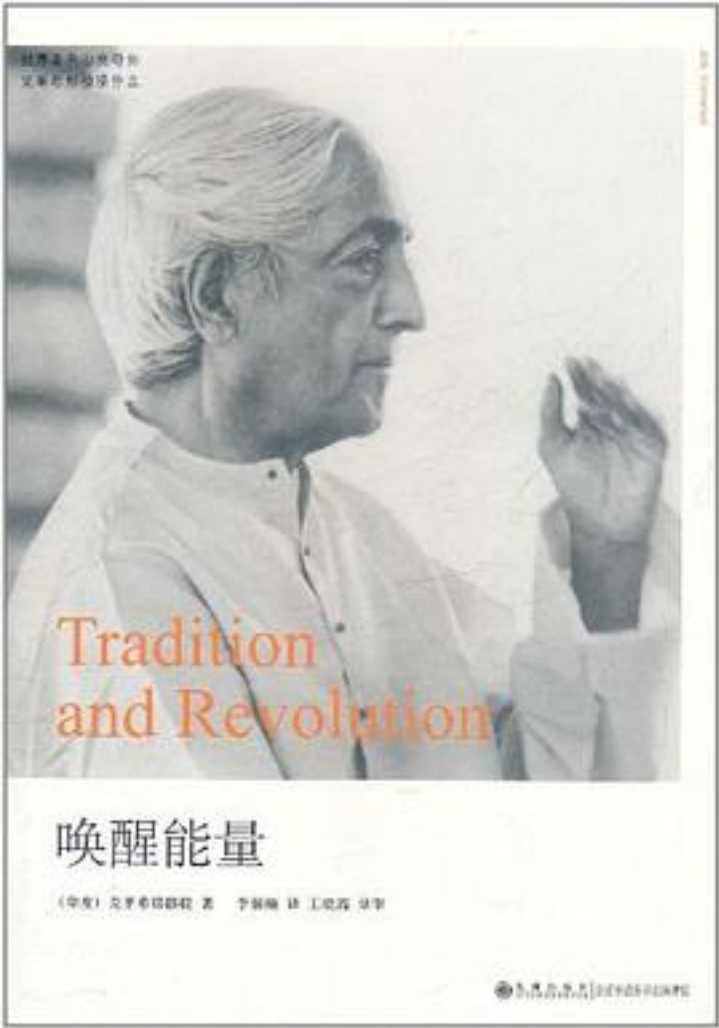


唤醒能量



[唤醒能量_下载链接1](#)

著者:克裡希那穆提

出版者:九州出版社

出版时间:2011-7

装帧:

isbn:9787510810596

《唤醒能量》由一系列关于宗教和哲学话题的对话组成，探讨了对从灵性之殇中获得解

放的追求、对精神道路和人生目标的看法等等。克里希那穆提关注的是这些背后的真实体验和洞察，带领读者穿越人类文化与灵魂的多重困境。《唤醒能量》意在深入探究意识的本质，探索人类思想的活动与疆界，以及超越于思想之外的人类未解世界。

作者介绍:

克里希那穆提（1895-1986），印度著名哲学家，当代最受推崇的心灵导师，已出版七十本著作，全部由演讲和对话录集结而成，目前已被译成47国语言文字，在全世界产生了广泛而深远的影响。

克里希那穆提倡导，实现世界和平的唯一途径是人类心灵的转变，为此，我们每个人都应当自省其身，除此之外没有任何捷径可走，也没有任何大师或权威可以提供帮助。佛学家推崇克氏为中观导师，印度教吠檀多学者则认为他是个圆满的觉者。

