

忙到只剩下恐懼



[忙到只剩下恐懼_下载链接1_](#)

著者:徐瑞萍

出版者:商訊文化事業股份有限公司

出版时间:2009/02/03

装帧:平裝

isbn:9789866998898

恐懼是對一種無知與無名狀態所生成的一種心理作用。心理作用刺激腦部後頭腦於是創造出一連串的假想、預設和投射，如果頭腦的假想不立刻停止，那麼頭腦的假設又會創

造更多的恐懼，於是過多的恐懼假想形成一種氣行而刺激體內的內分泌，當內分泌被改變時，身體就會產生變化，因此焦慮和不安就會反映出來。恐懼會衍生出形形色色的情緒，積極性的恐懼會反映出暴力；消極性的恐懼會反映出懦弱。打架、罵人、憤怒、仇恨、忌妒、佔有、恐嚇、威脅、掠奪、抗拒、侵占、掌控、霸氣、狡辯、自大、優越等等這些是屬於積極性的暴力。

氣餒、自卑、退縮、無助、孤獨、消沉、羨慕、悲傷、無奈、空虛、逃避、壓抑、妥協、自閉等等是屬於消極性的恐懼。不管是積極性或是消極性的恐懼，都源自於同一個根源。這是整體人類的恐懼所衍生下來的。為什麼你會怕被媽媽唸？因為她怕你不乖，所以她唸你是來自於她的恐懼，而她的恐懼又來自於她媽媽的恐懼，她也是這樣被唸大的，相同的你會唸小孩那也是你的恐懼所造成的，你延續著你媽媽的觀念和作風。你媽媽的媽媽的媽媽也是依照相同的模式和她的孩子相處，你們已經傳承了數百年，甚至是數千年的恐懼文化而不自知。

你們不得不這麼做，因為沒有人可以有其他的方式來解決這個恐懼，所以你們當恐懼是理所當然的，而且還將它發揚光大，這就是為什麼人們生活得越來越狹隘，生活越來越沉重，身體越來越敗壞，命運越來越悲慘的原因。每個人都用恐懼來對待別人和自己，人與人之間除了分享恐懼之外，我看不到你們分享過什麼喜樂或是自由。因為人們內在存在著恐懼，所以也只能分享恐懼。這就是你的人際關係，你的生活型態和行為作風；這也是你的社會教育，你的道德觀和法律教條，因為恐懼所產生的社會產物；而軍事武器的防禦，哪一樣不是源自於恐懼所衍生出來的？

作者介绍:

徐瑞萍

1962年生，桃園龍潭人，一生努力於生命的追求，歷經二十餘年的商業生活，品味人生的悲苦喜樂與榮華富貴的虛幻後；在生命的轉角處，觸及靈性的視野與性靈的世界後從此開啟永恆的生命之光，過去不可得未來不可知在凡俗的生活中熱情寧靜在性靈的世界裡自在優游。作品：《遇見心靈伴旅》、《真愛聖境》、《意識的海洋》。

目录:

[忙到只剩下恐懼_下载链接1](#)

标签

心靈

心理学

NEWAGE

评论

不知爲何，一邊讀一邊覺得從書本中發出的聲音很吵耳，好像有很多情緒在其中，讀到一半就讀下去。

[忙到只剩下恐懼_下载链接1_](#)

书评

[忙到只剩下恐懼_下载链接1_](#)