

<<开启的世界>>

图书基本信息

书名：<<开启的世界>>

13位ISBN编号：9787508618487

10位ISBN编号：7508618483

出版时间：2010-1

出版时间：中信出版社

作者：阿勋

页数：243

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：<http://www.tushu007.com>

<<开启的世界>>

前言

从小时候开始，不知道为什么，我一直喜欢仰望天空，无论是落日清晨还是阴霾雷电，尤其是星月夜空，经常是几个小时保持不动。

无数次，我总在想，这么容易看到的壮丽美景，会有多少人去看呢？

夜晚静谧，辽阔星空，璀璨繁星组成的银河总是让我莫名着迷，为此，我曾经给自己起了一个笔名“星河”。

18岁那年，我去参加一个电视台举办的主持人选拔赛，试镜的时候我说出了一段现在想来都觉得是必然的话：“观众朋友你好，我主持的节目叫做《谈心五分钟》。

我要告诉大家一个事实：我们都只掌握自己一半的命运，上帝掌握另外一半。

当我们得意忘形的时候，别忘了上帝手中有另一半；当我们垂头丧气的时候，别忘了我们手里还有这一半。

我们这一生，就是要用手中的这一半去寻找上帝手中的另一半。

这是我们一生的命运，这也是命运的一生。

”

<<开启的世界>>

内容概要

在人生的字典里，我们总把“财富”、“知识”、“权力”、“名望”放在重要的位置。我们试图用2万多天的生命，去追寻这些我们以为最有价值的东西，以为先有了这些，才会有幸福，开更好的车，住更好的房，吃更奢华的酒宴，去更令人羡慕的盛会，但是当曲终人散，繁华落尽，内心依然空虚落寞，怅然若失。

等待幸福的心，被你丢到哪里去了呢？

这是一本开启、彻悟——直达幸福的手册。

一切烦恼如何产生的？

永不满足的自我本身是一个假象吗？

如何进入当下，感受此时此地的完美幸福？

对时间与空间的焦虑，其实是完全不必的？

本书从分析烦恼产生的根源入手，从自我的虚像入手，通过对当下和时间的思考和一个个睿智的哲学和科学故事，为我们开启了一扇通往心灵世界的大门。

你会发现，开启的幸福一直就在自己那里，从未远离。

你会发现，觉醒后睁开的双眼，可以像无忧无虑的婴儿一样体验这个“心世界”——全新的、开启的世界。

<<开启的世界>>

作者简介

阿勋（张鸿勋）一位他人称之为的觉醒者。

曾当选年度“中国十大记者风云人物”，曾任中央电视台《东方时空》《新闻调查》《对话》等栏目资深记者和总导演，采访过从国家领袖到世界男高音帕瓦罗蒂在内的众多成功人士和时代精英，并与英国前首相布莱尔等世界精英人物一起，入选IVLP世界领袖项目成员。

