

李欣频 著

十四堂 人生创意课Ⅱ

——推翻李欣频的创意学



创意 → 创造 → 创世，不退流行的12层终极创意境界

方文山 张德芬 南方朔
包益民 莫康孙 薛振添

两岸文化/创意巨擘 联袂推荐

乏味的人才走乏味的路，你不一样。

www.5iipad.com----引领潮流ipad电子阅读新时尚

李欣频创意宝典：十四堂人生创意课 II

作者：李欣频

内容简介：

李欣频创意宝典：十四堂人生创意课 II 继排行榜首、疯狂热印40多次的畅销书《十四堂人生创意课》后，李欣频以更高的视点，找出启动创意人生的心灵实践法，淬炼出12层，37课惊艳式的生命教学笔记；让你得到精彩得与任何人都不想交换的人生！由删光所有人，只留下自己；开始，从心开始创意人生，推翻自己乏味、疲惫、烦恼丛生的世界。跟着李欣频的秘密创意风暴，一起学习完成创意人生的心灵实践法，最终来到事成比心想还快，在当下一秒完成人生梦想的一切的境界！这是一本献给每个渴望不一样人生的励志书，一本《十四堂人生创意课》的心灵指导书。

第1节：推荐序一 说不完的创意

推荐序一 说不完的创意

北京大学新闻与传播学院副院长·博士生导师陈刚 北京雨后。润润的空气。青色的街道。林立的高楼一如既往地沉默。远山如黛。

让我想起雨后的台北。

台北是一个很精致的城市。精致是一种成熟的表现。在这样的环境中，人的胡思乱想的空间很大，敏感的思绪于是可以肆意地蔓延。这样的土壤最适合创意的生发了。

上个月末，在台北的101顶层同欣频吃饭。一开始讨论的是博士论文开题的这样很俗的问题，当菜端上来的时候，欣频马上像孩子一样特别兴奋，嚷嚷着用相机把菜拍下来，并对餐盘、菜式表现出远远超出博士论文的兴趣。

对生活的超出常人的好奇，对细节的探究式的关注，是创意人的共同特点吧。

在创意领域，李欣频是得道之人。能做出令人拍案叫绝的创意，已经很了不起了，而能把创意的不可说之奥秘说出来，让很多人受到影响，更是高手。在我接触的创意人中，能够做到这一点的，确实是很少见的。

创意是说不完的。十四堂创意课当然是不够的。而且欣频近年仍在经常闭关修炼，实在是有更丰富的心得要倾诉。

创意不是可操作的技术。创意是可学又不可学的。创意对个体而言，既需要自身的资质，又需要外部的环境。所谓学创意，是指当水到渠成的时候，一句点拨，便能立地成佛。这种点拨的效果，应该是欣频的书所具有的功力。

多次到台北。但这次在台北虽然匆匆数天，心里却总是经常有一缕隐隐的忧伤挥之不去。台北，这个美丽的城市，多想把它印刻在心上。

充满活力的适宜创意的环境，在大陆的一些地方，正在迅速形成。大陆正在进入一个创意的时代。这也是欣频的创意书在大陆火爆的内在原因吧。

创意不仅局限于广告。创意是一种生活方式。好的创意来源于生活，同时，创意又能改变生活的色彩。当把创意思维延伸到生活的各个方面，并把各种生活和想法记叙表达出来时，李欣频就成为作家了。

李欣频名片上的名衔只有两个字：作家。

第2节：推荐序二创意从心开始

推荐序二创意从心开始

台湾地区知名文化评论人南方朔 "创意"是当代的新观念、新语汇和新课程。但正因它是一种"创"，一种从无到有，从一样变成不一样的过程，也就难免羚羊挂角，踪迹难寻。谈论创意，本身就是个创意。

然而，尽管创意难以言说，它却有一些基本的逻辑和氛围，那就是要有一种创造者的心灵，这种心灵由自由、想象、豁达、才性等组成，当然还必须靠博识与执着来垫底。

在这里先来讲一个曾上过美国版《商业周刊》封面的故事：前几年，当今最大的家庭用品公司宝洁公司做了一个重大改变，把该公司的创意研发部门大幅裁缩，除了极少例行工作外，其他皆外包。理由是，在公司庞大的体制和体制文化下，原有的创意研发部门已被不知不觉地体制化了，要有真创意，必须打破体制。

宝洁公司的例子虽然很具体，很低阶，但却很有延伸讨论的意义。近代著名人类学家玛丽·道格拉斯（Mary Douglas）乃是"体制理论"的开创人物，她在名著《体制如何思考》中指出，体制本身即是个生命有机体，它会进行分类、甄别，会造成记忆和认同，最后则是把一切不合体制的全部窒息淹没。书中有一段话："体制的构造有如信息复杂性的形式，过往的经验全被体制的规则包装成胶囊，作为未来的准绳。体制的加码能力愈强，则它管控不确定性的本领也就愈大，未来的行为也将更符合它的规定，当这些配套完成，无序和混沌即告消失。体制是个熵的极小化装置，它最先笨手笨脚照章办事，但到最后却可储存所有它要的信息。当一切都被体制化，历史和其他储存之设计就再也不需要了，体制成了全部。"

因此，创意的对手即体制，体制不容许意外，不容许比它高的事物。体制靠着不自由来运作自己，创意心灵要做的，就是跳出体制，比它走得更远更高更久。

而这本《十四堂人生创意课Ⅱ--推翻李欣频的创意学》，从低阶的"创意"始，到高阶的"创世"终，天马行空，意兴勃勃，其实所谈的就是那最终极的创意心灵和创意人生。

集画家、诗人、神秘主义者、政论家于一身的威廉·布莱克
(William Blake, 1757-1827年)在《天堂和地狱的婚配》里写过："打扫干净知觉的门扉。则万事万物将会以它无限的面目向人们现身；人们过去总是关闭自己，直到从洞窟的裂缝间看到万事万物的微影。"在这个创意的时代，对自由常保悬念，能经常清扫知觉的门扉，让胸中藏有丘壑，或许就可像惊奇魔法师般，把令人倦怠的一样变成灿烂的不同，这或许就是创意由心开始的真谛！

第3节：自序 未来的我，写给现在的自己(1)

自序 这本书是未来的我，写给现在的自己！

李欣频 我的第一本创意励志书《十四堂人生创意课》在两岸出版后，已经重印了40多次。而我本人也因由此书，感受到了许多内地读者的热情。对这些喜爱与支持，我受宠若惊，并怀有深深的感恩之心。

在过去的两年中，我的人生开始有了巨幅的转变。应接不暇的媒体通告、演讲邀约，如雪片般纷至沓来的读者来信.....还有一年上百场演讲与教课，让我变得异常忙碌。这两年大多数时间中，我都是在飞机、火车、出租车上度过的。我眼前的风景线不断拉长，从一个人得书房拉到了百人演讲厅，从自己对自己说话，变成了自己对众人说话。

与此同时，我的生命也经历了好几次峰回路转，有了新的省思与启示，浮出了许多与当年《十四堂人生创意课》非常不同的观点。我深深感到，生命的智慧是开挖不尽的宝藏，而值得庆幸的是，我一直没有失去追求心灵成长的勇气，感谢周围许许多多人的帮助。

之所以说峰回路转，是因为期间我经历了几场身心低谷。尽管在人们眼里，我一直是个有天生反骨却又无比幸运的女子。然而，一帆风顺的背后却是一段又一段艰辛的心路历程，让我真真实实地明白，心智的力量如此重要。

好转的契机是我开始接触心灵成长课程，那时除了上课、静坐，我还在浩瀚书海中疯狂地汲取智者圣人的宝贵智慧，我仿佛不经意打开了心灵哲学--这扇让人神迷好奇的大门。

阅读心灵书籍是"迷人的思想会面"，我开始慢慢地发生着转变，情绪变得沉稳，得到了平静的力量，以前那个高速的李欣频不见了，取而代之的是一个磁场充满力量、内心宁静、勇敢的李欣频。我从其中顿悟的"忧郁创意学""梦境创意学""巧合创意学""迪拜创意学"，让我的创作灵感喷涌而出，生活和工作都变得无比富足、精彩。

正逢拜恩所著的《秘密》来到了台湾，而我的学生谢明宪恰好担任翻译工作。他在翻译完全书后，曾问我："老师，我觉得心想事成的秘密，应该不止书上所说的那么简单，应该还有秘密背后的秘密。"此时

的我，已经从浩繁卷帙和心灵修复的实践中，得到了很多亲身的感受和体悟。我告诉他，其实《秘密》只能算是一本初级教材，背后还有一大块必须深入"耕心"后才能收获的力量。希望能学到更多的人，可以去看看一些心灵大师如欧林、赛斯的书，更深入地阅读有关"正面思考"的著作。

第4节：自序 未来的我，写给现在的自己(2)

在写这本书的当时，并没有那么完整的架构，隐约只有：创意→创造→创世三个层次，后来在进行书写时，那个写作之流启动了，当我在写创意第一层时，心中还不知道第二层会是什么，等到第一层完成了，第二层才清楚浮现；等到第二层写完了，第三层才清楚浮现.....就这样，边写边向未知探险，眼前永远只有一百公尺清楚的视线，最终会到哪，我完全没有概念，就像是层层闯关的冒险游乐园，也像是进行一场没有地图、没有路标的旅程。

这本《十四堂人生创意课Ⅱ》是《十四堂人生创意课》的心灵成长版，也是我在人生智慧的探索路上的一个新起点。书写过程中，意外看到了电影《笔下求生》(Stranger than Fiction)以及《吸引力法则》等相关书籍，让我从"第九层人生创世"之后进展神速，启动更澎湃的书写之流，仿佛自己只是个倾听者、记录者，只负责打字与加标点符号，像是在帮别人整理书稿似的毫不费力。就这样，一连闯到第十二关，直达终点。

这段书写期间正值过年，除了与家人吃一次除夕年夜饭外，其它时间几乎一天18小时，埋首于书稿与满地堆积如山的数据之中，从一气呵成的三万字初稿，逐渐修改成近八万字的规模，可说是我从事写作以来最巨大的工程之一。

这段时间陪我的，就是全心支持我的好友LY，正是他偶尔带来的台湾温德德式烘焙坊的各式巧克力蛋糕、Mister Do nut的豆香波堤、Starbucks的热可可.....让我有足够的体力与毅力，继续挑灯夜战。陪我的还有电影《蚂蚁的尖叫》(Scream of the Ants)唯美清幽的配乐，把我锁进那源源不绝的写作之流中，欲罢不能。我还记得在完成三万字、十二个人生终极创意层的初稿时，我在家里足足尖叫了五分钟之久，就像登山几天几夜终于到达顶峰看到日出时，只能尖叫才能发泄"攻顶后小天下"的兴奋之情。

十二层（创意→创造→创世），就像天空中的十二个星座、一年的十二个月份、时钟上的十二个数字、圆桌上的十二位武士，我透过这十二层阶梯，从有限的已知，一路探索进浩瀚的未知，在越来越喜出望外的书写旅程中，遇见了更高、更大的自己--之前写《十四堂人生创意课》的我，已经被淹没在无边际的海潮巨流之中，这就是把这本书取名

为《十四堂人生创意课Ⅱ--推翻李欣频的创意学》之故。

第5节：自序 未来的我，写给现在的自己(3)

我很高兴，在写完《十四堂人生创意课》之后，全新、更勇敢、更有力量的自己，有能力把旧的我，无畏无惧地推翻掉了。如果说《十四堂人生创意课》是过去的自己写给学生的，那么这本《十四堂人生创意课II--推翻李欣频的创意学》，就是未来的我，写给现在的自己看的书。

感谢广西科学技术出版社的编辑一路协助、支持这本书在内地出版，也感谢台湾加利利旅行社的彭老板，全力协助、支持我在迪拜的采写工作，感谢LY、德芬姐、《秘密》的翻译谢明宪提供的宝贵数据与巨大的支持力量，感谢在台湾学学文创上过我灵魂创意学与出版创意学课程的学生们，感谢曾看过我的书以及这本书的所有读者，感谢所有聆听过我演讲的听众、媒体记者(你们的专注，是我启动灵感泉源的关键动力)，感谢默默在我身后支持我的家人与好友们，感谢自己完成了这项艰巨，但美好到无法言说的书写工程.....最后，感谢来自上天的灵感与书写之流，让我深深地臣服在这股伟大的创造力量之下，感动不已。

第6节：删光所有人，只留下自己(1)

第一篇【人生创意学】

站在原点看新的可能 第一层人生创意：删光所有人，只留下自己【delete现在的自己,reset新版的自己】 不要再拿昨天的剧本继续过活--换掉担心别人会怎么看自己的眼睛，换掉永远是"我的老师说.....我妈说.....我的好友说.....我老板说....."的话语系统。

