

《靈魂的自由》

图书基本信息

书名：《靈魂的自由》

13位ISBN编号：9789866281044

10位ISBN编号：9866281043

出版时间：2010年06月11日

出版社：有鹿文化

作者：伊能靜

页数：192

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.tushu000.com

《靈魂的自由》

內容概要

靈魂的自由

作者：伊能靜

出版社：有鹿文化

出版日期：2010年06月11日

語言：繁體中文 ISBN：9789866281044

裝訂：平裝 不要怕痛，不要怕承認痛，不要怕承認會痛。這樣，你才能被釋放。」 作著夢也醒著

「一個人若也能幸福才會圓滿。也只有學會與另一個人相遇，不是為了填補自己的欠缺，反而是兩個靈魂和諧的共舞。愛才會只是愛，愛也才能只是愛。」 一個人

面對巨大而無法挽回的傷痛，該如何治癒千瘡百孔的傷口？身處攻訐與誤解的煙硝戰場，要從何獲得勇氣去應對？伊能靜閱讀女人的故事、靈修書、詩詞、小說、健康養生各種面向的書，透過文字觀照自身，透過書寫自我療傷。

在她充滿溫度的三十多篇或長或短的散文，是對愛的懺悔告解，對愛的無限渴求，對愛的深刻體悟，真實而深刻地觸及心底的情感，用記憶療癒當下，療癒心中的曾受過傷的小小孩，學著從身心靈各方面愛自己，然後，才有力量愛人。

本書特色

伊能靜：「我相信你們總是會從我的文字中去捕捉風影些什麼。」

伊能靜、文學女作家，經傷痛後的轉身，重新找到「療癒系女作家」的定位。

事件發生後，媒體甚至每個人都想挖掘伊能靜，如今回頭看，誠如她自剖所說，當第一顆石頭打下來，會痛，每個人都叫好；第二顆砸下來，眾人冷觀；當第三、第四顆...到現在如果還有石頭再砸下來，我已經釋懷了，大眾也開始側隱似乎該停止了.....

《靈魂的自由》是伊能靜經過這段期間的重新出發（是眾人難想像的真正脫胎換骨），也重新找回創作，並走向「療癒系女作家」的第一本書。

藉由《靈魂的自由》伊能靜想闡述，「當沒有人擁抱你內心的小小孩，要學會擁抱自己的小小孩」，她觀察到這社會上有太多太多需要學習與自我對話的朋友，以此書獻給他們。

「我是個失敗、傷痛的人，所以最有資格談療癒、成長。」~~伊能靜

《靈魂的自由》為伊能靜繼《生死遺言》、《索多瑪城》、《生生世世》後，最新散文作品，她寫下自己經歷婚變之痛自我療傷過程。透過閱讀，她從字裡行間獲得能量；透過抄寫，她漸漸平復混亂淌血的內心；透過寫作，她在她的文字裡重生，終能「面朝大海，春暖花開」。

書中收錄伊能靜的風景攝影作品，穿插文中，以黑白照片的方式呈現，具感染力的文字與寧靜的畫面相互觀照，療癒每顆曾因愛受傷的心。

詳細資料

top

叢書系列：解生命的題

規格：平裝 / 192頁 / 25k / 普級 / 單色印刷 / 初版

出版地：台灣

目錄

top

起始

01.春暖花開

02.拾回

03.贖

04.堅強

05.作著夢也醒著

06.村上的午後

07.守護者

08.選擇

《靈魂的自由》

- 09.兩難
- 10.放手
- 11.喜歡自己
- 12.愛別離
- 13.質本潔來還潔去
- 14.焚書紀
- 15.成熟
- 16.秋日抄
- 17.一個人
- 18.愛的利齒
- 19.邱妙津
- 20.1990年初戀分手信
- 21.給冥王星
- 22.愛的修道與昭告
- 23.燒死自己的女人們
- 24.善待
- 25.遠行
- 26.深年
- 27.清醒
- 28.獨舞
- 29.難處
- 30.問題
- 31.愛的練習本
- 32.永恆的沉默
- 33.誓言如紙
- 34.相愛有時
- 35.黑暗
- 36.反差
- 37.守護
- 38.指路人
- 39.信仰
- 靈魂的自由

