第一图书网, tushu007.com

<<遇见我的前世今生>>

图书基本信息

书名：<<遇见我的前世今生>>

13位ISBN编号：9787539959207

10位ISBN编号：7539959207

出版时间：2013-3

出版时间：江苏文艺出版社

作者：高原

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

<<遇见我的前世今生>>

内容概要

《遇见我的前世今生》内容简介：一场关于生命的禅修之旅，20次奇遇40次遇到最真实的自己！
《遇见我的前世今生》是潜意识大师高原在面临人生困境之时的一次心灵和身体的双重之旅——公司的破产、妻子的离弃，身体的疾病……在遇到事业的巨大挫折和人生的重大变故时，“我”曾一度迷失了方向。
为了使自己的心灵得以解脱，“我”选择了旅行，从洛杉矶到印度；从东京到南美；从阿根廷再到中国西藏。
在路上，作者遇到了各色各样的人，包括企业家、律师、小老板、修女、僧人、不得志的员工等。
特别的际遇给了他特别的启示，最终作者站在生命的十字路口，苏醒、觉悟，豁然开朗，这种的感觉，或许，一生只有一次。

《遇见我的前世今生》中，作者通过知名人物的禅修案例，以及大量丰富的亲身经历、向我们展现了多种自我疗愈的神奇方法以及自我苏醒、自我觉悟的心灵过程。
我们寻找的是最真实自我，它不一定是最好的，但却是完全属于你的。

这既是一本非常具有可读性的身心灵的对话、故事体的小说，又是一部通俗易懂的心灵励志经典。
同时，它还带有浓郁的玄学味道，融入了儒、释、道等不同宗教关于心灵力量的阐释。
它结合中国人的具体性格、中国社会的具体情况，让读者有身临其境、并帮助他们萌发豁然之悟。

作者简介

第一图书网, tushu007.com

<<遇见我的前世今生>>

书籍目录

序与另一个“我”不期而遇1、遥远的召唤2、教堂，修女，纯净的心3、启程之前的准备4、“曾经差点放弃！
”5、我们内心的“乞丐”6、重要的不是问题，是你能做什么7、清除体内的“坏苹果”8、穿越疯人院9、安全感10、欺骗的天性11、上流社会12、自我欺骗13、操控自己的情绪14、一道情绪的测试题15、改变错误的认知16、借宿在陌生农场17、信任的价值18、对待自我的方式19、消极暗示20、不合理的自我信念21、出口无处不在22、九种情绪状态23、内部的压力管理24、企业家吴先生：爬在大树上的“成功”25、“神”与“灵”26、“告诉我，你在想什么？
”27、潜意识的倾诉治疗28、称量自己的压力29、抑郁症和隐者30、镜子的作用——和潜意识的对话31、谁是你的依靠32、精神偶像33、东京的僧人34、心灵的多重伪装35、爱就是渴望36、消除恐惧的魔鬼37、战胜恐惧38、意念和祈祷39、诵读信仰40、从前生渡向今世后记心灵的回程附录与心灵的对话密码

