

<<隨便想想：身心靈49帖>>

图书基本信息

书名：<<隨便想想：身心靈49帖>>

13位ISBN编号：9789862410103

10位ISBN编号：9862410108

出版时间：2009/04/30

出版时间：天下雜誌

作者：林蒼生

页数：176

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>

<<隨便想想：身心靈49帖>>

內容概要

統一總裁林蒼生的第一本書 入世40年的思索，49帖生活與生命的清涼劑獻給天下蒼生，快樂是最高智慧 「一本不應該一口氣讀完的書。」

——林懷民 年輕時，進出教會，熟背牧師台語祈禱文，林蒼生在父親過世後，為了參悟生命，開始透過研讀佛經、易經，思考人生哲理。

日本當代管理大師船井幸雄說過：「一個公司的成敗，經營者佔了99%的影響因素。」

林蒼生早年辦雜誌、寫新詩，是個標準的文藝青年。

四十年前，潛心進入企業界，卻經營出全亞洲最大、最成功的食品事業王國。

統一集團總裁林蒼生，累積入世40年的思索，為現代人開出49帖身心靈清涼劑。

從吃飯、睡覺、呼吸、走路、等紅燈、接電話、開會到宇宙能量、世紀轉換，探討生活與生命的許多本質問題。

他說：「地球轉動的速度仍是一樣，我們生活的節奏為什麼要加快呢？」

「落後的人比進步的人快樂，進步是對的嗎？」

「面對全球金融海嘯，面對現代人的焦躁不安，這些隨便想想其實是最難得認真的思索結晶。」

林蒼生強調，2012年開始進入水瓶世紀，迎接這個非邏輯或是超邏輯的世紀，快樂是最高智慧。

我們要在物質與非物質之間、經濟與精神、欲望與靈性求得平衡。

「從影子去思考太陽，是我寫《隨便想想》最大的難處。」

不過，如果影子還能夠給人們一點小清涼，那麼雖然白忙一場，應也可產生一點意義吧！

」

<<隨便想想：身心靈49帖>>

作者簡介

林蒼生 1943年出生，台灣省台南市人，**成功大學電機工程學系畢業。
1968年進入統一企業任職，歷任食品部經理、台北分公司經理、企劃部經理、副總經理，執行副總等職務。
1989年就任統一企業公司總經理，2003年7月1日升任為統一企業集團總裁至今。
目前擔任：統一企業集團總裁、統一企業中國投資公司董事長、統一職棒公司董事長、統一星巴克公司董事長（與美國星巴克咖啡合資）、統一速達公司董事長（與日本宅急便合資）。

<<隨便想想：身心靈49帖>>

書籍目錄

推薦序：奇才蒼生 / 林懷民【上篇】粗食淡飯放慢腳步回歸自然遙遠的事事無大小隨緣好去留白生活調息呼吸的關注練習呼吸內在淨土小淨土小沙彌的私密角落聆聽流水與咖啡對話握手的觀察絕對喜悅微笑的省思面帶微笑捻花微笑心靈蓮花精神的生日原諒睡夢瑜伽學佛的動機【下篇】心靈的觀照智慧與智識農業習性真實的財富清富的理想國寫詩的心情時間尺度靈感怎麼來頭腦的平衡萬法唯心生命的認知學佛不分大小乘修心真人萬物一體看花看世界 思想的觀照一心不亂慈悲心與宇宙同心無與有空與無後記

<<隨便想想：身心靈49帖>>

章节摘录

隨便想想-上篇15 與咖啡對話 試試看吧，在喝咖啡之前 先花一分鐘安靜下來與咖啡對話，甚至祈禱。

我不知道為什麼，人們總是那麼匆忙。

例如說喝一杯咖啡，也不知怎麼喝。

只把咖啡當做飲料一口喝下，連咖啡的香味都來不及品嚐。

其實，咖啡的魅力，不只在於它的口味，更吸引人的地方在於，把人的感覺由形而下的味蕾接觸提升到形而上的嗅覺以至於心靈的感受。

這提升使人的覺知由粗而細，使人的感知能力由外在而轉向內在。

所以有那麼多人喜歡喝咖啡，原因或許是：尋求外在與內在的平衡與合一，是人類生命最基本的本能。

。

所以試試看吧，在喝咖啡之前先花一分鐘安靜下來與咖啡對話，甚至祈禱。

那麼咖啡將成為自己與內在心靈之間的橋樑，而進一步使身心和諧，使心更寧靜，使咖啡的香馥更容易昇華，而成為靜觀自得的靈感。

或許，這也就是禪家朋友們喜歡喝茶並將之演變成茶道的原因吧！

<<隨便想想：身心靈49帖>>

媒体关注与评论

「一本不應該一口氣讀完的書。」
- - 林懷民

<<隨便想想：身心靈49帖>>

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>