目录: 新德里对话录

一 悲伤之焰

- (一) 面对悲伤唯一的办法是不做任何抵抗
- (二) 逃避悲伤，是在糟蹋一种非凡无比的事情
- (三) 不从悲伤逃离，则爱的热焰产生

二 炼金术与突变

- (一) 两性和谐，冲突消融，诞生新的突变
- (二) 人应该更新成为智慧的“容器”
- (三) 是什么使心灵变老

三 抑制邪恶

- (一) 对于“邪恶”的含意，不要迷信
- (二) 尝试保护自己反对邪恶，也就是在保护自己远离善良

四 唤醒能量

- (一) 放弃思想的动作
- (二) 走进寂静之域

五 第一步即最后一步

- (一) 一旦执取，就终结了洞察的智慧
- (二) 不要在时间中理解洞察
- (三) 在无时间无记忆无思想无自我的当下，才有真正的洞察之光

六 能量和转变

- (一) 人的单维运动使能量破碎、压抑
- (二) 放弃“我”的追求运动，头脑的能量则将突变

七 观察者与“现状”

- (一) “二元性”使我们错误地处理生活问题
- (二) 与事实简单地共处是唯一的好办法

八 逆流运动

- (一) 凡有意欲所为，都不能达到真正的解放
- (二) 执着于解脱，会束缚得更紧
- (三) 放下“求解脱”，当下得解放

九 时间和衰败

- (一) 时间成为欲望的表义
- (二) 活在空境之中，不需要时间意义
- (三) 消除时间中的残酷、恐惧

十 生与死

- (一) 我们的头脑制造生和死的恐惧、困惑
- (二) 在头脑的纯净中看到生死真相

十一 美与洞察

- (一) 没有智慧，会有美吗？

- (二)因为追求而变得支离破碎的人不能体现美
- (三)洞察力具有特殊的能量
- (四)美存在于未成碎片的头脑中和完全的摒弃自我中

马德拉斯对话录

十二 因果的矛盾

- (一)思想看似自由，其实制造不自由
- (二)人需要使自己不分裂
- (三)没有“观察者”，才有真观察
- (四)不分裂的人，不受时间囚禁
- (五)分享者高于沟通者

十三 传统与知识

- (一)传统方法和知识信息造成头脑的不自由
- (二)必须消解思想造就的一切结构及由此而来的伤害

十四 冲突与意识

- (一)意识是人的碎片化表现
- (二)碎片化的自我酿成冲突

十五 探索的本质

- (一)用智力探索问题是一种错误，我不再使用它
- (二)不要用心看，而要无心看

十六 秩序与思维

- (一)追寻行为的秩序模式反而造成不安全
- (二)拒绝模式的瞬间就产生了智慧

十七 事物、知识与洞察

- (一)只有不带有结论的头脑才能够“看”，其他则不能
- (二)给自己一个充满能量、自由敏感的头脑

十八 能量与分裂

- (一)是什么使我们一叶障目
- (二)思想使能量变得支离破碎

十九 自由与区域

- (一)思想所寻求的自由是不存在的
- (二)“不知道”便是真自由
- (二)生活的关系每天都可以充满爱的新意

二十 传统模式

- (一)知道问题并不能解决问题
- (二)“真我”并不可靠
- (三)回到无的观察

二十一 上师、传统和自由

- (一)权威的、强迫的、破坏性的关系阻碍了真正的思考
- (二)克里希那穆提是如何感悟的

二十二 自由和牢笼

- (一)在过去中寻找安全是危险的
- (二)自由存在于思想停止分别的地方

二十三 稳定性与知识

- (一)虚假的关系与真实的关系
- (二)死板的稳定性与灵活的稳定性

孟买对话录

二十四 脑细胞与突变

- (一)大脑的突变不需要时间积累
- (二)纯粹的记录者：新旧大脑的转换与并用

二十五 神

- (一)神是思想的发明
- (二)人类能量因思想状态而变化
- (三)局部的安静与完整的寂静

二十六 能量、熵与生命

- (一)寻找无限持续的生命能量
 - (二)时间之内与时间之外的人类能量
- 二十七 智慧与工具
- (一)有智慧的头脑知道怎样使用和不使用知识
 - (二)智慧存在于思想停止运作的地方
- 二十八 正确的沟通
- (一)有一种沟通是不需要语言的
 - (二)纯粹的看，即是沟通
 - (三)让脑细胞从一切重负下解放
- 二十九 生理生存与智慧
- (一)当头脑剥离心理生存因素，智慧就产生
 - (二)头脑是怎样清空的
 - (三)思考“我是谁”的问题，未达到智慧的洞察
 - (四)不必为疏忽状态刻意担心
- 三十 头脑和心灵
- (一)为何划分思想运动和情感运动
 - (二)洞察，是生命的能量精华
- • • • • ([收起](#))

