

<<情緒>>

图书基本信息

书名：<<情緒>>

13位ISBN编号：9789861736341

10位ISBN编号：9861736344

出版时间：2010-6-18

出版时间：麥田

作者：奥修,OSHO

译者：Bhakti

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>

<<情緒>>

內容概要

二十世紀最受矚目的靈性智慧大師；與甘地、尼赫魯、佛陀並列為改變印度命運的十大人物之一；倫敦泰晤士報形容他是：「一千個改造二十世紀的人之一」

奧修OSHO,幫助現代人解決最迫切需要的「情緒革命」:

如何全然的經驗我們的情緒？

！

如何將恐懼、憤怒、嫉妒等破壞性的能量，蛻變成創造性的能量？

！

情緒無法恆久不變。

在你的內在有什麼是恆久不變的？

情緒無法恆久不變。

那就是為什麼它們叫做「情緒(emotions)」 這個字源自於「動(motion)」，意思就是活動(movement)。

它們會變動，所以它們叫做情緒(emotions)。

你會不斷的從一種情緒轉換到另一種情緒。

這一刻你是悲傷的，下一刻你是快樂的；這一刻你是生氣的，下一刻你是慈悲的。

這一刻你充滿愛，下一刻你充滿恨；早晨很美，晚上很醜.....；就是這樣繼續下去。

這不可能是你的本性，因為在這些變化的背後，需要某種東西像線一樣的東西把它們串連起來。

你看到了花環上的花，但你沒有看到那條線。

這些情緒就像花環上的花。

有時是憤怒之花，有時是悲傷之花；有時快樂，有時傷痛，有時苦悶。

這些都是花朵，而你的生命則是那個花環。

花環上一定有一根線，否則你早就四分五裂了。

你仍然是一體的——那麼，貫穿你的是什麼？

指引你的又是什麼？

在你之中，什麼是恆久不變的？

認識情緒的根源

我們要如何兼顧表達情緒的需求與尊重他人的感受？

我們太常發現自己在表達與壓抑的兩難中進退維谷。

我們擔心表達自己真實的感受會傷害身邊親近的人，使他們與我們漸行漸遠。

但是壓抑情緒 即使披上「自我控制」的糖衣外表 我們只是在冒險傷害自己而已。

奧修，當代最具開創性的靈性導師，提供了一個實用且全面的途徑來有效處理這些衝突。

他帶領我們深入了解情緒的根源，以更了解自己和他人的方式來應對各種情境，幫助我們更加自信與平靜的面對生命中不可避免的起伏與困境。

奧修致力於幫助人們發現：

*恐懼、憤怒和嫉妒對我們生活的影響。

*罪惡感、不安全感.....等情緒如何慣性的操縱我們。

<<情緒>>

*如何破除對強烈情緒的不當反應。

*如何將破壞性的能量蛻變成創造性的能量。

*社會及文化在我們的個人情緒模式當中所扮演的角色。

奧修對於人類心智的獨特洞見遠遠超越了一般陳腐的論調。

他教導我們要全然的經驗我們的情緒，用創造性的方式來應對它們，好讓我們的人生更豐富，更精彩，更完整。

<<情緒>>

作者簡介

奧修OSHO

「我的訊息不是教條、不是哲學，我的訊息是一種煉金術、是一種變化氣質的科學，所以，只有那些願意去死，而再生為甚至他們目前所無法想像的新存在的人，只有那些少數有勇氣的人會準備要聽，因為聽我演講是危險的，當你注意聽，你就已經踏上了朝向再生的第一步，所以，它不是一套你可以偽裝或吹噓的哲學，它不是一些你可以為那些擾人的問題找到慰藉的教條，不，我的訊息不是語言的傳達，它是非常非常危險的，它相當於死亡和再生。

」
奧修（OSHO），西元一九三一年十二月十一日生於印度馬達亞．普拉德西的古其瓦達。從小他就是一個叛逆而獨立的靈魂，挑戰一切既有的宗教、社會和政治傳統。他堅持要自己去經驗真理，而不是從別人那裡獲得知識和信念。

一九五三年三月二十一日，二十一歲的時候，奧修成道。

在奧修的生涯當中，他談論到人類意識發展的每一方面，從佛洛伊德到莊子，從戈齊福到佛陀，從耶穌基督到泰戈爾……他從他們的精華當中提煉出對現代人靈性追求具有意義的內涵，他所依據的不是智性的了解，而是他自己存在性的經驗所實證過的。

奧修不屬於任何傳統。

他的教導拒絕被歸類，它涵蓋一切，包含個人對生命的探詢以及目前社會所面臨最急迫的社會和政治問題。

在三十五年之中，他對國際聽眾做了無數的談話，這些內容都被錄製下來，編輯成書。

倫敦《泰晤士報》形容他是「一千大塑造二十世紀」的人之一，美國作家湯姆．羅賓斯(Tom Robbins)說他是「自耶穌基督之後最危險的人物。

」關於他自己的工作，奧修說他是在創造一個環境，使新人類得以誕生。

他常常把這樣的新人類描述成「佛陀的佐巴」——有能力像希臘的佐巴一樣享受人間的饗宴，也能夠像佛陀一樣寧靜沉穩。

奧修的工作就像交織的線，全方位串聯他的洞見；涵蓋了東方超越時間的智慧，以及西方科學與科技的最高潛能。

奧修為人所知的是他對內在蛻變科學具有革命性的貢獻，他的靜心方法，認知到現代生活快速的腳步。

他獨特的「動態式靜心技巧」，是設計來先釋放掉身體和頭腦所累積的壓力，好讓你更容易經驗到沒有思想的自由以及放鬆的靜心狀態。

奧修是二十世紀最受矚目的靈性智慧大師，他的粉絲遍布世界各地。

他對來自世界各地的門徒和追求者的演講已經被錄製成六百多種書，而且被翻譯成四十多種語言，影響了數以百萬計的人。

奧修於一九九一年元月十九日圓寂，但是他在印度的社區目前仍然繼續著，由他的二十個門徒共同領導，繼續宣揚他的道。

譯者簡介

Bhakti

1997成為奧修門徒。

<<情緒>>

1996-2001曾任職於數家中小型出版社，擔任寫手，文字編輯及童書主編。

自1997年起開始負責奧修台北靜心中心文宣編輯及撰稿。

自2001年起為奧修台北靜心中心專職工作人員，負責文宣及網站編輯維護，並帶領靜心。

目前靜心中心提供奧修靜心、OSHO成長課程與個案諮詢的相關活動：

請上網：www.oshotao.com

email: oshotao@gmail.com

Tel: 02-25778655

<<情緒>>

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>