

Візан Анґомі



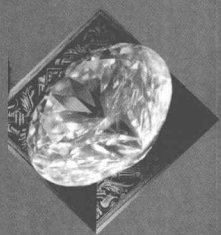
轻而易举

(美) 彼尚·安裘密 Bijan Anjomi 著
吴圣珊 译

华文出版社

轻而易举 的富足

How to
Open to
Prosperity In 30 Day



(美) 彼尚·安裘密 著
吴圣珊 译

■ 华文出版社

图书在版编目(CIP)数据

轻而易举的富足 / (美) 安裘密 (Anjomi, B.) 著;
吴圣珊译. —北京: 华文出版社, 2011.2

书名原文: How to open to prosperity in 30 day

ISBN 978-7-5075-3439-9

I. ①轻… II. ①安… ②吴… III. ①成功心理学-
通俗读物 IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第020401号

北京市著作权合同登记 图字: 01-2011-0815

书 名: 轻而易举的富足

标准书号: ISBN 978-7-5075-3439-9

作 者: (美) 彼尚·安裘密

责任编辑: 姜艳艳

出版发行: 华文出版社

地 址: 北京市西城区广外大街305号8区2号楼

邮政编码: 100055

网 址: <http://www.hwcbcs.com.cn>

电子信箱: hwcbcs@263.net

电 话: 总编室 010-58336255 编辑部 010-58336261

经 销: 新华书店

印 刷: 三河市文通印刷包装有限公司

开 本: 787mm × 1092mm 1/32

印 张: 8.25

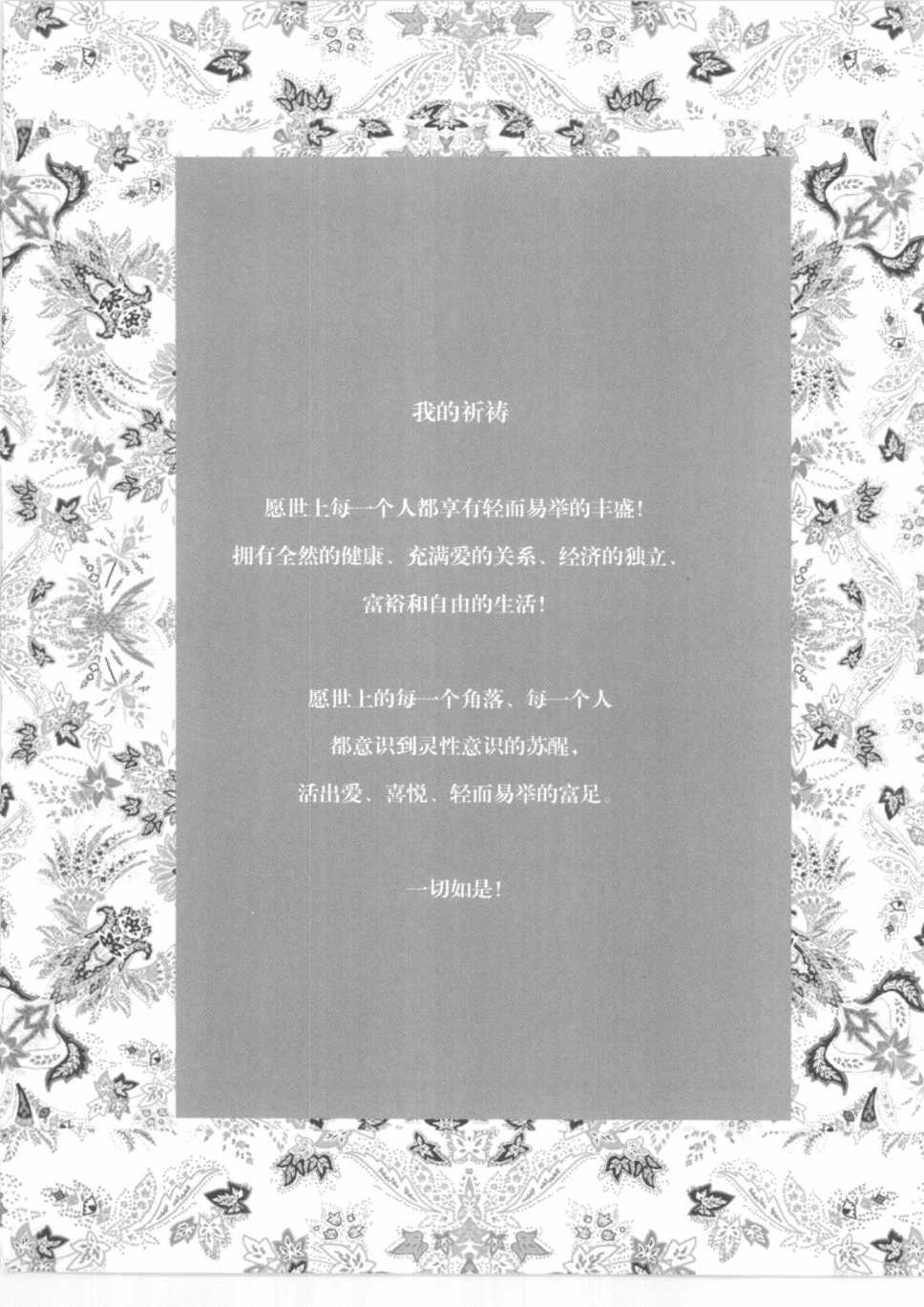
字 数: 280千字

版 次: 2011年4月第1版 2011年4月第1次印刷

定 价: 32.00元

未经许可, 不得以任何方式复制或抄袭本书部分或全部内容
版权所有, 侵权必究

本书若有印装质量问题, 请与发行部联系调换



我的祈祷

愿世上每一个人都享有轻而易举的丰盛！
拥有全然的健康、充满爱的关系、经济的独立、
富裕和自由的生活！

愿世上的每一个角落、每一个人
都意识到灵性意识的苏醒，
活出爱、喜悦、轻而易举的富足。

一切如是！

我将此书献给我的母亲

她此刻如在世时一样精彩。

她教导我和指引我的能力，

无论是今天还是在以后，

同样对我有非常深远的影响力。

她和我沟通，

依然协助我、引导我，

去体会生命中的和平与宁静。



Contents

目录

引言

- 一切缘起 / 003
- 译者序 / 010
- 如何轻而易举地富足 / 013
- 如何使用此书 / 016
- 如何分享奇迹 / 021
- 开悟的指导 / 023
- 世界和平 / 024

课文

1. 我观察我说什么 / 029
2. 我留意我听到了什么 / 030
3. 我察觉我看到了什么 / 031
4. 我并不知道我所看见的真正意义 / 032
5. 我愿意看见光 / 033
6. 我警醒于光 / 034
7. 我非常富足 / 035
8. 每一个人也希望贡献给我 / 036
9. 我值得富足 / 037

