

# 明心录

月刊

3月

2018 March

Vol.35

世上所有的来不及  
原本都来得及

是否每个错过，原本都有机会可以掌握？

# 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 星星

B 流星

C 星球

D 海豚

星星：相信自己是可以的。

选择「星星」的人，最近的你总算找到了自己的某些价值，也渐渐的从中体验到了何谓自信。牌卡想要跟你说，接下来的每一天，都不要害怕，一点一滴借由那些可以增进你自信心的事情中，把属于你的价值拼凑出来。别人的评价和眼光依然存在，但你将发现你越来越不受这些影响。每当怀疑的时候，看看自己已经达到的微小成果。你会拥有坚持下去的勇气。现在的你，很好，请相信自己已经很好、够好了。那些走不出的低潮和伤痛，都会渐渐因你找到自信而被疗愈。现在对自己说一句：「你真的很好了」吧！

星球：学习接受，你将可以做到更多事并且做得更好。

选择「星球」的人，你总是太独立与刚强，许多的事情都想要靠自己的力量完成，然而牌卡想要跟你说，独立与刚强当然是好的，但是在这个世界上，有很多的时候“借力使力”能让事情更加完美。自尊心过于强大的你，总是会抗拒别人想要帮你一把的心意。事实上，接受别人的帮助不等于懦弱，也不代表没有能力。请放开你的心胸，勇敢的接纳来到你身边想要帮助你的人。这些帮助并不是帮助，某种程度，也代表着你被信任。而信任你的人，想要跟你一起并肩作战。所以学习接受吧，因为这是一种他人对你的认可。

流星：你什么都有了，只差行动的勇气与决心。

选择「流星」的人，过往可能总是在心中有许多的理想和目标，却独独少了行动的动力。牌卡想要跟你说，当你愿意拿出行动的决心的时候，那些你所专注的恐惧、以为会有的困境，对你而言都不是什么，你可以冲破并战胜这一切。但是你拿出决心了吗？这个决心不用太多，只需要一点点，而后配上一个微小的行动，你将发现，你的心开始变得不一样。请不要等待任何人走在你前方带领你行动，现在开始成为自己的主人，带领自己走向你想去的地方吧。当你有这个决心，你生命中的一切都像是最好的帮手，会来帮助你！

海豚：相信自己的判断，这个行动将会得心应手。

选择「海豚」的你，过去的每个努力和经历都正在用成果来显现，你将发现，没有任何一个际遇和付出过的努力是白费的。现在的你只需要相信自己那总是不停显现的灵感，这个灵感，是你的心在对你散发出渴求的讯息。是你的心真心想要做的。别误会了自己不可以，而被那些担忧所占据。因为牌卡想要跟你说，如今的你心所展现给你的每个讯息，都是你绝对可以做到并且做好的暗示。它不是莫名其妙的，而是伴随着你的成长与努力而来，之所以会有这些念头，都在于你曾经很努力了。因此请尊重自己的心所带来的灵感。



# 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。

## 化 被 草 木

### 化

选择「化」的人，在这个月请要注意，你是否太过情绪化了呢？情绪是每个人都会有，但请要明白，当我们无法与情绪共处的时候，我们将会被情绪所控制。而我们身边所重视的人，也都将因为这些情绪而受伤。情绪，并不是我们可以理所当然伤害人的理由，就算这个人深爱我们而愿意包容我们，也很可能会被这个情绪所割伤。想必君也不希望因为自己的失控伤害了最亲的人，因此每当情绪出来快要失去理智的时候，请让自己静一静，别急着表达或是与人争辩，因为只要带着情绪的时候，任何表达都会变得没有意义。

选择「被」的人，在这个月请学习稍微虚伪一点。「被」字想要跟你说，太过坦白与坦率，并不全然都是好事。这个世界就是有某些时候是需要虚伪的，有些人，就是不适用坦率。君并不需要把自己的所有想法如实呈现在他人眼前，也无需觉得这样的自己很虚假。把真心留给值得并且可信的人就好，因为总有一天，我们都需要面对生命确实有虚假的必要这个事实。别为了需要这样做的自己而感到不屑，因为这只是一种人与人应对的技巧。请记住，真心只需要展现给对的人，学习见人说人话见鬼说鬼话，有时也是生命的艺术喔。

