

# 《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》

## 图书基本信息

书名：《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》

13位ISBN编号：9789868388031

10位ISBN编号：9868388031

出版时间：2008

出版社：橡實文化

作者：馬克．愛普斯坦(Mark Epstein)

页数：223

译者：梁永安

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》

## 內容概要

不要害怕和壓抑欲望，而是應該重新疏導、駕馭它，為我們所用。

因為欲望乃是最強有力的生命能量，可把我們引領至自由與極樂。

你常滿懷興致去吃期待已久的大餐，食畢不僅沒有滿足感，甚至更為失落？總是嫌另一半陪你的時間不夠多，常在愛中感到孤單？沒有辦法忍受別人不將你放在眼裡，老是覺得自己不被喜歡？稍不順心，就暴飲暴食，焦躁難耐？孩子不聽你的話，即憤怒不已，斥聲責罵？

追根究柢，一切都是欲望在作祟。

不過，佛洛伊德與佛法認為欲望是人對人世痛苦現實的自然反應，一旦脫離欲望，我們就不再是自己。透過欲望，反而能幫助我們了解自我，面對生活的煩瑣與生命的困頓。因此，本書以佛陀的「四聖諦」為架構，印度神話《羅摩衍那》為經緯，融會貫通佛洛伊德的精神分析學，並結合個案研究，提出各種實際建議，調和我們對欲望的矛盾觀點，讓我們對人類最弔詭的欲望情緒，有耳目一新的認識，進而透過欲望的驅力，達到身心靈的和諧與平靜。

書中分為四個主要章節：

欲望的渴求，講述人面對欲望的一般心理與反應；

執著 說明人一旦了解世上絕無可以帶來滿足的客體時，將會產生何種變化；

執之止息 點出，對待欲望，除了放棄與執著之外，仍有第三種方式能引領我們，讓精神驚人地成長；

欲望之道 告訴我們如何利用欲望而非為其所用，進而達到喜樂的境界。

# 《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》

## 作者簡介

精神科醫師，在紐約市自行開業，常受邀演講，談論佛教禪修法對心理治療的價值。已有著作包括《沒有思考者的思考》（Thoughts without a Thinker）、《碎散而不分崩離析》（Going to Pieces Without Falling Apart）和《繼續存在》（Going on Being）。常為《三乘：佛法概論》（Tricycle: The Buddhist Review）、《瑜伽期刊》（Yoga Journal）和《O雜誌》（O: The Oprah Magazine）撰稿。

## 《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》

### 精彩短评

- 1、tag:精神分析 宗教 佛学 哲学 文字易读，从头至尾穿插引用的薄伽梵歌中的一个故事，重新解读欲望的本质，透彻的梳理，力荐。以及案例引用都非常细，从不用冗长的咨询逐字稿，只求说明问题，对案例假设方面的思路学习有帮助。于个人还是于咨询工作，都会有所启发。
- 2、如果要换个正经一点的名字或许可以是“理解欲望”。可以看到很多有趣的观念，即便是很懂精神分析以及佛学的人我想也会被他那有点与众不同的表述启发到。
- 3、人都有慾望，但讓我們感到痛苦的並不是欲望本身，而是我們對慾望的執著...

# 《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》

## 章节试读

### 1、《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》的笔记-第31页

日本禅宗有一则逗趣的小故事，有个小和尚在艺妓的色情画像上写下这样的诗：

上上下下

上上下下

我学会了坚忍

难道没有人知道我的真正用意吗？

### 2、《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》的笔记-第49页

允许自己站在欲望的间隙中，乃是得以更完整享受欲望之乐的前提。藉由充分体验欲望的满足与挫折、甜美与辛酸、喜悦与痛苦、成功与失败，便能利用欲望来唤醒自己的内心。透过跳入欲望的间隙，将可消解欲望必然带来的种种二元性。即便活在感官世界中，我们一样可以得到自在解脱。在我看来，这就是佛陀与迦叶的无言交流所包含的秘密讯息。感觉二元性是分很多层面的，有对立的二元性，也有非对立的二元性。

### 3、《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》的笔记-第49页

在“右道”中，佛陀的追随者致力于断除感官享受；但是在“左道”中，修行者勇敢面对欲望必然会带来的间隙，也勇敢接受欲望可能会带来的快乐。

### 4、《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》的笔记-第38页

在某个意义下，欲望本身并不知道该怎样自处，它企求结合、占有或得到完全满足，却从来没有成功过。正如佛陀在第一圣谛所开示，而弗洛伊德在许多世纪以后所呼应的，即使在最令人满足的经验中，总会残留着不满足感。客体总是令人失望。

### 5、《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》的笔记-第42页

犹如《罗摩衍那》所阐明的，欲望具有一种吊诡的追求，这追求既能让我们困惑，亦能让我们证悟；既能让我们认清自己，亦能使我们迷失自己。

# 《那一夜，佛洛伊德遇見佛陀，聊欲望》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)