

# 无可摧毁的纯真



[无可摧毁的纯真\\_下载链接1](#)

著者:阿玛斯（A.H.Almaas），胡茵梦 著

[无可摧毁的纯真\\_下载链接1](#)

标签

评论

价格优惠 活动给力哦

-----  
值得多读的好书！纸张也不错！

-----  
图书质量不错，纸张好是正版，图案鲜艳很满意的书本，好评！物有所值！！

-----  
此用户未填写评价内容

-----  
钻石系列丛书就当是心灵鸡汤吧，读一读想开些，以后遇到了问题不那么苦恼就好了

-----  
包装不错，物流快。

-----  
宝贝包装非常好，快递小哥非常及时的送到家里来，在京东买东西就是放心又省事。

-----  
京东送货员冯小勇很好，服务很好

-----  
朋友推荐的，攒着慢慢看

-----  
经常觉得就到家，金大将金大将，快上课金额觉得

-----  
产品不错，深得我意，赞

-----  
很好。整套《钻石途径》共四本，全买了。

-----  
发货速度快，快递小哥态度超好！东东也很好！

-----  
觉得见到你发你的你到家惦记惦记，计算机

-----  
东西好高好高哈，看看就可以了嘛

-----  
几年前购买过该书，现在重新阅读…

-----  
钻石途径全套都买了，很好。

-----  
代同事买的，同事很满意。

-----  
成套买的，包装很简单，到货很快，方便

-----  
好吧，你们出一个套装的好不好……

-----  
《无可摧毁的纯真》内容简介：阿玛斯认为，我们的心灵就像一颗有许多切面的钻石，大部分的心理学派与灵修体系，只琢磨了这颗宝石的某些面向。他开创的“钻石途径”则运用广泛的方法，整合了情绪治疗、认知治疗、直觉式的揭露、呼吸技巧、静坐冥想及精微能量的探讨，来探索心灵的深度和广度，帮助人们面对各种心理障碍和关卡，活出充满关爱、智慧、喜悦、活力的人生。

-----  
帮别人买的，应该是不错的，京东的服务还是很赞的

质量不错，

不错，需要好好看

好书，值得一读

听别人推荐的，买了送人，友人很喜欢。

很好，是正版，物流也很快，推荐

朋友推荐的，应该错不了

书是好书，就是好难懂，慢慢来吧

别人推荐买的，包装有磕碰！

钻石途径系列之一：《内在的探索》是"钻石途径"系列中的一本，"钻石途径"整合了向上回旋和向下回旋之道，成为一个前后连贯而又十分有效的内在工作形式。——肯·威尔伯（KenWilber）

阿玛斯将深刻的灵性智能及心理学知识注入到"钻石途径"里，这项工作令他成为现代心理学划时代运动的先驱。——杰克·康菲尔（JackKoraafield）

很好的一套书籍，强烈推荐。

-----  
包装好 共买了10本 不一一评价了

-----  
给别人买的，应该可以吧

-----  
具体还没有看，服务是挺满意的。

-----  
东西很不错，喜欢京东

-----  
比微店便宜，物流也很快

-----  
非常满意。给我爸买的，他想看

-----  
很喜欢，特别有感悟！！！！

-----  
喜欢这个作者！！！！

-----  
京东图书价格便宜量又足。

-----  
很好的一套书，质量很好

-----  
满意，分享快乐阅读！

-----  
质量好，快递快，喜欢。

-----  
正品！！ 京东买书就是方便！！

-----  
钻石系列，四本为一套，希望对自己有所帮助

-----  
不错不错不错不错不错

-----  
因为喜欢胡因梦老师，所以她推荐的书也买来看了，没有读完，但看过目录，觉得还不错。

-----  
一直想买的书！

-----  
有价值

-----  
好书但是封面瑕疵很明显，磕碰的坑坑哇哇的，囧

-----  
非常赞

-----  
书很好

-----  
好好好

-----  
一直想收藏，电子版本搜得不全。可惜，这一本质量很一般，甚至有些差。

-----  
值得深思的一本书值得深思的一本书

-----  
好的

-----  
可以

-----  
很好

-----  
妈妈要去买的 讲人生 禅学 她最近已经看完3本 很满意我给她买的

-----  
前几天在惊动充值 被吭了3工作日把款0元的话费 曹  
客服答应1个工作日把款返还的，到现在都没音讯

-----  
还是不错的还是不错的

-----  
不错，正版，送货很快，很划算

-----  
还可以，值得一看的书

-----  
一度缺货啊，终于买到了，很好的书。物流很好。

-----  
品相忒好了吧~气死dd,吓跑zy.. 品相忒好了吧~气死dd,吓跑zy..  
品相忒好了吧~气死dd,吓跑zy..

-----  
刚拿到书，还没有看，书的质量不错，很喜欢

-----  
一套一起买的，买回来一直没看。

-----  
东西不错不错错不错的，还可以穿几天

-----  
不错不错不错不错不错不错

-----  
很朴素的装订，希望有帮助

-----  
很不错，真正的整合之道，开始读不懂克里希那穆提的可以来看他的书

-----  
这个系列终于齐了！

-----  
现在很多人都开始内观自己，如果你还没有，加入吧，非常好的书推荐

-----



不错的书，一直在京东买书，从书的质量到服务都是5星！

-----  
胡因梦老师翻译了很多好书，这本比较厚，一定要找时间学习。

-----  
自省的书籍，内容很好，很平静，修身养性之书。

-----  
好。。。。。。。。

-----  
阿玛斯果然利害，很深刻的道理可以用很浅显的语言表达。

-----  
一次性购入全套，内容读来深刻，有待细究。

-----  
好书，值得买

-----  
书写的很好，我很喜欢，京东送货的速度值得赞扬！

-----  
一套好书 ,慢慢品读 喜欢胡因梦的译本

-----  
心灵的修行，心灵的漫游和远行

-----  
不错不错，值得推荐的好书

-----  
阿玛斯的书都买了，只因为是看了第一本

-----  
不错，是正品

-----  
很不错的书籍 慢慢看 送人也好

-----  
看起来是正版，挺好的

-----  
不错，值得一看不错，值得一看不错，不错，值得一看值得一看

-----  
胡因梦推荐的，值得一读

-----  
这本书很好，胡因梦翻译的很好。

-----  
送朋友的，朋友说非常好。

-----  
一本很好的心灵读物，对个人很受益

-----  
期待很久的书，经典之作

-----  
好书。喜欢。好书。喜欢。

很喜欢很喜欢很喜欢很喜欢

真的是很好的一套书啊！

正版书，值得购买。静下心来看看才行。

钱钟书集：写在人生边上·人生边上的边上·石语》由钱锺书先生和杨绛先生提供文稿和样书，比较全面地呈现了钱锺书先生的学术思想和文学成就。钱锺书先生是我国当代具有国际影响的著名学者、作家，其著作博大精深，融贯古今中外，被视为人类文化中具有经典性的巨著。 作者简介

