

掌控内心强大的

力量

顾梓悦◎著



中国财富出版社
CHINA FORTUNE PRESS

掌控内心强大的力量

顾梓悦◎著

中国财富出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

掌控内心强大的力量 / 顾梓悦著. —北京: 中国财富出版社, 2017. 2

ISBN 978 - 7 - 5047 - 6372 - 3

I. ①掌… II. ①顾… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2017) 第 003021 号

策划编辑 黄 华 责任编辑 单元花

责任印制 方朋远 责任校对 孙会香 孙丽丽 张营营 责任发行 邢有涛

出版发行 中国财富出版社

社 址 北京市丰台区南四环西路 188 号 5 区 20 楼 邮政编码 100070

电 话 010 - 52227588 转 2048/2028 (发行部) 010 - 52227588 转 307 (总编室)

010 - 68589540 (读者服务部) 010 - 52227588 转 305 (质检部)

网 址 <http://www.cfpress.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

书 号 ISBN 978 - 7 - 5047 - 6372 - 3/B · 0521

开 本 710mm × 1000mm 1/16 版 次 2017 年 2 月第 1 版

印 张 11.5 彩 页 2 印 次 2017 年 2 月第 1 次印刷

字 数 156 千字 定 价 39.00 元

版权所有 · 侵权必究 · 印装差错 · 负责调换

前言

人生的驾驭者

一直以来，很多人都在追寻人生的意义。但是，我们往往找错了方向。因为我们不认识自己，没有找到自己的力量，轻易就被消极的思想所控制。我们不爱自己，意识不到自己的智慧、力量和神奇，非常像一个捧着金饭碗讨饭吃的乞丐。所以，生活反馈给我们的，就是倒霉与无助，我们能够做的，不是以卵击石就是逆来顺受。

人人都想驾驭人生，事实上却往往被人生所驾驭。这正像一句谚语所说的：“本想出去剪羊毛，没承想却被别人剃了个秃瓢。”

为什么会这样呢？就是因为想驾驭人生是一回事，而实际上做的是另一回事，我们的所做与所想发生了矛盾。比如说，我们想要幸福美满的生活，但是我们的思想中却总是充满了各种各样的不幸和残缺的想法；我们想要足够的金钱与财富，但是我们的思想中却总是充满了贫穷和不足的意识；我们想要和谐快乐的人际关系，但是我们的思想中却总是充满了敌意和对立；我们想要充满浪漫情调的爱情，但是我们的思想中却总是充满了猜疑和不安；我们想要良好健康的身体，但是我们的思想中却总是充满了恐慌和惧怕……而消极的思想意识，又怎么能结出积极的人生果实呢？

中国人常说：“种瓜得瓜，种豆得豆。”所以，不要抱怨和苛求我们的收获，而是要在自己的播种中寻找原因。播种蒺藜，只能收获蒺藜，又哪里有牡丹可收获？要收获牡丹，只能播种牡丹的种子。这就是简单而又无处不在的因果法则，也可称其为万事万物的因果定律。

科学家说，构成人体的所有物质，都能在自然界中找到出处，这说明人类是大自然的一个组成部分。身体加上思想，古人称之为一个小宇宙。人这个小宇宙本应该与大宇宙相通相融，因为我们的身体、维持身体的能量，还有意识，无一不是从大宇宙中摄取的。但是，因为我们过于自以为是，动辄违背这个大宇宙的自然规律，我们便与世界出现了隔阂、矛盾甚至对立，不顺、困境、苦难、灾祸等便随之而生，烦恼、恐惧、悲观、乖戾等情绪随即乘虚而入，和谐、快乐、成功、幸福等美好的东西便悄然撤退。

实际上，我们的思想中蕴藏着世界上最丰富的宝藏，那是一个要什么有什么的博大世界。一般而言，一个人能够在想象中创造出的事情，没有什么是不能在现实中实现的。因此，根本用不着舍近求远，我们所需要的，只是把蕴含在我们自身的所有潜在力量激发出来而已。

我们因为不敢坚持自己的权利，世界才会变得苛刻、残酷无情。越是如此，我们许多积极的、有益的思想才被深埋在黑暗之中，不见天日。

请永远铭记，无论环境如何，你一生真正需要斗争和征服的，仅仅是你自己。因为一切困难和恐惧皆产生于你的心。

只要意识到这些道理，就要自觉地——哪怕是渐渐地——使之成为我们的习惯。这样，你完全可以得心应手地应对生活中的各种境遇，使一切境遇都朝着你的意愿发展。

生命就是表达，和谐而富有建设性地表达自己，是我们的分内责任，

也是我们的天赋权利，同时我们也完全能够做得到。把握不住内心的强大力量，就只能做时间和生命的奴隶。很不幸，这是大多数人的命运。把握住内心的强大力量，就可以做时间和生命的主人。

