

## <<生命的不可思议>>

### 图书基本信息

书名：<<生命的不可思议>>

13位ISBN编号：9787807093763

10位ISBN编号：7807093765

出版时间：2011-8-1

出版时间：深圳报业集团出版社

作者：胡因梦

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：<http://www.tushu007.com>

## <<生命的不可思议>>

### 前言

《生命的不可思议:胡因梦自传》曾以《死亡与童女之舞》为名七年前在台湾发行，此后不断有内地的出版公司来邀约，希望也能够在大陆出版这本书，但我始终下不了决定。

直到结识了黄明雨先生，得知新华立品图书公司已经译出克里希那穆提的多本著作，而且逐渐在读者身上产生了启蒙效用，才欣然决定与大陆读者分享这部深受克氏影响的前传。

在过往的七年里，我的生命经验继续在深化及精微化。

透过两性与亲子关系的发展，我进一步地体认到童年经验对人的一生有多么重大的影响。

此外与工作坊里的学员们共同成长了七年的时间，也更细微地观察到身心灵之间的连带关系。

我发现关系的品质确实与人的健康直接相关，而健康又决定了人是否能顺利开展出心灵的成熟度，迈向更高层的意识次元。

早期家庭生活中耳濡目染的价值观与信念，会根深蒂固地决定一个人对生命的认知；认知若是扭曲，整个社会也会跟着颠倒。

七年后的台湾社会仍然陷落在“谁对谁错”的较量中，仍然不关怀个体内在世界的福祉与真相，这一点，透过各种形式的媒体便可轻易获知。

因此身心灵各个层面的整合观察与研究，在中国人的社会里还有许多发展空间，甚至可能是未来最迫切需要被重视的存在面向。

这本传记若是能帮助读者把人生方向从外求导向内证，也就不枉费我生命过程中所经历的那些非言语能道尽的艰苦了。

## <<生命的不可思议>>

### 内容概要

本书是作者历经半生的探索与跌撞后亲笔撰写而成。

作者集美丽气质与卓越才智于一身，以拳拳自省、娓娓妙曼的叙述方式，勇敢而真实地揭露了自身成长历程，呈现的是一幅诡谲而寥廓的心灵地图。

本书从她父母那一代开始谈起，一直到她成为演员、作家、译者，最后蜕变为“身心灵”的探索者与治疗者为止。

书中生动地描绘了她的童年经历、爱情故事、周遭诸多事件的缘起缘灭，以及对生命的宏观反思，读来有一种直指本觉、豁然开朗的震撼。

这是近年来最纯粹、最坦荡的一本关于成长、自觉与自救的书。

## <<生命的不可思议>>

### 作者简介

胡因梦，台湾演员、作家与译者、“身心灵课程”引领讲师。  
1953年生于台中市，12岁以前的童年生活都在台中度过。  
1971年考进辅仁大学德文系。  
20岁主演《云深不知处》，从此展开长达15年的演艺生涯。  
演出过《梅花》《海滩上的一天》《我们都是这样长大的》等四十余部电影。  
35岁之后，完全停止演艺工作，专事有关“身心灵”的探究及翻译与写作，首度将克里希那穆提的思想引介到台湾，并致力于推动“新时代”的意识革命及生态环保等议题。  
著有《胡言梦语》《茵梦湖》《古老的未来》，译有《般若之旅》《超越时空》《克里希那穆提传》《人类的当务之急》《超越死亡：恩宠与勇气》《转逆境为喜悦》《不逃避的智慧》《钻石途径系列》等书。

