

<<做自己的幸福禅师>>

图书基本信息

书名：<<做自己的幸福禅师>>

13位ISBN编号：9787511905710

10位ISBN编号：7511905714

出版时间：2011-5

出版时间：中国时代经济

作者：释颢

页数：239

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>

<<做自己的幸福禅师>>

内容概要

也许是生活，让我们不得不淹没在茫茫人海中，淹没在尘世的琐碎中。这世闻有几人可以放下、远离、不贪？所以虽经苦修，却依然难成正果。所以，我们不必强求真实的解脱，只需将一颗狂躁、贪恋、执著的心放得平和一点，再平和一点，就会活得比原来真实、快乐。

<<做自己的幸福禅师>>

书籍目录

第一章 心正成佛—欲求心灵解脱的人，须知有舍有得

舍却外物的附庸
舍得舍得 有舍有得
提着与放下
信徒的捐赠
背在身上的独木舟
小虫负重
心中无事一床宽
利润
一院的美丽与一村的菊香
错过了美丽，收获的不一定是遗憾
形可变性不可变
放下心中的屠刀
天生辽阔
色即是空
笑看成败得失
不要固执一端
难得“放下”
背在肩上的篓子
来来往往若干船
谦让则有余

第二章 认识自我——领悟生命返璞归真的美妙

做那个别人无法替代的自己
不断清扫心灵的尘埃
人生的锁链
凡人的禅心
介绍你去见一个人
我很重要
不要迷失自我
尊重自己的本性
悟禅靠心
悟心悟性改变命运
山羊还是老虎
焦尾琴
时时勤拂拭
自己的行为自己决定
懂得说“不”
发现你的个性
张扬自我的风采
先改造自己
行住坐卧都是道
与其执著拜倒不如大胆超越

第四章 宠辱不惊——提升心灵修养，缓解生存压力

老与小的定位
捕鱼人的嗅觉

<<做自己的幸福禅师>>

驯服与控制

不能自欺欺人

着急的年轻人

山高怎阻野云飞

假人

高与低

第三章 迁善去恶——慈悲与智慧的化身

第五章 无欲无求——忘记尘世的喧嚣

第六章 素心做人——君子与其练达，不若朴鲁

第七章 有容之大——生活本身就是水至清则无鱼的包容

第八章 参悟世事——让温暖的力量从心底开始

第九章 呵护心灵——真正的快乐天堂，就在你自己的心中

<<做自己的幸福禅师>>

章节摘录

第一章 心正成佛—欲求心灵解脱的人，须知有舍有得 舍却外物的附庸 有一个中年人，家庭事业都有了基础，但是却觉得生命空虚，感到彷徨而无奈，而且这种情况日渐严重，到后来不得不去看医生。

医生听完他的陈述，开了四个药方，对他说：“你明天9点钟以前独自到海边去，不要带报纸杂志，不要听广播，到了海边，分别在早上9点、中午12点、下午3点、5点，依序打开药方，你的病就会好的。

”那位中年人将信将疑，但还是依照医生的嘱咐来到了海边，看到晨曦中的大海，心灵为之一震，心情也跟着变得开朗了。

9点整，他打开第一个药方，上面写着“谛听”二字。

于是他坐下来，倾听风的声音、海浪的声音，他感到自己的心跳与大自然的节奏是那么的协调，很久没有这么安静地坐下来聆听了，他感觉自己的身心仿佛得到了洗礼，突然觉得很舒爽。

12点，他打开第二个药方，上面写着“回忆”二字。

他开始从谛听外界的声音转回来，回想从前：童年时的无忧，青年时的艰辛，父母的慈爱，朋友的友谊，生命的热情又重新燃烧起来了。

下午3点，他打开第三个药方，上面写着“检讨你的动机”。

他记得早年创业时，怀有远大的理想，为了追求人生的福祉，他热诚地工作。

可等到事业有成了，全然忘记了当初的信念，只顾着赚钱，失去了经营事业的喜悦，又由于过于强调自我，也不再关心别人的冷暖。

想到这里，他已深有领悟。

到了黄昏的时候，他打开最后一个药方，上面写着：“把烦恼写在沙滩上。

”他走进离海最近的沙滩，写下了他的烦恼，可是一波海浪立即淹没了它们，洗得沙滩一片平坦。他愣住了。

他终于悟出了生命的意义。

在回家的路上，他再度恢复了生命的活力，空虚与彷徨也消失得无影无踪了。

……

<<做自己的幸福禅师>>

编辑推荐

将佛法融入生活，在生活中进行禅修 将会带领我们进入一个和谐而智慧的灵性境界

<<做自己的幸福禅师>>

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>