钱锺书，（1910-1998）是当代中国著名的学者、作家。他的著述，如广为传播的《谈艺录》、《管锥编》、《围城》等，均已成为二十世纪重要的学术和文学经典。

钱锺书先生字默存，号槐聚，1910年生于江苏无锡。十岁入东林小学，在苏州桃坞中学、无锡辅仁中学接受中学教育，十九岁被清华大学破格录取。1932年在清华结识杨绛先生，次年毕业，赴上海光华大学执教。1935年，先生与杨绛先生完婚，然后同赴英伦留学。两年以后，先生以《十七十八世纪英国文学中的中国》一文获副博士学位。之后随杨绛先生赴法国巴黎大学从事研究。1938年，被清华大学破例聘为教授，次年转赴国立蓝田师范学院任英文系主任，并开始了《谈艺录》的写作。抗战结束后，先生任上海暨南大学外文系教授兼南京中央图书馆英文馆刊《书林季刊》编辑。在其后的三年中，其作品集《人兽鬼》、小说《围城》、诗论《谈艺录》得以相继出版，在学术界引起巨大反响。

1949年，先生回到清华任教；1953年调到文学研究所，其间完成《宋诗选注》，并参加了《唐诗选》、《中国文学史》（唐宋部分）的编写工作。1966年，文化大革命爆发，先生受到冲击，并于1969年11月与杨先生一道被派往河南“五七干校”。1972年3月回京，当年8月《管锥编》定稿。

1979年，《管锥编》、《旧文四篇》出版。1982年起担任中国社科院副院长、院特邀顾问；1984年《谈艺录》（补订本）出版；次年，《七缀集》

出版。1998年12月19日，先生在北京逝世，享年88岁。

钱钟书集：写在人生边上·人生边上的边上·石语》由钱锺书先生和杨绛先生提供文稿和样书，比较全面地呈现了钱锺书先生的学术思想和文学成就。钱锺书先生是我国当代具有国际影响的著名学者、作家，其著作博大精深，融贯古今中外，被视为人类文化中具有经典性的巨著。 作者简介

钱锺书，（1910-1998）是当代中国著名的学者、作家。他的著述，如广为传播的《谈艺录》、《管锥编》、《围城》等，均已成为二十世纪重要的学术和文学经典。

钱锺书先生字默存，号槐聚，1910年生于江苏无锡。十岁入东林小学，在苏州桃坞中学、无锡辅仁中学接受中学教育，十九岁被清华大学破格录取。1932年在清华结识杨绛先生，次年毕业，赴上海光华大学执教。1935年，先生与杨绛先生完婚，然后同赴英伦留学。两年以后，先生以《十七十八世纪英国文学中的

中国》一文获副博士学位。之后随杨绛先生赴法国巴黎大学从事研究。1938年，被清华大学破例聘为教授，次年转赴国立蓝田师范学院任英文系主任，并开始了《谈艺录》的写作。抗战结束后，先生任上海暨南大学外文系教授兼南京中央图书馆英文馆刊《书林季刊》编辑。在其后的三年中，其作品集《人兽鬼》、小说《围城》、诗论《谈艺录》得以相继出版，在学术界引起巨大反响。

1949年，先生回到清华任教；1953年调到文学研究所，其间完成《宋诗选注》，并参加了《唐诗选》、《中国文学史》（唐宋部分）的编写工作。1966年，文化大革命爆发，先生受到冲击，并于1969年11月与杨先生一道被派往河南“五七干校”。1972年3月回京，当年8月《管锥编》定稿。1979年，《管锥编》、《旧文四篇》出版。1982年起担任中国社科院副院长、院特邀顾问；1984年《谈艺录》（补订本）出版；次年，《七缀集》出版。1998年12月19日，先生在北京逝世，享年88岁。

封面不一样，不知道为啥，内容应该一样的把

[ZZ]写的的书都写得很好，[sm]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。[SM]，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读[BJTJ]，阅读了一下，写得很好，[NRJJ]，内容也很丰富。[QY]，一本书多读几次，[SZ]。快递送货也很快。还送货上楼。非常好。[SM]，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。[BJTJ]，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲“虚实相生，天人合一”的思想，“于空寂处见流行，于流行处见空寂”，从而获得对于“道”的体悟，“唯道集虚”。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡“留白”、“布白”，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个“皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨”的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，[NRJJ]希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。很好的书籍很好的学习必备佳品，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

[SM],[BJTJ],[QY]

第三年的年中，我们车队组织了给新手参加的横滨轮胎POLO杯，我正好在北京办事，吃饭期间，黄总宝辉郭政都在。经过我的鼓动，黄总春心大动，想自己还没有登上过领奖台，倘若参加这个全部由新人参加的比赛，岂不是很有希望？吃饭期间，黄总对POL O杯显得非常关心，表示虽然囊中羞涩，但是也要尽量参加。

但是，黄总显得很没有职业道德，丝毫不关心场地赛和拉力赛的技术差别，而是一再打听到参加比赛的其它车手水平低到什么程度，如果不低到一个极限，他就不出赛。并且表示，他要考虑三天。

过了三天，电话打来，不过不是黄总的，是宝辉的，宝辉坚定不已说，我要参加POLO杯，我下礼拜就去上海参加车手培训，你要教我。

几天以后，宝辉火车到上海。当天早上就赶到了赛车场。我说宝辉，你好好学，先要拿到赛车执照，然后比赛一定要拿好名次。

赛车执照应该是王睿同我一起培训这些学员。但是因为我下午有急事，而且下午我没有什么要示范的，就先离开了。不到一小时，收到宝辉一条短消息：

寒韩，我给你丢脸了，王哥把我开出了。

我捧着手机半天没看明白，打电话过去问才知道原来是宝辉在要求慢慢开一圈的时候就已然冲出赛道。我说，宝辉，没事，我跟王睿说一声，你也给王睿道个谦，然后好好学，别一开始就那么猛烈。

宝辉哭着说，不了，我回去了。比赛不参加了，我看看这里都是开得不错的，大家都要参加比赛的，我琢磨着自己也没好成绩，而且最近困难，比赛的钱都是借的。不参加了正好去还了。我说，不行。来都来了就不能回去了。

过了半个小时，宝辉又发来消息说，寒哥，王哥又让我学了。

不幸的是，宝辉虽然安全毕业，得到了比赛执照，但是经过反复的比较和思考，还是决定不参加第一场POLO杯的比赛。宝辉说，这形势太乱了，新手里也有不少高手，我决定先看看形势以后出场。

