

I love you. I'm sorry. Please forgive me. Thank you.

零極限_之 富在工作

伊賀列阿卡拉·修·藍博士、河合政實 著 劉滌昭 譯

暢銷書《零極限》作者修·藍博士的最新力作！
日本「企管之神」船井幸雄熱切推薦，並親身實踐！
林蒼生、周思潔、林櫻珊、宋馨蓉極力推薦！

被譽為吸引力法則終極版的「荷歐波諾波諾」，
運用在事業、職場上，會發生什麼效果？
神奇的四句話，不僅可以解決所有問題，
更能帶來心靈、精神、身體、金錢、物質等全方位的豐富，
而且是沒有極限的豐富。

love you. I'm sorry. Please forgive me. Thank you.



01471487

極限之 富在工作

伊賀列阿卡拉·修·藍博士、河合政實 著 劉滌昭 譯

「零極限」工作事業篇和Q&A解惑篇

誰要為不景氣負責？是政府、企業、顧客……還是你？

世界金融海嘯威脅仍在，每個人都認為應該改變，卻沒有任何人提出解決方案！

被喻為世界上最奇特的治療師修·藍博士，繼成功治癒夏威夷州立醫院的精神病罪犯後，將這神奇的夏威夷療法「荷歐波諾波諾」應用在商業上，透過清理自己的過程，將我們帶進具有生命的工作及事業中。

這與以往單純追求大量財富、物質的商業有很大的差異，它能帶來全方位的豐富，包括心靈、精神、身體、金錢、物質等，創造出充分供應你和家人，以及你所愛的人所需財富與物質的資源。

透過這樣的滿足，你可以為自己和其他人的靈魂帶來莫大的喜悅。

我的公司正面臨重要的轉型期，此刻有緣拜讀《零極限之富在工作》，彷彿是上天賜給我的教導。

——周思潔（知名訓練師）

如果《零極限》是概論，那麼《零極限之富在工作》這本書就是實用篇或工具書，是創造全方位美好人生的使用手冊。

——林櫻珊（承德管理顧問股份有限公司執行長）

用愛來改善經濟能帶來美好的心情，而有美好的心情就能有平靜喜悅的態度。在這樣的狀態下，神性的靈感必能源源湧入，帶來《零極限之富在工作》書中所提到的綜合性豐富！

——宋馨蓉（《零極限》譯者）

ISBN 978-986-175-183-2

【494】

00260



9 789861 751832



圓神書活網
www.booklife.com.tw

零極限之富在工作 / 伊賀列阿卡拉·修·藍、河合政實著；劉滌昭譯。
-- 初版。-- 臺北市：方智，2011.02
200面；14.8×20.8公分。-- (新時代系列；144)
ISBN 978-986-175-183-2 (平裝)
1. 職場成功法 2. 靈修

494.35

98024102

The Eurasian Publishing Group
圓神出版事業機構
用心 真存 對您 · 視野 無限 寬廣

方智出版社
Fine Press

http://www.booklife.com.tw

inquiries@mail.eurasian.com.tw

新時代系列 144

零極限之富在工作

作者 / 伊賀列阿卡拉·修·藍博士、河合政實

譯者 / 劉滌昭

翻譯協力 / 李加晶

發行人 / 簡志忠

出版者 / 方智出版社股份有限公司

地址 / 台北市南京東路四段50號6樓之1

電話 / (02) 2579-6600 · 2579-8800 · 2570-3939

傳真 / (02) 2579-0338 · 2577-3220 · 2570-3636

郵撥帳號 / 13633081 方智出版社股份有限公司

總編輯 / 陳秋月

資深主編 / 賴良珠

責任編輯 / 黃淑雲

美術編輯 / 劉語彤

行銷企畫 / 吳幸芳 · 陳佩禎

印務統籌 / 林永潔

監印 / 高榮祥

校對 / 張瑋珍

排版 / 陳采淇

經銷商 / 叩應股份有限公司

法律顧問 / 圓神出版事業機構法律顧問 蕭雄淋律師

印刷 / 祥峰印刷廠

2011年2月 初版

2012年2月 19刷

YUTAKA NI SEIKO SURU HO-OPONOPONO

© Ihaleakala Hew Len, 2009

© MASAMI KAWAI, 2009

Originally published in Japan in 2009 by SOFTBANK Creative Corp.

Chinese translation rights arranged with Serene Co., Ltd.

through TOHAN CORPORATION, TOKYO.

Complex Chinese translation copyright © 2011 by The Eurasian Publishing Group

(Imprint: Fine Press)

All rights reserved.

