

秘密摘要

- 生命的伟大秘密就是吸引力法则。
- 吸引力法则说“同类相吸”。因此当你有了一个思想，你也会吸引同类的思想过来。
- 思想是具有磁性的，并且有关某种频率。当你思考时，那些思想就发送到宇宙中，然后吸引所有相同频率的同类事物。所有发出的思想，都会回到源头---你。
- 你就像是一座“人体发射塔”，用你的思想传送某种频率。如果想改变生命中的任何事，就借由改变你的思想来转换频率。
- 你当下的思想正在创造你的未来。你最常想的或最常把焦点放在上头的，将会出现在你的生命中，成为你的人生。
- 你的思想会变成实物。
- 吸引力法则就是一种自然法则，跟万有引力定律一样公正无私。
- 除非你用持续的思想召唤，否则不会有任何经验进入你的生命。
- 只要问自己现在感觉如何，就能知道你正在想什么。情绪是非常有价值的工具，能立即告知我们自己在想什么。
- 不好的感觉和好的思想，是不可能同时存在的。
- 思想决定了你的频率，而感觉则会立即告诉你，你是处在哪个频率上。当你感觉不好的时候，你就是处于会引来不好之物的频率上，当你感觉美好时，你就是在强力吸引更多美好的事物。
- 秘密转移物---例如快乐的回忆、大自然或你喜爱的音乐---可以瞬间改变你的感觉，转换你的频率。
- 爱的感觉，是你所能发出最高的频率。你所感受和发出的爱越大，所掌控的力量也就越大。
- 吸引力法则和阿拉丁神灯的巨人一样，对我们有求必应。
- 创造的过程以三个简单步骤，帮助你创造出你想要的：要求、相信、接收。
- 向宇宙要求个机会，让你确定你想要什么。当你心中清楚要什么的时候，要求已经完成。

· 相信是指你的所行、所言、所思如同你已经接收到你所要求的事物。当你发出已经接收的频率，吸引力法则就会驱动人、事件和情境，让你来接收它。

· 接收是指去感受你的渴望一旦实现时，你所会有感受。现在就感觉美好，会把你放到想要事物的频率上。

· 要减肥，就不要把焦点放在“减肥”上，反之，把焦点放在你的完美体重上。去感受拥有完美体重时的感觉，你将召唤它的到来。

· 宇宙显现你所要的事物，是不花任何时间的。显现 100 万元，与显现 1 元钱同样容易。

· 从吸引小的事物开始，譬如一杯咖啡或停车位，是体验吸引力法则实际运作最简单的方式。以强烈的意念，吸引小的事物。当体验到自己拥有吸引的力量，你将前进创造更大的事物。

· 借由去想你所要的生活方式，来预先创造你的生活，你就能依自己的意识创造生命。

· 期盼是一股强大的吸引力。去期盼你想要的事物，别期盼不想要的。

· 感恩是转变你的能量，并为你的生命带来更多你想要的东西的有力方法。对目前已经拥有的一切感恩，你将会吸引更多美好的事物。

· 预先对你想要的事物表达感谢，能加速愿望的达成，并对宇宙发出更强大的讯号。

· 视觉化法就是在你心中创造出“你在享受你所想要的事物”那幕景象的方法。视觉化时，你就产生“现在就拥有它”的有力思想和感觉。吸引力法则就会把那个实相传回来给你，跟你心中所见的一模一样。

· 好好地利用吸引力法则，让它成为一种习惯的生活方式，而不是做一次就算了。

· 每天结束时，在你睡觉之前，去想想一整天所发生的事。如果有任何的时刻或事件不是你想要的样子，那就改用能使你满意的方式在心中“回放”一次。

· 要吸引金钱，就要专注在富裕上。专注于金钱的不足，就不可能在人生中带来更多金钱。

· 利用想象力以及假装你已经拥有你想要的财富是很有帮助的。上演拥有财富的戏码，能让你对金钱的感觉变好，当对金钱有了好的感觉，就会有更多的金钱流进你的人生。

· 当下就感觉快乐，是为人生带来财富最快速的方法。

· 有意去看你喜欢的东西，对自己说：“我付得起。我可以买下它。”你就会转变你的想法，对金钱的感觉会变得更好。

· 去给予，好让更多金钱进入你的人生。当你慷慨使用金钱，对分享金钱也感觉美好，你等于是说：“我有很多钱。”

