

解脱之道 / 钻石途径系列

解脱之道 / 钻石途径系列书籍信息

书名：解脱之道 / 钻石途径系列

I S B N : 9 7 8 7 8 0 7 0 9 1 0 1 1

作者：阿玛斯 | 译者 & n b s p ; 胡因梦 & n b s p ;

出版社：深圳报业

出版时间：2 0 0 7 - 0 8

页数：

价格：1 1 . 9 6

纸张：胶版纸

装帧：平装 - 胶订

开本：1 6 开

语言：未知

丛书：

T A G : 心理学 & n b s p ; 心理学理论与研究 & n b s p ; 超个人心理学 & n b s p ;

豆瓣评分：

版权说明：本站所提供下载的 P D F 图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：解脱之道 / 钻石途径系列 电子书网盘下载 2 0 2 4 p d f m o b i t x

解脱之道 / 钻石途径系列

解脱之道 / 钻石途径系列书籍简介

开悟需要七大元素：首先是能量，以便有足够勇气和耐心来转化你的人格和人生；其次是决心，以不动摇的意志来面对挫败和失望；喜悦，以赤子之心来轻松地突破障碍；仁慈，学习善待自己及他人；祥和，一种安静下来的能力，放下担忧及焦躁；融入，专注而忘我地体验眼前的一切；是觉醒，仿佛在万里无云的明亮中，一切澄澈而清新。

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：解脱之道 / 钻石途径系列 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt

解脱之道 / 钻石途径系列

解脱之道 / 钻石途径系列目录

译者序 超个人心理学划时代运动的先驱

作者序

章 放空

第二章 心与本体

第三章 无有疑惑的了知

第四章 执著于空无

第五章 “无望”之教诲

第六章 接纳

第七章 改变与真相

第八章 意志力

第九章 自我与无我

第十章 爱

第十一章 朋友与爱人

第十二章 做你自己

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：解脱之道 / 钻石途径系列 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt

解脱之道 / 钻石途径系列

解脱之道 / 钻石途径系列作者简介

阿玛斯，21世纪 重要的心灵导师之一，“钻石途径”创始人。1944年，生于科威特，是物理、数学及心理学。1975年，在科罗拉多及加州创立Ridhwan学苑，学员遍布立钻石丛书出版社（Diamond Books）。其深度心理治疗方法在西方超个人心理钻石途径及研习机构（The Diamond Heart and Training

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

信息来源：解脱之道 / 钻石途径系列 电子书网盘下载 2024 pdf mobi txt

解脱之道 / 钻石途径系列

解脱之道 / 钻石途径系列摘录

思想无来也无去，心是一片无碍无边的空无。在西方世界里，心理学家已经明确地采用“心理结构”或“精神结构”来描述mind的构成。其中的一种说法是，从童年到成年的过程，mind会发展出一种结构，但心理学家通常不会探讨那个或有别于mind的东西。

在东方的许多修行传承里，当心的结构。’他们只试图去体悟有没有一种心是结构的，或者这个结构是否由别的东西所创造出来的。这条探索的路线发展出了许多禅定体系，它们都在试图了解心识活动，留意它所有的印象和过程，它们很想知道是否还有别的东西存在。当心安定下来的时候会发生什么事？心念活动静止时剩下的是什么？据说一旦真的探入到逻辑活动的终点，你会发现存在的只有一片空无。如果所有的思想、觉受和感觉全都消失了，也就是经验的内容全都不见了，那时是根本找不到思想者、经验者或任何结构的。这便是所谓心的本质。东方修行体系一般认为心的本质就是空无，在这个典范里，思想是无来也无去的；它们来自于空无，也回归于空无。心始终只是一片无碍无边的空无。这空无并不是某个实存的空的东西。