当然，这需要明白其中的道理，并且需要实际修炼。

作 者

2016 年 10 月

/ 目录 /

CONTENTS

第一章 被忽视的宝藏	1
紫禁城讨饭的王	3
指向自家后院的藏宝图	6
你真的认识你自己吗	9
由果及因	12
第二章 生命是用来享受的	15
积极消极都会如你所愿	17
阴影——我们挡住了阳光	20
能建广厦，何苦满足于陋室	23
心想事成	26
没有偏见的世界	29
第三章 心悦成长	33
生活的学生	35
成长就是改变看待事物的角度	39
经历是弥足珍贵的财富	42

抬高别人，客观看待自己	45
和谐内心方有和谐世界	48
第四章 活在当下	51
为过去所累	53
放下	56
爱自己	59
宁静的内心没有战争	63
积极工作	67
越简单越深刻	70
第五章 你配得到美好	73
宇宙间充满着无限智慧和能量	75
凡属正当的内心渴望都能实现	78
欲求力量大，必须导往正确的方向	81
财富是从富裕的心里流出来的	84
追求从心灵到身体的整体健康	86
为看不到迹象的一切美好做足准备	89
第六章 启动能量，重建自我	91
我们有足够的力量改变一切	93
做自己人生的设计师	96
生命关系的转化密码	99
释放语言的神奇力量	102

以行动改变劣习和瘾好	106
建立正确而有效的做事原则	109
第七章 建设一个充满爱的世界	113
爱自己，世界才会爱你	115
像爱自己一样爱他人	118
完美的爱没有恐惧	121
创造良好的人际关系	124
用建设性的方法释放不良情绪	129
主动超越伤痛和烦恼	133
第八章 有梦就有奇迹	137
梦想决定人生走向	139
通过冥想建立连接通道	143
梦想的视觉化呈现	146
命在人为	151
你的坚持，终将美好	154
第九章 让生命如花般绽放	157
生命的答案	159
秩序原本井然	164
把生命交给高能量的自我	166
满树花果源于一粒种	169
开启生命绽放的智慧之门	172

| 第一章 |

被忽视的宝藏

可以这样说，我们每个人都是上天精心打造的一座不寻常的宝藏，都是独一无二、无法复制的，而且它的力量也是不可预料的。如果你能找到一把合适的钥匙，它将被开启。

然而不幸的是，这个世界上很少有人发现这座宝藏，因而导致更少人去享用其中的财富，捧着金饭碗，却去讨饭吃。

紫禁城讨饭的王

曾经听过一个非常夸张的小故事，说的是丐帮的一伙人在一起侃大山，讨论一旦发达了当上皇帝之后的个人打算。当然，这基本上是白日做梦了。咱们也就是姑妄言之姑听之，得允许人家做梦。

大家讨论得煞有介事，热火朝天。有说要天天吃山珍海味的，有说要日日穿绫罗绸缎的，有说要玩遍天下胜地的，有说要娶三宫六院的，总之尽是一些让感官娱乐至死的勾当，极尽奢华享乐之能事。最后一个人表态的最有喜感，说是要把紫禁城圈起来，把所有乞丐一律都撵出去，只允许自己在里面讨饭。

你看，都当上皇帝了，天下都是他的了，竟然还要去讨饭。说明这个人除了讨饭，什么都看不见了，这是由于惯性思维造成的。其实，类似的人在现实中多得是。生活给他什么，他就认为自己是什么，遇上什么样的环境，他就用什么样的思维方式。他不知道自己可以做人生的主人，可以左右生活而不是被生活所左右。

的确，我们完全可以主宰命运。如果你随便问一个人，你愿意主宰命运吗？许多人很可能都要露出嘲笑的神情，认为你提出的问题太幼稚。是啊，谁不愿意主宰命运？但问题是你能否主宰得了。

在许多人看来，我们的一切似乎都是命中注定，或者完全由上帝之手来操控，无论窘困与通达，无论坎坷与顺利，无论结果是吉是凶，都是万般不由人的。

但也有比较乐观的看法认为，每个人一出生，就有一个名叫“命运”的合伙人，命运是大股东，他是占上风的，自己虽然是个小股东，但也要尽力做到最好。

还有更加乐观的看法是，命运有一半在你手中，只有另一半在上帝手中。你一生的全部就在于，运用你手中所拥有的去获取上帝所掌握的。

如果按照佛家的观点，人是一生又一生，今生怎么样是由前一生决定的，而今生怎么做又决定着下一生怎么样，种前因必结后果。这样看来，那就是命运完全是掌握在你的手里，只不过不全是由此生说了算。但是，不管是哪一生的自己说了算，不都是自己说了算吗？