· 视觉化信件里有支票。

· 让思想的天平倾向富裕那一端。要想着富裕。

· 当你要吸引某种关系到生命中，千万记得不要让你的思想、语言、行为，以及周遭环境，与你所渴望的相违背。

· 你的职责在你自己。除非先把自己填满，否则你没有东西可以给别人。

· 以爱和尊重对待自己，就会吸引爱你、尊重你的人。

· 当你觉得自己不好，就是在阻挡爱，而且，你会吸引更多继续让你觉得自己不好的人和情境。

· 专注在那些你喜欢自己的特质上，吸引力法则将会带来更多让你自身美好的东西。

· 要让某种关系顺利，就把焦点放在对他人的欣赏上，而非抱怨。当你把焦点放在他们的优点上时，你就会发现他们更多的优点。

· “安慰剂效应”就是“吸引力法则”实际运作的例子。只要病人真的相信那个药能够治好病，就能接收到他们所相信的，并因此痊愈。

· 不管周遭发生什么事，“想着我是健康无恙的”，是每个人都能在内心里做的事。

· 笑，能引来喜悦，释放消极心态，并促成奇迹式的疗愈。

· 身体的疾病是靠思想、对身体不适的观察和注意力来支撑的。如果身体感到微恙，千万别谈论它---除非你想得到更多的不适。你若聆听他人谈论病痛，只会增加他们病痛的能量。相反，把话题转向美好的事物上，想着那个人的身体是健康安好的。

· 相信老化的观念都存在我们心里。把这些思想从意识里释放掉，专注在健康和青春永驻上。

· 不要听信社会上有关疾病和老化的说法。负面的讯息对你毫无用处。

· 你会吸引你所抵抗的事物，因为你的情感强烈地集中在这上面。要改变任何事物，就从内在开始，用你的思想和感觉来发出新的讯号。

· 专注在负面的事物上，是无法帮助这个世界的。当专注于这个世界的负面事件时，你不只会增加它们的效应，也会把更多的负面事件带进自己的生命里。

· 不要把焦点放在这世界的问题上，把你的注意力和能量放在信任、爱、富足、教育以及和平上。

· 美好的事物永远也用不完，就算分配给每个人，还是绰绰有余。生命本来就是丰足的。

· 你有能力通过思想和感觉，向“无限的供应者”汲取美好的事物，并让它在经验里显现。

· 赞美、祝福这世界的一切，你将化解其负面性与不和谐，让自己和“爱”这个最高的频率一致。

· 一切都是能量。你就是一个能量的磁铁，因此你可以像电一般，让所有的事物随着你而“活化”，而你也可以随着你想要的事物来活化“自己”。

· 你是一种灵性的存在。你就是能量，而能量是无法被创造或破坏的---它只会改变形式。因此，你的纯粹本质一直都在，也将永远都在。

· 宇宙起源于思想。我们不只是自身命运的创造者，同时也是宇宙的创造者。

· 有无尽的思想可以供你利用。一切的知识、发现、发明，都已经以“可能性”的形式存在于宇宙的心中，等着人类的心灵去唤起。你的意识中即拥有一切。

· 我们都互相联结，我们都是一体的。

· 忘掉你过去的困苦、文化习俗及社会信仰。你是唯一能创造自己“该有的生活”的人。

· 让你渴望实现的捷径是---把你想要的，看成是既成的事实。

· 你的力量就在你的思想里，因此要保持觉察力。换句话说，要“记得去记住”。

· 你必须把你想要的一切，填写在你生命的黑板上。

· 你唯一需要做的事是---现在就去感觉美好。

· 越去使用你的内在力量，就越会引出更多的力量。

· 现在就是拥抱你的精彩的时候。

· 我们处在一个辉煌的时代。当我们舍弃局限性的想法，我们将在每个创造领域，体验到人类的真正精彩。

· 做你喜爱的事。如果不知道哪些事会带给你喜悦，就问：“我的喜悦是什么？”当你喜悦做出承诺，你就会吸引大量的快乐事物，因为你散发出来的，就是喜悦。

· 现在你已经学会了这个秘密的知识，要用它来做什么由你决定，不论你选择什么都是对的。这力量全部是你的。

宇宙吸引力法则

第一步：向宇宙发出要求

第二步：相信已经拥有

第三步：满心欢喜地接受

SYF