无论我们活到多少岁，是住在大家庭还是独居，是在学校念书、企业里工作、合伙创业还是独自创业，我们都很难脱离人际关系。而这些越来越嘈杂、挥之不去的人际声音，正是展开个人创意能量版图的最大障碍。活得越久，这些声音就把我们绑得越喘不过气，不仅施展不开，最恐怖的是已经成了万年制约，即便是身在可以自由挥洒的空间，却仍是噤若寒蝉、畏首畏尾、小心翼翼，最终还是选择了与大家一致的安全做法。于是，这个环境就被"人言可畏"的氛围定型下来，想突变的人，必须有非常大的勇气才行。想在这样的环境下做小规模创意改变，基本上是无济于事的，因为这些轻量级的转变，根本不足以应付一日数变、游戏规则瞬间巨变的大环境，想要活下来，必须彻底换掉已被教条与惯性捆绑到脑死的思维，换掉担心别人会怎么看自己的眼睛，换掉永远是"我的老师说.....我妈说.....我的好友说.....我老板说....."的话语系统。

如果要用一个比较极端的方法，就是先把目前这个已经重度失能的自己完全delete掉，以出远门旅行的方式，或是到一个与世隔绝的地方，让原来深受高压束缚的自己，丢在原来的旧时空不带走，连原来的名字、资产、期望，抑或是一些负债、人际关系、问题、烦恼.....都先留在原地不去管它，就当是自己已经彻底死了，不要再拿昨天的剧本继续过活，到全新的地方让自己重新投胎，重新开始人生。即使只能新生几天，也能让你的灵魂脱胎换骨，有了新的眼光与态度，就能瞬间转变你的旧身份、旧生活。

【全然新生的自己，周围没有半个人】 相信自己是幸运的，只要一心一意听自己的就好--当你不再考虑为任何人做什么的时候，问问自己，最想要做什么，享受什么，完成什么，这些才是你的生命核心点。

在新的旅程，或是新的空间里，替自己接生，并欢迎自己重新诞

生。然后开始思考，接下来一切都是全新的、空白的，一无所有、周围没有半个认识的人，也没有任何包袱，就当自己被丢到无人的荒岛上，或是无人的外星球，只有自己，没有别人，无父无母，无敌无友，眼前的世界都是自己可以全新定义的。从现在开始，不会再有任何人教导你、评判你、干涉你，你可以彻底目中无人，肆无忌惮地过日子。当你不再需要为任何人做什么的时候，问问全新版的自己，最想要做什么，最想要享受什么，最想要完成什么，请把它们都列下来，这些就是你的生命核心点，亦是你此生终极不灭的创意动力。

举一个极端的例子，电影《香水》中的香水师让·巴蒂斯特·格雷诺耶（Jean Baptist Grenouille），心中有了人间最终极的香味版本，他竭尽一切努力，将那瓶原本存在他脑海中的香水做了出来。整部电影，就是艺术家专心面对、苦苦追寻、最终成就心中最完美作品的过程，一旦完成了，全世界很自然会臣服在那终极的版本之下，他完全不必预设要追赶的竞争者与竞争目标，眼前只有自己，以及未来的自己而已。

这在魔术师电影《致命魔术》（The Prestige）中，亦有相同的概念：当某位魔术师把焦点放在研究、破解对方的技法时，一开始就注定是输了，因为他已经掉入对方的游戏规则中，再怎么努力，也不可能超越另一位--一心只想挑战自己的魔术师。换句话说，只要不上对方的擂台，你就不可能输；只要站在自己的舞台上，专心玩出自己的天地，就一定赢。套句《重新想象：激荡年代里的卓越商业》作者Tom Peters的问法：消费者愿不愿意把你的品牌，刺青在他的身上？

第7节：删光所有人，只留下自己(2)

也就是说，最完美的版本早在创作者的心中，而不在别人的建议或看法里：相信自己是幸运的，只要一心一意听自己、专心完成自己就好，不必理会别人说什么。一旦你看到了那终极的版本，你就可以义无反顾地将它完成，其他的杂音完全不必理会，因为那些都是路障，接下来，听自己的导引就行了。

我们已受限于自出生以来既定的名字、性别、身份、期望、责任.....到后来，大家看起来就像是罐头工厂生产的产品，每个人都很像，不仅表情像，衣着像、说话样子像、吃饭样子像，连走路样子也很像。但其实每个人应该要非常地与众不同，以自己的独特性走自己的步调；从街上看去，应该要像是经历一场人种的万花筒。当每个人都复活了，活出自己独特版的创意，世界会比现在有趣60亿倍！

【无害但有效的虚拟死亡，是起死回生的关键动能】 人生的困境中，往往是人们自己的绝望把自己杀死了--其实忧郁症是生命最好、最宝贵的蜕变时机，你要做的就是立即脱去旧生活、旧思维，活出新版本的自己。

回到前面"先delete，后reset"的部分。现在有太多人被忧郁症所苦，每年自杀率节节攀升，也损失了无以数计的社会成本。很多人第一个反应就是先怪罪经济不景气、抱怨社会、究责老板、迁怒家庭，但其实我们都知道于事无补；很少人会去思考，在这环境的背后，究竟是要给我们怎么样的生命契机？

忧郁症是生命最好，也是最宝贵的蜕变时机，就像蝉脱壳、毛毛虫破茧成蝶。蜕变的过程很痛苦，也很接近死亡，那是因为原来的有限肉体，已不够承载现在想要更宽广自由的灵魂，于是必须立即脱去旧生活、旧思维。没有一只蝉或毛毛虫，在蜕变时知道自己下一秒会变成什么，但只要一心努力突破旧壳，就能成功地活出新版本的自己，从爬行地面到遨游天际；但很多人无法顺利通过如此可贵的生命蜕变过程，因为他们困在旧壳中，以为那就是永远的黑暗，是他们的绝望把自己杀死了，可惜没见到出蛹之后，就能以一双新生的翅膀离地飞翔，俯视鲜花遍地的美丽新世界。

忧郁，是最难得、最巨大，也是爆发力十足的创意动力：先杀死不

满意的自己，置之死地而后生，多出来的新生命，就有了无包袱、肆无忌惮的轻盈与自由，不过不必让自己真的去死，而是以"虚拟死亡"的方式，帮助自己脱胎换骨，再度重生。

第8节：删光所有人，只留下自己(3)

当我亲身穿过忧郁深谷，实验过很多种让自己脱困的可能，"虚拟死亡"是我目前试过，极端但很有效的方法，让原本崎岖不平的低谷，一次又一次地，以更深切面对死亡的勇气，将深陷黑暗的陡峭谷底，削化、充填成平滑的高低谷弧线，就像是可以让直排轮鞋顺势滑飙到半空中、惊喜又刺激的旋跳坡道，以俯冲低谷的反弹力，瞬间转升到高峰，这也是将低陷之苦转为自在高飞的最大动力（见图1），亦是"delete → reset"的强效版--"die → reborn"。当你顺利穿越死亡低谷，成功地在艳阳下重生后，创意的力道与生命视野就截然不同。

每一次失败，就是原我的小死，但死亡才是人生终极的最大失败，因为一切名利人际全化为乌有，连身体都带不走。只要你能克服对于死亡的恐惧，借着近距离面对死亡的勇气，把原来受困受怕的自己剥离干净，那么失败就微不足道了。这部分，可以参考电影《笔下求生》

（*Stranger than Fiction*），男主角哈罗德·克里克（Harold Crick）在得知自己将死，被迫放弃原本规律不变的生活，开始把所有时间，放在自己喜爱的吉他上，也因此改变了他的生命质地：从机械精算般的步调，蜕变成了鲜活生动的日子，这就是死亡给他最大反转生命轨迹的动力。

【晚上大死一次，清晨重新出生】 敏锐你的感官，把自己当成地球一日的过客--刺激你麻木已久的敏感度，看关键性的书、情报、表演和电影，认真思考如果今天是自己人生中的最后一天，要怎么生活。

什么叫虚拟死亡？

以我为例，每天睡前会想象自己就将在今晚死去，然后回想今日种种、今天以前的时光，做个总回顾，然后回想今天最感动的事是什么，想一下，如果昨天就不在人间了，那么今天会错过什么？如果明天就死了，今天所经验的一切有没有意义？

接着就开始进入虚拟死亡的过程：想象自己现在睡着了，就永远不再醒来，想象自己在海中慢慢融化、在荒原中慢慢风化.....就在此刻，向身边爱你的人感谢道别，向这个世界好好说再见，让自己的身心深度且缓慢地放松再放松，把自己当成地球一日的过客，就专注在今天体验到什么，能带走哪些经历。

等到第二天醒来，先不要急着跳起来去忙一天的行程，先想象自己新生的灵魂刚刚进入这个全新的身体，从四肢到躯干缓慢地苏醒。因为刚诞生，还没有名字、年龄、行程、责任，还不知道性别.....只有一张空白的纯净灵魂，与一个未染的轻盈身体。

第9节：删光所有人，只留下自己(4)

接着很简单地，开始慢慢地学走第一步路、慢慢地适应地表、慢慢地呼吸第一口空气、慢慢地观看周围环境、慢慢地喝第一口水--想象这是你出生后的第一口水、第一碗饭、看到的第一个人类、见到的第一朵花.....然后开始重新定义：眼前每分每秒发现的新世界--唯有重新生出感官，才能让麻木已久的敏感度恢复，这比我之前在《十四堂人生创意课》中提到的要多看电影、多看书、多看表演更重要。因为若感官坏死，再多的刺激，也只能引起极少量的反应；若感官敏锐了，只需要一点点的刺激，就会有很大的反应动作（此时就只需看关键性的书、关键性的情报、关键性的表演与电影，就能产生极大的转化力量），所有的创造，透过简单的一吸一呼，都能每分每秒精彩发生--每日虚拟死亡的练习，能让自己从昏迷指数3到8，这是人生终极创意第一层必须恢复的状态。

也就是说，人最大的创意，就是可以随时随地、随心所欲地帮自己下最新的定义。

唯有勇气面对死亡，才能无畏地面对生命。如果想死，是可以虚拟地死很多次，但如果真的去做，那么就只能死一次。

虚拟死亡，是我更新自体创意系统非常重要的方法：在面对不同的广告个案时，要先把原有的自己杀死，舍弃原来的思考框架，彻底进入新案的原初生命子宫中，连接新的脐带，引进新的养分，直到胎儿顺利生下来，作品离体诞生为止。

课堂延伸阅读 1?可延伸阅读珊娜雅·罗曼（Sanaya Roman）著的《喜悦之道--个人力量与灵性成长之钥》：“高度进化的灵性老师，都花很多时间欣赏与感激宇宙。在晚上，将你一天所收到的每件东西列张单子。可以是你买的东西、陌生人的一笑、一种愉快的感觉、额外的能量、一辆载你到目的地的车、收到的钱.....你会惊讶，每天有很多礼物送到你这儿。在感谢你所接受的东西时，你将创造出与上苍的联系，而那将容许你得到更多。”

2?若想要真切体验虚拟死亡的状态，可以看台湾方智出版社股份有限公司出版的《死亡·奇迹·预言》（Saved by the Light），亦被拍成影片《再生人》（Life after Life），里面有许多原本被医生宣告死亡，后

来又奇迹般复活的案例，这些人不约而同地描述了死后的状态，包括此生重要片断会在眼前快速浏览而过，会从他人的立场再经验一遍事件（例如：杀人者会以受害者角度再体验一遍），会看到自己的行为后续如何影响了其他人、事、物.....

第10节：删光所有人，只留下自己(5)

每日虚拟死亡的练习，可以再次审视此生的一思一言一行，让自己更觉察到这些微小的意念、情绪、行为，对于往后的影响是什么、影响有多大，有助于增加在生活中的敏感度，以及推理力。从别人角度再次体验事件，有助于很快理解他人的感受，这比我在《十四堂人生创意课》中提到以主角、对手的角度去经验电影更具效果，而这也是让自己的生命根须，向下深耕到人类共同血脉的途径。一旦连接到了人类共脉层（见图2），从此处所生长出来的创意或是创作，其感动力会瞬间无碍地超越人种、国界、语言、性别、年龄、身份、职业、信仰，亦会超越时空的限制，成为永恒经典、流传广泛的作品，这就是创意不死的绝招，但这必须平常就要天天练习的。

这种虚拟死亡的终极之义，来源于网上广为流传的《采访上帝》的真义。

《采访上帝》（Aaron and Jean Heidel翻译，摘自<http://www.heart.org/chinese.html>）

我梦见自己在采访上帝。

"你要采访我吗？"上帝问。

"如果你有时间的话。"我说。

上帝露出微笑.....

