚇到。

「祢祢、祢……」聞華看著也被他嚇到的阿嬤，再看看眼前的女鬼，當他的頭又轉到一旁幸災樂禍的鍾馗時，他懂了：啊～又是鬼，看來這就是小偉的媽媽了。今天不只尖叫創紀錄，見鬼這件事也創了他人生的紀錄了吧。

反正死活都是這樣了，聞華就豁出去了，開始對小偉阿嬤胡謔：「是這樣的，其實我從小到大都看得到一些……東西。小偉現在會這樣，似乎是你們家有不乾淨的東西纏著他想要害他。」

講到這邊，兩隻鬼一個人都激動了。

「我怎麼可能害我兒子！」小偉媽說。

「媽媽說不能說謊，阿姨沒有害過小偉，你胡說！」阿智說。

小偉阿嬤聽到聞華這一番話，再度跪了下來，「請幫幫我們，我和我老伴已經無法再承受這些了。當年我女兒因為一個不愛她的男人丟下小偉就選擇……離開了我們，要我們怎麼再次承受失去摯親的痛……」小偉阿嬤痛哭著。

聞華大致搞懂了，小偉的媽媽因為情傷而選擇自殺離開。

眼前的畫面叫人心酸，聞華輕聲問：「丟下年邁雙親、稚嫩幼兒，不是害，難道是愛？」

這一句除了痛哭的小偉阿嬤，其他鬼都聽到了。

媽媽哭著，祂就在母親的身邊，卻連抱著母親安慰她都做不到，即便母親就在祂眼前，祂什麼都不能做、無法做。

阿智不知如何安慰小偉媽，就只能衝著聞華出氣：「你還不是本來想害我媽媽自殺！幹嘛現在要說阿姨！」

阿智的話讓聞華方才陷入哀傷與沈痛的臉一陣漲紅，因為他想到的不只是他剛剛的作為，還有今天的自己……

一旁看著這一切的鍾馗，笑了。



結語：撐不住時，轉身看看不捨的，再堅持一天、一天、再一天……終究有天會好的。

獨處／

緣起：

人的一生中，都會遇到幾個讓我們內在承受許多苦痛與悲愁的時刻，可能我們選擇強顏歡笑，或是決定戴上假面，然而我們總是忽略我們的內在是如此的有力量與智慧。許多時候只要願意面對自己、靜靜地感受「我」，我們將會想通、找出一些答案。

關於「獨處」：

「獨處」即是提供一個讓人靜靜感受自己的空間。在獨處裡，每個位置都是獨立的，而每個位置上，將會放有那個位置獨一無二的配置與內容。因為除了能給迷茫的人一方境地好好地回歸自我外，我們希望藉由獨處，你的身、心與靈都能得到放鬆，或是尋覓到一個答案。在靜謐平靜之時，總會有個答案能讓我們驚醒，因此就那麼一會，讓我們不管外界，只與自己相處吧。

緣起：

每個人的心中一定都藏著些無法向人道出的秘密。許多時候，壓著的秘密會一點一滴變重，最終成為壓垮我們的稻草。然即便再苦痛的秘密，都有它的價值，只要度過了，這個秘密將會成為我們生命中最珍貴的一部份，是經驗，是人生。把秘密說出時，我們的心會感到輕鬆；知道他人的秘密時，莫名其妙地得到了安慰與釋懷。這都是因為即使痛苦，每個秘密都是有意義的，雖然它可能讓我們悲愁，但卻也可能拯救別人。因此，你的秘密不是詛咒，而是禮物，接受這些秘密，讓我們把它藏好吧！

關於「秘密典藏」：

你的秘密需要被好好保存，在秘密典藏裡，我們確保只有君知道自己的秘密是哪個，我們提供保管的服務。君存起的秘密，可能成為撫慰他人的故事，同理，君亦可能被他人的秘密所療癒。因此我們將收集諸君的秘密，保存秘密的你也可在不知其他秘密主的狀況下觀看這些秘密。



