

# 《当鞋合脚时》

## 图书基本信息

书名：《当鞋合脚时》

13位ISBN编号：9787806270967

10位ISBN编号：7806270965

出版时间：1996-1

出版社：东方出版中心

作者：奥修

页数：259

译者：王国伟

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)

# 《当鞋合脚时》

## 内容概要

庄子是最难得的开悟者之一，甚至比佛陀或耶稣更加难得。因为佛陀与耶稣主张有为，而庄子强调的是无为。有为当然能做成事，但无为能做成的事更多；许多事可以通过意志来做成，但更多的事可以通过没有意志来做成。无论你通过意志做成什么，总是会成为一种负担，一种冲突，一种内在的紧张，你随时都有可能失去它，它必须被持续地保持着，保持它需要能量，保持它最终会把你消耗掉。只有通过无为得到的才永远不会成为你的负担，只有不成为负担的东西才能成为永恒。只有无一丝一毫不自然的东西才能永远永远与你在一起。

庄子说，真实、神圣与存在是通过完全的忘我达到的，甚至对于这一状态的追求本身，都会成为一种障碍——于是你不能忘我，你一旦努力地忘我，就会形成障碍。

你怎么能努力地忘我呢？一切努力都出于自我，自我在努力中膨胀，而自我就是疾病。所以，一切努力都必须被留在身后，什么也不用做。人必须让自己融入自然的存在，重返童年，就像初临人世的孩子，无所谓是，无所谓非，对于任何界限一无所知。界限一旦在脑海中形成，知道了什么是对，什么是错，你已经患病，你已经远离真实的存在。

# 《当鞋合脚时》

精彩短评

## 《当鞋合脚时》

### 精彩书评

1、S,你读过一本书叫当鞋合脚时吗？书上有句话说，其实爱情跟鞋子一样，合适不合适只有自己知道，别人没法去评论。我最近买了好多双这样的高帮鞋，不是大了就是硬了，但你这双大小软硬都很合适，很好。跟妈妈买给我的鞋一样合脚舒适。这样的鞋是不论如何都会一直穿着。

2、生活就如同有为者的展开，还有无为者的收敛，因此有为者为了为而为，无为者为了无为而无为，因此有为者有了资源和环境的代价换来了现实，而无为者利用自然条件而展开了自己的生活。因此我们将带来生活的目的。目的和觉醒是同时的，因此我们就是觉醒的知者。生活没有给我们什么新的惊讶，反而给了我们来临的时间和生活着，生活着是随着时间而生动的体现的，因此庄子的活法不仅给我们带来了离开世界到达无为而治的境界。我们整天监督，审判，因此我们的生活是好的，善良的生活。

3、看到这邮件，先是讶异，然后，，，然后，，，然后就笑而接受了——

——话题: 奥修(从一个人的奥修到1899个伙伴)小组已被解散 尊

敬的用户： 作为一家在中国境内运营的网站，豆瓣遵守中国的法律法规和相关政策的要求

。(相关法律法规，请参考《互联网信息服务管理办法

》<http://www.cnnic.net.cn/html/Dir/2000/09/25/0652.htm> 第十五条。) 你参与的小组 奥修(从一

个人的奥修到1899个伙伴) 因讨论主题属于社区指导原则不允许、不欢迎的内容，已被解散。

由此给你带来不便，我们深表歉意，并感谢你的理解和配合。 附 社区指导原则

：<http://www.douban.com/about?policy=guideline>

——豆瓣——

——<http://view.news.qq.com/a/20100803/000019.htm>——

——愚昧，恐惧的灵魂

4、非常喜欢的一本书同样也很喜欢奥修这个人他是一个有血有肉的人，承认自己有情欲，承认自己不完美，这是一个平凡的人，用适合自己的方式去生活，同时将自己的经验告诉别人，但不强迫别人也这样，这是真正的好老师！

5、奥修原名香卓拉·穆罕·简，在二十世纪六十年代又改名为阿闍黎·罗杰尼希。1970年代到1980年代自称巴关·希瑞·罗杰尼希。到了1989年，其门徒叫他Osho Rajneesh（和尚罗杰尼希），遂改名；略称Osho。奥修的文字从表面上看，不带有鲜明的宗教色彩。它没有宗教中的神、鬼、天堂、地狱。奥修倡导的是活在当下，不对未来抱有任何梦想地活着。我在想，没有理想，人活下去的动力从何而来？奥修答：“你看那种子，它有梦想吗？但它却有无尽的动力向上，这份动力来源于自然，也就是道。而当我们真正抛弃了那些‘虚无’的未来、理想，活在当下，享受每一刻，也就自然能够进入自然之道，像那颗种子那样拥有生长的动力了。听起来多么美好的世界啊！不用为明天担心，不用为未来彷徨，只在意当下，享受当下。这是否就是人们常说的享乐主义者呢？所谓的道法自然，或许真的存在，但对于内心远未达到自然纯净境界的芸芸大众来说，若是真信了奥修，很可能会变成一个好吃懒作之徒，因为他描绘的世界和人生太过于美好，并且看起来毫不费力就可以办到。但人们往往忽略了一点：得道的前提是内心完全纯净、自然。我不知道奥修是否曾经得道，但这条修行之路风险太大。因为人总有其与生具来的追求轻松的本能。奥修说：“轻松是对的，困难是错的。”这正中了人类心理的软肋。并且，虽然他没有给人画一个明确具体的未来图景，比如“得道升仙，立地成佛”。但在他书中的字里行间，无不透露出一种令人向往的状态：像自然一般生长，让人与自然完全融为一体。但他没有提醒读者，达到这般境界的前提是，忘记未来，活在当下。人对未来没有向往就容易迷茫堕落。永远单纯地活在当下，是人的一种妄念。因为即使你可以把每一个当下活得漂亮洒脱，但是如果没有一盏指引方向的灯塔，你是无法在海上远行的。奥修的信徒可能会说他们的灯塔是自然的指引，来自内心深处的呼唤。我明白这条路是行得通的，但一个大前提是，你的内心无比纯净，没有一丝人性的杂念与恶意。然而当你跟随自然的指引到了一个十字路口，心中留存的人性，那些爱恨情仇让你过往的所享受的每一个当下都失去了意义。然后就是深深的自责和疑惑。因为那尚存的人性与自己所追随的自然性完全背道而驰。你仿佛像黑客帝国中苏醒的人类一样，陷入不安。而你追索自然的时间越久，你对于人性上的追求就越感到力不从心，因为人的生命是有限的。而自然性与人性是完全背道而驰的，他们之间的距离并非人之常能所能追赶。奥修的自然之道太过困难，也许他得道，也许他为得道。但我们知道的是，他的门徒被他轻易压榨去修建一座以他名字命名华丽的城镇，甚至为了控制当地政治而向选民投毒。我不相信这就是所谓的自然之道。奥修告诉我们要追求自己内心愿意从

