

<<这一生为何而来>>

图书基本信息

<<这一生为何而来>>

前言

臣服，让一切如是 海爷爷一直是我心目中的灵性大师，这次出版的访谈录，提到了他不为人知的当兵逃命的年少时光，以及他身为传教士的一些经历，读来颇有兴味。

书中提到了很多德国人、犹太人以及欧洲等国家和地区的一些历史冲突和恩怨。

这对我们中国人来说，有点遥远而陌生，但是可以得出的结论就是：天灾人祸，都是由不知名的力量在推动的，表面上看起来好像有人要负责(比方说希特勒是大家痛恨的元凶)，但是当你了解一切如是的时候，就不会对加害者有那么多的批判了。

这也是海灵格被一些主流人士批评最厉害的地方，他不赞成我们谴责所谓的加害者，因为，一旦我们对加害者心怀怨恨，我们的能量就和他们的牵缠在一起了。

于是，我们多多少少会怀有他们的心态，会带有他们的能量。

同时，我们也会理直气壮地看不到自己也有加害别人的时候。

所以没有所谓的受害者和加害者，其实，每一个灵魂都是想要和解的，宽恕和爱才是一切问题的解决之道。

海爷爷非常推崇我们中国的老子，他对“道”的理解和诠释也非常经典。

他所谓的“推动一切的一股力量”，其实就是“道”；他所说的臣服、一切如是，也就是老子一直在说的“无为”。

我个人最近一直在学着去臣服，把每天发生在自己身上不愉快或是不喜欢的事情，当成一种修炼。

所以，看到书中下面这两段话的时候，我深有体会。

我注视着所有让我控诉的人、事、物，并且说：“是的，就是这样。

” 我看着我，看到了自己因为有所失去，反而有所获得。

我看着我，看到了自己身上的力量。

我不需有求于他人，我知道自己独立坚强。

我接受发生在我身上的一切不如意的生活境遇，这些经验成为我的力量。

同样的，这也可以运用在我自己想极力撇开的过错或是抹去的深层罪恶感上。

我看着它们并且说：“是的，就是这样。

” 罪过自有恶果。

我接受这个恶果，并将它转化成力量，如此一来，过错也可以转化为正面的力量。

透过这样的方式看待并接受一切，就会让人得到成长。

是的，而且是将我们接受的一切转化成力量。

这样的话你会觉察到有很大的不同。

我想避开让我痛苦不幸的一切，让我强烈感觉有过错的一切，或是让我觉得被不公平对待的一切——就让我们简称这一切是人生的逆境好了。

当我全心臣服，愿意接受人生所遇到的所有逆境时，让人痛苦的这一切便不会进驻我心中，我反而获得了生命的力量。

在这种情况下，只有力量会在内心产生，而不再有痛苦与不幸。

我不再深陷这些逆境中，相反地 我从中获得重生。

所有的痛苦与不幸都成为过去，只有对生命的热情力量 在我心中。

此外，海爷爷在书中还谈到了儿女对父母遭受一些苦难时，应采取的态度，这对我来说也有醍醐灌顶之效。

对那些身上还背负着父母的苦难，不能自己好好生活的人们来说，如果能把下面这几句话听进去并做到，那么他们将获得最大的解脱。

孩子不该承担父母自觉沉重的困难问题。

有个冥想练习可以做：注视着自己的父母，看着他们的困难问题，看着他们命运中的纠结牵连，看着他们的经济赤字，看着他们的上瘾症，看着父母身上的疾病痛苦。

我看着这一切，知道如果我的父母接受自己命运伴随的这一切，那么就能从中得到无限的力量。

就像之前自己做练习一样，我愿意接受自己生命中的所有经历遭遇。

<<这一生为何而来>>

而我也看到，如果我的父母能够接受自己生活中的所有不幸，那么他们也可以化逆境为力量。

我也看到如果我自己取代父母为他们承受一切，那么可能会发生的状况只是让所有的事情变得更糟。

总之，要尊重那股不知名但却在推动一切的力量，尊重团体的能量律动和整体性，尊重我们的源头，并且为自己的生命负起一切的责任。

这是我读了这本书以后的心得体会。

对系统排列有兴趣的人也可以在书中找到海爷爷的一些精华理论，进而了解海爷爷排列工作的精神基础。

身心灵作家 张德芬

<<这一生为何而来>>

内容概要

本书是德国心理治疗大师海灵格基于访谈基础上的传记，是全面了解海灵格本人和其思想的必读著作。

在书中，海灵格首先公开畅谈了自己的一生，畅谈命运、和解以及幸福之道。

海灵格一生都在探讨人心该安于何处的问题。

人的一生为何而来？

这辈子会受到和平、喜悦、爱的序位的支配和左右吗？

通览本书，人们可以领略到海灵格在“爱的五个同心圆”“良知与罪恶”“和解”“幸福之道”“给予和接受”等重要议题上的独到见解，引领人们以全新的视角看待世界和人生。

<<这一生为何而来>>

作者简介

伯特·海灵格（Bert Hellinger），德国心理治疗师，“家族系统排列”创始人，全球著名的身心灵大师，被誉为“西方的老子”。
他的净心术直指人心，为都市修行人提供了最好的指引。
他所创立的独特心理治疗法风靡欧美，并逐步影响到全世界，至今已有数十个国家和地区的人，通过“家族系统排列”的帮助，找到了更和谐、更幸福的家庭生活。
2001年以来，他曾两次来到中国举办“家族系统排列”工作坊，反响极大。