宝辉采取了敌在明处我在暗处的姿态，其实是很无奈。宝辉说，第二场，第二场一定参加。我真切希望做了十多场拉力赛领航的宝辉能自己给自己领航这第二场。2005年，接到红河车队的电话说，需要我自己去寻找一些赞助才能继续参加比赛。我深知道寻求赞助的不容易，而且当时马上就要上海站比赛，除非自己赞助自己，要不然不可能有任何人能慷慨掏出钱来。而且就算能有资金，用的还是我那台破旧不堪的三菱5代赛车。在这个三菱9代已经出来的年头，如果还开那样的车在赛道上，而且没有好的改装，实在是一件很悲壮的事情。最好的结果是连人带车一起撞报废。

当时我已经结束了一年亚洲宝马方程式的比赛，而且并不打算再参加一年。开方程式就想在学校里念高中一样，只感觉前途渺茫，不知道自己除了花钱以外还能做什么。而一直为我提供赛车顾问的德国人马特也在努力寻找其他汽车厂商的赞助。他们比较有把握的是福特，但是眼看比赛越来越近，如果在上海拉力赛前没有参加别的车队估计今年是要待岗了。我隐约觉得其实自己的技术已经成熟了，只是在等一辆好车。可能这么说要在当时要遭到很多所谓圈内人士的耻笑。

时间越来越近，我问马特说其他地方有消息吗，马特说，一直联系得不亦乐乎的那哥们不见了。隔一天又有消息说那人出现了。我其实很不喜欢把所有的希望都悬在一个自己完全不认识的肉身上。此时真是对2005甚至2005年以后的无限年数充满失望。我想自己的两年怎么是这样的结果，仿佛在即将向大家展示新书的时候有消息说我的书被禁了，从此不能在市面发行，只能在地下供熟人浏览。

这时候，我拓宽思路，与时俱进。想既然不能在经济可以承受的N组开大尾翼的赛车了，就回到赛车更多的1600CC组参加比赛。这个组别竞争更激烈，赛车也更公平。最终我和上海大众333车队签定了协议。

上海大众333车队是中国最强大的一支车队。并且背后有厂商的支持。所以对于车队来说，得到亚军就是失败。对于我来说，从此以后再也不用担心赛车的问题，无须连夜修车，而且有一辆有直接争夺冠军的赛车，在场地赛和拉力赛上都是如此。问题是，这是我第一次开前轮驱动的赛车，以前在拉力赛上开的是四驱车，在方程式中开的是后驱车，车的驱动方式决定了车的性格。这是完全不一样的性格的车。而且我不能再一个人悠哉游哉的比赛，每场必须全力以赴。不过这就是我所想的状态。

-----  
写的的书都写得很好，[]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。，很值得看，价格也非常便宜，比实体

店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读，阅读了一下，写得很好，，内容也很丰富。，一本书多读几次，。快递送货也很快。还送货上楼。非常好，，超值。买书就来京东商城。价格还比别家便宜，还免邮费不错，速度还真是快而且都是正版书。，买回来觉得还是非常值的。我喜欢看书，喜欢看各种各样的书，看的很杂，文学名著，流行小说都看，只要作者的文笔不是太差，总能让我从头到脚看完整本书。只不过很多时候是当成故事来看，看完了感叹一番也就丢下了。所在来这里买书是非常明智的。然而，目前社会上还有许多人被一些价值不大的东西所束缚，却自得其乐，还觉得很满足。经过几百年的探索和发展，人们对物质需求已不再迫切，但对于精神自由的需求却无端被抹杀了。总之，我认为现代人最缺乏的就是一种开阔进取，寻找最大自由的精神。中国人讲虚实相生，天人合一的思想，于空寂处见流行，于流行处见空寂，从而获得对于道的体悟，唯道集虚。这在传统的艺术中得到了充分的体现，因此中国古代的绘画，提倡留白、布白，用空白来表现丰富多彩的想象空间和广博深广的人生意味，体现了包纳万物、吞吐一切的胸襟和情怀。让我得到了一种生活情趣和审美方式，伴着笔墨的清香，细细体味，那自由孤寂的灵魂，高尚清真的人格魅力，在寻求美的道路上指引着我，让我抛弃浮躁的世俗，向美学丛林的深处迈进。合上书，闭上眼，书的余香犹存，而我脑海里浮现的，是一个皎皎明月，仙仙白云，鸿雁高翔，缀叶如雨的冲淡清幽境界。愿我们身边多一些主教般光明的使者，有更多人能加入到助人为乐、见义勇为的队伍中来。社会需要这样的人，世界需要这样的人，只有这样我们才能创造我们的生活，希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。希望下次还呢继续购买这里的书籍，这里的书籍很好，非常的不错，。给我带来了不错的现实享受。

很好的书籍很好的学习必备佳品，，，希望宣传能给力的，能越做也好，下次还会在来的额，京东给了我不一样的生活，这本书籍给了我不一样的享受，体会到了购物的乐趣，让我深受体会啊。希望你能越做越好，成长有你有我大家一起来，很好的宝贝。

-----  
书的内容本身就很喜欢，一直很想找到类似内容的书籍。好好读。

-----  
钻石途径一共四部书，拿到第四部的时候，其实自己的进程可能远远没有达到第四部的程度——一直以来的观摩都更像是一种寻求逃避的借口。从初中等待期末成绩的前拿起道德经开始，一直都只是为了可能糟糕的结果寻找一个借口。如果一个人超越了人们普通的认知，超越了整个社会评判体系，那么还有什么可以在乎的呢。于是便觉得自己正在经历的一切都如此渺小而微不足道。于是便理所当然的将所有感觉都加以钝化——装作莫测高深的样子，其实下一次再遇到依然疼痛并不知所措。

没有了去年的紧张与压力，生活陡然放松，甚至都不再产生阅读这本书的愿望。越来越多的是对自己的质疑。冥想在很多情况下都是一种快速的抽离，将自己把痛苦中拉出来，旁观它，分析它，最后其实并不是解决，而是一种适应。

适应了某种的痛苦，只是因为回放了太多遍。

就像曾经看到的那个小故事一样。一个富翁一夜之间破产了，他成了乞丐，于是便祈求上帝，上帝说，一切都会好起来的。乞丐兴奋的说，真的吗，我还会再成为富翁吗。上帝说，不，你会习惯这一切的。

