

<<手之書>>

图书基本信息

书名：<<手之書>>

13位ISBN编号：9789862162859

10位ISBN编号：9862162856

出版时间：2009/02/27

出版时间：天下遠見出版股份有限公司

作者：黃河南

页数：208

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>

<<手之書>>

前言

序曲 未經歷創傷，就沒有機會感受重生的勇氣 挫折是必然，跌倒才能學會走出完整的人生 我們渴望的幸福平靜，就在手與手交會的剎那... 《手之書》，記錄著2004年到2007年間我面對生命與事業的一部分心路歷程 陪伴大家追求身心調諧之美的這些年 我期許自己像座橋梁，伸出我的手，也呼籲大家伸出手來 連結彼此的夢想、希望、以及渴望被人理解的心 讓大家彼此更靠近，生命更美麗、更溫馨 我不是專業作家，寫不出生花妙筆的文字 很多深刻感受，都是趁回憶與靈感襲上心頭 在路上，在獨處時，在好幾個星光陪伴的夜晚 片片段段捕捉下來的 誠懇和實際，就是我最好的墨水 鼓勵大家在夢想與現實之間，像我一樣勇敢追求、堅持 把手伸出去，碰觸天際美麗的彩虹 我感受到天地之間，和人的身心靈存在著緊密的連結 我不斷探索，思考，進而發現一個動人的意象 可以詮釋我們生命歷程最渴望的一切： 那就是，手。

這本《手之書》，就像是以手為主題所寫的音樂片段 祝大家都能感受到，每雙誠摯的手所傳達的情意 進而開啟上天為我們預留的神秘力量 望見更深邃的世界，感受更完滿的幸福

## <<手之書>>

### 內容概要

孤獨的一個人，卻又找得到回家的路，真是種幸福。

愛的恆溫記憶裡，有手的深情觸碰，那是一條永不消失的回溯的秘密通道。

這是黃河南第一本個人散文集，也是他經歷人生大挫折省思後的感悟。

《手之書》真情紀錄了黃河南創建龐大事業的心路，以及隨著社會變遷、生涯起伏、挫折考驗，歷經長時間旅行與簡單生活的沉澱，凝聚勇氣重新再起的序曲。

透過如詩如畫的攝影及六十六篇短文，黃河南細膩刻劃回憶與情境，字裡行間流露令人低迴的生命故事。

全書以「手」為主題意象，譜寫家庭、事業、人際、感情，以及專注、務實、創造、連結……等體悟。

這是一本易讀的，在當下深深感動的書。

<<手之書>>

作者簡介

黃河南 一個曾經在台灣塑身界締造多項紀錄的傳奇人物，也是行事作風與創業歷程令許多人好奇的一個名字，誰也無法聯想，他在放下一切，親自接觸土地、親自嘗試種植之後，雙手勞動的喜悅，使他的生命得到了沉潛與釋放，而寫下了他人生中第一本散文集《手之書》。

