

# 明心錄

月刊

6月  
2016 June  
Vol.14

## 自由在心

自由，是因為解開了心靈的那層束縛。



# 牌卡

目的：檢視自己內心狀態。

方法：仔細觀察以下的牌，

選出君在這張牌中第一個注意或是最在意的元素。



A  
長  
頸  
鹿

C  
星  
星

C  
月  
亮

D  
地  
球

## 長頸鹿：在這段自我成長的路程中，你已經越來越好。

選擇長頸鹿的人，過去經歷了許多心靈的歷程，這個過程一定有許多辛苦難過的地方，但是牌卡想要跟君說，你做得很好，而且你將會越變越好，因為你是一個值得被嘉許的努力者！有可能君會發現自己變得不一樣了，像換了個性般，會做出許多以往的你不會做的事，這些轉變會讓你疑惑，但是如果真遇到了這些轉變，也請不要害怕或是不安，只要去想：這個狀態的你，是你所喜歡的嗎？如果是，那麼就接受自己的轉變吧！這個月君的重點只有一個，那就是「享受做真實的自己」。

## 月亮：該回神囉！

選擇月亮的人，要好好地檢視自己過往是否常常放錯重心或總是停滯不前。牌卡在跟君說：嘿，別再待著了，快點動起來吧；別再看別的地方了，快點看看自己的願景吧！

請好好地檢視自己，是不是常常把焦點放在錯的地方，或者腦中有許多的想法卻總是一天過一天的拖延行動的時間呢？與其總是看著別人怎麼做而想效仿，不如仔細想適合自己的做法；與其總是想著，不如讓自己開始動著。別讓自己像無頭蒼蠅一樣瞎忙，但也別讓自己什麼都不忙喔。

## 星星：你想繞著誰打轉呢？

選擇星星的人，如果你平常是一個不知道自己到底喜歡什麼，或是不知道自己適合做什麼，常常不懂自己甚至沒有目標的人，那麼要好好在這個月注意囉，那個能吸引君目光的人、事、物即將要出現了！

牌卡想要跟君說：請傾聽自己的心。君過往可能很常迷惘或是沒有方向，但其實你的內心一直都在給你指引和答案。只要君願意靜下心來感受，就會聽到心的答案。所以如果君在這個月遇到迷惘或是有過往總是不解自己要什麼的狀況，就給自己一個機會做靜心、靜坐等動作吧，心會告訴你答案。

## 地球：柳暗花明又一村，陽光總在風雨後。

選擇地球的人，如果你最近對某個狀況感覺很無力，如果你努力做一件事已經很久了卻依然還未感到改變，牌卡想要跟君說：不要放棄努力，這個過渡期終究會過去的。

不要覺得等待你的未來只有黑暗，也不要對眼前的狀況感到絕望或失去信心，堅持做對的事，持續過往的努力，即使目前的處境讓君疲乏了，有一天，君會明白原來這也是必要的過程和路途。去接觸能讓你開心或放鬆的人事吧，君會在這些人事中找到堅持下去的動力，要相信：陽光會出現的！

# 測字

目的：看當月需要注意、把握什麼？

測驗方法：從下列四字中選擇最有感覺的一個字。

## 珠 稱 夜 光



選擇珠的人可以仔細思考，過往的自己是否太過強勢，或是總以自我為中心呢？其實強勢與自我並非不好的事情，只要用在對的事情上，這兩個特點也能成為優點，但是重要的是我們是否用錯地方了呢？

也許因為君的個性關係，沒有人對君這麼說過，因為不熟的人不會想打壞關係，而熟悉的人對此卻是甘之如飴。然而無論有沒有人對我們這麼提醒過，我們都必須要好好的省思自己，因為過於強勢或自我的我們，可能會讓我們把最重要的人一點一點的推離開我們的身邊。

選擇稱的人，在這個月中凡事都請以和為貴，即便是遇到一些不舒服的事，也請記得多留意自己的情緒是否影響了我們的言行。稱字在提醒我們：退一步海闊天空，大局能成。

選到這個字的原因，是因為我們人生很重要的課題之一就是顧全大局。如果君過去總是心情最大、自己最大，那麼這個月，就是學習退讓以及「和氣」時機。照顧自己是很重要的事，可是君可以思考，是否把照顧自己的心情和只管自己的心情混淆了呢？照顧自己並不代表只想著自己喔～



選擇夜的人，這個月讓自己當個需要依靠人的小孩吧。不要讓自己太堅強、總是硬撐著要堅強，偶爾也讓自己被照顧、被呵護、被保護吧！堅強是好事，但是堅強並不代表我們需要推開或是拒絕愛我們的人喔，偶爾也讓自己躲在羽翼下吧。

借由勇敢的依靠身旁愛自己的人的這件事，君能體會到原來在自己的身邊，有多少人愛著自己，也會發現許多自己過去並沒發現的關愛就圍繞在君的身邊，這是這個月之所以要學習依靠這件事的最大重點。