【獨處 & 秘密典藏】

地址：台中市北屯區三甲東街223巷2號

電話：04-24362228

臉書：<https://www.facebook.com/aloneandsecret/>

Orgonite手作體驗活動

你也想為自己製做一個專屬的能量飾品或產品嗎？那就一起來參加吧！

（關於 Orgonite，可以參照《什麼是Orgonite？》一文。）

活動資訊

- 時間：2018/11/17 13：00～17：00
- 地點：新北市板橋區仁化街48號2樓（江子翠捷運站5號出口走路5分鐘）
- 費用：NT\$ 3500（含材料費，每人成品2件）
- 收到報名表後，我們會以E-mail傳送付款連結，繳費完成才算報名成功
- 報名連結：<https://goo.gl/forms/fsCUJHWeFLBDEd4g2>

「承諾33」免費塔羅諮商活動

如果你的生活遇到了煩惱，做想找一個方向，那麼歡迎您來報名我們的「承諾33」免費塔羅諮商活動喔！

只要填好問券後回傳給我們，明心錄將會「以問卷內容當作篩選的標準」若您被選上了，將會有小助理與您聯絡算牌事宜。無論您人在哪裡，只要您有skype帳號，明心錄的每位占卜師都可以遠距提供這項服務，所以歡迎所有遇到問題，想要利用塔羅牌找答案的朋友來報名喔～

- 報名網址：<http://goo.gl/forms/XxgcmTX8ymjcRO433>

明心錄徵稿

（一）徵稿：

歡迎所有讀者朋友分享自己的人生故事，只要分享您的故事或感想，並且被選為「明心錄月刊」的內容文章，那麼就會得到一份明心錄神秘小禮物喔～

（二）徵圖：

你也是一個喜歡畫圖的人嗎？會好奇自己的圖若是變成牌卡測驗會有什麼選項和結果嗎？即日起只要你願意分享給我們你的作品，那你的作品就有可能會成為「明心錄月刊」牌卡測驗或小語的主題卡片喔，歡迎喜歡畫圖的你與我們分享你的作品～任何願意跟我們分享作品的朋友，都會獲得明心錄的感謝小禮物喔！

- 投稿信箱：mingshinlu.li@gmail.com

讀者意向問卷

只要您有任何話想跟我們說，亦或是有什麼想給我們的建議以及想法，都可以在這裡留下喔！

- 問券連結：<http://goo.gl/forms/pYy3l3s6Qlty32Vi1>

Channel 4B班(線上)招生中

我們每個人都有著絕對的力量去面對生命中的每一件事，當我們面臨絕望、痛苦時，很多時候都只是我們忘了原來力量就在自己的內在。Channel，做的就是與我們內在最深層的自我連結與溝通。

- 詳細課程資訊與報名方法請參照：

<https://mingshinlu.blogspot.com/2016/08/channel.html>

【塔羅心靈占卜】招生中

塔羅牌/神諭卡/雷諾曼卡等等任何的牌卡，都不全然只是一種占卜，對每個人而言，相較於問事、占卜，塔羅牌最真實的意義是反映我們當下對於某個狀態或事件的內心(潛意識)狀況，進而藉以瞭解自己的狀況來推測事情可能會朝什麼樣的走向發展。因此若是說塔羅牌是一門神秘學，塔羅牌更似一種心理學、心靈學，是一個可以讓我們更瞭解自己、與自己更靠近的工具。

- 詳細課程資訊與報名方法請參照：

https://mingshinlu.blogspot.com/2016/03/blog-post_2.html

贊助明心錄

若君喜歡明心錄的文章、月刊等，或是覺得有在之中得到收穫，想要提供給我們一些幫助，明心錄深深感謝～

- 聯絡信箱：mingshinlu.li@gmail.com
- 贊助連結：<http://bit.ly/mingshinlu>

官網：<https://mingshinlu.com/>

粉絲團：<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>

* 明心錄 * 商場：<https://shopee.tw/maycheerup>

特別感謝

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


柑鏡橘攝。Tangerine～<https://www.facebook.com/PhotoTangerine>

栗子的常日～<https://zh-tw.facebook.com/grasschestnut/>

明心錄所有小夥伴們、撰稿人我自己

撰文者：慕梓禮

歡迎大家轉載，若轉載煩請註明出處～

A minimalist interior space featuring a large wooden lattice wall in the background. In the foreground, a low, dark wooden table with four legs stands on a light-colored wooden floor. Two square floor cushions, one light green and one light beige, are placed on the floor to the left of the table. The scene is lit with soft, natural light, creating a calm and serene atmosphere.

心靈塔羅占卜/課程、靈魂/能量療癒
連結/解讀指導靈、獨處空間/秘密保管