

不要活在道理中
要活出道理来

黄国峰
著

在 竖 点 相 遇

终点或许不是一个地方，
而是生命状态恢复本真。



中国出版集团



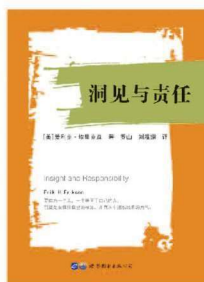
世界图书出版公司



作者简介

黄国峰，中国台湾人，台湾中山大学研究所硕士。曾任eBAIS数位教学副总经理，百盛文化出版公司总编辑及董事，《王老师教育周刊》总编辑。现为上海昊道文化传播有限公司副总经理，创办并主讲圣贤智慧与心智教育课程，致力于心智教育公益事业。

相关好书推荐



在过去的日子里，你是否曾感到生活一直在重复？日子重复过，问题重复犯。如果希望以后日子过得更好，那么我们就不能让过去等于现在，现在等于未来。在本书中，作者结合心理学家弗洛姆关于人性的思考、埃利斯的ABC理论、埃里克森关于身份认同的观点，并融入物理学、化学、生物学的基本知识，带我们踏上了一场无意识探索之旅。

- ◎ 人生什么时候可以争错？
- ◎ 别人多久没有讲你了？
- ◎ 看一个人的敌人就知道他的等级，看他不在乎什么就知道他的生命层次。
- ◎ 你能够拿你的想法有办法，你才能够拿你的情绪、说法、做法有办法。



上架建议：心理学 社科

ISBN 978-7-5192-5176-5



9 787519 251765 >

定价：59.00元

在终点相遇



黄国峰
著

世界图书出版公司

北京·广州·上海·西安

图书在版编目 (CIP) 数据

在终点相遇 / 黄国峰著. —北京: 世界图书出版有限公司北京分公司, 2018.10
ISBN 978-7-5192-5176-5

I. ①在… II. ①黄… III. ①创造性思维—通俗读物 IV. ①B804.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2018) 第232609号

书 名 在终点相遇
ZAI ZHONGDIAN XIANGYU

著 者 黄国峰
策划编辑 李晓庆
责任编辑 李晓庆
装帧设计 刘 岩

出版发行 世界图书出版有限公司北京分公司
地 址 北京市东城区朝内大街137号
邮 编 100010
电 话 010-64038355 (发行) 64037380 (客服) 64033507 (总编室)
网 址 <http://www.wpcbj.com.cn>
邮 箱 wpcbjst@vip.163.com
销 售 新华书店
印 刷
开 本 880mm × 1230mm 1/32*
印 张 7.25
字 数 125千字
版 次 2019年1月第1版
印 次 2019年1月第1次印刷
国际书号 ISBN 978-7-5192-5176-5
定 价 59.00元



版权所有 翻印必究
(如发现印装质量问题, 请与本公司联系调换)

目录

前言

第一章 打破生命的局限

目录

第一节	年纪虽长，心智却没成熟	005
第二节	升级、改版你的人生	008
第三节	输自己，赢别人	011
第四节	人生什么时候可以争错？	013
第五节	惯性心智限制了你的自由	016
第六节	不同的心智模式，不同的人生	019
第七节	快乐比公平更重要	022
第八节	不要被一种想法绑架	025
第九节	拿你的想法有办法	027
第十节	处理外在之前先处理内在	030
第十一节	受伤是有感觉的，伤人是不太有感觉的	033
第十二节	苦在告诉你，你还在坚持某个想法不放	037
第十三节	一包盐的故事	040

第十四节	你的在乎就是你的生命层次	042
第十五节	问题在你的在乎里	045
第十六节	人都容易注意修脚踏车的	048
第十七节	一念天堂，一念地狱	051
第十八节	出离自己看自己	053
第十九节	突破线性思维	056
第二十节	身自由了，心还活在惯性里	059
第二十一节	以管窥天	062
第二十二节	别人多久没有讲你了？	064
第二十三节	改变心智	066
第二十四节	花活出真理，我们讲的都是道理	068

第二章 扩展人生的格局

第二十五节	从“知道”到“做到”究竟有多远？	073
第二十六节	如何看待自己的生命状态是很重要的	075
第二十七节	打破超链接的认知	077
第二十八节	丢掉成见	080
第二十九节	具身条件改变，人生观、价值观都会 改变	082
第三十节	看清自己的执着	086
第三十一节	生其心而无所住，不执着	089

第三十二节	打破时空的界限	092
第三十三节	从对方的需要出发	095
第三十四节	离境的智慧	098
第三十五节	一念之转	102
第三十六节	当下改变过去及未来	105
第三十七节	拿什么大过当下的发生?	107
第三十八节	在不同的高度,看到不同的风光	110
第三十九节	彼此护持,自由自在	112
第四十节	命运的线性逻辑	115
第四十一节	人外有人,天外有天	117
第四十二节	做一个干净的人	119
第四十三节	联合统整的心智	121
第四十四节	信与不信,真理一直在那里	123
第四十五节	高一个维度看问题	125
第四十六节	修过苦难是成长	127
第四十七节	放大你的心量就不苦	130
第四十八节	提升生命境界的瓶颈	132
第四十九节	处处是明师	134
第五十节	不要错过身边的有缘人	139
第五十一节	改变互动模式	141
第五十二节	妙用贴标签	145
第五十三节	人心最可贵	150