## 《当鞋合脚时》

事的事情，但我认为应该在其之前加上一个限定条件：在不损害他人利益权利的前提下。奥修反对一切道德，一切法律，反对历史的记载，认为那是愚蠢的人给愚蠢的人记下的愚蠢之书。但正式这些，让整个人类社会得以有序的运行。若这个世界每个人都完全像自然中的动物一样生活，那么这个世界也就变成了现实版的动物世界了。对于个人来说，如果一个人没有对这个世界、国家，社会，对自己的家庭负一点最基本的责任。那这个人于禽兽又有什么不同？我们不能被世俗的条条框框所羁绊，但每个人都应该有自己的底线，有了这份底线，于己于人都会更加舒服。我也就因此放弃了奥修所描述的大道。但是并不意味着奥修的思想不能为我所用。他希望人们永远活在当下，我不同意。但我无比赞同的是，人可以在恰当的时候活在当下，在恰当的时候表现出真我，但这一切要以一份共同的底线为前提。同时，因为我拒绝了追求自然之道，就不得不在人性之道上为自己立下一座灯塔。成为一个适度的君子，做一份让自己身心舒畅又不损害他人利益的工作，以及拥有一个和睦的家庭。至于奥修，他的书我会将其放进抽屉。虽然我没有读完它，但他带给我一份思考。让我明白了自己的能力范围，我没有奥修的境界去追寻自然大道，但这并不妨碍我以一种积极的心态，活出真实的自我。

6、不赞成，不反对，你才能成为自由的人，不要企图载入史册，历史是留给愚蠢和疯狂的人。当你以为你坚信自己的力量时，好好记住，你在掩饰自己某种东西，当你说“我自信”时，是什么意思？如果你真正自信，这个词是没有意义的，每一个勇敢的人的内心你会发现一个懦夫。没有恐惧的人，既不懦弱，也不勇敢。当鞋合脚时，脚忘却了，当你真正自信时，自信是忘却的。

7、人的童年犹如纯净透明的水，一切都很自然而真实。人到中年，在社会的舞台上搏击，浊浪翻卷，这杯水无法透明，难以看清。到了老年，要么主动追求澄静，要么无奈回复透明，无论怎样，这杯生命之水，是经过岁月的沉淀之后的再一次透明。这是每一个生命的存在过程，也是不可抗拒的自然规律。从这样的生命存在出发，无论是老、庄，还是耶稣、佛陀，无论是古希腊文明，还是东方文化，一切都是生命体验的结晶。这些人类经典文化的结晶，是由无数鲜活的生命所体悟出来的。因此，奥修强调体验。正因为有体验，每个人都能发现真理，都能悟到真理。但是，真理不是固定不变的，真理是发展的，也是有生命的，切忌把真理凝固。所以，我们读奥修，其实在读自己。我们面对奥修，实质是面对我们自身的生命。奥修不过是为我们开启一扇心灵之窗，打开一条人生的通道。路还是要自己走，生活还是要自己过，从现在开始，把握住自己的生命特性，走出自己的欢乐来。from <http://www.tianyabook.com/zhexue/shoe/001.htm>

8、看奥修的书是很痛苦的，就像一场革命，颠覆你的传统与观念。这本书也一样，他平淡舒畅的文字里讲述的却是让人沉醉的哲理。奥修是个很博学的人，书中对庄子的理解与觉悟，中国也少有人企及，应该说他是一个真正懂得庄子的人，自然与存在的意义，用他特有的哲理与语言表达出来。我只是一座桥，奥修在书中如是说，觉悟本身不是来自书本和奥修，而是透过他让你更接近你自己，我相信这本书应该值得一读！

9、现在，灵修的书越来越畅销乃至流行，我觉得我们需要认识清楚一个关键问题：一个人看到的境界未必能达到，而且即便达到了某种境界，他也并非这境界自身。——开始读克里希那穆提的书，实在是好，那些文字，就像没有杂质的清泉一样，汨汨流入自己的心灵深处。譬如关于悲伤，这位印度哲人写道：有没有可能完全不逃避悲伤呢？也许我的儿子去世了，这的确是很大的悲伤、震惊，然后我发现自己实在非常寂寞。我无法面对这件事，我无法忍受这件事，因此我逃避。有许多逃避方式——宗教的、世俗的、哲学的。有没有可能不采取任何形式逃避这样的疼痛、寂寞、悲伤、震惊呢？而且还要怀着苦恼，完全与这个事件同在？你有没有可能握着任何问题，不想办法解决它，而是看着它，仿佛握着某颗珍贵的宝石、手工雕成的精美宝石？宝石的美在于吸引人、令人心旷神怡，叫人忍不住一直看着它。同样地，如果能够的话，思想不运动、不逃避，握着我们的悲伤，不离开事实，就会引出一股全然的释放，叫人摆脱所谓的痛苦。对于我，这段文字很亲切，令我想起了我的一段感受，写在我的《心灵的七种兵器之一：最纯的悲伤帮你告别悲惨往事》中，小标题是“最纯的悲伤宛如天籁之音”：读研究生时，我们几个同学组成了一个心理学习小组，每星期聚一次，轮流讲自己的体验和故事。那时，我们的心灵都披着厚厚的盔甲，总为自己的故事涂脂抹粉，那些故事也因此失去了力量。大约半年时间，听了许多故事，但我没有一次被打动过，直到那一次例外。当时，我的一个女同学X讲了一件她的伤心事：一天晚上，一个长途电话从美国打来说，她高中班上最天才的男同学在美国五大湖上划船游览时遭遇晴天霹雳，同一条小舟上的其他人安然无恙，只有他当场身亡。她是在北大校园的一个电话亭接的电话，那边话刚落下，她的眼泪已刷刷地流下来。接下来，她忘记还说了什么，也不知道是怎样回的宿舍。在小组中讲这个故事的时候，那种感觉再一次袭来，她