[唤醒能量_下载链接1_](#)

标签

克里希那穆提

哲学

灵修

心理学

心灵

修心

修行

唤醒能量

评论

思想既然是虚幻的 那么 看了他的书 就应该统统忘记书中的“道理”：)

我的老朋友 每次跟他聊天都有知己的趕腳 不懂為啥別人說理解困難。。。

2011-12-29 面对悲伤唯一的办法是不做任何抵抗

《tradition and revolution》

佩服克里希那穆提和友人30天的高频交流，没有权威，只有倾听、观察、宁静。我4岁的时候，幼儿园中班时就曾经想过：为什么我会是我？我曾经以为我知道了。书中给了启示，“我”被塑造成“二元论”追求者，非黑即白，制造冲突，逃避，思想吵闹不停，追求“知道”，背负过去的重担，带着镣铐跳舞，冠以“励志”…这些都是幻觉，关于“安全感”的幻觉，追求“安全感”的妄动，对不好过去的“复仇”，自导自演的剧。提纯，用洞察之火，这就是能量，去观察。

没有怎么读懂~

有深度，我没太看懂

从整体上看，这是一本平庸的作品。在局部，它也有着不少错误。 2016.3

看懂了一定是五颗星，[呲牙] 推荐他写的其他书

美存在于“我”不存在的地方。没有智慧，没有美。

读克氏的书、尽管一看便懂却很难记住，然在读的过程中不断地触及内心深处；心底不时传来花儿绽放的声音。他的宗旨皆在：认识你自己。只有当头脑处于寂静时，能量才能产生。意识就是一个人的全部内容。思想就是意识的，运动；时间就是意识的内容。让自己静下心来观察就好比火焰提炼出精华。觉察就是能量的火焰，它提炼它所觉察到的任何事物，因为它是火一般的能量。智慧不是知识，但智慧能够运用知识；智慧没有语言，但智慧能够使用语言。智慧不是意识。意识能够继承，而智慧是靠身的修炼。

反复读。

每个章节都是几位哲人之间的讨论以及对那穆提的访问。翻译很晦涩，很多理论难以读懂，同时一些学者提出的问题感觉那穆提本人也回答地有点云雾里。

此书将列为多年后重读书之一--

大咖的第N本书，此时心不静，再加上他的书确实生涩，看懂的确实不多！

每次看书，一开始的几页总不在状态；几页之后，才能真正融入书中，跟着克氏一起探索。

你的益智体是怎样运作的，喜欢哲理的可以看看，有哲理的答案，just phylosophy。

功力不够，理解起来有困难~

真我本我超我都是思维游戏创造出的幌子

冥想的力量

[唤醒能量_下载链接1_](#)

书评

作者：克里希那穆提
其实，是一种对话录的形式。克里希那穆提应该没有专门著过书，或许真正的大智慧，都是口传下来的吧，像很多古老的智慧那样。克氏认为，觉悟和智慧应该是可以直指内心的，可以随时拥有的，而不是从书本和教义里面得到的。书的英文名称是tradition and rev...

什么是原创。什么是创造。什么是创作。
我写东西或是说东西大都一气呵成。很少引经据典。如果是。往往都是在我真正懂得这句话的深刻含义的时刻
而往往我不引经据典。却脱口而出经典里的语句。朋友老师都会来告诉我这个是哪位专家权威说的。那个是哪个经典里的？这个是什么宗派...

[唤醒能量_下载链接1_](#)