心的本质就是空无，但即便是有空间感存在，就有一个能经验到这空间感的人。若想体认到心的本质，你的心必须开放、空无一物。一旦真的体认到心的本质，那种寂静的状态是连观察者、经验、思想或标签都不存在的。你会持续地发现空无，甚至连心中的空间感都不见了，连那个发现自己的心空掉的人也不见了。这种状态有时被称为存在的基础。从这个角度来看，心是一切事物的基础，心是空无的本质。

任何事物都需要空无才能存在。深、根本的本质。当内在所有的活动静止下来的时候，根本是空无一物的。这并不意味有个人在那里企图找到某样东西。在看的过程里，起初你会去寻找自己，你会发现什么也找不到。这并不意味肉体不存在了，而是没有一个存有在那里制造、觉知或组织这些印象，也没有一个存有是这些现象之外的，存在的只有来来去去的念头活动，

它们既没有来处也没有去处。然后所有的念头便止息了下来， 的空无就这么被揭露了出来。这便是实相 根本的本质，也是一切存在的基础。我们这里称之为真空，因为它感觉上很像太空。有时我们仍然会经验到空无及心意识活动的内涵，这意味着你尚未体认到真空。但如果你能允许自己洞察事物的源头，你就会体认到真空，也就是连空无都意识不到了。如果能意识到空无，那就还存在着一个能够探测的人，一个会问“那是什么”的人。但假如你进一步地探测， 连空无的感觉都会消失，这才是真空。因此，像真空一样的空无可以深刻到将意识本身都消除掉。

& n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; 没有一个“人”在经验无垠空
永远会把自己和经验分开，所以我们无法在不改变、不限制、不认知的情况之下经验到空无。我们的正常意识是 有限和受制的，它的倾向就是制约、局限、分化、分类以及把事物概念化。我们 可以经验到 空无的方式，就是让正常意识消失。

& n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; 它一旦消失，我们会经验到无心状态
& n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; 不只是心中的事物都空了，就连事物空
& n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; 这种经验被称为止息或寂灭，
坏死的时候才经验到它，也不意味当你的肉体死亡时，你就会经验到这种意识活动的寂灭。我曾经说过，人格所拥有的意识活动必须 消失，另外一种意识才会出现，然后才能经验到完整、无碍，无限的空无。如果你处在自己的意识活动里，你不可能经验到无碍无边的境界。真的经验到无碍而 的空无时，你的意识本身就不再受限了，这意味着你不再有个人性，也不再跟经验对立。我们称这种无限的意识为宇宙意识或初心。

& n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; 现在我们了解心的另一个定义
身的作用力之外并没有一个对象。现在我们所要探讨的不仅仅是空无，而是心本身即是知觉或意识。我们会发现，每一个人、每一个有生命的东西都具有这纯粹意识。但是在我们的日常经验里，我们一直都会意识到某些东西，却从来不认识纯粹意识本身。我们永远都会意识到眼前的地毯、我的脚或我的心念等等，我们一向都把意识当成了意识的内涵，因为这就是我们有限知觉的运作方式。

& n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; & n b s p ; 发现意识纯粹的原貌，便是体

尾页

版权说明

本站所提供下载的P D F图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多精彩内容请访问：[解脱之道 / 钻石途径系列](#) [电子书网盘下载](#) 2024 [pdf](#) [mo](#)

[P解脱之道 / 钻石途径系列](#) [pdf](#) [网盘](#) [电子书](#) [下载](#) [全格式](#)

[E解脱之道 / 钻石途径系列](#) [epub](#) [网盘](#) [电子书](#) [下载](#) [全格式](#)

[A解脱之道 / 钻石途径系列](#) [azw3](#) [网盘](#) [电子书](#) [下载](#) [全格式](#)

[M解脱之道 / 钻石途径系列](#) [mobi](#) [网盘](#) [电子书](#) [下载](#) [全格式](#)

[W解脱之道 / 钻石途径系列](#) [word](#) [网盘](#) [电子书](#) [下载](#) [全格式](#)

[T解脱之道 / 钻石途径系列](#) [txt](#) [网盘](#) [电子书](#) [下载](#) [全格式](#)