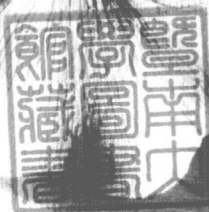
定價 260 元

ISBN 978-986-175-183-2

版權所有 · 翻印必究

◎本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本公司調換

Printed in Taiwan



零極限_之

I love you. I'm sorry. Please forgive me. Thank you.

富在工作

〈推薦序〉歡迎一起體會前所未有的豐盛！ 宋馨蓉 005

〈推薦序〉不可思議的動能 周思潔 007

〈推薦序〉每天清理多一點，創造豐富人生 林櫻珊 009

〈前言〉帶來綜合性豐富的零極限商業 013

第一章 零極限的商業模式 015

解決問題的夏威夷療法 / 拯救金融危機的一帖靈藥 / 靠自己就能輕易實踐的祕密 / 比經濟學家更有效的企業救星

體驗談1 憂鬱症的姊姊不再憂鬱 031

第二章 荷歐波諾波諾的本質 035

夏威夷州立醫院的奇蹟 / 用四句話來清理自己 / 所有問題都源自內在 / 負起百分之百的責任 / 遮蔽靈光的意識結構 / 消除資訊的過程 / 刪除資訊即可產生靈感 / 構成宇宙的各種資訊

體驗談2 在金融海嘯中提振業績 062

第三章 神奇四句話的應用方法 065

要向誰說？ / 這四句話有順序嗎？ / 說的時候要帶有感情嗎？ / 應該在什麼時候說？ / 要說幾次才行？ / 四句話全都要說嗎？ / 抱著負面的心情來說也可以嗎？ / 發出聲音比較好嗎？ / 說的時候是否要想像些什麼？ / 不是曾教導我們不要思考問題等負面的事嗎？

融談談 3

患精神病的哥哥是我內心的鏡子

077

第四章 零極限讓商業大轉變

081

與對手雙贏的新商業現象 / 獲得最大利益的商業法則 / 改變公司的不二法門 / 不需要管理就能激勵同仁 / 拋開事業計畫，開創新格局 / 因零極限而生的商機

融談談 4

創下十六年來最高營業額紀錄

100

第五章 讓事業成功的荷歐波諾波諾

105

清理公司的重要性 / 何謂真正的領導管理？ / 運用在醫療上效果顯著 / 讓女性幸福有助於公司發展 / 指引公司的「零極限」 / 「重視家庭」使公司成功

融談談 5

達成困難的不動產交易

127

第六章 事業職場問題 Q & A

133

職場中有「怪異的人」該怎麼辦？ / 如何才能達成目標？ / 工作欲望低落時怎麼辦？ / 該怎麼做，我的業績才能成為公司第一？ / 如何增加收入？ / 妻子無法理解我的工作 / 希望出人頭地 / 待業中如何才能找到好工作？ / 如何找到令人充滿幹勁的工作？ / 忙得沒有時間 / 無法順利招募到人才 / 周遭的同事沒有人情味，讓人心情苦悶 / 資金調度不順 / 員工的表現不如預期 / 客戶提出無理要求 / 無法培育出人才，而且員工很快就辭職 / 為了業績衰退而煩惱 / 如何才能防止糾紛？ / 如何才能戰勝同業？ / 對公司的未來感到不安，覺得整個業界沒有前途

體驗談 6

大幅提升靈性治療能力

153

第七章 荷歐波諾波諾的療癒力

157

幸福存在零的狀態中／人生的目的是自由，也就是清理／神性賦予的重要使命／世界經濟危機的最佳解答／零極限式商人

體驗談 7

清理自己，使丈夫的癌症痊癒

172

附錄 I 清理實踐篇

180

藍色太陽水／「冰藍」清理／HA呼吸法／靜心／刪除記號「X」的運用／有橡皮擦的鉛筆／獨特的清理工具／內在小孩的照顧

附錄 II 荷歐波諾波諾用語集

191

SITH／神性／潛意識／意識／超意識／資訊／清理／刪除／零的狀態／靈感／質變／知識／智慧／透明度

體驗談 8

內在小孩教我的事

195

〈結語〉讓生命改觀的荷歐波諾波諾

198

〈推薦序〉

歡迎一起體會前所未有的豐盛！

《零極限》譯者 宋馨菴

二〇〇九年五月，我跟隨靈感，到澳洲布里斯本參加了修·藍博士的工作坊。在人數眾多的課堂上，我向未有機會介紹自己之前，修·藍博士總會穿過人群，走到我身旁親切地跟我說話。讓我印象深刻的是，他每次看到我，總是像祖父般溫暖地叫我「甜心」，一如喬·維泰利博士所形容的，他一開口就有音叉共振效應，記憶會被清理，到達一種空的状态，感受到前所未有的平靜。

修·藍博士就像鄰家爺爺般充滿慈愛，又有著開悟大師的莊嚴。在見到他以前，我感激實行荷歐波諾波諾讓我有時時活在當下的覺知；然而在見到他之後，我突然明白，「活在當下」也許只是進入零的狀態第一一步的動作，才剛抬起腳，真正踏進去以後，就能感受到「對當下的自由」。

I'm sorry.

