

生命第一密码
1 2 3 4 5 6 7 8 9

LIFE CODE

从性格帮助你量身定做一套真正属于你的瑜伽动作

LIFE CODE

· 瑜伽

赵英凯 郭 健 著



性格频率与瑜伽本是一家？身心灵的合一到底从哪里开始？

本书是引导你通过认识自己的性格，来真正找到一套属于你自己的瑜伽调心、修身之路。



生命第一密码

· 瑜伽

赵英凯 郭 健 著



LIFE CODE

南方出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

生命第一密码 / 赵英凯著, 一海口: 南方出版社, 2011.7

ISBN 978-7-80760-427-3

I. ①生… II. ①赵… 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 (2011) 第125087号

生命第一密码

赵英凯 著

责任编辑: 蒋正萌

封面设计: 贺玉婷

出版发行: 南方出版社

邮政编码: 570208

社 址: 海南省海口市和平大道70号

电 话: (0898) 66160822

传 真: (0898) 66160830

印 刷: 北京缤索印刷有限公司

开 本: 1700×2400 1/16

印 数: 23

字 数: 423千字

版 次: 2011年7月第1版

2012年02月第5次印刷

书 号: ISBN 978-7-80760-427-3

定 价: 120.00元

PREFACE

前 言

希望深入修习生命第一密码是因为我们希望更多的了解自己与他人，而既然如此，我们就需要更全面的了解性格数字能量。而了解之后，我们如何能修炼达至纯正？瑜伽是我们通路中非常重要的手段。

这两个看似风马牛不相及的领域，其实却有很多的异曲同工。因为在西方数字能量学几千年的历史上，他们本是一家。数字性格分析学“生命第一密码”起初并不是用数字作为代表，而是一种频率，像音乐一样。每个人都是一首独特的乐曲。在这里，我们会惊奇的发现，数字能量与瑜伽脉轮意义的契合度是如此之高，我们以前了解的瑜伽是通过体位，手印的变化来调身，调息，调心，但你有真正找到自己的频率了吗？生命第一密码与瑜伽，一个是静，一个为动。由心及身，把我们偏掉的，过多，过少的能量扶正。这会是一次神奇的旅途。

在我数年的性格分析学培训生涯中，总是会遇到各种各样的案例，通过生命第一密码的性格解析，能让我们了解为什么我们会有情绪，为什么在某种情绪下会有这样的反应。有了这样的情绪我们应该如何化解。通过分析，大家已经都能在性格技术上了解应对之道。但真正从性格或者我们说的从骨子里改变，还是需要很深的修炼。那这时，就会有很多朋友问我，老师啊，我能通过什么方式修炼最好呢。现在本书为大家提供的方法是最好，最安全，最有效的修炼方式——瑜伽。我们通过数字能量与脉轮的应对，帮助每个数字都找到了一套属于你自己的瑜伽动作。



生命第一密码. 瑜伽

而对于一般的瑜伽爱好者，你有了解瑜伽之于你意味着什么吗？你有找到属于自己的瑜伽之路吗？本书可以帮助你从性格与脉轮的角度，带你打开一扇你可能以前从没有看到的窗。不管怎样，都希望大家能一起在修心，修身的路上成长。为我们的幸福社会贡献一份自己的力量。

毕达哥拉斯的遗产

希腊与希伯来两大文化体系对西方文化至今仍产生着十分深刻的影响。希腊文化中的自然与理性，希伯来文化中的意识，几千年来渗透到西方社会的各个领域，为西方文明的不断进步提供了源源不竭的动力。

中国著名的思想家、教育家，儒家学派的创始人孔子和古希腊伟大的哲学家、数学家毕达哥拉斯（约公元前 580 ~ 500 年）是同一时代的人，也是两种不同文化传统的创立者和代表者（古代中国的儒家学和古希腊的毕达哥拉斯学派）。虽然这两位思想家所在的人文环境和地理环境相差遥远，但他们有关“和”的思想以及对音乐功能的认识却表现出极大的相同点。