## 《当鞋合脚时》

再次失声痛哭。我们被深深地打动了，大家陪着她一同落泪，我也不例外。只是，在难过之后，我还有了一种特殊的感觉：我仿佛听到了天籁之音。等平静下来后，我讲述了这种感受，并解释说：你讲得那么单纯，没有掺杂一丁点的杂质，是我感受过的最纯净的悲伤。所以，我觉得那是来自天堂里的音乐。我描述这感受时，曾担心她会不会觉得被冒犯，因那么悲惨的事情我居然有了享受的感觉。但她说，她没有被冒犯的感受，相反觉得我的这种形容让她很舒服。后来，我明白，这种不掺杂质的悲伤，是告别悲惨往事的最佳途径，甚至可以是唯一的途径。从这个意义上讲，真纯的悲伤的确是天籁之音。如克里希那穆提所言，这悲伤的确如宝石，而我那个同学只是握着它，这时，这就是一种美。克里希那穆提把很多道理说得那么清澈，我忍不住有了一丝崇拜，但我立即把这崇拜放下，因我知道，不管他是一个多么好的哲人，他也只是一个某种信息的传递者，但他既不是那信息本身，更不是那信息的肇始者。此外，我还知道一点：看到的境界，和达到的境界，常常是两回事。一个能看到很好的境界的人，未必能达到这个境界，甚至，他可能还会逃避这个境界。譬如，自诩与克里希那穆提“合二为一”的奥修，他的文字曾在国内盛极一时。我读过他的书，文字的确美，也犹如清泉一样，只是总感觉有些许杂质。但即便有这些杂质，能看到这个境界的人，我想也不多。很多人因而崇拜奥修，包括我一个同宿舍的同学。但是，奥修本人却是一个恶贯满盈的神棍，他看到了那么好的道理，但他自己背离了这些道理，并利用人们的崇拜心理，故意伪装成这些道理的肇始者，也即上帝，控制他的信徒，骗财骗色，过着极其奢华的生活，而当有信徒试图反抗时，常会莫名其妙地死去。关于奥修的真相，大家可以看这个链接：<http://baike.baidu.com/view/108124.htm>。那些信徒们为什么会被奥修所控制？我想，他们混淆了一个道理，他们以为，一个人看到了某种境界，也就达到了这个境界。于是，当奥修说出那么好的道理时，他们就以为他真是神了。然而，我深信，任何一个人，不管他能说出多么好的道理，他仍然只是一个凡人，而神，永远只有一个。任何试图装扮成神的，要么别有用心，要么就是严重的精神疾病。譬如，当尼采说，我是太阳时，他就已是一个严重的精神病人了。再如，一个网友，他写的哲理诗非常棒，写透了许多难以参透的道理。然而，我对他很是担忧，因为我觉得他把自己和道理混为一谈，他认为自己可以轻松在各个境界中自由穿行。这种认为，一定是妄念，是他将自己当成了这些信息的肇事者。又如，我的文章写得还算不错。但是，许多我看到的境界，我远远不能达到。今天早上，我早上8点起床，想早早开始写这篇文章，但磨磨蹭蹭一直到10点钟才开始在电脑上敲字。也因为同样的道理，我对禅宗很不感冒。修禅的人，说话很有机锋，许多对话也有趣极了，美极了。然而，很多这些对话，是将看到的境界和达到的境界混为一谈了。由此，许多禅宗中的公案，更像是文字游戏。在这个混乱的世界中，我们需要一个终极的牵系，有了这个牵系，自己的灵魂就不再是孤魂野鬼。然而，任何人都不能成为这个牵系的另一方，只有唯一的上帝才是。假若你将任何一个人当成了这个牵系的另一方，你就是在制造一些虚妄，参与一些邪恶。譬如，那些被奥修伤害的人，他们并不仅仅是受害者，他们也是邪恶的参与者，假若他们自己不将奥修推到圣坛上，那么奥修就不可能自扮成神。假若一个民族都习惯将凡人推上圣坛，那么这个民族势必不断地重复一个轮回——他们不断被“半神”的独裁者重重地伤害。前两天有报道说，俄罗斯的新教科书修改了，斯大林重新被称为是俄罗斯民族“最成功的领导人”。我感叹，这个民族的新一轮轮回又要开始了，很可能和以往一样，先是一些所谓的辉煌，而后就是可怕的灾难。但这个灾难，不是那个半神自己制造的，而是这个民族集体参与的。奥修是凡人，克里希那穆提是凡人，一切哲人、道德君子、所谓的圣贤、英雄乃至帝王，都是凡人。神，永远只有一个。我们须明白这一点，并永远保留自己对自己人生的选择权，永远拒绝任何一个人为自己的人生作主，因为那个人不管多么贤明，他一定仍然是个凡人，他仍然一定会为谋他的私利，而最大的私利，其实不是财与色，而是《1984》所揭示的一段对话：奥勃良：“我们对别人的好处并没有兴趣，我们只对权力有兴趣……温斯顿，一个人是怎样对另一个人发挥权力的？”温斯顿想了一想说：“通过使另外一个人受苦。”这是将人树为神的必然结局，那个半神，不管一开始他多么贤明，多么高瞻远瞩，多么能为别人谋福利，但最后，为了证明他拥有上帝一般的权力，必然会走到这一步——使你受苦。

10、读到奥修《当鞋合脚时》有这么一段话：“……，记住，局部永远不会比整体更为明智，无论那个整体在做什么，这才是最终的事情，你不能改变。你可以试图这么做去浪费你的生命，但你将一事无成。整体是浩大的，你只是一个原子。海洋是浩大的，你只是其中的一滴水。整个海洋是咸的，而你却想成为甜的，这是不可能的。但自我想做那不可能的，困难的，干不了的事情。”——#。。。。。。。。读后感：整体是无数个局部的累积，整体所产生的结果是由构成它的局部思考的总和，无论局部能不能改变整体，都需要有局部去思考整体的正确性并作出可以影响其他局部的行

