

狂喜之後



[狂喜之後_下载链接1](#)

著者:傑克康菲爾德周和君譯

出版者:橡樹林

出版时间:2001-08

装帧:平裝

isbn:9789574695379

你一定聽過「開悟」的狂喜至樂，但你可能沒有聽過開悟之後日子會怎樣？難道開悟之後的大師都不需要吃喝拉撒睡嗎？你一定也明白，狂喜之所以狂喜，就因為那不是一種持續穩定狀態，而是一種高潮，只在當下。步出靈修中心後，更大的空虛會籠罩整個人，對外面的世界猶疑卻步，不知該如何去面對充滿爭執的婚姻生活、令人疲憊的工作伙伴、快負荷不住的家庭生活？

畢竟，我們不是活在隔離的修道院或寺廟中的僧人。這些令人不悅的瑣事，才是我們凡夫俗子生活中時時刻刻存在的真實。這也正是作者所言，靈修生活不在他方，而是在你的恐懼、憤怒、愛欲之中，這些苦痛才是你靈修的最佳處所。全書可以隨著作者親賭不同宗教如佛教、基督教、印度教和回教蘇菲的靈修傳統，但不知不覺就發現這些故事其實都不是別人的故事，而是每個人在生活中的挫折、掙扎與迷惑。原來靈修不是逃避至森林中崇拜上師，而是跟自己的仇恨與傷痛和平共處！

作者介绍:

杰克·康菲尔德 (Jack Kornfield, 1945—)，生长在美国东岸的一个科学及知性家庭。1963年就读于美国新罕

布什尔州达特茅斯学院 (Dartmouth College) , 主修亚洲研究, 在学期间开始学佛。1967年毕业后, 即前往东南亚修学, 在阿姜查主持的巴蓬寺出家, 也曾经在马哈希法师和佛使比丘座下学习, 并追随过西藏喇嘛、禅师、印度教上师。1972年回到美国, 还俗。1976年获得临床心理学博士学位, 身兼佛学老师和心理治疗师。曾与约瑟夫·戈德斯坦 (Joseph Goldstein) 在美国马萨诸塞州合作建立“内观禅修社”, 并经常在美国、加拿大和世界各地举办密集禅修, 所到之处受到热烈欢迎, 为美国最受欢迎的内观禅修教师之一。他的七本著作目前译成中文的有三本——《心灵幽径》、《当代南传佛教大师》与这本《狂喜之后》。

目录:

[狂喜之後 下载链接1](#)

标签

靈修

狂喜之后

修行

灵修

心灵成长

已入手

宗教

台版

评论

一書點醒悟道人！

[狂喜之後](#) [下载链接1](#)

书评

首先，从克里希纳穆提说起，书中提到了这么一件事，话说智者克里希纳穆提背后的私生活，并不如他在世人面前来得大彻大悟，大多数人包括我在内都不曾想过，原来克里希纳穆提与他的一个女弟子保持了长达十数年的不寻常关系，而且，还养有一个私生女，不仅如此，克氏还和其他的几...

年初一那天，挤进人山人海的光孝寺，其实不知道自己想祈求些什么。更多的想法，只是应景去和菩萨打个招呼，以示我有来过。但是身边密密麻麻的信徒们无比虔诚，每个人手里都举着一把香艰难的从人群中穿过，口中念念有词，空气中弥漫着香火的味道，呛得人睁不开眼睛，还要时刻...

看佛法的书籍，就会对佛法说的所谓“开悟”有很深的感受，也有很多人描述开悟的美妙感觉。毕其精力追求“开悟”，但开悟后仍然堕入凡世后不得解。开始追求“开悟”，其实这陷入一种“执着”，很多人重于形式甚于内容，包括去深山禅座，去人迹罕至之地，长时间的静坐，修习瑜伽...

野兽按：从2006年2月22日应李国盛同学之约，在天涯开通博客以来，到2009年11月4日12:09为止，已有日志：999篇，访问：1897747次，评论：4323个，留言：58个。就以这篇日志作为第一千篇。谨以此纪念三年有余的天涯博客生活。

踏...

几乎所有的关于灵性，宗教，修行等的最高境界都是活在当下，感受并进入万物，将自己稀释融于万物之中。但人，生而为人，社会太多的羁绊，要达到这种开悟的境界是一个漫长的过程，需经里历许多艰难险阻，无论是内心的，还是外在的困境。经历过生命的痛苦和喜悦，就让自己离灵...

刚读这本书的时候，才第一次体验到一种“开悟”的状态。一读之下，对开悟这件事失

望透了。原来，开悟之后，我的人生也并不会彻底改观啊！！实用主义的我，感觉被灵修这件事给骗了。

后来，我才发现，正是这本书告诉了我人生的真象。开悟也罢，不开悟也罢，灵修也罢，不灵...

