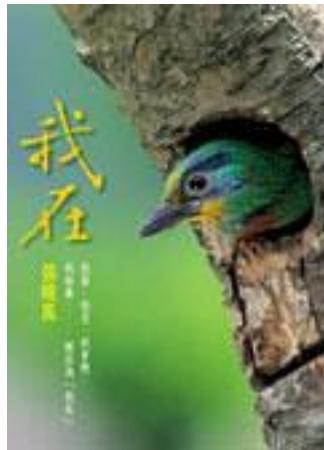


# 我在



[我在 下载链接1](#)

著者:室利 · 尼萨伽达塔 · 马哈拉吉

出版者:中国青年出版社

出版时间:2016-8-1

装帧:

isbn:9787515343228

《我在》本书中提到，我们最需要治愈的是误把一切当真，且与之沆瀣一气而吃尽苦头的心灵。当我们带着全然的信心服用“终极之药”时，会感受到生命能量的灌注，甚至是生命恩典的洗礼。

《我在》需要我们做的就是“静下心来，知道你就是那”读这本书时，建议读者不要被它庞大的信息量吓到了，也不要强理解，他其实是用了最朴实的语言在讲解先知层面的真理，这两个层级之间的差距很大，强行理解会令你头晕目眩，倒不如就像那些愚夫愚妇，到马哈拉吉身边打瞌睡听笑话的那种，无意之间身体就变好了。自然，同样的事情也会发生在各位读者身上，只要你本着不费劲、不思考的原则，只是读下去，简单地读下去，哪怕是读得睡着了也没关系，因为先知层面的真理对应的是宇宙大爱的能量，这股能量会通过语言文字一直为你洗礼灌顶，功效能够一直延伸到你的睡梦之中，这就是为什么很多人都愿意到马哈拉吉身边去聆听教诲，虽然他们中有的人听不懂马哈拉吉在说些什么，但是他们能够感受到那份情真意切的宇宙大爱。

作者介绍:

室利·尼萨迦达塔·马哈拉吉 (Sri Nisargadatta Maharaj)，是印度著名的精神导师，是湿婆不二（非二元论）的印度大师。尽管他出身贫寒，但顽强的性格以及独立自主的愿望引领着他。1973年，《我就是那》出版。英文版面世后，给他带来了全世界，特别是来自北美和欧洲的认可和关注。罗伯特·鲍威尔，罗伯特·鲍威尔的灵性探索之旅始于六十年代，了悟真我之路将他引向禅宗和数位灵性导师，包括吉杜·克里希那穆提和拉玛那·马哈希。他也是尼萨迦达塔三部曲的编者。彭展，哲学博士，毕业于中国社会科学院研究生院，现任教于中国传媒大学。译著有《新·零极限》《我在AM》《真宽恕的奇迹》《入门：古埃及女祭司的灵魂旅程》等。

## 目录: 001\前言

005\推荐序	张德芬 当头一棒，后退一步
009\译者序	彭展 静下心来，服一味药
011\序言	
013\第一章	安驻于存在中，所有的欲望都会消融
025\第二章	由此五种元素中升起的一切皆为无明
033\第三章	终极大药
053\第四章	一旦你知道自己存在，你就会想要永远存在
075\第五章	最大的奇迹——“我是”的消息
095\第六章	你能够忘记的一切，都不可能是永恒
119\第七章	你是意识来来去去的观察者
141\第八章	对于智者而言，一切都是娱乐
163\第九章	最终，你必须放弃与此意识的连结
187\第十章	“绝对”无法被忆起，因为它无法被忘记
205\第十一章	理解你的人生转圜
221\结语	
223\词汇表	
231\注释	
• • • • •	( <a href="#">收起</a> )

[我在 下载链接1](#)

## 标签

灵修

灵性

心灵

生命

修行

生活

心理

尼萨迦达塔

评论

絕對的好書，值得一讀再讀！充滿智慧！生命能量存在就是你自己

已购。马哈拉吉去世前一年的问答。内容更为集中了~不少与马哈希有异曲同工之处~

在闷热的图书馆看到并没有……什么平静从我开始，如果他不，那么看不起俗世间就把他的烟停了，之后他就不会那么高高在上了

法力般若 (Mana Buddhi) ，这种翻译也是没谁了

你唯一需要做的事，并非一般意义上的“做”事，你只是坐在那儿沉思，让意识把自己展开来，让意识展现关于自己的真知。

三生有幸

28.在阅读中疗愈，在疗愈中成长！我不是这个身体，我不是这个身份地位，一切转迅即逝的东西都不是我，只要相信"我在"就够了。虽然看不懂他在说什么，但至少那刻时光不曾空度！

---

[我在](#) [下载链接1](#)

## 书评

我在。在图书馆偶然瞥见 因为书名很简单 同时最重要的是：书很干净 很新  
后来也发现  
是我们学校的第一位也是目前唯一一位读者。（因为我霸占了三个月了……）  
一开始读的时候，会纠结于说话者想要表达的意思，苦心去“思考”，但读着读着就只是读而已。因为 我在。 静下…

---

[我在](#) [下载链接1](#)