毕达哥拉斯出生于希腊的一个小岛。他自幼聪明好学，曾在名师门下学习几何学、自然科学和哲学。后来，因为向往东方的智慧，经过万水千山来到巴比伦、印度和埃及，吸收了阿拉伯文明和印度文明。所以，人们对他的智慧感到不可思议，以至于曾把他看作是太阳神阿波罗的儿子。其实，他的智慧一方面来自于他的天赋，另一方面是与他后天的经历与自身的努力分不开的。

一次，毕达哥拉斯路过一家铁匠铺，听到铁锤打击铁砧的声音，辨听出了四度、五度和八度三种和谐音。他猜想是由于铁锤重量的不同导致了声音的不同，于是通过称量不同铁锤的重量确认了这种关系。

随后，他又在竖琴上做进一步试验。根据不同长度弦的振动，发现了弦的长短与和谐音的关系。证明音乐中蕴藏着数的奥秘，竖琴之所以能发出悦耳的音调，是因为合乎一定数的关系。因此，“毕达哥拉斯是千古第



一人表现声音与数字比例相对应，比任何人更早把一种看来好像是质的现象——声音的和谐——量化，从而率先建立了日后成为西方音乐基础的数学学说。”

又有一次，毕达哥拉斯应邀到朋友家做客。对主人家地面上一块块漂亮的正方形大理石发生了兴趣。他没有心思听别人闲聊，沉思于脚下的排列规则，他在四块大理石拼成的大正方形上，均以每块大理石的 diagonal 为边，画出一个新的正方形，他发现这个正方形的面积正好等于两块大理石的面积；他又以两块大理石组成的矩形 diagonal 为边，画成一个更大的正方形，而这个正方形正好等于五块大理石的面积。于是，结果出来了：直角三角形斜边的平方等于两条直角边的平方和。著名的毕达哥拉斯定理就这样诞生了。

为了庆贺自己的发现，毕达哥拉斯用了一头公牛祭祀庙宇里的神像。这种做法足见他对于学术的热爱与至诚之心，想想当今社会上像这样以纯学术为乐的能有几人？他对知识完美的追求，对知识的狂热，对知识创造的尊重精神是极其宝贵的一笔精神财富。

无论是解说外在物质世界，还是描写内在精神世界，都不能没有数学。毕达哥拉斯最早悟出了“万事万物背后都有数的法则在起作用”这个道理。可以说正是毕达哥拉斯“万物皆数”的理论，奠定了生命第一密码的理论基础，才让我们今天可以去探索各自生命的路途，以及所获得的课题与精彩。

上天在我们出生的时候，给了我们一份礼物：生日。父母则给了我们另外一份礼物：姓名。如果，我们认识到世界上一切皆是能量的话，那么生日和姓名也是能量，生命第一密码能帮助我们揭开各自生日数字的奥秘。

作为第一个提出生命密码概念的人，毕达哥拉斯认为美好人生的第一个前提就是发掘人生的课题是什么，如何发挥优势，改进不足。生命数字不仅仅是对自己的认知和生命状态的了解，也代表了每个人的生命特征和身份特质，以及此生我们每个人的生命功课。