Thank you.

在修·藍博士身邊，我進入了零的無限向度，瞬間領悟創造荷歐波諾波諾療法的莫兒娜所說的精髓：「荷歐波諾波諾的本質是自由。」我體會到對過去、現在和未來的一切皆沒有執著的自由狀態。實踐荷歐波諾波諾，不干擾、不期待，並與宇宙的韻律同步，讓一切順其自然發展成應該有的樣子，驚喜就隨之而來。

《零極限之富在工作》這本書所傳遞的想法，對企業來說必然是嶄新的概念。荷歐波諾波諾認為一切萬有皆有生命，一個被視為生命體的公司將可以自動運作，業績蒸蒸日上，員工也能發揮最大的潛能與效率——乍聽也許有些荒謬，但宇宙力量至今無法全然以邏輯來解釋，所以，多說「愛」亦無害，用愛來改善經濟也能帶來美好的心情，而有美好的心情就能有平靜喜悅的態度。在這樣的狀態下，神性的靈感必能源源湧入，帶來《零極限之富在工作》書中所提到的綜合性豐富！

願所有讀者擁有超越一切意識所能理解的豐盛與愛！

〈推薦序〉

不可思議的動能

知名訓練師 周思潔

此刻我的內心驚歎連連，卻又難以爲此書落筆寫序。因爲「祂」已非一本書，而是一份珍貴的「天啓」，但喜歡批評、分裂、比較的人類頭腦恐怕有些難以相信。以下便是我閱讀此書的奇異之旅……

看著這本《零極限之富在工作》文稿，我的上半身竟不斷顫動，彷彿有股能量爲我的腰痠背痛進行治療，那是從未有過的經驗。

於是我把書放在離書桌約一公尺遠的地方，然後到化妝室洗了手又折回來，拿起別的書看，身體就靜止、回復正常了。此時，我再度拿起《零極限之富在工作》來讀，上半身立刻又抖動不已。奇妙的是，只要我看其他書，身體又會靜止

I'm sorry.

Thank you.

下來。就這樣反覆多次、屢試不爽，我終於發現這本書的每個文字都充滿能量，令我驚呼不可思議。

九年多的教學相長之路，讓我有幸拜讀很多好書，經歷過許多很棒的課程。但我必須真誠地說，《零極限》給我的啟發是最寶貴的。我身體力行，幾乎每天都用「對不起」「請原諒我」「謝謝你」「我愛你」這四句話進行靜心，不僅在睡前做，連搭計程車或等待的空檔也不錯過，而且在全省巡迴的教學中也分享給我的學生，請大家一定要買書來看。因此我會半開玩笑地向出版商反應，《零極限》的暢銷，我也有貢獻。

如今我的事業邁入第十年，公司正面臨重要的轉型期，此刻有緣拜讀《零極限之富在工作》，彷彿是上天賜給我的教導。我深信書裡的每個提醒，它們看似簡單且有違經驗法則，但只要願意「歸零」、臣服，照著書上所言去做，一定能柳暗花明、更上層樓。因為，「信得深，就會成真！」

〈推薦序〉

每天清理多一點，創造豐富人生

承億管理顧問股份有限公司執行長 林櫻珊

二〇一〇年初，我正處於事業最低潮，無論是公司人事上的大變動，或是顧問案件的不順遂，都讓我質疑：當初離開穩定的工作，選擇創業之路，是不是做錯了？一再的挫敗讓我漸漸對人生不抱希望，唯一能做的似乎就是抱怨：「爲什麼所有不如意的事，都發生在我身上？」然而，二〇一〇年二月第一次讀到《零極限》這本書之後，我以很快的速度看完，並且開始使用夏威夷療法「荷歐波諾波諾」的四句真言：「對不起」「請原諒我」「謝謝你」「我愛你」。不過，或許是因爲期待太深，念了這四句真言後，我並沒有立即看見預期的結果，反而覺

I'm sorry.

Thank you.

