

幕后：一位觉者的实修日记



[幕后：一位觉者的实修日记_下载链接1](#)

著者:[美] 马克·李维特 著，朱清明 译

[幕后：一位觉者的实修日记_下载链接1](#)

标签

评论

东西还可以的，质量还不错的。

答疑解惑 读万卷书 行万里路 好书

非常实用、平实的修行日记。

很好的，价格实惠，非常不错。

非常好的书，京东是购物首选

内容不用多说，非常经典，纸张装帧印刷都很好。

啊，没注意看，当成是马克李维的作品了，到手才发现是另一个美国作者马克李维特的，书很薄，希望文如书名有一定深度吧。

很有借鉴价值的一本书，很好的印证佛在人间！

挺好的，非常好用，谢谢

大风车吃不吃潇洒哥混

物品完整送达，毫无折损，是一本对修行者很通俗易懂的参考书。

动物保护法的资料，非常有价值

朋友推荐的，学习中，继续

书的质量还行，慢慢看。

很喜欢这本书，物流很给力，上午买下午就到了

很值得拥有的一本好书，恬静舒适，静心，很有用的

还不错的一本书，对修行有一定的指导和帮助

书太棒了，质量好，主要价格更实惠，以后会多多支持！

不错的书，角度新颖，推荐购买！

帮老师买的，应该很不错吧，希望老师会喜欢~

可以理解的内容，觉得真实可信

不错的书籍，可以静下心来，慢慢的读~京东买书便利·

我只能这样说了，何其幸运能够遇到这本书！

好书，让我发现了不同的世界

有点深奥 需要多看几遍

先收藏，慢慢的再看。

揭示实相的一个本书。

获益匪浅，疏通心灵通道。

大师之作，感恩感谢！

非常小的一本书，但值得一读

好

人们习惯于对现状进行某种“优化”，这种“优化”具体表现为对“现状”的强化或排斥，结果是远离当下，远离觉知。那个试图优化的推动者、评价者就是“我”，这种推动形成无限循环并让“我”迷失于其中并乐此不疲。

“觉醒”之所以困难，是由于一般人很难了解自己的“心”，人们总是有意无意地强化或排斥它，不是“抓住”就是“排斥”，“抓”或“打”就是一种力，推动心态迅速地波动，这是一个无限循环。但如果能够即不“抓”也不“打”，即不吸引也不排斥，“心”就能暂停，此时能看到独特的风景，对“心”也有了更好的理解。

知道“心”和其波动的能力，被称为觉知力，觉知力越来越强、越来越快，心的波动就会越来越慢，看世间万物时就会与以前不同。比如书中48页的“虚空”，可以对应于南

传十六阶智中的第四阶智“生灭随观智”。“空”就是篱笆之间的风景，普通人以为篱笆很紧密坚固，但实际它们的间隙很大。这本书英文原版好几年前就出了，这个中文版是2016年1月出版的，算是新书。本书的纸张和印刷都较好。这本书能让我们对“觉知力”提升后出现的状态多一些了解，内容很独特，因为很少有人对自己转变过程中的经历专门描述。作者的描述具有西方人士一贯的客观和细致。

《幕后：一位觉者的实修日记》作者的写作目的是为了让“开悟”这事显得不再神秘。已经有很多很棒的书去讲所谓的“开悟”（亦称“不二智慧”），然而，缺少一本逐日、逐月、逐年详细解开真我(theSelf)的书。这本书是针对一个极其不私密的过程所作的极其私人的记述，一步步地拆解，以近乎慢动作的节奏呈现出来。读者们可以看到一条一步一步通向开悟的道路。经历剧烈的视角转变，达到高峰体验和了悟。

《幕后：一位觉者的实修日记》作者希望籍由此书能说明：开悟体验并不神秘，并不专属于某个其他的时间和地域的神话传说，而是一种视角的切实转化。任何人，只要对“存在”的本质有足够的探索欲，都能够在此刻、此地实现这一转化。之所以这么说，是因为我们生而为人，因此，只要我们探索自己的心智到一定深度，会发现一个同样的宝藏在等着我们所有人。

作者简介《幕后：一位觉者的实修日记》作者的写作目的是为了让“开悟”这事显得不再神秘。已经有很多很棒的书去讲所谓的“开悟”（亦称“不二智慧”），然而，缺少一本逐日、逐月、逐年详细解开真我(theSelf)的书。这本书是针对一个极其不私密的过程所作的极其私人的记述，一步步地拆解，以近乎慢动作的节奏呈现出来。读者们可以看到一条一步一步通向开悟的道路。经历剧烈的视角转变，达到高峰体验和了悟。

《幕后：一位觉者的实修日记》作者希望籍由此书能说明：开悟体验并不神秘，并不专属于某个其他的时间和地域的神话传说，而是一种视角的切实转化。任何人，只要对“存在”的本质有足够的探索欲，都能够在此刻、此地实现这一转化。之所以这么说，是因为我们生而为人，因此，只要我们探索自己的心智到一定深度，会发现一个同样的宝藏在等着我们所有人。

作者简介《幕后：一位觉者的实修日记》作者的写作目的是为了让“开悟”这事显得不再神秘。已经有很多很棒的书去讲所谓的“开悟”（亦称“不二智慧”），然而，缺少一本逐日、逐月、逐年详细解开真我(theSelf)的书。这本书是针对一个极其不私密的过程所作的极其私人的记述，一步步地拆解，以近乎慢动作的节奏呈现出来。读者们可以看到一条一步一步通向开悟的道路。经历剧烈的视角转变，达到高峰体验和了悟。

《幕后：一位觉者的实修日记》作者希望籍由此书能说明：开悟体验并不神秘，并不专属于某个其他的时间和地域的神话传说，而是一种视角的切实转化。任何人，只要对“存在”的本质有足够的探索欲，都能够在此刻、此地实现这一转化。之所以这么说，是因为我们生而为人，因此，只要我们探索自己的心智到一定深度，会发现一个同样的宝藏在等着我们所有人。

作者简介《幕后：一位觉者的实修日记》作者的写作目的是为了让“开悟”这事显得不再神秘。已经有很多很棒的书去讲所谓的“开悟”（亦称“不二智慧”），然而，缺少一本逐日、逐月、逐年详细解开真我(theSelf)的书。这本书是针对一个极其不私密的过程所作的极其私人的记述，一步步地拆解，以近乎慢动作的节奏呈现出来。读者们可以看到一条一步一步通向开悟的道路。经历剧烈的视角转变，达到高峰体验和了悟。

《幕后：一位觉者的实修日记》作者希望籍由此书能说明：开悟体验并不神秘，并不专属于某个其他的时间和地域的神话传说，而是一种视角的切实转化。任何人，只要对“存在”的本质有足够的探索欲，都能够在此刻、此地实现这一转化。之所以这么说，是因为我们生而为人，因此，只要我们探索自己的心智到一定深度，会发现一个同样的宝藏在等着我们所有人。 作者简介

可以，挺好。

内容不错，值得推荐读书。

[幕后：一位觉者的实修日记_下载链接1](#)

书评

[幕后：一位觉者的实修日记_下载链接1](#)