有一天，你习惯了这样的痛苦，那么痛苦便不会再痛了。可是遇到了新的痛苦，还是会走一遍这样的流程：拿起任何一本这类型的书，处理痛苦，习惯痛苦。

看似放下了。但是从未改变。或许，拥有痛苦并没有想象中那样糟糕。

太过安逸的生活，因为无菌，反而脆弱。

所以，宁可痛并清醒地向前迈步，也不要因为太过安逸而忘了本来想走的路。钻石途径让人所感受的是如同流水般的柔软与坚韧，似乎在任何容器中都

游刃有余，但同样引起了在任何环境下都“泰然处之”的懒惰，没有上进心，进取心，

因为觉得没有必要，找到内心的圆满才是最重要的，找到本体才是最核心的，好像轻巧的上路，没有负重。这本不应该是初衷。趁着年轻，应该学会疼痛。

没有疼通过，又怎么体会得到钻石途径真正的凤凰涅槃的奥义。摘抄：

当我们在追求时，我们就脱离了快乐与平安的源头。因此当我说不再有任何造作时，我指的是心中没有任何追求——内心不追求快乐、平安、爱、安全感或任何一样东西，因为追求意味着有某个东西是可以被达到、被发现的，就好像有个目标可以达成似的。

无论你认为自己真正需要的是什麼，人生的每一刻都只能靠自己去圆满。如果你追求快乐，制造会制造出痛苦。

若是能安静下来，忘掉并放下所有想要追寻的东西，世界自然会变得美好而圆满。

在所有的追求之中都埋藏着一种假设：“你是有缺憾的。”借由追求，你强化了自己的匮乏感。

若想了解什么是自我探索与修行，就必须停止追寻，试着去观察纯然的存在和心的本质。

这本书之于每个对灵修了解不同层次的人来说作用当然不同。它的深度之于我则是刚刚好，得到了一些新的让我有些震动的感受！不过正如书中所说的，若想看到实相，必须把学习到的整合到我们的行为和生活中！理解是远远不够的！下面是部分原文摘录：

### 第三章 臻于成熟的人

这些精微面向不该形成狭隘的成就感，或是形成一种过度良好的自我感。需要良好的自我感，其实是孩子或年轻人的需求。

虽然内在工作的目的并不是满足婴儿式的需求，但并不意味这些需求必须被排拒或贬抑。我们必须了解和认清它们，这样你才会发现自己已经不再是个孩子，于是就能超越它们，放下它们。

内在工作的作用就是要支持我们发展为成熟的人，而不是拿它来抚慰婴儿。

能帮助你走过这个过程的所有内在工作，都应该拿最深的敬意来对待，因为这么做就是在尊重自己以及人类的潜能。这样得工作应该被看成是最重要的事，因为在根本上它的确是超越一切的。我们应该将其置于那些幼稚的价值观、准则和影响力之上。第五章

### 彻底整合的人

有很长的一段时间，自我了解的一大部分就是要揭露虚假人格，认清这个人格的人生其实是十分空洞的。

如果你真想发展出自我了悟，变成完全成熟平衡的人，就得善用真实的生命经验转化自己。

人格总是试图模仿真人的生活，但因为和本体脱离了，所以做出了许多虚妄的事。

### 第十一章 勇敢的心

你以为你是因为对方的表现而产生了反应，其实是从你自己的思想里产生了反应。

所有头脑设想出来的关系，都会涉及到对自己、对他人的批判和谴责或是把他人理想化，夸大自己的重要性。这种非黑即白的划分方式，就是自我试图让自己继续存在的防卫机制。

-----  
系列书籍,假期享用一下

-----  
阿玛斯（..），胡茵梦写的的书都写得很好，[]还是朋友推荐我看的，后来就非非常喜欢，他的书了。除了他的书，我和我家小孩还喜欢看郑渊洁、杨红樱、黄晓阳、小桥老树、王永杰、杨其铎、晓玲叮当、方洲，他们的书我觉得都写得很好。无可摧毁的纯真，很值得看，价格也非常便宜，比实体店买便宜好多还省车费。书的内容直得一读实相的本质就是不对自己说谎致力于中国人的心灵成长与文化重建身心灵导师胡因梦翻译推荐钻石途径创始人、灵性大师阿玛斯经典力作探索心灵的深度和广度，活出智慧喜悦的人生世界就像你屋子里的某个角落，它已经有一百万年没晒到太阳了。当纯真的实相出现时，就像照到阳光似的，突然一切事物都变得鲜活起来。你必须把天真无知、彻底无所

依恃、完全没有防卫性的状态活出来。换句话说，你必须完全柔软开放，心中有一种什么事都没发生过的新鲜感。你真正的本质是极为有原创性的实相——它永远不会遭到破坏。钻石途径系列内在的探索解脱之道自我的真相无可摧毁的纯真关于钻石途径我们的工作称为钻石途径。钻石途径是什么，它其实有双重意义。钻石途径意味着我们采用的方法具有钻石般的特质，我称为钻石般的觉察力。钻石具有非凡的密度，可以无坚不摧。这里采用的途径是既专注，又像激光手术般精准的。此外，我们的方法是珍贵的、有价值的，且能历久不衰。——阿玛斯关于无可摧毁的纯真无可摧毁的纯真提出个人本体性当在剥除防卫、脱离表相、消除疆界后，进入合一之境，回归处子的纯真状态，让知觉开放，在光辉熠熠的实相中，看见鲜活美好的世界。，阅读了一下，写得很好，阿玛斯认为，我们的心灵就像一颗有许多切面的钻石，大部分的心理学派与灵修体系，只琢磨了这颗宝石的某些面向。他开创的钻石途径则运用广泛的方法，整合了情绪治疗、认知治疗、直觉式的揭露、呼吸技巧、静坐冥想及精微能量的探讨，来探索心灵的深度和广度，帮助人们面对各种心理障碍和关卡，活出充满关爱、智慧、喜悦、活力的人生。，内容也很丰富。钻石途径整合了向上回旋和向下回旋之道，成为一个前后连贯而又十分有效的内在工作形式。——肯威尔伯阿玛斯将深刻的灵性智能及心理学知识注入到钻石途径里，这项工作令他成为现代心理学划时代运动的先驱。——杰克·康菲尔德东西方的内在智慧传承，在阿玛斯的钻石途径里得到了巧妙的实质性整合，也清晰地指出了一种新的可能性。——胡因梦，一本书多读几次，一个自尊自重的人很清楚生命的重点不在于好或坏的感受，而是在于不丧失自尊自重，不放弃自己最真实的实相——心中最高最纯净的面向。不论事情有多美妙或多痛苦，你自重的程度都足以维持住自己的完整性。这不代表必须获得成功、胜利或达成心愿，而是以最诚恳的方式面对自

