

零极限



[零极限_下载链接1](#)

著者:伊贺列卡拉·修·蓝

出版者:华夏出版社

出版时间:2013-1

装帧:

isbn:9787508072869

《零极限:创造健康、平静与财富的夏威夷疗法(珍藏版)》介绍了一种用于疗愈的夏威夷古老心法，它提倡释放内心有害能量，让个人通过感恩与忏悔将耗费于记忆中的能量，转化为接收灵感的能量。通过恢复个体内在平衡，再恢复宇宙万物平衡。作者在介绍这种方法的同时，更加入许多同修的真实案例，生动解读夏威夷疗法在生活中的应用方法与独特疗效。

作者介绍:

乔·维泰利 (Joe Vitale)，畅销书作家及《秘密》的作者之一。拥有精神学博士学位，并且是有执照的催眠和气功治疗师。营销顾问公司“催眠营销股份有限公司” (Hypnotic Marketing, Inc.) 总裁，因为兼具灵性和对营销的敏锐直觉，而被称为“网络营销大师”。著有《相信就可以做到》《快速成交的催眠推销法》《我梦想，因为我不绝望》《每分钟都有顾客诞生》《The Key: 启动正向吸引力的钥匙》，以及超级畅销的有声书《无耻营销力量大》。

伊贺列卡拉·修·蓝博士 (Ihaleakala Hew Len, PhD.)，
“宇宙的自由·大我基金会”荣誉主席，教授解决问题和释放压力的课程长达四十年，并曾在夏威夷州立医院担任了三年的临床咨询心理学家，治愈了医院里患有精神疾病的罪犯。这些年来，他已经与超过上千人一同工作过，包括联合国的许多团体、联合国教科文组织、国际人类合一会议、世界和平会议、传统印度医学高峰会、欧洲和平疗愈者，以及夏威夷州立教师协会。他从1983年起就在全世界教导新版的荷欧波诺波诺疗法，曾经三次与夏威夷治疗师莫娜·纳拉玛库·西蒙那一起在联合国介绍这个疗法。

译者宋馨蓉，台湾出生。求学、工作、流浪、玩耍日本、新加坡、新西兰、澳洲等地近二十年。拥有企业管理硕士 (MBA)、营销企管双学士学位和自然医学认证保健师资格证书等。

目录: 1 开始探险

从一个夏威夷治疗师的传奇故事开始一段灵性之旅的探险。

2 寻找世界上最奇特的治疗师

来自夏威夷治疗师的古怪邮件……

3 我们的第一次对话

听他亲口讲述那个不见面就可以治愈整个医院患有精神疾病的罪犯的故事……

4 关于意念的惊人真相

拨开迷雾，与夏威夷治疗师的初次见面……

如何吸引灵感，抵达那个没有极限的零的状态？

5 毫无例外？

解决任何外在问题，都要从改变你的内在做起，学会对生命中的一切负百分之百的责任。

6 我爱你

抵达零极限的秘诀——对生命中的一切说“Aloha”。

7 与神性共进晚餐

若你愿意放下那些没用的垃圾，让自己清净空无，那么灵感便会立即充满你，你也就可以自由回家了。

8 真实故事

相信奇迹的人必然活在奇迹之中！

9 如何更快速地创造成果

Ceeport：在回到港口——零的状态——的路上。清理？清理？清理！

帮你归零的清理工具，带你找到自己的香格里拉！

10 如何接收到更大的财富

当你处于零的状态时，连财富也会靠近你。

立即通过清理找到属于你的黄金屋！

11 怀疑论者想要了解

零极限不只是空与虚无，更是一种纯粹的爱的状态。

12 选择是一种限制

选择有时也是一种限制，放下执拗，顺其自然才是正道。

13 雪茄、汉堡，以及去除神性

即使是灵感，距离零的状态也还有一步之遥。去除神性，就说：“我爱你”、“对不起”、“请原谅”、“谢谢你”！

14 故事背后的真相

揭示夏威夷治疗师的终极秘密——借由实行爱与宽恕创造的奇迹！

15 尾声：觉醒的三个阶段

觉醒在任何时候都可能发生！

• • • • • [\(收起\)](#)