师从享有全球声誉的现代医学催眠大师、著名精神病学家米尔顿·埃里克森的亲传弟子、国际顶级教练机构埃里克森国际学院副院长谢莉尔·查普曼，研修开启教练术。

在经历了“拙火”的彻悟体验后，辞职著书。

<<开启的世界>>

书籍目录

引子 木桶的故事自序 幸福从未离开你前言 一把从未锁上的锁，何必费心去开？

第1章 开启的体验：幸福是什么？

“静合悦美”之所 活出自己：走出自我，能去向何方？

放开的不会离去，想要的被迫离开 丢了自己，赢了世界又如何？

第2章 手放开，心解脱 问题的解决是否在问题之外？

问题的解决是否在思考之外？

唯有心静如水，才能看清水底 放开双手，让烦恼落下 放慢脚步，幸福跟上 不“执著”放下，才是放下

第3章 放下不是弃绝 大道至简：放下思想 思想是公理还是定理？

语言和文字的无力 暂忘老师，直视月亮 小测试：你真的放下了吗？

第4章 开启：随时随地 未开启者更适用 倾听自己的生命之音 全然在当下：即便不开启 为什么要在当下？

生命不在别处 当下：在你全然所在 旁观思想也是当下 生命在当下的发丝上起舞 当下的判断 每一缕阳光都该照耀到新生命 小测试：我们看到的世界是不是直播？

第5章 当下：无处不在？

“人”是“入”口 触及生命 呼吸：进入当下的便捷途径 进入当下的诸多所在 当下在“我”在之处

第6章 认识你自己 终极问题：我是什么？

不要入戏太深 爱是什么？

身体、思想、生命 疾病和残疾 心理疾病：自我仍然受控 自杀的念头没什么可怕 一只“自我”的猫

第7章 开启的心法 开启的发生 保持提问，自得答案 开启注意事项 开启的参悟方法 开启教练的操作

我的开启时刻第8章 美好开启能多久？

开启不是点，是条射线 不求明白，不用去懂 让体验自然流淌 开启后请传播希望 保持静默，不去炫耀 放下“开启的执念” 团体的开启 “你会微笑吗？”

第9章 开启空念的智慧 寻找智慧，从未止步 中国古代的“反相对论” 儒释道中的“一” “至空” 才会“大有” 空间的“空” 时空的幻象 时间是什么第10章 开启幸福新生活？

开启的觉醒 开启的专注 人际关系轻松坦荡 信任与自在的婚姻恋情 教育问题：和孩子成为朋友 自我成形中的青少年 让孩子的心胸“海阔天空” 港口合一：管理之道 开启之后的读书第11章 迎接美丽

新世界 世界在你手中 以爱之名 大爱无边：战争与和平 拯救世界的1000天 开启的世界 心意识的觉醒和进化 2012开启世界的爱第12章 开启：随时小品 开启的开心浪花 水的智慧 一刀分别“心”，

“必”定有烦恼 唐三藏中藏着什么“三宝”？

“玩”：内圣外“王”+“元”初境界 4条腿，2条腿和3条腿 这本书本没有名字 后记附录 幸福存于当下，生命不在别处——接受《价值中国》专访（节选）

<<开启的世界>>

章节摘录

第1章 开启的体验：幸福是什么？

“如何获得长久的幸福，”不是今天才开始成为热门话题，只是在今天，我们的压力，似乎比以前的人们重了许多，所以，我们中的很多人开始思考：我到底在追求什么？

我追求的真的是我最想要的吗？

——可是，我们发现我们的答案没有一个是让我们肯定的终极。

这是一条没有尽头的道路吗？

这是一条没有目的地的航线吗？

在一天又一天的思考中我们迷茫，不知所来，不知所往。

其实也正常，一条不知道目的地的船只，不迷茫和彷徨——反而是不正常的。

所以，在一开始，我们了解一下开启的至善幸福是什么，看看所有的描述中是否有我们真正该追求的东西。

其实古往今来，对顿悟，对彻悟、开启的描述数不胜数，所以这里也仅仅是把至大的美好描述出来“万分之一”而已“静合悦美”——这里说的“万分之一”，是因为我们的描述，无论怎样描述都不会到达那个无边的美好的边界；我们还会提到一个总提到的词汇：“活出自己”——有的人叫“自我实现、自我超越”——可是一个人真的能够“离开”自己所在的地方，一个人真的能够“前往”自己本来在地方吗？

——丢了自己——赢了世界又如何呢？

“静合悦美”之所开启是什么意思？

有的人用“顿悟”“开悟、彻悟”来代替，还有“进入当下”，这些都是类似“开启”的意思，但这里之所以不用“彻悟”、“开悟”是因为与其它词汇相比，开启更容易表达一种“门推开后一直保持开着”的状态，仅此而已。