希望生命第一密码成为人与人之间连接的桥梁，沟通的纽带。让我们共同走进生命数字的未知世界，一起去探讨关于生命的真谛吧！

LIFE CODE

目 录

前 言

第一章 找出你的生命第一密码 / 1

第二章 生命第一密码数字特性 / 8

第三章 为什么要深入学习生命第一密码与瑜伽修炼 / 67

第四章 修订属于你自己的能量

——了解数字过多面,过少面,纯正面 / 70

第五章 认识脉轮 / 117

第六章 瑜伽数字修炼 / 120

120 1 数能量与海底轮

数字1是一种源头的能量,而他的代表:海底轮也是种原始,本能的能量,决定人的活力与行动力。

127 2 数能量与生殖轮

数字2是阴柔的能量,而他的代表:生殖轮控制着性腺及身体中的液体部分,影响着性与生育能力。

132 3 数能量与脐轮

数字3代表创造,表达和喜悦,而他的代表:脐轮控制身体中火的成分及胰脏,肾上腺分泌,主导活力,代表自我意识。

138 4 数能量与心轮

数字4代表安全和秩序,而他的代表:心轮控制气体部分,主导接受性,踏实工作能力。



145 5 数能量与喉轮

数字5代表自由与行动力,而他的代表:喉轮控制甲状腺,副甲状腺,与说话功能有关,主导沟通,表达,意志力中心。

151 6 数能量与眉心轮

数字6代表爱与照顾,而他的代表:眉心轮主宰世俗和灵性的知识,支配心神功能,心灵品质。

157 7 数能量与顶轮

数字7代表智慧,对真理的追求,而他的代表:顶轮超越了生物与心理学的范畴,链接着宇宙能量,是一种探索的能量。

第七章 悦舞生命 脉轮禅舞 / 163

附录(一) 天然水晶与数字能量 / 185

附录(二) 1940年——2020年万年历 / 194

CHAPTER 1

第一章

找出你的生命第一密码

生命第一密码与瑜伽一书，是希望通过我们了解能量，身体找到困扰及堵塞我们的地方，修炼修正我们，从而达到身心合一，纯正自然。那在开始之初，我们就要先了解生命第一密码是如何计算，找出我们对应的脉轮，开始我们的身心灵之旅。

首先要了解几个概念，即什么是生命数、天赋数。

步骤1) 确定你的出生年、月、日。

请注意我们的生日都要用阳历生日，也就是公元××年××月××日。

因为生命第一密码起源于西方，而农历即我们平时讲的阴历都是中国常用的历法，要用万年历转换过才能使用。

步骤2) 写下你的生日，并把他们单独相加，包括零。

例如：1976年3月23日

计算： $1+9+7+6+3+2+3=31$

步骤3) 找到你的天赋数和生命数。

天赋数是以公历（阳历）出生日期（年、月、日）的数字相加直至最后得到的双位数。

生命数是以公历出生日期（年、月、日）的数字相加直至最后得到的



个位数。

每个生命数都有相对应的脉轮，及修炼课程。请参考对照。

拿刚刚的例子说：

$$1 + 9 + 7 + 6 + 3 + 2 + 3 = 31$$

得出的双位数 31，在此我们把它单独看，就是我们的两个**天赋数**：3 和 1

而把两个天赋数相加，得到的个位数，就是我们的**生命数**： $3 + 1 = 4$

由此我们知道案例：1976 年 3 月 23 日 **天赋数**为 3、1；**生命数**为 4

步骤 4) 写下你的生命数组合并了解它们的意义。

例如：1976 年 3 月 23 日

天赋数：3 和 1；**生命数**：4

我们通常的写法是：31/4

斜线前面代表天赋数字，后面则是你的生命数。

天赋数：是你前进的方向，也是我们成长的路途，相对于生命数，其能量较弱。

天赋数也是你能达成生命数正向能量的阶梯，也就是说，你依次学习好天赋数能量的课题，才能真正活出你的生命能量。

生命数：是我们人生的使命，也是我们来到这个世界上的意义。是我们的目标，也是我们人生的目的地。也是对我们影响最大的数字。（这里和我们平时讲的幸运数字不是一个概念）

对于 **2000 年**以后出生的孩子，还可能会直接加出单独的生命数。如：2001 年 3 月 2 日

$$\text{计算：} 2 + 0 + 0 + 1 + 3 + 2 \quad \text{生命数为 } 8.$$

这里我们就先按单独数字 8 数来解读，数字少，代表他更容易在某一个特定领域里面成功。

那天赋数字呢？请参看续作《生命第一密码与黄金命盘》、黄金命盘工具牌或与我们联系参加生命第一密码体验之旅。生命第一密码工作室 QQ: 908910814 电话: 18666008769