为。当整个海洋中，你想成为甜的那滴水，并让其他水有了和你一样的属性，海洋就会变味。

11、灵修的书，各门各派的书看了不少，大二的时候有遇到过奥修的书，可惜错过了，最近才又看上真是相见恨晚，奥修同志似乎名声不太好，网上翻了一些资料，也不能判断出奥修究竟是怎样的一个人，或许如他自己所说吧，一个人既是圣人又是罪人，你无法完全是圣人也无法完全是罪人，他的话常常左右矛盾，他是那么能说，比起那些慈眉善目的导师，奥修有股邪气，东拉西扯，海阔天空，不管他有没有最终悟道，或许可以这么说，在所有的悟道者身上，奥修的知识是最广博的，在所有的知识分子身上，奥修在灵性方面的成就是最高的，几乎没有另外一个人能像他那样无所不包的评论所有的灵性传统，耶稣、佛陀、老子、尼采、左巴，几乎总结了所有的静心方法和传统，喜悦之路、奉献之路、爱之路、臣服之路、智慧之路，有主动之路，有被动之路，这一切都被他总结在《橘皮书》里面。曾经，我是对心理学和灵修都很感兴趣，看多了后心里始终有个疑惑，按心理学的教导，心里问题的成因是没有一个坚强强大的自我，而灵修领域的教导却是，人之所以有问题，唯一的问题就是自我，一说是，一说否，真让人疑惑，我又清楚这两种说法都是对的，直到最近看到奥修说的一句话才彻底释然：只有成熟的果子才能掉下来，先要有自我，才能放弃自我，不要想着去清除你的自我，而要想着去把你的自我带到顶峰，果子成熟了自然会掉下来，果子没有成熟，强行摘取只会留下伤疤，他也因此批评那些消极遁世的人，他们的心里还有自我，对这个尘世还有依恋，既然你还有依恋，那就去尽情的活吧，活够了，果子熟了，你自然会走进静心，这是件自然而然不需要强迫的事情。奥修之所以为人诟病似乎还因为他对性的态度，依我看，他对性是一种绝对开放理智的态度，似乎还是那个教导：只有成熟的果子才能掉下来，奥修所有的教导凝结起来就是这句话，或者是他另一本书的名字：左巴佛陀。尽情的活过此生此世，释放自己的活力，发展自我，等你充分的活过之后，你自然能够坦然面对死亡，顺其自然的进入静心，生命是一项伟大的礼物，为什么要丢弃它，为什么要如仇人般的对待他。不得不说，所有的宗教，在人类的发展上似乎都起了很大的负面作用，他们大都教人逃避现实世界，借着诱惑和惩罚，宗教禁锢了一代又一代人的活力，很多了如行尸走肉般活过了几个世纪，一边苟延残喘着，一边默念自己心中的上帝，如同一朵从没有开过的花，在生命的末尾，可以想见他们心底的叹息。唯有奥修，告诉我们可以是尘世中的浪子，也可以是上帝，可以是圣者也可以是罪人，我们可以从一个极端走向另一个极端，体验生命的丰富多彩。不得不说，我太爱这个大胡子老头。

12、鱼生于水，人生于道你能对井底的一只青蛙谈论大海吗？佛陀说：“我们无论说什么，一旦说出来，它就变得不真实”。老子说：“真理是不可言说的，能够说的都不是真理”。可以和一个井底之蛙交流一些有关大海的事情。如果那个传达的人真正有创造力，他能够创造出交流的方法。那就是佛陀一直在做的，耶稣在做的--创造方法同井里的蛙交流一些关于大海的东西--因为有一件事情是相同的，水！如果有一件共同的事情，有一座桥梁存在，那么交流是可能的。如果有一件共同的事情，有一座桥梁存在，那么交流是可能的。仅仅是可能的！有为把你引向道，无为也能把你引向道。有为是把你的能量注入道，无为是道把能量回归于你。看，就像这样。这条河流流入大海，把自己注入海洋。这是有为。然后海洋变成云朵，移向喜马拉雅山，又在雨中落下，注满了河流。这是无为。现在河流没有做任何事情，现在海洋在做事情。鱼生于水，人生于道！读书笔记：人的童年犹如纯净透明的水，一切都很自然和真实。人到中年，在社会的舞台上搏击，浊浪翻卷，这杯水无法透明，难以看清。到了老年，要么主动追求澄净，要么无奈回复透明，无论怎样，这杯生命之水，是经过岁月的沉淀之后的再一次透明。这是每一个生命的存在过程，也是不可抗拒的自然规律。庄子是最难得的开悟者之一，甚至比佛陀或耶稣更加难得。因为佛陀与耶稣主张有位，而庄子强调的是无为。有为当然能够做成事，但无为能够做成的事情更多。无论你通过意志做成什么，总是会成为一种负担，一种冲突，一种内在的紧张，你随时都有可能失去他，他必须被继续的保持着，保持他需要能量，保持它最终会把你消耗掉。只有通过无为的道德才永远不会成为你的负担，只有不成为负担的东西才能成为永恒。只有无一丝一毫不自然的东西才能永远永远与你在一起。你降生，你为你的降生努力了吗？你成长，你为你的成长努力了吗？你呼吸，你为你的呼吸努力了吗？万物自行消长，为什么要去操心？让生命自然流动，你就顺其自然，不要挣扎，不要逆流而上，甚至不要游水，只是顺着水流漂浮，让水流带你去它带你去的地方。做一朵在天空漂浮的白云，没有目标，不去哪里，只是漂浮，这种漂浮便是终极的花朵。你的道德是一种死亡，在死亡扼杀你之前，社会已经扼杀了你。当鞋子合适时，脚被忘记了。你有理想要实现。那理想总是在将来--它必须是，没有理想会是在现时。而将来是不知何处，它还没有诞生。因为这个理想，你生活在除了梦什么也不是的将来；因为这个梦想，你不能生活在此时

## 《当鞋合脚时》

此地；因为这个理想，你责备自己。如果一个孩子一直用四肢走路，他永远成不了一个人，他永远不能获得智力。当你的脊椎与大地平行时，血液在全身均匀的流动；它流到腿部的量与流到头部的量是同样的。那么头脑就不能产生精微的神经--他不能产生一种精微的神经系统。奥修--《当鞋子合脚时》2008年5月13号 22：53

