

<<空性之舞>>

图书基本信息

书名：<<空性之舞>>

13位ISBN编号：9787508065588

10位ISBN编号：7508065581

出版时间：2011-8

出版时间：华夏

作者：阿迪亚香提

页数：222

译者：李思坤

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>

## <<空性之舞>>

### 前言

显然，阿迪亚香提是颗“鸡蛋”——外面是白的，里面是黄的。

他作为西方人的身份未能隐藏他内在的东方品质。

他被人称为后禅宗的导师，他的教导简单、直接而清晰，直指人心，他深得禅宗真味，但是，如这个时代的很多启蒙者一样，他的灵魂选择出生在美国的加州——这个灵性觉醒新时代运动的诞生地，或许这个选择也是颇具意味的，他因此能将西方现代心理学的语汇融入自己的体验及教导当中。

阿迪亚香提19岁时开始了对“开悟”以及“真理”的探索，二十几岁的时候有了第一次开悟的体验，对自己的真实本性有了一个瞥见。

而他并没有停止向内探索的脚步。

在15年密集的禅修之后，他经验到了最终的开悟，进入了完全无我的自由境界。

每一个开悟的导师都是开向真理的一个窗户，阿迪亚香提这扇窗户有着它独特的味道：纯粹、幽默、简单。

读他这本

## <<空性之舞>>

### 内容概要

当你想着你不存在的时候，你是谁？  
正在阅读这些话语的那双眼睛的背后究竟是什么？

在本书中，阿迪亚香提邀请你去觉醒于真实的自己，透过头脑、心灵和身体所持有的幸福与解脱的秘密，将自己自然地敞开。

从自我实现的第一个阶段到那些革命性的提示，阿迪亚香提分享了他关于内在生命的挑战方面的洞见，在小我、幻象、灵性瘾症、慈悲、放下、永恒的当下以及其他更多的方面提出了简单明了又切实可行的建议。

无论是你逐章阅读，还是跳跃着从任何页码进入，你都将与阿迪亚香提的智慧相遇，在那种智慧当中，你将获得一份助你抵达

“那个无限的自我本性的伟大奇迹”的了悟与指导。

## <<空性之舞>>

### 作者简介

[美]阿迪亚香提 (Adyashanti)

现居美国加利福尼亚北部。

1996年，经历了一系列灵性觉醒的蜕变，在跟随禅修老师学习了14年之久后，阿迪亚香提开始了他的教学生涯，他常常被人们拿来与中国早期的禅宗大师以及教授不二论的印度禅宗大师阿德韦德吠陀相提并论，被称为后禅宗大师。

李思坤

身心灵老师及作者，中国最早的身心灵成长平台——合一觉醒中心——的创办人。

是国内身心灵发展的主要传播者及推动者之一，也是灵性修行的践行者。

著作有《爱的功课》。

<<空性之舞>>

书籍目录

推荐序  
译者序  
简介  
序言  
觉醒  
萨尚  
敞开  
纯真  
谐调  
自由  
闪亮的核心  
静默  
意识  
深度  
小我  
爱  
灵性瘾症  
幻象  
控制  
放下  
慈悲  
真理之火  
开悟  
提示  
正法的关系  
永恒的当下  
忠诚  
对阿迪亚香提的采访  
译后记

## &lt;&lt;空性之舞&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：有一天，我在房间里坐着，而那个强烈的深井出来了，我想，我要去找出什么是真的，我现在就要找出来。

所以，我走到后院，我坐下来静心，而我付出无法想象的努力来让我的头脑静下来，突破一些障碍。我甚至都不知道它是什么。

就在一分钟之内，它像是我要把我过去五年来的努力都塞进这一分钟之内。

突然间，我就是意识到，我做不了这个。

我做不了这个。

而当我说“我做不了这个”时，我可以感觉到一切都在同一时间里放松了。

而且，当一切都放松的那一刻，有一种——这是我唯一可以形容的方法——向内的爆炸。

就像是有人把我插进了墙上的插座。

有一种巨大的内在爆炸，而我开始心跳困难，呼吸变得急促，我想我要死了，因为我的心跳比我一生中任何时候都要快。

作为一个运动员，我非常熟悉我最快的心率感觉如何。

而这是一种超越它的方式。

我确实是在想，我的心脏要爆掉了。

有些时刻，有些想法冒出来，无论这个能量是什么，它将要杀了我。

我想它是不可能维持太久的。

而接下来我的一个想法是，如果这就是找出什么是真理的代价的话，好，我现在就愿意去死。

这并不是什么勇气或是有男子汉气概的事情，它只是一个事实。

它就是：我愿意去死。

就是那样。

而一旦我对自己说出那句话，并且是说话算数的，那个能量就消失了。

突然间，我出离了空间……我就变成了空间。

所有的一切就是空间，无限的空间。

在那个空间里，我感觉到像是有东西在下载洞见一样，但是，它们发生得太快了，我甚至来不及知道它们到底是什么。

它就像是每秒钟有几百个洞见。

就像是下载一个电脑的程序到我的电脑系统里面。

我感觉像是有些东西以如此快的速度下载到我里面，而我无法理解任何一个片断，但是，我可以感觉到那些洞见不断地蹦出来。

## <<空性之舞>>

### 后记

翻译阿迪亚香提的这部作品，在我看来就像是一次心灵的洗礼，他的文字及他所描述的体验，对我而言，常常既是教导也是印证。

在很多段落中，我常常不由自主地击节赞叹那些深刻的洞见，以及入木三分的说明，除非深入地体验了极高的意识状态，否则一个人是不可能说出这些的。

同时，他的意识状态所带来的能量传导也是显而易见的。

正如阿迪亚在书中所提到的那样，同样的话语因为说的人不同，而具有不同的穿透力。

相信读者们都会感觉到文字背后的力量。

非常感谢华夏出版社给了我这次翻译的机会，让我遇见了这样一位心仪的老师及他的作品，也非常地感谢我的好友梦桐给我的爱与支持，感谢芳芳、倩倩、易茹、子恒等人对我工作的支持，感谢莹莹为我提供英文翻译的参考文献与帮助。

目前我正在着手翻译阿迪亚的下一本新书，在不久的将来会与读者见面。

感谢大家！

爱与祝福！

李思坤

<<空性之舞>>

媒体关注与评论

做如是实相的爱人，尽管对此刻的你来讲还很陌生，但这却是活出最有能量的自然人的正途，也是阿迪亚香提——这位后禅宗大师——要奉献给你的真知。

——身心灵作家张德芬 倾情推荐



## <<空性之舞>>

### 编辑推荐

《空性之舞》：禅宗里有一种说法——当你得到深层的自我实现时，作为存在的你浑身上下都在跳舞。

。要想要让自我实现变得更加完整，就必须在三个层面——脑、心、腹——中使之实现。

如果你只有一个清醒并开悟了的头脑，你的存在依然不会跳舞。

只有当你的心随着头脑一起打开时，你的存在才能开始跳舞。

然后万物都变得充满了生机。

之后，你的腹部才能体会到一种深切到无法度量的稳定就此敞开，那个你就像死在了那份透明里。

你舞蹈，也是那个空性在舞蹈。

<<空性之舞>>

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>