第一图书网, tushu007.com

<<你覺醒了，世界也跟著你覺醒>>

图书基本信息

书名：<<你覺醒了，世界也跟著你覺醒>>

13位ISBN编号：9789574472109

10位ISBN编号：9574472108

出版时间：大千

作者：亞瑟 · 吉安 著

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

内容概要

錯過關鍵的時刻，做出錯誤的抉擇，你可能失去工作、財產、所愛的家人朋友、親密關係、寶貴的生命、自由，甚至是一切。

應對混亂沒有固定的答案，但培養應變能力卻有一定的方法。

作者亞瑟．吉安不願意讓靈性書籍與生活脫節，拒絕讓自己的著作像有些靈性書籍一樣虛無飄渺，他認為：「可以被實踐的真理才是真理」。

大至世界亂象，小到日常瑣事，亞瑟．吉安以其豐富的生命歷練與見識，將親身體驗、真實案例、名人名事以及社會科學研究融入於心靈修練的刻畫中，讓人備感親切與踏實，並且創造了許多新奇的閱讀氛圍。

《你覺醒了，世界也跟著你覺醒：當下應變》就是要你在現代的城市生活中，從心智的假象、投射與反應中找到覺醒和解脫的途徑。

在粗暴的城市裡，甚至是更艱難的時局中，這本書用「法」觀照全球化的城市生活中，成形的十二種壓力。

亞瑟．吉安分析這些壓力，並且在不增加更多的宗教信仰或修行的前提下，提供察覺和解除的方法。

事實上，反過來說也對。

藉著剝除模糊我們本性和真相的一切事物，「法」教導我們如何在愛與關連有所作為，而非在恐懼和分隔的基礎上。

作者简介

亞瑟·吉安，Arthur Jeon，曾任管理顧問、廣告業務和電影編劇，師承凱薩琳.英葛蘭（Catherine Ingram），以拉瑪那.馬哈希（Ramana Maharshi）所開創的「一元論吠檀多」（Advaita Vedanta）學派的修行方法為主，修持多年。
現於美國加州聖塔摩尼卡教授瑜珈課程，並主持「法的對話」心靈成長團體。
趙閔文，台灣大學哲學研究所碩士班肄業，曾任出版社行銷企畫、叢書企畫、編輯、總編輯等職。
現蟄居中部，間以譯書自娛。
譯有《文學地圖》（昭明出版社）、《攀越生命的七個高峰》（水瓶世紀）、《克里希那穆提之光》《不同季節裡的簡單真理》（人本自然）、《直覺學習》（中國生產力）、《迷宮中的冥想》（商周）等書。

<<你覺醒了，世界也跟著你覺醒>>

书籍目录

前言　開始找回此時此刻的自己第1章 困境是誰造成的洞察制約下的困境超越制約的當下之光未來無法給你快樂，但此刻可以溫柔的對待自己開悟是與萬物保持親密的關係不用刻意成為好人如何以平凡造就非凡當下完美演出偏見讓真相消失不見全然體驗寶貴的情感從困境中脫逃第2章 與變化共舞事情不是針對你而來的醒覺是主觀真相加上客觀真相自覺是唯一的導師留給自己足夠的時間時時刻刻發現寧靜變而不變忘掉標籤，真實才重要純真沒有敵人純真自然讓一切生動困境完全是一種想像當下是流動、自由、不執著的物質無法決定你的價值別讓蝴蝶引起颶風對佛陀按喇叭第3章 寂靜的聲音避免成為聲音的奴隸寂靜不是沒有聲音，而是沒有自我傾聽當下進入寂靜深陷過去，就會失去寧靜沉默的威力靈魂最深切的渴求就是被瞭解與寂靜合一第4章 比億萬富翁更快樂富有從嫉妒中覺醒買得越多，痛苦越多色情廣告的陷阱不要成為食物堆上的餓鬼以覺知來消費靈性的渴望不要在他人嘴裡數牙齒內在豐盈，外在才會豐盈簡樸讓通往解脫之路更順暢從迷茫的慾望中清醒你已擁有全世界愛才是人類的本性富貴帶來的副作用富貴病的藥方逃脫慾望的劫持第5章 在地獄中創造天堂別在天堂創造地獄保持覺知，遠離危險熄滅怨恨冷卻短暫的瘋狂詹姆士.伍茲的洞燭機先對恐懼的恐懼喚醒敵人的仁慈解開二元對立的心結勇氣才能促進和平搭起溝通的橋樑善用暴力與非暴力冷靜後再行動打造不暴怒的生活時間賜予我們重生的機會放鬆情緒才能開始痊癒最偉大的力量第6章 柔和開展了無限可能學會與他人分享空間徜徉在自然之流抗拒帶來痛苦控制是一種假象阿瑪涅克的城堡期待難以預料的事物第7章 讓冷漠的高牆倒下愛的相反不是恨，而是冷漠冷漠是惡的核心與萬物產生連結當下布施正義，正是身為人的義務「業障」不是冷漠的藉口沒有你就沒有完整的我超越排斥懲罰不是辦法一切即我，我即一切第8章 力量的最高表現謙讓使你更有氣質小心罪惡感的破壞力從反省到返醒施越多，受越多給人們施予的機會忽視就是粗魯無禮在這粗魯的世界中怡然自得理解才能解脫獲得自由的關鍵別為小事失控第9章 恐懼的實相靈性之城誰奪走了靈性去除恐懼培養批判性思考開悟是讓黑暗有了知覺從恍惚中振作拒絕盲目信任機智應對正在發生的事放開對生命的控制直接體驗當下第10章 在工作中創造喜樂因循苟且是喜樂的障礙自己才能發現自己的存在價值偏見唯一的解藥就是理解工作態度決定快樂程度人是以痛苦去衡量理想與現實的差距追求成功的人就像過動的鯊魚每個生命都是有創意的實驗在工作中渾然忘我找到自己該走的道路運用當下讓自己成熟失業是成長的跳板壞消息可以是好消息真誠是讓自己重生的貴人如何和難以相處的人共事解決工作倦怠的困擾第11章 聯繫最真實的親密關係靈魂伴侶不是你想像的那個樣子覺知所謂的一見鍾情結局就在開始之中成熟的愛情會說：我需要你，因為我愛你真誠的愛是天才唯一的需要真心愛一個人，是人之為人的終極證明拒絕成為「格雷的畫像」愛不是名詞，而是動詞沒有愛不了的愛突破愛情的唯物愛的最高形式愛的吸引力法則為愛正名當愛結束時發現本有的真愛第12章 當下自在把握此時此刻在來不及愛之前天堂對解脫無濟於事帶有懷疑的真實信仰你要天堂還是自由覺醒！
享受每時每刻的喜樂國王沒有穿衣服正確抉擇你的指導老師存在就是你真正的本性讓理性融入感性之中喚醒生命的覺性回歸存在的本質

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