## <<生命的不可思议>>

### 书籍目录

- 第一章 动荡的时代，苦难的父母
- 第二章 生命中的庇护所
- 第三章 浮华世界，纽约！  
纽约！
  
- 第四章 演员与明星生涯的真相
- 第五章 爱的试炼
- 第六章 外气与生理拙火的觉醒
- 第七章 五十三参
- 第八章 生态与环保意识的觉醒
- 第九章 丧父
- 第十章 闭关与反观内照
- 第十一章 穿越爱的试炼与母丧
- 第十二章 因缘重演——单亲妈妈与独生女儿
- 第十三章 “灵魂的暗夜”与身心灵自疗
- 第十四章 对特异功能的省思
- 第十五章 生物能医学（讯息医学）
- 第十六章 恩宠与勇气
- 第十七章 死亡与童女之舞
- 后记 答自己问
- 附录一 手术伤及经络对人体术后造成的影响
- 附录二 外在环保与心灵环保（北京演讲）
- 附录三 如何去爱（成都演讲）
- 胡因梦摄影选

## &lt;&lt;生命的不可思议&gt;&gt;

## 章节摘录

爱的试炼《梅花》和《笕桥英烈传》上演后我的知名度已经高涨，走在路上连小学生都会喊我“梅花”或要求我签名。

有一天在四维路的家中接到张艾嘉打来的电话，她说Don昨天晚上在艾迪亚出现，一直打听我的电话号码，但没人肯告诉他；朋友们私自做了保护我的决定。

Don曾经是她读美国学校时的老师，她说如果我想见他，可以在她母亲的杏林餐厅里会面。

我一方面感谢艾嘉的热心，一方面怀着悲欢离合的心情答应赴约。

走进杏林餐厅，Don已经在座，他消瘦的脸颊显得更窄了。

我坐定下来，两人相视无语，阔别了一年感受虽然未变，但人事早已全非。

我们听着餐厅里的音乐，眼泪在千头万绪的情绪下止不住地流着。

Don告诉我自从接到我的最后一封信，他的生活便开始失序，香烟啤酒无法离手，晚上经常失眠。

后来他从老挝转到香港，替联合国难民组织的杂志做编辑，这份工作待遇不差，他很想存一笔钱为我们的将来打基础，他似乎有预感我很快会返回台湾。

但是他在香港的生活起居仍然很不正常，过了没多久他就突然中风，全身瘫痪了一阵子，最近才恢复一些，这次过境台湾无论如何要见我最后一面。

他说到处都看得见我的照片，我对他而言知名度已经太高，他消受不了了。

我看着他，一边落泪，一边苦笑，不知为什么，我们都没有再多说任何话，只是以深幽的眸子融解了彼此的灵魂，让它流向它想去的地方。

一段刻骨铭心的宿缘就这样在生命的流程里滑落。

多年以后我和林云二哥到华盛顿D.C.参加里根(Reagan)就职大典，我忍不住还是打了一通电话给Don。

他人正在弗吉尼亚父母的家中，一个半小时后他来到二哥友人的住处和我见面。

他的脸颊显得比以往更窄，头发也稀疏了一些，他说岁月在我的脸上没有留下什么痕迹。

我们坐在玄关的长椅上相对无语，眼泪还是止不住地流。

一个多小时的车程我们便到达他父母的那幢林间木屋；他说小鹿夜里时常出没。

我们在“秘密花园”般的庭院里散步，感受仍然和初恋一样。

回到他的房里我开始强烈地渴望他的身体，他满脸严肃地看着我，然后很认真地对我说我在他心中的分量太重，他无法以一夜之情随意处置。

他开车送我回去的路上我们没有只字片语。

第二天晚上在一起吃了一顿中式晚餐，第三天我就惆怅地离开了。

后来我替“新闻局”主持中华民国电视大观，前往美国二十几个城市接受媒体访问，母亲陪我同行。

到达D.C.时我还是忍不住打了一通电话给Don。

我告诉他我对他仍旧难以忘怀，他说他也一样。

离开D.C.之后，我每到一个城市第一件事就是拨电话给他。

抵达三藩市的那天我和他通电话时他告诉我说，早上他翻开报纸的占星专栏看到太阳在双鱼座的人那天会彻底了结一段旧有的恋情，他看了心里很不是滋味，虽然他一点都不相信占星之说。