无可摧毁的纯真，一点，一点，一点点地看完了朝花夕拾，连串的时间，连串的记忆，真想将鲁迅爷爷的记忆当做我的。整本文集用词语简洁柔和，正是鲁迅爷爷的平易近人的体现。书中的抨击，讽刺，嘲笑，正是鲁迅爷爷对当时社会的反感与不满，表现了一个想让民族进步，想让社会安定，为孩子着想的鲁迅爷爷。阿玛斯（..），胡茵梦，园中淘气天真的小孩子，观菜畦、吃桑葚、听鸣蝉与油蛉和蟋蟀的音乐会，看黄蜂、玩斑蝥、拔何首乌、摘覆盆子。到在书屋读书习字，三言到五言，再到七言。课上偷偷画画，到书屋的小园玩耍。无一不体现出小孩子追求自由，热爱大自然的心态，也表现了社会对孩子们的束缚。实相的本质就是不对自己说谎致力于中国人的心灵成长与文化重建身心灵导师胡因梦翻译推荐钻石途径创始人、灵性大师阿玛斯经典力作探索心灵的深度和广度，活出智慧喜悦的人生世界就像你屋子里的某个角落，它已经有一百万年没晒到太阳了。当纯真的实相出现时，就像照到阳光似的，突然一切事物都变得鲜活起来。你必须把天真无知、彻底无所依恃、完全没有防卫性的状态活出来。换句话说，你必须完全柔软开放，心中有一种什么事都没发生过的新鲜感。你真正的本质是极为有原创性的实相——它永远不会遭到破坏。钻石途径系列内在的探索解脱之道自我的真相无可摧毁的纯真关于钻石途径我们的工作称为钻石途径。钻石途径是什么，它其实有双重意义。钻石途径意味着我们采用的方法具有钻石般的特质，我称为钻石般的觉察力。钻石具有非凡的密度，可以无坚不摧。这里采用的途径是既专注，又像激光手术般精准的。此外，我们的方法是珍贵的、有价值的，且能历久不衰。——阿玛斯关于无可摧毁的纯真无可摧毁的纯真提出个人本体性当在剥除防卫、脱离表相、消除疆界后，进入合一之境，回归处子的纯真状态，让知觉开放，在光辉熠熠的实相中，看见鲜活美好的世界。，这两个人物，给鲁迅先生留下了深刻的回忆。两个由当时社会造就的人物。一个下层的劳动者，善良、真诚、热爱和关心孩子的阿长，她思想、性格上有很多消极、落后的东西，是封建社会思想毒害的结果，表现了当时社会的浑浊、昏暗。正直倔强的爱国者范爱农，对革命前的黑暗社会强烈的不满，追求革命，当时辛亥革命后又备受打击迫害的遭遇。体现了旧社会人民对束缚的反抗，向往自由、安乐的心。人民从囚禁中走向了反抗。阿玛斯认为，我们的心灵就像一颗有许多切面的钻石，大部分的心理学派与灵修体系，只琢磨了这颗宝石的某些面向。他开创的钻石途径则运用广泛的方法，整合了情绪治疗、认知治疗、直觉式的揭露、呼吸技巧、静坐冥想及精微能量的探讨，来探索心灵的深度和广度，帮助人们面对各种心理障碍和关卡，活出充满关爱、智慧、喜悦



-----  
给我老公卖的，当时看价格也合适，就买了，送货速度也挺快的！我老公正在看这书呐，看完再发表心的！

-----  
帮别人买的，据说很治愈

-----  
大概翻看了下，排版很清晰，印刷也很好，内容不错，值得一读。

-----  
印刷质量也很不错，good，等有时间再仔细看咯~~~

-----  
有压痕 正文字体有深有浅 不知道是不是盗版的

-----  
朋友喜欢这类的书，说这类的书应该多看看

-----  
价格厚道，到货速度，满意！书好看。

-----  
物流快 不知道买一百返一百 什么时候能返

-----  
正版图书，值得推荐，质量好

-----  
无可摧毁的纯真作为钻石途径的终结本，毫无疑问是最有分量的，却也是最没用的。何出此言？本书主要描绘的是一个理想的蓝图，开悟的境界，也就是作者所居住的天堂。但是这个境界又是可望不可即的，只要你心里还有欲望，还想达到这个境界，就说明你是匮乏的，缺失的，一个匮乏缺失的人怎么可能达到圆满的境界呢？而作者偏偏又把这

种境界描绘的诱人无比，这不是要饿死我们这些饥饿的人嘛！那些吃饱了的人谁会闲着没事天天看菜谱？就是我们这些饥饿的人才会通过书里的文字意淫一下，可是阿玛斯这老头又最喜欢说：“这是无法用语言和文字描述的“卧槽，真缺德！

然而不管怎么说，这本书还是给了我希望，关于真善美，关于爱，关于纯真和好奇。因为未来可能会达到这种境界，所以现在的痛苦是可以忍受的——当然这种观念是阿玛斯竭力反对的，和所有上师一样，他提倡活在当下——然而你告诉我还有什么观念比这个更能阻止我自杀？我就是这样熬过来的，在每一次觉得无法忍受的时候，翻开钻石途径，不管作者现在达到的程度如何，至少当年，是有一个人受过跟自己一样深重的苦难，甚至比我更深重，这无论如何也是一种安慰吧。无可摧毁的纯真作为钻石途径的终结本，毫无疑问是最有分量的，却也是最没用的。何出此言？本书主要描绘的是一个理想的蓝图，开悟的境界，也就是作者所居住的天堂。但是这个境界又是可望不可即的，只要你心里还有欲望，还想达到这个境界，就说明你是匮乏的，缺失的，一个匮乏缺失的人怎么可能达到圆满的境界呢？而作者偏偏又把这种境界描绘的诱人无比，这不是要饿死我们这些饥饿的人嘛！那些吃饱了的人谁会闲着没事天天看菜谱？就是我们这些饥饿的人才会通过书里的文字意淫一下，可是阿玛斯这老头又最喜欢说：“这是无法用语言和文字描述的“卧槽，真缺德！

然而不管怎么说，这本书还是给了我希望，关于真善美，关于爱，关于纯真和好奇。因为未来可能会达到这种境界，所以现在的痛苦是可以忍受的——当然这种观念是阿玛斯竭力反对的，和所有上师一样，他提倡活在当下——然而你告诉我还有什么观念比这个更能阻止我自杀？我就是这样熬过来的，在每一次觉得无法忍受的时候，翻开钻石途径，不管作者现在达到的程度如何，至少当年，是有一个人受过跟自己一样深重的苦难，甚至比我更深重，这无论如何也是一种安慰吧。无可摧毁的纯真作为钻石途径的终结本，毫无疑问是最有分量的，却也是最没用的。何出此言？本书主要描绘的是一个理想的蓝图，开悟的境界，也就是作者所居住的天堂。但是这个境界又是可望不可即的，只要你心里还有欲望，还想达到这个境界，就说明你是匮乏的，缺失的，一个匮乏缺失的人怎么可能达到圆满的境界呢？而作者偏偏又把这种境界描绘的诱人无比，这不是要饿死我们这些饥饿的人嘛！那些吃饱了的人谁会闲着没事天天看菜谱？就是我们这些饥饿的人才会通过书里的文字意淫一下，可是阿玛斯这老头又最喜欢说：“这是无法用语言和文字描述的“卧槽，真缺德！