"我有永恒的时间，你想问我什么问题？"

"人类有哪些事最令你惊讶？"

上帝回答："他们觉得童年很无聊，急着让自己长大，然后又想回到童年。

"他们为了赚钱而失去健康，然后又花钱要找回健康。

"他们担心未来，却忘了现在，因此既不是活在现在，也不是活在未来。

"他们活得好像永远不会死，却死得好像未曾活过一样。"

上帝握住我的手，我们静坐了片刻。

然后我问："为人父的你，希望儿女明白哪些人生的功课？"

上帝微笑着回答："明白不可能强迫人来爱他们，只能让自己被爱。

"明白跟别人比较是不好的。

"明白富人不是拥有最多的人，而是需要最少的人。

"明白揭开心爱之人的创伤只需要几秒钟，却要花很多年才能痊愈。

"明白饶恕是需要练习才能学会。

"明白有些人很爱他们，只是不知道如何表达。

"明白两个人看同一件事，会有不同的看法。

"明白光被别人饶恕还不够，自己也必须饶恕自己。

"并且明白我就在这里，直到永远。"

此外，亦可延伸阅读《你在天堂里遇见的五个人》、《躁狂郁多才俊》、《追逐日光》，看他们怎么思考自己人生的最后一百天，怎样积极面对死亡，怎样拟定最后的工作清单，化恐惧为美好。

第11节：删光所有人，只留下自己(6)

3?可以参考法国哲学家德罗瓦写的《51种物恋》，他以哲学深度思考，并重新定义了身边的51件物品，为这些对象找出了非常有趣的新诠释。

碗：不是为了在餐桌上炫耀主人的品味，而是为了终止水无止境的流动。

回形针：不只是办公室里分类文件的工具，还是温和地抗拒散乱，坚定地抓住秩序，本身就是一种伦理。

遥控器：可以隔空展现思绪万能、心想事成的巫术道具。

钥匙：拥有谁在门内、谁在门外的控制权。

凉鞋：是一种界面，介于自然与文化、肉体与土地、过去与现在、手艺与工艺、热与冷之间，是一张使不同世界得以共存、相接的薄膜，亦是一处与移动、轻盈、风有关的世界褶皱。

叉子：拉远人与食物的距离，将世界数理化，与他人的关系中立化。

雨伞：一个携带式的屋顶，一片属于自己量身订做的天空。

关于此书之书评，请详见书末附录。

在此建议各位，在拿到《51种物恋》这本书之前，先不要急着把全书看完，可以先打开书的目录，把你对这51种对象的诠释列出来，然后再细看德罗瓦的诠释。这样的步骤，是让你有事先思考、先行定义对象的练习空间，然后观摩德罗瓦的视点，之后，你可以继续进行这样的练习，再去找新的对象重新定义。

【每天的安静期，每周的安静日】 唯有勇动与沉静双全，生命才能展现出全然清悟的状态--无论是在等车、洗澡、睡前，每日请至少留20分钟，彻底地宁静与放松，听舒缓的音乐，看有关心灵的书。

当你过得很匆忙，每天必须与人大量交谈，这样的高速生活，会让

你的思考、言语开始进入无意识的自动反应系统，久了就会麻木。所以每日的reset变得非常重要，就像是定期清洗机器，除了"keep walking"外，最重要的还是"keep quiet"。

改编爱因斯坦相对论的公式： $E=MC^2$ 可以是：Enlightenment（或Energy）

=Meditation × Courage² "Keep walking" 需要能量，甚至有面对死亡的勇气，"keep quiet"则是每日固定的安静时刻。《台湾商周》第999期《有钱人的大脑秘密》第100页有个例子，一个打坐超过一万小时的僧侣，其左侧额叶的活动，是美国威斯康星大学神经心理学家戴维森（Richard Davidson）20年研究以来最频繁的，而这部分也是影响成就与财富的理性脑部位。

唯有勇动与沉静双全，生命才能展现出全然清悟的状态。

无论是在等车、洗澡、睡前，每日请至少留20分钟的全然安静、全然独处的宝贵时间，不要讲话或是接打电话，彻底地宁静与放松，听舒缓的音乐，或是看有关心灵的书籍，思考今天一整天的收获与启示是什么。每周则需要有半天或是一天的独处全静日，也就是说，安静的时间越多，能量恢复得也越完全，就越不会有虚耗殆尽的情形发生。

等到定期的安静日做到一定程度，接下来就可以随时进行独处，甚至在打扫房子时也可以静心。想象自己原本是一无所有的流浪汉，现在突然继承了这个空间、这些事物、这些关系、这些钱财，自己一样一样地清点打扫，一一检视自己拥有的，就不会再把焦点放在自己缺乏的部分，就能惜福满足地感激生命、善用资源。

第12节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维(1)

第二层人生创意：

抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维 【惯性是最大的杀手，先填表找出自己的思维惯性】 换个方式看世界，让眼前的困境转换一条生路--当你在担忧，你就是在计划；烦恼就是在用你的想象力，创造出你不想要的事物。你应当换个同步客观的角度看待自己的生活。

每日的虚拟死亡，就像是例行净身，只能逐日清洗掉部分的积习尘垢。其实最快、最有效的方式，就是空出一个完整的时间，大约是一星期到一个月左右，彻底找出哪些思考模式已经被定型化了。因为这些定型的思维，就像是身上越长越大的肿瘤，阻碍了新生创意的产出，妨碍了与新鲜世界的交流，也让生活越来越喘不过气来。

找出这些模式，就像拿手术刀解剖自己一样，必须有面对自己病灶、向自己开刀的勇气。

我自己的做法是，先列一张空白的表格，把自己从出生到现在，所遇到的重大挫折一一写下来，像是一份大事纪要似的，包括：发生了什么事；自己的受挫感觉是什么；如果要帮这件事分类，或是下个标题，那会是什么。

首先将何年、何事逐一写下来，并回想那受挫的感觉是什么，等到全部写完了，再去逐一思考这些事件标题。比方，这是一个关于信任与背叛的事件，这是一个加害者与受害者的事件，这是一个爱与被抛弃的事件，这是一个控制与自由的事件，这是一个误解与百口莫辩的被冤枉事件.....然后再把同一类的事件标题放在新的单子中。

第13节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维(2)

表1从出生到现在的挫折纪要

事件标题 何年何事 受挫感觉 表2挫折事件标题归类 事件标题发生细节 自己与事件相关人的互动模式 这事件后来的结果 自己的启示 加害者与受害者 2001年3月.....

加害者与受害者 2005年8月 加害者与受害者 2009年10月 将同一类事件放在一起，有助于找到在面对类似事件时，自己固定的反应模式是什么。而这个固定的应对模式，往往会把我们带进相同的结果而不自觉，这就是创意流动最大的障碍。因为这些沉痾，就像是牢绑灵魂的绳子，即便是身处大片挥洒的空间之下，也使人作茧自缚、动弹不得。

举例来说，当你觉得自己老是被害者时，你就会不自觉地老是吸引各式各样的加害者前来，与你一起演对手戏；如果你老觉得自己被冤枉，你就是一直在吸引误解你的人出现；如果你常觉得自己是被抛弃者，眼前无论是谁，都会不知不觉地变成了想抛弃你的人；如果你常觉得自己被控制，很不自由，就是因为你内在的依赖性，吸引了控制者前来。要去问自己，为什么老是一再吸引这样的人、事、物？自己身上有哪些不自觉的特质与沟通模式，让这样的情形一再发生？自己的负面念头有多么密集，以致这样的状况重复出现？这样的概念称之为吸引力法则（LOA: Law of Attraction，有的译为宇宙引力法则）。

吸引力法则在影片《我们到底知道多少》（What the Bleep Do We Know）、《自然法则：吸引定律》（The Secret）中，都有具体实例，可以帮助你看到自己正在吸引什么样的模式前来，进而去打破、重设自己的模式。《通灵工作坊--绽放你内在的直觉力与灵性潜能》（The Psychic Workshop）书中亦提到："在我们了解因果轮回之前，我们只知道加害者是伤害行为的发生因，却不知被害者同样吸引了加害者；更深一层的解释是，双方都在寻找对方，以便学得一课，或是回复平衡，也可能是为了中和一个毁灭性的欲望（通常是无意识的），此一欲望将两人绑在一起。"

接着，再根据上述这张表去回想：在事件当时，如果自己换一个全新的态度去面对（例如把对方视为是善意的、值得信任的、充满爱的），对方是否也会改变？这件事的结果有没有可能会变好？如果这是

你人生的考题，你从这些事件学到什么？这件事若成为自己的重大蜕变，那会是什么？这些问题的反思与发现，可以写在"自己的启示"那一栏，然后把启示栏打印出来，夹在自己的口袋或记事本里，随时随地提醒自己--这就是显现创意障碍的照妖镜，也是铲除障碍的锋利宝刀。

第14节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维(3)

"亡鈇意邻"这个典故告诉我们，你投射什么样的思维在别人身上，他就会如实地变成那个样子，就像冯小刚的电影《天下无贼》，一个憨厚的大男孩傻根，怀揣多年攒下的储蓄返乡，火车上全是高明的贼，但傻根完全没把身边的人当贼，都当成要帮助他的贵人。于是坐在他身边的贼，就很难对这个纯真的好人下手，甚至开始保护他，不让其他的贼偷走他的钱。我们之所以受挫、受害，有很大一部分是不自觉的负面意识引来的，一旦把这负面的投射灯关掉，往往冲突或灾难就会自动解除。

此外，可上网搜索关键词"一念之转"，或找到《细胞记忆》这本书，也是一个可以马上找出自己惯性思维模式与障碍的好方法。

创意并不只是解决客户，或是公司的问题而已，最重要的功能是解决自己的问题。也就是说，如果创意能让你换个方式看世界，让眼前生命困境因此转换出了一条生路，而你也就能换个方式看客户问题，很快地找到突破性的解决策略。如果把自己当成一家公关公司，在面临人生紧急问题时能随机应变、立即解决，这样的反复练习，将成为你处理其他人、其他事的独特创意应变系统。

此外，可以比照电影《笔下求生》的剧情，分出另一个"同步客观、旁观解说你的生活"的自己，帮助你随时觉察自己的每个念头、每个动作、每次与人沟通的状态，并随时问自己这个念头、这句话、这个动作、这个反应，正在帮自己创造什么。这也是让你很快看到模式，进而改变惯性的有趣实验法。

课堂延伸阅读 1?从1985年起，杰瑞（Jerry）和埃丝特·希克斯（Esther Hicks）近20年来，共创作了近600本书（见图3），还有录音带、有声书、录像带，并创建了工作坊，其中最广为人知的就是"吸引力法则"（LOA--Law of Attraction），其重点摘要如下：你就是灵性存有，拥有无限创造的潜能！

你的思想，形成你的振动频率，而此振动吸引并创造了你的生活！

吸引法则，就是所有事物，都因你的振动而来到你面前。

没有人可以否认你什么，或是准许你什么。

为了到达你想去的地方，你不必去你不想去的地方；你可以从你所在的地方，前往你想去的地方。

你无法由一个不快乐的旅程，抵达一个快乐的终点。你体内的每个细胞，都和创造性生命力有直接关系，每一个细胞都在独立地作出响应。当你觉得喜悦，所有的回路都会开放，生命力就能完全接收到。当你感觉有罪、自责、害怕或愤怒时，回路就会受到阻碍，生命力就不能有效地流动。怀着喜悦创造一样东西，然后将你的振动和它保持一致，宇宙必定会找出把它带给你的方法，这就是吸引法则的承诺。

第15节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维(4)

你想什么、你感觉什么，和你得到什么总是相配的。无论你想什么，宇宙都有能力提供，任何事物都不例外。所以，你就是思想的魔术师，让事情发生并不是你的工作，梦想它并让它发生才是你的工作，吸引法则会让它发生。

宇宙并不知道你正在提供的振动，是你观察到的事物、你记得的事物，还是你想象的事物。它只是单纯地接收振动，并用与之相配的事物作出回应。当你提供一个振动，各种宇宙力量就在协同运作以满足你，你真的就是宇宙的中心。

如果在你的经验中，经验到他人身上一些你不喜欢的地方，这只有一个原因：你用你的注意力在持续召唤它们。

因为不了解吸引法则，经由你的老习惯，你已与你不喜欢的人，取得了振动上的和谐，而且因为你一直持续给他们振动，而继续召唤他们前来。

别人无法在你的经验中振动，所以他们无法影响你经验的后果。他们能有他们的意见，但除非他们的意见影响了你的意见，否则他们的意见毫无意义。千万人可能反对你，但这并不能对你产生负面影响，除非你反过来反对他们。千万个反对你的人，正在影响着他们自己的振动、影响他们经验中正在发生的事物、影响他们自己所吸引的人.....但这仍然不会影响你，除非你反过来反对他们。