[零极限_下载链接1](#)

标签

灵修

心灵成长

感恩

自我管理

治愈

心理/哲学/科学

轻哲学

祈祷

评论

支撑我度过中二期的一本书。

所以对于我们憎恶之事，必须花更多、更多的力气来爱它，才能释放它，才能自我清理么。开玩笑，真像个笨蛋。他的意思却是，所有我们憎恶之事都是由我们的意念所创造，我们先创造了这个现实，再创造了那些事物。可是很遗憾呐，光说「我爱你」，我觉得是远远不够的。（KukaiPa'a：智力的便秘）

不断的清理自己，对发生在生命里的一切负责，清除记忆、曾经的一切留存，好的或不好的，恢复空（零）的状态，迎接灵感，迎接一切美好~逐渐清理，逐渐恢复平静的过程中，思绪也会变得清晰。你好，大我的自己，好久不见。
对不起，请原谅，谢谢你，我爱你。

灵修，读这本书感觉很平静

对不起，请原谅，谢谢你，我爱你。平静从我开始。

最简单的归零原创大法

冥想，閉關時絕佳好書，我也不斷清理清理再清理。提起零極限，想必最令人印象深刻的是那十二個字。“對不起”“請原諒”“謝謝你”“我愛你”。

抑郁最严重时候读的。我不会向别人推荐或者不推荐，我只是感谢那段时间陪伴我活过的每一本书。

对不起 请原谅 谢谢你 我爱你

爱，放下，我爱你。越不繁，越不凡。

虽然全篇也就是「我爱你谢谢你对不起请原谅」，但是给了一个解决方法，挺不错的。坚持践行中。

►2020年2月29日重读，我似乎已从“受害者”的模式里走了出来，接下来开启创造模式吧

对不起，请原谅，谢谢你，我爱你

合二为一的神圣创造者，父亲，母亲，孩子啊……从创世之初到现在，如果我的家人、我的亲友、我的祖先及我个人，在思想、言语、行为及行动上，曾经触犯过您，您的家人，您的亲友和您的祖先，那么，我们请求您的宽恕……让这种清理、净化和释放 剪断所有负面的记忆、阻碍、能量或振动，并把这些不需要的能量，转化为纯净之光……这一切都完成了。

无意中开启了对灵修的认识，对一个科学论者来说，书里面描述的东西实在难以置信。等我年老了或许会尝试一下这种清理记忆的办法

宇宙的原理是爱，所以爱是一切生命的真正给养，当缺少爱的营养，就会生病，所以爱是生命完整的补缺，释放你的爱吧，给世界，给周围的人，你会知道，你是世界的一部分，他人就是你的一部分，我们，世界是一个整体。哪里或者那个人有了问题，那都是我们的责任，因为我们是一个整体。爱你们！！

[零极限_下载链接1](#)

书评

感谢雷婷发过来的电子版。一个晚上就读完了。来自夏威夷的智慧，讲的是空性（零状态）的力量，其实和佛家，道家，克里希那穆提都是如出一辙。这本书出自一个擅长催眠式销售的畅销书作家，所以观点清晰简洁，文字易读有感染力，当然也掺杂了一些美国式的近利，可能会吸引来一...

最初知道这书，是看伊能静博客里提到了它。吸引我决定要看看，是因为看到了荣格的一句话——往外看的人，做着梦；往内看的人，醒着。
带着欣喜之心展开阅读，可刚看了几页就被太多冗繁的修饰词冲击到不耐烦，实在是不喜欢这种空洞又故作玄虚的书写方式。但还是耐着性子去拎清...

个人来说，很喜欢这本书，只是外文中译读起来会觉得不适应，甚至怀疑是否翻译过来的跟原著意思一样，但我相信，那四句话应该不会译错吧？
不知道主宰我们的神是怎么看待我们的错误，但我自己，宽恕容易，原谅容易，但接纳一个对自己做过错事，并且爱他（她）却好难。。看来修...