然而不管怎么说，这本书还是给了我希望，关于真善美，关于爱，关于纯真和好奇。因为未来可能会达到这种境界，所以现在的痛苦是可以忍受的——当然这种观念是阿玛斯竭力反对的，和所有上师一样，他提倡活在当下——然而你告诉我还有什么观念比这个更能阻止我自杀？我就是这样熬过来的，在每一次觉得无法忍受的时候，翻开钻石途径，不管作者现在达到的程度如何，至少当年，是有一个人受过跟自己一样深重的苦难，甚至比我更深重，这无论如何也是一种安慰吧。

¥28.a30(7.a2折) 跟乐嘉学性格色彩 认识自己，接纳自己

阿玛斯，二十一世纪最重要的心灵导师之一，钻石途径创始人。一九四四年生于科威特，学术专长是物理、数学及心理学。一九七五年，在科罗拉多及加州创Riechwan学苑，学员遍布世界各地。一九八六年g，创立钻石丛书出版社。其深度心理治疗方法在西方超个人心理学领域具有重要地位，钻石途径及研习机构目前仍发行有g关阿玛斯教h海的录像带h及录音带。阿玛斯具有完整的现代心理学背景、丰富的个案经验，并受过最高层的佛法训练和东方修炼法门的熏陶，又撷取了葛吉夫的教诲、苏菲神秘主义、金刚j乘和禅宗的精髓。他最m主要的贡献是将西方心理学与东方智慧整合起来，发l展出一条循序渐进、直接而精准的钻石途径。阿玛斯认为，我们的心灵就像一颗有许多切面的钻石，大部分的n心理学派与灵修体系，只琢磨了这颗宝石的某些面n向。他开创的钻石途o径则运用广泛o的方法，整合了情绪治疗、认知治疗、直觉式的p揭露、呼吸技巧、静坐冥想及精微能量的探讨，来探索心灵r的深度和广度，帮助人们q面对各种心理障碍和关卡，活出r充满关爱、智慧、喜悦、活力的人生。 Jack 跟乐嘉学性格色彩 简快s身心积极疗法（下）·（修订版t） 怪诞心理学t：揭秘不可思议的日常现象 认识自t己，接纳自己

2011国家职业资格培训教程：心理咨询师（基础知识）

阿玛斯，二十一世纪最重要的心灵导师之一，钻石途径创始人。一九四四年生于科威特，学术专长是物理、数学及心理学。一九七五年，在科罗拉多及加州创Richwan学苑，学员遍布世界各地。一九八六年，创立钻石丛书出版社。其深度心理治疗方法在西方超个人心理学领域具有重要地位，钻石途径及研习机构目前仍发行有关阿玛斯教诲的录像带及录音带。阿玛斯具有完整的现代心理学背景、丰富的个案经验，并受过最高层的佛法训练和东方修炼法门的熏陶，又撷取了葛吉夫的教诲、苏菲神秘主义、金刚乘和禅宗的精髓。他最主要的贡献是将西方心理学与东方智慧整合起来，发展出一条循序渐进、直接而精准的钻石途径。阿玛斯认为，我们的心灵就像一颗有许多切面的钻石，大部分的心理学派与灵修体系，只琢磨了这颗宝石的某些面向。他开创的钻石途径则运用广泛的方法，整合了情绪治疗、认知治疗、直觉式的揭露、呼吸技巧、静坐冥想及精微能量的探讨，来探索心灵的深度和广度，帮助人们面对各种心理障碍和关卡，活出充满关爱、智慧、喜悦、活力的人生。 Kornfield 6698条 12122条 365条 357条 N258条 461条 第二章 第六章 第十章 第十二章

## 第十六章

现代西方心理学最主要的任务之一，乃是要整合它们对人性P的深度理解与世界宗教传承早已发现的心灵解脱之道。心理学不但要治疗人类在俗世生活里的烦恼，还要为人类带来真正的解脱及身心灵的统合。A. H. 阿玛斯将毕生献给了这项任务。他从客体关系心理学及弗洛伊德派的自我心理学撷取了许多概念和经验，同时也汲取了心理动力学理论及其他的心理学体系。他更从自己的咨商过程中累积了深厚的个案经验。他受过最高层的佛法训练，接触过其他的东方修炼法门，他自己在修行上也有深刻的证悟经验。他的观念反映了葛吉夫（Gurdjieff）的教诲、苏菲神秘主义、金刚乘及禅宗的精髓。他提醒我们不但要观察人格与心智的内涵，还要洞察到人类内心最深的本质。

再便宜点就好了对于有钱人来说，他们不在乎东西值多少钱，和女朋友在一起他们注重的是心上人的开心，和领在一起，他们在乎的是给领买些高贵的东西，指望着自己有机会高升，和小三在一起，我就不多说了，对于我们农村的孩子来说，我们希望物美价廉，不是我们想买盗版货，不是我们爱到批发部去买，也不是我们爱和小贩斤斤计较，是我们微薄的收入难以支付。总的来说购物本身是一个开心的过程，从中我们利用自己的劳动购买自己需要的东西。京东商城的东西太便宜了，所以我来买了。发货真是出乎意料的快，昨天下午订的货，第二天一早就收到了，赞一个，书质量很好，正版。独立包装，每一本有购物清单，让人放心。帮人家买的书，周五买的书，周天就收到了，快递很好也很快，包装很完整，跟同学一起买的两本，我们都很喜欢，谢谢！好了，我现在来说说这本书的观感吧，网络文学融入主流文学之难，在于文学批评家的缺席，在于衡量标准的混乱，很长一段时间，文学批评家对网络文学集体失语，直到最近一两年来，诸多活跃于文学批评领域的评论家，才开始着手建立网络文学的评价体系，很难得的是，他们迅速掌握了网络文学的魅力内核，并对网络文学给予了高度评价、寄予了很深的厚望。随着网络文学理论体系的建立，以及网络文学在创作水准上的不断提高，网络文学成为主流文学中的主流已是清晰可见的事情，下一届的“五个一工程奖”，我们期待看到更多网络文学作品的入选。据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等12大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。好了，现在给大家介绍两本好书：《电影学院037?电影语言的语法:电影剪辑的奥秘》编辑推荐：全球畅销三十余年并被翻译成数十种语言，被公认为讨论导演、摄影、剪辑等电影影像画面组织技巧方面最详密、实用的经典之作。[从实践出发阐明摄影机位、场面调度、剪辑等电影语言，为“用画面讲故事”奠定基础；百科全书式的工作手册，囊括拍摄中的所有基本设计方案，如对话场面、人物运动，使初学者能够迅速掌握专业方法；近500幅机位图、故事板贯穿全书，帮助读者一目了然地理解电影语言；对大量经典影片的典型段落进行多角度