无论你在想什么，你真的就是在计划一个未来事件。当你在担忧，你就是在计划；烦恼就是在用你的想象力，创造出你不想要的事物。

当你是在感激，你也是在计划.....你到底想计划什么呢？

每当你在赞美，每当你在感激，每当你对什么感觉良好时，你就是在告诉宇宙："请再多来一些，请再多来一些！"你无须再另外口头声明这样的意图--如果你允许你的塞子浮起，所有美好的事物都会流向你。宇宙富含你所想要的一切事物，它并不是在考验你，而是在慷慨地给予你。你是谱曲者，你是定义者，你经由充满喜悦的期望，而得到这些。

2?《我们到底知道多少》（What the Bleep Do We Know），是从量子物理学的角度，分析人定型化思维模式。

3?电影《自然法则：吸引定律》（The Secret）的原著《秘密》 由《心灵鸡汤》《相信就可以做到》《与神对话》《你有能力拥有一切》等的作者分享他们宝贵的心想事成秘诀。

4?《一念之转：四句话改变你的人生》一书中有一项有趣的"拜伦·凯蒂转念作业"，其中有一项是列出自己最讨厌的人的特质，然后反思自己身上隐藏的 these 特质，然后彻底破除，以后就不会再遇到这类型的人。就算遇到，你也会看到他另一面可爱的部分，对他的看法完全改观。一旦你对他的态度改变，两人的磁场也同步转变，彼此对抗的对手戏就瞬间中止，他就不会在你面前呈现出那样的人格特质，于是，你就过关了。

第16节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维(5)

【用反义词造句法，逆解人生惯性】

输入重新设定的生命程序代码--我很美丽健康快乐、很有创意才华财富.....这并非自我欺骗，而是强迫自己看到惯性视点以外的其他可能，因为我们只看到自己想看到的。

以我之前处理诚品书店的个案为例：当时要为诚品图书礼券写一篇文章，我的第一个念头是--图书礼券？那就得到诚品书店才能使用，而且还受限于开关店的时间，以及书店里卖的品种.....真不自由！如果是我，我还宁可拿现金。

即便是很没感觉，但文案必须写出来，我得限期找出能让我写得既愉快又流畅的切入点才行。于是我突然想到，如果把"礼券是不自由的"，硬是转成"礼券是自由的"，我可以找到支持这概念的例证吗？

当我开始锁定"礼券是自由的"前提之后，果然发现，有了这个礼券，就可以有选择自己喜欢之书的自由、有在任何一家店买书的自由、有在任何一天买书的自由.....于是文案就完成了：诚品图书礼券一个人篇 新欲望法则：兑现图书礼券的十二种方法 一月一日，兑现村上春树的弹珠玩具 二月十四日，兑现罗兰巴特的恋人絮语 三月八日，兑现西蒙·波娃的女性自觉 四月四日，兑现小王子的想象力 五月五日，兑现聂鲁达的灵感 六月六日，兑现波特莱尔的忧郁 七月七日，兑现莎士比亚的爱情 八月八日，兑现傅雷的家书 九月十六日，兑现张爱玲的一生 十月十日，兑现贾西亚·马奎斯的秋天 十一月十一日，兑现米兰昆德拉的玩笑 十二月三十一日，兑现卡尔维诺的世纪预言 延长送礼的有效期限，取代入口即化的蛋糕，及美丽不过三天的花束，一年三百六十五天，全省十一家诚品书店，随时可兑换一生智慧的即期支票。

诚品图书礼券，让你的心意在字里行间，陪他 / 她一辈子。

（引自《诚品副作用》：诚品图书礼券个人篇，第88页，电子工业出版社）

同理可证，如果眼前的案子让你觉得困难重重，就先把障碍点一一列出来，然后把这些叙述句，全变成意义相反的句子，比如这案子很麻

烦、业主很啰嗦、款项很难请、沟通很不顺、商品很无趣.....全部转成这案子很简单、业主很友善、款项很顺畅、沟通无障碍、这商品真好玩。基于这种新思维，去找很多的证据来证明，并让自己真切地去相信，且以这样的信念去处理这个案子，依我的经验，以这样的思考处理案子，会以非常神奇的方式进展顺利，双方合作愉快。

第17节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维(6)

再把这反义词方法，进一步用在生活上。你可以写下对自己的担忧或不满，比方：觉得自己很丑、很胖、不健康、不被爱、很孤单、没创意、没钱、没才华、没机会、没意义、无用的、不快乐……一股脑地全写下来，然后逐一写下反义词。

这些反义词的句子，就是你为自己重新设定的新生命程序代码：我很美丽健康快乐、很有创意才华财富、有很多机会人脉、充满了意义与影响力、很多人爱我关心我……然后就带着这组新的程序，去过接下来的每一分每一秒，去面对每一个人、每一件事，你就会发现，整个世界瞬间改变了，变成了你最想要的版本。这并非自我欺骗，而是强迫自己看到惯性视点以外的其他可能，因为我们只看到自己想看到的。

例如，一百个棋子之中，有九十九个白棋，一个黑棋，有的人会说他看到了一颗黑棋，却没注意到其他九十九颗白棋。用反义词方法，是让那位老是看到黑棋的人，逼着他去面对是否真有白棋的事实，这也是让狭的视点，强迫拉宽、拉高的方法。的确，只要视点往高层拉，站在全景的水平线上，就会发现什么都有。在《蜕变占卜卡》里有一个很特别的故事（同“塞翁失马焉知非福”的故事），亦是反义词的经典例子：有位老人拥有一匹很美的马，国王想跟他买，他不愿意；没多久他的马被偷了，大家都笑他傻，他却很乐观地等待后续发展；马在15天后，带了12匹马回来，所有人都恭喜他，他却哀矜勿喜，果然他儿子因驯一匹野马而摔断腿；当大家开始同情他时，15天后发生战争，所有的男丁都要赴沙场打仗，只有这位残障的儿子得以留在老父身边。

也就是说，看似不祥的事，后面可能隐藏着美丽的祝福；看似幸运的事，背后可能留有一个考验等待渡过。每样人、事、物都有好坏两面，眼前遇到你觉得倒霉的事时，你就要反向思考，如果这件事是好的，究竟是好在哪里？

如果能练就事发时不去急着下定论，而是同时看到这两个方面，以及背后的寓意，那么，视野广了，创意的可能性也就瞬间扩增了。

这部分，如果还有兴趣，可以细看《自然法则：吸引定律》（The Secret）这部影片，会让你更清楚：自己所拥有的巨大转换力与创造力，会让你的生命瞬间展现出连你也无法想象的丰富全貌。亦可查看日

本明和电机企业转绝境为生机的精彩历程。如果还要更进一步发挥反义词的生命蜕变力，可以继续刚刚提过的《一念之转：四句话改变你的人生》一书中"拜伦·凯蒂转念作业"中的练习。

第18节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维(7)

课堂延伸阅读

拜伦·凯蒂转念作业"反向思考练习"内容如下：反向思考提供一个机会，让你对一向信以为真的事物，采取相反的视点--加以反转，就会产生其他你未注意到的可能，而这些新发现的可能，有助于你很快找到这件事一直在重蹈覆辙的关键原因，也会带给你一针见血的启发。

"反向思考练习"--每一种说法，都可以反转成针对你自己；针对别人的部分，也可以转成相反的说法。如下例："尼克待我不公平"

→ 反转成针对别人--"我待尼克不公平"。

→ 反转成针对自己--"我待自己不公平"。

→ 反转成相反的陈述--"尼克待我公平"。

→ 反转成针对"我的想法"--"我这想法是不公平的，特别是针对尼克"。

然后在生活中，替以上四段的反转句，各找出至少三个实例来证明是否为真。

【给出你所缺乏的，让自己从匮乏到富足】 如果你感到缺乏什么，就给出你所缺乏的--如果你需要朋友，就成为别人的朋友；如果你孤单，就去让某个人不孤单；如果你饥饿，先让别人吃饱；如果你悲伤，就去安慰别人。

进一步运用反向力来丰富自己："如果你感到缺乏什么，就给出你所缺乏的：如果你需要朋友，就成为别人的朋友；如果你孤单，就去让某个人不孤单；如果你饥饿，先让别人吃饱；如果你悲伤，就去安慰别人；当你需要爱，就先爱自己，以及无条件地爱别人；如果你缺乏自由，就去给别人自由，给自己自由。"

当你向外给出，宇宙能量自然会补充进来。也就是说，当你觉得匮乏，正是因为你没给出去，内部已经没有空间，所以能量流不进来。这

是反向操作，让自己从匮乏到富足的好方法。

【见微知著·一叶知秋--把今天放大一百万倍，会是什么结局？】
把今天放大一百万倍，思考人生的结局--假设你今天抽了一根烟，就想如果抽到第一百万根，会有怎样的后果；今天恨了一个人，如果恨到第一百万个人，自己会变成怎样的状态。

我们常都忽略了自己的一个心念，一个惯性动作，会有怎样的后果，会对周围的人、事、物，产生怎样的影响。

我自己常用的方式是：每一天沐浴时，或是入睡前，回想今天一整天，动了哪些念头、做了哪些事、说了哪些话、吃了哪些东西.....看自己把一天的生命，以怎样的比例，分配在哪些地方，然后把这些全部放大、加乘一百万倍后的结果会是什么？

假设你今天抽了一根烟，就想如果抽到第一百万根，会有怎样的后果；今天恨了一个人，如果恨到第一百万个人，自己会变成怎样的状态，然后去看，自己是否真的要这样的结果。如果不要，再重设你的生活惯性。每当你又要开始这些思考，或是这些动作时，就想到那样的后果是自己不要的，便马上切换到自己新设定的频道，让自己的生活立即转向。

这部分，可以延伸去看电影《蝴蝶效应》（The Butterfly Effect）1、2集，《我们到底知道多少》（What the Bleep Do We Know），《被嫌弃的松子的一生》（日本原名《嫌われ松子の一生》，请细看松子在生命哪些重要的关键点上，做出了错误的决定，以致她的命运急转直下），《人生遥控器》（Click，剧中建筑师迈克尔·纽曼用神奇的遥控器快转自己的人生，想把困境都快转过去，却发现每日点点滴滴所累积出来的最大悲剧，就在人生最末处等着他，而结局无法反转）.....这些片子，提供了更深入，更客观的角度，协助你看到自己滴水穿石的惯性，进而打破或转换模式。这就是继第一层人生创意"只留下自己"后，所进入的第二层"清空并置换自己"的阶段。

第19节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统(1)

第二篇【人生创造学】

站在新的点上看无限可能 第五层人生创造：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统 【在低潮困境中虚拟问答，启用最高直觉导航系统】 智慧升级版的自己，就是现在自己的最好老师--处于无助低潮时，想象你把问题丢给了未来的自己，或是比自己更有智慧的人，用虚拟的一问一答，帮自己找到智慧的解决方法。

正如扉页上所说的："创意：从一个原定的剧本，尝试不同演法，而展演出不同的结果。""创造：创造出源于自己更独特、更高杆的剧本，并演得淋漓尽致。"除了刚才整理出来的第一层至第四层的进阶人生创意方法外，现在要进入"创造"的新阶段，整个感官配备必须全面升级，并加设最高直觉导航系统，才足以应付接下来无边无际、无限可能的创造界。

先谈最高直觉导航系统，这是将自体创意层提升到创造层的必备系统，就像是从环球旅行进阶到星际旅行，必须全面更换成超高频导航系统，以及超越时空限制的感应信息收发装置。因为到了这个层次，身边已经很少人有资格给你意见了，一切的定位与咨询，必须向自体更高系统去寻求协助，也唯配有这套系统，在进入创造层时，才能享受万事万物相由心生的自由境界。

第20节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统(2)

詹姆斯·雷德菲尔德（James Redfield）写道："你心中不是出现一连串的意象，预示即将发生的事情，引导你前往某个地方吗.....如果你保持警觉，预感和直觉就会向你提供信息，为你指点迷津，引导你寻找答案。接下来，机缘就会发生，将前因后果揭示在眼前，并且提供新的信息。灵光有时也会以书籍、杂志和电视节目的形式显现，向你提供重要的信息，帮助你解决问题，让你能够将意象化为事实，促使机缘发生，帮助你在人生的道路上向前迈进，结果就让你真的找到了要去的地方。审视在我们眼前每个和未来有关的线索，将影像牢牢保存在心灵中，坚定我们的信念，那么，我们心中想望的任何事情，往往都会比较快发生。"

当面临重大决定时，我会交托给最高直觉导航系统，于是眼前难以抉择的两条路，有一边的灯会越来越暗，或是开始出现障碍物；而另一条路会开始亮灯，视线越来越清楚，于是新的方向就在眼前清楚呈现。珊娜雅·罗曼（Sanaya Roman）亦说："如果你正面对困难，想象从五年后回顾今天，看到整个画面，然后将现在的你和未来的你联结在一起，因为由那个角度看，就明白今天该怎么做会简单多了，甚至可以想象，你就是那未来的你，从那未来的视角，和今日的你说话。"