我回到台湾半年后又打了一通电话给他，他说他正在和一位外向热情的美国女记者交往。

她的外向似乎能平衡他过度内向的习惯，因此关系发展得蛮好。

很奇怪，我听了并没有失落的感觉，只是祝福他一切顺利，然后这段因缘就正式画上了句点。

Don和我的关系有一种神入的品质，不用言传便能深入于对方的心灵。

如果我们能放弃自保，说不定可以两忘。

然而多年来我们一直徘徊于真爱的门外，不愿接受它的鞭笞与试炼，因此我们的人生始终是纪伯伦所说的四季不分、欢笑无法全然、哭泣也不能尽兴。

我们唯恐惊扰到意识底端的幽冥，唤醒了那些沉睡的鬼魅；我们宁愿压抑和闪躲，也要维持虚假的平静。

当一个人无法彻底面对内心的真相时，上瘾症便逐渐形成，我日后的男友不断其实是有心病的。

## <<生命的不可思议>>

和Don分手后随着知名度的提升，我变成许多男人心目中虚拟的梦中情人，直到今日都有人告诉我当年有多么为我着迷。

然而这个由我、媒体和众人共同塑造出来的假象，却成了我的亲密关系中最具破坏性的第三者。这个完美的假象太容易引发人性中深埋的占有、嫉妒、不安全、恐惧、暴力、衡量和权力斗争；这个假象曾经令餐厅的侍者用扁钻刺伤我身边的男性友人，也曾经令四名陌生男子围殴我的一位男友，“她”更是我的亲密关系中“绿帽恐惧症”的肇因。

我记得法国杰出女演员让娜·莫罗（Jeanne Moreau）曾经说过一句豪气万千的话，她说她一生交往的男友无数，她恨不得能拥有一幢上百个房间的大厦，把她曾经爱过的男人悉数豢养在里面。

我虽然从未扳着手指和脚趾仔细数过我的情人们，但是我想在中国女人里面我的两性经验算是相当丰富的。

然而真正影响我的成长、促使我产生转化的，严格讲起来只有三位。

这三位之中最令我“感恩”的应该算是《快意恩仇录》的李伯爵了。

## &lt;&lt;生命的不可思议&gt;&gt;

## 后记

问：为什么写自传？

答：为了整合自己，做一次彻底的揭露自疗，串联起细微的因因果果，假如能因此而利益读者则更佳。

问：为什么在四十六岁写传记？

答：如果命运之说成立，我可能会活到九十岁，那么四十六岁就成了中途站，不妨做个阶段性的整理，如果命运之说被推翻，说不定一年半载之后我就走了，此时不写有点辜负诡谲多变的一生。

问：写自传的过程有什么发现？

答：我发现这本书竟然也是个独立的有机体，它也有自己的力量；它不全然受我的意志掌控。当“我”企图将它导向媚俗的方向时，它会自动扳回到如如的现实；当“我”想炫耀自己逆俗的勇气时，它又开始自省起来。

这个角力的过程是我始料未及的新发现，我因此而窥见有为与无为、虚构与真实、小说与传记之间的暧昧性。

诚如米兰·昆德拉所言：认为自己比其作品更有洞察力的作家还不如改行。

问：写自传时有什么感触？

答：一个人自囚于不到三十坪的斗室里，历经三个多月的时空穿梭，每天吃同样的东西，坐同样的位置，面对同样的场景，却涉入了四十多年来的感官记忆、情绪记忆与思维记忆，感触可以称得上是波澜起伏。

其中最令我抗拒的是童年回忆里父亲内心深处的哀伤。

他心底的那个幼小无助的孤儿，曾经不可思议地勾动了儿时同理、同情与企图援助的渴望；那是我此生救赎欲望的源头，也是深化我生命经验的驱力，但也是被我压抑得最严重的脆弱。

