

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

## 图书基本信息

书名：《赛斯书：个人与群体事件的本质》

13位ISBN编号：9787510095956

出版时间：2015-6-24

作者：[美]珍·罗伯兹

页数：360

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以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

## 内容概要

“你创造你的实相。”这是赛斯的经典话语。在本书中，赛斯不仅阐释了个体经验如何形成的，而且还阐释了“你们怎么创造你们自己的实相”的。为什么一些流行病会突然在某个时间段爆发？为什么会发生核泄漏和狂热教派的集体自杀事件？机智的赛斯告诉我们，无数事物、事件的可能性存在于一个叫作“架构二”的超越时空的实相里，当意识对某种可能性和图式产生强烈的情感意向后，就会物质世界中演化出真实的事件来。当一群人某个心理议题达成合意时，群体事件就发生了。疾病永远都是“被邀请”而来的。

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

## 作者简介

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

## 书籍目录

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

## 精彩短评

- 1、看看
- 2、实相。
- 3、18度，裹著毛毯。略略看了下此書。文字晦澀，不是很容易懂。但我喜歡最後那段：做個家踏實地的理想主義者，跟隨妳的沖動，那是妳的沖動，也是世界行動的一部分。這就是「君子」的承擔。也恰恰是我最缺乏的。
- 4、这本书很厉害，而且很好懂，读起来没什么困难，是赛斯书里我读得最透的一本了
- 5、极好的！大家有时间一定要去看看！
- 6、读的太痛苦了
- 7、很奇妙的论点。
- 8、又是一本世图的书！必须五星。还没有看完，因为看的时候想哭，有一种不想让别人知道自己秘密的感觉
- 9、超前意识的书
- 10、赛斯书。读过的第三册。
- 11、很好的一本书，就是不容易理解。
- 12、我不知道到底是版本的原因，还是翻译的关系，很多地方读起来意思模棱两可，怪怪的……有的地方读起来，句意都无法连接起来……
- 13、你创造你的实相。信任你的冲动，（be reasonable）采取行动，承担结果。重复。20170303于武汉
- 14、算是自洽
- 15、推荐读，不过估计很多人读不懂

1、这本书读的慢，也不轻松，不仅仅因为很多新术语，而且是因为所述内容不同于主流或者传统观点，让人有振聋发聩或耳目一新之感。说实在话，书中提到很多术语不是很容易领会，比如“实相”、“架构一”、“架构二”。“架构二”被视为世界的源头；而“架构一”即是普通世界。要想准确地领会这些术语，非得多读几遍不可。在“架构二”里，人类对自身身份有更大的认同，明白死亡是一种必然，也是一种更大的机会。谈到疾病和意识之间的关系，我们都知道当状态不好的时候，容易患病。赛斯说患病甚至死亡某种程度上是被邀请来的，当绝望时或者生存欲望不强烈时，人自身的免疫力会下降，就会患病甚至死亡。有句话叫“心病还须心药医”，我想说的就是这个道理，如果解决不了心理问题，疾病还是会再次找来的。赛斯认为生命的质量是生物能否存活下去的原因。经常有报道说大规模的鲸集体搁浅自杀，是不是就是由于生存环境恶劣导致的呢？而流行病比如流感、SARS，大多数人都认为是病毒感染，是生物层面的、由于接触导致的，却没有想过可能有更深层次的心理原因。按照赛斯的说法，我在想如果SARS有深层的心理原因的话，那么它们是什么呢？是当时流行的说法，食用野生动物引起的？还是过于拥挤的环境让群体邀请了疾病？还有每年冬季流感都会大爆发，尤其学校里，真的是赛斯说的流行季到来的心理暗示导致的？如果真是这样，我们应该怎么应对呢？仅仅从心理上能够摆脱流感的困扰吗？预防医学是我们医学系统所推崇的，儿童甚至大人都在接种疫苗来预防严重疾病。我们可能从没有或很少想到事情存在的另一面，那就是接种可能扰乱自身的生物环境，以及心理上对自身的免疫力产生了不信任，进而会导致患上其他疾病。赛斯说，接种往往加强了“身体是无能的”这一信念。并且提醒我们不要过度依赖预防接种，更应该有相信自身能力的强大信念。现实是我们在宗教、科学、医学、文化信念过分强调危险的存在，贬低人类自身的力量。比如：有些病甚至是医学系统制造出来的，医药广告等对疾病的过度宣传，导致对疾病的恐惧，反而容易让人降低自身的防御系统，产生了患病的心理暗示，而患上疾病。而群体的信念也会导致疾病，比如老年病。达尔文的“适者生存”，被我们认为是自然界的生存法则。我们没有想到的是信奉这一竞争法则，我们会和动植物竞争生存资源，直接导致了动植物的大灭绝；和自然竞争，导致了水、土壤、空气的不可逆的污染；和同类竞争，导致的是欺骗甚至大规模的战争。而赛斯却强调物种之间不应该是竞争关系，更应该是合作关系。生物本性是利他的，这也是一个物种之所以存活下来的理由。如果我们真的把合作、利他作为生存法则，那么现在普遍存在的环境问题、食品安全问题，是不是就能够迎刃而解了呢？神话在我看来仅仅是远古人类的一种想象，赛斯却说神话是自然现象，来自人的心灵，是整个文明的源头。让我很吃惊的是本书竟然谈到灰姑娘的童话故事，还把它当成神话。灰姑娘的童话故事，大人认为其只是一个不切实际的幻想。而赛斯认为那个帮助灰姑娘变出各种神奇东西的老婆婆，她的出现是为了帮助肉身的自己承认其愿望，是内我的人格化，没有受传统概念影响的孩子，他们能够接受和理解老婆婆把平常的物品变成对灰姑娘有利的东西，因为直觉和“架构二”提供的原动力让他们怀揣着有利的愿望，遵从内在的冲动，不断去实验去想象，获得对事件的主宰感。这就是儿童常常表现出的丰富想象力的原因之所在吧。信念的病毒可以摧毁人，也是传染的。如果你想让世界变得更好的人，那么你就是理想主义者；但是如果抱持“为了正当目的可以不择手段”，这一有害的信念，那么你就变成了狂热分子，宗教战争永远有偏执狂的倾向；对“善”的错误追求导致了“人对人的暴行”，比如希特勒的种族主义；无法珍视生命的科学直接或间接杀死许多的人，比如各种危险的核设施。在地球上每个人都扮演着某个角色，个人的认识会影响到群体的集体认识。赛斯倡导我们做一个脚踏实地的理想主义者，接受人基本上是善良的动物这一事实。