13、在某次因缘下下载到奥修的书籍。读他的文字，真的可以深感他的智慧。引发那种深处的共鸣与感动、静心的读。你会领悟到他的谏言。就像是一次次心灵之旅。击中，顿悟，感怀那种慈悲与爱。原来生命可以如此喜乐。

14、<http://baike.baidu.com/view/108124.htm>奥修百科名片奥修奥修 Osho ( 1931——1990 )，曾名为阿恰里亚·拉杰尼希，1931年12月11日生在印度中央邦古其瓦达地方的一个殷实人家,其家庭有耆那教的背景。1985年曾经被美国基督教政府驱逐出境，并被美国少数官员以反诈骗罪指控其企图谋杀、攻击、纵火、盗窃、窃听及鲁莽地危害安全等罪起诉，被法院勉强冠定为移民罪，曾遭到欧洲24个国家拒绝入境，1989年改名奥修。奥修在东方许多人对奥修的本来面目并不知情，他的一些弟子通过出版翻译他的大量讲道集(据说共有600多种)和开设各种静修中心使奥修教团在东方一些国家大有发展。就连我国一些大出版社对他的这些书出版了“奥修智慧金言”、“印度哲人奥修如是说”、“奥修人生箴言”三大系列丛书，共出了20种，都很畅销。在这些译著中,都把奥修称作“二十世纪稀有大师”，当代世界“最伟大的哲学大师之一”和“泰戈尔以后印度又一位伟大的思想家”。但也有很多批评的声音。1996年8月14日《中华读书报》记者赵武平先生发表了《包装出来的心理大师》一文。该文对奥修的出版过程和译作质量作了叙述,指出国内出版奥修书稿的来源系出自于“自称阿洛克的奥修国际基金会”美籍华人许光汉，上海版图书来自于“唯一见过奥修本人”的中国人上海中外文化艺术交流协会的邱正平。1996年9月和10月上海《青年报》两次刊出由记者吴志超撰写的《奥修——一个诱惑读者骗局?》和《印度学界没人知道奥修--专家学者的激烈争论》等文。可以肯定,臭名昭著的邪教教主拉杰尼希就是后来的“二十世纪稀有大师”奥修。就是在欧美屡屡碰壁,劣迹斑斑的唯一教教主拉杰尼希。两者同为一人是毫无疑问的!事实上，对拉杰尼希其人其事国内早有介绍,《世界宗教资料》1983年第4期就发表了詹得雄的文章《东西方的混合体——拉杰尼希的宗教事业》,介绍了拉杰尼希及其教团和事。1985年拉杰尼希被美国政府驱逐后,《世界宗教资料》又于1986年第4期发表了消息。但是遗憾的是,1989年当拉杰尼希改名奥修后,我们没有及时地加以察觉。在现在出版的奥修著作中,并没有全面介绍奥修其人其事,仅寥寥数语就遮掩过去，这对读者来讲是极不负责的行为。

15、开始到现在看这本书很久了，一直没看完。说实话，觉得内容像是在呓语（说梦话），或者说是讲道。不喜欢别人这样子跟自己jjww的说些深究起来并没有什么道理的“玄之又玄”的胡言乱语。还是喜欢泰戈尔的《飞鸟集》《先知》那种风格的语言。

## 章节试读

### 1、《当鞋合脚时》的笔记-第1页

<http://www.success001.com/b/1osho.htm>

### 2、《当鞋合脚时》的笔记-第81页

甚至与蜻蜓也能够交流一些关于冰的东西。即使我们说它不像火那么热，那么我们也已经说出了一些有关冰的东西，当然是从反面说的。那就是为什么所有伟人的经文都是从反面说的。它们不说真理是什么。它们总是说真理不是什么，只是为了使信息对蜻蜓有意义。所以我们不能说冰是什么，但我们可以说冰不是火——至少这些是可以交流的。  
老子说：怎么能跟没见过真理的人传授真理呢？

### 3、《当鞋合脚时》的笔记-前言

当鞋子合适的时候，脚被忘记了，当腰带合适的时候，腹部被忘却了，当心灵正确的时候，赞同与反对都被忘却了。没有驱使，没有强制，没有需求，没有诱惑，这时候你做什么事都是自在的，你是个自由的人。轻松是对的，有了正确的开端，你就轻松了，一直轻松下去，你就对了。轻松的正确的方式是忘掉正确的方式，也忘掉那个过程是轻松的

### 4、《当鞋合脚时》的笔记-第45页

当心灵正确的时候，“赞同”与“反对”都被忘却了。

万物自行消长，为什么要去操心？

做一朵在天空漂浮的白云，没有目标，不去哪里，只是漂浮，这种漂浮便是终极的花朵。

整个生命是如此安详而沉静，你花这么大力气干什么？

<http://item.taobao.com/item.htm?spm=a1z10.5.w4002-6085018272.13.gPESXM&id=37910741981>

### 5、《当鞋合脚时》的笔记-第90页

你从来没有完全地笑，你从来没有完全地哭，你从来没有完全地怒，你从来没有完全地恨，你从来没有完全地爱，没有一件事是做得完全的——一切都没有完成。没有一件事是完全的。它缠绕着，于是你脑子里总也有那么多的事，那就是你为什么如此不自在，你永远不会有到了家里的感觉。

### 6、《当鞋合脚时》的笔记-第67页

始终给其他人以机会成为他自己。

### 7、《当鞋合脚时》的笔记-第95页

。文字在，但谁将赋予它意义呢？你将赋予意义。因此，每本经文只是一面镜子：你将在里面看到你自己的脸。你可以读任何你喜欢的东西，但因为意念是非常狡猾的，它将不听从任何有悖于它的东西。它会以它自己的方式演绎。

## 《当鞋合脚时》

### 8、《当鞋合脚时》的笔记-第54页

如果两只狗打架，在两分钟内，它们迟早会明白。人从来不会明白；

### 9、《当鞋合脚时》的笔记-第107页

需要是美丽的，欲望是丑陋的。区别是：需要来自身体，欲望是由意念造的。动物、鸟儿、树木是快乐的，因为它们没有意念去贪求；它们无论在哪里都是快乐的。它们生，它们死，但它们从不陷于苦恼，没有紧张。这是要记住的第一件事——区别，欲望与需要之间的清楚的区别。

