

顿悟



[顿悟_下载链接1](#)

著者:章岩

出版者:上海文化

出版时间:2012-3

装帧:

isbn:9787807408277

《顿悟》内容简介：想要过得成功而幸福，快乐且欢欣，想要过得悠游而富足，平和且

淡然……温暖而妥帖的幸福，平实而美好的梦想，却为何，离我们那么远呢？是因为工作太累，身心俱疲？是因为溺于情思，无法自拔？是因为人际复杂，难以兼顾？还是因为琐事繁杂，难理头绪……一声棒喝，雾散云开；刹那顿悟，智慧即来。呼吸就是修行，生活即为禅境。开悟了，好日子就来了……

作者介绍:

章岩，中国知名草根心理学家，现居北京，任某传媒机构CEO，其悟出的一条真谛为：劳心者治人，劳力者治于人。出版图书有《人脉圈》《先交朋友，再做生意》《气场》《每天懂一点人情世故》《销售中的心理学诡计》，其图书版权输往海外，风靡台湾、日本、新加坡、东南亚及欧美等20多个国家和地区。

目前，章岩被奉为国内20几岁、30几岁群体的励志教主、心灵导师，其书中的生猛语录被新浪、腾讯、天涯论坛、猫扑等网站疯狂转载，并被千万读者写上QQ签名，以此作为人生的座右铭和正确的行动指南。

目录: 第一章 做你自己 天上天下，唯我独尊 你的命运谁主宰 定位决定地位
过于依赖别人，会迷失自己 悟出自己的禅 不随波逐流，不妄自菲薄
做你自己——你不是刘德华，不是犀利哥 你自己身上有宝贝 做自己的大师 第二章
耕好你的心田 看破人生的无常 人生不可替代的五件事 耕好自己的心田
无论做任何事，都保持一颗禅心 清、敬、和、寂的人生态度
尊重那些埋头苦干做实事的人 别为自己的懒惰找借口
发自内心地热爱你的工作，投入其中 怀着天下第一的“虔诚”心
不要过度迷恋“成功”的招牌 忘我的境界 人生无处不修行 第三章 操纵你自己的心意
控制你自己 如何克服学习路上的各种障碍 最简单的法门
去除浮躁，踏踏实实地做事做人 世上根本就没有一蹴而就的事业 确立明确的目标
远离一切和目标无关的东西 找到适合自己的生活方式 山高怎阻野云飞
找自己的脚印 第四章 把握生命中活泼的实在 破除执著的方法 过于执著也是一种病
痴人说梦，不如做点实事 形式主义和表面功夫要不得 不要追求虚华的外在
客观地看待祖师父母 不要囿于书本知识 真实的智慧源自自身的体悟
把握生命中活泼的实在 宽容别人无心的过错 第五章 拨开生活的迷雾
世俗的应酬乃人生必修课 学习世俗人的待客之道 拨开生活的迷雾
不做因循守旧的“老实人” 劝架的艺术 说教的艺术 灵活处事达到目的 给别人台阶下
不可为极端而极端 凡事不要以暴制暴 第六章 世无常事，法无定法 荣辱随心不挂碍
同样的问题可以有不同的答案 恰到好处地把握其中的度 不要一叶障目
做一个有思考能力的人 我的就是你的，你的就是我的 不要太在意形式
宠辱不惊，方能游刃有余 信者为俗谛，不信者为真谛 许多事根本没有对错之分 第七章
过日子是人生最大的学问 淡定是一种生活态度 做人如水，盛进什么容器就是什么形状
祸兮福之所倚，福兮祸之所伏 过日子是人生最大的学问 人生如茶，茶如人生
学会耐心等待，总能得到自己想要的东西 人生要经得起考验 压力大都是自己给的
把恐惧彻底抛弃，困难就会投降 做人要懂得“见好就收” 退步原来是向前 第八章
点亮心中的明灯 开辟自己的智慧路 乞丐与富翁只有一步之遥 点亮自己心中的明灯
真正的慧眼在哪里 悟性深藏在每个人的心中 我们所有的追求，外人都帮不上忙
生活的本来滋味 自己拯救自己 人生就是吃茶去 第九章 找回迷失的自己 放下名缰利锁
不要太注重成功或失败的结果 放下不是一件容易的事情 先甜后苦和先苦后甜
生命不能太负重 找回迷失的本性 忍受缺憾的世界 人为什么一定要死
修身养性，求得无憾的人生 第十章 彻悟靠自己 人往往是自己吓自己
人生最忌刻板不开窍 当你可以逃命时，是什么让你“束手就擒”
为什么你辛苦寻觅却一无所有 做理性的自己，切忌想当然 破除分别心
拥有一份随缘之心 换个角度看痛苦

• • • • • [\(收起\)](#)

标签

顿悟

励志

人生哲学

佛学

人性

灵修

成长

自我完善

评论

鸡汤体的本质是懒得思考，怯于改变

过于鸡汤…

点亮心中的明灯 开辟自己的智慧路

把恐惧彻底抛弃，困难就会投降

非常经典的版本，我书架上的必读书，已经好几个人借阅了

温暖而妥帖的幸福，平实而美好的梦想

确立明确的目标 远离一切和目标无关的东西 找到适合自己的生活方式

不要囿于书本知识 真实的智慧源自自身的体悟 把握生命中活泼的实在
宽容别人无心的过错

淡定是一种生活态度 做人如水，盛进什么容器就是什么形状

无论做任何事，都保持一颗禅心 清、敬、和、寂的人生态度

呼吸就是修行，生活即为禅境

悟性深藏在每个人的心中 我们所有的追求，外人都帮不上忙

[顿悟_下载链接1](#)

书评

如果你在现实中有纠结，如果你对梦想不坚定，如果你对世俗不了解，看完本书相信你就释然了。人生原本如此，烦恼即菩提。看破红尘爱红尘，世界是虚空的，但是我们一样要积极向上。这就是明心见性的顿悟哲学。
佛陀的智慧和禅学公案妙趣横生，犹如当头棒喝。联系现实的文字让...

人生总是艰难的，活着就充满各种苦恼。如何解脱？唯有顿悟。
惠能的顿悟是禅学中的经典公案，让我们脑洞大开，让我们破迷开窍。解脱了就快乐了，内心就逍遥了。这本书其实是一本借禅故事来告诉我们如何更好活着的书。
一本接地气的人生感悟书。用四个字评价就是：俗而不俗！

顿悟！每一个小段落都耐人寻味！虽然，每一个小段落都跟佛学相关，但我们普通人从中也获得了诸多启示。开悟是个过程，然而，顿悟就是那个一刹那。这本书的写作手法是通过一个故事引出一个道理，先让你看一个故事自己先思考，然后，作者再进行针对性解说。就好像，作者坐在你对...

[顿悟_下载链接1](#)