能够和这个最脆弱的部分重新联结，是个惊人与感人的治疗经验。

初恋则是另外一个我自认为已经解除而实则不然的意识症结，我发现自己在忆写的过程里仍然有强烈的美感、不舍与遗憾，但是这些强大的情绪能量一旦曝光，执著的力量就消散了；如同一个迷人的彩色泡泡，在阳光下突然破灭。

问：写自传时身体有什么反应？

答：一开始着手写作时，我察觉后颈喉轮 能量中枢是阻塞的；精神一旦集中，思维活动上了轨道之后，喉轮的气便顺着督脉往头顶运行。

有时具体的时间、地点资料不全，必须进行查证，写作的流畅感因此而中断，或者心理上抗拒而不愿进入某种记忆时，我立刻意识到后颈的能量有卡住的现象。

这是我头一次清楚地印证喉轮确实是掌管思维活动的能量中枢。

威尔伯在《意识光谱》这本书里曾引用亚历山大·洛温(Dr. Alexander Lowen)撰写的《忧郁与身体》中的人体图；图中显示敌意、负面精神状态与退缩倾向，都会引起后颈、颈项和肩部的肌肉紧缩。

后来我每天按时服用中药的葛根汤，情况改善了不少。

在气功养生法中，“运思”是普遍被采用的法门，例如“禅”本是梵文“禅那”的音译，指的就是运用思维的活动来进行修持，玄奘将其译为“静虑”——沉静地审慎思虑之意。

这使我联想起克氏与戴维·博姆在《超越时空》中所谈到的：“脑子必须经常加以锻炼，否则就有萎缩的可能。

”三个多月的时间里我几乎没什么身体上的运动，但是整体来看气血循环还算不差，食欲和消化都还正常，比起翻译《恩宠与勇气》时要强得多。

我认为改善的主要原因是：第一，累积了四十多年的心声终于一吐为快；第二，整合中西医理与药理的萧圣扬教授建议我改变饮食习惯，他的建议和嘉楚仁波切的观察十分相似，他们都认为我的体质先天不良，不该一直吃素，应该补充肉类食物；于是我隔一两天就吃一点此生从未碰过的羊肉，结果精气神确有改善，可见没有任何方式是适合所有人的。

问：有没有想补充的话？

你到底属于什么教派？



## <<生命的不可思议>>

答：受限于传记的时空束缚，有许多整合的理念无法完整而细微地全盘厘清，只好放在未来的著作和有声出版中加以补述了。

我不属于任何教派，我只服膺于真理以及诚实面对自己的人。

问：这本自传问世后你有什么期许？

答：能够如期完成写传的工作，我已经心满意足如释重负，至于后果是什么，就让它在祭坛上发挥观者各取所需的效用吧！

问：你今后有什么计划？

答：我觉得中国人迫切需要身心灵整合治疗上的研究，希望西方世界的整合学能结合东方古老的观察与验证，然后落实于中土，让饱受身心病苦的苍生获得救赎。

这种研究的方向需要心中有宏愿的朋友共襄盛举。

## <<生命的不可思议>>

### 编辑推荐

《生命的不可思议:胡因梦自传》编辑推荐：她和多数人一样，带着父母无意识留给她的童年创痛，却能够从创痛中觉醒，实现自我的成长。

她有着丰富的情感经历，敢于投入两性关系的试炼，却能够跳脱依赖、占有、自怜等心理造作，认识到爱的真谛。

她曾经是众人瞩目的影星，却毅然退出影坛，踏上寻道之旅，在五十三参的漫漫求索中，逐渐走出灵魂的暗夜，接近生命的实相。

她冥冥中一直有任重道远的使命感，却能够从自我转化做起，并最终立下推动心灵解放的誓愿。

她的探索告诉我们，生命是一种恩宠，但若非有直探内心的勇气，便不能体会生命的不可思议。

——让我们走近胡因梦，与她一起用灵魂去看，用灵魂去听，踏上自我转化的旅程。

<<生命的不可思议>>

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:<http://www.tushu007.com>