举个简单易懂但真实的例子。之前与我一起到欧洲进行考察的艺术家L，在一次聊天时告诉我，当他身在异乡，同时遇到失恋、失业这人生最痛苦的时刻，身边没有任何人可以帮助他，这种境遇几乎把他推到了绝望的边缘。有一天，他沮丧地躺在床上，想着要如何自杀，后来心想，如果自己可以渡过这一关，如果将来真有个未来的自己，那么，他要请未来的自己过来帮忙，教他该怎么渡过眼前的低谷险滩；没想到，突然感觉真的有人握住他的手，以一种非语言的方式传递，温暖的能量流向了他，当下他感觉心里稳定多了，安然地渡过了这个看似无解的难关，甚至意外地启动了更高层的"灵魂导航系统"。这样的经历，在事隔多年后的我也体验到了，并已将整段经验写进了《梦·前世·灵魂之旅》一书中，有兴趣的话，可以把它当成科幻小说来看，然后从中找出一些可以拿来渡过困境的方法。这是我继《十四堂人生创意课》第十一堂课--"智慧与知识的均衡比例--知识是船帆，智慧是船底，要维持协调的比例，否则会翻船"后，更进一步的观点。

第21节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统(3)

如果要具体整理成在低潮时能运用的方法，可以在无助时，想象你把问题丢给了未来的自己，或是比自己更有智慧的人（任何会让你信服的大师等都行）。每当你问一个问题之后，就想象自己如果是那位有智慧的人，他会怎样回答你的问题，然后再回到现在的自己继续发问，问完再切换到他的位置来回答，就这样以虚拟的一问一答，帮现在的自己理清问题，并找到很有智慧的解决方法。这部分，可以参看电影《还我童真》（The Kid），或是去找《再创造自己》书中提到的：“神圣的抽离”--下层的自己，离开所创造的戏码，容许上层的自己，清楚而不带情绪、毫不犹豫、诚实，且完全没有保留地去观察和评论它，那样的陈述会很有启发性。”

智慧比知识重要，呼应大前研一（Ohmae Kenichi，日本著名管理学家、经济评论家）的说法：“现在是知识碎片的时代，所有8-18岁读的书，可以浓缩在一片5块钱的光盘中，唯有整合者，才能成为解答者。”也就是说，智慧升级版的自己，就是现在自己的最好老师，也是一辈子不弃不离的密友，只要启动了连接，就能在接下来动荡幅度很大的创造层与创世层，稳定地全速前进。为了因应瞬间改变游戏规则的时代（MP3让淘儿唱片行身陷危机，GOOGLE让微软的比尔·盖茨陷入苦战），这套“最高直觉导航系统”，也能让你提前嗅到趋势，看到潮流转变前的契机，你会在短时间内很清楚地看到，哪些产业会消失，哪些产业会兴起。你就是你所身处的时代中最准确的趋势预言专家。也正因为改变了营运世界的方式，不仅拥有了提前布局的优势，还能将自己先知先觉的论点公之于世，成为引导流行的领航者。

课堂延伸阅读 1?詹姆斯·雷德菲尔德（James Redfield）说：“所谓的直觉（intuition），指的是浮现在我们心中，跟未来事件有关的一个意象，科学家已经证明预知（precognition）确实是人类的一项天赋能力。这意象是正面的、积极的，有助我们的心灵成长.....”

2?电影《还我童真》(The Kid)讲述了一个事业有成但孤僻的40岁中年男子，遇到一个小男孩突然闯进他的生活，后来才知道那是8岁的自己。于是现在的他与小时候的他共处，他们之间有了非常有趣的互动与学习--40岁的他，帮8岁的他克服了自卑与自责；8岁的他，帮40岁的他忆起了小时候的梦想、纯真，人与人之间的爱。可以参考这部电影，回到自己过去的低潮点，看现在的自己，怎么给当时走不出困境的自己建

议与力量。现在低潮时，亦可呼请"未来的自己"，给你最大的信心、勇气与智慧，来顺利渡过难关。

第22节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统(4)

【全面升级内在超感官，换套配备体验新世界】

勇敢一些，让自己生活过得有创意--你必须离开安逸，跟随直觉，通过努力，冒着并非真正知晓自己在做什么的风险，你将会发现非常美妙的东西，那便是你自己。

当你有了最高的直觉导航系统，你就拥有了24小时免费的高阶智囊团随侍在侧。接下来，你还需要有一整套升级成功的新版感官系统，作为进入创造层的全套配备。

继第三层提到外在感官苏醒的方法后，现在要谈的是内在感官。什么叫做内在感官？就是内在视觉、内在听觉、内在触觉、内在嗅觉、内在味觉，就像是你闭眼的梦中，依然可以看到梦里的的事物、听到梦里的声音、感觉到梦里的的气味.....而这些都是可以经过练习去启发的，因为每个人生来都有这些能力，只要懂得启用，而且经常运用的人，可以说是无往而不利。常可以在艺术家、梦想执行家身上，看到这些"特异能力"的展现，这就是刚才第四层稍稍提到的例子，如音乐家一打开琴谱的预听力、建筑师一看到空地的预视力.....这些"特异能力"是类似的，但其功能却不只是如此而已，因为一旦启用了内在超感官系统，就形同把肉体层面的感官提升到了意识层面的感官，其敏锐度、创意性与作用力更广大无边。而这套超能力的直觉与感官，就成了创造阶段永不枯竭的主要动力源。

恐惧是创意最大的敌人。艾伦·艾尔达（Alan Alda）曾说："勇敢一些，让自己生活过得有创意。创意是一处他人从未到达过的地方。你必须离开安逸的都市，跟随直觉到荒野，那是一处公交车到达不了的地方。只能通过努力，冒着并非真正知晓自己在做什么的风险，你将会发现非常美妙的东西--那便是你自己。"《通灵工作坊--绽放你内在的直觉力与灵性潜能》（The Psychic Workshop），中译版第76页，许桂绵译，台湾生命潜能文化事业有限公司。

如果想进一步开启自己内在的超感官能力，可以延伸阅读《通灵工作坊--绽放你内在的直觉力与灵性潜能》（The Psychic Workshop）第10章，当成是有趣的、扩展自己各种可能的实验，只需用来探索自己就好，不要拿去用在窥探、控制别人，否则就又失去了以自己为焦点的轴

心，那么前面所做的一切努力就白费了。

【梦境创意学：梦，是为你特别设置的私人创意库】

第23节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统(5)

荣格说："梦是舞台。"--梦是想象力的夜生活。让潜意识在夜间工作，在梦里与萨特讨论哲学，与亚历山大·伊萨耶维奇·索尔仁尼琴讨论艺术。

一旦内在感官都打开了，就可以很自由地运用做梦来提炼创意，就像是夜间的采油工厂，这就是我所谓的梦境创意学。

做梦、记录梦、解梦、用梦、孵梦、改梦.....这些是关于梦的一连串有趣的练习。可以在床边放纸笔，醒来时把做过的梦能记得多少细节就记录多少，并标上日期。先不要将梦视为白天的浮光掠影，可以正视梦的完整逻辑，并就梦中出现的每一个人、事、物去问自己，这些对你而言，有着什么含意？

若一开始不会解梦，做好详实的梦记录，会是事后验证的重要线索。关于解梦的方法学，可以优先参考《你是做梦大师--孵梦·解梦·活用梦》《你是做梦大师--孵梦·解梦·活用梦》（Living Your Dreams: Using Sleep to Solve Problems and Enrich Your Life），盖儿·戴兰妮（Gayle Delaney）著，黄汉耀译，台湾张老师文化事业股份有限公司。一书，多练几次，一旦顺利破解自己的梦境密码，往后就可以在醒来时，以短暂的时间，得到这个梦的启示。

如果想进一步研究梦学，还可以找《灵魂之旅》（台湾人本自然文化事业有限公司出版），《梦境实验室》（台湾张老师文化事业股份有限公司出版），《梦境地图》、《梦的工作坊》（台湾生命潜能文化事业有限公司出版），《超凡之梦--激发你的创意与超感知觉》（台湾心灵工坊文化事业股份有限公司出版），《梦的智慧--荣格的世界》（台湾立绪文化事业有限公司出版），《梦、进化与价值完成：赛斯书》、《梦与意识投射：赛斯书》、《做梦的艺术》（台湾方智出版社股份有限公司出版）.....这些书涵盖了梦的种类，以及做梦、记录梦、解梦、用梦、孵梦、改梦的理论与方法。

当你懂得从梦中取得启示、采集灵感，进行疗治、沟通和解、同步创作时，你的夜晚真的会比白天还精彩。我自己的例子是，会在清晨半梦半醒之际，把脑中浮出来的整篇文案写下来，有时会是下一本书的书名，有时会是整个企划书。就像作曲家朱塞佩·塔尔蒂尼（Giuseppe

Tartini），在梦中听到一首曲子，醒来如实誊写下来，就是一首浑然天成的《魔鬼的颤音》；就像英国被提名诺贝尔奖21次的小说家格雷厄姆·格林（Graham Greene），他在《梦之日记》一书中写道："让潜意识在夜间工作，我会与小说的人物如此认同，开始做他的梦，而不再做自己的梦.....我会在梦里与萨特讨论哲学，与亚历山大·伊萨耶维奇·索尔仁尼琴讨论艺术。"梦的创意之旅，绝对比你的想象还远、还有趣。

第24节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统(6)

加拿大导演罗伯特·勒帕吉的电影作品《灵魂啊！你在何方？》(Possible Worlds)中，人可以透过梦境自由进出各时空，进出人生各版本，而这部电影将如此复杂的情节，拍得极为流畅精彩，可见这导演平日受梦的启发非常丰富。还有另一个例子是日本导演黑泽明，以8段15分钟的短梦影像，组成宛如史诗般的作品《梦》，让我们透过电影，进入他很美很深的七彩梦世界。

荣格说："梦是舞台。" 巴布亚新几内亚人认为，梦是睡眠中的灵魂之旅。还有人形容得更传神，认为梦是想象力的夜生活。每夜的梦，让我变大、变自由，完全不受身份、年龄、时空的限制，现在我最喜欢做的事就是睡觉，一躺下来就像是要坐上宇宙飞船似的，期待进入一个个不需要地图的探险之旅--只要相信你会记得梦、会解梦、可以利用梦，你就拥有了一座私人专属、永不枯竭的创意宝库。

第25节：不再是直线计划的逐步前进，而是放射性爆开的光速扩张

第六层人生创造：

不再是直线计划的逐步前进，而是放射性爆开的光速扩张 【摒弃"短中长"线性人生计划，开创"一主七副"风火轮式人生计划】 不用因为工作或专业，而彻底放弃自己的爱好和兴趣--可以培养一个主专长，旁边再围绕七个副专长，并配合研读各领域的书与信息，如此才能运转出"独特而广大的个人风火轮"。之前在《十四堂人生创意课》第三堂课中提到，必须做短、中、长期的人生计划，但这只是在创意层面上所做的思考。

后来在许多学校的演讲中，我将这个说法修正为：要培养一个主专长，周围要绕至少七个副专长，并配合研读各领域的书与信息，如此才能运转出"独特而广大的个人风火轮"，就像八爪章鱼，即便是突然断了一只爪，也不会影响到自由游动。

每隔一段时间，就要把三个已经非常熟练的副专长，变成"自动操作系统"，也就是说，不必再刻意去培养这三个副专长，因为它们已经有了自动化维生产出（input output）系统去运作，于是，可以视当时的局势与需求，再列入三个新的副专长进来一起运转。但经过这段时间的沉淀，发现无论是短、中、长期人生计划的安排，还是一主七副风火轮的规划，基本上都还是在平面层次上去运作。后来经过深思，得到的领悟是：当身在更高的"创造界"时，已经不只是线性或是平面的层面，而是爆炸型的视点--从自我的终极原点引爆开许多的分身碎片，散布在四方太空中飘浮，于是整个宇宙充满了各种版本的自己，你也就同时拥有了各经纬度的视点，投向四面八方，每个分岔点、每个选择背后，都是巨大无边的可能。

【自原点向外爆开，创造出各版本、各方位独立运作的星系视野】 在生命中，位置就是一切，你的位置创造了你的眼界--请蜕变回对万事都好奇的小孩，努力探索周边的环境与资源，完全不去想"可行性",巨大勇气变为爆发力十足的执行动力。

