

# 姥姥的靈悟天書-生命大覺醒的智慧



[姥姥的靈悟天書-生命大覺醒的智慧 下载链接1](#)

著者:源焱

出版者:方智

出版时间:2013-5

装帧:平装

isbn:9789861752433

靈性的傳承十實修練習，一本兼具觀念與實用的靈性成長書

藏族傳者源焱教你喚醒拙火、找回自性之光，為你的身心靈做好準備，進入新世界！

\* 「表演工作坊」行政總監丁乃竺、身心靈作家張德芬 專文推薦

\* 隨書附贈「梵音啟動拙火·瑜伽靜心」CD

回歸單純的頭腦、清靜的心和聰明的身體，走向覺醒！

有人說，源淼是個「非導師」，強調的是每個人對自身本性的第一手體驗；有人說，源淼的大智慧超越宗教和國家的界限；有人說，源淼是一位受宇宙大能點化的靈性修持者。

她的姥姥（外祖母）是藏傳佛教寧瑪派伏藏師之女，藏語名字叫「益西措姆」，意為「智慧之海」。在她出生前的某一天，姥姥陷入狂喜狀態，並告訴她母親，文殊菩薩說生出來的女孩名叫「源淼」，意為「眾水之源」。

姥姥是她的第一位上師。從出生開始，她一直聽著姥姥唱歌，卻不知道那是在唱誦咒語。她還常常見到不識字的姥姥在黑暗的定靜中寫下「天書」，但小時候不懂，以為那是姥姥的「畫字」遊戲。後來她才了解，姥姥的天書是一種將心靈導向更精細的層次、擴張三度空間意識形態的靈性符號，而在唱誦咒語的同時，姥姥將珍貴的傳承傳給了她，也讓她和宇宙的高能逐漸和諧一致，釋放了內在的智慧與慈悲。

雖然她的靈性根源來自姥姥和藏傳佛教，她分享給眾人的方法卻不限於此，而是傳授一種可以擁抱所有信仰的宇宙智慧。在這個人類意識全面轉化提升的新時代前夕，她希望將自己從姥姥這位開悟女性和其他時空中的眾多上師那裡得來的智慧和指引，透過本書的文字和各種實作練習分享給你，為你驅除烏雲，從不同角度循序漸進地讓自性之光影顯出來，讓你得以擁有單純的頭腦、清靜的心和聰明的身體，進入新時代，成為充滿喜樂智慧能量的新人類。

### ■ 姥姥的智慧話語

- 超越、超越，去到彼岸，那裡沒有煩惱。

回來吧、回來吧，到源頭來！這裡只有寧靜和喜樂。

- 一個修行人如果貪圖錢財，就是與眾生結冤仇。

- 給錢不如給路，給條修行路。

- 修行是捨半袋銀子，換來一座金山。

- 有錢沒錢，都要大方地提起，智慧地放下。放不下的就好好提著，別污染了自己的良心。

- 錢財不為子孫留，兒孫自有兒孫福。

- 學問可能造成障礙，因為學者用腦子，而不是用心。

- 燈頭朝下以後，人們愈來愈不會發光了。

作者介紹：

源淼

生於北京，曾經是中國中央電視臺的國際導演，拍攝了大量的環保紀錄片，名利雙收，生活優渥，有個英俊善良的丈夫和聰明可愛的女兒，但女兒卻在九歲那年因血癌過世，讓她跌入最深沉的絕望之中，也失去了活下去的動力。然而幾次尋死不成，讓她隱藏住的深厚靈性背景顯現出來，她發現了生命的意義：靈性之路不是個避難所，而是一種服務他人的形式。

一九八五年受到宇宙大能的點化，次年在中國五臺山接受更登拉仁波切的傳法灌頂。

一九九九年，因觀世音菩薩示現指引她「萬緣放下赴美國」，於是她放下家庭、事業和優渥的環境，前往美國，創立「新世紀基金會」，致力於透過靈性修持和平衡的生活，與眾人分享喜悅和平靜。

目录:

[姥姥的靈悟天書-生命大覺醒的智慧](#) [\\_下载链接1](#)

标签

灵修

修行

精神之旅

靈修

神秘学

灵性

西藏

灵修占星心理

评论

很多零散的灵性体验被串起来了 :)

---

源淼把很多灵性修行的道理方法都综合起来了。PS 我一听她唱歌就哭。

呃，启发还挺多。。。。

很喜欢，很感动，看到了之前看不到的一个世界。

很好的一本书，喜欢里面根据汉字对观点的阐述，原来汉字包含了那么多宇宙真理和讯息，对自己修行有帮助，特别喜欢三宝、梵音和七轮的那几章！

可以归于神秘学，四五年前没领悟到，这几年经历、印度isha瑜伽的学习、李欣频老师的上课，再次翻看一下明白了。对脉轮、瑜伽的讲解比市面上的所谓瑜伽课程“珍贵”很多。要练瑜伽，就学印度古老瑜伽。舞蹈与柔术的结合。练瑜伽是为了解脱物质一身体的阻碍，真正身心合一是修行人

[姥姥的靈悟天書-生命大覺醒的智慧 下载链接1](#)

## 书评

[姥姥的靈悟天書-生命大覺醒的智慧 下载链接1](#)