### 10、《当鞋合脚时》的笔记-第80页

他们带来了不可估量的信息，而你有你固定的标准。

### 11、《当鞋合脚时》的笔记-第116页

在有为中你给予；在无为中你得到——一种平衡是需要的。你给予越多，你将得到越多，因为你越空，你就能够得到越多。一条小河将得到少一点，一条大河将得到许多。当恒河把她自己注入海洋，海洋必须归还同样的恒河——它一次又一次地发生。

### 12、《当鞋合脚时》的笔记-第108页

只有死亡是安全的。生命因为它的本性必定是不安全的。为什么？每当一事物活着的时候它是变化着的；只有一件死去的东西才从不变化。每当有变化就有不安全。变化意味着什么？变化意味着从已知到未知。一切不安全的基础就是你想依附已知的东西。

### 13、《当鞋合脚时》的笔记-第73页

意念是逻辑性的，生命是矛盾的，那就是为什么它们永不相遇。所以，如果你说这个人好的，你不能相信这个人也是坏的。但生命就是如此：罪犯存在于圣徒，圣徒存在于罪犯。

### 14、《当鞋合脚时》的笔记-第1页

一切努力都出于自我，自我在努力中膨胀，而自我就是疾病

历史总是记住些蠢人，因为是蠢人制造并撰写了历史

历史只注意那些疯狂的，为某事所驱使的，制造这样或那样的麻烦的人。困难是错误的，容易是正确的；自在地活着，不要企图载入史册。把历史留给愚套的和疯狂的人，你只是远离它

意念对他人，无意念对自己

一个真正智慧的人永远不会以任何方式寻找机会来证明他是聪明的。傻瓜总是寻找一种方式来证明他是聪明的。一个真正在爱的人，一个坠入爱河的人不会试图证明他在恋爱

“当鞋子合适的时候，脚被忘却了。”当你真正自信时，自信是被忘却的

生活不是通过时间来领悟的，它是通过静心来领悟的

## 《当鞋合脚时》

每当你快乐时你是肤浅的；可每当你悲伤时你可能多了些深刻，少了些浅薄。

你的悲伤有一种深度，你的欢笑有一种浅薄

人为什么责备他自己？他为什么不能接受自然？因为通过谴责造就了自我。没有其他方式创造自我

自我需要一种冲突。如果没有冲突，不会有任何自我

只有死亡是安全的。生命因为它的本性必定是不安全的。为什么？每当一事物活着的时候它是变化着的；只有一件死去的东西才从不变化

如果你放下野心你将在懒散与有为之间形成一定的比例。那时你的生命将是一种节奏'

让你的有为成为你的花儿，看得见，但让你的无为成为你的根，看不见的

### 15、《当鞋合脚时》的笔记-第85页

凡是真实的就美丽的

### 16、《当鞋合脚时》的笔记-第70页

放下规则并不意味着你成了反社会的。放下规则仅仅意味着因为你存在于社会，你遵从某些规则，但他们只是游戏规则——不是别的什么。

如果你打牌你有规则：某一张牌是国王，另一张牌是皇后。你知道这是愚蠢的，没有牌是国王，没有牌是皇后，但如果你想玩那种游戏，某种规则就必须被遵守。它们是游戏规则，它们没有什么终极的东西。你必须遵守交通规则。

记住，道德的整体只是交通规则而已。你生活在一个社会中，那里不是你一个人，还有许多人。某些规则必须遵守但它们不是最终的，它们中没有什么终极的东西。它们就像靠左行走一样。在美国你是靠右行走——没有问题。如果规则被遵守——靠右，那好。如果规则被遵守，靠左，那也好。两种都一样，但其中一种必须被遵守——如果你有两种规则，那就会有交通阻塞，就会有困难——不必要的困难。

当你与他人生活在一起时，生活必须遵守某些规则。那些规则不是宗教，不是道德，不是神性，它们只是人造的，人必须觉知到这一点，人必须了解它们的相对性；它们是形式。

你不必打破所有的规则，没有必要，因为你会陷入不必要的麻烦，那样你不但成不了一个桑雅生，你会变成一个罪犯。记住那个！桑雅生不是战士，桑雅生不是罪犯，桑雅生知道规则仅仅是一场游戏。他不对抗它们，他超越它们，他越过它们，他使自己不受它们影响。奥修甚至连这一点都考虑到了，为什么被认为是邪教...

### 17、《当鞋合脚时》的笔记-第1页

无论你通过意志做成什么，总是会成为一种负担，一种冲突，一种内在的紧张，你随时都有可能失去它，它必须被持续地保持着，保持它需要能量，保持它最终会把你消耗掉。只有通过无为得到的才永远不会成为你的负担，只有不成为负担的东西才能成为永恒。

## 《当鞋合脚时》

你怎么能努力地忘我呢？一切努力都出于自我，自我在努力中膨胀，而自我就是疾病。

庄子说，最好是从一开始就放下，因为你不得不放下，或者一开始就放下，或者最终无可奈何地放下。

他说，只要了解事实的真相。你降生，你为你的降生努力了吗？你成长，你为自己的成长努力了吗？你呼吸，你为你的呼吸努力了吗？万物自行消长，为什么要去操心？让生命自然地流动，你就顺其自然，不要挣扎，不要逆流而上，甚至不要游水，只是顺着水流漂浮，让水流带你去它带你去的地方。做一朵在天空飘浮的白云，没有目标，不去哪里，只是飘浮，这种飘浮便是终极的花朵。

任何对自然所作的改善便是教养，所有的教养都像一种疾病——一个人越有教养，他就越危险。

庄子讲到一个名叫米倚的绘图者，他信手画出的圆比用圆规画的更完美。真的，需要圆规是因为你害怕，如果不害怕，你也能不靠任何帮助画出完美的圆。

庄子相信领悟，而不是静心。如果我说你得静心，那只是因为我觉得领悟对你来说十分地困难。静心不会把你带向目标——没有什么方式可以把你带向目标。不存在任何方式，任何技巧。静心只是帮助你领悟，它不会将你引向真理，它只是打破意念，一旦真理出现，你可以看见它。