2、这本书，让我困惑了好久，也让我顿悟了很多，这得益于赛斯数据和赛斯理论。拿起来，放下；放下，又拿起来；赛斯书真让你爱不释手，不管你多忙或者内心多烦扰——《赛斯书：个人与群体》就是这样。非主流的领域，是什么样子的，我不知道，但是赛斯书会告诉你——《赛斯书：个人与群体》就是这样。修道者的终极愿望，科学家的神奇创造，迷信者的执迷，政治家的承诺，哲学家的睿智，文学家的浩瀚，都和赛斯无关，赛斯书和心灵有关，和精神有关，心灵世界和精神世界的阐释者，让你感受到：这个世界、某种认可的概念，完全被颠覆了。不管是“幽灵之语”，还是古老的寓言神话，还是童话和理想，在这里都有全新的面貌和认知视角——这就是赛斯体系，赛斯理论，赛斯概念，赛斯数据……数也数不清，但是渗入到骨骼、血液、灵魂，弥漫开来，形成一股最为强大的磁场，深刻影响到对世界的阐释。这是赛斯书的魅力。“实相”、“第一架构”、“第二架构”构成了全书的主干，既是概念，也是思维，更是严密逻辑的组合和推理，这和哲学没什么差别，用最简单的语

## 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

言阐释最复杂的事理；这和科学没什么差异，用最严谨的思维，推动不断演变的世界——外部世界和内在世界。举一个亲身经历的例子。我家是农村的，和农村人有着天然的联系，感情自然是农民的感情。有这样一位老人，将近耄耋之年，一生勤勤恳恳，辛苦劳作，从不浪费一点粮食，对世界充满了感激，从来只想到干活，没想到自己闲下来是什么样子，一想到自己无所贡献，自己什么也干不了了，就觉得生活无比的单调，虽然她的孩子们劝他说，只要自己保重身体就好，但是她还是生活在自己的世界里，精神世界里，认为不劳动就是无用的人，不创造价值就是没用的人，这让她极度的悲观，甚至产生了厌世的极端行为。这里这位老人第一架构和第二架构产生了极大的矛盾和抵触，影响到老人的精神，她对实相的探索受到自己知识、经验和自身的局限，并由此产生厌世的观念，这导致她做出极端的选择，还好的是，在家人的劝说下，她克服了年老无用的观念，一点一点走出阴影，重新选择不同以往的生活方式，改变就是赛斯书的真谛。改变是从观念入手。一本书，可以反复咀嚼，可以反复体悟，赛斯书做到了。一本书，可以集智慧与生活于一体，赛斯书做到了。一本书，可以在更高的层面上思考人类的未来，赛斯书做到了。正因为此，郑重向您推荐《赛斯书：个体与群体》这本书，解答你对世界的疑问，更解答你心灵和精神的迷茫，释放精神和心灵全部的自由。爱上赛斯，爱上所有伸展自己的学习机会，你不会拒绝的，我坚信如此，事实也将如此。