特别案例：

1) 如果你的天赋数得出的是：10；20；30；40 那你的生命数也是把他们相加就好： $1+0=1$ ； $2+0=2$ ； $3+0=3$ ； $4+0=4$

而最终的写法就是：10/1；20/2；30/3；40/4

而像这样天赋数和生命数相同，代表您的天赋能量会相对集中，在某个领域特别容易成长，详情请参考具体数字，及“0”数解读。

2) 如果您的天赋相加之后还是双位数，请再相加一次成为个位，如您生日相加后得到29， $2+9=11$ ，11不是一个个位数，那您就需要再相加一次 $1+1=2$ ；而最后其天赋数就是2、9、1、1四个。生命数为2。最终写法为：2911/2（更多请参看后面案例）

步骤5) 重新验算，确保无误。

这一步非常重要，因为越简单的，我们就越容易出错。

常犯的错误：

1) 没有把月份或日期的双位数拆分相加。比如10月份，相加的时候不应加10，而是加1再加0。某月23日，不是加23，而是加2加3。

例：1970年10月23日

正确算法是： $1+9+7+0+1+0+2+3=23$ $2+3=5$ 写法：23/5

2) 不要把出生年份简化成两位相加。如1969年出生的人，应该是 $1+9+6+9$ ；如果只相加6和9就不对了，我们在这里要特别留意。

3) 生命第一密码从生日中的相加最大会得到48，所以，如果您相加得到大于48的，一定是您计算错误，请从新计算。

在我们身边最大相加日期为：1999年9月29日 相加： $1+9+9+9$



$$+9 + 2 + 9 = 48;$$

$$4 + 8 = 12, 1 + 2 = 3; \text{天赋数为: } 4、8、1、2 \text{ 生命数为: } 3$$

更多案例:

有些朋友喜欢把出生日期分别相加, 这样也是可以的。

例如:

A 君生日为 1981 年 8 月 6 日

计算如下:

$$\text{年: } 1 + 9 + 8 + 1 = 19$$

$$\text{月: } 8$$

$$\text{日: } 6$$

再将三项的和相加:

$$19 (\text{得自年}) + 8 (\text{得自日}) + 6 (\text{得自月}) + = 33 (\text{天赋数})$$

然后将双位数的两个数字相加:

$$3 + 3 = 6 (\text{生命数})$$

在生命第一密码中我们不做双位数的运算, 所有的数字都是单独相加, 并具有单独的意义。

所以, 我们将总和得到的双位数 33 看做是两个单位数 3 和 3 称为“天赋数”, 这个数字代表个人的天赋才华, 因此对一个人将来在社会上的发展极为重要。这个双位数会揭示我们随着年龄增长而日渐表现出来的天赋。我们越成熟, 个性越圆融, 才华会越凸显。天赋数代表我们心智成熟, 灵性提升时所呈现的才气, 但这些天赋不是我们需要学习的主要内容。

我们需要将天赋数中的两个数字相加, 就会得到我们破解生命第一密码的主要内容。继续刚才的例子, $3 + 3 = 6$, 因此这个数字 6 就是破解我们生命第一密码的钥匙, 此数称之为“生命数”。因此 A 君的天赋数是 3、3, 他的生命数是 6。

生命数对人的影响最大，天赋数次之，所以当我们计算出以后，就先看你的生命数，之后再看天赋数。如 A 君，就先看生命数 6，再看天赋数 3、3。

之后希望更多了解，再看第六章整体解图，可以了解一个更加详尽的你。

B 君生日为 1970 年 10 月 1 日

计算如下：

$$1 + 9 + 7 + 0 + 1 + 0 + 1 = 19$$

（注：生命第一密码中没有双位数，所以 10 月份在相加时把其看做 1 和 0）

$$1 + 9 = 10$$

$$1 + 0 = 1$$

天赋数为：1、9、1、0

生命数为 1

生命数只有一位，所以要一直相加至个位数。如 B 君：年、月、日相加之后的和为 19， $1 + 9 = 10$ ，10 不是个位数，所以还要再加一次： $1 + 0 = 1$ 。