哲学家青蛙见了蜈蚣，久久地注视着，心里很纳闷：四条腿走路都那么困难，可蜈蚣居然有成百条腿，它如何行走？这简直是奇迹！蜈蚣是怎么决定先迈哪条腿，然后动哪条腿，接着再动哪条腿呢？有成百条腿呢！于是青蛙拦住了蜈蚣，问道：“我是个哲学家，我被你弄糊涂了，有个问题我解答不了。你是怎么走路的？用这么多条腿走路，这简直不可能！”蜈蚣说：“我一直就这么走的，可谁想过呢？现在既然你问了，那我得想一想才能回答你。”这一念头第一次进入了蜈蚣的意识。事实上，青蛙是对的——该先动哪条腿呢？蜈蚣站立了几分钟，动弹不得，蹒跚了几步，终于趴下了。它对青蛙说：“请你再也别问其他蜈蚣这个问题了，我一直都在走路，这根本不成问题，现在你把我害苦了！我动不了了，成百条腿要移动，我该怎么办呢？”

你需要圆规是因为你对生活没有自信，你需要道德、告诫、原则、《圣经》、《可兰经》或者《吉它经》来指导你的生活，因为你对自己内心的力量缺乏信心。这就是你的生活。那些《圣经》、《可兰经》和《吉它经》给你带来的结果，就像青蛙给蜈蚣带来的结果一样。

你误入歧途，并不是因为任何邪恶的势力，而是那些做好事的人。并不是魔鬼将你引入歧途，而是你的教士，你的领导者以及你所认为的圣人。

现在这么多人看着你，注视着你，你就不自在了。于是你设计、筹划，你要人们都喜欢你。你无论说什么都希望给人留下印象——你有了自我意识。不然的话，每个人都是一个演说家，天生的演说家。人们说话，这从来不成问题。一旦你让他们走上讲坛，向一群人说话，就不对劲了。什么不对劲？什么都没有变，只是自我意识进入了，自我意识就是问题。

当你陷入爱河，真的是你陷入爱河，还是“它”通过你陷入爱河呢？当你生气时，是你在生气吗？因为当怒存在时，你尚未存在；当爱存在时，你尚未存在。愤怒、爱恋，任何激烈的感情，都不是你，对万物而言，你消失了，只有它——“道”的存在。

当你写字时，你的颤动进入了。你签名时是你想得最多的时候。你的颤动在那里，用一个放大镜能观照，也能探察那种颤动。那种颤动能体现你的许多方面，因为无论你在做什么，是你在做，“它”带动的是你，“它”也将带动关于你的一些暗示。只要看你的笔迹，就能在很大程度上了解你的个性。如果佛签字，那将会大不相同。那就不会有颤动，因为没有顾虑。甚至单凭签字就能说出签名者是不是佛。

## 《当鞋合脚时》

没有什么——没有大事，也没有小事，只有伟大的人和渺小的人，但事情不分大小。一个伟大的人能把这种色彩带进他所做的每一件微不足道的事：他与众不同地吃，与众不同地睡，与众不同地行。他将其伟大的品质带进他的所作所为。

如果你被教会如何去爱，你的爱将是虚假的。真正的爱应该是自发的。你怎么能被教会去爱？如果你被教会了，那么你是根据规则行事的，那里没有自然的流动。

有时你会生气，而有时候你会为你的生气而生气——这将是唯一的区别。有时你会生气，当怒气过后你又为你的生气而生气，你把这叫做忏悔。然后你决定今后不再生气，但你会再次生气，因为这两种状态都是生气。有时你为别人生气，有时你为自己的生气而生气。

不要对抗任何事情。为什么？因为当你对抗某事时就意味着，在内心深处你在向往它，不然为什么要抵抗呢？

一个内心深处没有怒气的人不会抵抗愤怒，他为什么要抵抗？一个内心深处没有贪欲的人不会抵抗贪欲，他为什么要抵抗？这对他不成为问题，这不是一个选择，他没有作出任何区分。请记住，只有贪婪的人才需抵抗贪婪，纵欲成性的人才需抵抗性欲，怒气冲冲的人才需抵抗愤怒，暴戾的人才需抵制暴戾。他们会怎么做呢？他们会设置一个对立的目標。

一个人成为罪犯，因为犯罪是难的；一个人成为政治家，因为政治是难的；一个人为钱而疯狂，因为赚钱是难的。人们总是为困难的事而疯狂。并非因为获取什么，只是因为它像珠穆朗玛峰似地立在那里，是一种挑战，必须被征服。

摩拉·纳斯鲁丁结婚，他到山上去度蜜月。在第一个晚上，半夜，有人敲门，纳斯鲁丁起床去开门。一个人手里握着一支枪，是一个盗贼。他进了门，可当他看见摩拉·纳斯鲁丁的妻子，一个年轻漂亮的女人时，他把偷盗全忘了。他对摩拉·纳斯鲁丁说：“你站在那个角落。”然后他围着他画了个圆圈，并对他说：“不要跨出这个圈子——跨一步你就没命了。”随后他吻了纳斯鲁丁的妻子并与她作爱。他走后，妻子说：“你算什么男人？站在圈子里看别人与你的妻子作爱。”纳斯鲁丁说：“我不是个懦夫！”他洋洋得意地说：“每当那人背过身去我就跨出圆圈，不是1次，而是3次。”这就是自我如何维持它自身的，只是跨出圆圈。

只是为了掩盖那种懦弱，你营造了勇敢——勇敢是一种诡计。现在心理学家也知道了。

宗教一直注意到为了掩盖某事你会设置对立面。如果你是个傻瓜，你会试图在你的周围营造一些智慧掩盖事实。如果你丑，你会美化你的身体，你的脸面，你的头发，多少掩盖一下你是丑的那样一个事实。用衣着和饰品你会试图掩盖它。如果你内在自卑，你将营造自负，只是为了向他人显示我不是个自卑者。如果你觉得自己是个“无名小卒”——由于自我，每个人都有这样的感觉，每个人都是无名小卒——然后你试图营造，强调你是个大人物。

只有当你是个懦夫时你才是勇敢的！你只有站在圈内，你才能够跨出圆圈3次；不然，你怎么跨出圈子呢？如果你从未同意过站在圈内，你怎么能跨出3次以显示你的勇敢呢？一个没有恐惧的人是一个开始懂得他的内在没有死亡的人，一个开始了解内在、不朽和内心最深处的永恒的人。没有恐惧，也没有勇敢，因为勇敢只是一种掩盖。这个人既不愚蠢也不聪明，因为聪明只是一种掩盖。

