

## <<个人实相的本质>>

### 图书基本信息

书名：<<个人实相的本质>>

13位ISBN编号：9787543888296

10位ISBN编号：7543888297

出版时间：2013-1

出版时间：湖南人民出版社

作者：珍·罗伯兹

页数：467

字数：507000

译者：王季庆

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>

## &lt;&lt;个人实相的本质&gt;&gt;

## 前言

一字一句，老实修行 许添盛 如果说《灵魂永生》这本赛斯书是一部浩瀚如海的总论，那《个人实相的本质》就是对个人而言，一部最扎实的修行书。

怎么说呢？

因为赛斯在这本书中提到了个人如何能与内在的感觉基调联结的方法。

感觉基调即每个人内我的纯能量，是个人与生俱有，与一切万有连接的能量核心，是每个人“信念创造实相”的能量来源。

首先是和内我能量的联结，再来是了解“信念创造实相”诸般精微奥妙的剖析，从深度的自我觉察中，慢慢体会到个中三昧。

我自己学习赛斯心法已有二十三四年了，每每在心理治疗的历程中，在赛斯书讲解的课程中，在自我静默的时刻，都有一番全新的体会及感动。

过去曾有“一字千金”这样的成语，但在我对赛斯书的体会中，真的是句句千金，且撼动人心。

赛斯的每一句话其实都是修行的法门、自我觉察的方法，也可以用在心理治疗及精神分析当中，比如赛斯在自序中提到：“不管你自己知道不知道，你都曾经怀抱着决心踏上今天所走的路，你运用着各种资源，去追求那一度你认为合理的目的和理由。

”各位，这段话的学问及智慧可不得了，通常我们见到今日之果，已忘记了过去之因；信念为因，实相为果，即为真正的因果论。

不明就里的人，还在传统的因果论里纠结，把行为区分为好坏，再由外界的准则及赏罚施以果报，真是谬以千里啊！

于是，每个人都像个健忘的老教授，纷纷在亲情、友情、爱情及人际关系的纠缠里，情绪起伏不定、经济陷入困境、身体疾患的人生苦痛里，不得解脱；却忘了，今日之果乃过去之因啊！

那因在哪里？

因就是你的心啊！

你过去的心、现在的心及未来的心。

记得到北京雍王府参观时，一个大殿上供奉着三世佛，过去佛、现在佛及未来佛，说的就是过去、现在、未来三心皆不可得，唯有当下是威力之点、解脱之道啊！

“信念创造实相”不是口号，是一个深度的自我觉察及自我开悟的修行口诀。

一般人经常停留在表面的好坏及对世间万事万物肤浅的看法中，认为哪有人愿意创造出疾病、愿意离婚，或辛苦了一辈子却一无所有？

殊不知《易经》所言，凶藏吉，吉藏凶，世间无绝对的好坏。

一件不好的事发生了，请问，有没有它好的那一面及创造出一个好的走向，或酝酿着一个潜藏的好呢？

一件好的事发生了，请问有没有它的弊病、缺点及隐藏某个不好的面向呢？

举个例子，如果你和某位朋友感情很好，请问是不是容易卷入他的喜怒哀乐中不易客观判断？

如果对方无理、有所求，你是不是也不容易拒绝、不容易做自己，因为怕伤了感情及和谐？

唯有智慧乃解脱良方，这本书将可帮助无数现代人跳脱二元对立、苦痛轮回。

生病是一件不好的事，但有没有好处？

当然，可以免除自责及休息的罪恶感，可以得到更多爱和关心。

只有明白实相乃自己一手所造，你就可以重新创造实相。

赛斯也清楚地解释了创造实相的步骤：信念感受先建立，想象行动跟着来，实相创造就完成；信念改变一瞬间，创造实相要时间。

世间有许许多多修行、心灵、宗教方面及所谓新时代的书籍，一下子流行一个学说，一下子流行一本书，一下子又迷哪位修行人或大师。

各位，清醒一点，回来找你自己吧！

一字一句，老实修行，由这本《个人实相的本质》开始。

开悟解脱的智慧，尽在其中。

<<个人实相的本质>>

祝福你。

## <<个人实相的本质>>

### 内容概要

这是一本关于自我认知的心灵励志书。

人生有什么意义，我是谁，我想要过什么样的生活……这些疑问的答案都在我们的内心。赛斯认为我们是把自己的期待化为具体形式的“创造者”，我们并不是任由潜意识摆布的玩偶，透过思想和感觉的具体化来创造经验，本来就是天生拥有的能力。这本书教给读者切实的方法，来认识真实的自我，并且通过信念的改变来实现愿望，创造自己想要的人生。