所以 B 君的天赋数就有 4 个，分别是：1、9、1、0。而生命数为 1。

（注：0 有 0 的意义。天赋数中的影响比生日数中的影响更大。而生日数中在数字后面的 0 有意义，如 1970 年或 10 月份。在数字前的没有意义，如 03 月）

也许有人会说，我不喜欢我的生命数；我的生命数不好。其实，一个人的出生年月日是不可能改变的，那么他的生命数也不可能改变。而另一方面，生命数字没有好与坏之分，每个数字都有先天赐予的天赋。所以，不管你是哪个数字，你在人生里都应该勇敢地“做自己”。因为只有你成为了自己才是其他人所没有办法复制和超越的。第一密码就是让每个人成为人生第一，唯一的密码。



附:



应该采用哪个出生日期?

计算生命数和天赋数要用到出生日期,即生日。但有些人的生日不止一个,这主要是因为采用的是不同的纪年方式,有的用公历,有的用阴历,因而造成一个人有不同的出生日期。那么,应该以哪个出生日期为准呢?计算生命数和天赋数要用公历日期(即阳历,可查万年历将阴历转换为阳历)。另外,有很多朋友问我,如果身份证上的生日是错的(有可能因为各种原因出现错误),那应该用哪个生日?答案当然是用你自己真实的,因为那个才是真正的你自己。而那个错的生日虽然会给你带来影响(就像我们常用的手机号、门牌号),但不是决定性的影响,这些数字我们会在后续的课程中详加解释。

我们身边有可能出现的数字组合

一共会有 39 种组合,分别是:

10/1	20/2	30/3	40/4
11/2	21/3	31/4	41/5
12/3	22/4	32/5	42/6
13/4	23/5	33/6	43/7
14/5	24/6	34/7	44/8
15/6	25/7	35/8	45/9
16/7	26/8	36/9	4610/1
17/8	27/9	3710/1	4711/2
18/9	2810/1	3811/2	4812/3
1910/1	2911/2	3912/3	

当我们知道自己的生命第一密码后，我们就可以像查字典一样开始自己的探索之旅了，先看生命数，再看天赋数。如：32/5 就先看 5 数，（因为生命数对我们的影响最大）再看 3 和 2 数。希望我们在身心灵的修炼中一同成长。

特别提示：切忌贴标签

当我们通过生命第一密码去了解自己的时候，切忌把人标签化，你不是 31/4；32/5；那只是对你影响最重要的特点，因为在生活当中影响我们的能量还有很多。本书中介绍的只是我们基础的性格特点及相应的修炼方式。想了解更多性格，请参看前作《生命第一密码》系列丛书或参加我们的课程，一起探索性格的奥秘，祝福每个家庭都幸福，让我们一起共建幸福社会，健康人生。



CHAPTER 1

第二章

认识生命第一密码

----- LIFE CODE -----

“1” 数的个人特质

1. 天生领袖

1 数是万事万物的开始，是开天辟地的数字，所以生命数为 1 的人经常做别人不敢做、不能做的事情。他们是帝王，是君主，是天生的领袖，充满自动自发的精神；可以勇往直前，直指自己的目标与成就。所以，1 数的人很可能会成为英雄或历史上的伟大人物。

2. “海燕”精神

生命数为 1 的人很像是一辆具有动力的车子。有着“一切靠自己”的内在动力。面对所有的挑战他们都会像前苏联作家高尔基笔下的《海燕》，勇敢并快乐着。这些朋友在小的时候就是“孩子王”，伙伴都会很自然地服从他的领导。“我是司令！你们听我的保管没错。”说这话时，他会十分坦然、很骄傲、很可爱。

3. 独立自尊

生命数为 1 的人非常独立，自尊心强，不轻易相信别人。他们冲劲十足带领大家向前冲，精力充沛，不容易疲劳。因为他们要他们也不喜欢身