知道《零极限》这本书已经很久了，也听说过它的神奇功效，在它的忠实追随者们眼里，它能够疗愈内心的一切创伤，让你拥有美好的生活。我这个人有点小习性，越是大众认为好的东西，我越认为它肯定是被包装出来的。因此，耳闻此书大名已久，却没有兴趣一读。此番读过《...

花花绿绿的世界，不知什么时候，让人变的很不安很浮躁。焦虑、犹豫、怨恨、嫉妒接踵而来，除了痛苦，生活还是一成不变。偶尔会有一种揪心的痛，累，从心底而生。
你改变不了世界，你能改变的只有你自己，你的感官意识和别人没有关系，哪些都是你自己创造的。 ...

好吧，我得承认，也许在看《秘密》的时候状态没有那么沉静，也许那本书的内容没有那么触动我。但今天的《零极限》让我再一次达到精神的高潮。
看完短短的20页而已，就觉得内心通畅，舒适无比。继续阅读后才明白，原来，伤痛是自己一手造成的。因为我的无知。 一、“错误是来...

很费力地阅读这本书 感觉很多话第一次看的时候未必会懂
对于书中所描述的方法既相信又怀疑 然而这是一本讲述内心修行的书
每个人来到人世间都有自己独特的天赋 我们需要作的就是将所有的记忆不断归零
回归自我发现自我修炼自我消灭小我实现大我 从此你的生命不再是一个单独的...

《零极限》是网络营销大师—乔.维泰利和伊贺列卡拉.修.蓝博士合著的一本灵修书籍。
乔.维泰利——畅销书作家，著有《相信就可以做到》，《每分钟都有顾客诞生》，《The key:启动正向吸引力的钥匙》等畅销书籍。
其他书没看过，只看过《零极限》和《秘密》（作者之一） 伊贺列卡...

最近在不同地方听过两次这本书了，刚在看了一下别人的介绍，确实不错。真的很契合佛教精神。
做法上类似正念修慈悲心，核心信念上类似业果法则。书中说你遇到的问题都是自己的问题，通过它的方法清理自己内在就能解决外在的问题。一种对整个世界全然负责的态度。而业果法则也是...

在宁波参加完琦琦的分享会，她极力地推荐这本书，于是我百般耍赖加扮萌向蔡蔡讨了这本书。在回厦门的动车上，百无聊赖的翻了起来。
万变不离宗心，这类型的书只要看上个两本基本上也就能抓住它的中心了，无疑就是要关注自身，改变自己，每日多省你的身。依照的点是叔本华...

早晨起来非常美好的一天，阳光和蓝天，在这样的城市里是很感恩的。起身刷牙后在烤面包的时光缝隙里，我看着窗外，心里默默地念了“谢谢你，我爱你。”
始终记得在我最迷茫和低潮的时候在书店遇到了《零极限》这本书，没有想到这本书给我带来这么多年的深远影响，长期以来因为...

这书看到最后，越来越神。

倘若用2014年电影《超体》里的世界观来套用这本书，那就是在你持续清理之后，你会达到大脑开发的一个新层次，你已经超越自己，心怀天下，所有感知也到了一个新境界，你能接收万物传达的信息，你怜悯一切。对于事物你不判断，所有的...

对内，对外，“请原谅，对不起，谢谢你，我爱你”都蕴含着巨大的能量！
每天对自己说我爱你，笑靥自然绽放；原谅自己，原谅一切，光芒驱走黑暗；
感谢自己，感谢一切，温暖蔓延。幸福就这么简单。

学习灵修已经两年多，都市生活下的疲倦心灵在冥冥中落地生根。《零极限》是很早就在必读书目中的书，无奈工作繁忙到新年才有时间拿起来细读。书中讲述的是荷欧波诺波诺，一种源于夏威夷用来解决问题的古老艺术。我们生存的一部分目的就是为了解决问题，而要解决问题，得...

[零极限 下载链接1](#)