此书探讨的范围涵盖了心理学、医学等，具有心理自助的指导价值。

赛斯在本书中谈及的话题：

- 信念是如何产生的
- 信念如何影响我们的现实生活
- 如何进行自我催眠和疗愈
- 梦境代表了什么
- 如何启动内在的能量
- 如何改善亲密关系
- 学会接纳当下，更好地去爱

……

感恩你翻开这本书，你会发现一个新世界

## <<个人实相的本质>>

### 作者简介

珍·罗伯兹 (Jane

Roberts)，生于纽约撒拉托加温泉市，是20世纪最重要的通灵人之一。

珍除了是赛斯书的作者外，还著有十余本小说、非小说以及诗等作品，风行全世界。

赛斯是一位现已不具形体、居于多次元实相中的灵性导师，从1963年开始，赛斯借由珍口述，并由珍的丈夫逐字记录赛斯资料，这些资料被认为是新时代运动的基石，目前保存在耶鲁大学图书馆，被西方誉为人类有史以来最全面系统的修行体系。

赛斯书探讨的范围涵盖了心理学、超心理学、医学、物理学等，都是最具原创性的观念。

译者简介：

王季庆，台湾成功大学毕业，留学加拿大，并旅美十余年。

经历半生的心灵追寻，遍览各类心理、宗教、哲学、神秘学等书籍。

于1976年首度接触启悟性的“赛斯资料”后，心弦震动，遂开始翻译赛斯书系列及新时代经典作品共十余种，在台湾成立“新时代中心”，致力将新时代的讯息介绍给更多人。

翻译了“赛斯系列”、“伊曼纽系列”及“与神对话系列”等书，著有《心内革命——迈入爱与光的新时代》、《赛斯让你成为命运的创造者》。

## <<个人实相的本质>>

### 书籍目录

The Nature of Personal Reality关于赛斯文化

赛斯书策划缘起

推荐序 一字一句，老实修行

译序 精彩实用的人类心理学

珍序 过更开心且富有创造力的生活

自序 个人实相的制造

第一部

你与世界的交会处 /

第一章活生生的世间万象 /

第二章实相与个人信念 /

第三章暗示、心电感应及信念的组合 /

第四章你的想象力和你的信念 /

第五章不断在创造中的身体 /

第六章你信念的躯体与其力量结构 /

第七章血肉之躯 /

第八章思想，以及“恶魔”的诞生 /

第九章意识的诞生 /

第二部

人生是你的创造力本质 /

第十章自发明觉的本质与强制明觉的本质 /

第十一章意识心是信念的载体 /

第十二章恩宠、良心和你的日常经验 /

第十三章善与恶、个人与群体的信念，及信念的影响 /

第十四章哪一个你？

哪一个世界？

/

第十五章如何把你自己从限制中释放出来 /

第十六章自然的催眠：出神状态是出神状态是出神状态 /

第十七章自然的催眠和疗愈 /

第十八章内在与外在的风暴，创造性的“破坏” /

第十九章能量的集中、信念以及当下的威力点 /

第二十章梦中景观、物质世界、可能性 /

第二十一章肯定、爱、接受与否定 /

第二十二章你人生的实际改善，以及新的信念

## <<个人实相的本质>>

### 章节摘录

版权页：（珍想她是正在经验自己对桥梁信念的实验结果，既然她事先收到那资料，因此我问她赛斯是否会对她的个人反应有所说明——她说：“好了！”