他著述颇丰，影响深远，全世界有上百种译本，代表作有《我在谁家》《爱的序位》《心灵活泉》《活出内在的力量》等。

<<这一生为何而来>>

书籍目录

序一 臣服，让一切如是 张德芬

序二 海灵格的自由与臣服 武志红

序三 和谐之道 周鼎文

导言

生命与内在的成长·生命的阶段

开端 我从未想过成为教师

战争 我不曾经历青春年少就一夕成人了

逃亡 那个该死的德国人，到底藏在哪儿？

教会 决定并非偶发自愿的

在非洲传教 我其实毫无概念

团体动力 助人？

自我实现？

牺牲奉献的目的何在？

神职生涯结束 我要离开

自我修炼 50岁——感觉自我发展仍未完整成熟

不许犯错·团体工作、个案排列、移民的互动

冷峻严格的作风 逆境让人成长

我没说：外来移民都得回去

在大型团体中进行排列工作

我的发言与政治完全无关

个案排列 我不是机械技师

中断排列 不与逆境对抗

正确的理解改变命运

爱之环的五个同心圆·父母、青春叛逆期、伴侣关系以及接受的艺术

父母 爱之环的第一个同心圆

童年及青春叛逆期 爱之环的第二个同心圆

接受与给予 爱之环的第三个同心圆

尊重认同全人类及全世界 爱之环的第四、五个同心圆

关于幸福和喜悦 想到母亲而满怀喜悦的人会赢得生命的力量

亲子关系疏离 身为父亲的人不需要继续抗争到底

掌控命运的手·加害者与受害者之间的联结

身为人父人母的贡献 我从哲学的角度赞颂母亲的伟大

在内心接纳被排除的人

回归故乡的权利

与加害者保持距离

视希特勒为一般人——并非是脱罪辩护

关于反犹太主义、犹太人以及基督徒 是基督徒把犹太人钉在了十字架上

爱的联结与自由·成人的自主与叛逆

狂热主义及回归自我 热情与狂热

发自“良心”的单纯 做好事的清白感

无法避免的过错 有意识却让人痛苦

原始意识及其场域 个人主义的终点

和解与爱国主义 我是德国人，但我并不引以为傲

<<这一生为何而来>>

用爱看待亡者，代替用罪恶感谈论存活者·回忆及排挤
以德报怨，放弃以牙还牙的报复念头与行动 内心认同且尊重过往的一切
和平与良知 愤怒暴行让人忘却慈悲
政治排列 结束过去，才能迎向未来
战争赔偿的要求 如此波兰人对德国人会比较有好感吗？

心灵的活动和肉眼不得而见的无形力量 真理真相何在？

有关的信息及场域 无法想象的事具象化呈现
成功掌控欲以及效用的实际佐证 若追踪探讨成效，那是有自私利己的意图
其他力量、宗教以及自主的决定 所有的移动都被不可知的力量驱动
关于解决之道的瓶颈限制 面向未来，继续走下去