10. 我完全开放，接受宇宙的礼物 / 038
11. 我给予等同我接受 / 039
12. 我释放所有恐惧 / 040
13. 我敞开心灵，走向和平 / 041
14. 我认出我的最佳利益 / 042
15. 我有耐性 / 043
16. 我在作出反应前暂停片刻 / 044
17. 我完全开放，接受奇迹 / 045
18. 我只选择和平 / 046
19. 我充满爱，我可爱 / 047
20. 只有爱存在，恐惧是幻相 / 048
21. 宇宙无条件地爱我 / 049
22. 宇宙爱我比我爱自己更多 / 050
23. 我信任宇宙 / 051
24. 宇宙是伟大的，我也是 / 052
25. 我放手，并且听任于宇宙 / 053
26. 作为宇宙之子，我是有福的 / 054
27. 今天属于宇宙，这是我送给他的礼物 / 055
28. 我在一切事务上只见到宇宙 / 056
29. 谢谢你，宇宙 / 057
30. 我整天听到宇宙的声音 / 058

导读文章

1. 关于小我 / 061
1. 信守承诺 / 063
1. 你总会得到你想要的 / 066

2. 我只是一位信差 / 069
2. 来自“朋友”的讯息 / 072
3. 重温伤痛的经验 / 075
3. 选择喜悦还是恐惧 / 076
4. 我不是一具身体 / 077
4. 越是抗拒，越是持续 / 079
5. 认出拯救者 / 081
5. 揭开了光明 / 085
6. 回到和平的家 / 086
6. 生命的游戏 / 090
7. 富足 / 092
7. 扩大我的富足 / 099
8. 削弱小我 / 102
8. 富足是如何运作的 / 103
9. 奇迹不分大小 / 105
9. 宽恕的一课 / 107
10. 祈求你想要的 / 110
10. 记起我的源头 / 113
11. 宽恕他人而宽恕自己 / 115
11. 原因和结果 / 121
12. 诚实 / 122
12. 当下之美 / 124
13. 感恩地臣服 / 126
13. 当下的兴奋 / 129
14. 侍奉给我的最佳利益 / 130
14. 分享他人的训示 / 133

- 15. 放下控制 / 136
- 15. 通过别人而看见关于自己的真相 / 138
- 16. 爱或训导 / 140
- 16. 评判 / 142
- 17. 交通的奇迹 / 144
- 17. 忆起我的目标 / 146
- 18. 朋友赠送的礼物 / 149
- 18. 有目标 / 151
- 19. 宇宙的礼物 / 153
- 19. 投射内疚 / 155
- 20. 爱不惩罚 / 157
- 20. 用爱的双眼去看 / 161
- 21. 放下我想要的 / 164
- 21. 宇宙的爱 / 167
- 22. 生命之旅 / 168
- 23. 不幸，抑或礼物？ / 172
- 24. 治愈我的观感 / 173
- 24. 当下的决定 / 175
- 25. 超越评判地看 / 176
- 26. 对男人有意见 / 180
- 27. 我们的任务 / 181
- 28. 我们在哪里做宇宙的工作 / 183
- 28. 心爱的人之死 / 186
- 29. 治愈 / 191
- 29. 灵性的引导 / 194
- 30. 想知道你要什么，看看你拥有什么 / 196

