

<<鹿智者的心靈法則>>

图书基本信息

书名：<<鹿智者的心靈法則>>

13位ISBN编号：9789866782985

10位ISBN编号：9866782980

出版时间：2011-1-27

出版时间：心靈工坊

作者：[美]丹．米爾曼

页数：176

译者：法藍西斯．張

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>

## <<鹿智者的心靈法則>>

### 前言

推薦序 智慧的明燈 王季慶（中華新時代協會創辦人） 恰恰在接受邀約寫推薦序之前，一位神祕智者也在此時切入了我的生命，開了一扇新的門。

使得本來有點想功成身退，退出「江湖」的我，看到下一個值得向之前進的目標。

所以，當我讀到此書正文前的那首小詩：「有一種神祕力量，許多人稱之為神，祂顯現為無所不在、宇宙共通的愛。

祂是一套法則，一個偉大的過程……」頓時感到synchronicity的奇妙運作，露出會心的微笑。

的確，每個生命、每個心靈都是一個過程，都是帶著禮物回到本源的過程。

不過，最終目的雖同，路徑卻數不清，也很難以任何尺度去衡量、判斷。

其實，與世上所有想將抽象素質加以量化的企圖一樣，靈性是指自己與內在的神之間的事，不必也不能與別人相比，只有自己心知肚明。

任何外在的標準都只是另一個框框而已，而人的心靈卻是無限的！

每個人在靈性的成長上也都得自立自強，替自己負責。

不為功名利祿、不為炫耀尊榮，甚至不以拯救別人為志業，得先由自己做起。

這件事是非常內在、深奧、細微又主觀的。

如新時代大師賽斯的名言：我們都在一個變為的過程。

變為什麼？

變為更是我們自己。

在這過程中，也會有各種不同程度的引領、指標出現，你與哪一個呼應共振，反映的可能更是自己內心的現狀，教我們更覺察自己的信念，而不必視之為絕對真理。

不過，這本書的確好看，作者將他多年探索心靈至理的心得，過濾成單純精美的簡明原則，並以極美妙的文字和寓言小說形式將之鑲嵌和包裹，這種方式，容易引人入勝，也容易讓人輕鬆讀過。