分析，如《西北偏北》、《放大》、《广岛之恋》、《桂河大桥》，深入揭示其中激动人心的奥秘；《致青年电影人的信：电影圈新人的入行锦囊》是中国老一辈电影教育工作者精心挑选的教材，在翻译、审订中投入了巨大的心力，译笔简明、准确、流畅，惠及无数电影人。二、你是否也有错过的挚爱？有些人，没有在一起，也好。如何遇见不要紧，要紧的是，如何告别。《莫失莫忘》并不简单是一本爱情小说，作者将众多社会事件作为故事的时代背景，俨然一部加长版的《倾城之恋》。“莫失莫忘”是贾宝玉那块通灵宝玉上刻的字，代表着一段看似完美实则无终的金玉良缘。叹人间美中不足今方信，纵然是举案齐眉，到底意难平。“相爱时不离不弃，分开后莫失莫忘”，这句话是秋微对感情的信仰，也是她对善缘的执念。才女作家秋微近几年最费心力写的一本小说，写作过程中由于太过投入，以至揪心痛楚到无法继续，直至完成最后一个字，大哭一场，才得以抽离出这份情感，也算是对自己前一段写作生涯的完美告别。

-----  
快递不错很快

京东物流很快。书质量很好，也没有损坏。同桌说挺好的，她很喜欢，就是发的快递说发的其他快递，回来一看ems害的我，查不到物流。很喜欢的书，不过运送过程中包装能保护好一点就好了，一本的硬质封面上有个坑，不过塑封很完整，不错，包装仔细，发货及时，价廉物美啊在大家都说在京东买东西的时候，一直没在京东逛过。前一段时间帮老妈买电视盒，在京东买了一个，没什么问题，主要是快递很快。前几天又买了一个豆浆机，九阳的，买回来，用了几回，还不错。主要是不是我做，男朋友做，说挺不错。没有买亏。比超市便宜了200块。快递还是很快。但是感觉京东的快递服务要改进一下：选货到付款，明明说先验货，再给钱的。还好用的没什么问题，买了两次都还可以。像京东这么大的店，而且现在也有名气了，各种服务都应该做的完善一点，特别是快递，是和客户直接交互的。其实我也知道这是快递的问题不是京东的问题就是了，快递网上有的说的很可怕，将你的东西乱丢的，京东的还算不错了。在我还没有看这本书的时候，我丝毫不怀疑它是一本好书，很符合80后读者的口味。很难想象一本图书会被我看得像郭德纲的相声书一样，在地铁上都如饥似渴地手不释卷。人都说《红楼梦》是一部罕见的奇书，是人生的镜子，那么对于这部书，在某种意义上也令我感到了丝丝“找出心中所想”的意味，因为我不仅从中看出大论的味道，更是以一种看搞笑图书的心情在愉悦自己，事实上这本书确实不失幽默，在大论了一把之后确实愉悦了广大读者，在此之前，我从来没想过会像一本幽默小说一样去看这本书，因为多年来这类书的泛滥使我对其十分不屑。据悉，京东已经建立华北、华东、华南、西南、华中、东北六大物流中心，同时在全国超过360座城市建立核心城市配送站。是中国最大的综合网络零售商，是中国电子商务领域最受消费者欢迎和最具有影响力的电子商务网站之一，在线销售家电、数码通讯、电脑、家居百货、服装服饰、母婴、图书、食品、在线旅游等12大类数万个品牌百万种优质商品。选择京东。好了，现在给大家介绍两本好书：《电影学院037?电影语言的语法：电影剪辑的奥秘》编辑推荐：全球畅销三十余年并被翻译成数十种语言，被公认为讨论导演、摄影、剪辑等电影影像画面组织技巧方面最详密、实用的经典之作。[从实践出发阐明摄影机位、场面调度、剪辑等电影语言，为“用画面讲故事”奠定基础；百科全书式的工作手册，囊括拍摄中的所有基本设计方案，如对话场面、人物运动，使初学者能够迅速掌握专业方法；近500幅机位图、故事板贯穿全书，帮助读者一目了然地理解电影语言；对大量经典影片的典型段落进行多角度分析，如《西北偏北》、《放大》、《广岛之恋》、《桂河大桥》，深入揭示其中激动人心的奥秘；《致青年电影人的信：电影圈新人的入行锦囊》是中国老一辈电影教育工作者精心挑选的教材，在翻译、审订中投入了巨大的心力，译笔简明、准确、流畅，惠及无数电影人。二、你是否也有错过的挚爱？有些人，没有在一起，也好。如何遇见不要紧，要紧的是，如何告别。《莫失莫忘》并不简单是一本爱情小说，作者将众多社会事件作为故事的时代背景，俨然一部加长版的《倾城之恋》。“莫失莫忘”是贾宝玉那块通灵宝玉上刻的字，代表着一段看似完美实则无终的金玉良缘。叹人间美中不足今方信，纵然是举案齐眉，到底意难平。“相爱时不离不弃，分开后莫失莫忘”，这句话是秋微对感情的信仰，也是她对善缘的执念。才女作家秋微近几年最费心力写的一本小说，写作过程中由于太过投入，以至揪心痛楚到无法继续，直至完成最后一个字，大哭一场，才得以

抽离出这份情感，也算是对自己前一段写作生涯的完美告别。

阿玛斯(A. H. Almaas)，21世纪最重要的心灵导师之一，“钻石途径”创始人。1944年生于科威特，学术专长是物理、数学及心理学。1975年，在科罗拉多及加州创立Ridhwan学苑，学员遍布世界各地。1986年，创立钻石丛书出版社。其深度心理治疗方法在西方超个人心理学领域具有重要地位，钻石途径及研习机构目前仍发行有关阿玛斯教诲的录像带及录音带。

阿玛斯具有完整的现代心理学背景、丰富的个案经验，并受过最高层的佛法训练和东方修炼法门，又撷取了葛吉夫的教诲、苏菲神秘主义、金刚乘和禅宗的精髓。他最主要的贡献是将西方心理学与东方智慧整合起来，发展出一条循序渐进、直接而精准的“钻石途径”。

阿玛斯认为，我们的心灵就像一颗有许多切面的钻石，大部分的心理学派与灵修体系，只琢磨了这颗宝石的某些面向。他开创的“钻石途径”则运用广泛的方法，整合了情绪治疗、认知治疗、直觉式的揭露、呼吸技巧、静坐冥想及精微的探讨，来探索心灵的深度和广度，帮助人们面对各种心理障碍和关卡，活出充满关爱、智慧、喜悦、活力的人生。阿玛斯(A. H.