《靈魂的自由》

作者簡介

伊能靜
寫字、唱歌的人。

《靈魂的自由》

精彩短評

- 1、发现伊能静离婚后我就不再喜欢她的文字了，每本书的风格都一样，对于她的年纪来说，这样的文字太矫情了。
- 2、迫不及待的，从台湾寄过来。
- 3、悲伤的人往往感情充沛
- 4、许多人不喜欢伊能静，说她太做作。但她的很多文字，也确实能引起很多女性的共鸣，只因为都缺爱都渴爱，都被爱深深俘虏。
- 5、看着看着会流泪。因为你只有经历过伤痛才能体会到作者的挣扎。很多事不是我们想怎样就可以自主的。人生也是如此，读书，念经，灵修...这一切的功课都只为找到自己。现在，还没有找到...
- 6、几乎每篇都让我流泪。这五颗星纯粹是给共鸣的，倒并不是说文笔或者结构特别好。是一本用灵魂写出来的书。
- 7、等不及簡體版出版，就在淘寶上先買了繁體版看。臨睡的床前、溫暖的燈下、安靜的咖啡館裡，都是好適合的閱讀場景。竟像是在讀自己親手寫下的心情，一字一句，苦樂悲喜。（2010年9月7日）
- 8、庆幸的是今天又听从内心的声音，在图书馆静静地坐了一下午，看完了这本书。想起第一次看这本书的时候，也是在自己很没有力量的混乱时间，这次亦是。不得不感谢时刻在边上帮助着自己的某些神奇的能量。
还是有很多收获的，摘录了很多熟悉的文字，它们总会给自己带来安静、温暖、坚持的力量。有时候也很佩服这样的一个女子，究竟是怎样的心灵的力度、韧性从生活的阴霾中走了出来。
简单随意不拘束的生活是自己一向渴求的，但是总也要有外在条件的支持才行，比如说很实在的物质方面。这是现阶段生活中的自己优先的一些事项。
真的很感谢，那些总是给自己力量支持，让自己平静下来的人和文字，因为有你们的存在，自己在寻找灵魂的路上越走越远。
尤其是在自己正在经历一些类似事情的时候再去看，生命中真的有很多的不可思议，它们都是礼物，帮助自己成长
- 9、这个世上再找不出第二个可以理解你的人。
- 10、大多是读后感和书摘
- 11、2010.7讀畢。真誠是有穿透力的,哪怕文字還不夠熟，書題與設計都很不錯。
- 12、如果你沒有讀過沐浴愛河中的Annie的作品，你無法理解這本書里她所表達的感受，你甚至會覺得矯情跟虛妄。這是個生命階段，成長過程。
- 13、重遇後閱讀又是另一番滋味
- 14、正在读的一本书