但若沒有深刻的瞭解，並在參悟之餘，好好地日常生活中執行的話，仍然只落得是書架上的另一本好書而已。

無論如何，我還是先與大家分享一些深得我心的片段。

作者以為，在當前的世界局勢下，花這麼多精力往內省視，發現平衡和沉靜，好像有點自我中心。

這也是有些關注靈性成長的人常常產生的個疑問。

智者回答，不要將「自我中心」和「自私」混淆。

一旦你找到自己的平衡，同樣也找到改變世界的內在力量與平靜。

賽斯說過，每個人都以自己為宇宙的中心。

在哲學理念中，也爭辯過這個問題，當你不存在的時候，這個世界還存在嗎？

答案是，不存在！

參！

說到選擇法則，這是我們不能忽略的法則，也就是賽斯說過的：你創造你自己的實相。

如何創造？

就憑時時刻刻的選擇。

大多數人忽略了自己有選擇的權力，不時在人生中扮演受害者的角色，如此，他拒絕去面對自己的責任。

雖然可能一時逃避得了責任，但他永遠陷在無力感中，枉度此生。

智者說得好，選擇了之後，還有訴諸行動。

還有，為他人扛起太多的責任，是剝奪了他們為自己的選擇所製造的學習課程。

這一點，是我們每個人都要深自覺察的。

做父母的，往往以愛之名，阻礙了兒女的成長。

過度保護，只反映出你內心的不信任和無力感。

做心理及心靈輔導工作的人，也不能無意識地為了滿足自己想助人的「需要」，以及「想被需要的需

## <<鹿智者的心靈法則>>

要」，而成為別人的拐杖。

最重要地，是將別人還給他們自己，助他們找回自己的信心和力量，千萬不要越俎代庖。

「現在法則」是禪宗以降，一直到新時代，都非常受到重視的法則。

賽斯也說過我們可以用以改變自己一生的話：威力之點就在當下。

「真理」並沒有多少，但凡是真理都應適用於任何時空，也就是「當下」。

「慈悲」升自寬容、升自萬物一體的覺悟。

說來容易做來難，因為已經直接觸及存在的最高奧祕了。

當萬物一體不再是口頭禪，而化為你心中的覺受時，幾乎也無「慈悲」可言了。

悲憫彷彿預設了一個對象，預設了一個判斷。

是嗎？

那麼，更重要的是「信心法則」，「信任固有、天生的愛與智慧，在你和所有的造物中運作的深沉信賴感。

」這已經超越了物質世界的層面，信任我們內心都存在著神，一切的發生都有其意義，都帶給我們禮物。

「期望法則」給我們的重要教導是：我們所專注的會擴張；對抗問題只會強化問題，因為我們給了它能量。

因此，要專注在解答，而不是問題上。

放下疑慮和恐懼，當下便創造你個人的新願景，而這便將成真。

下一個「行動法則」的重要性在當今社會上日形顯著。

我們接觸到愈來愈多的憂鬱症、強迫症、恐慌症……都是深深為「無力感」所攫獲，找不到個人的力量，以病症為不去行動的藉口。

當然，每個個案都有個人的偏執之處必須去釐清、接受、面對。

但最後，如果他不肯自己負起責任，冒險採取一些正面行動，那麼他是無法好轉的。

所以，領悟到沒有人可以替我們行動，替我們生活，是真正踏出到療癒之路的重要一步。

最後兩個法則：臣服和合一，彷彿是一體的兩面，不放棄你獨特的個人性，卻看到萬物都是神的一部分，因此能喜悅無懼地接受自己，接納別人；愛自己，愛別人！

## <<鹿智者的心靈法則>>

### 內容概要

「妳是誰？」  
「暗夜裡的一道月光；年輕如朝露，年老如地球。  
萬物在我之內，我亦在萬物之內。  
你我之間的唯一不同，是我活在神靈的擁抱中，而你，才剛開始甦醒。  
旅者，我要和你分享的是鍊金術的祕密。  
」「妳是說，將鉛變成黃金？」  
「我所說的鍊金術可以將你生活中較低下的元素，如恐懼、困惑、憂慮和困難，轉化成黃金般的自由、清明、寧靜和喜悅。  
心靈法則，就是我要和你分享的祕密。  
」「妳可以多談談這些法則嗎？」  
「心靈法則指向宇宙內在的規律和智慧，就和星球的運行般恆常，這些法則應用於存在的每一個層面。  
它們可以引導你通過生命裡的淺灘和暗礁，就像天上的星星及地面的羅盤，引導古代航海家航行在正確的航道上一樣。  
依循這些法則的人不單獲得物質上的成功，也得到自我實現的滿足與成就感；而忽視或抗拒心靈法則的人，則會遇到引發他們甦醒的事件，有朝一日，他們將從更高的領悟中尋到平靜與安寧。  
」雖然我還沒親身感受到這些法則的衝擊，但當我踏出小屋，看到一片從未見過的清澈大池塘就在不遠的前方，我知道，某件不尋常的事已悄然進行中。

## <<鹿智者的心靈法則>>

### 作者簡介

丹·米爾曼（Dan Millman），前世界級彈簧床錦標選手、史丹福大學體操教練、歐柏林學院教授、武術輔導員。

1996年之前，幸運之神雖然持續眷顧著丹，但外在的榮耀和光環始終沒有為他的內心帶來永恆的寧靜與滿足。

直到遇見亦師亦友的蘇格拉底，他開始學習遵守某些特定的戒律清規，掌握某種看待世界的方式，清醒地過著單純、快樂、不複雜的生活。

在長達二十年的靈性追尋之後，他在世界各地主持「和平勇士之道」的演講、研討會，深深影響不同社會階層、年齡層的讀者，包括身心靈健康、心理學、教育、政治、體育和藝術等領域。

其多本暢銷著作已譯為29種語言，發行人數超過上百萬冊，國內出版有《深夜加油站遇見蘇格拉底》、《寫在深夜加油站之後》、《心靈的運動家》、《時時刻刻》等。

## <<鹿智者的心靈法則>>

### 媒体关注与评论

充滿智慧又趣味的教誨，就像你的呼吸一樣簡單，也像「道」一樣高尚優美。

——傑克·康菲爾德（Jack Kornfield），著有《智慧的心》、《踏上心靈幽徑》、《狂喜之後》  
等書 一本令人讀了就無法釋手的書，充滿靈性的黃金寶藏。

——傑洛德·詹波斯基（Gerard G. Jampolsky），著有《Love is Letting Go of Fear》 丹·米爾曼帶領我們進入深層意識裡，那蓬勃盛開的靈性之光。

——琳·安德魯（Lynn Andrews），著有《Medicine Woman》

<<鹿智者的心靈法則>>

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>