开启的时间，本身是时间轴上一个点和点之后的射线——而不仅是一个点。

那个时刻我们依旧可以称呼“顿悟”、“彻悟”、“开悟”，而开启则是一次彻悟之后的所有时间。

所以，开启者不会自称：开悟“了”——那样的话，只会停在那个点上。

<<开启的世界>>

后记

6月28日，那一天，是我的第二个生日。

在那天，我收到了人生至大的礼物：潜意识深处的“一我”终于把我唤醒。

不过，后来我发现，这个珍贵礼物仅仅是一系列不可思议的礼物中的第一件而已。

首先，在那个时刻之后，无论做什么我都非常专注，那一刻，全部生命都在那件事情上，我发现阅读能力，记忆力的提升是不可思议的。

有一次，我要乘坐地铁去一个大约30分钟路程的一站，上车后，打开一本新书，从头到尾读完书之后，才注意到地铁拥挤的人群和周围的噪音，合上书，发现车还没有到站。

最美好的事情还不止这些，每一个被我陪伴获得“开启”的人，都体验到了至美至善的幸福，而且或多或少都在注意力、记忆力方面有了明显的提高。

事实上，只要让自己全然空念，陪伴对方，关键时刻出现提问和隐喻，就可以支持到对方，其实，根本就是对方自己在“开启”自己。

不过，这个逻辑的确很有意思，只有彻悟“大爱”才能获得“大智慧”。

我开始有一些迷惑不解，难道“开启”真的可以解决所有人的所有问题吗？

在寻找规律的时候，我终于发现了东西方古代文明中，早就蕴含了一个“肯定的答案”，也就是开启的基础原则，就是“每一个人都是有完全能力的创造者”：在几千年前的先哲言论中其实早就存在了，佛陀、孔子、孟子、庄子、苏格拉底、亚里士多德，都在最基础的言论部分讲述过同样的内容。

不仅如此，近代的科学家爱因斯坦、霍金、心理学世界大师艾里克森全都有完全相同的言论，那就是在每一个人的意识深处，埋藏着巨大的宝藏。

<<开启的世界>>

媒体关注与评论

阿勋以他个人顿悟的经验，配合自己广博的人生阅历，写出这样一本深入人心的好书。希望读者在阅毕之余，也能像阿勋一样，看到了一个开启后的世界。

——华语世界身心灵小说家 张德芬很高兴分享阿勋的启悟，祝福每一个当下！

——著名作家·毕淑敏阿勋给我讲过中国的（国学）三大古老智慧，和古代西方智慧以及西方心理科学的研究有很多吻合之处，中国毕竟有万年的连续文明，所以我需要有人尽快翻译这本书，我要仔细读。

——国际心灵大师 玛丽莲·阿特金森博士我在地球的另一端等待着这本书。

——加拿大国际开启导师 谢莉尔·查普曼读者心声：“只看了几个章节，我已眼眶含泪。

” ——北京 项女士“活了几十年，只为了等待今天这一天。

” ——北京 叶先生“太不可思议了！

妙，不可言阿，我心中的花开放了。

” ——新疆 李先生“开启，让我一辈子当几辈子过。

” ——北京 张女士“开启觉醒这件事真的是可以学习的。

只是听阿勋谈过几次话，《爱的觉醒》《当下的力量》我就很容易读懂了。

” ——[美国]芝加哥 Mr.Ryan

<<开启的世界>>

编辑推荐

《开启的世界:幸福从未离开你》：我们走得太远，却忘了为什么要出发“如果你一生只读一本书，一定读这本。

”——一位读者。

曾经的中国十大记者、央视《对话》总导演亲历彻悟，辞职著书一本开启、彻悟——直达幸福的手册。

张德芬、毕淑敏、国际心灵大师，玛丽莲·阿特金森等联袂推荐！

随书赠送《心灵慢转弯：开启幸福的50个提问》精美年历。

世界是个大游乐场，小时候我们都记得，只不过长大忘记了。

打开一扇门，开启心世界。

<<开启的世界>>

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:<http://www.tushu007.com>