奇迹日志

1. 第一天 第一课 / 199
2. 第二天 第二课 / 200
3. 第三天 第三课 / 201
4. 第四天 第四课 / 202
5. 第五天 第五课 / 203
6. 第六天 第六课 / 204
7. 第七天 第七课 / 205
8. 第八天 第八课 / 206
9. 第九天 第九课 / 207
10. 第十天 第十课 / 208
11. 第十一天 第十一课 / 209
12. 第十二天 第十二课 / 210
13. 第十三天 第十三课 / 211
14. 第十四天 第十四课 / 212
15. 第十五天 第十五课 / 213
16. 第十六天 第十六课 / 214
17. 第十七天 第十七课 / 215
18. 第十八天 第十八课 / 216
19. 第十九天 第十九课 / 217
20. 第二十天 第二十课 / 218
21. 第二十一天 第二十一课 / 219
22. 第二十二天 第二十二课 / 220
23. 第二十三天 第二十三课 / 221
24. 第二十四天 第二十四课 / 222

- 25. 第二十五天 第二十五课 / 223
- 26. 第二十六天 第二十六课 / 224
- 27. 第二十七天 第二十七课 / 225
- 28. 第二十八天 第二十八课 / 226
- 29. 第二十九天 第二十九课 / 227
- 30. 第三十天 第三十课 / 228

附录

- 词汇解释 / 231
- 读者心声 / 236
- 关于作者 / 241
- 后记 / 245
- 结语 / 247

How to Open to
Prosperity In 30 Day

引言

富足

是有能力打开心扉

去接受宇宙赐予的所有礼物

富足

是有能力知道

能享受宇宙所赐的所有礼物

是很自然不过

及与生俱来的

两个或以上的人
警醒于光的力量
是远远超乎数以百计
活在黑暗中的人



1995年夏天，在《奇迹课程》每周演讲会后，几个学员走近我，说非常感谢我的分享。他们说聆听我的奇迹，总是能够帮助他们改变生命，他们于是建议我写一本书，让大众分享我的奇迹。我答应他们我会考虑，并说会征求高级智慧的意见。

第二天早上静心冥想之后，我跟高级智慧讨论这件事。他说将会让我写一本书，但现在不是时候。我回答：“现在正是好时机，我并不太忙，而且记忆犹新。”

他重申：“时机未到。”

我放下了这件事。将近11月，我正为世界健美先生比赛积极训练，高级智慧竟突然宣布：“彼尚，现

在是时候了。”

我问：“时候？是时候做什么？”

他说：“是时候你开始写书了。”我跟他说我并不知道要写什么。他说：“你不用忧心，我会处理，我会告诉你要写什么，你写下来便成了。”

我开始向他列举大堆理由，解释现在不是好时机。我坚持：“现在是最差的时候，房地产生意十分忙碌，我手上有几笔大生意正在洽谈中。而且，我正在准备世界健美先生比赛，要专心注意饮食，这是关键时刻，我要积极训练，我实在没有时间写书。”

他听完所有理由后，说：“彼尚，我跟你说，这是时候，尽管去做吧。”

我仍旧找来更多借口，说：“你知道，我不喜欢写作，我不喜欢阅读，我喜欢聆听。而且，我的词汇有

限，遣词造句也不太好……所以这样将会十分费力。”

他耐心地听着，然后说：“我会处理。”虽然我仍心存疑虑，但还是答应了去写书，然后就将事情放下，让它自然发生。

当天下午，我到学校接儿子，碰到一位朋友，她曾参加我星期一晚教授的《奇迹课程》。她问候我的近况，我笑笑并告诉她高级智慧跟我说的话。她告诉我：

“这是大好时机。我前夫一向不会常常来探望孩子，所以我一直都忙于照顾他们，但他刚才通知我，他想每周花两天陪伴他们。我曾经写过书，并且精通电脑。”她告诉我：“我很乐意帮你在电脑里录入你写的书。”我突然明白高级智慧所说轻而易举的含意。

好几个月，每星期我都会抽两天时间驾车到她家。我们先一起静心冥想，她会给我一杯芳香的茶，然后打下我口述的奇迹。我们的思想完全一致，要确实地带出书里的讯息，这是需要的。我们互相了解，特别是有关

我的奇迹，使得写书的过程是那样的舒服、自然，最重要的是——无比轻松。有时她好像在我还没开口之前就已经知道我将要说什么。最后我俩都觉得一切工作圆满。我深爱这位朋友，十分感谢她的帮助。

当书写完后，我找到了易于合作的印刷商。我们经过商讨，决定出版五千本。可是，第二天早上冥想的时候，高级智慧却跟我说只需出版一百本。我感到为难，因为印刷一百本要比五千本贵多了。高级智慧肯定我应该这样做，因为我可能还要在书里添加一些东西。不久，我知道他是对的。一天早上冥想时，我完全沉醉在浓厚的谢意里，我为自己拥有丰盛的生活，格外感恩。这时，高级智慧出现。他说，我要得到真正的丰盛生活，就必须与他人分享我的所有。

我马上问：“我要给谁？数目要多少呢？”

他带着笑容，耐心地说：“彼尚，一个人要得到真正的丰盛生活，他必须与他人分享丰盛意识。”