### 被

### 草

选择「草」的人，这个月是一个可以冲刺事业的时候，当有想法的时候，马上把念头整理一番，接着就可以做出行动了。在这个月，这些行动都会很有成效，会带来美好的结果。但请注意别把行动与冲动搞混了，每个行动都建立在思考过后，会让君省去浪费力气的机会。抓住想法、整理，而后才行动，千万要记得这个步骤喔。此外相较于找太多的人来给意见，这个月君自己思考会得到更好的结果与结论，因为外界太多的声音，只会给君更多的分歧，你该听的，并不是他人的声音，而是自己的声音。

选择「木」的人，这个月需要学习公平地看待对待身边的一切。即使眼前的人君如何的不喜欢，或是与你有再大的过节，这个月都不应该因为被这些私人的情绪或恩怨影响自己该做出的判断与决定。若是太过顺着心情走，可能只会错失很好的机会，或是只是让自己错过成长的空间。学习客观以及顾全大局，会比沉浸在自己的心情来的有帮助喔。只要能做到公平待之、视之，那么君将发现自己又往前走了一步，心也将更有力量，更有可能因为如此得到一些意想不到的收获喔。因此，放下一些任性，客观地做抉择吧。

### 木



# 读者分享

主题：原来我也可以这样活（上）

分享者：可以

认识慕梓礼，是非常早以前的事，那时候明心录都还不叫明心录呢！所以严格说起来，我应该也算是一个铁粉、老粉了。

以前，我是一个总是为别人而活的人，牺牲自己的程度套一句慕梓礼的话，大概就是「怎么可以有人把自己的人生生活成这个样子」。当年与慕梓礼相遇的时候。我是两个小孩的母亲，从我怀第一个孩子坐月子的时候开始，我的先生就没有关心过我们母子，他一礼拜只来娘家看我们一次，因为当时婆家无法帮我做月子，我只能回娘家做，此后开始对先生失望，就一直待在娘家。每次先生来，就像看了孩子一眼就尽了爸爸的义务一样，甚至连孩子的尿布、奶粉钱，也都没有出过。还有许多的事，让我都对先生非常的失望，我对他的爱也消磨的一丝不剩，有的只有厌恶与不满。

我的妈妈是一个非常传统，也好面子的人。即便知道我的委屈与难过，也不满意女婿，但妈妈不愿意我离婚，因为她会觉得丢脸。更甚，她会因为觉得我大儿子需要有个伴，怂恿我生老二。在当时我非常抗拒，真的很想要离婚，但因为婆婆跟我保证先生一定会改，我就想着为了儿子，硬着头皮坚持这段婚姻。后来，我们还生了老二，我的小子。而我的丈夫有变吗？依然没有，我一样自己在娘家带两个孩子，丈夫没有尽过父亲的责任，也没有尽过丈夫的义务。而我，只能咬紧牙根，做一份月薪不到两万的工作，养着我的两个孩子。并且承受着妈妈极度想要把我赶走的压力赖在娘家，只因为她觉得我明明出嫁了，却还总是住在娘家很丢她的脸，可我真的无能为力带着两个孩子再去外面租房子，更没办法请保姆帮我带孩子好让我工作，因此只能出钱恳求妈妈帮我带小孩，当时好几次，我都被生活逼得无力到想死。

第一次与慕梓礼见面的时候，我真的无路可走了，当时我印象很深刻，他对我说我的课题其实就是「为自己而活」，说起来很像很简单，但却是奇难无比。就连现在的我想起过去的自己，若真的有任何门，我都会想去自己面前把自己打醒。我确实没有为自己活过。因为爸爸在我很小的时候就去世，所以我很早就出来工作了，但因为书读得不好，所以我总是没有自信，也觉得不可能像别人一样有份薪水很好的工作。高职开始我读夜校半工半读，每个月的薪水有三分之二都拿给了妈妈，但妈妈总是会不知道把钱花到哪里去，到最后，妈妈甚至在没经过我的同意下拿着我的证件用我的名字贷款。所以从小到大我总是过着被金钱追着跑的生活，就只是因为我爱我的妈妈。