3、当我拿到书的第一眼就看到了这么几个字：“你如何创造你的实相”。这是什么意思，让我很想不通，当然带着这个疑问我开始寻找答案之旅。“你创造你的实相。”这是赛斯的经典话语。除了勇于面对意识的力量外，我们从未告诉任何人该做什么。《个人与群体事件的本质》这本书中，赛斯详细阐述了个人与群体事件之间的关系，揭示了群体事件的本质。无论是天灾还是人祸，这些影响成千上万人的各类群体事件没有一件是偶然发生的。我们每一个人以思想与情感的无形能量，促使一件又一件的群体事件在现实生活中上演。赛斯强调没有一件事是意外。这些群体事件的当事者并非被迫卷入其中，每个人都基于自身理由选择了那样的境遇，而每个人都在深层意识上参与了一手，共同形成了整体的命运。本书充分阐释了群体事件在“幕后”运作的信念和理由。这些群体事件之所以在我们的物质宇宙中上演，是首先在“架构二”那个巨大的“摄影棚”中创造的结果。“架构二”是赛斯在这本书里引入的一个至关重要的概念。赛斯称我们生活在其中的日常世界为“架构一”，而“架构二”就是我们这个物质宇宙存在的意识源头。每一个事件不论多伟大或多渺小，都在“架构二”的环境里诞生。每一个人都是世界的创造者，都为那些大到火山爆发、总统选举，小到蚂蚁搬家、日出晚霞的事件贡献了我们的信念和思想，这本书能让你认识自己和自己每一个思想念头的重要性。赛斯说：“憎恨战争不能带来和平，只有热爱和平才能带来和平。”让我们关注自己的每一个起心动念，一点一滴，共同创造一个更美好的世界吧！当你夸大自身的局限性时，你开始被你的头脑迷惑，你的思维在无限放大困难或危险，使真相扭曲。你认同你的思维，你觉得自己无法应付，无形的屏障就这样被你制造出来了。真相就是真相本身，你无法夸大，也无法缩小，你心理上的夸大或缩小，都是虚妄的，然而我们都是被思维的假象束缚。赛斯机智的告诉我们，为什么一些流行病会突然在某个时间段爆发？为什么会发生核泄漏和狂热教派的集体自杀事件？那是因为无数事物、事件的可能性存在于一个叫作“架构二”的超越时空的实相里，当意识对某种可能性和图式产生强烈的感情意向后，就会在物质世界中演化出真实的事件来。当一群人某个心里议题达成合意时，群体事件就发生了。这几句话虽然是我引用的书中原话，但是这是对这本书最精确的概述。当我读完这本书时，我心里有种说不出的透亮。在此，我通过这样的形式向赛斯致敬，希望更好的心理学书籍问世。

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

## 章节试读

### 1、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第184页

如果你不信赖的私我，你就会害怕力量，因为你怕自己必然会误用它。那么，你可能会故意地把自己放在一种软弱的地位，却一直声称你在追求影响力。

### 2、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第39页

身体是在生物层面表达的一个精神、心灵与社会的声明。它显然是私人性的，却无法被隐藏，因为以一般用语来说，“它就在你所在之处”。

### 3、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第193页

消极的暗示能带来负面的影响，战争大多是由于偏执狂的煽动发生的，意图的起点就是邪恶的。最有害的信念从一开始就错误的引导了太多人！

### 4、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第233页

如果你想把这个世界改造得更好，那么你是一个理想主义者。如果你想把这个世界改造得更好，却相信它无法改变分毫，那么你是一个悲观主义者，而你的理想主义就只会在心里缠着你不放。如果你想把这个世界改造得更好，去相信着不管任何人如何努力，它只会变得更坏，那么，你就是一个绝望之人，也许是一个被误导的理想主义者。如果你想把这个世界改造得更好，并且你决定去改变它，不管自己或别人付出什么代价，不管风险如何，你相信“为达目的可以不择手段”，你就是一个狂热分子。

### 5、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第135页

虽然分开阐述了两者特点，但其实架构一与架构二是相互融合的。架构一浸在架构二里。在被物质世界补给的同时，意识世界也在架构二中不断升华！

### 6、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第82页

在某种意义上，没有一个行为是私密的。

### 7、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第267页

任何财富或声名的累积都不能代替这种自然的力量感。力量永远在个人身上，而所有政治力量必须来自个人。

### 8、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第119页

集体无意识的概念，每当我们被电视节目吸引时，其实正在完成一项集体无意识活动。个人始终还是参与到了群体之中！

### 9、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第84页

对于“架构一”与“架构二”的描述十分生动，常读常新！我们的肉体生活在架构一种，可是，构成我们精神的是架构二这个世界！



## 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

### 10、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第89页

神话并非对事实的扭曲，却是事实必须由之而来的子宫。神话涉及人对实相本质固有的了解，而用想象的措辞表达出来；它携带的力量与自然本身一样强大。“神话的形成”是心灵的自然特性，是一种心灵成分，它这一成分与其他这类成分组合在一起，就能形成对内在实相的神话性表达。

