

<<生命“禅”>>

图书基本信息

书名：<<生命“禅”>>

13位ISBN编号：9787508074191

10位ISBN编号：750807419X

出版时间：2013-1

出版时间：吴云艳 华夏出版社 (2013-01出版)

作者：吴云艳

版权说明：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：<http://www.tushu007.com>

## <<生命“禅”>>

### 内容概要

《生命"禅"》作者通过实录职场成功人士的生命智慧，深度访谈国学专家、心理学家等，探讨生命信息的秘密，促使人反思自己的生命，修正生命中认知走偏的地方，感悟在追求成功生命的路上怎样放下自我.....作者告诉我们，生命原本充满着积极的“意义”，不要太在意生命“片段”里的失败。

<<生命“禅”>>

作者简介

吴云艳，中国作家协会会员，“零极限健康静心网”创始人、CEO，中国人民大学法学硕士、美国伊利诺伊大学工商管理硕士（MBA）。

曾任职新华社编辑、北京外企服务总公司（FESCO）经理助理、香港九龙仓北京时代广场销售经理、美国摩托罗拉北京公司行政经理、美国Oracle公司中国咨询部运作经理、北京华健源科技发展有限公司总经理等。

先后出版了《洋行里的中国雇员——外企红尘大写真》、《外企女人》。

1997年出版的《浮沉商海》被美国《华盛顿每日新闻》、《波士顿每日新闻》等多家华文报纸长篇连载。

2007年出版畅销书《局中局——中国外企官场透视》。

近年来，作者把笔触转向一个全新的领域——静心，转入“向内”、对人类灵魂的深刻探索。

先后出版了《静心·健康》、《和谐·静心·身心灵》等。

<<生命“禅”>>

书籍目录

第一部分生命的觉醒——零极限健康静心 触摸成长的生命——静心的背后是缺失 生命之旅——行走着自我认知的完善 低头学习，摆脱生命的困境——自我价值系统的梳理、整合和重建 情感伤害——年轻时我们不懂静心 静心的背后是伤痛 走向零极限——静心生命从这里开始 第二部分生命启示录——专家“生命观”访谈 白领访谈：喧嚣人世间，构建我的心灵静心屋 净心——零极限健康静心三部曲之一 静身——零极限健康静心三部曲之二 境界——零极限健康静心三部曲之三 第三部分生命信息的秘密 生命信息的表达和读取 创造改变命运的信息场 生命信息对人的影响 第四部分走出不良命运的轮回 是谁使我偏离命运的航道？——万物唯“心”造 易经专家赵宝祥：万物唯“心”造 养生专家肖鸿钧：知识系统新说——“心毒”的加工厂 易经专家赵宝祥：如何把握自己的命运？ 第五部分我的精彩：生命在说什么？ 吴云艳：生命的感恩和生命缺憾的臣服 张桦：生命的定位、妥协和延续 胡删 / 胡水琴：生命就是放下、回归和不干预 樊文燕：极限挑战——生命的瑜伽 尾声 李雷：生命的微笑 问八岁的吴天程：生命在说什么？

## &lt;&lt;生命“禅”&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：吴云艳（零极限健康静心网创始人、作家）做心灵的“盗火者”与其说我们是静心思想的传播者，不如说我们是心灵的“盗火者”。

我们把他人已经准备好的油灯帮助他们点燃；是你点亮自己的心灯，而不是把我的给你。

我们不是传播者，我们是借火人。

净心首先从修身开始。

身体是心灵的载体，我们如果不把自身的道德树立和规范起来，无法静心。

先“立”才能“破”。

如果没有道德的话，给他什么方法都是“立”不住的，因为内心没有承载的东西。

“立”在哪里？

“立”在理的基础上。

社会需要一种秩序，没有秩序，社会将不复存在。

其实，道理我们每个人都懂，只不过需要一种重复，需要经常的自我提醒。

人与人之间需要正向的交流，我们的社会需要正向沟通。

静心源自“自我”的需求 静心首先需要来自个人的需求，如果他人没有需求的时候，我们跟他谈净心、静身就如同对牛弹琴。

对牛弹琴不是牛的问题，是弹琴人的问题。

牛本身不听琴，是弹琴人要给牛弹琴，强迫牛去听，只能说是你弹琴人的错误，跟牛没有关系。

所以，对牛弹琴不是在指责牛而是在说弹琴的人。

在静心的需求上我们永远是被动的，我们需要等待别人的援手，静心，是发自内心的，不能强迫。

净心的前提是“觉知”人作为一个的生命体，本身就具有不可知的能力，通过静心，人可以开发出的一种“觉”的自然力。

这种“觉知”的能力开发出来以后，就像你自己有了第三只眼睛；这只眼睛能够帮助你洞察到很多先前你无法觉知的东西。

这种觉知力可能会在某一天不经意间就出现了，于是出现了一个行走在现实中的我和一个观察、觉知中的我……“觉知”是“净心”的前提。

<<生命“禅”>>

编辑推荐

《生命"禅"》由北京华夏出版社出版。

版权说明

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:<http://www.tushu007.com>