

# 《无为，很好》

## 图书基本信息

书名：《无为，很好》

13位ISBN编号：9787807096640

作者：斯蒂芬·哈里森

译者：安秋子

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)

# 《无为，很好》

## 内容概要

尽得东方禅学精华的作者斯蒂芬·哈里森在这本书里的观点，若用一句话来概括，就是“什么也不做”。他认为，其实“无为”是个出人意料的奇妙之处，正是在这里我们发现自己是谁，是什么样的人。

哈里森毕生穷究意识与存在本质，曾走遍世界各地求教于各方先知。经过长期探索、体悟之后，他写出这本书，指出痛苦与不和谐并非问题的焦点，问题反而出在执意想去抓住一个可以卸除情感负担的明确答案。其实，我们只要学会了无求，问题的本质便会彻底改变。

非佛、非道、非心理学、非哲学，然而这本书却具有同样的治疗心灵、治疗世界的意图和作用，可以为大脑的定势思维开启新的转向，是忙碌困顿的现代人渴求的心灵桃花源。

# 《无为，很好》

## 作者简介

[美] 斯蒂芬·哈里森 (Steven Harrison)

斯蒂芬·哈里森是一位蜚声国际的演说家。他演说的话题与意识、人类发展、人际关系、非主流教育相关。著有《成为一体》《抵达你所在》《人生答案之问》《幸福儿童》《当下之后》《微光闪烁的世界》《不确定的爱》等。

# 《无为，很好》

## 书籍目录

- 楔子 给对生命认真的你 1
- 作者导言 心智结构之旅 5
- 1 有关绝对真理的故事 11
- 2 不对劲的事：空无与现实 15
- 3 心理学的神话 23
- 4 开悟的神话 37
- 5 师者：权威、集权、爱 43
- 6 灵的暗夜 51
- 7 无为 55
- 8 专注、冥想与空间 67
- 9 思想的本质 77
- 10 语言和真实 81
- 11 宗教、象征与力量 89
- 12 改变的危險 103
- 13 反应，投射与疯狂 109
- 14 自我的崩溃 121
- 15 爱，空性和能量 127
- 16 超越语言的沟通 133
- 17 生存的挑战 141
- 18 健康、疾病与老化 163
- 19 死亡与永生 183
- 20 追根究底 187
- 21 对话的邀约 191
- 译后记 因为我们是一体的 195

# 《无为，很好》

## 精彩短评

1、认识到痛苦，便是感受自由的时刻，他吓怕了我们，让我们苏醒，有了受伤的感觉，循着这条矛盾冲突的轨迹，由于我们走到了自我局限的尽头，也许可以结束我们的困苦

# 《无为，很好》

## 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)