



丰沛之旅

迎接财富与美善的觉知之路

淇雅 著

遵循宇宙的最高法则，任何人都能自助成长，任何人都有资格享受富足。

找回内心丰盛，唤醒生命财富，回归原本就属于你的丰沛之旅。



华夏出版社

HUAXIA PUBLISHING HOUSE



丰沛之旅

迎接财富与美善的觉知之路

淇雅 著



华夏出版社
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

图书在版编目 (CIP) 数据

丰沛之旅：迎接财富与美善的觉知之路 / 淇雅著. —北京：华夏出版社, 2017.1
ISBN 978-7-5080-8999-7

I. ①丰… II. ①淇… III. ①成功心理 - 通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2016) 第252844号

丰沛之旅：迎接财富与美善的觉知之路

作 者 淇 雅

责任编辑 王占刚 王秋实

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 三河市少明印务有限公司

装 订 三河市少明印务有限公司

版 次 2017年1月北京第1版 2017年1月北京第1次印刷

开 本 880 × 1230 1/32开

印 张 6

字 数 115千字

定 价 29.00元

华夏出版社 网址: www.hxph.com.cn 地址: 北京市东直门外香河园北里4号 邮编: 100028
若发现本版图书有印装质量问题, 请与我社营销中心联系调换。电话: (010) 64663331 (转)



内容简介

财富即美善。

改善与财富的关系，是我们每个人的生命课题之一。如何才能达成“一身织锦，满心欢喜”的生命状态？如何才能激活我们自身的财富动力？本书将与你一同探讨，在丰沛之旅中同行。

在许多关于身心灵成长的阐释中，往往将“连接内心智慧”描述得神秘而玄妙，并常伴随着以失败、苦痛为转折点的开悟。这类成长方式虽引人入胜，但因过于感性，忽视逻辑建构与心理机制的基础，这样的个人经历可能会引导那些尚在成长之路摸索的个体转为刻意追求痛苦体验，违背了成长的初衷。在顿悟中成长的方式并非适合每一个读者，它们往往掺杂了作者个人的许多经验与智慧，难以

复制。因此，本书的初衷之一，是让读者意识到自身的财富力量。

真正剖析心灵成长中的财富面，在操作中引领潜意识，自然产生正知正见，才能提供切实有效的帮助。

没有生涩难懂的“玄幻”语句，本书语言轻松易懂，符合当下快生活快节奏人的阅读习惯；没有“缥缈不定”的顿悟，本书将以心理学为基础讨论人人都能读懂的宇宙能量运作法则；没有枯燥的长篇大论，本书将用简单基础的冥想练习带你连接内在的深层力量，切实改善与提升生命质量。

任何人都能自助地成长，任何人都有资格享受财富。

感谢我爱的人
感谢同行的你



目录

第一部分 身心灵修行	001
第一章 从头脑到心灵的回家之路	003
一、在冲突与和解中回归本源	004
二、允许错误自然发生	006
三、求神问卜的你想要探寻什么？	008
1. 成长是体验的最高目的	012
2. “修行法门”与内在力量	013
四、财富基础课	015
1. 承认金钱的本源力量	015
2. 优化你固有的财富模式	018

实例 1 热衷衣柜的父亲	023
练习 1 检验你的财富模式	024
3. 财富基础课的“字母表”：由头脑走向心的财富解决之道	026

第二部分 财富动力学 029

第二章 拿到属于你的丰裕之匙 031

一、将匮乏转化为培育丰盛的土壤 032

练习 1 经营你的财富花园	034
---------------	-----

二、拥抱丰裕？你可能需要具备的品质 038

三、培养“确信感”，运用财富图像显化丰盛 043

练习 2 培养确信感	044
------------	-----

练习 3 吸引财富的“藤蔓”冥想	046
------------------	-----

实例 1 小女孩的洋娃娃	049
--------------	-----

练习 4 吸引具体事物的“实现”冥想	053
--------------------	-----

实例 2 我如何吸引到我的宠物	056
-----------------	-----

第三章 财富动力学 059

一、流动的盛宴——发掘财富循环的动力体系 060

二、个体是财富的“中转站”，激发财富动力的内在含义 063

1. 激活财富动力，开启财富的灵性力量	067
---------------------	-----

练习 1 激活财富动力，调用财富的力量	068
实例 1 我的财富管理	070
三、付出与接受	071
1. 你就是你所谈论的：金钱故事的预示	071
2. 我允许自己接受一切美好	072
四、完善财富系统意识	077
1. “我的理想事物为何不能很快到来？”	077
2. “我能为财富做些什么？”	083
练习 2 检视三问	084
练习 3 对待财富的思路	092
3. “如何选择财富课程，怎样知道这是最适合我的？”	093