<<这一生为何而来>>

章节摘录

版权页： 生命与内在的成长 生命的阶段 您今年即将80岁。

希特勒获得政权的那年，您当时才7岁，尚属稚龄，不知您对此事是否还有印象？

我当时虽然年幼，但对此事印象十分深刻。

我记得有一天晚上我父亲下班回来，一进门就急忙告诉我母亲，希特勒成了帝国的总理了。

我父亲神情十分忧伤凝重，我想我父亲当时就已经感觉到即将有大事发生。

不久之后，我们也亲身经历了，我父亲之前的担忧成真。

我们当时住在科隆（Cologne），有个周日想要去附近的山上走走，当天早上我们一如往常地先去教堂做了晨间弥撒，弥撒之后我们离开教堂，准备去坐轻轨电车。

在街上等车时，有一个纳粹冲锋队员朝我父亲走来，盘问我父亲，我父亲回答了他的问话，他却对我父亲大吼大叫，并且要逮捕我父亲。

恰好就在此时，轻轨电车进站了，我们全家火速上车。

轻轨电车的驾驶员也随即把车门关上，迅速离站。

纳粹冲锋队员见状也随即蹬上他的脚踏车，紧追在轻轨电车之后。

电车驾驶员过站不停，一路加速猛开，好不容易才甩掉尾随在后紧追不舍的纳粹冲锋队员。

电车上的所有乘客见状都拍手叫好。

在那个时候，如此状况在科隆还时有所见，但到后来便无人有胆拒捕，这类你追我跑的街头景象自然而然就不得而见了！

您10岁时就离家住宿，为何会在如此幼小的年纪作出这样的选择呢？

我小时候的志愿是当神父。

在我5岁的时候，我就十分明白自己的志向！

那个寄宿地是通过我母亲的友人得知的。

母亲的友人力劝我母亲让我去那儿住宿，因为那所住宿机构隶属教会组织马利安西勒尔（Mariannahiller Missionaren）。

母亲的友人认为这是一个很好的机会，在那儿住宿可以为成为神职人员作准备。

这所寄宿机构位于莱茵河畔的龙尔（Lohram Main）。

我父母同意我离家到另一个城市住宿就读，这对我来说，像是他们送了我一份大礼。

这个决定是我人生中一个相当重要的转折点，我当时尚年幼，不过是个10岁大的孩子，但它让我的人生进入一个截然不同的新世界。

我得到更多的机会和自由。

如果我当时不曾离家，我不可能获得这样的历练。

您的父母在让您离家寄宿受教育这件事情上看法一致吗？

我母亲完全支持此事，我父亲则是抱持保留的态度，但是我还是得到了他的肯定。

学费等所有的费用也是由我父亲全额负担的。

您离家寄宿受教育的那年是1936年。

住宿机构的修士们对于国家社会主义所持的态度如何？

您当时是否在修士的身上窥出什么端倪？

让我用一个真实发生的小事来说明修士们的态度吧！

当时的奥地利与德国是政治共同体，那时两国之间有个共同的投票选举活动。

宿舍的一些修士和在厨房工作的修女投了反对票。

然而，那次选举并非是秘密计名的投票选举，选票被一一打开检查。

就在投票选举结束的那个晚上，来了一群举着火把的纳粹冲锋队员。

他们团团包围了我们的宿舍，并在宿舍的外墙上用油漆写上“这里住着叛徒”“他们投了否决票”。

然后他们丢掷了无数的石头，砸破了近两百片玻璃，连我们学童们睡觉的大通铺也不曾幸免，大房间里一样飞进了无数的砖头和石块。

隔天早上有两个修士被逮捕，我们这些寄宿的学童被迫放假回家。

<<这一生为何而来>>

您10岁就离家住宿就读他市的学校，不知在宿舍是否有人可以作为您效仿的模范呢？

我想应该就是主持宿舍的修士们吧！

他们都是很棒的人，他们让一切梦想成为可能：不同的体育活动、登山旅游、歌唱比赛、话剧表演等等。

我在住宿期间学会了拉小提琴，还成了我们宿舍乐团的一员，也在宿舍合唱团里演唱。

除此之外，我们的宿舍里还设有一个很大的图书室。

您小小年纪就离家千里远，您当时不会想家吗？

遇到节日或是学校放假时，我都会回家跟家人相聚，所以对我而言，根本不存在想家这类问题。

加上住宿生活十分有趣，那是段很美好的时光。

住宿期间我在各方面都受到极大的启发。

宿舍的修士们对我们很好，全力栽培我们，为我们安排多元化的课外活动，让我们获得良好的启蒙教育。

我们总是活动满满，根本没有时间感到无聊。

在您的心理治疗工作中，家庭一直是位居核心的重点，可是您自幼离家而且鲜有真正的家庭生活，对此您个人觉得是否有负面的影响？

我住的宿舍对我来说就像家一样。

我丝毫不觉得自己只身在外、离开家了。

而且这个宿舍在1941年就关门大吉，我也返回父母在卡塞尔市（Kassel）的家住了两年。

在我住宿期间，我父母也从科隆搬到卡塞尔市去了。

我当时15岁。

<<这一生为何而来>>

媒体关注与评论

海爷爷一直是我心目中的灵性大师，这次出版的访谈录，提到了他不为人知的当兵逃命的年少时光，以及他身为传教士的一些经历，读起来颇有兴味。

——畅销书《遇见未知的自己》作者、华语首席身心灵畅销书作家 张德芬 海灵格如何成为海灵格?读这本书，我找到的答案是：自由与臣服。

——心理学专家、知名心理专栏作家 武志红 我们可以看到海灵格虽然身为德国人，做的是系统排列心理学，但是他骨子里却有着与中国传统文化相同的思想精髓。

——国际系统排列学院创办人、将系统排列引进华人世界第一人 周鼎文

<<这一生为何而来>>

编辑推荐

<<这一生为何而来>>

名人推荐

海爷爷一直是我心目中的灵性大师，这次出版的访谈录，提到了他不为人知的当兵逃命的年少时光，以及他身为传教士的一些经历，读起来颇有兴味。

——畅销书《遥见未知的自己》作者、华语首席身心灵畅销书作家张德芬 海灵格如何成为海灵格？读这本书，我找到的答案是：自由与臣服。

——心理学专家、知名心理专栏作家武志红 我们可以看到海灵格虽然身为德国人，做的是系统排列心理学，但是他骨子里却有着与中国传统文化相同的思想精髓。

——国际系统排列学院创办人、将系统排列引进华人世界第一人周鼎文

<<这一生为何而来>>

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>