Almaas)，21世纪最重要的心灵导师之一，“钻石途径”创始人。1944年生于科威特，学术专长是物理、数学及心理学。1975年，在科罗拉多及加州创立Ridhwan学苑，学员遍布世界各地。1986年，创立钻石丛书出版社。其深度心理治疗方法在西方超个人心理学领域具有重要地位，钻石途径及研习机构目前仍发行有关阿玛斯教诲的录像带及录音带。

阿玛斯具有完整的现代心理学背景、丰富的个案经验，并受过最高层的佛法训练和东方修炼法门，又撷取了葛吉夫的教诲、苏菲神秘主义、金刚乘和禅宗的精髓。他最主要的贡献是将西方心理学与东方智慧整合起来，发展出一条循序渐进、直接而精准的“钻石途径”。

阿玛斯认为，我们的心灵就像一颗有许多切面的钻石，大部分的心理学派与灵修体系，只琢磨了这颗宝石的某些面向。他开创的“钻石途径”则运用广泛的方法，整合了情绪治疗、认知治疗、直觉式的揭露、呼吸技巧、静坐冥想及精微的探讨，来探索心灵的深度和广度，帮助人们面对各种心理障碍和关卡，活出充满关爱、智慧、喜悦、活力的人生。

对于修行人 看了 能使人明白 不少道理

书—值得一读，推荐购买，另外京东的服务及配送也不错的。头天买，第二天就送到了。

正版 好看 品质不错

好书，优惠活动买的，推荐。现在爱在京东买书，优惠力度大，返券直减，积分换券也很好，真正让利消费者。另外赞一下：京东的物流很给力！上午买的下午到，头天晚上买的第二天早上到。。。。

好的书，慢慢看，京东是个不错的买书地!

“知识就是力量”，这是英国著名学者培根说的。诚然，知识对于年青一代何等重要。而知识并非生来就有、随意就生的，最主要的获取途径是靠读书。在读书中，有“甘”也有“苦”。

“活到老，学到老”，这句话简洁而极富哲理地概括了人生的意义。虽说读书如逆水行舟，困难重重，苦不堪言；但是，若将它当作一种乐趣，没有负担，像是策马于原野之上，泛舟于西湖之间，尽欢于游戏之中。这样，读书才津津有味、妙不可言。由此，读书带来的“甘甜”自然而然浮出水面，只等着你采撷了。

读书，若只埋首于“书海”中，长此以往，精神得不到适当地调节，“厌倦”的情绪弥漫脑际，到终来不知所云，索然无味。这种“苦”是因人造成的，无可厚非。还有一种人思想上存在着问题，认为读书无关紧要，苦得难熬，活受罪。迷途的羔羊总有两种情况：一种是等待死亡；另一种能回头是岸，前程似锦。

我的房间里有一整架书籍，每天独自摩挲大小不一的书，轻嗅清清淡淡的油墨香，心中总是充满一股欢欣与愉悦。取出一册，慢慢翻阅，怡然自得。

古人读书有三味之说，即“读经味如稻粱，读史味如佳肴，诸子百家，味如醢醢”。我无法感悟得如此精深，但也痴书切切，非同寻常。

记得小时候，一次，我从朋友那儿偶然借得伊索寓言，如获至宝，爱不释手。读书心切，回家后立即关上房门。灯光融融，我倚窗而坐。屋内，灯光昏暗，室外，灯火辉煌，街市嘈杂；我却书中神游，全然忘我。转眼已月光朦胧，万籁俱寂，不由得染上了一丝睡意。再读两篇才罢！我挺直腰板，目光炯炯有神，神游伊索天国。

迷迷糊糊地，我隐约听到轻柔的叫喊声，我揉了揉惺忪的睡眼，看不真切，定神一听，是妈妈的呼唤，我不知在写字台上趴了多久。妈妈冲着我笑道：“什么时候变得这么用功了？”我的脸火辣辣的，慌忙合书上床，倒头便睡。

从此，读书就是我永远的乐事。外面的世界确实五彩缤纷，青山啊，绿水啊，小鸟啊，小猫啊，什么也没有激发起我情趣，但送走白日时光的我，情由独钟——在幽静的房间里伴一盏灯，手执一卷，神游其中，任思绪如骏马奔腾，肆意驰骋，饱揽异域风情，目睹历史兴衰荣辱。与住人公同悲同喜，与英雄人物共沉共浮，骂可笑可鄙之辈，哭可怜可敬之士。体验感受主人公艰难的生命旅程，品尝咀嚼先哲们睿智和超凡的见解，让理性之光粲然于脑海，照亮我充满荆棘与坎坷之途。在书海中，静静地揣摩人生的快乐，深深地感知命运的多舛，默默地慨叹人世的沧桑。而心底引发阵阵的感动，一股抑制不住的激动和灵感奔涌。于是乎，笔尖不由得颤动起来，急于想写什么，想说什么……

闲暇之余，读书之外，仍想读书寄情于此，欣然自愉。

很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常  
不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非  
常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经  
典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得  
拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不  
错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇  
，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有  
很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，  
值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非  
常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经  
典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得拥有很经典哇，非常不错，值得

[illegible][illegible]

-----  
身处繁华喧嚣欲望横流的当代，如何保护内心的纯净，清除杂质成了我们不得不思考的问题，本书即基于此点而成，值得一读。

-----  
无可摧毁的纯真，写的很好

-----  
无可摧毁的纯真收藏用

-----  
要坚持，难。无可摧毁，更难。

-----  
无可摧毁的纯真很好呵

-----  
必须收齐阿玛斯！！

-----  
还没有看呢，没有买齐

-----  
值得买，纸张印刷翻译都不错

-----  
帮别人买的，据说是好多人推荐的

-----  
服务态度真是是好好啊啊 啊啊 啊

-----  
我们的纯真，不可摧毁的，也不能



-----  
好书！值得一读！物流很快！

-----  
给家人买的，应该很不错。

-----  
内容引人入胜，很精彩。可读性强。

-----  
经典，很不错！！！经典，很不错！！！！

-----  
书质量很好，就是送货要了5天

-----  
~~~~适合 个年龄的 人群 ~· 这本书很深奥

-----  
好的评价还会在首页展示并有额外的积分奖励哦！

-----  
郁闷，怎么还有这么多书没评价完啊，评一次，对于来京东买书就气一次。书又少，品种太少，配送的速度又很慢，姑且不说，就是为了还券，结果还券只是拿来骗人的，对于客户的投诉干脆置之不理，也是网购大忌啊。

-----  
[无可摧毁的纯真\\_下载链接1](#)

书评

[无可摧毁的纯真\\_下载链接1](#)