一开始遇到我当时的先生时，我以为我终于找到一个港湾了，我想逃，我真的好想逃。或者说我希望有人可以帮我一起分担我的重担，因为我好累、真的好累……可我没想到的是，婚姻却带我到了另外一个苦境，把我逼到更绝望的死角。我是爱我的孩子们的，但我必须诚实的说，在当时需要独自扶养两个孩子，又需要满足妈妈理所当然的索取时，我真的觉得我的人生好像没有其他可能性了，所以我要带着我的孩子们一起离开，死了，就解脱了。当时找上他（慕梓礼），或许也只是想要找一个人来表达这些，留下些什么。因为如果我带着我的孩子们离开，至少有人知道，我不是故意的，我很爱他们，但我真的已经无能为力了。现在偶尔想起当初自己曾经有这种念头，我依然会心痛到想哭，我真的觉得很对不起我的两个宝贝……

未完待续～



# 生活随笔

过去无法改变，  
但未来总是来得及把握的。





# 书中找找黄金屋！

## 好书推荐

### 《幸福教养：让孩子受用一辈子的关键幸福力》

是因为一个偶然的推荐下与这本书相遇的，因为自己根本没结婚，更别说生孩子带孩子了，所以就对这本书兴致缺缺，心中总有种关于教养还离自己非常远的感觉，但是在翻开书之后，却渐渐的被书的内容吸引了进去，不但跟著作者的文字起舞，也跟着内容中作者的三个小孩一起欢笑嬉闹。

这本书给人的感觉很温暖，大概就是作者本身的反射吧，加上作者文笔精练优美却又不过于华丽，让人看起来就是觉得很舒服，许许多多不只是带孩子的顿悟，更是人生的体悟就从许多与孩子的小故事中而来。

个人觉得最最特别的是，虽然在分类上，会觉得它是一本育儿的书籍，但实际上，作者对孩子的智慧，不管是因材施教，还是因着孩子的个性找出适合孩子的教养方式，都是身为大人的我们可以参考且学习的。因为这本书，我学会了面对不同个性的人时，需要有不同的沟通方式；个性，也没有好或坏，只要我们可以把适合这个个性的特性用到对的地方，那这个个性，就是一种特质。

《幸福教养》这本书真的很棒，如果每个父母都能有这种智慧教育小孩，那么或许被如今教育体制压得喘不过气来的孩子们，每个人都能找到属于自己的一片天。教养，需要从小做起，但是如何教养，却需要智慧，而这本书，教了我们关于教养的智慧，也教了当回到大人世界中的人生，我们该要有的思维。



## 疗愈处方签

### 签十四：借由整理环境来整理自己的心

我们身边常处的环境，所呈现出来的样貌，通常跟我们的内心是相呼应的。即便是有洁癖的人，也可以借由观察周围的环境来探查自己的内在，好比去察觉自己出现那种“看不过去”的频率有多少？我们可以注意的是，并不是让我们看不顺眼的事物多了，而是我们内在的纷飞思绪多了、杂了。所以当觉得内在有许多杂念的时候，找个时间来好好的大扫除，当环境整洁清净后，我们的内在也会有一股舒坦的感受。借由打扫以及舍弃掉不必要的东西，往往可以看到内心的状态并且达到让内心平静的感受。

#### 服用方法：

找一天不被任何人打扰，一口气的把想要打扫的空间做个打扫，其中也检视每一样东西，试着把那些不是真的那么需要的东西断舍离。结束后，感受自己的心，那些常常让我们不知道怎么决断的烦恼，可能会出现一些灵感告诉我们可以怎么面对喔～

# 连载

## 「情落」

08

「亚音，要去送货喔。」

正整理花卉的亚音回头笑说：「等我把这边用好马上过去。」她期待地问，「有卡片吗？」

她喜欢送货，尤其是帮人传达心意附上小卡的花束，她乐此不疲，因为可以帮人传递情意，这让她感到开心。

见亚音期待的神情，老板娘失笑：「有喔。」

\*\*\*

送完货，亚音微笑且轻快地走着。这份工作很辛苦，但对一毕业就结婚生子全心在家庭的她而言，这是她第一次为了兴趣努力。离婚拿到的赡养费，她一分钱都没动过，因为这些该是孩子的。虽然生活辛苦了点，但她很喜欢做着喜欢的事、靠自己的力量得到工作上的满足。这让她有成就感。未来，她要靠自己的力量，开一间属于她的花店！

