



索書號：191.9/8566

登錄號：C0013640

介購單位：圖書館

**書名：別讓世界的單薄，奪去你生命的厚度 -  
以印度哲學為師，找回內心的自由權**

**作者：熊仁謙著**

**內容簡介：**不懂死亡，曲解存在，驅使我們無明而盲從，不斷做出錯誤選擇。用一套不一樣的思維，爬梳內在的恐懼與得失心，就能以寬闊從容，迎接生命厚實的一切。九〇後、熟悉漢藏梵英四種語言、周遊各國的佛教學者及「快樂大學」創辦人，邀請你一起思辨生命本質，驅散消費主義下的成功迷思和生存焦慮，以印度哲學重新認識自己，回應複雜世界。

**目錄：**

**PART 1 生是意外，死是必然**

第一章 沒思考過死亡，怎麼懂得什麼是真正的活著？

第二章 對抗終極的失敗是不可行的，你只能接受它

第三章 恐懼吞噬我們的理性

第四章 放過自己，畫下完美的句點

第五章 包容，來自看見人的恐懼沒有分別

**PART 2 情感的力量**

**PART 3 真正的快樂**