第一图书网, tushu007.com

<<口袋里的钻石>>

图书基本信息

书名：<<口袋里的钻石>>

13位ISBN编号：9787501978861

10位ISBN编号：7501978867

出版时间：2011-1

出版时间：轻工

作者：恒河母

页数：240

字数：194

译者：不言

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。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

“ 认识真理，真理将会让你获得自由。
”耶稣所说的这些话，并非一些概念上的真理，而是指明了关于你和你内涵的真相，与命名形式无关。
它并非一般意义上的自我认知，而是一种更为深刻且极其简单的认知。
在其间，认知者与被认知者合而为一。
自我分裂由此被治愈，而你又再度成为一个整体。
我们可以这样形容这种认知的本质：突然间，“ 意识 ”意识到了它本身。
当这种情况发生的时候，你和宇宙的演化动力一致起来，它不断向这个世界输出意识。
不管你在这个世界成就如何，除非你认知到这个鲜活的真理，否则你就会像一颗没有发芽的种子，与人的生命存在的真实意义失之交臂。
另外，即便你的生命充满苦难和错误，你依然可以凭借这种认知带来弥补，并且在自省中给那些仿佛缺乏意义的经历赋予意义。

内容概要

正如恒河母所言：“ 这个时代最大的宗教是说故事。
”一般而言，每个你生命当中有意识的时刻都会被转译，然后将它放进个人的故事。
但故事是真的吗？
作为某种经验的陈述，它是真实的，却非存在的终极；作为整体的一个侧面，它是真实的，却非整体本身。
　所有人类的苦难根源都产生于既简单又极端悲哀的错误：忽视我们真正的天性。
当我们错将自己当成隔绝的自我，将个体和维持所有生命的根源分开，我们就会遭受到根本的苦难和迷惘的折磨。
我们彼此切断联结，也失去和自我的联系。
不管有意识还是无意识，我们不信赖生命。
我们觉得孤单、害怕，因为在错误的地方疯狂地寻找自我肯定而精疲力竭。
本书就是关于如何结束这种追寻，是你在自己的心里发现带来真正平静与持久充实的永恒源泉。

作者简介

这位出生在美国的世界级心灵导师。
1990年在印度河岸边遇见了她的老师帕帕吉，看到了存在本身的真相，不在受制于“我”的故事，停止去外在环境中寻求完满，喜悦与分享成为她生命的主旋律。

通过“从一个门到下一个门的旅行”，在世界各地举行沙特桑，令无以计数的人亲身

<<口袋里的钻石>>

书籍目录

第一部分　邀请：发现关于你的真相　1　你最不会寻找的地方　2　追寻快乐　3　敞开来接纳　4　神圣的幻灭　5　你真正需要的是什么　6　自我是什么　7　你不是你所认为的那个人　8　你是谁　9　真相或故事　……第二部分　胜于心智，深于感情第三部分　解开苦难的结第四部分　选择平和附录