第五十四节	吸心大法	152
第五十五节	人等于事，人等于心	154
第五十六节	从二元到一元	156
第五十七节	超越道理，看因果	160

第三章 找到生命的真意

第五十八节	大破大立的人生	165
第五十九节	人心是最重要的环境	167
第六十节	活出生命的价值	170
第六十一节	找到你人生的意义	173
第六十二节	成为你周围的好环境	175
第六十三节	生存、生活、生命	177
第六十四节	除了钱，还有什么可以给予的？	179
第六十五节	无言大法，以身示道	181
第六十六节	回到根本，性之作用	184
第六十七节	知识、人性与实务	187
第六十八节	见性还要懂人性	189
第六十九节	助人亦有道	191
第七十节	三好一提点	193
第七十一节	无声而闻其道，让一切如是	195
第七十二节	花开蝴蝶来，蝴蝶不来依然花开	197

第七十三节	人生的最终追求	199
第七十四节	随师成就	201
第七十五节	把握多元的机会，长期投资	204
第七十六节	融入整体的智慧	207
第七十七节	如其所示，如其本来	209
第七十八节	天人合一，合一合同	211
第七十九节	面对死亡	213
第八十节	醒过来	215
第八十一节	本固枝荣	217

结语

前言

在过去的日子里，你是否曾感到生活一直在重复？年纪越来越大，身体也越来越不中用，可我们的心智模式与生命状态仍然没有任何变化。日子重复过，问题重复犯。我们期待以后可以更好，生命可以再前进。但我们做了些什么？改变了些什么？

终其一生，我们一直在寻找“我们到底要如何才能够让生命不同且更好”的答案，并且希望活出最恢宏的生命版本！若要提升自己的精神境界，我们就不可再让过去等于现在，等于未来。

在这本书中，我希望借助一些古圣先贤的智慧让你的生命再前进。过去很多圣贤，不管来自东方还是西方，都有很多领悟。我们常常说，站在巨人的肩膀上才能看得更远、

更宽广，但是首先你要能够爬上巨人的肩膀。中国这块古老的土地拥有上下五千年的文明积淀，诞生了很多圣贤。然而鲜有人能够萃取并吸收圣贤的智慧。我们学了很多现代科学知识，却不懂得待人处事。虽然我们可能能力很高、学历很高、技术很在行，但是品性并没有跟上来。所以尽管外在拥有很多，却还是烦恼依旧，内心觉得很空虚。

要让未来可以更好，我们就不能继续活在惯性思维模式里，不能只是活出过去的生命状态。我们可以通过改变思想、言语、行动，成就一个不同且更好的自己；通过觉察、觉知、觉悟，成就更高的生命境界；通过更多元的心智教育与心智模式，扩展心智格局与人生的视野。走的路不同，遇到的景色就不同。心智模式不同，就会活出不同的人生。一个更好的未来在等着我们到达。

谨以此书献给所有愿意为活出最恢宏的生命版本而努力不懈的朋友。



第一章

打破生命的局限

聽無聲



第一节 年纪虽长，心智却没成熟

有很多的老人家，年纪虽然很大，但心智并没有成熟，我们常常开玩笑叫他们“老小孩”。全世界唯一不需要努力就可以实现的事情就是变老。很多事情都需要我们付出一些努力。我想各位一眼就能看出来，很多人学了非常多的课程，花了很多钱，提高了能力和技术水平，而为人却没怎么变化。而一般人们学东西都是想要增强自己的战斗指数，增强战斗指数是为了什么？我想绝大部分人都是为了降服别人，掌控想掌控的人、事、物。可是你有没有发现，学了那么多的知识、道理、技术，我们却连自己的情绪都掌控不了？我们常常是拿别人有办法，拿自己最没有办法。我们常常自以为是，自以为别人不是，总是认为问题出在别人身上，认为别人需要改变什么，提升什么，被纠正什么。所以

如果有一种课程可以让别人的生命变得更好，你马上就会帮对方报名，是不是？因为你潜意识里就认为，问题出在别人身上，只要他没问题了，我们家就没问题了；只要他好了，我们就都好了。

但真的是这样吗？

当遇到某些人、事、物时，我们会用一种习惯的模式与之互动。你有没有发现，你和你的家人、朋友、孩子、上司交流时采取的互动方式是不同的？人在面对不同的人时会带着不同的面具，讲的话、做的动作都不同。当你遇到小学同学时，你会表现出一种互动模式，让你重新体验到小学时与这个同学相处的感觉；当你遇到初中同学时，你会表现出另一种互动模式，让你重新体验到初中时与这个同学相处的感觉。这是一种“超链接”。

一种心智模式也会成为一种惯性。你面对某个人时表现出的心智模式在很长时间里是不会变的。举个例子，当你60岁回到家时，80岁的爸爸妈妈还是会把你当小孩对待。当你开始觉得人生已经被定格了，无法再成长时，这可能只意味着你的思维模式被定格了。

活在惯性里面的时候，我们会让过去等于现在，现在