選擇光的朋友，請去思考在某些事件或是領域上，自己是否總是聽不進去他人的意見或好心的提醒，如果是的話，那麼請君這個月放下心中的成見，仔細的去聽、去思考，那些你身邊的人一直想要跟你表達的東西。

我們不必要把我們人生的主導權交給任何一個人，也不用靠著身旁的人的建議來決定任何一件事，但是我們可以做到接納這些意見或是引導，進而去篩選出哪些是真實的並且對我們有幫助的提醒。全盤的否決或是不接受，有時候只會讓我們錯過寶貴的機會喔。





# 讀者分享

主題：兒子，謝謝你。

分享者：愛子

前年，我失去了孩子，是一個還來不及出生就與我分離的孩子。我傷心欲絕，好幾次甚至也有那種乾脆跟孩子一起離開、去找孩子的想法。我太難過了，根本無法從失去孩子的傷痛中走出，我不懂，遇到這種事到底是要我學習什麼？為什麼是靈魂的選擇和課題？我不要啊，我一點也不想做這種選擇，也一點都不屑修習這種課題！

第一次看到慕梓禮的時候，我以為他會用那些他在文章里寫到的靈魂的約定或課題來敷衍我，我甚至都已經想好要怎麼回應這些在當時的我的心中像屁話的東西。但我沒想到的是，我什麼都還來不及反駁他、嗆他，他就先對我說了：不如妳自己去問祂，問那個無緣的兒子。後來，在他幫我引導看到孩子的過程中，我哭得不能自己，也看到了一些莫名其妙的、據說是前世的畫面。那一輩子的我也是一個母親，我也失去了唯一的孩子，同時也是那個本來可以出生在我生命里的孩子。因為傳染病，我唯一的孩子死了，而我因為受不了這個打擊，也輕生了。

祂，我的兒子這麼對我說：媽媽，妳要學會勇敢與堅強，妳要做到放下，不要難過了，這樣我這一遭走的才值得。像妳愛我一樣，我也愛妳。

那一天我哭了好久，老實說，我並不那麼相信前世這種東西的，但很奇特的，當我看到那些畫面並且看到我的孩子以後，我的心似乎不再那麼痛了，我要勇敢、要堅強，因為就像我的孩子願意為了我來做這個課題一樣，我也想為了祂學會勇敢與堅強.....所以，孩子，謝謝祂為了我來了一趟這個世界，等我學會，我們約好再續母子緣，好不好？

# 生活隨筆



我們都曾經，留戀過某個人的背影。

悠閒地飲啜一口咖啡，司徒衛很久沒這麼悠閒了。

這麼一想，他才發現原來從很小的時候開始就一直很緊繃的生活著，因為怕不被要、怕不再被愛，所以他總是小心翼翼。

這段時間，除了一直困擾他卻始終找不出原因的心痛不再出現外，他最大的不一樣，莫過於他身邊的人都覺得他變了很多，變得更愛笑、幽默，不再像以往正經八百。

是他變了嗎？與其說是變了，他更覺得自己像被解放了，從自己所塑造出來的以為應該要的形象中解放。

想到這，他嘴角揚起。原來，這就是自由的感覺啊，心靈的自由。

這種感覺，非常的輕鬆，也讓他感恩。

無論是生下他的母親，還是把他當親生兒子小心呵護養大的父親，以及關心他的摯友，更或是因緣際會認識的阿滾或是中皇醫師，他都覺得很感謝。

才想到這裡，他就看到了那七年前與他一見如故，比親人更瞭解他的摯友。

「阿倪！」司徒衛抬手叫著好友，想讓他看見自己坐在這裡。

阿倪走向司徒衛，氣息微喘：「你等很久了嗎？抱歉，車位難找。」

看來阿倪是跑過來的。

他笑：「沒關係，享受一下等待的時光，也挺自在的。」

只見阿倪露出趣味的表情：「你真的變很多，以前你最忌諱人家遲到了。」他沒有落坐，反而走到司徒衛的身邊，「對了，我有一個東西要給你看。」

語畢，只見阿倪非常迅速地拿出一把刀，就這麼刺進司徒衛的胸口。

突如其來的狀況讓司徒衛瞪大了眼睛，他低頭看了眼自己的胸口，再看一眼刺殺他的摯友：「你.....」

### 自由，是因為解開了心靈的那層束縛。



明心錄徵稿囉~

歡迎分享「你」的故事

不論是對於明心錄、文章感想或只想說故事的朋友們，

歡迎各位寫信來分享。

E-mail: mingshinlu.li@gmail.com

## 明心錄資訊

官網：<http://mingshinlu.blogspot.tw/>

粉絲團：<https://www.facebook.com/mingshinlu>

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

博客：<http://blog.sina.com.cn/todayis0214>

推特：<https://twitter.com/mingshinlu>

## 特別感謝

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

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

Buggy Coffee 臺南店～<https://www.facebook.com/buggytainana/reviews/>

仨助理

朗達

讀者愛子

撰稿人我自己

閱讀明心錄月刊的所有讀者

撰文者：慕梓禮・菱屹 @歡迎大家轉載，若轉載煩請註明出處～