<<手之書>>

書籍目錄

第一卷 訴說悲歡的十個簡易手勢  
第二卷 浮光掠影  
第三卷 生命的交響樂  
第四卷 旅程中  
第五卷 浮世之島  
第六卷 手的迴圈

## &lt;&lt;手之書&gt;&gt;

## 章節摘錄

一個人 Alone 從小，我就很憧憬一個人的感覺。

我的母親，一共生了七個孩子。

夾在中間的我，從前面數，從後面數，都是最常被漏數的那個。

五歲那年，我們兄弟姊妹被帶著去參加大拜拜，我竟突發奇想，一個人跑開，沿溪谷往山裡走了好幾公里吧。

當然那時還不懂，現在知道，我何其憧憬「落單」的美好時光。

學生時代，我也喜歡一個人坐在樹下幻想。

下雨天，我盯著雨滴從簷上滴下來，可以盯個把鐘頭不動。

大概只有一個人的時候，心境才能「對」到那種詩意。

我也想過，等我老了，一個人圈塊地，在裡面放羊，好不快活！

曾幾何時，閒雲野鶴的鄉野生活，還真的變成全球最時尚的奢侈！

天馬行空的想像，像心靈的旅行，讓我自由自在，徜徉在幻想的草原。

如果孩子們以後都能好好照顧自己，也許內人會准我自己蓋間小茅屋，一個人撿柴種菜，淡泊地過活。

週末假日，收一收回家報到，含飴弄孫也很好。

一個人，卻又找得到回家的路，真的是種幸福。

你可以擁有美好的關係，又有一座秘密通道，可以通往獨處時最純粹的真實。

旁人常會左右我們的情緒，有時也迫使我們放不下面子。

一個人，可以讓你真正回過神來，清晰看見自己的好處或錯誤。

泥濘 The Mud 有那麼一段時間，我面臨人生與事業罕有的低潮。

放大的誤解，失焦的溝通，人情的冷暖，讓我帶著無奈的心，遠離這片泥濘，遠至大陸貴州，和當地居民種了一陣子田。

在貴州，沒有人知道我原來是做什麼的。

那裡的農民個性爽朗乾脆，有話直說，勞動的汗水就是生活的價值。

剛開始我也覺得新鮮，耙土施肥的挺帶勁。

有那麼一天，眾人吆喝著齊來抓豬，好大一頭山豬，七八個人使勁要抓，我用力過頭，當場摔了個遍體鱗傷。

沒人笑我。

他們笑的是這生活插曲帶的餘興。

裡面一個姓什麼的我不記得了，伸出他佈滿厚繭的手把我拉起來，然後往我肩頭一拍：「我看你還行！」

改天為你引見引見，幫你談個六十塊日餉，上頭可能考慮用你！

」大家笑開了，我也笑了。

這裡，沒有人知道我是誰。

他們用沒有偏見的眼睛看我，用一種爽朗的公平，對待他們自己那樣地對待我。

剛抓豬的田，被我們踩成整片泥濘，其上佈滿貴州漢子們和我的腳印。

隔著幾千里，我從某片泥濘跋涉來另一片泥濘，卻在這片泥濘中，找到人生前所未有的平靜。

始與終 A Circular Route 每天與農民一起耕作的日子，在最末一次秋收工作後劃下了句點。

我已經有勇氣，回台灣重新開始，以我曾有的樂觀和單純，再度面對我在乎的親友和事業夥伴們。

離開貴州的那天，我和一起幹農活的夥伴一一握手道別。

在農場一同埋鍋造飯的革命情感，就要暫時譜下休止符。

除了身上的衣服和回台所需的證件、費用之外，我把所有東西都留了下來。

「黃先生，東西怎沒帶走哪？」

」一位夥伴不解地問。

<<手之書>>

我沒有答腔。

他可能不知道，丟掉那些衣服，我多年來如影隨形的自卑心，也痛痛快快丟掉了。

帶著一身輕盈。

我上路了。

在一個是終點也是起點的地方。

合十 Together in Prayer 我曾經寄宿禪寺，在暮鼓晨鐘的洗禮中，悟到許多事。

通常凌晨四點多，打板聲會喚醒睡夢。

我總隨著師父們一同早課。

這裡的師父，不論比丘或比丘尼，都是相貌相當莊嚴的年輕人。

他們有的大學或研究所一畢業就出家，二十出頭的年紀，已然透出同齡孩子身上難以得見的寧靜與安定，一股力量，源自他們對世事的洞悉，以及對眾生的悲憫同心。

他們闔上眼睛誦經，雙手合十。

從這些年輕法師的口中，經文匯集為巨大的合唱，我也身在其中，感受到經句的力量。

在那瞬間，所有牽掛、疑惑、委屈，都像被風帶走的灰塵，顯得如此微不足道。

我有時也會凝視著法師的手。

這些其實還相當年輕的手，靜靜地合十，連結在一起，就像一個接通所有力量的回路。

不論我們稱之為神，或造物者，那個更高的意志為我們預留了太多太多的珍藏，只是絕大多數比例都是封藏起來的。

就像封印一樣。

我們的官能感覺得到的東西，其實只佔這世間很小的一部分。

但祂給了我們一雙鑰匙——手。

所有封印起來的一切，必須親自用我們的手，去連結、去開啟、去創造、去感受...我們才有機會知道，原來藏在我們身體與心識裡的，還有這麼多能量。

合十的手，就像一個啟示，讓我感受到悲憫的誦經聲召喚著某處的神秘力量。

如何讓手成為介面，成為導體，喚醒封印在身體裡的內在能量？

如何與天地間無所不在的能量連結，才能達到療癒的效果，以及我們渴望的幸福與平靜？

我如此思索著。

#### 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>