

# 庄子陪你走红尘



[庄子陪你走红尘\\_下载链接1](#)

著者:王溢嘉

出版者:新星出版社

出版时间:2012-12

装帧:平装

isbn:9787513309509

从庄子的时代到此时现在，世界并没有太大不同，但人们却依旧在人与事的利害纠葛里，无法厘清眼前的路。在这本书中，王溢嘉以一个现代知识分子的视角，从《庄子》中耙梳出与现代人诸般处境相对应的观点，用新颖、活泼的方式，重新归纳、整理庄子那深刻隽永、历久弥新，让你我逍遥自在的生命智慧。

作者介绍:

王溢嘉，一九五〇年生于台湾。台湾大学医学系毕业后弃医从文，专事文化工作。著有《夜间风景——梦》《花开见禅——一百个顿悟瞬间》《中国人的命理玄机》等作品三十余种，内容涉及人文、艺术、文学、心理等多个领域。其融知性与感性、治人文与科学于一炉的写作风格，在台湾独树一帜。

有人这么评价王溢嘉：他比医生懂更多的心理学，比心理学者懂更多的生命科学，比生命科学学者懂更多的精神分析。

目录: 自序 红尘逍遥的生命智慧/ 1

第一篇 走出相对的世界/ 5

生命幻影：对滚滚红尘的重新观照/ 5

人间逍遥：让精神蜕变的生命神话/ 7

天差地别：世界因你的认知而改变/ 9

万物一齐：撕掉优劣、贵贱的标签/ 11

告别中心：你的北京是我的大别山/ 13

莫若以明：不再当摸象的瞎子/ 15

昭文鼓琴：听音乐而知得失荣辱/ 18

朝三暮四：莫受甘苦顺序的迷惑/ 20

拆解时光：兼容并蓄刹那与永恒/ 22

胸无成竹：摘下心灵的有色眼镜/ 24

第二篇 找到安适的位置/ 27

尘世罗网：在生命樊笼外的沉思/ 27

自由真谛：寻找一个笼子或一个林子/ 29

鱼与熊掌：彰显自己价值观的抉择/ 32

敝帚自珍：从“当别人”到“做自己”/ 34

保我本色：我是马，我不要伯乐/ 36

自适其适：完善自我就是珍惜自我/ 38

安时处顺：在逆境中的自我保存/ 40

达理明权：对改变做出最佳的反应/ 42

外化内不化：风雨飘摇中的变与不变/ 44

自赏孤芳：做个快乐的乡村维纳斯/ 46

第三篇 培养深广的见识/ 50

开拓眼界：让才情得到最大的发挥/ 50

书是糟粕：当一个有智慧的读书人/ 52

吾爱吾师：学习那看不见的精神/ 54

知也无涯：谦卑之必要与怀疑之必要/ 56

无知之知：不知者深奥，知者浅薄/ 59

离形去知：超越知识的局限性/ 61

破而后立：跳脱僵化功能的创意/ 63

无用之用：从安于无用到追求无用/ 65

乃为大用：苹果树下，牛顿问庄子/ 67

除旧布新：向过去的成功说再见/ 69

第四篇 认清实际的需要/ 72

寡欲清心：我们真正需要的其实不多/ 72

莫入歧途：不追求不必要的欲望/ 74

非关压抑：对欲望的重新定位与接纳/ 76  
抛弃多余：在奢华、精致与简约之间/ 78  
知足养志：让富贵成为浮云的四个步骤/ 80  
静若木鸡：理想的社会竞逐之道/ 82  
不入于心：酷酷凉凉地脱颖而出/ 84  
终则有始：对得失成败的圆融观点/ 86  
机事机心：坚守对科技文明的选择权/ 88  
物而不物：如果乔布斯向庄子推销iPhone/ 90  
第五篇 流露真挚的感情/ 93  
吹万不同：情绪是我们发出的“人籁”/ 93  
情绪管理：看似无情却有情/ 96  
自事其心：做情绪的主人而非奴隶/ 98  
真情流露：去除虚矫的情绪包装/ 100  