如果把第一层"删光所有人，只留下自己"的概念拉到最高层次，就是眼前的宇宙一切都是空的，你想要安置哪些恒星（主要的兴趣专

长）、哪些行星（恒星所延伸的次方向）、哪些卫星（行星所延伸的次方向）在你的个人星系版图中，就是一个很过瘾的创造历程了。

于是，你的未来不再是线性，或是平面地开展，而是向四面八方、无界限地爆炸开来(见图5)，不止息地分化繁衍。有了这样的星际坐标点，就等于有了一张星际航图，眼前全是可自由冒险旅行的机会，每天都好玩得不得了。到了这个时候，其实已经不需要有计划表，看今日动力舱想往哪就往哪，再加上与他人星系密集地往来，无限变化的宇宙，会让你每一天的日子都与昨天大大不同，每一天都可以发现惊奇、感动、希望与新天地。

《再创造自己》一书中提到："在生命中，位置就是一切，你的位置创造了你的眼界，你的眼界创造了实相。"

换句话说，你将不再有线性计划可以预先推演，也不会只有圆形的风火轮去运转，而是有数10个类别迥异的立足点，同时以最高的速率向外扩展，像是多个自体小宇宙迅速扩张。到了这个层次，别人很难预言你、模仿你、企图与你竞争，而只能被动地被你巨大的磁场所吸引，其他人只能追随着"某个片断的你"，但再怎么尾随，也无法看到你的全貌，更不可能复制出你的全张蓝图，因为这张图，每分每秒都在变，你的各点分身都自成独立星球，自行运转出无限规模。每天站在新移动的点上，向外衍生出各方位新动向的生命版本，所以已经无法预立短、中、长期计划，因为每天在新的置高点上，都会投射出更新更高的未来。此时，你已经稳立领导趋势的风头上，别人只能在后面试着预测风向、尾随风潮、接连地赞叹而已。真正永不枯竭的创意人，就像个小孩，永远让人无法捉摸、无法预测。对每件事都好奇，探索周边的环境与世界资源，完全不会想到困难与障碍。他的巨大勇气，就成了爆发力十足的执行动力，正因为如此，所以才能在世人面前持续制造惊喜，创造奇迹。

就像迪拜此时此刻正有无以数计的陆海空大型计划同时进行，其他国家根本来不及复制迪拜经验，迪拜的爆发力已经让其他国家瞠乎其后。

自体各星球间的资源、人脉、产出能量，都会互相支持，却不会影响或干扰彼此；而你的时间分配，宛如瞬间升级到高智慧版本的计算机程序，会依现况，做出最聪明的时间管理与调度，事情再多，都能非常有效率地同步完成，不会有什么问题。

第26节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(1)

第三篇人生创世学：站无限可能的点上，看最好的可能

第九层人生创世：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本 【创意→创造→创世，就是原我→变我→全我的过程】 只要意志力够强大、全心全意，就可以瞬间心想事成--找到最有影响力的生活态度，与更多的人交流碰撞，以自身感染他人，一起尝试活出新版的生活风貌。

如果细分创意、创造、创世为三个由低到高的层次，最精简的区分与定义如下： 【创意】从一个原定的剧本，尝试不同演法，而展演出不同的结果。

【创造】创造出源于自己更独特、更高杆的剧本，并演得淋漓尽致。

【创世】以全新的全观视野，创造自己、众人、万物集体合演新局面的剧本。 举两部电影来解释这三个层次的差别。以电影《上帝也疯狂》（The Gods Must Be Crazy）为例： 【创意】构思以各种方法让可乐瓶变得不一样，比方厂商改变瓶子的形状、图案等，但仍视之为可乐瓶。

【创造】像电影中的非洲布什曼人，不把可乐瓶当瓶子，而是当成武器、乐器，或是争夺权力的目标物。

【创世】以可乐瓶为建材或是素材，例如组成一张椅子、拼装出一部车、建成一个房子.....创出一整个世界的规模。

以电影《偷天情缘》（Groundhog Day）为例。

【创意】面对2月2日相同的这一天，走在同样的生活路径上，但主角以不同的态度，去经历这一天，就像这部电影一样。另一部电影《佐贺的超级阿嬷》也是一个值得参考、以乐观为生命版本的"穷人创意学"。

【创造】面对2月2日相同的这一天，因为主角找到了最有影响力的生活态度，于是他的剧本跳成了明天，可以换另一条路走，进入不一样

的店，与不一样的人交流，而这些新的人际碰撞，让他又产生新的生命体会，与更特别的生活态度。

第27节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(2)

【创世】这个已发挥个人全新版本的主角，以自身感染他人，并带领全镇的人，去尝试活出新版的生活风貌。

换言之，从创意→创造→创世，就是从原我→变我→全我的过程，亦可说是从小我→中我→大我的历程。就像在多哈亚运会闭幕式上，身穿15米长袍的哈里发大君在舞台中间旋转，旁边苏菲旋转舞者们各自专心、目中无人地旋转，以众人自转与公转的规模，转出了让全世界惊艳不已、很难超越的华丽视觉飨宴。

课堂延伸阅读 1?"创意"的延伸概念是：不同的态度演出同一剧目。在《告别娑婆》一书中，在"小我的计谋""时间概说""治疗疾病"这些篇章提到："是你自己的预设程序决定了你在此地的命运.....你甚至还为了在人间体验不同的结果，而不断重活在同一世的经验.....你所看到的，都是早已发生的事情，就像从电影回放的画面，去看你所压抑或遗忘的故事.....剧本已经写好了.....疾病，是心灵在更广大层次所作的决定，是以注定的形式呈现在这一生.....就像已经拍摄好的电影，一切细节都早已写定，包括你这一生的经历在内，连你的肉体哪一天会死都是注定的.....任何一种疾病，不过是死亡的彩排而已.....不论我们怎么努力，该发生的事，一定会发生的，分秒不差.....我们只是在旅程的终点回首整个旅程，假想自己再走一遍，在脑海里重温一下过去的经历而已。"

关于"不论我们怎么努力，该发生的事，一定会发生的，分秒不差"，这部分，在《灵魂之旅》进一步解释："我们的灵魂，在进入新一世的生命之前，就已经拟写好了人生蓝图，包括此世会经历的所有重大事件。但在生命发展过程中，我们仍然可以修改、调整它。举例来说，如果某人的生命蓝图显示，在32岁时会发生一场车祸，他可以将这场原是致命的车祸，改为只是个小车祸；如果蓝图显示在15岁时会有疾病，他也有能力控制成感冒或是肺炎。"另外一本《在未知中解脱--10个回溯前世、了解今生挑战的真实故事》一书中则说，不管人生是否是注定的，态度与过法会决定不同的结果，就像是固定的琴谱，演奏的方式不同，就会呈现出不同的音乐情绪。

2?"创造"的延伸概念是：最好的态度，瞬间切换到新的个人剧目--如果你发现了一个最好、最精彩、最淋漓尽致、最能展现生命意义的态度，演同样一部生活的戏码，那么，就表示你已经发现了创意之上另一

个更高的层次--创造。这也就是《告别娑婆》所继续阐述的："改变你的心态，以及你对疾病的感受才是关键所在.....你随时都能由一种存在层次转向其他层次.....人间有两套剧本，小我与圣灵的，而奇迹的目的之一，便是帮你节省时间.....不是改变人间的时间律，而是取消你未来不需要的那些时间....."

第28节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(3)

也就是说，你已经瞬间省去了重复轮回的课题，进入了一个新的阶段：全新创造自己的剧本。你可以依自己所愿，创造你想要的实相，而且只要意志力够强大、全心全意，就可以瞬间心想事成，如平地一声雷地，完全没有阻碍。这也就是《与神对话》一开始就揭露的秘密："当有人说他的祈祷被应允时，实际上是，他最强烈的思维、语言或感受发生了作用.....这就是秘密，是那发起的思维变成了现实，有些人就是拥有这种信心，但这样的人非常少。"

3?"创世"的延伸概念是：个人的新剧目，带引出人类集体的全新排场。创世的境界，远远高过创意与创造，当一个人的梦想意志力（或者说，是一个人内在的神性创造力）强大到可以影响极广的区域、极多的人事物时，那么就可以称之为创世的层次。一旦在这个层次上运作，绝对是无人可预测、追随、模仿，因为整张创世蓝图，只在创世者一人的脑袋里，任何人只能抓着他已建的其中一项来追赶，不久就会发现只抓到了一条断尾，或是像瞎子摸象、夸父追日，徒劳无功而已。

换句话说，与其努力研究细琐，但层次还不够高的创意方法学，或是幸运地碰及创造实相界，还不如把自己放在创世造物者的层次上，才能立于不败之地。

能够在这个层次上运作的人，其影响力绝对是世界级的。创世者画好了一统舆图，四方经纬交给执行者去画；创世者照他的想象画出了珍异百兽，物种子裔由它们自行繁衍；创世者定了新的天候时令，历法祭仪由幕僚来设；创世者定朝夕，子民定时刻；创世者定方圆，子民定度量衡；创世者画图腾信仰，子民定人间律法；创世者安排天雷地动，各地方言由各子民来传述；创世者开天辟地，子民定百官体系。

【以一个人巨大的创造力，启动创世的舞台】 想象自己是一块方糖，放在咖啡里，咖啡就不苦了；放在茶中，茶也甘了--这就是《狂爱圣彼得堡》女主角欧雅的生命哲学，自己够甜，融在世界中，让世界变甜。

电影《狂爱圣彼得堡》(The Stroll)中那位女子欧雅，很享受自己与自己恋爱、与全世界恋爱的情境，身边的人就会开始尾随她、爱恋她。而当她焦点都在爱自己、沉浸在自己想象的美好世界中时，也就是她最

有自信、最快乐、最有魅力的时候，她就像是个自得其乐的迪斯尼乐园，所到之处广开分店，看到的人都被她吸引了。

第29节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(4)

欧雅说，她常想象自己是一块方糖，放在咖啡里，咖啡就不苦了，放在茶中，茶也甘了.....她喜欢那种融化在各式饮料里的感觉，让不同的饮料变甜。这就是她的生命哲学，自己够甜，融在世界中，让世界变甜。

当一个有着巨大创造动能的人开始运转，他就以全新的视野、全方位的掌握力，创造自己、众人、万物集体合演新局面的剧本。这个时候，他已经不只是自己的、而是更多人的导演、摄影、编剧、制片、宣传，其他周围动能比较弱的人，就只能在旁边围着他，因为光是在他身边，就已经很能感受到源源不绝的生命力与喜悦，也因为如此，才能形成多人合演的盛世。

比方云门舞集的林怀民、国际知名艺术总监奥斯特摩尼（Thomas Ostermeier）、大提琴家马友友、无垢舞团的林丽珍，以及比利时终极舞团、俄罗斯圣彼得堡艾夫曼芭蕾舞团、德国莎夏·瓦兹舞团、巴伐利亚国家芭蕾舞团，所到之处，就是众所瞩目的舞台，就是一个创世纪的展现，所有的观众全神贯注、全场屏息地进入那个能量流中，只能被动接收感动，无法主动思考。

以一个外星客的角度，惊叹这些地球人类的艺术奇迹。看完这些精彩的创世纪后，那股活力会继续感染你的后续生活，突然变得创意满载，很想赶紧回去创作很多事物。

在"第八层人生创造"中提过，创意的产出，对一个在创造层的创意人而言，一点都不难,只要在丰沛的花果园中，选取几个客户要的蔬果即可。但对创世层的创意人来说，就不必大量栽种，因为他的创造力太快太强，不再需要努力耕种储存，只要把自己空出来，就可以瞬间变出对方要的东西。也就是说，从创造到创世，就是从"什么都种的农夫"变成了"能瞬间无中生有的魔术师"。此外，亦可观摩一些全思考型导演执导的电影，如纽约导演达伦·阿罗诺夫斯基执导的电影《真爱泉源》

（The Fountain），加拿大导演罗伯特·勒帕吉执导的电影《灵魂啊！你在何方？》（Possible Worlds）、《捕月》（Far Side of the Moon），英国导演彼得·格林纳威的电影《枕边书》（The Pillow Book），韩国导演金基德《春去春又来》（Spring, Summer, Fall, Winter and Spring）、《空房间》（3 Iron）、《弓》（The Bow）、《时间》（Time），丹麦导

演拉斯·冯·提尔执导的电影《黑暗中的舞者》（Dancer In The Dark，导演在拍摄电影时，同时以一百架摄影机拍摄女主角碧玉，为的是要找出哪几个角度最特别）.....当你以他们的视点看电影，或是看导演的幕后花絮时，就会明白，这些导演早就站在造物者的眼界上--创世纪。

第30节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(5)

到了这个层次，当你在向别人陈述某事某物时，你的主词永远都是"我认为.....我觉得....."而不会说"我听某某人说，我看到某某书上说....."并且你会常听到别人跑过来跟你说："我听××提起你.....看到在××媒体上报道你....."也就是说，当你到了创造、创世的层次，你就已经瞬间超越了一群正在追求创意的人。自此之后，你就已经达到了前无古人，后无来者，没有竞争者，只有仰慕者与追随者的境地。如同之前提到的境界--眼前只有自己，以及未来的自己。当你完成了deeper的创意层、higher的创造层，到达了creator的创世层时，你快速演化的历程，也等于代表着有成百上千万的人，跟着你一起进步。所以，现在请开始想，如果你会成为这个世界上非常重要的人，那么会是以怎样的身份，做了哪些事？把这些都想清楚了，再去思考该如何变成这样的人。