- 1、等不及簡體版出版，就在淘寶上先買了繁體版看。臨睡的床前、溫暖的燈下、安靜的咖啡館裡，都是好適合的閱讀場景。竟像是在讀自己親手寫下的心情，一字一句，苦樂悲喜。沉重的傷痛過，然後有好長一段時間都無法快樂，美夢頃刻被粉碎，措手不及的失去，撕心裂肺的哭，每天清晨從睡夢中驚醒，切膚的悲傷流過身體，充盈在心上的每一寸。然後，自己丟棄了自己，否定所有信仰，失去所有溫暖和力量，絕望得幾乎不想繼續生活下去。而終於漸漸在傷痛中明白過來，不可以失去的，並不是任何人的愛，而是自己。一片一片的拾回破碎的自己，承認并喜歡這樣的自己，受傷了會痛會哭會難過，也許不夠堅強卻一直努力向陽的自己，不完美卻漸漸變得堅韌的自己。把失去的自己，一片一片的重新找回來。然後終有一天能夠微笑對自己說——你離去了，但我卻完整了。靈魂在烈焰灼燒後，終於有了真正的自由。
- 2、它帶我們看到另一個她。勇敢。那些揮之不去的回憶總會撥開雲霧，願我能向你安好，不再自欺或欺人。拿到手時封面已經觸動內心深處，迫不及待進入你的治療聖地，想跟隨者你走進底處，帶點疼痛的觸碰，說明自己有愛被愛，恨被恨。安靜，很享受。不要讓心太累，不要追尋太多不屬於自己的人和事。不要負載哦。
- 3、昨晚下班時，收到這本書，回家吃完飯躺床上閱讀，读到11點，眼睛開始酸痛，期間停頓嘗試做眼保健操，至11點多入睡，清早6點醒來，繼續讀至8點，沒準時上班……因為，我愉快的享受著靈魂的自由……跟lg說台灣的书好贵喔，要50多呢，他問，你買了什麼书？我說，伊能靜的，《靈魂的自由》，他覺得好不值呵呵，並且說如果不是她，根本沒人會去看的，呵呵……但是我覺得好值，因為我時常關注她，知道她的一些事迹…並且參加過一次她的歌友會，更重要的是，我跟她的文字，存在着共鳴……一個女人受傷後的心路歷程，雖然很艱難困苦，但是也沒有理由放棄自己，總要尋找到那一束光，慢慢的撥開迷霧，重新面對生活……如果真正懂得愛，懂得如何去愛的人，也必定深愛著自己，也才会有勇氣享受孤單的美好……一切的困難，苦痛，都是我們人生需要做的功課，應該感激的，感激它們讓你成長，感激生命賜予我們美好的禮物，我們應當接受它承擔它擁抱它，用自身內在的力量去解剖它，讓其滿滿的淨化靈魂，最終它會轉換成每個純淨的細胞，滋養著你的靈魂……最終，你會發現，它們其實是來保護你的……
- 4、這是唯一一本有訂購的衝動。。。不知是不是因為有親筆簽名版。總之迫不及待的想要馬上讀到這本書。21日訂購，我要訂購訂購。。。正版正版，簽名簽名
- 5、讀這本書，我總是會想起，伊能靜填詞，哈林作曲的『春泥』。詞是肯定的，那時那刻任何困難都彷彿在字裡行間表露勇敢堅強。時光機器加速前進，來到現在，一切都變了。伊能靜的這本書，更像是一種剖白，對痛苦的認識，對失去愧疚的掙扎。很高興，借著伊能靜的筆觸，可以看到很多我沒有看過的書的精妙句子，讓我認識跳火車軌自殺的海子。她說，她太強求。在我的認知裡面，強求，已經有孤軍作戰的意味，也許那種綿長的行走，真的很孤獨無助而且危險。如果是我呢？如果愛到不及現實推撞呢？如果他欠我什麼，而他也並非不愛我，祇是我要求更多自由呢？嗯，的確是很複雜的題目。也許會感幸運，因為沒有人重複檢視感情的真偽。而我也很執著的覺得，我的感情除了自己，其他人無權說話。因為不容質疑，所以脆弱。痛苦也就是這樣開始。療癒，需要不斷傾聽自己靈魂深處的聲音。如果習慣傾聽，那個不安份的靈魂或許不會在苦苦壓抑的忍受中才飛出控制。但是，這不是個好習慣，因為這會使人離愛更遠，這會讓人倍感孤單。這不是渴望在飄浮中安定下來的人要做的事。也許就是這樣，回頭檢視才發現自己傷痕累累吧。
- 6、不虧是陸小曼，寫的書名也和徐志摩寫的那本一模一樣。。。喜歡看annie的文字，淡淡的卻不覺得感傷，從來不覺得是帶著灰色調調的，每次讀她的文字就是覺得沉靜、嫺雅、寂寞甚至孤獨~~春暖花便開，雨後曙便來

《靈魂的自由》

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.tushu000.com