章节摘录

心灵的回程2009年，在华盛顿大学的一次演讲中，我提到了关于人生的三大定律。
它们来源于我在生活、工作和长期培训经历中的总结。
我认为这三条定律充分反映了每个人都会面临的困惑并且提供了解决的钥匙。
我们的心灵是一个神秘而充满奇迹的房间，人生每一刻的终极任务，都是为了找到打开房门的那一把钥匙。
①交换定律：我们人生所获得的任何的东西，都需要你付出相应的代价。
没有人能在上帝那里免费收获，即使面对自己的给予，你也需献上“ 换礼 ”。
劳动为了生存，而你的幸福需要你懂得“ 让别人幸福 ”。
②变化定律：我们人生的处境总是处于永恒的变化之中，像宇宙一样变幻不停，终迹莫测而无有终点。
如果你希望某种有价值的东西能够保持下去，你就必须要付出新的和足够的努力，并且合理地调整行进的方向。
没有不变的价值，同时也没有不变的方向。
③不可逆定律：我们人生的旅程永远是不可逆的，不管过去是好是坏，没有人可以回头，也不能补救。
过去就像我们已经消逝的身体细胞，每一分每一秒，都在成为巨大而不可逆转的回忆。
一旦开始出发，我们就再也无法回到原来的起点上。
但是俗世的生活中，虽然从表面上看，你会觉得我们在人生中的任何选择都是可以重新决定的。
比如当你选择了向左时，你随时还可以再返回右方。
这是你所看到的，但问题却是，我们在生活中的任何一种选择，都是随着时间的流逝进行。
选择虽然可以向着未来的方向变化，时间却已经不可挽回。
当你改变了原来的选择并且进行重新决定时，你已经不可避免地付出了时间的代价。
“ 那么，我们应该怎么办？
”有一个人曾这样问我，他希望得到现实的解答，告诉他应该向哪一个方向迈步才能不发生错误。
我说：“ 最重要的是，我们从中明白了什么？
”“ 我知道了，也许收获到的道理才是生活中最重要的资产，失去的只是我们在人生当中应该付出的一笔学费而已。
”“ 是的，不管得到了什么和失去了什么，每天都应该是快乐的，因为你的心灵始终在她的旅途中留下丰富的记忆。
”1、当你需要选择时，请慎重思考并且基于信仰。
一系列的选择构成了我们的命运。
每个人的人生都是在不断的选择之中更改或坚定方向。
当你处在自己的重要关口，尤其涉及到大是和大非的问题时，你要做出慎重和理性的思考。
不管面对什么样的绝境，你都不可背叛自己的信仰。
当心灵面对信仰的考验时，她的选择需要你给予一种坚定的支持。
如果你让她随波逐流，她就会给你一个不确定的答案。
失去控制的心灵如同脱缰的野马，她再也不受你的驱使，再不能与你融为一体。
身心不能合一的人没有信仰，就像白天的太阳被乌云笼罩，夜晚的星星藏匿无踪。
2、我们要及时地做出最符合心灵的选择。
我们对于自己人生的选择虽然要慎重——看清方向才能迈出双脚，但也要及时。
因为犹豫不决，迟疑不定，都是以自己的时间为代价的。
有时这种代价会非常惨重，我们见过许多优柔寡断的人，他们无法把握时间，从而也不能掌握自己的命运。
更可怕的是，他们中间的许多人充满了抱怨。
在很多事情上，尚未作出选择时，你发现明天固然有着无限的可能性，但这些可能性都是虚幻的——

它们尚未成真，只是一种可能和一副蓝图。
作出了你坚定的选择，固然意味着你放弃了很多的可能性，但毕竟却使一个计划转化成了逐步实现的现实。
每个人都不能为了虚幻的可能性而放弃脚踏实地的现实。
假如你不能使自己生活得富有效率，你将迷失在左右摇摆的旅途上，失去那些本可抓住的机遇，以及享受那些本属于你的幸福。
3、使灵性迷途知返，即便让人发现你的羞愧。
灵性富有正面、积极和正义的品质，我们必须崇尚道德，使自己富有人格魅力。
这关乎到我们潜能的释放是否符合内心的需求和他人的期待，同时关系到你的未来是否值得让人称赞。
如果我们在事关大是大非的问题上发现自己的选择已经产生了错错，就应该尽快地改正。
越早改正，时间的损失就会越少。
即便经过努力的弥补，仍然不能回到起点，但你毕竟离起点还不算太远。
也许，你只是迈出了几步就制止了损失，或者我们会在此过程中得到更有意义的收获，让自己的灵性保持积极色彩的经验。
4、对于自己的人生，你学会综合权衡和深入思考。
在一般的问题上——那些不怎么关键的次要问题，如果你觉得以前的选择不合适，在考虑是否应该重新做出判断之时，你需要对包括时间代价这一因素在内的各种因素作出综合的权衡。
并非所有的失误都应重新选择，转身走向另一条路也许会给你带来新的机会，但却会失去原来经过努力打下的基础，将这些经验积累和经历白白地丧失。
更关键的是，我们可以已经失去了原先选择时所具有的年龄优势。
你会发现自己不再年轻了，已经没有多少时间来做新的调整。
因此，如果综合权衡下来重新选择对你比较有利，那么当然可以做出勇敢的决定，但如果结果较为不利，就不如维持原先的选择更为恰当。
5、珍惜自己的过去，并且永不抱怨。
不论我们原先的选择是否合适，也不管是否应重新考虑自己的决定。
记住，你永远不要否定自己的过去，离抱怨远一点，并始终保持积极和感恩的心态。
每一种选择和每一段经历都是有意义的，这段历程也许增加了你的阅历，或者丰富了你的人生。
哪怕它是一次失误和痛苦的经历。
无论如何，我们的过去都会激发了自己的智慧，磨练我们的意志。
有时候，正是因为有了这些过去所带来的经验和教训，才使我们对于人生的理解变得更为深刻和成熟了。
人生在本质上，是由一节一节的时间构成的。
你明白时间的本质吗？
她的一个基本特征就是一去不复返，再也不会回来，这就意味着我们的人生一去不回，尽管你充满遗憾，也只能回头磋叹，无可奈何。
因此，你要始终知道，我们在人生的长河内所做的每一件事情，归结起来只有两个字：选择。
我们的人生就是选择，心灵的选择和进入俗世方式的决择。
我们既要选择获得，又要选择放弃。
我们选择了向右，就得放弃向左。
在很多情况下，有时没有做出选择，也是一种决定。
这时的你，可能听从了心灵的感知，选择了顺其自然，或者放弃了名利的诱惑而让一切随缘。
有人可能还会觉得，他们在很多情况下并不是自己在做出选择，他们自己没有决定权，没有进行思考和争取决定的权利，而是听从了他人的选择，顺从了别人的思考。
比如家长和老师的劝告，朋友的建议。
听从他人的选择也是一种决定的方法，只不过是放弃了自我的灵性而听从了他人的指引。
漫漫人生路，我们可以改变方向，可以调整路线，但是我们已经无法返回起点了，永远也不能。