【没有人记得第二个登上月球的人--迪拜如何以弹丸之地，做世界大梦？】对悲观的人来说，住在沙漠能干什么呢？--我们能从迪拜身上看到，如何把全世界带进自己的生活；如何以有限的先天资源，启动无限资源和创造力，只做世界唯一的第一名。

迪拜（Dubai）很小，面积3885平方公里，于1971年12月2日才脱离英属殖民地的命运，与其他六个沙漠游牧民族--阿布扎比(Abu Dhabi)、沙迦(Sharjah)、阿治曼(Ajman)、富查伊拉(Fujairah)、乌姆盖万(Umm alQaywayn)、哈伊马角(Ras alKhaimah)共组成阿拉伯联合酋长国（UAE）。

20世纪60年代，自发现石油与天然气后，迪拜就从贫瘠的小渔港，摇身一变成了小富邦。经济开始快速发展，人口也开始快速增长，如今已经高达280万人(只有20%的人口是本地人，80%的人口来自外地，包括亚洲、欧洲，以及其他阿拉伯国家)。人口虽少，但它已经让全世界无人不知、无人不晓--名模在此拍摄，明星在此展演，各国的行政团队到此考察，各企业、银行、精品店在此设立据点，各项国际会议在此举行，无以数计的商家都以在迪拜帆船饭店(Burj Al Arab)住宿作为抽奖的头等礼来吸引顾客.....连新婚夫妻都把到迪拜度蜜月列为最幸福的蜜月指标。英国BBC日前选出的"全球十大蜜月胜地"，迪拜异军突起，与意大利、马尔代夫、泰国等并列十大名单之中。

区区一家帆船饭店（见图7），就让全世界一夕之间认识了迪拜，

这栋独步填海造岛的风帆形建筑，自1999年12月31日建成以来，平均每年吸引600万以上的观光客涌进迪拜，秘诀只有一个：第一名只有一位，全球最贵的饭店只有一栋。虽然饭店的分级最高只到五星级，但它远远超过五星级标准的设备与服务，让它被一位英国记者尊称成"七星级"，也瞬间提高了它的世界知名度。这就是迪拜酋长穆罕默德（Sheikh Mohammed Bin Rashid Al Maktoum）在2006年4月所出版的《My Vision》中所提到的观念："谁会记得第二个登上月球的人？"

第31节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(6)

迪拜的地理位置，比不上法国、瑞士、意大利、德国、荷兰等几国相连的欧洲观光腹地，在旅游版图上也可说是非常孤零零的，而且没有如北欧峡湾冰川的自然风光，没有如东欧、西欧保存完好的人文资产，没有中国、南美以及北非的千年文明古迹，迪拜只有大面积的沙漠、酷热的天气、极小的面积，其条件充其量只能当转机地。正因为如此，迪拜有的是比别国更大的重新创造空间，若想要在全世界上百个国家中异军突起，它必须非常有想象力、创造力，且能无中生有。上帝以六天创世，之后就让物种自己繁衍，同样的，迪拜在小而贫瘠的土地上，以最大的梦想执行力创世纪。令人好奇的是，到底迪拜是如何使它的建设几乎是如爆炸般快速成长，把一般国家要花数十年的时间瞬间缩短？

迪拜以一个小邦的规模，完全做到我心目中创意的最高境界--创世，即梦想另辟战场、自定游戏规则、放射性超高速执行力，将整张蓝图瞬间梦想成真。换句话说，迪拜已经不是在玩创意，而是跳出整个世界思维的运行轨道，自己玩自己的，完全无视现实条件有多糟。正因为观光资源上几乎是零，完全没有包袱，所以就有整张几近空白的版图，仿佛上天给了一张全新的图画纸，以及一大笔石油资产，让他们可以照自己的方式，大胆放手地随心"创世"，还同时可以免去所有的拆除拆迁的费用。海岸线太短？没关系，就填海造岛，长出各种新奇形状的地表，创造出最多的滨海建筑。没有像关岛般可以潜泳的美丽海底世界？没关系，就照自己的意思画海底蓝图，以高科技种养珊瑚礁。沙漠里没有河川溪流？没关系，就自行挖河道、人工湖，利用海水淡化技术，让居民有美丽的水景观与资源。沙尘太多？便开始大量植树、建公园，让居民拥有较好的空气质量。沙漠不可能下雪？没关系，就请专家研究造雪，创建一座全年四季都可以滑雪的场地，让迪拜人在夏天50℃的酷暑下，不必远赴瑞士去滑雪！

仅剩不多的石油库存，让迪拜很早就有危机意识，成功地将国家提前转型。现在石油产业收入值只占全迪拜国内生产总值（GDP）不到6%，其余是运输贸易、观光休闲、建筑地产、金融服务、制造业、电信等。迪拜自称到2010年前，要把石油产业收入值缩减到只占国内生产总值的1%。

就像手上只有一小盒乐高积木的小孩，很天真地想要什么就去做什么，完全不会因为可行性，或是经济效益裹足不前。整个迪拜的计划，

绝大多数来自酋长穆罕默德（见图8）一人的点子。他在荒芜之地上，清楚看到了梦想中的饭店、海滩、岛屿.....他每天都有新点子，只要打开报纸，就可以看到他刚出炉的新梦想，然后整个执行团队，甚至来自世界各地的各行业精英，不分国籍、克服万难来到迪拜，以地球史上最快的兴建速度，追赶他的狂想，让昨天的梦迅速成真，让明天更大的筑梦计划接着成形，把穆罕默德如亚历山大大帝的世界梦，一处处地兴建起来。换句话说，如果领导者没有一张出奇制胜的蓝图，只依循目前各国既定模板来规划，那么迪拜将会与世界其他地方雷同--"很纽约"拥挤、"很东京"消费、"很埃及"观光.....而迪拜就不会是迪拜。这也就是穆罕默德所说的："没有风险的事不值得做，勇敢的人才能创造惊奇....."

第32节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(7)

迪拜正在走一条无人能走、无人能追的路。在创立一个强国的道路上，已经有许多广为人知的思维被提出，并在数年间一传十、十传百，不少国家都吸取了迪拜经验。

对悲观的人来说，住在沙漠能干什么呢？

迪拜不把别人认为的缺点当成缺点，他们只看见自己想见到的：有海有阳光的版本。迪拜人以不一样的眼光，把沙漠当成天堂在经营。此外，小小的迪拜自认为是全世界东西南北的交会中心，欧亚非之间的最重要转运点，小国志气大如全球。于是在一片荒芜的黄沙地上，瞬间开展出“现在即未来”的时空奇迹，突然之间，在迪拜的每个人都high了起来，到处在盖楼，梦想永远都在施工中，也都在完工中（见图9）。在全世界的瞩目下，建起了一处处真实的奇观，创造出不可置信的人类奇迹，梦想与成真之间只是一步之距！

迪拜政府以完全免税、外国人可优惠置产的方案，吸引世界各地的观光客、富商、地产大亨、各国知名企业前来消费与投资，让小小的迪拜，有条件容纳，并描绘出了全人类最大的梦想蓝图--世界最大的杰贝阿里机场（预计2050年前完成）、世界最大的购物中心、世界最高的建筑、世界最大的办公室、世界最大的高尔夫球场、世界最大规模的人造岛群、世界最大的迪拜乐园（比英国加法国的迪斯尼乐园还大，据说从第一个玩到最后一个设施，不排队、不睡觉的情况下，要花上两星期）。除此之外，迪拜还规划了以下设施。 迪拜媒体城（Dubai Media City）：包含广播、出版、沟通、研究、音乐与后期制作等媒体所需的技术、资源与环境。于2001年开业，目前已有300家媒体公司进驻，包括CNN（美国有线电视新闻网）、SONY、半岛电视台等，目标成为全球媒体集中地。

迪拜网络科技城（Dubai Internet City）：于2000年，在萨尔路（Sheikh Rayed Road）上开业。目前已有微软公司、H P（惠普研发有限合伙公司）、Nokia（诺基亚公司）、Oracle（甲骨文公司）、Dell（戴尔公司）、Siemens（西门子公司）、IBM（国际商业机器公司）、Canon（佳能公司）等将近300家厂商，近万名I T工作者进驻。

迪拜国际空海运、物流城：目前已有世界最大的人工港，也是世界

最大的自由贸易港区杰贝·阿里(Jebel Ali)，加上免税优惠，与世界最大机场联运的搭配，使各国乘客转机、货物转运省钱省时间，让迪拜有足够条件成为世界最重要的转运地。

第33节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(8)

迪拜金融城（DIFC: Dubai International Financial Centre）：取消外汇管制，钱可自由汇兑与进出，以无畏无上限的海量与愿景，创造出世界经济中心的规模，吸引热钱涌进迪拜。现已有渣打、汇丰、摩根士丹利等180国金融机构进驻，目标成为欧亚非三洲的金融总中心，让迪拜与香港、纽约、伦敦的经济地位相提并论。

迪拜儿童城（Dubai Children's City）：中东第一、世界第五大儿童信息化游乐中心，以游戏与娱乐引导孩子的好奇心。

迪拜康健城(Dubai Healthcare City): 在哈佛大学医学院指导下创建，由该学院国际医疗部参与管理，还包括约翰·霍普金斯国际医学实验室(John's Hopkins International Medical Laboratories)与梅奥诊所(Mayo Clinic)等世界顶级医疗机构。

还有迪拜仁济救助城(Dubai Humanitarian City)、迪拜学术城、迪拜运动城（Dubai Sports City）、艾尔埃玛拉特体育世界 (Al Emarat Sport World)、迪拜水上公园(Aqua Dubai Water Park)、迪拜阳光山脉室内滑雪场(Dubai Sunny Mountain, 里面将规划北极熊公园、极地水族馆、冰雪迷宫.....把北极的环境搬到沙漠来)、迪拜植物园赛马骑术俱乐部中心(The Plantation Equestrian Centre, 是世界最大的骑术中心，将拥有800匹马，两座豪华的俱乐部会所，及134?7万平方米的景观休闲马球场)、阿拉伯传奇故事主题公园 (Arabian Legends Theme Park)、传统文化遗产陈列区（Dubai Heritage Vision District）、迪拜音乐城、迪拜庆典城（Dubai Festival City），以及串连迪拜的复线轻轨铁路（沿着70千米长海岸线，预计2009年完工）（见图10）.....这些巨型计划，光是听，就令人倒抽一口气。

经常性的烟火与庆祝，这就是迪拜的生命哲学--给每一位在此时此地的人，用不完的庆祝场合与理由，这也是为什么迪拜每年的观光人潮，永远比他们的预估值还高的原因。

迪拜不只是在"空间"上极尽创世之能事，还将一年从头到尾的"时间"，排满了会议、商展（如世贸珠宝展、观光娱乐展、影展、电讯展、船展、车展等）（见图11）、竞赛（赛马、赛骆驼、赛车、风帆赛、网球赛、橄榄球赛、高尔夫球赛等）、节庆（每年两次购物节）。

迪拜自称为庆典之国、享乐之国、未来之国。

第34节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(9)

迪拜在石油将尽的关键时刻，从传统宗教社会，成功转型为知识经济社会，并把自己直接摆上世界第一的位置，不只玩沙漠的游戏规则，如骆驼、金字塔、肚皮舞等这些小规模观光特色，而且置身在无限可能的状态，创造出顶尖的富裕环境（见图12），吸引全世界最有消费力的富豪、最能影响全球产经界的知名企业、创意最疯狂与工程最大胆的建设投资案前来，让迪拜不会因为石油用尽又再度回到贫穷渔港的时代。

梦想的力量无穷，没有边界与形式，无所不在，只有无止境的冒险与成真（见图13）。精彩不断的迪拜，把自己当成奢华商品在营销，成功地吸引了全世界最快最好的赛马，最有爆发力与知名度的运动员（网球高手阿加西、高尔夫球明星老虎伍兹、足球金童贝克汉姆等），最有全球市场魅力的表演团体（古典歌剧、芭蕾、老歌以及流行音乐演唱会，也吸引了艾尔顿·约翰、Stings等国际巨星、电影明星前来），最强的建筑、设计、管理、营销团队（如时尚名牌乔治·阿玛尼、美国地产大亨Donald Trump）。无中生有、无梦不成的迪拜，值得把全世界最好的资源带进来，可能的话，为迪拜写一句很极端的Slogan（广告口号）就是--"如果你还没受邀到迪拜，表示你还不够重要！”