### 11、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第73页

个人的信念与其他人的信念合并在一起，形成了文化的实相。医学宣称的效果并不尽然，毕竟只是用来防范疫病而创造出的抗体，很可能对人类产生其它的副作用！

### 12、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第244页

你们必须了解，这里所谓的男性与女性，是按照它们通常被理解的意义来使用的，而与两性的基本特性完全无关。按照这种说法，男性取向的智性想要使宇宙井然有序、命名其各部分等。不过，智性想忽略那些在宇宙中随处可见的创造面向，它首先相信，必须把自己与任何情感迹象分开。于是，在你们的历史里，有一个司掌权力与报复的男神，他为你们杀死敌人。你们有一个偏见之神，比如他会杀掉半数的埃及人以及犹太人来回敬先前埃及人的残酷行径。男性的神是权力之神，他不是创造之神。

可是，创造性一直最接近于人类自己的源头，一直是最接近存在本质的联结之处。透过创造活动，人类感觉到“一切万有”。不过，创造活动遵循一套不同的规则，它不可被归类，而坚持要有情感的涉入。它是启示与灵感的泉源——但最初，启示与灵感并不涉及权力，却是涉及“知道”。那么，在你们的社会里，当男人与女人有创造性的倾向，还有一副好脑子可以使用时，通常会发生什么事呢？

### 13、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第161页

你的关注点才是关键，很大程度上，他要为你对任何一件事的诠释负责。

### 14、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第26页

生命的质量是重于一切的。

### 15、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第133页

理性本身只能处理对已知世界所做的演绎。它无法接受来自“他处”的知识。因为这种信息不合理的范畴，还搞乱了因果法则。能推理的力量来自“架构二”。用这一讨论中的用语来说，你能推理是那些使得推理本身成为可能的“魔法”事件造成的。

### 16、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第89页

神话并非对事实的扭曲，却是事实必须由之而来的子宫。

### 17、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第14页

死亡在生物层面上是必要的，这不只是对个人而言，也是要确保人类生生不息的活力的方式。死亡是一种心灵与心理上的必然，因为过了一阵子，灵魂充溢的，不断更新的能量不能被转译到肉体里

## 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

去了

### 18、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第25页

这本书将专门谈那些最能促进精神、心灵与肉体热望的状态，这是使得物种想要延续下去得生物与心灵因素，这种因素促进了所有层面上各种生命种类的合作。物种之间不是去竞争，而是靠合作构建了一个所有族类都能创造性地存在的环境。

### 19、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第10页

每个个体都是独立的，因为对于个人范畴。我们每个人都独一无二！对于流行病的探讨需要多元化，多方面才行~我们每个人构成了整个世界。

### 20、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第155页

每一个人内在想象的世界，挟其冲劲与力量汇集成历史实相。在每个人之中，”一切万有“终极的、不容置疑的、不可抑制的力量被个人化了，并栖居于时间之内。人的想象能带他进入其他另约——但当他试图把那些真理强行挤入一个太小的架构时，变扭曲了内在实相，将之变成了”犬牙交错“的教条。

### 21、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第274页

当你被教导不去信任你的冲动时，你开始失去做决定的力量；这一切开始发生之后，你会失去力量感——因为你害怕去行动。

### 22、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第153页

想象的世界的确是你与自己源头的接触点，它的特性与你目前能接触到“架构二”的特性最为接近。

你对历史以及每日生活的体验，无形中都是由那些只存在于想象里的概念所形成，然后再被投射到物质世界上的。这适用于你个人关于自己的信念，以及在想象里你看自己的方式。

### 23、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第49页

动物也有不为人知的生物法则，它们了解自己在自然界中负有的使命。动物知道它们有存在的权利，所以也能根据需要逃避灾害。  
我觉得说的就是蚂蚁搬家与燕子低飞！

### 24、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第148页

想象总是与创造力有关，而当人类决定运用一种和因果法则打交道的意识时，他不再像以前一样具体地、直接地知觉到想象的产物。

### 25、《赛斯书：个人与群体事件的本质》的笔记-第222页

大多数狂热教派都有某种特殊语言，不断重复的特定句子。这样确实朗朗上口，他们虽然都宣称追求的是真理，但狂热教派开始运作是，他往往开始与其他事物产生关联。从而影响人的存在。

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

# 《赛斯书：个人与群体事件的本质》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)