至乐无乐：快乐就是“不追求快乐”/ 102  
移情作用：培养与保有快乐的心境/ 104  
缺而不陷：德有所长，形有所忘/ 106  
不再逃避：面对与消除生命中的恐惧/ 109  
亲情无限：自然而平凡，相爱又相忘/ 111  
爱之以道：要适性，但不可随性/ 113  
第六篇 建立圆融的关系/ 116  
君子之交：乐于沟通，保持真性/ 116  
游刃有余：为人处世不要硬碰硬/ 119  
庖丁解牛：走阻力最小的自然之路/ 120  
雁落鱼沉：扬弃对美丑的皮毛之见/ 122  
名实之辨：不可让表象混淆了实质/ 125  
化解对立：换个角度和心情看敌人/ 127  
圣人与大盗：吹散仁义道德的迷雾/ 129  
知人之明：看穿感人的虚拟形象/ 132  
八疵九征：从行动中观察与考验人性/ 134  
乘物游心：批评与规劝他人的守则/ 136  
第七篇 保持祥宁的心境/ 139  
真心常安：找回你遗失的宁静/ 139  
鉴于止水：恢复宁静的EQ 课程/ 141  
用心若镜：如实反映外物，不迎不藏/ 143  
海深水阔：吸收骚动而不随之骚动/ 145  
交替流转：“这，也将过去！”/ 147  
净化心灵：维持平静的心斋功夫/ 149  
虚室生白：放空自己，吉祥跟着来/ 151  
得意忘形：因痴迷与投入而忘怀/ 153  
与时俱化：不偏滞于固定的观点/ 155  
鼓盆而歌：让我们活得充实，死得快乐/ 158  
第八篇 回归自然的大道/ 160  
天人合一：从剥削、征服到尊重、爱护/ 160  
文明指标：不扰乱常规，不违逆真情/ 162  
以天待人：效法自然不要误入歧途/ 165  
宇宙意识：如何让“天地与我并生”？/ 167  
天下一气：“万物与我为一”不是梦/ 169  
质能不灭：没有生死，只有变化/ 171  
无为而为：既要行天道，也要尽人道/ 173  
浑然为一：做个出神入化的工作达人/ 175  
大道之行：成为悟道与得道的真人/ 177  
天地有大美：宇宙是一首美妙的交响乐/ 180

• • • • • ([收起](#))

标签

庄子

哲学

王溢嘉

思维

新星出版社

文化

我的书架

台湾

评论

只是试读了一下。

-----  
从任意的哲学道理里都能看到庄子的观点，鼻祖嘛……

-----  
无为=顺应 无为≠放任

王大天天出新书啊，真不错

还行吧，试读的，读者体

找了家有沙发的馆子坐了一上午，其实是本很俗的书。

鸡汤

虽然自己不是出世的料，但是读来一阵阵豁然，达到超脱境界没那么容易，最短视的收获就是能够把一些本来在意的言行视为可笑。

哲学理念和佛教很相似，道是一致的，名字不同而已。

深度不足，闲篇有余。

庄子棺材板压不住了

这，也会过去。悲喜感受都值得珍惜。最喜欢讲情绪的章节了，其他章节虽然解读的也很好，也许范围有点大，但是也值得一看，找自己需要的部分。深入浅出，通俗易懂。

取其精华，去其糟粕吧  
只能说庄子的思想很好，有些作者解读的和举的例子呀，真是可笑。  
尤其是天人合一章中举的例子，真是乱来，直接跳着看完了。

-----  
天人合一

-----  
通俗易懂 用来随便看看还是不错的

-----  
[庄子陪你走红尘\\_下载链接1\\_](#)

书评

-----  
[庄子陪你走红尘\\_下载链接1\\_](#)