实际上，我们的思想中蕴藏着世界上最丰富的宝藏，那是一个要什么有什么的博大世界。一个人能够在想象中创造出的事情，没有什么是不能在现实中实现的。因此，根本用不着舍近求远，我们所需要的，只是把蕴含在我们自身的所有潜在力量激发出来。

有一则资料说，一位外国妇女，为了阻止一辆司机误将油门当成刹车的卡车轧到自己正在马路中间玩耍的孩子，竟然将这辆载重卡车倒推出去十几米远。

这种力量是世界上任何人都不具备的，可是因为母爱，这位母亲竟然一下子就拥有了天神般的力量。

其实，这种力量我们每个人都具备。不仅如此，我们所具备的能量与智慧，比这个还要多，还要大。

所以，我们无须向外界求助，开发自己的潜能就能左右命运，左右世界；而被成见所束缚，就会被命运所左右。

就是因为我们总认为自己不行，所以表现在语言上也是不行，表现在行动上也是不行，最后表现在结果上当然也是不行了。

指向自家后院的藏宝图

小时候曾经读过一篇童话故事，说的是一个人有幸得到了一张藏宝图，他就开始踏上了寻宝的漫漫征途。他先是按照藏宝图的指示，找到了一处住所，并在此地获得了一份新的指示图，然后重新开始出发。待又找到了一处新的住所，又获得了一份新的指示图，然后又重新开始出发。就这样，经过无数次的辗转周折，最后指示图明确地指向了这个人自家的后院。最终的结果是，他在自家的后院挖出了巨大的宝藏。

其实，我们每个人都有一座巨大的宝藏，只不过是还没有发现而已。

如今，有不少人信奉并倡导“读万卷书，行万里路，交万人友”。大家知道，读书是为了明理，旅行是为了增长见识，交友是为了向别人学习并且获得帮助。其实，“读万卷书，行万里路，交万人友”的真正目的，就是找到自己身上的这座宝藏而已。

但是，人们经历得越多，就越发现自己很渺小，直至发出“生命如蝼蚁”的无奈感叹。那么，我们的创造力到底是伟大的，还是渺小的呢？这个问题把人们给弄糊涂了。

那么多人之所以在人生追求的过程中左支右绌，到处碰壁，其根本原因，不过是他们对世界和人生的看法是错误的。看法是错误的，追求的方法

法就不可能正确；方法不正确，又哪里得来正确的结果呢？如果有了正确的看法和方法，一切问题均可迎刃而解。这样的道理，并没有什么高深莫测之处。

人们总是认为，导致失败的原因在于不够努力、不够勤奋，好像只要付出足够的努力与勤奋，就一定会成功。如果真是这样的话，已经付出过千辛万苦的人千千万万，怎么成功者还是寥若晨星，失败者反而比比皆是呢？其实，努力和勤奋并不能包打天下。正如许多人只知道爱迪生的半句格言——“天才就是99%的汗水加上1%的灵感”，却不知道后半句更加振聋发聩——“但那1%的灵感最重要，甚至比那99%的汗水都重要。”

简单地说，人们的追求往往以失败而告终，不是因为努力与勤奋还不够，而是因为追求的办法太笨拙了，我们简直像那句俗语所说的：“捧着金饭碗，却去讨饭吃。”而且这个金饭碗里装满了垃圾，使人生的步履沉重不堪。

那么，对于我们人类而言，我们身上究竟什么最重要呢？那就是心灵。没有心灵，什么都没有意义了。

我们可以这样说，成功其实只有一种，那就是心灵的成功。任何事业上的成功，如果不是建立在心灵成功的基础上，或者没有促进心灵成功，都不能算得上是真正的成功，这一点概莫能外。

很多人带着遗憾离开了这个世界，因为他们不能带走拥有的一切，因为他们还有未竟的事情，他们对死充满恐惧。所以既不知道从何而来，也不知往何而去，又不知道这一辈子怎么活。不知道怎么活就是失败。以此看来，失败的人简直是太多了。

先哲早就警告我们：“道在迩而求诸远，事在易而求诸难。”意思是说，道在近处却到远处去找，事情本来很容易却往难处做。这里强调了

“道”不在远处，就在我们的心中，在心中找到了这个“道”，也就不会再把易解的问题困难化，把简单的问题复杂化。

真正成功的人生，就是找到自己的这座心灵宝藏。而找到自己的这座宝藏后，你才会真正体会到自己的潜力是无限的；你才会感觉找到了让人生一切美好事物充分涌流的泉眼；你才会惊喜地发现，一切美好事物的获取原来如此简单，如此轻而易举。

找到心灵的宝藏后，我们会站在一个常人难以企及的人生高度上。其境界就如同在云端看人间，一切尽收眼底；其智慧就如万斛泉涌，不择地而出。一个看问题始终都能够通晓因果、高屋建瓴，进而洞幽烛微、看透本质的人，他能去做那些不当之事吗？处置任何事情，还会存在什么障碍吗？