作者是阿姜查的弟子。书中讲述一些禅定修行的故事，比较直观。

同时，作者反复强调的东西也值得去重视：禅修，不是仅仅教你去淡定，不怒不惊。而是需要先去了解各种情绪，面对自己的内心，进而释放你自己，直面更活泼的生命，之后，才是“心无挂碍”。记起其他书...

在自我超越中实现真我 陈寿文

二十世纪五、六十年代，强调人性、独特性、基本价值、尊严、自由和潜能的人本心理学运动对美国社会文化的影响无远弗届。可惜，这原本健康的人本观念却因大众化而逐渐受到扭曲误解，带来负面影响。人本心理学的一套术语变成流行口头禅，如自尊...

知道杰克康菲尔德是因为《当代南传佛教大师》一书。后来读到Dipma的传记，得知康菲尔德也曾经向Dipma学习过，便对他的修行历程产生了兴趣。

从本书中看出康菲尔德本人是非常真诚的修行人，对修行抱持的真诚、精进、自我反观、客观如实的态度值得赞叹学习。阅读收获在于了解到...

文：李孟浩 本书作者杰克·康菲尔德 (Jack

Kornfield) 在出版《当代南传佛教大师》和《心灵幽径》这两本书之后，想要了解灵修导师在体验开悟的狂喜之后，如何适应「柴米油盐酱醋茶」的现实生活。他就开始访谈佛教、基督教、犹太教、印度教和回教的灵修导师，并且对灵修导师...

佛教禅师西尔维娅·布尔斯坦描述过在集中营中失去亲人者参加的追悼祈祷会，她当时在犹太集会堂参加聚会。当天有许多人起立，朗诵祈祷文。“我看着那么多人起身，心想，难道这些人都是战争幸存者？然后我恍悟其实我们都是，于是我也站了起来。”

————— 我们时时刻刻都...

和S一起吃披萨，没想到他改吃素了；我窃喜，终于没人和我抢肉。在愉快和谐的氛围中，我们探讨了两小时成就感和进取心，聊得心内澎湃。

然而，在下楼的时候，S忽然总结了一句：对于平凡人来说，成就和进取也许并不那么重要；重要的是，每天都能开心。这句话，让我想到了《狂喜...

这是一本很“实在”的书，它打破了我心中的许多幻想，我曾经是多么的渴望着开悟，渴望开悟之后我的生活是多么的不同，喜悦，没有忧愁，不为琐事所烦恼，心想事成，从此过着理想的生活（虽然我到现在也还不确定理想的生活是什么样子）。但是它让我看到，即使开悟以后我的人生也...

看这本书让我想起一个朋友婚礼上

新娘说“大家都知道白雪公主和王子幸福的在一起了，但是白雪公主之后的生活没人继续追问了。。。这书讲的是开悟之后，修行的人偶然都会想一下开悟与否。这本书很有趣，开悟之后是什么呢？并非想象的那样

对于

“不慎”走上追求灵性觉醒的人来说，“开悟”有着难以言说的吸引力。一般人的想像中，开悟代表着“从此过上了没有烦恼的生活”，然而事实是怎样的呢？
本书通过追踪几十位曾经的“开悟者”，得出了一些令人沮丧的答案：
*无论开悟时的感受如何深刻，所体会到的解脱感和蒙...

人生，苦难重重。翻这书翻到一半，这句话便开始莫名深刻的浮现在脑海。……

当然，其实最初，我对这书的感觉并不是很好。因为怎么看都觉得，书的内容比较流于表面，同时又充满着某种绚技感（有点像是嬉皮士精神和南传佛法的某种奇异结合），于是觉得未免肤浅。但是当随手之间...

杰克·康菲尔德有关心灵之路的书籍前些日子已读过一本《踏上心灵幽径》。《狂喜之后》是第二本。

老实说，这本《狂喜之后》讲的开悟和觉醒离普通人更加遥远。其实能够踏上心灵之路也是缘份使然，芸芸众生在红尘俗世中沉浮，能抛弃外化物质世界的追求，转向内向心灵探寻的人已是...

撰文：陈寿文 这是心灵自由写作群第十期的第四篇作业。

要让生命的能量全然释放，需要经历一种剧烈的转化过程，这通常伴随着严格的启蒙仪式。在灵修中，启蒙并非一般的仪式——因为我们要通过严格考验以冶炼自己的成熟度。在历经各种试炼和艰困的启蒙期之后，我们的自我认知...

红尘世俗才是最难的修行场。没人的时候，你很容易承认“宽恕”，“淡泊”，“自由

” , “了脱生死”才是最想要的。但是当一份工作过来时，和家人稍有冲突时，这时什么灵性都没了，只想立即证明自己是对的，别人是错的，或者一点点小利都会习惯性地抓住不放。就像书中所说，把那...

[狂喜之後](#) [下载链接1](#)