迪拜某全国连锁店总经理Salah Khoory说："Dubai to me is not just a city; it's a global resort that offers everything for everyone."（迪拜不只是个城市，而是为所有人提供任何东西的全球胜地。）当我人在迪拜，感觉它仿佛是独立于其他国家的迷你联合国，可以看到全世界各种族文化的人、吃到全世界各地的顶级美食、买到全世界各地的精品，世界能叫得出名号的品牌沿街都是，像是地球上人类的迷你文明橱窗，如果外星人在地球只有半天行程，那么安排在迪拜，就可以把人类世界一览无余。

走进迪拜，就像走在酋长穆罕默德鲜活的脑袋中，到处都在为他的梦想日夜赶工，地图每隔一段时间就得更新一次。小小的迪拜，把整个地球的缩影都带了进来，这里成了全世界的集散地。这些如雨后春笋般、纷纷名列世界人造奇迹的建筑与事件，仿佛迪拜一夕之间有了点石成金的魔法，其他国家只能在旁边瞠目结舌，没人敢嫉妒，只能赞叹，更没有人来得及预测它、跟随它、模仿它。也只有迪拜才能超越迪拜，每个人都能感受到非常强烈"从陆海空，全方位创出一个伟大世纪地

貌"的力量，创造出人类不可思议的惊喜体验，迪拜改变了世界的地理，也正在写人类的历史。

第35节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本(10)

梦想能在地平线瞬间建成整个新世界，最重要的是，你只要看得见，它就一定成真。对绝大多数的人而言，迪拜的建设快到宛如疯了似的，令人匪夷所思，但对于已经进入创世层次的人而言，应该可以看出来，迪拜这场21世纪如繁花盛开的人造奇迹，说穿了，就是"思想意志创造万事万物的巨大力量"已经被找到、被启动了。讲得更明白一点，就是迪拜已经找到造物者的秘密力量。

一个人、一件商品，乃至一个国家的创建规模，完全取决于其意识的自由度有多大，真实性有多强。迪拜是"一个人的世界性梦想，具体且巨幅成真"最经典的例子，它展现了创世般的巨大力量。我们能从迪拜身上看到，如何把全世界带进自己的生活，如何以有限的先天资源，吸引无限资源与创建力的秘密能量，而不是只甘于做一个赞叹、拍照、炫耀自己多有钱的暴发户，那么，将来就会有越来越多如迪拜领袖穆罕默德这样的人出现。这些如迪拜酋长级的政治家、建筑师、艺术家、作家.....以绝大的爆发力，完成一个个不重复的创世惊奇。

我从迪拜回来至今，还是常常感到非常兴奋，因为迪拜遍地的巨大动能，把我整个灵魂都充满了，我感觉自己就是最好的梦想家与执行者，每天面对尚未开发的明日生命版图，永远有着用不完的创建灵感。因迪拜所引起的疯狂点子一堆，至今仍在非常大的创造力之中，只要任何人一提到迪拜，我就像打了兴奋剂似的滔滔不绝。

一朵花，开始了一整个春天；一个迪拜，启动了"梦想一定成真，愿望当下成就"的时代来临。这就是掀起全球奢华热，迪拜神速的创世学与陆海空创意学。虽然迪拜目前因金融海啸，许多建设被迫暂时停工，有些外籍员工亦撤离，但迪拜仍不失为一个盛世创意的指标国，它所创造的盛况仍足以让我们叹为观止。

【孟加拉经济学家穆罕默德·尤纳斯，以己之力转变全球】 迪拜是富人版的创世记，穆罕默德·尤纳斯则是穷人版的创世记。

2006年诺贝尔和平奖，颁给了孟加拉国经济学家穆罕默德·尤纳斯，他挺身为穷人的贷款担保，只需借出27美金，就让当地40个人脱离高利贷的纠缠，从赤贫苦力到自力更生。

当穆罕默德·尤纳斯的好友当上孟加拉国的财政部长，他进一步在境内创立了格拉明农村银行，以更大规模免抵押品的小额信贷，协助更多穷人自给自足，让他们不再为了赊借一点材料费，而长期被贩卖商剥削。穆罕默德·尤纳斯以一己之信任、热忱、毅力，帮助无数个家庭从赤贫到小康，他的影响力，从一个小小的农村，扩大到了全世界，这就是创世者伟大的地方。

第36节：拉高视点，绘制巨幅生命蓝图(1)

第十层人生创世：拉高视点，绘制巨幅生命蓝图

【以巧合拼出生命巨图，把自己拉到最高视点】 人生当中，巧合的事情，随时都会发生--如果能先将自己拉到最高的视点，就能看到自己不同的广度。巧合创意学可以用在任何地方，包括人际关系、沟通技巧.....都能游刃有余。

"创意→创造→创世"，说穿了，就是在不同的高度，看见不同的广度，不论是针对眼前必须发挥创意的个案，还是面对自己的人生，都是一样的方法。如果能先将自己拉到最高的视点，就能看到自己不同的广度，而这方法将来要用在任何地方，包括人际关系、沟通技巧、案子的创意发想、创作.....都能游刃有余。

詹姆斯·雷德菲尔德（James Redfield）说："有意义的巧合事件，随时都会发生.....人生中的机缘巧合，会以各种形式显现。譬如我们需要某一类数据，正愁不知上哪儿寻找时，它却突然出现在我们面前--第一时间，我们会感到震惊，在某种层次上，我们意识到这类事件是命中注定的：它被安排在这一刻发生，目的在于扭转我们的生命，把我们推向一个崭新的，更具启发性的人生旅程。瑞士心理学家荣格，是第一位探讨、界定这种神秘现象的现代思想家，他把它称之为'共时性'（Synchronicity），意即认知人生中意义深长的巧合事件，是宇宙中一个非因果法则，它的运作目的在于促进人类意识的成长。"

我在一次坐错车的情况，看到有人在翻阅 《巧合是故意的》，这件事本身就是很有趣的巧合。后来买了这本书，书上提到："眼前每件事、每个人，都不是偶然或意外，都是有特别为你的理由。"于是我开始像玩游戏的心情，打开了所有外在与内在感官，每天丢一个问题或是主题给宇宙，然后留心今天所有出现的人、事、物，看看有什么特别的启示或线索，来响应这个问题。这样的练习，让我随时随地都在清醒的状态，比方我现在正思考一个征文比赛的文案，于是，今天一整天便仔细聆听所有的声音，观察眼前的人事物，留心今天看到的电影、新闻、报纸杂志、书籍、与人交谈的内容、今晚的梦境.....里面的每一项提示像是侦探似的，去找出相关的灵感线索，去拼出一张我在工作室都想象不到的巨幅拼图，到最后就会发现，号召整个宇宙一起帮忙找灵感的方式很有趣。

我还听过另一个很有趣的实例。我的一个好友，为了要不要去英国留学而犹豫了很久，也因此失眠了好几天。就在一次半夜失眠起来看电视时，一打开屏幕居然正播出英航的促销广告，于是她二话不说，下了决心去英国。

第37节：拉高视点，绘制巨幅生命蓝图(2)

当这样的巧合拼图越玩越多，生命的视点也会越拉越高，于是很快就能有以小碎片线索，瞬间推理出巨幅生命蓝图的能力，就像是在秘鲁上空俯瞰纳斯卡线条（Nazca Lines）般一目了然，这就是所谓的巧合创意学。

【巧合创意学，一个让人生从匮乏走向丰富的方法学】 所有的梦想，都以巧合的方式实现--把梦丢向宇宙，如同影片《自然法则：吸引定律》（The Secret）所说，像是向宇宙下订单，然后宇宙会以最快最好的方式，向你展现人生的奇迹。

整理并衍生自《巧合是故意的》一书中所提到"巧合"的概念： *所有发生在你面前的人、事、物都不是偶然或意外，都有特定给你的信息，特别是出乎你意料的事、你讨厌的人、你讨厌的事，就像电影《偷天情缘》（Groundhog Day）的剧情，不要一下子就归咎运气不好、流年不利、遇人不淑，这样就错过最重要的生命寻宝线索。

*把过去生命中倒霉的事写成大事表，写下一个标题（主题），然后去思考，自己的问题在哪，启示为何，而不要先去怪罪或是检讨别人。（请见"第二层人生创意"。）

"巧合"的特征如下： 1?处在宇宙运转的影响下，每天都会收到一些特定信息。

2?一遇到就会忍不住惊叹--这怎么可能，怎么这么巧。

3?巧合很少单独发生，都是一连串的。

4?巧合最多出现在人生转折处。

5?巧合发生的概率，用数学算出来很低。这部分，英国作家阿兰·德波顿 (Alain de Botton)在《爱情笔记》(Essays in Love)中，就有一段很有创意的，以数学方法计算出他在飞机上艳遇概率的描述，可以去翻阅参考。

总括来说，对应"巧合"的方法，可以有以下几种： 1?辨识出每天的

大小巧合。例如突然遇到老朋友、突然听到老音乐、突然看到老朋友的新闻。平日亦多看一些代表性人物的传记或影片，找出他们的转折、机遇、巧合点，以便让自己在遇到时能很快辨识出来。

2?每天记录巧合。

3?追踪过去曾发生过的巧合。从出生到现在，有哪些重大巧合事件影响你至今？再去看看那些巧合，思考你当时是如何反应，以至于有今天的结果？如果你不喜欢这结果，让你再重来的话，你会怎么重新处理这个巧合的事件？

4?像在玩寻宝游戏那样，以巧合拼出全张生命蓝图。你是宇宙伟大蓝图的一部分，你的存在并非随机，你就是整张大生命计划的主角。

5?利用巧合的能量，丰富自己的生命。你希望完成什么样的生命目标？其间你需不需要做一些刻意的巧合？或是你要在你想要的版本上，高度集中你的意识？

6?当你发现自己怎么这么倒霉时，倒霉或许是故意的。可以去找电影《倒霉爱神》（Just My Luck），那个一直倒霉的男生，在接连不断的挫折中，学会很多自我急救的方法，他的包包中有很多应急的物品，后来也因此帮助另一个开始倒霉的女孩。

7?以巧合找答案。就如同之前提到的方法：有问题，就提问，然后留心在眼前出现的线索、暗示与启示，最后你就会发现，你的生命是被超宇宙系统保护着。

8?所有的梦想，都以巧合的方式实现。把梦丢向宇宙，如同影片《自然法则：吸引定律》（The Secret）所说，像是向宇宙下订单，然后宇宙会以最快最好的方式向你展现，之前我提到的迪拜行就是实例。

9? 创造巧合。美国前总统克林顿在16岁时的一次教育实习中，想办法让自己与肯尼迪总统握手合照。正因为他有梦想，专注并且用心，他相信自己有绝对的力量，让巧合发生在自己身上，也让他成为总统的梦想成真。

巧合创意学，是一个从匮乏走向丰富的方法学，所以，现在可以开始将巧合当成每日寻宝的游戏来玩吧。

Table of Contents

[李欣频创意宝典：十四堂人生创意课 II](#)

[第1节：推荐序一 说不完的创意](#)

[第2节：推荐序二创意从心开始](#)

[第3节：自序 未来的我，写给现在的自己\(1\)](#)

[第4节：自序 未来的我，写给现在的自己\(2\)](#)

[第5节：自序 未来的我，写给现在的自己\(3\)](#)

[第6节：删光所有人，只留下自己\(1\)](#)

[第7节：删光所有人，只留下自己\(2\)](#)

[第8节：删光所有人，只留下自己\(3\)](#)

[第9节：删光所有人，只留下自己\(4\)](#)

[第10节：删光所有人，只留下自己\(5\)](#)

[第11节：删光所有人，只留下自己\(6\)](#)

[第12节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维\(1\)](#)

[第13节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维\(2\)](#)

[第14节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维\(3\)](#)

[第15节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维\(4\)](#)

[第16节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维\(5\)](#)

[第17节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维\(6\)](#)

[第18节：抽丝剥茧找出自己的模式，彻底更换惯性思维\(7\)](#)

[第19节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统\(1\)](#)

[第20节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统\(2\)](#)

[第21节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统\(3\)](#)

[第22节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统\(4\)](#)

[第23节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统\(5\)](#)

[第24节：全面培养自己的超能力，进阶到新版的感官系统\(6\)](#)

[第25节：不再是直线计划的逐步前进，而是放射性爆开的光速扩张](#)

[第26节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(1\)](#)

[第27节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(2\)](#)

[第28节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(3\)](#)

[第29节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(4\)](#)

[第30节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(5\)](#)

[第31节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(6\)](#)

[第32节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(7\)](#)

[第33节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(8\)](#)

[第34节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(9\)](#)

[第35节：以全新视野，创造集体合演新局面的剧本\(10\)](#)

[第36节：拉高视点，绘制巨幅生命蓝图\(1\)](#)

[第37节：拉高视点，绘制巨幅生命蓝图\(2\)](#)