我在这儿等着。

”她闭上了眼睛。

在十点四十三分继续。

）自从这本书开始以后，鲁柏就在实验他的信念，而以他自己的方式用那些方法，如每一个读者也必须做的。

当我们开始时，他很难相信在意识心里可以得到那么多的答案，当他接下去发现正是如此时，不禁大吃一惊。

在此我要用他作为一个例子来显示，一个桥梁信念如何出现以融合似乎完全相反的意念。

不管持有的是哪一个信念，这同样的过程都会发生。

（停顿。

）鲁柏是有决心的、坚持的、固执的，有极大的能量；也是创造性的、直觉的，他的意识天赋就有极佳的弹性，并且把生活建立在自己是作者这个核心信念上。

他透过这个信念看所有的经验，把它们连在一起；他鼓励那些可以加强这信念的冲动，而阻止那些不加强它的。

现在因为这特殊的气质，可以说，他把自己所有的蛋都放在一个篮子里。

你们那些做同样事情的人，也以一个特定方式去看你们自己，不管那是什么。

你们会主要地把经验沿着一条特定的线去组织，它可以是你的性别角色或职业角色。

你也许首先把自己当做一个妈妈、爸爸、老师、编辑，或一个男人中的男人，然后，你会把某一个特质凸显出来——你的运动天分、灵性倾向，或不不论什么。

且说，如果原先的观念随着你的经验继续扩大，而它本身又没有给你很大的限制，这种集中是非常好的。

你也许主要把自己看做母亲，最初那可能只涉及在家照顾孩子，但如果你对自己的概念一直如此局限的话，那么它也许会排除掉作为你先生的太太的身份，否定你其他的许多兴趣，而阻止你的人格在其他方面的扩展。

同样的方式，如果你的核心信念强调你的灵性到这种程度，以致切断了必要的肉体感官表达，那么它就变得有限制性，最后甚至扼杀了它本来想要表达的那个灵性经验。

当鲁柏在实验他的信念时，发现自己和两个矛盾的核心信念面对面，他那“写作的自己”追随一个信念，写某一类文字是被容许而且是好的。

## <<个人实相的本质>>

### 媒体关注与评论

不管你自己知不知道，你都曾经怀抱着决心踏上今天所走的路，你运用着各种资源，去追求那一度你认为合理的目的和理由。

——赛斯 我想要看到赛斯书籍成为每个走心灵道路者的必修书。

赛斯书的神奇深奥讯息至今仍然適切。

——露易丝·海，美国最负盛名的心理治疗师、身心灵导师，著有《生命的重建》 赛斯书以心灵的一个新图表来展示实相的一个替代地图.....对所有意识的探索者都有用。

——狄巴克·乔布拉，被《时代》杂志选为“20世纪顶尖的100位偶像与英雄”，被称为“心灵帝王”，著有《不老的身心》 当你在读赛斯书的字句，你所得到的不只是新的知识，赛斯的能量满溢着每一字页，那会扩展你意识的能量，并且会改变你对实相本质的概念。

——萨娜雅·罗曼，国际知名心灵成长导师，著有《喜悦之道》 很简单，这是我读过最好的书之一。

——李查·巴哈，著有《天地一沙鸥》，该书在美国销售排行仅次于《圣经》



## <<个人实相的本质>>

### 编辑推荐

《个人实相的本质》是一部浩瀚如海的总论，《个人实相的本质》就是对个人而言，一部最扎实的修行书。

赛斯在整个新时代运动中占据核心地位，被西方誉为人类有史以来最全面系统的修行体系。

赛斯手稿作为唯一的第一哲学著作被存放在耶鲁大学，大陆独家授权，首次出版。

《个人实相的本质》是赛斯书中最精彩最实用的自我认知经典。

## <<个人实相的本质>>

### 名人推荐

不管你自己知不知道，你都曾经怀抱着决心踏上今天所走的路，你运用着各种资源，去追求那一度你认为合理的目的和理由。

——赛斯 我想要看到赛斯书籍成为每个走心灵道路者的必修书。

赛斯书的神奇深奥讯息至今仍然適切。

——露易丝。

海，美国最负盛名的心理治疗师、身心灵导师，著有《生命的重建》赛斯书以心灵的一个新图表来展示实相的一个替代地图.....对所有意识的探索者都有用。

——狄巴克·乔布拉，被《时代》杂志选为“20世纪顶尖的100位偶像与英雄”，被称为“心灵帝王”，著有《不老的身心》当你在读赛斯书的字句，你所得到的不只是新的知识，赛斯的能量满溢着每一字页，那会扩展你意识的能量，并且会改变你对实相本质的概念。

——萨娜雅·罗曼，国际知名心灵成长导师，著有《喜悦之道》很简单，这是我读过最好的书之一。

——李查·巴哈，著有《天地一沙鸥》，该书在美国销售排行仅次于《圣经》

<<个人实相的本质>>

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>