沉浸在自己世界的亚音没发现有个人一直跟着她，直到王威宏叫出口：「亚音！」

陌生又熟悉的嗓音让亚音顿了下，回身看到王威宏，她有点不自在地打招呼：「嗨，好久不见。」

难得的，王威宏有点不自在：「妳怎么会来……这边……」

察觉他的不自在，亚音帮他延续话题：「我工作，送货。」

「这样啊 那有没有空」

话来不及说完，亚音的手机响起，是老板娘。她不好意思地说：「抱歉，我必须」她指指电话。

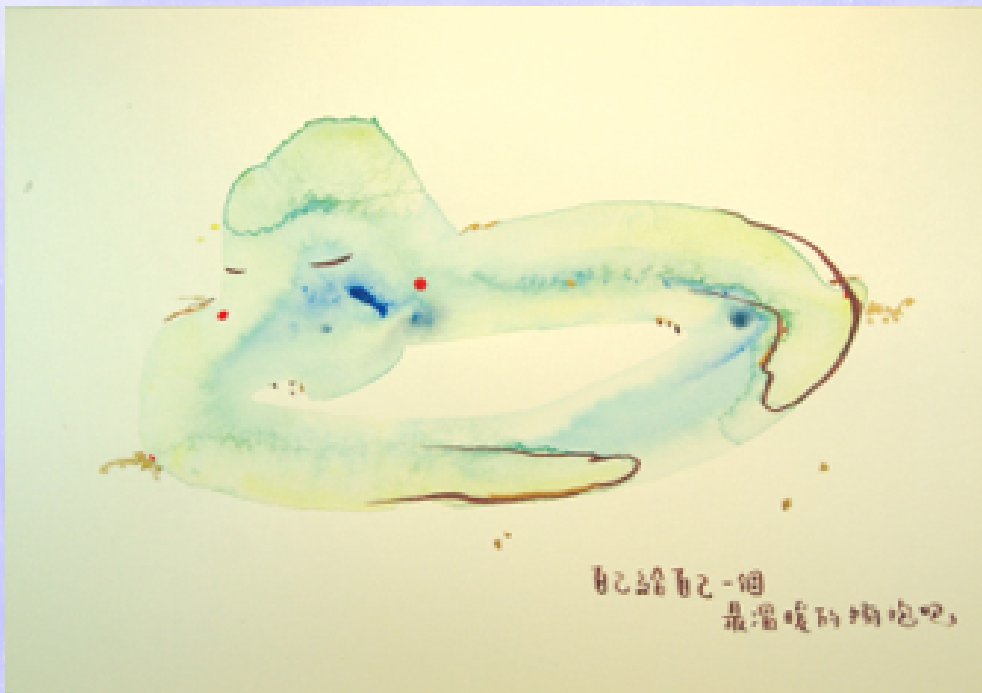
「好，那我们下次再约。」王威宏不想耽误到她工作。

亚音抱歉地合著掌，对他眨了个眼：「嗯。」

看着亚音离开的背影，王威宏没错过刚刚亚音脸上那有点生动的表情。

这是她吗？他发现自己根本不了解相处了七年的妻子，而此时他的心中却有个既荒谬又讽刺的想法，那就是：这迟了七年的了解，现在开始是否来得及……

是否每个错过，原本都有机会可以掌握？





# 活动与资讯

## ✓ 2018 春季茶会在台南

时间：2018/03/17(六) 13:00~17:00

地点：【Buggy coffee 虫子咖啡馆】台南市北区立贤路一段591号  
(花园夜市旁，可坐公车到达)

费用：Free，但每人需点到合作店家之低消

报名截止日：2018/03/15(四)

报名方式：请至明心录粉丝专页／官方LINE留言或私讯我们即完成报名喔

## ✓ 「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某些烦恼，不知道怎么做，想找一个方向，那么都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，小助理会立马帮您安排时间。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！

\* 问券连结：<http://goo.gl/forms/pYy3I3s6Qlty32Vi1>

## ✓ 明心录征稿

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，那么就会得到一次明心录任何活动或服务的使用权，当然是不用钱的啊，因为这是慕梓礼仅能做的能回馈给我们的读者的事。~(￣▽￣)~

\* 投稿邮箱：mingshinlu.li@gmail.com

## ✓ 明心录征图

你也是一个喜欢画图的人吗？也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



## 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>

Buggy coffee 虫子咖啡馆·台南店～<https://www.facebook.com/buggytainana/>

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

读者可以

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～