第三部分 财富通道与情绪 097

第四章 财富通道与财富空间 099

一、财富通道	100
二、财富空间	102
练习 1 如何疏通财富通道	104
练习 2 疏通与净化你的财富通道	107

第五章 情绪，迎接丰盛的关键一步 109

一、专业对待你的情绪	110
------------	-----

1. 你的攻击是在“喊疼”吗？	111
2. 成为管道而非容器	113
练习 1 疏通与安放情绪的“地球”冥想	115
3. 保护自己的情绪不受影响	118
练习 2 保护自己不受外界负能量干扰的“色彩防护”冥想	121
二、向宇宙寻求更大美善	124
1. 全面扩张财富之流	124
练习 3 扩大财富入口，向宇宙寻求更大美善	125
2. 向宇宙提出要求	127
实例 1 放手后的丰盛	129

第四部分 财富与事业 131

第六章 财富与事业 133

一、财富只与你是谁有关	134
1. “有人与我抢夺财富”，这是真的吗？	135
2. “为什么我得到钱这么阻碍重重？”	138
实例 1 赚钱总是阻碍重重，这是报应吗？	140
实例 2 我的钱从天上掉下来	142
实例 3 幸运女神降临了	143
二、用心送出服务	144
1. 无论如何，我都会用心送出服务	144

2. 增强你的职业光芒与职业气场	147
实例 4 热爱无须努力	150
3. 一杯咖啡与一下午的闲谈——创业，看起来很美？	152
三、找到你生命中的职业	154
1. 你想过去从事热爱的职业吗？	154
实例 5 努力创业的背后	158
2. 热爱让你脱离困境	162
3. 如何找到我的生命职业	164
练习 1 找到你的生命职业	165
读者感言	169

第一部分

身心灵修行



无论你是谁，
都必须允许金钱参与你的生活；
无论你拥有怎样的内心力量，
都必须遵循财富的能量法则。

第一章

从头脑到心灵的 回家之路



一、在冲突与和解中回归本源

你是否时常有疲惫的感受？在当下，娱乐方式正日渐丰富，但我们中的很多人却频繁体察到“欢乐时光”后的乏味感。你是否有过一方面想要体验“新异”与“快乐”感受的激情，另一方面却又时常对此感到厌倦？以“逃离都市”“世界很大，我要去看看”“受够了世俗繁华，该有诗和远方”等为主题的心灵宣泄类话题随处可见。我们常说的“身心俱疲”，往往就是这种状态。

我们的身与心怎么了？

在现代生活中，科技的全面参与，使得信息的接收途径发生了巨大改变。在社会环境日渐复杂的大前提下，我们所接收到的各类繁杂信息中，也携带着参差不齐的能量频率。与物质和信息匮乏的时代相比，身处现代生活中，无论你是否允许，都有更多信息能够自由地进入我们的头脑。

然而，这些信息的数量远大于我们在可意识范围内能够

处理的信息量。这意味着，大量的信息在并没有被过滤和加工的情况下，就进入我们的头脑之中，潜移默化地对身心产生影响。在这样的情况下，我们的头脑被迫受到干扰，远离宁静。

这种能量环境改变的大背景，为每个个体带来了适应和改变的需要。在适应与改变的过程中，对我们最直接的影响往往体现在身体和心灵的混乱上。例如，嘈杂而片刻不停的头脑；倦怠、乏味、悲观，甚至是抑郁体验；寻求刺激的迷茫、混乱的心；缺乏活力的身体，甚至身体困扰。更进一步，这些负面的感受也会衍生出各种心因性疾病。

与此同时，最初一批愿意深入心灵环境、具有改善心身系统意识的人士，率先接触到了心灵成长的系统方式。也正是因为这一群体的出现，在很大程度上唤醒了更多人“心灵需要滋养”的健康意识，并以此为契机，逐渐发展出了更具灵性与更高心灵层面的选择，例如瑜伽、茶道、静坐、禅修、身心灵修行等方式。

身心不和，是“身心俱疲”的根源。寻求头脑与身体上的宁静与和平，往往是改善心灵环境的最初步骤。

头脑和身体首先需要承担这样的责任：避免接收杂乱信息，为心灵力量提供扩展的环境，使之升起并壮大。我们的身体作为意识与信息的承载工具，是率先接收到信息波动的前哨。无论你接收到的信息质量如何，身体与潜意识都会在

第一时间照单全收。因此，在心灵力量还相对薄弱的阶段，我们在面对杂乱信息时就显得非常无力。这时，身体的健康与活力就显得格外重要。

很多人会选择食素调整身体能量，这的确是明确的选择之一。适当的素食对于提升健康水平、清洁身体环境，都有很大的帮助。而清理与滋养身体，往往是改善心灵环境的第一步。

随着心灵力量的稳步成长、日渐提升，就能够更多地分担头脑与身体的负担。它会自发地协助身体过滤掉外界信息，帮助你分辨出哪些信息能够服务于你的最高成长，哪些信息可能为你带来混乱。日渐成长的心灵力量会为你平衡头脑的过度思考，引领你做出针对当下成长阶段最合适的选择。

二、允许错误自然发生



“错误”都是为了扩展你的意识而来的。它们像一面镜子，让你看到，在当下的成长阶段，有什么是你尚未注意到的。

即便明晰了心灵力量的重要性，在生活中仍然会有很多