

《原味觉醒》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2013年04月01日

开本：32开

纸张：胶版纸

包装：平装

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787544736282

编辑推荐

现代人普遍面临着生活、工作、人际关系方面，许许多多的困扰，人生禅正是教人如何面对并战胜这些困扰，从而找回生命的宁静和自然。

人生禅是陈建宇老师对禅学的一种发扬，使禅学更加实用，进而而成为一种解决问题的方式和好的生活习惯。

这本书是人生禅类作品首次在大陆地区出版，读者大众可以获得一种全新的应对关系紧张以及人际关系困扰的途径。

本书是陈建宇老师原汁原味的讲课实录，师生互动，通俗易懂，幽默风趣间可以帮你找到寻求已久的答案。

内容简介

本书是作者在台北延吉学社讲授人生禅课程期间，52周课程里的5篇精选实录。主要内容是围绕“工作无惧，关系有爱”展开的。

人生禅不属于任何宗教，而是借助禅的方式来体悟真实的自我和生命。作者希望自己的学生和本书的读者能够通过听课或者阅读本书，找寻到人生的真谛，摆脱生活里的烦恼和纠缠，在爱和关系里找到最真实的自己，活出自己的原味。

作者简介

陈建宇，1959年生，台湾云林县人。自幼为追寻生命的答案，遍阅儒释道三家经典与西方哲学著作。

1989年同友人一起开办“创见堂”，1990年倡导人生禅，开始弘法利生的工作。主张修行三不主义：“自我观察，不自欺；日常生活，不欺人；涅槃体验，不被欺。”著有《

步步人生步步禅》《牵骑心牛》《原味觉醒》《问津》《丽江到泸沽湖畔的八堂课》等。本书根据陈建宇讲课实录整理而成。

目录

序：枯萎成真理.....1	
爱情中的修行	
我们到此为止吧！.....3	
我们的爱都是玩假的？.....7	
爱是最初也是最后的真理.....10	
你是空的，一眼就看出端倪.....14	
为她扭曲才是爱.....16	
成为完整的普通人就够了.....19	
来自情伤的孤独.....23	
从受伤到防卫，从死亡到开悟.....28	
being，而不是doing.....32	
做个『记得自己』的花痴.....36	
他还没有玩够.....42	
承载或呈现这一切的是什么？.....44	
创造一片工作中的生活花园你为什么工作？.....71	
如何把一个部属fire掉？.....74	向左走，向右走，你正在干什么？.....77
有一个人愿意动，局面就不一样了.....80	
推来推去，当然天下乌鸦一般黑.....83	很多人会认为你是怪胎！.....86
别人的冷漠可以让我受伤，那我算是冷漠还是热情？.....91	
创造自己工作中的生活花园.....95	
生活就是我的创作，那才是永恒的一首诗.....98	人生是一场游戏三昧.....101
你的自我搞不好就和你的身高一样高.....104	
每一个人都可以指责我，因为我要成为一个好人.....107	
如果自我是被形成的，它就不该是家门口的一座大山.....111	
为什么有成败？在江湖里面才有成败.....114	以后的生命都是多出来的.....118
工作还是会出错啊！觉得错就面对嘛.....122	你逃，你逃，你逃逃逃！.....125
渐入佳境的工作与生活.....128	
看来，我们都生活在过去和别人的需要里大人的言行.....187	
特立独行的妈妈.....189	释放内在的声音.....192
欣赏人性的缺憾.....194	
恐怖的完美.....196	要求别人，无法逃避自己.....198
关系也有蓝图.....200	
生命的出路在哪里？.....202	女人的生命不只用来取悦别人.....205
允许心灵舞台空空如也.....208	一瞬间的平静.....212
他做错了什么？.....215	刚好大家都是傻瓜，这才叫无明.....219

除了固定反应，我们没有自己.....222

我们都不知道要去哪里，就已经在车上了.....224

后记：为什么你是空的？.....226

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

我们到此为止吧！

今晚延吉学舍气氛热烈，小小厅堂坐满了人，空间里有种一触即发的兴奋，还有一种令人安心的和谐。

进入这暖乎乎的厅堂，卸下包包、大外套以后，玛蒂妮的余光扫到了坐在角落的小石头。表情僵硬的小石头没有看玛蒂妮，正集中精神想着什么。

昨夜，小石头才在电话中对玛蒂妮说：“我们就到此为止吧！”

玛蒂妮找了一块蒲团坐下。哭了一天，她眼睛红肿。而经过眼泪的洗礼，心空空的，既不觉得痛苦，也不特别悲伤，心情就像一块被推土机碾过的荒地，完全没有遮挡，仿佛整个夜空的星星，随时可以哗啦啦地倒下来。

今晚扮演“爱情教主”的陈老师，为这次的主题——“爱情中的修行”做了一个开场白：

“上次山子和玛蒂妮这对姐妹花希望这堂课能谈谈爱情，结果就来了这么多人，似乎我十四年来的努力，都不如爱情的力量大，可以聚集这么多人。”大家听了忍不住大笑起来。

孩子气的梅子得意扬扬地对陈老师：“这你要感谢我。本来我们有一个训练治疗师的课程，叫作‘听释课’，结果玛蒂妮打来了两三通电话，我就建议田医师把全班学员带过来，就像参观美术馆一样，回去可以讨论讨论。”

陈老师恍然大悟：“原来爱情加上梅子，就会有这样的盛况。玛蒂妮前阵子参加了十天的内观禅之后，突然对修行产生一股强烈的渴望，她希望在修行上能继续往前走。不过玛蒂妮有一个很爱她的男人，叫小石头，小石头先生有一点隐忧：听说很多去了内观的女生，出关第一件事就是和男朋友沙扬娜拉，因为她们突然发现了一切事物的真相，于是爱情就没那么重要了.....哇，这种传闻太厉害了！”

“我从玛蒂妮如今的言谈举止中，可以发现某种心灵的品质，她渴望把解脱之道走到底，又不想放弃爱情。因而我安慰小石头说：‘放心啦，人生禅不会有落跑的新娘，只有开悟的新娘。’我对他开玩笑说我们叫‘人生禅’，人生是禅，我们哪一个人没有‘人生’呢？在别的修行团体可能丢掉老婆，在我这儿不可能。所以今天的主题便叫作‘爱情中的修行’。”

玛蒂妮瞥了一眼小石头，他依旧坚定地看着前方。玛蒂妮在心里叹息：“亲爱的陈老师，您还不知道，我和小石头已经分手啦！”

[显示全部信息](#)

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www.tushupdf.com](http://www.tushupdf.com)