纪省子在训练一只出色的鸡。国王一直追问那鸡是否已经作好了战斗准备。训练者说：“还没有，它火气十足。”瞧……国王会说：“它火气十足，这正是我们所需要的，因为当你与某人争斗时你是火气十足的，那么赢的可能性会更大。”国王肯定被搞糊涂了。这个人是怎样的训练者？他说：“还没有，因为它火气十足。”它一见别的鸡就要冲上去斗。它一直准备着去斗——那就意味着它害怕，它

## 《当鞋合脚时》

还没有准备好。

你记得你在呼吸吗？如果呼吸困难，你的肺出了毛病，你得了感冒或哮喘，那你记得你在呼吸。可当一切正常时，你是无意识的。

宗教不是一种训导，它不是去练习的东西。它是流入的顺流而下的东西。它不是要被强迫的东西。你不是从外在开始强迫它，你必须从内在帮助它并随它流动，满溢出来，到外在。它应该是自发的。

在一个小村庄有一种风俗，每当乡村牧师在主持某人的婚礼时，他要亲吻那个新娘。这是一种旧的传统。一个将要出嫁的女人十分担忧。她以为自己十分美丽，像每个女人一样。这就是女人，这并不是新鲜事儿。真的，每个女人都这么想——哪怕是最丑的。她以为自己十分美丽，她非常担心和忧虑。她一遍又一遍地对未来的丈夫——新郎说：“去和那个牧师说，我在婚礼以后不要被亲吻。”婚礼开始之前，她又问新郎：“你去找牧师谈过了吗？”新郎悲哀地说：“是的。”新娘问：“你为什么那么忧伤？”新郎说：“我告诉牧师了，他非常高兴，他说‘如果这样那我就只收通常费用的一半’。”

如果你是个展览物，你将一直是一种商品，一件物品。你永远不能成为一个人，因为“人”是隐藏在存在的幽深处的。这是整个存在所能企及的最深处。你是那最宏大的峡谷。没有其他人能够与你一起前往。你必须独自前往。如果你太顾及其他人，他们的话，他们的想法，你将停留在圆周上。那是第一件事。

第二件事是：只是去展示，你隐藏着所有丑陋的东西。在衣服里，在语言里，在举止里，在面具里，在行为里，你试图隐藏所有丑恶与错误的东西。你在干什么？这错误将成为内在的一颗种子并生长起来。你越是推它进去，你就更多地把它抛向所有能量的源泉；它将被强化。你抛出美丽的东西——它将永远成不了一颗种子。

### 18、《当鞋合脚时》的笔记-第106页

我们听说过一些由于停止而到达的人，但我们从未听说过靠着奔跑到达的人。什么意思呢？

### 19、《当鞋合脚时》的笔记-第55页

如果我们必须忠告他人，我们总是聪明的，可当我们在同样的处境里，有着同样的问题，同样的危机，我们就不聪明了。如果别人带着问题来找你，你会给他好的忠告，那忠告可能是对的。但如果你有了同样的问题，你将不能给你自己同样的忠告。为什么？因为别人的问题是与己无关的。

### 20、《当鞋合脚时》的笔记-第75页

你生活在一个你随身携带的井里——它像一种气候，始终包围着你，这是你看不见的个性。无论你走到哪里你总是带着你的井，你留在里面；无论你看什么，你通过它看。总结的这么到位。

### 21、《当鞋合脚时》的笔记-1-10

<http://www.tianyabook.com/zhexue/shoe/index.html>

因为信心是非逻辑的，信心在社会上是危险的，因为它们将欺骗你。那里逻辑是需要的，怀疑是需要的。在处理事情时，逻辑与怀疑是需要的。科学靠的是怀疑，而宗教靠的是信心、信任。

## 《当鞋合脚时》

如果你必须说出它，这意味着某些东西是虚假的。

我听说有一个了不起的鉴赏家，他是一名品酒师。一个朋友邀请他去他家因为他有一些非常、非常古老的有价值的酒，他想给这个人看看他的收藏。他想得到这个人的赞赏。他给了他一种最名贵的酒。那人品尝了一下，但保持沉默。他没有说任何话，甚至不说它是好的。那个朋友觉得受了伤害。然后他给了他非常粗糙的普通的酒。他品尝了一下说：“非常、非常好，很好！”那位朋友糊涂了，他说：“我被搞糊涂了，我给你最稀有、最名贵的酒，你保持沉默，但对这种普通的酒，一点都不贵，粗糙的酒你却说：‘非常、非常好！’”鉴赏家说：“对第一种酒，没有人需要说什么，它本身已经说明。但对第二种，必须有人赞扬它，不然它会受挫！”

错误将成为内在的一颗种子并生长起来。你越是推它进去，你就更多地把它抛向所有能量的源泉；它将被强化。你抛出美丽的东西——它将永远成不了一颗种子。隐藏美丽的东西；让它进入深处，那么它就能在你的存在中扎根，它将生长。

一朵玫瑰开花，不是为了那些过路人，不是为了那些将会看见的人，不是为了那些将会闻到芳香的人

。一个不知道自己内心最深处的存在的人总是像一件东西，总是在商店的橱窗里展示；总是等着有人来利用他所有的证书、出众之处及天才；总是在喊叫：“来利用我，把我当一件东西。我是最有价值的东西，你永远不会得到比我更好的东西。来利用我！”这就是你全部的呼喊。如果这是你的呼喊，你将变成一件东西。

佛陀不能做别的什么，只是慈悲。基督死在十字架上，他仍说：“神啊，饶恕这些人，因为他们不知道他们在干什么。”

当他感到愤怒时他不再表露它，于是愤怒将流入血液。因为愤怒是化学物，他的整个身体将被毒害。表露它，它是一种美丽的现象；压制它，是一种病。现在，当他微笑时，这种微笑将带上那种愤怒，那种病毒；现在它在血液里。你压制了那么多，以至每当你想微笑，就有什么阻止你，就害怕顺其自然，因为微笑是一种顺其自然。

需要能够满足，但欲望不能。欲望是一种发了疯的需要。需要是简单的，它们来自自然；欲望是非常复杂的，它们不是来自自然。它们是由意念造成的。

# 《当鞋合脚时》

## 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)