得內心更空虛了。一個月後，我決定親自飛到夏威夷見修·藍博士，更深入地學習、了解荷歐波諾波諾。

荷歐波諾波諾真正改變了我的一生！學習這個夏威夷療法之後，我賺了更多錢，夫妻關係更爲融洽，公司運作更順利，也在生活中感受到更多的愛，內心變得更加平靜了。學習荷歐波諾波諾，你會知道所有問題終將隨著清理而解決；實踐荷歐波諾波諾，你的生命將充滿靈感與奇蹟。

其實問題從來不是「問題」，它們只是重播的記憶所造成的結果，是來協助你面對自己的功課、幫助你成長的。所有的問題幾乎都來自同一個原因——恐懼，而其解答就是「愛」。你因爲害怕失去現在擁有的一切，如金錢、感情或工作職位等，所以一直緊緊把它們握在手裡，而這些恐懼其實只是重播的記憶正支配著你的意識。修·藍博士說，每個人都是完美的，你唯一要做的，就是清理重播的記憶，並讓靈感及神性流入自己的內在。

過去兩年，創業的不順遂一直困擾、打擊著我，直到遇見修·藍博士後，我學到荷歐波諾波諾的清理方式及工具，開始每天持續不斷地念祈禱文，並使用四句話來清理，結果短短三個月內，公司的業績竟然就有了不可思議的成長，而且

至今仍持續向上。這讓我領悟到，我過去所有的問題都只是重播的記憶所產生的困擾，只要透過簡單的清理，記憶都會回到「零的境界」，而未來的生命中將發生更多奇蹟。這也是修·藍博士一再強調的：「你身邊所發生的問題，你必須負起百分之百的責任。」清理它，並放下任何期待，你將擁有更多采多姿的人生。

如果《零極限》是概論，那麼《零極限之富在工作》這本書就是實用篇或工具書，是創造全方位美好人生的使用手冊。荷歐波諾波諾可以幫助你啟動能量，只要真心對自己的神性說「對不起」「謝謝你」「請原諒我」「我愛你」，然後放下對「結果」的任何期待，讓這四句話的清理慢慢在你的內在發生作用，你就會發現自己的身邊出現了奇蹟般的禮物。

感謝伊賀列阿卡拉·修·藍博士適時出現在我的生命中，讓我學會透過持續不斷的清理來消除潛意識中重播的記憶，體會到這輩子從未經歷過的內在平靜與自由。

請每天說「我愛你」，讓自己心中充滿愛，因為唯有完全給予而不求回報的愛，才能讓自己得到真正的自由。就從愛自己的內在開始，當你的內在真正獲得

Please forgive me.

你。
滿足，你將真正學會將這份愛傳播出去，改變自己和他人的生命。謝謝你，我愛

〈前言〉

帶來綜合性豐富的零極限商業

伊賀列阿卡拉·修·藍博士

本書將介紹「具有生命」（使真正的自我生存）的商業，以及它實際的形態。具有生命的商業，與單純追求大量財富、物質的商業有很大的差異，它能帶來綜合性的豐富，亦即包括心靈、精神、身體、金錢、物質等所有的豐富，而且是超乎理解的豐富。

透過本書傳達的最重要訊息，是自由與解放。也就是說，從佛陀或耶穌基督視為痛苦的事情中解放出來，轉移方向，去體驗綜合性的豐富方向。所謂獲得綜合性豐富，則是指創造出能夠充分供應你和你的家人，以及你所愛的人們所需財富與物質的資源，使所有的人與所有的物質產生關連。這種關連可實現你與所有人的靈魂所渴求的自由，並使它昇華。而且，人生藉著這種滿足，可以為自己

I'm sorry.

Thank you.

其他人的靈魂帶來莫大的喜悅。

本書的焦點並非單純放在獲得金錢財富的方法上，而是說明何謂具有生命的工作、商業，以及爲了進行心靈的、精神的、身體的、金錢的、物質的實際體驗，必須如何才能完全解放，成爲自由。

關於具有生命的商業，本書將提出四個重要問題。

① 我是什麼？

② 我的人生目的爲何？

③ 我在心靈上、精神上、身體上、金錢上、物質上的煩惱與痛苦，爲何產生？

④ 這些煩惱和痛苦要如何解決？怎麼樣才能獲得真正的自由？換句話說，心靈、精神、身體、金錢、物質方面如何才能達到自由、解放的狀態？

希望你能藉由本書，對這四個問題提出本質性的答案。

請接受本書，並祈願它能爲你帶來超乎理解、深遠而豐富的平靜。