

## 【一流讀書人】我是誰？來自何方？為何在這裡？導讀 唐耀棕

覺宮珠璣

每一個人似乎總生活在煩惱與不安中，並且不斷地向外在世界找尋某人、某事、某物，渴望未來因為得到這些而覺得喜悅與平安。可是，親身或周遭人的生活經驗，卻一再證實一個事實：「世間實無一人、一事、一物能夠為我們帶來內心真正而恆常的平安」。

既然如此，為何我們還是不停地找尋某人、某事、某物呢？為了找出最根本的答案，我們得先來探究另一個問題：「究竟是誰在不停地找尋某人、某事、某物？」這是個無解的麻煩問題！如果你視它為無關緊要而置之不理，這些問題將無止盡的循環下去。非常幸運地，被美國《時代雜誌》譽為「心靈之王」的喬布拉，為我們寫了《世界在你之內：生命的15個秘密》這本經典之作，它圓滿地回答我們的大疑問：我是誰？我來自何方？我為何在這裡？

人生中最大的渴望不在追求食物、財富、地位或異性的愛情，許多人得了這些東西，內心依舊不滿足，甚至比追求之初更不滿足。生命中最深的渴求是一個秘密。喬布拉向我們揭示了驚人的事實：只要回歸身體智慧，奧秘在當下就可以解開。本書不但帶領我們探索痛苦、靈性、死亡、時間、自由……等15個面向，更提出15種改變現狀的行動方法，一步步揭開蒙蔽智慧的神秘面紗，進而品嚐開悟的甘甜滋味。

2011/07/21