我们只能向前继续迈进，接受命运给我们的结局。
因为方向就握在你的手中，命运之筝的线长长飘扬，你的手是它的起点。
你的灵性主宰你之命，只有你才能打倒“你”。
有个朋友曾奇怪地对我说，我发现了一个真理呀，是不是老天跟我过不去？
我问他什么真理。
他瞪大眼睛说，我只要洗车就会下雨，你说怪不怪呢？
其实，他的这种心理投射叫做孕妇效应，意即偶然因素随着自己的关注而让你觉得是个普遍现象，你怀孕了就更容易发现身边的孕妇，你开了一辆奔驰，你就更容易看到奔驰，你拎着一个LV包，你可能就会发现满大街都是挎着LV包的人。
你拥有什么，你就会发现什么。
世界的本原是美好的，唯一的不同是我们的内心。
我们要看你把自己的内心投射在哪里。
当你投向丑恶，世界便是丑恶；当你投向善良，世界便是善良。
在要投射前，请先让自己的内心变得美好和积极起来。
因为相由心生，境由心造；你既拥有创造奇迹的魔力，也拥有毁灭自己的武器。
我的内心便也在这专注的虔诚中，被荡涤得像春天的清晨一样清新。
诚如我们看到和听到的，在这个世界上，每时每刻都在发生着幸福或者不幸的故事。
有些人失业了，有些人病去了；有些人则经受着无法攀登或不能做好某一件事的煎熬。
人们在自己的一生中难免经历着各种磨难，但最终，我们能够依靠的不是天上那虚无的上帝或神灵，而是我们自己——我们的心灵。
当我在心灵之旅中认识到了未知的自己，内心无所不能的灵性，我改变了某些过去根深蒂固的认识。
我更加深刻地懂得了一些道理——就像你们每个人经历过的一样，但我们没办法提前告诉他们，那些正经历这一切的人。
他们必由自己的朝圣之路开启灵性，任何人的帮助都将起不到真正的作用。
每个人都将在此道路上以自己的双脚行走，而且这条路对于他们来说，具有非同寻常的重大意义。
我们将藉此穿越人生的苦难，在虔诚的漫长的祈祷之中，去踏进未知的世界。
也惟有此，命运才能得到灵性的眷顾，助你打破世俗的栅栏，使憧憬和希望在自己的脚下明亮地泛起。

编辑推荐

《遇见我的前世今生》编辑推荐：高原迄今最满意的作品，百万粉丝口碑相传！
在我们的人生之旅中，这样的书就如同一个路标，指引方向！
解释命运中的一系列蝴蝶效应，一场关于生命的禅修之旅，20次奇遇40次觉悟给了我们视觉的冲击与灵魂的震撼！
都市身心灵禅修课，在旅行中疗愈自我，纽约→印度→西藏→东京→南美→……身体和灵魂同时上路，在路上，遇见最真实、最幸福、最快乐、最自由、最不可思议的自己！
摈弃外界干扰，寻找内心所求，你将遇到最真实的自己，站在生命的十字路口，豁然开朗，这种灵魂脱壳的感觉，一生只有一次！

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