

《佛说，你无法真正占有一个人》

书籍信息

版次：1

页数：

字数：

印刷时间：2017年03月01日

开本：32开

纸张：胶版纸

包装：平装-胶订

是否套装：否

国际标准书号ISBN：9787569912036

编辑推荐

1. 台湾著名心灵导师、畅销书作家吴九箴，影响遍及台湾、香港、马来西亚等地区。文章及“吴九箴语录”在博客、论坛广为转载。
2. 帮助身陷情网，在爱情中卡关的你，解除痛苦精辟解析人生中，种种烦恼漩涡，帮你找到自我。
3. 带着你的困惑，跟随作者一同剖析这些令人感到痛苦的执着与妄想，迎向真正的不惑人生。

内容简介

有别市面励志、心灵书，本书结合心理分析，透过浅白的笔法、贴近现实生活的实例，去除艰涩的佛法和教条，是一本独具特色、简单易读的励志好书。

帮助身陷情网，在爱情中卡关的你，解除痛苦。

你是否仍傻傻地深信永恒真实存在？妄想着全世界的人都喜欢你？还是正深陷被背叛之苦？

精辟解析人生中，种种不明烦恼。

带着你的困惑，跟随作者一同剖析这些令人感到痛苦的执着与妄想，迎向真正的不惑人生。

作者简介

吴九箴

曾任记者及专栏作者，目前致力推广「自力觉醒」运动，以及「人本自然」式的以人性和自然为本的修行。

著有《心经只是一包方便面》、《其实，我不是我，你也只是一朵云》、《当你接受自己，人生才真正开始》、《烦烧城中，尽是任性小孩》、《你的ㄣㄣㄣ寂寞，是没有钥匙的锁》、《其实，你和你的烦恼都不存在》、《你可以成佛，却不能成为悉达多》、《其实，我们都只是宇宙中的泡沫》、《你和佛陀之间，只隔着一条线》、《不想当人

，就别想成佛》、《其实，佛不是佛，你也不是你》、《世界末日来不来，由你的信念决定》等，读者众多，遍及台湾、香港、新加坡、马来西亚、中国大陆等地区。

目录

自序：自欺，是一颗不停再生的黑痣...001

第一篇

只有你自己觉得苦，才是真的苦

01 你无法真正占有一个人...003

02 要学会听见心的敲门声...009

03 其实，你不是你，我也不是我...015

04 人生没有幸福保证条款...021

05 永恒是一种致命的错觉...029

06 觉醒地活在这世间，但不执著任何东西...035

07 人的自我，是最大的障碍...041

08 只有自己觉得苦，才是真的苦...047

[显示全部信息](#)

前言

自序

自欺，是一颗不停再生的黑痣

有个女孩，突然间鼻头长了一颗黑痣，她害怕自己帅气的男友发现，偷偷地去找医生把痣挖掉。

奇怪的是，不到半年，黑痣又在同样地方长出来。

她只好不停地找医生挖黑痣。

尽管痛苦，但她心甘情愿，因为她每次带帅气男友回家或和友人聚会，听着大家对男友的赞美，就算整个鼻子被挖掉，她也不在意。

然而，当她在夜深人静时，望着男友熟睡的俊俏脸庞，就不禁一直想起自己鼻头那颗即将再长出来的黑痣。

那种忧心 and 无奈，就像男友总会在人后对她拳打脚踢那样，带有一种被诅咒的意味。

每次男友把她打得脸上都是淤青，她总告诉自己，他只是暂时的情绪失控，他是爱她的，等他再成熟点，情况就会好转。

[显示全部信息](#)

在线试读部分章节

永恒是一种致命的错觉

心理学家曾做过一个实验，把玩具藏在一个箱子里，让小孩子不停地去打开箱子，让他确认玩具一直都在。只要小孩子连续打开三次，确认玩具都在箱子里，那么，他的大脑就判定且相信，那个玩具是永恒存在于箱子里的，他就可以安心、放心地去睡觉或洗澡。

这个实验告诉我们，永恒这个概念是我们大脑创造出来的错觉，目的是要让我们有安全感，可以身心安顿。例如，热恋中的情人，只要对方一离开就会非常焦虑不安；相反的，如果对方一直守在他身边，只要连续几天下来，他的大脑就会开始产生永恒的错觉，让他感到安全稳定。他自此会深深相信，对方会和他一辈子厮守在一起，甚至不只一辈子，而是永恒，直到海枯石烂。

同样的道理，从前有个守财奴，把一堆黄金埋在院子里的树下，他每隔一段时间就会把它挖出来看看，如此他才安心且满足。

现代也有很多守财奴，每天跑到银行保险箱去看他的珠宝和黄金，不然就是每天去看他存折里的数字，确认钱都还在，才睡得着、吃得下。

从心理学的角度来看，这种自欺欺人的永恒错觉，是我们潜意识的不安所创造出来的。从原始时代，我们的祖先就活在危险不安的环境中，为了确保自己能活下来，甚至可以活很久，确认自己拥有的一切是必要的。这样的经验和记忆累积流传到我们身上，所以，我们需要靠永恒错觉这个麻醉剂，来释放我们的不安，也是无可厚非的。

然而，从佛法的角度来看，在人类有了文明以后，这种像吗啡般的永恒错觉，不再只是让我们有安全感，它已经转型，变成让我们痛苦的毒药。

这个错觉，早就变成了控制我们的执著。我们忘了它是错觉，是假的，忘了我们身处的环境，本来就是无常幻变的，但我们深深相信这个永恒是真的，不应该有变数的。

所以，当我们失去情人、失去财物、失去工作、失去地位和形象，或失去所有认为不应该失去的一切，我们就痛不欲生，甚至真的走上绝路。

因为，我们的执著，早已变成生命的全部，我们都忘了这个执著只是个错觉，人生还有很多可能和变量是可以去期待的，人生还有很多路可以走。

如果，我们没有误认很多东西是永恒的，当我们失去它时，就不会生不如死。如果，我们没有永恒的错觉，欣然接受万物都是无常或有期限的事实，我们会活得很自然。

失去挚爱，失去心爱的东西，该流泪就流泪，该伤心就伤心吧！这都是人之常情，但就是不要在心底认为挚爱是会死的，心爱的东西永远不会消失，太过执著某个人或某件事物，是违反自然的。

如果我们能觉醒，看清万物都是因缘合成的，都有他们的季节和期限的这个事实，永恒的错觉就会消失。我们再也不需要这个麻醉药，来让我们活在那个违反自然的幻觉世界里。

[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)