章节摘录

单地、极端地而且绝对地静下来——放下，哪怕只有一瞬。
放下所有的上帝在哪里，真相在哪里，或是你在哪里的想法。
停止往任何地方寻找，停止追寻。
只是简单地存在。
我并不是说麻木地存在，或是进入幻境，而是更深入地走进你心里的宁静，在你的真实天性中体会无所不在的存在的启示。
我是在要求你停息在纯粹的当下。
不要创造它，甚至不要邀请它，而只是简单地认识到，上帝始终与你同生。
在这个时刻，不管你是在寻找什么，停下来。
不管你是在两性关系中寻找平和、快乐，寻找一个比较好的工作，还是寻求世界和平，只要完全停下来一会儿。
这些追求并没有错，但是如果你忙于得到平和或是快乐，你就忽略了平和的基础其实已经在这里。
一旦你发现了这个平和的基础，那么不管你致力于追求什么，都会进一步证实你的发现。
那时你会自然地将你的发现带给世界，带到你所有的人际关系里。
这个发现有无限而复杂的分支，然而它的根本非常简单。
如果你停下所有活动，只要一下子，甚至只要十分之一秒，就这么完全静止，你会认识到你的存在当中的内在辽阔，它始终都在快乐与安宁中与自己共存。
因为我们的制约，我们通常很快会远离这个平和的根基，“这没错，但是我的生活呢？
我有责任，我需要保持忙碌。
那绝对真相与我的世界、我的存在毫无关系。
”这些制约的信念更强化了制约。
然而如果你愿意花一点时间来认识，这份安宁其实已经在你之内，那么你就会在你所有的追寻中，在你所有的人际关系里，在你生命的任何情况下选择它。
这并不意味着你的生命将完全没有冲突、挑战、痛苦或苦难。
它意味着你将会发现一个神圣的地方，在其中，你自身的真相将显现，上帝的真相将显现，不管你的生理、心理或情绪状况如何。
这是邀请你进入你的存在核心。
这与宗教无关，也与开悟或愚昧无关。
它是关于你自身存在的真相，它比任何可以命名之物都更亲近、更深刻。
在任何时刻，在某一瞬间，你都有可能认识到这个关于你的没有局限、没有限制、永恒神圣的真相。
对真相的体验在不同的文化中被赋予不同的名字：天堂、涅槃、复活、开悟、顿悟、三昧——这些名称都指向至高无上、不可名状、神圣美丽、没有苦难而充满恩典。
认识这个真相就是本书所要探讨的。
如果你不能记住其中任何一个字，那么正好。
我的导师告诉我，最真切的教导就像鸟飞过天空一样，无迹可寻，然而它的出现不能被否认。

后记

感谢恒河母写出如此伟大的好书，我的内在被深深地碰触到，不攀缘不逃离，完全地安住在当下，体验到深刻的宁静，不去追寻什么宁静，在宁静中看自己的情绪起落，看自己的抗拒，看自己的欲望，看自己内在的惯性，看自己的起心动念，看自己的恐惧。
只是看着，而不做些什么，内在呈现平和，在平和中内在的系统松动、瓦解，只是全然地看着，不躲避，即使躲避也只是经验那个躲避。
感觉是如此的自由和喜悦，即使很深的悲伤升起，也是在那喜悦与平静当中看着那个悲伤。
在看这本书的三天时间里，读得非常缓慢，书中的话常常感觉是作者在对我当面言说，澄澈、智慧、敏锐、细腻，我的意识在阅读的过程中迅速提升，如同以前看《当下的力量》一样。
感谢我生命中重要的同修、朋友、伙伴，一位心灵纯净的良师益友：南京东山文化的李旭先生对本书精辟的认识。

媒体关注与评论

一位钻石神偷看到一位有名的钻石商，买走了他等待了一辈子的珠宝。
他花了三天试图偷走这颗罕见的钻石，却空手而返。
神偷最后决定直接询问钻石的主人，究竟将钻石藏在何处？
主人答道：“钻石我放在你最不会搜寻的地方——你的口袋里！
”他伸手到神偷口袋里，拿出了那颗钻石。
人们永无止尽地追求成就，却不曾发现自己早已拥有的真实光芒。
作者恒河母丝丝入扣地教您在当下的每一刻，体验真实的卓越与光辉。
一旦门被打开，犹如神秘珍宝般的真相被揭开，之前它始终被藏在你内心最深处，这颗被发现的钻石就是你。
你会获得解脱，你会得到自由，从而真挚地面对自己，并为这个邂逅感到欣喜。
在《口袋里的钻石》这本书中.恒河母以直接而非常简单的方式，提示了一个古老的秘密。
读者会注意到随即产生的人类行为与心智反应，同时被邀请来真实体验心智的静止。
我们身处这么美好的时代，让每个人都能阅读这样的书。
——江本胜博士（《水知道答案》作者）

编辑推荐

《口袋里的钻石:发现你的真实光芒》：世界著名心灵导师《当下的力量》作者艾克哈特·托利首部在中国出版的写序推荐作品：这本书是写给那些日益增多的灵性追寻者的，他们或者即将抵达寻求的终点，或者已经做好准备接受未经稀释的真理。

名人推荐

第一图书网, tushu007.com

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。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com